

(10月1日現在)	前月比
人口 62,208人 (28人増)	
(男) 31,532人 (16人増)	
(女) 30,676人 (12人増)	
世帯数 26,041世帯 (41世帯増)	

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  
☎ 042-551-1511

# 福生ふれあいフェスティバル

11月2日 午前9時～午後4時

市営福生野球場 (雨天中止)



## 第8回ふっさ健康まつり

健康について考える「第8回ふっさ健康まつり」、市内産業の生産性向上と経済振興を目的とした「第7回産業祭」、9月から開催している「第28回福生市民文化祭(チャリティ茶会、菊花展)」を合同で行う「福生ふれあいフェスティバル」が開かれます。

- 各種相談コーナー
- ①健康医療相談②健康歯科相談③くすりの健康相談④栄養相談⑤健康相談⑥体力相談⑦食品衛生相談⑧環境衛生相談⑨ペット相談⑩母と子の相談
- 栄養コーナー
- ～バランスのとれた食事～
- ①糖度測定②塩分指導③食事診断④献立見本⑤パネルなどの展示⑥クイズコーナー
- スポーツチャレンジコーナー
- ①軽スポーツゲーム(景品付)
- 体力チェックコーナー
- ①健康度チェック(体脂肪測定など)
- 機能訓練コーナー
- ①機能訓練生の作品展示など
- シルバー人材センターコーナー
- ①包丁研ぎ(有料)②作りたての赤飯販売(正午から限定400食)

- 献血(受付時間 午前10時～午後3時30分)
- 消防署コーナー
- ①応急手当の普及②救急隊使用機材の展示③パネルなどの展示
- 学校・保育園の給食コーナー
- ①献立見本②各種調理器具の展示③パネルなどの展示
- 健康センターコーナー
- ①ガン予防・成人病予防・エイズ予防・食中毒予防などに関するパネル展示



### ●その他

- ①ふれあいミニ動物園②介護用品(寝たきりなど在宅介護に必要な用品)の展示・相談③80歳体験コーナー④高齢者によるフオークダンス⑤覚せい剤などの乱用防止推進キャンペーン⑥健康クイズ(先着500人に景品プレゼント)⑦模擬店コーナー(内線372)へ。

## 第28回福生市民文化祭

●チャリティ茶会(11月1日(土)～2日(日) 午前10時～午後3時 (3席500円))  
場所 福庵  
●菊花展(11月2日(日)～4日(火) 午前10時～午後5時)  
場所 市役所前庭

### 駐車場

第三小学校校庭と市民会館・公民館の駐車場がありますが台数に制限がありますので、車でのご来場はなるべくご遠慮ください。

## 第7回産業祭

- ◆アトラクションコーナー
- ▽キューティーハニー「ペットシヨップは大騒ぎ」の巻Ⅱ(午前11時30分～午後零時10分・2時10分～2時50分(2回開演))
- ▽獅子舞Ⅱ瀬戸岡獅子舞保存会(あきる野市)(午前10時～11時(三匹の獅子に花笠四人、天狗、火男、万燈持ち)・午後零時40分～1時40分(大太鼓三人、小太鼓三人、棒使い十人)(2回開演))
- ▽猿まわしⅡ午前11時～11時30分・午後1時40分～2時10分(2回開演)
- ▽バナナのたたき売りⅡ午後零時10分～零時40分・午後2時50分～3時20分(2回開演)
- ▽似顔絵書きⅡ午前10時から先着50名に限り似顔絵を会場にて作成します。
- ▽フロッグホッパーⅡ(終日ご利用になれます)地上7mの高さから急降下?する遊具でお楽しみください。

▽コーヒーマップⅡ(終日ご利用になれます)遊園地にあるコーヒーマップと同型のものです。

▽ミニS.LⅡ(終日ご利用になれます)全長8mのミニ機関車で場内を約3分間走りまわります。

▽フアアⅡ(終日ご利用になれます)ウルトラマンタイプのフアアで元気に遊んでください。

### ◆一般商品・工業製品即売コーナー

良い品を安く提供。お買得品を豊富に取り揃えてお待ちしております。

- ◆増改築相談コーナー
- ◆建設機械展示コーナー
- ◆地震体験コーナーⅡ震度の大きさを「起震車」で体験。
- ◆衝撃体験コーナーⅡ時速5kmによる衝撃の大きさとシートベルトの有効性を「衝撃体験車」で体験。
- ◆産業祭アンケートの回答者にもれなく粗品を差し上げます。



※展示・即売品などは一部変更になる場合があります。  
問合せ 福生市商工会 ☎ 551-2927 へ。

## 11月9日(日) 休日納税窓口開設

市では、仕事などの都合で、市役所や金融機関などで、納めることができなかつた方、また、納め忘れていた方のために、休日納税窓口を開設します。

### 《納め忘れはありませんか》

次のとおり納期限は過ぎて

- 市・都民税：第1期(6月30日)・第2期(9月1日)
- 固定資産税・都市計画税：第1期(6月2日)・第2期(7月31日)
- 軽自動車税：全期(6月2日)

