



市公式キャラクター  
たっけー☆☆

平成 25 年  
8 月 15 日  
No. 885

人口と世帯数 (平成 25 年 8 月 1 日現在)		
人口	男	29,669
	女	29,342
	計	59,011
世帯数	29,125	

**まちの写真ニュース**  
第 63 回福生七夕まつりが 4 日間、盛大に開催されました！

今号の主な記事 **2面**市職員募集 **3面**環境マネジメントシステム 平成25年度数値目標 **4面**輝き市民サポートセンターイベント 市民活動のひろば **5面**定期利用保育事業 **6面**高校・大学等入学資金融資をあっ旋します **7面**第6回多摩川ウオーキングフェスタ **8面**保健ガイド

## 茶室開設 20 周年記念事業

# 講演会 「茶室を楽しむ」

千利休は 2 畳の空間になぜこだわったのか…。

人が集い、茶の湯を通して触れ合う空間である茶室の歴史や成り立ちを、世界的に活躍する建築家、建築史家でもある講師からわかりやすく、楽しくお話ししていただきます。

【日時】9 月 21 日 (土) 午後 2 時～4 時

【場所】市民会館・公民館第 4・5 集会室

【定員】先着 50 人

【講師】藤森照信氏

【プロフィール】工学院大学建築学部教授、建築家、建築史家。東京大学退官後現職。専門の建築史学にとどまらず広範な内容の著書も多数発表。日本建築学会論文賞ならびに作品賞を受賞。長野県茅野市の「神長官守矢史料館」で 40 代にして建築家デビュー、数多くの建築作品を手がける一方、国内外での展覧会を開催するなど幅広く活躍。近年は茶室の建築にも携わる。



じんちょうかんもりや



一夜亭  
(藤森氏の作品)

【申込み】8 月 20 日 (火) 午前 9 時から電話で公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。

### 茶室福庵

平成 5 年 7 月に完成した茶室福庵は、本座敷「竹の間」(8 畳)、「松の間」(6 畳)、「茶室」(3 畳台目席)、立礼席と水屋などの施設からなっています。

茶道だけでなく、華道、邦楽など、多目的に活用できます。茶道具も備えています。



福庵への地図

### 茶室福庵利用料金表

時間	施設	茶室 (三畳台目・水屋)	本座敷 (松の間 6 畳)	本座敷 (竹の間 8 畳)	立礼席 (10 畳)	全室 (一括)
		午前 9 時～正午	2,400 円	1,000 円	1,200 円	2,000 円
午後 1 時～4 時 30 分	3,500 円	1,500 円	1,800 円	3,000 円	8,700 円	
夜間 午後 5 時 30 分～10 時	4,800 円	2,000 円	2,500 円	4,000 円	11,800 円	
全日 午前 9 時～午後 10 時	9,500 円	4,000 円	4,900 円	8,000 円	23,500 円	

### ▼お茶席体験

初めての方も立礼席で気軽に茶道を体験できます。おいしい抹茶とお菓子でおもてなしします。原則毎月第二・四日曜日に行います。

【8 月以降のお茶席体験日時】8 月 25 日 (日)、9 月 8 日 (日)・22 日 (日) 午前 10 時～午後 3 時

【場所】福庵立礼席 (福生市熊川 854-3)

【定員】当日先着 25 人※直接会場へお越しください。

【費用】300 円 (茶菓子代)

【問合せ】公民館事務所 ☎ 552・2118

## その他の公民館事業

### 市民文化教室に参加しませんか

公民館と福生市文化協会との共催事業として、毎年市内在住・在勤の初心者の方を対象に実施しています。今回は、「着付けコース」と「詩吟コース」のご案内です。参加費はいずれも無料です。どうぞ、ご参加ください。

#### 市民文化教室日程表 (2 コース)

コース	内容	期間	時間	定員	場所	指導者
着付け (全 10 回)	着付けの基礎から、楽しく学んでいきます。 【持ち物】着物・長襦袢・肌襦袢・裾除け・足袋・襟芯・腰ひも・半巾帯・帯板・帯締め・タオル 3 本等	9 月 11 日・18 日・25 日、10 月 2 日・9 日・23 日、11 月 13 日・20 日、12 月 4 日・11 日の水曜日	午後 7 時～9 時	20 人	市民会館・公民館第 6・7 集会室	内出 栄子氏
詩吟 (全 10 回)	気持ちよく声を出し、詩吟を分かりやすく、親しみやすく学んでいきます。題材は、「いろは歌」、「名槍日本号」、「寒梅」です。	9 月 12 日・19 日・26 日、10 月 3 日・10 日・17 日・24 日、11 月 7 日・14 日・21 日の木曜日			市民会館・公民館第 3 集会室	井上 誠氏

【申込み】各コースとも 8 月 17 日 (土) から公民館事務所 ☎ 552・2118 へ。

### 寿生きがい広場「エッセイでとどめたい私の歴史」

「私」の歩んできた人生の一ページをエッセイに綴ってみましょう。文章作成の基礎から作品の添削までを講師が丁寧に指導します。自分史エッセイを書いてみませんか。

【日時】9 月 19 日 (木) 午後 1 時 30 分～3 時 30 分※以後、12 月 12 日までの隔週木曜日 (全 7 回)

【場所】公民館白梅分館

【対象】市内在住・在勤のおおむね 60 歳以上の方

【定員】先着 15 人

【講師】白田洋子氏 (エッセイスト)

【申込み】8 月 22 日 (木) から公民館白梅分館 ☎ 553・3454 へ。

### サロンコンサート (第 2 回) 「響きわたるバリトンの歌声」

劇団四季の舞台でも活躍しているバリトン歌手によるコンサート。おなじみの童謡・唱歌もお届けします。

【日時】9 月 7 日 (土) 午後 1 時 30 分～3 時 30 分

【場所】市民会館・公民館第 4・5 集会室

【出演】平良交一氏 (バリトン歌手・二期会会員)

【定員】先着 80 人※申込み不要、直接会場へ。

【問合せ】公民館事務所 ☎ 552・2118





防災無線の放送内容が電話で確認できます。【専用電話番号】 ☎539・2061または☎539・2062

**平成25年第3回福生市議会定例会のお知らせ(予定)**

ぜひ傍聴にお越しください。

- 【定例会日程】 9月2日(月)～26日(木)
- 【本会議】 9月2日(月)～5日(木)・26日(木)
- 【常任委員会】 9月17日(火)～19日(木)
- 【決算審査特別委員会】 9月9日(月)～12日(木)
- 【開会時間】 本会議及び常任委員会：午前10時～
- 決算審査特別委員会：午前9時30分～

