

広報

ふじ

おしえてヨルルふじ ☎ 53-1111

平成18年

6 | 5 No.895

主な内容

特集 **生き生きとしたシニアライフ**

ふじし障害者プランを策定しました
～自立と共生をめざして～

「ねんりんピック静岡2006」水泳交流大会に
あなたも参加してみませんか?

6月23日～29日は男女共同参画週間

よく磨けたかな?きれいな歯にな～れ
歯磨き教室 5月16日 第三保育園



ねんりんピック静岡2006
10月28日(土)～31日(火)
29日(日)・30日(月) 水泳交流大会(県富士水泳場)

特集

生き生きとした

シニアライフ



「年をとったら、心身の機能が低下するのは仕方がないこと…」
 なんて思っていますか？
 何歳になっても自分らしく暮らしていきたいですね。
 今回は、生き生きとしたシニアライフを送る秘訣をご紹介します。

現状を知る

高齢社会を迎え、いつまでも元気に暮らすことは私たちの課題になっていきます。富士市の現状はどうなのでしょう。

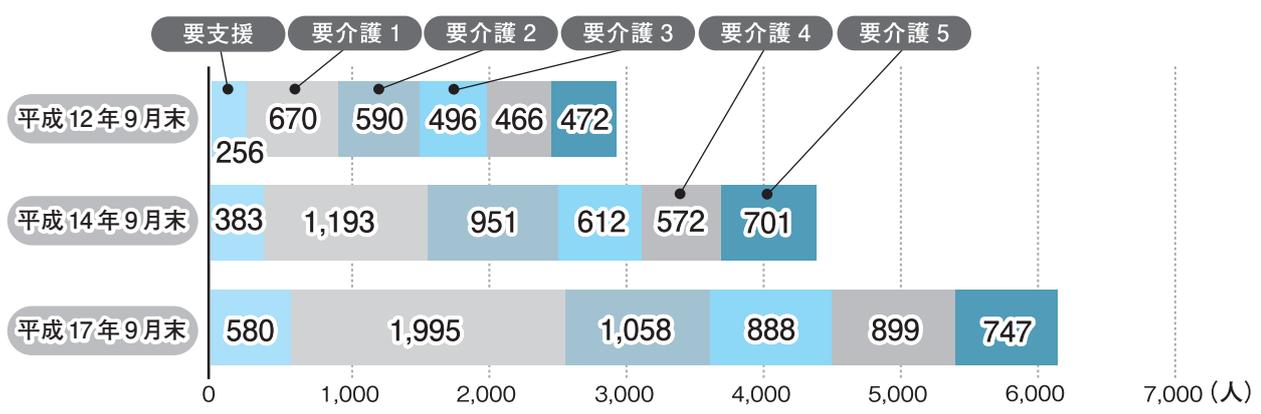
6人に1人が65歳以上の高齢者です

平成18年5月1日現在、富士市の人口は約24万3500人。このうち、65歳以上の人口は約4万4000人で、高齢化率は18・02%です。
 3年後には、5人に1人が65歳以上の高齢者になると予測されています。

「要介護予備軍」がふえています

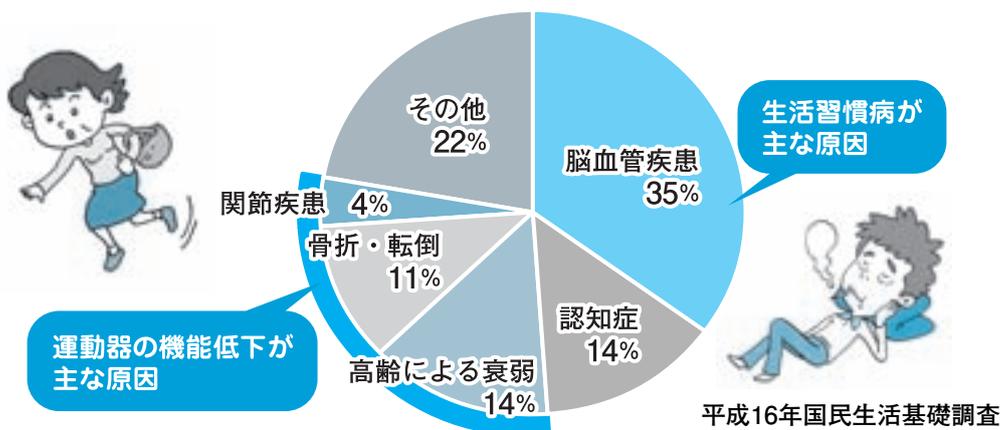
平成12年に介護保険制度が始まってから、平成17年までの5年間で、要介護者数は2倍近くに増加しています。その中でも比較的状态の軽い「要支援」「要介護1」の人が特にふえています。
 また、介護状態が軽度の人たちは、閉じこもりや下肢機能の低下などが要介護の原因になっていることが最近わかってきました。

富士市の要介護者数





65歳以上の要介護状態の原因



生活を見直す

あなたは、今どのような生活を送っていますか。生き生きとしたシニアライフを送れるかどうかは、今のあなたの生活にかかっています。

要介護状態になる原因は、脳血管疾患が1位

高齢期に介護が必要な状態になるのは、「病氣」と「老化」という2つの大きな要因があります。

平成16年に全国で行われた国民生活基礎調査によると、65歳以上の要介護状態となる原因の35%を、脳血管疾患（脳卒中など）が占めています。次に、認知症と高齢による衰弱が14%となっています。

「自分はまだ関係ない」なんて、言ってはもらえません

脳血管疾患は、主に高血圧・高脂血症・糖尿病などの生活習慣病によって引き起こされるとされています。

生活習慣病は、ある日突然病気になるというものではありません。病気の兆しは、中高年になる前から認められるものもあります。

生活習慣病の原因には、毎日の食事・ストレス・運動不足・喫煙・飲酒などが挙げられます。いつまでも健康でいられるために、今のうちから自分の生活習慣をもう一度見直してみませんか。

