

習志野

広報

NARASHINO

2021
令和3年
5/15
No.1464



新型コロナウイルスワクチン
最新情報はこちらから

4月28日確認の情報です

※昭和32年4月1日以前に
生まれた人

5月17日(月)から高齢者*の 新型コロナ ワクチン接種を始めます

国は全国民が接種できる数量のワクチンを確保していますので、接種を希望する全員が必ず受けられます。基本的な感染対策に努め、落ち着いて行動しましょう。

接種に必要なもの

- 接種券 予診票 本人確認書類

予約の変更・キャンセル

ワクチンを無駄にしないため、早めをお願いします。

- 何かの病気で治療中の場合、その症状を診てもらっている医師に予約前に接種して良いか確認してください。



最後のページ
(裏面)と一緒に
ご覧ください

お問い合わせ・相談・予約(変更・キャンセル)

習志野市 新型コロナワクチン コールセンター

☎ 0570(002)322

月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時30分
市内通話と同様の通話料が掛かります。

予約(変更・キャンセル)



LINE



WEB
(インターネット)



習志野市 公式LINE はじめました

まずは新型コロナワクチン接種の予約から開始します。今後さまざまな形で活用していきます。ぜひご登録ください!!

図 情報政策課

LINEを使っている人

友だち登録をしよう

市からメッセージが
届けば登録完了!

【友だち登録用ページ】



初めてLINEを使う人

LINEアプリをインストールしましょう。
LINE公式ホームページ等から入手してください。

次に左の友だち登録へ

【LINE公式ホームページ】



国民健康保険に加入している皆さんへ

固 国保年金課

令和3年度の国民健康保険料をお知らせします

国民健康保険は、加入者の皆さんの健康を守るため保険料を出し合い、医療費を支える助け合いの制度です。令和3年度の国民健康保険の保険料率が決定しました。また、国の制度改正に伴い保険料の軽減判定所得の基準額の改正を実施しましたので、その内容についてお知らせします。

令和3年度の保険料率は令和2年度と変更ありません

区分	医療分 国民健康保険加入者の医療費などに充てられるもの	支援金分 後期高齢者医療制度に対する支援金に充てられるもの	介護分 40歳から64歳までの加入者にお支払いいただくもので、介護保険制度に対する納付金に充てられるもの	合計
所得割 前年の所得による保険料	6.8%	2.2%	2.2%	11.2%
均等割 世帯の加入者数による保険料	20,900円	12,300円	14,800円	48,000円
平等割 1世帯あたりの保険料	12,500円			12,500円

計算モデルケース

45歳(世帯主) 令和2年中の所得200万円^{*1} 35歳(妻) 令和2年中の所得なしの2人世帯

区分	医療分	支援金分	介護分
所得割	2,000,000円×6.8%= 136,000円⇒①	2,000,000円×2.2%= 44,000円⇒④	2,000,000円×2.2%= 44,000円⇒⑥
均等割	2人×20,900円= 41,800円⇒②	2人×12,300円= 24,600円⇒⑤	1人×14,800円= 14,800円⇒⑦
平等割	12,500円⇒③		
合計	①+②+③=190,300円⇒A	④+⑤=68,600円⇒B	⑥+⑦=58,800円⇒C
令和3年度の国民健康保険料	A(医療分)+B(支援金分)+C(介護分)=317,700円		

※1 ここでいう所得(賦課基準額)とは、総所得金額等から基礎控除額(43万円)を差し引いた金額です。

令和3年度国民健康保険料がパソコンで簡単に計算できます

市ホームページに掲載している表計算シートに、世帯主・加入者の所得金額などを入力すると簡単に国民健康保険料が試算できます。



令和3年度保険料の賦課限度額は令和2年度と変更ありません

保険料の負担には一定の上限(賦課限度額)が設けられおり、下表の金額を超えることはありません。

医療分	63万円	介護分	17万円
支援金分	19万円	計	99万円

保険料の軽減判定所得の基準額が改正されました

低所得世帯を対象とした保険料軽減の基準額が改正されました。

世帯全員の所得の申告(確定申告、住民税申告、国民健康保険の所得申告のうち、いずれか)が済んでいて、下表の基準額以下の世帯は、保険料のうち、均等割額と平等割額が軽減されます。

軽減判定所得の基準額		
軽減割合	改正後(令和3年度)	改正前(令和2年度)
7割軽減	43万円+ (10万円×★) ^{*2}	33万円
5割軽減	43万円+ (28.5万円×被保険者数 ^{*3}) + (10万円×★) ^{*2}	33万円+ (28.5万円×被保険者数 ^{*3})
2割軽減	43万円+ (52万円×被保険者数 ^{*3}) + (10万円×★) ^{*2}	33万円+ (52万円×被保険者数 ^{*3})

※2 世帯内の被保険者と世帯主のうち、次の「対象者」に該当する人が2人以上いる場合に計算します。

★=世帯内の被保険者と世帯主のうち、次の「対象者」に該当する人数-1人

対象者

- 給与収入(専従者給与を除く)が55万円を超える人
- 65歳以上(前年の12月31日時点)で公的年金収入が110万円を超える人
- 65歳未満(前年の12月31日時点)で公的年金収入が60万円を超える人