なお、時間は変更となる

**平成25年8月30日から「特別警報」が始まります**

気象庁は、重大な災害の起こるおそれが著しく大き

場合があります。また常任委員会は、開会後、現地視察を行う場合もありますので、お問い合わせください。

本会議のライブ映像及び録画映像をインターネットで配信しています。市ホームページの福生市議会「インターネット中継」からご覧ください。

【問合せ】議会事務局庶務係 ☎551・1523

【例】東日本大震災における津波(2011年)・平成23年台風第12号の豪雨(2011年)・三宅島の噴火(2000年)

【特別警報が発表されたら】避難所へ避難するか、すでに外出することが危険な場合は、家の中で安全な場所に留まるなど、身を守るために最善を尽くしてください。

【問合せ】気象庁東京管区気象台総務部業務課 ☎03・3212・8341(内線5550)

【ホームページ】 <http://www.jma.go.jp/jma/kiyou/now/tokubetsu-keiho/index.html>

**市職員募集**

【職種と募集人員】 ①一般事務②一般事務(土木課程または建築課程履修者) ※①②合わせて10人程度

【採用予定日】平成26年4月1日

【受験資格】

①一般事務(上級(大学卒程度)) 昭和63年4月2日～平成4年4月1日までに生まれた方  
 ②一般事務(中級(短大卒程度)) 平成2年4月2日～平成6年4月1日までに生まれた方  
 ③一般事務(初級(高校卒程度)) 平成4年4月2日～平成8年4月1日までに生まれた方

④一般事務(土木課程または建築課程履修者) 昭和53年4月2日～平成4年4月1日までに生まれた方で、大学の土木課程または建築課程を履修し、卒業または卒業見込みの方

※①②とも地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方は受験できません。

【申込書と要項の配布について】 【期間】 8月24日(土)までの午前8時30分～午後5時15分(24日は午後4時30分まで) ※日曜日を除きます。

【場所】 職員課(市役所第一棟5階)及び1階ロビー

【募集受付について】 【期間】 8月22日(木)～24日(土)午前9時～午後4時30分

【場所】 市役所第一棟2階第1会議室

【申込書類】 職員採用資格試験申込書(市指定様式)・履歴書(市指定様式)・卒業証明書または卒業見込証明書・成績証明書

【試験日時・場所】 9月22日(日)午前9時・商工会館3階

【試験方法】 ①筆記試験(一般教養)・作文(課題方式) ②筆記試験(一般教養、専門試験)

【問合せ】 職員課 ☎551・1589

**市役所パートタイマー募集**

【職種・募集人員】 一般事務・若干名  
 【勤務日・時間】 原則として毎週月～金曜日午前9時～午後4時

【賃金】 福生市パートタイマー雇用規程による

【受験資格】 市内在住で簡単なパソコン操作のできる方

【試験方法】 面接(実施日は8月26日(月))

【登録】 合格者は、1年間市役所のパートタイマーとして登録され、必要に応じて(毎月勤務があるとは限りません。)それぞれの職場に勤務していただきます(登録が更新される場合があります)。

【申込み】 ①8月19日(月)～23日(金)の間に、本人が履歴書(写真貼付)を持参のうえ直接、職員課 ☎551・1589へ。

**9月1日(日)は「防災の日」、8月30日(金)～9月5日(木)は「防災週間」です**

【平成25年度東京消防庁防災標語】 「地震時は、しっかりと落ち着き 身の安全」(作者・森川暢明さん、中央区在学)

9月1日の「防災の日」は、今から90年前の大正12年に関東大震災が発生した日です。

この日を中心とする防災週間には全国的に防災に関する行事が開催され、皆さんのご家庭や職場など、ご身近なところでも防災訓練等が行われます(福生市総合防災訓練は10月26日(土)です)。

**【防災週間に際して】**

- 東日本大震災を踏まえ、皆さん一人ひとりがもう一度身の回りで起こる災害について考えましょう。
- 地震時の死亡・負傷の原因となる家具類の転倒・落下・移動防止対策をするなど、平素から災害に対する備えに取り組みましょう。
- 「自らの生命は自らが守る」という「自助」の意識のもと、地震が発生したときに適切な行動が取れるように最善を尽くしてください。

**9月の無料相談**

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	4日(木)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第1相談室	予約制、先着6人(1人30分) ※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
登記相談	5日(木)			
相続遺言等暮らしの相談	10日(火)			
税務相談	26日(木)			
法律相談	6日(金)・11日(水)・18日(水)・25日(水)	午後9時～午後4時30分	市役所1階第1相談室	予約制、先着6人(1人30分) ※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。相談日以外は東京都民の声課 ☎03・5320・7733へ。
交通事故相談	19日(木)			
少年相談	20日(金)			
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前9時～正午 午後1時～4時	市役所1階介護福祉課	介護福祉課介護保険係 ☎551・1764
子ども相談	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15分	子ども家庭支援センター(子ども応援館1階)	子どもと家庭の相談・児童虐待に関すること。 ☎539・2555
消費者相談	毎週月・木曜日	午前10時～正午 午後1時～4時	市役所第二棟2階第2相談室	シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699
心配ごと相談	毎月第二水曜日	午後1時～3時	福祉センター	社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎552・5027
事業資金相談	12日(木)	午後1時30分～3時30分	商工会館1階相談室	商工会 ☎551・2927 ※対象は市内の小規模事業者

【そのほかの相談】 市政・市民相談、国民年金相談、ひとり親家庭相談、健康相談、育児相談(☎551・1511 市役所代表)、心の相談、成年後見制度相談、苦情相談、権利擁護相談(☎552・5027 福祉センター)、教育相談(直通 ☎551・7700)

※予約開始日が土・日・祝日の場合、翌日以降最初の平日からとなります。

**第29回西多摩地区消防大会のお知らせ**

今年5月26日に行われた、第61回福生市消防団ポンプ操法審査会において、第三分団がチーム優勝を果たしました。

同分団は、第29回西多摩

**8月の納税のお知らせ**

8月は市・都民税(第2期)、国民健康保険税(第2期)、介護保険料(第2期)、後期高齢者医療保険料(第2期)の納期です。納期限は9月2日(月)です。お忘れのないようご納付ください。

**福生市まちづくり資金(ふるさと納税)の寄附金(ふるさと納税)**

7月1日から31日までの間に大熊信博様ほか2名の方(匿名)から117万円のご寄附をいただきました。

寄附金は、ご希望等に応じて、有効に活用させていただきます。

(平成25年度累計15件、14万531円)

