Fussa
-広報ふっさ-

令和8(2026)年
10.15
No.1201



-focus-
福生人

受け継がれる、いのちへの想い。

森田助産院

院長　森田(もりた) 玲子(れいこ)さん

副院長　今村(いまむら) 理恵子(りえこ)さん

医療功労賞 受賞
親子二代連続受賞

〈2面〉インタビュー　〈3面〉支援・補助制度

今号のトピックス

3面　ふくナビ、情報メールのサービス終了および変更について

5面　第5回福生蔵開きを開催します！

福生市公式ホームページ

多言語対応は「広報プラス」
Foreign language

再生紙を使用しています。 VEGETABLE OIL INK









-focus- 福生人

受け継がれる、いのちへの想い。

助産師 今村理恵子（いまむらりえこ）先生

助産師 森田玲子（もりたれいこ）先生

親子３代74年続く長い歴史。「地域の中に、妊娠・出産・育児について気軽に相談できる場所を残したい」「出産が終われば関わりが終わるのではなく、その後の育児まで寄り添える場所を残したい」その想いが、次の世代へとつながっている。

「命をつなぐ」だけではない 地域で親子を支える助産師の仕事

長年、地域で助産師として母子に寄り添ってきた二人。助産師を目指したきっかけはそれぞれ異なるが、二人に共通しているのは「自分の力で生きていきたい」という想い。

森田さんは、幼いころにお父さんを戦争で亡くし、お母さんやお姉さんも病弱だったこともあり、「自分が少しでも早く自立しなきゃ」と考えるようになったと言う。当時、女性が経済的に自立できる仕事は限られており、その中から看護師を目指すことに。その後、病院での実習を経験する中で、「より女性が主体的に活動できる現場で活躍したい」と思い、助産師の道へ。

一方、今村さんは幼いころから身近で助産師として働く母親の姿を見ながら、「自分も女性として経済的に自立したい」という想いを持っていた。そして、いつも身近にいた「子ども」という存在が、自分も助産師になろうという気持ちにつながったと言う。





「赤ちゃん」だけではなく 「お母さん」も育てる

助産師として感じるやりがいを尋ねると、二人が口を揃えて挙げるのは、「赤ちゃんが無事に生まれることはもちろん、生まれてきた子どもだけではなく、お母さん自身も育てていくこと。それを支えられるのが助産師の仕事だと思います。病院では一人の患者として接することになりますが、地域の助産院では、妊娠・出産からその後の育児まで長く関わることができます。お母さんが何に悩み、どんな家庭環境で子育てをしているのかまで見ながら、一人一人に合わせて支えていける。そこに地域で活動する助産師ならではの役割があると感じます。」

そして、その仕事を「生きがい」というより、「やっていて面白い仕事」と表現する今村さん。「出産も育児も一人一人状況が違い、同じことの繰り返しではありません。時代によって変化する子育ての環境。自分自身が年齢を重ねても、若い世代や子どもたちと関わり続けられる、その変化そのものを楽しみながら、助産師という仕事を続けてきました。」



「痛い」だけでは伝えきれない 出産という経験



二人が大切にしている考えの一つが、「楽しい妊娠・出産・育児」。森田さんは、出産時の「陣痛（じんつう）」を単純に「痛み」と表現することに違和感があると話す。「もちろん出産には大変さがありますが、それをただ痛いものと捉えるのではなく、人が命をつないでいくための大切な経験として受け止めてほしいという想いがあります。だからこそ、妊娠中からこれはしてはいけない、体重を増やしてはいけないと制限ばかりを意識するのではなく、もっと妊娠や出産そのものを楽しんでほしいです。」

一方で、出産方法については、それぞれの選択を尊重しながらも、「自分自身でしっかり学び、自分で選んでほしい」という想いがある。どのような出産を選ぶにしても、周囲から言われたからではなく、自分で情報を得て自分で決める。そして、その選択に自分自身が責任を持つ。二人が伝えたいのは、出産方法そのものよりも、「自分の出産を自分のものとして考えること」の大切さだ。

情報が溢（あふ）れる時代だからこそ 「誰に相談するか」を見極める

今の子育て世代を取り巻く環境は昔とは大きく変わった。スマートフォンを開けば育児についていくらでも情報を得ることができ、AIに質問すれば教科書のような答えもすぐに返ってくる。しかし、便利になった一方で、「自分の子どもには当てはまらないのではないか」と不安になったり、検索した情報の中から、より深刻な病気や発達の問題を見つけてしまったりすることもある。二人が感じているのは、「情報が多すぎること」で、本来なら気にしなくても良かったことまで気になってしまうということ。だからこそ、信頼できる専門家と継続的につながることが大切だと言う。「何かあったら、この人に聞けばいい」そんな存在が身近にいるだけで子育てをする人の安心感は大きく変わるはずだ。それこそが地域の助産院なのではないか。

親も子どもと一緒に育っていく

「育児の文化が途切れている」と話す今村さん。昔は近所に子どもがいて、兄弟姉妹がいて、祖父母や近所の人が子育てをする姿を自然と見る機会があった。小さな子どもを抱いたり、親が子どもに接する姿を見たりする中で子育てを覚えていった。「核家族化や地域とのつながりの変化によって、子どもと接する経験そのものが少なくなっています。例えば、赤ちゃんにハグをする、指を差して教える、絵本を一緒に見る、といった行動も親がやって見せることで子どもは学んでいきます。親がやらないことは子どももできない。だから、お手本を見せてあげることが大切です。」子育ては最初から完璧にできるものではない。親が子どもと一緒に経験し、学びながら育っていく。その過程を「大変なもの」だけにせず、「できた」「かわいい」と感じられるものにしていくことが大切だと二人は話す。



「命を支える」＝「無事に生まれる」だけではない

二人の話を聞いていく中で見えてきたのは、「無事に生まれること」だけが命を支えることとは考えていないということ。赤ちゃんが安全に生まれること、生まれた赤ちゃんが家族の中で育っていくこと、そして親自身も親として育っていくこと。家族が成長し、その家族を支える人たちもまた人として成長していく。「つながりの中で命を育て、守る」ということが「命を支える」ということなのではないかと感じた。

