

10年間でごみ50%削減

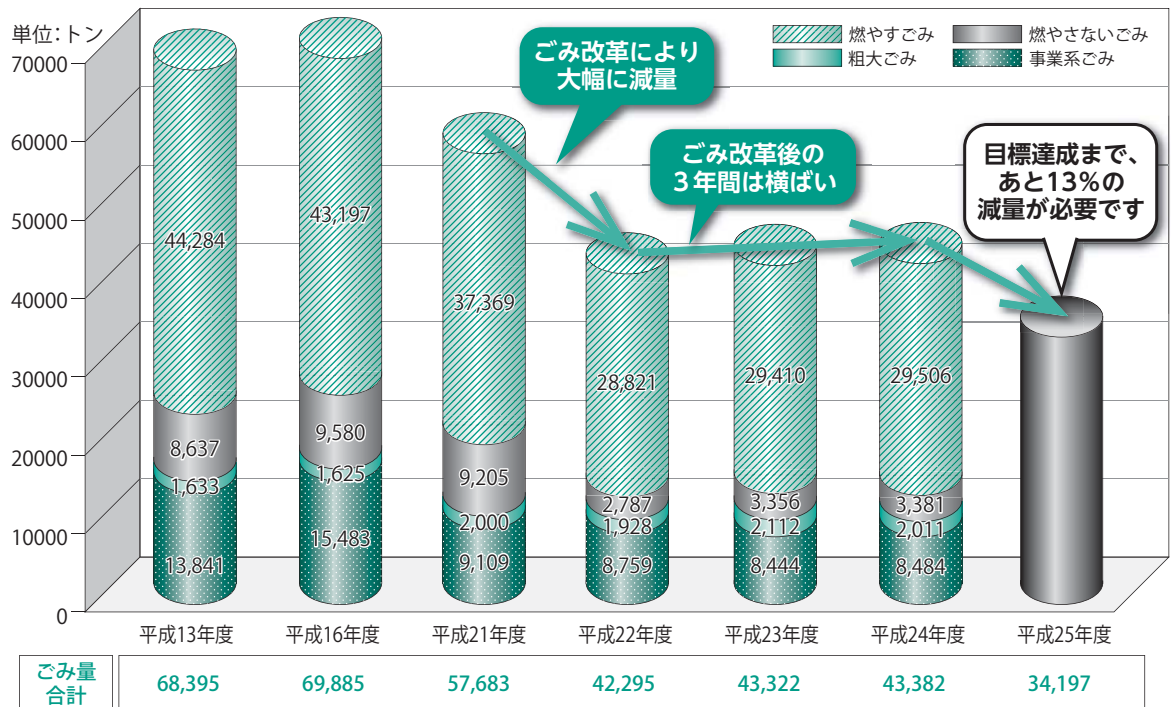
今年度が最終年度！ さらなるごみ減量にご協力を

市では、環境基本計画の重点施策の1つとして、平成13年度の数値を基準に、「平成16年度からの10年間でごみ50%削減」を目標に掲げています。今年度は計画期間の最終年度です。

これまで、環境負荷の軽減、最終処分場の延命、処理費用の抑制などを目的に、「1万トンごみ減量大作戦」やごみ改革による平成22年2月2日からのごみの有料化・戸別収集、ダストボックス廃止を実施し、市民の皆さんのご協力により、平成24年度までに、36.6%のごみ減量を達成することができました。

しかしながら、ごみの量は、有料化などで大幅に減った以降は、ほぼ横ばいであることから、目標達成は厳しい状況ですが、ごみ減量へのより一層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。



目標達成まで市民1人当たり 1日99グラムのごみ減量を

ごみ50%削減を達成するには、1人当たり1日99gのごみ減量が必要になります。生ごみの水切りなど、身近なところからごみの減量に取り組んでください。

生ごみの水切り

家庭から排出されるごみの中で一番多いのは、緑色の袋で排出する燃やすごみです。また、燃やすごみのおよそ半分は生ごみです。水分が多い生ごみは、水切りをするだけでも約10%のごみ減量になりますので、捨てる前のひと絞りをお願いします。



▲水切りの徹底を

その他の身近なごみ減量の例

次の方法でも、ごみを減らすことができます。ごみ減量には、小さなことでも皆さん一人ひとりの取組が大切です。

不要なちらしを紙類に分別
2グラムの減量



シャンプーなどを詰め替え容器に
60グラムの減量



食材を使い切る
95グラムの減量



ティッシュを使わず
台布巾で汚れを拭く
2グラムの減量



食べ残しをしない
100グラムの減量



割り箸ではなく
マイ箸を使う
5グラムの減量



マイバックを使う
10グラムの減量



過剰な包装を断る
30グラムの減量



※表示グラム数は目安です。

容器包装プラスチックの品質検査後の排出状況



4月11日の容器包装プラスチック(ピンク色の有料袋で排出する品目)の品質検査の結果、汚れが付着したものや容器包装プラスチック以外のものが多数発見され、再検査が必要となりました。

市では、広報紙や市のホームページで啓発を行っています。収集した容器包装プラスチックの中身を確認すると、いまだに汚れが付着したものや製品プラスチック・生ごみなどの容器包装プラスチック以外のものが多数混入されています。

適正な排出にご協力を

ごみ・資源の分別の際には「ごみ・資源分別辞書」をご覧ください。適正な排出にご協力をお願いします。
※製品プラスチックとは、プラスチックのおもちゃなど、プラマークの付いていないプラスチック製品であり、容器包装プラスチックとは異なります。

6月23日(日)は
東京都議会議員選挙の投票日です

投票時間は、午前7時～午後8時です。必ず投票しましょう。
問合せは、選挙管理委員会事務局選挙係(335・4486)へ。

7月6日(土)・7日(日)に公開で実施
事業仕分けの手法による
事務事業点検

市では、限られた財源の有効活用を図るため、市民や外部の専門家から選ばれた委員の意見を聞きながら市の事務事業を公開の場で点検・評価する事務事業点検を実施します。
問合せは、財政課(335・4166)へ。

■実施体制
点検は2班体制で行い、各班はコーディネーター1人と点検委員5人で構成します。

■内容
市が実施している事務事業

市が実施している事務事業

時間	日程・内容	
	7月6日(土)	7月7日(日)
午前9時	○情報セキュリティ対策事業 ○NPO・ボランティア活動支援事業	○市民相談事業 ○プール管理運営事業
午前9時45分	○福祉サービス利用者総合支援事業 ○消防団活動支援事業(消防団交付金)	○職員研修事務 ○埋蔵文化財保存活用事業
午前10時35分	○地域まつり運営事業 ○障害者就労支援事業	○地域体育館スポーツ活動運営事業 ○所蔵品展示管理事業
午前11時20分	○自治振興助成事業 ○日常生活用具給付等事業	○文化財保護振興事業 ○ファミリーサポートセンター事業
午後零時50分	○視聴覚整備事業 ○休日・夜間診療事業	○青少年健全育成事業 ○公園緑地等維持管理事業
午後1時35分	○学校教育ネットワーク事業 ○補装具等給付事業	○市街地整備計画作成事業 ○狭あい道路解消事業(補助金)
午後2時25分	○市立幼稚園維持管理・整備事業 ○身体障害者等機能回復はり・きゅう・マッサージ事業	○市民住宅運営事業 ○商工業振興事業費(補助金)
午後3時10分	○海外帰国児童・生徒等指導事業費 ○ことぶき理美容事業	○境界確定事業 ○集団回収推進事業
午後4時	○部活動指導事業 ○生活支援ヘルパー事業	○観光事業費(補助金) ○勤労者福祉振興公社運営費(補助金)
午後4時45分	○在宅ねたきり高齢者介護者慰労金支給事業	○リサイクル推進事業(リサイクル用品活用事業) ○コミュニティバス運行補助事業

