

広報

令和2年

10/1

ふちう

No.1265

public relations FUCHU



マイナンバーカードの
取得は、今がオトク！

マイナンバーカードを使い、
コンビニで住民票・所得証明書などの
交付がスタート

どんどん広がる
マイナンバーカードの
便利な利用

メリット

①

10月15日(木)から、
マイナンバーカードを利用した住民
票の写しや証明書などのコンビニ交
付ができるようになります

いつでも

土、日曜日、祝日を含む6時
30分～23時まで、時間の都合
のよいときに、証明書の取得
ができます。年末年始、メン
テナンス時を除きます。

どこでも

全国の交付対応のコンビニ
で取得できます。

安心して

店舗内のマルチコピー機で
操作するので、個人情報や
他人の目に触れることがあ
りません。

証明書の種類	取得できる人	交付手数料	コンビニ交付でできること	コンビニ交付でできないこと
住民票の写し	▷本人 ▷本人と同一世帯の人	1 通 300円 ※市の窓口と同額です。	▷本籍・筆頭者、世帯主・世帯主との続柄、マイナンバーの記載の有無は選択できます。	▷住民票コードの記載や、除票（死亡・転出）の発行はできません。
住民票記載事項証明書				
印鑑登録証明書	▷印鑑登録済みの本人		▷発行に印鑑登録カードは不要です。	
所得証明書	▷本人		▷府中市で課税されている人の、最新年度分が取得できます。	▷前年以前の証明書は、発行できません。税務課、上下支所総務係の窓口または、郵送で申請してください。 ※毎年6月最初の開庁日の翌日から、次年度の証明書を取得できます。
所得課税・非課税証明書				

注意事項

- ▷コンビニ交付で証明書を取得する場合は、手数料の免除はありません。手数料が免除される証明書の交付を希望する場合は、窓口または郵送で申請してください。
- ▷誤って取得した場合でも返金・交換はできません。証明書の種類や通数など、十分確かめた上、取得してください。
- ▷取得時に府中市に住民票がない場合はコンビニ交付を利用できません。窓口または郵送で申請してください。
- ▷所得証明書、所得課税・非課税証明書を取得する人で、課税資料のない人は、コンビニ交付できません。税務課・上下支所総務係の窓口または郵送で申請してください。
- ▷申告内容に修正などがあった場合は、すぐには証明書にその内容は反映されません。

問い合わせ先

住民票などについて…市民課（☎43-7127）

所得証明書などについて…税務課（☎43-7121）

詳しくは、市のホーム
ページをご覧ください。



メリット

③

オンラインで
確定申告ができる

メリット

②

写真付きで、
身分証明書として
使える

マルチコピー機を使った証明書発行手順

簡単

早い

便利

他人と非接触

①

メインメニューから「行政サービス」を選択し、証明書交付サービスを選ぶ。

②



マイナンバーカードを読み込ませる。

③

証明書交付市区町村の選択をする。

④

マイナンバーカードの交付時に設定した数字4桁の暗証番号を入力する。

⑤

証明書の種別・記載事項・枚数を選択する。府中市では、戸籍証明書と戸籍の附票の写しは、交付できません。

⑥

発行内容を確認し、料金を支払うと印刷される。

※画像と異なる場合があります。

画像引用：地方公共団体情報システム機構

今なら

詳しくは、
こちら



上限
5,000円分の

マイナンバーカードで
マイナポイント

メリット

④

健康保険証として
使える

令和3年3月(予定)からスタート

法定検査は2種類

②毎年1回の定期検査

浄化槽の浄化機能が十分に発揮されているか確認するため、毎年1回、県知事指定検査機関の検査を必ず受けてください。

申し込み方法

県知事指定検査機関との契約が必要です。契約書の様式は、指定検査機関に送付してもらうか、環境整備課にある備え付けのものを利用してください。

①使用開始後の検査

浄化槽を新設・変更したときは、設置工事が正しく行われているかなどの検査を受ける必要があります。

検査期間

使用開始後3か月が経過した日から5か月以内

申し込み方法

浄化槽設置届の提出時に検査の依頼書を添付してください。

浄化槽には、定期的な保守点検・清掃とは別に、法定検査を受けることが義務付けられています。法定検査を受検せず、勧告・改善命令に従わない場合は、罰則が適用されることがあります。

詳しくは、市のホームページをご覧ください



浄化槽の法定検査は、受検する義務があります！

検査は、次の県知事指定検査機関が行います

- ▷ (公社) 広島県環境保全センター (☎082-849-6411) ▷ (公社) 広島県浄化槽協会 (☎082-569-5540)

9月号の記事に誤りがありました

特例補助金の掲載で、正しくは、の区域が汲み取り便槽、単独処理浄化槽からの転換のみ対象となります。訂正して、お詫びいたします。

問い合わせ先 環境整備課 (☎43-9222)

パソコンやスマートフォンで、いつでも回答可能 インターネット回答をお願いします

インターネット回答利用ガイドに記載されているログインIDとアクセスキーを、専用サイトに入力

およそ16問の質問に、回答してください。

詳しくはホームページをご覧ください。



紙の調査票でも回答できます

紙の調査票での回答を希望する人は、郵送提出用封筒で提出するか、調査員に直接提出してください。

▷ 国勢調査コールセンター…☎0570-07-2020
※IP電話の場合は☎03-6636-9607。設置期間は10月31日(土)まで。受け付け時間は土・日曜日、祝日を含む8時～21時。

インターネット回答 ・紙での回答期限

10月7日(水)

10月8日～20日に、回答がなかった世帯には調査員証を持った調査員が訪問します。国勢調査は、日本に住む全ての人と世帯を対象にした、国の最も重要な調査です。皆さんの回答をお願いします。また、国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メールなどに注意してください。

▷ 市役所総務課…☎43-7115
※受け付け時間は、土・日曜日、祝日を除く8時30分～17時15分。

令和2年国勢調査を実施しています！

1万円
2千円
お得

府中プレミアム商品券
備後国府通寶を販売します

商品券引換期間
10月26日(月)～31日(土)

府中プレミアム商品券取扱
加盟店を追加募集!!

追加募集対象 府中市内の店舗
※業種は問いませんが、一般消費者向けに販売・
サービスを提供する店舗とします。

商品券の引換券は、事前申込をした人に10月中旬に発送します。なお、応募多数の場合は希望の冊数を受けられないことがありますので、ご了承ください。

商品券販売場所・受け付け時間

▷府中市文化センター…10時～17時

▷府中天満屋ハッピーカウンター…10時～19時

▷上下町民会館……10時～17時

※引換券がないと商品券の購入はできません。販売引換は、現金での支払いとなります。

商品券利用期間 11月1日(日)～令和3年1月31日(日)



登録方法 商工労働課で配布する登録申込書を、
10月14日(水)までに提出してください。

提出先 府中プレミアム商品券事務局(府中市
文化センター内)

問い合わせ先 府中プレミアム商品券事務局 (☎45-2029)

GoToトラベル

地域共通クーポン取扱店舗募集

旅行者が市内の土産物店、飲食店などのほか、
観光施設、交通機関などで利用できる地域
共通クーポンの取扱店舗を募集しています。

詳細は、GoToトラベル
事務局のホームページで!