福生だからできる支援・補助

受け継がれる、いのちへの想い。

産みたい 育てたいを支援しています！

都内26市で最も手厚い費用助成！

問 こども家庭センター☎552・0312

「特定不妊治療」助成拡大



子どもを産み育てたい方の治療に係る経済的負担を軽減することで、安心して治療に臨めるよう、助成対象を拡充するとともに、助成上限額を５万円から10万円に増額します。

対象者 令和８年４月１日以降に治療を開始し、都の不妊治療費助成事業の助成承認決定を受けた方

対象費用 保険適用の生殖補助医療費および先進医療費として自己負担した額

上限額 １回10万円

申 オンライン申請してください。

他 詳細はHPをご確認ください。

▲オンライン申請　▲HP

産後ケア



ママと赤ちゃんが安心して産後を過ごせるように、助産師がママの心身のケアや育児サポート等を行う産後ケア事業を実施しています。

産後ケアを利用してママの心身のケアや育児サポートを受けてみませんか。

対 生後６か月の前日まで（居宅訪問型は１歳の誕生日前日まで）の赤ちゃんとママで、次のすべての要件に該当する方

・利用日時点で福生市に住民登録がある方
・産後ケア事業利用承認通知をお持ちの方
※利用承認通知の申請方法はHPをご覧ください。
・母子ともに感染症状や医療行為の必要がない方

利用可能施設

〈福生市〉森田助産院、公立福生病院、大聖病院
〈昭島市〉宮岡助産所、石原レディースクリニック
〈羽村市〉羽村ひまわりクリニック
〈あきる野市〉ゆしまウィメンズクリニック、ママエール．テラス助産院
〈青梅市〉産後プレイス　ぷらむん助産院、市立青梅総合医療センター
〈立川市〉井上レディースクリニック（10月から利用可能になりました。）

利用内容

・ママのケア（健康状態の確認、乳房ケア、休養の確保など）
・赤ちゃんのケア（健康状態の確認、沐浴（もくよく）、体重測定など）
・育児のサポート（授乳指導、沐浴指導、育児相談など）

注 家事支援は対象外です。

他

・里帰り先で産後ケアを利用された方は償還払いによる公費負担を実施しています。
・利用可能回数や費用、申込方法等の詳細は、HPをご覧ください。



HPはこちら

令和９年３月31日㈬まで

ふっさ情報アプリふくナビ、ふっさ情報メール のサービスの終了および変更について



▼ふっさ情報アプリふくナビ（終了）

ふっさ情報アプリ「ふくナビ」は令和９年３月末で、全てのサービスを終了します。サービスの終了に先立ち、９月末でふくナビ上のごみカレンダー表示は終了しました。

情報発信は福生市LINE公式アカウントで行っており、ごみカレンダーは「福生ごみナビ」で確認ができます。また、福生市LINE公式アカウントでは、ごみのリマインダー情報にも対応しています。どちらも福生市LINE公式アカウントを友だち登録してご利用いただけますので、登録方法等の詳細はHPをご覧ください。動画でも紹介していますので、ぜひご視聴ください。

▼ふっさ情報メール（変更）

ふっさ情報メールは令和９年４月以降、「防災・防犯情報」カテゴリーのみの配信となります。すでに「防犯・防災情報」の受信設定をしている方は、操作等は不要です。

その他のカテゴリーは配信されなくなります。配信されなくなるカテゴリーの情報は福生市LINE公式アカウントで配信しますので、友だち登録をお願いします。

問 秘書広報課広報広聴係☎551・1529

福生市LINE公式アカウント友だち登録はこちら！

東京都行政書士会による街頭無料相談会のお知らせ

相続・遺言・契約・各種許認可などの暮らしの手続きや書類作成の相談会を行います。

日 10月27日㈫午前10時～午後４時

場 市役所１階ロビー

※直接お越しください。

問 東京都行政書士会多摩西部支部（担当・青山）☎042・542・8069

シルバー人材センター会員募集

市内在住の60歳以上で、健康で働く意欲のある方、知識や経験を地域社会に活かしたいと希望される方が会員となり、活躍しています。

対面での入会説明会に加え、HPからいつでも入会申し込みが可能になりました。

また現在、入会初年度の会費が無料となっていますので、ぜひお申し込みください。

〈対面型入会説明会〉

場 さくら会館

他 日時等の詳細は、HPをご覧ください。

問 シルバー人材センター☎553・3261

東京アプリ生活応援事業の対面サポートを開催！

▼東京アプリ生活応援事業とは？



東京アプリの更なる普及促進を図るとともに、都民の生活をより一層応援するために、東京アプリを活用し、マイナンバーカードによる本人確認を行った方に迅速かつ効率的に東京ポイント（11,000ポイント）をお届けする事業です。

▼対面サポート

東京アプリの新規登録や11,000東京ポイントの申し込みまでの手順を講義形式でご案内します。

日 11月16日㈪・17日㈫

時 午前10時～、11時30分～、午後２時～、３時30分～（各回50分）

場 福祉センター地下研修室

定 各回16人程度

持 スマートフォン（対象機種はHPをご確認ください）、マイナンバーカード（マイナンバーカードを作った時の暗証番号が必要です。）

申 毎日午前９時～午後７時（年末年始を除く）の間に、電話で東京アプリ専用コールセンター☎03・6901・7979（音声案内に従い、「４」を押してください）へ。

福生消防署からのお知らせ

令和８年秋の火災予防運動を実施します！

▼火災予防キャンペーン（ふっさ青少育フェスティバル）

日 11月15日㈰午前10時～午後２時

場 多摩川中央公園

他 火災予防運動に関する情報は福生消防署HPをご覧ください。

問 福生消防署警防課防火査察係電話☎552・0119

防犯講習会を開催します

▼市内特殊詐欺被害状況

福生市における令和８年１月～８月の間の特殊詐欺被害件数は33件、被害額は約１億９千万円（福生警察署の暫定値）で、過去に類を見ないペースで被害が発生しています。

ニセ警察詐欺や還付金詐欺、架空料金請求詐欺などの被害があるほか、最近は幅広い世代を対象に、SNS型投資詐欺やSNS型ロマンス詐欺が増加傾向にあります。

▼防犯講習会について

参加者のスマートフォンを使用した特殊詐欺被害体験会を行います。被害防止の有効な対策のひとつが、詐欺の手口を知ることです。本講習会では、最新の手口と対策を学ぶことができます。

