

広島県府中

広報

令和元年

6/1

# ふち

No.1249

public relations FUCHU

府中市

森友嵐士さん  
府中ロマン親善大使に！

特集 あなたは、あのときどんな行動をしましたか？

あなたは、あのとき

# どんな行動を しましたか？

7月5日～9日の時系列の動き

注意報・警報		避難勧告		市の体制	
7月5日 9:21	大雨注意報			7月5日 15:37	警戒体制
15:37	大雨警報			7月6日 12:00	災害警戒本部
7月6日 20:46	大雨特別警報	7月6日 13:00	避難準備	17:15	災害対策本部
		19:30	避難勧告		
7月7日 10:50	大雨警報	21:50	避難指示	7月7日 6:00	開設避難所数 24
		7月7日 10:00	避難誘導 栗柄町 大門池 (大門・名字・美土路地区)	13:00	開設避難所数 13
				17:00	開設避難所数 13
7月9日 4:23	大雨注意報	7月8日 9:00	避難勧告	7月8日 7:00	開設避難所数 8
				14:30	開設避難所数 2
		7月9日 9:45	避難勧告解除	7月9日 8:30	開設避難所数 1

被害のあった主な道路

県道府中上下線  
 県道篠根高尾線  
 国道486号線

JR福塩線

福山-塩町運休  
 福山-府中間は、7月21日から運行  
 府中-塩町間は、長期運休

学校施設の状況

府中明郷学園…7月9日～20日まで休校  
 協和保育所…7月9日休所  
 上下学園（3校）…7月16日まで給食休止

あれから、一年…。

平成30年7月豪雨では、府中市をはじめ西日本を中心に甚大な被害を受け、県内では130人以上の人が亡くなりました。この大雨で、府中市をはじめ全国各地の観測地点で24、48、72時間降水量が観測史上第1位となるなど、広い範囲における長時間の記録的な大雨でした。「去年のようなことは、起こらないだろう」と思う気持ちがありませんか。災害に備えることは、今からすぐにでもできます。あのとき、あなたはどんな行動をしたのか今一度、思い出してみましよう。

### 今年も梅雨の時期がやってきました

梅雨による長雨や集中豪雨で地盤が緩み土砂災害や、台風の影響で河川が増水するなど災害が発生しやすい時期です。命を守るためには、「早めの避難」が何よりも大切です。集中豪雨など避難が遅れたときは、屋内で命を守る行動を取ってください。

## 1. 非常時持ち出し品の準備

非常時持ち出し品は、家族構成を考えて必要なものを用意しておきましょう。持ち出し品を入れる袋は体に合った大きさを用意し、自分で背負うことのできる重さにしましょう。離ればなれになったときのために、荷物は各自リュックに分割させましょう。

<p><b>食料・飲料水</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水</li> <li><input type="checkbox"/> 乾パン</li> <li><input type="checkbox"/> インスタント食品</li> <li><input type="checkbox"/> 缶詰(缶切)</li> <li><input type="checkbox"/> お菓子</li> </ul> <p>など、調理の手間を省いて食べられるもの。</p>	<p><b>衣料品・日用品</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 着替え用衣類</li> <li><input type="checkbox"/> くつした</li> <li><input type="checkbox"/> タオル</li> <li><input type="checkbox"/> 軍手</li> <li><input type="checkbox"/> 毛布</li> <li><input type="checkbox"/> レジャーシート</li> </ul> <p>など、避難生活に必要な布類や日用品。</p>	<p><b>ラジオ・懐中電灯等</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 携帯ラジオ</li> <li><input type="checkbox"/> 懐中電灯</li> <li><input type="checkbox"/> 予備電池</li> <li><input type="checkbox"/> ライター</li> <li><input type="checkbox"/> メモ帳</li> <li><input type="checkbox"/> 筆記具</li> </ul> <p>など、避難生活に必要な情報などを取得するのに必要な道具。</p>
<p><b>貴重品</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 現金</li> <li><input type="checkbox"/> 預金通帳</li> <li><input type="checkbox"/> 免許証</li> <li><input type="checkbox"/> 健康保険証</li> <li><input type="checkbox"/> 眼鏡</li> </ul> <p>など、避難生活に必要な貴重品類。</p>	<p><b>医療品</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 包帯・ガーゼ</li> <li><input type="checkbox"/> 傷薬</li> <li><input type="checkbox"/> 胃腸薬</li> <li><input type="checkbox"/> 鎮痛剤</li> <li><input type="checkbox"/> 常備薬</li> <li><input type="checkbox"/> ばんそうこう</li> </ul> <p>この他に、日常で服用している薬があれば、必ず入れておきましょう。</p>	<p><b>その他</b> <input type="checkbox"/> 準備できたらチェック!</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 補聴器</li> <li><input type="checkbox"/> 紙オムツ</li> <li><input type="checkbox"/> 哺乳瓶</li> <li><input type="checkbox"/> 母子手帳</li> <li><input type="checkbox"/> 生理用品</li> <li><input type="checkbox"/> 携帯電話充電器</li> </ul> <p>など、各家庭において必要なものを揃えましょう。</p>

## 2. 災害時の安否確認：災害用伝言ダイヤル「171」

「災害用伝言ダイヤル171」とは、災害の発生により被災地への通信が増加し、電話がつながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。

このダイヤルは、一般加入電話・公衆電話・携帯電話・PHSで利用できます。

### ●ご利用方法



※通話料は、伝言の録音・再生時にも必要です。

### 3. 今までの避難情報に、「警戒レベル」を追加して、お伝えします

今年の6月ごろからの出水期から、「警戒レベル」を用いた避難情報が発令されます。警戒レベルには5段階あり、1・2は気象庁が発令、3・4・5は府中市が発令します。災害や状況によっては、順番どおりに出されない場合もありますので、ご注意ください。

防災情報はいろいろあるけれど  
いつ避難すればいいの？

**警戒レベル4で  
全員避難**です!!



※避難勧告・避難指示（緊急）と同等の避難情報です。

#### 警戒レベルと避難情報等の相互関係

警戒レベル	避難行動など	避難情報など
<b>警戒レベル5</b>	すでに災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	<b>災害発生情報</b> 市町が発令
<b>警戒レベル4</b>	速やかに避難をしましょう。避難先までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所への避難や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	<b>避難勧告 避難指示（緊急）</b> 市町が発令
<b>警戒レベル3</b>	避難に時間を要する高齢者や障害のある人、乳幼児がいる家庭とその支援者は、避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	<b>避難準備・高齢者等避難開始</b> 市町が発令
<b>警戒レベル2</b>	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの避難行動を確認しましょう。	<b>洪水注意報 大雨注意報</b> 気象庁が発表
<b>警戒レベル1</b>	災害への心構えを高めましょう。	<b>警戒級の可能性</b> 気象庁が発表

#### 警戒レベルを含めて、避難を呼びかける場合の例

緊急情報、緊急情報。警戒レベル4、避難開始。こちらは、府中市災害対策本部です。〇〇川が氾濫するおそれのある水位に到達しました。〇〇地区の方は、速やかに全員避難を開始してください。

避難所への避難が危険な場合は、近くの安全な場所に避難するか室内の高いところに避難してください！

#### 避難情報を知る府中市メール配信サービス

■登録用アドレス

**fuchu@xpressmail.jp**

登録方法

- ①登録用のアドレスまたはQRコードから、件名・本文を入力せずメールを送信。
- ②希望する情報を選択。
- ③登録完了の表示ができれば、完了。

■登録用QRコード



広島県の  
災害情報

広島県防災Web



ひろしま道路ナビ



## 災害時に開設する避難所一覧



## &lt;府中地区&gt;

令和元年6月1日時点

名称	住所	対応種別		
舟割集会所	阿字町66-1			洪水
阿字体育館	阿字町955	地震	土砂災害	洪水
荒谷集会所	荒谷町2360			洪水
広谷保育所	鶴飼町97-3	地震	土砂災害	洪水
上山町民会館	上山町692			洪水
河南町コミュニティホーム	河南町244-1		土砂災害	洪水
河佐公民館	河佐町1202-3			洪水
協和公民館	木野山町48-1	地震		洪水
府中市協和スポーツグラウンド (元北小学校体育館)	木野山町49-1	地震		洪水
角目せせらぎ会館	木野山町1159-3	地震		洪水
府中市久佐スポーツグラウンド (元久佐小学校体育館)	久佐町471			洪水
久佐公民館	久佐町471			洪水
栗生小学校	栗柄町3056	地震	土砂災害	洪水
クルトピア栗生	栗柄町3096-1	地震	土砂災害	洪水
三郎丸集会所	三郎丸町687-1		土砂災害	洪水
クルトピア明郷	篠根町630-4	地震	土砂災害	
府中明郷学園第一体育館	篠根町656	地震	土砂災害	
府中明郷学園第二体育館	篠根町661	地震	土砂災害	
高木集会所	高木町230-3		土砂災害	
国府小学校	高木町617	地震	土砂災害	
父石つばき館	父石町448	地震	土砂災害	
前原集会所	父石町1197-1			洪水
府中高等学校	出口町898	地震	土砂災害	洪水
府中市出口スポーツグラウンド (元西小学校体育館)	出口町948-1			洪水
出口公民館	出口町949			洪水
岳山農業構造改善センター	斗升町571			洪水
旭小学校	中須町610	地震		洪水
旭公民館	中須町917-2	地震	土砂災害	
府中市武道場	中須町1550-1		土砂災害	
亀寿集会所	中須町1616			洪水
府中東高等学校	土生町399-1	地震	土砂災害	洪水
TTCアリーナ	土生町416-4	地震	土砂災害	洪水
府中海洋センター	土生町426		土砂災害	洪水
南公民館	土生町615-19	地震	土砂災害	洪水
土生集会所	土生町1651-1	地震	土砂災害	
広谷町コミュニティセンター	広谷町844-1	地震		洪水
リ・フレ	広谷町919-3	地震	土砂災害	洪水
広谷集会所	広谷町970-3			洪水
文化センター	府川町70		土砂災害	
生涯学習センター	府中町27-1	地震	土砂災害	
府中公民館	府中町143-3		土砂災害	
下辻集会所	府中町347-4			洪水
府中市古府の森スポーツグラウンド (元東小学校体育館)	府中町400-1	地震		洪水

