

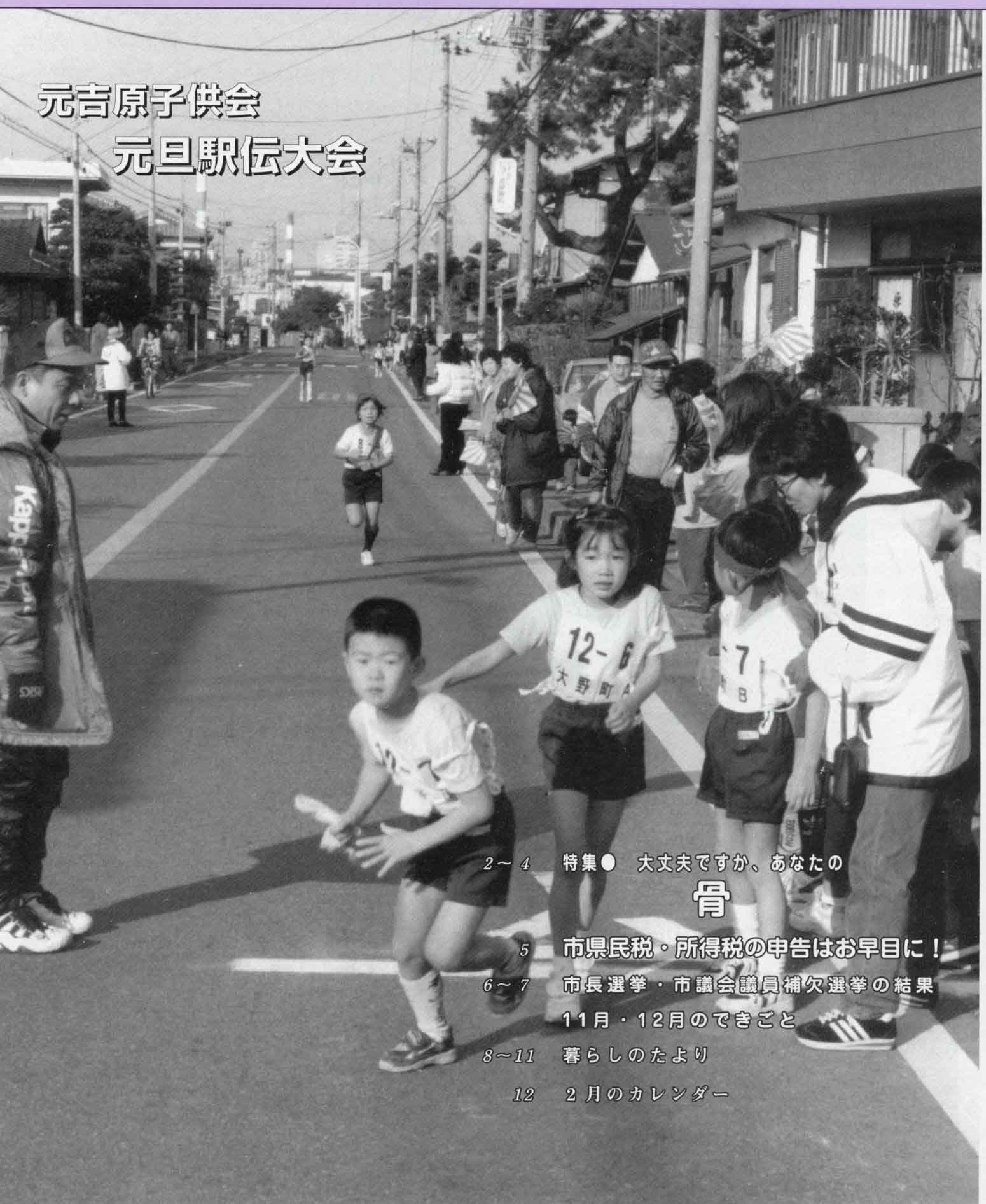
広報

ふじ

No.702

平成10年1月20日号 (毎月5日・20日発行)

元吉原子供会 元旦駅伝大会



2~4 特集● 大丈夫ですか、あなたの
骨

5 市県民税・所得税の申告はお早目に!

