



広報



FUSSA



平成23年(2011年)

10月15日 No. 841

発行/福生市 編集/企画財政部秘書広報課
〒197-8501 福生市本町5
☎042-551-1511 (市役所代表)
毎月1日・15日発行

人口と世帯数(平成23年10月1日現在)

区分	住民基本台帳	外国人登録	合計
人口			
男	28,839	1,155	29,994
女	28,394	1,305	29,699
計	57,233	2,460	59,693
世帯数	27,708	1,303	29,011

ホームページ <http://www.city.fussa.tokyo.jp/>

今号の主な記事

2面 駅前放置自転車クリーンキャンペーン 3面 農地ふれあいウォーク 4面 福生ふれあいフェスティバル
5面 10月から「子ども手当」がかわりました 6面 第21回西多摩地域広域行政圏体育大会開催 8面 保健ガイド

平成24年4月 保育園入園申込みが始まります

対象以下の①②の両方を満たしている場合に申込みができます

- ①福生市に住民登録等がある
- ②保護者が仕事や病気などの理由により、家庭で乳幼児を保育できない

新規入園希望の方への申込書の配布

11月1日(火)から市役所1階8番子ども育成課、及び市内認可保育園で配布。市ホームページからダウンロードもできます。

受付期間

①市内保育園を希望の方

【1次募集】12月9日(金)～12月24日(土) →1次選考の対象となります

【2次募集】12月26日(月)～平成24年1月14日(土) →2次選考の対象となります

受付時間 午前8時30分～午後5時15分、水曜は午後8時まで(土曜日の正午～午後1時、および日曜・祝日、12月29日～1月3日を除く)

※1次募集でお申し込みいただいた方から選考を行ない、2次選考は受入れ可能な枠が生じた場合のみ実施します。

◆1次募集後に出生したお子さんについて

1次募集終了後から平成24年2月4日(土)までに出生した方で、出生の届出を済ませた方は、2月10日(金)までに申し込みれば、1次募集として取り扱います。

※申込み数が受入可能数を越えた場合、入園できないことがあります。

②市外保育園を希望される方

転出予定があるなど、福生市外の保育園を希望の方は、区市町村ごとに募集状況や申込みの締切日、必要書類等が異なりますので、希望する保育園のある区市町村の担当部署へ事前にご確認ください。福生市で受付後、他区市町村へ申込み書類を郵送しますので、締切日に間に合うよう早めにお申し込みください。

受付場所

①②どちらも子ども育成課保育係へ。

現在通園中の方へ

保育園を通じて「状況調査書」を配布。書類は保育園で預かりますので送迎時に提出してください。

必要書類

1. 保育園入園申込書・納付誓約書(新規入園希望の方)、状況調査書(現在通園中の方)

2. 家庭で保育できないことがわかるもの→勤務証明書、診断書等

※父母、同一建物内居住の親族(65歳未満の場合)についてそれぞれ提出が必要です。

3. 平成23年分の収入のわかるもの→源泉徴収票(年末調整済のもの)のコピー、確定申告書の控のコピー、市・都民税申告書の控のコピーなど。また、23年分所得税非課税の方で平成23年1月1日現在福生市に居住していない方は、居住地の区市町村で発行する23年度住民税(非)課税証明書も必要です。

※3の書類を申込み時に添付できない場合、源泉徴収票は平成24年1月28日(土)まで、各申告書の控は3月15日(木)までに提出してください。

決定通知

2月末日までに結果を通知します。(新規入園希望の方で、1次、2次募集期間内に申し込みされた方が対象です。)

※認可外保育施設をご希望の場合には、直接各施設へお問い合わせ、お申し込みください。また5月以降の入園希望の方はお問い合わせください。

問合せ 子ども育成課保育係 ☎551・1780

市の保育サービスをご利用ください

①認可外保育所

都独自の基準を満たす認証保育所、国の基準を満たす認定こども園があります。詳しくは、各保育所へお問い合わせください。

対象 0歳～5歳

■牛浜こども園(牛浜121-4) ☎552・1693

■ちゅいれっく福生駅前保育園(東町4-8) ☎551・8823(対象は2歳まで)

■ありんこ保育園(加美平1-17-7) ☎551・2032

②認可外保育所の利用者への補助

認可外保育所(都からの補助を受けている施設に限る)の保育料と認可保育園の保育料との差額を補助する制度です。

補助額 前年の所得から算出された保育料と、現在、認可外保育所に払っている保育料(上限38,000円)との差額。

問合せ 子ども育成課保育係 ☎551・1780

③休日保育

対象 保護者の仕事などで、家庭で保育することが困難な方(市内居住の方)

保育日時 日曜・祝日(年末年始除く) 午前7時30分～午後6時30分

場所 福生保育園(福生1058-11)

受入年齢 出生後2か月以上の乳幼児

保育料 乳幼児1人につき1日2,500円(昼食は各自で用意する)

問合せ 福生保育園 ☎551・0152

④病後児保育

病気の回復期にあり、「まだ集団生活に戻るには心配、あと何日かどこかで見てほしい」、そんなお子さんをお預かりします。

対象 保育施設(認証保育所、認定こども園、無認可保育所を含む)に通所している生後6か月以上の乳幼児(市内居住の方)

保育日時 月～金曜日 午前8時～午後5時

場所 福生保育園病後児保育室(福生1058-11) ☎530・2072

保育料 1日2,500円、1時間400円(6時間以上の場合は1日料金) ※申込み時にお支払いください(食事代・おやつ代350円)

問合せ 福生保育園病後児保育室 ☎530・2072へお問い合わせください。

⑤一時保育

対象 保護者の病気や心身のリフレッシュなどで、一時的に家庭で保育することが困難な方(市内居住の方)

日数 週3日以内

時間 午前7時15分～午後6時15分までの間の8時間以内

場所 市内認可保育園

受入年齢 就学前乳幼児

※0歳は園によって受入可能月例が異なります。

保育料 乳幼児1人につき1日2,500円

問合せ 各保育園にお問い合わせください。

福生市のホームページアドレスは <http://www.city.fussa.tokyo.jp/> です

納税は 納期内で 元気な福生

「声の市議会だより」をお届けしています

市では、市民ボランティア団体「福生いとでんわ」と協働で視覚障害者（1・2級）の方に「声の市議会だより」（デジジー方式のCD版）をお届けしています。ぜひご利用ください。

※デジジー(DAISY)とはデジタル録音図書の国際標準で、聴きたいところをページや見出しですぐに検索できるなど、情報検索性に優れています。

専用の再生機が必要ですが、利用対象者は日常生活用具として給付を受けられます(利用者一割負担)。

問合せ 議事事務局庶務係 ☎551・1523

10月の納税のお知らせ

10月は市・都民税(第3期)、国民健康保険税(第4期)、介護保険料(第4期)、後期高齢者医療保険料(第4期)の納期です。10月31日(月)までに納めてください。

口座振替は10月31日(月)の予定です。残高不足にご注意ください。

※納期を過ぎると延滞金(年14・6%)が課されます。

緊急雇用対策臨時職員の募集

市では、現下の厳しい雇用情勢への対応として緊急かつ臨時的な雇用・就業機会の創出を目的に臨時職員を募集します。

年金だより

◆「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

国民年金保険料は、全額が確定申告や年末調整の社会保険料控除の対象です。

確定申告等で社会保険料控除の申告をする際には、納付した国民年金保険料を証明する書類の添付が必要です。

このため、平成23年1月1日から9月30日までに納付した国民年金保険料額を証明した控除証明書「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が11月上旬に日本年金機構から送付されます。

