

広報

習志野

No.1152

NARASHINO

2008
5/15

特集

コミュニティバス

経過報告2

特集

健康なまち習志野

第2期スタート3

がん集団検診4

国民健康保険・児童手当5

にぎわい広場6

お知らせ7

地域活動 始めてみませんか?12

咲き誇るバラを感じる季節
～谷津バラ園～



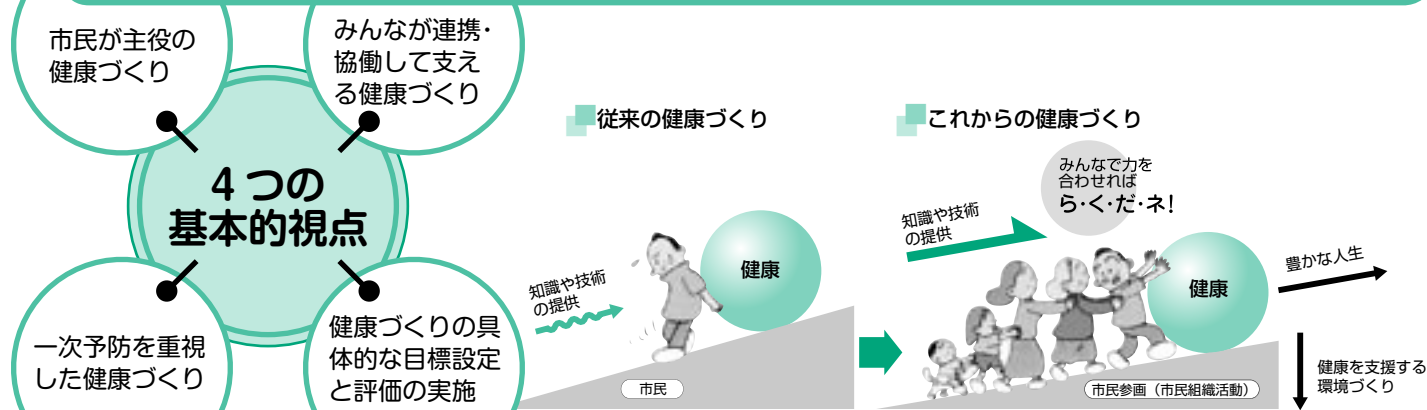
健康づくりの総合計画 「健康なまち習志野」 第2期スタート！

問合せ 健康支援課

「健康なまち習志野」は、一人ひとりがいきいきと健やかで心豊かに生活するため、4つの視点に基づいてすすめられる健康づくりの総合計画です。

平成16～26年度までを3期に分けた計画期間のうち、第1期が終了しました。そこで、施策の進捗状況に対しての評価委員会による評価や国・県の動向などを踏まえ、計画を見直しました。

これからも、市民の皆さんと共に、健康なまちづくりに取組んでいきます。



第2期（平成20～22年度）計画の概要

第1期では、「普段なるべく歩くようにする」「20歳代が朝食を毎日食べる」「地域や地区の活動への参加」などの目標で改善がみられました。

第2期策定のポイント

- メタボリックシンドロームを中心とした生活習慣病・予備群の減少
- 高齢者が地域でいきいきと生活できる心と身体づくり
- 関連部署の連携を図り、子どもと保護者に対する「いのち・性」についての学習機会を充実

第2期では次の4項目を追加します

- 目を開けた状態で片足で20秒立っていられる高齢者（例：75歳以上女性、現状：38.2%→50%以上*）

- メタボリックシンドロームについて内容を知っている人（現状：65.5%→80%以上*）
- 食事バランスガイドについて内容を知っている人（現状：23.3%→60%以上*）
- 外食および食品購入時に栄養成分表示を見る人（例：男性、現状：28.3%→40%以上*）
※26年度までの目標値です。

計画を推進するために

市民へ計画の周知の強化を図ります。
市からの一方的な情報提供だけでなく、市民からも情報を得て取組みに反映していきます。また、団体との協働による各種イベントや交流を通じて、計画をさらに推進していきます。

「健康なまち習志野 改訂版」は情報公開コーナーおよび市ホームページで閲覧できます。

18のめざす姿

- ①すすんで「歩く」まち
- ②楽しく運動に取り組むまち
- ③正しい情報が得られるまち
- ④みんながすすんで健康診査・予防接種を受けるまち
- ⑤たばこやお酒の正しい知識をもって行動するまち
- ⑥互いの「いのち・性」を大切にすまち
- ⑦「歯の健康」に取り組むまち

- ⑧「食の健康」に取り組むまち

- ⑨笑顔であいさつしあえるまち
- ⑩仲間づくりができるまち

- ⑪「子育て」をすすめるまち
- ⑫世代を超えたふれあいのあるまち
- ⑬助け合えるまち

- ⑭安心して出かけられるまち
- ⑮安全な暮らしができるまち
- ⑯安心して医療が受けられるまち

- ⑰ごみのマナーを守るまち
- ⑱水や空気がきれいなまち

コミュニティバス 実証運行中

経過報告

平成19年11月29日から運行しているコミュニティバスの運行状況をお知らせします。

市では、コミュニティバスの実証運行を平成21年3月31日まで行います。その間に、より多くの人に利用していただくため、公共交通機関としてふさわしい運行計画について検討します。

今後は、20年3月に実施したコミュニティバス利用者やルート沿道の人を対象としたアンケート、バス停留所乗降調査などの結果や乗車の状況をもとに、市民の皆さんがより利用しやすいコミュニティバスを目指します。

※「実証運行」とは、よりよい運行計画を作るための試験的な運行のことをいいます。

問合せ 企画政策課

■実証運行の目的

実際にコミュニティバスを走らせ、当初見込んだ乗車人数や、運行経費の約半分を運賃収入で賄えるかを検証しています。

■運賃

一乗車＝大人150円（こども80円）

〈特別割引〉

- 1.【京成津田沼駅内陸ルート↔海浜ルート】は直通運行につき、乗り換えなしで乗車した場合：200円
- 2.京成津田沼駅内陸ルートから海浜ルートの「市役所」バス停まで、および海浜ルートの「市役所」バス停から内陸ルート間：150円