※3 被保険者数は、後期高齢者医療制度加入者(後期高齢者医療制度加入時に国保だった人で継続して同一世帯にいる人)を含めます。

国保年金コーナー

国民健康保険・後期高齢者医療 短期人間ドックの費用助成

本市の国民健康保険・後期高齢者医療では、一定の要件に該当する人に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みてはいかがでしょうか。

申請方法 ① ちば電子申請サービス ② 国保年金課へ郵送 ③ 国保年金課窓口(市役所 GF)⁹²⁷¹⁷⁰⁷に来庁

※利用券の申請は、必ず受検前に行ってください。

助成額 受検費用の7割(種別により限度額が異なります)

種別	限度額	検査医療機関が内科と眼科で異なる場合の限度額
国民健康保険加入者	30~64歳	内科:21,500円 眼科:3,500円
	65~74歳	内科:26,000円 眼科:4,000円
後期高齢者医療	15,000円	内科:13,000円 眼科:2,000円

※助成の対象となる医療機関は、市内11の登録医療機関に限られます。
詳しくは市ホームページまたは国保年金課までお問い合わせください。

国民健康保険 介護保険適用除外施設に入所している人へ

国民健康保険に加入している40歳以上65歳未満の人で、指定障害者支援施設など法令で定められた介護保険適用除外施設に入所している人は当分の間、介護保険の被保険者にならないこととなっています。届け出をすると、国民健康保険料のうち、介護分が掛からなくなります。詳しくは国保年金課までお問い合わせください。

国民年金 厚生年金を脱退された人などへ

60歳前の退職により厚生年金(第2号被保険者)を脱退した場合は、国民年金(第1号被保険者)に加入の届け出が必要です。年金手帳・退職日の分かる書類を持参し、国保年金課国民年金係(市役所 GF)⁹²⁷¹⁷⁰⁷で届け出をしてください。

60歳前の第3号被保険者は、配偶者の退職などにより扶養を外れた場合や配偶者が65歳になった場合に、国民年金(第1号被保険者)に加入の届け出が必要です。

谷津干潟自然観察センターで 自然とふれあいませんか

「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

ラムサール条約*登録湿地である谷津干潟に隣接する自然観察センターは、谷津干潟を一望できる解放感のある施設です。広い空と移りゆく干潟の風景を眺めていると心も体もリラックスできます。ぜひ気軽にお越しください。

*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

谷津干潟のプロ! レンジャーがご案内

観察センターでは谷津干潟の自然に詳しいレンジャーが、目の前にやって来た野鳥や季節の見どころを案内します。野鳥や干潟の観察ポイントを教えてもらい、谷津干潟の魅力探しをしてみましょう。



「Café Oasis」～カフェから野鳥の観察を楽しむ～

「Café Oasis」は淡水池を望める憩いの館内カフェ。ホンビノスガイを使用したラーメンや、焼きおにぎりセット等、ここでしか味わえないものも。

食事やお茶を飲みながら野鳥の観察が楽しめます。



楽しかった一日の記念に

「ちどり屋」では野鳥や生きもののグッズや書籍、双眼鏡などを販売しています。

観察センターオリジナル商品も充実し、お土産としてもおすすめです。



観察センターでできること

観察センターには「自然に親しみ、学び、大切にすることを育む」ための仕掛けがたくさんあります。

双眼鏡の館内無料貸し出し

レンジャーが双眼鏡の使い方を教えてくれます。谷津干潟に来た野鳥や生きものがよく見えると楽しさが倍になります。



展示コーナー

野鳥図鑑を手掛ける作家の原画・写真展など、干潟や自然を題材とした作品展を定期的で開催しています。

つくろう&あそぼうコーナー

生きものや自然を題材にした工作が無料で体験できます。小さなお子さんも楽しみながら干潟の自然に触れられます。

イベントが充実

野鳥観察会、干潟の生きもの観察会、昆虫やミツバチをテーマにしたイベントを定期的で開催しています。



この他にも、常設展示(鳥の模型)や図書コーナーが充実しており、家族で自然を学ぶことができます。



- 入館料** 高校生以上:380円、65歳以上:190円、中学生以下:無料
- 開館時間** 午前9時～午後5時
- 休館日** 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)、年末年始(12月28日～1月1日)
- 交通アクセス**
 - 京成本線利用の場合 谷津駅から徒歩30分
 - JR京葉線利用の場合 新習志野駅・南船橋駅から各徒歩約20分
 - 京成バス利用の場合 JR津田沼駅南口10番乗り場から「谷津干潟行き」乗車、終点「谷津干潟」下車、徒歩15分。または8番乗り場「新習志野行き」乗車、「津田沼高校」下車、徒歩約10分。
 - 車を利用の場合 駐車場(無料)100台。駐車場入り口は、国道357号線下り線からのみ。(観察センター正面入り口には駐車場はありません)
 - シェアサイクルを利用の場合 JR津田沼駅南口、京成津田沼駅南口、新習志野駅交通広場、谷津公園などからシェアサイクルでお越しいただける専用駐輪場あり。(シェアサイクル利用料金:15分70円～)

令和3年度 習志野市スポーツ奨励大会

問 生涯スポーツ課

本市では、生涯スポーツの推進を図り、市民の皆さんの健康・体力の保持増進や地域のコミュニティづくり等を目的に、習志野市スポーツ奨励大会を開催しています。

※日程・詳細については現在調整中です



パークゴルフのつどい

オール習志野歩け歩け大会

コミュニティバレーボール大会

ニュースポーツフェスティバル

女子サッカー大会



習志野市スポーツ推進委員

市民スポーツ指導員の中から推薦された人が教育委員会から委嘱を受け、習志野市スポーツ推進委員として活動しています。

スポーツ奨励大会の開催や高齢者スポーツ大会への協力など、全市民的なスポーツイベントの運営に携わっています。



▲市ホームページへ



身近な地域で運動しよう!

