

広報 習志野



Contents

- 6月10日は谷津干潟の日…………… 2
- 6月は環境月間です…………… 3
- 年に一度の健康診査…………… 4
- 6月4日～10日は歯と口の健康週間…… 5
- 海浜霊園の使用者募集…………… 6
- 子育て世帯生活支援特別給付金…………… 7



谷津干潟 ～ラムサール条約登録30周年～



ラムサール条約登録 30周年 / 6月10日は谷津干潟の日

☎谷津干潟自然観察センター ☎047(454)8416



谷津干潟は、1993年6月10日に国内の干潟では初めてラムサール条約(特に水鳥の生息地として国際的に重要な湿地に関する条約)に登録され、市では6月10日を「谷津干潟の日」と条例で定めています。今年にはラムサール条約登録30周年と千葉県誕生150周年を記念して谷津干潟の日を盛り上げます。

見て、触れて、食べて、谷津干潟を満喫できるワクワクの2日間を楽しもう!

6月10日(土)・11日(日)

谷津干潟フェス!

会場 谷津干潟自然観察センター(秋津5-1-1)

先着 各日 200人にプレゼント!

ラムサール条約登録30周年を記念して、渡り鳥・ダイゼンをモチーフにしたロゴマークを缶バッジにしました。

両日開催の主なイベント

● ナラシド♪ チーバくんと遊ぼう

ナラシド♪とチーバくんがやってくる!2日間とも、登場時間は当日のお楽しみ!

● ペーパークラフトで干潟の生きものをつくろう!

午前10時30分～午後3時30分(随時受付)

紙のパズルを組み合わせて、鳥やカニなどの干潟の生きものをつくります。

費用 400円

● 干潟1周 バードサインウォッチング

午前11時～午後2時(随時受付)

谷津干潟一周3.5km、バードサイン(干潟を訪れる鳥を写真とともに掲示する看板)を見つけながら歩こう。費用 無料

● ラムサール条約登録30周年「谷津干潟の日」セレモニー

午前9時40分～10時20分

記念式典、第七中学校吹奏楽部による演奏も。

● 紙芝居上演

午後0時30分～、1時30分～、2時30分～(各30分)

谷津干潟の鳥や生きものを題材にした谷津干潟のオリジナル紙芝居を上演します。

- ラムサール条約登録30周年・千葉県誕生150周年記念植樹
- 谷津干潟1周環境ウォーク など開催!

● 市民参加模擬店

10日(土)午前10時15分～
11日(日)午前10時～(両日も午後3時まで)

飲食やおもちゃ販売、市内事業者や自然関連施設などによる手作りグッズ販売、展示・ワークショップ等が、観察センター前広場にずらりと並びます。

● 谷津干潟&谷津遊路クイズラリー

午前10時15分～午後2時30分(随時受付)
※ゴールの受付は午後3時30分まで

観察センターから谷津遊路商店街までの道のりをクイズラリーで楽しもう。

費用 無料

● 人形劇 (サークルさくらんぼ)

午後1時15分～1時55分

子どもも大人も楽しめる人形劇。ロバ売りの親子、ドレミの唄、ふしぎな水など。

- 熱気球にのって(搭乗体験)
- ヨシ原で子育てするオオヨシキリを見よう など開催!

各イベントの詳細は、配布中のチラシや観察センターホームページをご覧ください。谷津干潟自然観察センター 検索

※事前申込制のイベントは受付が終了していることがありますので、あらかじめご了承ください。

その他にもさまざまな関連イベントを開催!



6月は 環境月間 です

環境月間テーマ フードロス 減らせば家計もエコになる

6月は地球環境について考える「環境月間」です。今ある環境を将来にわたって残していくために、この機会にできることから始めてみましょう!

食品ロスを考えよう

日本では、食べられるのに捨てられる食品=食品ロスの量が年間522万トン、毎日、大型トラック(10トン車)約1,430台※にもなります。

※令和2年度推計(農林水産省、環境省)

食品ロスを廃棄するために多額のごみ処理コストや、焼却に伴うCO₂排出などにより環境に負荷をかけています。

私たち一人ひとりが食べ物をもっと無駄なく大切に消費していく必要があります。

今日からできる!家庭でできる 食品ロス削減

《買い物編》

① 買い物前に食材をチェック

冷蔵庫や食品庫にある食材をメモ書きやスマホ等で撮影し参考にする。

② 必要な分だけ買う

まとめ買いを避け、必要な分だけ買って食べ切る。

③ すぐ使う商品は「てまえどり」

購入後すぐに使う場合に、棚の手前にある商品を積極的に選ぶ。

《家庭編》

① 適切に保存する

- 食品に記載された保存方法に従って保存する。
- 野菜は、冷凍・ゆでる等の下処理をしてストックする。

② 食材を上手に使切る

- 残っている食材から使う。
- 作り過ぎて残った料理は、リメイクレシピ等で工夫する。

③ 食べ切れる量を作る

- 体調や健康、家族の予定も配慮する。

お知らせ

6月1日(木)から、アメリカザリガニ・アカミミガメの規制が始まります!!

アメリカザリガニとアカミミガメが「条件付特定外来生物」に指定されました。

「条件付特定外来生物」とは?

外来生物法に基づき通常の特定外来生物の規制の一部がかからない生物の通称です。「条件付特定外来生物」も、**法律上は特定外来生物です。**

規制開始後も、一般家庭でペットとして飼育しているアメリカザリガニ・アカミミガメは、これまで通り飼うことができます。寿命を迎えるまで大切に飼育してください。

どのような理由があっても、野外に放したり逃がしたりすることは違法です。

詳しくは、環境省ホームページまたは下記相談ダイヤルでご確認ください。

環境省 アメリカザリガニ・アカミミガメ相談ダイヤル ☎0570(013)110 午前9時～午後5時(年末年始は除く)



習志野市・イオン環境フェア

イオンリテール株式会社と環境フェアを実施します。パネル展示や参加型イベントを通じて、私たちの生活が環境に与える影響を考えてみませんか。

日時 6月15日(木)～18日(日)

- 15日(木)午後1時～4時 オリジナルうちわ作成イベント
- 17日(土)午前11時～午後3時 家庭の省エネ診断(県環境財団)

会場 イオンモール津田沼

スーパークールビズを実施中!

暑さが本格化する6月から9月まで、市役所では省エネ対策の一環として、ポロシャツ・チノパン等の着用を推進するスーパークールビズを実施します。皆様のご理解とご協力をお願いします。



おトクに健康!

年に一度の健康診査



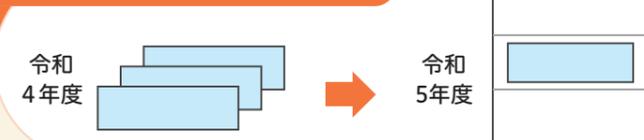
1万円相当の検査が無料で受けられます

- 自分の健康のため、定期的に健康診査を受けましょう。
- 定期通院している人も、治療している病気以外の健康管理のため、主治医と相談の上、健康診査を受けましょう。

次に該当する人は、**無料**の健康診査が受けられます

- 習志野市国民健康保険に加入している人(40～74歳) …… 習志野市 国民健康保険 特定健康診査
- 後期高齢者医療制度に加入している人 …… 後期高齢者健康診査

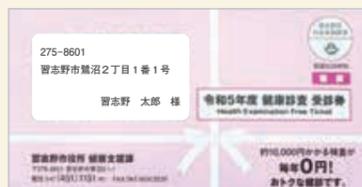
受診券の形が変わりました



- 以前は3枚つづりでしたが、今年度から三つ折りシール台紙に変わりました。
- 特定健康診査は黄色、後期高齢者健康診査は水色です。

健康診査の内容や受診方法など、詳しくは受診券・同封されているお知らせの内容を必ずご確認ください。

受診券は5月下旬に送付



期間 令和6年3月31日(日)まで

- 注意事項
- 社会保険(健康保険組合など)に加入している人は、各医療保険者(保険証の発行元)で健康診査を行います。
 - 同じ年度内に「特定健康診査・後期高齢者健康診査」と「短期人間ドック費用助成制度」は併用できません。

