

野志習

広報

NARASHINO

2015
7/1
No.1323

国民健康保険	2
介護保険制度	4
習志野きらっと2015	6
タウンミーティング/ 自治功労者顕彰式	7
お知らせBOX	8
保健だより	12

笑顔と笑い声の
あふれる
あたたかな時間



5月29日、谷津保育所の子どもたちが、初めて谷津
居宅サービスセンター（谷津2丁目）を訪れ、歌を披露し、
一緒に手遊びをしました。

利用者の皆さんの笑顔は、子どもたち自身の喜びに
かわり、その喜びが周囲の人に優しさとして広がります。

問合せ 谷津保育所



みんなで支えあう 国民健康保険



問合せ
国保年金課

国民健康保険制度について



急な病気やけがに備えて安心して医療が受けられるように、全ての人が公的医療保険に加入することになっています。国民健康保険(以下、国保)は、市区町村ごとに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かかる医療費は、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。

国民健康保険の手続き



(1)国保の加入・脱退の手続きは自動的には行われません。ご自身での手続きが必要です。

国保に加入する場合	国保を脱退する場合
他の市区町村から転入してきたとき	他の市区町村へ転出したとき
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)	職場の健康保険に加入したとき(就職したり、扶養家族になったとき)
生活保護を受けなくなったとき	生活保護を受け始めたとき
子どもが生まれたとき	国保加入者が死亡したとき

(2)国保の加入日は、加入の事実が発生した日です。

保険料は、届出日ではなく、加入日にさかのぼって発生します。また、他の健康保険の加入情報などは市役所に連絡されませんので、国保の脱退届けがされるまで、保険料の請求が続くことになります。一時的に二重払いとなる可能性がありますので、加入・脱退の手続きは早めにお願ひします。

国民健康保険料の支払い方法



(1)納付書・口座振替による支払い(普通徴収)

【対象】 特別徴収となる世帯以外
【支払方法】 平成27年4月から平成28年3月までの12カ月分の保険料を、7月から翌年3月までの9回の納期に分けて支払います。

(2)年金天引きによる支払い(特別徴収)

【対象】 次の全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、特別徴収となりません)

- 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

【支払方法】 年間の保険料を年金支払い月(年6回)に分けて支払います。

※平成27年10月から特別徴収が開始される人は、7~9月は普通徴収、10・12・2月は特別徴収での支払いとなります。なお、届け出いただくことにより特別徴収を中止し、口座振替での支払いに変更することができる場合があります(納付書での支払いはできません)。希望する場合は、国保年金課までお問い合わせください。

国民健康保険料の計算方法



(1)保険料は3つに区分されています

- ①医療分……全ての国保加入者を対象に算定され、国保加入者の医療費などに充てられるもの
- ②支援金分……全ての国保加入者を対象に算定され、後期高齢者医療制度の支援金に充てられるもの
- ③介護分……国保加入者のうち、40歳から64歳までの人を対象に算定され、介護保険制度に対する納付金に充てられるもの

医療分は、所得割(前年の所得から計算する保険料)・均等割(加入者数により計算する保険料)・平等割(1世帯当たりの保険料)の合計、支援金分および介護分は所得割・均等割の合計からなり、これらを合算したものが世帯の年間保険料となります。

(2)世帯の人数・所得により均等割・平等割を軽減します

軽減割合	世帯の総所得金額等(軽減判定所得)
7割	33万円以下
5割	33万円+(26万円×被保険者数)以下
2割	33万円+(47万円×被保険者数)以下

(3)非自発的失業者に対する保険料の軽減措置があります

公共職業安定所(ハローワーク)が発行する「雇用保険受給資格者証」の離職理由コードが【11・12・21・22・23・31・32・33・34】のいずれかに該当する人は、軽減対象(給与所得を30%に減額して保険料を算定)となる場合がありますので、届け出をしてください。

(4)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平成27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、申告によって保険料などが軽減される場合があります。

平成27年度の保険料の料率と計算モデルケース

それぞれの下段は計算例：世帯主(45歳・平成26年中の所得*1 2,000,000円)と妻(35歳・平成26年中の所得なし)の2人世帯の場合

	医療分	支援金分	介護分 (40歳以上64歳以下の加入者)
所得割 (前年の所得による保険料)	① 平成26年中の所得*1 × 6.8% 2,000,000円 × 6.8% = 136,000円	④ 平成26年中の所得*1 × 2.2% 2,000,000円 × 2.2% = 44,000円	⑥ 平成26年中の所得*1 × 2.0% 2,000,000円 × 2.0% = 40,000円
均等割 (加入者数による保険料)	② 世帯の被保険者数 × 14,100円 2人 × 14,100円 = 28,200円	⑤ 世帯の被保険者数 × 10,500円 2人 × 10,500円 = 21,000円	⑦ 世帯の被保険者数 × 13,100円 1人 × 13,100円 = 13,100円
平等割 (1世帯当たりの保険料)	③ 12,500円 12,500円		
合計	① + ② + ③ = A 最高限度額 52万円*2 176,700円	④ + ⑤ = B 最高限度額 17万円*2 65,000円	⑥ + ⑦ = C 最高限度額 16万円*2 53,100円
平成27年度の国民健康保険料	A (医療分) + B (支援金分) + C (介護分) 294,800円		

*1 所得(賦課基準額)とは総所得金額等から基礎控除額(33万円)を差し引いた金額です。

*2 平成27年度から最高限度額が引き上げられました。

国民健康保険料と後期高齢者医療保険料



国民健康保険料は、75歳の誕生月の前月分まで月割で計算します。75歳の誕生月分からは、後期高齢者医療保険料を支払うことになります。

※年度途中で75歳になる場合の国民健康保険料は、あらかじめ75歳の誕生月の前月分までしか計算されません。同じ世帯に75歳未満の国保加入者がいる場合は、75歳を迎える人の誕生月の前月までの保険料と、他の国保加入者の保険料を合算し、通常の納期どおり9回に分けて支払います。後期高齢者医療保険料との二重払いの心配はありません。

国民健康保険料(介護分)と介護保険料



介護保険制度に対する負担の方法は、年齢によって異なります。40歳から64歳までの間は、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歳になると各個人が直接、介護保険料を支払います。年度途中で65歳になる人の国民健康保険料は、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、各納期に分けて支払います。

保険料の支払いが困難な場合、分割納付や減免申請の相談ができます



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、分割納付の手続きや減免申請の相談ができます。減免には期限があり、審査に時間がかかることから、早めにお問い合わせください。

【問合せ】 支払いに関する相談……税制課
減免に関する相談……国保年金課

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14日(火)発送
●被保険者証 7月中旬、簡易書留にて発送
国保の被保険者証(保険証)は、毎年8月に更新を行っています。新しい被保険者証は7月中旬に、郵便局員が直接手渡しする簡易書留郵便(青い封筒)で郵送します。留守などで受け取ることができなかった場合は、7月末までは郵便局で保管され、保管期間を過ぎると市へ戻されます。その後の被保険者証の受け取りについては、国保年金課までお問い合わせください。



障害基礎年金の現況届提出をお忘れなく!