問合せ 税務課収納係(内線237-239)へ。



### 女性問題情報誌の編集作業が進んでいます

6月に募集した市民編集委員に10人の方の応募がありました。女性9人・男性1人の20代から60代までのいずれも意欲のある方たちで、現在10人全員が編集委員として活発な意見交換や企画提案を行いながら編集作業を進めています。

### ご協力ください 全国物価統計調査

11月に「全国物価統計調査」が行われます。この調査は、消費者が購入する

これは、土地の取引が正常な価格で行われるようにと、東京都が毎年1回、7月1日現在の基準地価格を公表する制度で市内では10か所の基準地が設けられています。昨年の市内の基準地価格は一昨年に比べ、平均6・6パーセントの値下がりがりとなりま

### 都市計画道路及び公園の都市計画変更(案)に伴う縦覧について

市では、都市計画道路3・4・3の2号新五日市街道線(陸橋通り)及び公園(陸公園、鍋ヶ谷戸公園)の都市計画変更を行うために、次の日程で縦覧を行います。縦覧を希望される方、ご意見などのある方は都市計画課窓口においでください。

縦覧期間 10月22日(水)~11月5日(水)(土曜日・日曜日・祝日を除く)  
縦覧時間 午前8時30分~午後5時  
縦覧場所 都市計画課(市役所第3庁舎2階)  
問合せ 都市計画課都市計画担当(内線552)へ。

### 基準地価格表 (平成9年7月1日現在)

基準地の所在	価格(単位:円)		変動率(%)
	平成9年	平成8年	
北田園2丁目12番2	252,000	256,000	△1.5
南田園1丁目9番22	254,000	257,000	△1.1
加美平1丁目24番18	261,000	264,000	△1.1
志茂132番2	283,000	288,000	△1.7
大字熊川字武蔵野1414番61	234,000	236,000	△0.8
武蔵野台1丁目6番7	265,000	268,000	△1.1
本町70番3外1筆	413,000	440,000	△6.1
志茂202番6	392,000	410,000	△4.3
大字福生字武蔵野2477番7	314,000	327,000	△3.9
武蔵野台1丁目24番1外2筆	228,000	237,000	△3.7

(価格は、1平方メートル当たり)

### 東京都基準地価格が発表されました

この調査は、消費者が購入する主な商品の販売価格やサービスの料金などを調査し、物価政策を始め各種の行政施策を立案する際の重要な資料を得ることを目的として行われる国の重要な統計調査です。

調査は、全国で約14万の小売店舗にお願いして主な商品の販売価格などを調査票に記入していただきます。調査の対象となる店舗に、11月上旬から下旬にかけて調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。問合せ 総務部庶務課庶務係(内線252)へ。



「食べ物を大切に」  
福生市学校給食センター運営審議会  
会長 村野 和男



福生市学校給食センター運営審議会とは、学校側から市立小中学校長10名、保護者側から市立小中学校PTA会長10名及び東京都多摩川保健所職員1名の計21名の委員をもって組織されています。

審議会では、次のような事項について調査審議いたします。  
① 学校給食法に定める学校給食費の保護者負担に関すること  
② 給食費の予算及び決算に関すること

以上がこの審議会の所掌事項となっております。昭和22年に第一小学校の「みそ汁一杯」の副食が始まりました。戦後の食糧不足から生じた児童の体躯の向上を目的として始められた学校給食ですが、時代の移り変わりとともに大きく様変わりしてきています。

私は、昨年からこの審議会に参加し学校給食についていろいろ勉強する機会を得ました。食がすすめられるよう願っております。

が平均約13%あり、その残菜処理に多額の費用がかかっている現状を知り、残念な気持ちであります。食べ物大切に、また、貴重な給食費を無駄にしないようにしていきたいものです。

昨年春ごろから病原性大腸菌「O157」による食中毒の被害が各地で発生しました。従来から学校給食では食品衛生には充分気をつけておこなわれていることですが、念には念を入れた衛生管理のもとに、子どもたちが安全で、おいしく、そして楽しく食べられる給食がすすめられるよう願っております。

来月4月に小学校へ入学されるお子さん(平成9年4月1日から平成10年4月1日まで)に「就学時健康診断通知書」が届けられます。この通知書は、就学時健康診断の日程を確認する上で各学校の日程を確認のうえ受けてください。

### 就学時健康診断通知書

来月4月に小学校へ入学されるお子さん(平成9年4月1日から平成10年4月1日まで)に「就学時健康診断通知書」が届けられます。この通知書は、就学時健康診断の日程を確認する上で各学校の日程を確認のうえ受けてください。

問合せ 詳しいことや、「就学時健康診断通知書」が届かない方は、教育委員会庶務課学務係(☎552・7711)へ。

### 就学時健康診断日程表

学校名	実施日	受付
福生第一小学校	11月12日(水)	午後1時30分~2時
福生第二小学校	11月18日(火)	
福生第三小学校	11月4日(火)	
福生第四小学校	11月17日(月)	
福生第五小学校	11月6日(木)	
福生第六小学校	11月7日(金)	
福生第七小学校	11月25日(火)	

