



広 報 いんざい

10.1

平成28年(2016)10月1日号
No.816

- 広報いんざいリニューアル…………… 1
- ファミリーサポートセンター…………… 2
- 印西市民文化祭を開催…………… 2
- おでかけインフォメーション…………… 6

「広報いんざい」リニューアル 新たな発想で



平成23年4月から約5年間採用してきた紙面を、
より見やすく、より親しまれる広報紙を目指して見直しました。
今回のリニューアルでは、市のお知らせをしっかりお伝えすることはもちろん、
まちの魅力を再発見し新たな魅力に気づいてもらいたい、
たくさんの市民のみなさんに広報紙に登場していただきたい……そんな想いから内容を一新しました。

リニューアルのポイント



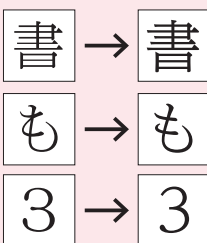
1 市の魅力をたくさんの写真で紹介

1日号は6・7面をカラーにして、市のイベントやまちの話題を掲載。写真をメインに市の魅力やまちの話題を発信します。



2 読みやすい広報紙へ

見やすく、読み間違いの少ない「ユニバーサルフォント」を採用しました。また、各コーナーにアイコンやイラストなどを使用し、情報を探しやすくしました。



3 市民のみなさんが登場する新コーナー

「smileいんざい人」(1日号)
地域で輝く市民のみなさんを紹介します。



住みよさ実感(1日号)
印西市の住みよさや魅力を
広報レポーターの視点で紹介します。



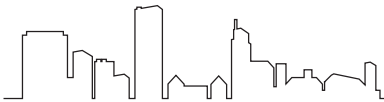
「INZAIライフ」(15日号)
まちづくりのタネをまき、花を咲かせる取り組みをしている
市民団体を紹介します。

マチイロ



「広報紙」が「マチイロ」にリニューアル
広報紙をスマートフォンなどに自動配信するアプリ「広報紙」が
リニューアルされました。サービス名を「マチイロ」に変更し新たな
機能が追加されました。既にご利用の人は自動的にアップデート
されます。アプリのダウンロードは左記QRコードから。

1日号を「特集号」として情報を充実し、
15日号を「お知らせ版」として市政情報やお知らせ情報を中心に掲載します。



子育てを応援します

印西市ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートセンターとは、子育てを手伝ってほしい人(利用会員)と、子育てをお手伝いできる人(提供会員)が会員となって、一時的な子どもの預かりなどの援助活動を有償で行う組織です。

「仕事で保育園や幼稚園の迎えが間に合わない」「用事で出かけるので子どもを預かってほしい」ときなど、ファミリーサポートセンターにご連絡ください。

利用方法

子育てを手伝ってほしい人(利用会員)も子育てをお手伝いできる人(提供会員)もファミリーサポートセンターに登録する必要があります。

◎利用会員 市内在住で、生後6カ月以上小学6年生以下のお子さんがある人が対象です。現在、約440人が登録しています。

お手伝いの内容

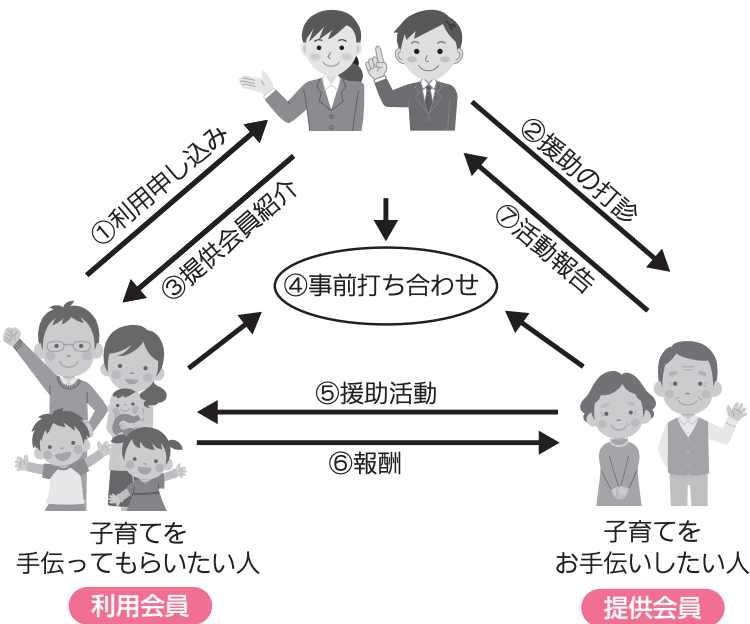
- 保育園・幼稚園などの開始前や終了後の預かりと送迎。
- 学校の放課後、学童保育などの終了後の預かり。

録しています。

◎提供会員 市内在住の20歳以上で、子育て支援に理解と熱意のある人が対象です。現在、約80人が登録しています。

ファミリーサポートセンターの仕組み

ファミリーサポートセンターアドバイザー



利用の流れ

会員登録

ファミリーサポートセンターで登録

サポートの申し込み・依頼

サポートの申し込みがあった場合、ファミリーサポートセンターから提供会員を紹介

事前打ち合わせ

提供会員と利用会員、アドバイザーが事前に打ち合わせ

援助の提供

提供会員が打ち合わせのとおり子育てをサポート

報酬の支払い

利用会員から提供会員へ報酬を支払い

支援を受けた場合、利用会員は提供会員に報酬を支払います。報酬額は下表のとおり。

ひとり親家庭等利用料助成

母子家庭の母、父子家庭の父などが利用した時に、その費用の一部を助成します。受給資格の手続きや所得による制限などもあります。詳細は、市役所市民生活課までお問い合わせください。

提供会員報酬

	時間帯	報酬額／時間
平日	6:00～22:00	700円
	上記以外	900円
土・日曜日、祝日、12月28日～1月4日	終日	900円

※援助時間は原則6:00～22:00

登録方法

● 冠婚葬祭や学校行事に出席するときなどの預かり。

登録者(保護者)の写真(3cm×2.5cm)、住所が確認できるもの、印鑑を持参してファミリーサポートセンターへ。

【ひとり親家庭等利用料助成】子育て支援課子育て支援班(☎内線246)

しくは、左記までお問い合わせください。

◎会員の登録・利用方法

印西市ファミリーサポートセンター(☎48-5728・中央南一丁目4番地)



市制施行20周年記念事業



印西市民文化祭を開催

市民のみなさんが、日ごろの芸術活動や文化活動の成果を発表します。市内4つの会場でさまざまなジャンルの展示・発表・大会・催しを行います。市内が彩られる20周年の秋を、お楽しみください。

生涯学習課文化班(☎内線544)

●発表部門

内容	開催日・開演時間	会場
日本の伝統芸能鑑賞会	10月30日(日)・13:00～	文化ホール ※満席の場合は、入場できません
合唱の集い	11月3日(祝)・13:20～	
能楽の集い	11月5日(土)・13:30～	
舞踊と邦楽の集い	11月6日(日)・10:30～	
歌謡の集い	11月12日(土)・10:00～	
民謡の集い	11月13日(日)・13:00～	
ダンスフェスティバル	11月20日(日)・11:30	



●催し部門

内容	開催日時	会場
お茶会(体験あり)	11月5日(土)～11月6日(日) 11:00～15:00	イオンガーデンコート
押花キーホルダー作りなど	11月3日(祝)・11:00～15:00	
陶芸体験	11月12日(土)・11:00～15:00 11月13日(日)・10:00～15:00	
スタンプラリー	11月5日(土)・6日(日)・12日(土)・13日(日)・10:00～17:00 先着各100名	イオンモール
鉄道模型運転会	11月12日(土)・13:00～17:00 11月13日(日)・9:30～15:00	文化ホール(多目的室)

オープニングイベントでは「日本の伝統芸能鑑賞会」を開催します

◎能「羽衣」観世流

シテ：松木千俊。ほか出演。

◎邦楽

●三味線音楽についてのお話…

常磐津文字蔵。ほか出演。

●歌舞伎囃子についてのお話…

望月彦聖。ほか出演。

◎日本舞踊

常磐津 忍夜恋曲者「将門」

藤間宗園・藤間瑠瀧

10月30日(日)

開場…12時30分

開演…13時

文化ホール

直接会場へ

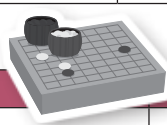
●展示部門

内容	開催日時	会場
華道	11月5日(土)～11月6日(日) 10:00～	イオンガーデンコート
山草	11月1日(火)～4日(金) 10:00～(11/4は12:00まで)	イオンホール (17:00まで開催)
盆栽	11月4日(金)～6日(日) 10:00～(11/4は15:00～)	
絵画等	11月1日(火)～6日(日)・10:00～	
美術工芸・写真・書道・俳句・手工芸・その他	11月8日(火)～13日(日)・10:00～	
菊花展	11月4日(金)～6日(日) 4日(金)14:00～6日(日)15:00まで	文化ホール



