

# Fussa

- 広報ふっさ -

令和 5(2023) 年

1. 15

No. 1111



いい汗かいて体づくり！

## 体育館で楽しもう！

市内には、健康維持や体づくりのため、運動を気軽に行える体育館があります。天候に左右されない体育館で、定期的な運動をしてみませんか？

体育館には、「**個人使用**と**貸切使用**」があります。個人使用では、主にバドミントンやバスケットボール、バレーボールやトレーニング等を楽しむことができ、貸切使用では、前日までの予約で団体使用することができます。

また、事前申込や当日参加できる週1回程度の「**教室事業**」も実施していますので、ぜひご参加ください！

問合せ 中央体育館 ☎ 552・5511  
熊川地域体育館 ☎ 552・1980

続きは  
2面へ

写真

熊川地域体育館「ジュニアバスケット教室」で楽しむ子どもたち

今号のトピックス

3・4面 住民税（市・都民税）の申告・確定申告はお早めに！ 7面 第五小学校が環境大臣賞を受賞！

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。



# いい汗かいて体づくり! 体育館で楽しもう!

気軽にスポーツを楽しもう! - 個人使用と貸切使用 -

個人使用では、体育館に空きがあれば予約なしでスポーツを楽しむことができます。スポーツの種類によっては道具の貸し出しも行っているため、気軽に楽しむことができます。貸切使用では、前日までに予約することで、団体で使用できます。

個人使用では、1回  
1時間30分、子どもは  
70円、大人は150円で  
楽しめますよ!

※子どもは3歳  
~中学生以下



## スポーツで健康づくりを! - 教室事業 -

毎週さまざまな各種スポーツ教室を実施しています。下の写真のほかにも、ヨガ教室やシニア健康体操のほか、キッズHIPHOPやジュニアバスケットボールなどの教室があります。



### 中央体育館



中央体育館は、大会や団体使用が中心ですが、個人使用や教室事業で体を動かすこともできます! スポーツや体育施設に関するご相談もお待ちしております!

中央体育館 田中 有人



**開館時間** 午前9時~午後10時  
(利用時間は9時30分まで)  
**休館日** 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始  
**場所** 北田園 2-9-1  
**問合せ** ☎ 552・5511

### 熊川地域体育館



子どもから大人まで楽しめる20以上の教室事業を実施しています。申込不要で当日参加できる教室もあります。熊川地域体育館は、市内で唯一ボルダリングができる体育館です!

熊川地域体育館 副責任者 若谷 琴音



**開館時間** 午前9時~午後10時  
(利用時間は9時45分まで)  
**休館日** 毎月第二月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始  
**場所** 熊川 380-7  
**問合せ** ☎ 552・1980

### 福生地域体育館

現在、新型コロナウイルスワクチン接種会場のため使用できません。開館再開が決まり次第、お知らせします。

#### 市体育施設における感染症対策の注意事項について

福生市の体育施設では、新型コロナウイルス感染症対策の観点から注意事項を作成しています。令和5年1月からコロナチェックシートの提出が不要となりました。詳細はHPをご参照ください。



#### 市役所・保健センター閉庁のお知らせ

2月11日(土)は、建国記念の日(祝日)のため、市役所・保健センターは閉庁します。



#### 「住宅・土地統計調査」の準備事務にご協力ください

令和5年2月1日(土)を調査日を調査



基準日として、10月に実施する「住宅・土地統計調査」の準備事務(単位区設定)を行います。

#### 【調査方法】

1月中旬から、統計指導員が調査区域を巡回し、調査区の範囲や住戸数の確認を行います。確認は、原則として世帯への訪

#### 【調査対象】

令和2年国勢調査の市内507調査区のうち国が選定した145調査区(約8,000世帯)



この調査は、全国および

2月の無料相談		問 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
人権身の上相談・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しるしの手続き相談	14日(火)			
法律相談	24日(金)	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)	午前9時~午後4時30分	市役所1階第1相談室	予約制、先着3人(1人45分) ※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。 相談日以外は東京都交通事故相談所 ☎ 03・5320・7733へ。
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	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。
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)	介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764
教育相談	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
消費者相談	毎週月・水・金曜日	午前10時~正午、午後1時~4時	教育相談室(子ども応援館2階)	教育についての悩み全般に関すること※要事前予約 教育委員会教育相談室 ☎ 551・7700
事業資金相談	9日(木)	午後1時30分~3時30分	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
			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)

#### 福生市まちづくりに資する寄附金(ふるさと納税)

12月1日~31日の間に匿名1名の方から20万円のご寄附をいただきました。

1535 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。

# 新型コロナウイルスワクチン接種について



## ●接種をご検討の方は1月中に接種を!

国が示す接種期間は、現在、**令和5年3月31日(金)まで**となっています(令和5年1月5日時点)。  
また、接種対象者の減少に伴い、**2月以降の接種体制を大幅に縮小する予定**です。  
接種を希望される方は、1月中の接種をご検討ください。