6~7 市長選挙・市議会議員補欠選挙の結果

11月・12月のできごと

8~11 暮らしのたより

12 2月のカレンダー

特集

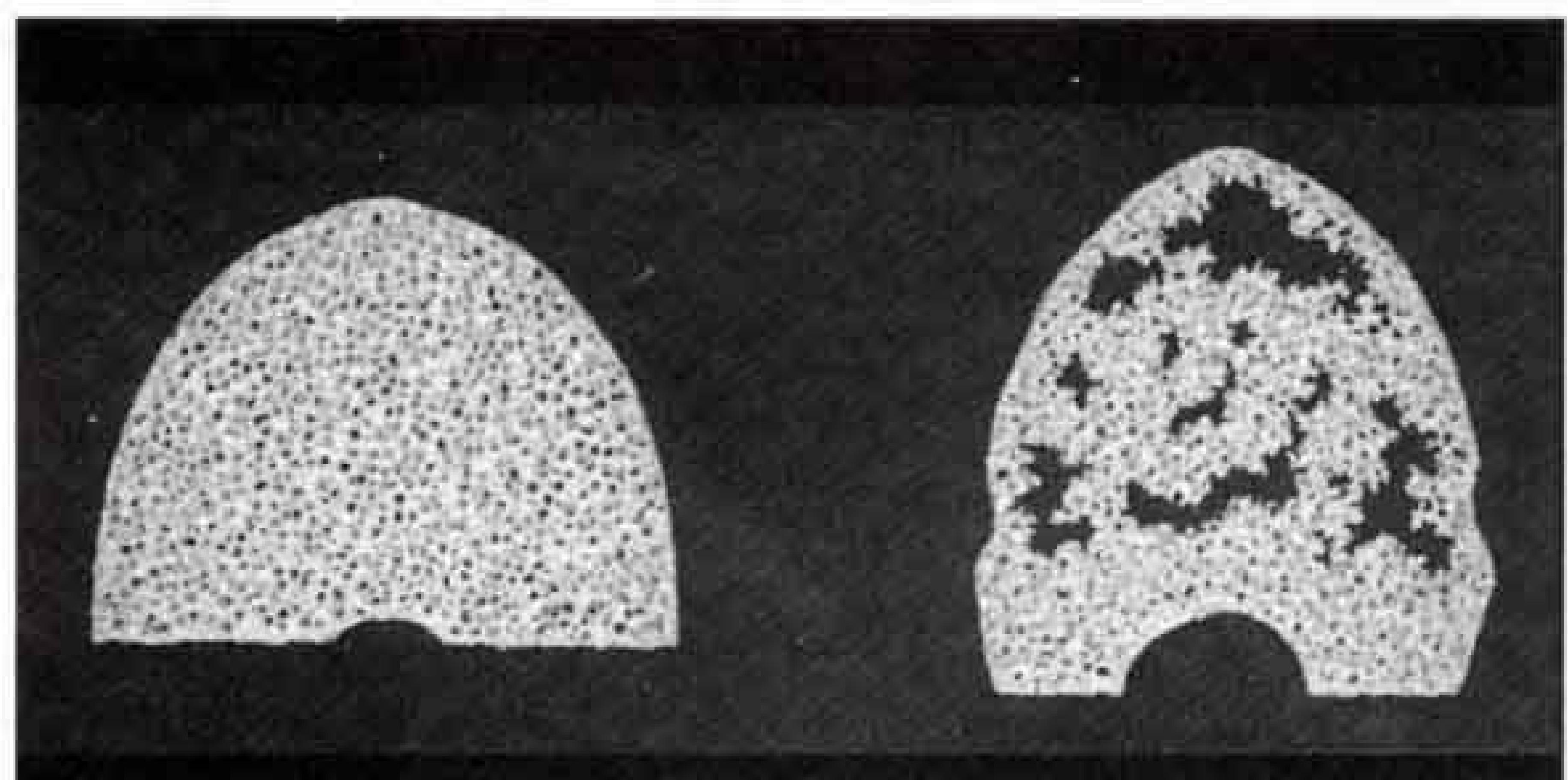
大丈夫ですか、あなたの



人間は、生まれてから20歳ごろまでの成長期に生涯の**骨格**ができ上がり、その後も**骨**は常に新陳代謝を繰り返し私たちの体を支えています。また、**骨**は体を支えるだけでなく赤血球や白血球をつくり、カルシウムを蓄えたりする役目もあります。しかし、偏った食生活や運動不足などが原因で**骨**の代謝のバランスが崩れて**骨**が弱くなっている人がふえています。特に、高齢化とともによく耳にするようになった**骨粗鬆症**。**骨粗鬆症**のお年寄りが、転んで**骨**折り寝たきりになるケースもあるとか。今回は、保健女性センターで行っている「**骨密度測定**」と「**骨**の健康づくり教室」を紹介しながら**骨**について特集します。



骨密度をあらわす骨の断面



正常な骨

骨粗鬆症の骨

骨粗鬆症はどんな病気
最近運動不足で肩や腰、背中が痛くなる、関節痛があるなど骨に関係のある痛みが出てきた人は要注意。今まで支えてくれた骨がカルシウムの不足により悲鳴を上げているかもしません。このままでは、不本意な生活を強いられる骨粗鬆症になる可能性があります。この骨粗鬆症とはどんな状態を言うのでしょうか。
骨は常に新陳代謝を繰り返し、生まれ変わっています。しかし、カルシウムの摂取量が減ったり、老化などで新しい骨をつくる機能が衰えたりすると骨の量が減少してしまいます。この状態が進み骨がスカスカになる状態を骨粗鬆症と言います。骨粗鬆症になると、背が低くなったり、背中が丸くなったり、軽く転んだだけで骨折したりして正常な生活ができなくなってしまいます。

骨粗鬆症はどんな病気

骨の老化は本人が

気がつかないうちに進んでいます

骨は成長期に正しい食生活をしてたくさん運動をするといい骨になり、生涯を通じて骨の貯金ができます。骨の栄養素はだれでも知っているカルシウム。成長期の中学生・高校生などは一日に九百ミリグラム、成人でも六百ミリグラムのカルシウムが必要です。カルシウムが不足すると、消耗と吸収のバランスが崩れ、骨は本人が気づかないうちに弱くなり、いずれは骨粗鬆症になってしまいます。若いころからあまり運動をしない人や、腰や背中に痛みを感じるなどの自覚症状がある人は骨の老化が進んでいるかもしれません。

●カルシウムを意識した食事を

骨粗鬆症を予防するには

現在の日本人の食生活で不足している栄養素はカルシウム。しかし、カルシウムは特別な食材に含まれている栄養素ではありません。牛乳やチーズなどの乳製品、小松菜などの緑黄色野菜、海草や大豆製品にも含まれています。これらのカルシウムを多く含む食材を毎日の献立に多く取り入れてください。

