

Fussa

- 広報ふっさ -

令和 5(2023) 年

5. 15

No. 1119

第21回

ふっさ環境フェスティバル

小さな ECO が未来をつくる



問合せ

ふっさ環境フェスティバル実行委員会事務局
(環境政策課環境政策係) ☎ 551・1718

HP



市民会館・福生公園で、食べて、遊んで、学ぼう！

徒歩や自転車でご来場いただき、
環境配慮にご協力ください。

日時 6月4日(日) 午前10時～午後3時

場所 市民会館・福生公園 (牛浜駅東口から徒歩5分)
(雨天決行) (小雨決行)

環境に配慮して活動している35団体がブースを出展します。さらに、小ホールではステージイベントも実施します！

フードブース



マイ食器持参で50円引き！
※対応していないメニューもあります。

展示ブース



当日、会場では
正解数に応じて景品がもらえる
クイズラリーも実施！

ステージイベント



明治大学校友会
環境落語

福生高校 ダンスパフォーマンス

福生草笛サークル
草笛演奏

ふっさマジック腹話術
マジック&腹話術ショー

横田西多摩エイサー太鼓
エイサー演舞

午後1時30分～2時40分

要申込み ※先着250人

▼スペシャル講演！
「マシンガンズ滝沢と考えるゴミ問題
～清掃員から見た景色～」



たみさわしゅういち
滝沢秀一さん
(マシンガンズ)



葛西臨海水族園
移動水族館「いそくる号」
が来ます！

今号のトピックス

2面 第21回ふっさ環境フェスティバル 3面 新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行について

福生市公式ホームページ



多言語対応は「広報プラス」



再生紙を使用しています。



第21回 ふっさ環境 フェスティバル

「ふっさ環フェスマップ」
スタンプラリーで
素敵な景品をゲット!



景品

- A賞(1人)** エスティーエス ニンテンドー スイッチ
SDGsを学ぼう!「Nintendo Switch & あつ森セット」(40,000円相当)
- B賞(3人)** ポケモンTシャツ~ディグダのやさしいTシャツ~(ワッペンを選んで作る、オリジナルのエコTシャツ)(13,000円相当)
- C賞(5人)** フェアトレードチョコレート(3,000円相当)
- D賞(2人)** 環境に配慮して作ったお酒を楽しむセット(石川酒造のクラフトビール&大多摩ハムの「TOKYO-X」)(8,700円相当)
- E賞(各2人)** 壊れてしまったら修理して再利用!
おおたにようがてん
大谷洋傘店の傘(6,500円相当)
①女性向け:長傘と晴雨兼用折りたたみ傘
②男性向け:甲州織の長傘
- F賞(10人)** 志向庵 ヘビーキャンバス「福生エコバッグ」(2,500円相当)



開催期間中に、「ふっさ環フェスマップ」を持ってマップの裏面に記載されている「スタンプラリー参加団体」を5つまわり、スタンプを集めると、素敵な景品に応募できます。
このマップは、市内公共施設やフェスティバル参加団体の店舗等で配布予定です。

応募期間 6月1日(木)~30日(金)※当日消印有効

※当選者の発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます(7月中)。



ゴーヤの苗& チューリップの球根の配布

9月に実施予定の「みどりのカーテンコンテスト」用のゴーヤの苗と、花いっぱい運動を通じて市内美化を行っている「ふっさ花とみどりの会」が収穫したチューリップの球根を、来場型イベント会場で配布します。
※数に限りがあるため、無くなり次第終了します。

日 6月4日(日)午前10時~午後3時

場 福生公園

問 環境政策課環境政策係 ☎ 551・1718



フードドライブ& ぬいぐるみ回収

ごみ減量対策系のブースでは、ごみ減量と資源化促進の啓発として、次の2つの取り組みを行います。

①フードドライブ

回収対象品目

- 未開封で包装や外装が破損していないもの
- 賞味期限が2023年8月1日以降のもの
- びん詰の食品でないもの
- 包装や外装をほかのものに移し替えていないもの
- 生鮮食品でないもの

②ぬいぐるみ回収

回収対象品目

- 50cm未満のぬいぐるみ
- ※汚れているものや壊れたもの、電池で動くものは回収できません。

問 ごみ減量対策課ごみ減量対策係 ☎ 551・1731



▲詳細はこちら



環フェス専用SNS をチェック!



▲ YouTube



▲ Twitter



▲ Instagram

「小さなECO」の大切さを、一人ひとりに知ってもらえるイベントにしたい

今回の来場型イベントでは、「マイ食器」持参で割引があるフードブースや海の魚を見ることができる移動水族館など、「食べて、遊んで、学んで」楽しめる仕掛けが盛りだくさんです。

今年はコロナ禍が少し落ち着き、初の試みである「ふっさ環フェスマップ」を使ったスタンプラリーなど、皆さんに環境に配慮しているお店や団体を積極的に知ってもらえるイベントがようやくできるようになりました。また、昨年に引き続き、YouTubeやInstagramな

ども、参加団体の環境活動の取り組みを動画や写真で紹介していますので、広く皆さんに見てもらい、興味を持っていただけたらと思います。

今年のテーマ「小さなECOが未来をつくる」にもありますように、皆さんが生活の中で行うちょっとした「ECO」の積み重ねで地球環境は守られます。ぜひ、このふっさ環境フェスティバルを通して、子どもから大人まで、楽しみながら「身近でできるECOの大切さ」を知ってもらい、意識して取り組んでいただけたら嬉しいです。



ふっさ環境フェスティバル実行委員会会長
とわたじゅん
砥綿潤さん(ふっさエコピール「虹」)

