

「グリーンカーテン」で 省エネにご協力ください

「東日本大震災」により、現在も東北・関東地方では電力供給のバランスが、厳しい状況にあります。
今回の震災では、さまざまな支援が行われていますが、各家庭で行われる「節電」も、こうした状況では立派な支援につながります。
今回は家庭でできる夏の省エネ方法として「グリーンカーテン」をご紹介します。

東日本大震災により、東京・東北電力管内の供給力は大幅に減少し、今夏のピーク時には供給力不足の恐れもあります。
市民のみなさんには、これまでもさまざまな形で「節電」にご協力いただいています。今後一層の「節電」にご協力をお願いします。

3時ごろとされています。
そんな夏に向けて、家庭などのできる節電の一例として、アサカオやヘチマ、ゴーヤなどのつる性の植物をネットにからませ、窓や建物の壁面を覆い、夏の強い日差しをさえぎる「グリーンカーテン」があります。
「グリーンカーテン」は、日差しをさえぎり、室温を下げるだけでなく、葉っぱから水分が蒸発する際に周囲の熱を奪う「蒸散作用」も利用し、室温を下げる効果もあります。

このため、エアコンの使用時間を減らしたり、設定温度を高め、設定できたりと省エネに繋がります。
また、建物に熱を蓄積させないことによる「ヒートアイランド緩和」の効果が期待できます。
市では、今夏の電力需給バランスを考慮し、市庁舎をはじめ、各公共施設でグリーンカーテンを実施します。

グリーンカーテンで節電を

一年のうちで最も電気需要が高くなるのは夏の午後2時から

※最近では園芸店やホームセンターなどでご購入できます



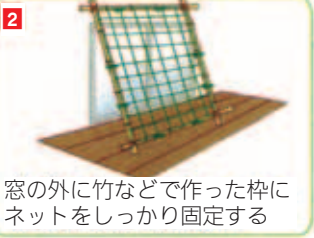
作る手順

1



プランターに肥料の入った野菜や花用の土を入れる

2



窓の外に竹などで作った枠にネットをしっかりと固定する

3



1のプランターにツルの苗を30cm間隔目安で植える

4



図のようにプランターを並べヒモでツルをネットに固定

5



作業が終わったらプランターにたっぷり水を与える

6



できあがり！



◀見た目も涼やかな緑のカーテン
(写真は一昨年、総合福祉センターで作られたもの)

ゴーヤの苗を配布します

ゴーヤは、比較的病害虫にも強く、日照と十分な水があれば、

※ヒートアイランド…都市部の気温が周辺の郊外部に比べ、異常な高温を示す現象。高温により自然環境だけでなく、住民の生活や健康にも影響を及ぼすため、問題となっている。

また、建物に熱を蓄積させないことによる「ヒートアイランド緩和」の効果が期待できます。
市では、今夏の電力需給バランスを考慮し、市庁舎をはじめ、各公共施設でグリーンカーテンを実施します。

ギーツに繋がります。

容易に栽培できます。

また、その実はビタミンCが豊富で、夏バテ防止のための健康野菜としても栽培されています。

このたびは、家庭でも比較的容易に取り組める節電方法として、市では、ゴーヤの苗を市民のみなさんに無料で配布します。

●配布期日…5月23日(月)～27日(金)・いずれも平日の午前10時～午後5時。

ただし、配布数には限りがありますので、無くなり次第終了となります。

●配布場所…市役所、各支所。

●配布個数…一人1パックまで(1パック4株)。

※本紙3～4ページ掲載の「印西市環境家計簿」も併せて、家庭での省エネにご活用ください。

●環境保全課環境保全班(☎内線 364・365)。

印西牧の原駅北口自転車駐車場を供用開始

東日本大震災の影響で供用開始を延期していた、印西牧の原駅北口の有料自転車駐車場の供用を、5月1日(日)から開始しました。

なお、新設自転車駐車場の供用開始に伴い、印西牧の原駅北口の無料自転車駐車場(都市再生機構管理)は閉鎖となりましたのでご注意ください。

【定期使用】

- 受付窓口…使用する自転車駐車場で申請。
 - 受付時間…平日の午前10時～午後3時。
 - 使用期間…申請日から翌年の3月31日まで。
 - 使用料の支払い…使用する自転車駐車場で申請書と納付書を受け取り、銀行などでお支払いください。申請書・領収書と引き換えに承認票(シール)と承認証(カード)を交付します。
- ※減免制度がありますので、下記までお問い合わせください(市役所のみで受け付けています)。

【一時使用】

- 券売機で一時使用のシールを購入し、自転車などに張り付け後、一時使用駐車スペースに停めてください。
 - ※ 定期使用および一時使用の料金については、下記までお問い合わせください。
 - ※ 自転車駐車場には、防犯対策として、24時間作動する防犯カメラを設置しています。
- 市民安全課市民安全班(☎内線 712)。

市民ふれあい懇談会 地区型懇談会を開催します



「市民ふれあい懇談会」は、市長が直接市民のみなさんと対話をし、みなさんの豊富な経験と知恵を活かした建設的な意見・提案などを市政に反映させ、市民参加の拡大を図りながら、「住みよいまち」をつくること为目标です。

この度開催する「地区型懇談会」は、市内各地区へ市長が自ら出向き、行う懇談会です。今回は8カ所において「平成23年度事業・予算」をテーマに下記の日程で行います。

ぜひ、お近くで開催される懇談会に参加ください。
●秘書広報課広報広聴班(☎内線 418・419)。

●日程および場所●

会 場	日程	時間
ふれあい文化館	5/21(土)	午後 2時～4時
本埜保健センター	5/22(日)	午前 10時～正午
ふれあいセンターいんば	5/28(土)	午後 2時～4時
本埜ファミリア館	5/29(日)	午後 2時～4時
中央公民館	6/4(土)	午前 10時～正午
小林コミュニティプラザ	6/11(土)	午後 2時～4時
中央駅前センター	6/12(日)	午前 10時～正午
平賀構造改善センター		午後 2時～4時

民生委員・児童委員

5月12日は民生委員・児童委員の日です。

民生委員・児童委員は地域社会の福祉増進を図るため、市内の各地区に配置されている地域で最も身近な相談・支援者です。市には、現在125人の民生委員が民生委員法に基づき配置されており、児童福祉法で児童委員を兼ねています。

また、民生委員・児童委員のうち主任児童委員に指名された14人の委員は、児童福祉を専門に活動しています。

◆民生委員・児童委員の活動

民生委員・児童委員活動の基
本には7つの働きがあります。
①社会調査のはたらき…生活の
実態や福祉需要の把握に努めま
す。

②相談のはたらき…生活上のさ
まざまな相談に応じます。

③情報提供のはたらき…介護や
福祉の制度・サービスの情報提

供をします。

④連絡通報のはたらき…関係機
関との間に立って連絡役を果た
します。

⑤調整のはたらき…必要なサ
ービスが受けられるよう調整・支
援します。

⑥生活支援のはたらき…快適な
生活ができるよう生活支援活動
をします。

⑦意見具申のはたらき…生活上
の問題点や改善策について関係
機関に意見を提起します。

日々の生活で困っていること、
心配なこと、誰かに相談したい
とき、あるいは、各種の福祉制
度を利用したいと考えていると
きなど、地域の民生委員・児童
委員におたずねください。

※各地区の民生委員・児童委員
については左記へお問い合わせ
ください。

☎社会福祉課厚生班（☎内線2
55・256）。

民生委員・児童委員に2人を委嘱

4月1日付けで、民生委員・児
童委員に次の2人が委嘱されまし
た（敬称略）。

●木下・小林地区：田村次郎（小
林浅間担当）。

●ニュータウン中央北地区：大山
多喜子（木刈2丁目の一部担当）

民生委員・児童委員は地域社会
の福祉増進を図るため、市内の各
地区に配置されており、地域で最
も身近な相談・支援者です。

お気軽におたずねください。

☎社会福祉課厚生班（☎内線25
5）。



▲田村次郎氏



▲大山多喜子氏

5月1日～7日は「憲法週間」です

裁判所では、5月3
日の憲法記念日を中心
とした5月1日から7
日までを「憲法週間」
と定めています。

これは、憲法の精神
や国民生活における裁
判所の役割を国民のみ
なさんに理解してい
ただくことを目的とする
ものです。

さて、国民のみな
さんに刑事裁判に参加
していただく「裁判員制
度」が始まってから今
年で3年目を迎えます
が、裁判員裁判の報道
などを通じて、裁判に
ついて考えていただく
ことが多くなったので
はないでしょうか。

裁判所は、国民のみ
なさんにとって裁判が
より利用しやすく分か
りやすいものとなるよ
うに、日ごろから幅広

い広報活動を行っています。裁
判例情報、司法統計、見学・傍
聴案内をはじめとする各種情報
については、裁判所ウェブサイ
ト（<http://www.courts.go.jp/>）で、裁判員制度の詳し
い情報については、裁判員制度
ウェブサイト（<http://www.sabain.courts.go.jp/>）
で、それぞれ紹介していますの
で、ぜひ、アクセスしてみてく
ださい。

また、各地の裁判所では、例
年この時期に、法廷など見学ツ
アーや各種説明会などの催しを
積極的に行っています。興味のある人は、最寄りの裁判所の総
務課にお問い合わせいただくか、
裁判所のウェブサイトをご確認
ください。

各種行事への参加をきっかけ
として、裁判所をより身近に感
じ、裁判所や裁判について理解
を深めていただければ幸いです。
【憲法週間記念行事を開催】
千葉地方裁判所および千葉家

庭裁判所では、憲法週間広報行
事として、次の行事を実施しま
す。

みなさん奮って参加くださ
い。

◆「来て、見て、話そう千葉家
裁」…離婚が子どもに与える影
響

時5月25日（水）午後1時30分～

☎事前に左記へ。

☎千葉家庭裁判所総務課庶務係
（☎043-222-016

5・内線6120）。

◆裁判員裁判法廷見学ツアー
（法廷内見学、説明会、質問
コーナー）

時5月27日（金）午前10時～（午
前の部）、午後1時30分～（午後
の部）。

☎事前に左記へ。

☎千葉地方裁判所総務課警備係
（☎043-222-016

5・内線5114）。

※詳しくは、裁判所ウェブサイ
ト（<http://www.courts.go.jp/chiba>）を
ご覧ください。

さまざまな分野での活躍に表彰

印西市教育委員会
児童・生徒表彰

この表彰は、スポーツの大会
および各種コンクールにおいて
優秀な成績を収め、功績のあつ
た児童および生徒を表彰するも
のです。

スポーツ大会において優秀な
成績を収めた児童に対し、教育
委員会から表彰をしました（敬称
略）。

●川尻伎恵（平賀小5年）：第11
回キッズクロスラム大会関東小
学生陸上クラブ交流大会・女子5
年ソフトボール投げ第1位

大野勇氏（松崎）が
地方体育振興功労者を
受章

大野勇氏が、去る3月16日の
平成22年度千葉県体育功労者等
顕彰式で、地方体育振興功労者
として表彰されました。



▲大野勇氏

大野氏は、昭和42年印西町体
育協会理事に就任し、現在は印
西市体育協会会長および印旛郡
市体育協会副会長として、また、
公認国際審判員として、世界卓
球選手権大会をはじめ、各種大
会にも参画されるなど、長年に
わたり生涯スポーツおよび卓球
競技の振興発展に貢献されてい
ます。

