

人口と世帯数 (平成 29 年 1 月 1 日現在)	
人口	男 29,336 女 29,218 計 58,554
世帯数	29,977



今号の主な記事

2面 確定申告に関する青梅税務署からのお知らせ 3面 嘱託職員募集 4面 「第5回福生ハッピーバルタウン」開催!
5面 都市計画変更(案)の縦覧について 6面 入学通知書をお送りします 7面 図書館からのお知らせ 8面 保健ガイド

確定申告・住民税(市・都民税)の申告はお早めに!

【問合せ】〈所得税および復興特別所得税の確定申告〉青梅税務署 ☎ 0428・22・3185 〈住民税(市・都民税)の申告〉市役所課税課市民税係 ☎ 551・1610

●○確定申告について○●

◎所得税および復興特別所得税(国税)の確定申告の日程・場所等

相談・受付日	受付時間	税務署員	税理士会	市職員	場所
2月 ① 1日(水)～6日(月)	午前9時～11時 午後1時～4時			○	市役所第一棟 2階 会議室
② 7日(火)～10日(金)	午前9時30分～11時 午後1時～3時	○	○		
③ 13日(月)～21日(火)	午前9時～10時30分 午後1時～3時		○		
④ 22日(水)～28日(火)	午前9時～11時			○	
3月 ⑤ 1日(水)～15日(水)	午後1時～4時			○	

※土・日・祝日は除く。混雑状況により、午前・午後とも早めに相談の受付を締め切ることがあります。

【注意事項】◆土・日・祝日は、確定申告の相談・受付は行っていません。

◆給与・年金所得で確定申告する方は①④⑤の相談・受付日を、給与・年金所得以外の所得で確定申告する方は②③の相談・受付日をお勧めします。

◆事業・不動産所得等の方は、②③の相談・受付日に収支内訳書等を記入・作成のうえ、お越しください。

◆初年度の住宅借入金等特別税額控除に該当する方は、②③の相談・受付日、または青梅税務署へ必要書類を整え、申告してください。

◆医療費控除を申告される方は、必ず「医療費の明細書」(医療を受けた人ごとに病院・薬局等の領収書を集計し、その合計金額をご記入ください。※様式自由)を作成し、領収書は封筒などに入れてお持ちください。

◆次のような場合、市の会場では相談・受付ができません。

・譲渡所得(土地・建物・株式等)や山林所得がある方(提出のみに限り、市の会場でも可能)

・事業所得(営業等・農業)または不動産所得がある方で青色申告決算書または収支内訳書の記入が済んでいない方

・繰越損失または変動所得・臨時所得の平均課税を申告される方

・消費税、贈与税、相続税、法人税等の申告をされる方

◆失業保険は、課税対象外になります。

◆公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額の合計額が20万円以下である場合は、所得税および復興特別所得税の確定申告をする必要はありません。ただし、この場合でも、医療費控除などによる所得税および復興特別所得税の還付を受けるための確定申告書を提出できます。詳しくは青梅税務署へお問い合わせください。

※確定申告が不要な場合でも、公的年金等の源泉徴収票に記載されている控除以外の控除を受けるとき、および公的年金等に係る雑所得以外の所得があるときは住民税の申告が必要です。

◆確定申告書の作成やe-Taxによる電子申告については、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)をご確認ください。

◆給与所得の方で年末調整がされていない方は、勤務先の給与担当者にご確認のうえ、確定申告または住民税の申告をしてください。

◆所得税および復興特別所得税の確定申告書の提出・納税は青梅税務署でも2月16日(水)から3月15日(水)まで行っています(土・日・祝日は除く)。ただし還付申告書は、2月15日(水)以前でも提出できます。

◎青梅税務署員等による近隣市町での出張相談

詳しくは青梅税務署へお問い合わせください。混雑状況により、午前・午後とも早めに相談の受付を締め切ることがあります。

相談・受付日	受付時間	場所
1日(水)・2日(木)	午前9時30分～11時	瑞穂町民会館(ホール)
6日(月)		青梅市役所(2階会議室)
8日(水)～10日(金)	午後1時～3時	あきる野市中央公民館(3階集会室)
13日(月)～15日(水)		羽村市役所(東庁舎4階大会議室)
14日(火)		あきる野市五日市出張所(2階会議室)

◎休日開庁

立川税務署で申告書の作成・提出会場を開設します。青梅税務署では行いませんのでご注意ください。詳しくは青梅税務署へお問い合わせください。

相談・受付日	時間	場所
2月19日(水) ・26日(水)	【受付時間】午前8時30分～(提出は午後5時まで) 【相談時間】午前9時～午後5時	立川税務署(立川市緑町4-2立川地方合同庁舎)

●○住民税の申告について○●

◎住民税(市・都民税)の申告の日程・場所等

【受付日時】2月1日(水)～3月15日(水)午前8時30分～午後5時15分(水曜日は午後8時まで) ※土曜日の正午～午後1時および日・祝日を除く。

【受付場所】市役所1階4番課税課

〈住民税(市・都民税)の申告が必要ない方〉

◆所得税の確定申告をする方

◆前年中の所得が1か所からの給与のみの方で、勤務先から福生市に給与支払報告書が提出されている場合(不明な場合は勤務先の給与担当者にご確認ください。)

◆1月1日現在65歳以上で年金収入が155万円以下(65歳未満の方は105万円以下)の年金所得のみの方(ただし扶養や寡婦等の控除の追加等をする方、遺族年金、障害年金など非課税年金のみの方は申告の必要があります。)

〈住民税(市・都民税)の申告が必要な方〉

◆上記の〈住民税(市・都民税)の申告が必要ない方〉に該当しない方

◆給与所得がある方で、勤務先から福生市に給与支払報告書の提出がされていない場合(勤務先の給与担当者に確認してください) ※前年中に2か所以上から給与を受けている方は確定申告をしてください。

◆非課税所得のみの方(遺族年金、障害年金、雇用(失業)保険受給者など)

◆収入がなかった方で、扶養されていない、または扶養されていても扶養者が1月1日現在福生市外にお住まいの方

●○確定申告書および住民税申告書への個人番号の記載について○●

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入により、所得税等の確定申告書および住民税申告書に、個人番号の記載が必要であるとともに本人確認(番号確認と身元確認)書類の提示または写しの添付が必要となりました。申告者本人の個人番号以外に、控除対象配偶者や扶養親族等についても個人番号の記載が必要です。

※市の会場で確定申告書を提出する場合は、申告者の本人確認(番号確認と身元確認)書類の写しの提出が必要です。なお、控除対象配偶者や扶養親族等については、本人確認書類は不要ですが、申告者本人が控除対象配偶者や扶養親族等の個人番号を確認することとされています。

●○確定申告、住民税の申告にお持ちいただくもの○●

次の①～④は提出、⑦⑧は市の会場で確定申告書を提出される場合は、写しの提出が必要です。

①税務署・市から送られた書類がある場合にはその書類(印鑑持参)

②平成28年中の収入を証明するもの(給与・年金収入がある方は必ず源泉徴収票をお持ちください。)

