

(8月1日現在)	前月比
人口 62,156 人	(52人増)
(男) 31,501 人	(9人減)
(女) 30,655 人	(61人増)
世帯数 25,973 世帯	(6世帯減)

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

福生市総合防災訓練



8月31日(日)
午前8時30分
予備日 9月7日(日)

わたしたちの住んでいるまちを突然地震が襲って来たら、どのように行動したらよいか。日ごろの備えと防災訓練に参加して体験することも大切です。

市では、福生消防署や福生市消防団などと連携して市内5か所の会場で総合防災訓練を実施します。いざというときのために消火器・三角バケツによる初期消火訓練、タオルや身近なものを使った応急救護訓練、簡易担架の作成・チェインソーの取り扱いを行う救出訓練などを予定していますので、ご家族でお気軽に参加してください。

なお、今回の訓練は発災対応型訓練(突然地震が起こった場合を想定した訓練)です。当日、午前8時30分に災害発生の合図としてサイレンを鳴らします。各ご家庭でもサイレンが鳴りましたら、次のような行動を取ってください。

●使っているガスを消す。

●ドア・窓などを開け、逃げ道をつくる。

●机の下などに、身を隠す。

●電話や自動車の利用を自粛する。

●防火用水・飲料水・食糧・防災用品(特に、ラジオ・懐中電灯などの電池)などの点検をする。

問合せ 地域防災課地域防災係(内線277)へ。

＝ 訓練会場 ＝

- 第一訓練会場 福生第七小学校
- 第二訓練会場 福東グランド
- 第三訓練会場 福生第五小学校
- 第四訓練会場 福生第六小学校
- 第五訓練会場 福生第四小学校

不燃物収集の業者が変わりました
なお、収集曜日・場所については変更ありません。
問合せ 清掃課庶務係(内線332)へ。

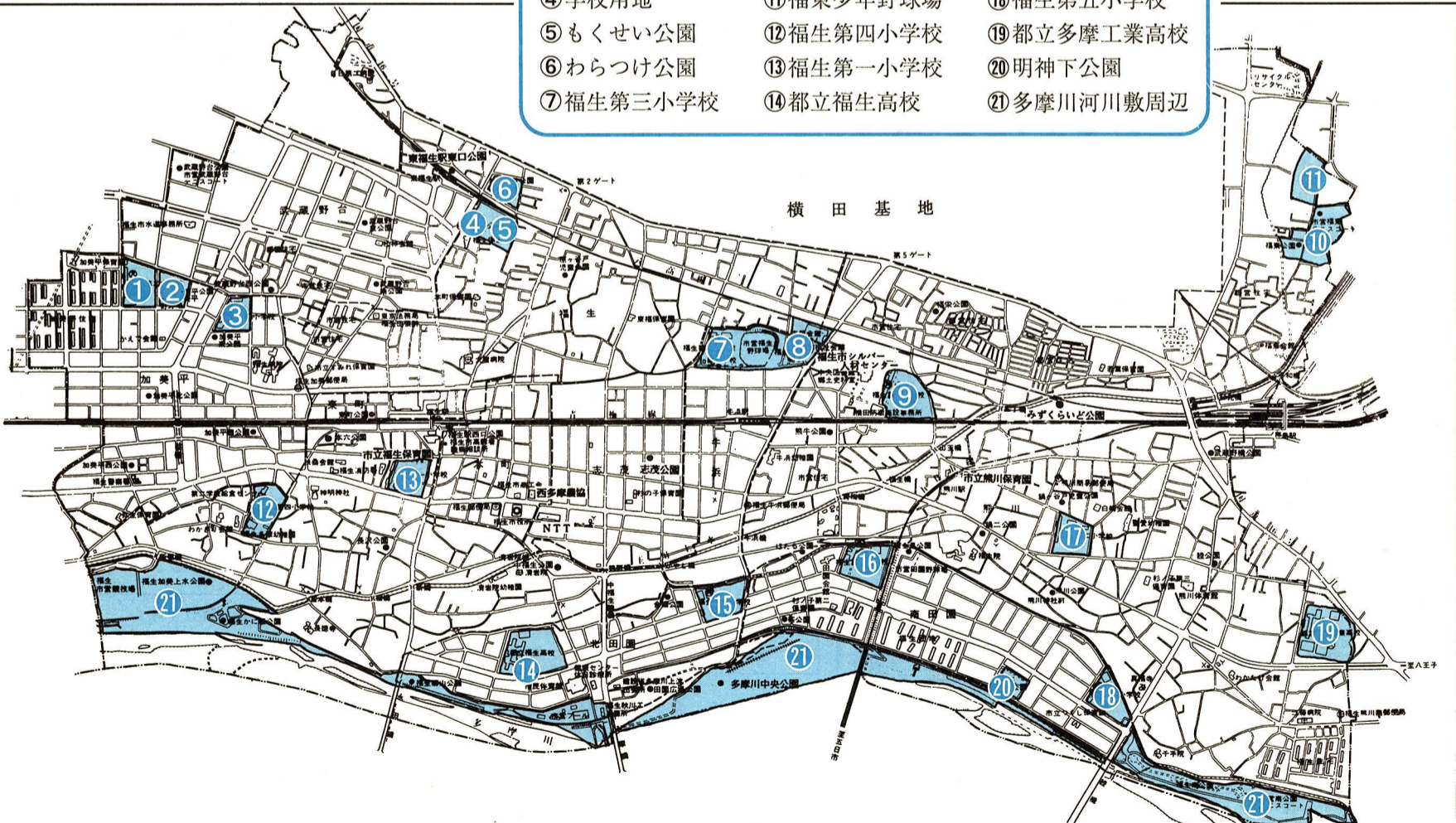
災害は、いつ私たちの身に降りかかってくるかわかりません。いざという時、あわてずに行動できるよう、家族みんなで災害時の役割分担や避難場所の確認をしておきましょう。