委員を委嘱
スポーツ推進委員

6月1日付で、次の方々が教育長からスポーツ推進委員を委嘱されました。
スポーツ推進委員は、ス

スポーツやレクリエーション事業の企画、運営、指導者の育成などを行います。
問合せは、生涯学習スポーツ課スポーツ推進係(335・4499)へ。

スポーツ推進委員

▽菊池すみ子(日鋼町)

ご利用ください
がん検診推進事業

市では、子宮けいがん・乳がん・大腸がん検診の受診を促進し、がんの早期発見と正し

▽中川一郎(八幡町)

平成25年度
国民年金保険料
免除申請の受付

国民年金には、保険料の納付が困難な方のために、申請免除・若年者納付猶予制度があります。

▽対象
○申請免除(全額、一部免除)
：本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定基準以下の方
○若年者納付猶予：29歳以下で、本人・配偶者の前年の所得が一定基準以下の方

▽対象期間 7月から平成26年6月分
▽申込み 7月1日(月)から平成26年7月31日(木)に、申請書・市役所5階保険年金課、府中年金事務所に用意、年金手帳、身分証明書、印鑑と次の書類を持って、保険年金課へ／代理人の場合は委任状が必要(代理人が同一世帯内の方は本人確認書類でも可)
○本人・配偶者・世帯主が平成

25年1月2日以降に府中市に転入した場合：平成25年1月1日現在の居住地の区市町村長が発行する転入者の平成25年度課税、または非課税証明書

○本人・配偶者・世帯主が平成24年3月31日以降に離職した場合：離職者の雇用保険被保険者離職票、または雇用保険受給資格者証(写し可)
※平成24年度に全額免除、または納付猶予が承認された方で、継続申請をした方は申請不要です。ただし、退職者の特例により全額免除・納付猶予となった方を除きます。

※免除・納付猶予の承認期間は、年金受給額の計算に一部反映されますが、納付猶予は保険料の納付がない場合、年金受給額の計算には反映されません。
※免除・納付猶予の承認後、10年以内に保険料を納める追納制度をご利用ください。

▽場所 保健区分館、または東京都がん検診センター
▽対象 平成25年4月2日から平成26年4月1日(火)に41・46・51・56・61歳になる女性市民
▽内容 マンモグラフィ(1方向、または2方向)検査、視触診ほか

■大腸がん検診
▽期間 10月17日(木)から平成26年3月4日(火)
▽場所 保健区分館
▽対象 平成25年4月2日から平成26年4月1日(火)に41・46・51・56・61歳になる女性市民
▽内容 保健師、または看護師による生活状況確認と便潜血反応検査2日法

■乳がん検診
▽期間 7月3日(水)から平成26年1月31日(金)

ご確認ください
平成25年度健康診査受診券の発送

6月21日(金)に、市の実施する健康診査の受診に必要な特定健康診査、後期高齢者医療健康診査、成人・若年層健康診査受診券を発送します。内容をご確認のうえ、各協力医療機関で受診してください。

▽対象 次に該当する市民
○特定健康診査：平成25年4月1日から平成26年3月31日(月)に40～74歳になる、または7月1日(月)以降に75歳になる方で、市の国民健康保険に加入している方／年度の途中で脱退した方を除く
○後期高齢者医療健康診査：6月30日(日)現在、後期高齢者医療制度に加入している方
○成人健康診査：生活保護を受給している方、中国残留邦人等で40歳以上の方
※いずれの健康診査も、施設などに入所している方を除きます。

▽健診期間 7月1日(月)から9月30日(月)
▽費用 無料／再検査や診査項目以外の検査は実費
▽診査内容 問診、身体計測、血圧、尿・血液・胸部X線検査、心電図ほか
▽問合せ 特定健康診査については保険年金課給付係(335・4044)、後期高齢者医療健康診査については保険年金課後期高齢者医療係(335・4033)、成人健康診査については保健区分館成人保健係(368・6511)

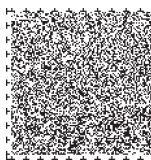
▽問合せ 保険年金課年金係(335・4066)、または府中年金事務所(361・1011)

子宮けいがん予防ワクチンの接種について

4月1日から、子宮けいがん予防ワクチンが定期予防接種となりましたが、ワクチンとの因果関係を否定できない持続的な痛みなどの副反応が、接種後、特異的に見られたことから、適切な情報提供ができるまでの間、積極的な接種の勧奨を控えることとなりました。

接種にあたっては、有効性と接種による副反応のリスクを十分に理解し、医師と相談のうえ受けるようにしてください。

問合せは、健康推進課母子保健係(368・5333)へ。



未納の税金がある方へ
自動音声による
電話催告を開始

7月1日(月)から、未納の税金がある方へ自動音声による電話催告を始めます。発信専用の番号(335・4127)から平日及び休日の午前9時から午後9時の間に連絡します。特定の金融機関や口座番号への振り込みを指示することはありません。電話催告の際は、確認のうえ、お早め

に納付をお願いします。
問合せは、納税課納税推進係(335・4449)へ。

ご協力をお願いします
建設工事
施工統計調査

7月1日(月)を調査期日として、建設工事施工統計調査を実施します。

寄付(敬称略)

■福祉基金へ 匿名 十万円

■社会福祉協議会へ 岩瀬 虹児 四万五千円▽大川 仁 一万円

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

募集

子ども・子育て審議会委員を募集

▽任期 7月下旬から2年
▽対象 市民で、就学前の乳幼児の保護者／現在、市の審議会・協議会などの公募委員の方を除く
▽募集人員 2人
▽内容 子ども・子育て支援事業計画の策定、子ども・子育て支援に関する施策の推進についての調査審議ほか
▽申込み 7月5日(金)まで(必着)に、「安心して子どもを産み育てられるまちづくりに向けた地域の役割について」を800字以内にまとめて、住所、氏名(ふりがな)、年齢、生年月日、職業、電話番号、子どもの生年月日を記入して、〒183-8703子ども家庭部子育て支援課へ／持参可／応募書類は返却しません／選考結果は7月中旬に通知
※審議会開催中は託児をご利用になれます。
▽問合せ 子育て支援課推進係(335・4192)

在宅療養環境整備推進協議会委員を募集

▽任期 9月から平成28年3月
▽対象 18歳以上の市民／現在、市の審議会・協議会などの公募委員の方を除く
▽募集人員 若干名
▽申込み 7月12日(金)まで(必着)に、「在宅療養における医療と介護の連携について思うこと」を800字程度にまとめて、住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業、電話番号を記入して、〒183-8703福祉保健部高齢者支援課へ／持参可／応募書類は返却しません／選考結果は7月下旬に通知
▽問合せ 高齢者支援課包括ケア担当(335・4106)

