広報 習志野
NARASHINO
2011
11/1
No.1235

食とくらしの祭典……2
国民年金……4
11月8日は118（いい歯）の日……6
健康なまち習志野推進月間……7
青少年健全育成大会……8
お知らせBOX……9
保健だより……14

口は元気の源
むし歯予防教室開催

各習志野市立保育所・幼稚園・こども園で実施されているむし歯予防教室が10月5日、香澄幼稚園の園児を対象に開かれました。今回参加したのは、つき組の園児16人。人形劇を通じてむし歯にならないためのポイントを発見したり、歯科衛生士からみがき方を習ったり、歯の大切さについて学びました。

11月8日はいい歯の日です。関連記事を6ページに掲載しています。

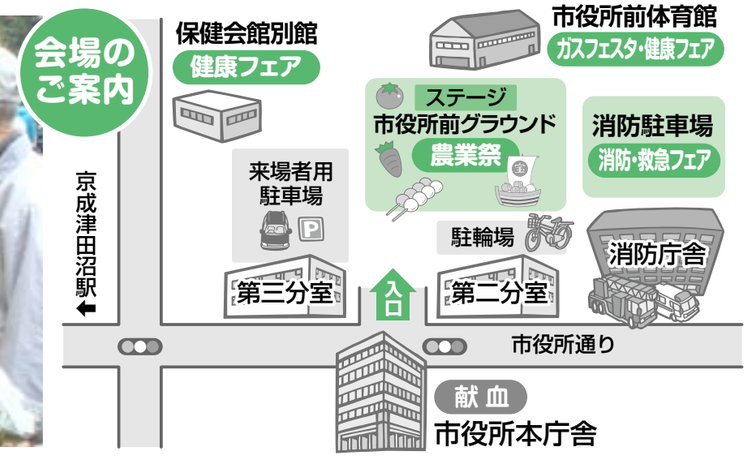
問合せ　健康支援課

食とくらしの祭典

がんばろう！習志野

11月12日㈯・13日㈰　市役所前グラウンド・体育館 ほか

※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ください。



第44回 農業祭

がんばろう！ 習志野農業

会場 市役所前グラウンド
時間 午前10時～午後3時（小雨決行）
問合せ JA千葉みらい習志野支店 ☎(454)0191
農政課 ☎(453)9217

野菜の直売
地元新鮮野菜や果物の直売（午前10時から完売まで）

遊び・催し物・展示
宝船・ミニ動物園・義援金コーナー ほか

模擬店 等
やきそば・カレー・お餅・やきとり ほか

農産物共進会
- 地元野菜の共進会
- 市民農園・家庭菜園の部※
  ※11月9日㈬までに農政課に申込み。

ステージ
下記ステージプログラム参照

その他
献血（12日のみ。市役所本庁舎脇）

13日㈰ くじ引き大抽選会のお知らせ
まず、スタンプラリーに挑戦し、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、会場案内所で配布します。
くじとの引換えは13日の正午開始（本部テント脇）。くじは200枚限定のため、なくなり次第終了となります。

農業祭会場ステージイベントプログラム

12日㈯

時間	演目
9:45～ 9:55	開会セレモニー
10:00～10:30	和太鼓（花見川鼓連）
10:40～11:10	おはやし（鷺沼ばやし保存会）
11:20～11:50	習志野ウィンド・オーケストラ
12:00～12:25	みんなでやろう！てんとうむし体操
12:55～13:25	よさこいソーラン（CHIよREN北天魁）
13:35～14:05	アンデス民謡（ナスカ）
14:15～14:45	おはやし（実籾囃子（はやし）連）

13日㈰

時間	演目
10:00～10:25	農産物共進会表彰式
10:30～10:55	消防防火図画表彰式
11:00～11:25	消防音楽隊演奏
11:30～12:00	歌謡ショー（一静会）
12:30～13:00	フラダンス（カプア田中フラスタジオ）
13:10～13:35	舞さくら歌謡ショー
13:45～14:15	新舞踊（友美会）
14:25～14:55	くじ引き大抽選会
15:00～	閉会セレモニー

※雨天の場合、一部変更があります。

第42回 ガスフェスタ

温もりと笑顔でつなぐ家族の絆

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

各種ガス機器・高効率給湯器（エコジョーズ）の展示・販売

体験コーナー
- マイナス162度の不思議な世界
- 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

来場者抽選会

小学校児童絵画展
表彰式　11月13日㈰ 午後1時～

クイズコーナー

各種イベント
- チャレンジゲーム
- バルーンマジック　●ふわふわ（雨天中止）

ガスフェスタ会場 ステージイベントプログラム

時間	ステージ	館内
10:00	みんなでやろう！ てんとうむし（転倒無視）体操 〈健康フェア〉（12日のみ）	クイズコーナー
10:30	チャレンジゲーム	料理実演
11:00	マイナス162度の不思議な世界	料理実演
11:30	バルーンマジック（ショー）	クイズコーナー
12:00	12:15～ すすんで歩くまち習志野キャンペーン記念品贈呈式 歯科コンクール表彰式 〈健康フェア〉（13日のみ）	クイズコーナー
13:00	絵画展表彰式（13日のみ）	クイズコーナー
13:30	チャレンジゲーム	料理実演
14:00	マイナス162度の不思議な世界	料理実演
14:30	バルーンマジック（ショー）	クイズコーナー
15:00		

健康フェア

みんなでつくろう健康なまち習志野！

会場 市役所前体育館・保健会館別館
時間 午前10時～午後4時
問合せ 健康支援課 ☎(453)2923

12日㈯ 会場 市役所前体育館
- 骨密度測定　●健康なまち習志野コーナー
- 食品衛生組合連合会展示
- いざという時のために!!（応急手当）
- みんなでやろう！てんとうむし（転倒無視）体操
  （ガスフェスタ会場ステージ、農業祭会場ステージ ※雨天中止）

13日㈰ 会場 市役所前体育館
- ★あかちゃんあっぷっぷ　★血管年齢測定
- 医師による健康相談　●お薬相談
- お口の探検隊!～TVカメラで健康観察～
- むし歯菌元気度チェック（先着200人）
- 噛むカム元気度チェック
- いざという時のために!!（応急手当）
- すすんで歩くまち習志野キャンペーン記念品贈呈式・歯科コンクール表彰式（ガスフェスタ会場ステージ）

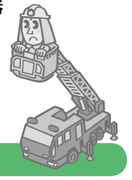
13日㈰ 会場 保健会館別館
- ★口腔がん検診・歯科相談（当日受付若干名あり）
- 習志野の大地を歩こう！（午前９時集合）※小雨決行

★は事前申込み制

消防・救急フェア

会場 消防本部庁舎裏駐車場
時間 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
- はしご車の体験乗車
  第１回 午前11時～正午（抽選で20組60人程度）
  第２回 午後1時30分～2時30分（抽選で20組60人程度）
  ※それぞれ30分前に住宅用火災警報器アンケートテントで抽選を実施
- キッズ防火服で君も消防士に変身!!
- 消防車からの放水体験
  第１回 午前10時30分～11時30分
  第２回 午後2時～3時



展示コーナー
- ポンプ車　●レスキュー車　●救急車
- 雲龍水（江戸時代の消防ポンプ）
- 東日本大震災を忘れない!!
  ①被災地での本市派遣隊の活動フォト展示
  ②本市派遣隊の被災地での生活再現（エアーテント）

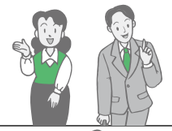
その他
- 防火図画入賞者の表彰（13日㈰）
- 消防音楽隊の演奏（13日㈰）
- 住宅用火災警報器アンケート
  ※ご協力いただいた人に防火PRグッズをプレゼント!!

