

な祭り大集合!	2
鸞年金は世代と世代の支えあい⋯≤	í
みんなでまちづくり	
11月8日は 1 1 8の日	7
	3
にぎわい広場・新ならしの散策	)
お知らせ10	)
保健だより 14	í





11月8日生・9日(日) 市役所前グラウンド・体育館 他

※駐車場の台数に限りがありますので、バス·電車等公共の交通機関をご利用いただきますようお願いします。

### 第萬學多

大地のめぐみを届けます

#### 野菜の直売

地元の新鮮野菜や果物を直売 午前10時~(完売まで)

#### 遊び・催し物・展示

宝船・金魚すくい・フリーマーケット・ お花の寄せ植え実演コーナー

#### 模擬店等

やきそば・カレー・お餅・やきとり 他

#### 農産物共進会

地元野菜の展示

市民農園·家庭菜園の部(11月6日休までに農政課へ 電話で申込み)

#### 金場 市役所前グラウンド(小雨決行)

来場者用

会場のご案内

 $\varpi$ 

時間 午前10時~午後3時

問合せ JA 千葉みらい習志野支店園芸センター ☎(454)0190 農政課 ☎(453)9217

体育館

グラウンド

第三分室 第二分室

市役所本庁舎

駐輪場

市役所通り

消防本部

裏駐車場

消防本部

#### ステージイベント

※プログラム参照

#### その他

献血コーナー(8日)

国体PR、チーバくん登場!(9日)

#### 9日くじ引き大抽選会のお知らせ

スタンプラリーを終了した用紙とくじを引換えます(1人1枚)。スタンプラリー用紙は8日・9日会場で配布。くじとの引換えは9日の正午開始(くじは500枚限定、なくなり次第終了)。

#### 農業祭会場ステージイベントプログラム

成本が以物バノ ノー・ノーノロン・	_		
11月8日生	時間	11月9日(日)	
演目	- 메티	演目	
開会セレモニー	9:45~10:00		
美穂太鼓	10:00~10:30	農産物共進会表彰式	
てんとうむし(転倒無視)体操〈健康フェア〉	10:30~11:00	ガス事業50周年記念贈呈式	
和太鼓(袖ケ浦保育所園児)	11:00~11:30	消防防火図画表彰式	
おはやし(菊田神社囃子連)	11:30~12:00	消防音楽隊演奏	
岩崎よしみ歌謡ショー	12:00~12:30	フラダンス(カプア田中フラスタジオ)	
よさこいソーラン(CHIよREN北天魁)	12:30~13:00	バンド演奏(テキサスラングラーズ)	
風船の動物園	13:00~13:30	はたのぼるショー(野菜を使って演奏)	
おはやし(屋敷お囃子保存会)	13:30~14:00	舞さくら歌謡ショー	
新舞踊(友美会)	14:00~14:30	ノバコキナ地場会	
バンド演奏(ナチュラルミント)	14:30~15:00	くじ引き大抽選会	

※雨天の場合、一部変更があります。

ガス事業50周年

### 質ガスフェスタウィズガス

みなさまと共に半世紀 信頼の炎を未来へつなげます

#### 各種ガス機器の展示・販売

#### 体験コーナー

- ・マイナス162度の不思議な世界 ・落書きコーナー
- ・球体お絵かき

#### 料理実演

• 午前10時30分~11時30分 • 午後1時30分~2時30分

#### 模擬店

• 肉まん・あんまん・コーヒー・ジュース

#### おたのしみ抽選会

#### 会場 市役所前体育館

時間 午前10時~午後4時

問合せ 習志野市企業局 営業企画室 ☎(475)3305

#### 小学校児童絵画展

表彰式は11月9日日 午後1時~

#### クイズラリー

#### マイナス162度の不思議な世界

キャプテンキッド(ゲーム)バルーンマジック

#### その他

各種イベント

- フワフワ・天然ガス自動車展示
- ・生ゴミ処理容器のPR·ごみの出し方の啓発(8日)
- ・千葉県の「地球温暖化防止と生物多様性保全」 推進きゃらばん隊来場(9日)

### \*\*\*\*\* ガスフェスタ会場・保健会館別館 (市役所前体育館)

#### 時間 午前10時~午後4時

問合せ 健康支援課 ☎(451)1151 習志野市薬剤師会 ☎(454)0632 歯科医師会 ☎(453)5655

# ත්වු විදුවරු නිවේ විදුව

#### みんなでつくろう 健康なまち習志野

- ・あかちゃん あっぷっぷ(午前 若干名) ・母子保健推進員の会展示
- ・脱!メタボ 腹囲・体脂肪・血圧測定(午後) ・脱!メタボ クイズラリー

#### 9日田 会場 体育館

8日土 会場 体育館

- 骨密度測定(医師による測定結果相談あり) 歯科コンクール表彰式
- むし歯菌元気度チェックお薬相談

#### 9日日 会場 保健会館別館

- ・秋空の下、元気にウオーキング(若干名) ※雨天中止
- 口腔がん検診・歯科相談(若干名)

#### ガスフェスタ会場ステージイベントプログラム

11月8日生			11月9日(日)	
演目		時間	演目	
ステージ	ステージ 館内		ステージ	館内
脱! メタボクイズ〈健康フェア〉		10:00~10:30		
キャプテンキッド(ゲーム)	机油中冷	10:30~11:00	キャプテンキッド(ゲーム)	机油中冷
マイナス162度の世界	料理実演	11:00~11:30	マイナス162度の世界	料理実演
バルーンマジック(ショー)		11:30~12:00	バルーンマジック(ショー)	
		12:00~12:30		
		12:30~13:00	歯科コンクール表彰式〈健康フェア〉	
脱! メタボクイズ〈健康フェア〉		13:00~13:30	絵画展表彰式	
キャプテンキッド(ゲーム)	拟油中冷	13:30~14:00	キャプテンキッド(ゲーム)	料理実演
マイナス162度の世界	料理実演	14:00~14:30	マイナス162度の世界	付任夫洪
バルーンマジック(ショー)		14:30~15:00	バルーンマジック(ショー)	

### 消防・救急フェア

#### 会場消防本部裏駐車場

#### 時間 9日田 午前10時~午後3時

問合せ 消防本部予防課 ☎(452)1284

#### 体験コーナー

- 煙体験ハウスによる煙体験
- はしご車の体験乗車 第1回午前11時30分~午後0時30分(20組60人)
   第2回午後1時30分~2時30分(20組60人)
- ・子ども用防火衣着用体験 ・フォグガンによる放水体験
- ・心肺蘇生法の体験(AED含む)

#### 展示コーナー

• ポンプ車・救助工作車・救急車の展示 • インパルス銃の放水展示

#### その他

- 防火図画入賞者の表彰消防音楽隊の演奏防火PR用品の配布
- ・火災予防および応急手当アンケート ※雨天時一部変更あり



3 習志野市役所 ☎(451)1151

日本赤十字社 救急法講習会

AEDを使った救急法
11月16日(日)午前9時30分~午後0時30分

プリンロード津田沼5階和室
230人
100円(保険料)
動きやすい服装で

日本赤十字社千葉県支部
4043(241)7531

#### 「ねんきん特別便」 年金記録の確認にご協力ください

社会保険庁からすべての年金受給者、加入者に 「ねんきん特別便」が発送されています。年金記録 に「もれ」や「間違い」がないか十分にご確認くださ い。「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も必 ずご回答ください。

