

## いきいきとした生活のために

# 介護予防に取り組みましょう

### 元気なうちから実行を 6つの取組み

市では、介護予防推進センターと在宅介護支援センターを中心に、おおむね65歳以上の方を対象とした介護予防事業を行っています。

介護状態にならないようにするためには、「筋力の機能低下」「低栄養」「口くう機能の低下」「閉じこもり」「認知症」「うつ状態」を予防することが大切です。

だれもが住みなれた地域でいきいきと暮らしていけるように、介護予防に取り組みましょう。

問合せは、地域包括支援センター(335・4117=高齢者支援課内)へ。

### 年1回 介護予防健診を受けましょう

「まだ元気だから」と過信したり、「もう年だから」とあきらめたりせず、自分の体の状態を知り、自分に合った取組みを行えるように、年に1回は介護予防健診を受けましょう。健診後は、一人ひとりの状態に合わせて、転倒予防教室や低栄養予防教室などの介護予防事業を紹介します。



自分の体をチェックしましょう

### 介護予防の相談窓口

介護予防推進センターの介護予防運動指導員や管理栄養士、歯科衛生士、各在宅介護支援センターの介護予防コーディネーターが、介護予防についての様々な相談をお受けしています。介護予防健診を受けたい方、グループで介護予防に取り組みたい方などは、下の表の各施設までご相談ください。



皆さんの身近な場所で活動する介護予防コーディネーター

施設名	所在地	電話番号	担当地域
介護予防推進センター	分梅町1の31	330・2010	市内全域
泉苑在宅介護支援センター	武蔵台1の10	366・0080	日鋼町、武蔵台、北山町、西原町、東芝町、美好町(1・2丁目)
よつや苑高齢者在宅介護支援センター	四谷3の66	334・8141	美好町(3丁目)、分梅町、住吉町、四谷、日新町
あさひ苑高齢者在宅介護支援センター	朝日町3の17	369・0080	多磨町、朝日町、紅葉丘、白糸台(1・2・3丁目)、若松町
安立園在宅介護支援センター	晴見町1の13	367・6511	天神町、幸町、府中町、寿町、晴見町、栄町
しみずがおか高齢者在宅介護支援センター	清水が丘1の3	363・1661	白糸台(4・5・6丁目)、押立町、八幡町、清水が丘
ピースプラザ在宅介護支援センター	片町2の10	336・5831	宮町、日吉町、矢崎町、本町、片町、宮西町
南町在宅介護支援センター	南町4の32	336・1250	南町
しんまち在宅介護支援センター	新町1の67	340・5060	新町
緑苑在宅介護支援センター	緑町1の39	367・6215	浅間町、緑町
鳳仙寮在宅介護支援センター	西府町2の24	360・1380	本宿町、西府町
さくらんぼ在宅介護支援センター	是政2の36	314・0451	小柳町、是政



#### 積極的に体を動かす

日常生活の中でなるべく体を動かし、筋力を保ちましょう。



#### 食事をしっかり食べる

1日3回バランスの良い食事をとり、体力を保ちましょう。



#### 口くうケアで若々しい口元を保つ

口元の運動や歯磨きを行い、誤えんや口の中の細菌による肺炎を予防しましょう。



#### 人との交流を心掛ける

地域や趣味の活動などに積極的に参加するなど、外出の機会を多く持ち、人との交流を心掛けましょう。



#### 認知症のサインに注意する

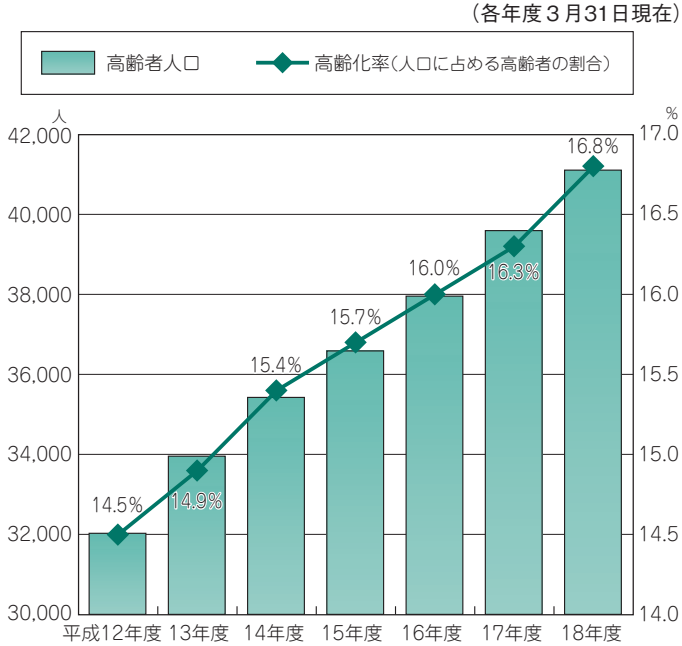
人との交流や運動などで脳の活動を活発にしましょう。また、物忘れが気になるときは、早めに相談しましょう。



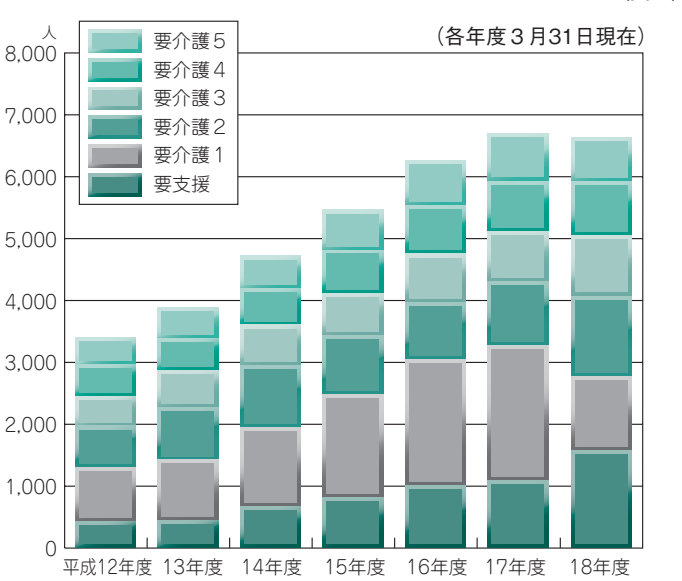
#### 心の疲れに注意する

眠れない、なんとなく疲れるなど、いつもと違う自分に気付いたら無理をせず休息し、改善しないときは、早めに相談しましょう。

◆高齢者人口などの推移◆



◆要支援・要介護認定者数◆



※平成18年度の「要支援」は、制度改正による「要支援1」と「要支援2」の合計です。

介護サービスの利用状況

介護サービスは、訪問介護やデイサービスなどの在宅サービスと、特別養護老人ホームなどの施設に入所して

介護サービスを利用した場合、利用したサービス費用の1割を利用者が自己負担し、残りの9割は40歳以上の被保険者保険料と、国・都・市の公費で賄われています。

高齢者人口と要支援・要介護認定者の推移

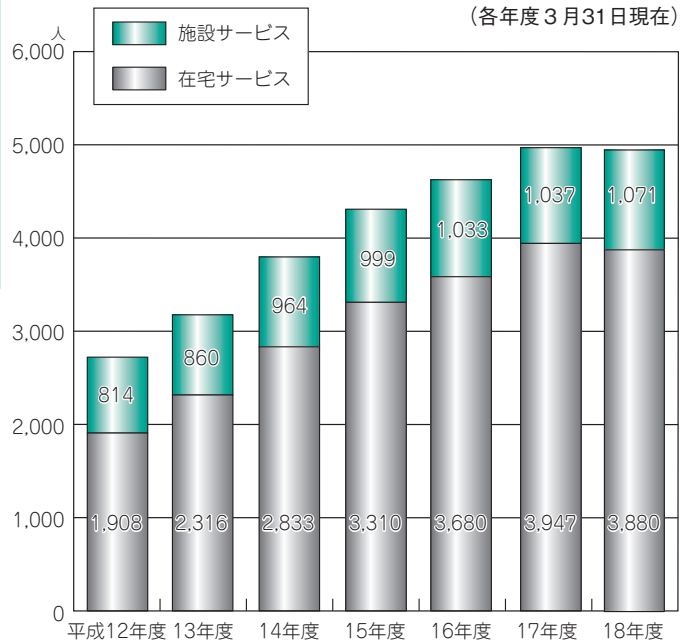
市の高齢者人口は、左の図1のとおり毎年増加し、平成19年3月には市の人口の16.8%を占めています。