※雨天時、災害時は一部変更して行います。

知っておきたい！ 国民年金制度の基本

問合せ 国保年金課

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入することが義務付けられています。加入者は、職業などによって３つのグループに分かれ、それぞれ加入手続きや保険料の納め方が異なります。

	対象	加入手続き	保険料の納付方法
第1号被保険者	自営業などの人とその配偶者、学生･アルバイトの人など	本人が住所地の市町村役場の国民年金担当課窓口で行います。	納付書等で納付 ※右ページ「第1号被保険者 国民年金保険料の納め方」参照） 定額保険料　月額 15,020円（平成23年度） 付加保険料　月額　　400円（希望者）
第2号被保険者	会社員・公務員などで厚生年金や共済組合に加入している人 	勤務先で行います。 ※厚生年金や共済組合等に加入すると同時に国民年金（基礎年金）にも加入することになります。	厚生年金・共済組合の掛金として給料から天引き
第3号被保険者	第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者	第2号被保険者（配偶者）の勤務先で行います。	個人で納付の必要なし ※第2号被保険者（配偶者）の加入している年金制度が負担
	厚生年金加入中の夫が65歳になると、妻が60歳未満でも第３号の資格は喪失しますので、第１号への切り替えが必要です。		

ライフスタイルが変わったら、必ず届出をしてください！

国民年金（基礎年金）からの給付

20歳以上のすべての人が加入する国民年金は、基礎年金ともいいます。基礎年金として次の年金が支給されます。

65歳になったとき ⬇ 老齢基礎年金

国民年金保険料を納めた期間（第2号被保険者・第3号被保険者期間を含む）や国民年金保険料免除期間等を合わせて25年以上あると、65歳から受給できます（厚生年金・共済組合の年金は、基礎年金に上乗せされて60歳から支給されますが、支給開始年齢は生年月日により段階的に65歳に引き上げられます）。

平成23年度 年金額　788,900円

※20歳から60歳までの40年間、すべての保険料を納付した場合

病気やけがで障害が残ったとき ⬇ 障害基礎年金

20歳以降に初診日がある場合は納付要件あり

国民年金第１号加入中や20歳前に初診日がある病気やけがによって、障害年金の障害等級１級または2級に該当した場合は、障害基礎年金を受けることができます（厚生年金・共済組合には独自の給付あり）。

平成23年度 年金額　●１級障害…986,100円　●2級障害…788,900円

障害年金を受ける権利が発生した後でも、子の出生等により要件を満たすこととなった場合には一定額が加算されます。該当する人は手続きをしてください。

児童扶養手当との調整があります。詳しくはお問合せください。

国民年金第１号加入中に亡くなったとき ⬇ 遺族基礎年金

納付要件あり

国民年金第１号加入中の人または老齢基礎年金の受給資格期間（原則25年以上）を満たした人が亡くなったときは、その人によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます（厚生年金・共済組合には独自の給付あり）。

※「子」とは、18歳に到達した年度末までの子か、20歳未満の障害のある子をいう

※年金額は子の人数に応じて加算あり

平成23年度 年金額　●子が１人の妻…1,015,900円

●子１人のみ……788,900円

納付要件…初診日（遺族基礎年金の場合は死亡日）の前日において、初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と免除期間（若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む）を合わせた期間が3分の2以上必要です。ただし、特例として初診日が平成28年3月31日以前にある場合は、初診日の前々月までの直近1年間に未納がなければよいことになっています。**過年度分を初診日以降に納めたものは事後納付といい、納付要件としては認められません。**

第１号被保険者だけの独自給付

付加年金（付加保険料）	寡婦年金	死亡一時金
●第1号被保険者のみが加入できます。 ●国民年金基金※に加入している人は、付加保険料を納められません。 ●付加年金は、月額400円の付加保険料を納めることで、次の式によって計算された額が、老齢基礎年金に加算されます。 加算額＝200円×付加保険料納付月数	第1号被保険者として、保険料を25年以上納めた（免除期間を含む）夫が、老齢基礎年金や障害基礎年金を受けることなく亡くなったとき、その妻が60歳から65歳になるまでの間支給されます。ただし、10年以上の婚姻期間が必要です。年金額は、夫が65歳から受給できた老齢基礎年金の年金額の4分の3です。	第1号被保険者として保険料を36月以上（一部納付は月数の計算方法が変わります）納めている人が、老齢基礎年金や障害基礎年金を受けずに亡くなったとき、生計を同一にしていた遺族が遺族基礎年金を受けられないときに支給されます。一時金の額は、納付月数により異なります。

※国民年金基金とは、自営業などの国民年金第１号被保険者が、ゆとりある老後を過ごすことができるように、国民年金に上乗せの給付を行う制度です。詳細は、国民年金基金まで。　【問合せ】千葉県国民年金基金 ☎0120(65)4192

第１号被保険者　国民年金保険料の納め方

納めやすい方法で納付してください。【問合せ】幕張年金事務所 ☎043(212)8621

納付書（現金）	口座振替	クレジットカード	電子納付
●日本年金機構から送付される納付書で納付。 ●毎月の保険料の納付期限は翌月末ですが、まとめて前払いすると割引（前納割引）あり。 ●全国の銀行、ゆうちょ銀行（郵便局）等の金融機関、コンビニエンスストアで納付できます。	通常の口座振替の振替日は翌月末ですが、早割（当月末振替）で申し込むと、１カ月あたり50円の割引あり。前納割引（６カ月前納と１年前納）があり、納付書で納めるより割引額が多くお得です。 【申込窓口】金融機関・年金事務所 【手続きに必要なもの】 ①年金手帳または納付書 ②預（貯）金通帳 ③預（貯）金通帳届け出印	クレジットカードでの納付方法は、毎月納付（早割はありません）、6カ月前納および1年前納がありますが、割引額は納付書（現金）で納付する場合と同じです。希望する場合は、年金事務所に申し込んでください。	Pay-easy（ペイジー）対応のATM、インターネットバンキング等を利用して納めることができます。不明な点は、利用する金融機関へお問合せください。

国民年金保険料は全額社会保険料控除の対象です。社会保険料控除証明書は、11月上旬に日本年金機構から郵送されます。

保険料を納めるのが困難な時は免除の申請を

保険料を未納のままにしないために、支払いが困難な時は、手続きしてください。失業を理由とする場合は、雇用保険受給資格者証・雇用保険被保険者離職票の写し等が必要です。雇用保険未加入等で入手できない人はご相談ください。

一般免除制度	若年者納付猶予制度	学生納付特例制度
所得に応じて、「全額免除」「4分の1納付」「半額納付」「4分の3納付」があります。 **判定基準**…「申請者本人」「申請者の配偶者」「世帯主」の前年所得により審査 ※「全額免除」以外の人は、承認された一部納付をしないと、未納期間とされます。	30歳未満の人に限り利用できる制度です。 **判定基準**…「申請者本人」「申請者の配偶者」の前年所得により審査 ※老齢基礎年金の年金額には反映されませんが、受給資格期間には含まれます。	大学・高等学校・各種学校などに在学する学生が対象です。 申請には、在学を確認するため、学生証（コピー可）または在学証明書が必要
免除等が承認されると、その分年金の受給額は減額されるため、10年以内であればさかのぼって納めること（追納）ができます。ただし、３年度目以降に追納する場合は当時の保険料に加算金がつくため、早めの追納をお勧めします。		