「ねんきん特別便」に関する質問・お問合せは 「ねんきん特別便専用ダイヤル」で受け付けます。 **☎**0570(058)555

※IP電話・PHSからは 03(6700)1144 にお かけください。

#### 年金の相談・手続きはこちらへ

#### 幕張社会保険事務所

千葉市花見川区幕張本郷1-4-20 **2**043(212)8621

#### 千葉国年電話

**2**043(203)5600

船橋年金相談センター ※相談は窓口のみ 船橋市本町1-3-1(船橋駅前フェイスビル7階)

#### ねんきんダイヤル

年金請求などの年金相談 **☎**0570(05)1165

年金相談(社会保険労務士が相談に応じます) 【日時】毎月第2水曜日午後1時~4時 (11月は12日です) 【場所】サンロード津田沼6階市民相談室

#### 幕張社会保険事務所からのお知らせ

平成19年10月から国民年金保険料収納業務の 一部を民間業者に委託しています。委託してい る業務内容と業者名は次のとおりです。

【業務内容】電話督励、戸別訪問および文書督励 による国民年金保険料の収納事業 (口座振替勧奨も含む)

【業 者 名】株式会社もしもしホットライン

問合せ 幕張社会保険事務所 ☎043(212)862

# 保険料を納める 保険料を未納にすると、 生活の 一部納付額が

部免除)については、 未納の場合、 と同じ)になります 一部免除も無効(未納

②若年者納付猶予申請 30歳未満の人で本-

③学生納付特例申請 猶予されます 請することにより保険料の納付が 前年所得が一定額以下の場合、 人・配偶者の 申

①免除(全額免除・一部納付)申請

世帯主・配偶者の前年の所

度があります

の納付が免除または猶予される制

人の申請手続きによって、保険料

ることが経済的に困難な場合、本

所得が少ないなど保険料を納め

ることがあります。

支えとなる年金が受けられなくな

より保険料の納付が猶予されます。 定額以下の場合、申請することに 学生の-老齢・障害・遺族基礎年金の受給 ③の免除・納付猶予期間は 人で本 人の前年所得が一

付となります。

一部納付(一

免除または半額納付などの一部納 ことにより、保険料の納付が全額 得が一定額以下の場合、申請する

> 算入されます 資格をみる場合に必要な期間 ③の納付猶予期間につい

基礎年金や遺族基礎年金を受け ることができない場合が ることや、 納めることが難しい 保険料を未納のまま放置す の額には算入されません。 将来の老齢基礎年金を受け 必ず保険料を納めま いざというときの障 あり

くっま取害取る 金はて に			
	免除期間	未納期間	猶予期間
老後の年金	受給資格期間	受給資格期間	受給資格期間
	になります	になりません	になります
老後の年金額	減額して	算入	算入
	計算されます	されません	されません
障害基礎年金	受給資格期間	受給資格期間	受給資格期間
遺族基礎年金	になります	になりません	になります

算入されますが、老齢基礎年

は、受給資格の必要な期間に

なら可能 なら可能 なら可能 受給資格期間…保険料を納めた期間など、 追納……後から保険料を納めること 年金を受けるために必要な期間

10年以内

# 月は

「ちば国保月間」です)「月は 国民健康保険は、みなさん <sup>問合せ</sup> 国保年金課 税制課

2年以内

10年以内

キング、コンビニエンスストATMやインターネットバン所の窓口のほか、金融機関の 払いいただきます。支払いはの保険料を9期に分けてお支 合って備える制度です。ため、みんなで保険料を出し が安心して健康な生活を送る 金融機関・郵便局および市役 国民健康保険料は、 1年間

されません は、領収証書に領収印は押 ンキングで納入した場ATMやインターネット

アでの支払いも可能です。

バーコードが読み取れない限が過ぎていたり、汚れて限が過ぎていたり、汚れては、納付書1枚につき30万米コンビニエンスストアで 納付書は、 お取り扱いで

千葉いのちの電話

来生たかおアコースティックコンサート~浅い夢~■11月24日 同午後4時30分開 5時開演所習志野文化ホール費3,500円(一部座席指定4,500円)申千葉県いのち の電話協会事務局(平日午前10時~5時)☎043(222)4416國043(227)6911

とう 年金 が 要な

月間です

制度の周知を図っています

ただくため、11月は「ねんきん月間」として

制度の趣旨やしくみを正しく理解してい

となって 親の老後生活には欠かせないもの るあなた自身の老後や、あなたの いかもしれませんが、やがて訪れと、身近に感じられることは少な 若い世代の人は、 身近に感じられることは少な います。 \*年金\*という

経済的な負担)が大きくなります。 担(仕送りなど自分の親に対する 扶養する子ども一人当たりの負 家族化や少子化が進む中で親を もし公的年金がなかったら、核

> 険料を納めることによって高齢世年金は、そのときの若い世代が保国民年金や厚生年金などの公的 です。 対応していくことは、 の生活費を個人の貯蓄などだけで

年金加 い」のしくみによって成り立って代を支える「世代と世代の支えあ います。いいます。

の予測不可能なできごとに、 また、老後の生活や経済変動など

難しいもの

問合せ 国保年金課

制度の健全な運営のためにも、国民一人ひとりが公的年金制度の意

年金に対する理解を深めることが大切です。

義を正しく認識し、

活を実質的に支えていくことをその役割としています。

公的年金制度は、老後の社会保障の主柱として、高齢者の老後生

#### 対 象 加入手続き 保険料の納付方法 第1号 自営業や農業などの人とその配偶 本人が市役所の国民年金担当窓口 自分で納付書、口座振替、インター 者または学生、アルバイトの人など 被保険者 で行います ネット等で納付 勤務先で行います 第2号 ※厚生年金や共済組合等に加入する | 厚生年金保険料・共済組合の掛金と 会社員や公務員などで厚生年金や 被保険者 共済組合等に加入している人 と同時に国民年金にも加入するこ して給料等から天引き とになります 厚生年金や共済組合等に加入して 第3号 配偶者の勤め先に健康保険の被扶 いる夫(妻)に扶養されている妻 個人で納付の必要なし 被保険者 養者届と一緒に申請 (夫)

による講演会

とが法律で義務付けられています。

は、早めに手続きをしてください。加入するグループが変わった時います。結婚や就職、転職などで

入手続きや保険料の納付方法が違

加入者は職業などによって3つ

プに分かれ、

満の人は、

公的年金に加入するこ

日本国内に住む20歳以上60歳未

成に

な

たら

「うつと付き合いながら」~ひきこもりから仕事まで~■11月12日例午後1時30分~3時 所間習志野健康福祉センター ☎(474)5151

便利な口座振替を.

