

習志野

広報

NARASHINO

2020
令和2年
8/1
No.1445

防災は日ごろの備えが大切です	2
ひとり親世帯臨時特別給付金／ 特別定額給付金の申請	3
お知らせBOX	4
保健だより	8

夏は干潟がおもしろい！ なっぴがた

コメツキガニ、チゴガニ、ヤマトオサガニ、クロベンケイガニ……
トビハゼ、アカエイ、ユビナガホンヤドカリ……
干潟にはいろんないきものがいる。
テレビ広報「なるほど習志野」8月号は谷津干潟のいきもの特集！
ぜひご覧ください。



ダイサギ



J:COM撮影中!



コメツキガニ

なるほど 習志野

8月号

J:COMチャンネル(船橋・習志野エリア)
【地デジ11ch】で放送しています

問 広報課

8月3～9日・17～23日:午後8時15分～30分
※4日・6日:午前7時45分～/18日・20日:午後0時15分～にも放送



YouTubeでも配信中 毎月第1火曜日更新

お断り 新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、紙面で紹介したイベントの中止・変更、施設の休止・開館時間の変更を
する場合があります。

問 危機管理課

防災は日ごろの備えが大切です

地震や大雨・台風などによる自然災害は、いつ起きるか分かりません。普段から、ハザードマップや避難先の確認、非常持ち出し品の準備などを行い、災害に備えましょう。



総合防災訓練中止のお知らせ

例年9月に実施している総合防災訓練は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は中止します。

備え① 避難所や災害の危険度を確認

ハザードマップは、自然災害による被害を予測し、その被害範囲を分かりやすく地図にしたものです。

本市では「防災マップ」と「内水ハザードマップ」の2種類があり、避難所など防災施設の場所や、浸水被害想定などを掲載しています。

入手方法 市役所での配布、市ホームページに掲載

習志野市 ハザードマップ [検索](#)

