



ママがついているから
大丈夫
予防接種

※予防接種は、保護者の判断で受けるものです

「はい、腕を出してね」と看護婦さん。「痛いよ、いやだー」と腕を引っ込める子供。「ママがついているから、大丈夫よ。頑張ろうね」とお母さん。

ここは、保健女性センターの三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)予防接種の会場。会場内は、子供たちの泣き声が響き渡っています。

大人でも、嫌な注射。しかし、予防接種は、子供が伝染病などの感染症にかからないよう予防するための大切なものです。

「痛かったけれど、これで伝染病なんて怖くないからね」とお母さんに言われて、につこり。

- 2 ~ 6 特集●富士市保健計画
健康が一番!
- 7 年末の交通安全県民運動
- 8・9 **10月のできごと**
- 10~13 暮らしのたより
- 14 12月のカレンダー

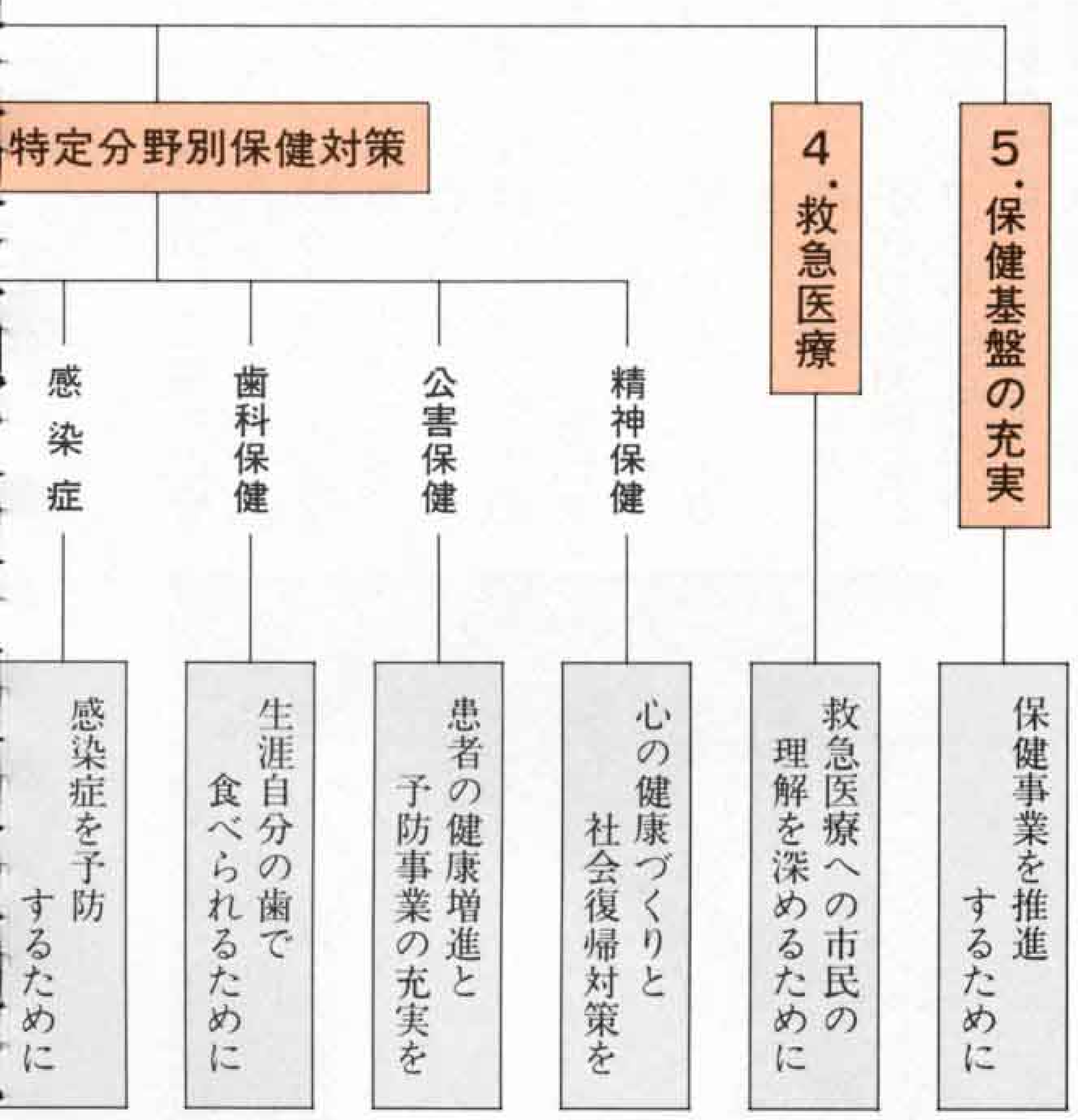


特集・富士市保健計画

健康が一番！



皆さんは健康に自信がありますか？
健康というのは、病気になつたり、けがをしたりしたときに初めて、ありがたみを感じるものです。
お金も知識も大切だけれど、やはり健康が一番！
とても長い人生。同じ人生なら、健康で元気いっぱい楽しく生きていきたいものですね。
富士市では、おなかの中の赤ちゃんからお年寄りまでが健康でいられるよう、支援していくための保健事業の基本的な方向性を示す「富士市保健計画」をまとめました。
今回は、この保健計画のあらましを紹介します。



皆さんの健康づくりをお手伝いします

「富士市保健計画」の策定に携わった萩原種次保健女性センター所長に、この保健計画について話を伺いました。

市民が生涯を通して

健康な生活を送れるように

平均寿命は、女性八十三・〇歳、男性七十六・六歳。今や人生八十年時代となるとともに、出生率も低くなっていることから、二十一世紀の初めには、人口の高齢化がピークを迎えると言われていきます。また、最近では高血圧症や糖尿病などの成人病に代表される慢性疾患が増加していることなど、疾病構造が変化してきており、健康問題は多様化しています。

こうしたことから、すべての市民が生涯を通じて健康な生活を送れるよう、市民のさまざまな保健ニーズに対応でき、また富士市の実情や特性に合った保健施策の基本となる計画が「富士市保健計画」なのです。

目標は「健康で住みよいまち」

富士市保健計画は、「健康で住みよいまち」を目標に、「人生八十年時代の健康づくり」「疾病



保健女性センター
萩原種次 所長

予防と早期発見対策」「世代別・疾患別保健対策」「在宅ケア体制の整備」を基本的な考え方としています。そして、この考え方をもとに、五つの柱と柱ごとの施策の方向、対策から保健計画の体系が成り立っています。

この保健計画をつくるに当たっては、三千人を対象にした市民健康調査を実施するとともに、健康に関する主要データから現状分析を行い、問題点を明らかにしてきました。そして、これをもとに具体的な施策の方向と対策を掲げました。

