

人口と世帯数 (平成 28 年 3 月 1 日現在)	
人口	男 29,502 女 29,252 計 58,754
世帯数	29,894

まちの写真ニュース  
郷土資料室では特別展示「福生の成り立ちと人びとのあゆみ—資料が語る福生の歴史—」を開催中。市ホームページでは紹介動画もご覧いただけます。



今号の主な記事

2面市の計画(素案)等についての市民意見の概要と市の考え方を公表します 3面市営自転車駐車場のご案内 4面国保だより  
5面「平成28年度版ごみ・リサイクルカレンダー」を配布します 8・9面平成28年度保健センター保健事業日程表 10面保健ガイド

# 第33回 ふっさ桜まつり

多摩川沿いに浮かび上がる、  
華やかな夜桜をお楽しみください

【期間】 3月26日(土)  
～4月3日(日)

【場所】 永田橋から睦橋の  
多摩川堤防沿い

【メイン会場】 明神下公園

【主催】 ふっさ桜まつり実行委員会  
【後援】 福生市、福生市文化協会、  
福生市町会長協議会  
【問合せ】 ふっさ桜まつり実行委員会  
事務局 (シティセールス推進課)  
☎ 551・1740

第33回ふっさ桜まつり行事一覧

日程	時間・場所※記載のないものは明神下公園	催し物
3月26日(土)	午前10時30分～	開会式
	正午～午後0時40分	和太鼓演奏「灯音(ビート)」
	午後1時30分～2時	ブルースハーブ演奏「石川太郎」
	午後2時～3時・五日市線鉄橋～睦橋	ひよっこ連パレード「福生ひよっこ連」
	午後3時～3時30分	江戸芸かっぼれ「光江流」
3月27日(日)	正午～午後4時・五日市線鉄橋～睦橋	人力車「岡崎屋惣次郎」
	正午～午後0時40分・睦橋～明神下公園	エイサー太鼓「横田西多摩エイサー太鼓」
	午後1時～5時	おはやし「福生市囃子連合会」
4月2日(土)	午前11時～午後5時・五日市線鉄橋～睦橋	アメリカントレイン「福生市観光協会」
	正午～午後0時30分	草笛演奏「ふっさ草笛サークル」
	午後1時～1時30分・五日市線鉄橋～睦橋	鼓笛隊パレード「福生消防少年団」
	午後2時～2時30分	ビッグバンドジャズ演奏「ハイブリッドジャズオーケストラ」
	午後3時～3時30分	キッズダンス「昭島ライオスタジオ」[VERSITY]
4月3日(日)	午前11時～午後3時	野だて「表千家 不白流 翠心会」
	午前11時～午後3時	箏(こと)演奏「福生和楽連盟 福音楽」
	午前11時～11時30分	大正琴「扇靖流」
	午前11時～午後5時・五日市線鉄橋～睦橋	アメリカントレイン「福生市観光協会」
	正午～午後0時40分	吹奏楽演奏「福生吹奏楽団」
	午後2時～3時30分・五日市線鉄橋～睦橋	民謡パレード「市内団体」
	午後3時～4時・五日市線鉄橋～睦橋	神輿「田園睦会」

【桜まつり写真コンクール前回入選作品の展示】 期間中、明神下公園本部前で展示します。

※イベントは天候等の理由により、急きょ変更となる場合があります。  
※ごみは各自必ずお持ち帰りください。

※夜桜もお楽しみいただけます  
【夜桜ライトアップ時間】 午後5時～9時(期間中毎日実施)  
※桜まつりオリジナルミニ半纏ほんてんの販売も実施  
1個500円  
※期間中はたっけー☆☆も登場!  
【日時】 3月26日(土)・27日(日)、4月2日(土)・3日(日)午前11時～午後5時  
【場所】 明神下公園付近  
※ご当地グルメ「福生ドッグ」も出店!  
今年も期間中の土・日  FUSSADOG  
曜日に地元町会とともに模擬店を盛り上げます!  
※桜まつり写真コンクールも開催  
【対象】 桜まつりを題材に期間中撮影した写真で未発表のもの  
【応募締切】 4月28日(木)当日消印有効  
※詳しくはホームページ及び桜まつり会場で配布する応募チラシをご覧ください。  
【入賞作品展日程・場所】 6月24日(金)～30日(木)・市民会館展示スペース



# 市の計画（素案）等についての市民意見の概要と市の考え方について公表します

市では、1月7日～21日の間に次の計画（素案）等について、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。

## ▼福生市人口ビジョン及び総合戦略（素案）

【意見提出者】1人（1項目）

【問合せ】企画調整課企画調整担当 ☎ 551・1528

市民意見の概要	意見に対する市の考え方
子育て世代の流出を防ぐ、そして、子育て世代の家族に移転してきてもらうためには、小・中学校の学力目標を数値化する必要がある。 また、学力を向上させるためには、乳幼児期からの教育が大切ではないか。	学力の向上については、都内すべての学校において最重要課題であり、学力目標の数値化については、その根拠についてさまざまな観点から検討が必要であること、また、保育園ではそれぞれが定める方針や課程に基づいて保育が行われており、保育理論の採用や実践についても、総合戦略に盛り込むことはそぐわないと考えます。

## ▼第5期福生市地域福祉計画の中間答申

【意見提出者】1人（3項目）

【問合せ】社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

市民意見の概要	意見に対する市の考え方
「見守りネットワークづくりについて」 『ひとり暮らし高齢者などを地域で見守るネットワークづくりを進め、確立します。』とあるが、具体的にはどうするのか。より具体的な事例あるいは先進自治体のモデル事業等を参考に提示しないと、現状打破はできないと考える。	地域における高齢者等の見守りは、東京都水道局との見守り協定の締結や、町会・自治会等への回覧などを実施しています。平成28年度からは、見守りをお願いするポスター等を作製し、市内施設や、関係事業所、コンビニ等にポスター掲示を依頼します。 また、地域包括支援センターだよりを作成するなど、さまざまな取り組みを実施する予定です。
「地域ケア会議の開催について」 地域ケア会議について、情報の共有化を図る必要がある。地域に何人の要介護者がいるか、何人の独居高齢者がいるかなど具体的な情報の中で、国や都、自治体の支援メニューがあるのかなどを示してこそ、地域に合った「住み慣れた地域で暮らし続ける体制づくり」ができるのではないか。	介護福祉課が主催する全体の地域ケア会議は、平成27年度は3回開催しています。 また、地域包括支援センターが開催する全体の地域ケア会議は、全体の会議が3回、市内を3地区に区分した地域別の地域ケア会議は12回開催しており、3月までにあと3回開催する予定です。全体の地域ケア会議の内容は、今後市ホームページ等で公開していく予定です。
「認知症カフェの開催について」 認知症カフェ（オレンジカフェ）の重要性をどこまで地域、町会、自治会単位にまで落とし込めるか。 そのためには認知症の理解を深める認知症サポーターなどの人的拡大、軽度認知障害の早期発見のための測定機器の配置など、具体的な取り組みを示さないと観念論で終わってしまう。	オレンジカフェは、社会福祉協議会が福祉センターで2か月に1回開催しています。参加人数も増加しており、設置の希望や増設の必要性を見ながら判断していきたいと考えています。認知症サポーターの拡大につきましても取り組んでいきます。

## ▼福生市耐震改修促進計画（素案）

【意見提出者】1人（1項目）

【問合せ】まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

市民意見の概要	意見に対する市の考え方
一般住宅の立川断層帯の地震における全壊棟数は1,360棟、延焼は1,406棟に及ぶ。また、旧建築基準法による住宅が8,128棟となっている。 これらの数字から、耐震改修または建て替えに対して促進を助長する政策が必要であるが、福生市の耐震改修に対する一棟50万円の限度額、空き家除却費上限50万円というのは所有者にとって魅力的な政策になっているのか、検証をする必要性はないのか。	耐震改修は、原則、建物所有者の責任において行うこととなります。 福生市の耐震改修に対する助成金額は、近隣市に比べても遜色のないものであり、かつ、補助率を定めない定額による助成としています。また、空き家除却事業については、平成26年度から開始した、他市にはない独自の取り組みとなっています。 今後も耐震診断・耐震改修の重要性について普及・啓発に力を入れるとともに、実施状況等について適切に把握・評価していきたいと考えています。