●大会部門

内容	開催日時	会場
俳句大会	11月4日(金)・10:00～	中央公民館
短歌大会	11月6日(日)・10:00～	
囲碁大会	11月13日(日)・9:30～	総合福祉センター
将棋大会	11月20日(日)・9:30～	



10月は水質浄化推進運動月間

いんざいは水辺に囲まれたまち
みんなで水質浄化に取り組もう

印西市に隣接する印旛沼・手賀沼は、飲料水や農業用水、工業用水の水源となっています。また、水産漁場や市民の憩いの場としても利用されるわたしたちの貴重な財産です。

しかし、残念なことに、平成26年度の全国湖沼の水質データでは、水質の指標となる値が環境基準を超え、印旛沼が全国ワースト1位、手賀沼がワースト6位となっていました(環境省資料)。

このため、印西市を含む流域市町と千葉県、関係団体では、さまざまな水質浄化対策に取り組んでいます。なかなか改善されません。水質を改善させるには、流域住民の協力が必要です。みなさんも、次の浄化対策を実践し、水質浄化にご協力ください。

☎環境保全課環境保全班(☎内線368)

家庭でできる浄化対策

- ①流しでは、ろ紙袋などを使用し、調理くずを流さない。
- ②油はできる限り使いきり、流さない。
- ③食器、鍋などの油は布でふき取ってから洗う。
- ④米のとぎ汁は、植木にまく、無洗米を使うなどしてできるだけ流さない。
- ⑤洗車はバケツを使用し、洗剤は控えめにする。
- ⑥石けん・洗剤は適正量を使用する。
- ⑦沈殿槽の設置、側溝の清掃を心掛ける。
- ⑧単独浄化槽から合併処理浄化槽へ転換する。

10月1日は
浄化槽の日

浄化槽の機能を十分に発揮させるには、専門業者による適正な設置工事と保守点検・清掃、指定機関による法定検査が必要です。浄化槽の正しい使用と管理を徹底しましょう。
☎(一社)千葉県浄化槽協会(☎043-246-2355)

介護職員を目指す人を応援します

介護職員初任者研修を受講し、市内の介護保険サービス事業所に就業する人を対象に、5万円を上限として、補助金を交付します。



補助要件

- 次のすべてに該当すること
- 平成28年4月1日以降に介護職員初任者研修の受講を開始し、申請の日において修了していること。
- 平成28年1月1日以前から市内に住所を有し、住民基本台帳に記録されていること。
- 介護職員初任者研修修了後、原則として、平成29年4月1日までに、介護職として、市内の介護保険サービス事業所に就業すること(常勤・非常勤を問わず)。
- 市税に滞納がないこと。
- 平成29年3月31日までに、介護職員初任者研修にかかる受講料の支払いを終えている

補助対象経費

介護職員初任者研修にかかる受講料と教材費に1/2を乗じて得た額(上限額5万円)10円未満切り捨て。

申請方法

所定の申請書(介護保険課で配布、市ホームページからダウンロードも可)に必要事項を記入し左記へ。
※詳しくは左記までお問い合わせください。
☎介護保険課介護保険班(☎内線212)

みんなが幸せな明日へ 人権擁護委員をご存じですか

人権擁護委員は、法務大臣から委嘱を受けた民間の人たちで、市区町村の単位で活動するボランティアです。地域や小・中学校などで人権の大切さを伝える啓発活動や人権相談を受けています。

●市の人権擁護委員を紹介します。

上條眞由美氏、今村朱實氏、荒木充氏、林悦夫氏、服部恵美子氏、中嶋加奈江氏、伊賀崎眞理子氏、森園高進氏、馬場正実氏(新規10月1日任命)以上9名(順不同)

お気軽にご相談ください

いじめ、誹謗中傷などお困りの場合はご相談ください。無料で秘密厳守です。開催日時は本紙11ページに掲載しています。

☎市民課戸籍班(☎内線232)

不法投棄

から地域をまもろう

不法投棄は、まちの景観を損なうだけでなく、有害物質が漏れる恐れがあり、土壌や地下水、河川が汚染されるといった環境問題につながる犯罪行為です。市では、不法投棄の撲滅に取り組んでいます。みなさんの協力が必要です。まちを守る取り組みにご協力をお願いします。

不審な現場を見かけたら 通報してください

不法投棄の疑いのある不審な現場の例

- ①工事現場でもないのに、重機を使つて不自然な穴を掘っている
- ②廃棄物の処理施設でないのに、廃棄物が集められている
- ③早朝、深夜に、見かけないダンプが出入りしている
- ④人目のつきにくいところや倉庫に、突然たくさんドラム缶があつめられている
- ⑤行為者・車両などの情報(重機やダンプの表記、車両ナンバーなど)
- ⑥通報者に関する情報は、秘密を厳守します。

連絡先

- 市役所、最寄りの警察または産廃・残土県民ダイヤル(☎043-223-3801)に通報しましょう。
- 土地の所有者は適正な管理を
- 土地や倉庫を貸すときは、相手方や事業の内容をきちんと確認しましょう。
- 契約は、内容を理解した上で、必ず書面で結びましょう。
- 道路から奥まった土地や人目につきにくい土地、巡回監視



道路わきに捨てられた家庭ごみ

視、進入防止柵や不法投棄禁止などの警告掲示板を設置するなど、土地所有者として必要な措置を講じましょう。
☎クリーン推進課不法投棄対策班(☎内線384)



じぶんのまちを 良くするしくみ

～赤い羽根共同募金運動にご協力を～

10月1日から赤い羽根共同募金活動が始まります。

共同募金は、スタートから今日まで「寄付する人も寄付を募る人もボランティア」として、みなさん一人ひとりの参加によって成り立ってきました。

集められた寄付金は、福祉ニーズに合わせて、福祉施設や福祉団体、社会福祉協議会などが行う地域福祉活動などを支援するために活用されてきました。誰かのための募金が、自分のまちを良くする活動に使われています。

印西市支会では、町内会や自治会などを通じての募金、駅前での中学生・高校生による街頭募金を実施します。皆さんのご協力をお願いいたします。

☎社会福祉協議会(☎42-0294)

相談



社会保険労務士による 無料年金相談

時10月27日(木)・10時～15時15分
(1人30分)

場印旛支所

国民年金、厚生年金に関すること。
年金制度、年金請求手続きや加入記録
の確認など

定8人

国民年金保険料免除制度の相談や申
請は、市国保年金課、各支所で随時行っ
ています。

申10月13日(木)までに下記まで(先
着順)

※申し込み時に基礎年金番号のわかる
ものをご用意ください。

国保年金課高齢者医療年金班(内
線288)



借金・ヤミ金融に関する 無料相談会in印西

時10月31日(月)・10時～16時(受
付けは午後3時まで)

場市役所会議棟2階203会議室

千葉県と印西市・栄町の共催による
弁護士や司法書士などによる面接相談
借金やヤミ金融で悩んでいる人

定10人

申事前に電話で下記へ(先着順)

国経済政策課経済政策班(内線355)

司法書士無料相談会

時10月12日(水)・18時～20時(受
付けは19時30分まで)

場中央駅前地域交流館

相続・贈与などの不動産登記、多重
債務問題、成年後見、少額訴訟、会社
設立・役員変更などの商業登記、司法
書士業務に関することなど

申予約不要

国千葉司法書士会佐倉支部支部長・菊
地(37-3776)

10月1日は「法の日」 行政書士による無料相談会

時10月5日(水)・13時～16時

場市役所会議棟201会議室

相続、遺言、成年後見、各種許可
など

申事前に下記へ(当日会場で受け付け
も可)

国千葉県行政書士会印旛支部・本橋
(090-2259-8563)

調停委員、弁護士による 調停無料相談

時10月29日(土)・10時～16時

場中央駅前地域交流館2号館

離婚(財産分与・年金分割など)、親
子関係(養育費・面会交流など)、遺産
相続、金銭貸借、賃貸借、土地・建物、

交通事故、近隣とのトラブルなど

申当日会場で受け付け(先着順)

国千葉地方裁判所佐倉支部庶務課(3
043-484-1215)

働く



シニアのキャリアデザインセミナー &出張就労相談会in白井

時11月2日(水)・【セミナー】10時～12
時30分、【就労相談会】13時30分～

場白井市高齢者就労指導センター(シ
ルバー人材センター内)

多様な働き方の現状や新しい仕事
観・採用の具体的事例をテーマとした
セミナーと就労に関する相談会(セミ
ナー、就労相談は雇用保険受給者の活
動実績となります)

