

人口と世帯数 (平成 29 年 5 月 1 日現在)	
人口	男 29,360 女 29,347 計 58,707
世帯数	30,287

### まちの写真ニュース

郷土資料室では現在、企画展示「近代の情景—森田浩一の日記・絵画・写真から—」を開催中です。ぜひお越しください。

今号の主な記事 2面まちの話題「東京都広報コンクールで広報ふっさが二席を受賞」 3面東京都議会議員選挙 4面七夕まつり関連情報！ 5面第2回福生市認定ヘルパー養成研修会の参加者を募集します 7面第36回白梅まつり 8面保健ガイド

## 第15回 ふっさ環境フェスティバル

6月4日(日)午前10時～午後3時(小雨決行)

「ふっさ環境フェスティバル」は、市民の皆さんが環境にやさしいライフスタイルや自然との共生に、少しでも関心を持ってもらえたらとの思いのもとに開催している市民参加型の野外イベントです。

～はじめよう みんなで e-co と 未来のために～

主な催し

### Event- イベント -

#### 学童クラブ けん玉ショー

さくらクラブ、たんぼぼクラブの子どもたちが、音楽に合わせて、リズムカルにけん玉の技を披露します。

【時間】午前10時35分～11時5分

### Event- イベント -

#### おしゃべり南京玉すだれ

環境に関する口上などを交えたオリジナルの南京玉すだれです。変幻自在な技とおしゃべりをお楽しみください。

【時間】〈第1回〉午前11時15分～11時35分 〈第2回〉午後2時～2時40分

### Event- イベント -

#### 警察犬デモンストレーション

公認訓練士による人犬一体の服従訓練、防御訓練を間近でご覧ください。

【時間】午前11時45分～午後0時20分

### Event- イベント -

#### 福生吹奏楽団演奏

福生市を中心に活動している福生吹奏楽団による演奏です。素晴らしい音楽をぜひお聞きください。

【時間】午後0時30分～1時

### Event- イベント -

#### ゆきちゃん博士の化学実験ショー

法政大学のゆきちゃん博士が環境に関する化学実験を行います。

【時間】午後1時10分～1時25分

### Event- イベント -

#### 東京農工大学エコレンジャーショー

東京農工大学エコレンジャーが再び福生に参上。環境を守るために闘います。

【時間】午後1時35分～1時50分

### Event- イベント -

#### ふっさ草笛サークル演奏

身近にある葉っぱを楽器に音を奏でます。草笛ならではの優しい音色をぜひお聞きください。

【時間】午後2時50分～3時

### Fun- 楽しむ -

#### ダンボール迷路

子どもたちに大人気のダンボール迷路が登場します。

### Fun- 楽しむ -

#### スタンプラリー

ご来場いただくと、スタンプラリーに参加できます。スタンプを集めて景品をゲットしよう。

### Learn- 学ぶ -

#### 展示ブース

市民、企業、事業者、学校、NPO法人、官公庁などの団体が環境に関連する展示を行います。

### Learn- 学ぶ -

#### パネル展示

市内の小学校が取り組む環境関連の活動を紹介します。

### Eat- 食べる -

#### フードブース

市民団体や事業所などがいろいろな食べ物、飲み物を用意。くつろいで飲食できる専用テントもあります。

### Action- 開催に当たっての取り組み -

■リユース食器でごみをなくします！  
フードブースでは、ごみにならない「リユース食器」を使っていますので、食べ終わった食器は、食べ物を買ったお店へ返却してください。イベントのごみをゼロにするため、ご協力をお願いします。

■「マイ食器」「マイバッグ」をお持ちください  
ふっさ環境フェスティバルでは環境保全の一環として、フードブースではリユース食器を使い、ごみの削減に取り組んでいます。ご来場の際は、おはしやお皿など「マイ食器」をご持参ください。その行動が、ごみの削減につながります。また、「マイバッグ」もお忘れのないようにお願いします。

### Caution- ご注意 -

■暑さ対策をお忘れなく！  
会場である多摩川中央公園内には水飲み場もあり、また、フードブースでは清涼飲料水の販売もありますが、ご自身でも水筒をお持ちになるなど、暑さ対策には十分ご注意ください。

### Access- 会場へのアクセス -

#### 交通のご案内

- ・臨時駐車場は第七小学校校庭です(台数には限りがあります)。
- ・無料シャトルバス(牛浜駅東口～多摩川中央公園)を運行します。

乗降場所		シャトルバス運行時刻表	
牛浜駅	多摩川中央公園	牛浜駅東口発	多摩川中央公園発
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	時 分	時 分
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	9 15 45	9 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	10 15 45	10 00 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	11 15 45	11 00 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	12 15	12 00
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	13 45	13 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	14 15 45	14 00 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場	15 15 45	15 00 30
●無料シャトルバス乗降場	●無料シャトルバス乗降場		16 00

※交通渋滞等で到着時刻・発車時刻が遅れることがあります。運行は6月4日のみです。

← 2面にも関連情報を掲載しています。 【問合せ】ふっさ環境フェスティバル実行委員会事務局(環境課) ☎ 551・1718

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

## 第15回 環境フェスティバル

6月4日(日)午前10時～午後3時(小雨決行)

**その他の催し紹介**  
※記載のあるもの以外の問合せはふっさ環境フェスティバル実行委員会事務局(環境課) ☎ 551・1718へ。

### Event- イベント -

#### 福生水辺の楽校 多摩川で遊ぼう! 「マスのつかみ取り」参加者募集

会場内でマスのつかみ取りをします。  
【時間】午後0時30分～  
【対象】3歳以上中学3年生まで(ただし、未就学児は保護者同伴)  
【定員】当日先着100人  
【持ち物】タオル、着替え、飲み物※濡れてもよい服装、水遊び用の靴(サンダル不可)  
【申込み】当日午前10時30分から、ふっさ環境フェスティバル内福生水辺の楽校運営協議会ブースで受付を行います。  
【注意事項】取ったマスのはらさき処理は行いません。必ず持ち帰れる方のみご参加ください。

### Event- イベント -

#### みどりのカーテン講習会&ゴーヤの苗配布

①みどりのカーテン講習会  
ゴーヤの苗の育て方をお話しします。  
【時間】午前10時30分～11時  
【定員】当日先着20人  
【講師】みどりのカーテン応援団  
②ゴーヤの苗配布  
①のみどりのカーテン講習会終了後にゴーヤの苗を配布します。  
【定員】当日先着400人  
〈①②共通〉【場所】ふっさ環境フェスティバル内環境課環境係ブース