すすめ

ません。

## 11月8日ま1180日

問合せ 健康支援課

**n** 

私の母も大変歯が

丈夫で、8020

運動を達成できそ

うです。母の実家

では、朝の食卓に

必ず煮干粉でだし

汁を取ったおみそ

汁が上がり、歯や

骨が丈夫になるか

噛む 話す 笑う主役は 元気な歯

平成20年度8020運動普及標語千葉県知事賞 小野 達彦さん(習志野市立第二中学校)

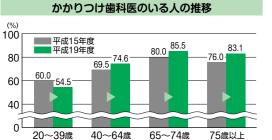
市では、健康づくりの総合計画「健康なまち習志野」の目標の一つとして、「自分の 歯でも入れ歯でも、誰もが食事や会話を生涯楽しめるまち」をめざし、歯の健康づ くりに取り組んでいます。おいしく食べたり、楽しく会話をしたりすることは、 心やからだの健康につながります。健康的な生活習慣で歯科疾患を予防し、お口 の健康を保ちましょう。

#### お口の定期健診を受けましょう

- ●適切なアドバイスや予防処置で歯の健康が保てます。
- ●早めに口の変化に気づくことができ、早期に必要な治療が受けられます。
- ●専門的な治療や検査が必要なときは、その症状に適した医療機関に 紹介してもらうこともでき安心です。

歯科医療機関の受診理由は「痛み等の 自覚症状があった」が多く占めます が、症状が進行してからでは、治療費 や時間もかかります。自己管理とと もに、定期的に自分のお口の健康状態 のチェック、アドバイスや予防処置を してくれる[**かかりつけ歯科医**]を持 ち、歯の健康を守りましょう。





かかりつけ歯科医がいる人 は、若干ですが増えていま す。からだの病気や服薬・ 体質等が歯の健康や治療 に影響することもあり、予 防から治療まで、生涯にわ たって幅広く相談できるこ とが大切です。

データ:平成19年度習志野市

#### ●成人歯科健康診査

歯周病やむし歯が急増する妊娠中、また、40歳・50歳・60歳・ 70歳の節目で健康チェック! お口の健康を振り返る機会として活用しましょう。

●市内歯科医療機関・歯科に関する情報は、 習志野市歯科医師会ホームページへ

http://narashino.cda.or.ip/ 【お口の活き活き健康チェック】

市内在住の75歳以上の人は、12月16日火まで、 口腔機能の維持・向上のための歯科健診が受けられます。

問合せ: 習志野市歯科医師会 ☎(453)5655

●障害児(者)受け入れ協力歯科医の情報は、 千葉県歯科医師会ホームページへ

仕事に関する

悩み無料相談

http://www.cda.or.jp/main/

#### 身近な地域での相談窓口ヘルスステーション

歯科衛生士が対応します。お住まいの地区の ヘルスステーションにお気軽にご相談ください。

#### よい歯のコンクール 最優秀賞受賞者の紹介

●習志野市親と子のよい歯のコンクール最優秀賞 市原 友紀さん・葉由乃ちゃん親子(津田沼在住)



らと言い聞かされたそうです。私の母の作るお みそ汁やきんぴらごぼうにも、大きな煮干しが 入っていました。おやつには小袋に入った小魚 も常備してあり、祖母が作ってくれた煮豆やふ かしたジャガイモも毎日のように食べました。 私の娘にも、2歳になった頃からするめや小魚 などを与えています。甘いお菓子も大好きです が、丁寧な歯みがきの習慣を身につけ、健康な 歯が財産になればと願っています。

#### ●習志野市高齢者のよい歯のコンクール最優秀賞 石井 信之さん 81歳(秋津在住)



」産業カウンセラーによるアドバイス(予約制)<br/>
■毎週水曜日午後6時~<br/>
丽サンロード津田

沼6階対15歳~34歳の労働者および求職者(学生を除く)

千葉の海沿いに育ったの で、子どもの頃は毎日朝 からイワシを頭からしっ ぽまで丸ごと骨と一緒に 食べ、この年になっても 骨ごと食べています。ワ カメ、ヒジキなどの海草 もよく食べました。年を

とっても歯が健康であれば何でもおいしく食べ られ長生きにつながります。正しい歯みがきは もちろん大切ですし、40年来、歯医者さんには 最低でも年に1回以上健診に伺っています。

- ●平成20年度8020運動普及標語 習志野市小学生の部第1位 ばいきんは ママよりこわい よくみがこう 奥山 晴菜さん(習志野市立向山小学校5年)
- ●平成20年度8020運動普及標語 千葉県歯科衛生士会長賞 健康と いっしょに育てる じょうぶな歯 習志野市一般の部第1位 山口 崇さん(市内在勤)

## 第5回

こどもたちとともに 11月29日生・30日日 午前10時~4時

場所 サンロード津田沼(京成津田沼駅ビル)5階・6階

内容 パネル展示、講演会、 講習会、ワークショップ、相 談、その他歌や演奏、踊りで イベントを盛り上げます

ステップならしの (男女共同参画 センター) および市民協働インフォ メーションルームに登録している



市民団体が、それぞれの活動内容を発表します。今年は「子ども」という統 一のテーマを設定。 「伝えよう! 広げよう! こどもたちとともに」 をキャッチフ レーズに、各団体がいろいろな催しを企画しています。



#### 11月29日(土) 11月30日日 午前10時~4時 午前10時~4時 • NPO法人介護ボランティアへるぷ 相談 (ヘルスカウンセリング) 相談 相談室 (ヘルスカウンセリング) • 相談 (子育てのコツとヒント) 特別 講演(ストレスのはなし) 講演(ストレスのはなし) 会議室 • 販売(手芸) • 講習·販売(手芸) 大会議室 • ワークショップ(折り紙教室) 展示 ワークショップ(健康チェック) 廊下 • チラシ配布 展示チラシ配布 • 発表(フラダンスと詩舞の共演) 演奏(タンゴ 他) 交流 • クローバーならしの ソーラン ・歌(童謡) 発表(みんなでおどろう) コーナ・ じょはり 発表(新舞踊とハーモニカの共演) • 演奏(タンゴ 他) • 合唱(ジブリの歌) ・ 喫茶 喫茶 • 上映 • ワークショップ (原爆被爆者の被爆写真) (子育ての集い) 研修室 ワークショップ • ワークショップ (10代の心とからだ) (子どもたちをタバコから守ろう) • ワークショップ • ワークショップ



#### 問合せ 市民協働推進課

#### 参加団体

(順不同)

- NPO法人クリオネの家
- ほたる野を守る NORA の会
- ならしの自然探検ネット
- NPO法人じょいんと
- ハミングフォーラム習志野
- ・ 小規模通所授産施設かりん
- 習志野中央ロータリークラブ
- NPO法人習志野スポーツ文化協議会
- NPO法人ハウスメンテナンス協議会
- 習志野市国際交流協会
- 運転ボランティアの会
- ・習志野市民カレッジ「十期会」
- ・家庭倫理の会 習志野
- 習志野市原爆被爆者の会
- 習志野カウンセリンググループぱんだ
- ぷーさんのおはなし会
- ならしの健康友の会
- 習志野みどりの会
- 習志野市更生保護女性会
- 手芸ボランティア

- 習志野・山野草を楽しむ会
- 新日本婦人の会
- タバコ問題を考える会・千葉
- 竹宵の会
- NPO法人ならしの子ども劇場
- 習志野市消費生活研究会
- 習志野少年少女合唱団
- 童謡フェスティバル in ならしの
- ・ムシカ デル コラソン
- わくわくクッキング
- 習志野市サークル連絡協議会
- 習志野市障害児・者の地域生活を 守る会キャロット
- 言論・表現の自由を守る会
- なごみの会

和室

茶室

(手作り楽器)

• 上演

講演会(よくする活動)

(緑の大切さを伝える紙芝居)

**5**階

(親子リズム)

• ワークショップ

(竹細丁・わら細丁)

