

Fussa

- 広報ふっさ -

令和 5(2023) 年

10. 15

No. 1129

ガイドマップ

ふっささんぽ

New

観光ガイドマップ

まっふる福生

-Birth to Happiness-

詳細は2面へ

福生アメリカンハウス



ベースサイドストリート

石川酒造

福生神明社



玉川上水 (新堀橋付近)



南福荷神社



田村酒造場

今号のトピックス

6面 令和6年度4月の保育園入園申込みが始まります

7面 地域体育館の再開予定について

福生市公式ホームページ



多言語対応は「広報プラス」



再生紙を使用しています。



観光ガイドマップをリニューアル まっふる福生-Birth to Happiness-を作成しました!



福生市では、市内外の方に福生の魅力を発信するため、新しい観光ガイドマップ「まっふる 福生-Birth to Happiness-」を制作し、9月末から福生市観光案内所くるみる ふっさ等で配布を開始しました!

マップ内では、福生市のグルメや自然などの魅力スポットを、実際に訪れることがイメージできるように、3つの散策ルートで紹介しているほか、多言語(英語・中国語・韓国語)にも対応しています。

問 シティセールス推進課まちの魅力創造グループ ☎ 551・1740

市内配布場所

- ・もくせい会館 (シティセールス推進課)
- ・福生市観光案内所くるみる ふっさ
- ・JR 福生駅西口階段ラック
- ・JR 牛浜駅改札前ラック

※HPでもPDF版を掲載していますので、ぜひご覧ください。



制作担当 西村美穂 (シティセールス推進課)

オススメ 福生散策 3コース

コースサイドストリートコース

○歩行距離約 4 km ○見学時間約 1 時間 45 分
 ○所要時間約 55 分 ○散策時間約 2 時間 40 分

横田基地の横(ベースサイド)を走る国道16号沿いは異国情緒あふれるショップやレストランが軒を連ねています。日本の中の外国を感じながら散策を楽しみましょう。



和 文化と水辺を楽しむコース

○歩行距離約 3 km ○見学時間約 2 時間 15 分
 ○所要時間約 35 分 ○散策時間約 2 時間 50 分

実は日本を感じるスポットもたくさんある福生。酒蔵や寺社など、しっとりとした和文化と玉川上水の水辺に癒される散策コースです。



歴 史と自然を感じるコース

○歩行距離約 4.2 km ○見学時間約 2 時間 45 分
 ○所要時間約 55 分 ○散策時間約 3 時間 45 分

熊川分水と玉川上水、2本の川沿いを散策する自然いっぱいのコース。酒蔵や寺院を楽しみながら、旧熊川村の歴史をたどりましょう。



令和4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4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。詳細は、HPをご覧ください。

問 財政課 ☎ 551・1534



▼福生市の健全化判断比率 ()内は令和3年度

区分	令和4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	- (-)	13.03% (12.99%)	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	- (-)	18.03% (17.99%)	30.00%
実質公債費比率 年収に対する借入金の返済額の大きさを表す指標	-2.8% (-3.0%)	25.0%	35.0%
将来負担比率 将来支払わなければならない負債が、年収に対してどの程度なのかを表す指標	- (-)	350.0%	

▼福生市の資金不足比率 ()内は令和3年度

区分	令和4年度	経営健全化基準
下水道事業会計 公営企業の資金不足額の事業規模(料金収入などの営業収益の規模)に対する割合	- (-)	20.0%



福生市消防団第五分団が 西多摩地区消防大会で優勝しました!

9月17日に明星大学青梅校で行われた「第34回西多摩地区消防大会」消防操法自動車ポンプの部において、第五分団が見事優勝を勝ち取りました。

▼自動車ポンプの部

- 〈優勝〉福生市消防団
 - 〈準優勝〉羽村市消防団
 - 〈第3位〉青梅市消防団
- 問 防災危機管理課
☎ 551・1638



防犯講習会を 開催します!

ご自分のスマホを使って詐欺の音声聞き比べしたり、架空請求のメールにアクセスしたらどうなるかなど、実際に体験していただけます。



参加者には先着で記念品もプレゼント!

- 日 11月7日(火)午後3時~
- 場 市民会館小ホール
- 持 スマートフォン
- 問 防災危機管理課 ☎ 551・1638

福生市まちづくりに 資する寄附金 (ふるさと納税)