【問合せ】 契約管財課管財係 ☎551・1535

【市の情報が多摩ケーブルネットワークで見られます】 多摩ケーブルネットワークでデータ放送が始まり、「ふっさ情報メール」の内容や、福祉バス時刻表、ごみ・リサイクルカレンダー等が見られるようになりました。【問合せ】 多摩ケーブルネットワーク(株) ☎0428・32・1351、秘書広報課広報広聴係 ☎551・1529



年金だより

●追納をおすすめします！

国民年金保険料の全額免除および一部納付・若年者納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときに比べ、将来の老齢基礎年金の受給額が少なくなります。

そこで、老齢基礎年金の受給額を増やすために、10年以内であればこれらの期間の保険料をさかのぼって納める（追納する）ことができます。

ただし、免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納すると、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納のお申し込みは市役所1階5番保険年金課保険年金係窓口へ。  
【問合せ】 保険年金課 保険年金係 ☎ 551・1670

ふっさエコビープルを目指そう！

環境について学び、実践を通じて目指せ！ エコビープル！ 目指せ！ エコシティふっさ！

①環境学習講座

初めて環境について学ぶ方に向けた講座です。  
【日時】 9月21日、10月5日・19日、11月2日・16日の土曜日午後1時～4時30分（全5回）

【場所】 市役所第一棟2階第1会議室

毎月1回、「多摩川で遊ぶ」を合言葉に多摩川で自然体験活動をしています。

【対象】 市内在住・在勤・在学の方（高校生以上）  
【定員】 先着20人  
【受講料】 1,000円  
【内容】 「環境学習とは」から始まり、eco検定（環境社会検定試験）合格レベルを目指します。

8月は、多摩川中央公園近くの多摩川で手作りのいかだに乗ったり、泳いだりします。濡れてもよい服装でご参加ください（サンダル、ビーチサンダルは不可）。  
【日時】 8月25日(日)午後1時～4時



【集合場所】 川の志民館  
【対象】 中学3年生まで（ただし、未就学児は保護者同伴）  
【持ち物】 タオル、飲み物、着替え、水着、帽子  
【申込み】 8月21日(水)までに環境課環境係 ☎ 551・1718へ。

【内容】 eco検定対策、過去問題の傾向と演習（12月15日(日)にeco検定が実施される予定です。）  
①②共通  
【講師】 山本忠氏（経営士・環境カウンセラー）  
【主催】 福生スクラム・マイナス50%協議会  
【申込み】 8月20日(火)から11月8日(金)までに、電話で福生スクラム・マイナス50%協議会事務局（環境課）☎ 551・1718へ。

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

福生水辺の楽校「多摩川サポーターズ」参加者募集

多摩川サポーターズは、水辺の楽校をサポートするボランティア活動です。今回は、当日午後の「多摩川で遊ぶ」に使用するいかだを作ります。竹の切り出しから組み立てまでを行います。

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

【日時】 8月25日(日)午前9時30分～正午  
【集合場所】 川の志民館  
【対象】 原則として高校生以上  
【持ち物】 軍手、飲み物、タオル、帽子  
【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

防災情報の配信など、生活に役立つ「ふっさ情報メール」をご利用ください（登録方法はふっさわたしの便利帳、市ホームページ等をご覧ください）

くるみるふっさガイドツアー「福生の水辺を巡る」

玉川上水やほたる公園、清岩院など豊富な水が織りなす福生の見所を巡ります。お昼は美味しい釜めしをご用意します。田村酒造の利き酒も体験できます。

【日時】 9月19日(木)午前11時～午後3時ごろ  
【集合】 午前10時50分JR牛浜駅西口  
【行程】 牛浜駅西口→ほたる公園→鮮菜厨房まきの（昼食）→清岩院→田村酒造（酒蔵見学・試飲）→福生駅西口（解散）

【歩行距離】 約4.2km  
【定員】 先着20人  
【参加費】 2,000円（昼食代、保険代等）  
【申込み】 8月17日(土)から（午前10時～午後6時の間）くるみるふっさ ☎ 530・2341へ電話または直接お申し込みください（月曜日定休）。

【日時】 8月24日(土)・25日(日)午前10時～午後5時  
【場所】 国営昭和記念公園みどりの文化ゾーン

★インターナショナルフェア  
たっけー☆☆がハーレー&ウィンテージカー大パレードに参加予定!!  
【日時】 8月31日(土)、9月1日(日)午前11時～午後7時  
【場所】 国道16号線の商店街

★西武ライオンズ福生市感謝デー  
西武ドームの球場前特設ブースでたっけー☆☆がお出迎え!  
【日時】 9月1日(日)  
【場所】 西武ドーム

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

測定場所	熊川1571番地誘導灯付近		福生市役所屋上	
	飛行回数	前年同月比	飛行回数	前年同月比
飛行回数	737	95	149	-76
昼間（午前7時～午後7時）	605	140	112	-14
夕刻（午後7時～午後10時）	119	-45	37	-61
夜間（午後10時～午前7時）	13	0	0	-1
最高音圧レベル（デシベル）	118	2	88	0
時間帯補正等価騒音レベル（デシベル）	68		47	

平成25年4月1日の環境基準の改正に伴い、時間帯ごとに重みづけをした騒音レベル（時間帯補正等価騒音レベル [Lden]）を併記します。

たっけー☆☆出没情報!?

★多摩フェスティバル  
多摩地域のご当地キャラクターにIPPENに会えるチャンス!! 福生ドッグや地ビールのブースも登場します。

【日時】 8月24日(土)・25日(日)午前10時～午後5時  
【場所】 国営昭和記念公園みどりの文化ゾーン

★インターナショナルフェア  
たっけー☆☆がハーレー&ウィンテージカー大パレードに参加予定!!  
【日時】 8月31日(土)、9月1日(日)午前11時～午後7時  
【場所】 国道16号線の商店街

★西武ライオンズ福生市感謝デー  
西武ドームの球場前特設ブースでたっけー☆☆がお出迎え!  
【日時】 9月1日(日)  
【場所】 西武ドーム

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

【問合せ】 シティセールス 推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

環境マネジメントシステム 平成25年度数値目標

市では、地域全体の環境保全の責任者として率先して環境配慮に取り組むべく、平成20年度から環境マネジメントシステム(LAS-E)を導入し、環境配慮に取り組んでいます。取り組みにあたっては、毎年度目標を設定し、職員一同数値目標の達成に向けて取り組みます。

広報ふっさではエネルギー・資源に関する目標を掲載します。その他の目標等詳しくは、市ホームページをご覧ください。なお、エネルギー・資源に関する実績の進捗状況については四半期毎に報告します。