問合せ 都市計画課

ゆ

**7** 

(4 5 3) 1

8 5 5

∭ http://kokutai-narashino.jp/



ま

とめ役でもあり企画全般を担当して

いる人の立場になって

位でもあり企画全般を10、レイアウトに気をつけ、常に見い、レイアウトに気をつけ、常に見いままで、 見やすい写真の大い しょくんの動画の

また、

国体・水泳競技に対して興味と関心を持って め半島千葉国体習志野市実行委員会事務局 教授は「今回の活動を通 の活動支援・情報発信システ ジの作成にとどまらず、 もら

「画面の色使

右から中村教授、坂本さん、笠井さん、塚本さん、村上さん 作成が難し

ページをにより、 会では、千葉工業大学情報科 イン・編集担当などに分か ネットワ ジを公開 平成20年5月26日から ク学科 +·村研究室

やすいホームページを目の専門分野の知識を生か メンテナンス担当、デザ いるのは 、それぞ・ 誰 の協力

【トッピング】 ゆで卵のみじん切り

(カツ・ソテー用)…4枚 …小さじ1/2 …… 1 個分 アンチョビー……4枚 レモンのスライス…4枚 …大さじ3

■材料·分量(4人前)

●パン粉は万能こし器で一度こし、細かくしておき ます。

…1個分

- ②豚肉は両面5~6カ所ずつ筋切りし、叩いて薄く広 げ、形を整えます。両面に塩、こしょうをふってお きます。
- 3②に小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつけます。
- ④フライパンに少なめに(深さ2cmぐらいまで)油を 注いで170℃に熱し、両面を2~3分ずつ、きつね 色にカリッと「揚げ焼き」にします。
- 5器に盛り、トッピングをのせます。お好みでクレ ソン、トマトなどを添えます。軽い口当たりのカツ レツを、アンチョビーの塩気とレモンの酸味でいた だきます。

#### 新ならしの散策 No.111

平成22年開催ゆめ半島干葉国体 習志野市は水泳会場

国体をサポ

### 市史を食べよう

食に歴史あり。習志野の歴史の中でどんなものが食べられ てきたのか、レシピを調べて歴史を"食べて"みることも、実 に興味深いものです。今回は、大正時代のドイツ捕虜が収 容所で食べていた料理を紹介するシリーズの第5弾。ドイ ツ風カツレツ"シュニッツェル"をご紹介します。



#### 教育委員会社会教育課

習志野市役所 ☎(451)1151

派遣先セミナー のご案内

派遣労働者の適正な受入のための留意点や労働基準法等の適用等 ■11月11日 似午後 1時30分~4時所
関海外職業訓練協会(千葉市美浜区) 定240人 申千葉労働局需給調整事業室☎043(202)5181

## 地区計画制度

住みよい"まち"にするために… みんなでつくる オリジナルの"まち"

求められる"まち"づくりは地域によってそれぞれ違います。 自分たちの地域に合った"まち"をつくるには、どうしたらいいのでしょうか? その手法の一つが「地区計画」制度なのです。

ここは住宅地だから

大きな工場はダメ

**まちの中心にこれくらいの** 

大きさの公園を作ろう

ここは工場街だから

住宅はダメ

地区計画では、こんなことが決められます

歩道を広くするために

建物の位置を決めましょう

地区計画を定めているところ

藤崎五丁目地区

袖ケ浦四丁目地区

※詳細は市ホームページを参照してください

袖ケ浦六丁目地区

戸建住宅地だから高さが

10m以上の建物はダメ

塀は生垣にしよう

ここは商店街です。

1階はお店にしよう

ここに低い

建物はダメ

新津田沼駅北口地区

谷津三丁目地区

形成や良好な環境の保全などを目的とし「地区計画」は、安全で快適なまち並みの て、地区単位で作る、 街区あるいは共通

その地区独自の゛まち

地区計画とは

る

話し合い、 のは地区に住む皆さんです。

形成などのお手伝い します

敷地内の緑化率の最低限度

塀・柵の構造など

住みやすい環境を備えた〝まち〟となるよう 市は具体的な説明を行うとともに、 ルですので゙まちづくり、の主役となる の提供や計画立案・合意 ルを決めることがで

場所を範囲とする「地区」を単位とする

の

で、その地区の特性に合わせた、きめ細か

ルを定めることができます。

# 地区計画は身近な生活空間についての 住民が主役のまちづくり

将来にわたり 定めることができます 地区計画でできること

道路、公園、遊歩道の配置、規模 物の建て方やまち並みの

建物の高さの最高限度 建物の用途

建物の壁の位置やデザイン

地区計画では主に次の内容などについて

津田沼混声合唱団 演奏会

茜浜芝園地区

新習志野駅前地区

幕張新都心芝園地区

プッチーニ・グローリアミサ他 11月9日 日午後2時開演 7 習志野文化ホール 資全席自由1,000円

●☎(454)3477長島 ☎(478)9604阿保

商業系の地区計画

住宅系の地区計画

産業·業務·文化系 の地区計画

JR津田沼駅南口特定 土地区画整理事業区域

(地区計画策定予定)

# 祝日のごみ収集

市役所よ

#### 問クリ します みの持込み不可 水・金曜日の地区は臨時収集 「燃えるごみ」の収集が、月 月3日側は祝日です ンセンター業務課 ※清掃工場へのご

が

11月は児童虐待防止推進月間です。 見逃さないでは、 見逃さないでは、 見逃さないでは、 見逃さないでは、 見逃さないでは、 見逃さないでは、 日本に対し、 日本に対し、

児童虐待は子どもの心や体に深刻な影響を与え、時

には生命さえ奪ってしまいます。児童虐待の防止は、

平成12年に「児童虐待の防止等に関する法律」が施行さ

れましたが、依然、児童虐待の相談件数は増え続けていま

●なぐる、ける、異物を飲ませるなどの「身体的虐待」

●食事を与えない、家に閉じ込めるなどの「**ネグレクト**」

●子どもへの性的行為の強要などの「**性的虐待**」

●不自然な外傷(あざ、やけどなど)がある

●落ち着きがなくほかの子どもに対し攻撃的

●子どもを残したまま外出していることが多い

●身体的虐待を疑わせる音(叩く音や叫び声)がする

これらの兆候があったら、子どもの行動・態度に注意を払

児童虐待はどんな家庭にも起こる可能性があります。

社会全体で取り組まなければならない問題です。

増え続ける児童虐待

児童虐待って?

虐待の特徴

●表情が乏しい

●自虐的行為をする

う必要があります。

虐待防止にご協力を!