また、カルシウムは吸収しにくい栄養素ですので、吸収を促進するビタミンDや乳糖、たんぱく質が含まれる食材も同時に調理し、バランスのいい食生活に心がけましょう。

骨粗鬆症予防の三原則



超音波骨密度測定

カルシウムを意識した食事を

現在の日本人の食生活で不足している
栄養素はカルシウム。しかし、カルシウム

「粗鬆症を予防する」には

骨は成長期に正しい食生活をしてたくさん運動をするといい骨になり、生涯を通じて骨の貯金ができます。骨の栄養素はだれでも知っているカルシウム。成長期の中学生・高校生などは一日に九百ミリグラム、成人でも六百ミリグラムのカルシウムが必要です。カルシウムが不足すると、消耗と吸収のバランスが崩れ、骨は本人が気づかないうちに弱くなり、ずれは骨粗鬆症になってしまいます。若いころからあまり運動をしない人や、腰や背中に痛みを感じるなどの自覚症状がある人は骨の老化が進んでいるかもしれません。

□ 光治を心がけましゆ

カルシウムの吸収を促進するビタミンDは、魚肉などに含まれています。しかし私たちの皮下脂肪にもビタミンDのもとがたくさん含まれているんです。もともとは、日光を浴びることで活性化されて、ビタミンDとなり体の中に吸収されるのです。散歩や買い物、屋外での運動など積極的に外へ出るよう心がけましょう。

道を、保健婦が行つてこます。

て「それからこの目標を考えましょう。測定には性別・年齢に応じた脂質度に相当する指標「ステフネス値」が健診マニュアルで定められており、これを基準にA・B・C1・C2段階に分かれています。Aは正常、Bは血密度が少し少ない、C1は少ない、C2は自觉症状もある人です。あなたは一体どの値でしよつか。

保健女性セミナー 成人保健係

★測定値が低い人には「骨の健康づくり教室」への参加をお勧めします。

六四一八九九

予約しておいたところ

內容

超音波之應用與思考

に不安がある人は
二十歳代
も可)

骨の健康相談室

卷之三

「おまえの心が、おまえの心でいい。おまえの心が、おまえの心でいい。」
想おもひ出でつけ付けてこらへぬ。

超音波骨密度測定器による



測定値に応じた個別相談

また重密度を測つてみたところ、和子
（和子さん）

妻の腰痛があつたりと自分たちの骨の具合について心配だつたこともあつて骨密度を測定することにしました。測定結果は予想はしていましたが、がっかりする結果でした。その後、保健女性センターから「骨の健康づくり教室」のお誘いがあり、妻と相談して夫婦で参加しました。骨の老化は自分が気づかないうちに進んでいることや、食事のこと、運動のことなど知らなかつたことがたくさんあつて、もつと早くに勉強すればよかつたと思いますね。それでもこれを機会に、食生活や日ごろの運動を意識的に改善でき、前よりも体が軽くなりました。骨は、短期間ではなかなか効果が出ないと言うことで、とりあえず、一年間頑張つて



高井 なかば
仲さん (右)
(宮島)
和子さん (左)



運動指導員が軽いダンベルやゴムチューブを使って、簡単にできる骨の健康づくりのための運動を行います

骨密度測定を経験し、その後「骨の健康づくり教室」に参加した畠井さん御夫婦
に感想を伺いました。

(伊藤さん)

最近、私のひざが痛くなつて老だり、
妻の腰痛があつたりと自分たちの骨の具
合につれて心配したりともあります。骨密

栄養士さんなどから自分の体のことや食事のことなどを教わつてみるといろいろ日常で間違つたことをしていたことがわかりました。それと、運動は教わつたとおりになりました。骨密度の測定値は短期間ではあまりよ上がりないと言うことですが、私は「一ヶ月で少しですが上昇しました。最近は近の堤防の階段を楽に上がり下がりでできるようになりました。正しい運動をやるということは、これから結果に期待が持てますし長続きができると思います。

日々の生活で食事につけても、運動につけても精神をつけていたのに測定結果を見てとても驚いてしまいました。その後「骨の健康づくり教室」の話があり、これからどうすればよいかと心が思ひ、大半は興味もあらましめたので参加することになりました。

東京の健康教室

骨の強度の高い教室は、血栓症予防運動の運動としてわかるべき説明をじつにがんばる。がんばった人たちは、骨盤運動で、運動でも、整形外科医や理士、運動療法が血栓症予防や食生活、田舎の運動の運動としてわかるべき説明をじつにがんばる。

骨の健康相談室をぜひ御利用ください
超音波骨密度測定は、自分の骨の状態
を数字で知ることができる、とても安全で
気軽にできる測定です。昨年の五月に導
入してから、一千人以上の人に利用して
いただきました。骨密度の低下は、自觉
症状がありません。定期的な骨密度測定
と今後の改善策を計画的に行うことが肝
心です。



整形外科医による骨粗鬆症予防講座。骨の働きや日ごろの注意事項などをわかりやすく説明してくれます



「食を交へながらの栄養士による
カルシウムをとるポイント」



保健女性センター

閻
君
集
卷
之
一

保健康女強人
成大保險
九九三一四六八

申告期限は3月16日(月)

市県民税 所得税の申告はお早目に！

平成9年分の市県民税・所得税の申告時期になりました。申告期間は2月16日(月)から3月16日(月)までの1ヶ月間です。申告期限間近になると、会場は大変混雑しますので申告は早目に済ませましょう。

なお、所得税の確定申告をした人は、市県民税の申告は必要ありません。

市役所での申告相談受付

2月16日(月)～3月16日(月) 9:00～16:00

10階大会議室 ※土・日曜日は除きます。

※会場には、16:00までにお入りください。

公民館などの出張受付

地区	とき	ところ
吉原	2月17日(火)	東公民館
	18日(水)	須津公民館
	19日(木)	吉永公民館
	20日(金)	原田公民館
	23日(月)	神戸公民館
	24日(火)	大渕公民館
	25日(水)	元吉原公民館

