

「東京都高等学校秋季剣道大会」で、都立高校として大会史上初の優勝を収めた多摩工業高等学校剣道部の皆さんが、市長へ表敬訪問をしました。



今号の主な記事

2面新型コロナワクチン接種について 4面ごみの散乱防止と3Rを進めるためのポスター・標語コンテストの入選作品決定と応募作品の展示
5面「バリアフリー」の推進にご協力を 6面保健センター休館のお知らせ 7面第52回福生市民文化祭 8面保健ガイド

10月は
食品ロス削減
月間!

ご家庭で余っている 食品を寄付しませんか？

～フードドライブを毎年実施します～

食品ロス対策 & 生活困窮者支援に繋がります

市とボランティア団体「フードバンクふっさ」は、食品ロスの削減および生活困窮者等への支援を行うことを目的に、協定を締結しました。

協定締結に伴い、市ではこれまで年2回の実施としていた「フードドライブ」を、10月から通年で実施することとしました。

- 日時** 月～金曜日午前8時30分～午後5時
※祝日を除く
- 場所** 市役所第二棟2階ごみ減量対策課窓口
- 問合せ** ごみ減量対策課ごみ減量対策係
☎ 551・1731



食品ロスを減らそう!

日本では、年間約522万tの食品ロス（まだ食べられる食品が廃棄されること）が発生しており、このうち家庭から発生する量は、247万tとされています。

この食品ロス量から国民一人当たりの食品ロス量を試算すると、「お茶碗約1杯分（約113g）の食べ物」が毎日捨てられている計算になります。



食材や食品を買いすぎない・使い切る・残った料理を別の料理に活用して食べ切るなど、家庭から発生する食品ロスを削減しましょう。



フードドライブで食品ロス対策と生活困窮者支援を!



回収対象

- ①賞味期限が持ち込み日からおおむね2か月以上先のもの
- ②未開封で包装や外装が破損していないもの
- ③びん詰の食品でないもの
- ④包装や外装をほかのものに移し替えていないもの
- ⑤生鮮食品でないもの

品目の例

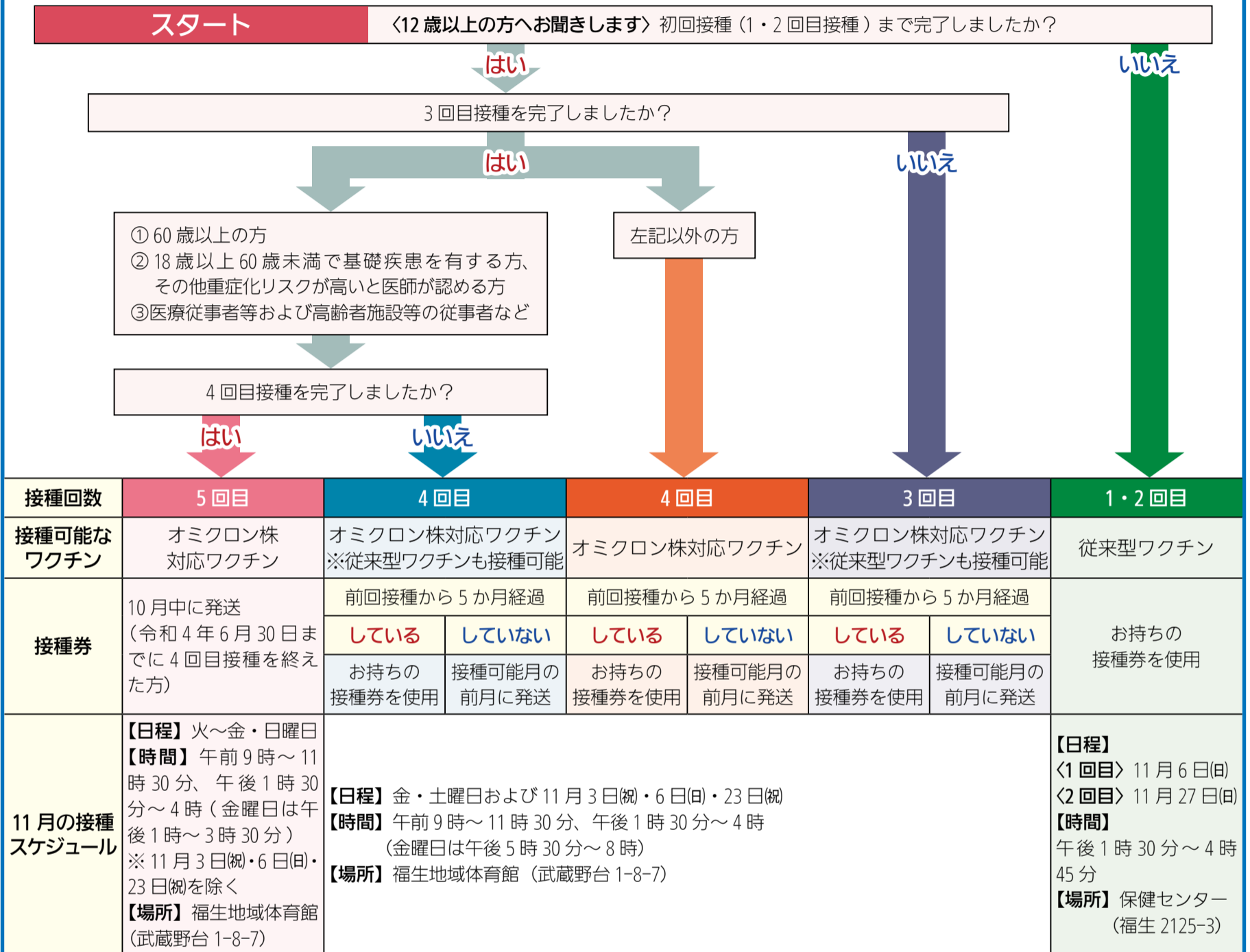
缶詰（肉・野菜など）、インスタント食品、レトルト食品、乾物（乾麺など）、嗜好品（インスタントコーヒー・お茶など）、乳幼児食品（粉ミルク・離乳食など）、調味料（食用油・醤油など）
※冷凍・冷蔵食品を除く



新型コロナワクチン接種について

新型コロナワクチン接種フローチャート

～ご自身が接種可能なワクチンの種類やスケジュール等をご確認ください～



【注意事項】・全日程ファイザー社ワクチンです。なお、国のワクチンの供給状況により、当日接種するワクチンの種類が変更となる場合があります。
・予約が取りづらい場合は、東京都大規模接種会場をご利用ください。【問合せ】東京都ワクチン接種会場コールセンター ☎ 0570・034・899

● 5回目接種について

4回目の接種が完了された方は、10月中旬に5回目の接種券を発送する予定です。なお、60歳以上の方は接種日時等を指定させていただきます。接種券とともに、「5回目接種のご案内」が郵送されますのでご確認ください。

