

習志野

広報

NARASHINO

2019
令和元年
5/15
No.1416

もっと元気な自分であるために!! ... 2

谷津干潟の日フェスタ 4

「がん検診」を受けましょう 5

生涯学習複合施設がオープンします/
高血圧のおそろしさ 6

市長・市議会議員が決まりました 7

後期高齢者歯科健診/
国民健康保険料のお知らせ 10

県民の日／熱中症予防 11

お知らせ BOX 12

今年も輝く春のバラ

谷津バラ園の春バラが見頃を迎えます!



毎年5月中旬から6月中旬が見頃の春バラ。800種7,500株のバラの色・形・香りをお楽しみください。
※開花時期は、気候によりずれることがありますので、谷津バラ園ホームページでご確認いただくか、谷津バラ園管理事務所にお問い合わせの上、ご来園ください。

[谷津バラ園](#)

開園時間(5・6月) 午前8時～午後6時(5・6月は無休)

入園料(5・6月)
中学生以下 無料／高校生以上 550円／65歳以上 250円

交通手段 公共交通機関をご利用ください。

- 京成谷津駅→徒歩5分
- JR津田沼駅→京成バス谷津干潟行乗車→谷津南小学校下車→徒歩3分

問 谷津バラ園管理事務所 ☎(453) 3772





65歳以上の人へ

高齢者支援課

来年も、今よりもっと元気な自分であるために!!



年齢を重ねるにつれ、心身にさまざまな変化が起こります。健康で若々しい身体を維持していくために、早いうちから予防に取り組みましょう!

地域で交流、仲間と一緒に健康づくりに取り組みましょう!

てんとうむし(転倒無視)体操

転倒予防に効果的な「筋力トレーニング」と「ストレッチ」が気軽に楽しくできるように考案された市オリジナルの音楽付きの体操です。転倒予防体操推進員が地域の公民館や集会所などで体操を広めています。参加を希望する人は高齢者支援課までお問い合わせください。

音楽とナレーション付きのDVD、CD等を高齢者支援課で販売しています!

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」



まちでフィットネス

地域の団体にプロのインストラクターを派遣し、効果的な運動指導を行います。

スタート編

対象団体 新たに運動(ストレッチや筋トレ等)に取り組もうとする①~④すべてを満たす団体

- ① おおむね65歳以上で構成される10人以上30人以内の団体
- ② 新規で週1回、1時間程度の運動を行う
- ③ 会場を準備できる
- ④ 指導終了後も継続して運動に取り組む意思がある

内容 団体が自主的に運動できることを目指し、継続して実施できる効果的な運動指導を8回行います。

募集団体数 4団体(先着順)

皆さんの地域でも、立ち上げてみませんか?

体操をすると身体がポカポカあたたまり気持ちがいいです

近くで体操ができるのが良いです

まちでフィットネスを活用し、終了後も週1回、和気あいあいとみんなで楽しく体操を続けています



鷺沼4丁目の皆さん

フォローアップ編

対象団体 すでに定期的に運動を実施している①~③すべてを満たす団体

- ① おおむね65歳以上で構成される10人以上30人以内の団体
- ② 月1回以上運動を行っている
- ③ 会場を準備できる

内容 普段の活動に新たに取り入れられる効果的な運動指導を行います。指導は1団体につき1回となります。

募集団体数 20団体(先着順)



てんとうむし体操クラブの皆さん



平成21年から続けています!
元気の源です!

足腰げんき塾

元気はつらつな毎日が続いていくためには、筋力を維持するための運動・体操を習慣付けることが大切です。スポーツインストラクターの指導で、楽しく身体を動かしましょう。椅子に座った体操が中心で、足腰に不安のある人も安心です。

会場 (後期10~2月) ①市役所 ②谷津公民館 ③新習志野公民館
④東部保健福祉センター ⑤東習志野8丁目会館

開催 各会場月2回

※詳しくは広報習志野 9月1日号または市ホームページでご確認ください。

脳の活性化プログラム

頭と身体を使った運動と参加者同士の交流を通じて脳の活性化を図ります。また、健康に関するミニ講座、ウォーキングを取り入れた認知症の予防についても学びます。

会場 (9月コース) 実籾コミュニティホール (1月コース) 市役所

開催 各コース週1回(3カ月間)

※詳しくは広報習志野 8・12月1日号でお知らせします。



シニアの食場 ~シニアの食場で脳活性~

料理には「メニューを考える」「材料をそろえる」「切る」「盛り付ける」等のさまざまな過程があり、脳が活性化されます。そして、おいしくできた料理を食べる時、脳は「幸福感」に満たされ、最大限に活性化されます。楽しく料理を作り、皆さんで会食しませんか?

※詳しくは広報習志野 7・12月1日号、令和2年2月1日号でお知らせします。

費用 500円



気になることがない時こそ、歯や口の健康チェックを受けましょう。

シニアお口の相談室

歯科医師の健診・相談、歯科衛生士による唾液腺マッサージや舌の体操、歯みがき実習を行います。

※詳しくは広報習志野 6・9・10・11月1日号、令和2年1月1日号でお知らせします。

お口の安心健康チェック

市内の実施歯科医療機関で、歯や入れ歯の状態、口腔機能(舌、飲み込み等)のチェックとアドバイスを受けることができます。

期間 令和2年3月31日まで(1人1回)

対象 65歳(昭和29年4月1日~昭和30年3月31日生) 70歳(昭和24年4月1日~昭和25年3月31日生)
80歳(昭和14年4月1日~昭和15年3月31日生)

費用 400円(70・80歳は無料)

歯と口の健康

希望日の1カ月前までにお申し込みください。

まちづくり出前講座

10人以上のグループ・団体に、保健師、歯科衛生士、管理栄養士などが出張して、健康づくり・介護予防についてお話しします。

リハビリテーション職による介護予防講座

5人以上のグループ・団体に、リハビリテーション職が出張して、運動機能の維持・向上や認知症の予防についてお話しします。

健康教育

※広報習志野への掲載予定は、変更になる場合があります。ご了承ください。

谷津干潟の日フェスタ まるごと味わう干潟の幸せ2019

ラムサール条約登録湿地 谷津干潟
「6月10日は谷津干潟の日」

申問 谷津干潟自然観察センター ☎(454) 8416



【詳しくはこちら】

日時 ※雨天決行

6月8日(土)・9日(日)
午前9時～午後5時

会場

谷津干潟自然観察センター

※公共交通機関をご利用ください



習志野市の自然財産である谷津干潟。6月8日・9日は谷津干潟自然観察センターを入館無料にしてたくさんのイベントを行います。干潟の景色を見ながら音楽を聞き、野鳥を見たり生きものに触れたりしながら干潟の自然を楽しみましょう。ラムサール条約クイズにチャレンジした人、各日先着300人に東京湾の海苔をプレゼントします。