### Event- イベント -

#### 多摩川をきれいにしよう～河川清掃を実施します～

「ふっさ環境フェスティバル」の一環として河川敷の清掃を行います。ぜひご参加ください。  
【時間】午前9時30分～10時15分ごろまで  
【集合場所】多摩川中央公園でっかい広場  
※軍手、ごみ袋は市で用意します。  
【問合せ】施設公園課施設公園グループ ☎ 551・1985

### 環境課ごみ対策係ブースの紹介～ごみ対策係では3つの取り組みを行います～

#### ①都市鉱山からつくる! みんなのメダルプロジェクト～使用済み小型家電を回収します～

東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会では、小型家電リサイクル由来の金属を用いて東京2020大会時の入賞メダルを製作するプロジェクトを実施しています。  
福生市でも、環境フェスティバル会場内に、メダル製作のための小型家電回収ボックスを設置して、使用済み小型家電を回収します。  
【回収対象品目】  
①携帯電話・PHS(スマートフォン含む) ②電子辞書 ③ポータブルカーナビ ④デジタルカメラ ⑤ポータブルビデオカメラ ⑥携帯音楽プレーヤー ⑦携帯CD・MDプレーヤー ⑧ゲーム機 ⑨電卓 ⑩リモコン・ACアダプター・コード等の付属品  
※いずれの品目もボックス投入口(30cm×15cm)から入れることができるものに限り、携帯電話などの個人情報情報は必ず消去してください。電池・充電パック等は取り除いてください。また、一度預かったものは返却できません。

#### ②フードドライブを実施します!～家庭で余った食べ物をお持ちください～

フードドライブとは、家庭で余っている食べ物を持ち寄り、フードバンクなどに寄附する活動です。そこで、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物(食品ロス)を減らす取り組みとして、フードドライブを実施します。  
【回収対象品目】  
①未開封で包装や外装が破損していないもの  
②賞味期限が1か月以上あるもの  
③びん詰の食品でないもの  
④包装や外装を他のものに移し替えていないもの  
⑤生鮮食品でないもの  
【お持ちいただきたい品目例】  
缶詰(肉・魚・野菜・果物など)、インスタント食品、レトルト食品、乾物(乾麺・海藻など)、嗜好品(インスタントコーヒー・お茶など)、乳幼児食品(粉ミルク・ベビーフード・離乳食など)、調味料(食用油・しょうゆ・みそ・砂糖など)  
※いずれも冷凍・冷蔵食品を除く

#### ③ぬいぐるみ回収～使わないぬいぐるみを回収します～

燃やせるごみとして処理されているぬいぐるみを資源物として回収し、リサイクル業者を通じて海外で再利用してもらいます。  
【回収対象品目】50cm未満のぬいぐるみ※汚れのひどいものや壊れたもの、電池で動くものは回収できません。  
【場所】環境フェスティバル内環境課ごみ対策係ブース  
〈①②③共通〉  
【回収時間】午前10時～午後3時  
皆さんのご協力をお願いします。  
※お持ちいただいた品目の種類や状態によっては、お持ち帰りいただく場合があります。  
【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

6月1日は「人権擁護委員の日」です  
市内には、法務大臣から委嘱を受けた4名の「人権擁護委員」が「人権の上相談」を実施しています。  
不当な迫害・いじめ・名誉そん・差別など人権でお困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。  
▼人権擁護委員  
・石川好男氏  
・中西弘氏  
・高田しのぶ氏  
・平野裕子氏  
【相談日時】毎月第一水曜日午後1時30分～4時30分  
【予約制、秘密厳守】  
【場所】市役所1階1番秘書広報課広報広聴係相談室  
【問合せ】秘書広報課広報

6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  
人権の上相談・行政相談 7日(水) 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 1日(木) 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。  
相続遺言等暮らしの手続き相談 13日(火) 午後1時30分～4時30分 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。  
税務相談 22日(木) 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。  
法律相談 3日(土)・14日(水)・21日(水)・28日(水) 市役所1階第一相談室 介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764  
交通事故相談 15日(木) 午後1時30分～4時 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  
少年相談 16日(金) 午前9時～午後4時30分 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 ※要事前連絡  
介護保険相談 毎週月・火・木・金曜日 午前9時～午後4時 市役所第二棟2階第2相談室 シティセールス推進課 ☎ 551・1699  
子ども相談 毎週月～土曜日 午前8時30分～午後5時15分 市役所第二棟2階第2相談室 商工会 ☎ 551・2927 ※対象は市内の小規模事業者  
教育相談 毎週月～土曜日 午前9時～午後5時  
消費者相談 毎週月・水・金曜日 午前10時～正午、午後1時～4時  
事業資金相談 8日(木) 午後1時30分～3時30分

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	7日(水)	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	1日(木)			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。
相続遺言等暮らしの手続き相談	13日(火)	午後1時30分～4時30分		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。
税務相談	22日(木)			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。
法律相談	3日(土)・14日(水)・21日(水)・28日(水)		市役所1階第一相談室	介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764
交通事故相談	15日(木)	午後1時30分～4時	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
少年相談	16日(金)	午前9時～午後4時30分	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 ※要事前連絡
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前9時～午後4時	市役所第二棟2階第2相談室	シティセールス推進課 ☎ 551・1699
子ども相談	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15分	市役所第二棟2階第2相談室	商工会 ☎ 551・2927 ※対象は市内の小規模事業者
教育相談	毎週月～土曜日	午前9時～午後5時		
消費者相談	毎週月・水・金曜日	午前10時～正午、午後1時～4時		
事業資金相談	8日(木)	午後1時30分～3時30分		

【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、リハビリ相談、権利擁護相談、心配ごと相談(福祉センター ☎ 552・5027)

まちの話  
▼東京都広報コンクールで「広報ふっさ」が、「一枚写真部門」で二席を受賞  
3月23日に東京都庁で開催された平成28年度東京都広報コンクール表彰式において、広報ふっさ平成28年1月4日号が「一枚写真部門」二席として表彰されました。受賞した写真は、市内で伝統のもののづくりを続ける職人を被写体としたもので、臨場感のある写真表現が評価をされました。掲載号は、市ホームページでPDF版を公開しているほか、市役所に配架しています。  
【問合せ】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529



広聴係 ☎ 551・1529  
平成29年第2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。  
【開会時間】午前10時～  
※なお、常任委員会が開会后、現地視察がある場合もありますので、委員会の進行状況等は議会事務局へお問い合わせください。  
【問合せ】議会事務局庶務係 ☎ 551・1523

