第1456号

(())府中市

総務部広報課

- 〒183-8703(個別郵便番号) 府中市宮西町2の24
- 代表電話 042-364-4111 ● FAX 042-366-1457
- http://www.city.fuchu.tokyo.jp/

主な記事 2面…平成18年度情報公開の状況

6面…いきいきと健康な生活を~元気のすすめ

8面…地域まつり

114,168(149増)

男125,031(108増)

転入・転出・転居した方

|4月12日以降に転入した方

前住所地の市区町村の投票

ろに届くように郵送します。 筒に入れて、7月13日(金)ご

投票の際は、必ずお持ちく

世帯の方の全員分を1つの封

女119,538(104増)

計244,569(212増)

うち外国人登録数4,246

(平成19年6月1日現在、()は前月比)

議院議員選挙は 7月28日(官

っとするね

緑の府中

した方 わせください。

■3月29日以降に市外へ転出

管理委員会事務局へお問い合

住所地の選挙人名簿に登録さ 所で投票します。この場合、前

ださい。

れていることが必要です。該

当する方は、前住所地の選挙

されている方で、3月29日 府中市の選挙人名簿に登録

各駅、前記6紙の各新聞販売 などの市の施設や市内の鉄道

の選挙人名簿に登録されるま 降に転出した方は、新住所地

折り込みます。 済・毎日・読売新聞の各朝刊に なお、文化センター、保育所

選挙公報は新聞折込みで

不在者投票 郵便などによる

次のいずれかに該当し

に、朝日・産経・東京・日本経 選挙公報は、7月22 日 日 た方は、郵便などによる不在 前に選挙管理委員会に申請し

■身体障害者手帳をお持ちの 者投票ができます。

○両下肢、体幹、移動機能の障

投票ができる方

します。

では、府中市の投票所で投票

まれ、平成19年4月11日以前 住所があり、住民基本台帳に 登録されている方。 から引き続き3か月以上市に 昭和62年7月30日以前に

■7月1日以降に市内で転居

投票します。 転居前の住所地の投票所で

投票方法

投票所入場整理券は、同 投票用紙には「候補者名」を記 議員選挙の投票を行います。 入して投票します。 初めに、参議院東京都選出

投票所入場整理券を郵送

します。 議員選挙の投票を行います。 たは「政党名」を記入して投票 投票用紙には「候補者名」、ま 次に、参議院比例代表選出

○免疫の障害の程度が1級か

■戦傷病者手帳をお持ちの方 ら3級

こう、直腸、小腸の障害の程度 ○両下肢、体幹の障害の程度 ○心臓、じん臓、呼吸器、ぼう が特別項症から第2項症

が特別項症から第3項症 ○要介護状態区分が要介護5 |介護保険被保険者証をお持 害の程度が ○戦傷病者手帳をお持ちの の方で、上肢、または視覚の 方で、上肢、 障害の程度が1級

または視覚の障 特別項症から第

き続けていることを実感する

が1級、または3級 こう、直腸、小腸の障害の程度 ○心臓、じん臓、呼吸器、ぼう 害の程度が1級、または2級

代理記載制度による

ます。

させることができます。 票の対象者で次のいずれ ○身体障害者手帳をお持ち に申請した代理人に投票を あり事前に選挙管理委員会 に該当する 郵便などによる不在者投 方は、選挙権が か

所、各郵便局、各私立保育園 市内の一部薬局にも用意しま

できない方は 投票日

投票日に仕事や旅行などの理由で投票で きない方で、次に該当する方は、右の表のと おり期日前投票・不在者投票ができます。

■期日前投票ができる方

○期日前投票を行う日に選挙権のある方

■不在者投票ができる方

- ○不在者投票所として指定された病院・老 人ホームなどの施設に入所している方
- ○市へ投票用紙を請求し、市外の選挙管理 委員会で投票する方
- ○投票日には20歳になるが、期日前投票を 行う日には、19歳の方

◆期日前投票所·不在者投票所投票期間◆											
期日前投票所・ 不在者投票所	投票期間	投票時間									
市役所1階市民談話室	7月13日(金)から28日(土)	午前8時半~午後8時									
市政情報学	7月23日(月)から27日(金)	午前10時~午後7時半									
東部出張所(白糸台文化学内)西部出張所(西府文化学内)	7月25日(水)から27日(金)	午前8時半 〜午後5時									

り府中市制が施行されて以来、

昭和29年4月の府中町、多磨 西府村の3か町村合併によ

その

※投票所入場整理券をお持ちください。

江戸時代、あるいはそれ以前か

番の改正が行われ、現在の町名 大変長い年月をかけて町名地

が付けられましたが、その前は

的な問題もあり、町名改正は至住民同志の意見の相違や、政治体民同志の意見の相違や、政治ら呼ばれていた小字名や村名

像されます。しかしながら、紅葉 難の大事業であったことが想

町名に引継がれており、浅間台 矢崎、西原は小字がそのまま現 岡(紅葉丘)、八幡(八幡)、分梅、

たその昔をしのぶことができ 日吉町は日吉神社に由来し、清 などの由緒ある地名と関連し、 けられています。白糸台は染屋 水が丘はわき水の宝庫であっ 谷、是政、片町は旧村落名がつ つけられ、本町、押立、本宿、四 に近い名も付されております。原は小柳町などと昔の小字名 は浅間町、天神道は天神町、柳 は合併前の町村名がそのまま また、府中町、多磨町、西府町

緒のある小字名などが失われます。その陰に、番場、新宿、神野戸、京所、掘込、人見、蛇窪、小野戸、京所、掘込、人見、蛇窪、小野原、京所、掘込、人見、蛇窪、小野のは、水の陰に、番場、新宿、神野の大現代的な地名(町名)であり 台、若松町は新しく名付けられ町、宮西町、宮町、美好町、武蔵鋼町、日新町、晴見町、緑町、南 は登場し、市民の中には今も生 栄町、新町、住吉町、東芝町、日 朝日町、北山町、寿町、幸町、 の日常の会話やお祭りの ありました。しかし今でも市民 てしまったのは残念なことで

府中市 野

U

15

兀

な

·長随筆 86

府中の小字名



開かれた市政を目指して 平成18年度情報公開の状況

設けています。 市政をより一層進めていくことを目的とし、情報公開制度を 市では、市民の皆さんのご理解と信頼を高め、公正で透明な

決

問合せは、広報課広聴担当(366・1711)へ。 平成18年度の情報公開の利用状況をお知らせします。

|情報開示請求の概要

報保護の措置が必要なもの 営に支障となるものや個人情 行政情報は、原則として開示 る場合があります。 は、不開示や一部不開示とな します。ただし、公正な行政運 請求のあった公文書などの 号などを不開示)としたもの ○不開示としたもの…1件 ○情報が不存在であったもの …141件

■情報提供サービス

コピーサービスで、広く市民 の皆さんに市政の情報を提供 しています。 印刷物の提供や公表資料の \Diamond

平成18年度は、112件の

わかりやすい公表資料の作成 じめ、「広報ふちゅう」やホー ムページなどでの情報提供、 などを積極的に進めていきま 今後も、情報公開制度をは

■対象となった情報の開示状 情報公開の請求内容(抜粋)

○開示としたもの…48件

請求があり、開示(一部不開示 9件で、公開率は99・4%でし を含む)した行政情報は18

況の内訳 は、下の表のとおりです。

委員を選任

平成19年(2007年) 7月11日

障害者計画

推進協議会

る団体の構成員】 【福祉、医療、または保健に係

は、平成21年3月31日(火)ま 問合せは、障害者福祉課生 ▽宮地 ▽美田 幸(西府町)

でです。

委員に選任されました。任期

が、障害者計画推進協議会の

6月21日付けで、次の方々

▽吉沢 順(宮町)

活係(335・4545)へ。

※◎は会長、○は副会長です。 ■障害者計画推進協議会委員 (50音順、敬称略) ▽雛倉佳代子(朝日町)

▽杉本豊和(小平市小川町)

【学識経験者】

(民生委員児童委員)