③生命保険料控除証明書、個人年金保険料控除証明書、平成18年12月31日までに締結した長期損害保険料控除証明書、地震保険料控除証明書、医療費などの領収書等

※医療費控除を受ける方は「医療費の明細書」(医療を受けた人ごとに病院・薬局の領収書を集計し合計金額を記入※様式自由)を作成し、領収書は封筒などに入れて持参。

④国民年金保険料・国民年金基金については、日本年金機構・国民年金基金連合会からの控除証明書(はがき)

⑤障害者控除を受ける場合は、身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳、障害者控除対象者認定書

⑥配偶者特別控除を受ける方は、平成28年中の配偶者の所得が分かるもの

⑦マイナンバーカード、通知カード、住民票の写しまたは住民票記載事項証明書(個人番号の記載のあるものに限る)のうちいずれか一つ

⑧マイナンバーカードをお持ちでない方は、運転免許証、公的医療保険の被保険者証、パスポート、身体障害者手帳、在留カードなどうちいずれか一つ

2面にも確定申告に関するお知らせを掲載しています。

確定申告に関する青梅税務署からのお知らせ

◆平成 28 年分の所得税および復興特別所得税の確定申告書の提出・納税は、2 月 16 日(休)～3 月 15 日(休)までです。ただし、還付申告書は、2 月 15 日以前でも提出できます。

なお、青梅税務署では、2 月 9 日(休)～3 月 15 日(休)の間(土・日・祝日を除く)、所得税および復興特別所得税・贈与税・個人事業者の消費税および地方消費税の申告書作成会場を開設します。受付時間は午前 8 時 30 分～午後 5 時です。

※2 月・3 月は、青梅税務署の駐車場は使用できません(身体障害者用車両は除く)。

◆復興特別所得税の計算・記載漏れにご注意ください。個人の方は、平成 25 年分から平成 49 年分まで、復興特別所得税(基準所得税額の 2.1%)を所得税と併せて申告・納付することになります。

◆消費税および地方消費税の確定申告書の提出・納税は、現在受付中で、締め切りは 3 月 31 日(金)までです。

◆国税庁ホームページの確定申告書作成コーナーで、所得税および復興特別所得税・贈与税・個人事業者の消費税および地方消費税の申告書や青色申告決算書などを作成できます。

作成した申告書等は印刷して書面により提出できるほか、e-Tax(国税電子申告・納税システム)を利用して提出することもできます。また、「所得税および復興特別所得税の確定申告の手引き」や申告書用紙等は、国税庁ホームページからダウンロードできます。

なお、e-Tax の利用に際しては、マイナンバーカード(電子証明書付き)の取得、対応する IC カードリーダーの購入など事前準備が必要です(マイナンバーカードを未取得であっても、住民基本台帳カードに搭載された電子証明書をお持ちの方は有効期限まで利用可能です)。

◆平成 27 年分の確定申告において、e-Tax を利用して提出、または印刷して書面により提出した方は、平成 28 年分の確定申告書等の用紙が送付されません。

◆提出された医療費の領収書等の税務署での保管期間は 1 年です。医療費の領収書等が後日必要になる方は、①確定申告書を提出する際に税務署で提示いただくか、②医療費の領収書等の希望する旨の書面および所要額の切手を貼った返信用封筒(返送先を記入)を同封してください。

◆財産債務調書および国外財産調書の提出について、所得税等の確定申告書を提出しなければならない方で、平成 28 年分の総所得金額および山林所得金額の合計額が 2 千万円を超え、かつ、平成 28 年 12 月 31 日において、その価額の合計額が 3 億円以上の財産または、その価額の合計額が 1 億円以上の国外転出特例対象財産を有する方は、平成 29 年 3 月 15 日(休)までに「財産債務調書」の提出をお願いします。

また、平成 28 年 12 月 31 日において、その価額の合計額が 5 千万円を超える国外財産を有する方は、平成 29 年 3 月 15 日(休)までに「国外財産調書」の提出をお願いします。

◆税務署窓口で確定申告書を提出される際には、番号確認および身元確認に時間を要しますので、あらかじめマイナンバーカードまたは通知カード、運転免許証などの書類を事前にご用意ください。

なお、e-Tax で送信する場合は、本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

国税に関する社会保障・税番号制度についての詳しい情報は、国税庁ホームページ内の「社会保障・税番号制度『マイナンバー』について」をご覧ください。

なお、「通知カード」および「マイナンバーカード」に関することや、その他マイナンバー制度に関することは、マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120・95・0178 へお問い合わせください。

◆にせ税理士およびにせ税理士法人にご注意！

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。

【問合せ】青梅税務署総務課 ☎ 0428・22・3185、東京税理士会青梅支部 ☎ 0428・23・2331

ご存じですか？ 高齢者の「障害者控除」

身体障害者手帳等の交付を受けていない方であっても、65 歳以上で寝たきりなど一定の要件に該当する方には、障害者控除対象者認定書を発行します。

所得税や住民税の申告の際に添付することで、本人またはその扶養者が障害者控除または特別障害者控除を受けられます。

【申込み】印鑑を持参して市役所 1 階 9 番介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764 へ。

2 月 11 日(土)は、建国記念の日につき閉庁します

窓口ご利用の際にはご注意ください。

【問合せ】企画調整課企画調整担当 ☎ 551・1528

ご利用ください
インターネット講座中継

本会議の映像をインターネットで配信しています。仕事や子育てなどで傍聴に出かけることができない方も、ご自宅のパソコン等で本会議の様子をいつでもご覧になれます。

「市民に開かれたわかりやすい議会」を一層推進するため、積極的に議会情報をお届けしていきたいと考えています。ぜひご利用ください。

【配信内容】本会議のライブ映像と録画映像

※録画映像は、過去の会議を会議名や議員名、用語などで検索してご覧いただくことができます。

【アクセス方法】市ホームページから、福生市議会「インターネット中継」にアクセスして、ご覧ください。

【問合せ】議会事務局庶務係 ☎ 551・1523

収納課からのお知らせ

▼1月の納税のお知らせ

1 月は市・都民税(第 4 期)、国民健康保険税(第 7 期)、介護保険料(第 7 期)、後期高齢者医療保険料(第 7 期)の納期です。納期限は 1 月 31 日(火)です。

2 月の無料相談 【問合せ】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

※予約開始日が土・日・祝日の場合、翌日以降最初の平日から予約開始となります。

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権身の上相談・行政相談	1 日(休)	午後 1 時 30 分～4 時 30 分	市役所 1 階第一相談室	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	2 日(休)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	14 日(火)			
税務相談	23 日(木)	午後 1 時 30 分～4 時	市役所 1 階第一相談室	予約制、先着 6 人(1 人 30 分) ※相談日 6 日前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
法律相談	4 日(土)・8 日(水)・15 日(水)・22 日(水)			
交通事故相談	16 日(木)	午後 1 時 30 分～4 時	市役所 1 階第一相談室	予約制、先着 3 人(1 人 45 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。
少年相談	17 日(金)	午前 9 時～午後 4 時 30 分	市役所 1 階第一相談室	予約制、警視庁八王子少年センター ☎ 042・679・1082 へ。相談日当日は秘書広報課広報広聴係へ。
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前 9 時～午後 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
教育相談	毎週月～土曜日	午前 10 時～午後 5 時	教育相談室(子ども応援館 2 階)	教育についての悩み全般に関すること。教育委員会教育相談室 ☎ 551・7700
消費者相談	毎週月・木・金曜日	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 ☎ 551・1699
事業資金相談	9 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