また、この保健計画の中では、保健と密接なかわりを持つ福祉や教育についても、必要に応じて触れています。

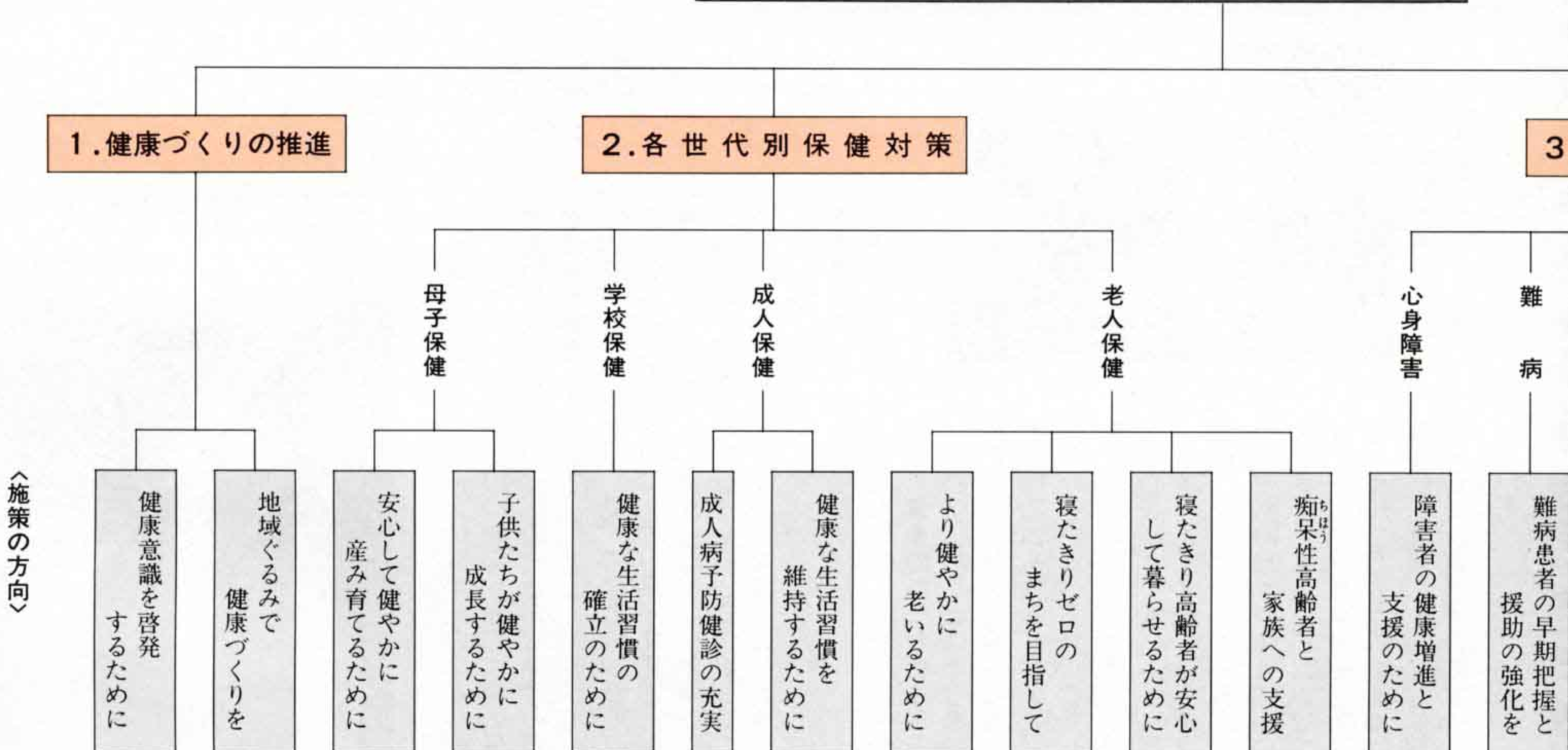
自分の健康は自分で守る

この保健計画は、「自分の健康は自分で守る」を基本原則に、個人でやろうとしてもできないことを行政がお手伝いしようとして、健康を守るためのさまざまな条件や環境などを整備していくという考え方なのです。ですから、もっと皆さんにふだんから自分の健康について関心をもっていただきたいと思っています。

これから、市民の皆さんにこの保健計画をもっと理解していただくよう、健康づくり推進員にも協力をしていただきながらPRしていきます。それとともに、すべての人が生き生きと健康な生活が送れるよう、我々もできるだけ多くの支援をしていくよう努力していきます。さまざまな保健事業を行ってまいりますので、皆さんに積極的に利用していただきたいと思いますね。

〔富士市保健計画施策の体系図〕

健康で住みよいまちをめざして



〔施策の方向〕

保健計画の体系の中から、「健康づくりの推進」「DHN保健」「歯科保健」を取り上げて紹介します。

健康づくりの推進

市民の四割が不健康？

生涯を通じて、豊かな生活を送るために大切な健康。でも、市民健康調査では、四割の人が、「健康に自信がない」または「病気のため治療中」と答えています。また、四人に三人が「疲れを感じている」と疲労感を訴えています。運動の状況でも、五割の人が「ふだん運動をしていない」と答えています。さらに、健康維持のためには、「一日三十食品摂取」が必要とされていますが、「どの食品もほとんど毎日食べている」人は、半分以下と少ない状況です。

健康づくりを支援

こうしたことから、保健計画では、市民が日ごろから自主的に健康づくりに取り組めるようにするため、次のような支援を行っています。

● 県が進めている「進んで健診」「運動と休養」「正しい食習慣」の三本柱（ふじさん運動）の普及啓発を推進します

● 「歩く健康づくり」を推進するため、史跡めぐりを兼ねた「一万歩コース」を普及します

● 生涯を通じて「バランスのよい食事」「適切なカルシウム量摂取」「減塩」などのよい食習慣が実践できるように支援します

地域ぐるみで健康づくりを

また、長年身についた生活習慣の

改善を図るため、地域ぐるみの健康づくり活動を展開し、健康に関心を持つ人や仲間をふやし、健康な地域社会となるよう支援していきます。

● 市が、昭和五十七年度から地域の健康づくりのリーダーとして育成をしてきた「健康づくり推進員」を、男性も含め、育成の強化をします

● 推進員の活動のテーマ「減塩とカルシウム摂取で寝たきり・痴呆を予防しよう」に基づき、脳卒中と骨粗しょう症の予防活動を推進します

● 健康づくり推進指定地区（モデル地区）活動の充実を図るとともに、指定期間終了後も継続して活動が行えるよう支援します

* 市民健康調査：平成五年十一月に市民三千人を対象に無作為抽出で行った調査

1 進んで健診

- ①健康状態をチェックしよう
- ②定期健診・人間ドックを受けよう
- ③早期治療に心がけよう

2 運動と休養

- ①積極的に歩き、気軽に体を動かそう
- ②十分な睡眠と余暇で、心と体に休養を与えよう
- ③禁(節)酒・禁(節)煙で、休肝日・休肺日をつくろう

3 正しい食習慣

- ①1日、30食品の摂取を心がけよう
- ②塩分・糖分・脂肪をとり過ぎないようにしよう
- ③家族そろって楽しく食事をしよう

ふじさん運動

だんから
(実行)
っこうしよう
(3) 運動

地域に根差した健康づくりを

田子浦地区健康づくり推進員
リーダー

遠藤 二治子さん
(前田新田)



私が、健康づくり推進員になったのは七年前で、リーダーになったのは去年からです。区長会長や婦人会会長など、地区の皆さんに助けられながら活動をしています。

田子浦地区の活動として、りすさんクラブに入っている幼児を対象に、むし歯予防教室を開催したり、各区ごとの健康講座や、一万歩コース歩け歩け運動などを行ったりしてきました。ことは、指定地区に選ばれたので、コンピューターヘルスチェック（アンケート方式による生活習慣調査）も行う予定です。

自分自身、大きな病気をしたことがなかったので、健康のありがたさをそれほど感じたことはありませんでした。でも、推進員になって、いろいろ健康について勉強をしていくうちに、自分も気をつけなければと思うようになりました。

地域の人たちも、まだまだ健康に関心を持っていない人が少ないのでは…。多くの人に関心を持ってもらいたいですね。そして、推進員の活動をもっと知ってもらい、「地域に根差した健康づくり」が実現できればと思っています。

