



春の火災予防運動

3月1日(土)から7日(金)



うれしいね
防火で笑顔の
人と町

3月1日(土)から7日(金)に、市民の皆さんに火災予防の意識を高めていただき、火災による死傷者や財産の損失を防ぐことを目的に、春の火災予防運動を実施します。

問合せは、防災危機管理課災害対策係(335・4098)、または府中消防署予防課(366・0119)へ。

火災予防運動期間中の主な催し

■火災予防コンサートin府中

▽日時 3月2日(日)午前11時～午後4時

▽場所 フォーリス

▽出演 NEC吹奏楽団、コスモスベアーズ、contlovers

■ホコ天で消防体験

▽日時 3月2日(日)午後零時半～3時半/荒天中止

▽場所 けやき並木通り

▽内容 消防車両の展示、はしご車乗車体験(定員制)ほか

▽問合せ 府中消防署予防課(366・0119)

■府中市消防団火災予防運動

府中市消防団では、春の火災予防運動に合わせて市内全域を消防ポンプ車で巡回し、市民の皆さんに防火と防災を呼び掛けます。

▽日時 3月1日(土)・7日(金)

午後7時～10時

▽問合せ 防災危機管理課消防係(335・4068)

■家庭で保管している消火器の無料点検・薬剤の詰め替え・販売あっせん

▽日時 3月2日(日)午前10時～正午

▽会場 中央・四谷・紅葉丘文化センター

▽対象 市民

▽内容・費用

○点検…無料

○薬剤詰め替え…3000円～5500円(蓄圧式消火器は運搬費1000円が別に必要)

○販売あっせん…1.5キロタイプ6500円、3.0キロタイプ8500円

※有効使用期限を経過した消火器の薬剤詰め替えは行いません。

※点検の結果、使用できない消火器は1本1000円で処分します。

※蓄圧式消火器の薬剤詰め替えには1週間程度かかります。

● 火災予防運動の主な推進項目 ●

■住宅防火対策の推進

○住宅用防災機器などの普及促進及び正しい維持管理の周知

○出火原因に着目した出火防止対策

■地域の防火安全対策の推進

○地域住民の方々が主体の防火防災訓練の実施と参加促進及び放火火災予防対策の推進

○あらゆる年齢層に対する体系的な総合防災訓練の推進

○地震時における出火防止対策

■火災共済にご加入ください

火災共済は、火災で負傷したときや住宅が被害を受けた場合などに、民間の火災保険制度に関係なく、見舞金を受けられる制度です。ぜひ、ご加入ください。

▽対象 市に住居票がある世帯主
▽共済期間・会費 加入申込み日から1年間500円、2年間900円、3年間1300円

※1つの住宅に2世帯以上が居住している場合は、1世帯のみの加入となります。

▽内容

○火災見舞金 50～200万円

○被災者見舞金 2～150万円

※次の世帯の方が申込みをする場

合、会費は市が負担します。なお、②～④は申込み時に対象であることを証明できるものが必要です。

①半径500メートル以内に、69歳以下の2親等以内の親族が住んでいない70歳以上のみの世帯

②生活保護受給世帯

③身体障害者手帳1～3級、愛の手帳1～3度をお持ちの方がいる世帯

④18歳未満の子どもがいる遺族基礎年金受給世帯

▽申込み 市役所1階総合窓口課、防災危機管理課(中央防災センター内)、各文化センターへ

▽問合せ 防災危機管理課災害対策係(335・4098)

ご意見をお聞かせください 手数料・使用料の見直しに関する基本方針案

市では、市民サービスの提供や施設の保全を適切に行うため、手数料・使用料の見直しに関する基本方針案を作成しました。
この案は、3月23日(日)まで、市役所3階政策課、中央図書館、各文化センター、市政情報センター、市のホームページでご覧になれます。
問合せは、政策課(335・4010)へ。

■主な内容

- 手数料・使用料の見直しの基本的な考え方
- 基準手数料・使用料の算出方法

■意見の募集

この案について、市民の皆さんのご意見をお寄せください。

建築物防災週間

3月1日(土)から7日(金)

建築物の適正な維持保全や耐震性の確認を行うことが、思わぬ事故の防止や災害時の被害軽減、建築物を長持ちさせることにつながります。

安心して生活できる安全なまちをつくるため、日頃から注意・点検をしましょう。

問合せは、建築指導課管理係(335・4476)へ。

■建築物の点検項目

- 廊下、階段、バルコニーなどの避難通路は確保されているか
- 防火シャッターの下や防火戸の周りに物を置いていないか
- 非常照明、排煙・換気設備は適切に作動するか
- 外装タイルやモルタルが剥

離れていないか

が落ちて危険なことはないか

○広告板、ブロック塀、石垣、擁壁(土留め)などは安全か

○エレベーター、エスカレーターなどは適切に維持保全されているか

○建築物の耐震性は確保されているか

募集します 平成26年度市の奨学生

市では、高校、高等専門学校、専修学校、短期大学、大学などへの進学希望者や在学生を対象に、以下の表のとおり奨学金制度を設けています。
▽募集要項 3月20日(木)まで市役所8階総務課で配布
▽申込み 3月14日(金)から20日(木)午前8時半~午後5時に、決められた用紙を持って総務課へ/土日曜日を除く/郵送不可/選考
※荒廃学資金貸付金(海外留学・海外ホームステイ)については、後日「広報ふちゅう」でお知らせします。
▽問合せ 総務課学校管理係(335・4428)