環境への取り組みは市民・事業者等、皆様のご協力も必要不可欠となります。

【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

項目	数値目標
市有施設におけるエネルギー使用量（電気）	6,692,000kWh
市有施設におけるエネルギー使用量（都市ガス、LPG、A重油、軽油）	589.7kl (原油換算)
自動車利用によるエネルギー使用量（ガソリン・軽油・天然ガス）	36.6kl (原油換算)
市有施設における可燃系廃棄物（重さ）	27,273 kg
市有施設における可燃系廃棄物（40ℓ袋）	2,640 袋
コピー用紙の使用量（A4）	4,841 千枚
市有施設における水道水の使用量	82,160 m³

納税は 納期内で 元気な福生

アメリカがいっぱい!  
**第25回インターナショナルフェア**  
～国道16号がアメリカに変わる特別な2日間!～  
【日時】 8月31日(土)、9月1日(日)午前11時～午後7時30分

～主なイベント～

【8月31日(土)】  
★米国空軍太平洋音楽隊アジア・パンフィックショーケース  
【時間】 午後1時～3時  
【場所】 市民会館大ホール（もくせいホール）  
★ホットドッグ早食い大会  
【時間】 午後1時30分～2時30分  
【場所】 ベルハンドクラブ駐車場

【9月1日(日)】  
★ハーレー&ウィンテージカー大パレード!  
【時間】 午前11時～午後1時  
【場所】 第五ゲート前スタート  
★山北由香 バルーンアート!  
【時間】 午前11時～  
【場所】 ベルハンドクラブ駐車場  
★アームレスリング!  
【時間】 午後1時～  
【場所】 ベーグルショップ「フープ」特設ステージ

両日はこの他にも、音楽ライブや飲食ブースが盛りだくさん。横田基地沿いの商店街ではスタンプラリーを実施します。  
【問合せ】 商工会 ☎ 551・2927





東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ

満70歳以上の都民の方で、有効期間が9月30日までの「東京都シルバーパス」をお持ちの方は、次のとおり更新手続きをしてください。

【日時】9月2日(月)～6日(金)・24日(火)～27日(金)午前10時～午後3時

【場所】市役所1階(郵便局側入口付近)

【持ち物】シルバーパス更新申込書(東京バス協会から自宅に郵送されます)、本人確認書類(保険証または運転免許証)、現在使っているシルバーパス、更新に必要な費用(表①のとおり)

1,000円でパスの発行を受ける方は、非課税であることを確認できる書類(確認書類は東京バス協会から郵送される更新申込書と同封の案内に記載されています。)の提示が必要です。

※平成25年度経過措置として、平成25年度市民税が課税であっても平成24年の合計所得金額が125万円以下である方は1,000円でパスの発行が受けられます。

【市では、個人住宅の耐震化を支援しています】

詳細は市ホームページをご覧ください。お問い合わせ先 551・1952

Table with 2 columns: Resource collection info (ごみ減ったよ!, 資源の割合が1%増えたよ!) and Resource recovery volume by group (25年6月 122t, 24年6月 150t).

Table with 2 columns: Implementation organization (実施団体) and Implementation date (実施日). Lists various community groups and their scheduled dates for resource recovery.

更新申込書を郵送するため、更新申込書があれば所得確認書類は必要ありません。

【問合せ】東京バス協会 シルバーパス専用電話 ☎03・5308・6950 ※月～金曜日(祝日を除く)の午前9時～午後5時

Table ①: Fee schedule for Silver Pass renewal. Columns: Target (対象者), Fee (費用). Shows 1,000 yen for non-taxpayers and 20,510 yen for taxpayers.

福生市を「雨に強いまち、冠水の無いまち」に!

市では冠水箇所の対策を常に検討しています。降雨時にご自宅付近等で冠水の多い箇所、大きな水たまりができてしまう箇所がありましたら、施設課下水道グループまでご連絡ください。

【問合せ】施設課下水道グループ ☎551・1968
ごみ・資源に関するポスター・標語を募集します
ごみの散乱防止と3R(リデュース・リユース・リサイクル)再生利用を進める作品を募集します。

【募集区分】①小学1～3年生の部②小学4～6年生の部③中学生の部④高校生の部
【規格】①Aポスターの部門(38・0cm×54・0cm)またはB3版(36・4cm×51・5cm)
【画材】クレヨン、水彩絵の具等。写真等の材料の貼付不可

輝き市民サポートセンターイベント
市民活動のひろば
～輝き hands to hands 2013～
登録団体の活動を、展示や発表など、さまざまな形で紹介します。

Table with 3 columns: Date (日時), Time (団体・内容), and Event details. Lists various activities like 'Smiling Yoga' and 'Family Ethics'.

Table with 3 columns: Organization name (団体名), Display type (展示), and Comments (団体からのコメント). Lists participating groups and their exhibition details.

【平成26年4月から、ごみの収集体制が変わります】福生市では、戸別収集の開始から10年が経過し、さらなるごみ減量と資源化率の向上、市の現状に見合った、収集体制の変更を実施します。



**敬老記念品の商品券の有効期限をい確認ください**

平成 19 年 11 月 1 日以降に福生商品券協同組合で発行している「福生市共通商品券」の有効期限は、発行日より 3 年間となっております。敬老記念品として配付したお手元の商品券をご確認いただき、期限内にご利用ください。

【問合せ】介護福祉課高齡福祉係 ☎ 551・1751

**健康づくり推進員コーナー**

6 月 30 日、私たち健康づくり推進員が作成した「福生健康ウォーキングMAP」のコースから、福祉センターを起点とする全長 5 km のせせらぎコースを、市民の方と一緒に総勢 35 人で歩きました。

さわやかな日差しにもかかわらずし寄り道をして、福生市内の文化財である伝地頭井戸等を、文化財ガイドボランティアの方に解説してもらいながら、ゆっくり 2 時間ほどかけて歩きました。

また、市内の公園に設置された健康遊具についても、推進員による解説を行いました。

いました。

5 km のコースも、のんびりとおしゃべりしながら歩く、とても良い気分転換になりました。

次回は 10 月 12 日(土)に、別のコースを計画しています。コースによって見所も異なりますので、日ごろ歩き慣れない方でも、ぜひ一緒に歩いてみませんか？

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

**高次脳機能障害者の相談支援を行っています**

高次脳機能障害は脳卒中や交通事故などで脳の一部が傷つき、思考・記憶・行為言語・注意などの脳機能に障害が起きた状態をいいます。

周りの人に障害を持っていて、それが理解されず生活に支障をきたしている場合もあります。

ご家族だけで抱え込まずご相談ください。

【相談時間】月～金曜日午前 9 時～正午、午後 1 時～4 時(祝・祭日、年末年始は除く)

