



ふっさ情報アプリ

「ふくナビ」

を皆さんぜひご利用ください！

ダウンロードは  
こちらから！



▲ iPhoneの方 ▲ Androidの方



今号の主な記事

2～5面 防災特集「『自助』『共助』『公助』で命を守る」

6面 新型コロナウイルス感染症関係情報

7面 パブリックコメントの結果について

8面 令和3年度組織改正

11面 令和3年度保健事業日程表

12面 保健ガイド

## 国の緊急事態宣言が延長されました

国の緊急事態宣言が3月21日(日)まで延長されたことに伴い、福生市の対応も、3月21日(日)まで延長します。なお、平日の昼時間（正午～午後1時）の業務のみ再開します。  
詳細は、右記QRコードからご覧いただけます。



▲ 公共施設  
の開館情報



▲ イベント  
中止等の情報

### 防災特集

## 「自助」「共助」「公助」で命を守る

### 東日本大震災から10年、経験から学ぶこと

今年で東日本大震災から10年の月日が経ちました。その間、福生市でも猛威を振るった令和元年の台風第19号をはじめ、日本では毎年のように全国各地で自然災害が発生し、甚大な被害をもたらしています。

今号の広報ふっさは「防災特集」。自分と大切な人の命を守るために、「自助」「共助」「公助」の面から、市や地域の取り組み、そして「いま自分ができること」を紹介します。

【企画・発行】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529

感染症対策を想定した避難者受付訓練（福生市総合防災訓練にて）



消防団による風水害想定訓練

令和2年10月18日に実施した「福生市総合防災訓練」。例年は市民の皆さんにもご参加いただいている訓練ですが、今回は新型コロナウイルス感染症対策のため、市職員および教職員、田園地区の自主防災組織代表者と消防団で執り行いました。

訓練では、令和元年の台風第19号における市の災害対応の反省を踏まえ、昨年新たに策定した「風水害時初動活動マニュアル」をもとに、災害対策本部の設置から避難所の開設や運営など、風水害対応において重要となる「初動対応の実践」に主眼を置いた全体訓練として、約370名が参加しました。

また、感染症予防訓練として、感染予防に配慮した避難者受付訓練および避難スペー



避難所開設訓練



災害対策本部運営訓練

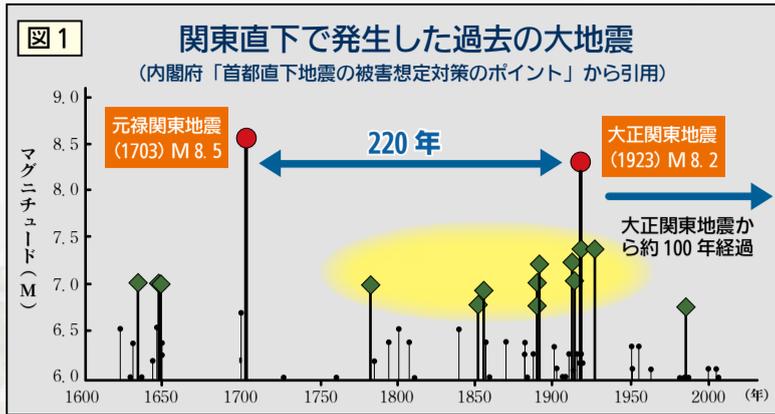
スのレイアウト作成や、避難者受け入れのデモンストラクションなどを行いました。

市では本訓練以外にも、災害時における医療救護所開設訓練など、さまざまな訓練に取り組んでいます。

これからも福生市は、消防署などの公共機関等と連携しながら、災害時に市民の皆さんが安心して避難できる体制づくりを努めていきます。

感染症対策を考慮した福生市総合防災訓練を実施

「オール福生」で市民を守る  
「公助」の精神



しかし、関東地方を震源とする  
東日本大震災は、太平洋の三  
陸沖が震源であったため、幸い  
にも福生市では、大きな被害は  
生じませんでした。

多くの人が犠牲となった東日  
本大震災から今年で10年。東北  
地方を中心に甚大な被害を  
与え、10年という時の経過を感じ  
させないほど、皆さんの記憶に  
深く焼き付いているのではない  
でしょうか。

## 大規模地震に備えて

# 「自助」の心がけ

「まさか」と思わず、常に防災意識を

図2 首都直下地震等による主な被害想定（福生市）

想定される地震：立川断層帯地震：(M 7.4)  
発災状況：冬の午後6時、風速毎秒8メートル

建物被害	建物 全壊	1,372 棟	人的被害	死者	84 人
	ゆれ	1,361 棟		負傷者	775 人
	液状化	0 棟			
	急傾斜地崩壊	12 棟			
	火災による焼失	1,279 棟			

※合計は小数点以下の四捨五入で合わない場合があります。

▼立川断層帯地震 (M 7.4) の場合、福生市の震度は、震度7～6強が予想される



「首都直下地震等による東京の被害想定報告書」  
(平成24年4月東京都)

東日本大震災の経験を踏ま  
え、東京都は平成24年に「首都

福生市の被害想定を知り、  
今、自分ができる対策を

る「首都直下地震」は、「今後  
30年間に約70%」の確率で発生  
すると予想されています。過去  
の首都直下地震において、M(マ  
グニチュード) 8クラスを記録  
した大地震は「元禄関東地震」  
と「大正関東地震(関東大震災)」  
があり、さらにこの間の220年  
は、平均して27.5年に1回の頻度  
で、M7クラスの地震が発生し  
ている状況です(図1参照)。

して、「今、自分がFussa」  
を紹介しします。

「自助」の心がけを持つことが  
不可欠です。

30年弱の頻度で発生する可能  
性があると言われている、首都  
直下地震。いつ起きてもおかし  
くない大規模地震に備えて、ま  
ず自分自身の身を守るために

直下地震等による東京の被害想  
定」を公表しました。それによ  
ると、福生市の近くに位置する  
立川断層帯を震源とする「立川  
断層帯地震・規模M7.4」が発  
生した場合、福生市の震度は7

出典：財団法人消防  
科学総合センター

あなたの家は大丈夫？

## 巨大地震の備えはできていますか？

### 家具類の転倒・落下・移動の防止

近年発生した大地震による負傷者の30～50%が、家具類の転倒・落下・移動が原因です。特に、マンションや団地の高層階など、揺れが大きくなりやすい場所にお住まいの方は早めに対策をしましょう。



家具類の転倒・落下防止対策については、右記QRコードから「東京都耐震ポータルサイト」をご覧ください。



### 家屋の耐震性強化

平成7年の阪神・淡路大震災の死亡原因の約80%が「圧死」です。そのため、家屋の耐震性強化に取り組むことが地震対策において重要となります。特に昭和56年以前の建物は、大地震が発生した際に大きな被害を受ける可能性があるため、注意が必要です。



市では木造住宅の耐震相談を受け付けています。詳細は右記QRコードから市ホームページをご覧ください。



### 家周りのブロック塀や石垣などの転倒防止対策

平成30年の大阪北部地震では、コンクリートブロック塀の倒壊により、2名の方が命を落としました。ひび割れやぐらつきのあるブロック塀は、所有者が責任を持って管理し、早急に補強するなどの転倒防止対策を行うことが必要です。



ブロック塀の生垣化や点検方法については、右記QRコードから市ホームページをご覧ください。



## 正しい知識で、「賢く」・「自分に合った」備えを

### トイレなど、家庭での十分な備えを

新型コロナウイルスの影響もあり、限られた避難所の収容人数はさらに縮小されるため、大地震が起きた際、自宅が無事であれば基本は在宅避難が求められます。そのためには、今まで以上に家庭での備えを充実させることが大切です。

家庭での備えで一番大事なものは「トイレ」です。いくら水や食料を備えていたとしても、トイレの環境が悪いと体調を崩してしまい、場合によっては亡くなることもあります。助かった命を守るためには、衛生面に特に気を遣わなければなりません。

断水が起きた際に、バケツに水を汲んでトイレに流す方法をよく聞きますが、良いとは言えません。地震の揺れで家の排水管が壊れているのを知らずにトイレに水を流すと、汚水が溢れたり汚物が逆流する場合があります。このように「防災対策として聞いたことがあるからなんとなく」でやると、災害時に後悔するかもしれません。

