

# 習志野

広報

NARASHINO

2021  
令和3年  
7/1  
No.1467

国民健康保険	2
介護保険制度	4
お知らせBOX	6
保健だより	11
16歳から64歳までの人へ ワクチン接種券を送付します	12

## 夏が来る 走りたくなる



### “まちの便利”が走り出します！

市民と来街者の便利さアップや地域の活性化を目的に、電動アシスト付き自転車の共同利用(シェアサイクル)事業が始まりました。利用料金は15分/70円～

問 総合政策課



◀使用方法や登録はコチラから



# みんなで支えあう 国民健康保険

問 国保年金課

国民健康保険(以下、国保)は、都道府県と市区町村で運営している公的医療保険です。職場の健康保険など他の公的医療保険に加入していない人は、国保に加入することになります。病気やけがの治療に掛かる医療費は、病院の窓口で支払う一部負担金や国・県からの補助金、そして加入者の保険料などによって支えられています。

## 国民健康保険被保険者証 新 7月中旬に納入通知書・新しい被保険者証が届きます

- 納入通知書 7月15日(木)発送
- 被保険者証 7月中旬、簡易書留(青い封筒)にて発送

留守などで受け取ることが出来なかった場合は、7月末までは郵便局で保管されます。その後の受け取りは、国保年金課までお問い合わせください。

◆ 限度額適用認定証など  
「限度額適用認定証」などの更新は、改めて国保年金課窓口(市役所GF)で申請が必要です。必要な人は、新しい被保険者証と印鑑をご持参ください。※申請した月からの適用となります。

市ホームページに詳細を掲載しています。 [習志野市 高額療養費 検索](#)

## 加入・脱退の手続き

手続きは自動的にには行われません。ご自身での手続きが必要です。

### ◆ 加入・脱退の手続きはお早めに!

保険料は届出日ではなく、加入日(加入の事実が発生した日)にさかのぼって発生します。

### ◆ こんな時は手続きが必要です

- 加入
- 他の市区町村から転入してきたとき
  - 職場の健康保険をやめたとき(退職や扶養家族から外れたとき)
  - 生活保護を受けなくなったとき
  - 子どもが生まれたとき

- 脱退
- 他の市区町村へ転出するとき
  - 職場の健康保険に入ったとき(就職や扶養家族になったとき)
  - 生活保護を受けるようになったとき
  - 国保加入者が死亡したとき

## 国民健康保険料について

保険料は、①医療分、②支援金分、③介護分\*1の3つに区分されています。それぞれ、前年の所得\*2に保険料率をかけて算出する所得割の他、均等割、平等割(医療分のみ)があり、その合算したものが世帯の年間保険料となります。

\*1 40歳~64歳の国保加入者のみに課されます。

\*2 所得とは前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式等・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から基礎控除額(43万円)を控除した額です(ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません)。合計所得金額によって基礎控除額が異なります(住民税の基礎控除額をご確認ください)。

市ホームページに詳細を掲載しています。 [習志野市 国保料試算 検索](#)

### ◆ 所得の申告をお願いします

保険料は前年の所得をもとに計算します。まだ所得の申告をしていない場合は、令和3年1月1日に住んでいた市区町村で申告を済ませ、国保年金課までお知らせください。

※収入のない人も、申告によって医療費の自己負担限度額や保険料が軽減される場合があります。

## 支払い方法

### ◆ 口座振替・納付書による支払い(普通徴収)

12カ月分(令和3年4月から令和4年3月)の保険料を、9回(7月から翌年3月)に分けてお支払いいただきます。

保険料の納付は原則「口座振替」です。1回の手続きで各期の納期限に口座から引き落とします。

申込方法の問い合わせ 税制課または国保年金課

納付書による支払いは、納付書裏面に記載の金融機関・コンビニエンスストア窓口の他、以下の方法でも可能です(バーコード記載がない納付書などや取扱期限の過ぎたものを除く)。

- ペイジー対応の金融機関ATM
- ペイジー対応のインターネット(モバイル)バンキング
- スマートフォンアプリ(PayPay、LINE Pay)

対象 特別徴収となる世帯以外

### ◆ 年金天引きによる支払い(特別徴収)

年間の保険料を年金支給月(年6回)に分けてお支払いいただきます。

※特別徴収を中止し、口座振替での支払いに変更できる場合があります(納付書での支払い不可)。希望する場合は、国保年金課までお問い合わせください。

対象 次のすべての条件に該当する世帯

- ①世帯主が国保の被保険者
- ②世帯内の国保の被保険者全員が65歳以上75歳未満(年度の途中で75歳になる世帯主は普通徴収)
- ③特別徴収の対象となる年金の年額が18万円以上
- ④介護保険料が年金から特別徴収されていて、介護保険料と国民健康保険料の合算額が特別徴収対象年金受給額の1/2を超えていない

## 国民健康保険料(介護分)と介護保険料

### ◆ 40歳以上64歳以下

加入している健康保険の保険料の一部として負担しています。

本市では40歳になった翌月(1日生まれは誕生月)に保険料の変更通知を送付します。

### ◆ 65歳以上

各個人が直接、介護保険料をお支払いいただきます。年度途中で65歳になる人の国民健康保険料(介護分)は、あらかじめ65歳の誕生月の前月分まで(1日生まれは誕生月の前々月まで)を計算し、各納期に分けてお支払いいただきます。

## 75歳からは後期高齢者医療保険料になります

● 75歳の誕生月の前月分まで → 国民健康保険料(月割で計算)