## ●1月の新型コロナウイルスワクチン接種スケジュール

※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。

対象年齢	生後6か月～4歳	5～11歳	12歳以上	
接種回数	1～3回目	1～3回目	1・2回目	3・4・5回目
接種可能なワクチン(ファイザー)	乳幼児用ワクチン	小児用ワクチン	従来型ワクチン	オミクロン株対応ワクチン
福生地域体育館(武蔵野台1-8-7) 午前9時～11時30分 午後1時30分～4時 (金曜日は午後1時～3時30分、 5時30分～8時)				金・土曜日
保健センター(福生2125-3) 午前9時30分～11時45分 午後1時30分～4時45分	<2回目> 1月17日(火) ※午前9時30分～11時、 午後1時30分～3時30分	午前のみ 1月21日(土)	午後のみ 1月21日(土)	
公立福生病院(加美平1-6-1) 午後2時～2時30分	<2回目> 1月19日(木)・26日(木)			

## ●東京都大規模接種会場もご利用ください

予約が取りづらい場合は、東京都大規模接種会場(近隣の会場:立川南ワクチン接種センター※JR立川駅南口から徒歩8分)をご利用ください。  
日時やワクチンの種類等、詳細は都HP(右記QRコード参照)または都コールセンターでご確認ください。  
問 東京都ワクチン接種会場コールセンター ☎ 0570・034・899



## 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)  
(月～土曜日 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、HP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。



## 会計年度任用職員募集

問 職員課 ☎ 551・1589

名称	募集定員(予定)	勤務場所	受験資格	試験日
事務補助職員	8人程度	市役所ほか	パソコン操作(ワード・エクセル)ができる方	1月31日(火)、 2月2日(木)
用務職員	1人	市内小・中学校	普通自動車免許を有する方	2月1日(水)
副校長補佐職員	2人	市内小・中学校	パソコン操作(ワード・エクセル)ができる方	2月7日(火)
心理相談員 (保健センター勤務)	1人	保健センター	臨床心理士、臨床発達心理士、または公認心理師のいずれかの資格を有する方	2月1日(水)
心理相談員 (教育相談室勤務)	1人	教育相談室	臨床心理士、臨床発達心理士、または公認心理師のいずれかの資格を有する方	2月6日(月)
スクール ソーシャルワーカー	若干名	中央体育館2階 執務室	次のいずれかの要件を満たす方 ①社会福祉士、精神保健福祉士等の資格を有する方 ②教育と福祉の両面に関して専門的な知識および技術を有するとともに、過去に教育や福祉の分野において活動経験の実績がある方	2月8日(水)
図書館職員	2人	中央図書館(臨時窓口)、武蔵野台図書館	次のすべての要件を満たす方 ①司書、司書補、または司書教諭のいずれかの資格(令和5年3月31日までの取得見込みを含む)を有する方 ②パソコン操作(ワード・エクセル)ができる方	1月31日(火)

【任用期間】令和5年4月1日～令和6年3月31日  
※当該職場の継続状況や、勤務成績により再度任用する場合あり

【試験方法】面接

▼申込受付(郵送受付のみ)

☑ 1月26日(木)まで(当日消印有効)

※申込みは簡易書留による郵送受付のみとし、申込書類は返却しません。

【申込書類】履歴書(写真貼付)、資格を有することを証明するものの写し(該当する職種のみ)

【郵送先】〒197-8501 福生市本町5 福生市役所総務部職員課宛

※封筒に「〇〇職員申込」と朱書きでご記入ください。

他勤務条件、報酬等の詳細については、HPをご参照ください。



福生市議会議員選挙立候補者説明会のお知らせ  
本選挙に立候補する予定の方はご参加ください。  
日 2月9日(木)午後2時～  
場 もくせい会館3階会議室  
※感染症対策のため、説明会への出席は、立候補予定者1人につき2人までです。  
問 選挙管理委員会事務局

公共施設飲料水等自動販売機設置事業者を募集します  
令和5年4月1日～令和6年3月31日までの、市内の公共施設飲料水等自動販売機設置事業者を募集します。  
【募集要領の配布】1月19日(水)～30日(月)まで、HPからダウンロードしてください。  
【入札】2月13日(月)午後1時30分～



HPに掲載予定です。  
問 契約管財課管財係 ☎ 551・1535  
日(木)～30日(月)までに、HPからダウンロードしてください。  
申 1月19日(木)～30日(月)(土日を除く)までに、直接、市役所第一棟5階契約管財課窓口へ。

# 住民税(市・都民税)の申告・確定申告はお早めに!

## ①住民税(市・都民税)の申告 課税課市民税係 ☎ 551・1610

### ▼住民税の申告が必要な方

右図で申告の要否をご確認ください。  
※国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者は、収入が無かった場合でも必ず申告してください。

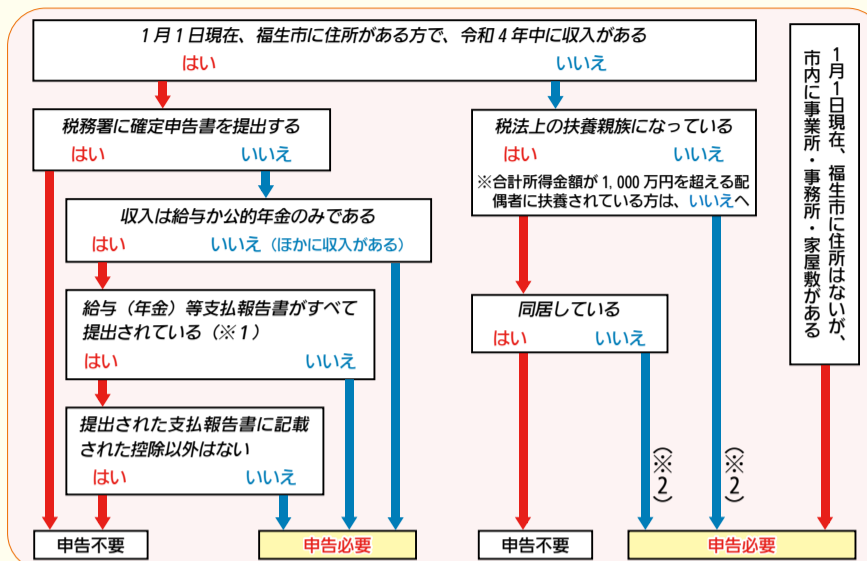
日 2月1日(水)～3月15日(水)午前8時30分～午後5時15分(土曜日正午～午後1時および日・祝日を除く。水曜日は午後8時まで)