備えの一つは、携帯用・簡易用の災害トイレを用意することですが、必要日数分買うとコストがかかるので、それ

以外にできる処理方法も組み合わせてください。例えば、トイレの便器が使えるのであれば、45Lのポリ袋と、トイレットペーパーや古紙、介護用・赤ちゃん用おむつやペット用品を組み合わせる利用するのも手です。このように、正しい知識を持って「賢く」災害に備えることが重要です。

### 「自分に合った」防災対策をしましょう

物の備えについては、年齢や性別、障害の有無など、個々の状況に応じて必要なものを用意しましょう。特に大事なものは、「自分の命をつなぐために必要なもの」。例えば、非常用持ち出し品としては、印鑑や通帳、保険証などの再発行が効くものよりも、飲んでいる薬が分かるもの(おくすり手帳のコピーなど)が必要です。また、栄養バランスの偏りにも注意が必要です。たんぱく質やビタミン、ミネラルも摂れるように賞味期限が長い食品を多く備蓄しておいたり、豆乳や野菜ジュースなどのパック飲料を水と合わせて備える方法がおすすめです。

しかし、災害への備えが大事だと思っ  
ていても、なかなか行動に移せない方  
も多くいるかと思えます。無理をせず、  
手を付けやすそうな部分から防災対策  
にぜひ取り組んでみてください。



ジョージ防災研究所代表 防災アドバイザー  
小野修平氏

# 過去の風水害から学ぶ



台風第19号通過時の多摩川（明神下公園付近）の様子



台風第19号通過後の福生南公園



台風第19号通過後の多摩川中央公園

## 台風第19号が福生市にもたらした前例のない被害

令和元年10月に発生した「令和元年東日本台風」（以下「台風第19号」）は、静岡県や関東甲信地方、東北地方を中心に広い範囲で記録的な大雨となり、日本列島に大きな被害をもたらしました。

福生市でも猛威を振るい、市内各地に爪痕を残した台風第19号。福生市での総雨量は400㎜強となり、記録的な降雨量に。また、南田園・北田園地区に初めて避難指示が発令され、洪水警報が解除されるまでの2日間で避難所を11か所開設し、避難した市民は約1,600人にのぼります。

幸いにも、福生市では負傷者等の人的被害はありませんでした。しかし、福生南公園が全体に坂公園・原ヶ谷戸どんぐり公園・中福生公園で一部冠水したほか、道路上への倒木など、台風第19号の勢力の強さを物語る被害が生じました。

近年、こうした豪雨による風水害が毎年のように日本列島を襲っています。また、地球温暖化の進行に伴い、大雨や短時間に降る雨の頻度はさらに増加すると予測されており、今後ますます台風や豪雨による風水害が発生する可能性は高まっています。

## 台風第19号の経験を糧に市民意見交換会を実施しました



▲市民意見交換会の様子

市では台風第19号を機に、災害に強いまちづくりを推進していくことを目的として、さまざまな方から意見を伺うため、令和元年12月10日に一般公開形式で「令和元年台風第19号対応に係る市民との意見交換会」をもくせい会館で開催。

交換会には市長をはじめ、避難指示を発令した田園地区の自主防災組織の代表者等のほか、市内の多くの方が参加しました。当時の被災状況や市の対応などの情報共有、また今後の災害対策としてさまざまな視点から意見が寄せられ、今後の課題が浮き彫りになりました。

## 市民意見交換会を受けて、現在、市では次のようなことに取り組んでいます

- 市民意見交換会後に庁内検証会議を行い、新たに備品配備のための予算を確保
- 新たに「風水害時初動活動マニュアル」を策定し、それに基づいた総合防災訓練を実施
- ペットの同行避難のための施設を確保

## 福生防災女性の会 台風第19号 ホンネの座談会



福生防災女性の会 福生支部の方々

### 福生防災女性の会とは

福生市、羽村市、瑞穂町に住む女性で構成され、現在は3支部・全96名が地域の防災リーダーとして、防火防災思想の普及・啓発に努めている自主防災組織です。



▲七夕まつりの火災予防パレード

地域や家庭での防火防災活動のほか、福生消防署や市町が実施するイベントや防災訓練に参加するなど、積極的に活動しています。

今回は、同会の会員である3名に、台風第19号当時の避難状況や感じたことなどをお話していただきました（以下敬称略）。

一台風第19号で福生市に避難指示が出たときどうしましたか？

**古谷**：私は一人暮らしなのですが、知り合いの消防団員の方に「みんな避難しているし危ないから」と声を掛けてもらって、家が川のすぐ近くなので、避難することにしました。そうやって声を掛けてくださらなければ、家にいたと思います。

**松田**：私も台風第19号のときは、家が揺れるほど風が強かったので怖くなって、明るいうちに早めに夫と歩いて近くの中学校に避難しました。その時は雨がすごく降っていたので、必死で歩きましたね。

**佐藤**：防災行政無線放送も聞こえないくらい雨が強かったですもんね。私は自分の家に息子家族を避難させました。でも台風が心配な気持ちと普段の家とは違うこともあって、なかなか寝られなかったみたいです。そう思うと、体育館などに避難した人はもっと気疲れするんだろうなと思いましたね。

一実際に災害に直面してみて初めて分かるということもあると思うのですが、避難時に持参して良かったものはありましたか？

**松田**：私は避難所にスリッパを持っていきました。これはハザードマップの持ち出し品の中に入れていなかったのですが、やっぱり体育館の中を素足で歩くのは嫌だったし、トイレも嫌だったので、スリッパを持っていった一番良かったと思いました。

**佐藤**：みんな使うトイレだし、体育館だしね。

**松田**：あと、2Lの水を自分と夫の分2本と、紙コップを持っていきました。直接ペットボトルから飲むと雑菌が付くので、重宝しました。なので、常に紙コップと2Lの水はうちに何本も置いてあり

ます。あとはアルミシート。寒かったのと、下に敷くこともできるので良かったですね。

一なるほど。ハザードマップに載っていないものでも自分に必要だと思うものを持って行ったんですね。

**松田**：あと、私は花粉症なので常にマスクは何枚か持っていたけど、消毒用のティッシュとかは持ってたほうがいいですね。

**古谷**：コロナが流行している今は特に必要ですね。あと風水害被害の大きかった田園地区では、年配の方で声を掛け合って、施設あたりに避難した方もいたみたいですね。

一災害時にはご近所の方などに声を掛け合うことも大事ですね。そのためには、普段から周りの住民の方とコミュニケーションを取っておきたいものです。

**佐藤**：でも、今は人とあまり関わりたくないという方が増えましたね。町会の加入率も低くなりましたし。「どうして入らないの？」って聞くと、「どうしても人との関わりが」ってね。特に今はコロナの影響で外に出られないことも影響しているかと思っています。

**古谷**：災害時は自分で身を守るのもそうだけど、近所の人で助け合わなきゃいけないですね。

**松田**：やっぱりお互いの交流が一番だと思いますので、ぜひ町会にも目を向けていただきたいですね。

**佐藤**：信頼関係があると、いざというときに声を掛けたり助け合いやすくなりますからね。

一災害時には消防や行政機関がすぐに助けに行けないこともあるでしょうし、「自助」の備えに加えて、地域の方たちがお互いに顔見知りになり、信頼関係を築いていく「共助」も合わせて必要だということですね。皆さん、本日はありがとうございました！



# 地域一体で「助け合いの心」を

## 「共助」の輪をつなぐ

今回、長年にわたって地域活動に従事されている南田園一丁目町会長・持田洸さんに、台風第19号当時の状況や、「共助」につながる地域活動についてお伺いしました。

### 地域全体で取り組む自主防災活動

#### 台

風第19号の田園地区への影響はすさまじいもので、福生南公園と多摩川中央公園は冠水し、多摩川の水位はさくら堤土手の1.5mまで上がりました。また田園地区に福生市で初めての避難指示が発令され、町会では総世帯の71%に当たる134世帯が指定避難所やご親戚の家などに避難しました。

町会としても単身の高齢者の方などに「どうしますか、逃げますか。」とお声掛けしたものの、田園地区は低位置のため避難所まで登っていかねばなりません。足腰の悪い高齢者はもちろん、若い方でも、暴風雨の中で避難所に向かうのは大変な状況でした。