介護保険の財政運営

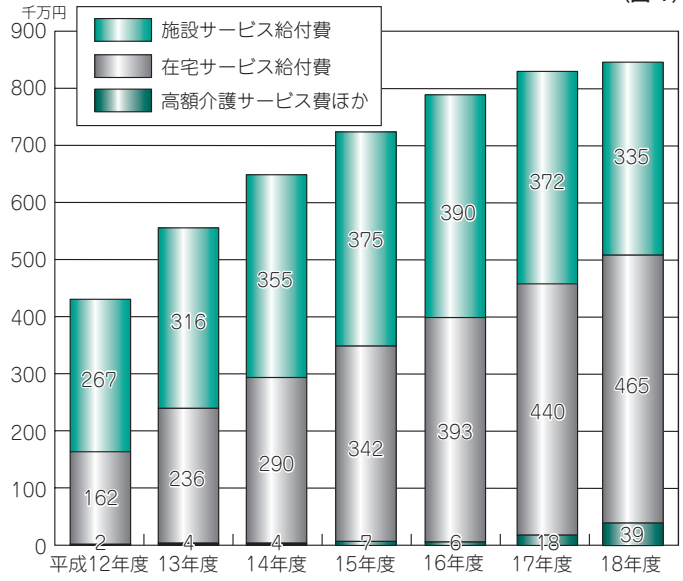
介護保険料の納付

介護保険制度は、介護が必要な方を社会全体で支え合う社会保険制度です。市では、保険料の収納率の低下を防ぐため、訪問催告などを行っています。保険料の未納が増える場合は、保険料の減免制度がありますので、ご相談ください。

◆介護サービス利用者数◆



◆保険給付費決算額◆



1人当たりの保険給付月額額は、在宅サービスは約10万円、施設サービスは約26万円

健康な明日のために 骨粗しょう症検診

日時 12月7日(金)・8日(土) 午前9時～午後3時半  
会場 保健センター  
対象 昭和12・17・22・27・32・37・42・47・52・57・62年生まれ

赤十字事業資金

日本赤十字社では、赤十字事業資金へのご協力をお願いしています。今年も市民の皆さんから50万円を超える善意が寄せられました。寄付金の一部は、地域の赤十字奉仕団の活動や血液事業などに役立てられています。

寄付 (敬称略)

生涯学習課(郷土の森博物館緑化事業)へ  
株式会社武蔵野ビル工場 三万二二八九円  
社会福祉協議会へ  
サミットストア東府中店 一万四二四一円

市民朝市

日時 11月3日(祝)午前6時半～8時/小雨実施  
場所 府中公園  
出店 府中産農作物、魚、菓子、市民の手作り品ほか  
※みかんや調味料などが当たる、お楽しみ抽せん会があります(くじがなくなり次第終了)。  
※衛生上やむを得ない場合を除き、レジ袋は用意しませんので、買物袋などを持参してください。



▲新鮮な野菜などが並びます

リサイクルフェスタ

日時 11月3日(祝)午前10時～午後3時/雨天の場合は4日(日)  
場所 すずかけ公園  
内容 フリーマーケット(約100店)、子供の遊び広場(科学体験、ぞうり作りなど)ほか  
問合せ リサイクルフェスタ実行委員会事務局(360・3751=リサちゃんショップけやき内)



▲ものの有効活用を心掛けましょう

11月3日(祝)は 皆さんで出掛けましょう

### お知らせします

老人保健医療費の状況

75歳以上の方と一定の障害のある65歳以上の方は、老人保健医療制度の加入者となり、医療費のうち、一部負担金を支払うことで、医療を受けることができます。また、医療費総額と一部負担金との差額は、国民健康保険や企業の健康保険などからの拠出金と、国・都市の公費で賄われています。

#### 10月1日から 教育委員、教育委員長、職務代理者が就任

9月の市議会定例会で、府中市教育委員に北島章雄氏の任命が同意されました。また、9月18日の教育委員会定例会で、教育委員の互選により、教育委員長に久芳美恵子氏が、委員長職務代理者に崎山弘氏が就任しました。任期は、10月1日から1年です。

平成18年度の市の老人保健医療費は、129億7263万円です。

10月1日から 教育委員、教育委員長、職務代理者が就任

#### 都知事表彰

このたび、各分野で功労のあった市民の方々が、都知事から表彰されました。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

#### 青少年健全育成功労者表彰

このたび、各分野で功労のあった市民の方々が、都知事から表彰されました。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

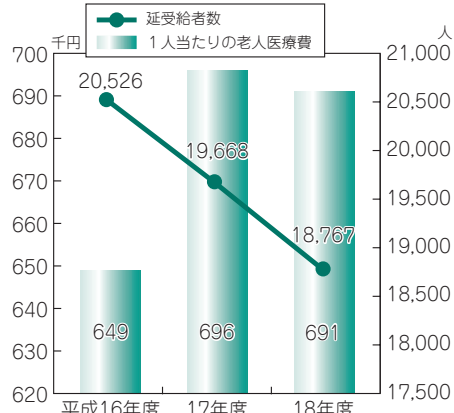
功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

功労者表彰は、秘書課(335・4015)、青少年健全育成功労者表彰は児童青少年課(335・4427)、民生委員・児童委員表彰は地域福祉推進課(335・4161)へ。

#### 延受給者数と老人医療費の推移



早期発見、早期治療を心掛ける。問合せは、高齢者支援課医療係(335・4033)へ。



教育委員長 久芳美恵子(本町3の15/59歳) 委員長職務代理者

教育委員 北島章雄(本町1の2/53歳)

功労者表彰 (10月1日付) 地域活動功労 倉林政夫/府中町二丁目自治会長

民生委員・児童委員表彰 (10月15日付) 規則表彰 石渡慎子/多磨町2・3・4丁目担当

功労者表彰 (10月1日付) 地域活動功労 倉林政夫/府中町二丁目自治会長

青少年健全育成功労者表彰 (10月4日付) 松村信幸/青少年対策第十地区委員会監事

特別功労賞 横山年子/朝日町1丁目担当

功労者表彰 (10月1日付) 地域活動功労 倉林政夫/府中町二丁目自治会長

青少年健全育成功労者表彰 (10月4日付) 松村信幸/青少年対策第十地区委員会監事

特別功労賞 横山年子/朝日町1丁目担当

功労者表彰 (10月1日付) 地域活動功労 倉林政夫/府中町二丁目自治会長

青少年健全育成功労者表彰 (10月4日付) 松村信幸/青少年対策第十地区委員会監事

特別功労賞 横山年子/朝日町1丁目担当

功労者表彰 (10月1日付) 地域活動功労 倉林政夫/府中町二丁目自治会長

青少年健全育成功労者表彰 (10月4日付) 松村信幸/青少年対策第十地区委員会監事

特別功労賞 横山年子/朝日町1丁目担当

## 給食展・大試食会

10/27(土) おいしく楽しく安全に

市では、より安全でおいしい給食の提供を目指す学校給食について、保護者や市民の皆さんに興味や関心を深めていただけるように、10月27日(土)に「給食展・大試食会」を開催します。