▽提出方法 3月23日(日)まで(必着)に、意見、住所、氏名を記入して、〒183-0001 政策課総務部政策課へ/FAX(336・6131)、電子メール(〒kaku01@city.fuchu.tokyo.jp)、または政策課・中央図書館・各文化センター・市政情報センターへ持参可

被災建築物応急危険度判定制度

震災時に、人命にかかわる二次的災害を防止するため、被災した建築物を応急危険度判定員が調査し、余震などによる倒壊の危険性や外壁・窓ガラスの落下、付属設備の転倒の危険性などの判定を行います。

「誰でもできるわが家の耐震診断」を生涯学習センター、ルミエール府中、市政情報センター、各文化センターで配布しています。

定期調査報告・検査報告
病院、マンション、店舗など多くの人が利用する建築物のうち、市が指定した建築物、設備、エレベーターなどは、定期的に専門家の調査・検査を受け、その結果を市に報告することが義務付けられています。

建築物の維持保全と木造建築物の耐震自己点検
建築物の維持保全についてのパンフレット「建物もあなたと同じ健康診断」と、木造住宅についてのパンフレット

昭和56年5月31日以前に建築された市内の一戸建ての木造住宅を対象に、耐震診断調査と、この調査に基づく耐震改修などの費用の一部を助成しています。

木造住宅の耐震診断・耐震改修などの助成金

市との関連を装った耐震診断・改修業者にご注意を

◆市の奨学金制度◆

種類	対象(次の全てに該当する方)	対象となる学校など	奨学金(月額)	償還方法など
給付奨学金	○保護者が市内に6か月以上住んでいる方(交通遺児の方は、保護者の居住期間を問いません) ○保護者の所得が制限額以下の方 ○人物及び学力が良好な方	全日制高校、高等専門学校、または専修学校(高等課程)	10,500円	償還する必要はありません/入学時に準備金8,000円を別途給付
		定時制高校、または特別支援学校の高等部	7,500円	
貸付奨学金	○保護者が市内に6か月以上住んでいる方 ○保護者の所得が制限額以下の方 ○健康状態、人物及び学力が良好な方 ○連帯保証人1人の保証が得られる方 ○上記の給付奨学金を受けていない方	高校、高等専門学校、特別支援学校の高等部、または専修学校(高等課程)	国・公立 11,000円 私立 17,000円	卒業後、6か月を経過後、月賦、半年賦、年賦のいずれかで貸付額により最高10年以内に返済/無利子
		短期大学、または専修学校(専門課程)	21,000円	
		大学	30,000円	
		高校、高等専門学校、特別支援学校の高等部、または専修学校(高等課程)	国・公立 12,000円 私立 29,000円	
荒廃学資金貸付金(交通遺児等奨学金)	○交通遺児の方、または保護者が、交通事故により、後遺障害1~4級の被害を受けた方 ○保護者が市内に住んでいる方 ○健康状態、人物及び学力が良好な方 ○連帯保証人1人の保証が得られる方	短期大学、専修学校(専門課程)、または大学	国・公立 37,000円 私立 50,000円	卒業後、6か月を経過後、月賦で貸付額により最高10年以内に返済/無利子
		国・公立	12,000円	
		私立	29,000円	

※連帯保証人は、申込み時には必要ありません。

入居者を募集しています シルバークリア(高齢者集合住宅)地元割当

■単身者向け
▽対象 次の全てに該当する方
○原則として親族と同居していないこと
○申込者の総所得金額が25万8000円以下であること
○申込者が65歳以上であること
○市内に引き続き3年以上住み、市に住民票があること
○住宅に困っていること
○入居する方が暴力団員でないこと
▽募集戸数 1戸(2DK)
▽所在地 南町4の40の1
※詳しくは、申込みのしおりをご覧ください。
▽申込書 3月2日(日)まで市役所1階高齢者支援課(日曜日、3月1日(土)を除く午後5時まで、2月22日(土)は正午まで)、白糸台・西府文化センター(土・日曜日を除く午後5時まで)、市政情報センター(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 3月4日(火)まで(必着)に、〒183-0001 福祉保健部高齢者支援課へ/持参可
▽問合せ 高齢者支援課施設担当(335・4503)

コミュニティ文化祭

各文化センターで文化活動をしている自主グループの皆さんが、創作した作品や芸能など、日頃の活動成果を発表します。

■展示部門

▽日時 3月1日(土)・2日(日)午前10時~午後5時(2日は午後4時まで)
▽内容 書道、水彩画、陶芸、手編みほか

■発表部門

▽日時 3月2日(日)午前10時~午後6時
▽内容 太極拳、舞踊、カラオケ、ダンスほか

◆ 共通項目 ◆

▽会場 府中の森芸術劇場
▽問合せ コミュニティ文化祭実行委員会事務局(368・7001=片町文化センター内)

がん検診を受けましょう!
“消化器系がん+肺がんドック”
~早期発見すれば、がんは怖くない~

消化器系がん
○胃部エックス線検査
○腹部超音波検査
○便潜血検査
○胃がんリスク検査(消化器系がん単独コースのみ)