場 市役所1階4番課税課窓口

持 下記「申告の際にお持ちいただくもの」をご確認ください。

### 【右図の注意事項】

- ・(※1)の給与(年金)等支払報告書が提出されているかどうかは、給与(年金)支払者にご確認ください。
- ・(※2)が「申告必要」となるのは、非課税証明書の発行や、国民健康保険等の資料にするためです。
- ・遺族年金、障害年金等非課税の収入は、右図の収入には含まれません。



## ②確定申告(所得税の申告) ※全会場事前予約が必要です。

青梅税務署 ☎ 0428・22・3185

		申告会場	
		青梅税務署	市役所第一棟2階第1・2会議室
受付期間(土・日・祝日を除く)		2月1日(水)～3月15日(水) 午前8時30分～午後4時	2月14日(火)～17日(金) 午前9時～10時30分 午後1時～5時
			2月20日(月)～3月15日(水) 午前8時45分～11時30分 午後1時～4時30分 ※3月15日(水)は正午まで
申告の内容	所得関係	年金・給与所得	○
	控除関係	事業所得(営業・農業)	○ ※小規模納税者が対象
		不動産所得	○ ※小規模納税者が対象
	その他	医療費控除(セルフメディケーション税制を含む)	○ ※医療費控除(セルフメディケーション税制)の明細書が必要です。
住宅借入金等特別控除		○	
その他	譲渡所得(土地・建物・株式等)、過年度分、消費税、相続税、贈与税の申告など	×	
	作成済み確定申告書の提出	×	

### 各申告会場での注意事項

#### ▼青梅税務署

LINEによる事前予約や入場整理券が必要です。お手続きの際は、事前に青梅税務署へお問い合わせください。

#### ▼市役所第一棟2階第1・2会議室

##### ＜税理士会による無料申告相談＞

電話またはオンラインによる事前予約が必要です。電話申込みは事前申込専用番号 ☎ 03・6634・5310(平日午前9時～午後5時)へ。オンライン申込みは右記QRコードから事前申込サイトへお進みください。



##### ＜市職員による申告相談(1日80件)＞(要電話予約)

電話による事前予約が必要です。予約は、相談希望日の14日前から事前申込電話 ☎ 551・1610(午前8時30分～午後5時 ※土曜日正午～午後1時および日・祝日を除く)へ。

### 郵送による申告書の提出について

申告書は郵送でも提出できます。必要書類を添付して、下記の住所へ郵送してください(控えが必要な方は、切手を貼った返信用封筒を同封してください)。



＜住民税申告書＞ 〒197-8501 福生市本町5

福生市役所課税課市民税係

＜確定申告書＞ 〒198-8530 青梅市東青梅4-13-4 青梅税務署

## 申告の際にお持ちいただくもの <①・②共通>

※チェック表としてご利用ください。

□申告書(事前に届いている方のみ) ※前年分の控えをお持ちの方は、併せてお持ちください。

□令和4年中の収入を証明するもの(給与・年金収入のある方は源泉徴収票の原本、事業収入のある方は青色申告決算書、収支内訳書など)

□控除に関する書類

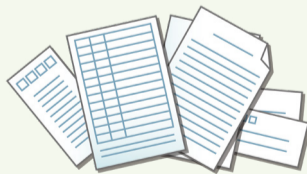
- ◆生命保険料・個人年金保険料・地震保険料などの控除証明書
- ◆国民年金保険料・国民年金基金の控除証明書
- ◆身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳・障害者控除対象者認定書など
- ◆医療費控除・セルフメディケーション税制の明細書 ※領収書での申告不可
- ◆国民健康保険税、後期高齢者医療保険料や健康保険料、厚生年金保険料などを支払ったものの領収書
- ◆寄付をした場合は寄付先からの受領証など

□配偶者控除および配偶者特別控除、扶養控除については令和4年中の対象者の所得が分かるもの

□本人確認書類①または②のいずれか(市役所での確定申告の際は写しの添付が必要です。)

- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーの通知カードなどの番号確認書類および運転免許証、公的医療保険の被保険者証、パスポートなどの身分確認書類

□所得税等の還付の場合は、金融機関の通帳など口座番号の分かるもの



## 公的年金を受給されている方へ

青梅税務署 ☎ 0428・22・3185

年金所得者について、次の①・②ともに該当する場合は、所得税の確定申告をする必要はありません。

ただし、医療費控除などによる還付を受ける場合は、所得税の確定申告をすることもできます。詳しくは、青梅税務署へお問い合わせください。

- ①公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下
- ②公的年金等に係る雑所得以外の所得金額の合計額が20万円以下