● 75歳の誕生月分からは → 後期高齢者医療保険料

※保険料が二重に計算されることはありません。

## 非自発的失業者に対する軽減

「倒産・解雇などによる離職」や「雇止めなどによる離職」をされた人は、保険料が軽減される場合があります。軽減を受けるには、公共職業安定所(ハローワーク)から発行される「雇用保険受給資格者証」の提示と届け出が必要になります。

※雇用保険受給資格者証の離職理由コード番号により対象外になる場合があります。

届出時に必要なもの 雇用保険受給資格者証・保険証・認印

## 保険料のお支払いが困難なとき

病気や災害などにより世帯の収入や生活状況が著しく悪化し、保険料の支払いが困難な場合、納付および減免申請の相談ができます。また、新型コロナウイルス感染症の影響で、収入が著しく下がり保険料の納付が困難になった人は、猶予や減免が認められる場合があります。

どちらも申請には期限があります。お早めにご相談ください。

市ホームページに詳細を掲載しています。 [習志野市 国保 減免 検索](#)

- 納付に関する相談………税制課
- 減免申請に関する相談………国保年金課

## 年金コーナー

### 日本年金機構からのお知らせです

日本にお住まいの20歳以上の人は国民年金に加入し、保険料を納付する必要があります。国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続き等を分かりやすく動画でご案内しています。

● 国民年金の加入と保険料のご案内

URL <https://www.nenkin.go.jp/tokusetsu/20kanyu.html>



# 老後を安心して 介護保険制度のしくみ

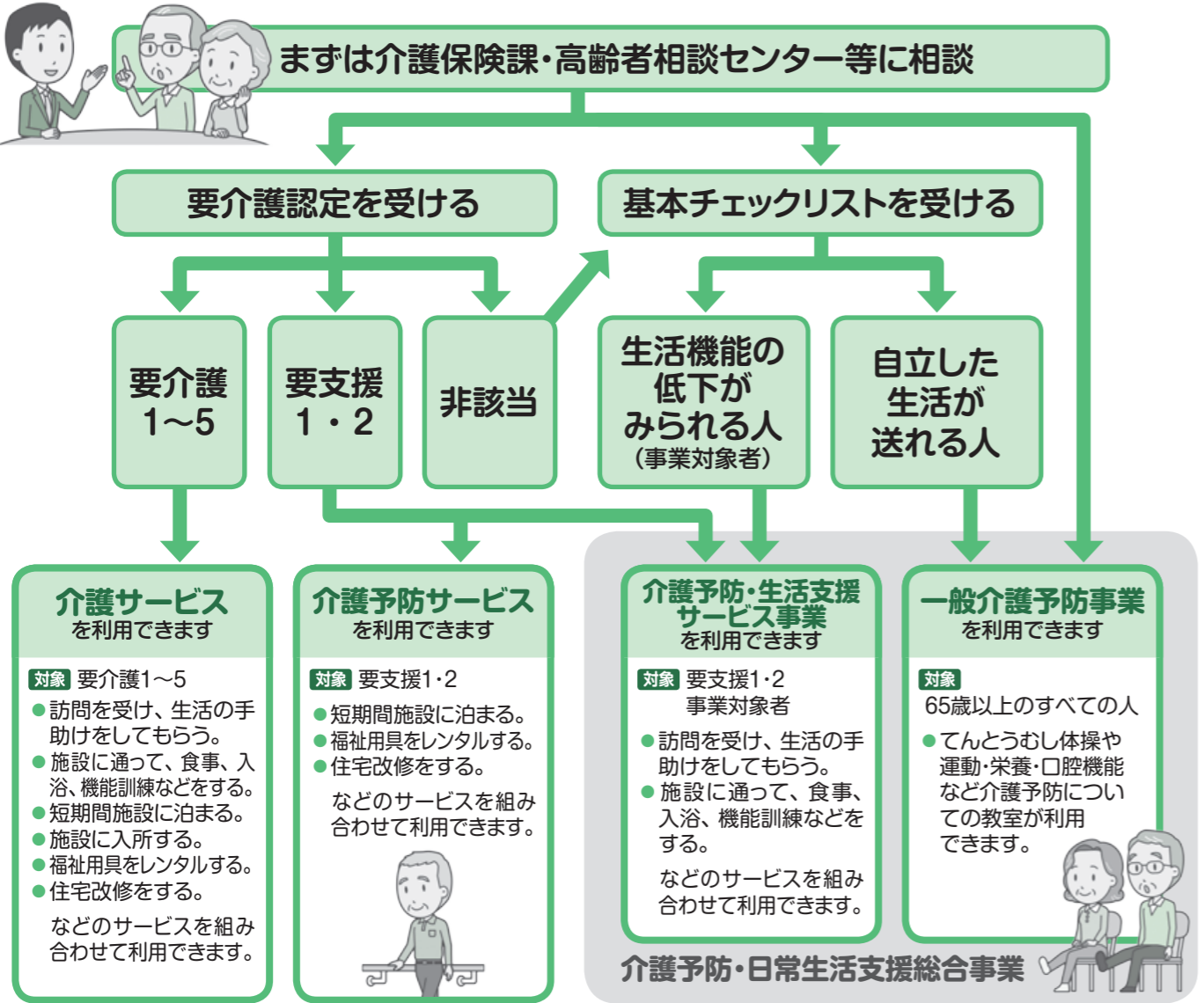
介護保険は40歳以上の全員が加入して、高齢者の暮らしを地域ぐるみで支える制度です。

日常生活に支援が必要になったとき、また介護予防に取り組みたいときは、介護サービスや介護予防事業などを利用することができます。必要な支援の度合いによって利用できるサービスは異なります。