市営住宅入居者募集

▽対象 次の全てに該当する方
○申込者本人が市内に住み、市に住民票があること
○現に同居、または同居しようとする親族がいること
○世帯の総所得金額が下の表の所得制限額以下であること
○世帯全員が市税などを滞納していない

家族数	一般世帯	障害者等世帯
2人	2,276,000円	2,948,000円
3人	2,656,000円	3,328,000円
4人	3,036,000円	3,708,000円
5人	3,416,000円	4,088,000円
6人	3,796,000円	4,468,000円
7人以上	1人増すごとに、380,000円を加算	

いこと
○住宅に困っていること
○申込者・同居親族が暴力団員でないこと
※詳しくは、申込みのしおりをご覧ください。
▽募集戸数 25戸
▽申込書 6月28日(金)まで、市役所東玄関(日曜日を除く午後5時まで／22日(土)は正午まで)、白糸台・西府文化館(土・日曜日を除く午後5時まで)、市政情報館(午後7時半まで／土・日曜日は午後6時まで)で配布
※市役所以外の配布場所は、申込書がなくなり次第、配布を終了します。
▽申込み 7月2日(火)まで(必着)に、〒183-8703生活環境部住宅勤務課へ／持参可
▽問合せ 住宅勤務課住宅係(335・4457)

ご推薦ください ふちゅう元気一番高齢者

市では、高齢者の生きがいづくりを推進するため、元気にいきいきと活動している高齢者を募集します。
▽対象 70歳以上の市民で、文化・健康増進・奉仕活動などの分野で5年以上継続して活動している方／これまでに同事業で表彰された方を除く
※自薦、他薦は問いません。
※活動内容は、9月17日(火)から20日(金)に、市役所1階市民談話室で展示します。
▽申込み 7月5日(金)まで(必着)に、決められた用紙(市役所1階高齢者支援課、各文化館、生涯学習館、市政情報館、各地域包括支援館に用意)で、〒183-8703福祉保健部高齢者支援課へ／持参可
▽問合せ 高齢者支援課地域支援係(335・4011)

交通安全ポスターコンクール作品募集

▽対象 市民、市内在学の小・中学生
▽作品の規格 B3判、または四ツ切判の画用紙／水彩絵の具、クレヨン、クレパス、パステルを使用
▽内容 「交通事故防止」をテーマにしたポスター／未発表の作品で1人1点
▽申込み 9月13日(金)まで(必着)に、作品の裏に住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業(学校名・学年)、電話番号を記入して、〒183-8703生活環境部地域安全対策課へ／持参可／市内在学の小・中学生は各学校へ
▽表彰 平成26年4月に開催の交通安全市民のつどいで表彰／入賞者には賞状と記念品を贈呈
※作品の使用権は市に帰属します。
▽問合せ 地域安全対策課安全係

(335・4147)

男女共同参画推進フォーラム ポスター募集

▽対象 市民、市内在住・在学の方
▽作品の規格 A4判で、縮小しても使用可能で、白黒でも表現できる未発表の作品
▽内容 男女共同参画推進フォーラムのキャッチフレーズ「今ッ！つながればつよくなる」、または男女共同参画をテーマとした作品
▽申込み 7月21日(日)まで(必着)に、住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業(学校名・学年)、電話番号、作品の説明、作品がデジタルデータの場合はデータも添えて、スクエア21・女性館(〒183-0034住吉町1の84)へ／持参可
▽表彰 11月30日(土)、12月1日(日)開催の男女共同参画推進フォーラムで表彰
※作品の使用権は市に帰属し、応募作品は返却しません。
▽問合せ スクエア21・女性館(351・4600)

講座・催し

ジュニアリーダー講習会 「予備キャンプ訓練」

▽日程 7月6日(土)・7日(日)／1泊2日
▽場所 青少年キャンプ訓練場(四谷6の54)
▽対象 小学4年～高校生の市民
▽定員 30人(抽せん)
▽費用 2050円(保険料、食材費ほか)
▽内容 参加者同士で協力し、野外での宿泊を体験
▽指導 府中市青少年委員会
▽申込み 6月28日(金)まで(必着)に、はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名・学年、生年月日、電話番号を記入して、〒183-8703子ども家庭部児童青少年課「予備キャンプ訓練」係へ
▽問合せ 児童青少年課青少年係(335・4427)

ふるさと府中歴史館連続講座 ～ふるさと府中の古代史講座

▽日時 7月7日(日)午後2時～4時
▽会場 ふるさと府中歴史館
▽定員 先着50人

◆健康セミナー◆

日時	会場	定員	内容	講師	持ち物
7月16日(火) 午後1時半～3時半	保健館分館	40人	健康を意識した生活についての講話	保健師ほか	—
7月26日(金) 午後1時半～3時半	保健館	25人	エコなぽっこりお腹撃退運動	木本愛郎氏 (健康運動指導士)	動きやすい服装、室内運動靴、タオル、飲み物
7月30日(火) 午前10時半～午後2時半	ルミエール府中	24人	ぽっこりお腹解消メニューの調理と口くうケア実習	栄養士ほか	布巾、台布巾、三角巾、エプロン、マスク、手拭き用タオル、使用中の歯磨き用具一式

▽費用 100円(資料代)
▽内容 旧石器・縄文時代の発掘成果ほか
▽講師 市職員
▽申込み 電話、またはFAX(360・4401)でふるさと文化財課へ
▽問合せ ふるさと文化財課郷土資料担当(335・4393)

市民活動支援事業～わき水まつり 講演会「カッパ池の再生と環境保全」

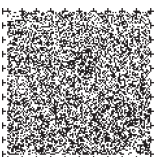
▽日時 6月29日(土)午後1時半～4時
▽会場 本宿公会堂(本宿町1の4)
▽定員 先着50人
▽費用 無料
▽内容 カッパ池(日新町1の5)周辺を水辺として再生させる方策の提言ほか
▽講師 加藤正之氏(自然環境復元協会理事)
▽申込み 当日直接会場へ
▽問合せ 府中かんきょう市民の会・進藤宅(366・2134)、または市民活動支援課支援係(335・4035)

農業プチ講座 花いっぱいコース

市内の農家の方から指導を受け、スポーツ祭東京2013実行委員会の推奨花や枝豆の栽培を体験してみませんか。
▽日程 7月13日から11月の土曜日の午前中(全5回程度)
▽場所 南町1の15の農地
▽対象 小・中学生の市民と保護者
▽定員 30組(抽せん)
▽費用 無料
▽講師 マインズ農協芝間実行組合会
▽申込み 6月28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、年齢、電話番号、返信用宛名を記入して、〒183-8703生活環境部経済観光課「花いっぱいコース」係へ
▽問合せ 経済観光課農政係(335・4143)

健康セミナー「元気いっぱいサポーターと 楽しく♪健康エコ生活でスリムアップ」

▽日時・会場・定員・内容・講師 下の表のとおり
※7月16日に受講した方のみ、26日・30日に参加できます。
▽費用 無料
※託児(7月16日・26日のみ)希望の方は申込み時にご相談ください。
▽申込み・問合せ 保健館分館成人保健係(368・6511)へ