◎丸山一郎(埼玉県越谷市三

野宮

>下條輝雄(南町) (障害者福祉団体の代表)

〉野村忠良(浅間町) 山本博美(新町)

▽町田睦子(宮西町) ○石見龍也(寿町) 徹(府中町)

【養護学校の教員】

>山内一也(美好町) 【公共職業安定所の職員】

▽浅見スジ子(西原町)

▽桑田 【社会福祉協議会の職員】 智(南町)

【公募市民】

国民健康保険高齢受給者証· 老人保健法医療受給者証の更新

ご確認ください

▽河井 文(本宿町) ▽鈴木一成(西原町)

新たに次の方が

民生·児童委員

月1日を基準日に見直しま は、前年の所得により毎年8

されました。 民生・児童委員に新たに委嘱 7月1日付けで、次の方が、

社会福祉係(335.416 問合せは、地域福祉推進課

担となります。

45万円未満の場合は1割負 円以上の場合は3割負担、1 市民税課税標準額が145万 歳以上、または医療受給者の す。本人及び同一世帯内の70

旄 緑町1丁目南・2丁目南区 由昭(336:3509

(敬称略)

月下旬に送付します。

新しい高齢受給者証は、7

税係(335.4055)へ。 問合せは、保険年金課保険

担へ変更となります。

20年4月1日(火)から2割負

なお、1割負担の方は平成

◆平成18年度情報公開の請求内容と決定(抜粋)◆

○一部不開示(印影や口座番

請求内容	()内は不開示部分
確認番号第479号(平成12年9月12日)建物の構造計算書一式 (基礎部分以外)	一部不開示 (氏名、印影など)
昭和58年6月30日付環境保全協定書	開示
平成16年度から平成17年度におけるフトン処理の確認書	一部不開示 (印影)
片町3丁目22開発プロジェクト資料	開示
ICT政策についての10提言およびこれに伴う予算額の分かる物	一部不開示 (電子メールアドレスなど)
多摩広域基幹病院(仮称)および小児総合医療センター(仮称) の縦覧資料	開示
3月17日開催の建築審査会第50号議案資料一式	一部不開示 (氏名、印影)
平成17年1月から平成18年6月までのクリーンセンター搬入搬出月報	開示
都市計画道路3・4・13号電線共同設置工事の関係書類	一部不開示 (工種別単価)
市立小学校学校給食調理業務委託契約書	一部不開示 (印影)
立会証明書、朝日町2丁目都有地測量図	一部不開示 (氏名、印影など)
府中の森芸術劇場、郷土の森博物館、市営駐車場、特別養護老人ホームあさひ苑、府中市心身障害者福祉センターの指定管理者と市との協定書	一部不開示 (印影)
平成17年度市政調査研究費収入および支出の報告書	一部不開示 (氏名、印影)
下水道法に係る特定事業者一覧	一部不開示 (下水の量)
市職員数関係書類(過去5年間の推移と今後5年間の見通し)	開示

円以上の場合は3割負担、1 市民税課税標準額が145万 歳以上、または医療受給者の す。本人及び同一世帯内の70 月1日を基準日に見直しま は、前年の所得により毎年8 45万円未満の場合は1割負 ■老人保健法医療受給者証 医療受給者証の負担割合

国民健康保険高齢受給者証

高齢受給者証の負担割合

ずご返却ください。また、負担 載してある内容を確認してか 現在お持ちの医療証をそのま 割合に変更がなかった方は、 月下旬に送付しますので、記 担となります。 まお使いください。 ら使用し、現在の医療証を必 に、新しい医療受給者証を7 負担割合が変更になる方

問合せは、高齢者支援課医

療係(335-4033)へ。

れることがないように、個人 守り、プライバシーが侵害さ 情報保護制度を適切に実施し る市民の皆さんの個人情報を て権利擁護に努めています。 (366.1711)問合せは、広報課広聴担当 市では、数多く保有してい

です。

■個人情報を取り扱う事務 現在、市が継続して個人情

行うには、身分証の提示など が必要です。請求のあった個 いての個人情報の開示請求を ■個人情報の開示請求 市が保有している自己につ

なれます。

役所1階市民相談室でご覧に 務の名称、利用目的などは、市

です。個人情報を取り扱う事

報を取り扱う事務は405件

市職員数関係書類(過去5年間の推移と今後5年間の見通し) ます。ただし、法令の規定や第 人情報は、原則として開示し

プライバシー保護のために 個人情報保護制度

三者の権利利益保護などの理 容(抜粋)は、 た。個人情報の開示請求の内 4件で、開 を含む)し 示となる場 由で、一部不開示、または不開 請求があり、 平成18年 小率は99・4%でし 度は、42件の開示 開示(一部不開示 合があります。 に個人情報は16 左の表のとおり

示状況の内訳 ■対象となった個人情報の開

○一部不開 ○開示とし たもの…156件 **亦としたもの…8**

○不開示と 中止の請求 ■個人情報の訂正・削除・利用 したもの…1件

は、これら できます。 などの中止を請求することが たときには 人情報の収 扱う決まり るとき、市が 自己の個・ なお、平成18年度 が個人情報を取り の請求はありませ 集・利用などをし に反して自己の個 人情報に誤りがあ 訂正·削除·利用

◆平成18年度個人情報の開示請求P	内容と決定(抜粋)◆
請求内容	決 定 ()内は不開示部分
国民健康保険レセプト	開示
生活保護決定調書	開示
障害児福祉手当支給記録	開示
介護保険主治医意見書、基本調査に係る書類	開示
子宮がん検診結果	開示
住民票の交付記録	一部不開示 (第三者の氏名、住所、印影)
高額医療費還付請求書および委任状	一部不開示 (第三者の氏名、住所)
修学猶予·免除願いに対する審議内容全ての資料と会議の議事録―式	一部不開示 (第三者情報)
東京都母子福祉資金債務承認書(請求者が保証 人となっているもの)および念書	一部不開示 (第三者情報)

■利用できる方

の場合は、火葬・葬儀を行う方

○死亡した方が市民でない方

場各90人用、第3式場140

○通夜・告別式場…第1・2式

利用方法など

を行う方

登録していた方の火葬・葬儀

■施設の内容



府中の森市民聖苑

利用方法などをお知らせします

行える施設です。

府中の森市民聖苑(市民聖苑)は、通夜・告別式・火葬・法要が

問合せは、府中の森市民聖苑(367・7788)へ。

この施設の利用方法などについてお知らせします。

式場・火葬室・雪安室の使田料●

	▼ 10-	903 J	(好王 亚女王の氏)	17 (衣 1)
	区分		単 位	使 用 料
第	1 · 2 式	場	通夜、または告別式	各25,000円
第	3 式	場	世後、よたは古別式	各50,000円
火	葬	室		無料
===	<i>(</i>		1棺(24時間)	2,000円
霊	安	室	延長(12時間ごと)	1,000円

	延長(12時間ごと)	1,000
+	= 芸住料人 /無淮瓜 ▲	/-

◆聖苑葬儀料金(標準)	列) 🔷	(表2)
基本料	金	
企画運営管理料、納棺、安置奉仕料、司会 進行料、式場設営など人件費、棺代、副葬 品など一式、位牌など一式、受付用品一 式、白壷一式	大人幼児	341,250円 325,500円
付 帯 料	金	
写真代(白黒四ツ切、手札額リボン付) 会葬礼状(100枚、清め塩付) 寝台車代(病院〜自宅20キロ流未満) 寝台車代(自宅〜市民聖苑20キロ流未満) 枕飾リ料 ドライアイス(1回分) 祭壇用盛り物(果物、仏菓子など) 後飾り(仏具、神具一式) 付帯料金合計		26,250円 8,400円 21,000円 21,000円 10,500円 10,500円 21,000円 129,150円
	大人	470.400円
合 計	幼児	454,650円
聖苑使用料(第3式場は10万円)		50,000円
総計	大人 幼児	520,400円 504,650円