年金の相談や手続きはこちらへ

幕張年金事務所	船橋年金相談センター	市の年金相談
千葉市花見川区幕張本郷1-4-20 予約専用電話番号 ☎043(212)7515	船橋市本町1-3-1 フェイスビル７階 予約専用電話番号 ☎047(424)7091	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９日です） 【場所】サンロード津田沼６階 市民相談室

年金に関するお問合せは「ねんきんダイヤル」をご利用ください
☎0570(05)1165
※IP電話・PHSからは☎03(6700)1165

11月は「ちば国保月間」です
国民健康保険料は納期限内に納めましょう。

11月8日は118（いい歯）の日

食べた後 こつこつ歯みがき いい未来

平成23年度習志野市8020（ハチマルニイマル）運動普及標語コンクール 小学生の部第1位 石谷華音さん（谷津小学校）

健康な歯を保つには、子どもの頃からのむし歯予防、成人期の歯周病予防が欠かせません。

口は元気の源です。いつまでもおいしく食べて豊かな生活を送るために、生涯を通じて歯と口の健康づくりを実践しましょう。

問合せ 健康支援課

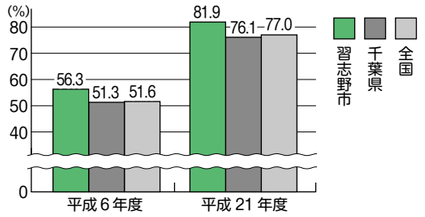
子どものむし歯は減少傾向です。「むし歯がない3歳児を80％以上にする」ことが全国的な目標になっていますが、習志野市は平成21年度に目標を達成し、22年度も81.1％と続いています（グラフ❶）。

しかし、**習志野市の中学生の歯が危ない！**状況です。

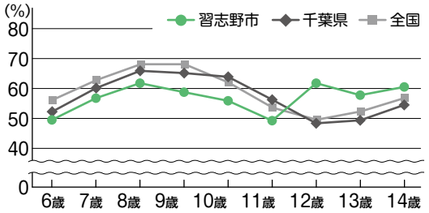
本市の小学生は、むし歯がある子の割合で、国や千葉県よりも下回っています。しかし、中学生になると国や千葉県を上回ってしまいます（グラフ❷）。更にここ2年間は増加傾向です（グラフ❸）。

12歳以降のむし歯は永久歯のむし歯です。20歳までの歯の状態は、生涯を通じた歯の健康維持に大きく影響しますので、永久歯のむし歯を予防し、丈夫な歯を作りましょう。

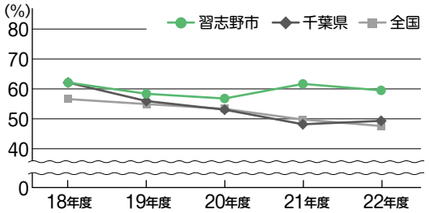
グラフ❶ むし歯がない3歳児の割合



グラフ❷ 平成21年度 年代別むし歯罹患（りかん）状況



グラフ❸ 12歳児 むし歯被患率年次推移



家庭でできるセルフケア

チェックしてみましょう！

- □ じょうずな歯みがき
- □ デンタルフロスや歯間ブラシの併用で歯垢の除去率をアップ！
- □ フッ化物配合歯みがき剤の活用
- □ 歯や歯ぐきの観察
- □ よくかんで食べる、唾液の効用
- □ 間食の回数、時間に注意
- □ 禁煙

など

プロフェッショナルケア

歯科医院での

- ●定期的なチェック
- ●歯のクリーニング
- ●セルフケアのアドバイス

など

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（14ページ参照）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

●千葉県親と子のよい歯のコンクール 千葉県知事賞

●習志野市親と子のよい歯のコンクール 最優秀賞

平山 真由さん・凌くん親子（津田沼在住）

無理なく歯の健康として続けているのは、日々の歯みがきと仕上げみがきです。そして「食べたらみがく、みがいたら食べさせない」ということを徹底しています。もしも、夜の歯みがきを済ませた後に少しでも食べてしまった場合、歯みがきを一からやり直しさせます。本人は面倒くさがりますが、「ムシバキンが来ちゃうよ」と大げさに言うと応じてくれます。親の私も2回目の仕上げみがきを行います。また、子ども向けの教材や「虫歯建設株式会社」という歌などで、『むし歯＝怖くて痛いもの、そうならないためにも歯みがきが大事』ということを子どもも理解しているようです。

今回、自分の歯を褒められたことがうれしかったのか、苦手な魚や牛乳も「ちゃんと食べれば今よりももっときれいで丈夫な歯になるんだよ」と言ってのせると少しずつですが、食べてくれるようになりました。

2年連続の快挙です！
親と子のよい歯のコンクール千葉県知事賞を、22年度、23年度2年連続で習志野市の親子が受賞しました。

●習志野市高齢者のよい歯のコンクール 最優秀賞

永野 シメさん（実籾在住）

81歳という年齢になって、食べ物を選ばず、固いもの柔らかいもの、何でもござれの元気な歯、親から授かったことに感謝しております。食事の後は、必ず歯をみがくことが習慣になっていたようです。

甘いものが好きでよく食べますが、食べた後は、口の中の清潔に気を使っております。

4人の孫たちと外食もしますが、我が家で食事の時は、人数分用意してある歯ブラシで歯みがきさせるようにしております。いつまでも元気に過ごすためにも、現状維持を続けられるよう、歯を大事にしてゆきたいと思っています。

平成23年度 習志野市 8020運動普及標語コンクール

中学生の部 第1位
笑顔咲く 君にはいつも 輝く歯
和田 珠里さん（第一中学校）

一般の部 第1位
食べられる 幸せずっと 歯と共に
田中 久美さん（市内在勤）

問合せ 健康支援課

みんなでつくろう健康なまち習志野！

11月は「健康なまち習志野推進月間」です

習志野市ホームページから 健康なまち 検索

「健康なまち習志野推進月間」とは

市では、市民一人ひとりがいきいきと健やかで、心豊かに生活することを目指した健康づくりの総合計画として「健康なまち習志野」を策定し、推進しています。計画では、個人が健康的な生活を心がけるだけではなく、社会全体で健康を支える環境を整えることを目指しています。

推進月間では、健康づくりについて考えていただけるよう、さまざまな行事を開催しています。この機会に、自分なりの健康づくりの方法や、自分にできる「健康なまちづくり」の方法を見つけて取り組んでみませんか？

身近なことから始めよう！「健康なまち習志野」

こんなことが「健康なまちづくり」につながります

私たちは

- ●毎朝、仲間とウオーキングしているよ。
- ●地域のごみゼロ運動に参加しています。
- ●近所の子どもたちとサッカーチームをつくっているよ。
- ●男性向けの料理教室を開いています。