市からの情報かわら版

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

講座・催し

普通救命講習

▽日時 7月14日・21日(日)・27日、8月3日(土)・11日、9月8日・29日(日)午前9時～正午
※普通救命講習を受けて3年以内で、再講習を希望する方は、8月18日(日)午前9時～11時20分に行う講習を受講してください。
▽場所 府中消防署
▽対象 中学生以上の方
▽費用 市民無料、市外の方1400円(再講習は1200円)
▽内容 心肺蘇生法、AEDの使用方法、止血法、異物除去ほか
※受講者には、後日認定証を発行します。郵送を希望する方は、住所、氏名を記入し80円切手を貼った封筒を持参してください。
※車での来場はご遠慮ください。
▽申込み 府中消防署救急係(366・0119)へ
▽問合せ 防災危機管理課災害対策係(335・4098)

市民活動支援事業「ふちゅうキャラクター祭」

▽日時 6月29日(土)午後4時～7時半
▽会場 ①フォーリス、②ふるさと府中歴史館
▽入場 自由(無料)
▽内容 市内キャラクターの生い立ちや活動場所の紹介
※①は午後4時、②は午後6時半にキャラクターの着ぐるみが集合します。
▽申込み 当日直接会場へ
▽問合せ 九楽八魅事務局(333・0030)、または市民活動支援課支援係(335・4035)

お知らせ

市民説明会「今後の保育行政のあり方に関する基本方針案」

▽日時 7月13日(土)午前10時半～正午
▽会場 市役所北庁舎3階会議室
▽定員 先着40人
▽費用 無料
▽内容 今後の保育行政のあり方に関する基本方針案についての説明と意見交換
※未就学児の託児を希望する方は、7月5日(金)までに申し込んでください。
▽問合せ 保育課管理係(335・4172)

ふれあいと対話が築く明るい社会社会を明るくする運動強調月間

7月は社会を明るくする運動の強調月間です。この運動は、全ての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場から力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。次世代を担う青少年を非行から守り、非行に陥った少年の立ち直りを助けましょう。

市では、府中地区保護司会、更生保護女性会などの協力で、次の事業を行います。

問合せは、地域福祉推進課社会福祉係(335・4161)へ。

■街頭広報活動

▽日時 7月1日(月)午後4時半～5時半

▽場所 フォーリス周辺

■講演会「卓球日本は中国を超えられるか?～早期教育の有効性と危険性を考える」

▽日時 7月8日(月)午後1時半～3時半

▽場所 府中グリーンプラザ

▽定員 先着490人

▽費用 無料

▽講師 生島 淳氏(スポーツライター)

▽申込み 当日直接会場へ

7月の子育てひろばポップコーン

▽会場・開催日・対象年齢 下の表のとおり

▽時間 午前10時～11時半／ポップコーン・パパは午前10時～正午／園庭開放は午前9時半～11時(南保育所は午前10時～11時半)

▽費用 無料

▽問合せ 保育課管理係(335・4341)

子育てひろば ポップコーン	0歳	1歳	2・3歳
新町文化	29日(月)	8日(月)	22日(月)
郷土の森総合体育館	16日(火)	2日・23日(火)	9日・30日(火)
是政文化	17日(水)	3日(水)	10日(水)
四谷文化	11日(木)	18日(木)	4日(木)
第九・白糸台学童クラブ	5日・12日(金)		
ポップコーン・パパ	0～3歳		
南保育所	14日(日)		
東・西・中央・住吉保育所	21日(日)		
園庭開放	0～3歳		
東・朝日・三本木保育所	毎週火曜日		
住吉・四谷・本町保育所	毎週水曜日		
北・中央・北山保育所	毎週木曜日		
南・西・小柳・八幡・西府・美好保育所	毎週金曜日		

自動交付機一時休止のお知らせ

6月26日(水)は、定期保守点検のため、市役所(午後2時～4時)と市

政情報センター(午前10時～正午)に設置している自動交付機(住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明書の発行)を一時休止します。

問合せは、総合窓口課窓口第1係(335・4333)へ。

公共施設予約システム休止のお知らせ

6月26日(水)午後10時から27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、インターネット、携帯電話、施設予約入金機、各施設窓口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7月の休館日

○西府・新町・是政文化 1日(月)

○各文化 15日(祝)

▽問合せ 市民活動支援課地域コミュニティ係(335・4137)

体育館7月の休館日

○郷土の森総合体育館 1日(月)・10日(水)・19日(金)・25日(木)

○押立・栄町・四谷体育館 1日(月)・9日(火)・10日(水)・26日(金)

○白糸台・本宿体育館 11日(木)・12日(金)・24日(水)・29日(月)

▽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)

ご利用ください臨時納税窓口

▽日時 6月30日(日)午前9時～午後5時

▽場所 市政情報

▽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(336・1818)

納期限のお知らせ

▽種別 市(都)民税第1期分

▽納期限及び口座振替日 7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)

スポーツ

サマーストレッチ広場

■白糸台体育館

▽日時 7月4日・18日・25日(木)午後1時半～2時半(全3回)

■押立体育館

▽日時 7月2日・16日・23日(火)午後1時半～2時半(全3回)

■栄町体育館

▽日時 7月15日(祝)・22日・29日(月)午前10時～11時(全3回)

■日吉体育館

▽日時 6月28日、7月5日・12日(金)午後1時半～2時半(全3回)

■本宿体育館

▽日時 7月8日(月)・15日(祝)・22日(月)午前10時～11時(全3回)

■四谷体育館

▽日時 7月17日・24日・31日(水)午後1時半～2時半(全3回)

◆ 共通項目 ◆

▽対象 各体育館周辺にお住まいの方

▽費用 毎回の体育館使用料大人100円、子ども40円

▽内容 ストレッチを中心とした健康体操

▽申込み 当日直接会場へ

▽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)

耳より

図書館の不用雑誌を差しあげます

▽日時 7月7日(日)から21日(日)の開館日 午前9時～午後5時(7日は午後1時～4時、生涯学習図書館の平日は午後7時まで)

▽会場 各地区図書館

▽持ち帰り冊数 1人12冊まで

※在庫がなくなり次第終了します。

※混雑時は、先着順に時間を区切って入替制とします。

※手掛け袋などを持参してください。

▽問合せ 中央図書館(362・8647)

審議会・協議会など

■商店街振興プラン検討協議会

6月24日(月)午後1時半 市役所北庁舎5階会議室／傍聴希望の方(先着10人)は前日までに、経済観光課へ／問合せは同課商工係(335・4142)へ

■図書館サービス検討協議会

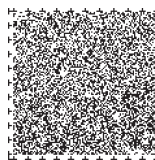
6月27日(木)午前10時 中央図書館／傍聴希望の方(先着5人)は前日までに、同館へ／問合せは同館(362・8647)へ

■景観審議会

7月4日(木)午前9時 教育／傍聴希望の方(先着10人)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