■運行ルート

(1)京成津田沼駅ルート

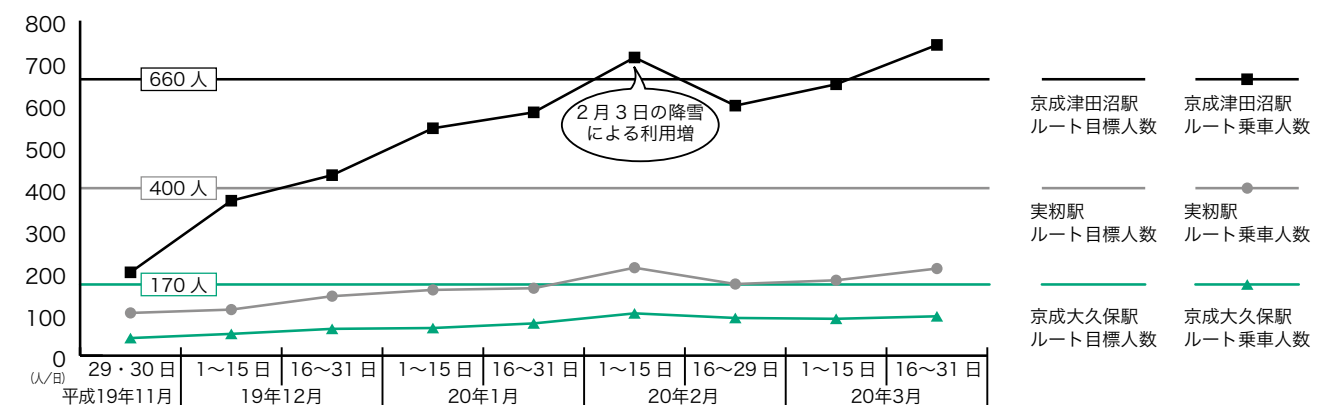
①内陸ルート：（京成津田沼駅発～藤崎地区循環京成津田沼駅着）

②海浜ルート：（京成津田沼駅発～海浜公園行き）（海浜公園発～京成津田沼駅行き）

(2)京成大久保駅ルート：（東部保健福祉センター発～済生会習志野病院行き）（済生会習志野病院発～東部保健福祉センター行き）

(3)実劬駅ルート：（日大実劬発～実劬・東習志野地区右回り循環日大実劬着）（日大実劬発～実劬・東習志野地区左回り循環日大実劬着）

コミュニティバス1日平均乗車人数の推移



※京成津田沼駅ルートは内陸（藤崎～京成津田沼駅）および海浜（京成津田沼駅～海浜公園）の合計を示しています。

コミュニティバスの乗車状況

各ルートおよび月ごとの乗車人数(カッコ内は、1日当たり平均乗車人数)です。

	京成津田沼駅ルート (乗車目標人数 660 人 / 日)	京成大久保駅ルート (乗車目標人数 170 人 / 日)	実劬駅ルート (乗車目標人数 400 人 / 日)
11月29日～12月末	12,843 人 (389 人 / 日)	1,883 人 (57 人 / 日)	4,125 人 (125 人 / 日)
1月1日～1月31日	17,435 人 (562 人 / 日)	2,224 人 (72 人 / 日)	4,937 人 (159 人 / 日)
2月1日～2月29日	19,033 人 (656 人 / 日)	2,764 人 (95 人 / 日)	5,540 人 (191 人 / 日)
3月1日～3月31日	21,586 人 (696 人 / 日)	2,819 人 (91 人 / 日)	6,023 人 (194 人 / 日)
合計	70,897 人 (572 人 / 日)	9,690 人 (78 人 / 日)	20,625 人 (166 人 / 日)
3ルート合計	101,212 人 (816 人 / 日)		
平成19年度委託金額 ※1	22,673,700 円	5,977,650 円	10,253,250 円

※1 平成19年度の委託金額は、19年11月29日から20年3月31日までの運行に要する経費、バス車両の償却費、バス停留所設置費の合計額から、予測した運賃収入を差し引いて算出した金額です。

平成20年度

がん集団検診が始まります

集団検診は、公共施設等で実施する検診で、胸部エックス線検査・胃がん検診・子宮がん検診を行います（平成20年度から乳がん検診は個別検診でのみ実施）。対象者等各検診の詳細については「平成20年度習志野市健康診査のお知らせ」（3月末に世帯主あて発送済み）をご覧ください。

問合せ 健康支援課

受診方法

市への申込みは必要ありません。会場に直接おいでください。

当日の持ち物

健康手帳（お持ちの人）・一部自己負担金または「平成20年度健康診査無料券」（健診無料券）

受診上の注意事項

胸部エックス線検査・服装は無地のＴシャツを着用し、ボタンや金具のついた衣服は避けてください。胃がん検診・検診前日は、午後9時ごろまでに食事を済ませ、以後検診終了まで何も飲んだり食べたりしないでください。タバコも吸

わないでください。

子宮がん検診・スカート着用だとスムーズに検診が受けられます。なお、20年度から集団検診での

体部検診（子宮の奥の細胞検査）は実施しません。不正出血等の症状のある人は個別検診を受けてください。また、器具を使用するので、20代や性経験のない人も指定医療機関で受けてください。

※市内指定医療機関については、「健康診査のお知らせ」または市ホームページ等参照

一部自己負担金について

胸部エックス線検査は無料です。その他は有料ですが、次の人

は無料になります。「健診無料券」を申請し、検診時に持参してください。

（64歳以下）市民税非課税世帯の人（世帯全員が課税されていない人）と、生活保護世帯の人（65歳以上）本人およびその属する世帯の主たる生計維持者の市民税が、均等割以下の人と生活保護世帯の人

「健診無料券」の申請方法

健康支援課またはヘルスステーションで、本人または同居の家族が申請してください。課税状況を確認し、「健診無料券」を後日郵送します。

ただし、生活保護世帯の人は保護課に申請してください。

いずれの場合も受診する1週間前までに申請してください。検診受診後の一部自己負担金の返金はありません。

がん個別検診は市内指定医療機関へ

がん個別検診は4月から翌年3月末まで実施しています。検診内容は大腸がん・子宮がん・乳がん・前立腺がんです。市への申込みは不要です。直接医療機関へ予約してください。