原則55歳以上の人(就労相談会は年
齢問わず求職中の人)

定【セミナー】30人【就労相談会】4人

申事前に電話で下記へ(先着順)

※セミナーまたは相談会のみ参加可

国経済政策課経済政策班(内線355)、
セミナーについては千葉県ジョブサ
ポートセンター(043-245-9420)

シニア従業員の仕事説明会

時10月26日(水)・10時～12時

場市役所会議棟2階204会議室

㈱セブン-イレブン・ジャパンと市
が共催で、シニア向けに多様な働き方
説明会と相談会を開催します

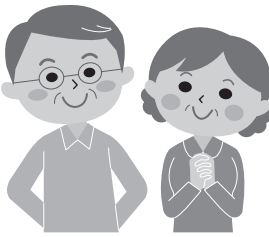
60歳以上の人

定30人

他面接などは行いません

申事前に電話で下記へ(先着順)

国経済政策課経済政策班(内線355)



税金



年末調整等説明会を開催します

時11月9日(水)・13時30分～

場市役所3階大会議室

平成28年分の年末調整のしかた、
法定調書、給与支払報告書の作成に関
すること

源泉徴収義務者

国成田税務署法人課税第2部門(28-
5151※音声案内で「2」番(税務署)を
選択)、市役所市民税課市民税班(内
線326)

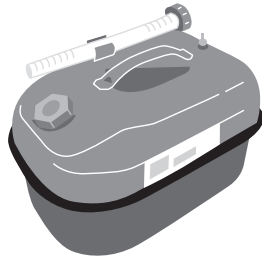
軽油引取税

1 軽油は県内で買ひましょう！

軽油引取税は、軽油を購入した販売
店の所在する県の収入になり、教育・
福祉・道路整備などに使われます。

2 NO！不正軽油宣言

不正軽油の製造・販売・使用は、軽
油引取税の脱税だけではなく、県民の



健康や地域の環境に悪影響を与える悪
質な犯罪行為です。

不正軽油の流通を防止するため、「買
わない」「売らない」「使わない」

不正軽油の販売や使用の防止にご協
力をお願いします。

国千葉県佐倉県税事務所・軽油引取税
課(043-483-1116)

農業



農業振興地域整備計画の 変更願い(農振除外)

市では、11月に農業振興地域整備
計画変更に係る協議会の開催を予定し
ています。

農振農用地に指定されている土地に
住宅などを計画する場合には、農振農
用地からの除外手続きが必要です。

また、農業用倉庫など、いわゆる農
業用施設を計画する場合には、農振農
用地の用途区分変更の手続きが必要で
す。

農用地区域からの除外などを計画し
ている人は、事前に農政課と相談の上、
10月31日(月)までに計画変更願いを
提出してください。

国農政課振興班(内線374)

その他

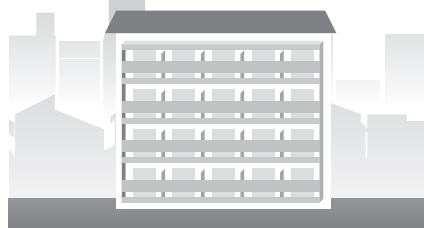


県営住宅空家入居資料を配布

①一般県営住宅…定期募集(4月・7
月・10月・1月)。

②中堅所得者向け住宅…常時募集(毎
月)。

場市役所建築指導課、各支所、中央駅
前出張所、牧の原出張所
国千葉県住宅供給公社 県営住宅管理
部募集課(043-222-9200)、建築指
導課住宅班(内線776)



10月15日(土)～10月21日(金) は違反建築防止週間

違反建築防止週間は、建築基準法に
違反する建築などを防止することを目
的として、毎年実施しています。

建築基準法では、建物の安全性を確
保し、私たちの生命や健康、財産を守
るため、建物の敷地や構造などに關
するさまざまな基準を定めています。

○建築物を建築する時には、手続きが
必要です

建築基準法などの法令で定める基準
や手続きを守り、適正に工事を進めま
しょう。

○違反建築パトロールの実施

違反建築防止週間の期間中に、安全
な工事現場であることの確認や、必要
な手続きを行って建築しているか、市
内のパトロールを実施します。

国建築指導課審査指導班(内線775)

ご存じですか？労働委員会 ～個別的労使紛争のあっせん～

千葉県労働委員会では、個々の労働
者と使用者の間で生じた解雇・パワハ
ラ・労働条件の不利益変更などの労働
関係のトラブルについて、労働委員会
の委員が間に入って、双方の歩み寄り
による円満な解決を目指す「個別的労
使紛争のあっせん」を無料で行っていま
す。

労働者、使用者

国千葉県労働委員会事務局(043-2
23-3735)

10月31日(月)は納期限です

市民税・県民税第3期、国民健康保険税第4期、 後期高齢者医療保険料第4期

10月31日(月)は市民税・県民税第3期、国民健康保険税第4期、後期高齢者
医療保険料第4期の納期限です。納め忘れのないようにお願いします。

国【市民税・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税】納税課収納管理班
(内線316)。

【国民健康保険税】国保年金課資格保険税班(内線283)。

【後期高齢者医療保険料】国保年金課高齢者医療年金班(内線299)。

火災など発生件数(印西市内)

平成28年8月31日現在

	8月	今年の累計	昨年との 比較
火災	1	17	-10
救急	283	2,403	12
救助	3	26	-10

交通事故発生状況

平成28年1月1日～8月31日

	人身事故 発生数	傷者数	死者数
千葉県	11,370	14,140	107
印西警察署 管内	261	342	3
印西市内	157	210	2

全国死者数2,449人
千葉県ー全国ワースト2位ー

お知らせ

Information

スポーツ



スポーツ推進委員連絡協議会 によるニュースポーツ教室

時①10月7日(金)、①14日(金)、②21日(金)、②28日(金)・19時～21時
場①小林中学校体育館②原小学校体育館
内種目「ミニバドミントン」「ワンバウンドふらばーるバレーボール」
対小学1年生以上(小学生は保護者同伴)
¥無料
他運動のできる服装で体育館シューズ、着替え、飲み物など持参
印当日会場で受け付け
問スポーツ振興課振興班(☎42-8417)

市民バスケットボール大会

時11月19日(土)・19時～、20日(日)・9時～、27日(日)・10時～
場松山下公園総合体育館
対代表者が市内在住、在勤で16歳以上の人
¥市バスケット協会加盟団体1,000円、非加盟団体5,000円
定男子1部16チーム、2部6チーム、女子8チーム
印10月14日(金)までにメールで下記へ(先着順)
問市バスケットボール協会・中島(☎090-8491-9505・✉inzaibba@yahoo.co.jp)

市民パークゴルフ大会

時10月21日(金)・9時～
場泉公園パークゴルフ場
対市内在住の人
定160人
¥500円(市パークゴルフ協会会員は無料)
印10月11日(火)までに電話で下記へ。
問塩谷(☎47-1469)、小宮(☎47-2881)



クラブ1本で気軽に楽しめます

市制施行20周年記念事業 印西市長杯ジュニアサッカー CHAMPIONSHIP 2016

時11月27日(日)・8時30分～
場松山下公園陸上競技場
対①市内在住の小学1、2年生が参加する市内のチーム②市内在住の小学1、2年生が参加する市外のチーム
※いずれもスポーツ傷害保険に加入していること

定各8チーム(1チームに監督1人、コーチ2人以内、選手10人以内)
¥無料
印10月28日(金)までに申込書を下記までFAX、メール、郵送または持参(先着順)
※申込書は、10月4日(火)からふるさとづくり推進課、松山下公園総合体育館内で配布(市ホームページからダウンロードも可)
問ふるさとづくり推進課ふるさとづくり推進班(☎内線465・FAX42-5800・✉furusatoka@city.inzai.lg.jp)

募集



学童保育指導員(登録制)

◎勤務時間…通常下校時～19時。土曜日と夏休みなどは8時～19時(1日6時間程度)
◎賃金…時給920円
場市内学童クラブ
対心身ともに健康な人で、保育に対する理解が深く、熱意のある人
印履歴書(写真貼付)と登録用紙を下記まで郵送または持参
※保育課で配布(市ホームページからダウンロードも可)
問保育課管理班(☎内線224)

保育園非常勤職員(登録制)

◎勤務時間…①平日・7時～19時、土曜日・7時～17時の間で、1日7.5時間程度、または1日6時間程度、週20時間未満②平日・7時～9時30分、16時～19時の延長保育時間
※園の状況により勤務時間が多少異なります
◎賃金…時給【保育士】1,100円、【看護師】1,250円、【資格のない人】950円
場市立保育園
内保育に関すること
対①保育士または看護師の資格を持ち、健康で保育の仕事に情熱がある人②健康で保育の仕事に情熱がある人(保育士の資格の有無は問いません)
印履歴書(写真貼付)を下記へ持参
問保育課保育班(☎内線223)