聖克	i使用料(第	3式場は	10万	円)				50), ()(00円	の
	総			計		大纹	.人)児	520 504		DO円 50円	前日
※僧!	Jょなどへの i	射礼、会葬御	礼、飲	食代、	香典返し	んなど	は含ま	れてし	いませ	tん。	0
(507	音順)	◆ 国	皇苑	葬儀	取扱原	≒				(表3)	通夜
	業者			所	在:	地	電	話	番	뮹	は
愛	礼	儀	典	西府	i野5σ)6	0.4	2.57	5.3	342	行えませ
愛	和	葬	祭	武庫	t台1σ	080	3.5	59.	6 5	62	え
浅	野葬	儀	社	住さ	5町3の)21	33	35.	92	02	ま
浅沖	田ダ	イイ	チ	紅芽	€丘10)31	3 6	39·	13	66	
金	子	式	典	片	町20)3	3 6	3 1 · :	2 1	55	ا <i>ک</i> ہ
JII	名	式	典	紅芽	美丘2 の)24	3 6	<u> </u>	4 5	3 1	Ĭ
<	らし	, O	友	分格	事町 4 <i>0.</i>) 1	3 3	36.	8 4	70	
京	王	葬	祭	寿	町30	8	3 6	3 4 · :	3 0	72	Į O
佐	藤		祭	新	町10	062	3 6	32.	8 4	8 4	市
佐三三			晃	緑	町20)20	3 6	3 9 · :	3 3	21	外
Ξ	和	式	典	新	町10)65	33	35.	8 5	85	の上
JA	A マインズ	葬祭セン?	ター	白糸	< 台 1 σ)14	3 6	6.	70	0 0	方
セ	レモニ	. 一 新	成	南	町30)3	3.5	52.	0 8	88	6
多	摩中	央 葬	祭	武庫	域台2 σ)18	3 2	27.	0 0	06	6
\Box			冠	栄	町20)28	36	3 O · 3	22	4 1	1 0
	□ ±	\ . - \		_L\ ±	= /\ 1 A	220	\sim	20	$\overline{\cap}$	\sim	ıυ

成祭冠グ典社ド

歯科医院と患者さん一同

■社会福祉協議会へ

▽矢崎

万九三二一円▽高橋

武蔵台1の30 若松町1の10 宮町2の16

うき600本、ちり取り30

▽東芝ソリューション

竹

ニオン多摩東支部府中分会

万八二円▽金子由記江

万八千円▽首都圏建設産業ユ

日藤

謡連盟 六万九一八円▽匿名

七万四〇八八円

八一万五八五五円▽府中市歌

▶市民聖苑外観



帳、または外国人登録原票に

○死亡時に市の住民基本台 の配偶者、または2親等以内 の親族であること (喪主)が市民で、死亡した方 ■申込み方法

仮予約(24時間受付)をしま 初めに、電話で、市民聖苑に

※12月31日(月)まで、改修工

○霊安室…保管庫9基

和室2室

○待合室…18畳の和室5室 ○火葬炉…大型火葬炉4基

○法要室…洋室2室と24畳の

お申し込みください。

葬許可証の交付を受けます。 ンターに死亡届を提出し、火 課、または白糸台・西府文化セ 次に、市役所1階総合窓口 ○1月1日から3日と施設管 なります。 は、待合室2室の代替使用と 事のため、法要室の洋室2室 ■休館日など

す。また、休館日及び友引の日 ※友引の日の火葬・告別式は 行えませんが、通夜は行えま 理上必要な日

使用料(左上の表1)の納付な 市民聖苑で施設使用の申請、 5時に、火葬許可証を持って、

最後に、午前8時半~午後

どの手続きをします。

○市外の方…6000 ▽使用料(2時間) ○市民の方…3000

円円

352.0888 327.0006 360.2241 300.0033 361.0044 361.3374 360.7878

■環境保全課(環境事業)へ 寄 付 (敬称略)

■メタボリック予防講座 (木)午前10時、午後1時・4時 むさ し府中商工会議所/各回先着30人 無料/内容は運動と健康診断の必要 性について/講師は丸茂大介氏 (NSCA認定パーソナルトレーナー) /申込み・問合せはアクティブシニ ア応援団PPK(364·8573)へ

■涼をいけるいけばな展 7月22日 (日)正午~午後6時 府中グリーン プラザ/無料/主催は府中市いけば な連盟/問合せは小島宅(361・217 9)

■全国公募府中市書道展 7月15日 (日)から18日(水)午前10時~午後6 時(15日は午後1時から、18日は午後 5時まで) 府中グリーンプラザ/ 無料/主催は府中市書道連盟/問合 せは横山宅(042・405・3932)へ

■伝統文化いけばなこども教室 9 月12日から平成20年2月27日の水 曜日 午後3時~4時半(全11回) 南町小/対象は小学3年~中学生/ 定員10人(抽せん)/費用3300円(花

代)/講師は辻村翠華氏(小原流家元 教授)/申込みは7月14日(土)まで に、電話、またはFAXで辻村宅へ 問合せも同宅(302·3660 = FAX同 番)へ

■伝統文化こども教室「たのしいい 7月14日から平成20年3 月29日の土曜日 午前11時、午後1 時半(各全20回) 府中グリーンプ ラザ/対象は小・中学生/費用1回 300円(花代)/講師は影山清子氏 (池坊華道会中央委員)/申込みは 電話、またはFAX (366·8818)で影 山宅へ/問合せも同宅(362・6609)

■伝統文化いけばなこども教室 7 月28日から平成20年3月1日の土曜 日 午前10時~正午(全10回) 府中 グリーンプラザ/対象は小・中学生 /先着20人/費用1回500円(花代) /講師は府中市いけばな連盟会員/ 申込みは電話、またはFAXで小島 宅へ/問合せも同宅(361·2179 = F AX同番)へ

■ウイング介護者教室「認知症の方 への接し方」 7月28日(土)午前10 時~11時半 ウイング(四谷6の15)

/先着20人/無料/講師は同施設介 護職員/申込み・問合せは同施設(35 8.9330)~

■こどもの安全教室 7月14日(土) 午後2時~4時 中央文化学/対象 は小学生の市民と保護者/無料/内 容はちびっこ防犯教室、子供見守り パトロールの発表ほか/問合せは府 中防犯協会(364・0111)へ

■フリーマーケット出店者募集 月29日、8月26日、9月2日(日)午 前10時~午後4時 府中公園/雨 天中止/先着26店/出店料1000円 /内容は日用品、衣類などの販売/ 主催はフリマ・ネットワーク/申込 みは電話、またはFAXで池田宅へ /問合せも同宅(322·9606 = FAX 同番)へ

■藤原真理チェロリサイタル 9月 26日(水)午後7時 府中の森芸術劇 場/入場料2500円(全席指定)/曲目 はエルガー…「愛のあいさつ |ほか/ 共催は府中文化振興財団/申込み・ 問合せはCCミュージックファクト $1) - (03.5210.9072) \sim$

■府中市ジュニア陸上教室 8月4 日(土)・19日(日)、9月1日(土)・16日

の1日から直接、市民聖苑へ 平成19年度 介護サー

心に利用料の助成をしていま 市では、介護サービス利用

▲第3式場

青磁壷、祭壇花など)を選ぶこ 望によりオプション(棺各種) 高い葬儀が行えます。また、希

とができます。なお、著しく高 ▽対象

ね30万円以内としています。

聖苑葬儀を希望する方は

オプションの総額は、おおむ 額な葬儀とならないように、 左の表3の聖苑葬儀取扱店に

証の交付を受けている方を除 50万円以下の方(ただし、社 計中心者の合計所得金額が1 施設入所者で負担限度額認定 認証の交付を受けている方、 会福祉法人などによる軽減確 本人の住民税が非課税で、生 サービスを利用する

