

友に、エール！！

私は団塊世代である。65歳を超えた辺りから、何となく体の不調を感じるようになってきた。小学校から交流のある仲間たちと時折顔を合わせるのだが、このところは、まず体調の話から始まるのが常となっている。先般、そんな仲間の一人が、突然病に倒れ、緊急入院となった。病名は心筋梗塞。心臓の血管に3本のステントを入れて、約1週間で無事退院できた。

そういえば、彼は以前から「肩や背中が傷む」と言っていた。あれは、この病の前兆だったのだろう。お互い「気になる症状があれば、病院に行った方がいいよ！！」と、話していたことが、おおいに幸いした。

無事退院してきた彼が言った。「あの時、病院に行って良かったよ。命拾いをしたよ」と。今、我々の仲間は、5人。幸いなことに、誰も欠けていない。今までは、ただの飲み友達程度のがんが、彼の一件以来、ちょっと雰囲気が変わった。人生50年を経て、再び絆が深まったのである。

もうすでに亡くなってしまった友の話も耳にする昨今、仲間が顔を合わせると、「互いに頑張ろうぜ！！」「いくつまで？」「そりゃー、寿命までさ」「寿命って？」「分からないが、それまで元気に生きようぜ！！」「OK！頑張ろう！」と、互いにエールを交わすようになった。

小暮 彰



農芸高校 宿泊防災訓練

6月10日、午後7時に農芸高校の校庭で宿泊防災訓練が行われました。私たち生徒は3班に分かれ、それぞれ救命講習、煙体験、初期消火訓練のすべてを体験することができました。

今回の訓練は日ごろやることのできない体験や知らなかったことなどを色々知ることができ、とてもためになりました。

今の私では災害時に人の役には立てないと思ったので、今後もこのような訓練に参加して人の支えになりたいと思いました。

今後、起こりうる大震災に対しては、避難所の確認をしたり、持ち出し袋を準備しておくなど防災したときに慌てることのないように日ごろから気を付けていきます。

農芸高校1年 藤原 真織



初期消火訓練



情報倶楽部 町内で活動している団体・サークルの情報提供

バスケットボール教室

★プロバスケットボール選手によるチャリティーイベント・技術指導

団体名 瑞穂町バスケットボール連盟
日 時 7月24日(日) 午後2時～7時
場 所 長岡コミュニティセンター
対 象 小・中学生
費 用 500円(見学無料)

※参加費などの収入は、日本赤十字社を通して熊本地震の被災者へ寄付します。

問合せ 田辺 ☎090-2621-6382

太極拳 会員募集

団体名 太極拳(自主クラブ)
日 時 月4回
午前9時30分～11時
場 所 寿楽
対 象 町内在住 60歳以上
費 用 月会費 2,000円
問合せ 宗武 ☎511-6308(午後5～9時)
※8月はお休みです。



瑞穂町郷土資料館

けやき館

入館料 無料

開館時間 午前10時～午後9時

駒形富士山 316-5
TEL 568-0634 FAX 568-0639
http://www.mizuhokyodo.jp

7月の休館日

○19日(火)

けやき館温故知新の会

第32回…工作教室「プロペラ自動車を作ろう」
日 時 7月17日(日)午後1時30分～3時
対 象 幼児～小学生向け(どなたでも参加できます)
定 員 20人 材料費 300円
講 師 平山 和治さん(文化財保護審議会副会長)

第33回…歴史講演会
「旧暦から新暦へ 明治改暦騒動」
日 時 7月24日(日)午後1時30分～3時
定 員 100人
講 師 小林 良久さん(瑞穂古文書を読む会)

第34回…工作教室「ふくろうだるまの絵付け体験」
日 時 8月8日(月)午前11時～正午、午後1時～2時
対 象 幼児～小学生向け(どなたでも参加できます)
定 員 各回11人 材料費 500円
協 力 曾田 雅志さん

