

4月初旬の多摩川中央公園に咲くチューリップ畑の写真です。今号が発行されるころから見ごろを迎えます。ぜひお越しください！



今号の主な記事

2面新型コロナワクチン接種について・福生市消防団を紹介します 3面令和4年度予算概要 4面市民契約保養施設のご案内
5面青梅線女子旅フォトコンテストを開催します！ 6面ファミリー・サポート・センター提供会員講習会の日程 8面保健ガイド

家庭内感染にご注意を！「手洗い・こまめな消毒」をお願いします

引き続き感染症対策の徹底をお願いします。福生市の公共施設の開館状況は、市ホームページで随時更新しています。詳細は右記 QR コードからご覧ください。また、ワクチン接種情報は「2面」に掲載しています。



▲公共施設の
開館情報

このまちを - 守る -

消防団員募集中！

市では、消防団員として活躍していただける若い力を募集しています。興味のある方は、まずは防災危機管理課へご連絡ください。

また、4月から福生市消防団の体制が変わりました。詳細は、2面に掲載しています。

【問合せ】防災危機管理課 ☎ 551・1638

新型コロナウイルスワクチン接種について

●新型コロナウイルスワクチン接種は以下の会場で実施しています

日時は、WEB 予約サイトまたはコールセンターでご確認ください。

	3回目接種 (12～17歳)	3回目接種 (18歳以上)	1・2回目接種 (5～11歳)	1・2回目接種 (12歳以上)
福生地域体育館 (武蔵野台 1-8-7)	● ファイザー	● ファイザー・ モデルナ		● ファイザー
公立福生病院 (加美平 1-6-1)		● ファイザー		
保健センター (福生 2125-3)			● 小児用 ファイザー	

小児科医が予診
から接種まで実
施します！

1・2回目接種
はまだまだ実施
しています！

●12～17歳の3回目接種について

2回目接種から6か月以上経過した12～17歳の方も3回目接種が可能となりました。使用するワクチンは、ファイザー社ワクチンです。

令和3年11月30日までに2回目接種を終了された方の接種券は、4月20日(水)ごろにお届け予定です。令和3年12月以降に2回目接種を終了された方へは、順次お届けします。

接種をご希望の方は、接種券が届き次第、WEB予約サイトまたはコールセンターでご予約ください。なお、現在予約できる会場は福生地域体育館のみとなります。

【注意事項】15歳以下の方が接種する場合、予診票に保護者の署名が必要となります。また、接種当日は保護者の同伴が必須となります。保護者以外の親族等が同伴する場合は、委任状が必要です。

予約・問合せはこちらから



電話予約・問合せ

福生市新型コロナウイルス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。

(午前8時30分～午後5時15分※土・日曜日含む)

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



その他

接種当日の持ち物など、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。



日曜日にマイナンバーカードの交付を行います

マイナンバーカードを申し込んだけれど、平日・土曜日に来庁できない方のために、予約制で日曜交付を行います。



【日程】①5月22日(日)②6月12日(日)

【受付時間】下表のとおり

1	午前9時～9時30分
2	午前10時～10時30分
3	午前11時～11時30分
4	午後1時30分～2時
5	午後2時30分～3時
6	午後3時30分～4時

【場所】市役所1階7番総合窓口課

【定員】各日先着60人※定員に達し次第締め切ります。

【必要なもの】送付した交付案内に掲載しています。ご確認ください、漏れのないようご用意ください。

【申込期間】①5月9日(月)～20日(金)

②5月30日(月)～6月10日(金)

【申込み】月～土曜日の開庁時間内(土曜日の正午～午後1時を除く)に、電話で総合窓口課マイナンバー担当☎551・1511(内線2419)へ。



～あなたも消防団の仲間になりませんか？～

福生市消防団を紹介します

福生市消防団は、島田豊団長をはじめとして本部5名、本部付団員11名(うち女性団員5名)、5個分団148名の総勢164名で活動しています。

市内に火災などの災害が発生した場合に出動し、消火活動等を行います。また、平常時には

訓練や警戒を行うとともに、自主防災組織からの要請により応急救護訓練などのお手伝いもしています。

今年4月から新体制となりましたので、本団および各分団長を紹介します。

【問合せ】防災危機管理課☎551・1638

本部



島田 豊
団長



貫井 大輔
副団長



大熊 敏幸
副団長



田村 晃也
副団長



田中 伸英
副団長

各分団長

第四分団 (細野 太一分団長)

【担当区域】本町第一・本町・本町中央・本町第六・本町第七・本町第八第一・本町第八第二・武蔵野台一丁目・福生加美平住宅

第五分団 (太田 泰之分団長)

【担当区域】永田・長沢・加美

第三分団 (大盛 浩行分団長)

【担当区域】牛浜第一・牛浜第二・原ヶ谷戸・志茂第一・志茂第二

第二分団 (平瀬 慎士分団長)

【担当区域】鍋ヶ谷戸第一・鍋ヶ谷戸第二・玉川台・富士見台・福栄・熊川牛浜・福生団地・南田園二丁目・南田園三丁目

第一分団 (坂本 圭分団長)

【担当区域】福生熊川住宅・南・内出・武蔵野・福東・南田園一丁目

令和4年度予算概要

令和4年度予算が市議会3月定例会で可決成立しましたので、その概要をお知らせします。

令和4年度の一般会計予算は261億8千万円で、前年度に比べて5.5%の増となりました。特別会計予算は129億1,680万7千円で、前年度に比べて2.5%の増となり、一般会計と特別会計を合計した当初予算額は390億9,680万7千円で、前年度に比べて4.5%の増となりました。