日 11月11日㈫午後２時～

場 もくせい会館３階会議室

持 スマートフォン

※お持ちでなくとも受講可

申 受付中。オンライン申請または電話で防災危機管理課☎551・1638へ。

年金だより

▼ご存じですか？ 障害基礎年金



障害基礎年金は、病気やけがで日常生活に著しく支障のある障害になったとき、その生活を支えるために支給される年金です。

障害の原因となった初診日が国民年金加入期間の方、20歳前または日本国内に住んでいる60～65歳未満の方が受給できます。

支給を受けるためには、障害の程度や保険料の納付要件を満たしている必要があります。

障害基礎年金の相談は、市役所1階5番保険年金課保険年金係で行っています。

相談時間 平日午前9時～正午、午後1時～4時

他 予約をすることで、窓口での待ち時間を削減できます。電話またはオンラインで事前予約ができますのでご活用ください。

問 保険年金課保険年金係☎551・1670

地場産野菜の即売会

市内の生産者が栽培した新鮮な農産物を販売します。



日 10月24日(土)・25日(日)午前9時～（売り切れ次第終了）

場 JAにしたま福生支店駐車場（本町16）

問 JAにしたま福生支店直売所☎552・4632

福生市観光案内所くるみるふっさ11月ガイドツアー

▼福生の森の古民家でリトリート！「森林浴×ヨガ×サウンドバス（音浴）とごはん」



日 11月17日(火) 午前8時45分～午後1時30分ごろ（9時開始）

行程 ヨガ（60分）→サウンドバス（30分）→森林浴（30分）→昼食→解散

※現地集合、現地解散となります。

集合場所 福生加美上水公園ビジターセンター自然塾（福生1773）

※駐車場あり

定 10人（申込多数の場合は抽選）

費 4,000円（ランチ付）

持 ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物、タオル、動きやすい服装

他 ・抽選結果は11月11日(水)から、当選者のみに連絡します。

・レンタルヨガマットは別途200円で貸出可能です（要予約）。

申 受付中。11月10日(火)までにオンライン申請または電話で福生市観光案内所くるみるふっさ☎530・2341へ。

福生水辺の楽校 多摩川で遊ぼう参加者募集

▼バードウォッチング&ごみ拾い



どんな野鳥が見られるか、みんなで観察します。また、普段遊んでいる公園をみんなできれいにします。

日 11月8日(日)午前9時30分～11時30分

※9時15分までにお越しください。

ただき、受け付けをお願いします。

集合場所 福生柳山公園

※雨天時には川の志民館内で雨天プログラムを実施

対 中学3年生まで（就学前児童は要保護者同伴）

持 双眼鏡（お持ちでない方にはお貸しします。※数に限りあり）、軍手、タオル、飲み物

服装 帽子、長袖シャツ、長ズボン、運動靴

申 受付中。11月4日(水)までに、オンライン申請、直接または電話で環境政策課環境政策係☎551・1718へ。

「ふっさミニ博物館」へお越しください

11月は多摩川の鳥について学ぼう！どんな特徴や違いがあるか、剥製を見て確かめてみよう。他にもさまざまな動物の剥製を見たり触ったりすることができます。



日 11月8日(日)午後1時～3時30分（1時30分～2時30分ごろまで、講師による展示解説を実施します。）

場 川の志民館

※直接お越しください。

注 駐車場はありません。

問 環境政策課環境政策係☎551・1718

花いっぱい運動にご参加ください

やなぎ通りに花苗を植栽し、市内の緑化を推進します。



日 10月27日(火)午後1時30分～

※雨天時は翌日順延

他 植栽のボランティアを募集しています。ご協力いただける方は、お問い合わせください。

問 ふっさ花とみどりの会事務局（環境政策課環境政策係）☎551・1718

11月の無料相談

問 秘書広報課広報広聴係☎551・1529

相談内容	実施日	時間	場所	備考
人権身の上相談・行政相談	13日(金)	午後1時30分～4時30分	市役所1階第1相談室（1番秘書広報課広報広聴係内）※来庁が難しい場合はお問い合わせください。	予約制、先着6人（1人30分）※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
登記相談	5日(木)			
相続・遺言等暮らしの手続き相談	10日(火)			
税務相談	26日(木)			予約制、先着6人（1人30分）※相談日6日前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。
法律相談	6日(金)・11日(水)・18日(水)・25日(水)			
交通事故相談	19日(木)	午後1時30分～4時		予約制、先着3人（1人45分）※相談日1か月前から電話で秘書広報課広報広聴係へ。相談日以外は東京都交通事故相談所☎03・5320・7733へ。
少年相談	20日(金)	午前9時～午後4時30分		予約制、警視庁八王子少年センター☎042・679・1082へ。※前日までに予約が必要です。
介護保険相談	毎週月・火・木・金曜日	午前9時～正午、午後1時～4時	市役所1階介護福祉課	介護福祉課介護保険係☎551・1764
子どもと家庭の総合相談	毎週月～土曜日	午前8時30分～午後5時15分※第二・第四水曜日は夜間開庁あり	こども家庭センター（保健センター2階）	子どもと家庭の相談・児童虐待に関すること こども家庭センター課こども家庭支援係☎539・2555
教育相談		午前8時30分～午後5時15分	教育相談室（子ども応援館）	教育についての悩み全般に関すること※要事前予約 教育委員会教育相談室☎551・7700
消費者相談	毎週月・水・金曜日	午前10時～正午、午後1時～4時	消費者相談室（もくせい会館1階）	シティセールス推進課産業活性化グループ☎551・1699
事業資金相談	19日(木)		商工会相談室	商工会☎551・2927※要事前予約※対象は市内の小規模事業者

そのほかの相談 市政・市民相談、国民年金相談、ひとり親家庭相談、健康相談、育児相談（市役所代表☎551・1511）、心配ごと相談、身近な法律相談（偶数月）、心の相談（奇数月）、成年後見制度相談（奇数月）、リハビリ相談（年3回）（成年後見センター福生☎552・5027）

令和8年9月の航空機騒音測定回数

問 環境政策課

測定場所	熊川1571番地先誘導灯付近		福生市役所屋上	
	測定回数	前年同月比	測定回数	前年同月比
測定回数	588	−508	73	−98
昼間（午前7時～午後7時）	464	−404	55	−43
夕刻（午後7時～午後10時）	103	−110	16	−56
夜間（午後10時～午前7時）	21	6	2	1
最高音圧レベル（デシベル）	104	−16	86	−2
時間帯補正等価騒音レベル（デシベル）	62	−5	40	−6

令和7年度決算に基づく健全化判断比率等について



自治体の財政健全度を測る指標として、健全化判断比率（実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率および将来負担比率の4つの指標）を算定しました。健全化判断比率が早期健全化基準以上となる場合は、財政状況が黄信号の状態、財政再生基準以上となる場合は、赤信号の状態にあると判断されます。

また、公営企業（下水道事業）の経営の健全性に関する指標として、資金不足比率を算定しました。資金不足比率が経営健全化基準以上となる場合は、経営状況が悪化していると判断されます。

