

発行 福生市  
〒197-8501 東京都福生市本町5  
編集 総務部秘書広報課  
代表電話 042-551-1511  
福生市のホームページアドレス  
http://www.city.fussa.tokyo.jp/

市の人口と世帯

(11月1日現在)	前月比
人口 62,245 人 (9人増)	
(男) 31,582 人 (14人増)	
(女) 30,663 人 (5人減)	
世帯数 26,334 世帯 (21世帯増)	



▲11月1日  
Festaに約18,000人が訪れた。

市有財産の状況 (平成10年9月30日現在)

区分	内 訳	現 在 高
土地	市庁舎、学校などの敷地	499,546.135㎡
建物	市庁舎、学校など(延面積)	125,666.582㎡
物品	1件30万円以上の自動車等備品	980件
基金	庁舎建設基金	27億5,394万7千円
	都市施設整備基金	31億1,331万7千円
	財政調整基金	17億5,412万8千円
	学校施設等整備基金	29億9,650万4千円
	ふもとづくりまちづくり基金	4億1,378万2千円
	その他	3億331万7千円
	運用基金	
	土地開発基金	10億658万1千円
	その他	2,800万円
	合 計	123億6,957万6千円

歳入

平成10年度一般会計上半期の財政状況は、当初予算額213億3,673万7千円(出発し、その後2回の修正予算と平成9年度から繰り越して使用することが認められた予算を加え、総額216億5,070万9千円となりました。

一般会計

収入済総額 88億7,676万円  
収入率 41.0%  
支出済総額 91億2,572万9千円  
支出率 42.1%

歳出

歳入の収入済額は、88億7,676万円(前年同月比1.0%)となり、昨年同月と比較し1.0%の減少となりました。歳入の主なものは、市税の41.0%、159万9千円で50.1%の収入率を示し、そのほか地方交付税18億8,335万3千円、国庫支出金7億1,725万8千円となっています。

市債

市の財源の一つに市債があります。これは学校建設、下水道工事等公共施設の建設など多額の費用がかかる事業を行うとき、平成10年度の市の財源だけでは不足すること、将来にわたり施設などを利用できる後世の市民の皆さんから負担をしていただくことを配慮しながら、国や都並びに各金融機関などから借り入れる資金です。こうした市債の今後返還しなければならぬ金額は、上半期末現在、一般会計106億

平成10年度  
上半期

財政公表

福生市の家計簿

市民の皆さんに福生市の家計簿(財政状況)の内容をご理解いただくために、毎年5月と11月の2回、財政公表をしております。市の財政内容を知ることが、より良いまちづくりのためにとても大切なことです。今回は、平成10年度上半期(4月~9月)の市の家計簿についてお知らせします。

財産状況

土地については、廃道敷の処分などにより全体で235.41㎡の減少となりました。また、建物については、木造市営住宅の取り壊しにより全体で74.37㎡の減少となりました。

市債の状況 (特別会計を含む) (平成10年9月30日現在)

事業別	借入先別
下水道関係 104億7,059万5千円	大蔵省 83億7,568万3千円
社会教育関係 22億4,309万円	郵政省 65億6,622万9千円
義務教育関係 3億9,600万2千円	公営企業金融公庫 45億6,837万4千円
土木関係 32億1,852万5千円	市中金融機関 1億1,445万円
消防関係 9,978万1千円	東京都 14億2,858万5千円
その他 46億9,723万8千円	その他 7,191万円

基金

基金については、都市施設整備基金をはじめとする積立基金が8基金で113億3,499万5千円、土地開発基金をはじめとする運用基金が4基金で10億3,458万1千円、現在高総額123億6,957万6千円となっています。積立基金は、別表のようにそれぞれの目的のために積立されており、このうち毎年の予算編成の際に一般的な財源として取崩せるものは、財政調整基金と都市施設整備基金の二基金です。

市民1人  
当たりの  
納税済額

市民税	27,545円
固定資産税	29,141円
都市計画税	6,289円
市たばこ税	3,365円
軽自動車税	528円
合計	66,868円

(平成10年9月30日現在)