名称	住所	対応種別		
行滕遊友センター	行滕町262-9	地震	土砂災害	洪水
白滝集会所	行滕町865-1	地震	土砂災害	洪水
クルトピア岩谷	目崎町377	地震	土砂災害	
広谷公民館	元町207-1	地震	土砂災害	
府中学園体育館	元町576-1	地震	土砂災害	
月見ヶ丘体育館	本山町530-80		土砂災害	洪水
見晴会館	本山町1672-1	地震		洪水
府中市諸毛スポーツグラウンド (元諸田小学校体育館)	諸毛町1339-5			洪水
諸田公民館	諸毛町1339-5		土砂災害	洪水
永野下集会所	諸毛町1968-1			洪水
南小学校	用土町444	地震	土砂災害	洪水
第一中学校	用土町463	地震	土砂災害	洪水

## &lt;上下地区&gt;

名称	住所	対応種別		
有福生活改善センター	上下町有福673-1		土砂災害	洪水
吉森前集会所	上下町有福1460-3		土砂災害	洪水
井永生活改善センター	上下町井永683-1			洪水
小塚老人集会所	上下町小塚615-1		土砂災害	洪水
国留コミュニティホーム	上下町国留234			洪水
吉野文化会館	上下町小堀178-4			洪水
吉野多目的広場体育館	上下町小堀2092-1	地震		洪水
階見生活改善センター	上下町階見2695-1			洪水
階見集会所	上下町階見2835			洪水
後集会所	上下町上下1691-1	地震		洪水
上下北小学校	上下町上下1878	地震		洪水
深江下野町コミュニティホーム	上下町上下2608-2		土砂災害	洪水
翁コミュニティホーム	上下町上下395		土砂災害	洪水
上下高等学校	上下町上下566	地震		洪水
上下町民会館	上下町上下861-3	地震	土砂災害	洪水
上下中学校	上下町上下915	地震		洪水
水永コミュニティホーム	上下町水永429-1		土砂災害	洪水
清岳集会所	上下町水永69			洪水
二森転作促進研修所	上下町二森243			洪水
肉原農事集会所	上下町二森441-2		土砂災害	洪水
上下南小学校	上下町矢多田171	地震	土砂災害	洪水
矢多田老人集会所	上下町矢多田241-6			洪水
矢野文化会館	上下町矢野850-2		土砂災害	洪水

※住所名の五十音順に表示しています。

避難する場合には、市のホームページや府中市メール配信サービスを見るか、市役所(☎43-7111)へ連絡し、開設されているか確認して、避難を開始してください。開設していない避難所へ避難する場合は、開錠に時間がかかる場合があります。

# 市議会6月定例会

◎本会議・委員会を傍聴することができます

本会議では、議案についての採決や、議員が市政全般について質問する一般質問などが行われます。委員会では、議会から付託された議案について活発な議論が行われます。団体での傍聴を希望する場合は、事前に連絡してください。

## 本会議および委員会開催日程（予定）

区分	とき	内容
本会議	6月3日(月) 10:00～	議案の提案説明
	6月6日(木) 10:00～	一般質問 創生会 300分 日本共産党 80分 公明党 80分 市民クラブ 100分
	6月7日(金) 10:00～	
委員会	6月10日(月) 10:00～	総務文教委員会 (議案の審査)
	6月13日(木) 10:00～	厚生委員会 (議案の審査)
	6月14日(金) 10:00～	建設委員会 (議案の審査)
本会議	6月18日(火) 10:00～	議案などの採決

※議事の都合で開始時間を変更する場合があります。

広島県府中市 市議会中継

検索



■動画サイトYouTubeで、議会中継を見ることができます。YouTubeの「府中市議会チャンネル」で、生中継と過去に行った中継を配信しています。ご自宅のパソコンや、スマートフォンを利用して、ご覧いただくことができます。

## ■各委員会の主な審査案件（予定）

- 総務文教委員会** ○府中市行政改革推進委員会条例の全部改正について  
…経営資源を最大限に活用し、効率的かつ成果重視の行政経営を推進するため、府中市行政経営プラン推進委員会を設置します。
- 厚生委員会** ○府中市介護保険条例の一部を改正する条例の一部改正について  
…消費税・地方消費税の税率が10%に引き上げられることに伴い、低所得者の保険料を軽減します。
- 建設委員会** ○（仮称）府中市環境センター施設整備工事請負契約の締結について

問い合わせ先 議会事務局（☎43-7172）

## 「親の力」をまなび あう学習プログラム ファシリテーター養成講座参加者募集

学習プログラムで中立的な立場で進行を行うファシリテーターを養成する基礎・応用講座を開催します。講座の受講者には、広島県立生涯学習センターから修了証が交付されます。

とき 7月11日(木)・18日(木)  
ところ 府中市教育センター  
定員 先着10人  
参加料 無料  
申し込み方法 電話で申し込み  
申し込み期限 6月28日(金)  
申し込み・問い合わせ先 教育委員会教育政策課  
(☎43-7181)

## 認知症サポーター養成講座 参加者募集



認知症の人やその家族が安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症の人や家族の応援者であり、認知症を正しく理解した認知症サポーターを養成する講座を開催します。

これまでも、地域の団体や企業・学校などの依頼により開催してきましたが、今年度は上下地域の認知症の人や家族に対する理解と支援の輪を広げるため、上下地域で開催します。

初めての人はもちろん、以前受講された人もぜひご参加ください。

とき 6月25日(火) 14時～15時30分  
ところ 上下町民会館  
対象 認知症の人やその家族の支援に関心のある人  
※年齢制限はありません。  
内容 認知症の病態や症状、接し方についての話、寸劇、ロールプレイなど  
参加料 無料  
申し込み方法 電話か申し込み先にある申込書で申し込み  
申し込み期限 6月18日(火)  
申し込み・問い合わせ先 介護保険課(☎40-0223)  
1 上下(上下保健センター)  
1 内・☎62-2231

## 6月1日から水道週間 水道メーターの検針などにご協力を

問い合わせ先 上水下水道課

(☎43-7168)

### 蛇口パッキンを無料配布します

対象 府中市が供給する上水道利用者

配布期間 6月3日(月)～7日(金)  
※土・日曜日を除く。

配布場所 上水下水道課、上下支所建設係

### 水道メーター検針・取り換えにご協力を

#### ◎水道メーターの検針

2か月に1回偶数月に、水道メーターの検針を行っています。次のことにご協力をお願いします。

▽メーターの上に物を置かないでください。

▽飼い犬はメーターから離してつないでください。

#### ◎水道メーターの取り換え

水道メーターは、8年に1回無料で取り換えています。該当する家庭には、証明書を持った指定給水装置工事事業者が伺いますので、ご協力をお願いします。

### 取り換え期間

7月1日(月)～31日(水)、9月2日(月)～30日(月)

### ビル・マンションなどの貯水槽は清潔に

貯水槽の設置者は、次のことを行ってください。

▽年1回以上定期的に貯水槽の掃除。  
▽水の色、濁り、におい、味、残留塩素などの水質検査を年1回。

### 漏水かな?と思ったら

水道メーター検針の際、漏水の疑いがある場合には、お知らせしていますが、漏水はいつ起こるか分かりません。日ごろからの確認をお願いします。

#### 簡単にできる漏水確認

家の蛇口を全て閉めても、水道メーターの銀色のパイロットが回転していたら、漏水の可能性があらわれます。

#### パイロットマーク



漏水を確認したら、府中市指定給水工事事業者へ連絡してください。

下水道が使用できるようになった区域の皆さん

## 受益者負担金の納付を お願いします

申告・問い合わせ先 上水下水道課 (☎43-7162)

下水道は、道路・公園などの公共施設のように誰でも利用できる施設ではなく、整備された区域の人だけが利用できる施設です。

また、下水道の整備には長い年月と、多額の建設費用が必要となります。

### 受益者負担金制度

受益者：下水道が整備された区域内の土地の所有者をいいます。権利によっては異なります。

受益者負担金制度：下水道を利用できる区域の皆さんが、土地の面積に応じて建設費用の一部を、一度のみ負担する制度です。

今年度、新たに負担金が必要になる区域は、鶴飼町・広谷町の一部

負担金額 1平方メートル当たり

560円×所有面積(公簿面積)

納付月 ▽第1期：9月 ▽第2

期：12月 ▽第3期：2月

※総額を3年間で9回に分割して納付してください。3年分またはその年度分をまとめて第1期の納期内に納めると、報奨金が付きます。

### 受益者の皆さんは 申告をお願いします

受益者を確定するため、負担金を納める区域内の土地の所有者には、6月中旬に申告書を郵送しますので、申告してください。

申告期限 7月18日(木)

賃貸借権・地上権などの権利がある場合は、土地所有者と権利者で協議の上、申告をしてください。なお、申告書の提出がされない場合には、土地所有者が受益者となります。

また、賃貸住宅などを借りている人は、受益者にはなりません。

### 申告期限前に受益者負担金 制度の説明会を開催します

6月下旬または7月上旬に、負担金を納めていただく区域の皆さんを対象に、受益者負担金制度について説明会を開催します。

どうしても

汚れの取れない

容器包装プラスチックごみは

可燃ごみへ！

どうしても汚れの取れないものは可燃ごみへ

日常生活からごみとして排出される容器包装プラスチックのうち、中身を使い切っていないマヨネーズやケチャップなど汚れの取れていないものが埋立ごみとして、出されているケースがあります。

埋立ごみの中に混入すると、処分場でのカラス被害や臭いの発生につながる可能性があります。

中身は使い切ることで、また、洗っても汚れが取れないものや、臭いが強く残るものは、可燃ごみとして出してください。

引き続きリサイクルにご協力を！

容器包装プラスチックを適切に分別し、リサイクルすれば、資源の保護や自然環境の保全につながります。限りある資源の有効活用のため、引き続き皆さんの食べ切り、使い切り、洗浄などの協力をお願いします。



容器包装プラスチックとは、

商品を入れた容器や、包んでい  
る包装で、中身を食  
べたり使ったりした  
後に、不要となった  
プラスチック製品の  
ことをいいます。



この識別マークが  
目印です

プラスチック製品のごみ分別判断表

大きさが50cmを越えないサイズのプラスチック製品ですか？

はい

いいえ

粗大ごみ

クリーンセンターまたは、北部クリーンステーションへの持ち込みをお願いします。

製品に  の表示がありますか？

はい

いいえ

埋立ごみ

洗っても汚れが取れませんか？

はい

いいえ

可燃ごみ

容器包装プラスチックごみ

容器包装プラスチックの一例

分類	具体例
ポリ袋・ラップ類	お菓子の袋、レジ袋、パンの袋、冷凍食品の袋など
カップ類	カップ麺容器、卵パック、プリンやゼリーの容器など
チューブ類	マヨネーズ、ケチャップ、ねりわさび、歯磨きの容器など
トレー・パック類	食品トレー、レトルトパックなど
容器のふた	ビン、ボトル、ペットボトルなどのプラスチック製のふた
ボトル類	ソース、油、シャンプー、洗剤などのボトル
その他	緩衝材、発泡スチロール、薬の個別包装ケースなど

※上記はあくまで一例です。識別マークを確認した上で、容器包装プラスチックごみとして出してください。

問い合わせ先 環境整備課 (☎ 43-7144)

応援!

