

人口と世帯数 (平成 28 年 4 月 1 日現在)	
男	29,539
女	29,259
計	58,798
世帯数	30,043



今号の主な記事

2 面 市職員募集 3 面 平成 28 年度予算概要 4 面 市民活動推進事業委託プロポーザル参加者募集
6 面 ファミリー・サポート・センター講習会を実施します 7 面 地域体育館利用案内 8 面 保健ガイド

平成 28 年度 臨時福祉給付金等の申請受付について

【問合せ】・社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

・福生市臨時福祉給付金コールセンター ☎ 0570・056・234 ※ 4 月 19 日(火)から



年金生活者等支援臨時福祉給付金（高齢者向け）の申請受付を開始します

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引上げの恩恵が及びにくい低年金受給者を支援し、平成 28 年前半の個人消費の下支えにも資するよう、所得の少ない高齢者を対象に給付金を支給します。

支給対象者

平成 27 年度臨時福祉給付金の支給対象者のうち、平成 28 年度中に 65 歳以上となる方（昭和 27 年 4 月 1 日以前に生まれた方）です。

※平成 27 年度臨時福祉給付金の支給要件（以下のすべてに該当する方）

- ・基準日（平成 27 年 1 月 1 日）時点で福生市の住民基本台帳に記録されている方
- ・平成 27 年度分の市民税（均等割）が課税されていない、また住民税が課税されている方に生活の面倒を見てもらっていない（住民税において、どなたかに扶養されていない）方
- ・生活保護制度等の被保護者となっていない方

支給額

・支給対象者 1 人につき 3 万円（1 回限り）

申請方法

支給対象者に該当すると思われる方に対し、4 月下旬に申請書を直接郵送しますので、必要事項を記入し、必要書類（本人確認のための免許証等の写し）を添付のうえ、郵送または受付窓口（市役所 1 階）で申請してください。

※申請先は、基準日（平成 27 年 1 月 1 日）において住民登録のある市区町村となります。

申請期間

4 月 19 日(火)～7 月 29 日(金)



高齢者向け給付金 よくあるご質問

Q 1. 「平成 27 年度臨時福祉給付金の支給対象者」とはどのような人ですか？

A 1. 平成 27 年度分の市・都民税が課税されていない方です。（ただし、住民税が課税されている方の扶養親族になっている方は除きます。）

Q 2. 年金を受給していない人は、今回の支給の対象外になりますか？

A 2. 支給対象者になります。高齢者向けの給付金は、年金を受給しているか否かは問いません。

Q 3. 平成 27 年度臨時福祉給付金の支給対象者に該当しますが実際には受給していません。今回の給付金の支給対象者になりますか？

A 3. 平成 29 年 3 月 31 日までに 65 歳以上になる方であれば、今回の給付金の支給対象者になります。平成 27 年度の臨時福祉給付金を実際に受給したか否かは問いません。

Q 4. 高齢者向けの給付金と障害・遺族年金受給者向けの給付金を両方もらうことはできますか？

A 4. 高齢者向けの給付金を受給した方は障害・遺族年金受給者向けの給付金を受給することはできません。ただし、平成 28 年度臨時福祉給付金（3 万円）は、支給要件に該当すれば受給できます。（障害・遺族年金受給者向けの給付金の受給者も同じです。）

8 月以降に実施を予定しているその他の給付金等

①平成 28 年度臨時福祉給付金（簡素な給付措置）

支給対象者

- 以下のすべての要件に該当する方です。
- ・基準日（平成 28 年 1 月 1 日）時点で福生市の住民基本台帳に記録されている方
- ・平成 28 年度分の市民税（均等割）が課税されていない、また住民税が課税されている方に生活の面倒を見てもらっていない（住民税において、どなたかに扶養されていない）方
- ・生活保護制度等の被保護者となっていない方

支給額

・支給対象者 1 人につき、3 万円（1 回限り）

②年金生活者等支援臨時福祉給付金（障害・遺族基礎年金受給者向け）

支給対象者

①の平成 28 年度臨時福祉給付金の支給対象者のうち、障害基礎年金または遺族基礎年金を受給している方。ただし、年金生活者等支援臨時福祉給付金（高齢者向け）の給付を受けた方を除きます。

支給額

・支給対象者 1 人につき、3 万円（1 回限り）
※①及び②の給付金については、8 月ごろの申請開始を予定しており、現在準備を進めています。詳細が決まりましたら、広報ふっさ、市ホームページ等でお知らせします。

○配偶者からの暴力を理由に避難している方について

配偶者からの暴力を理由に避難しているが、事情により、基準日（平成 27 年 1 月 1 日）時点で住民票を移すことができていない方で一定の要件を満たす方は、申し出ていただくことにより、実際にお住まいの市区町村で給付申請を行うことができる場合がありますので、ご相談ください。

《ご注意》○臨時福祉給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください

- ・市や厚生労働省などの職員が A T M（銀行・コンビニなどの現金自動支払機）の操作をお願いすることは、絶対にありません。
- ・A T M を自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことは絶対にできません。
- ・市や厚生労働省の職員が「臨時福祉給付金」を支給するために、手数料などの振込みを求めることは絶対にありません。

マイナンバーカードについてのお知らせ

▼マイナンバーカード(個人番号カード)の交付申請をされた方へ

市では、2月からマイナンバーカードの申請をされた方へ交付を開始しました。

現在、申請の集中・地方公共団体情報システム機構のシステム不具合から、交付のご案内通知が届くまで相当な期間がかかっています。交付準備ができ次第、申請者のご自宅に順次ご案内通知を郵送しますので、市役所窓口まで受取りにお越しください。

▼通知カードを受け取っていない方へ

個人番号をお知らせする通知カードが、お手元に届いていない方は、市役所1階7番総合窓口課まで受取りにお越しください(個人情報のため、電話で返戻されているかどうかのご案内はできま

せん)。【持ち物】①本人確認書類 ・住民基本台帳カード(顔写真付きのもの)、運転免許証、運転経歴証明書(交付年月日が平成24年4月1日以降のもの)、パスポート、在留カード、特別永住者証明書等、官公署が発行した顔写真付き身分証明書の場合は1点。 ・健康保険証、年金証書(手帳)、通帳など顔写真のないもの場合は2点。②印鑑(受領書に押印) 【同世帯の方以外が来庁する場合の持ち物】①世帯主からの委任状②世帯主の本人確認書類(上記参照)③代理人の本人確認書類(上記参照)④代理人の印鑑 【問合せ】総合窓口課 ☎ 551・1595