※各会場の受付時間は、9:00～16:00です

地区	とき	ところ
富士・鷹岡	2月26日(木)	富士南公民館
	27日(金)	田子浦公民館
	3月2日(月)	富士駅南公民館
	3日(火)	富士公民館
	4日(水)	J A 岩松支店
	5日(木)	天間公民館
	6日(金)	丘公民館
	9日(月)	鷹岡商工会

税務署での申告相談受付

2月16日(月)～3月16日(月) 9:00～17:00

※土・日曜日は除きます。※会場には、16:00までにお入りください。

市役所での受付

還付申告などの簡易な申告については、上記の市県民税申告と同時に受け付けます。

無料税務相談

税の専門家である税理士が、申告についての相談を無料で受け付けます。

なお、その場で確定申告書の提出もできますので、気軽に御相談ください。

※○のついている日が開設日です。開設時間は各会場とも9:30～16:00です。

ところ	とき	2月			3月			
		25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)
市役所10階大会議室	○	○	○	○	○	○	○	○
鷹岡商工会大会議室			○	○	○	○	○	○
大渕公民館第2研修室				○	○	○	○	

★問い合わせ★

富士市役所 市民税課

☎51-0123 内線2351～2354

富士税務署 個人課税第一部

☎61-2460

税務相談室

☎64-2330

還付申告のアドバイス

勤務先で年末調整を受けたサラリーマンなどで、医療費控除や住宅取得等特別控除のある人、または、昨年中に中途退職し、年末調整を受けていない人は、確定申告(還付申告)をすれば、所得税が戻る場合があります。

還付申告は、1月5日以降なら2月13日以前でも税務署で申告できますので、早目に申告を済ませてください。(土、日、祝日は除く)

《必要書類》

- 平成9年分給与所得の源泉徴収票
- 印鑑
- 社会保険料や生命保険料、損害保険料などの支払い証明書
- 医療費などの領収書

※なお、医療費の領収書は、必ず医療を受けた人、病院、薬局ごとに合計を計算して持参してください。

※還付金は申告者本人名義の預貯金口座へ振り込みます。金融機関名、支店名、口座番号の確認をしてきてください。

★還付会場の特別開設について★

税務署では、下記還付申告(住宅取得等特別控除を除く)会場を特別開設します。御利用ください。

還付申告特別受付

○とき 2月5日(木)

9:00～16:00

○ところ 市役所10階大会議室

市長選挙・市議会議員補欠選挙の結果

鈴木清見市長

住所 本市場292

年齢 70歳

無所属

●市長の任期は4年で、
平成10年1月19日から
平成14年1月18日まで
です。



平成10年1月18日の任期満了に伴う富士市長選挙と、欠員2人による富士市議会議員補欠選挙の投票が12月21日に行われ、市長に3期目の鈴木清見さん、市議会議員に池田正次さんと小長井義正さんが当選しました。



年に1度、卸売市場に入るチャンスに大にぎわい 「農林水産フェア」

11月2日 市内の農業・林業・漁業の特産物を一般市民に知ってもらうとともに、生鮮食品の消費者ニーズの実態を把握しようと「農林水産フェア」が富士市公設地方卸売市場で開かれました。

卸売市場はふだん一般公開していないため、年に1度の機会を有効に使おうと、多くの人が来場して、市場価格で販売している野菜や魚類を買い求めていました。

これからも福祉充実のため、活躍を期待 「ふじやま学園30周年記念式典」

11月3日 ふじやま学園は昭和42年に創設以来、精神薄弱児施設として知的ハンディを持つ子供の指導、育成に力を注いきました。記念式典をロゼシアターで開催し、30年の歴史を振り返るとともに、これからの福祉の多様化に対応できる学園づくりに理解を求めました。

また、式典の中で学園生、大渕中学校、大渕第一小学校の生徒・児童が共同でアルミ缶を集めて購入した介護ベットを富士市社会福祉協議会に贈呈しました。



11・12月のできごと

街のアルバム



11月6日 一斉美化活動

●市議会議員の任期は平成11年4月30日までです。

小長井義正議員

住所 平垣本町5-33
年齢 42歳
常任委員会 建設水道
特別委員会 拠点都市
整備促進



池田正次議員

住所 松岡1035
年齢 60歳
常任委員会 文教民生
特別委員会 第二東名
自動車道対策



楽しみながらも火の怖さを知る 「消防まつり」

11月9日 火災が多発する時期を前に、生活に根差した防火意識を持ってもらおうと、「消防まつり」が市役所北側駐車場で行われました。会場には焼きそばやおでんといった模擬店のほか、レンジャー体験など、体験や遊びを通して防火意識を高めもらうことを目的としたコーナーが設けられました。特に、人気の投げものは、大勢の人が参加して大盛況でした。



地元商品や商店の良さをアピール 「富士市産業まつり&ふじ商工フェア」

11月15・16日 地元商品や商店をもっと愛用してもらおうと、「富士市産業まつり&ふじ商工フェア」が中央公園で行われました。

再生紙のトイレットペーパーを積み上げた富士山型のモニュメントの隣では、トイレットペーパーをどれだけ高く積み上げれるか競うゲームなどが繰り広げられるなど、来場者の歓声と出店の威勢のいい呼び込みの声が会場に響いていました。

交通事故ゼロへの願いを込めて 「交通安全とら・トラ作戦」

12月20日 “参加型・体験型交通安全フェア”として企画された「交通安全とら・トラ作戦」が、富士マリンプール駐車場で開かれました。

会場には、パトカー、白バイ、消防車、平成10年のえとにちなんだ「トラバス」などが勢ぞろい。来場者は、これら特殊車の試乗や疑似交通事故などを体験して、楽しみながらも交通安全を一層心がけることを誓いました。