自宅や職場、学校などの周辺にどのような危険があるか、また、避難所まで安全に行くための避難経路や移動手段などを確認し、家族でよく話し合っておきましょう。



備え② 非常持ち出し品を準備

非常食・水 	携帯ラジオ 	懐中電灯
常備薬 	貴重品 	その他 マスク、体温計、消毒液、衣類など

備え③ 災害情報を収集

1. 緊急情報サービス「ならしの」
市内に発表された気象情報や火災などの緊急情報を、登録したメールアドレスに配信します。

- 登録方法**
- 右記2次元コードを読み取り登録
 - t-narashino@sg-m.jp に空メールを送信



2. Yahoo! 防災情報
スマートフォンを持っている人は、「Yahoo! JAPAN」アプリまたは「Yahoo!防災速報」アプリをインストールし、登録地域を「習志野市」に設定すると、防災情報や緊急情報が受け取れます。

“避難”のイメージを変えよう！ 命を守るため、最善の行動を取りましょう！

“避難”は、必ずしも避難所に逃げるものではありません。台風・大雨時の避難は、さまざまな避難行動があります。

自宅などで安全が確保できる場合には 在宅避難



必要なものを備蓄しておきましょう。

親族や友人の家に避難できる場合には 自主避難



避難勧告などを待たず、早めに行動しましょう。

急な大雨や冠水で外に出るのが危険な場合には 垂直避難



自宅の2階や近くの頑丈な建物の上層階に避難しましょう。

避難所に行かなければいけない場合には
新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。

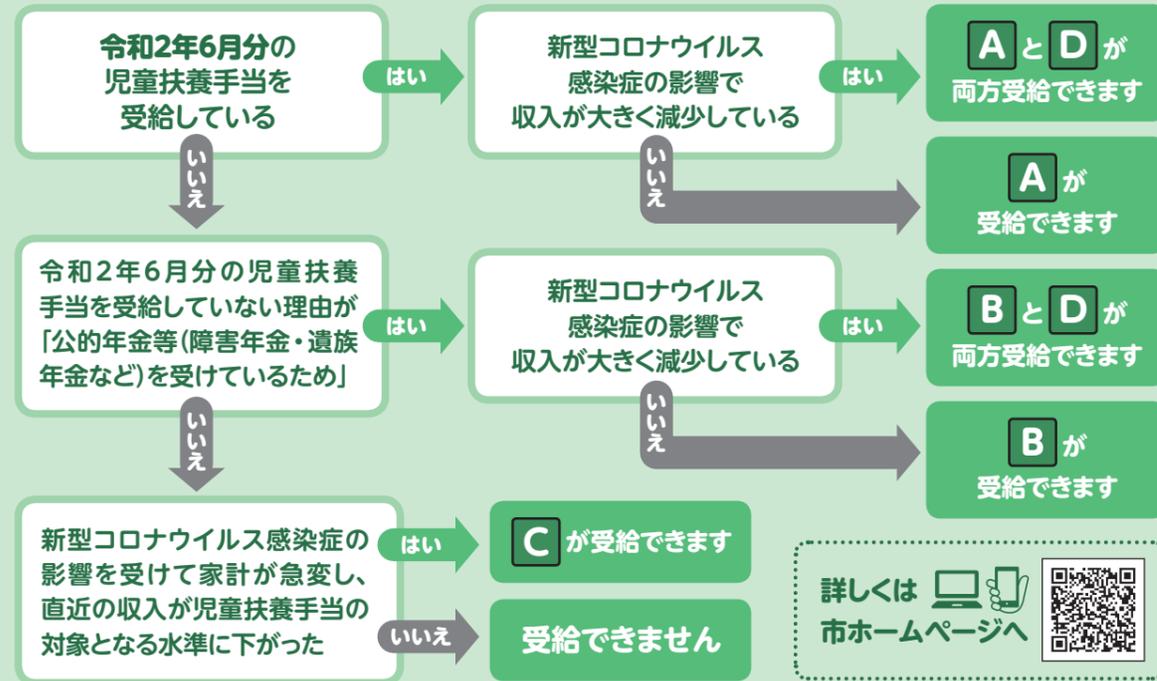
- マスクや消毒液、体温計などを持参。
- こまめな手洗い。特に食事前、トイレ使用後は徹底。
- 原則マスクを着用。マスクがない場合は、ハンカチ等で口と鼻を覆う。
- 風邪症状があるときは、速やかに避難所運営スタッフへ報告。



子育てと仕事を1人で担うひとり親世帯の皆さんにひとり親世帯臨時特別給付金

問 子育て支援課

ひとり親世帯で次のフローチャートの各項目に該当する人に給付金を支給します。



	支給額	申請	支給時期	支給方法
A	基本給付	不要※2	8月末	児童扶養手当受給口座に振り込みます。
B	● 1世帯 5万円	必要※3	9月以降	審査の上、指定口座に振り込みます。
C	● 第2子以降 1人につき3万円			
D	追加給付 ● 1世帯5万円※1			

- ※1 追加給付は生活保護を受けている場合、対象になりません。
- ※2 給付を希望しない場合は届け出が必要になります(8月6日(木)までに子育て支援課にご連絡ください)。
- ※3

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、7月末に送付した現況届などに申請書を同封しています。
上記の支援制度の申請をしていない人はご自身で申請書などを用意し、申請していただく必要があります。
市ホームページをご覧ください。か子育て支援課にお問い合わせください。

申請期限
令和3年
2月26日(金)

5ページで児童扶養手当の更新についてご紹介しています。

特別定額給付金(10万円)の申請はお済みですか？

問 生活支援及び経済対策実施本部

期限までに申請がない場合は、給付金を辞退したと見なされます。お忘れなく手続きをお願いします！

対象 基準日(令和2年4月27日)時点で習志野市の住民基本台帳に登録されている人
※原則世帯主が申請してください

申請期限
8月20日(木)
(消印有効)

「申請書が届かない」「申請書を無くしてしまった」「辞退を申し出たが申請し直したい」という人は習志野市特別定額給付金コールセンターまでお問い合わせください。

☎047(411)7082 ☎047(411)7109



X印の人も今考えたら...