■障害者等地域自立支援協議会

7月4日(木)午後2時 市役所北庁舎3階会議室／傍聴希望の方は前日までに、障害者福祉課へ／問合せは同課生活係(335・4545)へ



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
☎336・5700

■実践! アロマテラピー講座

7月3日から9月25日の毎週水曜日(7月17日・8月14日・21日を除く)午後1時半～3時半(全10回) 研修室/対象は平成10年以前生まれの市民、市内在勤・在学の方/先着24人/費用13000円(受講料・教材費)/内容はアロマオイルの上手な使いこなしと使い切るための実習/講師は田浦裕子氏(アロマテラピーインストラクター)/申込みは電話で当館へ

■陶芸体験教室

7月19日から8月9日の毎週金曜日 午後6時半～8時半(全4回) 工房室ほか/対象は平成10年4月1日以前生まれの市民/先着20人/費用2000円(教材費ほか)/エプロン、雑巾持参/講師は当館陶芸ボランティア/申込みは電話で当館へ

生涯学習センター7月の休館日

1日(月)/当館図書館は17日(水)・18日(木)も休館

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

6月22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「あめふりともだち」「にんじゃからす」ほか/語りは十べえお話の会

■自然観察会「武蔵野段丘と湧水」

6月23日(日)午前10時 西国分寺駅改札集合/雨天中止/費用200円/

内容は昔の多摩川が刻んだ段丘崖の成り立ちと崖下湧水の観察/協力は自然観察指導員

■ゴムスタンプを彫ろう

7月7日(日)午後1時～3時 ふるさと体験館/先着10人/費用300円/小学4年生以下は保護者同伴/申込みは電話で当館へ



▲オリジナルの作品を作ろう

■はたおり教室～コースターづくり

7月7日(日)午前10時～正午、午後1時～3時 ふるさと体験館/小学3年生以下は保護者同伴/各回先着10人/費用800円/申込みは電話で当館へ

■親子天文講座「天体望遠鏡を作ろう」

7月20日(土)・21日(日)午前9時半～午後零時半 プラネタリウムほか/対象は小学4年～中学生と親/定員各日20組40人(抽せん)/費用1組3000円/内容はプラネタリウムで夏の星空の観察と屈折式望遠鏡の組み立て/申込みは7月7日(日)まで(当日消印有効)に、往復はがきで参加希望日、住所、氏名(ふりがな)、年齢(子どもは学年)、電話番号、返信用宛名を記入して当館へ

郷土の森博物館7月の休館日

1日・8日(月)・16日(火)・22日・

29日(月)

府中市美術館

〒183-0001 浅間町1の3
☎336・3371

■公開制作関連企画トークイベント「サステナブルなものづくり」

6月30日(日)午後2時～4時 公開制作室/無料/講師は本田圭吾氏(桑沢デザイン研究所プロダクトデザイン専任講師)ほか/当日直接会場へ

■アートスタジオ・トークプログラム「現代日本におけるアートのアクティヴィズム」

6月29日(土)午後2時～4時 創作室/無料/内容は美術を通して環境や平和などの社会的な問題に取り組む活動の広がりについて考える/講師は小田マサノリ氏(現代美術家)ほか/当日直接会場へ

府中市美術館7月の休館日

1日(月)から19日(金)・22日・29日(月)

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

■府中の森アートマーケット

6月30日(日)正午～午後5時 当館正面広場/雨天中止/内容はオリジナルアート作品、手作り雑貨などの販売

■府中の森めばえコンサート～カウンターテナーの調べ

9月7日(土)午後2時 ウィーンホール/入場料1500円(全席自由)/曲目は武満 徹…「小さな空」、ブリテン…「サリーガーデン」、高田三郎…「くちなし」ほか/出演は藤木大地/チケット発売開始は6月28日

(金)/未就学児の入場不可

■浜 木綿子芸能生活60周年記念「人生は、ガタゴト列車に乗って…」

9月13日(金)午後1時 どりーむホール/入場料S席6500円、A席5000円/出演は加藤 茶、紺野美沙子、川崎麻世、大空真弓ほか/チケットの予約開始は6月22日(土)/発売は翌日から/未就学児の入場不可



▲浜 木綿子

府中の森芸術劇場7月の休館日

8日(月)・9日(火)・18日(木)

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9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7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

子ども家庭支援センター「たっち」7月の休館日
8日(月)

○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

■地域包括支援センターこれまさ家族介護者教室「認知症の予防と治療・介護のコツ」

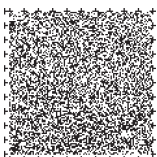
7月10日(水)午後2時～3時 是政文化センター/先着50人/無料/内容は認知症の基本的理解と予防、介護の方法/講師は榎本睦郎氏(榎本内科クリニック院長)/申込み・問合せは同支援センター(314・0451)へ

■東京六大学応援団連盟吹奏楽部・チアリーディング部合同演奏会

6月29日(土)午後6時 府中の森芸術劇場/無料(市外の方は500円)/曲目は「地球～美しき惑星」「仁」「レ・ミゼラブル」ほか/問合せは南谷宛(090・1924・7290)へ

■夏休み日本舞踊体験教室

7月21日(日)から24日(水)、8月22日(木)から25日、9月8日・22日(日)、10月17日(木)・20日(日)午前9時(全12回) 中央文化センター/対象は4歳～中学生の初心者/先着20人/無料/講師は日本舞踊師範/10月20日は発表会/申込みははがきに年齢も記入



して、渡辺美由紀宅(〒183-0055 府中町1の17の3)へ/問合せも同宛(090・5324・6530)へ

■府中市ジュニア陸上競技教室

7月28日、8月4日・11日・25日、11月24日(日)午前9時～午後零時半(11月24日は中学生のみ) 市民陸上競技場/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、市内で活動しているクラブに所属している方/費用100円(保険料)/内容は基本運動、種目別実技(短・長距離走、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12日(金)まで(必着)に、はがきに参加希望日・種目(各日1種目)、学校名(クラブ名)・学年も記入して、府中市陸上競技協会・大谷久知宛(〒183-0053 天神町2の25の20)へ/問合せも同宛(363・3034)へ、夜間に

■府中シンフォニックウィンドアンサンブル定期演奏会

7月6日(土)午後5時 府中の森芸術劇場/費用500円/曲目はチャイコフスキー…「くるみ割り人形」ほか/指揮は市川俊行氏/問合せは同事務局(090・2632・2429)へ

■夏休み工作教室「ポーセラーツの

お皿」 7月27日(土)午前10時～正午 生涯学習センター/対象は小学生以上の方/先着10人/費用1300円(材料費ほか)/内容は白磁の皿に転写紙で柄を付ける/講師は鈴木直美氏(ポーセラーツインストラクター)/主催はコラージュを楽しむ会/申込み・問合せは松浦宛(090・6719・8082)へ

■朗読の会「もえぎ」発表会

7月6日(土)午後1時半～3時半 生涯学習センター/対象は20歳以上の方/先着15人/無料/内容は林 芙美子「旅情の海」ほか/申込み・問合せは山田宅(365・5261)へ

