

Fussa

- 広報ふっさ -

令和 6(2024) 年

3. 15

No. 1139

4月スタート 便利で使いやすく!

ごみ総合受付センターを開設します

ごみ・資源に関する連絡先を一本化!

これまで内容によって異なっていた「ごみの収集や分別、粗大ごみ、臨時ごみ、動物の死体、し尿くみ取りなど」に関する連絡先をごみ総合受付センターに一本化します。

受付日時 月～金曜日午前 8 時 30 分～午後 5 時
(祝日、年末年始を除く)

電話番号 ☎ 552・1621

問 ごみ減量対策課ごみ減量対策係 ☎ 551・1731



さらに!

粗大ごみのインターネット申込み開始

24 時間 365 日いつでも受付可能

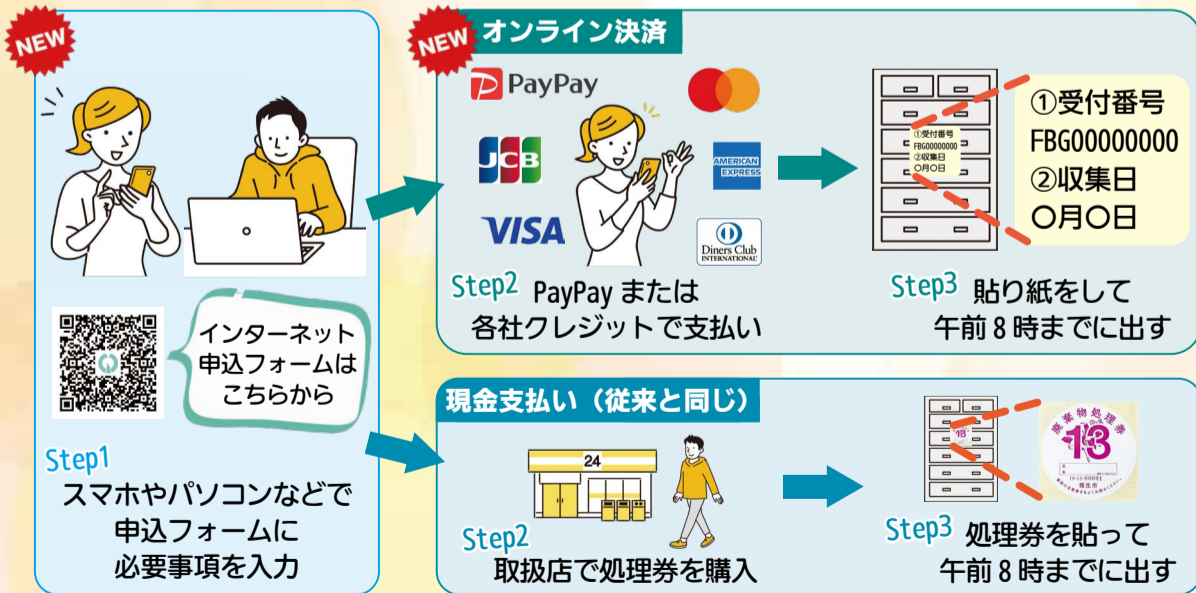
24 時間いつでも受付しているので、問合せの多い休日明けや年末もスマートフォンやパソコンなどからスムーズに申し込むことができます。

オンライン決済の導入

粗大ごみのインターネット申込みの際にオンライン決済を選択すると、処理券(シール)の購入が不要になりとても便利です。



インターネット申込みの流れ



申込方法の紹介動画公開中

インターネット申込みの流れを、やさしい日本語のナレーションで分かりやすく紹介する動画を公開しています。ぜひ、ご覧ください!



動画は HP や市公式 YouTube チャンネル「福生市メディアラボ」からご覧ください!



今号のトピックス

3面 パブリックコメントの結果

4面 令和6年度組織改正

5面 児童発達支援センターがオープン

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。



4月スタート!
さらに便利に!

リサイクルプラザの販売品を 見やすく・買いやすく♪



リサイクルプラザの販売日が週7日に

リサイクルプラザでは、粗大ごみの中からまだ使えるものを修理し、低価格で販売しています。

4月から、販売日を毎週水・日曜日の週2日から月～日曜日の週7日に拡充します。



販売日時 毎日 午前9時～午後4時(年末年始を除く)

※3月31日までは水・日曜日のみ販売

場 熊川1566-4 リサイクルセンター内(駐車場あり)

ネットで販売品を確認できます!

4月から、地域情報サイト「ジモティー」でリサイクルプラザ内の販売品をスマホやパソコンなどから見る事ができます。詳細はHPをご覧ください。



令和6・7年度版

「ごみ・リサイクルカレンダー」を全戸配布しました

3月1日～8日に配布した「ごみ・リサイクルカレンダー」は、今回から2年分で1冊の配布となり、令和8年3月までの収集予定が記載されていますので、途中で廃棄しないようご注意ください。



▼2世帯同居などで2部以上必要な方、届いていない方、共同住宅版が必要な方へ市役所第二棟2階ごみ減量対策課ごみ減量対策係で配布しています。また、HPにも掲載しています。

アプリでごみの収集日・分別方法をチェック

ふっさ情報アプリ「ふくナビ」をダウンロードし、ごみ収集区域を設定すると、収集日カレンダーの表示やごみの出し忘れ防止アラーム設定、ごみ・資源の出し方の簡易検索などが利用できます。



声のごみ・リサイクルカレンダーをお届けします

市では、視覚障害により紙のごみ・リサイクルカレンダーをご覧いただくことが困難な方へ、デジジー方式のCD版「声のごみ・リサイクルカレンダー」をお届けしています。

対原則、視覚障害1・2級の方等
 申直接または電話で、市役所第二棟2階ごみ減量対策課ごみ減量対策係
 ☎551・1731へ(現在すでに利用されている方はお申込み不要です)。



