

習志野

広報

NARASHINO

2021
令和3年
6/1
No.1465



新型コロナウイルスワクチン
接種情報はこちらから

特設会場での 高齢者のワクチン接種訓練を 行いました

問 新型コロナウイルスワクチン接種推進本部

できる限り早く市民の皆さんに新型コロナウイルスワクチンの接種を受けていただくために、本市では医療機関の他、特設会場で接種できる体制を取っています。

写真は安全かつ円滑に皆さんのワクチン接種を行うために、袖ヶ浦体育館で実施した模擬訓練の様子です。ワクチン接種までの一連の流れを確認する他、副反応が発生した場合などのトラブルも想定した訓練となっています。ワクチンは希望者全員分を確保できますので、今しばらくお待ちください。

特設会場で接種を受ける人へのお願い

- 当日、会場での接種後に2回目の予約申込を受け付けますので、予定を確認の上ご来場ください。
- 受付時間前のご来場はご遠慮ください。



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

毎日(土・日曜、祝日含む) 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)



毎日(土・日曜、祝日含む) 午前8時30分～午後10時

令和3年度 習志野市平和祈念事業

問 協働政策課

※新型コロナウイルス感染拡大を防ぐため、縮小または中止となることがあります。

平和な世界の実現に向けて

昭和20年8月、多くの尊い命を奪い、生き残った人々の心と体にも大きな傷跡を残した戦争が終結してから、75年が経過しました。

戦争体験者が年々減少し、戦争の記憶が風化していく中、戦争の歴史を振り返るとともに、戦争の悲惨さ、核兵器の恐ろしさ、平和の尊さを次世代に伝え、また、今ある平和を未来へと持続していくことが大切です。

平和は、私たちの身近なところから、私たちが作り出すものです。一人ひとりが、互いを思いやることを大切に、笑顔を決やさずに接し合うことができれば、平和な未来へとつながっていくはずですよ。

本市は、昭和57年、県内で初めて「核兵器廃絶平和都市」を宣言して以来、さまざまな事業を通して、平和の尊さを訴え続けるとともに、核兵器の廃絶や世界の恒久平和実現を求める活動を支援しています。

核兵器廃絶平和都市宣言

昭和57年8月5日 宣言

わたくしたち習志野市民は、文教住宅都市憲章を定め、生存と安全をまちづくりの基本とした。

わたくしたち習志野市民は、我が国が世界唯一の核被爆国として被爆の恐ろしさと、被爆者の苦しみを全世界の人々に訴え続けるとともに、再び地球上に広島、長崎の、あの惨禍が繰り返されることのないよう、恒久平和を強く願うものである。

わたくしたち習志野市民は、非核三原則の完全実施を願い、平和を愛する世界の人々と共に、恒久平和を実現することを決意し、核兵器廃絶平和都市をここに宣言する。

核兵器廃絶平和都市宣言記念展

平和を脅かす核兵器の廃絶を訴え、市民の皆さんが作成した千羽鶴、絵手紙、被爆者の描いた絵、被爆写真、平和市民代表団の活動報告などを展示します。



展示日	会場
7月9日(金)～21日(水)	袖ヶ浦公民館
7月27日(火)～8月17日(火)	市役所1階展示スペース
8月4日(水)～9日(月祝)	新習志野図書館
8月12日(木)～17日(火)	東習志野図書館
8月19日(木)～9月2日(木)	谷津公民館
9月8日(水)～22日(水)	実花公民館
9月25日(土)～10月8日(金)	市民プラザ大久保

※市役所は土・日曜日・祝日、公民館は月曜日、図書館は月曜日(8月9日は開館、翌日休館)・第1金曜日、市民プラザ大久保は第2・第4火曜日が休館日です。

平和への願いを千羽鶴に！～千羽鶴を募集します～

平和への願いを込めた千羽鶴を募集します。お預かりした千羽鶴は、公民館などで開催する「核兵器廃絶平和都市宣言記念展」で展示し、広島市の平和式典へ参列する習志野市平和市民代表団に託す他、広島市・長崎市へ送呈します。なお、8月6日(金)・9日(月祝)に開催する原爆死没者慰霊および平和祈念式典においても千羽鶴の献納を受け付けします。

募集期間 7月30日(金)まで **受付場所** 協働政策課

作成要領 1本に25羽もしくは50羽の折り鶴を広げずに丈夫なひも(タコ糸など)で、長さ150cm以内にまとめてください。それぞれを束ねて幅25cm以内の千羽鶴にしてください。(ひもの端から折り鶴が抜け落ちないように工夫をしてください)。
※束ねていない折り鶴は受け付けできませんのでご注意ください。

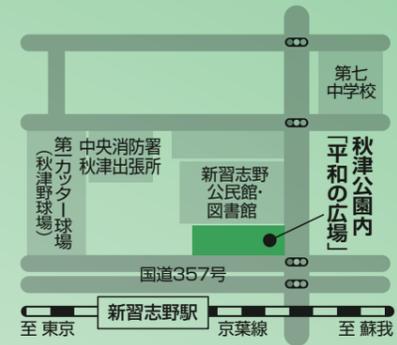


原爆死没者慰霊および平和祈念式典

広島・長崎の惨事を次代に伝え、世界の恒久平和を願い、8月6日(金)・9日(月祝)の両日、原爆投下の時刻に合わせて市内全域に1分間の黙とうを呼び掛けます。また、秋津公園内「平和の広場」で平和祈念式典を実施し、黙とう、献花などを行います。皆さんのご参加をお待ちしています。

8月6日(金) 午前8時13分～
原爆死没者慰霊および
平和祈念式典(広島)

8月9日(月祝) 午前11時～
原爆死没者慰霊および
平和祈念式典(長崎)



原爆死没者慰霊および 平和祈念式典 次第

1. 開式
2. 黙とう
3. 花輪献納・献水
4. 千羽鶴献納
5. 献花
6. 市長挨拶
7. 議長挨拶
8. 平和市民代表団OBによる
平和のスピーチ・詩の朗読
9. 第七中学校合唱部による合唱
10. 閉式

「平和の広場」清掃活動に参加しませんか

「原爆死没者慰霊および平和祈念式典」に備えて、「平和の広場」の清掃活動を行います。夏のひと時、平和について考えながら、清掃活動に参加してみませんか。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 7月28日(水) 午前9時30分～11時(小雨決行)