特別会計

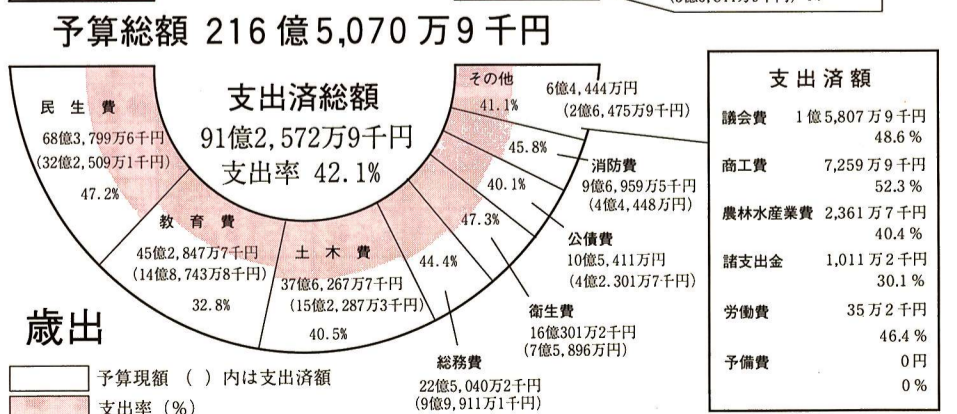
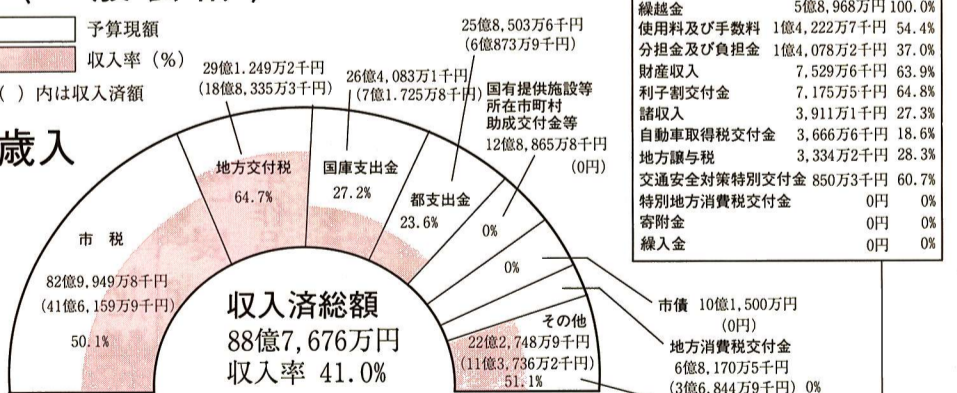
収入済総額 38億7,105万6千円  
収入率 36.0%  
支出済総額 36億998万6千円  
支出率 33.5%

＝ 特別会計 ＝

(平成10年9月30日現在)

区分	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	支出率
国民健康保険会計	34億1,770万6千円	12億7,517万9千円	37.3%	11億6,338万9千円	34.0%
老人保健医療会計	32億8,451万8千円	12億1,981万3千円	37.1%	11億8,508万2千円	36.1%
下水道事業会計	31億4,199万2千円	10億3,190万4千円	32.8%	10億2,063万9千円	32.5%
受託水道事業会計	9億1,698万9千円	3億4,416万円	37.5%	2億4,087万6千円	26.3%
合 計	107億6,120万5千円	38億7,105万6千円	39.3%	36億998万6千円	39.3%

〈一般会計〉 (平成10年9月30日現在)



12月は《納税推進》強化月間

☆未納の方は至急納税をお願いします☆

市では、12月を《納税推進強化月間》と定め、市税の滞納整理に取り組みます。

納め忘れていたり方や、滞納されている方は、お早めに納めるようお願いいたします。

未納のままにしておきますと、延滞金がつき、ますます納税しにくくなります。

なお、病気や事故、経済的な理由で納税が困難な方は、ご相談ください。

また、正当な理由がなく滞納されている方には、法の定めにより差押えなどの執行をしいかなければなりません。

問合せ 税務課収納係(内線237、239)へ。

福生市議会定例会

平成10年第4回定例会は12月2日(水)からの予定です。本会議の傍聴はどなたでもできますので、お気軽にどうぞ。問合せ 議会事務局庶務係(内線512)へ。

私が、66年間福生市にお世話になって感じたことは、福生市は大変恵まれた環境のなかで市民生活が営まれているということです。市全体が、自然の緑に囲まれた理想的な生活空間ではないでしょうか。多くの小鳥たちのさえずりを聞きながら、西に多摩川を望み、冬は渡り鳥が飛来し、特に、南公園付近は、身近に自然観察ができる教育の場であると思います。