★「マイバッグ」・「マイ食器」をご持参ください。環境保全の一環として、ごみの削減にご協力ください。※食器を洗う場所はありません。

★暑さ対策をお忘れなく! フードブースでは清涼飲料水の販売もありますが、ご自身でも水筒をお持ちになるなど、暑さ対策には十分ご注意ください。

新型コロナウイルス感染症の5類感染症への移行について

5月8日から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、「2類相当」から「5類感染症」へ引き下げられました。これに伴い、これまでと対応が変わる点は、次のとおりです。

主な変更点	5月7日まで	5月8日以降
分類	2類相当	5類感染症
診療体制	発熱外来や指定医療機関	段階的に拡大(原則すべての医療機関へ)
医療費	公費負担あり	自己負担(コロナ治療薬等の一部公費負担あり)
陽性者および濃厚接触者の行動制限	一定の行動制限あり	行動制限なし(※)
保健所による健康観察	あり	なし
自宅療養者支援	・食料支援(配食) ・パルスオキシメーターの貸与	終了(市の支援物資等も含む)
発熱相談	・発熱相談センター ・フォローアップセンター ・うちさぼ東京	東京都新型コロナ相談センターに一本化(下図参照)

(※) 陽性者は、発症後5日間が経過し、かつ解熱および症状軽快から24時間経過するまでは外出を控えることが推奨されます(発症日を0日目、無症状の場合は検体採取日を0日目と起算)。

- 感染症法上の分類例 -

- 1類 エボラ出血熱、ペスト 等
- 2類 SARS、結核 等
- 3類 コレラ、腸チフス 等
- 4類 狂犬病、黄熱、サル痘 等
- 5類 季節性インフルエンザ 等

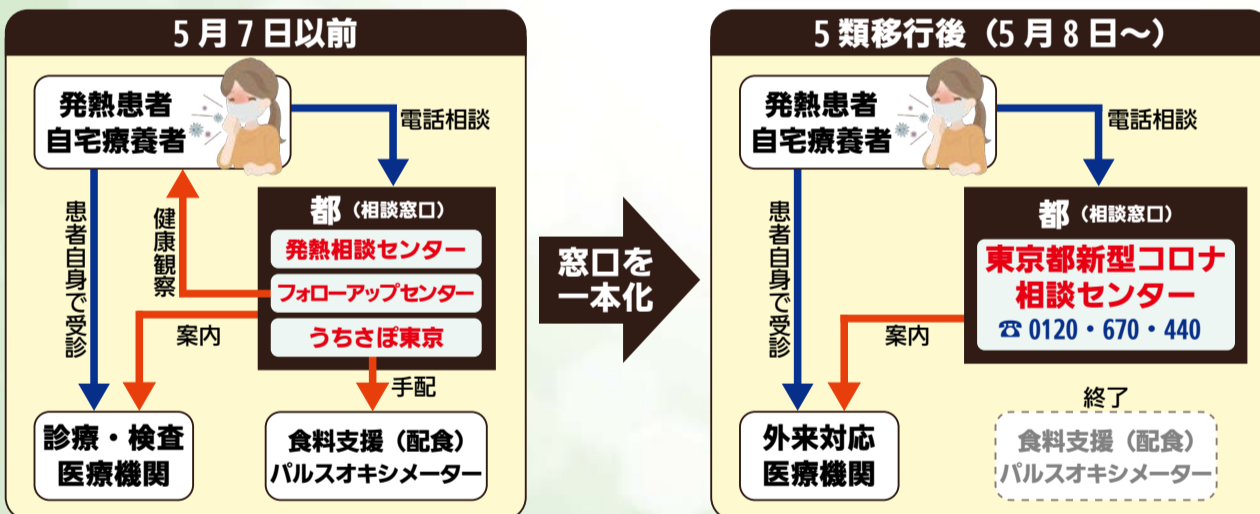
5月8日からは、季節性インフルエンザと同類になりました。



5類移行後、発熱して心配なときは？

東京都新型コロナ相談センター ☎ 0120・670・440

従来の各相談窓口を一本化し、発熱患者への医療機関の案内や自宅療養中の方からの健康相談等に一元的に対応します。



福生市の対応について

5月8日付けで新型コロナウイルス感染症が感染症法の5類感染症に位置付けられたことに伴い、福生市における対策方針等を同日付けで廃止しました。
 なお、新型コロナウイルスワクチンの接種については、国が示すガイドライン、方針等に基づき、継続します。
 問 防災危機管理課 ☎ 551・1638
 健康課健康管理係 ☎ 552・0061

こうほう 広報ふっさを ^{やく}約 ^{げんご}100言語 と ^{にほんご}やさしい日本語 ^{へんかん}に変換!

「広報プラス」

を ^{りょう}ご利用ください

問 秘書広報課広報広聴係 ☎ 551・1529



を選択すると各言語や、やさしい日本語に変換したり、漢字にひらがなを表記できます!



福生水辺の楽校「多摩川で遊ぼう」参加者募集

「多摩川の魚を見つけよう」



日 6月11日(日)午前9時30分～11時30分
※9時15分までに受付してください。遅れた場合は、参加をご遠慮いただくことがあります。

集合場所 川の志民館

対 中学3年生まで(川での活動のため可能な限り保護者同伴※未就学児は要保護者同伴)

持 タオル、着替え、飲み物

服装 濡れてもよい服装、水遊び用の靴(サンダル不可)
※着替え場所はありません。

注 イベント参加中は事故防止のため、スタッフの指示に従うようお願いします。

※当該職場の継続状況や、勤務成績により再度任用する場合あり(上限4回)

今回の活動への参加は抽選とします。抽選結果は、6月1日(木)までに、申込者全員へご連絡します。

申 5月26日(金)までに、電話(☎551・1718)、申込フォーム、または直接市役所第二棟2階環境政策課環境政策係へ。



募集人員 1人
任用期間 7月1日～令和6年3月31日

申込書類 履歴書(写真貼付)
郵送先 〒197-8501 福生市本町5 福生市役所職員課宛
※封筒に「事務補助職員(資料貸出閲覧業務) 申込」と朱書きで記入してください。
他 詳細は、HPをご確認ください