いんざい福祉まつり 「福祉バザー品の募集」

◎いんざい福祉まつり
時11月6日(日)
場総合福祉センター
内詳細は広報いんざい10月15日号でお知らせします。
◎福祉バザー品の募集
時10月3日(月)～10月21日(金)・9時～17時
※土、日、祝日を除く(社会福祉協議会は土曜日でも受け付け可)
場印西市社会福祉協議会(総合福祉センター内)、印旛支所、本埜支所
対提供品は食料品(賞味期限が2カ月

以上あるもの)、日用雑貨、お手製品、食器など
他新品のものに限ります。中古衣料、家電製品、人形、家具などはご遠慮ください
問印西市社会福祉協議会(☎42-0294)

印西市安全で安心な まちづくり推進協議会の委員

印西市安全で安心なまちづくり推進協議会は、市長の諮問に応じ、犯罪のない安全で安心なまちづくりを推進するための必要な施策について、調査・審議をする機関です。
◎任用期間…委嘱の日から2年間
◎報酬…日額7,500円
対市内在住の満18歳以上(10月1日現在高校生を除く)で、年数回の会議(原則として平日の昼間に開催)に参加できる人
※ほかの付属機関の委員になっている人は応募不可
定2人以内
印10月31日(月)(消印有効)までに応募用紙と小論文(テーマ「安全で安心なまちづくりについて」原稿用紙に800字程度)を下記へ郵送または持参
※応募用紙は、市役所行政資料コーナー・市民安全課、各支所・出張所・公民館・図書館で配布(市ホームページからダウンロードも可)
◎選考方法…原則書類審査で選考。必要に応じ、面接を実施。選考結果は応募者全員に通知します
問市民安全課安全パトロール班(☎内線714)

行政改革推進委員

行政改革推進委員は、市長の諮問に応じて、市の行政改革の推進に関する重要事項を調査、審議する機関です。
◎任用期間…委嘱の日から3年間
◎報酬…日額7,500円
対市内在住、在勤の満18歳以上(10月1日現在、高校生を除く)で、年2～3回程度の会議(原則として平日の昼間に開催)に参加できる人
※ほかの付属機関の委員になっている人は応募不可
定3人以内
印10月20日(木)(消印有効)までに応募申込書と小論文(第5次印西市行政改革大綱を一読しテーマ「私の考える行政改革について」400～800字程度)を下記へ郵送または持参
※応募申込書は、市役所行政資料コーナー・行政管理課、各支所・出張所・公民館・図書館で配布(市ホームページからダウンロードも可)
◎選考方法…原則書類審査。必要に応じ、面接を実施。選考結果は応募者全員に通知します
問行政管理課行政管理班(☎内線492)

国保・年金



国民年金の独自給付制度

国民年金には、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金のほかに次の

給付があります。

【付加年金】

定額の保険料に月額400円の付加保険料を合わせて納付することで、老齢基礎年金に上乗せされて支給される年金です。
○付加年金額…200円×付加保険料納付月数で算出(物価スライドはありません)。
○付加保険料…申し込んだ月分から納付可能。
○対象者…国民年金の支払いをしている第1号被保険者または任意加入者で、学生納付特例や免除などを受けていない人、国民年金基金に加入していない人。

【寡婦年金】

加入期間が第1号被保険者期間のみで、保険料納付期間と免除期間を合わせて25年(300月)以上ある夫が死亡したときに、夫に生計を維持されていた妻(婚姻期間が10年以上)に、夫が受けることができた老齢基礎年金額(付加年金は除く)の4分の3の額を、60歳から65歳までの間受けられる年金です。
※死亡した夫が障害基礎年金を受けていた場合は、支給されません。

【死亡一時金】

第1号被保険者(任意加入被保険者を含む)として国民年金保険料を3年(36月)以上納付した人が、年金を受けずに死亡したときは、その人と生計を同じくしていた遺族が受けることができます。

【脱退一時金】

国内に居住する期間が短い日本国籍を有しない外国人に支給する制度です。
第1号被保険者として保険料納付済期間(免除期間含む)が6月以上あり、国民年金からいづれの給付を受けずに出国した場合、2年以内に請求することにより、納付月数に応じた一時金を受けることができます。
問国保年金課高齢者医療年金班(☎内線288)

国民年金の保険料は、 前納がお得です

保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があり、口座振替、納付書(現金)納付、クレジットカードで納付することができます。
【2年前納】口座振替
【1年前納、6カ月前納】口座振替、納付書納付、クレジットカード納付

保険料の比較

	前納額	割引額	納付期限
10～3月分(6か月)	96,770円	790円	平成28年10月31日
11～3月分(5か月)	80,770円	530円	平成28年11月30日
12～3月分(4か月)	64,720円	320円	平成29年1月4日
1～3月分(3か月)	48,620円	160円	平成29年1月31日
2～3月分(2か月)	32,470円	50円	平成29年2月28日

*金額は、納付書(現金)納付の場合です。
*前納を希望する人は、船橋年金事務所までお申し出ください。

問船橋年金事務所(☎047-424-8811)、市高齢者医療年金班(☎内線288)

記念事業

笑顔が輝きました

いんざいふるさとまつり

8月27日
土

木下交流の杜広場は、雨もちらつくあいにくの曇り空。しかしそんな天気もなんのその、皆さんのまぶしい笑顔がはじけた1日でした。

会場にはかき氷や果物、焼き鳥やせんべいの模擬店や、ストラックアウトのゲームを楽しむ縁日コーナーなどが立ち並びにぎわいました。

その一方で、会場を望む展望ステージでは印旛明誠高校の吹奏楽や、大きな輪で一体となった印西音頭・木下音頭などさまざまな催しが行われ、大抽選会では当日配布されたリストバンドが抽選券となり、豪華賞品に盛り上がりしました。夜には会場を練り歩く神輿とステージの太鼓、お囃子が競演し、会場は熱気に包まれました。

ぶらり印西めぐり

川と歴史とコスモスのまちを歩こう

10月15日
土22日
土

JR東日本主催の「駅からハイキング」が印西市で開催されます(成田線活性化推進協議会協力)。約9km、所要時間約3時間30分のコースです(施設での見学時間を除く)。秋空の下、気持ち良い汗をかきませんか。

●主なコース：木下駅→ひょうたん島池→竹袋稻荷神社→木下万葉公園→木下交流の杜歴史資料センター→六軒巖島神社(横綱 鳳の碑)→川の停車場→若山牧水の碑→木下駅。

開午前9時～午前11時15分(スタート受け付け)

※受け付け後、順に出発。

場JR成田線木下駅改札前

用不要

問駅からハイキング事務局(☎03-5719-3777)

※月曜～金曜日の午前10時～午後5時(祝日を除く) コスモス咲き乱れるひょうたん島池

プロゴルファーの迫力あるプレーを間近で体感
男子プロゴルフトーナメントを
観に行こう

今年で4回目を迎える男子プロゴルフトーナメント「HEIWA・PGM CHAMPIONSHIP」が、昨年に引き続き印西市で開催されます。

大会期間中、会場内のギャラリープラザでは市のPRブースを設置し印西手焼きせんべいなどを販売。大人から子どもまで楽しめるさまざまなイベントが行われます。

●千葉県・印西市後援、印西市教育委員会協力。

場総武カントリークラブ総武コース

他入場にはチケットが必要です。チケット情報は大会ホームページ(HP <http://heiwa-pgm-championship.jp>)でご確認ください。

問HEIWA・PGM CHAMPIONSHIP大会事務局(☎03-3839-0721)、市役所ふるさとづくり推進課(☎内線465)

予選ラウンド

11月3日
祝4日
金

決勝ラウンド

11月5日
土6日
日

おでかけインフォメーション!!