認知症は予防することが可能な病氣です

認知症とは、一たん発達した知能が、脳や体の病氣によって低下し、ふだんの生活に支障を来す状態をいいます。

残念ながら、認知症を治す方法はまだ見つかっていません。しかし、近年の研究から、生活習慣を変えることによって、認知症の発症をおくらせる可能性があることがわかってきました。また、早期発見や早期治療で進行をおくらせることができます。「認知症かもしれない」と思ったら、早目に専門機関へ相談することが大切です。

足腰を鍛えることが大切です

要介護状態になる原因の約3割は、高齢による衰弱や骨折・転倒、関節疾患など、運動器の機能低下に関係するものです。

これまで、足腰を中心とした運動器の機能低下は、「年だから仕方ないこと」とされてきました。しかし、実はこれらの多くは、使わないことによって体がなまってしまいう現象だとわかってきました。高齢でも、活発に体を使うことで運動器の機能を向上させることができます。

みんなので実践

今からでも遅くありません。今回は、生き生きとした生活を送るために、1「運動」、2「食べること」、3「脳の活性化」の3つを紹介します。

何かあつてから考えるのではなく、今から健康を心がけたいですね。

さあ、きょうからできることを始めましょう！

1 運動

健康のためにグラウンドゴルフを始めました



毎朝、グラウンドゴルフを行っている
内山 巖さん (本市場)

私は、毎朝、近くの公園でグラウンドゴルフをしています。

退職後15年間くらいは毎日歩いていましたが、家を建てかえるため、別の土地に仮住まいをしたことからやめてしまいました。それ以降は、しばらく運動していませんでした。いったんやめてしまうと、また始めるのはなかなか難しいですね。

しかし5年前、健康のために何かしようと、町内の仲間でグラウンドゴルフクラブをつくりました。今では日課になっているので、雨の日が続くと体を動かしたくて、何だかうずうずしてしまいます。健康のためにもなりますが、仲間とわいわいできるのもよいですね。いつも笑いが絶えないという点も、健康の秘訣だと思います。

これからも体力が続く限り、続けていきたいですね。

3 脳の活性化

- ★日常生活で社会参加や趣味に積極的に取り組みましょう。
- ★散歩や体操などの有酸素運動を行うと、脳の血流が増して活発に脳が動きます。
- ★バランスのよい食事をとりましょう。サバやイワシ、サンマなどの青魚に含まれるDHA（ドコサヘキサエン酸）などは、脳の神経伝達をよくしたり、脳の血流をよくしたりします。
- ★体験したことを思い出す機会をふやしましょう（きのうの夕食は何を食べたか？など）。
- ★家族以外の人と話をする機会をつくりましょう。

認知症を正しく理解してもらうために活動しています



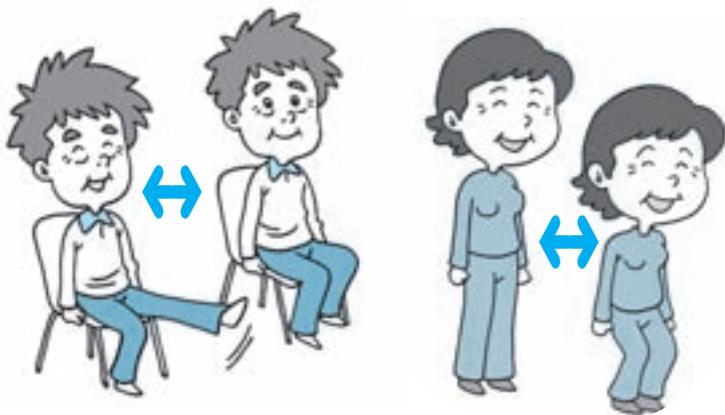
キャラバンメイトの
館林 芳子さん (今泉・左)
石丸 恵美子さん (広見本町)

私たちキャラバンメイトは、認知症のことを皆さんに正しく理解してもらうために、地域で啓発活動を行っています。「認知症になったら、その人は何もわからない」と思われがちですが、そのようなことはありません。

認知症は病気です。環境や周りの人の対応によって、症状を和らげたり、進行を抑えることができます。

現在、国内の認知症患者は約169万人で、20年後には2倍になると言われています。最近では、若年性認知症といって、高齢でなくても発症する人がふえています。最近の出来事が思い出せなかったり、今までできたことができなくなったり、同じ質問を何回もしたりするなど、「何かおかしいな」と思ったら、一人で悩まないですぐに相談してほしいです。たくさんの人と話をするなど、楽しみを持って生活してほしいと思います。

筋力を使う、ひざの曲げ伸ばし運動



ウォーキングや散歩は、心肺機能の向上に大きな効果があります。しかし、使う筋力は最大筋力の20〜30%です。それだけでは筋力の維持はできても向上はしません。
筋力を向上させるためには、筋肉に一定の負担をかける運動が効果的です。
筋力を使う運動（ひざの曲げ伸ばしなど）とウォーキングを両方あわせて行いましょう。

食



- ★食事は1日3回バランスよくとり、絶対に抜かないようにしましょう。
- ★主食（ごはん、パン、麺）と主菜（魚、肉、卵、大豆製品）を毎日食べましょう。
- ★食欲がないときには、無理して食べずに、好きなものを食べたいときに食べましょう。
- ★脱水を予防するため、水分を十分とりましょう。
- ★1か月に1回、体重をはかりましょう。
- ★食ベにくくなったたら、歯科医師に相談しましょう。

何でも満遍なく、3食きちんと食べています

昨年、市の「よい歯コンクール」で優秀賞をいただきました。私の歯が丈夫なのは、何でも満遍なく、3食きちんとよく食べているからだと思います。子どもころから、好き嫌いはありませんでした。私にとっては当たり前のことですが、それが大切なかもしれませんね。今では、娘が栄養バランスを考えて食事をつくってくれるので、ありがたいと思っています。

家には畑があり、野菜を栽培しています。家族で食べる分だけですが、少しずついろいろな種類をつくっています。とれたての新鮮な野菜を食べていることも、健康の秘訣かもしれません。