す。習志野市も例外ではありません。

● 脅迫·無視などの「**心理的虐待**」

●髪の毛や手足、服装が極端に不潔 ●食事に対して異常な執着を示す

**☎**(453)537 クの一時稼働停止住民基本台帳ネッ 日金は終日住民基本台 トワ

ます

帳ネッ 票の広域交付、 証明書(交付申請・更新)、 付申請・受取り・廃止等)、電子 続き=住民基本台帳カード(交 ご了承ください。**できない手** する次の手続きができません。 業のため、住基ネットを利用 ク機器の更改作 付記転出入等

間こども政策課 に電話申込み(抽選で20: 建築物等実態調査にご協力を

調査 月 15 に事前にチラシ 物 に実施します。 実施期間 = 11 および住宅の建築状況を 日側国土交通 基礎資料を得るため 月 1 調査対象地域 (±) { 省が建築 12

編を考えるタウンミーティング第1回市立幼稚園・保育所の再

も園化や私立化を検討 市では幼稚園・保育所のこど

> 者は11月10日
> 原午後3時まで №131人(先着順) ※保育希望 3階大会議室(駐車場なし) 民と行政の対話集会)を開催 4時所習志野商工会議所11月15日出午後1時30分 のでご参加ください 人 Ę 習志野中央ライ 証を携行)として 間建築指導課

に記載の 讗 ものは、 催 対象は

般、

参加費無料、

申込受付順です

駅南口 後 1 日休午前10時~ ブによる献血活動■11 間社会福祉課 対16歳~69歳 4時100京成津田沼

の血液が不足しています~ 愛の献血にご協力を~千葉県 オンズクラ 上時45分、午 11月13

市職員が調査員(調査員 傐 います。

小

ф

費  $\mathcal{O}$ 

円(保険料) 措筆記用具

小学3年生以上定20

申環境政策課

I

家

月

8 (±) ~ **所**総合教育センタ-4 庭科作品など)を展示■11 の代表作品(絵画、造形、 学校に通う、 作、書写、自由研究、技術· 習志野市総合教育展覧会 時30分(14日は正午まで) し) 樹小学生以下上ばき 内の保育所・幼稚園・ 14日金午前9時 幼児·児童·生徒

間教育委員会指導課

- (駐車場

人置材料費

甲実花公民館

秋のふれあい自然観察会

30 分 ワクワク探検「小さい た」 11月2日 出午前9時 ··· 明 30 分(雨天中 秋見つ

第1部=袖西小 **☎**(477)88999 和太鼓いならしの

浦公民館和太鼓倶楽部西幼稚園、袖東幼稚園、 袖東幼稚園、 袖東 袖

各土曜日午前9時3分 対3回とも出席できる人 悠遊講座「そば打ち教室」 月29日、 12月6日:13日

庁内で避難訓練を 実施します

11月12日(水)、市役所本庁舎、第二·第三· 第四分室、教育委員会において、避難訓 練を実施します。ご来庁の市民の皆さん には駐車場の利用などについてご迷惑を おかけいたしますが、ご理解とご協力を お願いします。

問合せ 安全対策課

**☎**(451)6770 間袖ケ浦公民館 時 4 時 30 6

分 <mark>所</mark> 月9

民会館定400-旧午後1 第2部=そでつ鼓連、 氏、下村義弘氏11

鈴木淳 市 Ě

**丽**藤崎森林公園 对市内在住 例え疑いであっても、発見したら通報する義務があり ます。また、調査の結果、虐待ではなかったとしても 通報者が罪に問われることはありません。通報者の秘 密は守られます。 早期発見が子どもを守る第一歩。地域の温かい見守り が虐待防止へとつながるので、ご協力をお願いします。

など

児童虐待の相談・通報は…

子育て支援課(子育て支援相談室) **☎**(453)7322 千葉県中央児童相談所 **☎**043(253)4101

#### 平成21年5月21日 裁判員制度がスタートします

#### ならしの模擬裁判を開催します

各公民館を拠点に地域の課題などを学習 し、地域活動を活発に展開している地域学習 圏会議のメンバーが、裁判員制度を地域の皆 さんとともに学習するために「ならしの模擬 裁判実行委員会」を発足し、習志野市議会議 場で模擬裁判を開催します。

当日の来場者の中から、希望者は抽選で模 擬裁判の裁判員を体験することができます。

11月16日 午後1時30分~3時50分 (午後1時受付開始)

会場習志野市議会議場

勤労感謝のつどい

勤労感謝の日にあたり、勤労会館の

各施設を無料開放します。

体育場

会議室A 会議室B

研修室

- ング室 テニス コート

A·B·C·D

和室

24日间 体育場

トレーニ

11月 会場

定員 70人(事前申込み制・先着順)

電話またはFAXで氏名・電話番号を 社会教育課へ ☎(453)9382 FAX(453)9384

午後0時30分

~4時30分

午前9時

4時30分

午前9時

~4時30分

※24日月のフォークダンスパーティーには、 プログラム代 500円が必要です。

時間内容午前9時~正午ユニホッケ

は京成津田沼駅より送迎あ 別リサイクルプラザ **\***(1)

申午前9時から電話で り(午前9時15分出発)対市 へ(先着順) 申

内在住

**☎**(453)0530

クルプラザ

対市内在住の18歳以上屋16~1時30分所大久保公民館 ■11月27日休午前10時30分 人費50円掛エプロン・三角き 11月14日 金まで ンドタオル 理教 ※保育なし に電話ま 室開催

> 「無料調停相談会」 裁判所調停委員による

時~3時30 11 30 11 民事・家事紛争全般につ 30分 Mサンロード11月15日出午前10

室「料理教室」担当へ 号を記入)で企業局営業企画 日·氏名·住所·年齡·電話番 谷津干潟に飛んでくるカモの **☎**(475)3305 **⊠**(49%)∞9∞9 谷津っこ探検隊

女性のための創業塾

物·雨具 観察■11月2日月午後1 料・資料代) 閉筆記用具・飲み 参加可) 定 ·加可) 定2人費10円(保険·3時30分划小学生(保護者 暖かい服装で 時

成 21 年 1

月10日出・17日出・

知識や開業手続きなど目平

業プランの作成、経理、 女性起業家の創業体験談、

法務

635円(食事代

860円

65 歳 以

忐

歳 円 26

26歳未満1

785円、

26

回) 定40人費5,000円 18日<sub>(日)</sub>・24日出・25日(全5)

**申**習志野商工会議所

電話番号・

参加人数を記っ

-155君津市鹿野山常緑平

11/

はがきに代表者の住所・氏名・ **申**11月14日 金(必着)までに 代)※和室に2家族で相部屋 ツ代・保険料含む、別途工作

午屋12人間布切れや古着 月18日巛午前9時30分 (③古布でリース作り)■1

拞

コンロ

フル活用で

おもてなしイタリアン

H

市内65歳以上11円、

C、64 市 歳 外 220

定 4

人間タオル・作業着

15日出午前9時30分~正午

時

修理やブレーキ修理**目**1月 **②自転車修理教室〉**パンク

下無料、市内高校生~ 3時の3回投影費中学生以 23日佃午前10時・午後1 いて」11月8日出・9日回・ 「今夜の星空解説」「銀河につ

あなたも名カメラマン!