6月8日(土) 開催の主なイベント

谷津干潟の日セレモニー 午前9時30分～10時

ラムサール条約登録26年を迎える谷津干潟の記念式典。第七中学校の吹奏楽部と合唱部が音楽で盛り上げます。

環境ウォーク 午前9時～午後0時30分(受付午前8時30分～)

谷津干潟からクリーンセンターまで歩きながらゴミ拾いをします。クリーンセンターの見学も行います。

6月8日(土)・9日(日) 開催の主なイベント

市民参加模擬店 午前10時～午後4時(9日は午後3時終了)

観察センター前広場や芝生広場に模擬店がずらりと並びます。飲食やおもちゃ・市内施設や自然関連施設による手作りグッズの販売、ワークショップなど。

谷津干潟を知ろう！クイズラリー ※荒天中止

午前10時～午後2時30分 随時受付

普段は入れない干潟や公園の林に入って、観察しながらクイズを楽しもう！参加賞付き。※小学生以下は保護者同伴

解説板リニューアル記念

「干潟一周 バードサインウォッチング」※荒天中止

午前11時～午後2時 随時受付

干潟周辺のバードサインを見つけながら歩こう

その他、谷津干潟のアオサを使った紙すき体験(8・9日)、海藻のしおりづくり(8日)、よしづくり体験教室(8日)、人形劇(9日)、市内小・中学校、高校による合唱や演奏会など、盛りだくさんのイベントを行います！ナラシド♪とチーバくんもくるよ！

その他のイベント

※16日のみ学生は入館無料(要学生証提示)

ガタガール原画展

谷津干潟の日フェスタのイラストを手がける小原ヨシツグ氏の漫画「ガタガール」の複製原画を展示

期間 6月16日(日)まで開催

小原ヨシツグ トークショー&サイン会

抽選で複製原画をプレゼント

日時 6月16日(日) 午後1時30分～3時 要事前申し込み

参加費 入館料のみ

谷津干潟をキレイにしよう！※荒天中止

谷津干潟内のアオサなどを手作業で回収

日時 6月16日(日)午前10時～11時 要事前申し込み

対象 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)で、長靴を持参できる人

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問い合わせ 環境政策課



あなたと、大切な人の未来のために 「がん検診」を受けましょう

・・・早期発見、早期治療が命を守ります・・・



がんは早期発見できれば、高い確率で治癒し、治療にかかる時間や身体・金銭的負担も一般的に少なく済みます。

がん検診を受けることで、自覚症状のないうちにがんを発見し、がんによる死亡のリスクが低下します。定期的ながん検診を受けましょう。

精密検査が必要とされた人は、必ず医療機関を受診しましょう。

対象者のいる世帯に「平成31年度習志野市がん検診等のお知らせ」を3月下旬にお送りしています。集団検診の日時や個別検診の実施医療機関、自己負担金などの詳細は、「平成31年度習志野市がん検診等のお知らせ」冊子または市ホームページをご覧ください。

結核・肺がん検診	40歳～	無料
胃がん検診	40歳～	無料
大腸がん検診	40歳～	無料
前立腺がん検診	50歳～	無料
子宮がん検診	20歳～	無料
乳がん検診	30歳～	無料
骨粗しょう症検診	40歳～	無料
成人歯科健康診査	18歳～	無料
お口の安心健康チェック	40歳～	無料

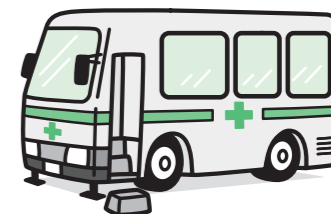
「集団検診」または「個別検診」のどちらかを選んで受診してください。

集団検診(公民館などの公共施設の会場(検診車))

検診名 結核・肺がん(胸部エックス線検査)、胃がん(バリウム検査)は集団検診のみ実施
子宮がん(検診中は、お子さんを職員が預かります)

申し込み 不要 受付時間内に直接会場へお越しください。

◎集団検診の最終実施日は11月6日(水)です。
受け忘れのないよう、早めの受診をお勧めします。



個別検診(市内実施医療機関)

検診名 大腸がん、胃がんリスク、前立腺がん、肝炎ウイルス、子宮がん、乳がん、骨粗しょう症

申し込み 市内実施医療機関へ直接予約(令和2年3月末日まで実施)

血液検査でどれくらい胃がんになりやすいかが分かる！

胃がんリスク検診

ピロリ菌と胃炎の程度を調べ、将来どれくらい胃がんになりやすいかが分かる血液検査です。採血を伴う健診や血液検査を医療機関で行う際に、同時に受けることをお勧めします。

精密検査が必要とされた人は、保険診療で胃部内視鏡検査を受けましょう。

対象 令和2年3月31日時点で40・45・50・55・60・65・70・75・80歳の人



11月に習志野市生涯学習複合施設がオープンします！

大久保公民館・図書館、市民会館、勤労会館が、ほっと和み、わっと楽しく、ずっと愛される施設に生まれ変わります。
※中央公園パークゴルフ場・中央公園野球場は変わりません。

施設概要

中央図書館^{*1}、中央公民館^{*2}(多目的室、集会室、会議室、音楽室、調理室、工房、和室、こどもスペース、ラウンジ)、市民ホール^{*3}、中央公園体育館^{*4}、中央公園野球場、中央公園テニスコート^{*4}(1面)、中央公園パークゴルフ場(9ホール)、出会いのひろば、児童公園(たこ公園)
※1…現大久保図書館 ※2…現大久保公民館 ※3…現市民会館 ※4…旧勤労会館

施設の内容や利用料金などの詳細は、市ホームページをご覧ください。
習志野市 生涯学習複合施設

利用申請の受け付けが始まります

市民ホール：6月1日(出)から 其他施設：8月1日(木)から
※利用申請の開始日が、施設によって異なりますのでご注意ください。

施設の利用希望者に対し、説明会を開催します

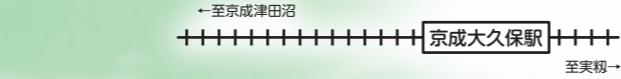
会場 市民会館 定員 各回300人(先着順)