### 9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	1,089	305	132	△211
昼間(午前7時~午後7時)	957	327	117	△184
夕刻(午後7時~午後10時)	110	△19	15	△22
夜間(午後10時~午前7時)	22	△3	0	△5
最高音圧レベル(デシベル)	117	5	88	△10

【問合せ】経済課公害係(内線324)へ。

### 11月の無料相談

相談内容	日時	場所	備考
人権身の上相談 行政相談	5日(水) 午後1時~4時	商工会館 2階会議室	
法律相談	7日(金)・12日(水) 19日(水)・26日(水) 午前10時~午後3時(1人30分)	市役所1階 市民相談室	予約制先着8人 相談日の6日前から電話で受け付けます ☎551・1511 内線216
交通事故相談	20日(木) 午後1時~4時	市役所1階 市民相談室	
税務相談	27日(木) 午後1時~4時	市役所1階 市民相談室	
消費者相談	毎週月・木曜日 午前10時~午後4時	第3庁舎 1階相談室	☎551・1511 内線326 *祝日・休日を除く
パートタイム相談	毎週火曜日 午後1時~4時	市役所1階 市民相談室	高齢者(55歳以上)の職業相談も行います
登記相談	6日(木) 午後1時~4時	市役所1階 市民相談室	土地の測量・建物の登記について
少年相談	21日(金) 午前9時~午後5時	市役所1階 市民相談室	予約制、当日午後4時までに市民相談係 ☎551・1511 内線216へ。相談日以外は 警視庁立川少年センター ☎522・6938へ
年金相談	毎週月曜~金曜日 午前9時~正午・午後1時~4時	保険年金課 年金係窓口	*祝日・休日を除く
心配事相談	毎週水曜日 午後1時~4時	福祉センター	
母子・寡婦相談	毎週月曜~金曜日 午前8時30分~午後5時	児童課窓口	*祝日・休日を除く
児童相談	毎週月曜日 午前9時~正午	児童課窓口	*祝日・休日を除く
教育相談	毎週月曜~金曜日 午前9時~午後4時	中央体育館 教育相談室	☎552・7711(教育委員会直通) ☎551・7700(教育相談室) *祝日・休日を除く
金融相談	20日(木) 午後1時30分~3時30分	商工会館 1階研修室	福生市商工会 ☎551・2927 *対象は市内の小規模事業者です
園芸相談	13日(木) 午後2時~4時	第3庁舎 1階相談室	電話でも受け付けます ☎551・1511 内線323
市民相談	毎週月曜~金曜日 午前8時30分~午後5時	市民相談係	☎551・1511 内線216 *祝日・休日を除く

### クレジット・サラ金110番

三多摩司法書士クレサラ研究会=司法書士によるクレジット・サラ金・カードの電話無料相談。11月1日(土)午前10時~午後5時 相談 電話527・1919 面接相談は三多摩支会事務局(立川市錦町3-1-21 熊ビル) 問合せ 蔵本事務所(☎0426・27・3327)へ。

捨れば「こみ」分ければ「資源」



家庭の不用品・生活雑貨・贈答品・趣味の作品。これらの品々に命を与え、いらぬ人から欲しい人への橋渡しをするのがこの

### ガレージセール出店者を募集します

ガレージセールです。

市民の皆さんの出店をお待ちしています。

日時 12月14日(日) 午前10時～午後2時 雨天の場合は21日(日)に順延

場所 多摩川中央公園  
出店条件 市民の方(営業目的の方は参加できません)

出店 無料  
定員 先着130店  
申込み 10月22日(水) 午前9時から 経済課商工係(内線322)へ。



10月22日～31日

### 駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

を受けた方は保管場所に引き取りにきてください。

自転車などは指定の駐車場に置くよう、皆さんのご協力をお願いいたします。

問合せ 地域防災課地域防災係(内線277)か福生市自転車保管場所(福生412-6 (☎530・1162)へ。

### 放置自転車などを撤去します

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は、撤去保管料(自転車1,000円、バイク2,000円)をいただきます。

なお、撤去した自転車などは持ち主を確認し、随時引き取りの連絡をしていますので、連絡

### 10月の交通安全キャンペーン

#### 自転車利用のマナーを高めよう

自転車も自動車と同様に、法令上、車両とみなされています。自転車に乗る際はルールとマナーを厳守し、安全運転を心がけましょう。

①歩道は歩行者が優先  
・歩道上を猛スピードで走り、ベルを鳴らしたりして歩行者をよけさせてはいけません。歩行者に注意をしながら、ゆっくりと走りましょう。

### ペットボトルの分別回収にご協力を!

会長より表彰されました。

②夜間の乗り方  
・自分の存在を相手に知らせるためにも、必ずライトをつけましょう。

・自転車に反射材や反射テープを取り付けましょう。

・服装はできるだけ目立つように、白っぽい服装にしましょう。

③二人乗りはやめましょう。  
多年にわたる交通安全思想の普及活動に対して5名の市民が表彰

#### 5名の市民が表彰

9月9日及び10日に開催された交通安全講習会において、受講者の清水晃氏・土屋七郎氏・清水水と氏・関谷健治氏・西川久子氏が、多年にわたり交通安全講習会に出席され、交通安全思想の普及に貢献されたことにより、福生市交通安全推進委員会