日時 10月27日(土)午前10時~午後3時 会場 第一・二学校給食センター ※車での来場はご遠慮ください。

大試食会ゾーン 時間 午前11時~11時半、正午、午後零時半~1時・1時半 定員 先着1000食(1人2食まで) 費用 1食100円 献立内容 豆入りひじきご飯、みそけんちん汁ほか



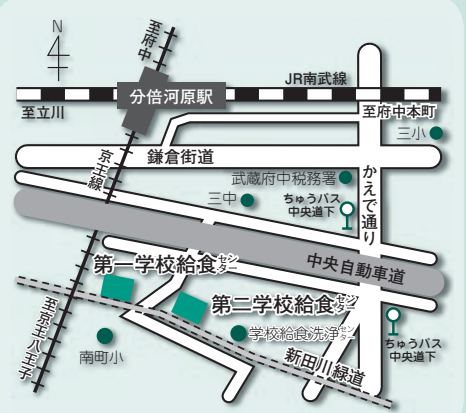
体験ゾーン カードバイキングでの栄養指導 巨大がまでの模擬調理体験



おいしい給食を味わってください

栄養のバランスを学びましょう

調理器具に触れてみましょう



### 出展ゾーン

- 地場産野菜や給食食材納入業者による食品の販売ほか
- 天文観測車による太陽観望会



安全で新鮮な食材を

### 展示ゾーン

- 過去から現在の使用食器や調理器具の展示
- 給食の歴史や地場産野菜・調理風景のパネル展示
- 給食センター紹介ビデオの放映

# お知らせ

## 市立小・中学校の 新1年生保護者説明会

平成20年4月に、市立小・中学校に入  
学する幼児・児童の保護者の方を対象  
に、下の表のとおり保護者説明会を行

学校名	開催日	開始時間	学校名	開催日	開始時間	
一 小	平成20年2月8日(金)	午後2時	小 柳 小	平成20年2月19日(火)	午後2時	
二 小	平成20年2月14日(木)		南白糸台小	平成20年2月22日(金)		
三 小	平成20年2月4日(月)	午後3時	四 谷 小	平成20年2月12日(火)		
四 小	平成20年2月4日(月)	午後2時	南 町 小	平成20年2月22日(金)	午後2時半	
五 小	平成20年2月18日(月)	午後3時	日 新 小	平成20年2月8日(金)	午後3時	
六 小	平成20年2月22日(金)	午後2時半	一 中	平成20年1月19日(土)	午前11時40分	
七 小	平成20年2月28日(木)	午後2時	二 中	11月28日(水)	午後2時35分	
八 小	平成20年2月12日(火)		三 中	平成20年1月18日(金)	午後2時半	
九 小	平成20年2月20日(水)		四 中	11月12日(月)	午後2時45分	
十 小	平成20年2月14日(木)		五 中	11月14日(水)	午後1時半	
武蔵台小	平成20年2月8日(金)		六 中	平成20年1月22日(火)	午後2時40分	
住吉小	平成20年2月5日(火)		午後2時半	七 中	平成20年1月19日(土)	午後2時
新町小	平成20年2月8日(金)		午後2時	八 中	平成20年1月21日(月)	午後2時半
本宿小	平成20年2月5日(火)		午後2時半	九 中	12月3日(月)	午後2時
白糸台小	平成20年2月7日(木)		午後2時	十 中	平成20年1月21日(月)	午後1時半
矢崎小	平成20年2月4日(月)			浅 岡 中	平成20年1月12日(土)	午前10時半
若松小	平成20年2月4日(月)					

います。  
問合せは、学務保健課学務係(335・4436)へ。

## 市長選挙 立候補予定者説明会

平成20年1月27日(日)に行われる  
市長選挙の立候補予定者説明会を開  
催します。  
▽日時 11月14日(水)午後2時

▽場所 市役所北庁舎3階会議室  
▽問合せ 選挙管理委員会事務局選  
挙係(335・4486)

## 東京八王子線(西原町2丁目~国立 市谷保)都市計画変更素案の説明会

▽日時 ①11月6日(火)・②7日  
(水)午後7時~8時半  
▽会場 ①武蔵台小体育館、②国立  
市立国立第七小学校体育館(国立市  
富士見台)  
※車でのお来場はご遠慮ください。  
▽内容 府中都市計画道路3・2・2  
の2号東京八王子線と国立都市計画  
道路3・3・2号東京八王子線のう  
ち、西原町2丁目(西原町一丁目交差  
点)から国立市谷保(国立インター入  
口交差点)の延長約1.3キロメートルの都市  
計画変更素案について  
▽問合せ 計画課地域まちづくり担  
当(335・4412)、または都都市整  
備局街路計画課(03・5388・33  
28)

## 都市計画案の公告・縦覧

▽期間 10月22日(月)から11月5日  
(月)午前8時半~午後5時(土・日曜  
日を除く)  
▽場所 市役所7階計画課  
▽内容 府中都市計画生産緑地地区  
の変更案

※期間中、市民、または利害関係のある  
方は、市に対して意見書を提出できま  
す。  
▽問合せ 計画課地域まちづくり担当  
(335・4431)

## 11月の子育てひろば ポップコーン

▽開催日・会場・対象年齢 下の表のと  
おり  
▽時間 午前10時~正午/園庭開放は  
午前9時半~11時(南・四谷保育所は午  
前10時~11時半)  
▽費用 無料  
▽問合せ 保育課管理係(335・41  
72)

子育てひろば ポップコーン	0歳	1歳	2・3歳
新町文化 芸	12日(月)	19日(月)	26日(月)
四谷文化 芸	1日・29日 (木)	8日(木)	22日(木)
総合体育館	20日(火)	6日・27日 (火)	13日(火)
第九・住吉 学童クラブ	2日・9日・16日・30日(金)		
白糸台学童クラブ	2日・9日・30日(金)		
ポップコーン パパ	0~3歳		
各市立保育所	18日(日)		
園庭開放	0~3歳		
各市立保育所	毎週水曜日		

※対象年齢は目安です。  
※兄弟姉妹で参加する場合は、どちらの対象年齢で  
も参加できます。

# ひろば

■歌謡教室落葉会チャリティ歌謡発  
表会 11月4日(日)午前10時 府中  
グリーンプラザ/無料/問合せは落  
合宅(364・2512)へ

■建設業退職金共済制度 建設現場  
で働く方々のための退職金制度/国  
からの掛金助成や税法上の優遇あり  
/掛金日額310円/事業主が変わっ  
ても退職金は企業間を通算して計算  
/問合せは建退共東京都支部(03・  
3551・5242)へ

■経営セーフティ共済 取引先の突  
然の倒産が原因で経営が悪化したと  
きの資金借入制度/借入れ限度額  
3200万円/無担保・無保証人/掛金  
は税法上経費、または損金に算入/  
問合せは中小企業基盤整備機構(05  
0・5541・7171)へ

■小規模企業共済 小規模企業の経  
営者のための退職金制度/掛金は全  
額所得控除可/受け取る共済金は退  
職所得扱い、または公的年金などの  
雑所得扱い/問合せは中小企業基盤  
整備機構(050・5541・7171)へ

