

今号の主な記事

2面～5面 認知症特集—あなたが私を忘れても。 6面 令和元年度上半期財政公表 8面 福生市職員等の給与状況
9面 人事行政の運営等の状況 10面 すみれ保育園で年末保育を実施 11面 郷土資料室企画展示「正月の飾り物」 12面 保健ガイド

—認知症特集—

あなたが私を忘れても。

市内在住の田中梅夫^{たなかうめお}さんは、妻・節子^{せつこ}さんの認知症介護を長年続けられてきました。大切な人のための介護生活。そこには当事者にしか分からない苦悩がありました。

今号の広報ふっさは「認知症特集」。認知症介護者が抱く思いとその家族に寄り添う地域の取り組みに迫ります。

【企画・発行】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529



田中梅夫さんと、認知症発症時の妻・節子さん
(診察帰りに立ち寄った羊山公園・芝桜の丘にて)

「まさか妻が…」最愛の人を襲った認知症

妻

は昔から、よさこい踊りな活発的な性格でした。普段から細かいことを考えるのは少し苦手です。旅先では、友達が驚くほどお土産を多めに買うことも…。そんなところも魅力的に思える女性でした。

そんな妻の行動に違和感を覚えたのは、平成25年の冬。地域活動仲間からの知らせでした。どうやら自分で物事の整理がつかなくなると目に留まったのは「マネ板」や「センメン」と書かれた台ふきん。毎日料理を作ってくれた妻にとって、身近な台所用品のはずが、時折、使用用途が分からなくなっていたのです。

ある日、妻が倒れたと連絡を受け、急いで救命救急センターに駆けつけるも、外見は至って普通でした。しかし退院後、妻の行動の違和感は日に日に大きくなっていき、介護福祉士の紹介もあり、専門医に見てもらうことに。下さされた診断結果は「レビー小体病」。認知症でした。



田中梅夫さん (83歳)
平成25年に妻・節子さんの認知症が発覚し、在宅介護を経験。

毎日が壮絶だった介護の日々

認知症介護が始まってからは、毎日が壮絶でした。デイサービスも利用しましたが、面倒を見てもらえるのは午後3時まで、帰宅してから妻が寝るまでの間は私が介護します。

妻が自宅にいる時間は文字通り、目が離せません。何をするか分からないのです。ある晩、妻の寝室から「ガラガラ」という大きな音が聞こえたので行ってみると、雨戸を急いで開けている妻の姿がありました。何をしているのか尋ねると、「もう朝だから雨戸を開けなくちゃ」と答える妻。時計に目をやると時間は深夜1時。1秒ごとに動く秒針を見て、妻は時間を判断していたのです。



←山登りが好きだった節子さん。認知症を発症する前は、プールや絵画などさまざまな活動を嗜まれていました。



→台ふきんには、使用用途を思い出すために、節子さんが書いた「センメン」「マネ板」の文字も。



←部屋の時計には、節子さんが時間を読み間違えないようにと、秒針が白く塗られています。

← 田中梅夫さんの体験談は5面に続きます

—認知症特集—
あなたが私を忘れても。

認知症の「今」を知る

全国各地で増加する認知症相談。それは福生も例外ではありません。まずは認知症について正しい知識と予防の術を知りましょう。

地域に求められる認知症への理解

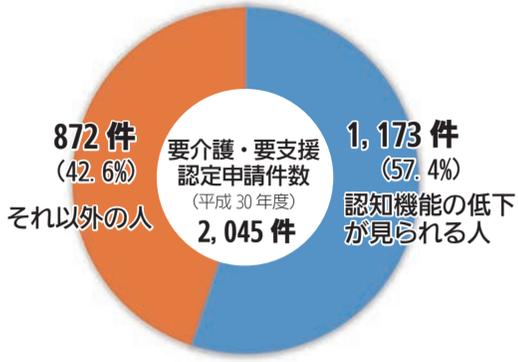
認 知症とは、さまざまな病
気により記憶や判断力に
支障が生じる状態の総称です。

「今日の日付や曜日が分から
ない」「何かを忘れていた自覚
がない」などの症状が特徴であ
る認知症。その発症率は高齢に
なるほど高い傾向にあります。

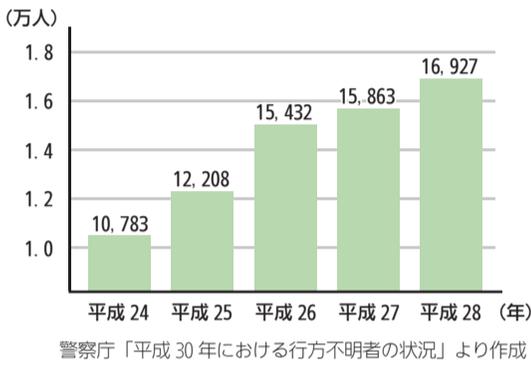
**要介護・要支援認定申請者のうち
2人に1人が認知機能の低下**

福生市の人口は57,975
人（平成31年3月31日現在）、
その内65歳以上の人口は14,
962人（高齢比率25.8%）
と4人に1人が65歳以上である

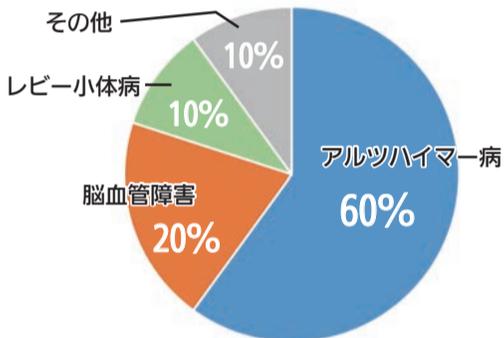
【資料1】介護保険から見る認知症者の割合



【資料2】全国認知症行方不明者数の推移



【資料3】認知症の原因となる病気



出典：東京都福祉保健局「知って安心認知症」より

超高齢社会を迎えています。
高齢化が進むにつれ、介護保
険の申請件数も増えています。
平成30年度の要介護・要支援認
定申請件数（新規、更新、区分
変更等）では、2,045件の
うち、その半数以上の方に認知
機能の低下が見られることから
も、人口の高齢化と認知症の関
連性が分かります（資料1）。

**全国で増加する徘徊者数
地域の理解で事故を未然に防ぐ**

認知症による主な症状の一つ
である「徘徊」。早朝・深夜な
ど時間帯を問わず、寝巻のまま、
中には裸足で外を歩き回ること
もありますが、本人には理由も
目的もあるため、周囲の注意に
よって止めることは困難です。

認知症は治療が難しい

徘徊による認知症行方不明者
数は全国規模で年々増加傾向に
あり（資料2）、いつ大きな事故
につながるかわからないことか
ら、地域全体で認知症への理解
を深めていく必要があります。

これらは病気が脳の神経細胞
の数を徐々に減少させていきま
すが、根本的な治療法はまだ

Opinion

認知症には事前の予防と地域の連携が大切です

▼認知症には予防法がありますか？

認知症は「脳内血管の老化による脳細胞の障害」と「脳細胞から排出されるさまざまな廃棄物の蓄積による、脳細胞間ネットワークの連絡障害」を主因として発症するとされています。そのため認知症予防には、脳の動脈硬化を起こさないようにすることに加えて、脳内の廃棄物を蓄積しないためにも、食事や睡眠、運動など生活習慣全般にわたる改善が必要です。

特に糖尿病は認知症発症リスクを高めると言われており、適正な管理が望まれます。そのほか、高脂血症、高血圧、難聴、さらには社会からの孤立など、認知症を促進する多様な要因があることが分かってきました。これらからも認知症予防のために、規則正しく活発な生活を心がけてください。また、脳の活性化には体と頭を同時に動かす運動（例：みんなで運動しながら、楽しくしりとりをする等）も効果的です。

最近では、自治体の認知症予防教室でもこのような運動を取り入れ始めています。ご自身の身体機能や認知機能の低下の兆しに気づききっかけにもなりますので、ぜひ利用してください。

▼地域連携型認知症疾患医療センターとは？

現在、地域連携型認知症疾患医療センターでは、認知症の診断や加療のほか、認知症の方が住み慣れた生活環境で、少しでも長く自立した暮らしが続けられるよう、介護・福祉サービス事業所と連携して、認知症の方とそのご家族の全人的ケアを支援しています。

例えば一人暮らしの認知症の方は、早期から生活に支障が生じる場合が多く、できることを支えながら、地域包括支援センターや、市の職員、ケアマネジャー、ヘルパー、訪問看護ステーションなど多方面と連携し、地域全体で個々の生活の支援体制作りを行っています。

一人で悩まず、まずはお近くの医療機関にご相談ください。



たまき かずひろ
玉木 一弘氏 福生クリニック院長

— 認知症イベント情報 —

▼家族介護者の交流会

日常の介護の苦労話をみんなで共有できる場です。
【日時】12月3日(火)午前10時～正午
【場所】市役所第一棟2階会議室※直接どうぞ
【対象】現在介護中の方、介護経験者や関心のある方
【主催】介護福祉課地域包括支援センター係
【問合せ】介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537

▼認知症公開講座「認知症とともに生きる」

第2サンシャインピア施設長・佐々木和仁氏が家族介護者の立場で語る講演と、お年寄りリスペクト隊による寸劇「ばあば大好き」の2部構成です。
【日時】12月21日(土)午前10時～正午
【場所】もくせい会館3階
【定員】先着100人
【申込み】電話で介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537 へ。