※肝炎ウイルス検診・成人歯科健康診査も同様に実施

がん集団検診日程表

検診名	胸部エックス線検査	子宮がん（頸部）	胃がん
自己負担金	無料	400円	500円
受付時間	男性：午前9時～9時45分 女性：午前10時～11時	午前9時～10時 ※谷津ヘルスステーションと東習志野ヘルスステーションは午後1時30分～2時30分	男性：午前8時15分～9時 女性：午前8時15分～10時
谷津公民館	7月1日（火）・9月16日（火）★		7月22日（火）・7月30日（水）
谷津ヘルスステーション（谷津コミュニティセンター内）	6月23日（月）・9月30日（火）★	9月8日（月）	7月28日（月）・10月20日（月）
袖ヶ浦公民館	6月18日（水）・7月3日（水） 9月17日（水）★	9月12日（金）	7月16日（水）・7月25日（金） 10月24日（金）
秋津ヘルスステーション（総合福祉センター内）	6月27日（金）・7月7日（月） 9月26日（金）★		7月23日（水）・10月6日（月）
保健会館別館（保健会館向かい側）	6月13日（金）・7月10日（水） 9月18日（水）・9月27日（土）★	9月6日（土）・9月8日（月）	7月17日（水）・7月26日（土） 10月11日（土）
ふじさきふれあいセンター	6月20日（金）★		7月15日（火）男性のみ※1 7月29日（火）女性のみ
つくし幼稚園	6月16日（月）★		10月16日（水）
ゆうゆう館	9月22日（月）★		10月16日（水）
勤労会館	6月30日（月）・7月4日（金） 9月29日（月）★	9月4日（水）	7月14日（月）・7月31日（水） 10月9日（水）
屋敷ヘルスステーション（東部保健福祉センター内）	9月24日（水）★	9月9日（火）	10月22日（水）
新栄大久保会館	6月17日（火）★		
東習志野ヘルスステーション（東習志野コミュニティセンター内）	6月25日（水）・7月8日（火） 9月19日（金）★	9月9日（火）	7月11日（金）・7月18日（金） 10月8日（水）
実花公民館	6月26日（水）★		10月17日（金）
東習志野8丁目会館	9月25日（水）★		10月14日（火）※2
備考	★の日は男女とも午前9時～11時受付 この日は男女の区別なく検診車内に入ります。車内で一緒に着替えられるような服装で来てください。	20年度の対象者は20歳以上奇数年生まれの人（偶数年生まれで、昨年度未受診者も可）	※1 午前8時15分～10時受付 ※2 男性：午前8時15分～8時45分、 女性：午前8時45分～10時受付

国民健康保険 短期人間ドックの受検費用を助成します

問合せ 国保年金課

市の国民健康保険（国保）では、一定の要件に該当する人に日帰り短期人間ドック受検費用を助成しています。生活習慣病の早期発見や生活改善に役立ててください。

対象者

平成20年4月1日現在で、次の（1）～（3）の要件すべてに該当する人。ただし、受検する日までに国保を脱退した人は対象となりません。

（1）35歳以上74歳以下
（2）習志野市の国保に1年以上加入
（3）平成19年度までの保険料を完納
◆年度の途中で75歳になる場合
75歳の誕生日の前日までが、助成の対象となります。ご注意ください。

助成額

検査費用の7割を助成します（ただし、25,000円を限度とします）。また、検査医療機関が内科と眼科で異なる場合、それぞれ内科21,500円、眼科3,500円を限度とします（脳ドックは対象外）。
※検査内容は、各医療機関へお問合せください。

申込み方法

住所・氏名（フリガナ）・生年月日・電話番号（携帯電話可）・受検予定病院（決まっている場合）・受検予定日（決まっている場合）・人間ドック希望」と記入し、封書で〒275-8001鷺沼1-1-1市役所国保年金課へお申込みください。2週間以内に利用券を郵送します。平成20年度の申込み期限は21年2月末日です。

※市ホームページからも申込可能

特定健康診査・特定保健指導実施に伴う検査結果データの活用について

メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための特定健康診査の実施に伴い、短期人間ドックの結果の一部が市へ報告されるので、あらかじめご了承ください。

国民健康保険加入者、75歳以上、生活保護受給者の皆さんへ

問合せ 健康支援課

習志野市特定健康診査・保健指導健康診査の通知時期について「平成20年度習志野市健康診査のお知らせ」で6月ごろ通知予定とご案内しましたが、発送時期が遅れる見込みです。準備が整い次第、通知します。

児童手当を受けていますか？

問合せ 子育て支援課

小学6年生までの児童を養育し、前年の所得が一定未満の保護者に児童手当が支給されます。5月申請（6月認定）分から平成19年分の所得が審査対象となります。

対象児童	支給額
0歳から3歳未満（3歳の誕生日まで）	月額10,000円
3歳（3歳の誕生月の翌月）から小学校修了まで	第1子・第2子 月額 5,000円 第3子以降 月額 10,000円

※第1子、第2子という数え方は、出生から18歳になった年の最初の3月31日までの間にある子どもだけを数えます。

1. 新たに児童手当の請求が必要な場合

児童手当を請求したことのない人や、過去に所得が限度額を超えている等の理由で認定されていない人は手続きが必要となります。

持ち物：①印鑑②請求者名義の振込先口座がわかるもの③厚生・共済年金加入者は請求者の健康保険証の写し（子育て支援課窓口でのコピーは行っていません。必ず“写し”をお持ちください）④平成20年度（平成19年分）の児童手当用所得証明書（平成20年1月2日以降に習志野市に転入した人のみ）

※郵送による受付不可

※公務員は勤務先で手続きをしてください

所得制限計算方法

請求者の平成19年分の所得金額（給与のみの人は給与所得控除後の金額）	－	医療費控除	－	雑損控除	－	小規模企業共済等掛金控除	－	80,000円
＝ 児童手当の審査対象所得								
この金額が上の表の限度額未満の場合、児童手当が認定となります。								

「いぎわい広場」

平和・命・人権の

大切さを語り継ぐ

朗読劇「夏の雲は忘れない」

世界で唯一の被爆国日本。63年前の晴れた夏の朝、広島、長崎に原爆が投下されました。そして、70万人以上が被爆、20数万人の人々が亡くなったのです。

「夏の雲は忘れない」は、広島、長崎で被爆した母子が突然肉親を奪われた怒りや悲しみ、親子のきずなをつつた手記を、6人のベテラン女優が朗読する舞台です。

この朗読劇を習志野市で上演せようと、10人の市民が実行委員会を立ち上げ、準備を進めています。実行委員長の本英機さんは、「この上演活動を通して、原爆の恐ろしさはもちろん、平和や命、人権の大切さを多くの方々とあらためて確かめ合い、考える機会になれば」と語っています。

本市は、昭和57年に県内で初めて核兵器廃絶平和都市を宣言し、平和祈念式典等の事業を通じて「平和への心」を訴え続けてきました。これからも、世界恒久平和の実現を願う市民の活動を支援していきます。



〈日 時〉8月1日(金)午後6時30分開演
〈場 所〉習志野文化ホール
〈入場料〉前売券＝大人1,500円、高校生以下500円、親子券1,800円※親子券は前売りのみ販売 当日券＝大人1,800円、高校生以下700円
〈チケット販売〉習志野文化ホール、市役所1階売店、習志野市商店会連合会(サンロード津田沼6階)
〈後 援〉習志野市・習志野市教育委員会
〈問合せ〉「夏の雲は忘れない」上演実行委員会事務局／柴田
☎(475)5210