【問合せ】財政課 ☎ 551・1534

■予算規模

区分	令和4年度当初予算額	令和3年度当初予算額	増減額	増減率
一般会計予算	261億8千万円	248億1千万円	13億7千万円	5.5%
特別会計予算	129億1,680万7千円	126億233万円	3億1,447万7千円	2.5%
特別会計内訳				
国民健康保険特別会計	66億2,647万円	65億6,352万6千円	6,294万4千円	1.0%
介護保険特別会計	48億9,760万2千円	47億3,009万4千円	1億6,750万8千円	3.5%
後期高齢者医療特別会計	13億9,273万5千円	13億871万円	8,402万5千円	6.4%
合計	390億9,680万7千円	374億1,233万円	16億8,447万7千円	4.5%

■下水道事業会計

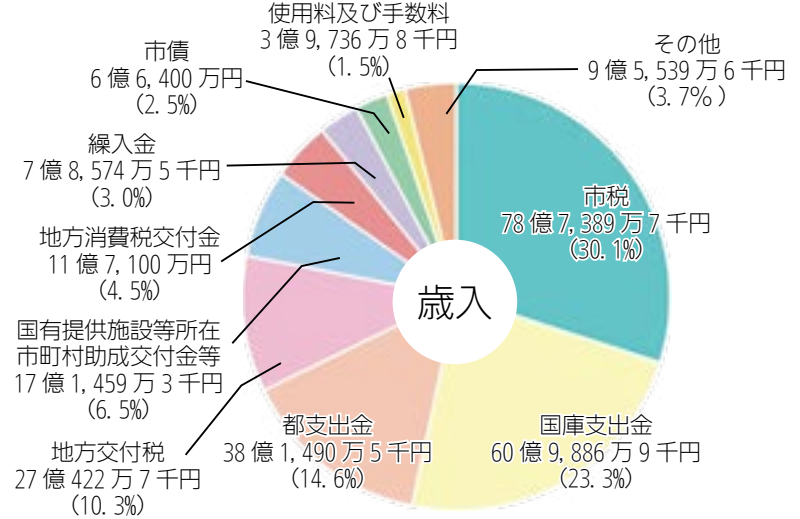
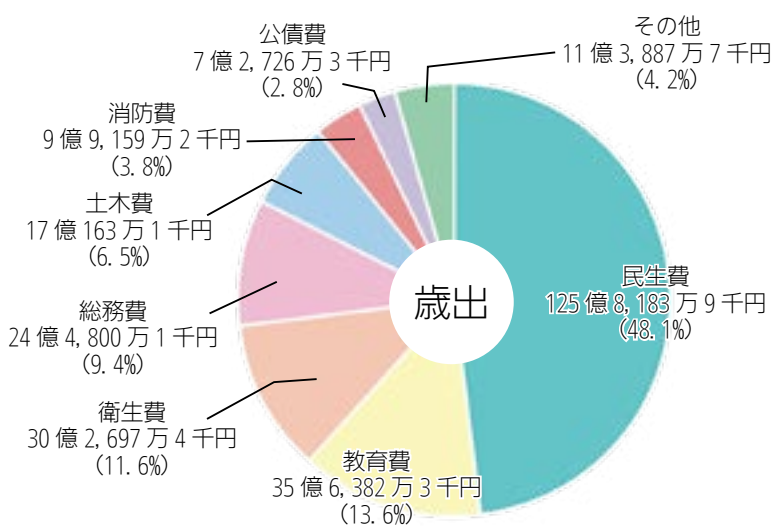
区分	令和4年度予算額	令和3年度予算額	増減額	増減率
収益的収入	16億4,830万8千円	16億4,325万4千円	505万4千円	0.3%
収益的支出	14億2,296万6千円	14億2,758万5千円	△461万9千円	△0.3%
資本的収入	7億8,406万5千円	6億8,842万円	9,564万5千円	13.9%
資本的支出	13億4,637万9千円	12億5,679万9千円	8,958万円	7.1%

■主な一部事務組合への負担金

複数の自治体で共通する事務を共同処理するために、一部事務組合を設立しています。今年度の負担金の予算額は右表のとおりです。

区分	当初予算額
瑞穂斎場組合	5,878万6千円
福生病院企業団	4億9,102万8千円
西多摩衛生組合	3億6,236万1千円
東京たま広域資源循環組合	1億968万3千円
合計	10億2,185万8千円

一般会計予算の構成 総額 261億8千万円



大綱 1 生み出す

- ▼福生駅西口地区市街地再開発事業…5,522万2千円
福生駅西口地区市街地再開発準備組合が実施する実施設計等の各種業務を支援します。
- ▼東福生駅自由通路整備事業…4,986万6千円
東福生駅自由通路のバリアフリー化等整備に向けて事業に取り組みます。
- ▼福生第二号踏切改良事業…2,041万7千円
東福生駅南側の福生第二号踏切の歩道整備に向けて事業に取り組みます。

大綱 2 守る

- ▼避難行動要支援者管理システム改良委託…30万3千円
災害時の確実な情報把握と迅速な避難誘導等を図るため、避難行動要支援者管理システムを改良します。
- ▼消防団事務…2,623万6千円
消防団員の出勤費について、出勤実態に見合う額を設定するとともに、出勤報酬を創設し、消防団員の処遇改善を図ります。また、準中型自動車免許取得を希望する団員に対して、免許取得に係る自動車教習所等の費用の補助を行い、消防団活動を支援します。
- ▼サイクルシェアリング事業委託…480万円
令和4年度から、他自治体との連携により相互利用を可能にし、併せて、サイクルステーションや自転車台数などを拡大します。