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

**住民基本台帳法第 11 条の 2 第 1 項の規定による住民基本台帳の平成 28 年度の閲覧状況を、同条第 12 項の規定に基づき公表します**

【問合せ】 総合窓口課 ☎ 551・1595

閲覧申出者	利用目的の概要	閲覧日	閲覧範囲
(株)日本リサーチセンター 調査部部長 中村美生	NHK 放送文化研究所委託による「6 月全国個人視聴率調査」	4 月 19 日	大字福生
(株)日本リサーチセンター 調査部部長 中村美生	内閣府政策統括官委託による「高齢者の経済・生活環境に関する調査」	5 月 10 日	南田園一丁目、南田園二丁目
自衛隊東京地方協力本部長	自衛官等の募集に伴う広報	5 月 17 日～19 日	市内全域
(株)インテジリサーチ代表取締役社長 井上孝志	国土交通省観光庁観光戦略課委託による平成 28 年度「旅行・観光消費動向調査」	5 月 24 日	加美平一丁目
(一社) 新情報センター事務局長 平谷伸次	株式会社読売新聞東京本社委託による「政治意識に関する世論調査」	6 月 14 日	大字熊川
(一社) 新情報センター事務局長 平谷伸次	総務省統計局委託による「家計消費状況調査」	6 月 16 日	大字福生
(株)サーベイリサーチセンター代表取締役 戸祭浩	東京都生活文化局広報広聴部委託による「都民生活に関する世論調査」	6 月 21 日	加美平三丁目
(一社) 中央調査社会長 西澤豊	内閣府大臣官房政府広報室委託による「道路に関する世論調査」	7 月 7 日	大字熊川
(一社) 輿論科学協会理事長 大宮泰三	東京都生活文化局都民生活部委託による「ボランティア行動等実態調査」	7 月 26 日	大字熊川
(株)エスピー研代表取締役 安良岡洋介	東京都生活文化局広報広聴部委託による「都民のスポーツ活動・パラリンピックに関する世論調査」	8 月 16 日	東町
(一社) 中央調査社会長 大室真生	NHK 放送文化研究所委託による「政府の役割についての国際比較調査」	8 月 30 日	大字熊川
(株)エントリーサポート代表取締役 宮崎昌則	東京消防庁委託による「消防に関する世論調査」	9 月 27 日	武蔵野台一丁目
(株)アストジェイ代表取締役 日達富士美	東京都生活文化局広報広聴部委託による「平成 28 年度広報広聴活動に関する調査」	10 月 18 日	大字福生
(株)日本リサーチセンター 調査部部長 中村美生	独立行政法人労働政策研究・研修機構委託による「子どものいる世帯の生活状況および保護者の就業に関する調査（第 4 回子育て世帯全国調査）」	11 月 15 日	大字熊川、北田園一丁目、北田園二丁目、南田園一丁目、南田園二丁目、南田園三丁目、志茂、大字福生
(一社) 新情報センター事務局長 平谷伸次	総務省統計局統計調査部委託による「家計消費状況調査」	11 月 22 日	大字熊川
自衛隊東京地方協力本部長	自衛官等の募集に伴う広報	12 月 19 日～20 日	市内全域
(株)ビデオリサーチ代表取締役社長 加藤謙	日本たばこ産業株式会社委託による 2017 年「全国たばこ喫煙者率調査」	12 月 22 日	大字熊川
(一社) 新情報センター事務局長 平谷伸次	NHK 放送文化研究所委託による「日本人と憲法 2017」の調査	平成 29 年 1 月 31 日	加美平四丁目
(株)日本リサーチセンター 調査部部長 中村美生	日本銀行情報サービス局委託による「生活意識に関するアンケート調査」	2 月 16 日	本町、南田園一丁目
(一社) 新情報センター事務局長 平谷伸次	総務省統計局統計調査部委託による「家計消費状況調査」	2 月 21 日	大字熊川

【日時】 5 月 28 日(日)正午～

【場所】 多摩川中央公園げんき広場

また、当日は審査会のほかにも、さまざまな催し物を企画しています。

【日時】 5 月 28 日(日)正午～

【場所】 多摩川中央公園げんき広場

**第 65 回福生市消防団ポンプ操法審査会**

この審査会は、災害の防護活動がいかに迅速かつ確実に実行されるかを審査するものです。

ぜひご来場いただき、福生市消防団の勇姿をご覧ください。



【催し物】 来場者へ素敵なプレゼント（数量限定）、ミニ防火衣試着・ポンプ車の展示、福生消防少年団による鼓笛演奏など。当日はたっけー☆☆も登場予定！

【問合せ】 安全安心まちづくり課防災係 ☎ 551・1638

**「安全安心まちづくり市民ひろば」次回開催日のお知らせ**

犯罪のないまちづくりを推進するため、話し合いや情報交換をしています。市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。

※当日は防犯パトロールを

**東京都議会議員選挙**

【投票日】 7 月 2 日(日)

【投票時間】 午前 7 時～午後 8 時

【場所】 市内各投票所

▼期日前投票（投票日当日に投票に行けない人）

【期間】 6 月 24 日(土)～7 月 1 日(土)

【投票時間】 午前 8 時 30 分～午後 8 時

【場所】 市内各投票所

【物品】 青梅信用金庫様、日本マクドナルド株式会社様、読売センター福生牛浜

実施予定です（雨天中止）。

【日時】 5 月 25 日(木)午後 7 時～8 時 30 分

【場所】 わかたけ会館集会所

【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

【投票日】 7 月 2 日(日)

【投票時間】 午前 7 時～午後 8 時

【場所】 市内各投票所

【物品】 青梅信用金庫様、日本マクドナルド株式会社様、読売センター福生牛浜

【問合せ】 契約管財課管財係 ☎ 551・1535

【問合せ】 課税課資産税係 ☎ 551・1614



○市内の地区別 空き巣・ひったくり発生状況 (平成 29 年 3 月中)

地区	面積 (km <sup>2</sup> )	空き巣多い	前年同月比	ひったくり	前年同月比
本町	0.16	0	0	0	0
志茂	0.28	1	+1	0	0
牛浜	0.23	0	0	0	0
武蔵野台	0.49	0	0	0	0
福生	1.80	0	0	0	0
熊川	2.57	1	0	0	0
北田園	0.32	0	0	0	0
南田園	0.41	0	0	0	0
加美平	0.61	0	0	0	0
東町	0.05	0	0	0	0
合計	6.92	2	+1	0	0