特別定額給付金を装った詐欺にご注意ください



凡例 日誌 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

共感 信頼 希望

習志野市長

宮本泰介

No.85

新たな日常へ向かって

終戦から三四半世紀(75年)が経ちました。

今年は大きな区切りの年ですが、毎年8月6日・9日に秋津公園の平和の広場で行う「原爆死没者慰霊および平和祈念式典」は中止とし、献花台の設置のみとする苦渋の決断をしました。新型コロナウイルス感染症対策と熱中症対策を両立させ、出席者の安全を確保するための準備が十分にできないと判断したためです。7月から10月にかけて市内の公民館・図書館などを巡回する予定だった「核兵器廃絶平和都市宣言記念展」も、同様の理由により市庁舎のみの開催に縮小しました。

なお、6日午前8時15分と9日午前11時2分の前爆投下時刻、そして15日終戦記念日の正午に市内全域へ放送している黙とうの呼び掛けは、今年も実施します。それぞれの場所から、願いを込めた祈りをお願いします。

また、毎夏、市内の町会自治会などが主体となって開催されている夏祭りも、今年は中止の判断をしたところがほとんどのようです。そして、今年に限り11月に予定していた市民まつり「習志野きらっと」も、同様に感染症対策などが困難なため中止との判断に至りました。

新型コロナウイルスに対する市の施策は、これまでの広報紙にも掲載している通り感染症対策と経済対策を並行して進めています。時にそれぞれが対立関係にあるように受け取られます。しかし、これらは2つとも日常の平穏な生活に近づいていくための対策であり、例えるなら車の両輪です。常に「感染予防」と「経済」の2つが両立する方法を模索しています。

今回のコロナ禍のように、人々の平穏な日常を脅かしたり不安や憎悪を抱かせたりする出来事は、我々の予測を超えたところからも起こりうるものです。しかし視点を変えれば、まさに新型コロナウイルスがそうであるように、そうした惨禍の発生源は身近な日常の営みの中にあることも多いものです。みんなで立ち向かい、悲観せず、「新しい生活様式」を実践する中で前向きな解決策を探れば、必ず次へ進化できると信じています。

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

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。

日8月5日(水)午前11時ごろ

問 危機管理課

リサイクル再生品販売終了

リサイクルプラザで行っているリサイクル再生品の販売を終了します。

販売終了日=9月18日(金)

問 リサイクルプラザ

☎(453)0530

講座・催し

谷津干潟自然観察センターから

問 谷津干潟自然観察センター ☎(454)8416

※入館料が別途掛かります。

〈夏休み自由研究&工作ウィーク〉

貝やセミの標本などの作製を予定

日8月10日(月祝)まで各日午前

10時~3時(随時)

¥500円

〈特別展示「谷津干潟の生きもの~30cmの世界展~」〉

日8月4日(火)~30日(日)

プラッツ習志野から

問 プラッツ習志野市民ホール

問 プラッツ習志野総合受付へ

電話(受付午前10時~)

☎(476)3213

〈お仕事体験!市民ホール「バックステージツアー」に行こう!〉

照明や音響の機材を動かしてプロが演奏する舞台を演出

日8月7日(金)午前10時~11時30分・午後1時30分~3時

対 小学3~6年生とその保護者

定 各15組

¥親子ペア1,500円(子ども1人追加ごとに500円)

〈プラッツ習志野1周年感謝イベント

「歌うま大会」出場者大募集!〉

初代チャンピオンを目指して自慢の歌声をぜひお聴かせください!

日 予選(カラオケマシンの採点)=9月12日(土)午前10時~

本選(カラオケマシンの採点+審査員の採点)=11月3日

(火祝)午前9時30分~

対 市内在住・在勤・在学

定 70組

¥1組3,500円(見学無料)

8月10日(月祝)のごみの収集

問 クリーンセンター業務課 ☎(453)5374

分類	収集地区	10日(月祝)の収集	振替収集日
燃えるごみ	月・水・金曜日収集地区	あり	—
資源物	月曜日収集地区	なし	なし
燃えないごみ	新栄、実籾、実籾本郷	なし	14日(金)
有害ごみ	泉町、大久保3・4丁目、屋敷	なし	24日(月)