者の負担を軽減するため、在 宅サービスを利用する方を中 軽減事業 ビス利用料

2の内容(標準例)で行う葬儀

基本料金と附帯料金で質の

場や祭壇を使用し、左上の表

聖苑葬儀は、市民聖苑の式

ご利用ください

聖苑葬儀を

▽申込み

利用月の3か月前

(日)午前9時~午後零時半

上競技場/雨天の場合は都立府中工 業高校体育館(体育館履き持参)/対 象は小学4年~中学生と保護者、ま たは指導者で、市民、市内在勤・在学 の方、市内の団体に所属する方/定 員各日100人(抽せん)/費用100円 (保険料)/内容は基本運動、種目別 実技(短距離走・跳躍運動・ハードル 走)/講師は日本陸上競技連盟普及 委員ほか/申込みは7月20日(金)ま で(必着)に、はがきに参加希望日、種 目名、学校名・学年を記入して、大谷 久知宅(〒183 − 0053天神町2の25の 20)へ/問合せも同宅(363・3034)へ、 夜間に

■合気道体さばき競技初心者体験講 習会 7月22日(日)、8月17日(金) 午後1時~2時半、7月27日(金)、8 月12日(日)午後1時~2時半・2時 40分~4時10分 総合体育館/対 象は5歳~小学生/各回先着30人/ 無料/講師は日本合気道協会指導員 ほか/申込みは電話、またはFAXで 森川宅へ/問合せも同宅(03・3489・ 3580 = FAX同番)へ

利用者負担額

法要室の利用方法

初七日法要などの関係で、次 利用する場合は、告別式後の のとおりとなります。 できます。 なお、年回忌の法要などで 法要室は、どなたでも利用 4分の1(食費、居住費を除 ▽助成割合

込み可 ▽申込み

用意)で高齢者支援課へ/ケ ▽問合せ アマネージャーを通しての (市役所1階高齢者支援課に 決められた用

保険係(335・4031) 高齢者支援課介護

ありがとうございました





けやきフェスタ民踊流し 参加者募集

緑豊かなけやき並木で開催する「けやきフェスタ」で、府中小唄の民踊流しを行います。ぜひ、ご参加ください。

▽日時 8月19日(日)午前11時15分▽場所 けやき並木

▽費用 無料

▽申込み 8月6日(月)までに、決められた用紙(市役所4階経済観光課、観光情報5½、市政情報5½、各文化5½ほかに用意)で、経済観光課、または観光情報5½へ

※下の表のとおり事前講習会を行います。

▽問合せ 経済観光課観光係(335・4095)、または観光情報だ(302・2000)

日 程	会 場
8月8日(水)	中央文化学
8月10日(金)	白糸台文化紫
8月14日(火)	新町文化紫兰
8月17日(金)	住吉文化学

※時間は、いずれも午後2時~4時。

個也

観光ガイドツアー「東京競馬場を 探検するバックヤードツアー」

4月に改修された東京競馬場のフジ ビュースタンドを、周辺の旧跡ととも に観光案内人ボランティアが徒歩で案 内します。 ▽日時 7月25日(水)午前9時~正 午/雨天実施

▽集合場所 観光情報**

▽定員 先着30人

▽費用 200円(保険代、資料代)

▽行程 観光情報**~大國魂神社~

妙光院~馬霊塔~東京競馬場

▽申込み 電話で、経済観光課へ▽問合せ 経済観光課観光係(335・4095)、または観光情報だ(3

夏休み読書キャンペーン[この本読んだかい?~児童室を浜辺にかえよう]

▽期間 7月21日(土)から8月31日 (金)

▽場所 中央図書館

 $02 \cdot 2000$

▽内容 貝の形のカードに好きな本 のことを書いて掲示

※参加者にはプレゼントがあります。

※夏休みのおすすめ本の展示・リストを配布します。

▽問合せ 中央図書館(362·86 47)

府中インターユニバーシティ〜大学 生と市民で考える府中のまちづくり

▽日時 ①7月16日(祝)から21日(土) 午前10時~午後5時(16日は午後2 時から、21日は午後3時まで)、②7 月21日(土)午後零時半~3時

▽会場 府中グリーンプラザ

▽費用 ①無料、②300円(資料代)

▽内容 ①多摩地域の大学から提案 された府中のまちづくりについての 作品の展示、②提案発表とパネル ディスカッション

▽申込み 当日直接会場へ

▽問合せ 市民活動支援課支援係 (335·4035)、または府中建築 文化フォーラム・安部あて(364·9074)へ

姉妹都市の長野県佐久穂町で、夏 休みの思い出にジャガイモの収穫体 験と八千穂高原の自然を楽しんでみ ませんか。

▽日程 8月23日(木)

▽集合時間・場所 午前8時15分に 観光情報だに集合



▽対象 小学生以上の市民

▽定員 40人(抽せん)

▽費用 1人4000円(昼食代、保 険代ほか)

▽主催 佐久穂町

▽申込み 7月20日(金)まで(必 着)に、往復はがきに参加希望者全

員の住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用あて名を記入して、府中友好都市交流協会事務局(〒183 - 8703生活文化部市民活動支援課内)へ

 ∇ 問合せ 府中友 好都市交流協会事 務局 $(335\cdot4131 =$ 市民活動支 援課内)

府中水辺の楽校

多摩川のサカナ探しとガサガサ魚とり

▽日時 7月28日(土)午前9時~

▽場所 多摩川河川敷(市民健康 *ご野球場南側)

▽対象 小学生と保護者

▽定員 先着40組

▽費用 1人100円(保険代ほか) ▽内容 多摩川で魚とり、投網の

▽申込み 7月12日(木)から電話 で、府中水辺の楽校運営協議会事 務局へ

▽問合せ 府中水辺の楽校運営協



▲多摩川の自然を体験しよう

議会事務局(335·4313=公園 緑地課内)

講座 ● 講習

市民農業大学「そばコース」 受講生募集

府中市用水組合と東京都麺類協同 組合府中支部の協力で「そばコース」 を開催します。農家の方の指導でそ ば栽培を体験してみませんか。

▽日程 8月25日から11月の土曜日 午前中(全6回程度)

▽場所 矢崎町3の12の農地

▽対象 市民

▽定員 50人(抽せん)

▽費用 無料

▽内容 種まき、花の観賞、収穫、そ ばの試食

▽申込み 7月27日(金)まで(必着) に、はがきに参加希望者全員の住所、 氏名、年齢、学生の方は学校名・学年、 電話番号を記入して、〒183-8703 生活文化部経済観光課「そばコース」 係へ

▽問合せ 経済観光課農政係(33 5·4143)

工業技術講習会

■ガラスを使いこなそう

▽日時 8月9日(木)午後6時~8

▽内容 産業用から家庭用まで、最新のガラスについての解説

▽講師 師尾 元氏(板硝子協会調 香役)

■たのしい機械設計~良い設計でス ムーズな動き

▽日時 9月6日(木)午後6時~8 時

▽内容 物を動かし、停める仕組み

ほか ▽講師 前田嘉則氏(前田技研代表)

■LEDをとことん理解する

▽日時 9月13日(木)午後6時~8 時

▽内容 LED(発光ダイオード)を 使うときのアドバイスと最新情報 ▽講師 河本康太郎氏(国際照明委 員会日本委員)

◇ ◇ ◇▽会場 府中駅北第2庁舎3階会議室

▽定員 各回先着60人 ▽申込み 電話、またはFAX(35

2・4 1 0 0)で工業技術情報だへ ▽問合せ 工業技術情報だ(3 3 5・4 4 7 4)

かんきょう塾「夏休みも楽しく 学んで考えよう」

▽日時・会場・内容・講師 下の表のと おり

▽対象 市民、市内在勤・在学の方/ただし、小学生以下は保護者同伴

▽定員 各日先着30人

▽申込み 電話、またはFAX(361・ 0078)で環境保全課へ

▽問合せ 環境保全課公害係(335・ 4196)

日	時	숲	場	内	容	講	師
8月 (木) [:] 1時 時	午後	郷土 博物		効果	見を体	梅干野(東京工)大学院教	業大学
8月2 (火) ⁻ 9時 午	午前	—			美所内 景境施 ,学	東芝府所社員	中事業

メタボリックシンドローム予防と改善~あなたのお腹周りは大丈夫?