江戸時代から伝わる幽玄な舞

10月16日
日県指定無形民俗文化財
浦部の神楽

十二座神楽とも呼ばれ、神話が題材のものを中心に12の演目が演じられます。

開10月16日(日)午後1時30分～
場浦部鳥見神社
問生涯学習課文化班(☎内線544)



地元中学生による浦安の舞

10月17日
月県指定無形民俗文化財
鳥見神社の神楽

大和神楽とも呼ばれ、演目は神話や郷土の農耕生活を題材としています。

開正午～午後4時

場中根鳥見神社

問生涯学習課文化班(☎内線544)



(上)おのころ島起源のたけみかづち
(左)赤狐・白狐が生命の喜びを表現



市制施行20周年記念事業

コミュニティセンター祭り

サークルの発表や模擬店など盛りだくさん。永治・船穂は小学校と共催。

フレンドリープラザ祭り
10/22(土)・23(日)

開午前10時～午後4時

※23日(日)は展示、体験、模擬店のみ午後3時30分まで。

場フレンドリープラザ(☎46-8611)

永治プラザ祭り&
永治小学校紅葉祭

11/6(日)

開午前8時30分～午後4時

場永治プラザ、永治小学校

問永治プラザ(☎42-1101)

ふなほフェスティバル「船コミまあち&ふなほまつり」10/23(日)

模擬店など出店募集中。出店希望の人は、10月14日(金)までに下記へ。

開午前8時30分～午後4時

場船穂コミュニティセンター、船穂小学校

問船穂コミュニティセンター(☎48-5311)



3匹の獅子が 力強い舞を披露 別所の獅子舞

8
24
水

別所地区の伝統行事である、市指定無形民俗文化財の獅子舞が行われました。舞は1匹の女獅子と、雄獅子・中獅子2匹の男獅子により行われ、約800年前、悪霊退散と作物の害を払うことを祈願して始まったといわれています。

16時の花火の後、地藏寺を出発した一行は地藏尊へと向かいました。女獅子のしなやかな舞から始まり、男獅子は勇猛な舞を披露。弓に見立てた竹をくぐる弓掛かりや、子どもたちの花笠との舞も行われました。昔は一番の武器とされていた弓を取ることで災難がないよう祈り、4つの花笠と舞うことで、四方の悪霊をはらうといわれています。当日は少し前まで降っていた雨により土が香り立つ中、笛と太鼓の音が響き、3匹の獅子が次々と舞いました。



雄獅子と中獅子の掛け合い

中学生海外派遣研修 in Australia 肌で学んだオーストラリア

8
20
土 ~ 26
金



(上) 近代建築のオペラハウスを見学



(左) 日本の絵本を使って現地生徒と交流

びました。2日目から3日間は、ホームステイ先から現地校へ通学し、日本でALT経験のあるオーストラリア人との英語研修や現地生徒との交流授業を行いました。5日目は世界遺産であるブルーマウンテンに行き、動物園ではオーストラリアの動物たちと触れ合い、充実した1週間となりました。

市制施行20周年記念事業として、市内在住の中学2・3年生20人がオーストラリアのシドニー市内にホームステイをしながら、現地の協力校で英語研修と交流を行いました。

20日、市役所で出発式を終え、その夜にオーストラリア向け成田空港を出発。翌朝シドニー空港に到着後、1日かけてシドニー市内でオーストラリアの歴史と文化を学



あなたの目線でいんぎの魅力を発信する「広報レポーター」を募集します。紹介したい市内のスポット、行事、文化や祭りなどを取材して、このコーナーで紹介してみませんか。詳しくは市ホームページから「広報レポーター」で検索してください。問広報広聴課(☎内線418)。

深呼吸したくなる豊かな緑と水辺の公園

牧の原小学校の西側に、昨年開園した別所谷津公園があります。すべり台などの遊具がある広場を抜けると、森と水辺が目の前に広がります。ちょっと遠くまで旅行に来た気分、公園の木漏れ日の中をゆっくり歩いて行くと、鳥のさえずりが降ってくるように感じられ、思わず深呼吸をしていました。1時間ほど公園を歩いたら森の空気に癒されて、すっきりとした気分になりました。

これからの時期、木々の葉が徐々に色づいて紅葉を見ることができるのも魅力です。見れば見るほど発見がある、さまざまな生物が息づく公園。自分だけの秋を見つけに、また足を運ぼうと思います。

場別所谷津公園(牧の原3-2)



季節の植物を探して



あずまやから公園を一望



歩きやすい園路

講座・催し

金額のないものは無料

Lecture and Event

東京電機大学の学生による「マイペースパソコン塾」

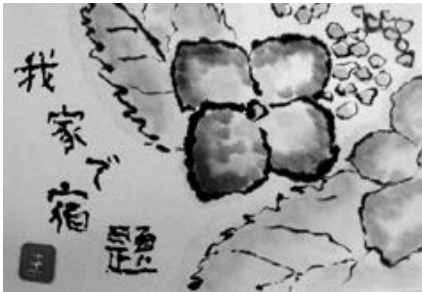
時10月15日(土)、29日(土)、11月12日(土)、26日(土)、12月3日(土)・10時～12時、13時～16時
場中央公民館
内パソコン操作の疑問に対して学生たちが相談に応じます
他パソコンは各自持参、インターネット、印刷は不可、入退室自由
閤中央公民館(☎42-2911)

不審者対応入門

時10月29日(土)・10時～11時30分
場小林公民館
○講師…印西警察署署員
内自宅や公共施設に不審者が侵入してきた時の対応を講義と実技で学びます
対成人
定25人
申10月1日(土)・午前9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤小林公民館(☎97-0003)

初心者のための絵手紙教室

時11月6日(日)、20日(日)、12月4日(日)・10時～12時(全3回)
場印旛公民館
内絵手紙の書き方のポイントやコツを学びます
対市内在住ですべての回に参加できる人
定12人
¥800円(道具代)
他筆を洗う缶、ぞうきん、持っている人は水彩絵の具を持参
申10月5日(水)・午前9時から電話で下記へ(先着順)
閤印旛公民館(☎98-0427)



絵も言葉も自分流です

男の料理教室

時11月12日(土)、12月10日(土)、平成29年1月14日(土)、2月10日(金)・10時～13時(全4回)
場本埜公民館
対市内在住の成人男性で3回以上参加できる人
定10人
¥各回1,200円(材料代)
申10月6日(木)から20日(木)までに下記窓口へ(先着順)
閤本埜公民館(☎97-2011)

ふるさと再発見～秋の自然観察会～

時11月5日(土)・9時30分～12時
場本埜第一小学校駐車場集合
内里山の会「エコモ」の案内で本埜第一小学校の周辺を歩いて観察します
対市内在住、在学の小学生(3年生以下は保護者同伴)
定30人
¥30円(保険代)
他帽子、長袖シャツ、長ズボン、運動靴、水筒、持っている人は虫取り網・虫カゴなどを持参
申10月23日(日)までに電話または下記窓口へ(先着順)
閤本埜公民館(☎97-2011)



パソコンで年賀状づくり

時11月2日(水)、9日(水)・9時30分～12時30分(全2回)
場中央駅前地域交流館2号館
内ワードの基本操作、標準機能を学び、年賀状づくりを体験します
対市内在住、在勤でマウスとキーボードの操作ができるパソコン初心者で、すべての回に参加できる人
定20人
¥500円(テキスト代)
申10月4日(火)・9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤中央駅前地域交流館(☎46-5111)

そうふけ図書館「大人の図書館探検隊」

時10月28日(金)・9時30分～11時30分
場そうふけ図書館
内本のカバーかけ、配架など、図書館の業務や館内を見学します
対成人
定4人
申10月4日(火)・9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤そうふけ図書館(☎45-2566)

おはなし会&ぬいぐるみのおしゃんお泊り会

時10月30日(日)・14時～
場本埜図書館
内ぬいぐるみやお人形と一緒に参加できるおはなし会です。お泊り会に参加するぬいぐるみは夜の図書館探検に招待します
対幼児から
定おはなし会40人
お泊り会10人
申お泊り会の参加希望者は10月4日(火)・9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤本埜図書館(☎97-3210)

骨盤底筋を鍛えるストレッチ講座

時10月21日(金)・10時～11時30分
場総合福祉センター
○講師…KAORI氏(骨盤底筋エクササイズインストラクター)
内臓を支える骨盤底筋を鍛えて、尿もれや便秘などの体の不調を改善します
対市内在住の60歳以上の人
定25人
他水分補給の飲み物、汗ふきタオル、ヨガマットまたはバスタオルを持参
申10月4日(火)・9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤総合福祉センター(☎42-0144)

高齢者の料理教室

時10月26日(水)・10時～13時
場総合福祉センター
内「旬の食材を簡単に美味しく」をテーマに、食卓に旬の彩りを添える献立を紹介します
対市内在住の60歳以上の人
定16人
¥800円(材料代)
他エプロン、三角きんを持参
申10月4日(火)・9時から電話または下記窓口へ(先着順)
閤総合福祉センター(☎42-0144)

絵手紙講習会

時11月16日(水)・10時～12時
場永治プラザ
○講師…阿久澤登美子氏ほか(印西絵手紙の会)
内絵手紙で年賀状を作ります
定20人
¥400円(材料費)
申10月1日(土)・午前9時から電話で下記へ(先着順)
閤永治プラザ(☎42-1101)

