

広報

令和元年

8/1

ふちゅ

No.1251

public relations FUCHU



特集 ホツとできる場所
楽しい子育てを多方面からサポート！子育てステーション

特集

ホッとできる場所

楽しい子育てを多方面からサポート！

子育てステーション

妊娠期から子育て期までの全ての人の妊娠・出産・育児をサポートします。

府中市では、家族が安心して子育てをできるまちを目指しています。慌ただしい毎日に、のんびりした時間を過ごしたり、相談ができる場所や時間が増えて、笑顔で子育てができる環境づくりを進めていきます。



山岡未佳さんと悠衣花ちゃん

その必要性を山岡さんに伺いました

妊娠・出産という人生の大きな変化へのサポート

出産後すぐは、全てが初めての事でしたし、思い返しても、「しんどくて、少し追い詰められていたかも」と、改めて思います。

初めての出産なので関東にある私の実家で里帰り出産をし、産後を過ごしました。当時、府中に友達があり、まりないこともあり、自宅に帰ってきてからは、子どもと一緒にいてもなんとなくですが、孤独を感じていました。子どもを連れて外出しようという気持ちもなかなか起きなくて、近所のスーパーに行くのがやっとの状況でした。

市役所の保健師さんや保育士さんが赤ちゃん訪問で来てくれたとき、最初は大人のひとと話ができることに安心できた反面、「こんなことを話しても大丈夫かな？」という思いもありました。だけど、体重を測ってもらったり、「大丈夫よ」って

言ってもらえたことで安心して、ほっとして涙が出たことを覚えています。

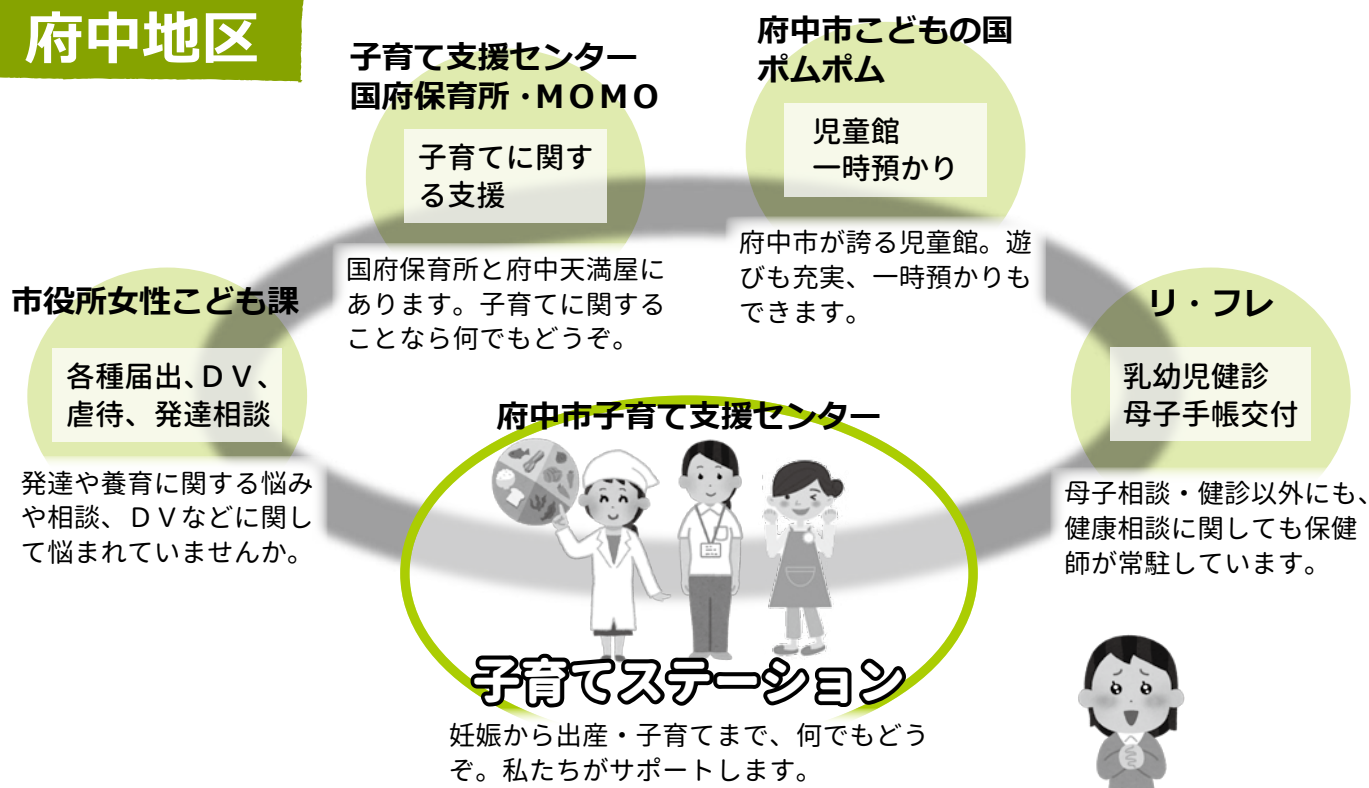
今では夫の実家で一緒にご飯を食べたり、なにげない話をしてリフレッシュしています。また、子育て支援センターで保育士さんや同じ状況のママさんと話をして、子育てに関する悩みや不安に対してアドバイスをもらったり、お互いに共感したり、離乳食の悩みも相談したりしているうちに、だんだん肩の力を抜いて、楽しんで育児を頑張れるようになっていきました。

これから府中版ネウボラも始まると聞いたので、府中市で子育てする人たちにとって、「しんどい子育て」ではなく、「楽しい子育て」になるように、サポートをしていただけたらいいなと思います。そして、もし今「しんどい」と思っているなら、ぜひ子育てステーションに相談しに行ってみてください。経験があるベテランの方から、私たちと同時代の方まで、相談しやすい人ばかりです。遊びに行くのも全然OKですよ。

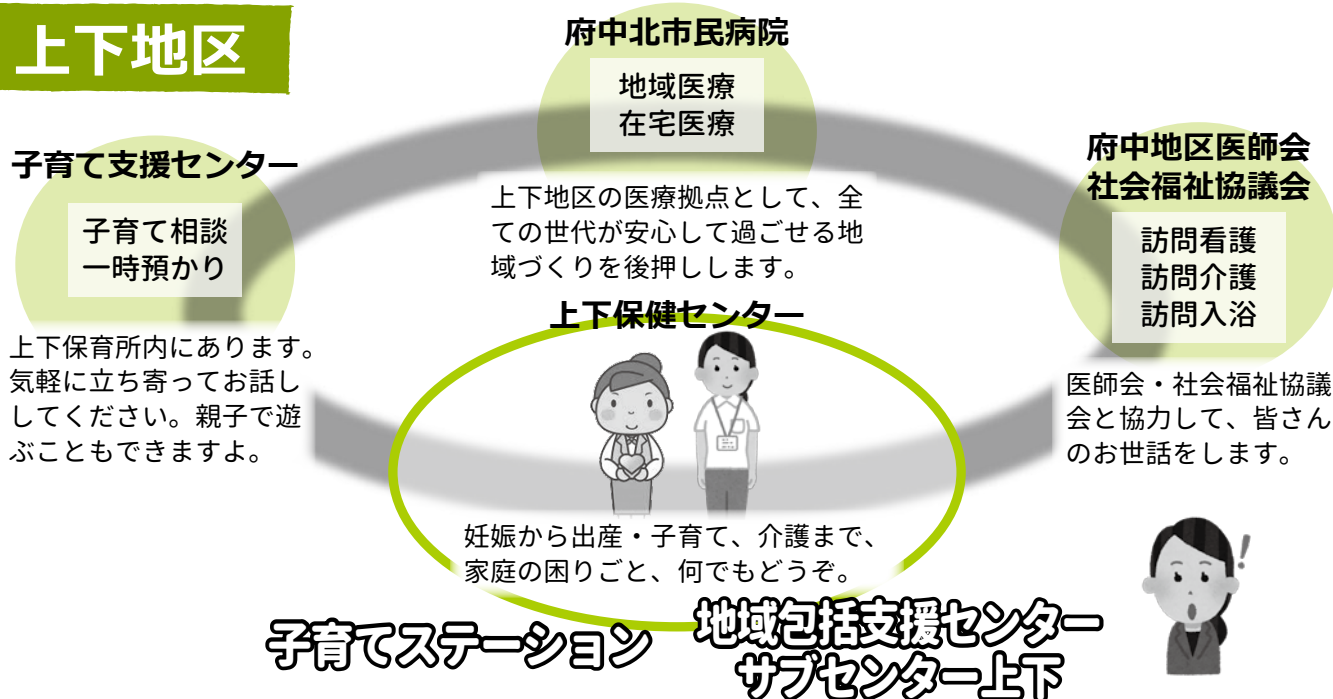
子育てステーション（府中版ネウボラ）では、いつでもあなたを待っています

子育てステーションの保健師・保育士・調理員に、あなたの子育てをサポートさせてください。少しの時間でも気軽に立ち寄って、親子で遊んでください。妊娠から出産・子育てに関することなら何でも相談できますので、皆さんの利用をお待ちしています。