■武蔵府中青色申告会公開講座 11  
月6日(火)午前10時~11時半 中央  
文化 芸/先着50人/無料/内容は改  
正減価償却制度の概要/講師は東京  
税理士会武蔵府中支部税理士/申込  
み・問合せは同申告会(362・8466)へ

■ピースプラザ在宅介護支援 介護  
予防教室 11月10日(土)午前10時~  
11時半 片町文化 芸/対象はおおむ

ね65歳以上の方/無料/内容は講演  
会「歩いて防ぐ体の老化、頭の老化」  
とウォーキング/講師は柴田 愛氏  
(早稲田大学総合研究機構助手)/問  
合せは同支援 芸(336・5831)へ

■なかまTAX音楽コンクールグラ  
ンプリコンサート・倍賞千恵子トー  
クショー 11月15日(木)午後4時半  
府中の森芸術劇場/先着500人/  
無料/内容は小学~高校生による合  
唱、税をテーマに募集した詩・曲の発  
表、トークショー「歌うこと、演じるこ  
と、そして生きること」/主催は武蔵  
府中法人会/申込み・問合せは同会  
事務局(363・3501)へ

■俳句初心者体験会 11月11日(日)  
午後1時半 府中グリーンプラザ/  
費用200円/講師は木村酔山氏(現代  
俳句協会会員)/主催は俳句会・游/  
申込みは電話、またはFAXで杉本  
宅へ/問合せも同宅(365・3351=F  
AX同番)へ

■ふちゅう「子どもまつり」 10月28  
日(日)午前10時~午後3時 東京農  
工大学/費用200円/内容は工作、ミ  
ニSLほか/主催は府中教育連絡会  
/問合せは佐藤あて(090・2172・141  
2)へ

■パァ・パウオレ・フラ「初秋のフラ  
ダンス体験学習」 10月26日(金)午  
後1時半~2時半 多摩交流 芸/対  
象は初心者/無料/内容はフラダン  
スの基礎、簡単な踊り/講師はヒロ  
ラニ・オ・ピカケ・シマダ氏(多摩ハ  
ワイアンフラクラブインストラク  
ター)/申込み・問合せは中田宅(36

2・6707)へ、夜間に

■合唱無料体験講座 10月27日、11  
月10日(土)午前10時~11時半 住吉  
文化 芸/対象は小学生以上の方/曲  
目は「みんなのうた」から/講師は林  
弘明氏(自由の森学園教諭)/主催  
は青空合唱団/問合せは坂本宅(36  
4・3778)へ

■東京理科大学管弦楽団定期演奏会  
11月18日(日)午後5時半 府中の  
森芸術劇場/入場料800円(全席自  
由)/曲目はシベリウス交響曲第2  
番ほか/問合せは小島あて(090・47  
25・5220)へ

■ダンスパーティー 10月29日(月)  
午後6時20分~9時 府中グリーン  
プラザ/対象は市民/費用1000円/  
内容はミキシング・トライアル/申  
込み・問合せは橋本宅(363・1389)へ

■コロジオン版画「年賀状作り教室」  
11月16日(金)・17日(土)午前9時  
~午後4時 生涯学習 芸/定員各日  
15人/無料/内容は筆で描いた版で  
多色刷の年賀状を作る/申込みは11  
月6日(火)まで(必着)に、はがきに  
参加希望日を記入して望月雄二宅  
(〒183-0046西原町4の11の14)へ  
/問合せも同宅(042・572・5064)へ

■絵筆に親しむ会 11月17日(土)午  
前10時~午後3時 西府文化 芸/先  
着20人/費用300円/昼食持参/内  
容は写生やはがきなどの作成ほか/  
講師は宮本能成氏(日本画家)/主催  
は府中美術日本画会/申込み・問  
合せは寺岡宅(302・7705)へ

■伝統文化子供教室「謡曲・仕舞こど

も教室」 11月から平成20年3月の  
日曜日 午前9時半~11時半(全10  
回) 府中グリーンプラザ/無料/先  
着15人/内容は能楽の基礎知識と謡  
曲・仕舞の実技、礼法/講師は清水利  
郎氏(観世流師範)/申込みは電話、  
またはFAXで田中宅へ/問合せも  
同宅(361・7888=FAX同番)へ

■子育て講座「障がいのあるお子さ  
んのリズム遊び」 11月2日(金)午  
前9時半~11時 生涯学習 芸/対象  
は小学2年生までの障がいのある方と  
親/先着10組/無料/内容は親子で  
リズム遊びを楽しみ、発達上の悩み  
を共に考える/講師は永谷郁夫氏  
(リズム講師)ほか/主催はわらしこ  
保育園/申込み・問合せは同園(369・  
2622)へ

■シルバー人材 芸フェア・エイト  
10月26日(金)午前9時半~午後3時  
スクエア21・女性 芸/先着100人/  
無料/内容は3か国の大使館員によ  
る基調講演、介護予防講演ほか/主  
催は第七ブロックシルバー人材 芸共  
同事業実行委員会/当日直接会場へ  
/問合せは府中市シルバー人材 芸  
(366・2322)へ

■ケヤキ囲碁大会 ①11月10日(土)・  
11日・②25日(日)午前10時~午後4  
時半 府中グリーンプラザ/費用  
1000円、高校生以下500円/内容は  
①有段者・無差別個人戦、②級位者個  
人戦/申込みは電話、またはFAX  
で囲碁を楽しむ会へ/問合せも同  
会(314・3433=FAX同番)へ

# 市からの情報かわら版

## 募集

### 子育てひろば「ほのぼ～ひよこグループ」参加者募集

在宅で子育てをしている親子を対象に、子育てひろばを開催します。

▽日時 11月21日・28日(水)・30日(金)、12月5日(水)・7日・14日(金)午前10時～正午(全6回)

▽会場 矢崎幼稚園

▽対象 平成19年3～9月生まれの乳児と保護者

▽定員 先着10組

▽費用 無料

▽内容 親子交流、子育ての相談・情報提供ほか

▽申込み 10月22日(月)から電話で、保育課へ

▽問合せ 保育課地域子育て支援担当(335・4341)

## 催し

### かんきょう塾「ごみ処理施設見学会」

▽日時 11月12日(月)午前9時～正午

▽対象 市民、市内在勤・在学の方

▽定員 先着30人

▽費用 無料

▽内容 武蔵野クリーン(武蔵野市緑町)の見学を通してごみ問題について考える

▽申込み 10月22日(月)から電話、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)

### 観光ガイドツアー「紅葉深まる鳩林荘を満喫する」

鳩林荘は、府中崖線を利用した武蔵野の面影を色濃く残す庭園です。通常は見学することができませんが、関係者のご協力により、観光案内人ボランティアによる観光ガイドツアーの特別企画として実施します。

▽日時 12月6日(木)午後1時～3時半/荒天中止

▽集合場所 観光情報

▽対象 市民/ただし、過去に鳩林荘ツアーに参加した方は除く

▽定員 30人(抽せん)

## 官公庁から

- 北多摩一号水再生(施設見学会と地域交流会) 10月27日(土)午前10時～正午、午後1時半～3時半 同(小柳町6の6)/小雨実施/各回先着50人/無料/内容は環境についての講座、ブルーベリーの苗木・メトロレンガ配布、かきもぎ体験ほか/申込み・問合せは同(365・4302)へ
- 東京外国語大学附属図書館講演会「歴史と冒険～史実とフィクション、そのシンクロニシティ」 10月29日(月)午後6時15分 同大学/先着