年末調整、確定申告の手続きの際には、この証明書と平成23年10月1日以降に納付した領収証書が必要になりますので、大切に保管してください。

なお、ご家族の国民年金保険料を納付された場合にも、納付した方が、社会保険料控除として申告することができます。

問合せ 控除証明書専用ダイヤル ☎0570・070・117、I P電話・PHS等からは ☎03・6700・1130、青梅年金事務所 ☎0428・30・3410

※控除証明書専用ダイヤルは11月1日～平成24年3月15日、月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分

※月曜日(月曜日が休日の場合は火曜日)は午後7時まで

※第二土曜日は午前9時30分～午後4時

※祝日、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

◆「扶養親族等申告書」の提出をお願いします

国民年金、厚生年金保険などから支給される年金のうち、老齢または退職を支給事由とする「老齢年金」などは、雑所得として所得税が課されます。

(障害年金・遺族年金は課税されません。)

年金額が65歳未満の方は108万円以上、65歳以上の方は158万円以上である場合に所得税を源泉徴収しています。

源泉徴収の対象となる方には、11月上旬までに日本年金機構より「扶養親族等申告書」が送付されます。

この申告書により、平成24年分の年金にかかる所得税を計算し、公的年金等控除、基礎控除、扶養控除等の各種控除が受けられます。

この控除を受けられる方は、必ず「扶養親族等申告書」を提出してください。

問合せ ねんきんダイヤル ☎0570・05・1165 ※ I P電話・PHS等からは ☎03・6700・1165、青梅年金事務所 ☎0428・30・3414

募集人員 1人
募集職種 総合窓口事務嘱託員
雇用期間 11月1日～平成24年3月31日
勤務時間 月124時間以内(週4日勤務)

勤務内容 住民基本台帳、戸籍等証明書の申請受付・交付等総合窓口事務全般
賃金時給 930円
応募資格 市内在住でパソコン操作ができる方(現に失業状態にある方)

試験方法 面接(10月24日(月)時間未定)
申込み 10月17日(月)～21日(金)

募集人員 1人
雇用期間 12月1日～平成24年3月31日(翌年度以降、期間の更新の制度あり)

勤務時間 原則として火～日曜日のうち週5日、月124時間以内(変則勤務あり)

受験資格 司書、司書補、司書教諭のいずれかの資格(見込みを含む)を有する方
試験方法 面接(11月上旬予定)
申込み 10月17日(月)～21日(金)

間に、本人が履歴書(写真貼付)及び資格を有することを証明できるものの写しを持参のうえ、直接、市役所第一棟5階職員課人事係へ。

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

市では、市内の駅(東福生駅を除く)から約300m以内を自転車等放置禁止区域に指定しています。

自転車等放置禁止区域の道路や駅前広場、公園などの公共の場所に、自転車・原付が駐輪されると、警告札を取り付け、その後撤去し、自転車保管場所へ保管します。

駅前周辺に自転車などでお出かけの際は、自転車等駐車をご利用ください。ご協力をお願いします。

問合せ 職員課人事係 ☎551・1589

問合せ 職員課人事係 ☎551・1589

問合せ 職員課人事係 ☎551・1589

11月の無料相談

Table with 5 columns: 相談内容, 期日, 時間, 場所, 備考. Includes entries for human rights, legal, tax, and social welfare consultations.

◆増築家屋について
平成23年に増築された家屋は、平成24年度から固定資産税・都市計画税が課税されます。

つきましては、課税の根拠となる評価額を算出するため、家屋を評価する必要がありますので、家屋を増築された方は課税課資産

課税課からのお知らせ
課税課からのお知らせ

◆非木造の冷蔵倉庫をお持ちの方へ
地方税法の改正により、平成24年度課税分から非木造冷蔵倉庫に関する基準が変更となります。

従来非木造の冷蔵倉庫に適用していた基準から、冷蔵倉庫用のもの(保管温度が摂氏10度以下に保たれる非木造の倉庫)へ適用範囲が拡大されます。

冷蔵倉庫用の基準が用いられることで、一般倉庫よりも早く評価額が減少することとなります。該当する冷蔵倉庫をお持ちの方はご連絡ください。

なお、一般倉庫内にプレハブ式倉庫や業務用冷蔵倉庫を設置している場合は該当となりませんので、あらかじめご了承ください。

★次世代モビリティニュース★

次世代モビリティ活用モデル事業「カーシェアリング&サイクルシェアリング」の実証実験が来年からスタート!

電気自動車と電動アシスト自転車をみんなで「共同使用(シェアリング)」し、地球に優しいまちづくりや地域の活性化などを目指していくこの実証実験は、平成24年1月から開始予定です。今後も市内イベント等にブースを出展して、PR活動を実施していきます。なお、本事業は市からウインド・カー株式会社へ委託をして行なっています。



電動アシスト自転車

【実証実験概要】

申込資格①から④をすべて満たす方

- ①21歳以上の方
- ②過去2年以上運転経験のある方
- ③過去2年以内に重大事故・違反をしていない方
- ④ウインド・カー利用規約に承諾いただける方(クレジットカード決済が可能など)

料金初期費用、利用料金がかかります。

※金額は検討中。

問合せ【シェアリングに関して】ウインド・カー株式会社 ☎045・263・9135(営業時間:土・日曜・祝日を除く午前9時30分～午後5時30分)

【事業全体に関して】環境課環境係 ☎551・1718、シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699

最新の電気自動車を先取りして利用!

「無料モニター」を募集します

実証実験開始に先駆けて「無料モニター」の募集を行ないます。ぜひこの機会に最新の電気自動車をご利用いただき、感想をお聞かせください。

申込資格左記の申込資格を有する市内在住・在勤・在学の方

定員30人(申込多数の場合は責任抽選)

利用期間12月1日(木)～28日(水)

利用時間24時間利用可能

利用範囲1日1回、最大3時間まで

注意事項登録時にウインド・カー指定のICカード貸与代2,000円が必要となります(モニター終了後、カード返却時に返金)。また、1台の電気自動車を複数の方に共同使用していただきますので、利用については制限がかかる場合があります。

申込方法11月1日(火)から、次の方法でウインド・カー株式会社へお申し込みください。

【インターネット】ウインド・カー株式会社ホームページのトップページ「会員仮登録」より必要事項を入力(コメント欄に必ず「福生市無料モニター」と入力)してください。

※ホームページアドレス<http://windcar.jp/>【電話】土・日曜・祝日を除く午前9時30分～午後5時30分の間に、ウインド・カー株式会社 ☎045・263・9135へ必要事項を連絡。

スタントマンによる交通安全教室を行ないます
プロのスタントマンが交通事故を再現するスクエアドストリートと呼ばれる交通安全教室を行ないます。安全運転や交通ルールを守ることの大切さを確認しましょう。近年増加傾向にある自転車事故が再現されます。自転車に乗られる方はぜひご覧ください。
日時10月28日(金)午後2時20分～3時10分(開場2時)
場所第一中学校校庭
※授業中のため、入場は校

庭の一部までとなります。 ※雨天時一般公開なし
問合せ安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691
農地ふれあいウオーク
親子で来て見て食べて
親子を対象に、市内で生産されている新鮮な季節野菜の収穫体験と地場野菜の試食を通して、農業関係者と交流してみませんか。
この企画は農業者と市民との「ふれあいの場」として、福生市農業委員会・JAにしたま・市内農業者

の協力により開催します。お土産に新鮮な季節野菜もお配りします。
日時11月19日(土)午前10時市民会館前庭集合
行程市民会館↓収穫体験農地↓市民会館調理室で昼食座談会(午後2時ごろ解散予定) ※雨天時は座談会のみ
対象市内在住の親子
定員先着25人
参加費大人500円、子ども300円
申込み10月18日(火)午前8時30分から電話でシティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699へ。

やすく安心 ジェネリック医薬品!

