

野志習

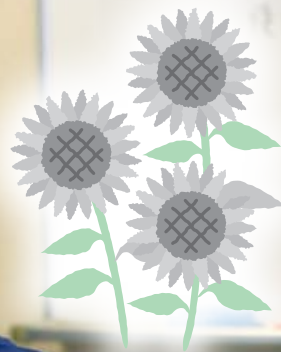
広報

NARASHINO

2016
平成28年
9/1
No.1351

高齢者が住み慣れたまちで 健やかに暮らすために	2
後期公民館講座受講生募集	4
食生活改善普及運動・健康増進普及月間	5
市民総合体育大会／ 9月1日は「防災の日」です！	6
9月10日は下水道の日／ にぎわい広場	7
オービックシーガルズ公式戦開催	8
お知らせBOX	9
保健だより	14

親子でえがく 夏模様



8月9日、高齢者福祉センター芙蓉園（東部保健福祉センター内）で親子陶芸教室が開催されました。陶芸サークル「習陶会」の指導を受けながら親子で作品作りに挑戦。和気あいあいと過ごした時間は、夏休みの良い思い出となりました。

今日から9月！皆さんも文化の秋に、何か楽しいことを体験してみませんか。

問合せ 高齢者支援課

新庁舎 建設工事中

平成29年4月完成予定

問合せ
新庁舎等
建設本部



8月19日
旧庁舎屋上から撮影

グラウンドフロアおよび1階鉄骨組立作業中です。

高齢者が住み慣れたまちで 健やかに暮らすために

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、生きがいきづくり、社会参加の支援に取り組んでいます。

問合せ
高齢者支援課



高齢者スポーツ大会(平成27年)の様子

いつまでも自分らしく元気な暮らしを目指して

2025年には団塊の世代が75歳以上となるなど少子高齢化が進む中で、一人ひとりの高齢者の身体の状態に合わせた、体力づくり、健康づくりを実践していくことが大切です。

また、これを機会に地域の中で親睦を深めることができるとともに、自分らしく、元気な暮らしを送ることに繋がります。

本市では、高齢者の体力づくり、健康づくりのためのさまざまな行事を行っています。ぜひ、ご参加ください。

高齢者スポーツ大会



「秋空の下、楽しみながら健康づくり」

このスポーツ大会を機会にぜひ外出をして、地域の皆さんとふれあい、新しい仲間をつくりましょう! 運動に自信のある人もない人も、奮ってご参加ください! お待ちしています。

日時 10月13日(木) 午前10時～

雨天順延日: 14日(金) ※順延の場合、申し込み者には連絡します。

場所 袖ヶ浦運動公園

対象 市内在住の60歳以上 **費用** 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・運動のできる服装

申込み 9月23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



歯科医師による健康講座



「歯科治療って何をしているの?」

～誰かに話したくなる知っ得情報～

むし歯や入れ歯の治療はどんなことをしているのか、また、元気な口をつくる健口体操についても楽しく学びましょう!

講師 習志野市歯科医師会副会長 齋藤 守氏

日時 9月28日(水) 午後1時30分～3時

場所 サンロード津田沼(京成津田沼駅ビル) 6階大会議室

定員 50人(要申し込み・先着順)

費用 無料

持ち物 筆記用具・健康手帳(持っている人)

申込み 高齢者支援課



9月は、世界アルツハイマー月間です

	2012年 (平成24年)	2025年 (平成37年) (推計)
認知症の人数	約462万人	約700万人
65歳以上の人口比	約7人に1人	約5人に1人

認知症は誰にとっても身近な病気です。誤解や偏見をなくし、早期発見・早期治療につなげるとともに、適切な関わり方を知り、認知症の人を家族・地域、社会で支え合うまちにしましょう。



認知症について考えてみませんか 習志野市認知症シンポジウム



「住み慣れたまちでいつまでも」

落語 「認知症落語～ボケとツッコミ～」 桂 伸三氏

シンポジウム 医師、居宅介護支援事業所職員、成年後見センター職員がシンポジストとして語ります。

基調講演 「認知症にならないためにどうする、認知症になったらどうする」

講師 日本医科大学千葉北総病院 神経・脳血管内科 病院教授 山崎 峰雄氏

日時 9月24日(土) 午後1時20分～4時

場所 市民会館

定員 350人(先着順) **費用** 無料

問合せ 習志野市医師会 ☎(452) 6766

手話通訳
要約筆記
あり

成年後見制度をもっと身近に

成年後見制度とは、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。

成年後見制度全般の質問、申し立て手続き、親族後見人からの相談などは、専門の相談窓口「習志野市成年後見センター」をご利用ください。

※相談時間は1回30分以内

※予約優先(予約は高齢者支援課)

習志野市成年後見センターの概要

開設日 毎週月曜日

(祝日、年末年始を除く)

時間 午前10時～正午、午後1時～3時
(受付 午後2時30分まで)

場所 サンロード津田沼
(京成津田沼駅ビル)
6階市民相談室

市民後見人養成講座を開講します!

