

発行 福生市  
〒197 東京都福生市本町5  
編集 市長公室秘書広報課  
市役所の代表電話番号  
☎ 0425-51-1511

市の人口と世帯

(2月1日現在)	前月比
人口 62,080 人 (16人減)	
(男) 31,560 人 (41人減)	
(女) 30,520 人 (25人増)	
世帯数 25,417 世帯 (15世帯減)	



21世紀をめざして  
体協創立35周年記念式典

1月28日中央体育館で、福生市体育協会創立35周年記念式典が行われました。3団体で構成された協会も現在19団体。来賓者の祝辞や、記念表彰(功績賞80人、優秀賞17人と11団体)のほか、祝賀会も開かれ、出席者は35年間の歩みに感慨もひとしおでした。

目立とうよ 明るい服装 良いマナー  
お年寄りを  
交通事故から守ろう



お年寄りを交通事故から守るのは  
家族の理解と協力です

ここ数年お年寄りの方の交通事故が増えています。昨年も福生署管内で次のような事故がありました。

- ① 7月16日午後9時30分ごろ羽村市役所通りの交差点で、右折しようとした軽四輪車と直進してきたバイクが衝突し、79歳の男性が死亡しました。
- ② 11月2日午後5時19分ごろ旧青梅街道沿いで横断中の歩行者と普通車の事故があり、84歳の女性が死亡しました。



お年寄りのための交通安全講習会

お年寄りの交通事故を防ぐためには、家族の理解と協力が大切です。

お年寄りの行動には理由があることを理解しましょう。

車が来ているのに道路を横断したりするなど、ちよつと考えつかないお年寄りの行動にも、必ずそれなりの理由があります。たとえば、「ここは昔から渡っている」という経験や体力の過信、「車の方で止まってくれるだろう」という過度の依頼心などが重なり合つての行動なのです。

お年寄りにやさしさと思いやりをもみましょう。

生活にハリと生きがいをもたせるため、「おじいちゃん、おばあちゃんがいるからこそ」といった感謝と存在価値の大きさを語りかけましょう。

時には付き添ってあげましょう。

お年寄りの体調が悪いときや、深夜、早朝、雨のひどいときなどに、やむを得ず外出する場合、また、交通の非常に激しい所や混雑する場所に出かけるときは、家族の方が付き添ってあげましょう。

◆工夫をこらした話をしましょう。

福生市長選挙の日程が決まりました

告示日 5月5日(日)  
投票日 5月12日(日)  
開票日 5月12日(日)

今後4年間の福生市政を任せる市長を選ぶ大切な選挙です。住み良い福生を築くため、必ず投票しましょう。

期日	曜日	受付時間	受付場所
3月3日	日	午前10時～正午	わかたけ会館、市民会館
		午後1時30分～4時	福東会館、田園会館
3月4日	月	午後4時～5時30分	つくし保育園
3月5日	火	午後4時～5時30分	すみれ保育園
3月10日	日	午前10時～正午	熊川中央会館、熊川地域体育館
3月15日	金	午後1時～4時30分	シルバー人材センター
3月17日	日	午前10時～正午	かえで会館、松林会館
		午後1時30分～4時	富士見台自治会集会所、わかざり会館

交通災害共済に加入しましょう



3月1日受付開始  
3月3日から出張受付

東京都の全市町村が共同で運営する、交通災害共済は、少ない

い会費で万が一の交通事故にあった場合に見舞金を受けられる共済制度です。上表の日程で出張受付を行いますので、皆さんの加入をお勧めします。



◆交通災害共済見舞金◆

等級	交通災害の程度	共済見舞金
1等級	死亡	120万円
2等級	重度の後遺障害	70万円
3等級	全治11箇月以上、かつ、入院日数90日以上	28万円
4等級	全治10箇月以上、かつ、入院日数60日以上	20万円
5等級	全治8箇月以上、かつ、実治療日数63日以上	16万円
6等級	全治6箇月以上、かつ、実治療日数49日以上	12万円
7等級	全治4箇月以上、かつ、実治療日数35日以上	8万円
8等級	全治2箇月以上、かつ、実治療日数21日以上	5万円
9等級	全治1週間以上、かつ、実治療日数3日以上	3万円
10等級	全治1週間未満	1万円

市職員募集

職種と募集人員  
保健婦(一般行政職) 2名

採用予定日  
平成8年5月1日

受験資格(外国籍の方も受験できます)  
昭和36年4月2日以降に生まれた高等学校卒業以上の学歴を有する方で、保健婦の資格を有する方、または、平成8年4月末日までに取得見込みの方。