▲福生南公園の被害状況

#### 身に染みだ「共助」の大切さ 地域の防災活動で次の備えへ

これまでに経験したことのない災害に直面し、改めて「共助」の重要性を認識し、同じような災害が起こったときに、最小限の被害に抑えなければ

ならないと思いました。

南田園地区では、さまざまな自主防災活動を行っています。その一つが、南田園四地区自主防災組織（南田園一丁目・二丁目・三丁目・福生団地自治会）が協力して平成10年から実施している「四地区合同水・防災訓練」です。風水害被害の大きい同一地区の住民が

防災に関して共通認識を持ち、共助の気持ちを醸成することを目的とした訓練で、段ボールベットの組み立てや応急救護、多摩川定点カメラ見学などを行っています。



▲ベットの組み立ての様子

また、令和元年9月には南田園四地区自主防災組織が協力して「南田園地区防災マップ」を独自に作成し、全戸配布しました。マップには、洪水時の指



▲南田園地区防災マップ

定避難所と利用できない避難所が色分けされていたり、行政等からの情報に対してとるべき行動などが明記してあります。3つの町会が行った台風第19号に関するアンケートでは、「マップがとても役に立った」といったお声を多数いただきました。これらの「地域全体で取り組む防災活動」が評価され、令和3年1月に南田園四地区自主防災組織へ、東京消防庁から「第17回地域の防火防災功労賞」の「優良賞」をいただきました。

#### 普段から災害への危機意識と地域とのつながりを

災害への備えで大事なことは「声掛け」。町会に入ってもいなくても、ご近所での普段からの声掛けなど地域のつながりが、いざというときに力を発揮します。また、災害時に「自分は大丈夫だ」と思わず、常に危機意識を持つことも大切です。

災害はいつ起こるか分かりませんが、常日ごろから「自分や家族でできること」「近所で力を合せてできること」などについて考え、災害に備えておきましょう。



もちだたけし 南田園一丁目町会長 持田洸さん

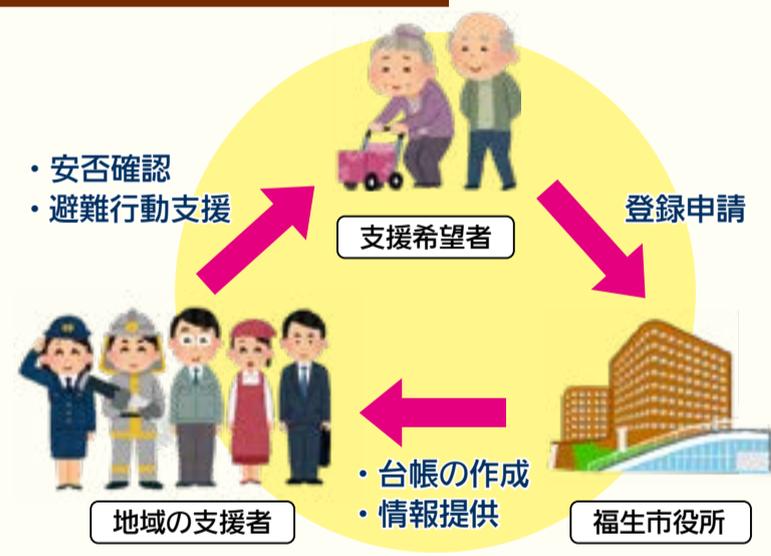
### ～自力で避難することが難しい高齢者・障害者の方へ～ ご存知ですか？ 「避難行動支援希望者登録」

市では、災害時に自力で安全な場所へ避難することが困難な方などの第三者の支援を必要とする方を対象に、登録受付を行い「**避難行動支援希望者登録台帳**」を作成しています。

登録された方の情報は、地域の自主防災組織、民生委員・児童委員のほか、消防団、消防署、警察署、社会福祉協議会などの関係機関にも提供されることにより、災害発生時の安否確認や避難誘導等の支援活動を迅速にできるようにします。

登録申請などの詳細は、市役所第一棟2階安全安心まちづくり課防災係（☎551・1638）へお問い合わせください。

#### 避難行動支援希望者登録の仕組み



日ごろは、地域の身近な相談相手として活動している私たちが、近年は災害が多発していることから、災害時における支援についても、より一層考えさせられることが多くなってきました。

今後は、町会・自治会や消防団などの関係機関と、組織的な横の連携も取り入れていくことで、要支援者のさらなる安全安心につながることを考えています。

そして、「もしも」の時のための避難行動支援希望者登録がさらに浸透し、登録していた方がいらっしやいましたら、大変ありがたいことです。



いたでらまさゆき 板寺正行氏（福生市民生委員・児童委員協議会会長）

「もしも」の時のための登録制度  
その浸透が地域の防災意識の向上に

# 「もしも」にいまから **備** えよう。

## 防災グッズを準備しましょう



非常持ち出し用の荷物は、リュックサックなどで1～2個にまとめ、すぐに持ち出せるところに置いておきましょう。

また、**書いてあるものをそのまま用意せず、「自分や家族にとって必要なもの」を考えて準備することが大切です。**

※詳細は右記QRコードから市ホームページをご参照ください。



## 「ローリングストック」を実践しましょう！

ローリングストックとは、普段から少し多めに食材、加工品を買っておき、消費したら消費した分だけ買い足していく備蓄方法のことです。

**食料等を一定量に保ちながら、消費と購入を繰り返す**ことで、備蓄品の鮮度を保ちながら、非常時にも普段食べ慣れた食品を安心して食べることができます。

①蓄える  
3日以上を蓄えておく

③補充する  
使った分を補充する



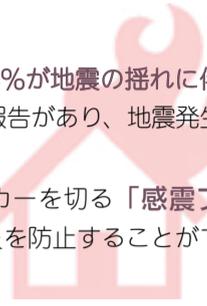
②消費する  
賞味期限の近いものから使う

## 二次災害に備えましょう

### 地震発生後の火災に要注意！

東日本大震災における火災の発生原因のうち、54%が地震の揺れに伴う電化製品からの出火等、電気関係であったという報告があり、地震発生後の停電復旧時にも火災が発生しています。

設定値以上の揺れを感知した際に自動でブレーカーを切る「感震ブレーカー」を設置することで、地震に起因する火災を防止することができます。ご自宅での設置をご検討ください。



## 感染症流行下における避難の注意

### 在宅避難や親戚・友人の家などへの分散避難の検討

自宅での安全確保が可能な場合、感染リスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。自宅が危険な場合でも、避難所だけでなく、車中泊や安全な親戚・友人宅への避難を検討しましょう。



### マスクの着用、感染症対策の必要物品の持参

感染拡大防止のため、避難所内ではマスクの着用をお願いします。また、市の備蓄品に限りがありますので、体温計や消毒用アルコールなどは原則、ご自身で用意をお願いします。

※避難時の感染症対策について、詳細は右記QRコードから市ホームページをご覧ください。



## 災害時・避難時にご活用ください！

### 事前に携帯電話やスマートフォンに登録・ダウンロードをしてください！

災害時はインターネット回線が混み合い、つながりにくくなる恐れがあります。もしものときに必要な情報が得られなくなることを防ぐために、今のうちに携帯電話やスマートフォンに登録・ダウンロードをして災害に備えましょう。

