



# 広報 いんざい

# 12.1

令和元年(2019)12月1日号  
No.892

- 台風関連情報…………… 2・3
- 平成30年度決算概要…………… 4
- 平成30年度市の財政状況…………… 5
- 市の発展への功績をたたえて…………… 8

市の人口…103,136人 男…51,147人 女…51,989人 (令和元年11月1日現在)



## 犯罪や交通事故の無い 年末年始を過ごそう

年末年始特別警戒

12月10日(火)～  
令和2年1月3日(金)

出動式

時12月13日(金)・15時30分～

場イオンモール千葉ニュータウン店コスモス広場

### 犯罪に遭わないために



#### ひったくり

6割以上がバイクによるものです。車道と反対側に荷物を持ちましょう。自転車のかごにはカバーを付けると効果的です。

#### 空き巣

鍵のかかっていない家は、泥棒にとって格好の標的。短時間の外出でも必ず鍵をかけ、玄関や窓に補助錠を付けるなどして対策しましょう。



#### 電話de詐欺



市内でも被害が多発しています。詐欺かな?と思ったら一人で悩まず、すぐに相談しましょう。

電話de詐欺相談専用ダイヤル  
☎0120-494-506  
印西警察署 ☎42-0110

### 冬の交通安全運動

12月10日(火)～19日(木)

#### 「夕暮れの 早めのライトで 防ぐ事故」

年末は、1年を通じて日没時間が最も早く、下校時や帰宅時の交通量が多い時間帯と夕暮れ時が重なるため、交通事故の多発が予想されます。また、忘年会などで飲酒の機会も増える時期です。



注意!

- 飲酒運転は絶対にやめましょう
- 夕暮れ時や夜間に外出するときは、明るい服装や反射材を身に付けましょう。

圏市民活動推進課市民安全係 (☎33-4435)

### 火の元にも注意! 歳末火災予防警戒

12月26日(木)～31日(火)

冬は、暖房などで火を使うことが多く、空気も乾燥しているため火災が発生しやすい時季です。火災を未然に防ぐため、以下の点に注意しましょう。

- 家の周りには、燃えやすい物を置かない
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す
- ストープは燃えやすい物から離して使用
- 年末大掃除の際は、コンセントも掃除

圏防災課防災係 (☎33-4404)

#### 「電話de詐欺」に遭わないために

##### ①在宅中も留守番電話

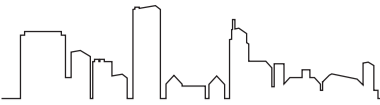
在宅時でも留守番電話にしておけば、詐欺の犯人と話をしなくて済みます。被害に遭うこともなく安心です。

##### ②家族で合言葉を決めておく

「親子なら声を聞き間違えない」というのは思い込みです。「合言葉」などの約束事を事前に決めておきましょう。

圏市民活動推進課防犯対策係 (☎33-4435)





# 台風15号、19号、21号に伴う風水害

## 市内でも多数の被害が発生

9月9日未明、千葉県に非常に強い勢力を保ったまま上陸した台風15号は、特に猛烈な風を伴い、千葉県を中心に多くの建物の損壊、倒木や土砂災害を引き起こし、県内各地で大規模で長期に渡る停電など、甚大な被害をもたらしました。

また、10月12日、大型で猛烈な勢力を保ったまま伊豆半島に上陸した台風19号は、関東地方から福島県を縦断し、関東甲信から東北地方にかけて、記録的な大雨となりました。多くの河川で堤防が決壊し、広範囲に及ぶ住宅への浸水、土砂災害などにより、福島県、宮城県、神奈川県などで死者・行方不明者が合わせて90名を超えるなど、甚大な被害をもたらしました。

さらに、10月25日には、台風21号と低気圧の影響により、千葉県と福島県を中心に記録的な大雨となり、1日で平成10月の1カ月分の雨量を記録し、各地で冠水や土砂災害が発生。近隣の佐倉市においても鹿島川、高崎川が氾濫するなど、県内で11名もの尊い命が失われました。

この度の一連の災害により、印西市も災害救助法並びに被災者生活再建支援法が適用されました。市内の被害状況および市の主な対応状況を掲載します。



この度の一連の風水害被害により、亡くなられた皆さまのご冥福をお祈りいたしますとともに、被害に遭われた皆さまに、心よりお見舞いを申し上げます。

市では適時、災害対策本部を設置し、避難所運営や給水、道路パトロールや高齢者の安否確認など、昼夜を問わず取り組んでまいりましたが、今回の災害対応については、改めて検証し、さらなる防災対策・災害時の対応力向上に努めてまいります。

