

人口と世帯数 (平成 31 年 4 月 1 日現在)	
人口	男 28,954
	女 29,021
	計 57,975
世帯数	30,452

**まちの写真ニュース**  
3月30日～4月7日の期間で開催した第36回ふっさ桜まつりが終了しました。夜桜のライトアップや多数のイベントを開催し、今年も多くの来場者で賑わいました!



今号の主な記事 2面 図書館嘱託員・パートタイマー募集 3面 平成31年度予算概要 4面 市民環境大学～福生の自然を思いきり楽しむ講座～ 5面 市内医療機関等のゴールデンウィーク中の診療について 6面 企画展示「子どもの学び—近現代教育の足跡—」 8面 保健ガイド

## 福生のまちに花と笑顔を咲かせています ～「ふっさ花とみどりの会」の活動紹介～

### 市民の方が参加していく中で発展していった活動

「ふっさ花とみどりの会」は、平成2年から農業委員会が中心となってスタートした「花いっぱい運動」が契機となりその後活動の幅を広げ、市民からも参加者を募集し、平成20年に発足しました。現在は、毎年春・秋に商店街等と協働し、横田基地周辺の外国人ボランティアも受け入れなが

ら、国道16号線沿いの植樹マスや、やなぎ通りのプランターへの花苗植栽、多摩川中央公園内一画の植栽・除草等を行い、通年で花を觀賞できる市民の憩いの場となるよう管理しています。

また、「花いっぱいコンテスト(春・秋)」と表彰式の開催、地球温暖化防止とみどりの普及のための「みどりのカーテンコンテスト」審査員を務めるなど、緑化推進、啓発活動にも広範に取り組んでいます。



### 田中会長が語る「ふっさ花とみどりの会」

#### 活動を行っている会のメンバーについて

「この会の楽しさは無理はせず、皆で和気あいあいと活動できる」と語る田中会長は、会の発足当初から在籍しているメンバーの一人です。

「当初は、町会長や各種団体から選出された方々を中心に結成されましたが、現在はメンバーの多くが公募により集まった方々」ということで、花が好きな市民の方が集まり、田中会長を含む32人のメンバーで、福生を「花いっぱい」にしています。

#### 多摩川中央公園の花が見ごろです!

同会が丁寧に育てた「菜の花」「チューリップ」が現在、多摩川中央公園で見ごろを迎えています。

「ぜひ、この春に多摩川中央公園へお越しいただき、会の皆で育てた花を、多くの市民の方に見ていただきたい」と、田中会長おすすめのスポットです。

### 会員を募集しています

市内を花でいっぱいにする企画や活動を一緒に行っている仲間を募集しています。

年間を通じた花苗植栽等の活動のほか、年に一度、花の知識の向上と会員間の交流を図るために視察研修を行っています。ご興味のある方は、事務局へお問い合わせください。

【問合せ】ふっさ花とみどりの会(事務局・環境課環境係 ☎ 551・1718)

「ふっさ花とみどりの会」

田中 守氏 (72)

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

「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」（DAISY方式のCD版）をお届けしています。ぜひご利用ください。

▼DAISYとは

デジタル録音図書国際標準で、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1割負担）。

【問合せ】 議会事務局庶務係 ☎551・1523

行政相談委員が委嘱されました

4月1日付で、高橋保雄氏、吉澤英治氏が、総務大臣から行政相談委員に

委嘱されました。今後2年間、市民の皆さんからの国、都、公社公司等に対する苦情やご意見を各機関へおつなぎする相談窓口として活躍をしていただきます。

子どもの交通事故に気を付けましょう

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎551・1529

マイナンバーカードの交付申請をされた方へ

【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎551・1691

現在、申請から1か月半程度で交付準備ができた方には、順次市役所から交付通知書を郵送しています。交付通知書が届いている方は、記載してある必要なものを持参し、市役所1階総務窓口課6・7番窓口にお越しください。表示されている保管期限を過ぎても受け取れますが、お早めにご来庁ください。なお、一定期間経過後、受取りに來られない場合は、再度通知を送りますが、その後も受取りに來られない場合は、マイナンバーカードを廃棄します。

もしカードが必要でない場合は、免許証等の本人確認書類を持参のうえ、取消しの手続きにご来庁ください。なお、本人からの電話

子どもは、道路の横断中、生活圏内、午後2時～6時の時間帯で多く発生しています。保護者の方はお子さんが交通事故にあわないようご家庭内で話し合うことが大切です。

小学生低学年の児童は通ルールの習得がまだ未熟です。一方で入学・新学期などで、行動範囲が広がり道路を利用する機会が増えます。車・バイクなどを運転する方は、子どもの急な飛び出しなどに注意して運転しましょう。

宿泊費の一部を助成！ 市民契約保養施設のご案内

市民の皆さんが、市の指定する宿泊施設を利用する場合、宿泊費の一部を市が助成します。

【利用方法】 ①下表の予約申込み先（旅行業者など）へ予約をしてください。料金等は申込み時にご確認ください。②総合窓口課（市役所1階6・7番）で利用申請書を記入のうえ提出して利用券を受け取ってください。※本人確認書類（運転免許証、保険証等）をお持ちください。

【助成金】 下表のとおり（「小人」は4歳以上から小学6年生まで）※一人につき各年度1泊のみです。

【助成対象者】 申請する日の6か月前から引き続き福生市に住民登録されている方。※18歳未満の方だけで利用する場合は、保護者の同意が必要です。

【問合せ】 総合窓口課 ☎551・1595

宿泊施設	助成金	予約申込み先
・旅館 ・ホテル	大人 3,000円 小人 2,000円	・(有)ダイナ旅行 ☎553・3310 ・立川トラベルセンター ☎553・2202 ・(株)サイドサポートサービス ☎513・5273
・保養所		・東京都市町村職員共済組合保養所（シーサイドいづたが） ☎0120・73・1241へ。
・かんぽの宿		・各宿泊施設へ。 日本郵政(株) ☎0120・715・294
・河津温泉旅館組合指定施設 ・津南町観光協会指定施設 ・守山市観光物産協会指定施設		・各宿泊施設へ。

対象施設は総合窓口課・市内公共施設にあるパンフレット、市ホームページでご確認ください。

【問合せ】 総合窓口課 ☎551・1595

市税等の納め忘れはありますか？

2月28日をもって、平成30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。万が一納急にご納付ください。