第35回…郷土歴史講演会
「シベリア抑留の記憶と平和のメッセージ」
日 時 8月14日(日) 午後1時30分～4時
内 容 第1部(午後1時30分～3時)
講演と唱歌の合唱
第2部(午後3時～4時)
瑞穂町戦後70年戦争体験記録映像上映
「瑞穂の語り部～みらいへつたえる戦争と平和～」
定 員 100人
講 師 小山 時夫さん、池田 美江子さん、高橋 美樹さん
共 催 瑞穂町企画部企画課(平和事業)

夏の夕涼み 野外映画会「ベイブ」ほか

けやき館伝承の広場にて、野外映画会を実施します。ポップコーンや飲み物も販売します。
日 時 8月11日(祝) 午後7時～
定 員 50人

施設開放 自習室、キッズルーム

自習室(小学生～高校生対象)、親子で過ごせるキッズルーム(幼児対象)を開放します。
期 間 7月25日(月)～8月31日(水)
時 間 午前10時～午後5時

第8回イブニングトーク朗読会「怪談朗読」

夏の夜、怪談話の朗読会をお届けします。エフエム茶笛の放送でおなじみの、峰ゆう子さんの朗読でお楽しみください。
日 時 7月30日(土)午後5時30分～7時
定 員 100人
講 師 峰 ゆう子さん(エフエム茶笛パーソナリティ)

※各申込みは、7月1日(金)からけやき館へ
※「プロペラ自動車を作ろう」、「ふくろうだるまの絵付け体験」、「夏の工作教室」以外は無料です。

企画展 瑞穂の自然 - 狭山丘陵の動物たち -

夏休みの時期に合わせて、昆虫や野鳥、小動物などのほく製や標本といった資料を展示し、狭山丘陵に棲む動物たちについて紹介します。
期 間 7月20日(水)～8月31日(水)

第15回親子折り紙教室

日 時 7月23日(土)午前10時15分～11時45分
定 員 20人
講 師 作山 文子さん(日本折紙協会)

灯籠夜話～囲炉裏端で聞く昔話～

日 時 7月24日(日)、8月7日(日)
午前10時15分～11時45分
定 員 20人
講 師 村山 美春さん(文化財保護審議会委員)

夏の工作教室

日替わりでオリジナルのうちわや風鈴の絵付けをします。
日 時 7月25日(月)から8月31日(水)までの月・火・水曜日 午後1時～3時
対 象 幼児～小学生向け(どなたでも参加できます)
材料費 300円 ※材料がなくなり次第終了



駒形富士山 317-1
TEL 568-1505 FAX 568-1506
http://www.koshinkan.jp/

7月の休館日

○13日(水) 臨時休館日
○19日(火) 振替休館日

開館時間 午前10時～午後9時

★ 耕心館サロン ★

東京交響楽団 金管五重奏団 チケット発売中

日 時 8月20日(土)
午後6時30分 開演
出演者 渡辺 功(チューバ)、鳥塚 心輔(トロンボーン)、上間 善之(ホルン)、野沢 岳史(トランペット)、澤田 真人(トランペット)
曲 目 戦いの組曲/S・シャイト、サウンド・オブ・ミュージックより/R・ロジャース ほか

入場料 2,000円 定員 各70人
※定員になり次第、受付を締め切らせていただきます。また、未就学児のご入場は、ご遠慮ください。
申込み 電話、ファクスまたは直接耕心館へ
※ご予約後7日以内に代金をご持参ください。スカイホールでも販売しています。

★ 耕心館ノクターン ★

榊田 哲太郎 四変化 vol.2 チケット発売中

日 時 8月27日(土)
午後6時30分 開演
出演者 榊田 哲太郎(ヴァイオリン、ベース、ヴォーカル、ピアノ)、川村 健(ピアノ、アコーディオン)
曲 目 私のお気に入り、My Funny Valentine ほか

耕心館歌声企画 チケット発売中

山形 ゆう子 うたの学び舎
～歌い継ぎたい、古き良き時代の心の文化～

日 時 9月10日(土) 午後1時30分 開演
曲 目 秋桜、ふるさと、風の盆 ほか
参加費 1,000円(学生500円、未就学児無料)