問 生涯スポーツ課

誰でも気軽にスポーツに親しむことができるよう、市民スポーツ指導員が市内16小学校地区で、グラウンド・ゴルフやドッジボール大会などのスポーツイベントを開催しています。イベントの開催日や開催場所、参加方法など、詳しくはホームページで随時更新します。

市民スポーツ指導員は教育委員会から委嘱を受け、各地区でのスポーツ活動の活性化を図るためのスポーツイベントを企画・運営しています。

習志野市独自の制度であり、現在は220人が市民スポーツ指導員として活動しています。



▲市ホームページへ

市民スポーツ指導員



市民の日6月15日(火) 施設の無料開放 協働政策課		
★印は、6月1日(火)午前10時から各施設で抽選を行います。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。		
施設	利用時間	問い合わせ
中央公園パークゴルフ場 [本大久保3-8-19]	午前8時30分～午後5時 ※1人2ラウンド(9ホール2周)※最終スタートは午後4時	プラッツ習志野 ☎047(429)8001
★第一カッター球場 (秋津野球場) [秋津3-7-2]	午前9時～午後3時 ※1団体1コマ(3時間)	市スポーツ振興協会 ☎047(452)4380
★第一カッターフィールド研修室 (秋津サッカー場研修室) [秋津3-7-3]	午前9時～午後5時 ※1団体2コマ(2時間)	
★袖ヶ浦テニスコート [袖ヶ浦5-1-1]	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間)	
★実籾テニスコート [実籾6-29-1]	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間)	
★秋津テニスコート [秋津5-20-2]	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間) ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	
★芝園テニスコート・フットサル場 [芝園1-3-2]	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間) ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	
★東部体育館 ①アリーナ②講習室 [東習志野3-4-5]	午前9時～午後5時 ※1人2時間まで ※初回者講習を受講していただいた人のみ対象 ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	
★袖ヶ浦体育館 [袖ヶ浦5-1-1]	午前9時～午後5時 ※1人2時間まで ※初回者講習を受講していただいた人のみ対象 ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	
東部体育館トレーニングルーム [東習志野3-4-5]	午前9時～午後5時 ※1人2時間まで ※初回者講習を受講していただいた人のみ対象 ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	
谷津バラ園 [谷津3-1-14]	午前8時～午後6時 ※入園者の状況により入園制限を行う場合あり	
県国際総合水泳場 [茜浜2-3-3]	午前10時～午後6時(最終入場:午後5時30分) ※駐車場は有料	県国際総合水泳場 ☎047(451)1555
注意事項 ●施設の使用にあたり、年齢や住所などの証明(学生証・免許証など)、事前の予約や応募が必要な場合があります。 ●各施設は、新型コロナウイルス感染症対策(マスク着用や手洗い等の周知・消毒設備の設置・備品消毒・定期的な室内換気および清掃など)を行っています。ご利用の際は、ご自身でも基本的な感染対策をお願いします。		

5月17日は世界高血圧デーです

健康支援課

家庭で血圧を測ろう

高血圧は自覚症状がほとんどありません。放っておくと動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病などの病気の引き金となります。

日頃から家庭で血圧を測定・記録することで、急な変化をいち早くキャッチし、血圧を上げない生活習慣づくりに役立てましょう。

家庭で血圧を測ることのメリット

①白衣高血圧・仮面高血圧を発見できる

白衣高血圧とは…

家庭で測定すると正常値なのに、医療機関で測定すると緊張のために高くなってしまふこと。あまり心配はありません。

仮面高血圧とは…

医療機関で測定すると正常で、家庭で測定すると高いこと。家庭で測定した血圧の方が信頼性が高いため、きちんとした治療が必要です。

②血圧値の変動を把握しやすい

血圧は時間や気温などによって、1日のうちに何度も変動します。家庭で定期的に血圧を測定・記録することで、普段の正確な血圧値が分かり、変動も把握しやすくなります。

ご自身の健康管理の目安となり、また、医師にとっては重要な診断材料となります。

家庭で測った血圧が、収縮期血圧135mmHg以上、拡張期血圧85mmHg以上のどちらか1つでも当てはまると高血圧に分類されます。この状態が毎日続くようであれば、かかりつけ医に相談しましょう。

健診結果の見方が分からない…生活習慣を見直すポイントを知りたい

健康支援課では、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による健康相談を実施しています。

いつでもご相談ください!