地域共通クーポン取扱店舗募集

検索



問い合わせ先

GoToトラベル事務局コールセンター
(☎0570-017-345)

※IP電話などの場合、☎03-6747-3986。

今年も
やっとなるよ

第48回上下かかしまつり

アイデア満載の手作리카かし・手作리카かし
屋敷が上下の秋を彩ります。

とき 10月31日(土)～11月8日(日)

ところ 矢野温泉公園四季の里あやめ園・上下
白壁の町並み(上下町商店街)

問い合わせ先

矢野温泉公園四季の里 (☎62-4990)



手作리카かしの搬入は、10月25日(日)
15時まで。詳しくは、
矢野温泉公園四季の
里へ問い合わせてください。

第16回府中カップ
パークゴルフ大会

とき 11月7日(土)9時30分～

ところ 河佐峡パークゴルフ場

申し込み方法 河佐峡パークゴルフ場管理事務所
に参加料と共に申し込んでください。

申し込み期限 10月29日(木)

申し込み・問い合わせ先 河佐峡パークゴルフ
場管理事務所 (☎49-0448)

定員 先着72人

参加料 大人800円

高校生以下400円

※年間利用者は400円。

道の駅びんご府中 information



「この量で、この新鮮さで、この値段!？」

普段使いも、送るのもgood
季節のお野菜セット

道の駅びんご府中4周年記念で、素敵な特典も!

めぜせ！元気

なふちゅう 33

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、39か所で活発に取り組まれています。今回の紹介は、飛屋もりもり教室です。

飛屋もりもり教室の紹介

平成29年にサロンのメンバーで立ち上げて3年目になります。毎週6〜10人で楽しく活動をしています。飛屋町はこぢんまりとした町ですが、だからこそ一人一人の顔が分かり地域の団結力が強いことが自慢です！教室をお休みした人がいると、誰と言わず心配して声を掛け合っています。教室での体操や何気ないおしゃべりが日々の元気の源になっています。

「教室で元気もりもり体操を続けるとこんな効果が！」を聞きました

Q. 身体にどんな変化がありますか？

A. 身体がほぐれて、血流も良くなり、動きが良くなります。

Q. 気持ちの面ではどうですか？

A. 運動を頑張ろうと思っても、いつも3日坊主でした。みんなで一緒にすることで楽しく続けることができています。

Q. 地域への変化は？

A. 近所同士での声掛けが増えました。家に閉じこもりがちな人には、みんなで声掛けをしています。



飛屋ってこんなトコロ！

- ▷ 約60世帯くらいの小さな町で、地域全体の人が見渡せます。毎回、祭りも団結して行います。
- ▷ 現在、サロンはお休みしていますが、サロンの一環でカラオケを週1回、グラウンドゴルフを週3回しています。
- ▷ 小さな町なので、子どものころからみんな顔見知りで、体操のメンバーは地域の活動でもよく顔を見るメンバー！
- ▷ 公会堂が地域の中心にでき、集まりやすくなりました。

飛屋もりもり教室

とき 毎週木曜日10時～11時
ところ 飛屋公会堂



代表 戸田 志保子さんの一言

毎週楽しく体操をしています。40分間ストレッチと筋トレをしますが、途中休憩をしながらご自身のペースで参加していただいています。年齢、性別問わず、元気もりもり体操が初めての人もどなたでも大歓迎です。どうぞ気軽に教室に来てみてください。

各地域の教室は、換気や消毒、3密を避けるなどの感染症対策を行いながら実施しています。見学・体験自由！一人でもお友達とでも、気軽にのぞいてください。

お住まいの地域の団体でウォーキングマスター（指導員）によるウォーキングの指導などを受けることができます。新型コロナウイルス感染症に伴う自粛生活で、筋力低下などが心配される地域の皆さんの健康づくりに活用してください。

申し込み方法 各公民館、リ・フレ、上下保健センターなどにある派遣申し込み用紙を提出してください。申し込み用紙は、市のホームページからダウンロードできます。

申し込み・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）

地域に伺います

ウォーキング
マスターの
出前運動講座



消費生活情報

「電気・ガス小売自由化に関する注意情報」

電気・ガスの小売全面自由化が始まって電気は4年、ガスは3年が経過しました。事業者による不適切な行為や、最近では新型コロナウイルス感染症に関連した問い合わせや電力を商材とするマルチ商法の相談などが寄せられています。

相談事例

①電話で電気料金が安くなると言われ、資料を請求するつもりで、聞かれるままに検針票に記載の情報を伝えましたが、いつのまにか契約が切り替わっていた。

②新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、収入が激減した。電気やガスの料金の支払猶予を受けたい。

③知人から、今まで聞いたこともない電力会社の契約の申込み者を獲得すること

で、収入が得られると誘われたが、大丈夫だろうか。

アドバイス

①電話や訪問で契約の勧誘を受けた場合、法定の契約書面を受け取った日から8日以内であれば、クーリング・オフができます。検針票に記載されている契約者名、住所、顧客番号、供給地番号は、契約に必要な重要な個人情報ですので、慎重に取り扱いましょう。

②経済産業省は電力・ガス会社に対し、個人または企業に関わらず、新型コロナウイルス感染症の影響により、料金の支払いが困難な場合、状況に配慮し柔軟な対応を行うことを要請しています。各電力・ガス会社に確認してください。

③電力を商材とするマルチ商法を行っている会社が散見されます。期待するような収入が得られず、入会金や月会費の負担で、逆に損失になることがあります。勧誘者になると契約内容の説明義務や書面交付、苦情への対応など、法的義務が伴います。安易な気持ちで始めるのは避けましょう。

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問い合わせてください。

観光チャレンジ補助金実施事業者を募集

対象 府中市内の観光事業者、観光に取り組む団体など

補助率 2分の1

※新型コロナウイルスに関する場合は3分の2。

補助限度額 20万円

問い合わせ先 観光課
(☎43-7141)



「広島県中山間地域振興計画-第Ⅱ期-(案)」のパブリックコメントを募集

広島県では、中山間地域の振興を目的とする計画のパブリックコメントを募集しています。詳しくは、県のホームページをご覧ください。

募集期間 10月5日(月)～11月4日(水)

問い合わせ先 広島県中山間地域振興課 (☎082-513-2636)