問<3月31日まで>ごみ減量対策課ごみ減量対策係☎551・1731
 <4月1日以降>ごみ総合受付センター☎552・1621

投票日時 4月22日(月)～27日(土) 午前8時30分～午後8時

投票に行けない人 期日前投票(投票日当日、投票場所 市内各投票所)

7時～午後8時

投票日時 4月28日(日) 午前7時～午後8時

告示日 4月21日

福生市長選挙のお知らせ

9月30日は、夕方のチャイム放送が午後5時15分となります。

問 防災危機管理課 ☎551・1638

4月1日(土) 9月30日(土) 夕方のチャイム放送が午後5時15分となります。

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

持 入場整理券または本人確認ができるもの

問 選挙管理委員会事務局 ☎551・1802

〈見積価格〉3,000円

差押物件 原動機付自転車(スズキアドレスV125)

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

のとおりに落札されました。

売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

問 総合窓口課 ☎551・1595

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

注 土曜日の正午～午後1時は業務を行っていません。

他 マイナンバーカード・運転免許証等の本人確認書類を必ずお持ちください。

4月の無料相談				
相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	3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係へ。
登記相談	4日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	9日(火)	午後1時30分～4時	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係へ。 相談日以外は東京都交通事故相談所☎03・5320・7733へ。
税務相談	25日(木)			
法律相談	6日(土)・10日(水)・17日(水)・24日(水)	午前9時～午後4時30分	市役所1階 介護福祉課	介護福祉課介護保険係 ☎551・1764
交通事故相談	18日(木)	午後1時30分～4時	市役所1階 健康センター(2階)	子どもと家庭の相談・児童虐待に関すること ※要事前予約 子ども家庭センター課 ☎539・2555
少年相談	19日(金)	午前9時～午後4時30分	市役所1階 教育相談室(子ども応援館)	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
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 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
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 ※水曜夜間開庁あり	市役所1階 商工会相談室	商工会 ☎551・2927 ※対象は市内の小規模事業者
教育相談	毎週月・水・金曜日	午前10時～正午、午後1時～4時	市役所1階 秘書広報課	秘書広報課 ☎551・1511
消費者相談	11日(木)	午後1時30分～3時30分	市役所1階 心配ごと相談室	心配ごと相談室 ☎551・1511
事業資金相談	11日(木)	午後1時30分～3時30分	市役所1階 心配ごと相談室	心配ごと相談室 ☎551・1511

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)(成年後見センター福生☎552・5027)

パブリックコメント

の結果について

市では、12月14日～1月12日の間に、次の計画(案)について市民意見の募集(パブリックコメント)を行い、ご意見をいただきました。ご意見の概要と市の考え方は、次のとおりです。
多くのご意見をいただきましたが、一部のみ掲載させていただき、その他のご意見(計画案に対する意見のみ)については、HPに掲載しています。



▼福生市立地適正化計画(改定)(案)

問 まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>施策番号40公共交通機関等の充実では「路線バスの空白地区の改善のため、バス路線の新設や増便をバス事業者に要望していきます。」とあるが、そもそも、事業者単独では採算が取れないから撤退したり、実現していないのであって、いつまでこうした実現性の乏しい施策を掲げ続けるのか。</p> <p>採算が取れない地域の市民の公共交通確保が喫緊の課題である。事業者と自治体が協力してコミュニティバス(市内循環バス)を実施すべきである。</p> <p>福生駅西口の賑わいを取り戻すためにも、市内どこからでも、誰でも便利にアクセスできるコミュニティバス(市内循環バス)は不可欠である。</p>	<p>福生市は市域が狭小なうえに、鉄道駅が5駅ありバス路線も充実しているため、交通利便性の高い都市です。バス路線については、立川バス営業所が福生市内に移転してきたことにより、新設や増便が図られており、要望の効果が表れています。</p> <p>また、多摩川沿いの一部公共交通不便エリアの補完や高齢者等の交通弱者対策として、福祉バス運行事業のさらなる推進・促進を施策として掲げ、令和6年1月から1ルート増加するなど充実を図っております。</p>

▼福生市高齢者福祉計画・介護保険事業計画(第9期)(案)

問 介護福祉課高齢者支援係 ☎ 551・1751、介護保険係 ☎ 551・1764

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>在宅介護専用窓口を作る。</p> <p>支援金がない、手すりがあっても入浴に介助がいる、運転者は高齢支援でも障害者でもないのにステッカーが貼れないし優先駐車場に駐車できない、ほか介入して欲しいことが山積み。</p>	<p>福生市も高齢化率が27%を超え、今後も高齢化がさらに加速していくことが見込まれています。令和4年度に実施した高齢者生活実態調査では、回答者の約8割の方が、仕事と介護を両立するために働き方の調整等を行っているとの結果が得られ、在宅の高齢者の生活を支えるためのご家族の負担は大きいものと認識しています。</p> <p>市では、令和4年4月に高齢者の総合相談窓口である地域包括支援センターを市内3か所に再配置し、体制強化を図りました。在宅介護のご相談窓口として、よりその機能が発揮できるよう周知を進めるとともに、さらなる事業の展開・充実を図ります。</p> <p>また、住宅改修や入浴介助等、介護保険サービスを利用することで、ご家族の負担も軽減できます。適切にご利用いただけるよう、引き続き制度に関する情報提供を実施していきます。</p> <p>本計画の基本理念に基づき、高齢者が住み慣れた地域で安心した生活が継続できるよう、地域包括ケアシステムの推進に取り組みます。</p>

▼福生市公園施設整備計画(案)

問 環境政策課緑と公園係 ☎ 551・1985

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>樹木の剪定や管理、玉川上水の維持管理、遊具やベンチなどの設置管理をスムーズに行うために、市内の業者と公契約条例を締結してはどうでしょうか。市内業者への支援にもなると思います。</p>	<p>公契約条例の制定については、本計画の趣旨と異なることから、本計画の修正等は考えておりません。また玉川上水の維持管理については東京都の所管となります。なお、公園施設の管理については、本編68頁7-2公園の維持管理に関する基本的な方針の中に記載しています。</p>