● 接種間隔について

（令和4年10月6日時点）

現在の接種間隔は5か月となっていますが、国は短縮する方向で検討しています。10月下旬までに国から示される予定です。

● 11月の小児接種（5～11歳）

のスケジュール

【日程】<1・3回目> 11月6日(日) <2・3回目> 11月27日(日)
【時間】午前9時30分～11時45分
【場所】保健センター（福生2125-3）
【ワクチンの種類】小児用ファイザー

予約・問合せはこちらから

☎ 電話予約・問合せ

福生市新型コロナワクチン接種コールセンター
☎ 0570・062500
※有料ダイヤルです。お掛け間違いにご注意ください。
(月～日曜日 午前8時30分～午後5時15分
※水曜日は午後8時、金曜日は午後9時まで)

🌐 WEB 予約サイト

下記 QR コードからアクセス



※接種当日に体調不良等によりキャンセルされる場合は、必ずコールセンターへご連絡をお願いします。

その他

接種に関するそのほかの詳細は、市ホームページ（右記 QR コード参照）または接種券に同封しているお知らせをご参照ください。



防災行政無線が聞こえなかったり、聞き逃したりした場合は ☎ 042・539・2061 で内容を確認できます

スマホで気軽に行政情報をキャッチ！ ふっさ情報アプリ「ふくナビ」をご利用ください（登録方法は市ホームページ等をご覧ください）

11月の無料相談【問合せ】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

※新型コロナウイルス感染症の状況により、電話による相談の実施または中止となる場合があります。

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談 ・行政相談	2日(水)	午後1時30分～ 4時30分	市役所1階 第1相談室 ほか	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	10日(木)			
相続遺言等暮らし の手続き相談	8日(火)			
税務相談	24日(木)			
法律相談	4日(金)・9日(水)・16日(水)・ 25日(金)	午後1時30分～ 4時	市役所1階 第1相談室 ほか	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。
交通事故相談	17日(木)			
少年相談	18日(金)	午前9時～午後 4時30分	市役所1階 第1相談室 ほか	予約制、警視庁八王子少年セン ター ☎ 042・679・1082 へ。 ※前日までに予約が必要です。
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
子どもと家庭 の総合相談	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 子ども家庭支援課 ☎ 539・2555
教育相談			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※要事前予約 教育委員会教育相談室 ☎ 551・7700
消費者相談	毎週月・水・ 金曜日	午前10時～正午、 午後1時～4時	消費者相談室 (もくせい会 館1階)	シティセールス推進課産業活 性化グループ ☎ 551・1699
事業資金相談	10日(木)	午前10時～午後 4時	商工会 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（市役所代表 ☎ 551・1511）、心配ごと相談、身近な法律相談（偶数月）、心の相談（奇数月）、成年後見制度相談（奇数月）、リハビリ相談（年3回）（社会福祉協議会 ☎ 552・5027）

11月9日(水)～15日(火)に秋の火災予防運動を実施します

▼令和4年度東京消防庁防火標語「もう一度確認安心火の用心」(作者・江戸川区在住菅野珠加さん)

都民の皆様、皆さんに、防火に関する知識や行動力を高めていただくことにより、火災の発生を防止し、万一発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い命と貴重な財産を守ることを目的としています。

▼防火のついで

【日時】11月9日(水)午後1時50分～2時30分

【場所】市民会館大ホール

9月1日～30日の間に、明治安田生命 保険相互会社立川支社福生営業所様ほか匿名1名の方から、61万6,500円のご寄附をいただきました。

【問合せ】福生消防署予防課 ☎ 552・0119

福生市まちづくりに資する寄附金(ふるさと納税)



【定員】先着1,062人

【内容】熊川を拠点とする太鼓と芝居の「たまっこ座」、和太鼓ライブ「祝祭」※感染症の状況により、イベントを中止する場合は、福生消防署ホームページでお知らせします。

望等に応じ、有効に活用させていただきます。

【問合せ】契約管財課管財係 ☎ 551・1535

そろそろあなたもマイナンバーカードを！

最大2万円分のマイナンバーポイントがもらえる

「マイナンバーカード第2弾」のマイナンバーカード申請期限が、令和4年12月末まで延長になりました。

マイナンバーカードの申込みは、令和5年2月末までとなっておりますので、マイナンバーカードの受け取りもお早めに！

※カードができるまでには申請から約1か月半かかります。



【日程】11月13日(日)

【受付時間】午前9時～9時30分、10時～10時30分、11時～11時30分、午後1時30分～2時、2時30分～3時、3時30分～4時

【場所】市役所1階7番総合窓口課

【定員】先着60人

【必要なもの】送付した交付案内をご確認ください。

【申込み】10月31日(月)～11月11日(金)午前8時30分～午後5時(正午～午後1時)

祝日を除く)の間に、電話で総合窓口課マイナンバー担当 ☎ 551・1511 (内線2419) へ。

年金日より

▼年金生活者支援給付金をご存じですか？

年金生活者支援給付金とは、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

【対象】

① 老齢基礎年金を受給している方で、次の要件をすべて満たしている方

- ・65歳以上の方
- ・世帯員全員の市民税が非課税の方
- ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が88万円、200万円以下の方

② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で次の要件を満たしている方

- ・前年の所得額が47万1,000円＋扶養親族の数×38万円以下の方

新たに対象となる方には、この給付金を受け取るための請求書が日本年金機構から送付されます(現在受給中の方には送付されません)。

また、請求書が送付されなくても世帯構成等の変更により対象になる場合がありますので、ご相談ください。

【問合せ】給付金専用ダイヤル ☎ 0570・05・4092 (ナビダイヤル) ※050で始まる電話でおかけになる場合は ☎ 03・5539・2216、保険年金課保険年金係 ☎ 551・1670

令和3年度決算に基づく健全化判断比率等について

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、実質公債費比率および将来負担比率の4つの指標)を算定しました。健全化判断比率が早期健全化基準以上となる場合は、財政状況が黄信号の状態、財政再生基準以上となる場合は、赤信号の状態にあると判断されます。

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以上となる場合は、経営状況が悪化していると判断されます。

令和3年度決算に基づき算定した福生市の比率は下表のとおりで、早期健全化基準および経営健全化基準を下回りました。

令和3年度決算に基づき算定した福生市の比率は下表のとおりで、早期健全化基準および経営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 () 内は令和2年度

区分	令和3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 一般会計が赤字かどうかを判断する指標	- (-)	12.99% (13.07%)	20.00%
連結実質赤字比率 一般会計や特別会計などの全会計を合わせて、赤字かどうかを判断する指標	- (-)	17.99% (18.07%)	30.00%
実質公債費比率 一般会計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です。福生市は、借入金の返済額より特定財源や借入金に係る標準財政需要額算入額が大きいため、令和2年度に引き続きマイナスの数値となっています。	-3.0% (-3.1%)	25.0%	35.0%
将来負担比率 一般会計が将来的に負担すべき実質的な負債(借入金残高や退職金など)の標準財政規模に対する割合です。福生市は、将来負担すべきものが少ないため「-」となっています。	- (-)	350.0%	