※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。

◆募集要項と申込書の配布期間  
2月19日(月)～3月1日(金) 午前9時～午後4時(土曜日、日曜日を除く)

◆試験日及び試験場所  
日時 3月10日(日) 午前9時

◆試験方法及び試験科目  
一般教養試験・適性検査・作文(課題方式)

◆問合せ  
文書職員課人事係(内線264)へ。

市役所の代表電話番号は51-1511です





### 私立幼稚園児の保護者に補助金

次の方に該当される方は、忘れずに申請をしてください。該当する方 市内に居住（住民基本台帳または外国人登録原票に登録されている方）し、かつ、私立幼稚園に通園している園児（3歳～5歳児）の保護者で、保育料を納入している方

補助額 園児一人当たり7,600円（月額）

※今回の支給は後期分（10月～3月分）です。

申請期限 3月4日（月）

申請先 通園している各幼稚園へ提出してください。

なお、申請用紙は2月中旬に各幼稚園から配布されます。この時期に配布されなかった場合は、総務部庶務課庶務係（内線252）へご連絡ください。

### 国民年金だより

#### 国民年金保険料は全額社会保険料控除となります

確定申告の時期になりました。自営業者の方など国民年金に入っている方は、昨年1月から12月に納めた国民年金保険料は全額社会保険料相当額となりますので必ず申告してください。学生の方があるご家庭では、親の社会保険料額+学生の分の国民年金保険料額が社会保険料控除相当額になります。



▲年金相談をご利用ください。

### 戦没者などの遺族の皆様へ

戦没者などの遺族（戦没者死亡当時の三親等内の親族）のうち、平成7年4月1日において公務扶助料、遺族年金の受給権を有する遺族がいない方に特別弔慰金として額面40万円、10年償還の国債が支給されます。まだ請求されていない方はお早めに請求ください。

請求窓口 生活福祉課庶務係（内線353）へ。

詳しくは、前記窓口または東京都福祉局援護福祉課（☎03-5320-4077）へ。

### ◎控除できる保険料額◎

区分	定額	定額+付加
1年前前納	平成7年4月分～平成8年3月分 137,010円	平成7年4月分～平成8年3月分 141,690円
納付書で毎月納付	平成7年1月分～平成7年12月分 11,100円×3月=33,300円 11,700円×9月=105,300円 合計 138,600円	平成7年1月分～平成7年12月分 11,500円×3月=34,500円 12,100円×9月=108,900円 合計 143,400円
口座振替で毎月納付	平成6年12月分～平成7年11月分 11,100円×4月=44,400円 11,700円×8月=93,600円 合計 138,000円	平成6年12月分～平成7年11月分 11,500円×4月=46,000円 12,100円×8月=96,800円 合計 142,800円

福生市の校長会は、公立小学校長会と公立中学校長会があります。同じ市立ですので、両会は密接に連携し、活動を同じくする場が多いです。それぞれの会が上部団体である全国・都・多摩地区・西多摩地区の校長会の傘下にあります。月に1度の市教委主催の定例の校長会と、小・中学校別の校長会が開かれ、必要に応じて臨時校長会が開かれます。

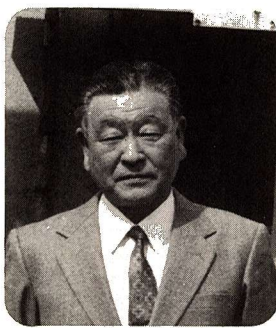
活動としては、学校経営に関する研修・教育に関する研究・情報交換・当面する教育課題についての対処などにより資質の向上に資しております。

本年度は、「特色ある学校経営」を主題にして、各校の現状

## 福生NOW

### 「特色ある学校経営」

福生市公立小学校校長会  
会長 水越 孝



とこれからの方向性を探る研究活動に取り組んでいます。まずは市教委の研究紀要に毎年発表しております。来年は、関東甲信越地区小学校研究

えられる自殺事件が続いて発生したことは極めて遺憾なことであります。児童・生徒が自らの命を絶つということは、理由の如何を問わずあつてはな

徒には、一人で悩まず親や先生に相談するよう指導する。どんなに細かなことでも真剣に受け止め、教職員相互間で情報交換をはかること。

・学校を挙げていじめの児童・生徒にきんと対応しいじめられる子を必ず守り通すこと。

・いじめを傍観していることも、いじめることと同様に許されないことを指導する。

しかし、いじめは周囲からはなかなか見えにくくなっています。また、いじめにあつても家庭・学校・友だちに話さない傾向があります。子どものサインを見逃さないよう家庭・地域の方々も早期発見にご協力ください。