場所 秋津公園内「平和の広場」

被爆体験講話

戦争体験、被爆体験者が年々少なくなっていく今日、市民の平和意識の高揚および平和継承者の育成を図ることを目的として、被爆体験朗読や、被爆体験DVDを用いた被爆体験継承事業を学校で行っております。昨年度は、被爆体験講話を市内中学校1校で実施しました。

参加した生徒の感想(抜粋)

- 普段みんなと楽しく過ごしている何気ない日常の尊さ、平和の大切さを知りました。僕も、次世代に原爆の恐ろしさ、そして、平和の尊さを語り継いでいけたらいいなと思いました。
- 原爆が日本に落とされてから75年が経ち、実際に体験した人数も少なくなっていることを知りました。そして核兵器への意識が薄れてきている今の時代、次の世代の人達へ言い伝えていく必要があることを学びました。私たちもこのことを絶対に忘れてはならないと思います。
- 今まで核兵器の威力がどれほどのものかわからず、核兵器のニュースを見ても人ごとのように感じていました。しかし、今回の講話で核兵器の威力を聞き、急に「おそろしい」と感じました。これからは被爆した初めての国として、核兵器の問題に向き合っていきたいと思います。

平和基金にご協力ください

本市では、平和事業の推進を図ることを目的に、市民からの寄付金を「平和基金」として積み立てています。

この基金は、戦争や核兵器のない世界を目指し、さまざまな活動に役立てています。



6月は環境月間です

問 環境政策課

環境月間テーマ 私にも きょうからできる エコ生活

6月は地球環境について関心を深める環境月間です。今ある環境を将来にわたって残していくためには、一人ひとりの取り組みが大切です。

市では、エコ活動や環境保全について理解と関心を深めていただく啓発活動に努めています。この機会に地球環境について考え、できることからエコ活動や環境保全を始めてみませんか。



? クイズに答えて「エコバッグ」と「フレッシュキーパー」をゲットしよう!

クイズ正解者の中から抽選で200人に、ナラシド♪のイラストがかわいい本市オリジナルエコバッグと、東邦大学理学部生命圏環境科学科の学生によるフードロス削減プロジェクトで製作された、フレッシュキーパー(青果物鮮度保持袋)をプレゼント。※2問のうちどちらかが正解していれば当選のチャンス!

対象 市内在住・在勤・在学の人

応募方法

- はがき ● FAX
- 応募フォーム(右の二次元コードからアクセス)



記入内容 ①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④在住・在勤・在学 ⑤クイズの回答 ⑥アンケート(回答任意)「あなたが普段実施しているエコ活動はなんですか?」

応募期間 6月1日(火)~15日(火)(消印有効) なお、当選は発送をもって代えさせていただきます。

あて先

- はがき 〒275-8601 習志野市鷺沼2-1-1 「習志野市環境政策課クイズ係」
- FAX 047(453)7384

◆市ホームページ「クイズに答えて『エコバッグ』と『フレッシュキーパー』をゲットしよう!」からもご覧いただけます。

◆クイズの「答え」は、広報習志野7月1日号および市ホームページに掲載します。

お知らせ

習志野市住宅用省エネルギー設備等設置費補助金

家庭での地球温暖化対策、エネルギーの安定確保、エネルギー利用の効率・最適化を図るため、下記の設置費の一部を補助します。

詳しくはこちら



● 太陽光発電システム

太陽電池モジュールの公称最大出力×2万円(上限9万円)

- ※既存住宅のみ、10キロワット未満のものが対象
- ※エネルギー管理システム(HEMS)または定置用リチウムイオン蓄電システムの併設が必須

● 太陽熱利用システム

上限5万円

● 家庭用燃料電池システム(エネファーム)

習志野市営ガスを使用する場合、上限30万円
その他のガスを使用する場合、上限5万円

● 定置用リチウムイオン蓄電システム

上限10万円 ※太陽光発電システムの併設が必須

● 窓の断熱改修

補助対象経費の4分の1(上限8万円)

※既存住宅のみ対象

毎年お楽しみいただいております「習志野市・イオン環境フェア」は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します。



令和3年度 海浜霊園の使用者募集

問 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。

【募集案内書記布場所】 ● 社会福祉課(平日のみ) ● 海浜霊園管理事務所 ● 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(火)~18日(金)(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でご確認ください。

申込者数が募集数を超えた場合は抽選となります。

【抽選日】 7月4日(日) 午前10時~11時

【会場】 市役所 GF ハミング階段

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。

【一般墓地 募集概要】

種別	面積	形式	募集区画数*	永代使用料	管理料年額
1種	4.50㎡	和式	カロートなし 30区画	682,000円	6,330円
		洋式	カロートあり 5区画		
2種	9.00㎡	和式	カロートなし 4区画	1,364,000円	12,660円
		洋式	カロートなし 1区画		
3種	3.45㎡	和式	カロートあり 4区画	523,000円	4,850円

*カロート…地下葬孔(墓碑の下に設置する納骨室)

【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親等以内の姻族のこれまでに一度も埋蔵したことのない、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と一緒に埋蔵する墓地です。

【合葬式墓地の使用方法】

- 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、地下の合葬室に永年埋蔵されます。
- 納骨時以外の納骨室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。

【合葬式墓地 募集概要】

申込区分	募集数	墓地使用料
生前予約1体	5体	104,000円
焼骨保持1体	5体	
焼骨保持2体*	10壇(20体)	208,000円

*焼骨2体分または焼骨1体分と申込者本人

【申込資格】 次のすべてに該当する人

生前予約申し込み(1体用)	● 申込者自身が利用する ● 申込者の年齢が65歳以上	《共通資格》 ● 申請日前に引き続き1年以上本市に住所を有し、かつ住民基本台帳に記録されている ● 海浜霊園一般墓地の使用許可を受けていない
焼骨保持者申し込み(1体用・2体用)	● 申請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親等以内の姻族である ● これまで一度も埋蔵・収蔵したことのない、分骨でない焼骨を持っている	

※「生前予約2体」の募集はありません。

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





6月4日～10日は
歯と口の健康週間

健康支援課

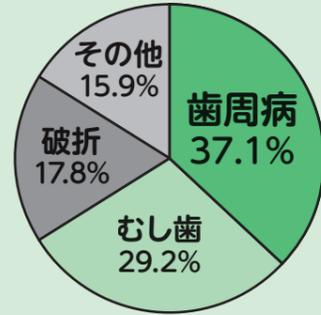
口は元気の源です!