地方体育振興功労者表彰は、
地域においてスポーツの健全な
普及発展に貢献し、顕著な功績
を収めた人に贈られるものです。
☎スポーツ振興課振興班（松山下
公園総合体育館内・☎42841
7）。

みんなでつくろう 交通安全県ちば

春の全国交通安全運動

5/11（水）～5/20（金）

交通事故死ゼロを目指す日

5/20（金）

新学期がはじまり、新入学児童が街を歩き始めます。

子どもたちの交通安全を確保するのは、大人の責任です。一
人ひとりが交通ルールの順守と正しい交通マナーを実践しま
しょう。

【運動の重点目標】

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②自転車の安全利用の推進
- ③すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい
着用の徹底
- ④飲酒運転の根絶

☎市民安全課市民安全班（☎内線712）。

シリーズ・心の道標④

外傷後ストレス障害(PTSD)とは(その2)

☎社会福祉課障害福祉班（☎内線268）

「外傷後ストレス障害（PTSD）」とは、地震などの大規模な災害
や、事件や事故時、DV（ドメスティックバイオレンス）に遭った
経験がトラウマ（心的外傷）となり、それが原因で、再体験症状
（フラッシュバック）などつらい症状が現れる事をいいます。

ただし、体験から4週間以内に発症したものは「急性ストレス障
害」と言われ、「心的外傷後ストレス障害（PTSD）」は、直接の危
険が去ったにもかかわらず、再体験症状（フラッシュバック）や回
避（それを思い出させるような場所や人、会話などを避けるように
なる）、睡眠障害などの症状が1カ月以上繰り返され、強い苦痛を
伴い、日常生活に支障がある場合に診断されます。

【ストレス対策としてこんな点に注意】

- ①食事や睡眠など日常生活リズムをなるべくくずさないようにしま
しょう。
- ②お酒は避難中に摂取することはやめましょう。家族や周囲の人た
ちに影響を与え、家庭内・集団生活上トラブルが発生する可能性が
あります。
- ③イライラが強まった時は、深呼吸してリラックスするようにしま
しょう。
- ④人と人とのつながりを大事にしましょう。家族・ご近所同士で、声を掛
け合しましょう。
- ⑤信頼できる人に話を聞いてもらうことは、心を軽くするのに役立ちます。
ただし、無理に話す必要はありません。

～災害時の「こころのケア」の手引（東京都福祉局）より抜粋～

市では、社会福祉課障害福祉班にて、保健師・精神保健福祉
士が相談に応じます。

広報いんざい市長室

山崎山洋



去る 3 月 11 日に発生した、東日本大震災から早くも 1 カ月が過ぎましたが、東北地方沿岸部を中心にまだ 15 万人にもおよぶみなさんが厳しい避難所生活を余儀なくされています。

さらに福島第一原子力発電所の事故は、広範囲におよぶ地域住民に避難生活を強い、農畜産物や海産物などは風評被害を受けています。

市内では、液状化による家屋の全壊をはじめ、建物の一部損壊・屋根瓦や外壁の落下、ブロック塀の崩壊など多数の被害がありました。被災された方々には心からお見舞いを申し上げます。住宅が全壊した世帯や大規模半壊した世帯などには、被災者生活再建支援法に基づき支援金が支給されますので、市役所の社会福祉課にご相談ください。また、市では、3 月の市議会で 2 億円余りの災害復旧費の増額補正を行い、道路や公共施設の早急な復旧を図ります。

このたびの大震災は、甚大な被害や影響を及ぼし、心痛む毎日が続いていますが、その反面、多くの温かい支援の心が全国に広がり、復興へ向けて動き出しています。当市でも、多くみなさんから義援金や救援物資のご提供をいただきました。また、総合福祉センターでは、福島県からの避難者に対して、ボランティアのみなさんが毎日炊き出しなどの支援を行っています。先日 4 月 9 日には、ロシアの歌姫エカテリーナさんによる日露友好震災支援コンサートが行われ、その澄んだすばらしい歌声は、避難者の方々をはじめ多くの聴衆に力を与えてくださいました。支援にご協力いただいたみなさんに、お礼を申し上げる次第です。

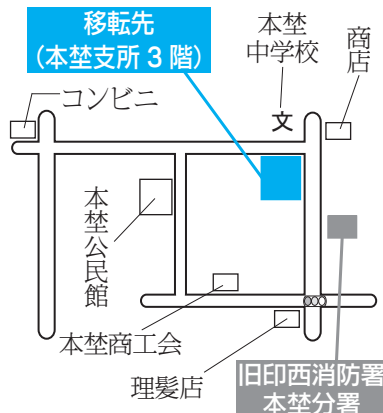
いまだ大きな余震が続き予断を許さない状況ですが、被災地の日も早い復興へ向けて、節電に努め、風評に惑わされず、一人ひとり冷静な行動をお願いします。

印西消防署
本埜分署が移転しました

印西消防署本埜分署（印西市笠神 428）は庁舎の老朽化、耐震性不足のところ、この度の震災により被害が発生しました。

このため、4 月 14 日(木)から、印西市本埜支所（印西市笠神 2587）3 階へ移転しました。

図印西消防署本埜分署（☎☎ 0119）。



JICA シニア海外ボランティア

村上信直氏（高花）が
モンゴルへ派遣

開発途上国の発展の支援を主な目的とする「JICA ボランティア」。

村上氏は、そのシニア海外ボランティアとして、今年 3 月から 2 年間、海外へ派遣され、活動を行います。

「定年後は社会貢献をしたいと思い、国外に目を向けた」と語る村上氏。建築材料の開発に携わっていたその手腕を生かし、



▲出発前に来庁し、山崎山洋市長（左）と現地の活動について語り合う村上氏



派遣先のモンゴルでは、建設資材の研究所で、現地研究員のサポートを行う予定です。

村上氏は「自分が身につけた技術の集大成を伝えていきたい」と意気込みを語りました。

市内に滞在する
避難者情報提供のお願い

市では、東日本大震災の避難者を支援するため、市内に滞在する避難者の状況を把握し、情報提供などにより必要な支援をしています。市から情報提供を受けていない避難者のみなさんは、左記までご連絡ください。

市では、鳥獣による農作物などの被害を迅速に、また、地域の実情に即し適切に防止するため、印西市鳥獣被害防止計画を策定。有害鳥獣被害防止対策協議会を 3 月 22 日に設立しました。

有害鳥獣被害防止対策協議会が設立されました

有害鳥獣の目撃情報、農作物の被害情報などについては、左記までご連絡ください。

有害鳥獣被害防止対策協議会事務局（農政課内・☎内線 371・372）。

環境家計簿をつけて、環境にも、家計にもやさしい生活を

※裏面が平成 23 年度の環境家計簿になっています。切り取ってご利用ください

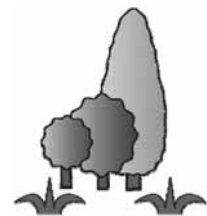


わたしたちは、さまざまなエネルギーを使って便利で豊かに暮らす一方で、地球温暖化の一番の原因となっている CO₂（二酸化炭素）を大量に排出しています。環境省の報告によると、平成 18 年度の家庭から排出されている CO₂ 排出量は、12 億 7,400 万 t の約 14% に及び、1 世帯（平均 2.5 人）あたりでは約 5,200kg 排出しています。

印西市においては、平成 22 年度印西市環境家計簿に参加した 1 世帯

（平均 2.8 人）当たりの平均 CO₂ 排出量は 4,492kg となっています。

この環境家計簿は、それぞれの家庭で、どのくらい CO₂ を排出しているのかチェックすることができます。日ごろの生活を見直し、環境にやさしい行動を実践することで、CO₂ の排出を減らしていきましょう。



環境家計簿（我が家のエネルギーと CO₂ 排出量）の記入方法

環境家計簿（我が家のエネルギーと CO₂ 排出量）は、各月のエネルギーなど使用量を記入することで、CO₂ 排出量が算出できるようになっています。

＊使用量に排出係数を掛け算して、CO₂ 排出量欄に記入してください。この合計があなたのご家庭から排出されている二酸化炭素の量です。

＊排出係数は、電気 0.384、都市ガス 2.23、プロパ

ンガス 6.6、水道 0.36、ガソリン 2.32、軽油 2.58、灯油 2.49 です。

（注）電気、軽油は「地球温暖化対策の推進に関する法律施行令第 3 条（平成 20 年 6 月 13 日一部改正）」より、そのほかのエネルギーは「Ecocho2 実践編エネルギーチェック（環境省発行）」の排出係数を使用しています。

電気使用量のお知らせ		この数字が電気の使用量です	
ご使用場所	ご使用期間	年 月 日	月 日
ご使用量	131kWh	請求予定金額	2,991円
基本料金	780円	電力量料金	1,870円
上記料金	227円	燃料費調整額	22円
口座振替引額	50円	消費税率相当額	142円

年 月 日		この数字が都市ガスの使用量です	
ご使用期間	月 日	今月使用量	70.09
今月使用量	70.09	請求予定金額	3,555円
基本料金	1,040円	ガス料金	2,346円
基本料金	169円	請求予定金額	3,555円

水道料金領収書（口座振替使用）		この数字が水道の使用量です	
平水 年 月 日	年 月 日	使用量	23
領収金額	3,530円	請求予定金額	168円

平成 22 年度分の環境家計簿を回収

市では、昨年に広報でお配りした「環境家計簿」の回収を 5 月 1 日(日)～5 月 31 日(火)の 1 カ月間、下記窓口、各支所・出張所・公民館に設置する回収ボックスで行います。また、FAX・Eメールでの送信もできますので、ご協力をお願いします。回収にご協力いただいた家庭には、後日エコ診断表およびエコバックをお送りします。

図環境保全課環境保全班（☎内線 364・FAX☎ 5339・Eメール kankyouka@ml.city.inzai.chiba.jp）。

環境家計簿の使用方法について

毎月記入しましょう。
1 年間記入し終えたら、市役所に提出しましょう。

提出した人に、「エコ診断表」と「エコバック」を差し上げます。

環境家計簿の参加者は、年々増えています。

パート I

美しい街をつくるために
歩行喫煙、ポイ捨てはやめましょう

市では、歩行喫煙やポイ捨てによるごみの散乱などを防止するため、「印西市歩行喫煙、ポイ捨て等防止条例」を施行しています。条例の主な禁止事項は、次のとおりです。

歩行喫煙・ポイ捨て等防止
条例指導員を募集

美しい街をつくるため、市民一人ひとりがモラルの向上をはかり、マナーとして定着するようご協力をお願いします。

(2)ごみ等のポイ捨て
(3)犬等のフンの放置

特に、千葉ニュータウン中央駅周辺を重点区域に定め、指定場所以外での喫煙やポイ捨ての違反者に対しては命令に従わない場合、2,000円の過料を徴収します。

歩きタバコの禁止やポイ捨て
犬のふん害防止などの啓発・指
導を強化するため、市では指導
員を募集します。

❶ 歩きタバコ禁止などの啓発、
違反者への指導および過料徴収、
ポイ捨てごみの清掃。

❷ 社会的信望があり、指導技術

を身につけている警察職員OB
警備員経験者、またはそれに準
ずる経験を持つ人で、環境美
化・マナー向上に意欲のある人
定2人。

他◆勤務開始日：7月1日(金)か
ら。◆勤務時間：1日8時間、
週2～4日。◆報酬(日給)：
12,000円。◆選考方法：
面接(日程は後日連絡します)。
■所定の申込用紙(市役所ク
リーン推進課窓口に用意)に記
載し、5月2日(月)から23日(月)
(受付時間は午前8時30分～午
後5時15分。土・日、祝日は除
く)までに、クリーン推進課ま
で本人が持参してください。