府中の

介護職イーンズ Vol. 2



イラストレーター **スヤマミヅホ** つぶやき



スヤマミヅホ

### 4コマ漫画ができるまで!

この4コマ漫画のストーリーは、府中の介護事業所の職員さんから「本当にあった介護現場での微笑ましい話」を聞き、作成しています。きっと、介護の仕事のいろいろな面の新たな発見がありますよ。

問い合わせ先 介護保険課  
(☎40-0222)

6月23日～29日は男女共同参画週間

キャッチフレーズ

「男女共同参『学』」「知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる」

男性も女性も1人1人が多様なライフキャリアを選択し、人生をつくることのできる社会の実現を目指しましょう。

## e. 街いきいきフォーラム

@府中市こどもの国ポムポム

仕事、家庭、地域生活などの活動を、希望に沿った形で行動でき、男女が共に夢や希望を実現することが大切です。どうすれば「私らしく」豊かな暮らしを送ることができるか考えてみましょう。

e.街いきいきフォーラムでは、男性の積極的な育児参加を目的としたイベントを開催します。お子さんと触れ合いながら笑顔いっぱいの日曜日を過ごしませんか。

### 家族でポムポムへ行こう!

申し込みはQRコードから可能です。



とき 6月23日(日)

#### ◎だっこ&スキンシップでハッピーに!

親子で楽しむベビー&キッズダンス

時間・対象 ▷10時～11時…生後3か月～1歳半程度で抱っこひもの使用が可能な子どもと保護者 ▷13時～14時…1歳半～4歳程度の子どもと保護者

講師 mamatocolabo 一般社団法人ベビーダンス協会公認インストラクター 河野真理さん

定員 各回10組

参加料 無料

申し込み方法 ポムポムへ電話またはホームページから申し込んでください。

申し込み・問い合わせ先

府中市こどもの国ポムポム  
(☎41-4145)

#### ◎いっしょにつくるとおいしいね!

ハッピー親子クッキング

時間 11時～12時、12時30分～13時30分

対象 3歳以上の子どもと保護者  
内容 親子で食べて喜べる料理を作ります。

講師 たべりcafé店主

定員 各回親子8組

参加料 1家族500円

申し込み方法 ポムポムへ電話またはホームページから申し込んでください。

#### ◎からだをいっぱい動かそう!

親子で楽しむボーネルンド

ボーネルンドは、多様な機能性を持つ世界中の遊び道具を扱う企業です。作られる遊び道具は、子どもの発達に即して作られています。

時間 10時～16時

※混み合い状況により、年齢制限と定員を設けることがあります。

### 一人で悩まないで話してみませんか ～自分の性に悩むあなたへ～

LGBTとは、体と心の性別が異なる人など、性のあり方が少数派の人たちのことを言います。自分の性について悩んでいても、家族や友人など周囲の誰にも話すことができず、しんどい思いをしていますか。

LGBT専用相談窓口があります

◎エソール広島電話相談 (☎082-207-3130)

とき 祝日を除く毎週土曜日10時～16時

元気な活動をご紹介

# めげせ！元気

なふちゆう 18

府中焼きマンボレポート

問い合わせ先 健康推進課

(☎ 47-1310)



5月11日(土)・12日(日)に開催した府中☆産業博で、アンガールズと一緒に府中焼きマンボ体操をしました。

## 府中焼きマンボ体操の指導に伺います！

地域の行事などで、マンボ体操と一緒にしませんか。

希望される場合は、問い合わせ先までご連絡ください。体操を習った団体には、CDやDVDを差し上げます。

・アンガールズと一緒にできて楽しかった！

・会場に来ていた子どもたちの感想

・すぐに踊れそう。なじみやすく、楽しく体を動かせる。

・親子でやったら楽しいと思う。

アンガールズさんからの感想

会場を盛り上げてくれました。アンガールズさんからの感想

府中焼きマンボ体操の指導員が、アンガールズさんや会場にいられた人に、体操をレクチャーし、曲に合わせて体操をしました。アンガールズのお2人も初めての体操でしたが、一緒に「うー！」と決めていました。

## 市営住宅入居者募集

申し込み方法 都市デザイン課・上下支所 建設係で申し込んでください。

※申し込み多数の場合は抽選となります。入居には資格があります。詳しくは、問い合わせてください。

申し込み期間 6月5日(水)～12日(水)

※土・日曜日は除きます。申し込みがない住宅は、次回の募集まで常時募集とします。

問い合わせ先 都市デザイン課 (☎ 43-7156)

	募集住宅名	戸数	家賃	概要
公営住宅	亀寿住宅 (中須町)	2戸	13,500円～27,600円	コンクリートブロック2階建て、4DK (約62㎡)、世帯用、単身入居も可能
	岩崎住宅 (上下町上下)	1戸	11,800円～23,300円	鉄筋コンクリート3階建ての1階、2DK (約43㎡)、世帯用、単身入居も可能
	井永住宅 (上下町井永)	14戸	13,800円～28,900円	木造2階建て、3DK (約66㎡)、世帯用
	下野町住宅 (上下町上下)	2戸	17,400円～35,900円	木造2階建て、3LDK (約75㎡)、世帯用
特定公共賃貸住宅	下野町団地 (上下町上下)	1戸	38,000円～78,000円	鉄筋コンクリート4階建て、3LDK (約86㎡)、世帯用
	下野町団地 (上下町上下)	10戸	23,000円～50,000円	鉄筋コンクリート4階建て、2DK (約43㎡)、単身用
	岩崎住宅 (特) (上下町上下)	1戸	40,000円～83,000円	鉄筋コンクリート2階建て、3LDK (約86㎡)、世帯用

## ふれあいカフェ河佐峡



私たちの住んでいる久佐町でも、お年寄りが元気に生きがいをもって生きていけるように、昨年度2つ目のサロンを始めました。府中市より資金の援助をいただいたこ

# プラチナさんぽ⑨

おおむね55歳以上の皆さんを「プラチナ世代」と呼んでいます。生きがいを持って、キラリと光る人たちをご紹介します。

とにより、毎月第2と第4の火曜日に300円の会費で、おいしい昼食を提供しています。

午前10時からストレッチ、筋トレ、コーヒータイム、脳トレ、そして昼食を食べ13時には解散します。毎回、笑い声の絶えないとても楽しいサロンになっています。

まずは、食事だけでもコーヒーを飲むだけでもいいので、カフェに来て一緒におしゃべりをしませんか。地域の人の参加をお待ちしています。今後は、個人カルテを作って自分の身体の状態を知ってもらったり、このカフェを拠点として地域の人の見守り活動をしていきたいと思っています。

### 参加者の一言

ふれあいカフェ河佐峡に参加して、地域の人と話をしたり、脳トレをすることによって、毎日をよ

り元気に過ごしたいと思い、毎回休むことなく出掛けています。

参加して一番の楽しみは、なんと言っても毎回違う献立でお腹いっぱい食べられるおいしいおいしい昼食です。参加する人で食材を持ち寄ったり、みんなでキムチを漬けたりと、食事を楽しんでいきます。また、コーヒー・おしゃべりタイムと脳トレの時に、他の参加者の皆さんと大きな声でおしゃべりをしたり、笑ったりすることで楽しい時間を過ごしています。

普段の暮らしの中では、おしゃべりして笑って過ごす機会は少ないですが、このカフェに来るといつも楽しくて笑いが絶えません。また、堅苦しくないため参加しやすいです。毎回、参加して良かったと思います。

ふれあいカフェ河佐峡  
植埜 (☎49-0619)

## 狩猟免許試験・初心者講習

問い合わせ先 農林課  
(☎43-7131)

イノシシ・シカなどの鳥獣を捕獲するためには、狩猟免許が必要です。自分の農地は自分で守るという意識を持ち、この機会に狩猟免許を取得しましょう。

◎免許取得に補助金があります  
対象 狩猟免許を取得・更新した人  
補助額 広島県が実施する狩猟免許試験手数料の2分の1

■狩猟免許試験  
手数料 5,200円

※免許取得者が、他の種類の免許を受験する場合は、3,900円。

対象 広島県内に住所があり、銃猟は満20歳以上、わな猟・網猟は満18歳以上の人

■狩猟免許初心者講習会  
受講料 7,000円(午後のみは3,500円)  
※わな猟と銃猟を同じ日に受講することはできません。

申し込み期限 各受講日のおおむね1週間前。ただし、定員になり次第、締め切ります。

※試験・初心者講習会ともに、開催場所は、農林課・上下支所建設係にある申込書で確認してください。



# ファミリー・サポートをご利用ください

## ファミリー・サポートとは

子育てを援助してほしい人が、援助したい人に一時的に子どもを預けることができるサポートです。地域の人の力をお借りして育児を頑張る人をサポートします。府中市での安心子育てを応援します!!

## 対象

市内在住の0歳～小学生・義務教育学校6年生までの児童です。

## 時間と料金

月～金曜日 7時30分～20時で、1時間600円。土・日曜日、祝日 7時30分～20時で、1時間700円が掛かります。

※利用には、会員登録が必要です。会員登録は無料です。

「知らない人に預けるのは、ちょっと不安だなあ」と思われるかもしれませんが、預ける人と預かる人は事前に顔合わせをするなど、安心して子どもを預けられるように配慮しています。

## 子育てを援助したい人も大募集中!!

一緒に子育ての応援をしませんか？援助したい人が不足しています。空いた時間を有効に活用しお手伝いして下さる方、連絡お待ちしております!!



## 申し込み・問い合わせ先

府中市子育て支援センター  
(☎47-1188)

問い合わせ先 女性子ども課  
(☎43-7265)



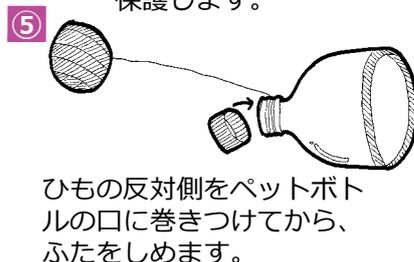
市内の保育所(園)から、人気の手づくりおもちゃの紹介です。ご家庭にある材料で、子どもと一緒に作って遊んでみませんか？

## ～たま保育園より～

## ■ 作り方

## ペットボトルを使った「けんだま」

■ 材料 ペットボトル、紙、はさみ、ひも、テープ



## 保育士のおすすめポイント

- ・ボールは、少し重たくしたほうが、入りやすいです。
- ・紐の長さは40cmぐらいがおすすめです。



平成30年度『腹の底から笑いあった家族エピソード』大笑

【優秀賞】

お父さんのカツラ!?