大綱 3 育てる

- ▼学童クラブ事業…2億6,464万2千円
令和5年4月から第一小学校内に学童クラブを設置するための準備を行います。また、学童クラブとふっさっ子の広場事業の一体型事業について、第七小学校に加えて、令和4年度から第三小学校、第六小学校においても実施します。
- ▼英語教育推進事業…253万6千円
小学校第5学年児童および中学校第2学年生徒全員を対象に、TOKYO GLOBAL GATEWAYでの体験型プログラムを通じて、グローバル人材としての資質や英語力の向上を図ります。

令和4年度予算の主な事業

福生市総合計画（第5期）の5つの施策の大綱ごとに区分しています

大綱 4 豊かにする

- ▼高齢者見守り相談事業委託…648万6千円
高齢者見守り相談窓口を設置し、独居高齢者および高齢者のみ世帯の訪問や見守りを行います。
- ▼新型コロナウイルスワクチン接種事業…5億7,852万8千円
令和3年度から引き続き、新型コロナウイルスワクチンの3回目接種、小児接種等を実施します。
- ▼パラスポーツ体験事業委託…79万2千円
パラスポーツの指導者等を招いて体験会を開催します。
- ▼中央図書館改良事業…2億5,947万6千円
中央図書館の空調設備更新、バリアフリー化、長寿命化を図る工事を令和4年度から5年度にかけて実施します。

大綱 5 つなぐ

- ▼ホームページ管理事務…25万3千円
市ホームページにおいて、外国人向け情報発信のためのやさしい日本語翻訳機能を本格実施します。
- ▼キャッシュレス決済推進事業…818万3千円
市税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付方法に、新たにスマートフォン決済アプリおよびクレジットカードによるキャッシュレス決済を導入します。
- ▼会館運営費補助金…157万2千円
町会・自治会の会館の土地および建物の賃借料に対する補助金の上限額を増額します。

【福生水辺の楽校参加者募集！】多摩川サポーターズ「水生生物をつかまえて水質をしらべよう」を実施します。詳細は右記QRコードから市ホームページをご覧ください。【日時】5月8日(日)午前9時30分～11時30分【申込み】4月28日(木)までに環境政策課環境政策係 ☎ 551・1718へ。



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）

福生市まちづくりに資する 寄附金（ふるさと納税）

3月1日～31日の間に平岡治房様（青梅信用金庫理事長）、匿名1名の方から20万円5千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。令和3年度累計786万7,500円。【問合せ】契約管財課 係 551・1535

宿泊費の一部を助成！ 市民契約保養施設のご案内

市民の皆さんが、市の指定する宿泊施設を利用する場合、宿泊費の一部を市が助成します。

【利用方法】①下表の予約申込先へ宿泊の予約をしてください。

Table with 2 columns: 宿泊施設, 予約申込先. Lists various hotels and support services with contact information.

ださい。料金等は、申込み時にお問い合わせください。

②市役所1階6・7番総合窓口課で利用申請書を記入のうえ提出し、利用券を受け取ってください。※本人確認書類（運転免許証等）をお持ちください。

【助成金】（大人）3,000円（小人）2,000円（小人は4歳～小学6年生）※一人につき各年度1泊のみです。

【助成対象者】申請する日の6か月前から引き続き市内に住所を有し、福生市に住民登録されている方※18歳未満の方だけで利用する場合は、保護者の同意が必要です。

【その他】対象の施設は総合窓口課前のパンフレットコーナーや市内公共施設にあるパンフレットまたは市ホームページを確認ください。

Table with 5 columns: 相談内容, 実施日, 時間, 場所, 備考. Lists various consultation services like legal, tax, and family support.

市税等の納め忘れはありますか？ 2月28日をもって、令和3年度分の市税等の最終納

民間企業へ事業譲渡されたかんぽの宿もご利用いただけるようになりました。また、令和4年度から予約申込先が市指定旅行者へ変更になりましたので、ご予約の際はご注意ください。

Table: インターネット公売スケジュール. Lists dates and times for online public auctions.

【公売物件】オイルライター等 ※KSI官公庁オークションのホームページに公売物件写真が掲載されています。

▼公売物件下見会を開催【場所】市役所1階ロビー ※インターネット公売は、市税等の納付状況により中止になる場合があります。

期限が経過しました。納め忘れがないか、もう一度お確かめください。万が一納め忘れがありましたら、早急にご納付ください。

▼最終納期限が経過した令和3年度分の市税等 市都民税（第1期～第4期）（第1期～第4期） 軽自動車税種別割 国民健康保険税（第1期～第8期）

年金日より 国民年金の任意加入制度について 老齢基礎年金は、20歳から60歳までの40年間の国民年金保険料を納付すること、満額の年金を受給することができま

令和4年度の温泉施設利用割引券を配布しています 国民健康保険や後期高齢者医療制度の被保険者を対象に、温泉施設の利用助成を実施しています。

Table with 5 columns: 施設名, 区分, 後期高齢者医療保険助成額, 国民健康保険助成額, 備考. Lists hot spring facilities and their respective discount amounts.