(※1) 標準財政規模とは、標準的な税収や地方交付税などを合算したもので、自由に使える収入の規模とされています。

▼福生市の資金不足比率 () 内は令和2年度

区分	令和3年度	経営健全化基準
下水道事業会計	- (-)	20.0%

【対象】

① 老齢基礎年金を受給している方で、次の要件をすべて満たしている方

- ・65歳以上の方
- ・世帯員全員の市民税が非課税の方
- ・前年の年金収入額とその他の所得額の合計が88万円、200万円以下の方

② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で次の要件を満たしている方

- ・前年の所得額が47万1,000円＋扶養親族の数×38万円以下の方

新たに対象となる方には、この給付金を受け取るための請求書が日本年金機構から送付されます(現在受給中の方には送付されません)。

また、請求書が送付されなくても世帯構成等の変更により対象になる場合がありますので、ご相談ください。

【問合せ】給付金専用ダイヤル ☎ 0570・05・4092 (ナビダイヤル) ※050で始まる電話でおかけになる場合は ☎ 03・5539・2216、保険年金課保険年金係 ☎ 551・1670

【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。納期限は10月31日(月)ですので、お忘れのないようご納付ください。口座振替は10月31日(月)です。※納期を過ぎると延滞金が課されます。【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

ごみの削減のため、買い物にはマイバッグを持参しましょう

令和4年度第1回インターネット公売結果を公表します

9月に行われたインターネットによる差押物件の公売は、出品した物品が次のとおり落札されました。

- 【差押物件】 原動機付自転車（スズキ レッツ4）
- 【見積価格】 3,000円
- 【落札価格】 23,500円
- 【問合せ】 収納課 ☎ 551・1578

樹木の剪定講習会に参加しませんか



睦公園で、福生市緑化推進協会による剪定講習会を行います。庭木の手入れなどに興味のある方は、ぜひご参加ください。

【日時】 11月12日(土)午前9時10分～(2時間程度)

【場所】 睦公園※駐車場はありません。

【対象】 市内在住・在勤・在学の方

【定員】 先着20人

※参加者が10人に満たないときは中止になる場合があります。

【参加費】 200円(保険料)

【申込み】 10月31日(月)までに、参加費を持参のうえ直接、市役所第二棟2階環境政策課緑と公園係 ☎ 551・1985へ。

アライグマ・ハクビシンにご用心!



近年、アライグマ・ハクビシンの目撃、被害等に関する相談が増えています。

アライグマ・ハクビシンは雑食性で、畑や庭の野菜や果物を食べる場合があります。被害に遭わないため

にも、畑や庭の野菜や果物は収穫時期が来たら早めに収穫し、残さないようにしましょう。また、目撃・痕跡・被害情報がありましたら、ご連絡ください。

【問合せ】 環境政策課環境政策係 ☎ 551・1718

無責任な餌やりをしていますが?

市には、飼い主のいない猫への餌やりによるふん・尿の問題がトランプとなり、多くの相談が寄せられています。



餌をあげるのであれば、責任をもって次のことを守ってください。

- 地域の人の理解を得る
- 餌場周辺を清潔に保つ
- 不妊・去勢手術をする
- 餌の放置は厳禁。必ず回収し、掃除をする
- 周辺で見かけるふんは回収する

くるみるガイドツアー

～福生の農業を学び異国情緒漂うベースサイドストリートを散策～

福生の農と洋を体験

国道16号からほど近い場所にある、福生の農地で地場産野菜を育てる農家さんの貴重なお話を聞き、農業について学びます。



▲福生アメリカンハウス

その後は、ベースサイドストリートに散策して、ツアーの最後に福生の地場産野菜を参加者の皆さんにお渡しします。

【日程】 11月5日(土)

【集合場所】 JR牛浜駅東口階段下

(午前9時30分集合、9時45分出発)

【行程】 牛浜駅東口(出発)→農地見学→ベースサイドストリート→くるみるふっさ(午後0時30分ごろ解散)

【歩行距離】 約3.7km

【定員】 15人※申込多数の場合は抽選

【費用】 1,000円

【持ち物】 水分補給できるもの、タオル

【服装】 歩きやすい服装、履きなれた靴

【共催】 福生市農業委員会

【申込み】 10月28日(金)までに、右記QRコードから申込みフォームに入力するか、電話(☎530・2341)で福生市観光案内所くるみるふっさ(本町23)へ(午前10時～午後6時※毎週月・木曜定休日)。



地域連携型就職面接会



当日は、多摩地域の企業が20社ほど参加予定です。

東京しごとセンター多摩が就業支援を行います

【問合せ】 福生・昭島地域の未来をつなぐ協議会事務局(シテイセールズ推進課内) ☎ 551・1699

※詳細は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



面接会直前対策セミナー



【日時】 11月11日(金)

面接会直前対策セミナー

【日時】 11月8日(火)午後2時～4時(1時30分受付開始)

【申込み】 10月27日(木)午前9時から、電話で東京しごとセンター多摩 ☎ 042・329・4524へ。

令和4年9月の航空機騒音測定回数

測定場所	熊川1571番地先誘導灯付近		福生市役所屋上	
	測定回数	前年同月比	測定回数	前年同月比
測定回数	980	113	141	-25
昼間(午前7時～午後7時)	732	-1	90	-34
夕刻(午後7時～午後10時)	226	101	51	9
夜間(午後10時～午前7時)	22	13	0	0
最高音圧レベル(デシベル)	114	8	86	1
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	64	2	44	1

令和4年度 ごみの散乱防止と3R(リデュース=発生抑制、リユース=再使用、リサイクル=再生利用)を進めるためのポスター・標語コンテストの入選作品決定と応募作品の展示

市内の小学生を対象にポスターと標語を募集し、市の廃棄物減量等推進員の選考の結果、次の作品が入選しました(敬称略)。入選作品に加え、応募作品を展示します。

【期間】 10月26日(水)～11月16日(水)

【場所】 市役所1階郵便局側入口付近

【問合せ】 ごみ減量対策課ごみ減量対策係 ☎ 551・1731

標語部門

〈小学4年生から6年生の部〉

二席 中沢拓暉(三小4年)

「プラゴミで海の生物 泣いている」

三席 小泉晴大(三小4年)

「混ぜればゴミ 分ければ資源」

〈小学4年生から6年生の部〉

二席 天野芹里(一小4年)

「し・かり分別しよう!!」

三席 猪股志桜里(一小4年)

「みんなで作る3R」

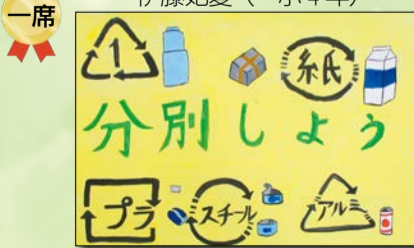
ポスター部門

〈小学1年生から3年生の部〉

一席 松原佳歩(二小1年)



一席 伊藤妃夏(一小4年)



二席 天野芹里(一小4年)



三席 猪股志桜里(一小4年)