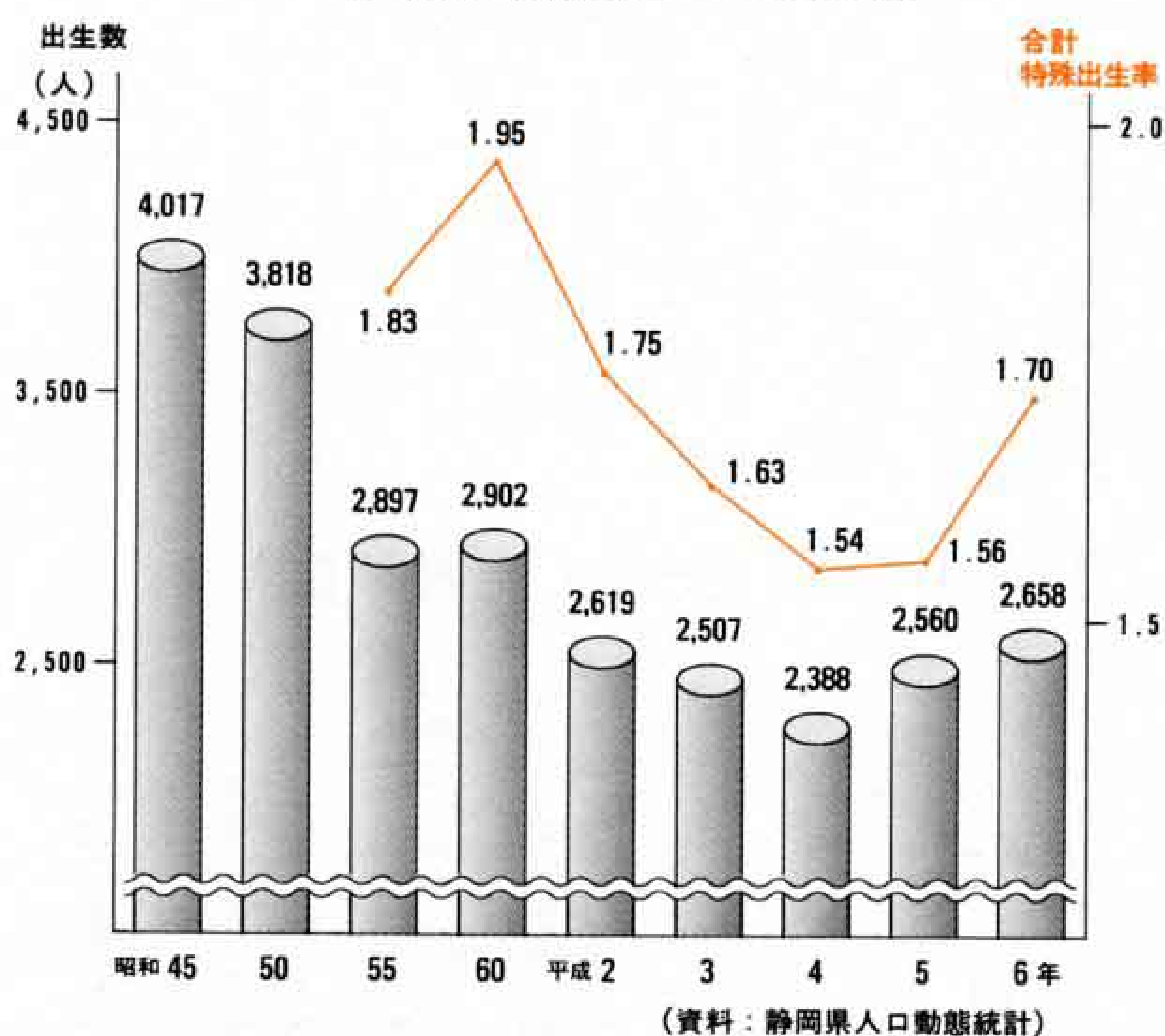


文化祭で田子浦地区に関する健康クイズを実施

お母さんと 子供の保健

乳幼児期は、生涯にわたる健康づくりの基盤となる重要な時期です。安心して妊娠・出産・育児ができ、子供たち1人1人が心身ともに健やかに成長するために、社会環境の変化に対応した総合的な母子保健事業を推進します。

富士市の出生数と
合計特殊出生率の推移



* 合計特殊出生率…一人の女性が一生に平均して何人の子供を産むかを示す数値。人口維持には2.08が必要とされています

子供は大切な宝物

子供は、お父さんとお母さんの大切な宝物というだけでなく、これからの社会を担っていく大切な宝物です。子供たちが健やかに生まれ、育つような環境づくりが必要になってきます。

妊娠・出産・育児に 不安を感じる女性

富士市の出生数は、平成四年まで減り続けましたが、二年前からは増加に転じています。しかし、合計特殊出生率は、二・〇八を下回っているというように、少子化が進んでいます。また、一世帯当たりの人数は平均三・二人と核家族化が進行。その上、妊産婦の高齢化が進み、三十歳以上で出産する人がふえています。こうしたことから、妊娠・出産・

育児に不安を感じている女性が多くなっています。

安心して健やかに 産み育てるために

この保健計画では、思春期から母性意識を高め、お母さんと子供を取り巻く環境を整え、安心して健やかに産み育てられるよう、次のような援助をしていきます。

- 妊娠・出産に関する正しい知識などを普及するとともに、妊産婦の相談体制を充実します
- 育児相談を充実するとともに、産後一カ月以内の赤ちゃんの訪問指導を進めます
- 子育ては、母親と父親が協力し合っているものという考え方から、初めて母親や父親になる人のための「お母さん・お父さん教室」を充実するとともに、父親の育児参

加を促進します

- 母親同士が交流を通じて不安を解消し、互いに学び育ち合うため、生後二〜七カ月の赤ちゃんを持つ母親を対象にした「子育て学級」を広めます
- 「子育て学級」終了者を中心に、身近で気軽に相談し合える「子育てグループ」を育成します
- 子育てを地域の中で支えるボランティア活動を支援します
- 近い将来、父親や母親になる高校生が、命の大切さを学び、父性や母性を育てる「思春期保健体験講座」を広く行います
- 小学校から高校までの性教育を充実します

子供たちが健やかに 成長するために

そのほか、三歳児健診で見つけら

△子育て学級OB会 「ワンちゃんkids」



▷思春期保健体験講座



れる肥満傾向児が年々増加。また、幼児のアレルギー疾患も増加しており、中でもアトピー性皮膚炎が約半数を占めています。こうした現状を踏まえ、子供たちが健やかに成長するための支援対策を進めていきます。

- 乳幼児の健康診査・相談を充実し、精神的・身体的異常の早期発見に努めます
- 食事、睡眠、遊びなどの生活習慣についての相談・指導を充実します
- アレルギー健康診査・相談を充実します

子育てグループに 参加してみませんか

【問い合わせ】

富士市保健女性センター
☎六四一八九九四

年をとっても「健康な自分の歯で食べられる」ということが重要になっています。胎児期から老齢期までの成長段階に沿った歯科保健事業を推進します。

歯の保健

健康の基本は丈夫な歯

自分の丈夫な歯でおいしく食べることは、年齢を問わず生きがいであり、健康の基本となるものです。また、歯は、話をしたり、運動をしたりするときなどに大切な役割を果たします。このように、歯は豊かな人生を送るためにとても重要なのです。