被災された方々の一日も早い復興をお祈りいたしますとともに、復旧作業にご尽力いただいた、市内業者や関係機関の皆さま、災害支援寄付金や、支援物資のご協力をいただいた多くの皆さまに、深く感謝を申し上げます。

印西市長 板倉 正直

### 台風15号(9月8日～9日未明)

千葉県に上陸し、猛烈な風雨により、特に千葉県南部で多くの建物の損壊、また、倒木や土砂災害により県内各地で大規模で長期に渡る停電など、甚大な被害をもたらしました。

市内においても、家屋の一部損壊や農作物、農業用設備などに大きな被害をもたらし、加えて、倒木などにより市内各



地で大規模な停電が発生する中、台風一過で厳しい残暑となり、熱中症対策のため避難所を開設。停電により生じた断水や通信の途絶など、市民生活に重大な被害が及びました。

#### ◎被害状況

▼停電：最大約6,800軒

▼道路：倒木・冠水など239カ所、うち通行止め26カ所

▼人的被害：軽傷者2人

▼住家被害：全壊6棟、半壊10棟、一部損壊202棟

▼農業施設：施設被害200棟以上

▼農畜産物：被害面積2.0ha以上

#### ◎市の災害対応

▼避難所開設：4カ所

▼飲料水・生活用水配給：4カ所

▼ブルーシート配布：3カ所

▼その他：避難行動要支援者の把握・訪問、飲料水配付など

### 台風19号(10月12日)

伊豆半島に上陸し、関東甲信・東北地方で記録的な大雨となり、多くの河川が氾濫や土砂災害などにより、甚大な被害をもたらしました。

市内においても、停電や倒木、冠水による通行止めなどの被害が発生し、土砂災害警戒区域に避難勧告を発令。加えて、利根川の水位が押付観測所で避難判断水位に到達し、浸水想定



区域に避難準備を発令。一時は430人を超える方が避難しました。また、印西市水防団などにより利根川堤防の警戒にあたりました。

#### ◎被害状況

▼停電：最大約1,700軒

▼道路：倒木・冠水など62カ所、うち通行止め3カ所

▼住家被害：一部損壊23棟

#### ◎市の災害対応

▼警戒レベル3「避難準備・高齢者等避難開始」発令(市内全域のうち、浸水想定区域)

▼警戒レベル4「避難勧告」発令(土砂災害警戒区域)

▼避難所開設：19カ所

### 台風21号に伴う大雨(10月25日)

台風21号の影響で発達した低気圧により、千葉県で記録的な大雨となり、県内各地で河川の氾濫や土砂災害など、甚大な被害をもたらしました。

市内においても、倒木や冠水による通行止め、がけ崩れなど、100カ所以上で被害が発生し、土砂災害警戒区域に避難勧告を発令。住宅の損壊・浸水、農作物への被害など、市民生活に重大な被害が及びました。

#### ◎被害状況

▼停電：最大約2,800軒

▼道路：土砂災害・路肩などの崩れ・冠水など122カ所、うち通行止め30カ所

▼住家被害：半壊1棟、一部損壊5棟

▼その他：がけ崩れ30カ所

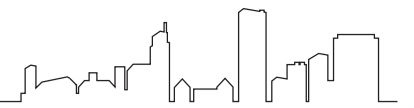
#### ◎市の災害対応

▼災害レベル4「避難勧告」発令(土砂災害警戒区域)

▼避難所開設：12カ所



※被害状況などの数値は、11月20日現在のものです



# 被災された人への支援など

## り災証明書

災害により建物などに被害を受けた人が各種支援を受けるために必要となる「り災証明書」および「り災届出証明書」を発行しています。

◎受付窓口…資産税課家屋係、各支所市民サービス課地域支援係  
※受付は、月曜日から金曜日

📄被災した家屋の位置図、り災状況が判断できる写真を下記へ持参  
📄資産税課家屋係 (☎33-4446)