【「瓶のふたで作る花瓶置き作り講座」を開催します!】 【日時】 10月27日(木)午後2時～4時 【場所】 福祉センター地下研修室 【対象】 市内在住の60歳以上の方 【定員】 先着10人 【費用】 200円 【持ち物】 裁縫道具、小はさみ 【申込み】 10月19日(水)から、電話で社会福祉協議会施設サービス課 ☎ 552・2121へ。

「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

市民のひろば

▼第16回ドイツ平和村チャリティ・ウォーク～福生から世界の子どもたちへ～

ドイツ国際平和村の子どもたちを支援するために、チャリティウォークを実施します。参加費は全額、ドイツ国際平和村へ寄付します。

【日程】 11月5日(土)※小雨決行
【集合場所】 JR拜島駅改札前(午後1時集合、1時15分出発)
【行程】 JR拜島駅改札前(出発)→日光橋公園→みずくらいど公園(休憩)→五丁橋通り→福生院→福祉センター(休憩)→第五小学校→南公園→どうどう橋→石川酒造前→明神通り→JR拜島駅南口(3時45分ごろ解散)
【歩行距離】 約6km
【参加費】 1,000円(当日集金します。)※未成年の方は参加費自由
【持ち物】 水分補給できるもの
【服装】 歩きやすい服装・靴
【申込み】 10月29日(土)までに、電話(☎090・3801・7678)また

は名前・連絡先・参加人数を記載のうえ、メール(frdnsdrf_naj08@ybb.ne.jp)でドイツ平和村をサポートする会(秋山)へ。

▼講演会「子ども食堂と私たちの地域・社会」

地域活性化を図る手法として、子ども食堂の取り組みが、全国各地で急速な勢いで進められています。この機会に、ぜひ本講演会へお越しください。

【日時】 11月26日(土)午前9時30分～11時30分
【場所】 市民会館3階集会室
【定員】 50人(申込多数の場合は抽選)
【費用】 無料
【講師】 湯浅誠氏(NPO法人全国子ども食堂支援センター・むすびえ理事長、東京大学先端技術センター特任教授)
【主催】 志茂第二町会
【申込み】 11月10日(木)(必着)までに、はがきに住所・氏名・電話番号を記入のうえ、郵送(〒197-0023 福生市志茂77)で志茂第二町会(関根)☎080・1137・3319へ。

たはメール(kawaranogiku)

【申込み】10月31日(月)までに、電話(☎519・4394)、ファクス(☎519・4395)、またはメール(kawaranogiku)

【講師】横山泰治氏(一般社団法人サステナブルコミュニケーション共創機構代表理事)

【申込み】10月18日(火)午前10時から、電話またはファクス(☎551・0166)、下記QRコードからメール(kagayakishimin@forest.ocn.ne.jp)で輝き市民サポートセンターへ。

令和4年度住民税非課税世帯等臨時特別給付金について

▼確認書の返送期限は10月31日(月)です

給付対象となる世帯の方は、お早めに確認書の返送をお願いします。

対象と思われる世帯へ、令和4年8月から順次確認書を送付していますが、確認書が届いていない場合や、その他手続きについてご不明な点がありましたら、お問い合わせください。

カワラノギク保全のためのボランティア募集

今回は、カワラノギクの開花個体数の調査を行います。

【日時】11月3日(祝)午前9時30分～正午ごろ

※雨天時は、11月6日(日)に順延予定

【集合場所】柳山公園の永田橋たもと付近(福生駅から徒歩約15分)

【持ち物】筆記用具、飲み物

【服装】長袖・長ズボン、歩きやすい靴

【申込み】10月31日(月)までに、電話(☎519・4394)、ファクス(☎519・4395)、またはメール(kawaranogiku)

【講師】横山泰治氏(一般社団法人サステナブルコミュニケーション共創機構代表理事)

【申込み】10月18日(火)午前10時から、電話またはファクス(☎551・0166)、下記QRコードからメール(kagayakishimin@forest.ocn.ne.jp)で輝き市民サポートセンターへ。

令和4年度住民税非課税世帯等臨時特別給付金について

▼確認書の返送期限は10月31日(月)です

給付対象となる世帯の方は、お早めに確認書の返送をお願いします。

対象と思われる世帯へ、令和4年8月から順次確認書を送付していますが、確認書が届いていない場合や、その他手続きについてご不明な点がありましたら、お問い合わせください。

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、軽度の介護が必要なお方のお宅へ訪問して家事(掃除・洗濯・買い物・調理など)を提供する市独自の「福生市認定ヘルパー」を養成する研修会を行います。

この研修を修了すると、介護福祉士などの資格をお持ちでない方でも、市内の

【申込み】電話で、介護福祉課高齢者支援係☎551・1537へ。

【場所】もくせい会館3階

【定員】先着60人

【講師】①認知症家族の会・青梅ネット②認知症家族の会(福生)

【問合せ】福生市臨時特別給付金コールセンター☎0570・001091(土・日・祝日を除く※有料ダイヤルです。お掛け間違いにご注意ください。)

【家族が語る、認知症】

さまざまな葛藤に向き合いながらも、認知症の方とともに歩んでいるご家族の実体験をお話していただきます。

【内容】①妻が若年性認知症になった②義父母が認知症に

【日時】11月26日(土)午前10時～11時30分

【問合せ】社会福祉課福祉総務係☎551・1522

店舗等の新設・改修には、都条例によりバリアフリー整備の遵守義務または努力義務が課されています。誰もが利用しやすい施設の整備に、ぜひご協力ください。

▼令和3年度バリアフリー関連事業の主な取り組み

- 熊川地域体育館の障害者用駐車スペースの区画線を引き直しました。
- 福生警察署に要望を行った結果、福生市役所前交差点、福生駅西交差点、福生駅前交差点に交通弱者用信号機が設置されました。

※そのほかの取り組みや詳細は、市ホームページに掲載しています。

「心の相談」をご利用ください

【日時】11月24日(木)午後1時～2時30分

【場所】福祉センター相談室

【対象】18歳以上で、高齢者の生活支援業務に従事する意欲のある方

【定員】先着20人

【持ち物】筆記用具

【申込み】10月31日(月)までに、直接市役所1階9番介護福祉課介護保険係窓口☎551・1764へ。

ごみ・資源収集情報

ごみが14t増えちゃったよ!	資源の割合が3%減っちゃったよ!
4年8月1,006t	4年8月277t (22%)
3年8月992t	3年8月339t (25%)

※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

4年8月	43t
3年8月	43t

11月の資源回収予定

実施団体	実施日
福栄福寿会	5日(土)
牛浜第一町会	6日(日)
本町第七町会	
本町第八第一町内会	13日(日)
牛浜第二町会	
玉川台町会	
本町第八第二町内会	20日(日)
本町町会	
南田園一丁目町会	27日(日)
原ヶ谷戸町会	
福生団地自治会	27日(日)
熊川牛浜町会	
志茂第二町会	
青少年育成加美地区委員会	