## ▼第2期福生市生涯学習推進計画（修正後期）（平成28年度～平成32年度）（素案）

【意見提出者】1人（1項目）

【問合せ】生涯学習推進課生涯学習推進係 ☎ 551・1950

市民意見の概要	意見に対する市の考え方
福生市教育委員会は「ふっさっ子スタンダード」を定めて画期的な取り組みをしているが、より地域の教育力の向上を目指して、周知、啓発活動を重点的に行うことが大切ではないか。 児童生徒が家族以外の年代を超えた集団の中で社会勉強し、さまざまなルールを身に付けられるよう、個々のプログラムではなく有機的に関連させることも大事であると考えます。	「ふっさっ子スタンダード」については、積極的に推進し、また広く広報活動を行い、そのPRに努めていきます。 また、異世代の交流の中で、さまざまなルールを身に付けることに関しては、地域の方がサポーターとなり、集団ルール等の社会性や自主性、協調性を身に付ける場として、「ふっさっ子の広場」を全小学校に開設し、放課後の活動の場としています。 このような場を通じ、今後も子どもたちが人間性豊かに成長していけるよう、事業の連携も視野に入れ諸施策を推進していきます。

## ▼福生市環境基本計画第2期中期実施計画（素案）

意見募集の結果、計画（素案）に対するご意見はありませんでした。

【問合せ】環境課環境係 ☎ 551・1718

## ▼福生市男女共同参画行動計画（第5期）（素案）

意見募集の結果、計画（素案）に対するご意見はありませんでした。

【問合せ】協働推進課 ☎ 551・1590

## ▼第3期福生市バリアフリー推進計画（素案）

意見募集の結果、計画（素案）に対するご意見はありませんでした。

【問合せ】社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1522

## ▼第三次福生市子ども読書活動推進計画（平成28年度～32年度）（素案）

意見募集の結果、計画（素案）に対するご意見はありませんでした。

【問合せ】中央図書館 ☎ 553・3111

市営自転車駐車場のご案内

自転車は車道や歩道に放置せず、必ず自転車駐車場に駐輪しましょう。  
**【一時使用】** 1 回 (1 日) 単位でご利用いただけます。  
**【定期使用】** 月単位でご利用いただけます。ご利用月の前月 20 日から末日までに各自転車駐車場で申請してください。福生駅西口をご利用の方は福生駅東口地下へ、牛浜駅東口・熊川駅東をご利用の方は牛浜駅西口へ、拝島駅南口臨時をご利用の方は拝島駅北口へ申請してください。  
**【利用時間】** 24 時間※福生駅東口地下のみ午前 4 時 30 分～午前 1 時 30 分  
**【管理人について】** 日・祝日、年末年始は不在となります (福生駅東口地下自転車駐車場を除く)。

▼生活保護受給世帯、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方、児童扶養手当受給世帯、福生市児童育成手当受給世帯の方は使用料が免除となります (ただし、生活保護受給世帯、児童扶養手当受給世帯、福生市児童育成手当受給世帯の方は定期使用のみ免除となります)。一時使用の場合は自転車駐車場で手帳を提示してください。定期使用の場合は手帳もしくは証書と印鑑を持参し、市役所第一棟 2 階安全安心まちづくり課地域安全係に申請してください。  
**【問合せ】** 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

自転車駐車場名称	住所	管理人常駐時間	使用料 ※〈定期〉は 1 か月当たり
福生駅東口地下	東町 5-1 ☎ 530・8285	午前 6 時～午後 9 時 30 分	〈定期〉一般自転車 2,000 円 学生自転車 1,000 円 原動機付自転車 3,000 円 〈一時〉自転車 100 円 原動機付自転車 150 円 ※福生駅東口地下は排気量 50 cc 以下の原動機付自転車に限りです。
福生駅西口	福生 997-20	不定期巡回	
牛浜駅東口	牛浜 148-4	不定期巡回	
牛浜駅西口	牛浜 58-1 ☎ 530・8261	午前 6 時 30 分～10 時 30 分、午後 1 時～8 時	〈定期のみ〉 一般自転車 1,600 円 学生自転車 800 円
拝島駅北口 1 階	熊川 1398-1 ☎ 530・7902	午前 6 時 30 分～10 時 30 分、午後 4 時～8 時	
拝島駅北口 2 階	熊川 1398-1 ☎ 530・7902	拝島駅北口 1 階と同じ	
拝島駅南口臨時	熊川 446-1	不定期巡回	〈定期〉一般自転車 1,600 円 学生自転車 800 円 原動機付自転車 3,000 円 〈一時〉自転車 100 円 原動機付自転車 150 円
熊川駅東	熊川 798-1	不定期巡回	

防災無線の放送内容が電話で確認できます。【専用電話番号】☎ 539・2061 または ☎ 539・2062

福生市長選挙の日程について

私たちが住むまちの、今後 4 年間の市政を託す市長を選ぶ大切な選挙です。必ず投票しましょう。  
**【投票日】** 5 月 15 日 (日)  
**【期日前投票】** 5 月 9 日 (月)～14 日 (土)  
**▼福生市長選挙立候補予定者説明会**  
**【日時】** 3 月 28 日 (月) 午後 2 時  
**【場所】** 市役所第一棟 2 階 第 1 会議室  
**【問合せ】** 選挙管理委員会 事務局 ☎ 551・1802

「声の市議会だより」をお届けしています

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」(デジィー方式の CD 版) をお届けしています。ぜひご利用ください。  
**▼デジィー (DAISY) とは**  
 デジタル録音図書の国際標準で、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となりますが、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

交通安全講習会のお知らせ

交通事故はいつどこで起こるか分かりません。交通ルールを守ることの大切さをお確かめいただきますよう、ご家族そろってご参加ください。  
**【日時】** 3 月 25 日 (金) 午後 7 時 (開場 6 時 30 分)  
**【場所】** 市民会館小ホール (つつじホール)  
**【内容】** 映画及び講話  
**【問合せ】** 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

〇市内の地区別 空き巣・ひったくり発生状況 (平成 28 年 1 月中)

地区	面積 (km <sup>2</sup> )	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	1	1		
北園	0.32				
南園	0.41				
加美	0.61				
東町	0.05				
計	6.92	1	1	0	0

消防少年団員募集!