肺がん
○低線量胸部CT検査
○喀痰細胞診検査

検査日 月 火 水 木 金
午前 ○ ○ ○ ○ ○
午後 ○ ○ ○ ○ ○

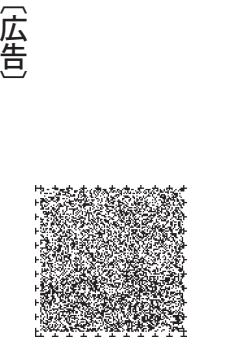
東京都がん検診センター 府中市武蔵台2-9-2
予約専用電話 ☎042-327-0265
受付時間 午前9時~午後5時(平日)

お住まいのパートナー
京王沿線の物件なら、特におまかせ!
不動産の仲介・管理
株式会社 大内商事

本店 東京都府中市府中町1-5-7
☎042-363-7707(代)
インターネットホームページ <http://www.ouchi.ne.jp/>

グループ創業36年の経験と実績で安心の生活をお届けいたします。
介護付 有料老人ホーム
特定施設(介護予防特定施設)
入居者生活介護事業所

ヘルスケア・ヴィラ府中
◆入居・ショートステイ・体験宿泊受付中◆
・車椅子の方・寝たきりの方・認知症の方・胃ろう・バルーン・インスリン注射の方ご相談ください
〒183-0027 東京都府中市本町4-18-2 ☎0120-650-416
[京王線・JR南武線(分倍河原)駅から徒歩480m]HPは255 | 総合ヘルスケア



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

平和展

▽日時 3月4日(火)から13日(木)午前9時~午後10時(13日は午後5時まで)

▽会場 生涯学習室

▽入場 自由(無料)

▽内容 平和に関するパネルの展示

▽問合せ 生涯学習スポーツ課学習推進係(335・4394)

認知症サポーター「ささえ隊」養成講座

▽日時 3月5日(水)午前10時~11時半

▽会場 よつや苑

▽対象 市民

▽定員 先着20人

▽費用 無料

▽内容 認知症の正しい理解と対応について

▽講師 地域包括支援室よつや苑職員

▽申込み 地域包括支援室よつや苑(334・8133)へ

▽問合せ 高齢者支援課地域ネットワーク担当(335・4537)

認知症タウンミーティング「かかってこい!認知症」

▽日時 3月16日(日)午前10時半~午後零時半

▽会場 ルミエール府中

▽対象 市民

▽定員 先着250人

▽費用 無料

▽内容 宮永和夫氏(南魚沼市立ゆきぐに大和病院院長)、若年認知症当事者ほかによるパネルディスカッション「地域で認知症の人と家族をサポートするために」

▽申込み 電話で、またはFAX(362・9093)に参加希望者全員の住所・氏名・電話番号、手話通訳・車いすでの参加・介護者希望の有無を記入して、社会福祉協議会(336・7055)へ

▽問合せ 高齢者支援課地域ネットワーク担当(335・4537)

観光ガイドツアー「府中の名木を巡りシダレザクラの東郷寺へ」

▽日時 3月18日(火)午前9時~正午/荒天中止

▽集合場所 観光情報室

▽定員 30人(抽せん)

▽費用 200円(保険料、資料代)

▽行程 馬場大門のケヤキ並木~大國魂神社~京所通り~鳩林荘前~東郷寺

▽申込み 3月3日(月)まで(必着)に、往復はがき(1人1枚)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、〒183-8703生活環境部経済観光課「東郷寺ツアー」係へ

▽問合せ 経済観光課観光係(335・4095)

3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
新町文化室	10日(月)	17日(月)	24日(月)
郷土の森総合体育館	11日(火)	25日(火)	4日(火)
是政文化室	5日(水)	12日(水)	19日(水)
四谷文化室	6日(木)	13日(木)	20日(木)
ポップコーン・パパ	0~3歳		
南・東・西・中央・住吉保育所	16日(日)		
園庭開放	0~3歳		
東・朝日・三本木保育所	4日・11日(火)		
住吉・四谷・本町保育所	5日・12日(水)		
北・中央・北山保育所	6日・13日(木)		
南・西・小柳・八幡・西府・美好保育所	7日・14日(金)		

お知らせ

体育館3月の休館日

○郷土の森総合体育館 3日(月)・13日(木)・18日(火)・31日(月)

○押立・栄町・四谷体育館 3日(月)・11日(火)・12日(水)・28日(金)

○白糸台・本宿体育館 4日(火)・13日(木)・14日(金)・24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)

地区図書館臨時休館のお知らせ

3月4日(火)・5日(水)は、蔵書点検のため、武蔵台・紅葉丘・片町図書館を臨時休館します。

問合せは、武蔵台図書館(042・576・6390)、紅葉丘図書館(360・7227)、片町図書館(368・7117)へ。

文化センター3月の休館日

○各文化センター 21日(祝)

○西府・新町・是政文化センター 3日(月)

▽問合せ 市民活動支援課地域コミュニティ係(335・4137)

納期限のお知らせ

▽種別 固定資産税・都市計画税第4期分、国民健康保険税第6期分、介護保険料第6期分、後期高齢者医療保険料第6期分

▽納期限及び口座振替日 2月28日(金)

※口座振替をご利用の方は、預金の残高をご確認ください。

▽問合せ 納税課管理係(335・4448)、高齢者支援課介護保険係(335・4021)、保険年金課後期高齢者医療係(335・4033)

ご利用ください 臨時納税窓口

▽日時 2月23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

ニュースポーツのつどい

▽日時 3月9日(日)午前10時~午後3時半

▽会場 栄町体育館ほか

▽対象 栄町体育館周辺の市民

▽費用 無料

▽内容 トランポリン、テニス、ストラックアウトほか

▽申込み 当日直接会場へ

▽問合せ 栄町体育館(367・0611)