**5 月の納税のお知らせ**

5 月は、固定資産税・都市計画税（第 1 期）、軽自動車税の納期です。納期限は 5 月 31 日(水)ですので、お忘れのないようご納付ください。

▼口座振替をご利用の方へ

口座からの引き落としは、5 月 31 日(水)の予定です。残高が不足していると引き落としができません。

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧が終了します

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧が 5 月 31 日(水)で終了します。

【問合せ】 課税課資産税係 ☎ 551・1614

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧が終了します

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧が 5 月 31 日(水)で終了します。

【問合せ】 課税課資産税係 ☎ 551・1614

**地場産野菜の直売会「くるみるやさい市」を開催します！**

観光案内所「くるみるふっさ」では、市内の農業

**年金だより**

追納をおすすめします！

国民年金 保険料の免除や納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付した場合と比べ、将来の老齢基礎年金の受給額が少なくなりま

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 番保険年金課窓口へお願いします。

【問合せ】 保険年金課 係 ☎ 551・1670

**追納をおすすめします！**

国民年金 保険料の免除や納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付した場合と比べ、将来の老齢基礎年金の受給額が少なくなりま

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 番保険年金課窓口へお願いします。

【問合せ】 保険年金課 係 ☎ 551・1670

**年金だより**

追納をおすすめします！

国民年金 保険料の免除や納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付した場合と比べ、将来の老齢基礎年金の受給額が少くなりま

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 番保険年金課窓口へお願いします。

【問合せ】 保険年金課 係 ☎ 551・1670

**ハローワーク青梅「学卒求人申込説明会」のご案内**

ハローワーク青梅では、平成 30 年 3 月新規格卒業生を対象とする求人の申込方法についての説明会を開催します。

新規学卒者の採用を予定されている事業主の皆さんのご参加をお待ちしています。

【日時】 5 月 24 日(水)午後 2 時～4 時 30 分

【場所】 青梅市福祉センター 2 階集会所（青梅市東青梅 1-177-3）

【問合せ】 ハローワーク 青梅事業所部門学卒担当 ☎ 0428・248641

**納税は 納期内で 元気な福生**

**活動や地場産野菜の魅力を発信するため、野菜直売会「くるみるやさい市」を開催します。**

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】 5 月 20 日(土)午前 10 時～午後 5 時（小雨決行）

【場所】 くるみる ふっさ前庭

※商品が無くなり次第終了

【共催】 福生市農業委員会

【協力】 JA にしたま福生支店

【出品者】 市内農業者

【問合せ】 福生市観光案内所くるみる ふっさ ☎ 530

**活動や地場産野菜の魅力を発信するため、野菜直売会「くるみるやさい市」を開催します。**

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】 5 月 20 日(土)午前 10 時～午後 5 時（小雨決行）

【場所】 くるみる ふっさ前庭

※商品が無くなり次第終了

【共催】 福生市農業委員会

【協力】 JA にしたま福生支店

【出品者】 市内農業者

【問合せ】 福生市観光案内所くるみる ふっさ ☎ 530



# 福生七夕まつり関連情報!

【問合せ】福生七夕まつり実行委員会事務局  
(シティセールス推進課) ☎ 551・1699

## ▼市民模擬店出店者募集

皆さんの出店をお待ちしています。

【日時】8月5日(土)・6日(日)午後2時～8時45分(時間変更の場合もあり)

【場所】栄通り・りそな銀行からドコモショップ付近まで

【費用】12,100円(電気を使用する団体は別途5,000円※電気使用店舗数は限りがあります。)

【出店資格】次の要件をすべて満たす団体

- ①町会や自治会、社会教育団体、PTA、こども会などの市民団体もしくは市内事業所
- ②団体代表者もしくは副代表者が下記の項目において対応が可能な団体

- 申込書の提出(申込期間中)
  - 6月25日(日)の抽選会及び出店説明会の参加
  - 七夕まつり当日(8月5日(土)・6日(日))の対応
- ※暴力団関係者、営利目的並びに個人による出店はできません。また、市内事業所の場合は、正副代表者は市外の方でも構いません。
- 【出店募集数】100店程度(申込み多数の場合は抽選)
- 【申込み】申込書に必要事項をご記入のうえ、必要書類を添えて代表者または副代表者が提出し



てください。また申込時に、提出者の顔写真付身分証明書も提示してください。

【申込書配付期間】5月16日(火)～6月16日(金) ※配布時に申込みに係る説明をします。

【申込受付期間】5月22日(月)～6月17日(土)午前9時～午後5時(正午～午後1時および土・日・祝日を除く。※6月17日(土)は受け付けます。)

【その他】福生七夕まつりのイベントの1つとして、栄通り・ドコモショップ付近から志茂交差点までの間はケータリングカーによる食品販売を実施します。

【申込書配布・提出場所】市役所第二棟2階シティセールス推進課窓口

## ▼福生七夕まつり竹飾り一般参加者募集

福生七夕まつり実行委員会では竹飾りを作成していただけるグループを募集します。今年の七夕まつりは「アメリカン」をコンセプトに「FUSSA」らしくをテーマとして実施します。

会場を皆さんの自由な発想によるアメリカンな竹飾りで彩りたいと考えていますので、ぜひご参加ください。なお、今回の飾り付けコンクールでは、竹飾りにおけるアメリカンの要素を加点対象とします。

【竹飾り据付場所】駅前通り、銀座通りで飾り付け部会が指定する場所

【竹飾り据付日時】8月3日(木)午後1時～4時

【材料費の補助】竹飾り1本につき34,000円を

上限に補助【謝礼】竹飾り1本につき5,000円分の商品券を贈呈

【参加資格等】

- ①市内在住・在勤のグループ・団体(企業PRを主目的とした団体や商栄会のお店を除く)
- ②飾り付け説明会に出席できること(説明会は6月15日(木)午後6時30分から、市役所第一棟2階第1会議室で行います。)
- ③飾り付け部会の指示等に協力できること

【設置本数】15本(申込み多数の場合は抽選)

【申込み】6月9日(金)まで(土・日曜日を除く)に飾り付け部会事務局(商工会) ☎ 551・2927、☎ 551・6179へ。

## ▼福生七夕織姫コンテスト出場者募集

今年で15回目を迎える福生七夕織姫コンテスト。福生七夕まつりのオープニングを飾る「七夕織姫コンテスト」に出場してみませんか?

入賞者には豪華な賞品もご用意しています! 延べ40万人が来場する福生七夕まつりを一緒に盛り上げましょう!