▼福生市第4期特定健康診査等実施計画(案)

問 健康課健康管理係 ☎ 552・0061

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>健康診断の一環として、PFASの血液検査もしていただきたいです。</p>	<p>現在の知見では、どの程度の血中濃度でどのような健康影響が生じるかについては明らかになっていません。このため、血中濃度に関する基準を定めること、血液検査の結果のみをもって健康影響を把握することは困難な状況です。</p> <p>よって、現時点で特定健康診査の項目に加える予定はありません。</p>

次の計画(案)に関するご意見はありませんでした

▼福生市地域防災計画(令和5年度修正)(案)

問 防災危機管理課 ☎ 551・1638

▼第3期福生市国民健康保険データヘルス計画(案)

問 保険年金課保険年金係 ☎ 551・1640

▼第2次福生市環境基本計画(案)

問 環境政策課環境政策係 ☎ 551・1718

▼福生市緑の基本計画(改定)(案)

問 環境政策課緑と公園係 ☎ 551・1985

▼福生市障害者計画・第7期障害福祉計画・第3期障害児福祉計画(案)

問 障害福祉課 ☎ 551・1742

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	654	-340	74	-97
昼間(午前7時～午後7時)	498	-209	62	-40
夕刻(午後7時～午後10時)	140	-119	12	-56
夜間(午後10時～午前7時)	16	-12	0	-1
最高音圧レベル(デシベル)	120	14	87	0
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	67	4	42	-3

令和6年2月の航空機騒音測定回数 問 環境政策課

年金だより

▼国民年金保険料は前納がお得です!(2年前納)



国民年金保険料の納付書による前納(現金払い)は、最大で2年分となつていきます。具体的には、任意の月から翌年度末までとなり、前納をすれば、毎月納付する場合に比べ、保険料が安くなります。

令和6年4月分からの2年前納を希望する場合、申出書の提出が必要です。申出書の提出後、4月中旬に2年前納の納付書が送付されます。納付期限は4月30日(火)となります。なお、納付額が30万円を超える場合、コンビニエンスストアでの納付はできませんのでご注意ください。

前納を希望される方は、役所1階5番保険年金課保険年金係または年金事務所へお早めにお申し出ください。

問 保険年金課保険年金係 ☎ 551・1670、青梅年金事務所 ☎ 0428・303410

高額介護合算療養費の支給申請書が届いた方へ

後期高齢者医療制度と介護保険制度の両方を利用している世帯で、1年間の自己負担額の合計が世帯単位の自己負担限度額(所得区分により異なります)を超えた場合は、申請により超えた額が医療保険と介護保険のそれぞれの制度から払い戻されます。

対象となる方には、3月中旬に東京都後期高齢者医療広域連合から申請書が送付されますので、申請書が届きましたら、提出ください。

他 詳細は、申請書に同封の書類をご確認ください。

▼春到来! 福生のお寺で! 坐禅&ヨガ体験



市内最古の臨済宗建長寺派「長徳寺」のご本堂で、坐禅とヨガを体験してみませんか?

日 4月3日(水)午前9時～正午

集合場所 当選者の方のみに連絡(午前8時45分集合) 定 15人(申込多数の場合は抽選)

費 1,500円 持 大きめのバスタオルまたはヨガマット、飲み物、タオル ※ヨガマットは別途200円で貸出可

申 3月26日(火)までに、申込フォームを入力するか、直接または電話で福生市観光案内所へみる ふっさ ☎ 530・2341へ。



ふっさ環境市民会議の会員を募集します

ふっさ環境市民会議とは、市民と環境行政との架け橋をスローガンに、身近な環境問題や地球温暖化防止に向けた啓発活動と情報発信を行い、環境にやさしいまちづくりを推進している市民団体です。



西東京リサイクルセンター視察

毎年6月に開催されるふっさ環境フェスティバルへの参加や、環境学習・環境施設の見学、地球温暖化防止月間(12月)におけるセミナーの開催・展示、環境マップづくりなど、楽しく活動しています。

活動内容 定例会(年4回)、その他イベント参加 対 市内在住・在勤・在学の方 申 随時受付中。電話でふっさ環境市民会議事務局(環境政策課環境政策係) ☎ 551・1718へ。