## ▶各種支援制度

### 1. 経済・生活面の支援

制度	内容	問い合わせ	対象となる被害			
			全壊	大規模半壊	半壊	一部損壊
千葉県災害見舞金	家屋が全壊、全焼、流失した世帯に見舞金を支給します	社会福祉課厚生係 (☎33-4513)	○	-	-	-
災害援護資金の貸し付け	世帯主が負傷したり、住宅や家財などに被害を受けたりした場合の生活立て直しのための資金を貸し付けます		○	○	○	-
被災者生活再建支援制度	住宅が全壊または大規模半壊した世帯に、被害程度や再建方法に応じた支援金を支給します		○	○	○ <sup>*1</sup>	-

※1やむを得ない事由により住宅を解体した世帯

### 2. 国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険、障がい福祉サービスの取り扱い

国民健康保険	保険税(料)や窓口での利用者負担金について、支払いの猶予や減免を受けることができます ※所得制限などの要件があります	国保年金課保険税係 (☎33-4462) 給付係(☎33-4464)	○	○	○	○
後期高齢者医療		国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)	○	○	○	○
介護保険		高齢者福祉課介護保険係(☎33-4623)	○	○	○	-
障がい福祉サービスなど	障がい福祉サービスや自立支援医療費、補装具費の利用者負担額について、支払いの減免などを受けることができます	障がい福祉課給付係 (☎33-4639)	○	○	○	-

### 3. 住宅に関する支援

住宅の応急修理	被災した住宅に住んでいて、半壊または一部損壊の住家被害を受け、自らの資力では応急修理することができない人への支援	建築指導課住宅係 (☎33-4657)	-	-	○	○
住宅の復旧、修繕補助	被災した住宅に住んでいて、半壊または一部損壊の住家被害を受け、応急修理に該当しない人への支援		-	-	○	○
賃貸型仮設住宅の提供	住宅に甚大な被害を受け、住むことができない人に対し、民間賃貸住宅を借り上げて提供します		○	○	○	-

## 防災情報の提供

災害時の情報は、防災行政無線、印西市防災メール、市ホームページでお知らせします。

### 防災行政無線

市内全域に防災行政無線を設置しています。  
しかし、スピーカーからの音声による放送のため、気象条件や住宅環境によっては内容を聞き取ることができない場合があります。  
防災無線で放送された内容は防災行政無線テレホンサービスで聞くことができます。

### 印西市防災メール

「印西市防災メール」に登録しておけば、防災気象情報や防災無線の放送内容など、緊急時に必要な情報を携帯電話などのメールで確認することができます。

### 市のホームページ

防災行政無線や防災メールのほか、市ホームページでも随時情報を公表しています。  
正しい情報を入手したときは、隣近所の人とも情報共有を図り、地域で未然に災害を防ぐようにしましょう。

## 防災行政無線無料テレホンサービス

# ☎0800-800-0864

## 防災メール

防災メール「利用者登録」手順

利用する通信機器から右記のアドレスに「空」メールを送信してください。  
詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎0800-800-0864

QRコードも利用できます

[t-inzai@sg-m.jp](mailto:t-inzai@sg-m.jp)

## もう1度確認を！避難情報と防災気象情報

警戒レベル3や警戒レベル4の避難情報が発令されたら、地域の皆さんで声を掛け合い、安全・確実に避難することが必要です。日ごろから地域の防災訓練に参加するなどし、いざという時に協力し合えるようにしましょう。

警戒レベル	避難行動など	避難情報など
<b>警戒レベル5</b>	すでに災害が発生している状況です。 <b>命を守るための最善の行動</b> をとりましょう。	<b>災害発生情報</b> ※2 ※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に、可能な範囲で発令(市町村が発令)
<b>警戒レベル4 全員避難</b>	<b>速やかに避難先へ避難</b> しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	<b>避難勧告 避難指示(緊急)</b> ※3 ※3 地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合等に発令(市町村が発令)
<b>警戒レベル3 高齢者等は避難</b>	避難に時間を要する人(高齢者、障害のある人、乳幼児など)とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	<b>避難準備・ 高齢者等避難開始</b> (市町村が発令)
<b>警戒レベル2</b>	避難に備え、ハザードマップなどにより、自らの <b>避難行動を確認</b> しましょう。	<b>洪水注意報 大雨注意報など</b> (気象庁が発表)
<b>警戒レベル1</b>	災害への心構えを高めましょう。	<b>早期注意情報</b> (気象庁が発表)