▽費用 200円(保険料、資料代)

▽行程 観光情報～普門寺～八幡神社～鳩林荘～競馬場通り～観光情報

▽申込み 11月9日(金)まで(必着)に、往復はがき(1人1枚)に参加希望者(2人まで)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、〒183-8703生活文化部経済観光課「鳩林荘ツアー」係へ

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

## 講座・講習

### PTA家庭教育学級「いじめ・いじめられの関係を切り崩すユーモアの力」

▽日時 11月10日(土)午後1時～3時半

▽会場 五中武道場

▽入場 自由(無料)

▽内容 子供たちが書いたユーモアのある詩を通して、いじめや子供たちを取り巻く様々な問題について考える

▽講師 増田修治氏(小学校教諭)

▽主催 五中・六小・新町小PTA

※上履きと靴を入れる袋を持参してください。

▽問合せ 生涯学習課企画振興係(335・4463)

### 市民スポーツ公開講座「からだのコンディショニング」

▽日時 11月10日(土)午後1時～4時

▽会場 教育

▽対象 地域でスポーツ指導をしている市民

▽定員 先着50人

▽費用 無料

▽内容 体のゆがみの原因を見つけ、筋肉のバランスを調整する方法を学ぶ

▽講師 山本哲二氏(日本ホリスティックコンディショニング協会講師)

▽申込み 10月22日(月)から電話で、体育課へ

▽問合せ 体育課振興係(335・4477)

### 健康管理公開講座「60歳からの生きがい人生」

▽日時 ①11月1日・②8日・③15

日・④22日(木)午後1時半～3時

▽会場 ①中央・②押立・③四谷・④片町文化

▽定員 各日先着50人

▽費用 100円(教材費)

▽内容 メタボリックシンドロームの原因と予防の方法

▽講師 金岡健二氏(健康管理士)

▽申込み 電話、またはFAXに参加希望日を記入して、東京都健康管理士会・金岡あてへ

▽問合せ 市民活動支援課支援係(335・4035)、または東京都健康管理士会・金岡あて(365・0584=FAX同番)へ

### 消費生活講座「快適生活入門～質素で優雅な暮らし方」

▽日時 11月13日(火)午後2時～4時

▽会場 府中駅北第2庁舎3階会議室

▽対象 市民

▽定員 先着60人

▽内容 賢い生活術や家計の見直しなど、日々の生活に役立つ知識や知恵について

▽講師 浦浜三明氏(ライフアップ・企業研究所代表)

▽申込み 10月22日(月)から電話で、経済観光課へ

▽問合せ 経済観光課消費生活係(335・4124)

## お知らせ

### 私道の固定資産税・都市計画税の非課税の申込み

平成20年1月1日現在、次のすべてに該当する私道は、原則として申

込みにより平成20年度以降の固定資産税・都市計画税が非課税となります。

○幅員が1.5以上あること

○使用上の制約がなく、不特定多数の人が利用できること

○公道に接続していて2家屋以上、または1家屋で2世帯以上に区分された家屋があること

○私道部分が分筆されていること(分筆されていないものは、求積図などで私道部分が特定できること)

▽申込み 平成20年1月31日(木)までに、市役所2階資産税課へ

※すでに非課税の私道は、申込みの必要はありません。

▽問合せ 資産税課土地係(335・4445)

### 土地の現況調査にご協力を

平成20年度の土地の固定資産税・都市計画税の課税の基礎資料作成のため、12月28日(金)まで、土地の現況調査を行います。

調査は、身分証を携帯した市の職員が行います。また、調査のために、敷地内に立ち入る場合もあります。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

問合せは、資産税課土地係(335・4445)へ。

### 家屋調査にご協力を

家屋を増・改築、取り壊しをした方は、必ず資産税課へご連絡ください。

なお、新築家屋で登記しない場合や家屋の用途を一部変更(居宅から店舗、事務所から共同住宅など)した場合もご連絡ください。

問合せは、資産税課家屋係(335・4446)へ。

## 9月の市内の交通事故と犯罪発生件数

府中警察署速報値

9月の交通事故、犯罪発生件数は減少しました。二輪車は危険な運転をすると、大きな事故につながる恐れがあります。プロテクターやヘルメットを正しく着用し、自己の運転技量や車両の性能を過信することなく、安全運転に努めましょう。

また、ひったくりが多発しています。手荷物は道路とは反対側の手にしっかりと持ち、自転車のかごにはひったくり防止ネットをつけるなど十分に注意しましょう。

問合せは、地域安全対策課安全係(335・4147)へ。

( )は前年比

交通事故	発生件数(件)	事故当事者(人)			
		歩行者	自転車	二輪車	四輪車
	93(7減)	13(4増)	39(14減)	23(1減)	98(1減)
犯罪発生(単位:件)	全刑法犯	侵入盗	乗り物盗	ひったくり	振り込め詐欺
		245(26減)	7(8減)	90(18減)	4(3増)

※交通事故は事故1件に対し、複数の当事者の計上となっています。犯罪発生の全刑法犯数は、その他の犯罪(141件)を含みます。

200人/無料/講師は辻原 登氏(作家)/当日直接会場へ/問合せは同図書館総務係(330・5193)へ

■都老人総合研究所特別講演「認知症はここまで治せる!防げる!」 11月9日(金)午後1時～4時半 調布市グリーンホール(調布市小島町)/先着1300人/無料/内容は認知症発症のしくみや治療法・予防法などについての最新研究成果/手話通訳あり/講師は本間 昭氏(同研究所研究員)ほか/当日直接会場へ/問合せは同研究所研究調整部(03・3964・3241)へ

■国分寺崖線保全再生フォーラム「つないで守る・結んで育む～緑と水

の風景軸」 11月10日(土)午前10時半～午後4時半 東京経済大学(国分寺市南町)/内容は国分寺崖線の保全と良好な景観形成について考える/申込みは11月2日(金)までに、電話で同フォーラム事務局へ/問合せも同事務局(325・0111=国分寺市都市計画課内)へ

■都立府中工業高校公開講座「親子で楽しむパソコン講座～年賀状を作ってみよう!」 11月25日(日)、12月1日(土)・2日(日)午前9時～午後4時(2日は正午まで、全3回) 同校/定員8組16人(抽せん)/費用1500円/はがき持参/申込みは11月9日(金)まで(必着)に、往復はがきで同

校「公開講座」係(〒183-0005若松町2の19)へ/問合せも同校(362・7237)へ

■国民年金保険料9月分の納期限及び口座振替日 10月31日(水)/納付場所は郵便局、金融機関、コンビニエンスストア/問合せは府中社会保険事務所(361・1011)へ

■都食品衛生自主管理認証制度 都では、食の安全・安心確保に向けて、食品関係施設が行っている衛生管理を評価し、一定の水準にある施設を認証・公表しています/問合せは多摩府中保健所食品衛生担当(362・2334)へ

# 市からの情報かわら版

## お知らせ

### 市の施設 11月の休館日

- 文化センター
  - 各文化室 3日・23日(祝)
  - 西府・新町・是政文化室 5日(月)
  - ▽問合せ 文化コミュニティ課管理係(335・4137)
- 体育館
  - 総合体育館 5日(月)・8日(木)・16日(金)・19日(月)
  - 押立・栄町・四谷体育館 12日(月)・21日(水)・22日(木)
  - 白糸台・本宿体育館 14日(水)・15日(木)・26日(月)
  - ▽問合せ 総合体育館(363・8111)、各地域体育館は体育課施設係(335・4488)