【その他の相談】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(市役所代表 ☎ 551・1511)、心の相談、成年後見制度相談、苦情相談、権利擁護相談、心配ごと相談(福祉センター ☎ 552・5027)

交通安全推進委員を募集しています

福生市交通安全推進委員会は現在、推進委員を募集しています。

福生市交通安全推進委員会は福生警察署の指導のもと福生交通安全協会と連携・協力し、交通安全の啓発を行っています。交通安全運動期間中を始め、市の行事等では交通安全対策に取り組むなど、市の交通安全を支えている市民の団体に貢献していただく機会があります。推進委員会の活動等に興味をお持ちの方はお気軽にお問い合わせください。

【問合せ】安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1699

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

福生市文化財消防演習を行います

▼「育てよう 歴史を守る 防火の心」1月26日は文化財防火デーです

文化財を火災から守るため、消防署と消防団、自主防災組織が連携する文化財消防演習を今年も実施します。ぜひご覧ください。

【日時】1月21日(土)午前9時～※小雨決行

【場所】石川酒造

▼文化財防火デーとは

昭和24年1月26日、法隆寺金堂から出火した火災にちなみ、昭和30年に定められ、今年で63回目を迎えます。

【問合せ】安全安心まちづくり課防災係 ☎ 551・1638、福生消防署予防課 ☎ 552・0119

選挙管理委員会および補充員が改選されました

平成28年12月24日の任期満了に伴い、12月議会で次の方が新たに選挙管理委員会委員および同補充員に選

○市内の地区別 空き巣・ひったくり発生状況 (平成28年11月発生分)

地区	面積 (km ²)	空き巣狙い	前月末比	ひったくり	前月末比
本町	0.16				
志茂	0.28				
牛浜	0.23				
武蔵野台	0.49				
福生	1.80	11月、および10月については、空き巣、ひったくりとも発生しませんでした。			
熊川	2.57				
北田園	0.32				
南田園	0.41				
加美平	0.61				
東町	0.05				
合 計	6.92	0	0	0	0

任されました。任期は平成28年12月25日～平成32年12月24日です。

〈委員長〉平田ヒロ子氏

〈同職務代理者〉岩崎澄雄氏

〈委員〉佐藤和男氏、小野澤正子氏

〈補充員〉原紀子氏、春日広信氏、西敏彦氏、早田大作氏

【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎ 551・1802

公共施設飲料水等自動販売機設置事業者を募集します

期間は平成29年4月1日～平成30年3月31日です。募集要領を確認のうえ、ご応募ください。

【募集要領配布期間】1月25日(水)～2月2日(木)※市ホームページからダウンロードすることができません。

【申込み受付期間】1月25日(水)～2月2日(木) (土・日曜日を除く)

【入札日時】2月13日(月)午後1時30分(予定)

※詳細は市ホームページに1月25日(水)に掲載予定です。

【問合せ】契約管財課管財係 ☎ 551・1535

福生市まちづくりに資する寄附金(ふるさと納税)

12月1日～31日の間に匿名で7名の方から41万3,000円のご寄附をいただきました。寄附金は、寄附者のご希望等に応じ、有効に活用させていただきます。

(平成28年度累計21件、322万8,000円)

【問合せ】契約管財課管財係 ☎ 551・1535

交通災害共済(ちょこっと共済)に加入しましょう!

平成29年度の交通災害共済の受付を2月1日(水)から開始します。加入申込書パンフレットは、1月中旬出張受付日程

実施日	受付時間	受付場所
2月4日(土)、3月11日(土)	午前10時～午後4時	伊勢丹立川店(立川駅北口)
2月5日(日)	午前10時～正午	福東会館
	午後2時～4時	富士見台町会集会所
2月12日(日)	午前10時～正午	わかざり会館
	午後2時～4時	かえで会館
2月19日(日)	午前10時～正午	市民会館
	午前10時～午後4時	イオンモール日の出
	午後2時～4時	福祉センター
2月25日(土)	午前10時～午後4時	モリタウン(昭島駅北口)
	午前10時～正午	わかたけ会館
2月26日(日)	午後2時～4時	熊川地域体育館

マイナンバーカード についてのお知らせ

▼確定申告でマイナンバーカードを利用される方について

電子証明書が搭載されたマイナンバーカードを利用し、確定申告ができます。

また、現在住民基本台帳カード・電子証明書をお持ちの方は、有効期限まで利用できます。ただし、住民基本台帳カードへの電子証明書の発行(更新)は終了しています。確定申告を電子申告する方で住民基本台帳カードに搭載されている電子証明書の期限が切れている方は、マイナンバーカードを申請してください。

現在、申請から約1か月半でマイナンバーカードの交付通知書をお送りしています。

▼マイナンバーカードの受取はお早めに

市役所から交付通知書が届いている方は、必要なものを持参のうえ、市役所一階6・7番総合窓口課にお越しください。期限を過ぎている場合でも受け取れます。また、必要でない場合は本人確認書類を持参のうえ、取消の手續きにご来庁ください。