11月1日「福生市防犯カメラの設置及び運用に関する条例」が施行されます

防犯カメラは、犯罪の抑止効果や犯罪発生後の事件解明等に大きな効果があるといわれる一方で、プライバシー保護についての適切な対応が求められています。

そこで市では、公共の場所(市の施設、道路、その他不特定多数の者が往来する場所)を撮影するための防犯カメラの設置及び運用について、犯罪抑止効果と個人のプライバシー保護の両立を図るために、「福生市防犯カメラの設置及び運用に関する条例」を制定しました。

●条例の概要●

【目的】公共の場所を撮影するための防犯カメラの設置及び運用に関して必要な事項を定め、市民等の権利利益を尊重するとともに、安全で安心に暮らすことができる地域社会の実現を図る。

【届出】公共の場所を防犯カメラで撮影しようとするものは、市長に届け出なければならない。届け出た事項を変更又は廃止しようとするときも同様とする。

【防犯カメラ設置者の責務】①防犯カメラの管理及び運用に関する責任者(管理責任者)を置く。②防犯カメラの設置及び運用に関する基準(設置基準)を定める。③撮影する目的に照らして、最も適切な撮影範囲となるよう調整する。④防犯カメラの撮影範囲内の見やすい場所に、防犯カメラを設置している旨と管理責任者の名称、連絡先を表示する。⑤防犯カメラの管理及び運用に関する業務を外部に委託する場合は、条例の規定を受託者に遵守させる。

【管理責任者等の責務】①設置基準を遵守し、

防犯カメラの適正な管理及び運用を図る。②映像データを編集又は加工しない。③映像データの滅失、損傷、漏えい防止に係る措置を講じる。

【映像データの保存期間等】①映像データの保存期間は、正当な理由がある場合を除き7日間とする。②保存期間を経過した映像データは、消去、破砕等により復元できないよう適切な処分を行なう。

【映像データの閲覧、利用又は提供】管理責任者は、映像データを市民等に閲覧させ、防犯カメラの設置目的以外に利用し、又は第三者に提供しない。(ただし、法令又は条例に定めがあるとき、市民等の生命、身体、財産等を守るため、緊急かつやむを得ないと認められるときを除く。)

【苦情処理】①管理責任者は、防犯カメラの運用又は映像データの取扱いについて市民等から苦情があったときは、速やかに適切な措置を講じる。②市民等は、管理責任者が苦情について適切な措置を講じなかったときは、市長に対し苦情を申し出ることができる。③市長は、苦情の申出を受けたときは、速やかに適切な処理をする。

【報告等】①市長は、必要があると認めるときは、管理責任者に対し、その管理する防犯カメラの管理、運用等について報告を求めることができる。②市長は、報告により、この条例の規定に違反する行為があると認めるときは、当該管理責任者に対し、違反する行為の中止、是正等の勧告等を行うことができる。

問合せ安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691

平成22年度決算に基づく健全化判断比率等についてお知らせします

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、自治体の財政健全度を測る指標として、健全化判断比率(実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率及び将来負担比率の4つの指標)を算定しました。

この算定結果により、健全化判断比率が早期健全化基準を上回った場合は、財政状況が黄信号の状況、さらに財政再生基準を上回った場合は、赤信号の状況にあると判断され、法律に基づき、財政健全化計画または財

政再生計画を策定し、自治体財政の健全化を図ることとなります。

また、公営企業(下水道事業)の経営の健全性に関する指標として、資金不足比率を算定しました。資金不足比率が経営健全化基準を上回った場合は、経営状況が悪化していると判断されます。

平成22年度決算をもとに算定した福生市の比率は下表のとおりで、いずれも早期健全化基準を下回りました。

問合せ財政課 ☎551・1534

▼福生市の健全化判断比率

区分		平成22年度 (平成21年度)	早期健全化基準 〔黄信号〕	財政再生基準 〔赤信号〕
実質赤字比率	一般会計等の実質赤字の標準財政規模(※)に対する割合	- (-)	13.07%超 (13.10%超)	20.00%超
連結実質赤字比率	すべての会計の実質赤字の標準財政規模(※)に対する割合	- (-)	18.07%超 (18.10%超)	35.00%超
実質公債費比率	一般会計等が負担する実質的な公債費の標準財政規模(※)に対する割合	2.5% (3.0%)	25.0%超	35.0%超
将来負担比率	一般会計等が将来的に負担すべき実質的な負債の標準財政規模(※)に対する割合	- (29.8%)	350.0%超	

(注)実質赤字比率及び連結実質赤字比率については、赤字額がないため「-」となります。将来負担比率の数値は算定されないため「-」となります。(※)標準財政規模とは、市税や地方交付税などの自由に使える収入を標準化したものです。

()内は平成21年度の数値です。

▼福生市の資金不足比率

区分	平成22年度	経営健全化基準
下水道事業会計	資金の不足額の事業の規模に対する割合 -	20.00%超 (-)

(注)資金不足額が生じないため「-」となります。

()内は平成21年度の数値です。

9月の横田基地飛行回数

問合せ環境課環境係

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
飛行総数	796	145	353	162
昼間(午前7時～午後7時)	637	161	215	113
夕刻(午後7時～10時)	148	-8	137	48
夜間(午後10時～午前7時)	11	-8	1	1
最高音圧レベル(デシベル)	115	0	103	3

「安全安心まちづくり市民ひろば」次回の開催は犯罪のない、安全で安心して暮らすことができる福生市を目指し、話し合いをしています。市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。日時10月25日(火)午後7時～9時場所わかたけ会館2階集会所 問合せ安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691

「ご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

商店街まつり in FUSS A2011 ハッピーハロウィーン

「ハロウィーン」をテーマに、商店街が愉快な仮想空間に大変身します。あなたも仮装して街を歩いてみませんか！

日時 10月23日(日)午前11時～午後4時(銀座通り交通規制は午前10時30分～午後4時30分)※小雨決行

場所 西口駅前通り・銀座通り イベント(予定)トリックオアトリート(お菓子がもらえるスタンプラリー)、仮装パレード、ハロウィーンお楽しみ抽選など。

※詳しくは事前に配布されるチラシをご覧ください。主催 商店街まつり実行委員会(福生商店街協同組合・銀座中央商業会・東銀座通り商業会)