しっかり噛んで、しっかり食べられる口を保つために、**歯周病予防**

食事のときにシャキシャキとした歯ごたえを感じたり、食べ物を十分に噛んで味わうことで、からだの栄養ばかりでなく、楽しさやくつろぎなど、こころの栄養も得ています。

しっかり噛んで食べるためには丈夫な歯が必要です。歯を失う原因でもっとも多いのが歯周病です。



出典：公益財団法人8020推進財団「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書」2018

歯周病予防は中学生から

歯周病は、口の中の細菌による感染症です。歯周病菌が原因となり、その他の要因(不規則な生活、ストレス等)の影響を受けて症状が進行します。毎日の口腔清掃(歯みがき等)と、年1回以上の歯科健診で歯周病を予防しましょう。また、免疫力を高める生活習慣を身に付けることも大切です。

本市では、受診が必要な歯肉炎がある中学生が、年代が上がるごとに増えています。10代から歯周病予防を身に付けましょう。

セルフケアと歯科医院でのケア

- 歯ブラシや歯間ブラシ等で、毎日丁寧に歯の手入れをする
- 年に1回以上の歯科健診を受ける
 - ・ 専門家による歯のクリーニング
 - ・ 口呼吸など歯周病のリスクを高める要因のチェック等



免疫力を高めて歯周病予防

- 生活リズムを整える
- 栄養バランスのよい食事
- 適度な運動
- 睡眠をとる
- ストレスをためない
- 禁煙



習志野市 歯肉炎がある中学生



出典：健康なまち習志野計画(2018)

糖尿病と歯周病

歯周病はインスリンの働きを妨げ、糖尿病の治療を困難にします。また、糖尿病になると、免疫力の低下などで歯周病菌に感染しやすくなります。

糖尿病と歯周病は影響し合うため、並行して治療することで相互の改善が見込まれます。糖尿病の人は、定期的に歯科健診を受けましょう。



新型コロナウイルス感染拡大防止のための新しい生活様式での歯みがき

職場や学校などでの歯みがきは、こんなことに注意しましょう

- 歯みがき中の私語はしない、動き回らない
- うがいは少ない水(10ml)で1回程度吐き出す時は、低い姿勢でゆっくりと
- 他の人と距離を空ける・時間をずらす
- 歯みがきをする場所の換気をよくする

10mlは、ペットボトルのキャップ1杯半ぐらいです。フッ化物配合歯磨剤を使う時は、むし歯予防の効果が高まります。



距離を空けましょう

児童手当現況届の提出をお願いします

子育て支援課

現況届の提出

児童手当を受給している人は、6月分以降の手当の受給を決定するために現況届の提出(年度更新の手続き)が必要です。

提出方法 6月上旬に市から書類を送付します。必要書類を添え、郵送または窓口で提出してください。
※マイナンバーカード(写真付き)をお持ちの方は、マイナポータルサイト(ぴったりサービス)からも申請が可能です。

[ぴったりサービス](#) [検索](#)

提出期限 6月30日(水) (提出が遅れると、手当の支払いが一時差し止めとなる場合があります)

支給額

対象		1人当たりの支給額(月額)	
所得制限限度額未満	0歳以上3歳未満	15,000円	
	3歳から小学校修了まで	第1子・第2子	10,000円
		第3子以降	15,000円
中学生		10,000円	
所得制限限度額以上(特例給付)		5,000円	

所得制限限度額

所得制限限度額は、令和2年1月から令和2年12月までの所得と令和2年12月31日時点の扶養人数を基に計算します。対象所得が所得制限限度額以上となった場合は、児童1人につき一律月額5,000円の支給となります(特例給付)。対象となる受給者には、市の審査後に認定通知書を送付します。
※所得制限限度額の詳細は、市ホームページをご覧ください。

次の場合にも届け出が必要です

- 養育する児童が増えた・減った
- 受給者や児童の住所や氏名が変わった
- 振り込み先の口座を変更したい(名義人の変更不可)
- 公務員になった(公務員は勤務先で受給) など



※詳しくは、現況届に同封する「令和3年度児童手当・特例給付現況届の提出について」をご覧ください。

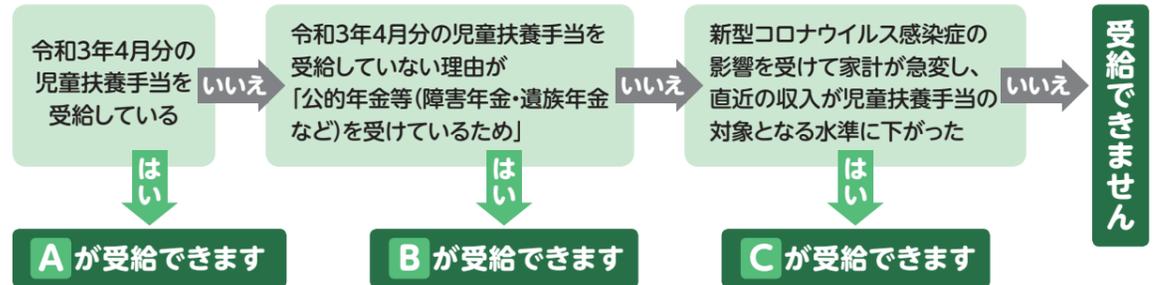
[習志野市 児童手当](#) [検索](#)

子育てと仕事を
1人で担う
ひとり親世帯の
皆さんに

子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)

子育て支援課

ひとり親世帯等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ています。



	支給額	申請	支給時期	支給方法
A	児童1人当たり 5万円	不要	5月中旬	4月分の児童扶養手当受給口座に振り込みました。 ◆さかのぼって令和3年4月分の児童扶養手当を受給する場合は、給付金も合わせて支給します。
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				

※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、ご案内を送付しています。

上記の支援制度を申請していない人はご自身で申請書などを用意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。子育て支援課にお問い合わせください。