～地域福祉の担い手として活動してみませんか?～



「市民後見人」は、弁護士などの専門職による後見人とは別に、地域の事情に詳しく、本人に寄り添って対応できる後見人として、認知症・知的障がい・精神障がい等の人を地域で支えます。

	実施日	時 間	場 所
事前説明会	10月 8日(土)	午後2時～4時	サンロード津田沼 (京成津田沼駅ビル 6階大会議室)
第 1 回	10月29日(土)	午前9時～5時	
第 2 回	11月26日(土)		
第 3 回	12月17日(土)		
第 4 回	2月11日(土)		

対象 市内在住または在勤の25歳以上おおむね70歳までの人

定員 30人(要申し込み・先着順) **受講料** 1,000円

申込み 高齢者支援課

※この他に、認知症サポーター養成講座の受講(半日程度)、体験学習(2日間)があります。
※原則、全講座を受講していただきます。



敬老祝金を贈呈します

敬老祝金は、平成28年度から対象者本人の銀行口座に振り込みとなります。

9月1日(木)から9月11日(日)までに、地域の民生委員・児童委員が対象者の自宅に訪問し、口座振込依頼書と返信用封筒をお届けします。

お手元に口座振込依頼書が届きましたら、必要事項を記入し返信用封筒を使用して、高齢者支援課へ郵送してください。

市にて口座振込依頼書の内容を確認後、順次振り込みをいたします。



※平成28年度に対象となる人は広報習志野8月1日号に掲載していますので、ご覧ください。

※高齢者支援課窓口でも振込依頼書の受け付けをいたします。

※高齢者を対象とした振り込め詐欺に十分お気を付けください。

※不審な電話があった場合や不明な点は、高齢者支援課までお問い合わせください。

平成28年度
後期公民館講座 受講生募集

申込方法 実施する公民館に電話でお申し込みください(先着順)。

受付期間 9月2日金から(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。



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

平成28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	菊田川の流れを追って	市内を流れる菊田川の流れを追い地域の歴史を学ぶ	20人	9月30日、10月7日 各金曜日	午前9時30分～11時(全2回)	
	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(第1子優先) ※教材費:6回分100円	親子15組	10月6日(木)・13日(木)・27日(木)、 11月5日(土)・10日(木)・17日(木)	午前10時～11時30分(全6回)	
	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(全6回)	金曜日(一部水・土曜日) 午前10時～11時30分 (11月9日(水)のみ 午後1時30分～3時)	9月30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(全6回)	水曜日 午前10時～11時30分	10月5日
	イクメン料理講座	子育て中の男性を対象に料理の基礎を学びながら交流を深める ※参加費:1回500円	15人	10月30日(日)、11月5日(土)・13日(日)・20日(日)	午前10時～午後1時(全4回)	
	まちづくり講座	民間航空の開拓者「伊藤寅次郎」について学び、津田沼から昔の鷺沼海岸辺りを歩いて探訪する ※資料代・保険料:200円	30人	10月14日(金) 座学:午前10時～11時30分 11月 8日(火) ウォーキング:午前9時～正午(全2回)		
屋敷	エンジョイニューライフ～やさしい大人の塗り絵講座～	リラックス効果や脳トレ効果につながる「ぬり絵」の手順を学び作品を完成させる ※参加費:3回分600円	16人	10月7日、11月11日、12月16日 各金曜日	午後1時30分～3時30分(全3回)	
	エンジョイニューライフ～すぐに使えるマジック講座～	「人を楽しませるマジック」を身の回りにある小物を利用し基本から学ぶ ※参加費:2回分1,000円	16人	11月19日・26日 各土曜日	午後1時30分～3時(全2回)	
実花	古文書入門	女性からみた房総の歴史や伊能忠敬の房総測量について古文書から読み解く	30人	9月23日(金)、11月9日(水)	午後1時30分～3時30分(全2回)	
袖ヶ浦	歌で健康ボイストレーニング	リズム体操、発声、滑舌トレーニングをして歌うことの楽しさを体験する	40人	9月30日(金)、10月20日(木)、11月11日(金)・29日(火)	午前10時～正午(全4回)	
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 ※教材費:6回分100円	親子16組	10月7日(金)・14日(金)・26日(水)、 11月4日(金)・11日(金)・18日(金)	午前10時～11時30分(全6回)	
新習志野	育児講座	親の在り方を学ぶ 【対象】6～12カ月児と保護者	親子15組	10月・11月(全6回)	火曜日 午前10時～正午	10月4日
	2歳児親子講座(後期)	子どもとふれあいながら健康、遊びについて学ぶ 【対象】2歳児と保護者 ※おやつ代:5回分250円	親子10組	11月9日・16日・30日、12月7日・14日 各水曜日	午前10時～正午(全5回)	
	生活悠々講座(ステンシル)	ステンシル技法を学び、作品作りを楽しむ ※材料費:1,000円 ※持ち物:綿地のTシャツ(白黒各1枚)	15人	9月29日、10月6日 各木曜日	午前10時～正午(全2回)	
	ふれ愛コンサート	多彩な音楽を楽しむ演奏会 (出演:習志野シニアアンサンブル)	100人	10月2日(日) 開演 午後1時30分		

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 2,500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29日
実花		9～12月(全11回)	金曜日 午前10時～正午	9月30日
袖ヶ浦		9～12月(全11回)	金曜日(一部木曜日) 午前9時30分～11時30分	9月23日
谷津		10～12月(全12回)	木曜日(一部火・土曜日) 午前10時～正午	10月6日

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です
健康寿命を延ばそう ～1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～
(健康増進普及月間統一標語)

健康寿命(健康上の問題で日常生活に制限のない期間)を延ばすためには、健康的で規則正しい生活習慣が大切です。食事はバランスよく取る、定期的に体を動かす、十分な睡眠をとる、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。また、自分の体の状態を知ること大切です。定期的に健康診査を受けましょう。