■クリーン推進課不法投棄対策
班(云内線386)。

スズメバチの巣の駆除に補助金

環境

スズメバチは強烈な毒を持ち、他者への攻撃性も高い危険なハチです。市ではスズメバチの巣の駆除をする人に対して駆除費の一部を補助します。

スズメバチの巣を見つけた人は左記までご連絡ください。
※スズメバチ以外のハチの巣の駆除については、補助金は出ません。また、スズメバチ以外のハチの巣の駆除などに関して防護服の貸し出しもしています。

●補助金額など：駆除費の2分の1（上限50,000円）。

環境保全課環境指導班（管内線361・362）、各支所の地域づくり課。

助成金

対印旛沼の環境保全のための活動をしている団体など。◆対象期間：4月1日～平成24年3月31日の一年間。◆助成金額：1団体20万円（小学校、中学校および高等学校については10万円）。ただし、助成対象事業費の3分の2以内かつ当基金の予算の範囲内。

印 6月10日(金)（当日消印有効）

までに、申請書類（当基金のホームページまたは窓口にて配布）に必要事項を記入のうえ、直接左記へ持参か郵送。

〒853-3104 佐倉市宮小路町1番地
TEL 043-485-0397
http://www.i-ku
iki.com/imbanuma.htm

※切り取ってご利用ください

印西市環境家計簿（我が家のエネルギーとCO₂排出量） 2011年4月～2012年3月

表面の記入方法を参考にして、電気・ガス・水道・ガソリン・灯油などについて、1 か月分をメーターもしくは請求書などで調べて記入し、1 か月間にどれだけ CO₂（二酸化炭素）を排出したのが調べてみましょう。

住所： 印西市
氏名：

世帯人数：

[illegible]

環境家計簿を記入した人は、平成24年5月1日から5月末までに、市役所が最寄りの公民館などに設置している回収BOXに投函、もしくはFAX、Eメールで送信してください。後日、エコ診断（集計結果）とエコバックを送ります。なお、個別の結果については一般に公表しません。

問 印西市環境經濟部環境保全課 (FAX: 0476-42-5339・Eメール: kankyoka@ml.city.inzai.chiba.jp)。

講座・催し

中央駅前センター

☎ 5111

※駐車場が狭いため
車での来場はご遠慮ください。

季節の料理講座

夏野菜などを使った低カロリーで健康な料理をつくりましょう。

☎ 6月29日(水)・午前10時～午後1時。

◎成人。
定24人。

☎ 700円。

☎ エプロン、三角きん。

☎ 5月6日(金)・午前9時から電話または窓口で。

☎ 中央駅前センター。

地域デビューのおためし講座

「定年を期に、地域でサークルなどの活動をしたい」「いろんな人たちと交流を深めたい」と考えているみなさんのために、仲間づくりや地域活動参加のきっかけづくりを応援する講座です。

☎ 6月16日(木)、21日(火)、24日(金)、28日(火)、7月5日(火)・原則午後1時～5時(全5回)。

◎歴史散策、太極拳、水墨画などを体験し、活動施設などの見学を行います。

◎定年間近、または定年になった人、これから地域活動を始める人や公民館を利用される人。

定20人。

☎ 保険代、材料費などの実費。

☎ 5月14日(土)までに、電話または左記窓口まで(先着順)。

☎ 中央駅前センター。

初心者向けパソコン講座
「パソコンに触れてみませんか！」

パソコンに触ったことのない人に慣れ親しんでもらうための講座です。

※初めて受講する人を優先。

☎ 6月1日(水)～29日(水)の毎週水曜日・午前9時30分～12時30分(全5回)。

☎ 中央駅前センター(中央南)。

☎ 全回参加できる市内在住・在勤のパソコン初心者。

定20人。

☎ 300円。

☎ 5月6日(金)～14日(土)・午前9時～午後5時に、あて先に自分

の郵便番号、住所、氏名を記入したはがき(裏面は白紙)を窓口まで持参(定員を超えた場合は抽選)。

☎ 中央駅前センター。

ふれあい文化館

☎ 3800

ふれぶん「気功!」

気功で体を動かし心身ともにリフレッシュしてみませんか。

☎ 6月1日(水)・午前10時～正午。

☎ おおむね55歳以上の人。

定15人。

☎ 無料。

☎ 運動しやすい服装で。上履き(シューズ)、水分補給の飲み物。

☎ 5月10日(火)・午後1時から、電話または左記窓口まで(先着順)。

☎ ふれあい文化館。

印旛公民館

☎ 980427

印旛公民館教室

「親子であそぼう」

幼児にとって、遊びは重要な学習です。親子でのリズム遊びや工作などを通して、心と体をはぐくみましょう。

☎ 6月～12月の指定する水曜日・いずれも午前10時～11時30分(全8回)。

☎ ▼平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれの幼児と保護者(ぞう組) ▼平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの幼児と保護者(うさぎ組)。以上に該当し、年間を通して参加が可能な人。

☎ 材料費・保険料の自己負担あり。

みんなの「ごみゼロ運動」

5月29日(日)の「ごみゼロ運動」に協力を

市では関東甲信越静1都10県で一斉に行われる「ごみゼロ運動」に昭和57年から参加。毎年市民のみなさんに地域環境の美化に貢献していただいています。

今年度も5月29日(日)に、市内全域で一斉に「ごみゼロ運動」を展開します。散乱ごみのないきれいな街を作るため、クリーン印西推進運動と合せて、なお一層のご協力をお願いします。

【散乱ごみはみんなの意識で減らせます】

☎ 5月13日(金)・午後5時(必着)までに、①対象となる組②対象児氏名(ふりがな) ③生年月日④性別⑤保護者名(主に参加する人) ⑥住所⑦電話番号⑧同伴予定の兄・姉・弟・妹の有無⑨同伴予定有の場合はその名前を往復はがきに記入し、左記まで郵送または持参(応募多数の場合は5月14日(土)・午後1時30分から公開抽選・参加自由)。

※抽選結果は、返信用のはがきで申込者全員に通知。

※はがき1枚で、1組のみ記入してください。

☎ 印旛公民館(〒270-1614 印西市瀬戸1518)。

☎ 高花老人福祉センター(保健福祉センター内)。

☎ 2112

いきいき倶楽部カルチャー編

春コース

☎ 5月26日(木)・開講式および健康講座、6月10日(金)・校外学習、7月7日(木)・教養講座。

☎ 市内在住の60歳以上の人。

定20人。

住まいの周辺の道端で、空き缶やペットボトル、タバコの吸い殻などが散乱していることがあります。これらは、道を歩いていて捨てられたり、車の窓から捨てられたりしたものです。こうした散乱ごみを減らすため、一人ひとりが「自分のごみは自分の手で」という意識を常にもち、決められた場所以外にごみを捨てないことが大切です。

☎ クリーン推進課不法投棄対策班(☎内線386)。

文化ホール貸館予約受け付け再開

3月11日に発生した地震の影響によりホールの予約受け付けを中止していましたが、来年度以降の予約受け付けを再開します(ただし、本年度未までの新規受け付けはできません)。

◎受付対象期間：平成24年4月1日～6月末日。

◎受付日：6月1日(水)。

☎ 文化ホール(☎ 8811)。

文化ホール情報

※ホール集中受け付けを行います。午前9時～10時の間に文化ホール窓口カウンターに置いてあります受付番号札をお持ちになつてください。10時になりましたら受付番号札をお持ちの人を対象に抽選会を行います。※6月2日(木)以降は通常通りの予約受け付けとなります。

します)。

☎ 環境保全課環境保全班(〒270-1396 印西市大森2364-2・☎内線364・FAX 5339・E-mail: kankyouka@ml.city.inzai.chiba.jp)。

里山散策会

「心のふる里を訪ねて」

北総線の北側に広がる里山を歩き野鳥や野草、昆虫を探します。午後は光堂(国重要文化財)と木造延命地藏菩薩坐像(県指定文化財)を蔵する泉倉寺を訪れます。

☎ 5月17日(火)・午前9時30分～午後3時30分(雨天中止)。

◆ 集合場所：北総線千葉ニュータウン中央駅。

☎ こともから大人までごなため。

定30人(要申し込み)。

☎ 100円(保険料・資料代)。

☎ 飲み物、弁当。あれば、双眼鏡・ルーペ。

☎ 電話で左記へ。

☎ 印西ウエットランドガイド・阿部(☎/FAX 471455)。

印西市合併記念
俳句講演会

☎ 5月28日(土)・午後1時～(開場0時30分)。

☎ イオンホール(イオンモール千葉ニュータウン3階)。

☎ 能村登四郎の俳句と人生を通して、俳句の魅力について語ります。初心者大歓迎。

◆ 講師…能村研三氏(俳誌「沖」主宰、朝日新聞千葉県版俳句欄選者)。

☎ 無料。

☎ 鳥塚(☎ 7224)。

凡例

時日時

場会場

内内容

対対象

定定員

費参加費

申申し込み

問問い合わせ

HPホームページ

Eメールアドレス

他そのほか

携携帯電話

◎平成 23 年度生涯学習まちづくり出前講座一覧◎

	講座名など	担当課
1	市役所の組織について	行政管理課
2	市の行政改革について	
3	印西市の財政状況	
4	市の総合計画を学ぼう	
5	気になりませんか？あなたの土地や家にかかる税金	資産税課
6	身近な住民税の話	市民税課
7	人の一生と諸届出（戸籍について）	市民課
8	男女共同参画について学ぼう	市民活動推進課
9	賢い消費者になりましょう	経済政策課
10	ごみの分別が大事	クリーン推進課
11	ごみの処理施設見学会	クリーン推進課
12	印西市の都市計画について	都市計画課
13	下水道のはなし	下水道課
14	メタボ予防・基礎編 あなたの体年齢は？	健康増進課
15	メタボ予防・運動編 中高年のためのらくらく筋トレ	
16	メタボ予防・食事編 あなたの食事は大丈夫？	
17	たばこNO宣言！	
18	今よりもっと健康美人	
19	キラキラ☆ハッピー	
20	イキイキ♪ 40 歳からのお口の体操	
21	骨を丈夫に！骨粗しょう症予防	
22	そうか、やっぱり野菜だね	
23	しっかり食べて元気ハツラツ！	
24	TV の健康番組の「〇〇が効く」って本当？(食事の話)	
25	元気モリモリ “子どものごはん”	
26	あっ危ない！子どもの事故予防	
27	考えよう！性の問題	
28	血管からアンチエイジング！	
29	「脂質異常症」入門講座	
30	血圧にまつわる謎を解き明かす！	
31	知って得する！糖尿病予防	
32	つくってみよう！保育園給食人気メニュー	保育課
33	私は大丈夫？暮らしを見直そう！～高齢者の虐待を考えよう～	地域包括支援センター
34	達者で長生き！	介護福祉課
35	認知症サポーター養成講座	
36	これからの高齢者福祉と介護保険	社会福祉課
37	あなたのココロ元気ですか？※5人以上出前可	
38	誰でもできるハッピーコミュニケーション(初級編)	