令和7年度決算に基づき算定した福生市の比率は下表のとおりで、早期健全化基準および経営健全化基準を下回りました。詳細はHPをご覧ください。

問 財政課☎551・1534

▼福生市の健全化判断比率 （ ）内は令和6年度

区分	令和7年度	早期健全化基準〔黄信号〕	財政再生基準〔赤信号〕
実質赤字比率 一般会計が赤字かどうかを判断する指標	―（―）	12.92%（12.97%）	20.00%
連結実質赤字比率 一般会計や特別会計などの全会計を合わせて、赤字かどうかを判断する指標	―（―）	17.92%（17.97%）	30.00%
実質公債費比率 年収に対する借入金の返済額の大きさを表す指標	−2.0%（−2.5%）	25.0%	35.0%
将来負担比率 将来支払わなければならない負債が、年収に対してどの程度なのかを表す指標	―（―）	350.0%	

▼福生市の資金不足比率 （ ）内は令和6年度

区分	令和7年度	経営健全化基準
下水道事業会計 公営企業の資金不足額の事業規模（料金収入などの営業収益の規模）に対する割合	―（―）	20.0%

第4回ふっさエコ活動発表会の発表者募集

市内で身近な環境問題に取り組まれている皆さんへ、環境活動について発表していただける個人・事業者・団体の方を募集します。



日 12月5日(土)午後1時～3時（予定）
場 市民会館・公民館3階第4・第5集会室
対 市内在住・在勤・在学の方
※1人30分程度（質疑応答時間を含む）の発表をお願いします。
主催 ふっさ環境市民会議
共催 福生市地球温暖化対策推進協議会
他 発表会観覧者の募集は、広報ふっさ11月1日号をご覧ください。
申 受付中。11月5日(木)までに、直接または電話でふっさ環境市民会議事務局（環境政策課環境政策係）☎551・1718へ。

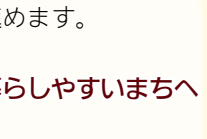
第5回 福生蔵開き を開催します！

福生市商工会では、福生市の産業振興のため、市の地域資源である「日本酒」を基軸とした2つの酒蔵（田村酒造場・石川酒造）で新酒のお披露目や酒造の神事、酒蔵の見学イベントを開催します。

また、昨年度好評であった「西多摩クラフトビールフェス」の他、「拝島駅前商店会まつりwith福生蔵開き」、「福生蔵開きこどもまつり」を新たに開催します。

当日は2つの酒造を結ぶシャトルバスも運行します。

日 11月7日(土)
場 ①田村酒造場（福生626）②石川酒造（熊川1）③株式会社桝屋駐車場（福生1075-1）④福生市営福生駅西口駐車場（本町92-1）⑤多満駅前駐車場（昭島市松原町5-1）
時
〈①～③〉午前10時～午後4時
〈④・⑤〉正午～午後6時



他
・事前申込方法やイベントの詳細は、福生市商工会HPをご覧ください。
・事前申し込みなしでの来場も可能ですが、事前に申し込みいただいた方には、1杯無料券をプレゼントします。

問 福生市商工会☎551・2927

▼福生市営福生駅西口駐車場の一時閉鎖について

福生蔵開きの開催に伴い、福生市営福生駅西口駐車場を次の期間で一時閉鎖します。

日 11月6日(金)正午～8日(日)午前0時（予定）
問 道路下水道課管理・交通安全対策係☎551・1969

樹木の剪定講習会に参加しませんか

福生市緑化推進協会による剪定講習会を行います。



日 11月21日(土)午前9時15分～（2時間程度）
場 睦公園
※駐車場はありません。
対 市内在住・在勤・在学の方
定 20人（申込多数の場合は抽選）
申 受付中。11月5日(木)午後4時までにオンライン申請、直接または電話で市役所第二棟2階環境政策課緑と公園係☎551・1985へ。

市政出前講座をご活用ください！

市民の皆さんと行政についての情報共有を図るため、市の担当職員が皆さんの行う学習会や集会に出向き、市の取り組みや暮らしに役立つ情報などを分かりやすく説明する「市政出前講座」を行っています。



71の講座を取り揃え、皆さんの「ご注文」をお待ちしています。ぜひご利用ください。
時 平日午前9時～午後9時の間の1時間程度
対 市内在住・在勤・在学の10人以上で構成された団体
注 会場の手配や準備、PR、当日の進行等は、申込団体でお願いします。
他 詳細はHPをご確認ください。

11月の資源回収予定

実施団体	実施日
武蔵野福寿会	1日(日)
本町第七町会	
本町第八第一町内会	
南田園一丁目町会	8日(日)
鍋一囃子連	
牛浜第一町会	
牛浜第二町会	
本町町会	
本町第八第二町内会	
玉川台町会	15日(日)
原ヶ谷戸町会	
志茂第二町会	22日(日)
熊川牛浜町会	29日(日)

収集地域は実施団体地域内です。
天候などにより変更する場合があります。
他 詳細は実施団体にお問い合わせください。

令和7年度 ごみ処理実績

年度	可燃ごみ	不燃ごみ	粗大ごみ	有害ごみ	資源	合計
令和7年度	9,596t	396t	487t	17t	3,197t	13,693t
令和6年度	9,750t	416t	498t	17t	3,308t	13,989t
増減	−154t	−20t	−11t	0t	−111t	−296t

1日に出るごみの量 約38t
清掃費 約13億7千万円（令和7年度決算額）
他 詳細はHPをご確認ください。

駅前放置自転車クリーンキャンペーンを実施します

問 協働推進課☎551・1590

都では、10月22日(木)～31日(土)の間、放置自転車防止の周知の強化を図ります。

市では、福生市交通安全推進委員会・福生警察署と協力し、10月22日(木)に牛浜駅前、10月27日(火)に福生駅前で、両日の朝に広報活動を行います。

▼自転車等放置禁止区域について

市内の駅から約300m以内を自転車等放置禁止区域に指定しています。



自転車等放置禁止区域の道路や駅前広場・公園などの公共の場所に、自転車・原動機付自転車が駐輪されると、警告札を取り付け、一定時間後に撤去し、自転車保管場所で保管します。