問 介護保険課・高齢者支援課

## 介護保険サービス利用までの流れ



## 高齢者相談センター(地域包括支援センター)

高齢者相談センターは高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活を送るための身近な相談窓口です。まずは何でも気軽にご相談ください。

名称	電話番号	FAX	担当地区
谷津 高齢者相談センター	047(470)3177	047(472)0188	谷津・谷津町・奏の杜
秋津 高齢者相談センター	047(408)0030	047(451)1113	袖ヶ浦・秋津・香澄・茜浜・芝園
津田沼・鷺沼 高齢者相談センター	047(408)1600	047(408)1610	津田沼・鷺沼・鷺沼台・藤崎
屋敷 高齢者相談センター	047(409)7798	047(409)7793	屋敷・花咲・大久保・泉町・本大久保
東習志野 高齢者相談センター	047(470)0611	047(470)0612	実籾・実籾本郷・新栄・東習志野

※習志野市が社会福祉法人に業務を委託し運営している公的な機関です。

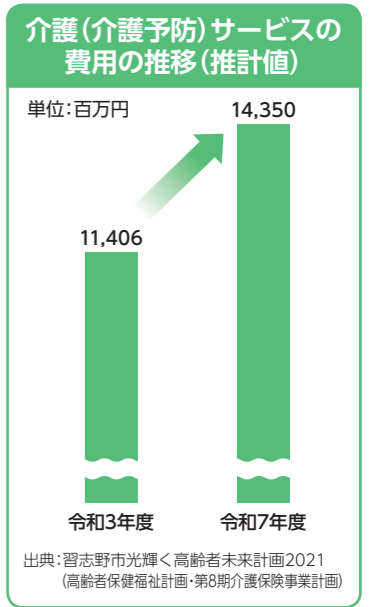
## 介護保険制度と介護保険料

### ■ 増え続ける高齢者人口

令和3年4月末現在、習志野市の65歳以上の人口は4万1,058人です。人口推計によると、高齢者人口とその割合は増え続けます。

### ■ 介護(介護予防)サービスの費用の状況

利用者の増加に伴い介護(介護予防)サービスの費用は増加しており、令和3年度は114億600万円ですが、団塊の世代が75歳以上となる令和7年には143億5,000万円になると見込んでいます。



### ■ 介護保険料

介護保険サービスに掛かる費用は、40歳以上の人々が納める介護保険料と公費(税金)によって賄われています。40歳から64歳までの人の介護保険料は、加入している健康保険によって算定方法が異なり、それぞれの健康保険料と合わせて徴収されます。65歳以上の人の介護保険料は、3年ごとに市が策定する介護保険事業計画で下記のように決定します。

$$\text{習志野市に必要な介護保険サービスの総費用} \times \text{65歳以上の人の負担分 23\%} \div \text{習志野市に住む65歳以上の人数} = \text{65歳以上の人の習志野市の基準額 64,570円(年額)}$$

令和3年度の保険料の決定通知書は、7月12日(月)に発送予定です。



### ■ 令和3年度の介護保険料

所得段階	対象者	基準額に対する割合	保険料(年額)		
1	本人が市町村民税非課税	生活保護受給者	×0.27 ※17,430円		
				老齢福祉年金受給者	
	世帯全員が市町村民税非課税	80万円以下	×0.40	※25,830円	
		80万円超120万円以下	×0.67	※43,260円	
		120万円超	×0.90	58,110円	
2	本人が市町村民税課税	世帯員に市町村民税課税者がいる	80万円以下	×0.90	58,110円
			80万円超	基準額	64,570円
			120万円未満	×1.10	71,030円
			120万円以上200万円未満	×1.30	83,940円
			200万円以上300万円未満	×1.50	96,860円
			300万円以上400万円未満	×1.65	106,540円
			400万円以上500万円未満	×1.80	116,230円
			500万円以上600万円未満	×1.90	122,680円
			600万円以上700万円未満	×2.00	129,140円
			700万円以上800万円未満	×2.15	138,830円
			800万円以上1,000万円未満	×2.30	148,510円
3	本人が市町村民税課税	前年の合計所得金額が右の金額に該当する人	1,000万円以上1,500万円未満	×2.45	158,200円
			1,500万円以上	×2.50	161,430円

※消費税の一部を財源として、第1段階から第3段階までの人の保険料が軽減されています。

新型コロナウイルス感染症の影響による収入減少や災害などの特別な事情で保険料を納めることが難しくなった場合は、一定の要件のもと、保険料が減免される場合があります。詳しくは介護保険課にお問い合わせください。

健康で充実した毎日のために 介護予防に 取り組みましょう!



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・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

# 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

### 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!の答え

広報習志野6月1日号4ページで実施したクイズの答えです。今回の応募者数は728人でした。たくさんのご応募ありがとうございました。

- 第1問=リサイクル
- 第2問=B

問環境政策課

### インターネット公売の実施

市税などの滞納により差し押さえた財産のインターネット公売  
申込期間=7月8日(休)午後1時~7月28日(休)午後11時  
入札期間=8月3日(火)午後1時~8月10日(火)午後1時

詳しくは市ホームページをご覧ください  
ただかお問い合わせください。

問債権管理課

### 固定資産税の軽減措置 ~住宅の建て替え特例~

令和4年1月1日時点において、住宅用地として利用している土地は、令和4年度分の固定資産税・都市計画税を軽減する特例措置の対象となります。一時的に建て替え中の場合は、一定の要件を満たすことで対象となりますのでお問い合わせください(住宅が存在しもしくは取り壊し中の場合は適用外)。