ラリーテニスとニュースポーツのつどい

▽日時 3月8日(土)午前9時~午後4時

▽場所 押立体育館

▽対象 押立体育館周辺の市民

▽費用 無料

▽内容 ラリーテニス、カローリング、玉入れ、トランポリンほか

国民年金保険料の前納・早割制度 平成26年度から2年前納が開始されます

国民年金保険料の納付には、前納制度と早割制度の2つの割引制度があります。口座振替による平成26年4月分からの前納申込み期限は、2月28日(金)です。

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

- 前納制度
 - ▽2年分まとめて納付
 - 口座振替 14800円割引
 - ▽1年分まとめて納付
 - 口座振替 3840円割引
 - 納付書 3250円割引
- ▽半年分まとめて納付
 - 口座振替 1040円割引
 - 納付書 740円割引
- 早割制度(口座振替の引き落とし月を、通常の前月に設定)
 - 月々の保険料が50円割引

※体育館履きを持参してください。

▽申込み 当日直接会場へ

▽問合せ 押立体育館(367・0750)

郷土の森総合体育館 各教室参加者募集

■ジュニアアーチェリー教室

▽日時 3月26日(水)から28日(金)午後3時半~5時半(全3回)

▽会場 弓道場

▽定員 10人(抽せん)

■ジュニアバドミントン教室

▽日時 4月1日(火)から3日(木)午後3時半~5時半(全3回)

▽会場 第1体育室

▽定員 30人(抽せん)

◆ 共通項目 ◆

▽対象 小学4年~中学生の市民

▽費用 毎回の体育館使用料70円

▽申込み 2月28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、電話番号、学校名・学年、アーチェリーは身長・経験の有無、返信用宛名を記入して、郷土の森総合体育館(〒183-0025矢崎町5の5)へ

▽問合せ 郷土の森総合体育館(363・8111)

審議会・協議会など

■景観審議会

2月28日(金)午後2時 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、計画課へ/問合せは同課地域まちづくり担当(335・4412)へ

■情報公開・個人情報保護審議会

3月3日(月)午後3時 市役所北庁舎3階会議室/傍聴希望の方(先着5人)は2月28日(金)までに、広報課へ/問合せは同課広聴担当(366・1711)へ

■環境審議会

3月4日(火)午後6時半 府中駅北第2庁舎3階会議室/傍聴希望の方(先着10人)は当日直接会場へ/問合せは環境政策課環境改善係(335・4196)へ

■市民協働推進協議会

3月7日(金)午前10時 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、市民活動支援課へ/問合せは同課市民協働推進担当(335・4035)へ

広告

ECOに事業所の経費節減!!

むさし府中地域環境対策協議会では、事業所、オフィスで不用になった紙ごみ(古紙)の減量・再資源化を行うため、古紙の共同回収事業を行っています。

今まで可燃ごみとして処理したり、多くの経費を掛けて処理していた古紙を分別・共同回収することで、安いコストでごみ減量と資源の有効活用ができます。

①事業所で古紙を種類ごとに分別・保管し、100kg程度溜まったら連絡。

②指定業者が回収いたします。後日奨励金をお支払い。

◆会費:3,000円(1事業所、年額)

◆奨励金:回収古紙1kgあたり0.6円を事業所にお支払いいたします。(24年度実績)

申込・むさし府中商工会議所 振興活性化課
問合せ先 TEL:042-362-6421 E-mail:info@tama5cci.or.jp

府中で暮らそう。 不動産の仲介・売買・管理

東京都知事免許(12)第22901号

地元の **株 明星商事**

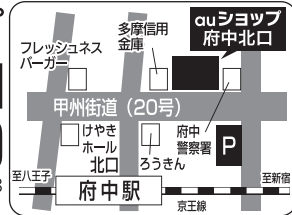
東京都府中市晴見町3-16-7 電話 042-368-3331
http://www.meisei-shouji.co.jp

auショップ 府中北口

042-368-4400

東京都府中市府中町 1-10-3
営業時間 10:00~20:00

ケータイ購入 故障修理 住所変更 各種変更 メモリー コピー 料金のお支払い



府中グリーンプラザ

〒183-0055 府中町1の1
☎360・3311

■こども工作教室「絵が動く!?スライドミラーボックスを作ろう」

3月15日(土)午後1時半~4時
学習室/対象は小学生で市民、市内在学の方/先着24人/費用300円/内容は中の絵が動いて見えるおもちゃを作る/申込みは2月22日(土)午前10時から電話で、または直接当館へ

■芸術文化活動奨励援助事業の募集

市内で、年間を通じて芸術文化・コミュニティ活動を行っている団体に、定期事業や記念事業などに伴う施設使用料の一部を援助します/期間は4月1日(火)から平成27年3月31日(火)/対象は10人以上の団体で8割以上が市民、市内在勤・在学の方で構成され、当館、または市民会館を利用する団体(ただし、営利目的の団体を除く)/申込みは3月2日(日)から10日(月)に決められた用紙(当館に用意)と必要書類を当館へ/申込み時に優先順を決める抽せんあり/援助は予算の範囲内/審査あり