### 不用品交換

(ゆずります)

○ベビーバス○座椅子○学習机○ケース入りひな人形○男性用スキー道具一式○ピアノ  
○買い物用押し車○マトニティドレス○マトニティパジャマ○たんす(和・洋・引き出し)○一面鏡○冷蔵庫○シンク  
○カセット○風呂おけ・湯沸かし器○大人用三輪車  
(ゆずってください)

### ご存じですか 検察審査会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害にあい、警察や検察庁に訴えたが、検察官がその事件を起訴してくれない。このような不満をおもちの方は検察審査会にご相談ください。

相談や申し立てについての費用は一切無料で、秘密は固く守られます。

検察審査会では、選挙権を有する一般国民の中から「くじ」で選ばれた11人の審査員が、検察官が事件を起訴しなかったこと、のよしあしを審査します。

問合せ 八王子検察審査会事務局(八王子市明神町4-21-1 東京地方裁判所八王子支部内(☎0426・42・519 5内線336)へ。

### 官公署だより

#### 都立武蔵村山高校公開講座

##### 「陶芸教室」

日時・コース ▽陶芸教室Ⅱ 11月15日(土) 午後1時～4時

▽陶芸教室Ⅰ 11月22日(土) 午前9時～午後4時(2教室 受講も可)

##### 「絵画教室」

対象 20歳以上の方  
定員 30人(抽選)  
受講料 2,000円(陶芸、500円(絵画))

申込み ハガキに、住所・氏名・性別・電話番号・教室名を明記のうえ、10月25日～11月5日(必着)の間に、〒208武蔵村山市中原1-7-1 都立武蔵村山高校公開講座係へ。

問合せ 同係(☎560・1271)へ。

#### 都立短大公開講座

##### 「教育史のなかの食生活」

日時 11月11日(火)・18日(火)・12月2日(火) 午後2時40分～4時10分 全3回

場所 都立短大(JR青梅線西立川駅徒歩6分)

定員 50人(抽選)  
受講料 1,000円  
申込み 往復ハガキに住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ10月24日(当日消印有効)までに〒196昭島市東町3-16-33都立短期大学学務課係へ。

問合せ 都立短期大学学務課(☎543・3001)へ。

#### 都立高等学校

##### 産業教育フェスティバル

都立の農業・工業・商業・家

### ご参加ください 老人福祉センター 男性の料理教室

日時 11月～平成10年3月の毎月第2・第4火曜日(予定) 午後1時30分～3時30分 全10回

場所 福祉センター2階調理実習室  
対象 市内在住の60歳以上の男性 定員 先着15人  
講師 谷口美津子氏(管理栄養士)  
費用 実費(1回400円程度)  
申込み・問合せ 10月20日(月) から午前9時～午後5時まで 間に、社会福祉協議会事業課係(☎552・2121)へ。

庭・水産の各専門高等学校の生徒作品の展示、実習生作品の即売、専門高等学校への進学相談を行います。

日時 ▽11月12日(水) 正午～午後4時▽13日(木) 午前10時～午後4時▽14日(金) 午前10時～午後2時

場所 都庁都民広場、第二庁舎 1・2階  
問合せ 教育庁学務部高等学校教育課計画担当(☎03・5320・6742)へ。

10月は高齢者雇用促進月間

◆集団見合い方式就職相談会  
期日 10月24日(金)  
場所 立川グランドホテル(立川市曙町2-14-16)  
問合せ ハローワーク青梅専門援助部門(☎0428・24・8609)へ。

本校(精神発達遅滞の養護学校)では、高等部卒業後、社会に出て働かなくてはなりません。比較的障害の重い生徒は福祉作業所など、軽い生徒はできる限り、企業就労をめざしてあります。

現在は、ハローワークなどに働き口を紹介して頂いていますが年々厳しくなっています。

過去、卒業生が就労したケースとして、何度か職場実習をさ

### リサイクルさせよう 限りある資源

11月の資源回収予定		
実施団体	実施日	地域
本町第七町会	9日(日)	本七町会
武蔵野台一丁目子供会	9日(日)	武蔵野台・丁目町会
青少協牛二地区	9日(日)	牛二町会
青少協志茂二地区	9日(日)	志茂二町会
南田園三丁目子供会	15日(土)	南田園三丁目町会
本町第一町会	29日(土)	本一町会
四小PTA加美子供会	未定	加美町会
福生多摩幼稚園後援会	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。

### 会員募集中

社交ダンスアカデミー=初心者の方。毎週火曜日 午後7時30分～9時 扶桑会館 問合せ 星野(☎551・6304)へ。  
社交ダンスカトレア=初心者の方。毎週金曜日 午後7時30分～9時 扶桑会館 問合せ 木村(☎552・5799)へ。

## 秋から冬にかけてのご旅行に 『市民契約保養施設』を ご利用ください

関東を中心に、70の契約施設を用意しています。  
昨年この制度を利用し、4人で家族旅行をした熊川のAさんは、助成を受けて、約3人分の料金で泊まれたと喜んでいました。

家族旅行、親睦旅行、グループ旅行にぜひご利用ください。

利用助成金 大人1泊3,000円・小人1泊2,000円(民宿は一律2,000円)