福生消防少年団では、一緒に活動する団員を募集しています。私たちと一緒に活動してみませんか?  
**【消防少年団とは?】** 防火・防災に関する知識・技術を身につけるとともに、規律ある団体行動や奉仕活動などを通じて、社会の基本的なルールをきちんと守り、

4 月の無料相談 【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

※予約開始日が土・日・祝日の場合、翌日以降最初の平日から予約開始となります。

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	6 日 (水)	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	7 日 (木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	12 日 (火)			
税務相談	28 日 (木)			
法律相談	2 日 (土)・13 日 (水)・20 日 (水)・27 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	21 日 (木)			
少年相談	15 日 (金)			
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前 9 時～正午、午後 1 時～4 時	市役所 1 階 介護福祉課	介護福祉課介護保険係 ☎ 551・1764
子ども相談	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。 ☎ 539・2555
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こと。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 ☎ 551・1699
事業資金相談	14 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、苦情相談、権利擁護相談、心配ごと相談 (☎ 552・5027 福祉センター)

思いやりの心を持った責任感のある大人に育つよう、日々の活動に取り組んでいきます。  
**【活動内容】** 月 1 ～ 2 回程度の活動で、消防の仕事や火災予防について学んだり、初期消火訓練、応急救護訓練を実施しています。また、地域のお祭りのパレードや高齢者施設の訪問など、鼓笛演奏を通じて、防火防災への心がけを普及する社会活動にも参加しています。キャンプやクリスマス会などの楽しい団体活動もあります。  
**【対象】** 福生市・羽村市・瑞穂町在住の新小学 3 年生から新中学 3 年生までの男女  
**【募集期間】** 随時福生消防署で受付しています。入団が履歴書 (写真貼付) 及び  
**【申込み】** 3 月 15 日 (火) ～ 22 日 (火) (19 日 (土)・20 日 (祝)・21 日 (月) を除く) の間に、本人  
**【試験の方法】** 面接 (3 月 25 日 (金))  
**【募集人員】** 1 名  
**【雇用期間】** 4 月 1 日～平成 29 年 3 月 31 日 (翌年度以降、期間の更新の制度あり)  
**【受験資格】** 介護支援専門員、看護師、または社会福祉士のいずれかの資格を有する方  
**【費用】** ありません。  
**【問合せ】** 福生消防署防災安全係 ☎ 552・0119 (内線 3200)  
**地域包括支援センター嘱託員募集**  
 インターネットでのお申し込みも可能です。  
**水道局多摩お客さまセンターにご連絡ください**

資格を有することを証明できるもの (原本及び写し) を持参のうえ、直接市役所第一棟 5 階職員課 (☎ 551・1589) へお越しください。  
 インターネットでのお申し込みも可能です。  
**水道局多摩お客さまセンター** ☎ 0570・091100 (ナビダイヤル) または ☎ 548・5100 (日・祝日を除く午前 8 時 30 分～午後 8 時)



【安全安心まちづくり市民ひろば】 犯罪のない、安全で安心なまちづくりを推進するため、話し合いをしています。市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。【日時】 3 月 23 日 (水) 午後 7 時～9 時 【場所】 白梅会館 2 階会議室 【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

### 国保だより

#### ▼新しく会社等の健康保険に加入される方へ

国民健康保険に加入していた方が就職などで会社等の健康保険に加入したときは、福生市の国民健康保険の資格を喪失する届出が必要です。会社等の健康保険証が交付されたら、市役所1階5番保険年金課保険年金係へ14日以内に届出をしてください。届出後の国民健康保険の資格は、会社等の健康保険に加入（取得）した日にさかのぼって喪失されます。

#### ▼届出をしないでいると

・国民健康保険の資格喪失が行われず、本来支払う必要のない国民健康保険税も課税されます（届出をした時点で正しい国民健康保険税に算定し直します）。

・会社等の健康保険に加入した後に、病院を受診する時は、必ず新しい保険証を提示してください。病院で国民健康保険証を使用すると、国民健康保険が病院に支払った医療費を返還していただくことがあります。なお、支払った医療費は、会社等の健康保険に請求できます。

#### ▼届出に必要なもの

- ①加入された方全員の会社等の健康保険証（または資格証明書）
- ②加入された方全員の国民健康保険証
- ③届出人の本人確認書類（運転免許証等）
- ④加入された方と届出人のマイナンバーのわかるもの

【問合せ】保険年金課保険年金係 ☎ 551・1640

### 年金だより

#### 「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入する必要があります。保険料を納めるのが困難な場合は、本人の所得が一定以下であれば保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」が申請できます。

対象は、大学（大学院）・短期大学・高等学校・高等専門学校・専修学校及び各種学校（修業年限一年以上である課程）、一部の海外大学の日本分校に在学の方です。また、夜間・定時制課程や通信制課程の方も含まれます。申請の際は、申請年度の在学を確認できる学生証・在学証明書をお持ちください。

学生でない30歳未満の方の場合は、本人及び配偶者の所得が一定以下であれば保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」が申請できます。

これらの制度の申請を行わずに保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故などにより障害が残った際に、障害年金を受けることができなくなる場合があります。

なお、「学生納付特例制度」「若年者納付猶予制度」が承認された期間は老齢基礎年金を受給するために必要な期間に算入されますが、年金額には反映されません。10年以内であれば、「追納制度」を利用してこの期間の保険料を納めて年金額に反映させることができます。

【問合せ】保険年金課保険年金係 ☎ 551・1670、青梅年金事務所 ☎ 0428・30・3410

### 福生市まちづくりに資する寄附金（ふるさと納税）



2月1日から29日までの間に匿名で3名の方から9万3千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。（平成27年度累計37件）

### 市税等の納め忘れはありますか？

2月29日(月)をもって、平成27年度分の市税等の最終納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。

341万463円  
【問合せ】契約管財課管財係 ☎ 551・1535

【最終納期限が経過した平成27年度分の市税等】  
・市・都民税（第1期～第4期）  
・固定資産税・都市計画税（第1期～第4期）  
・国民健康保険税（第1期～第8期）  
・軽自動車税  
・介護保険料（第1期～第8期）  
・後期高齢者医療保険料（第1期～第8期）

2月29日(月)をもって、平成27年度分の市税等の最終納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。

※納期を過ぎると延滞金が課されます。  
【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

### 消費生活講座「なるほど！知って得するリフォームセミナー」

住宅リフォームを行うにあたって知っておきたい情報（リフォームの流れ・相場金額・工事期間・会社の選び方等）や、相談の多い住宅リフォームトラブルの事例とその対策方法を紹介いたします。

【日時】3月30日(水)午前10時～正午  
【場所】市民会館・公民館3階第4・5集会所  
【定員】先着50人

【持ち物】筆記用具  
【講師】小野清氏（生活協同組合・消費者住宅センター勤務）

【申込み】受付中。シテイセールズ推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699へ。

くるみる ふっさからの お知らせ  
①ガイドツアー「庄巻のチューリップ畑と若葉萌ゆる草花丘陵」玉川上水を歩く  
羽村市根がらみ前水田の約40万本のチューリップ畑の鑑賞や、草花丘陵浅間岳の登山などが楽しめる、春のどかな自然の中を歩くツアーです。  
山頂からは、西多摩地区を望む壮大な景色をご覧ください。加美上水公園

では、中西悟堂「野鳥村」構想の地、新堀橋付近を専任ガイドがご案内します。  
昼食は築100年を越える古い蔵を利用してつくられた「甘蔵」で特製松花堂弁当をお召し上がりください。  
【日時】4月13日(水)午前8時～午後3時ごろ  
※荒天中止

【集合時間・場所】午前7時45分・羽村駅西口階段下  
【定員】20人（応募者多数の場合は抽選）  
【費用】2,000円（昼食代、保険代等）

【持ち物】履き慣れた滑りにくい靴、歩きやすい服装、飲み物  
【行程】羽村駅→根がらみ前水田（チューリップ畑）→羽村堰入口→羽村市郷土博物館→羽村神社・浅間岳

今回は季節の和菓子、桜餅とおはぎを作ります。

創業以来61年間、ひとつひとつの手づくりに、添加物を一切加えず昔ながらの味を守り続けている、伊勢屋店主が講師となって教える和菓子講座です。

【申込み期間】3月17日(木)～4月15日(金)  
【①②共通】【申込み】直接または電話でくるみるふっさ ☎ 530・2341へ。  
※開館時間午前10時～午後6時。月曜日定休（祝日を除く）

【講師】幡垣正生氏（伊勢屋店主）

【費用】900円

【集合場所・すくーる会場】くるみる ふっさ

【定員】先着20人  
※小学生以下のお子さんは保護者の方と一緒にご参加ください。

【日時】4月16日(土)午後2時30分～4時30分（集合時間：午後2時15分）

【伝説のおいしさを、自分の手で作って味わってみませんか。】

間岳→草花丘陵→加美上水公園→お食事（甘蔵）→福生駅解散  
※歩行距離約8km  
【申込み期間】3月17日(木)～4月8日(金)