チケットも実行委員会の手作りで

新時代へ

No.11

習志野市長 荒木 勇

「市民と協働」のまちづくり

新緑がともまぶしい季節となりました。市民の皆様はいかがお過ごしでしょうか。私は先月、京都・宇治方面の旅を楽しんでまいりました。

京都の嵐山周辺では、桜が満開の中、天龍寺や人力車等、昔をしのばせる光景に接し、日本の歴史や伝統を学んでまいりました。

また、「宇治茶」や「源氏物語」のまちとして知られている宇治市では、人々に平等に「恵」を施そうとの思いを込めて約960年も前に建立された世界遺産である平等院に足を延ばしてまいりました。この宇治市を、私は観光ボランティアの人に案内していただきましたが、聞くところによると人口約19万人の宇治市では、観光ボランティアの方がな

んと80人程いらつしやるそうです。わが習志野市では、残念ながら観光ボランティアを設けておりませんが、他の分野において他市に誇れる数多くの市民ボランティアの皆様が習志野のまちを支えていただいております。

地方分権時代を迎えて、行政とボランティア、そしてすべての市民、企業、大学、NPO等との「協働」のまちづくりが問われております。そこで私は「市民と協働」のまちづくりをより力強く推進するため、4月1日の機構改革で「市民協働推進課」を京成津田沼駅ビルのサンロード津田沼5階に設置いたしました。

本市ではこれまでも「一市民、一ボランティア」のスローガンを掲げてまいりましたが、これまでに以上に行政が仕掛け人となり、今後ともボランティアの方々の力を引き出してまいりたいと考えております。また、ボランティアの推進につきましては、従来からご尽力いただいている習志野市社会福祉協議会とも力を合わせてまいります。皆様もぜひ、サンロード津田沼5階に足をお運びいただき、ご指導、ご協力をお願いしたいと思います。

お知らせの凡例

日時 場所所・会場
費用 対象者 定員
持ち物 申込み
問合せ

市役所よい

みんなできれいなまちづくり

（略称）習志野市まちをきれいにする条例
毎年5月30日と11月1日は「きれいなまちづくりの日」です！

〈条例の3本柱〉
○空き缶・吸い殻のポイ捨てはしない
○ごみ出しは、分別・収集日時を守る
○飼い犬・飼い猫のふんの

住宅ローン控除の申告はお済みですか？

放置はしない
※歩きたばこ・ポイ捨て防止ポスター、飼い犬・飼い猫のふんの放置や餌やりへの啓発プレートを用意しています。

問 クリーン推進課

税源移譲で所得税が減少したことにより、これまで所得税から控除できた住宅ローン控除額（住宅借入金等特別控除額）が減少した場合、翌年度の個人住民税所得割額から控除できる措置が設けられています。
個人住民税からの控除を受けるためには、住宅借入金等特別税額控除申告書の提出が必要です。

市議会第2回定例会のお知らせ

6月2日(月)午前10時から市役所6階議場で開かれる予定です。会期や審議日程は、開会日の1週間前に開かれる議会運営委員会で決定されます。また、請願・陳情は、5月30日(金)午後5時までに受理されたものが審議されます。本会議は、どなたでも傍聴ができるほか、インターネット(市ホームページ)でも視聴できます。
委員会の傍聴は、許可が必要です。傍聴受付は、開始15分前までです。
審議日程、請願・陳情の提出方法などは、お問合せください。
問合せ 議会事務局

講座・催し

普通救命講習

成人の心肺蘇生法、AED、気道異物除去。実技試験あり。講習修了者に普通救命講習修了証を交付日所6月9日(月)・29日(日)消防本部4階会議室、19日(木)消防本部5階講堂対市内在住・在勤・在学で体力に自信のある人
定 各日15人持筆記用具
申 各開催日の1週間前までに消防本部警防課へ
☎(452)12803

上級救命講習

成人・小児・乳児の心肺蘇生法、AED、気道異物除去。他。実技試験・筆記試験あり。講習修了者に上級救命講習修了証を交付日6月14日(土)午前9時～5時所消防本部4階会議室対市内在住・在勤・在学で普通救命講習修了者定15人持筆記用具
申 5月30日(金)までに消防本部警防課へ
☎(452)12803

応急手当普及員講習

成人・小児・乳児の心肺蘇生法、AED、気道異物除去。指導要領。他。事業所等で普通救命講習の指導ができる資格を取得する講習。実技試験と筆記試験あり。講習修了者に応急手当普及員認定証を交付
日 6月6日(金)～8日(日)午前9時～5時所消防本部4階会議室対市内在住・在勤・在学の普通救命講習修了者で全日参加できる人定10人持筆記用具
申 5月30日(金)までに消防本部警防課へ
☎(452)12803

消費生活

メモ

携帯サイトのつづき

最近、携帯電話の有料サイトにまつわるトラブルが多様化し、手口が悪質化しています。

○事例1 携帯電話版当選商法

登録した覚えのない出会い系サイトから「懸賞金1,000万円が当たりました」というメールが届いたので、受取り手続きに必要な有料ポイント200万円分をクレジットカードで購入したが、結局懸賞金はもらえなかった。

○事例2 メール友を口実にした手口

身体の不自由な人やその家族を装う人から「メール友達に欲しい。サイトでやり取りに必要なポイント購入費用は、あとで返しますから」というメールが来たので、購入費用を立て替えてやり取りを繰返したが、費用の返金はなかった。

その他、芸能人をかたるものも見受けられます。これらは、「手続きに多少費

用がかかっても、あとで高額な懸賞金が入るのだから」という期待感や「有名な人と話せるならば」という好奇心などに付け込んだ手口です。

いずれも、サイト上で多くの有料ポイントを消費させて、もつけることを目的としています。メールのやり取りをした相手の真偽に疑問があったとしても確認するのは非常に困難で、被害回復が難しい場合が少なくありません。いずれにしても、突然送られてきたメールには、
①言いなりになつてお金を支払わない。
②クレジットカード番号や住所・氏名などの大切な個人情報を知らせない。
③しつこくメールが送られてくる場合は、アドレスを変更する。

などの対応をするようにしましょう。
安全なサイトかどうかを見極めるのは、なかなか難しいことです。わざわざ登録するのは控えましょう。トラブルにあった場合は、すぐに消費生活センターにご相談ください。

問合せ 消費生活センター
☎(451)6999

平成 19 年度

ダイオキシン類測定結果

平成 19 年度のダイオキシン類測定結果をお知らせします。
ダイオキシン類は、主として、ものを燃やすことにより発生します。
大気中のダイオキシン類は、粒子などについて地上に落ち、水や土壌を汚染するので、以下の環境項目で測定しています。
平成 19 年度の調査の結果、すべての項目において、環境基準を達成しました。また、清掃工場は、法律に基づき測定が義務付けられており、すべて排出基準以下でした。