※年間2泊を限度とします。

問合せ パンフレット、利用方法などについては、指定旅行業者(下表)か市民課市民係(内線303)へ。



### ◆指定旅行業者(50音順)◆

旅行業者名	電話番号
京王観光(株)福生支店	552・2811
(株)西峰ツーリスト	553・2141
(有)ダイナ旅行	553・3310
立川トラベルセンター	553・2202
(株)タビックス・ジャパン東京西支店	553・4511
(株)西東京ツーリスト	553・2929
(株)PTS西友旅行サロン福生店	553・2191



## 『老人保健』とは こんな医療制度です

老人保健医療制度は、高齢者の健康の保持と適切な医療の確保を図るため、老人保健法によって制度化されています。

### ◎対象となる方

70歳以上の方が対象です。また、65歳以上70歳未満で政令で定める程度の障害のある方も含まれます。

国民健康保険や、その他の何らかの健康保険に加入していることが必要で、所得制限はありません。

医療の開始は、70歳の誕生日ま

たは、市長から障害の認定を受けた日の属する月の翌月の1日からです。なお、誕生日や認定日が月の初日の場合は、その月から対象となります。

### ◎一部負担金

表①②③のとおりです。表①の方が、市の認定を受けた場合、入院時一部負担金の限度額適用、入院

表① 医療費の一部負担金

外来	入院
1日 500円 同じ医療機関において1か月4回まで負担します(最高2,000円)。総合病院では各診療科ごとです。	1日 1,000円 老齢福祉年金受給者(明治44年4月1日以前生まれの方)で市民税非課税世帯の方は、1日500円です。

表② 薬剤費の一部負担金

内服薬(1日分)		外用薬(1調剤分)		とん服薬(1調剤分)	
1種類	0円	1種類	50円	1種類	10円
2~3種類	30円	2種類	100円		
4~5種類	60円	3種類以上	150円		
6種類以上	100円				

※内服薬 時間的・量的に一定で、何回にも分けて飲む薬。  
外用薬 皮膚や粘膜に塗ったり、貼ったりする薬。  
とん服薬 解熱剤や鎮痛剤など何回にも分けなくて、必要ときに1回で飲む薬。  
※老齢福祉年金受給者で市民税非課税世帯の方は薬剤の負担が免除されます。

②市民税非課税世帯に属する方が、一月に同一保険医療機関などに支払う入院時一部負担金の限度額は、3万5,400円までです。

### ◎受診する場合

「健康手帳」「医療受給者証」を併せて、お医者さんの窓口に提示してください。

時一部負担金の減額・薬剤一部負担金の免除が受けられます。いずれも「認定証」の提示が必要です。

・特定疾病の場合  
厚生大臣が定める疾病(①血友病②人工透析が必要な慢性じん不全③血液製剤に起因するHIV感染)にかかっている方

表③ 入院時食事療養費の一部負担金

老人医療受給対象者の分類		標準負担額
A	一般の老人医療受給者 (B、Cのいずれにも該当しない方)	1日760円
B	市民税非課税世帯に属する老人医療受給者 (90日までの入院 (過去1年間の入院日数))	1日650円
	(Cに該当する方を除く) (90日を超える入院 (過去1年間の入院日数))	1日500円
C	市民税非課税世帯に属する老齢福祉年金受給者 (明治44年4月1日以前生まれの方)	1日300円

が入院した場合は、一か月1万円まで支払います。

### ◎現金で費用を支払った場合

医師が必要と認められた補装具などの費用は、申請により全額または一部が戻ります。ただし、保険適用外のものはありません。

### ◎交通事故の場合

交通事故など第三者の行為で負傷した場合は、加害者が医療費を支払うことになっていますが、老人保健で診療を受けることもできます。警察へ届け出ると同時に、老人保健係へ届け出ることを忘れないでください。

### 資格の取得と手続き方法

こんなときには届け出を	届け出に必要なもの	いつまでに
70歳になったとき	健康保険証、印鑑	すみやかに
転入してきたとき	健康保険証、印鑑	14日以内に
転出するとき	健康手帳、②医療受給者証、健康保険証、印鑑	転出するときに
転居したとき	健康手帳、②医療受給者証、健康保険証、印鑑	14日以内に
死亡したとき	健康手帳、②医療受給者証、健康保険証、印鑑	14日以内に
医療保険の変更及び喪失	健康手帳、②医療受給者証、健康保険証、印鑑	認定後なるべく早く
65歳以上で障害認定を受けたとき	②医療受給者証、身体障害者手帳、健康保険証、印鑑	すみやかに
生活保護を受けるようになったとき	健康手帳、②医療受給者証、印鑑	すみやかに