20歳前の傷病による障害基礎年金(年金コード6350、2650)を受給している人は、毎年7月に現況届の提出が必要です。現況届は、7月上旬に日本年金機構から郵送されますので、必要事項を記入し、国保年金課まで、必ず提出してください。現況届の提出が遅れたり、所得の申告がされていないと、年金の支払いが止まる場合がありますので、ご注意ください。



年金相談

社会保険労務士が相談に応じます。
■7月8日(水)
■午後1時~4時
■サンロード津田沼6階市民相談室

社会全体で支える介護保険制度

～老後を安心に～

問合せ 介護保険課

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。

介護保険制度の状況

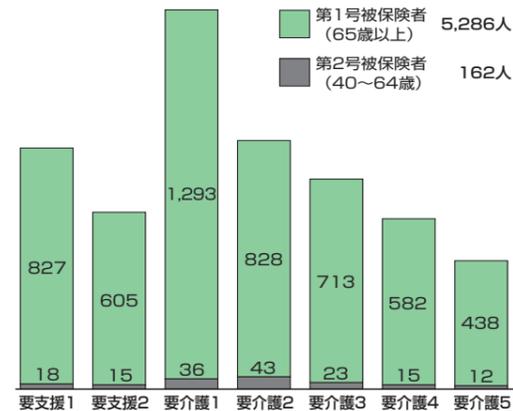
被保険者数の状況

平成27年3月末現在、本市の人口16万6,607人(住民基本台帳人口)に対し、第1号被保険者(65歳以上)は3万7,163人で、その割合は22.3%(前年は21.6%)となっています。

要支援・要介護認定者数の状況

被保険者が介護サービスを利用するためには、要支援・要介護の認定を受ける必要があります。平成27年3月末現在、5,448人(前年は5,108人)が認定を受けています。

■要支援・要介護認定状況(単位:人)



介護サービスの利用状況

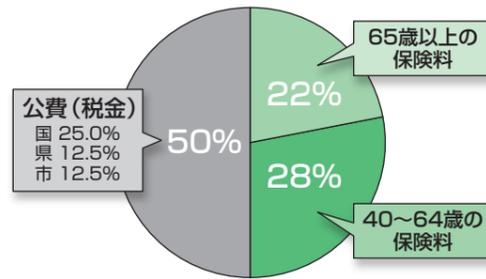
■介護サービスの利用状況(平成27年3月分)

	居宅	施設	合計
①利用人数(構成比)	3,689人(82.8%)	766人(17.2%)	4,455人
②総費用額(構成比)	427,427千円(65.9%)	220,931千円(34.1%)	648,358千円
1人当たりの費用額(②÷①)	115,865円	288,422円	145,535円

介護保険料(平成27~29年度)

介護保険制度は、40歳以上の人がある納める保険料と国や自治体の負担金などを財源に運営しています。保険料は、第1号被保険者(65歳以上の人)と第2号被保険者(40~64歳の人)で異なります。

■介護保険の財源割合



第1号被保険者(65歳以上の人)

介護保険料は、介護保険事業計画期間(3年単位)の高齢者人口、要介護認定者数や介護保険サービスに係る費用などの上昇を踏まえ、3年ごとに見直します。平成27~29年度の保険料は5ページ上の表の通り、本人や世帯の所得状況に応じて決められます。平成27年度の保険料の決定通知書は、7月10日金に発送します。

第2号被保険者(40~64歳の人)

算定方法は加入している医療保険によって異なります。支払った介護保険料は、医療保険料と合わせ、医療保険者に納められます。

- ①国民健康保険加入者の場合
介護分と医療分を合わせ、国民健康保険料として世帯主が納付します。
- ②職場の健康保険加入者の場合
給与から天引きします。



■第1号被保険者の介護保険料(平成27~29年度)

所得段階	対象者	基準額に対する割合	保険料額(年間)
1	生活保護受給者および老齢福祉年金受給者で世帯全員が市町村民税非課税の人 世帯全員が市町村民税非課税で、前年の合計所得金額と公的年金等収入金額の合計額が80万円以下の人	×0.42	23,720円
2	世帯全員が市町村民税非課税で、前年の合計所得金額と公的年金等収入金額の合計額が80万円超120万円以下の人	×0.65	36,710円
3	// 120万円超の人	×0.72	40,660円
4	世帯の誰かに市町村民税が課税されているが、本人は市町村民税非課税で、本人の前年の合計所得金額と公的年金等収入金額の合計額が80万円以下の人	×0.90	50,830円
5	// 80万円超の人	基準額	56,480円
6	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	×1.10	62,120円
7	// 120万円以上 190万円未満の人	×1.30	73,420円
8	// 190万円以上 290万円未満の人	×1.50	84,720円
9	// 290万円以上 400万円未満の人	×1.65	93,190円
10	// 400万円以上 500万円未満の人	×1.80	101,660円
11	// 500万円以上 600万円未満の人	×1.90	107,310円
12	// 600万円以上 700万円未満の人	×2.00	112,960円
13	// 700万円以上 800万円未満の人	×2.15	121,430円
14	// 800万円以上1,000万円未満の人	×2.30	129,900円
15	// 1,000万円以上1,500万円未満の人	×2.45	138,370円
16	// 1,500万円以上の人	×2.50	141,200円

※第1所得段階の保険料は、制度改正により、基準額に対する割合をさらに引き下げています。

介護保険サービスの利用

介護サービスの利用

要介護 1~5 居宅サービスまたは施設サービスを利用できます。

要支援 1・2 介護予防サービス※を利用できます。

※居宅サービス等を利用する中で、自分でできることを維持し、増やしていくサービスです。

利用者負担割合

本年7月までは一律1割ですが、8月以降は次のいずれにも該当する人は2割になります。

- 本人の前年の合計所得金額が160万円以上。
- 世帯内の65歳以上の人にかかる前年の年金収入とその他の合計所得金額の合計が、単身で280万円以上、2人以上で346万円以上。

※7月下旬頃、要介護認定を受けている人全員に自己負担割合が記載された介護保険負担割合証を送付します。

介護保険サービスを利用するには、要介護認定が必要です(申請の窓口は介護保険課です)。
※40~64歳の人は介護保険で対象となる病気が原因の場合に限ります。

介護サービスの種類(一例)

■在宅で利用するサービス(居宅サービス)