私は子どもの頃、多摩川や山々が遊び場であり、身近に動物たちとふれあひながら生活してまいりました。ところが多摩川の魚や野山の鳥獣が少なくなっているのが目に見えてまいりました。原因は色々ありますが、河川の汚染、森林の開墾や

福生NOW

「野生動物のお医者さん」 東京都鳥獣保護員 野口 泰道



林業の不振で山が荒らされたことなどによるものです。同時に傷病に倒れる野生動物が増えてまいりました。私の家は代々、世襲の神職で、どうしても好きな道に進み

療するようになりました。最初、市内の子どもたちが小鳥を飼っていました。飼主のいない動物たちは無料で診る以外になかったのです。子どもたちのやさしさ、思いやりの心を傷つ

私の意志に賛同した方々により、東京都に救護活動の組織ができ、現在は全国的規模の野生動物救護獣医師協会が設立され多くの方々の力で、毎年何千件の野生傷病を助けています。各国の要請により、湾岸戦争の油汚染からの救助、南アフリカのペンギンの救助、オーストラリアのコアラの援助、国内では、ナホトカ号油汚染事故の海鳥の救護などの活動が認められました。

動物たちに与えた人間の罪を許してもらったためにも、終生の仕事として、これからも活動を続け、福生市の自然と環境を皆さんとともに守っていききたいものです。

公開します 市政情報 保護します 個人情報

Table with 4 columns: 測定場所, 飛行回数, 前年同月比, 飛行回数, 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。

「多摩川を汚さないで」道路雨水溝はきれいに使いましょう。道路や宅地に降った雨は、下水道雨水管を通り多摩川に流れています。

「奥多摩 水と緑のふれあい館」オープン。奥多摩の豊かな自然、ダムの仕組み、水の大切さを紹介する「奥多摩 水と緑のふれあい館」が11月27日(金)小

入札予定価格の事後公表をしています。市では、公共工事での入札・契約手続きの透明性や競争性を向上させるために、平成10年10月1日以降の入札に付した設計金額130万円以上の工事案件について入札予定価格の事後公表をしています。

ご協力ください 水道管の漏水調査。～ご家庭の調査は昼間に行います～。今年度の漏水調査対象区域は、福生地区の青梅線より東側です。

共同募金 歳末たすけあい運動。皆さんの暖かいご支援と、募金のご協力をお願いします。募金期間 12月1日(火)～25日(金)。

12月の無料相談

Table with 5 columns: 相談内容, 期日, 時間, 場所, 備考. Lists various consultation services like 人権身の上相談, 法律相談, 交通事故相談, etc.

クリスマスまでにステップを習って、踊って見ませんか。直接会場にお越しください。①社交ダンスアカデミー=毎週火曜日 扶桑会館

会員募集中 クリスマスまでにステップを習って、踊って見ませんか。直接会場にお越しください。②社交ダンスカトレア=毎週金曜日 扶桑会館

11月1日からチャイムの放送時間が

1. 人件費の状況 (普通会計決算)

Table with columns: 区分, 住民基本台帳人口, 歳出額(A), 実質収支, 人件費(B), 人件費率(B/A), (参考)8年度の人件費率. Rows for 9年度.

※人件費には職員給与のほか、議員などの特別職の報酬や社会保険料の事業主負担分である共済費が含まれています。
※普通会計とは、一般会計から国民健康保険や老人保健医療に係る人件費を除くなどの調整をした統計上の会計です。

2. 職員給与費の状況 (普通会計予算) 10.4.1 現在

Table with columns: 区分, 職員数(A), 給与費 (給料, 職員手当, 期末勤勉手当, 計(B)), 1人当たり給与費. Rows for 10年度.

※給与費とは基本給としての給料のほか扶養手当、通勤手当、期末勤勉手当などの職員手当を合わせたものをいいます。また、職員手当には退職手当を含みません。
※給与費は当初予算に計上された額で、ベースアップの見込みとして1%の予備分を含みます。

3. 職員の平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢の状況 10.4.1 現在

Table with columns: 区分, 一般行政職, 全職員 (平均給料月額, 平均給与月額, 平均年齢).