①市民ホール

内容 施設の概要、利用料金、申込方法など
日程 5月21日(火)午前10時～正午

②中央公民館・中央公園体育館・中央公園テニスコート・中央公園野球場

内容 施設の概要、利用料金、予約システムの利用方法など
日程 7月12日(金)・13日(土)各日午前10時～正午※各回同じ内容です。



習志野市長・市議会議員一般選挙 選挙管理委員会事務局

市長・市議会議員が決まりました

4月21日、市長・市議会議員一般選挙が行われ、その結果、宮本泰介市長が再選され、30人の市議会議員が決まりました。投票率は市長・市議会議員一般選挙ともに43.85%でした。



みやもと たいすけ
習志野市長 **宮本 泰介**

生年月日 昭和48年1月19日(46歳)
住所・出身地 習志野市屋敷
略歴 八千代国際大学(現 秀明大学) 政治経済学部卒業。
平成11年 習志野市議会議員初当選。以来、3期連続12年務める。
平成23年 第6代習志野市長に就任。現在に至る。

就任のごあいさつ

4月21日に執行されました習志野市長選挙におきまして、多くの皆様のご信任をいただき、三たび市政を担わせていただくことになりました。今、新時代の幕開けとともに4年間の任期に臨むにあたり、皆様の期待に全力で応えるべく決意を新たにしております。

現在わが国は、生産年齢人口の減少による労働力の低下や納税義務者数の減少、高齢化に伴う社会保障費の急速な増加という困難な局面にあります。本市においても、市制施行以来初めての人口減少社会の到来を予想しており、長期的課題である公共施設再生にも引き続き取り組んでいかなければなりません。

このような状況にありながらも、数々の輝かしい伝統とともに「文教住宅都市」として歴史を紡いできた習

志野市が、将来を担う子どもたちに大きな負担を残すことなく、希望に満ちた未来へと歩みを進めていくことは、現代を生きる私たちの重要な責務であります。

あらゆる変化に対応し社会の持続性・安定性を高めていくためには、「選択と集中」に基づく行財政の効率化・財源確保はもとより、それぞれが役割を自覚し活躍できる「総活躍社会」の構築が必要不可欠です。

私は、市民の皆様と心をつにし、英知を結集しながら、高水準な教育の実現、賑わいある都市空間の創造、そして誰もが支え合い互いを認め合う共生社会の実現をはじめとした施策に全力で取り組み、20年後、40年後を見据えた習志野市の持続的成長を実現してまいります。

小さな市域に多様性に富んだ人口を有し、高い親密度と結束力を誇る「あしたのハーモニー」が響くまち 習志野市は、多くの魅力と発展の可能性に満ちています。これまで培った経験のもと、市民の方々、本市で活動する方々と「共感」し、揺るぎない「信頼」を築くことで、未来への「希望」あふれる「みんながやさしさでつながるまち」へと邁進することを再びお誓い申し上げ、就任のあいさつといたします。

皆様におかれましては、今後ともご協力・ご支援をお願い申し上げます。

市長・市議会議員一般選挙投票区別投票結果

投票所	当日有権者数(人)	投票者数(人)	投票率(%)
イトーヨーカドー津田沼店	6,706	2,689	40.10
津田沼小学校	8,255	3,287	39.82
市役所	6,684	3,246	48.56
谷津コミュニティセンター	6,842	3,047	44.53
谷津公民館	4,668	2,078	44.52
大久保小学校	9,515	4,095	43.04
大久保公民館	4,547	1,935	42.56
大久保こども園	2,618	1,118	42.70
実羽小学校	7,889	3,429	43.47
イオンタウン東習志野	5,863	2,474	42.20
藤崎保育所	5,330	2,416	45.33
大久保東小学校	5,961	2,481	41.62
袖ヶ浦西小学校	5,348	2,315 (2,316)	43.29 (43.31)
袖ヶ浦東小学校	5,560	2,489	44.77

※()内は、市長選挙と市議会議員一般選挙の投票結果が異なる場合の市議会議員一般選挙の数字です。

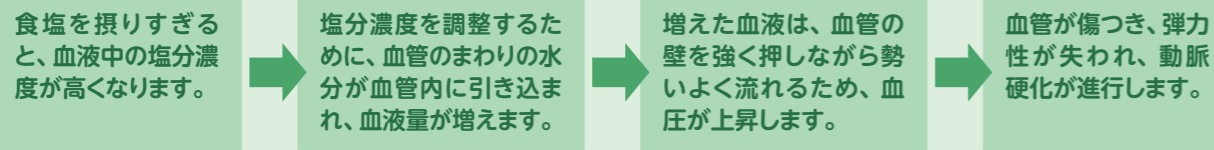
投票所	当日有権者数(人)	投票者数(人)	投票率(%)
東習志野8丁目会館	3,480	1,404	40.34
向山小学校	4,483	1,811 (1,810)	40.40 (40.37)
秋津小学校	5,588	3,022 (3,021)	54.08 (54.06)
東習志野小学校	8,248	3,528	42.77
香澄小学校	5,482	2,612	47.65
第六中学校	5,575	2,559 (2,561)	45.90 (45.94)
鷲沼台4丁目集会所	3,774	1,682	44.57
花咲会館	3,758	1,644	43.75
谷津南小学校	4,457	2,147	48.17
谷津7丁目集会所	4,647	1,791	38.54
モリシア津田沼	3,960	1,756	44.34

合計	139,238	61,055 (61,056)	43.85
前回(平成27年4月)投票率			46.57

知ってほしい! 高血圧のおそろしさ

正しい知識を。5月17日は世界高血圧デーです

血圧と塩分の関係(高血圧になるメカニズム)



適正な塩分量とは

出典:「日本人の食事摂取基準2015年版」

男性 8.0g未満

女性 7.0g未満

塩分摂取の7割が調味料です。なるべく醤油などをかけずに食べてみましょう。漬物や練り物製品、肉加工品の摂りすぎに注意しましょう。

減塩クイズ

◎小さじ1杯(5g)の調味料のうち、塩分量が一番多いのはどれでしょう。

- ①こい口醤油 ②うす口醤油 ③減塩醤油
- ④赤みそ ⑤白みそ

③50 ⑤ ②80 ④ ③50 ⑥ ③60 ① (30) ② ④減塩 ⑤

市議会議員 30人の紹介

[氏名50音順]