令和6年度の組織改正(令和6年4月1日改正)について

4月から、事務事業を効果的・効率的に実施するため、一部の部署について組織を改正します。

問 企画調整課企画調整担当
 ☎ 551・1528

旧組織			新組織				
部(職層名)	課	係・グループ	部(職層名)	課	係	備考	
福祉保健部	障害福祉課	障害福祉係	福祉保健部	障害福祉課	障害福祉係	障害福祉係を2係に再編します。各係が所管する主な業務は次のとおりです。 <障害福祉係> ・自立支援給付および地域生活支援事業に関すること。 ・障害者(児)福祉政策の給付等に関すること。 ・心身障害者に係る各種手当等に関すること。 ・難病患者等に係る医療費等の助成に関すること。 <相談支援係> ・関係法令に基づく援護措置および相談業務等に関すること。 ・障害児通所支援および障害児相談支援に関すること。 ・精神障害者地域活動支援センターに関すること。 ・障害者の成年後見市長申立て事務に関すること。 ・児童発達支援センター事業に関すること。	
					相談支援係		
	健康課	健康管理係		健康課	健康管理係		
		保健指導係					
福祉保健部参事			【廃止】				
【新設】			廃止後の業務は「子ども家庭部子ども家庭センター課母子保健係」へ移管します。 健康課健康管理係の業務は「福祉保健部長」が担任します。				
子ども家庭部			子ども家庭部	子ども家庭センター課	子ども家庭支援係	すべての妊産婦、子育て世帯、子どもへの一体的な相談支援を行うなど、さらなる支援体制の充実および強化を図るため、新設します。 主な業務は次のとおりです。 ※子ども家庭センター課は水曜夜間(午後8時まで)および土曜日開庁(正午~午後1時を除く)を行います。 <子ども家庭支援係> ・子ども家庭センターの管理運営に関すること。 ・要支援児童等に対する支援に関すること。 ・子育てに係る総合的な相談指導に関すること。 ・子どもの貧困対策に関すること。 ・児童虐待防止に関すること。 ・母子および父子福祉資金ならびに女性福祉資金に関すること。 ・ひとり親家庭の自立支援に係る相談等に関すること。 <母子保健係> ・母性ならびに乳幼児の健康の保持および増進に関する支援等に関すること。 ・母子保健に関する相談に関すること。 ・妊産婦および乳幼児に対する保健指導に関すること。	
子ども家庭支援課			【廃止】				
子ども家庭支援センター係			廃止後の業務は「子ども家庭部子ども家庭センター課子ども家庭支援係」へ移管します。				
子ども家庭部参事			【廃止】				
都市建設部	まちづくり計画課	計画グループ	都市建設部	まちづくり計画課	計画係	係名を変更します(グループから係に変更)。	
		住宅グループ			住宅係		
	用地グループ	用地係					
	管理・交通安全対策グループ	管理・交通安全対策係					
道路下水道課	道路グループ	下水道グループ	道路下水道課	道路係			
				道路係			
				下水道係			
教育部	教育支援課	学務・給食係	教育部	学務課	学務・給食係	教育支援課を2課に再編します。主な業務に変更はありません。	
		教育支援係		教育支援課	教育支援係		

市民のひろば
第四十二回
福生市民謡連盟発表会
 会員の日々の練習成果をお楽しみください。また、発表会の後半には名人の演技もあります。
日 3月16日(土)午前10時~
場 市民会館小ホール(つつじホール)
 ※直接お越しください。
主催 福生市民謡連盟
後援 福生市教育委員会、福生市文化協会
問 福生市民謡連盟(内田) ☎ 553・4951

「ガールスカウト東京都第191団」団員募集
 キャンプなどの野外活動や募金活動、防災を考える集会のほか、自己開発プログラムやクリスマス会、新年会も行います。
日 日曜日(毎月2回)
場 福祉センター、公民館など
対 年長児~高校生年代の女子
費 月会費1,500円、入会金5,000円
場 多摩川中央公園
 ※直接お越しください。

「5kmのウォーキング」
 キング、ジョギングまたは応援を楽しみながらボランティアができる健康増進コミュニティです。
 Facebookで登録し自分のバーコードを作ると、その日のタイムや参加回数記録され、予約不要で車椅子やベビーカー、ワンちゃんと一緒に参加できます。ぜひお気軽にご参加ください。
日 毎週土曜日午前7時40分~9時30分
場 多摩川中央公園
 ※直接お越しください。

ごみの量は変わらなかったよ!	資源の割合が1%減っちゃったよ!
6年1月 893t	6年1月 299t (25%)
5年1月 893t	5年1月 307t (26%)

※資源の割合 = 資源収集量 ÷ ごみと資源収集量

実施団体	実施日
牛浜第一町会	7日(日)
鍋ヶ谷戸第一町会	
福東幸せ会(熊川第2アパート)	
本町第七町会	14日(日)
青少年育成武蔵野地区委員会	
富士見台町会	
本町町会	
本八第二福寿会	
南田園二丁目町会	
内出子供会	21日(日)
志茂第二町会	
原ヶ谷戸町会	28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 ごみ減量対策課 ☎ 551・1731

福生萌芽会
募集中!
 福生萌芽会では、毎月第二日曜日の午前中(雨天延期)に文化の森(中央図書館裏の雑木林)で作業を行っています。明るい雑木林を守るために、下草刈りや落葉掃き等の作業を行っています。
「萌芽更新とは」
 定期的に樹木を伐採し、そこから新しい芽を吹かせ雑木林を生き返らせることです。萌芽更新によって、林に光が入り、野草の群落や昆虫などが見られるようになり、自然豊かな林に生まれ変わります。
問 環境政策課緑と公園係 ☎ 551・1985

福生美術同好会作品展
 油絵、水彩画、ツールペイント等を展示します。
日 4月2日(火)
場 4月7日(日)午前10時~午後6時(初日は午後1時~)
場 最終日は午後5時まで) プチギャラリー(福生駅西口2階)
問 遠藤 ☎ 553・3529
多摩川中央公園 parkrun
 「5kmのウォーキング、ジョギングまたは応援を楽しみながらボランティアができる健康増進コミュニティです。Facebookで登録し自分のバーコードを作ると、その日のタイムや参加回数記録され、予約不要で車椅子やベビーカー、ワンちゃんと一緒に参加できます。ぜひお気軽にご参加ください。
日 毎週土曜日午前7時40分~9時30分
場 多摩川中央公園
 ※直接お越しください。

ガールスカウト東京都第191団(石川) ☎ 553・2463
福生美術同好会作品展
 油絵、水彩画、ツールペイント等を展示します。
日 4月2日(火)
場 4月7日(日)午前10時~午後6時(初日は午後1時~)
場 最終日は午後5時まで) プチギャラリー(福生駅西口2階)
問 遠藤 ☎ 553・3529
多摩川中央公園 parkrun
 「5kmのウォーキング、ジョギングまたは応援を楽しみながらボランティアができる健康増進コミュニティです。Facebookで登録し自分のバーコードを作ると、その日のタイムや参加回数記録され、予約不要で車椅子やベビーカー、ワンちゃんと一緒に参加できます。ぜひお気軽にご参加ください。
日 毎週土曜日午前7時40分~9時30分
場 多摩川中央公園
 ※直接お越しください。