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。

☎5月19日(水)午前11時ごろ
☎危機管理課

千葉県による特定計量器定期検査の実施

☎6月22日(火)～25日(金)・28日(月)・29日(火)各日午前10時30分～正午、午後1時～3時
☎市役所1階展示スペース
☎消費生活センター
☎047(489)5230

☎6月22日(火)～25日(金)・28日(月)・29日(火)各日午前10時30分～正午、午後1時～3時

☎市役所1階展示スペース
☎消費生活センター
☎047(489)5230

図書館ボランティア

☎書架整理=中央・東習志野・新習志野・谷津

☎おはなし会=中央
☎活動時間=週1回2時間程度

☎市内在住の中学生以上(中学生は保護者の同意が必要)

☎各図書館(受付5月18日(火)～)

☎※おはなし会ボランティアの受け付けは30日(日)まで

☎中央図書館
☎047(475)3213

習志野市議会 第2回定例会

6月2日(水) 午前10時開会 議事事務局

日程などは、5月26日(水)に開かれる議会運営委員会で決定されます。詳しくは市ホームページでご確認ください。本会議はどなたでも傍聴でき、また議会議中継サイト(スマートフォン・タブレット端末にも対応)でも視聴できます。請願・陳情は6月1日(火)の午後5時15分までに提出されたものが取り扱われます。



後期高齢者歯科口腔健康診査(歯科健診)を受けましょう!

対象者は歯科健診を無料で受けられます。口腔機能低下や誤嚥性肺炎などの病気を予防し、口腔機能の維持・改善を図るため、この機会に歯や入れ歯、口の機能の状態を確認しましょう。

☎対象 昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれの千葉県後期高齢者医療被保険者(令和3年度に76歳になる人)
☎※対象者には、5月下旬に案内通知(黄緑色の受診票)等を郵送します。4月1日以降に転入した場合や生活保護が廃止となった場合は、健康支援課にお問い合わせください。

☎実施期間 6月1日(火)～12月28日(火)(期間内に1回)

☎費用 無料(健診後の治療費は有料)

☎受診方法 健診実施協力歯科医療機関に予約してから受診
☎※広域連合ホームページでは、千葉県全域の健診実施協力歯科医療機関が確認できます。 [千葉県広域連合 歯科](#) [検索](#)

☎持ち物 後期高齢者医療被保険者証、受診票

☎検査項目 【口腔診査】・歯と歯肉の状態(むし歯、歯周疾患、入れ歯の状態)
・口腔機能の状態(発音、舌の動き、飲み込み) など
【口腔衛生指導】・むし歯、歯周疾患の予防法 など

☎☎ 県後期高齢者医療広域連合給付管理課 ☎043(216)5013
☎※案内通知(受診票)に関する問い合わせは健康支援課へ

行政相談委員に委嘱されました

4月1日付けで総務大臣から

新たに吉川清志氏が委嘱されました。



気軽に相談ください 行政相談

☎相談内容 医療保険・年金・道路・社会福祉・雇用など、国・県などに対する意見や要望

☎日時 毎月第4金曜日 午後1時～4時(受け付けは午後3時30分まで)

☎場所 サンロード津田沼6階 市民相談室

凡例 日時 場所 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

お問い合わせ

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)

谷津干潟自然観察センターから
〈チドリのプローチづくり教室〉
 日5月23日(日)午前10時～11時30分(受付午前9時30分～)
 定20人(小学3年生以下は保護者同伴)
 料1人100円(別途入館料)
〈ひがたの生きもの観察会〉
 レンジャーの案内で観察センター前の浜に入り、カニやヤドカリ、貝などを探します。
 日6月13日・20日各日曜日午前10時～11時30分、午後1時～2時30分 定各回20人(最少催

行人数10人、要事前申し込み、小学3年生以下は保護者同伴)
 料1人700円(別途入館料)
 持長靴・タオル・着替え・帽子
 ……上記共通…
 所申谷津干潟自然観察センター
 ☎047(454)8416

名木百選観察ウォーク
 樹木医と名木を巡り地域の魅力を発見します。
 日6月2日・16日・30日各水曜日午前9時～正午(全3回)

※初回は実花公民館に集合
 所東習志野・実本郷・鷺沼地区周辺 定15人 料100円(保険料)持筆記用具
 申実花公民館
 ☎047(477)8899

新習志野公民館から
〈いきいき講座「身体をリメイク!心をリフレッシュ!」〉
 理学療法士による身体づくり、脳トレ・ポイトレで心をリフレッシュ
 日6月5日・12日・19日各土曜日午後1時30分～3時30分(全3回) 定30人 持タオル
〈歴史講座「下総三山七ヶ年祭りを学ぶ」〉
 日6月10日・24日各木曜日午

前10時～正午(全2回)
 定20人 持筆記用具
 ……上記共通…
 対20歳以上
 所申電話または来館で新習志野公民館へ(受付5月16日(日)午前9時～)
 ☎047(453)3400(月曜日休館)

中央図書館から
〈ぬいぐるみのおとまり会〉
 絵本の読み聞かせやぬいぐるみとの記念撮影など
 日6月6日(日)午後2時～2時30分、午後3時～3時30分
 所中央図書館
 対5歳～小学3年生

5月20日(木)からグリーンセンターへの家庭ごみの持ち込みが予約制になります

混雑解消と事故防止、集積所に出されたごみの収集・処理を円滑に行うため、グリーンセンターへの家庭ごみの持ち込みにはインターネットでの予約が必要となります。

- 予約方法** 持ち込み希望日の1カ月前の午前0時から2日直前の午後5時までに市ホームページ専用フォームから送信
 ※下記施設設置のパソコンからも予約ができます
- 市民協働インフォメーションルーム(サンロード津田沼5階)
 - 生涯スポーツ課(市役所2階)
 - スポーツ振興協会(袖ヶ浦体育館横の暁風館)
 - 東部体育館
 - 秋津テニスコート
 - 実本テニスコート
 - 芝園テニスコート・フットサル場