7日逾午前9時3分~正午 を使って石けん作り11 (①固形石けん作り)廃食油

月

係属中の件や電話相談は不可 津田沼6階 ※現在訴訟、調停

問千葉地方裁判所·家庭裁判所

込多数の場合抽選) 置幼児

455円、高校生1,555 (3歳以上)・小・中学生1

**☎**043 (222)01

6

11月のプラネタリウム

高校生以上49円

∭甲プラネタリウム館

リサイクル体験教室

**2** (454)84 申谷津干潟自然観察センタ

7

※電話申込可(土日祝日除く) 73.鹿野山少年自然の家へ

**2**0439(37)21

9

勤労会館主催教室

対市内在住・在勤の勤労者

津田沼南口商店会主催

月2日(日)

午前10

時

往復はがきに希望教室・

集合~14日间午郊 作活動( オリエンテ ·後 1 前 11 ス -リング等 門松作

鹿野山少年自然の家

- 時 現 分

※会館内では、室内用シューズが必要です。 多くの参加をお待ちしています 問合せ 勤労会館 ☎(475)3050

11月 23日(日)

24日月

一般開放

一般開放

フォークダンス

パーティー

(モリシア前広場) 時(雨天中止)所津田沼公園 **2**(402)447 間侑ベネフィッ

記入し、〒275-88鷺沼1

·商工振興課

宅·勤務先)

・勤務先名称を

心に障害をもつ家族

域精神保健福祉機構コンボ族)にできること」講師=地 事務局長/桶谷肇氏■11 (日常生活)近くにいる私(家 出午後 時 30 月 

·心の病の´ごまった、状態に

ン時 修室費 回)、木曜日(1 平成21年1

〈健康体操教室〉■11月26日 月2日の水曜日(7 回) 所勤労会館研 內用 11 習志野市役所 **2** (451) 1151

ズ 運動のできる服装1990円(保険料) 閉室1

女性のための健康相談

〈硬式テニス教室(初級)⟩■1

日の

)火·木曜

日(全8回)励勤労会館テニス

ト費3,500円(ボ

ル

所·氏名·年齡·電話番号(自 定各12人(申込多数の場合抽選) 月12日(水(必着)までに 住 電話予約制・無料所問習志野健康福祉センター ☎(477)2119

の家園市内在住屋16家族(申現地解散園鹿野山少年自然 問習志野健康福祉セ 会議室

**☎**(475)51 内家族会事務局

フリーマーケット 津田沼1丁目商店会

月9日旧午前10 時

時 所

新京成新津田沼駅2階

通路(屋根付会場) **☎**(455)1955 問習志野市商店会連合会

ク 3

#### 小規模企業共済制度·経営 セーフティ共済のご案内

小規模企業共済制度は小規模企業の経営者の退職金制度。経営セーフティ共済は取引先の倒 <br/>
産が原因で経営悪化したときに資金を借入れる制度<br/>
問商工会、商工会議所、金融機関の本支店 ※制度運営は独立行政法人中小企業基盤整備機構☎050(5541)7171

分·2月2日月午前9時~4時30日〜金子前9時~4時30日十前9時~4時30日

スポーツ振興協会より

正午 2月2日側午前9時

### 習志野市立 習志野

入学案内

【検査日】2月6日金

【結果発表・通知】2月13日金

# 入学者選抜学力検査等による

抜を行 英語・理科・社会の学力検査 内定者数を引いた人数を募 人学者選抜による 人員として 募集定員から、 います。国語・数学・ 入学者の 特色ある 人学許可

スター

※ パ

なります。

科80人 定時制=華通科20:

普通科40

商業

商業科40

募集課程・学科・定員

午前9時~4時3分・23日月(志願変更受付)2月20日金 【願書等受付】平成21年2月および面接を実施します。 【願書等受付の特例期間】2 午前9時~3時 日州午 19日休午前9時~正午 前9時~4時30

SPORTS)

・当日会場で受付

11月15日出頭東部体育

〈体力測定へ15!

& PLAY

ず、面接、作文および書類審に基づき、学力検査を行わいて、受験者の志願理由書

特色ある入学者選抜

募集定員の

らの保護者の転勤に伴う ることがあります 【入学許可候補者の発表】3 【**検査日】**2月6日末・27日金 越しの場合に適用され

3年以内の者)および成人ともに永住の目的で帰国し

護者が引揚者で、保護者と

引っ

また、中国等引揚者子女(保

中学校の平成21年3月卒業
て市内居住者で習志野市立

は、予定人員の一部につい行います。全日制普通科で

査等により入学者の選抜を

見込み者を優先とします。

願書等受付期間を過ぎて

分

23日月午前9時~3時

月2日金午前9時~

4 時 30

月5日休午前9時~市立習 志野高校で発表 ☆(472)2148~9 市立習志野高等学校 【問合せ】

色ある入学者選抜」の選抜

枠の一部について、

特別に

21年3月31日に満20歳に達

(定時制課程を志願

し、平成

**对**小学生以下。 11時30分受付)頭東部体育館 (10円(保険料)

ディネ-運動能力の基礎となるコ グ買10円(保険料) 持室内用 11時 力測定・骨密度検査・身体測時(受付9時3分まで)新体 館 ■11月15日出午前11 **〈親子体操教室〉**…当日会場 シューズ・飲み物・タオル 定 PLAY SPORTS =午前 午後0時30分(午前11 **体力測定** = 午前9時~ ツ・輪投げ・クライミン ション ウンドテニス・ ーニング · 诗 30 時分

| 持室内

申

月14日 金までに各地区

公園パ 時間が冬時間(午前8時30分 実籾各テニスコー 31日出の間、袖ケ浦・ クゴルフ場の冬時間への変更〉 **☎**(452)4880 間 惻習志野市スポー ~4時30分)に変更になりま 〈テニスコート・中央公園パ ークゴルフ場の利用 平成 ツ振興協会 21 年 1 秋津· ф

トは午後3時30分に クゴルフ場最終

歩きたばこ・ポイ捨て防止 マナーアップキャンペーン

運動のできる服装で 用シューズ・飲み物・タオ コミュニティバレーボール大会習志野市スポーツ奨励大会

ル

体育指導委員へ

間生涯スポ

· シ 課

幕

集

開始頭東部体育館(本部) 月14日旧午前8時30分受付 火の間に地区大会あり費1 た場合は11月15日出 からの参加は各部門2チ 住・在勤・在学 ※1 東習志野小体育館対市内在 制)ともに補欠6人まで■12 ムまでとし、2チ 公四(保険料) 般の部(常時男5、女4の 人制)、 小学生の部(6 ムを超え 小学校区 25 <del>|</del>

> 千葉県生涯大学校の学生平成21年度 435

会参加の意欲のある人屋―24年4月1日以前生)で、社会場内在住の6歳以上(昭和 年 程あり置入学金無料 課程(福祉生活科)50人、ほか 科·陶芸科)1 般課程(福祉科・生活科・園芸 般課程卒業生対象の専攻課 通信課程4. 額)一般課程1 000 8, 人、通信 授業料 0 0

町会・自治会、商店会、学校、事業所等の単位で歩き たばこ・ポイ捨て防止「マナーアップキャンペーン」 に自主的に取り組んでいただける団体やグループを

支援します! 申込み・問合せ クリーン推進課 市では、団体やグループにキャンペーン物資による支援を 行い、またその取り組みを紹介し、行動の輪を広げていく ことで、「(略称)まちをきれいにする条例」の周知徹底と習

志野市全体のマナーアップを図ろうとするものです いつ? 各団体・グループが希望する日時(午前

9時~午後5時の間)

どこで? 市内各駅周辺(JR津田沼駅・JR新習志 野駅 · 京成津田沼駅 · 谷津駅 · 実籾駅 · 京成大久保駅)

誰が?
町会・自治会、商店会、学校、事業所等 の団体またはグループ単位

何をするの? 歩きたばこ・ポイ捨て防止の啓発活動

と清掃活動

支援物資 ①貸出品(キャンペーン用ベスト・のぼ り旗とスタンド・ポール)②提供品(啓発物資・清掃活

その他

●申込みは、実施希望日の1カ月前までにクリーン推進課へ ●道路使用許可書・貸出品・提供品等はクリーン推進課窓口渡し

実施後に実施報告書提出

動用ごみ袋と軍手)