【開催日】8月3日(木)

【出場資格】小学生以上の女性で東京都在住・在学・在勤の方(自薦・他薦は問いません。)

【募集定員】16人(応募者多数の場合は書類選考を行います。)

※詳しくは広報ふっさ6月1日号でお知らせします。



## ごみ・資源収集情報

ごみが20t減ったよ!	資源の割合が5%増えたよ!
29年3月794t	29年3月329t (29%)
28年3月1,001t	28年3月320t (24%)

※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	
29年3月	154t
28年3月	167t

## 6月の資源回収予定

実施団体	実施日
福栄福寿会資源回収	3日(土)
福生一中PTA 武蔵野支部	4日(日)
本町第七町会	4日(日)
牛一子供会	11日(日)
牛浜第二町会	11日(日)
福東幸せ会(熊川第2アパート自治会)	11日(日)
富士見台町会	11日(日)
福生二小PTA 鍋一支部	11日(日)
本町町会	11日(日)
志茂第二町会	18日(日)
鍋ヶ谷戸第二町会	18日(日)
原ヶ谷戸町会	18日(日)
福生団地自治会	18日(日)
南田園二丁目町会	18日(日)
加美平老人クラブ	24日(土)
内出子供会	25日(日)
熊川牛浜町会	25日(日)
青少年育成加美地区委員会	25日(日)
永田子供会	25日(日)
南田園三丁目町会	25日(日)

収集区域は実施団体区域内。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

輝き市民サポートセンターは、まちづくり、環境

## 輝き市民サポートセンターをご利用ください

このキャンペーンに伴い、町内清掃、地域清掃をされる団体には、ボランティア袋を交付します。環境課ごみ対策係へご連絡ください。また、行業シーズンを迎え、観光地に出かける方も多いかと思えます。汚さないことはもちろん、ごみは持ち帰るようご協力をお願いします。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

【設備】会議スペース(予約制) ※サポートセンター登録団体のみ利用できます) 交流スペース(予約不要) 団体情報展示コーナー パソコンコーナー、紙折り機等

【印刷機・コピー機(有料)】 輝き市民サポートセンターホームページでは、お知らせや登録団体の独自情報発信する「登録団体かご協力をお願いします。」

## 4月の横田基地飛行回数

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	894	183	210	63
午前7時～午後7時	704	112	151	51
午後7時～午後10時	171	62	58	11
午後10時～午前7時	19	9	1	1
最高音圧レベル(デシベル)	113	2	110	19
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	63	1	56	8

## 納税は 納期限内で 元気な福生

統一美化キャンペーンを実施します 毎年5月30日を「ごみゼロの日」とし、ごみの不法投棄対策および地域環境美化の意識の高揚を図るため、統一美化キャンペーンを実施します。この日を中心に、地域清掃の実施にご協力ください。(前後の日程でも構いません。)



福祉、社会教育、文化、国際協力などあらゆる分野の公益的な市民活動をサポートする施設です。活動のための打合せや、作業などができる設備を備え、情報収集・発信のほかに、他団体との交流の場としてもご利用いただけます。

【問合せ】輝き市民サポートセンター ☎ 551・0166

【問合せ】施設公園課施設公園グループ ☎ 551・1985

## 納税は 納期限内で 元気な福生

### 第2回福生市認定ヘルパー養成研修会の参加者を募集します

市では4月から介護予防・日常生活支援総合事業を実施しています。この事業では介護に関する資格がなくても、市が主催する研修を受講し、介護事業所等と雇用契約することにより、市独自の訪問型サービスA事業に従事できるようになります。2日間両日も受講することで研修修了者となります。

あなたのお力を地域に活かしてみませんか。ご参加をお待ちしています。

【日時】6月17日(土)・18日(日)午前9時30分～午後4時30分(途中休憩あり)

【場所】福祉センター2階学習集会室

【対象】18歳以上で、高齢者

【定員】先着50人

者の生活支援業務に従事する意欲のある方

【定員】先着50人程度

【持ち物】筆記用具

【申込み】受付中。6月9日(金)までに介護福祉課介護保険係 ☎551・1764へ。

### 介護予防講演会

▼活用しよう、薬局と薬剤師

薬剤師は皆さんの健康長寿を応援する専門職です。普段飲んでいるお薬のこ

と、市販のお薬、健康食品、お薬と食事の関係など、日ごろの健康管理に役立つ講演会を開催します。お気軽にご参加ください。

【日時】6月10日(土)午後2時～3時30分

【場所】市役所第一棟2階第1・2会議室

【対象】市内在住の方

【定員】先着50人

【講師】おおとのりあき 大戸規彰氏(福生市薬剤師会)

【申込み】5月22日(月)から電話で介護福祉課地域包括支援センター係 ☎551・1537へ。

### 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。

【日時】①6月13日(火)午後2時～4時②6月27日(火)午後2時～4時

【場所】市役所

【対象】高次脳機能障害の当事者および家族等

【相談員】作業療法士等

【申込み】5月18日(木)から障害福祉課 ☎551・1742へ。

### 児童育成手当の手続きは早めに！

市では、家庭生活の安定と児童の健全な育成のため、お子さんを養育している方に、児童育成手当を支給しています。

＜児童育成手当(育成手当)＞  
【対象】18歳に達した年度の末日までの児童を養育している母子家庭・父子家庭の保護者

＜児童育成手当(障害手当)＞  
【対象】次の児童(20歳未満)を養育している方  
①おおむね身体障害者手帳1級から2級程度または愛の手帳1度から3度程度  
②脳性麻痺または進行性筋萎縮症

※毎年5月は認定の切り替え月となりますので、所得額等で前年度該当しなかった方でも、今年度該当する場合があります。5月中に手続きをしてください(支給要件・必要書類などはお問い合わせください)。

▼現況届について  
児童手当・児童育成手当の現況届を5月末に送付します。詳細は現況届に同封されている案内をご覧ください。

【問合せ】子ども育成課子育て支援係 ☎551・1737

ひとりで悩まず、相談を

▼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

▼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

【日程】〈特別展示〉6月4日(日)～15日(木)

【時間】〈平日〉午前10時～午後8時(月曜日休館)〈土日・日曜日〉午前10時～午後5時

【場所】東京都西多摩第三教科書センター(中央図書館内)

【展示する教科書】  
①平成30年度から使用する小学校用「特別の教科道徳」の教科書  
②平成29年度に使用している小学校用教科書および中学校用教科書  
【問合せ】教育指導課指導係 ☎551・1538

### ファミリー・サポート・センター提供会員講習会の前期日程について

ファミリー・サポート・センターは、子育ての手伝いをしてほしい方(依頼会員)と、子育てのお手伝いができる方(提供会員)が、地域の中で助け合いながら子育てをする会員組織です。

下表の日程で提供会員講習会を実施します。この講習をすべて受講すると提供会員として登録をすることができます。

都合がつかず、受講できなかった科目については、後期に開催される講習会時に受講することもできます。

地域の中で子育てのお手伝いをしてみたい方は、ぜひ講習会を受講して、提供会員として活躍してみませんか?