府中地区



上下地区



府中市ネウボラ
コーディネーター
池田恵子さん

上下地区で子どもからお年寄りまでみんなが楽しく過ごせる地域づくりを目指します。まずは子育て中の方への、身近な困りごとや悩みを話せる居場所づくりを考えています。
あなたが求めるのは、どんな居場所ですか？皆さんの意見を元にコーディネートします。

府中市子育て支援センターに助産師がいます

毎週金曜日
午前中

9月から、助産師が府中市子育て支援センターに常駐します。赤ちゃんの発育などパパやママのちょっと気になっていたことはありませんか？

遊びに来たついでに、気軽に話してみてくださいね。

問い合わせ先 子育てステーション（☎46-2455）

サポ4

母乳・ミルク相談

- ①上限2,500円の産科医療機関や助産所などの相談に利用できる助成券を配布します。
- ②府中市子育て支援センターやリ・フレ、上下保健センターで母子相談日に、助産師に相談ができます。

サポ5

ハーフバースデー

6か月のお祝い会に、ようこそ！

親子遊びや手形の記念品、フォトブースでの記念撮影などで一緒にお祝いをします。

サポ6

市外でも予防接種OK

予防接種券がなくても、予防接種ができる医療機関が増えました。
※契約医療機関は問い合わせてください。

サポ7

産後ヨガ教室

ほっと一息、自分の時間を過ごしませんか。産後の骨盤ケアにも有効です。赤ちゃんも一緒に参加できます。

初

ハーフバースデーは、こんなことをしました

受け付けへ

〇〇と
〇〇です。



ハイ、
ち～ず！

手形と足形を取って
もらえるんだ。
記念になるな～



ぺったんあーと

泣かずに
できるかな～。

生後6か月を祝うハーフバースデーを7月から始めました。広報ふちゅう9月1日号から、毎月参加していただいた子どもさんたちのかわいい写真を、了承していただいた方のみ掲載します。お楽しみに！



フォトブースで
記念撮影



保健師さんと
保育士さんに相談

いろんな
相談がで
きて、安
心できた。

9月から始まる、妊娠期から育児期の新しいサポートをご紹介します!!

妊娠中も育児中も、府中市の子どもの健やかな成長と、保護者が充実した子育てができることを願って、切れ目のない支援で応援します。

◎子育てステーション

府中地区 府中市子育て支援センター

上下地区 上下保健センター



サポ1

妊婦歯科健診

妊娠届け出時に歯科医療機関で利用できる受診券をお渡しします。

サポ2

パパママ教室(妊娠期教室)

リニューアルして、自分にあったメニューを選んで参加できるようになりました。

サポ3

産前産後にヘルパーサポート

妊娠中から産後4か月までの間、育児や家事を支援してくれる人がいないときに、ヘルパーがサポートします。

母子手帳アプリ「母子モ」

妊娠期から子育て期までさまざまな情報や写真などを記録して、家族と共有することができます。

android



iphone



みんなの利用の場に！

府中市子育て支援センターが府中版ネウボラ「子育てステーション」として生まれ変わります!!

子育ては、妊娠期から始まります。そして出産・育児を「うれしい♥」「楽しい♪」と感じられるよう、府中市の全ての子育て家庭が気軽にちょっと立ち寄り、遊べる場、集える場にしていきたいと思っています。

ママだけでなく、パパやじいじ、ばあばも、皆さんでぜひご利用ください。



府中市子育て支援センター
正畑光代

できたことも話しにおいで！

9月から毎週金曜日の午前中、府中地区子育てステーションに助産師が常駐します！

妊娠・出産のこと、妊娠中の食事や離乳食のこと、パパやママの体や心のこと、お子さんの発育・発達のことなど、ちょっと気になることはありませんか？もちろん、「こんなことできるようになったよ～！」など嬉しいことも、一緒に分かち合いたいと思います！気軽に声を掛けてください。



助産師
熊谷真理江

ごみ代替収集日程表

分類	該当地域	収集休業日	代替収集日
可燃ごみ	全地域	8月13日(火) ・15日(木)	代替収集は 行いません
資源ごみ	朝日町	8月13日(火)	8月20日(火)
	元町、桜が丘	8月14日(水)	8月9日(金)
	矢野、矢多田、松崎、井永、佐倉、 水永、岡屋	8月14日(水)	8月9日(金)
	本山町、見晴町	8月15日(木)	8月29日(木)
	上下、国留、深江、有福	8月15日(木)	8月8日(木)
埋立ごみ	矢野、矢多田、松崎、井永、佐倉、 水永、岡屋、階見、二森、小堀、小塚	8月13日(火)	8月23日(金)
	河南町、三郎丸町、篠根町、河面町、 僧殿町、目崎町、父石町、上山町、 荒谷町、河佐町、久佐町、諸毛町、 小国町、阿字町、木野山町、行藤町、 斗升町	8月14日(水)	8月29日(木)
容器包装 プラスチックごみ	広谷町、用土町	8月14日(水)	8月7日(水)
	鵜飼町、府川町、高木町	8月14日(水)	8月9日(金)
	中須町	8月14日(水)	8月12日(月)
	新町、大黒町、胡町、川上町、荒谷町	8月15日(木)	8月19日(月)
ペット ボトル	鵜飼町	8月13日(火)	8月2日(金)
	府川町	8月13日(火)	8月7日(水)
	河面町、河佐町、久佐町、諸毛町、永野、 阿字町、木野山町、行藤町、斗升町	8月15日(木)	8月19日(月)

※ごみは、収集日の8時までにごみステーションに出してください。

8月13日(火)～15日(木)

お盆期間中の
ごみの収集業務

可燃ごみの代替収集はありません
可燃ごみは、週2回収集を行っていますので、代替収集は行いません。通常の収集業務は、8月16日(金)から行います。
可燃ごみ以外のごみは代替収集があります
お盆のごみ収集休業期間中、可燃ごみ以外のごみの収集日に当たる地域は、次の表のとおり代替収集を行います。

粗大ごみなどの受け付けは
通常どおりです

8月13日(火)～15日(木)は、通常どおり粗大ごみ・可燃ごみの受け付けをします。施設により受け付け時間が異なりますのでご注意ください。

持ち込むときは、ごみの正しい分別にご協力ください。

施設名	受け付け日	受け付け時間	持ち込みできるごみ
府中市クリーンセンター(本山工業団地内)	8月13日(火)～15日(木)	9時～12時、 13時～16時	可燃ごみ 粗大ごみ
府中市北部クリーンステーション(上下町水永)	8月8日(木) ※第2木曜日	13時～15時	粗大ごみ
府中市埋立センター(諸毛町)	8月13日(火)～15日(木)	9時～12時、 13時～16時	埋立ごみ

※手数料は、いずれも10kgにつき155円。

問い合わせ先 環境整備課 (☎43-9222)

更新しました
介護保険負担割合証
要介護認定または要支援認定を受けている人には、新しい介護保険負担割合証を郵送しています。介護保険負担割合証は、介護保険サービスを受けるときの自己負担割合の証明になります。この介護保険負担割合証を介護保険被保険者証と一緒に保管し、介護保険サービスを利用するときは、必ず2枚一緒にサービス事業者や施設に提出してください。
問い合わせ先 介護保険課
(☎40-0222)

水道工事当番業者

8月13日(火)から15日(木)まで、次の水道工事当番業者が水道修理などに対応します。

月日	当番業者	所在地	電話番号
8月13日(火)	府中米穀企業組合 水道センター	中須町	☎45-6133
	重森鉄工(有)	上下町上下	☎62-2005
8月14日(水)	志和住設(株)	中須町	☎46-3568
	(有)赤木プロパン商会	上下町上下	☎62-2240
8月15日(木)	(有)眞田住設	元町	☎45-6559
	(株)有伸	上下町深江	☎62-2355

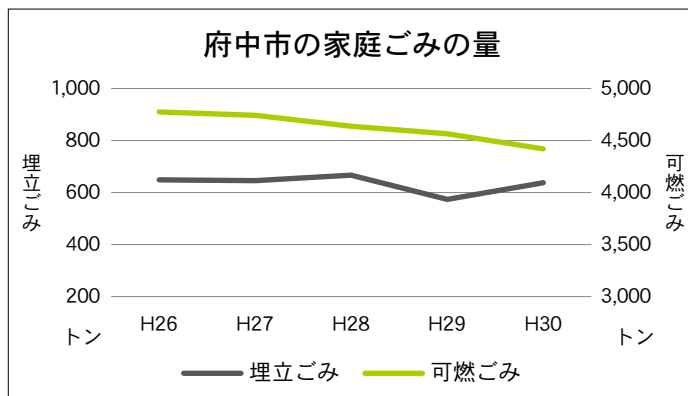
問い合わせ先 上水下水道課 (☎43-7169)

これって埋立ごみ??