[氏名の下の()は平成31年4月23日現在の年齢]

① 政党 ② 当選回数 ③ 町名 ④ 電話番号

※市外局番は047です。



真船 和子
(63)

- ① 公明党
- ② 4回
- ③ 東習志野8丁目
- ④ (471) 8316



中山 恭順
(36)

- ① 無所属
- ② 3回
- ③ 秋津4丁目
- ④ (453) 8839



立崎 誠一
(84)

- ① 無所属
- ② 9回
- ③ 花咲2丁目
- ④ (478) 4471



清水 晴一
(62)

- ① 公明党
- ② 3回
- ③ 本大久保4丁目
- ④ (479) 5204



木村 孝浩
(58)

- ① 公明党
- ② 6回
- ③ 津田沼5丁目
- ④ (452) 1885



市瀬 健治
(69)

- ① 日本維新の会
- ② 2回
- ③ 谷津3丁目
- ④ (451) 2706



宮内 一夫
(71)

- ① 無所属
- ② 10回
- ③ 東習志野5丁目
- ④ (475) 8377



平川 博文
(67)

- ① 無所属
- ② 9回
- ③ 谷津3丁目
- ④ (451) 0104



田中 真太郎
(65)

- ① 無所属
- ② 4回
- ③ 藤崎3丁目
- ④ 090 (4228) 0706



清水 大輔
(48)

- ① 無所属
- ② 4回
- ③ 鷺沼台3丁目
- ④ 090 (3816) 4413



斉藤 賢治
(53)

- ① 無所属
- ② 5回
- ③ 鷺沼台2丁目
- ④ (471) 6290



入沢 俊行
(41)

- ① 日本共産党
- ② 4回
- ③ 袖ヶ浦2丁目
- ④ (452) 4460



荒原 知恵美
(66)

- ① 日本共産党
- ② 2回
- ③ 香澄3丁目
- ④ (405) 2114



相原 和幸
(47)

- ① 無所属
- ② 3回
- ③ 鷺沼1丁目
- ④ 090 (2478) 7979



宮城 壮一
(43)

- ① NHK から国民を守る党
- ② 1回
- ③ 本大久保1丁目
- ④ 090 (7000) 3620



藤崎 統子
(62)

- ① 無所属
- ② 2回
- ③ 袖ヶ浦3丁目
- ④ 090 (8312) 7845



谷岡 隆
(52)

- ① 日本共産党
- ② 5回
- ③ 谷津3丁目
- ④ (453) 7565



関根 洋幸
(32)

- ① 無所属
- ② 2回
- ③ 谷津5丁目
- ④ (779) 4092



佐々木 秀一
(48)

- ① 無所属
- ② 3回
- ③ 屋敷3丁目
- ④ (474) 7784



小川 利枝子
(61)

- ① 公明党
- ② 5回
- ③ 谷津5丁目
- ④ (478) 3657



飯生 喜正
(60)

- ① 無所属
- ② 2回
- ③ 実籾2丁目
- ④ 090 (3210) 2207



鮎川 由美
(60)

- ① 無所属
- ② 2回
- ③ 秋津2丁目
- ④ (452) 0781



宮本 博之
(77)

- ① 無所属
- ② 8回
- ③ 香澄5丁目
- ④ (453) 2483



布施 孝一
(52)

- ① 公明党
- ② 3回
- ③ 泉町3丁目
- ④ (477) 7245



中央 重則
(66)

- ① 無所属
- ② 4回
- ③ 藤崎3丁目
- ④ (479) 3254



高橋 正明
(57)

- ① 無所属
- ② 1回
- ③ 東習志野6丁目
- ④ (472) 4520



佐野 正人
(51)

- ① 無所属
- ② 3回
- ③ 津田沼3丁目
- ④ 080 (5672) 7274



木村 孝
(54)

- ① 立憲民主党
- ② 4回
- ③ 奏の杜2丁目
- ④ (477) 5975



市角 雄幸
(50)

- ① 国民民主党
- ② 3回
- ③ 大久保3丁目
- ④ (472) 6888



荒木 和幸
(40)

- ① 無所属
- ② 3回
- ③ 大久保4丁目
- ④ (411) 5357

後期高齢者歯科口腔健康診査(歯科健診)が始まります

千葉県後期高齢者医療広域連合では、健康の保持増進と健康寿命を延ばすため、歯科健診を実施します。健康診査は、あなたの健康状態を知る「第一歩」です。自分の歯でも入れ歯でも「口の健康」をこの機会に確認しましょう。

- 対象** 昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生まれの千葉県後期高齢者医療被保険者の人(今年度中に76歳になる人)
- 期間** 6月3日(月)～12月27日(金)
- 費用** 無料(健診後の治療に要する費用は有料)
- ※対象者には、5月下旬に案内通知(黄緑色の受診票)と健診実施協力歯科医療機関一覧表を郵送します。4月1日以降に転入した人や生活保護が廃止となった人は、高齢者支援課にお問い合わせください。
- 受診方法** 千葉県歯科医師会会員の健診実施協力医療機関に、予約して受診してください。健診は、期間中に1人1回です。
- ※広域連合ホームページでは、千葉県全域の健診実施協力歯科医療機関が確認できます。
- 持ち物** 後期高齢者医療被保険者証、受診票
- 検査項目** 【口腔診査】・口腔機能の状況(舌の動き、飲み込む力など)
・歯と歯肉の状況(むし歯、歯肉の炎症、入れ歯、かみ合わせなど)
【口腔衛生指導】・むし歯、歯周疾患の予防法など



千葉県後期高齢者医療広域連合給付管理課 ☎043(216)5013
案内通知(受診票)に関する問い合わせは、高齢者支援課まで

千葉県広域連合 歯科 検索

国民健康保険に加入の皆さんへ 令和元年度の保険料率などをお知らせします

国民健康保険は、病気やケガに備えて、加入者の皆さんが保険料を出し合い、医療費などを支える助け合いの制度です。今年度の国民健康保険の保険料率が決定しましたのでお知らせします。その他、保険料の賦課限度額、軽減判定所得の改正も行いましたのでご案内します。

保険料率は平成30年度から変更ありません

今年度の国民健康保険の保険料率は、医療費や加入者数の見込み等を基に算出したところ、平成30年度から変更せず下表の通りとなりました。

令和元年度国民健康保険料率		
区分	保険料率	
医療分	所得割	6.8%
	均等割	17,400円
	平等割	12,500円
支援金分	所得割	2.2%
	均等割	11,900円
介護分(40～64歳の人)	所得割	2.0%
	均等割	13,100円