訪問介護 ホームヘルパーが訪問し、食事・入浴のお世話や通院の付き添い等を行います。

通所介護 デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで受けられます。

●その他、福祉用具貸与、住宅改修などさまざまなサービスがあります。

■施設に入所して利用するサービス(施設サービス)

介護老人福祉施設 常に介護が必要で自宅では介護ができない人が対象の施設です。食事、入浴、排せつ等、日常生活の介護や健康管理を受けられます(原則、要介護3以上の人が入所できます)。

●その他、介護老人保健施設などがあります。



地域支援事業

全ての高齢者を対象に、いつまでも自分らしい生活を送るためのさまざまな介護予防に関する事業を実施しています。

問合せ 高齢者支援課

事業の流れ

65歳以上の人の日常生活に関する機能低下の兆しに早期に対応するための日常生活に関する「基本チェックリスト」を行います。

基本チェックリストの結果やその他の情報を基に、地域包括支援センターが今後、介護や支援が必要となる可能性がないかどうかを確認します。

すぐには介護や支援を必要としない元気な人は
●てんとうむし体操(転倒予防体操)
●シニアの食場 ●歯科医師による健康相談・健康講座
●お口の安心健康チェック
等に参加し、健康づくり・介護予防に取り組みます。

今後、介護や支援が必要となる可能性が高い人は
地域包括支援センターにおいて状況の確認を行い、運動や栄養・口腔機能訓練などの各種教室に参加します。
※要介護認定を受けていない人が対象です。

介護保険の減免制度

介護保険料の減免 災害や生活困窮など、特別な事情で一時的に保険料が支払えなくなった場合に一定の要件のもと、保険料の減免をしています。

利用者負担軽減制度 低所得で生計が困難な人を対象に「社会福祉法人等による利用者負担軽減制度」を実施しています。

※介護保険料の減免および利用者負担軽減は、市に申請が必要となりますのでご相談ください。

第22回 市民まつり 習志野まつり2015

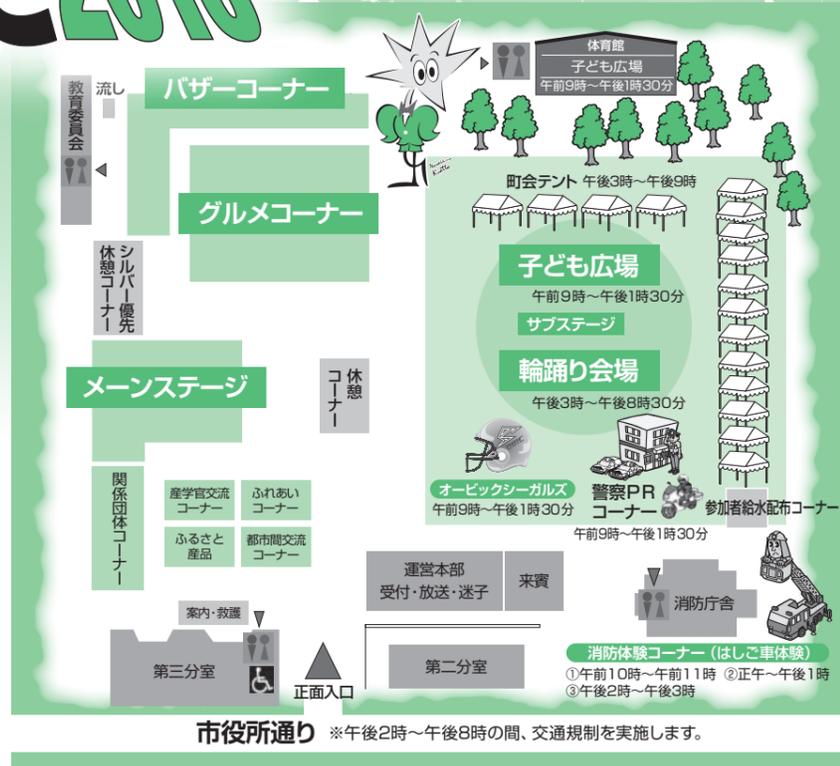
日時 7月19日(日) 午前9時～午後9時

場所 市役所前グラウンド・市役所通り

問合せ 習志野市民まつり実行委員会事務局 ☎(453) 9289

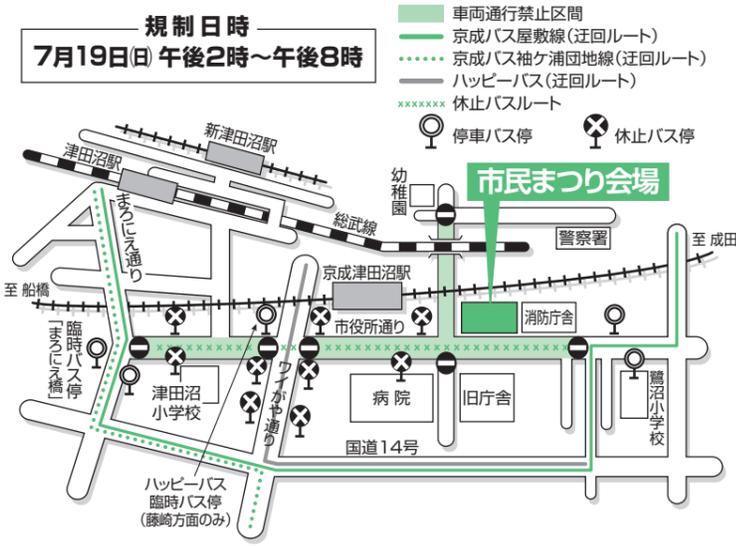
※内容は変更する場合があります。
※駐車場はありません。
公共交通機関をご利用ください。

小雨決行



交通規制・バスルート変更

7月19日(日)は、市役所通り(まろにえ通り信号～市役所～消防庁舎先信号まで)で、午後2時～午後8時の間、交通規制を実施します。
このため、交通規制時間帯に、市役所通りおよびワイがや通り(京成津田沼駅～袖ヶ浦団地入口交差点)を通行する路線バスルートは、案内図の通り変更となります。
この間、該当する路線のバス停は休止となります。



ルートが変更になるバス停は次の通りです

- 【京成バス袖ヶ浦団地線】
 - JR津田沼駅発 ……午後2時00分～午後7時53分
 - 袖ヶ浦団地発 ……午後1時55分～午後7時58分
- 【京成バス屋敷線】
 - JR津田沼駅発 ……午後1時57分～午後7時57分
 - 幕張西2丁目発 ……午後1時35分～最終便
 - JR幕張本郷駅発 ……午後1時39分～午後7時39分
- 【ハッピーバス】海浜ルート
 - 海浜公園発 14便 ……午後1時28分～最終便
 - 京成津田沼駅発 15便 ……午後1時59分～最終便
- 【ハッピーバス】内陸ルート
 - 京成津田沼駅発 15便 ……午後2時00分～最終便
- 【京成高速バス(羽田空港行き)】
 - JR津田沼駅発 ……午後2時30分～午後7時35分
 - 羽田空港国際線ターミナル発 午後1時00分から
 - 羽田空港第2ターミナル発 午後7時15分まで