【対象】国民健康保険被保険者と市内在住の後期高齢者医療被保険者 【利用助成内容】右表のとおり 【申請に必要なもの】被保険者証、本人確認ができるもの 【問合せ】保険年金課保険年金係 551・1640、保険年金課後期高齢医療係 551・1767

【子どもの交通事故に気を付けましょう】小学校低学年の児童は、入学・新学期などで行動範囲が広がり、道路を利用する機会が増えます。

国民健康保険だより

▼高額医療・高額介護合算療養費制度の基準額
(年額：8月～翌7月)

健康保険と介護保険の両方を利用する世帯で、1年間の自己負担額の合計が基準額(左表)を超えた場合は、申請により超えた額が健康保険と介護保険のそれぞれ

所得区分	基準額
901万円超	212万円
600万円超 901万円以下	141万円
210万円超 600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税	34万円

■被用者保険または国保+介護保険 (70歳～74歳)

所得区分	基準額
Ⅲ 課税所得 690万円以上	212万円
Ⅱ 課税所得 380万円以上	141万円
Ⅰ 課税所得 145万円以上	67万円
一般	56万円
低所得者(住民税非課税者)	31万円
	19万円

【申請方法】

①福生市国民健康保険および介護保険に加入している方で対象期間中に健康保険等の変更がない方は、市が介護保険の自己負担額を確認し、基準額を超えていた場合は、申請書をご自宅へ郵送しますので、それに基

②会社の健康保険に加入している方：令和3年7月末日現在加入の健康保険(社会保険、国保組合等)に申請してください。

③対象期間中に転入・就職・退職等で健康保険などが変わった方：令和3年7月末日現在加入の健康保険に申請してください。

【支給対象期間】令和2年8月1日～令和3年7月31日

【支給申請等受付場所】令和3年7月末日現在に加入していた健康保険窓口

【問合せ】保険年金課 保険年金係 ☎551・1640、介護福祉課 介護保険係 ☎551・1764

男女共同参画情報誌「あなたとわたし」市民編集員を募集します

男女共同参画情報誌「あなたとわたし」は、市民の皆さんに男女共同参画社会について意識と関心を深めていただくことを目的に行っています。

員と協力して、誌面の企画・取材・記事作成を行っています。皆さんも一緒に作ってみませんか。

【応募資格】市内在住・在勤の方(年齢、性別、経験は問いません。※無報酬です。)

【申込方法】随時受付中。応募用紙(もくせい会館1階協働推進課窓口、市役所1階情報スペースに設置)に必要事項を記入のうえ、協働推進課窓口へご持参ください。※応募用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

【問合せ】協働推進課 ☎551・1590

青梅線女子旅フォトコンテストを開催します！



福生市、立川市、昭島市、羽村市、青梅市で組織する青梅線エリア女子旅推進委員会では、SNSサービス「Instagram」を活用したフォトコンテストを開催します。

トコンテストを開催します。本コンテストは、性別・年齢関係なく、どなたでもご応募できます。入賞者には、素敵な賞品をプレゼントします。詳細は、左記QRコードから青梅線女子旅フォトコンテストホームページをご確認ください。

【期間】4月16日(土)～6月19日(日)※期間外に撮影した写真でもご応募できます。

【問合せ】青梅線エリア女子旅推進委員会事務局(シティセールス推進課内) ☎551・1740

下水道使用料の減免について

市では、障害者世帯の下水道使用料の基本料金相当額を減免します。

【内容】一世帯当たり月320円と消費税分を減免

【対象】住民税(市市民税・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

・身体障害者手帳(1級または2級)の交付を受けている方

・愛の手帳(1度または2度)の交付を受けている方

・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下水道使用料減免申請②印鑑③障害者手帳

▼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、必ず道路下水道課下水道グループへご連絡ください。

【問合せ】道路下水道課下水道グループ ☎551・1968

日本赤十字会員(社員)増強運動にご協力ください

5月1日(日)から、日本赤十字社の会員増強運動が行われます。令和3年度は、皆さんの温かいご支援により、福生市地区においては、約200万円のご協力をいただきました。これらの貴重な資金は、

日本赤十字社を通じて国際救援活動、災害援護、病院経営、看護師の育成、血液事業、福祉施設の経営などの事業推進に役立てられています。

また、令和3年度は、福生市地区において、災害救援物資として安眠セットが

【問合せ】社会福祉課 福祉総務係 ☎551・1522

配備されました。なお、令和4年度も、福生市社会福祉協議会の会員募集と併せて実施させていただきます場合もあります。両取り組みへのご理解、ご協力をお願いします。

【問合せ】社会福祉課 福祉総務係 ☎551・1522

福生市環境マネジメントシステム F-e の取り組みのご紹介

市では、環境マネジメントシステム「F-e」を運用し、環境負荷低減の取り組みを進めています。令和3年度は、コロナ禍のため、リモートも活用して、監査や環境に配慮した優良な取り組みの選出を行いました。その中で、高評価だった取り組みを紹介します。

▼教育部の取り組み

市内学校や公共施設で「リバイバルCO2削減」と題したポスター(右)を作成し、掲示しています。教育長および教育部長・参事が示したF-e運用方針に基づき、学校・施設ごとに職員や児童・生徒などが、施設利用者へ呼び掛ける具体的な取り組みを検討し、記載内容を変えるなどしています。

【問合せ】環境政策課環境政策係 ☎551・1718



福生市環境マネジメントシステム

市民監査委員を募集します

市では、「福生市環境マネジメントシステム F-e」を運用し、市有施設が地球温暖化対策として環境への負荷低減に配慮した業務の進め方や取り組みをしているかを、市民と協働でチェックしています。

▼環境マネジメントシステムとは

環境への負荷を低減するよう配慮・改善し、環境配慮行動を推進していく仕組みのことです。

▼なぜ市民が参加するのか

市役所の取り組みを市民の皆さんの目で確認していただき、アドバイスをいただくとともに、行政だけでなく地域での環境負荷低減について考え、実践するきっかけにしたいと考えています。