駅周辺に自転車でお出かけの際は、自転車等駐車場をご利用ください。

撤去保管手数料 自転車1,000円、原動機付自転車2,000円

問 道路下水道課管理・交通安全対策係☎551・1969

油・断・快適！ 下水道

▼下水道に油を流さないで

キッチンから流れた油は、下水道管の詰まりや悪臭の原因となります。



鍋や食器に付いた油汚れは、川や海の良好な水環境の保全のためにも、洗う前に拭き取りましょう。

問 道路下水道課下水道係☎551・1968

「バリアフリー」の推進にご協力を

問 社会福祉課福祉総務係☎551・1522

福生市バリアフリー推進計画に基づき、「全ての人の個性や人権が尊重され、自由に参画できる地域社会」の実現を目指し、3つの柱でバリアフリーを推進しています。

①心のバリアフリー

市民が互いを尊重し、ルールやマナーを守りながら、自由に行動し、かつ、活動できるまちを目指します。

②施設等のバリアフリー

だれもが不自由なく生活できるよう、道路、公園、建築物等の市の公共施設や鉄道駅等について、バリアフリー化やユニバーサルデザインを推進します。

③情報のバリアフリー

だれもが情報を適切に受け取れるよう、情報提供手段に配慮した取り組みを進めます。

▼ルールやマナーを守って、だれもが暮らしやすいまちへ

〈個人の方へ〉

道路や点字ブロックの上の自転車や物品等の放置をなくし、通行の妨げとならないようにしましょう。また、植栽等は歩道にはみ出さないよう、適切な管理にご協力ください。

〈事業者の方へ〉

不特定多数の方が利用する民間施設や店舗等の新設および改修時には、バリアフリー法および東京都建築物バリアフリー条例に基づく施設整備が義務付けられる場合や、東京都福祉のまちづくり条例に基づく整備基準への適合が必要となる場合があります。

◆令和7年度バリアフリー関連事業の主な取り組み

※本工事は、防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用しています。

武蔵野台テニスコートで、管理棟の改築工事が行われ、さまざまな部分がバリアフリーに配慮された造りになり、より多くの市民にとって利用しやすくなりました。







他 取り組みや詳細については、HPに掲載しています。

高齢者スマートフォン教室に参加してみませんか？

全4回の教室形式で行う講義・演習・質疑応答を通して、基本操作から応用まで楽しみながらスマートフォンの使い方を学習できます。



日 11月12日・26日、12月10日・24日の各木曜日午前9時30分～午後0時30分
場 福祉センター理学療法室
対 次の全ての要件に該当する方
・市内在住の60歳以上の方で、スマートフォンを使い慣れていない方
・全ての回に参加できる方
定 先着20人
講 東京都高齢者向けスマートフォン利用普及啓発事業事務局派遣講師
内 基本操作、コミュニケーションアプリの活用、インターネット検索や動画閲覧、スマートフォンを活用した申請や現金を使わない（キャッシュレス）決済など
他 本事業は都の「高齢者向けスマートフォン普及啓発事業」を利用しています。
申 10月19日(月)～30日(金)の間に、電話で介護福祉課高齢者支援係☎551・1751へ。

認知症当事者交流会

認知症のある人だけで日ごろの思いや体験を語り合いましょう。



日 11月20日(金)午前10時30分～11時30分
場 もくせい会館2階204会議室
対 次のいずれかの要件に該当する方
・認知症の診断がある方
・物忘れが進行していると医師から言われた方
定 先着10人
申 受付中。直接または電話で介護福祉課高齢者支援係☎551・1537へ。

家族介護教室 加美

▼介護保険のキホンと知っておきたいケアマネジャーの役割

複雑に感じやすい介護保険制度の基本とケアマネジャーの役割や制度の活用のコツを分かりやすくお伝えします。質疑応答の時間も設けています。



日 11月11日(水)午後2時～3時
場 ウエルシア加美平店（加美平3―17―3）
定 10人程度
申 受付中。電話で地域包括支援センター加美☎553・3720へ。

福生市社会福祉協議会 相談事業のお知らせ

①成年後見制度相談

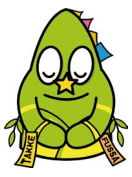
成年後見制度を利用したいが、どうしたら良いか分からないときなどに、司法書士が相談に応じます。
日 11月12日(木)午後2時～4時
対 高齢者・障害者やその家族など
定 先着3人

②心の相談

対人関係、思春期、高齢期、子育てなどの心の問題や病気について、精神科医が相談に応じます。
日 11月26日(木)午後1時～2時30分
対 心の問題や病気を抱えている市民とその家族など

保健センター・こども家庭センター休館のお知らせ

11月14日(土)は、保健センターおよびこども家庭センターを会場とした「災害時医療救護所開設訓練」を実施するため、休館します。ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。
問 保健センター☎552・0061、こども家庭センター☎539・2555



心の健康教室

▼ヨガで心と体を整えましょう

ヨガの「ポーズ」・「呼吸法」・「瞑想」を体験し、心と体を整え、心の健康づくりについて一緒に考え、実践しましょう。



日 11月25日(水)午後1時30分～3時
場 保健センター
対 市内在住・在勤の方
定 先着20人
持 動きやすい服装、タオル、飲み物
※ヨガマットはこちらで準備します。

ふれあいひろば主催講演会

講 田村恵美(たむらえみ)氏（フィットネスインストラクター）
申 10月19日(月)から、オンライン申請してください。難しい方は電話で保健センター☎552・0061へ。

▼ママのセルフメンテナンス講座～未来に向かって美しく～

子育てをしている産後のお母さんを対象にセルフメンテナンスの講座を開催します。



日 11月19日(木)（二部制）
〈第一部〉午前10時30分～11時10分
〈第二部〉午前11時20分～正午
※各部とも同じ内容です。
場 子ども応援館1階子育て地域活動室
対 産後1年未満の母親
定 各部先着6組
持 バスタオル、飲み物
服装 動きやすい服装
講 今村理恵子(いまむらりえこ)氏（森田助産院）
申 10月20日(火)から、直接または電話でふれあいひろば（子ども応援館1階教育相談室内）☎551・7700へ。

第33回福生市青少年の意見発表大会を開催します

市内在住・在学の中・高校生が学校、家庭、地域との関わりの中で、日ごろ考えていることや自分の体験を通して得た意見など、自由な題材で発表します。



また、他の模範となると認められる青少年の行いを表彰する「善行少年表彰」および「家庭の日」図画・作文コンクール入選者の表彰も併せて執り行います。
日 10月31日(土)午後2時～
場 市民会館小ホール（つつじホール）
問 子ども政策課☎551・1733

道徳授業地区公開講座へお越しください

道徳授業地区公開講座では、子どもたちの心を育むために学校・家庭・地域社会が連携を深めながら共通理解をもって子どもたちに関わることができるよう道徳の授業公開と意見交換を行います。
日 10月31日(土)午前9時25分～
場 福生第五小学校
問 福生第五小学校☎552・0256