など

健康なまち習志野 推進月間行事 ❶

みんなでチャレンジ！ てんとう虫テスト

～あなたの「歩行年齢」測ります～

てんとうむし体操イメージキャラクター「てんてんちゃん」

運動の専門家である理学療法士が、あなたの「歩行」をあらゆる方向から分析し、およその歩行年齢を割り出します。あなたに合ったトレーニング方法もアドバイスします。

日時 11月27日㈰ 午前10時～4時
会場 イオン津田沼ショッピングセンター 1階 さくら公園側特設会場（フードガーデン前）
費用 無料 **定員** 先着300人（申込み不要） **主催** 習志野市
実施機関 一般社団法人 千葉県理学療法士会 スポーツ健康増進支援部

動きやすい服装でご参加ください。素足で体重・体脂肪率を測定します。

❶ 体重・体脂肪率を測ります

❷ 立ち上がりテスト 脚力を調べます

❸ 2ステップテスト 歩幅を調べます

❹ 立ち歩きテスト 歩行安定性を調べます

❺ 手伸ばしテスト バランスを調べます

健康なまち習志野 推進月間行事 ❷

健康フェア

「健康フェア」も健康なまち習志野推進月間行事です。※詳細は3ページ参照

健康なまち習志野コーナー

11月12日㈯ 午後1時～4時
「私の健康チャレンジ宣言」「ぼく・わたしの好きなもの お絵かき」を実施します。

共感 信頼 希望 No.5

習志野市長 宮本泰介

市民の生命、財産を守るために

11月となり夜露が紅葉した葉に光る季節になりました。

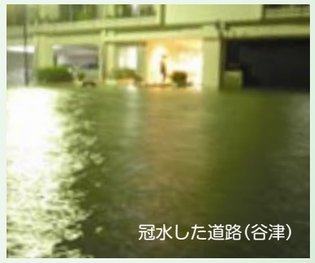
少し前のことですが、9月21日に台風15号が関東地方を通過しました。習志野市では最低気圧976.2hPa（ヘクトパスカル）、平均風速24.4m（最大瞬間風速46.8m）、総雨量90.6mm（最大時間雨量18mm）という規模でした。道路冠水や住宅地内への浸水、倒木などの被害に遭われた市民の皆様に心からお見舞い申し上げます。

この台風被害の中でも特徴的だったのが、冠水・浸水でした。谷津3・4丁目を始め標高が低い場所を中心に、把握しているだけでも道路冠水が9カ所、住宅地内への浸水が16棟ありました。この冠水・浸水の多くは雨水ではなく、海水によるものでした。これは、台風により、気圧が異常に低い状態と、沖から吹きつける強烈な風が長時間続いたことで、海面が大幅に上昇し、それが満潮とも重なって、海水が下水管を逆流してあふれ出した「高潮被害」だったのです。

市では、雨水量の増加を見込んで排水施設を整備してきましたが、海水の逆流となると対策が異なります。これを防ぐ方法として有効なのが、水門とポンプを設置することです。

市内には千葉県が管理する河川として、菊田川、谷津川、高瀬川がありますが、この3河川とも水門が設置されていません。浦安市から千葉市までの間で、東京湾に注いでいる県管理の河川が17ある中で、水門が無いのは千葉市の浜田川を合わせて4河川だけです。また、この水門は津波への備えにもなります。河川の護岸が、現時点で想定される津波の高さ以上に整備されているとはいえ、東日本大震災以降、“想定外を想定する”必要性が認識されています。市としても、これまで県に何度も要望してきましたが、10月に森田健作知事が本市を視察された際にも、改めて直接要望しました。県からは「課題等を究明し、前に進めていきたい」との回答をいただきましたが、市民の安全で安心な生活のため、実現に向けて、さらに努力していきます。

これからも市民の生命、財産を守るため、安全対策を皆様にお示しするとともに、実行してまいります。


冠水した道路（谷津）

習志野市 青少年健全育成大会

入場無料 親子連れ大歓迎!

青少年健全育成・非行防止・環境浄化を図るため、習志野市内の青少年健全育成諸団体の協力の下、毎年開催している「習志野市青少年健全育成大会」も27回目を迎えました。

日時 11月19日㈯ 午後1時～3時40分
会場 習志野市民会館（京成大久保駅前）

第1部
- **表彰**
  - 健全育成標語（市立各小・中学校）
  - 「少年の日」ポスター（市立各小学校）

第2部
- **記念演奏：大久保東小学校合唱部**
- **記念講演：「子どもは親に何を求めているのか」**
  医学博士・小児科医　田下 昌明 氏

昭和12年 北海道旭川市生まれ／北海道大学医学部卒業／北海道大学院医学研究科修了／日本家庭教育学会理事／旭川医科大学臨床指導／北海道小児科医会理事／日本小児科学会認定小児科専門医／日本小児科医会「子どもの心相談医」／親学推進協会代表委員

子育てに関する講演では「育児は受胎から始まる」「子供は親の言うとおりにはせず、親の真似をする」「偏食は母親が作る」などの子育て論を展開する。
【著書】『よい子はこうして育つ』『母の積木』など

主催 習志野市青少年健全育成大会実行委員会
習志野市教育委員会
問合せ 青少年センター　☎(452)0919

動物による危害防止対策強化月間

11月は「動物による危害防止対策強化月間」です。次のことに注意して、動物を適正に飼いましょう。

- 犬の放し飼いは禁止されています。犬を運動させる時は、犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。
- 犬の登録と狂犬病予防注射は法律に定められた飼い主の義務です。また、犬には首輪等に鑑札と狂犬病予防注射済票を必ずつけなければなりません。
- 犬は来訪者をかむことがない位置につないで飼い、門や玄関から飛び出さないようにしましょう。
- 猫は屋内で飼いましょう。猫による他人への迷惑を防止でき、また、病気や交通事故等の危険から猫を守ることができます。
- サル・ヘビ・ワニなどの特定動物を飼う場合は、あらかじめ保健所長の許可が必要です。また、動物が逃げ出すことのないように施設の管理には十分注意を払ってください。逃げた場合には、直ちに保健所、警察へ通報してください。
- 動物は責任をもって最後まで面倒をみましょう。どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。見つからない場合でも、動物を絶対捨てずに、保健所や動物愛護センター等に相談してください。

問合せ
習志野健康福祉センター（保健所）　☎(475)5154
千葉県動物愛護センター 東葛飾支所　☎04(7191)0050

お知らせBOX

市役所各課への問合せは ☎(451)1151㈹へ

市役所から

第5回習志野市被災住宅地公民協働型復興検討会議の公開

日11月16日㈬午後1時～（傍聴受付 午後0時30分～0時50分）所千葉工業大学津田沼校舎5号館定15人※申込多数の場合抽選
問都市調整課

習志野都市計画生産緑地地区の変更（案）の縦覧

意見書を提出する際は都市計画課に備え付けの用紙を使用し、11月15日㈫までに提出してください。
日11月1日㈫～15日㈫午前8時30分～5時（平日のみ）
所問都市計画課

愛の献血にご協力を！

中央ライオンズクラブによる献血活動
日11月10日㈭午前10時～11時15分、午後0時30分～4時所京成津田沼駅南口対16～69歳（65歳以上は60～64歳に献血経験のある人のみ）1980～96年に欧州滞在歴のある人は断る場合あり
問社会福祉課

講座・催し

親子で体験 冬！鹿野山少年自然の家

日12月17日㈯～18日㈰（1泊2日）所鹿野山少年自然の家（現地集合・解散）対市内在住定16家族（申込多数の場合抽選）費中学生まで1,575円、高校生1,695円、26歳未満1,970円、26歳以上2,060円
申11月16日㈬（必着）までにはがき（代表者の住所・氏名・電話番号・参加人数を記入）で〒292-1155君津市鹿野山常緑平731鹿野山少年自然の家へ
☎0439（37）2197