収集地域は実施団体地域内です。天候などにより変更する場合があります。

【問合せ】ごみ減量対策課☎551・1731

「バリアフリー」の推進にご協力を

市では、第4期福生市バリアフリー推進計画に基づき、「市民が互いを尊重し、ルールやマナーを守りながら、自由に行動し、かつ、活動できるまち」を目指し、3つの柱でバリアフリーを推進しています。

①施設等のバリアフリー

誰もが不自由なく生活できるよう、道路、公園、建築物等の市の公共施設や鉄道駅について、バリアフリー化やユニバーサルデザインに取り組みます。

②心のバリアフリー

すべての人の人権を尊重したうえで、互いを理解し、安心して社会と関わることができるまちを目指します。

③情報のバリアフリー

誰もが情報を適切に受け取れるよう、発信手段に配慮した取り組みを進めます。

▼ルールやマナーを守って、誰もが暮らしやすいまちへ

〈個人の方へ〉

道路や点字ブロック上への自転車や物品、看板等の路上放置をなくし、通行の妨げとならないようにしましょう。また、植栽等は歩道にはみ出さないよう、適切な管理にご協力ください。

〈事業者の方へ〉

不特定多数が利用する民間の事業所や

熊川地域体育館 障害者用駐車スペース

福生市役所前 交差点の交通弱者用信号機

精神保健相談窓口について

こころの健康相談



家庭や職場などでのさまざまな心の悩みなど、心の健康が気になったら一人で悩まずに、お早めにご相談ください。

①基幹相談支援センター

【内容】 こころの相談
【場所】 市役所1階11番障害福祉課※要予約

②健康課

【内容】 健康相談

【場所】 市役所1階ロビー等
【内容】 こころの相談
【場所】 福祉センター

◆精神保健福祉相談

精神保健・疾患等、思春期、高齢者、依存症(アルコール、ギャンブル、薬物等)等に関する専門医相談です。
まずは電話で保健師にご相談ください。

①東京都西多摩保健所(保健対策課地域保健担当)

【電話相談】 ☎0428・226141
【来所相談】 要予約

保健センター休館のお知らせ

11月19日(土)は、保健センターを会場とした「災害時医療救護所開設訓練」を実施するため、休館します。
ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

【問合せ】 保健センター ☎552・0061

【受付時間】 月～金曜日 午前9時～午後5時

②東京都立多摩総合精神保健福祉センター
【電話相談】 ☎042・3715560

【来所相談】 要予約

【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、よく眠れない、やる気が出ない、死にたくなるなどの辛い時にご利用ください。専門の相談員が対応します。

【受付時間】 午後5時～9時30分

◆第69回精神保健福祉普及運動
地域社会における精神障害者の福祉の増進および国民の精神保健の向上を図ることを目的として実施しています。

【問合せ】 障害福祉課 ☎551・1742

健康コーナー

▼食物繊維、摂れていますか?
食物繊維とは「ヒトの消化酵素で分解されない植物中の総体」と定義されています。



消化されなためエネルギー源にはなりません、身体に良いさまざまな効果があります。現在の日本人のほとんどに不足している栄養素なので、積極的に摂取しましょう。

食物繊維の種類と効果

食物繊維には2種類あります。それぞれ作用は異なりますが、生活習慣病の予防など、どちらも健康のために重要な役割を持っています。

①水溶性食物繊維

水に溶けやすい性質があります。小腸での糖質の吸収速度を緩やかにし、食後の血糖値上昇を抑える効果があります。また、コレステロールを体外へ排出したり、ナトリウムを排出することによる高血圧予防など、さまざまな効果があります。

②不溶性食物繊維

水に溶けにくい性質で、便の容積を増やし、排便をスムーズにする効果があります。

一日の摂取量

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」では、食物繊維の目標量は、18～64歳で男性21g以上、女性18g以上となっています。

しかし、「国民健康・栄養調査(令和元年度)」では、男女とも摂取量が目標量を下回っています。特に20～30歳代の摂取量が少なく、男性約17g、女性約15gとなっています。

食物繊維が多く含まれている食品

水溶性食物繊維: わかめ、ひじき、大麦
不溶性食物繊維: レタス、キャベツ、ほうれん草、大豆、エリンギ

両方: ごぼう、にんじん、なめこ、アボカド

「手洗い」「こまめな換気」「3密を避ける」の徹底を

【問合せ】 保健センター ☎552・0061

第29回福生市青少年の意見発表大会を開催します

市内中学生・高校生の学校、家庭、地域との関わりの中で、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。ぜひお越しください。



【日時】 11月3日(祝)午後2時～

【場所】 市民会館小ホール(つつじホール)

【問合せ】 子ども育成課子ども育成係 ☎551・1733

第一小学校児童の投票で学童クラブの名称が決定しました

令和5年4月から第一小学校内に新設される学童クラブの名称を、第一小学校の全校児童に学習用iPadを利用したアンケート調査を実施して意見を募り、最終的に投票によって決定しました。

【学童クラブ名】 臨時スマイルクラブ

令和5年度4月学童クラブ入所の第1次申請受付期間は、11月2日(水)～16日(水)

ファミリー・サポート・センター提供会員講習会の日程について

ファミリー・サポート・センターは、子育ての支援を行うことができます。提供会員として登録ができて、援助活動を行うことができます。
【注意事項】 提供会員の登録には、下表のうち、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。いずれかの講座をすでに受講した方は、未受講の講座のみを受けてください。また、受講および託児を希望の方は、事前にお申し込みください。
【申込み】 福生市ファミリー・サポート・センター ☎510・0904 へ。

【場所】 もくせい会館2階201・202会議室

Table with columns: 日程, 時間, 内容. Rows include dates like 11月15日(火) and 11月17日(木) with corresponding times and topics like '養育家庭(ほっとファミリー)について'.

詳細は、子育てするならふっさ情報サイト「こふくナビ」をご覧ください。



【問合せ】 子ども育成課子ども育成係 ☎551・1733

子育て支援講演会のお知らせ

▼子ども自分もラクになる! 子育て練習



子どもとの接し方で困ってしまふことは誰にでもあるのではなないでしょうか。今回の講演会で、ただ疲れるだけのコミュニケーションから脱出するヒントをつかんでみませんか?
子育て中の保護者の方はもちろん、児童福祉に興味がある方もぜひご参加ください。

福生市予防接種・子育て健康ナビ好評稼働中!