食事をおいしく、バランスよく食べましょう♪

主食・主菜・副菜をそろえて

副菜
野菜・キノコ・海藻のおかず

主菜
肉・魚・卵・大豆製品のおかず

主食
ごはん・パン・麺など

汁物
具だくさんの汁物

※イモは主食にも副菜にもなる食べ物です。焼き芋やふかし芋をごはんの代わりに食べると主食になります。

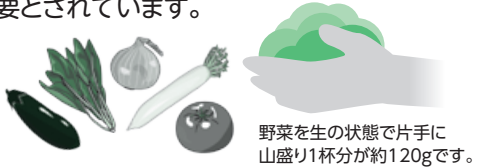
果物

牛乳(乳製品)

プラスで1日1回食べましょう

野菜は毎食片手山盛り1杯を

生活習慣病の予防効果が期待されるカリウム、食物繊維、抗酸化ビタミンなどの栄養素を普段の食事を取るために、野菜は1日350g以上必要とされています。



食塩の取り過ぎに注意

生活習慣病予防のために1日マイナス2gの減塩を心掛けましょう。

- 素材の味を生かした薄味で調理しましょう。
- 汁物は具だくさんで1日1杯を目安に。
- しょうゆやソースは直接かけずにつけて食べましょう。



1日の食塩摂取目標量(12歳以上)

男性 8.0g未満 女性 7.0g未満

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でプラス10分! くらい、きつuitと感じない程度から体を動かしてみよう。

- テレビを見ながらストレッチをする
- 小まめに動く
- 階段を使う
- 一駅分歩く など



十分な休養と睡眠を
とりましょう!

気持ちのいい、質の良い睡眠は元気のもとです。

自分の睡眠に適した環境づくりをしてみませんか?

- 軽く柔らかい掛布団、適度な硬さの敷布団
- 寝室の照明は明る過ぎないように
- 朝、目覚めたら日光を取り入れ、体内時計をリセット!

「禁煙」でたばこの
煙をマイナスへ!

「禁煙」でがんや脳卒中、心臓病、慢性閉塞性肺疾患(COPD)などの生活習慣病を予防しましょう。

また、たばこの煙は、たばこを吸う本人だけでなく、周囲の人の健康にも影響します。



第50回 市民総合体育大会

クレー射撃

■実施日／9月18日(日)午前10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／30人 ■費用／協会会員：5,500円、会員以外：6,000円 ■申込み／当日会場で受け付け ■問合せ／市クレー射撃協会 新堂 ☎(478) 3662 (午後6時～8時)

軟式野球

■実施日／中学生：9月24日(土)・25日(日)、10月1日(土)(予備日10月2日) 一般：11月13日(日)・20日(日)・23日(水祝) ■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2日(日)午前8時集合
■会場／袖ヶ浦運動公園、茜浜緑地多目的広場 他 ■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17日(土)までに電話で市ソフトボール協会 青山へ ☎(453) 8724

剣道(高校生・大学生・一般の部)

■実施日／10月2日(日) ■会場／袖ヶ浦体育館 ■内容／団体戦(高校生男子、大学・一般男子、女子(女子のみ高校・大学・一般混成可))、個人戦(高校生男子、男子30歳未満、男子30歳以上、女子) ■対象／市内在住・在勤・在学および市連盟所属団体会員 ■費用／1人100円(別途、団体戦参加チームは1チーム2,000円) ■申込み／9月20日(火)(必着)までに所定の申込用紙に記入し、郵送・Eメール・FAXで〒274-0825船橋市前原西6-5-1-303市剣道連盟 堀内則明へ ☎090 (8107) 1335 FAX(476) 1836 ✉info@narashino-kendo.org

ゲートボール

■実施日／10月8日(土)午前8時30分集合(予備日9日) ■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23日(金)までに電話またはFAXで市ゲートボール連盟 佐野へ ☎FAX(478) 3022

バレーボール

■実施日・会場／一般男女：10月9日(日)袖ヶ浦体育館 家庭婦人：11月6日(日)・20日(日)東部体育館 各日午前9時集合 ■内容・対象／平成28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3日(月)、家庭婦人：10月17日(月)(必着)までに所定の申込用紙に記入し、郵送で〒275-0022香澄4-2-6-3市バレーボール協会 及川記美代へ ※参加費は代表者会議にて集金 ☎(451) 5982

なぎなた

■実施日／10月23日(日)午前9時30分集合 ■会場／東部体育館 ■内容／演技の部：少年・初級・中級の部 試合の部：個人戦または団体戦 ■対象／市内在住・在勤・在学および連盟会員 ■定員／40人 ■費用／500円 ■申込み／9月10日(土)までに電話またはFAXで市なぎなた連盟 上石へ ☎FAX(476) 3784

空手道

■実施日／11月27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8日(土)までに連盟に連絡し、所定の申込用紙で申込み ■問合せ／市空手道連盟 伊藤 ☎090 (2537) 4108 FAX03 (3660) 1830 ✉jtoh-h@umc-tyo.co.jp

9月10日は 下水道の日

下水道 すい水がいからの 守り神

問合せ 下水道課

(平成28年度下水道推薦標語)

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など、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。下水道の大きな役割に「浸水被害の防止」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のお願い

下水道は、何でも流せるものではありません。下水道を詰まらせないために、台所では残飯、ゴミ、油などを、水洗トイレではトイレットペーパー以外は流さないでください。

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お早めに

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。

■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・上下水道 ▶ 下水道 ▶ 習志野市排水設備指定工事店 ※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おりますので、詳細は、下水道課までお問い合わせください。