市では、市民ボランティア団体「福生いとでんわ」と協働で、視覚障害者(1・2級)の方に「声の市議会だより」(デジ方式のCD版)をお届けしています。 【問合せ】選挙管理委員会 事務局 ☎ 551・1802



福生市議会の様子

「声の市議会だより」をお届けします

市職員募集

▼職種・募集人員①一般事務(土木課程履修者・上級【大学卒程度】)②一般事務(身体障害者・上級【大学卒程度】)・①②合わせて若干名 ▼採用予定日平成29年4月1日 ▼受験資格①一般事務(土木課程履修者)…昭和56年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方で、大学、専門学校等で土木課程を履修し、卒業または卒業見込みの方②一般事務(身体障害者)…昭和56年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた方で次の要件をすべて満たす方 (1)身体障害者福祉法第15条による身体障害者手帳の交付を受けている方(2)活字印刷文(フォントサイズ10Pt程度)による出題に対応できる方(3)口述による面接に対応できる方(4)通常の勤務に対応できる方(原則として1日7時間45分、週38時間45分)(5)口頭による対応ができる方(窓口や電話などにおいて介助者無しに対応できる方)(6)自力により通勤ができ、かつ介助者無しに勤務遂行が可能な方 ※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方は、受験できません。

▼申込書と要項の配布

【期間】配布中。5月7日(土)までの午前8時30分～午後5時15分(7日(土)は午後4時まで) ※日・祝日を除く。

【場所】市役所1階総合案内横及び市役所第一棟5階職員課

▼募集受付

【期間】5月6日(金)・7日(土)午前9時～午後4時30分(正午から午後1時までを除く)

【場所】市役所第二棟4階第一委員会室

【申込書類】職員採用試験申込書(市指定様式)・履歴書(市指定様式)・卒業証明書または卒業見込証明書・成績証明書・身体障害者手帳の原本と写し(身体障害者申込者のみ) ※申込書類は、本人が直接持参してください。郵送・電話では受け付けません。なお、申込書類はお返ししません。

▼試験

【日時・場所】5月29日(日)午前9時・市役所第一棟2階会議室

【方法】①筆記試験(基礎能力検査、専門試験、性格検査)②筆記試験(基礎能力検査、性格検査)、作文(課題方式)

【問合せ】職員課 ☎ 551・1589

市内の地区別 空き巣・ひったくり発生状況 (平成28年2月中)

	面積(k㎡)	空き巣狙い	前月末比	ひったくり	前月末比
本町	0.16				
志茂	0.28				
牛浜	0.23				
武蔵野台	0.49				
福生	1.80				
熊川	2.57	0	-1		
北田園	0.32				
南田園	0.41	1	1		
加美	0.61				
東町	0.05				
合計	6.92	1	0	0	0

標準で、聴きたいところをページや見出しですぐに検索できるなど、情報検索性に優れています。専用の再生機が必要ですが、利用対象者は日常生活用具として給付を受けられます(利用者一割負担)。 【問合せ】議会事務局庶務係 ☎ 551・1523

福生市長選挙

【投票日】5月15日(日) 【時間】午前7時～午後8時 【場所】市内各投票所 【期日前投票】5月9日(月)～5月14日(土)午前8時30分～午後8時 【場所】市役所1階 【対象】投票日当日に投票に行けない方 【必要なもの】入場整理券か本人の確認ができるもの ※詳細は、4月15日発行の「選挙のお知らせ」をご覧ください。 【問合せ】選挙管理委員会 事務局 ☎ 551・1802

市民を災害から守ります! 福生市消防団を紹介します

福生市消防団は瀬古毅団長を始めとして本部5名、本部指揮班6名、5個分団174名の総勢185名で活動しています。市内に火災などの災害が発生すれば出動し、消火活動を行ったり、自主防災組織からの要請により応急救護訓練などの手伝いもしています。今年4月からの新体制を紹介します。

本部



副団長 矢澤 吉靖



副団長 高橋 晃司



団長 瀬古 毅



副団長 山口 哲也



副団長 大熊 敏幸

▼第一分団(松本裕幸分団長)

【担当区域】福生熊川住宅・南・内出・武蔵野・福東・南田園一丁目



▼第四分団(島田豊分団長)

【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・加美平地



▼第二分団(貫井大輔分団長)

【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



▼第五分団(内野和也分団長)

【担当区域】永田・長沢・加美 【問合せ】安全安心まちづくり課防災係 ☎ 551・1638



▼第三分団(小嶋克弥分団長)

【担当区域】牛浜第一・牛浜第二・原ヶ谷戸・志茂第一・志茂第二



5月の無料相談

【問合せ】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
人権身の上相談・行政相談	13日(金)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第一相談室	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	12日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	10日(火)			
法律相談	6日(金)・11日(水)・18日(水)・25日(水)	午後1時30分～4時	市役所1階第一相談室	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	19日(木)			
少年相談	20日(金)	午前9時～午後4時30分	市役所1階 介護福祉課	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民の声課 ☎ 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		
子ども相談	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)	予約制、警視庁八王子少年センター ☎ 042・679・1082へ。相談日当日は秘書広報課広報広聴係へ。
教育相談	毎週月～土曜日	午前10時～午後5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。教育委員会教育相談室 ☎ 551・7700
消費者相談	毎週月・木曜日	午前10時～正午、午後1時～4時	市役所第二棟2階第2相談室	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	12日(木)	午後1時30分～3時30分	福生市商工会相談室	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(☎ 551・1511 市役所代表)、心の相談、成年後見制度相談、リハビリ相談、権利擁護相談、心配ごと相談(☎ 552・5027 福祉センター)

【「安全安心まちづくり市民ひろば」次回の開催】犯罪のないまちづくりを推進するため、話し合いや情報交換をしています。市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。【日時】4月28日(木)午後7時～9時 【場所】わかたけ会館集会室 【問合せ】安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