児童発達支援センター講演会

発達が気になる子どもへの関わり方

～癇癪（かんしゃく）・登園渋りへの対応と家庭でできる支援～



行動を環境との関わりから読み解く「ABA（エービーエー）（応用行動分析学）」の視点をベースに、具体的な支援のコツ、安全なクールダウンの方法や少しずつ成功体験を積む「スモールステップ」の進め方を事例やワークを交えて解説します。
日 11月10日(火)午前10時30分～12時
場 福祉センター2階研修室
対 市内在住の発達が気になる就学前児童の保護者、児童発達に関心のある市民等
定 先着20人
講 小笠原忍(おがさわらしのぶ)氏（国際学院埼玉短期大学専任講師）
申 受付中。11月6日(金)までに、オンライン申請、直接または電話で児童発達支援センター☎539・1131へ。

市民のひろば

▼ハーモニカ初心者講習会

ハーモニカ初心者を対象とした講習会です。事前説明会では、講習会の流れや購入していただきたいハーモニカの種類などを説明します。
日
〈事前説明会〉11月10日(火)午後1時30分～3時
〈講習会〉11月17日、12月1日・8日・15日の各火曜日午後1時30分～3時
場 さくら会館
費 600円（テキスト代）
持 ハーモニカ（複音ハーモニカG調）
講 山口ひさ子(やまぐちひさこ)氏（日本ハーモニカ芸術協会師範）
他 講習会参加希望の方は、必ず事前説明会に参加してください。
申 受付中。午後6時以降に電話で、ハーモニカの会（山口）☎090・9857・3348へ。

参加者募集！ 福生市認定ヘルパー養成研修会



軽度の介護が必要な方のお宅へ訪問して家事を提供する市独自の「福生市認定ヘルパー」を養成する研修会を行います。
本研修を修了すると、介護福祉士などの資格を持っていない方でも、市内の事業所等と雇用契約をすることで、介護予防・日常生活支援総合事業の訪問型サービスのヘルパーとして働くことができます（家事援助のみ）。
日 12月11日(金)・12日(土)午前9時30分～午後4時30分（途中休憩あり）
場 もくせい会館2階201・202会議室
対 18歳以上で高齢者の家事援助業務に従事する意欲のある方
定 先着40人
持 筆記用具
申 受付中。11月20日(金)までにオンライン申請または直接市役所1階9番介護福祉課介護保険係へ。
問 介護福祉課介護保険係☎551・1764

郷土資料室からのお知らせ

▼わくわくワークショップ「アイヌ文様切り絵を作ろう」

アイヌ文様を紙から切り出してみよう。



日 10月31日(土)午前10時～午後3時（正午～午後1時を除く）の間で都合の良い時間にお越しください。
場 郷土資料室
※直接お越しください。
対 小学生（就学前児童は要保護者同伴）
問 郷土資料室☎530・1120

▼郷土資料室特別展示関連事業 アイヌの伝統的な楽器「ムックリ」に親しもう

郷土資料室特別展示「くらしからひもとくアイヌ文化―野口コレクション―」の開催に合わせて、アイヌの人々に伝わる口の中で音を共鳴させる伝統楽器「ムックリ」の演奏体験会を開催します。



日 10月25日(日)午後2時～3時
場 S&Dたまぐー福生中央図書館2階会議室
定 先着20人
講 木原仁美（きはらひとみ）氏（公益財団法人アイヌ民族文化財団アイヌ文化交流センター所長）
申 受付中。オンライン申請または電話で郷土資料室☎530・1120へ。

市民会館からのお知らせ

▼福生クラシックスVol.16 山川真奈（やまかわまな）（メゾソプラノ）



イタリアでの演奏経験豊富な注目のメゾソプラノの演奏をお聴きください。
日 11月23日(祝)午後4時～5時（3時30分開場）
場 市民会館小ホール（つつじホール）
出演 山川真奈（メゾソプラノ）、水野彰子（みずのしょうこ）（ピアノ）
曲目 オペラ「カルメン」より「ハバネラ」（G. ビゼー作曲）、オペラ「ウェルテル」より「手紙のアリア」（J. マスネ作曲）ほか
費 全席自由
〈前売一般〉2，000円
〈友の会〉1，800円
〈当日券〉2，200円
申 チケットぺイまたは直接市民会館へ。
問 市民会館☎552・1711

公民館本館保育室事業

▼お母さんのための安心時間～米粉のスイーツ作りと5つのギモン～

小麦アレルギーなどにも対応できる米粉のおやつ作りと、日々の迷いや不安を一つ一つ安心に変える時間です。
日 12月10日～令和9年3月11日の毎週木曜日午前10時～正午（12月31日、令和9年2月11日を除く全12回）
場 市民会館・公民館
対 市内在住・在勤の方
定 15人（保育室に子どもを預ける方10人を優先）
費 600円（調理実習材料費）
持 筆記用具
講 有馬祐子（ありまゆうこ）氏（助産師、保健師、思春期保健相談士、高等学校・短期大学・大学講師等）、松尾亜耶（まつおあや）氏（焼き菓子と小さな贈り物twinkle（トゥインクル）主宰）
申 10月18日(日)～11月18日(水)の間に、オンライン申請してください。

〈5つのギモン〉
①お母さんの体と自律神経
②感染症とホームケア
③アレルギーと食の基本
④緊急時の対応
⑤トイレトレーニングと発達

▼保育室について

講座参加者の保護する幼児を別室で預かります。仲間との遊びを通して自立や社会性を育てる支援を公民館保育者が行います。
対 市内在住の1歳以上の就学前児童（0歳5か月以上1歳未満の乳児はご相談ください。）
定 10人（申込多数の場合は、保育付き講座に参加経験の少ない保護者を優先して抽選）
費 800円（おやつ代）
※不足した場合、追加で徴収することがあります。
申 講座と一緒にお申し込みください。
問 公民館公民館係☎552・2118

スポーツ推進課からのお知らせ

▼S&Dフィールド福生（市営競技場）夜間照明の工事について

市営競技場（競技場・テニスコート）夜間照明のLED化工事を行います。工事に伴い、次の期間で使用を制限させていただきます。

ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

工事期間
〈全体〉11月16日(月)～令和9年1月27日(水)（予定）
〈テニスコート〉11月16日(月)～12月20日(日)（予定）
〈競技場〉12月11日(金)～令和9年1月27日(水)（予定）
注 駐車場は工事に伴い、使用できる台数と場所が普段と異なりますので、現場の状況に応じてご使用ください。
他
・本工事は、防衛省特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用しています。
・詳細はHPをご覧ください。