あなたは どうする? 健康診査 /



受ける

健康診査結果

異常なし

来年も健診を受け、自身の健康状態を確認しましょう。

生活習慣の改善が必要

検査値に「生活習慣病」の兆候が出ています。生活習慣の改善で健康を維持しましょう。該当者には「特定保健指導※」をご案内します。現在の健康状態にあったアドバイス等が受けられます。
※保健師・管理栄養士による生活習慣改善プログラム(民間事業者へ委託)

受診が必要

放置すると脳梗塞や心筋梗塞など、命に関わる病気を発症する可能性もあります。医師から指示のあった時期に必ず受診をしましょう。

受けない

高血圧・糖尿病・脂質異常症などの「生活習慣病」は自覚症状に乏しく、気付かないうちに進行して大きな病気につながる可能性があります。毎年欠かさず健康診査を受けましょう。

市ホームページ

特定健康診査



後期高齢者健康診査



健診結果の提出にご協力ください

健診結果を提出していただくことが、国民健康保険の安定した運営につながります。

以下のすべてに該当する人

- 習志野市国民健康保険に加入している人(40～74歳)
- 勤務先などで健診を受けている、または個人で人間ドック(市が助成している人間ドックを除く)を受けている人

提出方法

- ①健康支援課に電話
 - ②市より結果記入用紙を郵送
 - ③結果を記入(健診結果のコピー添付可)
 - ④同封の返信用封筒で市へ返送
- ※健診結果の個人情報は、国の報告にのみ使用し、適切に管理します。

提出していただいた人には健康グッズをプレゼント!

6月4日～10日は

歯と口の健康週間

健康支援課



年に一度の健康診査とあわせて、お口の状態もチェック!

40歳～74歳が対象の「特定健康診査」、75歳以上が対象の「後期高齢者健康診査」の問診表には、口の働きに関する問診項目があります。しっかりかめない状態が続くと、むし歯や歯周病だけでなく、生活習慣病などの全身疾患にも影響します。

次の項目をチェックしてみましょう。

40～74歳

- 食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。
 - 何でもかんで食べることができる
 - 歯や歯ぐき、かみ合わせ等に気になる部分があり、かみにくいことがある
 - ほとんどかめない



75歳以上

- 半年前に比べて固いもの*が食べにくくなりましたか。
※さきいか、たくあん等
- お茶や汁物などでむせることがありますか。

かめない状態だと

- 固い食品を避け、砂糖や油脂が豊富なやわらかい食品が増える
- 食べられるものばかりを選んで食べる

ごはん、うどん、やわらかいパン等糖質が増える



肉類や食物繊維・ビタミン・ミネラルが豊富な野菜・果物が不足しがち

からだへの影響

- やわらかい食べ物は早食い、大食いになりがち
- 糖尿病など、全身疾患のリスクが高まる
- メタボや肥満の入り口
- 筋肉の減少、便秘など



歯・口への影響

- むし歯や歯周病のリスクが高まる
- かむ、飲み込む等、口周りの筋肉を使わないと、口周りの筋力が低下する
- オーラルフレイル**につながる

かめないのは年のせい

高齢だから、かめなくても仕方ないと思いませんか?

かめなくなるのは、加齢現象ではありません!

かめない主な理由は

- 歯が抜けたまま放置している。歯の本数が少ない
- 進行したむし歯や歯周病があり、かむと痛い
- 入れ歯が合わない

特に、むし歯や歯周病で歯を失うことが、かめない状態に大きく影響します。



よくかんで食べることは、全身の健康や健康寿命にも大切です。むし歯や歯周病を予防し、歯や口の健康を保てるよう、年に1回以上は歯科健診を受けましょう。

オーラルフレイルとは

しっかりかめない、むせやすい、飲み込みにくい等、口のささいな症状が積み重なり、低栄養や筋肉量の低下までつながること。

若い世代でも要注意! 40代から始まる人もいます。



令和5年度 ならしの歯科健診

対象者

習志野市在住で令和5年4月1日～令和6年3月31日に40歳・50歳・60歳・65歳・70歳・80歳になる人、妊婦

内容

- 歯や入れ歯の状態の診査
- 歯周疾患検査(見た目ではわからない歯肉の状態)
- 結果の説明とアドバイス
- 65歳・70歳・80歳には、かむ、飲み込む等の「口腔機能診査」も行います。

実施場所

市内実施歯科医療機関

自己負担金

500円(70歳・80歳は無料)条件により自己負担金が免除となる場合があります。

実施期間

令和6年3月31日(日)まで

実施歯科医療機関などの詳細は、3月末に送付した、「がん検診等のお知らせ」に掲載





海浜霊園の使用者募集

図 社会福祉課

海浜霊園は東京湾と海浜公園に隣接する市営の霊園です。「募集案内書」をよくお読みになった上で、申込手続きを行ってください。

募集案内書配布場所

- 社会福祉課(平日のみ)
 - 海浜霊園管理事務所
 - 市内各公民館(休館日を除く)
 - 東部・JR津田沼駅南口連絡所(休館日を除く)
- ※募集案内書、申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

申込期間 **6月1日(木)~19日(月)**(消印有効)

申込方法 申込書を郵送で〒275-8601 習志野市役所社会福祉課へ
※詳しくは募集案内書をご確認ください。

申し込み多数の場合は抽選となります。
抽選日 7月3日(月)午後2時~4時 会場 津田沼5-12-12 サンロード津田沼6階会議室

海浜霊園概要

- 住所 芝園3-1-1
- 電話 047(451)5445
- 休園日 なし
- 開園時間 午前9時~午後4時30分
※時期により開園時間を延長します。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- アクセス
電車: JR京葉線「新習志野駅」より徒歩13分
バス: 京成バス「千葉工業大学入口」より徒歩10分
ハッピーバス「海浜公園」より徒歩1分

一般墓地

永代にわたって使用者が管理を行う墓地で、承継者が必要です。

募集概要

種別	面積	形式	募集区画数	使用料	管理料年額
1種	4.50㎡	和式	40区画	682,000円	6,330円
		洋式	5区画		
2種	9.00㎡	和式	4区画	1,364,000円	12,660円
		洋式	1区画		
3種	3.45㎡	和式*	2区画	523,000円	4,850円

※3種和式にはカロート(墓碑の下に設置する納骨室)が設置されています。

申込資格 次のすべてに該当する人

- 申込日前に引き続き1年以上本市に住所を有し、住民基本台帳に記録されている。
- 配偶者(事実婚を含む)、3親等以内の血族または、1親等の姻族のこれまでに一度も埋蔵したことの無い、分骨でない焼骨を持っている。
- 海浜霊園合葬式墓地の使用許可を受けていない。

《注意事項》

- 墓地面積は外柵および背面の植栽部分を含みます。
- 石材店などによる申し込みの代行はできません。
- 返還された墓地のため、外柵の汚れ・にじみ等がある場合があります。

合葬式墓地

承継の心配がなく、一つのお墓に多数の焼骨を一緒に埋蔵する墓地です。

使用方法

- 焼骨の埋蔵場所は、地上1階のロッカー式納骨壇が設置してある納骨室または、納骨袋に収めた焼骨を他の焼骨と一緒に埋蔵する地下の合葬室があります。
- 納骨時以外の合葬式墓地内への立ち入りはできず、献花・焼香などのお参りは共同の参拝広場で行います。