災害等の非常時は福生市防災ブログ(http://blogs.yahoo.co.jp/fussacityhal)からも情報を提供します。

平成 28 年度予算概要

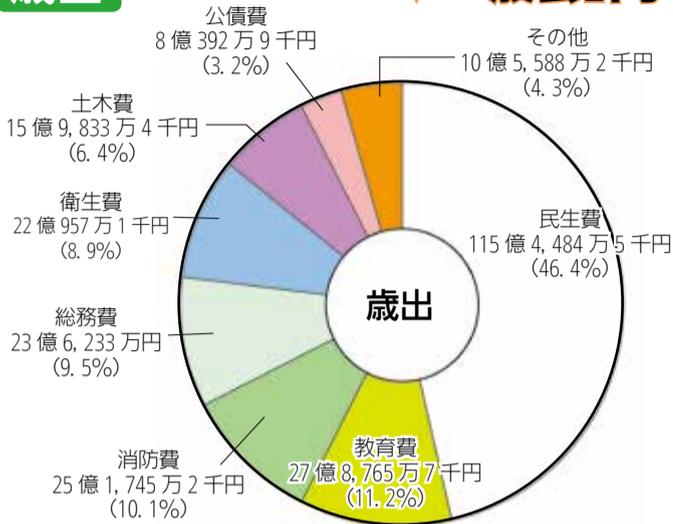
平成 28 年度予算が市議会 3 月定例会で可決成立しましたので、その概要をお知らせします。

- 平成 28 年度の一般会計予算は 248 億 8,000 万円で、前年度に比べて 9.4% の増となりました。特別会計予算は 146 億 1,840 万 7 千円で、前年度に比べて 0.6% の減となり、一般会計と特別会計を合計した当初予算額は 394 億 9,840 万 7 千円で、前年度に比べて 5.4% の増となりました。
- 【問合せ】 財政課 ☎ 551・1534

歳出

▼一般会計予算の構成 総額 248 億 8,000 万円▼

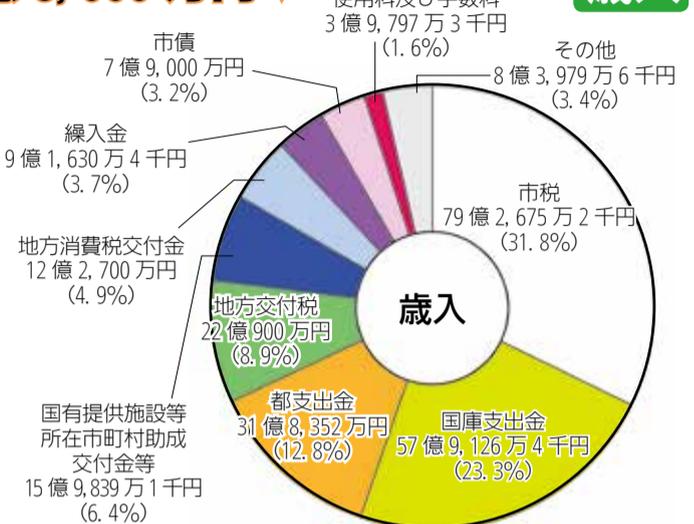
歳入



一般会計の内容

前年度と比較すると、歳入では主に地方交付税が減少する一方で、地方消費税交付金、国庫支出金、繰入金は増加しています。

歳出では新公会計関連システム導入等委託料の皆減などにより総務費が減少する一方で、臨時福祉給付金などによる民生費、都市計画道路 3・4・7 号富士見通り線整備事業などによる土木費、防災食育センター整備事業による消防費が増加しています。



■議会費 6.8%減 (↓)

議員共済会負担金の減などで、2,118 万 9 千円の減額となっています。

■総務費 8.6%減 (↓)

主に行政運営に必要な経費で、もくせい会館建設事業の増などがありますが、新公会計関連システム導入等委託料の皆減などにより、2 億 2,310 万円の減額となっています。

■民生費 4.5%増 (↑)

障害者・高齢者・児童福祉等のための経費で、臨時福祉給付金等の増や杉ノ子第三保育園建設費補助金の皆増などにより、4 億 9,336 万円の増額となっています。

■衛生費 1.5%減 (↓)

保健衛生や環境対策、ごみ処理等のための経費で、西多摩衛生組合負担金の減などにより、3,381 万 5 千円の減額となっています。

■商工費 27.5%増 (↑)

商工業の振興のための経費で、4,490 万 4 千円の増額となっています。

■土木費 16.9%増 (↑)

道路建設や公園整備等、まちづくりのための経費で、都市計画道路 3・4・7 号富士見通り線整備事業や第二市営住宅 A 棟エレベーター設置及び A B 棟外壁改良工事などにより、2 億 3,071 万円の増額となっています。

■消防費 176.0%増 (↑)

消防事業の東京都への委託や災害対策のための経費で、防災食育センター整備事業の増などにより 16 億 547 万 4 千円の増額となっています。

■教育費 2.8%増 (↑)

教育の充実や文化・スポーツの振興のための経費で、小・中学校体育館非構造部材落下防止対策事業の増などにより、7,461 万 3 千円の増額となっています。

■市税 0.2%増 (↑)

前年度に比べ、市たばこ税が減っているものの、市民税や軽自動車税が増えており、全体では 1,355 万 4 千円の増額となっています。

■地方消費税交付金 25.3%増 (↑)

消費税率の引き上げによる影響が引き続きあり、2 億 4,793 万円の増額となっています。

■地方交付税 2.6%減 (↓)

すべての自治体が一定水準の行政サービスを行えるよう国が交付するもので、予算編成時における国の予算を参考に積もり、5,800 万円の減額となっています。

■国庫支出金 35.6%増 (↑)

防災食育センター整備事業補助金や保育所等整備交付金の皆増などにより、15 億 2,039 万 9 千円の増額となっています。

前年度に比べ、市たばこ税が減っているものの、市民税や軽自動車税が増えており、全体では 1,355 万 4 千円の増額となっています。

■都支出金 1.7%増 (↑)

子ども家庭支援区市町村包括補助事業補助金の増などにより、5,466 万 1 千円の増額となっています。

■繰入金 40.1%増 (↑)

基金の取崩しや特別会計からの収入で、再編交付金事業基金や特定防衛施設周辺整備調整交付金事業基金からの繰入金の増などにより、2 億 6,234 万 2 千円の増額となっています。

■市債 1.3%増 (↑)

財源不足を補うための臨時財政対策債を減額したものの、防災食育センター整備事業債の皆増などにより、1,000 万円の増額となっています。

歳出 (性質別)