- ①役割分担 火の始末、ガスの元栓締め、持ち出し品の確認役を決めておきましょう。
- ②避難 一時集合場所、避難場所、避難方法を確認しましょう。幼児やお年寄りのいる家庭では、誰が世話をするのか決めておきましょう。
- ③連絡方法 家族が離ればなれになった時の連絡方法や、落ち合う場所を決めておきましょう。

市内災害時避難場所

- ①福生第二中学校
- ②加美平公園
- ③福生第六小学校
- ④学校用地
- ⑤もくせい公園
- ⑥わらつけ公園
- ⑦福生第三小学校
- ⑧福生公園
- ⑨福生第一中学校
- ⑩福東公園
- ⑪福東少年野球場
- ⑫福生第四小学校
- ⑬福生第一小学校
- ⑭都立福生高校
- ⑮福生第七小学校
- ⑯福生第三中学校
- ⑰福生第二小学校
- ⑱福生第五小学校
- ⑲都立多摩工業高校
- ⑳明神下公園
- ㉑多摩川河川敷周辺

※下図中の番号(①～㉑)は、左記の番号及び名称を示しています。



9月1日は『防災の日』 8月30日～9月5日は『防災週間』です

9月1日～3日

駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

放置自転車などは撤去します！

市では、市内各駅（東福生駅を除く）周辺の自転車等放置禁止区域内の駅前広場や道路など、公共の場所に自転車などを長時間放置しますと、警告札を取り付け、その後に撤去し、自転車保管場所に保管しています。

保管した自転車などを返還する際の撤去保管料は、自転車1、000円・バイク2、000円

ご利用ください～福東会館～



平成8年9月から改築工事を進めてきました福東会館が大きくなり、開館しました。多くの皆様のご利用をお待ちしています。
利用施設 集会室、会議室3室
開館時間 午前9時～午後10時
休館日 毎週月曜日・12月29日から翌年1月3日まで
申込み 福東会館 (☎51・7993) へ。

去る6月20日の議会におきまして議員各位のご推挙をいただき議長という大役を引き受けさせていただきました。一つ一つ新しいことに基づき、とまどいながらも多忙な日を送っております。議長としての仕事はもとより一議員として市民の皆様の期待に添うべく努力をしてみたいと思います。

さて、今日、国並みに地方公共団体を問わず、政治、経済、教育などあらゆる面で袋小路に入り込んでしまっている、いわば大きな曲り角にきていると思われれます。このような閉塞状況から抜け出て活力ある社会にするためには、発想の転換が必要だと思えます。

福生NOW

「今、地方の時代」

福生市議会 議長 野口 秀世



今、地方の時代といわれております。地方の考え方が国を動かしていく、考えれば面白い時代になったのかも知れません。市民の皆様が一人ひとり

取り組んでいかなければと思っております。現在、全国の市議会議長会でも地方分権推進委員会が地方議会の活性化など検討を行い、第二次の勧告案を固め、国に提

出している、そんな取り組みも行っております。こうした状況の中で21世紀を目前に控え、福生市の特性を生かし個性豊かで魅力あるまちづくりを進めていくために、市民の皆様と一緒に取り組んで参りたいと思っております

福生市の下水道使用料金は、平成元年以来消費税が加算されていませんでしたが、4月1日から消費税と地方消費税で5%になり、下水道財政の健全化を図るため10月1日から下水道使用料に5%を加算します。

10月1日から 下水道使用料を改定します

Table with 4 columns: 測定場所, 飛行回数, 前年同月比, 前年同月比. Rows include 飛行総数, 昼間, 夕刻, 夜間, 最高音圧レベル.