七夕飾り

玄関前や蔵を彩る七夕飾りをお楽しみください。
期 間 7月7日(木)まで

サマーコンサート 町内在住・在勤のグループによる公募演奏会 無料

パール 夏の夕べのコンサート
～ヨーロッパの調べを歌とフルートでお届けします～

日 時 8月7日(日)
午後4時30分開場 午後5時開演
曲 目 オーシャンゼリゼ、愛の賛歌 ほか

高橋一真・グリーンホイッスル ジョイントコンサート

日 時 8月13日(土)
午後4時30分開場 午後5時開演
曲 目 ベサメム・チョ、北の国から ほか

場 所 1階くつろぎの間 定 員 各35人(自由席) ※事前予約制
申込み 7月3日(日)から電話または直接耕心館へ

耕心館ジュニア・ピアノコンテスト入賞者演奏会

平成27年度の入賞者11人とゲスト演奏者による演奏会
日 時 7月24日(日) 午後2時 開演 無料
場 所 多目的大広間
ゲスト 粥川 愛 定員 55人
申込み 7月3日(日)から電話で耕心館へ
※4歳未満のお子さまの入場はご遠慮ください。

耕心館ジュニア・ピアノコンテスト 第1回予選会 出場者募集! 無料

日 程 9月25日(日) 無料
部 門 a)の部…小学3年生以下
b)の部…小学4・5・6年生
c)の部…中学生
申込み 7月15日(金)までに専用の申込み用紙にご記入の上、郵送(簡易書留)または直接耕心館へ
※町外の方も出場できます。

耕心館企画展

「西多摩の作家たち」シリーズ第2弾 無料

『小玉 絵里沙 妖精画展』

期 間 7月30日(土)～8月21日(日)
※8月15日(月)は休館日です。
場 所 展示ギャラリー 

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 金	
2 土	
3 日	3地区夏まつりパレード (7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)
4 月	
5 火	
6 水	
7 木	
8 金	
9 土	町営プール開始 (6ページ参照)
10 日	
11 月	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
12 火	
13 水	
14 木	
15 金	
16 土	
17 日	
18 月	海の日
19 火	
20 水	
21 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9:00～11:40 町民会館1階会議室 ▶予約(8人)は20日(木) 午前8:30～総務課へ ☎557-0501
22 金	
23 土	
24 日	
25 月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3人)は19日(火)～22日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
26 火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 長岡コミュニティセンター ▶予約(4人)は19日(火)～22日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
27 水	
28 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
29 金	
30 土	寿楽納涼祭り (9ページ参照)
31 日	
8月1日	
2日	

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)
準夜 歯科	羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 福生市 新井歯科医院 ☎530-1488
歯科健診	3歳6カ月児 (H24年11月生・12月生) 4歳児 (H24年5月生・6月生) 午後1:00～1:45
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
お誕生教室	H27年5月生・6月生 午前9:30～9:50
準夜 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 福生市 江藤歯科医院 ☎552-9750
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
3～4カ月児健診	(H28年3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 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 福生市 吉成歯科医院 ☎553-5538
休日	新井クリニック ☎557-0018
準夜 歯科	丸野医院 ☎556-5280 福生市 松永歯科医院 ☎552-7122
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12月生 午後1:00～1:40
3歳児健診	H25年6月生 午後0:50～1:30
準夜 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 福生市 梅田歯科医院 ☎553-5161
巡回健康・育児相談	午後1:30～3:00 長岡コミュニティセンター
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
歯科健診	2歳児 (H26年6月生) 2歳6カ月児 (H25年12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
母と子の健康相談 (小児救急相談など)	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
準夜 歯科	羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 福生市 片岡歯科医院 ☎551-0353
2日(火)…健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00

消費生活相談窓口
 相談日は**毎週火・金曜日**です
 問合せ 産業課 ☎557-7633

住民課・税務課の窓口
毎週木曜日は午後8時まで
 7月は**7日・14日・21日・28日**です
 問合せ ▶住民課 ☎557-7548
 ▶税務課 ☎557-7519



胃がん・肺がん検診中期 (9月～11月実施分)

無料 (乳がん検診を除く)