府中グリーンプラザ3月の休館日

5日(水)・6日(木)/問合せは当館(360・3311)へ

スクエア21・女性

〒183-0034 住吉町1の84
☎351・4600

■女性のための年金・保険講座「知っておきたい年金、保険の基礎知識」

3月20日(木)午後1時半~3時半/対象は女性で市民、市内在勤・在学の方/先着30人/無料/講師は山田勝徳氏(生命保険相談士)託児(1歳~就学前の幼児先着10人、飲み物とおやつ持参)希望の方は3月7日(金)までに、電話で当館へ/申込みは電話で当館へ

スクエア21・女性3月の休館日

6日(木)・22日(土)

国際交流サロン

〒183-0056 寿町1の5
☎335・4401

■講座「日本語教室から地域へ~つながりを広げよう！」

3月13日(木)午後2時~4時
府中駅北第2庁舎3階会議室/対象は市民、市内在勤・在学の方/先着30人/無料/内容は外国人市民が地域とのつながりを広げるために、地域の日本語教室ができること/講師は林さと子氏(津田塾大学教授)/申込みは午前9時半から電話で、または直接当サロンへ

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「食事で血液サラサラに！」

3月4日(火)午前10時半~11時半/先着20人/内容は脂質異常症を予防するための食事について

■介護予防講座「ポールdeエクササイズ」

3月7日(金)午前10時半~11時半/先着15人/内容はストレッチ用のポールを使った簡単な運動

■介護予防連続講座「柔道整復師による転倒予防講座」

3月8日・22日(土)午後2時~4時(全2回)/先着20人/内容は柔道の型を取り入れた体操ほか/講師は府中市接骨師会会員

■出張介護予防講座「スポーツ吹矢体験」

3月6日(木)午前10時~11時半
是政文化センター/先着20人

◆上記4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/無料/申込みは2月22日(土)から電話で当館へ

■介護予防3か月教室

教室名、日程、時間、対象、定員(抽せん)、内容は下の表のとおり/費用月額500円/申込みは3月12日(水)

まで(必着)に、往復はがきに希望教室名(1人1教室)、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

■いきいきハウス1泊体験「はじめよう!ウォーキング」

3月7日(金)・8日(土)/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、医師からの運動制限がない方/先着6人/費用3300円(食費含む)/内容はウォーキングの基礎知識、トレーニング方法ほか/申込みは2月22日(土)から電話で当館へ

■いきいきハウス1泊体験「初めての健康麻雀で介護予防」

3月11日(火)・12日(水)、または3月17日(月)・18日(火)/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2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2月に未体験の方を優先して抽せん

■あなたのカラダ年齢は?

①3月1日(土)・②12日(水)・③20日(木)午前10時半~正午/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、①69歳以下・②

70~74歳・③75歳以上の方/各先着20人/無料/内容は筋肉量、体脂肪率、脚力テストほかと測定結果を活かした運動器機能向上トレーニング/申込みは2月22日(土)から電話で当館へ

ふれあい会館

〒183-0056 寿町3の2
・社会福祉協議会 ☎334・3040
・シルバー人材 ☎366・2322

■有償在宅福祉サービス協力会員基礎研修

3月11日(火)午後1時~3時半 6階会議室/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

■シルバー人材学習教室

4月から平成27年3月/会場・対象・教科・曜日・時間は下の表のとおり/各先着10人/費用小学生...月額2教科6200円(教科別受講不可)、中学生...月額1教科3600円/申込み・問合せは同館へ

ふるさと府中歴史館3月の休館日

毎週月曜日/問合せは当館(335・4393)へ

子ども家庭支援「たち」3月の休館日

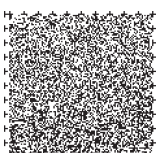
10日(月)/問合せは当館(354・8700)へ

◆シルバー人材センター学習教室◆

会場	対象	教科	曜日	時間
ふれあい会館	新小学5年生	国語・算数	水・金曜日	午後5時半~7時
	新小学6年生		火・木曜日	
	新中学1年生	数学	火曜日	午後7時20分~8時50分
	新中学2年生	英語	金曜日	
新中学2年生		数学	水曜日	午後7時20分~8時50分
	英語	木曜日		
白糸台文化センター	新小学5年生	国語・算数	水・金曜日	午後5時半~7時
	新小学6年生		火・木曜日	
	新中学1年生	英語	火曜日	午後7時20分~8時50分
	新中学2年生	数学	金曜日	
新中学2年生		英語	水曜日	午後7時20分~8時50分
	数学	木曜日		

◆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(月曜午前コース)	4月7日から6月23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(月曜午後コース)		午後2時~3時半						
マシントレーニング(火曜午前コース)	4月8日から6月24日の毎週火曜日	午前10時15分~11時45分						
マシントレーニング(火曜午後コース)		午後2時~3時半						
マシントレーニング(水曜午前コース)	4月9日から6月25日の毎週水曜日	午前10時15分~11時45分						
マシントレーニング(水曜午後コース)		午後2時~3時半						
マシントレーニング(木曜午前コース)	4月10日から6月26日の毎週木曜日	午前10時15分~11時45分						
マシントレーニング(木曜午後コース)		午後2時~3時半						
マシントレーニング(金曜午前コース)	4月11日から6月27日の毎週金曜日	午前10時15分~11時45分						
マシントレーニング(金曜午後コース)		午後2時~3時半						
バランストレーニング(月曜午前コース)	4月7日から6月23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歳以上の女性市民で、医師からの運動制限がない方	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(火曜午前コース)								
バランストレーニング(木曜午後コース)	4月10日から6月26日の毎週木曜日							
バランストレーニング(金曜午後コース)		4月11日から6月27日の毎週金曜日						
らくらく膝腰教室(火曜午後コース)	4月8日から6月24日の毎週火曜日		午後2時~3時半					
らくらく膝腰教室(水曜午後コース)		4月9日から6月25日の毎週水曜日						
らくらく膝腰教室(木曜午前コース)	4月10日から6月26日の毎週木曜日		午前10時15分~11時45分					
らくらく膝腰教室(土曜午後コース)		4月12日から6月28日の毎週土曜日						
女性のためのエクササイズ(月曜午後コース)	4月7日から6月23日の毎週月曜日		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12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(金曜午前コース)	4月11日から6月27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(水曜午後コース)	4月9日から6月25日の毎週水曜日	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(金曜午前コース)	4月11日から6月27日の毎週金曜日	午前10時15分~11時45分						
さんぽクラブ(火曜午後コース)	4月8日から6月24日の毎週火曜日	午後1時半~3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15人	日常動作、認知症予防に生かせる歩き方			
さんぽクラブ(土曜午前コース)	4月12日から6月28日の毎週土曜日	午前9時半~11時半						