9月1日~30日の間に、匿名1名の方から12,393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。

問 契約管財課管財係 ☎ 551・1535

新型コロナワクチン接種について

●福生地域体育館での接種は、 令和5年10月29日(日)で終了します

※福生地域体育館の再開予定については7面をご覧ください。

令和5年秋開始接種は、令和6年3月31日(日)まで実施予定ですが、福生地域体育館での接種は令和5年10月29日(日)で終了します。

11月以降、市内での接種機会は大幅に減少しますので、接種を希望される方は、10月中の接種をご検討ください。

●10・11月の新型コロナワクチン接種スケジュールについて

予約状況により接種スケジュールが変更になる場合があります。

対 12歳以上の方

〈10月〉日 毎週水～日曜日 場 福生地域体育館

〈11月〉日 4日(土)・25日(土) 場 保健センター

他 小児(5～11歳)、乳幼児(生後6か月～4歳)の接種スケジュールは、HPをご覧ください。か、福生市新型コロナワクチン接種コールセンターへお問い合わせください。



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)

〈月・火、木～土曜日〉午前8時30分～午後5時15分

〈水曜日〉午前8時30分～午後8時

〈日曜日(10月のみ)〉午前8時30分～午後5時15分

▼WEB予約サイト

QRコードからアクセス

※接種当日に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。



●11・12月は、羽村市・瑞穂町の接種会場でも接種できます

対象年齢	12歳以上	
接種対象者	○初回接種(1・2回目) ○令和5年秋開始接種(初回接種が完了したすべての方)	
使用ワクチン	オミクロン株(XBB.1.5)対応1価ワクチン(ファイザー)	
接種日	11月11日(土)、12月9日(土)	11月18日(土)、12月16日(土)
接種時間	午前9時～11時30分	午後1時～4時
接種場所	羽村市保健センター (羽村市緑ヶ丘5-5-2)	瑞穂町保健センター (瑞穂町大字石畑1970)
申込み (11月1日(水)～)	羽村市コールセンター ☎ 0570・030207 (有料ダイヤル) (月～土曜日午前9時～午後5時)	瑞穂町コールセンター ☎ 042・568・0380 (月～金曜日午前9時～午後5時)

持

- 接種券および予約票(忘れた場合は接種できません。必ずお持ちください。)
- 本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカード・保険証等)
- おくすり手帳(お持ちの方のみ)
- 母子健康手帳(15歳以下の方のみ)

注 予約の際は、福生市民であることを最初に伝えてください。また、タクシー利用助成は利用できません。

他 羽村市・瑞穂町での接種に関する情報は、各自治体のHPをご覧ください。か、各コールセンターへお問い合わせください。

多摩東京移管

130周年記念イベント

「超たまらん博」を開催します

多摩30市町村等による販売・PRブース(特産品、グルメなど)や多摩産食材を使用したグルメの提供、多摩の木材を使用した丸太切り等の体験ワークショップなど、超たまらん企画が盛りだくさん!

福生市は、福生ドッグやたっけー☆☆グッズなどの販売を行います。皆様のご来場をお待ちしています!

日 10月28日(土)・29日(日)午前10時～午後4時

場 JR立川駅北口サンサンロード

他 イベントの詳細は、特設サイトをご覧ください。

問 <イベントについて>

多摩の魅力発信プロジェクト事務局 ☎ 03・5738・8904

<福生市の出店について>

シティセールス推進課まちの魅力創造グループ ☎ 551・1740



未来をつなぐ協議会事務局

申 10月20日(金)～11月13日(月)の間、HPから申込専用フォームに入力または電話で、福生・昭島地域の未来をつなぐ協議会事務局へ。
定 先着34人
申 10月19日(木)午前10時から、シティセールス推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699へ。

証明書等コンビニ交付サービス一時停止のお知らせ



庁舎計画停電に伴い、証明書等コンビニ交付サービスを次の日程で停止します。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