※白抜きの番号は今年度新規メニューです。

	講座名など	担当課
39	誰でもできるハッピーコミュニケーション（中級編）	社会福祉課
40	家庭児童相談室ってなあに？	子育て支援課
41	児童手当とは？	
42	子育て支援センターってなあに？	
43	ファミリー・サポート・センターについて	国保年金課
44	後期高齢者医療制度について	
45	国民健康保険制度について	保育園
46	子育てワンポイント	
47	親子で遊ぼう！※対象：学校・子育てサークル	指導課
48	作って遊ぼう！（手作りおもちゃ）※対象：学校・子育てサークル	
49	あなたも学校安全ボランティア	大森幼稚園
50	特別支援教育について	
51	親と子のふれあい遊び	生涯学習課
52	遊びのポケット	
53	印西の文化財※地域は応相談	
54	印西の歴史をひもとく※時代は応相談	スポーツ振興課
55	生涯学習について	
56	いつも心に太陽を！※身近な人権について	
57	家庭での子どもとのかかわり方	印旛歴史民俗資料館
58	インディアカ指導 ※小学 5 年生以上	
59	ソフトバレーボール指導 ※小学 5 年生以上	
60	ヘルスパレーボール指導 ※小学 5 年生以上	ふれあい文化館
61	ショートテニス指導 ※小学 5 年生以上	
62	スナッグゴルフ指導 ※小学 3 年生以上	図書館
63	資料館のあれこれ～先人たちの知恵の蔵をのぞいてみよう～	
64	ふれあい文化館	市内の児童館、子どもふれあいセンター
65	図書館ってどんなところ？	
66	読んであげよう！	視聴覚ライブラリー
67	本の修理講習	
68	出張！じどうかん	市民安全課
69	家庭教育フィルムフォーラム講座	
70	16 ミリ映写会（ビデオ上映会）	議会事務局
71	交通安全教室	
72	議会のしくみについて	選挙管理委員会
73	選挙のしくみ	
74	広報・会報紙の作り方	秘書広報課
75	貸出用キャンプ用品取り扱い講習会 ※5人以上出前可。対象：成人。食材費など自己負担	中央公民館

みなさんの開催する催しに、市職員などを講師として派遣します。学びたい内容を選んでお申し込みください。

左表参照。
時 12 月 28 日～1 月 5 日を除く
日・午前 9 時～午後 9 時（2 時間以内）。

※講師の都合などにより、ご希望に沿えない場合があります。
生涯学習課生涯学習推進班（☎内線 543）。

街かど心の相談
不登校や中退などで学校に行

生涯学習をお手伝い

～平成 23 年度生涯学習まちづくり出前講座～

お知らせ

パート II

開催者が用意してください（市内のみ）。
市内在住・在勤・在学者 10 人以上で構成された団体など（対象が設定されている講座や 10 人以下で開催する講座もあります。左表参照）。
無料（材料費など実費負担の場合あり）。
希望日時 3 週間前までに左記まで。

相談

防災メールに登録を

市では災害時などの情報伝達手段として、携帯電話やパソコンへのメール配信サービス「印西市緊急情報発信システム」を実施しています。

このメール配信サービスは、どなたでも利用することができますが、あらかじめ『利用者登録』が必要になります。

なお、登録は無料ですが、『利用者登録』および『登録解除』の際の通送料、メールの受信、WEB 閲覧にかかる費用は、利用者の負担になります。

【防災メール『利用者登録』手順】
利用する通信機器から下のアドレスに「空」メールを送信してください。

b@inz.171k.jp

※利用者登録手順および配信する内容の詳細については、市ホームページ（http://www.city.inzai.chiba.jp）に掲載。
☎防災課防災班（☎内線 454）。



▲QRコードも利用できます

土地境界問題、土地分筆、建物新築の登記など。
時 5 月 11 日（水）午前 9 時～正午。
場 佐倉市立中央公民館および法務局成田出張所。
費 無料。
☎千葉県土地家屋調査士会印旛支部支部長・鈴木（☎232421）。

土地家屋調査士登記相談

暮らしの困りごと無料相談会
みなさんの暮らしの中で心配ごとや困りごとはありませんか。さまざまな問題に対して、行政書士が親切にお答えします。どんな事でもお気軽にお尋ねください。
時 5 月 21 日（土）午後 1 時～4 時。
場 総合福祉センター（竹袋）。
因 遺言と相続、成年後見制度、各種契約書や内容証明郵便の作成、交通事故の示談、外国人の在留手続きほか。
☎ 行政書士印西地区会・柏木（☎470857）。

暮らしの困りごと無料相談会

けなない悩みや、そのほか精神的な悩みなど、精神保健福祉士が相談に応じます。内容については秘密厳守します。
時 5 月 25 日（水）午前 10 時～正午。
場 中央駅前センター（中央南）。
☎ 電話または直接左記まで。
☎ 社会福祉課障害福祉班（☎内線 269）。

◆梅后流「江戸芸かつぼれ」の会・無料体験会
ゆかたに角帯、ねじりはちまきと、粋ないでたちの踊りです。
時 5 月 11 日（水）、18 日（水）、25 日（水）。いずれも午前 10 時～正午。
場 ふれあい文化館（原）。
※詳しくは左記へ。
☎ 熊谷（☎9234）。
◆チャリティー・40 歳からのウォーキング講座
体力・体形の衰えは 40 歳から、健康でバランスのとれた身体づくりを目指しましょう。
時 5 月 4 日（祝）、28 日（土）・両日も午後 2 時～4 時（1 回だけの参加も可）。
場 北総花の丘公園・花と緑の文化館（原山）。
因 身体に効果的な正しい歩き方の習得（室内）、公園・郊外 5 km ウォーキング。◆講師：富所正史氏（健康ウォーキング指導士）。
因 40 歳～。
定 30 人。
費 1,000 円（1 回当日集金）。
☎ 参加者の氏名と緊急時連絡先を FAX かメールで左記へ。
※会場使用料と保険代を除いた額は、「東日本大震災救援募金」にします。
☎ 富所（FAX 462491・✉ sking@ds.dion.ne.jp・☎090-9646-11225）。

◆公開講座 パイプオルガンさんこんにちは vol.11
パイプオルガン名曲アルバム。3 時。
場 東京キリスト教学園チャペル

ミニ・ガイド
パート I

（内野・駐車場あり）。
因 演奏終了後、希望者はパイプオルガンの試奏ができます。
定 400 人。
費 無料（申し込み不要）。
☎ 東京キリスト教学園コンサート担当（☎1131）。
◆ふれあい囲碁競技会
時 5 月 21 日（土）午前 10 時 30 分～。
場 ふれあい文化館（原）。
因 女性親睦会（午前 10 時 30 分～）、成人男子トーナメント（正午～）、小・中学生大会（午後 1 時～）。
費 女性 800 円、成人男子 1,000 円、小・中学生 500 円。
※東日本大震災被災者救援の寄付も募っています（1,000 円一律）。
☎ 北総囲碁・中西（☎377423）。
◆ビューティーアップ・コア・エクササイズ講習会
ストレッチでリラックスをし、コア（深層筋）を意識して鍛え、姿勢美人になりましょう。
時 5 月 17 日（火）午後 3 時～4 時（受け付け 2 時 30 分）。
場 中央公民館（大森）。
☎ 講師：川久保加代子氏（3 B 体操指導士・運動実践指導者）。
☎ 山口（☎090-2420-9612）。
◆家庭倫理講演会
きつと良くなる。前向きになる。
時 5 月 22 日（日）午後 3 時～4 時 40 分。
場 ホテルマークワン・アトラスホール（中央南）。
因 テーマ「じつと見つめる」。
◆講師：泉健治氏（社倫理研究会研究員）。
☎ 自由参加。
費 1,000 円。
場 馬場（☎426089）。

健康

5月12日は看護の日
看護の心をみんなの心に

■5月14日(土)・午後1時～4時。
■京葉銀行文化プラザ(千葉市)。

■①『禁煙および防煙サポーターについて』【講師】高橋裕子氏(奈良女子大学教授)②トークショー【出演】見栄晴氏ほか。

■千葉県民。

■千葉県看護協会事業第一課・仲邑(☎043-245-0025・FAX043-248-7246)。

みんなで学ぼう子宮頸がん
予防ワクチン

■5月12日(木)・午後3時～3時50分。

■市役所(大森)。

■『みんなで学ぼう子宮頸がん』と頸がん予防ワクチンについて◆講師：河西十九三氏(ちば県民保健予防財団医師)。

※当日受け付けもしますが、資料準備の都合上、事前に左記までお申し込みください。

■健康増進課成人保健班(☎5595)。

献血にご協力を

みなさんのあたたかい善意を心からお待ちしています。

■時 5月11日(水)・午前10時～11時45分・午後1時～4時。

■場 市役所1階ロビー。

なお、安全な血液供給実施のため献血条件などがありますので、問い合わせは下記まで。

■健康増進課(中央保健センター内・☎42 5595)、千葉県赤十字血液センター渉外課(☎047-457-992)。

第10回脳卒中市民公開講座
『脳卒中は防げる、治せる』

■山口武典氏(国立循環器病センター名誉総長)の講演。

■5月28日(土)・午後2時30分～4時。

■日本医科大学看護専門学校(鎌刈)。

■無料。

※詳しくは左記へ。

■日本医科大学千葉北総病院脳神経外科(☎99 1111)。

スポーツ

クライミング体験教室・
認定講習会

■松山下公園総合体育館メインアリーナクライミング施設の一般利用にあたり、体験教室および認定講習会を実施いたします。一般利用については認定証取得者のみが利用ができます。