認知症とともに生きるとは

大切な家族だからこそ寄り添いたい思いとは裏腹に、厳しい介護の現実。突然訪れる認知症介護に介護者は何を思うのでしょうか。

最愛の母のために嘘をつく辛さ

母 が認知症かと思ったのは「物忘れ」がきっかけでした。母の自宅を訪ねたある日、「お茶碗がなくなった」と相談された私は、まさか認知症の初期症状だと思わず「気のせいだよ」の一言。その後も母からの相談は絶えず、時には「調理器具を近所の人に盗まれた」と話すようになったこともあり、かかりつけ医を受診したところ、アルツハイマー病と診断されました。

ていませんでしたが、介護生活が始まると状況は一変しました。

我慢と葛藤の連続 母と喧嘩を繰り返す日々

母はとにかく何でも隠してしまいます。服でも、通帳でも、食べ物でも。ある日、母をデイサービスに送り出そうと玄関に行くと母の靴が見当たらず、家中を探してタンスの引き出しから出てきたこともありました。認知症は一度発症すると症状が改善することはありません。物忘れから始まった母も、次第に暴力的な行動を取るようになり、すぐにかんしゃくを起こして物を投げたり、デイサービスに通うことも嫌がるようになりました。

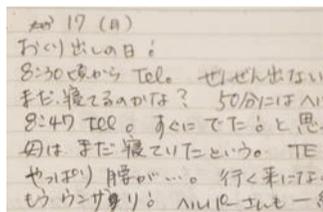
私自身、何度も母と喧嘩を繰り返すようになり、喧嘩の後には、いつも自己嫌悪に陥ります。それでも本人は翌日になると忘れていて、また同じ事の繰り返しです。

そんな日々の介護で心の余裕がなくなっていたところ、母が交通事故に遭ったと連絡を受け、慌てて病院へ行くこと、大腿骨を骨折し、ベッドの上に横たわる母の姿が



ささもと ちづこ 笹本千津子さん

プロフィール 市内在住の笹本千津子さん。青梅市に在住する母親の認知症発覚後、福生で青梅を往復する在宅介護を経験。



↑介護生活中、笹本さんが綴っていたノートには、デイサービスに通わなくなった母に対する苦悩が書かれていました。

ありました。

入院中の母は「いつになったら家に帰れるかな」が口癖になり、そのたびに私も「元気になったら帰れるよ」と答えていました。しかし、入院生活の中で認知症の症状はますます悪化し、徘徊を防止するために手足をベッドに縛られている母の姿を見て、施設への入居を決断しました。

ただ、家に帰ることを楽しみにリハビリを頑張っている母へ「もう家には帰れない」とは言えないので、「元気になったら帰れるよ」と嘘をつくしかありません。本人のためとはいえ、一生嘘をついていくことも、とても辛いことです。

認知症介護は我慢や葛藤の連続で、精神的に追い込まれてしまいます。「いっそのこと、私に先に死んで楽になりたい」と本気で考えたことも…。それでも同じ介護経験を持つ親友が、毎日のように私の相談に乗ってくれたことで心の負担が軽くなり、介護を続けてこれました。

「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」をやってみましょう!



「ひょっとして認知症かな？」
気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。
※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

自分でできる 認知症の気づきチェックリスト	最もあてはまるところに○をつけてください。			
チェック① 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック② 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック③ 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック④ 今日が何月何日かわからないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック⑤ 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック⑥ 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック⑦ 1人で買い物に行けますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック⑧ バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック⑨ 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック⑩ 電話番号を調べて電話をかけることができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ▶ 合計点 点

20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。



地域で支える 地域で寄り添う

いざ介護者になると、思うようにいかない現実には不満が募り、心の余裕がなくなることもあるかもしれません。そんな時、あなたのことを思い、寄り添ってくれる人たちがいます。

認知症介護は長期戦 だからこそ心の負担を軽くしたい

プロフィール 天田文久さん。両親の介護をきっかけに、平成30年に介護者同士が悩みを共有できる場「認知症家族の会」を設立。



あまた ふみひさ
天田文久さん

でおらず、近隣地域の目を気にする日々でした。認知症介護は、最低10年は覚悟しなさいと言われるほどの長期戦です。優しく相手に接することが介護の基本と分かっていても、実際に介護をする当事者になると、それはとても難しく、日々のストレスから心も体も疲弊していきました。

そこで母の介護を終えて一段落して、今度は私と同じ悩みを抱えている人のために、心のうっ憤を吐き出し、介護者同士で悩みを共有できる場を作ろうと立ち上げたのが「認知症家族の会」です。

誰もが不満を吐き出せる場

認知症家族の会では、具体的な介護方法などは二の次とし、まずは心の負担を軽くすることを大切にしています。唯一の約束事は「聞いた内容を絶対に口外しない」こと。そうすることで参加者には好きなだけ自分の思いや不満を話してもらいます。話し手の会話を途中で止めることは絶対にしません。たとえ一人の話が長く、ほかの参加者

認知症介護は長期戦 最低10年の覚悟が大切
長年の介護生活の中で、何より辛かったのは周囲に相談できる理解者がいなかったこと。当時は認知症に対する理解も進ん

認知症家族の会 ～同じ悩みを持つ人と出会える場～



- 【日時】 毎月第二水曜日午前10時30分～正午
- 【場所】 市役所第一棟2階会議室、もくせい会館※月ごとに異なる可能性があります。
- 【対象】 現在家族の介護に携わっている方、介護していた家族を看取られた方
- 【参加費】 1回400円
- 【申込み】 介護福祉課地域包括支援センター係 ☎551・1537へ。

に話す順番が回ってこなかったとしても、その人たちには、また次の回で存分に話してもらえば良いのです。話し方の上手い・下手など気にせずに、ただただ不満や不安を出し切ってもらおう。そうすることで話しているうちに、自分の心の中の整理ができるようになります。し、「こんな話でもみんなに聞いてもらえた」と思うとホッとします。

初めての頃は、緊張からこわばった顔でよく参加されますが、帰る時には「また来月ね」と笑顔で帰られていきます。仲間たちとの共有・共感が介護を続ける活力を生む

Opinion

介護の悩みは一人で抱え込まないでください

現在、地域で認知症に悩んでいる方は年々増えていて、またその悩みも十人十色です。自分が介護者になってみると、何でも自分でやらなければと思い込み、精神的に追い込まれてしまう方もいらっしゃいます。



もみやま まさかつ
粕山 匡克氏

熊川病院 作業療法士

介護の悩みは一人で抱え込まず、だれかと共有することで、心の負担が軽くなります。

市内には、介護や予防に関する質問、相談などを介護者同士が気軽に共有し、交流できる「カフェ」があります。私たち熊川病院でも、少しでも介護における不安や負担を取り除くお手伝いができればと、専門医のほか、薬剤師や介護経験者と一緒に介護の悩みを共有できる「くまがわカフェ」を開設しました。

ほかにも市内には、さまざまな特徴を持った介護者交流の場があり、認知症に限らず幅広い介護の悩みを相談できますので、ご自身で抱え込まず、私たちにご相談ください。

～あなたの悩みに合ったカフェがあります～

くまがわカフェ

熊川病院 ☎553・3001



熊川病院が今年度から開設した憩いの場。さまざまな分野に関する専門家を講師に迎え、病気や介護に関する知識を学べる場となっています。
【日時】 毎月第三水曜日午後1時30分～3時
【場所】 熊川病院リハビリテーション室
【費用】 1回100円

オレンジカフェ ふっさ

地域包括支援センター熊川 ☎510・2945



福祉センター内で実施する「オレンジカフェ ふっさ」では、参加者同士の交流はもちろん、介護・福祉・医療の専門職の方々も参加しています。
【日時】 偶数月第二火曜日午後1時30分～3時
【場所】 福祉センター
【費用】 1回100円



地域で取り組む 認知症への理解

～オレンジの輪でつながる認知症サポーターたち～

正しい知識と理解を持って、認知症の方やその家族に寄り添う「認知症サポーター」とその証となる「オレンジリング」。

近年福生市では、企業や学校、薬局などが認知症サポーター養成講座を受講するなど、認知症の方に優しい地域づくりに取り組んでいます。

企業



店舗全体で徘徊による
交通事故を未然に防ぐ

おぎわらあつし 小澤 淳氏
トヨタモビリティ東京
株式会社 福生店 店長

私自身、過去に認知症徘徊者への対応を経験しましたが、実際にその状況に遭遇すると、通報すべきかどうか判断に迷いました。店舗の前は国道のため、交通量も多く、大きな事故につながりかねません。高齢化が進む地域の中で、会社として何が出来るのかを考えた結果、店舗全体で交通事故を未然に防ぐために、スタッフ全員の研修として養成講座を取り入れました。

学校



奉仕の心を子どもたちに
育んでもらいたい

くろやなぎしんご 黒柳 真吾氏
第三中学校
生活指導主任

第三中学校では、「自分のできる範囲内で他者を支える」という奉仕の精神を育むために、これから社会に出る3年生を対象に養成講座を受講してもらっています。中には講座を通じて、認知症を初めて知る生徒もあり、認知症に悩む身近な人がいた場合、自分ができることは何かを考えてもらうことで、社会参画への意欲を養っています。

～サポーターになりませんか～
認知症サポーター養成講座

本講座では、認知症の基礎知識や対応方法を分かりやすく学べます。あなたのできる範囲で、認知症の方とその家族を手助けしてみませんか。
【日時】12月13日(金)午後1時～2時30分
【場所】福祉センター2階研修室
【定員】先着30人
【申込み】地域包括支援センター熊川 ☎510・2945へ(日曜・祝日を除く)。