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

←5面にも確定申告に関する記事を掲載しています

## 確定申告に関する青梅税務署からのお知らせ

問 青梅税務署 ☎ 0428・22・3185



### ①申告と納付の期限

〈所得税および復興特別所得税〉3月15日(水)まで  
〈贈与税〉3月15日(水)まで  
〈個人事業者の消費税および地方消費税〉3月31日(金)まで



の申告書や青色申告決算書などが作成できます。  
作成した申告書等は、次のいずれかの方法で提出できます。

- [1] 「書面」をプリントアウトして青梅税務署へ郵送
- [2] マイナンバーとICカードリーダーライター（またはマイナンバーカード対応スマートフォン）を使用してe-Tax
- [3] ID・パスワード方式でe-Tax

※マイナンバーカードを利用してe-Taxを行う場合には、マイナンバーカードの電子証明書の有効期限切れにご注意ください。

### ②青梅税務署の申告書作成会場について

令和4年分の申告書作成会場への入場には「入場整理券」が必要です。入場整理券は当日会場で配付（入場整理券の配付状況に応じて後日の来場をお願いすることがあります）するほか、LINEアプリで事前に入手することが可能です。LINEアプリでの事前発行は、国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」していただくことで、日時指定の入場整理券を入手する手続きができます。右記QRコードから国税庁LINE公式アカウントにアクセスして「友だち追加」をしてください。



確定申告期間の後半は、申告書作成会場、提出窓口が大変混雑することが予想されますので、申告書の早期提出にご協力をお願いします。

### ③駐車場について

2月1日(水)～3月15日(水)の間は、青梅税務署の駐車場は身体障害者用車両を除きご利用できません。

この期間中は、河辺駅北口の「イオンスタイル河辺」の駐車場または公共交通機関をご利用ください。

### ④自宅等からの申告のお願い

多くの方が訪れる申告書作成会場へ出向かなくても、ご自宅からパソコンやスマートフォンでご利用いただけるe-Tax(国税電子申告・納税システム)が便利です。国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って金額等を入力することにより、所得税および復興特別所得税・個人事業者の消費税および地方消費税・贈与税



### ⑤医療費控除における添付書類について

医療費控除を申告する場合は「医療費控除の明細書」、セルフメディケーション税制の控除を申告する場合は「セルフメディケーション税制の明細書」の添付が必要です。領収書の提出は不要となりますが、ご自身が5年間保管する必要があります。また、市または税務署から求められた時には提示または提出しなければなりません。

なお、各健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」により明細書の記入を省略できることがあります。ご不明な場合は各保険者等にご確認ください。※医療費の領収書の添付または提示により、医療費控除を適用する経過措置は終了しましたのでご注意ください。

### ⑥「にせ税理士」および「にせ税理士法人」にご注意ください

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。税理士であるかどうかの確認については、税理士証票の提示を受けて確認するほか、日本税理士会連合会HPや、東京税理士会青梅支部へのお問合せで確認することもできます。



問 ①～⑤ 青梅税務署 ☎ 0428・22・3185

⑥ 東京税理士会青梅支部 ☎ 0428・23・2331

▼国民年金保険料の前納について  
国民年金には保険料を前払いすると割引になる「前納」という制度があります。口座振替・クレジットカード納付による4月末日引き落としの6か月前納



▼年金日より  
申 1月30日(月)～2月10日(金)午前8時30分～午後5時(正午～午後1時、日曜日を除く)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。  
先着60人  
持 送付した交付案内をご確認ください。

▼日曜日にマイナンバーカード交付(予約制)を行います  
2月12日(日)  
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  
市役所1階7番総合窓口

そろそろあなたもマイナンバーカードを！  
マイナンバーポイントを受け取るために必要なマイナンバーカードの申請期限が、令和5年2月末までに延長されました。



ごみ・資源収集情報	
ごみが58t減ったよ！	資源の割合が変わらなかったよ！
4年11月 935t	4年11月 292t (24%)
3年11月 993t	3年11月 313t (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	
4年11月	58t
3年11月	60t

▼市民のひろば  
ハーマモニカ初心者講習会  
ハーマモニカ初心者を対象とした講習会です。事前説明会では、講習会の流れや購入していただきたいハーマモニカの種類などを説明します。



▼「ハッピー足法勉強会」  
足法は未病対策。疲労硬直した筋肉に適切な圧を足裏で加え、病気の根源と言われるコブ(潜張)を取り去ることで、血液循環が改善、自立神経を調律し、体の酸化やむくみを解消します。

▼事前説明会  
1月31日(火)午後2時～3時30分  
2月7日(日)午後8時30分  
2月14日(日)午後2時～3時30分  
2月28日(火)午後2時～3時30分  
3月14日(日)午後2時～3時30分  
3月28日(火)午後2時～3時30分  
※①～②の内容は同じ

2月の資源回収予定	
実施団体	実施日
福栄福寿会	4日(土)
牛浜第一町会	5日(日)
鍋ヶ谷戸第一町会	
鍋ヶ谷戸第二町会	
福東幸せ会(熊川第2アパート)	
本町第七町会	
本町第八第一町内会	12日(日)
牛浜第二町会	
富士見台町会	
本町第八第二町内会	
本町町会	
南町会	19日(日)
南田園二丁目町会	
内出子供会	
志茂第二町会	
原ヶ谷戸町会	
福生団地自治会	26日(日)
熊川牛浜町会	
青少年育成加美地区委員会	
武蔵野町会	
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	