後援 福生市・商工会 問合せ 商工会 ☎51・2927

「くるみる ふっさ」ハッピーハロウィーン 商店街を巡るティスティングツアー



商店街まつり会場の各店舗を巡り、自慢の品やこだわりを聞きながら、試食等を行います。

日時 10月23日(日)①午前11時～②午後1時

(所要時間)各1時間30分 集合場所 福生市観光案内所「くるみる ふっさ」

定員 ①、②ともに20人(定員になり次第締切) 参加費 無料※商品の購入

は各自負担となります。

申込み受付中。電話または直接「くるみる ふっさ」☎513・0437へ。ご希望の時間帯をお伝えください。(営業時間は午前10時～午後7時、定休日月曜)

ボランティアガイド募集

福生をこよなく愛し、誇りに思っている皆さん、福生の魅力を伝えませんか？

福生市観光案内所「くるみる ふっさ」では、本市を訪れる多くの方に観光地や史跡、文化財等を案内していただくボランティアガイドを募集します。

対象原則として市内在住の18歳以上の方で、日中(土・日含む)に観光ガイドができる方※無償 応募方法 申込書に必要事項を記載し、「くるみる ふっさ」に提出してください。

申込書配布場所 「くるみるふっさ」およびシティセールス推進課(市役所第二棟2階)、または市「くるみるふっさ」ホームページからダウンロードできます。

問合せ 「くるみる ふっさ」☎513・0437、シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699

「西多摩創業塾」

開催のお知らせ

地域経済の活性化や新たな雇用の創出を図るうえで、創業・ベンチャー企業支援を積極的に行なうことが重要な課題となっ

自由広場フリーマーケットに出店しよう!

ご家庭の不用品を出品してみませんか?(営業目的の方は出店できません) 日時 12月11日(日)午前9時30分～午後2時※雨天中止の場合あり。

場所 自由広場(保健センター横) 出店料 1,000円 募集店舗数 先着90店舗 主催 自由広場フリーマーケット実行委員会事務局 申込み 10月17日(月)午前10時～12月9日(金)午後6時の間に、東京リサイクル運動市民の会 ☎03・3384・3636へ。

しています。

そこで、創業に必要な実践能力の修得を支援するため、「創業塾」を実施します。

日時 10月30日(日)、11月6日(日)・12日(土)・19日(土)・27日(日) 午前9時30分～午後4時30分

場所 羽村市産業福祉センター 対象創業・開業をめざす方 定員 40人(定員になり次第締切)

受講料 5,000円 申込み受付中。青梅商工会議所中小企業相談所 ☎0428・230113へ。

ボランティア市民活動支援講座「新たなお互いさまへ地域でコラボ(連携・協力)しよう」

地域の課題を一団体だけで解決するのは難しく感じていますか。同じ課題に関心を持つ団体や異なる立場の方(事業者、行政、大学等)とネットワークを作ることで課題解決の糸口を見つけましょう。

日時 11月19日(土)・26日(土)、12月3日(土)(全3回)午後6時～8時30分 場所 輝き市民サポートセンター 対象 市民活動団体に所属

している方、関心のある方

定員 先着30人(3回参加できる方) 講師 森良氏(NPO法人エコ・コミュニケーションセンター代表)

申込み 10月18日(火)から申込用紙に記入し、輝き市民サポートセンター ☎551・0166(☎同じ)まで持参、ファックスまたはお電話で。センターのホームページ内「意見お問合せ」からも申込み可。

問合せ 協働推進課 ☎551・1590

福生喫煙マナーアップキャンペーン

歩きたばこや吸殻ポイ捨て等の「迷惑喫煙」を防止し、喫煙マナーの向上を呼びかけます。喫煙マナーは、個人のモラルによるところが大きく、社会全体でこの問題を考える必要があるためです。

期間中、市内の駅前へのぼり旗を設置します。11月2日(水)に福生市たばこ組合の皆さんと市職員で携帯灰皿・携帯ティッシュの配布を行います。

期間 11月1日(火)～14日(月) 問合せ 環境課環境係 ☎551・1718

福生ふれあいフェスティバル

健康増進と一緒に考える「第22回ふっさ健康まつり」、市内の産業の生産向上と経済振興を目的とした「第21回産業祭」、市民の文化活動の発表の場である「第41回福生市民文化祭」を合同で行なう「福生ふれあいフェスティバル」が、今年も盛りだくさんの内容で開催されます。

日時 10月30日(日)午前9時30分～午後4時(小雨決行) 場所 福生野球場(文化祭会場は市民会館・公民館、さくら会館、茶室福庵) ※スケジュールの詳細は広報ふっさ10月1日号をご覧ください。 問合せ 保健センター ☎552・0061

～ふれあいフェスティバルでの催しのお知らせ～

◆あいさつ大声コンテストを開催します

町会長協議会では、毎年ふれあいフェスティバルで町会・自治会の活動を紹介しています。今年は、楽しみながらあいさつの温かさや大切さに触れるイベントとして、「あいさつ大声コンテスト」を開催します。小学生以下の児童を対象に、どれだけ大きな声であいさつできるかを競います。大きな声で元気にあいさつしてみませんか。



問合せ 協働推進課 ☎551・1590

◆消費者展「ソフトドリンクの糖度を調べよう」

日ごろ飲んでいるソフトドリンクにはどのくらい糖分が含まれているかご存じですか。糖度実験を通して、甘味料や添加物に関心を持ってみましょう。また、食の安全など消費生活に役立つ情報提供もしますので、ご家族でぜひお越しください。



問合せ シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699

市役所の温室効果ガス排出量と環境マネジメントシステムについて

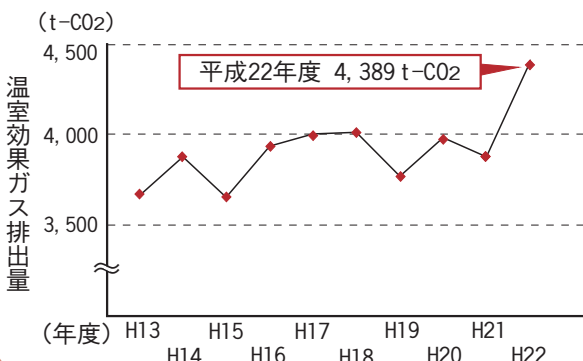
市では、環境配慮の取り組みを継続的に行なうために、平成20年度から組織の活動を体系的、効果的に運用する環境マネジメントシステム「L A S - E(ラスイー)」に取り組んでいます。

平成22年度の排出量は約4,389トン(二酸化炭素換算値)でした。増加の原因は、猛暑が長く続いたことによる空調の利用だと考えられます。

22年度の取り組みに関する判定委員会が実施され、エネルギー使用量は増加したものの、職員の取り組みなどから適正に運用されていると判定され、引き続き「L A S - E第1ステージの認証」を得ました。

問合せ 環境課環境係 ☎551・1718

LAS-Eで環境負荷削減: 資源の有効利用(エコドライブ推進), 紙の利用量削減(エネルギーの有効利用)



省エネ・新エネ設備費用助成の第1期受付終了について 住宅用省エネ・新エネ設備費用助成の第1期抽選受付は10月7日(金)降の申込みは第2期の抽選受付となります。詳しくは市ホームページをご覧ください。問合せ 環境課環境係 ☎551・1718

Table with 2 columns: Year, Amount. Data for 23年8月 (1,190 t) and 22年8月 (1,143 t).