【受付時間】月～土曜日午前8時30分～午後4時(水曜日は午後6時まで) ※午前11時30分～午後1時と日・祝日を除く。

【問合せ】総合窓口課 ☎ 551・1595

嘱託職員募集

【問合せ】職員課 ☎ 551・1589

名称	人員	勤務時間	勤務場所	報酬	受験資格	試験の方法
一般事務嘱託員	15人程度	週5日(月～金曜日)午前9時～午後4時※部署により異なる場合あり	市役所ほか	時間額1,000円	パソコン操作(エクセル・ワード)ができる方	面接(1月27日(金))
要介護認定調査嘱託員	1人	週5日(月～土曜日)午前9時～午後4時	市役所	月額162,400円	次のいずれにも該当する方①介護支援専門員または介護職員初任者研修課程(旧ヘルパー2級)を修了した方で在宅での介護経験のある方②自動車運転免許資格のある方③東京都等が実施した認定調査員新規研修を修了した方	面接(1月30日(月))
地域包括支援センター嘱託員	1人	週5日(月～金曜日)午前9時～午後4時	市役所	月額173,600円	介護支援専門員、看護師、または社会福祉士のいずれかの資格を有する方	面接(1月30日(月))
子ども家庭支援センター嘱託員	1人	週4日(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	月額173,600円	次のいずれかに該当する方①社会福祉士、保健師、保育士、臨床心理士、精神保健福祉士、教員免許(幼稚園教諭含む)のいずれかの資格(見込みを含む)を有する方②児童福祉に関する仕事の経験と知識を有する方	作文(1月31日(火)締切)、面接(2月7日(火))
母子・父子自立支援員	1人	週5日(月～土曜日)午前9時～午後4時	市役所	日額10,200円	次のいずれかに該当する方①社会福祉士、保健師、看護師、心理カウンセラーのいずれかの資格(見込みを含む)を有する方②母子福祉に関し知識と熱意のある方	作文(1月31日(火)締切)、面接(2月7日(火))
学校事務嘱託員	若干名	週4日(月～水、金曜日)午前8時15分～午後4時45分(原則)	市内小・中学校	時間額1,310円	パソコン操作(エクセル・ワード)ができる方	面接(1月24日(火)・25日(水))
学校用務嘱託員	若干名	週5日(月～金曜日)午前8時～午後3時※勤務時間は学校により異なる場合あり	市内小・中学校	月額162,400円	自動車運転免許資格を有する方	
ふっさっ子の広場嘱託員(指導員)	若干名	週5日(月～金曜日) [夏時間(4月～9月)]午後0時30分～6時30分 [冬時間(10月～3月)]正午～午後6時	市内小学校	月額162,400円	次のいずれかに該当し、簡単なパソコン操作(エクセル・ワード)ができる方①教員免許、幼稚園教諭免許、保育士資格のいずれかを有する方、または社会教育主事課程、司書課程、学芸員課程のいずれかを修了した方②地域で、子ども関係事業等に精通した方③児童の健全育成に関する知識、経験等を有する方	作文(1月31日(火)締切)、面接(2月6日(月))
就労促進指導員	1人	週2日(月～金曜日)午前9時～午後4時	市役所	日額10,000円	次のいずれにも該当する方①生活保護制度について理解力のある方②公共職業安定所等での勤務経験を有する方③労働に関する識見を有し、かつ、被保護者等の就労の促進に熱意を有する方	面接(2月7日(火))
郷土資料室嘱託員	若干名	月16日(火～日曜日)午前8時30分～午後5時15分※出勤曜日不定	郷土資料室	月額173,600円	次のいずれかに該当する方①学芸員、教員、社会教育主事のいずれかの資格(見込みを含む)を有する方②博物館等で学芸業務の5年以上の経験がある方③上記と同等の知識及び技能を有すると認められる方	作文(2月3日(金)締切)、面接(2月8日(水))
図書館嘱託員	若干名	週5日(火～日曜日)午前9時～午後4時・午前10時～午後5時・午後2時15分～8時15分※祝日出勤あり、出勤曜日不定 週3日(火～日曜日)午前9時～午後5時※祝日出勤あり、出勤曜日不定	中央図書館、武蔵野台図書館、わかざり図書館、わかたけ図書館	時間額1,150円	次の要件に該当する方①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②パソコン操作(エクセル・ワード)ができる方	面接(1月26日(木))

【雇用期間(共通)】平成29年4月1日～平成30年3月31日(翌年度以降、期間の更新の制度あり) ※勤務条件、受験資格等の詳細は、市ホームページまたは職員課へお問い合わせください。
【申込み方法】1月16日(月)～20日(金)までに本人が履歴書(写真貼付)および資格を有することを証明できるものの写し(当該職種のみ)を持参のうえ直接、市役所第一棟5階職員課へ。

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)

火葬費等助成交付申請の終りについて

平成24年4月1日で「福生市火葬費等の助成に関する条例」等が廃止されました。経過措置として、平成24年3月31日まで亡くなった方で、瑞穂斎場を使用した日から5年間、交付の請求をすることができま

すが、平成29年3月31日まで交付が終了します。申請がお済みでない方は、市役所1階7番総合窓口課で申請の有無を確認のうえ、申請してください。

なお、電話での申請の有無の問合せにはお答えできません。※申請できる方は死亡届の届出人です。

【問合せ】総合窓口課 ☎551・1595

国保だより

▼平成28年度第2回国民健康保険運営協議会を開催します

【日時】2月2日(木)午後2時

【場所】市役所第一棟4階庁議室

【傍聴定員】先着5人※直接会場へお越しください。

【問合せ】保険年金課 保険年金係 ☎551・1640

年金だより

▼国民年金保険料の前納について

国民年金には保険料を前払いすると割引になる「前納」という制度があります。口座振替・クレジット

カード納付による4月末日引き落としの6か月前納(4月～9月分)、1年前納(4月～翌年3月分)、2年前納(4月～翌々年3月分)

の申込み期限は、平成29年2月末となっています。各納付方法により割引額が異なります。口座振替での前納は、現金納付やクレジットカード納付による前納よりも、割引額が多いためお得です。各種割引額についてはお問い合わせください。また、4月分からの前納をご希望の場合は、必ず申込み期限までにご相談

ください。

【問合せ】青梅年金事務所 ☎0428・303410

汚れた資源の出し方

ごみと資源を分別する際、汚れの落ちないものは、資源として収集することができません。次のとおり処分をお願いします。

▼ビン、缶、金属で汚れが落ちないものは、燃やさないごみで出してください。

▼ペットボトル、プラスチックボトル、硬質プラスチック、容器包装プラスチック、ダンボール、新聞、雑誌、雑紙、古着、古繊維で汚れが落ちないものは、燃やさないごみで出してください。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎551・1731

環境マネジメントシステム「F・e」環境取組監査を実施します！

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26年度から環境マネジ

メントシステム「F・e」を新たな規格とし、環境配慮に取り組んでいます。

1月31日(火)から2月2日(木)の3日間にわたり、環境取組監査を実施します。

【問合せ】環境課環境係 ☎551・1718

これでイチゲンさんを卒業！「第5回福生ハッピーバルタウン」開催！

気になるお店があるけど、値段や雰囲気からわからないから入りづらい。そんな悩みを解決してくれるのが「福生ハッピーバルタウン」です。チケットを購入すれば、おつまみ1品とドリンク1杯を堪能できます！しかも、価格はとても良心的。

当日使いきれなかったチケットは、「あとバル」期間中に金券として使用できます。

【開催期間】2月19日(日)・20日(月)午後5時～11時(「あとバル」は2月21日(火)～27日(月))

【参加店舗】約35店舗(詳細は福生ハッピーバルタウンホームページをご覧ください)

【チケット】300円×10枚綴り(チケットは複数人で共有できます)

【チケット代】前売り3,000円、当日3,500円

【チケット購入方法】福生ハッピーバルタウンホームページから申し込むか、チケット販売所で直接購入してください。前売りチケットは1月23日(月)から販売します(イベ

ごみ・資源収集情報

ごみが44t減ったよ!	資源の割合が変わらなかったよ!
28年11月 986t	28年11月 292t (23%)
27年11月 1,030t	27年11月 315t (23%)