▽日時 7月31日(火)午後2時~4時

▽会場 中央文化**

▽定員 先着40人

▽費用 500円

▽内容 太りにくい体質づくりについ ての講義、簡単姿勢チェック、ストレッ チほか

▽講師 平岡亮一氏(日本体操研究所 健康運動指導士)

※タオルを持参して、動きやすい服装 でお越しください。

▽申込み 電話、またはFAX(38 4·8833)でヘルスメイト府中21・ 筒井あてへ

▽問合せ 市民活動支援課支援係(3 35・4035)、またはヘルスメイト 府中21・筒井あて(365・8952)



市からの情報かわら版

男女共同参画推進フォーラム 運営スタッフを募集

11月下旬から12月上旬の男女共同参 画推進フォーラム開催に向けて、実行 委員と一緒に活動するスタッフを募集 します。

▽対象 市民、市内在勤・在学の方 ▽定員 若干名

▽内容

○広報部会…PR活動などの業務

○記録部会…写真撮影、記録誌の編集 などの業務

▽申込み 7月31日(火)までに、電話、 またはFAX(351·4603)でス クエア21・女性タシヘ

▽問合せ スクエア21・女性サー(35 $1 \cdot 4600$

放課後子ども教室 夏季学習指導員募集

▽期間 7月23日(月)から8月3日 (金)・20日(月)から31日(金)午後2時 ~5時(土・日曜日を除く)

▽対象 大学生・大学院生、または教員 経験がある方で、市民、市内在学の方 ▽内容 二・五・十小で小学生への学習

▽申込み 7月18日(水)までに、履歴書 と身分証明書を持って市役所6階児童 青少年課へ

▽問合せ 児童青少年課青少年係(3 $35 \cdot 4427$

文化団体連絡協議会 加盟団体の会員を募集

文化団体連絡協議会は、芸術文化活 動を愛好する市民の皆さんで組織する 連絡会です。

現在、文芸・美術・舞踊・演劇・音楽・民 俗芸能などの各分野で40団体、約6000 人の会員が活動しています。

各団体では、日ごろの活動を通じて 芸術文化の発展に努め、会員同士の交 流と親ぼくを図っています。

また、活動の成果を発表する場とし て、毎年秋に開催する「市民芸術文化 祭」に参加しています。

各団体では、会員を募集しています。 ぜひ、活動にご参加ください。

問合せは、文化団体全般については、 文化コミュニティ課文化事業係(33 5・4 1 3 0)へ、各団体の活動内容・入

会方法などについては、下の表の各 団体へ。

ごみ減量対策・リサイクル推進 ポスターコンクール作品募集

▽対象小・中学生で、市民、または 市内在学の方

▽作品の規格 四ツ切判(54センチ ^{**} × 38センチ^{*} (41 センチネル×32センチネル)の画用紙に、 水彩、クレヨンなどで作成した未発 表の作品/1人1点

▽内容 ごみ減量、リサイクルに効 果的なアイディアなどの標語を入れ たポスター

▽申込み 9月4日(火)まで(必着) に、作品の裏に住所、氏名(ふりが な)、学校名・学年を記入して、〒18 3-8703環境安全部ごみ減量推進課 へ/持参可

※入賞者には賞状と記念品を差しあ げます。

※作品の使用権は市に帰属し、作品 は学校を通じて返却します。

▽問合せ ごみ減量推進課リサイク ル係(335・4437)

エコサマースクール 「酸性雨調査」参加者募集

▽期間 8月1日(水)から9月30日

(日)

▽定員 先着30人

▽内容 雨水のpH簡易測定

※説明会を7月24日(火)午前10時か ら、施設見学会を8月9日(木)午前 9 時~正午・20日(月)午前10時~正 午に東京農工大学で行います。

▽申込み・問合せ 環境保全課公害 係(335・4196)へ

府中推奨品募集

府中観光協会では、観光・商業振興 のため、府中推奨品を募集します。審 査後、認定を受けた場合は、推奨品 マークを使用できます。

▽対象 次のすべてに該当する事業 所、または教育機関で、府中ならでは の素材・製法・技術・商法などを用い たもの、市内で生産・製造・加工など をしたもの、または府中市にゆかり のあるもの

○責任者・責任の所在が明確で、消費 者からの苦情・要望などに対する処 理体制が確立されていること

○本店あるいは事業所・販売拠点が 市内に存在すること

○関係法令などの基準を満たしてい

○府中観光協会の会員であること (教育機関を除く)

▽費用 無料/ただし、推奨品マー クについては実費負担

▽申込み 9月14日(金)まで(必着) に、決められた用紙(観光情報***に用 意)で、府中観光協会へ

▽問合せ 経済観光課観光係(335・ 4095)、または府中観光協会(30 $2 \cdot 2008)$



産業交流展 出展企業を募集

首都圏の産業を振興するため、中小 企業の優れた技術や製品を展示し、受 発注の拡大、企業間連携の実現などを 目的として産業交流展が開催されま

この産業交流展の府中ブースに出展 を希望する市内の企業を募集します。 ▽日時 10月25日(木)·26日(金)午前 10時~午後5時

▽会場 東京ビッグサイト(江東区有

▽出展料 市が助成/搬送料などは出 展企業が負担

▽申込み 7月20日(金)まで(必着) に、決められた用紙(工業技術情報**、 むさし府中商工会議所に用意)で、むさ し府中商工会議所(〒183 - 0006緑町 30502)~

▽問合せ 工業技術情報 タニ゙(335・4 474)、またはむさし府中商工会議所 $(362 \cdot 6421)$

◆文化団体連絡協議会連絡先◆

	[<u> </u>	体	1	占			:	連	絡		先			5	Ð	体	1	各			;	連	絡		先	
府	(愛	李	Ŕ	会	戸	塚	高	七(36	3	27	54)	府	ф	市	謡	Ш	連	盟	\blacksquare	ф	喜羹	學子(36	1 ·	788	(8
府	4	市.	ī 2	薆	刀	会	大	野	忠	-(36	60	. 3 4	30)	府	ф	お:	ŧ 2	- 6	好	숲	迫		克	浩(36	4 ·	273	3)
府	中ア	マチ	ュア	無紡	りう	ラブ	橋	元	幸	夫(36	6 1	. 3 4	87)	府	ф	2	<u>}</u>	唱	連	盟	鈴	木	克	巳(36	9.	199	6)
府	中 ī	市い	け	ば な	〕連	盟	小	島	由美	美子(36	6 1	21	79)	む	さし	ノ府	• ф	民訓	謡 連	盟	エ	藤	不	二朗(36	1 ·	532	(8)
府	ф	市	囲	碁	連	盟	奥	村	満	夫(36	62	. 3 3	09)	府	ф	盆	栽		好	숲	牧			茂(36	3 ·	031	4)
府	ф	市	吟	詠	連	盟	寺	岡	正	夫(36	67	20	20)	府	ф	£	₹ (唄	連	盟	長鳴	連盟	且事務	為(36	3 ·	396	(8
府	ф	市	茶	道	連	盟	武	藤	久	子(04	2.4	83.4	578)	府	ф	市	木 道	貴 保	存	会	清	\Box	富	夫(36	1 ·	4 4 9	8)
府	ф	市	将	棋	連	盟	奥	Ш	貞	行(36	6	90	25)	府	ф	Ξ	絃	愛	好	会	木	村	本	子(36	1 ·	3 3 8	7)
府	ф	市	書	道	連	盟	横	Ш	知	子(40	5 (. 39	32)	府	ф	市	Ξ	Ш	協	숲	宮	﨑	美色	生恵(36	2 ·	885	55)
府	ф	市。	欠奏	楽	連	盟	宮	崎	健	二(3 C	2	03	39)	府	ф	市」	民 玄	と 響	楽	4	大	橋	康	廣(36	8 ·	618	0)
府	ф	市絲	宗 合	短	歌	会	橋	本	Ξ=	千子(36	60	60	16)	武	蔵	围	付 ス	妓 才	連	盟	佐	藤	祐	Ξ(30	2 ·	059	6)
府	ф	□ Z	大 舞	踊	連	盟	松	本	佐智	雪子(30	2	· 4 1	08)	府	ф	市	歌	謡	連	盟	落	合	哲	夫(36	4 ·	251	5)
府	ф	市	俳	句	連	盟	笹	木		弘(36	6 4	. 35	06)	府	ф	市	洋	舞	連	盟	中	井	博	子(36	2 ·	366	(0)
府	ф	囃	子	保	存	会	堀	江	甚	吾(36	62	36	05)	府	ф	市	映	像	連	盟	設	楽	厚	子(30	2 ·	620	0)
府	ф	美	術	I	芸	会	古	Ш	賀t	世子(36	3 1	43	82)	府	中多	摩	かる	5 た	会 連	盟	前	\Box	秀	彦(36	0 ·	873	3)
府	ф	美	術	写	真	会	神	Ш	昭	市(30	2	05	63)	劇	J	F	= 1	宙	の	森	多	\Box	今E	子(36	0 ·	326	(4)
府	C		彫	亥	I	会	久	保	制	-(36	6 4	91	20)	府	ф	洋	≢ ī	ф	連	盟	清	水	正	夫(36	1 ·	611	7)
府	中	美術	ħΕ	本	画	会	寺	岡	正	道(30	2	.77	05)	府	中市	ソシ	アル	ダン	·ス連	合	今	鷹		巌(36	4 ·	477	77)
府	(+	版	Œ	Đị .	会	島	\Box		嵩(36	9	10	67)	む		しょ	付 🗆	Þ 笛	連	盟	笛ì	車盟	事務	局(36	4 ·	100	7)
府	中	市」	文 学	5 研	究	会	小	島	久美	美子(36	6 4	02	11)	府	中	市	民	踊	連	盟	堀	江	千	枝(36	2 ·	276	(4)