貸出品・提供品は数に限りあり

申入学案内(郵送・インタ ※別途教材費等負担あり

大学校各学園、ネットで入手可 有効)までに〒260 月10日例~12月26日巤(消印 齢社会対策課等で配布。 県庁高齢者福祉課、市役所高 高齢者留止で、、各健康福祉センター、 入手可)は、 13-0801 千葉市 2 千 生涯 11

中央区仁戸名町66

県生涯大学校事務局へ

「119番」は緊急時 の電話番号です。 火事の場所等の お問合わせは **2** (451)2121^ 

119番から

**☎**33(266)4705

葉 ■落下傘降下訓練…4~7日、10~17日、28日(午前8時~午後5時30分)、27日(午後5時30分 ~午後9時) ヘリコプター離発着訓練…10~13日、17~21日(午前8時~午後8時) 変更また は中止の場合あり間習志野駐屯地第1空挺団広報班 ☎(466)2141

11月習志野駐屯地および演習

場における落下傘降下訓練等

#### 受付: 平成21年1月6日 火まで 種目: 陸上自衛隊高等工科学校生徒 申自衛隊船橋出張所 ☎(475)2084

**☎**(475)321

沼 小

谷

**☆**(472)5952大塚 大久保商店街薬師寺家 大久保商店街薬師寺家 大久保商店街薬師寺家

等客殿的~4時

ター 车

(493)6462増永

第2.4

ありません。 消防署の職員が住宅用火災警報器を販売することは

ステーション名

実花公民館脇駐車場

袖ケ浦1丁目マープル津田沼 14:20~14:50

袖 ケ 浦 東 小 学 校 14:40~15:50 津田沼3丁目菊田ハイツ 13:40~14:20

袖 ケ 浦 西 小 学 校 14:40~15:50 東習志野 8 丁目会館 14:20~14:50

大久保公務員住宅 15:10~15:50 藤崎2丁目児童公園 14:20~14:50 津田 沼 小学 校 15:10~16:20

津田沼3丁目防衛省宿舎 13:50~14:20

学 校

京成津田沼駅前広場 14:50~15:40 こどもセンター(鷺沼) 10:50~11:30

東習志野・新習志野・藤崎・谷津図書館は毎週土曜日、

大久保図書館は毎週木曜日午前9時から午後7時まで開館しています。

サンロー

月9日旧午後1時~5時

**7** 

(452)6996金子

★(476)4021習 サンロード津田沼6階

-習志野ペ

■「大久保楽」薬師寺セミナンクラブ/橋間

 生
 園
 13:50~14:30

 籾
 小
 学
 校
 14:40~15:50

 津
 公
 民
 館
 13:50~14:30

津 南 小 学 校 15:10~16:20

ありませんが、

のため、設置にご協力お願 火災の早期発見

●設置が必要となる場所られました。 階段の上部(2階以上に寝室がある場合)

成20年6月1

【問合せ】 消防本部予防課 ☎(452)1284

巡回時間

14:40~15:50

14:40~15:50

|しましょう!| |な命を守るために、住宅用火災警報器を ·日からすべての住宅に設置が義務付け んろ8件、

金属火花引火6件、その他22件【出火原因】放火等7件、たばこ6件、こんろ¤【種別】建物火災23件、車両火災9件、その他v【火災発生件数】9件

車両火災9件、その他火災17件

巡回予定

巡回予定日

11・25 火

12・26 (水)

13・27休

14・28 金

1.15.29生

5 · 19 (k)

6・20休

7・21 金

8・22生

12・26 (水)

○寝たばこは絶対やめる ○ストーブは燃えやすいもの から離れた位置で使用する

3つの習慣

○ガスこんろなどのそばを離 れるときは、必ず火を消す

命を守る

火の心まつ 君がしなくて 誰がする」

票をつけてください。

他の動

動物愛護センター

等に相談

してください

合には動物を絶対捨てずに、

射を行い

登録鑑札と注射済

○犬は登録して狂犬病予防注

危害防止対策強化月間11月は動物による

えなくなった場合、新しい飼

まで面倒をみましょう。 ○動物は責任をもって最後

餇

い主を探してください。

も飼えなくなった場

物にも名札をつけましょう。

秋の

全国火災予防運

**その** 

他

保健所長の許可が必要です。 動物を飼う場合はあらかじめ

【実施期間】11月9日~15日

4つの対策 ○逃げ遅れを防ぐために、住宅 用火災警報器を設置する 寝具や衣類およびカーテン

○火災を小さいうちに消すた めに、住宅用消火器等を設置

散歩の時は短い

**7** 

(475)5151

間習志野健康福祉センタ

からの火災を防ぐために、防

○高齢者や身体の不自由な人 を守るために、隣近所の協力 体制をつくる ています。 ○犬の放し飼いは禁止され

炎品を使用する

する

猫にはむやみにエサを与え 引き綱をつけてくださ ないようにしま ○飼い主がわからない犬や ○猫は屋内で飼いま ○サル・ヘビ・ワニなどの特定 よう。

**23** 04

動物愛護センタ 91)00 東葛飾支所

末調整の 平成20年分の給与所得の年 しかた(税制改正を

おいでく ■「習志野の森」秋の開放日※費用の記載のない場合は無 のない場合は無料 (イベント)

泉町三丁目公務員住宅南西 月8日出午前10 時~

★(473)5266みどりの 自然観察会、お茶(野点) ■文化講演会「終戦前後の生 寺

11月16日(11)午前10時~4時ルスカウトチャリティバザー■習志野ボーイスカウト・ガー オン津田沼1 階セン

※活動場所は予定(仲間募集) ■チャイルド ークル) キッズ(育児

入会金20円 月50円 谷津コミュニティセ 火曜日午前10時30分 習志野市役所 **2** (451) 1151

平成20年度

■家事と家計の講習会 習志野公民館

35円 ※保育あり(要予約: 各日午前10時~正午 代250円) 19時~正午 資料代・18日火ゆうゆう館 〇萩原 軽

タ時

含む)、法定調書・給与支払報 後1時~1時45分 説明会= の事務手続きに関する説明 告書の作成と提出について 月18日以 用紙配布=

 $\bigcirc$ 問千葉西税務署 しかた」等の説明

内事業者時「出席表兼関係用会館※車での来場不可対市 **3** 043 (274)21 紙請求書」および「年末調整

午

JCN船橋習志野、JCNプラスチャンネル・

テレビ広報 なるほど習売野 放送終了後 11月前半号 11月1日~14日放送 番組ビデオ・DVDを 図書館で貸出!