※資源の割合 = 資源収集量 ÷ ごみと資源収集量

資源回収団体による資源回収量	
28年11月	89t
27年11月	81t

2月の資源回収予定

実施団体	実施日
福栄福寿会	4日(土)
本町第七町会	5日(日)
武蔵野台一丁目子供会	5日(日)
牛浜第二町会	12日(日)
鍋ヶ谷戸第二町会	12日(日)
福東幸せ会(都営熊川第2アパート内)	12日(日)
富士見台町会	12日(日)
本町町会	12日(日)
武蔵野町会	12日(日)
内出子供会	19日(日)
志茂第二町会	19日(日)
原ヶ谷戸町会	19日(日)
福生団地自治会	19日(日)
南田園二丁目町会	19日(日)
加美平老人クラブ	25日(土)
青少年育成加美地区委員会	26日(日)
永田子供会	26日(日)
南田園三丁目町会	26日(日)
レッドベアーズ	26日(日)

収集地域は実施団体地域内。天候などにより変更する場合があります。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎551・1731

【問合せ】福生商店街協同組合 ☎530・8855、銀座商栄会(西多摩新聞社) ☎552・3737

農業委員会委員の候補者の推薦・公募を実施します

農業委員会等に関する法律の一部改正に伴い、農業委員の選出方法が公選制から市長の任命制へと変更となったことにより、推薦または公募を実施します。

【推薦・公募期間】2月1日(水)～3月3日(金)

【定数】7人

【委員の任期】平成29年7月20日から3年間

【募集要項】市役所第二棟2階シティセールス推進課窓口で配布、またはホームページからダウンロードできます。※詳細はホームページをご覧ください。

【問合せ】シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699

◆市民農園使用者募集◆

福生武蔵野・福生奈賀・熊川北・熊川武蔵野第二・熊川牛浜市民農園の春からの使用者を募集します。余暇を利用して野菜作りの楽しさを味わってみませんか。

【貸出期間】平成29年4月1日～平成31年2月末日

【貸出面積】一区画 10㎡

【協力会費】2,000円(水道料等)

【応募条件】市内在住で住民基本台帳に登録されている方※申込みは1世帯1農園一区画のみ。ほかの市民農園をご利用の方は申込みできません。

【申込方法】往復はがきの往信面の裏に①希望する農園名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤生年月日⑥「規約の遵守及び住民基本台帳を閲覧することに同意する」、返信面の表にご自分の宛先を明記し裏面は白紙で、2月3日(金)(当日消印有効)までに〒197-8501 福生市本町5福生市役所シティセールス推進課産業活性化グループへ。 ※農園は各農園の使用者で組織する協力会(全員加入)で管理、運営を行いますので「市民農園使用者協力会

運営規約」をよくお読みになりお申し込みください。運営規約は市のホームページまたは市役所第二棟2階シティセールス推進課窓口でご確認ください。

※申込みが定員を超えた場合のみ公開事前抽選を実施します(観覧自由)。

【事前抽選日時・場所】2月13日(月)午前9時30分から市役所第二棟4階第一委員会室で実施します。抽選結果は返信はがきでお知らせします。

農園名	貸出区画	区画抽選会日時・場所
福生武蔵野	122区画	2月25日(土) 午前10時30分 第一小学校体育館※上履きをお持ちください。車での来場はできません。
福生奈賀	83区画	
熊川北	21区画	午後3時30分
熊川武蔵野第二	36区画	
熊川牛浜	18区画	

※利用区画は抽選会で決定し、返信はがきでご案内します。なお、協力会費のお支払い、誓約書等は後日となります。返信はがきで併せてお知らせします。

【問合せ】市民農園使用者協力会事務局(シティセールス推進課) ☎551・1699

多摩ものづくりチャレンジ事業、多摩地域のものづくり企業で技術を学び働きたい人を募集

東京都商工会連合会が東京都の補助金を活用し実施する事業です。多摩地域ものづくり人材確保支援協議会が主体となり、多摩地域のものづくり企業で働きたい方を対象に、「多摩地域ものづくりチャレンジ事業」の募集をしています。事前研修と2か月実習の後、直接雇用の可能性も有ります。未経験の方も歓迎です。

【待遇】参加期間中時給1,100円・交通費一律1,000円支給。詳細は多摩地域ものづくり人材確保支援協議会ホームページをご覧ください。

【問合せ】多摩地域ものづくりチャレンジ事業事務局 ☎042-516-9096

側溝には排水しないで!
道路にある側溝は、道路に降った雨水を雨水管に集める役目があり、側溝を通して雨水管に集まった雨水は直接多摩川に流入します。このため道路側溝に家庭・事業場からの生活雑排水、油などを流すことは多摩川に排出していることとなり、多摩川の環境、生態系に悪影響を及ぼす恐れがあります。もちろん、ごみ、たばこの吸殻もそうです。家庭事業場からの排水は、公共汚水ますを通じて汚水管に排出、ごみは分別、吸



殻は灰皿へお願いします。【問合せ】施設課下水道グループ ☎551-1968

飲食店経営の皆さんへ
グリース阻集器は厨房の排水から油脂分を取り除く装置です。阻集器を設置して定期的な清掃を行うことで、排水管や下水道管を詰まらせたり、悪臭を放つ原因になる油脂分を除去できます。飲食店では、グリース阻集器の設置と、定期的な清掃をお願いします。

【問合せ】施設課下水道グループ ☎551-1968

下水道使用料を減免します
市では障害者世帯の下水道使用料の基本料金相当額(一世帯当たり月345円)を減免します。

【対象】住民税(市民税・都民税)が非課税の世帯で、次の要件に該当する方を構成員とする世帯
①身体障害者手帳(1級または2級)の交付を受けている方
②愛の手帳(1度または2度)の交付を受けている方
③精神障害者保健福祉手帳(1級)の交付を受けている方

【必要書類等】
①印鑑
②障害者手帳
③直近の水道・下水道料金の領収書、または「ご使用料等、口座振込済のお知らせ」
【すでに減免を受けている方へ(お願ひ)】住所や世帯の構成が変わった場合、



減免が新しい住所へ移行されない場合がありますので、必ずご連絡ください。【問合せ】施設課下水道グループ ☎551-1968

下水道モニター募集
【内容】インターネットアンケートの回答、施設見学会への参加等
【対象】平成29年4月1日現在、満20歳以上で都内在住の方(公務員、過去にモニターを経験した方、島しょ在住を除く)で、ホームページ閲覧とEメールの送受信ができる方
【募集人数】1,000人程度(応募者多数の場合は、選考により決定) ※下水道局ホームページをご覧のうえ、2月28日(火)までにお申し込みください。

【任期】平成29年4月1日から1年間
【謝礼】回答数に応じ図書カードを贈呈
【問合せ】下水道局広報サービス課 ☎03-5320-6693

都市計画変更(案)の縦覧について
市では、次のとおり都市計画変更を行うための縦覧を行います。

【都市計画の種類】福生都市計画生産緑地地区
【縦覧期間】1月16日(月)30日(土・日曜日を除く)
【縦覧時間】午前8時30分～午後5時15分
【縦覧場所】市役所第一棟3階まちづくり計画課