### ▼防災無線音声確認ダイヤル

防災行政無線の放送内容が聞こえなかったり、聞き逃したりした場合は、下記の電話番号に掛けることで確認できます。



☎ 042・539・2061

### ▼ふっさ情報メール

市では、登録された方の携帯電話・パソコンに、防災・防犯情報などの情報を配信しています。

登録は、右記QRコードを読み取り、登録ページにアクセスして、空メールを送信してください。



### ▼防災マップ、多摩川洪水・内水ハザードマップで市内の危険区域を確認！

「防災マップ」には、地震発生時にどこに避難したら良いか、またどのような行動を取れば良いかなどの情報が載っています。

「多摩川洪水・内水ハザードマップ」には、洪水時に、市内でどのような被害が発生するか、また、その時にどこへ避難したら良いかなどの情報が掲載されています。



PDFデータ版のダウンロードは、下記QRコードから市ホームページをご利用ください。



▲多摩川洪水・内水ハザードマップ

### ▼ふっさ情報アプリ「ふくナビ」

本アプリの「防災」メニューには、ハザードマップや避難所情報などを掲載しています。

また、市ホームページやふっさ情報メールとも連動しており、市の最新の情報をご覧いただけます。

下記QRコードからダウンロードしてご利用ください。



▲ Android



▲ iPhone

## ご意見をお聞かせください

市民の皆さんの、本特集のご意見や感想をぜひ、お聞かせください。ご意見は、右記QRコードから投稿できます。



防災特集 終

災害が、いまこの瞬間に起きたとして、ご自身や家族、大切な人の命を守る準備はできていますか？

いつ起きるか分からない災害に備えるため、そして、東日本大震災の記憶を風化させないために。この特集が皆さんの防災意識を高めるきっかけとなれたら幸いです。

毎年この時期になると、災害への恐怖を改めて痛感するも、なかなか防災対策に行動を移せない方も多いのではないのでしょうか。

特にいまは、新型コロナウイルスへの不安で、防災対策どころではないと感じる方もいるかと思えます。しかし、災害はそんな事情も関係なく突然発生するものです。

2011年3月11日午後2時46分、マグニチュード9.0の日本国内観測史上最大の大地震が発生し、東北地方を中心に甚大な被害をもたらした東日本大震災。あれから今年で10年が経ちました。

おわりに

# 新型コロナウイルス感染症関係情報

## 新型コロナウイルスのワクチン接種について (3月9日時点)

### コールセンターを 設置しています

接種に関する問合せや、予約受付が開始された際にインターネットでの予約を代理で受け付けるコールセンターを、3月1日から設置しています。

※現在、接種開始日は未定です。

【設置期間】9月30日(木)まで(日・祝日を除く) ※状況により、期間を延長する可能性があります。

【受付時間】午前8時30分～午後5時15分

【電話番号】 ☎ 0570・062500

【外国人の方へ】新型コロナウイルス(COVID-19)のワクチンを打つことについては、福生市のコールセンターで「英語」「中国語」「韓国語」「ベトナム語」「ネパール語」「スペイン語」「ポルトガル語」「タイ語」「タガログ語」でも確認や予約ができます。



### 接種場所

〈集団接種〉福生地域体育館(武蔵野台1-8-7)

〈個別接種〉現在未定

原則として、住民票所在地の市町村(住所地)の医療機関や接種場所で接種を受けていただきます。なお、次のような事情のある方は、必要な手続きを行うことで、住所地以外でもワクチンを受けていただくことができる見込みです。

- 入院または入所中の住所地以外の医療機関や施設でワクチンを受ける方
- 基礎疾患で治療中の医療機関でワクチンを受ける方
- お住まいが住所地と異なる方 など

### 接種方法について

【費用】無料

- ワクチンの効果を高めるため、1人2回接種します。
- 1回目の接種から3週間の間隔で、2回目の接種を受けていただきます。
- 1回目と2回目は同じ製薬会社のワクチンを接種する必要があります。

◎詳細や今後の最新情報は、こちらのQRコードから市ホームページでご覧いただけます。



## 「新型コロナウイルスワクチン接種看護師」を募集しています

新型コロナウイルスワクチン接種業務に従事していただく看護師(会計年度任用職員)を募集します。

【募集人員】若干名

【任用期間】4月12日(月)～9月30日(木) ※期間延長の可能性あり・再度任用なし

【勤務日時】健康課が指定する日時(シフト制 ※特に水・木・土曜日)

①午前8時30分～午後0時30分(うち3時間30分～4時間)

②午後1時～5時(うち3時間30分～4時間)

③午前8時30分～午後5時(うち7時間～7時間30分)

【報酬】時間額2,700円(予定)

【受験資格】看護師または准看護師資格を有する方

※地方公務員法第16条の欠格条項に該当する方は、受験できません。

【試験日】3月24日(水)

【試験方法】面接

▼申込受付(郵送受付のみ)

【期間】3月22日(月)まで(必着)

※申込みは簡易書留による郵送受付のみとし、申込書類は返却しません。

【申込書類】履歴書(写真貼付)、看護師または准看護師免許書の写し

【郵送先】〒197-8501 福生市本町5 福生市役所職員課宛

※封筒に「看護師申込」と朱書きでご記入ください。

◎勤務条件等の詳細は、右記QRコードから市ホームページでご確認ください。

【問合せ】職員課 ☎ 551・1589



▲QRコード

「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

東京2020オリンピック聖火リレーボランティアを募集中です



福生市では、東京2020オリンピック聖火リレーにご協力いただけるボランティアを募集しています。

ボランティアになっただけの方には、聖火リレー公式ロゴ入りTシャツや福生市オリジナルボランティアグッズを配付します。ぜひ一緒に聖火リレーを盛り上げましょう!

【日時】7月12日(月)午後2～4時間程度を予定しています。

【場所】睦橋交差点から福生市役所までの間で、市が

指定する場所 ※活動内容により、聖火リレーを実際に観覧できない場所への配置となる可能性があります。

【対象】①2003年4月1日以前に生まれた方 ②日本国籍を有する方 または日本に居住する資格を有する方 ③市が指定する日時の説明会にご参加いただける方 等

【活動内容】沿道整理、セレモニー会場運営補助等

【処遇】①活動における報酬は無償とし、交通費や食事は自己負担となります。②聖火リレー公式ロゴ入りTシャツおよびタオルほか、福生市オリジナルボランティアグッズを配付する予定です。

【募集人数】400人程度

【申込方法】4月30日(金)まで、下記QRコードから市ホームページで申し込みいただくか、郵送(〒197-8501 福生市本町5 福生市役所企画調整課宛)またはファクス(☎ 553・4451)で、①氏名(ふりがな) ②生年月日 ③郵便番号、住所、電話番号、メールアドレス ④職業(学生の場合は学校名) ⑤障害の有無(または配慮が必要な内容) ⑥ユニフォームサイズ(XS・S・M・L・2L・3Lのうち2サイズ選択してください) ⑦インターネット環境の有無を記載して企画調整課企画調整担当へ。



▲QRコード

【問合せ】企画調整課企画調整担当 ☎ 551・1528

## パブリックコメントの結果について

市では、1月5日～19日の間に、次の計画(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。

多くのご意見をいただきましたが、一部のみ掲載させていただき、その他のご意見(計画案に対する意見のみ)については、市ホームページに掲載しています。

■次の計画(案)に関するご意見はありませんでした。

▼福生市男女共同参画行動計画(第6期)(案)

【問合せ】協働推進課 ☎ 551・1590

▼福生市障害者計画・第6期障害福祉計画・第2期障害児福祉計画(案)

【問合せ】障害福祉課 ☎ 551・1742

▼福生市下水道事業経営戦略(案)