健康であれば、自分の好きなことが自由にできるので楽しいし、うれしいですね。今のようにな、健康な生活が続くように気を配っていききたいと思っています。



85歳で28本の歯を持ち、昨年の「よい歯コンクール」で優秀賞を受賞した大橋 正吾さん (天間)

介護予防のことは…

ことし4月、フィランセ内に「富士市高齢者地域包括支援センター」ができました。住みなれた地域でその人らしい生活を送れるように、高齢者を支えていくための拠点となる機関で、介護予防事業にも取り組みます。

介護予防事業とは…

市ではことしから、基本健康診査とあわせて、65歳以上の人を対象に、介護予防検査を実施しています。

検査の結果をもとに、地域包括支援センターから生活機能が低下していると判断された人へ、介護予防事業に参加していただくよう連絡します。

介護予防事業として、運動器や口腔の機能向上、栄養改善、閉じこもり・認知症・うつ病の予防や支援などを行っていきます。

また、すべての高齢者を対象にした介護予防に関する講座なども計画していきます。積極的に参加しましょう。

介護予防に関する

問い合わせ

富士市高齢者介護支援室

(富士市高齢者地域包括支援センター)

フィランセ東館2階

☎ (66) 3405

FAX (66) 3745



ふじし障害者プランを策定しました

～自立と共生をめざして～

5つの基本目標

啓発・広報

障害の有無にかかわらず互いに認め合う社会を実現し、障害に関する理解を広め、多くの市民参加による啓発活動を行います。

- 「市民福祉まつり」でのNPOや企業などと連携した啓発
- 福祉出前講座や福祉体験講座の開催 など

情報・コミュニケーション

情報通信技術を活用し、障害者の個々の能力を引き出し、自立や社会参加を支援します。また、平等に情報を得られる社会を実現します。

- 見やすいホームページづくり
- 障害者用駐車場などの情報の載った「福祉マップ」作成 など



要約筆記ボランティア

市は、ことし3月、ともに生き、

支え合う地域社会づくりを推進していくため、「ふじし障害者プラン」を策定しました。今回はこの計画について紹介します。

どのような計画？

この計画は、市民懇話会やワーキンググループを通じて、障害のある人や施設などの関係機関から広く意見を集め、策定しました。

福祉・保健・医療・教育・就労・生活環境など、多くの分野にわたる障害者施策を体系化しています。

この計画をもとに、関係機関と連携して、市全体で総合的な取り組みをより一層推進していきます。そして、市民だれもが対等に参加でき、自己実現を可能とする社会づくりを目指します。

1



相互の人格と個性を尊重し 支えあう共生社会づくり

生活支援

個人の多様なニーズに対応する生活支援体制を整え、豊かな地域生活実現に向けたサービスの充実に努めます。

- 身近な相談体制の整備
- スポーツ・文化芸術活動の支援
- 施設から地域生活への移行の支援 など

保健・医療

障害の原因となる疾病について正しい知識を普及し、予防や早期発見につなげ、適切なリハビリなどのサービスの提供を行います。

- 健康診査による疾病予防
- 市内全中学校へのスクールカウンセラーの配置 など

2



生活支援体制の整備と保健・医療サービスの適切な提供



障害者手帳の交付説明会

問い合わせ

障害福祉課
☎(55)2761
FAX(53)0151



「ふじし障害者プラン」
の策定に携わった
小林 公子さん
(地域生活支援センター
ゆうゆう施設長)

温かく見守ってくれる人の存在が
大きな力となります

将来への不安を抱えている当事者にと
っては、「家族や親しい人だけでなく、身
近な地域でも、温かく見守ってくれる人
がいる」という安心感が、自立への大き
な力となります。

障害のある人もない人も、ともにわか
り合える社会を実現するために、私たち
一人一人にできることは、特別なことで
はありません。「一緒に時間を共有する
こと」「話を傾けること」「お互いを
思いやること」などから、正しい理解や
信頼関係が生まれます。

このプランは、寄り添い、支え合い、
わかり合える社会を実現していきたいと
いう、多くの人の思いが込められ策定さ
れました。これをきっかけに、理解の輪
が広がっていくといいですね。



5

ライフステージに対応 した支援システムの構築

- 地域の福祉・医療・教育などの
専門機関と連携し、障害者が自立
できるよう、一貫した相談・支援
体制を整えます。
- 乳幼児期：早期発見・早期療育
- 学齢期：社会参加・自立支援
- 成年期：自立生活・就労支援
- 高齢期：生活の質の向上



移送ボランティアによる外出支援



手話通訳者による相談受付



4

地域において自立し安心 して生活できる基盤づくり

- **生活環境**
住宅・公共機関・歩行空間など
生活空間のバリアフリー化を推進
します。また、防災・防犯対策の
充実を図ります。
- ユニバーサルデザインに配慮し
た設計・工事の推進
- 地域の防災訓練への障害者の参
加 など



障害者用駐車場



段差のない歩道の設置



3

能力発揮と社会貢献の ための自立・社会参加

- **教育・育成**
障害児の個性に応じたきめ細や
かな支援を行うため、発育段階に
応じた教育や療育を行います。
- 学習障害や自閉症などの子ども
に対する支援
- 「ことばの相談室」の充実 な
ど
- **雇用・就業**
障害者が能力を最大限に発揮で
きるよう、その特性を踏まえた雇
用・就業条件の整備を図ります。
- 働きやすい雇用形態の促進
- 就業差別のない雇用環境づくり
- ジョブコーチの活用による就労
支援 など



心身障害者小規模授産所

お便りをお待ちしています



このコーナーは、皆さんの意見や地域の問題をお届けしています。あなたの情報を、ぜひ広報広聴課へお寄せください。

☎55-2700 ☎51-1456

✉kouhou@div.city.fuji.shizuoka.jp

まちかど ネットワーク

火ひと

市民に愛されるコミュニティFM局を目指し、情報を発信する

佐野智恵子さん

(今泉)