■扶助費 30.8%

生活保護、老人福祉、児童福祉などに支出される福祉的な経費です。

■人件費 15.4%

市長や市議会議員、市職員などに支払われる報酬、給料などの経費です。

■普通建設事業費 14.7%

道路、橋りょう、学校などの施設の新増設を行う建設事業のための経費です。

■物件費 14.1%

消耗品や公共施設の光熱水費など市の業務を行うために必要な経費や、委託料や使用料及び賃借料などです。

■繰出金 10.2%

会計間ではほかの会計へ支出する経費です。一般会計から国民健康保険事業などの特別会計へ繰り出しを行っています。

■補助費等 9.1%

一部事務組合や各種団体などに支

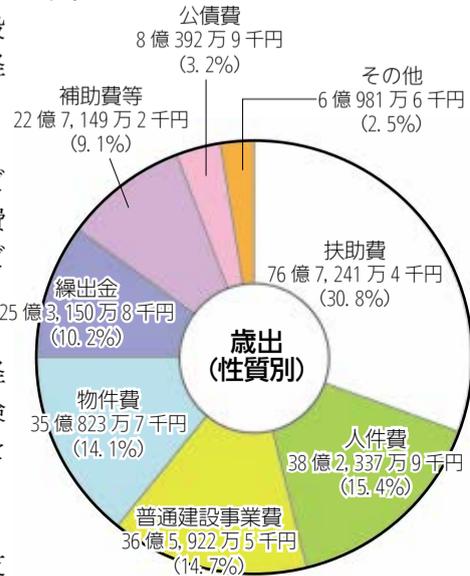
出される負担金や補助金などの経費です。

■公債費 3.2%

市債の元金・利子を償還するための経費です。

■その他 2.5%

ほかに維持補修費、積立金、出資金・貸付金などの性質に分けられます。



特別会計

特別会計の予算は表のとおりです。

平成 28 年度の特別会計では、国民健康保険特別会計は保険給付費の減など、介護保険特別会計は介護給付費の増など、後期高齢者医療特別会計は広域連合納付金の増など、下水道事業会計は積立金の減などがあり、特別会計の総額は 146 億 1,840 万 7 千円で、前年度に比べて 0.6% の減、9,250 万 2 千円の減額となっています。

区分	平成 28 年度 当初予算額	平成 27 年度 当初予算額	増減額	増減率
国民健康保険特別会計	79 億 4,029 万 7 千円	80 億 4,199 万 9 千円	△ 1 億 170 万 2 千円	△ 1.3%
介護保険特別会計	39 億 4,191 万 4 千円	38 億 8,708 万 1 千円	5,483 万 3 千円	1.4%
後期高齢者医療特別会計	10 億 8,343 万 6 千円	10 億 6,118 万 1 千円	2,225 万 5 千円	2.1%
下水道事業会計	16 億 5,276 万円	17 億 2,064 万 8 千円	△ 6,788 万 8 千円	△ 3.9%
合計	146 億 1,840 万 7 千円	147 億 1,090 万 9 千円	△ 9,250 万 2 千円	△ 0.6%

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次のとおりです。

区分	当初予算額
瑞穂斎場組合	5,500 万 1 千円
福生病院組合	5 億 5,700 万 9 千円
西多摩衛生組合	2 億 8,742 万 5 千円
東京たま広域資源循環組合	1 億 3,884 万 3 千円
合計	10 億 3,827 万 8 千円

納税は納期限内で 元気な福生

福生市まちづくりに資する 寄附金

3月1日～31日の間に青 梅信用金庫様、福生市社交

林和人様ほか匿名4人の方 から38万円のご寄附をいた

※1年度分・6か月分前納 用の納付書は、日本年金

現金前納では、1年度 分や6か月分だけでなく、

【問合せ】 青梅年金事務所 ☎ 0428・30・3410

年金だより ▼国民年金前納割引制度 (現金払い)について

国民年金保険料は、一 定期間の保険料をまとめて

・1年度分(4月から翌年 3月分)を現金で前納する

【問合せ】 収納課 ☎ 551・1578

市民活動推進事業委託

プロポーザル参加者募集

輝き市民サポートセンターの 講座(一部)を企画・実施する

プロポーザル(提案型)方式に より公開のヒアリングを経て

【事業内容】 公益性があり市民活 動の活性化につながる啓発・動機

【応募資格】 非営利活動を行う団 体

【プロポーザル説明書の配布期間】

配布中。5月2日(月)まで。

【場所】 市役所第二棟2階協働推 進課(土・日・祝日を除く)

※市ホームページからもダウン ロードできます。

【プロポーザル参加表明書提出期 限】 5月13日(金)まで

【プロポーザル提案書(企画提案 書)提出期限】 6月1日(木)まで

※参加表明書の審査後、企画提案 書の提出要請をします。

【公開ヒアリング・選考会日程】 6月11日(土)

【事業委託期間】 7月1日(金)～12 月28日(水)

【問合せ】 協働推進課 ☎ 551・15 90

市税等の納め忘れは ありませんか?

平成27年度の市・都民税、 固定資産税・都市計画税、

軽自動車税、国民健康保険 税、介護保険料、後期高齢

納期限までに納付がない 方には督促状をお送りして

【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

カワラノギク保全のための ボランティア募集

カワラノギクを保全する ため、生育のさまざまとな

【日時】 4月24日(日)午前9 時30分～正午ごろ※雨天の

【集合場所】 多摩川永田橋 たもと柳山公園(JR福生

【持ち物】 軍手、剪定バサ ミ(お持ちの方)、飲み物

【申込み】 4月20日(水)まで に氏名、電話番号を明記し、

【問合せ】 協働推進課 ☎ 551・15 90

カデミー ☎ 551・0306

へ。〒197-0003福生市

【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

生ごみをカラスに荒らされ ない工夫を

カラスは、視覚が発達し ており、生ごみを見分ける

【問合せ】 環境課環境係 ☎ 551・1718

都市計画道路事業認可取得 に伴う図書縦覧

福生都市計画道路事業 3・4・7号富士見通り線

【問合せ】 まちづくり計 画課用地グループ ☎ 551・1959

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

ごみ・資源収集情報

Table with 2 columns: 28年2月913t, 28年2月291t (24%)

Table with 2 columns: 28年2月, 97t

5月の資源回収予定

Table with 2 columns: 実施団体, 実施日

【問合せ】 環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

3月の横田基地飛行回数

Table with 4 columns: 測定場所, 飛行回数, 前年同月比

【縦覧場所】 市役所第一棟 3階まちづくり計画課

【実施者】 福生市 生都市計画道路事業 3・

【事業地】 福生市大字福生 字奈賀、大字福生字武蔵野

【問合せ】 まちづくり計 画課用地グループ ☎ 551・1959

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

【縦覧期間・時間】 平成35 年3月31日まで・午前8時

くるみる ふっさガイド ツアー

「5月の風と水辺遊歩道のん びりロマンウォーク・酒蔵見 学付ツアー」

玉川上水沿いと水源の多摩川 沿いの遊歩道を、羽村堰から

【日時】 5月28日(土)午前9時45 分～午後3時10分ごろまで ※荒天中止

【集合時間・場所】 午前9時30分・ 羽村駅西口2階エレベーター前

【定員】 先着25人※応募者多数 の場合は抽選

【費用】 1,700円(昼食代、保 険代等)