認 知症が進むと非常に頑固になります。薬も飲みやすいように、1週間ごとに分けるなど工夫をしてみました。次第に薬を飲んでいなくても本人は「飲んだ」の一点張り。時には暴れだすことも。常に冷静でいたくても、相手から声を荒げられると、こちらも攻撃的になってしまいがちになります。ですが、一度手を出してしまえば一度が二度に、二度が三度に、次々と心の制御ができなくなってしまう。いつ自分もそうなってしまうかわからない、毎日が怖かったです。

在宅介護を続けていきたいと思いましたが、このままだと通報されるような事態にもなりかねない。葛藤の末、ケアマネージャーに相談して、施設への入居を決めました。少しずつ心にゆとりが持てるようになった今、妻への後ろめたさを感じないと言えは嘘になります。妻のやりたいことは何でもやらせてきましたが、どうして認知症を防げなかったか。そんなことも考えます。

入居後は必ず週3回ほど妻に会いに行き、食事を与えます。症状はますます進行し、話すことも難しくなりました。彼女ですが、それでも会いに行くと、笑って私のことを「うめお」と呼んでくれるんです。記憶もほとんどなくなっていた彼女がそれでも私の名前を憶えていてくれる。



認知症介護を振り返る

苦悩や葛藤、さまざまな思いを抱きながら妻・節子さんの認知症介護を続けてこられた梅夫さんに、当時を振り返ってもらいました。

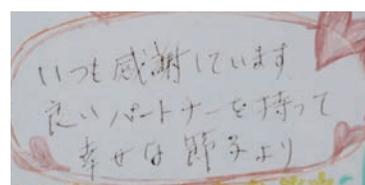
どんなに辛い介護でも 妻への愛は変わらない

それだけで、また妻に会いに行こうと思えるんです。

認知症は大人から子どもへ 変わっていく病氣

振り返ってみると介護生活の中で辛いこともたくさん経験しましたが、それでも妻への愛情は変わりません。

←北海道・礼文島へ二人で行った時の写真。この旅が二人で行ける最後の旅行となりました。



↑認知症発症後、梅夫さんの誕生日に節子さんが寄せたメッセージは、夫への忘れぬ感謝でした。

当に無念です。認知症は、大人から子どもになる病氣です。子どもなら成長していく中で、できることが増えていきますが、認知症はできないことが増えていきます。その中で、一人で介護をしていくには限界があり、地域の方や医療機関の専門医など多くの方から協力を頂いて初めて続けられます。私の体験談を通して、認知症介護に対する理解が進んでくれれば嬉しいのです。

おわりに

「〇〇さん家のお母さん、認知症になったらいいよ」「そりゃあ人生オシマイだ」
特集を組むきっかけとなった、病院内で聞かされた会話です。

果たして本当にそうでしょうか。
認知症そのものはあなたの命を奪いません。地域全体で高齢化が進む今、大切なのは、認知症とどのように向き合っていくか。

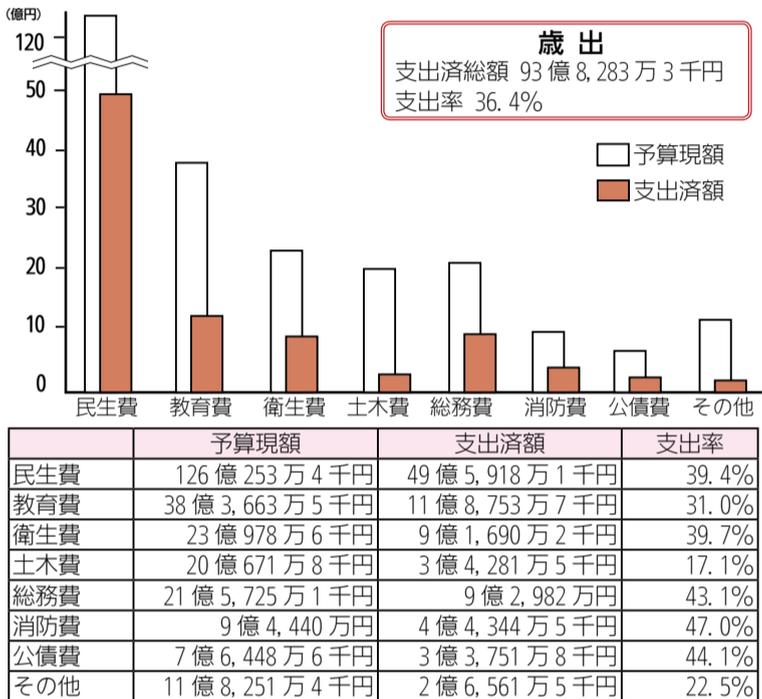
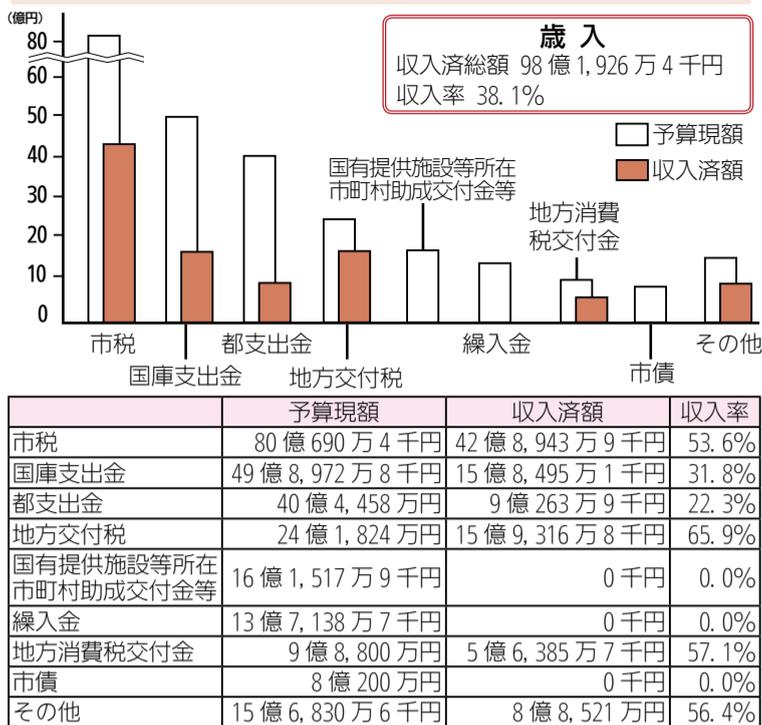
「認知症になったっていいじゃない。あなたが私を忘れても、私たちには寄り添ってくれるみんながいる。このまちならきっと自分らしく生きていける」

人は一人では生きていけません。
だからこそ、誰もがそう思える地域づくりが求められています。

—認知症特集—
あなたが私を忘れても。 終



一般会計予算の執行状況(令和元年9月30日現在)



市有財産の状況(令和元年9月30日現在)

区分	内訳	現在高
土地	市庁舎、学校などの敷地	524,444.430㎡
		34,782,179,226円
建物	市庁舎、学校など(延べ面積)	143,851.000㎡
		16,984,656,186円
物品	1件50万円以上の自動車等備品	735件
		569,603,882円
基金	財政調整基金	24億9,518万4千円
	都市施設整備基金	21億7,599万5千円
	学校施設等整備基金	16億4,241万円
	ふるさとづくりまちづくり基金	4億1,778万円
	市営住宅等管理基金	2億9,895万4千円
	その他	30億507万9千円
運用基金	国民健康保険高額療養費等資金貸付基金	600万円
合計		100億4,140万2千円

予算の使いみち

一般会計支出済額(93億8,283万3千円)を1万円に換算すると、目的別の使いみちはこのようになります。

福祉の向上に(民生費) 5,285円	教育の充実、文化スポーツの振興に(教育費) 1,266円	健康の増進、ライフサイクルの推進などに(衛生費) 977円	庁舎の管理運営、住民票、選挙などに(総務費) 991円
防災対策に(消防費) 473円	道路・公園の整備、まちづくりの推進に(土木費) 365円	市が借り入れた市債の償還に(公債費) 360円	市議会の運営経費に(議会費) 150円
	商工業の振興に(商工費) 107円		その他 26円

令和元年度上半期財政公表

福生市の財政状況をお知らせします【問合せ】財政課 ☎ 551・1534

市では毎年5月と11月に財政公表をしています。今回の公表は、令和元年度予算の9月末現在の執行状況です。

▼一般会計

市税や国庫支出金、地方交付税などを収入として、福祉や教育など、行政各分野の支出予定を議会の議決を受け、予算として運用している会計です。

令和元年度は、当初予算額が250億8千万円で、その後4回の補正予算により、予算総額は258億432万4千円となっています。

現在の市の財政状況は依然として厳しく、一層の行政改革に取り組みながら、まちづくりを進めています。

▼収入・支出済額

歳入の収入済額は、98億1,926万4千円で収入率は38.1%、昨年の同期と比較し、1.9ポイント低くなっています。このうち市税の収入済額は42億8,943万9千円で、このほか国庫支出金が15億8,495万1千円、地方交付税が15億9,316万8千円、都支出金が9億263万9千円などとなっています。

歳出の支出済額は、93億8,283万3千円で支出率は36.4%、昨年の同期と同様の支出率となっています。

▼財産の状況

土地および建物は、9月末現在高で、土地が524,444.430㎡、建物が143,851.000㎡となっています。

▼基金の状況

基金には、学校施設等整備基金など、施設整備等に充てるための積立基金と、特定事業の運用資金としての運用基金があります。

9月末の基金残高は、都市施設整備基金の積立が増えたことなどにより、昨年同期と比べ、総額で約2億6,600万円増加しています。

▼市債の状況

市債は国や都などからの借入金です。公共施設の建設や下水道工事など多額の費用がかかる事業を行うとき、市の財源不足や年度間の財源の負担調整、将来にわたり利用できる施設を後世の市民の皆さんにも負担していただくという趣旨で借り入れる建設事業債のほか、市税や地方交付税など、一般財源の収入不足を補うための臨時財政対策債などがあります。