雨水の浸透・貯留にご協力を

近年の都市化により、建物が増え道路が舗装されたことで、大雨時に下水道の処理能力を超えた水が、住宅や道路などに流れ込み、浸水の被害を及ぼすこともあります。浸水被害の軽減を図るためにも、新たに住居などの建築をする際は、雨水浸透・貯留施設の設置にご協力ください。

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まかなわれています。
- 下水道使用料の納付については、便利な自動口座振替をご利用ください。
- 転入・転出される場合は、下水道使用の開始・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。

注意! 最近「市から頼まれて排水設備の点検・清掃をしに来た」という業者がいるようですが、市役所では排水設備の点検や清掃を業者に委託することは一切ありませんのでご注意ください。

下水道(分流式・合流式)

本市では、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られ、下水処理され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。※**雨水以外の排水はすべて汚水管へ流します。**

合流式では、一つの大きな管で汚水と雨水の両方を流し、処理場で浄化することをいいます。

ひとくち
メモ

習志野市の下水道普及率は
94.5%(平成27年度末)に達しています。

図書館の仕事を体験! 夏休み子ども1日図書館員!!

問合せ 大久保図書館

子どもたちが図書館に親しんでもらえるようにと、市立の各図書館では毎年7月、8月に、市内の小学4年生から6年生が「1日図書館員」を体験しています。

7月29日、大久保図書館の「1日図書館員」は、緊張した面持ちで館長から「任命書」を受け取ると、職員から図書館の仕事の説明を受け、いざカウンターへ。本の貸出・返却業務や返却された本を書架に戻す作業などを体験しながら、利用者に「こんにちは」「ありがとうございました」と元気よく声を掛けていました。

立派に業務をやり遂げ、子どもたちにとって夏休みの貴重な体験となったことでしょう。



返却された本は所定の書架へ



画面を確認しながらの貸し出し

9月1日は「防災の日」です!

問合せ 危機管理課

9月1日は「防災の日」です。関東大震災が発生した1923年(大正12年)9月1日にちなんで、地震などに対する災害への心構えを育成するために創設されました。

近年発生した大震災を振り返ってみましょう。

近年発生した大地震

災害名称	発災日	規模	死者	行方不明者
阪神淡路大震災	1995年 1月17日	M7.3	6,434人	3人
新潟県中越地震	2004年10月23日	M6.8	68人	—
東日本大震災	2011年 3月11日	M9.0	19,418人	2,592人
熊本地震	2016年 4月14日	M7.3	87人	—

(平成28年8月3日現在:気象庁ホームページから)

“地震は必ず起こる” という認識を

大正12年の「関東大震災」では、死者・行方不明者が併せて10万5千人余と大きな被害に見舞われました。

近年では、阪神・淡路大震災(平成7年)、新潟県中越地震(平成16年)、東日本大震災(平成23年)、熊本地震(平成28年)と日本の各地で大きな地震が発生しています。

地震は、いつどこで起こるか分かりません。この機会に家族で災害に対する備えについて話し合いましょう。

にぎわい広場

共感 信頼 希望

習志野市長
No.49 宮本泰介

暑く熱い季節はつづく

早速ですが、7日からパラリンピックが始まります。そして、本市に在勤・在住の3名が日本代表として出場します。田中康大さんと中島啓智さんが水泳で、今井友明さんがウィルチェアーラグビー(車いすラグビー)で金メダル獲得を目指します。習志野市一丸となり、オリンピックと同様に健闘を祈り、大きな声援をリオデジャネイロに送りましょう。

夏休みはいかがだったでしょうか？今年の8月は特にオリンピックがあったことで暑く熱く感じました。開会式は広島原爆の日であり、投下の時刻に合わせ、ブラジル日系移民をテーマにした群舞が披露されるという演出がありました。平和の祭典ならではの意気込みから始まり、各国のプライドを懸けた真剣勝負に心動かされました。国内では高校球児による甲子園の熱戦が、そして市内では夏のイベントが各地域で賑やかに開催さ

れました。五輪・甲子園・市民まつりと、昼夜問わずの盛り上がりで、例年以上に心が沸き立つ熱い夏でした。

今年も地域の「趣向を凝らしたまつり」に伺わせていただきました。それぞれの主催者からご案内をいただき、年間を通じて表敬と感謝を兼ねて、ほぼ全域の「まちづくりの現場」を見学させていただいておりますが、夏はまさに地域のカラーが発揮される時期です。県内で2番目に小さな市域にも関わらず、それぞれの地域ならではの歴史や伝統による工夫があるのです。例えば夏祭りの定番でもある輪踊りでは流れる曲がそれぞれ異なりますし、櫓の組み方も違います。また、どこのもつりも飲食が充実していますが、手作りの一品や定番の「焼きそば」の味も多様です。本文では表現しきれませんのでぜひ皆さんに参加していただきたいと思います。

残暑厳しい折ですが、日の入りが早くなっています。本格的な秋に向けていろんな楽しみがある一方で、自然災害への備えを確認することや、体調を崩しやすい季節の変わり目ですので健康管理も大切です。ご留意ください。

その上で改めて、
リオデジャネイロへ「がんばれ！ニッポン！」。

オービックシーガルズ 「習志野で観る 年に一度のチャンスです！」



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は本市茜浜を本拠地に活動している社会人アメリカンフットボールのクラブチームです。

これまでオービックシーガルズの試合を観たことがある人も、初めての人も、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！