4. 職員の初任給の状況 10.4.1 現在

Table with columns: 区分, 福生市, 東京都, 国 (初任給, 採用2年経過日給料月額).

※一般行政職とは、一般事務職と土木、建築などの技術職をいいます。
その他に、市税や国民健康保険税を扱う税務職及び作業、用務などの技能労務職があります。

9. 定員の状況

(ア) 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

Table showing staff numbers by department (General Administration, Special, Public Enterprises) from Heisei 8 to 10.

※職員数は一般職に属する職員数であり、地方公務員の身分を保有する休職者、派遣職員などを含み、臨時または非常勤職員を除いています。

5. 職員の経験年数別、学歴別平均給料月額の状況 10.4.1 現在

Table with columns: 区分, 経験年数10年, 経験年数15年, 経験年数20年. Rows for General and Administrative positions.

\*経験年数とは、卒業後直ちに採用され引き続き勤務している場合は、採用後の年数をいいます。

6. 一般行政職の級別職員数の状況 10.4.1 現在

Table with columns: 区分, 8級, 7級, 6級, 5級, 4級, 3級, 2級, 1級. Rows for Standard and Composition.

7. 昇給期間短縮の状況 (一般行政職)

Table with columns: 区分, 職員数(A), 昇給期間短縮して昇給した職員数(B), 比率(B/A). Rows for Heisei 8 and 9.

8. 特別職の報酬等の状況

Table with columns: 区分, 給料等月額, 区分, 支給割合. Rows for Mayor, Deputy Mayor, etc.

(イ) 平成10年の職員数の増減状況

Table showing staff number changes by department in Heisei 10, including reasons for increases and decreases.

福生市職員等の給与状況を公表します

午後4時30分にかわりました

各種手当

毎月支給されるもの

Table listing monthly allowances: Salary, Adjustment, Maintenance, Housing, Commuting, Transportation, and Management.

Table listing special allowances: Special Duty, Excess Duty, and Night Duty.

一定の時期に支給されるもの

例年支給されるもの

Table showing end-of-year allowances (End of Year Bonus, End of Term Bonus) by district.

退職時に支給されるもの

退職手当 10.4.1 現在 単位：月分

Table showing retirement allowances by district and service length.

会員募集中

社交ダンス若葉会=初心者の方。毎週金曜日 午後1時 公民館本館 問合せ 木村 (☎552・5799) 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。

国民年金だより

国民年金の老齢基礎年金は満額で79万9,500円

老齢基礎年金は、老後の生活に必要な基礎的な費用を賄うことを前提に金額を定めています。

国民健康保険だより

11月は国民健康保険税の第4期の納期です

★納め忘れはありませんか 忙しくて納め忘れがちな方は、口座振替を活用すると便利です。

Table with 2 columns: 届出に必要なもの (Documents needed for reporting) and こんなどき (Timing). Rows include birth, death, marriage, etc.

め国保の加入資格が発生(福生市に転入、出生など)した月から納めることになり、また、国保の資格を喪失(福生市から転出、死亡など)した場合は、加入していた月の前月までを納めることとなります。

異動届けは14日以内に

国保に加入している皆さんが職場の健康保険(社会保険)に加入したり、また、社会保険をやめたりしても、本人が市役所の国保窓口へ届け出をしなければ、市ではわかりません。

また、保険証を紛失したり、記載事項の変更があった場合も、必ず14日以内に届け出をしてください。なお、手続きに必要なものは左表のとおりです。

12月は世界人権宣言 50周年記念月間

世界人権宣言50周年と我が国の人権擁護委員制度50周年を記念し、国民をあげて世界人権宣言及び人権擁護委員制度の意義と重要性を再認識するために、本年12月を「世界人権宣言50周年記念月間」と決めました。