【任期】令和4年8月1日から2年間(予定)

【対象】応募時に満20歳以上の市民で、監査委員研修・会議(年5回程度)および監査(2～3日間)に参加でき、市税

等の滞納がない方

【募集人数】若干名

【監査時謝礼】日額5,000円(税込) ※謝礼は監査時のみ

【選考方法】書類選考

【申込方法】5月16日(月)(必着)までに、申込用紙に下記のテーマに関する作文と住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・職業を記入し、郵送(〒197-8501 福生市本町5)

福生市役所環境政策課環境政策係宛)または直接、市役所第二棟2階環境政策課環境政策係窓口へ持参してください。

※申込書は環境政策課環境政策係窓口で配布。また、市ホームページからもダウンロードできます。

【作文のテーマ】「環境について自分ができること」(1,200字以内・書式自由) ※提出書類は返却しません。結果は合否に関わらず通知します。

【問合せ】環境政策課環境政策係 ☎551・1718

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

ごみ・資源収集情報

ごみが38t減ったよ!	資源の割合が2%増えたよ!
4年2月 768t	4年2月 280t (27%)
3年2月 806t	3年2月 273t (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2月	43t
3年2月	41t

5月の資源回収予定

実施団体	実施日
福栄福寿会	7日(土)
牛浜第一町会	8日(日)
牛浜第二町会	
玉川台町会	
本町第七町会	
本町第八第一町内会	
本町第八第二町内会	
本町町会	
南田園一丁目町会	15日(日)
志茂第二町会	
鍋ヶ谷戸第二町会	
原ヶ谷戸町会	
福生団地自治会	29日(日)
熊川牛浜町会	
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

「元気はつらつ教室」「脳と体のトレーニング教室」(第1クール) 参加者募集!

介護予防を目的とした教室を下表のとおり実施します。
【対象】 市内在住の65歳以上の方で、介護保険証の要介護状態区分等が「要介護」「要支援」「事業対象者」に該当しない方。また、医師から運動制限を受けていない方
【注意事項】 ・各会館の定員を超えた場合は初めて参加する方を優先に抽選となります。

・両教室とも、筋力向上トレーニングとの併用はできません。
【申込方法】 4月15日(金)～5月9日(月)の間に印鑑を持参して直接、市役所1階9番介護福祉課高齢者支援係、またはお近くの地域包括支援センターへ。
【問合せ】 介護福祉課高齢者支援係 ☎ 551・1537

教室名・内容	場所・日時等
元気はつらつ教室【全12回】 椅子で行う軽運動をメインとした、60分程の教室です。健康維持に役立つ「今週のワンポイント」もあります。	わかたけ会館・6月1日～8月17日毎週水曜日 福祉センター・6月1日～8月17日毎週水曜日 かえで会館・6月2日～8月25日毎週木曜日 ※8月11日は休み わかざり会館・6月3日～8月19日毎週金曜日 さくら会館・6月3日～8月19日毎週金曜日
	【教室時間】 ①午前9時30分～10時30分 ②午前11時～正午 ※①・②のどちらかを選択 ●申請書にご希望の場所をご記入ください。
脳と体のトレーニング教室(認知症予防教室)【全12回】 健康運動指導士の指導による認知機能向上に効果的なプログラムで脳の活性化を図り、認知症予防のための運動などを行います。	福祉センター・6月7日～8月23日毎週火曜日

「つながり」をテーマにチャリティイベントを開催します!
 飲食店の出店、スポーツイベント、トークショー、クライミング体験、団体による演奏の発表、自由参加型の盆踊り大会等の催しを予定しています。
【日時】 5月1日(日)午前10時30分～午後2時30分※雨

天決行
【場所】 S&Dフィールド 福生(市営競技場)
【問合せ】 ふっさボランティア ア・市民活動センター ☎ 552・2122
老人福祉センター教養講座
▼紙バンドで作るコースター&小物入れ作り講座
 紙バンドを編みこみ、コースターとかわいい小物

入れを作ります。
【日時】 5月11日(水)20日(金)25日(水)午後2時～4時(全3回)
 ※3回で2つの作品を完成させる予定です。
【場所】 福祉センター地下研修室
【対象】 市内在住の60歳以上の方で、全日参加可能な方
【定員】 先着5人
【費用】 1,500円(材料費※初回にお支払いください。)
【持ち物】 メジャー、はさみ、ボンド、筆記用具
【申込み】 4月20日(水)から、社会福祉協議会・施設サービス課 ☎ 552・2121へ。
健康コーナー
▼野菜、足りていますか?
 「平成30年度東京都民の健康・栄養状況」によると、成人の約7割の方が1日の野菜摂取目標量350gを摂取できていないことが分かっています。



野菜に多く含まれているビタミン・ミネラルは、人間の体を健康に保つために必要不可欠な栄養素で、体の調子を整えるだけでなく、循環器疾患やがんなどの生活習慣病を予防する働きもあります。1日3食を基本に、毎日少しずつ野菜摂取量を増やしましょう。都内には1食当たり120g以上の野菜が食べられる

「野菜メニュー店」があり、市内にもいくつか登録されているお店があります。野菜メニュー店に行くなどして、外食時も、野菜摂取量がけましよう。
〈野菜の摂取量を増やすポイント〉
 ○野菜を使った常備菜を作り置きする
 ○加熱調理をしてかさを減らす
 ○冷凍野菜を活用する
 ○時間がないときに食事を購入する場合は、野菜のお惣菜やサラダを選ぶ
 ○「手洗い」「マスク着用」「3密を避ける」の徹底を
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