当日は、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、試合以外の楽しみもたくさんあります。

日時 9月25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 LIXIL ディアーズ

チケット販売

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)。

オービックシーガルズ 習志野応援団大募集中です！

オービックシーガルズは「習志野から日本一」を掲げて戦っています。地元の力を結集して1万人の応援団を結成し、選手たちと一丸となって日本一と一緒に目指しましょう！

●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(入会無料)。



お知らせBOX

市役所への問合せ ☎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

入学準備金の融資あっせん および利子補給

対 高校・大学などに入学する
お子さんの保護者

申込資格＝①保護者が市内に1年以上居住 ②入学準備金の調達が困難 ③償還について十分な能力を有する

申請書類＝住民票(世帯全員)、合格通知書の写し、世帯の年間収入(所得)を明らかにできる書類の写し、入学準備金などの所要金額を確認できる書類、健康保険証の写し

受付期間＝平成29年3月31日(金)まで

申 学校教育課

こどもの発達支援に関する 基礎調査報告

平成27年度実施報告書および概要版が市ホームページからダウンロードできます。

問 ひまわり発達相談センター
☎(451) 2922

講座・催し

一日まるごと遊んじゃおう！ ～三世代交流いろいろ体験会～

1部＝ミニ電車、ミステリークッキング、きもだめし、工作など
2部＝合唱、吹奏楽など

日 9月3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

対 幼児～大人

費 1部＝1人100円

所 問 東習志野コミュニティセンター
☎(475) 9901

リサイクル体験教室

対 市内在住 定 12人

所 申 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)
☎(453) 0530

〈ガラス細工〉

日 9月6日(火)午前9時30分～正午
〈紙バックでカルトナージュ〉

日 9月20日(火)午前9時30分～正午 持 紙バック・布・リボン

習志野市美術展覧会〈市展〉

日 洋画＝9月8日(木)～11日(日)

日本画・彫刻・工芸・写真＝9月17日(出)～20日(火) 書＝9月22日(木祝)～25日(日)各日午前10時～6時(各最終日は午後4時まで)

所 所 モリシアホール

問 市芸術文化協会

☎(475) 6821

旧鴛田家住宅 お月見の会

庭から中秋の名月を眺める

日 9月15日(木)午後5時～7時15分(午後7時まで入場可)

※雨天または雲間がない場合中止(正午に市ホームページでお知らせ)

所 旧鴛田家住宅(実籾本郷公園内)※主屋への入場不可

対 小学生以下は保護者同伴

問 社会教育課

さくらの家敬老の日イベント

「災害時の停電と対処法」

「お口の健康」

日 9月15日(木)午前10時15分～正午 対 市内在住の60歳以上

所 問 総合福祉センター内さくらの家

☎(451) 3566

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

日 9月17日(出)午後0時45分～3時20分 所 向山小学校

持 上履き・靴を入れる袋

問 谷津公民館

☎(452) 1509

シニアの料理教室

～しっかり食べてロコモ予防～

サバ缶と大根の煮物 他(メニューは変更の場合あり)

日 9月28日(火)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

申 9月8日(木)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

問 (493) 8989

7公民館合同寿まつり

寿学級の成果発表

日 9月28日(火)午前9時20分～3時30分 所 市民会館

問 屋敷公民館

☎(475) 4354

児童手当現況届の 提出はお済みですか？

現況届の提出

児童手当を受給している人は、現況届の提出(年度更新の手続き)が必要です。現況届は、毎年6月1日現在の受給者および児童の状況を届け出て、引き続き児童手当を受給する要件を満たしているかを審査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。



問合せ
子育て支援課

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など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

次の場合にも額改定・変更等の届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(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

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

消費生活講座

食品ロス削減についての講演
と意見交換会
日9月26日(月)午後2時～4時
所サンロード津田沼6階
対市内在住・在勤定60人(2歳
～就学前保育あり、要予約)
申消費生活センター
☎(489) 5230

袖ヶ浦公民館から

問袖ヶ浦公民館
☎(451) 6776
〈生涯学習講座〉
千葉の誇り「波の伊八」の魅力を語る
日講演会=9月18日(日)午後1
時30分～3時 展示会=9月18
日(日)まで所袖ヶ浦公民館
定講演会=50人(要申し込み)
〈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
日9月10日(土)午前10時～正午
所袖ヶ浦西小学校対市内在住
(小学3年生以下は保護者同伴)
持上履き・靴を入れる袋

いっ か かい
聚華会書作展・宇宙幻景展
日9月2日(金)～4日(日)午前9時
～5時(4日は午後4時まで)
所モリシアホール
問聚華会／吉原
☎(453) 2080

フリーマーケット

問市商店会連合会
☎(455) 1955
〈新習志野駅前フリーマーケット〉
日9月4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
〈津田沼一丁目フリーマーケット〉
日9月11日(日)午前10時～3時30分
所新津田沼駅2階連絡通路

習志野物語
～竹灯笼と舞のタベ～

日9月10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
☎(472) 8355

なかよし動物
フェスティバル2016

日9月17日(土)午前10時～3時
所問県動物愛護センター(富里市)
☎0476 (93) 5711

公開講座
「未来につなぐ相続登記」

①遺言のすすめ ②相続登記は
お済みですか?
日10月2日(日)①午前10時30分
～正午 ②午後1時～2時30分
所申千葉県地方務局(千葉市)
☎043 (302) 1311

オカリナサークルアツキーク
20周年記念コンサート

日9月18日(日)午後1時30分～
(午後1時開場) 所市民会館
問アツキーク／黒澤
☎(479) 3036

人形劇「よせ鍋寄席」

日10月2日(日)午後6時30分～
7時40分(午後6時10分開場)
所菊田公民館対小学生以上
定50人 費前売り券=2,500
円、当日券=3,000円
申NPO 法人ならしの子ども劇場
☎(451) 3676