【問合せ】福生市ファミリー・サポート・センター ☎553・7511

【平成29年度 提供会員講習会前期日程表】

日程	時間	内容
5月28日(日)	午前10時～正午	④一時保育者として子どもとの関わり合いについて
	午後1時～3時	⑤障害のある子どもの理解について
6月3日(土)	午後3時～3時30分	①提供会員による体験談など
	午前9時30分～10時	⑨養育家庭(ほっとファミリー)について
	午前10時～正午	③子どもの健康と日常のお世話・遊びについて
6月4日(日)	午後1時～4時	⑦子どもの事故防止と応急手当てについて
	午前10時～正午	⑥預かること・預けること・預けられることについて
	午後1時～3時	②子どもの心の発達とその問題について
	午後3時～3時30分	⑧援助活動をはじめめるにあたって(登録)

【場所】子ども応援館1階地域活動室  
【注意事項】・提供会員の登録には①～⑨までの講座を1回ずつ、すべて受講する必要があります。  
・すでにいずれかの講座を受講した方は、未受講の講座のみを受けてください。  
・受講希望の方は、事前に電話で申込みをお願いします。  
・託児をご希望の方は事前にお申し込みください。

費用の記載のない事業は無料です

〜身体づくりのお手伝い〜  
トレーニンングルーム専属  
トレーナー配置のお知らせ

中央体育館では時間を限定してトレーナーを配置しています。「トレーニンングって何から始めたらいいかわからない。」とお悩みの方、に、メニュー作成を行っています。  
初心者の方はもちろん、トレーニンングがマンネリ化してきた方もぜひトレーナーに声をおかけください。初めて利用する方は初回講習を受けていただきます。※正午〜午後1時は初回講習を受け付けています

中央体育館事業 【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

▼自分に合った教室を見つけるために…「体験参加」のご案内  
教室の内容や雰囲気を知ることができる「体験参加」をぜひご利用ください。おすすめの教室の一覧です。

Table with 5 columns: 教室名, 対象, 曜日, 時間, 体験参加費. Rows include ①親子体操, ②ナイトヨガ, ③ボディメイクエアロ, ④木曜バランスボールエクササイズ, ⑤金曜ヨガ.

【持ち物】運動できる服装で、室内用運動靴(②・⑤は不要)・タオル・水分補給できる物(ふた付)  
【参加方法】教室開始10分前までに中央体育館窓口へお越しください。

福生地域体育館「託児サービスのお知らせ」

▼子育て世代を健康的にサポート！福生地域体育館の託児サービスをご利用ください！

安全・安心に体育館を利用していただくため、保育士がお子さんをしっかりと預かりします。各種スポーツや教室(フライングス・ヨガ)、トレーニンングルームで託児サービスが利用できます。  
【日時】月・金曜日(祝日を除く)午前9時〜午後1時(受付は午前11時30分まで)  
【場所】館内託児室  
【対象】1歳〜6歳(未就学児のみ)  
【定員】約5人  
【費用】1歳児500円、2歳〜6歳児300円(一回90分)  
【持ち物】飲み物・おむつ・お気に入りのおもちゃなど  
※持ち物には名前の記入をお願いいたします。  
【申込み】利用前日の正午までに、電話で福生地域体育館 ☎ 530・8811へ。

熊川地域体育館「トレーニンングスペース利用のご案内」

好きな時間に、自分のペースで気軽に体力づくりができます。筋力低下予防や夏に向けてのシェイプアップを目標にトレーニンングをしませんか。  
【利用時間】午前9時〜午後9時45分(受付は午後9時まで)  
【対象】高校生以上

【料金】150円(1回90分)  
【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、水分補給できる物(ふた付)、タオル等  
【利用方法】トレーニンングスペースを初めて利用する方は、初回講習を必ず受けていただきます(要事前予約)。初回講習の日程は、ホームページまたは直接、熊川地域体育館にお問い合わせください。

地域体育館共通ホームページ <http://www.tama-spo.com/fussa>  
【問合せ】熊川地域体育館 ☎ 552・1980

市民のつなび  
【問合せ】松岡 ☎ 551・8751

こちらの記事は掲載者からの申請があり、ホームページ掲載をお断りさせていただきます。  
秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

▼トリムだんだん  
ストレッチやラジオ体操など、女性の方を対象とした無理のない健康体操です。年齢は問いません。  
【日時】毎週水曜日午後2時〜4時  
【場所】福祉センター  
【費用】月会費1,500円、入会費1,000円  
【問合せ】前原 ☎ 551・9669

▼ヨーガサークルしま心も体も癒すシニアヨガ。見学だけでも大歓迎です。  
【日時】毎週木曜日午前10時〜正午  
【場所】福祉センター  
【費用】月会費2,000円、入会費500円

【問合せ】天野 ☎ 553・4480  
▼福生ハーモニカジャズ  
複音ハーモニカの入門、初心者向けサークルです(見学歓迎)。  
【日時】毎月第二・四木曜日午後2時〜4時  
【場所】公民館松林分館  
【費用】月会費500円  
【問合せ】松岡 ☎ 551・8751

【問合せ】大竹 ☎ 080・31761173

▼第19回金曜会水彩画展  
静物画や野外スケッチ風景画などを展示しています。  
【期間】5月31日(水)〜6月4日(日)午前10時〜午後6時(初日は正午から開催。最終日は午後5時終了)  
【場所】プチャギラリー  
【問合せ】大竹 ☎ 080・31761173

福生市民音楽祭は、福生市音楽愛好者連絡会と共催し、音楽を通じてまちづくりの一端を担うことを目的として実施しています。  
第1部は「未来の夢を音にのせて」と題し、音楽サークルおよび団体が思い思いの曲を発表します。  
第2部は「For the beauty of the earth」世代を超えた心のハーモニー」と題し、幅広いジャンルの全8曲を市民音楽講座参加者が歌います。ぜひご来場いただき音楽の楽しさ、素晴らしさを感じてください。