【すくーる・くるみる】老舗の味、和菓子を学んで作る体験講座

創業以来61年間、ひとつひとつの手づくりに、添加物を一切加えず昔ながらの味を守り続けている、伊勢屋店主が講師となって教える和菓子講座です。

【日時】4月16日(土)午後2時30分～4時30分（集合時間：午後2時15分）

【費用】900円

【集合場所・すくーる会場】くるみる ふっさ

【定員】先着20人  
※小学生以下のお子さんは保護者の方と一緒にご参加ください。

【日時】4月16日(土)午後2時30分～4時30分（集合時間：午後2時15分）

【伝説のおいしさを、自分の手で作って味わってみませんか。】

### 課税課資産税係からのお知らせ

#### ①土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

納税者の方が自己の土地・家屋と、ほかの土地・家屋の価格を比較するため、土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧ができます。

【縦覧期間】4月1日(金)～5月31日(火)（日・祝日は除く）

【縦覧できる方】固定資産税の納税者およびその同居の家族もしくは納税者の委任または代理人の選任を受けた方（納税者の委任状、代理人選任届等の書類が必要です。）

【縦覧方法】印鑑および本人確認ができるもの（納税通知書、課税明細書、運転免許証等）をご持参ください。

#### ②固定資産課税台帳の縦覧

納税義務者、借地借家人の方は、固定資産の課税内容を確認していただくために、該当する固定資産課税台帳を縦覧することができます。納税義務者の方には課税台帳の縦覧にかえて、名寄帳の写しを交付します。

【縦覧期間】通年（日・祝日・年

末年始は除く）  
【閲覧できる方】固定資産税の納税義務者および同居の家族、借地借家人もしくは納税義務者の委任または代理人の選任を受けた方（納税義務者の委任状、代理人選任届等の書類が必要です）  
【閲覧方法】印鑑および本人確認ができるもの（納税通知書、課税明細書、運転免許証等）をご持参ください。なお、借地借家人の方が閲覧する場合は、その旨を証明できる書類（借地借家契約書、地代家賃の領収書など）をご持参ください。

【手数料】1件200円（ただし、納税義務者の方は、縦覧期間中は28年度分の縦覧は無料です。）

【縦覧・閲覧時間】午前8時30分～午後5時15分（ただし、水曜日は午後8時まで。土曜日の正午から午後1時は除く）

【縦覧・閲覧場所】市役所1階4番課税課窓口  
【問合せ】課税課資産税係 ☎ 551・1614

【縦覧・閲覧時間】午前8時30分～午後5時15分（ただし、水曜日は午後8時まで。土曜日の正午から午後1時は除く）  
【縦覧・閲覧場所】市役所1階4番課税課窓口  
【問合せ】課税課資産税係 ☎ 551・1614



【減免世帯への指定収集袋の交付】【日程】4月1日～平成29年3月31日の月～金曜日【場所】市役所一階11番環境課ごみ対策係※詳しくは3月15日発行の清掃だよりをご覧ください。【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

## F-eの取り組み紹介 —わかたけ会館・図書館の環境対策—

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。平成28年1月27日から29日に実施をしたF-e監査の中で、高評価だったわかたけ会館・図書館を紹介します。

### ▼太陽光発電設備

施設の改築を行い、太陽光発電設備を屋上に設置しました。この設置により、電力使用量の約8%の削減効果が出ています。また、館内の太陽光発電モニターで発電電力量が確認



太陽光発電モニター

できます。導入時に計画した発電能力と全館電気使用量の想定値を意識した管理と、設置後の電力使用量のデータ化を行い、設備導入の効果が確認できる管理を行っています。

### ▼環境に関する書籍コーナー

特設コーナーとして「暮らしのサポートコーナー」を常設しています。この中に「エコライフ」というテーマを設定して、地球環境やこれからの暮らしと環境についての関連図書を集めています。

環境にやさしいわかたけ図書館をぜひご利用ください。

【問合せ】環境課環境係 ☎ 551・1718、わかたけ図書館 ☎ 551・0083

## 手話講習会

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皆さん、ぜひご参加ください。

### ▼①入門（夜）

【日時】5月11日～平成29年3月8日の毎週水曜日午後7時～9時（全33回）

【対象】市内在住・在勤の方で手話学習経験のない方

【定員】30人

### ▼②基礎（昼）

【日時】5月13日～平成29年3月10日の毎週金曜日午前10時～正午（全33回）

【対象】市内在住・在勤の方で手話学習経験1年以上の方

【定員】40人

※②について、夏休み期間中の保育に関してはご相談ください。

### ＜①②共通＞

【開講式】5月8日(日)午前10時～正午

【閉講式】平成29年3月12日(日)午前10時～正午

【場所】福祉センター

### 【参加費及びテキスト代】

①入門（参加費1,000円、テキスト代3,500円程度。入門・基礎の内容を含む。DVD付）

②基礎（参加費1,000円。ただし、テキストをお持ちでない方は、テキストを購入していただきます。）

【運営】福生市手話講習会運営委員会

【申込み】3月22日(火)～4月20日(水)必着で、福祉センター等にある所定の申込用紙で社会福祉協議会・ふっさボランティア・市民活動センター（〒197-0004 福生市南田園2-13-1 福祉センター内）へ直接または郵送でお申し込みください。後日、開講式のご案内を送付します。

※応募者が定員を越えた場合は、抽選になることもあります。電話、ファックスでの申込み及び、小学生・中学生の方はご遠慮ください。難聴者・中途失聴者の方はご相談ください。

【問合せ】ふっさボランティア・市民活動センター（福祉センター内） ☎ 552・2122、☎ 553・7532

## 「平成28年度版ごみ・リサイクルカレンダー」を配布します

3月18日(金)から、各家庭にごみ・リサイクルカレンダーを配布します。



一週間以上たっても届かない場合や、2世帯同居などで2部以上必要な方は、環境課ごみ対策係へご連絡をお願いいたします。

共同住宅用カレンダー、英語版カレンダーは窓口に用意してありますので、必要な方は市役所一階11番環境課ごみ対策係までお越しください。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

## 市内の33町会・自治会に折りたたみ式のテントとテントの付属品を配布しました

レクリエーション活動や運動会、また防災訓練等、さまざまなコミュニティ活動の際、幅広く活用できる折りたたみ式テント及び三方幕、テントウエイトを（一財）自治総合センターの宝くじの助成金を受けて配布しました。

【問合せ】協働推進課 ☎ 551・1590

## 「拜島駅南口地区地区計画の変更（原案）」の縦覧を行います

「風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律」の一部改正に伴う、拜島駅南口地区地区計画の変更について、都市計画法第16条の規定に基づき、縦覧を行います。

なお、当該区域内に土地を所有する方や、政令で定める利害関係のある方は、市長に対して意見書を提出することができます。

【日時】3月15日(火)～29日(火)午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

【場所】市役所第一棟3階まちづくり計画課

### ＜意見書の提出＞

【日程】3月15日(火)～4月5日(火)