最終納期限が経過した平成30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）
- ・軽自動車税
- ・国民健康保険税（第1期～第8期）
- ・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）

【問合せ】 収納課 ☎551・1578

平成30年度第7回インターネット公売結果

2月に行われたインターネットによる差押物件の公売は、出品した物品が次のとおり落札されました。売却金は、滞納となつている市税等に充てられます。

【差押物件】 ・大型二輪車（アプリリア）：落札価格117,000円

・4K対応液晶テレビ：落札価格49,500円

【問合せ】 収納課 ☎551・1578

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
人権の上相談・行政相談	8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	9日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	14日(火)			
税務相談	23日(木)			
法律相談	10日(金)・15日(水)・22日(水)・29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	16日(木)			
少年相談	17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。子ども家庭支援センター ☎539・2555
教育相談	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15分	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（要事前連絡）。教育委員会教育相談室 ☎551・7700
消費者相談	毎週月・水・金曜日	午前10時～正午、午後1時～4時	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
事業資金相談	9日(木)	午後1時30分～3時30分	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（市役所代表 ☎551・1511）、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（社会福祉協議会 ☎552・5027）

図書館嘱託員・パートタイマー募集

▼図書館嘱託員募集要項

【募集人員】 1人  
【任用期間】 2019年6月1日～2020年3月31日  
【勤務時間】 週5日（毎週土・日曜日のどちらかを含む）午前9時～午後4時、午前10時～午後5時、午後2時15分～8時15分（ローテーション勤務）※祝日出勤あり、出勤曜日不定  
【報酬】 時間額1,250円  
【勤務場所】 中央図書館・武蔵野台図書館  
【受験資格】 司書、司書補、司書教諭のいずれかの資格（見込みを含む）を有する方  
【試験方法】 面接（5月14日(火)）  
【申込み】 4月15日(月)～5月9日(木)の間に（土・日・祝日を除く）、本人が履歴書（写真貼付）および資格を有することを証明できるものの写しを持参のうえ、直接、市役所第一棟5階職員課 ☎551・1589へ。

▼図書館パートタイマー募集要項

【募集人員】 1人  
【登録期間】 2019年6月1日～2020年3月31日  
【勤務日・時間】 ①勤務月は、偶数月のみ（各月勤務）  
②勤務日・時間は、土・日・祝日の午前10時～午後5時  
【勤務場所】 中央図書館  
【賃金】 時間額990円  
【受験資格】 市内在住で簡単なパソコン操作のできる方  
【試験方法】 面接（5月14日(火)）  
【申込み】 4月15日(月)～5月9日(木)の間に（土・日・祝日を除く）、本人が履歴書（写真貼付）を持参のうえ、直接、市役所第一棟5階職員課 ☎551・1589へ。

福生市まちづくりに資する寄附金（ふるさと納税）

3月1日から31日までの

間に青梅信用金庫理事長平岡治房様から20万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

【問合せ】 契約管財課管財係 ☎551・1535

【ゴールデンウィーク中の市の施設の対応について】 詳細は広報ふっさ4月1日号、または市ホームページをご覧ください。【問合せ】 企画調整課企画調整担当 ☎551・1528

# 平成 31 年度予算概要

平成 31 年度予算が市議会 3 月定例会で決成立しましたので、その概要をお知らせします。

平成 31 年度の一般会計予算は 250 億 8,000 万円で、前年度に比べて 2.8% の増となりました。特別会計予算は 124 億 8,494 万 9 千円で、前年度に比べて 1.8% の増となり、一般会計と特別会計を合計した当初予算額は 375 億 6,494 万 9 千円で、前年度に比べて 2.5% の増となりました。※下水道事業会計は公営企業会計に移行しました。  
【問合せ】 財政課 ☎ 551・1534

## ■予算規模

区分	平成 31 年度 当初予算額	平成 30 年度 当初予算額	増減額	増減率
一般会計予算	250 億 8,000 万円	244 億円	6 億 8,000 万円	2.8%
特別会計予算	124 億 8,494 万 9 千円	122 億 6,145 万 3 千円	2 億 2,349 万 6 千円	1.8%
特別会計内訳				
国民健康保険特別会計	68 億 6,712 万 1 千円	68 億 8,405 万 7 千円	△ 1,693 万 6 千円	△ 0.2%
介護保険特別会計	43 億 4,646 万 4 千円	41 億 9,538 万円	1 億 5,108 万 4 千円	3.6%
後期高齢者医療特別会計	12 億 7,136 万 4 千円	11 億 8,201 万 6 千円	8,934 万 8 千円	7.6%
合計	375 億 6,494 万 9 千円	366 億 6,145 万 3 千円	9 億 349 万 6 千円	2.5%

## ■下水道事業会計

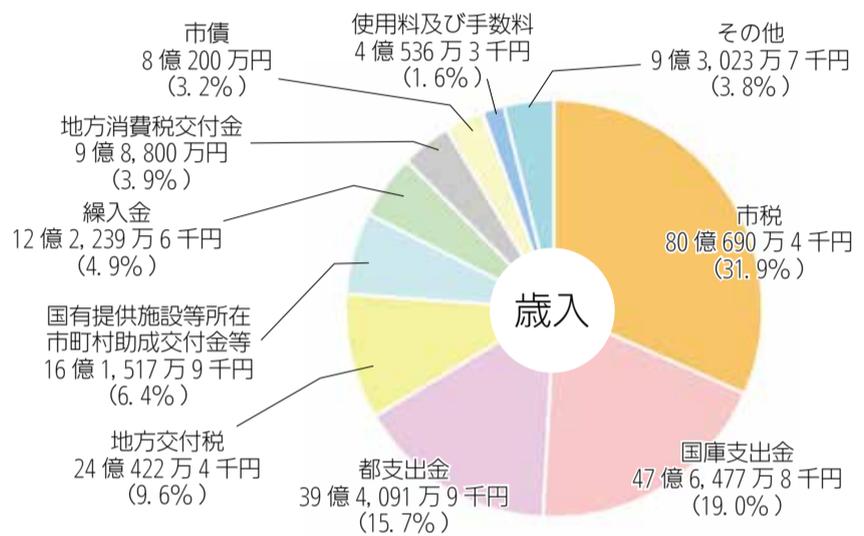
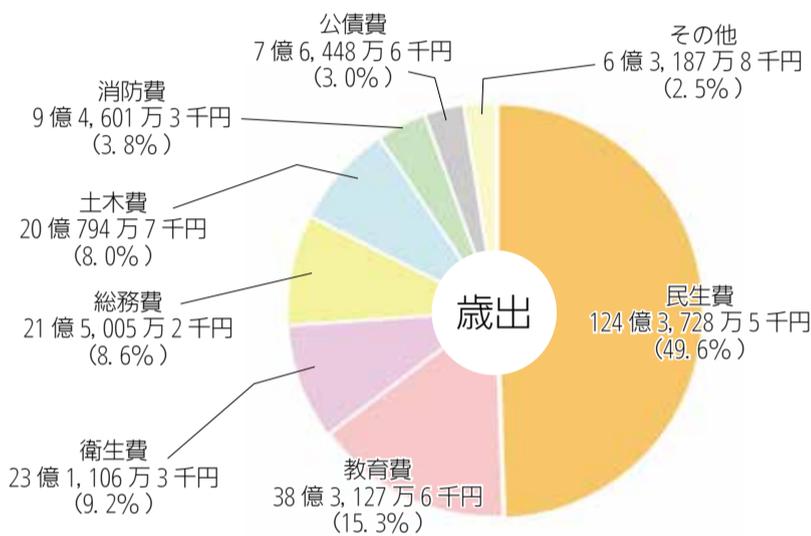
	収入	支出
収益的収支	15 億 8,777 万 6 千円	13 億 9,892 万 9 千円
資本的収支	6 億 2,049 万 4 千円	11 億 8,456 万 1 千円