▼中央体育館の工事に伴う利用の制限について

中央体育館では、主競技場の空調設備の新設、1階の一部のトイレと廊下のバリアフリー化に向けた改修を行います。

工事に伴い、体育館の施設の一部が利用できない期間があります。利用できない期間については現在調整中ですので、決まり次第HPで改めてお知らせします。

ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

工事期間 11月2日(月)～令和9年3月末（予定）
問 スポーツ推進課☎552・5511

図書館からのお知らせ

直接会場へお越しください

図書館おはなし会

▼S&Dたまぐー福生中央図書館

①おはなし会「おはなしのポケット」
日 11月7日(土)午後3時～
対 幼児と保護者、小学生
出演 ポケット☆ポケット

②おはなし会
日 11月11日(水)・25日(水)午後3時30分～
対 幼児と保護者、小学生

③乳幼児おはなし会「おはなしであそぼ！」
日 11月10日(火)午前11時～
対 乳幼児と保護者
出演 おはなしのもり

④乳幼児おはなし会
日 11月17日(火)午前11時～
対 乳幼児と保護者

〈①～④共通〉
場 S&Dたまぐー福生中央図書館1階
問 S&Dたまぐー福生中央図書館☎553・3111

▼わかぎり図書館

①おはなし会
日 11月12日(木)午後3時30分～
対 幼児と保護者、小学生

②乳幼児おはなし会
日 11月25日(水)午前11時～
対 乳幼児と保護者

〈①・②共通〉
場 わかぎり図書館2階
問 わかぎり図書館☎552・7421

▼わかたけ図書館

①おはなし会
日 11月25日(水)午後3時～
対 幼児と保護者、小学生

②乳幼児おはなし会
日 11月19日(木)午前11時～
対 乳幼児と保護者

〈①・②共通〉
場 わかたけ図書館2階
問 わかたけ図書館☎551・0083

▼武蔵野台図書館

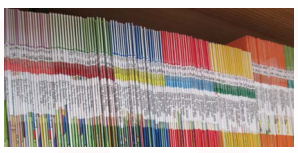
①おはなし会
日 11月18日(水)午後3時30分～
場 武蔵野台図書館3階
対 幼児と保護者、小学生

②乳幼児おはなし会
武蔵野台児童館との共催です。
日 11月18日(水)午前11時～
場 武蔵野台児童館1階
対 乳幼児と保護者

〈①・②共通〉
問 武蔵野台図書館☎553・8881

トピックス

▼S&Dたまぐー福生中央図書館に英語多読コーナーができました



英語多読は、易しい単語や文法の本をたくさん読むことで英語を身につけていく学習方法です。

英語多読コーナーでは、オックスフォード・リーディング・ツリーのシリーズを所蔵しています。本には難しさのレベルが表記されているので、自分に合わせた本を選ぶことができます。

また、館内閲覧用の本もあるので、図書館でいつでも読むことができます。ぜひ、ご利用ください。
問 S&Dたまぐー福生中央図書館☎553・3111

イベント

▼わかぎりこうさくタイム～ミニ宝箱とミニしおりファイルを作ろう～

日 11月11日(水)午後3時～4時30分
場 わかぎり図書館2階
対 市内在住・在学の小学生
定 先着5人
申 10月18日(日)から直接または電話でわかぎり図書館☎552・7421へ。

▼甲冑飾りをつくってみよう！

甲冑作りの技法から、実物さながらの甲冑飾りを作ります。



また、戦国時代の話、甲冑の説明やアトラクションなどから、伝統文化や武士の歴史を学べます。
日 11月28日(土)午後1時～3時
場 茶室福庵
対 市内在住の小・中学生
定 先着8人
※保護者1人まで同伴可
費 500円（材料費）
講 徳田茂宗（とくだしげむね）氏（甲冑マイスター）、武士団（ぶしだん）・村山党（むらやまとう）の会
申 10月18日(日)～11月20日(金)の間に、オンライン申請または午前9時～午後5時の間に直接または電話で公民館松林分館☎552・3624へ。

福庵（ふくあん）へGO!! ～ふっさっ子集まれ！わくわく体験空間～

発行・福生市／編集・企画財政部秘書広報課／〒197－8501 福生市本町5／☎551・1511（市役所代表）／毎月1日・15日発行

保健ガイド

問 保健センター☎552・0061
こども家庭センター☎552・0312

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	11月5日㈬午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	18歳以上の方（高校生を除く）※直接お越しください。
②ヘルスチェック	11月18日㈬午前9時5分からの指定時間	保健センター	18歳以上の方（高校生を除く）・先着20人 ※前回受けた方は1年経ってからお申し込みください。
③育児相談	11月6日㈭午前10時～11時30分の間の指定受付時間	子ども応援館	乳幼児（0歳～就学前児童）と保護者・先着15組 ※2歳未満はフェイスタオルをご持参ください。
④離乳食教室（初期・中期・後期食）	〈初期・中期食〉11月11日㈬午前10時～11時30分	こども家庭センター（保健センター2階）	離乳食開始時期の乳児と保護者・先着12組
	〈中期・後期食（託児付）〉11月26日㈬午前10時～11時30分		7か月～1歳未満の乳児と保護者・先着12組
⑤すくすく歯科健診（乳幼児歯科健康診査）	11月4日㈫、12月2日㈫午後1時～2時の間の指定受付時間		3歳11か月になる月までの乳幼児

申 ②は10月19日㈪から電話で保健センター、⑤は10月15日㈬から電話でこども家庭センターへ。③・④は10月15日㈬から右記のオンライン申請をしてください。 ③ ④〈初期・中期食〉〈中期・後期食〉

○妊娠届出書の提出および「母子健康手帳」の交付はこども家庭センターです。
※交付時面談は予約制ですので、事前にこども家庭センターへご連絡ください。
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を市役所1階6・7番総合窓口課へ出しましょう。

11月の予防接種（BCG）

日 11月18日㈬午後1時～1時45分
場 保健センター
対 生後5か月～8か月未満（接種は1歳未満まで可能）
持 母子健康手帳、予診票
他 詳細はHPをご確認ください。

11月の乳幼児健康診査

1か月児、3か月児、6か月児、9か月児、1歳6か月児、3歳児を対象に乳幼児健康診査を実施しています。
他 健診日、対象、受付、持ち物などの詳細は、市からの通知、またはHPをご確認ください。