【提出方法】持参（土・日・祝日を除く）または郵送（〒197-8501 福生市本町5 ※当日消印有効）でまち

## づくり計画課計画グループへ。【問合せ】まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

【日時】4月15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】10人（定員を超えた場合は抽選）

【費用】500円（材料費として、当日お持ちください。）

【持ち物】裁縫道具

【申込み】3月25日(金)～31日(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。）

【日時】4月20日(水)～6月29日(水)（毎週水曜日・午前10時30分～正午（全10回） ※祝日を除く

【場所】福祉センター2階

### 老人福祉センター 介護予防体操事業

【日時】4月20日(水)～6月29日(水)（毎週水曜日・午前10時30分～正午（全10回） ※祝日を除く

【場所】福祉センター2階

## づくり計画課計画グループへ。【問合せ】まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

【日時】4月15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】10人（定員を超えた場合は抽選）

【費用】500円（材料費として、当日お持ちください。）

【持ち物】裁縫道具

【申込み】3月25日(金)～31日(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。）

【日時】4月20日(水)～6月29日(水)（毎週水曜日・午前10時30分～正午（全10回） ※祝日を除く

【場所】福祉センター2階

### 老人福祉センター 介護予防体操事業

【日時】4月20日(水)～6月29日(水)（毎週水曜日・午前10時30分～正午（全10回） ※祝日を除く

【場所】福祉センター2階

## 学習集会所 【対象】原則、①市内在住の60歳以上の方で全日参加可能な方②歩行に問題のない方③火曜日実施の健康体操の参加者でない方

【定員】25人

※定員を超えた場合、抽選で決定します。なお、初めての方を優先します。

【持ち物】動きやすい靴・服装、タオルか手ぬぐい、水分補給できる物

【講師】佐藤イク子氏

【申込み】3月23日(水)～31日(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。）

測定場所	熊川1571番地先誘導灯付近		福生市役所屋上	
	飛行回数	前年同月比	飛行回数	前年同月比
飛行回数	1,055	404	314	184
昼間（午前7時～午後7時）	790	226	190	88
夕刻（午後7時～午後10時）	260	185	121	96
夜間（午後10時～午前7時）	5	-7	3	0
最高音圧レベル（デシベル）	115	-4	91	4
時間帯補正等価騒音レベル（デシベル）	64	1	52	6

## 2月の横田基地飛行回数

【問合せ】環境課環境係

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

【市では個人住宅の耐震化を支援しています】①簡易耐震診断（無料）②耐震診断費用の一部助成③耐震改修費用の一部助成（②、③ともに昭和56年以前に建築された木造二階建て住宅に対して助成）【問合せ】①施設課建築グループ ☎ 551・1972、②・③まちづくり計画課計画グループ ☎ 551・1952

費用の記載のない事業は無料です

児童館で遊ぼう！  
3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

・くまさんひろば 22 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

・遊具開放 DAY 23 日

(水) 午前 10 時～正午

【対象】幼児と保護者

・もちこみカフェ 24 日

(木) 午前 9 時～午後 1 時

【対象】乳幼児と保護者

田園児童館 ☎ 552・3133

・よちよちすくすくひろ

ば 22 日 (火) 午前 10 時 30

分～正午【対象】0、1

歳児と保護者

・ぼんぼこタイム 23 日

(水) 午前 11 時～11 時 20

分【対象】乳幼児と保護

者

・親子であそぼう 4 月 5

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

武蔵野台児童館

☎ 553・8822

・ぴよぴよひろば 28 日

(月) 午前 10 時 30 分～正午

【対象】0 歳児と保護者

・のびのびひろば 4 月 4

日 (月) 午前 10 時 30 分～正

午【対象】0、1 歳児と

保護者

・わくわくひろば 4 月 5

日 (火) 午前 10 時 30 分～

11 時 30 分【対象】2 歳

以上の幼児と保護者

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 U

R L (http://www.fussa-

-jidoukan.net/)

郷土資料室小学生向け事業  
のお知らせ  
郷土資料室では、福生の昔の暮らしや様子、身の回りの自然などに興味を持ってもらえるように、小学生向けのイベントを行っています。

イベントに参加した小学生には、シールを配っています。シール3枚ごとに郷土資料室オリジナルポストカードをさしあげます。シールが30枚になると素敵なプレゼントもあります。ぜひご家族で足をお運びください。  
へシール配布対象の小学生向けイベントへ

▽毎週土・日・祝日に行う「小学生クイズ」・月に一度行うワークシヨップ「わくわく土曜日」(広報ふっさに掲載)・展示ごとに行う「わくわくワークシート」  
【問合せ】郷土資料室 ☎ 530・1120  
※月曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌火曜日休館)  
作品を展示しませんか  
プチギャラリーは皆さんに芸術文化の発表の場として利用いただける展示施設(第一・第二展示室)です。JR福生駅改札口に隣接しているため、多くの方にご来場いただいています。皆さんの作品を公開してみま

健康コーナー「元気に春を迎えよう」  
ぽかぽか陽気の暖かい日があるかと思えば冷たい雨の降る日もあり、春先の天気はとても不安定です。気

せなか?  
【所在地】福生市福生1014-10  
【休館日】毎週月曜日(祝日の場合は要相談)、年末年始  
【使用期間】14日以内  
【使用時間】午前10時～午後7時(搬入日のみ午前9時15分から可)  
【使用料】1日各5,000円  
【申込み】使用日の12か月前の属する月の初日から使用日の3日前までに直接プチギャラリー(☎551・3116)へお越しください。

候の変化に体がついていけず、何となくだるい、疲れやすいという心身の不調を訴える方がいます。そこで、冬の寒さでちぢこまった体をほぐし、春先の体調不良を和らげるために、ストレッチを取り入れてみませんか。  
ストレッチは、筋や関節を伸ばす運動です。ヨガやピラティスもこの運動に含まれ、体の柔軟性を高めるのに効果的です。また、体温を高める効果もあります。最近では、これらの効果に加えてリラクゼーション効果も明らかになってきました。30分程度のストレッチの前後で脳波や自律神経の活動を調べてみると、前頭葉でのアルファ波を増加させ、副交感神経の活動を活性化させることが明らかになっています。  
習慣的なヨガの実施が血圧を低下させることや、柔軟性が高い人は動脈硬化度が低い傾向にあることなども報告されており、これらはストレッチのリラクゼーション効果が関与しているのかもしれない。  
ランニングや筋力トレーニングは辛いと感じる方も、ストレッチなら音楽をかけながら、家で気軽にできるといえると思います。ストレッチで元気に春を迎えてみませんか?  
季節を問わず、手洗いうがいを忘れずに  
【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

閉場時市営プール  
「福春!スポーツ&ゲームイベント」  
開催!!

「福春」爛漫! 夏だけじゃない、いつもと違う市営プールを満喫しませんか。今回、7種目がリニューアル、全12種目に挑戦して高得点を狙おう!!

参加者にはもれなく粗品を、そして今回はあったか〜い特製の「おしるこ」も特別に無料で提供します。

老若男女、誰でも気軽に参加できる種目を通じて、いろいろなスポーツに必要な能力がどれくらい備わっているのかが分かりますよ。ぜひ、遊びに来てください。



【日時】3月27日(日)午前11時～午後4時(最終受付・午後3時)

【場所】市営プール管理棟前テントで随時受け付けます。

【参加費(大人・子ども一律)】  
〈1ラウンド〉300円(参加チケット+ミネラルウォーター1本)〈2ラウンド〉500円(参加チケット+ジュース1本)

【体験種目】①体感10秒トライアルコーナー ②迅速&的確に割りばしレスキューコーナー ③スピード&集中力! ウチワで巻き巻きコーナー ④ドキドキ! 運? びっくり体験+αゲームコーナー ⑤もしもの時のために! 心臓マッサージ体験コーナー(1ラウンド目) / AED体験コーナー(2ラウンド目) ⑥三角巾八折りタイムアタック ⑦三角巾本結びタイムアタック ⑧大型テレビゲーム短距離走タイムアタック ⑨大型テレビゲーム丸太ジャンプタイムアタック ⑩大型テレビゲームビーチフラッグス ⑪コントロールできるか? ラジコンカー競争コーナー ⑫ライフセービング競技ラインスロータイムアタック

☆お馴染み「スポーツ商品セール」も同時開催!