【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

**心身障害者医療受給者証(マル障受給者証)が切り替わります**

今回対象となる方には、9 月 1 日までに新しい受給者証を送付します。

平成 25 年 8 月 31 日までの有効の古い受給者証は、9 月 1 日以降に市役所 1 階 10-1 番障害福祉課の窓口へ直接、または郵送(〒197-8501 福生市本町 5 番地 障害福祉課)でご返却いただくか、ご自身の責任で破棄してください。

【対象】身体障害者手帳 1 級・2 級(内部障害者は 3 級まで)及び愛の手帳 1 度・2 度の方で、総所得金額から各種控除を差引いた額が所得制限基準額(左表)以内の方。ただし、65 歳以上で新たに障害者(重度障害)になった方は対象になりません。

扶養親族等の数	所得制限基準額
0 人	3,604,000 円
1 人	3,984,000 円
2 人	4,364,000 円
3 人	4,744,000 円
4 人	5,124,000 円

※対象者が 20 歳未満の場合には扶養義務者等の所得、20 歳以上の場合は本人所得

【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

**「リハビリ相談会」**

高齢者への予防体操の指導、身体に障害をお持ちの方やその家族、介護職員として働いている方等、リハビリ全般について理学療法士が個別に相談をお受けします。どうぞお気軽にご相談ください。

【日時】9 月 7 日(土)午後 1 時 30 分～3 時 30 分

【場所】福祉センター 2 階 理学療法室

※申込みは不要です。直接会場へお越しください。

【主催】(社)東京都理学療法士会成人福祉部、社会福祉協議会

**②「成年後見制度相談」**

成年後見制度を利用したいが、どうしたらよいかわからないときなどに、司法書士が相談に応じます。

【日時】9 月 12 日(木)午後 2 時～4 時

【場所】福祉センター相談室

【対象】高齢者・障害者やその家族など

【定員】先着 3 人(予約制)

※相談内容は秘密厳守

【申込み】8 月 19 日(月)から(日曜日を除く)午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に(社会福祉協議会・成年後見センター)福生 ☎ 552・5027 へ。

【場所】福祉センター

【対象】ボランティア・市民活動に関心のある市内在住・在勤・在学の方

【定員】先着 15 人

【申込み】8 月 19 日(月)から(日曜日を除く)午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に(社会福祉協議会)電話または社会福祉協議会へ直接お申し込みください。

【問合せ】ふっさボランティア・市民活動センター ☎ 552・2122

**児童館で遊ぼう！(8月その2)**

- 〈田〉 田園児童館 ☎ 552・3133
- 〈武〉 武蔵野台児童館 ☎ 553・8822
- 〈熊〉 熊川児童館 ☎ 539・1515

**乳幼児と保護者を対象とした、子育て支援事業です。**

〈田〉 親子であそぼう「水あそびをしよう」20 日(火)午前 10 時 30 分～11 時 30 分【対象】1 歳 6 か月以上の幼児と保護者【持ち物】水着または水あそび用のオムツ、着替え、タオル ※雨天時は室内の活動です。

〈武〉 とことこひろば 27 日(火)午前 10 時 30 分～正午【対象】1 歳児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。体操や手遊びもあります。時間内で自由に遊びに来てください。

〈田〉 よちよちすくすくひろば「スカーフであそぼう」27 日(火)午前 10 時 30 分～正午【対象】0、1 歳児と保護者

〈武〉 のびのびひろば 9 月 2 日(月)午前 10 時 30 分～正午【対象】0、1 歳児と保護者 ※お母さん同士の交流の場です。体操や手遊びもあります。時間内で自由に遊びに来てください。

〈熊〉 くまがわ幼児の夏祭り 29 日(木)午前 10 時 30 分～正午【対象】幼児と保護者【持ち物】着替え、水筒、タオル ※お車での来館はご遠慮ください。

◆このほかにも児童館ではたくさんの事業を行っています。小学生対象事業は児童館だよりに掲載していますので、ぜひご覧ください。

**☆定期利用保育事業☆**

～就労や出産予定等で一定期間保育を必要とする方へ～

**◆定期利用保育とは**

保護者(65 歳未満の同居親族を含む)が就労などの理由により家庭で保育できない場合、お子さんを一定期間お預かりするサービスです。

【対象】市内在住の満 1 歳から小学校入学前までのお子さん

【実施場所】すみれ保育園

【保育時間】月～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前 8 時～午後 5 時までのうち 8 時間以内

【保育料】1 日 2,200 円

半日 1,100 円(4 時間未満) ※1 か月単位での先払いとなります。

【定員】8 人

【必要書類】

- ・申込書
- ・健康調査票
- ・勤務証明書等

※必要書類はすみれ保育園で配布しています。また市ホームページからダウンロードもできます。

【申込み】必要書類をそろえて、すみれ保育園 ☎ 513・3410 へ直接お申し込みください。

【問合せ】子ども育成課保育係 ☎ 551・1780

「近所で手を取り合って助け合い」町会・自治会に加入しましょう



道徳授業地区公開講座

道徳授業地区公開講座では、子どもたちの心の教育や家庭・学校・地域における道徳教育のあり方・連携への理解を深めるために、授業公開と意見交換を行います。

高校・大学等入学資金融資をあっ旋します

市では、来年 4 月に高校・大学等に入学を希望するお子さんがいる保護者のための経済的負担を軽減するため、入学時に一括して納入する入学資金等について、特定金融機関に対して融資をあっ旋し、貸し付けが決定された方に対しては、融資を受ける際に生じる保証料と融資に伴う利子について、市が保護者に代わり負担します。

【申込書の受付】9月2日(月)～平成26年2月28日(金) ※日・祝日・年末年始の休業日(12月30日～1月3日)は除きます。 ※融資の審査等に時間がかかりますので、合格発表のおよそ1か月前までにお申し込みください。

【融資限度額】120万円 【返済期間】3か月の据え置き期間を含めて48か月 ※融資に伴う利子は市が負担します。

【資格・要件】

①申し込み時に市内に引き続き1年以上住所を有すること ②平成24年中の所得額が750万円以下であること ③市税を滞納していないこと ④金融機関の融資条件に合い、指定する保証会社の保証が受けられること ⑤この入学資金以外に同種の融資を受けていないこと

【申込書の配布場所】市役所(第二棟2階教育委員会庶務課庶務係・第一棟1階情報スペース)・中央図書館・わかざり図書館・わかたけ図書館・武蔵野台図書館 ※市ホームページからもダウンロードできます。