ご利用ください

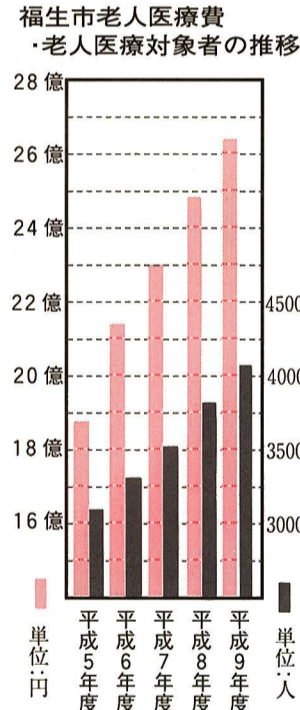
人権の上相談 毎日の生活を営むうえでの困りごとや人権上の問題について

振込みのお知らせ 特別障害者手当、障害児福祉手当、経過措置の福祉手当を11月10日に振り込みました。

老人医療費の財政状況をお知らせします

市の老人医療費は、9年度に26億3,500万円かかりました。一人当たりでは、63万6,000円になります。

11月1日からチャイムの放送時間が 増え続けています。別表は、平成5年度から平成9年度の老人医療費と老人医療受給者の5年間の推移を表しています。



リサイクルさせよう限りある資源

Table of resource recycling events for December, listing dates, locations, and participating organizations.

介護講座 (実技編)



お年寄りの身の回りのお世話などをする技術の養成を目的としています。現在、介護をされている方も、お気軽にご参加ください。

児童館であそぼう (11月)

Table of children's activities at children's centers for November, including dates, times, and target audiences.

田園児童館ポケット劇場 猿まわしがやってくる! 村崎さんとおサルのアトム

不用品交換 (ゆずります) パソコン、介護用器具、掃除機、洗濯機、電子レンジ、テレビ

### 公民館の教室&講座

#### 「介護保険を考える」

これからの高齢社会  
どうなる

平成12年4月から介護保険制度が始まりますが、この講座では、介護保険制度や、今後予想される諸問題、および現状について皆さんとともに考えます。

日時 12月1日(火)以後毎週  
火曜日 午後7時30分～9時  
30分 全3回

場所 公民館本館  
定員 先着30人  
講師 石川満氏(自治体職員)、  
渡辺良郎氏(自治体職員)  
申込み・問合せ 11月20日(金)  
から公民館本館へ。

#### 地域ふれあい講座その2 おじさんのための 手打ちそば教室

おせち料理からしめ飾りまで  
すべて買ってしまふことが多く  
なりました。せめて年越そばは  
らいは、手作りして見ませんか。  
紅白歌合戦を聞きながら、1時

### 寿市民ひろば

#### 「人生うたい語りの集い」

平成10年度「寿市民ひろば」の  
フィナーレを飾るこの集いは、  
高齢者市民の企画・出演と福生育  
ちの現代を代表する詩人、吉増  
剛造氏の講演で行います。



▲吉増剛造氏

日時 11月28日(土)午後1時開  
演 午後1時30分開演  
場所 市民会館小ホール  
内容 ▼第一部 懐かしい歌の  
メドレー、人生わたしの意見  
発表  
▼第二部 講演「吉増剛造の  
詩的宇宙の世界」  
定員 先着260人  
※当日、直接ご来館ください。  
※入場無料  
問合せ 公民館本館(☎552・  
1711)へ。

申込み  
問合せ  
公民館本館 ☎552・1711  
公民館松林分館 ☎552・3624  
公民館白梅分館 ☎553・3454

間もあれば家族の食べる分がで  
きあがります。  
日時 12月5日(土)午前10時  
～午後1時

場所 公民館本館  
対象 おおむね40歳から60歳ま  
での男性  
定員 16人  
参加費 2,000円  
申込み・問合せ 11月20日(金)  
から公民館本館へ。

#### 家庭教育学級 Ⅱ保育室併設Ⅱ 手作り絵本づくり

子どもの成長・発達の道すじ  
を冷静にみつめ直し、改めて子  
育てをテーマに手作り絵本を作  
っていきます。

期間 11月25日(水)・12月2日  
(水)・12月8日(火)以後毎週  
火曜日 午前10時～正午 全  
15回  
場所 松林会館  
講師 木住野利明氏(絵本作家)  
定員 20人  
申込み・問合せ 11月19日(木)  
から松林分館へ。

皆さん、お気軽にご参加くだ  
さい。

日時 11月28日(土)午後1時開  
演 午後1時30分開演  
場所 市民会館小ホール

内容 ▼第一部 懐かしい歌の  
メドレー、人生わたしの意見  
発表

▼第二部 講演「吉増剛造の  
詩的宇宙の世界」  
定員 先着260人  
※当日、直接ご来館ください。  
※入場無料  
問合せ 公民館本館(☎552・  
1711)へ。