実行委員会からのお願い

- 市民まつりへ来場・参加する人は、会場周辺の店舗(コンビニエンスストア等)の来客用駐車場への駐車は絶対にしていただき。
- 会場内および会場周辺で小型無人機(ドローン)・ラジコンヘリ等を飛ばさないでください。

共感 信頼 希望

習志野市長 No.37 宮本泰介

夏へまっしぐら～子どもたちの姿に市の未来を描く～

先の市長選挙を経て4月27日から新たな任期がスタートいたしました。引き続きよろしくお願い申し上げます。この市長コラムさらに充実させてまいります。

5月から6月にかけて、小中学校の運動会・体育祭に出席させていただきました。子どもたちのはつらつとした姿は、いつでも心を癒してくれます。小学生がゴールをめぐって夢中で走る姿に感動し、中学生の迫力のある動きには頼もしさを感じました。満席の保護者席は、歓喜の声と、カメラ越しに子どもの姿を追う優しいまなざしに満ちあふれており、子を想う親の心を想像しながら、自ら親への謝意を抱きつつ温かい気持ちになりました。

運動会・体育祭は、さまざまな特色が表れます。その学校の歴史や伝統はもちろん、立地や建物の外観、さらにはグラウンドの広さや土の質まで、各学校に違いがあります。子どもたちや先生、保護者の方の雰囲気もそれ

ぞれです。競技・演技が進行する中、校長先生やPTA会長さんとお話を通じて、学校や地域のことを知る絶好の機会でもあります。あらゆる世代・分野の方が一堂に集まった会場では、まさにそれぞれの地域の力が凝縮され、結晶となって輝いていました。

高校生もまた、これからいろいろな大会に挑んでいきます。7月10日からは、夏の甲子園をかけた高校野球の県大会が始まります。そんな中、全国的にも珍しいコンサートが、6月21日、千葉県文化会館で行われました。習志野高校と木更津市の私立拓大紅陵高校の吹奏楽部による「野球応援コンサート」です。両校ともに高校野球の強豪であり、その応援演奏も有名で、合同演奏あり応援合戦ありのエネルギッシュなパフォーマンスに、本番さながらの熱気を感じました。今年も生徒にとって熱い夏が始まります。さまざまな場面で躍動する習志野高校の生徒の姿を想像すると、今から楽しみです。レッツゴー習志野!

本格的な夏に向ってこれから一段と暑さが増す中、皆さん、熱中症など、健康管理にはくれぐれもお気を付けてください。

タウンミーティング 申込受付中!

宮本市長と一緒に、習志野の「今」そして「これから」を語り合いませんか?

市民の皆さんと市長が、顔を合わせながら意見交換をするタウンミーティング。まずは広報すぐき課まで、気軽にご相談ください。

- 会場 申込団体をご用意ください。
 - 対象 単位町会・自治会など、市内で活動する10人以上の団体
 - テーマ 以下のいずれかを選択
 - まちづくり全般に関すること
 - 特定の施策に関すること
 - ※一部の地域に特化した個別問題は、除きます。
 - ※決定に当たっては、あらかじめ協議が必要となります。
 - 申込方法 以下のいずれかを選択
 - 広報すぐき課窓口にて配布している「タウンミーティング申込書」に必要事項を記入の上、郵送・FAX・持参で広報すぐき課へ
 - 市ホームページの申込みフォームからの送信
 - 申込期限 開催希望日の1カ月前
 - その他
 - 開催日時は協議の上、決定します(土・日、祝日の開催も可)。
 - 一回の開催時間は60～90分です。
 - 詳細は市ホームページ、または広報すぐき課までお問い合わせください。過去の開催結果については、市ホームページで公開しています。
- 申込み・問合せ 広報すぐき課
〒275-8601 習志野市役所 ☎(453) 9313
※持参の場合は仮庁舎3階へ



地域社会の発展に貢献 問合せ 協働まちづくり課
～自治功労者顕彰式および市長との市政懇談会～

6月6日、自治功労者顕彰式を開催しました。町会・自治会などの役員として10年以上にわたり地域の発展にご尽力いただいた16人(うち2人欠席)に宮本市長から感謝状および記念品が贈呈されました。また、併せて市長との市政懇談会が開催され、町会・自治会などの皆さんと活発な意見交換が行われました。

平成27年度 自治功労者顕彰受賞者

戸田山悦規(津田沼)	金子 良隆(本大久保)
小倉 孝(藤崎)	野村 孝(本大久保)
河野 洋子(藤崎)	岸 正明(花咲)
青山 桂明(藤崎)	片岡 哲雄(花咲)
後藤 正志(藤崎)	内堀 敏子(実 柊)
加賀 勝也(藤崎)	菅股 勇治(東習志野)
赤堀 榮子(大久保)	清水 俊雄(東習志野)
渡部 一之(大久保)	小倉桂一郎(秋津)

凡例 日日時 所場所・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 申込み 問合せ

お知らせBOX

市役所への問合せ ☎(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

「平和の広場」清掃活動

「習志野市原爆死没者慰霊および平和祈念式典」に備えた清掃活動(小雨決行)。
日7月24日(金)午前9時30分～11時
所秋津公園内「平和の広場」
問協働まちづくり課

講座・催し

リサイクル体験教室

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
所申リサイクルプラザ ☎(453) 0530
〈紙バックでカルトナーージュ〉
日7月9日(木)午前9時30分～正午 定12人持紙バック・布・リボン

〈親子ガラス細工・施設見学〉

日7月22日(水)・24日(金)・28日(火)各日午前9時30分～正午 定各6組

オストメイト社会 適応訓練講習会

講演会、補装具展示相談会
日7月11日(土)正午～4時
所佐原中央公民館(香取市)
対オストメイトおよびその家族、医療関係従事者など
問日本オストミー協会千葉県支部 ☎043 (309) 7571 (月・火・金 午前10時～5時)