日 10月29日(日)終日

問 総合窓口課 ☎ 551・1595

窓口業務を委託します



より良いサービスの提供と事務の効率化のため、総合窓口課の窓口業務を11月1日(水)から

外部委託します。

なお、業務場所(市役所1階7番総合窓口課)の変更はありません。

委託事業者 青梅商工会議所

・フロア案内

・各種証明書の受付・交付
・引越し等の住民異動や戸籍、マイナンバーカードの各種手続き等

他 個人情報取り扱いについては、市と受注者が取り扱

いの重要性を十分に認識し、保護対策に万全を期します。

問 総合窓口課 ☎ 551・1595

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(火)ですので、お忘れのないようご納付ください。

注 口座振替は10月31日(火)で

す。残高不足にご注意ください。

問 収納課 ☎ 551・1578

年金日より

▼ご存じですか? 障害基礎年金

障害基礎年金は、国民年金加入中(※)にけがや病気をされ、それが原因で障害

が残ったときに、障害の程

度や保険料の納付月数などが要件を満たしている場合に支給される制度です。

目、耳、手足、知的、精神などの障害のほか、がんや糖尿病、心疾患などによる

内部障害も対象となります。

障害年金の相談では、障害の原因となったけがや病気に

ついて、初めて医師の診療を受けた日(11月初診日)が重要となります。初診日を確認のうえ、ご相談ください。

詳細は、市役所1階5番

保険年金課窓口でご相談ください。窓口での年金相談は、平日午前9時～正午、午後1時～4時に行っています。

(※) 20歳前または日本国内に住んでいる60歳以上65

歳未満の期間に初診日がある方も対象となります。

問 保険年金課 保険年金係

☎ 551・1670

国保日より

▼令和5年度第2回国民健康

保険運営協議会の開催に

ついて

日 10月26日(木)午後2時～

場 市役所第二棟4階第一・

第二委員会室

※直接お越しください。なお、場所は変更となる場合があります。

傍聴(定員)先着5人

問 保険年金課 保険年金係

☎ 551・1640

「福生・昭島創業セミナー」を開催します



「創業に興味はあるけど、具体的なアイデアが出てこない」といった方向けの入門セミナーです。

日 11月14日(火)午後6時30分

～8時30分

場 もくせい会館

対 創業を検討している方、創業に向けて準備をしている方

定 15人程度

主催 福生・昭島地域の未来をつなぐ協議会

他 セミナーの内容などの詳細は、HPをご覧ください。

申 10月20日(金)～11月13日(月)の間、HPから申込専用フォームに入力または電話で、福生・昭島地域の未来をつなぐ協議会事務局へ。

(シティセールス推進課) ☎ 551・1699へ。

消費者セミナー「工場見学バスツアー」の参加者募集!

▼マヨネーズの工場見学。作り方を知って正しい知識を身につけよう!

日 10月30日(月)

正午～午後5時

(解散予定)

集合場所 市役所郵便局側入口前(正午集合、午後0時15分出発)

※昼食は済ませておいてください。

見学場所 キューピーマヨネーズ五霞工場(茨城県猿島郡)

対 市内在住・在勤・在学の方 ※小学生以下の方は要保護者同伴

定 先着34人

申 10月19日(木)午前10時から、シティセールス推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699へ。

11月の無料相談

秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	1日(水)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第1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(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	14日(火)			
税務相談	30日(木)			
法律相談	4日(土)・8日(水)・15日(水)・22日(水)	午後1時30分～4時	市役所1階第1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。
交通事故相談	16日(木)			
少年相談	17日(金)			
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	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15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 ※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)	シテイセールス推進課産産活性化グループ ☎ 551・1699
事業資金相談	9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)

遠慮ください。
注 車での来場はご遠慮ください。
他 詳細は、HPをご覧ください。
後援 福生市教育委員会



市民のひろば

半月の日に星の観望会を開催しています。半月と一緒に空を見上げてみませんか。
日 ①10月22日(日)、②11月20日(日)、③12月20日(水)、④令和6年1月18日(木)、⑤2月17日(日)、⑥3月17日(日)午後6時～8時 ※雨天中止
場 市内小中・高校(①第三中学校、②第一中学校、③第一小学校、④⑤⑥は調整中)
※直接お越しください。



吉田浩康鉛筆画展

鉛筆で表現するモノクロの世界を、ぜひご覧ください。
日 10月24日(火)～29日(日)午前10時～午後6時 ※10月24日(火)は午後1時から、29日(日)は午後5時まで
場 福生市プチギャラリー(福生駅西口)
問 彩光会・吉田 ☎ 4224・2710



カワラノギク保全ボランティア募集

屏風の「可塑性・表現・面白さ」を開く作品展示です。
日 11月3日(祝)～5日(日)午前10時～午後5時 ※5日(日)は10時～
今回は、開花個体数の調査を通じて、1年かけて環境整備に取り組んだ成果などを確認します。
日 10月29日(日)午前9時30分～正午ごろ
※雨天の場合は、11月12日(日)に順延予定
集場所 柳山公園の永田橋
たもと付近
持 筆記用具、飲み物
服装 長袖・長ズボン、歩きやすい靴
申 10月26日(木)までに、NPO法人自然環境アカデミー ☎ 519・4394、FAX 519・4395、✉ kawaranogiku.academy2021@gmail.com



サークル陶遊会員募集

毎週仲間たちと明るく、楽しく作陶活動しませんか。
日 毎週金曜日午前9時～午後4時
場 福祉センター
対 市内在住の60歳以上の方
費 月額500円
申 直接、福祉センターへお越しください。電話でサークル陶遊・山崎 ☎ 6720・8822へ。



令和5年9月の航空機騒音測定回数

環境政策課

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	822	-158	58	-83
昼間(午前7時～午後7時)	639	-93	33	-57
夕刻(午後7時～午後10時)	162	-64	25	-26
夜間(午後10時～午前7時)	21	-1	0	0
最高音圧レベル(デシベル)	103	-11	87	1
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	62	-2	40	-4