総合教育センターから

申総合教育センター（要電話予約）
☎(476)1715（午前8時30分～）

〈星空教室「秋の星座探し」〉
望遠鏡や双眼鏡による実天観察
日11月18日㈮午後7時～（荒天時は中止の場合あり）所プラネタリウム館対市内在住・在勤・在学（小学生は保護者同伴）定30人※11月2日㈬受付開始

〈科学講演会「東京湾の生きものたちとの遊び方」〉
講師＝東邦大学教授／風呂田利夫氏日11月26日㈯午前10時～11時30分所プラネタリウム館対小学生以上（小学生は保護者同伴）定200人※11月8日㈫受付開始

リサイクル体験教室

所リサイクルプラザ※京成津田沼駅から送迎あり（午前9時15分出発予定）対市内在住
申午前9時から電話でリサイクルプラザへ（先着順）
☎(453)0530

〈固形せっけん作り〉
廃食油を使ってせっけんを作る
日11月10日㈭午前9時30分～正午定10人持紙パック・廃食油200cc

〈古布でリース作り〉
古着や布切れでリースを作る
日11月22日㈫午前9時30分～正午定12人持布や古着

谷津干潟から三番瀬へ ～干潟を守って40年～

①大展示会「干潟の生物たちと歩んできた40年」②講演会「東京湾の環境―その過去、現在、未来」、「三番瀬の現状」
日①11月15日㈫～20日㈰②11月19日㈯午後1時30分～4時15分所菊田公民館
問千葉の干潟を守る会／牛野
☎(453)4987

和太鼓 in ならしの

第1部＝袖ケ浦西幼稚園・袖ケ浦公民館和太鼓倶楽部・袖ケ浦西小学校・和太鼓そでっ鼓連（こども部）
第2部＝袖ケ浦東幼稚園・袖ケ浦東小学校・和太鼓そでっ鼓連、特別出演 鈴木淳一氏
日11月13日㈰午後1時～3時30分所市民会館定400人
問袖ケ浦公民館
☎(451)6776

子育てリフレッシュ講座Ⅱ

布で作るクリスマス飾り
日12月6日㈫午前9時30～11時所新習志野公民館
対子育て中の母親（2歳以上保育あり）定16人※申込多数の場合抽選費300円
申11月10日㈭（必着）までに往復はがき（氏名・住所・電話番号・保育が必要な場合は子の生年月日と名前を記入）で〒275-0025秋津3-6-3新習志野公民館へ
☎(453)3400

男女共同参画講座「パートナーシップとは?!」

デートDVをテーマに、互いを尊重した対等な関係を築くパートナーシップを考える
講師＝㈱ノーティス代表理事／竹内由紀子氏日11月12日㈯午後1時30分～3時30分
所さわやかちば県民プラザ（柏市）定30人※保育あり
申ちば県民共生センター東葛飾センター
☎04（7140）8602
FAX04（7140）8604
✉k-koza@mz.pref.chiba.lg.jp

おめでとうございます。全国防犯功労者表彰

問合せ 安全対策課

警察庁長官から、長年にわたり地域防犯活動に尽力された功績が認められ、本市から2人が表彰されました。

防犯功労栄誉金章
熊倉 一夫氏（大久保在住）

防犯功労栄誉銀章
中村 吉彦氏（屋敷在住）

市長に報告する熊倉氏

11月の祝日の振替ごみ収集

【問合せ】クリーンセンター業務課 ☎(453)5374

燃えないごみの振替収集	
地　区	祝日 → 振替収集日
谷津1・2・3・4・7丁目	3日㈭ → 5日㈯
花 咲	23日㈬ → 25日㈮
東習志野1・2・3丁目	23日㈬ → 28日㈪

有害ごみの振替収集	
地　区	祝日 → 振替収集日
藤 崎	3日㈭ → 8日㈫

※振替収集日の収集時間は遅くなる場合がありますが、必ず午前8時までに出してください。

凡例 日日時 所場所・会場 費費用（特に記載のないものは無料） 対対象者 定定員（特に記載のないものは先着順） 持持ち物 申申込み 問問合せ

凡例　日日時　所場所・会場　費費用（特に記載のないものは無料）　対対象者　定定員（特に記載のないものは先着順）　持持ち物　申申込み　問問合せ

「すすんで歩くまち習志野」ウオーキング講座

基礎を学び、実際にみんなでウオーキング
日①11月28日㈪、②12月5日㈪（予備日12日）各日午前9時～11時（全2日）所①消防本部5階②保健会館別館対市内在住定30人費60円（保険料）※初日に徴収持飲み物
申11月18日㈮までに健康支援課へ

被災地・南相馬市の支援報告会

東日本大震災の被災地・福島県南相馬市への支援活動についてその内容や被災地で得られた教訓などを報告
日11月5日㈯午後1時30分～2時45分所ゆうゆう館定50人
問たすけあいネイチャーネット／木村
☎090（3214）8717

市立図書館古典文学講演会

講演「うまし国大和～万葉びとの故郷～」
講師＝和洋女子大学名誉教授／鈴木正彦氏日11月26日㈯午後2時～4時所サンロード津田沼6階対18歳以上定60人
問大久保図書館
☎（475）3213

先端ものづくりチャレンジ2011イン習志野

ロボットキット制作体験
日12月11日㈰午前10時～4時所千葉工業大学津田沼校舎新1号棟対市内在住・在学または近隣の小学生※保護者同伴定20人費2,500円（当日徴収）
申11月25日㈮までに習志野商工会議所中小企業支援室／飯塚へ
☎（452）6700

コミュニティ・ビジネス起業ワークショップ・交流会

コミュニティ・ビジネスの基本から起業に向けた専門講義、先進事例発表、交流会等
日11月19日、12月3日・17日、平成24年1月21日各土曜日午後2時～5時（全4日）所市役所第三分室2階定20人費3,000円（起業塾受講生1,890円）
持筆記用具
申商工振興課

編み物教室 フリルマフラーづくり

日11月26日㈯午前10時～正午対市内在住の60歳以上の棒針使用経験者定16人
費1,000円（材料・資料代）
持棒針6～8号2本
所申さくらの家
☎（451）3566

マンション問題個別相談会・マンション管理基礎講座

日11月12日㈯①相談会午前10時～正午②講座午後1時～4時（午後0時30分受付開始）
所サンロード津田沼6階対マンション居住者、管理組合役員等定①4組②70人
申①首都圏マンション管理士会千葉県支部
☎047（399）9935
②住まい情報プラザ
☎043（223）3266

講演会「東日本大震災から学ぶもの」

講師＝元地震予知連絡会会長／茂木清夫氏
日11月6日㈰午後2時～4時
所菊田公民館費500円（資料代）
問袖ケ浦地区町会・自治会連絡協議会／佐藤
☎（453）6560