募集概要

種別	募集数	使用料
納骨室	1体用納骨壇	12壇(12体) 104,000円
	2体用納骨壇	20壇(40体) 208,000円
合葬室	焼骨保持	50件 1体
	生前予約	100件 24,000円

申込資格 申請日前に引き続き1年以上本市に住所を有し、住民基本台帳に記録されている、次のすべてに該当する人

- | 納骨室 | 合葬室 |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 申込者と焼骨の関係は配偶者(事実婚を含む)、3親等以内の血族、1親等の姻族である。 ● 一度も埋蔵・収蔵したことの無い、分骨でない焼骨を持っている。 ● 海浜霊園一般墓地および納骨室の使用許可を受けていない。 | <ul style="list-style-type: none"> ● 申込者と焼骨の関係は配偶者(事実婚を含む)、3親等以内の血族、1親等の姻族である。 ● 分骨でない焼骨を持っている(他の墓地に埋蔵・収蔵している焼骨でも可)。 ● 海浜霊園一般墓地の使用許可を受けていない。 |
| | <ul style="list-style-type: none"> ● 申込者自身が利用する。 ● 申込者の年齢が65歳以上である。 ● 海浜霊園一般墓地の使用許可を受けていない。 |

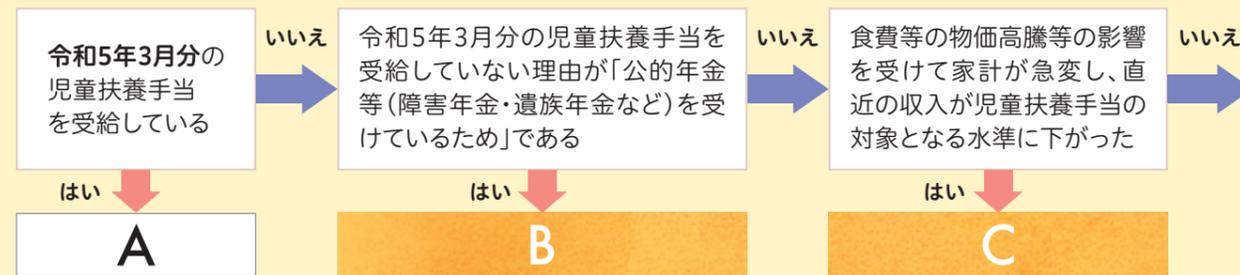
子育て支援課

子育て世帯生活支援特別給付金のご案内

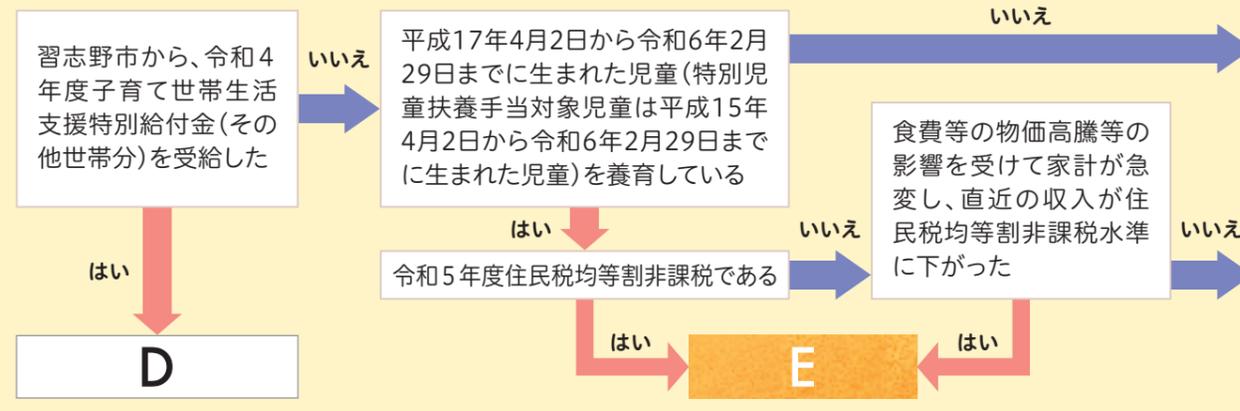
食費等の物価高騰等に直面し、特に影響を受ける子育て世帯に特別給付金が支給されます。対象は以下のフローチャートでご確認ください。



ひとり親世帯分(ひとり親世帯等)



その他世帯分(住民税均等割非課税の子育て世帯等)



	申請	支給時期	支給方法	支給額
A	不要	5月下旬	3月分の児童扶養手当の受給口座に振り込み済みです。さかのぼって令和5年3月分の児童扶養手当を受給する場合は、給付金も併せて支給します。	児童一人当たり 5万円 (ひとり親世帯分とその他世帯分の併給不可)
B	必要*	申請月の翌月以降	審査の上、指定口座へ振り込みます。	
C				
D	不要	5月下旬	令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金(その他世帯分)の受給口座に振り込み済みです。	
E	必要	申請月の翌月以降	審査の上、指定口座へ振り込みます。	

※児童扶養手当や、ひとり親家庭等医療費等助成の申請をしている人には、申請書類などを送付します。

【B・Cに該当し、児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費等助成制度を申請していない人】・【Eに該当する人】は申請書などをご自身で用意して申請する必要があります。

必要書類などは市ホームページをご覧ください。子育て支援課にお問い合わせください。

申請期限 令和6年2月29日(木)必着

市ホームページ



お知らせBOX



市役所への問い合わせ▶☎047(451)1151代
市役所への郵便物▶〒275-8601「習志野市役所〇〇課」で届きます

市役所から

全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送
☎危機管理課

全国一斉情報伝達試験に伴い、防災行政無線の試験放送を行います。
☎6月7日(水)午前11時ごろ
(放送内容)
「これは、Jアラートのテストです」(3回)
「こちら、防災ならしのです」(1回)

**マイナポイント申込支援コーナー
6月の休日臨時窓口開設**
☎情報政策課

☎6月10日(土)・25日(日)各日午前9時～3時(月～金曜日)の受け付けは午前9時～4時30分)
☎市役所 G F

長期計画審議会委員の募集
☎総合政策課

まちづくりのあり方や方向性についての審議(任期)8月1日から2年間(会議は年2回程度、再任の場合あり)
☎市内在住・在勤・在学の20歳以上
☎3人程度
☎郵送または持参で所定の申込書(総合政策課で配布・市ホームページ掲載)に「私が考える住みたいまち」をテーマに1,200字程度にまとめたレポートを添えて〒275-8601 習志野市役所総合政策課へ(受付6月14日(水)必着)

市福祉問題審議会委員の募集
☎健康福祉政策課

福祉に関する施策の審議(任期)8月1日から2年間(会議は年3回程度)
☎市内在住・在勤・在学の20歳以上 ☎1人
☎郵送または持参で所定の申込書(市ホームページ掲載)に「地域における福祉へのかわり」をテーマに1,200字程度にまとめたレポートを添えて〒275-8601 習志野市役所健康福祉政策課へ(受付6月14日(水)必着)



講座・催し

「形の科学シンポジウム」公開講演
☎形の科学会 手嶋(千葉工業大学)
✉yoshinori.teshima@it-chiba.ac.jp

(講師)千葉工業大学 松崎元氏(教授、イグノーベル賞受賞) 他
☎6月10日(土)午前10時～3時20分
☎千葉工業大学津田沼キャンパス(オンラインでの受講も可) ¥500円
☎メール(受付6月7日(水)まで)
※詳しくは、団体ホームページをご覧ください。
☎https://katachi-jp.com/sympo94

子ども講座「土器にドキドキ!!? ～原始時代や古代を土器から学ぼう～」
☎☎袖ヶ浦公民館 ☎047(451)6776

本物の土器に見て・触れて・体験、土器文様のしおり作りにもチャレンジ
☎6月15日(木)午前10時～11時30分
☎小学生 ☎20人 ☎筆記用具
☎電話(受付は月曜日を除く6月2日(金)午前9時～)