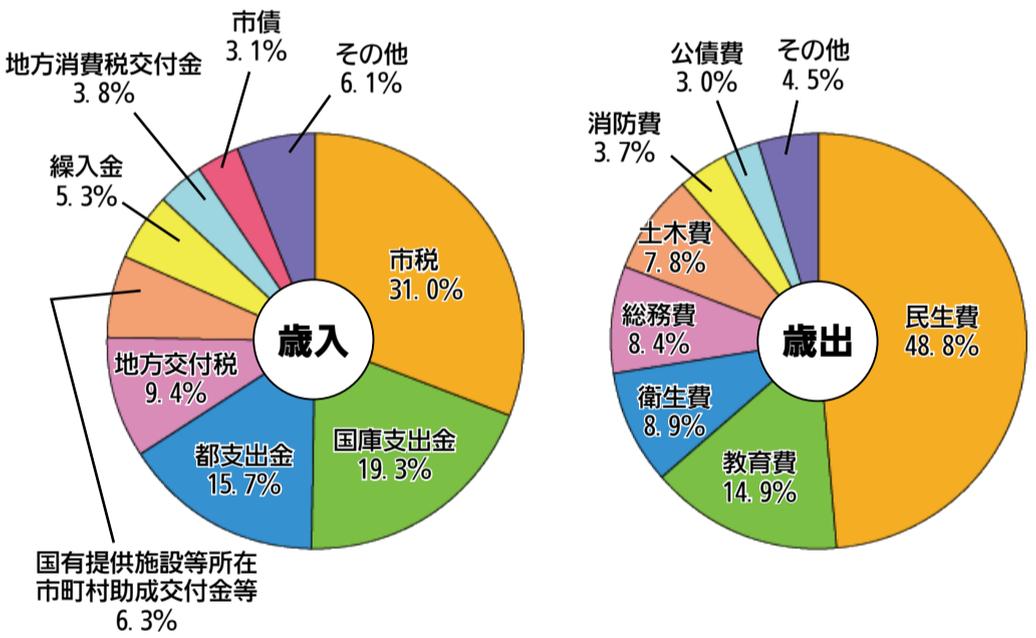
今後返済する市債の元金は、一般会計で約67億3千万円、下水道事業会計で約29億4千万円、総額で約96億7千万円となっています。

▼特別会計

市が特定の事業を行う場合、保険税や使用料など、特定の収入により支出を賄い、一般会計とは区分して経理を行う必要がある会計をいいます。

現在、国民健康保険特別会計や後期高齢者医療特別会計など、4会計があります。

令和元年度一般会計予算の構成比 予算総額 258億432万4千円



市債の状況(特別会計を含む) 令和元年9月30日現在高 96億7,031万7千円

事業別	借入先別
臨時財政対策	財務省
41億4,478万6千円	41億4,185万7千円
下水道(企業債)	地方公共団体金融機構
29億3,760万8千円	26億3,107万1千円
土木	郵便貯金・簡易生命保険管理機構
10億6,979万6千円	16億4,088万1千円
公営住宅	東京都
4億6,548万6千円	10億4,397万6千円
住民税等減税補填	東京都市町村共済組合
2億1,456万5千円	1億4,454万円
その他	その他
8億3,807万6千円	6,599万2千円

特別会計予算の執行状況(令和元年9月30日現在)

区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険特別会計	71億4,539万2千円	26億5,740万9千円	37.2%	23億7,691万円	33.3%
介護保険特別会計	45億4,936万4千円	20億1,457万2千円	44.3%	16億5,646万円	36.4%
後期高齢者医療特別会計	12億7,136万4千円	5億2,934万7千円	41.6%	4億1,678万9千円	32.8%
合計	129億6,612万円	52億132万8千円	38.7%	44億5,015万9千円	35.7%

区分	予定額	執行済額	執行率	
3条予算	収益的収入	15億8,886万1千円	5億1,665万8千円	43.2%
	収益的支出	14億74万9千円	1億8,943万円	13.5%
4条予算	資本的収入	6億2,049万4千円	0千円	0.0%
	資本的支出	11億8,456万1千円	2億8,139万円	23.8%

【市役所等閉庁のお知らせ】11月23日(祝)は、勤労感謝の日のため、市役所・保健センターは閉庁します。【問合せ】企画調整課企画調整担当 ☎ 551・1528

令和元年第4回福生市議会
定例会のお知らせ(予定)

【定例会日程】 12月3日(火)

〔20日金〕

〔本会議〕 12月3日(火) 6

〔常任委員会〕 12月10日(火)

〔開会時間〕 午前10時

時30分〜午後5時15分の間
※正午〜午後1時を除くへ。

11月25日(月)〜12月1日(日)は

「犯罪被害者支援推進週間」

です。

▼福生警察署犯罪被害者支

援相談係(24時間対応)

【電話番号】 ☎ 551・0110

(内線2134)

▼犯罪被害者ホットライン

【電話番号】 ☎ 03・3597

・7830

【受付時間】 平日午前8時

30分〜午後5時15分

▼公益社団法人被害者支援

都民センター

【電話番号】 ☎ 03・5287

・3336

【受付時間】 平日午前9時

30分〜午後5時30分(火・

水曜日は午後7時まで)

【問合せ】 福生警察署警務

係 ☎ 551・0110 (内線

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

2132・2134)

時30分〜11時30分予定(10

時15分開場)

【場所】 市民会館小ホール

(つつじホール)

【問合せ】 安全安心まち

づくり課地域安全係 ☎ 551・

1691

福生市まちづくりに資する

寄附金(ふるさと納税)

10月1日〜31日の間に

小林和子様ほか匿名3名の

方から30万1,000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。

(令和元年度累計21件・

11万9,300円)

【問合せ】 契約管財課管財

係 ☎ 551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

551・1535

☎ 0428・22・3185

(内線412)

11月の納税のお知らせ

11月は、国民健康保険税

(第5期)、介護保険料(第

5期)、後期高齢者医療保

険料(第5期)の納期です。

納期限は12月2日(月)ですの

で、お忘れのないようご納

付ください。

口座振替は12月2日(月)の

予定です。残高不足にご注

意ください。

【問合せ】 収納課 ☎ 551・

1578

令和元年度第4回インター

ネット公売結果を公表します

8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、滞納となっております。

市税等に充てられます。

【差押物件】・原動機付自転

車(HONDA Dio)

【見積価格】 3,000円

【落札価格】 5,000円

【見積価格】 150円

【落札価格】 4,308円

【問合せ】 収納課 ☎ 551・

1578

年金だより

▼11月30日は「年金の日」

です

11月30日は、いい未来の

語呂合わせで「年金の日」

です。

年金の日は、誕生月に送

付されている「ねんきん定

期便」や「ねんきんネット」

551

551

551

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

12月の無料相談

相談内容

実施日

時間

場所

備考

人権身の上相談

・行政相談

4日(木)

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

5日(木)

10日(火)

26日(木)

7日(土)・11

日(木)・18日

(水)・25日(水)

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)

午後1時30分

～4時

市役所1階

第一相談室

予約制、先着3人(1人45分)

※相談日1か月前から電話

で秘書広報課広報広聴係へ。

相談日以外は東京都都民の

声課 ☎ 03・5320・7733 へ。

少年相談

20日(金)

午前9時～午後4時30分

【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)

【問合せ】 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

【TOKYO 交通安全キャンペーン】 年末期における交通事故防止を目的として、12月1日(日)～7日(土)の間に東京都、警視庁、市区町村、関係団体が協力して交通事故防止を呼びかけます。ドライバーは急がず、余裕をもって安全運転を心がけましょう。【問合せ】 安全安心まちづくり課地域安全係 ☎ 551・1691

【総合窓口課からのお知らせ】 マイナンバーカードの電子証明書は、有効期限の3か月前から更新できます。【時間】 午前9時～午後4時30分(水曜日は午後6時まで) 【場所】 市役所1階7番総合窓口 【問合せ】 総合窓口課 ☎ 551・1595

【問合せ】 青梅税務署個人課税第一部門指導担当

【問合せ】 青梅税務署個人課税第一部門指導担当

【問合せ】 青梅税務署個人課税第一部門指導担当

【問合せ】 青梅税務署個人課税第一部門指導担当

初開催! まるごと多摩マルシェを開催します
多摩地域のPRを目的として開催されるイベントで、多摩地域の名産品やハンドメイド作品、ファーマーズマーケットなど、約80店舗が出展します。福生市は、たっけー☆☆グッズやR16トートバッグなどのオリジナルグッズの販売や観光PRを実施します。ぜひ、お越しください。
【日時】 11月30日(土)、12月1日(日)午前10時～午後4時
【場所】 モリパーク アウトドアヴィレッジ「屋内広場」(昭島市中町610-4)
【問合せ】 シティセールス推進課まちの魅力創造グループ ☎ 551・1740

〈不動産所得の決算説明会〉
開催日時: 11月29日(金)午前9時30分～正午
場所: 青梅青色申告会3階会議室(青梅市師岡町4-7-25)
〈事業所得の決算説明会〉
開催日時: 11月29日(金)午後1時30分～4時
12月3日(火)午後1時30分～4時
場所: 青梅青色申告会3階会議室
扶桑会館2階会議室