商店会連合会から

問習志野市商店会連合会
☎（455）1955

〈新習志野駅前商店会主催 駅前フリーマーケット〉
日11月6日㈰午前10時～4時（雨天中止）所メルクス新習志野モール内

〈津田沼一丁目商店会フリーマーケット〉
日11月13日㈰午前10時～3時所新津田沼駅2階通路（屋根付き会場）

中小企業会計啓発・普及セミナー

変化の時代に対応できる会計～正しい経営判断を行うために～
日11月17日㈭午後5時～7時
対市内在住・在勤・在学
所申習志野商工会議所
☎（452）6700

女性のための再就職支援セミナー

再就職を迎えるための準備とカウンセリング
日11月11日㈮午前10時～4時
所サンロード津田沼6階対県内在住の女性定30人※保育あり持筆記用具
申商工振興課

㈳習志野市シルバー人材センター設立30周年記念演奏会

習志野シンフォニックブラスによる演奏会（全席自由、入場無料）
日11月12日㈯午後2時50分開演（午後2時25分開場）
所習志野文化ホール
問㈳習志野市シルバー人材センター
☎（493）8011

習志野市国際交流協会ふれあい祭

日本文化体験コーナー他 催しもの多数
日11月23日㈷午前10時～2時30分所香澄公園
問習志野市国際交流協会
☎（452）2650

市民音楽祭

市内の音楽団体が総出演し、演奏や合唱などを披露
日11月3日㈭午後1時～
所習志野文化ホール
問習志野市音楽協会／長島
☎（454）7961

㈳千葉県放射線技師会市民公開講座

放射線について学ぶ
日11月12日㈯午前11時～4時所モリシアホール定200人
申㈳千葉県放射線技師会
☎043（264）9101

千葉いのちの電話2011年コンサート

梓みちよコンサートin習志野
日11月23日㈷午後6時～（午後5時開場）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
☎043（222）4416

千葉大附属特別支援学校ふよう祭

作業製品・農作物の販売、遊びコーナー、ステージ・アトラクション
日11月20日㈰午前9時30分～2時30分（雨天決行）
所問千葉大学教育学部附属特別支援学校（千葉市）
☎043（258）1111

習志野市立 習志野高等学校 入学案内

募集課程・学科・定員

全日制＝普通科240人、商業科80人

前期選抜

普通科は募集定員の60％、商業科は80％について、期待する生徒像および受検者の志願理由書に基づき、国語・数学・英語・理科・社会の学力検査、自己表現検査、面接検査の結果および書類審査等により選抜を行います。
普通科においては、予定人員の一部について、市内居住者で習志野市立中学校を平成24年3月卒業見込みの志願者を優先して選抜する制度があります。
また、中国等帰国生徒（保護者が引揚者で、保護者とともに引き揚げ、千葉県内に居住しているか居住予定のある者のうち、帰国して3年以内の者）の特別入学者選抜も実施します。
【願書受付】
平成24年2月6日㈪ 午前9時～4時30分
7日㈫ 午前9時～4時
【検査日】2月14日㈫・15日㈬
【結果発表・通知】2月21日㈫

後期選抜

募集定員から前期選抜等による入学許可内定者数を引いた人数を募集人員として、入学者の選抜を行います。国語・数学・英語・理科・社会の学力検査および面接検査を実施します。
【願書等受付】
平成24年2月23日㈭ 午前9時～4時30分
24日㈮ 午前9時～正午
【志願変更受付】
平成24年2月27日㈪ 午前9時～4時30分
28日㈫ 午前9時～正午
【願書受付の特例期間】
平成24年2月27日㈪ 午前9時～4時30分
28日㈫ 午前9時～正午
願書等受付期間を過ぎてからの保護者の転勤等に伴う転居の場合に適用されることがあります。
【検査日】3月1日㈭
【入学許可候補者の発表】3月7日㈬ 午前9時から市立習志野高校で発表

問【問合せ】習志野高等学校 ☎(472)2148

スポーツ

テニスコート・パークゴルフ場の利用時間変更

各テニスコート＝各時間30分繰り上げ（芝園テニスコートは変更なし）　**各パークゴルフ場**＝最終スタート30分繰り上げ　日平成24年1月31日㈫まで所袖ケ浦・実籾・秋津各テニスコート、中央公園・茜浜パークゴルフ場
問㈶習志野市スポーツ振興協会
☎（452）4380

秋の全国火災予防運動

【実施期間】11月9日㈬～15日㈫
問合せ 消防本部予防課

全国統一防火標語
消したはず 決めつけないで もう一度

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

3つの習慣
- 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
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

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、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎製品を使用する
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する
- 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

平成22年1月～12月の火災発生件数 22件

火災種別	
建物火災	12件
車両火災	2件
その他火災	8件

出火原因別			
放火・放火の疑い	5件	こんろ	4件
		電気機器	2件
たばこ	8件	その他	3件

大切な命を守るために、住宅用火災警報器を設置しましょう！

すべての住宅に設置が義務付けられています。
【設置が必要となる場所】
- 寝室　●階段の上部（2階以上に寝室がある場合）

※台所には、設置義務がありませんが、火災の早期発見のため、設置にご協力をお願いします。

住宅用火災警報器普及員がランダムに戸建て住宅を訪問し、住宅用火災警報器についてのアンケート調査を行っています（住宅に立ち入ることはありません）。

不適切な訪問販売にご注意を！

住宅用火災警報器普及員および**消防職員**が住宅用火災警報器を販売することはありません。

※詳しくは市ホームページ参照

見逃さないで！児童虐待

11月は児童虐待防止推進月間です

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、社会全体で取り組まなければならない問題です。習志野市の子どもたちが、元気に育っていくために、児童虐待について考えてみませんか。

児童虐待って？

- なぐる、ける、異物を飲ませるなどの「**身体的虐待**」
- 子どもへの性的行為の強要などの「**性的虐待**」
- 食事を与えない、家に閉じ込めるなどの「**ネグレクト**」
- 脅迫・無視や、夫婦げんか・ドメスティック・バイオレンス（家庭内の暴力）の様子を目撃させる「**心理的虐待**」

虐待の特徴

- 不自然な外傷（あざ、やけどなど）がある
- 表情が乏しい　●自虐、自傷行為をする
- 落ち着きがなく、ほかの子どもに対し攻撃的
- 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
- 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（たたく音や叫び声）がする

地域で子どもたちを守る～虐待防止にご協力を！～

早期発見が子どもを守る第一歩。地域の温かい見守りと通報が虐待防止へとつながります。

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
- 児童相談所全国共通ダイヤル☎0570(064)000
  ※お住まいの地域の児童相談所に電話がつながります。
- 休日・夜間は…
  子ども・家庭110番　☎043(252)1152
- **子どもの命に危険があると考えられるときは、すぐに110番（警察）通報をお願いします。**

習志野市スポーツ奨励大会 コミュニティバレーボール大会

一般の部（常時男5人、女4人の9人制）、小学生の部（6人制）ともに補欠6人まで

日12月11日㈰午前9時～（受付午前8時30分～）所東部体育館・東習志野小体育館対市内在住・在勤・在学 ※1小学校区からの参加は各部門2チームまでとし、2チームを超えた場合11月19日㈯～27日㈰に地区大会あり費1人50円（保険料）

申11月17日㈭までに各地区体育指導委員へ

問生涯スポーツ課

「あかね杯」パークゴルフ大会

日11月25日㈮受付午前8時30分～定100人費1,000円持クラブ・ボール・飲み物・タオル

申茜浜パークゴルフ場または中央公園パークゴルフ場の受付窓口へ

所問茜浜パークゴルフ場

☎(453)7666

募　集

習志野市男女共同参画審議会委員

習志野市の男女共同参画の推進に関する施策について検討する審議会委員（審議会は年3回程度の開催予定）

任期＝平成24年4月1日～26年3月31日対市内在住・在勤・在学の20歳以上定2人

申11月21日㈪（必着）までに「男女共同参画社会の実現に向けて」をテーマにして意見・提言等を1,200字程度のレポートにまとめ、所定の応募申込書（市ホームページからダウンロード可）を添え男女共同参画センターへ郵送または持参。後日面談あり。