【問合せ】教育委員会事務局庶務課庶務係 ☎ 551・1930

市民のひろば

<催し物>

▼第30回福生カニ坂ロックフェスティバル

今年も約30バンドが熱演! ダンスパフォーマンス等もあります。 【日時】8月24日(土)午前11時40分～午後9時、25日(日)午前11時～午後9時 【場所】福生かに坂公園

【問合せ】福生カニ坂ロックフェスティバル実行委員会・回帰線 ☎ 090・5346・9763

▼太極拳無料体験教室

ゆっくりした動作で、筋肉や内臓を整えます。身体も心もリフレッシュしましょう。 【日時】9月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)各日とも午前10時～11時30分 【場所】かえで会館2階(加美平1-20-6) ※運動着、室内用運動靴を持参してください。

【問合せ】楊名時太極拳福生同好会「かえで」・狩野 ☎ 551・1763

<会員募集>

▼日本ボーイスカウト福生第1団・2団ビーバー隊新入隊員・指導者募集

【募集人員】[福生第1団](活動区域:一小、四小、六小、七小)10人 [福生第2団](活動区域:二小、三小、五小)10人

【対象】市内在住の平成26年4月小学校入学及び現在小学1年生以上の男子・女子 ※入団説明会8月25日(日)。時間・場所は下記にお問い合わせください。

【問合せ】[福生第一団] 佐藤 ☎ 552・7530、[福生第二団] 菅野 ☎ 552・0288

▼和 nagomi

子育て支援、老人支援、スポーツ、アウトドアなどのサークルを運営し、参加者の精神的・肉体的な健康を促します。

【活動日時】第二・四木曜日午前10時～正午(第1回目:8月29日(水))

【場所】公民館和室

【費用】月会費2,000円、参加費1,000円

【問合せ】小澤 ☎ 090・2740・2074

※個人情報が含まれるため、広報ふっさPDF版からは一部除いてあります。

水の中のいきもの博物館～多摩川の魚から大海の鯨まで～

多摩・島しょ広域連携活動助成金事業・子ども体験塾

体長12mのニタリクジラの骨格標本の展示や、リアルな動物達がスクリーン上で動き出す「ライトアニマル」で、感じる・学べる体験ができます。

【日時】8月20日(火)～25日(日)

【場所】羽村市生涯学習センター「ゆとろぎ」

【展示】●鯨の骨格標本等の展示

●魚の歯を学ぶ企画展「歯歯歯展」

●多摩川中流域の淡水魚等の展示

●魚のほんとの大きさ写真展

●WWFパネル展

<映像上映>

【日時】8月21日(水)～25日(日)①午前11時～②2時30分～

●本気で海の環境を考える短編アニメ「嫌われ者のラス」(原作・監督 YORIYASU)

●プロジェクターによるクジラの映像上映「ライトアニマル」

【問合せ】生涯学習推進課生涯学習推進係 ☎ 551・1950



ライトアニマル(イメージ)

市民パソコン体験講習会 開催のご案内

パソコンに関心をお持ちの方、パソコンを始めたいと思っている方の参加を募集しています。

【場所】さくら会館1階シルバー人材センター内

【対象】おおむね20歳以上で、2日間のコースを通して参加できる方

【定員】下記の各コース8人(合計32人)

【申込み】「往復はがき」で8月26日(月)(必着)までにお申し込みください。

【往信・表】〒197-0024 福生市牛浜163(さくら会館内)シルバー人材センター

【往信・裏】住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望の講習番号(第2希望まで)

【返信・表】ご自分の郵便番号、住所、氏名

※定員を超えた場合は抽選となります。結果は8月28日(水)までに通知します。応募者多数の場合、1人1講習とさせていただきます。また、一度受講された方はご遠慮いただくことがあります。

【問合せ】シルバー人材センター ☎ 553・3261 ※午前、午後とも講習内容は同じです。

Table with 4 columns: Course, Seminar Number, Date, Content. Rows include '文章作成コース' (1001, 1002) and 'インターネット・メールコース' (1003, 1004).

図書館おはなし会

●中央図書館おはなし会

【日時】9月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)各日とも午後3時～

【場所】中央図書館

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

●中央図書館おはなし会「おはなしのポケット」

【日時】9月7日(土)午後3時～

【場所】中央図書館

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

【出演】ポケット☆ポケット

●中央図書館乳幼児向けおはなし会「おはなしであそぼ！」

【日時】9月3日(火)午前11時～

【場所】中央図書館

【対象】乳幼児(1、2か月の赤ちゃんもどうぞご参加ください!) ※直接どうぞ

【出演】おはなしのもり

●わかざり図書館おはなし会

【日時】9月19日(水)午後3時30分～

【場所】わかざり図書館2階

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

●わかざり図書館乳幼児のおはなし会

【日時】9月18日(水)午前11時～11時30分

【場所】わかざり図書館2階

【対象】10か月～2歳半前後 ※直接どうぞ

●わかたけ図書館おはなし会

【日時】9月11日(水)・25日(水)午後3時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】幼児～小学生 ※直接どうぞ

●わかたけ図書館幼児向けおはなし会

【日時】9月19日(水)午前11時～

【場所】わかたけ図書館2階

【対象】2歳前後～ ※直接どうぞ

●武蔵野台図書館乳幼児向けおはなし会

【日時】9月18日(水)午前11時～

【場所】武蔵野台児童館ゆうぎ室

【対象】乳幼児と保護者 ※直接どうぞ ※武蔵野台児童館との共催です。

【問合せ】各図書館へ

中央図書館 ☎ 553・3111

わかざり図書館 ☎ 552・7421

わかたけ図書館 ☎ 551・0083

武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

『秋季弓道(和弓)教室』開催のお知らせ

【日時】①コース(毎週木曜日)9月5日～全8回午前10時開始(約1時間半) ②コース(毎週土曜日)9月7日～全8回午後2時開始(約1時間半) ①または②の都合の良いコース、どちらかをお選びください。

【場所】中央体育館弓道場

【費用】2,000円(用具代等)

【申込み】弓道連盟椎名 ☎ 551・6185 または池田 ☎ 090・2552・4798 へ。

※当連盟ホームページ http://www2.ocn.ne.jp/~ksikeda でも案内しています。

**市民総合体育大会に向けて  
の飛び込み練習について**

市営プールでは、9月8日(日)に開催する「市民総合体育大会水泳大会」に出場する方を対象に、飛び込み練習を許可します。

【日時】 8月19日(月)～30日(金)の平日午後4時～5時50分

【場所】 50mプール専用コース

【対象】 同大会に出場予定で、飛び込み経験があり、指定の同意書に署名した方

※同意書は中央体育館、市営プール受付にあります。

【問合せ】 スポーツ推進課 ☎ 552・5511

ス橋緑地  
【参加費】 大人1,000円、中高生・75歳以上500円(小学生以下は無料)  
※当日申込みは各500円増となります。また、システム利用料が別途必要です。  
【事前申込み期間】 10月11日(金)まで(必着)

**熊川地域体育館**

**①ジュニアヒップホップ**

放課後みんなで練習して、カッコ良く踊れるようになろう!