▼「ハッピー足法勉強会」  
足法は未病対策。疲労硬直した筋肉に適切な圧を足裏で加え、病気の根源と言われるコブ(潜張)を取り去ることで、血液循環が改善、自立神経を調律し、体の酸化やむくみを解消します。

▼「ハッピー足法勉強会」  
足法は未病対策。疲労硬直した筋肉に適切な圧を足裏で加え、病気の根源と言われるコブ(潜張)を取り去ることで、血液循環が改善、自立神経を調律し、体の酸化やむくみを解消します。

▼事前説明会  
1月31日(火)午後2時～3時30分  
2月7日(日)午後8時30分  
2月14日(日)午後2時～3時30分  
2月28日(火)午後2時～3時30分  
3月14日(日)午後2時～3時30分  
3月28日(火)午後2時～3時30分  
※①～②の内容は同じ

令和4年12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	800	-20	104	-31
昼間(午前7時～午後7時)	615	-123	59	-49
夕刻(午後7時～午後10時)	179	118	44	24
夜間(午後10時～午前7時)	6	-15	1	-6
最高音圧レベル(デシベル)	110	-3	86	-6
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	61	-1	43	-2

▼「ハッピー足法勉強会」  
足法は未病対策。疲労硬直した筋肉に適切な圧を足裏で加え、病気の根源と言われるコブ(潜張)を取り去ることで、血液循環が改善、自立神経を調律し、体の酸化やむくみを解消します。

▼「九星気学」占い講座  
この講座では、愛情運や相性、仕事運、人間関係、金運、健康運、家庭のこと、方位、運勢等、将来の観点や占い方を学べます。  
日 隔週水曜日または土曜日(各回1時間半程度)  
※ご都合の良い、どちらかの曜日で開催します。





～住み慣れた地域で、  
最後まで自分らしく生活するために～

### 成年後見制度を知っていますか？

#### ▼成年後見制度とは

認知症や障害などが原因で「ご自身で適切に判断することが難しい方」の大切な権利や財産を守るための制度です。

判断が難しい本人に代わって、さまざまな手続き等を行う「援助者」を決めて、支援を受ける仕組みです。

使われる用語や仕組みが難しく、「私には関係ない」と敬遠されがちな制度ですが、住み慣れた地域で、最後まで自分らしく生活するための大切な制度です。

#### ▼2つの成年後見制度

成年後見制度は、大きく分けて2種類あります。

①法定後見…判断能力が低下してしまった後に、援助者を裁判所に選んでもらう制度

②任意後見…判断能力が低下してしまう前に、援助者を自分で選んでおく制度(※)

(※)どのようなことを援助してもらうかは、自分で選んだ援助者との話し合いで自由に決めること

ができます。決めた内容は、「公証人役場」で、公正証書の取り交わしにより正式に決定します。

#### ▼制度について分からないときは「成年後見センター福生」へお問い合わせください

市民の皆さんの大切な権利や財産を守るため、市では社会福祉協議会に委託して、成年後見センター福生を運営しています。

ご本人からの相談はもちろん、家族や友人の方も、制度に関する素朴な疑問や利用の相談など、お気軽にお問い合わせください。

時 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

場 福祉センター  
問 社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027

#### ●いざという時の準備講座「成年後見と遺言のお話」

成年後見の役割や遺言状の書き方、また相談者への具体的な対応や支援などについて、専門家から

#### 問 社会福祉課福祉総務係

☎ 551・1522

お話を伺います。

日 2月25日(土)、3月4日(土)・11日(土) 午後2時～4時

場 さくら会館ホール

対 市内在住・在勤・在学の方

定 先着20人

講 畑野隆二氏(上野公証役場公証人)、萬沢明氏(社会保険労務士)、社会福祉課職員、成年後見センター福生職員

申 1月19日(木)から、午前9時～午後5時の間に公民館公民館係 ☎ 552・2118へ。

#### ●成年後見制度学習会

成年後見制度の利用方法や費用などについて、司法書士から教えていただきます。

日 2月15日(水)午前10時～11時30分

場 福祉センター2階学習集會室

対 市内在住・在勤の方

定 先着25人

持 筆記用具等

講 眞井雄太氏(司法書士)  
申 1月23日(月)から、社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027へ。

サイクルシェアリングの一時利用停止について  
市で導入しているサイクルシェアリング「HELLO CYCLING」は、システムメンテナンスのため、次のとおり利用を一時停止します。  
利用停止中は、自転車の予約・開錠・返却などのすべての機能が利用できません。  
ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

【利用停止日時】1月18日(水)午前0時～7時(予定)  
【事業全体について】環境政策課環境政策係 ☎ 551・1718  
【利用方法等サービスについて】HELLO CYCLING お客様サポート窓口 ☎ 050・3821・8282



都市計画変更(案)の縦覧について  
市では、都市計画変更を実施するための縦覧を次のとおり行います。なお、住民および利害関係者は、市長に対して意見書を提出することができます。  
【縦覧について】  
【都市計画の種類】福生都市計画生産緑地地区  
日 1月16日(月)～30日(月)午前8時30分～午後5時15分