パソコン入門講習

文章・ポスター・はがき等の作成
日10月6日・13日・27日各木
曜日午後1時15分～4時45分
(全3回) 所大久保公民館
定15人 費3,000円
申9月23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-
0001 東習志野2-18-11-1012
市民力レτζPC委員会西田へ
☎(479) 7245

習志野四季のまち歩き
～楽しい一日鷺沼の秋～

歴史、民話、合唱など
日10月8日(土)午前9時～2時

所 JR 幕張本郷駅改札前集合
定20人 費2,000円(昼食代含む)
申9月15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
☎080 (6890) 3141

子育てママのための“なりた
いワタシ”になれるセミナー

日10月11日(火)・20日(木)、11月1日
(火)午前10時～正午(全3回) 所サ
ンロード津田沼5階対市内在住
の子育て中の女性定25人(保育
あり、20人、要予約) 持筆記用具
申男女共同参画センター

神経難病療養者・
家族のつどい

日10月18日(火)午後1時～3時
30分 対神経難病療養者およ
びその家族定25人
所申10月7日(金)までに電話で
県習志野健康福祉センター地
域保健課へ
☎(475) 5153

危険物取扱者試験
受験者講習会

日10月15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)受験
予定者定100人 費7,940円
申9月26日(月)～30日(金)に直接
消防本部予防課窓口へ(郵送
またはFAXでの申し込み希望
者は、〒260-0843 千葉市中
央区末広2-14-1 ワクボビル2
階一般社団法人千葉県危険物
安全協会連合会へ) ※郵送の
場合は、82円切手貼付の返信
用封筒を同封
☎043 (266) 7930
☎043 (266) 7931

危険物取扱者試験

日11月20日(日) 所日本大学生産
工学部実科校舎 費甲種5,000
円、乙種3,400円、丙種2,700円
申9月23日(金)～10月17日(月)に
願書(消防本部予防課、市内各
消防署・出張所で配布)を郵送
にて申請 ※電子申請利用可能
期間:9月20日(火)～10月14日(金)
詳細は消防試験研究センター
ホームページ参照
問消防本部予防課
☎(452) 1284

県下水道協会から

問県下水道協会(詳細は同協
会ホームページ参照)
☎043 (245) 6112

〈下水道排水設備工事責任技
術者登録更新〉

日11月10日(木)・16日(水)のいず
れか 所千葉市民会館
対資格有効期限が平成29年3
月31日の人(申請書類は登録
住所へ郵送済)
申込期限＝9月14日(水)
〈下水道排水設備工事責任技
術者共通試験〉
日平成29年1月14日(土)
所千葉県総合保健医療センター
対平成9年1月15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
申込書配布期間＝10月14日
(金)まで(土・日曜日、祝日を除く)
申10月20日(木)(消印有効)ま
でに県下水道協会事務局配
布の申込書を郵送で〒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30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
申直接茜浜パークゴルフ場窓口へ
☎(453) 7666

千葉ロッテマリーンズが
やってくる ～プロ野球イ
ースタン・リーグ公式戦開催～

サイン会やキャラクターとの
撮影会あり
日9月10日(土)午後1時～(午前
11時30分開場)
所秋津野球場 費高校生以上
1,000円、4歳～中学生500円
(市内小・中学生は、無料招待)
※各学校配布のチラシ参照
問生涯スポーツ課

スポーツ振興協会から

問スポーツ振興協会
☎(452) 4380
〈キッズスポーツ2学期〉
①テニス ②なわとび
日①9月10日、10月8日、11月
12日各土曜日午前9時～11時
②9月24日、10月22日、11月
26日各土曜日午前9時～11時
所①秋津テニスコート ②東部
体育館 対小学生 費250円
持①運動靴 ②室内シューズ
〈オービックシーガルズから学
ぼう!〉
①実技＝オービック式体づくり
となわとび
②講義＝こどもとスポーツにつ
いて&アメフト観戦講座
※キッズスポーツ同時開催
日9月24日(土) ①午前9時～
11時 ②午前10時～11時
所東部体育館 対①小学生

費①250円 持運動靴
〈芝園テニス交流会〉
日10月7日(金)午前9時～5時
所芝園テニスコート
対市内在住・在勤・在学優先
定20組 費1組2,000円
持テニスシューズ・ラケット
申芝園テニスコートでも申し込
み可
☎(451) 0280
レディースフットサルスクール
日毎週水曜日午前10時～正午
対女性 費各回1,000円
持運動靴(スパイク不可)
所申芝園フットサル場
☎(451) 0280

募 集

市シルバー人材センター
入会説明会

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
〈出張入会説明会〉
日所9月9日(金)午前9時30分
～新習志野公民館、午後1時
30分～サンロード津田沼6階
〈定例入会説明会〉
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

精神障がい者の医療費助成制度を
ご利用ください

問合せ 障がい福祉課

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。
※所得による制限があります。

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。

詳細は、障がい福祉課までお問い合わせください。

平成29年度版
ごみの出し方冊子

広告主
募集

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29年2月から市内全戸ポスティン
グにて配布(市役所第三分室、各公民館・図書館・
コミュニティセンター等にも配置)

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31日(月)まで

申込方法 申請書をクリーンセンタークリーン推進
課へ提出。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

問合せ
クリーンセンター
クリーン推進課

ジャパン・マンモグラフィー・サンデー

日曜日、祝日に
乳がん検診が受けられます!