申請期限 令和4年2月28日(月) 消印有効

詳しくは市ホームページへ



6月は食育月間、毎月19日は食育の日です

なかしよく 健康支援課 健康は日々の食事から 中食の選び方

スーパーやコンビニでお惣菜やレトルト食品を購入したり、外食店のデリバリーを利用する等、「家庭以外で調理された食品を家で食べる」ことを「中食」といいます。

中食は調理の手間が掛からずとても便利ですが、栄養面で注意が必要です。家庭で調理したものに比べ、揚げ物など油を多く使用した料理や味の濃い料理が多く、エネルギーや食塩摂取量の増加につながりやすいです。

新型コロナウイルス感染症の影響により自宅で食事をする機会が増えている今、中食の選び方について考えてみましょう。



主食・主菜・副菜がそろっているもの

彩りの良いもの

食塩相当量の少ないもの



主食・主菜・副菜を組み合わせることで、自然と栄養バランスが整います。



単品料理を選ぶときはトッピングが多く、彩りの良いものを選びましょう。

栄養成分表示 (g当たり)	
エネルギー	●●● kcal
たんぱく質	●● g
脂質	●● g
炭水化物	●● g
食塩相当量	●● g

1日あたりの食塩摂取目標量は、成人男性7.5g、成人女性6.5g未満です。

日本人の食事摂取基準(2020年版)より

市展

第28回 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16日(木) 午前10時～

洋画・日本画の部

…… 9月16日(木)～19日(日)

彫刻・工芸・写真・書の部

…… 9月23日(木祝)～26日(日)

開場時間 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(JR津田沼駅南口)
モリシアオフィス棟4階

授賞式 …… 10月3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(高校生以上)または市内を主な活動拠点にしているサークル、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(衣箱など)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 ※規格外の作品は受け付け不可

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) ※50号はFサイズで縦構図、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) ※40・50号はFサイズで縦構図、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、額装したものの額の大きさは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
(大学生、専門学校生、高校生は申込書に学校名を記入)

募集要項配布場所 芸術文化協会(習志野文化ホール内)、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

申込方法 申込書に必要事項を記入し、8月26日(木)(必着)までに〒275-0026 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
問 市芸術文化協会 市展事務局 ☎047(475)6821

令和3年度 習志野市 男女共同参画週間事業 講演会

より良い未来の分岐点

～今日の生きづらさを 明日の生きやすさに～

問 男女共同参画センター ☎047(453)9307 ☎047(453)9327

コロナ禍で働き方が変わり、女性や子どもの貧困など「生きづらさ」を抱える人も多いのではないのでしょうか。しかし、視点を変えればITを活用した「人との新たなつながり方」も徐々に始まりつつあります。より良い未来にするために、これからの「働き方・家庭・地域での生きやすさのヒント」を探ります。

日時 7月4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)	②オンライン(Zoom)	③動画(YouTube)による後日配信
定員	15人(先着)※	100人	なし(期間限定・申込者のみ)

※保育あり(満6カ月～小学3年生)

申し込み 市ホームページのちば電子申請サービス(右の二次元コードからアクセス)から送信、または参加申込書(市ホームページに掲載)を記入しFAXで男女共同参画センターへ

申込期間 6月25日(金)まで(定員になり次第締め切り)



講師

湯浅 誠さん

社会活動家
東京大学先端科学技術研究センター特任教授

中央図書館からのお知らせ

6月16日(水)から7月11日(日)まで男女共同参画週間にあわせて、湯浅誠さんの本を展示します。ぜひ、足を運んでみてください。
☎047(475)3213



男女共同参画週間とは?

国は、互いの人権を尊重しつつ、喜びも責任も分かち合い、性別に関わりなく、その個性と能力を十分に発揮することができる「男女共同参画社会」を実現するために、平成11年6月23日に男女共同参画社会基本法を公布・施行しました。これにちなみ、毎年6月23日から29日を「男女共同参画週間」と定めています。本市でも、男女共同参画社会づくりおよび市の男女共同参画施策への理解促進を目的として、男女共同参画週間事業を実施しています。

6月は 土砂災害 防止月間

梅雨の時期は、まとまった雨が降り続く等、土砂災害が発生しやすくなります。被害を防ぐためには、一人ひとりが身を守るように備えておくことが重要です。

問 危機管理課

以下の事項に留意し、土砂災害(崖崩れ)に備えましょう!!

1 土砂災害(特別)警戒区域の位置を確認!

方法 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



- 内容
- ①土砂災害(特別)警戒区域の位置
 - ②自宅の位置(土砂災害(特別)警戒区域に入っているか)
 - ③自宅から避難所への経路(土砂災害(特別)警戒区域などの危険な場所を通らないように設定)

2 雨天時は避難情報や気象情報を取得!

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

土砂災害警戒情報が発表されたら 速やかに安全な場所まで移動してください

市の指定避難所に行くことだけが避難ではありません。自宅で安全が確保できる場合は、崖から離れた2階以上にある部屋や、親戚・知人宅などへの避難も検討しましょう。

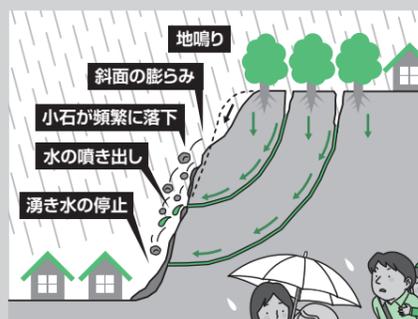
3 前兆現象に注意!

主な前兆現象

- 崖にひび割れができる
- 小石がバラバラと落ちてくる
- 崖から水が湧き出る
- 湧水が止まる。濁る
- 地鳴りがする

これらの現象が確認されたら、直ちにその場を離れ、危機管理課へご連絡ください。

崖崩れの前兆現象



6月1日から 市税等のスマートフォン決済が始まりました!

手数料無料 24時間 利用可能

スマートフォン決済アプリ(PayPay・LINE Pay)を利用して、市税等の納付ができるようになりました。納付書に印字されたコンビニ収納用バーコードをスマートフォンのアプリで読み取ることで、24時間いつでもご利用いただけます。ぜひご利用ください!