## ■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右表のとおりです。

区分	当初予算額
瑞穂斎場組合	5,754 万 6 千円
福生病院組合	5 億 1,483 万 3 千円
西多摩衛生組合	3 億 4,918 万 4 千円
東京たま広域資源循環組合	1 億 3,397 万 4 千円
合計	10 億 5,553 万 7 千円

## 一般会計予算の構成 総額 250 億 8,000 万円



## 平成 31 年度予算の主な事業

### 第 1 章 希望に満ちた明るいひとづくり

- ▼幼稚園施設型給付費ほか…1,247 万 9 千円  
2 歳児について、私立幼稚園での定期利用保育事業を実施します。併せて、3 歳以上の在園児童について、一時預かり事業を実施します。
- ▼教育振興基本計画策定支援委託…613 万 4 千円  
2020 年度から 2029 年度までの教育振興基本計画を策定します。
- ▼市営競技場改良事業…3 億 3,082 万 9 千円  
市営競技場の人工芝化および管理棟の大規模改修工事を実施することにより、利用機会の拡大および近隣地域への砂塵対策を図るとともに、管理棟をバリアフリー対応に改修します。
- ▼市民会館舞台装置等改良事業…2 億 9,020 万 2 千円  
市民会館舞台装置等の改良を行い、施設を良好な状態に保ち、利用者の快適な学習・文化活動の環境を整えます。

### 第 2 章 だれにもやさしい安全なまちづくり

- ▼武蔵野工業線地区及び志茂中央線地区地区計画策定支援委託…751 万 5 千円  
東京都が実施する福生都市計画道路 3・3・30 号武蔵野工業線（産業道路）および 3・4・2 号志茂中央線（多摩橋通り）整備工事の進捗に伴い、用途地域の変更を前提とした地区計画を策定します。
- ▼市街地再開発推進支援事業…57 万円  
平成 29 年度に設立された「福生駅西口地区市街地再開発準備組合」に対し、将来の福生駅西口地域の拠点開発や、公共施設の導入を含めた新たな都市計画案の検討を進めることに対し、引き続き支援を行います。
- ▼災害備蓄用医薬品管理委託…53 万 9 千円  
福生市地域防災計画に基づき、災害時における医療救護所で使用する医薬品の備蓄をするため、福生市薬剤師会に調達、およびその後の更新等を含む管理を委託します。

### 第 3 章 潤いのある豊かなくらしづくり

- ▼長寿命化総合計画策定支援業務委託…674 万円  
リサイクルセンターの基幹的設備改良工事を進めるに当たり、ストックマネジメントに基づく効率的な更新整備や保安全管理の充実した長寿命化総合計画を策定するための業務を行います。
- ▼空き家等対策計画策定支援委託…452 万 5 千円  
近年増加している空き家や空き地等に関する課題に効率的かつ有効に対応するため、2019・2020 年度の 2 か年で、空き家等対策計画を策定します。

### 第 4 章 安心に満ちたまちづくり

- ▼特定不妊治療費助成金…465 万円  
特定不妊治療の経済的な負担軽減を図るため、東京都が実施している特定不妊治療費助成制度の対象者に治療費の一部を助成します。
- ▼産後ケア事業委託…167 万 2 千円  
産後、家族等の援助が受けられず支援が必要な産婦および乳児に対して、身体的回復と心理的安定を促進し、健やかな育児ができるよう支援します。

### 第 5 章 活力とにぎわいのあるまちづくり

- ▼観光ガイドマップ作成委託…525 万 9 千円  
観光ガイドマップをリニューアルするとともに多言語版を作成し、市内に訪れる外国人旅行者の利便性と回遊性の向上を図り、更なる観光振興を目指します。
- ▼多摩広域インバウンド推進プロジェクト協議会負担金…900 万円  
あきる野市、青梅市、日の出町、檜原村および東村山市と連携し、醸造文化や自然体験等の観光資源を通じ、外国人旅行者受入のための取り組みや PR を行います。

### 第 6 章 とともに助け合うまちづくり

- ▼輝き市民サポートセンター運営事業…1,206 万 6 千円  
市民の自発的な公益活動が積極的かつ円滑に行われるよう、市民活動団体の活動を支援し、活動の拠点・情報交換の場を提供します。
- ▼町会等活動支援事務…1,816 万 7 千円  
町会・自治会が所有する会館の維持管理費や修繕費についての支援、および町会・自治会が行う地域活性化事業への助成を行います。

### 第 7 章 市民と行政がともに進めるまちづくり

- ▼総合計画策定事務…1,191 万 9 千円  
2020 年度から 2029 年度までの基本構想と基本計画にあたる「総合計画（第 5 期）」を策定します。
- ▼公共施設等総合管理計画推進事務…127 万 4 千円  
「公共施設等総合管理計画」で定めた公共施設等の管理に関する基本的な方針に基づき、効率的なマネジメントに向けた取り組みを推進します。
- ▼積立金（森林環境譲与税）…231 万 1 千円  
間伐、人材育成、担い手の確保、木材利用の促進、普及啓発等の森林整備およびその促進に要する資金に森林環境譲与税を充当するため、福生市森林環境譲与税基金を設置し、積立てを行います。

【証明書等コンビニ交付サービス停止のお知らせ】 4 月 24 日(木)は、システムメンテナンスのためサービスを終日停止します。ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。【問合せ】 総合窓口課 ☎ 551・1595

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）

納税は便利な口座振替をご利用ください

うっかり忘れにも延滞金が課されます！

市税・国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料は、納期限を過ぎると延滞金が課されて...

