

分別のご確認を 有害ごみ・危険ごみ



市民・事業者の皆さんのご協力により、市のごみ減量は確実に推進されています。しかし、ごみ・資源のうち、特に有害ごみ・危険ごみの分別が徹底されていない状況が見受けられます。ごみの処理・資源のリサイクルを円滑に行い、今後もさらなるごみ減量を推進していくために、引き続き、皆さんのご協力をお願いします。問合せは、ごみ減量推進課リサイクル係(335・4437)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、市内在学の方
▽作品の規格 四ツ切判画用紙/写真などの素材の貼付不可
▽内容 ごみ減量・リサイクルに効果的な標語を入れたポスター/未発表の作品で1人1点
▽申込み 9月6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・組を記入して、〒183-8703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ます。

■マイバックコンクール作品募集

▽対象 小・中学生で、市民、市内在学の方
▽内容 買い物袋として使用できる手作りのバッグ/未発表の作品で1人1点
▽申込み 9月21日(水)まで(必着)に、作品に住所、氏名(ふりがな)、学校名・学年・組、作品の説明を記入した用紙を添えて、〒183-8703環境安全部ごみ減量推進課へ/持参可
※作品は、11月に開催する消費生活展で展示する予定です。
※作品の使用権は市に帰属します。
▽問合せ 市民マイバッククラブ事務局(335・4437=ごみ減量推進課内)

危険です 有害ごみ・危険ごみ

有害ごみは蛍光灯、乾電池、水銀体温計などです。これらは水銀を含んでおり、市指定有料袋に混入して排出すると、ごみ収集車の中で破損し、有害物質が飛散する恐れがあります。

危険ごみはスプレー缶、カセットボンベ、ライターなどで、市指定有料袋に混入して排出すると、ごみ収集

車の中で爆発する恐れがあります。有害ごみ・危険ごみは、必ず分別して4週に1回の収集日に排出してください。自己処理をお願いしている事業者の方も、必ず分別をお願いします。

ご注意ください ポスター・花火の分別

■ポスター 特殊な合成紙でできたポスター

(手で破けない、水に強いなど)は、紙としてリサイクルができません。燃やすごみとして排出してください。

■花火

花火は使用・未使用にかかわらず、十分水に湿らせてから、燃やすごみとして排出してください。



交通事故にご注意を 市内で死亡・重傷事故が多発

市内では、6月15日から28日のわずか2週間で、4件の死亡事故と1件の重傷事故が発生しました。1月から6月の死亡事故件数は、前年と比較して2件増加しています。

死亡事故は、夕方から深夜に発生し、また、65歳以上の方が関与する事故が増加しています。

交差点での一時停止、歩道での歩行者優先などの交通ルールを守り、気持ちと時間にゆとりをもって、交通安全に心掛けましょう。

また、節電のために道路が暗くなっている場所があります。夜間の外出時は明るい色の服装や反射材を身に付けるなど、交通事故に遭わないようにしましょう。

問合せは、地域安全対策課安全係(335・4147)、または府中警察署交通課(360・0110)へ。



▲子どもたちが元気に学習できるように

全ての市立小・中学校、市立幼稚園に冷房を設置

市では、昨年の記録的な猛暑をきっかけとして、児童・生徒などの教育環境の整備を図るため、市立小・中学校の普通教室と市立幼稚園の教室に冷房設備を設置しました。

東日本大震災の影響で、予定されていた国の補助金交付の見通しが立たない状況や機器の生産が危惧されるなどの心配がありました。一部、都の補助金を利用して、冷房設備が未設置であった小学校19校・中学校9校

の普通教室、幼稚園3園の教室に冷房設備を設置し、7月から、運転を開始しています。なお、今回設置した小・中学校には、電力消費の少ないGHP(ガスエンジンヒートポンプ方式)の空調機器を採用しています。また、教室内の温度を28度設定するなど節電対策を行っています。問合せは、総務課施設係(335・4429)へ。

市からの情報かわら版

○各事業の申込み(先着順)で、時間の指定のないものは、午前8時半から受け付けます。

募集

まちなみ探偵団 「まちのお宝を探そう」

あなたの好きな市内に残る昔のもの・風景などの写真を募集します。

▽対象 小学生以上の方

▽申込み 8月31日(水)までに、決められた用紙(市役所7階計画課に用意)に写真を貼り、紹介文を記入して、計画課へ

※用紙は、市のホームページからダウンロードできます。

※応募した方(先着150人)には、記念品を差しあげます。

※作品は返却しません。

▽問合せ 計画課土地利用担当(335・4412)

講座・催し

市民ボランティア環境調査 「小川でガサガサ魚とり」

▽日時 8月7日(日)午前9時~11時半/荒天中止

▽集合場所 四谷文化館

▽対象 市民、市内在学の方/小学3年生以下は保護者同伴

▽定員 先着30人

▽費用 無料

▽内容 手網で魚とり、自然観察ほか

▽講師 野口道夫氏(府中かんきょう市民の会会員)ほか

※水に入れる靴(サンダル不可)、魚を入れる容器を持参してください。

▽申込み 電話、またはFAXで府中かんきょう市民の会・野口宛(364・0623=FAX同番)へ

▽問合せ 環境政策課環境改善係(335・4196)

親子でおもちゃづくりを 楽しもう

▽日時 8月18日(木)午後1時~4時半

▽集合場所 大國魂神社大鳥居前

▽対象 小学生の市民と保護者

▽定員 先着30人

▽費用 無料

▽内容 リサイクルプラザの見学、ペットボトル・紙バック工作

▽申込み・問合せ ごみ減量推進課リサイクル係(335・4437)へ

市民農業大学受講生募集

府中市押立営農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、府中市農業後継者連絡協議会の協力で「秋野菜コース」を開催します。