農作業や山に入るときは、注意してください

8月末に上下町で、イノシシ捕獲用箱わなにツキノワグマが過って捕獲される事案が発生しました。

ツキノワグマの習性 本来臆病な動物で、通常は人間を避けて行動をしています。また、ツキノワグマは耳が非常にいいとされています。

遭遇しないための対策 農作業をするときや山に入るときには、鈴やラジオなどといった音が出るものを携帯しましょう。

もし出合ってしまったら、クマがこちらに気付いていない場合は、気付かれないように静かにその場を立ち去りましょう。クマがこちらに気付いている場合は、ゆっくりと後ずさりして逃げましょう。背中を向けて走って逃げると、本能的に追いかけてくる可能性があります。

◎ツキノワグマに関する目撃情報を、連絡してください

問い合わせ先 市役所農林課 (☎43-7132) または府中警察署 (☎46-0110)

詳しくは市のホームページで





ども・子育て支援事業計画

ブランドデザイン

地域IoT実装計画

産業振興ビジョン

観光振興ビジョン

目指すべき将来イメージの実現に向けた施策

戦略1 中小企業の事業付加価値向上

I o T ・ R P A 活用 推進、生産システムの 合理化	先進技術導入にかかる技術支援、モデル事業の実施など
異業種交流	交流イベントの開催、交流プラットフォームの構築など
販路開拓	既存施策の改善（見本市出展補助金、産業支援機関の活用促進など）
創業支援	ビジネスプランコンテスト、スタートアップウィークエンドの開催など

戦略2 多様な人材の確保

市内企業研究機会の充実	合同説明会、地元企業就職者と在校生の懇談会の開催など
人材確保機会の充実	長期インターンシップの実現に向けた環境整備、地域留学制度の実現準備など
女性の仕事創出	啓発活動、女性が働きやすい環境整備に対する助成制度の創設など
シニア（OB）人材と企業のマッチング	企業要望の把握、マッチング支援の実施、プチワークへの支援など
外国人材の導入支援	外国人採用に関する啓発活動、専門機関によるマッチング支援など
生活環境の整備	日本語教育機会の充実、地域との関係構築支援など

戦略3 府中市産業発展の環境整備

空き物件、空き用地の活用	民間保有空き物件の調査・把握、利用ニーズとのマッチングなど
道路網の整備	事業活動促進に向けた道路環境に対する連携強化
産業団地の確保	実現可能性調査（F/S）の実施、用途変更や区画整理などの整備など
5 G の活用推進	5 G 活用に係る支援メニュー、活用事例の周知展開など
（仮称）ロボットテクニカルセンターの設置	実現可能性調査（F/S）の実施など
親族間承継の促進	実態把握、専門家との連携、啓発活動の実施など
多様な手法を用いた事業承継支援	実態把握、金融機関との連携、啓発活動、個別マッチングの実施など
海外事業展開の支援	トップセールスの実施、J E T R O ・ 県 ・ 金融機関とのタイアップなど
大学との連携強化	連携協定の締結推進、新技術指導、共同研究、試作品開発など

戦略4 ビジョン実現体制の構築

産業連係室の開設および活動開始
委員会の設置および立ち上げによるPDCA管理、施策の見直しなど

問い合わせ先 商工労働課（☎43-7190）



まずはお電話
で無料相談

問い合わせ先 産業連係室（☎54-2324）

産業連係室

具体的な取り組み

品質・生産性向上などの技術指導、シニア人材マッチング、販路拡大支援など

第2回目

府中市産業振興ビジョン

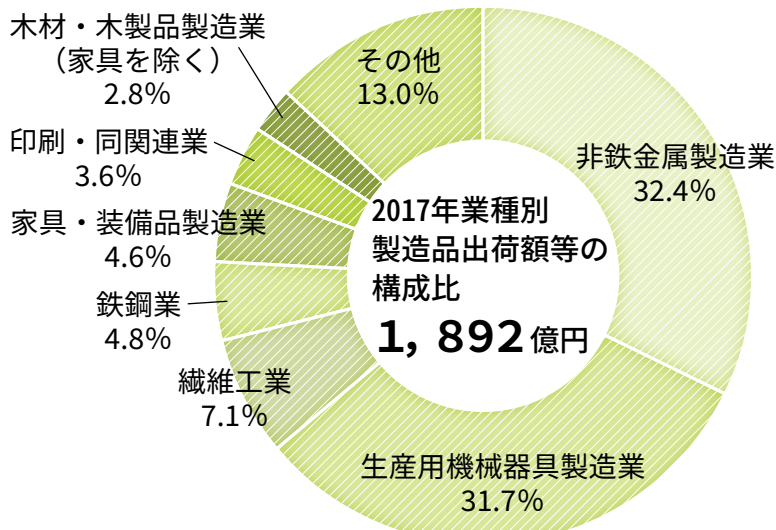
「ものづくり産業」が成長し続けるために
指針となるビジョンを作成

変化や危機感を地域社会と共有し、府中市の持つ特性のある産業をさらに成長させなければいけません。

府中市産業の強みである「ものづくり産業」を、重点的かつ戦略的に支援するとともに、多様な機関との連携を図り、新たな価値を生み出し、産業・経済の振興を通じた魅力的な街づくりを目指すために指針となるビジョンを策定しました。

府中市の産業構造の特徴

製造業、建設業の第2次産業の構成比が高く（56.2%）、域内総生産の増減が、製造業の好不調の波に左右されやすい産業構造になっています。



（資料）経済産業省「工業統計調査」

（%）

	第1次産業	第2次産業	第3次産業
府中市	0.6	56.2	43.2
三原市	1.6	46.3	52.2
尾道市	1.0	43.6	55.3
福山市	0.3	36.3	63.4
三次市	3.7	28.1	68.2
庄原市	10.2	23.6	66.2
世羅町	13.9	26.2	59.9
神石高原町	8.5	31.5	60.0

（資料）広島県「平成28年度広島県市町民経済計算結果」

- 第1次産業…自然界から直接資源を採取する産業
農業・林業・水産業など
- 第2次産業…自然から採取した資源を加工することで高度な財を生産する産業
鉱工業・製造業・建設業など
- 第3次産業…目に見えないサービスや情報などの生産を行う産業
金融・保険・卸売り・小売・サービス業など

見えてきた課題と将来イメージ

府中市産業には、「従業員一人当たりの付加価値額の低さ」、「人材確保難」、「事業環境上の制約」、「産業活力の低下」などの課題が見えてきました。

課題①	従業員一人当たりの付加価値額の低さ	→	基本目標	市内産業の生産性向上や付加価値増大を目指し、「ものづくりのまち・府中」の価値を高めます。
課題②	人材確保難	→	基本目標	オール府中で、ものづくりの魅力を若い世代に伝える取り組みを実践し、だれもが安心して働ける府中市の実現を目指します。
課題③	事業環境上の制約	→	基本目標	工場用地の確保や道路整備など、府中市での事業活動に魅力を感じられる事業環境整備を進めます。
課題④	産業活力の低下	→	基本目標	事業継承や創業支援などにより府中市産業の活力維持を図るとともに、異業種交流、産産連携を通じた魅力ある新ビジネスの創出にも挑戦します。

