

「地域で暮らす、はじめの一歩」町会・自治会に加入しましょう

## フレッシュランド西多摩からのお知らせ

### ▼入浴回数券 20%割引販売

11 回分のお得な回数券（3 時間利用）を割引価格で販売します。  
**【期間】** 12 月 2 日（土）～ 15 日（金）  
 ※休館日を除く

区分	通常価格⇒割引価格
福生市・青梅市・羽村市・瑞穂町在住の方	大人 5,000 円⇒4,000 円 子ども 2,500 円⇒2,000 円
上記以外の地区に在住の方	大人 8,000 円⇒6,400 円 子ども 4,000 円⇒3,200 円

### ▼写真作品展

デジタルさくらサークルによる写真作品展を開催します。  
**【期間】** 12 月 5 日（火）～ 17 日（日）

### ▼クリスマスイベント

小学生以下の子どもたちにお楽しみプレゼント！（入館者対象・数量限定）  
**【期間】** 12 月 19 日（火）～ 24 日（日）



### ▼ゆず湯（冬至風呂）

露天風呂の「ゆず湯」で体を温めて、ゆっくりとおくつろぎください。  
**【日程】** 12 月 22 日（金）

### ▼教室案内

- ①フラダンス教室…毎週水曜日、午後 1 時～ 2 時
- ②ヨーガ教室…毎週木曜日、午後 1 時 30 分～ 2 時 30 分

**【参加費（1 回）】** ①、②とも、福生市、青梅市、羽村市、瑞穂町在住の方 800 円、その他の地域に在住の方 1,100 円  
 ※参加費は、教室と入浴 3 時間のセット料金です。また、回数券、サービス券などは利用できません。

### ▼年末年始の営業について

#### ＜浴場施設＞

**【休館日】** 12 月 30 日（土）～ 1 月 1 日（祝）  
**【開館日】** 1 月 2 日（火）正午から営業  
 ※年頭の来館者に「開運根付」をプレゼント！（入館者対象・数量限定）

#### ＜体育館、集会施設＞

**【休館日】** 12 月 29 日（金）～ 1 月 3 日（水）  
**【開館日】** 1 月 4 日（木）から営業  
 ※ヨーガ教室は 1 月 4 日（木）、フラダンス教室は 1 月 10 日（水）から開催します。  
**【問合せ】** フレッシュランド西多摩 ☎ 570・2626  
 ※ホームページもご覧ください。

## 都民住宅（あき家）入居者募集



都民住宅とは、中堅所得者向けの賃貸住宅です。仲介手数料・礼金・更新料は、必要ありません。※都営住宅とは異なります。

**【募集住宅】** あき家（抽選募集）都内各団地  
 ※抽選募集のほか先に着順募集のあき家もあります。詳しくは募集センターへお問い合わせください。  
**【主な申込資格】**  
 ①都内に居住する成年者であること  
 ②同居親族がいること

③世帯の所得が所得基準内であること  
 ※詳細は募集案内をご覧ください。  
**＜申込書・募集案内の配布＞**  
**【配布期間】** 12 月 4 日（月）～ 12 日（火）まで（日曜日・開庁時間外を除く）  
**【配布場所】** 市役所 1 階ロビー  
 ※申込書・募集案内は、募集期間中（最終日は午後 6 時まで）のみ、東京都住宅供給公社のホームページ <http://www.to-kousya.or.jp/> からダウンロードすることができます。  
**【問合せ】** 東京都住宅供給公社募集センター ☎ 03・3498・8894（土・日曜日を除く）

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（昭和 56 年以前に建築された木造二階建て住宅の耐震診断に対して助成）  
 ③耐震改修費用の一部助成  
**【問合せ】** ①施設公園課 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

### 点字ブロックの上に自転車などを止めないで！

点字ブロックは視覚障害者を安全に誘導するために地面や床面に敷設されているブロック（プレート）のことです。点字ブロックの上に自転車などを止める行為は、視覚障害者や高齢者、障害者などの安全を脅かす恐れがあります。点字ブロックの上に自転車などを止める行為は、道路交通法違反となります。また、点字ブロックは視覚障害者や高齢者、障害者などの安全を脅かす恐れがあります。点字ブロックの上に自転車などを止める行為は、道路交通法違反となります。また、点字ブロックは視覚障害者や高齢者、障害者などの安全を脅かす恐れがあります。点字ブロックの上に自転車などを止める行為は、道路交通法違反となります。

### あいさつ運動を実施します



福生市町会 長協議会では、あいさつを通してコミュニケーションの活性化による豊かな人間関係づくりと、安全で安心して暮らせるまちづくりを目指しています。笑顔で交わすあいさつの大切さを広めること、町会・自治会への加入促進を図るため、市内の 5 駅であいさつ運動を実施します。  
**【日時】** 12 月 12 日（火）午前 7 時～ 8 時（雨天の場合は 13 日（水）に順延）  
**【問合せ】** 協働推進課 ☎ 551・1590