### ご存知ですか

## 福生市育英資金

高等学校または高等専門学校に在学者に対し、修学に必要な費用の一部を支給します。

⑥保護者が市税を滞納していないこと。

希望される方は、3月1日（金）～29日（金）の午前9時～午後5時まで（土曜日、日曜日、祝日を除く）に教育委員会庶務課庶務係（中央体育館内）へお申し込みください。

なお、期限後でも、申し込みができますので、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

問合せ 教育委員会庶務課 庶務係（☎52-7711）へ。

## 1月の横田基地飛行回数

測定場所	熊川1571番地誘導灯付近		福生市役所屋上	
	飛行回数	前年同月比	飛行回数	前年同月比
飛行総数	1974	78	376	△161
昼間（午前7時～午後7時）	1502	2	279	△175
夕刻（午後7時～午後10時）	427	125	94	17
夜間（午後10時～午前7時）	45	△49	3	△3
最高音圧レベル（デシベル）	122	12	93	△4

【問合せ】経済課公害係（内線324）へ。





「ほほえみ会食会」

田、長沢、加美全域、加美平全域の地区にお住まいの方  
3月8日(金)対象地区  
熊川住宅、南、内出、武蔵野全域、福東、玉川台、富士見台、鍋一、鍋二、福栄、南田園全域、北田園、福生団地、熊牛、牛浜全域の地区にお住まいの方  
時間 午前11時30分～午後3時  
場所 福祉センター

社会福祉協議会では、ひとり暮らしのお年寄りの方を対象に、心の豊かさを広め、一人ひとりの交流の場をつくるため会食会を新たに開催した福祉センターで開きます。お誘い合わせのうえ、ご参加ください。また、お近くにひとり暮らしの方がいたら、声をかけてあげてください。

なお、対象地域により2回に分け、開催日も異なりますので、ご確認のうえ、おでかけください。  
3月1日(金)対象地区  
原ヶ谷戸、志茂全域、本町全域、中央、武蔵野台全域、永

ご利用ください  
福祉センターに「対面朗読室」が設けられ、朗読ボランティアグループ「福生いとでんわ」による朗読サービスが始まりました。目のご不自由な方ははじめ、身体に何らかの障害があつて活字本が自分でお読みになれない方にもご利用いただけます。

なお、単行本・雑誌・新聞をはじめ、各種書類などの朗読の依頼にも応じますが、専門書などの難解なものについては、事前に本を提出していただく場合があります。



予約申込み  
土曜日・日曜日・祝日を除く、午前9時～午後5時までに、社会福祉協議会(☎52-2121)へ。  
福生いとでんわ事務局 脇本(☎52-6142)へ。

ひとり親家庭の皆さんへ  
デイズニールランドで遊びましょう  
夢と魔法の王国デイズニールランドへ行って、おもいっきり心

ゆくまで楽しみませんか。  
日時 3月30日(土) 午前7時出発  
行き先 東京デイズニールランド  
定員 先着90人  
参加費 一人1,000円  
申込み 3月4日(月)～15日(金)の午前9時～午後5時(日曜日は除く)までに、参加費を添えて、社会福祉協議会事務局(福祉センター内)☎52-2121へ。

官公署だより  
看護職員再就職フェア  
医療機関の採用担当者や離職中の保健婦(士)・助産婦・看護婦(士)・准看護婦(士)との相談会  
日時 2月22日(木) 午前10時～午後4時 ※費用無料  
場所 JR八王子駅ビル8階  
問合せ 東京都ナースプラザ庶務係(☎03-5466-9411)へ。

司法書士による  
相続登記無料相談  
期日 2月29日(木)まで  
場所 東京都内の東京司法書士会所属会員の司法書士事務所  
問合せ 東京司法書士会(☎03-3353-9191)へ。

「TAMA市民塾」  
15講座の4月生募集  
内容 市役所、公民館にパンフレットを用意しています。  
費用 講座1回につき、500円  
申込み・問合せ ハガキ、またはFAXで、2月29日までに、〒183府中市寿町1-15-11多摩交流センター「TAMA市民塾」係(FAX0423-3510127・☎0423-3510100)へ。  
※日曜日は除く。申込み多数の場合には抽選。