確定申告における留意点、収支内訳書または青色申告決算書の書き方などの説明を行います。また、消費税の軽減税率制度の概要についても説明します。

福生市職員等の給与状況

【問合せ】職員課 ☎ 551・1589

1. 人件費の状況 (普通会計決算)

区分	住民基本台帳人口	歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)	(参考) 人件費率
平成30年度	(31年1月1日) 58,243人	24,503,727千円	443,064千円	3,648,421千円	14.9%	29年度 13.7%

※人件費には職員給与のほか、議員などの特別職の報酬や社会保険料の事業主負担分である共済費を含みます。
※普通会計とは、一般会計から国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療に係る人件費を除くなどの調整をした統計上の会計です。

2. 職員給与費の状況 (普通会計決算)

区分	職員数 (A)	給与費			1人当たり給与費 (B/A)
		給料	職員手当	期末・勤労手当	
平成30年度	381人	1,293,327千円	377,900千円	597,488千円	5,955千円

※給与費とは基本給としての給料のほかに扶養手当、通勤手当、期末勤労手当などの職員手当を合わせたものをいいます。また、職員手当には退職手当を含みません。職員数は平成30年4月1日現在の人数です。

3. 職員の平均年齢、平均給料月額及び平均給与月額の状況 (平成31年4月1日現在)

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額	
一般行政職	福生市	37.9歳	294,800円	387,771円
	東京都	41.7歳	314,459円	448,732円
技能労務職	福生市	54.7歳	315,100円	382,100円
	東京都	49.9歳	291,617円	393,246円

※①「平均給料月額」とは、平成31年4月1日現在における職員の基本給の平均です。
②「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

4. 職員の初任給の状況 (平成31年4月1日現在)

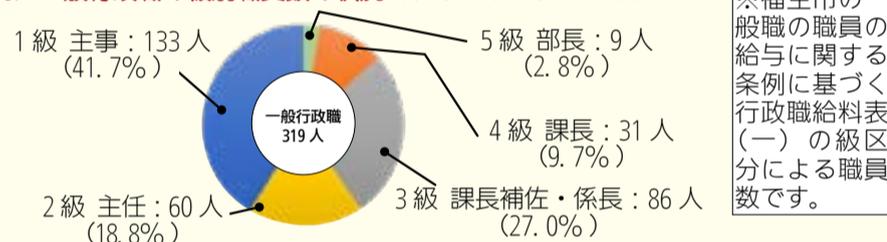
区分	福生市	東京都	国	
一般行政職	大学卒	183,700円	183,700円	総合職 185,200円 一般職 180,700円
	高校卒	145,600円	145,600円	148,600円

5. 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況 (平成31年4月1日現在)

区分	経験年数10年	経験年数15年	経験年数20年	
一般行政職	大学卒	255,986円	328,067円	360,875円
	高校卒	-	-	312,100円

※対象者が少ない場合は近似値を記載しています。

6. 一般行政職の級別職員数の状況 (平成31年4月1日現在)



7. 期末手当・勤労手当 (単位: 月分)

区分	福生市		東京都		国	
	期末	勤労	期末	勤労	期末	勤労
平成30年度	2.60 (1.45)	2.00 (0.95)	2.60 (1.45)	2.00 (0.95)	2.60 (1.45)	1.85 (0.90)

加算措置: 職制上の段階、職務の級等による加算措置・3~20%
1人当たり平均支給額: 平成30年度決算 1,568千円
※()内は、再任用職員に係る支給割合です。

8. 退職手当 (平成31年4月1日現在) (単位: 月分)

区分	福生市		東京都		国		
	自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年	自己都合	勤奨・定年	
支給率	勤続20年	23.00	23.00	23.00	23.00	19.6695	24.586875
	勤続25年	30.50	30.50	30.50	30.50	28.0395	33.27075
	勤続35年	43.00	43.00	43.00	43.00	39.7575	47.709
	最高限度	43.00	43.00	43.00	43.00	47.709	47.709
1人当たり平均支給額	429千円	22,977千円	2,180千円	21,810千円	-	-	

その他の加算措置: 定年前早期退職特例措置 (2~20%)
※退職手当の1人当たり平均支給額は、平成30年度に退職した職員に支給された平均額です。

9. 地域手当 (平成31年4月1日現在)

区分	支給実績	支給職員1人当たり平均支給年額	支給対象地域	全地域
平成30年度普通会計決算	207,699千円	545,142円	支給対象職員数	420人
			国の制度 (支給率)	15.0%

10. 時間外勤務手当

普通会計決算	支給実績	支給職員1人当たり平均支給年額
平成30年度	70,021千円	208千円
平成29年度	94,092千円	279千円

※休日給を含みます。

11. その他の手当 (平成31年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価		平成30年度普通会計決算	
	福生市	国の制度	支給実績	支給職員1人当たり平均支給年額
扶養手当	行政職給料表1~3級職員(主事~課長補佐) ①【配偶者】6,000円 ②【子】9,000円 ③【父母等】6,000円 ④【16~22歳の子の加算】4,000円 行政職給料表4級職員(課長) ①【配偶者】3,000円 ②【子】9,000円 ③【父母等】3,000円 ④【16~22歳の子の加算】4,000円	①【配偶者】6,500円 ②【子】10,000円 ③【父母等】6,500円 ④【16~22歳の子の加算】5,000円	24,988千円	209,983円
住居手当	【世帯主、世帯主に準ずる者のうち、満34歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にあるもので、自ら居住するため住宅を借り受け、月額15,000円以上の家賃(使用料を含む。)を支払っている者】15,000円 【その他の者】なし	賃貸住宅に居住する場合、支給限度額27,000円	7,839千円	170,413円
通勤手当	①【交通機関】6か月定期額(限度額55,000円/月) ②【交通用具】通勤距離に応じて支給	①6か月定期額(限度額55,000円/月) ②通勤距離に応じて支給	17,145千円	72,038円
管理職手当	【部長級職】105,000円 【課長級職】81,000円	給料表、職務の級、区分ごとに定められた額	49,951千円	1,085,891円

12. 特別職の報酬等の状況 (平成31年4月1日現在)

区分	給料月額等	期末手当 (平成30年度支給割合)		
給料	市長	900,000円		
	副市長	774,000円		
	教育長	727,000円		
報酬	議長	527,000円		
	副議長	471,000円		
	議員	447,000円		
区分	算定方式	1期の手当額	支給時期	
退職手当	市長	退職日の給料月額×在職年数×100分の400	1,440.0万円	任期ごと
	副市長	退職日の給料月額×在職年数×100分の300	928.8万円	
	教育長	退職日の給料月額×在職年数×100分の250	545.3万円	

※退職手当の「1期の手当額」は、4月1日現在の給料月額および支給率に基づき、市長・副市長は1期(4年=48月)、教育長は1期(3年=36月)勤めた場合における退職手当の見込額です。

13. 部門別職員数の状況と主な増減理由 (各年4月1日現在)

区分	職員数		対前年増減数	主な増減理由	
	平成30年	平成31年			
普通会計部門	議会	6	6	0	
	総務	108	110	2	記念式典に伴う業務増、総務部付職員の増など
	税務	23	23	0	
	民生	62	65	3	幼・保無償化、新制度対応に伴う業務増、児童相談所の業務の一部移譲による増など
	衛生	27	29	2	休日診療の運営全般に伴う業務の増、参事職の新設(福祉保健部)
	農林水産	3	3	0	
	商工	7	7	0	
	土木	34	37	3	道路管理事務の業務増、主査の増(再開発支援担当)、部門仕分(普通会計)の見直しに伴う増
	計	270	280	10	
	教育部門	78	77	▲1	教育部主幹(英語教育推進担当)の減
公営企業等	下水道	6	5	▲1	部門仕分(普通会計)の見直しに伴う減
	その他	27	27	0	
	小計	33	32	▲1	
合計	381(476)	389(476)	8(0)		

※職員数は一般職に属する職員数です。また、公益法人への派遣を含み、再任用短時間勤務職員は除きます。()内は、条例定数の合計です。

【申込方法】11月20日(水)12月6日(金)(消印有効)の間、往復はがきに次の内容を記載して郵送してください。〈返信の表面〉〒197-0004 福生市南田園2-13-1 福生市社会福祉協議会「ロコモウム教室申込み」宛 〈返信の裏面〉住所、氏名・生年月日・電話番号
【問合せ】社会福祉協議会 ☎ 552・2121

【返信の裏面】無記入

【返信の表面】住所、氏名

【問合せ】社会福祉協議会 ☎ 552・2121

あいさつ運動を実施します
福生市町会長協議会では、笑顔で交わすあいさつの大切さを広めることと、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】11月27日(水)午前7時~8時 ※雨天時は11月28日(木)に順延
【問合せ】協働推進課 ☎ 551・1590

老人福祉センター教養講座「ロコモウムエクササイズ教室」
【日時】令和2年1月10日(金)~3月13日(金)の毎週金曜日 午前10時30分~11時45分(全10回)
【場所】福祉センター2階 理学療法室
【対象】市内在住の60歳以上の方で、運動制限がなく、全日参加可能な方
【定員】先着25人
【持ち物】動きやすい靴・服装、タオル等、水分補給飲料

【証明書等コンビニ交付サービス停止のお知らせ】12月3日(火)は、システムメンテナンスのため、午後5時~11時の間、一部のサービスを停止します。ご不便をおかけします。【停止対象】戸籍の全部事項証明書、個人事項証明書、戸籍の附票の写しの交付、本籍地交付利用登録申請 【問合せ】総合窓口課 ☎ 551・1595