犬の登録と狂犬病予防注射のご案内
 狂犬病は、感染し発症すると、致死率100%という大変恐ろしい感染症です。そのため、生後90日を経過した犬を飼っている方には、生涯に一度の犬の登録と毎年一回の狂犬病予防注射を受けさせる義務があります。登録犬には「犬鑑札」「注射済票」を交付します。交付手続きは保健センターで、犬鑑札3,000円、注射済票550円の手数料がかかります。必ず、獣医師による狂犬病予防注射済票を、ご持参ください。
【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061



子育て世帯への臨時特別給付金(先行給付金)の申請はお済みですか?
 本給付金は、新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中、子育て世帯を支援することを目的に支給されていますが、次の支給対象者の方は申請が必要となります。申請が済みかどうかを「確認」ください。
【支給対象】 令和3年10月1日～令和4年3月31日の間に新しく生まれた児童(新生児)の児童手当を受給予定の方
 ※特例給付受給者(児童1人につき月額5千円が支給されている方)は対象になりません。
【支給額】 児童1人当たり10万円
【申請期限】 4月28日(必着) ※不足書類の提出も同日期限
【申請方法】 出生の届け出をされたときに申請してください。
【問合せ】 子ども育成課子育て支援係 ☎ 551・1737
児童館で遊ぼう!
 (4月その2)
 4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、下記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・8822

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

【問合せ】 福生市ファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会) ☎ 510・0904



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? 講習会を受講し、修了すると、提供会員として登録され援助活動を行うことが出来ます。

【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。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。また、受講希望の方は、事前にお申し込みください。

【場所】福祉センター2階学習集會室		
日程	時間	内容
6月4日(土)	午前9時30分～10時	③養育家庭(ほっとファミリー)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～4時	⑦子どもの事故防止と応急手当について
6月5日(日)	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～3時30分	①提供会員による体験談など
6月12日(日)	午前10時～正午	②子どもの心の発達とその問題について
	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
	午後3時～4時	⑧援助活動をはじめるにあたって(登録)

【場所】もくせい会館2階201・202会議室		
日程	時間	内容
11月15日(火)	午前9時30分～10時	③養育家庭(ほっとファミリー)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～4時	⑦子どもの事故防止と応急手当について
11月17日(木)	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～3時30分	①提供会員による体験談など
11月22日(火)	午前10時～正午	②子どもの心の発達とその問題について
	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
	午後3時～4時	⑧援助活動をはじめるにあたって(登録)

【「成年後見制度相談」をご利用ください】 成年後見制度を利用したいと考えている方の相談に、司法書士が応じます。**【日時】** 5月12日(木)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) **【申込み】** 4月18日(月)から、社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027へ。

費用の記載のない事業は無料です

公民館保育室併設講座

①公民館本館保育室併設講座「子育てを、あーだこーだ考える」

子育てにまつわる日ごろの考えや、感じたことなどを述べ合い、聞き合いながら対話します。

【日時】5月20日～10月21日の毎週金曜日午前10時～午前11時45分(全16回) ※7月22日～8月26日までの期間を除く。また、初回のみ集合時間が異なります(保育希望者は9時40分、それ以外の方は10時30分集合)。

【場所】市民会館・公民館集会室ほか

【対象】市内在住・在勤の方

【定員】先着15人(保育希望者12人を優先)

【講師】桑原真理子氏(NPO法人こども哲学おとな哲学アワード理事)ほか

【申込み】4月19日(火)～5月6日(金)午前9時～午後5時の間に公民館公民館係 ☎ 552・2118 へ。

②公民館白梅分館保育室併設講座「パパママに伝えたい子育てのヒント」

これからの子育てがより充実し、自信を持って子どもと向き合えるようになるヒントをお伝えします。

皆さんで語り合いながら日ごろのモヤモヤをスッキリさせ、少し肩の力を抜いて子育てを楽しみましょう。

【日時】5月26日～10月20日の毎週木曜日午前10時～11時45分(全16回) ※7月21日～8月25日までの期間を除く。また、初回のみ集合時間が異なります(保育希望者は午前9時40分、それ以外の方は10時30分集合)。

【場所】公民館白梅分館

【対象】市内在住・在勤の方

【定員】先着15人(保育希望者10人を優先)

【講師】久持修氏(臨床心理士)、村上舞氏(臨床心理士)、日下部あや野氏(臨床心理士)、久持美樹氏(臨床心理士)

【申込み】4月19日(火)～5月6日(金)の午前9時～午後5時の間に公民館白梅分館 ☎ 553・3454 へ。

▼保育室について

講座参加者の保護する幼児を預かります。仲間の中で遊びを通して自立心や社会性を育てる支援を公民館保育者が行います。

【対象】市内在住の1歳以上の未就学児

【定員】①12人②10人(定員を上回る場合は、保育室講座に参加経験の少ない保護者を優先し、抽選。)

【申込方法】講座と一緒に申し込みください。

「いじわるの日」は市内体育館が無料で利用できます。5月5日(祝)のこどもの日は、市民の方限定で、市内2つの体育館を無料で利用できます。【時間】午前9時～午後9時



時30分※小・中学生のみでの利用は午後6時まで。【場所】中央体育館・熊川地域体育館※福生地域体育館は、新型コロナウイルススワクチン接種会場のため利用できません。【対象】市内在住・在勤・在学の方