特別障害者手当、障害児福祉手当、経過措置の福祉手当を  
2月9日に振り込みました  
問合せ 在宅福祉課障害福祉係(福祉センター内)☎30-2941へ。

家庭看護法講習会  
日時・内容 左表のとおり  
場所 武蔵野赤十字病院(JR中央線武蔵境駅下車徒歩8分)  
定員 各25人 ※受講料無料  
申込み・問合せ 往復ハガキに、氏名、生年月日、年齢、住所、電話番号、職業、コース名を明記のうえ、3月1日(必着)までに、〒169新宿区大久保1-2-15日本赤十字社東京支部普及課家庭看護係(☎03-5273-6746)へ。

コース名	期日・内容	時間
D17(一般家庭看護)	3月11日(月)、12日(火)、13日(水)、15日(金)	午前10時～午後4時
D18(幼児家庭看護)	3月18日(月)、19日(火)、23日(土)、25日(月)、27日(水)、28日(木)	午後1時30分～4時
D20(一般家庭看護)	3月9日(土) 安眠できるお風呂の足浴の方法	午後1時～4時

市・都民税、所得税の申告は3月15日(金)までに  
市・都民税の申告  
例年、3月に入ると大変混雑しますので、お早めに申告を済ませるようご協力ください。  
【申告受付場所】  
商工会館(市役所東隣り)  
▽2月22日(木)まで 2階会議室  
▽2月23日(金)～3月15日(金) 3階ホール  
【申告受付時間】  
午前8時30分～11時30分・午後1時～4時30分  
※土曜日・日曜日を除く。  
問合せ 税務課市民税係(☎51-1511)へ。

確定申告の相談  
青梅税務署による「確定申告出張相談」  
日時 2月23日(金) 午前9時～午後1時  
場所 商工会館3階ホール  
なお、申告書の受付もします。  
☆所得金額が相当高額の方や所得計算などが複雑な方及び譲渡所得については、青梅税務署(☎0428-221-3185)にご相談ください。

固定資産税・都市計画税課税資産明細書の送付、固定資産課税台帳の縦覧は、4月に行います。  
詳しくは、3月15日号広報ふっさをご覧ください。  
【問合せ】 税務課土地・家屋資産税係(内線234-236)へ。

バイク・軽自動車などの廃車・変更手続きはお早めに  
軽自動車税は、毎年4月1日(賦課期日)現在に、原動機付自転車や軽自動車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車等を所有している方に課税されます。  
これらの車両を処分したり、譲渡された方で、まだ廃車や名義変更の手続きをされていない方は、遅くとも3月までに所定の窓口で手続きを済ませてください。  
手続きが遅れますと、平成8年度の軽自動車税が課税される場合がありますので、ご注意ください。  
なお、次のような場合には、税務課庶務係へご連絡ください。  
○バイクが盗難にあった。  
○ナンバープレートを付けたままバイクを処分してしまったので、廃車の手続きができない。  
問合せ 税務課庶務係(内線231)へ。

確定申告の相談  
青梅税務署による「確定申告出張相談」  
日時 2月23日(金) 午前9時～午後1時  
場所 商工会館3階ホール  
なお、申告書の受付もします。  
☆所得金額が相当高額の方や所得計算などが複雑な方及び譲渡所得については、青梅税務署(☎0428-221-3185)にご相談ください。

車種	手続き窓口
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車	福生市役所税務課庶務係
二輪の軽自動車(125cc超～250cc以下) 二輪の小型自動車(250cc超)	東京陸運支局八王子自動車検査登録事務所 ☎0426-91-6361
三輪、四輪の軽自動車	軽自動車検査協会東京主管事務所八王子支所 ☎0425-57-6262

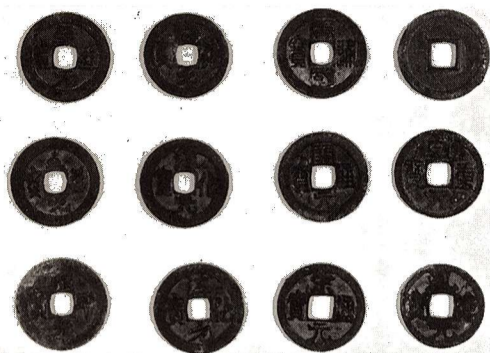
「減量に協力」



### 郷土資料室特別展

## 「福生市の中世大量埋蔵銭」

### —いつ、だれが、なぜ埋蔵したのか—



日本の中世を中心とした時期に、大量の埋蔵銭貨が存在していますが、現在、全国で2000か所程度の出土が確認されています。福生市内では1か所、5、000枚余が出土しています。市内の出土銭は最も古いものが西暦621年の「開元通宝」、最も新しいのは「世高通宝」です。その中で、最も多いのは明銭の「永楽通宝」(西暦1408年)で678枚(13%余)です。

