

野志習

広報

NARASHINO

2015
9/1
No.1327

高齢者が光輝く 健康で明るいまちづくり……	2
後期公民館講座受講生募集……	4
市民総合体育大会／児童手当現況届…	5
防災月間／ オービックシーガルス公式戦開催……	6
9月10日は下水道の日／ 食生活改善普及運動・健康増進普及月間…	7
スマート国勢調査……	8
お知らせBOX……	9
保健だより……	14



3世代ついでいいね

7月28日、東部保健福祉センター内にある芙蓉園で親子3世代クッキー教室が開催されました。
バターや卵を使わず黒ゴマとバナナココナツミルク味の2種類のクッキーを3世代で協力して作りました。

問合せ 高齢者支援課



高齢者が光輝く 健康で明るいまちづくり

問合せ 高齢者支援課



本市では、住み慣れた地域で、安心して健やかに暮らしていけるよう、生きがいづくり、社会参加の支援に取り組んでいます。

あじさいクラブ連合会で一緒に活動しませんか？

あじさいクラブ連合会は、市内の各老人クラブによって構成された組織で、おおむね60歳以上の人の生活を健康で豊かなものにするために、社会奉仕活動などを通じて、生きがいと健康づくりを行っています。

平成27年4月1日現在、50クラブ、2,417人が加入しています。
※高齢者支援課で、お住まいの地域の老人クラブを紹介しています。

年間の主な活動内容

- ゲートボール
- グラウンドゴルフ
- 健康体操
- ペタンク
- パークゴルフ
- 太極拳
- 教養講座
- 囲碁、将棋
- 健康麻雀
- 芸能大会
- カラオケ発表
- 作品展



高齢者スポーツ大会のご案内！

体力づくり、健康づくりを通じて在宅高齢者およびその家族の福祉増進を図るとともに、高齢者相互の親睦および老後の生活を健全で豊かなものにすることを目的とする大会です。

- 対象** 市内在住の60歳以上
- 参加費** 無料
- 競技内容** 紅白玉入れ競争、パン食い競争 他
- 持ち物** 昼食・飲み物・敷物
- 申込み** 9月25日(金)までにあじさいクラブ連合会事務局(高齢者支援課内)へ

日時 10月15日(木) 午前10時～

場所 袖ヶ浦運動公園

雨天順延日 16日(金) ※順延の場合、申込者には連絡します。

敬老祝い金を贈呈します

人生の節目のお祝いとして敬老祝い金を贈呈します。
対象者には、9月上旬から地域の民生委員・児童委員が順次、直接お届けします。
申請は不要です。



対象者 9月15日現在、本市に1年以上居住し、住民登録している次の人

満77歳(喜寿)	昭和12年9月17日～昭和13年9月16日生まれ	5,000円
満88歳(米寿)	大正15年9月17日～昭和2年9月16日生まれ	10,000円
満99歳(白寿)	大正4年9月17日～大正5年9月16日生まれ	20,000円
100歳以上	大正4年9月16日以前生まれ	30,000円

高齢者外出支援事業

75歳以上の高齢者世帯にタクシー運賃の一部を助成します。

高齢者の外出を支援するため、在宅で生活する75歳以上の高齢者世帯に対し、タクシー券を交付します。



対象

- 下記の1～3の全てに該当する世帯
 - 1.世帯全員が本市に住民票がある
 - 2.在宅で生活する75歳以上の人が1人以上いる下記の①②のいずれかに該当する世帯
 - ①75歳以上の人のみで構成される世帯
 - ②75歳以上の人と障がい者のみで構成される世帯
 - 3.世帯全員の申請年度(申請月が4～6月までは前年度)の市民税が非課税
- ◆福祉タクシー券を利用している人が世帯内にいる場合は対象外となります。
◆世帯全員が非課税であることが確認できない場合は、タクシー券の交付はできません。

助成内容

1世帯に1カ月3枚の高齢者支援タクシー券を交付(1枚500円、申請月から翌年3月分を一括交付)

申請方法

所定の申請書※に必要事項を記入し、押印の上、高齢者支援課に提出してください(郵送可)。
申請を受理し、審査後、対象世帯にタクシー券を郵送します。

※申請書は高齢者支援課・市内高齢者相談センター(地域包括支援センター)・公民館・コミュニティセンター・ゆうゆう館・市民プラザ大久保・大久保図書館・藤崎図書館・芙蓉園・さくらの家に設置している他、市ホームページからもダウンロードできます。

習志野市 高齢者外出支援事業利用申請書

検索

成年後見制度

認知症・知的障がい・精神障がい等の人が、不動産・預貯金の管理や日常生活に必要な契約などにおいてトラブル・被害を受けることがないように、家庭裁判所によって選ばれた人がその人を保護・支援する制度です。日頃の生活や将来の暮らしに不安があるときには、高齢者支援課または高齢者相談センター(地域包括支援センター)にご相談ください。

また、10月8日(木)から成年後見制度に関する専門の相談窓口として、市成年後見センターを開設しますので、併せてご相談ください。

習志野市成年後見センターの概要

- 開設日** 10月8日から毎月第2・4木曜日(祝祭日除く)
- 時間** 午前10時30分～正午、午後1時～3時30分(受付午後3時まで)
- 場所** サンロード津田沼6階市民相談室
相談時間は、1回30分以内、予約は原則不要です。ただし、次の場合は事前に高齢者支援課へ予約をしてください。
 - ①成年後見制度の利用開始に向けて、支援が必要な場合
 - ②書類の記入方法などについての相談の場合
 - ③相談場所への来場が困難であり、居宅訪問などでの相談を希望する場合

市民後見人養成講座を開講します！ 事前説明会に参加しませんか？

成年後見制度に対するニーズや諸課題に対応するためには、専門職後見人以外の後見人(市民後見人)にも、重要な役割を果たすことが求められ、その養成が急務となっています。

市では、今年度実施する市民後見人養成講座に先立ち、後見人の職務や養成講座の概要などについての事前説明会を下記の日程で実施します。

なお、市民後見人養成講座の日程や内容については、市ホームページで随時案内していきます。

- 日時** 10月10日(土) 午後2時～4時
- 場所** サンロード津田沼6階大会議室
- 対象** 25歳以上おおむね70歳までの人
- 定員** 30人(要予約、先着順)
- 申込み** 高齢者支援課

平成27年度

後期公民館講座

受講生募集

申込方法 ○実施する公民館にお申し込みください(先着順)。

受付期間 **9月2日水から**(月曜日、祝日除く) **午前9時～午後5時**

(新習志野公民館は月曜日以外の祝日も受け付け可)