大気環境 夏冬に測定した大気の年平均値は、すべての地点で環境基準を達成していました。 単位 :pg-TEQ/m³

測定地点	年平均値	大気環境基準 (年平均値)
鷺沼測定局 (鷺沼台 1-591)	0.062	0.6 以下
東習志野測定局 (東習志野 3-4)	0.050	
谷津測定局 (谷津 3-25-11)	0.058	
環境保全センター (秋津 3-7-1)	0.072	

芝園清掃工場 (クリーンセンター) 煙突のダイオキシン類測定結果
焼却炉のすべてが、大気排出基準および自己管理目標値以下でした。 単位 :ng-TEQ/m³N

測定地点	測定結果	大気排出基準	自己管理目標値
1 号炉	0.0022	0.1 以下	0.01 以下
2 号炉	0.0023		
3 号炉	0.0010		

水質環境 夏冬に測定した水質の年平均値は、すべての地点で環境基準を達成していました。 単位 :pg-TEQ/L

採水地点	年平均値	水質環境基準 (年平均値)
八千代都市下水路 (東習志野 7-2 地先)	0.25	1 以下
浜田川 (実効本郷地先)	0.087	
浜田川 (屋敷 1-1 地先)	0.13	

河川の底質環境 河川のたい積している泥は、すべての地点で環境基準を達成していました。 単位 :pg-TEQ/g

採取地点	測定結果	底質環境基準
八千代都市下水路 (東習志野 7-2 地先)	6.5	150 以下
浜田川 (実効本郷地先)	3.8	
浜田川 (屋敷 1-1 地先)	2.7	

土壌環境 土壌については、毎年公園の地点を変えて調査し、環境基準を達成していました。 単位 :pg-TEQ/g

採取地点	測定結果	土壌環境基準
久々田公園 (津田沼 6-14)	17	1,000 以下

- ☆単位の説明
- pg-TEQ/m³
大気 1 立方メートル中に 1 兆分の 1 グラム存在すること
 - ng-TEQ/m³N
大気 1 立方メートル中に 10 億分の 1 グラム存在すること
 - pg-TEQ/L
水 1 リットル中に 1 兆分の 1 グラム存在すること
 - pg-TEQ/g
乾燥した土壌 1 グラム中に 1 兆分の 1 グラム存在すること

問合せ 環境保全センター ☎ (451) 1400

日 7 月 12 日 (出) (予備日 19 日)
午前 10 時 ~ (受付 9 時 30 分 ~)
所 中央公園 パークゴルフ場
対 市内在住・在勤・在学
優 定 72 人
費 一般 1,000 円、高校生以下 500 円
※ クラブ・ボール貸出あり (申込開始日) 20 年度に当財団が主催するパークゴルフ教室参加者は 5 月 31 日 (出) 今までに当財団が主催したパークゴルフ教室参加者は 6 月 1 日 (日)、それ以外は 2 日 (月)
申 習志野市スポーツ振興協会
☎ (452) 4380
窓口受付 午前 9 時 30 分 ~
電話受付 午前 10 時 ~

春の ONE 講座 パソコン教室

ワード・エクセル・インターネット・デジカメなど、初心者から中級者までの各種講座
日 6 月 3 日 ~ 7 月 18 日の毎週火・木・金曜日
午前 10 時 ~ 午後 1 時 30 分 (各 2 時間) ※ 5 月 27 日 (火) 午前 10 時 ~ 正午 無料体験会を開催
対 市内在住・在勤・在学
各講座 10 人 (無料体験会のみ 20 人)
費 1 講座 3,000 円 (テキスト代含む) 特筆記用具

所 習志野商工会議所 ☎ (452) 6700

「時活村」卒サラを考える はすんだフォーラム

定年後の自遊時間をどう生きるか考える 杉本村長、自分流に楽しもう 10 万時間、「達人式」、ディスカッション、
他 日 5 月 24 日 (出) 午後 1 時 30 分 ~ 4 時 30 分 (受付 午後 0 時 30 分 ~)
所 船橋市中央公民館

問 卒サラヒューマンネットワーク 船橋市時活村 ☎ (420) 6662 (月 ~ 金曜日 午前 10 時 ~ 4 時) ☎ (420) 6661

スポーツ

健康なまち習志野 歩く健康教室 I

健康づくり推進協議会主催
ウォーキングの効用と実践

のポイント・市内ウォーキング (6 km) 日 6 月 16 日 (月) 午前 9 時 30 分 ~ 2 時 (受付 午前 9 時 15 分 ~) ※ 雨天中止
所 教育委員会 1 階会議室

対 市内在住 定 30 人 費 100 円 (保険料当日徴収) 持 昼食・筆記用具・飲み物・タオル 歩きやすい服装・靴で
申 5 月 30 日 (金) 消印有効) ま でに往復ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号・「歩く健康教室申込み」と

コミュニティ ソフトボール大会

少年少女の部 II 小学 3 ~ 6 年生 (女子は 3 人以上)
一般の部 II 中学生以上 (常時 男性 6 人・女性 3 人で構成)
日 7 月 6 日 (日) (予備日 13 日) 受付 午前 8 時 ~、開会式 午前 8 時 15 分 ~
所 袖ヶ浦東小学公園 (本部)・袖ヶ浦東小学

パークゴルフフェスタ 習志野

問 生涯スポーツ課

校 秋津小学校 香澄小学校・香澄近隣公園
対 市内在住・在勤・在学で小学 3 年生以上 定 各地区各部門 2 チーム以上の参加申込みがあった場合は、地区大会を行う 費 30 円 (保険料)
※ 申込時に納入
日 6 月 5 日 (休) までに各地区体育指導委員へ

応急処置講習会

熱中症の対応など
日 6 月 21 日 (出) 午後 1 時 ~ 4 時
所 東部体育館講習室
対 市内在住・在勤・在学優先
定 30 人 費 1,000 円 (教材費) 持 上ばき・筆記用具
申 習志野市スポーツ振興協会
☎ (452) 4380
窓口受付 午前 9 時 30 分 ~
電話受付 午前 10 時 ~

円、子ども料理教室 300 円
問 大久保公民館 ☎ (476) 3213

いしも映画会

「ジャックと豆の木」「しりたがりやのとり」花さかじいさん「夢を買う」「などなど おもしろどうぶつ ⑧」※ 上映作品は変更の場合あり
日 5 月 24 日 (出) 午前 10 時 ~ 11 時
対 市内在住 定 14 人 (15 人以上は事前に申込み)
持 小学生以下 上ばき 飲食禁止
所 総合教育センター ☎ (476) 1715