初めてのお産を控えた二人へ お母さん・お父さん教室

☎ 保健女性センター 64-8994

妊娠、出産、育児の不安と喜びを夫婦で分かち合いましょう。

とき 2月22日(日) 9:30~12:00

ところ 保健女性センター

対象 現在実施している講座の日時では受講できない、働いている初妊婦とその夫

定員 30組60人(先着順)

申し込み 2月5日から受け付けます。

電話で保健女性センターへ

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、食生活に関するることは、何でも気軽に御相談ください。保健婦、栄養士があなたの話を聞きします。

とき 2月5日(木)・26日(木)

9:00~16:00(時間予約制)

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



2月の献血

☎ 社会福祉課 内線 2312

献血は身近なボランティアです。皆さん、ぜひ御協力をお願いします。

日	場所	時間
19日(木)	市役所西口	9:30~15:30
22日(日)	青少年センター	9:30~15:30
28日(土)	JR富士駅前	10:00~16:00

図書館からの お知らせ [10]

☎ 中央図書館 51-4946

中央図書館では障害のある人へ

さまざまなサービスを行っています

【視覚障害者対象の資料】大活字図書、点字図書、点字雑誌、録音図書を貸し出しています。図書館にない資料も、ほかの図書館から借りたり録音図書の製作をしたりしています。

【郵送貸出】体が不自由で図書館に来られない人に無料で本などを郵送で貸し出しています。

【朗読サービス】通常の読書が困難な人に朗読サービス室で希望する資料をお読みします。ただし、予約が必要です。

【その他】弱視用拡大鏡、車いす、車いす用駐車スペース、入り口のインターホンなどを用意しています。

★気軽に御利用、御相談ください

生活習慣病予防講演会 病は血から

☎ 保健女性センター 64-8993

～血液が教えてくれる体の情報～

早期に病気を発見するために、常に病気のシグナルを発信している血液について学んでみませんか。

とき 2月12日(木) 13:30~15:00

ところ 保健女性センター

講師 福生吉裕さん(日本医科大学第二内科助教授)

申し込み 当日、直接保健女性センターへ

一般家庭看護法講習会

☎ 社会福祉課 内線 2312

とき 2月24日(火)・25日(水)、3月3日(火)・4日(水) 9:30~16:00

ところ 沼津赤十字血液センター(沼津市)

対象 15歳以上で4日間参加できる人
定員 25人

参加費 300円(資料代)
申し込み 電話で日本赤十字社静岡県
支部事業推進課へ

☎ 054-252-8131

児童文学講演会

～子どもにとって大切なこと～

☎ 中央図書館 51-4946

とき 2月26日(木) 10:00~12:00

ところ 中央図書館2階視聴覚室

講師 上田真而子さん(ドイツ児童文学翻訳家)

定員 100人(整理券が必要です)

申し込み 2月4日から中央図書館で整理券を発行します。直接中央図書館へ(電話での申し込みはできません)

市民交通傷害保険

☎ 交通安全課 内線 2477

保険期間は加入時から平成10年3月までです。市内在住、在勤、在学の人ならだれでも1人2口まで加入できます。平成10年度分(4月以降)は3月16日から受け付けます。

保険料 2月加入は100円、平成10年度分は年間で600円です(月割50円)。

2
月

移動図書館車ふじ号の巡回日程

日	場所と貸し出し開始時刻
4・18日(木)	富士見台市営住宅集会所前(15:00)
5・19日(木)	滝戸団地内(14:00) 湯沢平市営住宅前(15:00)
6・20日(金)	スーパー吉川中里店駐車場(10:00) 神谷緑町(10:50) 四丁河原南JA富島駐車場(15:00)
7・21日(土)	鈴川中町フードランド前(10:00) 自由ヶ丘県営住宅集会所(14:00) 旭化成西住宅駐車場(15:00)
12・26日(木)	東芝松岡アパート(10:00) 高山県営団地(14:00) 桜ヶ丘公会堂東側(15:00)
14・28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)

*都合により中止・変更する場合があります。

*休館日は、2日、3日、9日、11日、16日、23日です。

「年金現況届」市町村長証明の廃止について

☎ 国民年金課 内線 2261

国民年金や厚生年金をもらっている人の誕生日に提出する「年金受給権者現況届(はがき形式)」に、市町村長の証明を受けなければなりませんでしたが、1月から市町村長の証明が必要なくなりました。

なお、65歳の誕生日に提出する「国民年金・厚生年金保険老齢給付裁定請求書(はがき形式)」は、市町村長の証明が必要です。

国民年金の出張徴収と年金相談

☎ 国民年金課 内線 2265

市と社会保険事務所が共同で出張徴収と年金相談を行います。気軽に御相談ください。

※時間は各会場とも10:00~15:00

開催日	会 場
2月5日(木)	吉永公民館、須津公民館
6日(金)	今泉公民館、元吉原公民館
9日(月)	伝法公民館、大渕公民館
10日(火)	富士公民館、富士南公民館
12日(木)	吉原公民館、田子浦公民館
13日(金)	鷹岡公民館、岩松公民館
16日(月)	富士見台公民館、丘公民館

飼えなくなった犬・ねこの引き取り日

とき 2月6日(金)・20日(金)・27日(金)

9:00~10:00

ところ 県富士総合庁舎車庫南側

持ち物 愛犬手帳

☎ 環境衛生課 内線 2054

福祉・保健コーナー ②

子育てを応援します

一時的保育事業

保育園では、母親などふだん保育している人が、入院、就労、または私的原因のために一時的に保育できなくなったり、次のような保育を行っています。

2月2日から郵便番号が7ケタになります

☎ 総務課 内線 2611

- 「郵便サービス案内センター」で新郵便番号の無料案内サービスをしています。 ☎0120-232-886
- 現行郵便番号枠の官製はがきと新郵便番号枠の官製はがきの無料交換を3月末日まで行います。
- はがきや封筒に張る新郵便番号枠シールを無料で配布しています。

問い合わせ 吉原郵便局総務課

☎52-0903

トラブル防止!