詳しくは市ホームページまたは各公民館、出張所にあるチラシをご覧ください。

■【体験教室】

■5月28日(土)・午前9時～11時。

■【認定講習会】

■5月28日(土)・午前11時～午後1時。

■場 教室・講習会とも、松山下公園

■園総合体育館メインアリーナ。■スポーツ振興課振興班(☎8417)。

印西市硬式テニス親睦会

■5月13日(金)・午前9時30分～(受け付け9時から)。

■場 松山下公園テニスコート。

■市在住または在勤および市内で活動するサークルの人で、主にシニアの人を対象(レベルは初級～中級程度)。

※ゲームはすべてダブルス(ペアは抽選で定め、試合ごとに交代。ハンディ制を採用し、得失点差のゲーム数で順位を競う)。

■5月10日(火)(必着)までに、はがきに氏名、性別、住所、電話番号を記入し左記へ(申し込みは個人で)。

※開催要領は、松山下公園総合体育館事務室および左記ホームページに掲載。

■印西市硬式テニス連盟・齊藤輝一(〒270-1326印西市木下1341-1・☎42 3685・http://www.tb.biglobe.ne.jp/~inzaitc/)。

■5月29日(日)・午前9時30分～(受け付け9時15分)。

■場 松山下公園総合体育館。

■市内に在住・在勤・在学で中学生以上の人。

■個人戦(競技方法組み合わせは事務局一任)。

■中学生100円、高校生500円、一般1,000円(連盟登録者500円)。

■5月13日(金)までにFAXで左記へ。

■印西卓球連盟事務局・櫻井(☎42 5026)。

防災行政無線の内容を確認したいときは

防災行政無線から放送された内容を確認したい時、下記の電話にかけると最新の放送内容を聞くことができます。放送内容が分からなかったり、もう一度聞きたい場合は、防災行政無線テレホンサービスをご利用ください。※このサービスの通話料は利用者負担となります。

【防災行政無線テレホンサービス電話番号】

☎40 2900

■防災課防災班(☎内線 454)。

春季市民バスケットボール大会

■6月19日(日)、26日(日)・午前9時30分競技開始。

■場 松山下公園総合体育館および船穂中体育館。

■市内に在住・在勤する一般(16歳以上)。

■市バスケットボール協会加盟団体1,000円、非加盟団体5,000円。

■男子16チーム、女子6チーム。

■5月14日(土)までに電話で左記へ(先着順)。

■印西市バスケットボール協会・小暮(☎42 3444)。

農業・林業

有害鳥捕獲を実施

市では、有害鳥による農作物

の被害が多いため、次のとおり有害鳥捕獲を実施します。ご理解・ご協力をお願いします。

■5月16日(月)～10月31日(月)の内2日間。

※実施前日に防災無線によりお知らせします。

■市街地を除く市内全域。

■園農政課農政班(☎内線 372)。

森林の整備に補助金

千葉県では、森林本来が有する水源涵養(かんよう)や自然環境の保全などの機能を強化し、優良な森林を造成することを目

ミニ・ガイド
パートⅡ

◆エビネ・山草展

■園芸文化協会の印西山草会では「エビネ・山草展」を開催します。家族で、かんな山草たち

に会いに来てはいかがですか。

■5月4日(祝)、5日(祝)・午前9時～午後4時。

■場 上町会館(木下・駐車場あり)。

■無料。

■他山草の即売も行います。

■印西山草会・葉山(☎97 3546)。

◆初夏のクリーン作戦

■緑の中で、気持ちの良い汗を流しませんか。

■5月14日(土)・午前9時30分～正午(雨天の場合翌15日(日))。

■場 白井市福祉センター前集合。

■NPO法人谷田武西の原っぱと森の会と、白井の自然を考える会が共催で、白井市谷田「沢山の泉」入り口周辺を清掃。

■他弁当を申し込む人は、5月10日(火)までに、左記へ連絡を(弁当代個人負担400円)。

■園堺(☎42 0681)。

◆白井高等学校開放講座「自然に親しむ」

■今年もさまざまな物を作ります。

■9月10日(土)、10月15日(土)、22日(土)、11月5日(土)、12日(土)、12月10日(土)、17日(土)・いずれも午前9時～正午(全7回)。

■場 白井高等学校ほか。

■木材加工や燻製作りを行います。詳しくは左記へお問い合わせ

ください。白井高校のホームページをご覧ください。◆講師：出縄光二氏(白井高教諭)。

■一般。

■定20人。

■費6,000円。

■申電話で左記へ(先着順)。

■園千葉県立白井高等学校(☎047-491-1511・http://www.chiba-c.ed.jp/shiroi-h)。

■千葉ニュータウン・フィルハーモニー・オーケストラ第12回定期演奏会

■5月29日(日)・午後2時～(1時30分開場)。

■場 白井市文化会館。

■ドボルザーク交響曲第9番「新世界より」ほか。◆指揮：堺武弥氏。

■費800円(当日券のみ。小・中学生無料)。

■他抽選で20人にチケットプレゼント。5月10日(火)(必着)までに、往復はがきの返信あて名面と往診文面に住所・氏名・電話番号・ご覧の情報誌名・「定演チケットプレゼント」と記入し、中銀白井マンスオン管理事務所(〒270-1424白井市堀込2-2)あてに申し込みください。

■当選者の発表ははがきの発送をもって代えさせていただきます。

■園千葉ニュータウン・フィルハーモニー・オーケストラ(☎cutphil@gmail.com)。

■千葉ニュータウン・スクエアダンスサークル募集

■カントリーミュージックに合わせて、8人で踊るダンスを一緒に楽しみませんか。

■6月25日(土)以降の毎週土曜日・午後1時～3時30分。

■場 中央駅前センター(中央南)。

■費入会金1,000円、会費1,000円(月)。

■園椎名(☎42 3657・午後6時以降)。

お知らせ

パートⅢ

福祉

高齢者世帯の訪問調査

市内地域包括支援センターおよび市から委託を受けた在宅介護支援センターでは、高齢者世帯の実態を把握し、福祉サービスの提供に役立てるため、訪問調査を行っています。

65歳以上の独居・高齢者世帯を中心に、支援センター職員が伺うことがありますので、ご協力をお願いします。なお、支援センター職員は、写真入りの身分証明書を携帯しています。

また、高齢者の介護や生活に関する相談も各支援センターで受け付けますので、お気軽にご相談ください。

■印西市地域包括支援センター（☎④2922）、印旛地域包括支援センター（☎⑧1115）、本埜地域包括支援センター（☎

⑨5503）。

一人暮らしなどの高齢者宅に緊急通報装置を設置

市内に居住する65歳以上の一人暮らしの人、または65歳以上の高齢者のみの世帯に属する人で、緊急事態に備えた通報装置の設置を希望する人に、機器を貸与します。

●緊急通報装置とは…緊急用ボタンス付き発信機などを自宅に設置し、受信センターが24時間体制で通報を受信し対応する装置です。

■（1月当たり）市町村民税課税世帯930円、同非課税世帯は自己負担無し。

※詳しくは左記までお問い合わせください。

■介護福祉課生きがい支援班（☎内線272）。

手話通訳者の設置と派遣

聴覚に障がいのある人の日常

千葉県手話通訳者養成講座（基本課程）

身体障害者福祉の概要や手話通訳者の役割について知識を深め、通訳に必要な言葉・基本技術を学び手話通訳者を目指しませんか。

■時 7月13日(水)～平成24年1月11日(水)・午前9時45分～11時45分。

※11月2日(水)は午後1時30分～3時30分。

■場 ふれあい文化館（原）。

■対 手話奉仕員養成講座カリキュラム入門・基礎課程修了者。

■定 20人。

■費 1,300円（テキスト代）。

■申 5月15日(日)～5月30日(月)。

※申し込み方法など、詳しくは下記へ。

■問 (福) 千葉県聴覚障害者協会・千葉聴覚障害者センター（☎043-308-6373、FAX043-308-6400）。

凡例

時日時

場会場

内内容

対対象

定定員

費参加費

申申し込み

問問い合わせ

HPホームページ

Eメールアドレス

他そのほか

携携帯電話

生活や社会参加の支援のために、手話通訳者の設置事業と、手話通訳者・要約筆記者などの派遣事業を行っています。

■◆設置事業…月曜日から金曜日に本庁社会福祉課に手話通訳者が在席し、聴覚障がい者の市役所内の手続きなどをお手伝いをします。

◆派遣事業…利用したい人は事前に指定の用紙でお申し込みください。

■問 社会福祉課障害福祉班（☎内線269・FAX④0381）。

市登録手話通訳者・要約筆記者の募集

手話通訳等派遣事業で活動していただける手話通訳者・要約筆記者を募集しています。条件は次のとおりです。

●手話通訳者…市内在住で、手話通訳士試験合格者、全国手話通訳者統一試験合格者または千葉県手話通訳者認定選考試験合格者。

●要約筆記者…市内在住で、千葉県要約筆記奉仕員登録試験合格者。

※市の非常勤職員になります。

■問 社会福祉課障害福祉班。

中途失聴者・難聴者のための「手話学習&懇談会」と「手話サロン」

■【手話学習&懇談会】
■時 5月7日(土)・午後1時30分～4時。

■場 佐倉市立中央公民館。

■初参加時のみテキスト代1,000円。

※話し手の言葉を要約してスクリーンに映しサポートします。

【手話サロン】

■時 5月20日(金)・午後1時30分～4時。

■場 酒々井町社会福祉協議会。

■費 無料。

※話し手の言葉を要約して隣席で書いてサポートします。

■要 不要。

■問 NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会・印旛香取事務所・板倉（☎090-5302-0385・FAX043-461-6533）。

印西市デイケアクラブ

「心のいずみ」

下表の日程で行います。

■心の病気で悩んでいる人とその家族など。

■問 社会福祉課障害福祉班（☎内線269）。

第2回オストメイト

社会適応訓練講習会

■時 5月21日(土)・正午～午後3時。

■場 千葉県青少年女性会館（千葉市稲毛区）。

■補装具の展示と相談、講演会。

■問 県内のオストメイト（人工肛門を有する人）と、その家族および医療関係者ほか。

■費 無料。

■問 千葉県オストミー協会（☎043-309-7571・月、火、金のみ）。

平成23年度子ども手当

平成23年度の子ども手当については、23年3月成立した法案により9月分まで22年度の子ども手当と同様の制度となりました。対象者および金額などの変更はありません。

■対象は0歳から中学3年生の子どもで1人につき月額13,000円。

再度の変更などについては、変更確定後連絡します。なお、公務員は職場での支給

◎「心のいずみ」5月の日程◎

日時	会場	内容	持ち物など
5月12日(木)・午前10時～正午	総合福祉センター（竹袋）	印西ウオーキング(万葉公園コース)	ハンカチ、飲み物、歩きやすい服装と靴
5月19日(木)・午前10時～正午	松山下公園（浦部）	ニュースポーツ(インディアカ)に挑戦	軽装/上履き(スリッパ不可)
5月23日(月)・午前10時～午後1時	保健福祉センター（高花）	作ってみよう中華料理	エプロン・ふきん・実費500円程度