事務補助職員(資料貸出閲覧業務)募集

福生消防署予防課防火査察係 ☎552・0119



リモート防災訓練「キニキニと学ぼう!」

消火器の使い方

今年、関東大震災発生から100年の節目の年です。消火器による初期消火は、火災の被害軽減や抑制に効果的です。これを契機として、動画で消火器の使い方について確認してみよう。

勤務日時 週5日(火～土曜日) 原則、午前9時～午後4時(6時間)
勤務場所 中央図書館臨時窓口(牛浜163) さくら会館内) または中央図書館(熊川850-1)
※途中で勤務場所変更あり
報酬 時間額1,160円
試験日 5月31日(水)
試験方法 面接
受験資格 パソコン操作(ワード・エクセル)ができる方
▼応募受付(郵送受付のみ) 期間 5月26日(金)(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。



証明書等コンビニ交付サービスが一時停止します
システムメンテナンスに伴い、証明書等コンビニ交付サービスの提供が、ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。



(車検対象のもののみ)は、6月8日(木)に発送予定です。
問 収納課 ☎551・1578
年金日より
追納をおすすめします!
国民年金保険料の免除や納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納付した場合と比べ、将来の老齢基礎年金の受給額が少なくなります。

5月の納税のお知らせ
5月は、固定資産税・都市計画税(第1期)、軽自動車税種別割の納期です。納期限は5月31日(水)です。お忘れのないよう納付ください。
※納期を過ぎると延滞金が課されます。

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧期間、固定資産課税台帳の閲覧期間が、5月31日(水)で終了します。
問 課税課資産税係 ☎551・1614

固定資産税に関するお知らせ
追納のお申込みは、市役所1階5番保険年金課または、青梅年金事務所へお願いします。
問 保険年金課保険年金係 ☎551・1670、青梅年金事務所 ☎0428・303410

口座振替をご利用の方へ
口座からの引落しは5月31日(水)です。残高が不足していると引落としができません。ご注意ください。
また、軽自動車税種別割を口座振替等された方への軽自動車税納税済通知書

6月の無料相談				
相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権の上相談・行政相談	7日(水)			
登記相談	1日(木)			
相続遺言等暮らしの手続き相談	13日(火)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第1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。
税務相談	22日(木)			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。
法律相談	3日(土)・14日(水)・21日(水)・28日(水)			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交通事故相談所 ☎03・5320・7733 へ。
交通事故相談	15日(木)	午後1時30分～4時		予約制、警視庁八王子少年センター ☎042・679・1082 へ。 ※前日までに予約が必要です。
少年相談	16日(金)	午前9時～午後4時30分		介護福祉課介護保険係 ☎551・1764
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	子ども家庭支援センター(子ども応援館1階) 子ども家庭支援課 ☎539・2555
子どもと家庭の総合相談	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)	教育についての悩み全般に関すること※要事前予約 教育委員会教育相談室 ☎551・7700
教育相談			教育相談室(子ども応援館2階)	シティセールス推進課産業活性化グループ ☎551・1699
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)	商工会 ☎551・2927 ※対象は市内の小規模事業者
事業資金相談	8日(木)	午後1時30分～3時30分	商工会相談室	

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)、心配ごと相談、身近な法律相談(偶数月)、心の相談(奇数月)、成年後見制度相談(奇数月)、リハビリ相談(年3回)(社会福祉協議会 ☎552・5027)

市ホームページにバナー広告を掲載しませんか?

▲トップページは、一日平均約1,300件程度のアクセス(PV)があります

掲載場所 市HPのトップページ
掲載期間 1か月を単位として、継続掲載が可能です。年度ごとに更新します。
掲載料 1か月20,000円
※継続掲載には下表のとおり割引制度あり。

掲載期間	月額掲載料
1～2か月	20,000円
3～5か月	19,000円
6～11か月	18,000円
12か月(4月～翌年3月まで)	16,000円

注 広告の内容によっては、掲載をお受けできない場合があります。
他 詳細はHPをご覧ください。
問 秘書広報課広報広聴係 ☎551・1529

「バッテリー」や「水銀を含むごみ」は大変危険です!

① バッテリー
バッテリーを内蔵しているスマートフォン、モバイルバッテリー、電子たばこ、電動歯ブラシなど、電動歯ブラシなどが容器包装プラスチックに混入していただき、破断処理する過程で発火する事故が連続して発生しています。作業員の方がけがをしたり、設備の火災が発生させ

② 水銀を含むごみ
乾電池、蛍光灯、水銀体温計、水銀血圧計などの水銀を含むごみが燃やせるごみに混入したまま焼却してしまうと、排ガス中の水銀濃度が規制値を超えて、焼却炉が非常停止し、復旧までに多大な時間と費用がかかるなど、市民生活に大きな影響を及ぼします。

「ごみの日」に、透明または半透明の袋に入れて出してください。
問 ごみ減量対策課ごみ減量対策係 ☎551・1731

ごみ・資源収集情報	
ごみが9t減ったよ!	資源の割合が1%減っちゃったよ!
5年3月 895t	5年3月 298t (25%)
4年3月 904t	4年3月 311t (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	
5年3月	52t
4年3月	48t

6月の資源回収予定	
実施団体	実施日
牛浜第一町会	4日(日)
福東幸せ会(熊川第2アパート)	
福生一中PTA 武蔵野支部	
本町第七町会	
牛浜第二町会	11日(日)
鍋ヶ谷戸第二町会	
二小PTA 鍋一支部	
富士見台町会	
本町町会	
内出子供会	18日(日)
志茂第二町会	
原ヶ谷戸町会	
南田園二丁目町会	
熊川牛浜町会	25日(日)
南町会	

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。
問ごみ減量対策課 ☎ 551・1731

雨の日の古着・古繊維の収集について

少しでも濡れてしまった古着・古繊維は、流通の過程でカビ等が発生し再利用できないため、収集できません。収集日が雨の場合は、ひもで十字に縛ったうえで、透明または半透明の袋に入れて出してください。

注 袋に入っている濡れる恐れがあるため、雨の日または雨となることが予想される日には、できるだけ次回の収集日に出してください。

問ごみ減量対策課 ☎ 551・1731

老人福祉センター教養講座

▼初めてのタティングレース講座

グレースとは、指にかけたレース系に、専用のシャトルをくぐらせて作る、結び目の連続でできるレースです。初心者でもできる簡単な作品を作ってみませんか?

