高齢者介護予防教室

介護予防を目的とした左表の教室を実施します。ぜひご参加ください。

対象 65歳以上で介護保険要介護認定の「要介護」「要支援」に該当しない方（筋力向上トレーニングは、医師から運動制限を受けていないことも条件に含みます。）

申込み 5月10日(月)～17日(月)の間に事前に電話で申込みのうえ、印鑑を持参して市役所1階9番介護福祉課高齢福祉係☎551・1751へ。

教室名	目的	内容	日時	場所
筋力向上トレーニング教室	転倒骨折の防止及び加齢にともなう運動器の機能低下の予防・向上	健康運動指導士の指導による個人の身体状況などに応じたトレーニング（定員:先着20人）	6月～8月の火曜日（全12回）午後2時～4時※費用無料	福祉センター2階理学療法室
筋力向上トレーニング教室(接骨師会)		柔道整復師の指導による個人の身体状況などに応じた機能訓練	6月から1週間に1回程度（全12回）でおおむね3か月間※費用無料	市と契約している各接骨院
健口（けんこう）栄養教室（口の機能向上と低栄養予防）	食物を食べる、話をする等の口の機能（口腔機能）の向上、日々の食生活を見直す低栄養予防	歯科衛生士による口腔機能の重要性についての話、口腔清掃及び口腔体操。管理栄養士による栄養相談や調理実習など（定員:先着15人）	6月～8月の火曜日（全12回）午前10時30分～午後0時30分※調理実習の材料費実費	福祉センター2階作業療法室及び調理実習室

6月の女性悩みごと相談
～羽村市との共同事業～

自分自身の生き方に関すること、家族関係や職場の人間関係、夫や恋人からの暴力など、女性が抱えるさまざまな悩みごとの相談に専門の女性カウンセラーが応じます。相談内容については固く守られますので、安心してご相談ください。

日時
福生市 9日(水)・23日(水)午前9時～午後1時、市役所1階第1相談室
羽村市 2日(水)・16日(水)・30日(水)午後1時30分～4時30分、羽村市役所東庁舎1階福祉事務所内相談室※福生市・羽村市在住の女性の方なら、どちらの市へも申し込み可能です。予約制で先着3人まで（1人50分以内）。

申込み 相談日の1か月前から福生市広報広聴係☎551・1568、羽村市市民相談係☎555・1111へ。

前立腺がん検診

前立腺がん検診を受けましょう。対象者にご注意ください。

期間 6月1日(火)～10月31日(日)
場所 市内指定医療機関
対象 市内在住の50歳・55歳・60歳・65歳・70歳・75歳・80歳（平成22年4月1日現在）の男性
定員 230人（定員を超えた場合は抽選）
検診方法 医療機関による個別検診（血液検査）
費用 無料
申込み 5月28日(金)（当日消印有効）までに往復はがきで保健センターへ。

【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前立腺がん検診希望
（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名の申込です。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

助産師と話そう（申込み不要）

地域の助産師による無料相談会です。時間内は出入り自由です。

日時 5月28日(金)午前10時～正午
場所 子ども家庭支援センター
対象 妊産婦、子育て中の母子（0歳児から可）、祖父母等
※『助産師からの10分間話』もあります。5月のテーマは「スリングの使い方」です（スリングをお持ちの方はご持参ください）。
主催 西多摩助産師会
問合せ 森田助産院☎551・0323

ご利用ください
乳幼児ショートステイ

保護者の方が病気、出産、看護、冠婚葬祭、心身のリフレッシュ等でお子さんを家庭で一時的に養育できないとき、市が委託する施設で短期間お預かりします。

対象 市内在住の生後3か月から小学校就学前の乳幼児
利用期間 1回につき原則として7日以内
利用料 （宿泊保育・1日）4,000円、（日中保育・11時間未満）3,000円
利用施設 社会福祉法人東京恵明学園（青梅市友田町2―714―1）☎0428・23・0241
※福生駅から車で約15分、小作駅西口からバスで菅生高校行き恵明学園下車
申込み 印鑑を持参のうえ、子ども応援館1階子ども家庭支援センター☎539・2555または市役所1階8番子育て支援係☎551・1737へ。
※夜間や日曜、祝日等、緊急の場合は施設でも申込みができます。詳細についてはお問い合わせください。