■そばコース

▽日程 8月21日(日)、9月から12月の土曜日 午前中(全6回程度)

▽場所 押立町4の12の農地

▽費用 500円

▽内容 種まき、花の観賞、収穫、試食

■秋野菜コース

▽日程 9月4日から12月の日曜日 午前中(全10回程度)

▽場所 南町1の22の農地

▽費用 200円

▽内容 キャベツ、白菜、ブロッコリー、大根などの植付け・収穫ほか

◆ 共通項目 ◆

▽対象 市民

▽定員 各50人(抽せん)

▽申込み 8月5日(金)まで(必着)に、往復はがきに参加希望コース名、参加希望者全員の住所、氏名、年齢、電話番号、返信用宛名を記入して、〒183-8703市民生活部経済観光課へ

▽問合せ 経済観光課農政係(335・4143)

フクシマを福島に再生する 現場と科学者とあなたの集い

▽日時 7月23日(土)午前10時~午後5時

▽会場 東京農工大学

▽定員 先着150人

▽費用 無料

▽内容 福島の人々の暮らしをどう再生するか考える

※昼食を持参してください。

▽申込み 当日直接会場へ

▽問合せ 環境政策課環境改善係(335・4196)、または東京農工大学農学部・野村宛(367・5790)



▲日本を応援するヘルナルス区の子供たち

友人都市ウィーン市ヘルナルス区の方々によって集められた東日本大震災の義援金1万3000ユーロ(150万1760円)が、市を通して宮城県多賀城市へ送られました。

ヘルナルス・府中友好協会会長ロベルト・プレーガーさんは、「友が困難に遭遇している時に手をさしのべるこそ、真の友情関係という思いで募金活動を行いました。府中市と親交がある多賀城市の皆さんが、少しでも希望を持ってくださればうれしいです」と話してくださいました。

問合せは、市民活動支援課都市交流担当(335・4131)へ。

友好都市ウィーン市ヘルナルス区から 東日本大震災義援金

○掲載内容は、当事者間で責任をお持ちください
○はがきなどでの申込みは、住所・氏名・電話番号などを記入してください

ひろば

■学びのサロン体験教室 7月23日(土)午前10時~正午 同サロン(若松町2の42)/対象は小・中学生と保護者/先着30組/無料/内容は映画「ブタがいた教室」を観賞し、命の大切さを考える/申込み・問合せは横尾宅(042・207・4118)へ

■ハワイアンフラ入門講習 8月5日・12日・19日(金)午前10時10分~11時(全3回) ルミエール府中/先着15人/費用3000円/内容はハワイ文化とフラダンスの基礎/講師はミズナ・プア・オ・ピカケ(プロフラダンサー)/主催はファイ・フラ・ナー・プア・マエマエ/申込みは電話、またはFAXで松丸宅へ/問合せも同宅(346・3769=FAX同番)へ、午後7時~9時に

■夏休み親子ワークショップ「パパ

ママといっしょ!銅版画のお絵描きしよう」①8月7日(日)・②20日(土)午前10時半~午後4時 生涯学習館/対象は小学3~6年生と保護者/定員各日10組(抽せん)/費用1人700円(材料費)/講師は府中銅版画学習グループ会員/作品の下絵、エプロン、軍手、昼食持参/申込みは①7月28日、②8月11日(木)まで(必着)に、はがきに参加希望日、子どもの学年を記入して、川崎宅(〒183-0051栄町1の15の30)へ/問合せも同宅(366・3097)へ

■尺八・篠笛教室 8月21日(日)午後1時~4時 生涯学習館/対象は小学生以上の方/費用1500円/内容は塩化ビニール管を使った1.4尺の尺八・篠笛の制作・演奏/講師は大門胤山氏(日本尺八連盟竹師)ほか/主催はむさし府中笛連盟/申込みは8月8日(月)までに、電話、またはFAX(326・2887)で山田宛へ/問合せも同

宛(090・6479・3022)へ

■夏の祭典フリーマーケット出店者募集 8月20日(土)午前11時~午後5時 八幡神社(八幡町2の33)/雨天中止/出店数5店/無料/主催は八幡町共和会/申込みは7月29日(金)まで(必着)に、はがきに主な出店物を記入して、同会(〒183-0016八幡町1の7の1美装内)へ/問合せは美装・金子宛(363・1121)へ

■東日本大震災被災地へ家電品を送ろう 7月31日(日)午前10時~午後6時 六中/内容は平成14年以降に製造された家電の収集/申込み・問合せは南白糸台小学校せせらぎ広場・大間宛(090・8757・6468)へ

■シルバー人材館入会相談会 7月27日(水)・28日(木)午前10時~午後4時 市役所1階市民談話室/対象は健康で働く意欲がある60歳以上の市民/当日直接会場へ/問合せは同館(366・2322)へ

■地域包括支援館これま家族介護者教室「介護とお金について」 8月2日(火)午後2時~3時半 同館

(是政2の38)/先着20人/無料/内容は介護の不安を行動に変える知恵について/講師は太田差恵子氏(介護・暮らしジャーナリスト)/申込み・問合せは同館(314・0451)へ

官公庁から

■自然教室「布ぞうりを作ろう」 8月27日(土)午前10時~午後3時 野川公園/定員15人(抽せん)/費用250円(材料費・保険料)/昼食、古布、はさみ、ものさし持参、ズボン着用/主催は野川公園緑の愛護ボランティアの会/申込みは7月31日(日)まで(当日消印有効)に、往復はがきで同公園サービス館(〒181-0015三鷹市大沢6の4の1)へ/問合せは同公園自然観察館・平山宛(0422・31・9033)へ