対象

- 個人市・県民税(普通徴収)
- 固定資産税・都市計画税
- 軽自動車税(種別割)
- 国民健康保険料(普通徴収)
- 介護保険料(普通徴収)
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収)

利用できるアプリ ● PayPay ● LINE Pay

ご用意いただくもの

- 納付書(バーコードが印字されているもの)
- インターネットを利用できるスマートフォン

注意事項

- 領収証書は発行できません。
- 納税証明書・納付済額証明書の発行には期間を要します。お急ぎが必要な場合は、納付書裏面に記載の金融機関またはコンビニエンスストアでの納付をお勧めします。
- ※特に**軽自動車税の納税証明書は継続検査(車検)で使用しますのでご注意ください。**
- 次の納付書は利用できません。
 - ・取扱期限が過ぎたもの
 - ・納付書1枚の金額が30万円を超えるもの
 - ・バーコードの印字がないもの
 - ・破損などでバーコードが読み取れないもの
- インターネット等の使用料・通信費などは利用者の負担となります。

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



ナラジド

市役所から

習志野市消防団ポンプ車操法大会の中止
6月6日(日)に予定しておりました「第53回習志野市消防団ポンプ車操法大会」は、新型コロナウイルス感染症対策のため、中止させていただきます。

消防総務課
☎047(452)1282

東京2020オリンピック・パラリンピック 聖火リレーの展示
6月11日(金)午前9時～4時30分
市役所1階展示スペース
総合政策課

市福祉問題審議会委員の募集
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 定1人
6月15日(火)(必着)までに郵送または持参で「地域における福祉へのかかわり」をテーマに1,200字程度にまとめたレポートおよび申込書(市ホームページ)

やめてください!!

注射針がごみ集積所に出されていました。医療系のごみは市では収集できませんので、ごみ集積所には絶対に出さないでください。処分の方法は、処方した医療機関または薬局に相談してください。

問 クリーンセンター 業務課
☎047(453)5374

お詫びと訂正
広報習志野5月15日号3ページに掲載しました「保険料の軽減判定所得の基準額が改正されました」について、「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」と記載しておりましたが、正しくは「65歳以上(前年の12月31日時点)で公的年金収入が125万円を超える人」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。 問 国保年金課

者同伴)
定10人(要事前申し込み)
持 双眼鏡(あれば)
…………… 上記共通 ……………

小学生バス体験学習会
地球環境・生命の不思議を通して命の大切さを学ぶ ※青少年補導委員連絡協議会主催
8月21日(出)午前8時30分～4時(雨天決行) 所 ふなばし三番瀬海浜公園(船橋市)、千葉ヒバリファーム(千葉市) 対 小学生(小学1～3年生は保護者同伴)
定30人(保護者10人) 持 昼食
¥小学生500円、保護者1,000円
申 7月21日(水)(消印有効)までに往復はがき(氏名・保護者氏名・学校名・学年・電話番号を記入)で〒275-8601 習志野市役所青少年センターへ

新習志野公民館から
〈生活悠々講座「コンディショニングストレッチ ピラティス」〉
コロナ禍で硬くなった身体をほぐし、疲れにくい身体づくりを目指す。
6月16日・30日各水曜日 午前10時～正午(全2回)
対 20歳以上 定 15人
持 ヨガマットまたはバスタオル、汗拭きタオル
〈ユースリーダー養成講座〉
小学生との交流活動の企画運営
6月19日(土) 午前10時～正午(全10回、2回目以降は要問い合わせ) 対 高校・大学生 定 10人 持 筆記用具
…………… 上記共通 ……………

谷津干潟自然観察センターから
〈「あの鳥なに?」がわかります! 野鳥手帳展〉
谷津干潟自然観察センター×文一総合出版コラボ企画展
かのうち 叶内拓哉さんの写真と水谷高英さんのイラスト原画や複製原画の展示
7月4日(日)まで
くぶらと観察会
「カルガモ親子をさがそう」
7月4日(日) 午前10時～正午 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

トヨタコミュニティコンサート「習志野フィルハーモニー管弦楽団第97回定期演奏会」
7月4日(日)午後2時～ 所 習志野文化ホール 定 737人 ¥ 高校生以下500円、一般1,000円
問 事務局 小野寺
☎047(454)8295

令和3年度から適用される主な税制改正

基礎控除・給与所得控除・公的年金等控除の主な改正

さまざまな形で働く人を応援し、「働き方改革」を後押しするため、給与所得控除・公的年金等控除の控除額が一律10万円引き下げられ、どのような所得にでも適用される基礎控除の控除額が10万円引き上げられます。

※給与所得と年金所得がある人は、公的年金等の控除のみが引き下げられます。
※合計所得金額が2,400万円を超えると、金額に応じて基礎控除額が引き下げられ、2,500万円を超えると適用されなくなります。

①収入の種類

- 給与
- 公的年金等
- フリーランス、請負、起業等による収入

②各収入に対する主な控除

- 給与所得控除 (10万円↓引き下げ)
- 公的年金等控除 (10万円↓引き下げ)
- 必要経費

③共通の控除

- 基礎控除等 (10万円↑引き上げ)

各控除から基礎控除に振り替え
すべての所得に対する基礎控除額が引き上げ

税額の主な計算方法
(①-②)-(③+その他控除) × 税率
所得 所得控除 課税標準額

ひとり親控除の創設

控除額 30万円

対象 子を持つひとり親で、次の要件を満たす人

- ひとり親である(事実婚関係にある人がいない)
- 生計を一にする子(総所得金額等が48万円以下)がいる
- 合計所得金額が500万円以下

※寡婦については引き続き「寡婦控除」が適用されますが、ひとり親控除と同様に所得制限(合計所得金額500万円以下)が設けられました(控除額26万円)。

詳細やその他の税制改正については、市民税課へ問い合わせ、または市ホームページをご覧ください。

習志野市 令和3年度 税制改正 検索

▲市ホームページ

令和2年分確定申告および令和3年度市民税・県民税の申告期限が延長されたことで、申告の内容が令和3年度市民税・県民税に反映できていない場合があります。

税額変更があれば、後日申告内容を反映した通知書をお送りいたしますので、ご了承ください。

皆さんの意見をお聞かせください

JR津田沼駅南口駅前広場地上部(一部除く)における再整備計画案

JR津田沼駅南口駅前広場の交通結節点としての機能向上を図るべく作成した再整備計画案です。多くの市民の皆様が利用する駅前広場のため、幅広くご意見を募集します。

計画案の公表方法

- 都市再生課(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 案に関する意見・住所・氏名を記入し、持参・郵送・FAXまたは市ホームページから送信のいずれかで都市再生課へ