図グリーンセンターグリーン推進課 ☎047(451)1793

介護保険制度Q&A

Q 福祉用具を購入する場合、介護保険が利用できますか。
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以下の用具を購入した場合は、介護保険が利用できます。
【対象となる福祉用具】
 ●腰掛便座 ●自動排せつ処理装置の交換部品
 ●入浴補助用具 ●簡易浴槽
 ●移動用リフトのつり具の部分
【支給金額】
 ●1割負担の人…9割分(限度額:1年間に9万円)
 ●2割負担の人…8割分(限度額:1年間に8万円)
 ●3割負担の人…7割分(限度額:1年間に7万円)

購入の際は、担当ケアマネジャーまたは福祉用具の指定事業者にご相談ください。

Q 住宅改修をする場合、介護保険が利用できますか。
A 要介護または要支援の認定を受けている人が、住所地の住宅で以下の改修をする場合は、介護保険が利用できます。
【対象となる住宅改修】
 ●手すりの取り付け ●段差の解消
 ●床材の変更 ●扉の取り替え
 ●便器の取り替え
【支給金額】
 ●1割負担の人…9割分(限度額:18万円)
 ●2割負担の人…8割分(限度額:16万円)
 ●3割負担の人…7割分(限度額:14万円)
 ※必ず工事の着工前に申請が必要です。

住宅改修をお考えの際は、担当のケアマネジャーまたは近くの高齢者相談センターにご相談ください。

軽自動車税(種別割)の納期限は5月31日(月)です

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在、軽自動車等を所有する人に課税される税金です。対象車両は、本市に定置場がある原動機付自転車・軽自動車・小型特殊自動車・二輪の小型自動車です。
 今年度はすでに納税通知書をお送りしています。5月31日(月)までに近くの銀行、郵便局またはコンビニエンスストアで納めてください。
 処分・譲渡・盗難などで車両が無い場合でも、廃車・名義変更などの手続きをしないと所有しているものとみなし、課税されますのでご注意ください。

定各回5人 持ぬいぐるみ
〈成人向け講座「はじめてのZoom体験講座」〉
 Web会議ツールの入門者向け基本操作
 日6月8日(火)午後2時～4時
 所プラッツ習志野北館 対市内在住・在勤・在学 定10人
 持スマートフォン・タブレット等
 ……上記共通…
 申中央図書館(受付5月16日(日)午前9時～)
 ☎047(475)3213

合同企業説明会inならしの
 日6月15日(火)①午前10時30分～②午後1時30分～(受付開始30分前～) 所モリアホール 対2022年卒業予定の専門・高専・短大・大学生および就活中の若年者(18～34歳)
 定①②各回50人

若年者地域連携事務局(千葉労働局委託)
 ☎047(407)3014

料理教室
「ふんわり」人気のお菓子バナナシフォンケーキ～キャラメルナッツソース～
 教室でのデコレーションは行いません。ケーキ(直径12センチ)とソースは別々にお持ち帰りいただきます(試食なし、メニューは変更の場合あり)。
 日6月16日(水)午前10時30分～1時30分 所谷津コミュニティセンター 対企業局のガス・水道供給エリア在住の18歳以上 定8人(申し込み多数の場合抽選) 料500円 持エプロン・ハンドタオル・筆記用具・三角巾・マスク(着用)
 日5月25日(火)までに市ホーム

ページから送信、電話またはFAX(開催日・氏名・住所・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
 ☎047(475)3305
 図047(493)8989

県調理師試験
 日10月30日(土) 所幕張メッセ国際展示場5・6ホール(千葉市)
願書配布場所 = 習志野保健所(習志野健康福祉センター)
願書受付(消印有効) = 5月24日(月)～28日(金)
 習志野保健所(習志野健康福祉センター)
 ☎・図047(454)7822
 ☎047(475)5153

スポーツ

なぎなた教室(初心者～中級者)
 なぎなたの礼儀作法から基本動作まで習得レベルに応じた稽古
 日6月2日・9日各水曜日午前11時～1時 所袖ヶ浦体育館
 定10人 持運動ができる服装・マスク(着用)
 申電話またはFAX(住所・氏名・年齢・電話番号を記入)で市なぎなた連盟 福島へ
 ☎・図047(454)7822

ALL for CHIBA 習志野市 千葉ロッテマリーンズ特別観戦のご案内

1軍公式戦に市民を特別ご招待
 千葉ロッテの選手が「習志野市」ロゴ入りのユニフォームを着用します!