○第1回講座は説明会を兼ねています。

○講座によっては実費負担があります。



平成27年度後期公民館講座(申し込みは電話)

公民館	講座名	学習内容	定員	日程(回数)	曜日・時間	第1回
菊田	育児講座	子どもの心理・健康・遊び等について学ぶ 【対象】6～12カ月児と保護者(第1子優先)	親子15組	9月～11月(6回)	金曜日(一部水・土曜日) 午前10時～11時30分 ※11月4日のみ午後1時30分～3時	9月18日
	親と子のふれあい講座	子どもの心理・健康・遊び等について学ぶ 【対象】2歳児と保護者 6回分100円負担(教材費) ※第1子優先	親子15組	10月・11月(6回)	木曜日(一部金・土曜日) 午前10時～11時30分	10月1日
大久保	育児講座	子どもの心理・健康・遊び等について学ぶ 【対象】6～12カ月児と保護者(第1子優先)	親子15組	10月・11月(6回)	水曜日 午前10時～11時30分	10月7日
	環境講座	有害な環境・無害な環境 ～化学物質と健康～	30人		10月17日(土) 午後1時30分～3時30分	
	男の料理	食についての正しい知識と料理の基本を学ぶ	20人	10月・11月(4回)	土・日曜日 午前9時30分～正午	10月31日
屋敷	～エンジョイニューライフ～ 美活!マイナス5歳のファッション講座	パーソナルカラーについて学び、より若々しく、体型をカバーし美しい姿に見えるコーディネートを学ぶ	20人		10月1日(木) 午前10時～正午	
	～エンジョイニューライフ～ 美活!マイナス5歳のメイク講座	年齢や顔の形、肌の色に対応したメイク法を学ぶ	20人		10月31日(土) 午前10時～正午	
	～エンジョイニューライフ～ チェアヨガ講座	椅子に座り、膝に負担をかけずに行うヨガを学ぶ	15人		10月29日、11月19日、12月17日 各木曜日 午後1時30分～2時30分	
実花	お囃子太鼓講座 ～お祭りデビュー～	お囃子太鼓の基本を学び、地域との関わりを深める 【対象】小学3～6年生	24人		10月15日(木)・16日(金)・17日(土) 午後5時～7時	
	消しゴム落款づくり	作品を引き立てる落款とイラストスタンプを消しゴムで作る	15人		11月12日・26日 各木曜日 午前9時30分～正午	
袖ヶ浦	太極拳入門講座	初心者を対象に太極拳を学び、健康的な体づくりを目指す	25人	11月・12月(5回)	金曜日 午前10時～11時30分	11月6日
谷津	親と子のふれあい講座	子どもの心理・健康・遊び等について学ぶ 【対象】2歳児と保護者 6回分100円負担(教材費)	親子16組	10月・11月(6回)	金曜日 午前10時～11時30分	10月9日
新習志野	育児講座	子どもの心理・健康・遊び等について学ぶ 【対象】6～12カ月児と保護者	親子15組	10月・11月(6回)	火曜日 午前10時～正午	10月6日
	親子すくすく講座(後期)	子どもと触れ合いながら健康・遊び等について学ぶ 【対象】2歳児と保護者 5回分500円負担(教材費)	親子15組	11月・12月(5回)	火曜日 午前10時～正午	11月24日
	千葉工大とサイエンスしよう	ロボット体験や各種実験などを通して科学に触れる 【対象】子どもから大人まで 参加内容により実費負担(教材費)※詳細は問い合わせ	100人		9月22日(火祝) 午後1時～5時	
	生活悠々講座 ハワイアンフラ	ハワイアンフラダンスを通しハワイの文化・歴史に思いをはせる 4回分500円負担(教材費)	30人		9月29日、10月6日・13日・20日 各火曜日 午前10時30分～正午	
	クッキングザおうちカフェ	家庭でも作れる、一工夫ある料理を学ぶ 800円負担(材料費)	20人		10月9日(金) 午後2時～4時	
	千葉県歴史探訪 波の伊八	彫刻師・波の伊八について学び、縁の地を実際に巡る 2,000円負担(バス代、昼食代など)	20人		10月31日(土) 午後1時～3時(講義) 11月 3日(火祝) 午前10時～(バスツアー)	

幼児家庭教育学級

(申し込みは来館)

3歳児と保護者を対象に、基本的な家庭教育の在り方を考え、幼児についての理解を深めます(初めての人優先)。

費用 2,000円(おやつ代など)

※申し込み時負担

公民館	定員	期間	曜日・時間	第1回
屋敷	親子24組	9～12月(全12回)	木曜日(一部土曜日) 午前9時30分～11時30分	9月24日
実花		10～12月(全11回)	金曜日(一部土曜日) 午前10時～正午	10月2日
袖ヶ浦		9～12月(全11回)	金曜日 午前9時30分～11時30分	9月25日
谷津		9～12月(全12回)	木曜日(一部水・土・日曜日) 午前10時～正午	9月24日
新習志野		9～12月(全12回)	水曜日(一部土曜日) 午前10時～正午	9月30日

公民館案内

開館時間 午前9時～午後9時
(夜間利用がない場合、午後5時で閉館)
※新習志野公民館を除く

休館日 毎週月曜日、祝日、年末年始
(新習志野公民館は月曜日以外の祝日も開館)

公民館	住所	電話
菊田	津田沼7-9-20	(452)7711
大久保	本大久保3-8-20	(476)3213
屋敷	屋敷3-13-13	(475)4354
実花	東習志野6-7-2	(477)8899
袖ヶ浦	袖ヶ浦2-5-1	(451)6776
谷津	谷津4-7-10	(452)1509
新習志野	秋津3-6-3	(453)3400

第49回 市民総合体育大会

クレー射撃

■実施日/9月20日(日)午前8時集合 ■会場/成田射撃場(印西市) ■内容/トラップ、スキート2種目ともに100個撃 ■対象/市内在住・在勤・在学で鉄砲所持許可証および火薬類譲受許可証所持者 ■定員/40人 ■費用/5,500円 ■申込み/当日会場で受け付け ■問合せ/市クレー射撃協会 池上 ☎080(3204)0499(午後8時～10時)

軟式野球

■実施日/中学生:9月27日(日)、10月3日(土)・4日(日) 予備日10月10日(土) 一般:11月15日(日)・22日(日) 予備日11月23日(月祝) ■会場/秋津野球場 ■対象/市内中学生、野球連盟主催大会の上位チーム ■問合せ/市野球連盟 吉井 ☎080(5655)5374

ソフトボール

■実施日/10月4日(日)午前8時集合 ■会場/袖ヶ浦運動公園、秋津公園多目的広場 ■内容/一般男女・中学女子・小学女子の部 ■費用/協会登録チーム5,000円、未登録チーム7,000円 ■申込み/9月18日(金)までに電話で市ソフトボール協会 青山へ ☎(453)8724

ゲートボール

■実施日/10月10日(土) 予備日11日(日)午前8時30分集合 ■会場/谷津公民館屋外コート ■対象/市内在住・在勤・在学および連盟加入者 ■費用/500円 ■申込み/9月30日(木)までに電話またはFAXで市ゲートボール連盟 佐野へ ☎・☎(478)3022

ボウリング

■実施日/10月12日(月祝) 午前10時30分集合 ■会場/パールプラザボウル(船橋市) ■内容/個人戦3ゲーム ■対象/市内在住・在勤および市ボウリング協会会員 ■定員/60人 ■費用/2,000円 ■申込み/10月4日(日)までに会場備え付けの申込書に記入し、パールプラザボウルへ ☎(424)8080

児童手当現況届の提出はお済みですか?