国民健康保険料の賦課限度額が改正されました

国民健康保険料は、「医療分」「支援金分」「介護分」で構成され、保険料負担には一定の上限(賦課限度額)が設けられています。今回の改正では、「医療分」を3万円引き上げ61万円とするもので、「支援金分」「介護分」を含めた総額を96万円とします。

	改正後(令和元年度)	改正前(平成30年度)	差引
医療分	61万円	58万円	3万円引き上げ
支援金分	19万円	19万円	据え置き
介護分	16万円	16万円	据え置き
計	96万円	93万円	3万円引き上げ

国民健康保険料の軽減判定所得金額が改正されました

今年度から、低所得世帯を対象とした5割、2割軽減判定所得の基準額が拡大されました。世帯全員の所得の申告(確定申告、住民税申告、国民健康保険の所得申告のうち、いずれか)が済んでいて、下表の基準額以下の世帯は、保険料のうち、均等割額と平等割額が軽減されます。なお、国保資格のない世帯主(擬制世帯主)の所得も計算に含めます。

	改正後(令和元年度)	改正前(平成30年度)
7割軽減	33万円	33万円
5割軽減	33万円 + (28万円 × 被保険者数*)	33万円 + (27万5千円 × 被保険者数*)
2割軽減	33万円 + (51万円 × 被保険者数*)	33万円 + (50万円 × 被保険者数*)

*被保険者数には、後期高齢者医療制度加入者(後期高齢者医療制度加入時に国民健康保険に加入していた人で継続して同一世帯にいる人)を含めます。

社会保険等の被扶養者に対する保険料の減免期間が変わりました

社会保険等加入者(国民健康保険組合は除く)が後期高齢者医療制度に移行し、その被扶養者(65歳～74歳)が国民健康保険に加入する場合、申請により保険料が減免となりますが、今年度から、保険料のうち均等割額と平等割額の減免期間は2年間となります。また、平成30年度末までに減免が適用されていた世帯についても、資格取得日の属する月から2年を経過している場合は減免となりません。なお、所得割額は引き続き減免となります。

県民の日6月15日(土) 施設の無料開放

施設	利用時間	問い合わせ
中央公園パークゴルフ場 [本大久保3-8-19]	午前8時30分～午後5時 1人2ラウンド(9ホール2周)とします。 ※最終スタートは午後4時	☎(473) 8952
第一カッター球場(秋津野球場) [秋津3-7-2]★	午前9時～午後3時 ※1団体1コマ(3時間)	☎(451) 5661
第一カッターフィールド研修室(秋津サッカー場研修室) [秋津3-7-3]★	午前9時～午後5時 ※1団体2コマ(2時間)	☎(451) 5661
袖ヶ浦テニスコート [袖ヶ浦5-1-1]★	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間)	☎(452) 4380
袖ヶ浦体育館 [袖ヶ浦5-1-1]★	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間) ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	☎(452) 4380 ☎(452) 6155
秋津テニスコート [秋津5-20-2]★	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間)	☎(477) 9219
実籾テニスコート [実籾6-29-1]★	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間)	☎(451) 0280
芝園テニスコート・フットサル場 [芝園1-3-2]★	午前9時～午後5時 ※1団体1コマ(2時間) ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	☎(493) 7900
東部体育館アリーナ・講習室 [東習志野3-4-5]★	午前9時～午後5時 1人2時間まで ※初回者講習を受講していただいた人のみ対象 ※午後5時以降は通常営業(無料対象外)	☎(493) 7900
東部体育館 トレーニングルーム [東習志野3-4-5]	午前9時～午後9時(最終入場:午後8時30分) ※無料体験教室、事前予約などの詳細は、お問い合わせください。 ※駐車場は有料	☎(451) 1555
県国際総合水泳場 [茜浜2-3-3]	午前8時～午後6時	☎(453) 3772

熱中症は予防が大切です

熱中症は、正しい知識で防ぐことができます

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことをいいます。屋外だけでなく室内でも何もしないときでも発症し、場合によっては死亡することもあります。正しい知識を身に付け、体調の変化に気を付けましょう。また、周囲にも、熱中症予防を呼び掛けましょう。



高齢者や子どもは、特に注意が必要です

●熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です
高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や暑さに対する体の調節機能が低下しているので注意が必要です。
子どもは体温の調節能力がまだ十分に発達していないので、周りの大人が気を配る必要があります。

熱中症を予防するためには

- 室内では… 扇風機やエアコンで温度を調節、室温を小まめに確認
- 外出時には… 日傘や帽子の着用、涼しい服装、日陰の利用、小まめな休憩
- 室内・外出時でも… のどの渇きを感じなくても、小まめに水分・塩分を補給

熱中症の応急処置

涼しい場所へ避難させる
↓
衣服を緩め、身体を冷やす
↓
水分・塩分を補給する

※水を自分で飲めない、症状が改善しない、意識がない場合は、直ちに救急車を呼びましょう。



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・料金 持ち物 申し込み 問い合わせ

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・料金 持ち物 申し込み 問い合わせ

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

図書館ボランティア募集

書架整理=東習志野・新習志野・藤崎・谷津

おはなし会=新習志野

環境整備・美化活動=東習志野(活動は1人2分野まで)

活動時間=週1回2時間程度

市内在住の中学生以上(中学生は保護者の同意が必要)

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

※おはなし会ボランティアの受付は5月18日(出)~31日(金)

経済センサス基礎調査にご協力を

産業分野における事業所の活動状態などの基本的構造を全国および地域別に明らかにすることを目的に6月~令和2年3月にかけて、調査員が伺いますのでご協力をお願いします。

市内すべての事業所

総務課

インターネット公売の実施

市税などの滞納により差し押

さえた財産のインターネット公売を実施します。

申込期間=5月24日(金)午後1時~6月11日(火)午後11時

入札期間=6月17日(月)午後1時~24日(月)午後1時

※詳細は市ホームページ参照

債権管理課

特定計量器定期検査

商店・事業所などで取引や証明用に使用している計量器の定期検査を実施

日所 6月21日(金)東習志野コミュニティセンター、6月24日(月)~27日(木)市役所1階、6月28日(金)谷津公民館各日午前10時30分~正午、午後1時~3時

消費生活センター ☎(489)5230

消費生活センター

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

☎(489)5230

のある人は断る場合あり

社会福祉課

料理教室「定番料理を作ろう~洋食編~」

マルゲリータ 他2品(メニューは変更の場合あり)