【申込方法】市役所、取扱金融機関窓口で直接お申し込みいただくか、所定の口座振替依頼書をお送りください...

【申込期日】申込みをしてからおおむね一か月半以降の納期限から振替ができます。今からお申し込みいただければ、平成31年度の各税第1期納付分から振替可能です。

【取扱金融機関等】きらぼし銀行、埼玉りそな銀行、東和銀行、東日本銀行、みずほ銀行、三井住友銀行、三井住友信託銀行、三菱UFJ銀行、りそな銀行、青梅信用金庫、西武信用金庫、多摩信用金庫、中央労働金庫、大東京信用組合、西多摩農業協同組合、東京都信用農業協同組合連合会および東京都内の各農業協同組合、ゆうちょ銀行・各郵便局

【問合せ】収納課 ☎ 551・1578

高額の医療・高額介護合算療養費制度の基準額

(年額：8月～翌7月)

■被用者保険または国保+介護保険 (70歳～74歳) ■被用者保険または国保+介護保険 (70歳未満の方がいる世帯)

Table with 4 columns: 所得区分, 基準額, 所得, 基準額. Rows include 現役並み所得者, 一般, 低所得者, 住民税非課税.

【申請方法】①福生市国民健康保険および介護保険に加入している方で対象期間中(下記)に健康保険等の変更がない方... ②会社の健康保険に加入している方... ③対象期間中に転入、就職、退職等で健康保険などが変わった方...

年金だより 国民年金の任意加入制度について 高齢基礎年金は、20歳から60歳までの40年間の国民年金保険料を納付する...

国民健康保険だより

行してもらい、平成30年7月末日現在加入の健康保険に申請してください。 ※②と③に該当する方で「国民健康保険自己負担額証明書」が必要な方は...

とで、満額の年金を受給することができません。 保険料の納付期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額に近付けることができます。

福生市消費者セミナーバス ツアー「飲料工場見学」身近な飲み物の成り立ちを知ろう！参加者募集 【日時】5月13日(月)午後0時30分(市役所郵便局側入口集合)...

海外に居住する国民年金の強制加入ではなくなった方についても、20歳以上65歳未満の日本国籍の方であれば任意加入が可能です。 【問合せ】保険年金課 551・1670、青年年金事務所 ☎ 0428・303410

【見学先】コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社 社多摩工場(東京都東久留米市) 【対象】市内在住・在勤・在学の方 【定員】先着25人 【申込み】4月18日(木)...

市民環境大学「福生の自然を思いきり楽しむ講座」 福生は自然が豊かなまちです。その自然を四季を通じて、見て、聞いて、触れて、時には味わって感じてみませんか。 知れば知るほど面白い福生の自然。その自然を思いきり楽しみましょう。子どもから大人まで楽しめる内容です。

【講師】野村亮氏(NPO法人自然環境アカデミー) 【申込み】受付中。4月22日(月)までに環境課環境係へ電話(☎551・1718)、またはファクス(☎552・9433)でお申し込みください。

Table with 2 columns: 資源回収情報, 資源回収団体による資源回収量. Includes data for 31年2月 and 30年2月.

クラスにごみ袋を荒らされない工夫を！ カラスが繁殖期を迎える3月から7月は、排出場所にみ袋が荒らされる被害が増加します。

【活動場所】文化の森※集合場所は、申込者にお知らせします。 【定員】20人※応募多数の場合は抽選 【持ち物】筆記用具、飲み物 【服装】動きやすい服、運動靴 【講師】野村亮氏(NPO法人自然環境アカデミー) 【申込み】受付中。4月22日(月)までに環境課環境係へ電話(☎551・1718)、またはファクス(☎552・9433)でお申し込みください。

Table with 2 columns: 5月の資源回収予定, 実施団体, 実施日. Lists collection dates for various districts.

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

Table with 4 columns: 測定場所, 飛行回数, 前年同月比, 飛行回数, 前年同月比. Data for 3月の横田基地飛行回数.

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎ 551・1731

【広報ふっさ】記事の訂正について 広報ふっさ3月15日号7面に掲載した「乳幼児健康診査等日程表」の「1歳6か月児健康診査」欄において、10月の日程を「22日(祝)」とお知らせしましたが、正しくは「29日(火)」です。お詫びして訂正します。【問合せ】健康課保健指導係 ☎ 552・0061 (保健センター)