福生市域は、西党の平山氏によって開発が進められ、所有さ

れていたと思われます。しかし、地域の中世史料は大変乏しく、歴史を明らかにすることは容易ではありません。今回、展示する市内出土の銭貨の最新銭が西暦1461年に铸造された「世高通宝」ですので、埋蔵された時期はこれ以後、おそらく15世紀後半以降、16世紀後半ごろかと思われます。

この大量の銭貨がいつ、だれによって、どのような事情で埋蔵されたかをさぐることは福生市の中世の歴史の扉を開く手掛かりとなります。

特別展では、出土銭貨5、000枚余を陳列すると同時に15世紀の様々な地域の歴史資料を展示して、謎の福生市の中世の歴史解明に挑戦します。市民の皆さんもぜひ、展示をご覧いただき埋蔵の謎解きにチャレンジしてみてください。

開催日時 3月1日(金) 5月26日(日) 午前10時～午後5時

休館日 月曜日・祝日・休日・月末日

場所 郷土資料室(中央図書館内)

問合せ 郷土資料室(☎30-1120)へ。

なお、記念講演会も開催しますのでご参加ください。参加費は無料です。

### 記念講演会

## 「福生市の大量出土銭と中世の貨幣流通事情」

埋蔵銭の中には日本で铸造された模铸銭(私铸銭)も含まれています。この鑄型は、中世の商業都市・泉州堺から発見されています。模铸銭の話を含めて、日本中世の貨幣流通の実態についてお話しします。

日時 3月9日(土) 午後2時～4時

場所 中央図書館2階研修室

講師 嶋谷和彦氏(堺市教育委員会)

申込み 3月1日(金)から電話で郷土資料室(☎30-1120)へ。

## 4月1日から市営福生野球場が利用できます

4月の利用希望者は  
抽せん会へ

### 4月分の利用抽選会

日時 3月1日(金) 午後7時

場所 中央体育館第1会議室

※5月分以降の抽選会については、前月分の抽選会でお知らせします。

なお、抽選会に参加する場合は、「市営野球場使用団体登録」が必要です。抽選会の前日までに中央体育館窓口で手続きしてください。

登録できるのは、全員が市内在住・在勤・在学のチームだけです。一般の申込受付は、抽選会の翌日以降です。

受付時間 午前8時30分～午後5時

受付場所 中央体育館窓口

問合せ スポーツ振興課スポー

### リサイクルさせよう限りある資源

3月の資源回収予定		
実施団体	実施日	地域
本町第七町会	3日(日)	本七町会
鍋一老人クラブ	4日(月)	鍋一町会
福生フェニックス	9日(土)	全域
青少協牛二地区	10日(日)	牛二町会
志茂第二町会	10日(日)	志茂二町会
南田園三丁目町会	16日(土)	南田園三丁目町会
武蔵野第二町会	17日(日)	武蔵野第二町会
障害者支援グループ	つばさの会	24日(日) 全域
本町第一町会	30日(土)	本一町会
本町第八町会子供会	未定	本八町会
牛一青年部	未定	牛一町会

※天候などにより変更する場合があります。  
【問合せ】 清掃課庶務係(内線332)へ。

### 福生市史を読む会 「縄文時代」

日時 2月24日(土)・3月2日(土) 午後2時～4時

場所 茶室「福庵」 ※参加費無料

講師 大貫英明氏(日本考古学協会会員)

申込み・問合せ 電話で郷土資料室(☎30-1120)へ。

## 4月1日から屋外施設の夜間使用ができます

4月1日から武蔵野台テニスコート、福生野球場、市営競技場(テニスコートを含む)及び学校校庭(登録団体のみ)は、夜間使用(午後9時30分まで)ができます。

市内の小・中学校の体育施設を使用する団体は、登録してください。毎年登録ですので、現在登録している団体も必ず再度登録してください。

登録条件 10人以上で構成されていて、全員が市内在住・在勤・在学者であり、使用責任者として成年者が含まれていること

登録受付期間 3月8日(金)～23日(土)

武蔵野台テニスコート管理事務所振興係(☎52-5511)・ツ振興係(☎52-5511)へ。

## 学校体育施設使用団体は必ず登録を

市内の小・中学校の体育施設を使用する団体は、登録してください。毎年登録ですので、現在登録している団体も必ず再度登録してください。

登録条件 10人以上で構成されていて、全員が市内在住・在勤・在学者であり、使用責任者として成年者が含まれていること

登録受付期間 3月8日(金)～23日(土)