【問合せ】経済課公害係 (内線324) へ。

8月の交通キャンペーン

《8月19日は バイクの日です》

自分の運転を過信せず、人や車の動きに注意して安全運転に心がけましょう。

シートベルトは 正しく締めよう シートは倒さず、腰を押し込めように、深く腰かける。腰ベルトは腰骨を巻くように、しっかりと締める。

未就学のお子さんの加入はお済みですか？

交通災害共済 交通災害共済は、大人500円、子供400円をお支払いいただくだけで、交通事故の際に見舞金を受けられる制度です。

加美平南公園の一部が 使用できなくなります 加美平南公園(加美平3-10先)の北西側に60立方メートルの耐震性貯水槽を埋設します。

9月の無料相談

Table with 4 columns: 相談内容, 日, 時, 場所, 備考. Rows include 人権身の上相談, 法律相談, 交通事故相談, etc.

【問合せ】経済課公害係 (内線324) へ。

月例ダンスパーティー「ソシアル」=夏の暑い夜を健康とストレス解消にダンスで楽しいひとときをお過ごしください。8月29日(金)午後7時～9時30分 公民館本館 問合せ 遠山 (☎52・5444) へ。

リサイクル型都市をめざして

国民健康保険だより

医療費と療養費 (6月診療分) をお知らせします

市では、国民健康保険制度と健康に対する理解を深めていただくため、世帯主や家族の方が国民健康保険で受診された6月の医療費と療養費の額などをお知らせします。

お知らせします

通知する「医療費と療養費の額」は、保険診療として定められた費用のみ記載します。入院自由診療や差額ベット代、入院雑費など保険が適用されないものは含まれていません。

なお、医療費分については8月下旬に、療養費分については

9月中旬に行います。※この「お知らせ」を受け取った事により、特に手続きを行う必要はありません。問合せ 保険年金課給付係(内線312)へ。

国民健康保険税の納税通知書は届きましたか

平成9年度の納税通知書を送りました。保険税の算出方法などについては同封の「納税通知書の説明」をご覧ください。

納税通知書がまだ届いていない方、また、内容に不明な点がありましたら保険係までお問い合わせください。

なお、納税通知書のあて名は国保に加入していても世帯主になります。この場合「被保

10月から リサイクル型都市をめざして ペットボトルの分別回収を始めます

近年、排出量がビンに代わって急増傾向にある飲料用として、ゆゆうペットボトルの回収を10月の第1週から行います。

- ①飲み(使い)終わったらふたをはずす。
 - ②ゆすいで水切りをする。
 - ③踏みつぶす。
 - ④週1回の「資源の日」の朝8時までに、お近くの「資源回収ステーション」のビン回収ボックス(黄色)に袋から出して入れる。
- ※ペットボトルはビンと一緒に回収することで、ビンが割れて散乱する危険を防ぐことができます。

これは、今年4月から施行された容器包装リサイクル法に対応するため試験的に実施するものです。



市役所正面玄関 ペットボトル回収容器

リサイクルさせようかぎりある資源

この法律は、ごみの減量と商品の容器や包装の再利用を促進するために、市民、市、事業者がそれぞれの責任を分担することになっていきます。

実施団体	実施日	地域
牛一子供会	7日(日)	牛一町会
本町第七町会	7日(日)	本七町会
志茂一子供会	7日(日)	志茂一町会
武蔵野台一丁目子供会	7日(日)	武蔵野台一丁目町会
本八子供会	7日(日)	本八町会
ころりん村幼児園保護者会	11日(木)	全域
一中PTA鍋一支部	14日(日)	鍋一町会
青少協牛二地区	14日(日)	牛二町会
志茂二神興会	14日(日)	志茂二町会
南田園二丁目町会	14日(日)	南田園二丁目町会
南田園三丁目子供会	20日(土)	南田園三丁目町会
本町第一町会	27日(土)	本一町会
武蔵野第二町会	28日(日)	武蔵野第二町会
二中PTA加美支部	未定	加美地区
青少協本八第二PTA支部	未定	本八第二町会
福生リトルサンズ	未定	全域

※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。

なお、分別回収が開始されるまでのペットボトルは、市役所正面玄関にペットボトル回収容器を設置しましたので、市役所にお越しの際にお持ちください。

振り込みのお知らせ

〈振り込みました〉 特別障害者手当、障害児福祉手当、経過措置の福祉手当を8月11日に振り込みました。
〈振り込みます〉 福祉手当、高齢者・重度心身障害者住宅家賃助成金、介護費用等助成金(4月~7月分)を8月20日前後に振り込みます。
■問合せ 在宅福祉課障害福祉係・高齢福祉係〔福祉センター内(☎30・2941)〕へ。

ごみ減量にご協力を!