【問合せ】道路下水道課下水道グループ ☎ 551・1968



### ▼福生市個別施設計画(案)

【問合せ】行政管理課 ☎ 551・1580

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>計画には、市民会館を福生駅西口の施設に移転する案がある。ただ、移転先の「マルチスペース」(大)は、600～800人ほどの収容人数で、今の市民会館の1,000人以上の収容能力と比べると、かなり手狭になる印象がある。これまで発表会やイベントで使っていた方が不便を感じたり、場合によっては利用をとりやめる可能性もある。都立高校の演劇コンクールの会場としても長く利用されており、そうした高校生の発表の場を奪ってしまうことも心配される。このような市外の利用者や、学生の利用状況にも留意する必要があると思う。</p> <p>さらにコロナ禍においては、会場の「密」が懸念されており、施設の縮小はそうした流れにも逆行するほか、文化施設としての設備が後退する懸念がある。</p> <p>また今の市民会館は、福生市民だけでなく、近隣の住民からも重宝されており、利用の際には、福生市内で飲食をしたり買い物に寄ったりするが、もし移転により不便になり、利用者が減れば、そうした面で福生市の経済にも悪影響があると思う。</p> <p>また、移転によって牛浜駅近隣の商店がダメージを受けることは間違いない。コロナ禍で、飲食店をはじめとした多くのお店が苦境に立たされる中、そうした点も心配である。</p> <p>今の市民会館は、大変すばらしい施設であり、市民と市職員が協力して長年作り上げた市の財産だと思う。ぜひ今の姿で存続することを強く希望する。</p>	<p>福生市民会館については、建築後40年を超え老朽化が進んでいることや福生駅西口地区に整備を予定している公共施設(以下、「西口地区公共施設」)に類似する機能の導入が予定されていることから、当該公共施設に移転、集約することを検討しています。</p> <p>ご指摘のとおり、西口地区公共施設のマルチスペース機能は、収容能力等において市民会館の大ホールと同等にならない計画となっておりますが、今後の公共施設の維持・更新にかかる経費や人口減少予測を踏まえ、市が保有する施設の総量抑制、縮小および同スペースをさまざまな機能で共用する「重ね使い」のような工夫が必要であると考えます。</p> <p>また、市民会館の西口地区公共施設への移転・集約について「文化施設としての設備が後退する」懸念については、さまざまな施設機能との複合化によって得られるメリット、利便性の高い立地というメリット、現在の市民会館の利用状況およびもし移転した場合、市民会館の跡地をどう活用するのか等も踏まえ、多角的に検討していきます。</p> <p>牛浜駅近隣の商店への影響については、仮に市民会館機能が移転した後、跡地をどのように利用するのかが決まらなると見定めることができませんが、牛浜駅周辺は市のほかの計画においても、公共、民間それぞれの機能を集積させていくとされており、これらを推進していきたいと考えます。</p>

### ▼福生市農業振興計画(案)

【問合せ】シティセールス推進課産業活性化グループ ☎ 551・1699

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>障害者施設と共同での農業ハウスについて、特に精神疾患(うつや適応障害など)の方に農作業は効果があるばかりか、その特性を生かすことで就労にも繋がります。農家レストランとも協力することも良いと思います。跡継ぎで悩んでいる方への方策にもなるのではないのでしょうか。</p>	<p>農福連携事業については、まずは関連部局や協力農家と連携を図ることが重要であるという考えから、「関連部局、協力農家との連携体制強化(40ページ)」に盛り込まれていると考えます。このことを分かりやすく明示するため、農福連携事業についての説明文を39ページに記載します。また、47ページ以降の用語解説で、農福連携の解説を追加します。</p>

### ▼福生市環境基本計画第3期中期実施計画(案)

【問合せ】環境課環境係 ☎ 551・1718

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>35ページ 2地球環境問題・公害等への取り組みについて、21ページの【課題】で「新たな環境問題を起因する有害化学物質などに注視し、適切な把握・公開をしていく必要があります」とあるため、より具体的な方策を追加してください。</p>	<p>有害化学物質に対する方策について、国や都の動向に注視し、情報収集に努める旨、2地球環境問題・公害等への取り組みの基本的な考え方に明記します。</p>

### ▼第6期福生市地域福祉計画(案)

【問合せ】社会福祉課福祉総務係 ☎ 551・1522

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>89ページ 第7章 計画の推進に、PDCAサイクルの説明があり、推進会議において進捗状況の把握・管理を行うことになっています。再犯防止推進計画は今回初めて盛り込まれた施策と思われ、多くの部署が連携して行う施策となっています。本推進委員会で適切に管理されるよう要望します。</p>	<p>89ページ 第7章 計画の推進に記載のとおり、本計画の推進にあたって、庁内各部局が連携・協力し取り組みます。</p> <p>福生市地域福祉バリアフリー事業推進会議を設置し、また福生市地域福祉推進委員会による進捗状況の評価を行うこと等で、施策を推進していきます。</p>

### ▼第4期福生市バリアフリー推進計画(案)

【問合せ】社会福祉課福祉総務係 ☎ 551・1522

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>36～39ページ「基本目標2」心のバリアフリーについて</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・障害・障害者の理解を深めてもらう機会について重要視していただきたい。学校教育の一環として福祉体験は行われているが、体験だけではなく、当事者との交流や行事等への参加など、きっかけ作りを希望する。</li> <li>・昨今自然災害が多発しており、その都度、障害者が避難活動・避難生活において困難な状況に置かれるという事例がある。災害対策について、発災時を想定した具体的対策を、幅広い関係者間での情報交換ができればと考える。</li> </ul>	<p>心のバリアフリー・ユニバーサルデザインを推進するため、小・中学校において人権教育の推進を行います。東京都教育委員会「人権教育プログラム」に基づき、人権尊重の理念を定着させ、偏見や差別をなくすための人権教育を推進します。</p> <p>また、災害時に自力で避難できない方等の避難行動要支援者に対する支援を行うため、自主防災組織や民生委員・児童委員、消防署や消防団、警察署、社会福祉協議会と連携協力し、防災訓練時等において、情報交換・連携を行います。</p>

### ▼福生市高齢者福祉計画・介護保険事業計画(第8期)(案)

【問合せ】介護福祉課高齢福祉係 ☎ 551・1751

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>高齢化が進み、認知症やフレイルの予防の重要性が特に言われるようになってきました。認知症はどのような状態なのか、ならないためにはどうしたらよいのか。フレイルを予防するためには何が必要かなどを学びたいと思います。</p> <p>認知症、フレイルを予防するための生活改善は重なる部分があり、栄養改善や運動、社会活動が必要になります。また、地域包括支援センターと地域との連携がととも重要だと思います。</p>	<p>介護保険事業計画は施策の方向性を示すものであり、サービスや事業の詳細をすべて記載することはできませんが、「介護予防・フレイル予防」の必要性について、多くの方に伝わるように、34ページ「現状と課題」の中に追加をさせていただきます。</p> <p>また、認知症予防にも重なる部分がありますので、文言を追加させていただきます。</p>

### ▼福生市空家等対策計画(案)

【問合せ】まちづくり計画課住宅グループ ☎ 551・1961

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>更地にして土地面積が広い場合は、シルバー専用のアパートの建築を進める、その場合は市が借り受けるなどの計画はあるか。</p>	<p>土地所有者と民間事業者とのマッチングを支援していきます。なお、現在も高齢者住宅(シルバーピア)として民間住宅の借上げ公営住宅を設置していますが、新たな借上げ予定はありません。</p>

### ▼福生市立図書館基本計画(改定)(案)

【問合せ】中央図書館管理係 ☎ 553・3111

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>現在中央図書館も含めて4つの図書分館体制になっており、市民の身近なところに図書館があるという環境が整っているため、ぜひ、維持していただきたいと思えます。福生駅西口再開発で駅前分館を作る計画になっていますが、中央体育館または田園児童館に併設の方が利便性は上がると思えます。</p>	<p>現在の4館から遠い地域に住む住民に対するサービスの提供については、図書館としても課題の1つとして捉えています。市民にとって身近で利用しやすい図書館であり続けるよう、今後も「福生駅西口地区公共施設整備基本計画」や「福生市個別施設計画」など各種計画との整合性を図りながら、市民サービスの向上に努めます。</p>

### ▼第四次福生市子ども読書活動推進計画(案)

【問合せ】中央図書館管理係 ☎ 553・3111

ご意見	ご意見に対する市の考え方
<p>特別な支援や配慮を必要とする子どもを対象とした課題等に「障害のある人への取組」「外国語の本の充実」が述べられているように、第四次拡充事業として障害者サービスの充実が挙げられています。</p> <p>具体的に図書館が支援用資料リストの作成を行うとあり、事業目標は1回となっています。この事業の裏には資料の調達や貸出事務、展示場所の確保などが必要と思われ、リストを作成した後の推進はどのように考えておられるのでしょうか。</p>	<p>ご意見のとおり、リストの作成時には、資料の充実や点在する資料情報の整理、情報提供の手法等、課題があります。そういった課題を確認し、精査したうえで、リストを作成する予定です。</p> <p>現時点では自宅からでも情報を享受できるよう、作成したリストのホームページへの公開および館内掲示を行い、利用者の方への周知と利用促進に努めると同時に、サービス内容について課題を精査し、必要とされる施策について取り組んでいきたいと考えています。</p>

【市役所・保健センターの閉庁のお知らせ】緊急事態宣言の解除に関わらず、3月20日(土)は、春分の日(祝日)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3年度の組織改正（令和3年4月1日改正）について



4月から、事務事業の効果・効率的な実施に資するため一部部署における組織改正を実施します。

【問合せ】企画調整課企画調整担当 ☎ 551・1528

Table showing organizational changes from '旧組織' (Old Organization) to '新組織' (New Organization). It lists departments like '企画財政部', '総務部', '都市建設部', and '教育部' with their respective courses and groups, and notes on reassignments and cancellations.