埋立ごみの正しい分別方法を知ろう

諸毛町にある府中市埋立センターは、府中市のごみの最終処分場としての役割を果たしている施設です。

平成元年から稼動しているこの施設が、平成30年度に行った残余容量調査で、今の状況でごみを出し続ければ、約8年後には満杯になるという結果がでました。可燃ごみ・資源ごみと埋立ごみを正しく分別し、ごみを出すことが必要になっています。



これらは埋立ごみではありません！

適正処理 困難物

府中市の処理施設には搬入できません。販売店で引き取ってもらうなど、適正に処理してください。

タイヤ



消火器



可燃ごみ

洗っても汚れが落ちないマークのあるものは、可燃ごみに分別。

使いきっていない
マヨネーズ
ケチャップ



未開封の
レトルト食品



資源ごみ

ラジカセなどの
小型家電



フライパン



埋立センターは、リサイクルも燃やすこともできないごみの終着駅です。市民にとっても、府中市にとっても貴重な財産である施設を長く使用するために、埋立ごみそのものを減少させることが、今求められています。

市内の家庭からでるごみは、一般的には年々減少していますが、埋立ごみについては、ほぼ横ばいの状況が続いています。原因として考えられるのは、正しく分別されていない可燃ごみ・資源ごみ・容器包装プラスチックごみが埋立ごみに混ざっていることです。

埋立センターをより長く使用するために、1人1人が埋立ごみを減らす意識を持ち、正しいごみの分別区分を守るようお願いいたします。きれいなまちを保つのは、あなたです。

問い合わせ先 環境整備課 (☎43-9222)

府中市職員採用パンフレットを配布しています

多くの人に市役所で働くイメージを持ってもらうため、現役職員のメッセージなどを掲載した職員採用パンフレットを作成しました。

配布場所 人事課、上下支所、公共施設など
※市のホームページへも掲載しています。



問い合わせ先 人事課
(☎43-7105)

令和2年4月1日採用予定の職員採用試験を行います。府中市を希望と笑顔があふれるまちにするために、皆さんの豊かな感性と熱意を求めています。
募集予定人数 一般事務など合わせて15人程度
※詳細は、広報ふちゅう9月1日号や市のホームページに掲載します。

府中市職員採用試験

福祉医療の 受給者証の更新

福祉医療費助成事業

府中市が実施している福祉医療費助成事業には、重度心身障害者医療、ひとり親家庭等医療、乳幼児等医療の3つの制度があります。これらの受給者証を医療機関で提示すると、医療費の一部を市が助成し、窓口負担が軽減されます。

福祉医療の受給者証は 毎年更新します

重度心身障害者医療、ひとり親家庭等医療は、受給者資格を8月に更新します。乳幼児等医療の受給者証の更新は、誕生月の翌月です。誕生日が1日の場合は誕生月になります。いずれも、引き続き受給できる人には新しい受給者証を郵送します。

新たに福祉医療の対象になる人は、申請手続きが必要です。ただし、所得などによる制限があります。

福祉医療	対象	窓口負担	申請・問い合わせ先
重度心身障害者医療	身体障害者手帳1級～3級または療育手帳(A、A、B)を持っている人	医療機関ごとに1日当たり200円まで	▷福祉課 (☎43-7148) ▷上下支所市民生活係 (☎62-2114)
ひとり親家庭等医療	▷18歳までの子どもを養育している配偶者のいない父または母とその子ども ▷父母のいない18歳までの子ども	医療機関ごとに1日当たり500円まで	▷女性こども課 (☎43-7139) ▷上下支所市民生活係 (☎62-2114)
乳幼児等医療	中学校3年生・義務教育学校9年生までの子ども	医療機関ごとに1日当たり500円まで	

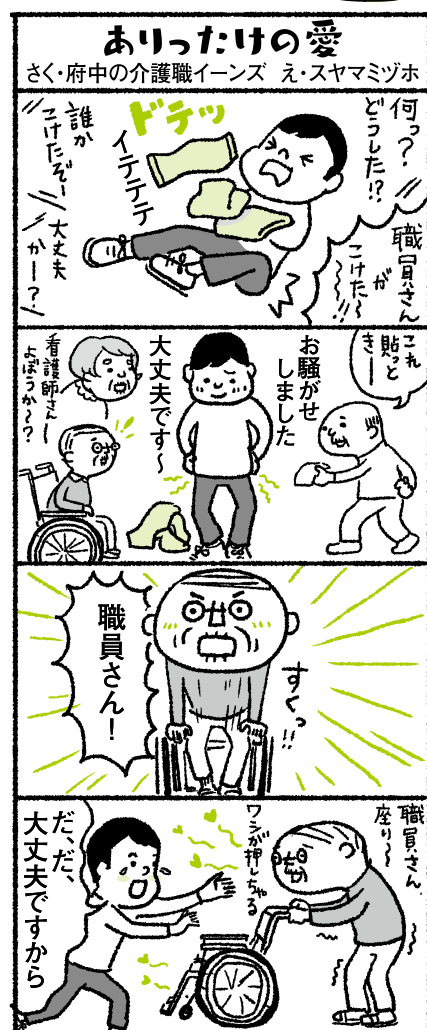
※保険適用外の治療は自己負担です。医療機関ごとの受診が通院で月4日、入院で月14日を超えると、それ以降は食費・容器代などを除く窓口負担が無料になります。表中の18歳までとは、18歳に達する日以後の最初の3月31日までを指します。

申請漏れに注意!

府中市では、中学校3年生・義務教育学校9年生までの子どもを、乳幼児等医療費助成制度の対象としています。原則として、申請のあった日から対象となります。ですので、申請漏れの無いよう注意してください。

加入している保険や内容が変更になった人は、届け出が必要。また、ひとり親家庭等医療受給者で、婚姻した人、または、事実上婚姻関係のある人は受給資格が喪失しますので、女性こども課まで必ず連絡してください。

応援! 府中の 介護職イーンズ Vol. 4



全国一斉強化週間 子どもの人権110番

いじめや虐待などの被害にあっている子どもからの相談を受けるために常時開設している専用電話の相談時間を延長します。

子どもの人権110番

☎0120-0007110

延長相談時間 8月29日(木) 9月4日(水) 8時30分

※土・日曜日 10時～17時
通常相談時間 8時30分～17時15分

※土・日曜日、祝日は除く。
問い合わせ先 広島法務局
人権擁護部 (☎082-22815790)

イラストレータースヤマミツホの つぶやき

ヒトへの愛は
自分にかえって
くるんですね。
愛はまるで
ブーメラン。



スヤマミツホ

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。

4コマ漫画で紹介!
あなたの知らない介護の世界

消費生活情報

チケット転売サイトのトラブル

相談事例

①野球観戦チケットをネット検索して購入したが、後で公式サイトではないことを知り、定価を大幅に上回ることが分かった。サイトの利用規約では、購入後の解約は不可となっている。

②転売サイトでコンサートのチケットを購入したが、当日、興行主の同意がない転売チケットと知らされ、入場が認められなかった。

アドバイス

6月14日から、チケット不正転売禁止法が施行されました。チケットに興行主の同意がない有償譲渡を禁止することが記載され、また、興行の日時・場所、座席が指定されているなどの条件に該当すれば、この法律の対象となります。

これに違反し、販売価格を超えて転売した業者は、

消費生活に関する相談

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
活センターへ問い合わせ
てください。

不正転売として懲役や罰金刑が科されることとなります。また個人であっても、反復継続して、不正転売を行うと罰則の対象となります。

①の事例では、6月以降の取引で、この不正転売に該当する場合、業者の違法を主張して解約交渉を行う対応も考えられます。

②の事例の場合、不正転売によるチケットであれば、今後はさらに入場が認められなくなると思われます。転売サイトの中には、返金に応じなかったり、海外サイトで言葉が通じないなど

どのトラブルも報告されており、注意が必要です。

トラブル防止のポイント

▽チケットは正規ルートから購入し、余ったチケットの売却や転売チケットの購入は、公式リセールサイトを利用しましょう。

▽イベントにより、転売チケットでは入場できない場合があります。事前に転売条件や定価、解約条件も確認しておきましょう。

▽9月のラグビーワールドカップや来年の東京オリンピックでは、非公式サイトから購入したチケットは無効です。今後は、SNSなどを使った脱法的勧誘にも注意をしてください。

桜が丘墓園 使用者募集

桜が丘墓園は、平成23年に桜が丘二丁目に整備した市営の墓地です。現在募集しているのは、第2期整備分で、使用申し込みは随時受け付けています。

申し込み・問い合わせ先
市民課 (☎43-7207)

募集 内容

所在地 府中市桜が丘二丁目1番1 (南東区画)

区画面積 4平方メートル (2m×2m)

募集区画 131区画 (6月末現在)