楽市フリーマーケット

日7月11日(土)・12日(日)各日午前10時～4時(雨天中止)
所津田沼公園(モリシア前広場)
問商店会連合会 ☎(455) 1955

谷津干潟自然観察センターから

所申谷津干潟自然観察センター ☎(454) 8416
〈えっさ!ほいさ!みんなで干潟のごみ拾い〉

日7月12日(日)午前10時～正午 定100人費100円

持長靴・タオル・帽子・飲み物
〈干潟のプランクトンをのぞいてみよう〉

日7月25日(土)午前9時30分～正午 対小学生以上 定20人 費100円持筆記用具・虫眼鏡
〈よしず作り体験教室〉

日7月25日(土)・26日(日)各日午前10時～正午、午後1時～3時 費入館料
〈ぶらっと観察会〉

日8月2日(日)午前10時～午後0時30分 対小学生以上 定20人 費100円

県よろず支援拠点 ステップアップセミナー

～売れる仕組みの作り方教えます～
日7月13日(月)午後1時30分～4時 定30人
所申習志野商工会議所 ☎(452) 6700

労働講演会

働く人のコミュニケーション力向上セミナー(当日受付)
日7月14日(火)午後6時～8時
所サンロード津田沼6階
対勤労者 定80人持筆記用具
問商工振興課

婚活支援セミナー

日7月16日(木)午後5時30分～7時 所習志野商工会議所 定40人
申習志野商工会議所女性会 ☎(452) 6700

大久保商店街 騎兵連隊史跡めぐり

日7月18日(土)午後1時～2時30分 所大久保商店街お休み処 費500円
申大久保商店街協同組合お休み処 ☎(476) 6055

認知症メモリーウォーク in 習志野きらっと

認知症に対する正しい理解を深める
日7月19日(日)午前10時30分～4時(ウォーク:午後3時15分～)

所市役所通り市役所前グラウンド
申メモリーウォーク実行委員会 ☎(451) 6898

蛍を見に行こう

アウトドア体験と堂の生息地の探検
日7月22日(水)～23日(木)(1泊2日)※新習志野公民館集合
所県立東金青年の家
対小学4年生以上(親子参加可) 定20人 費2,300円
持着替え・洗面用具など
申7月17日(金)までに直接新習志野公民館へ(午前9時～午後9時)※休館日除く ☎(453) 3400

夏休み絵画教室

自由画の製作
日Aコース=7月21日(火)・22日(水)、Bコース=7月23日(木)・24日(金)、Cコース=7月28日(火)・29日(水)各日午前9時30分～11時30分 所あづまこども会館
対Aコース=小学1年生、Bコース=小学2・3年生、Cコース=小学4～6年生 定各20人(申し込み多数の場合抽選)※2日間

出席できること持クレヨン・絵の具・色鉛筆・絵筆・筆洗い・四つ切り画用紙など
申7月7日(火)(消印有効)までに往復はがき(教室名・希望コース・住所・氏名(フリガナ)・学年・電話番号を記入)で〒275-0006京町2-1-36あづまこども会館へ(1人につき1通) ☎(477) 9077

夏休み親子ガス・水道施設見学会と「マイナス162℃の世界体験」

日7月23日(木)、8月26日(水)各日午前9時～11時30分
所企業局集合
対小学生と保護者 定各25人(申し込み多数の場合抽選)
申7月10日(金)までに電話またはFAX(希望日・氏名・年齢・住所・電話番号を記入)で、企業局営業企画室施設見学担当へ ☎(475) 3305 〆(493) 8989

芙蓉園から

所申東部保健福祉センター内芙蓉園 ☎(476) 9596

〈親子陶芸教室〉
日成形=7月23日(木)・24日(金)各日午前9時～2時 絵付け=8月6日(土)午前10時～正午 引き取り=8月21日(金)午前10時～正午
対市内在住の小学生と保護者 定12組 費1組1,500円(粘土代込)持タオル・エプロン・飲み物・昼食
申市社会福祉協議会 ☎(452) 4161

親子3世代クッキー教室

日7月28日(火)午前10時～正午
対市内在住 定8組(親子3世代を1組) 費1組500円
持エプロン・三角巾・手拭き等
“働くことに悩みを抱えている若者”の保護者対象セミナー
日7月25日(土)午後1時～3時
所サンロード津田沼6階
対市内在住の働くことに悩みを抱えている15～39歳の若者の保護者 定30人持筆記用具
申ちば地域若者サポートステーション ☎043 (351) 5531

生活支援員養成講座

日7月30日(木)午前10時30分～3時30分 所総合福祉センター内いずみの家
対次の①～④全てに該当する人 ①市内在住で、20歳以上おおむね70歳未満 ②ボラ ☎(475) 3305 〆(493) 8989

ンティア活動や福祉に関心をもち、生活支援員として市町村社協と協力して取り組める人 ③現任の民生委員児童委員、訪問介護員ではない人 ④平日月1回以上、2時間程度の活動が可能な人 定20人程度 持筆記用具・昼食
申市社会福祉協議会 ☎(452) 4161

親子料理教室 ～楽しくイタリアンを作ろう～

スパゲティミートソース・キャロットサラダ(メニューは変更の場合あり)※保育なし
日7月30日(木)午前10時30分～1時30分 新習志野公民館、8月6日(木)午前10時30分～1時30分 東習志野コミュニティセンター 対小学生と保護者(2人1組) 定各9組(申し込み多数の場合抽選) 費500円持エプロン・三角巾・ハンドタオル
申7月13日(月)までに電話またはFAX(希望日・住所・氏名・年齢・日中連絡の取れる電話番号を記入)で、企業局営業企画室「料理教室」担当へ(両日申し込み不可) ☎(475) 3305 〆(493) 8989

こんにちはあかちゃん
地域の子育てを応援します

問合せ 健康支援課

市では、地域の皆さんの協力を得ながら、妊娠・出産・育児の切れ目ない母子保健サービス(習志野版ネウボラ)を推進しています。
あかちゃんが生まれると「こんにちはあかちゃん事業」として、新生児訪問(生後40日まで)は助産師が、2カ月頃には母子保健推進員が訪問しています。母子保健推進員は、あかちゃんとお母さんの様子をお伺いし、子育て情報などの入った「すこやか習志野っ子ファイル」をお届けしています。母子保健推進員は、市から委嘱を受けた30人の地域の先輩お母さんで、安心して子育てができるように、地域と健康支援課とのパイプ役として、子育て中のご家庭を見守り、応援しています。

公共施設の再生について みんなで話し合おう!

公共施設再生計画についての説明後、参加者同士による話し合いで理解を深めませんか?