除者でない世帯主」と記載してあります。納税は口座振替で! 保険税の納付を口座振替にしますと、納め忘れがないうえ、手間もはぶけます。ぜひご利用ください。

国民年金だより

免除制度があります

病気や失業などで国民年金保険料を納めることが困難な場合

には免除制度があります。免除手続きをしないで未納にしておきますと、将来年金が受けられないこともあります。また、万一の事故などにより障害を負ったときに年金が受けられないこともあります。

免除が承認されますと免除期間は、納付期間(この期間は、年金額が3分の1となります)となりますのでお早めに申請してください。

なお、学生の方で新規または昨年に引き続き免除を希望される方は新たに発行された学生証・家族所得のある方の証明となるもの(源泉徴収票・課税証明書など)・印鑑・年金手帳(すで

消費者見学会

「バイオテクノロジーの現場」 時代の移り変わりと共に食生活も変わりつつあります。遺伝子組み換え食品などバイオ技術を応用した食品の研究も行われています。

今回の見学会は、家畜の受精卵移植技術や体外受精技術の実際を見学します。
日時 9月2日(火) 午前9時~正午
行き先 東京都青梅畜産試験場
定員 先着30人
申込み 8月21日(木)から、経済課商工係(内線322)へ。

市職員募集

職種と募集人員
一般行政職(事務職及び技術職) 若干名
※技術職は、土木に関する計画、設計、工事監督などの職務に従事しますが、事務職として配属されることもあります。
◆採用予定日 平成10年4月1日
◆受験資格(外国籍の方も受験できます)
大学卒:昭和47年4月2日以降に生まれた方で、平成7年3月以降に卒業または平成10年3月卒業見込みの方
短大卒:昭和49年4月2日以降に生まれた方で、平成7年3月以降に卒業または平成

現況届を提出してください

- ・児童扶養手当
- ・特別児童扶養手当
- ・ひとり親家庭医療費助成制度

現況届を9月10日(水)まで受け付けています。この現況届は、現在手当、助成を受けている方が、前年の所得状況などから、引き続き手当、助成を受けられるかどうかを決める大切なものですので、必ず期限までに届け出てください。
問合せ 児童課児童保育係(内線363)へ。

不用品交換

〈ゆずります〉
○ゴルフセット○三面鏡○子ども用自転車(22インチ・赤・黒)○革張りソファ○家庭用マジック卓セット○身体障害者用リフト付きワゴン○冷蔵庫○パソコンラック○シングルベッド
〈ゆずってください〉
○シューズボックス○電位治療器○七五三着物○チャイルドカーシート○ベビーベッド○ベビーラック○ワープロ○大人用自転車
※不用品交換については有償の場合もあります。
なお、成立した場合は必ずご連絡ください。
問合せ 経済課商工係(内線322)へ。

都立看護専門学校学生募集

平成10年度の募集要項配布中。受験資格 ①3年課程:高等学校卒業業者及び同等以上の学力を有する方 ②2年課程:高等学校を卒業している准看護婦・士、または准看護婦・士の免許を得てから3年以上看護業務に従事している方 問合せ 青梅看護専門学校(☎0428・31・9051)へ。

文化財保護審議会委員が 決まりました

7月1日付けで、次の方々が文化財保護審議会委員に決まりました。

委員の方々には、今後2年間、福生市の文化財の保護及び活用に関する審議をしていただきます。

氏名(敬称略)	担当分野
新井 勝 紘	有形・無形文化財、史跡
河上 一 雄	有形・無形民俗文化財
北原 進	有形・無形文化財、史跡
高崎 伊 平	有形・無形文化財、史跡
高崎 勇 作	有形・無形文化財、史跡
多田 仁 一	有形・無形文化財、史跡
田村 光 男	有形・無形文化財、史跡
宮岡 一 雄	天然記念物

郷土資料室では8月2日から市内の寺院、神社所蔵の彫刻の写真と、太平洋戦争時代のプロパガンダ図書、出征兵士に関連した資料や銃後をまとめた市民が使用した関係資料などを展示しています。

関係刊行物を頒布中
「福生市の神社美術品」
890円(B5判、113頁、彫刻74軀、絵画20幅を各写真入りで紹介)
「写真でたどる福生の百年」
900円(A4判、86頁、写真

仏像彫刻写真と戦争資料を 郷土資料室で展示中です

時間 午前10時～午後5時
※毎週月曜日、祝日、月末日は休館です。

市内にお住まいの60歳以上の方々の来場をお待ち

敬老大会 9月13日(土) 市民会館大ホール

午後零時30分開場
午後1時開会



①お笑いコーナー
コミックⅡ幻楽団
声帯模写Ⅱ桜井長一郎
②歌謡ショー
歌謡曲Ⅱ小松みどり
司会Ⅱ名和美代児
演奏Ⅱ高橋明美とスイングリッパブル
※すべりやすい履物は危険ですのでご遠慮ください。