府中学園四年

白川 仁葉

私とお父さんは、なかよしでよくくっついて遊んでいます。

ある日、すわっているお父さんのせなかと私のせなかを合わせて、お父さんにもたれかかって遊んでいると、それを見ていたお母さんが、とつぜんなみだを出しながら、大わらいしました。

「何がおもしろいん？」

と、聞くと、お母さんは、何でわらっているのかをしゃべろうとするけど、わらいすぎてなかなかしゃべることができませんでした。

なみだを出しながらわらうお母さんもおもしろくて、私とお父さんもつられて、大わらいしました。

少しおちついたお母さんが、スマホで、私とお父さんの写真をとって見せてくれました。すると、わたしのかみの毛が、お父さんの頭にかかって、お父さんが、長いかみの毛のカツラをかぶっているように見えていました。

その写真を見た私とお父さんは、また大わらいしました。かみの長いカツラ風のお父さんは、最初は変だと思った

けど、ずっと見なれてくると、なかなかかわいく見えてきました。お母さんは、カツラ風のお父さんの写真をとっても気に入ったので、いつも笑顔になれるようにと、スマホの待ち受け画面にしていました。

平成30年度『少しのがまん』川柳大賞

【市長賞】

妹の

歩はばに合わせる

帰り道

国府小学校六年

高岡 昇汰

（自作の解説）

学校から帰るときに、妹といつも帰るけれど、妹は一年生だから歩くスピードがおそいです。だから、妹に合わせないといけないのを少しがまんしています。

（家族の一言）

野球に行きたい気持ちであせっているのに、妹をいつも安全に連れて帰ってくれてありがとうね。

健康推進課元気づくり係  
(リ・フレ内・☎47-1310)  
健康づくり係(上下保健センター内・☎62-2231)

6月 こども健康カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4 1歳6か月児健診 対 H29.11月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	5 3歳児健診 対 H28.4月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	6 母子健康相談 9:30~11:00 上下保健センター 身体計測、離乳食の進め方、育児相談など	7	8	9
10	11	12	13	14 2歳児・保護者 歯科健診 対 H29.2月生まれの子と保護者 受付 13:00~13:40 リ・フレ	15	16
17	18 10か月児健診 対 H30.8月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	19 4か月児健診 対 H31.2月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	20	21	22	23
24	25	26	27			

# 加者・出店者を募集！ まつり

に関する申し込み・問い合わせ先  
府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)  
網はホームページをご覧ください。

開催日 7月20日(土)・21日(日)  
申し込み期限 6月14日(金)

今年は「超参加型まつり～見るまつりから参加するまつりへ」をテーマに、浴衣コンテストをはじめ、参加型のイベントを充実させて開催します。  
2日目には毎年恒例となった手筒花火、打ち上げ花火、そして日中には昨年大好評だった子どもタンスリレーも開催！新たにウォーターパーク、BBQパークと家族で楽しめるイベントが盛りだくさんの内容です。

上位チームには賞金！

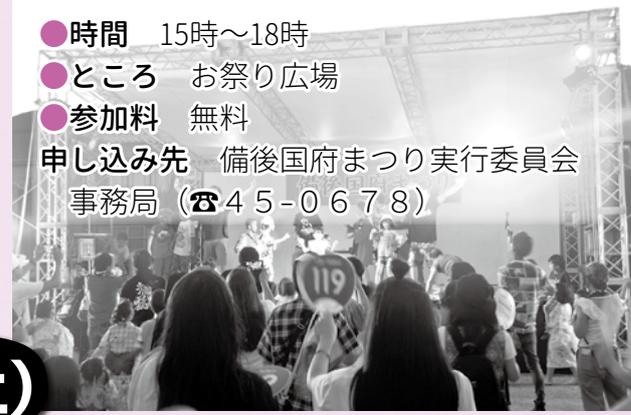
## タンスリレー

- 時間 16時～17時30分
  - ところ お祭り通り
  - 参加料 2,500円
  - 競技内容 タンス本来の運び方に倣い、竿に掛けたタンスを2人で担ぎ、行きと帰りのリレー形式でタイムを競います。4人1チームで申し込んでください。
- 申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)



## 夏だ！ライブだ！ 参加者募集！ ライブガーデン・ステージイベント

- 時間 15時～18時
  - ところ お祭り広場
  - 参加料 無料
- 申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)



20日(土)

## パレード・おどりカーニバル

- 職場やサークル、町内会などの仲間に参加してください。
- 時間 18時～21時
  - 行程 商店街を出発し、お祭り広場前までのL字行程(約400メートル)
- ※パレード・おどりカーニバルの順に出発します。今年も審査をします。
- 参加料 無料
- 申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678) または市役所観光課 (☎43-7141)

## 浴衣コンテスト

- 新参加型イベントとして浴衣コンテストを開催します！一人での参加はもちろん、複数参加も可能ですので、ご家族・友人・カップルなどで夏の思い出作りにいかがですか。
- 時間 18時～18時30分
  - ところ お祭り広場
  - 参加料 無料
- 申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)



※写真はイメージです。

### 酒フェス会場つまみブース募集詳細

とき	20日(土)15時～21時	※申し込み多数の場合、過去3年以内に 出店実績がある人または、 市内の団体を優先します。
ところ	府中学園西側駐車場	
貸し出し区画	5区画 ※貸し出しは1団体1区画まで。	
区画	▷間口2.7m ▷奥行3.6m	
1区画の出店料	市内団体20,000円 市外団体25,000円	

### テント村会場募集詳細

とき	20日(土)15時～21時	※申し込み多数の場合、過去3年以内に 出店実績がある人または、 市内の団体を優先します。
ところ	府中学園西側駐車場	
貸し出し区画	▷飲食…6区画 ▷物販…4区画 ※貸し出しは1団体2区画まで。	
区画	▷間口2.7m ▷奥行3.6m	
1区画の出店料	市内団体20,000円 市外団体25,000円	

出店者募集詳細

# 備後国府まつり

イベント（ダンスリレー、パレード・おどりカーニバル、ライブガーデン、浴衣コンテスト、子どもダンスリレー、BBQパーク）と出店は事前に申し込みが必要です。



備後国府まつり2019

検索

イベント  
備後国  
※募集要

昨年好評だった子ども版を今年も!

## 子どもダンスリレー

2人1チームで片道20.5メートルの往復41メートルのタイムを競います。

参加して、記憶に残るまつりにしよう。

- 時間 16時～17時30分
- ところ お祭り通り
- 対象 小学校・義務教育学校4～6年生
- 参加料 無料

※身長120cm未満の人は参加できません。申し込み多数の場合は、抽選になります。参加賞と上位チームには賞品があります

申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)

当日参加OK

## ウォーターパーク

昨年の水祭がリニューアル!

子どもたちが水鉄砲を使って遊ぶイベントに変わりました。笑顔になること間違いなし! 暑い夏は水遊びをして暑さを吹き飛ばそう!

- 時間 15時～18時
- ところ お祭り広場
- 入場料 無料 (水鉄砲の貸出もありますが、数に限りがあります)

問い合わせ先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)

21日(日)

## BBQパーク

家族で楽しめるミニBBQスペース (事前予約制) をご用意しました。同会場にてアウトドアに関するワークショップも開催します。

- 時間 15時～18時 (時間制限90分)
- ところ お祭り広場 (14区画)
- 入場料 無料 (網、トング、箸、皿付きの場合は500円)

申し込み先 備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)

### 募金のご協力をお願いします

備後国府まつりの運営資金の一部に充てるとともに、市民の皆さん一人一人に備後国府まつりを盛り上げていただくため、広く募金をお願いしています。

出店に関する申し込み・問い合わせ先

備後国府まつり実行委員会事務局 (☎45-0678)

8)

※ふれあい広場の申し込みは府中商工会議所 (☎45-8200) でも受け付けます。

### ふれあい広場 (商店街) 募集詳細

とき	21日(土)15時～21時	※電源・電気設備は出店者で用意してください。なお、重複するイベントや企画内容などによっては、お断りする場合があります。
ところ	各商店街	
出店料	出店方法・場所により異なります。詳しくは問い合わせてください。	

### お祭り広場屋台会場募集詳細

とき	20日(土)15時～21時・21日(日)15時～21時	※申し込み多数の場合、過去3年以内に出店実績がある人または、市内の団体を優先します。
ところ	お祭り広場	
貸し出し区画	▷20日…16区画 ▷21日…8区画 ▷両日…上の2つに加えて、16区画 ※貸し出しは1団体2区画まで。	
区画	▷間口2.7m ▷奥行3.6m	
1区画の出店料	市内団体25,000円/日 市外団体30,000円/日	

# 図書館 だよ!



新着図書&イベント情報  
図書館へ行こう!

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	④	5	6	7	8
9	10	⑪	12	13	14	15
⑬	17	⑱	19	20	21	22
23	24	⑫	26	27	28	29
30						

○印がお休みです  
**6月の休館日**

## ■府中市立図書館 本館

府中市府中町43 ☎43-4343  
【開館時間 9:30 ~ 19:00】

## ■府中市立図書館 上下分室

府中市上下町上下 861-3  
(上下町民会館内) ☎62-8805  
【開館時間 10:00 ~ 18:30】

<http://www-lib.city.fuchu.hiroshima.jp/toshow/>

## 6月の図書館「おはなし会」

### ■図書館 本館

あかちゃんのおはなし会  
13日(木)11:00~11:20  
おはなし会  
8日(土)・22日(土)  
14:00~14:30

### ■図書館 上下分室

おひざにだっこのおはなし会  
21日(金)10:30~11:00  
おはなしのへや  
15日(土)14:00~15:00

## 柳田邦男特集

6月15日に府中市民病院で行われる講演会に関連した本などを展示します。  
とき 6月17日(月)~30日(日)  
ところ 図書館本館

## 池松 静の アート展 想い

パリ・ベルギー旅行の作品、水彩画、パステル画、アクリル画、ガラス絵などを展示。  
とき 6月14日(金)まで  
ところ 図書館本館

## 特集

おいしい文学  
～食べたくなっちゃう本～

とき 6月5日(水)~7月1日(月)  
ところ 図書館上下分室

## レッツチャレンジ! 電子書籍体験&館内見学ツアー

とき 6月28日(金)15時~16時  
申し込み方法 電話または来館して申し込んでください。  
ところ 図書館本館、上下分室

## ◆◆電子図書紹介◆◆

- カエルの知られざる生態  
まつはし としみつ  
松橋 利光
- 身近なモチーフで始める水彩画  
ほりかわ りまこ  
堀川 理万子

## ◆◆新着図書紹介◆◆



子どもが幸せになることば  
たなか しげき  
田中 茂樹  
子どもも親も幸せになる言葉がけの習慣を紹介



ありちゃんあいうえお  
かこ さとし  
著者が考えて創ったことばあそびの詩などを収録



市内で行われるイベントや市内企業で行われる工場見学や新製品の情報、学校で行う行事など、府中市を元気にする活動を教えてください。

## 取り組みやイベントを教えてください

令和元年を府中市の地域振興元年とし、市内で行われているさまざまな活動を発信するため、府中市のインスタグラム(インスタ)のアカウントを開設しました。

## 活気あふれる活動を発信します!

令和元年は府中市の地域振興元年  
**インスタグラム**  
始めました!



fuchucity.hij.cheerupをフォローしてね!