### 1 月の女性悩みごと相談 ～羽村市との共同事業～

自分自身の生き方、家族や職場の人間関係、配偶者や恋人からの暴力など、女性が抱えるさまざまな悩みごとの相談をお受けします。  
**＜福生市の日時・場所＞**  
 10 日（水）・ 24 日（水）午前 9 時～午後 1 時・市役所 1 階秘書広報課広報聴係内第一相

### 談室

＜羽村市の日時・場所＞  
 17 日（水）・ 31 日（水）午後 1 時 30 分～ 4 時 30 分・羽村市役所 1 階市民相談室

**【申込み】** 福生市・羽村市在住の女性の方でしたら、どちらの市へも申込みが可能です。予約制で先着 3 人まで。予約は、相談日の 1 か月前から福生市秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529、羽村市市民相談係 ☎ 555・1111（内線 541）へ。

### オレンジカフェ ふっさ 同じ悩みを語り合いましょう

認知症等の「当事者の方」「その方の家族」「支援している方」等が、認知等について相談したり、日ごろの悩みを語り合うことで、交流を深めることができるカフェです。ほっとするひとときを一緒に過ごしましょう。  
**【日時】** 12 月 12 日（火）午後 1 時 30 分～ 3 時  
**【場所】** 福祉センター 1 階  
**【定員】** 20 人程度※申込み不要  
**【費用】** 参加費一人 100 円  
**【問合せ】** 社会福祉協議会・成年後見センター 福生 ☎ 552・5027（土・日曜日を除く）午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

### 各種手当等振込みのお知らせ

特殊疾病患者福祉手当、心身障害者福祉手当を 12 月中旬に振り込みます。  
**【問合せ】** 障害福祉課 ☎ 551・1742

## 高齢者介護予防教室

**【対象】** 市内在住の 65 歳以上の方で、介護認定がなく医師による運動制限がない方

教室名	内容	期間・定員	場所
①元気はつらつ教室	運動プログラム（椅子に座って行う軽運動、ストレッチ、脳トレ運動）、健康講話、食とお口の健康講座、体力測定など	① 1 月 10 日～ 3 月 28 日の水曜日午前 10 時～正午・先着 21 人 ② 1 月 5 日～ 3 月 30 日の金曜日午前 10 時 10 分～午後 0 時 10 分・先着 23 人 ③ 1 月 11 日～ 3 月 29 日の木曜日午前 10 時～正午・先着 21 人 ④ 1 月 5 日～ 3 月 23 日の金曜日午前 10 時～正午・先着 15 人	①わかたけ会館 ②さくら会館 ③かえて会館 ④わかざり会館 ※応募多数の場合は、初めての方を優先します。
②脳と体のトレーニング教室（認知症予防教室）	健康運動指導士の指導による運動を取り入れたプログラムで脳の活性化、認知症予防のための運動や講義など	1 月 9 日～ 3 月 27 日の火曜日午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分・先着 20 人	福祉センター ※応募多数の場合は、初めての方を優先します。
③筋力向上トレーニング教室・初級（柔道整復師会）	個人の身体状況などに応じた機能訓練	<b>【日時】</b> 申込みの際、各接骨・整骨院と相談 <b>【回数】</b> 初級は 12 回（1 回 30 分程度）、フォローは 10 回（1 回 60 分程度）	福生市・青梅市・羽村市・瑞穂町にあり、市と契約している接骨・整骨院（あきやま整骨院、牛浜大野接骨院、内浦接骨院、勝田接骨院、拜島堂整骨院、細谷接骨院）
④筋力向上トレーニング教室・フォロー（柔道整復師会）	個人の身体状況などに応じた機能訓練（原則すでに、筋力向上トレーニング教室に参加したことがある方）	<b>【定員】</b> 初級：先着 30 人・フォロー：先着 120 人	

**【申込み】** 12 月 5 日（火）～ 12 日（火）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。

## 臨時福祉給付金（経済対策分）の申請受付は 12 月 15 日（金）で終了します

臨時福祉給付金（経済対策分）は、平成 29 年 6 月 30 日で申請受付を終了し、長期入院等のやむを得ない事情により申請ができなかった方のみ受付を継続してきましたが、12 月 15 日（金）ですべての申請受付を終了します。

なお、期限内に提出された申請書の内容に不備のある方へは、個別に通知していますが、12 月 15 日（金）までに提出がない場合には、申請を取り下げたものとみなし、給付金を受給できなくなります。

**【問合せ】** 社会福祉課庶務・福祉計画担当 ☎ 551・1735