問合せ
健康支援課

実施医療機関	電話番号	日 程
メディカルスクエア 奏の杜クリニック	(406) 5000	10月16日(日)
津田沼中央総合病院	(476) 5111	9月22日(木祝) 10月10日(月祝) 10月16日(日)
谷津保健病院	0120 (451) 626	10月16日(日)
習志野第一病院	(454) 1511	10月16日(日)

申込み 各実施医療機関へ(定員になり次第、受付終了)
※費用などの詳細は、実施医療機関に直接お問い合わせ
ください。

犬・猫の不妊・去勢手術
費用の一部助成

抽選で5,000円割引(詳細は環境政策課で配布のチラシ参照) 応募期間=9月20日(火)～26日(月)(消印
有効) 対飼い犬・飼い猫(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)
問県獣医師会 ☎043 (232) 6980

凡例 日日時 所場所・会場 対象者 定定員(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) 持ち持ち物 申込み 問問合せ

公共施設再生推進審議会委員

公共施設の再生に関する事項の分析・審議
開催回数＝年2回程度
任期＝平成28年11月1日(予定)から2年間
対市内在住・在勤・在学の満20歳以上定2人(全委員6人中)
申9月21日(水)(必着)までに「習志野市公共施設再生計画(市ホームページ、市情報公開コーナー、各図書館で閲覧可)」について意見・感想を1,200字程度

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)を添えて郵送または持参で〒275-8601習志野市役所資産管理課へ
特別養護老人ホーム 三山園職員
職種＝介護職員、看護職員
試験日＝9月23日(金) ※介護職員のみ二次試験あり(10月14日(金))
定若干名 対介護職員＝昭和32年4月2日以降生まれ(介護

福祉士などの資格を持っていない人も受験可) 看護職員＝昭和32年4月2日以降生まれで、看護師または准看護師免許を有する人
申9月12日(月)(必着)までに申込書(組合ホームページからダウンロード可、高齢者支援課・四市複合事務組合事務局で配布)を記入し、郵送で〒273-0005船橋市本町2-7-8四市複合事務組合事務局へ
定(436) 2772

フリーマーケット出店者

申往復はがき(住所・氏名・電話番号・FAX番号・主な出品物・出店希望日を記入)で〒275-0016津田沼5-12-12市商店会連合会

「楽市フリマ係」または「実粉フリマ係」へ(要事前登録)
定(455) 1955
〈楽市フリーマーケット〉
日9月24日(土)・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2.5×2m)
※飲食除く
費2,000円(駐車場1日1台500円)
申込期限＝9月9日(金)(未登録の場合は9月2日(金)) (必着)
〈実粉ふるさとまつりフリーマーケット〉
日11月3日(木祝) 正午～午後3時(雨天中止) 所実粉駅前通り
定200区画(1区画1.5×2.5m)
費2,000円
申込期限＝9月30日(金)(必着)

相 談

妊娠ホットライン

不妊や予期せぬ妊娠などに電話で応相談(予約優先)
日9月28日、10月26日各水曜日午前10時～2時
申健康支援課

さくら相談

日毎月第2木曜日(遺言・相続)・第4木曜日(法律) 午後1時30分～3時30分 対市内在住の60歳以上 定各回3人(相談日の2日前までに要予約)
持相談に関する資料
所申総合福祉センター内さくらの家
定(451) 3566

習志野商工会議所から

所申習志野商工会議所
定(452) 6700
〈行政書士無料相談会〉
相続・遺言書・各種許認可申請など
日9月16日、10月21日各金曜日午後1時～4時 定各日6人

〈無料発明相談会〉
特許・意匠・商標など
日9月20日、10月18日各火曜日午前10時～4時 定各日5人
〈経営者のための労務相談会〉
日9月27日(火)午後1時～4時 定3人

全国一斉！法務局休日相談

相続、成年後見制度など
日10月2日(日)午前10時～4時(予約優先) ※相談時間は30分程度
所申千葉地方法務局(千葉市)
定043 (302) 1311

雇用トラブル相談

個別的労使紛争のあっせん
所申県労働委員会事務局(千葉市)
定043 (223) 3735

その他

原爆被爆二世健康診断

受診期間＝平成29年2月28日(火)まで 対原爆被爆者の実子

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
9月号 第1・第3週 月～日曜日放送
住み慣れたまちでいつまでも
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 9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	6 火
袖ヶ浦1丁目マーブル津田沼	14:20～14:50	7・21 水
谷津南小学校	15:10～16:20	
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	
袖ヶ浦西小学校	15:10～16:20	9・23 金
東習志野8丁目会館	14:20～14:50	
泉町3丁目公務員住宅	15:10～15:50	10・24 土
第五中学校正門前	14:20～14:50	
津田沼小学校	15:10～16:20	14・28 水
鷺沼小学校	14:40～15:50	1・15・29 木
習志野借生園	13:50～14:30	2・16・30 金
実粉小学校	14:40～15:50	2・16 金
谷津公民館	13:50～14:30	
京成津田沼駅前広場	14:50～15:40	3・17 土
こどもセンター(鷺沼)	10:50～11:30	14・28 水

伝言板

※市内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

■習志野シニアクラブ映画鑑賞
ベトナム戦争の真実、衝撃の記録
9月4日(日)午後1時30分～4時
袖ヶ浦公民館 200円
定(451) 8403習志野シニアクラブ／牧野
■郡上踊りの夕べ
9月17日(土)午後3時30分～6時
津田沼公園(モリシア前広場)
定(475) 3704郡上踊り普及会／尾曾
■習志野カラオケ合同発表会
9月25日(日)午前10時～6時
市民会館
定090 (7822) 2083習志野カラオケ研究会／清水