現況届の提出について

現況届は、毎年6月1日現在の受給者および児童の状況について届け出て、引き続き6月分以降の手当を受給できる要件を満たしているかを審査し、手当の受給を決定するための重要な書類です。

まだ現況届を提出していない人には、8月中旬に現況届の提出に関する案内を再度送付しています。必要書類を添えて郵送または窓口にて提出をお願いします。

なお、提出が遅れると、6月分以降の手当を10月・2月・6月の各支給予定日に受給できなくなりますのでご注意ください。

児童手当とは

児童手当は、0歳から中学3年生(15歳到達後最初の3月31日)までの児童を養育している父母等に支給される手当です。

支給対象		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	

バレーボール

■実施日/一般男女:10月11日(日) 袖ヶ浦体育館 家庭婦人:11月1日(日) 袖ヶ浦体育館、11月15日(日) 東部体育館 各日午前9時集合 ■内容・対象/平成27年度登録チームおよび一般男子・一般女子(6人制)市内在住・在勤で編成されたチーム、家庭婦人(9人制)市内在住の既婚者で編成されたチーム ■定員/1チーム15人 ■費用/協会登録チーム2,000円、準登録チーム3,000円、未登録チーム4,000円 ■申込み/一般男女:10月6日(火)、家庭婦人:10月19日(月)(必着)までに所定の申込書に記入し、参加費を添えて〒275-0022香澄4-2-6-3市バレーボール協会 及川記美代へ ☎(451)5982

なぎなた

■実施日/10月25日(日) 午前9時30分集合 ■会場/東部体育館 ■内容/演技の部:習熟別 試合の部:個人戦・団体戦 ■対象/市内在住・在勤・在学および連盟会員 ■定員/30人 ■費用/500円 ■申込み/9月15日(火)までに電話またはFAXで市なぎなた連盟 上石へ ☎・☎(476)3784

空手道

■実施日/11月29日(日) 午前9時集合 ■会場/東部体育館 ■対象/市内在住・在勤・在学および市内空手道場所属者 ■費用/2,000円 ■申込み/10月10日(土)までに所定の申込書で連盟へ ■問合せ/市空手道連盟 伊藤 ☎090(2537)4108 ☎03(3660)1830 ☒Itoh-h@umc-tyo.co.jp

問合せ
子育て
支援課



次の場合にも届け出が必要になります

- 出生などにより養育する児童が増えた場合、減った場合
- 受給者や児童の住所または氏名が変わった場合
- 就職・退職などにより、加入している年金に変更があった場合
- 振込先の口座を変更する場合(名義人の変更不可)
- 公務員になった場合(公務員は勤務先で受給)

など

問合せ
危機管理課

9月は防災月間です 「防災マップ」を読み込み、 防災について考えましょう!

大規模な地震が発生した際、混乱した状況でも適切に行動するため、昨年の夏に全戸配布した「防災マップ」を用いて、普段から災害時の行動を確認しておきましょう。

災害発生直後に必要な行動は?

発災から3時間以内 → 安否確認、初期消火、一時避難場所へ避難、配慮が必要な人への支援、救出救護

3時間から3日間 → 地区対策支部*において被害情報などの報告・取得、家屋被害があれば避難所への移動、避難所の運営

*各地区における情報の拠点であり、市内全小学校(16カ所)に設置

近くにある防災関係施設を確認しましょう

防災マップに掲載している避難所や給水施設などの防災関係施設に、災害時に確実にたどり着けるようにイメージしておきましょう。また、防災マップに近所の危険な箇所や、かかりつけの病院など、災害時に関係する場所を書き込んでおきましょう。

防災マップ
A2サイズで
オレンジ色

災害時と同じ行動をとってみましょう

実際に行動することで、非常用持ち出し袋が重すぎて持ち運べないことや、到着するまでのルートに危険箇所があるため迂回しなければならないこと等、イメージ通りにいかないことや、新たに備えが必要になることが判明します。それらの対策を講じることで防災力が向上します。



OBIC SEAGULLS オービックシーガルズ 年に一度の公式戦が開催されます!

本市茜浜を本拠地に活動しているアメリカンフットボールの社会人クラブチーム「オービックシーガルズ」は、ホームタウンである本市で毎年1回、9月に公式戦を開催しています。今年の開催は9月27日(日)です。本市でアメリカンフットボールを見ることが出来る唯一の機会です。ファンの皆さんも観戦初心者も、皆で会場へ足を運んで、アメリカンフットボールを間近で体感し、一緒に地元チームを応援しましょう!

日時 9月27日(日) 午後1時キックオフ

会場 フロンティアサッカーフィールド(秋津サッカー場)

試合内容 オービックシーガルズ VS 明治安田パイレーツ

チケット購入方法

前売券:1,100円 当日券:1,300円(高校生以下無料)

*前売券は習志野商工会議所

☎(452)6700 または

習志野市商店会連合会

☎(455)1955にて

お買い求めください

(平日午前10時~5時)。

当日は、
午前10時30分から
アメリカンフットボールや
チアリーダーの体験教室、
ルール解説、屋台の出店
などがあります。

問合せ オービックシーガルズ
☎(452)2224
URL <http://www.seagulls.jp/>

オービックシーガルズ 1万人プロジェクト発足!

習志野応援団を大募集中です!