花いっぱい運動に参加してください
日 10月30日(月)午後1時～
※雨天時は翌日順延
他 植栽のボランティアも募集しています。ご協力いた



福生水辺の楽校「多摩川で遊ぼう」参加者募集
▼デイキャンプ 焚き火であつたまろう
日 11月12日(日)午前9時30分～11時30分
※9時15分までに受付をお願いします。遅れた場合は、ご参加いただけません。
日 11月9日(木)まで
申 11月9日(木)まで



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

3R(※)を進めるため、市内の小学生を対象にポスターと標語を募集し、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)。入選作品は、市から表彰されます。
※3Rとは、リデュース=発生抑制、リユース=再使用、リサイクル=再生利用のこと
問 ごみ減量対策課ごみ減量対策係 ☎ 551・1731

部門	席次	作品名
標語部門	一席	田代奈愛(二小4年)「すてるより ほしいひとへのプレゼント」
	二席	山本凱也(二小4年)「レジ袋 買わずに持とう マイバック」
	三席	塚田真白(二小4年)「みなおそう ごみのだしかた へらしかた」
ポスター部門	一席	岡野みお(二小4年)「工夫 3R地球の未来」
	二席	畑蓮惟(三小3年)「3Rで地球を救おう」
	三席	木原由衣(二小4年)「ごみを減らそう」

応募作品を展示します
入選作品に加え、応募されたすべての作品を展示します。
日 10月25日(水)～11月15日(水)
場 市役所1階郵便局側入口付近

集場所 川原の志民館
対 中学3年生まで(就学前児童は要保護者同伴)
持 軍手、タオル、飲み物、焚き火の際に火を通して食べるもの(お菓子、野菜、果物のみ ※火が通りにくいものは避けてください。)
服装 帽子、汚れてもいい服装、運動靴
※ナイロン、ポリエステル素材は避けてください。
申 11月9日(木)まで

樹木の剪定講習会に参加しませんか
福生市緑化推進協会による剪定講習会を行います。
日 11月11日(土)午前9時15分～(2時間程度)
場 原ヶ谷戸児童公園
※駐車場はありません。
対 市内在住・在勤・在学の方
定 先着20人
費 200円(保険料)
申 10月31日(火)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。



市民活動支援講座

▼みつけた 地域とあなたの資源を活かす仕事

「コミュニケーションビジネス」

住民自らの力で地域にす... (ヒト、モノ、資金、情報の発信) を活用... 地域づくりを行うコミュニケーションビジネスを学びます。



講師 半澤比呂美氏 (NPO法人ヒューマンケア理事長)

10月19日(木)午前10時から、直接または電話(☎551-0166)...

〒311-0166 右記QRコードからメール(✉kagayakishimin@forest.on.ne.jp)で輝き市民サポートセンターへ。



駅前放置自転車クリーンキャンペーンを実施します

10月22日(日)〜31日(火) 東京都では、当期間において関係機関・団体と協力して広報等の強化を図ります。

市では、福生市交通安全推進委員会・福生警察署と協力し、10月26日(木)の朝、

福生駅前では広報活動を行います。

▼自転車等放置禁止区域について

市では、市内の駅から約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、一定時間後に撤去し、自転車保管場所で保管します。

駅周辺に自転車でお出かけの際は、自転車等駐車をご利用ください。皆さん

のご協力をお願いします。

撤去保管手数料 自転車1,000円、原付2,000円

道路下水道課管理・交通安全対策グループ ☎551-1969

油・断・快適！下水道

キッチンから流れた油は、下水道管の詰まりや悪臭の原因となります。



鍋や食器に付いた油污は、川や海の良好な水環境の保全のためにも、洗う前に拭き取りましょう。

11月14日(火)午後1時30分〜3時

特別養護老人ホーム第2サンシャインビル5階会議室

定 先着20人

持筆記用具、飲み物(必要な方のみ)

受付中。地域包括支援センター加美 ☎553-3720

福生市認定ヘルパー養成研修会の参加者を募集します

軽度の介護が必要な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持つていない方でも、市内の事業所等と雇用契約をすることで、介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスのヘルパーとして働くことができます(家事援助のみの提供)。



2日間すべてのカリキュラムを受講された方には、研修修了証を発行します。

11月11日(土)・12日(日)午前9時30分〜午後4時30分(途中休憩あり)

市役所第一棟2階第1・第2会議室

対 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 先着40人

持筆記用具

申 10月31日(火)までに、申込フォームへ入力するか、

直接介護福祉課介護保険係 ☎551-1764へ。

東京都夜間こころの電話相談 精神的な問題で困ったとき、よく眠れない、やる気がでない、死にたくなるなど、つらいときにご利用ください。専門の相談員が対応します。 電話相談 ☎03-5155-5028 受付時間 午後5時〜9時30分 ◆第70回精神保健福祉普及運動 10月23日(月)〜29日(日)は「精神保健福祉普及運動」期間です。 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されています。 精神疾患は誰にでも起こり得る病です。身近な問題として身体の健康と同じように心の健康についても関心を持ちましょう。 <推進標語> 誰もが安心して暮らせる地域社会の創造 障害福祉課 ☎551-1742

「バリアフリー」の推進にご協力を

社会福祉課福祉総務係 ☎551-1522

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。



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4年度バリアフリー関連事業の主な取り組み

▼国道16号武蔵野橋南交差点に「エスコートゾーン」を設置



▼玉川上水緑地日光橋公園駐車場に障害者専用駐車スペースを設置



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の推進に取り組みます。

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

Table with 2 columns: 資源の割合 (Resource Ratio) and 減ったよ! (Decreased!). Rows show data for August 2022 and August 2023.