【申込み】 4月17日(日)から5 月21日(土)までに直接または電

【広告料】 15,000円 ※広告スペースは「あなた とわたし」(A4版4ペー

【申請用紙の配布場所】 市 役所第二棟2階協働推進課

【申込み】 5月13日(金)まで

【問合せ】 協働推進課 ☎ 551・1590

【問合せ】 協働推進課 ☎ 551・1590

「ご近所で手を取り合って助け合い」町会・自治会に加入しましょう

柔道整復師会による高齢者介護予防教室（初級・フォロー）

介護予防を目的とした教室を実施します。ぜひご参加ください。
【日時等】 下表のとおり
【場所】 市内 6 か所の接骨院（あきやま整骨院、牛浜大野接骨院、内浦接骨院、勝田接骨院、拝島堂整骨院、細谷接骨院）
【対象】 65 歳以上の高齢者で介護保険要介護認定の「要介護」「要支援」に該当しない方、医師から運動制限を受けていない方※初めて参加する方は初級からの申込みになります。
【申込み】 4 月 19 日(火)～25 日(月)の間に電話で申込みのうえ、印鑑を持参して市役所 1 階 9 番介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537 へ。

教室名	日時	内容
筋力向上トレーニング教室・初級（柔道整復師会）	5 月から開始。1 週間に 1 回程度（全 12 回）でおむね 3 か月間	柔道整復師の指導による個人の身体状況などに応じた機能訓練
筋力向上トレーニング教室・フォロー（柔道整復師会）	※ご希望の日時を各接骨・整骨院の先生と調整できます。	1 回 30 分程度 1 回 60 分程度。原則、すでに接骨院の筋力向上トレーニング教室に参加したことがある方

市民パソコン体験講習会開催のご案内

パソコンに関心をお持ちの方、パソコンを始めたいと思っている方の参加を募集します。最新の OS (Windows10) に対応した内容です。
【日時・場所】 下表のとおり・さくら会館 1 階シルバー人材センター内
【対象】 おおむね 20 歳以上で、2 日間のコースを通して参加できる方
【定員】 下記の各コース 8 人（合計 32 人）
【申込み】 往復はがきで 〒197-0024 福生市牛浜 163（さくら会館内）福生市シルバー人材センターへ ※ 4 月 28 日(木)必着。午前、午後とも同じ内容です。
▼往復はがきの書き方
〈往信用裏面〉 住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、希望の講習番号（第二希望まで）
〈返信用宛先〉 ご自分の郵便番号、住所、氏名※定員を超えた場合は抽選。一度受講された方はご遠慮いただくことがあります。
【問合せ】 (社) 福生市シルバー人材センター ☎ 553・3261

コース	講習番号	日程	内容
文書作成コース	1001	5 月 9 日 (月)・10 日 (火) ①午前 10 時～正午②午後 1 時 30 分～3 時 30 分	(1 日目) キーボードやマウス操作、文字入力。 (2 日目) 簡単な文章を作成・印刷。
	1002	5 月 11 日 (水)・12 日 (木) ①午前 10 時～正午②午後 1 時 30 分～3 時 30 分	(1 日目) インターネットを使ってみよう。 (2 日目) 電子メールを使ってみよう。

加美町会が誕生しました

4 月 1 日から、加美第一町会と加美第二町会が合併し、「加美町会」として新たに発足することになりました。
【問合せ】 協働推進課 ☎ 551・1590

日本赤十字社員（会員）増強運動にご協力ください

5 月 1 日から 31 日まで、日本赤十字社の社員（会員）増強運動（社費募集）が行われます。これは社費としてご寄附いただき、日本赤十字社を通じて、災害援護、血液事業などに役立てられます。平成 27 年度、福生市地区では、約 290 万円のご協力をいただきました。また、日本赤十字社から災害救援用資材として炊出し釜 1 基、テント 1 張が配備されました。

今年度も町会・自治会の皆様のご協力をいただき社員（会員）の募集を実施します。ご協力をお願いします。
【問合せ】 社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

平成 28 年度の身体障害者相談員・知的障害者相談員について

民間の協力者で、身体障害者や知的障害者の相談を受けています。
▼身体障害者相談員（敬称略）
 ・山下一真（熊川 477-19）

老人福祉センター教養講座

▼ロコモームエクササイズ教室
 運動機能低下を予防する運動です。
【日時】 5 月 13 日～7 月 15 日の間の毎週金曜日（全 10 回）午前 10 時 30 分～11 時 45 分
【場所】 福祉センター 2 階理学療法室
【対象】 市内にお住まいの 60 歳以上の方で全日参加可能で運動制限のない方
【定員】 20 人（定員を超えた場合抽選）
【持ち物】 動きやすい靴・服装、タオルか手ぬぐい、水分補給できるもの
【講師】 フィットネスインストラクター
【申込み】 4 月 15 日(金)～25 日(日) 曜日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分)の間に社会福祉協議会 ☎ 552・2121 へ。
▼手作りペットボトルカバー講座
 布でペットボトルカバーを作ってみませんか？
【日時】 5 月 13 日(金)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】 材料費 600 円（当日お持ちください。）
【持ち物】 裁縫道具
【申込み】 4 月 19 日(火)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会 ☎ 552・2121 へ。

児童館で遊ぼう！（4 月その 2）

ひろば事業
 乳幼児と保護者を対象とした子育て支援事業です。
【熊川児童館 ☎ 539・1515】
 ・遊具開放 DAY 20 日(水)、25 日(月)、27 日(水)、5 月 2 日(月)午前 10 時～正午【対象】 幼児と保護者
 ・くまさんひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～11 時 30 分【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者
 ・ウキウキ親子リトミック 28 日(木)午前 10 時 30 分～11 時 15 分【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者
【田園児童館 ☎ 552・3133】
 ・おはなしの日 21 日(木)午前 11 時～11 時 20 分【対象】 乳幼児と保護者
 ・よちよちすくすくひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～正午【対象】 0、1 歳児と保護者
 ・みんなのひろば 26 日(火)～28 日(木)午前 11 時～11 時 30 分【対象】 乳幼児と保護者