日 6月5日～7月3日の毎週月曜日午後2時～4時(全5回)

場 福祉センター地下研修室

対 市内在住の60歳以上の方で、全日参加可能な方

定 先着5人
費 500円(初回にお持ちください。)

持 8号レース針、小はさみ

※お持ちの方のみ

申 5月23日(火)から、直接または電話で社会福祉協議会 ☎ 552・2121へ。

ふっさボランティア・市民活動センター登録団体による学習会

▼子どもの未来アクション

〜知ることから始める私の一歩〜

子どもの貧困問題や貧困が与える影響、子どもたちへの支援など

何を学ぶ学習会です。

日 6月22日(木)午前10時30分～午後0時30分

場 福祉センター2階学習集會室

対 18歳以上

定 20人

※申込多数の場合は抽選。当選者の方にのみ、6月9日(金)までに電話で連絡します。

主催 コープみらい みらいひろば福生

共催 ふっさボランティア・市民活動センター

申 受付中。5月29日(月)午後11時59分までに、右記QRコードから申込

令和5年4月の航空機騒音測定回数 問 環境政策課

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	900	-297	159	-95
昼間(午前7時～午後7時)	676	-133	82	-71
夕刻(午後7時～午後10時)	204	-164	77	-24
夜間(午後10時～午前7時)	20	0	0	0
最高音圧レベル(デシベル)	121	16	87	5
時間帯補正等価騒音レベル(デシベル)	64	-1	44	-2

住民基本台帳法第11条の2第1項の規定による住民基本台帳の令和4年度の閲覧状況を、同条第12項の規定に基づき公表します

問 総合窓口課 ☎ 551・1595

閲覧申出者	利用目的の概要	閲覧日	閲覧範囲
自衛隊東京地方協力本部長	自衛官等の募集に伴う広報	5月16日	全域
株式会社インテリサーチ 代表取締役社長 小田切俊夫	国土交通省観光庁観光戦略課委託による「旅行・観光消費動向調査」	5月23日	武蔵野台二丁目
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	日本放送協会(株式会社野村総合研究所委託)委託による「テレビ視聴に関する調査」	5月31日	南田園二丁目
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	慶応義塾大学委託による「新たな時代における子どもの学びと育ちについての全国調査」	5月31日	南田園三丁目および北田園一丁目
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	内閣府大臣官房政府広報室委託による「生涯学習に関する世論調査(附帯調査:生物多様性)」	6月30日	武蔵野台一丁目
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	内閣府大臣官房政府広報室委託による「人権擁護に関する世論調査(附帯調査:たばこ対策)」	6月30日	南田園一丁目
一般社団法人輿論科学協会 理事長 井田潤治	東京都政策企画局委託による「保健医療に関する世論調査」	7月12日	南田園三丁目
株式会社綜研情報工芸 代表取締役 本山幸二	東京都政策企画局委託による「広報広聴活動に関する調査」	8月4日	牛浜
一般社団法人輿論科学協会 理事長 井田潤治	東京都生活文化スポーツ局委託による「令和4年度都民のスポーツ活動に関する実態調査」	8月4日	大字熊川
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	NHK放送文化研究所世論調査部委託による「全国メディア意識世論調査(メディア利用についておたずねする調査)」	8月30日	北田園一丁目
株式会社インターネット 代表取締役 土井雅晴	東京消防庁委託による「消防に関する世論調査」	8月31日	加美平四丁目
株式会社サーベイリサーチセンター 代表取締役 藤澤士朗	内閣官房孤独・孤立対策担当室委託による「孤独・孤立の実態把握のための全国調査」	10月6日	加美平三丁目
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	国土交通省不動産・建設経済局委託による「令和4年度土地問題に関する国民の意識調査」	10月11日	大字福生
株式会社CCNグループ 代表取締役 佐野正憲	東京都福祉保健局委託による「令和4年度東京都がん予防・検診等実態調査」	11月8日	大字熊川
一般社団法人中央調査社 会長 境克彦	NHK放送文化研究所世論調査部委託による「生活と社会・情報についての意識調査」	12月8日	加美平三丁目
株式会社日本リサーチセンター 代表取締役社長 杉原領治	日本銀行情報サービス局委託による「生活意識に関するアンケート調査」	3月2日	志茂
株式会社サーベイリサーチセンター 代表取締役 藤澤士朗	東京都子供政策連携室子供政策連携推進部委託による「子供に関する定点調査」	3月28日	大字熊川、大字福生および加美平三丁目

フォームに入力するか、午後5時までに電話でコープみらい東京都本部参加とネットワーク推進部 ☎ 03・3382・5665へ。

問 ふっさボランティア・市民活動センター ☎ 552・2122

「身近な法律相談」をご利用ください

日 6月21日(水)午後2時～4時

場 福祉センター相談室

対 高齢者・障害者やその家族など

定 先着3人(予約制)

注 初めての相談の方に限り。相談内容は秘密厳守。

申 5月23日(火)から、社会福祉協議会・成年後見センター福生 ☎ 552・5027へ。

心の健康教室

▼レッツトライ! ミュージック

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、みんなで歌ったり、身体を動かしたりします。心の健康づくりについて、一緒に考え、実践していきませんか。