令和6年度使用教科書の展示会
☎指導課

小・中学校、特別支援学級教科用図書の展示
☎6月16日(金)～7月1日(土)月曜日を除く各日午前9時～8時 ☎中央図書館

市シルバー人材センター入会説明会
☎市シルバー人材センター ☎047(493)8011

あなたの豊かな経験と知識を活かし、地域社会づくりに貢献しませんか?
①女性限定出張説明会②定例会説明会
☎①6月16日(金)午後2時～②毎月第2・3水曜日午前9時30分～、毎月第2金曜日午後1時30分～
☎①谷津公民館②東部保健福祉センター
☎市内在住の60歳以上(①は女性のみ)

芙蓉園自主事業「あなたのおくち大丈夫? ～歯と口の健康について～」
☎☎東部保健福祉センター内芙蓉園 ☎047(476)9596

歯と口の健康についての講座、健口体操など
☎6月20日(火)午前10時～11時30分
☎市内在住の60歳以上 ☎25人

凡例
☎日時 ☎場所・会場 ☎対象者
☎定員(特に記載のないものは先着順)
☎費用・料金(特に記載のないものは無料)
☎持ち物 ☎申し込み ☎問い合わせ

☎筆記用具 ☎電話または窓口(受付は日曜日を除く6月1日(木)午前9時～)

生活悠悠講座「簡単エアロビクス」
☎☎新習志野公民館 ☎047(453)3400

☎6月21日・28日各水曜日午前10時～正午(全2回)
☎18歳以上 ☎20人
☎持ヨガマット(バスタオル)・上履き
☎電話または窓口(受付は月曜日を除く6月2日(金)午前9時～)

ボイストレーニングで健康に
☎☎市民プラザ久保 ☎047(470)8171

口周りの筋肉を鍛えて病気の予防をしよう
☎6月22日(木)午前10時～11時 ☎10人
☎電話または窓口(受付は第2・4火曜日を除く午前9時～5時)

料理教室「おいしいエスニック料理と調味料の使い方レッスン」
☎☎企業局営業料金課 ☎047(475)3305

鶏肉のグリーンカレー・ココナッツミルクのお汁粉風 他
☎6月22日(木)午前10時30分～1時30分
☎新習志野公民館
☎ガス・水道供給区域および下水道処理区域に在住の18歳以上
☎16人(申し込み多数の場合抽選) ¥500円
☎エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具
☎市ホームページから送信、電話またはFAX(開催日・住所・氏名・年齢・日中連絡の取れる電話番号を記入)で企業局営業料金課「料理教室」担当へ(受付は6月1日(木)～8日(木))
☎047(493)8989

一般向け講座「はじめての読み聞かせ講座 -おはなし会のすすめ方-」
☎☎中央図書館 ☎047(475)3213

☎6月24日(土)午前10時～11時30分
☎プラッツ習志野北館
☎市内在住・在勤・在学の18歳以上 ☎8人
☎電話または中央図書館4階カウンター(受付は月曜日を除く6月2日(金)午前9時～)

児童向け講座「プログラミングロボット講座」
☎☎東習志野図書館 ☎047(473)2011

小型のロボットを簡単なプログラミングで動かす
☎6月24日(土)午後2時～3時30分

☎東習志野コミュニティセンター
☎小学1～3年生(保護者同伴可) ☎5人
☎電話または東習志野図書館カウンター(受付は月曜日を除く6月3日(土)午前9時～)

大人と子どもと一緒に学べる着付とマナー教室
☎☎市伝統文化和装礼法親子教室実行委員会 ☎047(474)8030

☎6月24日、7月1日・15日・29日、8月26日、9月2日・16日・30日、10月28日、11月11日各土曜日午後3時～5時(全10回)
☎サンロード津田沼5階
☎5歳以上の女性と母親または祖母(姉妹も可) ☎20組
¥高校生以下3,000円、大学生以上5,000円
☎浴衣一式(大人用は貸し出しあり) ☎電話

しなやか体操
☎☎総合福祉センター内さくらの家 ☎047(451)3566

インストラクターの指導のもと、リズムに合わせて柔軟体操やウォーキング
☎6月26日(月)午前10時30分～正午
☎市内在住の60歳以上 ☎20人
☎動きやすい服装・運動靴・床に敷くバスタオル1枚
☎電話(受付は日曜日を除く午前9時～4時)

シニア向けキャリアデザインセミナー&個別相談会
☎☎鎌ヶ谷市商工振興課 ☎047(445)1240

多様な働き方や仕事の探し方、応募書類の書き方などを学ぶ
①セミナー②個別相談
☎6月26日(月)①午前10時～正午②午後1時30分～4時 ☎鎌ヶ谷市役所
☎①30人②4人(セミナー参加者)
☎電話または窓口(受付6月1日(木)～)

サマーキャンプ入門編
☎☎富士吉田青年の家 ☎0555(23)6853

〈1日目〉テント設営の実習と飯ごう炊さん(カレー作り)
〈2日目〉モーニングピラティス・自由行動・キャンプファイア
〈3日目〉テント撤収の実習
※宿泊室での就寝可
☎7月15日(土)～17日(月祝)2泊3日
☎富士吉田青年の家(山梨県)※現地集合・解散 ☎市内在住・在勤・在学
☎30人程度(最少催行人数13人)
¥1人7,000円(食事代5食、保険料を含む)
☎洗面用具・寝間着・雨具・野山を歩ける服装と靴など
☎ちば電子申請サービスから送信、はがき

(参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入)で〒403-0005富士吉田市上吉田4443 富士吉田青年の家へ(受付6月27日(火)必着)

パソコン入門講習
☎☎市民カレッジPC委員会 ☎047(479)3855

☎7月14日・21日・28日各金曜日午後1時20分～4時40分 ☎プラッツ習志野北館
☎10人(定員に満たない場合は中止)
¥4,000円(再受講割引あり)
☎パソコン(貸し出しなし)
☎はがき(住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・パソコンメールアドレスを記入)で〒275-0001東習志野6-11-3 市民カレッジPC委員会 原へ(受付6月23日(金)必着)

日本語ボランティア養成講座
☎☎市国際交流協会 ☎☎047(452)2650

在住外国人に日本語学習支援活動をするボランティアになるための講座
☎8月24日～12月14日の毎週木曜日(祝日を除く)午前9時30分～午後0時30分(全16回)
☎サンロード津田沼
☎市国際交流協会に入室し、外国人への日本語学習支援活動ができる人
☎20人(申し込み多数の場合抽選、定員に満たない場合は中止の可能性あり)
¥10,000円(別途テキスト代2,750円、協会年会費2,000円)
☎協会ホームページから送信、メール・FAXまたは郵送で申込書(協会配布、協会ホームページ掲載)を〒275-0016津田沼5-12-12サンロード津田沼6階 市国際交流協会へ(受付7月22日(土)必着)
☎http://www.nia08.com/
☎nia@jcom.zaq.ne.jp

MY TREE ペアレンツ・プログラム
☎☎子育て支援課

子育てに苦しさを感じている保護者への回復プログラム
☎9月14日～1月18日の毎週木曜日正午～午後2時(全16回) ☎実籾コミュニティホール
☎10人 ☎電話または窓口

スポーツ

なぎなた教室(初心者歓迎)
☎☎市なぎなた連盟 ☎☎047(476)3784

☎6月19日・26日各月曜日午前11時～1時
☎東部体育館 ☎7人 ¥400円
☎運動ができる服装
☎電話またはFAX(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で市なぎなた連盟 上石へ