【問合せ】まちづくり計画課 計画グループ ☎551-1952

平成28年度臨時福祉給付金等について
臨時福祉給付金は、平成28年11月30日で申請受付を終了しましたが、長期入院、長期不在等の理由により申請できなかった方はご相談ください。なお、平成29年2月15日(水)を過ぎている申請は、長期入院等の理由があっても受付できませんのでご注意ください。

【問合せ】社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎551-1735

成年後見制度研修会
任意後見制度を学ぼう
成年後見制度の一つである任意後見制度とは、判断能力が十分でなくなった時に備え、本人に代わり手続きをする内容を事前に契約しておく制度です。

【日時】2月10日(金)午後2時～3時30分
【場所】福祉センター2階学習集会所
【定員】先着30人
【講師】高橋良太氏(にしたま司法書士事務所司法書士)
【申込み】2月7日(火)までに地域包括支援センター福生 ☎551-1537、地域包括支援センター熊川 ☎510-2945へ。

リハビリ相談会
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などを対象に、リハビリ全般について

の相談を理学療法士が個別にお受けします。
【日時】2月4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 ※申込み不要
【主催】公益社団法人東京都理学療法士協会成人福祉部・福生市社会福祉協議会
【問合せ】社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎552-5027

身近な法律相談
高齢者・障害者の皆さんの遺産相続・財産管理・遺言書作成・人権擁護・成年後見などについて、弁護士が相談に応じます。
【日時】2月15日(水)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) ※初めての相談の方に限り
【申込み】1月23日(月)から社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎552-5027へ。

12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番地先誘導灯付近		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	634	-53	134	-21
午前7時～午後7時	523	-18	91	-9
午後7時～午後10時	107	-36	42	-13
午後10時～午前7時	4	1	1	1
最高音圧レベル(デシベル)	120	6	88	-1
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	67	3	48	1

高次脳機能障害相談
脳卒中や交通事故のあと、新しいことが覚えられなくなった。感情や欲求のコントロールがしにくい等の原因は、もしかしたら「高次脳機能障害」かもしれません。ご家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。

①【日時】2月14日(火)午後2時～4時
②【日時】2月28日(火)午後2時～4時
【共通】【相談員】作業療法士等
【場所】市役所
【対象】高次脳機能障害の当事者および家族等
【申込み】1月18日(水)から障害福祉課 ☎551-1742へ。

ご参加ください! 認知症サポーター養成講座
認知症は誰にでも起こりうる病気で、決して他人事ではありません。安心して暮らせるまちづくりのために、一緒に認知症について学びませんか。多くの皆さんにご参加いただけるよう2か所で開催します。

①【日時】2月7日(火)午後2時～3時30分
【場所】福祉センター
【申込み】ふっさボランティア・市民活動センター ☎552-2122へ。
②【日時】2月25日(土)午前10時～11時30分
【場所】福東会館
【申込み】地域包括支援センター熊川 ☎510-2945へ。
【共通】【対象】市内在住・在勤・在学の方で認知症に関心のある方
【定員】先着30人(受付中)
【持ち物】筆記用具(資料をお配りします。)

～福島応援プロジェクト～
【南相馬の障がい者施設から伝えたいこと】
全国で多発する災害。いつ自分自身に降りかかるかわからない危機感を感じる方も多いのではないのでしょうか。平成23年3月11日……。今もなお爪あとを残す東日本大震災の被災地では、何が起き、そして今どうなっているのか。南相馬市の障がい者施設の取組みを学び、私たちができることについて考えてみませんか?

【日時】2月18日(土)午後1時30分～3時30分 ※1時間開場
【場所】福祉センター
【対象】当事者、家族、関係者、テーマに関心のある方 ※申込み不要
【内容】▼パネル展示・南相馬ファクトリー支援品販売
▼講演会「南相馬の障がい者施設から伝えたいこと」
【講師】佐藤定広氏(南相馬ファクトリー代表)
▼パネルディスカッション・南相馬支援報告など
【問合せ】社会福祉協議会ふっさボランティア・市民活動センター ☎552-2122

【地場産野菜の直売会「くるみる やさい市」を開催】市内農業者が減農薬に取り組みながら生産した、安心・安全・美味しい野菜を販売します。【日時】1月21日(土)午前10時～午後5時 【場所】くるみるふっさ前庭 ※商品が無くなり次第終了、小雨決行 【問合せ】くるみる ふっさ ☎530-2341(月曜定休日 ※祝日を除く)

「災害時 みんなを守る 地域の力」町会・自治会に加入しましょう

高校・大学等入学資金融資をあっ旋しています

市では、平成 29 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方の経済的負担を軽減す

【申込み期限】2月28日(火) ※詳細は教育総務課へお問い合わせください。

道徳授業地区公開講座

道徳授業地区公開講座で、子どもたちの心の教育

【講師】板垣和生氏(南田園三丁目町会長)

【演題】「生きること」

【問合せ】教育指導課 係 551・1538

【演題】「思春期の子育て」

【講師】板垣和生氏(南田園三丁目町会長)

【演題】「生きること」

【問合せ】教育指導課 係 551・1538

【演題】「東南アジアの子どもの瞳の輝きに学ぶ」

児童館で遊ぼう！(1月その2)

ひろば事業

乳幼児と保護者を対象とした、子育て支援事業です。

【熊川児童館】☎ 539・1515

▼遊具開放 DAY 23日(月)・25日(水)・30日(月)、2月1日(水)午前10時～正午

▼くまさんひろば 24日(火)午前10時30分～11時30分

▼ウキウキ親子リトミック 26日(木)午前10時30分～11時15分

▼親子DE体操 2月2日(木)午前10時50分～11時30分

【田園児童館】☎ 552・3133

▼よちよちすくすくひろば 24日(火)午前10時30分～正午

▼みんなのひろば 25日(水)午前10時30分～11時30分

▼おはなしの日 26日(木)、2月2日(木)午前11時～11時20分

▼ぼんぼこタイム 2月1日(水)午前11時～11時20分

【武蔵野台児童館】☎ 553・8822

▼びよびよひろば 23日(月)午前10時30分～正午

▼とことこひろば 24日(火)午前10時30分～正午

▼わんぱくひろば 26日(木)午前10時30分～正午

▼遊具開放 DAY 2月2日(木)午前10時30分～正午

多世代交流事業

【田園児童館】☎ 552・3133

▼田園じどうかんまつり 2月5日(日)午前11時40分～午後3時15分

▼季節の事業*

【武蔵野台児童館】☎ 553・8822

▼節分豆まき会 2月1日(水)午後3時30分～4時30分

※各館とも事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行っています。

※1月25日(水)までに通知書が送付されています。

【問合せ】教育支援課 係 551・1948

【問合せ】教育支援課 係 551・1948

【問合せ】教育支援課 係 551・1948

【問合せ】教育支援課 係 551・1948

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 551・1948

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

【問合せ】教育支援課 係 552・5511

～運動を始めたい方へ～「スポーツ教室《体験参加》」

中央体育館ではさまざまなスポーツ教室をご用意して皆さんをお待ちしています。

Table with 4 columns: 目的, 教室名, 内容, 日時. Includes activities like Night Stretching, Balance Ball, and Tai Chi.