提出期限 6月30日(必着)
※持参の場合は6月30日(水)午後5時まで

問い合わせ・提出先
〒275-8601 習志野市役所 都市再生課(市役所4階)
☎047(453)7374 〆047(453)9311

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

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(特に記載のないものは無料)

料理教室「手作り生地でピザパーティ♪」

2種のソースのにしいろピザ・マスカルポーネとフルーツのピザ(どちらも15×20cm、お持ち帰り)
 日 6月24日(木)午前10時30分～1時30分 所 新習志野公民館
 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) 費 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)
 申 6月9日(木)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
 047(493)8989

サマーキャンプ入門編

1日目:テント設営の実習とキャンプファイヤー 2日目:テント

撤収の実習と飯ごう炊さん(カレー作り) ※入門編のため宿泊室での就寝可
 日 7月17日(土)～18日(日)泊2日 所 富士吉田青年の家(山梨県)
 ※現地集合・解散
 対 市内在住・在勤・在学
 定 30人程度
 費 1人6,000円(乳幼児は食事の有無などで変動あり)
 持 洗面用具・寝間着・雨具・野山を歩ける服装と靴
 申 6月25日(金)(必着)までに、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(ちば電子申請サービスでも応募可)
 ☎0555(23)6853

成人向け講座「はじめての読み聞かせ講座」

日 6月26日(土)午前10時～11時 所 プラッツ習志野北館

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上 定 10人
 申 中央図書館(受付6月2日(水)～) ☎047(475)3213

オンライン講座

〈初級編「はじめてのオンライン会議～Zoomを体験してみよう～」〉
 日 6月25日(金)・27日(日)各日午前10時～11時
 〈中級編「Zoomのホスト機能～会議を主催してみよう～」〉
 日 6月25日(金)・27日(日)各日午後2時～3時、6月30日(水)午前10時～11時・午後2時～3時
 …… 上記共通 ……
 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通信制限なくZoomに接続可能な人(接続に不安がある人は要相談)
 定 各回10人
 申 6月23日(水)までに電話または、ちば電子申請サービスから協働政策課へ

MY TREE ペアレンツ・プログラム

子育てに苦しさを感している保護者への回復プログラム
 日 9月16日～令和4年1月27日 各木曜日正午～午後2時30分(全16回)
 所 実効コミュニティホール 定 10人
 申 子育て支援課

スポーツ

なぎなた教室

日 6月21日・28日 各月曜日午前11時～1時
 所 東部体育館 定 7人(初心者歓迎)
 費 400円
 持 運動ができる服装・タオル
 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 上石へ ☎047(476)3784

スポーツ振興協会から

〈秋津テニス交流会〉
 初心者・初級者でも気軽に参加できる交流大会(リーグ戦)
 日 7月2日(金)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)
 費 1組2,000円
 持 テニスシューズ・ラケット
 申 申込方法=協会へ電話または窓口(秋津テニスコートでも申し込み可)
 ☎047(452)6155

〈のびのびパークゴルフ教室〉
 クラブ・ボール貸し出しあり
 日 7月8日(木)午前9時30分～正午 所 茜浜パークゴルフ場
 対 小学生以上の初心者
 定 12人 費 小学生300円、一般500円(当日支払い)
 申 申込方法=協会へ電話または窓口
 …… 上記共通 ……
 申 スポーツ振興協会 ☎047(452)4380
 窓口受付:午前9時30分～ 電話受付:午前10時～

市バドミントン 夏季オープン大会

男子・女子ダブルス各1～3部、60～64歳の部、65歳以上の部
 日 7月11日(日)午前9時～
 所 袖ヶ浦体育館 定 100ペア200人
 費 市内在住・在勤・在学・在クラブ1人1,300円(小・中学生700円)、その他1人1,500円

(小・中学生800円)
 申 6月22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にて要問い合わせ)
 017narashino.badm@gmail.com

児童扶養手当と障害年金の併給調整が見直されました

子育て支援課

令和3年3月分から、障害年金を受給しているひとり親家庭等の人で、子の加算部分の額が児童扶養手当額を下回る場合は、その差額分を児童扶養手当として受給できるようになりました。

対象 障害年金を受給している児童扶養手当の支給要件を満たす人

支給開始月 申請の翌月分から

次に該当する人は6月30日(木)までに申請することで、3月分からの手当が受給できます。まだ申請が済んでいない人は、お急ぎください。
 ※7月1日以降に申請した場合、8月分からの受給となります。

対象 令和3年3月1日時点で手当の支給要件を満たしていた人

※詳しくは、子育て支援課にお問い合わせください。



親子で体験夏! 鹿野山少年自然の家

ザリガニ釣り・川遊び (雨天時:火おこし体験・ひねり竹とんぼ作り)

日時 ①7月29日(木) ②8月5日(木) 両日程とも 午前10時～午後4時

場所 市立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 各日4組(応募多数の場合は抽選)

費用 大人:600円程度 子ども:400円程度 (キャンプ場使用料、保険料 他)

持ち物 弁当、水筒、レジャーシート、濡れてもいい服(水着)、着替え、ウォーターシューズ・長靴など、マスク(着用)

申込方法 6月11日(金)(必着)までに、はがきに代表者の氏名・住所・電話番号・参加人数・参加者全員の年齢・希望日程(①②のいずれか)を記入し、鹿野山少年自然の家へ
 鹿野山少年自然の家 〒292-1155 君津市鹿野山常緑平731 ☎0439(37)2197



ラムサール条約登録湿地 谷津干潟に行こう!

豊かな自然が残る谷津干潟には多くの生きものが生息しています。シベリアやオーストラリアから渡ってくるシギやチドリ的重要な中継地であることから、平成5(1993)年6月10日に国内の湿地として初めてラムサール条約に登録されました。習志野市は登録日を記念して「谷津干潟の日」を制定し、「都市と自然との共生」を目指した保全活動を行っています。
 ※今年は「谷津干潟の日フェスタ」は開催しません。入館無料日も設けません。

6月10日は 谷津干潟の日



なるほど 習志野 6月号 問 広報課

知ってる!? 6月10日は谷津干潟の日
 平成9(1997)年から毎年行われてきた「谷津干潟の日」イベントの過去の映像や現在の谷津干潟の様子を、干潟の風景や生きものと共に紹介します。

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7～13日・21～27日 午後8時15分～(15分)
 ※火・木曜日は1日2回 午後0時15分から放送(15分)

観望センター上映会
 上映日時 6月10日(木)～20日(日) 午前10時～午後2時(随時上映)
 ※入館料が掛かります。

YouTubeでも 6月8日(火)より配信! 放送を見逃した人も視聴できます!