※ごみは夜明けから朝8時までに出してください。

オンライン講座

①初級編「はじめてのオンライン会議~Zoomを体験してみよう~」②中級編「Zoomのホスト機能~会議を主催してみよう~」③坂田静香さんの「人が集まる企画と思わず手に取るチラシの作り方」

日①8月7日(金)午前10時~11時30分 ②8月7日(金)午後2時~3時30分 ③8月23日(日)午前10時~正午

対 市民活動に興味・関心があり、パソコン・タブレット・スマートフォンからZoomに接続可能な人(接続に不安がある人は要相談)

定①10人②6人③20人

申込方法=①②8月6日(水) ③8月20日(水)までに市ホームページの入力フォームから送信

問 協働政策課

☎(452)4380

URL http://sposhin.org/

窓口受付=午前9時30分~

電話受付=午前10時~

〈のびのびパークゴルフビギナー交流会〉

大会形式の講習会(大会の流れやルール・マナー等)

日9月3日(水)午前9時30分~正午

所 茜浜パークゴルフ場

対 小学生以上(初心者)

定 50人 ¥500円

持 クラブ・ボール(貸し出しあり)

申込方法=協会へ電話

☎047(436)2772

所 船橋市役所

問 傍聴希望者は四市複合事務組合事務局へ

☎047(436)2772

スポーツ

スポーツ振興協会から

問 スポーツ振興協会

☎(452)4380

URL http://sposhin.org/

窓口受付=午前9時30分~

電話受付=午前10時~

〈のびのびパークゴルフビギナー交流会〉

大会形式の講習会(大会の流れやルール・マナー等)

日9月3日(水)午前9時30分~正午

所 茜浜パークゴルフ場

対 小学生以上(初心者)

定 50人 ¥500円

持 クラブ・ボール(貸し出しあり)

申込方法=協会へ電話

〈かけっこ教室〉

日9月3日・10日・17日・24日 各木曜日 ①第1部=午後4時30分~5時30分 ②第2部=午後5時45分~7時(予備日10月1日・8日)※全4回

所 袖ヶ浦少年サッカー場 対①小学1~2年生 ②小学3~6年生

定 各30人(市内在住・在学優先) ¥2,400円

申込方法=8月17日(月)午後5時までに協会ホームページから送信(定員に満たない場合・市外者は8月19日(水)から窓口・電話受付開始)

〈秋津テニス交流会〉

日9月8日(火)午前9時~5時

所 秋津テニスコート 定 ミックス

ダブルス5組、女子ダブルス10組(市内在住・在勤・在学優先)

¥1組2,000円

持 ラケット・テニスシューズ

申込方法=協会へ電話

〈ジュニアテニススクール【秋津・芝園】〉

日9月~令和3年3月 ①毎週火曜日 ②毎週水曜日 ③毎週木曜日 ④毎週金曜日 各午後5時30分~7時

所 ①②秋津テニスコート ③④芝園テニスコート

対 小学5年~中学3年生

定 各16人(市内在住・在学優先)

¥月5,000円 持 ラケット(貸し出しあり)・テニスシューズ

申込方法=協会ホームページから送信

8月は児童扶養手当の更新手続きの月です

問 子育て支援課

令和2年度現況届の提出をお願いします

7月末に、児童扶養手当の受給資格者(ひとり親家庭など)へ現況届を郵送しました。受給中・支給停止中にもかかわらず、毎年8月に年度更新の手続きが必要です。現況届に必要な事項を記入し、同封の案内文書をご確認の上、添付書類とともに提出してください。

現況届が提出されない場合、8月以降の手当が支給できなくなることがあります。また、2年を超えて提出されない場合、時効により受給する権利がなくなります。

提出期限 8月31日(月)

平日受付 午前8時30分~午後5時

※8月17日(月)~21日(金)は午後6時30分まで

休日受付 8月23日(日) 午前8時30分~午後2時

提出先 子育て支援課(市役所2階)



支給要件

18歳到達後最初の3月31日(一定の障がいがある場合は20歳の誕生日の前日)までの子どもを監護・養育するひとり親家庭の母か父、または養育者に対して支給されます。

所得が限度額を超える場合は、支給が停止されます。また、公的年金等を受給している人は、年金額が児童扶養手当額を下回る場合のみ対象となります。

手当額(月額)