異文化理解講座～シリア～

時10月26日(水)・14時～15時30分
場ふれあいセンターいんば
○講師…ファタヤーニ ターリク氏(シリア出身)
内シリアの文化を学びます。外国人講師が、母国紹介を行います
定30人
申事前に氏名、連絡先を電話またはメールで下記へ(先着順)
閤企画政策課企画政策班(☎内線472・✉kikakuka@city.inzai.lg.jp)

まちづくりコーディネーターのあり方講座

時10月15日(土)・13時30分～16時
場市民活動支援センター(中央駅前地域交流館2号館)
○講師…影山貴大氏(市民活動支援センターコーディネーター)
内まちづくりコーディネーターの行う具体的なアクションについて考えます

対市民活動・地域活動に関わっている人または関心のある人
定20人
申事前に電話またはメールで下記へ(先着順)
閤市民活動支援センター(☎48-4500・✉i.shiencenter@minos.ocn.ne.jp)

「ワールドフェスティバル・イン・印西」開催

時10月30日(日)・11時～14時
場中央駅前地域交流館2号館
内交流パーティー(飲み物、軽食付)、外国民族舞踊、楽器演奏、歌、みんなで踊る印西音頭、居合いの実演など
¥協会会員300円、一般600円(同伴の小学生以下無料)
定100人
申10月15日(土)までに電話またはメールで下記へ(先着順)
閤印西市国際交流協会(☎070-6475-7633・✉inzai.ifa@gmail.com)

資料館講座「巡礼の歴史と民俗―印西大師を中心に―」

時10月22日(土)・14時～16時
場ふれあいセンターいんば
○講師…西村敏也氏
内江戸時代、印西地域に、四国八十八ヶ所を写す(移す)ことで始まった印西大師。印西大師の巡礼、写霊場などを解説します
定80人
申当日会場で受け付け(先着順)
閤印旛歴史民俗資料館(☎99-0002)

手賀沼流域フォーラム講演会

時10月23日(日)・13時30分～16時30分
場我孫子市生涯学習センター
○講師…①岸由二氏(NPO法人小網代野外活動調整会議代表・慶應義塾大学名誉教授)、②長原邦子氏(大津川をきれいにする会代表)
内テーマ①「流域思考の小網代保全」②「大津川に再びホテルを夢みて」
定120人
申当日会場で受け付け(先着順)
閤手賀沼流域フォーラム実行委員会・八鍬(☎090-5217-6699)

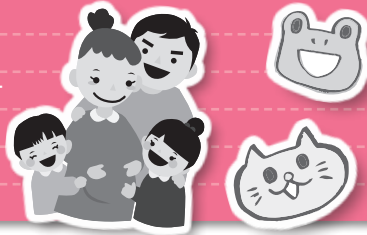
手賀沼流域フォーラム「手賀沼を巡る水と文化の旅」

時10月21日(金)・10時～15時
場北総線千葉ニュータウン中央駅北口ロータリー集合
内千葉ニュータウン中央駅→手賀沼見学(遊覧船)→道の駅しょうなん(昼食、買い物)→将門神社→弘誓院・間引きの絵馬→旧手賀教会堂→千葉ニュータウン中央駅(解散)
対市民
定22人
申事前に電話で下記へ(先着順)
閤印西水と暮らしを守る会・竹内(☎090-3907-8355・✉inzaimizukura@yahoo.co.jp)

たのしくすごそう

子育て♡じかん

☀️子育て支援センター *就学前の子とその保護者向け
★保育園
🌙児童館 *18歳未満の子とその保護者向け



10月の誕生会

☎25日(火)・10:15～☎10月生まれ0歳～未就園児とその保護者 ☎5日(水)・10:00～23日(日)までに電話または窓口で

ベビーマッサージ

☎20日(木)・10:00～11:30 ☎首のすわった3ヶ月～8ヶ月の子とその保護者 ☎20組 ☎5日(水)・10時～電話または窓口で

☀️ 中央駅前地域交流館 (子育てルーム ☎46-5111)

バブバブクラブ

☎毎週火曜日(25日を除く)・10:00～☎3ヶ月～1歳6ヶ月児とその保護者。看護師相談日。質問もできます ☎当日受け付け

ふれあいお茶の会

お茶を飲みながらホッとタイム ☎6日(木)・10:00～☎利用されている全保護者 ☎10組 ☎事前に電話または窓口で

☀️ 小林子育て支援センター (☎80-8700)

簡単クラフト

毎週水曜日・10:00～11:30

元気に遊ぼう

毎週木曜日・9:00～14:30

お話シアター

毎週金曜日・11:30～11:45

☀️ こぎつねコンタの広場 (ふれあい文化館内 ☎45-3800)

おいでよ! わくぽか広場

☎毎週水～金曜日・9:00～14:00。5日(水)～14日(金)ハロウィン制作。13日(木)誕生会11:20～

多世代交流講座(骨盤底筋)

☎21日(金)・10:00～☎未就学児とその保護者 ☎骨盤底筋講座 ☎20組 ☎4日(火)・9:00～電話または窓口で(先着順)

☀️ わくわくぽかぽか広場 (総合福祉センター内 ☎42-0144)

ぽんぽこタイム

☎毎週水曜日～金曜日・10:00～12:00、13:00～15:00 ☎未就学児とその保護者 ☎おはなしわーど、制作デー、リズムでGO! など ☎自由参加

ママのカフェタイム♪

☎26日(水)・10:00～11:30 ☎20組 ¥150円 ☎お茶セットを持参 ☎当日受け付け(先着順)

☀️ マメタのぽんぽこ広場 (いんば児童館 ☎80-3950)

公園で遊ぼう

☎7日(金) ☎滝野公園 ☎0歳～未就学児とその保護者 ☎親子のふれあい遊び ☎自由参加

ひよこママクラス

☎27日(木)・10:30～☎0歳とその保護者 ☎15組 ☎リトミックなど ☎18日(火)・10:00～電話または窓口で

☀️ 滝野子育て支援センター (☎97-1822)

親子講座『森のいやし』

☎21日(金)・10:30～12:00 講師…野村昭夫氏 ☎草深の森 ☎0歳～未就学児とその保護者 ☎20組 ¥無料 ☎1日(土)・9時～窓口で

毎月の講座

11:00～11:30(エアロビのみ10:30～12:00) リズム、測定、歌、お話、絵本ガイド、ベビマなど※内容、日程は「つどいの広場」を参照

☀️ つどいの広場 (そうふけふれあいの里内 ☎47-7880)

ベビードانس

☎14日(金)・10:30～11:30 ☎5カ月～12カ月児 ☎10組 ☎3日(月)・9時～電話または窓口で

ハロウィンパーティー

☎①17日(月)②19日(水)③21日(金)いずれも10:30～11:30 ☎①2歳～未就学児②1歳児③0歳児 ☎自由参加

★ 西の原保育園こあら (☎45-0291)

てんとうむしで遊ぼう

☎毎週月～金曜日・9:30～14:30 ☎制作・ふれあい遊び・英語・講座など親子で楽しめるさまざまな活動を行います※詳細は「てんとうむしだより」を参照

子育て相談&身体測定

☎毎週月～金曜日・9:30～14:30 ☎常勤の看護師による子育てや健康の相談

★ 原山保育園 (☎47-6633)

ゴスペルリトミックjoy

☎毎週水曜日・10:10～10:40 ☎①全年齢②2歳児以上 ☎☎当日受け付け※①②は隔週で実施

親子でABCタイム

☎毎週木曜日・午前中 ☎事前に電話で(完全予約制) ※園庭開放11:00～(ランチタイムあり) ※詳細は「ひろばだより」を参照

★ しおん保育園 (しおんひろば ☎46-1349)

お誕生会

10月生まれのお友だちをお祝いしましょう。 ☎14日(金)・11:00～11:30 ☎0歳児～未就学児とその保護者 ☎自由参加

制作週間

紙袋を使って、かわいいアンパンマンの帽子を親子で作りましょう。 ☎24日(月)～28日(金)・9:00～11:00 ☎自由参加

★ 山ゆり保育園 (ぴよぴよくらぶ ☎98-3773)

栄養相談

☎毎週火曜日(4日を除く)・10:30～11:30 ☎栄養士による講座と試食会

子育て支援

☎毎週水曜日、木曜日(5日、6日を除く) 10:00～10:30。園庭開放・製作・絵の読み聞かせなど行います

★ 銀の鈴保育園 (すずっこくらぶ ☎47-7566) ※詳細はホームページを参照。

子育て支援

☎毎週月、火、金曜日・9:00～14:00(7日(金)・12:00まで、祝日お休み) ☎年齢別、リズム、園庭遊び、体育遊び、誕生会、ナースさん、食育アドバイス 要申し込み…①ハロウィンパーティー②ベビーマッサージ・ダンス ¥①無料②300円 ☎①20人②10人 ☎3日10:00～電話で(先着順) ※詳細はホームページ、さくらだよりを参照。