※入場無料(自由席) しています。
内容
・第一部 式典
・第二部 アトラクション

ご参加ください 「介護者のつどい」

日頃、寝たきりのお年寄りなどの介護をされている皆さんのために、一泊研修旅行を開きます。

期日 10月7日(火)～8日(水) 1泊2日
宿泊先 伊香保温泉
研修内容 講演「在宅介護について」、リフレクシユ体操ほか
対象 市内で寝たきりや痴呆のある高齢者などのご家族を介護している方
定員 20人
参加費 5,000円
申込み・問合せ 9月1日(月)～9月16日(火)の間に、社会福祉協議会地域福祉推進係「福祉センター内(☎52・2121)」へ。

官公署だより

交差点での重大事故
増えています

◎運転手さんへ
信号の変わり目は要注意。
右折時には、出口付近の自転車や歩行者に注意。
子どもが道路で遊んでいます。
◎親子で考えよう交通安全
飛び出し事故が増えています
○遊び場所
○道路を横断するとき
自転車も車の仲間、点検を!
○二輪車利用の皆さんへ
福生警察署管内では、今年になって4件の重大事故が発生しています。安全運転を心掛けましょう。

普通救命講習会

期日 第1回 9月6日(土)
第2回 9月7日(日)
問合せ 郷土資料室(☎30・1120)へ。

福生市青少年の意見 発表大会の原稿を 募集しています

応募資格 市内在住の中学生
主題 自由
応募方法 あなたの意見を400字詰め原稿用紙4～5枚にまとめ、題名・住所・氏名・性別・電話番号・生年月日・学校名・学年を明記のうえ、9月1日(必着)までに、社会教育課社会教育係(中央体育館内)へ。

「家庭の日」 図画・作文募集

応募締切り 9月10日(水)
題材 「家庭の日」にちなんだ図画・作文(図画については、大きさはB2からB5判まで、なるべく「家庭の日」の文字を入れてください。作文については「私の家族」「お父さん」「お母さん」「家族での思い出」などを800字以内でお願いします)

甲種防火管理者 資格講習

日時 9月10日(水)・11日(木)
午前9時～午後5時
場所 扶桑会館(福生1069-1)
問合せ 福生消防署予防課査察指導係(☎52・0119)へ。

スカウト ボーイスカウト 第1・2団 新入隊員募集 指導者募集

応募資格 市内在住の来年度小学校に入学する男子
入団条件 △両親が団・隊の活動に積極的に協力する意志のあること
△カプ隊・ボーイ隊・シニア隊・ローパー隊と進級させる意志のあること
募集地域 △福生第1団△福生第一・四・六・七小学校区域
▽福生第2団△福生第二・三・五小学校区域
募集人員 各団先着10人
募集締切 8月31日(日)
入団日 9月1日(月)
申込み・問合せ 福生859ボーイスカウト福生第1団 佐藤(☎52・7530)、熊川769ボーイスカウト福生第2団 森田(☎51・0032)へ。

社会福祉協議会の 職員を募集します

高齢者在宅サービス
センター常勤職員

職種と募集人員
寮母(父) 若干名

◆応募資格 昭和42年10月1日以降生まれで介護福祉士・社会福祉士・社会福祉主事・保母(父)資格のいずれかを有する方
◆申込書・要項の配布及び受付期間 8月20日(水)～29日(金) 午前9時～午後5時
※土曜日、日曜日を除く。

◆配布及び申込受付場所 社会福祉協議会事務局(福祉センター内)
◆職種と募集人員 作業療法士 1名
◆応募資格 応募時の年齢が45歳以下で作業療法士の資格を有する方
◆募集期間 随時
◆勤務形態 週2～3日勤務
◆申込書類 履歴書(社協配布)、資格・免許証の写し
◆面接日時など 随時募集のため応募時に調整します。

非常勤職員

職種と募集人員
作業療法士 1名

◆申込書類 試験申込書及び履歴書(社協配布)、資格免許証の写し
センター内)
◆申込書類 試験申込書及び履歴書(社協配布)、資格免許証の写し

子どもたちの社会参加 善行少年表彰式が 行われました

7月15日、福生市善行少年表彰式が行われ、交通事故防止に貢献した若林佑司さん(福生一小5年生)と環境美化に貢献した福生五小全児童及び社会福祉に貢献した福生五小児童会の方々が表彰されました。



ソフトボール「壮年」 2年連続全国大会出場



6月29日(日)・7月6日(日)に行われた東京都壮年大会において、壮年「オール福生」チームが昨年に続き2年連続優勝し、9月13日(土)～15日(祝)に山梨県竜王町で開催される「全日本壮年大会」に2年連続出場します。