子ども1人目	10,180円~43,160円
〃 2人目	5,100円~10,190円加算
〃 3人目以降	3,060円~ 6,110円加算

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

習志野市 児童扶養手当 検索

凡例 日誌 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

市民総合体育大会

〈陸上〉
 日9月6日(日)午前9時～所船橋市営運動公園陸上競技場
 対市民、近隣市在住者(中学生は小中体連登録者)※1人2種目まで(リレーを除く)、フィールド種目は1団体3人以内、市外中学校100mは1校6人以内
 中学生=1種目500円、リレー1チーム1,000円 高校生・一般=1種目800円、リレー1チーム2,000円
 申込方法=8月18日(火)午後5時までに市陸上競技協会ホームページから送信(詳しくは

協会ホームページ参照)
 問市陸上競技協会 滝田 ☎090(9102)6107
 〈剣道〉
 団体戦=小学生、中学生男子・女子(各部門5人制)※各部門2チームまで 個人戦=小学4年生以下・5年生以上、中学生男子・女子、壮年(男女混合)※団体・個人戦共にトーナメント方式
 日9月6日(日)午前9時～所東部体育館 対市内在住・在勤・在学・市剣道連盟所属団体の会員、壮年の部は23歳以降に剣道を始めた人 ¥1人100円、団体戦

は1チーム別途2,000円
 申込方法=8月21日(金)(必着)までに規定の申込用紙に記入し郵送、FAXまたはメールで〒274-0825船橋市前原西6-5-1-303市剣道連盟 堀内則明へ ☎・☎047(476)1836
 日10月4日・11日・18日各日曜日(予備日11月1日・3日)
 所秋津・実籾・袖ヶ浦テニスコート
 対市内在住・在勤・在学・ふるさと選手または市テニス連盟加盟クラブ員(ペアのどちらかでも可) ¥小学生1,000円、1ペア4,000円
 申込方法=8月27日(木)までに下記の市テニス連盟事務局へ申し込みまたは郵便振り込み後メールから送信(詳しくは連盟ホームページを参照)
 グッド・アイ大久保店 ☎(403)2316

日10月4日・11日・18日各日曜日(予備日11月1日・3日)
 所秋津・実籾・袖ヶ浦テニスコート
 対市内在住・在勤・在学・ふるさと選手または市テニス連盟加盟クラブ員(ペアのどちらかでも可) ¥小学生1,000円、1ペア4,000円
 申込方法=8月27日(木)までに下記の市テニス連盟事務局へ申し込みまたは郵便振り込み後メールから送信(詳しくは連盟ホームページを参照)
 グッド・アイ大久保店 ☎(403)2316

献血は“命をつなぐボランティア”

問 社会福祉課

皆さんのご協力をお願いします



津田沼献血ルームは、津田沼パルコ内にある「皆が集う街のカフェ」をコンセプトにした居心地の良い献血ルームです。ぜひご利用ください!

- 所在地 船橋市前原西2-19-1 津田沼パルコB館6階 ☎047(493)0322
- 受付時間
 - 400ml・200ml 献血 午前10時～午後1時、午後2時～5時30分
 - 成分献血 午前10時～正午、午後2時～5時
- 定休日 年末年始・パルコ休館日

夏の献血キャンペーン

献血した人に洋菓子などの特別なプレゼントを贈呈します。

- 日時 8月21日(金) 午前10時～11時45分、午後1時～4時
- 場所 市役所GF
- ※18～54歳までの人は、同時に骨髄移植のためのドナー登録が可能。
- 問 市献血推進協議会(社会福祉課内)

日本赤十字社では、献血つながりプロジェクト「みんなの献血」を全国で展開しています。詳しくは、特設サイトをご覧ください。



8月は道路ふれあい月間 8月10日は道の日

問 道路課

道路は生活を支える重要な施設です。さまざまな人が利用しています。みんなでマナーを守って、大切に利用しましょう。



- 点字ブロックは、障がいのある人にとって大切なものです。点字ブロックの上に物を置いたり、ふさがないようにください。
- 障がい者専用乗降場は、障がいのある人が安心して利用できるよう、ご協力ください。
- 歩きスマホはやめましょう。思わぬ事故を招く恐れがあり、大変危険です。