日 6月6日(木)午前9時45分~2時45分 所 東京ガスキッチンランド千葉(千葉市)※企業局集合、バス送迎 対 ガス・水道供給エリア在住の18歳以上

定 24人(申し込み多数の場合抽選) 持 エプロン・ハンドタオル・筆記用具

申 5月23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 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

☎(475)3305 宛(493)8989

各種救命講習

所 消防庁舎 対 市内在住・在勤・在学 定 各25人(9日は普通・上級合わせて25人) 持 筆記用具

(e-ラーニング実技講習受講者は受講証明書)

申 各開催日の1週間前までに消防本部警防課へ

☎(452)1283

〈普通救命講習(成人)〉 成人の心肺蘇生法、AED等

日 6月9日(日)・19日(水)午前9時~正午、29日(土)午後1時30分~4時30分

〈上級救命講習〉 成人・小児・乳児の心肺蘇生法、AED等

日 6月9日(日)午前9時~5時

〈e-ラーニング実技講習・再講習〉 成人の心肺蘇生法、AED等

日 6月19日(水)午後1時30分~3時30分

市民プラザ大久保から

所 市民プラザ大久保

☎(470)8171

〈展示会と講演会〉

①展示会「秋山好古と習志野騎兵旅団物語」

②歴史書刊行記念講演会

日 ①5月25日(出)まで各日午前9時~午後9時 ②5月18日(土)午後1時30分~4時

〈プラザ大久保ティータイムコンサート〉

ピアノ・マリンバ名曲コンサート

日 5月26日(日)午後3時30分~5時

中学生100円、高校生以上500円(当日支払い)

楽市フリーマーケット

日 5月18日(土)・19日(日)各日午前10時~4時(雨天中止)

所 津田沼公園(モリア前広場) 対 市商店会連合会 ☎(455)1955

レッツ!エクササイズ

プロのインストラクターによる指導

日 6月1日・8日・15日各土曜日 午後1時30分~3時(全3回)

対 市内在住の60歳以上

ALL for CHIBA 習志野市デー 千葉ロッテマリーンズ応援感謝企画

1軍公式戦に市民を特別ご招待・ご優待! 千葉ロッテの選手が「習志野市」ロゴ入りのユニフォームを着用します!

今年も習高吹奏楽部がマリーンズ応援団とコラボし、スタンドで応援します!

日時 6月14日(金) 午後6時~ vs 中日ドラゴンズ
会場 ZOZO マリンスタジアム(千葉市)
対象 市内在住・在勤・在学
定員 ①招待チケット(内野席): 700組1,400人(応募多数の場合、抽選)
②優待チケット(内野席): 1,000人(おとな:1,000円、4歳~中学生:500円) ※1人4枚まで(応募多数の場合、抽選)

申込期間 5月18日(土) 午前10時~26日(日) 午後10時
※抽選結果は、5月31日(金)にメールで通知

申込方法 ①②とも市民招待・優待特設サイトから申し込み
URL <http://www.cnplayguide.com/marines/narashino/>
※電話・FAXはがきでの応募不可

問 マリーンズインフォメーションセンター ☎03(5682)6341



定 25人 ¥500円
所 申 総合福祉センター内さくらの家 ☎(451)3566

大人と子どもと一緒に学べる着付けとマナー教室

日 6月22日(土)午前10時~正午(以降令和2年1月まで全8回開催)

日 6月8日(土)午後3時~5時(以降10月まで全10回開催) ※詳細は問い合わせ 所 サンロード津田沼5階 対 小学4~中学3年生 定 10人 ¥1回700円

申 5月31日(金)(消印有効)までに往復はがき(住所・氏名・年齢(学年)・学校名・電話番号・保護者氏名を記入)で

市伝文文化和装法親子教室 ☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

☎(475)1411

ごみゼロ運動 ~まちをきれいに!~

問 クリーンセンタークリーン推進課 ☎(453)5577

日時 5月26日(日) 午前8時~10時(雨天中止)
場所 各町会・自治会などが定めた区域

ごみゼロ運動は、道路・公園などの公共の場所に散乱した空き缶・空き瓶、たばこの吸い殻や紙くす等の一斉清掃を実施するとともに、ごみの減量化と環境意識を高めようとするものです。皆さんの参加をお願いします。

活動は、各町会や自治会などが定めた内容で実施してください。詳しくは、各町会・自治会長などにご確認ください。 ※当日は家庭から出たごみを集める日ではありません。家庭からのごみは定められた収集日に出してください。

※ごみゼロ運動は、放置自転車や剪定した枝などを回収するために行うものではありません。自転車などは放置または不法投棄された場所から、絶対に動かさないでください。

メイン会場 津田沼一丁目公園(津田沼北部地区) メイン会場では、午前9時からセレモニーを行います。他の地域の皆さんもぜひご参加ください。

習志野市議会 次回定例会 5月31日(金) 午前10時開会 議事事務局

日程などは、5月24日(金)に開かれる議会運営委員会で決定されます。詳しくは市ホームページでご確認ください。本会議はどなたでも傍聴でき、また議会議中継サイト(スマートフォン・タブレット端末にも対応)でも視聴できます。 請願・陳情は5月30日(木)午後5時15分までに提出されたものが取り扱われます。

改元便乗商法 「令和」が始まりました。改元に便乗した詐欺や皇室に関する商品の販売など悪徳商法には注意しましょう。

改元に伴い手を変え、品を変え、特に高齢者を狙った詐欺や悪徳商法が予想されます。家族や地域の人もおかしいなと思ったら消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター ☎(451)6999

消費生活 メモ 全国銀行協会というところから封書が届き、「元号の改元による銀行法の改正に伴い、全金融機関のキャッシュカードを不正操作防止用キャッシュカードへ変更する手続きが必要となります。同封の『キャッシュカード変更申込書』に取引銀行、口座番号、暗証番号を記入し、現在お使いのカードを郵送してください」と書かれていたが、返送しなければならぬか。

改元に伴い手を変え、品を変え、特に高齢者を狙った詐欺や悪徳商法が予想されます。家族や地域の人もおかしいなと思ったら消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター ☎(451)6999

凡例 日誌 場所・会場 対象者 定員(特に記載のないものは先着順) 費用・料金 持ち物 申し込み 問い合わせ

初めての将棋講座

日6月15日(土)午後1時30分～3時30分 対小学生 定16人 持筆記用具 所申あづまこども会館 ☎(477) 9077

キッズクッキング 元気な体づくり

日6月29日(土)午前9時30分～正午 所袖ヶ浦公民館 対小学3～6年生 定24人(市内在住・在学優先) 料500円(当日支払い) 持エプロン・三角巾・筆記用・上履き 申スポーツ振興協会 ☎(452) 4380

窓口受付＝午前9時30分～

電話受付＝午前10時～

子ども会キャンプを楽しむ!