公園ボランティアを募集しています



市では市民の皆さんとの協働で公園を適切に管理するため、公園ボランティアにお願いしています。個人でもグループでも構いません。皆で公園をきれいにしましょう。

①環境政策課緑と公園係
551・1985
②樹高が10m以上あり、かつ地上高1.5m部分の幹周が1m以上ある樹木を設置(所有)する方
③面的なつながりが700㎡以上ある樹林地を設置(所有)する方



新規生垣設置費用補助金制度について

新規で生垣を設置される方に設置費用を補助いたします。新築や建て替え等に伴う生垣の設置や、ブロック塀等から生垣への作り替えを検討している方は、着工前にお問い合わせください。

高次脳機能障害専門相談



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り、感情や欲求のコントロールがしにくくなる原因は、もしかしたら「高次脳機能障害」かもしれません。

老人福祉センターからのお知らせ



①からだ整え体操(令和6年度第1期) 中級者向けの体力・筋力アップの体操教室です。

②エクササイズ教室 運動機能を高めて運動機能低下を予防する運動(立位・マット運動)です。

③フィットネスインストラクター 4月12日(金) (当日消印有効)までに、往復はがきでお申し込みください。

児童発達支援センターがオープンします



市では、発達に配慮が必要な児童への支援として、4月1日(月)から福祉センター内に児童発達支援センターを開業します。

開所日 月～金曜日(祝日を除く)
※第二・第四土曜日は総合相談窓口のみ開所。

場 福祉センター内(南田園2-13-1)
〈1階〉児童発達支援センター療育室
〈2階〉児童発達支援センター支援相談室

事業内容

①相談支援事業

18歳未満の児童およびその家族等からの発達に関する相談を受け付け、専門職によるサポートやアドバイスを行うほか、必要に応じ適切な支援に繋げ、継続的な支援を行います。

また児童発達支援センターを利用するための行政手続きの支援、サービス利用に伴う計画作成の支援を行います。

受付時間 午前9時～午後5時15分

②児童発達支援事業

満3歳程度から就学前までの発達に配慮が必要な児童を通園させ、専門職連携のもと、1日10人までの小集団において、早期の療育支援を提供します。

療育時間 午前10時～午後3時(昼食有)

療育職員 保育士、児童指導員、音楽療法士、作業療法士、言語聴覚士、公認心理師等

③地域支援事業

発達に配慮が必要な児童の家族や支援する関係者の交流の場のほか、講演会や学習会の場を提供し、家族の不安の解消に取り組みとともに保育園や学校等を訪問し、情報提供や課題・特性に即した専門職支援等に取り組みます。

保護者交流会、親子療育支援等の実施内容や実施日は、広報ふっさ・HPでお知らせします。また関係機関訪問支援は関係機関と調整のうえ、順次実施します。

申

〈3月末まで〉社会福祉法人あすはの会 子ども発達プラザ ホール ☎519・7633

〈4月以降〉児童発達支援センター支援相談室 ☎539・1131

※どちらも電話受付のみとなります。

問 障害福祉課 ☎551・1511 (内線2635)

「身近な法律相談」をご利用ください



高齢者・障害者の皆さんの遺産相続財産管理、遺言書作成・人権擁護・成年後見などについて、弁護士が相談に応じます。

定 先着3人(予約制)

※初めての相談の方に限り

申 3月25日(月)から、直接または電話で社会福祉協議会・成年後見センター・福祉

552・5027へ。

赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました

町会・自治会をはじめ、地域の皆様のご協力で、下表のとおり、たくさんの募金が寄せられました。

この募金は高齢者施設、保育所、心身障害者施設、各種民間社会福祉施設の整備、在宅福祉サービスなど、地域福祉の推進を図るために使われます。皆様のご協力ありがとうございました。

問 社会福祉課福祉総務係 ☎551・1522

令和5年度赤い羽根共同募金地区別内訳表(単位:円)

団体名	募金額	団体名	募金額
福生熊川住宅自治会	34,400	志茂第二町会	113,650
南町会	57,150	本町第一町会	35,000
内出町会	60,700	本町町会	34,200
武蔵野町会	56,710	本町第六町会	35,100
福東町会	52,500	本町第七町会	51,750
南田園一丁目町会	67,700	本町第八第一町内会	88,500
鍋ヶ谷第一町会	99,900	本町第八第二町内会	43,754
鍋ヶ谷第二町会	106,850	武蔵野台一丁目町会	30,000
玉川台町会	42,650	永田町会	87,205
富士見台町会	27,157	長沢町会	67,070
福栄町会	6,500	加美町会	126,000
熊川牛浜町会	96,650	市公共施設等窓口	954
福生団地自治会	31,600	市役所および社会福祉協議会職員	63,152
南田園二丁目町会	57,400	福生市民生委員・児童委員協議会	10,000
南田園三丁目町会	30,000	ボーイスカウト福生第1団	16,276
牛浜第一町会	49,500	ボーイスカウト福生第2団	27,479
牛浜第二町会	69,500	ガールスカウト東京第191団	20,648
原ヶ谷町会	83,150	東京福生ロータリークラブ	16,200
志茂第一町会	111,700		
募金総額			2,008,655

①市内にお住まいの60歳以上の方で全日参加可能な方
②歩行に問題がなく30分以上立っていられる方
※初めての方、月・火曜日実施の健康体操に参加していない方を優先。

定 各都20人(定員を超えた場合は抽選)

問 社会福祉協議会総合運営課管理係 ☎552・2121

①1部 午前9時15分～10時15分
②2部 午前10時30分～11時30分

往復はがきの書き方
住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・性別・②は希望時間
〈返信表〉ご自分の住所・氏名

手話講習会のお知らせ

聴覚障害者への理解と、手話によるボランティア活動を希望する方に対し、手話講習会を実施します。



①入門編(夜)

日 5月8日(令和7年3月5日)までの水曜日午後7時～9時(全35回)