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～28日の間に第2次新横田基地公害訴訟原告団様、明治安田生命保険相互会社福生営業所様から25万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応じ、有効に活用させていただきます。

【投・開票日】7月4日(日) 【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎ 551・1802

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【投・開票日】7月4日(日) 【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎ 551・1802

【投・開票日】7月4日(日) 【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎ 551・1802

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

【注意】選管委員会の事務時間 午後7時～（ごろまでにお越しください。）

市民標準葬儀 【問合せ】総合窓口課 ☎ 551・1595
市では、市民の方の経済的な負担を軽減し、安心して葬儀を行えるよう、葬祭業者と協定を結んでいます。下表の取扱業者へお申し込みください。

4月の無料相談 【問合せ】秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529
※新型コロナウイルス感染症の状況により、電話による相談の実施または中止となる場合があります。

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

## 「福生駅西口地区公共施設整備実施計画（案）」 へのご意見（パブリックコメント）を募集します

市では、令和元年に策定した「福生駅西口地区公共施設整備基本計画」に基づき、市内部での検討や、施設を利用する各種団体の代表による検討委員会からの提案を受け、「福生駅西口地区公共施設整備実施計画（案）」を取りまとめました。

【閲覧期間】3月26日(金)～4月15日(木)

【閲覧場所】市役所1階情報コーナー、福祉センター、保健センター、子ども応援館、各児童館、各図書館、各公民館、各体育館（福生地域体育館を除く）、輝き市民サポートセンター、福東会館、市民会館、扶桑会館、かえで会館

※市役所の閉庁時間、各施設の休館日は閲覧できません。また、本案件は市ホームページの「パブリックコメント」にも掲載します。

【意見募集期間】4月1日(木)～15日(木)※郵送は当日消印有効

【意見の提出方法】題名・住所・氏名を明記のうえ、直接持参・郵送・ファクスいずれかの方法で次の提出先へ提出するか、市ホームページ内「パブリックコメント」からメールで送信してください。※直接持参・郵送・ファクスで提出の場合、書式は自由ですが、題名・住所・氏名を必ず記入してください。

【意見の提出先】〈直接持参〉市役所第一棟5階行政管理課

〈郵送〉〒197-8501 福生市本町5 福生市役所企画財政部行政管理課宛

〈ファクス〉行政管理課（☎553・4451）

※いただいたご意見と、それに対する考え方は、市ホームページ等で公表します（いただいたご意見に対する個別の回答は行いませんので、ご了承ください）。

【問合せ】まちづくり計画課計画グループ福生駅西口再開発担当 ☎551・1573

### ふっさ環境市民会議

ふっさ環境市民会議とは、市民と環境行政との架け橋をスローガンに、身近な環境問題や地球温暖化防止に向けた啓発活動と情報発信を行い、環境にやさしいまちづくりを推進している市民団体です。

毎年6月に開催されるふっさ環境フェスティバルへの参加や、環境に関連した工場・施設の見学、地球温暖化防止月間（12月）におけるセミナーの開催・展示、環境マップづくりなど、楽しく活動しています。

皆さんも、ぜひ一緒に活動してみませんか？

【活動日】定例会（年6回）、その他イベント参加



※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更となる場合があります。

【対象】市内在住・在勤・在学の方

【会費】なし

【申込み】随時受付中。電話でふっさ環境市民会議事務局（環境課環境係）☎551・1718へ。

**保存樹林地等奨励金制度をご利用ください**

市では、緑化推進の一環として、市民が樹林地および樹木、生垣を設置し、今後規定された年数以上にわたって維持管理を行うことが確認される場合に、奨励金を交付します。

【対象】①面的なつながりが700㎡以上ある樹林地を設置（所有）する者

②樹高が10m以上あり、かつ地上高15m部分の幹周が

1m以上ある樹木を設置（所有）する者

③道路上に接する部分の樹高が1m以上あり、かつ延長が5m以上ある生垣を設置（所有）する者

**▼新規で生垣を設置する方には設置費用を補助しています**

新築や建て替え等に伴う生垣の設置やブロック塀などから生垣への作り替えを検討している方は、着事前にお気軽にお問い合わせください。

【対象】公道等に接する部分に新規で5m以上の生垣を設置（所有）する者

【問合せ】環境課環境係 ☎551・1718

**令和3年4月からの「ごみリサイクルカレンダー」は届きましたか？**

新しいカレンダーがお手

元に届いていない方や、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ください。

また、共同住宅版（ポスター）や、英語版のカレンダーは市役所第二棟2階環境課窓口で配布していますので、ご利用ください。

【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎551・1731

**「身近な法律相談」をご利用ください**

高齢者・障害者の皆さんの遺産相続・財産管理・遺言書作成・人権擁護・成年後見などについて、弁護士が相談に応じます。

【日時】4月21日(水)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



測定場所	熊川1571番地先誘導灯付近		福生市役所屋上	
	測定回数	前年同月比	測定回数	前年同月比
測定回数	918	-117	149	1
昼間(午前7時～午後7時)	659	-131	101	-13
夕刻(午後7時～午後10時)	239	16	48	14
夜間(午後10時～午前7時)	20	-2	0	0
最高音圧レベル(デシベル)	110	-10	86	-1
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	62	-4	44	0

ごみが5t減ったよ!	資源の割合が2%増えたよ!
3年1月889t	3年1月346t (28%)
2年1月940t	2年1月336t (26%)
※資源の割合=資源収集量÷ごみと資源収集量	
資源回収団体による資源回収量	
3年1月	47t
2年1月	73t
4月の資源回収予定	
実施団体	実施日
福栄福寿会	3日(土)
牛浜第一町会	4日(日)
鍋ヶ谷戸第一町会	
福東幸せ会(熊川第2アパート)	
本町第七町会	
牛浜第二町会	11日(日)
鍋ヶ谷戸第二町会	
富士見台町会	
本町第八第二町内会	
本町町会	
南田園二丁目町会	18日(日)
志茂第二町会	
青少年育成武蔵野地区委員会	
福生団地自治会	25日(日)
内出町会	
青少年育成加美地区委員会	
収集地域は実施団体地域内です。天候などにより変更する場合があります。	
【問合せ】環境課ごみ対策係 ☎551・1731	

### 令和3年度ふっさボランティア・市民活動センター 助成事業のご案内

ボランティア活動や市民活動を行う団体に対して助成を行い、幅広く市民活動の活性化を図るために実施する助成事業です。

【対象団体】福生市民を対象に活動する5人以上の団体で次のすべてに該当しない団体

- 営利を目的とする団体
- 政治的・宗教的活動を主たる目的とする団体
- 公共の福祉に反する活動を行う団体
- その他、適切でないと認めた活動を行う団体

【助成条件】次のすべてに該当する団体のみ

- 福生市社会福祉協議会の法人会員であること※団体の1年間の総予算が各種の助成金を除いて5万円以内の団体はこの限りではありません。
- ふっさボランティア・市民活動センターに登録すること

【助成内容】●団体の新規設立または1～3年目の運営にかかる経費※今後も継続・発展させていく団体であること

- 事業費（以下の3事業）①市民に対して効果的な事業②地域住民が関わる

事業③人とのつながり作りやコミュニティの形成につながる事業

※地域に定着し、継続して取り組む活動を重視します。なお、すでに活動を行っている団体で、これまでの活動の充実を図る事業または新たに展開する事業を含みます。

【助成対象にならないもの】

- ほかの機関からすでに助成を受けているまたは見込みがあるもので、その事業の欠損補填に使用するもの。または本助成を受ける前に事業を終了したもの
- 主たる活動が福生市外のもの
- 団体の会員等の報酬、交通費や飲食費が主な申請内容のもの
- 団体の経常的活動に要する経費
- 自助活動と判断されるもの
- 継続的な事業で、一度助成しても次回からの見通しが立ちにくいもの
- グループ・団体の定例化した事業・活動