キャンプファイア、富士登山など 日8月2日(金)～4日(日)(2泊3日) 所富士吉田青年の家(山梨県) 対小学4～6年生、大人手伝い 定30人(大人手伝いは除く) 料小学生14,000円、大人手伝い5,800円 申込方法＝参加費、印鑑を持参で大久保公民館へ(受付6月2日(日)午前10時～) 問市子ども会育成会連絡協議会事務局/渡辺 ☎(453) 3283

京成津田沼駅直結

ふるさとハローワークならしの

「ふるさとハローワークならしの」で、あなたの仕事探しをお手伝い♪全国の求人情報が検索できる他、専門相談員のサポートが受けられます。仕事探して悩んだら、ふるさとハローワークならしのへ!

場所 サンロード津田沼 4階(津田沼5-12-12) ☎(408) 0055

開庁時間 平日午前9時～午後5時(正午～午後1時は求人検索のみ) ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。 ※雇用保険や職業訓練の手続き、障がい者や新卒者、外国籍の人の職業相談・紹介はできませんので、ハローワーク船橋(☎047(431) 8287)にお問い合わせください。

県調理師試験

日10月12日(土) 所TKPガーデンシティ千葉(千葉市) 願書配布場所＝県習志野健康福祉センター 願書受付＝6月25日(火)～27日(木) 問県習志野健康福祉センター ☎(475) 5153

生涯学習セミナー 「心のスイッチを切りかえよう」

日5月18日(土)午前10時～4時(受付午前9時30分～) 所習志野商工会議所 定80人 料1,500円(昼食代含む) 申津田沼モロゾー事務所/澤田 ☎0476(46) 3540

卒サラを考える はずんだフォーラム

講演、ディスカッション 日5月26日(日)午後1時30分～4時10分(受付午後0時45分～) 所船橋市民文化創造館(きららホール) 対定年退職した人 定200人 問NPO法人船橋市時活村 ☎047(402) 2414(平日午前10時～4時)

精神障がい者の家族の集い

統合失調症の患者を身内に持つ家族の情報交換会 日5月24日(土)午後2時30分～4時 所県習志野健康福祉センター 問習志野八千代心の健康を守る会事務局 ☎(475) 5152

習志野のつどい

認知症の人を介護する家族の交流会 日5月29日(水)午後1時30分～3時30分 所大久保公民館 対認知症の人を介護する家族 問認知症の人と家族の会千葉県支部 ☎043(204) 8228(月・火・木曜日午後1時～4時)

ちばIBD潰瘍性大腸炎 & クローン病医療講演会

講演会、患者同士の交流会 日6月29日(土)午後1時～4時(受付午後0時15分～) 所千葉市生涯学習センター 定80人 料500円(同伴の家族は2人まで無料) 申6月15日(土)(必着)までにちばIBDホームページを参照の上、Eメールまたは往復はがき(住所・参加者全員の氏名・年

年齢・電話番号・Eメールアドレス・病名と発症年・交流会の出欠・講師への質問を記入)でT277-0005柏市柏967-8竹井京子へ ☎chiba_ibd@yahoo.co.jp

スポーツ

健康ボウリング教室

日5月28日(火)～毎週火曜日 ①午前10時～②午後2時～、6月7日(金)～毎週金曜日③正午～(各コース全6回) 定各コース20人 料各コース2,000円 所申ラウンドワン習志野店 ☎(408) 1901

千葉ロッテマリーンズ公式戦 特別観戦

埼玉西武ライオンズ戦 日6月2日(日)午後2時～ 所ZOZOマリンスタジアム(千葉市) 対市内在住・在勤・在学 定①招待チケット(内野席)＝100組200人②優待チケット(内野席)＝200人

※申し込み多数の場合抽選 料①無料②大人2,000円、4歳～中学生1,000円 ※②のみTシャツ付き 申込方法＝5月16日(木)午前10時～21日(火)午後10時に下記URLから申し込み URL http://www.cnplayguide.com/marines/narashino/ 問マリンスインフォメーションセンター ☎03(5682) 6341

春季市民卓球大会

①シングルス:一般・ジュニア(高校3年生以下)・50歳以上・60歳以上の各男女、70歳以上・初心者男女混成 ②ダブルス:男女、初心者男女混成 ※1人2種目出場可 日6月16日(日)午前9時～7時 所袖ヶ浦体育館 対市内在住・在勤・在学または連盟登録チーム員 定240人 料①500円(高校生以下300円)②1ペア1,000円(高校生以下600円) 申5月27日(月)(必着)までにはがき(住所・氏名・年齢・電話番号・出場種目・所属チーム名か

個人を記入)でT275-0014 所秋津・袖ヶ浦テニスコート 対市内在住・在勤・在学または市テニス連盟加盟クラブ員(ペアのどちらかでも可) 料1ペア4,000円 申5月23日(木)までに申込書に参加費を添えて次の事務局へ スポーツオンリテイ津田沼店 ☎(403) 2111 グッド・アイ大久保店 ☎(403) 2316

ミックスタブルス・テニス 市民大会

一般A・B、ペアの年齢合計100歳以上・120歳以上 日6月23日・30日各日曜日(予備日7月7日・14日・15日)

習志野市内の犯罪と交通事故の発生状況 平成31年3月末現在(暫定値) 犯罪(刑法犯) 交通事故

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

介護保険課

介護保険制度Q&A

Q住宅改修をする場合、介護保険のサービスが利用できるのですか。

A要介護または要支援の認定を受けている人が住所地の住宅を改修する場合、手すりの取り付け・段差の解消・床材の変更・扉の取り替え・便器の取り替えを行う場合は、介護保険のサービスの対象となります。 介護保険対象分の工事に掛かった金額のうち、1割負担の人は9割分(18万円が限度)、2割負担の人は8割分(16万円が限度)、3割負担の人は7割分(14万円が限度)を支給します。 サービスを利用するためには、必ず工事の着工前に申請が必要です。 介護保険を使って住宅改修をお考えの際は、その工事が介護保険の対象となるのか、また身体