※音楽に関する知識は必要ありません。

日 6月29日(木)午前10時～11時30分

場 保健センター

対 市内在住・在勤の方

※子育て中の方もお子さんと一緒にご参加ください。

定 先着20人(予約制)

講 吉野良子氏(音楽療法士)(福生駅西口)

問 金曜会(大竹) ☎ 080・31761173

なで歌ったり、身体を動かしたりします。心の健康づくりについて、一緒に考え、実践していきませんか。

※音楽に関する知識は必要ありません。

日 6月29日(木)午前10時～11時30分

場 保健センター

対 市内在住・在勤の方

※子育て中の方もお子さんと一緒にご参加ください。

定 先着20人(予約制)

講 吉野良子氏(音楽療法士)(福生駅西口)

問 金曜会(大竹) ☎ 080・31761173

市民のひろば

▼第23回金曜会水彩画展

教室での静物画や野外スケッチ風景画など、会員が楽しく描いた絵を展示します。

日 5月24日(水)～28日(日)午前10時～午後5時(24日は午前11時)

場 福生市プチャラリー(福生駅西口)

問 金曜会(大竹) ☎ 080・31761173

令和5年度健康診査のお知らせ

①後期高齢者健康診査

日 6月1日(木)～9月15日(金)

対 後期高齢者医療制度に加入されている方

受診券送付時期 下表のとおり

年齢	送付時期
令和5年5月末日時点で75歳以上の方	5月下旬
6月中に75歳になる方	6月上旬
7月1日～15日に75歳になる方	7月上旬
7月16日以降に75歳を迎える方(※)	特定健康診査受診券を6月上旬に送付

(※) 75歳を迎えてから受診を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。

②特定健康診査

日 6月15日(木)～10月31日(火)

対 福生市国民健康保険に加入している40～

74歳の方

受診券送付時期

6月上旬

①・②共通

検査内容

身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査等

※胸部レントゲン検査と大腸がん検診(便潜血検査)を健康診査と同時に受診できます。

場 市内医療機関(受診券送付時に医療機関一覧を同封します。)

注 ・健康診査の結果、精密検査や治療が必要となった場合は自己負担となります。
 ・令和5年度は各健診期間が昨年度と異なりますので、受診前に必ずご確認ください。

問 保健センター ☎ 552・0061



インターバル速歩実践会

「さっさか歩き」と「ゆっくり歩き」を3分ごとに交互に繰り返す、簡単なウォーキング法「インターバル速歩」を健康づくり推進員が分かりやすくお伝えします！



普段、運動していない方も大歓迎です。お気に入りの散歩コースや家の近所をちょっととした運動スペースに変えて、お金をかけずに

子育て支援・なかよしクラブへお越しください

市内保育園の保育士と楽しい歌や体操、手遊び、工

効率的に運動を続けるきっかけにしてみませんか？
 日 6月8日(木)午後1時30分～3時30分
 場 中央体育館2階主競技場
 定 先着25人
 持 室内運動靴、タオル、飲み物
 服装 動きやすい服装
 主催 健康づくり推進員
 申 5月18日(木)から、電話で保健センター ☎ 552・0061へ。

児童育成手当の手続きはお早め！
 市では、家庭生活の安定と児童の健全な育成のため、お子さんを



作などをします。事前予約の必要はありませんので、実施日に各会場へ直接お越しください。また、受付で参加前日と当日の朝の体温を伺いますので、検温をしてお越しください。
 なお、お子さんの安全確保には保育士が最善の注意を払っていますが、保護者の方も十分ご注意ください。まずようお願いいたします。
 日 子育て情報サイト「こふくナビ」をご覧ください。
 場 田園児童館、武蔵野台児童館
 ※令和5年度から会場が変更となっています。
 対 市内在住の、0歳～小学校入学前のお子さんとその保護者
 定 10組
 ※定員を超えた場合、利用制限をする場合があります。
 主催 福生市保育協議会
 問 福生市保育協議会事務局(杉ノ子第三保育園) ☎ 551・8446

養育している方に、児童育成手当を支給しています。
 ①児童育成手当(育成手当)
 ②18歳に達した年度の末日までの児童を養育している母子家庭・父子家庭の保護者
 ③児童育成手当(障害手当)
 ④次の児童(20歳未満)を養育している方
 ① おおむね身体障害者手帳1～2級程度、または愛の手帳1～3級程度
 ② 脳性まひまたは進行性筋萎縮症
 ③ 毎年5月は認定の切り替え月となりますので、所得額等で前年度該当しなかった場合でも、今年度該当する場合があります。5月中旬に手続きをしてください。
 ※支給要件・必要書類などはお問い合わせください。
 ▼現況届について
 児童手当(提出が必要な方)・児童育成手当の現況届を5月末に送付します。詳細は、同封されている案内をご覧ください。
 問 子ども育成課手当助成係 ☎ 551・1737



5月の事業の開催日は、児童館HPに掲載しています。詳細は、下記QRコードからご覧ください。
 問 熊川児童館 ☎ 539・1515、田園児童館 ☎ 552・3133、武蔵野台児童館 ☎ 553・8822

「福生の教育」4月15日号の1面に掲載した「市内小・中学校の校長先生・副校長先生・コミュニティ・スクール委員会会長を紹介します！」において、福生第七小学校コミュニティ・スクール委員長のお名前の表記に誤りがありました。正しくは「板垣和生」氏です。
 お詫びして訂正します。
 問 教育総務課 ☎ 551・1930

「子どもIT未来塾」を開催します
 小型コンピュータ「ラズベリーパイ」による、小・中学生から学べ

「子どもIT未来塾」を開催します
 小型コンピュータ「ラズベリーパイ」による、小・中学生から学べ



「福生の教育」(教育広報)記事の訂正について
 「福生の教育」4月15日号の1面に掲載した「市内小・中学校の校長先生・副校長先生・コミュニティ・スクール委員会会長を紹介します！」において、福生第七小学校コミュニティ・スクール委員長のお名前の表記に誤りがありました。正しくは「板垣和生」氏です。
 お詫びして訂正します。
 問 教育総務課 ☎ 551・1930