【助成金額】1件につき10万円まで

【応募期間】4月12日(月)～23日(金)（締切厳守）

※詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】ふっさボランティア・市民活動センター ☎552・2122

その家族など

【定員】先着3人（予約制）

※初めての相談の方に限り。相談内容は秘密厳守。

【申込み】3月22日(月)から（午前8時30分～午後5時15分の間）※土・日を除く）社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎552・5027へ。

### カワラノギク保全のためのボランティア募集



【日時】3月27日(土)午前9時30分～正午ごろ

【集合場所】福生柳山公園の永田橋もと付近

【作業内容】種まきなど

【服装】長袖・長ズボン、歩きやすい靴

【申込み】3月23日(火)までに、電話（☎519・4394）、ファクス（☎519・4395）、またはメール(kawaranogiku.academy@gmail.com)でNPO法人自然環境アカデミーへ。

「災害時 みんなを守る 地域の力」町会・自治会に加入しましょう

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り、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。

【日時】4月13日、5月11日、6月8日、7月13日の各火曜日午後2時～4時

【場所】市役所  
【対象】市民の方など  
【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。

健康コーナー  
VDT機器と心身の健康

コロナ禍で在宅勤務が増える中、家庭でパソコン、タブレット、スマートフォン等の「VDT機器」を使用することが増えているのではないのでしょうか。

【日時】3月24日(水)午後1時30分～3時30分  
【場所】公民館白梅分館  
【対象】市内在住・在勤の方でドコモのスマートフォンをお持ちの方  
【定員】先着5人  
【講師】スマートフォン等取扱認定講師  
【申込み】3月19日(金)から、午前9時～午後5時の間に公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。

職場での作業は、照明等の環境が整備されていますが、家庭では十分に整備されていない場合もあります。作業環境によっては、精神的・身体的な負担から疲労が増大してしまう可能性があります。注意が必要で、職場や家庭で快適に作業を行うためにも、次のことを見直してみましよう。

＜連続作業は1時間まで＞  
VDT作業を約1時間以上連続して行った場合、大脳が疲労し、誤入力の頻度が増すとされています。

1時間以上連続作業を行ったら、一度VDT作業を中断し、リラクセスして遠くの景色を眺めたり、目を閉じたり、身体の各部のストレッチなどの運動を行ったりしましょう。

＜ディスプレイの置く位置や角度などを調整＞

視野内に明るい照明器具・窓・壁面や点滅する光源があると、まぶしさを感じたり、文字や図形が見にくくなったりして、眼疲労の原因となります。また、これがディスプレイ上に映り込む場合も同様です。したがって、ディスプレイを置く位置や角度を調整したり、フィルターを取り付けるなどして、光源の映り込みを少なくしましょう。

児童館で遊ぼう！  
(3月29日)

＊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。

【日時】3月22日(月)午前10時～正午  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月24日(水)午前10時30分～11時30分  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月25日(木)午前10時30分～11時30分  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月31日(水)午前10時30分～11時30分  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月22日(月)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】3月23日(火)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

【日時】3月25日(木)午前10時30分～正午  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月23日(火)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】3月24日(水)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

【日時】3月25日(木)午前10時30分～正午  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月26日(金)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】3月27日(土)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

【日時】3月28日(日)午前10時30分～正午  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】3月29日(月)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】3月30日(火)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

【日時】3月31日(水)午前10時30分～正午  
【対象】乳幼児と保護者

【日時】4月1日(木)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】4月2日(金)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

### 赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました

町会・自治会をはじめ、地域の皆様のご協力で、下表のとおり、たくさんの募金が寄せられました。

この募金は高齢者施設、保育所、心身障害者施設、各種民間社会福祉施設の整備、在宅福祉サービスなど、地域福祉の推進を図るために使われます。皆様のご協力ありがとうございました。

【問合せ】社会福祉課福祉総務係 ☎ 551・1522

▼令和2年度赤い羽根共同募金地区別内訳表(単位:円)

団体名	募金額	団体名	募金額
福生熊川住宅自治会	40,900	志茂第一町会	123,100
南町会	65,100	志茂第二町会	136,500
内出町会	40,411	本町第一町会	35,000
武蔵野町会	69,550	本町町会	40,000
福東町会	60,215	本町第六町会	41,000
南田園一丁目町会	71,840	本町第七町会	66,765
鍋ヶ谷戸第一町会	113,250	本町第八第一町内会	109,900
鍋ヶ谷戸第二町会	30,000	本町第八第二町内会	46,400
玉川台町会	41,700	武蔵野台一丁目町会	30,000
富士見台町会	29,800	永田町会	89,350
福栄町会	7,600	長沢町会	76,500
熊川牛浜町会	106,200	加美町会	156,200
福生団地自治会	33,800	市公共施設等窓口	6,146
南田園二丁目町会	30,000	市役所および社会福祉協議会職員	75,191
南田園三丁目町会	30,000	福生市民生委員・児童委員協議会	10,000
牛浜第一町会	53,500	ボーイスカウト福生第2団	12,168
牛浜第二町会	80,600	東京福生ロータリークラブ	16,865
原ヶ谷戸町会	103,700	募金総額	2,079,251

## シニア世代応援！ 「はじめてのスマートフォン使い方講座」

シニアの皆さん、スマートフォンの使い方で悩んでいることはありませんか？  
本講座では、電話・メールの使い方など、スマートフォンの基本的な操作を学びます。  
講座内で、スマートフォンの操作で困っていることを講師に相談できる時間もあります。ぜひご参加ください。

【日時】3月24日(水)午後1時30分～3時30分  
【場所】公民館白梅分館  
【対象】市内在住・在勤の方でドコモのスマートフォンをお持ちの方  
【定員】先着5人  
【講師】スマートフォン等取扱認定講師  
【申込み】3月19日(金)から、午前9時～午後5時の間に公民館白梅分館 ☎ 553・3454へ。



＜小型画面の使用はなるべく控える＞  
小型画面のタブレットやスマートフォンの使用は、眼疲労が溜まりやすくなりやすく、小型画面の使用はなるべく控えて、大きなディスプレイで作業をしましょう。

また、心身への不調が続く場合には、医療機関を受診するようにしましょう。

「手洗い」「マスク着用」「3密を避ける」の徹底を  
【問合せ】保健センター ☎ 552・0061

【日時】4月5日(月)午前10時30分～正午  
【対象】0歳児と保護者

【日時】4月7日(水)午前10時30分～正午  
【対象】1歳児と保護者

【日時】4月8日(木)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月14日(水)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月21日(水)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月31日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月3日 (日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月31日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月5日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月12日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月19日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月26日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月1日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月8日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月15日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月22日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月29日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】4月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】5月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】6月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】7月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】8月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】9月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月7日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月14日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月21日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】10月28日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月4日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月11日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月18日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】11月25日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月16日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月23日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】12月30日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月6日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月13日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月20日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】1月27日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月3日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月10日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月17日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】2月24日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月2日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月9日(日)午後3時～5時  
【対象】乳幼児と小学生

【日時】3月16日(日)午後

費用の記載のない事業は無料です

令和3年度 保健センター

保健事業日程表

【問合せ】保健センター ☎ 552-0061

※駐車場に限りがありますので車での来庁はご遠慮ください。

各種健（検）診等予定表

Table with columns for '事業名・対象' (Project Name/Target), '実施場所' (Venue), and '実施予定日' (Scheduled Date) from April to March. It lists various health checkups like cancer screening, dental checkups, and blood pressure measurements.

健康相談等日程表

健康相談（申込み不要）

【場所】市役所1階ロビー 【時間】各木曜日午前9時30分～11時

Table showing health consultation dates and items. Columns include '日程' (Date), '測定項目' (Measurement Item), and '日程' (Date), '測定項目' (Measurement Item) for various months.

このほかにも以下の施設で健康相談を行います。日時等の詳細は、今後の「広報ふっさ」でお知らせします。

- ・中央体育館 ・熊川地域体育館
・プチギャラリー ・福祉センター

ヘルスチェック（申込制）

Table showing health check dates and times. Columns include '日程' (Date), '時間帯' (Time Slot), '日程' (Date), and '時間帯' (Time Slot).