対 市内在住・在勤・在学の方(優先)で、手話経験のない方

※高校生以上の方

②基礎編(昼)

日 5月10日(令和7年3月7日)までの金曜日午前10時～正午(全35回)

対 市内在住・在勤・在学の方(優先)で、手話経験1年以上の方

※高校生以上の方

①②共通

場 福祉センター2階学習集会所
 ※会場は変更する場合があります。

定 各回先着20人

費 1,000円(テキストをお持ちでない方は、別途テキスト代3,300円 ※入門基礎編の内容を含む。DVD付き)

主 社会福祉協議会ふっさボランティア・市民活動センター

運 福生市手話講習会運営委員会

他 難聴者・中途失聴者の方はご相談ください。

申 4月2日(火)～18日(木)の間

シンポジウム

「ふっさのこどものたんきゅう ～探究活動報告会～」

LIVE

市内の保育園や幼稚園で行われた子どもたちの「探究活動」について、シンポジウムで報告を行います。

シンポジウムは、福生市公式YouTubeチャンネル「福生市メディアラボ」でライブ配信も行います。

当日、会場での参加が難しい方、「保育の質の向上」に興味のある方は、ぜひご覧ください。

日 3月18日(月)午後3時～4時30分

※アーカイブ配信も予定しています。

主 主催 セアエフ (東京大学大学院教育学研究科附属発達保育実践政策学センター)

共 共催 福生市

問 問 子ども育成課保育・幼稚園係 ☎ 551・1780



すみれ保育園での探究活動の様子



▲ライブ配信はこちらから

充実した各種保育メニューについて

病児・病後児保育などの困ったときの保育サービスの提供や、一時預かりなどの気分転換したいときの保育サービスといったさまざまな保育メニューを実施しています。詳細は、HPをご覧ください。



子育て支援

なかよしクラブ

市内保育園の保育士さんと楽しい歌や体操、手遊び、工作などをします。

に、申込用紙(福祉センターで配布)を記入のうえ、直接または郵送でふっさボランティア・市民活動センター ☎ 552・2122へ。

※後日、開講式のご案内を送付します。

日 4月24日、5月22日、6月26日、7月24日、9月11日、10月9日、23日、11月13日、12月11日、令和7年1月8日・22日、2月12日、26日の各水曜日午前10時～11時

場 田園児童館、武蔵野台児童館

※直接お越しください。

対 市内在住の0歳～小学校入学前のお子さんと保護者

定 10組を超えた場合、利用制限をさせていただきます。

主 主催 福生市保育協議会

問 問 福生市保育協議会事務局 ☎ 551・0152

令和6年度保健センター

保健事業日程表

問 保健センター ☎ 552・0061



各種健(検)診等予定表

事業名・対象	実施場所	実施予定日											
		5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
①特定健康診査・40～74歳の国民健康保険加入者	市内指定医療機関		6月1日(土)～9月30日(月)										
②後期高齢者健康診査・後期高齢者医療制度に加入されている方			6月15日(土)～9月30日(月)										
③若年健康診査・30・35歳の市内在住で健診の機会のない方					7月15日(祝)～9月30日(月)								
④無保険者健康診査・40歳以上で健康保険に加入していない方					7月15日(祝)～9月30日(月)								
⑤国保中途加入者健康診査・40～74歳で令和6年4月2日以降に国民健康保険に加入した方					7月15日(祝)～9月30日(月)								
⑥肝炎ウイルス検査・40歳以上で過去に肝炎ウイルス検査を受診していない方				6月1日(土)～9月30日(月)									
⑦胸部レントゲン検査・35歳以上の方				6月1日(土)～9月30日(月)									
⑧大腸がん検診・35歳以上の方				6月1日(土)～9月30日(月)									
⑨前立腺がん検診・50歳以上の男性				6月1日(土)～9月30日(月)									
⑩乳がん検診・40歳以上の女性※個別検診 費1,600円			1日(水)～31日(金)			1日(木)～31日(土)		1日(金)～30日(土)			1日(土)～28日(金)		
⑪子宮頸がん検診・20歳以上の女性※個別検診	保健センター												
⑫骨密度測定健診・40・45・50・55・60・65・70歳の女性													
⑬胃がん検診・35歳以上の方			7日(金)	5日(金)		10日(火)	4日(金)	1日(金)	21日(土)	10日(金)			
⑭肺がん検診・35歳以上の方									未定		未定		
⑮女性医師による乳がん検診・40歳以上の女性※集団検診 費1,600円													
⑯女性医師による子宮頸がん検診・20歳以上の女性※集団検診													
⑰口腔がん検診・40歳以上の方			1日(土)										
⑱高齢者歯科健診・65歳以上の方(70歳を除く)	市内指定歯科医療機関					2日(月)～30日(月)							
⑲成人歯科健診・40・50・60・70歳の方						2日(月)～30日(月)							

ご注意ください
 ①～⑨の健診期間が変更となりました。
 例年9月は医療機関が非常に混み合うため、なるべく早期に受診してください。

※年齢は令和6年4月1日現在の年齢です。①・②・④～⑥は令和6年度中に該当年齢となる方が対象です。申込方法等の詳細は、今後の広報ふっさでお知らせします。また、国民健康保険以外の健康保険に加入している方の健康診査については、加入している健康保険組合へお問い合わせください。