女性特有のがん検診無料クーポン券が昨年11月に届いている方へ

女性特有のがん検診（乳がん検診・子宮頸がん検診）の受診期間は5月20日(木)までとなっています。

がんは早期発見、早期治療が大切です。まだ受診されていない方は、この機会にぜひ受診してください。

問合せ 保健センター☎552・0061

西多摩保健所医療安全支援センター「患者の声相談窓口」のお知らせ

医療に関する疑問や不安について、解決の糸口を探すお手伝いをしています。

相談内容
・医師や看護師に相談したいが、よく分からず不安
・セカンドオピニオンを受けるには、どうしたらよいか
・医療機関の職員の対応や接遇が気になる

受付時間 平日の午前9時～正午、午後1時～5時
専用電話 0428・20・2113

都営住宅入居者募集

入居資格等については募集案内でご確認ください。

対象住宅
①家族向・単身者向（一般募集住宅）
②定期使用住宅（若年ファミリー向・多子世帯向）
③若年ファミリー向

申込書・募集案内の配布
【配布期間】5月6日(木)～14日(金)（日曜日は除く）
【配布場所】市役所1階ロビー、第一棟3階まちづくり計画課住宅グループ※申込書・募集案内は募集期間中に限り、東京都住宅供給公社のホームページ（http://www.to-kousya.or.jp/）からダウンロードすることができます。

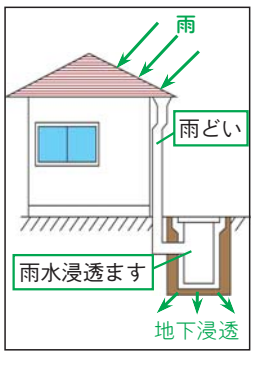
問合せ まちづくり計画課住宅グループ☎551・1961
東京都住宅供給公社（配布期間中）☎0570・010810（配布期間以外）☎03・3498・8894

雨水浸透ます設置工事費を助成します

市では、住宅の屋根に降った雨水を地中に浸透させるための施設「雨水浸透ます」設置工事に9割相当（上限40万円）の助成をします。助成は年間設置数に限度がありますので、早めに申請してください。

対象 市内全域で1,000㎡未満の敷地に建てられた、一戸建て住宅や集合住宅※工事は指定下水道工事店が行ないます。

問合せ 施設課下水道グループ☎551・1968



特別障害者手当等の振り込みのお知らせ

特別障害者手当、障害児福祉手当、経過措置の福祉手当を5月10日頃に振り込みます。問合せ 障害福祉課☎551・1742

ひとりで悩まず、まず相談を
～心の相談～

対人関係・思春期・高齢期・子育てなどの心の問題や病気について、精神科医が相談に応じます。

日時 5月28日(金)午後1時～2時30分
場所 福祉センター相談室
対象 心の問題や病気を持つ市民とその家族など
定員 先着2人（予約制）※相談内容は秘密厳守、相談料は無料
申込み 5月10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。

児童館で遊ぼう 5月（その1）

武蔵野台児童館☎553・8822

◆**遊具開放デー**6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 持ち物 うわばき※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。）

◆**のびのびひろば**11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。）

熊川児童館☎539・1515

◆**母の日スペシャル「パパもいっしょにふれあい遊びをしよう」**9日(日)午前10時30分～正午 対象 乳幼児と保護者 持ち物 うわばき、水筒、タオル※パパの参加をお待ちしてます。

◆**ワクワクゆうぐデー**10日(月)午前10時30分～11時30分 対象 乳幼児と保護者 持ち物 着替え、タオル※色々な遊具を開放しています。

◆**くまさんひろば「くまさんのこいのぼり」**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、着替え、タオル

田園児童館☎552・3133

◆**よちよちすくすくひろば「でんしゃごっこをしよう」**11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「すなばであそぼう」**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 着替え、うわばき※雨天の場合は、室内での活動になります。

▷▷▷ 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。糞は放置したり、公園内に埋めたりせず、必ず持ち帰ってください。

散歩の際は必ずひき綱を付け、公園内でも離さないでください。ルールを守り、人と動物の調和のとれた共生社会実現のため、ご協力をお願いします。

問合せ 施設課公園グループ☎551・1985

特定健康診査等のお知らせについて 広報ふっさ4月15日号に掲載予定となっておりました特定健康診査等のお知らせは、都合により広報ふっさ5月15日号に掲載となりましたのでご了承ください。問合せ 保健センター☎552・0061