**市民活動支援講座**  
「SDGs」まなぶ市民活動

SDGs（持続可能な開発目標）への取り組みを学ぶことで、継続可能な市民活動を目指すための講座です。  
【日時】5月18日(土)午後1時～4時

【場所】輝き市民サポートセンター

【対象】市民活動をしている方、または市民活動を始めた方

【定員】先着20人  
【講師】横山泰治氏（NIP）

○法人ちようふこどもネット 副理事長）  
【申込み】4月18日(木)午前10時から電話またはファクスで、輝き市民サポートセンター ☎ 551・0166 へ。

**福生駅西口地区に導入する公共機能（施設）の基本的な方針について**

現在、市街地再開発の準備組合（民間施行）が設立され、福生駅西口地区において、市街地再開発の準備が進められています。

市では、再開発地区に新たに、多目的での利用可能なスペースや子育て支援、健康・保健、体育・図書館等の機能を備えた公共施設を整備するため、計画の策定を行っています。

計画は決まり次第お知らせします。

【問合せ】まちづくり計画課 計画グループ（西口再開発） ☎ 551・1573

**下水道使用料の減免について**

市では、障害者世帯の下水道使用料の基本料金相当額を減免します。

【内容】一世帯当たり月320円と消費税分を減免  
【対象】・住民税（市民税・都民税）が非課税の世帯で、次の要件に該当する方を構成員とする世帯

・身体障害者手帳（1級または2級）の交付を受けている方

・愛の手帳（1度または2度）の交付を受けている方

・精神障害者保健福祉手帳（1級）の交付を受けている方

【必要書類等】①印鑑

②障害者手帳  
③直近の水道・下水道料金の領収書または「ご使用料等、口座振込済のお知らせ」  
▼すでに減免を受けている方へ（お願ひ）

住所や世帯の構成が変わった場合、減免が新しい住所へ移行されない場合がありますので、必ず市役所第一棟3階道路下水道課下水道グループへご連絡ください。

【問合せ】道路下水道課 下水道グループ ☎ 551・1968

**日本赤十字会員増強運動にご協力ください**

5月1日から、日本赤十字社の会員増強運動が行われます。平成30年度は、皆さんの温かいご支援により福生市地区では、約260万円のご協力をいただきました。

これらの貴重な資金は、日本赤十字社を通じて国際救援活動、災害援護、病院経営、看護師の育成、血液事業、福祉施設の経営などの事業推進に役立てられています。

なお、平成30年度は福生市地区に災害救援用資材としてテント1張りと炊き出し釜1つが配備されました。今年も、福生市社会福祉協議会の会員募集を併せて実施する場合があります。両取り組みへのご理解、ご協力をお願いします。

【問合せ】社会福祉課 福祉総務係 ☎ 551・1522

医療機関名	電話番号	診療時間等	4月			5月						
			28日(日)	29日(祝)	30日(祝)	1日(祝)	2日(祝)	3日(祝)	4日(祝)	5日(祝)	6日(月)	
内山耳鼻咽喉科医院	☎ 551・0989	受付：午前9時～11時30分、午後1時～4時30分	休診									休診
桂川内科医院	☎ 552・1031	受付：午前8時40分～11時30分	休診					午前のみ				休診
河内クリニック(初診不可)	☎ 552・5515	診療：午前9時30分～正午、午後3時～5時(最終受付4時30分)	休診									休診
木野村医院	☎ 551・0283	受付：午前9時～11時30分、午後2時30分～4時30分	休診			午前のみ						休診
熊川病院	☎ 553・3001	受付：午前9時～11時30分、午後1時～4時30分	休診									休診
ささもと整形外科・形成外科クリニック	☎ 539・2300	診療：午前9時～午後1時、午後3時～7時	休診									休診
すみれ小児クリニック	☎ 553・0691	受付：午前8時45分～正午、午後3時～6時15分	休診			午後のみ						休診
セザイ皮膚科・しゅういち内科	☎ 551・7889	受付：午前8時40分～午後0時10分、午後2時40分～6時	休診									休診
大聖病院	☎ 551・1311	受付：午前8時30分～11時30分、午後1時30分～4時30分	休診									休診
波多野医院	☎ 551・7545	診療：午前9時～正午、午後2時30分～6時	休診									休診
ひかりクリニック(休診日なし)	☎ 530・0221	診療・受付：午前9時～正午、午後4時～6時										
東福生むさしの台クリニック	☎ 539・1223	受付：午前9時～午後0時30分、午後3時～6時30分										休診
みやざき胃腸外科	☎ 539・5580	診療：午前9時～午後0時30分、午後1時30分～6時(最終受付5時30分)				休診						休診
目白第二病院(急患は随時対応)	☎ 553・3511	受付：午前9時～11時30分	休診			午前のみ						休診
山口外科医院	☎ 553・1177	受付：午前8時30分～11時30分、午後3時～6時30分										
山本メンタルクリニック(完全予約制)	☎ 551・8911	診療：午前10時～午後1時、午後2時～6時										
公立福生病院	☎ 551・1111	受付：午前8時15分～11時30分	休診									休診
公立阿伎留医療センター	☎ 042・558・0321	受付：午前8時～11時30分	休診			休診						休診
青梅市立総合病院	☎ 0428・22・3191	受付：午前8時～11時30分	休診									休診

※診療日・診療時間帯は変更になる可能性があります。詳細は直接各医療機関へお問い合わせください。  
※こちらに掲載していない医療機関の診療日は、直接各医療機関へお問い合わせください。

**「元気はつらつ教室」「脳と体のトレーニング教室」(第1クール) 参加者募集!**

介護予防を目的とした教室を、右表のとおり実施します。ぜひご参加ください。

【対象】市内在住の65歳以上の方で、介護保険証の要介護状態区分等が「要介護」「要支援」「事業対象者」に該当しない方。医師から運動制限を受けていない方  
※各会館の定員を超えて申込みがあった場合、抽選となります。

【申込方法】4月15日(月)～5月10日(金)の間に印鑑を持参し、市役所1階9番介護福祉課地域包括支援センター係、または福祉センター2階地域包括支援センター熊川へ(事前電話は不要です)。

【問合せ】介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537

教室名	内容	日時・場所等
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、体力測定などを行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>わかたけ会館(定員22人) 6月5日～8月21日の間の毎週水曜日午前10時～正午(全12回)</li> <li>さくら会館・市民会館(定員23人) 6月7日～8月23日の間の毎週金曜日(7月18日、8月8日のみ木曜日に開催) 午前9時30分～11時30分(全12回)</li> <li>かえで会館(定員22人) 6月6日～8月29日の間の毎週木曜日午前10時～正午(全12回) ※7月25日は休み</li> <li>わかざり会館(定員13人) 6月7日～8月23日の間の毎週金曜日午前10時～正午(全12回)</li> </ul>
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を図り、認知症予防のための運動や講義などを行います。	<ul style="list-style-type: none"> <li>田園会館(定員20人) 6月4日～8月20日の間の毎週火曜日午前10時30分～午後0時30分(全12回)</li> </ul>

※接骨院、整骨院で筋力向上トレーニングに参加している方は、①は申込みができません。ご了承ください。

【～ひとりで悩まず、まず相談を～「心の相談」】精神科医が相談に応じます。【日時】5月13日(月)午後1時～2時30分 【場所】福祉センター相談室 【対象】心の問題や病気を抱えている市民とその家族など 【定員】先着2人(予約制) 【申込み】4月22日(月)から社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027 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

▼Baby くまひろば【日時】22日(月)午前10時30分～11時30分【対象】0歳児と保護者

▼くまさんひろば【日時】23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【日時】24日(水)午前10時～正午【対象】幼児と保護者

▼もちこみカフェ【日時】25日(木)午前9時～午後1時【対象】乳幼児と保護者

▼ごごくまひろば【日時】26日(金)午後1時30分～2時30分【対象】幼児と保護者

▼子どもの日スペシャル「チョークでらくがきしちゃおう」【日時】5月1日(祝)・2日(祝)・3日(祝)午前10時～午後5時(正午～午後1時は

休み)【対象】幼児以上(幼児は保護者同伴)