プール用品等を低価格で販売します! また雨天時はシークレット商品を除く全商品が50%引きです! 詳しくは、市営プールホームページ (http://www.v-field.co.jp/fussa-pool/) をご覧ください。

【問合せ】有限会社ブイフィールド(市営プール指定管理者) ☎ 042・677・4897(土・日・祝日を除く午前10時～午後5時)

市民会館催し物

▼「高木正勝コンサート “山咲み/Yama Emi” チケット発売

「Newsweek 日本版」で「世界が尊敬する日本人100人」(2009年)に選ばれるなど、世界的に注目をされている音楽家・映像作家の高木正勝。アニメ作品「おおかみこどもの雨と雪」、「バケモノの子」で音楽を手がけるなど多方面で活躍されています。自らピアノとボーカルを務めるほか、独自の世界観で活躍しているアーティストとともに送る感動のステージをお楽しみください。

【日時】5月28日(土)開場午後2時、開演3時  
【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)

【出演予定】高木正勝(ピアノ/うた)、床絵美(ウポポ/うた)、熊澤洋子(バイオリン)、法橋泰子(ヴィオラ)、きしもとタロー(ブズーキ/笛)、佐藤直子(パーカッション)、山田あずさ(マリンバ/ヴィブラフォン)、沢田稯治(コントラバス)

【料金】全席指定4,500円(税込) ※高校生以下、65歳以上は2,000円(税込・入場時に写真付身分証が必要)。未就学児は入場不可。当日料金は500円増しです。



写真: 三田村亮

【先行発売(窓口のみ)】好評発売中! 午前9時～午後7時15分

【一般発売】3月19日(土)午前9時～  
【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

「ナイターでソフトテニス教室（前期）」参加者募集

今期はナイターで行いますので、日中は忙しい方や夏の日差しを気にされている方も、安心して参加できます！

都合の良い時だけの参加も大歓迎。みんなでソフトテニスを楽しみましょう！

【日時】4月2日、5月7日、6月4日、7月2日、8月6日、9月3日の土曜日、午後6時～9時（全6回）

【場所】武蔵野台テニスコート  
【対象】15歳以上の初・中級者（小・中学生は応相談）

【参加費】1回の参加につき200円（ボール代）  
【持ち物】テニスシューズ着用、ラケットがあれば持参（貸出用ラケットもあり）

【主催・指導】福生市ソフトテニス連盟  
【申込方法・問合せ】参加希望日の前日までにメール（fussasofttennis@gmail.com）で同連盟・菊地または電話・ファックスで

同連盟・浦野（☎552・6868）へ。同連盟ブログ（http://fussasofttennis.blog.fc2.com/）もご覧ください。

中央体育館 新教室スタート！「誰でもかんたんエクササイズ」



申込み不要、文字通り「どなたでも気軽に参加できる」新しい教室が始まります。

内容は、リズム体操やコアトレーニング、キックボクササイズ等、毎回メニューを変えて行う飽きの来ない教室です。試してみたい内容があればぜひ、インストラクターにリクエストしてみてください！

運動を始めるきっかけに、参加してみませんか？

【日時】4月3日～6月26日の毎週日曜日午後4時～5時の全13回

【場所】中央体育館多目的室  
【対象】一般の方（中・高校生は応相談）

【定員】先着15人  
【参加費】毎回500円（使用券込み）

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴、水分補給できる物（ふた付）、タオル等

【参加方法】開始5分前までに窓口へ。  
【問合せ】中央体育館☎552・5511

恒例、春のウォーキング  
念願の「残堀川～軽便鉄道廃線、野山北公園を散策」

20年以上の歴史をもつウォーキングサークル「ふっさウォーキンググループ」の協力で、昨年悪天候により2度も断念したコースに挑戦します！

「名物」のトンネルを抜けて、春の盛りから新緑へと移り変わる風景を楽しみながら、みんなで歩きましょう。

【日時】4月9日（土）午前9時30分～午後2時30分（目安）※雨天時は、翌日4月10日（日）に延期。



【集合】午前9時20分・JR箱根ヶ崎駅前

【コース】JR箱根ヶ崎駅前（開会式）↓残堀川沿い↓軽便鉄道「羽村・山口線」

【参加費】一人150円（保険代など）

【持ち物】弁当、水筒、雨具、敷き物など

【申込方法】4月6日（水）午後5時までに、参加費を添えて直接、市内各体育館へお越しください。

※小学生の参加には保護者の同伴が必要です。

【問合せ】スポーツ推進課☎552・5511

熊川地域体育館事業「キッズ体操」体験レッスン

4月からコース制が始まる「キッズ体操教室」に、体験参加してみませんか？

スタート前に雰囲気を感じる、絶好のチャンスですよ！

【教室名・対象】  
①わくわく幼児体操・新年少児と新年中児  
②ぐんぐん幼児体操・新年中児と新年長児  
③のびのび小学生体操・新小学1～3年生

【日時】①3月26日（土）午前9時45分～10時45分  
②3月26日（土）午前11時～正午  
③3月30日（水）午後3時30分～4時30分

この事業は、福生市体育協会が、オリンピック選手や国民体育大会を初めとする、全国規模の大会における東京都代表選手などの発掘・育成を目指し、各種大会や講演会などの事業を行っているもので、今年で11年目を迎えます。

今年も10の種目で実施  
ジュニア育成地域推進事業

この事業は、福生市体育協会が、オリンピック選手や国民体育大会を初めとする、全国規模の大会における東京都代表選手などの発掘・育成を目指し、各種大会や講演会などの事業を行っているもので、今年で11年目を迎えます。

平成25年、東京国体ソフトボール成年女子の熱戦を体験した世代である市内の小・中学生を対象に、今年も10種目で事業を実施します。

種目の中には、2020年東京オリンピックから復活の可能性があるソフトボールや空手道も含まれます。

興味がありましたら、ぜひお問い合わせください！

【実施種目】少年軟式野球、ソフトボール、空手道、バレーボール、サッカー、柔道、剣道、バドミントン、ソフトテニス、バスケットボール

【実績】東京国体、JOC主催全国大会等、東京都代表選手及び候補選手を輩出

【問合せ】福生市体育協会☎551・0211

★中央体育館事業～子育て応援教室～ ☎552・5511 ※対象は4月からの新学年となります。

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
親子体操（10回）	2歳児と親	水	午前10時30分～11時25分	4月20日～6月29日（5月4日はお休み）	20組	初回1,000円と毎回使用券150円
キッズ体操3（8回）	年少児	木	午後3時30分～4時30分	4月21日～6月16日（5月5日はお休み）	25人	無料

【持ち物】運動できる服装、室内用運動靴・タオル・水分補給できる物（ふた付）  
【申込み】3月30日（水）（必着）までに、中央体育館窓口、電子申請または往復はがきに教室名・氏名（親子・ふりがな）・生年月日・住所・電話番号・返信用宛名（往復はがきのみ）を記入し、〒197-0005 福生市北田園2-9-1 中央体育館へ（申込み多数の場合は抽選）。

★福生地域体育館～当日参加型教室～ ☎530・8811

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
ナイトヨガ	16歳以上の方	月	午後7時30分～8時30分	4月4日～	30人	毎回500円
骨盤コア		火	午後1時30分～2時30分	4月5日～	15人	
ランチヨガ		水	午後0時10分～1時10分	4月6日～	30人	
ズンバ		木	午後7時30分～8時30分	4月7日～	30人	
シェイプアップヨガ（託児付き）		金	午前10時30分～11時30分	4月8日～	30人	
やさしいエアロ（託児付き）	16歳以上の方	火	午前10時～11時	4月5日～	40人	毎回300円
かんたんエクササイズ	中・高年の方	水	午後1時30分～3時	4月6日～	50人	
サンデーエクササイズ	16歳以上の方	日	午前9時～10時	4月3日～	40人	
さわやか軽スポーツ	中・高年の方	金	午後2時～3時30分	4月8日～	20人	毎回150円（4月8日は無料）