### 納期限のお知らせ

- ▽種別 市(都)民税第3期分、国民健康保険税第3期分
- ▽納期限及び口座振替日 10月31日(水)
- ※口座振替を利用している方は、預金

残高をご確認ください。  
▽問合せ 納税課管理係(335・4448)

### ご利用ください 臨時納税窓口

- ▽日時 10月28日(日)午前9時~午後5時
- ▽場所 市政情報室
- ▽内容 市税、国民健康保険税、介護保険料、保育料の納付
- ▽問合せ 納税課管理係(335・4448)、高齢者支援課介護保険係(335・4021)、保育課管理係(335・4172)、当日は市政情報室(336・1818)

## スポーツ

### 四半的弓道の集い

- ▽日時 11月10日(土)午前9時
- ▽会場 総合体育館
- ▽対象 市民
- ▽費用 無料
- ※体験コーナーもあります。
- ▽申込み 当日直接会場へ
- ▽問合せ 体育課振興係(335・4

499)

### 地域体育館団体利用を受付

- 地域体育館(白糸台・押立・栄町・日吉・本宿・四谷体育館)の平成20年1月から3月の団体・貸切利用の申込みを受け付けます。
- ▽対象 次のすべてに該当する団体
  - 10人以上の会員で組織した市内のスポーツクラブ、またはそれに準ずる団体
  - 営利を目的としていない団体
  - ほかのクラブ・団体と協調して活動できる団体
- ▽申込み 11月2日(金)から8日(木)に、決められた用紙(各地域体育館に用意)で、各地域体育館へ
- ▽問合せ 白糸台体育館(363・1004)、押立体育館(367・0750)、栄町体育館(367・0611)、日吉体育館(363・2501)、本宿体育館(366・0831)、四谷体育館(368・7455)

### 少年剣道大会団体戦 参加チーム募集

- ▽日時 12月2日(日)午前8時半
- ▽会場 総合体育館
- ▽対象 市内の小・中学生で編成され、平成19年度スポーツ傷害保険に加入しているチーム
- ▽チーム編成 1チーム7人/先鋒・次鋒(小学4年生以下)、5将・中堅・3将(小学6年生以下)、副将・大将(中学生以下)

※補欠は小学4年生以下、小学6年生以下、中学生で各1人です。  
※4~6人のチームでの参加もできます。  
▽費用 無料  
▽申込み 11月16日(金)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・4477)



▲チームの心を一つにして

## 審議会・協議会など

### ■文化財保護審議会

10月29日(月)午後3時 市役所北庁舎3階会議室/傍聴希望の方は24日(水)までに、文化財担当へ/問合せは同担当(335・4473)へ

### ■都市景観審議会

10月30日(火)午前10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/問合せは計画課地域まちづくり担当(335・4412)へ

### 自転車のルールとマナーを守りましょう

# 駅前放置自転車 クリーンキャンペーン

10月22日(月)から31日(水)に、都内全域で駅周辺の放置自転車をなくすため、「駅前放置自転車クリーンキャンペーン」を実施します。

期間中は、自治会や事業者などと協力して、市内の9駅で自転車の放置防止を呼び掛けます。

現在、市内の各駅周辺には合わせて約1000台の自転車が放置され、歩行者の通行を妨げ、特に障害のある方や高齢者の安全な通行を脅かしています。また、災害時の避難や緊急時の交通障害、都市景観を損なうなど様々な弊害をもたらしています。

「私の1台くらいなら」という気持ちで、放置自転車を増加させ、様々な迷惑の原因になります。自転車を利用する一人ひとりがルールとマナーを守り、住みよいまちづくりにご協力ください。

問合せは、地域安全対策課施設管理係(335・4069)へ。

### 放置自転車は撤去します

撤去した自転車は、市内4か所の自転車保管所で保管しています。引き取りの際には、撤去料・保管料を徴収します。

- ▽各駅の保管所
  - 府中駅周辺…矢崎町自転車保管所(矢崎町2の27)・小柳町自転車保管所(小柳町6の1)
  - 東府中・多磨霊園・武蔵野台・多磨・白糸台・競艇場前・是政・府中競馬正門前駅周辺…八幡町自転車保管所

- (八幡町1の24)
- 中河原・分倍河原・府中本町・北府中駅…四谷自転車保管所(四谷6の57)
- ▽保管所開設日時
  - 月・水・金・日曜日 午前9時~午後4時
  - 火・木曜日 午後1時~4時
  - ※土曜日、祝日、年末年始は返還業務は行いません。
- ▽引き取りに必要なもの
  - 身分証明書(免許証・保険証・学生証など)
  - 印鑑

- 撤去料(2000円)・保管料(1日50円/最大20日分)

※引き取り者が所有者本人でない場合は、委任状が必要です。

## 守りましょう自転車のルールとマナー

- 点字ブロック(視覚障害者誘導用ブロック)は、視覚障害のある方が安全に歩行するために配置されています。周囲に自転車などを放置すると、大きな事故につながりますので、絶対にやめましょう
- 自転車の走行が認められている歩道では、歩行者を優先し、車道側

- を徐行しましょう
- 駅から800メートル以内の方が歩いて駅を利用すると、駅周辺の放置自転車は大幅に解消されます。健康のためにも駅に近い方は歩きましょう
- 事故防止のため、自転車は定期的に点検・整備をしましょう



▲自転車駐車場をご利用ください

## 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 ☎ 336・5708  
 ・体育受付 ☎ 336・5701

### 生涯学習セミナー受講生募集

#### ①教養セミナー

■東京外国語大学連携講座「アラブの世界の人々、その文化と歴史」/F  
 日程・内容・講師は下の表のとおり  
 講堂/定員290人/費用1600円

回	日程	内容	講師
1	11月30日(金)	エジプトの歴史と社会	八木久美子氏 (東京外国語大学教授)
2	12月7日(金)	エジプト人の生活と文化	
3	12月14日(金)	パレスチナの歴史と社会	藤田 進氏 (東京外国語大学教授)
4	12月21日(金)	パレスチナ人の生活と文化	

※時間は、いずれも午後2時~4時。

■府中の森芸術劇場連携講座「オペラの楽しみ」/F

11月26日(月)午後2時~4時 講堂  
 /定員290人/費用300円/内容はモーツァルト「魔笛」の解説/講師は石戸谷結子氏(音楽ジャーナリスト)

#### ②実技セミナー

■年賀状作成講座/F

コース名・日程は下の表のとおり パソコン学習室/定員各19人/費用2000円

コース名	日程
Aコース	11月6日(火)・8日(木)・13日(火)
Bコース	11月14日(水)・16日(金)・20日(火)

※時間は、いずれも午後1時半~4時半。

対象は平成4年4月1日以前生まれで①は市民、市内在勤・在学の方、②はパソコンの操作ができる市民/申込みは10月28日(日)①の「府中の森芸術劇場連携講座」は11月5日(月)まで(当日消印有効)に、①ははがき、または講座応募箱、②は往復はがき(1人1枚)に希望講座・コース名、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、当館学習事業係へ/電子申請可/申込み多数の場合は初めての方を優先して抽せん/問合せは学習事業係へ

### テレビ広報

## 「まるごと府中」放映中!

市では、ケーブルテレビを活用した行政広報番組、テレビ広報「まるごと府中」を毎日放送しています。

府中らしい魅力ある情報を、分かりやすくお伝えします。

問合せは、広報課広報担当(335・4019)へ。

▽日時 毎日の午前11時、午後3時・8時(15分番組)