地

域の話題を発信しているラジオ局「Radio-f」^{ラジオエフ}。開局から半年がたちますが、お聞きになった皆さんも多いかと思いきす。佐野さんはそこで、ニュースや天気予報を読んだり、編集を手がけたりと、制作スタッフとして働いています。

ラジオの仕事に携わるようになったきっかけは阪神・淡路大震災。当時、大学生だった佐野さんは、神戸に住んでいました。「住んでいたアパートは傾き、やつの思いで外に出ました。被災直後は通信手段がなく、何がどうなったのかわかりませんでした。不安でたまらなかつた私に情報を与えてくれたのが、車



▲声入れから編集まで手がける佐野さん



から流れてくるラジオだったんです。そのとき、ラジオに助けられたような感じがしました。それまでラジオを聞くことはありませんでしたが、被災後は生活の中でいつもラジオが流れるようになりました」と語ります。佐野さんは、以前、関東圏のラジオ局などでアナウンサーとして活躍していました。しかし、家族や知人に声を届けられる場所で仕事をしたいと考え、「Radio-f」に入社し、開局前から奔走してきました。「皆さんから『ラジオを聞いているよ』と声をかけてもらうことが、こんなにもうれしいとは思いませんでした。これまでも声援をいただいたことはありましたが、それとは比べ物にならないくらいうれしいです。これからラジオを通して、皆さんの生活に役立つ情報を、発信していきたいですね」と輝く笑顔で話してくれました。

ズームアップ

東海道の宿場町だった歴史を生かし、街の魅力を伝える

吉原本宿（鯛屋旅館）

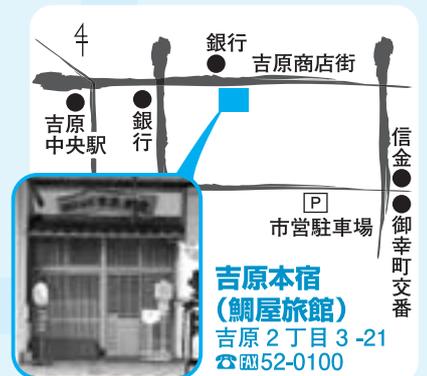
吉

原の街中の活性化を目指し、ことし3月にオープンした「吉原本宿」。創業320年の歴史を持つ、鯛屋旅館を改修して完成しました。

施設内に設置された歴史資料館には、吉原の昔と今を比較できる写真や東海道五十三次の絵などが展示され、常駐のボランティアが吉原の歴史を説明してくれます。そのほかにも、「一店逸品」をテーマにし、吉原地区の商店が考案した20以上の商品を販売しています。食堂では手打ちそばを食べることもできます。吉原本宿の営業時間は11時～16時で、定休日は水曜日です。入場は無料で、だれでも気軽に



▲「一店逸品」の商品を販売するコーナー



立ち寄れる休憩所としての役割も担っています。吉原本宿を運営する「タウンマネージメント吉原」会長の内田寛さんは「東海道の宿場町として栄えた吉原宿の歴史を生かし、街にぎわいを取り戻そうと、吉原本宿ができました。今まで、東海道をウォーキングする人たちなどは、吉原商店街を通り過ぎるだけでしたが、これからはここに立ち寄ってもらい、より多くの人に吉原を知っていただきたいです。そのためには、まず市民の皆さんに足を運んでいただきたいですね。今後は、歴史講座やミニ寄席、そば打ち体験講座なども計画しています」と話してくれました。また、歴史資料館の展示は常設ではなく、吉原祇園祭などのテーマに合わせて変えていくことも検討中だそうです。これを機会に、皆さんも吉原宿の歴史にふれてみませんか。

「ねんりんピック静岡2006」水泳交流大会に あなたも参加してみませんか？

「ねんりんピック」は、60歳以上の高齢者を中心としたスポーツや文化の全国大会です。ことしは10月28日～31日に、静岡県内の各市町でさまざまな競技やイベントなどが行われます。

富士市では、10月29日・30日に県富士水泳場で「水泳交流大会」が行われます。全国各地から、大勢の選手が集う大会に皆さんも参加してみませんか？



選手として参加しよう！

あなたも大会で泳いでみませんか？一般参加の部に出場できます。

とき 10月29日(日)

対象 平成19年4月1日時点で40歳以上で、週1回以上の練習をしている人

募集人数 200人 参加費 1,000円(保険料含む)

競技方法 タイムレース決勝(男女別、年齢区分別)。
自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの各50メートル

申し込み 7月31日(必着)までに、申込用紙(生きがい福祉課、公民館などで配布。市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接または郵送で〒417-8601富士市役所生きがい福祉課へ
☎http://fujishi.jp/cityhall/fukusi-b/ikigai/



ボランティアとして参加しよう！

富士市イベントボランティアに登録し、イベントに参加してみませんか？

内容 市が主催するイベント(ねんりんピックや富士まつりなど)で受付や案内などの各種サポートをしていただきます

対象 高校生以上の人(高校生は保護者の承諾が必要)

申し込み 6月20日(必着)までに、申込用紙(商業労政課、公民館などで配布)に必要事項を記入し、直接または郵送・FAXで〒417-8601富士市役所商業労政課へ

★説明会を開催します。

とき 6月29日(木)19:00～

ところ 市役所6階第1会議室

問い合わせ

ねんりんピックについては「生きがい福祉課」へ

☎55-2894

☎53-7701

イベントボランティアについては「商業労政課」へ

☎55-2777

☎51-1997

6月23日～29日は 男女共同参画週間

♪ 男女共同参画週間って？

「男女共同参画社会基本法」が平成11年6月23日に施行されました。毎年、この日から一週間を「男女共同参画週間」とし、男女共同参画への理解をもっと深めてもらうよう、全国一斉にさまざまな行事や広報活動などを行っています。

