

休日…休日診療 午前9:00～午後5:00  
 準夜…休日準夜診療 午後5:00～10:00  
 歯科…休日歯科応急診療 午前9:00～午後5:00  
 ※医療機関が変更になる場合もあります。確認の上受診してください。

日程	行事・イベント・相談 (相談の時間は受付時間)
1 火	町議会第3回定例会 本会議 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693
2 水	町議会第3回定例会 本会議
3 木	町議会第3回定例会 本会議 ※会議の進行次第では、休会となることもあります。
4 金	
5 土	総合体育大会開会式 午後7:00～ スカイホール小ホール
6 日	瑞穂町総合防災訓練 午前9:00～ (5ページ参照) リサイクルプラザ第一日曜日の粗大ごみ受け入れ日 午前9:00～午後4:30 ☎557-7612 (当日電話申込み)
7 月	町議会第3回定例会 総務産業建設委員会
8 火	町議会第3回定例会 厚生文教委員会
9 水	
10 木	町議会第3回定例会 決算特別委員会
11 金	町議会第3回定例会 決算特別委員会
12 土	
13 日	
14 月	町議会第3回定例会 決算特別委員会 福祉よろず相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター 問合せ 社会福祉協議会 ☎557-0165
15 火	
16 水	町議会第3回定例会 議会運営委員会
17 木	身の上・行政相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 法律相談 午前9:00～11:20 町民会館1階会議室 ▶予約(8人)は16日(水) 午前8:30～総務課へ ☎557-0501
18 金	町議会第3回定例会 本会議
19 土	敬老会 スカイホール (14ページ参照) 午前の部 午前10:20～、午後の部 午後1:50～
20 日	みずほエコパークフリーマーケット「みずほ青空市」(雨天中止) 午前9:00～午後1:00 ☎557-5364
21 月	敬老の日
22 火	国民の休日
23 水	秋分の日
24 木	教育委員会定例会 午前9:00～ スカイホール会議室 問合せ 教育課 ☎557-6682
25 金	
26 土	
27 日	
28 月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3人)は14日(月)～18日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
29 火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター ▶予約(4人)は14日(月)～18日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165 成年後見利用相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ▶予約(4人)は14日(月)～18日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
30 水	

けんこう	場所の指定がない場合は保健センター (時間は受付時間)
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
お誕生教室 H26年7月生・8月生	午前9:30～9:50 妊婦歯科健診 (予約制) 午後1:00～1:10
マタニティクラス4日目	午前9:30～9:50
準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 青松歯科医院 ☎556-4180	
歯科健診 3歳6カ月児 (H24年1月生・2月生) 4歳児 (H23年7月生・8月生)	午後1:00～1:45
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00 乳児健診 H27年5月生 午後1:30～2:15
医療機関案内 24時間受け付けます 東京消防庁救急相談センター ☎042(521)2323または#7119 東京都医療機関案内サービス ☎03(5272)0303	
準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 岩永歯科医院 ☎556-1123	
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
1歳6カ月児健診 H26年2月生	午後1:00～1:40
母と子の健康相談 (小児救急相談等) 相談日時 月～金曜日(午後5時～10時) 土・日曜日、祝日、年末年始(午前9時～午後5時) ☎03(5285)8898または#8000	
休日 石畑診療所 ☎557-0072 準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 山岸歯科医院 ☎557-7567	
休日 高沢病院 ☎556-2311 準夜 丸野医院 ☎556-5280 歯科 みずほ歯科医院 ☎556-1182	
休日 栗原医院 ☎557-0100 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 きたはらファミリー歯科 ☎533-4180	
休日・準夜 菜の花クリニック ☎557-7995 歯科 奥多摩町 古里歯科診療所 ☎0428(85)2366	
3歳児健診 H24年8月生	午後1:00～1:40
準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 奥多摩町 たかはし歯科医院 ☎0428(83)2148	
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00 歯科健診 2歳児(H25年8月生) 2歳6カ月児(H25年2月生) 午後1:00～1:45
巡回健康・育児相談	午後1:30～3:00 武蔵野コミュニティセンター



# みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 TEL557-5072



## 特定健康診査を実施しています

期間 10月31日(土)まで **無料**  
 対象 昭和15年11月1日から昭和51年3月31日に生まれた方で、瑞穂町国民健康保険加入者  
 場所 町内指定医療機関、公立福生病院(予約制・平日の午前中)、殿ヶ谷会館(予約制)  
 ※9月26日(土)午前の殿ヶ谷会館は、肺がん検診が同時受診できます。  
 申込み 保健センター

## よくわかる健診結果個別相談会

日時 9月24日(木)午後(申し込み時にご確認ください)  
 場所 保健センター  
 対象 平成27年度瑞穂町特定健康診査受診者 **無料**  
 申込み 電話で保健センターへ

## 各種がん検診の追加募集

胃がん検診  
 ▶10月2日(金)…武蔵野コミュニティセンター  
 ▶11月17日(火)…元狭山コミュニティセンター  
 ▶平成28年1月28日(木)…保健センター  
 胃がん・肺がん同時検診  
 ▶10月24日(土)…保健センター  
 肺がん検診  
 ▶11月6日(金)…保健センター  
 乳がん検診  
 ▶9月28日(月)、10月10日(土)…保健センター  
 申込み 9月15日(火)までに往復はがきでお申し込みください。  
 ※往復はがきの往信用表面に保健センターの住所、裏面に住所、氏名、生年月日、電話番号、希望検診を記入し、返信用表面に住所、氏名を記入してください。詳しくは「広報みずほ」7月号をご覧ください。

## 75歳以上対象 高齢者健康増進事業 脳トレ健康体操 元気アップ講座

日時 10月6日(火) 午後1時～4時 **無料**  
 場所 ふれあいセンター  
 対象 町内在住の75歳以上の方  
 持ち物 上履き、タオル、飲み物  
 ※運動のできる服装でご参加ください。  
 定員 20人(申込順)  
 申込み 9月3日(木)から電話で保健センターへ

## 健康づくり推進委員会主催事業 ひざ・腰痛 猫背を楽にする「生きる姿勢講座」

日時 9月17日(木)午前10時 **無料**  
 場所 ふれあいセンター  
 対象 町内在住の方 定員 20人(申込順)  
 講師 加藤直司さん  
 持ち物 バスタオル、飲み物、筆記用具  
 ※運動のできる服装でご参加ください。  
 申込み 9月3日(木)から電話で保健センターへ

## あなたの腎臓は元気ですか? 知ってあんしん! 腎臓病予防講演会

日時 9月26日(土)午後1時30分～3時 **無料**  
 場所 ふれあいセンター **申込不要**  
 対象 町内にお住まいの方  
 ※昨年度の特定健康診査の結果、腎臓機能が低下している可能性がある方には、個別の案内(はがき)を郵送しました。  
 定員 100人  
 講師 中林 巖さん(公立福生病院 腎臓内科医)  
 後援 瑞穂町医師会

「ロコモ」と聞いて、日本語に訳すと「運動器症候群」となります。ロコモは「骨」「関節」「筋肉」といった「運動器」の働きが衰えて、寝たきりになったり介護が必要となった状態を指します。ロコモの原因には、加齢や筋力の低下、膝関節症や骨粗しょう症などの運動器自体の疾患が挙げられます。膝や腰に痛みがあると、人は少しずつ動かなくなり、動かなくなると筋力が低下して、ますます動けなくなります。骨折をすると、安静による筋力低下から、ロコモになってしまう危険性が高くなります。特に運動器自体の疾患の中でも、骨粗しょう症は骨の強度が低下し、転倒などで骨折しやすくなるので、ロコモと深い関連性があります。保健センターでは骨年齢チェック事業を行っています。一度ご自分の骨密度を測定して、骨の健康を見つめ直してみませんか。