スマートフォンの方や操作に関する疑問・不安を解消するための相談会です。東京都から委託を受けたスタッフがマンツーマンで対応します。  
※本事業は東京都の「高齢者スマートフォン普及啓発事業」を利用しています。  
日 2月9日(木)午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)  
場 市役所1階北側玄関前  
※直接お越しください。また先着順のため、待ち時間が生じる可能性があります。  
対 60歳以上の都民  
持 自身のスマートフォン  
問 介護福祉課高齢者支援係 ☎ 551・1751



「身近な法律相談」をご利用ください  
日 2月15日(水) 午後2時～4時  
場 福祉センター相談室  
対 高齢者・障害者やその家族など  
定 先着3人(予約制)  
※初めての相談の方に限り  
※相談内容は秘密厳守。



老人福祉センター教養講座「気持ちよくハーモニーを奏でませんか」  
講師に、「発声の仕方」をレクチャーしていただき、皆さんで合唱します。  
参加者の年代に合わせて選曲をします。  
日 2月14日・21日・28日、3月7日・14日の各火曜日 午後1時30分～3時30分(全5回)  
場 福祉センター  
対 市内在住の60歳以上の方  
定 先着20人  
講 小嶺裕子氏(合唱指導者)、ほかピアニスト1名  
申 1月25日(木)から、社会福祉協議会施設サービス課 ☎ 552・2121へ。



### 学童クラブのお知らせ

問 子ども育成課子ども育成係 ☎ 551・1733

令和5年度4月入所の学童クラブの第2次申請を受け付けます

第2次入所申請については、第1次入所判定後、利用希望の学童クラブに空きがある場合に入所を承認します。  
【受付期間】2月1日(水)～8日(水)午前8時30分～午後5時15分(水曜日は午後8時まで。土曜日の正午～午後1時および日曜日を除く)

申 申請書と必要書類を持参し、直接市役所1階8-1番子ども育成課窓口で申し込むか、子育て情報サイト「こふくナビ」の申請フォームからお申し込みください(郵送不可)。  
※入所可能なクラブや申請方法等の詳細は「こふくナビ」をご確認ください。



#### 臨時スマイルクラブの開設について

令和5年4月から、第一小学校内に新たに「臨時スマイルクラブ」を開設します。  
入所を希望される方や希望クラブを変更される方は、上記の学童クラブ第2次申請受付期間内に申請してください。  
【名称】臨時スマイルクラブ  
※「スマイル」という名称は、第一小学校の児童の投票で決まりました。  
場 第一小学校2号館(福生1055)



▲開設に向けて現在準備中です！

### 交通災害共済(ちょこっと共済)に加入しましょう！

令和5年度の交通災害共済の受付を2月1日(水)から開始します。  
「ちょこっと共済」は、住民の皆さんが会費を出し合い、交通事故に遭ったとき、見舞金を受けられる助け合いの制度で、選べる2コース制です。

【費】Aコース 1,000円  
Bコース 500円

※大人・子ども同額。小・中学生の方(平成20年4月2日～平成29年4月1日の間に生まれた方)は、市が公費でBコースに加入します。また、会費(500円)を追加することでAコースへ変更できます。

【共済期間】令和5年4月1日～令和6年3月31日(年度途中の加入の場合には、加入日の翌日から令和6年3月31日まで)

申 直接、市内の金融機関(ゆうちょ銀行を除く)の窓口、市役所1階2番会計課の指定金融機関派出所でお申し込みいただくか、ちょこっと共済HPの「ネット申込み」をご利用ください。  
注 例年、1月中旬に各家庭に申込書付きパンフレットを配布していましたが、今年度から申込書については、金融機関または市役所第一棟3階道路下水道課で受け取ってください。各家庭に配布されるパンフレットには、申込書は付いていません。

問 道路下水道課管理・交通安全対策グループ ☎ 551・1969



### 女性医師による乳がん・子宮頸がん検診

問 保健センター  
☎ 552・0061



女性スタッフによる検診で乳がん・子宮頸がんの検診を一度に受けられます。

これまで受けたことがない方もお気軽にご利用ください。

日 3月5日(日)午前9時～正午

※受付時間は抽選です。受診者へ個別にご案内します。

場 保健センター

対 乳がん検診 40歳以上の女性  
子宮頸がん検診 20歳以上の女性

※市内在住で年齢は令和4年4月1日現在。また、令和3・4年度中に検診を受診した方は、お申し込みできません。

定 乳がん検診 70人

子宮頸がん検診 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

乳がん検診 マンモグラフィ(乳房X線撮影)ほか

子宮頸がん検診 細胞採取、細胞検査

費 乳がん検診 1,600円

子宮頸がん検診 無料

※乳がん検診無料クーポン券を

お持ちの方は、当日クーポン券を受付に提出すると全額無料で受診できます。また、生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を当日受付に提出すると、全額無料で受診できます。

◆次の方はご注意ください

・子宮の手術を受けたことがある方は事前に主治医にご相談ください。全摘出の手術を受けた方は受診できません。

・検診車への乗降等に支援が必要な方は、事前に保健センターへご相談ください。

◆次の方は受診できない可能性がありますので、事前に主治医にご相談ください

・ペースメーカーやICDポート等の医療器具を装着している方

・豊胸手術を受けた方

・授乳中の方

・肋骨骨折や肋骨にヒビが入っている方

・妊娠している方、またはその可能性がある方

※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。

◆次の方は受診できません  
・受診日当日に月経中の方

申 市ホームページから電子申請(1月31日(火)午後10時まで)または往復はがきでお申し込みください(1月31日(火)消印有効)。

【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女性医師による〇〇検診希望

返信・表 ご自分の住所・氏名

返信・裏 無記入

注 ・40歳以上の方は、1枚のはがきで両方の検診の申込みができます。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。