その他の日程表

※②・③は、4月以降はこども家庭センター ☎ 552・0312 へお問い合わせください。

①健康相談等日程表

健康相談、ヘルスチェックの日程は、HPをご覧ください。保健センターへお問い合わせください。



②乳幼児健康診査日程表

保健センターで実施する乳幼児健診、すくすく歯科健診の日程は、HPをご覧ください。



③母子保健事業日程表

育児相談、すくすくベビークラス、離乳食教室、パパママクラスの日程は、HPをご覧ください。



図書館からのお知らせ



おはなし会について

▼中央図書館おはなし会 「おはなしのポケット」

日 4月6日(土)午後3時～
場 中央図書館1階
※直接お越しください。

対 幼児と保護者、小学生
出演 ポケット☆ポケット

▼中央図書館おはなし会

日 4月10日(水)・24日(水)
午後3時30分～
場 中央図書館1階
※直接お越しください。

対 幼児と保護者、小学生

▼中央図書館乳幼児おはなし会 「おはなしであそぼ！」

日 4月2日(火)午前11時～
場 中央図書館1階
※直接お越しください。

対 乳幼児と保護者
出演 おはなしのもり

▼中央図書館乳幼児おはなし会

日 4月16日(火)午前11時～

場 中央図書館1階
※直接お越しください。

対 乳幼児と保護者
問 中央図書館 ☎ 553・3111

▼わかぎり図書館おはなし会

日 4月11日(木)午後3時30分～
場 わかぎり図書館2階
※直接お越しください

対 幼児と保護者、小学生

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会

日 4月24日(水)午前11時～
場 わかぎり図書館2階
※直接お越しください

対 乳幼児と保護者
問 わかぎり図書館 ☎ 552・7421

▼わかたけ図書館おはなし会

日 4月10日(水)・24日(水)
午後3時～

場 わかたけ図書館2階
※直接お越しください

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

日 4月18日(木)午前11時～
場 わかたけ図書館2階
※直接お越しください

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

日 4月17日(水)午後3時30分～
場 武蔵野台児童館2階
※直接お越しください

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。
日 4月17日(水)午前11時～
場 武蔵野台児童館1階
※直接お越しください

対 乳幼児と保護者
問 武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

わかたけ図書館 16ミリフィルム映画会



16ミリ映写機に映し出される貴重な映画を、ぜひご覧ください。

日 3月28日(木)午後2時～3時
場 わかたけ図書館2階集会室
※直接お越しください

上映作品 「チョコレート戦争」
定 先着60人
問 わかたけ図書館 ☎ 551・0083

多様な他者との関わり
機会の創出事業について
市内幼稚園
で、幼稚園や保
育園等に通園し
ていない未就園
児の定期的な預
かりを行っています。
日 週1・2日程度、各日
数時間
対 未就園の2歳児(毎年度
4月1日時点で2歳の誕生
日を迎えている方)



※保護者の就労等の有無は
問いません。
他 実施日数、実施時間、定員、
利用料金、申込方法等の
詳細は園により異なります。
各園にお問い合わせのうえ、
直接お申し込みください。
問 牛浜幼稚園 ☎ 551・3159、
聖愛幼稚園 ☎ 551・3928、
清岩院幼稚園 ☎ 551・0341

①第二中学校
日 3月27日(水)午後6時開演
場 市民会館大ホール(もく
へ①・②共通)
問 第三中学校 ☎ 551・9301
②第二中学校
日 3月24日(日)午後1時30分
開演(1時間開場)
場 市民会館大ホール(もく
へ①・②共通)
問 第三中学校 ☎ 551・9301

せいホール)
※直接お越しください
恒例「春のウォーキング」
を開催!
今回は
八王子市の
滝山城跡を
目指します。
歴史ある国史跡まで一緒に
散策しましょう。
日 4月13日(土)午前9時30分
〜正午(予定)
※雨天中止
集合場所 中央体育館裏駐輪
場(午前9時20分集合)
行程 中央体育館↓仲田公園
↓秋川ふれあいランド↓
滝山城跡
※現地解散となります。解
散後は、徒歩での帰宅ル
ーとバス停までそれぞれ
ご案内します。



熊川地域体育館・
福生地域体育館の
無料開放日について
指定管理
者制度を導
入している
熊川地域体
育館と福生
地域体育館では、毎月1回、



各種検(健)診のお知らせ

問 保健センター ☎ 552・0061



①骨密度測定健診(5月)
対 市内在住で40・45・50・55・60・
65・70歳の女性

定 20人(定員を超えた場合は抽選)
検診方法 医療機関による個別健診、
X線による第2中手骨密度測定

②子宮頸がん検診(5月)

対 市内在住の20歳
以上の女性で、令和
5年度に子宮頸がん検
診を受診していない方

◆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られた
方は、受診できません。
・妊娠中の方は、受診できない場合
があります。
・必要に応じて、子宮体部まで検査
が進むことがあります。

◆次の方は受診できません
受診日当日、月経中の方

定 100人(定員を超えた場合は抽選)

検診方法 医療機関による個別
検診、細胞採取と細胞検査

③乳がん検診(5月)

対 市内在住の40歳以上の女
性で、令和5年度に乳がん
検診を受診していない方

◆次の方は受診できない可能性が
ありますので、申込前に保健センター
へご連絡ください

- ・ペースメーカーやICDポートなど
の医療器具を装着している方
- ・豊胸手術を受けた方
- ・肋骨骨折や肋骨にひびが入っている方
- ・授乳中の方
- ・妊娠している方またはその可能性
がある方

定 100人(定員を超えた場合は抽選)

検診方法 医療機関による個別検診、
マンモグラフィ(乳房X線撮影)ほか

費 1,600円
他 生活保護受給者は、生活保護法
適用証明書を指定医療機関に提出
すると、全額無料で受診できます。

〈①～③共通〉

日 5月1日(水)～31日(金)
場 市内指定医療機関

申 3月31日(日)までに、往復はがき
(当日消印有効)または、下記申込
フォームへ入力(午後10時まで)
してお申し込みください。
※申込フォームからお申し込みの
方は、ご自身で受診券を印刷して
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希望検(健)診名
〈返信・表〉ご自分の住所・氏名
〈返信・裏〉無記入

注
・年齢は令和6年4月1日現在です。
・往復はがき1枚につき1人1検(健)
診の申込みです。なお、記載内容
に不備があると受診できません。
・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。