ひとり親家庭の皆さんへ 市の支援制度を紹介します

市では、ひとり親家庭の皆さんにご利用いただける制度を用意しています(下表参照)。気になる制度がありましたら、子育て情報サイト「こふくナビ」をご覧ください。お問い合わせください。

制度名	内容	問合せ
児童扶養手当	ひとり親の方に手当を支給します。	子ども育成課 手当助成係 ☎ 551・1737
児童育成手当(育成手当)	ひとり親の方に手当を支給します。	
ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親家庭の親および児童の医療費の一部を助成します。	子ども家庭支援センター ☎ 539・2555
ひとり親家庭ホームヘルプサービス	日常生活にお困りのひとり親家庭にホームヘルパーを派遣します。※いくつかの要件あり	
東京都母子及び父子・女性福祉資金	ひとり親家庭や女性の方々が、経済的に自立して安定した生活を送るために必要とする資金をお貸しします。	子ども家庭支援センター ☎ 539・2555
自立支援教育訓練給付金	ひとり親の方でいくつかの要件を満たす方に対象講座の受講料の一部を支給します。	
高等職業訓練促進給付金	ひとり親の方でいくつかの要件を満たす方に、対象資格修業期間の一定期間給付金を支給します。	
ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業	ひとり親家庭の親および児童でいくつかの要件を満たす方に、試験合格対策講座受講費用の一部を支給します。	
ひとり親家庭相談	母子・父子自立支援員が、児童の養育・就学の問題や生活全般の相談をお受けします。	

「子どもIT未来塾」を開催します
 小型コンピュータ「ラズベリーパイ」による、小・中学生から学べ

「福生の教育」(教育広報)記事の訂正について
 「福生の教育」4月15日号の1面に掲載した「市内小・中学校の校長先生・副校長先生・コミュニティ・スクール委員会会長を紹介します！」において、福生第七小学校コミュニティ・スクール委員長のお名前の表記に誤りがありました。正しくは「板垣和生」氏です。
 お詫びして訂正します。
 問 教育総務課 ☎ 551・1930

「子どもIT未来塾」を開催します
 小型コンピュータ「ラズベリーパイ」による、小・中学生から学べ

「福生の教育」(教育広報)記事の訂正について
 「福生の教育」4月15日号の1面に掲載した「市内小・中学校の校長先生・副校長先生・コミュニティ・スクール委員会会長を紹介します！」において、福生第七小学校コミュニティ・スクール委員長のお名前の表記に誤りがありました。正しくは「板垣和生」氏です。
 お詫びして訂正します。
 問 教育総務課 ☎ 551・1930

松林分館主催ふっさライフ充実講座

▼手仕事を楽しもう♪～つまみ細工～

つまみ細工とは、江戸時代から伝わる日本独自の技法のひとつで、正方形に小さく切った縮緬などの布を「折って」「つまんで」作ったパーツを組み合わせて糊付けし、花を形作る技法です。



本講座では、丸つまみと剣つまみを学びます。
※昨年度実施した講座と同じ内容です。

- 日 6月20日～7月4日の毎週火曜日(全3回)
- 時 <Aコース> 午前11時～午後1時
<Bコース> 午後2時～4時
- 場 公民館松林分館
- 対 市内在住・在勤・在学の方

- 定 各コース5人
※申込多数の場合は、初回の方を優先して抽選
- 費 3,500円(3回分)
- 持 濡れハンドタオル、作品を持って帰るための箱(小さい10cmくらいのタッパーなど)
- 講 峯尾真樹子氏(つまみ細工講師)
- 申 6月2日(金)(当日消印有効)までに、往復はがきでお申し込みください。
- 往復はがきの書き方
<往信・表> 〒197-0013 福生市武蔵野台1-15-1 公民館松林分館宛
<往信・裏> ①希望のコース名(AまたはB) ②氏名(ふりがな) ③住所④電話番号⑤年齢
<返信・表> ご自分の住所・氏名
<返信・裏> 無記入
問 公民館松林分館 ☎552・3624

郷土資料室「小学生わくわく土曜日・市史関連講座」



- 初夏の自然観察会
- の観察会となります。
- 日 6月17日(土)午前9時30分～11時30分(ごろ)
- 場 旧ヤマジユウ田村家住宅前(集合・解散)
- 対 市内在住・在勤・在学の方
- ※未就学児は要保護者同伴
- 定 先着10人
- 講 野村亮氏(文化財保護審議会委員、NPO法人自然環境アカデミー代表理事)
- 申 5月19日(金)午前10時から、直接または電話で旧ヤマジユウ田村家住宅 ☎530・1140へ。

郷土資料室古文書学習会(実践編)



- 「日記に学ぶ福生の歴史」(第7期) 参加者募集
- 古文書学習会の実践編として、福生市に伝わる江戸時代の名主の日記をくずし字から読み解き、福生の歴史を学びます。
- 2か月ごとに3回程度の学習を通し、くずし字に慣れるとともに、当時を生き残った人々の生の声を学んでいきます。
- 第7期からの参加も可能ですので、ぜひご参加ください。
- 日 6月10日(土)、7月1日(土)・29日(土)午後2時～3時30分(ごろ)
- 場 もくせい会館202会議室
- ※7月1日(土)のみ、もくせい会館201会議室
- 対 古文書の読み方の基礎を習ったことのある方
- 定 先着10人程度
- 講 日野さよ子氏(福生古文書研究会会長、元文化財総合調査員)
- 申 5月19日(金)午前10時から、直接または電話で旧ヤマジユウ田村家住宅 ☎530・1140へ。