百公仃かり

- ■市立保育所臨時職員募集(保育士・ 看護師・作業員) 勤務は月~金曜日 の午前8時半~午後5時/若干名/ 申込み・問合せは保育課管理係(33 5.4172)~
- ■都立多摩職業能力開発がを開設 受付は月~金曜日の午前9時~午後 5時(祝日を除く)/所在地は立川市 羽衣町/内容は人材育成・職業能力 開発の相談や各種事業の紹介ほか/ 問合せは同ター(042・522・6151)へ
- ■多摩・島しょ子ども体験塾「でんち まつり」 8月4日(土)午前10時~

市緑町)/対象は小・中学生(小学1・ 2年生は保護者同伴)/無料/内容 は手作り乾電池教室、電池エネル ギー体験教室ほか/当日直接会場へ /問合せは同体験塾事務局(03・521 3・3250) へ、月~金曜日の午前10時 ~午後6時に

■自衛官募集 種目は①航空学生、 ②一般曹候補生、③ 2 等陸・海・空士 /対象は①高校等卒業(見込み含む) の20歳以下の男女、②③18~26歳の 男女(年齢は平成20年4月1日現 在)/試験日は①9月22日(土)・②17 日(祝)、③男子は受付終了時に通知、 女子は9月24日(月)、または25日

午後4時 国営昭和記念公園(立川 | (火)/申込みは8月1日(水)から9 | 300円(公園入場料を含む)/問合せ 月7日(金)(必着)に、決められた用 紙(自衛隊府中募集案内所で配布)で 〒183-8521同案内所へ/問合せも 同案内所(365・5011)へ

■国立医薬品食品衛生研究所の一般 **公開** 7月27日(金)午前10時~午後 4時 同研究所(世田谷区上用賀)/ 無料/内容は施設見学、講演会、パネ ル展示/問合せは同研究所(03・370 0.1141)~

■国営昭和記念公園レインボープー ル 7月15日(日)から9月2日(日) 午前9時半~午後6時半(8月20日 以降は午後6時まで)/入場料大人 2200円、小・中学生1200円、4・5歳 は同公園(042・528・1751)へ

■みどり東京・温暖化防止プロジェ クトロゴマーク募集 対象は学生で 都民、都内在学の方/内容は都内62 市区町村が共同で、東京の緑の保全 と温暖化防止に取り組むプロジェク トのシンボルとなるロゴマーク/申 込み・問合せは特別区協議会(03・ 5210.9068)~

■北多摩一号水再生セン「水と緑のふ れあいフェスタ」 7月25日(水)午 前10時~午後3時 同於(小柳町6 の6)/雨天実施/無料/内容は施 設見学、苗木・メトロレンガの配布ほ か/問合せは同サー(365・4302)へ



市からの情報かわら版

乙品豐

市民体育大会出場者募集

■軟式野球

▽日程 9月2日から11月4日の毎週 日曜日、祝日

▽会場 市民健康が野球場ほか

▽対象 市民、市内在勤・在学の方

▽構成 1チーム20人以内 ▽費用 1000円(ボール代)

X

▽申込み 8月10日(金)正午までに、決められた用紙(市役所8階体育課に用意)で、体育課へ

※8月24日(金)午後6時半に中央文化

分

小 学 生 の 部 男子・女子

中学校対抗の部 男子・女子

中 学 生 の 部 男子・女子

高校生の部男子・女子

部

男子·女子

男子·女子

男子 女子

女子

男子·女子

男子

女子

男子

般の

19~23歳の部

24~29歳の部

24歳以上の部

30~39歳の部

40~49歳の部

40歳以上の部

50歳以上の部

だで主将会議(各チーム1人出席、欠 席した場合は失格)を行います。

■馬術競技

▽日時 9月1日(土)・2日(日)午前7時/雨天実施

▽会場 東京競馬場

▽対象 市民、市内在勤・在学の方

▽費用 無料

▽種目 速歩・駆歩部班、障害飛越、 馬場馬術

※8月31日(金) に実施する試乗会 で、種目を決定します。

▽申込み 8月1日(水) 正午まで に、決められた用紙(市役所8階体育 課に用意)で、体育課へ

■庭球競技

平泳ぎ

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

背泳ぎ

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

40歳へ

◆市民体育大会水泳競技種目◆

自由形

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

距離

50×1

50×-

100%

200X

50×-

100^½,

50×-

100×-

200×-

200×-

50×-

50×1

50×7

50×-

50×-

50×=

50×-

50×=

50×1

50×1

50×1

100×-

▽日程 9月9日から10月21日の毎 週日曜日、祝日/ジュニア種目の中

バタフライ

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

 \bigcirc

24歳へ

 \bigcirc

24歳へ

40歳へ

24歳へ

メドレー

 \bigcirc

 \bigcirc

(一般の部へ)

※「24歳へ」と

あるのは「24歳

以上の部」へ、

「40歳へ」とあ

るのは[40歳以

上の部」への参

加になります。

リレ-

 \bigcirc

 \bigcirc

学生は9月15日·22日·29日(土)、小 学生は10月6日·13日·20日(土) ▽会場 市内各庭球場

▽対象 小学生以上で、市民、市内在 勤・在学の方

▽費用 無料/未使用公認球缶を持 会

▽種目

○団体戦(壮年、または混合ダブルス、女子ダブルスを含む5ダブルス 戦)

○一般男女シングルス(男子128人、 女子64人/抽せん)

- ○一般男女ダブルスA・B
- ○一般混合ダブルス

○壮年シングルス·ダブルス·混合ダブルス(平成19年中に男性50歳以上、女性45歳以上になる方、シングルスは24人/抽せん)