日時	6月24日(木) 午後6時～ vs 福岡ソフトバンク
会場	ZOZOマリンスタジアム(千葉市)
席種	内野指定席(フロア4)
対象	市内在住・在勤・在学
定員	500組1,000名(抽選)
申込期間	6月1日(火) 午前10時から6日(日) 午後10時まで ※抽選結果は、6月中旬にメールで通知
申込方法	URLまたは二次元コードより案内に沿って申し込み URL http://www.cnplayguide.com/marines/narashino/ ※電話・FAX・はがきでの応募不可

図 マリーンズインフォメーションセンター ☎03(5682)6341

習志野市内の犯罪と交通事故の発生状況 令和3年3月末現在(速報値)

	犯罪(刑法犯)		交通事故	
	令和3年累計	前年同月比増減	3月	前月比増減
総数	202件	△67件	12件	△5件
空き巣	4件	△5件	13人	△5人
自動車盗	1件	△1件	0人	△1人
オートバイ盗	3件	△6件		
自転車盗	43件	△32件		
ひったくり	0件	0件		
万引き	46件	4件		
電話詐欺	6件	△5件		
その他	99件	△22件		

※自転車を離れる時は、必ず、鍵を2つ(ツーロック)しましょう。また、一般住宅では無施錠で盗難被害に遭う例が目立ちますので、必ず施錠するようにしましょう。

図 習志野警察署 ☎047(474)0110

住まいを耐震化しませんか? 改修補助額は最大100万円!

今後高い確率で発生するといわれている首都直下型地震などに備えるため、市の木造住宅耐震化支援を活用してはいかがでしょうか。
 まずは、無料耐震診断で耐震性を確認しましょう。

無料耐震診断
 建物図面を基に、市が委託する建築士がご自宅で耐震診断を行います(建物の劣化状況などの調査は行いません)。
【診断の対象となる住宅】 次の要件をすべて満たすもの
 ① 市内に現存し、昭和56年5月31日以前に建築または着工
 ② 自らが所有し、居住する専用住宅または併用住宅
 ③ 2階建て以下の木造住宅(特殊な認定工法は除く)
【場所・日程】
 診断対象となる住宅にて実施、申し込み後に日時調整
【持ち物】 建築物の図面と写真(用意できない場合は応相談)
【棟数】 20棟
【受付期間】 5月24日(月)から予定棟数に達するまで
【申し込み】 専用電話☎047(453)3967または建築指導課窓口にて要予約(先着順)

耐震費用の助成制度
 ○木造住宅耐震診断(精密診断)費の助成
【受付期間】 5月24日(月)～令和4年1月21日(金)
 ○木造住宅耐震改修費の助成
【受付期間】 5月24日(月)～12月10日(金)
 (令和4年2月15日(火)までに工事が完了するものに限りです)
 ※詳しくは、建築指導課にお問い合わせください。

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

お問い合わせ

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)

スポーツ振興協会から

「元気キッズプロジェクト」
親子体操

日①6月9日②6月23日各水曜日
午前9時45分～10時45分
所①袖ヶ浦体育館②東部体育館
対2歳児～未就学児とその保護者定10組 ¥300円

申込方法＝各教室2日前の午後5時までに協会ホームページから送信

〈成人水泳教室〉

水慣れから能力に応じたレベル別指導

日6月23日・30日、7月7日

14日・21日各水曜日午前11時～午後0時30分(全5回)

所県国際総合水泳場
対18歳以上

定30人(市内在住・在勤・在学優先、申し込み多数の場合抽選)

¥3,300円

持水着・ゴーグル・タオル(水泳キャップ用意あり)

申込方法＝5月31日(月)午後5時までに協会ホームページから送信(結果はメールにて通知)※定員に満たない場合、市外者は6月2日(水)から申し込みフォームにて受付開始

……………上記共通……………

申スポーツ振興協会
☎047(452)4380(午前10時～)
URL http://sposhin.org/

市バドミントン レディースオープン大会

女子ダブルス1～4部(学生不可、市外者申し込み可)

日6月16日(水)午前9時～

所袖ヶ浦体育館定160人(80ペア) ¥1人1,400円

申6月1日(水)までに所定の申込書(協会ホームページ掲載)をメールで市バドミントン協会へ(1週間経過しても受付完了の返信がない場合はメールで

要問い合わせ)

☎17narashino.badm@gmail.com

募集

市パークゴルフ協会会員

「マナー・ルールを学び楽しくパークゴルフ」を目的としています。

対市内在住 ¥年1,600円

申5月31日(月)(必着)までに、はがきまたはFAX(住所・氏名・電話番号を記入)で〒275-0022

香澄1-3-3-404市パークゴルフ協会 酒井栄子へ

☎☎047(453)8498

習志野文化ホール 6月 主な催し物

日	曜	催し物	開演時間	入場方法
12	土	千葉県立津田沼高等学校吹奏楽部 第35回定期演奏会	17:30	全席自由(無料)
13	日	千葉県立津田沼高等学校オーケストラ部 第39回定期演奏会	13:30	全席自由(無料)
20	日	千葉大学管弦楽団 第129回定期演奏会	14:30	全席自由700円

※各催し物の詳しいお問い合わせは、主催者にご連絡ください。
※車椅子で来館のお客様、足の不自由なお客様は習志野文化ホールまでご連絡ください。

令和3年度習志野文化ホール共催事業
5月29日(土)
千葉交響楽団 第109回定期演奏会 14:00開演(13:15開場)
指揮/山下一史(音楽監督) オーボエ/浅原由香 (全席指定)
管弦楽/千葉交響楽団 S席:4,000円 A席:3,000円 B席:2,000円
◆武満 徹/弦楽のためのレクイエム
◆R.シュトラウス/オーボエ協奏曲 二長調 作品144(ソロ/浅原)
◆ブラームス/交響曲第4番 ホ短調 作品98 ※大学生以下65歳以上は全席とも500円引き ※やむを得ない事情により曲目、出演者は変更となる場合があります。 ※未就学児入場不可