## 申し込み方法

件名を「インスタ教室申込」として、住所・名前・電話番号を、メールで送ってください。  
✉ fuchucity.hij.cheerup@city.fuchu.hiroshima.jp  
問い合わせ先 地域振興課  
(☎43-7118)

## 参加料

無料

## 定員

先着24人

## 対象

ポムポム

## 対象

ポムポム

対象 これからインスタを始めたかと思っている人で、アプリのダウンロードが可能な人

ところ 府中市こどもの国

とき 6月20日(木) 14時~15時30分

ところ 府中市こどもの国

府中市こどもの国

# ポムポム



考え、学び、感じて、遊ぶ場所。たのしく、心はずむ館内は土足禁止です。スリッパ、シューズなどを持参してください。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

6月の休館日  
○印がお休みです

府中市土生町1581-7 ☎41-4145

【開館時間 9:00~18:00】

<https://kodomo-fuchu.com/>

## ポムポムのイベント予約はWebから!

ポムポム主催のイベントへの申し込みがホームページから簡単になりました。定員の残数も一目で分かります。この機会にイベントに参加してみよう!

イベント時だけでなく、いろいろな木のおもちゃがあるポムポムに遊びにおいでよ。

ポムポム 府中市

検索



## 梅雨の壁面づくり。

折り紙を使って大きなアジサイと一緒に作ろう!ポムポムに飾る壁面を作ります。

とき 6月16日(日) 9:00~12:00、13:00~15:00

参加料 無料

## New ポムポムチャレンジ

職員と一緒にダブルダッチに挑戦だ!

とき 6月1日(土) 13:00~14:00

対象 小学生・義務教育学校1~6年生

## 子どもスイーツ作り教室

とき 6月22日(土) ①10:00~、②14:00~

参加料 300円 ※予約が必要です。

## 府中焼き体験

とき 6月2日(日) ・16日(日)10:00~12:00、14:00~16:00

参加料 300円 ※予約が必要です。

## Instagram始めました!



## ベビーマッサージ

とき 6月11日(火) 10:30~11:00

参加料 無料 ※予約が必要です。

## 茶道教室

とき 6月22日(土) 10:00~11:00

参加料 200円 ※予約が必要です。



栗生のアイデンティティの一つに、学校運営協議会で取り上げられたあじさいがあります。神宮寺で行われるあじさい祭りの活性化と、児童や保護者の地域への誇りを高めることを目指し、家庭教育充実部会で

## あじさい絵画コンクールを実施

「自ら開こう未来の扉!」クリティイ・スクール 栗生小学校では、地域課題に向き合い、共に学ぶ活動を通して、地域への誇りとグローバルな感覚をもった、社会に役立つ人づくりに取り組んでいます。



直後の西日本豪雨災害では、落ち着いて行動できました。

栗生地域は、土砂災害危険地域も多く、児童・保護者を含めた地域全体の防災意識を高めることが大きな課題でした。そこで、学校・保護者・地域が一緒に防災参観日を実施し、道徳授業参観、救命法講習、防災士講話、4年生の防災マップ発表、引き渡し訓練を行いました。

## みんなで高めよう防災力

あじさい絵画コンクールを開催しました。祭りへの参加者が増え、ふるさとのよさの再発見もできました。

第2回

# みんなで進めル 「コミュニティ・スクール」

(略してCS)

栗生小学校

## あじさい祭り

見事に咲き誇った80種3,000株のあじさいをご観賞ください。期間中、撮影会や苗の無料配布などを行います。

とき 6月6日(木)~30日(日)

ところ 神宮寺(栗柄町)



### ◎期間中のイベント情報

▷福祉バザー…6月15日(土)・16日(日)・22日(土)・23日(日)

▷撮影会…6月20日(木)10時~11時50分

▷ミニ盛り花体験

…6月23日(日)13時~15時

※材料代300円。

▷苗の無料配布…6月30日(日)

※車1台につき1株。限定100株のみ。

問い合わせ先 神宮寺 (☎45-5118)

## 日々の備えが、 ため池と地域を守ります

市内には多くのため池があり、地域の水がめとして重要な役割を担っています。

しかし、大雨や地震によりため池が決壊すると甚大な被害をもたらすため、日々の点検や管理を十分に行うことが重要です。

ため池を管理している皆さんは、次のことに気を付けて点検を行い、災害の未然防止に努めましょう。

▷堤防に樹木が育成していると、堤防の土を緩めるなど漏水の原因となります。立ち木や雑草は刈り払っておきましょう。

▷土や石などが余水吐に堆積していると、大雨のときに十分な排水ができなくなります。余水吐をふさいでいる物は取り除いておきましょう。

▷堤防の陥没や漏水などの異常を見つけたら、速やかに農林課に連絡してください。

問い合わせ先 農林課 (☎43-7132)

## 上下あやめまつり

300種10万本の色とりどりの花ショウブが、あやめ園に咲きます。期間中の土曜日・日曜日にはステージイベントなどが行われます。

とき 6月8日(土)~23日(日)

ところ 矢野温泉公園四季の里あやめ園



料金 大人400円、小・中学生・義務教育学校生200円

問い合わせ先 矢野温泉公園四季の里  
(☎62-4990)

おでかけください! 広域へ 神石高原町



## 豊松ほたる祭り

とき 6月15日(土)18時30分~21時30分

ところ 豊松協働支援センター

## 大切な命を守るために 住宅用火災警報器の設置・維持管理を!

住宅に設置の義務がある住宅用火災警報器は、火災の煙や熱などを感知し、音声や警報音で知らせてくれるため、火災の早期発見に大変有効です。いざというときに正しく作動するよう点検や清掃を定期的に行ってください。また、設置していない家庭は早急に設置してください。

◎点検…ひもを引っ張るものやボタンを押すものがあります。詳しくは取扱説明書を確認してください。

◎清掃…ほこりなどが付くと、感知しにくくなるため、乾いた布で拭くなどしてください。シンナーなどの有機溶剤は絶対に使わないでください。

問い合わせ先 福山地区消防局予防課  
(☎084-928-1192)

# 消費生活情報

〈SDGs・世界を変革する17の目標〉

SDGs（エスディージーズ）とは2015年9月の国連サミットで採択された、2030年までに行う国際目標で、持続可能な世界を実現するための17の目標を掲げています。これは、世界共通で取り組むユニバーサル（普遍的）なものであり、地球上の誰一人として取り残さないことを誓い、日本も積極的に取り組んでいます。

## SDGsの17の目標

- ① 貧困をなくす
- ② 飢餓をなくす
- ③ 健康と福祉の平等の実現
- ④ 教育の機会の確保
- ⑤ ジェンダーの平等の実現
- ⑥ 水と衛生の確保
- ⑦ エネルギーの確保
- ⑧ 経済と雇用の確保
- ⑨ 産業と技術の促進
- ⑩ 不平等の廃止
- ⑪ 住みよい町づくり
- ⑫ 持続可能な消費と生産
- ⑬ 気候変動対策

### 消費生活に関する相談場所

府中市消費生活センター  
(☎43-7106)

※市役所南棟にあります。

相談日 毎週月・火・木・金  
曜日10時～12時、13時～16時  
※祝日・年末年始は除く。

上下町民会館での消費生活出張相談もあります。詳しくは、府中市消費生活センターへお問い合わせください。

### 消費者庁の取り組み

- ⑭ 海洋資源の保全
- ⑮ 陸上資源の保全
- ⑯ 平和な社会をつくる
- ⑰ 各国のパートナーシップで目標を達成する

消費者庁は、SDGsに貢献する取り組みとして、倫理的消費の普及を推進しています。また、各省庁と連携して、食品ロスの削減国民運動にも取り組んでいます。各目標は各々で完結するものではなく、重層的

に関連しています。例えば、⑫の消費と生産に関する目標は、⑨の技術革新や③の健康福祉と関連しています。また、④の生涯教育の推進や⑪の住みよい町づくりは、ライフステージに応じた消費者教育の推進につながっています。今日の地球環境や世界のあり様は、私たちのこれまでの消費者行動の結果であると言えます。これからの持続可能な世界の実現も、一人一人の消費者行動にかかっています。ゆりかごから墓場まで、私たちは消費者として、日々の暮らしを、立ち止まってみつめ直してみませんか。



## 駅長オススメ情報

道の駅  
びんご府中

こだわりの味と伝統の技に出逢う喜び。

### 大人気のレストランテイクアウトメニューをご紹介します！

◎月に約800個も  
売れる大人気メニュー

府中味噌メンチカツは、春の新メニューで定食として提供していましたが、テイクアウトができる軽食コーナーでの販売により、爆発的な人気となっています。

◎そのままでも、オリジナルソースをかけてもGOOD！

特徴は何といっても、ふんだんに使われている地元府中味噌です。牛・豚のミンチ肉にこんにゃく・れんこん・キャベツ・玉ねぎなどの具材を府中味噌で味付けをすることにより、コクが出ています。

外はサクツとした食感で、しっかり味が付いていて、お酒のおつまみや晩御飯のメインの一品としてもぴったりです。さらに、白味噌と赤だし味噌を加えたオリジナル味噌ソースをかけて食べることもできます。

テレビでも紹介されました！  
大きくて中身ぎっしり！  
府中味噌メンチカツ 300円  
府中味噌メンチカツ定食 680円



問い合わせ先  
道の駅びんご府中  
(☎54-2300)