谷津干潟八景 やっつめぐり

谷津干潟の遊歩道(1周3.5km)に干潟の自然の見どころや歴史を紹介したパネルを設置します。スマートフォンで各パネルのマークを読み込んで、オリジナルフォトフレームをGet!!
 思わず写真を撮りたくなるフォトスポットもご紹介します。

期間 6月19日(土)まで
企画・運営 2021年度谷津干潟の日運営委員会

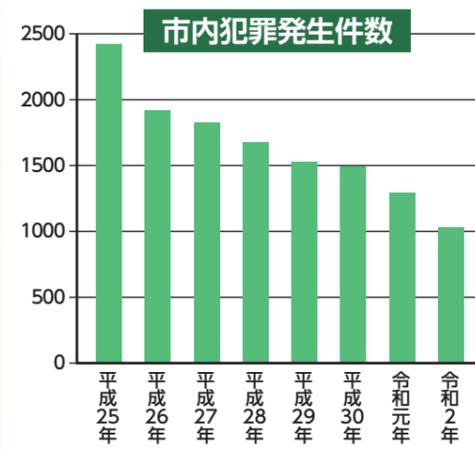


地域で支える安全で安心なまち 防犯活動を始めてみませんか? 問 防犯安全課

「安全で安心なまち習志野」を目指し、誰もが安心して暮らせる地域社会を実現するため、市内各町会などの自主防犯活動団体が防犯パトロール等の活動を行っています。自主防犯活動団体が増えることで、地域の人々の「見守る目」が増え、犯罪抑止に大きな効果をもたらします。

なお、令和2年の犯罪発生件数は、前年より268件減の1,036件となりました。活動していただける団体(原則1団体5人以上)には、パトロール等に必要の防犯物品の貸し出し等を行っています。皆さまのご参加、ご協力をよろしくお願いいたします。

防犯パトロール実施中

年	発生件数
平成25年	2400
平成26年	1900
平成27年	1800
平成28年	1650
平成29年	1500
平成30年	1450
令和元年	1300
令和2年	1036

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(特に記載のないものは無料)

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(特に記載のないものは無料)

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(特に記載のないものは無料)

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(特に記載のないものは無料) 持ち物 申し込み 問い合わせ

募集

北千葉広域水道企業団職員(地方公務員)

職種=①土木 ②電気 ③電気主任技術者(経験者)
採用予定=令和4年4月~
定①2人程度 ②3人程度 ③1人程度
※詳しくは企業団ホームページ参照

申北千葉広域水道企業団総務調整室
☎047(345)3211
URLhttp://www.kitachiba-water.or.jp/

相談

年金相談

社会保険労務士が応相談
日6月9日(水)午後1時~4時
所サンロード津田沼6階
問国保年金課

習志野商工会議所から

〈無料発明相談会〉
特許・意匠・商標など
日6月15日・7月20日各火曜
日午後1時~4時(1件1時間)
定3人(相談日の前日午前中まで)

でに要予約)
〈無料行政書士相談会〉
日6月18日・7月16日各金曜
日午後1時~4時(1件30分)
定6人(要予約)
……………上記共通……………
所申習志野商工会議所
☎047(452)6700

その他

医療受給者証の更新手続き
〈小児慢性特定疾病医療〉
手続き期間=6月10日(木)~7月29日(木)午前9時~正午(土・日曜、祝日を除く) ※6月は月~金曜日、7月は月・水・木曜日の受け付け
〈特定医療費(指定難病)〉
有効期間=①9月30日までの人 ②12月31日までの人
手続き期間=①7月1日(木)~30日(金) ②7月1日(木)~9月30日(木)
……………上記共通……………
所申申請手続きは、原則郵送(必着)で〒275-0012本大久保5-7-14習志野保健所(習志野健康福祉センター)へ
☎047(475)5153

健康麻雀
日6月2日(水)・15日(火)・18日(金) 午後1時~5時
所谷津公民館 ¥1日300円
問友雀 飯田
☎090(1455)7529
習志野シニアクラブ(名画鑑賞)
山田洋次の'14年監督作「小さいうち」
日6月6日(日)午後1時30分~4時
所袖ヶ浦公民館 ¥200円(学生無料、予約の方を優先)
問習志野シニアクラブ 仲野
☎090(4613)9851
大正琴 無料体験会
日6月12日・26日各土曜日午前9時30分~11時30分
所プラッツ習志野北館
問大正琴大久保アンサンブル 木村
☎047(474)0933

6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=17:18:28~30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あり
問習志野自衛隊第1空挺団広報室 ☎047(466)2141

6月は動物の正しい飼い方推進月間

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。
●飼っている動物の排せつ物は、飼い主が責任を持って処理しましょう。
●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、犬鑑札などを付けましょう。
●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。
※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。

- 猫を飼っている人は
●ふん尿や鳴き声などによるご近所トラブル防止や、迷子、交通事故、病気などの危険から猫を守るために屋内で飼いましょう。
- 犬を飼っている人は
●犬の放し飼いは禁止されています。散歩は犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。
●しつけや訓練をして、人に危害を加えたり、鳴き声などで近隣に迷惑を掛けないようにしましょう。

千葉県では「犬の正しい飼い方・しつけ方教室」を定期的に開催し、学校の授業や地元の勉強会などに講師の派遣を行っています。勉強会などの申し込みや問い合わせは千葉県動物愛護センター・同東葛飾支所までお願いします。

問 習志野保健所(習志野健康福祉センター) ☎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

移動図書館 きぼう号 巡回予定 6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	14:40~15:50	8・22(火)
袖ヶ浦1丁目マール津田沼	14:20~14:50	9・23(水)
谷津南小学校	15:10~16:20	
袖ヶ浦東小学校	14:40~15:50	10・24(木)
津田沼3丁目菊田ハイツ	14:20~14:50	11・25(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	12・26(土)
泉町3丁目公務員住宅	15:10~15:50	
藤崎小学校	14:30~15:40	1・15・29(火)
第五中学校正門前	14:20~14:50	2・16・30(水)
津田沼小学校	15:10~16:20	
鷺沼小学校	14:40~15:50	3・17(木)
習志野借生園	13:50~14:30	4・18(金)
実羽小学校	14:40~15:50	
谷津公民館	13:50~14:30	5・19(土)
京成津田沼駅前広場	14:50~15:40	
子どもセンター(鷺沼)	-	中止