オービックシーガルズは、市内の小中学校にフラッグフットボール体験授業「きてきてアメフト先生」の学校訪問活動や市内各地域で行われるイベント・祭り、東日本大震災の募金活動への参加、講演活動など、多岐にわたる地域貢献活動を実践しています。

そんなオービックシーガルズへの応援を通じ、本市の地域活性化を図ることを目指して結成された「オービックシーガルズ習志野応援団」。地元力を結集し、1万人の応援団となってオービックシーガルズを応援しましょう。

オービックシーガルズ習志野応援団への入会(無料)は、オービックシーガルズ公式ホームページをご覧ください。



忘れない暮らしの下に 下水道 (平成27年度下水道推薦標語)

9月10日は下水道の日

問合せ 下水道課



下水道マスコット
キャラクター
「スイスイ」

下水道は、使用した水を集めてきれいにし、川や海に戻したり、道路冠水や家屋浸水を防ぐために、街中に降った雨水を速やかに流す等、快適で清潔な生活環境を保つ上で、重要な役割を担っています。

9月10日は立春から数えて220日目。大きな台風が来る日とされ、大雨に備える特別な日でした。下水道には、雨水を速やかに流す役割があることから、この日が「下水道の日」となりました。人間は水なしでは生きていけません。美しい自然環境を守るために、皆さんのご協力をお願いします。

下水道の正しい利用をお願いします

下水道は、正しく利用しないと十分な機能を果たせません。下水道管を詰まらせる原因となる、ゴミや油などは、できるだけ流さないようにお願いします。

下水道への切替工事は排水設備工事責任 技術者のいる指定工事店で早めに

公共下水道の整備が完了した地域で、くみ取り便所を使用されている場合は、下水道の使用が可能となった日(供用開始日)から3年以内に水洗トイレに切り替えることが義務付けられています。また、浄化槽を使用されている場合にも、速やかに公共下水道に接続(排水設備工事の実施)してください。なお、対象の世帯には、市の水洗普及員による切替工事のご案内をしています。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

■習志野市排水設備指定工事店一覧表

☑ トップページ ▶ くらし ▶ ガス・上下水 ▶ 下水道 ▶ 習志野市排水設備指定工事店 ▶ 習志野市排水設備指定工事店一覧 ※下水道課窓口でも配布しています

工事資金を無利子で貸し付けます

排水設備の工事費は個人負担となりますが、市では無利子による貸し付けを行っています。なお、貸し付けには一定の要件を設けていますので、詳細は、下水道課までお問い合わせください。

下水道(分流式・合流式)

本市には、下水を集めて排除する2つの方式があり、汚水と雨水を別々の管で集めて処理する分流式と、1つの管で集めて処理する合流式があります。

分流式では、汚水は汚水管を通して処理場に集めて、きれいな水にした上で海や川に放流します。雨水は雨水管(排水溝)を経由して直接河川や海に流します。これを分流式といいます。※雨水以外の排水は全て汚水管へ流します。

合流式では、一つの管で汚水、雨水、両方を流し処理場で浄化します。

下水道使用料についてのお願い

- 下水道の整備、維持管理は、皆さんの下水道使用料により賄われています。下水道使用料について何卒、ご理解とご協力をお願いします。
- 下水道使用料の納付については、便利な口座振替をご利用ください。
- 転出される場合は、下水道使用の廃止の届け出が必要となりますので、必ず下水道課にご連絡ください。

ひとくちメモ

習志野市の下水道普及率は
93.7%(平成26年度末)に達しています。

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です

問合せ 健康支援課

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ~健康寿命を延ばそう~ (健康増進普及月間統一標語)

生活習慣病は日常生活と深く関連しています。偏った食事や不規則な生活を続けていると血管の老化が進み、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などを引き起こす恐れがあります。

元気な体を保つためには、健康的な生活習慣が大切です。定期的に体を動かしたり、主食・主菜・副菜をそろえてバランスよく食べたり、十分な睡眠、適量の飲酒や禁煙など、できることから始めてみましょう。

今より10分多く体を動かそう!

日常生活の中で体を動かす機会はたくさんあります。ちょっとした工夫や心掛けて+10分!

つらい、きついと感しない程度から体を動かしてみよう。

- 小まめに動く ● 階段を使う ● 歩幅を広くする
- 速く歩く ● テレビを見ながらストレッチをする

もっと野菜を食べよう!

野菜はビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれ、生活習慣病の予防に効果があるといわれています。

1日に野菜の料理5~6皿分(約350g)を目安に、積極的に食べましょう。



共感 信頼 希望

No.39

習志野市長
宮本泰介

秋の訪れに思うこと

9月になりました。暦の上では秋ですが、秋分の日までは残暑がキツイのが例年です。熱中症には十分にお気を付けください。

さて、秋といえばスポーツですが、夏から秋にかけて、子どもたちをはじめとして、多くの選手が全国で活躍をしました。選手は先生から教えられたことを反復し、また自ら試行錯誤を交えながら体得した経験値を、その場その場で条件反射のように使って競技をしています。選手の俊敏な動きや好プレーの裏に、どれだけ練習がなされたか想像してみると、スポーツの違った側面を味わえます。どれだけ本を読んだり、人に聞いたり、映像を見たりして理論や知識を知っても、やったことがないことはできません。反復動作を繰り返し、動きを体に覚えさせてはじめて、実際の動作につながるのです。

ところで、本日9月1日は防災の日です。大正12

(1923)年のこの日に起きた関東大震災、そして、この時期に多くなる台風への心構えを忘れないために、昭和35(1960)年に制定されました。災害は時代とともに少しずつ変化しています。近年の災害の特徴は、人のつながりの希薄化がいわれる中において、高齢者や障がいを持った人など、いわゆる「避難行動要支援者」と呼ばれる人の避難の遅れが顕在化しているということです。そこで9月27日に実施する本市の総合防災訓練では、2年前の全市一斉型の訓練から一歩進んだ内容として「避難行動要支援者名簿」に基づいた安否確認訓練を、訓練メニューの一つとして盛り込んでおります。訓練の詳細は9月15日号の広報習志野に掲載いたします。

訓練とスポーツ、この2つには共通点があります。それは、動作を反復してこそ成果が得られ、いざという時に行動できるようになるということです。さらには、町会・自治会などでの防災活動、いわゆる共助の活動においては、スポーツと同じく連携プレーが大切です。

災害から身を守るために必要なことを「反復する意味」を意識しながら、日頃培われた絆を具体的に確認する機会として、市の総合防災訓練や地域での防災訓練にできる限り参加していただきたいと思っております。

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

ナラジド

市役所から

農産物の放射性物質検査結果

7月8日に本市産「エンサイ」の検査を県で実施しましたが、放射性物質は検出されませんでした。県では、今後も引き続き放射性物質検査を実施し、公表していきます。詳細は市および県ホームページでご確認ください。

☎農政課

〈ネクタイでポーチ作り〉

☎9月15日(火)午前9時30分～正午
持 ネクタイ・ファスナー・裁縫セット

フレンドシップコンサート

袖ヶ浦地域および第三中学校区の子どもたちによる演奏会
☎9月12日(土)午前10時～正午
所 袖ヶ浦東小学校 対 市内在住(小学3年生以下は保護者同伴)
持 上履き・靴を入れる袋
☎袖ヶ浦公民館 ☎(451)6776