軽自動車などの登録・廃車・名義変更の手続

☎ 市民税課 内線 2356

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有者に課税されます。他人に譲って名義変更をしなかったり、盗難や紛失で廃車申告をしなかったりした場合、そのままにしておくと課税されます。また、軽自動車などの所有者が市外へ転出する場合も、廃車などの手続が必要です。トラブル防止のため、手續は確実にしましょう。

●手続の場所

- 原動機付自転車(125cc以下)・小型特殊自動車……市民税課第二係1番窓口
- 二輪の軽自動車(126~250cc)…軽自動車協会連合会静岡県取扱事務所(長泉町) ☎0559-88-4022
- 二輪の小型自動車(251cc以上)……静岡陸運支局沼津検査登録事務所(沼津市) ☎0559-66-1130
- 軽自動車(軽三輪・軽四輪)……軽自動車検査協会静岡事務所沼津支所(長泉町) ☎0559-88-3847

●①の手続に必要なもの

- 新規登録 登録する人の印鑑、車名、型式、車体番号のわかるもの(販売証明など)
名義変更 前・新登録者の印鑑、標識交付証明、ナンバープレートの番号の控え
廃 車 ナンバープレート、標識交付証明、登録者の印鑑

※代理人が申請する場合は、代理人の印鑑が必要です。

2月の納税

納期 2月15日~3月2日

国民健康保険税 第8期

☎ 国民健康保険課 内線2343~2346

①緊急保育

ふだん児童を保育している人が、病気、けが、入院、出産などで、緊急に一時的に保育できなくなったり、児童をお預かりします(仕事、趣味、旅行などは対象になりません)。お預かりできるのは生後6ヵ月から小学校入学前の児童で、期間は2週間が限度です。すべての保育園で実施しています。ただし、0歳児の受け入れができない保育園もあります。



②一時的保育(非定型的保育)

ふだん保育している人が週2、3日程度の仕事などのため、断続的に保育ができない場合、月15日を限度に児童をお預かりします。

③一時的保育(私的保育による保育)

ふだん保育している人の育児に伴う心理的、肉体的負担の解消などの私的保育による保育が必要な場合、月5日(連続する場合は3日)を限度に児童をお預かりします。

※②③は、伝法保育園のみの実施です。

問い合わせ 児童福祉課 内線2330

ミックスダブルステニス大会 参加者募集

☎ 温水プール 36-2131

とき 3月8日(日) 雨天の場合は15日(日)
ところ 富士総合運動公園庭球場
対象 市内在住・在勤の高校生以上の男女がペアで1チームとして参加できる人
定員 60チーム(先着順)
参加費 1チーム 2,000円
申し込み 2月8日~14日に参加費を持参し、温水プールへ



第3回 スポーツ医学シンポジウム

☎ 体育振興課 内線 2726

テーマ 「スポーツ現場におけるスポーツ外傷の処置」
とき 2月19日(木) 18:30~
ところ ラ・ホール富士
●講演 永井素大さん(東京慈恵会医科大学整形外科講師)
●シンポジウム 三村正毅さん(富士市医師会理事)、永井素大さんほか
申し込み 当日までに直接または電話で体育振興課へ

平成11年市民暮らしのカレンダーの 1~3月用写真募集

☎ 広報広聴課 内線 2822

対象 市内在住の人
テーマ 「富士市の魅力」
規格 35mm以上のカラーフィルム
(スライドまたはネガカラー)

応募方法
撮影した写真は、2L(キャビネット)
サイズにプリントして応募してください。採用決定した人には、決定後
フィルムをお借りして印刷します。
締め切り

1~3月用は、平成10年4月17日

応募先

写真の裏に、住所、氏名、電話番号、
写真的タイトル、撮影場所、何月の
カレンダー用かを書いて、〒417-8601
富士市永田町1-100富士市役所広報
広聴課「暮らしのカレンダー写真募集係」へ(1人各月2点まで)

2月の水道料金 納入地区 下水道使用料

納入期限は2月27日まで(納入はお早目に、お忘れなく)
納入は手続が簡単、便利な指定金融機関などの口座振替で

第25回

田子の浦マラソン

☎ 体育振興課 内線 2726

とき 4月12日(日) 受付 8:00~
ところ 富士マリンプール南側堤防
種目 5km、10km、20km、5kmウォーク
対象 20歳以上の人
参加費 2,500円(スポーツ保険料、昼食代など)
申し込み 3月10日までに申込書と参加費(現金書留も可)を〒417-0846
富士市今井2-1-21田子の浦マラソン
大会事務局へ ☎33-0014

2月の歩く会

☎ 体育振興課 内線 2726

とき 2月8日(日) 雨天の場合は15日(日)
ところ 幕山梅園(湯河原町)
集合 富士駅改札口前 7:30
コース 富士駅7:49→湯河原駅着8:52
→幕山梅園
全行程約8km
持ち物 弁当、水筒、タオル、雨具など
問い合わせ 歩く会事務局
志田方 ☎63-9726



第20回

富士ふれあいウォーク

☎ 体育振興課 内線 2726

とき 4月19日(日) 7:30~ 小雨決行
集合 富士総合運動公園陸上競技場
コース 富士山南麓・丸火自然公園
①ファミリーコース(約10km)
6時間以内で歩ける人
②20kmコース
小学生以上で6時間以内で歩ける人
(小学生は保護者同伴)
③40kmコース
中学生以上で9時間以内で歩ける人
参加費 1人 500円(保険料を含む)
申し込み 3月20日までに申込用紙に
必要事項を書き、参加費を添えて直
接または郵送(現金書留または郵便
為替)で〒417-8601富士市永田町1-
100 富士市教育委員会体育振興課へ
※申込用紙は体育振興課、各公民館で
配布します。