【場所】保健センター 【内容】血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動についての助言 【その他】受付時間は予約時にお伝えします。・前回受けた方は、1年経ってから申込みください。

BCG集団接種

Table for BCG mass vaccination with columns for '日程' (Date) and dates from April to September.

すくすく歯科健診

Table for baby dental checkups with columns for '日程' (Date) and '曜日' (Day of the Week), showing dates from April to March on Wednesdays.

【受付時間】午後0時45分～2時の指定時間 【対象】3歳11か月になる月までの乳幼児 【申込み】電話で保健センターへ。

乳幼児健康診査等日程表【場所】保健センター

Table for infant health checkups categorized by age: 3~4 months, 1 year 6 months, and 3 years. Columns include '年月' (Year/Month), '日程' (Date), '予定対象' (Target Age), '年月' (Year/Month), '日程' (Date), '予定対象' (Target Age), and '年月' (Year/Month), '日程' (Date), '予定対象' (Target Age).

【内容】身長体重測定・内科診察・育児相談・栄養相談ほか ※受付時間や持ち物については、個別にご案内します。

母子保健事業日程表

育児相談

Table for childcare consultation with columns for '日程' (Date), '時間等' (Time), '日程' (Date), and '時間等' (Time).

すくすくベビークラス（申込制）

Table for baby class with columns for '日程' (Date) and dates from April to September.

【内容】①ふれあい遊び、身体測定など ②親子遊び、身体測定など 【時間・場所】午前10時～11時30分・保健センター

離乳食教室（申込制）

Table for baby food class with columns for '日程-前期・中期食-' (Schedule - Early/Mid-stage food) and dates from April to August.

【時間・場所】午前10時～11時30分・保健センター ※詳細は、今後の「広報ふっさ」でお知らせします。

パパママクラス（申込制）

Table for Pappa Mama class with columns for '4・5月コース' (4-5 month course), '10・11月コース' (10-11 month course), '6・7月コース' (6-7 month course), '12・1月コース' (12-1 month course), '8・9月コース' (8-9 month course), and '2・3月コース' (2-3 month course).

【時間・場所】午後1時30分～3時30分・保健センター

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197-8501 福生市本町5-51-1(市役所代表)／毎月1日・15日発行



# 保健ガイド

※新型コロナウイルス感染症の状況により、中止・変更する場合があります  
【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1日(木)・15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ヘルスチェック 血管年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、脳年齢、食事・運動等についての助言	4月21日(水)午後1時10分～3時30分までの指定時間 ※要申込み	保健センター	20歳以上の方・先着20人 ※前回受けた方は1年経ってからお申し込みください。
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	4月2日(金)午後1時30分～3時	子ども応援館	乳幼児(0歳～未就学児)と保護者 ※フェイスタオルをご持参ください。
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方	〈前期・中期食〉 4月14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10組
⑤すくすくベビークラス(ねんねの頃)	4月9日(金)午前10時～11時30分 ※要申込み		2か月～5か月ごろの乳児と保護者・先着10組
⑥すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	4月7日(水)午後0時45分からの指定の受付時間 (母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル持参) ※要申込み		3歳11か月になる月までの乳幼児
⑦ババママクラス(4・5月コース) お産の話、母乳育児の話、栄養の話、お風呂の入れ方等	4月17日(土)・22日(木)、5月8日(土)・13日(木)午後1時30分～3時30分 ※要申込み		これからママになる方・先着15人程度 ※妊婦のみで、ご家族の参加はご遠慮ください。

### 4月の予防接種(BCG)

期日	備考
15日(木)	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～1時10分までの指定時間(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。	

### 医師会だより

#### 軽度認知障害～早く見つけて進行を防ぐ～

①軽度認知障害は、認知症とは異なる  
軽度認知障害(以下「MCI」とは、正常に日常生活を送ることができる人と、認知症の間の境界線にある状態を表す言葉です。認知症は通常、物忘れから始まることが多く、判断能力や言語機能、目標や計画を立てて実行し、調整、修正しながら完結するなどの認知機能が低下し、日常生活に支障を来たす状態を言います。一方MCIは、記憶力などが低下しても、日常生活にほとんど支障を来たさない程度の段階で、自立して生活できる状態です。

②改善することもあれば、進行することも  
MCIの原因はさまざま、脳が委縮するアルツハイマーなどが始まっている場合から、脳にはあまり障害が見られない場合もあります。

MCIは、正常な人と認知症の間に該当します。しかし、同じMCIでも、認知症に近い段階では数年以内に認知症を発症しますが、正常に近い段階であれば正常へ戻る場合もあります。

③認知症の前兆として早期診断を  
MCIは、認知症の早期診断の目安にもなります。

現在の医療では、MCIの状態から認知症への進行を防止できる治療法は確立していませんが、移行しやすいかどうかは、専門医の診察や、脳の画像検査などを受けることで、ある程度予測ができます。

認知症は、発症すると日常生活に大きな支障を来たしますが、MCIのように早い段階で診断されれば、進行を防ぐ対策をとることができます。

ご自身や周囲の方で気になる症状がある時は、かかりつけ医に相談してください。

【文責】小久保医師

### 4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
4日(日)		羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2(羽村市役所裏) ☎ 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
11日(日)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎ 552-0099	ひかりクリニック 本町95-3 ☎ 530-0221	ホッタ晴信堂薬局本町店 本町95-15 ☎ 530-7953	
18日(日)		熊川病院 熊川154 ☎ 553-3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎ 530-2468	
25日(日)		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	
29日(祝)		栗原医院 瑞穂町箱根ヶ崎61 ☎ 557-0100		

◆今後の休日・準夜診療受診時の注意点について  
新型コロナウイルス感染症対策のため、休日・準夜診療を受診する際は、必ず受診前に上表の「休日診療」「準夜診療」欄に記載されている、担当の医療機関へお問い合わせください。  
【注意事項】症状の聞き取りをさせていただき、新型コロナウイルス感染症等が疑われる症状がある際は、診療ができない場合があります。ご理解をお願いします。なお、年齢や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。

### 4月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳、保険証をお忘れなく。

健診名	健診日	予定対象児	受付場所・時間
3か月児	14日(水)・20日(火)	令和2年12月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時55分～2時の指定時間
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和2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	令和2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	13日(火)・27日(火)	令和元年9月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時55分～2時の指定時間
3歳児	6日(火)・26日(月)	平成30年3月生まれ	

※集団健診は新型コロナウイルスの影響により、予定より2～4か月遅れる場合があります。なお、保健センターでの健診にはバスタオルをご持参ください。  
○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課へ出ししましょう。

### 各種検(健)診のお知らせ

①骨密度測定健診(5月)  
【期間】5月1日(土)～31日(月)  
【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(年齢は令和3年4月1日現在)  
【定員】約100人(定員を超えた場合は抽選)  
【健診方法】医療機関による個別健診。X線による第2中手骨密度測定

②子宮頸がん検診(5月)  
【期間】5月1日(土)～31日(月)  
【場所】市内指定医療機関  
【対象】市内在住の20歳以上(年齢は令和3年4月1日現在)の女性で、令和2年度に子宮頸がん検診を受診していない方  
◆次の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。また、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100人(定員を超えた場合は抽選)

③乳がん検診(5月)  
【期間】5月1日(土)～31日(月)  
【場所】市内指定医療機関  
【対象】市内在住の40歳以上(年齢は令和3年4月1日現在)の女性で、令和2年度に乳がん検診を受診していない方  
◆次の方は受診できない可能性があります。申込み前に保健センターへご連絡ください  
ペースメーカーやICDポートなど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(定員を超えた場合は抽選)  
【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)ほか  
【費用】1,600円(生活保護受給者は、生活保護法適用証明書を指定医療機関に提出すると全額無料で受診できます。)

④①～③共通  
【申込方法】3月31日(水)までに市ホームページから電子申請(3月31日(水)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希望検(健)診名  
〈返信・表〉ご自分の住所・氏名  
〈返信・裏〉無記入  
【注意事項】・往復はがき1枚につき1人1検(健)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のでご了承ください。  
・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。  
【問合せ】保健センター ☎ 552-0061