バラの街♪音楽会

谷津・奏の杜地域の市立幼稚園、小・中学校、公民館サークルによる音楽会
☎9月19日(土)午後0時45分～
所 向山小学校
持 上履き・靴を入れる袋
☎谷津公民館 ☎(452)1509

講座・催し

リサイクル体験教室

所 申リサイクルプラザ(京成津田沼駅から徒歩あり)※午前9時15分出発
対 市内在住 定 各12人
☎(453)0530(受付午前9時～)
〈ガラス細工〉
☎9月8日(火)午前9時30分～正午

7公民館合同寿まつり

寿学級の成果発表
☎9月17日(休)午前9時20分～3時30分 所 市民会館
☎大久保公民館 ☎(476)3213

シニアの簡単クッキング～バランスアップで元気ごはん～

秋味のピカタきのこソテー添え 他3品(メニューは変更の場合あり)
☎9月25日(金)午前10時30分～1時30分 所 大久保公民館
対 市内在住の50歳以上 定 16人(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・筆記用具
☎9月10日(休)までに電話またはFAX(開催日・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
☎(475)3305 ☎(493)8989

一日まるごと遊んじゃおう!～三代交流いろいろ体験会～

1部 = ミニ電車(屋外)、けん玉(屋内)など 2部 = 合唱、吹

奏楽による演奏など(雨天時は屋内イベントのみ)
☎9月5日(出) 1部 = 午前9時30分～午後0時30分 2部 = 午後1時30分～3時30分
費 1人100円(1部のみ)
持 飲み物・帽子
所 岡東習志野コミュニティセンター ☎(475)9901

パソコン入門講習

文章・ポスター・はがき等の作成
☎10月7日・14日・21日・28日各水曜日午後1時～4時(全4回)
所 市総合教育センター(28日のみ午前9時～正午 習志野商工会議所) 定 20人(申し込み多数の場合抽選)
費 3,000円
☎9月25日(金)(消印有効)までに往復はがき(住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入)で〒275-8601 習志野市役所社会教育課へ

聚華会書作展・奥の細道展

☎9月4日(金)～6日(日)各日午前9時～5時 所 モリシアホール
☎聚華書道会/吉原 ☎(453)2080

10月1日は、

あなたの回答が、日本の未来をつくります

スマート国勢調査!

問合せ
平成27年国勢調査
習志野市実施本部
☎(489)1653(直通)

10月1日現在お住まいになっている場所で全国一斉に国勢調査が行われます。国勢調査は大正9年から5年ごとに行われ、今回で20回目を迎えます。住民票などの届け出に関係なく、10月1日現在の状況を記入してください。今回からパソコン、スマートフォン等を利用し、インターネットでの回答ができるようになりました。インターネット以外にも、紙の調査票を郵送または調査員へお渡ししていただくことも可能です。



インターネット回答 9月10日～20日

- 調査員が各世帯にインターネット回答のための書類をお配りします。
- パソコンやスマートフォンで24時間回答いただけます(携帯電話は不可)。
- 回答は全て暗号化され、最新の不正侵入防止措置の仕組みと24時間監視によって厳重に守られます。



調査票での回答 10月1日～7日

- インターネットで回答されなかった世帯へ、9月末までに紙の調査票を調査員がお配りします。
- 調査票に記入して、同封の封筒でお送りいただくか、回収に伺った調査員にお渡しください。
- 調査員は、封をして提出していただいた調査票の回答内容は確認しません。



国勢調査は統計法という法律に基づき行われます。統計法では、報告義務を定める一方、調査関係者に対して厳格な守秘義務が課せられています。記入された内容が他に漏れたり、統計以外の目的に使われたりすることはありません。

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などを策定する際に、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。

習志野市いじめ防止基本方針(案)

いじめが決して許されるものではないことから、習志野市立小・中学校、高校の児童生徒に対するいじめの防止、早期発見およびいじめへの対処のための対策に関し、基本理念を定め、習志野市・習志野市教育委員会が取り組む基本的な方針を明らかにするものです。
【公表方法】情報公開コーナー(第四分室1階)で閲覧、市ホームページで公表
【募集期間】9月30日(水)(必着)まで
【提出方法】方針(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指導課へ
【問合せ・提出先】指導課
〒275-8601 習志野市役所 ☎(452)0771
※持参の場合は教育委員会2階へ

精神障がい者の医療費助成制度をご利用ください

精神の疾患により、医療機関の受診が必要な人の経済的負担を軽減するため、入院および通院に係る医療費の一部を助成します。

入院

市内に1年以上住民登録があり、6カ月以上継続して入院治療を受けた場合に、健康保険適用の自己負担額のうち高額療養費・他の法令による公費負担などを除いた額の4分の1を助成します。

通院 自立支援医療(精神通院)

精神疾患医療の通院治療に係る費用の一部を公費で負担します。

助成対象者

本人および、同じ健康保険に加入する世帯員の、市民税所得割額の合計が235,000円未満の人
※詳細は、障がい福祉課までお問い合わせください。

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(特に記載のないものは無料) 持ち物 申込み 問合せ

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 申込み 問合せ

凹んだって大丈夫 これからのワタシをつくるっておきセミナー

日 10月6日・20日・27日各火曜日午前10時～正午(全3回)
所 サンロード津田沼 対 未就学児を持つ女性 定 25人(保育あり、要予約) 持 筆記用具
申 男女共同参画センター

さくらの家敬老の日イベント

自転車安全講習、かるたで脳トレ等
日 9月17日(木)午前10時15分～午後0時30分
対 市内在住の60歳以上
所 岡総合福祉センター内さくらの家 定 451 3566

谷津干潟自然観察センターから

定 各20人(要事前申し込み)
所 申 谷津干潟自然観察センター 定 454 8416
※館内のイベントは入館料が別途掛かります。

石津ひろ講演会 絵本のたのしみ ことばのたのしみ

日 10月10日(土) 午後2時～3時15分(開場午後1時30分)
会 市民会館 対 小学3年生以上 定 300人
申 9月2日(水)10時から各図書館でチケット配布
問 新習志野図書館 定 453 3399

〈谷津干潟たまごくらぶ〉

日 10月2日(金)午前10時～正午
対 歩ける1～3歳児とその保護者
〈ぶらっと観察会スペシャル版〉
日 10月4日(日)午前10時～3時
対 小学生以上(小学生は保護者同伴) 費 100円
持 昼食・飲み物・帽子・タオル