武蔵野台テニスコート管理事務所振興係(☎52-5511)・ツ振興係(☎52-5511)へ。

## 福生市商工会インフォメーション

### '96多摩広域工業情報フォーラム参加企業を募集します

このフォーラムは、製造業の方を対象に受発注取引や製品の開発・技術協力など、ビジネスパートナーを探る情報交換パーティーです。

企業間の情報ネットワーク

参加を待ちっています。(都内各地域より60企業参加予定)

日時 3月27日(水) 午後6時～8時

場所 福生市商工会館3階ホール

会費 6,000円

問合せ 福生市商工会(☎51-2927)へ。



### ガレージセール開催

3月3日(日) 午前10時

今年最初のガレージセール。大掃除で出た、家庭の不用品・生

日時 3月3日(日) 午前10時～午後2時 雨天の場合は10日(日)に順延

場所 多摩川中央公園

問合せ 経済課商工係(内線322)へ。

○子供用スキーウェア○ダブルベット

(ゆずってください)

○子供用学習辞典○FMステーション10月号○テレビ冷蔵庫○ホットカーペット○プロック積み木○ベビーベッド○チャイルドカーシート○三段(二段)ベット○カーテレレビ○剣道具一式

### 不用品交換



(ゆずります)

○シングルベット○女性用スキー一式○ダイビングフルセット○男性用スキー板・ストック・スキーウェア○暖房便座○犬小屋○カラーボックス

※不用品交換については有償の場合もあります。なお、登録の必要がなくなりましたら必ず経済課商工係(内線322)へ。

リサイクル型都市をめざして

### 会員募集中

空手教室=毎週火・木曜日 午後7時15分～9時15分 中央体育館 練習時間は各自自由 申込み 練習日に直接会場へ。問合せ 半澤(☎51-0325)へ。  
空手教室=毎週月曜日 午後6時～9時(子ども午後6時～7時15分) 福生七小体育館 申込み 練習日に直接会場へ。問合せ 半澤(☎51-0325)へ。



図書館だより

<p>おはなじがい</p> <p>1日(金)中央(3:30)</p> <p>パネルシアター</p> <p>タッチ</p>	<p>大型紙芝居</p> <p>21日(木)わかざり(3:30)</p> <p>22日(金)中央(3:30)</p> <p>かよ</p>
<p>工作</p> <p>6日(水)わかざり(3:00)</p> <p>7日(木)わかざり(3:30)</p> <p>8日(金)中央(3:30)</p>	<p>プレメンのおんがくたい</p> <p>27日(水)わかざり(3:00)</p> <p>28日(木)わかざり(3:30)</p> <p>29日(金)中央(3:30)</p> <p>パネルシアター</p>

中央図書館	53-3111
わかざり分館	51-0083
わかざり分館	52-7421

団体用児童書の貸出しについて

図書館には個人貸出用児童書以外に、1万9、000冊の団体用児童書があります。

特別整理期間について

毎年3月に行っている特別整理期間は、今年から6月に変更となります。

田園会館であそぼうよ

申込み問合せ

52-3133

寒さに負けず

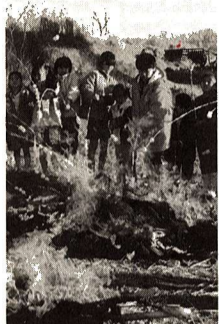
外あそびをしよう

おしくらまんじゅう、ロープ取り、人間列車など友達と元気に体を動かそう。

親子であそぼう

今月は「ボールを使ってあそぼう」です。

日時 2月28日(水) 午前10時30分~11時



子ども映画館

「星の子チヨビ」

スリルあり、サスペンスありのアニメーション作品です。

日時 2月28日(水) 午後2時30分~3時40分

「三減量にご協力を」

参加ください 第20回子どもスキー教室

期日 3月29日(金)~31日(日)