※資源の割合 = 資源収集量 ÷ ごみと資源収集量

Table titled '11月の資源回収予定' (November Resource Collection Schedule) with columns for 実施団体 (Organizing Organization) and 実施日 (Date).

家族介護者教室「突然始まる家族介護」(加美) 認知症の理解と家族の対応について 介護について困ったことや心配ごとはありませんか。ご家族だけで抱え込まないで、専門家と一緒に介護を考えていきましょう。

この研修を修了すると、介護福祉士などの資格を持つていない方でも、市内の事業所等と雇用契約をすることで、介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスのヘルパーとして働くことができます(家事援助のみの提供)。

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、早めにご相談ください。 ①基幹相談支援センター 内 こころの相談 場 障害福祉課※要予約 ②健康課 内 健康相談

場 市役所1階ロビー等 ③障害者自立生活支援センターすてっぷ 内 こころの相談 場 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 ☎0428-22-6141 来所相談 要予約 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 ☎042-371-5560 来所相談 要予約 受付時間 月〜金曜日午前9時〜午後5時

保健センター休館のお知らせ

11月18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 保健センター ☎ 552・0061



福祉センターの指定管理者が決まりました

指定管理期間が令和6年3月31日までとなり、運営は、引き続き社会福祉法人福生市社会福祉協議会が行います。
期間 令和6年4月1日～令和11年3月31日
問 介護福祉課高齢者支援係 ☎ 551・1751



「介護の日」記念講演会「当事者が語る、認知症」

▼認知症の私の視点から考える、認知症になっても安心して住める地域づくり
11月11日は「介護の日」。この日の講演会では、認知症当事者の方から、認知症になっても希望をもって前を向いて暮らすことができている姿を、自らの言葉で語っていただきます。
日 11月11日(土)午前10時～11時30分
場 もくせい会館3階



定 先着80人
講 認知症当事者の方
申 介護福祉課高齢者支援係 ☎ 551・1537へ。

「心の相談」をご利用ください

日 11月30日(木) 午後1時～2時30分
場 福祉センター相談室
対 心の問題や病気を抱えている市民とその家族など
定 先着2人(予約制)
※初めての相談の方に限ります。相談内容は秘密厳守。
申 10月18日(水)から、社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027へ。



献血にご協力をお願いします

日 10月26日(木) 午前10時～午後0時45分、2時～4時
場 市役所栄通り側広場
注 65歳以上の方は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。
問 保健センター ☎ 552・0061



「産後ケア事業」の自己負担額の軽減について

市では、支援を必要とする産後の母親と赤ちゃんのために、産後ケア事業を実施しています。
令和5年8月1日以降の利用について、課税世帯の方の自己負担額が下表のと



健康づくり推進員主催事業「健康ウォーキング」

ウォーキングは肥満解消や、血圧・血糖値の改善に効果があります。さらに心肺機能の向上や骨粗鬆症予防の効果も得られます。
秋空の下、一緒にウォーキングを楽しみましょう！
日 11月11日(土)午前9時30分～正午ごろ
※雨天中止
集合場所 市役所丘の広場
コース 市役所→旧ヤマジュウ田村家住宅→神明社→加美上水公園→



田村酒造場→柳山公園→清岩院→市役所
※コースは変更になる場合があります。
持 帽子、歩きやすい靴・服装、タオル、飲み物、歩数計(お持ちの方のみ)
定 先着20人
申 10月18日(水)から、保健センター ☎ 552・0061へ。

おり変更になり、利用しやすくなりました。

	利用者負担額	
	利用回数1～5回目まで	利用回数6回目以降
短期入所型 1泊あたり	3,500円	6,000円
通所型 1日あたり	0円	2,500円
居宅訪問型 1日あたり	0円	1,500円

※多胎児の場合は、利用料金が異なります。

健康教室「家でもできる！簡単エクササイズ」

▼自分の身体を知ろう！
体組成・血管年齢測定・食事のお話・みんなで楽しくエクササイズ
家でも簡単に継続でき、いつまでも健康で若々しくいら
れる方法を学びましょう。
日 11月30日(木)午後1時30分～4時