午後4時30分にかかりました

#### ◆公民館保育室について

対象 就学前の1歳以上の幼児  
(0歳児についてはご相談く  
ださい)

定員 15人(申込み多数の場合  
は、初めて保育室に子どもを  
預ける方を優先し、先着)

費用 1回50円程度(おやつ代)  
申込み 直接来館のうえ、保育  
室併設講座と一緒に申し込  
みください。

#### 松林ホームシアター

「いたずら天使ミッシェル」  
スウェーデンのある小さな村、  
5歳のミッシェルはいたずらつ  
こ。ミッシェルが起すいたず  
らで村は大騒ぎ。

日時 11月28日(土)午後2時  
～3時20分  
場所 松林会館 ※入場無料  
問合せ 公民館松林分館へ。

#### 白梅親子映画会

「オズの魔法使い」  
ドロシーと愛犬トトは、脳み  
そが欲しいわらのかかし、心臓  
を求めているブリキのきこり、  
勇気を得たい弱虫ライオンと一  
緒に、エメラルドの都に旅立つ。

日時 11月21日(土)午後2時  
～3時  
場所 白梅会館 ※入場無料  
問合せ 公民館白梅分館へ。

### 自然かんさつ会

多摩川の川原にやってきたカ  
モ類や、ツグミなどの野鳥をか  
んさつしましょう。  
日時 12月6日(日)午前9時  
～正午  
集合場所 南公園最南端  
講師 岡田紀夫氏、栗原仁氏  
持ち物 筆記用具・持っている  
人は双眼鏡や図鑑などの観察  
用具

※朝8時に雨天の場合は、午前  
10時から白梅会館で野鳥の分  
類や用語の解説、図鑑の見方  
などを学習します。  
申込み・問合せ 公民館白梅分  
館へ。

#### 公民館援助事業 福生吹奏楽団 第1回定期演奏会

日時 11月22日(日)午後2時開演  
(午後1時30分開場)  
場所 市民会館大ホール ※入場無料  
主催 福生吹奏楽団  
後援 福生市公民館、福生市教育委員  
会、福生吹奏楽団後援会  
問合せ 小林(553・2019)へ。

#### 市民会館催し物インフォメーション

電話予約・問合せ 市民会館(☎552・1711)

#### 福生寄席 ざこば・志の輔二人会

1月24日(日)午後2時30分開演  
場所 市民会館大ホール  
入場料 2,500円 全席指定  
◎好評発売中!

#### 南こうせつコンサート

2月9日(火)午後6時30分開演  
場所 市民会館大ホール  
入場料 5,000円 全席指定  
◎11月21日(土)発売



#### 市民合唱団による 福生春のコンサート ～オペラの名曲と「第九」～ オーケストラ:日本フィルハーモニー交響楽団

3月21日(日)午後2時30分開演  
場所 市民会館大ホール  
入場料 2,500円 全席自由  
◎12月12日(土)発売

#### 市民会館 かたばみ楽器 ☎551・0038 西多摩新聞社 ☎552・3737 井上商店(あきる野市) ☎596・1533 ブックスタマ 福生店 ☎552・8141 小作店 ☎555・3904 羽村店 ☎578・2660 千ヶ瀬店 ☎0428・24・2450

### 図書館だより

問合せ  
中央 ☎552・553  
わかざり ☎552・553  
わかたけ ☎552・553  
武蔵野台 ☎553・8881

#### がっ おはなしかい

大きな紙芝居	くみも
サンタさんだよ かえるくん 2日(水)わかたけ(3:00) 4日(金)中央(3:30) 10日(木)わかざり(3:30)	ももたろう 3日(木)わかざり(3:30) 9日(水)わかたけ(3:00) 11日(金)中央(3:30)

### ☆要介護度の区分と在宅のサービス標準例

介護保険の給付は基本的には現金ではなくホームヘルプ  
などのサービスで提供されます。現在、想定されている要  
介護区分ごとの標準的なサービス内容例は次のとおりです。  
問合せ 介護保険準備担当(内線360)へ。