九〇%以上の人が
むし歯保有者

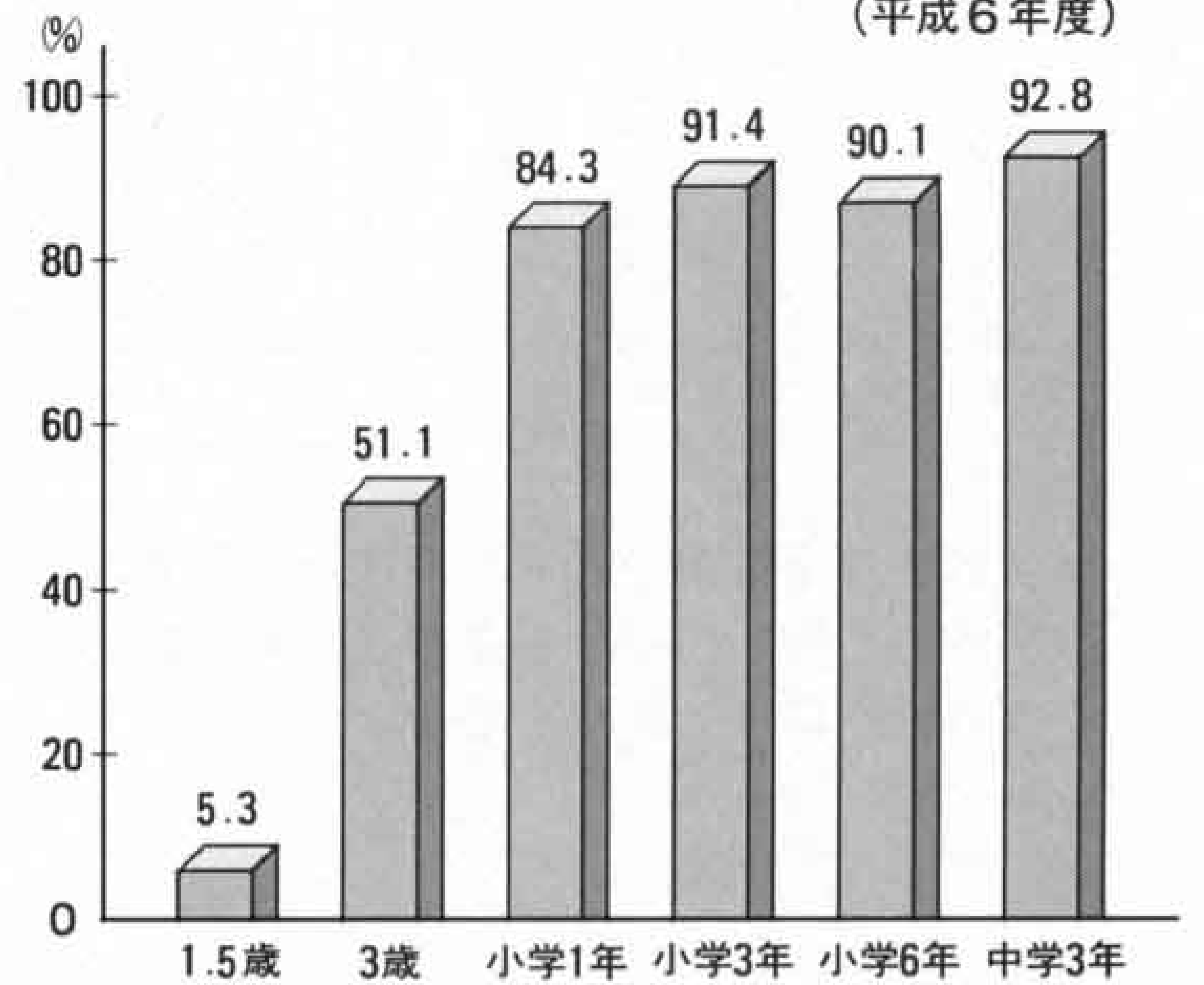
富士市の国民健康保険医療統計で見ると、一歳から六十九歳まで、「歯と歯の支持組織の疾患」による受診件数と医療費（通院分）が、ともに三位以内に入っています。

また、小学三年生になると、むし歯を持つている人の率は九〇%を超えてしまいます。そして、四十歳ごろからは、むし歯や歯周疾患（歯槽膿漏や歯肉炎）により、歯の喪失が目立ち始め、二十八本から三十二本あった歯が、八十歳では平均四本しか残りません。



△1歳6ヵ月児健診でブラッシング指導

富士市のむし歯罹患率率 (平成6年度)



生涯自分の歯で
食べられるために

こうした現状から、生涯自分の歯で食べられるようにすることを目標に、次のような施策を進めていきます。
● 八十歳になっても自分の歯を二十本以上残す「8020」運動を広めます

- 妊婦に対して、生まれてくる子供の歯の質をよくするために、バランスのとれた食事の指導をします
- 母乳保育の推進と、甘味制限の大切さや段階的なブラッシング法などの指導を充実します
- 二歳児と保育園・幼稚園児の「むし歯予防教室」を充実します
- 子供のころから歯に関する正しい知識と関心を高めるため、普及啓発を行うとともに、学校で歯科保健指導を行います
- 歯周疾患予防のための「歯科健康相談・教育」を行います

計画の進め方

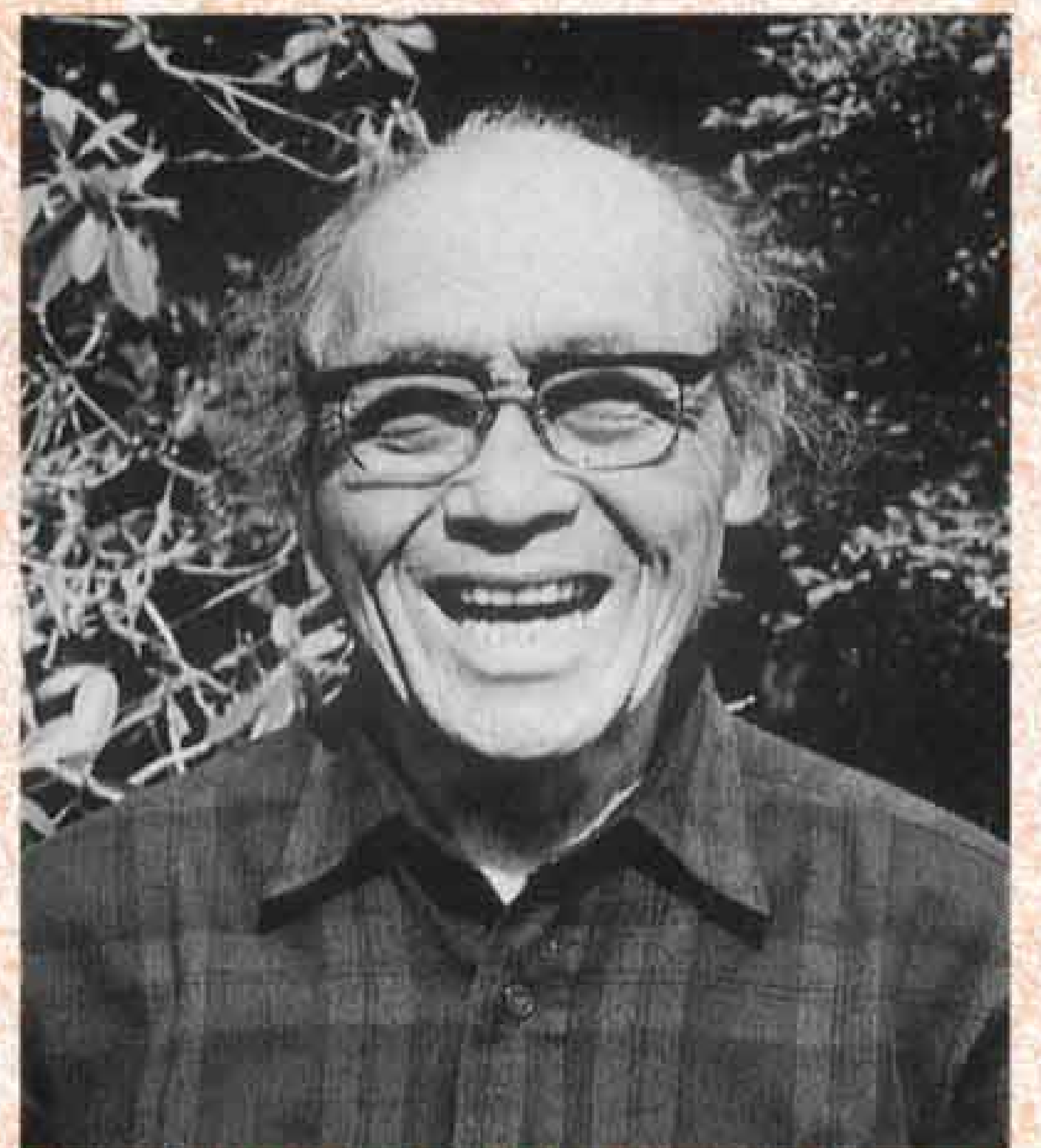
富士市保健計画は、健康で住みよいまちを目指して、平成十一年度を目標に進めていきます。ただし、これからの社会情勢の変化などに対応するため、必要に応じて見直しを行っていきます。