○ジュニア男女シングルス・ダブル

▽出場制限 団体戦を除き、シングルス、ダブルス、混合ダブルス各1種目/ジュニア種目はシングルス、ダブルスいずれか1種目

▽申込み 7月21日(土)午後2時~5時に、決められた用紙(市役所8階体育課に用意)で、グラウンド管理所(寿町2の11)へ/郵送不可/車での来場不可

■水泳競技

▽日時 8月26日(日)午前9時 ▽会場 市民健康完総合プール ▽対象 小学3年生以上で、市民、市 内在勤・在学の方/小学生は保護者 の承諾が必要

▽費用 無料

▽種目 左の表のとおり ▽出場制限

○一般の部は1人2種目まで/ただ



▲メダルを目指して

し、メドレーリレーとリレーは除く ○中学校対抗は各種目1校につき1人 /ただし、メドレーリレーとリレーは 1チーム

▽申込み 7月27日(金)午後4時まで に、決められた用紙(市役所8階体育課 に用意)で、体育課へ

◇ ◇ ◇ ◇ ▽問合せ 体育課振興係(335·44 99)



■男女共同参画推進懇談会

7月12日(木) 午後 7時 スクエア 21·女性デ/傍聴希望の方(先着10人) は当日直接会場へ/問合せは同だ(3 51・4600)へ

■美術館運営協議会

7月15日(日)午後1時半 府中市美術館/傍聴希望の方(先着10人)は前日までに、電話、またはFAX(335・7576)で同館へ/問合せは同館(336・3371)へ

■環境推進協議会

7月17日(火)午後6時半 市役所北 庁舎3階会議室/傍聴希望の方は当日 直接会場へ/問合せは環境保全課公害 係(335・4196)へ

■教育委員会定例会

7月19日(木)午後1時半 教育監/ 傍聴希望の方は前日までに、総務課へ /問合せは同課総務係(335・442 4)へ

■福祉のまちづくり推進審議会

7月20日(金)午後1時半 市役所北 庁舎3階会議室/傍聴希望の方(先着 10人)は前日までに、地域福祉推進課へ /問合せは同課社会福祉係(335・4 182)へ

■総合計画審議会

7月20日(金)午後2時 市役所西庁 舎3階委員会室/傍聴希望の方は当日 直接会場へ/問合せは企画課総合計画 担当(335・4037)へ

■次世代育成支援行動計画推進協議会

7月23日(月)午後2時 子ども家庭 支援だ「たっち」/傍聴希望の方(先着 5人)は前日までに、子育て支援課へ/ 問合せは同課推進係(335・419 2)へ

元気ののでのか

Q:ビールで水分補給しても良い ですか?

A:夏バテには水分、栄養、睡眠、休養を十分に取ることが重要ですが、冷たいビールで水分を取ろうとするのは大間違いです。ビールには利尿作用があり、短時間に多量の尿が排出されるので、かえって脱水を促してしまいます。

Q:アルコールにもエネルギーは 含まれているのですか?

A:アルコールにもエネルギーは含まれています。特に焼酎には多く含まれていて、60ミリスの焼酎はご飯1杯分のエネルギーと同じです。

欲がなく食事をしなかったりと偏った食生活で、夏バテを起こしてしまうことも少なくありません。 夏バテしないためにも、アルコールを控え、正しい生活習慣を身につけましょう。 問合せは、保健センター分館成人保健係(368・6511)へ。

暑い夏、冷えたビールがおいしい季節ですが、ついつい冷たいものばかり飲んだり、食



Q: ご飯 1 杯分のエネルギーを消費 するには?

A:有酸素運動が効果的です。軽く息が切れるくらいの速足で約1時間の 運動が必要です。 を元気に乗

■暑い夏を元気に乗りきるために

○アルコールの飲み過ぎに注意 するため、日ごろから量を控え、週 に2日は休肝日をつくりましょ をになるんですよ (ビール約コップ1 を余分に取り続けると、5年後には体重が をでいると、5年後には体重が をでいるこのではない。 をはなるんですよ

○緑黄色野菜や果物、うなぎや豚肉などビタミンを多く含む物を食べましょう

○1日3食、バランスが取れた 食事を、決まった時間に食べる 習慣を身につけましょう



市の施設☆講座・催し情報

生涯学習センター

〒183-0001 浅間町1の7

- · 学習事業係 ☎ 3 3 6 · 5 7 0 8
- ·管 理 係**介**336·5706
- ■エル・ネット「オープンカレッジ」/ 講座名・日程は下の表のとおり 語 学室/定員30人/無料(希望者のみテ キスト代が別に必要)/申込みは各講 座の初回の前日まで(必着)に、はが き、またはFAX(336·5709)に希望講 座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電 話番号を記入して、当なご学習事業係へ /電子申請、講座応募箱での申込み可 / 定員を超えた場合のみ参加の可否 を連絡/問合せは学習事業係へ

生涯学習セミナー受講生募集

実技セミナー

■実践英会話/F

コース名・日程・時間・内容・講師は下 の表のとおり 語学室ほか/対象は平 成4年4月1以前生まれの市民/定員 各コース30人(抽せん)/費用6000円 (テキスト代が別に必要)/8月9日 (木)・13日(月)午前10時、午後2時・7 時に簡単なコース分けテスト(無料)を 実施/申込みは7月18日(水)まで(当 日消印有効)に、往復はがきに希望コー ス名、テストの希望日時、住所、氏名(ふ りがな)、年齢、電話番号、返信用あて名 を記入して、当まン学習事業係へ/電子 申請可/テスト日時を後日通知/問合 せは学習事業係へ

温水プール休場のお知らせ

7月17日(火)から31日(火)は、改修 工事のため温水プールを休場します/ 問合せは管理係へ

郷 土 の 森 博 物 館

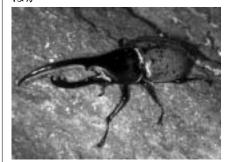
〒183-0026 南町6の32 **A** 368 · 7921

入場料 200円(中学生以下100円)

■特別展「世界の昆虫博」

7月21日(土)から9月2日(日)午 前9時~午後5時(入場は午後4時ま で)本館特別展示室ほか/観覧料大 人400円、中学生以下300円(博物館入 場料が別に必要)/内容は世界150か

国から集めた約1500種の昆虫標本 の展示、ヘラクレスオオカブトやギ ラファノコギリクワガタなどの外 国産カブト・クワガタ虫の生体展示 ほか



▲世界中の珍しい昆虫が大集合

■森のお話会

7月14日(土)午後2時45分 旧越 智家住宅/対象は5歳以上の方/内 容は「天人女房」「かえるのいえで」ほ か/語りは十べえお話の会

■森のお話会~夏の特別会「新美南 吉特集」

8月18日(土)午後6時半~8時 旧田中家住宅/対象は5歳以上の方 /定員50人(抽せん)/費用大人100 円、中学生以下50円/内容は「ごんぎ つね」など新美南吉の昔話/語りは 十べえお話の会/申込みは7月31日 (火)まで(当日消印有効)に、往復はが きに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話 番号、参加希望人数(5人まで)、返信 用あて名を記入して、当館へ

■星空観望会

7月21日(土)午後7時半~9時 当館正門前集合/費用大人100 円、中学生以下50円/内容は月や木 星、季節の星々の観察/協力は府中 天文同好会/中学生以下は保護者 同伴/雨天·曇天中止(当日午後3 時に決定)

■自然観察会「ムシ暑いゾ、ムシムシ 探索隊」

7月15日(日)午前10時~正午 多磨霊園正門前集合/雨天中止/ 費用200円/内容は浅間山付近で昆 虫探しと解説/協力は自然観察指 導員

■竹とんぼ教室

7月29日(日)午後1時~3時 ふ るさと体験館/対象は小学5年生以 上の方/先着10人/費用200円/申 込みは電話で当館へ

◆エル・ネット「オープン・カレッジ」◆

講座名	日 程	時 間	全回数
高齢社会を活性化する美容福祉	8月3日·10日· 24日·31日(金)	午前10時~11時50分	4
江戸の暮らし 〜算術の世界·多摩に残る算額	8月20日(月)	午前10時~11時半	
古典に残る府中の歴史 ~「太平記」武蔵野合戦をめぐって	8月22日(水)	午前 9 時50分~11時50分	1
中高年の社会参加 〜生涯学習と地域教育	8月29日(水)	午前10時~11時50分	