日時	場所
8月1日(土) 午前10時～	袖ヶ浦公民館
8月5日(水) 午前10時～	市民プラザ大久保
8月7日(金) 午前10時～	東習志野コミュニティセンター
8月9日(日) 午前10時～	消防庁舎
8月9日(日) 午後 2時～	谷津コミュニティセンター

※2時間程度を予定
定員 各20人 対象 市内在住・在勤・在学
申込期限 7月15日(水)(必着)まで(先着順)
申込方法
①市ホームページに掲載している申込用紙に記入
②任意の様式にタイトル「公共施設再生計画説明会参加申し込み」・参加希望日時・氏名・住所(市外在住の場合は、勤務先または就学前の名称)・年齢・性別・連絡先(電話番号・FAX番号・メールアドレス)・応募動機・保育サービス利用の有無を記入
①②のどちらかを持参・郵送・FAX・Eメールのいずれかで 〒275-8601 習志野市役所資産管理課へ 〆(453) 9384 〆shikan@city.narashino.lg.jp
※持参の場合は仮庁舎2階資産管理課へ

皆さんの意見をお聞かせください ～パブリックコメント～

市では、基本的な施策や条例等を策定する際に、その素案を公表し市民の皆さんに意見を聞くパブリックコメントを実施しています。

習志野市行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する条例(案)

「行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律(マイナンバー法)」の施行に関し、マイナンバーの独自利用等および提供について地方公共団体が条例で定めることとされました。
そこで、広く市民の皆さんからのご意見を募集します。
【公表方法】情報公開コーナー(第四分室1階)で閲覧・配布、市ホームページで公表
【募集期間】7月14日(火)～8月11日(火)(必着)
【提出方法】習志野市行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する条例(案)に関する意見・住所・氏名を記入し、持参・郵送・FAX・市ホームページからの送信のいずれかで情報政策課へ
【問合せ・提出先】情報政策課 〒275-8601 習志野市役所 〆(453) 9386 ※持参の場合は第四分室1階へ

光化学スモッグの発生をお知らせします

問合せ 環境保全課

光化学スモッグは4月から10月にかけて、日差しが強い・気温が高い・風の弱い日に発生しやすくなります。本市では、光化学スモッグによる健康被害の発生を未然に防ぐため、防災行政用無線・ホームページ・携帯メールで発生状況をいち早くお知らせします。

注意報等が発令された場合の注意	健康被害の症状
<ul style="list-style-type: none"> ■屋外での激しい運動は避ける ■自動車の運転を控える ■なるべく窓を閉める 	<ul style="list-style-type: none"> ●喉や目の痛み ●頭痛・吐き気 ●手足のしびれ等

健康被害が発生したときは、医療機関で受診してください。

凡例 日日時 所場所・会場 対象者 特定員(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 申込み 問合せ

スポーツ

学校・実花水泳プール開放

場所	期間
藤崎小	7月21日(火)～26日(日)
袖ヶ浦東小	7月28日(火)～8月2日(日)
屋敷小	8月4日(火)～9日(日)
津田沼小	8月11日(火)～16日(日)
実花水泳	7月20日(月)～8月31日(月)

〈共通事項〉

利用は1日1回(入れ替え制)
定 各回150人(小学生未満は保護者が一緒に入ること)

持 水泳キャップ
〈学校プール〉

開場時間=①午前10時～午後0時10分 ②午後2時～4時10分

対 市内在住・在勤・在学費50円

問 生涯スポーツ課

〈実花水泳プール〉

開場時間 = ①午前10時～正午 ②午後0時20分～2時20分

③午後2時30分～4時30分

費 高校生以下・65歳以上50円、一般100円(市外者倍額)

問 スポーツ振興協会
☎(452)4380

あかね杯ペア大会

ペアによるハンディキャップありのパークゴルフ大会

日 7月31日(金)午前9時～(受付午前8時30分～)

所 茜浜パークゴルフ場

定 60組 費 1組2,000円 持 クラブ・ボール・飲み物・タオル
申 茜浜パークゴルフ場
☎(453)7666

中央公園パークゴルフ場
☎(473)8952

芝園テニススクール

①入門 ②初級者 ③シニア(初級者) ④レディースダブルス

日 8月4日～11月26日 ①毎週火曜日 午前9時～10時30分 ②毎週火曜日 午前11時～1時 ③毎週木曜日 午前9時～10時30分 ④毎週木曜日 午前11時～1時

対 市内在住・在勤・在学(優先) 定 各12人(申し込み多数の場合抽選) 費 月5,000円

持 ラケット(貸し出しあり)・テニスシューズ・飲み物・タオル

所 申 7月15日(木)までに芝園テニスコート窓口へ

☎(451)0280

窓口受付 = 午前8時30分～5時

電話受付 = 午前10時～5時

キッズスイミング教室

水慣れから能力に応じた泳法指導

日 8月3日(月)～6日(木)(予備日7日) 1部 = 午前10時～11時15分 2部 = 午前11時30分～0時45分 3部 = 午後2時30分～3時45分

所 申 袖ヶ浦東小学校

対 市内在住・在学(小

学生優先) 定 50人(申し込み多数の場合抽選) 費 2,400円

持 水着・水泳キャップ・タオル・ゴーグル・着替え・飲み物

申 7月14日(火)(必着)までに往復はがき(教室名・希望の部・住所・氏名・学年(年齢)・電話番号を記入)で〒275-0021袖ヶ浦5-1-1スポーツ振興協会へ(1通につき1人1教室)※きょうだいはまとめて記入可(往復はがき締め切り後、7月16日(木)から窓口・電話受付開始)

問 スポーツ振興協会
☎(452)4380

窓口受付 = 午前9時30分～

電話受付 = 午前10時～

募集

夏休み子ども1日図書館員

本の貸し出しや返却など図書館の仕事体験

日 所 大久保 = 7月30日(木)・31日(金)、8月20日(木)・21日(金) 東習志野 = 7月30日(木)・31日(金)、8月6日(木)・28日(金) 新習志野 = 7月22日(木)・23日(木)、8月19日(木)・20日(木) 藤崎 = 7月25日(土)・26日(日)、8月22日(土)・23日(日) 谷津 = 7月22日(木)・23日(木)・29日(木)・30日(木) 各日午前10時～正午、午後2時～4時

対 市内在住の小学4～6年生

で初参加の人 定 各回2人

申 7月4日(土)～11日(土)

各図書館で配付(図書館のホームページからダウンロード可)の申込書を持参(電話不可)

問 大久保図書館 ☎(475)3213 東習志野図書館 ☎(473)2011 新習志野図書館 ☎(453)3399 藤崎図書館 ☎(475)3330 谷津図書館 ☎(471)2072

市シルバー人材センター 入会説明会

申 市シルバー人材センター ☎(493)8011

対 市内在住で就業を希望する60歳以上

〈出張説明会〉

日 7月17日(金) 所 新習志野公民館 午前9時30分～、袖ヶ浦公民館 午後1時～

〈定例説明会〉

日 毎月第2・3水曜日 午前9時30分～ 所 東部保健福祉センター

持 写真(3×2.5cm)・印鑑・郵便局の口座番号が分かるもの

健康なまちづくり審議会委員

任期 = 9月1日～平成29年8月31日(再任の場合あり)

対 市内在住・在勤・在学の20歳以上 定 1人

申 7月31日(金)(必着)までに所

定の申込書(市ホームページからダウンロード可)に「健康なまちづくりについて」の意見・提言を1,200字程度にまとめたレポートを添えて郵送または持参で健康支援課へ

楽市フリーマーケット出店者

日 8月29日(土)・30日(日) 各日午前10時～4時(雨天中止)