【安全安心まちづくり市民ひろば】開催のお知らせ
市内在住・在勤の方ならどなたでも参加できます。
【日時】11月21日(木)午後7時~8時30分
【場所】わかぎり会館会議室
【問合せ】安全安心まちづくり課 地域安全係 ☎ 551・1691

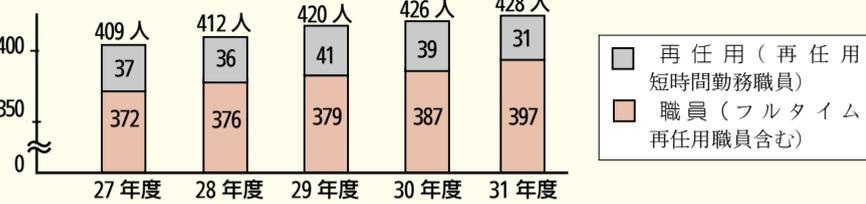
人事行政の運営等の状況

【問合せ】職員課 ☎ 551・1589

市の人事行政の運営における公正性および透明性を高めるため、福生市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、職員の任免、職員数、給与、勤務条件等の概要を市民の皆さんにお知らせします。

1. 職員の任免及び職員数に関する状況

(1) 職員数の推移（各年度 4 月 1 日現在）



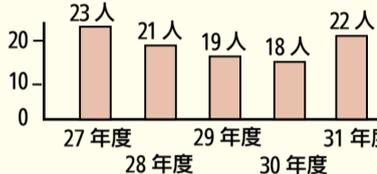
※上記「再任用」は再任用短時間勤務職員です。フルタイム再任用職員は「職員」に含まれます。
 ※平成 31 年度の職員数には、以下の派遣職員（計 9 人）を含んでいます。福生病院組合（2 人）、西多摩衛生組合（1 人）、東京都町村総合事務組合（2 人）、東京都後期高齢者医療広域連合（2 人）、東京都（1 人）、北海道登別市（1 人）
 ※平成 31 年度の再任用職員数には以下の派遣職員（計 4 人）を含んでいます。福生病院組合（1 人）、福生市商工会（1 人）、福生市社会福祉協議会（1 人）、福生市体育協会（1 人）

(2) 部門別職員数の状況

8 面「職員等の給与状況」をご覧ください。

(3) 採用者数及び退職者数の推移

【新規採用者数】（各年度 4 月 1 日現在）



【退職者数の推移】（各年度 3 月 31 日現在）

年度	種類					計
	定年退職	勤奨退職	普通退職	その他		
平成 28 年度	11	1	4		16	
平成 29 年度	6	0	6		12	
平成 30 年度	7	0	5		12	

2. 職員の給与の状況

8 面「福生市職員等の給与状況」をご覧ください。

3. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1) 職員の勤務時間の状況（標準的なもの）

職員の勤務時間は、1 週間の勤務時間が 38 時間 45 分となっています。

1 週間の勤務時間	1 日の勤務時間	勤務時間	週休日
38 時間 45 分	7 時間 45 分	午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分	日曜日および土曜日

- ・水曜日の時間外開庁時の職員は午前 11 時 15 分～午後 8 時に勤務します。
- ・土曜日の開庁時に勤務する職員は、原則として月曜日を週休日としています。
- ・施設の開館日、開館時間帯、職務の性質により交代制勤務を行っている職場があります。

(2) 職員の年次有給休暇の状況（平成 30 年）

1 年につき 20 日間を付与し、その年に使用しなかった日数があつた場合には、20 日を限度に翌年に限り繰り越すことができます。

【対象職員数】 266 人 【平均取得日数】 11.7 日

(3) 育児休業の状況（平成 30 年度）

地方公務員の育児休業等に関する法律に基づき、子を養育する職員の継続的な勤務を促進するため、3 歳に満たない子を養育するための休業制度です。

【育児休業取得者数】〈男性職員〉 3 人 〈女性職員〉 6 人

4. 職員の分限及び懲戒処分の状況

【分限処分】地方公務員法第 28 条の規定により、職員がその職務を十分に果たすことのできない一定の事由のある場合に、免職、休職、降任などの処分を行います。

【懲戒処分】地方公務員法第 29 条の規定により、公務における規律と秩序を維持することを目的として、職員に法律違反などの一定の義務違反に対して、免職、停職、減給、戒告の処分を行います。

平成 30 年度

区分	分限処分			懲戒処分			
	免職	休職	降任	免職	停職	減給	戒告
処分者数	0 人	2 人	0 人	0 人	0 人	0 人	0 人

5. 職員の服務の状況

すべての職員は、全体の奉仕者として公共の利益のため勤務し、職務遂行に当たっては全力を挙げて専念しなければなりません。職務遂行に関して職員が守るべき義務は次のとおりです。

区分	内容
法令等及び職務命令に従う義務	法令等に従い、かつ、上司の職務命令に従わなければなりません。
信用失墜行為の禁止	職員は、職の信用を傷つけ、または職の不名誉となるような行為をしてはなりません。
秘密を守る義務	職員は、職務上知り得た秘密を漏らしてはなりません。その職を退いた後も同様です。
職務に専念する義務	職員は、職務の遂行に当たっては、全力を挙げてこれに専念しなければなりません。
政治的行為の制限	職員は、政党その他の政治的団体の結成に参与する等の政治的行為が禁止されるなどの制限があります。
争議行為等の禁止	職員は、争議行為等が禁止されています。
営利企業等の従事制限	職員は、職務の公正を確保する等の観点から、営利企業等に従事することは制限されています。

6. 職員の研修及び勤務成績の評定の状況（平成 30 年度）

(1) 職員研修の実施状況

区分	実施機関	研修種別	研修内容	回数（回）	延べ受講者数（人）
組織内研修	福生市	職層別研修	新任職員・係長・課長など職層ごとの能力向上と知識習得を図る研修	4	35
		実務研修	契約事務研修など実務能力の向上を図る研修	22	720
		能力開発研修	クレーム対応など資質の向上を図る研修	2	24
		人事考課研修	人事考課制度の本質と基本的なルールの趣旨、仕組みの理解を図る研修	8	227
		特別研修	議会傍聴研修、応急救護研修などさまざまな知識を習得し、幅広い視野を養う研修	25	911
組織内研修（計）				61	1,917
派遣研修	東京都市町村職員研修所	職層別研修	新任職員・係長・課長など職層ごとの能力向上と知識習得を図る研修	41	126
		選択研修	担当業務の実務、政策法務、能力開発、情報処理、自己啓発を支援する特別研修等	72	110
	自治大学校等		全国の市町村職員を対象とした、専門研修機関での研修	2	2
	その他		専門機関による実務研修、行政課題に関する講演会参加等	7	16
講師派遣	他機関の研修講師として登壇		1	1	
派遣研修（計）				123	255
専門研修	実務に必要な資格取得等を目的とした研修		16	22	
合計				200	2,194

(2) 勤務成績の評定状況

職員の一人ひとりの職務遂行能力、仕事の成果、仕事に対する取組状況等について一定の基準と手続きに基づいて把握するため、人事考課制度を実施しています。

目標設定および取組状況については、個人職務目標申告書をもとに、幹部職員が面接指導を行い職員の育成に役立てています。評価結果については、職員の任用・給与制度、配置管理、人材育成等に積極的に活用していきます。

7. 職員の福祉及び利益の保護の状況

(1) 健康診断の実施状況

【平成 30 年度受診状況】

〈定期健康診断〉 156 人 〈人間ドック〉 365 人

※その他に胸部レントゲン検診、胃検診、VDT 検診等を実施

(2) 福利厚生

地方公務員法の規定に基づき、福生市職員共済組合を設置して職員の元気回復、福利厚生等に関する事業を行っています。必要な経費は、職員が負担する組合費と市の交付金がおおむね 50 対 50 で賄われています。

【組合員数】 428 人 【交付金】 6,389 千円 【一人当たりの交付額】 14,928 円

(3) 公務災害補償

職員の公務上、通勤途上の災害に対する、地方公務員災害補償法に基づく補償。

【平成 30 年度発生状況】 3 件

8. 公平委員会の業務の状況

(1) 勤務条件に関する措置の要求の状況

公務員には労働基本権の一部が制限されているため、その代償措置として設けられているもので、給料、勤務時間、執務環境等に不服がある場合、公平委員会に対し審査等を要求する制度です。福生市は他市町村と共同して東京都市町村公平委員会を設置しています。

(2) 不利益処分に関する不服申立ての状況

職員は、懲戒その他その意に反する不利益な処分に関して、公平委員会に不服申立てをすることができます。

(3) 苦情処理の状況

職員は、勤務条件その他の人事管理に関して、公平委員会に苦情の申出および相談をすることができます。

※ (1) ~ (3) の案件数

前年度からの継続案件数	平成 30 年度事案数	完結件数	翌年度継続件数
0 件	0 件	0 件	0 件

9. 職員の退職管理の状況

職員であったものは、退職後に福生市の職員に対して、退職前の職務に関する働きかけが禁止されます。福生市では、平成 28 年度から「福生市職員の退職管理に関する規則」を制定し、適切に運用しています。

高次脳機能障害専門相談
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。ご家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。

- 【相談日時（予定）】 12 月 10 日・24 日、令和 2 年 1 月 14 日・28 日、2 月 25 日、3 月 10 日・24 日の各火曜日午後 2 時～4 時
- 【場所】 市役所
- 【対象】 市民の方等
- 【相談員】 作業療法士および保健師等