公営住宅制度が変わります

☎ 建設部管理課 内線 2494

市営住宅の2月の募集(4月1日入居)から、下記のようになります。
対象 市内在住、在勤で住居に困っている、親族2人以上で入居する市税を滞納していない人
その他 ●毎年度、家賃を見直します。
●一定額以下の収入で条件さえ合えばどの公営住宅へも入居できます。
●高齢者、障害者世帯は入居収入基準を引き上げます。

平成10・11年度 入札参加申請を受け付けます

☎ 管財課 内線 2785

市が発注する建設工事、測量、コンサルタント、物品などの入札や見積合わせに参加するのに必要な「参加申請書」の定期受付を行います。

とき 2月23日~3月16日
(土・日曜日を除く)
9:00~16:00

申し込み 参加申請書(1月26日から管財課で配付します)などの必要書類を持参し、管財課へ

無料不動産相談

☎ 土地対策課 内線 2417

不動産鑑定士が相談に応じます。
とき 2月6日(金) 13:00~16:00
ところ 県東部総合庁舎別館5階(沼津市)
内容 鑑定評価、価格、賃料、売買、
交換、借地、借家、相続、贈与など
問い合わせ (社)全日本不動産協会静岡
県本部東部支部事務局
☎0559-26-0260

万葉特別講座

☎ 吉原公民館 53-1580

とき 2月19日(木)、3月26日(木)
13:30~15:00 計2回
ところ ラ・ホール富士
主題 万葉の花
講師 尾崎富義さん(常葉短期大学教授)
問い合わせ 釤谷方 ☎35-0507

鷹岡(厚原全区、久沢北区・東区)、富士見台、駿南、岩松、原田、大渕(大渕1・2・3、八王子1・2・本、穴原1・2、中野1・2、落合、片倉、三ツ倉、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

問い合わせ 水道部営業課 内線2534・2535

講演会

戦国武将の生き方に学ぶ

☎ 中央図書館 51-4946

とき 2月15日(日) 14:00~15:30
ところ 中央図書館2階 視聴覚室
テーマ 「戦国武将の生き方に学ぶ」
講師 小和田哲男さん(静岡大学教育学部教授)
定員 70人
受講料 無料
申し込み 1月27日~2月12日に中央図書館で整理券を配付します。
直接中央図書館へ

原田湧水池の一部(東側)が完成しました

☎ 河川課 内線 2464

旧原田水道組合水源跡地に、豊富な湧水を生かした、池が完成しました。こんこんとわき出る富士の清水がつくり出す池と水の流れをぜひごらんください。

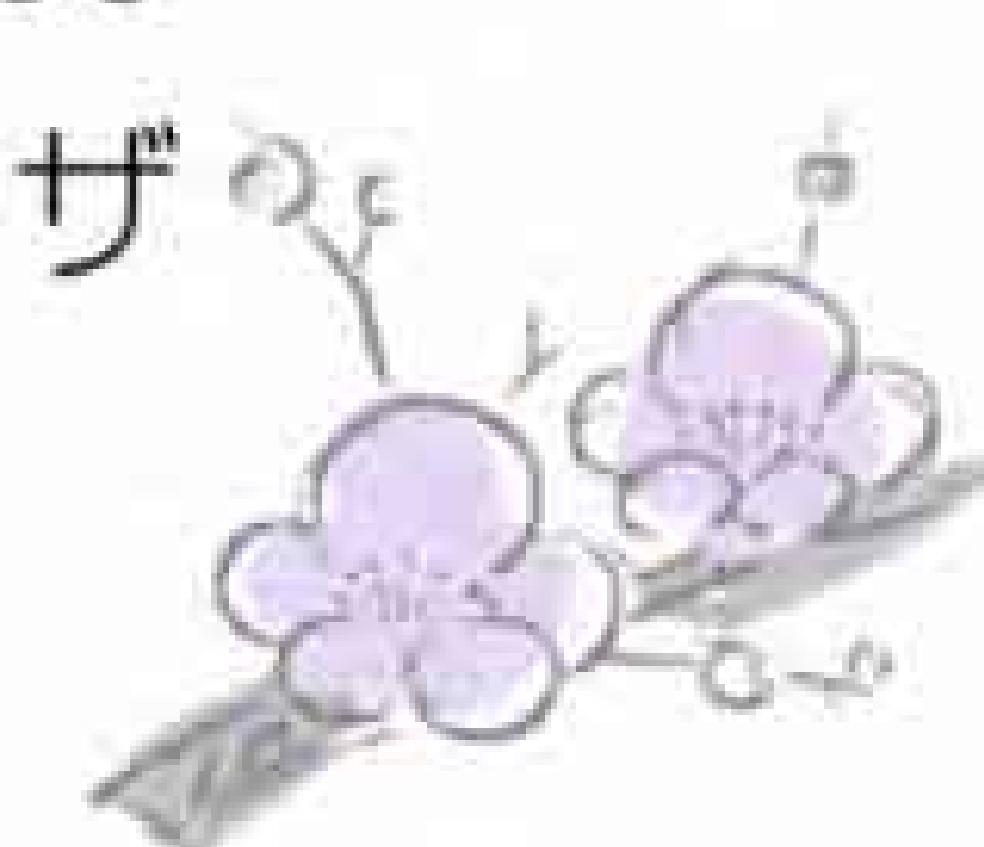


個人参加公共施設見学

2月18日(水) 9:00~15:00

コース 市役所→看護専門学校→岩本山公園→鷹岡市民プラザ
→特別養護老人ホーム天間荘→曾我寺→市役所

対象 市内在住・在勤の人 参加費 無料
持ち物 昼食、水筒、雨具など 定員 20人(応募者多数の場合は抽せん)
申し込み はがきに参加する人の住所、氏名、年齢、電話番号(1枚のはがきに2人まで申し込みできます)を書いて、〒417-8601 富士市永田町1-100 富士市役所広報広聴課「公共施設見学」係へ(2月6日の消印有効)
問い合わせ 広報広聴課 内線2823