■国民年金保険料6月分の納期限及び口座振替日 8月1日(月)/納付場所は郵便局、金融機関、またはコンビニエンスストア/問合せは府中年金事務所(361・1011)へ

任期は3年 農業委員の改選

7月19日に任期満了の府中市農業委員会委員の選挙は、7月10日(7月3日告示)の予定でしたが、立候補者が定数13人と同数のため無投票で当選が決まりました。
農業委員は、次の方々と、選出された委員13人のほかに、農業協同組合、農業共済組合、土地改良区から各1人が、また、学識経験者として市議会から4人が推薦され、市長が選任し、総数20人で構成されます。任期は3年です。
問合せは、選挙管理委員会事務局選挙係(335・4486)へ。

選出された委員

(50音順、敬称略)

 小勝英夫 白糸台4の16/ 64歳/無所属	 市川禎明 四谷2の68/ 56歳/無所属	 石阪 脩 分梅町1の8/ 64歳/無所属
 高野祐一 南町5の28/ 71歳/無所属	 澤井行雄 住吉町1の10/ 54歳/無所属	 小林清秀 押立町4の31/ 64歳/無所属
 菊池伸明 宮町2の27/ 38歳/無所属	 戸塚 勇 白糸台3の7/ 68歳/無所属	 田中誠一 白糸台6の21/ 63歳/無所属


忘れずに提出を 児童扶養手当 現況届

児童扶養手当の現況届を、対象の方に7月下旬に発送します。必要事項を記入して、持

参りしてください。
なお、現況届を2年間未提出の方は資格喪失となりますので、ご注意ください。

▽日時 8月1日(月)・2日(火)・4日(木)午前9時~午後5時・3日(水)・5日(金)午前9時~午後7時半・6日

農業協同組合から 推薦された委員


河内九一
若松町3の32/
71歳/農業


高野茂久
南町6の44/
64歳/農業


鈴木一治
是政1の11/
85歳/農業


市川一徳
四谷2の66/
59歳/市議会議員


吉野博文
若松町1の20/
61歳/無所属


松村一夫
本宿町2の10/
60歳/無所属



古川敏雄
是政1の12/
76歳/無所属



内藤芳昭
西府町2の21/
64歳/無所属


戸塚 勇
白糸台3の7/
68歳/無所属


田中誠一
白糸台6の21/
63歳/無所属


農業協同組合から 推薦された委員


河内九一
若松町3の32/
71歳/農業


高野茂久
南町6の44/
64歳/農業

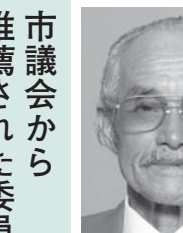

鈴木一治
是政1の11/
85歳/農業


市川一徳
四谷2の66/
59歳/市議会議員


吉野博文
若松町1の20/
61歳/無所属


松村一夫
本宿町2の10/
60歳/無所属



古川敏雄
是政1の12/
76歳/無所属


内藤芳昭
西府町2の21/
64歳/無所属


戸塚 勇
白糸台3の7/
68歳/無所属


田中誠一
白糸台6の21/
63歳/無所属

臨時相談窓口で申し込みます 地デジ簡易チューナーの 給付支援

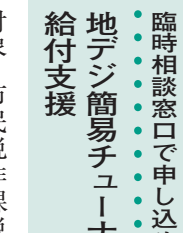

谷中智一
住吉町1の43/
72歳/市議会議員

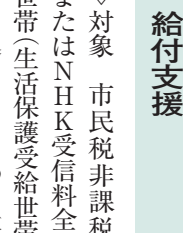

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

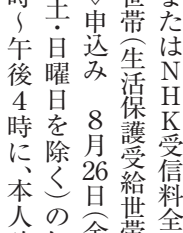

杉村康之
白糸台5の21/
54歳/農業

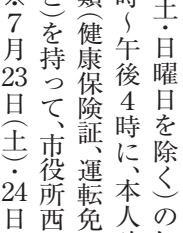

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

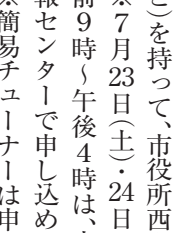

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

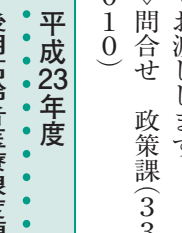

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

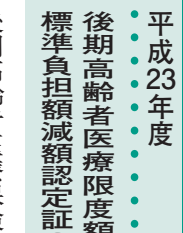

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員



高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

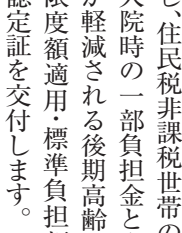

高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員


高野政男
柴町2の14/
42歳/市議会議員

都の放射性物質検査結果

都立農業高校の茶葉の放射性セシウム・市内農産物について

都は、5月10日に都立農業高校の農場で採取した一番茶の放射性物質検査を実施し、生茶・製茶から暫定規制値を上回る放射性セシウムが検出されたこと、また、7月5日に採取した二番茶の生茶は、暫定規制値を下回ったことを公表しました。
5月10日に採取した製茶製品は、都が適切に処分します。なお、市内では、茶を生産・出荷している農家はあります。
都では、茶を含めた都内産農

林水産物の放射性物質検査を実施していますが、その結果は、今回の茶葉を除き、全て暫定規制値を下回っており、安全性が確認されています。

また、これまでに市内農家で実施された農産物の放射性物質検査結果は、放射性ヨウ素、放射性セシウムとも暫定規制値を下回っていますが、引き続き都と連携して、市内農産物の継続的な検査を実施します。
問合せは、経済観光課農政係(335・4143)へ。