芙蓉園公開講座

～知って得する健康講座・運動編～
懐かしの昭和歌謡で介護予防体操
日 9月16日(水)午前10時30分～11時30分 対 市内在住
所 岡東部保健福祉センター内芙蓉園 定 476 9596

習志野物語

～竹灯籠と舞の夕べ～
日 9月5日(土)午後5時～8時(雨天中止の場合あり)
所 津田沼一丁目公園
問 津田沼一丁目商店会事務局 定 472 8355

習志野市美術展覧会〈市展〉

日 洋画=9月10日(木)～13日(日) 日本画・彫刻・工芸・写真=9月19日(土)～22日(火祝) 書=9月24日(木)～27日(日) 各日午前10時～6時(各最終日は午後4時まで)
所 モリシアホール
問 市芸術文化協会 定 475 6821

商店会連合会から

問 商店会連合会 定 455 1955
〈新習志野駅前フリーマーケット〉
日 9月6日(日)午前10時～4時(雨天中止)
所 ミスターマックス新習志野内
〈津田沼一丁目フリーマーケット〉
日 9月13日(日)午前10時～3時30分 所 新津田沼駅2階連絡通路

親子稲刈り大会

日 9月12日(土)午前9時30分～11時30分(予備日13日)
所 実籾本郷公園北側 費 100円
申 9月10日(木)正午までにメールでほたる野を守るNORAの会/鈴木へ
E mimomi@hotarunora.com

認知症サポーター養成講座

日 9月13日(日)午前10時～11時30分 所 新習志野公民館
定 80人 対 市内在住・在勤
申 デイサービスかすみのいえ 定 481 8394

習志野商工会議所から

所 申 習志野商工会議所 定 452 6700
〈事業主のための労務トラブル解決セミナー〉
日 9月17日(木)午後4時～5時30分 定 30人

〈マイナンバー制度対策講座〉

日 9月18日(金)午後2時～4時 定 40人
〈パソコン講座〉
Office2007を使用
日 ワードクラス=9月10日・17日・24日、10月1日・8日・15日 各木曜日午前9時～正午(全6回)
エクセルクラス=9月10日・17日・24日、10月1日・8日・15日 各木曜日午後1時～4時(全6回)
定 各20人 費 14,160円
持 筆記用具

〈創業・起業に関する講演会〉

日 9月5日(土)午後1時30分～3時 定 100人
〈創業・起業塾〉
創業・起業に向けた専門的な講義など
日 10月3日(土)・4日(日)・12日(月祝)・17日(土)・18日(日) 各日午前9時30分～4時30分(全5回)
定 40人 費 3,000円

なかよし動物フェスティバル2015

日 9月19日(土)午前10時～3時
所 岡県動物愛護センター(富里市) 定 0476 (93) 5711

オストメイト社会適応訓練講習会

補装具展示相談、講演会
日 9月19日(土)正午～4時
所 中央図書館(君津市)

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 定 043 (309) 7571 (月・火・金 午前10時～5時)

NPO法人ならしの子ども劇場から

問 NPO法人ならしの子ども劇場 定 451 3676
〈人形劇「のそのそによろよ」ばびぶべ劇場〉
日 9月19日(土)午前11時～正午(開場午前10時45分)
所 谷津公民館 対 2歳以上の未就学児の親子 費 親子ペア券2,000円(1人追加1,200円)
〈芝居・一人語り「父と暮せば」〉
終戦後の広島を舞台にした物語
日 9月27日(日)午後6時30分～8時(開場午後6時) 所 市民会館
対 小学4年生以上 費 前売り券=3,000円 当日券=3,500円

習志野四季のまち歩き

～ぶらり驚沼どすこい・どすこい～
相撲部屋、神社仏閣めぐり、民話朗読
日 10月6日(火)午前8時30分～1時30分 所 JR幕張本郷駅前集合、京成津田沼駅前解散 定 20人 費 2,000円(昼食代含む)
申 9月10日(木)(必着)までに往復はがき(住所・氏名・性別・生年月日・電話番号を記入)で

〒275-0016津田沼5-12-12 サンロード津田沼5階市民協働インフォメーションルーム内ならしのコンシェルジュ研究会へ 定 080 (6890) 3141

神経難病療養者・家族のつらい

日 10月20日(火)午後1時～3時30分
所 習志野健康福祉センター
対 神経難病療養者およびその家族 定 25人
申 10月9日(金)までに電話で習志野健康福祉センター疾病対策課へ 定 475 5154

消防本部予防課から

問 消防本部予防課 定 452 1284
〈危険物取扱者試験受験者講習会〉
日 10月10日(土) ①法・政令=午前9時30分～1時30分 ②物理化学=午後1時45分～4時45分 所 消防庁舎 対 危険物取扱者試験乙種第4類の受験予定者 定 100人 費 7,940円
申 9月24日(木)～30日(水)に直接、消防本部予防課窓口へ、または郵送・FAXのいずれかで〒260-0843千葉市中央区末広2-14-1ワクボビル2階(一財)千葉県危険物安全協会連合会へ(郵送の場合、返信用封筒同封)※82円切手貼付、返信先記入

〒043 (266) 7931
〈危険物取扱者試験〉
日 11月15日(日) 所 日本大学生産工学部実習キャンパス
願書配布=消防本部予防課、市内各消防署・出張所
書面申請=9月17日(木)～10月9日(金)
電子申請=9月14日(月)～10月6日(火)
費用などの詳細は消防試験研究センターホームページ参照

県下水道協会から

詳細は県下水道協会ホームページ参照または問い合わせ 定 043 (245) 6112
所 文化センター(千葉市)
〈下水道排水設備工事責任技術者登録更新〉
日 11月11日(水)・19日(火)のどちらか
対 資格有効期限が平成28年3月31日の人
受付期間=9月14日(月)まで
〈下水道排水設備工事責任技術者共通試験〉
日 平成28年1月16日(土)
対 平成8年1月17日以前に生まれた人で、修学歴、下水道排水設備工事に関する職歴により一定の経験年数等を有する人

費 10,000円
申 10月20日(火)(消印有効)までに申込書を郵送で〒260-8722千葉市役所下水道経営課内県下水道協会事務局へ

スポーツ

「あかね杯」パークゴルフ大会

日 9月25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 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 定 453 7666
中央公園パークゴルフ場 定 473 8952

のびのびパークゴルフ教室

日 10月1日(木)午後1時30分～4時
対 市内在住・在勤・在学優先 定 12人 費 300円
持 飲み物・タオル
所 申 中央公園パークゴルフ場 定 473 8952
窓口受付=午前9時30分～
電話受付=午前10時～