講演会 「食べるって、生きること」

在宅歯科訪問診療の現場から、「寝たきり」になっても口から食べる」ことの大切さについて伝える
日 6 月 1 日 (日) 午後 1 時 ~ 4 時
所 モリシアホール
対 市内在住・在勤・在学 定 250 人
で 介護に関心のある人 定 250 人
申 5 月 28 日 (必着) までに、ハガキまたは FAX で住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入し、〒275-0014 鷺沼 2-1-17 保健会館別館内 習志野市歯科医師会へ
☎ (453) 5655
☎ (451) 4000

心のゆとりの日

寝たきりや認知症の高齢者を介護している家族に、日頃の介護疲れを癒し、心身のリフレッシュするための日帰り旅行
日 6 月 10 日 (火) 午前 10 時 ~ 3 時
所 水元公園 (ハナショウブを見る)
対 在宅で家族の介護をしている人 定 40 人 費 2,500 円 (昼食代含む)
申 習志野市社会福祉協議会 ☎ (452) 4161

精神障害者の家族の講演会

「薬の正しい知識と使い方について」 習志野八千代心の健康を守る会主催
日 5 月 23 日 (金) 午後 2 時 30 分 ~ 3 時 40 分
所 習志野健康福祉センター ☎ (475) 5151

ウェブマガジン「ならしの NOW」

毎月第 2 水曜日配信

市ホームページでご覧になれます。市内の新鮮な情報をお届けします。

問合せ 広報課

海浜霊園合葬式 墓地の使用者募集

合葬式墓地は、一般墓地と異なり、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 (合葬) する新しいタイプのお墓です。

問合せ 社会福祉課

- ◆合葬式墓地の使用法
- 焼骨は、地上 1 階のロッカー式納骨壇に使用許可日から 20 年間埋蔵され、20 年経過後は、地下の合葬室に永年埋蔵されます。
 - 納骨以外の納骨室への立ち入りはできません。
 - 献花、焼香などのお参りは、共同の参拝所で行います。
- ◆申込資格
- 申込日前に 1 年以上習志野市の住民基本台帳に記録 (または外国人登録) されている人
 - 現に海浜霊園一般墓地の使用許可を受けていないこと
- 《焼骨をお持ちの場合》
- 保持している焼骨は、今までに埋蔵 (収蔵) していないこと。分骨でないこと。
 - ※ 申込者と焼骨との関係は 3 親等以内の血族、配偶者 (事実上婚姻関係と同様にある人を含む)、1 親等以内の姻族の人のみ。
 - 《生前予約を申込みする場合》
 - 申込者本人が使用すること
 - 申込者の年齢が 65 歳以上であること
 - 2 体用の生前予約を申込み場に

◆申込方法

募集案内書を 5 月 20 日 (火) ~ 6 月 9 日 (月) に社会福祉課、海浜霊園管理事務所および市内各公民館で配布します。申込書等に必要な書類を添付し、6 月 13 日 (金) (消印有効) までに 〒275-8801 鷺沼 1-1-1 社会福祉課へ郵送または持参してください。

※ 申込多数の場合抽選

詳しくは、募集案内書をご覧ください。

申込区分・募集数

申込区分		1 体用・2 体用の別	申込形態	募集数	墓地使用料
焼骨保持申込	A	・焼骨保持 1 体	埋蔵	25 体	104,000 円
	B	・焼骨保持 2 体 または ・焼骨保持 1 体と生前予約 1 体		45 組 (90 体)	208,000 円
生前予約申込	C	・生前予約 1 体		10 体	104,000 円
	D	・生前予約 2 体		10 組 (20 体)	208,000 円

お支払いは一回払いです。※申込は申込区分 A ~ D のうち一カ所のみです。

日程変更のお知らせ

4 月 15 日号 4 ページ実花公民館の講座「こどもチャレンジ大会」の日程が 6 月 15 日 (日) から 14 日 (出) に変更になりました。問 実花公民館 ☎ (477) 8899

介護保険制度 Q&A

Q 住宅改修をした場合、介護保険から給付が受けられると聞きました。どのようなものですか？

A 要介護または要支援の認定を受けている人（入院中または入所中の場合は除く）が保険証に記載されている住所地の住宅で、手すりの取付けや段差の解消など制度内の改修を行った場合、介護保険対象分の住宅改修金額の9割分（上限18万円）をサービス利用者または事業者（受領委任事業者に限る）に支給します。必ず工事の着工前に、住宅改修が必要な理由書・工事費見積書・改修個所の改修前の写真（日付入り）などを添えて、介護保険課に申請してください。また、工事完了後に、領収書と改修個所の改修後の写真（日付入り）などを提出してください。

Q 福祉用具を購入した場合、介護保険から給付が受けられると聞きました。どのようなものですか？

A 要介護または要支援の認定を受けている人が、都道府県の指定を受けた事業者から腰掛便座・特殊尿器・入浴補助用具・簡易浴槽・移動用リフトのつり具部分を購入をした場合に、介護保険対象分の福祉用具購入金額の9割（4月～翌年3月の1年間で上限9万円）を支給します。購入の際は、事業者を確認してください。購入後、申請書に領収書・当該福祉用具カタログの写しを添えて介護保険課に申請してください。

問合せ 介護保険課

その他

小児慢性特定疾患治療研究事業継続申請手続きのお知らせ

日6月2日(月)～8月8日(金) (土・日・祝日を除く) 午前9時～4時30分 費受診券などの受取りを郵送で希望する場合は、現金300円または切手300円分を用意

所 習志野健康福祉センター (475) 5151

平成21年3月新規学校卒業予定者求人等説明会(事業主向け)

日5月29日(木)午後2時～4時30分(受付午後1時30分～) 所「きららホール」船橋駅前フェイスペイン6階

関 船橋公共職業安定所 (431) 82807

アクトビクス教室

水中でリズムに合わせ、エアロビクス 日6月26日(木)・30日(月)・7月3日(木)・7日(月) 午前11時～1時(全4回) 所 千葉県国際総合水泳場 市内在住・在勤・在学優先 定40人 費2,000円 持水着・タオル

申 習志野市スポーツ振興協会 (452) 4380

窓口受付 午前9時30分～ 電話受付 午前10時～

バドミントン レディースオープン大会

レディースダブルス1～4部 日6月4日(水)午前9時～ 所 袖ヶ浦体育館 女性定80ペア 費一人1,000円

申5月20日(火)(必着) までにハガキに住所・氏名・年齢・電話番号・出場リンクを記入し、〒275-0016 津田沼4-10-8 富士ライフ(株)内 習志野市バドミントン協会／加藤龍次郎へ (452) 4370