問合せ 保険年金課老人保健係(内線316)へ。

## 国民健康保険だよ

10月は、第3期の保険料の納期です。納め忘れのないようになりましょう。

### 国民健康保険税の納付は口座振替で

保険料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。

口座振替の手続きは、納税通知書、預金通帳、預金通帳に使用している印鑑をお持ちになって、預金先の金融機関でお願いします。

問合せ 保険年金課保険係(内線314)へ。

### 保養施設利用者に 宿泊費を補助します

国民健康保険に加入している

### (例) 公営国民宿舎

県	所在	施設名	電話番号
長野	保科温泉	永保荘	0262・82・3050
	松代温泉	松代荘	0262・78・2596
	中房温泉	有明荘	0263・35・9701
	軽井沢高原	軽井沢高原荘	0267・48・2111
	春日温泉	もちづき荘	0267・52・2515
	鹿教湯温泉	鹿月荘	0268・44・2206
	八ヶ岳中信高原	レイクサイド美鈴	0263・46・1727
	八ヶ岳中信高原	蓼泉閣(りょうせんかく)	0267・55・6600
山梨	下諏訪温泉	ホテル山王閣	0266・27・8888
	御嶽自然公園	おんたけ荘	0264・48・2141
	寝覚ノ床自然公園	ねざめホテル	0264・52・2245
	駒が根高原	すずらん荘	0265・83・5155
	奥裾花	鬼無里荘(みなせり)	0262・56・2140
	上信越高原	志賀高原荘	0269・34・2131
山梨	南アルプス	広河原ロッジ	0552・37・0131 (山梨交通事業課)
	本栖湖畔	本栖ロッジ	0555・87・2022

方の保養と健康増進のため、市で定める保養施設を利用した場合に宿泊費を補助します。

希望される方は、保険年金課給付係に申請してください。なお、補助は、平成9年4月1日〜平成10年3月31日の間、一人1泊に限ります。

問合せ 保険年金課給付係(内線312)へ。

## 国民年金だよ

### 国民年金保険料の納付は口座振替で

国民年金保険料は毎月納めていただくものです。保険料を納め忘れてしまいますと、将来受けられる年金が受けられなくなったり、額が少なくなったり、万一の場合の障害基礎年金や遺族基礎年金などが受けられなくなる場合があります。

保険料の納付には、納めに行く手間も省け、納め忘れもなくなる便利な口座振替をご利用ください。

口座振替を希望される方は、預金口座をお持ちの金融機関の窓口にて、預金通帳と届出印と国民年金保険料納入通知書を持参して手続きをしてください。

問合せ 保険年金課年金係(内線317)へ。

## 商工会インフォメーション

がんばる経営  
応援します  
経営なんでも  
相談会

商工会では経営改善普及事業の一環として、金融・法定労働時間対策・税務・記帳・商店経営全般に関する無料の相談会を開催します。

日時 10月23日(木)午後1時30分〜4時

場所 商工会館1階研修室

相談員 国民金融公庫職員・税理士ほか

問合せ 福生市商工会(☎551・2927)へ。

会員募集中

英会話サークル「SEE」=アメリカ人夫妻を講師に初級・中級クラスあり。アメリカの文化や家庭生活に触れられるのも魅力のひとつです。毎週日曜日午後6時30分〜8時30分 福祉会館 問合せ 午後8時〜10時の間に万沢(☎551・0643)へ。

捨てれば「しみ」分ければ「資源」

# 緑化ポスター・緑化標語 「家庭の日」の図画 入選作が決定しました

ポスター・図画は12月26日(金)～平成10年1月11日(日)に  
プチギャラリー(福生駅西口)で展示されます



「家庭の日」の図画一席 細野歩惟さんの作品



小学生の部一席 小桜友子さんの作品

## 緑化ポスター・緑化標語

◆緑化ポスター  
市内の小学生・中学1年生  
647人の応募者の中から、入  
選者が決まりました(敬称略)

## 「家庭の日」の図画

- ▽小学生の部
  - 一席 小桜友子(第三小学校)
  - 二席 田島綾子(第一小学校)
  - 三席 木原亜梨紗(第二小学校)
- ▽中学生の部
  - 一席 下里美砂子(第一中学校)
  - 二席 山岸未沙子(第一中学校)
  - 三席 奥富英崇(第二中学校)



中学生の部一席 下里美砂子さんの作品

ペットボトルの分別回収にご協力を!

- 夢を
  - 二席 松原明美
  - 三席 さわやかな 街の笑顔は 緑化から
  - 三席 山上良二
  - 街 緑萌え 子等の笑顔の はずむ

## 初心者ゴルフ教室

期間 11月11日(火)～28日(金) 毎週火曜日・金曜日 全6回

時間 午後7時30分～9時

場所 羽村グリーンゴルフ

対象 市内在住・在勤の初心者 定員 15人

参加費 1万2,000円(施設使用料、指導料)

※途中で休んだ場合の費用はお返しできません。

## 公民館の教室&講座

講師 川口春義プロ

申込み 往復ハガキに教室名、経験月数、クラブの有無、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記のうえ、10月24日(当日消印有効)までに、〒197福生市北田園2-9-1 中央体育館内 スポーツ振興課スポーツ振興係へ。

※ハガキ1枚につき1人とし、定員を超えた場合は、責任抽選により決定します。

問合せ スポーツ振興課スポーツ振興係(☎552・5511)へ。

## 「自分史を書く」講座

文章を書いてみよう!