パークゴルフファミリーペア大会
☎☎スポーツ振興協会 ☎047(452)4380

初心者でも気軽に参加できる三世代交流大会(講習あり)
☎7月2日(日)午前9時～正午
☎茜浜パークゴルフ場
☎小・中学生とその保護者 ☎30組
¥1組500円
☎クラブ・ボール(貸し出しあり)
☎協会ホームページから送信(受付6月1日(木)午前10時～26日(月)午後5時)
☎http://sposhin.org/

市バドミントン夏季オープン大会
☎☎市バドミントン協会 ☎☎17narashino.badm@gmail.com

男子・女子ダブルス1～3部、60～69歳の部、70歳以上の部
☎7月2日(日)午前9時～ ☎☎袖ヶ浦体育館
☎100ペア200人
¥市内在住・在勤・在学・在クラブ1人1,800円(小・中学生1,300円)、その他1人2,000円(小・中学生1,500円)
☎メールで申込書(協会ホームページ掲載)を送信(1週間経過しても受付完了の返信がない場合はメールにて要問い合わせ)※受付6月13日(火)まで

秋津テニス交流会
☎☎スポーツ振興協会 ☎047(452)4380

初心者・初級者でも気軽に参加できる交流大会
☎7月6日(木)午前9時～4時
☎秋津テニスコート
☎ミックスタブルス4組、女子ダブルス8組(市内在住・在勤・在学優先) ¥1ペア2,000円
☎テニスシューズ・ラケット
☎協会ホームページから送信(受付6月1日(木)午前10時～)※市外者の受付は6月8日(木)午前10時～
☎http://sposhin.org/

募集

習志野第九合唱団員
☎☎習志野第九合唱団 大橋 ☎090(5340)4086

12月24日(日)開催の演奏会(市川市文化会館)に向けての練習
☎8月27日(日)～(主に日曜日)
☎菊田公民館 他
¥未定(団費15,000円+チケット3枚)
☎電話または合唱団ホームページから送信(受付は6月9日(金)まで)※電話での受付は午前8時～6時
☎http://narashino-dai9.org/

相談

さくら相談
☎ 国総合福祉センター内さくらの家 ☎047(451)3566

☎ (遺言・相続)6月8日(法律)6月22日
各木曜日午後1時30分～3時30分
☎ 市内在住の60歳以上 ☎ 3人
☎ 相談に関する資料
☎ 電話または窓口(受付は各相談日の2日前まで、日曜日を除く午前9時～4時)

年金相談
☎ 国保年金課

社会保険労務士が相談に応じます。
☎ 6月14日(水)午後1時～4時(受付午後3時30分まで) ☎ サンロード津田沼6階

無料行政書士相談会
☎ 習志野商工会議所 ☎047(452)6700

遺言書作成・相続手続・経営法務などの相談
☎ 6月16日(金)午後1時～4時(1件30分程度)
☎ 6人 ☎ 電話(受付は6月13日(火)まで)

無料発明相談会
☎ 習志野商工会議所 ☎047(452)6700

特許・意匠・商標など知的財産権の相談
☎ 6月20日(火)午後1時～4時(1件1時間程度)
☎ 3人 ☎ 電話(受付6月19日(月)まで)

その他

労働力統計調査
☎ 国統計課 ☎043(223)2220

国の経済政策や雇用対策に役立てることを目的に、6月に調査員が伺います。ご協力をお願いします。
(対象地域)本大久保地区の一部の世帯

県介護支援専門員実務研修受講試験
☎ 国社会福祉協議会 ☎043(204)1610

(受験資格)医療・保健・福祉分野の有資格者などで一定期間以上の実務経験のある人
(試験日時)10月8日(日)午前10時～
(申込書配布期間)6月1日(木)～30日(金)
(申込書配布場所)市介護保険課、県・市社会福祉協議会、県高齢者福祉課、県健康福祉センター、県福祉人材センター
☎ 申込書を簡易書留で〒260-8508千葉市中央区千葉港4-5 県社会福祉協議会社会福祉研修センターへ(受付6月1日(木)～30日(金)消印有効)※詳しくは協議会ホームページをご覧ください。
☎ <http://www.chibakenshakyo.com/>

「小児慢性特定疾病医療受給者証」の更新手続き
☎ 習志野保健所 ☎047(475)5153

(手続き期間)6月1日(木)～7月21日(金)(土・日曜、祝日を除く)各日午前9時～正午、午後1時～5時
※郵送での申請にご協力ください。

なるほど習志野 6月号 国 広報課

学びながら地域を守る
学生消防団活躍中!
【響け!四中校歌】

J:COMチャンネル(船橋・習志野エリア)【地デジ11ch】で放送中!

放送日時
6月5～11日・19～25日
午後8時15分～(15分)
※火・木曜日は1日2回
午後0時15分～も放送(15分)



YouTubeでもご覧いただけます!

〒275-0012本大久保5-7-14 習志野保健所 地域保健課

「特定医療費(指定難病)受給者証」の更新手続き
☎ 習志野保健所 ☎047(475)5153

(有効期間)①9月30日②12月31日
(手続き期間)①7月3日(月)～31日(月)②7月3日(月)～9月29日(金)
対象者には、6月初旬までに更新必要書類を送付します。手続きは、原則郵送(必着)で〒275-0012本大久保5-7-14 習志野保健所 地域保健課へ

第55回消防団ポンプ車操法大会を開催します ☎ 消防総務課 ☎047(452)1282



習志野市消防団のポンプ車操法大会を4年ぶりに開催します。市内8カ所の分団が迫力ある消火技術を競う大会をぜひ会場にてご覧ください。

日時 6月11日(日)午前10時～(競技開始予定) ※雨天決行

会場 市役所駐車場

消防の操法とは、火災で消防団員が行う消火活動の基本となる行動や動作で、迅速、的確かつ安全に消防活動ができるように定められたものです。操法訓練を行うことで、消防技術の向上と地域防災力の強化につながります。

「自分たちのまちは自分たちで守る」という精神のもと、消防団員は日々活動しています。

正・副議長が決まりました ☎ 議会事務局

5月17日に開催された令和5年習志野市議会第1回臨時会において、それぞれ選出されました。



第31代議長
佐々木 秀一氏
(屋敷・53歳)

二元代表制の一翼を担う議会として、市民の皆様の期待と信頼にお応えできるよう、市政のさらなる発展と市民生活の向上に向けて常に公正・公平を心掛け取り組んでまいります。



第36代副議長
布施 孝一氏
(泉町・56歳)

副議長を拝命しました。議長を支えるとともに執行部と緊張感のある議会をつくってまいります。また、開かれた議会を構築し、市民の議会に対する関心を促進してまいります。

親子で体験 夏! 鹿野山少年自然の家

☎ 鹿野山少年自然の家 ☎0439(37)2197

- 1日目 テント設営・テント泊、飯ごう炊さん (雨:竹工作、飯ごう炊さん)
- 2日目 川遊び (雨:火起こし体験)



日時 ①7月15日(土)～16日(日) ②8月3日(木)～4日(金)

場所 鹿野山少年自然の家(現地集合・解散)

対象 市内在住で小学生以上の子どもがいる家族

定員 8家族(申し込み多数の場合は抽選)

費用 小・中学生1,858円、高校生2,058円
26歳未満2,708円、26歳以上2,863円

※多少変動する場合があります。あらかじめご了承ください。

持ち物 1日目昼食、帽子、長袖・長ズボン、軍手、履き慣れた靴、水筒、レジャーシート、タオル、虫よけスプレー、マスク、濡れてもかまわない服、ウォーターシューズ・長靴など、タオル、シャンプー等、歯磨きセット、着替え、パジャマ

申込方法

6月12日(月)までにちば電子申請サービスから送信
※来所時の検温、手指消毒などにご協力ください。



食中毒が発生しやすい季節です。～食中毒を予防しよう!～ ☎ 健康支援課

食中毒予防の3原則

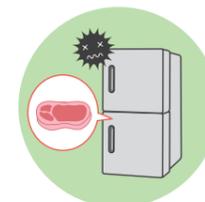
細菌をつけない
(清潔、洗浄)

手指や器具類の洗浄・消毒や、食品の区分け保管、調理器具の使い分けなどが大切です。



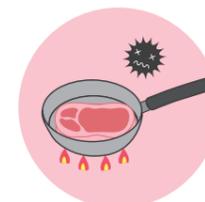
細菌を増やさない
(迅速、冷却)

食品を扱うときには、室温に長時間放置せず、冷蔵庫に保管し、調理後は早く食べることが大切です。



細菌をやっつける
(加熱、殺菌)

食品は、十分に加熱して食品内部を殺菌しましょう。また、調理器具は洗浄した後、熱湯や塩素剤などで消毒することが大切です。



記念品 & フォトスポット

6月1日(木)スタート!
婚姻届提出記念

習志野市に婚姻届を提出された皆さんに、ささやかなお祝いをお贈りします! ☎ 市民課

* 婚姻届記念品をリニューアル!