【持ち物】室内用運動靴などの利用は午後6時まで。【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511、熊川地域体育館 ☎ 552・1980

【場所】公民館本館ほか 【対象】高校生以上の方(市外の方も歓迎です) 【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118



単純、素朴、悲哀に満ちた軽快な音楽で、ハンジヨ、ギター、ベース、マンドリン等の演奏と歌をお楽しみください。

【持ち物】室内用運動靴などの利用は午後6時まで。【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511、熊川地域体育館 ☎ 552・1980

【日時】5月12日(木)午後3時30分 【場所】わかぎり図書館2階 ※直接どうぞ 【対象】幼児・小学生 【定員】先着15人 【問合せ】わかぎり図書館

【日時】5月11日(水)・25日(水)午後3時 【場所】わかたけ図書館2階 ※直接どうぞ

【日時】5月18日(水)午後3時 【場所】武蔵野台図書館

【日時】5月18日(水)午後3時 【場所】武蔵野台図書館

【定員】先着20人 【費用】学級運営費として1,000円(年額)のほか、活動にかかわる実費 【申込み】4月19日(火)から、午前9時～午後5時の間に直接または電話で公民館公民館係 ☎ 552・2118 へ。

【日時】4月29日(祝)午後1時～1時45分(予定) ※0時30分から受付。受付時に氏名、連絡先、当日の体温・体調などをお伺いします。 【場所】市民会館1階ロビー ※直接お越しください。 【定員】先着15人 【出演】オウメブルーグラスバンド 【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

【日時】5月12日(木)午後3時30分 【場所】わかぎり図書館2階 ※直接どうぞ 【対象】幼児・小学生 【定員】先着15人 【問合せ】わかぎり図書館

【日時】5月11日(水)・25日(水)午後3時 【場所】わかたけ図書館2階 ※直接どうぞ

【日時】5月18日(水)午後3時 【場所】武蔵野台図書館

市民のひろば

▼玉川上水ネット10周年記念「玉川上水上下流連携(羽村～日本橋)地域別展示と講演」

【日時】4月14日(木)～17日(日)午前10時～午後5時 ※最終日は午後4時まで

【場所】市民会館1階展示スペース

【講演】玉川上水の清流復活への道、報告「玉川上水・分水網関連遺構100選について」

【日時】4月17日(日)午後1時30～3時30分

【場所】市民会館・公民館第4・5集会室 ※直接会場へお越しください。

【定員】先着50人

【講師】<講演>山田正氏(中央大学研究開発機構教授)

<報告>辻野五郎丸氏(中央大学研究開発機構客員教授)

【問合せ】玉川上水遊歩道を考える会・島田 ☎ 552・2642

▼K'sBasketballAcademy

楽しみながらも集中してスキルアップを目指します。

レベルアップを目指す子どもたちは、ぜひご参加ください。

【日時】4月17日からの毎週日・月・火・木曜日午後7時～9時30分 ※詳細はお問い合わせください。

【場所】第一小学校体育館 ※直接お越しください。

【対象】小学4年生～中学3年生

【費用】入会金2,500円、毎回参加費500円

【問合せ】川島 ☎ 080・4060・2071

▼あすなろクラブ

鬼ごっこなどの遊びも含めながら、バスケの練習を楽しく行っています。初心者大歓迎! 経験者もスキルアップできます。

【日程】4月18日～5月31日の毎週月・火・木曜日午後5時～7時15分 ※詳細はお問い合わせください。

【場所】第一小学校体育館 ※直接お越しください。

【対象】小学1年生～中学3年生

【費用】5,000円(任意で保険代1,000円)

【問合せ】川島 ☎ 080・4060・2071

▼彩光会設立40年高橋靖子作品展(鉛筆画・版画・木炭画)

【期間】4月26日(火)～5月1日(日)午前10時～午後6時 ※4月26日(火)は午後1時から、5月1日(日)は午後5時まで。

【場所】福生市プチギャラリー

【問合せ】彩光会・吉田 ☎ 090・4224・2710

▼第6回福生美術協会展

福生で活躍している芸術家が1年に一度集結し実施する展覧会です。

今回は新顧問の水上奏財先生(武蔵野美術大学教授)の作品が初出品されるほか、故・栗原一郎先生、平松利昭先生の3人の

顧問の作品が揃って出品されます。

油彩画、水彩画、イラスト画、版画、陶芸など多彩な出品で見ごたえ十分です。また、当協会会員の作品は4回に分けて展示するため、4回とも別の作品が楽しめます。

【期間】5月3日(祝)～29日(日)午前10時～午後6時 ※月曜休館日。火曜日は正午から、日曜日は午後5時まで。

【場所】福生画廊(本町142マサビルB館3F)

【問合せ】福生美術協会・伊藤 ☎ 552・0138

▼令和4年度弓道初心者教室参加者募集

【日時】<春火曜日コース>5月10日からの毎週火曜日午前10時～11時30分

<春土曜日コース>5月7日からの毎週土曜日午後2時～3時30分

<秋火曜日コース>9月6日からの毎週火曜日午前10時～11時30分

<秋土曜日コース>9月10日からの毎週土曜日午後2時～3時30分

※全8回。いずれかのコースを選択

【場所】中央体育館弓道場 ※運動に適した服装でお越しください。

【対象】高校生以上

【定員】各コース先着5人

【費用】2,000円(初回時)

【申込み】福生市弓道連盟・椎名 ☎ 551・6185 または、池田 ☎ 090・2552・4798 へ。 ※詳しくは、福生市弓道連盟ホームページをご覧ください。

【心の相談】をご利用ください 【日時】5月26日(木)午後1時～2時30分 【場所】福祉センター相談室 【対象】心の問題や病気を抱えている市民とその家族など 【定員】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。 【申込み】4月28日(木)から、社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027 へ。