心の健康教室「レットトライ・ミュージック」

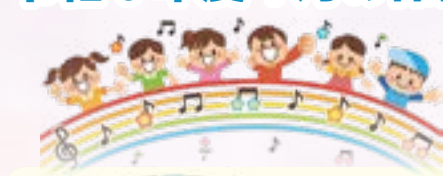
中央体育館多目的室
対 市内在住の20歳～64歳の方
定 先着15人(予約制)
講 保健師、運動指導員、管理栄養士
申 10月18日(水)から、保健センター ☎ 552・0061へ。



健康教室「家でもできる！簡単エクササイズ」

市保健センター
対 市内在住・在勤の方
定 先着20人(予約制)
講 吉野良子氏(音楽療法士)
内 心の健康と音楽についての話、珍しい楽器やおなじみの楽器の演奏、みんなで歌ったり、身体を動かします。
申 10月18日(水)から、保健センター ☎ 552・0061へ。

令和6年度4月の保育園入園申込みが始まります



市内保育園を希望される方

受付期間
〈1次募集〉11月15日(水)～28日(火)
〈2次募集〉令和6年1月12日(金)～18日(木)
受付時間 午前8時30分～午後5時(水曜日は午後7時30分まで※土曜日の正午～午後1時、日・祝日を除く)
※2次募集は受入可能な保育園がある場合のみ実施します。また、申込み

問 子ども育成課保育・幼稚園係 ☎ 551・1780

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。なお、市民以外で市内保育所等に勤務している方は、1次募集から申込みできます。
受付場所 市役所1階8番子ども育成課保育・幼稚園係
※郵送および電子申請(マイナンバーカードをお持ちの方のみ)も受け付けています。詳細は、子育て情報サイト「こふくナビ」をご覧ください。また、申込みには待ち時間に加え、手続きに30分以上かかることがありますので、

令和6年度保育園入園のしおりについて

10月15日(日)から、子育て情報サイト「こふくナビ」で「保育園のしおり」をご覧ください。



市内全保育園を動画で見学



各保育園の施設や保育内容など、動画でご覧いただけます！

▼これから出産を迎える方

令和6年4月1日に各園の受入年齢(生後43日～3か月)に達する予定の方は、1次募集受付期間に申込みが可能です。

▼市外保育園を希望される方

転出予定、市外に勤務地があるなどの理由で、福生市外の保育園を希望する方は、福生市で申込みを受け付けます。区市町村ごとに募集状況や申込締切日、

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、他区市町村へ申込書類を郵送しますので、各区市町村締切日の10日前までにお申し込みください。

▼転園を希望される方

現在通園中の保育園以外に転園を希望する方は、新規の申込みと同様に受け付けます。

▼現在通園中の方

通園中の保育園を通じて、9月中旬に教育・保育給付認定現況届等の必要書類を配布しました。提出されていない方は、子ども育成課保育・幼稚園係へご連絡ください。

▼その他

令和5年度住民税の申告が未申告の方

は手続きを行う必要があります(未申告の場合、保育料は最高額となります)。

※状況により別途書類の提出をお願いする場合があります。また、世帯の状況により、同居祖父母の所得によって保育料を算定する場合があります。



福生地域体育館の再開予定について

福生地域体育館でのワクチン接種終了(3面参照)に伴い、11月から会場の片付けや再開の準備等を行い、**12月1日(金)以降、準備が整った体育室から順次再開していく予定**です。

詳細は、広報ふっさ11月15日号でお知らせします。

☎スポーツ推進課 ☎552・5511



児童館で遊ぼう!

10月の事業の開催日は、児童館HPに掲載しています。

詳細は、QRコードからご覧ください。



第30回福生市青少年の意見発表大会を開催します

市内中学校・高校生が、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。



☎11月3日(祝)午後2時〜
場 市民会館小ホール(つつじホール)

子ども政策課 ☎551・1733

講演会「ネット依存・ゲーム障害の予防と対応」

ゲームやスマートフォンとの上手な付き合い方について、講師と一緒に考えていきます。



☎11月10日(金)午前9時30分〜正午
場 もくせい会館3階
定 先着80人程度
講 三原聡子氏
他 託児をご希望の方は、11月1日(水)までにご相談ください。

☎直接または電話で、子ども家庭支援センター ☎539・2555へ。

道徳授業地区公開講座へお越しください

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に関わることができるよう、道徳の授業公開と意見交換会を行います。



第五小学校

☎10月28日(土)午前10時25分
題目 子どもたちの豊かな心

を育むために大人たちができることを考える

教育指導課指導係 ☎551・1538

秋のウォーキング

☎11月11日(土)午前9時30分〜正午(予定)
※雨天中止



☎集合 午前9時30分・日光橋公園(拜島駅北口から徒歩約3分)
☎行程 日光橋公園↓玉川上水沿い↓武蔵砂川駅
☎歩行距離 約5km
☎定 先着50人
☎費 50円(保険代) ※雨天中止の場合でも返金不可。また、交通費は各自負担です。
☎持 飲み物、雨具など
☎申 10月31日(火)午後5時までに、参加費を添えて、直接中央体育館または熊川地域体育館受付へ。