児童医療費助成制度の変更

市では小学校6年生までの子どもを対象とした医療費の助成を行っています。8月から助成対象が中学校3年生まで拡大します。

■問 中学校1年生から中学校3年生の子ども。

助成を受けるにあたって、事前に受給資格登録の手続きが必要となります。

■手続き方法は、該当する子どもにのいる保護者に5月下旬に助成資格者登録申請書を郵送します。

市が独自で医療費を助成しているため今後も、病院や調剤薬

東日本大震災義援金へのご協力とお礼

日本赤十字社では東日本大震災義援金を受け付けています。

▼受付期間…9月30日(金)まで。

▼受付方法…次のとおり。

①郵便振替（郵便窓口での取り扱いの場合、振込手数料は免除）。

●口座番号…00140-8-507

●口座加入者名…日本赤十字社 東日本大震災義援金

※受領証は、半券をもって兼用となります。

②市役所社会福祉課窓口（日本赤十字社千葉県支部印西市地区窓口）・印旛支所市民福祉課窓口・本埜支所市民福祉課窓口で受け付けしています。

印西市受け付け分は、4月13日現在、4,184,748円です。みなさまの温かいご支援ありがとうございます。

■問 社会福祉課厚生班（☎内線255）。

局で3割の自己負担後、償還払い（※保険対象外のものは自己負担）の申請をしていただくこととなります。

すでに登録申請を済ませている人は、この変更に伴う手続きを行う必要はありません。

※転入などで児童医療費登録申請がお済みでない場合は、至急申請をしてください。

登録申請をしないと、さかのぼっての受給資格は得られませんのでご注意ください。

■問 子育て支援課児童家庭班。

母子家庭自立支援教育訓練給付金事業

市では、就職や転職、雇用の安定に向けて職業技能を身につけるため、市が指定した対象講座を受講した母子家庭の母に給付金を支給します。

■【対象者】…次の要件をすべて満たす人。

(1)市内に住所を有する人
(2)児童扶養手当をうけているか、同様の所得水準にある人
(3)雇用保険法による教育訓練給付金の受給資格のない人
(4)講座を受講することが、適職に就くために必要と認められる人
(5)過去に自立支援給付金を受給

していない人

■【対象講座】…雇用保険制度の教育訓練給付の指定教育訓練講座など。

※申請前に事前相談が必要です。

母子家庭高等技能訓練促進費事業

市では、母子家庭の母が看護師、介護福祉士、保育士などの資格を取得のため、養成機関で2年以上修業する場合、生活費の一部を支給する「母子家庭高等技能訓練促進費」制度があります。

■【対象者】…次の要件をすべて満たす人。

(1)市内に住所を有する人
(2)児童扶養手当をうけているか、同様の所得水準にある人
(3)養成期間において2年以上のカリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれる人
(4)仕事や育児と修業の両立が困難な人
(5)過去に高等技能訓練促進費を受給していない人

■【対象資格】…看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士など。

※申請前に事前相談が必要です。

■問 子育て支援課児童家庭班。

国保

国民健康保険税の改正

平成23年度から国民健康保険税が変わります

昨今の厳しい社会情勢のなかで国保加入者の所得は減少している一方で、保険給付費が増加していることにより、平成20年度から財源不足に陥り、一般会計からの制度外の繰入金により、国保財政を維持している状況です。

このような状況から、旧税率のままで23年度は4億円もの財源不足が見込まれることや、今後の医療費の増加が見込まれる現状では、その財源である保険税率を改正せざるを得ない状況となりました。

このため、一般会計から制度外の繰入れを継続した上で、国保財政を維持するため、税率の改正について、平成22年12月

の議会で承認されたものです(改正内容は別表のとおり)。

保険税は国保を支える大切な財源です。健康といざというときの安心を守るため、みなさんのご理解とご協力をお願いします。

※詳しくはホームページにも掲載していますのでご覧ください。
国保年金課保険税班(☎内線281・284)。

倒産・解雇・雇止めなどによる離職された人の国民健康保険税の軽減

平成21年3月31日以降に倒産・解雇などにより離職(特定受給資格者)された人や雇い止めなどにより離職(特定理由離職者)をされた人は、国民健康保険税軽減申請書を提出することで、国民健康保険税の軽減が受けられます。

対象者は、離職日の翌日の属する月からその月の属する年度の翌年度末までの期間において、

雇用保険の特定受給資格者・雇用保険の特定理由離職者として失業給付を受ける人です。また、軽減は平成22年度国民健康保険税分から適用されます(平成21年度分には軽減が適用されません)。

国民健康保険税は前年中の所得などにより算出されます。軽減は失業した本人の前年中の給与所得のみをその100分の30の金額とみなして計算します。

現在国保加入中で、軽減申請した人は、再度申請する必要はありません。

制度の詳細については、左記までお問い合わせください。
国保年金課保険税班。

年金

学生納付特例申請はお早めに

学生納付特例制度は、学生の在学期間中の国民年金保険料を後払いできる制度です。対象者は大学(院)・短大・高等専門学校・専修学校に在学の人、各種学校の1年以上の課程に在籍している人で本人の前年所得が11.8万円以下の人です(海外の学校の学生は対象となりません)。

申請の届出が遅れますと、届出前に事故や病気で障害が残っても、障害年金は支給されない場合がありますので、早めに申請してください。

■新年度有効な学生証(コピー可)または在学証明書・年金手帳・認め印をお持ちの上、市役所で手続きをしてください。

郵送の場合は申請書に漏れなく記入の上、学生証(コピー)または在学証明書を添付して左

記まで郵送してください。

なお、日本年金機構より学生特例継続申請のはがきが届いている人は、学生証の添付はいりませんので、必要事項を記入し、返送してください。

国保年金課高齢者医療年金班(〒270-1396印西市大森2364-2・☎内線289、299)。

年金相談所を開設

社会保険労務士による年金に関する相談所を開設します。年金請求手続きや加入記録の確認、厚生年金に関することなどお気軽にご相談ください。

●5月26日(木)・午前10時～午後3時15分。
場市役所会議棟2階201会議室。

●8人(予約制)。
●一人30分間。
●5月12日(木)までに、左記まで(先着順)。

※事前に基礎年金番号などがわからないと相談を受けられない場合があります。

国保年金課高齢者医療年金班。

税金

軽自動車税の減免

身体や精神に障害があり、歩行が困難な人が所有し利用する軽自動車については、身体障害者手帳の等級など一定の条件を満たす場合、障害者1人につき1台が減免の対象となります。

ただし、この軽自動車税の減免制度と、自動車税の課税免除との併用はできません。

●申請方法：5月24日(火)までに市民税課窓口まで。

●必要なもの：次のとおり。
①身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳、戦傷者手帳のいずれか交付を受けているもの。