【武蔵野台児童館 ☎ 553・8822】
 ・遊具開放 DAY 21 日(木)午前 10 時 30 分～正午【対象】 1 歳 6 か月以上の幼児と保護者
 ・びよびよひろば 25 日(月)午前 10 時 30 分～正午【対象】 0 歳児と保護者
 ・とことひろば 26 日(火)午前 10 時 30 分～正午【対象】 1 歳児と保護者
 ・わんぱくひろば 28 日(木)午前 10 時 30 分～正午【対象】 2 歳以上の幼児と保護者
多世代交流事業
 ・くまがわ元気スポット 21 日(木)午前 10 時 10 分～11 時 30 分【対象】 幼児と保護者、地域の皆さんどなたでも参加できます。※健康体操、キッズ体操、ストレッチ等をして、元気になりましょう。
 各館とも、事業終了後、子育ての悩み相談や情報交換を行っています。詳細は各館へお問い合わせください。★児童館ホームページ URL (<http://www.fussa-jidoukan.net/>)

こんな症状でお困りではないですか？

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。感情や欲求のコントロールがしにくい等の原因は、もしかしたら「高次脳機能障害」かもしれません。まずはご相談ください。
【日時】 ① 5 月 10 日(火)午後 2 時～4 時 ② 5 月 24 日(火)午後 2 時～4 時
【場所】 市役所
【対象】 高次脳機能障害の当事者及び家族等
【相談員】 作業療法士・社会福祉士等
【申込み】 4 月 18 日(月)から障害福祉課 ☎ 551・1742 へ。

介護者交流・おれんじパーク

認知症高齢者や、その家族の支援をしている方、日ごろの悩みや困っていることなどを介護経験者の方などと一緒に話しませんか。

ひとりご悩ま、まず相談を

▼成年後見制度相談
 成年後見制度を利用したいが、どうしたらよいかわからないときなどに、司法書士が相談に応じます。
【日時】 5 月 7 日(土)午後 2 時～4 時ごろまで（この時間の中で、気軽にお立ち寄りください。）
【場所】 市役所 1 階情報コーナー
【対象】 高齢者・障害者やその家族など
【定員】 先着 3 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 18 日(月)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027 へ。

司法書士が相談に応じます。
【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）
 ※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 18 日(月)から（日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分の間に）社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027 へ。

【日時】5月11日・18日・25日
この講座では、「史記」を読み、故事成語の由来やエピソードをたずねます。改めて学びの楽しさを堪能しませんか。なお、この講座は公民館の文学サークルとの協働で企画しました。

【日時】4月19日(火)から公民館松林分館 ☎ 552・
【対象】市内在住・在勤・在学の方
【定員】先着20人
【講師】小林岳氏(早稲田大学高等学院教諭)
【協力】公民館サークル「まほろばの会」

【期間】4月23日(土)～7月10日(日)
【申込み】5月17日(火)までに公民館公民館係 ☎ 552・2118へ。
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

【時間】午前10時～午後5時
【展示解説会】5月8日(日)午後2時から1時間程度
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

東京都子育て支援員研修(第一期)の受講者募集
東京都では、地域における保育や子育て支援分野の各事業に従事するうえで、必要な知識や技術などを有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース、地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース)を開催します。詳細は、ホームページからご覧ください。

▼東京都福祉保健財団ホームページ (http://www.fukushizaidan.jp/111kosodateshien/)
▼都ホームページ (http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/katei/kosodateshieninkensyuu.html)
【問合せ】(公財)東京都福祉保健財団人材養成部福祉人材養成室子育て支援員担当 ☎ 03・3344・8533 ☎ 03・3344・8593

【時間】午前10時～午後5時
【展示解説会】5月8日(日)午後2時から1時間程度
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

【時間】午前10時～午後5時
【展示解説会】5月8日(日)午後2時から1時間程度
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

放課後子ども教室「ふっさっ子の広場」に集まれ!
▼私立・国公立小学校就学児童もご参加ください
小学校の教室などを活用し、児童が活動できる「ふっさっ子の広場」事業を市内全小学校で行っています。学年の異なる友達との交流の中で自由に学び、遊び、地域の方からの支援を受けて昔遊びや踊り、スポーツなどの体験をしています。



【日時】原則月～金曜日の放課後の午後1時以降※夏時間(4～9月)は午後6時まで。冬時間(10～3月)は午後5時まで。※詳細は市ホームページ (http://www.city.fussa.tokyo.jp) の「暮らしの情報」→「教育・文化・スポーツ」欄の「ふっさっ子の広場・学校支援地域組織」のページをご覧ください。
【問合せ】生涯学習推進課地域教育支援係 ☎ 551・1958

【日時】4月23日(土)～7月10日(日)
【申込み】5月17日(火)までに公民館公民館係 ☎ 552・2118へ。
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

【時間】午前10時～午後5時
【展示解説会】5月8日(日)午後2時から1時間程度
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120 ※月曜日は休館

図書館からのお知らせ
【問合せ】各図書館へ。
中央図書館 ☎ 553・3111
わかざり図書館 ☎ 552・7421
わかたけ図書館 ☎ 551・0083
武蔵野台図書館 ☎ 553・8881
★中央図書館おはなし会
【日時】5月4日(祝)・11日(水)・18日(水)・25日(水)各日とも午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生※直接どうぞ
★中央図書館おはなし会「おはなしポケット」
【日時】5月7日(土)午後3時～
【場所】中央図書館
【対象】幼児～小学生※直接どうぞ
【出演】ポケット☆ポケット
★中央図書館乳幼児おはなし会「おはなしであそぼ!」
【日時】5月10日(火)午前11時～
【場所】中央図書館
【対象】乳幼児(1,2か月の赤ちゃんもどうぞ!) ※直接どうぞ
【出演】おはなしのもり

★わかざり図書館乳幼児おはなし会
【日時】5月25日(水)午前11時～11時30分
【場所】わかざり図書館2階
【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ
★わかたけ図書館おはなし会
【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
【対象】幼児～小学生※直接どうぞ
★わかたけ図書館乳幼児おはなし会
【日時】5月19日(木)午前11時～
【場所】わかたけ図書館2階
【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ
★武蔵野台図書館乳幼児おはなし会
【日時】5月18日(水)午前11時～
【場所】武蔵野台児童館1階
【対象】乳幼児と保護者 ※申込み不要、直接どうぞ。武蔵野台児童館との共催です。

ファミリー・サポート・センター講習会を実施します

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と(依頼会員)、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。子育ての経験を生かし、子育てのお手伝いをしてみたい方は、ぜひ活動してみませんか? 講習会を受講し、修了をすると、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。
【注意事項】内容説明を聞き、趣旨をご確認のうえ受講してください。
【説明会】【日時・場所】①5月16日(月)午前10時～・市役所第一棟2階会議室②10月6日(木)午前10時～・市役所1階第3会議室※提供会員の登録には、下記のすべての講座受講が必要です。すでにいずれかの講座を受けた方は、未受講の講座のみを受けてください。託児は事前申込み制です。
【申込み】4月20日(火)からファミリー・サポート・センター ☎ 553・7511へ。

平成28年度提供会員講習会日程【場所】市役所第一棟2階会議室

Table with 3 columns: 日程, 時間, 内容. It lists the schedule for the Family Support Center training sessions, including dates, times, and topics like childcare and emergency response.