所 津田沼公園(モリシア前広場) 定 50区画(1区画2.5×2m) 費 2,000円(駐車場1日1台500円)

申 8月22日(土)(必着、未登録の場合は8月1日(土)までに往復はがき(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商店会連合会「楽市フリマ係」へ(要事前登録)

☎(455)1955

相談

無料発明相談会

特許・実用新案・意匠・商標など(1件につき1時間)

日 7月21日(火)、8月18日(火) 各日午前10時～4時 定 各日5人

所 申 習志野商工会議所 ☎(452)6700

養育費の無料相談

日 8月1日(土)午後1時30分～3時30分 所 サンロード津田沼5階

対 県内在住

定 3人(1人30分)※保育あり

申 県母子寡婦福祉連合会事務局 ☎043(222)5818

クレジットサラ金無料相談

日時と場所は担当弁護士と相談 費 初回無料(30分)

問 県弁護士会 ☎043(227)8581

(平日午前10時～11時30分、午後1時～4時)

事業協同組合設立の相談

受注・販売・購買などの既存事業の強化や新たな事業展開を図るための組織の設立の相談

問 県中小企業団体中央会 設立相談室 ☎043(306)3285

(平日午前8時30分～5時)

市ホームページで動画配信中!

テレビ広報

なるほど習志野

7月号 第1・第3週月～日曜日放送

習志野にんじん百面相～名産品からブランドへ～

J:COMチャンネル船橋・習志野11chで放送中!

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

移動図書館 **きぼう号** 巡回予定 7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	14・28(火)
袖ヶ浦1丁目マーブル津田沼	14:20～14:50	1・15・29(水)
谷津南小学校	15:10～16:20	
袖ヶ浦東小学校	14:40～15:50	2・16・30(木)
津田沼3丁目菊田ハイツ	14:20～14:50	3・17・31(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	4・18(土)
泉町3丁目公務員住宅	15:10～15:50	
第五中学校正門前	14:20～14:50	8・22(火)
津田沼小学校	15:10～16:20	
津田沼3丁目防衛省宿舍	13:50～14:20	9・23(水)
鷺沼小学校	14:40～15:50	
習志野借生園	13:50～14:30	10・24(金)
実初小学校	14:40～15:50	
谷津公民館	13:50～14:30	11・25(土)
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	8・22(火)

国道357号(西行き)の夜間通行止め

東京外かく環状道路の建設に伴う橋りょう架設工事のため、国道357号西行き(東京方面(市川市高谷地先))を夜間通行止めいたします。日 7月4日(土)午前0時～午前5時(予備日7月11日または18日の同時刻) 問 NEXCO東日本お客様センター ☎0570(024)024

その他

毒物劇物取扱者試験

一般・農薬用品目・特定品目毒物劇物取扱者

日 8月7日(金)午後1時30分～

申 7月2日(木)・3日(金)に県教育会館(千葉市中央区4-13-10)へ

受付時間 = 午前9時30分～11時30分、午後1時～4時

問 県健康福祉部業務課 ☎043(223)2618

伝言板

※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

■不登校(ニート)相談会 7月11日(土)午後1時～3時 サンロード津田沼5階 1家族950円 ☎(408)0156NPO法人青少年自立支援の会/古井

■パークゴルフ教室 7月4日(土)・7日(火)・18日(土)・28日(火) 各日午前9時30分～0時30分 茜浜パークゴルフ場 1,300円 ☎090(7833)6001NPO法人習志野スポーツ文化協議会/渡辺

■楽で楽しい健康体操 7月5日・19日・26日、8月2日・23日 各日曜日午後1時～3時 菊田公民館 1,500円(3回分) ☎090(6930)8354ヒザ痛腰痛改善体操クラブ/酒井

■親子工作イベント 7月26日(日)午前10時～正午 菊田公民館 1,000円(大人2人目無料、子ども2人目500円) donna-popolo.jimdo.com Donna Popolo/肥田

■市民公開講座 「闘う建築家 安藤忠雄」 7月5日(日)午後1時30分～4時 袖ヶ浦公民館 200円 ☎(451)8403習志野シニアクラブ/牧野

■運動不足者・高齢者体操 7月2日・9日・16日、8月6日・

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金を支給します

戦後70周年に当たり、戦没者等に弔慰の意を表すものです。

支給額 = 25万円

請求期間 = 平成30年4月2日まで

対 戦没者等の死亡当時の遺族(平成27年4月1日(基準日)において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受ける人(戦没者等の妻や父母等)がない場合に遺族1人に支給)

申 社会福祉課

☎(453)2676大正琴 野菊の会/小坂

■健康講演会 急性心筋梗塞から生還した医師による講演会 7月16日(木) 大久保公民館 資料代100円 ☎090(1128)3925習志野大久保会/西野

■ならしの子ども劇場(助産師による「いのちの話からだの話」) 7月6日(月)午前10時15分～11時30分 市民プラザ大久保 800円(保育料1人500円)

〈流しそうめんと水あそび〉 7月30日(木)(雨天順延7月31日)午前10時15分～正午 谷津西の葦公園 小学生親子1組800円(追加1人400円)

〈忍者 闇の修行(闇をあそぶ)〉 7月25日(土)午後5時45分～秋津総合運動公園 小学4年～中学1年生4,800円 ☎(451)3676NPO法人ならしの子ども劇場(要申し込み)

■市民公開講座 「闘う建築家 安藤忠雄」 7月5日(日)午後1時30分～4時 袖ヶ浦公民館 200円 ☎(451)8403習志野シニアクラブ/牧野

■運動不足者・高齢者体操 7月2日・9日・16日、8月6日・

■不登校(ニート)相談会 7月11日(土)午後1時～3時 サンロード津田沼5階 1家族950円 ☎(408)0156NPO法人青少年自立支援の会/古井

■パークゴルフ教室 7月4日(土)・7日(火)・18日(土)・28日(火) 各日午前9時30分～0時30分 茜浜パークゴルフ場 1,300円 ☎090(7833)6001NPO法人習志野スポーツ文化協議会/渡辺

■楽で楽しい健康体操 7月5日・19日・26日、8月2日・23日 各日曜日午後1時～3時 菊田公民館 1,500円(3回分) ☎090(6930)8354ヒザ痛腰痛改善体操クラブ/酒井

■親子工作イベント 7月26日(日)午前10時～正午 菊田公民館 1,000円(大人2人目無料、子ども2人目500円) donna-popolo.jimdo.com Donna Popolo/肥田