【申込み】 相談日の 1 か月前から障害福祉課 ☎ 551・1742 へ。

コロナ教室

寝たきり生活の大きな要因となる転倒を未然に防ぐための教室です。フレイルチェックと測定で、現在の自分の危険度を確認してみましょう。自宅で行える運動もお伝えします。

【日程場所】 ① 12 月 12 日（木）扶桑会館 ② 12 月 24 日（火）本八第一会館

【時間】 午後 2 時～4 時
【定員】 各先着 20 人
【講師】 理学療法士（公立福生病院）

【申込み】 11 月 18 日（月）から電話で介護福祉課地域包括支援センター係 ☎ 551・1537 へ。

【令和 2 年度 4 月の保育園入園申込みが始まります】
【申込期間】 11 月 19 日（火）～12 月 2 日（月）
【問合せ】

子ども育成課保育係 ☎ 551・1780

ごみの削減のため、買物にはマイバッグを持参しましょう

「筋力向上トレーニング」(第3クール)を開催します

柔道整復師の指導による筋力向上トレーニングを行います。1回45分程度の運動で、週に1回(全12回)開催します。

【実施期間】 令和2年1月3月

【実施場所】 市内7か所の接骨院、整骨院

開催場所一覧: あきやま整骨院, 牛浜大野接骨院, 内浦接骨院, 勝田接骨院, さかい鍼灸接骨院, 拝島堂整骨院, 細谷接骨院

役所1階9番介護福祉課 地域包括支援センター係 (☎551・1537)、または地域包括支援センター熊川 (☎510・2945) へ。

「元気はつらつ教室」1日体験を実施します

1月から「元気はつらつ教室」第3クールが始まります。ぜひ体験してください。

【日時】 12月6日(金)午前10時～正午

【場所】 もくせい会館3階

【定員】 先着20人

【申込み】 電話で介護福祉課地域包括支援センター係

☎551・1537へ。

老人福祉センター「介護予防体操事業」

▼男性のための体力アップ教室

中級者向けの体力・筋力アップの体操教室です。

【日時】 令和2年1月20日

～3月23日の毎週月曜日午前10時30分～正午(全9回)

【場所】 福祉センター2階

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

【定員】 25人※応募多数の場合は抽選(初めての方を優先)

【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】 佐藤イク子氏

【往復はがきの書き方】

【返信の裏面】住所・氏名・生年月日・電話番号

【返信の表面】住所・氏名

【返信の裏面】無記入

【申込み】 12月6日(金)当日消印有効)までに社会福祉協議会施設サービス係(☎552・2121)へ往復はがきを郵送(〒197-0004 福生市南田園2-13-1 福生市社会福祉協議会「体力アップ教室申込み」宛)してください。

市民のひろば

＜会員募集＞

▼公民館ハーモニカサークル(2サークル)

懐かしい音色のハーモニカ。

【日時】 毎月第二・第四木曜日午後2時～4時

【場所】 公民館松林分館

【会費】 500円(1か月分)

【問合せ】 松岡 ☎551・8751

＜催し＞

▼空手倶楽部 白粋会

空手はオリンピックの正式種目にもなっています。

松濤館流空手道の練習を行い、大会にも積極的に出場しています。体験・見学大歓迎です。

【日時】 毎週火・木曜日午後6時30分～8時

【場所】 第二小学校、第五小学校、福祉センター

【会費】 3,000円(1か月分)

【申込み】 電話 ☎080・

10月の航空機騒音測定回数 環境課環境係

ごみ・資源収集情報

資源回収団体による資源回収量

12月の資源回収予定

12月は「地球温暖化防止月間」です
12月には全国で地球温暖化防止に関する普及啓発活動が展開されています。福生市でも市民団体と協働し、エコ生活、省エネの普及啓発事業を行います。
①地球温暖化防止キャンペーン
家庭の省エネルギーフレット「ふっさ『エコ暮らし』」の配布、冬の省エネや地球温暖化の影響・取り組みなどについての説明や展示を行います。
【日時】 12月10日(火)午前10時～午後3時(随時説明を行います。)
※12月10日(火)～18日(水)午前8時30分～午後5時15分まで(11日(水)は午後8時、18日(水)は午後3時まで)、市役所1階ロビーで展示を行います(日曜日を除く)。
【場所】 市役所1階ロビー
【問合せ】 ふっさ環境市民会議事務局(環境課環境係) ☎551・1718
②「福生まちなか温み処」をご利用ください
市では、冬の家庭での節電を奨励するとともに、市内公共施設を「福生まちなか温み処」として開設しています。
【利用期間】 12月1日(日)～令和2年3月31日(火)までの通常開館時間内※開館時間など詳しくは各施設へお問い合わせください。
【福生まちなか温み処施設一覧】 市役所(1階情報スペース)/市民会館・公民館(1階ロビー)/公民館松林分館/公民館白梅分館/わかざり会館/わかたけ会館/かえで会館/福東会館/福祉センター/福生市観光案内所「くるみる ふっさ」
③ふっさライトダウンキャンペーン2019 冬「身近な行動で省エネを」
家庭や事業所の電気を消すことで省エネを行い、環境にやさしい夜にしましょう。
今年も冬至の日にご協力をお願いします。
【日時】 12月22日(日)午後6時～8時※安全面、防犯面等で支障のない範囲での消灯にご協力ください。
＜②③共通＞【問合せ】 環境課環境係 ☎551・1718

第11回いきいき福生」を開催します！
スポーツチャレンジでビッグ大会に参加して景品をGETしましょう！
【日時・場所】 11月23日(祝)
「福生地域体育館」午前8時～午後4時
「熊川地域体育館」午前9時～午後4時
メール(hakusui@city.fussa.tokyo.jp)で石橋へ。
【費用】 ハスポートチャレンジ 1回100円※福生地域体育館ではインボディ測定(1回100円)を実施します。
【持ち物】 室内シューズ
※詳細は館内掲示や地域体育館ホームページまたは、各体育館へお問い合わせください。
【問合せ】 福生地域体育館 ☎530・8811、熊川地域体育館 ☎552・1980
11月の事業の開催日は、児童館のホームページに掲載されています。詳しくは、下記のQRコードからご覧ください。
【問合せ】 熊川児童館 ☎539・1515、田園児童館 ☎552・3133、武蔵野台児童館 ☎553・8822

【助産師とはなそう】地域の助産師による無料の相談会です。「助産師からのちょこっと話」を午前10時30分から開催します(11月のテーマは「心を抱きしめる癒しの技法」です)。
【日時】 11月22日(金)午前10時～正午 【場所】 子ども応援館1階 【対象】 妊産婦、子育て中の保護者(0歳児から可)、祖父母等 【問合せ】 森田助産院 ☎551・0323

「第6回福生まちなかアイ
トフェスティバル」参加者
募集

【日程】令和2年3月21日
(土)

【場所】市民会館
【内容・対象】へパフォーマ
ンス・ステージン歌やバンド、
ダンスなど、ステージやロ
ビーで発表したい方

【ふっさもものづくり市】手
作りの良さを伝えたい方

【運営ボランティア】大道
芸などでイベントを盛り上
げてくれる方、設営などの
作業を手伝ってくれる方

【応募条件】オリエンテー
ションに参加いただける方
のみ

【オリエンテーション日時】
令和2年1月10日(金)・26日
(日)午後6時～7時※どちら
かに必ずご参加ください。

【応募方法】指定の申込用
紙を郵送または市民会館窓
口へ直接ご提出ください。
※詳細は市民会館ホーム

郷土資料室からお知らせ

郷土資料室企画展示「正月の飾り物」

「ミキノクチ（神酒の口）」は、竹などで
製作されるお正月の飾り物
のことです。お神酒の徳利の
口に飾ることから、この名で
呼ばれています。



本展示では、新しい年を祝う大正月に飾る「ミキノクチ」や、小正月に豊作を願う「モノツクリ」、
「繭玉飾り」など、福生と西多摩の正月飾りや製作技術などを紹介します。

【期間】11月30日(土)～令和2年1月26日(日)午前10時～午後5時

【休館日】月曜日（祝日の場合は翌平日）、年末年始
【問合せ】生涯学習推進課文化財係 ☎ 530・1120

ページをご覧ください。
【応募締切】12月15日(日)
※必着（応募多数の場合は
抽選）

【問合せ】市民会館 ☎ 552・1711

公民館3館合同事業

生きがいひろば

人生うたい語りのつどい

生きがいひろばに参加
した各館の参加者が一同に
集り、3館合同で歌や踊り、
エッセイを発表します。

【日時】12月6日(金)午後1
時30分～3時30分（午後1
時開場）

【場所】市民会館小ホール
(つつじホール)