※最新の空き区画情報は、問い合わせてください。

使用料 1区画当たり55万円

※2区画まで使用できます。

減免制度 定期借地を含み、桜が丘団地の住宅区画を購入・契約した人は1区画につき11万円を減免します。

申し込み資格 次のいずれかに当てはまる人

▷府中市に本籍または1年以上の住民登録がある人

▷定期借地を含み、桜が丘団地の住宅区画を購入・契約した人
※桜が丘墓園をすでに2区画使用している人は申し込みできません。

申し込み方法 市民課にある申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて申し込んでください。

元気な活動をご紹介

めぜせ！元気

なふちゅう 20

問い合わせ先 介護保険課
(☎ 40-0223)

元気もりもりレポート

元気もりもり体操は、ストレッチと筋トレを中心とした介護予防の体操です。現在、市内では、自主的な活動として広がりを見せており、33か所で活発に取り組みられています。今回の紹介は、みつば会です。

みつば会

府中市老人クラブ連合会のダンスクラブとして、約30年前に会を結成しました。週1回国府公民館に集まり、ダンスをしていました。この会の象徴となる、みつば会音頭も制作し、今でも踊っています。当時は会員が約35人いてにぎやかでしたが、高齢になってだんだんと人数が減っていく中で、ここに元気で通い続けたい！と、元気もりもり体操をしようと声があがり、4年前から始めました。

デイサービスを利用しながらここに來ている人が2人おり、また、電動車いすを利用して來られる人



棒を使った体操、歌に合わせた肩たたき、お花見などみんなの声を聞きながら、その日の参加者に合わせて、メニューを考案しています。

もいます。会への参加の送り迎えも、声を掛け合い、病気などで参加できなくなった人へも、みんなで声掛けや、訪問をしています。高齢になっても、介護保険サービスを利用しながら参加できるのが、みつば会の魅力です！

とき 毎週火曜日13時30分～15時30分

ところ 高木集会所
※国府公民館改装中の期間のみ。

参加者の声

▽何十年も顔なじみの関係で、元気な顔を見たくて、ここに通っています。この関係を続けたいです。

▽参加すると、心も体も和み、元気になります。

元気もりもり体操を指導する 稲垣千代子さん

お互いさま、フイフティーフイフティーの関係で、お互いを利用して成り立っています。会の歴史も長く、思い出話に花が咲きます。地域を問わないので、興味のある人はお越しください。

参加者最高齢94歳の澤田フミヨさん

会の立ち上げから30年続けて参加しています。段々とみんなが高齢になる中で、亡くなられた人もいます。高齢になっても元気でいられるようみんなとここに集って、身体を動かして、お茶を飲んで楽しんでいきます。

NHK BSプレミアムで放送している「にっぽん縦断こころ旅」は、皆さんから寄せられる手紙を基に旅人の俳優火野正平さんが自転車でこころの風景を訪ねて旅します。平成23年春から放送を開始し、平成25年には、47都道府県を走破しました。新たに「2019秋の旅」を富山県からスタートし、京都、広島を経由し、沖縄を目指します。皆さんの心にある府中市の忘れられない風景や景色、大切な人との出会いの場所、音や香りの記憶と重なる情景などのエピソードを募集します。あなたの思い出の場所に火野さんが突然訪れるかもしれません。

応募の締め切り日 9月24日(火)

応募内容 何気ない風景、思い出の風景、忘れられない風景、み

みんなのエピソードで、府中に行きよ！

エピソード募集！

縦断

こころ旅

プラチナサロンIBUKI



父石町で開館していましたがプラチナサロンを、今年の3月より、新たにプラチナサロンIBUKIとして再スタートしました。

プラチナさんぽ 10

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。

問い合わせ先 福祉課
(☎43-7148)



懐かしの歌を歌う回は、満席に。食事の提供は、事前に予約が必要です。

コミュニケーションや集いの場所として、食事の提供や健康管理、学習、井戸端会議ができ、地域の人や来られる人が、気軽に遠慮なく集まれる場所を作っていきたいと思っています。

10時から16時までの喫茶や、月2回のワンコインランチを楽しんでいただいた後に、設置している健康器具でリラックスしながら、おしゃべりなどもしたいだけです。また、ピアノやハーモニカの伴奏で懐かしの歌をみんなで歌うイベントは大変喜んでいただいております。福山市や尾道市からも楽しみにお越しいただいています。その他、みんなで集まって学習をする自習の会、パソコン教室なども実施しています。今後も、バンド演奏会や展覧会など、さまざまなイベントを計画していきますので、

皆さん、気軽にお立ち寄りください。イベントの予定は、電話で問い合わせてください。

参加者の一言

▽これまでプラチナサロンによく行っていました。再開していただき、たいへん喜んでおります。

▽定期的に遊びに出掛ける場所があると、日々の生活も生き生きとします。

▽ワンコインランチも、500円とは思えない品数があり、とてもおいしくいただいています。

▽懐かしの歌をみんなで歌うイベントは、生演奏なので、歌うのがとても気持ちよく、元気が出てきます。

問い合わせ先 プラチナサロンIBUKI・信本(父石町302-3)
・☎090-2804-7404

お盆期間は毎日営業

夏、冷やし麺

府中辛みそつけ麺 680円

駅長オススメ情報

豚骨と鶏ガラベースのスープに、府中味噌の激うま辛みそを加え、旨みと辛さを引き立たせました。ツルツル、モチモチの冷やし麺をしっかりと絡めて召し上がれ！

道の駅 府中
ひんご 府中

応募方法

- ▷ はがき・封書 (〒150-8001 NHK「こころ旅」係)
- ▷ ファクス (FAX 03-3465-1327)
- ▷ 番組ホームページ



広島県の放送予定日
11月11日(月)～15日(金)

問い合わせ先
NHKふれあいセンター
(☎0570-066-066)

んなに伝えたい風景、音の記憶と重なるエピソード

カブト虫と遊ぼう in四季の里

今夏初！四季の里キャンプ場でカブト虫の採集イベントを開催！また、キャンプやアスレチックで自然を満喫でき、オートキャンプも楽しめます。

とき 8月4日(日)1回目10時～、2回目14時～

ところ 矢野温泉公園四季の里
キャンプ場入口

参加料 1人1,000円

※カブト虫のつがい1組と餌、虫籠付。

定員 先着50人

問い合わせ先 矢野温泉公園四季の里 (☎62-4990)

天領上下涼彩まつり

白壁の町並みで開催される浴衣で楽しむ縁日。納涼ビアガーデンや涼彩夜店が催されます。重森本店酒蔵内でのバンド演奏などのステージイベント、浴衣で来場すると、伊藤商店で先着30人に粗品をプレゼント！

とき 8月3日(土)18時～

ところ 白壁の町並み

問い合わせ先 上下町商工会 (☎62-3504)

メンタルサポーター養成研修会 受講料無料！電話で申し込み！

大切な命を守るためにできること、一緒に考えませんか。

<リ・フレ会場>

とき 8月27日(火)13時30分～15時

申し込み期限 8月16日(金)

申し込み・問い合わせ先

健康推進課 (リ・フレ内・☎47-1310)

天領上下花火まつり

踊りなどのステージイベントやビアガーデンなどの催し物があります。

フィナーレは、約2,000発の打ち上げ花火で観衆を魅了し、祭りを盛り上げます。

とき 8月15日(木)18時～

※打ち上げ花火は21時～。

ところ 上下中学校グラウンド

和太鼓、フラメンコギター
メタル、ジャズetc
と新鮮野菜

里山の夏フェス

第28回 諸田のベジタブルなコンサート

とき 8月3日(土)17時30分～

※開場は15時30分。

ところ サン・ステージ羽高湖 (諸毛町)

入場
無料

出演

中村尚美、
杉川伸二、阿
吹貴美恵のジ
ャズミュージ
ック。

ハートウォ
ーミングなパ
フォーマンス
はファンも多い。



阿吹貴美恵トリオ



森本ケンタ

Special
×
コラボ



太鼓ユニット我龍

それぞれのステージだけでなく、今年から始まった森本ケンタ×我龍という新たなユニットの生演奏も。フラメンコギターと太鼓とドラムのコラボレーションをお楽しみください。

けんみん文化祭ひろしま和
太鼓フェスティバル2014最優
秀賞などの賞や、さまざまな
場所での演奏経験を持つ。

十五鼓乃会



BLOOD STAIN CHILD

メタル+トランス、EDMサウンドの
日本におけるパイオニア。新たな
音楽の世界を開く。

羽高湖畔の爽やかな風と
緑に包まれて、地元料理と
勇壮でダイナミックな和太
鼓演奏などでゆったりとし
た時間をお楽しみください。
また、地元野菜などの販売
もあります。
雨天の場合は、旧諸田小
学校体育館で開催します。
問い合わせ先 JA福山市
府中西出張所 (☎4910
001)