♪ 富士市では何が行われるの？

市の男女共同参画キャンペーンソング「おたがいに認めあって女と男」の演奏やパンフレットの配布などの街頭啓発を行います。ぜひお出かけください。

とき 6月24日(土) 14時～

♪ 男女共同参画センターを利用してみませんか？

男女共同参画センターはフィランセ西館3階にあります。情報コーナーには、3800冊の図書やビデオ、CDがあり、だれでも自由に閲覧したり、借りたりできます。

このほかにも、登録すれば、団体研修室や団体連絡室が無料で使用できます。

問い合わせ

男女共同参画課

☎(55) 2724 ☎(53) 6663

男女共同参画センター

☎(64) 9017



募 集

社会福祉センター プール監視員アルバイト

社会福祉協議会 1 64-6600

期 間 7月21日～8月31日
(毎週月曜日、8/20は休み)
勤務先 田子浦荘、東部市民プラザ、
鷹岡市民プラザ
勤務時間 8:30～16:30 (休憩1時間)
勤務内容 プールの監視、清掃及び
水質管理業務
対 象 高校生～30歳代の健康で全
期間勤務できる人
募集人員 各施設3人
時 給 850円
申し込み 電話で社会福祉協議会へ
※事前に普通救命講習の受講が必要です。

中央病院臨時職員

中央病院総務課 1 52-1131

募集人員 若干人
募集資格 看護師または准看護師の
資格を有する人
勤務開始日 7月以降
勤務条件 相談により決定
申し込み 必要事項を記入した履歴
書(中央病院で配布)と資格証の
写しを持参し、中央病院総務課へ
※後日面接があります。

フジ 「Fujiサンバを踊る会」 メンバー募集

練習日 原則毎月第2・4火曜日
19:00～21:00
と ころ 富士北公民館
対 象 高校生以上
申し込み 6月20日までに、FAX
またはEメールで商業労政課へ

フジ 「Fujiサンバ」・「富士ばやし」 踊り練習会のお知らせ

練習日程 6月23日f・29日e、
7月10日b 各19:00～21:00
練習会場 ラ・ホール富士2階多
目的ホール
申し込み 当日直接会場へ
※1日のみの参加も可。公共交通機
関を利用して来場してください。

商業労政課

1 55-2777 5 51-1997

E sy-syougyou@div.city.fuji.shizuoka.jp

市営住宅 駿河台団地 (シルバーハウジング) 入居者

住宅政策課 1 55-2817

募集期間 6月20日～30日(土・日除く)
募集団地 駿河台団地北棟107号室
(今泉2282-2)
間取り 2DK(6畳、6畳、DK)
家 賃 1万9,900円～3万2,900円
(入居する人の世帯所得による)
※共益費、駐車場使用料、緊急通報
システムなどに係る経費は含みま
せん。
敷 金 家賃の3か月分
資 格 60歳以上の単身世帯、夫婦
のみの高齢者世帯(夫婦双
方またはいずれかが60歳以
上の世帯)、収入が法律の基
準以下の世帯の人など
申し込み 募集期間内に、直接住宅
政策課へ

富士市環境審議会市民委員

環境政策課 1 55-2901

市の環境の保全及び創造について
調査・審議し、環境施策の推進に大
きな役割を果たしている環境審議会
の市民委員を募集します。
応募資格 選挙権があり、市内に1
年以上住んでいる人
任 期 8月1日～平成20年7月31日
定 員 4人(応募者多数の場合、応
募書類などを考慮し選考)
申し込み 6月7日～30日(必着)
までに、応募用紙(環境政策課で配
布、市ホームページからダウンロード
も可)に必要な事項を記入し、郵送ま
たはFAX・Eメールで〒417-8601
富士市役所環境政策課へ
5 51-0522
E ka-kankyouseisaku@div.city.fuji.shizuoka.jp

子育て家庭を応援していただける企業・店舗 ～県と市は、10月から「しずおか子育て優待カード事業」を実施します～

商業労政課 1 55-2907

子育て家庭を地域・企業・行政が一体となって支援する
ために「しずおか子育て優待カード事業」を実施します。
子育て家庭が右記カードを提示した際に、割引などの特
典を提供していただける企業・店舗などを募集します。



特典内容 一定割引、日を限定した
割引、ポイントの割り増し、優待
券の配布、飲み物サービスなど(応
援企業や店舗が自由に設定)
※応援企業や店舗は、県や市のホー
ムページなどに掲載するとともに、
対象世帯に一覧表を配布します。

申し込み 7月31日(必着)までに、
申込書(商業労政課、富士商工会
議所、鷹岡商工会で配布、市ホー
ムページからダウンロードも可)
に必要な事項を記入し、郵送または
FAXで〒417-8601 富士市役所商
業労政課へ 5 51-1997

第23回 本はともだち子どもまつり

中央図書館 1 51-4946

大型絵本、影絵、ストーリーテ
リング、布絵本、パネルシアター
など、絵本とお話の世界を楽しみ
ませんか?

と き 6月24日g
9:50～12:00
と ころ 富士北公民館



FFAワールドカップドイツ大会日本代表

川口能活選手(富士市出身)
を応援しよう!

※日本代表1次リーグ(日本時間)
6/12B 22:00～ 対オーストラリア
6/18A 22:00～ 対クロアチア
6/23F 4:00～ 対ブラジル
※決勝トーナメント6/26B～7/10B

市ホームページに「がんばれ!川口能活選手
応援メッセージボード」を開設しています

6月の水道料金・下水道使用料

お客様センター 1 55-2846

～納入は便利で確実な口座振替で～
申し込み 直接、市指定金融機関の窓口へ
持ち物 通帳・印鑑(届印)・水栓番号(各世
帯配付の「使用水量等のお知らせ」に記載)

○納入期限 6月30日F
(納入通知書は、今月中旬に郵送します)