◆実践英会話◆

		¥ 3 4.	347C — HA Y		
コース名	日 程	時間	内 容	講師	全回数
入門	9月10日から12月17日の月曜日		アルファベットの発音 から英語に触れる	西方かしい氏	
実践Ⅰ	9月6日から 12月13日の木曜日	午後1時半~3時半	英語の基礎と日常会話を学ぶ	(茨城大学講師)	12
実践Ⅱ①	9月21日から12月14日の金曜日	午前10時 ~正午	海外旅行で役立つ英会	ニコル・ガニエ	12
実践『②	9月6日から 12月13日の木曜日	午後7時~9時	話を学ぶ	マノ氏 (英会話講師)	

■押し花教室「夏編」

7月22日・29日(日)午前10時~正 午 ふるさと体験館/対象は全回出 席できる小学4年生以上の方/先着 10人/費用1000円/内容は園内で摘 んだ草花で押し花を作る/申込みは 電話で当館へ/22日が雨天の場合は

中市美

〒183-0001 浅間町1の3 **☆** 336 · 3371

■公開制作~青木野枝「空の水」

7月28日(土)から11月18日(日)午 前10時~午後5時 公開制作室/無 料/内容は工業用の鉄板から切り抜 いた線や円などの形を組み合わせて 彫刻を作る/作家来館は8月1日 $(x) \cdot 5 \exists \cdot 12 \exists \cdot 26 \exists (\exists) \cdot 28 \exists (x),$ 9月1日(土)・2日(日)・24日(祝)、10 月13日・20日(土)



▲青木野枝「空の水」(2007年)

■子どもワークショップ「鉄で自分 の世界をつくろう」

8月2日(木)・3日(金)午前10時 半~午後4時半 創作室ほか/対象 は小学生/定員20人(抽せん)/費用 1000円/内容は鉄板を切り抜いて組 み合わせ作品を作る/講師は青木野 枝氏(彫刻家)/申込みは7月21日 (土)まで(当日消印有効)に、往復は がき(1人1枚)に住所、氏名(ふりが な)、学年、電話番号、返信用あて名を 記入して、当館「鉄ワークショップ」

■夏休みワークショップ「ルンルン バルーン」

8月20日(月)①午前10時~正午、 ②午後1時半~3時半 創作室ほか /対象は小・中学生/定員各回50人 (抽せん)/無料/内容はいろいろな 素材の風船やビニール袋を使った造 形活動/講師は市内小・中学校の図 工・美術教諭/申込みは8月1日 (水)まで(当日消印有効)に、往復は がき(1人1枚)に住所、氏名(ふりが な)、学年、電話番号、参加希望の回 (①・②・どちらでも)、返信用あて名 を記入して、当館「バルーン」係へ

■常設展ギャラリートーク

7月14日(土)午後2時 常設展示 室/無料(常設展観覧料が別に必要) /内容は常設展テーマ「明治から昭 和の洋画」の解説/講師は当館学芸 員/当日直接常設展示ロビーへ

府中の森芸術劇場

〒183-0001 浅間町1の2 **☆**335 · 6211

【チケットの申込み・問合せ】 ・チケットふちゅう ☎333・9999 ・チケットぴあ ☎ 0570・02・9999

■松山バレエ団公演「くるみ割り人 形」(全幕)

12月2日(日)午後3時 どりーむ ホール/入場料A席9000円(3歳~ 小学生は5000円)、B席7000円、C席 6000円、D席4000円、/出演は森下 洋子、清水哲太郎、河合尚市(指揮)ほ か/チケット発売開始は7月13日(金)/ 3歳未満のお子さんの入場不可



<u> 府中グリーンプラザ</u>

〒183-0055 府中町1の1 **A** 360 · 3311

■ふしぎ発見科学教室「いろいろな笛 を作ろう」

7月28日(土)午後1時半~4時 集 会室/対象は小学3年生以上の方/先 着25人/費用300円/内容はストロー で笛を作り、音の発生と高低について 学ぶ/協力は科学体験クラブ府中/申 込みは7月11日(水)午前9時から当館 へ(電話可)

介護予防推進センター

〒183-0033 分梅町1の31 **☆** 3 3 0 · 2 0 1 0

■無料体験講座「気軽に体験~介護予 防教室」

7月28日(土)午後1時半~3時/対 象は65歳以上の市民/先着10人/内容 は介護予防教室の紹介と体操などの実 践/講師は当紫職員/申込みは電話で 当センへ

心身障害者福祉羚

〒183-0026 南町5の38 $360 \cdot 1312 / \text{FAX} 368 \cdot 6127$

■夏休み子ども講習会「障害を正しく 理解するために」

①7月23日(月)から25日(水)午後1 時~3時(全3回)、②7月25日から8 月29日の毎週水曜日 午前9時半~11 時半(全6回)/対象は小学4年~中学 生で市民、市内在学の方/定員①10人 (抽せん)・②20人/無料/内容は①障 害のある方との交流、疑似体験、介護体 験、②初歩的な手話の学習と聴覚障害 のある方との交流/申込みは当タシンへ



▲障害についての理解を深めます

ふれあい会館

〒183-0056 寿町3の2 社会福祉協議会 ★334・3040

■病気と福祉のわかりやすい話/F

7月31日(火)午後1時半~3時半 住吉文化ター/対象は市民/先着30人/ 無料/内容は病気の話「健康を復習す る」…講師は呉 松彦氏(医師)、福祉の 話「高齢者の住まい~施設のいろいろ」 /協力は府中市医師会/申込み・問合 せは社会福祉協議会へ





□364.0811

◎21日午後1時~9時…盆 踊り、歌謡ショー、縁日コー ナーほか

○22日午後1時~9時…昔 の遊びコーナー ストラック アウト、輪投げケームほか

自糸台文化センター

☎363·6208)

◎21日午後1時~9時…子 供みこし、お囃子、すいか割 り・種飛ばし大会ほか

◎22日午後1時~9時…縁 日コーナー、カラオケ大会、カ ルメ焼き体験コーナーほか

中央文化センタ

□364·3611

◎21日午後1時~9時…大 声コンテスト 子供すいか割 り大会、カラオケ大会ほか

◎22日午後1時~8時半… 子供映画会、子供办工人、盆踊 りほか

是政文化センター **☎**365·6211

◎21日正午~午後9時…ち びっ子広場、お囃子、盆踊り、 お化け屋敷ほか

◎22日正午~午後9時…す いか割り大会、カラオケ大会、 盆踊り、お化け屋敷ほか

片町文化センター

368.7001

◎21日正午~午後9時⋯歌 謡ショー、盆踊り、三中和太鼓 ほか

◎22日午前11時~午後9時 子供みこし、ゲームコー

紅葉丘文化センター

☎365·1188

◎21日午後1時~9時…地 元野菜の直売、親子映画会、子 供みこし、盆踊りほか

◎22日午前11時~午後8時 半…和太鼓・紅葉金管バンド、 親子映画会、盆踊りほか

武蔵台文化センタ

042.576.3231

21日午後1時~9時…子 供みこし、カラオケ大会、お囃 子ほか

◎22日午前10時~午後9時

……ふれあい演芸の集い、子供 みこし、カラオケ大会ほか

新町文化セシター

2366.7611

◎28日午後1時~9時…子 伝みこし巡行、お囃子 模擬店

◎29日午後1時~9時⋯科 学体験コーナー、盆踊り、行灯 横丁ほか

押立文化センター

☎042.488.4966

◎4日午後1時~9時…すい か割り、山車・子供みこし、カ ラオケ大会ほか

◎5日午後1時~8時45分 …ゲームコーナー、歌謡 ショー、盆踊りほか

住吉文化センター

☎366.8611

◎11日午餐1時半~9時… 抽せん会、産直販売お囃子ほ

◎12日午後1時半~9時… ブラスバンドコンサート、歌 語ショー、お囃子ほか

四谷文化センタ=

#367·1441

◎11日午前11時~午後8時 …子供すいか割り大会、八中 吹奏楽演奏会、子供和太鼓ほ

か ◎12日午前11時~午後9時

…科学体験コーナー、歌謡 ショー、抽せん会ほか