6月の納税など

■市・県民税…第1期分  
 ※納期限は7月1日(月)です。  
 税務課納付相談窓口延長日  
 毎週木曜日・19時まで(祝日を除く)  
 問い合わせ先 税務課 (☎43-7122)

■介護保険料…第2期分  
 ※納期限は7月1日(月)です。  
 介護保険課納付相談窓口延長日  
 6月27日(木)・19時まで  
 問い合わせ先  
 介護保険課 (☎40-0222)

催し

離乳食教室の参加者募集

子どもの月齢に応じた離乳食を作る教室の参加者を

募集します。

とき 7月19日(金)10時

12時

ところ リ・フレ

対象 9か月までの子ども

定員 先着10組

参加料 無料

持ってくるもの エプロン、

バンダナまたは三角巾、

手拭きタオル、ミルクや

お茶などの飲み物、替え

のオムツと袋、必要であ

ればベビーカーやおんぶ

ひもなど

申し込み方法 7月12日(金)

までに電話で申し込んで

ください。

申し込み・問い合わせ先

健康推進課(リ・フレ内

・☎47-1310)

パパママ教室の参加者募集

とき 6月7日(金)13時30

分~15時

ところ リ・フレ

対象 府中市に住民票のあ

る妊婦とその家族

内容 栄養士の話、簡単ク

ッキングなど

定員 先着8組

持参するもの 母子健康手

帳、筆記用具、飲み物

参加料 無料

申し込み方法 6月4日(火)

までに電話で申し込んで

ください。

申し込み・問い合わせ先

健康推進課(リ・フレ内

・☎47-1310)

府中市文化センター

◎月いち演奏ライブ

とき 6月16日(日)10時

11時30分

出演 ▽箏曲：奏美会(乗

田社中) ▽ソロギター

：まあちゃん(小川政志)

▽アンサンブル：府中シ

ティオーケストラ

入場料 無料

◎たまに観るのもええが

映画「日日是好日」上映会

お茶の魅力に気付き、惹

かれていった女性が体験す

る、静かなお茶室で繰り広

げられる精神の大冒険の物

語です。

とき 6月23日(日)13時30

分

※開場は13時。

入場料 ▽前売り券：1,000円

▽当日券：1,300円

問い合わせ先

府中市文化センター

(☎45-6000)

動いて脳トレ脳活教室

認知症予防と健康増進を

兼ねた運動教室です。脳を

活性化させる運動や、有酸

素運動などを行います。交

流もできる楽しい教室です。

とき 6月19日(水)10時

12時

ところ リ・フレ

対象 65歳以上の人で、医

師から運動制限を受けて

いない人

参加料 無料

持参するもの 飲み物、タ

オル

※動きやすい服装でお越し

ください。

問い合わせ先 介護保険課

(☎40-0223)

旭公民館

◎絵手紙教室作品展

とき 6月7日(金)~22日

(土)15時~21時

※日・月曜日、祝日は休館。

入場料 無料

◎第九回旭寄席

とき 6月9日(日)14時

※開場は13時30分。

出演者 笑福亭恭瓶、林家

笑丸、桂 九雀

入場料 1,000円

問い合わせ先 旭公民館

(☎45-5903)

クルトピア栗生

◎ウォーキング参加者募集

「栗生健康への道」

とき 6月23日(日)9時

13時

コース クルトピア栗生

オオムラサキの里

参加料 100円

※損害保険料を含む。

持参するもの 弁当、水筒、

雨具、手袋など

※歩きやすい運動靴で参加

してください。

申し込み期限 6月20日(木)

※小学校・義務教育学校4

年生以下の児童は、保護者

同伴で参加してください。

◎陶芸教室学習発表展

とき 6月28日(金)~7月

6日(土)13時~17時

※最終日は16時まで。日・

月曜日は休館。

入場料 無料

問い合わせ先

クルトピア栗生

(☎45-3701)

**ボランテニアフェスティバル**

府中のボランテニア活動が分かる楽しいイベントです。ボランテニアを「知りたい」「体験したい」と思っている皆さん、ぜひお越しください。

とき 6月2日(日)9時30分～14時

ところ リ・フレ

内容 ボランテニア体験コーナー、バザー、ビンゴゲーム、ミニ盛り花など

入場料 無料

問い合わせ先 府中市社会福祉協議会(☎47-1294)

**10月に府中プレミアム付商品券「備後国府通寶」を発売**

消費税・地方消費税引き上げの影響を緩和し、市民への消費を促すため、10月に府中プレミアム付商品券を発売します。

◎取り扱い加盟店を募集  
府中プレミアム付商品券「備後国府通寶」を利用してきる取り扱い加盟店を募集しています。  
対象 府中商工会議所また

は上下町商工会の会員事業所などで、一般消費者向けに商品の販売やサービスを提供する市内の店 ※業種は問いません。

登録料 無料  
換金手数料 無料

※加盟店が負担する費用は一切ありません。

申し込み方法 府中商工会

議所または上下町商工会にある申込書で申し込んでください。府中商工会議所のホームページからダウンロードもできます。

申し込み期限 6月10日(月)

問い合わせ先 府中商工会議所(☎45-8200)

または上下町商工会(☎62-3504)

**健康ヨガ教室無料体験**

7月～9月の健康ヨガ教室第2期に先駆けて、無料体験レッスンを開催します。

とき ▽7月4日(木)10時30分～11時30分 ▽7月5日(金)14時～15時

ところ TTCアリーナ

対象 16歳以上の人

定員 各回先着15人

※原則として、どちらか1

回のみ参加となります。申し込み方法 直接または電話で申し込んでください。申し込み・問い合わせ先 TTCアリーナ(☎41-8500)

**上下歴史文化資料館のエントランス展示**

◎片野富士子リメイク展 受け継いだ母のおもかげ 上下町の片野富士子さんが、母の着物をリメイクして製作した洋服や傘などの作品を展示します。



とき 6月30日(日)まで

10時～18時

※最終日は12時まで。祝日を除く月曜日は休館。

入場料 無料

ところ・問い合わせ先

上下歴史文化資料館(☎62-3999)

**資料館フェスタ**



とき 6月22日(土) 10時30分～12時、13時～15時

**チャレンジ古代体験**

▽まがたま作り：300円 石を削って、オリジナルのまがたまを作ります。 ※受け付けは、10時30分～11時30分、13時～14時。

**無料の催し**

▽備後国府CG体験 ささやき橋のラブストーリーイベントが追加!



協力は、府中市地域おこし協力隊、府中高校地歴部・放送部生徒。

▽国府衣装の試着 ▽投票の体験 ▽国府ぬりえ



郡役所庁舎について 教えてください

資料館の建物は、府中町一番地から移築した旧芦品郡役所庁舎です。移築前は県の地方事務所としても使用されていました。現在、移築前の写真などの情報を集めています。ぜひ、建物に関する情報を資料館フェスタ会場で聞かせてください。

**ありがとうの**

**ちよつと大きな絵手紙展**

とき 6月6日(木)～30日(日)10時～17時

※祝日を除く月曜日は休館。

入場料 無料

ところ・問い合わせ先

府中市歴史民俗資料館(☎43-4646)

お知らせ

経済センサス基礎調査を行います

6月から令和2年3月まで行うこの調査は、調査員が全ての事業所の活動状況を実地に確認し、新たに把握した事業所など一部の事業所には調査票を配布します。調査へのご理解・ご協力をお願いします。

問い合わせ先 総務課  
(☎437115)

緊急通報装置をご利用してください

ボタンを押すだけで24時間いつでもコールセンターへ通報できる仕組みです。一人暮らしの高齢者などの緊急時の対応を行います。一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯であれば、所得金額に関わらず利用できますので、相談してください。

一人暮らしの高齢者、高齢者のみの世帯  
料金 保守管理料：月500円  
※生計中心者の前年の所得税額に応じて、設置時の負担金が必要になる場合があります。

問い合わせ先 介護保険課  
(☎4010223)

労災保険と雇用保険を合わせて労働保険といい、働く人が労働災害に遭った時や失業した場合に、必要な保険給付を行うなど、安心して働けるように作られた制度です。

更新期間 6月3日(月)～7月10日(水)

問い合わせ先 福山労働基準監督署 (☎084492310214)

土地の売却を行います

とき 6月26日(水)10時～  
ところ 府中市役所  
売却する土地 府中市土生町字緑ヶ丘390番2 (宅地 368・88㎡)  
入札保証金 入札金額の100

労働保険の年度更新は正しくお早めに

政治倫理の確立のための府中市長の資産等の公開に関する条例に基づいて、府中市長の保有する資産などの報告書の閲覧を行います。

市長の資産を公開します

政治倫理の確立のための府中市長の資産等の公開に関する条例に基づいて、府中市長の保有する資産などの報告書の閲覧を行います。

教科書の展示を行います

小学生・義務教育学校1～6年生と、中学生・義務教育学校7～9年生の令和2年度から使う教科書を採択のため展示します。中学生・義務教育学校7～9年生の道徳の教科書を除きます。

児童手当を支払います

2月～5月分の児童手当を6月7日(金)に支払います。

児童手当の現況届を提出してください

児童手当を受け取っている人は、6月1日現在の状況を記載した現況届の提出が必要です。提出が必要な人には通知をしますので、提出をしてください。

児童手当の現況届を提出してください

児童手当を受け取っている人は、6月1日現在の状況を記載した現況届の提出が必要です。提出が必要な人には通知をしますので、提出をしてください。

府中市の人口(5月1日現在)

人口	39,322人 (-78)	出生	18人
男性	18,959人 (-39)	死亡	49人
女性	20,363人 (-39)	転入	141人
世帯数	17,420世帯 (-9)	転出	188人

※ ( ) は前月比。

改元詐欺にご注意!

なくそう特殊詐欺被害!府中警察署元号の改元前には「元号が変わるのでキャッシュカードを変更する必要があります」などと言い、キャッシュカードをだましとる詐欺が発生しました。今後は、「元号が令和に変わったので…」などと言う、さらに便乗した新手の改元詐欺が発生することが予想されます。「キャッシュカードを預かります」「暗証番号を教えてください」と言ってきたら100パーセント詐欺です。不審な電話があれば、すぐに家族や警察に相談しましょう。



**相談**

**年金無料相談窓口**

とき 6月8日(土) 9時30分～16時

ところ 備後府中年金事務所  
予約で相談がスムーズに!