品目	採取日	放射性ヨウ素		放射性セシウム		
		暫定規制値	実測値	暫定規制値	実測値	
都立農業高校	5月10日	一番茶生茶	—	不検出	500	520
		一番茶製茶飲料	300	不検出	200	19.7
	7月5日	一番茶製茶	—	不検出	500	1,560
		二番茶生茶	—	不検出	500	158
市内農家	5月25日	2,000	ND	500	ND	
	6月29日					

※単位は1キログラム当たりのベクレル(放射能濃度)。NDは検出限界値未満を示します。
※検査機関は、茶が日本食品分析センター、小松菜・キュウリが都健康安全研究センターです。

◆一部負担金・食事代◆

区分	1か月当たり一部負担金	1食当たり食事代
区分Ⅰ 住民税非課税世帯で、年金以外の所得がなく、年金収入が80万円以下	15,000円	100円
区分Ⅱ 住民税非課税世帯で、認定証交付後90日以下の入院 住民税非課税世帯で、認定証交付後91日以上(長期入院)	24,600円	210円
		160円

▽負担金・食事代 下の表のとおり
▽申込み 後期高齢者医療被保険者証、印鑑、長期入院の場合は入院期間のわかる書類を持って、市役所5階保険年金課へ
※現在、後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちで、8月1日(月)以降も引き続き該当する方には、新しい認定証を7月22日(金)に発送します。
▽問合せ 保険年金課後期高齢者医療係(335・4033)

平成23年度 後期高齢者医療限度額適用・ 標準負担額減額認定証の交付

後期高齢者医療保険に加入し、住民税非課税世帯の方に、入院時の一部負担金と食事代が軽減される後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証を交付します。
認定証を交付します。

お知らせします 原爆被爆者の方々 への援護金

▽対象 7月1日現在、被爆

(土)・7日(日)午前9時~正午
▽場所 府中駅北第2庁舎3階会議室
▽問合せ 子育て支援課コールセンター(0570・08・8105)

者健康手帳をお持ちの市民
▽支給額 1万円
▽申込み 7月29日(金)までに、印鑑、被爆者健康手帳、金融機関の口座番号の控えを持って、市役所1階障害者福祉課へ
※援護金は、8月15日(月)に、指定口座に振り込みます。
▽問合せ 障害者福祉課生活係(335・4545/FAX 368・6126)

市からの情報かわら版

○各事業の申込み(先着順)で、時間の記載のないものは、午前8時半から受け付けます

お知らせ

障害のある方へ 流れるプールの無料開放

▽日時 8月2日(火)午前10時~午後3時/雨天中止
▽場所 郷土の森総合プール
▽対象 市民で障害のある方と付き添いの方

▽費用 無料
▽申込み 当日直接会場へ
▽問合せ 障害者福祉課生活係(335・4545/FAX368・6126)

公共施設予約システム 休止のお知らせ

7月27日(水)午後10時から28日(木)午前9時は、定期保守点検のため、公共施設予約システムを休止します。この間、各施設窓口、インター

ネット、携帯電話、施設予約入金機での施設の予約や照会などはできません。

問合せは、情報システム課(335・4057)へ。

文化センター 8月の休館日

○中央・武蔵・住吉・紅葉丘文化センター 1日(月)
○白糸台・押立・四谷・片町文化センター 15日(月)
▽問合せ 市民活動支援課地域コミュニティ係(335・4137)

体育館 8月の休館日

○郷土の森総合体育館 1日(月)・

2日(火)・12日(金)・15日(月)・26日(金)
○白糸台・本宿体育館 5日(金)・22日(月)・23日(火)
○押立・栄町・四谷体育館 11日(木)・12日(金)・24日(水)
▽問合せ 郷土の森総合体育館(363・8111)、各地域体育館は生涯学習スポーツ課施設係(335・4488)

納期限のお知らせ

▽種別 固定資産税・都市計画税第2期分、国民健康保険税第1期分
▽納期限及び口座振替日 8月1日(月)
※口座振替をご利用の方は、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 7月31日(日)午前9時~午後5時
▽場所 市政情報センター
▽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)、当日は市政情報センター(336・1818)

スポーツ

地域体育館健康体操教室 参加者募集

▽会場・教室名・日時・対象・定員・内容 左の表のとおり
▽費用 毎回の体育館使用料大人100円、子ども40円
▽申込み 7月22日(金)から29日(金)に、はがきを持って、直接各地域体育館(朝日体育館の申込み・抽せん・問合せは白糸台体育館)へ/押立・栄町・四谷体育館は28日を除く/1人1教室/電話不可/申込み多数の場合は7月30日(土)に各地域体育館で公開抽せん
▽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)

審議会・協議会など

■地域包括支援センター運営協議会
7月28日(木)午前10時 市役所北庁舎3階会議室/傍聴希望の方は(先着10人)は当日直接会場へ/問合せは高齢者支援課地域支援係(335・4011)へ
■防災会議
7月29日(金)午前10時 中央防災センター/傍聴希望の方は前日までに、同センターへ/問合せは防災課災害対策係(335・4098)へ
■市民活動推進協議会
8月4日(木)午前10時 府中駅北第2庁舎3階会議室/傍聴希望の方は(先着10人)は当日直接会場へ/問合せは市民活動支援課支援係(335・4035)へ