### 防災気象情報

警戒レベル相当情報(例)

警戒レベル5相当情報

氾濫発生情報  
大雨特別警報 など

警戒レベル4相当情報

氾濫危険情報  
土砂災害警戒情報 など

警戒レベル3相当情報

氾濫警戒情報  
洪水警報 など

これらは、市民の皆さんが自主的に避難行動をとるために参考となる情報です。

## Q1

防災気象情報が出ているのに、避難情報が出ていないときはどうしたらいいの？

➔市ではさまざまな情報を基に、避難情報などの発令を行うことから、必ずしもテレビなどで発表されている防災気象情報と同じレベルの発令を行うとは限りません。**自らの命は自ら守る意識を持ち、防災気象情報などを参考にしながら、適切な避難行動をとりま**しょう

## Q2

避難指示(緊急)は避難勧告と同じレベルに位置付けられているけれど、避難勧告と避難指示のどちらで避難したらいいの？

➔避難指示(緊急)は状況に応じて緊急的に、または重ねて避難を促すために発令されるものです。**避難勧告が発令された時点で、速やかに避難**しましょう。

## 一般会計

一般会計最終予算は、357億6,407万円(うち、前年度からの繰越金が2億7,314万円)となり、前年度と比較して0.2%の減となりました。

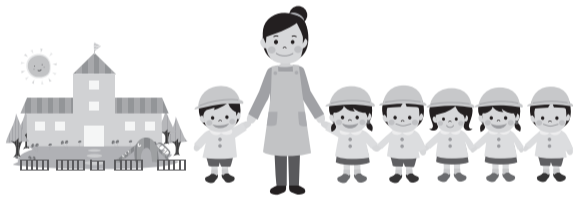
### 歳入内訳

科目	予算現額	収入額	収入率
市税	193億9,489万円	197億2,097万円	101.7%
地方譲与税	3億3,200万円	3億5,044万円	105.6%
利子割交付金	2,200万円	2,125万円	96.6%
配当割交付金	8,140万円	6,980万円	85.7%
株式譲渡所得割交付金	9,470万円	6,439万円	68.0%
地方消費税交付金	16億4,800万円	16億3,657万円	99.3%
ゴルフ場利用税交付金	1億2,900万円	1億3,269万円	102.9%
自動車取得税交付金	1億3,000万円	1億2,664万円	97.4%
地方特例交付金	1億6,577万円	1億6,577万円	100.0%
地方交付税	7億3,760万円	8億2,065万円	111.3%
交通安全対策特別交付金	1,000万円	1,077万円	107.7%
分担金及び負担金	10億6,875万円	11億1,531万円	104.4%
使用料及び手数料	2億4,616万円	2億5,864万円	105.1%
国庫支出金	44億4,945万円	46億5,310万円	104.6%
県支出金	21億7,069万円	20億8,630万円	96.1%
財産収入	4,423万円	4,639万円	104.9%
寄附金	377万円	384万円	101.9%
繰入金	21億1,580万円	21億1,483万円	100.0%
繰越金	11億3,631万円	11億3,631万円	100.0%
諸収入	15億3,527万円	15億3,897万円	100.2%
市債	2億4,828万円	2億3,980万円	96.6%
歳入合計	357億6,407万円	363億1,343万円	101.5%

### 歳出内訳

科目	予算現額	支出額	執行率
議会費	2億7,372万円	2億5,570万円	93.4%
総務費	40億8,126万円	38億8,560万円	95.2%
民生費	128億1,507万円	120億9,780万円	94.4%
衛生費	38億5,990万円	36億9,500万円	95.7%
農林水産業費	4億246万円	3億6,805万円	91.5%
商工費	1億5,746万円	1億4,426万円	91.6%
土木費	24億2,974万円	22億4,191万円	92.3%
消防費	19億7,524万円	19億5,370万円	98.9%
教育費	71億5,250万円	68億9,492万円	96.4%
災害復旧費	6,347万円	1,942万円	30.6%
公債費	19億3,091万円	19億2,841万円	99.9%
諸支出金	5億2,738万円	5億2,738万円	100.0%
予備費	9,496万円	0円	0.0%
歳出合計	357億6,407万円	340億1,215万円	95.1%

### ▶一般会計予算ではこんな事業を行いました



- ▶民間保育園の保育委託事業(18億8,802万円)
- ▶民間保育園の助成事業(9億1,484万円)