予防接種・子育て健康ナビは、「予防接種」「乳児健診」などの子育て情報を提供するサービスで、携帯電話、スマートフォン、パソコンからご利用できます。
本サービスは、予防接種のスケジュール作成・管理機能を搭載しており、お子さんに合わせた予防接種スケジュールを自動で作成し、接種日が近づくとメールでお知らせします。
ほかに、妊娠や出産に関する情報、子育てサービス、保育サー



【問合せ】 保健センター ☎552・0061

【日時】 11月16日(水)午後1時30分～3時30分
【場所】 もくせい会館3階
【定員】 先着50人程度
【講師】 伊藤徳馬氏(茅ヶ崎 市役所福祉政策課長補佐)
【申込み】 直接または電話で、子ども家庭支援センター ☎539・2555へ。
※託児を希望される方は、11月9日(水)までに相談ください。

【献血にご協力をお願いします】10月27日(土)に、赤十字血液センターによる献血を実施します。65歳以上の方の献血は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

【日時】 10月27日(土)午前10時～午後0時45分、2時～4時 【場所】 市役所栄通り側広場 【問合せ】 保健センター ☎552・0061

費用の記載のない事業は無料です

第52回福生市民文化祭【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118

3年ぶりに市民文化祭を開催します！市内で文化活動を行っている団体が、日ごろの活動成果を発表します。

▼開場式
【日時】11月3日(祝)午前10時30分～11時(予定)
【場所】市民会館大ホール(もくせいホール) ※直接お越しください。

★開場式のみ、市公式YouTubeチャンネル「福生市メディアラボ」でライブ配信しますので、ぜひご視聴ください。

▼演・展
【日程・内容】右表参照
【場所】市民会館・公民館、さくら会館
【その他】各日程の演・展団体、

内容の詳細は、市ホームページまたは市民会館・公民館、松林会館、白梅会館、さくら会館にあるプログラムをご覧ください。

日程	内容
11月3日(祝)	【開場式】 【演・展】 青少年の日
11月5日(土)	【演・展】 楽器演奏などの日 【展】 壁面展示など
11月6日(日)	【演・展】 邦舞・民謡の日 【展】 壁面展示など
11月12日(土)	【演・展】 ダンスなどの日 【展】 平面展示など
11月13日(日)	【演・展】 洋舞・邦楽の日 【展】 平面展示など

「道徳授業地区公開講座」へお越しください
「道徳授業地区公開講座」では、子どもたちの心を育むために、学校・家庭・地域社会が連携を深めながら共通理解をもって子どもたちと関わる事ができるよう、道徳の授業公開と意見交換を行います。

【日時】11月5日(土)午前9時30分
【講師】樋口豊隆氏(明星大学特任教授)
【演題】違うみんな違うゆめ おんなじ 大きな未来
※詳細は、第一小学校ホームページをご覧ください。

【問合せ】教育指導課指導室 室内用運動靴、タオル、水分補給できるもの(ふた付)等



係 ☎ 551・1538
障害者の方も大歓迎！
パラスポーツ等体験教室
11月はヨガやシッティングバレー等の教室です。

【日時】11月11日(金)午後2時～
ヘシッティングバレー 11月17日(木)午前10時～
【場所】熊川地域体育館第一体育室
※予約不要。教室開始時間までに直接お越しください。
【対象】市内在住・在勤・在学の方
【定員】各日40人程度
【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、タオル、水分補給できるもの(ふた付)等



【指導者】シンコースポーツ株式会社
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511
3年ぶりの開催！秋のウォーキング「日の出町鹿野大佛まで歩く」
福生市スポーツ推進委員の協力のもと、秋のウォーキングを3年ぶりに開催します！
日の出町の鹿野大佛を目指し、平井川沿いを散策します。風情ある景観を楽しみましょう。

【日時】11月12日(土)午前9時30分～午後0時30分(予定)
【集合場所】中央体育館裏手駐輪場(午前9時集合)
※小学生以下は要保護者同伴

【行程】中央体育館(開会式) ↓ 多摩橋 ↓ 平井川沿い ↓ 草花公園・あきる野市民球場(休憩) ↓ 平井川沿い ↓ 鹿野大佛(閉会式)
【歩行距離】約7km
【定員】先着20人
【参加費】一人50円(保険代)
※雨天中止の場合でも返金不可。また鹿野大佛で参拝見学される方は、当日に別途300円をお持ちください。
【持ち物】水筒(必須)、雨具など
【申込方法】11月6日(日)午後5時までに、参加費を持参して直接、中央体育館または熊川地域体育館へ。
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

【行程】中央体育館(開会式) ↓ 多摩橋 ↓ 平井川沿い ↓ 草花公園・あきる野市民球場(休憩) ↓ 平井川沿い ↓ 鹿野大佛(閉会式)
【歩行距離】約7km
【定員】先着20人
【参加費】一人50円(保険代)
※雨天中止の場合でも返金不可。また鹿野大佛で参拝見学される方は、当日に別途300円をお持ちください。
【持ち物】水筒(必須)、雨具など
【申込方法】11月6日(日)午後5時までに、参加費を持参して直接、中央体育館または熊川地域体育館へ。
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

【指導者】シンコースポーツ株式会社
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511
3年ぶりの開催！秋のウォーキング「日の出町鹿野大佛まで歩く」
福生市スポーツ推進委員の協力のもと、秋のウォーキングを3年ぶりに開催します！
日の出町の鹿野大佛を目指し、平井川沿いを散策します。風情ある景観を楽しみましょう。

【日時】11月12日(土)午前9時30分～午後0時30分(予定)
【集合場所】中央体育館裏手駐輪場(午前9時集合)
※小学生以下は要保護者同伴

【行程】中央体育館(開会式) ↓ 多摩橋 ↓ 平井川沿い ↓ 草花公園・あきる野市民球場(休憩) ↓ 平井川沿い ↓ 鹿野大佛(閉会式)
【歩行距離】約7km
【定員】先着20人
【参加費】一人50円(保険代)
※雨天中止の場合でも返金不可。また鹿野大佛で参拝見学される方は、当日に別途300円をお持ちください。
【持ち物】水筒(必須)、雨具など
【申込方法】11月6日(日)午後5時までに、参加費を持参して直接、中央体育館または熊川地域体育館へ。
【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

公民館運営審議会(市民公募委員)を募集します
公民館運営審議会は、公民館長の諮問機関で、諮問に対する答申や公民館の事業について調査・審議等を行っていただきます。

この度、現在の委員の任期満了(令和5年3月末)に伴い、公募委員を募集します。

【活動内容】定例会(月1回)、視察研修、関東甲信越静公民館研究大会や東京都公民館連絡協議会が主催する大会・研修会等への参加、自主活動等

【任期】令和5年4月から2年間
【報酬等】市の規定による
【募集人員】2人
【応募資格】市内在住の18歳以上の方(令和5年4月1日時点) ※市が公募したほかの委員との兼務はできません。

【応募方法】「公民館に期待すること」と題した800字以内の作文に、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記載したものを添えて、12月1日(木)必着までに郵送(〒197-0024 福生市牛浜163さくら会館内公民館公民館係宛)、またはさくら会館内公民館公民館係へ直接持参してください。

【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118

公民館運営審議会(市民公募委員)を募集します
公民館運営審議会は、公民館長の諮問機関で、諮問に対する答申や公民館の事業について調査・審議等を行っていただきます。

この度、現在の委員の任期満了(令和5年3月末)に伴い、公募委員を募集します。

【活動内容】定例会(月1回)、視察研修、関東甲信越静公民館研究大会や東京都公民館連絡協議会が主催する大会・研修会等への参加、自主活動等

【任期】令和5年4月から2年間
【報酬等】市の規定による
【募集人員】2人
【応募資格】市内在住の18歳以上の方(令和5年4月1日時点) ※市が公募したほかの委員との兼務はできません。