■生涯学習センター体育室休場のお知らせ  
 10月27日(土)午前9時~正午は、市主催事業のため全面休場します/問合せは体育受付へ

### 生涯学習センター11月の休館日

5日(月)・21日(水)・22日(木)/宿泊施設は4日(日)・20日(火)も利用不可/問合せは管理係(336・5700)へ

### 郷土の森博物館

〒183-0026 南町6の32  
 ☎ 368・7921  
 入場料 200円(中学生以下100円)

■自然講座「森の野鳥ガイド~都市の自然は再生可能か」

11月24日から12月15日の毎週土曜日 午後2時半~4時(全4回) 本館/対象は高校生以上の方/定員30人(抽せん)/費用1000円/内容は雑木林で見られる野鳥の観察と自然の再生についての考察/申込みは11月14日(水)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、返信用あて名を記入して、当館へ

■ゴムスタンプを彫ろう

11月4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

■はたおり教室

11月3日(祝)午前10時~午後3時 ふるさと体験館/対象は小学4年生以上の方/先着10人/費用1000円/内容はマフラー作り/申込みは電話で当館へ

■森のお話会~紙芝居 10月27日(土)午後2時45分 旧郵便取扱所脇/対象は5歳以上の方/内容は「さるかにがっせん」「花かごわっしょい」ほか/語りは十べえお話の会

■フリーマーケット出店者募集

11月17日(土)・18日(日)午前9時~午後3時 園内/雨天中止/対象は営利を目的としない個人、またはグループ/各日先着60店/出店料1000円/内容は家庭で不用になった生活用品の販売/申込みは10月23日(火)午前9時から電話で当館へ

◇◇◇  
 郷土の森博物館11月の休館日  
 5日・12日(月)・15日(木)・16日(金)・19日・26日(月)

### 府中市美術館

〒183-0001 浅間町1の3  
 ☎ 336・3371

■美術館講座「東京国際版画ビエンナーレと1970年代の版画」/F

10月27日(土)午後2時 講座室/無料/講師は当館学芸員/当日直接会場へ

### 府中市美術館11月の休館日

5日・12日・19日(月)から30日(金)

### 府中の森芸術劇場

〒183-0001 浅間町1の2  
 ☎ 335・6211

■ルミエール府中開館記念公演~耳で読む音楽会

12月2日(日)午後2時 ルミエール府中/定員400人(抽せん)/無料/内容は楽しいお話と音楽について/出演は神津善行(作曲家)、神津カンナ(作家)、三船優子(ピアノ)ほか/申込みは11月10日(土)まで(必着)に、往復はがき(1枚2人まで)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号、返信用あて名を記入して、当館「耳で読む音楽会」係へ/小学4年生以下のお子さんの入場不可

### 府中の森ウィーンコレクション 和谷泰扶ハーモニカ・リサイタル

■出張コンサート

11月4日(日)①午前11時、②午後3時半 ①四谷・②是政文化会館

■アフタヌーンコンサート

11月7日(水)午後2時 ウィーンホール/小学校入学前のお子さんの入場不可

◇◇◇  
 無料/出演は和谷泰扶(ハーモニカ)、和谷麻里子(ピアノ)/曲目はシュランメル...「ウィーンはウィーン」「赤とんぼ」ほか/問合せは事業係(335・6210)へ

和谷泰扶



府中の森芸術劇場11月の休館日  
 8日(木)・12日・26日(月)

### 子ども家庭支援センター「たっち」

〒183-0023 宮町1の50  
 ☎ 354・8700

■リフレッシュ保育1月分利用受付  
 対象は1歳~就学前の幼児の保護

者で利用登録している方/1時間ごとに先着8人/費用(1時間)市民1人目800円・2人目400円・3人目以降200円、市内に2親等以内の親族がいる市外の方1人目1000円・2人目500円・3人目以降300円/内容は午前10時~午後5時で継続して4時間を限度に月8日までの一時預かり/申込みは11月1日(木)から利用日の2日前までに、決められた用紙(当館総合受付に用意)で当館総合受付へ/2日(金)以降は電話での予約可

◇◇◇  
 子ども家庭支援センター「たっち」11月の休館日  
 12日(月)

### 府中グリーンプラザ

〒183-0055 府中町1の1  
 ☎ 360・3311

■フロアコンサート「秋の大正琴・ハーモニカジョイントコンサート」

11月3日(祝)午後2時 第1音楽練習室/無料/出演はけやき琴の会、夕顔琴の会、シクラメンハーモニカサークル/曲目は「知床旅情」「秋桜」「トロイカ」「黒田節」ほか

◇◇◇  
 府中グリーンプラザ11月の休館日  
 7日(水)・20日(火)

### 介護予防推進センター

〒183-0033 分梅町1の31  
 ☎ 330・2010

■元氣一番介護予防健診

12月3日・10日(月)午前9時、午後1時/対象は65歳以上で介護保険サービスを利用していない市民/定員100人(抽せん)/無料/内容は質問と体力測定/申込みは10月31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)、生年月日、電話番号、返信用あて名を記入して、当館へ/昭和12年・17年12月生まれの方は別に通知する募集要領で応募/健診日時は後日通知

### 心身障害者福祉センター

〒183-0026 南町5の38  
 ☎ 360・1312/FAX 368・6127

■当事者相談

11月1日(木)午後1時~4時半/対象は視覚障害のある方とその家族ほか/無料/申込みは当館へ

■心身障害者福祉センターまつり

11月3日(祝)午前10時~午後3時/無料/内容はミニ手話講習会、障害疑似体験、体力測定、模擬店、点字体験、作品展示、講演会「障害者を取り巻く環境について」(午前11時)ほか

### スクエア21・女性センター11月の休館日

10日(土)・19日(月)/問合せは当館(351・4600)へ

### ふれあい会館11月の休館日

10日(土)/問合せは当館(334・3011)へ

# 11月の予防と相談

- 会場の記載のないものは、保健センターで行います
- 予防と相談は無料です
- 各事業の申込み・問合せは、それぞれの申込み日の午前8時半から受け付けます/申込み日の記載のないものは、当日直接会場へ
- このコーナーは、毎月21日号に掲載します

## 母子保健・相談

申込みは母子保健係(368・5333)へ

- はじめてのパパママ学級(4回コース) / 申込み…10月23日(火)から  
11月30日、12月7日・14日(金)午後1時半～3時50分・22日(土)午前9時半～正午/対象は受講時妊娠16～27週の初産の妊婦/定員40人/内容は妊娠中の健康管理、出産の準備、妊婦体操、もく浴実習ほか/7日・22日は配偶者の参加可(妊婦体験用モデルの試着、もく浴実習ほか)
- はじめてのパパママ学級(半日コース) / 申込み…10月23日(火)から  
11月17日(土)午前9時～11時半/対象は受講時妊娠24～36週の初産の妊婦と配偶者/定員30組/内容は歯科保健講話、もく浴実習、妊婦体験用モデルの試着ほか
- 母子保健相談 申込み…10月24日(水)から  
①11月7日(水)午後1時半～4時・②12日(月)・14日(水)・19日・26日(月)午後1時半～2時/定員①8人、②各日2人/内容は助産師による妊娠・出産・母乳育児・乳房の相談
- 子育て相談室  
受付は月曜から金曜日 午前9時～11時、午後1時～4時 保健分館/内容は保健師・看護師・栄養士・歯科衛生士による電話・面接相談(面接相談は原則として電話予約)
- ママクラスクッキング 申込み…10月23日(火)から  
12月4日(火)午前10時～午後1時 中央文化館/対象は受講時妊娠16～27週の初産の妊婦/定員15人/内容はお母さんになるための簡単バランス料理実習、試食/エプロン、三角きん、ふきん、母子健康手帳持参
- 離乳食教室前期 / 申込み…10月24日(水)から  
11月6日(火)・29日(木)午後1時半～3時/対象は平成19年4～6月生まれで第1子の保護者/定員各日25人/内容は離乳食のすすめ方、調理実演、