昨年はベスト8でしたが、今年は「優勝」に向かって頑張ります。皆様のご声援よろしくおねがいします。

新規に事業を始めようとする方を対象に行います。8月26日(火)～27日(水) アミューたちかわ(立川市錦町3-3-20 立川市民会館内) 定員 80人 受講料 2,000円 申込み・問合せ 東京都商工会連合会広域指導センター室(☎25・6821)へ。

創業支援セミナー

登校拒否 (不登校) の 対応について

います。昨年度から非常勤特別職心理相談員の導入が拡大されています。電話相談もお気軽に利用ください。 電話番号 ☎51・7700 (教育相談室直通)

「中学校卒業程度 認定試験」

この制度はこれまででもありましたが、今年度から、中学3年の登校拒否(不登校)の生徒にも受験資格が拡大されました。受験や合格の体験が、自信回復・学校復帰につながれば幸いです。 願書受付締切 9月3日(水) 願書受付場所 都庁 問合せ 福生市教育委員会 ☎52・7711 へ。

公民館の 教室&講座

公民館本館 ☎52・1711 公民館松林分館 ☎52・3624 公民館白梅分館 ☎53・3454

「となりのトトロ」

日時 8月29日(金) 午後7時 場所 公民館本館視聴覚室 対象 市内在住・在勤・在学の聴覚障害者の方 問合せ 公民館本館へ。

コール福生21 ファーストコンサート

日時 8月30日(土) 午後6時 30分開演(午後6時開場) 場所 市民会館小ホール ※入場無料

やさしい生物の話

イネ科の植物が伝播してきたルートと、日本での生活にどのような定着してきたのか、歴史的な経過を専門家から聞きます。 日時 8月22日(金) 午後7時 30分〜9時30分 場所 白梅会館 講師 宮岡一雄氏(前明治大学)

中学生を持つ 悩める親の会

ある時は子ども、ある時は大人を演じる中学生。親としては何をどこまで言っているかわからず、毎日ハラハラしているのではないのでしょうか。今回は、親としての対処の仕方を専門家から聞くだけでなく、親同士で話し合う中から具体的な方策を探りたいと思います。 日時 8月26日(火) 午後7時 30分〜9時30分 ※2回目以降は、参加者同士で日程と内容を調整していきます。父親の参加を歓迎します。

白梅親子映画会 「ドン松五郎の生活」

日時 8月30日(土) 午後2時 場所 白梅会館 定員 先着90人(入場無料) ※幼児は保護者同伴 問合せ 公民館白梅分館へ。

松林夏休み創作教室

夏休みも終わりに近くなりました。この夏休みの思い出に「はりこ」で動物やお面を作ってみませんか。 日時 8月28日(木)・29日(金) 午前9時30分〜正午 場所 松林会館 対象 小学3年生以上 定員 先着20人 講師 木住野利明氏(造形作家) 材料費 400円 申込み・問合せ 8月19日(火)から公民館松林分館へ。

市民名画劇場



ポカホンタス

第17回 だれもが一度は夢見るような「一生に一度の恋」を、しなやかな精神と勇気で勝ち取ったヒロイン、ポカホンタスの愛の物語。 監督 マイク・ガブリエル、エ



▲福生二中のパソコン授業風景 (本文の内容とは関係ありません)

教育相談室では、5名の相談員により教育相談を受け付けて

早朝ウォーキング

毎月第1日曜日の朝、みんなが集まってウォーキングを行っています。楽しく市内のウォーキングコースを歩きましょう。 日時 9月7日(日) 午前6時15分集合 集合場所 多摩川中央公園「おまつり広場」 ※雨天中止 内容 6時30分からラジオ体操、

花とウォーキングの 集い

そぞろ涼風の立つ好時節、秋の花を探して一緒にウォーキングしませんか! 日時 9月14日(日) 午前9時 集合場所 国営昭和記念公園 ※小雨決行



初心者カヌー教室

期日 9月13日(土)・20日(土) 全2日 時間 午後1時30分〜4時 場所 福生市営プール 対象 市内在住、在勤、在学の中 学生以上で泳げる方 定員 先着20人 参加費 300円(保険代ほか) 申込み 8月21日(木)から、参加費を添えて、直接、中央体育館内スポーツ振興課へ。 問合せ スポーツ振興課 ☎52・5511 へ。

児童館であそぼう(8月)