府中市産業の将来イメージ | 技術と豊かさを次世代に繋ぐ「ものづくり」への挑戦を続ける府中市

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行のリスクを下げ、医療機関の逼迫を未然に防ぐため、府中市では、インフルエンザ予防接種費用の助成を拡大し、接種を受けやすくしました。なお、国は、今冬のインフルエンザワクチンの優先的な接種対象者を示し、接種時期の協力を呼びかけています。詳細は、医療機関へお問い合わせください。

※「接種時期ご協力のお願い」は、厚生労働省のホームページをご覧ください。

接種期限 令和3年1月31日(日)

厚生労働省の
ホームページ



インフルエンザ予防接種の対象と助成後の費用

	対象	助成後の費用
①	1歳から小学校・義務教育学校6年生までの子	実施医療機関が定める金額から1,080円を差し引いた額
②	65歳以上の人または60歳以上64歳以下で心臓や腎臓、呼吸器などに重い障害などがある人	1,600円 ※助成を400円、拡大しました。
③	府中市の国民健康保険加入者で特定健康診査を3年連続受診している人	無料 ※右表の実施医療機関でのみ、無料で接種できます。

※①、②の対象のうち生活保護世帯および市民税非課税世帯の人には、10月初旬に白色の無料券、③に該当する人には黄色の無料券を郵送しますので、接種の際は必ず無料券を持参してください。

問い合わせ先 ▷インフルエンザ予防接種に関すること…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）

▷府中市国民健康保険に関すること…市民課医療保険係（☎43-7142）

Withコロナの日常を過ごすために

11月2日(月)～

市役所市民課・税務課窓口の手数料の支払いに、PayPayが利用できます

4月から市税・料、公共料金の支払いにもPayPayが使えます

スマホ決済アプリが普及している背景に加え、窓口での利便性を高めるとともに、新型コロナウイルスの感染を予防するため、市役所の手数料の支払いにスマホ決済アプリPayPayが利用できるようになります。

ところ	利用可能な手数料の種類
市民課	住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本、犬の登録など
税務課	所得課税証明書、評価証明書など
上下支所	住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本、所得課税証明書、評価証明書など

※右用できる窓口は、今後、拡大していく予定です。

10月1日(木)～

ロタウイルス感染症の予防接種が定期接種になります

ロタウイルスによる胃腸炎は、乳幼児期にかかりやすい病気です。重症胃腸炎を予防するため、ワクチンを接種しましょう。

対象 令和2年8月1日以後に生まれた子ども

費用 無料

注意事項 ▷初回の接種は、生後14週6日までに受けましょう。

▷医療機関により、受け付け時間、予約の要・不要およびワクチンの種類が異なります。事前に問い合わせしてから接種に行きましょう。

実施医療機関は、市のホームページをご覧ください



府中 タチマチ テック アカデミー 開講!

～誰でも、気軽に、便利に使えるICT～
(個人向け・企業向け)

FUCHU
TACHIMACHI
TECH ACADEMY

オンライン
クラウド Zoom 会議
QR コード決済
Instagram

ICTという言葉を開か
れたことがありますか?
簡単にいうと、インタ
ネットなど最新の技術を使っ
て仕事や生活、人とのつな
がりを豊かにしようとい
うことです。
都会の人や若い人にしか
関係ない?いえ、誰にでも
使える、これからの生活を
豊かにするための道具な
のです。
コロナ禍を受けた新しい
生活様式では、他の人と距
離をとろう、また移動を自
粛しよう、といった行動が
望まれており、市民生活や
企業活動において、こうい
った技術の必要性が高まっ
ています。

府中市では、ICT(ス
マートフォン、タブレッ
ト、パソコンを使ったイン
ターネットやIT)を、市内
企業や市民がどこでも誰
でも使える社会を目指し、
まず、ICTを使うための基
礎的知識をつけるための講
座を開催します。
企業の皆さんには、業務
プロセスの見直しによる経
営改善のツールとしての可
能性、個人の皆さんにはI
CTは基本さえ分かれば便
利に使えることを知ってい
ただければと思います。

基礎編

一般・ビジネス向け

10/03(土)

14:00~16:00



FUCHU
TACHIMACHI
TECH ACADEMY

Google for Educaiton でつくる新しいコ
ミュニケーションの形～学校と家庭を遠隔
でつなぐ具体的な方法～ [B-2]

講師: イーディーエル株式会社

10/10(土)

14:00~16:00



無理なく続けられる、
Instagram使い方基本講座♪ [B-3]

講師: コタニコーピーアンドデザイン

10/17(土)

14:00~16:00



LINE 活用による
with コロナ時代の地域課題解決 [B-4]

講師: LINE 株式会社

10/24(土)

14:00~16:00



会わなくても話し合える
電子会議ツール「ZOOM」使い方講座 [B-5]

講師: コタニ コーピーアンドデザイン

応用編

事業者向け

10/23(金)

14:00~16:00



小規模事業者でも取り組める!
クラウドサービスの活用事例紹介 [C-1]

講師: つづく株式会社

10/30(金)

14:00~16:00



24万社が利用!社内の情報伝達を10倍速く
するビジネスチャット「チャットワーク」 [C-2]

講師: Chatwork 株式会社

11/06(金)

14:00~16:00



府中市の中小企業が取り組んだ
Google G Suite 活用事例紹介 [C-3]

講師: 株式会社ヒラメキカンパニー

11/13(金)

14:00~16:00



名刺を資産に!経済産業省も導入した名刺
管理サービス「サンサン」 [C-4]

講師: Sansan 株式会社

11/20(金)

14:00~16:00



国内10万社導入!今話題の
電子契約サービス「クラウドサイン」 [C-5]

講師: 弁護士ドットコム株式会社

申し込みと詳細は、
ホームページで



こんなときにICT...