Table with 2 columns: Year, Amount. Data for 23年8月 (112t) and 22年8月 (139t).

Table with 2 columns: Implementation Group, Implementation Date. Lists various groups and their dates from 5th to 27th.

(消印有効)で終了しました。10月8日(土)消印以

10月から「子ども手当」が
かわりました。

「認定請求」をお忘れなく

10月分以降の子ども手当を受け取るには、これまで受け取っていた方も含め、すべての方の申請が必要で、対象年齢児童を養育している方には子ども手当認定請求書用紙を送付しました。届いていない方は子育て支援課子育て支援係へご連絡ください(公務員の方は勤務先へ申請してください)。

対象となる児童 中学校修了前の児童(平成8年4月2日以降に生まれた方)※施設等で生活されている方(留学を除く)は対象となりません。

10月からの手当月額
【0歳〜3歳未満】一律15,000円
【3歳以上小学校修了前】(第1子、第2子)10,000円(第3子以降)15,000円
【中学生】一律10,000円

【手当の支給資格者】児童を監護し、かつ生計を同一にする父、母等(生計を維持する程度が高い方が支給資格者となります)。未成年後見人や父母指定者で申請できる場合もあります。詳細は市役所1階8番子育て支援課子育て支援係へお問い合わせください。所得制限はありません。

【受付期間】9月末日現在支給資格のある方は、平成24年3月31日(土)までに申請すれば、10月分からの手当を受け取ることができます。

10月1日以降に出生や転入で申請される方は、申請日の翌月分からは手当の支給対象となります。

支給予定日と支給方法

・平成24年2月10日(平成23年10月〜24年1月分)
・平成24年6月8日(平成24年2月〜3月分)
口座に振り込みます。

※平成24年1月5日までに申請した場合、2月の支給が可能で、それ以降の申請は3月以降の支給です。
問合せ 子育て支援課子育て支援係 ☎51・1737

もうお持ちですか? 「ふっさ子育てまるとくカード」

このカードは、子育て世帯を対象に発行され、市内の子育て支援協賛店を利用する際に、カードを提示すれば協賛店の特典(サービス)が受けられます。

対象子育て世帯(中学生以下の子どもまたは妊婦がいる世帯)

申込方法 子どもの年齢や妊婦であることがわかるもの(健康保険証や母子健康手帳など)と印鑑を持参のうえ、子どもの保護者または妊婦の方がお申し込みください。申請書には世帯全員の氏名、生年月日の記入が必要で、(申請書は市ホームページからダウンロードできます)カードの発行枚数は世帯につき1枚です。

【受付場所】市役所1階8番子ども育成課、子ども家庭支援センター(子ども応援館1階)、保健センター、武蔵野台児童館、熊川児童館、田園児童館、わかぎり会館、わかたけ会館※土曜日の正午〜午後1時、わかぎり・わかたけ会館の夜間、各施設の閉庁・休館日は受付不可。
カードの問合せ 子ども育成課 子ども育成係 ☎51・1733

第18回福生市青少年の意見発表大会

市内の中学生、高校生が学校、家庭、地域とのかかわりの中で、日ごろ考えていることや自分の体験を通して得た意見などを自由な題材で発表する大会です。市民の皆さんに、中学生、高校生の声をお聴きいただき、意識や行動を理解してもらうことが目的です。
日時 10月29日(土)午後1時30分〜
場所 市民会館小ホール(つじホール)※入場無料
問合せ 子ども育成課 子ども育成係 ☎51・1733

第59回精神保健福祉普及運動推進標語「困難を乗り越えて育もう 人と人とのつながり」

期間 10月24日(月)〜30日(日)
地域社会における精神障害者の福祉の増進及び国民の精神保健の向上を図ることを目的に実施されます。
【こころの健康相談】

家庭・職場等での悩みなど、こころの健康に関する相談窓口をご案内します。市の相談窓口は、健康課が市役所1階ロビー等で実施している「健康相談」や、障害福祉課の窓口相談等でご本人やご家族などからの相談に応じています。

また、社会福祉協議会が実施している「こころの相談」等のほか、次の相談窓口もあります。※「健康相談」「こころの相談」については、2面に掲載の「11月の無料相談」を参照ください。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都西多摩保健所(保健対策課地域保健係)
内容 こころの病気について心配な本人・家族・関係者からの相談等(こころの病気かどうか、アルコール・ギャンブル・薬物依存・認知症・思春期問題等)
電話相談 ☎0428・22・6141へ。

来所相談 電話予約のうえ、来所ください。
受付時間 月〜金曜日午前9時〜午後5時

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

◆精神保健相談・相談窓口
東京都立多摩総合精神保健福祉センター
内容 ①対人関係、こころの悩み・病気に関する相談 ②センターの利用に関する相談 ③思春期・青年期の精神保健上の問題に関する相談 ④薬物・アルコール等の依存症に関する相談など
電話相談 こころの電話相談 ☎042・371・5560へ。

来所相談 こころの電話相談に相談のうえご予約ください。
受付時間 月〜金曜日午前9時〜午後5時

◆東京都夜間こころの電話相談
精神的な問題で困った時や、つらい時は気軽にご利用ください。
電話相談 ☎03・5155・5028へ。

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

開設時間 午後5時〜10時※受付は午後9時30分まで
問合せ 保健センター ☎552・0061、障害福祉課 ☎551・1742

健康コーナーNO.17「食欲の秋」旬を味わおう

秋といえばやはり「秋の味覚」です。旬の季節にとれる野菜や魚などは、自然のリズムに合った無理のない成長をしているため、おいしさも栄養素も多く含まれています。秋の代表的な魚「サンマ」はその典型例です。サンマの中でも最も注目すべきはタンパク質が良質なことです。サンマのタンパク質は、牛肉やチーズより質が優れているとも言われています。他にも、胃腸を温め、疲労を取り除いたりする効果があり、夏の暑さで疲れた体を回復させる効果があるそうです。さらに、血栓防止効果や脳の学習能力を高めるなど生活習慣病予防にも役立つとされています。

また、秋の代表的な野菜と言えば「さつまいも」。さつまいもは、夏の暑さで疲れた消化器系の働きを高め、胃腸を丈夫にする働きがあります。食欲がないという方には効果的と言われています。「旬」をじっくり味わい、元気に秋を過ごしてください。(食べすぎにはご注意ください)

【季節を問わず、家に帰ったら、手洗い・うがいを忘れずに!】
問合せ 保健センター ☎552・0061

児童館で遊ぼう10月(その2)

田園児童館 ☎552・3133

- ◆親子であそぼう「ごっこあそびをしよう」18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 うわばき※保健師来館
- ◆よちよちすくすくひろば「たのしいおはなしをしよう」25日(火)午前10時〜正午 対象 0,1歳児と保護者
- ◆親子であそぼう「手作りおもちゃをつくろう」11月1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 うわばき