市民会館イベント情報

【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

▼「キッズ伝統芸能体験」短期プログラム「おけいこサマーキャンプ」 in 福生 参加者募集のお知らせ

プロの先生から、楽しく、そして本格的に学ぶ、6回のお稽古と発表会。伝統芸能のエッセンスをギュッと凝縮してお届けします。  
【日時】7月29日(土)〜8月5日(土) ※7月31日(月)はお休み。8月5日(土)は発表会。  
【場所】市民会館3階 第6・7集会室(和室) ※発表会は小ホール(つつじホール)。  
【対象】<お箏コース> 小学1年生〜高校3年生 <三味線コース> 小学3年生〜高校3年生  
【定員】1クラス8人、各コース16人(応募多数の場合抽選)  
【費用】5,000円 ※教材費別途1,500円(予定)  
※お稽古の内容や時間の詳細、申込み方法等は、市民会館ホームページをご覧ください。  
【主催】東京都ほか



昨年度の「おけいこサマーキャンプの様子

▼「玉置浩二 ALL TIME BEST『30』〜30th Anniversary Tour 2017〜」チケット発売のお知らせ

開館40周年特別企画! ソロデビュー30周年を迎えた記念すべき全国ツアー。開幕から2公演目に福生での公演が決定! 多くのミュージシャンからリスペクトされている姿を間近に観られる、完売必至の本公演。お早めにお申し込みください!  
【日時】8月13日(日)午後5時開場、5時30分開演  
【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)  
【料金】全席指定7,560円 ※4歳未満の入場はできません。また、4歳以上の方はチケットが必要です。  
【チケット先行発売期間(市民会館窓口のみ)】6月3日(土)午前9時〜9日(金)午後7時15分 ※1人につき4枚まで。  
【一般発売日】6月25日(日)午前10時〜  
※先行発売期間で会館販売分終了の可能性がります。  
【市民会館ホームページ】http://fussa-shiminkaikan.jp/



クルおよび団体が思い思いの曲を発表します。  
第2部は「For the beauty of the earth」世代を超えた心のハーモニー」と題し、幅広いジャンルの全8曲を市民音楽講座参加者が歌います。ぜひご来場いただき音楽の楽しさ、素晴らしさを感じてください。  
【日時】6月18日(日)午後1時開場、1時30分開演  
【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)  
【共催】福生市音楽愛好者連絡会、福生市教育委員会  
【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118 または、福生市音楽愛好者連絡会・石井 ☎ 551・8993、鳥居 ☎ 552・6403

### 第 36 回白梅まつり 「皆で楽しく！ 白梅まつり」

公民館白梅分館利用サークルの活動成果の発表と地域の皆さんの楽しい交流の場です。ぜひお越しください。



昨年の様子

【日時】 6 月 10 日(土)・11 日(日)午前 10 時～午後 4 時

【場所】 公民館白梅分館

#### ＜10 日(土)・11 日(日)開催内容＞

▼展示のひろば…陶芸、子ども創作・絵画、書道、パッチワーク、トールペイント、俳句、絵手紙、写真、熊川分水研究などの作品展示や紹介

▼屋外…いなりずし、こんにゃくの味噌田楽、とん汁、クッキー、焼きそば、フランクフルトなどの模擬店(売り切れ次第終了)、陶芸作品の展示、絵手紙体験コーナー、復興支援・福島県飯館村の皆さんの手作り作品販売

▼子どものひろば…プラ板工作、ホットケーキづくり、射的ダーツ、楽しく引きコーナーなど

#### ＜10 日(土)開催内容＞

▼健康コーナー…保健センター保健師・栄養士による体内年齢・血管年齢の測定や健康相談

【受付時間】 午前 10 時～11 時 30 分、午後 1 時～2 時 30 分

▼みんなで歌声コーナー…懐かしのメロディーを皆さんと一緒に。

【時間】 午前 10 時 30 分～11 時 30 分

▼お茶席

【時間】 午前 10 時 30 分～(お菓子がなくなり次第終了)

▼学童たんぽぽクラブけん玉パフォーマンス

【時間】 正午～午後 0 時 15 分、午後 1 時 30 分～1 時 45 分

#### ＜11 日(日)開催内容＞

▼映画上映…「飯館村の母ちゃんたちととともに」(95 分)

【時間】 午前 10 時～正午

▼演示のひろば…お囃子、ダンス、新舞踊、コーラス、オカリナ、フォルクローレ、太極拳などの発表

【時間】 正午～午後 4 時

※車でのご来場はご遠慮ください。

【主催】 白梅まつり実行委員会

【問合せ】 公民館白梅分館 ☎ 553・3454

健康コーナー  
▼心の健康には「ぼとぼと」が大切です  
新生活の慌しさ(あわただ)がひと段落(おち)するところですね。

春から新しい環境で頑張っている人の中には、心身のスランプ状態を感じている人もいます。疲れやストレスがたまると、寝つきが悪くなった



り集中力が途切れたりと、さまざまな症状が生じます。無理に頑張り過ぎると、ストレスがさらに増してしまいがちです。

体調の変化を感じたら、まずは頑張り過ぎないように「ぼとぼと」で過ごせると良いですね。

不眠や食欲不振、体重の急激な減少や仕事のミスの増加が重なり始めたら、心身の危険信号である場合も考えられますので、医療機関の受診をおすすめします。

▼「ぼとぼと」で過ごすために、できることはなんですか？

①睡眠時間を確保する

②バランスの良い食事をとり、規則正しい生活をする

③仲間と話し、コミュニケーションの機会を大切に

④完璧主義はやめて、できないことまで背負わない

⑤スケジュールに余裕を持たせる

⑥自分のための時間を持つ

また、もうひとつ大切なことは、周囲の人たちの温かい対応も心強い味方になるということです。

心の健康は、自分と周囲の「気付き」から始まるのかもしれない。季節を問わず、手洗い・

うがいをお忘れずに！  
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

#### 健診のお知らせ

今年も 30 歳と 35 歳の方を対象に若年健康診査を行います！  
働き盛りで子育てに忙しく、なかなか自分の健康に目を向けられない 30 代の方は、「節目健診」としてご利用ください。



国民健康保険に加入している 40 歳から 74 歳の方、後期高齢者医療制度に加入している方および健康保険に加入できない 40 歳以上の方にも健康診査を実施します。

健康診査を受け、将来の生活習慣病予防につなげるきっかけとしましょう！

#### ▼若年健康診査

【実施期間】 8 月 1 日(火)～10 月 31 日(火)

【実施場所】 市内医療機関(受診券送付時に医療機関一覧を同封します。)

【対象】 市内在住の 30 歳と 35 歳の方で健診を受ける機会がない方(年齢は平成 29 年 4 月 1 日現在の年齢)