### 介護保険 制度 NO.6

	在宅の標準的なサービス内容例								
	サービスの 延べ回数	デイ ケア	ホームヘルプ 滞在型	巡回型	訪問 看護	デイ サービス	ショート ステイ	福祉用具 貸与	
要支援	週2～3回	週2回	-	-	-	-	6か月に1回	歩行器	
要介護	I	1日1回	-	週3回	-	週1回	週2回	3か月に1回	車椅子
	II	1日1～2回	-	週3回	-	週1回	週3回	3か月に1回	車椅子
	III	1日2回	-	週2回	毎日夜間に 1回	週1回	週3回	2か月に1回	車椅子、 特殊寝台等
	IV	1日2～3回	-	週6回	毎日夜間に 1回	週2回	週1回	2か月に1回	車椅子、 特殊寝台等
	V	1日3～4回	-	週5回	週2回	週1回	週1回	1か月に1回	特殊寝台等 エアーマット等

※介護保険制度についてのお知らせ(連載)は今回で終了します。

### テニス指導者講習会

テニスの指導をしてい  
る方を対象として、指導、  
練習方法について講義と  
実技を行います。  
日時 12月6日(日)午前  
10時30分～午後4時  
場所 市営競技場会議  
室・テニスコート  
対象 市内在住・在勤の  
テニス経験者  
定員 30人 ※参加費無料  
申込み 直接、中央体育  
館窓口へ。  
問合せ スポーツ振興課  
(☎552・5511)へ。

#### 早朝ウォーキング

熊川地域体育館  
小学生スポーツデー

期日 12月6日(日)  
集合時間 午前6時15分  
集合場所 多摩川中央公園「お  
まつり広場」※雨天中止  
内容 午前6時30分からラジオ  
体操、その後約1時間30分程  
度市内をウォーキングします。  
※事前の参加申込みは必要あり  
ません。直接、会場へ。  
問合せ 中央体育館(☎552・  
5511)へ。  
申込み・問合せ 熊川地域体育館  
(☎552・1980)へ。

### 日米Xマスコンサート98

アメリカ空軍太平洋音楽隊-アジアの演奏を聞きながら、おしゃれな一夜をお過ごしください! 12月5日(土)午後6時30分開演 福生市民会館  
大ホール 無料入場券配布 主催 福生中央ロータークラブ 後援 福生市教育委員会 問合せ 福生中央ロータークラブ(☎530・5566)へ。

### 12月の休日診療

	内科・小児科(昼間)診療所 <診療時間>午前9時～11時45分 午後1時～4時45分	内科・小児科(準夜)診療所 <診療時間>午後5時～9時45分	歯科休日診療 <診療時間>午前9時～正午 午後1時～5時
6日(日)	福生市保健センター 福生市福生2125-3 ☎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	北田園歯科 福生市北田園1-6-3 ☎552・1700
13日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	村野歯科クリニック 福生市福生1144-1 ☎553・2900
20日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	東福生歯科クリニック 福生市福生2125-2 武蔵野ビル2F ☎530・7700
23日(祝)	福生市保健センター	高水医院 瑞穂町箱根ヶ崎282 ☎557・0028	関口歯科 福生市熊川449 ☎551・5456
27日(日)	福生市保健センター	福生市保健センター	おくむら歯科クリニック 福生市牛浜118-1コトビルガス ELLe-K2F ☎539・7775

※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

多くの不快な症状は、身体から「何かおかしいぞ」と、警告してくれている信号なのです。痛み、高熱、気を失った、などで病院へ行く事を躊躇する人は少ないでしょう。しかし、不快感もあまりなく、不安感もない時には、病院へ行こうとは考えません。気にならないような症状では、なおさらです。気を付けなければいけないのは、軽い自覚症状が重い病気の危険信号という場合もある事です。いくつかの危険信号についてお話ししてみます。

#### 1、排便習慣の変化

排便習慣の変化にだまされる事がありません。ほとんどの人は、時々起きるおなかの不快感、ふくれ、胃の痙攣、そして便秘は、食べた物のせいになり

す。確かに、食べ物や食生活の変化がこの様な症状は起きますが、この変化が腸の癌の前兆の場合もあるのです。卵巣癌でも同様の症状が現れる場合があります。排便習慣の変化が頻繁だったり、長時間続いたり、数週間の間で徐々に悪化したりする場合は、病院へ行つて検査を受けるべきでしょう。

無に問わず、体重が減ると喜びます。ただ、運動や食事の変化では説明がつかないような体重の減り方には注意が必要です。この様な時は、その裏になにか大きな病気が潜んでいることがあります。糖尿病、甲状腺機能亢進症などです。いずれも、今までと同じ様に食べていても、体重が減ってきた。すでに減量プログラムを始めてい