【講師】<①・⑧>ファミリー・サポート・センターアドバイザー<②>小野良子氏(臨床心理士)<③>加藤ゆ美子氏(保健師)<④・⑥>佐々加代子氏(白梅学園大学教授)<⑤>池田敬史氏(臨床発達心理士)<⑦>救命講習講師<⑨>生江菊子氏(立川児童相談所養育家庭担当児童福祉司)

市民のひろば

〈会員募集〉

▼福生リトルリーグ野球協会

市内の園児・児童を中心にティールボールおよび少年硬式野球を丁寧に教えます。

【日時】土・日・祝日午前9時～午後4時

【場所】福東第二少年野球場

【費用】入会費2,000円、月会費2,000円～

【申込み】小川 ☎ 090・2158・8491

▼いちごクラブ（保育付きエアロビクス）

エアロビクス・ストレッチでリフレッシュしませんか

【日時】毎週水曜日午前10時～11時15分

時15分および月1回土曜日午前10時～11時15分

【場所】市民会館公民館・さくら会館

【費用】入会金500円、月会費3,000円、月保育費400円※体験は無料

【申込み】小林 ☎ 530・0136

▼Joyful English Circle

英会話力の向上を目指すサークルです。レッスン中は日本語禁止！でも米国人女性が根気強く指導します（見学大歓迎）。

【日時】水曜日午前10時～正午（月4回）

【場所】福祉センターほか

【費用】月会費3,000円※ほかにテキスト代

【申込み】JEC 山崎 ☎ 552・8123

「地元マイスター講座 カフェ・ドゥ・ジャルダン シェフによる初夏のお菓子作り体験」参加者募集



「素材の持つ自然のおいしさを表現すること」をコンセプトにしている村山シェフからお菓子作りを学べる人気講座の第2弾です。

【日時】6月23日（木）

①1回目 午後3時～5時

②2回目 午後6時～8時

【場所】市民会館・公民館調理室

【対象】中学生以上

【定員】各回18人（応募多数の場合は抽選）

【費用】2,000円※保険加入料・材料費込み

【申込み】往復はがきに①

健康コーナー「睡眠は脳を休める唯一の方法」

住所②氏名（ふりがな）③年齢④性別⑤電話番号⑥希望回を記入し、6月3日（金）まで（必着）に〒197-0001 福生市福生2455 福生市民会館「地元マイスター講座」係へ。【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

春は新しいことを始めるのに適した季節ですが、気づかないうちに身体的な負担や環境の変化など精神的なストレスも生じることが多い時期です。ストレスを受けると脳が休息である睡眠を求めます。

今回は、毎日の生活のなかで簡単に取り入れられる睡眠の質を上げるポイント

を3つ紹介します。

①入浴方法 眠る2時間程度前にぬるめ（38～40度）のお湯に15～30分入る。

②室内環境 照明を暗くし（スマートフォンやテレビ・パソコンなどの強い光を見るのを避ける）、リラック

クス効果のある音楽（クラシックなど）を聴いたり、アロマ（オレングジスイート、ラベンダーなど）をたく。

③飲み物 カフェイン飲料やアルコールを避け、コップ1杯のホットミルクを飲む。

規則正しい生活を心がけ、質の良い睡眠リズムをつくるのがストレスの軽減にもつながります。できることから少しずつ始めてみませんか？

季節を問わず、手洗いうがいをわすれずに！

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

「福生健康ウォーキング」健康づくり推進員とウォーキングをしてみませんか？

ウォーキングは誰でも無理なく手軽にできる有酸素運動で、心肺機能の向上・生活習慣病の予防・肥満予防などの健康効果が得られます。また、血液の循環が促進されるため、冷え性などの改善にもなります。

今回は、健康づくり推進員の会で作成した「福生健康ウォーキングマップ」の「福東森林コース（約5km）」を歩きます。拜島駅からスタートし、新緑の木々や野

鳥のさえずりに癒されながら、一緒に楽しく歩きましょう。体力に自信のない方でも大歓迎です。

【日時】5月8日（日）午前9時～11時ごろ※雨天中止

【集合場所】拜島駅北ロータリー

【コース】拜島駅～遊歩道入口～平和橋～みずぐらいど公園～どんぐり公園

※コースは変更になる場合があります。

【定員】先着20人

【申込み】4月18日（月）から電話で保健センター ☎ 552・0061へ。

「子どもの日はなんと無料！市内の体育館でスポーツを満喫！！」

5月5日（木）の祝日・子どもの日は、市内の3つの体育館を「無料」で利用できます！

「今まで体育館を利用したことがない」という方はぜひ、この機会にスポーツの楽しさを体感してみてください！

【利用時間】中央体育館・熊川地域体育館 午前9時～午後9時50分

福生地域体育館 午前8時～午後9時30分

※小・中学生のみでの利用は午後6時まで

【対象】市内在住・在勤・在学の方

【持ち物】室内用運動靴など

【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511、熊川地域体育館 ☎ 552・1980、福生地域体育館 ☎ 530・8811

「運動を始めた方へ」「スポーツ教室」体験参加

中央体育館ではさまざまな「スポーツ教室」をご用意して、皆さんをお待ちしています。「運動を始めた方」いけど、どの教室に参加したいの？という方

や「教室の雰囲気を知りたい！」という方は、ぜひ体験参加にお越しください！

◆今月おすすめの教室

①ナイトストレッチ

【日時】毎週火曜日午後7時30分～8時30分

②水曜モーニングエアロ

【日時】毎週水曜日午前10時～11時

③ナイトエアロ

【日時】毎週金曜日午後7時30分～8時30分

〈①②③共通〉

【体験参加費】1回350円（200円＋使用券150円）

【対象】18歳以上の方

【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）

【申込み】当日の開始10分前までに直接中央体育館窓口（☎552・5511）へ。

※そのほかの教室も「体験参加」が可能で、参加費もワンコインの500円！詳細は中央体育館窓口、市ホームページでご確認ください。

「わかるって楽しい」バドミントン塾

初心者も大歓迎！スポーツを好きになって、目指せオリンピック選手！ぜひご参加ください！

【期間】5月25日～7月16日の毎週水・土曜日（全16回）

【時間】水曜日 午後3時20分～4時50分 土曜日 午後1時30分～3時30分

【場所】中央体育館主競技場

【対象】市内在住の小学生

【定員】先着40人

【参加費】1,600円

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、ラケット（持っている人）、水分補給できる物（ふた付）、タオル等