☎注 小学生以下の参加の場合は、要保護者同伴

スポーツ推進課 ☎552・5511

パラスポーツ体験教室

☎11月10日(金)・24日(金)午後1時15分〜2時15分
場 熊川地域体育館第1体育室
※当日、教室開始時間までにお越しください。



☎対 市内在住・在勤・在学の方
☎定 40人程度
☎持 運動できる服装、室内用運動靴、タオル、飲み物など
☎講 シンコースポーツ株式会社
☎問 熊川地域体育館 ☎552・1980

☎▼わかぎり図書館
☎おはなし会
☎11月9日(木)午後

3時30分

わかぎり図書館2階

☎対 幼児と保護者、小学生
☎おはなし会
☎11月22日(水)午前11時
場 わかぎり図書館2階
☎対 幼児と保護者
☎問 わかぎり図書館 ☎552・7421

☎▼わかたけ図書館おはなし会
☎11月8日(水)・22日(水)午後3時
場 わかたけ図書館2階
☎対 幼児と保護者・小学生
☎▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
☎11月16日(木)午前11時
場 わかたけ図書館2階
☎対 乳幼児と保護者
☎問 わかたけ図書館 ☎551・0083

☎▼武蔵野台図書館おはなし会
☎11月15日(水)午後3時30分
場 武蔵野台児童館2階
☎対 幼児と保護者・小学生

▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会

武蔵野台児童館との共催です。

☎11月15日(水)午前11時
場 武蔵野台児童館1階
☎対 乳幼児と保護者
☎問 武蔵野台図書館 ☎553・8881

☎公民館白梅分館主催講座
健康づくり講座「楽しく学ぼう! 体がよくなる食事と運動」
バランスの取れた食事のポイントにつ



☎11月17日(金)・24日(金)・12月1日(金)午前10時〜11時30分(全3回)
場 公民館白梅分館
☎対 市内在住・在勤・在学の方
☎定 先着15人
☎持 動きやすい服装、飲み物、汗ふきタオル、バスタオル
☎講 高水秀美氏(管理栄養士)、大橋香氏(ヨガインストラクター)
☎申 10月19日(木)〜11月14日(火)午前9時〜午後5時の間に、公民館白梅分館 ☎553・3454へ。

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。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?

提供会員として登録ができ、援助活動を行うことができます。
☎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。

☎福生市ファミリー・サポート・センター ☎510・0904

【場所】もくせい会館3階301・302会議室

日程	時間	内容
11月24日(金)	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	②子どもの心の発達とその問題について
11月29日(水)	午後1時〜4時	⑦子どもの事故防止と応急手当について
	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	③子どもの健康と日常のお世話・遊びについて
11月30日(木)	午後3時〜3時30分	①提供会員による体験談など
	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	⑤障がいのある子どもの理解について
	午後3時〜4時	⑧援助活動をはじめのあたって(登録)

茶室福庵でおもてなし

気軽に楽しむお茶席

▼11月〜12月の予定

茶室福庵の日本庭園を眺めながら、お茶席の体験をしませんか。
※事前申込制です。



☎11月19日(水)・26日(水)、12月10日(水)・24日(水)①午前10時〜正午②正午〜午後2時
※①・②とも同内容です。申込時に希望時間をお知らせください。

場 茶室福庵 立礼席

定 各日先着20人

費 300円(茶菓子代)

申 10月19日(水)〜11月15日(水)午前9時〜午後5時の間に、公民館公民館係 ☎552・2118へ。

秋を彩る箏の夕べ

和の空間で、箏の音色を間近で楽しめるミニコンサートです。秋のひととき、和楽器の魅力に触れてみませんか。



☎11月23日(祝)午後4時〜5時

場 茶室福庵

対 市内在住・在勤・在学の方

定 先着15人

出演 城戸さくら、細川喬弘

曲目 「水の変態」、「アシタカとサン」、「越後獅子」ほか

☎10月19日(水)から、午前9時〜午後5時の間に、公民館公民館係 ☎552・2118へ。

保健ガイド

問 保健センター ☎ 552・0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	11月2日(休)・16日(休)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	18歳以上の方(高校生を除く) ※直接お越しください。
	11月8日(休)午前9時30分～11時15分	中央体育館	
②ヘルスチェック	11月14日(休)午前9時10分～11時30分までの指定受付時間	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	11月10日(金)午前10時～11時30分までの指定受付時間	子ども応援館	乳幼児(0歳～就学前児童)と保護者・先着15組 ※フェイスタールをご持参ください。
	11月29日(休)午前9時30分～11時までの指定受付時間		
④離乳食教室	<初期・中期食> 11月8日(休)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保護者・先着12組
	<中期・後期食> ※託児付き 11月22日(休)午前10時～11時30分		7か月～1歳未満の乳児と保護者・先着12組
⑤すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	12月6日(休)午後1時～2時までの指定受付時間 ※11月1日(休)分も同時受付中。		3歳11か月になる月までの乳幼児