【託児料】約5人

【服装・持ち物】運動のできる服装、底の薄い上履き、飲み物、タオル

図書館からのお知らせ

平成 28 年度東京都多摩地域公立図書館大会「魅力ある図書館をめざして～地域の活性化とくらしの中の図書館～」

- ①【日時・内容】2月1日(水)午前10時～正午・「地域に活力を生み出す図書館について考える」
【講師】大串夏身氏(昭和女子大学名誉教授)
②【日時・内容】2月1日(水)午後2時～4時30分・「地域の情報基盤としての公共図書館」
【講師】根本彰氏(慶應義塾大学文学部教授)
③【日時・内容】2月2日(木)午前10時～正午・「障害者差別解消法と図書館のサービス」
【講師】佐藤聖一氏(埼玉県立久喜図書館障害者サービス担当司書主幹)※手話通訳あり
<①②③共通>
【場所】立川女性総合センターアームホール(立川市曙町2-36-2)
【対象】図書館職員および一般の方※申込み不要。先着順で

す。当日は直接会場へお越しください。
【主催】東京都市町村立図書館長協議会
【問合せ】東大和市中央図書館 ☎ 042・564・2454

図書館おはなし会

- 各会とも直接お越しください。
▼中央図書館おはなし会
【日時】2月1日・8日・15日・22日各水曜日とも午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生
▼中央図書館乳幼児おはなし会「おはなしであそぼ！」
【日時】2月7日(水)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!)
【出演】おはなしのもり
▼中央図書館おはなし会「おはなしのポケット」
【日時】2月4日(土)午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生
【出演】ポケット☆ポケット
▼わかぎり図書館おはなし会
【日時】2月9日(木)午後3時30

- 分～
【場所】わかぎり図書館2階
【対象】幼児～小学生
▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会
【日時】2月22日(水)午前11時～
【場所】わかぎり図書館2階
【対象】乳幼児と保護者
▼わかたけ図書館おはなし会
【日時】2月8日(水)・22日(水)午後3時～
【場所】わかたけ図書館2階
【対象】幼児～小学生
▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
【日時】2月16日(木)午前11時～
【場所】わかたけ図書館2階
【対象】乳幼児と保護者
▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会
【日時】2月15日(水)午前11時～
【場所】武蔵野台児童館1階
【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。
中央図書館 ☎ 553・3111
わかぎり図書館 ☎ 552・7421
わかたけ図書館 ☎ 551・0083
武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

サロンコンサート(第4回)
「ギターが奏でる魅惑の映画音楽」
今回は、アコースティックギターの演奏による映画音楽特集です。
「太陽がいっぱい」、「禁じられた遊び」、「エデンの東」、「アルハンブラの思い出」などの懐かしい曲とともに、土曜日の午後のひと時を過ごしてみませんか。



【日時】2月4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
【定員】先着80人※直接会場へお越しください。
【出演】山谷隆夫氏(ギターリスト)
【問合せ】公民館公民係 ☎ 552・2118
公民館託児保育付講座「子育てはこれで安心！子育てに大切なことはコレ!!」
本講座では乳幼児期だけ
でなく、将来に渡って必要な「生きる力」を育むために大切なことを、さまざまな視点から学びます。
乳幼児だけでなく、就学後のお子さんを持つ方もお気軽にお越しください。
【日時】2月14日～3月22日の間の火曜日午前10時～正午(全6回)
※3月22日のみ水曜日開催。
また第一回は託児希望者のみ午前9時30分集合です。



東日本大震災から6年が経とうとしています。震災当時、福島県新地町の公民館長を務めた齋藤氏から、震災時の対応や復興の状況等の話を聞き、災害時の心構え等について考えます。
【日時】2月18日(土)午後2時～4時
【場所】公民館松林分館
【対象】市内在住・在勤の方
【定員】先着50人※お子さん連れの参加も可能です。
【講師】齋藤充明氏(福島県新地町議会議員・元新地町公民館長)
【申込み】1月17日(火)午前9時から公民館松林分館 ☎ 552・3624へ。

防災講演会「生き残るために必要なこと」
【費用】1回50円(おやつ代)
【申込み】講座と一緒に申し込みください。※期間中、託児保育付き講座、保育室併設講座との重複参加は、定員に満たない場合に限り可能です。
【定員】先着15人

人権講座「子どもの心に寄り添うために」
悩みを抱えている、話したいことがある子どもの言葉と気持ちに寄り添うために、私たちは何を考え、どんな行動をするべきかについて学びます。
【日時】2月4日(土)午後2時～4時
【場所】公民館白梅分館
【定員】先着20人
【講師】中村聡太郎氏(精神保健福祉士)
【申込み】1月18日(水)午前9時から公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

「熊川の屋号ごっこ」
「わら屋」、「鍛冶屋」、「原」、「見晴らし」等の屋号から昔の暮らしが浮かびあがります。皆さんの情報を持ちより、屋号を通して地域の成り立ちを辿りましょう。
【日時】2月12日(日)午前10時30分～正午
【場所】公民館白梅分館
【定員】先着30人
【助言者】黒沢吉信氏(熊川分水に親しむ会)
【申込み】1月18日(水)午前9時から公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

防災講座「避難所運営のいろはを学ぶ」
内閣府によると、首都圏で今後30年以内にマグニチュード7程度の直下型地震が起こる確率は70%と予想されています。

市民のひろば
《会員募集》
▼アフリカン太鼓サークル「Fresh」
初歩の基本打ちから伝統リズムまで丁寧に教えます。お誘い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。太鼓は脳トレにもなります。
【日時】毎月第二・四金曜日午後6時～8時
【場所】さくら会館
【定員】15人程度
【費用】1回2,000円、入会金1,000円
【問合せ】鈴木 ☎ 090・4700・5105

被災者がともに支え合い、避難所での暮らしを円滑に進めていくために炊き出しの実践と「HUG」(避難所運営ゲーム)を通して避難所運営を疑似体験しましょう。※昼食は炊き出しのごはんととん汁です。
【日時】3月5日(日)午前10時から公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

父帰る
【日時】2月12日(日)午後1時30分開場、2時開演
《①②共通》
【場所】市民会館小ホール(つつじホール)
【定員】先着260人
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

ふっさ・ザ・シネマ Vol.6
①「I LOVE スヌーピー THE PEANUTS MOVIE」
(アメリカ・2015年・88分・日本語吹替)
何をやっても空回りな少年チャーリー・ブラウンは、転校してきた赤毛の女の子に一目ぼれするが、話し掛ける勇気がない。一方、空想が好きなスヌーピーはかわいいパリジェンヌとデートを楽しむが……。
【日時】2月12日(日)午前10時開場、10時30分開演

父帰る
(ロシア・2003年・111分・字幕)
家を出てから十数年ぶりに戻ってきた父と、彼を覚えていない息子たちとの小旅行を通じて父親という存在を描く人間ドラマ。2003年度ヴェネチア国際映画祭の金獅子賞・新人監督賞をはじめ世界各国の映画祭で数々の賞を受賞した、アンドレイ・ズビャギンツェフ初監督作品。
【日時】2月12日(日)午後1時30分開場、2時開演
《①②共通》
【場所】市民会館小ホール(つつじホール)
【定員】先着260人
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