雨天中止 問新習志野図書館 ☎047(453)3300

保健だより



申問 健康支援課

- 夜間・休日の当番医室内 ☎047(452)9900
- 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、祝日 午前9時~翌午前6時

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週前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、定期的を受診しましょう。

ママ・パパになるための学級(予約制)

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コース(1課は自己学習、2課は講義、3課は助産師によるZoom)
所保健会館
対妊娠5~8か月の妊婦とそのパートナー
定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または電話で相談に応じます。
対市内在住の妊婦とそのパートナー
申電話または、ちば電子申請サービスから送信

離乳食教室(予約制)

管理栄養士が離乳食を作る様子をお見せしながら、分かりやすくアドバイスします。

日程	時間	会場
6月10日(木)	午前10時30分~11時	プラッツ習志野南館
6月15日(火)	午前10時30分~11時	谷津コミュニティセンター
	午後1時45分~2時15分	

対市内在住の5~6か月児(第1子)と保護者(1人)
定各回9組
持母子健康手帳・抱っこひも・「離乳食のすすめ」冊子
★市ホームページで離乳食の作り方を動画で紹介しています。



4か月児健康相談

離乳食の進め方、発育・発達の確認など。対象者には郵送で通知します。

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。
★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)。
対1歳6か月児(令和元年11月生まれ) 3歳児(平成29年12月生まれ)

歯みがき教室(予約制)

歯科衛生士が口の中の観察をし、親子で歯みがき練習を行います。

日程	会場
6月24日(木)	プレーメン習志野(東習志野2-10-3)
6月29日(火)	保健会館

時間 午前10時・10時30分・11時
対市内在住の1~3歳児
持母子健康手帳・歯ブラシ・コップ・タオル

おとなのコーナー

食生活なんでも相談(予約制)

管理栄養士が相談に応じます。
日6月17日(木) 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

シニアお口の相談室(予約制)

歯科医師による健診・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

日程	会場
6月17日(木)	市役所1階
7月15日(木)	プラッツ習志野 北館

時間 午後1時30分・2時・2時30分
対65歳以上 定3回で10人
持歯ブラシ
申1週間前までに電話または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
FAX047(454)2030



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6月16日、7月7日・21日 各水曜日 午後1時30分~3時30分
所高齢者支援課(市役所1階)
対認知症の心配がある本人または家族
申1週間前までに高齢者支援課へ

リハビリテーション職による介護予防講座

認知症予防のための日常生活動作の工夫
日6月24日(木) 午前10時~11時30分
所市役所3階会議室、Zoomアプリ(各自パソコン・スマートフォン)
対市内在住の65歳以上
申6月22日(火)までに電話で高齢者支援課へ

コロナ禍でも「がん検診は重要」です!

あなたの命と大切な人の未来のために、年に1度はがん検診を受けましょう。安心、安全に受診していただくため、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています。
〈がん集団検診〉結核・肺がん検診、胃がん検診(バリウム検査) ※要事前予約
申込期間 8月2日(月)~9月2日(木)
〈がん個別検診〉上記以外の検診種目 ※医療機関に直接予約
受診期間 令和4年3月まで
詳しくは、対象者へ郵送した「令和3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。

習志野市がん検診

「禁煙週間」実施中

毎年5月31日~6月6日は禁煙週間です。普段、たばこを吸っている人も、この機会に禁煙に取り組んでみましょう。禁煙の相談は健康支援課または禁煙外来のある医療機関へ。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

習志野市 たばこ健康

食中毒が発生しやすい季節です

- ~食中毒を予防しよう!~
- ◆細菌をつけない(清潔、洗浄)
- ◆細菌を増やさない(迅速、冷却)
- ◆細菌をやっつける(加熱、殺菌)

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 R3.5.1時点 ※住民基本台帳に基づく
総人口…175,504人 (174,278人)
男…………87,417人 (86,734人)
女…………88,087人 (87,544人) ()内は世帯数…82,651世帯(81,065世帯) R2.5.1時点

マスク着用による熱中症に気を付けましょう!

気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高まります。
暑さに慣れていないこの時期は、よりいっそう注意しましょう。



こんな人は特に注意! ● 高齢者 ● 乳幼児 ● 持病のある人 ● 体調の悪い人

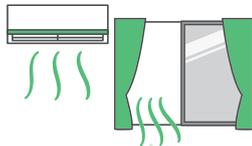
適宜マスクを外す

屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合には、適宜マスクを外し休憩しましょう。



上手に体温調節を

外出時は帽子や日傘を使用する、日陰を歩く等、直射日光を避けましょう。室内ではエアコンや扇風機などを活用しましょう。



エアコン使用时も換気扇や窓開放で換気を忘れずに

こまめに水分補給を

マスクを着用していると口の中の渇きを感じにくくなります。早めの水分補給を心掛けましょう。

大量に汗をかいたときは水分とあわせて塩分も補給しましょう。



日頃から健康管理を

体温測定など健康チェックをし、体調が悪いと感じたら無理せず休みましょう。

3食バランスの良い食事、十分な睡眠など、規則正しい生活を心掛けましょう。



発熱、せき、のどの痛みがあるときはまず電話で相談

発熱などの風邪症状がある場合は、
まずかかりつけ医か、自宅の近くにある医療機関に
電話で相談してください。

必ず電話を
してから受診



必ずマスクを
着用して受診



かかりつけ医がない等、相談先に困った場合は…

名称	電話番号	対応時間
千葉県発熱相談コールセンター	☎0570(200)139 ※4月1日から変更となりました	24時間対応(土・日曜、祝日含む)
習志野市役所 健康支援課	☎047(453)2923 FAX 047(454)2030	月～金曜日 午前9時～午後5時(祝日除く)
発熱相談医療機関	県ホームページで随時更新しています。 千葉県 熱があるときは <input type="button" value="検索"/>	

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。



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



Web広報紙 マチイロ

アプリに登録すると、
いつでもどこでも
「広報習志野」を
見ることが出来ます