- ▷ お子さんやお孫さん、お友達が帰省しない。
- ▷ 趣味の手芸や絵画、作品を誰かに見てほしい、買ってほしい。
- ▷ 電子マネーがポイントでおトク、小銭を使わなくていいらしい。
- ▷ 学校から、子どもの宿題提出はアップロードで、と言われた。
- ▷ PTAの保護者会、連絡や調整はLINEでと言われた。
- ▷ 会議はオンラインでと言われた。
- ▷ 社の内外で、データやファイルを共有したい。
- ▷ 契約はオンラインでと言われた。
- ▷ YouTubeやSNSを使った会社のプロモーションをしたい。
- ▷ いただいた名刺を管理したい。
- ▷ デジタル技術をすでに導入・活用している企業同士でスキルアップを図りたい。

問い合わせ先 政策企画課 (☎ 43-7239)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止や定員の変更などがあります。事前に問い合わせ先に確認してください。

ビジネススマナーの5原則

新入社員モチベーション
アップ研修

講演・講座

講師 光の丘病院 副院長
石岡芳隆さん
定員 30人
参加料 無料
申し込み方法 10月26日(月)
までに電話で申し込んで
ください。

**MANABICAレτζジ出張
講座** ひろしまGENKI
体操で始める免疫力アップ
骨から免疫力を高めるこ
とができるって知っていま
すか？簡単な体操で、ウイ

▽調理中は火のそばから離
れない。
▽コンロは壁などから離し
て使用し、近くに可燃物
を置かない。
▽コンロの周りは整理整頓、

10月の納税など

■市・県民税……………3期分
■国民健康保険税……………4期分
■後期高齢者医療保険料……………4期分
※納期限は11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4期分
※納期限は11月2日(月)です。
介護保険課納付相談窓口延長日
10月22日(木)・19時まで
問い合わせ先
介護保険課 (☎40-0222)

精神保健福祉講演会

高齢期のこれからの生活
をより豊かにしましょう。
とき 11月2日(月) 13時30
分～15時
ところ 上下町民会館
演題 高齢期のこころの健康
講師 光の丘病院 副院長
石岡芳隆さん
定員 30人
参加料 無料
申し込み方法 10月26日(月)
までに電話で申し込んで
ください。

定員 10人

※定員を超えた場合は抽選。
受講料 3,000円
※別途材料代が必要です。
申し込み方法 教育センタ
ー、上下公民館にある申
込書で申し込んでください。
申し込み期限 10月16日(金)
問い合わせ先 教育政策課
(☎43-7181)

お知らせ

ガス機器による火災
などを防ぎましょう

都市ガスやプロパンガス

は、取り扱いを誤ると火災

や爆発、一酸化炭素中毒の

可能性があります。ガス機

器の取り扱いを再確認し、

火災や事故を防ぎましょう。

▽調理中は火のそばから離

れない。

▽コンロは壁などから離し

て使用し、近くに可燃物

を置かない。

▽コンロの周りは整理整頓、

申し込み・問い合わせ先

健康推進課(上下保健セ

ンター内・☎62-2231)

とき 10月24日(土) 10時～

11時30分

※受け付けは9時30分～。

ところ リ・フレ

講師 広島大学大学院 准

教授 黒坂志穂さん

定員 30人

※定員を超えた場合は抽選。

参加料 無料

申し込み期限 10月10日(土)

申し込み・問い合わせ先

生協ひろしま(☎012

0-5000-935)

小まめな清掃を心掛ける。
▽ガスを供給するゴムホー
スはひび割れなどの無い
ものを使う。

▽ガス漏れに気付いたとき

は、元栓を閉め、窓を開

けて空気の入れ替えをす

る。このとき換気扇・扇

風機を使わない。

問い合わせ先 福山区消

防組合消防局予防課(☎

084-928-1192)

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ1,000万円

(1等1千万円)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月23日水2種類同時発売!

発売期間 9/23(水)～10/20(火)
抽せん日 10/27(火)

各1枚 300円

公益財団法人広島県市町村振興協会



クーちゃん

催し

**みんなで歩こう会
上下白壁の町並みを歩こう！**

認知症予防にも有効と言われるウォーキング。みんなで歩けば続けられます。健康管理・ダイエットにもつながります。申し込み不要で参加できるので、初めての人も大歓迎です。

とき 10月15日(木) 9時30分～11時30分

ところ 上下町民会館

内容 体操、ウォーキング

参加料 無料

持参するもの タオル、水分補給用の飲み物、帽子

※運動のしやすい服装と靴

でお越しください。

問い合わせ先 健康推進課

元気づくり係(リ・フレ内) ☎47-13310

健康づくり係(上下保健センター内) ☎62-2231

31

動いて脳トレ脳活教室

認知症予防に脳を活性化させる運動や、健康増進のため有酸素運動などをします。

とき 10月14日(水)・11月4日(水) 10時～11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

定員 先着30人

参加料 無料

持参するもの 飲み物、タオル

オル

※動きやすい服装で、マスクの着用をお願いします。

申し込み方法 前日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 介護保険課

(☎40-0223)

上下歴史文化資料館の エントランス展示

◎My happy life 四季のトールペイント

府中市在住の佐々木真里子さんによるトールペイントの作品展です。



とき 10月31日(土)まで

10時～18時

※最終日は12時まで。

入場料 無料

休館日 祝日を除く月曜日

ところ・問い合わせ先

上下歴史文化資料館

(☎62-3999)

府中市文化センター

◎月いち演奏ライブ

とき 10月18日(日) 10時～11時30分

出演 ▽箏曲：寿会(下川社中) ▽ハーモニカ：モニカトリオ ▽アンサンブル：府中シティオーケストラ

入場料 無料

問い合わせ先 府中市文化センター

応援！
府中の
介護職イーンズ



Vol.18

柿の実

さく・府中の介護職イーンズ え・スヤマミヅホ



イラストレーター スヤマミヅホの つぶやき

念ずれば通じちゃいましたね！



スヤマミヅホ

10月11日は「減らそう犯罪の日」

県民の防犯意識の向上と県民が参加する取り組みによって犯罪の減少を図るため、「減らそう犯罪」ひろしま安全なまちづくり推進条例に制定されています。

自転車にはツーロックと防犯登録を！
ご自宅の施錠は短時間の外出でも確実に！



なくそう特殊詐欺被害！府中警察署

クラトピア栗生

(☎45-6000)

◎水彩画教室展

とき 10月14日(水)～27日

(火) 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 クラトピア

栗生 (☎45-3701)

旭公民館

◎油彩・水彩画展

とき 10月8日(木)～30日(金) 13時～19時

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止や定員の変更などがあります。事前に問い合わせ先に確認してください。

いざという時、
頼りになる人がいます!!
町内会に加入し地域活動に参加しましょう

町内会は、隣近所に住む人たちで運営されている最も身近な住民自治組織です。

町内会加入に関しては、住んでいる町の町内会長、組長（班長・区長）または府中市町内会連合会事務局へ相談してください。

主な町内会の活動

- ▷地域の防災、防犯・交通安全、環境美化・清掃、子育て支援、高齢者支援など、さまざまな役割を担っています。
- ▷町内への回覧や連絡により、市や社会福祉協議会などのお知らせや連絡事項の周知などを行います。
- ▷それぞれの地域で祭りや盆踊り、運動会など各種イベントを行うことで、交流と親睦を図り、地域みんなの連帯感を深めています。

問い合わせ先 府中市町内会連合会事務局（市役所総務課内）
☎43-7115

募集
対象 4月1日（令和3年3月31日の間に新規に学校を卒業した人、または卒業見込みの人）
募集科 ▽2年課程：自動車整備科 ▽1年課程：機械システム科、電気設備科、建築科、溶接加工科
応募期限 10月30日（金）