問資産税課

### 小学校の調理員の募集

小学校の給食調理業務に携わる調理員(会計年度任用職員)を募集しています。

勤務時間=午前7時50分~4時の  
範囲内で週35時間以内(週5日)  
勤務場所=大久保小学校  
時給=1,014~1,111円  
雇用期間=令和4年3月31日まで  
問学校教育課

## 講座・催し

### リサイクル体験教室

〈ガラス細工〉  
ガラスのかけらを溶かしてアクセサリー等を作成  
日7月9日(金)午前9時45分~  
正午 市内在住の18歳以上(申し込みは1回につき1人に限る)定6人  
〈紙すき〉  
牛乳パックを材料に紙すきをしてお皿や、はがきを作成  
日7月15日(休)午前9時45分~  
正午 市内在住の18歳以上(申し込みは1回につき1人に限る)定6人  
〈親子紙すき〉  
日7月28日(休)午前9時45分~

正午 市内在住の小学生とその保護者(申し込みは1回につき1組に限る)  
定親子3組(6人)  
……………上記共通……………  
所申リサイクルプラザ(受付7月1日(休)午前9時~)  
☎047(453)0530

### 歴史探訪講座「藩社会における執務規則」

蘭宿藩の生活と仕事を事例に藩社会の実像に迫る  
日7月14日(水)午後1時30分~3時 所 プラッツ習志野北館  
市内在住定40人  
所申中央公民館(受付7月2日(金)午前9時~)  
☎047(455)3517

### 精神障がい者の家族の集い

「精神障害者家族 対話と交流の会」  
日7月22日(木)午後1時30分~4時 所 プラッツ習志野北館  
市内在住定40人  
所申習志野八千代心の健康を守る会 渡邊  
☎047(453)6760

## ネット NET119緊急通報システムを知っていますか?

問 消防本部警防課 ☎047(452)1212

消防本部では、火事や救急などの緊急時に聴覚や言語機能に障がいがある人が119番通報できる「NET119緊急通報システム」を導入しています。

### NET119緊急通報システムとは

聴覚や言語機能の障がい等により音声通話の困難な人が、インターネットに接続可能なスマートフォンや携帯電話などで、チャット形式の電子文字により画面上で119番通報できるシステムです。

利用は事前登録制となりますので、登録を希望する人は、警防課へお申し込みください。

利用対象者 次の①~③のすべてに該当する人

- ①聴覚や言語機能の障がい等により音声通話が困難
- ②市内在住の中学生以上
- ③対応しているスマートフォンや携帯電話などを所持している

※身体障害者手帳の取得の必要はなくなりました。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。→



### ミツバチのひみつ「公園で暮らすミツバチを探そう」

日7月23日(金祝)、8月3日(火)午前10時~正午(雨天決行)  
対小学3年生以上(小学生は保護者同伴)定各日15人  
¥1人1,800円(別途入館料)  
※谷津干潟公園産ハチミツ付き  
持長袖・帽子・タオル  
所申谷津干潟自然観察センター(受付7月2日(金)~)  
☎047(454)8416

### ~榎谷周一郎シェフに習う! 親子料理教室~

ガトーショコラ(メニューは変更の場合あり)  
日所中央公民館=7月28日(水)午前10時30分~1時30分

谷津コミュニティセンター=8月26日(木)午前10時30分~1時30分  
対企業局のガス・水道供給エリア在住の小学生とその保護者  
定各日4組(8人)※申し込み多数の場合抽選¥1組500円  
持エプロン・三角巾・ハンドタオル・筆記用具・マスク(必須)  
申7月9日(金)までに市ホームページから送信、電話またはFAX(開催日(両日)申し込み不可)・住所・氏名・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

### 旧鶴田家住宅おはなし会

図書館職員による絵本の読み聞かせ  
日7月28日(水)午前10時30分~11時 所 旧鶴田家住宅

対5歳~小学3年生(未就学児は保護者同伴)定15人程度  
持水筒(水またはお茶)  
申社会教育課(受付7月1日(木)午前9時~)

## 市税や各種保険料は納期限内に納めましょう

問 税制課

納期限内に納付がない場合は、督促状の送付や延滞金が加算されます。納付ができない特別な事情がある場合は、納付猶予制度のご案内や納付相談を行っていますので、お早めにご連絡ください。  
なお、連絡・相談もなく滞納となった場合は法令に則り、財産(不動産・給与・預貯金など)を差し押さえる等の滞納処分を執行しています。

## こどもセンターへ行こう!

問 子育て支援課

親子で自由に遊び、交流できる場です。子育てに関する相談なども行っています。

※現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、時間や人数の制限を設けて予約制で運営しています。



- 利用時間 ①午前9時~11時30分
- ②午後1時~3時30分

利用できる人 市内在住の就学前の乳幼児と保護者(きらっ子ルームは主に0歳から3歳児)

予約期間 利用希望日の前の週  
※当日は空きがあった場合に限り、当日予約で利用可。

予約方法 各施設に電話でご連絡ください。

場所	所在地	電話(予約先)	休所日
習志野市こどもセンター(鷺沼) ※園庭のみの利用は予約不要ですが、人数制限および熱中症予防などにより中止の場合があります。	鷺沼1-8-24	047(452)3711	
東習志野こども園こどもセンター	東習志野3-4-1	047(477)0840	日曜・祝日、年末年始
杉の子こども園こどもセンター	本大久保2-3-15	047(455)5002	
袖ヶ浦こども園こどもセンター	袖ヶ浦2-5-3	047(408)0582	
新習志野こども園こどもセンター	香澄4-6-1	047(451)3011	
大久保こども園こどもセンター	泉町3-2-1	047(478)6690	火曜・祝日、年末年始
きらっ子ルームやつ	谷津5-5-3	047(475)5544	