○口座振替日 6月28日D



暮らしの たより

お知らせ

コスモスの里づくり

～公共の空間にコスモスを育ててみませんか?～

みどりの課 1 55-2793

市は、花いっぱい事業の一環として、コスモスの種を無料で配布します。



申し込み 6月30日(必着)までに、はがきに住所、氏名、電話番号、種をまく場所、面積を記入し、〒417-8601 富士市役所みどりの課へ

第56回 社会を明るくする運動

～7月は強調月間です～

福祉総務課 1 55-2757

犯罪や非行を防止し、罪を犯した人や非行をした少年の更生を支え、人々が支え合って生きていく明るい地域づくりを推進します。

★街頭啓発の実施日程

とき 7月3日b 17:30～

ところ 富士駅前商店街、ユニー吉原店、西友富士今泉店、ザ・コンボ富士厚原店

世論調査にご協力を

テーマ 「富士市の医療」について
「行政改革」について

※無作為に抽出された3,000人の皆さんへ、6月中旬に調査票を郵送します。

問い合わせ 広報広聴課 1 55-2700

賃貸住宅を建設しようと考えている人へ 高齢者向け優良賃貸住宅制度をご利用ください

住宅政策課 1 55-2817

高齢者向け優良賃貸住宅制度とは?

60歳以上の高齢者を対象とした賃貸住宅を建設しようとする人が利用できる制度です。国と市が、建設費の一部と家賃の減額に要する費用を補助します。

高齢者向け優良賃貸住宅建設希望者(土地所有者)の要件

住宅構造 耐火・準耐火、共同建て
または長屋建て

住宅の規模 1団地10戸程度以上
(1戸当たりの専用床面積25㎡以上)

住宅の設備 全室バリアフリー及び
緊急通報装置を有すること

募集戸数 市街化区域内で20戸程度

母子家庭等医療費助成制度の 手続をしてください

児童福祉課 1 55-2763

対象 次のいずれにも該当すること

★母子・父子家庭、両親のいない家庭、配偶者に重度の身体障害がある家庭(障害者手帳または障害年金証書を持参)

★20歳未満(7月1日時点)の児童を扶養していること

★平成17年中の所得に所得税が課せられていないこと

手続方法 6月27日c～30日fに、申請書(市から郵送)、印鑑、保険証、申請者名義の預金通帳を持参し、児童福祉課へ

※現在受給者証を交付されている人も、必ず手続をしてください。

児童手当の現況届を 提出してください

児童福祉課 1 55-2763

児童手当を受給している人は、毎年6月に、現況の届け出が必要です。6月19日ごろに届け出用紙・届け出上の注意事項を市から郵送します。ご確認の上、証明書などが必要な人はあわせて提出してください。

なお、額改定認定請求書が同封されている場合(小学5・6年生の児童を養育している人)は、あわせて提出してください。

受付期間 6月21日～30日(土・日除く)

受付場所 市役所 2階市民ロビー

※6月期支給の口座振替日は9日です。

6月の納期

6月15日～30日

市県民税 第1期

収税課 1 55-2730

富士市不妊治療費助成事業

～不妊治療費の一部を助成します～

健康対策課 1 64-8994

対象 次のいずれにも該当する夫婦

★夫または妻が市内に1年以上住所を有し、不妊治療を受け、戸籍上夫婦で、夫婦間に子がいない、または1人しかいない夫婦

★夫及び妻の前年の所得の合計が、650万円未満である夫婦

★県が助成する特定不妊治療(体外受精・顕微授精)の対象とならない夫婦

補助金額 不妊治療に要した費用の自己負担分の2分の1(上限10万円)

※申請はお早目に。実績報告は年度内に提出してください。

※申し込み方法など、詳しくは健康対策課へお問い合わせください。

夜間納税相談

～市役所～

(市県民税・固定資産税・軽自動車税)

6月30日F 17:00～19:00

7月3日B 17:00～19:00

収税課(3階) 1 55-2730

(国民健康保険税)

6月19日B・20日C 17:00～19:00

国民健康保険課(3階) 1 55-2753

一斉防疫

(希望した町内のみ実施)

環境衛生課 1 55-2768

月日	午 前	午 後
6月19日(月)	富士見台1・2南・2北	富士見台3・4東・4西・5
◇ 20日(火)	富士見台6・7	富士見台8、神戸2
◇ 21日(水)	神戸1	神戸1、間門町
◇ 22日(木)	今宮	今宮、勢子辻
◇ 23日(金)	陽光台南・西・東	桑崎町、石井町、鶴無ヶ淵町2
◇ 26日(月)	浮島町1	浮島町2
◇ 27日(火)	浮島町3	江尾町1、増川町1
◇ 28日(水)	神谷町2	神谷町1・3
◇ 29日(木)	神谷緑町、中里八幡町	川尻町1・2
◇ 30日(金)	中里町1、中里曙町	中里町2・4
7月3日(月)	中里町3	中里新富町、中里寿町、江尾町2
◇ 4日(火)	増川町2、富士岡町1	富士岡町2・3

6月の教育委員会会議

6月定例会を次のように開催します
(傍聴できます)

とき 6月20日c 13:00～

ところ 元吉原公民館
教育総務課 1 55-2865

**たばこをやめたい人のための禁煙講座
～仲間と一緒に禁煙に挑戦！～**

健康対策課 1 64-8993

開講式 7月4日c 13:30～15:30
閉講式 10月3日c 13:30～15:30
ところ フィランセ西館
内容 たばこをやめるためのアドバイス、電話などでの支援
受講料 無料
申し込み 6月27日までに、電話で健康対策課へ

**介護支援専門員実務研修受講
試験対策講座（講義・模擬試験）**

介護保険課 1 55-2765

とき 7月1日g 9:00～16:00
10月7日g 9:00～12:00 計2回
ところ 消防防災庁舎7階大会議室
講師 介護保険課保健師
対象 市内在住・在勤で、今年度受験予定の人
定員 100人（応募者多数の場合抽せん）
受講料 無料
申し込み 6月22日までに、電話で介護保険課へ