### とるに足らない症状が危険信号になる時

な血便にだまされる事があります。血便は癌性ポリープや憩室炎(腸の壁にできた小さな出っ張り)が感染症を起こした状態)などの可能性もあります。

#### 4、寝汗

潜在的に怖い症状ですが、気にも止められず、無視されてしまう場合が多いと思われれます。特に、夏の暑い夜、エアコンが使われていない時などが要

注意です。特に、繰り返して寝汗をかくようになったら、注意して下さい。少し寝汗をかく程度から、大抵はびしょ濡れになるような寝汗は、夜間の微熱(普通は最も体温が低い)が原因として考えられます。就寝中の微熱は、慢性的な感染症が原因として考えられます。また、ある種の腫瘍(リンパ腫、腎臓など)も考えられます。閉経直後の女性ではホルモンのバランスが崩れる事で、寝汗をかくこともあります。

週間以上続く声は、要注意です。特にタバコを吸う人は、何か大きな病気が潜んでいる可能性があります。病気で検査を受けたほうが良いと思われれます。以上、軽い症状に大きな病気の兆候が隠れている可能性がある事をお話ししましたが、例えば、くしゃみをしただけで毎回病院へ、とまで神経質になる必要はありません。次に説明するような原則を考えながら、病院へ行くか判断して下さい。③突然、或いは普段とは違うパターンになっている場合、④2週間または3週間以上続く場合、⑤徐々に悪くなっている場合、⑥日常生活に影響を与え始めた場合、⑦以前にも経験した症状が、いつになく激しい場合、などでは病院で検査を受けたほうが良いと思われれます。

### 胃がん検診

日時 1月7日・21日の木曜日  
午前9時～10時  
場所 保健センター  
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 各実施日先着30人  
※各実施日が定員に満たない場合はご相談下さい。



### 健康相談

①日時 12月3日・10日・17日・24日の木曜日 午前9時30分～11時  
場所 市役所1階ロビー  
相談員 保健婦・栄養士  
②日時 12月21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  
※内科・外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。

### 健康教室

12月4日(金)・11日(金) 午後1時30分～3時30分  
場所 保健センター  
テーマ 「高脂血症ってナニ?」  
対象 市内にお住いの方で、両日とも参加できる方  
定員 先着20人  
講師 医師・栄養士・保健婦  
持ち物 筆記用具

### 育児相談

①日時 12月4日(金) 午後1時30分～3時(受付)  
場所 福祉センター  
②日時 12月16日(水) 午前9時30分～11時(受付)  
場所 保健センター  
内容 身体測定・育児相談  
相談員 保健婦・助産婦・栄養士

### 12月の母子保健行事

子育て広場  
日時 12月2日(水) 午前10時～正午  
場所 保健センター  
内容 ①子育てのお話し、お出かけください。

### 離乳食教室

日時 12月9日(水) 午前10時～正午  
場所 保健センター  
内容 離乳食の作り方、おすすめ方  
講師 保健婦・栄養士  
※以上の3事業は申込みは不要です。直接、開設場所においでください。

### 両親学級

日時 12月3日(木) 午後1時30分～3時30分  
場所 保健センター  
内容 ①新しい家族を迎えるにあたって②沐浴実習  
申込み・問合せ 保健センター(内線372)へ。

### 12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	15日(火)	平成10年8月生まれのお子さん	保健センター 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10年6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10年3月生まれのお子さん	保健センター 午後1時～1時45分
1歳6か月児健診	8日(火)	平成9年5月生まれのお子さん	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児健診	1日(火)	平成7年11月生まれのお子さん	保健センター 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。

### 福生市公金収納代理金融機関の追加指定と取消

11月16日(月)から中央信託銀行小作支店が追加指定され、北海道拓殖銀行小作支店が取消になります。

### 歯科健診

日時 12月2日(水)・16日(水) 午後1時  
場所 保健センター  
対象 1歳6か月～4歳未満の児  
申込み・問合せ 保健センター(内線372)へ。

### 練習会

むさしの台ダンスを楽しむ会=初心者、全く初めての方、気軽に参加して楽しみましょう。11月22日(日) 午後6時30分～9時15分 公民館本館 費用500円 問合せ 星野(☎551・6304)か、野上(☎551・4669)へ。