ナラシド♪紅白エコバックの中に、特産品「にんじん」を使ったにんじんジュースとお祝いカードを入れてお渡しします。



* 24時間365日撮影可能なフォトスポットを設置!

市の特色などが描かれた日付入りオリジナルパネルとともに、思い出に残る1枚を撮影できます。
スマホスタンドも設置!

場所

市役所GFヤマザキショップ横



6月は

「動物の正しい飼い方推進月間」です



動物の飼い主は、周囲に迷惑を掛けないよう、正しい飼い方をしましょう。

- 動物には、飼い主が分かるように迷子札やマイクロチップ、犬鑑札などをつけましょう。
- 飼育限度を超えた繁殖を防止するため、不妊去勢措置をしましょう。



やむを得ない事情により飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。保健所・動物愛護センターでは新しい飼い主探しをお手伝いしています。



以下の行為はダメ!

困っている人がいます。

- 置き餌はダメ(無責任な餌やりはやめましょう)
- 猫の屋外飼育はダメ(猫が感染症にかかる可能性があります)
- 犬のつけ放棄はダメ(鳴き声などご近所トラブルになります)
- 犬の放し飼いはダメ(人や動物に危害を加える可能性があります)
- ふん尿の放置はダメ(散歩中にしてしまったら後始末をしましょう)

愛護動物を虐待したり捨てたりすると、1年以下の懲役または100万円以下の罰金、殺傷すると5年以下の懲役または500万円以下の罰金が科せられます。虐待・遺棄を見かけたら保健所、動物愛護センターまたは警察までご相談ください。

- 習志野保健所 ☎ 047(475)5154
- 県動物愛護センター ☎ 0476(93)5711
- 県動物愛護センター 東葛飾支所 ☎ 04(7191)0050
- 公益財団法人千葉県動物保護管理協会 ☎ 043(214)7814

市展

習志野市美術展覧会 作品募集

開催要項

- オープニング式典 9月14日(木)午前10時～
 - 洋画・日本画・彫刻の部 9月14日(木)～17日(日)
 - 工芸・写真・書の部 9月21日(木)～24日(日)
- 開催時間 午前10時～午後5時(それぞれ最終日は午後4時まで)
- 会場 モリシアホール(J)R津田沼駅南口モリシアオフィス棟4階)
- 授賞式 10月1日(日)午前11時～
- 会場 市役所3階大会議室

募集要項

- 部門** 日本画(水墨画含む)、洋画(版画・CG含む)、彫刻、工芸、書、写真(デジタル写真可)
- 出品資格** 【公募作品】市内在住・在勤・在学または市内を主な活動拠点としているサークルや団体に所属している人
【会員作品】市美術会会員
- 出品作品** 自己制作したもの(模写は不可)で未発表のものに限る ※各部門1人1点
- 出品規定** ● 額にガラスをはめない(アクリル樹脂製品は可)
● 工芸の部…染色作品の展示器(衣桁など)は各自用意
● 書の部…仮巻・仮装丁の作品不可、篆刻は印影のみ可(額などに仕立てる)

作品の規格 ※規格外の作品は受付不可

部門	作品の規格
日本画の部(水墨画含む)	6～50号、額装したもの(仮額可) 額幅は6cm以内
洋画の部(版画・CG含む)	10～50号(水彩画のみ6号～)、額装したもの(仮額可) 額幅は6cm以内
彫刻の部	等身大以下
工芸の部	例:陶土、磁土、木竹、布、紙、皮革 他 ※手芸不可 壁掛作品は6～20号、オリジナリティのあるもの ※作品によっては規格外も可
書の部	半切(35×137cm)以下(縦・横は自由)で軸装または額装したもの 角(90×90cm)以下で軸装または額装したもの
写真の部(デジタル写真可)	単写真で半切(36×43cm)またはA3・A3ノビ、額装したもの 額の大さは48.5×63.8cm以内のもの(マットパネルも同じ) デジタルは申込書に記入 ※デジタル合成加工の作品不可

出品料
一般:2,000円 専門学校生・大学生:1,000円
高校生:無料
(高校生・専門学校生・大学生は申込書に学校名・学年を記入)

募集要項配布場所
市内各公民館・図書館・コミュニティセンター、JR津田沼駅南口連絡所、社会教育課(市役所2階)、市芸術文化協会事務局(習志野文化ホール内)

申込方法
申込書に必要事項を記入し、8月24日(木)(必着)までに〒275-0026習志野市谷津1-16-1 習志野文化ホール内 習志野市芸術文化協会市展事務局へ郵送

市芸術文化協会 市展事務局 ☎047(475)6821

プラッツ習志野 platz narashino city

イベント&教室情報 6月

「市民ホール」オススメ情報

月日	催物名	時間	料金
6月9日(金)	昭和歌謡コンサート 出演者:歌声カルテット プログラム:故郷、四季の歌、時代 ほか	13:00～15:00	前売:2,000円 当日:2,500円
6月24日(土)	河野彬 & 片田愛理 デュオリサイタル ゲスト:NHK交響楽団首席奏者 甲斐雅之(フルート) プログラム:フルートソナタ長調 ほか	14:00～16:00	一般:3,500円 学生:1,500円
6月27日(火)	ときめきランチタイム ワンコインコンサート ロンドン橋～イギリスといえはシェークスピア、ピートルズ… 出演者:大田中早苗(歌)、高砂谷麻子(ピアノ) プログラム:踊り明かそう、春の日の花と輝く ほか	11:30～12:15	500円

「教室」オススメ情報

カルチャースクール						
日	教室名	対象	時間	参加費	定員	持ち物
6月13日(火)	「せっけん作り教室」 ヒアルロン酸入り 美容ソープ作り	一般	10:30～12:00	2,500円	16人	・エプロン ・手拭きタオルほか
6月19日(月)	「育脳・ベビー マッサージ教室」 身体の調子を整える マッサージ× 手あそび歌紹介	生後2カ月～歩行前の子どもとその保護者	10:30～11:30	2,000円	10組	バスタオル

プレーパーク						
日	企画	対象	時間	定員	持ち物	
6月24日(土)	木登りや穴掘り、木の工作など子どもたちの「やりたい!」が全力でできる自由な遊び場	子どもとその保護者	①10:00～12:00 ②13:00～15:00	各30人	着替えほか	

Instagram: 上記以外にもスクール開催中! 詳しくはプラッツ習志野ホームページをご覧ください

ホームページ: 047(476)3213

〒275-0012 習志野市本大久保 3-8-19

皆さんの意見をお聞かせください パブリックコメント

本市では、基本的な施策や条例などを策定する際に、その案を公表し、市民の皆さんに意見を聞くパブリックコメントを実施しています。習志野市 パブリックコメント 検索

習志野市立地適正化計画(案)