申込みのない行事は当日参加受付

行事名	期日	時間	対象・定員	備考
田園児童館 (☎52・3133)				
料理デー 昼食を作ろう	26日(火)	午前10時30分〜午後1時30分	小学生 先着20人	「五目炊き込み御飯」 材料費 実費 ※申込み
親子であそぼう	27日(水)	午前10時30分〜11時	幼児と保護者	「ボールであそぼう」
オセロ大会	29日(金)	午前10時30分〜正午	小学生 先着20人	※申込み
カプスタックス大会	29日(金)	午後2時〜4時	小学生 先着20人	※申込み
武蔵野台児童館 (☎53・8822)				
おはなしのひろば	20日(水)	午前10時30分〜11時	幼児と保護者	パネルシアター「帽子屋マンボウ」ほか
スポーツランド	27日(水)	午後3時30分〜4時30分	小学生	バドミントン、卓球、のぼりづなの3種 持ち物 体育館ばき
わくわくひろば	28日(木)	午前10時30分〜11時	2歳以上の幼児と保護者	はだかんぼであそぼ 持ち物 着替え、タオル
ポケット劇場 ミュージカル 「うりこ姫とあまんじゃく」	28日(木)	午後1時30分開演	幼児以上 260人	場所 福生市民会館小ホール 出演 劇団「天童」 ※入場無料(整理券を各児童館で配布中、幼児は保護者同伴)
陶芸教室 「えんぴつ立てをつくらう」	30日(土)	午後2時〜4時	小学生以上 15人(抽選)	材料費 70円 持ち物 エプロン ※申込み(本人のみ)

※申込み 8月20日(水) 午後4時から各児童館へ。1人2名まで。

おはなしかい 月曜会館 月曜会館 月曜会館

問合せ 中央図書館 ☎53・3111 わかざり図書館 ☎52・7421 わかたけ図書館 ☎51・0083 武蔵野台図書館 ☎53・8881

図書館だより

市民会館催し物インフォメーション

催し物	日	時	入場料	場所
宇崎竜童&R-Uネクション WITH 井上堯之ライブ	8月20日(水)	午後6時30分開演	3,000円 全席指定 好評発売中	市民会館大ホール
角笛シルエット劇場 「花さき山」「ぞうのはなはなぜ長い」	8月24日(日)	午前11時開演	1,000円(4歳以上) 全席指定 好評発売中	市民会館大ホール

電話予約・問合せ 市民会館 ☎52・1711 へ。

初心者手描き友禅教室

9月11日(木)〜11月27日(木)午前10時〜正午 毎週木曜日 全6回 羽村勤労福祉会館 対象 勤労者(主婦も可) 定員 15人(抽選) 申込み・問合せ ハガキに住所・氏名・電話番号を明記のうえ、8月20日(消印有効)までに、〒205羽村市緑が丘2-11-1 羽村勤労福祉会館 ☎54・6311 へ。

ごみ減量にご協力を!

福生市医師会だより

- ① 健全なる状態とは常に心中に喜びを持っている事。明るく前向きに、肯定的な精神状態にある事。
- ② 心中絶えず感謝の念を持つ事。常に有難いという気持ちを持つ事。
- ③ 常に世の為人の為に善い事をする事。陰徳をつむ事。
- ④ 自己の体に思いやりをもち、日常生活習慣にそれを生かす事（高血圧・肥満・高脂血症・糖尿病・痛風などは、日常生活を律することによって改善されるので、生活習慣病とも言われる。喫煙、飲酒も、自分でコントロールすることが望まれる）。
- ⑤ 健康増進の為に、適度の休養とバランスのとれた栄養と自分に合った運動が基本にある事を知る事。
- ⑥ 健康診断（基本健康診査）は必ず毎年実施し、自分の健康状態に自信をもつ事。

心と体の健康づくりの十ヶ条

- ⑦ 自分が日常信頼できて何でも相談できる医師を「かかりつけ医」として定めておく事（かかりつけ医制度は今後の医療制度でも、重要な鍵となる）。
 - ⑧ 老化現象は生理上避けられないが、日常の努力によってある程度先送りする事ができる事（趣味に熱中、ストレッチ、体操、日常の歩行などを実行）。
 - ⑨ 今日一日を、一生懸命全力で生きる事が大切であるという事。
 - ⑩ 温かい心づかいと笑顔で人に接する事（良好な人間関係）。
- なお、多くの人は、毎日の健康づくりをこんな事を実行しているということがあるので、いくつかの健康メモを記述してみたい。
- ・寝起きに手を握りその日の体調を推断し、気分よく握れば快調。違和感が残れば要注意。
- ・健康に勝る宝なし。プラスα思考で体の健康、心の健康。
- ・年をとっても若い人と付き合う。ホームドクターを持つ。自分の限界を知る。なるべく歩く。
- ・常に明るく笑顔を絶やさず、睡眠をよくとり活力ある行動をとること。
- ・よくよくしない。ストレスをためない。絶え間ない発想と行動。老若男女を問わず未知の人に会う。
- 以上、心と体の健康づくりについて述べたが、我田引水の的な所があり、異論もあると思う。今は心の時代とも言われ、日本の社会には経済優先から、倫理、道徳の重要性を説く人が増加している。厚生官僚、証券会社、銀行、政治家などの不祥事を見るにつけ、悪徳という心の病をこの辺で一掃したいものである。
- 文責 宮川医師