発行：福生市／編集：企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-042-551・1511（市役所代表）／毎月1日・15日発行



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	5月19日(木)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)
	5月20日(金)午前10時～11時30分	プチギャラリー	
②ヘルスチェック 血管年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、脳年齢、食事・運動等についての助言	5月23日(月)午後1時10分～3時30分の指定時間	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	5月6日(金)午前10時～11時30分の指定時間	子ども応援館	乳幼児(0歳～未就学児)と保護者※フェイスタオルをご持参ください。
	5月25日(水)午前9時30分～11時の指定時間		
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方	〈前期・中期食〉 5月11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〉 5月26日(水)午前10時～11時30分		7か月～1歳未満の乳児とお母さんなど・先着12組
⑤すくすくベビークラス(おすわりの頃)	5月13日(金)午前10時～11時30分	保健センター	6か月～1歳ごろの乳幼児と保護者・先着10組
⑥すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	5月11日(水)午後1時以降の指定した受付時間(母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・フェイスタオル持参)		3歳11か月までの乳幼児

【申込み】4月18日(月)から保健センターへ。

5月の予防接種(BCG)

期日	備考
12日(木)	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。

5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。				
1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	ふみ歯科診療所 福生 798-2 第7森田ビル1F ☎ 551-7288
3日(祝)			ひかりクリニック 本町 95-3 ☎ 530-0221	島田歯科クリニック 東町 10-4 ☎ 552-3084
4日(祝)			羽村市平日夜間急患センター	浜崎歯科 福生 1078-11 第2栄和ビル ☎ 530-2729
5日(祝)			福生市休日診療所 (院内処方)	北田園歯科 北田園 1-6-3 ☎ 552-1700
8日(日)			ひかりクリニック	せきぐち歯科 熊川 449 ☎ 551-5456
15日(日)			熊川病院 熊川 154 ☎ 553-3001	田辺歯科・矯正歯科医院 本町 90 ☎ 551-2712
22日(日)			ひかりクリニック	片岡歯科医院 本町 44 ☎ 551-0353
29日(日)			羽村市平日夜間急患センター	今里歯科医院 本町 78 ☎ 551-0440

◆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。

5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	17日(火)・26日(木)	令和4年1月生まれ	保健センター(集団健診) 事前に通知された午後の受付時間
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和3年11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3年8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	24日(火)・31日(火)	令和2年10月生まれ	保健センター(集団健診) 事前に通知された午後の受付時間
3歳児	10日(火)・16日(月)	平成31年4月生まれ	

※集団健診は新型コロナウイルスの影響により、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。

歯科医師会だより

口腔内細菌と体の病気

この2年程続いているコロナですが、なぜ若者や健康者は軽症で済む人が多く、高齢者や持病を抱える人、特に要介護者の重症化、死亡者が多いのでしょうか。日本人の死因は、がん、脳血管疾患、心疾患が上位を占めますが、高齢者、要介護者の場合は肺炎がそれに続きます。高齢者の肺炎は口腔内細菌が唾液等に混ざり、誤って肺に入り込み発症する「誤嚥性肺炎」の割合が高いとされています。なかでも、気づかないうちに唾液や胃液等が肺に入る、「不顕性誤嚥」によるものが多いのです。口腔内は、温度(37度)、湿度(唾液)、栄養(食べかす)の3条件が整い細菌が繁殖するには最適な環境です。歯垢1mgに1億個以上、口腔内全体では、300種類、6,000億もの微生物が生息していると言われています。最近では、口腔内細菌が血管を巡り各臓器に侵入、繁殖し、

さまざまな病気の原因になっていることが分かってきました。例えば、動脈硬化、心筋梗塞、糖尿病、誤嚥性肺炎等も、口腔内細菌と大きく関係しています。2020年の統計によると、国内の死亡者数は約140万人で、毎年増加傾向にあり、2万人程増加した年もありましたが、十数年ぶりに約1万人減少に転じたそうです。皮肉なことに、コロナ渦における「コロナ対策、手洗い、うがい、マスク」が功を成しているのかもしれない。1番最初の消化器官である口腔内を清潔に保つことは、さまざまな感染症、全身疾患から身を守ることに繋がります。日ごろからの「口腔ケア」が最も大切ですが、最低でも年に2回は、かかりつけの歯科で、機械的清掃(スケーリング)を受けることを、お勧めします。一刻も早くコロナが終息しますように。
 【文責】三井田歯科医師

検診のお知らせ

①胃・肺がん検診(6月)
 ※原則としてセットでお申し込みください。
 【日時】6月3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】100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/バリウムによる胃部X線検査/胸部X線検査/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、おおむね1年を経過しない方/妊娠中の方
 ◆次の方は申込みの際に

お申し出ください
 高血圧の治療中の方/糖尿病の治療中の方/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】4月30日(土)までに市ホームページから電子申請(4月30日(土)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> 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

<返信・裏> 無記入
 ※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。
 ②口腔がん検診
 【日時】6月4日(土)午前9時～午後1時
 【場所】保健センター
 【対象】市内在住の40歳以上の方(令和4年4月1日現在)
 【定員】先着100人(定員になり次第、受付終了)
 【検診方法】視診/触診/組織染色法による検診
 【申込方法】4月18日(月)午前9時から電話で保健センター ☎ 552-0061 へ。
 <①・②共通>
 ・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