◆市民れんらく版◆

・ヘンゼルとグレーテル 第28回例会

とき 2月21日(土) 13:00~
ところ 保健女性センター
内容 プリン・ア・ラ・モードづくりなど
参加費 300円(保険料を含む)
問い合わせ 渡辺方 ☎21-4558

・ヘンゼルとグレーテル

第5回 いきいきセミナー(映画会)
とき 2月14日(土) 10:00~
ところ 保健女性センター
内容 人間について
参加費 500円(資料代)
問い合わせ 渡辺方 ☎21-4558

サクラなどの苗木をあっせんします

☎ みどりの課 内線 2667

市ではサクラ(ソメイヨシノ、ヤエザクラなど)、ミカン、クリ、ウメなどの苗木を、安価で市内在住の人々にあっせんします。
配布時期 3月上旬~中旬
申し込み 2月5日までに
申込書に必要事項を書いて、みどりの課へ
※申込書はみどりの課で配付します。



岩本山クイズラリー 腕白クイズ王への道 ~PART.2

☎ 施設利用振興公社 35-0685

クイズとイベント(大声コンテストなど)の正解数と得点で順位を決めます。親子で腕白クイズ王を目指そう!
とき 3月15日(日) 10:00~
雨天の場合は22日(日)
ところ 岩本山公園
定員 親子50組200人(1組4人まで)
参加費 1組 500円
申し込み 2月1日の9:00から受け付けます。参加費を持参し、富士総合運動公園陸上競技場内公園施設係へ

博物館講座 受講生募集

☎ 市立博物館 21-3380

とき 2月19日(木)・26日(木)、3月4日(水) 19:00~20:30 計3回
ところ 市立博物館
テーマ 「駿河の海・里・山の民俗」
講師 中村羊一郎さん(静岡県史編さん室室長)ほか
定員 40人(先着順) 受講料 1,500円
申し込み 2月3日から受け付けます。
直接または電話で市立博物館へ(2月3~5日は電話のみ受付)

第1回 富士市バスケットボール3on3選手権大会

☎ 体育振興課 内線 2726

とき 3月29日(日) 9:30~
ところ 勤労者体育センター
種目 1チーム4人の登録です。
①一般の部(男女混合、高校生も可)
②中学生、小学生の部(男子、女子の部)
参加料 ①1チーム4,000円、②1チーム2,000円(保険料を含む、当日徴収)
申し込み はがきに住所、代表者氏名、電話番号を書いて、〒417-0914 富士市吉原2丁目1-1 鈴木利明方へ(2月25日必着) ☎52-0534

市立博物館寄贈品展

☎ 市立博物館 21-3380

市立博物館には、歴史・考古・民俗・紙についての資料など、市民の皆さんから寄贈していただいた資料が数多くあります。今回は平成7・8年度の寄贈品の中から展示します。ぜひご覧ください。

とき 2月1日~3月8日

ところ 市立博物館

**ハウンド・ドッグ
コンサート**
**BABY UNIVERSE
Concert Tour 1998**



絶賛発売中!

平成10年2月6日(金)

開場18:00 開演18:30

ロゼシアター 大ホール

入場料 4,980円(全席指定)

ロゼ・チケットセンター ☎60-2500

暮らしの

カレンダー

2月 FEB
[如月]

- ・生活習慣病予防週間
(1日~7日)
- ・山火事予防旬間
(1日~10日)

2月の

博物館



- | | |
|----------|---------|
| 「寄贈品展」開始 | 3月8日まで |
| クイズラリー | 14日、28日 |
| 機織り体験 | 6日、21日 |

「寄贈品展」展示風景（平成7年度）

1 日	
2 月	償却資産申告書提出期限
3 火	毘沙門天祭典（今井毘沙門天）～5日 看護専門学校入学試験～4日 離乳食講習会・初期（保健女性センター） [節分]
4 水	結婚相談（吉原公） [立春]
5 木	1歳6か月児健診（保健女性センター） 国民年金の出張徴収と年金相談～16日→P9 個別健康相談→P8
6 金	犬・ねこの引き取り日→P9 子育てひろば（吉永公）
7 土	
8 日	結婚相談（吉原公）
9 月	1歳児健康相談（保健女性センター）
10 火	子育てひろば（保健女性センター） 離乳食講習会・後期（保健女性センター）
11 水	[建国記念の日]
12 木	生活習慣病予防講演会→P8
13 金	滝川の観音さん（原田妙善寺） 3歳児健診（保健女性センター）
14 土	PTAのつどい（ロゼシアター）
15 日	市内クリーンデー 天間梅まつり（天間天満宮）

おでかけ

寒ければ寒いほど、美しくなる富士山。その姿とは裏腹に、朝は布団からなかなか抜け出せず、夜は温かいお鍋などをたらふく食べて至福のひととき。動物は冬になると脂肪を蓄えますが、人間の中にもそういう種類があるのでしょうか。あー、このまま太り続け、私はもうすぐ冬眠してしまうのかなあ…。

人口 236,126人

男 117,654人 女 118,472人

世帯 76,385世帯 (1月1日現在)

発行・編集 富士市総務部広報広聴課

静岡県富士市永田町1-100 ☎51-0123

ホームページ <http://www.city.fuji.shizuoka.jp/>



★広報ふじは再生紙を使用しています