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
☎050・3491・9849
【講座申込みシステム】
http://fuchu.shogaigakushu.jp/

■4~6月開催講座の申込み受付
対象講座は教養・実技・スポーツ講座(講座案内は新聞折込みで配布、当センターホームページに掲載)／申込みは2月28日(金)まで(必着)に、往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、市内在勤・在学の方は勤務先・学校名を記入して、当センターへ／講座申込みシステム、または返信用はがきを持参して直接当館での申込み可

■かんたん! 手作り本
3月1日・8日・22日(土)午後1時半~4時半(全3回) 美術室／対象は平成10年4月1日以前生まれの市民／先着16人／費用6500円(受講料・教材費)／内容は近年関心の高い手作り本・自製本・造本製本についての初心者向けの講座／講師は津村明子氏(装幀家デザイナー)／申込みは電話で当センターへ

生涯学習センター3月の休館日
3日(月)・19日(水)・20日(木)

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
2月22日(土)午後2時45分 旧郵便局取扱所脇／対象は5歳以上の方／内容は「ふくはうちおにもうち」「ポンちゃんのおひなさま」ほか／語りは

十べえお話の会
■ゴムスタンプを彫ろう
3月2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

郷土の森博物館3月の休館日
10日・17日・24日(月)・25日(火)・31日(月)／11日(火)から14日(金)はプラネタリウムの投影のみ休み

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

■井上陽水~氷の世界ツアー
4月10日(木)午後6時半 どりーむホール／入場料8640円(全席指定、3月31日(月)までの申込みは240円引き)／チケット予約開始は2月22日(土)／発売は翌日から／1人4枚まで／未就学児の入場不可

府中の森芸術劇場3月の休館日
5日(水)・17日(月)

府中市美術館

〒183-0001 浅間町1の3
☎336・3371

■オープンプログラム「春の府中市美術館べんとう」
3月1日(土)午後1時~4時(受付は3時15分まで) 創作室／費用100円(材料費)／内容はミキサーで

細かくした紙やろうを使っておにぎりや卵焼きを作り、本物そっくりの小さな弁当を作る／講師は松井陽子氏(画家)／未就学児は保護者同伴／当日直接会場へ

府中市美術館3月の休館日
3日(月)から20日(木)・24日・31日(月)

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

■レッツ!親子ピクス①「ママと赤ちゃん」・②「ママと歩けるよ」
講座名・日程・時間・対象・講師は下の表のとおり レクリエーションルーム／定員各23組46人(抽せん)／費用4000円(保険料ほか)／内容は①母親のエアロピクスほか、②乳幼児のパラシュート遊び・工作ほか／申込みは3月4日(火)まで(必着)に、往復はがき(1組1枚1講座)に希望講座名、住所、親子の氏名(ふりがな)、教室開始時の乳幼児の月齢、生年月日、電話番号、返信用宛名を記入して、市民会館「親子ピクス」係へ

◆レッツ!親子ピクス◆

講座名	日程(全7回)	時間	対象(市民、市内在勤・在学の方)	講師
ママと赤ちゃん1	4月11日・25日、5月9日・23日、6月13日・27日、7月11日(金)	午後1時20分~2時10分 午後2時40分~3時半	6~11か月の乳児と母親	中島まゆみ氏(OKJエアロピククファミリー公認インストラクター)
ママと歩けるよ1A	4月9日・23日、5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日(水)	午前9時45分~10時半	歩き始めた1歳児と保護者	川邊知章氏(日本こどもフィットネス協会公認インストラクター)ほか
ママと歩けるよ2A		午前11時~11時45分	2歳児と保護者	
ママと歩けるよ1B	4月16日・30日、5月21日、6月4日・18日、7月2日・16日(水)	午前9時45分~10時半	歩き始めた1歳児と保護者	
ママと歩けるよ2B			2歳児と保護者	

※妊娠中の方は参加できません。

○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

■プレようちえんピンポンパン無料体験会 2月28日(金)午前11時20分~正午 生涯学習センター／対象は平成22年4月2日から平成24年4月1日生まれの幼児と保護者／先着9組／内容は歌、工作、リズム体操ほか／申込み・問合せは2月22日(土)から野波宛(090・6030・5852)へ