【応募方法】「公民館に期待すること」と題した800字以内の作文に、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記載したものを添えて、12月1日(木)必着までに郵送(〒197-0024 福生市牛浜163さくら会館内公民館公民館係宛)、またはさくら会館内公民館公民館係へ直接持参してください。

【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118

公民館運営審議会(市民公募委員)を募集します
公民館運営審議会は、公民館長の諮問機関で、諮問に対する答申や公民館の事業について調査・審議等を行っていただきます。

この度、現在の委員の任期満了(令和5年3月末)に伴い、公募委員を募集します。

【活動内容】定例会(月1回)、視察研修、関東甲信越静公民館研究大会や東京都公民館連絡協議会が主催する大会・研修会等への参加、自主活動等

【任期】令和5年4月から2年間
【報酬等】市の規定による
【募集人員】2人
【応募資格】市内在住の18歳以上の方(令和5年4月1日時点) ※市が公募したほかの委員との兼務はできません。

【応募方法】「公民館に期待すること」と題した800字以内の作文に、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を記載したものを添えて、12月1日(木)必着までに郵送(〒197-0024 福生市牛浜163さくら会館内公民館公民館係宛)、またはさくら会館内公民館公民館係へ直接持参してください。

【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118

世界三大ピアノの一つである「スタインウェイ・ピアノ」が弾けます。

【日程】12月6日(火)・7日(水) 22日(木)
【時間】①午前10時～②11時～③午後1時～④2時～⑤3時～⑥4時～⑦5時～⑧6時～⑨7時～(各回50分)
※日程により、ご予約いただけない時間帯があります。

【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
【対象】小学生以上 ※経験者に限りません。
【定員】各回先着1組(1日最大2回まで利用可能)
【費用(1回)】
一般 2,000円
友の会会員 1,800円

【注意事項】
・ピアノ教室などの発表会や、入場料・授業料(先生による演奏指導)をとる営利目的のご利用はできません。判明した場合は、ご利用をお断りします。
・合奏練習、合唱練習、ダンス練習などにはご利用できません。

【申込み】利用日の前日までに、直接または電話で市民会館 ☎ 552・1711へ。

世界三大ピアノの一つである「スタインウェイ・ピアノ」が弾けます。

【日程】12月6日(火)・7日(水) 22日(木)
【時間】①午前10時～②11時～③午後1時～④2時～⑤3時～⑥4時～⑦5時～⑧6時～⑨7時～(各回50分)
※日程により、ご予約いただけない時間帯があります。

【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
【対象】小学生以上 ※経験者に限りません。
【定員】各回先着1組(1日最大2回まで利用可能)
【費用(1回)】
一般 2,000円
友の会会員 1,800円

【注意事項】
・ピアノ教室などの発表会や、入場料・授業料(先生による演奏指導)をとる営利目的のご利用はできません。判明した場合は、ご利用をお断りします。
・合奏練習、合唱練習、ダンス練習などにはご利用できません。

【申込み】利用日の前日までに、直接または電話で市民会館 ☎ 552・1711へ。

世界三大ピアノの一つである「スタインウェイ・ピアノ」が弾けます。

【日程】12月6日(火)・7日(水) 22日(木)
【時間】①午前10時～②11時～③午後1時～④2時～⑤3時～⑥4時～⑦5時～⑧6時～⑨7時～(各回50分)
※日程により、ご予約いただけない時間帯があります。

【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)
【対象】小学生以上 ※経験者に限りません。
【定員】各回先着1組(1日最大2回まで利用可能)
【費用(1回)】
一般 2,000円
友の会会員 1,800円

【注意事項】
・ピアノ教室などの発表会や、入場料・授業料(先生による演奏指導)をとる営利目的のご利用はできません。判明した場合は、ご利用をお断りします。
・合奏練習、合唱練習、ダンス練習などにはご利用できません。

【申込み】利用日の前日までに、直接または電話で市民会館 ☎ 552・1711へ。

▼わかぎり図書館おはなし会
【日時】11月10日(木)午後3時～

▼わかぎり図書館おはなし会
【日時】11月16日(水)午前11時～

▼わかぎり図書館おはなし会
【日時】11月17日(木)午前11時～

▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
【日時】11月9日(水)・16日(水)午後3時～
【場所】わかたけ図書館2階 ※直接どうぞ
【対象】幼児・小学生
【定員】先着23人
【問合せ】わかたけ図書館 ☎ 552・7421

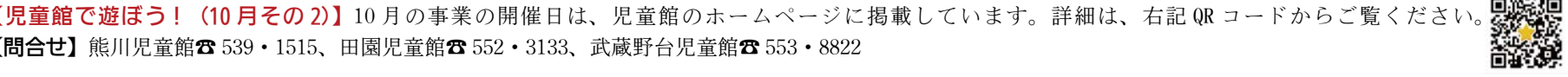
▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
【日時】11月9日(水)・16日(水)午後3時～
【場所】わかたけ図書館2階 ※直接どうぞ
【対象】幼児・小学生
【定員】先着4組
【問合せ】わかたけ図書館 ☎ 552・7421

▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
【日時】11月9日(水)・16日(水)午後3時～
【場所】わかたけ図書館2階 ※直接どうぞ
【対象】幼児・小学生
【定員】先着8人
【武蔵野台図書館乳幼児おはなし会】
【日時】11月16日(水)午前11時～
【場所】武蔵野台児童館1階 ※直接どうぞ
【対象】乳幼児と保護者
【問合せ】わかたけ図書館 ☎ 552・7421

【児童館で遊ぼう！(10月その2)】10月の事業の開催日は、児童館のホームページに掲載しています。詳細は、右記QRコードからご覧ください。

【問合せ】熊川児童館 ☎ 539・1515、田園児童館 ☎ 552・3133、武蔵野台児童館 ☎ 553・8821

【問合せ】熊川児童館 ☎ 539・1515、田園児童館 ☎ 552・3133、武蔵野台児童館 ☎ 553・8821



ふっさ青少年フェスティバル
毎年恒例の「ふっさ輝きフェスティバル」と「軽スポーツ&とん汁会」を一本化し、今年度から「ふっさ青少年フェスティバル」として初開催します！
射的や輪投げ、ボウリングなどが体験できるブースを、身体を動かしながら楽しく回しましょう！すべてのブースで遊ぶと、最後に景品が当たるくじが引けます！友達や家族と、ぜひお越しください。
【日時】11月20日(日)午前10時～午後1時(雨天中止)
【場所】多摩川中央公園(げんき広場)
【後援】福生市、福生市教育委員会
【注意事項】
・模擬店(飲食)の出店やとん汁の提供はありません。
・中止の場合は、当日午前9時にふっさ情報メールと、防災行政無線でお知らせします。
・専用駐車場はありませんので、徒歩または自転車でお願いします。
【問合せ】生涯学習推進課地域教育支援係 ☎ 551・1958