★ 牧の原宝保育園 (さくら広場 ☎49-4011)

作ってあそぼう

☎3日(月)、5日(水)、24日(月)・10:30～11:30 ☎ハロウィンのおもちゃを作ります

秋のふれあいコンサート

☎22日(土)・10:00～☎アンサンブルRuriさんによる本格的な演奏を楽しみましょう ☎事前に電話で

★ 草深こじか保育園 (ちゅうりっぷルーム ☎36-5161)

ベビーマッサージ

☎14日(金)、20日(木)・10:30～11:30 ¥1,500円 ☎バスタオル、飲み物持参

子育てママヨガ

☎3日(月)、24日(月)・10:00～11:15 ¥1,000円 ☎ヨガマット、飲み物持参

★ 星虹保育園 (ぴかぴかルーム ☎40-1189)

栄養相談

☎13日(木)・11:00～☎栄養士さんと手作りおやつを食べながらお話ししよう。乳児食の見本あり ☎5組 ☎当日受け付け(先着順)

お誕生会

☎28日(金)・10:00～☎10月生まれのお友達をお祝いしましょう ☎自由参加

★ 小倉すくすく保育園 (あひるルーム ☎42-5901)

レクホールであそぼう

☎1日(土)、15日(土)・13:00～15:00 ☎バドミントン、ドッジボールなどで遊べます ☎小学生～18歳 ☎うわばき持参 ☎自由参加

あそびのポケット

☎8日(土)・14:00～16:00 ☎ハロウィン飾り ☎小学生～中学生 ☎20人 ☎当日受け付け(先着順)

🌙 中央駅前地域交流館 (☎46-5111)

ほっぺにチュッ!

☎21日(金)・10:00～11:00 ☎秋祭り ☎未就学児とその保護者 ☎20組 ☎4日(火)・10:00～電話または窓口で

スクラップブック

☎25日(火)・10:00～正午 ☎子育て中の保護者 ☎16人(託児あり) ¥500円 ☎4日(火)・10:00～電話または窓口で

🌙 そうふけ児童館 (☎45-3800)

わんぱくタイム

赤ちゃんもピアノに合わせてリトミック! ☎14日(金)・10:00～11:00 ☎リトミック&ハロウィン、10月の誕生会

ハッピーフレンズ(ハロウィンパーティー)

☎30日(日)・14:00～15:00 ☎ハロウィンパーティーをみんなで楽しもう ☎小学生 ☎仮装してきてね

🌙 子どもふれあいセンター (☎42-0144)

ハピハピバースデー

☎25日(火)、29日(土)・9:30～11:30 ☎バースデーカード作り ☎10月生まれの幼児とその保護者、小学生 ☎当日受け付け

キラキラキッズ

☎20日(木)・15:30～16:30 ☎ブラパンストラップ作り ☎小学生 ☎16人 ☎当日15:20～受け付け(先着順)

🌙 いんば児童館 (☎80-3950)

おはなし会(10月)

紙芝居や大きな絵本など、楽しいおはなしをご用意しています。

大森図書館(おはなし室)
9日(日)、23日(日) 11:00～
小林図書館(遊戯室)
22日(土) 10:30～

そうふけ図書館(おはなしのへや)
1日(土)、15日(土) 15:00～
8日(土)、22日(土) 11:00～

小倉台図書館(おはなし室)
6日(木)、13日(木)、
20日(木)、27日(木) 15:30～

印旛図書館(いんば児童館)
27日(木) 11:40～
本笠図書館(おはなしコーナー)
15日(土) 10:30～

10月の

各種相談

※祝・休日は実施していません。

相談名	と き	ところ	問い合わせ
市民生活相談 市民生活相談員(司法書士)による、相続、離婚などの日常の諸問題	14日(金)、25日(火) 先着8人 10:00～12:00、13:00～15:00 電話受付【14日は7日(金)・25日は18日(火) 8:45～】	市役所会議棟 2階	市民課窓口班 ☎内線235
法律相談 弁護士による法律相談	14日(金)、25日(火) 10:00～12:00、13:00～15:00 電話受付【14日は7日(金)8:45～ 先着10人】 【25日は18日(火)8:45～ 先着20人】		
交通事故相談 交通事故相談員による相談	14日(金)		市民安全課市民安全班 ☎内線713
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	交通事故相談、行政相談、人権相談 10:00～12:00、13:00～15:00 いずれも電話受付【7日(金)8:45～】 ※予約に空きがあれば当日受け付け可		広報広聴課広報広聴班 ☎内線419
人権相談 人権相談員による相談			市民課戸籍班 ☎内線232
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	毎週月～金曜日 9:30～12:00、13:00～16:30 【電話相談も可】	市役所附属棟 2階	印西市消費生活センター ☎42-3306
若者サポートステーション出張相談 職業的自立を目指す若者(15～40歳未満)や引きこもりに悩む若者の保護者などを対象とした無料相談	27日(木) 10:00～正午、13:00～17:00 【電話で要予約】	市役所会議棟 2階 201会議室	ちば北総地域 若者サポート ステーション ☎24-7880
住宅相談 商工会建設業部会によるリフォームなどの相談	9日(日) 10:00～正午、13:00～15:00 【事前予約優先】	印西市商工会館 1階 会議室	印西市商工会 ☎42-2750
家庭児童相談・母子・父子自立支援相談 家庭相談員、母子・父子自立支援員による、18歳までの子どもや母子・父子家庭などの問題についての各種相談	毎週月～金曜日 9:00～16:00 【電話相談も可】	市役所 1階 家庭児童相談室	家庭児童相談室 ☎42-5180直通
心配ごと相談 日常生活や仕事上の諸問題、困っていることの無料相談	毎週水、金曜日 10:00～12:00、13:00～15:00	総合福祉 センター	社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎42-0294
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	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 ☎47-7830
子ども相談室 小・中学生からの悩み相談	毎週月～金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00		
女性の悩み相談 女性が抱えている悩み全般	6(木)、20(木) 10:00～12:00、13:00～16:00 【予約制・1人50分・電話相談も可】	市役所会議棟 2階	家庭児童相談室 ☎42-5180
障害者就労支援相談 障害者就労支援相談員による相談	毎週火曜日 10:00～12:00、13:00～16:00 【電話相談可】	市役所 1階 障がい福祉課	障がい福祉課 ☎内線269
がいこくじん むりょうそうだん 外国人のための無料相談	じゅうふにち せんよう び 14日・金曜日・9:00～16:00 し せいかく じふふにち せんよう び 事前に電話で予約してください	し せいかく じふふにち せんよう び 市役所 3階企画政策課	き かくせいさく か せいかくせいさく はん 企画政策課企画政策班 かい かくせいさく かい せいかくせいさく はん ☎42-5111内線472

市長談話室

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。
☎広報広聴課広報広聴班(☎内線419)

	午前10時～正午	午後2時～4時
10月13日(木) 本埜支所	—	○

市税などの
夜間・休日納付相談窓口

10月22日(土) は8:30か ら12:30、31日(月)は20:00まで納付相談窓口を開設。市税などの収納も行います。
●**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。
●**取扱科目**…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、印鑑など
☎納税課滞納整理班(☎内線314)、国保年金課資格保険税班(☎内線283)、国保年金課高齢者医療年金班(☎内線289)、介護保険課介護保険班(☎内線213)

保健センター
通信

中央保健センター(☎42-5595)

中央中央保健センター 高花高花保健センター
本埜本埜保健センター いんばふれあいセンターいんば
駅前中央駅前地域交流館

▼乳幼児健診・相談・教室

●ガイドブックの中にある健診票を記入し持参。保護者の同伴が必要です。

4カ月児相談 受付9:30～9:45 開始9:30～
高花 6日(木) ☎H28年5月生まれの子ども いんば 12日(水) ☎H28年5～6月生まれの子ども 駅前 14日(金) ☎H28年5～6月生まれの子ども
もぐもぐ教室(離乳食教室)※ 受付9:45～10:00 開始10:00～
中央 5日(水) ☎H28年3～4月生まれの子ども
かみかみ教室(離乳食教室)※ 受付13:30～13:45 開始13:45～
中央 5日(水) ☎H27年12～H28年1月生まれの子ども

1歳6カ月児健診 受付13:00～13:15 開始13:00～
いんば 20日(木) ☎H27年3～4月生まれの子ども 高花 25日(火) ☎H27年4～5月生まれの子ども
2歳児歯科健診 受付13:00～13:15 開始13:00～
高花 7日(金) ☎H26年4月生まれの子ども いんば 13日(木) ☎H26年4月生まれの子ども 本埜 19日(水) ☎H26年2～5月生まれの子ども