予約なしでも相談・手続きができますが、予約の人が優先になります。

問い合わせ先 備後府中年

金事務所(☎417421)

**こころの健康相談**

不眠やストレス、ひきこもり、お酒などの依存、大切な人を亡くした悲しみなど、誰にも相談できず、抱え込んで悩んでいますか。医師や専門の相談員などが無料で相談に応じます。全ての相談は、前日の12時まで予約が必要です。

◎府中市こころの健康相談

とき 6月13日(木)・27日(木) 13時30分～15時30分

ところ リ・フレ

申し込み・問い合わせ先 健康推進課(リ・フレ内

☎471310)

◎ひきこもり・うつ等専門相談  
とき 6月11日(火) 13時～15時

ところ 広島県福山庁舎

◎不眠相談

とき 6月25日(火) 13時～15時

ところ リ・フレ

申し込み・問い合わせ先

広島県東部保健所福山支所保健課(☎0849211311)

**身体障害者福祉相談**

とき 6月18日(火) 13時～16時

ところ 上下町民会館

相談料 無料

問い合わせ先 府中市身体

障害者相談員協議会・広畑(☎455420)

**6月の生活相談**

各種無料相談の開催日時

◎一般相談

とき 6月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水) 13時～16時

ところ リ・フレ

※受け付けは13時～15時。

電話、ファクス(☎4711)

055)でも相談できます。◎司法書士相談

ヘリ・フレ会場

とき 6月5日(水) 13時～16時

※受け付けは13時～15時。

◎上下町民会館会場

とき 6月22日(土) 10時～12時

※受け付けは、6月3日(月)～14日(金)の9時～17時。

府中市社会福祉協議会上下支所に直接または電話(☎6212566)で予約が必要。定員(8人)になり次第締め切ります。

◎弁護士相談

とき 6月19日(水) 13時～16時

ところ リ・フレ

※受け付けは、当日9時～13時。直接または電話での予約が必要。定員(7人)になり次第締め切ります。

問い合わせ先 府中市社会福祉協議会(☎4711294)

**不動産無料相談会**

土地や建物の売買、借家問題、苦情処理など、複雑な不動産取引の相談に無料

で応じます。予約が必要です。

とき 6月14日(金) 13時～16時

ところ 府中商工会議所

申し込み・問い合わせ先 府中商工会議所(☎4518200)

**行政書士による無料相談会**

相続、成年後見、協議離婚などの相談に応じます。

とき 6月19日(水) 13時～16時

※事前に予約が必要です。

ところ 府中市消費生活センター

申し込み・問い合わせ先

広島県行政書士会福山支部(☎08492213876)

**ひとり親家庭のための弁護士巡回相談会**

ひとり親や寡婦をとりまくさまざまな問題に、弁護士・養育費専門相談員が無料で相談に応じます。

とき 6月11日(火) 13時～15時15分

※相談時間は1人45分。事前に予約が必要です。

ところ 女性こども課相談室

**中小企業や創業者を応援！フクビズ出張相談会in上下**

福山ビジネスサポートセンターFUKUBIZは、備後圏域の事業者や起業希望者を応援する公共の産業支援機関で、業種・業態に関わらず、事業の悩みに無料で応えます。府中市内の事業者からも年間100件を超える相談実績があります。

とき 6月24日(月) 10時～17時

※1事業者1時間。

ところ 上下町商工会

対象 中小企業者、個人経営者、創業予定者、NP

〇法人など

定員 先着6人

申し込み方法 電話で申し込みください。

申し込み・問い合わせ先 商工労働課

(☎437190)

# 募集

## 放送大学入学生募集

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。資料を無料で差し上げています。

出願期間 6月15日(土)～9月20日(金)

申し込み・問い合わせ先

放送大学福山サテライト  
スペース(☎084-991-2011)

## 県営住宅入居者募集

申込みのしおり配布開始日

6月11日(火)

配布場所 市役所都市デザ  
イン課

募集内容 募集住宅、申し込み方法および資格などについては、配布資料をご覧ください。

受け付け期間 6月18日(火)

～20日(木)8時30分～17時

受け付け・問い合わせ先

県営住宅指定管理者 堀田・誠和共同企業体 住

# 採用

## 社会福祉法人静和会職員募集

◎大日学園

職種	予定人数
生活支援員 ※短大卒以上。	2人
相談支援員 ※短大卒以上。	1人
看護師 ※正・准看護師免許を有する人が取得見込みの人。	1人
調理員	1人

◎府中静和寮

職種	予定人数
介護職員(ケアワーカー) ※短大卒以上、福祉関係資格優遇。	3人
生活相談員 ※短大卒以上、福祉関係資格優遇。	1人
看護師 ※正・准看護師免許を有する人。	2人
調理員	2人

◎府中おつみ園

支援員：1人

宅管理センター(☎084-943-6622)

※短大卒以上。

申し込み期間 6月3日(月)～25日(火)

試験予定日 7月6日(土)

採用予定日 令和2年4月1日

※期日前採用も可能です。

申し込み・問い合わせ先

静和会法人本部

(☎44-6678)

## 国税庁の税務職員募集

対象 次のいずれかに該当する人

▽4月1日時点で、高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から3年を経過していない人および、令和2年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの人

▽人事院が前に掲げる人に準ずると認める人

申し込み方法 インターネット、郵送または持参

申し込み期間 6月17日(月)

～26日(水)

※郵送の場合は、6月19日

(水)までの日付印有効、持

参は6月19日(水)中。

お問い合わせ先 府中税務署

(☎45-2570)

# 講演・講習

## 広島県失語症者向け意思疎通支援者養成研修

失語症者の外出場面などでのコミュニケーションを助ける支援者を養成する研修です。講義と実技で必要な知識と技術を習得します。

とき 1回目は8月4日(日)10時～16時(全9回)

※2回目以降の日程、場所

申し込み方法は、問い合わせください。

ところ 広島市東区地域福祉センターなど

※回によって異なることがあります。

対象 受講後に失語症者の支援に携わることのできる18歳以上の人

定員 30人

受講料 無料

申し込み期限 7月20日(土)

◎市民公開講座「失語症者向け意思疎通支援者とは何か」

とき 10月6日(日)13時30分

ところ ビッグフロントひろしま

定員 先着190人

お問い合わせ先 広島県言語聴覚士会事務局(☎082-921-3230、FAX082-921-3237)

市民のための救急医療講演会

どなたでも参加できます。

とき 6月6日(木)19時～20時40分

ところ リ・フレ

内容 ①講演「循環器救急を知ろう!」：19時～20時 ②AED実技指導：20時～20時40分

講師 ①なかはまハートクリニック 院長 中濱一さん ②福山地区消防組合府中消防署員

参加料 無料

問い合わせ先 府中地区医師会(☎45-3505)

## 福山地区消防局講習・試験

◎甲種防火管理新規講習

とき 7月31日(水)9時50分～16時50分、8月1日

(木)9時50分～15時55分

※受け付けは、両日とも9時20分～9時50分。

ところ まなびの館ローズ

コム

定員 先着190人

お問い合わせ先 広島県言語聴覚士会事務局(☎082-921-3230、FAX082-921-3237)

申し込み方法 6月17日(月)～28日(金)までに(一財)広島県消防設備協会へフアックスで申し込んでください。

お問い合わせ先 一般財団法人広島県消防設備協会(☎082-243-2002)

◎消防設備士資格試験(全種類)

とき 8月25日(日)

ところ 広島県立福山工業高等学校

申し込み方法 ▽電子申請 : 6月18日(火)～25日(火) ▽書面申請 : 6月21日(金)～28日(金)

問い合わせ先 (一財)消防試験研究センター(☎082-223-7474)

◎消防設備士試験準備講習会(前期)(第1類、第4類、第6類)

とき 7月12日(金)9時～

※受け付けは8時40分。ところ まなびの館ロースコム

定員 各先着30人

申し込み方法 6月17日(月)～7月5日(金)までにフアックスで(一財)広島県消防設備協会へ申し込ん

でください。

◎危険物安全推進セミナー

6月2日(日)～8日(土)は、危険物安全週間です。

ガソリンなどの石油類の危険物は、取り扱いを誤ると火災などに繋がるため、正しい知識と理解を深めま

しょう。

とき 6月3日(月)14時～16時

ところ リーデンロース

演題 腐食による事故事例とその対策について

講師 株式会社ベンチャー・アカデミア 代表取締役、横浜国立大学 名誉教授 朝倉祝治さん

問い合わせ先 福山地区消防局予防課(☎084-928-1192)

**府中ビジネス講座**

◎リーダーシップ&アンガーマネジメントセミナー

経営者として、感情をコントロールする技術IIアンガーマネジメントを学びま

す。怒りの感情のメカニズムから上手な叱り方を学び、

経営者自身のストレスを軽減させる手法を習得するこ

とを目指します。

とき 6月12日(水)14時～16時

講師 ホスピタリティ&マナー・ラボ 代表 長澤

さおりさん

申し込み期限 6月5日(水)

◎会社を変えるかたづけの力セミナー

整理されていない書類、山積みになった部品など、現場の無駄なコスト削減するため、会社の片付けをし

STEM化し、風通しの良い社内環境づくりを学びます。

とき 7月12日(金)14時～16時

講師 スッキリ・ラボ代表 かたづけ士 小松 易さん

申し込み期限 7月5日(金)

ところ 府中商工会議所

受講料 1,000円

※府中商工会議所会員は無料

申し込み・問い合わせ先 府中商工会議所

(☎45-8200)

**令和元年度 障害者委託訓練生募集**

対象 公共職業安定所に求職登録している人 **受講無料**  
 ※在職者訓練コースは除く。  
 申し込み方法 府中公共職業安定所で申し込んでください。

知識・技能習得訓練コース

コース	対象	定員	申し込み期間
介護初任者研修科	精神・身体障害者など	10人	6月25日(火)まで
PC初級スキル習得科4	精神・身体障害者など	10人	8月1日(木)～11月8日(金)

e-ラーニングコース(インターネットを活用した自宅での通信訓練)

コース	対象	定員	申し込み期限
Web制作在宅ワークコース	重度障害者など	10人	11月1日(金)

問い合わせ先 府中公共職業安定所(☎43-8609)または広島障害者職業能力開発校(☎082-254-1766)

**今月の表紙**

府中市出身のロックミュージシャン森友嵐士さんが、府中ロマン親善大使に就任しました。自分が生まれ育ち、ルーツでもある府中を盛り上げたいという熱い思いを胸に、これから府中でさまざまな活動をしていかれます。広報・facebookなどでその活動もお伝えしていきます。

**編集者のつぶやき**

6月は梅雨の時期です。この時期には、昨年の豪雨災害のように、集中的に短時間で大雨が降る可能性があります。大雨だけでなく、いつ起こるか分からない災害に対して、非常に必要なものを準備したり、家族で集まる場所を決めたり、今できることをしましょう。⑩