- ▶障害者自立支援給付事業(15億7,143万円)



- ▶道路新設改良事業(1億9,622万円)



- ▶文化ホール大規模改修事業(1億809万円)

## 特別会計

一般会計の他に国民健康保険、下水道事業、介護保険、後期高齢者医療の独立した会計があります。

これを特別会計といい、受益者からの税金、使用料、保険料のほか、国・県の補助金、一般会計からの繰入金などで運営しています。

会計		予算現額	収入額/支出額	収入率/執行率
国民健康保険	歳入	89億9,378万円	87億4,113万円	97.1%
	歳出	89億9,378万円	86億9,837万円	96.8%
下水道事業	歳入	17億1,185万円	15億5,823万円	91.0%
	歳出	17億1,185万円	14億7,496万円	86.2%
介護保険	歳入	52億8,569万円	51億2,606万円	96.9%
	歳出	52億8,569万円	48億7,735万円	92.3%
後期高齢者医療	歳入	7億8,794万円	7億8,235万円	99.2%
	歳出	7億8,794万円	7億6,968万円	97.7%

## 市債の残高

年度末の市債残高は、173億9,206万円で、前年度から17億2,818万円減少しました。

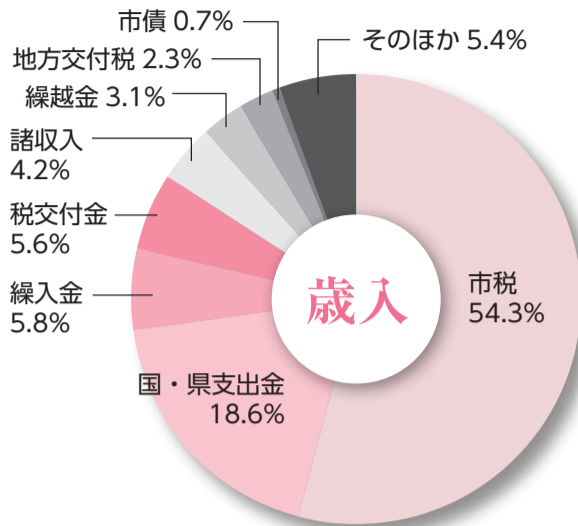
市民1人当たり\*の市債残高は、17万1,509円となります。

\*平成31年3月末人口(101,406人)で算出

会計名	平成29年度末残高	平成30年度末残高	増減
一般会計	160億7,576万円	145億4,739万円	▲15億2,837万円
下水道事業特別会計	27億8,059万円	26億154万円	▲1億7,905万円
水道事業会計	2億6,389万円	2億4,313万円	▲2,076万円
合計	191億2,024万円	173億9,206万円	▲17億2,818万円

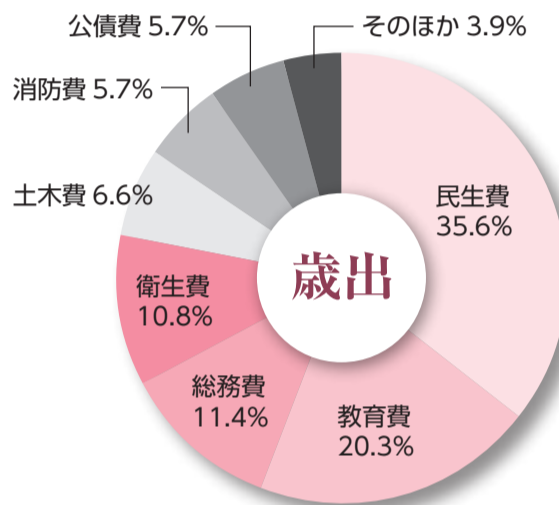
## 歳入

収入済額…363億1,343万円  
収入率…101.5%(対予算比)



## 歳出

支出済額…340億1,215万円  
執行率…95.1%(対予算比)



# 印西市決算概要報告

平成30年度

市議会9月定例会で認定された、平成30年度一般会計・特別会計および水道事業会計の決算。市民の皆さんが納めた税金などがどのように使われたか、財政状況の概要をお知らせします。  
問 財政課 財政係 (☎33-44424)