府中市陸上競技大会

とき 9月8日(日) 9時～

ところ 府中市上下多目的運動場（上下運動公園内）



競技種目一覧

種 別	種 目
マスタース男子 (35歳以上)	100m・1,500m・走り幅跳び
高校男子・一般男子 (35歳未満)	100m・1,500m・5,000m 走り幅跳び
中学男子・義務教育学校 7～9年男子	100m・200m・1,500m・3,000m 400mリレー・走り幅跳び
小学校・義務教育学校 5・6年男子	100m・1,000m・400mリレー 走り幅跳び・80mハードル
マスタース女子 (35歳以上)	100m・800m
高校女子・一般女子(35 歳未満)、中学女子・義 務教育学校7～9年女子	100m・200m・800m 走り幅跳び
小学校・義務教育学校 5・6年女子	100m・1,000m・400mリレー 走り幅跳び・80mハードル



出場規定 1人2種目以内
※リレーは除く。
参加料 1人300円
※傷害保険料を含む。
申し込み方法 地域振興課
・上下支所総務係などに
ある申込書に必要事項を
記入し、参加料を添えて
持参または郵送（現金書
留）で、地域振興課また
は上下支所総務係へ申し
込んでください。申込書
は、府中市のホームページ
からもダウンロードで
きます。

申し込み期限 8月16日(金)

問い合わせ先 地域振興課 (☎43-7251)

BFFA.サッカーフェスタ☆2019

少雨決行

とき 9月22日(日) 8時～16時

ところ 府中学園南グラウンド、お祭り広場

参加料
1人50円
※個人OK。



出場カテゴリ

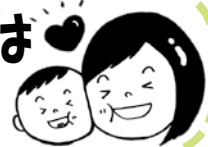
対象	募集数	対象	募集数
キッズ(年中～8歳以下)	10チーム	10歳以下	12チーム
12歳以下	12チーム	15歳以下	4チーム
一般男子 ※高校生以上。	12チーム	一般ミックス ※1チームに女性 が2人以上。	6チーム
50歳以上 ※チーム全員が50歳以上。	6チーム	レディース	6チーム

申し込み期限 8月31日(土)

申し込み方法 QRコードを読
み込んで、備後府中サッカー
協会のホームページから申し
込んでください。

※応募多数の場合は、抽選とな
ります。個人または1チーム5
人以上で参加してください。

幼児からシニア世代まで
性別や経験にかかわらず、
誰でも楽しく参加できるB
FFA. サッカーフェスタ
☆2019を開催します。
このイベントを通して、
スポーツでまちおこしがで
きる可能性の実証と、サッ
カーの啓蒙・普及を目的と
しています。
会場には、まちなか繁盛
隊の屋台やゲームの屋台が
出店します。サッカーも楽
しんで、美味しい料理も楽
しもう！
開催にあたり主な注意事項
▽フェスタ中の事故におい
て主催者側は応急処置を
除き、一切の責任を負い
ません。
▽各自保険加入は自己判断
でお願いします。
▽得点はつけず、審判もい
ません。フェアプレイ精
神で試合を進めます。
▽大会ルール、スケジュー
ルは変更になる場合があ
ります。
申し込み・問い合わせ先
(一社) 備後府中サッカ
ー協会事務局 (☎4514
146)



センターに遊びにおいで

～国府地域子育て支援センターより

毎月開催しているいろいろな行事の中から今月のオススメを紹介します！

☆babyからだあそび☆

保健師の岡本裕子さん
と一緒に楽しもう！

タッチケアやベビーヨガ（赤ちゃん体操）など盛りだくさんの内容で、お母さんも赤ちゃんもにっこにこの笑顔に。ぜひ一度遊びに来てください。

予約が
必要です



終了後は30分程度の
育児相談もできます。



申し込み・問い合わせ先
国府地域子育て支援センター
(国府保育所内・☎45-5558)

とき 8月27日(火) 10:00～11:30
対象 首すわりからよちよち歩き
までの赤ちゃんとそのお母さん
定員 先着13組
参加料 300円
持参するもの バスタオル

今月のメニュー お団子作り

いっしょにつくら ～クッキング～

市内の保育所で作った
おやつです。子どもと
できる作業やおすすめ
も紹介します！

■材料（4人分）

上新粉…50g、砂糖…大さじ2
白玉粉…25g、きな粉…大さじ4
水…適量

■作り方

- ①上新粉と白玉粉を混ぜ、少しずつ水を入れながら、耳たぶの硬さにこね、2～3cmの大きさに丸めて、お団子を作る。
- ②沸騰したお湯で①をゆで、浮いてきたら水にとり、ザルにあげて皿に盛る。
- ③きな粉と砂糖を混ぜ、②にかける。

～上下保育所より～



保育所での様子

保育所では、4・5歳児クラスで作りました。「自分で作ったから、おいしい！」と喜ぶ姿や、「またしたい」と次のクッキングへの期待の声も上がりました。

子どもさんと一緒に粉をこねて、お団子を好きな形に作ったり、楽しくできますよ。

保育士のオススメポイント

よもぎを混ぜて、よもぎ団子にしたり、カルピスにお団子や果物を入れて、カルピスポンチにもできますよ。



お団子が喉に詰まらないように飲み物と一緒に食べたり、よくかんで食べるように声掛けをして、食べ終わるまでそばで見守ってあげてくださいね。



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】

弟のかんちがい

南小学校四年

住田 悠真

ぼくの弟は、ようち園に通っています。三才のときのことです。

ようち園の発表会で「うらしまたろう」のげきをしました。弟は、かめの役で、家でもよく、げきの練習をしていて、

「スイスイ かめとびっしより」と歌っていました。ぼくは、

「海の中に入るんだから、びっしよりになるのは当たり前だよな。

何でこんな歌

詞なんだろう。」

と、不思議に思っていました。

そして、発表会の日、弟の順番で、歌う曲が流れ始めました。

「スイスイ かめといっしよに」

と、聞こえてきました。

ぼくが、不思議に思っていたことが、かい決しました。弟は、「びっしより」と「いっしよに」をまちが



えて覚えて、歌っていたのです。弟のかわいいまちがいに、家族みんなで笑い合いました。

平成30年度『少しのがまん』
川柳大賞

【優秀賞】

三等分

私のスイカは
はしっこだ

上下中学校三年

橋本 桜果

（自作の解説）

兄弟三人でスイカを分けて食べるとき、私は一番上だから少しがまんして、妹と弟に大きいほうをあげます。私は、はしっこの小さいスイカを食べている時の様子を書きました。

（家族の一言）

少しがまんをしている姿がほほえましいです。

8月 こども健康カレンダー

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)

月	火	水	木	金	土	日
			1 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	2	3	4
5	6 1歳6か月児健診 対 H30.1月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	7 3歳児健診 対 H28.6月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	8	9 2歳児・保護者 歯科健診 対 H29.4月生まれの子と保護者 受付 13:00~13:40 リ・フレ	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21 10か月児健診 対 H30.10月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	22	23		
26	27	28 4か月児健診 対 H31.4月生まれ 受付 13:00~13:40 リ・フレ	29	30		

図書館 だより

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
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	31

8月の休館日
○印がお休みです

■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/>

8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
8日(木)11:00～11:20
おはなし会
10日(土)・24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
16日(金)10:30～11:00
おはなしのへや
17日(土)14:00～15:00

本が語る、 本当にあった話

ノンフィクションを中心に、
世の中で本当に起こった出来事
をまとめた本を展示します。
とき 9月2日(月)まで
ところ 図書館本館



つくろう！つくろう！
楽しもう！

図書館の本を見て作ったもの
と、その本を紹介します。その
他にも、手作りの参考になる本
をたくさん揃えています。夏休
みに、ぜひ手作りしてください。
とき 8月7日(水)～9月2日(月)
ところ 図書館本館

特集

平和への思い

とき 9月2日(月)まで
ところ 図書館上下分室

◆◆電子図書紹介◆◆

- ・ただいまから3分で作れ
る！ビールのおつまみ
むらやま ゆき子
村山 由紀子
- ・体が硬い人ほどやせるス
トレッチ
いわい たかあき
岩井 隆彰

◆◆新着図書紹介◆◆



待ち遠しい
しばさき ともか
柴崎 友香
気楽な一人暮らしの
春子。思いがけずご
近所付き合いが始ま
り…。



かわうそモグ
こもり かおり
小森 香折
人間の娘に化けて出
掛けたかわうそのモ
グ。正体がばれて絶
体絶命！

共に学び、共に楽しみ、
共に育つ
上下南小学校では、参画
してくださる全ての人が、
子どもたちと一緒に活動す
ることで、参加者も「学び
や楽しみがあった」と感じ
ていただける活動を進めて
います。
ありがとうを届けよう
上下南つ子感謝祭
日々、見守り活動や畑の
世話など、児童に関わって
くださっている地域の人た
ちに、お礼を伝えることを
目的として、秋には感謝祭
を開催しています。
児童がおもてなしをする
側になり、昨年は、ステー
ジ発表の他、輪投げなどの
遊びブースをいくつか設け、
地域の人たちと一緒に楽し
みました。
共に学び、共に楽しみ、
共に育つ
共々育つといけるような活
動を児童と一緒に考え、運
営しています。