■府中年金者組合写真クラブ「けやき」写真展

6月25日(火)から29日(土)午前9時～午後6時(25日は正午から、29日は午後5時まで) 府中グリーンプラザ分館/無料/問合せは勝谷宅(363・9050)へ

■三多摩原水禁ヒロシマこども派遣

8月4日(日)から7日(水) 広島県広島市内/対象は小学5年～中学生/費用15000円/内容は被爆体験談、施設見学、灯ろう流しほか/事前学習会あり/申込みは6月27日(木)までに、電話で原水禁府中市民会議・小笠原宛へ/問合せも同宛(363・0003)へ

■浴衣の着付講習会

6月25日(火)午後2時～4時 白糸台文化センター/対

象は成人女性/先着10人/無料/講師は赤木愛子氏(全日本きものコンサルタント協会会員)/主催は白糸台着付サークル/申込み・問合せは落合宅(365・3904)へ、午前中に

■「若松Bジュニアテニスクラブ」会員募集

活動は土曜日の午後3時～5時(月2回) 若松庭球場/対象は小学生の市民/費用入会金1000円、年額10200円/問合せは田淵宅(365・9747)へ

■「けやき混声合唱団」会員募集

活動は毎週日曜日の午後1時半～4時 中央文化センターほか/費用入会金1000円、月額1000円/内容は10月のコンサートに向けた被災地応援ソングの練習ほか/指揮は広瀬忠雄氏/申込み・問合せは榎本宛(090・5314・9146)へ

■「並木短歌会」会員募集

活動は毎月第3金曜日の午後1時～4時 府中グリーンプラザ/費用月額1500円/内容は短歌創作/講師は逸見喜久雄氏(短歌「青南」選者)/申込み・問合せは山口宅(366・8052)へ、午前9時～正午に

■「水燿会」会員募集

活動は毎週水曜日の午前9時～正午 片町文化センター/費用入会金5000円、月額1000円/内容は初心者からできる陶芸の制作/申込み・問合せは風岡宅(360・0748)へ

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

介護予防推進センター

〒183-0033 分梅町1の31
☎330・2010

■介護予防講座「筋力トレーニングの実際」

7月2日(火)午前10時半～正午／
／先着20人／無料／内容は自分の体重を使ったトレーニング方法と効かせるためのこつ

■介護予防講座「知っておこう！認知症予防」

7月5日(金)午前10時半～11時半／
／先着20人／無料／内容は気軽にできる認知症予防と教室の紹介

■測定会ダヨ！全員集合！！

7月10日(水)午後2時半～4時／
／先着40人／無料／内容は血管年齢・飲み込みチェックほか

■いきいきハウス1泊体験「はじめよう！パソコン～ハガキ編」

7月4日(木)・5日(金)／先着6人／
／費用3300円(食費含む)／内容はインターネット検索ほか

■いきいきハウス1泊体験「来たれ！

介護予防合宿」

7月12日(金)・13日(土)／先着6人／
／費用3300円(食費含む)／内容は体づくりのための筋力トレーニングやストレッチ、食事の話ほか

◆ 上記5記事の共通項目 ◆

対象は介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民／申込みは6月22日(土)から電話で当館へ

■出張介護予防体力測定会「チャレンジ!!みんなで元気度チェック」

①7月1日(月)午後1時半～3時・②2日(火)午前10時～11時半・③3日(水)・④5日(金)午後1時半～3時 ①朝日体育館、②本宿体育館、③白糸台体育館、④押立体育館／
対象はおおむね65歳以上の市民／各先着30人／無料／内容は片足立ち・骨密度・血管年齢測定ほか／室内履き持参／当日直接会場へ

■大人も子どもも測定会へいらっしゃ～い!!

7月14日(日)午前10時～正午／
対象は市民／無料／内容は簡単な体力測定とバランスゲームほか／当日直接当館へ

■いきいきハウス1泊体験「初めての健康麻雀で介護予防」

7月15日(祝)・16日(火)、または7月23日(火)・24日(水)／対象は介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民で、マージャンを覚えたい方／定員各回5人／費用3300円(食費含む)／内容はマージャンを覚えて脳の活性化を図る／申込みは6月22日(土)から24日(月)に電話で当館へ／応募者多数の場合は6月に未体験の方を優先して抽せん

■介護予防3か月教室

教室名、日程、時間、対象、定員、内容は下の表のとおり／費用月額500円／申込みは7月12日(金)まで(必着)に、往復はがきに希望教室名、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号、返信用宛名を記入して、当館へ

心身障害者福祉課「きずな」

〒183-0026 南町5の38
☎360・1312／FAX368・6127

■当事者相談

①7月4日(木)・②6日(土)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ほか／無料／申込みは当館へ

■装具・福祉機器・住宅改善相談会

7月18日(木)午後1時～4時・22

日(月)午前9時～正午／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

ふれあい会館

〒183-0056 寿町3の2
・社会福祉協議会 ☎334・3040

■有償在宅福祉サービス協力会員基礎研修

7月11日(木)午後1時～3時半
ふれあい会館／対象は市民／内容は事業説明、家事・介護サービスの基礎研修／申込み・問合せは社会福祉協議会へ

ルミエール府中7月の休館日

2日・16日(火)・17日(水)／問合せは中央図書館(362・8647)、市民会館(361・4111)へ

府中グリーンプラザ7月の休館日

3日(水)・4日(木)／問合せは当館(360・3311)へ

ふるさと府中歴史館7月の休館日

1日・8日(月)・16日(火)・22日・29日(月)／問合せは当館(335・4393)へ

スクエア21・女性課7月の休館日

9日(火)・20日(土)／問合せは当館(351・4600)へ

◆介護予防3か月教室◆

教室名	日程(全12回)	時 間	対 象	定員 (抽せん)	内 容	
マシントレーニング(月曜コース)	8月5日から10月21日の毎週月曜日	午前10時15分～11時45分	介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民で、医師からの運動制限がない方	各20人	トレーニングマシンによる筋力向上	
マシントレーニング(火曜午前コース)	8月6日から10月22日の毎週火曜日					
マシントレーニング(木曜コース)	8月8日から10月24日の毎週木曜日					
マシントレーニング(金曜午前コース)	8月9日から10月25日の毎週金曜日					
マシントレーニング(火曜午後コース)	8月6日から10月22日の毎週火曜日	午後2時～3時半				
マシントレーニング(水曜コース)	8月7日から10月23日の毎週水曜日					
マシントレーニング(金曜午後コース)	8月9日から10月25日の毎週金曜日					
バランストレーニング(月曜コース)	8月5日から10月21日の毎週月曜日					
バランストレーニング(水曜コース)	8月7日から10月23日の毎週水曜日	午前10時15分～11時45分		各23人	体のバランス力、柔軟性の向上による転倒予防	
バランストレーニング(木曜コース)	8月8日から10月24日の毎週木曜日	午後2時～3時半				
らくらく膝腰教室(水曜コース)	8月7日から10月23日の毎週水曜日					
らくらく膝腰教室(土曜コース)	8月10日から10月26日の毎週土曜日					
さんぽクラブ(月曜コース)	8月5日から10月21日の毎週月曜日	午前9時半～11時半		介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民で、医師からの運動制限がなく、連続50分程度歩ける方	各20人	日常動作、認知症予防に生かせる歩き方
さんぽクラブ(木曜コース)	8月8日から10月24日の毎週木曜日					
女性のためのエクササイズ(火曜コース)	8月6日から10月22日の毎週火曜日	午後2時～3時半		介護保険の認定を受けていない65歳以上の女性市民で、医師からの運動制限がない方	各23人	尿失禁・骨粗しょう症・肥満などを予防・改善、美容・栄養講習
女性のためのエクササイズ(金曜コース)	8月9日から10月25日の毎週金曜日	午前10時15分～11時45分				
食べるカムくらぶ(木曜コース)	8月8日から10月24日の毎週木曜日		午後2時～3時半	介護保険の認定を受けていない65歳以上の市民	各12人	いつまでもおいしく食べることを支援する栄養改善・口くう機能向上プログラム(調理・歯科実習ほか)
食べるカムくらぶ(金曜コース)	8月9日から10月25日の毎週金曜日					