■問い合わせ/習志野文化ホール ☎047(479)1212 〒275-0026 谷津1-16-1
http://narabunh.jp/

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。

お問い合わせ(イベント)
※費用の記載のない場合は無料

■大正琴無料体験会
日5月18日、6月1日・15日
各火曜日午後1時～3時

所新習志野公民館
問あざみの会 田久保
☎047(473)4720
■大正琴無料体験会
日5月21日、6月4日・18日
各金曜日午後1時～3時
所新習志野公民館
問菟の会 三谷
☎047(453)7405
■習志野シニアクラブ(公開対話)
ジェンダー格差と選択的夫婦別姓
日5月22日(土)午後1時30分～4時
所谷津公民館
¥200円(学生無料、予約不要)
問習志野シニアクラブ 仲野
☎090(4613)9851

熱中症は 予防が 大切です

新型コロナウイルス感染症予防対策を
行いながら、熱中症にも気を付けましょう。

対策ポイント

- マスクを着用しているときは、負荷の強い運動は避ける
- 喉が渇いていなくても、小まめに水分・塩分を補給
- エアコン使用中も定期的に窓を開ける等、換気を行う
- 屋外で人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合には、マスクを外す

暑さを避けるには

- 涼しい服装、日傘や帽子
- 少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- 涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

熱中症警戒アラート

熱中症警戒アラートは、熱中症予防行動をとるための「暑さへの気づき」を呼び掛ける情報です。
本市では、千葉県内で暑さ指数(WBGT)が33℃を超える予想となった場合に、「熱中症警戒アラート」の注意喚起を防災行政無線やメール(緊急情報サービス「ならしの」)等で行います。



緊急情報サービス「ならしの」の登録はこちらから

税証明申請時の本人確認にご協力ください 税制課

個人情報の保護をより一層図るため、課税証明書などの税証明書を申請する際には、本人確認ができるものの提示をお願いしています。本人確認には、写真付きの公的な証明書(ア)が必要です。

ア マイナンバーカード(写真付き)、運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード(写真付き)、在留カードまたは特別永住者証明書、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、運転経歴証明書(平成24年4月1日以降発行のもの)、公務員身分証明書(写真付き)、各種国家資格者免許証(宅地建物取引士証、無線従事者免許証、電気工事士免状など)

アを提示できない場合は次のものを2点(イ+ウ)または(イ+イ)持参。(ウ+ウ)は不可

イ 各種健康保険証、介護保険被保険者証、共済組合員証、国民年金手帳、後期高齢者医療被保険者証、イの書類が更新中の場合に交付される仮証明書や引換書類

ウ 学生証(写真付き)、民間法人が発行した身分証明書(写真付き)、金融機関のキャッシュカードまたは預貯金通帳、司法書士などの補助者または事務員であることを証する書類(写真付き)

- 注意事項
- 代理人申請の場合は別途委任状が必要です(代理人の本人確認も必要)。
 - 郵送の場合はコピーを同封してください(郵送は代理人申請不可)。
 - 本人確認書類の住所や氏名に変更があった場合は、住民票などの変更内容を確認できる書類が必要です。
 - 本人確認書類は有効期限内のものに限ります。

消費生活 メモ

トイレのつまり解消、
「500円から」が十数万円に!

相談

賃貸アパートに住んでいるが、夜にトイレが詰まった。インターネットで検索し、500円から請け負うという業者を見つけ、電話して来てもらうことにした。その時に料金の話はなかった。1〜2時間で業者が来て、料金などの説明のないまま作業を始めた。途中で「詰まりが解消しないため薬剤を使うので1万円掛かる」、少ししてから「機械を使うので3万円」、しばらくして「便器を取り外すので5万円」と小出しに料金を提示され、了承したわけではなかったが何も言えなかった。結局、作業費、衛生処理費、出張費などが加わり18万円を請求された。支払いは現金払いのみで、後日の振り込みだと割高になると説明されたため、コンビニでお金を引き出し、全額支払った。詰まりは解消されたが、18万円は高過ぎるのではないかと思った。いくら返金してもらえないだろうか。

アドバイス

安い料金のチラシを見て電話する方法に加え、最近ではネットで安い料金で問い合わせ

消費生活センター
☎047(451)6999

詰まりは、市販のラバーカップ等を使い自分で解消できる場合もあります。常備しておく役立つかもしれません。便利な排泄ケア用品が普及していますが、流してしまふと詰まりの原因になります。気を付けましょう。水があふれ出てくる時はトイレ用の元栓を閉じて、ゆっくり対処法を考えましょう。普段から地元で信頼できる業者を探して、おおよその予算も把握しておきましょう。

詰まりは、市販のラバーカップ等を使い自分で解消できる場合もあります。常備しておく役立つかもしれません。便利な排泄ケア用品が普及していますが、流してしまふと詰まりの原因になります。気を付けましょう。水があふれ出てくる時はトイレ用の元栓を閉じて、ゆっくり対処法を考えましょう。普段から地元で信頼できる業者を探して、おおよその予算も把握しておきましょう。