問男女共同参画センター

保健師（臨時職員）

保健活動業務に係る保健師（産休代替職員）を募集

勤務場所＝健康支援課　**勤務時間**＝月～金曜日午前8時30分～5時対保健師資格所持者定1人

申健康支援課

市・県民税の課税業務に関する事務パート

勤務期間＝平成24年1月18日㈬～6月29日㈮の平日※3月21日以降は週2日

勤務時間＝午前9時～3時15分対50歳位までの健康な人

申11月15日㈫までに履歴書を市民税課へ（面接後決定）

㈶習志野文化ホール正規職員

採用予定人員＝1人　**採用予定日**＝平成24年4月1日㈰　**受験資格**＝昭和57年4月2日以降生まれで、電気主任技術者3級および普通自動車運転免許所持者※筆記試験・小論文・面接あり　詳細はホームページ参照

URL http://www1.seaple.ne.jp/narabunh/

問㈶習志野文化ホール

☎(479)1212

津田沼南口商店会主催 楽市フリーマーケット出店者

日11月26日㈯・27日㈰午前10時～4時（雨天中止）所津田沼公園（モリシア正面広場）

定50区画（1区画2.5×2m）※先着順費2,000円※駐車場1日1台500円

申往復はがき（住所・氏名・電話番号・FAX番号・主な出品物（飲食除く）・出店希望日を記入）で、〒275-0016津田沼5-12-12習志野市商店会連合会「楽市フリマ係」へ

☎(455)1955

平成24年度千葉県生涯大学校入学生

対県内在住の60歳以上（昭和27年4月1日以前生まれ）定一般課程（福祉科・生活科・園芸科・陶芸科）1,435人、通信課程（福祉生活科）500人費入学金無料　授業料（年額）一般課程18,000円、通信課程4,000円※別途教材費等負担あり

申入学案内は、生涯大学校各学園、市高齢社会対策課等で配布（郵送・県ホームページでも入手可）。11月10日㈭～12月28日㈬（消印有効）までに〒260-0801千葉市中央区仁戸名町666-2千葉県生涯大学校事務局へ

☎043(266)4705

相　談

障害者就労相談

就職活動や就職後の悩み等の相談

日11月10日㈭・24日㈭午前9時～正午所サンロード津田沼6階対市内在住の障害者とその家族

申あかね園

☎(452)2715

無料調停相談会

民事・家事紛争全般について裁判所の調停委員（弁護士含む）が応相談

日11月19日㈯午前10時～3時30分所サンロード津田沼6階※現在裁判所に訴訟または調停係属中の件や電話相談は不可

問千葉地方裁判所・家庭裁判所

☎043(222)0165

女性のための健康相談

思春期に関することや更年期障害、月経、不妊など女性特有の悩みに女性医師等が応相談

日11月11日㈮、12月9日㈮午前9時30分～11時30分、11月16日㈬午後2時～4時

所申習志野健康福祉センター

☎(477)2119

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

夫・パートナーからの暴力やストーカー等の人権問題について「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、全国一斉に人権擁護委員が相談に応じます。

日11月14日㈪～18日㈮午前8時30分～7時・19日㈯・20日㈰午前10時～5時

問女性の人権ホットライン

☎0570（070）810

その他

「習志野の森」秋の開放日

自然観察会、ネイチャークラフト

日11月12日㈯午前10時～4時（雨天中止）所泉町3丁目公務員住宅南西

問みどりの会事務局／寺山

☎(473)5266

HIV抗体検査および肝炎検査

日11月17日㈭午後1時～2時（HIV）、午後1時30分～2時（肝炎）、12月1日㈭午前9時～10時（HIV）、午前9時30分～10時（肝炎）、午後5時30分～7時（全部）※日中のHIV抗体検査は結果を即日でお知らせ。梅毒・クラミジア・B型肝炎・C型肝炎の検査も受検可、匿名可

所申習志野健康福祉センター

☎(475)5154

年末調整等説明会

平成23年分の給与所得の年末調整のしかた、法定調書・給与支払報告書の作成と提出についての事務手続きに関する説明

日11月15日㈫　**用紙配布**＝午後1時～1時45分　**説明会**＝午後1時45分～4時所市民会館※車での来場不可対市内事業者持「出席票兼関係用紙請求書」および「年末調整のしかた」等の関係書類

問千葉西税務署

☎043(274)2111

千葉県最低賃金改正

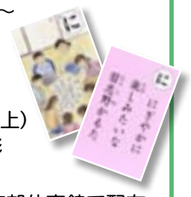
10月1日から748円（時間額）に改正されました（従来は744円）。他に特定最低賃金あり。

問千葉労働局労働基準部賃金室

☎043(221)2328

テレビ広報 なるほど習志野
放送終了後 市ホームページでも動画配信中！
11月前半号 11月1日～14日放送
I can do it！ ～小学校からの英語教育～
JCN船橋習志野「JCNプラスチャンネル」11chで放送中！
午後10時から放送（15分）

第8回 習志野かるた大会開催



日　時　平成24年1月7日㈯ 午前9時～

会　場　東部体育館

競　技
団体戦（小学校低学年・高学年）
個人戦（小学校低学年・高学年・中学生以上）
※トーナメント方式、ベスト8まで表彰（全員に参加賞）

申込方法　社会教育課、市内公民館、東部体育館で配布中の大会要項に添付された申込用紙に必要事項を記入し、11月30日㈬までに郵送またはFAX（電話不可、申込多数の場合抽選）で申込み

申込先　〒275-0014鷺沼2-1-10 教育委員会社会教育課「習志野かるた大会事務局」 FAX(453)9384
※ただし、小・中学生は、学校経由で社会教育課に送付でも可

持ち物　上履き・靴入れ

その他　参加費無料／申込みをした選手のみ出場可／団体戦は1人1チームのみに申込み可／団体戦と個人戦両方への申込み不可／団体戦のみ選手の登録変更可

●「大会要項」と「競技ルール」は社会教育課、市内公民館、東部体育館で配布中。小・中学生は、各学校の先生に見せてもらってください。

問合せ　社会教育課

インターネットによる 市民満足度調査
市ホームページで実施中 11月30日㈬まで
調査内容 市ホームページに関するアンケート
問合せ 広報課　市民満足度調査システム　習志野　検索

移動図書館 きぼう号 巡回予定 11月

雨天中止

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㈫
袖ケ浦1丁目マーブル津田沼	14:20～14:50	9㈬
谷津南小学校	15:10～16:20	
袖ケ浦東小学校	14:40～15:50	10・24㈭
津田沼3丁目菊田ハイツ	14:20～14:50	11・25㈮
袖ケ浦西小学校	15:10～16:20	
東習志野8丁目会館	14:20～14:50	12・26㈯
泉町3丁目公務員住宅	15:10～15:50	
藤崎2丁目児童公園	14:20～14:50	2・16・30㈪
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	17㈭
鷺沼小学校	14:40～15:50	
偕生園	13:50～14:30	4・18㈮
実籾小学校	14:40～15:50	
谷津公民館	13:50～14:30	5・19㈯
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	9㈬