## 子育て世帯の皆さんへ ~医療費助成のご案内~

問 子育て支援課

### 「子ども医療費助成受給券」をお持ちの人へ

本市では、市内在住の0歳から中学3年生までのお子さんを対象に、子ども医療費助成受給券を交付しています。受給券は、毎年8月に新しいものに切り替わり(自動更新)、7月末までに郵送しますので、新たに手続きをする必要はありません。

なお、上記の受給対象者で現在受給券をお持ちでない場合は、交付申請が必要です。

※本市で保護者の課税情報を確認できない場合(令和3年1月2日以降に本市に転入した、市外に在住している場合など)、原則としてマイナンバーにより他市区町村から課税情報を取得しますので、ご承知おきください。

### 「ひとり親家庭等医療費等助成受給資格」を更新しましょう

令和2年度に助成を受けていた人が、令和3年度も引き続き助成を受ける場合は、受給資格の更新手続きが必要です(児童扶養手当受給者を除く)。必ず期間内に手続きをしてください。

なお、期間内に提出がない場合、令和3年11月以降の医療費の助成を受けられませんのでご注意ください。

書類送付 7月下旬(対象者のみ)

手続き期間 8月1日(日)~10月31日(日)(消印有効)

提出先 子育て支援課(郵送可)



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

### 中高生向け講座「エンタメ・コンテンツ業界を知ろう!~ライトノベル、アニメ・ゲームのおもしろさと仕事にする方法~」

日 8月1日(日)午前10時~正午(9時45分開場)  
所 プラッツ習志野北館  
対 中学生以上 定20人

受付開始日 = 中学・高校生7月2日(金)午前9時~、大学生以上7月9日(金)午前9時~  
申 中央図書館  
☎047(475)3213

### Zoom オンラインパソコン入門講習

日 8月5日(休)午前9時30分~11時30分、8月13日・20日・27日各金曜日 午後1時15分~5時  
所 初回はプラッツ習志野北館、以降は各自宅 定10人  
¥3,000円(再受講割引あり)  
持 パソコン(貸し出しなし)

日 7月30日(金)(必着)までに、はがき(住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・PCメールアドレスを記入)で〒275-0001 東習志野2-18-11-1012市民カレッジPC委員会 西田へ  
☎047(479)7245

### 人形劇団むすび座による大型人形劇「オズのまほうつかい」

日 8月21日(出)午後1時30分~3時(午後1時開場) 所 習志野文化ホール 対 3歳以上 定500人  
¥子ども1,700円、大人2,200円(当日券各500円増し)  
日 NPO法人 ならしの子ども劇場  
☎047(451)3676

## スポーツ

あかね杯パークゴルフ大会  
日 7月30日(金)午前9時~(受付

午前8時30分~  
定72人 ¥1,000円  
持 クラブ・ボール  
所 申 茜浜パークゴルフ場  
☎047(453)7666

### 習志野クライミングフェスタ2021

2種目のゲームクライミング  
日 8月8日(日)午前9時~4時  
所 東部体育館  
対 小学生以上  
定 80人 ¥小・中・高校生500円、大人1,000円(当日支払い)  
持 室内シューズ  
日 8月1日(日)までに所定の申込書に記入しFAXまたはメール

で市山岳協会クライミング委員会 吉野時男(ヨシキスポーツ内)へ  
☎047(470)8090  
☎047(471)5883  
✉yoshiki@yoshiki-p2.com

### クラブ対抗テニス大会

一般の部 = 1チーム15人以内 5組対抗戦(①ペア合計80歳以上 ②女子 ③一般No.2 ④ミックス ⑤一般No.1)  
シニアの部 = 1チーム6人3組対抗戦・男子の部は60歳以上、女子の部は50歳以上(①シニアNo.3 ②シニアNo.2 ③シニアNo.1)

## 木造住宅の無料耐震診断や耐震改修の助成を行っています! 建築指導課 募集中

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みませんか。

### 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 次の要件を全て満たすもの  
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  
③2階建て以下の木造住宅(特殊な認定工法は除く)  
場所 診断対象となる住宅  
日程 申し込み後、日時を調整します  
持ち物 建築物の図面(用意できない場合は応相談)  
予定棟数 20棟(先着順)  
受付期間 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

### 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 令和4年1月21日(金)まで  
補助割合 耐震診断に要する費用の2/3(上限8万円)  
●木造住宅耐震改修費の助成  
受付期間 12月10日(金)まで(令和4年2月15日(火)までに工事が完了するものに限り)ます  
補助割合 耐震改修工事費(設計費、監理費含む)の4/5(上限100万円)

詳しくは、建築指導課までお問い合わせください。

日 8月22日・29日各日曜日(予備日9月18日・19日)  
所 秋津・袖ヶ浦・実籾テニスコート  
対 連盟加盟クラブチームまたは半数以上が市内在住・在勤・在学・ふるさと選手・市連盟クラブ員で構成されている一般参加チーム  
¥シニア = 1チーム4,000円、一般 = 1チーム7,000円  
日 7月23日(金)までに市テニス連盟ホームページから送信  
✉tennisnarashino@gmail.com

### スポーツクライミングカード取得者練習会

日 8月1日(日)午前9時~正午  
所 東部体育館  
対 カード取得済みの小学生以上(小学生は保護者も要参加)  
定 25人  
¥1,000円  
持 動きやすい服装  
日 スポーツ振興協会ホームページから送信  
☎047(452)4380  
URL http://sposhin.org/