広島県、特に府中市の優れた景観、お気に入りの景観の写真を募集しています。
応募方法 市役所都市デザイン課・上下支所、府中市生涯学習センター、上歴史文化資料館にある応募用紙に必要事項を記入し、Lサイズの写真と共に、郵送してください。
※応募用紙は、広島県景観会議のホームページからもダウンロードできます。

県営住宅入居者募集（令和2年10月定期募集）
申込みのしおり配布開始日 10月13日（火）
配布場所 都市デザイン課
募集内容 募集住宅、申込方法・資格などは、配布資料をご覧ください。
受け付け期間 10月20日（火）～22日（木）
※10月22日（木）消印有効。
申し込み・問い合わせ先

募集

※日・月曜日は休館
入場料 無料
申し込み・問い合わせ先
旭公民館
☎45-5903

**第28回景観づくり大賞の
景観写真を募集**

選考日 11月17日（火）
問い合わせ先 広島県立福山高等技術専門学校（084-95110260）

※当日必着。
応募・問い合わせ先 広島県景観会議事務局（三次市都市建築課内）
☎0824-6216160

農業技術大学校入学者募集

県営住宅指定管理者（株）東急コミュニティー（福山市三之丸町8-17）
☎084-97313109

農業・農村の担い手育成を目標に、農業の実践的な教育で、専門的な知識・技術、経営管理能力を養成しています。

学科 ▽園芸課程：野菜・花きコース、落葉果樹コース ▽畜産課程：肉用牛コース

定員 合計40人程度
料金 授業料：年額11万8千800円、学生寮費：年額12万7千200円

◎推薦入試
願書受け付け期限 10月12日（月）

試験日 10月27日（火）

◎社会人特別入試
願書受け付け期限 12月8日（火）

試験日 12月22日（火）

※この他に、一般入試（前期・後期）があります。

問い合わせ先 広島県立農業技術大学校教務課（☎0824-720094）

府中市の人口（9月1日現在）

人口 38,296人（-88） 出生 9人
男性 18,513人（-53） 死亡 48人
女性 19,783人（-35） 転入 72人
世帯数 17,276世帯（-18） 転出 121人
※（ ）は前月比。

広島テレビで放送中

府中市、庄原市、世羅町、神石高原町の魅力を、ひろ～くご紹介！

毎週月曜日 18時55分～

府中市についての放送日

放送日	内容
10月26日（月）	紅葉とスイーツをご紹介

※新型コロナウイルスの影響で、内容が変更になる場合があります。



相談

身体障害者福祉相談

とき 10月20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・橋

高 (☎43-6320)

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せんか。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。

◎府中市こころの相談

へり・フレ会場

とき 10月1日(木)・15日(木)13時30分～15時30分

へ上下保健センター会場

とき 10月22日(木)13時30分～15時30分

申し込み・問い合わせ先

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)

◎ひきこもり・うつなど専門相談

とき 10月6日(火)13時～15時

ところ 広島県福山庁舎

◎不眠相談

とき 10月27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 (☎084-921-1311)

10月の生活相談

◎一般相談

へり・フレ会場

とき 10月7日(水)・14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。

へ上下町民会館会場

とき 10月28日(水)13時～16時

※受け付けは13時～15時。電話 (☎62-2566)、ファクス (☎62-4903)

でも相談できます。

◎司法書士相談

とき 10月7日(水)13時～16時

※受け付けは13時～15時。ところ リ・フレ

◎弁護士相談

とき 10月21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。

相談料 無料

申し込み・問い合わせ先

府中市社会福祉協議会 (☎47-1294)

社会保険労務士による無料個別相談会

とき 10月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)10時～17時

※1事業所1時間。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)

HIV・梅毒検査・相談

当日に検査結果が分かる迅速検査を無料実施します。

相談・検査は匿名でできます。

とき 10月13日(火)9時～15時30分

※10月12日(月)までに予約が必要。

ところ 広島県福山庁舎

問い合わせ先 広島県東部保健所福山支所保健課 (☎084-921-1413)

不動産無料相談会

土地や建物の売買、借家問題などの相談に応じます。

事前に予約が必要です。

とき 10月9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 (☎45-8200)

雇用のトラブルはまず相談

公益委員、労働者委員、使用者委員の三者構成により、事業主と労働組合・労働者個人との紛争の解決を無料でお手伝いします。

問い合わせ先 広島県労働委員会事務局 (☎082-513-5162)

今月の表紙

10月15日から住民票・所得証明書など、各種証明書を、コンビニで取得できるようになります。仕事終わりや、休日にも取得できます。手数料は、同額です。コンビニで取得するために必要なのが、マイナンバーカードです。申請は、パソコンやスマートフォンでもできます。

編集者のつぶやき

マイナンバーカードの取得率は、全国平均で20%、府中市では、9月14日時点で、17%です。徐々に取得率は伸びてきています。広島市では申請に列ができました。1人5千円相当のマイナポイントがもらえる今が、取得のタイミングといえます。⑩

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止や定員の変更などを行うことがあります。事前に問い合わせ先に確認してください。

府中地区医師会

健康コラム

かんせん
乾癬とは

乾癬は、慢性で炎症性の皮膚の病気です。頭皮や生え際あるいは肘や膝、腰からお尻など、摩擦などの刺激を受けやすい部位などに、表面に白く細かい角質がかさぶた状に付いた皮疹（ひしん）が出現し、フケのようにポロポロ剥（は）がれやすくなり、痒み（かゆみ）を伴うこともあります。

通常1か月程度で生まれ変わる皮膚が、乾癬になると、3・4日というスピードになることが分かっています。約2対1の割合で男性に多いこと、思春期以降、または中年以降の発症が多いことも特徴です。乾癬は、絶対に人から人へうつることはありません。

乾癬になる原因

まだはっきり説明されていませんが、最近の研究により、元々の体質と体内の免疫バランスの異常や、次のような要因が影響するのではと考えられています。

▽外的な要因：ストレス、たばこ、アルコール、脂っこい食事、衣服の刺激、日光、空気の乾燥、薬剤、

けが、風邪などの感染症など
▽内的な要因：肥満、糖尿病など

日常生活で気を付けること

▽加湿器や保湿剤などを利用して、皮膚が乾燥しないよう注意しましょう。
▽ぬるめのお湯に、毎日入浴し、体を清潔に保ち、手で優しく洗うことを心掛けましょう。

▽たばこは、乾癬の症状を悪化させると言われています。禁煙するように努めましょう。

▽感染症に注意しましょう。

▽ストレスを溜め込まない。

▽日光浴は適度に。

乾癬の治療法は大きく分けて、塗り薬、飲み薬、注射剤、光線療法があります。残念ながら根本的な治療法はいまだに見つかっていません。治療によって、皮疹などを軽い状態に保つことはできます。

最寄りの皮膚科に相談してください。

文責 前原皮膚科クリニック

院長 前原 潔

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 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提供	広島県救急医療情報ネットワーク	県全域	☎0120-169901	毎日24時間