# 舌苔が舌の表面に付いていませんか

## 舌苔が付着しやすい人の傾向

- 舌の表面は頬や歯肉の粘膜のようにツルツルではなく、舌乳頭という小さなヒダ状の上皮が多数あります。そのヒダの間に、食べかすや口腔内細菌、粘膜の剥がれた上皮などが蓄積して、白色や茶色くなり、厚くこびり付いているものを舌苔といいます。舌苔を放置すると、口臭や誤嚥性肺炎、味覚障害、その他感染症の原因になるので注意が必要です。
- 舌苔の付着量が多くなる要因はさまざまです。
- ▽ストレスや緊張
- ▽加齢
- ▽内科的疾患
- ▽内服薬の副作用
- ▽口呼吸
- ▽口腔機能の低下

舌の表面はヒダ状となっているため、健全な状態でも薄い白色に見えることがあります。薄い程度ならあまり問題はないですが、白く厚い舌苔や変色している

舌苔が付着している場合は除去が必要です。



## 舌苔の除去方法

舌苔の除去には、ブラシを使う機械的除去方法と専用のトローチ状タブレットを舐める化学的方法とがあります。機械的除去が一般的です。機械的除去には専用の舌ブラシを使い、表面をなでるように優しく奥側から前方へ移動させるのがポイントで、1回ごとに水洗いしてブラシに白いものが付かなくなるまで数回繰り返します。力強く長時間間こすると、舌を傷つけて炎症を起こすので注意しましょう。詳しくは、かかりつけの歯科医院に相談してください。

文責 さの歯科医院

佐野倫三

## は・歯・はのピカ・ピカ 親子歯科教室

歯を上手に磨くポイントや虫歯の予防方法などを分かりやすく無料で指導します。参加者には歯ブラシをプレゼントします。

とき 6月8日(土)14時~15時  
 ところ 府中市こどもの国ポムポム  
 対象 小学校・義務教育学校3年生までの子どもと未就学児の保護者  
 内容 歯についてのお話と歯磨き指導  
 講師 フジモト歯科 藤本俊介さん、歯科衛生士の皆さん  
 問い合わせ先 健康推進課元気づくり係(リ・フレ内・☎47-1310)または健康づくり係(上下保健センター内・☎62-2231)

## 希望者には無料でフッ素塗布 無料歯科健診

市民の皆さんの豊かで健康的な生活のため、虫歯、歯周病、かみ合わせなど、お口の中のヘルスチェックをします。気軽にお越しください。

とき 6月8日(土)9時~12時  
 ところ 府中市・福山市新市町内の全ての歯科医院  
 対象 府中市・福山市新市町の市民  
 内容 歯科健診、ブラッシング指導、歯ブラシ配布、希望者に無料でフッ素塗布  
 問い合わせ先 健康推進課元気づくり係(リ・フレ内・☎47-1310)または健康づくり係(上下保健センター内・☎62-2231)

## 6月1日~7日は HIV検査普及週間です エイズ相談・HIV検査

広島県内でも、HIV感染者・エイズ患者数が増加しています。感染を早期に発見し、適切な時期に治療を始めることがとても大切です。当日に検査結果が分かります。

とき 毎月第2月曜日の9時~15時30分  
 ところ 広島県福山庁舎  
 相談・検査料 無料  
 ※検査日の前週の金曜日までに予約が必要です。  
 申し込み・問い合わせ先 広島県東部保健所福山支所保健課(☎084-921-1311)

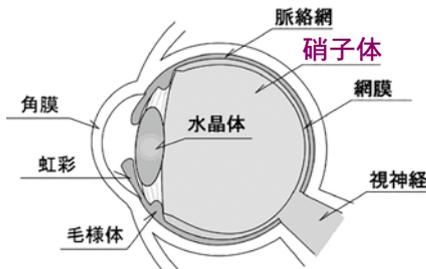
# 黒いものが飛んでいる…これって病気？

## 飛蚊症とは

目の中には卵の白身のよ  
うな透明なゲル状の液体が  
あり、これを硝子体とい  
います。この硝子体が何らか  
の原因で変化を生じると、  
視野の中に黒い蚊、糸くず  
おたまじやくし、輪などの  
ようなものが浮かんで見え  
目を動かすと一緒に動く症  
状を自覚することがありま  
す。この症状を飛蚊症とい  
います。

## 原因

飛蚊症には、加齢性変化  
が原因の生理的飛蚊症と、  
病的飛蚊症があります。  
病的飛蚊症は、次のよう  
な目の病気の一つの症状と  
して現れることがあります。



## 検査方法

- ▽網膜裂孔
- ▽網膜剥離
- ▽硝子体出血
- ▽ぶどう膜炎

## 治療方法

診断には、散瞳薬を用い  
ての眼底検査が必要です。  
散瞳薬を使うと瞳孔が開き、  
瞳孔が元に戻るまでに5時  
間前後かかるため、その間  
は車やバイクの運転は控え  
るようにしてください。

生理的飛蚊症であれば、  
特に治療は必要ありません。  
しかし、病的飛蚊症の場合  
は、その病気に応じた治療  
が必要となります。

飛蚊症は珍しい症状では  
ありませんが、その原因が  
生理的なものなのか、それ  
とも病的変化を伴うものな  
のかを判断することが大切  
です。飛蚊症を初めて自覚  
したときや急に症状がひど  
くなったときは、早めに眼  
科を受診し、眼底検査を受  
けるようにしましょう。

文責 ひがき眼科

檜垣卓夫

	内容	医療機関名など	電話番号	診療・受付時間
夜間・救急医療機関	小児科 夜間医療	福山夜間小児診療所(福山市三吉町南)	☎084-922-4999	毎日19:00~23:00(受け付けは22:45まで)
	救急医療電話相談	こどもの救急電話相談	#8000	毎日19:00~翌8:00
精神科	救急医療	福山友愛病院(福山市水呑町)	☎084-956-2288	毎日24時間
	救急医療相談	精神科救急情報センター(広島市安芸区)	☎082-892-3600	毎日24時間
全般	夜間医療	福山夜間成人診療所(福山市三吉町南)	☎084-982-9946	毎日19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡)
	音声ガイドによる休日夜間などの当番医情報提供	広島県救急医療情報ネットワーク 県全域	☎0120-16-9901	毎日24時間

※救急&予防サイト 《こどもの救急》 <http://kodomo-qq.jp>

6月	府中・新市・駅家地区の休日当番医						上下町の休日当番医	
	外科		内科		内科			
2日①	小島病院 (福山市駅家町)	☎084-976-1351	佐野内科医院 (鵜飼町)	☎45-5310	寺岡記念病院 (福山市新市町)	☎52-3140	府中北市民病院 (上下町上下)	☎62-2211
9日①	有地医院 (府中町)	☎41-3670	谷医院 (府川町)	☎45-1188	ふれあい診療所 (福山市駅家町)	☎084-976-4334	府中北市民病院 (上下町上下)	☎62-2211
16日①	府中市民病院 (鵜飼町)	☎45-3300	佐々木内科 (中須町)	☎52-6555	石川医院 (福山市芦田町)	☎084-958-3931	府中北市民病院 (上下町上下)	☎62-2211
23日①	寺岡記念病院 (福山市新市町)	☎52-3140	ほそや内科クリニック (中須町)	☎40-0780	草浦医院 (福山市駅家町)	☎084-972-8885	府中北市民病院 (上下町上下)	☎62-2211
30日①	石川クリニック (福山市新市町)	☎51-8650	唐川医院 (中須町)	☎45-4030	瀬尾医院 (福山市新市町)	☎51-2169	府中北市民病院 (上下町上下)	☎62-2211

※変更されることがありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。診療時間は9:00~17:00。

# 出土遺物に注記する

## ふちゅう歴史散歩

Vol.98



ドウジョウ遺跡出土 青磁

表には文様があり、釉薬が掛かっていて大切な部分なので破面に注記しています。

08府市03T  
C区 5層  
080801



前原遺跡出土 軒丸瓦

出土地点名  
出土地区(土層など)  
日付

01前原2T  
2・3層  
011010

表には文様があるので裏に注記します。

注記は、発掘調査によって出土した遺物に、出土状況の情報を記入する作業です。出土した遺物を洗浄後、十分に乾燥させ発掘作業時の取り上げラベルごとに、土器・瓦・鉄などの金属・木製品・石製品などに分類します。そして、後の観察や写真撮影の時に影響が少ない部分を選んで、誰が見ても読める出来るだけ小さい文字で、出土地点や土層、出土年月日などの重要な情報を注記します。遺物自体に注記することで、展示などで取り上げ、ラベルと離れた場合でも、出土地不明という事態を防ぐことができます。注記することにより、初めて出土遺物は資料化されるので、重要な作業というわけです。展示遺物を見るときに、注記にも注目してみてください。

—市民レポーターが府中の魅力を投稿します—

## ふちゅう Sai 発見!

高校生編 その55



投稿者 (文と写真)

上下高校2年生  
田中亜季さん

### 生姜のラベルのデザインが採用されて

私は上下高校の美術部に所属しています。今年に入って顧問の先生から、上下町が力を入れ始めた生姜の特産品のラベル図案を依頼された話を聞きました。これまで上下高校美術部は地域の行事のポスターや看板を制作するなど、さまざまな面で地域に貢献



しています。今回の依頼では、私のデザインが採用され、上下のひな祭りで表彰された時は、「地域に少しは貢献することができたかな。」とうれしく感じるとともに大きな励みにもなりました。

ラベルのデザインを制作するにあたり、どんな図柄だと生姜が可愛くなるか、どうやったら人の目に付くものになるかをポイントに考えていきました。みんなに最初見せた時「これは可愛いねえ。」と言われ、私の意図が伝わっていると感じています。

これからも、地域に貢献できるさまざまな活動を積極的に発信していきたいと思っています。

### 府中市RCCラジオ番組「府中に夢中！」

毎週月曜日16:30~16:45 (そのうちの5分間) RCCラジオ (1530kHz)

放送日	放送内容
6月3日(月)	あやめまつりに行こう「出演 まちづくり振興公社」
6月10日(月)	備後府中焼き店舗紹介「鉄板焼 やまもと」
6月17日(月)	企業・起業紹介「チロル」
6月24日(月)	子どもの作品・学校紹介「上下南小学校」

4月1日から  
新たに開始!

ラジコでも  
聴ける!

公式SNS  
facebook

スマホアプリ  
radiko (ラジコ)

府中市メール配信  
サービス