◆地域体育館健康体操教室◆

会場	教室名	日時	対象(市民)	定員	内容	運動強度
朝日体育館	60歳からの健康づくり教室	9月5日から11月14日の毎週月曜日 午後1時半~3時	60歳以上の方	45人	簡単なリズム体操、練功十八法ほか	★
白糸台体育館	60歳からの健康づくり教室	9月1日から11月24日の毎週木曜日 午後1時半~3時	60歳以上の方	100人	腰痛予防体操、ストレッチほか	★
	シェイプアップ教室	9月6日から11月1日の毎週火曜日 午前10時~11時半	20~60歳の方	90人	ソフトエアロビクス、ストレッチほか	★★★★
	ストレッチ&軽スポーツ教室	9月7日から11月30日の毎週水曜日 午後1時半~3時	40~60歳の方	25人	ストレッチ、リズム体操、各種軽スポーツ	★★★
	小学生体操教室	9月9日から11月18日の毎週金曜日 ①低学年コース...午後3時15分~4時15分 ②高学年コース...午後4時半~5時半	①小学1・2年生 ②小学3~6年生	各70人	トランポリンなどの器械運動、集団ゲームほか	-
	エアロビクス教室	9月9日から11月18日の毎週金曜日 午後7時半~8時45分	16歳以上の方	50人	エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチ	★★★★★
成人軽スポーツ教室	9月10日から11月5日の毎週土曜日 午前10時~11時半	20歳以上の方	25人	ストレッチ、筋力トレーニング、軽スポーツ	★★★	
押立体育館	60歳からの健康づくり教室	①トレーニングコース 9月5日から11月28日の毎週月曜日 ②ストレッチコース 9月13日から11月22日の毎週火曜日 ①②とも午後1時半~3時	60歳以上の方	①80人 ②100人	①筋力トレーニング、軽スポーツ、ストレッチほか ②腰痛予防体操、ストレッチほか	①★★ ②★
	リズム体操教室	9月8日から11月10日の毎週木曜日 午後1時半~3時	20~60歳の方	90人	ソフトエアロビクス、ストレッチ、筋力トレーニング	★★★
	成人体力づくり教室	9月10日から11月5日の毎週土曜日 ①軽スポーツコース...午後6時~7時 ②トレーニングコース...午後7時半~8時45分	20歳以上の方	各20人	①ニュースポーツなどを取り入れた運動、ストレッチ ②リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチほか	①★★ ②★★★★
	エアロビクス教室	9月13日から11月22日の毎週火曜日 午後7時半~8時45分	16歳以上の方	40人	エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチ	★★★★★
栄町体育館	ジュニアスポーツ教室	9月14日から11月16日の毎週水曜日 午後3時半~5時	小学生	60人	トランポリンを使った運動、各種ニュースポーツほか	-
	60歳からの健康づくり教室	①9月5日から11月28日の毎週月曜日 Aコース...午前9時~10時15分 Bコース...午前10時45分~正午 ②9月9日から11月18日の毎週金曜日 午前9時~10時15分	60歳以上の方	①各100人 ②60人	腰痛予防体操、ストレッチほか	★
	中高年体操教室	9月5日から11月28日の毎週月曜日 午後1時半~3時	40~60歳の方	65人	健康づくり体操、肩凝り・腰痛予防体操	★★★
	シェイプアップ教室	9月8日から11月10日の毎週木曜日 午後1時半~3時	20~60歳の方	80人	ソフトエアロビクス、ストレッチほか	★★★★
日吉体育館	成人体力づくり教室	9月13日から11月22日の毎週火曜日 午後7時半~8時45分	20歳以上の方	40人	体力づくり体操、軽スポーツ	★★★
	子どもチャレンジスポーツ教室	9月14日から11月16日の毎週水曜日 午後3時半~5時	小学生	35人	トランポリンや道具を使った運動、集団ゲームほか	-
	シェイプアップ教室	9月7日から11月2日の毎週水曜日 午後1時半~3時	20~60歳の方	80人	音楽を使った簡単な体操、ソフトエアロビクスほか	★★★
本宿体育館	60歳からの健康づくり教室	9月9日から11月11日の毎週金曜日 ①午前コース...午前10時~11時半 ②午後コース...午後1時半~3時	60歳以上の方	各90人	ストレッチ、練功十八法ほか	①★ ②★★
	小学生ニュースポーツ教室	9月17日から11月12日の毎週土曜日 午後3時半~5時	小学生	40人	トランポリン、各種ニュースポーツほか	-
	リズム体操教室	9月1日から11月24日の毎週木曜日 午前10時~11時半	18~60歳の方	90人	リズムダンス、ストレッチほか	★★
	60歳からの健康づくり教室	9月5日から11月21日の毎週月曜日 Aコース...午前9時~10時15分 Bコース...午前10時45分~正午	60歳以上の方	各100人	腰痛予防体操、ストレッチほか	★
	小学生体操教室	9月6日から11月1日の毎週火曜日 ①低学年コース...午後3時15分~4時15分 ②高学年コース...午後4時半~5時半	①小学1・2年生 ②小学3~6年生	各70人	トランポリンを使った運動、レクゲームほか	-
四谷体育館	シェイプアップ教室	9月7日から11月30日の毎週水曜日 午前10時~11時半	20~60歳の方	90人	リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチ	★★★★
	エアロビクス教室	9月9日から11月18日の毎週金曜日 午後7時半~8時45分	16歳以上の方	80人	エアロビクス、筋力トレーニング、ストレッチ	★★★★★
	リズム体操&ストレッチ教室	9月5日から11月28日の毎週月曜日 午後1時半~3時	20~60歳の方	80人	リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチほか	★★★
	ソフトエアロビクス教室	9月9日から11月18日の毎週金曜日 午前10時~11時半	18~60歳の方	80人	ソフトエアロビクス、筋力トレーニングほか	★★★★
	トレーニング教室	9月9日から11月18日の毎週金曜日 午後7時半~8時45分	18~50歳の方	25人	リズム体操、ストレッチ、筋力トレーニングほか	★★★
	小学生体力づくり教室	9月10日から11月5日の毎週土曜日 午後3時半~5時	小学生	70人	トランポリンやマットを使った体操、集団ゲーム	-
60歳からの健康づくり教室	9月14日から11月16日の毎週水曜日 午後1時半~3時	60歳以上の方	100人	練功十八法、ストレッチ体操ほか	★	