②自動車検査証。
③運転免許証。
④平成23年度軽自動車税納税通知書。

⑤印鑑。
※軽自動車税の減免は毎年申請しなければ受けることができませんので、ご注意ください。

●市民税課市民税班(☎内線317・319・329)。
自動車税の納期内納付

自動車税の納期内納付

自動車税の納期限は、5月31日(火)です。5月上旬に自動車税事務所から納税通知書が送付されますので、最寄りの金融機関などで早めに納めましょう。

なお、コンビニエンスストア(一部を除く)でも納付できます。詳しくは納税通知書に同封のしおりをご覧ください。

都市

都市計画の変更

印西牧の原駅圏西の原地区地区計画の沿道利用地区の一部が独立住宅地区に3月29日に変更されました。

地区計画の名称および縦覧場所は次のとおりです。

●地区計画の名称：印西牧の原駅圏西の原地区地区計画。

●縦覧場所：都市計画課。

●都市計画課計画班(☎内線765・766)。

開発行為・建築行為には事前に許可を

市街化調整区域内で開発行為や建築行為をする場合、事前に許可を得なければなりません。

現在、市の区域は「市街化区域」と「市街化調整区域」に区分(線引き)されています。

市街化区域は、市街化を促進する区域、市街化調整区域はこれを抑制する区域として、市の都市計画の中で定められています。

このため市街化調整区域内には、原則として建築物を建築することができないことになっています。

建築が可能になる場合は一定の要件に該当し、事前に県知事の許可が必要です。市街化調整区域内での開発・建築行為を計画している人は、事前に左記までご相談ください。

なお、市街化区域内でも面積が500㎡以上の開発行為は原則として許可が必要です。

※詳しくは左記まで。
国建築課開発建築班(☎内線774)。

そのほか

平成23年度印旛支部食品衛生講習会開催および印西支部の検便・水質検査の受け付け

◆食品衛生講習会(印旛支部)
●5月18日(水)・午後2時～3時50分(受け付け1時～1時50分)。

場印旛公民館(瀬戸)。
●次のとおり(一人)。
【組合員】講習会1,000円、検便700円、水質検査(10項目)6,000円。

【組合員以外】講習会3,000円、検便1,300円、水質検査(10項目)7,000円。
●食品衛生自主管理簿、筆記用具を持参してください。

※受講修了者には、受講済票を交付しますので、必ず店舗などに掲示してください。

◆検便・水質検査の受け付け(印西支部)
●5月12日(木)・受け付け1時～1時50分。

場文化ホール(大森)。
●次のとおり(一人)。
【組合員】検便700円、水質検査(10項目)6,000円。

【組合員以外】検便1,300円、水質検査(10項目)7,000円。
※印西支部は、検便・水質検査の受け付けのみで、講習会は延期となります。

場印旛保健所管内食品衛生協会
印旛支部・西宮(☎980400)、
印西支部・香取(☎422120)。

子育て情報コーナー

【子育て支援センター】 主な対象：就学前の子どもとその保護者

施設名	日時(祝・休日除く)	事業名	対象・持ち物 など
中央駅前子育て支援センター (☎④ 5111)	① 12 日(木) 10：30～11：30 ② 25 日(水)・26 日(木)・27 日(金) 9：00～12：00	①にこにこハッピー ②なんなん何の日	①親子でふれあいあそび【新聞紙であそぼう】 ②カレンダー作り。テーマ「きらきらの雨」。※①②共に当日自由参加。
	28 日(土) 11：00～12：00	5 月のお誕生会	5 月生まれのお友だちをお祝いしましょう。対象：0 歳児～未就学児まで。6 日(金)10：00 から電話・窓口で受け付け。
	20 日(金) 11：30～13：00	ベビーマッサージ	対象：8 カ月くらいまでの子と保護者、妊産婦。6 日(金)・10:00 から電話・窓口で受け付け。
小林子育て支援センター (☎⑧ 8700)	11 日(水)・18 日(水) 10：00～11：00	バブバブクラブ	対象：3 カ月～1 歳 6 カ月児とその保護者。テーマ「赤ちゃんのうんち～下痢・便秘～」当日受け付け、直接お越しください。
	10 日(火)、19 日(木)、23 日(月) 10：00～11：00	おもちゃクラブ	対象：利用されている全保護者。みんなで一緒におもちゃを作ります。電話・窓口で予約。
	16 日(月)、30 日(月)・お散歩 25 日(水)・リズム 10：15～10：45	お散歩交流 リズム交流	対象：未就学児とその保護者。保育園 2 歳児と一緒に交流を楽しみます。電話・窓口で予約。当日自由参加。
こぎつね コンタの広場 (ふれあい文化館内☎⑤ 3800)	毎週水～金曜日 9：00～14：00	簡単クラフト (カード作り) 元気に遊ぼう (トンネルや マット遊び) 手遊び・お話シアター (パネルシアターなど)	親子で遊べる場所やコーナー遊びを提供。自由参加。 ※コーナー遊びは内容により時間が変わります。 ※12：00～12：50 まで遊戯室をランチルームとして開放しています。親子やお友達と一緒にお弁当を食べませんか。
	6 月 9 日(木) 10：00～11：15	ママ&キッズエクササイズ 「親子でダンス」	対象：2 歳から 4 歳までの子どもとその保護者。先着 20 組。12 日(木)10：00 から電話または窓口で受け付け。
	毎週水～金曜日 9：00～14：00 毎週水～金曜日 9：00～14：00 19 日(木) 13：00～13：20	おいでよ！ わくぼか広場 中庭でランチ！ 誕生会	親子で遊べる場所やコーナー遊びを提供。自由参加。 天気の良い日に中庭でランチを楽しみましょう。 5 月生まれのお友達をお祝いしましょう。対象：0 歳児～就学前児とその保護者。当日自由参加。
マメタのボン ポコ広場 (いんば児童館☎⑩ 3950)	毎週水曜日 10：00～15：00	切り紙 「こいのぼり」	親子で遊べる場所やコーナー遊びができる広場。広場は 10：00～15：00 まで開催。 27 日(金)は『音楽でゴー・ゴー！スペシャル』を開催。詳しくは、おたより「ばんぼこ通信」を参照。
	毎週木曜日 11：40～11：55	おはなしわーど	
	毎週金曜日 11：40～11：55	音楽で ゴー・ゴー！	
滝野子育て支援センター ☎⑦ 1822	毎週火曜日から金曜日 11:35～11:55	ぼっかぼかタイム	保育士と体操やリズム遊びをしたり、絵本やパネルシアターの読み聞かせ。当日自由参加。
	17 日(火)～20 日(金) 10：00～11：50	大きくな～れ！	身長・体重測定ができます。水曜日(午前)は看護師が担当します。
	18 日(水) 10：30～11：30	ママ友クラス	対象：1 歳未満児とその保護者。手遊びや絵本の紹介、看護師からのワンポイントアドバイスも。

【児童館】 主な対象：18 歳未満の子どもとその保護者

施設名	日時(祝・休日除く)	事業名	対象・持ち物 など
中央駅前児童館 (☎④ 5111)	13 日(金) 10：30～11：30 ※当日自由参加	すこやかキッズ	親子ふれあい遊び。「新聞紙であそぼう」。対象：2 歳～未就園児の子とその保護者。
	7 日(土) 14：00～16：00	あそびのポケット	母の日のカードを作ろう。対象：4 歳児～中学生。先着 20 人。
	毎週土曜日 13：30～16：30	レクホールで遊ぼう	レクホールを開放します。バドミントンやボールで遊ぼう。対象：4 歳児～高校生。自由参加。
そうふけ児童館 (☎⑤ 3800)	12 日(木)、19 日(木)、26 日(木) 15：00～16：45	わんぱくタイム	多目的室を開放します。バドミントンをしよう。対象：小学生～高校生。当日自由参加。
	6 月 15 日(水) 9：00～12：00	学校へ行こう！ 「成田高校・野球部見学」	対象：小学生（保護者の参加も可）。定員：25 人（先着順）。7 日(土)13：00 から電話・窓口で受け付け。保険料自己負担。
	26 日(木) 10：00～11：00	ほっぺにチュッ！ 「紙であそぼう！」	対象：1 歳 6 カ月～3 歳 6 カ月までの子とその保護者。先着 20 組。6 日(金)・10:00 から電話または窓口で受け付け。
子どもふれあいセンター (☎② 0144)	毎週金曜日 10：00～11：00	わんぱくタイム	テーマ：しゃぼん玉遊び＆運動遊び。対象：未就学児とその保護者。当日自由参加。
	毎週土曜日 14：00～16：00	ファミリースポーツ広場	軽スポーツでふれあいを。対象：小学生～18 歳未満の子と保護者、高齢者。自由参加。
	14 日(土) ① 11：00～11：45 ② 13：30～14：45	藤原勝也お兄さんのマジックショー	対象：市内在住の人、年齢制限なし。就学前のお子さんは保護者同伴で。当日自由参加。
いんば児童館 (☎⑧ 3950)	26 日(木) 11：10～11：40	フルーツランド	「制作・にがお絵をつくろう」対象：未就学児と保護者。当日自由参加。
	19 日(木) 15：30～16：30	キラキラキッズ	『第 3 回風船バレーボール大会』。対象：小学生～18 歳未満。2 人 1 組で参加を。定員先着 10 組。当日受け付け。

施設名	日時(祝・休日除く)	事業名	対象・持ち物 など
つどいの広場 (☎④ 7880)	27 日(金) 10：30～12：00	親子講座 「カラーコーディネート」	講師：坂本典子氏。対象：未就学児とその保護者。定員：①親子一人ずつ 11 組、その他 1 組。いずれも先着順。参加費無料。6 日(金)・9:00 から窓口で受け付け。
	24 日(火)・31 日(火) 11：00～	「ミニチェリーランド」(要申し込み)	「ふれあい遊び」スタッフと一緒に親子で楽しみましょう。対象：0 歳児の親子各回先着 15 組。6 日(金)・9:00 から窓口・電話で受け付け。
	11：00～11：30 ①～⑩の各開催期日は左記まで	講座 (①～⑥自由参加)(⑦～⑩要申し込み)	①お話と手遊び②リズム③ラララン④絵本ガイド⑤ベビーマッサージ⑥測定⑦ベビーママ Y O G A ⑧エアロビ⑨お誕生会⑩パパを楽しもう。
西の原保育園 こあら (☎⑤ 0291)	毎週月、水、金曜日 10：30～11：30	こあらってタイム	親子ふれあい遊びや絵本の読み聞かせ、運動遊びなど。対象：(月)2 歳～就学前児、(木)1 歳児、(金)0 歳児。
	12 日(木) 10：30～11：30	親子でストレッチ	親子一緒にストレッチをしませんか！対象：6 カ月～1 歳児の子と保護者。先着 15 人。2 日(月)・9:00 から電話・窓口で受け付け。
	19 日(木) 10：30～11：30	誕生会	5 月生まれのお友達をお祝いしよう。対象：0 歳児～未就学児とその保護者。当日自由参加。
原山保育園 (みんなのおへんや☎⑦ 6633)	毎週火、水、木曜日 9：30～14：30	てんとうむしで遊ぼう	制作、リトミック、英語など親子で楽しめるさまざまな活動。詳しくは「てんとうむしだより」参照。
	毎週火、水、木曜日 11：00～12：00	子育て相談 & 身体測定	常勤の看護師による子育てや健康の相談。最終水曜日は身体測定。
	毎週月～金曜日 9：00～12：00 13：00～15：00	J o y J o y クラブ	室内の広場を開放しています。親子で自由に遊べるスペースです。毎月誕生会も行われます。
しおん保育園 (しおんひろば☎⑥ 1329)	毎週月、火、木、金曜日 10：20～10：50	チャレンジクラブ (自由参加)	しおんひろばの開催時間内に行います。(火)・(木)：親子制作工作など。(月)・(金)：ダンス・ゲームなど。
	毎週月～金曜日 11：00～12：00	園庭開放	保護者の責任のもと、指定された遊具や砂場で遊べます。
	13 日(金) 11：00～11：30	誕生会	5 月生まれのお友達をお祝い。対象：0 歳児～未就学児とその保護者。当日自由参加。
山ゆり保育園 (びよびよくらぶ☎⑩ 3773)	30 日(月)、31 日(火) 6 月 2 日(木)、3 日(金) 9：00～11：15	虫歯予防制作週間	虫歯予防の日にちなんだ制作コーナーを設けます。お子さんと一緒に制作をしてみませんか。
	ぎょう虫検査用紙配布 10 日(火)まで。6 日(金)～12 日(木)検査用紙提出。	ぎょう虫検査	7 月からプール・水遊びが始まる予定です。ぎょう虫検査を受けたお子さんのみプール遊びができます。検査代一人 150 円。
	10 日(火)、17 日(火)、24 日(火) 9：00～12：00	栄養相談	※要予約。栄養士による講座と試食会。詳しい内容は H P 内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。
銀の鈴保育園 (かんがる～広場)☎④ 7566 H P からも予約ができます。	12 日(木)、19 日(木)、26 日(木)、31 日(火) 9：00～10：30	発育相談すこやか講座	看護師による講座と健康相談、身体測定。詳しい内容は H P 内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。
	11 日(木)、18 日(木)、25 日(木) 9：00～10：30	子育て教室	制作・リズム・お話などを行います。各種イベントの参加案内がある月もあります。対象年齢は H P 内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。

おはなし会

図書館では定期的におはなし会を行っています。紙芝居や大きな絵本など、楽しいおはなしをご用意してお待ちしています。
5 月の日程は下記のとおりです。

会 場	日時(祝・休日除く)
大森図書館(おはなし室)	8 日(日)、22 日(日)・11：00～
小林図書館（遊戯室）	28 日(土)・15：00～
そうふけ図書館（おはなしのへや）	① 14 日(土)、28 日(土)・11：00～ ② 21 日(土)・15：00～
小倉台図書館（おはなし室）	12 日(木)、19 日(木)、26 日(木)・15：30～
本埜図書館（おはなしコーナー）	21 日(土)・10：30～

※事業の申し込みについては、本人またはご家族に限ります。子育てに関する相談も受け付けています。

今月の各種相談

※祝・休日は実施していません。

相 談 名	日 時	会 場	問い合わせ
市民生活相談 相談員による日常の諸問題（家族・近隣関係など）	13 日(金)、24 日(火) 10：00～12：00、13：00～15：00 【当日 8:45 から受け付け】※先着 8 人。	市役所会議棟 2 階	市民課窓口班 ☎内線 235・238
法律相談 弁護士による法律相談	13 日(金)、24 日(火) 10：00～12：00、13：00～15：00 【当日 8:45 から受け付け】 ※日にちにより弁護士が異なります。※ 13 日は先着 10 人、24 日は先着 20 人。		
交通事故相談 交通事故相談員による相談	13 日(金) 10：00～12：00、13：00～15：00 【当日 8:45 から受け付け】		
行政相談 行政相談員による行政（国・県含む）に対する苦情など			
人権相談 人権相談員による相談			
消費生活相談 消費生活相談員による商品品質、訪問販売の苦情などの相談	3 日(祝)、4 日(祝)を除く毎週月、火、水、金曜日 10：00～12：00、13：00～16：00 【電話相談も可】	市役所附属棟	印西市 消費生活センター ☎☎ 3306
住宅相談 商工会工業部会によるリフォームなどの相談	8 日(日) 10：00～12：00、13：00～15：00 【事前予約優先】	中央公民館 1 階 第一会議室	印西市商工会 ☎☎ 2750
家庭児童相談・母子自立支援相談 子ども（18 歳未満）と家庭の問題を、面接、訪問、電話で相談。母子・父子家庭の日常的な悩みや困りごとについて相談。	3 日(祝)、4 日(祝)、5 日(祝)を除く毎週月～金曜日 9：00～16：00 【電話相談も可】	市役所	家庭児童相談室 ☎☎ 5180 直通
心配ごと相談 心配ごと相談員による悩みごと相談	4 日(祝)を除く毎週水、金曜日 10：00～12：00、13：00～15：00 ※会場が変更となる場合があるので、事前にお問い合わせください	総合福祉センター	社会福祉協議会 （総合福祉センター内） ☎☎ 0294
教育相談 教育相談員による小・中学校の教育に関する相談	3 日(祝)、4 日(祝)、5 日(祝)を除く毎週月～金曜日 9：30～12：00、13：00～15：30	教育センター	教育相談専用電話 ☎☎ 7830
子ども相談室 小・中学生からの悩み相談	3 日(祝)、4 日(祝)、5 日(祝)を除く毎週月～金曜日 9：00～17：00		
女性の悩み相談 女性が抱えている悩み全般	19 日(木) 10：00～12：00、13：00～16：00 【予約制・1 人 50 分・電話相談も可】	市役所附属棟 2 階	家庭児童相談室 ☎☎ 5180