■市民公開講座 「闘う建築家 安藤忠雄」 7月5日(日)午後1時30分～4時 袖ヶ浦公民館 200円 ☎(451)8403習志野シニアクラブ/牧野

■運動不足者・高齢者体操 7月2日・9日・16日、8月6日・

■健康講演会 急性心筋梗塞から生還した医師による講演会 7月16日(木) 大久保公民館 資料代100円 ☎090(1128)3925習志野大久保会/西野

■ならしの子ども劇場(助産師による「いのちの話からだの話」) 7月6日(月)午前10時15分～11時30分 市民プラザ大久保 800円(保育料1人500円)

〈流しそうめんと水あそび〉 7月30日(木)(雨天順延7月31日)午前10時15分～正午 谷津西の葦公園 小学生親子1組800円(追加1人400円)

〈忍者 闇の修行(闇をあそぶ)〉 7月25日(土)午後5時45分～秋津総合運動公園 小学4年～中学1年生4,800円 ☎(451)3676NPO法人ならしの子ども劇場(要申し込み)

■市民公開講座 「闘う建築家 安藤忠雄」 7月5日(日)午後1時30分～4時 袖ヶ浦公民館 200円 ☎(451)8403習志野シニアクラブ/牧野

■運動不足者・高齢者体操 7月2日・9日・16日、8月6日・

■健康講演会 急性心筋梗塞から生還した医師による講演会 7月16日(木) 大久保公民館 資料代100円 ☎090(1128)3925習志野大久保会/西野

■ならしの子ども劇場(助産師による「いのちの話からだの話」) 7月6日(月)午前10時15分～11時30分 市民プラザ大久保 800円(保育料1人500円)

10 習志野市役所 ☎(451)1151

第三分室前 有料駐車場閉鎖 第三分室前有料駐車場は新庁舎建設工事に伴い、7月17日(金)午後5時をもって閉鎖となります。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解、ご協力をよろしくお願い致します。 問 契約検査課

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

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・管理栄養士(4か月児)・歯科衛生士(10か月児)による相談など

※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健康支援課へ)

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 (25年12月生まれ)	7月15日(水)	7月23日(木)
3歳児 (24年1月生まれ)	7月 8日(水)	7月10日(金)

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時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、デモンストラクションや試食をしながら、管理栄養士が分かりやすくアドバイスします。

日程	会場
7月 9日(木) 8月 6日(木)	谷津コミュニティセンター
7月14日(火) 8月28日(金)	大久保公民館

時間 午前10時45分～11時30分

対象 5～6か月児(第1子)と保護者

定員 20組(先着順) 費用 70円(参加費)

持ち物 母子健康手帳・抱っこひも

歯みがき教室(予約制)

歯科衛生士が口の中を観察し、小グループで親子の歯みがき練習を行います。

日程	会場
7月29日(水)	プレーメン習志野
7月30日(木)	保健会館別館

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

子育てふれあい広場(幼稚園・こども園)

会場園名	7月	会場園名	7月
東習志野こども園	1日(水)	藤崎	8日(水)
向山	2日(木)	津田沼	9日(木)
袖ヶ浦こども園	3日(金)	新栄	13日(月)
つくし★	6日(月)	杉の子こども園	14日(火)
香澄	◎7日(火)	大久保東	15日(水)

※★印は保健師が応相談
 ※◎印はおもちゃ病院同時開催日
 ※雨の日も開催 ※駐車場なし
 ※他に各市立幼稚園独自の開放あり(問い合わせは各園に)

時間 午前10時～11時30分

対象 乳幼児とその家族

持ち物 上履き(はだし可)・こども用名札

問合せ こども保育課

定期予防接種はお済みですか

下記の3種類の接種について、小学校入学前に接種しているか母子健康手帳で確認しましょう。

〈麻しん・風しん(MR)2期予防接種〉

平成21年4月2日生～22年4月1日生のお子さんは必ず接種が必要です。冬の感染症が流行する前に接種しましょう。

〈日本脳炎1期〉

3回接種を完了していますか。

〈不活化ポリオ追加接種〉

現在4回目まで全て定期接種になっています。生ポリオ2回接種済みの人は完了です。

おとなのコーナー

8月の認知症高齢者介護相談(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 1週間前までに高齢者支援課へ

時間 午後1時30分～3時30分

8月	会場
5日(水)・19日(水)	サンロード津田沼6階市民相談室

7月がん集団検診日程(予約不要)

服装の準備や食事制限があります。各がん検診の受診方法や注意点など、詳細は「平成27年度習志野市がん検診等のお知らせ」をご確認ください。

	胸部エックス線検査(結核・肺がん検診)	胃がん検診
対象者	40歳以上(昭和51年3月31日までに生まれた人)	
自己負担金	無料	500円
受付時間	男性:午前9時～9時45分 女性:午前10時～11時	男女ともに 午前9時～11時 男性:午前8時15分～9時 女性:午前8時15分～10時
会場	※受け付けは、開始時間・終了時間ともに時間厳守で行うため受付時間内にお越しください。	
谷津公民館	—	16日(木) 8日(水)
谷津コミュニティセンター	—	27日(月) 6日(月)
袖ヶ浦公民館	30日(木)	14日(火) 23日(木)
総合福祉センター内さくらの家	—	29日(水) —
勤労会館	—	13日(月) 7日(火)
プレーメン習志野	31日(金)	15日(水) 22日(水)

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)
手指や器具類の洗浄・消毒や、食品の区分け保管、調理器具の使い分け等が大切です。
- ◆細菌を増やさない(迅速、冷却)
食品を扱うときには、室温に長時間放置せず冷蔵庫に保管し、調理後は早く食べることが大切です。
- ◆細菌をやっつける(加熱、殺菌)
食品は、十分に加熱して食品内部の細菌を殺菌しましょう。また、調理器具は洗浄した後、熱湯や塩素剤などで消毒することが大切です。

ならしの健康マイレージに参加しよう!

健康習慣のきっかけづくり・継続・定着を目指し、平成27年1月から開始しました。日々の健康活動でお得な特典が受けられます。どなたでも参加できますので、まずは気軽にお問い合わせください。詳細は市ホームページをご覧ください。

[トップページ](#)▶[健康と福祉](#)▶[みんなの健康](#)▶[ならしの健康マイレージ](#)

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。

日程	会場
7月21日(火)、8月17日(月)	保健会館別館

※都合がつかない場合は応相談

時間 午後1時～4時 対象 市内在住

習志野市
広報
すぐき課

〒275-8601 習志野市鷺沼1-1-1
 ☎047(451)1151(代)
 FAX 047(453)9313
<http://www.city.narashino.lg.jp/>

市の人口

H27.6.1現在
 ※住民基本台帳
 に基づく

・総人口…167,127人 (165,910人)
 ・男……………83,455人 (82,927人)
 ・女……………83,672人 (82,983人)
 ・世帯数…74,415世帯 (73,203世帯)
 ※()内はH26.6.1時点

次号の予告

変更の場合あり

・連絡所で証明書発行

他