8月7日(金)～13日(木)はクールアースウィーク

問 環境政策課

市役所では、地球温暖化対策と夏季使用電力の削減を目指し、8月の1週間を「クールアースウィーク」と定めます。一部の公共施設を除き、午後5時15分以降の消灯・冷房オフ・ノー残業を実施し、より効果的な省エネに取り組みます。

具体的な取り組み

- 午後5時15分に庁舎の電気の使用を止めます(水道水の供給などライフラインの維持などは除く)。
- 午後5時15分以降、職員は速やかに退庁します。
- 図書館や公民館などの公共施設においても、午後5時15分以降は使用を制限します。

ご理解・ご協力をよろしくお願いします

募集

花の実園支援スタッフ

障がい者の日中活動・作業活動支援など
 雇用形態=臨時採用職員(産休・育休代替) 契約期間=10月1日～令和3年12月31日 時給=1,050円～ 勤務時間=午前8時25分～5時10分(休憩45分) 休日=土・日曜、祝日(年3～4日程度の休日勤務あり)
 対普通運転免許所持者(AT限定可) 定2人
 問 社会福祉法人習愛会 花の実園 ☎(451)3921

各日午後1時30分～3時30分
 対市内在住の60歳以上
 定各回3人(相談日の2日前までに要予約) 対相談に関する資料
 所 申総合福祉センター内さくらの家 ☎(451)3566

その他

8月は電気使用安全月間です

経済産業省では、電気による事

伝言板

※市内で定期的に活動する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。

おいでください(イベント)

※費用の記載のない場合は無料

- リトミックと講座 子どもに伝わるアサーショントレーニング
 日8月6日(休)午前10時～11時 所 プラッツ習志野北館 ¥500円 問 赤ちゃん集会! 池永 ☎Popy_tp@yahoo.co.jp
- 習志野シニアクラブ(DVD鑑賞) わたしは、ダニエル・ブレイク
 日8月9日(日)午後1時30分～4時 所 袖ヶ浦公民館 定46人(予約可) ¥200円(中・高・大学生無料) 問 習志野シニアクラブ 仲野 ☎090(4613)9851

相談

無料発明相談会

特許・意匠・商標など
 日8月18日、9月15日各火曜日午後1時～4時(1件1時間)
 定各日3人(相談日の前日午前中までに要予約)
 所 申習志野商工会議所 ☎(452)6700

さくら相談

日毎月第2木曜日(遺言・相続)、第4木曜日(法律)

移動図書館 きぼう号 巡回予定 8月

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	14:40～15:20	4(火)
袖ヶ浦1丁目マール津田沼	14:40～15:50	18(火)
谷津南小学校	14:20～14:50	5・19(水)
袖ヶ浦東小学校	15:10～15:50	6(木)
津田沼3丁目菊田ハイツ	14:40～15:50	20(木)
袖ヶ浦西小学校	14:20～14:50	7・21(金)
東習志野8丁目会館	15:10～15:50	7(金)
泉町3丁目公務員住宅	15:10～16:20	21(金)
藤崎小学校	14:20～14:50	8・22(土)
第五中学校正門前	14:30～15:40	25(火)
津田沼小学校	14:20～14:50	12・26(水)
鷺沼小学校	15:10～16:20	26(水)
習志野借生園	14:40～15:50	27(木)
実籾小学校	13:50～14:30	14・28(金)
谷津公民館	14:40～15:50	28(金)
京成津田沼駅前広場	13:50～14:30	1・15・29(土)
こどもセンター(鷺沼)	14:50～15:40	巡回を中止します

8月習志野駐屯地・演習場の訓練予定 日【ヘリコプター】落下傘降下訓練・離着陸訓練=24～28日(午前7時～午後9時) ※変更(中止)の場合あり ※訓練で大きな音がする場合があります 問 習志野自衛隊第1空挺団広報室 ☎047(466)2141

故が多い8月を「電気使用安全月間」と定め、各種取り組みが展開されます。プラグをぬれた手で触らない、ホコリをためない、使わない時はプラグを抜く等、正しく安全に使いましょう。
 問 関東電気保安協会千葉営業所 ☎043(424)8211

国保年金コーナー 問 国保年金課

国民健康保険

新しい被保険者証(保険証)は届きましたか?