武蔵野台児童館 ☎553・8822

- ◆幼児のたのしいリトミック 18日(火)午前10時30分〜11時30分 対象 1歳以上の幼児と保護者※当日直接来てください。
- ◆おはなしの日 19日(水)午前11時〜11時30分 対象 乳幼児と保護者※武蔵野台図書館の職員による読み聞かせです。当日直接来てください。
- ◆遊具開放デー 20日(木)午前10時30分〜正午 対象 1歳6か月以上の幼児と保護者※大型遊具で自由に遊べます。体操、おはなしもあります。時間内で自由に遊びに来てください。
- ◆武蔵野台フェスティバル〜図書館・児童館15周年記念事業〜 22日(土)午前11時〜午後3時

場所 武蔵野台図書館・児童館 対象 地域の皆さん(幼児は保護者同伴)※図書館・児童館共催で赤ちゃんから大人の方まで楽しめるイベントをたくさん用意しています。前売りセット券(350円)を児童館で販売しています。くわしくは児童館だよりをご覧ください。駐車場には限りがありますので、なるべく徒歩か自転車での来館にご協力をお願いします。

◆のびのびひろば 25日(火)午前10時〜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。

◆高校生time ①「青春☆ナイトシアター」青春映画を見て感想を語り合います。28日(金)午後6時30分〜8時30分 対象 高校生または相当年齢の方※時間内で自由に来てください。

◆わくわくひろば 11月1日(火)午前10時30分〜11時30分 対象 2歳以上の幼児と保護者※当日直接来てください。

熊川児童館 ☎539・1515

- ◆くまさんひろば「くまさんのハロウィン」 25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 着替え、水筒、タオル
- ◆こぐまひろば「こぐまちゃんのおうたであそぼう」 11月1日(火)午前10時〜正午 対象 0,1歳児と保護者 持ち物 着替え、水筒、タオル

多摩川由来の崖線の緑を考
えるシンポジウム・ウォー
クラリーを開催します

多摩川が流れを変えてゆ
く過程でできた、東西につな
がる崖線は約40kmに及びま
す。多摩川由来の崖線を知っ
ていただくため緑の保全に
対するシンポジウムと、美し
い紅葉の崖線を散策する
ウォークラリーを開催しま
す。詳細は市ホームページま
たは市役所第一棟3階まち
づくり計画課計画グループ
へお問い合わせください。

開催日 11月19日(土)
内容 《午前・シンポジウム》
時間 午前10時～
場所 立川市女性総合セン
ター1階アイムホール
《午後・ウォークラリー》
受付時間 午後1時30分～2
時30分・随時出発(約2時間
半程度)
集合場所 立川公園※ウォー
クラリー後にブルーベリー
等の苗木を配布します。
費用 無料
定員 200人(応募者多数
の場合は先着順)
申込み 10月25日(火)～11月10
日(木)までに崖線シンポジウ
ム・ウォークラリー開催事
務局へFAXまたはメール
でお申し込みください。
☎03・5348・5431
(メール)gai.sensympo@taii
chi.kogyo.co.jp
主催 多摩川由来の崖線の緑
を保全する協議会
問合せ まちづくり計画課計
画グループ ☎551・1952

郷土資料室からのお知らせ

▼企画展示「福生周辺の鳥たち ～鳥の暮らしと多様性～」展示解説会のお知らせ

現在郷土資料室で行なっている展示を通して鳥についてより知ってもらうために、展示に協力いただいているNPO法人自然環境アカデミーの方による解説会を行ないます。

日時 11月3日(祝)①午前10時30分～②午後2時～(各回1時間程度)※直接、郷土資料室にお越しください。

▼わくわく土曜日(小学生対象)

江戸玩具「とんだりはねたり」を作ろう

竹と糸で作る素朴なおもちゃです。糸の性質を利用して、1回転させて遊ぶおもちゃです。

日時 11月5日(土)午前10時～午後3時(正午～午後1時は除く)※直接、郷土資料室にお越しください。

問合せ 郷土資料室 ☎530・1120 ※月曜日休館(月曜日が祝日の場合、火曜日休館)

住宅の耐震化を支援します

市では、個人住宅の耐震化を支援しています。

内容①簡易耐震診断(無料で簡易耐震診断を行ないますので、電話で施設課建築グループ ☎551・1972へ予約をしてください。)

内容②耐震診断費用の一部助成(診断機関による耐震診断費用の一部を助成します。希望の方は診断前にまちづくり計画課計画グループへご相談ください。)

内容③耐震改修費用の一部助成(耐震診断の結果、耐震改修が必要と診断され、耐震改修を行なう場合、改修費用の一部を助成します。)

問合せ まちづくり計画課計画グループ ☎551・1952

犬の飼い主へお願い

公園内及び道路に犬の糞が多く、利用者が大変迷惑しています。糞は責任を持って持ち帰りましょう。また尿の処理はペット

ボトル等に水を入れて持ち歩き排泄した場所を水で洗い流しましょう。散歩の際はひき綱を付けましょう。
問合せ 施設課公園グループ ☎551・1985

ひつりで悩まず、まず相談を

「成年後見制度相談」

成年後見制度について司法書士が相談に応じます。

日時 11月10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、相談無料
申込み 10月20日(木)から(日曜・祝日を除く)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。

市活動講演会見つめよう
私の子育て～親が変われば子どもが変わる～

何気なく子どもにかける言葉の大切さを知ってもら

第21回西多摩地域広域行政圏体育大会開催

西多摩地域にお住まいの皆さんが参加する体育大会が開催されます。この大会は、西多摩地域にお住まいの皆さんに、広くスポーツ・レクリエーションを普及し、地域の活性化と住民の皆さんの交流・親睦を図ることを目的としています。

西多摩地域8市町村の代表選手が各競技会場で熱戦を展開します。

大会期日 10月23日(日)

種目・会場・時間 下表のとおり

主催 西多摩地域広域行政圏協議会・西多摩地域体育協会連絡協議会

主管 西多摩地域広域行政圏体育大会実行委員会(後援)東京都

問合せ スポーツ振興課 ☎552・5511

種目別会場一覧表

競技種目	開催会場	競技開始時間
バレーボール	青梅市新町市民センター体育館	午前10時
剣道	青梅市今井市民センター体育館	午前10時
バドミントン	青梅市総合体育館第1スポーツホール	午前9時30分
テニス	青梅市民球技場庭球場	午前9時
ゲートボール	奥多摩町立氷川小学校校庭	午前9時20分
インディアカ	青梅市総合体育館第1スポーツホール	午前10時
卓球	青梅市総合体育館第2スポーツホール	午前10時
綱引き	奥多摩町立氷川中学校校庭	午後1時
ソフトテニス	青梅スタジアム庭球場、青梅市友田レクリエーション広場庭球場	午前9時
ソフトボール(ファストピッチ)	青梅市民球技場野球場	午前8時30分
ソフトボール(スローピッチ)	奥多摩町登計原山村広場運動公園、奥多摩町立氷川中学校校庭(一回戦)	午前8時30分
軟式野球	青梅スタジアム野球場、奥多摩町登計原山村広場運動公園(予選のみ)	午前9時
グラウンドゴルフ	奥多摩町立古里小学校校庭	午前10時
サッカー	青梅市東原公園球技場、青梅市民球技場サッカー場(予選)	午前10時
陸上競技	福生市多摩川中央公園(サイクリングロード)	午前10時