また、この保健計画は、市民の皆さんを初めとして、国・県の関係機関や各種団体、健康づくり推進員などに協力していただきながら、積極的に進めていきます。

好き嫌いせずよくがみ、歯を磨く

おかげさまで今までむし歯にならなかったことはありません。でも、小さいころは、歯に無とんちゃくでしたね。ただ、甘い物なんか食べられなかった時代で、昆布やめざしをよく食べていたのがよかったですよ。

三十年前ごろからは、「起床後と毎食後、一日四回歯を磨く」「食事は好き嫌いをせず、よくかんで食べる」「牛乳を毎日飲む」ということを習慣づけて、歯が丈夫で本当にありがたいです。かたい物でも何でも食べられて、体もとても健康ですよ。私の一つの財産と思っています。これからも、歯を大切にするといい気持ちを持ち続けて、健康で長生きできたらいいですね。



平成7年度「いい歯のお年寄り8020コンクール」

静岡県知事賞受賞

さか がみ いち せい

坂上一栄さん

(岩本)

★84歳で、自分の歯28本、むし歯ゼロ

問い合わせ

富士市保健女性センター
 保健予防係 ☎64-8992
 成人保健係 ☎64-8993
 母子保健係 ☎64-8994

無事故で年末 笑顔で新年



何かと慌ただしい年末は、交通事故が1年間で最も多いときです。「急いでいるから」「すぐ近くへ行くだから」「いつも通っている道だから」、そんな気持ちから、最低限のルールやマナー、安全確認を忘れてしまっ
てはいませんか。わずかな油断が、取り返しのつかない大事故を招く原因にもなります。

新しい年を笑顔で迎えるためにも、年末の交通安全県民運動にご協力をお願いします。

「ゆずりあい・ありがとう」

平成7年度 年末の交通安全県民運動 12月10日(日)～31日(日)

重点目標①

飲酒・暴走運転の追放

判断力が低下して、標識や信号を見落としたりブレーキ操作を誤ったり、飲酒運転は事故を招く無謀な行為。「飲んだら乗らない」「乗るなら飲まない」「乗るなら飲ませない」を実践し、安全運転をお願いします。

重点目標②

交差点の交通事故防止

出会い頭の事故や右・左折のときの直進車との衝突事故など、交差点は交通事故が最も起こりやすい場所です。車を運転する人だけでなく、道路を通行する人すべてが交差点の危険性を認識し、安全確認を心がけましょう。

重点目標③

シートベルト着用の徹底

交通事故の衝撃から体を守るためには、シートベルトを正しく着用することが一番です。しかし、ベルトをたるませたりシートを倒し過ぎたりしては、せっかくのシートベルトも効果がありません。正しく着用しましょう。

●街頭や地域で、啓発活動を行います●

10日(日)	天間地区交通安全パレード 今泉地区交通安全パレード	17日(日)	交通安全家庭の日
11日(月)	街頭指導・広報 市内各地区 7:00～8:00 交通安全指導員視閲 市役所駐車場 19:00～19:20 主要交差点街頭指導 市内各地区 19:30～20:00	18日(月)	違法駐車追放パトロール 富士駅・吉原中央駅周辺 18:00～19:00
12日(火)	飲酒運転追放ぬいぐるみ街頭広報 富士駅周辺 14:00～15:00	19日(火)	園児を交通事故から守る日 富士わかば保育園 10:00～11:00
13日(水)	自転車・二輪車安全点検街頭指導 加島地下道南側、吉永公民館前 14:00～15:00	20日(水)	カーナイデー(車運転自粛の日)
14日(木)	飲酒運転追放夜間パトロール 富士駅・吉原中央駅周辺 19:00～20:00	21日(木)	Safety Presents From Santa (サンタ・クロースによる安全広報) 市内 16:00～17:00
15日(金)	交差点交通安全の日 シートベルト着用街頭広報・指導取り締まり ロゼシアター西側交差点 14:00～15:00	22日(金)	小学生を交通事故から守る日 原田小学校 7:00～8:00 飲酒暴走運転追放一斉パトロール 富士駅・吉原中央駅周辺 19:00～20:00 飲酒暴走運転絶滅強化期間 ～30日(土)
16日(土)	富士ヤングセーフティドライバーズセミナー 富士警察署4階講堂 10:30～12:00	31日(日)	初日の出暴走取り締まり

10月のできごと

街のアルバム帳



本と人、人と人が出会う場所 「新しい中央図書館が開館」

10月4日 かねてから永田北町で開館の準備をしてきた新しい市立中央図書館が、ついに開館しました。この日の午前中、開館を記念して、式典が図書館のエントランスホールで行われました。式典には、市長、教育長を初め、利用団体の代表などの関係者約200人が出席。市長のあいさつやテープカットを行い、開館を祝いました。

午後からは、一般市民にも公開。初日から多くの人を訪れました。来館者は、まず利用者カード発行の手続きをしてから、たくさんの図書資料の中から、自分の気に入るものを選んでいました。



ひとひと 震災の中の男と女 「富士女性プラン啓発シンポジウム」

10月6日 「震災の中の男と女—そして新たなるまちづくりへ」をテーマに、富士女性プラン啓発シンポジウムがロゼシアターで開催されました。

阪神・淡路大震災の復興に当たってきた^{あまかわ}尼川洋子さんが、「この大震災で女性問題が逆戻りしてしまった」と女性の視点で大震災がもたらした問題などを報告。続いて、尼川さんや市長ら4人によるパネルディスカッションが行われました。

参加した一人は、「体験談がとても参考になりました。早く男女が共同で参画できる社会になるよう願っています」と話していました。

新しい街の玄関「富士駅南口広場 ペDESTリアンデッキが完成」

10月13日 “新しい街の玄関”として、JR富士駅の南口にペDESTリアンデッキ（歩行者用のオープンな広場）が完成しました。これを記念して、式典が同所で行われました。式典には、市長、議長、地元関係者などが出席。テープカットの後、小木の里太鼓が披露され、盛大に完成を祝いました。

この広場は、人工地盤（立体横断施設）となっており、車は下を通るので安心。また、ケヤキのシンボルツリーを初め、モザイクタイルで市の花バラをデザインしたフロア、石でできたモダンな椅子などがあり、憩いの空間として皆さんに利用していただけます。





富士山こどもの国に自分の木を植樹 「みどりの探検隊・植樹祭」

10月28日 勢子辻地先に建設中の「富士山こどもの国」（平成11年一部開園予定）で、みどりの探検隊・植樹祭が行われました。これは、こどもの国に広がる大自然に一足早く親しんでもらうとともに、地元の

子供たちの手でこどもの国をつくらせよう、県と共催で初めて行われたもの。隣接している裾野市からの参加者と合わせて、約240人の親子が参加しました。

こどもの国の中の「森の国」で、市長と代表の子供たちが、ヤマボウシを記念植樹。続いて、参加した子供たちが、「ボクの木」「ワタシの木」として、落葉広葉樹のアカシデやコブシなど6種類の木を約600本植えました。植えた木のそばには、木の種類と自分の名前などを書いた杭を立て、立派な木に育ちますようにと願いました。