8月1日からお使いいただく新しい被保険者証は、7月15日から23日の間に簡易書留郵便で配達しました。ご不在などにより受け取れなかった人は、国保年金課までご連絡ください。

高額療養費の支給

同じ月内に「医療費の自己負担額」が「世帯の所得などに応じた自己負担限度額」を超えた場合は、その超えた額が「高額療養費」として支給されます。高額療養費の支給対象となった場合は、診療を受けた約2カ月後、世帯主宛てに申請書を送付します。

限度額適用認定証等の申請

同じ月内に同じ医療機関などで、高額な医療費が掛かることが予想される場合、「限度額適用認定証」を医療機関の窓口で提示することで、世帯の所得などに応じた自己負担限度額までの支払いで済みます。また、住民税非課税世帯の人には、入院中の食事代も減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付しています。
 ※更新の場合も改めて申請が必要です。申請した月から適用されます。
 ※保険料に未納がある場合は、納付相談をしていただきます。

【限度額適用認定証等の申請に必要なもの】

- 被保険者証 ●印鑑
- 非課税世帯で長期入院中(過去12カ月の入院日数が90日を超える入院)の人は、その入院日数を確認できる領収書など

【申請窓口】

国保年金課

【限度額適用認定証の申請が不要な人】

次のいずれかに該当する人は、被保険者証の提示により限度額適用認定証と同様の取り扱いになります。

- 70歳以上で自己負担割合が2割の人で課税世帯の人
- 70歳以上で自己負担割合が3割の人で課税所得※が690万円以上の世帯の人

※課税所得とは、総所得から各種所得控除を差し引いた後の金額です。



申問
健康
支援課

- 夜間・休日の当番医案内 ☎ 047(452)9900
- ちば救急医療ネット [検索](#)
- 休日急病歯科診療所の診療日 8月10日(月祝) 午前9時～正午

- こども急病電話相談 ☎ #8000 毎日 午後7時～翌午前6時
- 救急安心電話相談 ☎ #7009 月～土曜日 午後6時～翌午前6時 日曜日、祝日 午前9時～翌午前6時

凡例
日日時
所場所・会場
対対象者
定定員(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)
持持ち物
申申し込み
問問合わせ

こどものコーナー

★お子さんの転入・予防接種などの手続きには母子健康手帳をお持ちください

お子さんの健康相談や健康診査は、3密(密閉・密集・密接)を防ぐため、人数と時間を調整し、実施します。

妊婦健康診査を受けましょう

母子健康手帳交付時に、14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回目の受診票は妊娠8週間後に行われる検査のため、妊娠の診断を受けたら早めに母子健康手帳の交付を受け、定期的に受診しましょう。

4か月児健康相談

発育・発達の確認、離乳食の進め方などの相談に応じます。対象者には郵送で通知します(転入者や通知が届いていない人などは健康支援課へ)。

10か月児健康相談

当面の間、中止します。対象者には郵送で通知します。

1歳6か月児・3歳児健康診査

対象者には郵送で通知します。※延期していた歯科健康診査のみ7月から再開しています。

離乳食の相談

離乳食の相談がある人は、管理栄養士が相談をお受けします。
対市内在住

歯みがき教室(予約制)

歯科衛生士が口の中を観察をし、親子で歯みがき練習を行います。

日程	会場
8月27日(木)	プレーメン習志野
8月31日(月)	保健会館

時間 午前10時・10時30分・11時

対市内在住の1～3歳の幼児

持母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル

ママ・パパになるための学級

今後の開催は未定です。市ホームページでは、妊娠中・産後の生活について、さまざまな情報を掲載しています。ぜひご活用ください。個別相談は随時応じます。



〒275-8601 習志野市鷺沼2-1-1

習志野市
広報課

☎ 047(451)1151(代)

FAX 047(453)9313

<https://www.city.narashino.lg.jp/>

市の人口

R2.7.1時点
※住民基本台帳に基づく

総人口… 174,340人 (173,694人)