【定員】当日先着260人

【内容】＜本館コース＞皆さ
んに馴染みのある童謡・唱
歌の合唱を披露します。

＜松林コース＞「江戸芸」かっ
ぽれ踊り」講座参加者によ
る踊りを披露します。

＜白梅コース＞「エッセイ入
門教室」参加者が、日常生

活の「コマや大切な思い出
をエッセイに綴り、語りま
す。」

＜ロビー展示＞公民館本館
「幸せお手玉と巾着袋」と、
公民館松林分館「しかけ絵
本作り」を市民会館内で開
催します。

【問合せ】公民館公民館係
☎ 552・2118

茶室福庵で古典文学に親し
む「万葉集と古今集」歌の
詠み比べ

万葉集と古今集を題材
に、自然の景物を詠んだ歌、
恋愛を詠んだ歌、死を悼ん
だ歌を対象に、万葉集と古
今集の違いなどを詠み比べ
ていきます。

【日時】12月7日(土)・14日(土)
21日(土)午後2時～4時

【対象】市内在住・在勤・在
学の方

【定員】先着20人

【持ち物】筆記用具
【講師】山崎正伸氏（二松
学舎大学文学部教授）

【申込み】11月19日(火)か
ら公民館公民館係 ☎ 552・
2118へ。

食品ロスをもったいない!!
食品ロスについて考えよう

食品ロスについて現状を
学び、食品を無駄にしない
料理を作って食べながら一
緒に考えましょう。

【日時】12月8日(日)午前9
時30分～午後1時30分

【場所】公民館調理室

【対象】小学生以上の方

【定員】先着12人

【メニュー】かぼちゃ丸ご

と使い切り! かぼちゃ
チップ、野菜ジュースの
スープなど

【費用】食材費500円
【持ち物】エプロン、三角
巾

【講師】砥綿久江氏（食品
衛生責任者）、山本忠氏（環
境カウンセラー）

【申込み】11月19日(火)午前
9時から公民館公民館係
☎ 552・2118へ。

市民会館大小ホール借上料
援助事業「第16回福生元氣
を出せ音楽祭」

今回も11組の出演者が1
年間の練習の成果を発表す
るとともに、皆さんへ募金
のお願いをします。

歌謡曲から洋楽まで、幅
の広い音楽を一緒に楽しま
しょう。

【日時】12月8日(日)正午～
(午前11時30分開場)

【場所】市民会館大ホール
(もくせいホール)

【主催】NPO法人福生と
音楽を楽しむ会

【後援】福生市、福生市教
育委員会、福生市観光協会、
福生市商工会、福生市社会
福祉協議会

【問合せ】瀬山 ☎ 513・0339
(ホームページ: <https://ngo-fussa.com/>)

クリスマスソングでリト
ミック

ピアノのリズムに合わせ
て走ったり跳ねたり楽しむ
リトミックを親子で体験し
てみませんか?
12月22日(日)に開催する

「白梅クリスマスコンサー
ト」にも参加します。ぜひ
気軽にお申し込みくださ
い!

【日時】12月4日・11日・18
日、令和2年1月8日の各
水曜日午前10時～11時30分

【場所】公民館白梅分館
【対象】市内在住・在勤・在
学の保護者と未就学児

【定員】先着10組

【講師】山下やよい氏
【共催】ドレミファキッズ
(公民館サークル)

【申込み】11月19日(火)午前
9時から公民館白梅分館
☎ 553・3454へ。

リーダー養成講座
「お手軽にみんなで楽しめ
るレクリエーションゲーム
を学ぼう!」

子どもから高齢者まで誰
もが手軽に楽しめるレクリ
エーションゲームを学んで
みませんか?
【日時】11月28日、12月12
日、令和2年1月9日・23
日、2月6日の各木曜日午
後7時～9時(全5回)

【場所】公民館白梅分館2
階集会所

【対象】市内在住・在勤・在
学の方

【定員】先着30人

【講師】飯田弘氏（東京都
レクリエーション・コー
ディネーター会長）

【協力】白梅利用者交流会
運営委員会、みずほレクリ
エーションキャンプ同好会

【申込み】11月19日(火)午前
9時から公民館白梅分館
☎ 553・3454へ。

図書館からのお知らせ

▼中央図書館おはなし会

【日時】12月4日・11日・18日・25
日の各水曜日午後3時～

【場所】中央図書館※直接どうぞ

【対象】幼児～小学生

▼中央図書館おはなし会「おはなし
のポケット」

【日時】12月7日(土)午後3時～

【場所】中央図書館※直接どうぞ

【対象】幼児～小学生

【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】12月3日(火)午前11時～

【場所】中央図書館※直接どうぞ

【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!)

【出演】おはなしのもり

▼たしろちさとワークショップ「動
物レストランのメニューをかんがえ
よう!」

絵本作家たしろちさと先生による
ワークショップ。たしろ先生といっ
しょにおいしいような料理の絵をかき
ましょう!

【日時】12月8日(日)午後2時～3時
30分

【場所】中央図書館2階研修室

【対象】幼児～小学生※幼児は要保
護者同伴

【定員】先着25人

【申込み】11月20日(水)午前10時か
ら直接または電話で中央図書館へお
申し込みください（電子申請もでき
ます）。

▼わかぎり図書館おはなし会

【日時】12月12日(木)午後3時30分～

【場所】わかぎり図書館2階※直接
どうぞ

【対象】幼児～小学生

▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会

【日時】12月25日(水)午前11時～

【場所】わかぎり図書館2階※直接
どうぞ

【対象】乳幼児と保護者

▼わかたけ図書館おはなし会

【日時】12月11日(水)・25日(水)午後3
時～

【場所】わかたけ図書館2階※直接
どうぞ

【対象】幼児～小学生

▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会

【日時】12月19日(木)午前11時～

【場所】わかたけ図書館2階※直接
どうぞ

どうぞ

【対象】乳幼児と保護者

▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会

【日時】12月18日(水)午前11時～

【場所】武蔵野台児童館1階※直接
どうぞ。また、本事業は武蔵野台児
童館との共催です。

【対象】乳幼児と保護者

▼武蔵野台図書館ミニミニおはなし
会

【日時】12月4日(水)・11日(水)・25日
(水)午前11時～

【場所】武蔵野台図書館※直接ど
うぞ

【対象】乳幼児と保護者

【問合せ】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

費用の記載のない事業は無料です

発行 福生市 / 編集 企画財政部秘書広報課 / 〒197-8501 福生市本町5-8042-5511 (市役所代表) / 毎月1日・15日発行

市役所は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。



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	① 12月5日(木)・19日(木) 午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	20歳以上の方
	② 12月11日(水)午前10時～正午	福生地域体育館	
②ヘルスチェック	12月10日(火) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付) ※要申込み	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	① 12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※4か月未満は要相談
	② 12月18日(水)午前9時30分～10時30分		
④離乳食教室(前期・中期食)	12月11日(水)午前10時～11時30分※要申込み	保健センター	離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着20組
⑤すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	12月4日(水)・18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)
⑥パパママクラス(12・1月コース)	12月14日(土)・19日(木)、令和2年1月11日(土)・16日(木)・23日(水)午後1時30分～3時30分※要申込み		これからパパ・ママになる方、祖父母等・先着20組

【申込み】①・③は不要。②・④・⑥は11月18日(月)から、⑤は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。

12月の予防接種(BCG)

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

【受付時間】午後0時50分または1時15分(対象の方には通知します。)
【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防票と母子健康手帳を持参してください。

医師会だより

「タバコと健康」

脳内には喜びを感じる部分が存在し、ドーパミンが放出されて喜びを感じます。タバコのニコチンが作用するとドーパミンの放出が起こり、初めての喫煙の時は多量のドーパミンのため気持ち悪くなります。

しかし、ニコチンが常に入ってくるようになるとバランスをとるため、ドーパミンを感じる部分を一部閉鎖します。そのためニコチンがないと逆にドーパミン不足が生じてイライラし、ストレスを感じます。このイライラはニコチンが補充されると収まります。つまりニコチン依存が生じるのです。

新型タバコには電子タバコと加熱式タバコがありますが、ニコチンが劇薬指定であるため、電子タバコは日本では販売されていません。一方で、タバコの葉を燃やさず加熱してニコチンを染みださせる加熱式タバコが3種類ほど流通しています。加熱式タバコは有害成分が減少するという報告がありますが、有害度が減少したわけではありません。血管内の障害程度は従来タバコと加熱式タバコは、ほぼ同等であったという報告があります。

受動喫煙は副流煙だけでなく、吸った人から吐き出される主流煙によっても起こります。加熱式タバコは、有害成分が従来タバコと同様に呼気中に吐き出されます。受動喫煙が心筋梗塞や脳卒中、肺がんなどの病気の原因となることは、科学的・医学的事実です。子どもは小児喘息の原因にもなります。

喫煙は肺がん以外にも全身10か所のがんとの因果関係があるようです。中年以降に発症し、慢性の咳、たん、呼吸困難を主訴とする予後不良の慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因でもあります。

【文責】星野医師

健康コーナー

▼インフルエンザの予防について

インフルエンザは例年12月～3月が流行のピークです。重症化すると、お子さんではまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う危険性があります。

予防策として次の5つが挙げられます。

- ①流行前のワクチン接種…発症する可能性を低減させる効果と、重症化防止に有効です。
- ②手洗い・うがい…流水・石けんによる手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効です。アルコール製剤による手指衛生も効果があります。
- ③適度な湿度の保持…特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50～60%)を保つことも効果的です。
- ④十分な休養とバランスのとれた栄養摂取…体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。
- ⑤人混みや繁華街への外出を控える…流行時には、特に高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、体調の悪い方、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出は控えましょう。

インフルエンザの症状である、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛が続く際には、医療機関へ受診しましょう。
～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

心の健康教室

「レッツトライ! ミュージック♪」

音楽を利用して心の健康づくりを楽しく学びませんか?

日常生活を送るうえで誰もが少なからずストレスを抱えていると思います。心と身体は密接に関連しているため、ストレスによって心が不健康になると身体にも影響が出てしまいます。音楽と人とのふれあいを通して、心の健康づくりについて一緒に考え実践していきましょう。

【日時】12月12日(木)午前10時～11時



30分

【場所】保健センター

【対象】市内在住・在勤の方、子育て中の方(お子さんと一緒に参加も大歓迎です!)

【定員】先着20人(予約制)

※音楽に関する知識は必要ありません。お気軽に参加ください。

【内容】心の健康と音楽についての話、珍しい楽器やおなじみの楽器の演奏、みんなで大きな声で歌ったり、身体を動かします。

【講師】吉野良子氏(音楽療法士)

【申込み】11月18日(月)から電話で保健センター ☎ 552・0061 へ。