## LGBT講座 はじめて学ぶLGBT基礎講座

問 男女共同参画センター ☎047(453)9307

「多様な性(LGBT)」を知っていますか? 子どもの服の好みや遊び方と性別との間に違和感がある、友達や職場仲間のカミングアウト等、当事者や家族の困りごとから、相談窓口まで、情報満載の基礎講座です。まずは正しく知ることから始めましょう。

講師 レインボー千葉の会  
日時 7月24日(土)・27日(火) 各日午前10時~11時  
※両日とも同一内容の講座のため、どちらか選んでお申し込みください。  
※講演後、会場参加の人を対象に個別相談を受け付けます。  
対象 市内在住・在勤・在学者(参加費・保育無料)  
会場 サンロード津田沼6階大会議室  
参加方法  
①会場 サンロード津田沼6階大会議室(定員20人)  
②オンライン(Zoom)(定員50人)  
※①・②ともに先着順  
保育 要予約 対象:満6カ月~小学3年生 定員:5人  
申込方法 7月19日(月)までに、  
①ちば電子申請サービスから送信 →  
②参加申込書(市ホームページに掲載)に記入し、FAXで男女共同参画センターへ FAX 047(453)9327

### 多様な性(LGBT)を正しく理解しましょう

セクシュアリティ(性のあり方)は次の3つの要素の組み合わせにより、一人ひとり異なります。

セクシュアリティ = からだの性 × こころの性 × 好きになる性

偏見や差別を恐れ、本当の自分を誰にも言えず、生きづらさを感じている人がいます。理解の輪を広げ、誰もが生きやすい社会を目指しましょう。

## 募集

### 千葉いのちの電話ボランティア相談員

研修期間 = 10月~令和5年3月  
対 20歳以上(令和3年4月1日時点)で基礎研修講座に出席できる人(資格・経験不問)  
日 9月17日(金)(消印有効)までに所定の応募用紙(千葉いのちの電話ホームページ掲載)を郵送で〒260-0012 千葉市中

中央区本町3-1-16社会福祉法人千葉いのちの電話事務局へ  
☎043(222)4416

## 相談

### 年金相談

社会保険労務士が応相談  
日 7月14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

## プラッツ習志野 platz narashino city

イベント&教室情報 7~9月

### 「市民ホール」オススメ情報

月日	催し物	開演時間・料金
7(土)	ボーダレス 熱々コンサート 出演者: 向江陽子(ボーカル)、宮野下シリュウ(マリンバ)、伊藤辰哉(ピアノ)	14:00 全席自由 一般 3,000円 学生 1,500円
8(日)	バックステージツアー 市民ホールの舞台裏を探索してみよう! 対象: 小学3~6年生とその保護者 定員: 各15組	13:00/15:00 親子ペア500円 子ども1人追加につき500円
4(土)	社会人落語「第2回プラッツ習志野de落語きき亭」 出演者: かたばみ亭安芸、三崎家桜の輔、墨亭右柳、るつきく、料亭彦柳	14:00 全席自由 一般 500円
9(土)	メゾソプラノと弦楽四重奏で奏でる愛の調べ 出演者: 錦織まりあ(メゾソプラノ)、鈴木花織(ピアノ)、澤田和慶(ヴァイオリン)、竹中勇人(ヴァイオリン)、高橋正人(ヴィオラ)、多田麗王(チェロ)	14:00 全席自由 一般 3,500円 学生 1,500円
19(日)	「第2回歌うま大会」参加説明会 予選: 10月9日(土)、11日(月)、12日(火) 本選: 11月3日(水) ※7月15日(日)10:00~受付開始	14:00 4,500円 (大会参加費)

※開催状況についてはホームページをご確認ください。

### 7月からの「教室&スポーツ」オススメ情報

月日	教室名	対象	時間	参加費	定員
12月	フラワーアレンジメント教室	一般	10:30	2,500円	20人
	子どもアート教室	小学生以下	14:00	3,000円	12人
7(土)	メンタル教室 ①保護者向け ②子ども向け	①一般 ②小学4~6年生	①10:30 ②13:30	1,200円	各20人
26日	浴衣着付けエンジョイレッスン ママと子どもが絵本を楽しむ教室	一般	10:00	1,000円	8人

曜日	教室名	対象	時間	参加費	定員
金	体操スクール	年中~小学6年生	15:30 16:35 17:40	6,930円(月額) 入会金3,850円 ※兄弟姉妹割引あり	各20人 (体験無料)
土	キッズバレエスクール	小学1~6年生	10:40 11:50	7,000円(月額) ※体験1回900円	12人
月	フラダンススクール	一般	11:50	7,000円(月額) ※体験1回900円	12人
日	バドミントンスクール	一般	15:00	7,000円(月額) ※体験1回1,500円	20人

フューチャーセンター  
●新・はじめる講座 ●プレーパーク@プラッツ習志野  
●ヒトコマ雑貨市(市民作家さん(出品者)募集中!)