9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
7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	青梅市健康センター 青梅市東青梅1-174-1 ☎0428・23・2191
14日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	青梅市健康センター
15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	青梅市健康センター
21日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	青梅市健康センター
23日(祝)	福生市健康センター	仁友病院 瑞穂町二本木761-1 ☎57・5641	青梅市健康センター
28日(日)	福生市健康センター	福生市健康センター	青梅市健康センター

*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。

胃がん検診

日時 10月2日・16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 8月18日(月)～9月12日(金)までに、健康センター(内線372)へ。

結核検診

(胸部レントゲン)

日時 9月5日(金) 午前9時

行し、自分の健康状態に自信をもつ事。

自分が日常信頼できて何でも相談できる医師を「かかりつけ医」として定めておく事（かかりつけ医制度は今後の医療制度でも、重要な鍵となる）。

老化現象は生理上避けられないが、日常の努力によってある程度先送りする事ができる事（趣味に熱中、ストレッチ、体操、日常の歩行などを実行）。

11時30分～午後1時～3時
場所 健康センター
対象 市内在住の15歳以上の方
*検診を希望される方は、当日、直接会場においでください。

年に一度は健康診査を受けよう

市民の皆さんの健康保持・増進を図るため、基本健康診査を行います。

当市の健康診査の受診項目は、ミニドック並みの充実した内容です。定期検診を受けて、病気の早期発見、治療に努め自分自身の健康を守りましょう。

実施期間 9月1日(月)～10月31日(金)

対象 市内在住の65歳以上の方(4月1日現在)

受診方法 市内指定医療機関へ

基本健康診査実施のお知らせ
兼受診券(8月下旬に郵送します)と健康保険証、老人医療証をお持ちください。な

健康相談

お、受診の結果、治療が必要になる場合は一部自己負担があります。

問合せ 健康センター(内線372)へ。

*9月から高村内科クリニック(福生767 フルヤビル 2F(☎30・2710))が指定医療機関に加わります。

①日時 9月4日・11日・18日
25日の木曜日 午前9時30分～11時

②日時 9月8日(月) 午後1時30分～2時30分

③日時 9月25日(木) 午後1時30分～3時

9月の母子保健行事

保育相談

①日時 9月5日(金) 午後1時30分～3時(受付)

②日時 9月17日(水) 午前9時30分～10時30分(受付)

離乳食教室

日時 9月10日(水) 午前10時～正午

9月の予防接種のお知らせ

期日 9月29日(月)
受付時間 午後1時15分～2時15分
場所 健康センター
接種区分 ポリオ生ワクチン(1回目)
対象 平成9年1月1日～2月28日生まれ
*2回式。1回目の子は来春受けて完了。
予防接種を受けるお子さんの予診票は必要事項をボールペンなどで記入し、母子健康手帳と一緒に当日持参してください。なお、予防接種を受けるお子さんは、前日早めに寝かせて十分な睡眠をとらせてください。
問合せ 健康センター(内線372)へ。

育児教室

日時 9月24日(水) 午前10時～正午

内容 ①子育ての話と座談会
②家族計画について
講師 保健婦・助産婦

沐浴教室

日時 10月1日(水) 午前10時～正午

場所 健康センター
内容 赤ちゃんの沐浴実習
*申し込みは不要です。直接、開設場所においでください。
問合せ 健康センター(内線372)へ。

歯科健診

日時 9月3日(水)・17日(水) 午後1時

場所 保健センター(旧福生保健所)
対象 1歳6か月～4歳未満の児



健診内容	健診日	該当児	受付場所・時間
3か月児健診	16日(火)	平成9年5月生まれのお子さん	保健センター(旧福生保健所) 午後1時～1時45分
6か月児健診	満月齢後の6・7か月期	平成9年3月生まれのお子さん	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際受診票を交付しますので、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児健診	満月齢後の9・10か月期	平成8年12月生まれのお子さん	
1歳6か月児健診	30日(火)	平成8年2月生まれのお子さん	保健センター(旧福生保健所) 午後1時～1時45分
3歳児健診	2日(火)	平成6年8月生まれのお子さん	保健センター(旧福生保健所) 午後1時～1時45分

*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。

9月の乳幼児健康診査

日時 9月4日・11日・18日・25日の木曜日 午後1時30分～4時 全4回
場所 保健センター(旧福生保健所)
内容 妊娠中の健康管理や出産、新生児の保育など
申込み・問合せ 健康センター(内線372)へ。

介護教室のお知らせ

「呆け老人の理解と介護について」=9月12日(金) 午後2時～4時 特別養護老人ホーム第2サンシャインビラ 講師:田中まさ子氏(呆け老人をかかえる家族の会) *参加費無料 申込み・問合せ 在宅サービスセンター加美 小山(☎53・3701)へ。