男………… 86,773人 (86,582人)

女………… 87,567人 (87,112人) ()内は

世帯数… 81,215世帯 (80,225世帯) R1.7.1時点

おとなのコーナー

脳の活性化プログラム

～認知機能向上セミナー～

スポーツインストラクターの指導で、体操・脳トレ等を実施します。

日9月9日～11月25日の毎週水曜日
各日午前9時30分～11時30分(全12回)

所実叡コミュニティホール

対市内在住の65歳以上(医師から運動の制限、要支援・要介護認定を受けていない人)

定20人

申東京体育機器株式会社(市委託事業者)へ電話またはFAX(氏名(フリガナ)・住所・生年月日・電話番号を記入)で直接お申し込みください。

☎03(3625)6831

FAX03(3625)6802

受付 8月3日(月)～7日(金) 午前9時～5時

※定員を超えた場合は新規参加者を優先し、抽選します。8月末までに参加可否を通知します。

胃がん検診

〈バリウム検査(集団)〉

令和2年度は中止します。

〈リスク検診(個別)〉

対象年齢を拡大しています。検診対象外の場合もあるので、詳しくは3月末に郵送した「令和2年度習志野市がん検診等のお知らせ」の冊子をご確認ください。

実施期間 令和3年3月31日(水)まで

所市内実施医療機関

対40～80歳(令和3年3月31日時点)の人で、本市の胃がんリスク検診の未受診者
¥500円

※実施の有無などについては、直接実施医療機関へお問い合わせください。

結核・肺がん検診(予約制)

詳しくは、7月末に郵送した「結核・肺がん検診のお知らせ」のものがきをご確認ください。
申込期限 8月7日(金)(消印有効)

食生活なんでも相談(予約制)

お子さんから高齢者までの食事について、管理栄養士が相談に応じます。

日8月18日(火) 午後1時30分～4時

所保健会館 対市内在住

※都合がつかない場合は応相談

認知症高齢者介護相談(予約制)

精神科医が相談に応じます。

日9月2日・16日 各水曜日

午後1時30分～3時30分

対認知症の心配がある本人または家族

所申1週間前までに高齢者支援課へ

特定健康診査集団健診(予約制)

詳しくは、5月末に郵送した「令和2年度習志野市国民健康保険 特定健康診査のお知らせ」をご確認ください。

日程	申込期限
10月7日(水)	9月25日(金)
12月5日(土)	11月20日(金)
令和3年2月14日(日)	令和3年1月29日(金)

所保健会館

対習志野市国民健康保険に加入している40～74歳(昭和20年生まれの方は、75歳の誕生日の前日まで)

定各回50人(申込多数の場合は抽選)

申郵送・窓口・電子申請

※会場での密集を避けるため、定員を縮小して実施します。

個別健診も受診が可能です。

※個別健診、人間ドック助成との併用はできません。

介護予防教室 足腰げんき塾

プロのインストラクターの指導で楽しく足腰を鍛えて健康寿命を延ばしましょう!

日9～11月 各月2回
全6回コース

対市内在住の65歳以上(医師から運動の制限、要支援・要介護認定を受けていない人)

申東京体育機器株式会社(市委託事業者)へ電話またはFAX(氏名(フリガナ)・住所・生年月日・電話番号・希望会場を記入)で直接お申し込みください。

☎ 03(3625)6831 FAX 03(3625)6802

受付 8月3日(月)～7日(金) 午前9時～5時

※定員を超えた場合は新規参加者を優先し、抽選します。8月末までに参加可否を通知します。

会場	日程						定員
	9月		10月		11月		
市役所	9(水)	23(水)	7(水)	12(月)	2(月)	12(木)	20人
谷津コミュニティセンター	9(水)	23(水)	14(水)	28(水)	11(水)	25(水)	10人
総合福祉センター	11(金)	25(金)	7(水)	21(水)	13(金)	27(金)	10人
市民プラザ大久保	14(月)	28(月)	12(月)	22(木)	9(月)	30(月)	10人
実花公民館	11(金)	25(金)	8(木)	22(木)	13(金)	27(金)	10人