※運動強度は、「★...軽い」「★★...やや軽い」「★★★...普通」「★★★★...少しきつい」「★★★★★...きつい」です。
※対象年齢は目安です。

市の施設☆講座・催し情報

○各事業の申込み(先着順)で、時間の記載のないものは、午前9時から受け付けます

生涯学習センター

〒183-0001 浅間町1の7
・学習事業係 ☎ 336・5708

■映像による教養講座

講座名・日程は下の表のとおり 語学室/対象は平成8年4月1日以前生まれの市民、市内在勤・在学の方/各先着30人/無料/当日直接会場へ

講座名	日程	全回数
能の歴史と文化～能の鑑賞を交えて	8月12日・19日(金)	2
琉球芸能の世界、琉球と中国・アジアとの交流史	8月23日・30日(火)	

*時間は、いずれも午前10時～11時50分。

■夏休み親子パソコン講座「パソコンでウチワを作ろう」

7月31日(日)午前10時～午後4時(受付は午後3時半まで) パソコン学習室ほか/無料/講師は悠学の会パソコンボランティア/当日直接会場へ

生涯学習センター8月の休館日

1日(月)・17日(水)・18日(木)/宿泊施設は7月31日(日)、8月16日(火)も利用不可/問合せは施設係(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)

■森のお話会～紙芝居

7月23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「にげだしたライオン」「かっぱのすもう」ほか/語りは十べえお話の会

■藍の生葉染め体験

8月19日(金)午前10時～午後3時 ふるさと体験館/対象は小学生以上の方(小学3年生以下は保護者同伴)/定員15人(抽せん)/費用2500円/内容は園内で育てたあいの葉を使って絹のスクarfを染める/昼食持参/申込みは8月5日(金)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、返信用宛名を記入

して、当館「生葉染め体験」係へ
■森のお話会夏の特別会「ちょっと怖くてすご～く不思議なお話特集」

8月20日(土)午後6時半～8時 旧田中家住宅/対象は5歳以上の方(中学生以下は保護者同伴)/定員50人(抽せん)/費用大人200円、中学生以下100円/語りは十べえお話の会/申込みは8月9日(火)まで(当日消印有効)に、往復はがきに参加希望人数(5人まで)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛名を記入して、当館「森のお話会」係へ

■親子自然講座「カブトムシの飼育教室」

8月20日(土)午後1時半～3時半 ふるさと体験館/対象は小学3年～中学1年生と保護者/定員20組(抽せん)/費用1組2000円/申込みは8月9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、子どもの学年、電話番号、返信用宛名を記入して、当館「カブトムシ飼育教室」係へ

■親子自然観察会「多摩川おさかなウォッチング」

8月27日(土)午前9時半～正午 博物館正門集合/雨天の場合は28日(日)/対象は小学生と保護者/定員50組(抽せん)/費用1組300円/内容は手網を使った魚とり、魚の観察/共催は府中水辺の楽校/申込みは8月15日(月)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、子どもの学年、電話番号、返信用宛名を記入して、当館「おさかなウォッチング」係へ

郷土の森博物館8月の休館日

毎週月曜日

府中市美術館

〒183-0001 浅間町1の3
☎ 336・3371

■ティーンズスタジオ夏休みスペシャル「涼風一陣!黒団扇づくり」

7月30日から8月20日の毎週水・土曜日 午前10時半～午後3時半(受付は午後3時まで) 創作室/費

用500円(材料費)/内容は和紙と竹で絵柄の入ったうちわを作る/講師は横須賀ヨシユキ氏(デザイナー)ほか/当日直接会場へ

■市民ギャラリー「FACTORY21」

7月27日(水)から31日(日)午前10時～午後5時(31日は午後4時まで) 市民ギャラリー/無料/内容は現代美術に携わる6人の芸術家の平面・立体作品の展示

■市民ギャラリー「はたらく消防写真展」

8月3日(水)から7日(日)午前10時～午後5時(7日は午後3時まで) 市民ギャラリー/無料/内容は市内小学生の優秀作品の展示

◇ ◇ ◇

府中市美術館8月の休館日

毎週月曜日

ルミエール府中

〒183-0055 府中町2の24
・中央図書館 ☎ 362・8647
・市民会館 ☎ 361・4111

■夏休み朗読会「朗読だから面白い!真夏の怪談話」

8月7日(日)午後2時半～4時 講習会議室/対象は小学3年生以上の方/先着40人/無料/内容は古典から現代の怪談話の朗読/語りはこうばこの会/申込みは電話で、または直接中央図書館へ/問合せも同館へ

■科学あそび「ぼくもわたしもカミナリさま～カミナリカードをつくらう」

8月26日(金)午後2時～4時 第1会議室ほか/対象は小学生/先着40人/無料/内容は実験やカード作りを通して電気について学ぶ/講師は坂口美佳子氏(科学読物研究会会員)/鉛筆、はさみ持参/申込みは午前9時～午後7時に電話で、または直接中央図書館へ/問合せも同館へ

■フロアコンサート～ミ・ファボリータ「魅惑のギターサウンド」

8月6日(土)午後2時 コンベンションホール/無料/曲目は「コーヒー・ルンバ」「夜霧のしのび逢い」「二つのギター」ほか/出演は小笠原尚人、音喜多紀義、漢人邦夫ほか/問合せは市民会館へ

◇ ◇ ◇

ルミエール府中8月の休館日

2日(火)・15日(月)・16日(火)