自分の人生を振り返り、書き綴る。自分史という、長い文章を書かなくてはいけないから、大変だと思いがち。

でも、この講座では、人生の断面を自分なりの文章で一文書き綴ることを目標にして、最後に皆で文集をつくりまします。

日時 10月30日(木) 午前10時～正午 以後原則として毎週木曜日 全5回

場所 福祉会館

## 「寿講演会」

ご参加ください

11月1日(土) 午後2時～4時 福祉会館

演題 わがまちづくりについて そのII 「都市景観について そのII」

講師 宮岡一雄氏(前明治大学教授・市内の全樹木の調査実施、市の各種審議委員を歴任)

問合せ 公民館本館(☎552・1711)へ。

## 郷土資料室だより

「古文書学習会」

郷土に残る江戸時代の記録を読みながら

数百年間保存された貴重な文献から楽しく地域の歴史を学習します。初心者の方を対象としていますのでふるってご参加ください。

期日・テーマ

- ①11月1日(土)「玉川上水の開削(元文年間新堀開削)」
- ②11月8日(土)「熊川分水開削(明治6年分水計画)」
- ③11月15日(土)「福生の千人同心(文久三年將軍上洛と随伴の記録)」
- ④11月22日(土)「江戸城船上納(享保年間の漁場争い)」
- ⑤11月29日(土)「元文二年の第二玉川上水開削計画」

心(文久三年將軍上洛と随伴の記録)の記録)

特別展記念講演会

郷土資料室特別展「ヴィクトリア朝期のグリーンティンダカード」の開催を記念して講演会を開きます。

日時 10月25日(土) 午後2時～4時

場所 中央図書館2階研修室

講師 アン・ヘリング氏(法政大学教授)

申込み・問合せ 郷土資料室(☎530・1120)へ。

## 児童館であそぼう(10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 (☎552・3133)				
親子であそぼう	22日(水)	午前10時30分～11時	幼児と保護者	「積み木であそぼう」
酒まんじゅうを作ろう	11月1日(土)	午後2時30分～4時30分	小学生と保護者20人	小学生だけでも可 材料費 実費 ※申込み
武蔵野台児童館 (☎553・8822)				
スポーツランド	22日(水)	午後3時30分～4時30分	小学生以上	「フリースロー大会」
わくわくひろば	23日(木)	午前10時30分～11時	2歳以上の幼児と保護者	「積み木を使ってあそぼう」
料理教室「トナリ町をつくらう」	29日(水)	午後2時30分～4時30分	小学生以上25人(抽選)	持ち物 エプロン、三角きん、ふきん、ビニール袋 材料費 100円 ※申込み
クリスマス実行委員会	11月1日(土)	午後3時～4時	小学2年生以上	12月18日(木)に開く楽しい手づくりのクリスマス会の実行委員を募集します ※申込み
ぬりえコンテスト	11月5日(水)	午後2時30分～3時30分	小学生	自分の色鉛筆を持ってきていよいよ! 結果発表 午後4時15分(予定)

※申込み 10月20日(月) 午後4時から田園児童館へ。1人2名または2組まで

※申込み 10月20日(月) 午後4時～4時30分に武蔵野台児童館へ(定員を超えた場合は抽選)。本人のみ

## 会員募集中

社交ダンス若葉会=初心者の方。毎週金曜日 正午～午後2時 福祉会館 問合せ 中山(☎552・6717)へ。

社交ダンスジュニアスクール=小学生～中学生 毎週日曜日 午後1時～2時30分 国分寺市内のダンス教室 参加費無料 問合せ 大石(☎551・9207)へ。

### 11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
2日(日)	福生市健康センター 福生市北田園2-5-7 ☎552・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) ☎555・9999	日の出歯科診療所 日の出町大久野10 ☎597・4408
3日(祝)	福生市健康センター	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0077	森田歯科医院 日の出町平井2069-2 ☎597・5141
9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 青梅市東青梅1-74-1 ☎0428・23・2191
16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	福生市健康センター	青梅市健康センター
24日(休)	福生市健康センター	長岡診療所 瑞穂町長岡4-13-3 ☎557・2637	青梅市健康センター
30日(日)	福生市健康センター	羽村市平日夜間急患センター	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 12月4日・11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 10月20日(月)～11月17日(月)までに、健康センター(内線372)へ。

### 健康相談

①日時 11月6日・13日・20日・27日の木曜日 午前9時30分～

### 分り11時

場所 市役所1階ロビー  
相談員 保健婦・栄養士  
②日時 11月17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  
\*皮膚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。  
③日時 11月27日(木)午後1時～

### 献血にご協力を

日時 11月4日(火)午前10時～午後1時・午後2時～3時30分  
場所 市役所前庭  
対象 満16歳～64歳の方で、前回の献血から4週間以上経過している方  
問合せ 東京西赤十字血液センター(☎529・0405)へ。

### 11月の母子保健行事

時30分～3時  
場所 中央図書館  
相談員 保健婦・栄養士  
\*いずれも直接、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。

①日時 11月7日(金)午後1時30分～3時(受付)  
場所 福祉センター  
②日時 11月19日(水)午前9時30分～10時30分(受付)  
場所 健康センター  
内容 身体測定・育児相談