住宅や医療・福祉施設、商業施設などの立地の適正化を図り、コンパクト・プラス・ネットワークを実現するための計画を策定します。計画期間は令和16年度までです。

- 公表方法
- 都市計画課・市民広聴課(市役所4階)で閲覧・配布
 - 情報公開コーナー(市役所GF)で閲覧
 - 市役所総合案内(市役所GF・1階)で配布
 - 市ホームページで公表

意見を提出できる人
市内在住・在勤・在学、市内に事務所・事業所を有する人、利害関係を有する人

提出方法

習志野市立地適正化計画(案)に関する意見・住所・氏名を記入し、持参・郵送・FAXまたはちば電子申請サービスから送信のいずれかで都市計画課へ

提出期限 6月30日(金)(必着) ※持参の場合は午後5時まで

問い合わせ先: 〒275-8601 習志野市鷺沼2-1-1 都市計画課 ☎047(453)9256 FAX047(453)9311

市ホームページへ

男女共同参画センター イベント情報

年齢・性別・思考など、社会は多様性にあふれています。よりよい社会を作るためにはお互いを認めあうことが大切です。男女共同参画センターでは、そんな社会づくりのきっかけとなる、さまざまな事業を行っています。

性の多様性に関する啓発講座 多様な性は「グラデーション」～LGBTを知り、個性を認めあう社会へ～

- 講師** レインボー千葉の会
- 日時** 6月25日(日)午前10時～正午(午前9時30分開場)
- 参加方法** ①会場(サンロード津田沼6階大会議室)〈定員〉20人
②オンライン(Zoom)〈定員〉50人
- 保育(要予約)** 満6カ月～小学3年生 申し込みはこちら ▶

習志野市男女共同参画週間事業講演会 認めあう社会へ 私ができること! 私から変わろう!

- 講師** 牧野 篤氏 (東京大学大学院 教育学研究科 教授)
- 日時** 7月2日(日)午後2時～4時(午後1時30分開場)
- 参加方法** ①会場(サンロード津田沼6階大会議室)〈定員〉30人
②オンライン(Zoom)〈定員〉100人
- 保育(要予約)** 満6カ月～小学3年生 申し込みはこちら ▶

申込方法
①ちば電子申請サービス(それぞれの二次元コードからアクセス)から送信
②参加申込書(市ホームページに掲載)に記入し、FAXで男女共同参画センターへ FAX047(453)9327
申込期限 6月20日(火)(先着順)

保健だより



- 夜間・休日の当番医案内 ☎047(452)9900 習志野市の救急医療体制
- ちば救急医療ネット
- 6月の休日急病歯科診療所の診療日はありません。
- こども急病電話相談 ☎#8000 毎日 午後7時～翌朝6時
- 救急安心電話相談 ☎#7009 月～土曜日 午後6時～翌朝6時 / 日曜・祝日 午前9時～翌朝6時

凡例 日日時 場所・会場 対象者 定員 (特に記載のないものは先着順) 費用・料金 (特に記載のないものは無料) 持ち物 申し込み 問い合わせ

こどものコーナー

★お子さんの転入・予防接種・下記相談などへは母子健康手帳をお持ちください

ママ・パパになるための学級

産後の生活をイメージしてみませんか？パパの参加も大歓迎
※全3回(1課は自己学習、2課は保健会館での講義、3課は助産師によるZoomミーティング)
妊婦5～8か月の妊婦とそのパートナー
定員20人

助産師によるオンライン・電話相談

妊娠・出産について、助産師がZoomまたは電話でアドバイスします。
市内在住の妊婦とその家族
 または、ちば電子申請サービスから送信

4か月児健康相談

発育・発達の確認、離乳食の進め方など。対象者には郵送で通知(転入者や通知が届いていない人などは要問い合わせ)

10か月児健康相談

対象者には郵送で通知
★「10か月児の成長のポイント」を市ホームページに掲載しています。

1歳6か月児・3歳児健康診査

対象者には郵送で通知(転入者や通知が届いていない人などは要問い合わせ)
(1歳6か月児)令和3年10月生まれ、11月生まれ(一部)
(3歳児)令和元年11月生まれ、12月生まれ(一部)

歯みがき教室

日程	会場	時間
6月26日(月)	プレーメン習志野(東習志野2-10-3)	午前10時 午前10時30分
6月30日(金)	保健会館	午前11時

市内在住の1～3歳児

離乳食教室

日程	会場	時間(各回40分)
6月9日(金)	プラッツ習志野南館	午前10時30分 午後1時45分
6月15日(木)	谷津コミュニティセンター	

市内在住の5～6か月児(第1子)と保護者
各回9組 時 抱っこひも・『離乳食のすすめ方』冊子
 から送信 ★市ホームページの「離乳食の作り方動画」もご活用ください。



子育てふれあい広場(幼稚園・子ども園)

親子一緒にさまざまな遊具を使って楽しく遊びましょう。

開催園	6月	開催園	7月
大久保子ども園	5日(月)	大久保子ども園	3日(月)
津田沼幼稚園	6日(火) 30日(金)	向山幼稚園 杉の子子ども園	4日(火) 5日(水)
向山幼稚園	7日(水)	新習志野子ども園	11日(火)
藤崎幼稚園	13日(火)	大久保東幼稚園	14日(金)

屋敷幼稚園	14日(水)
新習志野子ども園	16日(金)
東習志野子ども園	19日(月)
杉の子子ども園	20日(火)
谷津幼稚園	22日(木)
袖ヶ浦子ども園	26日(月)
大久保東幼稚園	28日(水)



▲年間予定表などはこちら

麻しん風しん(MR)第2期予防接種を受けましょう

定期予防接種として接種できるのは令和6年3月31日(日)までです。他にも受け忘れがないか確認してください。
平成29年4月2日～平成30年4月1日生
予診票
※予診票がない人は母子健康手帳を持参し健康支援課・各ヘルスステーションの窓口または、ちば電子申請サービスから送信

おとなのコーナー

食生活なんでも相談

管理栄養士が相談に応じます。
6月12日(月)午後1時30分～4時15分(都合

がつかない場合は応相談) 市内在住 または窓口、ちば電子申請サービスから送信

シニアお口の相談室

歯科医師による個別健診・相談、歯科衛生士による手入れ・健口体操などのアドバイス
7月6日(木)午後1時30分・2時・2時30分
プラッツ習志野北館
65歳以上 定員3回で10人
歯ブラシ またはFAX(住所・氏名・年齢・電話番号・希望日時を記入)、ちば電子申請サービスから送信(受付6月29日(木)まで)
☎047(454)2030



健康講座(運動編)

理学療法士などが配信する講座に市役所から参加
6月16日(金)午前10時～11時30分 市内在住の65歳以上 定員10人
 (受付6月14日(水)まで)



認知症高齢者介護相談

精神科医が相談に応じます。
6月9日、7月14日・28日各金曜日午後2時30分～4時30分 または窓口(受付は各相談日の1週間前まで)

がん検診の予約はお済みですか？

〈集団検診〉
結核・肺がん、胃がん(胃部エックス線検査)
予約方法:
申込期間: (令和5年度最終)
8月1日(火)～9月19日(火)
実施会場:
保健会館・さくらの家・プレーメン習志野、プラッツ習志野北館(結核・肺がん検診のみ)
〈個別検診〉上記以外の検診種目
予約方法: 医療機関に直接予約
実施期間: 令和6年3月末まで
実施場所: 市内実施医療機関