※スローピッチソフトボール1回戦の2試合は氷川中学校校庭を使用
※軟式野球の予選は前週の16日(日)とし、予備日は前日の22日(土)とする。
※サッカーの予選、準決勝は9日(日)・16日(日)に、決勝等は23日(日)に行なう。また、雨天でも実施する。
※陸上競技は競技方法等は第20回大会と同様に、ロードレース(男子10km、女子5km)を23日(日)に行なう。

中央体育館事業

①スローヨガ5

初心者向けのヨガ教室です。無理なく楽しみながらヨガを体験しましょう。

日時 11月11日～1月20日までの毎週金曜日正午～午後1時(全10回)

対象 高校生を除く18歳以上の方

定員 40人(責任抽選)

指導 インストラクター

参加費 1,000円(初日に集金)※なお、体育館使用料(150円)は、毎回、別途購入していただきます。

申込み 10月29日(土)までに電子申請または往復はがきで、教室名、氏名、住所、生年月日、電話番号を記入し ☎197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館内スポーツ振興課へ。

※お子さん連れの参加は、他の参加者に迷惑がかかりますのでご遠慮ください。またマタニティーヨガ未対応です。

②シニアピクス

リズム体操、トレーニング、ストレッチの教室です。

日時 毎週火・金曜日午後2時～3時30分

③ナイトピクス

仕事終わりにエアロピクスをして、体をリフレッシュしましょう!

日時 毎週火・金曜日午後7時～8時30分

②③共通 申込み 中央体育館へお問い合わせください。

問合せ 中央体育館 ☎552・5511

福生地域体育館

①ナイトピラティス

気になるお腹周りを引き締めましょう!(全8回)

日時 11月1日～12月20日の毎週火曜日午後7時～8時

対象 15歳以上の方

定員 30人

参加費 3,500円(初日に集金)

②こどもHIPHOP

リズムに合わせて楽しくダンス♪(全8回)

日時 11月1日～12月20日の毎週火曜日午後4時30分～5時30分

対象 小学生

定員 20人

参加費 3,000円(初日に集金)

①②共通

申込み 10月26日(木)までに直接窓口、電話またはホームページからお申し込みください。※申込多数の場合は責任抽選

問合せ 福生地域体育館 ☎530・8811 (ホームページ) <http://www.tama-spo.com/fussa>

お茶席体験「茶室福庵で抹茶を飲みませんか？」

中央図書館に隣接する福庵で、気軽に茶道を体験できます。抹茶とお菓子で一休みしませんか？

日時10月23日、11月13日、12月25日の日曜日午前10時～午後3時

場所茶室「福庵」立礼席
定員先着25人※直接会場へ
費用300円(茶菓子代)

問合せ公民館事務所 ☎552・2118

公民館講師派遣援助事業 第3回「エッセイを一緒に学びませんか」

読む人がいてエッセイは成り立ちます。どう書けば気持ち良く読んでもらえるのでしょうか。伝えたい物を魅力的に伝える手法を学ぶ講座です。

日時11月16日(水)午前10時30分～午後0時30分

場所さくら会館第2集会所
講師柴田真利子氏(エッセイスト)

主催エッセイツむぎ
問合せエッセイツむぎ・田村 ☎530・8268

サロノコンサート「音楽の旅」

今年度は世界の音楽を4回シリーズでお送りしていきます。今回の2回目は、日本の歌・多摩の民謡です。3回目は平成24年1月21日(土)、4回目は3月17日(土)に開催します。日時11月19日(土)午後1時30分～3時30分

場所市民会館第4・5集会室
出演伊庭末雄氏(ソニーレコード専属民謡歌手)

定員先着70人
(市内在住・在勤の方優先)
※入場無料

申込み10月22日(土)午前9時から公民館事務所 ☎552・2118へ。



食育基礎講座(託児保育付)

モノが豊かな時代だからこそ「食」を見つめなおしませんか。現代の暮らしや子育てに求められている食育の視点を学びます。

日時11月2日、12月21日の間の水曜日(11月23日は除く)午前10時～正午

場所公民館本館ほか
対象市内在住の方
定員先着20人(ただし、託児保育希望の15人を優先)

講師大村直己氏(食育コーディネーター)

【託児保育について】
対象1歳以上未就学児の幼児※期間中、保育室併設講座(松林分館・白梅分館)との重複参加はご遠慮ください。

定員先着15人
費用おやつ代350円(7回分)

申込み10月18日(火)午前9時から公民館事務所 ☎552・2118へ。

地域の食育「味噌がめ作りから始める味噌作りコース」

陶器のかめから手作りし、大豆を茹でて、昔ながらの味噌作りを体験します。

日時左表参照※2月にも味噌について学習会を予定

場所公民館白梅分館
対象市内在住・在勤の成人の方

定員10人(定員を超えた場合は責任抽選)

参加費3,000円(材料費)
申込み往復はがきに住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・地域の食育 味噌

コース希望と記入し、返信用に自分の住所・氏名を明記のうえ、11月1日(火)(当日消印有効)までに、〒197-0003 福生市熊川559-1 公民館白梅分館へ。

問合せ公民館白梅分館 ☎553・3454

Table with 3 columns: 日程, 時間, 内容. Rows include 粘土成形1, 粘土成形2, 素焼, 袖掛け, 本焼, 窯出し・味噌学習, 味噌づくり1, 味噌づくり2.

歴史講座「玉川上水入門」

市内を流れる身近な玉川上水の歴史やそれにまつわる話など、楽しい学習会と見学会を開催します。

日時・場所【学習会】11月12日(土)午後2時～4時
場所松林分館大集会室

【見学会】11月19日(土)午前9時30分集合
集合場所JR拜島駅改札口

前集合※午後3時解散予定(弁当、飲み物持参)

講師高崎勇作氏(福生市文化財保護審議会会長)

対象中学生以上で市内在住・在勤の方優先

申込み10月18日(火)午前9時から公民館松林分館 ☎552・3624へ。

シルバー人材センター 市民パソコン無料相談

公益社団法人への移行を記念して、日ごろお世話になっている市民の皆さんに感謝の気持ちを込めて、初心者向けパソコン無料相談を開催します。

日時11月～平成24年3月までの毎週土曜日午後1時～3時

場所ふれあいショップ「いこい」(福生市シルバー人材センターの店)本町72番地

相談内容初心者向けパソコン操作、ワード、エクセル等

問合せシルバー人材センター事務局 ☎553・3261

市民会館催し物インフォメーション

◇ゲゲゲの女房
日時10月16日(日)開場午後5時、開演5時30分

出演水野美紀、渡辺徹ほか
場所市民会館大ホール(もくせいホール)

料金全席指定6,500円
◇井上あずみクリスマスファミリーコンサートとなりのトトロを一緒にうたおう！

日時12月23日(祝)開場午後1時、開演1時30分
場所市民会館大ホール(もくせいホール)
料金全席指定大人1,500円、子ども(小学生以下)1,000円※好評発売中!