第4回

みんなが進めル
コミュニティ・スクール
(略してCS)

上下南小学校

①感謝祭で地域の食材が入った
豚汁を、みんなで食べました。
②サツマイモの苗植えを一緒
にしました。



府中市こどもの国

ホムホム

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	⑳	23	24
25	26	27	28	㉑	30	31

○印が
お休み
です
8月の
休館日

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できるようになりました。夏休み中は、ほぼ毎日イベントを開催しているよ。

イベント時だけでなく、いつでもいろん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



夏休み自由研究工作

とき・内容 8月3日(土)…モーターボート制作 (500円)

8月10日(土)…水中メガネ制作 (200円)

8月12日(月)…端材工作 (200円)

時間 9:30～16:00

※なくなり次第終了。

ベビーマッサージ 要予約

とき 8月27日(火)10:30～11:30

持参するもの バスタオル

参加料 無料

お誕生日会

手形、足形をとるよ！

とき 8月26日(月)10:30～11:00

対象 8月生まれの子ども

参加料 無料

ママクック 要予約

とき 8月27日(火)10:00～13:00

※託児もあります。

参加料 600円

府中焼き体験 要予約

とき 8月3日(土)・14日(水)

・18日(日)11:00～14:30

参加料 300円

ポムポム夏まつり

ふわふわドームや屋台の出店、トゥウインクルハートのステージ、工作教室など館内でたくさんのイベントを開催するよ。

とき 8月17日(土)10:00～15:00

※入場は無料ですが、イベント参加の有料なものもあります。

あかちゃんはいはいレース

首がすわって、つかまり立ちができる程度の子どもたち集まれ！景品もあります。

とき 8月24日(土)10:30～11:30

定員 24人

参加料 無料

ポムポムチャレンジ

職員と水遊びに挑戦！

とき 8月3日(土)13:00～14:00

対象 小学生・義務教育学校1～6年生

参加料 無料

ポムポム
Instagram



観覧者募集

第14回

自衛隊ふれあい音楽会

とき 9月14日(土)14時

※開場は13時。

ところ 府中市文化センター

入場料 無料

※入場整理券が必要です。

申し込み方法 往復はがきに次の事項を記入して、

申し込んでください。

▽返信裏面…郵便番号、住所、名前、電話番号、入

場希望者数(1枚で2人

まで)

▽返信表面…郵便番号、住所、名前、電話番号、入

場希望者数(1枚で2人

まで)

所、名前

申し込み期間 8月10日(土)

～9月5日(木)

※9月5日の消印有効。

申し込み先 府中市文化セ

ンター内「自衛隊ふれあ

い音楽会実行委員会」(〒

726-0004府中市府川町70番地)

※応募多数の場合は抽選し、

後日に通知します。

問い合わせ先

府中市文化センター

(☎45-6000)

往復はがき記入例

【往信表面】

【返信裏面】

726-0004 府中市府川町70 府中市文化センター内 自衛隊ふれあい音 楽会実行委員会 行	白紙
---	----

【返信表面】

【往信裏面】

郵便番号 名前 住所	郵便番号 住所 名前 電話番号 入場希望者数 (1枚で2人まで)
---------------	---

8月の納税など

■市・県民税……………第2期分
 ■国民健康保険税……………第2期分
 ■後期高齢者医療保険料……………第2期分
 ※納期限は9月2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3期分
 ※納期限は9月2日(月)です。
 介護保険課納付相談窓口延長日
 8月22日(木)・19時まで
 問い合わせ先
 介護保険課(☎40-0222)

お知らせ

府中市立の全学校に
 留守番電話を導入します

学校における働き方改革

の取り組みとして、府中市立全学校に留守番電話を導入します。

教諭が授業準備などに専念できる環境づくりに、ご理解とご協力をお願いします。
 運用開始日 9月2日(月)

留守番電話運用時間

▽平日：18時～7時30分

▽土・日曜日、祝日：終日

問い合わせ先 学校教育課
 (☎43-7178)

全ての飲食店に消火器の設置が義務付けられます

平成28年12月に糸魚川市で発生した大規模火災を受け、今まで消防法令で消火器の設置義務がなかった150㎡未満の飲食店などにも消火器の設置が義務付けられることになりました。

施行日 10月1日(火)

対象 火を使用する設備・器具を設けた飲食店など

※IHコンロのみの場合や、火を使用する設備でも調理油過熱防止装置などが設けられている場合は対象外。

◎消火器の設置後は点検・報告が必要です。

6か月ごとに点検を実施

し、1年に1回管轄消防署へ報告してください。消火器点検アプリで点検結果報告書の作成ができます。

問い合わせ先 福山地区消防局予防課(☎084-928-1192)

支給要件を満たす未婚の児童扶養手当受給者へ臨時給付を行います

対象 次の全てに当てはまる人

▽11月分の児童扶養手当の支給を受ける父または母

▽基準日の10月31日時点で、法律婚をしたことがない人

▽基準日の10月31日時点で、事実婚をしていない人、または事実婚の相手の生死が明らかでない人

給付額 17,500円

申請・問い合わせ先

女性こども課
 (☎43-7139)

在宅の重度身体障害者へ手帳交付のための訪問審査

肢体が不自由で、身体障害者手帳の診断書を書いてもらうために指定医療機関へ行くことが困難な人は、

医師が訪問審査を行います。条件 次のいずれかに当てはまる人

▽脳内出血などの障害により寝たきりになり、発病から6か月を経過して、症状が固定している。

▽一時的なものではなく、永続的な機能障害がある。

審査料 往診料：無料、診断書料：4,320円

申し込み期限 8月30日(金)

申し込み・問い合わせ先 福祉課(☎43-7148)

JR駅駐輪場の自転車・バイクの利用点検を実施します

利用点検するJR駅駐輪場 府中・鶴飼・高木・下川

◎8月7日(水)に白色の点検カードを取り付けます。

自転車・バイクの所有者は、利用するときにカードを取り外してください。

◎9月・10月に黄色・赤色の警告カードを取り付けます。

白色の点検カードが残っている自転車・バイクには、9月初旬に黄色の警告カードを取り付けます。さらに、10月には、黄色の警告カードが残っている自転車・バイクに赤色の警告カードを取り付けます。

◎10月下旬に別の場所に移動

赤色の警告カードが残ったままの自転車・バイクは、別の場所へ移動します。

問い合わせ先 危機管理室
 (☎43-7211)

恒久平和を願って黙とう

原爆被爆74周年の慰霊と核兵器廃絶・恒久平和を祈念して、広島市と長崎市で平和式典が行われます。

それぞれの街に原爆が投下された時刻に、平和の鐘に合わせ1分間の黙とうがさげられます。

◎平和式典の黙とう開始時刻
 ▼広島市：8月6日(火)8時15分
 ▼長崎市：8月9日(金)11時2分

◎府中市でも広島への原爆投下時刻をお知らせします。

市内の寺院の協力により、8月6日(火)8時15分に一斉に鐘を鳴らしていただき、市役所でも放送でお知らせします。

問い合わせ先 総務課
 (☎43-7115)

相談

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応じます。

とき 8月9日(金)13時～

16時

※事前に予約が必要です。
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

(☎45-8200)

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 8月21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
(☎084-95313874)

年金無料相談窓口

とき 8月10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、予約の人が優先されます。

問い合わせ先

備後府中年金事務所
(☎41-7421)

こころの健康相談

不眠やストレス、ひきこもり、お酒などへの依存、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時までに予約が必要です。

◎府中市こころの健康相談

とき 8月22日(木)・29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

・☎47-1310)

◎ひきこもり・うつ等専門相談

とき 8月13日(火)13時～

15時

ところ 広島県福山庁舎

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(☎084-9211311)

◎メンタルヘルス相談

とき 8月7日(水)13時30

分～15時30分

ところ 府中地区医師会館

申し込み・問い合わせ先

府中地域産業保健センター
(府中地区医師会館内
・☎45-0313)

身体障害者福祉無料相談

とき 8月12日(月)13時～

16時

ところ リ・フレ

問い合わせ先 府中市身体

障害者相談員協議会・広畑
(☎45-5420)

8月の生活相談

各種無料相談の開催日時

◎一般相談

とき 8月7日(水)・14日

(水)・21日(水)・28日(水)

13時～16時

※受け付けは13時～15時。

電話、ファクス(☎47-1055)でも相談できます。

◎司法書士相談

とき 8月7日(水)13時～

16時

※受け付けは13時～15時。

◎弁護士相談

とき 8月21日(水)13時～

16時

※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。

ところ リ・フレ

申し込み・問い合わせ先

府中市社会福祉協議会
(☎47-1294)

採用

自衛官募集

◎自衛官候補生

随時募集をしています。

◎一般曹候補生

1次試験日 9月20日(金)

～22日(日)

申し込み期限 9月6日(金)

◎防衛大学

1次試験日 11月9日(土)

・10日(日)

申し込み期間 9月5日(木)

～30日(月)

申し込み・問い合わせ先

自衛隊福山地域事務所(☎084-92314743)

福山地区消防組合職員募集

◎消防吏員

対象 平成7年4月2日から平成14年4月1日まで

に生まれた人

※学歴は問いませんが、高校卒業程度の試験を実施します。

1次試験日 9月22日(日)

採用予定数 10人程度

申し込み期限 8月15日(木)

(☎47-1294)

※郵送の場合は当日消印有効

申し込み・問い合わせ先

福山地区消防局総務課(☎084-9281191)

空き巣などの侵入窃盗に注意!!