市長談話室
(オアシス)

市長と直接対話のできる市長談話室。下表の日程（変更の場合あり）で開設しています。予約は不要です。 圖秘書広報課広報広聴班（☎内線 418・419）。

	午前 10 時 ～正午	午後 2 時 ～ 4 時
5 月 13 日(金) ふれあいセンター いんば	○	
5 月 17 日(火) 本埜支所	○	

市税などの
「夜間・休日収納窓口」

28 日(出)は 8：30 ～ 12：30、31 日(火)は 20：00 まで、収納窓口を開設しています。

また、納付相談も随時行います。

●開設場所…市役所国保年金課。
※出入口は正面玄関をご利用ください。

●取扱税(料)目…市民税・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税、介護保険料および後期高齢者医療保険料。

●必要書類…納税通知書など、短期保険証の更新の場合は保険証、納付相談の場合は印鑑。

圖市民税課収納管理班（☎内線 316）、国保年金課保険税班（☎内線 281）、国保年金課高齢者医療年金班（☎内線 299）、介護福祉課介護保険班（☎内線 277）。



今月の市民課窓口業務の土曜・日曜開庁日程は、
◎市役所本庁…14 日(出)・28 日(出)(8:30 ～ 17:15)。
◎印旛支所…毎週土曜日(8:30 ～ 12:00)。
◎海野出張所…毎週土・日曜日(8:30 ～ 17:15)です。

●交通事故発生状況●

平成 23 年 1 月 1 日～平成 23 年 3 月 31 日			
	人身事故発生数	傷者数	死者数
千 葉 県	5,559 件	6,852 人	35 人
印西警察署管内	134 件	173 人	2 人
印 西 市 内	79 件	99 人	2 人
全国死者数 166 人 千葉県ー全国ワースト 8 位ー			

●火災等発生件数(印西市内)●

平成 23 年 3 月 31 日現在			
	3 月	今年の累計	昨年との比較
火災	8 件	22 件	+ 9 件
救急	283 件	836 件	+ 310 件
救助	2 件	7 件	1 件

保健センター通信

中央保健センター
(☎☎ 5595)

■一般対象(血圧測定ほか、生活習慣病予防・栄養相談など)

●健康づくり相談 ※予約制

日 付	会 場	時 間
12 日(木)	印旛保健センター	10：00 ～ 12：00
13 日(金)	中央保健センター	
17 日(火)	本埜保健センター	
23 日(月)	高花保健センター	

※上記日程以外でも来所または電話で、健康づくり相談を行っています。担当者不在の場合もありますので、来所の際はあらかじめ中央保健センターまでご連絡ください。

■妊婦対象(栄養や日常生活の相談など)

●パパマクラス 5 月 対象は出産を迎える夫婦※申込制

日 付	会 場	内 容	時 間
21 日(土)	高花保健センター	プレ子育て体験（沐浴・おむつの替え方など）、妊婦疑似体験	13:00 ～ 16:00

■予防接種

日 付	内 容	対 象	会 場	時 間
10 日(火)	ポリオ	生後 4 カ月～ 7 歳 6 カ月未満	ふれあいセンターいんば	13：30 ～ 13：50
19 日(木)			松山下公園総合体育館	
26 日(木)			高花保健センター	

●予防接種、乳幼児健診・相談・教室を受ける場合●

ガイドブックの中にある予診票を記入し持参。保護者の同伴が必要です。

■乳幼児健診・相談・教室

日 付	内 容	対 象	会 場	時 間
12 日(木)	4 カ月児相談	H 22 年 11 月～12 月生まれ	高花保健センター	受け付け／9:45～10:00、 13:30～13:45
10 日(火)	もぐもぐ教室 (離乳食教室)	H 22 年 9 月～10 月生まれ	中央保健センター	受け付け／ 9：45～10：00
26 日(木)			本埜保健センター	
10 日(火)	かみかみ教室 (離乳食教室)	H 22 年 6 月～7 月生まれ	中央保健センター	受け付け／ 13：30～13：45
26 日(木)			本埜保健センター	
11 日(水)	1 歳 6 カ月児健診	H 21 年 9 月～10 月生まれ	中央保健センター	受け付け 13：00～13：30 開始 13：00～
17 日(火)		H 21 年 10 月生まれ	高花保健センター	
13 日(金)	2 歳児歯科健診	H 21 年 2 月生まれ	ふれあいセンター いんば	
20 日(金)		H 21 年 1～3 月生まれ	中央保健センター	
18 日(水)	3 歳児健診	H 19 年 10 月～11 月生まれ	中央保健センター	
25 日(水)		H 19 年 10 月～12 月生まれ	本埜保健センター	
27 日(金)		H 19 年 11 月生まれ	高花保健センター	

※離乳食教室は、開催の 1 週間前までに中央保健センターへお申し込みください。 試食費 100 円。詳しくはお知らせをご覧ください。

？ かかりつけ医を持ちましょう

転入者のみなさんへ

●妊婦・乳児健康診査受診票の未手続きの妊婦と 0 歳児の保護者は、中央保健センターまでお越しください。
●予防接種実施状況が未届けの場合、健診票・予診票が届かないのでご注意ください（19 歳未満の人）。
●市外に通学している小学 6 年生（第 2 期ジフテリア・破傷風）の予防接種、ならびに小学 6・中学 1 年生および高校 2・3 年生相当年齢の麻疹風しん混合（MR）予防接種は、個別接種となりますので、未接種の人は中央保健センターに申し込んでください。

千葉県の小児救急電話相談

受診したほうが良いのか、様子を見ても大丈夫なのか。看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

相談時間	毎日	午後 7 時～ 10 時
電話番号	プッシュ回線	☎# 8000（局番なし）
	ダイヤル回線・携帯電話	☎ 043 － 242 － 9939



◆優秀賞
◆新しい街を駆ける
（N T 中央付近）
◆中村八郎（高花）

（評）いんざいの飛躍をうまく伝えるシャッターチャンス逃さない

印西市観光協会主催

第 20 回 ふるさと発見フォトコンテスト

いんざいの風景



新しい環境での生活がスタートして、肉体的・精神的にも疲れがでてきたりします。適度のストレスは生活にプラスにも働きますが、過剰なストレスは心身の健康を保つために避けたいものです。ストレスと食事には、密接な関係があります。ストレスによって特定の栄養素が消耗したり、特定の栄養素の助けが必要になったりします。また、過度のストレスにより

食行動異常になる心配があります。ストレスの多い時には、脳の神経伝達物質の合成に関するビタミンBを多く含む食べ物を積極的に取った方がよいといわれています。豚肉やウナギに多く含まれます。ストレスの耐性を高めるのはビタミンCです。ストレスは副腎皮質ホルモン（副腎皮質ホルモン）の合成にかかわりストレスを受けると大量に消費されるので、補充しなければなりません。ピ

タミンCはブロッコリーや赤ピーマン、かんきつ類に豊富に含まれています。また、副腎皮質ホルモンの分泌量が増大すると、たんぱく質の分解が促進されるので、たんぱく質も補うようにしましょう。◆消耗した栄養素を1日3食バランスよく

今回の震災の影響で福島の子力発電所も被害を受け、電力の供給が不安定になっています。計画停電については、このところ実施されていませんがこれから訪れる夏場に予期せぬ大規模停電が起ることも予想されます。我が家も「今自分にできること」を考え使っていないコンセントのブレーカーを落としたり照明をこれまでの半分にするよう努力しています。最初は、少し暗いなど感じましたが、慣れてしまうと気にならないものです。今月の広報いんざい3、4ページに環境家計簿が掲載されています。より多くのみなさんにご利用いただき節電に協力していきたいものです。

⑩

いんざい生活情報

アダルトサイトの請求画面が張り付いて取れない

～ 39 ～

知っ得！消費生活

消費生活センターへ次のような相談が急増しています。

【相談事例1】

パソコンでアダルトサイトを検索し、質問に「はい」のボタンを押したら画面が進み、登録が完了。3日以内に7万円入金するようにと画面に表示。画面を閉じて同じ画面が現れ、シャットダウンして再起動しても請求画面が再び出てくる。

【相談事例2】

動画サイトで無料動画を見ていたら、いつの間にかアダルトサイトに接続された。確認画面で年齢認証に答えたら登録になり、12万円を支払うようにとの請求画面が表示された。

◆サイトを利用するときの

注意

これらの事例は、ワンクリック請求や振り込み詐欺と手口は類似し、不当請求と思われる請求通り急いで払わないで、消費生活センターへご相談を。

▼注意点：①アダルトサイトの利用規約などの表示を十分に確認する。②安易に「はい・イエス・OK・入場する・ENTER」などクリックしない。③アダルトサイトから安易にプログラムダウンロード、インストールを行わないこと。④小・中・高校生にパソコンを利用させる場合には、フィルタリングソフトの導入など、インターネットの利用方法について家族でよく話し合い、ルールを決め

ストレスと食事



— 98 —

元気な食卓

182



新タマネギと豚肉のサラダ

いろいろ食べて生活習慣病予防！

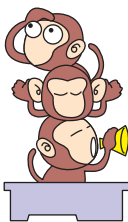
材料（4人分）

新タマネギ中1個、豚細切れ100g、かたくり粉、塩・コショウ、揚げ油。
【調味料】酢大さじ4、だし汁大さじ4、しょうゆ大さじ1、赤唐辛子1／2本、砂糖大さじ2、塩少々。

作り方

①酢、だし汁、しょうゆ、砂糖を良く混ぜ、塩で味を調える。赤唐辛子は輪切りにする。
②新タマネギを薄くスライスし、水にさらす。
③②のタマネギは水をよく切り、①に入れ軽く混ぜる。
④豚肉に、塩・コショウをふり、かたくり粉をまぶしてカラッと揚げる。
⑤④が熱いうちに①に入れてよくからめる。
エネルギー 137kcal、たんぱく質 6.4g、脂質 4.3g、カルシウム 15mg、塩分 0.5g。
提供…地区健康推進員のみなさん。

こちら編集室



よく見…よく聞き…正しくお知らせ秘書広報課広報広聴班