みんなが主役のまちづくり ~市民協働のためのルールづくり~

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)

# 保健ため

申込み・問合せ

健康支援課

否 (453) 2922 否 (451) 4205

#### ヘルスステーション

谷津 25 (479)0066 FAX(477)8348 担当区域:谷津、谷津町

車 型 (453)2966 FAX(451)6765 担当区域:袖ケ浦、秋津、香澄、茜浜、芝園

津田沼 (453)9303 FAX(451)4822 鷺沼 担当区域:津田沼、鷺沼、藤崎、鷺沼台

屋敷 担当区域:花咲、屋敷、泉町、大久保、本大久保

東習志野 担当区域:実粉、新栄、東習志野、実粉本郷

- ■夜間・休日の当番医案内 ☎(452)0881
- ■こども急病電話相談 ☎#8000 毎日·夜間 午後7時~午後10時
- ■干葉県救急医療情報ネットワークによる案内 URL http://www.qq.pref.chiba.jp/ FAX 043(242) 4199

#### こどものコーナー

#### 4か月児・10か月児健康相談

発育・発達の確認および保健師・栄養士(4か 月児)・歯科衛生士(10か月児)による相談等 ※対象者には郵送で通知(転入者や通知が届いて いないときなどは各ヘルスステーションへ)

#### 1歳6か月児・3歳児健康診査

対 象	保健会館別館	健康福祉センター
1 歳 6 か月児 (19年4月生まれ)	11月19日㈱	11月27日休
3歳児 (17年5月生まれ)	11月12日(水)	11月18日火

受付▶午後1時~2時

※対象者には郵送で通知(転入者や通知が届い ていないときなどは健康支援課へ)

#### 助産師等による新生児訪問

あかちゃんの成長(体重測定など)を確認、授乳の相談に応じます。なお、第1子のお子さんについては全員訪問しています。

対象▶生後40日までのあかちゃん

申込み▶「新生児訪問カード(はがき)」に必要事項を記入し、電話またはFAXで生後 20日頃までに各ヘルスステーションへ

#### 幼児相談・子育てママ相談(予約制)

お子さんのかんしゃく・人見知り・接し方などについて困っていることや、日々の子育てに「イライラしている」「自信がない・不安」「気持ちが落ち込んでしまう」などありませんか? 心理相談員と保健師が相談を受けます。お気軽に地区のヘルスステーションへお問合せください。

対象▶就学前のお子さんとその保護者 申込み▶各ヘルスステーション

#### 離乳食教室(予約制)

あかちゃんの離乳食について、デモンストレーションや試食をしていただきながら、栄養士がわかりやすくアドバイスします。

#### 日程 会場 11月11日(火・12月9日(火) 谷津コミュニティセンター 11月26日(火) 東習志野コミュニティセンター

時間▶午後1時30分~3時

対象▶5~6か月児の第1子と保護者

**定員** ≥ 20組(先着順) **費用** ≥ 90円(材料費) **持ち物** ≥ 母子健康手帳・バスタオル・おんぶ ひも・冊子「離乳食のすすめ方」(「すこや か習志野っ子」ファイル内)

申込み▶健康支援課

#### 歯みがき教室(予約制)

小グループで、口の中の観察や親子の歯み がき練習を行います。

**日程・会場** ▶ 11月 21日 金 保健会館別館 28日 金 東習志野こども園

**時間**▶午前10時·10時30分·11時

対象▶1歳~3歳の幼児

**持ち物**▶母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル 申込み▶健康支援課

#### 妊婦健康診査を受けましょう

母体や胎児の健康を守るうえで妊婦健康診査は大切です。妊娠23週までは4週間に1回、妊娠36週~分娩までは1週間に1回、妊娠36週~分娩までは1週間に1回受診しましょう。母子健康手帳交付時に、5回分の公費負担が受けられる受診票をお渡ししています。1回目の受診票は検査項目が妊娠初期(妊娠8週前後)にあわせていますので、妊娠の診断を受けたら早めに母子健康手帳の交付手続きをしてください。

#### 子育てふれあい広場

幼稚園とこども園で"気軽に・楽しく・誰でも"遊べます。

会:	会場園名 11月		会場園名	11月	
袖	ケ浦	東	★ 4日(火)	向 山	★20日休
屋		敷	★10日(月)	袖ケ浦西	21日(金)
つ	<	し	14日(金)	東習志野	25日火
津	田	沼	17日(月)	こども園	25日(次)

※★印はおもちゃ病院の同時開催日 ※雨の日も開催 ※幼稚園は駐車場なし ※他に各市立幼稚園独自の開放あり(問合せは各園へ)

時間▶午前10時~11時30分

対象▶乳幼児とその家族

**持ち物**▶上ばき(はだし可)・こども用名札 **問合せ**▶こども保育課

#### おとなのコーナー

#### 12月の認知症高齢者等介護相談(予約制)

認知症の心配がある本人および家族に、精神科医が相談に応じます。

HTTEM THE	Kichi O & y o
12月	会 場
3日(水)	津田沼・鷺沼ヘルスステーション
17 H (水)	東習志野ヘルスステーション

時間▶午後2時~4時

対象▶認知症の心配のある本人および家族 申込み▶実施日の1週間前までに津田沼・鷺 沼へルスステーションへ

#### 歯科医師による健康講座(予約制)

#### 知っていますか? 薬と歯科の関係

~お医者さんからもらった薬と

歯科治療の意外な関係~

薬を飲んでいると口の中にどんな影響があるか、また薬と歯科治療の関係など、意外と知られていない薬と歯科の関係を歯科医師がお話しします。安心して歯科治療を受けるためにも、ぜひ知っておきましょう。

日時▶11月25日(火)午後1時30分~3時

会場▶保健会館別館

対象▶成人 定員▶30人

持ち物▶筆記用具・持っている人は健康手帳 申込み▶健康支援課

#### 機能訓練「ステップアップ」

病気や加齢等で体の動きが不自由になった 人や家に閉じこもりがちな人に対して、身 体機能の維持回復を図り、生きがいを持っ た生活ができるよう、機能訓練や筋肉の動 きを活性化させるトレーニングを実施

- 対象▶市内在住の40歳以上で、介護保険の 認定を受けていない以下の①②のいずれ かに該当する人
  - ①64歳以下で、疾病、外傷、その他の原因 による身体機能の低下があり、訓練を 希望する人
  - ②65歳以上で転倒に対する不安等を強く 感じている人(20年度の生活機能評価を 受けた人)

参加については保健師等が訪問し決定 参加期間 ▶ 週2回 (火・金) のペースで3か月 会場 ▶ 市内老人保健施設

**費用**▶食事代と創作活動のための材料費は実費 **申込み**▶各ヘルスステーション

#### 高齢者のインフルエンザ予防接種

実施期間 ▶ 12月まで(終了日は医療機関に要確認) 実施機関 ▶ 市内実施医療機関、県内定期予防 接種相互乗り入れ接種協力医療機関

対象▶①満65歳以上の市民で希望者

②満60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害があり、身体障害者手帳 1級または同程度の診断を受けている人

接種回数 1回 費用 1,000円 ※生活保護世帯に属する 人、満65歳以上で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、対象者の②に該当する人で市 民税非課税世帯に属する人で「無料券」が 必要な人は予防接種を受ける1週間前ま でに健康支援課またはヘルスステーショ

持ち物 ▶ 健康保険証・健康手帳・身体障害者 手帳 1 級または診断書 (満60歳~64歳で 対象の人)・無料券 (無料の対象となる人) 予診票は健康支援課・ヘルスステーション・市 内実施医療機関にあり。市外で受ける人は、 健康支援課またはヘルスステーションまで。

#### ■母子健康手帳

ンで手続き。

母子健康手帳は、市役所4階母子健康 手帳交付室で交付しています。また、ヘ ルスステーションでも電話予約制にて 交付します。

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** H20.10.1 現在 ○総人口 ······· 160,154人 ○男 ······· 80,672人 ○女 ······ 79,482人

○世帯数 ……… 66.911世帯

次号の予告 <sub>変更の場合あり</sub> 市・県民税改正についてコミュニティバス愛称募集

ほか