◆青島広志の世界わくわく音楽紀行 with ブルーア
日時平成24年2月25日(土)開場午後3時、開演3時30分

場所市民会館大ホール(もくせいホール)
料金全席指定大人2,000円、高校生以下1,000円

発売日11月19日(土)午前9時より窓口販売・午後1時より電話予約開始

問合せ市民会館 ☎552・1711



(C)GAKKEN

▼市民のひろば(会員募集)▼

個人情報が含まれるため、広報ふっさPDF版からは除いてあります。
問合せ秘書広報課広報広聴係 ☎551・1529

第61回東京都公立学校美術展覧会のお知らせ

都内の公立小・中・高等学校・特別支援学校等の図画工作、美術等の作品を一堂に公開する展覧会です。

日時11月2日(水)～5日(土)午前9時～午後4時30分

場所東京都立産業技術高等専門学校品川キャンパス

問合せ教育委員会指導室学務・指導係 ☎551・1948

ス(東京臨海高速鉄道「品川シーサイド駅」徒歩3分)または京浜急行「鮫洲駅」徒歩9分)

※福生市から第61回東京都公立学校美術展覧会に出品した児童・生徒の作品を11月8日(火)～12日(土)まで市役所1階ロビーに展示します。

図書館からのお知らせ

- わかぎり図書館乳幼児向けおはなし会
日時11月16日(水)午前11時～11時30分
場所わかぎり図書館2階
対象10か月～2歳半前後
定員先着30人(15組)※直接どうぞ
- わかたけ図書館おはなし会
日時11月9日(水)・23日(祝)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11月17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11月16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※武蔵野台児童館との共催です。
問合せ各図書館へ
【中央】☎553・3111
【わかぎり】☎552・7421
【わかたけ】☎551・0083
【武蔵野台】☎553・8881

保健ガイド

保健センター
☎ 552-0061

市役所は一部の部署で毎週土曜日を開庁しています。(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

①日時 11月17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

◆健康教室(予約制)

テーマ「アロマですっきり楽しく子育て」
日時 11月29日(火)午前10時〜正午
場所 保健センター
対象 6か月児位のお子さんをお持ちの方 ※託児あり
内容(講義) アロマの基礎知識(実習) ハンドマッサージ・ルームスプレー作りなど
講師 ナードアロマセラピスト 認定アロマセラピスト

◆健康相談

定員 25人(初めての方優先)
申込み 10月18日(火)から保健センターへ。

◆晩秋のヘルスチェック

生活習慣病等のリスクが、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。
日時 11月28日(月)午前9時30分〜11時
場所 保健センター
対象 20歳以上の方
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転倒リスク)
定員 35人(平成23年9月・10月に受けなかった方)
申込み 10月18日(火)から保健

◆育児相談(申込み不要)

①日時 11月4日(金)午後1時30分〜2時30分
場所 子ども応援館
対象 4か月児からの乳幼児
内容 身体計測、育児相談、ミニ講座(インフルエンザ対策)
相談員 保健師・助産師・栄養士

◆離乳食教室(予約制)

日時 11月9日(水)午前10時〜11時30分
場所 保健センター
対象 離乳食開始時期の乳児とお母さんなど
内容 離乳食の作り方、進め方(試食あり)
講師 保健師・栄養士
定員 14組
申込み 10月18日(火)から保健

◆乳幼児歯科健康診査

日時 11月2日(水)・16日(水)午後1時〜2時(受付)
場所 保健センター
対象 4歳未満
持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル
申込み 前日までに保健センターへ。

◆胃がん検診(12月)

日時 12月8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23年4月1日現在)
定員 75人(定員を超えた場合、福生市で実施している胃がん検診を受診したことがない方を優先したうえ、抽選となります。)
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) ※費用無料
申込み 10月25日(火)までに往復はがきで保健センターへ。(当日消印有効)
【次のような方は受診できません】
▶一年以内に胃を手術した方 ▶現在、胃または十二指腸を治療中または経過観察中の方 ▶胃の検査、受診後1年を経過しない方 ▶妊娠中の方
【次のような方は申込みの際にお申し出ください】
▶高血圧の治療中の方 ▶糖尿病の治療中

11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
	午前9時〜11時45分 午後1時〜4時45分	午後5時〜9時45分	午前9時〜正午 午後1時〜5時
3日(祝)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552-0099	高水医院 瑞穂町箱根ヶ崎282 ☎557-0028	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
6日(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 (羽村市役所裏) ☎555-9999	東青梅休日歯科診療所
13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
20日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	吉成歯科医院 熊川1396塩野ビル2F ☎553-5538
23日(祝)	福生市休日診療所	みずほクリニック 瑞穂町長岡長谷部31-1 ☎568-0300	梅田歯科医院 福生1046岸ビル102 ☎553-5161
27日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	北田園歯科 北田園1-6-3 ☎552-1700

※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。

11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	15日(火)	平成23年7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23年5月生まれ	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23年2月生まれ	
1歳6か月児	22日(火)	平成22年4月生まれ	保健センター 午後1時〜1時45分
3歳児	1日(火)	平成20年10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。		

11月の予防接種(BCG)

期日	種別	対象	備考
8日(火)	BCG	平成23年7月7日〜8月9日生まれ	3か月〜6か月未満

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へ。
- ▶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。

医師会だより

運動器の障害〜長寿化に忍び寄るロコモティブシンドローム〜

超高齢化に伴い、近年整形外科を受診する方の状況が変化しています。骨がもろくなったり転倒して大腿骨頸部(脚の付け根)を骨折する人、膝や股関節、腰の痛みを訴えて受診する人が非常に増えています。

私たちが体を動かすときは、骨だけでなく関節を滑らかに動かすための軟骨、そして椎間板、筋肉などが連携して働いています。これらを総称して運動器と呼びます。運動機能が低下し、立ったり歩いたりすることが困難になって介護が必要になっていたり、あるいは将来そうなる危険性が高い状態のことを「ロコモティブシンドローム」略して「ロコモ」といいます。ロコモやロコモ予備群の人は非常に増加しており、全国に4,700万人程度いると推定されています。

ではなぜ運動機能は低下するのでしょうか。私たちの体は動くことでそれに見合うように骨や筋肉の丈夫さが調整されています。動かしていないと骨や筋肉は減少してしまうので、そこでできるだけ運動をすることが勧められるのです。中高

年の人は年齢的变化が起こっている膝の軟骨や椎間板には血管が通っていませんので修復されません。膝や腰への負担の少ない方法で運動させる必要があります。筋肉がしっかりとしていると膝や腰の異常な動きを防いでくれます。

●「肩・腰・膝」の痛みへの正しい対応法

多くの人に一番心配な病気は何ですかと聞くと、命に直結する病気ばかりで、ねたきりと運動器の障害、つまりロコモが結びついていないのが現状です。

高齢になれば骨粗鬆症、腰痛、膝痛が当然出てきます。転倒、骨折、腰痛等の症状悪化が寝たきりの状態になる可能性が大了。自己判断やジムやスポーツ教室で無理する人もいます。症状が増悪してからでは、病院での治療が難しくなります。病院では症状によって湿布、内服薬、患部に注射と並行してリハビリを行います。それぞれの症状によってリハビリテーションプログラムを立てます。そして自立して運動ができるようになった時点で病院でのリハビリは卒業です。

文責 森医師
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、電話で申し込みます。

の方 ▶ その他病気を治療中の方
※一年以内に手術(胃に限らず)をした方は申込みをされる前にご連絡ください。

ご注意
・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 ⑥胃がん検診希望
【返信・表】ご自分の住所・氏名
【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。また、記載内容に不備があると受診できませんのでご了承ください。

問合せ 保健センター ☎552-0061