大人の教養講座



- 「奈良をこよなく愛した歌人、書家、美術史家、教育者であった会津八一」
- この講座では、「鹿鳴集」に詠まれた奈良の仏像への八一の造詣や心情、敬慕に触れながら、仏像の見方・鑑賞方法について講師からお話を伺います。
- 日 6月10日・17日・24日、7月1日の各土曜日午後2時～4時(全4回)
- 場 さくら会館ホール
- 対 市内在住・在勤・在学の方
- 定 先着25人
- 講 齋藤経生氏(女子美術大学名誉教授)
- 申 5月19日(金)から、午前9時～午後5時の間に、直接または電話で公民館白梅分館 ☎553・3454へ。

「市民企画講座」準備会



- 「知りたい、学びたい」を講座にしてみませんか。
- 参加者は、一年を通して講座の企画から実際の運営まで携わっていただきます。職員もサポートしますので、気軽にお申し込みください。
- 日(第1回) 6月21日(水)午後2時～3時30分
- ※第1回以降の打ち合わせの日程は、参加者で話し合いながら決めていきます。
- 場 公民館白梅分館
- 対 市内在住・在勤の方
- 定 先着8人
- 申 5月19日(金)から、午前9時～午後5時の間に、直接または電話で公民館白梅分館 ☎553・3454へ。

市民会館からのお知らせ

▼第9回「スタインウェイを弾いてみませんか」
個人ではご利用いただく機会が少ない大ホールで、世界三大ピアノの一つである「スタインウェイ・アンド・サンズ」の響きを体感してみませんか。

- 日 6月1日(木)・6日(火)・8日(木)・14日(水)・20日(火)・21日(水)・27日(火)・29日(木)、7月6日(木)
- 時 ①午前10時～②11時～③午後1時～④2時～⑤3時～⑥4時～⑦5時～⑧6時～
- ※各回50分。また、日程によりご利用いただけない時間帯があります。
- 場 市民会館大ホール(もくせいホール)
- 対 小学生以上※経験者に限ります。
- 定 各回先着1組(1日最大2回まで利用可)※最大10人までのグループ可
- 費 <一般> 2,000円 <友の会> 1,800円
- 申 5月21日(日)～利用日前日(利用日が火曜日の場合は前々日)までに、直接または電話で市民会館 ☎552・1711へ。



▼パフォーマンスキッズ・トーキョー「幸せについて、踊ってもいいよ」子ども参加者募集!

ダンスと舞台美術製作のワークショップです。オリジナルの舞台作品を創りませんか?



©Kazuyuki Matsumoto

- 日 <練習> ①7月21日(金)・25日(火)・27日(木)～30日(日) 午前9時30分～午後0時30分 ②8月2日(水)・3日(木)午後1時30分～4時30分 ③8月4日(金)午前10時～午後4時 <リハーサル> 8月5日(土)午前10時～ <本番> 8月5日(土)午後2時30分～
- 場 市民会館大ホール(もくせいホール)
- 対 小学2年生～中学3年生
- 定 25人(申込多数の場合は抽選)
- 講 ダンスカンパニー セレノグラフィカ(振付・構成)、水内貴英氏(美術)
- 申 6月14日(水)までに、右記QRコードの申込フォームからお申し込みください。
- 問 NPO法人芸術家と子どもたち ☎03・5906・5705



図書館からのお知らせ

▼わかぎり図書館おはなし会



- 日 6月8日(木)午後3時30分
- 場 わかぎり図書館2階
- ※直接どうぞ
- 対 幼児～小学生
- ▼わかぎり図書館乳幼児おはなし会
- 日 6月28日(水)午前11時～
- 場 わかぎり図書館
- ※直接どうぞ
- 対 乳幼児と保護者
- 問 わかたけ図書館 ☎551・0083

わかたけ図書館おはなし会

▼わかたけ図書館おはなし会

- 日 6月14日(水)・28日(水)午後3時
- 場 わかたけ図書館2階
- ※直接どうぞ
- 対 幼児～小学生
- ▼わかたけ図書館乳幼児おはなし会
- 日 6月15日(木)午前11時～
- 場 わかたけ図書館2階
- ※直接どうぞ
- 対 乳幼児と保護者
- 問 わかたけ図書館 ☎551・0083

武蔵野台図書館おはなし会

▼武蔵野台図書館おはなし会

- 日 6月21日(水)午後3時30分
- 場 武蔵野台児童館2階
- ※直接どうぞ
- 対 幼児～小学生
- ▼武蔵野台図書館乳幼児おはなし会
- 日 6月21日(水)午前11時～
- 場 武蔵野台児童館1階
- ※直接どうぞ
- 対 乳幼児と保護者
- 問 武蔵野台図書館 ☎553・8881

保健ガイド

問 保健センター ☎ 552・0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	6月1日(木)・15日(木) 午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	18歳以上の方(高校生を除く)
	6月13日(火) 午前9時30分～11時15分	熊川地域体育館	
②ヘルスチェック	6月22日(木) 午後1時10分～3時30分までの指定時間	保健センター	18歳以上の方(高校生を除く)・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	6月2日(金) 午前10時～11時30分	子ども応援館	乳幼児(0歳～未就学児)と保護者・先着12組 ※フェイスアルコール持参
④離乳食教室	〈初期・中期食〉 6月14日(木) 午前10時～11時30分	保健センター	離乳食開始時期の乳児と保護者・先着12組
⑤すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	7月5日(木) 午後1時以降の指定受付時間 ※6月7日(水)も同時受付中。		3歳11か月になる月までの乳幼児
⑥パパママクラス(6・7月コース)	6月10日(土)・15日(木)、7月1日(土)・13日(木) 午後1時30分～3時30分		これからパパ・ママになる方・先着16組 ※1家族2人まで