和気あいあいの中にも火花を散らす 「富士市老人スポーツ大会」

10月29日 富士市老人クラブ連合会に加入しているお年寄りが地区別に各種目を競い合う「富士市老人スポーツ大会」が、富士中央小学校運動場で開催されました。各地区ごとに大声援が飛ぶ中、応援団も含め約2,000人が和気あいあいと秋の日のひとときを過ごしました。

最後の種目となった玉入れでは、赤、青、黄の3チームずつに分かれて勝負。選手の皆さんは、真剣な表情でかごを目標けて、玉を投げていました。中には、1個を争う接戦もあり、玉を数える声にも力が入っていました。



皆さんに愛されて 「ロゼシアター利用者 100万人突破」

10月30日 平成5年11月1日に開館したロゼシアターの利用者が100万人を突破しました。記念すべき100万人目となったのは、横瀬美智子さん(今泉)。横瀬さんが来場すると、ロゼシアター職員から大拍手が…。そして、くす玉割りと花束、記念品の贈呈が行われ、100万人突破を祝いました。

横瀬さんは、「今日は、母親と一緒に松竹大歌舞伎を見にきました。ロゼシアターには、今まで演劇や展示会などで6、7回来ています。100万人目になって、とてもびっくりしました」と少し恥ずかしそうにしながらも、笑顔で話していました。

ロゼシアターは、これからも多くの皆さんに愛されるよう、文化の拠点として感動と喜びを発信していきます。

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 □ は閉庁日です。

軽スポーツ教室

☎ 体育振興課 内線 2727

と き 平成8年1月9日～3月12日
10:00～11:30 毎週火曜日 計10回

ところ 市立富士体育館ほか

内 容 ニュースポーツ、ストレッチ
体操、リズム体操

定 員 70人(応募多数の場合は抽せん)

受講料 1,000円(保険料を含む)

申し込み 12月13日(水)の 9:45～10:00
に受講料を持参し、市役所10階研修室
へ(1人で2人以上の申し込みは不可)

個別健康相談

～赤ちゃんからお年寄りまで～

☎ 保健女性センター 64-8993

健康、育児、食生活に関することなら何でもご相談ください。保健婦、栄養士があなたの話をお聞きします。

と き 12月14日(木)・21日(木)
9:00～17:00

ところ 保健女性センター

申し込み 電話で保健女性センターへ
予約してください

はた 機織り体験

☎ 市立博物館 21-3380

と き 12月6日(水)・19日(火)・23日(土)
平成8年1月12日(金)・20日(土)・
30日(火)
10:30～12:00、13:00～14:30

ところ 歴史民俗資料館

申し込み 当日、直接会場へ

12月の歩く会


☎ 体育振興課 内線 2727

と き 12月17日(日) 雨天は24日(日)

ところ 白尾山(富士宮市)

集 合 富士駅改札口前 8:40

コース 富士駅発8:54⇨富士宮駅着
9:11→白尾山
片道約4環

持ち物 弁当、水筒、
タオル、雨具

問い合わせ 歩く会事務局
(中村 方) ☎51-2985

救急医療センター パート看護婦を募集

☎ 保健女性センター 64-8990

業務内容 平日(夜)、日曜日、休日、
年末年始(昼・夜)の看護業務

勤務場所 救急医療センター

対 象 看護婦または准看護婦の資格
を持っている、55歳ぐらいま
での人

申し込み 12月11日までに電話で富士
市救急医療協会へ☎51-0099

野村生涯教育勉強会

☎ 社会教育課 内線 2718

と き 12月13日(水) 10:00～15:00

ところ 静岡県女性総合センター(あざれあ)

テーマ 生涯教育の目ざすもの

内 容 講義と討議 参加費 1,500円

問い合わせ 野村生涯教育センター
☎054-257-9111

水中エアロビクス教室

☎ 温水プール 36-2131

と き 平成8年1月8日～3月25日
10:00～11:30 毎週月曜日
計10回

ところ 温水プール 対象 一般男女

定 員 40人(先着順)

受講料 5,500円

申し込み 12月17日～23日に本人が受
講料と印鑑を持参し、勤労者体育セ
ンター☎35-0672、または市立富士
体育館☎53-0900へ

富士女性プラン推進会議 委員を募集

☎ 女性施策推進室 64-8995

女性行政、女性プランの推進について関心があり、意見を持っている人を募集します。行政が選出した富士女性プラン推進会議委員とともに、意見交換や提言をしていただきます。

対 象 市内在住・在勤の成人女性

定 員 若干人

期 間 平成7・8年度の2年間

応募方法 下記の課題から一つ選び、
400字詰原稿用紙3枚以内にまとめ、
住所、氏名、年齢、職業を書いて〒416
富士市本市場432-1 保健女性センタ
ー女性施策推進室へ(12月15日必着)

課 題 ①参加から参画へ(市民はみんな社会の一員)
②私の描くまちづくり
③変革の時代を生きる(男と女の変わりどき)

12月 移動図書館車ふじ号の巡回日程

●問い合わせ 市立中央図書館 ☎51-4946

*雨天時は巡回を中止する場合があります。
*都合により日程を変更することがあります。
*休館日は、4日、11日、18日、23日、25日、29日～31日です。

日	場所と貸し出し開始時刻
1日(金)	岳鉄須津駅前広場(10:00) 神谷緑町(10:50) 桑崎公会堂(14:00) 間門橋入口(14:50)
2日(土)	鈴川中町フードランド前(10:00) 自由ヶ丘県営住宅北駐車場(14:00) 旭化成西住宅駐車場(15:00)
6日(水)	富士見台市営住宅集会所前(15:00)
7日(木)	東海電化(10:00) 滝戸団地内(14:00) 湯沢平市営住宅前(15:00)
8日(金)	桜ヶ丘公会堂東側(14:00) 厚原本照寺前(15:00)
9日(土)	中丸生鮮市場ビッグ3駐車場(10:00) 城山町公会堂(14:00) 広見町大昭和アパート(15:00)

13日(水)	駿河荘(10:00) 芙蓉会(11:00) 神戸幼稚園(13:15)
14日(木)	大淵第二小学校(10:00) 高山県営住宅団地(14:00)
15日(金)	岳南須津駅前広場(10:00) 神谷緑町(10:50) 桑崎公会堂(14:00) 間門橋入口(14:50)
16日(土)	鈴川中町フードランド前(10:00) 自由ヶ丘県営住宅北駐車場(14:00) 旭化成西住宅駐車場(15:00)
20日(水)	楽寿園(10:00) 富士見台市営住宅集会所前(15:00)
21日(木)	東海電化(10:00) 滝戸団地内(14:00) 湯沢平市営住宅前(15:00)
22日(金)	桜ヶ丘公会堂東側(14:00) 厚原本照寺前(15:00)