【指導】福生市バドミントン連盟

【申込み】4月17日（月）～5月17日（火）の間に、申込用紙を記入し、参加費を添えて中央体育館 ☎ 552・5511へ。

～あなたのそばに体育館～ 地域体育館利用案内

月に一度の「無料開放日」など、知ればもっとお得に利用できる地域体育館。ライフサイクルにあわせて、ぜひ地域体育館で健康的な生活を！詳しくは、各体育館にお問い合わせください。

Table with 2 columns: 熊川地域体育館 and 福生地域体育館. Rows include: 開館時間, 休館日, 無料開放日, 施設使用料, 利用可能種目(例), トレーニング施設(※), 教室参加, 電話番号, ホームページ.

(※) トレーニング施設は両館とも、初回利用時に講習の受講が必須です。また中学生以下は利用できません。

防災情報の配信など、生活に役立つ「ふっさ情報メール」をご利用ください（登録方法はふっさわたしの便利帳、市ホームページ等をご覧ください）



保健ガイド

【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	5月12日(木)午前10時～正午	福生地域体育館	
	5月19日(木)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	5月23日(月) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人 ※前回受けた方は6か月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)午後1時30分～2時30分	子ども応援館	4か月児からの乳幼児
	5月18日(木)午前9時30分～10時30分		
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	①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等・先着14組
	②中期・後期食 5月31日(火)午前10時～11時30分		7か月～1歳未満の乳幼児とお母さん等・先着15組(託児要相談)
⑤すくすくベビークラス(おすわりのころ)	5月30日(月)午前10時～11時30分		6か月～1歳ごろの乳幼児と保護者・先着20組
⑥すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	5月11日(水)・18日(水)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル持参		3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)

【申込み】①・③は不要。②・④・⑤は4月18日(月)から、⑥は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。
○妊娠届出書の提出及び「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月の予防接種(BCG)

期日	備考
16日(月)	標準的接種期間対象者:5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です。)

【受付時間】午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します。)
【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。

5月の休日診療

※保険証をご持参ください。

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
	午前9時～11時45分 午後1時～4時45分		午後5時～9時45分
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 ☎555・9999	大浦歯科医院 福生867 ☎553・0667
3日(祝)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	エビナ歯科 福生1059 ☎551・8241
4日(祝)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	みいだDentalClinic 本町69-5 ☎551・0479
5日(祝)	福生市休日診療所	高水医院 瑞穂町箱根ヶ崎282 ☎557・0028	河野歯科医院 南田園3-2-38 ☎553・2829
8日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	佐久間歯科医院 東町2-8 福生東口SYビル2階 ☎553・2525
15日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	山口歯科クリニック 南田園2-5-39 田園ビル1階 ☎553・8182
22日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	北田園歯科 北田園1-6-3 ☎552・1700
29日(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター	田辺歯科医院 本町90-1 ☎551・2712

5月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	17日(火)	平成28年1月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成27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	平成27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)	平成26年10月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	10日(火)	平成25年4月生まれ	

歯科医師会だより

「お口のがんのチェックについて」

がんは肺、乳房、食道、胃など体のさまざまなところに現れる病気です。そしてお口の中も例外ではなく、がんができます。これがいわゆる口腔がんです。

今年1月のテレビ番組で取り上げられていた口腔がんの事例では、お口の異常を感じた登場人物が半年間その異常を放置し、進行がんになってしまったケースが紹介されていました。もしこの方に口腔がんの知識があれば、または知っていたなら歯科医院を訪れたでしょう。

口腔がんの第一発見者の90%以上が歯科医師です。口腔がん自体まだ市民権を得たといえるほど周知されていないのが現状でしょう。その点を考慮し福生市歯科医師会は福生市の協力を得て、大学病院の教授や口腔がんの専門医による口腔がん検診を毎年6月に実施しています。今年で8回目を迎える検診は当時としては日本全国を探してもまだ珍しい検診で、朝日新聞(2009年5月15日)や西多摩新聞(2009年6月26日)にも掲載されました。最近では近隣の市町村でもこの検診が実施されているよ

うです。早急ではありませんがこの検診が各地で普及し始めており、市民にとって健康に暮らすための一つのシステムが構築されつつあります。

がんは進行すると命を奪う怖い病気ですが不治の病ではありません。多くの患者さんが手術やさまざまな治療を受けて日常生活に戻っています。ここで大切なことは早期発見早期治療です。耳慣れた言葉ですが実行されていますでしょうか? わかっているも今は痛くないからとつい先延ばしとされていませんか? 福生市はそんな市民の背中を押すような肺がん、子宮頸がん、胃がん検診などのほか口腔がん検診も実施しています。無料で受診できますので、せっかくのこの機会を有効にご活用ください。

最後に福生市歯科医師会には口腔がん検診協力医の先生方による口腔がんについての記事が、「広報ふっさ」平成17年7月15日号、平成21年、22年、23年、24年、25年、26年4月15日号に7編掲載されていますので参考にしてください。

【文責】内倉歯科医師

がん検診のお知らせ

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27日(月)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(年齢は平成28年4月1日現在)

【定員】85人(定員を超えた場合は抽選)※市で実施する胃・肺がん検診を受診したことがない方が優先

【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)。

【申込み】4月28日(木)(当日消印有効)までに往復はがきでお申し込みください。また、市ホームページから電子申請で申し込むこともできます(4月28日(木)午後11時59分まで)。

●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、1年を経過しない方

▼妊娠中の方

●次の方は申込み前に保健センターへ連絡してください
▼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受診できない場合があります。

〈往復はがきの書き方〉

【往信・表】〒197-0011 福生市福生2125番地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人および1つの検診しか申込みができません。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11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(年齢は平成28年4月1日現在)

【定員】先着137人

【検診方法】視診、触診、組織染色法による検診

【申込み】4月19日(火)午前9時から電話で保健センター☎552・0061へ。

〈①②共通〉検診の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。また、受診結果によっては保健センターから連絡がいく場合があります。

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込めます。また費用の記載のないものは無料です。

市役所は祝日の土曜日を除き、一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く)毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。