・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。

### インターバル速歩実践会



「さっさか歩き」と「ゆっくり歩き」を3分ごとに交互に繰り返す、簡単なウォーキング法「インターバル速歩」の実践会です。

かけずに効率的に運動を続けるきっかけにしてみませんか?  
日 2月2日(木)午後1時30分～3時30分  
場 中央体育館2階主競技場  
定 先着25人  
持 室内運動靴、タオル、飲み物  
【服装】動きやすい服装  
申 1月18日(水)から、電話で保健センター☎552・0061へ。

### 入学通知書を送ります



今年4月に小・中学校に入学されるお子さんへ、教育委員会から入学通知書を1月中旬ごろにお送りします。入学通知書には、お子さんが入学する学校名が記載されていますのでご確認ください。  
対 小学校 平成28年4月2日～平成29年4月1日

で生まれた方  
〈中学校〉平成22年4月2日～平成23年4月1日まで生まれた方  
※1月25日(水)までに通知書が届かない方や、私立学校等に入学を予定する方等は、お申し出ください。  
問 教育支援課学務・給食係 ☎551・1948  
松林分館主催健康講座  
▼脳を鍛えて楽しく認知症予防  
脳の健康を維持して、認知症を予防するため実践法を楽しく学びます。  
日 2月21日(火)・28日(火)午後2時～4時(全2回)  
場 公民館松林分館  
対 市内在住・在勤・在学の方  
定 先着10人  
持 筆記用具  
講 認知症支援コーディネーター  
日 1月19日(木)から、午前9時～午後5時の間に、直接または電話で公民館松林分館☎552・3624へ。

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会  
日 2月22日(水)午前11時～  
場 わかぎり図書館※直接どうぞ  
対 乳幼児と保護者  
定 先着4組  
問 わかぎり図書館☎552・7421  
▼わかたけ図書館おはなし会  
日 2月8日(水)・22日(水)午後3時～  
場 わかたけ図書館2階※直接どうぞ  
対 乳幼児と保護者  
定 先着23人  
▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会  
日 2月16日(木)午前11時～  
場 わかたけ図書館2階※直接どうぞ  
対 乳幼児と保護者  
定 先着3組  
問 わかたけ図書館☎551・0083  
▼武蔵野台図書館おはなし会  
日 2月15日(水)午後3時30分～  
場 武蔵野台図書館3階※直接どうぞ  
対 乳幼児と保護者  
定 先着8人  
▼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。  
日 2月15日(水)午前11時～  
場 武蔵野台児童館1階※直接どうぞ  
対 乳幼児と保護者  
問 武蔵野台図書館☎553・8881

### 郷土資料室からのお知らせ

▼旧ヤマジウ田村家住宅主屋季節展示「くらしのうつりかわりと暖をとる道具展」・「ひな祭り」

生活の変遷を伝える道具と、冬の暮らしを伝える道具を展示します。

また、桃の節句に合わせ、旧ヤマジウ田村家住宅に受け継がれてきたひな飾りを期間限定で展示します。

日 1月21日(土)～3月21日(木)

〈ひな祭り〉2月4日(土)～3月21日(木)

※月曜日休館

時 午前10時～午後4時

場 旧ヤマジウ田村家住宅(福生1158)

問 生涯学習推進課文化財係☎530・1120、旧ヤマジウ田村家住宅☎530・1140



▼古文書学習会(実践編)「日記に学ぶ福生の歴史」(第五期)参加者募集

古文書学習会の実践編として、福生市に伝わる江戸時代の名主の日記をくずし字から読み解き、福生の歴史を学びます。また、第五期からの参加も可能です。

日 2月11日(水)、3月4日(土)・11日(土)午後2時～3時30分ごろ

場 もくせい会館202会議室

対 古文書の読み方の基礎を習ったことがある方

定 先着10人

講 日野さよ子氏(福生古文書研究会会員、元文化財総合調査員)

申 1月18日(水)午前10時から、直接または電話で旧ヤマジウ田村家住宅☎530・1140へ。



### 第五小学校が環境大臣賞を受賞!



第五小学校は、昭和47年より東京都の愛鳥モデル校に指定され、野鳥観察会や巣箱の作成・設置・観察、愛鳥博士テストによる愛鳥博士の認定など、50年にわたり全校児童が愛鳥活動に取り組んでいます。

このような活動が認められ、11月21日に開催された環境省・公益財団法人日本鳥類保護連盟が主催する「第56回全国野生生物保護活動発表大会」において、環境大臣賞を受賞しました。

問 教育指導課指導係☎551・1538



発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒191-8501 福生市本町5-5042 ☎042-551-1511 (市役所代表)／毎月1日・15日発行

# 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	2月2日(木)・16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)
②育児相談	2月3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 ※フェスタオル持参
③離乳食教室	<前期・中期食> 2月8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12組
	<中期・後期食> 2月22日(水)午前10時～11時30分		生後7か月～1歳未満のお子さんとお母さんなど・先着12組
④すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	3月1日(水)午後1時以降の指定受付時間 ※2月1日(水)分も同時受付中。	保健センター	3歳11か月までの乳幼児
⑤すくすくベビークラス(おすわりの頃)	2月15日(水)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12組
⑥パパママクラス(2・3月コース)	2月4日(土)・16日(木)、3月4日(土)・16日(木)午後1時30分～3時30分	保健センター	これからパパ・ママになる方・先着24人 ※1家族2人まで