【日時】 9月3日・10日・17日・24日の火曜日午後5時30分～6時30分

【定員】 各回先着25人(午後5時から受付開始)

【参加費】 1回300円

**②小学生クライミング教室**

クライミングの上手な登り方を教わったり、楽しくゲームもするよ!

【日時】 9月4日(水)午後3時30分～4時30分

【定員】 先着15人

【参加費】 70円

【持ち物】 動きやすい服装、室内履き、水分補給用飲料、タオル等

【申込み】 当日参加制です。直接体育館にお越しください。  
【問合せ】 熊川地域体育館 ☎ 552・1980 (地域体育館 共通ホームページ) <http://www.tama-spo.com/fussa>

- ゴール会場のガス橋緑地には、たっけー☆☆をはじめ流域のご当地キャラが登場し、観光PRを行います。
- 【日程】 10月26日(土)
- ＜コース(スタート地点)＞
- 【48kmコース】 羽村市・羽村取水堰「玉川兄弟像」前
  - 【31kmコース】 立川市・多摩川緑地
  - 【17kmコース】 調布市・多摩川児童公園
  - 【8kmコース】 世田谷区・兵庫島公園
  - 【4kmコース】 大田区・ガ

**▼福生地域体育館事業【問合せ】 福生地域体育館 ☎ 530・8811**

事業名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
①かんたんエクササイズ	中・高年者	水	午後1時30分～3時	9月4日～12月18日	16	40人	参加毎150円 ※期間の初日のみ無料
②ジュニアスポーツ	小学4～6年生		午後3時30分～4時30分			25人	参加毎70円 ※各教室、期間の初日のみ無料
③ジュニア体操	小学1～3年生	土	午後1時15分～2時15分	9月7日～12月21日	15	30人	
④幼児体操(年中児)	年中児		午後2時20分～3時20分				
⑤幼児体操(年長児)	年長児						

※事前申込みは不要です。時間前に受付にお越しください。先着順での参加になりますので、定員になり次第参加ができなくなりますので予めご了承ください。休館日、祝日は回数には含まれていません。

**▼熊川地域体育館事業【問合せ】 熊川地域体育館 ☎ 552・1980**

事業名	対象	曜日	時間	期間	回数	定員	参加費
①火曜卓球倶楽部	一般の方	火	午前10時～11時30分	9月3日～12月24日	16	20人	参加毎150円 ③は親150円、子ども70円 ※各教室、期間の初日のみ無料
②中高年スポーツ	中・高年者		午後2時～3時30分			30人	
③すくすく親子体操	2、3歳児と親	水	午前10時～11時	9月11日～12月25日	16	15組	
④高齢者筋トレ体操	高齢者		午後1時～2時			15人	
⑤かんたんエアロ	中・高年者	木	午前10時～11時30分	9月5日～12月19日	12	40人	
⑥ほのぼの体操	高齢者		午後1時～2時			15人	
⑦スペシャルエクササイズ	一般の方	金	午後7時30分～9時	9月12日～12月19日	12	20人	参加毎70円 ※各教室、期間の初日のみ無料
⑧コンビネーションステップエアロ			午前10時～11時30分	9月6日～12月20日	16		
⑨かるやかステップエアロ	小学1～3年生	水	午後1時30分～3時	9月6日～12月27日	17		
⑩小学生体操			午後3時30分～4時30分	9月11日～12月25日	16		
⑪幼児体操1	年中児	土	午前9時45分～10時45分	9月7日～12月21日	15	20人	
⑫幼児体操2	年長児		午前11時～正午				

※事前申込みは不要です。時間前に受付にお越しください。先着順での参加になりますので、定員になり次第参加ができなくなりますので予めご了承ください。休館日、祝日は回数には含まれていません。

**▼中央体育館事業【問合せ】 中央体育館 ☎ 552・5511**

事業名	対象	曜日	時間	期間	内容	定員	参加費	申込み方法
①モーニングエアロ(全10回)	18歳以上	火	午前10時～11時30分	10月1日～12月17日(10月15日、11月5日は休み)	初・中級のエアロビクスと筋力トレーニングを行います。	30人(抽選)	初回1,000円と参加毎利用券150円	8月31日(土)までに電子申請・往復はがきで申込み(②以外は中央体育館窓口でも受け付けます。)
②火曜ヨガ(全10回)			正午～午後1時		ストレス解消・自然治癒力の向上を目指します。	40人(抽選)	初回2,000円と参加毎利用券150円	
③シニア健康体操(全10回)	50歳以上	水	午後1時30～2時30分	10月2日～12月18日	リズム運動とやさしい筋力トレーニングで体を動かします。	30人(抽選)	初回1,000円と参加毎利用券150円	
④火曜健康ストレッチ(全10回)			午後2時40分～3時40分		立位・座位のストレッチとやさしい筋力トレーニングを行います。	25人(抽選)	初回1,200円と参加毎利用券150円	
⑤ナイトストレッチ(全10回)	18歳以上	土	午後7時30分～8時30分	9月7日・14日・21日	ストレッチポール・ピラティスボール等を使って体をほぐします。疲れている方におすすめ!!	30人(抽選)	初回1,200円と参加毎利用券150円	
⑥リラックスストレッチ(全12回)			午後2時～3時		基本的なステップでリズムに慣れましょう。	40人(抽選)	初回2,400円と参加毎利用券150円	
⑦水曜初心者エアロ(全12回)	18歳以上	土	午後6時30分～7時30分	9月7日・14日・21日	基本から変形まで、できるポーズを選びながら行うクラスです。	20人(抽選)	参加毎100円と利用券150円	
⑧ナイトヨガ(全12回)			午後8時～9時		ストレッチポールで「体のゆがみ」を改善していきます。肩こりにお悩みの方におススメ!!			
⑨ストレッチポール体験教室(全3回)	18歳以上	土	午後3時～3時30分	9月7日・14日・21日	ストレッチポールで「体のゆがみ」を改善していきます。肩こりにお悩みの方におススメ!!	20人(抽選)	参加毎100円と利用券150円	