## 水道事業会計

水道事業は、水の安定供給に努め、加入促進を図っています。

年度末の給水戸数は6,632戸、給水人口は1万7,752人、普及率は69.75%となっています。

会計		予算現額	収入額/支出額	収入率/執行率
収益的収支	歳入	7億1,904万円	6億8,681万円	95.5%
	歳出	7億518万円	6億2,877万円	89.2%
資本的収支	歳入	6,914万円	2,741万円	39.6%
	歳出	1億6,588万円	1億154万円	61.2%

\*千葉ニュータウン地区は県水道局の給水エリアです

## 健全化判断比率および資金不足比率

全ての比率が早期健全化基準または経営健全化基準を下回っており、健全な財政を維持しています。今後も効率的、効果的な財政運営に努め、市民の皆さんが安心して暮らせるまちづくりを進めます。

健全化判断比率	(単位: %)	
指標名	平成30年度	早期健全化基準
実質赤字比率	—	12.30
連結実質赤字比率	—	17.30
実質公債費比率	1.8	25.0
将来負担比率	—	350.0

\*実質赤字比率および連結実質赤字比率は、赤字額が生じておらず、また、将来負担比率は、算定されませんでしたので「—」で表示しています。

資金不足比率	(単位: %)	
会計名	平成30年度	経営健全化基準
水道事業会計	—	20.0
下水道事業特別会計	—	20.0

\*資金不足比率は、各会計において資金不足額が生じていないため、「—」と表示しています。



貸借対照表(バランスシート)

平成31年3月31日現在(単位:千円)

	借方		貸方	
	全体	市民1人当たり	全体	市民1人当たり
<b>(資産の部)</b>			<b>(負債の部)</b>	
1 固定資産			1 固定負債	
(1)有形固定資産	212,517,669	2,096	(1)地方債	12,840,059 127
①事業用資産	62,533,684	617	(2)長期未払金	3,948,300 39
②インフラ資産	148,368,617	1,463	(3)退職手当引当金	3,572,773 35
③物品	3,818,357	38	固定負債合計	20,361,132 201
④物品減価償却累計額	△2,202,989	△22	2 流動負債	
(2)無形固定資産	236	0	(1)1年内償還予定地方債	1,707,334 17
(3)投資その他の資産	8,996,053	89	(2)未払金	820,497 8
①投資及び出資金	2,488,817	25	(3)賞与等引当金	474,706 5
②長期延滞債権	417,767	4	(4)預り金	422,256 4
③基金	6,150,885	61	流動負債合計	3,424,793 34
④徴収不能引当金	△61,416	△1		
固定資産合計	221,513,957	2,184	負債合計	23,785,925 235
2 流動資産			<b>(純資産の部)</b>	
(1)現金預金	2,723,542	27	1 固定資産等形成分	229,890,347 2,267
(2)未収金	177,398	2	2 剰余分(不足分)	△19,761,364 △195
(3)基金	9,523,692	94	純資産合計	210,128,982 2,072
①財政調整基金	9,388,488	93		
②減債基金	135,204	1		
④徴収不能引当金	△23,683	0		
流動資産合計	12,400,950	122		
資産合計	233,914,907	2,307	負債・純資産合計	233,914,907 2,307

市では、総務省が示した「統一的な基準」により財務書類4表(貸借対照表、行政コスト計算書、純資産変動計算書、資金収支計算書)を作成しています。平成30年度決算に基づき作成した一般会計の貸借対照表と行政コスト計算書の2表についてお知らせします。

市債のうち、翌々年度(令和2年度)以降の償還が予定されている元金

年度末に在職する職員が普通退職する場合に必要な退職手当推計額

市債のうち、翌年度(令和元年度)中の償還予定元金

これまで形成された資産のうち、今後返済が必要な金額

これまで形成された資産のうち、すでに負担した金額

※四捨五入の関係で、合計額が一致しないことがあります

国会計課出納係(☎33-4587)