ミックス・ダブルス テニス市民大会

募集

津田沼1丁目商店会 フリーマーケット出店者

日6月8日(日)午前10時～3時 所 新京成「新津田沼駅」2階通路(屋根付会場) 定28区画(1区画2×2m) 申込多数の場合抽選 費2,000円 ※駐車場なし

申5月23日(金)(必着) までに往復ハガキに住所・氏名・電話番号・FAX・主な出店物(飲食不可)を記入し、〒275-0016 津田沼5-12-12

図書館ボランティア

活動分野は1人2分野まで、活動時間は週1回2時間程度 中学生以上(中学生は保護者の同意が必要) 定多数の場合、活動日の調整あり ※おはなし会は5月21日(水)31日(土)受付 他は随時

活動分野	図書館名	大久保	東習志野	新習志野	藤崎	谷津
書架の整理		○	○	○	○	○
習志野市に関する新聞記事の切り抜き		○	—	—	—	—
寄贈図書の整理・修理		○	—	—	—	○
環境整備・美化活動		○	○	—	—	—
おはなし会		○	○	—	○	○

相談

6月1日は「人権擁護委員の日」

全国一斉特設人権相談 日6月1日(日)午前10時～3時 所 サントリー津田沼6階 特別会議室 ※相談無料、秘密厳守

関 社会福祉課

法務局なんでも相談所 登記・戸籍・国籍・供託に関するもの 日6月1日(日)午前10時～3時 所 サントリー津田沼6階 相談室 ※相談無料、秘密厳守

関 千葉地方方法務局 (043) 302-1311

おいでください(イベント)

※費用の記載のない場合は無料

■看護フェア 5月26日(月)午前9時30分～3時 済生会習志野病院 血流动定、ミニコンサート 他 (473) 1281 / 加藤

■高齢者でもできる楽しい体操 6月10日(火)第1回午後1時～2時 第2回午後2時30分～3時 サントリー津田沼5階 各回20人 1回500円 関 P.O.法人習志野文化協会／渡 N (090) 78303 6001

6月し尿収集

問合せ 茜浜衛生処理場 (454) 6911

日	収集地区
2日(月)	東習志野1・2・3・4 / 本大久保3・4・5 / 鷺沼台3・4
3日(火)	東習志野5・6 / 実初5 / 本大久保5 / 大久保1
4日(水)	実初1・5・6
5日(木)	大久保2・3
6日(金)	実初1・2 / 大久保3・4 / 泉町2
9日(月)	実初2 / 大久保4 / 新栄1・2
10日(火)	実初2 / 津田沼全城 / 谷津町1・4
11日(水)	実初3・4 / 東習志野8
12日(木)	藤崎1・2
13日(金)	東習志野8 / 藤崎3
16日(月)	東習志野8 / 藤崎3・4
17日(火)	屋敷1 / 藤崎4・5・6・7
18日(水)	屋敷1・2
19日(木)	鷺沼1・2・3・4・5
20日(金)	屋敷3・4・5 / 鷺沼台2
23日(月)	屋敷5 / 谷津1・2・3
24日(火)	屋敷5 / 花咲2 / 谷津4・5
25日(水)	花咲1・2
26日(木)	谷津5
27日(金)	実初本郷 / 谷津5・6
30日(月)	実初本郷 / 谷津6・7

※臨時し尿収集を希望する人はくみ取り日の前日午後2時30分までにご連絡ください。予定日が若干ずれることがあります。

テレビ広報 なるほど習志野

あなたの知らない習志野がある

5月後半号 5月15日～31日放送

快適な暮らしを提供します！ ～下水道使用料が変わりました～

JCN 船橋習志野、JCN プラスチャンネル・デジタル11ch、アナログ9chで放送中！ 放送時間12:10、18:10、22:10(各20分)

おいでください(イベント) ※費用の記載のない場合は無料

■看護フェア 5月26日(月)午前9時30分～3時 済生会習志野病院 血流动定、ミニコンサート 他 (473) 1281 / 加藤

■高齢者でもできる楽しい体操 6月10日(火)第1回午後1時～2時 第2回午後2時30分～3時 サントリー津田沼5階 各回20人 1回500円 関 P.O.法人習志野文化協会／渡 N (090) 78303 6001

習志野文化ホール自主事業ご案内

習志野文化ホール開館30周年記念事業

横川晴児(N響CI.首席奏者)プロデュース

サロン・コンサート「スペシャル・ガラ」

横川晴児(プロデュース&CI.)、篠崎史紀(Vn.)、小林美恵(Vn.)、川本嘉子(Vla.)、向山佳絵子(Vc.)、吉田 秀(Cb.)、宮崎由美香(Fl.)、池田昭子(Ob.)、水谷上総(Fg.)、今井仁志(Hr.)、井川明彦(Tp.)、早川りさこ(Hrp.)、野平一郎(Pf.)

シューベルト ピアノ五重奏曲「ます」より 他

ウィーンの新バーデン市立劇場

ヴェルディ／歌劇「リゴレット」

◎オペラ「リゴレット」セミナー 本公演チケットをご購入いただいた方を対象に、オペラ「リゴレット」のセミナーを行います。 講師杉本 良史 6月9日(月)15:00 無料・事前申し込み制(先着50名)

◎オペラ「リゴレット」バックステージツアー 本公演チケットをご購入いただいた方を対象に、オペラ「リゴレット」の舞台裏をご案内します。 9月26日(金)公演前 無料・事前申し込み制(先着20名) ※詳細はお問合せください。

5月18日(日) 16:00開演 全席指定 S:3,500円 A:3,000円 発売中 保育あり

9月26日(金) 18:00開演 全席指定 SS:10,000円 S:7,000円 A:4,000円 B:2,000円 5月22日(木)発売 窓口/10:00 電話/14:00

※未就学児童の入場はご遠慮ください。

■主催・問合せ / 習志野文化ホール ☎ (479) 1212 〒275-0026 谷津 1-16-1 http://www1.seaple.ne.jp/narabunh/

6月 主な催物

日	曜	催物名	開演時間	入場方法 (円)
1	日	第27回エレガンスマンドリンコンサート	14:00	全席指定1,000
8	日	第20回これが吹奏楽だ!	12:30 16:30	A:1,500 B:1,200 ※当日各500増
14	土	千葉県立津田沼高等学校吹奏楽部 第22回定期演奏会	17:30	自由
20	金	舟木一夫コンサート2008	14:30 18:30	全席指定7,000
21	土	千葉県立津田沼高等学校オーケストラ部 第26回定期演奏会	18:00	自由
22	日	千葉大学管弦楽団第103回定期演奏会	15:00	全席自由700
27	金	奥 華子 CONCERT TOUR'08 ～2nd Letter～	19:00	全席指定4,000

※車いすで来館のお客様は事務室受付までおいでください。客席へご案内します。

6月の休館日:4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

ゆめ半島千葉国体2010

～ゆめ半島千葉国体・ゆめ半島千葉大会イメージソング～

カルナヴァル 「CARNIVAL～すべての戦う人たちへ～」に決定

この曲は、千葉県ゆかりのアーティスト 中村正人氏がメンバーである「DREAMS COME TRUE」が制作したものです。このイメージソングとともに大会を盛り上げていきますので、皆さんご期待ください!