暮らしのたより

12月 - 1 **2** **3** 4 5 6 7 8 **9** **10** 11 12 13 14 15

お年寄りと障害者のための 住宅整備資金貸付

☎ 高齢者福祉課 内線 2318

市は、富士信用金庫と提携して60歳以上のお年寄りや、身体障害者手帳1～4級と療育手帳Aの人の専用居室などを新築・増改築・改造するための資金をお貸しします。

貸付限度額 300万円（年利率3%）
償還方法 10年以内元利均等月賦償還

連帯保証人 2人（市内在住の人）

申し込み 高齢者福祉課へ

*事前工事は対象になりません

お年寄りのための 住宅整備資金貸付

☎ 社会福祉協議会 64-6600

県内に1年以上住んでいて、60歳以上のお年寄りの専用居室などを増改築・改造するための資金をお貸しします。

貸付限度額 420万円（年利率3%）

償還方法 10年以内元利均等半年賦償還

連帯保証人 2人（県内在住で60歳以下の生計の主体者）

申し込み 12月15日までに必要書類を持参し、社会福祉協議会へ

*事前工事は対象になりません

「NHK海外たすけあい」 へのご協力を

☎ 社会福祉課 内線 2312

海外の恵まれない人々に援助の手を差し伸べる「NHK海外たすけあい」が12月25日まで実施されています。

義援金は自然災害や戦争、紛争などの犠牲者に対する国際救援事業や発展途上国を対象とした開発協力事業の充実に役立っています。

義援金の受付窓口は、郵便局、銀行、農協などです。皆さんの温かいご協力をお願いします。

12月は消費者被害防止 年末キャンペーン期間中

年末の慌ただしい時期は、心のすきをねらった悪質商法の被害が多くなります。困ったときはご相談ください。

消費生活センター ☎64-8996

（相談受付時間 9:00～16:00）

歳末たすけあい運動に ご協力を

12月1日～31日

届けようあつたかハート

問い合わせ・募金受付

社会福祉協議会 ☎64-6600

社会福祉士による 福祉なんでも相談会

☎ 社会福祉課 内線 2312

とき 12月9日(土) 9:30～15:00

ところ 保健女性センター

相談内容 障害のある子供さんを持つ人や家族に病人・高齢者などをもち、日常生活で困っている福祉に関することなら気軽にご相談ください。

問い合わせ あしたか太陽の丘

☎0559-23-7850

*秘密は厳守します

12月4日～10日は人権週間

「人権週間」とは、世界人権宣言が国連で採択された日を記念して定められたもので、ことしで47回目になります。人間が人間らしく生きていくのに大切な人権について考えてみませんか。

〈人権ポスター・書道作品展〉

とき 12月4日(月)～8日(金)

ところ ステーションプラザFUJI

〈街頭啓発〉

とき 12月4日(月)

ところ JR富士駅前 9:00～9:40

吉原本町通り 10:00～10:40

〈特設人権相談〉

とき 12月8日(金) 10:00～15:00

ところ 東部市民プラザ、広見荘、

鷹岡市民プラザ、田子浦荘

※個人の秘密は厳守しますので、気軽にご相談ください。

問い合わせ 社会福祉課 内線2312



12月の献血

☎ 社会福祉課 内線 2312

あなたの大切な血液がたくさんの方の命を守り、救います。

日	場所	時間
21(木)	市役所北口	9:30～15:30
28(木)	JR富士駅前	10:00～16:00

福祉・保健コーナー ④

ホームヘルプサービス

市では、「ひとり暮らしで高齢のため、買物や食事の支度ができない」「体が不自由な父を自宅のお風呂で入浴させてきたが、人手が足りない」など、日常生活を送るのに支障があるお年寄りや心身障害者とその家族への生活支援策として、ホームヘルパーを派遣しています。

サービスの内容

次の内容のうち必要と認められるものが、ホームヘルパーの行うサービスです。



①身体介護、付添介護に関すること
（食事の介護、入浴の介助など）

②家事に関すること
（買物、調理、洗濯など）

③相談や助言に関すること

④外出時の付き添いなどに関すること
利用回数

それぞれの状況に応じて、回数や時間が決められます。

利用料

ホームヘルパーの派遣を受けた場合、その家庭の生計主体者の所得税に応じて利用料が決まります。

利用料は無料の世帯から1時間900円までの世帯があります。

問い合わせ

高齢者福祉課 内線 2316

障害福祉課 内線 2323

社会福祉協議会 ☎64-6600

岩本園 ☎62-8787

天間荘 ☎72-4699

ヒューマンライフ富士 ☎36-2666

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 □は閉庁日です。

県営住宅の入居待機者募集

☎ 建設部管理課 内線 2494

募集期間 12月6日(水)~14日(木)
 抽せん日時 12月20日(水) 9:30~
 抽せん場所 東部総合庁舎別館5階
 申込書の配付場所
 ・静岡県住宅供給公社 東部支所
 ・富士土木事務所 建築住宅課
 ・富士市役所 建設部管理課

団地名 吉原団地(広見)、岩本山団地、自由ヶ丘団地(五貫島)、高山団地(大淵)、富士見台団地、江尾団地
 申し込み 静岡県住宅供給公社東部支所へ ☎0559-20-2271

杉・ヒノキの間伐に補助金を支給します

☎ 林政課 内線 2571

間伐をしていない山がふえています。間伐をしないと、林内が暗く下草も出ず、土砂が流出し木も育たなくなります。山林保護のため間伐をしましょう。

対象 市内の山林所有者
 間伐樹種 11~35年生の杉・ヒノキ
 間伐費用 補助金を支給しますので、自己負担はありません。作業も森林組合が行います

申し込み 平成8年1月31日までに、直接または電話で、富士市森林組合へ ☎35-5339

危険物取扱者試験

☎ 消防本部予防課 内線 3213

とき 平成8年2月4日(日) 9:30~
 ところ 富士市内(会場は未定)ほか
 内容 乙種危険物取扱者(4類)
 必要書類 受験願書、写真2枚、払込受付証明書(乙種 3,400円)、50円切手2枚、印鑑など
 ※受験願書は消防本部予防課で配付します
 申し込み 12月13日~15日に必要書類を持参し、消防本部予防課へ

●●市民れんらく版●●

*モダンダンスグループ
 「ステップス」第1回公演

とき 12月17日(日) 13:30~
 ところ ロゼシアター 中ホール
 入場料 2,000円
 問い合わせ 服部 方 ☎61-7491

12月の納税

固定資産税・都市計画税 第4期
国民健康保険税 第6期
納期 12月10日~25日

さわやか健康体操教室

ストレッチ体操、リズム体操、レクリエーション
 ☎ 体育振興課 内線 2727

対象 市内在住で60歳以上の健康な人
 申し込み 12月12日(火)の9:45~10:00に受講料1,000円を持参し、各会場へ(応募者多数の場合は抽せん) *1人で2人以上の申し込みはできません。1人1会場に限ります

会場	期間(計10回)	曜日	時間	定員
市立富士体育館	1/10~3/13	水	10:00~11:00	60人
	1/12~3/15	金	9:30~10:30 10:45~11:45	60人 60人
鷹岡公民館	1/8~3/25	月	9:30~10:30	50人
			10:45~11:45	50人
元吉原公民館	1/8~3/25	月	9:30~10:30	35人
			10:45~11:45	35人
富士見台公民館	1/11~3/14	木	10:00~11:00	50人
須津公民館	1/11~3/14	木	9:30~10:30	35人
			10:45~11:45	35人
田子浦公民館	1/11~3/14	木	9:30~10:30	35人
			10:45~11:45	35人
広見公民館	1/12~3/15	金	9:30~10:30	35人
			10:45~11:45	35人

エアロビクス・ワープロ・パソコン教室

☎ ラ・ホール富士 53-4300

ところ ラ・ホール富士 対象 勤労者、一般(学生は除く)
 受講料 エアロビクス 3,000円
 ワープロ・パソコン各 4,500円
 申し込み 12月8日~16日の9:00~17:00に直接ラ・ホール富士へ(応募者多数の場合は抽せん)

教室名	期間	曜日	時間	回数	定員
エアロビクス	1/10~3/13	水	19:00~21:00	10	40人
	1/11~3/14	木	19:00~21:00	10	40人
ワープロ	1/10~2/28	水	13:30~15:30	8	8人
			19:00~21:00	8	8人
パソコン	1/11~2/29	木	13:30~15:30	8	8人
			19:00~21:00	8	8人
	1/13~2/10	土	13:00~17:00	4	8人