千葉銀行東京営業部に設置された大型デジタルサイネージ(電子看板)で、本市のPR映像が放映されています。都内へお出掛けの際はぜひご覧ください。※市ホームページでも紹介しています。
設置場所 千葉銀行東京営業部 (東京都中央区日本橋室町1-5-5 COREDO室町3)
放映期間 平成28年1月15日まで(予定)
放映時間 月～土曜日、祝日…午前8時～午後9時 日曜日 ……午前8時～午後7時 ※1時間に約3回(PR映像は約90秒)

全国のご当地キャラクターの人気投票「ゆるキャラグランプリ2015」に、今年も本市ご当地キャラクター「ナラシド」がエントリーしています。習志野市を盛り上げるため、昨年の777位からジャンプアップを目指していますので、皆さんの応援よろしくをお願いします。
投票は こちらから
投票期間 11月16日(月)まで ※毎日1票投票できます。
ゆるキャラグランプリ2015 ナラシド 検索

問合せ 障がい福祉課
日 10月2日(金) 午後1時30分～4時 (受付:午後1時～)
場 東部体育館
種 ユニカール 他
対 身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳保持者と付添人
持 上履き・飲み物など
申 9月11日(金)(必着)までに電話またはFAX(住所、氏名、生年月日、電話・FAX番号、障がい種別、駐車場利用の有無を記入)で障がい福祉課へ 定 453 9309

冊子概要 A4版16ページ、カラー4色刷り
【発行部数】 90,000部(予定)
【配布予定】 平成28年2月から市内全戸ポストイングにて配布(クリーン推進課、各公民館・図書館・コミュニティセンター等にも設置)
掲載料 ※表紙(表裏)を除く
●1号広告(縦3.0cm×横 8.5cm)… 50,000円
●2号広告(縦3.0cm×横17.5cm)…100,000円
募集期間 10月30日(金)まで
申込方法 申請書をクリーン推進課へ提出。審査により決定。申請書・関係規定などの詳細は問い合わせ、または市ホームページ参照。
広告提出方法 gifまたはjpegのデータ形式

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 申込み 問合せ

雇用トラブル相談

個別的労使紛争のあつせん
申 県労働委員会事務局
☎043(223)3735

テレビ広報 なるほど習志野 9月号 第1・第3週 月～日曜日放送
未来を守る自転車ライフ
J:COMチャンネル船橋・習志野 chで放送中!

行政書士無料相談会

各種許可・相続・遺言など
日 10月10日(土)午後1時～3時
所 JR津田沼駅自由通路
間 県行政書士会葛南支部
☎047(325)6027

無料発明相談会

特許・意匠・商標など
日 9月15日、10月20日各火曜
午前10時～4時(1件1時間)
定 各日5人
所 申 習志野商工会議所
☎(452)6700

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

全国一斉!法務局休日相談
相続、会社・法人の設立相談など
日 10月4日(日)午前10時～4時(予約優先)※相談時間は30分程度
所 千葉地方法務局本局・船橋支局
☎043(302)1311

費 一般20,500円(S席3枚付付き、A席3枚の場合は19,000円)、学生5,000円(券購入なし)
申 習志野文化ホール
☎(479)1212

楽市フリーマーケット出店者

日 10月24日(出)・25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2.5m×2m) 費 2,000円(駐車場1日1台500円)
申 10月16日(金)(必着、未登録の場合は9月25日(金)までに往復はがき(住所・氏名・電話番号・FAX番号・主な出品

消防団員募集
消防団は、火災や風水害、地震などの災害が発生したとき、消防職員と協力して、消火・救助活動や住民の避難誘導を行う非常勤特別職の公務員です。また、平常時は地域のためにさまざまな活動に協力しています。
対象 市内在住または在勤の18歳から60歳未満(男女不問)で、心身ともに健康な人、身近な人を守りたいという熱意のある人。
問合せ 消防本部 総務課 ☎(452)1282

移動図書館 きぼう号 巡回予定 9月
雨天中止
間 大久保図書館 ☎(475)3213
ステーション名 巡回時間 巡回予定日
実花公民館 脇駐 14:40～15:50 8(火)
袖ヶ浦1丁目マール津田沼 14:20～14:50 9(水)
谷津南小学校 15:10～16:20
袖ヶ浦東小学校 14:40～15:50 10(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
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
津田沼3丁目防衛省宿舎 13:50～14:20 3・17(木)
鷺沼小学校 14:40～15:50
習志野借生園 13:50～14:30 4・18(金)
実初小学校 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
こどもセンター(鷺沼) 10:50～11:30 9(水)

9月習志野駐屯地・演習場の訓練予定
日 落下傘降下訓練=【航空機】29日・30日(午前7時～午後8時)【ヘリコプター】9日(午前7時～午後9時)、10日(午前7時～午後8時)ヘリコプター離発着陸訓練=【習志野演習場】1～3日(午前7時～午後8時)※変更(中止)の場合あり、訓練で大きな音がする場合あり
間 習志野駐屯地第1空挺団広報班 ☎(466)2141

(出張入会説明会)

日 所 9月11日(金)午前9時30分～プレーメン習志野、午後1時30分～サンロード津田沼
(定例会説明会)
日 所 毎月第2・3水曜日午前9時30分～東部保健福祉センター

ならしのまちフォトコンテスト

プリント単写真(A4またはワイド六つ切り)※1人2点以内(詳細は「習志野物語」ホームページ参照)
入賞作品展示=10月26日(月)～11月3日(火曜)モリシア津田沼
申 9月14日(月)～10月9日(金)(必着)に、作品の裏面に応募票(募集要項内)を貼付し〒275-0016津田沼4-11-14 習志野商工会議所ならしのまちフォトコンテスト係へ郵送または持参
間 習志野商工会議所
☎(452)6700

習志野文化ホール楽友合唱団員

平成28年3月13日(日)ニューフィル千葉とのオペラ・ガラコンサートに向けて17回の練習を実施
日 結団式=10月18日(日)午後6時15分～所 菊田公民館
定 ソプラノ50人 アルト50人 テノール30人 バス30人(各パートとも先着順・事前申し込み制)

日 毎月第2・4水曜日 所 オービックスコート

対 キッズ(年長～小3)=午後4時～5時 ジュニア(小4～中3)=午後5時30分～6時45分 ジュニアアドバンス(小6～中3)=午後7時～8時30分
費 キッズ=2,160円 ジュニア=2,600円 ジュニアアドバンス=3,240円(初回無料体験可)
持 飲み物

募集

条例の通称名

現在、パブリックコメントを実施している「習志野市手話、点字等の利用をすすめて、障がいのある人もない人も絆を深め、互いに心をかよわせるまちづくり条例(案)」の通称名を募集します。
日 9月11日(金)午後5時まで
申 市ホームページまたは障がい福祉課へ