- 試食、懇談ほか
- 離乳食教室後期 / 申込み…10月25日(木)から  
11月16日(金)・21日(水)午後1時半～3時/対象は平成18年11月～平成19年2月生まれで第1子の保護者/定員各日25人/内容は離乳食のすすめ方、調理実演、試食、懇談ほか
- 幼児食教室 / 申込み…10月23日(火)から  
11月2日(金)午前10時～正午/対象は平成17年11月～平成18年4月生まれで第1子の保護者/定員20人/内容は栄養士の講話、調理実演、試食、懇談ほか/託児あり
- 親子の歯みがき教室 申込み…10月25日(木)から  
11月6日(火)午前10時～11時/対象は歯が生えている乳児と保護者/定員25組/内容は歯科医師、歯科衛生士による話
- 1歳児予防歯科指導教室  
11月9日・16日(金)午前10時半、午後1時半/対象は平成18年10月生まれの幼児と保護者/内容は歯科衛生士による歯磨き指導/申込みは予防歯科指導担当(368・5322)へ

## 健診(検診)・予防接種

申込みは母子保健係(368・5333)へ

- 結核予防接種(BCG)  
11月1日(木)/受付は午後1時40分～2時40分/対象は平成19年7月生まれの乳児/接種が遅れている方も生後5か月まで可/検温は当日会場/母子健康手帳を持って、必ず保護者同伴で
- 結核検診(胸部X線間接撮影)  
11月1日(木)午後1時半～3時/対象は15歳以上の市民/託児あり
- 3・4か月児健康診査と産婦健康診査  
11月8日・15日・22日(木)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成19年7月生まれの乳児とその母親
- 1歳6か月児健康診査  
11月12日(月)・14日(水)・19日・26日(月)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成18年4月生まれの幼児
- 3歳児健康診査  
11月13日・20日・27日(火)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成16年10月生まれの幼児
- 妊婦歯科健康診査  
11月6日、12月4日(火)午後1時半/対象は受講時妊娠16～27週の妊婦/定員各日20人/内容は歯科健康診査、歯磨き指導/母子健康手帳、受診票持参/市内協力歯科医院でも受診可
- 2歳・2歳6か月・4歳・5歳児幼児歯科健診  
①11月8日(木)午前9時半～11時15分、午後1時

15分～3時・②21日(水)午後1時15分～3時・③29日(木)午前9時半～11時15分、午後1時15分～3時/対象は①平成17年10月生まれの幼児、②平成14・15年10月生まれの幼児、③平成17年4月生まれの幼児/内容は歯科健康診査、歯磨き指導/申込みは予防歯科指導担当(368・5322)へ

## 成人保健講座・相談

申込みは成人保健係(368・6511)へ

- 健康講座「あなたの胃は大丈夫?～食生活の胃胃はなし」 / 申込み…10月22日(月)から  
10月31日(水)午前10時～11時半 保健分館/先着45人/無料/内容は胃がん予防のための生活習慣について/講師は保健師ほか
- 健康診査後フォロー相談 申込み…10月22日(月)から  
11月1日(木)午前9時、午後1時半/対象は今年度の成人健康診査などを受診した方で、総コレステロールや中性脂肪、血圧、血糖値、尿酸値などの検査数値が高く心配な方/各回先着15人/内容は生活習慣病予防についてのグループワーク、医師・保健師・栄養士などによる個別相談
- 肝炎ウイルス相談 申込み…10月22日(月)から  
10月26日(金)、11月21日(水)午前9時～午後4時 保健分館/対象は成人健康診査で今までにB型肝炎ウイルス検診の結果で陽性と判定された方、またはC型肝炎ウイルス検診の結果で感染している可能性が極めて高いと判定された方/無料/内容は保健師による個別相談/予約制/日程の都合が悪い方は、電話でご相談ください
- 歯科なんでも相談 申込み…10月22日(月)から  
11月15日(木)午後1時半～3時 保健分館/先着15人/内容は歯科医師、歯科衛生士による歯の健康相談

## 多摩府中保健所

TEL(362・2334)

- 11月の心の相談事業  
①酒害相談…2日(金)、②高齢者の心の相談…5日(月)・15日(木)、③思春期相談…13日(火)、④心の健康相談…19日(月)①②④午後2時～4時、③午前10時～正午 多摩府中保健所/申込みは地域保健係へ
- アレルギー講演会  
11月7日(水)午後2時～4時 多摩府中保健所/先着80人/内容はアトピー性皮膚炎の治療とスキンケアについて/講師は大矢幸弘氏(国立成育医療センター医長)/託児は2歳以上の幼児で先着10人/申込みは地域保健係へ

## 1・2・3 市民

特集 NPO・ボランティア団体

幸せづくり 夢づくり  
NPO法人コットンハウス、フレンズ

NPO法人コットンハウス、フレンズは、「障害のある人もない人も、共に学び・働き・遊び・表現し、自己実現と社会貢献を目指す」を理念に、平成8年3月に活動を始め、さらに充実した精神保健福祉に貢献するため、平成19年2月にNPO法人格を取得しました。

主な活動は、心の病を体験して地域で生活しづらくなった方たちが、その人らしく生きる力をつけるためのプログラムを実施することで、特に力を入れているのは、働くことと表現することです。

仕事は、公園・施設の清掃や情報誌の配布などの委託業務、素材を生かした製品作りとその販売・営業事務のほか、近隣の清掃ボランティアなどを行っています。また、市が10月に開所した障害者就労支援施設こやなぎ(通称フレンズファーム)で、農園作業を通じた就労支援をしています。今後は障害者自立支援法による、就労移行・継続支援事業も行っていく予定です。

表現活動では、絵画・木工・音楽など

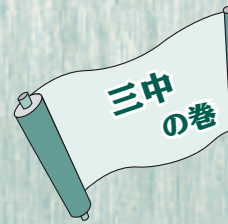
を通して、心のいやしと自己肯定を推進するとともに、身近な方や地域の方へ障害に対する理解を呼び掛けます。

「だれもが今ここにいることを大切に思い、人との出会いの中で素晴らしい自分を見出し、自他共に尊重し、支え、助け合える社会を目指して、これからも活動を続けていきます」と、理事の土屋真理子さんは話します。

▽NPO法人コットンハウス、フレンズ(住吉町2の13/368・2550)



▲歌も演奏もみんなで楽しみながら



## 府中市今昔物語

～懐かしいあの場所を訪ねて

三中は、市立小・中学校では初の鉄筋コンクリート造の校舎として、昭和35年に開校しました。

三中校舎は、市の耐震事業によって改築が進められ、今年9月に新校舎として生まれ変わりました。今後市では、校庭の地下に多目的貯水槽を設置し、災害に強いまちづくりを進めます。

3年前の10月23日は、新潟県中越地震が発生しました。家屋の倒壊などによって亡くなられた方々のごめい福と、今もなお避難生活を余儀なくされている方々のご健康をお祈りするとともに、家庭でも万一に備えて家具の転倒防止や非常用品の用意など、災害対策を確認しましょう。



(写真上)屋上からの眺望も楽しみとされた開校当時の三中校舎、(写真下)1階からの吹き抜けが開放的な現在の三中校舎



※各ページの㊦マークは、「ふちゅうカレッジ100」の対象事業です。