○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

■「フフ、フ」会員募集 活動は毎月第3木曜日ほか スクエア21・女性課／費用年会費4200円／内容は女性の自己実現・起業支援の勉強会・交流会、出版物の制作、子ども向けイベントの企画運営(子ども同伴可)／申込み・問合せは電話、またはFAXで同会事務局・新宮宛(334・0076＝FAX同番)へ

官公庁から

■地域就職面接会①②面接対策セミナー・③合同就職面接会 ①7月2日(火)午後1時半～3時半・5日(金)②午前10時～正午、③午後1時半～4時半 調布市文化会館たづくり(調布市小島町)／対象はおおむね34歳以下の方／無料／面接希望企業分の履歴書持参／主催は東京しご

と多摩／申込み・問合せは同館(329・4524)へ

■全国一斉「子どもの人権110番」強化週間 6月24日(月)から30日(日)午前8時半～午後7時(29日・30日は午前10時～午後5時)／内容は人権擁護委員・法務局職員による電話相談(0120・007・110)／問合せは東京法務局人権擁護部第三課(03・5213・1234)へ

■屋外広告物講習会 8月29日(木)・30日(金)午前9時45分～午後4時45分 都庁大会議場／対象は都内で屋外広告業を営んでいる方、または営もうとしている方／先着201人／費用4900円(テキスト代が別に必要)／申込みは6月24日(月)午前9時半～午後3時(正午～午後1時を除く)から、申込書(都都市整備局緑地景観課に用意)に費用を添えて、同課へ／問合せも同課(03・5388・3335)へ

■都立府中療育館見学会 7月10

日(水)午後1時～3時 同館(武蔵台2の9)／無料／内容は施設概要説明と見学会／申込み・問合せは同館指導科・田口宛(323・5115)へ

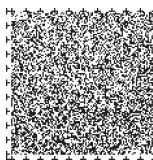
■東京農工大学科学博物館「子ども科学教室」 7月6日(土)午前10時～正午 同館(小金井市中町)／対象は小学5年～中学生(保護者同伴可)／先着30人／無料／内容は写真撮影会／SDカード式デジタルカメラ持参／講師は高木愛子氏(同大学特任助教)／申込みは電話、またはFAX(388・7598)に学校名・学年も記入して、同館へ／問合せも同館(388・7163)へ

■生徒と一緒にシュガークラフトでベビーシューズを作りませんか 7月29日(月)午前10時～正午 都立農業高校／対象は小学生の市民と保護者／定員17組(抽せん)／費用1人60円(保険料)／エプロン、上履き、タオル持参／申込みは6月28日(金)まで(必着)に、往復はがきに学校名・学年も記入して、同校食物科(〒183-0056寿町1の10の2)へ／問合せは同校・務台宛(362・2211)

へ
■都立多摩図書館「バックヤード団体ツアー」 随時 同館／定員4～10人／無料／内容は普段公開していない作業室や書庫の見学／申込み・問合せは同館(042・524・7186)へ

■野川公園「親子スポーツ教室」 7月16日、8月20日(火)午前11時～11時45分 同公園／雨天中止／対象は2～4歳児と保護者／先着各日20人／費用200円(保険料ほか)／内容は親子で走ったり跳んだりする運動／講師は小川竜志氏(スポーツコーディネーター)／主催は西武・武蔵野パートナーズ／申込み・問合せは同公園サービス課(0422・31・6457)へ

■国民年金保険料5月分の納期限及び口座振替日 7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



7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(3回コース)／ 申込み…6月24日(月)から

8月2日(金)・10日(土)・23日(金)午後1時半～4時／対象は受講時妊娠16～36週の初産の妊婦／定員24人／内容は妊娠中の健康管理、赤ちゃんとの生活、先輩ママとの交流ほか／10日は配偶者の参加可(お産の経過、ストレッチ、もく浴体験ほか)

■はじめてのパパママ学級(半日コース)／ 申込み…6月24日(月)から

8月10日(土)午前9時～11時半／対象は受講時妊娠16～36週の初産の妊婦と配偶者／定員24組／内容はお産の経過、ストレッチ、もく浴体験ほか

■母子保健相談

①7月8日(月)・17日(水)・22日(月)・24日(水)午後1時15分～2時・②7月3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(電話予約)

■子育て相談室

受付は月曜から金曜日 午前9時～午後5時 保健室分館／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)

■離乳食教室ステップ1／ 申込み…6月26日(水)から

7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25年1～3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…6月26日(水)から

7月12日(金)午後1時半～3時／対象は平成24年11月～平成25年1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…6月25日(火)から

7月10日(水)午後1時半～3時／対象は平成24年8～11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…6月25日(火)から

7月2日(火)午後1時半～3時／対象は平成24年1～8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…6月24日(月)から

7月4日(木)午前10時～11時半／対象は平成23年1～10月生まれで第1子の保護者／定員24人／内容は栄養士の講話、調理実演、試食、懇談／託児あり

■親と子の歯みがき教室 申込み…6月25日(火)から

7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

▶よい歯磨きの習慣を



■1歳児予防歯科指導教室 申込み…6月26日(水)から

7月2日(火)午後1時半・12日(金)午前10時半、午後1時半／対象は平成24年6・7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

7月11日・18日・25日(木)／受付は午後1時15分～2時／対象は平成25年3月生まれの乳児と母親

■1歳6か月児健康診査

7月8日(月)・17日(水)・22日(月)・24日(水)／受付は午後1時15分～2時／対象は平成23年12月生まれの幼児

■3歳児健康診査

7月9日・16日・23日(火)／受付は午後1時15分～2時／対象は平成22年6月生まれの幼児

■妊婦歯科健康診査

7月18日、8月22日(木)／受付は午後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

①7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・③10日(水)午後1時15分～3時／対象は①平成23年6月生まれの幼児、②平成22年12月生まれの幼児、③平成20・21年6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…6月21日(金)から

7月18日(木)午後1時15分～3時 保健室分館／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…6月21日(金)から

①7月18日(木)午前9時～10時10分・②20日(土)午前8時50分～10時10分 保健室分館／対象は64歳以下の市民／定員①10人・②8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

1・2・3 市民

特集 NPO・ボランティア団体

スポーツや文化活動を通して心を豊かに
府中市総合型 f スポーツクラブ

府中市総合型 f スポーツクラブは、老若男女問わず、スポーツや文化活動を通して、生涯を心身ともに心豊かに過ごせるような仲間や地域コミュニティ作りを目的に、市内で初めての総合型地域スポーツクラブとして平成23年10月に設立しました。