問 プラッツ習志野 ☎047(476)3213  
〒275-0012 習志野市本大久保3-8-19  
※体操スクール・サッカースクールのお問い合わせ ☎048(886)6511



### ちば障害者等用駐車区画利用証制度がスタートしました

公共施設や商業施設などに設置されている「障害者等用駐車区画」の適正利用を図り、歩行が困難な人が同区画を利用しやすくなるよう、利用証を交付する制度が7月からスタートしました。

制度の内容、具体的な基準、申請方法は、県または市役所各担当課にお問い合わせください。

**利用対象者**  
日常生活において、障がい等を理由に歩行が困難であると認められる人  
(例) 障がいのある人、要介護認定者、難病患者、妊産婦 など

**問い合わせ・申請方法**

利用対象者	問い合わせ	申請方法
すべて	県 健康福祉指導課 ☎043(223)3924	郵送のみ
障がいのある人、けが人	市 障がい福祉課	各窓口のみ
難病患者		
要介護認定者		
妊産婦	健康支援課	

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

習志野商工会議所から
〈無料行政書士相談会〉
遺言書・各種許認可など
日 7月16日、9月17日各金曜
日午後1時～4時(1件30分)
定 6人(要予約)
〈無料発明相談会〉
特許・意匠・商標など
日 7月20日、8月17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
でに要予約)
………上記共通………
所申 習志野商工会議所
☎047(452)6700

その他
医療費助成受給者証の
更新手続き
〈小児慢性特定疾病医療〉
手続き期間=7月29日(木)まで各日
午前9時～正午(受付 月・水・木曜日)
〈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
令和元年房総半島台風で
ご自宅に被害を受けた人へ
住宅金融支援機構では、災害復
興住宅融資を受け付けています。
申込受付期間は、り災日より2年
間となっており、締め切りが迫っ
ています。詳しくはお客様コー
ルセンター(災害専用ダイヤ
ル)へお問い合わせください。
問 住宅金融支援機構
☎0120(086)353
(お客様コールセンター)

なるほど 習志野 7月号
完成!新消防庁舎
のヒミツ
J:COMチャンネル(船橋・習志野
エリア)【地デジ11ch】で放送中!
7月5~11日・19~25日
午後8時15分~(15分)
※火・木曜日は1日2回
午後0時15分からも放送(15分)
YouTubeでも
ご覧いただけます!

保健だより
はらしの健康マイレージ
お急ぎイベント
申開
健康
支援課

- 夜間・休日の当番医案内
☎047(452)9900
●何でも急病電話相談 ☎#8000
毎日 午後7時～翌午前6時
●ちば救急医療ネット
●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。

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(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。
★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。ご活用ください。

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)。
日 1歳6か月児(令和元年12月生まれ)
3歳児(平成30年1月生まれ)

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え
しながら、分かりやすくアドバイスします。

日程 時間 会場
7月 8日(木) 午前10時30分～11時 プラッツ習志野南館
7月14日(水) 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
すすめ方』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。
ご活用ください。

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

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
7月28日(水) 保健会館
7月30日(金) プレーメン習志野
(東習志野2-10-3)

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

予防接種を受けましょう
持 予診票・母子健康手帳
〈麻しん風しん(MR)第2期〉
定期予防接種として接種できるのは令和
4年3月31日までです。
対 平成27年4月2日～平成28年4月1日生
※他にも受け忘れがないか母子健康手
帳で確認してください。
※予診票をお持ちでない人は、事前に予
診票を健康支援課窓口またはお近くの
ヘルスステーションで受け取る必要が
あります。

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 7月13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

特定健康診査・後期高齢者健康診査
～コロナ禍でも、毎年健康診査を受けましょ～
実施期間 令和4年3月31日まで
所 市内実施医療機関
対 40歳以上の習志野市国民健康保険・
後期高齢者医療制度加入者
持 受診券・健康保険証
※対象者には、5月末に受診券を送付し
ています。受診券の再発行や、年度途
中で国民健康保険に加入した人はお
問い合わせください。

認知症高齢者介護相談(予約制)
精神科医による相談
日 8月4日・18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

認知症サポーター養成講座～小学生向け～
認知症の人や家族が安心して暮らしやす
いまちを目指して、認知症を正しく理解
し、どのようなことができるか等につい
て学びます。親子でご参加ください。

日時 会場 定員
7月28日(水) 午後2時～3時30分 総合福祉センター 10人(5組)
7月31日(土) 午前10時～11時30分 プラッツ習志野北館 20人(10組)

対 小学4～6年生とその保護者
申 7月21日(水)までに電話で下記申し込み先へ
①秋津高齢者相談センター
☎047(408)0030
②屋敷高齢者相談センター
☎047(409)7798

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 7月15日(木) 午後1時30分・2時・2時30分
所 プラッツ習志野北館 対 65歳以上
定 3回で10人 持 歯ブラシ
申 7月8日(木)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
☎047(454)2030

おうちでかんたん!楽しく体操
今年度のテレビ広報「なるほど習志野」で
は、番組の最後に体操や脳トレを紹介す
るコーナーを設けています。7月は、認知
症予防のための記憶力クイズが放送され
ます。ぜひ挑戦してみてください。
※放送日時などは、10ページ右上「なる
ほど習志野」をご覧ください。
問 高齢者支援課

熱中症が疑われる人を見かけたら
●涼しい場所へ
エアコンが効いている室内や風通しのよ
い日陰など、涼しい場所へ避難させる
●からだを冷やす
衣服を緩め、からだを冷やす(特に、首回
り、脇の下、足の付け根など)
●水分補給
水分・塩分、経口補水液などを補給する
※自力で水が飲めない、意識がない場合
は、すぐに救急車を呼びましょう。

敬老祝金
を贈呈します
寿
問 高齢者支援課
対象者 令和3年4月1日現在、本市に1年以上居住し、住民登録している次の人
88歳 昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生まれ 10,000円
99歳 大正11年4月2日～大正12年4月1日生まれ 20,000円
100歳以上 大正11年4月1日以前生まれ 30,000円