【田園児童館】 ☎ 552・3133

▼よちよちすくすくひろば【日時】23日(火)午前10時30分～正午【対象】0、1歳児と保護者

▼ママとベビーのハッピーよみきかせタイム【日時】24日(水)午前10時～10時50分【対象】乳幼児と保護者

▼ぼんぼこタイム【日時】25日(木)午前11時～11時20分【対象】乳幼児と保護者

【武蔵野台児童館】 ☎ 553・8822

▼ぴよぴよひろば【日時】22日(月)午前10時30分～正午【対象】0歳児と保護者

▼とことこひろば【日時】23日(火)午前10時30分～正午【対象】1歳児と保護者

▼フリーデー【日時】25日(木)午前10時30分～正午【対象】乳幼児と保護者

※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。

### 福生市認定ヘルパー養成研修会の参加者を募集します

市では、軽度の介護が必要な方のお宅へ訪問して家事(掃除・洗濯・買物・調理など)を提供する市独自の「福生市認定ヘルパー」を養成します。

この研修を修了することで、介護福祉士などの資格を持っていない方でも、市内の事業所等と雇用契約をすることで、介護予防・日常生活支援総合事業の訪問サービスヘルパーとして働くことができます(家事援助のみの提供)。

研修では、高齢者に関する基礎知識や家事援助の技術などを学び、ヘルパーに必要な知識を身につけます。研修会を両日とも受講することで研修修了者となります。後日、研修修了証を郵送でお送りします。

【日時】5月18日(土)・19日(日)午前9時30分～午後4時30分(途中休憩あり)

【場所】市役所第一棟2階第1・第2会議室

【対象】18歳以上で高齢者の生活支援業務に従事する意欲のある方

【定員】先着50人

【持ち物】筆記用具

【申込み】4月15日(月)～5月10日(金)までに介護福祉課 介護保険係 ☎ 551・1764へ。

### 笑いで春ストレスを和らげよう

春は新年度や新学期が始まり、環境変化の多い季節です。また、新しい環境による心の疲労で、ストレスが溜まることが多い季節でもあります。

眠れない、物事に集中できない、不安や心配が頭から離れないなどが続く場合は、ストレスが強くなっている可能性があります。過剰なストレスは心身の健康に悪影響を及ぼしかねません。

ストレスを和らげる方法のひとつとして生活の中に笑いを取り入れてみませんか。笑うことで次のような効果があります。

- ① 副交感神経が活発になりリラックス効果があります。
- ② がん細胞や、体内に入ってくるウイルスを攻撃して排除するナチュラルキラー細胞が活性化し、免疫力が上がります。
- ③ 笑うと周囲の雰囲気や和み人間関係のストレスが和らぎます。

新生活で心が少し疲れてしまったら、まずは笑顔を作ることから始めてみませんか？

季節を問わず、手洗いうがい忘れずに、

【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

### 健康づくり推進員とウォーキングをしてみませんか？

ウォーキングは肥満解消や、血圧・血糖値の改善に効果があります。さらに心肺機能の向上や骨粗鬆症予防の効果も得られます。

今回のコースは、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「R16アメリカンな街並(4.6km)」を歩きます。

初心者の方、大歓迎です。初夏の陽気の中、一緒にウォーキングを楽しみましょう。

【日時】5月24日(金)午前9時30分(集合)～正午ごろ ※雨天中止

【集合場所】JR拜島駅北口(西武線側)ロータリー

【定員】先着25人

【コース】拜島駅～日光橋のレンガ橋～横田基地第5ゲート～福生アメリカンハウス～福生駅

※コースは変更になる場合があります。

多くの方々にご来場いただいています。プチギャラリーで皆さんの作品を展示してみませんか。

【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時まで(搬入日のみ午後9時15分可)

【使用料】第一展示室1日5,000円、第二展示室1日3,000円、第一・第二展示室を同時に使用する場合1日7,000円

【申込み】使用日の12か月前の属する月の初日から3日前までに直接、プチギャラリー ☎ 551・1316へ。

### 企画展示「子どもの学び―近代教育の足跡―」

本展示では、江戸時代の庶民教育機関である寺子屋をはじめとして、明治期以降の近代教育が確立される過程において、学校の学びがどう変化したのか、史料や教科書を中心



▲「小学読本」明治6(1873)年

現代教育の軌跡をたどります。

【期間】開催中。～6月30日(日)午前10時～午後5時

【休館日】毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は開館します)、5月7日(火)

## ファミリー・サポート・センター提供会員講習会の日程について

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(依頼会員)と、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。地域の中で子育てのお手伝いをしてみたい方は、ぜひ講習会を受講して、提供会員として活躍してみませんか？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】提供会員の登録には、下表のうち、どちらかの開催場所で①～⑨までの講座を1回ずつ、すべて受講する必要があります。いずれかの講座をすでに受講した方は、未受講の講座のみを受けてください。また、受講および託児を希望の方は、事前にお申し込みください。



【問合せ】社会福祉協議会 ☎ 510・0904

【場所】もくせい会館 203 会議室		
日程	時間	内容
6月12日(水)	午前9時30分～10時	⑨ 養育家庭(ほっとファミリー)について
	午前10時～正午	③ 子どもの健康と日常のお世話・遊びについて
	午後1時～4時	⑦ 子どもの事故防止と応急手当について
6月18日(火)	午前10時～正午	④ 一時保育者として子どもとの関わり合いについて
	午後1時～3時	② 子どもの心の発達とその問題について
	午後3時～3時30分	① 提供会員による体験談など
6月27日(木)	午前10時～正午	⑥ 預かること・預けること・預けられることについて
	午後1時～3時	⑤ 障がいのある子どもの理解について
	午後3時～4時	⑧ 援助活動をはじめにあって(登録)

【場所】子ども応援館 1階子育て地域活動室		
日程	時間	内容
10月26日(土)	午前9時30分～10時	⑨ 養育家庭(ほっとファミリー)について
	午前10時～正午	④ 一時保育者として子どもとの関わり合いについて
	午後1時～4時	⑦ 子どもの事故防止と応急手当について
11月10日(日)	午前10時～正午	③ 子どもの健康と日常のお世話・遊びについて
	午後1時～3時	② 子どもの心の発達とその問題について
	午後3時～3時30分	① 提供会員による体験談など
11月17日(日)	午前10時～正午	⑥ 預かること・預けること・預けられることについて
	午後1時～3時	⑤ 障がいのある子どもの理解について
	午後3時～4時	⑧ 援助活動をはじめにあって(登録)