【参加方法】予約不要、当日直接受付へ（先着順）。※休館日・祝日はお休み。  
【託児について】〈対象・定員〉1歳児から未就学児まで・5人（要予約、別途料金がかかります。詳しくはお問い合わせください。）

★熊川地域体育館～体験コース型教室～ ☎552・1980

教室名	対象	曜日	時間	期間	定員	参加費
ベビとも体操	4か月以上の子と親	月	午前10時～10時45分	4月18日～7月4日	10組	指導料900円+毎回使用券150円
よちよち親子体操	1、2歳児と親		午前11時～正午		15組	
すくすく親子体操	2、3歳児と親	水	午前10時～11時	4月13日～7月20日	15組	指導料1,300円+毎回使用券150円
のびのび小学生体操	小学1～3年生		午後3時30分～4時30分		20人	
かんたんエアロ	一般の方	木	午前10時～11時30分	4月14日～7月28日	15人	指導料1,400円+毎回使用券150円
わくわく幼児体操	年少・年中児	土	午前9時45分～10時45分	4月9日～7月23日	15人	指導料1,500円+毎回使用券70円
ぐんぐん幼児体操	年中・年長児		午前11時～正午			

【参加方法】予約不要、当日直接受付へ（先着順）。※休館日・祝日はお休み。  
・期間の初日のみ、使用券（150円または70円）のみで参加できます。継続参加を希望される場合は、2回目参加時に指導料をお支払いください。

★地域体育館共通ホームページ（http://www.tama-spo.com/fussa）

平成28年度 保健センター

保健事業日程表

【問合せ】保健センター（福生 2125-3） ☎ 552-0061 ※駐車スペースに限りがありますので車での来庁はご遠慮ください。

平成28年度 がん検診等予定表 ※年齢は平成28年4月1日現在の年齢

Table with columns for business name, implementation location, implementation dates (Apr-Mar), and application methods. Rows include chest X-ray, colon cancer, breast, uterine, bone density, stomach, lung, female doctor breast/uterine, oral, and dental checkups.

平成28年度 成人健康診査予定表 ※年齢は、平成28年度中に該当年齢となる方。若年健康診査は、平成28年4月1日現在で30・35歳の方。

Table with columns for business name, implementation location, implementation dates (Apr-Mar), and application methods. Rows include specific health checkups for 40-74, elderly, young adults, and hepatitis B.

平成28年度 乳幼児健康診査日程表

Table with columns for date, target age, and target birth date. Rows are organized by age group: 3-4 months, 1 year 6 months, and 3 years.

【受付時間・場所】午後1時～1時45分・保健センター 【対象】対象の方には保健センターから通知します。 【内容】身長体重測定・内科診察・育児相談・栄養相談 【持ち物】母子健康手帳・保険証・郵送されたもの・歯ブラシ(3～4か月児健康診査は不要)

6か月児・9か月児健康診査 6か月児・9か月児健康診査は、個別に受診してください(受診票は3～4か月児健康診査の際に交付しますので、満月齢を過ぎたら都内の指定医療機関で必ず受診してください)。 ※受診予定の医療機関に事前に確認を取ってください。 【内容】身長体重測定、内科診察等 【持ち物】母子健康手帳・受診票・保険証

平成28年度 母子保健事業日程表

Includes 'Papa Mama Class' (パパママクラス) and 'Lactation Classroom' (離乳食教室). Details include class content, dates, times, and locations for various programs.

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)

【図書館年度未整理日】電算作業などのため、年度末の3月31日(木)は、市内の図書館は休館になります。なお、中央図書館2階学習室、郷土資料室は午前10時～午後5時まで開室します。【問合せ】中央図書館 ☎ 553・3111

## 平成 28 年度 健康相談等日程表 (8 面の続き)

### ●健康相談【場所】①市役所 1 階ロビー

日程	測定項目	日程	測定項目
4月 7日	脳年齢	10月 6日	脳年齢
4月 21日	足指力	10月 20日	体組成
5月 19日	体組成	11月 17日	骨密度
6月 2日	骨密度	12月 1日	血管年齢
6月 16日	血管年齢	12月 15日	足指力
7月 7日	足指力	1月 5日	脳年齢
7月 21日	脳年齢	1月 19日	体組成
8月 4日	体組成	2月 2日	骨密度
8月 18日	骨密度	2月 16日	血管年齢
9月 1日	血管年齢	3月 2日	足指力
9月 15日	足指力	3月 16日	脳年齢

【日時】毎月第一・三木曜日午前9時30分～11時  
※予約不要

### ②【場所】福生地域体育館

日程	測定項目	時間
4月 11日(月)	血管年齢	午前10時～正午 ※申込不要
5月 12日(木)	足指力	
6月 14日(火)	体組成	
7月 6日(水)	骨密度	
10月 17日(月)	血管年齢	
11月 10日(木)	足指力	
12月 7日(水)	体組成	
1月 6日(金)	骨密度	

### ●ヘルスチェック (申込制)

日程	時間帯
4月 21日(木)	午後
5月 23日(月)	午後
6月 29日(水)	午前
7月 25日(月)	午前
8月 30日(火)	午前
9月 8日(木)	午前
10月 7日(金)	午前
11月 29日(火)	午後
12月 13日(火)	午後
1月 23日(月)	午後
2月 14日(火)	午後
3月 29日(水)	午前

【場所】保健センター  
【時間】〈午前〉①午前9時30分受付②午前10時30分受付  
〈午後〉①午後1時30分受付②午後2時30分受付  
【内容】血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定  
※前回受けた方は、6か月経ってからお申し込みください。

### ●BCG集団接種

日程
4月 22日(金)
5月 16日(月)
6月 15日(水)
7月 12日(火)
8月 19日(金)
9月 15日(木)
10月 11日(火)
11月 16日(水)
12月 12日(月)
1月 19日(木)
2月 17日(金)
3月 15日(水)

【受付時間】午後0時50分  
【場所】保健センター  
【対象】生後1歳に至るまでの乳児(標準的接種期間:生後5～8か月未満※1回の接種で完了)  
【持ち物】母子健康手帳・予診票  
※お子さんの体調が分かる保護者の方が同伴してください。

### 乳幼児健康診査日程表の続き

### ●すくすく歯科健診

日程	曜日
4月 6日・20日	水
5月 11日・18日	
6月 1日・15日	
7月 6日・20日	
8月 3日・17日	
9月 7日・21日	
10月 5日・19日	
11月 2日・16日	
12月 7日・21日	
1月 11日・18日	
2月 1日・15日	
3月 1日・15日	

【受付時間】午後1時～2時  
【場所】保健センター  
【対象】3歳11か月になる月までの乳幼児  
【持ち物】母子健康手帳・歯ブラシ・コップ  
【申込み】電話で保健センターへ。  
※対象年齢の方にはフッ素塗布を行います。歯ブラシを2本お持ちください。

### 身体障害者補助犬同伴者への理解・促進について

「身体障害者補助犬法」により、官公庁等の公共機関や公共交通機関、不特定多数の人が利用する施設等では、身体障害者補助犬(盲導犬、介助犬、聴導犬)の同伴を拒んではならないことになっていきます。身体障害者補助犬を同伴している方の社会参加促進のため、ご理解をお願いします。  
【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

### 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、「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】①4月12日(火)午後2時～4時②4月26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

### ファミリー・サポート・センター会員募集

ファミリー・サポート・センターは、子育ての援助をしてほしい方(依頼会員)と、援助ができる方(提供会員)が会員となり、地域で助け

合いながら子育てをする有償ボランティアによる会員組織です。保育園などの送迎や、買い物などの外出時に子どもを預かるなど一時的な支援を行います。

【対象】市内在住または在勤で、生後57日から小学校6年生までのお子さんのいる方

【利用料金】1時間あたり700円～900円  
▼提供会員の募集

【対象】市内在住で20歳以上の心身ともに健康な方。センターが実施する講習会の受講が必要です。

▼事業説明  
子ども応援館1階で随時行っています。  
【申込み・問合せ】ファミリー・サポート・センター ☎ 553・7511

### 図書館おはなし会

▼中央図書館おはなし会  
【日時】4月6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)午後3時～  
【場所】中央図書館