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)

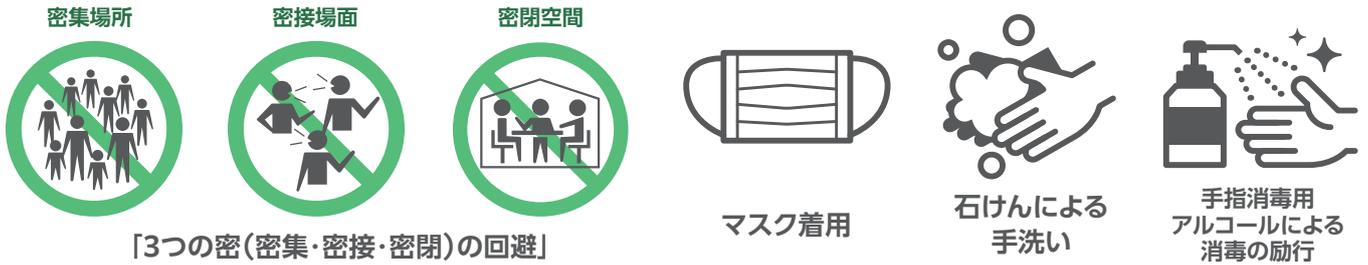
費用・料金(特に記載のないものは無料) 持ち物 申し込み 問い合わせ

ワクチンを受けた後も感染予防対策を!!

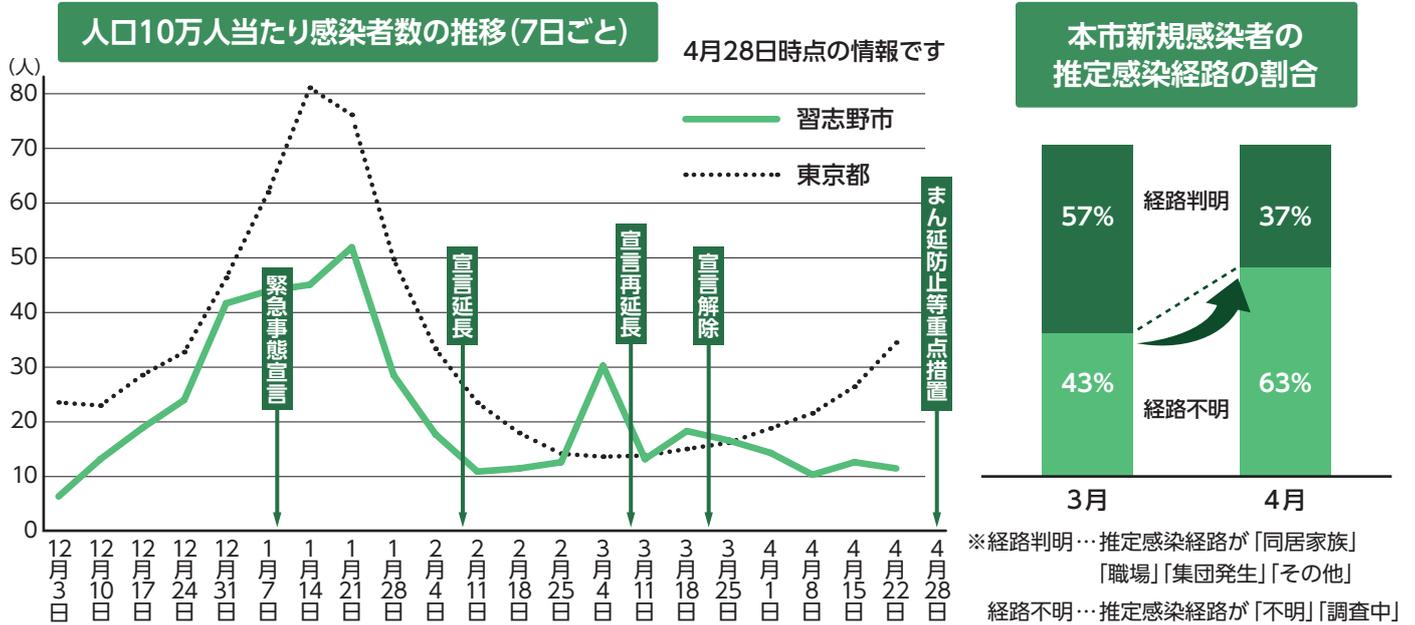
～変異ウイルスにも～

感染力が従来よりも強く、高齢者だけでなく40代・50代の重症化率も高いといわれている「変異ウイルス」の感染拡大が報告されています。この変異ウイルスに対しても今までと同様の感染予防対策が有効です。

引き続き、一人ひとりが感染対策を徹底しましょう。



本市の感染者数は2月初旬から下げ止まり、4月は感染経路不明者が増加



市内では、2月11日から2カ月半の間、新規感染者数が0人となった日がありません。4月は、感染経路不明な人の割合が増加しており、感染拡大する兆候がうかがえます。

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。



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

市の人口
R3.4.1時点
※住民基本台帳
に基づく

総人口…175,301人 (174,033人)
 男…87,279人 (86,617人)
 女…88,022人 (87,416人) ()内は
 世帯数…82,397世帯 (80,773世帯) R2.4.1時点