場所 長野県白樺高原スキー場



公民館の教室&講座

申込み問合せ

男の料理教室

こんな調理法を知りたかった

講師に福生食品衛生協会の板前さんやコックさんをお招きして、魚・肉・冷凍食品の料理の基礎技術と食品の知識、包丁の使い方などを学びます。

体育館 スポーツ指導員を募集します

募集します

勤務条件 体育館利用者へのスポーツ指導・相談など、午後4時30分~9時30分

市民総合体育大会

ポールにチャレンジ

日時 3月3日(日) 午前8時

場所 長野県野辺山スキー場

「老いを考えていますか」

地域の老いと暮らしを考える

住み慣れた街で、豊かな老いを迎えるには、何が大事なのか。

日時 3月7日(木) 午後7時30分~9時30分

催し物インフォメーション

小山実稚恵ピアノリサイタル



チャイコフスキー国際コンクール第3位 ショパン国際コンクール第4位

身近の野草

せきだかすら

初めてこの植物に出会った時には「セツタカズラ」と教えられました。

時には木に這い登って葉が大きく長くなってイカカズラになることがあると聞かされて、そんなこと信じられない思いでした。



文と画 佐藤文字

会員募集中

女声合唱団「ゴールド・スターズ」=お気軽に参加してください。毎週土曜日(月4回) 午前10時~正午 公民館本館 会費:月額3,000円



### 3月の休日診療

	内科・小児科(昼間)診療所 〈診療時間〉 午前9時～正午 午後1時～5時	内科・小児科(準夜)診療所 〈診療時間〉 午後5時～10時	歯科 休日診療 〈診療時間〉 午前9時～正午 午後1時～5時
3日(日)	福生市健康センター 福生市北田園2-5-7 ☎52-0099	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) ☎55-9999	ムライ歯科医院 福生市熊川1098-2 ☎53-8819
10日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	吉成歯科医院 福生市熊川1396 塩野ビル2F ☎53-5538
17日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	あつみ歯科医院 福生市牛浜47 ☎52-8488
20日(祝)	福生市健康センター	新井クリニック 瑞穂町長岡1-51-2 ☎57-0018	荒木歯科医院 福生市牛浜130 ☎51-3243
24日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	早崎歯科医院 福生市志茂97-2 ☎53-0469
31日(日)	福生市健康センター	羽村市平日夜間急患センター	松本歯科医院 福生市武蔵野台1-3-8 ☎53-2300

\*医療機関が変更になる場合もあります。なお、受診の際は保険証をご持参ください。

### 福生市 医師会だより

成人病はからだだけの話。目は関係ない?!

目の成人病を、ご存じですか?白内障、緑内障、網膜剥離、黄斑変性などは、40歳以降に増える目の成人病。手遅れになると失明する、コワイ病気です。高血圧や糖尿病など、おなじみの成人病にも眼底検査が不可欠。特に糖尿病による失明が増えています。糖尿病と診断されたら必ず眼科受診してください。年をとれば目がかすむのはあたりまえ?!

目のかすむ原因が、老眼や近視、遠視、乱視ではなく、何かほかの病気であることがあります。「年だから、しかたがない」と放っておいて、病気の発見が

### 胃がん検診

日時 4月11日・18日の木曜日  
午前9時～10時

場所 健康センター  
対象 市内在住の35歳以上の方。なお、次のような方は受診できません。  
①胃を手術した方  
②現在、胃または十二指腸を治療中または経過観察中の方  
③胃の検査、受診後1年を経過しない方  
④妊娠中の方(疑いを含む)  
定員 各実施日30人  
\*各実施日が定員に満たない場合は変更になります。  
申込み 2月19日(月)～3月15日(金)までに健康センター(内線372)へ。

日時 3月18日(月) 午後1時30分～2時30分  
場所 市役所1階ロビー及び相談室  
相談員 医師、保健婦、栄養士

日時 3月28日(木) 午後1時30分～3時  
場所 中央図書館  
相談員 保健婦、栄養士  
\*内科・小児科の専門医師が担当です。医療などの専門的な相談が受けられますので、ぜひおでかけください。

上経過している方  
問合せ 東京西赤十字血液センター(☎2910405)へ。

### 市内のペットショップや実験動物管理者の方へ



3月末までに  
保健所へ届け出を

市内で犬を10頭以上飼っている方は3月末までに保健所への届け出が必要になりました。また、牛、めん羊、鶏、馬、山羊、あひる、豚を届け出対象数以上飼っている方も、必要です。詳しくは保健所へお問い合わせください。

### 健康相談

①日時 3月7日・14日・21日・28日の木曜日 午前9時～11時  
場所 市役所前庭  
対象 満16歳から満64歳の方  
で、前回の献血から4週間以上経過している方

### 献血にご協力を

日時 3月12日(火) 午前10時～正午・午後1時～3時30分  
場所 市役所前庭  
対象 満16歳から満64歳の方  
で、前回の献血から4週間以上経過している方