市民のひろば
《会員募集》
▼アフリカン太鼓サークル「Fresh」
初歩の基本打ちから伝統リズムまで丁寧に教えます。お誘い合わせのうえ、お気軽にご参加ください。太鼓は脳トレにもなります。
【日時】毎月第二・四金曜日午後6時～8時
【場所】さくら会館
【定員】15人程度
【費用】1回2,000円、入会金1,000円
【問合せ】鈴木 ☎ 090・4700・5105

費用の記載のない事業は無料です

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-42-551 1511 (市役所代表)／毎月1日・15日発行



保健ガイド

【問合せ・申込み】保健センター ☎ 552・0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	2月2日(木)・16日(木) 午前9時30分～11時 2月3日(金) 午前10時～正午	市役所1階ロビー プチギャラリー	
②ヘルスチェック 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	2月14日(火) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人※前回受けた方は6か月以上経ってからお申し込みください。
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	2月3日(金) 午後1時30分～2時30分 2月15日(木) 午前9時30分～10時30分	子ども応援館 保健センター	4か月児からの乳幼児
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	〈前期・中期食〉 2月8日(木) 午前10時～11時30分		離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着14組
⑤パパママクラス(2月・3月コース) お産の話、栄養の話、お風呂の入れ方、マタニティエクササイズ等	2月18日(土)・23日(木)、 3月4日(土)・9日(木)・16日(木) 午後1時30分～3時30分	保健センター	これからパパ・ママになる方、祖父母等・先着20組
⑥すくすくベビークラス(おすわりのころ)	2月6日(月) 午前10時～11時30分		6か月～1歳ごろの乳幼児と保護者・先着20組
⑦すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	2月1日(木)・15日(木) 午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル持参		3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)

【申込み】①・③は不要。②・④・⑤・⑥は1月17日(火)から、⑦は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。
○妊娠届出書の提出および「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。

2月の休日診療

※保険証をご持参ください。

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	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	松永歯科医院 福生 963 ☎ 552・7122
11日(木)	福生市休日診療所	高沢病院 瑞穂町二本木 722-1 ☎ 556・2311	ふみ歯科診療所 福生 798-2 第7森田ビル1階 ☎ 551・7288
12日(金)	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2階 ☎ 553・5538
19日(木)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	江藤歯科医院 熊川 621 ☎ 552・9750
26日(木)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	みいだDental Clinic 本町 69-5 ☎ 551・0479

2月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	21日(火)	平成28年10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28年8月生まれ ※受診日時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。 3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、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28年5月生まれ ※受診日時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳 6か月児	28日(火)	平成27年7月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	7日(火)	平成26年1月生まれ	

2月の予防接種(BCG)

期日	備考
17日(金)	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。

医師会だより

「高血圧症の日常生活について」

高血圧症の日常生活について説明します。

【減塩について】塩分を摂り過ぎると体内に水分が蓄積し、血流量を増加させます。これにより血圧が上昇します。1日6g未満を目標にしましょう。

【寒さについて】暖かい所から急に寒い所へ出ると、血管が収縮し、血圧が上がります。特に冬は室内と外気との差をなるべく少なくするようにしましょう。具体的には、外出時、マスクやマフラー、手袋などで肌の露出部分を少なくする。居間と浴室、便所の温度差が少ないよう暖房や着衣に気を付ける。夏は、冷房が効き過ぎた部屋からそうでない所へ出る時にも血圧が上昇するので、外気との温度差が5度以上にならないよう気を付けましょう。

【入浴について】入浴も血圧の上昇や下降に関係します。特に冬は、寒い脱衣所で裸になると血圧が上がり、熱い風呂に入るとさらに上昇し、風呂に浸かっていると徐々に下がります。そして、風呂から上がると血圧は大きく下がります。あまり熱い湯(42℃以上)ではなく、ぬるめ(40℃ぐらい)の風呂に5～10分間くらい浸かりましょう(長湯は禁物)。前述のように、風呂場は冷たくなならないよう暖房をかけたり、湯気が立っている状態で使用するのが良いでしょう。

【排泄について】いきみの時間が長いと血圧が上がります。スムーズな便通を心掛けるよう普段から便秘を予防しましょう。具体的には、毎日便意がなくても、決まった時間にトイレに行く。胃や大腸は朝食後に刺激を受け、活発に動くので朝食後が望ましい。朝食前に冷水や冷たい牛乳を飲む。食物繊維の多い野菜(人参・大根・ごぼう)や海藻類を多く摂る。腹部を自分で「の」の字にマッサージする。緩下剤などの下剤が必要な場合もあります。トイレが居室と比べて冷え込むのが良くないことは前述しましたが、日本式の便器にしゃがむよりも、洋式便器に腰掛けて用を足すほうが、急激な血圧の変動を避けられます。

【文責】笠井医師

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

インターバル速歩体験会

～インターバル速歩で10歳若返ろう!!～

「歩き方を変える」だけで10歳若返る? と世界が目にするインターバル速歩。さっさか歩きとゆっくり歩きを3分ごとに交互に繰り返す、簡単なウォーキング法です。

インターバル速歩の効果や歩き方を一緒に学び、実際に歩いてみませんか? 日ごろ運動をしていない方も大歓迎です。

【日時】2月14日(火)午後1時30分～2時30分ごろ

【場所】中央体育館2階主競技場

【定員】先着30人

【持ち物】室内用運動靴、飲み物、タオル

【申込み】1月16日(月)から電話で保健センター ☎ 552・0061 へ。



冬の感染症対策

ノロウイルスは冬場に流行する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。11月ごろから発生件数は増加し始め、12月～翌年1月が発生のピークになる傾向があります。感染力が強く、少量のウイルスでも口から体内に入ることによって感染します。

【症状】吐き気、おう吐、下痢、腹痛、発熱など

【感染経路】・ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染

・感染した人の便やおう吐物を介して、他の人へ感染

【予防のポイント】・手洗いは最も大切です。特に排便後、調理や食事の前には石けんと流水を使って洗いましょう。

・便やおう吐物を処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、処置後は手洗いをしましょう。

・カキなどの二枚貝を調理する時は、中心部まで加熱しましょう(中心温度85℃で1分以上の加熱が必要です)。

・季節を問わず、手洗い・うがいを忘れずに。

●冬の健康管理のポイント

【適度な温度・湿度】室温は25度前後、湿度は50～60%に保つことが効果的。乾燥しないように加湿器を使用したり、濡れたタオルを掛けるなどの工夫をしてみましょう。

【栄養と休養】体の抵抗力を高めるために、十分なたんぱく質やミネラル・ビタミンと、十分な休養をとりましょう。

【換気】部屋の空気の入替えをしてウイルスや菌がこもらないようにしましょう。

【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。

市役所は祝日の土曜日を除き、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。