▼中央図書館おはなし会「おはなしポケット」  
【日時】4月2日(土)午後3時～  
【場所】中央図書館

▼中央図書館乳幼児向けおはなし会「おはなしであそぼ!」  
【日時】4月5日(火)午前11時～  
【場所】中央図書館

▼わかぎり図書館おはなし会  
【日時】4月14日(木)午後3時30分～  
【場所】わかぎり図書館2階

▼わかぎり図書館乳幼児向けおはなし会  
【日時】4月27日(水)午前11時～11時30分

【場所】わかぎり図書館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】4月13日(水)・27日(水)午後3時～  
【場所】わかたけ図書館2階

▼わかたけ図書館乳幼児向けおはなし会  
【日時】4月21日(木)午前11時～  
【場所】わかたけ図書館2階

▼武蔵野台図書館乳幼児向けおはなし会  
【日時】4月20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  
※武蔵野台児童館との共催です。直接どうぞ。  
【問合せ】各図書館へ。

中央図書館 ☎ 553・3111  
わかぎり図書館 ☎ 552・7421  
わかたけ図書館 ☎ 551・0083

武蔵野台図書館 ☎ 553・8881

### 市民のひろば

#### 【会員募集】

▼SSS福生  
氣功・ヨガ・太極拳をミックスしたオリジナルワークです。

【日時】毎月1回水曜日午前10時～午後5時(要問合せ)  
【場所】田園会館等  
【参加費】月1回4,000円  
【問合せ】鈴木 ☎ 558・7199

#### 【催し物】

▼福生市ダンススポーツ連盟 社交ダンス初心者教室  
ワルツ、タンゴを踊ってみませんか。初心者対象。

【日時】4月7日～5月26日の毎週木曜日午後1時30分～3時30分(5月5日を除く。全7回)  
【場所】市民会館・公民館第4・5集会室

またはさくら会館3階ホール

【費用】全7回で1,000円

【問合せ】藤野 ☎ 551・3145

#### ▼糸満あんま～想い

沖縄文化を發表します。

【日時】4月10日(日)開場午後0時30分、開演午後1時  
【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)

【入場料】1,500円(全席自由)  
【問合せ】玉城 ☎ 090・1805・5215、垣花 ☎ 042・539・0270(ニライハウジング)

#### ▼福生美術協会第2回展

福生で活躍中の芸術家による絵画等の作品展です。

【日時】4月26日(火)～5月1日(日)午前10時～午後7時(初日は午後1時から。最終日は午後5時まで)  
【場所】プチギャラリー※入場無料  
【問合せ】伊藤 ☎ 552・0138





# 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 専門職による相談、健康機器による測定	4月7日(木)・21日(木)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
	4月11日(月)午前10時～正午	福生地域体育館	
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	4月21日(木)	保健センター	20歳以上の方・先着35人※前回受けた方は6か月以上経ってからお申し込みください。
	①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)		
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	4月1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
	4月20日(水)午前9時30分～10時30分	保健センター	
④離乳食教室(前期・中期食) 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	4月13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
⑤すくすくベビークラス(ねんねの頃)	4月14日(木)午前10時～11時30分		2～5か月ごろの乳幼児と保護者・先着20組
⑥パパママクラス(4・5月コース) お産の話、栄養の話、お風呂の入れ方、マタニティエクササイズ等	4月16日(土)・28日(木)、5月14日(土)・19日(木)、26日(木)午後1時30分～3時30分		これからパパ・ママになる方、祖父母等・先着20組
⑦すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	4月6日(水)・20日(水)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ・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・⑥は3月17日(木)から、⑦は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

## 4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	午前9時～正午 午後1時～5時
3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	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅 1-174-1 (青梅市健康センター内) ☎ 0428・23・2191
10日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
17日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
24日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
29日(祝)	福生市休日診療所	石畑診療所 瑞穂町石畑 207 ☎ 557・0072	東青梅休日歯科診療所

## 4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	19日(火)	平成27年12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	平成27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	26日(火)	平成26年9月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	5日(火)	平成25年3月生まれ	

## 4月の予防接種(BCG)

期日	備考
22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。

○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。

### 医師会だより

#### アレルギー性鼻炎に対する舌下免疫療法について

アレルギー性鼻炎に対する治療は、主に抗原の回避(原因物質の吸入を減らすこと)、薬物療法(内服薬や点鼻薬)、手術療法(レーザー手術や粘膜切除等)が行われてきました。またアレルギーを根本から改善させる治療として、アレルギーの原因となっている物質(アレルゲン)を皮下注射することにより症状を改善させる皮下免疫療法も行われてきましたが、痛みを伴うこと、医療機関のみでの治療になること、ショックなどの強い副作用の可能性があるなどの点であまり普及しませんでした。

これらに対してアレルゲンを舌下部に投与することによって治療する舌下免疫療法が始まっています。現在のところ、スギ花粉とダニアレルギーに対する治療が行われています。スギ花粉に対する舌下免疫療法薬は平成26年10月に発売されました。舌の下に薬液を入れ、2分間保持した後に飲み込みます。徐々に薬液の量を増やしていき、以後は一定量を毎日飲み続けます。ダニに対する舌下免疫療法薬は、平成27年11月から12月に相次いで発売されました。ダニに対する薬は口に含むとすぐに溶ける崩壊錠であり、同様に舌下部に保持した後に飲み込み、増量後は一定量を毎日飲み続けます。

舌下免疫療法は痛みがなく、自宅で治療を継続できる利点がありますが、いったん治療を始めた場合2年以上にわたり毎日服用を継続する必要があります。また舌下免疫療法でも口の中が腫れたりかゆくなったりする副作用の起きることがあります。まれにアナフィラキシー等の強い副作用の起きる可能性もあってされています。効果には個人差がありますが、アレルギー性鼻炎の症状を和らげる効果が期待できます。各薬剤の処方登録された医療機関に限られますので、受診前に確認する必要があります。なおスギ花粉に対する舌下免疫療法薬は、スギ花粉飛散期(1月から5月)に開始することはできません。

【文責】大野医師

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

### 各種健(検)診のお知らせ

#### ①骨密度測定健診(5月)

対象年齢にご注意ください。

【期間】5月2日(月)～31日(火)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住で40・45・50・55・60・65・70歳の女性(年齢は平成28年4月1日現在)

【定員】約100人(抽選)

【健診方法】医療機関における個別健診。X線による第2中手骨密度測定。

#### ②子宮頸がん検診(5月)

2年に一度受けましょう。

【期間】5月2日(月)～31日(火)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の20歳以上(年齢は平成28年4月1日現在)の女性で、平成27年度に子宮頸がん検診を受診していない方

#### ◆次のような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。

【定員】約200人(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)

2年に一度受けましょう。

【期間】5月2日(月)～31日(火)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の40歳以上(年齢は平成28年4月1日現在)の女性で、平成27年

度に乳がん検診を受診していない方

◆次のような方は受診できない可能性がありますので、申込みの前に保健センターまでご連絡ください

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・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

【定員】約100人(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)と視触診。

【費用】1,600円

※生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を指定医療機関に提出していただくと全額無料で受診できます。

#### 〈①～③共通〉

【申込み】往復はがきで申込み。4月1日(金)当日消印有効。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1日(金)午後11時59分まで)。

※検査の結果、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いく場合があります。

#### ▼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⑥〇〇健診(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1つの健(検)診の申込みです。記載内容に不備があると受診できません。

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

※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。