事業所EMSセミナー

～ISO14001環境マネジメントシステムについて～

環境政策課 1 55-2901

①基礎セミナー

7月19日d 9:00～17:00

②内部監査員養成セミナー

7月20日e・21日f 9:00～17:00

ところ 消防防災庁舎7階大会議室
対象 市内在勤の人
定員 ①100人 ②25人（各応募者多数の場合抽せん。②は1社につき2人まで）

受講料 無料

申し込み 6月30日までに、電話で環境政策課へ

**富士市自然環境マップ
地衣類調査結果発表会**

環境保全課 1 55-2773

地衣類はコケに似ていますが、植物ではなく、キノコやカビと同じ菌の仲間、ふだんは意識して見ることの少ない生物です。

とき 6月29日e 19:00～

ところ 富士常葉大学

定員 30人程度

参加費 無料

申し込み 事前に電話で環境保全課へ

**ふじやま学園「ふれあい講座」
～学園児と一緒に活動や体験をしてみませんか？～**

福祉キャンパスふじやま学園 1 35-0313

とき 7月～平成19年3月の原則土曜日 計6回

ところ 福祉キャンパスふじやま学園
内容 学園児の生活支援や球技大会、陶芸体験、野外活動など

対象 市内の中学生

定員 20人程度（応募者多数の場合、学年などを考慮し選考）

受講料 300円（ボランティア保険料）

申し込み 6月20日までに、電話またはFAXでふじやま学園へ 5 35-0243

カウンセリング講座（初級）

青少年相談所 1 52-4152

とき 6月29日e、7月～12月の原則毎月第2水曜日 13:30～15:30 計7回

ところ 青少年相談所

講師 高橋寛之（JECA認定上級教育カウンセラー）

定員 30人（先着順）

受講料 2,000円（資料代）

申し込み 6月22日e・23日fの8:30～17:00に、受講料を持参し、青少年相談所へ

**働く人の労働安全衛生講座
～労働災害の防止活動と社会生活の災害防止～**

商業労政課 1 55-2778

とき 7月7日f 18:30～20:00
ところ ラ・ホール富士5階研修室
対象 市内在住・在勤の人
講師 安部健さん（労働衛生コンサルタント）
定員 150人
受講料 無料
申し込み 7月3日までに、直接または電話で商業労政課へ

**ファミリー・サポート・センター交流会
～手遊び、リズム体操など～**

ファミリー・サポート・センター 1 66-4128

とき 7月1日g 10:00～11:30
ところ フィランセ西館1階健康増進ホール

対象 会員の活動に関心のある人
申し込み 6月28日までに、電話でファミリー・サポート・センターへ

市民れんらく版

★難病患者総合相談会（無料）

とき 6月25日a 受付12:30～
ところ フィランセ西館
相談員 専門医師・関係機関職員ほか
問い合わせ 富士市難病団体連絡協議会 1 61-8749

※対象疾患多数のため、詳しくは上記へお問い合わせください。

★労使トラブルの相談会（無料）

とき 7月2日a 10:00～15:00
ところ 富士駅南公民館
相談員 県労働委員会委員、静岡労働局職員など
問い合わせ 県労働委員会（調整審査室） 1 054-221-2287

6月の休日当直医

Emergency Hospitals Schedule in June
Lista de Pronto Socorro em Junho

〈内科・小児科・外科〉 Internal Medicine/Pediatrics/Surgery Clinica Geral/Pediatricia/Cirurgias
救急医療センター 1 51-0099 津田 平日19:00～翌8:00 土曜日14:00～翌8:00 日曜・祝日 9:00～翌8:00

〈歯科〉 Dentistry Dentistas
歯科医師会館 1 53-5555 伝法 9:00～16:00
ダイヤル当直医案内 1 51-9999

とき **産婦人科** Gynecology & Obstetrics
Gineco-Obstetrica

11(日) 長谷川産婦人科医院 53-7575 吉原

18(日) 宮崎クリニック 66-3731 松岡

25(日) 池田産婦人科医院 21-2228 石坂

とき **眼科** Ophthalmology
Oftalmologia

中島眼科クリニック 72-0011 入山瀬

中央眼科クリニック 28-5533 富士宮

聖隷吉原病院 52-0780 南町

とき **耳鼻科** Otorhinolaryngology
Otorrinolaringologia

はら仙石耳鼻科 967-2012 沼津

内藤クリニック 987-1717 三島

善得クリニック 51-8733 今泉

**6月の柔道整復師会
休日当直当番**



とき **柔道整復** Bonesetter
Clinica de osteopatia

駅南望月接骨院 61-3405 横割

望月接骨院 61-2090 平垣

藤原接骨院 21-3309 神戸

暮らしの たより

募 集

「富士登山」参加者

スポーツ振興課 1 55-2876

と き 7月22日g 集合 4:45 (市役所北口) 荒天中止
対 象 市内在住・在勤・在学の小学5年生以上の人(子ども1人につき保護者1人同伴)
定 員 40人(応募者多数の場合抽せん)
参加費 3,000円(バス代、保険料)
持ち物 登山のできる服装、雨具、防寒衣、食料など
申し込み 6月30日(必着)までに、往復はがきまたはEメールに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、富士登山経験の有無(回数)を記入し、〒417-8601 富士市教育委員会スポーツ振興課へ
 E ky-sports@div.city.fuji.shizuoka.jp

個人参加公共施設見学参加者

広報広聴課 1 55-2700

コース

市役所→公設地方卸売市場→特別養護老人ホーム鑑石園→かがみ石公園→社会福祉センター広見荘(昼食)→富士常葉大学→県富士水泳場→市役所

と き 7月14日f 9:00~14:50
対 象 市内在住・在勤の人
定 員 20人(応募者多数の場合、今年度初めての人を優先し、抽せん)

持ち物 昼食、水筒、雨具、筆記用具など
参加費 無料

申し込み 6月22日(消印有効)までに、はがきまたはFAX・Eメールに参加する人の住所、ふりがな氏名、年齢、電話番号(1通につき2人まで申し込みできます)、「7月14日見学希望」を記入し、〒417-8601 富士市役所広報広聴課「公共施設見学」係へ 5 51-1456
 A kouhou@div.city.fuji.shizuoka.jp