※費用は無料ですが、健診の結果、精密検査や治療が必要となった場合は自己負担となります。

【検査内容】 血液検査、身体測定等

※35 歳の方は胸部レントゲン検査と大腸がん検診(便潜血検査)を健康診査と同

#### 図書館からのお知らせ

##### ▼子ども向け読書推進イベント

たくさんのお子様たちにもっと本を好きになってもらえるよう、今年もイベントをはじめます。

##### ●スタンプを集めよう

本を借りるときに 1 日 1 回スタンプカードにスタンプを押してもらおう。10 個ためると…。20 個ためると…。お楽しみに！

【期間】 5 月 23 日(火)～9 月 24 日(日)

【場所】 各図書館

【対象】 幼児～小学生

##### ▼中央図書館おはなし会

【日時】 6 月 7 日(水)・14 日(水)・21 日(水)・28 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】 6 月 3 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

##### ▼中央図書館乳幼児おはなし会「おはなしであそぼ！」

【日時】 6 月 6 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

##### ▼わかざり図書館おはなし会

【日時】 6 月 8 日(木)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おはなし会

【日時】 6 月 28 日(水)午前 11 時～

【場所】 わかざり図書館 2 階

【対象】 乳幼児と保護者※直接どうぞ

##### ▼わかたけ図書館おはなし会

【日時】 6 月 14 日(水)・28 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

##### ▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会

【日時】 6 月 15 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※直接どうぞ

##### ▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会

【日時】 6 月 21 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

※申込み不要です。直接どうぞ。「武蔵野台図書館乳幼児おはなし会」は武蔵野台児童館との共催です。

【問合せ】 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



時に受診できます。  
【申込み方法】 広報ふっさ 6 月 15 日号に掲載予定で

合にお問い合わせください。  
【対象】 市内在住で国民健康保険に加入している 40 歳～74 歳の方

後期高齢者医療制度に加入している方を対象とした健康保険に加入できない 40 歳以上の方を対象とする無保険者健康診査は 8 月 1 日(火)～10 月 31 日(火)の実施を予定しています。  
詳細は広報ふっさ 7 月 15 日号に掲載予定です。  
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061



# 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 専門職による相談 健康機器による測定	6月1日(木)・15日(木) 午前9時30分～11時 6月14日(水) 午前10時～正午	市役所1階ロビー 福生地域体育館	
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	6月22日(木) ①午前9時30分〔受付〕 ②午前10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	6月2日(金) 午後1時30分～2時30分 6月21日(水) 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か月未満は要相談
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> 6月14日(水) 午前10時～11時30分	保健センター	離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・定員14組
⑤すくすく歯科健診 (乳幼児歯科健康診査)	6月7日(水)・21日(水) 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	保健センター	3歳11か月(フッ素塗布は3歳3か月)になる月までの乳幼児

【申込み】①・③は不要。②・④は5月17日(水)から、⑤は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

## 6月の予防接種(BCG)

期日	備考
13日(水)	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防接種票と母子健康手帳を持参してください。

## 6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		午後5時～9時45分
4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	今里歯科医院 本町78 ☎ 551-0440
11日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	せきぐち歯科 熊川449 ☎ 551-5456
18日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	大浦歯科医院 福生867 ☎ 553-0667
25日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	平出歯科医院 福生248-11 ☎ 551-4738

## 6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	20日(火)	平成29年2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12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9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	27日(火)	平成27年11月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	6日(火)	平成26年5月生まれ	

○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しましょう。

## 医師会だより

### ▼血中コレステロール値について

血中コレステロール値をどこまで低下させるべきかという質問が最近多く寄せられます。これは、患者さんが下がり過ぎを心配して、薬を少し減量または中止した方が良いのではないかという内容のものであります。

最近では、血中コレステロール値の下がり過ぎでの弊害はほとんどないと考えられています。これには幾つかのエビデンス(根拠)があります。人が生まれてすぐの臍帯血のLDL-C(悪玉コレステロール)は50mg/dlぐらいです。また、アラスカのイヌイット(動脈硬化の少ない人種)でもLDL-Cは50-70mg/dlぐらいなので血中コレステロール値も50mg/dlぐらいまで低下させても問題はないと考えます。

次に低下した場合の服薬方法ですが、2日に一度、3日に一度ということになります。

しかし、できれば毎日の方が好ましいと考えられます。大抵の薬は半減期が10～12時間ぐらいです。日をあけると一部効いていない時間があり、効果が低下します。これについて、患者さんのLDL-Cと病気との関係を見ますと、変動の幅が大きいほどイベント(病気)が多いというデータがあり、LDL-Cも血糖値と同じようになるべく変動の幅を小さくした方が良いと思われまます。

隔日投与する場合、半減期の長い薬を使います。大抵の患者さんはLDL-Cが正常になると服薬をやめてしまいます。中止するとまたLDL-Cが上昇してしまうので、これでは意味がありません。長期にわたり血中コレステロール値を下げることで動脈硬化を抑制します。

【文責】桂川医師

## 各種検診のお知らせ

～検診は「健康づくり」の第一歩です～

### ①大腸がん検診

### ②胸部レントゲン検査

【実施期間】①②とも、6月1日(木)～10月31日(火)

【実施場所】市内医療機関(市ホームページ等に掲載している大腸がん検診・胸部レントゲン検査実施医療機関一覧を参照してください。)

【対象】市内在住の35歳以上の方(平成29年4月1日現在)

【検査内容】

＜大腸がん検診＞便潜血検査

＜胸部レントゲン検査＞胸部X線直接撮影

【受診方法】直接医療機関で受診してください。

※なお、国民健康保険に加入している40～74歳の方および75歳以上の方は、市で実施している健康診査と一緒に受診できます。

※受診の結果、精密検査や治療が必要な場合は自己負担となります。また、受診結果によっては保健センターから連絡が行く場合があります。

### ③胃・肺がん検診(7月)

原則としてセットでお申し込みください。

【日時】7月22日(土)午前9時～正午

【場所】保健センター

【対象】市内在住の35歳以上の方(平成29年4月1日現在)

【定員】80人(定員を超えた場合は抽選となります。)

【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、胸部X線直接撮影、喀痰検査(必要な方のみ)

◆次の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・肺の検査を受診後1年を経過しない方
- ・妊娠中の方
- ・その他病気を治療中の方

◆次の方は申込み前に保健センターへご連絡ください。

- ・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。

【申込み】5月31日(水)午後11時59分までに市ホームページから電子申請または、往復はがき(当日消印有効)でお申し込みください。

【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・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。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。

※受診の結果、精密検査や治療が必要な場合は自己負担となります。また、受診結果によっては保健センターから連絡が行く場合があります。

【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。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。