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

10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㊤	寺岡記念病院 (福山市新市町)	☎52-3140	渡辺内科医院 (府川町)	☎45-8637	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
11日㊤	石川クリニック (福山市新市町)	☎51-8650	府中市民病院 (鵜飼町)	☎45-3300	井上小児科内科医院 (福山市駅家町)	☎084-976-4820		
18日㊤	内藤クリニック (福山市駅家町)	☎084-977-1070	新市ときながクリニック (福山市新市町)	☎51-5007	三島医院 (福山市新市町)	☎51-2103		
25日㊤	せおクリニック (栗柄町)	☎40-0246	奥野内科医院 (府川町)	☎46-3500	山本クリニック (福山市駅家町)	☎084-976-0051	黒木整形外科リハビリ テーションクリニック (上下町上下)	☎62-8200

※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。



令和元年度『腹の底から笑いあった家族エピソード』大笑【優秀賞】

誰？

国府小学校四年

奥本 さくら

わたしが三年生になった時、本格的に英語の授業が始まりました。英語の時間いがいでも先生がいろいろな英語を教えてくださいました。だから、わたしはその日に覚えた単語を家に帰って家族に教えてあげました。夜ごはんの時に、わたしが「おにぎりは、英語で何ていうでしょう？」

と問題を出したら、みんなでごはんを食べながら考えこみました。わたしは、

「正かいは、ライスボール！」

と言って教えてあげました。中学生になったお姉ちゃんも小学校よりむずかしい英語の授業をしているようで、

「授業中、ほとんど会話は英語なんよ。」

と教えてくれて家族みんなでビックリしました。そして、

お姉ちゃんが

「でさ、私いつも不思議に思っ

てるんだけど、先生がさ、毎回「ディ

ジュアナさーん」ってよぶんよ。だ

れのこと言ってるのかな？先生には

だれが見えるんじゃない？」

と言ったので、みんなの頭が？でいっ

ぱいになりました。少しして、お母

さんが「もしかして、Do（ディドウ）

you（ユー） understand（アンダース

タンド）？」理かいましたか？っ

て言ってるんじゃない？」

と言ったので、みんなで何度もくり

返して言ってみました。

「ディドウ アンダースタンド」

「ディジュ アンダースターン」

「ディジュアナさーん！」

「本当だ！」

そしてみんなで大笑いしました。

数日後、お姉ちゃんの参観日に行っ

たお母さんが帰って来て

「たしかに『ディジュアナさーん』

て聞こえた。」

といって、またまたみんなで大笑い

しました。

お姉ちゃん、『ディジュアナさー

ん？』

◆◆ 新着図書紹介 ◆◆



古地図で楽しむ富士山
おたか やすまさ
大高 康正
富士山の奥深い世界
を古地図を用いて紙
上散策しよう！



サンドイッチクラブ
なが え ゆうこ
長江 優子
進路、将来の夢…。
悩んだりするけど未
来を信じてレッツチ
ャレンジ！

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	3
4	5	⑥	7	8	9	10
11	12	⑬	14	15	16	17
⑱	19	⑳	21	22	23	24
25	26	㉑	28	29	30	31

10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】

10月の図書館「おはなし会」

おひざにだっこのおはなし会
9日(金)10:30～11:00

おはなしのへや

17日(土)14:00～15:00

くまがいの写真記

していること・してきたこと

熊谷直剛さんの写真展を開催
します。

とき 10月2日(金)～17日(土)

※最終日は、16時まで。

ところ 図書館本館

秋のおはなし会

2ペリヤル

とき 10月17日(土)14:00～
14:30

ところ 図書館本館

対象 幼児から

定員 先着順

20冊まで自由にお持ち帰り可能！雑誌リサイクル

とき 10月31日(土)・開館時間
内に受け付けます

ところ 図書館本館・上下分室

持参するもの 持ち帰り用の袋
※今年度は雑誌のみです。入場
や時間の制限を行う場合があります。

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。

府中市土生町1581-7 ☎41-4145

開館時間 平日9:30～17:00

土・日・祝日9:30～16:30

ホムホムのイベント予約
がWebでできます！



Instagramもcheck
してみてください！

府中市こどもの国ポムポムの10月のイベント

●全年齢対象 ●幼児対象 ★小学生対象	28 ●特別工作 ●ボーネルンド	29 ●スポーツ塾 お母さんの 気ままに小物作り	30 ●わん★ツ ジャンプ	1 休館日	2 ●ポムっ子 くらぶ	3 ●工作体験 ●ボーネルンド
4 ●特別工作 ●ボーネルンド	5 ●スポーツ塾 お母さんの 気ままに小物作り	6 ●わん★ツ ジャンプ	7 ★絵画・木工教室 わくわく工作広場	8 休館日	9 ●ポムっ子 くらぶ	10 ●特別工作 ●ボーネルンド
11 ●工作体験 ●ボーネルンド	12 ●スポーツ塾 お母さんの 気ままに小物作り	13 ●わん★ツ ジャンプ	14 臨時休館日	15 休館日	16 ●ポムっ子 くらぶ	17 ●工作体験 ●ボーネルンド
18 ●工作体験 ●ボーネルンド	19 ●スポーツ塾 お母さんの 気ままに小物作り	20 ●わん★ツ ジャンプ	21 ★絵画・木工教室 ねんねこキッズ	22 休館日	23 ●ポムっ子 くらぶ	24 ●工作体験 ●ボーネルンド
25 ●工作体験 ●ボーネルンド	26 ●スポーツ塾 お母さんの 気ままに小物作り	27 ●わん★ツ ジャンプ	28 ★ラスカルジ ムDE遊ぼう わくわく工作広場	29 休館日	30 ●ポムっ子 くらぶ	31 ●特別工作 ●ボーネルンド

新型コロナウイルス感染予防対策のため、イベントは、今後も変更・中止となる場合がありますので、ポムポムのホームページを確認して来館してください。

10月の乳幼児健診

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）

ところ	10月の行事	とき・受け付け時間	対象
リ・フレ	4か月児健診	27日(火)13:00～13:10、13:20～13:30	令和2年6月生まれの子
	10か月児健診	20日(火)・21日(水)13:00～13:10、13:20～13:30	令和元年12月生まれの子
	1歳6か月児健診	13日(火)13:00～13:10、13:20～13:30	平成31年3月生まれの子
	2歳児歯科健診	対象者には個別健診の案内を送ります。	平成30年5月生まれの子
	3歳児健診	7日(水)13:00～13:10、13:20～13:30	平成29年5月生まれの子

定員 先着8組
参加料 無料

パパママ教室

とき 10月25日(日)10時～12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 助産師によるお産のお話、
ご家族の妊婦体験
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 10月22日(木)まで
に電話で申し込んでください。