【持ち物】 運動できる服装・室内用運動靴・タオル・水分補給できる物をお持ちください(②・④・⑤・⑥・⑧・⑨は運動靴不要)。  
【申込み】 電子申請、往復はがきの場合は、教室名・氏名・生年月日・住所・電話番号を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館スポーツ推進課へ。往復はがきの場合は返信用宛名を記入してください。  
★中央体育館の教室は、途中参加・体験が可能なものもあります。気になる教室がありましたら、お気軽にお問い合わせください。



# 保健ガイド

【問合せ】保健センター  
☎552-0061

市役所は一部の部署で毎週土曜日開庁しています。

（午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く）毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。

## ◆健康相談

た方

①【日時】9月5日(木)・19日(木)午前9時30分～11時  
【場所】市役所1階ロビー  
【相談員】保健師・栄養士  
②【日時】9月9日(月)午後1時30分～3時30分  
【場所】福生地域体育館  
【相談員】保健師・栄養士  
◆ヘルスチェック  
生活習慣病のリスクがどれ位なのかを簡易測定してみませんか！測定結果に基づき食事、運動、生活についての助言、相談を保健師・栄養士が行います。

◆めざせ！体内革命プロジェクト

運動習慣がない方、何をやってもなかなか続かないという方に参加していただきたいプロジェクトです。健康な体を作りましょう！  
【日時】9月26日(木)午後1時30分～3時  
【場所】保健センター  
【対象】20歳以上の方  
【定員】先着35人(平成25年7月・8月に受けなかつた方)  
【内容】血管年齢、脳年齢、骨密度、咬合力(咀嚼力)、体組成(体内年齢、筋肉量、体脂肪)、足指力(下肢筋力低下によるリスク)  
【申込み】8月19日(月)から電話で保健センターへ。  
【日時】9月20日(金)  
【場所】子ども応援館  
【対象】子どもも応援館  
【日時】9月18日(水)午前9時30分～10時30分  
【場所】保健センター  
【対象】4か月児からの乳幼児  
【内容】身体計測、育児相談  
【相談員】保健師・助産師・栄養士

## 9月の休日診療

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
1日(日)	福生市休日診療所 福生 2125-3 ☎552・0099	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅1-174-1 (青梅市健康センター内) ☎0428・23・2191
8日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
15日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
16日(祝)	福生市休日診療所	新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2 ☎557・0018	東青梅休日歯科診療所
22日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
23日(祝)	福生市休日診療所	菜の花クリニック 瑞穂町殿ヶ谷454 ☎557・7995	東青梅休日歯科診療所
29日(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	東青梅休日歯科診療所

※医療機関が変更になる場合もあります。受診の際は保険証をご持参ください。

## 9月の乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	17日(火)	平成25年5月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成25年3月生まれ ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際、受診票を交付しますので、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9・10か月期	平成24年12月生まれ ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	24日(火)	平成24年2月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	3日(火)	平成22年8月生まれ	
備考	◆各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。 ◆6・9か月児健診は受診票も必要です。		

## 9月の予防接種(BCG)

期日	種別	備考
11日(水)	BCG	標準的接種期間対象者：5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です) 【受付時間】午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します。) 【場所】保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください。

○妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターです。  
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口課へ出しましょう。

## 薬剤師会だより

### 薬の落とし穴

毎日暑いが続いていますね。四季がある日本は、厳寒の冬には北海道などでマイナス20℃以下になり、猛暑の夏には場合によっては40℃を超えることもあります。実に60℃を超える温度差があるわけです。

お薬の保管にも気をつけなければなりません。坐剤など、保冷が必要なものもありますし、湿気に弱い薬もあります。保管の仕方によってはその効果が減弱してしまうものもあります。

また、時には薬を服用し忘れて、知らず知らず使用期限が過ぎた薬を服用することもあるようです。さらに、効果がないと、倍量を服用する方もいたり、逆に症状が改善したと、途中で服用を中止したりする方もいます。坐剤を誤って経口で服用したおばあちゃんがいる、食間の薬を、食事中に服用したりというような、笑い話にもならないような事も多々あるようです。

私たち薬剤師が当然理解しているはずと思っていることが、意外に盲点になっていることが少なくありません。効能・効果、用法・用量の説明をするだけでなく、正しく服用していただくよう一歩踏み込んで、患者さん個々の状況を把握していく必要があるようです。何気ない日常会話の中に、ヒントが隠されている場合もあります。患者さんのプライバシーに配慮しながら、それとなく体調や検査値の結果や薬の服用状況や、薬についての問題点や満足度などを聞き出す場合もあります。忙しく一刻も早く立ち去りたい方もいらっしゃいます。患者さんそれぞれによって方法が変わりますのでなかなか難しい事ではありますが、意識的に活動することにより、患者さんの正しい「セルフメディケーション」に貢献できるのではないかと思います。

【文責】千葉薬剤師

【問合せ】保健センター ☎552・0061

## 胃・肺がん検診(10月)

※原則としてセットでお申し込みください。

【日時】10月17日(木)午前9時～正午  
【場所】保健センター

【対象】市内に住所を有する35歳以上の方(平成25年4月1日現在)

【定員】80人(定員を超えた場合は抽選)

※市で実施している胃・肺がん検診を受診したことがない方優先

【申込み】往復はがきで8月30日(金)(当日消印有効)までにお申し込みください。

- ◆次のような方は受診できません。
- ・1年以内に胃・肺を手術した方
- ・現在、胃・肺または十二指腸を治療中または経過観察中の方
- ・胃・肺の検査、受診後一年を経過しない方
- ・妊娠中の方
- ・その他病気を治療中の方

◆次のような方は申込み前に保健センターへ連絡してください。

- ・1年以内に手術(胃・肺に限らず)をした方

※当日の問診結果によっては検診が受診できない場合があります。

【検診方法】検診車による集団検診。バリウム投与・胃間接撮影。胸部X線直接撮影。たんの検査(必要な方のみ)

※検査の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。(受診結果によっては保健センターから連絡がいく場合があります。)

【往復はがきの書き方】

〈往信・表〉〒197-0011 福生市福生2125番地3 福生市保健センター

〈往信・裏〉①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥10月胃・肺がん検診希望

〈返信・表〉ご自分の住所・氏名を記入してください。

〈返信・裏〉何も記入しないでください。

※往復はがき1枚につき1人の申込みです。

※往復はがきの記載内容に不備があると受診できません。

【問合せ】保健センター ☎552・0061



※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込めます。また費用の記載のないものは無料です。