11月の休日診療

開院時間	休日診療 午前9時～正午 午後1時～5時	準夜診療 午後5時～10時	調剤薬局 午後5時～10時	歯科休日診療 午前9時～正午 午後1時～5時
	※受付は診療時間終了の15分前までです。			
1日㈰	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099 ※要予約（受診前に必ずお電話ください。午前9時受付開始） 診療時間 〈発熱患者〉午前9時30分～11時30分、午後3時～4時30分 〈非発熱患者〉午後1時～3時	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2（羽村市役所裏） ☎042・555・9999		塚本歯科医院 あきる野市草花3258 ☎042・559・3040
3日㈷		福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099 ※要予約（受診前に必ずお電話ください。） 診療時間 〈発熱患者〉午後5時～7時 〈非発熱患者〉午後7時～10時		寺本歯科医院 あきる野市小川東2-7-11 ☎042・559・8441
8日㈰		ひかりクリニック 本町95-3 ☎530・0221	ホッタ晴信堂薬局本町店 本町95-15 ☎530・7953	三澤歯科医院 あきる野市草花3310 ☎042・558・7011
15日㈰		熊川病院 熊川154 ☎530・3001	中村調剤薬局 熊川156-4 ☎530・2468	高取歯科医院 あきる野市五日市55 ☎042・596・0048
22日㈰		ひかりクリニック	ホッタ晴信堂薬局本町店	瀬沼歯科医院 あきる野市五日市851-3 ☎042・596・3288
23日㈷		福生市休日診療所		澤田歯科医院 あきる野市二宮2244 ☎042・558・5528
29日㈰		羽村市平日夜間急患センター		田辺歯科・矯正歯科医院 本町90 ☎551・2712

◆休日・準夜診療受診時の注意点について
○休日・準夜診療を受診する際は、**受診前に必ず医療機関へお問い合わせください。**
○来院人数等によっては、診療ができない場合があります。
○年齢や症状によっては、他医療機関を紹介する場合があります。
○担当医療機関は変更になる場合があります。受診前に二次元コードからHPで最新情報をご確認ください。
注 マイナ保険証（マイナンバーカードの健康保険証利用登録を行ったもの）や資格確認書等の被保険者資格が確認できるものをご持参ください。

医師会だより

血圧のはなし



血圧は常に変動しています。自宅血圧を測定している人は知っているはずです。自宅血圧が一番低くなる事も知っています。しかし、生活の仕方によりその自宅血圧が変動していることはあまり自覚していません。生活の何が血圧を変動させるのかを考察します。

食塩は体液を増やし血圧を上げます。ベーコン、ハム、魚の干物など加工食品の塩分にも気をつけてください。パンやうどんにも食塩は含まれています。お酒のつまみにも塩分の多いものがありますし、お酒自身で血圧が翌日上がるようです。減塩で血圧を下げるには1週間以上かかります。

体重増加も血圧が上がります。痩せれば血圧は下がります。痩せて降圧剤の服用をやめた人もいます。タバコ喫煙後では血圧は上昇しています。睡眠不足も血圧を上げます。頭痛、腰痛、膝痛など痛みも血圧を上げます。どれも改善すれば血圧は元に戻ります。

ストレスによる血圧上昇はなかなか治りません。降圧剤を用いることも多いです。職場高血圧、介護ストレス、家庭内環境の変化など、対人関係は血圧上昇以外に精神を痛めてしまう人もいます。自動車、自転車等の運転による血圧上昇もストレスと言っていいでしょう。

めまいや立ちくらみなどの症状では、高血圧か低血圧か分からない時もあります。降圧剤の効きすぎで低血圧になりうることもあり、注意が必要です。めまいの起きている時は高血圧になっていることが多いですが、高血圧でめまいなのか、めまいのため高血圧なのか分かりません。

高血圧は動脈硬化を引き起こし脳梗塞（こうそく）、脳出血、心筋梗塞、心不全、腎不全などの疾患の原因となります。血圧上昇に自覚症状が少ないため放置されやすいです。自宅血圧が分からなくても、血圧計の設置されているところで測定してみてください。血圧150/90mmHg以上ならお近くの医療機関に行かれることを推奨します。

文責 星野照夫（ほしのてるお）医師

各種検診のお知らせ

①胃・肺がん検診（12月）

原則としてセットでお申し込みください。
日 12月8日㈪午前8時30分～正午
対 市内在住の35歳以上の方
定 70人（申込多数の場合は抽選）
検診方法 検診車による集団検診、バリウムによる胃部X線検査、胸部X線検査
◆次の方は受診できません。
○誤嚥（ごえん）のある方
○1年以内に胃・肺を手術した方
○現在、胃・肺または十二指腸を治療中または経過観察中の方
○妊娠中の方またはその可能性がある方
◆次の方は申し込み前に保健センターへご連絡ください。
○1年以内に手術（胃・肺を除く）をした方
○その他病気を治療中の方
※当日の問診結果によっては検診が受診できない場合があります。

②女性医師による乳がん・子宮頸がん検診（集団検診）（12月）

日 12月19日㈯午前8時30分～午後2時
対
〈乳がん検診〉40歳以上の女性
〈子宮頸がん検診〉20歳以上の女性
定 各検診120人（申込多数の場合は抽選）
検診方法
〈乳がん検診〉マンモグラフィ（乳房X線撮影）ほか
〈子宮頸がん検診〉細胞採取、細胞検査
費
〈乳がん検診〉1,600円
※生活保護受給者は、生活保護法適用証明書を受付に提出していただきますと全額無料で受診できます。
〈子宮頸がん検診〉無料
◆次の方は受診できません。
〈乳がん検診〉
・ペースメーカーやICDポートなどの医療器具を装着している方
・豊胸手術を受けた方、肋骨（ろっこつ）骨折や肋骨にひびが入っている方
・授乳中の方
〈子宮頸がん検診〉
・子宮全摘出の手術を受けた方
・子宮の病気で治療中または経過観察中の方
・受診日当日、月経中の方
〈共通〉
○妊娠中の方またはその可能性がある方
○令和7・8年度中に検診を受診した方
〈①・②共通〉
場 保健センター
申 受付中。オンライン申請（10月31日㈯午後10時まで）または往復はがき（当日消印有効）でお申し込みください。
往復はがきの書き方
〈往信表〉〒197-0011 福生市福生2125-3 福生市保健センター
〈往信裏〉住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、希望検診名
〈返信表〉住所、氏名
〈返信裏〉無記入
注
・年齢は令和8年4月1日現在です。
・往復はがき1枚につき1人1検診の申し込みです。記載内容に不備があると受診できません。
・オンライン申請からお申し込みの方はご自身で受診券を印刷してください。
・受診の結果、精密検査や治療が必要な場合は自己負担となります。
・受診結果によっては保健センターから連絡が行く場合があります。
問 保健センター☎552・0061

オンライン申請はこちら
〈①〉 〈②〉

編集後記

今回の福生人は福生で74年以上続く森田助産院のお二人に取材をしました。印象的だったのは、森田助産院で行っているケア事業にお邪魔した際、実家のようにリラックスしている赤ちゃんとママさんたち。まさに「子どもと親が一緒に成長できる場所」であると感じました。これからも福生の「命を支える場所」であり続けてほしいです。