保健ガイド

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更する場合があります

【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	11月2日(水)午前9時30分～11時15分	中央体育館	18歳以上の方（高校生を除く）
	11月17日(水)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
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	11月16日(水)午前9時10分～11時30分までの指定時間	保健センター	18歳以上の方（高校生を除く）・先着20人 ※前回受けた方は1年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	11月4日(金)午前10時～11時30分	子ども応援館	乳幼児（0歳～未就学児）と保護者 ※フェイスタールをご持参ください。
	11月30日(水)午前9時30分～11時		
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方	〈前期・中期食〉 11月9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・先着10組
	〈中期・後期食〉 11月24日(水)午前10時～11時30分		生後7か月～1歳ごろのお子さんとお母さんなど・先着10組
⑤すくすく歯科健診（乳幼児歯科健康診査）	12月7日(水)午後1時からの指定受付時間 ※11月2日(水)分も同時受付中。		3歳11か月までの乳幼児

【申込み】10月18日(火)から保健センターへ。

11月の予防接種（BCG）

期日	備考
18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）

【受付時間】〈誕生日が1日～10日の方〉午後1時～1時15分
 〈誕生日が11日～20日の方〉午後1時15分～1時30分
 〈誕生日が21日～31日の方〉午後1時30分～1時45分
 【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。

11月の休日診療

※保険証をご持参ください。

診療時間	休日診療	準夜診療	調剤薬局	歯科休日診療
	午前9時～正午 午後1時～5時	午後5時～10時		午前9時～正午 午後1時～5時
※受付は診療時間終了の15分前までです。				
3日(祝)		新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2 ロングヒルズ1階 ☎ 557-0018		高取歯科医院 あきる野市五日市55 ☎ 596-0048
6日(日)		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		葉山歯科医院 あきる野市引田403 ☎ 559-5575
13日(日)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎ 552-0099	ひかりクリニック 本町95-3 ☎ 530-0221	ホッタ晴信堂薬局本町店 本町95-15 ☎ 530-7953	デンタルオフィスたむら あきる野市野辺631-4 ☎ 550-0998
20日(日)		熊川病院 熊川154 ☎ 553-3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎ 530-2468	かねこ歯科医院 あきる野市小川東2-7-2 遠藤ビル2F ☎ 558-5118
23日(祝)		石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎ 557-0072		山口歯科クリニック 南田園2-5-39 田園ビル1F ☎ 553-8182
27日(日)		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	田辺歯科・矯正歯科医院 本町90 ☎ 551-2712

◆今後の休日・準夜診療受診時の注意点について

新型コロナウイルス感染症対策のため、休日・準夜診療を受診する際は、必ず受診前に上表の「休日診療」「準夜診療」欄に記載されている、担当の医療機関へお問い合わせください。
【注意事項】 症状の聞き取りをさせていただき、新型コロナウイルス感染症等が疑われる症状がある際は、診療ができない場合があります。ご理解をお願いします。なお、年齢や症状によっては、他医療機関を紹介する場合があります。事前にお問い合わせください。

11月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳、保険証をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	15日(火)・24日(水)	令和4年7月生まれ	保健センター（集団健診） 午後0時55分～2時の指定受付時間
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和4年5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	令和4年2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	8日(火)・22日(火)	令和3年4月生まれ	保健センター（集団健診） 午後0時55分～2時の指定受付時間
3歳児	1日(火)・29日(火)	令和元年10月生まれ	

※集団健診は新型コロナウイルス感染症の影響により、予定より遅れる場合があります。なお、保健センターでの健診には、バスタオルをご持参ください。

医師会だより

急性の肝機能障害 ウイルス性肝炎について



急性の肝機能障害を起こす病態としては、非ウイルス性の肝機能障害とウイルス性の肝機能障害に大別されます。

非ウイルス性の肝機能障害の代表としては、薬剤性肝機能障害、アルコール性肝機能障害、非アルコール性脂肪性肝機能障害、自己免疫性肝機能障害等があります。中には、意外にも自覚症状が軽い場合もあり、健康診断で診断されることもあります。自覚症状としては、感冒様症状や全身倦怠感、食欲不振、嘔気等で、黄疸を呈してから気づく場合も少なくないです。※野菜ジュースの飲みすぎによる皮膚の黄染で受診する方がいますが、これは黄疸とは異なるものです。ウイルス性肝機能障害は、いわゆる肝炎ウイルス（A～E型の5種類が判明されている）と、その他のウイルスの感染により発症するもので、解明されていないものもあります。※最近、小児の急性肝機能障害が世界で報告されたことで注意喚起されており、一部の例でアデノウイルス（咽頭結膜熱を起こす原因ウイルス）が検出されていますが、病

因は解明されていません。肝炎ウイルスの中のA型とE型は、ウイルスを経口摂取することで感染するもので、A型の感染源は牡蠣などの海産物等、E型は不適切な加熱処理のジビエ料理、豚、猪、鹿肉など（人畜共通感染症）で感染します。B型とC型、D型は血液・体液を介しての感染で、不衛生な刺青、ピアスの穴あけ、性交渉等によるものですが、輸血や医療機関での医原性感染の危険性はほぼなくなっています。※E型ウイルスは輸血での感染が毎年数例報告されています。A型ウイルスは無症状期や肝炎後も数週間便への排泄があり、家庭内、施設内感染や性交渉での感染が問題となります。※最近、世界で報告例が急増したサル痘のウイルスも、サル痘報告例のある国の滞在歴や滞在先で他者との性的接触を含む濃厚接触があった場合に、危険性があるとされています。なお、福生市の肝炎ウイルス検査は10月31日(月)まで実施中です。

【文責】西村医師

今年度最後の

胃・肺がん検診（12月）のお知らせ



※原則、セットでお申し込みください。
【日時】 12月2日(金)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（令和4年4月1日現在）
【定員】 90人（定員を超えた場合は抽選）
【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
 ・令和4年度中に胃・肺がん検診を受診された方
 ・妊娠している方またはその可能性がある方
 ◆1年以内に手術（胃・肺に限らず）をした方やその他病気を治療中の方は、申込み前に保健センターへご連絡ください
 ※当日の間診結果によっては検診が受診

できない場合があります。
【申込方法】 10月31日(月)までに、市ホームページから電子申請（10月31日(月)午後10時まで）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2125-3 福生市保健センター
〈往信・裏〉 住所・氏名・生年月日・年齢・電話番号・希望検診名
〈返信・表〉 ご自分の住所・氏名
〈返信・裏〉 無記入
【注意事項】
 ・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付できません。
 ・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。
 ・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

勤務先の健診や人間ドックを受ける方へのお願い

特定健康診査は生活習慣病対策の1つとして実施しています。職場の健診等を受診された方のデータも集約し、市の生活習慣病対策に役立てています。今年度、福生市の特定健康診査の対象

【問合せ】 保健センター ☎ 552-0061
 者で、職場の健診や人間ドックを受診する方は、健診の結果と問診票の写しを保健センターへご提出ください。提出については任意です。皆様のご協力をお願いします。