ロコモと骨 切っても切れない関係性

# 紹介します！

皆さんの写真や大切なもの、活躍している身近な人なども紹介できますので、お気軽にお寄せください。

申込み 秘書広報課 ☎557-7497

写真は、12ページで紹介した、「ふるさとづくり推進事業」の自然観察会で見られた国蝶・オオムラサキ(上)と、サトキマダラヒカゲ(下)です。

木の高い位置にいたので、参加者は双眼鏡を使い観察しました。



## 瑞穂町海外留学奨学生の 留学報告および壮行会



山岸 祐佳さん 小林 美穂さん 天野 有希子さん

### 【氏名・奨学生決定時期・留学先】

小林 美穂さん 平成 26 年度第1期奨学生 米国  
山岸 祐佳さん 平成 26 年度第2期奨学生 メキシコ  
天野 有希子さん 平成 27 年度第1期奨学生 フランス

出席した奨学生の皆さんには、留学による成果や留学先での様子、将来の目標に向けてどのように学んでくるか、将来町の国際化に対してどんな活動を行うことができるか、などについて、お話していただきました。

町では、平成 22 年に「瑞穂町海外留学奨学資金等支給制度」を開始し、今年度で 5 年目を迎え、これまでに 9 人の奨学生を輩出しています。次回は、平成 28 年 1 月に募集予定です。ぜひご応募ください。

問合せ 企画課 ☎ 557-7469

## 総合体育大会 水泳競技



8月2日、今年も多くの選手が参加し、猛暑の中で熱戦が繰り広げられました。一般の部で参加した殿ヶ谷在住の高橋郁子さん(78)は、地域の水泳教室に参加し練習を積み重ね、この日を迎えました。

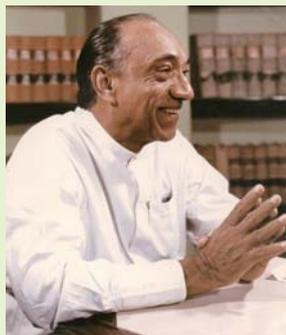
出場した自由形(50メートル)、背泳ぎ(50メートル)では見事に完泳し日頃の成果を発揮されました。いつまでも元気に泳ぎ続けてもらいたいものです。

なお、町では9月5日(土)に第42回総合体育大会の開会式が行われます。すでに実施している競技もありますが、20競技が実施されます。皆さんも振って参加・応援をお願いします。

※詳しくは、「広報みずほ」8月号22ページをご覧ください。

## ジャヤワルダナの演説

ジュニウス・C・ジャヤワルダナは、スリランカ(セイロン)の初代大統領ですが、日本の敗戦後に開かれたサンフランシスコ講和会議(1951.9)で感動的な演説を行い、日本が国際社会に復帰できる道筋を付けてくれた人でもあります。



談笑するジャヤワルダナ  
(1906.9.17 ~ 1996.11.1)

同氏の主張は仏様の教えの如く「憎悪は憎悪によって止むことなく、愛によって止む」とソ連(ロシア)代表の提案に反対し、日本を国際社会の一員として受け入れるよう訴えて講和会議の主流

をつくりました。

ソ連の主張はドイツのように日本は分割されるべきで、北海道・東北はソ連、関東・中部・関西・沖縄をアメリカ、イギリスは中国・九州をとり、共産中国は四国を治める。東京は米・英・中・ソで、大阪は米・中の分割占領という主張でした。

全く日本の運命を決める会議であった訳ですが、この演説により流れが変わり、ソ連の提案は通りませんでした。この後も同氏の親日は死ぬまで一貫し、遺言に「片方はスリランカ人に、そしてもう片方は日本人に」と角膜の提供が記されていました。

戦後の日本にとって大恩人である同氏の逸話はまだまだありますが、その名前が日本で語られないのは全く残念な事と思います。



町長 石塚 幸右衛門



### 人口と世帯

8月1日現在  
( )は前月比

人口 33,815人 (29人増)  
男 17,182人 (5人増)  
女 16,633人 (24人増)  
世帯 14,517世帯 (47世帯増)

発行/瑞穂町 編集/秘書広報課 毎月1回1日発行  
〒190-1292 東京都西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎2335番地  
☎042(557)0501(代表) ☎042(556)3401(代表)  
ホームページ <http://www.town.mizuho.tokyo.jp/>