申 10月18日(休)から、②・③・⑤は保健センターへ、④はQRコードの申込フォームでお申し込みください。



④離乳食教室<初期・中期食>



④離乳食教室<中期・後期食>

○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。
 ※交付時面談は予約制ですので、事前に保健センターへご連絡ください。
 ○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)

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 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。

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		
※受付は診療時間終了の15分前までです。				
3日(祝)	小林病院 埼玉県入間市宮寺2417 ☎ 04・2934・5121			寺本歯科医院 あきる野市小川東2-7-11 ☎ 559・8441
5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 (羽村市役所裏) ☎ 555・9999		井上歯科医院 あきる野市伊奈891-7 ショッパーズ増戸2F ☎ 595・1327
12日(日)	※5月8日以降の診療から、発熱の有無等により診療時間を分けています。	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	おのの歯科医院 あきる野市秋川6-15-30 ☎ 550・0484
19日(日)	<非発熱患者> 午前9時～10時、 午後1時～5時	熊川病院 熊川154 ☎ 553・3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎ 530・2468	よしざわ歯科医院 あきる野市伊奈976-2 ☎ 596・6262
23日(祝)	<発熱患者> 午前10時30分～ 11時30分	みずほ病院 瑞穂町箱根ヶ崎535-5 ☎ 556・2311		ふみ歯科診療所 福生798-2第7森田ビル1F ☎ 551・7288
26日(日)		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	河野歯科医院 南田園3-2-38 ☎ 553・2829

◆休日・準夜診療受診時の注意点について

○休日・準夜診療を受診する際は、**受診前に必ず医療機関へお問い合わせください。**
 ○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。

注

・担当医療機関は変更になる場合があります。受診前にQRコードからHPで最新情報をご確認ください。
 ・小林病院を受診される際は、QRコードからHPをご確認のうえ受診してください。



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	21日(火)	令和5年7月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45分からの指定受付時間
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和5年5月生まれ※受診日時時点で生後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5年2月生まれ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	28日(火)	令和4年4月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45分からの指定受付時間
3歳児	7日(火)	令和2年10月生まれ	

※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

尿酸について

「尿酸」とは、体内の細胞の老廃物です。通常は尿と一緒に排出され、血液の尿酸値は4.0～7.0mg/dlでコントロールされています。しかし、何らかの異常で尿酸がスムーズに排泄されなかったり、生産されすぎたり、あるいは両方の原因で尿酸値が7.0mg/dlを超えてしまうと、「高尿酸血症」と診断されます。

尿酸のもとプリン体という物質で、体内でたいへん溶けにくい性質を持っています。増えすぎた尿酸は、溶けずに結晶として体内のいろいろな部分に沈着して害を及ぼします。最近では高尿酸血症の患者数が増え、特に若年層の患者が目立つようになってきました。

尿酸値が高いままの状態が続くと、痛風を代表とするさまざまな合併症が出現することが知られていますが、

それだけではなく、**心筋梗塞等の虚血性心疾患の危険性が高まる**ことも分かってきました。

高尿酸血症と診断されたら、総カロリーを制限する、標準体重にコントロールする、乳製品を多く摂る等の食事療法を行い、激しい運動は避けて軽い運動を心がけ、水分(目安は1日2.0～2.5l)をきちんととるようにしましょう。

痛風発作は、ある日突然痛みや腫れ等が起きます。発作は数日で治まり、次の発作までまったく無症状なのでつい放置しがちになります。

尿酸値が高いと言われたら、放っておかずにかかりつけの医師に相談し、服薬中の方は自己判断で薬の服用をやめないようにしましょう。

文責 山口医師



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一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。ご協力をお願いします。

問 保健センター ☎ 552・0061



胃・肺がん検診(12月)

原則、セットでお申し込みください。

日 12月1日(金)午前9時～正午

場 保健センター

対 市内在住の35歳以上(令和5年4月1日現在)の方

◆次の方は受診できません
 誤嚥のある方/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5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、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。

定 70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)

甲 10月31日(火)までに、電子申請(午後10時まで)または、往復はがき(当日消印有効)に、住所・氏名・生年月日・年齢・電話番号・希望検診名を記入のうえ、郵送(〒197-0011 福生市福生2125-3 福生市保健センター宛)でお申し込みください。
 ※電子申請の場合、抽選結果の確認時に、到達番号と問合せ番号が必要になりますので、書き留めておいてください。

注
 ・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 保健センター ☎ 552・0061