■音楽研究会公演歌劇「愛の妙薬」
3月9日(日)午後5時半~8時半 府中の森芸術劇場／費用1500円／内容はピアノと合奏による字幕付き原語上演／出演は升水弘之(指揮)、坂本知加子(ピアノ)／当日直接会場へ／問合せは坂本宅(364・3778)へ

■タンゴを踊ろう ①2月24日、3月3日(月)午前10時~11時半、②2月24日、3月10日(月)午後7時半~9時(各全2回) ①西府文化センター、片町文化センター、②生涯学習センター／対象は①女性で市民、②市民／各回先着8人／費用1000円(資料代)／内容は初心者①タンゴ、②サンバ／講師は日本ポールルームダンス連盟公認指導者／主催はソーシャルダンスアレマナー／申込み・問合せは電話で、またはFAXに希望日時を記入して杉本宅(335・

7622=FAX同番)へ、午前10時以降に

■仲間たちとの集い~水野信行ホルンとともに50年 2月28日(金)午後7時 府中の森芸術劇場／入場料5000円(全席自由)／出演は宮本文昭(指揮)、加藤知子(バイオリン)ほか／曲目はブラームス…ホルン三重奏曲、ドボルザーク…交響曲第7番ほか／問合せは小出音楽事務所(026・223・5171)へ

■旬の野菜の料理教室 ①3月1日(土)・②12日(水)午前9時半~正午、③15日(土)午後1時半~4時半 ルミエール府中／対象は①男性、②③18歳以上の方／各先着15人／費用2000円(材料費ほか)／内容は①キッシュ、②ケーキ寿司、③花見弁当／エプロン、マスク、三角巾、筆記用具持参／主催は薬膳研究会／申込み・問合せは同会(090・2438・5452)へ

■フェルデンクライス・メソッド~あべこべ体操のもとになった体操 3月8日(土)午前10時~11時半 ルミエール府中／定員40人／無料／内容は体の状態に合わせた無理のない動きで体の緊張を緩める／講師は大塚真佐子氏(フェルデンクライス・メソッド国際公認教師)／主催はACT府中たすけあいワーカーズぽ♥ぽ／申込みは2月26日(水)までに電話で同事務所へ／問合せも同事務所(363・1816)へ

■講演会「子育ての環境を考える」
2月23日(日)午後2時~4時 教育センター／先着60人／費用200円(資料代)／内容は放射能汚染の現状、食の安全性、電磁波などの問題について／講師は上田昌文氏(市民科学研究室代表)／主催はごんべのお宿／申込み・問合せはごんべのお宿保育園・山内宛(367・0986)へ

■緒方文香の柳川さげもん展 3月3日(月)から9日(日) 午前11時~午後5時(9日は午後4時まで) ギャラリー・イノウエハウス(美好町2の6)／費用①無料、②1000円(材料費)／内容は①展示会、②まりの制作(各日先着5人)／問合せは古町宛(080・1001・4437)へ

■府中精神保健福祉協議会メンタルヘルズ講座 3月5日(水)午後1時半~3時 片町文化センター／先着80人／無料／内容はアルコール依存症／講師は伊藤達雄氏(みのわマック施設長)／当日直接会場へ／問合せは地域生活支援センタープラザ(358・2288)へ

■高次脳機能障害学習会 3月7日(金)午後7時~9時 府中グリーンプラザ／無料／内容は高次脳機能障害者のリハビリテーションについての講演／講師は366リハビリテーション病院の専門職員／申込みは3月3日(月)までに地域生活支援センターあけぼのへ／問合せも同センター(358・1085/FAX336・9085)へ

■「フラダンスリーリア」会員募集 活動は第1・2・3金曜日の午後4時

／兄弟の参加不可／問合せは市民会館へ

■フロアコンサート「animal dolverの楽しいピアノコンサート」

3月1日(土)午後2時 コンベンションホール／無料／曲目はライオンキングメドレー、進撃の巨人から「自由の翼」、映画「八甲田山」サウンドトラックメドレーほか／問合せは市民会館へ

■武蔵の国~府中けやきカップ「将棋女流棋士1dayトーナメント」

3月23日(日)午前10時半 コンベンションホール／無料(指導対局は3000円)／内容は女流棋士による公開対局と大盤解説、指導対局、けやきキッズ将棋チーム(小学生3人1組)団体戦、はじめての将棋入門コーナーほか／出演は中倉宏美(女流二段)、中倉彰子(女流初段)ほか／主催は日本女子プロ将棋協会／当日直接会場へ(けやきキッズ将棋チーム団体戦の申込みは、3月13日(木)までに決められた用紙(ルミエール府中、府中グリーンプラザに用意)をFAX(361・4398)で、または直接市民会館へ／問合せも市民会館へ

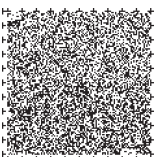
ルミエール府中3月の休館日
4日(火)・17日(月)・18日(火)

官公庁から

■市立保育所臨時職員(保育士)募集

勤務は月~金曜日の午前8時半~午後5時/若干名/保育士資格の無い方要相談/申込み・問合せは保育課管理係(335・4172)へ

■国民年金保険料1月分の納期限及び口座振替日 2月28日(金)／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



3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…2月24日(月)から

4月4日(金)・12日(土)・18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/内容は妊娠中からの健康管理、赤ちゃんとの生活、先輩ママとの交流ほか/土曜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…2月24日(月)から

4月12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

①3月10日・17日(月)・19日(水)・24日(月)午後1時15分～2時・②5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(相談は電話予約)