に合った工事などを、まずは担当のケアマネジャーまたは、お近くの高齢者相談センターにご相談ください。

Q福祉用具を購入する場合、介護保険のサービスが利用できるのですか。

A要介護または要支援の認定を受けている人が、都道府県の指定を受けた事業者から購入した場合、腰掛便座・自動排せつ処理装置の交換部品・入浴補助用具・簡易浴槽・移動用リフトのつり具の部分が介護保険のサービスの対象となります。 対象となる福祉用具購入金額のうち、1割負担の人は9割分(1年間に9万円が限度)、2割負担の人は8割分(1年間に8万円が限度)、3割負担の人は7割分(1年間に7万円が限度)を支給します。 購入の際は、担当ケアマネジャーまたは福祉用具の指定事業者にご相談ください。

習志野文化ホール6月 主な催物 日 曜 催物名 開演時間 入場方法

マリンフェスタ2019 in FUNABASHI

体験型自衛隊イベント 日6月8日(土)・9日(日)各日午前9時～3時 所千葉港葛南東部地区京葉食品コンピナート南埠頭(船橋市) ※新習志野駅南口・イオンモール幕張新都心からシャトルバス運行予定 問自衛隊千葉地方協力本部渉外・広報室 ☎043(251) 7151

凡例
目日時
場所
対象者
定員(特に記載のないものは先着順)
費用・料金
持ち物
申し込み
問い合わせ

募集

市パークゴルフ協会会員

対市内在住 ¥年1,500円
申5月31日(金)(必着)までにはがきまたはFAX(住所・氏名・電話番号を記入)で〒275-0022香澄1-3-3-404市パークゴルフ協会 酒井栄子へ
☎・📧(453) 8498

楽市フリーマーケット出店者

日6月22日(土)・23日(日)午前10時～4時(雨天中止) 所津田沼公園(モリアア前広場) 定50区画(1区画2.5×2m) ¥2,000円(駐車場1日1台500円)
申5月24日(金)(必着)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市商店会連合会「楽市フリマ係」へ(要事前登録)
☎(455) 1955

市民農園利用者

所ひろせ市民農園(鷲沼4-14)
定3区画(1区画30㎡)
¥年12,000円
申はがき(住所・氏名(ふりがな)・年齢・職業・電話番号を記入)で〒275-0014鷲沼3-5-31廣瀬きみ子へ
☎(451) 8657

市シルバー人材センター 臨時職員

職種＝一般事務
採用予定＝7月1日(月)(6カ月間)
※更新の場合あり
業務内容＝請求書作成、就業報告の確認など
勤務日＝月～金曜日
勤務時間＝午前8時30分～5時
対パソコン操作ができる人、普通自動車免許所持者 定1人
申5月30日(木)(消印有効)までに履歴書(写真付き)を郵送または持参で〒275-0004屋敷4-6-6市シルバー人材センターへ(持参は平日午後5時まで)
☎(493) 8011

相談

「人権擁護委員の日」 全国一斉特設人権相談

日6月1日(土)午前10時～正午、午後1時～3時
所サンロード津田沼6階
問社会福祉課

県習志野健康福祉センターから

申県習志野健康福祉センター ☎(475) 5151

〈精神保健福祉相談〉

精神疾患や心の健康について精神科医が応相談

日所6月4日(火)八千代市障害者福祉センター、6月11日(火)県習志野健康福祉センター 各日午後2時～

〈思春期相談(療育相談)〉

発達面などの悩みを臨床心理士が応相談

日6月21日(金)午後1時30分～ 所鎌ヶ谷市総合福祉保健センター

その他

慰霊巡拝

旧主要戦域や遺骨帰還のできない海上において、戦没者を慰霊する巡拝計画を厚生労働省主催で実施(詳細は問い合わせ)
問県健康福祉指導課遺族等援護班 ☎043(223) 2337

県習志野健康福祉センターから

所問県習志野健康福祉センター ☎(475) 5153

〈小児慢性特定疾病医療受給者証更新申請手続き〉

期間＝6月12日(水)～7月22日(月)各日午前9時～正午(6月は月～金曜日、7月は月・水・木曜日に受け付け(祝日除く))

〈特定医療費(指定難病)受給者証更新手続き〉

①有効期間が令和元年9月30日までの人 ②有効期間が令和元年12月31日までの人 ※手続きは原則郵送 期間＝①7月1日(月)～31日(水) ②7月1日(月)～9月30日(月)

税証明申請時の本人確認にご協力ください

問 税制課

個人情報の保護をより一層図るため、税証明書を申請される際には、申請者が本人であることを確認できるものの提示をお願いします。本人確認には、下記「ア」～「ウ」のいずれかをご用意ください。
※代理人でも申請者本人確認は行います(委任状が必要)。※郵送の際は写しを同封してください(本人請求に限る)。

ア

運転免許証、パスポート、個人番号カード(写真付き)、住民基本台帳カード(写真付き)、在留カードまたは特別永住者証明書、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、運転経歴証明書(平成24年4月1日以降発行のもの)、公務員身分証明書(写真付き)、各種国家資格者免許証(宅地建物取引士証、無線従事者免許証、電気工事士免状など)

アを提示できない場合は次のもの2点(イ+ウ)または(イ+イ)持参。(ウ+ウ)は不可

イ

各種健康保険証、介護保険被保険者証、共済組合員証、国民年金手帳、後期高齢者医療保険者証、イに掲げる書類が更新中の場合に交付される仮証明書や引換証類

ウ

学生証(写真付き)、民間法人が発行した身分証明証(写真付き)、金融機関のキャッシュカードまたは預貯金通帳、司法書士などの補助者または事務員であることを証する書類(写真付き)



※住所や氏名に変更があった場合は、住民票などの変更内容を確認できる書類をご用意ください。また、有効期限のあるものは、有効期限内のものに限ります。

習志野市 広報課
〒275-8601 習志野市鷲沼2-1-1
☎ 047(451) 1151(代)
FAX 047(453) 9313
http://www.city.narashino.lg.jp/

市の人口
H31.4.1現在
※住民基本台帳に基づく
・総人口…173,362人 (172,483人)
・男…86,365人 (86,073人)
・女…86,997人 (86,410人)
・世帯数…79,764世帯 (78,529世帯)
※()内はH30.4.1時点

次号の予告
変更の場合あり
・平和事業
・環境月間

他