3歳児健診 受付13:00～13:15 開始13:00～
いんば 4日(火) ☎H25年4月生まれの子ども 高花 18日(火) ☎H25年4月生まれの子ども 中央 26日(水) ☎H25年3～5月生まれの子ども
※ 離乳食教室は、開催の2日前(休日の場合はその前日)までに中央保健センターへお申し込みください。

▼健康づくり相談

血圧測定、生活習慣病予防、栄養相談など ※予約制
高花 4日(火) **いんば** 17日(月) 各日9:30～12:00
中央 24日(月) **本埜** 26日(水)
☎開催の2日前(休日の場合はその前日)までに中央保健センターへお申し込みください。
※上記以外にも来所または電話で健康づくり相談を行っています。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。

▼**ふたごの会(Twin会)** 申込先☎80-3800
遊びながらお話をしたり、情報交換ができます。
いんば 13日(木) 10:00～11:00
☎市内在住の双子以上の妊婦とその子ども。自由参加

▼**プレマクラス** 申込先☎80-3800
高花 11日(火) 13:15～15:00 歯ッピー講座
☎歯科医師による講話、歯科健診、ブラッシング指導
高花 21日(金) 10:15～14:30 お母さんと赤ちゃんの栄養
☎講話、デモンストレーション、簡単な調理実習、ランチ会、先輩ママとの交流会
高花 27日(木) 13:15～16:00 プレママ子育て体験
☎沐浴実習、おむつの替え方、おっぱいのあげ方など
☎市内在住の初妊婦 ☎24組
※11日は、経産婦も可(なるべく妊娠6か月以降の人)。要申し込み

転入者のみなさんへ

- 妊婦乳児健康診査受診票が未手続きの妊婦の方と0歳児の保護者の方は、中央保健センターまでお越しください。
- 19歳未満で予防接種・乳幼児健診実施状況届が未届けの場合、健診票・予診票が届きませんのでご注意ください。

夜、子どもが急に具合が悪くなったら



印旛市郡小児初期急病診療所(休日・夜間のみ)
佐倉市健康管理センター内(佐倉市江原台2-27)

問い合わせ先 ☎043-485-3355
(受け付けは、診療終了時間の15分前まで)

診療時間	平日・土曜日	7:00～翌朝6:00
	日曜・祝日、年末年始	9:00～17:00、19:00～翌朝6:00

千葉県の小児救急電話相談

受診した方が良いのか、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。

プッシュ回線・携帯電話 ☎#8000(局番なし)

ダイヤル回線・携帯電話 ☎043-242-9939

相談時間	毎日	19:00～翌朝6:00
------	----	--------------

●かかりつけ医を持ちましょう！

元気な食卓

Vol.246

黒大豆の枝豆入り さつま芋コロケ

- 印西産枝豆を使用
- した食感のよいコ
- ロケです



材料(2人分)

サツマ芋中1本、玉ネギ中1/2個、ベーコン1枚、枝豆(さや付き)100g、バター大さじ1/2、サラダ油(揚げ用)

作り方

- ①サツマ芋は皮をむいて2センチの輪切りにし、軟らかくなるまで10分程度ゆでる。
- ②①をザルに上げて水気を切り、鍋に戻して中火にかけ、鍋を揺すり水分をとばし、ボールに移して熱いうちにつぶす。
- ③枝豆は、茹でてさやから取り出して②に加える。
- ④玉ネギ、ベーコンはみじん切りにし、バターを熱したフライパンで炒め、塩・こしょうをして③に加えて混ぜ合わせる。
- ⑤④を4等分して丸く形を整え、粗熱をとる。
- ⑥⑤に小麦粉、とき卵、パン粉の順に衣をつける。
- ⑦フライパンに1cm位の油を熱し、中火で⑥を転がしながら、こんがり色づくまで揚げ焼きにする。

1人分の栄養価…エネルギー439kcal、たんぱく質11.2g
脂質18.2g、食塩相当量2.5g

提供…地区健康推進員のみなさん

趣味やボランティアなどに意欲的に取り組む人をご紹介します

smile いんざい人^{びと} 1

「いんざい健康ちょきん運動」を 地域に広める

梅田 英子さん(舞姫)



プロフィール

ウェルガーデンシニア会(舞姫)に加入。明るく、身体を動かすことが大好き。同会で市の介護予防事業「いんざい健康ちょきん運動」の立ち上げに加わる。

歳を重ねても、いきいきと生活してほしい。「いんざい健康ちょきん運動」を介護予防として地域に広めるお手伝いをしています。手軽にできる運動として始め、もう2年半。半年前に転倒し、脚の付け根を骨折しましたが、リハビリの回復が早く、医師からは日ごろの運動のおかげと褒められました。この経験をたくさんの人に知ってもらいたい。



毎日の生活を楽しめる身体をつくってもらいたい。そんな想いから、アシスタント役として、みんなが楽しめる雰囲気を作りたいと思っています。「肩が上がるようになったよ」「歩幅が広がった」身体の変化とあわせて笑顔が増えるのもうれしい。これからも地域がますます元気になるように頑張ります。

健康いんざい

Vol.162



「目を酷使していませんか？」

現代では、パソコンやスマートフォン(以下スマホ)などのIT(情報技術)機器の普及により、昔よりも目を酷使している状況にあります。

IT機器の長時間使用は、目が疲れる、目が乾く、目がかすむ、視力が落ちるなどの目の症状が現れるだけでなく、頭痛、肩こり、手指がしびれるなどの全身的な症状にもおよびます。

また、LED液晶画面から発するブルーライトを長時間浴び続けることは、目や身体へ負担がかかるほか、夜間の長時間使用により睡眠障害が起こることもあるなど、生体リズムへの影響も注目されています。

特に画面の小さいスマホやポータブルゲーム機は、目に近づけて使うため、パ

ソコンやテレビよりも危険度が高いといわれています。

▼目を守るためには

画面に集中しているとまばたきの回数が極端に落ちます。まずは意識的にまばたきを増やし、時々遠くの景色を見るなど、目を休めるようにしましょう。

画面との距離は近ければ近いほど目の調節力を使うため疲れやすくなります。目と画面の距離を50cm以上とり、長時間同じ姿勢にならないようにしましょう。

画面に光が反射しないようにし、部屋は明るすぎ暗すぎに注意しましょう。

また、画面が明るいほどブルーライトの影響を受けやすくなるので、画面の明るさの設定を下げましょう。

まぶしさやブルーライトを軽減する液晶保護フィルム

を貼ったり、パソコン用のメガネを使用したりすることも方法の一つです。

▼子どもは特に注意

子どもの目は疲れを感じにくい、自覚がないままに目を酷使してしまい、知らぬうちに悪化してしまうこともあります。また、子どもの方がブルーライトの影響を受けやすいといわれています。

子どもは集中力があるので、大好きなテレビやゲームを休みなく長時間見ている傾向があります。大人が様子を見て、目が充血していないか、見えにくそうにしないかなどチェックしてあげましょう。

▼IT機器を使うときの

- 3つの50(日本眼科医会)
 - 50cm離しても楽に見えるサイズの画面を選ぶ
 - 連続使用は50分以内
 - 必ず50cm以上離れる
- 10月10日は目の愛護デーです。日頃から目をいたわるような心がけ、心配なときは早めに受診しましょう。



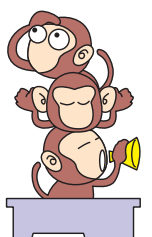
いんざい

発行 | 印西市 編集 | 広報広聴課
住所 | 〒270-1396 印西市大森2364-2
電話 | 0476-42-5111
FAX | 0476-42-7242
H P | <http://www.city.inzai.lg.jp/>
メール | home@city.inzai.lg.jp
Twitter | @inzaishi

今月の市民課窓口業務の 土曜・日曜開庁日程

- ▶市役所本庁…8日(土)、22日(土)
(8:30~17:15)
- ▶中央駅前出張所…1日(土)、15日(土)
(8:30~17:15)
- ▶印旛支所…毎週土曜日
(8:30~12:00)
- ▶湊野出張所…毎週土、日曜日
(8:30~17:15)

こちら編集室



広報広聴課

広報紙をリニューアルしましたが、みなさんの感想はいかがでしたでしょうか。広報紙に求められる役割は「市民と行政をつなぐ」架け橋になることだと考えています。今回のリニューアルにより、幅広い年代の方々に手にとって読んでいただき、広報紙を通じて、多くの市民のみなさんが地域に愛着を深めてもらえたら幸いです。

(Try)