6月・7月実施分を申し込まれた方は対象外です。
 日時・場所 (検診時間は午前中)
 ▶9月16日(金)、10月22日(土)、11月21日(月)…保健センター
 ▶10月13日(木)…武蔵野コミュニティセンター
 ▶11月17日(木)…元狭山コミュニティセンター
 内容 胃がん検診…問診、胃部レントゲン撮影
 肺がん検診…問診、胸部レントゲン撮影、「たん」の検査(必要な方のみ)
 対象 町内在住で40歳以上の方
 定員 保健センター…100人
 各コミュニティセンター…45人

乳がん・子宮頸がん検診

日時 9月26日(月)、10月8日(土)、11月27日(日)
 (検診時間は午前中)
 場所 保健センター
 内容 ▶乳がん検診…問診、視触診、マンモグラフィ
 ▶子宮頸がん検診…問診、細胞診
 対象 ▶乳がん検診…町内在住の40歳以上の女性で、昨年度町の検診を受診していない方
 ▶子宮頸がん検診…町内在住の20歳以上の女性で、昨年度町の検診を受診していない方
 定員 各40人
 費用 乳がん検診1,600円、子宮頸がん検診は無料
 ※乳がん・子宮頸がん検診が同日受診できる場合がありますので、お問い合わせください。

【下記の方は胃がん検診の受診をご遠慮ください。】
 ①胃の治療中・手術後の方②以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった方③過去2カ月以内に大腸ポリープを切除された方④過去1年以内に開腹などの手術をされた方⑤腸閉塞の方⑥腎臓病(人工透析)などで水分制限を受けている方⑦過去1年以内に心臓の発作や脳血管疾患を発症したことのある方⑧自力で立つことや撮影台の手すりをつかむことが困難な方 ※病気療養中の方はご相談ください。

申込期間 7月11日(月)～29日(金) (はがきの場合は必着)
 申込方法 ▶はがきの場合…住所、氏名、生年月日、電話番号、希望検診日および検診名(○月○日○○がん検診)をご記入の上、下記の申込先に郵送してください。
 ▶保健センターで直接申し込む場合…窓口で申込用紙にご記入ください(はがきは不要です)。
 申込先 〒190-1211 瑞穂町大字石畑1970 瑞穂町保健センター

市民公開講座 **無料**
卵巣・子宮の病気について
 日時 7月13日(水) ※公共交通機関をご利用
 午後3時～4時 の上、ご来院ください
 場所 公立福生病院 (駐車場有料)。
 定員 70人(申込順) 問合せ 公立福生病院
 講師 三宅雅子さん ☎551-6210
 (産婦人科医 医長)

後期高齢者健康診査を実施 **無料**
 期間 7月1日(金)～ ※受診券は6月中旬に郵
 10月31日(月) 送しました。届いて
 場所 町内指定医療 いない場合は、ご連絡
 機関 ください。
 対象 後期高齢者医療制度加入者

受動喫煙を防止しましょう
保健師がのちよつと耳寄りな話
 副流煙と呼ばれるタバコの先から立ち上る煙には、多くの有害物質が含まれており、喫煙者だけではなく、周囲の人たちにも有害です。肺がんや心筋梗塞、脳卒中やSIDS(乳児突然死症候群)などとも因果関係があるといわれています。
 周囲の人々の健康のためには禁煙が最善策ですが、まずは、非喫煙者が受動喫煙の健康被害から守る対策が必要です。特に、妊婦の方、未成年者、呼吸器などの病気を治療している方については、家庭でも職場でも特段の配慮が求められています。
 国は職場の受動喫煙対策として、喫煙室や屋外喫煙所などの設置に対する財政的支援、専門家による技術的支援および測定機器の貸し出しを実施しています。これから分煙を進めていく、または分煙を進めているがうまくいかないといった事業者の方は、本事業を活用されてはいかがでしょうか。
 詳細は厚生労働省のホームページ「職場における受動喫煙防止対策について」に掲載されていますので、ご参照の上、ぜひ活用ください。
 HP <http://www.mhlw.go.jp>