【成年後見制度相談】成年後見制度の利用について、司法書士が相談に応じます。【日時】5月9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)※初めての相談の方のみ。内容は秘密厳守。【申込み】4月18日(木)から社会福祉協議会 ☎ 552・5027へ(土・日・祝日を除く)。

費用の記載のない事業は無料です

米村でんじろう おもしろサイエンスショー in 福生

あっと驚く実験の数々！ 科学って面白い！

【日時】7月28日(日)①午後1時(開演) ②午後3時30分(開演)

【場所】市民会館大ホール(もくせいホール)

【チケット料金(全席指定)】

〈前売チケット〉2,700円

〈当日チケット〉3,000円

※3歳未満は保護者1人につきお子さん1人までひざ上鑑賞無料。席が必要な場合は有料。また、前売で完売となった場合は、当日の販売はありません。

【チケット発売日】4月27日(土)午前9時から市民会館窓口で販売します。

【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711



▲米村でんじろう氏

市営競技場改良工事のお知らせ



▲市営競技場

市営競技場の利用機会の拡大を図るため、競技場の人工芝化および管理棟のバリアフリー化等改修工事を行います。

工事期間中は、競技場およびテニスコートはご利用できません。皆様のご理解、ご協力をお願いします。

【工事期間】10月中旬ごろ～2020年3月末まで(予定)

【問合せ】スポーツ推進課 ☎ 552・5511

中央体育館事業「ストレッチ教室」のご案内

一日の終わりに体をリセットしませんか？

自分の体重を利用して、無理なく気持ちよく筋肉を伸ばしていきます。道具も利用して、より深く伸ばしていくメニューも行います。

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

【費用】各教室毎回350円

【参加方法】各教室開始10

②リラックスストレッチ

【日時】毎週水曜日午後2時～3時

③健康ストレッチ

【日時】毎週火・金曜日午後2時40分～3時40分

※③は簡単な筋トレメニューも取り入れた教室です。

①～③共通

【持ち物】運動できる服装、タオル、水分補給できる物(ふた付)

分前までに中央体育館窓口で受け付けます。 ※祝日は休講となりますので、ゴールデンウィーク期間中はご注意ください。 【問合せ】中央体育館 ☎ 552・5511

松林分館・公民館白梅分館へ。 ※参加申込書は、市ホームページからダウンロードできます。また各公民館でも配布します。 【問合せ】公民館公民館係 ☎ 552・2118

時～正午(全16回) ※夏休み期間を除く。 【場所】公民館白梅分館 【対象】市内在住・在勤の方(託児保育希望の方は市内在住に限る) 【定員】先着20人(託児保育希望者12人を優先) 【講師】小宮真理氏(整理収納アドバイザー)

上未就学の幼児(0歳児は定員に満たない場合に限り、参加幼児の年齢構成等を考慮し受け付けます。) ※期間中、公民館松林分館の保育室併設講座との重複参加は保育定員に満たない場合に限り可とします。 【定員】先着12人 【費用】おやつ代750円(全16回分)

【日時】4月28日(日)午前10時～午後1時 【場所】多摩川中央公園 【対象】年長児・小学生 ※保護者同伴 【定員】先着30人(保護者含む) 【申込み】向井 ☎ 090・4078・2788

市内で文化活動をしている皆さんが日ごろの成果を発表する場です。一緒に文化祭を作りましょう。 【開催日】10月26日(土)・27日(日)、11月2日(土)・3日(日)・4日(月)・9日(土)・10日(日)・16日(土)(8日間) ※11月16日は小ホールのみ 【展示】11月2日(土)・3日(日)・4日(月)(3日間)

日常の何気ない一コマやご自身の大切な思い出をエッセイに綴ってみませんか。文章作成の基礎から作品の添削までを講師が丁寧に指導します。 【期間】5月15日～11月20日までの毎月第三水曜日と12月4日(水)・18日(水)午後1時～3時(全9回) ※12月6日(金)開催の「人生うたい語りのつどい」で作品発表します。

【場所】公民館白梅分館 【対象】市内在住・在勤のおおむね60歳以上の方 【定員】先着15人 【講師】臼田洋子氏(エッセイスト)

【申込み】4月19日(金)午前9時から公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

【日時】5月23日～10月24日までの毎週木曜日午前10時～

【開場式】11月2日(土) 【場所】市民会館・公民館・市民会館前庭、さくら会館、茶室福庵

【参加資格】①種目が文化的な事業であること ②市内で活動している団体または個人であること ③団体の場合は、代表者(または代表者を代理する者)が市民であること ④個人の場合は、市内に在住・在勤・在学していること

【その他】5月開催予定の第1回実行委員会については、参加申込書などをご確認ください。実施内容の詳細は、種目ごとに取り決めます。

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

【申込み】5月17日(金)までに参加申込書に必要事項を記入し、公民館本館(さくら会館内)または公民館

図書館からのお知らせ

▼中央図書館おはなし会

【日時】5月1日・8日・15日・22日・29日各水曜日午後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「おはなしのポケット」

【日時】5月11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14日(火)午前11時～

【場所】中央図書館

【対象】乳幼児と保護者(1、2か月の赤ちゃんもどうぞご参加ください!) ※直接どうぞ

【出演】おはなしのもり

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会

【日時】5月22日(水)午前11時～

【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】5月8日(水)・22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16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15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※直接どうぞ

▼武蔵野台図書館ミニミニおはなし会

【日時】5月1日・8日・22日・29日各水曜日午前11時～

【場所】武蔵野台図書館

【対象】乳幼児と保護者※直接どうぞ

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会

【日時】5月22日(水)午前11時～

【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】5月8日(水)・22日(水)午後3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

▼わかたけ図書館おはなし会

【日時】5月8日(水)・22日(水)午後3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

【対象】市内在住の1歳以上

【催し物】ボイスカウト福生第一団 第二回「二日体験」

【期間】5月6日(月)～26日(日)午前10時～午後6時(月曜日は正午開場、日曜日は午後5時まで) 【場所】福生画廊(本町142マサビルB館3階) 【問合せ】伊藤 ☎ 552・0138