☎ 1月18日(水)から保健センターへ。

## 2月の予防接種(BCG)

期日	備考
17日(金)	標準的接種期間対象者:5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能)

【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防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。

## 2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。				
5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		田辺歯科・矯正歯科医院 本町90 ☎551・2712
11日(祝)		石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072		片岡歯科医院 本町44 ☎551・0353
12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	せきぐち歯科 熊川449 ☎551・5456
19日(日)		熊川病院 熊川154 ☎553・3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎530・2468	平出歯科医院 福生248-1 ☎551・4738
23日(祝)		栗原医院 瑞穂町箱ヶ崎61 ☎557・0100		せきぐち歯科
26日(日)		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	浜崎歯科 福生1078-11第2栄和ビル2F ☎530・2729

◆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。

## 2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	9日(木)・21日(火)	令和4年10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8月生まれ※受診日時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9・10か月期	令和4年5月生まれ※受診日時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	14日(火)・28日(火)	令和3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
3歳児	7日(火)・13日(月)	令和2年1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

## 新型コロナウイルス感染症について



よく知られている感染症に、世界中でパンデミックを引き起こしたCOVID19感染症(新型コロナウイルス感染症)があります。日本では令和2年に、横浜に停泊したダイヤモンド・プリンセス号から感染者が見つかり、感染拡大が始まりました。

新型コロナウイルス感染症は約80%が軽症または無症状で、発症後1週間程度で治癒します。ウイルス排出量も1週間で数%となります。新型コロナに感染すると必ず高熱が出現すると考えている人が多く見られますが、発熱は必発症状ではありません。特に小児の場合、感染しても軽症であることが多いので注意が必要です。

また、以前の株の感染時には嗅覚、味覚障害が多く見られましたが、最近のオミクロン株ではその障害はほとんど無く、咽頭痛、咳、痰、倦怠感等を訴える人がほとんどです。新型コロナ感染時の検査方法は、現在、主に2種類あります。抗原定性検査とPCR検査です。

薬局などで入手しやすくなった抗原定性検査キットは、簡便に検

査可能ですが、研究用と書かれているものは精度に問題があるものが含まれています。唾液で行う場合、食事やうがいにより、ウイルスが流れてしまうため、検出されにくくなります。抗原定性検査キットはウイルス自体に反応しますので、鼻咽腔用のものでも手加減せずに検体採取することが必要です。また、陽性判定が出た場合には東京都陽性者登録センターに登録する等してください。

一方のPCR検査は、検体を採取後、ウイルスの核酸を増幅させる機械で検出する方法です。精度はPCRの方が少し上で、陽性判定率は約7割です。

次に、ワクチンです。ワクチン接種により発症を予防することは難しいのですが、重症化を予防することはできます。接種後時間が経過すると抗体も無くなるため、効果が望めなくなります。積極的にワクチン接種に臨んでください。

最後にコロナウイルスは飛沫感染するので、寒くても換気をしっかり行うように心がけましょう。

【文責】宮城医師

## コロナ禍でのインフルエンザにご注意を

冬は空気が乾燥し、のどや鼻の粘膜の防御機能が低下するため、インフルエンザなど多くのウイルス感染症にかかりやすくなります。インフルエンザでは38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感等の症状が比較的急速に現れるのが特徴です。

また、乳幼児や高齢者は重症化するリスクがあります。



◆次のことに気をつけて感染症予防対策に努めましょう

- ①適度な湿度(50～60%)の保持
- ②こまめな手洗い、手指消毒
- ③三密(密接・密集・密閉)を避ける
- ④人混みや繁華街への外出を控える
- ⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

問 保健センター ☎ 552・0061



### ▼高齢者インフルエンザ予防接種について

公費負担で接種ができる期間が間もなく終了します。以下の対象に該当する方で、接種希望の方は、お早めに接種してください。

☎ 1月31日(火)まで

対 接種日当日に市内在住で、次の①または②に該当する方

- ① 満65歳以上の方
- ② 満60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能、または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、身体障害者手帳1級相当である方

費 全額無料

※生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を、中国残留邦人等支援給付受給中の方は、支援給付受給証明書または本人確認証(写し)を、指定医療機関にご提出ください。

持 健康保険証、身体障害者手帳(左記②に該当する方)

【接種方法】接種は1回です。市内指定医療機関で接種してください(一部医療機関は要予約)。また、都の大規模接種会場(東京都行幸地下ワクチン接種センターおよび東京都立川南ワクチン接種センター)で、新型コロナワクチンとの同時接種ができます。詳細は、市HPおよび東京都HPをご覧ください。

他 市内指定医療機関は、広報ふっさ10月1日号またはHPをご覧ください。またワクチンの在庫確認のため、予約不要の場合でも、事前に医療機関へご確認ください。

問 保健センター ☎ 552・0061



編集 後記

約2週間かけてたくさんの方の写真を撮影した今回の体育館の取材。利用者の皆さんにはアポなしで撮影依頼をしたにもかかわらず、快く引き受けていただきました。「うまく撮って加工してね!」と言われましたが、加工してしまうのがもったいないほど皆さんの運動している姿が美しかったため、無加工です! 皆さん、ありがとうございました。