曲名 / CARNIVAL ～すべての戦う人たちへ～ 作詩 / 吉田美和 作曲 / 中村正人 編曲 / 中村正人 歌唱 / DREAMS COME TRUE 1989年3月デビュー。以降、数々のヒット曲を世に送り出している、日本を代表するポップバンド。メンバーの中村正人氏は、市川市立第一中学校、県立国府台高校出身で、千葉に住んでいたころに音楽を始めた。

■水泳競技会の会期が決定 習志野市では水泳競技が行われます。

種別	会期
競泳	平成 22 年 9 月 10 日(金)～12 日(日)
飛込	平成 22 年 9 月 10 日(金)～12 日(日)
シンクロナイズドスイミング	平成 22 年 9 月 8 日(水)
水球	平成 22 年 9 月 14 日(火)～17 日(金)

会場：千葉県国際総合水泳場 (JR 新習志野駅前) 問合せ：ゆめ半島千葉国体習志野市実行委員会事務局 ☎ (453) 1855 ㊟ (453) 1825

ゆめ半島千葉国体2010

今 房総の風となり この一瞬に輝きを 第65回国民体育大会

11 習志野市役所 ☎ (451) 1151

精神保健福祉相談

日 所 6月4日(水)・25日(水)午後2時～八千代市福祉センター、10日(火)午後2時～習志野健康福祉センター 精神疾患や心の健康について精神科医が応相談 予約制・無料

申 習志野健康福祉センター ☎ (475) 5151

10

地域活動

始めてみませんか？

スキップで心の交流

高齢化が急速に進んでいる中、施設に入所・通所する高齢者も増えてきています。そのような人たちにいきいきとした生活を送ってもらえるようにと、ボランティア団体「ビューティーケア習志野」が活躍しています。

ビューティーケア習志野



♡月1回のお楽しみ

屋下りの養護老人ホーム白鷺園（鷺沼）で「ビューティーケア習志野」が来訪します。というアナウンスが流れると、続々と高齢者たちが食堂に集まってきました。心なしかつきつきしているようにも見えます。

傍らでは「ビューティーケア習志野」のユニフォームを着た10人の会員が手際よく動き回っています。蒸しタオルを仕込んだり、複数の座布団を組み合わせたベッドを作ったり、机に色とりどりのマニキュアを並べたり……。先ほどまでひっそりとしていた場所とはまるで別世界のようです。

今年で創立10周年を迎えたボランティア団体「ビューティーケア習志野」は、毎月、白鷺園など市内3カ所の施設を1回ずつ訪問し、高齢者に手や顔のマッサージ、お化粧やマニキュアを無料で行います。県内でもこのような活動をしている団体は珍しく、23

人の会員の中には市外から参加している人もいます。会員は事前に2日間の講習を受けた上で、実際に現場に出て、ハンドケア・フェイスケアをしたり、そのサポートをします。

♡会話とケアがお互いの癒しに

この日は園内の高齢者、女性12人と男性3人が利用。こんなには。またきたよ「よくきたね」会員と利用者の間のこんな会話があちうちうから聞こえてきます。



ハンドケアは、クリームをたづぶり使って指先から腕まで丁寧にもみほくします。仕上げに蒸しタオルを使用し、腕全体をあためます。施術後の腕と施術していない腕を見比べてびっくり！色が全然違います。血行がよくなった証拠です。

フェイスケアは、即席ベッドの上に仰向けに寝た状態でいきます。こちらもたづぶりとクリームを使って入念にマッサージします。あまりの気持ちよさにいつのまにかうとうとと夢見心地の利用者も。最後は蒸しタオルで顔全体を覆い、仕上げに入りま



す。タオルをとると……ぴっぴかぴかのお肌が目見え。自分のほおを「さわってみて」と差し出してくれました。

女性には簡単なお化粧もします。鏡台の前に座り、薄付きのパウダーファンデーション、アイブロー（まゆ墨）、ほんのりとほお紅、明るめの色の口紅を付けます。お化粧後は、顔色がよく見えるのはもちろん、何より表情が格段に明るく、柔らかくなります。創立時からの会員で、化粧担当の大塚さんは「以前、100歳の方にメイクをしたとき、メイク後に鏡で自分の顔を見てにっこりされたんです。その表情はすごく素敵で、私たち会員みんなうれしくなりました。こういうときにやりがいを感じます」とうれしそうに語ってくれました。

10年前からずっとビューティーケアを利用しているという人は、施設に入ると、外の社会とのつながりが薄くなりがちだけれども、こうして毎月来てくれることでいろいろな人と話をするができます。ケアやお化粧はもちろん、話ができることを毎月とても楽しみにしているんです。とても安らぎ、自然と気持ちも明るくなって、それが健康にもいいように思っています」と語ってくれました。

♡無理をしないことが長続きの秘けつ
毎回終了後には会員同士で反省会を行っています。今日のこの方はこうだった、この



材料が足りなくなりそうだな、などと活発に意見を出し合い、記録もとって、より満足してもらうための改善を怠りません。

代表の田久保さんは、創立時からの活動を振り返り、「地域ですと継続して活動してきたからこそ、利用者の方々と信頼関係を築けているのだと思います。皆さんが毎月楽しみにしてくれているのと同様、私たち会員も、毎月楽しみにしています。この日のために体調を整え、気合を入れてきます。活動後は自分たちも気持ちがよくなるし、やりがいを感じます。お互いに華やいだ気持ちになるんです。市内3カ所で月1回ずつという無理のないペースで活動していること、自然体でやっていけることが継続できている理由です」と語ってくれました。

♡会員を募集しています♡

人と接するのが好きな人。

年費費…1,000円

活動日…第1土曜日 ケアセンター習志野、第3火曜日 白鷺園、第4水曜日

マイホーム習志野 各日午後1時

問合せ ビューティーケア習志野 代表 田久保 ☎(473)4569

見学歓迎！

習志野市
広報課

〒275-8601 習志野市鷺沼 1-1-1
☎ 047 (451) 1151 (代)
FAX 047 (453) 9313
http://www.city.narashino.chiba.jp/

市の人口
H20.4.1 現在

○総人口…… 159,812人
○男…… 80,550人
○女…… 79,262人
○世帯数…… 66,484世帯

次号の予告
変更の場合あり

・環境月間
・男女共同参画基本計画

ほか