ふるさと府中歴史館

〒183-0023 宮町3の1
☎ 335・4393

■展示ガイドツアー

8月7日・21日(日)午前11時、午後2時/各回先着20人/無料/内容は館内を1時間程度で案内/申込みは当日直接会場へ

◇ ◇ ◇

ふるさと府中歴史館8月の休館日

毎週月曜日

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10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をしている方/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日まで一時預かり/申込みは8月1日(月)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(火)以降は電話での予約可

介護予防推進センター

〒183-0033 分梅町1の31
☎ 330・2010

■介護予防入門講座「みんなの筋トレ」

8月1日(月)午前10時～11時/対象は介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民/先着20人/無料/内容は自宅のできる筋力トレーニング/申込みは7月22日(金)から電話で当館へ

■いきいきハウス1泊体験「初めてのパソコン」

8月3日(水)・4日(木)/対象は介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民/先着6人/費用3300円(食費含む)/内容は季節のポストカード作り、インターネット検索/申込みは7月22日(金)から電話で当館へ

心身障害者福祉センター「きずな」

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

■視覚障害者・肢体不自由者懇談会

7月30日(土)午前11時～午後零時半/対象は視覚・肢体障害のある方と家族ほか/定員15人/費用300円(軽食代)/内容は情報交換、懇談/申込みは7月27日(水)までに当館へ

■地域交流イベント

7月30日(土)午後1時半～2時半/無料/内容はバンド演奏/当日直接当館へ

■障害児サマークラブ

①パソコンでオリジナルうちわ作り…8月1日・8日(月)午前10時～11時半、②身体をのぼそう動かそう…17日(水)午前10時～正午、③作って遊ぼう～わくわく夏休みの工作…19日(金)午後2時～3時、④音楽で遊ぼう～楽器やダンス…23日(火)午後3時～4時、⑤プチクッキング…29日(月)午後2時～3時/対象は身体・知的障害のある小学～高校生と家族、または介助者/定員①各日4組・②③⑤10組・④15組/費用①100円、②④無料、③60円、⑤250円/申込みは各開催日の7日前までに当館へ

■視覚障害者料理教室

8月4日(木)午前11時～午後2時/対象は視覚障害のある方と家族ほか/定員10人/費用350円/内容は冷やしそば/申込みは7月29日(金)までに当館へ

■当事者相談

①8月6日(土)・②18日(木)午後1時～4時半/対象は①視覚・②肢体障害のある方と家族/無料/申込みは当館へ

■装具・福祉機器・住宅改善相談会

8月6日(土)・18日(木)午後1時～4時半/無料/内容は理学療法士・作業療法士による相談/申込みは当館へ

府中の森芸術劇場8月の休館日

16日(火)・17日(水)・22日(月)・23日(火)/問合せは当劇場(335・6211)へ

府中グリーンプラザ8月の休館日

3日(水)・15日(月)から17日(水)/問合せは当館(360・3311)へ

スクエア21・女性センター8月の休館日

12日(金)・13日(土)/問合せは当館(351・4600)へ

府中市平和都市宣言25周年事業

平和のつどい・平和展

戦争や被爆体験を、次の時代を担う若い世代に継承し、平和意識の高揚を図るため、平和のつどい・平和展を開催します。

問合せは、生涯学習センター企画係(336・5711)へ。

■平和のつどい

▽日時 8月6日(土)午後零時半～4時

▽会場 府中グリーンプラザ

▽定員 先着500人

▽費用 無料

▽内容 戦争体験談の朗読、映画「硫黄島からの手紙」の上映

▽申込み 当日直接会場へ

■平和展

▽日時 ①8月2日(火)から12日(金)午前9時～午後10時(12日は午後6時まで)・②18日(木)から24日

(水)午前9時～午後10時(24日は午後5時まで)

▽会場 ①生涯学習センター、②ルミエール府中

▽費用 無料

▽内容 郷土の森博物館所蔵の被災品、戦争体験談・掩体壕のパネル展示

市は、6月1日付けで、
平和市長会議への加盟が
承認されました。

8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

母子保健教室・相談

申込み・問合せは、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…7月22日(金)から

9月2日・9日・16日(金)・17日(土)午後1時半～4時/対象は受講時妊娠16～27週の初産の妊婦/定員30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/9日・17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…7月22日(金)から

8月20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25組/内容は妊婦体操、呼吸法、妊婦体験用モデルの試着、母子保健サービス案内ほか

■母子保健相談 申込み…7月26日(火)から

①8月1日・22日(月)・24日(水)・29日(月)午後1時半～2時・②3日(水)午後1時半～4時/定員①各日2人、②8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

受付は月曜日から金曜日 午前9時～午後5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…7月22日(金)から

9月14日(水)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、三角巾、布巾2枚、マスク、母子健康手帳、筆記用具持参

■離乳食教室ステップ1 / 申込み…7月26日(火)から

8月31日(水)午前10時半～11時半、午後1時半～2時半/対象は平成23年2～4月生まれで第1子の保護者/定員各回25人/内容は離乳食の開始

について、調理実演、試食、懇談

■離乳食教室ステップ2 / 申込み…7月26日(火)から

8月26日(金)午後1時半～3時/対象は平成22年12月～平成23年2月生まれで第1子の保護者/定員25人/内容は1回食から2回食への移行について、調理実演、試食、懇談

■離乳食教室ステップ3 / 申込み…7月25日(月)から

8月24日(水)午後1時半～3時/対象は平成22年9～12月生まれで第1子の保護者/定員25人/内容は2回食から3回食への移行について、調理実演、試食、懇談

■離乳食教室ステップ4 / 申込み…7月25日(月)から

8月5日(金)午後1時半～3時/対象は平成22年2～9月生まれで第1子の保護者/定員25人/内容は離乳食から幼児食への移行について、調理実演、試食、懇談

■幼児食教室 / 申込み…7月22日(金)から

8月3日(水)午前10時～正午/対象は平成21年8月～平成22年1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…7月25日(月)から