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。
おいてください(イベント)
※費用の記載のない場合は無料
■昭和歌謡研究会
昭和歌謡をみんなで歌う
日 7月18日(日)午前10時30分
～正午 所 市民プラザ大久保
¥300円(要事前連絡)
問 大久保ひもつきち多田
official@okubobase.net
■大人と子どもと一緒に学べ
る着付けとマナー講座
日 7月10日～10月30日のうち、原
則土曜日午後3時～5時(全10回)
所 谷津コミュニティセンター
¥55歳～高校生3,000円、大人
5,000円
問 習志野市伝統文化和装礼法
親子教室実行委員会
☎047(474)8030
■クラシックギター発表会
日 7月31日(出)午後2時～4時30
分 所 プラッツ習志野北館市民
ホール ¥500円
問 サウンドプライム 後藤
☎047(478)3560
■習志野シニアクラブ(名画鑑賞)
ミュージカル「巴里のアメリカ人」
日 7月11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
■健康マージャン
日 7月3日(出)・14日(水)・21日(水)各日
午後1時～5時 所 袖ヶ浦公民館
対 女性・初心者 ¥1日300円
問 雀研 結城
☎090(6796)3370

移動図書館 きぼう号 巡回予定 7月
雨天中止
↑ 新習志野図書館 ☎047(453)3339
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 6・20(水)
袖ヶ浦1丁目マール津田沼 14:20～14:50 7・21(水)
谷津南小学校 15:10～16:20 7(水)
15:10～15:40 21(水)
袖ヶ浦東小学校 14:40～15:50 8(木)
津田沼3丁目菊田ハイツ 14:20～14:50 9(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 10・24(土)
泉町3丁目公務員住宅 15:10～15:50 10(土)
15:10～15:40 24(土)
藤崎小学校 14:30～15:40 13(日)
14:30～15:00 27(日)
第五中学校正門前 14:20～14:50 14・28(日)
津田沼小学校 15:10～16:20 14(日)
15:10～15:40 28(日)
鷺沼小学校 14:40～15:50 1・15(月)
14:40～15:10 29(月)
習志野借生園 13:50～14:30 2・16(金)
13:50～14:20 30(金)
実初小学校 14:40～15:50 2・16(金)
14:30～15:00 30(金)
谷津公民館 13:50～14:30 3・17(土)
14:00～14:30 31(土)
京成津田沼駅前広場 14:50～15:40 3・17(土)
14:50～15:20 31(土)
こどもセンター(鷺沼) - 中止

習志野市役所 ☎047(451)1151
7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=1～4・6～8・14・15日(午前7時～午後9時)
【航空機】落下傘降下訓練=12・28日(午前7時～午後9時) ※変更(中止)の場合あり
※訓練で大きな音がかかる場合あり
問 習志野自衛隊第1空挺団広報室 ☎047(466)2141

# 16歳から64歳までの人へワクチン接種券を送付します

国・県の大規模接種会場や職場での接種が進んでいることから、本市では、昭和32年4月2日以降平成18年4月1日以前に生まれた人へ、新型コロナウイルスワクチン接種券を、一斉に送付することといたします。ただし、**市内でのワクチン接種の予約は当面できません。ご注意ください。**

予約受付の開始時期については、年齢などに応じて段階的に始める予定です。決まり次第、改めてお知らせします。

※12歳以上16歳未満の人については、今回接種券を発送しません。  
発送時期が決まり次第、改めてお知らせします。

## 特に接種をお急ぎの人へ

国の大規模接種(自衛隊東京大規模接種センター)等で接種をご希望の人へ、予約受付状況に合わせて接種券を送付しています(現在は受付停止中)。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



**接種券の発送時期 7月15日頃に発送します**

## 基礎疾患のある人や高齢者施設などに従事している人へ

本市でのワクチン接種を希望する人のうち、「基礎疾患のある人」・「高齢者施設等の従事者」は年齢を問わず、優先して接種を開始しますので、早めのワクチン接種を希望する人は、事前に申請をお願いします。

※申請がない場合でも、年齢などに応じた予約受付により接種は可能です。

### 申請方法

#### ①電子申請

案内に従って入力をしてください。



#### ②郵送・持参

次の必要事項を記入の上、〒275-8601習志野市役所健康支援課へ郵送もしくは窓口を持参してください。

#### 必要事項

- 氏名 ● 氏名カナ ● 生年月日 ● 住所
- 電話番号(連絡先) ● 接種券番号
- 申請事由(基礎疾患があり通院/入院中・BMI30以上・高齢者施設等従事者)

### 申請期限

**7月15日(木) (必着)**

※予約受付開始時期の連絡は、電子申請の人はメールで、郵送・持参の人は接種券とは別に通知します。

「基礎疾患のある人」は次の条件を満たす人を指します。

#### 1. 次の病気や状態の人で通院または入院している人

- 慢性の呼吸器の病気
- 慢性の心臓病(高血圧含む)
- 慢性の腎臓病
- 慢性の肝臓病(肝硬変等)
- インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病又は他の病気を併発している糖尿病
- 血液の病気(ただし、鉄欠乏性貧血を除く)
- 免疫の機能が低下する病気(治療中の悪性腫瘍を含む)
- ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
- 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
- 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態(呼吸障害等)
- 染色体異常
- 重症心身障害(重度の肢体不自由と重度の知的障害が重複した状態)
- 睡眠時無呼吸症候群
- 重い精神疾患(精神疾患の治療のため入院している、精神障害者保健福祉手帳を所持している、又は自立支援医療(精神通院医療)で「重度かつ継続」に該当する場合)や知的障害(療育手帳を所持している場合)

#### 2. BMI30以上の肥満の人

※接種が必要な基礎疾患に該当するかご不明な場合は事前に主治医などにご相談ください。

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

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。