■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…2月26日(水)から

3月26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9～11月生まれで第1子の保護者/定員各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…2月26日(水)から

3月12日(水)午後1時半～3時/対象は平成25年7～9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…2月25日(火)から

3月7日(金)午後1時半～3時/対象は平成25年4～7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…2月25日(火)から

3月4日(火)午後1時半～3時/対象は平成24年9月～平成25年4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

■親と子の歯みがき教室 申込み…2月25日(火)から

3月11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…2月26日(水)から

3月7日(金)午前10時半、午後1時半・14日(金)午前10時半/対象は平成25年2・3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

3月6日・13日・20日(木)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成25年11月生まれの乳児と母親

■1歳6か月児健康診査

3月10日・17日(月)・19日(水)・24日(月)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成24年8月生まれの幼児

■3歳児健康診査

3月11日・18日・25日(火)/受付は午後1時15分～2時/対象は平成23年2月生まれの幼児

■妊婦歯科健康診査

3月13日、4月17日(木)午後1時半/対象は受

診時妊娠16～27週の妊婦/定員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

①3月6日・②20日(木)午前9時半～11時15分、午後1時15分～3時・③12日(水)午後1時15分～3時/対象は①平成24年2月生まれの幼児、②平成23年8月生まれの幼児、③平成21・22年2月生まれの幼児/内容は歯科健康診査、歯磨き指導/申込み・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

■ヘルスチェック「あなたの内臓脂肪はどのくらい?」 申込み…2月21日(金)から

①3月15日(土)午前8時50分～10時・②17日(月)午前9時～10時10分 保健分館/対象は64歳以下の市民/定員①8人・②10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

■歯科なんでも相談 申込み…2月21日(金)から 3月20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

健康教室 自殺対策講演会

「こころの病気～自殺予防について」

- ▽日時 3月14日(金)午後1時半～3時
- ▽会場 保健分館
- ▽対象 市民
- ▽定員 先着40人
- ▽費用 無料
- ▽内容 自殺の現状や予防についてほか
- ▽講師 春日武彦氏(医師)
- ▽申込み 電話で、または直接保健分館へ
- ※託児を希望する方は申込み時にご相談ください。
- ▽問合せ 保健分館成人保健係(368・6511)

ふるさと府中歴史・文化遺産めぐり

武蔵台遺跡出土の漆紙文書

武蔵台2丁目の武蔵台遺跡から「具注暦」が書かれた「漆紙文書」が出土しました。

この漆紙文書は、文字が記された都内で唯一のものです。問合せは、ふるさと文化財課調査係(335・4473)へ。

漆紙文書とは、和紙に漆が染み込んだことにより、腐りにくくなって地中に長い間残っていたものです。この漆紙文書は、「具注暦」という古代のカレンダーの一部で、奈良時代の757年のうるう八月の一部に該当します。

具注暦は、中央政府の陰陽寮で作成されたものが、書写されて諸国の

機関などに備えられたものです。その中には、日々の吉凶なども記されていて、人々の生活の様々な場面で影響を与えていたものと考えられます。

この漆紙文書が出土した場所は、武蔵国分寺に関係した人々が居住した奈良・平安時代の集落にあったたて穴建物跡です。この遺構からは、漆

の付着した土器片も出土していることから、武蔵国分寺の漆作業に関係する職人の工房と想定することができます。つまり、寺院で使われた暦が、時間を置かずに漆職人の手に渡り、漆容器のふた紙として用いられたものと考えられます。このため、この暦の年代は、武蔵国分寺の造営において漆作業が開始された時期を示すこととなります。さらに、このたて

穴建物跡から出土した土器にも実年代を与えることになることから、武蔵国を中心とする東国の土器編年に基準を提示することにもなります。

この漆紙文書は、諸国分寺の造営年代を推察する重要な資料となるばかりではなく、一括出土資料とともに古代史研究の貴重な資料といえます。

武蔵台遺跡出土の漆紙文書など 都有形文化財に指定へ

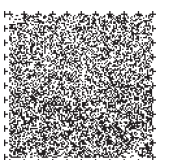
武蔵台遺跡(武蔵台2丁目)で出土した考古資料について、2月14日の都文化財保護審議会で都有形文化財に指定する答申がありました。

指定される考古資料は、昭和61年に同遺跡内に所在する現在の東京都がん検診センターの建設工事に伴って発掘調査されたたて穴建物跡から出土したもので、多数の土器、かわら、鉄ぞく、和同開珎のほかに漆紙文書があります。

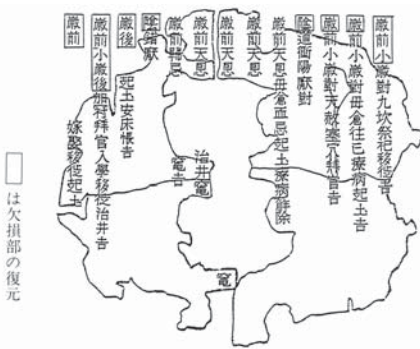
一般的な古文書は地中では腐ってしまうため、発掘調査で出土する漆紙文書は資料的な価値が「地下の正倉院」と言われるほど貴重なもので、都内ではほかに出土例

がありません。また、これまで府中市には、都有形文化財に指定された考古資料はなく、漆紙文書が初めて指定されるものになります。

なお、これらの出土品は郷土の森博物館の常設展示室で3月30日(日)まで展示します。この機会に、ぜひご覧ください。



▲出土した漆紙文書



▲具注暦復元図