- ▷短時間の外出でも確実に戸締まりをしましょう。
- ▷住民同士のあいさつ運動などを行い、地域の領域性を高めて不審者を寄せつけない環境を作りましょう。
- ▷犯人は見られることを嫌うため、防犯カメラを設置するほか、植木を剪定して見通しを確保することも大切です。

メルマガ登録



なくそう特殊詐欺被害!府中警察署



催し

上下歴史文化資料館

◎夏のおはなし展

上下民話伝承の会が、
下の夏にまつわる昔話や怖
い話を展示します。

とき 8月30日(金)まで・

10時～18時

※最終日は12時まで。

入場料 無料

休館日 月曜日

※祝日は開館。

問い合わせ先 上下歴史文

化資料館(☎62-399

9)

クルトピア栗生

◎親と子の地域で過ごすサ

マーバケーション

小学生～高校生によるサ
マーコンサートを行います。
とき 8月17日(土)14時～

16時

〈多目的ホール〉

小学生～高校生による楽
器演奏、第一中学校ブラス
バンドの演奏をします。

〈多目的ギャラリー〉

子どもマナー教室の生徒

のお花の展示や、親子の手
づくり絵本、子ども陶芸教
室の展示と、子どもマナー
教室の生徒による抹茶の接
待をします。抹茶の接待は、
200円です。

問い合わせ先

クルトピア

栗生(☎45-3701)

パパママ教室

とき 8月24日(土)13時30

分～15時

ところ 府中市子育て支援

センター

対象 府中市に住民票のあ

る妊婦およびその家族

内容 助産師による話、赤

ちゃんへのプレゼント作り

定員 先着8組

※託児はありません。

参加料 無料

持参するもの 母子健康手

帳、筆記用具、飲み物

申し込み方法 電話で申し

込んでください。

申し込み期限 8月21日(水)

申し込み・問い合わせ先

健康推進課(リ・フレ内

・☎47-1310)

離乳食教室

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 9月12日(木)10時～

12時

ところ リ・フレ

対象 9か月までの子ども

とその保護者

定員 先着10組

参加料 無料

持参するもの エプロン、

バンダナまたは三角巾、

手拭きタオル、ミルク・

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 電話で申し

込んでください。

申し込み期限 9月5日(木)

申し込み・問い合わせ先

健康推進課(リ・フレ内

・☎47-1310)

府中まちゼミ

◎エレマネ・

キッズフリーマーケット

子どもが店員になって、

さまざまな仕事体験をした

り、不要になった物をフリ

ーマーケットで売ります。

イベントでは、会場で専用

通貨「キッズ」を購入すれ

ば、誰でも買い物を楽しむ
ことができます。

とき 8月4日(日)10時～

16時30分

ところ 府中市こどもの国

ポムポム

◎エレカル

大人も子どもも楽しめる

体験講座を開催します。イ

ベント当日は、会場が込み

合いますが、ご了承ください。

とき 8月4日(日)

ところ 府中市観光協会、

道の駅びんご府中

※講座の種類により時間・

場所は異なります。エレマ

ネの仕事体験とフリーマー

ケットの出店、エレカルの

体験講座の申し込みは終了

しています。

問い合わせ先 府中商工会

議所(☎45-8200)

いろんな国の文化に触れてみよう！

海外の子どもたちの絵画展

世界児童画展の応募作品

を展示します。30か国の子

どもたちの作品を、65点展

示します。

とき 8月9日(金)～9月

1日(日)

〈府中市生涯学習センター会場〉

開場時間 8時30分～21時
※第3日曜日休館。

〈府中市こどもの国ボムボム会場〉

開場時間 9時～18時
※毎週木曜日休館。

入場料 無料
問い合わせ先 地域振興課

(☎43-7251)

令和元年度府中市 平和祈念式典の開催

府中市の戦没者ならびに
戦災死没者に追悼の意を表
すとともに、再び戦争の惨
禍を繰り返すことのないよう、
恒久平和を祈念するため、
平和祈念式典を開催します。
とき 8月17日(土)10時～
ところ 府中市文化センター

※市役所駐車場にも駐車でき
ます。駐車場の台数に限り
がありますので、乗り合
わせて来場してください。
内容 式典と市内小学校2
校による発表、清岳劇団
による朗読劇

参加料 無料
問い合わせ先 福祉課
(☎43-7148)

スポーツフェスティバル 参加者募集!

子どもから大人までたくさん
の人が、数種類のスポーツを1
度に体験できるイベントを開催
します。

とき 9月21日(土)

▷午前…10時～11時30分

※受け付けは、9時30分～。

▷午後…13時～14時30分

※受け付けは、12時30分～。

ところ TTCアリーナ

対象 小学生・義務教育学校生
以上

定員 午前…先着100人、午後…
先着100人

参加料 無料

申し込み方法 府中市B&G海
洋センター、TTCアリーナ、
地域振興課などにある申込書
に必要事項を記入し、ファク
ス(☎43-4851)、持参
または郵送で申し込んでください。

申し込み期限 8月31日(土)

申し込み・問い合わせ先

(一財)府中市体育協会事務
局(☎43-4831)

府中リレーマラソンIN羽高湖 参加者募集!

1週1.3kmの羽高湖をチームで
タスキをつなぎ、20周します。
健康で楽しく走れる人ならど
なたでも参加できま
す。個人で、仮装
で、派手な応援も
OKです。



とき 9月29日(日)10時30分～
12時30分

ところ 羽高湖サン・スポーツ
ランド

参加料 1チーム1,000円、個人
200円

※保険料を含みます。給水、豚
汁、おにぎりを用意しています。

申し込み方法 ホームページに
ある申込書に、必要事項を記
入して実行委員会へ申し込ん
でください。

申し込み期限 8月31日(土)

申し込み・問い合わせ先

府中リレーマラソンIN羽高湖
実行委員会・福島(☎090-
3634-3164)

夏休みチャレンジ古代体験 藍の生葉染め体験

藍の葉で、絹を青色に染めます。

◎ハンカチを染めよう!

とき 8月21日(水)9時30分～
11時30分

ところ 府中市歴史民俗資料館

対象 小学生・義務教育学校1
～6年生

定員 先着15人

参加料 300円

◎ストールを染めよう!

とき 8月25日(日)10時～12時

ところ 府中市生涯学習センター

対象 誰でも参加できます

定員 先着10人

参加料 1,300円

申し込み受け付け開始日 8月
5日(月)

申し込み方法 電話で申し込ん
でください。

申し込み・問い合わせ先

教育委員会教育政策課
(☎43-7180)

府中市の人口(7月1日現在)

人口 39,260人(－5) 出生 14人
男性 18,956人(11) 死亡 39人
女性 20,304人(－16) 転入 100人
世帯数 17,441世帯(21) 転出 80人
※()は前月比。

広島テレビで放送中

毎週月曜日 18時55分～

府中市、庄原市、世羅町、
神石高原町の魅力を、ひろ～くご紹介!



府中市についての放送日

放送日	内容
8月19日(月)	河佐峡でキャンプ!
8月26日(月)	府中市で全国コミュニティ・スクール研究大会!