伝言板

※市内で定期的に活動している、またはする予定のサークル等が掲載できるコーナーです。
※市民の皆さんの依頼に基づき掲載しており、内容についての責任は負いかねます。

凡例 日日時 場所・会場 定員 (特に記載のないものは先着順) 対象者 費用・料金 (特に記載のないものは無料) 持ち物 申し込み 問い合わせ

おいでください

6月18日(日) 午前10時～正午 (雨天中止)
所 谷津公民館屋外コート
市ゲートボール連盟 荒木 ☎090(1612)9559
食育アドバイザーによる災害に備える防災食(お土産付き)
6月22日(木) 午前10時～11時30分
所 香澄6-5-1
¥500円
地域テラス【Wa!!】越智 ☎090(4071)4187

6月4日(日) 午後1時30分～3時30分 (予約不要)
所 袖ヶ浦公民館
¥200円(学生・障がい者無料)
習志野シニアクラブ 仲野 ☎090(4613)9851
昭和歌謡研究会
昭和歌謡をみんなで歌う
6月11日(日) 午後1時～2時30分 (要事前連絡)
所 市民プラザ大久保
¥300円
大久保ひみつきち 多田 ☎070(8305)8472
はじめてのゲートボール 初心者講習会

6月は食育月間

毎月19日は食育の日です

食

は

生きる

こと

食育 実践の輪を広げよう

現在をいきいきと生き、生涯にわたって心もからだも健康で、質の高い生活を送るために「食べること」はとても大切です。
「バランスよく食べる」、「過不足なく食べる」といったからだの健康に直接関係することだけでなく、栽培・収穫・加工から調理されて私たちが食べるまでのすべてが食育であり、生きる力につながっています。この機会に、家庭でも食育について考えてみましょう。

農業体験をする

料理を作る

食事のマナーを身に付ける

こんなことも食育です

みんなで楽しく食事をする

自分に合った量が分かる

フードロスを考える

市役所にて、市内の公立保育施設や幼・小・中学校をはじめ、あかちゃんから高齢者までの食育の取り組みを紹介しています。ぜひお立ち寄りください。

場所	期間
市役所1階展示コーナー	6月1日(木)～14日(水)

移動図書館 きぼう号

雨天中止 習志野図書館 ☎047(453)3399

ステーション名	巡回時間	巡回予定日
実花公民館脇駐車場	14:40～15:50	6・20(火)
袖ヶ浦1丁目マール津田沼	14:20～14:50	7・21(水)
谷津南小学校	15:10～16:20	
袖ヶ浦東小学校	14:40～15:50	8・22(木)
津田沼3丁目菊田ハイツ	14:20～14:50	9・23(金)
袖ヶ浦西小学校	15:10～16:20	
東習志野8丁目会館	14:20～14:50	10・24(土)
泉町3丁目公務員住宅	15:10～15:50	
藤崎6丁目かもめ公園	13:45～14:15	13・27(火)
藤崎小学校	14:30～15:40	
第五中学校正門前	14:20～14:50	14・28(水)
津田沼小学校	15:10～16:20	
鷺沼小学校	14:40～15:50	1・29(木)
習志野偕生園	13:50～14:30	2・16・30(金)
実籾小学校	14:40～15:50	
谷津公民館	13:50～14:30	3・17(土)
京成津田沼駅前広場	14:50～15:40	
子どもセンター(鷺沼)	10:45～11:15	14・28(水)

土砂災害防止月間

梅雨の時期は、まとまった雨が降り続き、土砂災害が発生しやすくなります。

関 危機管理課

以下の事項を確認し、土砂災害(がけ崩れ)に備えましょう!!

1 お住まいの場所が、土砂災害(特別)警戒区域かまず確認

習志野市には36カ所の土砂災害警戒区域が指定されています。(うち34カ所が土砂災害特別警戒区域)

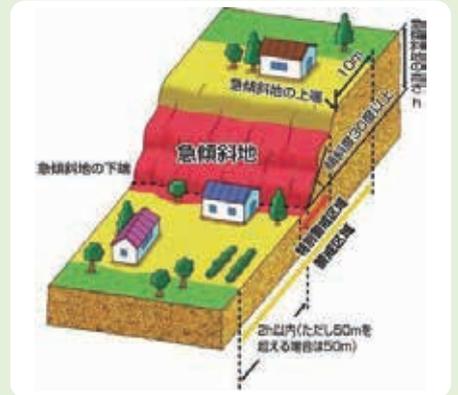
確認内容

- ① 自宅が土砂災害(特別)警戒区域に入っているか
- ② 自宅から避難所(安全な場所)への経路
※土砂災害(特別)警戒区域などの危険な場所を避ける

確認方法

習志野市Web版防災ハザードマップ等で確認 [習志野市ハザードマップ](#) 検索

詳しくは
こちら



2 雨天時は気象情報や避難に関する情報を取得

土砂災害警戒情報に注意してください。大雨警報の発表後、いつ土砂災害が発生してもおかしくない状況となったときに、警戒を呼び掛けることを目的に、千葉県と気象庁が共同で発表する情報です。

確認方法

- 千葉県・気象庁のホームページ
- 市ホームページ
- 緊急情報サービス「ならしの」(登録制メールサービス)
- 民間気象情報アプリ
- テレビ
- ラジオ

土砂災害警戒情報が発表されたら自宅の危険度を確認し、危険な場合は速やかに安全な場所まで移動してください

市の指定避難場所に行くことだけが避難ではありません。自宅に倒壊や浸水などの危険性がない場合は、そのまま自宅に待機すること(在宅避難)や、親戚・知人宅などへ避難すること(自主避難)も選択肢の一つです。

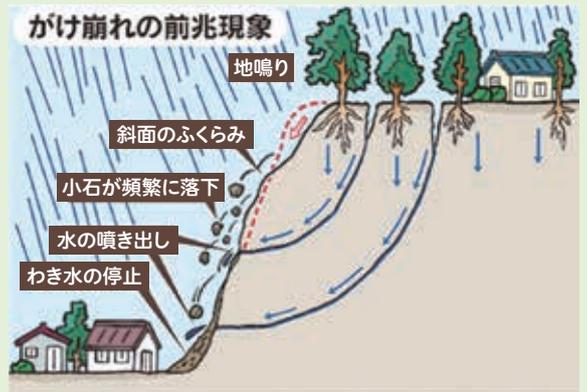
また、急な大雨や冠水で外に出るのが危険な場合は、がけから離れた2階以上にある部屋に避難しましょう。

3 前兆現象に注意

主な前兆現象

- 地鳴りがする
- 斜面がふくらむ
- 小石が頻繁に落ちてくる
- がけから水が噴き出る
- わき水が止まる 等

これらの現象が確認されたら直ちにその場を離れ、命を守る行動をとってください。



市の最新情報はこちらでもチェック!



市公式ホームページ

<https://www.city.narashino.lg.jp/>
市政のさまざまな情報をタイムリーに発信しています



市公式ツイッター

習志野市 公式情報 @Narashino_EI
市政情報やコロナ・災害情報などをリアルタイムでつぶやきます



動画配信

習志野市の魅力や市長ニュース、広報番組、学習動画など、さまざまな動画を配信しています



緊急情報サービス「ならしの」

災害情報や気象情報などの緊急情報をメールでタイムリーに発信しています



お断り

イベントの中止・変更、施設の休止や開館時間の変更がある場合がありますので、ご確認ください。

習志野市 広報課

〒275-8601 習志野市鷺沼2-1-1
☎047(451)1151(代)
FAX) 047(453)9313

市の人口

R5.5.1時点
※住民基本台帳に基づく

総人口… 175,181人 (175,151人)
男………… 87,077人 (87,138人)
女………… 88,104人 (88,013人)
世帯数… 83,856世帯(83,077世帯)

()内は R4.5.1時点

毎月2回 1日・15日発行

広報習志野は再生紙と環境にやさしい植物油インキを使用し、廃液を出さないCTP印刷です