第40回 富士市民水泳競技大会 個人参加者

スポーツ振興課 1 55-2876

と き 8月6日a 開場 8:00
と ころ 県富士水泳場
対 象 市内在住・在勤・在学の人
種 目 自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ(小学4年生以下各50m、小学5・6年生各50・100mと200m個人メドレー、中学生~高校生各50・100・200mと200m個人メドレー、一般各50m)
参加費 200円(保険料)
申し込み 7月7日(必着)までに、申込用紙(スポーツ振興課、市立富士体育館、温水プールで配布)に必要事項を記入し、直接または郵送で〒417-8601 富士市教育委員会スポーツ振興課へ

講座教室

16ミリ映写機技術者養成講習会 (講義・実技)

大淵公民館 1 35-0002

と き 7月8日g 13:00~16:00
と ころ 大淵公民館集会室
対 象 市内在住・在勤の18歳以上の人
定 員 50人(先着順)
受講料 300円(当日徴収)
持ち物 筆記用具、顔写真2枚(縦3cm×横2cm、裏面に氏名を記入)
申し込み 6月26日~7月4日(土・日除く)の9:00~17:00に、電話で大淵公民館へ

第2回 ほのぼの健康体操教室 ~60歳以上が対象です~

市立富士体育館(りぶす富士) 1 53-0900

と き 7月12日~9月20日(8/16除く)毎週水曜日 ①9:30~10:30 ②10:40~11:40 各計10回
と ころ 富士柔剣道場
定 員 各60人(応募者多数の場合抽せん)
受講料 2,000円(保険料含む)
申し込み 6月25日aの8:30~9:00に、本人または家族が受講料を持参し、富士柔剣道場へ

富士発・女と男のフォーラム

男女共同参画課 1 55-2724

★出逢ってくれてありがとう。~お笑い芸人が歩いた東京~鹿児島1,600km~
と き 6月25日a 14:00~16:00
と ころ フィランセ東館3階ボランティアルーム
講 師 田代32さん(お笑い芸人)
定 員 70人程度 **参加費** 無料
申し込み 6月24日までに、電話・FAXでNPO法人ゆめ・まち・ねっと(1・5 64-4187)または男女共同参画課(5 53-6663)へ

富士マリンスポーツオープン! 期間 6月24日~9月3日

開場時間 9:00~17:00

※6/29、7/6・13・20の各木曜日は休場します。なお悪天候の場合、休場となる場合があります。

富士マリンスポーツ(りぶす富士) 1 33-3400

パソコン・エアロビクス教室

ラ・ホール富士(りぶす富士) 1 53-4300

教室名	と き	と ころ	回数	定員	受講料
パソコン	エクセル初級 ワードワープロ	8月1日~29日 毎週火・木曜日 エクセル初級 10:00~12:00 ワードワープロ 19:00~21:00	各8回	各20人	各8,500円 (テキスト代含む)
	ちょっとお得な ワード初心者教室	8月7日~11月13日 毎週月曜日 19:00~21:00	12回		1万円 (テキスト代含む)
	就労支援事業 能力アップOA教室	8月2日~25日 毎週水・金曜日 19:00~21:00	8回		3,000円 (テキスト代含む)
レッツ! エアロビクス	8月2日~10月4日 毎週水曜日 午前コース 10:00~11:30 夜間コース 19:00~20:30 8月3日~10月5日 毎週木曜日 夜間コース 19:00~20:30 8月4日~10月13日 毎週金曜日 夜間コース 19:00~20:30	ラ・ホール 富士4階 軽体育室	各10回	各35人	各5,000円 (保険料含む)

申し込み 7月3日b~9日aの9:00~20:30に、直接ラ・ホール富士へ
 ※1人につき1人分の代理申し込みができます。応募者多数の場合抽せん。



富士見台団地の造成 昭和47年ころ



人口増加によって住宅需要が高まり、昭和45年から、林や畑だった土地を団地につくりかえる工事が始まりました。現在は、富士見台地区に約3,000世帯が暮らしています。



団地ができた当時から富士見台地区にお住まいの

夫・石井 信夫 さん
妻・ 里子 さん
(三ツ沢)

林に囲まれたのどかな環境でした
北海道から富士市へ転入してきた私たちは、昭和47年ころ、富士見台団地の分譲を知り応募しました。この団地は大変人気で、場所によっては倍率が20倍にもなりましたよ。私たちは抽せん外れてしまいました。団地のすぐそばに家を建て生活を始めました。その場所は、電気や水道がまだ整備されておらず、最初の2か月間は、近所から水を運び、夜はローソクをともしなど大変でした。
当時、周囲は雑木林で、カブトムシが飛んできたり、ヘビを見かけたりしました。近所の子どもたちは、林を探検して遊ぶなど、のどかな環境でした。また、自宅からは駿河湾を見渡すことができ、天気の良い日には伊豆半島も見えました。
現在は、住宅が立ち並び、団地から見える風景は変わってしまいましたが、今も変わらず富士山の眺めはきれいです。街路樹の緑も豊富で美しく、住み心地もよいですね。これからは緑の中で散歩が楽しめるような団地であってほしいです。

平成18年6月5日号(毎月5日・20日発行)

こちら編集室

表紙の撮影で歯磨き教室に行ってきました。歯科衛生士の話は、私も勉強になりました。中でも、子どもは10歳まで、仕上げの歯磨きをしてあげた方がよいという話にびっくり。皆さんはご存じでしたか？子どものいる友達に早速教えてあげました。

私は、テレビを見ながら歯磨きをしています。テレビに夢中になってしまい、手がおろそかになることも…。でも、歯がつるつるになるまで磨くよう、心がけています。これも、将来、『生き生きとしたシニアライフ』を送るための秘訣になるかな。

人口 243,362人 (前月比+75)
男 120,991人 (+102)
女 122,371人 (-27)
世帯 87,773世帯 (+338) 5月1日現在
編集・発行 富士市総務部広報広聴課
〒417-8601 静岡県富士市永田町1-100
1 0545-51-0123(代) 5 0545-51-1456