離乳食教室

定員 先着各6組
参加料 無料

初期編

とき・ところ 10月26日(月)
10時～11時・リ・フレ
対象 6か月ごろまでの子
どもとその保護者
申し込み方法 10月19日(月)
までに電話で申し込んで
ください。
持参するもの ミルク・お
茶などの飲み物、替えの
おむつと袋

中期編

とき・ところ 11月9日(月)
10時～11時・リ・フレ
対象 7・8・9か月ごろ
までの子どもとその保護者
申し込み方法 11月2日(月)
までに電話で申し込んで
ください。
持参するもの ミルク・お
茶などの飲み物、替えの
おむつと袋

申し込み・問い合わせ先 健康推進課（リ・フレ内・☎47-1310）

子どもたちに 絵本を読んで みませんか

Vol. 5

対象 読み語りに興味・関心のある人、
保育所・学校・公民館などで絵本の
読み語りをしてみたい人

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

府中市立図書館本館（☎43-4343）・上下分室
（☎62-8805）、教育政策課（☎43-7176）

定員 先着各5人 料金 無料

<図書館本館会場>

とき 11月12日(木)13:30～15:30
内容 絵本の楽しみ方～子どもと一緒に～

<図書館上下分室会場>

とき 11月26日(木)13:30～15:30
内容 絵本の楽しみ方～大人編～



子育て支援センター紹介

府中市子育て支援センター

親子ひろばに遊びにおいで!!

子育て中の親子が、いつでも気軽に立ち寄って、交流できる場、遊べる場です。子育て情報もたくさん!

子どもを遊ばせながら、ちょっと気になる子育ての悩みなども安心してご相談ください。ご家族の皆さまも一緒にどうぞ!



ふれあいあそび♪



ボールあそび♪

予約・問い合わせ先 ▶府中市子育て支援センター (☎47-1188)
▶子育てステーション (☎46-2455)

友だちといっしょにあそぼう♡



新型コロナウイルス感染防止のため、利用は予約制になっています。電話で予約してください。

楽しいイベント情報
オンライン相談など

7月にリニューアル!



子育て支援サイト
『府中ちゅちゅ』で検索

今月のメニュー

さつま芋きんとん ～旬の食材を使って～

■材料(6個分)■

- ・さつま芋…中1本
- ・砂糖…大さじ4
- ・みりん…大さじ1
- ・塩…ひとつまみ
- ・飾り用のかりんとう、チョコチップ、チョコペン・コーンフレークなど



いっしょにつくろ

～クッキング～

■作り方■

- ①さつま芋は皮をむき適当な大きさに切り、つぶれる固さになるまでゆでる。
- ②水を切り、鍋の中でつぶす。
- ③②にAを入れ、弱火で混ぜながら全体に火を通す。
- ④③を6等分に丸め、市販のお菓子で飾る。

保育園では、毎年さつま芋の苗植えから収穫までを体験し、クッキングや給食を楽しんでいます。

市販のお菓子と組み合わせることで手軽にいろんな形が作れるので、親子でアイデアを出しながら、おうち時間を楽しんでみてください。

保育園で作ったおやつです。
おすすめレシピや、子どもとできる料理を紹介します!

～リョービ保育園より～





久保玲奈ちゃん



松本麟太郎ちゃん



中山幸条ちゃん

🐣🍷 **HAPPY HALF BIRTHDAY** 🍼🐱



酒井花穂ちゃん



萩原希海ちゃん



徳永蒼汰ちゃん

問い合わせ先 府中市子育てステーション (☎・FAX 4 6 - 2 4 5 5)

支援センターの 主なEvent

詳しくは

府中市子育て支援サイト
ちゅちゅ



府中市子育て支援センター

10月14日(水)・28日(水)10:00～

…離乳食教室(実演)

対象 初期～中期までの子どもと保護者

国府地域子育て支援センター

10月23日(金)10:15～

…カワイ体育教室

対象 1.5歳ごろ～

キッズランドMOMO

10月22日(木)10:30～

…happy birthday

対象 10月生まれのお友達来てね!

上下地域子育て支援センター

10月29日(木)10:10～

…子育て講座「お話ししましょう」

対象 未就園児の保護者

小児科・産婦人科オンライン相談

電話やLINEのメッセージチャット、音声通話・動画通話で医師や助産師に相談できます。

小児科
オンライン
LINE登録



産婦人科
オンライン
LINE登録



オンラインでつながる子育て相談

動画通話で、妊娠、出産、育児の悩みなどの相談ができます。メールまたは電話で申し込んでください。

平日
9時～17時



市のホームページ

ふちゅう歴史散歩

Vol.114

クチナシ染め



クチナシ染め（簡単な手順）

1. 乾燥した実を砕き台所用ネットなどに入れ、水から煮出す。
2. 布を浸して、5～10分程煮る。（染液は沸騰直前の状態で）
3. 水洗いして、日陰に干す。



クチナシ染めのバッグ



実

クチナシ（アカネ科クチナシ属）

クチナシ（梔子、支子）は、初夏に甘く香る白い花を咲かせ、秋に鮮やかな赤黄色の実を付けるアカネ科の常緑低木です。その実は、古くから黄色に染める染料として、また漢方薬の山梔子としても利用されてきました。

クチナシ染めは、乾燥させた実を煮出した液に、布を浸して染めます。手軽に美しい黄色に染めることができ、絹でも綿でもよく染まります。ただ、退色するのが早いという弱点もあります。

黄色に染めるクチナシですが、平安時代初期にまとめられた法令集の『延喜式』によると、平安時代の装束の染め色の呼び名の支子色は、クチナシの実の赤黄色を指し、クチナシで染めた黄色に、紅花で赤色を染め重ねた色のことでした。そして、クチナシだけで染めた黄色は、黄支子と呼んで区別されていました。

現在、クチナシの実は、食品の色付けに使用する染料として一般的で、食料品店などで入手することができます。ぜひ、クチナシ染めを家庭で試してみたいかがですか。

—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71

高校に入学して

高校に入学して大きく違うなと感じたことは、授業の進み方です。中学では、小学校の復習を少し行って、その後すぐに新しいことを習ったり新しく習ったことの応用やテストで出される問題形式を学ぶことが多かったのです。高校では、中学の復習をしっかりと基礎の基礎からやり直しを行いました。新しいことでも中学で習ったことの応用や、いくつかの解き方、導き出し方を組み合わせて解くこと、実用的なことを学ぶことが多かったのです。まだ高校生活

自体始まったばかりで、今年は特に例年とは違うことが続くと思うので、早く慣れるようにしたいです。



投稿者（文と写真）



府中東高校 写真部1年生

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
10月5日(月)	子どもの作品「国府小学校」
10月12日(月)	子どもの作品「上下中学校」
10月19日(月)	ふるさと納税新規登録商品紹介「野津田農園」
10月26日(月)	企業・起業紹介「お食事処 ことぶき」

2年目に突入！

ラジオでも聴ける！

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