なかまに(仲間募集)
※活動場所は予定

■里山を歩く会
年5回主に県内の山・里山を歩く
原則木曜日午前7時30分～4時30分
年会費11,000円(初年度12,000円)
定(473) 4868小川
■吟恵会(詩吟)
第2・4金曜日午後1時～3時
ゆうゆう館 月1,500円
定(473) 3660加藤
■カ・フラ・マイ・ブメハナ(フラダンス)
第1・3水曜日午後7時～8時30分
新習志野公民館 月3,500円
定090 (1852) 0910高橋
■リズム＆気功
第2～4木曜日午前9時～10時30分または10時30分～正午
新習志野公民館 月2,000円
定(477) 6309小倉
■吟友会(詩吟)
第1・3木曜日午後3時～5時
谷津公民館 月1,500円
定(452) 3454飯嶋

スマートフォン・タブレット端末で 広報習志野

問合せ 広報課

i 広報紙の主な機能

- 最新号が発行されると「広報習志野」がスマートフォンやタブレット端末に届きます。
- アプリを開くと、いつでもどこでも「広報習志野」が閲覧できます。
- 習志野市と千葉県の公式Webサイトの新着情報が届きます。
- 他の自治体が発行する広報紙の配信も受けられます。

使用方法

「App store」「Google play」から「i広報紙」を検索し、ダウンロード



※「i広報紙」は9月中旬から『マチイロ』にサービス名が変わります(「i広報紙」をご利用の場合、新たにダウンロードする必要はありません)。

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】20・21・29・30日(午前8時～午後8時) 【ヘリコプター軽物量投下】26日(午前8時～午後9時) ヘリコプター離発着陸訓練＝【習志野演習場】1～9・12～30日(午前7時～午後9時) ※変更(中止)の場合あり ※訓練で大きな音がする場合あり 習志野駐屯地第1空挺団広報室 定(466) 2141



保健だより

申込み・問合せ

健康支援課

☎047(451)1151(代)

●夜間・休日の当番医案内 ☎047 (452) 0881
●こども急病電話相談 ☎8000 毎日・夜間 午後7時～翌午前6時
●千葉県救急医療情報ネットワークによる案内
[URL] <http://www.qg.pref.chiba.lg.jp/>
[FAX] 0120 (963) 499
●休日急病歯科診療所の診療日 9月19日(月祝)・22日(木祝) 午前9時～正午

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人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	県健康福祉センター
1歳6か月児 (27年2月生まれ)	9月27日(火)	9月29日(木)
3歳児 (25年3月生まれ)	9月14日(水)	9月 9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人などは健康支援課へ)

離乳食教室(予約制)

日程	会場
9月 2日(金)	谷津コミュニティセンター
9月 8日(木)	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

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26日(月)	プレーメン習志野
9月30日(金)	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	9月	会場園名	9月
新 栄	6日(火)	大久保東	12日(月)
東習志野こども園	7日(水)	つくし★◎13日(火)	
向 山 ◎ 8日(木)		屋 敷 ◎21日(水)	
杉の子こども園	9日(金)	実 花 ◎28日(水)	
		香 澄 29日(木)	

※★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

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

10月の認知症高齢者介護相談(予約制)

日程	会場
10月5日(水)・19日(水)	サンロード津田沼6階 市民相談室

時間 午後1時30分～3時30分

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

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16日(金) 午前9時45分～1時
(受付午前9時30分～)

会場 東習志野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

申込み 9月7日(水)(消印有効)までに往復はがき(住所・氏名・年齢・性別・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

介護予防教室「楽しく元気塾」

～高齢者の健康づくりを応援します～

開催日・時間・会場 10～11月(週1回、全4回)

午後1時～3時

プレーメン習志野……火曜日

がん征圧月間 がん検診を 受けましょう

9月 がん集団検診日程(予約不要)

服装の準備があります。各がん検診の受診方法や注意点など、詳細は「平成28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)	子宮がん(頸部)検診 ※検診車に乗る間、お子さんを預かります
対 象 者	40歳以上 (昭和52年3月31日までに生まれた人)	※1
自己負担金	200円 ※同時に喀痰検査を受ける場合(要件あり)は400円	500円
受付時間 (時間厳守)	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 ※2
会 場	保健会館別館 16日(金)	20日(火)
谷津公民館	—	7日(水)
袖ヶ浦公民館	—	27日(火)
さくらの家	—	8日(木)
ゆうゆう館	—	6日(火)
勤労会館	—	15日(木)
東部保健福祉センター	—	2日(金)
プレーメン習志野	—	13日(火)
実花公民館	—	29日(木)
東習志野8丁目会館	—	28日(水)

※1 20歳以上の偶数年齢の女性(平成9年3月31日までに生まれた人)。奇数年齢で27年度未受診の人も受診可。

※2 男女区別なく検診車に入るため、車内で一緒に着替えができるような服装でお越しください。

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.lg.jp/>

市の人口

H28.8.1現在
※住民基本台帳
に基づく

・総人口…171,015人 (167,304人)
・男……………85,515人 (83,574人)
・女……………85,500人 (83,730人)
・世帯数…76,881世帯 (74,546世帯)
※()内はH27.8.1時点

次号の予告

変更の場合あり

・総合防災訓練

他