①5月18日(木)から、②・③・⑤・⑥は保健センターへ、④は右記QRコードの申込フォームでお申し込みください。



○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。
 ※交付時面談は予約制です。事前に保健センターへご連絡ください。
 ○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口課へ出しましょう。

6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～正午 午後1時～5時	午後5時～10時		
※受付は診療時間終了の15分前までです。				
4日(日)	福生市休日診療所 福生 2125-3 ☎ 552・0099 ※5月8日以降の診療から、発熱の有無等により診療時間を分けています。	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		岩永歯科医院 瑞穂町箱根ヶ崎 105-1 ☎ 556・1123
11日(日)		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	山岸歯科医院 瑞穂町南平 2-4-11 ☎ 557・7567
18日(日)	〈非発熱患者〉 午前9時～10時、 午後1時～5時 〈発熱患者〉 午前10時30分～11時30分	熊川病院 熊川 154 ☎ 553・3001	中村調剤薬局 熊川 156-4 ☎ 530・2468	みずほ歯科医院 瑞穂町長岡 1-51-2 ☎ 556・1182
25日(日)		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	きたはらファミリー歯科 瑞穂町むさし野 2-61-4 ムサシマンション 103 ☎ 533・4180

◆休日・準夜診療受診時の注意点について

○休日・準夜診療を受診する際は、受診前に必ず医療機関へお問い合わせください。
 ○来院人数等によっては、診療できない場合があります。
 ○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。

6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	対象児	受付場所・時間
3か月児	20日(火)	令和5年2月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45分からの指定受付時間
6か月児	満月齢後の6・7か月期	令和4年12月生まれ※受診日時点で生後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4年9月生まれ※受診日時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	27日(火)	令和3年11月生まれ	保健センター(集団健診) 午後0時45分からの指定受付時間
3歳児	6日(火)	令和2年5月生まれ	

※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。

6月の予防接種(BCG)

期日	備考
19日(月)	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 〈誕生日が1日～10日の方〉 午後1時～1時15分 〈誕生日が11日～20日の方〉 午後1時15分～1時30分 〈誕生日が21日～31日の方〉 午後1時30分～1時45分 場 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 ふっさいびん 不随意筋の話

筋肉は随意筋と不随意筋に分けられます。随意筋は自分の意思で動かすことができる横紋筋で、骨格筋がほとんどです。不随意筋は自分の意思で動かすことはできない筋肉で、平滑筋で構成された血管、消化管や膀胱などに分布しています。心臓も筋肉で横紋筋系ですが、自分の意思で動かすことのできない不随意的です。心臓は横紋筋系ですので、鍛えることができます。いわゆるスポーツ心臓と呼ばれ、筋肉量も増えます。心臓は普通に生活していても、1日10万回ぐらい動いているポンプで、1分間に約5Lの血液を送り出します。心臓も鍛えなければ衰えが生じ、心不全の状態が発生すると思われれます。下肢のむくみ、呼吸困難、倦怠感など運動耐容能の低下が起こります。心不全の程度を知るため、血液検査でBNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)を測定することで、おおよそのことが分かります。画像診断などを追加して心不全の悪化状態により、ステージ分類が行われます。心不全は心筋梗塞、弁膜症、心筋炎などポンプ機能の異常でも発症します。

老化に伴い筋肉が衰えるフレイルでは、骨格筋(横紋筋)が問題視されています。人間1人に骨格筋は約400種類あり、90歳でも鍛えることができます。平滑筋での筋肉の衰えはほとんど分かっていません。瞳の瞳孔括約筋は平滑筋ですが、衰えて世間が見えにくいというのは聞いたことがありません。血管、消化管、膀胱などの平滑筋も衰えることを予防することは難しいかもしれません。しかし、平滑筋と自律神経を含めた稼働システムの衰えが原因かもしれない、立ちくらみ、逆流性食道炎、便秘、頻尿、尿漏れ等々は、年齢の増加に伴い、誰でも感じているはず。生まれてきたことは死ぬことを意味します。どんな風に死ぬかは誰も知りません。自分で身体が壊れていくのを防ぐ努力は必要です。若いころは思ってもみなかったことです。生活習慣の改善が生きている時間を長くしてくれそうです。高血圧、糖尿病、弁膜症、虚血性心疾患、動脈硬化などの改善が、その後発症するであろう心不全や血管疾患、脳疾患の予防になります。つまり脳、血管、心臓、癌等々は生活習慣で改善することができます。運動、アルコール類、たばこ、食事内容などは自分でコントロールが可能です。

文責 星野医師

各種検診のお知らせ

①大腸がん検診
検診方法 便潜血検査
 ②胸部レントゲン検査
検診方法 胸部X線直接撮影
 〈①・②共通〉
日 6月1日(木)～10月31日(火)
場 市内医療機関(HPから大腸がん検診・胸部レントゲン検査実施医療機関一覧をご参照ください。)
対 市内在住の35歳以上の方(令和5年4月1日現在)
申 直接医療機関でお申込みのうえ、受診してください。
他 国民健康保険に加入している40～74歳の方および75歳以上の方は、市内で実施している健康診査と一緒に受診できます。
 ③胃・肺がん検診(7月)
 原則としてセットでお申し込みください。
日 7月7日(金)
 午前9時～正午
場 保健センター
対 市内在住の35歳以上の方(令和5年4月1日現在)

定 80人※定員を超えた場合は抽選
検診方法 検診車による集団検診、バリウム投与・胃間接撮影、胸部X線直接撮影、喀痰検査(必要な方のみ)
 ◆次の方は受診できません
 ○誤嚥のある方
 ○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、おおむね1年を経過しない方
 ○妊娠中の方、またはその可能性がある方
 ◆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
 ※当日の問診結果によっては、検診が受診できない場合があります。



に到達番号と問合せ番号が必要になりますので、書き留めておいてください。

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ので、ご了承ください。
 〈①～③共通〉
 ・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 保健センター ☎ 552・0061