8月2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・歯科衛生士による講話、ガーゼ磨き

■1歳児予防歯科指導教室 申込み…7月26日(火)

8月5日・26日(金)午前10時半、午後1時半/対象は平成22年7・8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・問合せは予防歯科指導担当(368・5322)へ

健康診査

問合せは、母子保健係(368・5333)へ

■3・4か月児健康診査と産婦健康診査

8月4日・25日、9月1日(木)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成23年4月生まれの乳児と母親

■1歳6か月児健康診査

8月1日・22日(月)・24日(水)・29日(月)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成22年1月生まれの幼児

■3歳児健康診査

8月2日・23日・30日(火)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成20年7月生まれの幼児

■妊婦歯科健康診査

8月3日(水)、9月15日(木)午後1時半/対象は受診時妊娠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

①8月4日(木)午前9時半～11時15分、午後1時15分～3時・②25日(木)午前9時半～11時15分、午後1時15分～3時・③31日(水)午後1時15分～3時/対象は①平成21年7月生まれの幼児、②平成21年1月生まれの幼児、③平成18・19年7月生まれの幼児/内容は歯科健康診査、歯磨き指導/問合せは予防歯科指導担当(368・5322)へ

成人保健講座・相談

申込み・問合せは、成人保健係(368・6511)へ

■歯科なんでも相談 申込み…7月21日(木)から

8月25日(木)午後1時15分～3時 保健分館/定員10人/内容は歯科医師による歯の健康相談、歯科衛生士による口くうケア

■ヘルスチェック「あなたの内臓脂肪はどのくらい?」 申込み…7月21日(木)から

8月17日(水)午前9時～10時10分 保健分館/対象は64歳以下の市民/定員10人/内容は体成分分析器による内臓脂肪測定、生活習慣記録機の貸出し/体に人工物が入っている方・妊婦は測定不可

高齢者の方に 肺炎球菌予防接種



市では、高齢者の肺炎の主な原因となる肺炎球菌の予防接種を次のとおり行います。
▽期間 9月1日(木)から平成24年2月29日(水)

▽時間 市内協力医療機関の診療時間内

▽場所 市内協力医療機関

▽対象 昭和21年8月31日以前生まれの市民
※過去に市の肺炎球菌予防接種を受けた方は接種できません。

▽定員 1500人(抽せん)

▽費用 5000円

※生活保護受給世帯で接種を希望する方は、接種時に無料接種券(市役所6階生活援護課に用意)を持参してください。

▽申込み 8月3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、返信用宛名を記入して、保健分館「肺炎球菌予防接種」係(〒183-0055府中町1の30)へ

▽問合せ 保健分館成人保健係(368・6511)

1・2・3 市民

特集 NPO・ボランティア団体

府中産の食材を使った薬膳で健康に 薬膳研究会

薬膳研究会は、食の安全や食育が注目されているなか、栄養価が高くおいしい旬の野菜の魅力を知ってもらい、体調に合わせた目的ある食事という「薬膳」の考え方を広く紹介するため、平成23年1月に設立しました。

薬膳は、漢方薬や特別な材料を使った料理だと思っている方も多いですが、本来は普段食べている身近な素材を使った健康的な料理です。季節ごとの食材を使い分けることで、風邪などの病気の予防や、アレルギーなどの持病を軽減させる効果があります。

現在、府中産の野菜を使った「旬の野菜の料理教室」、高齢者を対象とした「男の料理教室」を開催し、市の特産であり滋養強壮作用がある黒米などの農産物を使いながら、旬の野菜のおいしさ、健康維持に役立つ食事方法、薬膳の理論を広めています。また、農園で土に触れたり、野菜を育てる体験も行っています。参加した方からは、野菜がますます好きになったという声がありました。

「これからは、市内の農家の方々や農業に関わるボランティア団体などと連携し、府中産の農産物のPR活動に協力していき、それらを使った薬膳の魅力を多くの方々に知っていただくのが目標です」と代表の高屋礼子さんは話します。

▽薬膳研究会(本町2の4/090・5552・6096)



▲身近な食材でおいしい薬膳を作ります

ふるさと府中歴史・文化遺産めぐり

本宿町遺跡の土偶

本宿町・西府町にある本宿町遺跡では、住居跡やその周辺から、縄文時代中期の土偶約30点が出土しています。

問合せは、ふるさと文化財課郷土資料担当(335・4393)へ。

本宿町遺跡は、発掘調査が進むにつれて、縄文時代のムラ(集落)跡、古墳時代や中世の遺跡など、各時代にわたることが明らかになりました。なかでも注目されたのは、縄文時代の土偶がまとまって出土したことです。土偶は、この時代の全てのムラから出土するわけではないことから、本宿町遺跡は地域の中で儀式を執り行なう中心的なムラであった可能性があります。

土偶の用途については、解明されていませんが、女神像として信仰した説や、病気やけがから身を守るための身代わり人形という説があります。出土した土偶は完全なものがなく、頭、胴、手足など各部位が全て破損していることから、何らかの儀式に使われた後、壊し埋めることで生

命の再生を願っていた説などもあります。

郷土の森博物館では、9月4日(日)まで、特別展「発掘! 府中の遺跡～縄文土偶のナゾをさぐる」を開催しています。展示をご覧になり、当時の人々が土偶にどのような願いを込めていたのか想像してみませんか。



▲本宿町遺跡から出土した土偶