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-4042-5511 511 (市役所代表)／毎月1日・15日発行



# 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13日(月)午前10時～正午 5月16日(木)午前9時30分～11時	福生地域体育館 市役所1階ロビー	20歳以上の方
②ヘルスチェック	5月27日(月) ①午前9時30分〔受付〕 ②午前10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	5月15日(木)午前9時30分～10時30分		4か月児からの乳幼児 ※4か月未満は要相談
④離乳食教室	〈前期・中期食〉 5月8日(木)午前10時～11時30分		離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着20組
⑤すくすくベビークラス(おすわりの頃)	5月30日(木)午前10時～11時30分		6か月から1歳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)	4月20日(土)・25日(木)、5月11日(土)・16日(木)・23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(乳幼児健康歯科健診)	5月8日(木)・15日(木)午後1時～2時〔受付〕 ※母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオルをご持参ください。		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4月18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。		

## 5月の予防接種(BCG)

期日	備考
14日(火)	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】午後0時50分または1時15分(対象の方に通知でご案内します。) 【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へ出しましよう。

## 5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～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		
1日(祝)	熊川病院 熊川154 ☎553・3001	熊川病院	ホッタ薬局 志茂35-8 ☎530・7953	江藤歯科医院 熊川621 ☎552・9750		
2日(祝)			ホッタ薬局	エビナ歯科 福生1059 ☎551・8241		
3日(祝)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2 ☎557・0018	大聖病院 福生871 ☎551・1311	大浦歯科医院 福生867 ☎553・0667		
4日(祝)				高沢病院 瑞穂町二本木722-1 ☎556・2311	梅田歯科医院 福生1046岸ビル102 ☎553・5161	
5日(祝)				高沢病院 瑞穂町二本木722-1 ☎556・2311	みいだDental Clinic 本町69-5 ☎551・0479	
6日(月)				熊川病院	東福生薬局 武蔵野台1-1-7 ☎553・7563	今里歯科医院 本町78 ☎551・0440
12日(日)				ひかりクリニック 志茂35-1 ☎530・0221	加藤薬局 加美平1-15-6 ☎553・8488	片岡歯科医院 本町44 ☎551・0353
19日(日)				熊川病院	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎530・2468	河野歯科医院 南田園3-2-38 ☎553・2829
26日(日)	ひかりクリニック	ホッタ薬局	佐久間歯科医院 東町2-8東口SYビル2F ☎553・2525			

※平成31年4月から準夜診療の実施場所が指定医療機関となりました。処方箋は指定薬局にお持ちください。年齢・症状によっては、他医療機関を紹介する場合があります。事前にお問い合わせください。

## 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	受付場所・時間
3か月児	21日(火)	平成31年1月生まれ	保健センター 午後0時45分～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成30年11月生まれ ※受診日時点で生後6か月0日以降	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30年8月生まれ ※受診日時点で生後9か月0日以降	
1歳6か月児	28日(火)	平成29年10月生まれ	保健センター 午後0時45分～1時45分
3歳児	7日(火)	平成28年4月生まれ	

## 検診のお知らせ

**①胃・肺がん検診(6月)**  
【日時】6月24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(平成31年4月1日現在)  
【定員】85人(定員を超えた場合は抽選)※原則、セットでお申し込みください。  
【検診方法】検診車による集団検診。バリウムによる胃部X線検査。胸部X線検査。喀痰検査(必要な方のみ)  
◆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  
◆次の方は申込みの際にお申し出ください。  
・高血圧の治療中の方・糖尿病の治療中の方・その他病気を治療中の方  
◆次の方は申込み前に保健センターへご連絡ください。  
・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、検診が受診できない場合があります。  
【申込み】4月30日(木)までに市ホームページから電子申請(4月30日(木)午後10時まで)または、往復はがき(当日消印有効)でお申し込みください。  
【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人の申込みです。記載内容に不備があると受診できません。

**②口腔がん検診**  
【日時】6月8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31年4月1日現在)  
【定員】先着150人  
【検診方法】視診、触診、組織染色法による検診  
【申込み】4月18日(木)午前9時から電話で保健センター ☎ 552・0061 へ。  
〈①②共通〉  
【注意事項】・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。

### 歯科医師会だより

#### 「口腔がん・定期健診の重要性について」

2月中旬に、堀ちえみさんのブログから驚愕の事実が明らかになったことも、まだ印象に残っている方もいらっしゃると思います。

2月22日に11時間にも及ぶ手術が行われました。舌の60%が除去され、首のリンパ節も取り除かれました。そう「舌がん」です。ほんの半年前に口内炎となっており、なかなか治らない中、ご自身で歯科医院を変え、異常は見つかりました。皆さんはこれを聞いてどう思ったでしょうか?

現在日本は高齢化が進み、平均寿命ももうすぐ90歳に手が届きます。高齢化に伴い、体の健康はもちろん、口の中の健康にも注意を払わなければ、日々の生活の中で美味しいものも食べられなくなります。「生活の質(クオリティオブライフ)」を考えていかなければなりません。

現在、日本人の歯のメンテナンスと残る歯の関係は、80歳で平均わずか4本しか残りません。

しかし、歯科先進国のスウェーデンでは80歳で25本、オランダでも同様の結果を達成しています。日本人の傾向として、進んでメンテナンスを行う、というよりは「痛くなったら歯科に行く」という方が多いようです。歯科のメンテナンスに3か月おきに行っても年4日です。残りの361日は自分で自分の歯を守らなければならないのです。つまり「ホームケア」という考え方です。この中にはもちろん歯のお手入れ方法もありますが、「食べ物・飲み物」の管理が必要になります。かかりつけの医院を見つけて、ブラッシング指導と合わせて、食事のことを聞いてみるのも一つですね。歯の喪失や、治療途中の放置、喫煙、不十分な食事の管理は口腔がんにもなりやすいです。あなたはご自身の未来を選べます。

福生市の口腔がん検診は毎年6月に行われ、今年で11年目を迎えます。よろしければご利用いただき、豊かな食生活の一助になることを願っております。

【文責】古川歯科医師

**編集** 今回は「ふっさ花とみどりの会」の田中会長の取材を多摩川中央公園で行いました。チューリップの植栽が3か所ある内、取材の時点ではまだ1か所しか咲いていませんでしたが、本紙が発行されるころには、ほかの2か所も咲いていると思います。それぞれ色が違うということですので、皆さんぜひ多摩川中央公園の景色をご覧ください!

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。