講演・講習

福山・府中U・一ターンの
合同企業説明会

府中市と福山市の企業の採用担当者から直接、企業情報を聞くことができます。服装は自由で、履歴書、予約は不要で参加できます。

とき 8月9日(金)・10日(土) 13時～16時

※1部と2部で企業は完全入替制となっています。

ところ 福山市ものづくり交流館

対象 来年3月に卒業予定の大学院・大学・短大・専修学校生およびその保護者、U・一ターンの就職希望者、既卒者、求職中の人およびその家族

問い合わせ先 福山地方Uターン就職協議会(☎084-928-1104)

府中ビジネス講座

結果を出す人はノートに何を書いているのか！学んだことを確実に成果へとつなげるには、ノート

に経験を記録し、ためていくことが大切だということ、具体的なノートの使い方とともに学びます。

とき 9月17日(火) 14時～16時

ところ 府中商工会議所

内容 ミスなしモレなし手帳&ノート術セミナー

講師 ビジネス書作家 美崎栄一郎さん

受講料 1,000円

※府中商工会議所会員は無料。

申し込み期限 9月10日(火)

申し込み・問い合わせ先 府中商工会議所

(☎45-8200)

甲種防火管理講習

◎甲種防火管理新規講習

とき 9月26日(木) 9時50分～16時50分・27日(金) 9時50分～15時55分

◎甲種防火管理再講習

とき 9月25日(水) 13時30分～16時5分

ところ まなびの館ローズコム

定員 先着各190人

申し込み方法 8月13日(火)

23日(金)までにファクスで、(一財)広島県消

防設備協会(☎082-249-9410)へ申し込んでください。

※申請書は、日本防火・防災協会のホームページからダウンロードできます。

問い合わせ先 福山地区消防局予防課(☎084-928-1192)

また各消防署・分署・各出張所

消防設備士講習(法定講習)

とき・内容 10月21日(月)：消火設備、23日(水)：避難設備・消火器、24日(木)・25日(金)：警報設備

ところ 福山消防合同庁舎

定員 先着各150人

申し込み期限 8月30日(金)

問い合わせ先 福山地区消防局予防課(☎084-928-1192)

または各消防署・分署・各出張所

高血圧予防教室「脱☆高血圧血圧ミラクルチェンジ」

とき 8月26日(月) 10時30分～12時30分

ところ 府中市市民病院

内容 高血圧の恐ろしさ、減塩のための食事改善のヒント、減塩食の試食

定員 先着10人

参加料 600円

※レストランこもれびでの昼食代。

持参するもの 自宅の味噌汁50ml程度、健診結果や血圧手帳など血圧値が分かるもの

申し込み期限 8月19日(月)

募集

戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者を募集

先の大戦で父などを亡くした戦没者の遺児を対象として、父などが戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図るものです。

ところ フィリピン、ミャンマー、中国など

※日程などは、地域によって異なります。

参加料 10万円

申し込み・問い合わせ先 広島県遺族会(☎082-247-1121)

今日の表紙

ハーフバースデーに來くれた赤ちゃんたちで集合写真を撮りました。ママさんたちは遠慮されましたので、子どもさんだけです。足形や手形も取れたり、写真も撮れたり、子育てに忙しい時期の楽しい時間になったようです。9月1日号から6か月の赤ちゃんの写真を掲載します。

編集者のつぶやき

あの災害から1年が過ぎました。雨が続きとあの夜のことを思い出してしまいます。市内のさまざまなところで、避難訓練や防災訓練が行われています。それでも、災害時に命を守る行動は、自分にかかきません。早い判断をして、命を守る行動を取りましょう。⑩

声を大切に使いましょう

人間は話したり歌ったりして、一生、声を使います。声の出し方が悪いと、声帯を痛め、いろいろな病気になります。

また、声帯の手術をして、声の悪い出し方を改めないで、病気が再発してしまいます。

悪い発声10が案に気を付けて!!

- ① 大声で叫ぶ、泣きわめく。
- ② 力んで声を出す。
- ③ 運動しながら声を出す。
- ④ 興奮して話す。
- ⑤ 早口で話す。
- ⑥ やかましい所で話す。
- ⑦ 疲れているときに話す。
- ⑧ 極端に高い声や低い声を出す。
- ⑨ 風邪をひいているときに声を出す。
- ⑩ 奇妙な声のまねをする。

声帯を痛める原因7が案に気を付けて!!

- ① タバコを吸う。
- ② 過度の飲酒。
- ③ 汚れた空気を吸う。
- ④ 激しいせき、せき払いをする。
- ⑤ 重い物を持ち上げる。

声を長く大切に

- 次のことに気を付けて、声を上手に使いましょう。
- ▷ 落ち着いて、ゆっくり、はっきり話す。
 - ▷ 相手が聞きやすい所で話す。
 - ▷ 楽に出る声で話す、または歌う。
 - ▷ 広い所、やかましい所で話すときにはマイクを使う。



- ⑥ 力を入れて物を押す、または引く。
- ⑦ 力んで排便をする。

文責

高田耳鼻咽喉科医院

高田信昭

夜間・救急医療機関	内容	医療機関名など	電話番号	診療・受付時間
小児科 救急科 精神科	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
	救急医療	小泉病院(三原市小泉町)	☎0848-66-3355	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)
	音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医療情報提供	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>

8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			
4日⑤	府中市民病院(鵜飼町)	☎45-3300	奥野内科医院(府川町)	☎46-3500	池田医院(福山市新市町)	☎51-2098	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
11日⑤	中川整形外科医院(中須町)	☎52-3033	金光医院(府中町)	☎41-2938	さくらの丘クリニック(福山市駅家町)	☎084-972-2400	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
12日⑤	内藤クリニック(福山市駅家町)	☎084-977-1070	谷医院(府川町)	☎45-1188	井上小児科内科医院(福山市駅家町)	☎084-976-4820	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
14日⑤	せおクリニック(栗柄町)	☎40-0246	府中市民病院(鵜飼町)	☎45-3300	三島医院(福山市新市町)	☎51-2103	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
15日⑤	小島病院(福山市駅家町)	☎084-976-1351	和泉医院(府中町)	☎41-2412	山本クリニック(福山市駅家町)	☎084-976-0051	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
16日⑤	北川クリニック(元町)	☎45-4572	府中中央内科病院(高木町)	☎45-3200	住井内科(福山市新市町)	☎40-3030	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
18日⑤	府中市民病院(鵜飼町)	☎45-3300	河村内科(府中町)	☎47-6300	こどもクリニックはぐくみ(福山市駅家町)	☎084-970-1180	府中北市民病院(上下町上下)	☎62-2211
25日⑤	寺岡記念病院(福山市新市町)	☎52-3140	佐野内科医院(鵜飼町)	☎45-5310	松井内科(福山市駅家町)	☎084-976-0500	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。

ふちゅう歴史散歩 Vol.100

今年5月1日、皇位継承に伴い、令和へと改元されました。現代の改元は、明治の「一世一元の制」、それを継承した元号法によって皇位継承がなされた場合にのみ行われます。しかし、明治以前では天皇一代の間にも何度か改元が行われることもあり、それ以外の理由があったことが分かります。

古代の改元を見ると、9世紀代までの改元には、ほぼ全てに祥瑞と呼ばれるものが関係しています。祥瑞とは「天が為政者の治世を称賛して出現させた特異な動植物や自然現象」のことです。白雉、慶雲、靈龜などが該当します。ちなみに、備後国から献上された白鹿が「元慶」改元の契機となっていました。祥瑞の出現は、安定した時代であることを示すもので、祥瑞での改元には、安定・繁栄した時代の永続を願う意味があったと考えられます。

しかし、10世紀になると自然災害や疫病などの災異

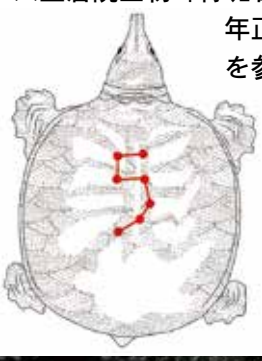
改元の契機とその意味

で改元が行われるようになります。災異は為政者の不徳により生じた災厄とされ、不安定な時代を象徴するものです。災異での改元は、そうした時代の終息と、安寧の時代を願うものであったでしょう。

さまざまな契機によって改元は行われましたが、改元とは、単なる時代名称の変更ではなく、「時を替えること」であり、それによって安定・繁栄の時代の到来を期待するものであったと考えられます。

祥瑞「靈龜」(イメージ)

※正倉院宝物「青斑石龜合子」(『平成12年正倉院展目録』掲載)を参考に作図。



甲羅に北斗七星を持つスッポン形の入れ物。「靈龜」改元の祥瑞をもとに作成されたとされるが詳細は不明。

—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57



投稿者 (文と写真)
府中高校1年生
山崎つぐみさん

合唱コンクールを通して学んだこと

6月の文化祭で、入学して初めての合唱コンクールがありました。コンクールでは、クラス対抗で賞を目指して競い合います。当日ギリギリまでパートに分かれて練習したり、何度も全員で歌って、1年生の賞であるベストヤング賞をとれるように一生懸命頑張りました。本番では、練習の成果を発揮することができ、私たちのクラスはベストヤング賞に選ばれました。1年生として賞をとれたことは嬉しかったのですが、先輩方の全員の気持ちが揃った合唱には圧倒されました。来年は、あのような合唱ができるように頑張りたいです。

私は、指示を出し全体をまとめることをあまり経

験したことがなかったので、指示もうまく通らず、不安でいっぱい毎日でした。でも、クラスのみんなが協力してくれたおかげで、私はしっかり指示を出すことができました。賞がとれたのは、何よりこうしたクラスの団結力があつたからだと思います。



合唱コンクールを終えて、全体を動かす難しさを学ぶと共に、協力することの大切さを学びました。今回学んだことを自分の学校生活に生かし、これからもたくさんことを経験し学んでいきたいです。

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
8月5日(月)	備後府中焼き店舗紹介「備後府中焼き 一宮」
8月12日(月)	天領上下花火まつり(出演 上下町商工会)
8月19日(月)	子どもの作品・学校紹介「旭小学校」
8月26日(月)	企業・起業紹介「池田牧場」

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