### 40歳を過ぎたら目に注意

白内障は、目の中のレンズ(水晶体)が濁った状態。年をとるとだれでも、多かれすくなかれ、白内障の症状が出てきます。老眼は、40歳を過ぎるころからだれにも起こり、毎年、進行します。不思議なこと、年齢に応じて一定の度数が加算されていき、一般に65歳を過ぎると進行はストップ。近視の場合は、近視の度数を計算に入れるので正視の人とは、度数が違ってきます。「かけずに、がまん」しても、老眼鏡の処方、だれでも年齢相応。ソナナがまんはやめて。

目がかすむ。疲れのせいで心配ない?!  
目がかすむのは、脳からの赤信号。  
疲れのせいではなく、目から脳への神経ルートはどこかに、故障が起きた可能性があります。

目の前に黒い影が、まるで蚊が飛んでいるように見えるのがいわゆる「飛蚊症」。目の中の硝子体中の混濁物の影が、網膜に映って起こります。硝子体は眼球の3分の2をしめ、ここに混濁が生じる原因は、炎症・出血・剥離などいろいろ。重症の場合は視力まで低下します。放っておいていい場合と、早く治療しなければならぬ場合があります。よく見えるからと安心してはいけません。

目がかすむ。疲れのせいで心配ない?!  
目がかすむのは、脳からの赤信号。  
疲れのせいではなく、目から脳への神経ルートはどこかに、故障が起きた可能性があります。

目の前に黒い影が、まるで蚊が飛んでいるように見えるのがいわゆる「飛蚊症」。目の中の硝子体中の混濁物の影が、網膜に映って起こります。硝子体は眼球の3分の2をしめ、ここに混濁が生じる原因は、炎症・出血・剥離などいろいろ。重症の場合は視力まで低下します。放っておいていい場合と、早く治療しなければならぬ場合があります。よく見えるからと安心してはいけません。

目の前に黒い影が、まるで蚊が飛んでいるように見えるから心配ない?!  
目のかすむ原因が、老眼や近視、遠視、乱視ではなく、何かほかの病気であることがあります。「年だから、しかたがない」と放っておいて、病気の発見が

### 男性のための 介護講座

男性だからこそできる介護をいっしょに考え、体験してみませんか。

日時・内容 下表のとおり  
場所 福祉センター  
対象 市内在住・在勤のおおむね40歳以上の男性  
定員 先着30人  
費用 無料  
申込み・問合せ 2月20日(火)～3月8日(金)(日曜日は除く) 午前9時～午後5時までに、直接、または電話で社会福祉協議会ボランティアセンター(☎521212)へ。

回	日	時	テーマ
1	3月14日(木)	午後1時30分～3時30分	私の介護体験 病気の時の観察のポイント
2	3月21日(木)	午後1時30分～3時30分	体の動かし方と 車椅子の取り扱い方
3	3月28日(木)	午後1時30分～3時30分	いざという時の かんたん料理

### 3月の母子衛生行事

#### 育児学級

◇第1日目「育児教室」  
日時 3月6日(水) 午前10時～正午  
場所 健康センター  
内容 保育全般と家族計画  
問合せ 健康センター(内線372)へ。

◇第2日目「離乳食教室」  
日時 3月13日(水) 午前10時～正午  
場所 健康センター  
内容 ①離乳食の作り方、すすめ方  
②試食  
講師 保健婦、栄養士  
\*申し込みは不要です。直接、開設場所においでください。

#### 保育・栄養相談

①日時 3月8日(金)  
午後1時30分～3時  
②日時 3月27日(水)

#### 乳幼児健康診査

健診内容	健診日	該当児	受付場所・時間
3か月児健診	19日(火)	平成7年11月生まれのお子さん	福生保健所 午後1時～2時
6か月児健診	12日(火)	平成7年9月生まれのお子さん	健康センター 午後1時30分～2時30分
9か月児健診	8日(金)	平成7年6月生まれのお子さん	健康センター 午後1時30分～2時30分
1歳6か月児健診	27日(水)	平成6年8月生まれのお子さん	健康センター 午後1時～1時40分
3歳児健診	5日(火)	平成5年2月生まれのお子さん	福生保健所 午後1時～2時

\*各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。6、9か月児健診は受診票も必要です。

#### 会員募集中

保育サークル「ありんこ」=2～3歳児と母親。保育さんが子どもを保育し、その間母親同士はいろいろな勉強(活動)をしています。あなたも仲間に入ませんか。毎週木曜日 午前10時～正午 公民館本館 問合せ 吉田(☎53-9205)へ。