無料開放日を設けています。
日 毎月第一月曜日(5月は
こどもの日、10月はスポー
ツの日、11月は23日のみ。)
対 市内在住・在勤・在学の方
対 市内用運動靴など
注 小・中学生のみでの利用
は午後6時までです。また、
貸切利用はできません。
問 熊川地域体育館 ☎ 552・
1980、福生地域体育館
☎ 530・8811

第10回福生まちなか
アートフェスティバル
市民会館大ホールで
ダンスパフォーマンス、
小ホールで音楽演奏、
「ものづくり市」でハンド
メイド作品販売を行いま
す。キッチンカーや子ども
向けワークショップもお楽
しみください。
日 3月20日(水)午前10時
午後5時
場 市民会館大ホール(もく
せいホール)、小ホール(つ
つじホール)、大ホールホ
ワイエ、1階ロビー、展示
スペース、市民会館前庭
問 市民会館 ☎ 552・1711



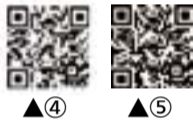
発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-5042-551・1511(市役所代表)／毎月1日・15日発行

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	4月4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ヘルスチェック	4月17日(水)午前9時10分～11時20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	4月5日(金)午前10時～11時30分	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。
④離乳食教室	〈初期・中期食〉 4月10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保護者・先着12組
⑤すくすくベビークラス(ねんねの頃)	4月25日(木)午前10時～11時30分		2か月～5か月ごろの乳児と保護者・先着15組
⑥すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	4月3日(木)、5月1日(木) 午後1時以降の指定受付時間	保健センター	3歳11か月になる月までの乳幼児
⑦パパママクラス	4月13日(土)・18日(木)、 5月11日(土)・16日(木) 午後1時30分～3時30分		これからパパ・ママになる方先着16組(1家族2人まで)

②・③・⑥・⑦は3月19日(火)から保健センターへ。④・⑤は3月19日(火)から、右記の申込フォームでお申し込みください。
 ※4月1日以降は②は保健センター、③・⑥・⑦はこども家庭センター(母子保健係)へお申し込みください。



○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。
 ※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。

4月の予防接種(BCG)

期日	備考
19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。

4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。				
7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		越智歯科クリニック あきる野市野辺486-1 ☎558・1182
14日(日)	※要予約(受診前に必ずお電話ください。午前9時受付開始)	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	塚本歯科医院 あきる野市草花3258 ☎559・3040
21日(日)	熊川病院 熊川154 ☎553・3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎530・2468		池田歯科医院 あきる野市油平263-1 ☎550・1508
28日(日)	午前9時30分～11時30分 午後1時～5時		ひかりクリニック	おの歯科医院 あきる野市秋川16-15-30 ☎550・0484
29日(祝)			ホッタ晴信堂薬局本町店	寺本歯科医院 あきる野市小川東2-7-11 ☎559・8441

◆休日・準夜診療受診時の注意点について
 注 ○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。
 ○来院人数等によっては、診療ができない場合があります。
 ○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。
 ※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。

4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	16日(火)	令和5年12月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45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5年10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7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	23日(火)	令和4年9月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45分～2時の指定受付時間
3歳児	2日(火)	令和3年3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

健診心電図などで指摘された 上室期外収縮は経過観察でいいのか



期外収縮とは正常とは起源の異なる早期の心拍のことで、心臓の上側の部屋(心房)が起源の不整脈を、上室期外収縮といいます。上室期外収縮は加齢とともに増加し、健康人でも9割以上に認めますが、多くは100回/日以下であり、100回/日程度までは正常と判断して良いと言われています。カフェインやアルコール摂取、ストレス、睡眠不足、疲労、心臓弁膜症などで増加することもあります。無症状のことが多いですが、「動悸がする」、「喉が詰まるような感じがする」、「脈が飛んだような感じがする」、「脈を強く打つような感じがする」などの自覚症状を有する場合があります。

上室期外収縮のみであれば予後良好ですが、心房細動の発症との関連も報告されています。心房細動は心不全の発症や血栓塞栓症(特に心原性脳塞栓)の合併などに注意が必要な不整脈であり、器質的心疾患が無くても100回/日以上の上室期外収縮は、心房細動の新規発症の予測因子となります。

健康診断の心電図で上室期外収縮が記録された方は、心房細動と心血管死が有意に多く、また上室期外収縮が脳卒中や全死亡、心血管疾患と関連することが指摘されています。

通常、上室期外収縮は治療の必要はなく、原因となる心疾患が無く、無症状の場合は日常生活で特制限をする必要はありません。カフェインの大量摂取や飲酒、喫煙、ストレス、睡眠不足、疲労など、心臓に負担となる習慣がある場合には改善を試みます。上室期外収縮がQOLを損なうときは治療(薬物治療、非薬物治療)も検討されますが、副作用や合併症なども考慮して決定する必要があります。心不全や心臓弁膜症などの心臓の基礎疾患が見つかった場合には、そちらの治療を行います。

特に、自覚症状を有する場合や血圧が下がるなどの血行動態に影響がある場合などは、病院やクリニックを受診し、医師と相談して心エコー検査や24時間ホルター心電図などでの精査を検討しましょう。

文責 白川医師

スマホで予防接種や健診を管理!

「福生市予防接種・子育て健康ナビ」をご利用ください!



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。

本サービスには予防接種のスケジュール作成・管理機能が搭載されており、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。ほかにも、妊娠や出産に関する情報、子育てサービス、保育サービス等、予防接種だけでなく、子育てに関連する情報も掲載しています。

注 本サービスは無料ですが、通信費・パケット代は利用者負担となります。また、予防接種のスケジュールシステムを利用する場合は、生年月日等の登録が必要となりますが、その他の案内・情報ページ等は登録をしなくても利用可能です。

問 保健センター ☎ 552・0061



▲ご登録はコチラから