総合型地域スポーツクラブは、あらゆる世代が、様々な種目の文化活動やスポーツ活動に、生涯スポーツからプロスポーツの分野まで、それぞれの好みに合わせて参加できるという特徴を持っています。行政主導ではない民間クラブとして、企画・運営も地域住民によって行われています。

会では、卓球やソフトバレーボール、エアロビクスなどのスポーツ活動だけでなく、テーブルマナー教室やフラワーアレンジメント教室、料理教室などの文化活動も行っており、会のホームページやチラシなどでも紹介しています。特に力を注いでいる活動に、関東では馴染みが少ない「競技玉入れ」があります。

「競技玉入れは、4.12メートルの高さのかごに100個の玉を何秒で入れられるかを競うタイムトライアル

競技です。北海道和寒町で始まったこの競技は、雪に覆われる冬の間も老若男女問わず参加できる競技として発案されたもので、特別な技術や身体能力は必要ありませんが、見た目以上に運動量が多く、単純な競技なのになかなか玉が入らないところにもどかしさがあります。『たかが玉入れ、されど玉入れ』なのです」と会員の山岸さん。

「競技玉入れを筆頭に、幼児から高齢者まで『いつでも・どこでも・だれでも』をモットーに、スポーツや文化活動に触れ、活躍できる環境をつくりながら、多種多様な活動をしていきたいと思います」と代表の高橋さんは話します。

▽府中市総合型 f スポーツクラブ (306・8032)



▲世代を超えて楽しめます

ふるさと府中歴史・文化遺産めぐり

都指定旧跡 分倍河原古戦場

現在の駅名にも残る分倍河原は、かつて鎌倉幕府軍と新田義貞率いる倒幕軍が歴史的な合戦を繰り広げた場所として、都旧跡に指定されています。

問合せは、ふるさと文化財課郷土資料担当(335・4393)へ。

鎌倉幕府倒幕の立役者の一人である新田義貞は、元弘3年(1333年)5月、上野国新田荘生品神社(群馬県太田市)で挙兵し、鎌倉へと進路をとりました。

軍記物『太平記』によると、新田軍は20万7千騎の軍勢とともに武蔵国へ入り、迎え撃つ幕府軍と入間川(狭山市)、小手指原(所沢市)、久米川(東村山市)において一進一退の攻防を繰り広げました。多摩川を死守すべく援軍を得た幕府軍を新田軍は分倍河原で撃ち破り、そのまま鎌倉市中へと攻め込み、幕府を滅亡へ追い込みました。

太平記の中で幕府軍の軍事拠点として記されている「分倍」の地名は、現在の分倍町に地名が残ります。当時の府中には、政治の中心である武蔵国衙があり、幕府北条氏の配下となっていました。また分倍は、鎌倉街道上道と多摩川の流路が交差する立地から、幕府側の最終防衛線として重要な場所であり、この場所をめぐる争奪戦は、雌雄を決する勝負で

あったことが想像できます。分倍河原合戦は、府中に置かれた武蔵国衙体制を終えんへといざない、南北朝動乱の時代を迎える転機となった、日本の歴史上大きな事件だったといえます。

現在、新田川緑道を歩くと鎌倉街道(分倍通り)の手前に、この分倍河原古戦場の碑が建てられています。古戦場の具体的な範囲は明らかではありませんが、分倍河原合戦の舞台を思わせる歴史の散歩道として歩いてみてはいかがでしょうか。



▲分倍河原古戦場の碑

7月7日(日)

蓮を観る会

郷土の森公園修景池で「蓮を観る会」を開催します。
修景池には、大賀蓮をはじめ30種類の蓮が植えられています。これほど多くの種類の花蓮が1か所で見られるのは大変珍しいことです。優美で気品のある花蓮を、ぜひ、ご覧ください。
なお、開花状況は、郷土の森公園管理事務所(364・7214)へお問い合わせください。
問合せは、環境政策課自然保護係(335・4315)へ。

▽日時 7月7日(日)午前7時~9時/荒天中止
▽会場 郷土の森公園修景池
▽内容 花蓮の観賞、ポスターの配布(先着50人)、花蓮の絵はがきの頒布

花蓮の解説と大賀一郎博士の紹介

▽日時 7月7日(日)午前7時半~8時半
▽会場 郷土の森公園修景池
▽講師 箱田直紀氏(恵泉女学園大学名誉教授)
▽申込み 当日直接会場へ

花蓮写真作品募集

▽対象 写真撮影を職業としていない方
▽内容 郷土の森公園修景池・寿中央公園ひょうたん池に咲く花蓮の写真
▽申込み 8月2日(金)まで(必着)に、作品(カラープリント六ツ切・六ツ切ワイド・A4判)の裏に決められた用紙(府中駅北第2庁舎7階環境政策課、郷土の森公園管理事務所、観光情報誌、市政情報誌に用意)を貼って、生活環境部環境政策課(〒183-0056寿町1の5)へ/持参可
※用紙は、市のホームページからダウンロードできます。
▽展示 10月に展示会を開催予定

花蓮写真の展示会

▽日程 6月25日(火)・26日(水)
▽会場 フォーリス
▽内容 昨年応募のあった花蓮写真の展示

9月23日(祝)
午後1時~

スポーツ祭東京2013

「炬火リレーの走者を募集します」

いよいよ開幕まで100日を切った、スポーツ祭東京2013(第68回国民体育大会・第13回全国障害者スポーツ大会)をさらに盛り上げるため、市内全域を一つの火でつなぐ炬火リレーを開催します。
炬火リレーの走者となって国体の魅力と感動を体感してみませんか。
問合せは、スポーツ祭東京2013府中市実行委員会事務局(335・4373=国体推進室内)へ。

▽日時 9月23日(祝)午後1時から
▽会場 市内全域
▽対象 市民、市内在勤・在学の方で、時速8キロ以上で2キロ程度を走れる①小学5年~中学生・②高校生以上の方・③小学校5年生以上で障害のある方/車いすの方や伴走者を伴う方の参加可

▶第14回国民体育大会(昭和34年の大会旗リレーの様子)



▽定員 ①130人、②60人、③15人(抽せん)
▽費用 無料
▽内容 指定されたコース(1~2キロ程度)を走る
※走者には、走行時に着用するTシャツ、完走証書及び記念小旗を差しあげます。

▽申込み 7月10日(水)まで(当日消印有効)に、はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、Tシャツのサイズ(S・M・L・LL)、小・中学生は学校名・学年・保護者の承諾署名を記入して、府中市体育協会宛(〒183-0056寿町2の11の1)へ

関連事業

卓球競技普及啓発事業「卓球は府中でしょ!!!」

▽日時 7月7日(日)午後1時半~4時
▽会場 生涯学習センター
▽費用 無料



▲菊口大樹選手

▽内容 近藤欽司氏(北京オリンピック全日本女子チーム監督)による講演会、国民体育大会東京都代表で八中出身の菊口大樹選手、世界卓球パリ大会日本代表でもある高木和卓選手ほかによるエキシビションゲームほか
▽申込み 当日直接会場へ