①日時 11月12日(水)午前10時～正午  
場所 健康センター  
講師 保健婦・助産婦

### 保育相談

①日時 11月7日(金)午後1時30分～3時(受付)  
場所 福祉センター  
②日時 11月19日(水)午前9時30分～10時30分(受付)  
場所 健康センター  
内容 身体測定・育児相談

### 離乳食教室

日時 11月12日(水)午前10時～正午  
場所 健康センター  
講師 保健婦・助産婦

### 11月の予防接種

期日曜日	受付時間	接種区分	対象	備考
10日	午後1時15分～2時15分	ポリオ生ワクチン	1回・2回未完了者	整理日
21日	午後1時15分～2時15分	判定とBCG	19日にツベルクリンを受けたお子さん	BCG接種は1回で完了です。
19日	午後1時15分～2時15分	ツベルクリン	平成9年5月16日、6月30日生まれ	陰性のお子さんが接種できます。
14日	午後1時15分～2時15分	判定とBCG	12日にツベルクリンを受けたお子さん	BCGはツベルクリンの反応が上4歳未満の対
12日	午後1時15分～2時15分	ツベルクリン	平成9年4月1日、5月15日生まれ	対象は3か月以

11月は、ツベルクリン、判定とBCG、ポリオ生ワクチンです。  
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 11月26日(水)午前10時～正午  
場所 健康センター  
講師 保健婦・助産婦

### 沐浴教室

日時 12月3日(水)午前10時～正午  
場所 健康センター  
講師 保健婦・助産婦

### 11月の乳幼児健康診査

健診内容	健診日	該当児	受付場所・時間
3か月児健診	18日(火)	平成9年7月生まれのお子さん	福祉センター 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5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9年2月生まれのお子さん	福祉センター 午後1時～1時45分
1歳6か月児健診	25日(火)	平成8年4月生まれのお子さん	福祉センター 午後1時～1時45分
3歳児健診	4日(火)	平成6年10月生まれのお子さん	福祉センター 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。

### 福生市医師会だより

心筋梗塞は、通常、強い胸痛で発症し、高い死亡率を有する疾患です。特に近年の、食習慣や生活様式の西歐化、社会生活におけるストレスの増加、人口の高齢化などに伴い、40年前に比べ、5倍以上に著増しています。

心筋梗塞は、心臓の筋肉を栄養している冠状動脈が閉塞することによって発生します。冠状動脈閉塞の原因としては、冠状動脈の粥状動脈硬化(血管の膜にお粥の様なカスがたまり、血管の壁が厚く硬くなること)により、血管の内腔が狭くなり、そこに血栓が生じて閉塞に至るものと考えられています。また、冠状動脈が攣縮(血管がけいれんし縮んでしまう)することも原因の一つと考えられます。ですから、心筋梗塞の予防は、冠状動脈硬化を防ぐこと、血栓を生じさせないこと、冠状動脈の攣縮を起こさないようにすることの3点になります。

### 心筋梗塞の予防について

冠状動脈硬化の促進因子を冠危険因子と呼びますが、高血圧・高脂血症・糖尿病・喫煙は、最も重要な危険因子です。また、血縁者に狭心症・心筋梗塞になった方がいるという家族歴も危険因子の一つです。普段から、血圧、血中コレステロール・中性脂肪値、血糖値などに注意し、もし、高血圧、高脂血症、糖尿病と診断されたら、確実な治療を受けることが重要です。

心筋梗塞予防の第一は、冠危険因子を持たないことです。高血圧・高脂血症・糖尿病は食習慣を含めた普段の生活習慣が大きくかかわっています。塩分・動物性脂肪・カロリーのとりすぎに注意しましょう。また、適度な運動は、高血圧・高脂血症・糖尿病の予防及び治療に大変有効です。また、喫煙はしないにこしたことはありません。

冠危険因子を冠危険因子と呼びますが、高血圧・高脂血症・糖尿病・喫煙は、最も重要な危険因子です。また、血縁者に狭心症・心筋梗塞になった方がいるという家族歴も危険因子の一つです。普段から、血圧、血中コレステロール・中性脂肪値、血糖値などに注意し、もし、高血圧、高脂血症、糖尿病と診断されたら、確実な治療を受けることが重要です。

血液の濃度が高まります。たった1%でも赤血球の濃度が高まれば、血栓の発生は格段に高まるといわれています。汗をかいたら、十分な量の水分を適宜補給することが大切です。逆に冬も心筋梗塞発生の高い時期です。急に寒さにさらされると、血管は攣縮しやすくなります。冠状動脈が攣縮すると、やはりそこに血栓ができやすくなります。冬外出する時、夜トイレに行く時など十分に防寒着を着

文責 川島医師

### 母親学級

日時 11月6日・13日・20日・27日  
場所 健康センター  
対象 1歳6か月～4歳未満の児  
申込み・問合せ 健康センター(内線372)へ。

### 会員募集中

ハーブサークル=ハーブのことを知りたい方、楽しみたい方。隔週水曜日・木曜日 午前11時～午後2時 隔週土曜日 午後1時～4時のいずれか 自宅  
問合せ 小原(☎530・1964)へ。