閉大久保図書館 ☎(475)3213

広言板

※市内公共施設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。
※「なかまに」は年度に1回のみ掲載できます。

おいでください（イベント）
※費用の記載のない場合は無料

■市民一般公開討論（習志野シニアクラブ）
11月6日㈰「黒髪の貴婦人・ミツコ」袖ケ浦公民館、20日㈰「スウェーデンの高福祉、高負担について」谷津公民館　各日午後1時30分～4時　各200円
☎(451)8403牧野

■シティウオークin稲毛
11月19日㈯午前10時～2時 JR稲毛駅集合　300円
☎(479)0218習志野市レクリエーション協会／中谷

■第12回ときめきの一品展
絵・書・写真等の展示
11月13日㈰午前10時～5時 習志野文化ホール
☎(475)4596 習志野市民カレッジ3期会／鉄島

■習志野歌舞伎講座
11月13日㈰午後1時30分～3時30分　サンロード津田沼6階　資料代500円
☎(475)3704明るい健康サークル／尾曽

■家事家計講習会
11月16日㈬菊田公民館、18日㈮大久保公民館午前10時～正午　1回350円（資料代他）保育あり（250円、要予約）
☎(476)7078市川友の会津田沼方面／岩根

なかまに（仲間募集）
※活動場所は予定

■英久会（英会話）
毎週金曜日午前9時30分～10時30分または午前10時45分～正午　大久保公民館、勤労会館　月4,500円
☎090(9208)8003岩間

■リフレッシュヨガ
第1・2・3火曜日午後1時～2時15分　実花公民館
入会金1,000円　月2,000円
☎090(6176)9032本田

■表千家都流（茶道）
第1・3火曜日午後0時15分～2時15分　勤労会館　月1,500円
☎(473)4431千野

■ならしのマーメイド（水中運動）
毎週金曜日午後1時～3時 千葉県国際総合水泳場
1回1,000円（別途入場料）
☎(472)0268青井

■ぼちぼち習志野
楽々筋トレ・エアロバイク等
毎週水曜日午後0時30分～2時、午後2時20分～3時50分
芙蓉園　月2,500円
☎(475)1236豊田

■大正琴大久保アンサンブル
第1・3土曜日午前9時30分～11時30分　大久保公民館
月2,000円
☎(470)0664加来

■谷津・不老拳（気功太極拳）
第2・3・4木曜日午後6時30分～8時30分　谷津公民館
月1,500円
☎(451)0676弓田

■大正琴さつきの会
第1・3火曜日午後1時～3時 谷津公民館
入会金2,000円　月2,000円
☎(477)9396栗原

■女性合唱カーサ・ビアンカ
第2・3・4土曜日午後1時30分～4時　菊田公民館　月3,500円
☎(453)1820鴫原

■吟心会（詩吟）
第1・3火曜日午後7時～9時
大久保公民館　月1,500円
☎(475)3495金丸

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間
配偶者等からの暴力、性犯罪、売買春、セクハラ、ストーカー行為等、女性に対する暴力のない社会づくりを
問ステップならしの（男女共同参画センター）

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
日**落下傘降下訓練**…10日～18日・21日・22日・24日（午前8時～午後6時）**ヘリコプター離着陸訓練**…21日・22日・24日（午前8時～午後8時）　変更または中止の場合あり、訓練で大きな音がする場合あり問習志野駐屯地第1空挺団広報班 ☎047(466)2141

保健だより

申込み・問合せ

健康支援課 ☎(453)2922

ヘルスステーション

谷津	☎(479)0066 FAX(477)8348	【担当区域】谷津、谷津町
秋津	☎(453)2966 FAX(451)6765	【担当区域】袖ケ浦、秋津、香澄、茜浜、芝園
津田沼 鷺沼	☎(453)9303 FAX(451)4822	【担当区域】津田沼、鷺沼、藤崎、鷺沼台
屋敷	☎(478)3330 FAX(477)6247	【担当区域】花咲、屋敷、泉町、大久保、本大久保
東習志野	☎(476)1662 FAX(477)8738	【担当区域】実籾、新栄、東習志野、実籾本郷

■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
■千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.lg.jp/
FAX 043(242)4199
※番号をお確かめのうえ、お間違いのないようにお願いします。

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時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(22年4月生まれ)	11月16日(水)	11月24日(木)
3歳児(20年5月生まれ)	11月 9日(水)	11月15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)

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9日(水)・30日(水)、12月14日(水)	大久保公民館
12月22日(木)	谷津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)
持ち物 母子健康手帳・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)
費用 90円(材料費) 申込み 健康支援課

歯みがき教室(予約制)

歯科衛生士が口の中の観察をし、小グループで親子の歯みがき練習を行います。
日程・会場 11月28日(月) 保健会館別館
29日(火) ブレーメン習志野
時間 午前10時・10時30分・11時
対象 1～3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

幼児相談(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「イライラしています」「自信がない・不安」「気持ちが落ち込んでしまう」ということなどはありませんか？ 心理相談員と保健師が予約制で相談を行います。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

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項目に合わせています。妊娠と診断されたら、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。

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日ごろまでに各ヘルスステーションへ

子育てふれあい広場

幼稚園やこども園で“気軽に・楽しく・誰でも”遊べます。

会場園名	11月
大久保東	7日(月)
秋津	8日(火)
藤崎	★9日(水)
東習志野こども園	10日(木)
杉の子	11日(金)

会場園名	11月
新栄	★14日(月)
つくし	★17日(木)
津田沼	21日(月)
向山	24日(木)
袖ケ浦西	25日(金)

※★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

■食生活なんでも相談(予約制)

離乳食から高齢者の食事まで、栄養士が相談に応じます。

日程	会場
11月22日(火)	秋津ヘルスステーション 津田沼・鷺沼ヘルスステーション 東習志野ヘルスステーション
12月12日(月)	

時間 午後1時～4時
対象 市内在住 申込み 健康支援課

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)

対象 認知症の心配がある本人および家族
内容 精神科医による相談
申込み 実施日の1週間前までに津田沼・鷺沼ヘルスステーションへ
時間 午後2時～4時

12月	会場
7日(水)・21日(水)	津田沼・鷺沼ヘルスステーション

高齢者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)
実施医療機関 市内実施医療機関、県内定期予防接種相互乗り入れ制度協力医療機関
対象 ①市内在住の満65歳以上(希望者)
②満60～64歳の人で、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のある人で、身体障害者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、市民税非課税世帯に属する人、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は、「平成23年度習志野市がん検診等無料券」(以下「無料券」)を提示すると無料に。「無料券」をお持ちでない人は、予防接種を受ける1週間前までに健康支援課かヘルスステーションで手続きが必要。
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60～64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、健康支援課かヘルスステーションまで。
問合せ 健康支援課

機能訓練「ステップアップ」

病気や事故等で体の動きに不安を感じている人や加齢により家に閉じこもりがちになった人に対して、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
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 市内介護老人保健施設
費用 食事代は実費
申込み 各ヘルスステーション

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 H23.10.1現在 ※住民基本台帳に基づく
○総人口……161,197人
○男……80,739人
○女……80,458人
○世帯数……69,628世帯

次号の予告 変更の場合あり
・経営改革の取組み
・普通救命講習 ほか

広報習志野は再生紙と環境にやさしい大豆油インクを使用し、廃液を出さないCTP印刷です R100 PRINTED WITH SOYINK