飼えなくなった犬・ねこの引き取り日

とき 12月1日(金)・15日(金)・22日(金) 9:00~10:00
 ところ 富士総合庁舎駐車場 持ち物 愛犬手帳
 問い合わせ 環境衛生課 内線2052

12月の水道料金納入地区

下水道使用料

(鷹岡(厚原全区、久沢北区・東区)、富士見台、駅南、岩松、原田、大淵(大淵1・2・3、八王子1・2・本、穴原1・2、中野1・2、落合、片倉、三ッ倉、末広、富士本中・西、大富、次郎長、境、希望ヶ丘、大峯、一色)、今泉、伝法)

納入期限は12月29日まで(納入はお早めに、お忘れなく)
 納入は手続きが簡単、便利な指定金融機関などの口座振替で

問い合わせ 水道部営業課 内線2534、2535

暮らしのたより

12月-1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

平成7年度 富士市地域社会貢献者褒賞表彰

市は、コミュニティ活動を初め、社会福祉、環境衛生、青少年健全育成、婦人活動、交通安全、善行などで、地域社会に貢献している市民・団体を対象に、地域社会貢献者褒章制度を設けています。ことしは、11月10日にロゼシアターで8人が表彰されました。

活動分野	氏名(住所)
社会福祉活動	杉山政雄さん(大淵) 野辺誠一さん(今井1丁目) 村松良彦さん(石坂) 味岡政彦さん(中丸)
環境美化活動	内田冬子さん(今泉6丁目)
交通安全活動	遠藤祐二さん(本市場) 井口辰雄さん(伝法)
生涯学習・交通安全活動	望月安夫さん(横割4丁目)

富士市地域防災訓練

12月3日(日) 9:00~12:00

12月3日は「地域防災の日」です。突然発生する地震を想定して、自主防災組織が中心となり、地域の特性に応じ、実践的な突発対応型訓練を行います。

地震がいつ起きても冷静に行動できるように、地域の訓練に参加しましょう。

〔訓練想定〕 9:00駿河湾を震源とする地震が突然発生。この地震により震度6以上の揺れに襲われ、津波、家屋の倒壊、がけ崩れ、道路の損壊などの被害が発生

〔訓練重点項目〕

- 家庭内の安全確保訓練(火の始末、非常持ち出し品の点検など)
- 地域ぐるみの訓練(中・高校生、外国人の参加による訓練)
- 地域における救出・救助訓練
- 津波、がけ崩れ地域の避難訓練など



問い合わせ 交通防災課 内線2777

'95 ロゼ イヴニングコンサート 「恋する作曲家たち」第4夜・ブッチーニ

〔プログラム〕 歌劇「トスカ」より“歌に生き恋に生き”
歌劇「蝶々夫人」より“ある晴れた日に”ほか

12月15日(金) ロゼシアター 小ホール

開場 18:30 開演 19:00

入場料 一般 2,500円 学生 1,500円 (全席指定)

問い合わせ ロゼ・チケットセンター ☎60-2500

市立中央病院の臨時職員を募集します

職種 薬剤師 募集人員 若干人

資格 薬剤師免許を持っている人

問い合わせ 市立中央病院庶務課 ☎52-1131 内線2217

事業主の皆さんへ

12月からハローワーク富士の「求人票」様式が変わりますので、11月末日までに新様式を取りに来てください。

問い合わせ ハローワーク富士 ☎51-2151

(富士公共職業安定所)

新市30周年

市民暮らしのカレンダー

1996年版「市民暮らしのカレンダー」が、間もなく皆さんの家庭へ届きます。カレンダーという形で市や各地区の情報を知ってもらおうというもので、来年で4年目です。

昭和41年に吉原市、富士市、鷹岡町が合併、新しい富士市が誕生して来年で30周年になります。

これを記念して、皆さんから募集した写真で新市30周年記念のカレンダーをつくりました。

多くの皆さんに応募していただきありがとうございました。審査の結果、次の皆さんの作品の採用が決まりました。1年間楽しみながら利用してください。



問い合わせ 広報広聴課 内線2822

月	タイトル	氏名(住所)
表紙	だまり 舟溜	川口春雄さん(柳島)
1月	成人の日	白井秀雄さん(吉原1丁目)
2月	梅見	宮川克己さん(本市場)
3月	富士のほほえみ	鈴木 巖さん(中島)
4月	夜桜	植松 淳さん(厚原)
5月	田植えのころ	酒井 清さん(宮島)
6月	しょうぶ咲く	長田繁春さん(国久保3丁目)
7月	夏祭り	廣川敏子さん(中野)
8月	手筒花火	佐野 廣さん(平垣町)
9月	コスモス	菅谷 茂さん(比奈)
10月	友好の像	川口春雄さん(柳島)
11月	楽しいお弁当	遠藤忠利さん(入山瀬)
12月	早朝の浮島沼	片岡初枝さん(境)

暮らしの カレンダー

12月DEC [師走]

- ・歳末たすけあい運動
- ・消費者被害防止
- ・年末キャンペーン期間
- ・大気汚染防止推進月間
- ・人権週間(4日～10日)

●市役所と中央病院は毎週土・日曜日が休みです

12月の博物館

郷土の作家展
小野田静歩書道展
13日まで

寄贈品展
17日～8年2月4日

クイズラリー 9日、23日

機織り体験 6日、19日、23日



小野田静歩書「夢」

1 金	犬・ねこの引き取り日 →P 12
2 土	
3 日	富士市地域防災訓練 →P 13
4 月	人権ポスター・書道作品展 →P 11 人権週間街頭啓発 →P 11 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(保健女性センター)
5 火	離乳食講習会・前期(保健女性センター)
6 水	スターライトコンサート(ラ・ホール富士) 結婚相談(吉原公)
7 木	3ヵ月・9ヵ月児健康相談(須津公) 1歳6ヵ月児健診(保健女性センター)
8 金	特設人権相談 →P 11 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(吉永公) 3歳児健診(富士保健所)
9 土	福祉なんでも相談会 →P 11
10 日	年末の交通安全県民運動 →P 7 障害者の日「ふれあいコンサート」(保健女性センター) 年末の市民美化運動(市内全域) 結婚相談(吉原公) 富士駅伝競走大会(陸上競技場周辺)
11 月	3ヵ月・9ヵ月児健康相談(保健女性センター)
12 火	離乳食講習会・後期(保健女性センター)
13 水	結婚相談(吉原公)
14 木	3ヵ月・9ヵ月児健康相談(丘公) 1歳6ヵ月児健診(保健女性センター)
15 金	犬・ねこの引き取り日 →P 12 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(今泉公) 3歳児健診(富士保健所)

16 土	
17 日	
18 月	3ヵ月・9ヵ月児健康相談(保健女性センター)
19 火	3ヵ月・9ヵ月児健康相談(広見公) 離乳食講習会・前期(保健女性センター)
20 水	結婚相談(吉原公) 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(富士見台公)
21 木	献血 →P 11 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(鷹岡公) 1歳6ヵ月児健診(保健女性センター)
22 金	犬・ねこの引き取り日 →P 12 3ヵ月・9ヵ月児健康相談(保健女性センター) 3歳児健診(富士保健所) [冬至]
23 土	[天皇誕生日]
24 日	
25 月	固定資産税・都市計画税第4期納期限 国民健康保険税第6期納期限
26 火	2歳児むし歯予防教室(保健女性センター)
27 水	
28 木	献血 →P 11 [官庁仕事納め]
29 金	
30 土	
31 日	[大みそか]

こちら編集室

先日、県内市町村の広報担当者の研修に参加した。みんなの共通の悩みは、不規則なゆとりのない生活。私も確かにゆとりがない。でも、健康あっての仕事なんだと割り切る方がいいのかも…。そう思ったら気が楽になった。さあ、大好きなテニスをやりに行こうっと…。

人口 233,449人
男 116,315人 女 117,134人
世帯 73,770世帯 (11月1日現在)
発行・編集 富士市総務部広報広聴課
☎51-0123