市シルバー人材センター会員

対 市内在住の就業を希望する60歳以上
持 写真(3×2.5cm)・印鑑・郵便局の口座番号が分かるもの
申 市シルバー人材センター
☎(493)8011

キッズスポーツ2学期

①テニス ②なわとび/ニュースポーツ
日 ①9月12日、10月10日、11月14日各土曜日午前9時～11時(11月14日のみ午前8時30分～10時30分) ②9月26日、10月24日、11月28日各土曜日午前9時～11時
所 ①実初テニスコート ②袖ヶ浦体育館 対 小学生
費 250円 持 飲み物・タオル ①屋外シューズ・ラケット ②屋内シューズ・なわとび
間 スポーツ振興協会
☎(452)4380

硬式テニス教室

基礎動作からゲームの進め方までレベル別指導
日 10月1日・8日・15日・22日(予備日29日)各木曜日午後

広報習志野 掲載写真をプレゼント
広報習志野に掲載された本人または家族の写真を差しあげます。広報すぐさく課までご連絡ください。

7時～9時(全4回) 所 秋津テニスコート

対 中学生以上(市内在住・在勤・在学優先) 定 36人 費 3,000円
持 飲み物・タオル・ラケット(貸し出しあり)
申 9月14日(月)(必着)までに往復はがき(教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・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)※申し込み多数の場合抽選

オービックスシーガルス

習志野スポーツクラブから
間 オービックスシーガルス習志野スポーツクラブ
☎(454)7571
(体幹トレーニング&ストレッチ講座)
日 毎週水曜日午前10時～10時50分、午後1時～1時50分
所 オービックスシーガルス習志野グラウンド内クラブハウス
対 20歳以上 定 各20人 費 500円
持 飲み物・筆記用具
(走り方教室)
日 毎月第1土曜日午前9時30分～10時30分
所 オービックスシーガルス習志野グラウンド
対 小学生 費 1,000円
持 飲み物
(アスリートファクトリー)

国民年金 国民健康保険・後期高齢者医療
特定健康診査・後期高齢者健康診査を積極的に受けましょう!

特定健康診査・後期高齢者健康診査では、身長・体重、血圧測定その他、血糖・脂質・肝機能・腎機能などを調べます。生活習慣病の予防や健康づくりにお役にください。
これらの健康診査にはがん検診は含まれません。習志野市がん検診のうち、大腸がん検診、前立腺がん検診など自己負担あり(同時に実施できるものもあります)ので、併せてご利用ください。
なお、冬季はインフルエンザ等の流行により、医療機関が混雑するため早めに受診しましょう。
【対象者】40歳以上の人(昭和51年4月1日までに生まれた人)
【自己負担金】無料
【受診期間】平成28年3月31日(木)まで
【受診に必要なもの】受診券(黄色または青色3枚つづりのシール)、国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証、健康手帳(お持ちの人)
Q 受診券がありませんが、どうしたらよいでしょうか?
A 対象となる人のうち4月1日時点で本市の国保・後期高齢者医療加入者に6月に送付していますが、紛失してしま

国民年金
病气やけがで障がいが残ったら「障害基礎年金」
国民年金加入中に、病气やけがで障害年金の障害等級表1級2級に定める障がいの状態になったときに支給されます。障害基礎年金は、その障がいについて診察を受けた日(初診日)を基準として年金保険料に一定以上の未納があると認められませんが、20歳前初診を除く。詳しくは、お問い合わせください。

年金相談
社会保険労務士が相談に応じます。
■9月9日(水)
■午後1時～4時
■サンロード津田沼6階市民相談室

12 習志野市役所 ☎(451)1151
飼犬・飼猫の不妊・去勢手術費用の一部助成

抽選で5,000円割引(詳細はクリーン推進課で配布のチラシ参照) 応募期間=9月20日(日)～26日(土)(消印有効)
対 飼犬・飼猫(犬は登録および今年度の狂犬病予防注射が済んでいること)
間 県獣医師会 ☎043(232)6980

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 (26年2月生まれ)	9月15日(火)	9月24日(木)
3歳児 (24年3月生まれ)	9月 9日(水)	9月11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)

日程	会場
9月16日(水)	谷津コミュニティセンター
9月29日(火)	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)

日程	会場
9月28日(月)	保健会館別館
9月29日(火)	プレーメン習志野

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

子育てふれあい広場(幼稚園・こども園)

会場園名	9月	会場園名	9月
東習志野こども園	7日(月)	つくし	◎11日(金)
杉の子こども園	8日(火)	大久保東	14日(月)
新栄	9日(水)	実花	◎24日(木)
谷津	10日(木)	屋敷	28日(月)
		香澄	29日(火)

※◎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

おとなのコーナー

歯と歯ぐきの健康チェック(予約制)

歯科医師が個別に健診・相談に応じます。

日程 9月17日(木)

受付 午後1時30分・2時・2時30分

会場 保健会館別館

対象 おおむね65歳以上 定員 20人

持ち物 歯ブラシ、健康手帳

申込み 高齢者支援課

10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

10月	会場
7日(水)・21日(水)	サンロード津田沼6階市民相談室

健康づくり推進員によるヘルシーライフ料理教室Ⅱ

日程 9月18日(金) 午前9時45分～1時(受付午前9時30分～)

会場 谷津コミュニティセンター

対象 市内在住・在勤

定員 20人(初参加者優先)

費用 600円

持ち物 エプロン・三角巾・布巾・筆記用具

申込み 9月7日(月)(消印有効)までに往復はがき(住所・氏名・年齢・電話番号・「ヘルシーライフ料理教室Ⅱ」と記入)で〒275-8601習志野市役所健康支援課へ

がん征圧月間 がん検診を受けましょう

9月(後半)・10月(前半)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	子宮がん(頸部)検診 ※検診の間、お子さんを預かります。
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	400円
受付時間 (時間厳守)	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	午前9時30分～11時
会場	保健会館別館	—	9月17日(木)
	東習志野8丁目会館	—	—
	勤労会館	10月1日(木)	—
	プレーメン習志野	—	9月30日(水)

※20歳以上の女性で、①偶数年齢(平成8年3月31日までに生まれた人)または、②昭和偶数年および平成奇数年1～3月生まれの人。奇数年齢で26年度未受診の人も受診可。

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
H27.8.1現在
※住民基本台帳
に基づく

・総人口…167,304人 (166,060人)
・男……………83,574人 (83,019人)
・女……………83,730人 (83,041人)
・世帯数…74,546世帯 (73,344世帯)
※()内はH26.8.1時点

次号の予告
変更の場合あり

・総合防災訓練

他