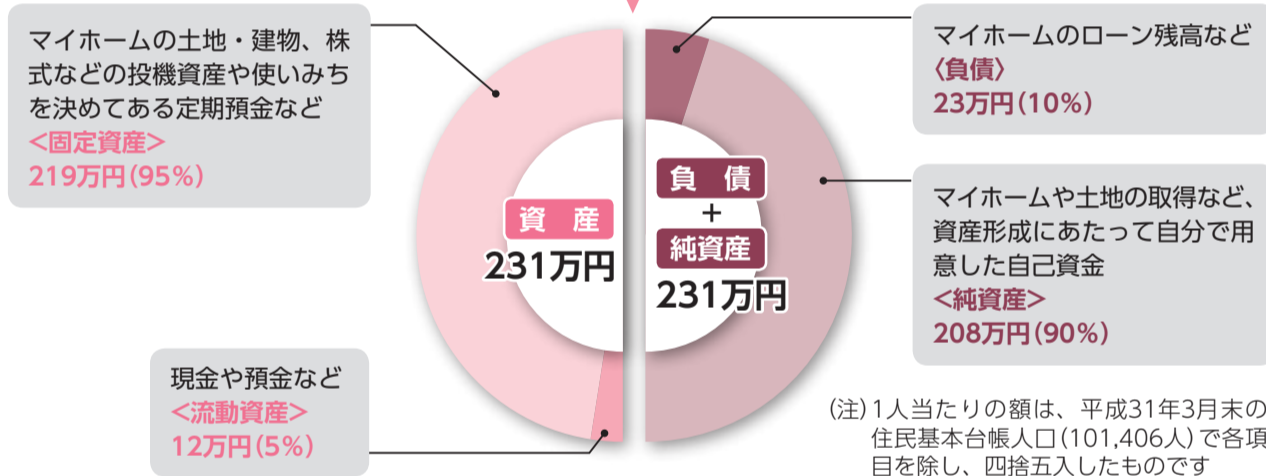
# 市の財政状況

平成30年度財務書類から見る

バランスシートの見方

表の左側(借方)に市が保有している土地・建物・預金などの資産を示し、右側(貸方)にその資産を形成したために、将来の世代が負担し今後支払いが必要となる負債と、これまでの世代がすでに負担し支払いの必要がないもの「純資産」がいくらあるのかを示しています。

バランスシートを市民1人当たりの家計に置き換えると...



行政コスト計算書

● 経常行政コスト(消費)の部 (単位:千円)

	全体	市民1人当たり
1.人にかかるコスト	6,677,289	66
2.物にかかるコスト	15,531,406	153
3.支払利息などにかかるコスト	370,593	4
4.移転にかかるコスト	12,300,378	121
経常行政コスト 計 A	34,879,665	344

- 1 人にかかるコスト...行政サービスの担い手である職員にかかるものです。給与費や退職手当引当金の増加額などが含まれています。
- 2 物にかかるコスト...地方公共団体が最終消費者となっているものです。物件費、施設の維持管理費、減価償却費(※)などが含まれています。  
 ※減価償却費...有形固定資産が時の経過で、損耗磨耗などにより価値が減少したと認められる額
- 3 支払利息などにかかるコスト...人や物にかかるコスト以外のものです。市の借金の支払い利息などが含まれます。
- 4 移転にかかるコスト...他の主体に移転して効果が出る(消費される)ものです。生活保護などのように、被扶助者に支給されるものや、各種の負担金や補助金、一般会計から他の会計への繰出金などが含まれます。  
 ※四捨五入の関係で、合計額が一致しないことがあります

● 経常収益の部 (単位:千円)

	全体	市民1人当たり
1 使用料・手数料 B	259,775	3
2 その他 C	2,033,298	20
3 経常収益合計(B+C) D	2,293,072	23
4 (差引)純経常行政コスト(A-D)	32,586,593	321

※四捨五入の関係で、合計額が一致しないことがあります

行政コスト計算書

1年間の行政活動のうち、福祉サービスやごみの収集にかかる経費など資産形成につながらない行政サービスに要した経費(経常行政コスト)と、その行政サービスの対価として得られた

会計年度末(3月31日時点)における市が保有する「資産」・「負債」・「純資産」の残高を示したものです。表の左側に資産を、右側に負債および資産と負債の差額である純資産を計上しています。

最下段の資産合計と負債・純資産合計が一致しバランスが取れていることから、バランスシートとも呼ばれます。

資金収支計算書

1年間の現金の収支を性質の異なる3つの区分に分けて表示させ、どのような活動に資金が必要とされ、どのように賄ったかを表す計算書。

このほかにも、純資産変動計算書と、資金収支計算書を作成しています。

○ 純資産変動計算書

バランスシートの「純資産の部」の数値が1年間でどのように変動したかを表す計算書。増減の財源や要因についても掲載。

○ 純資産変動計算書と資金収支計算書

財源(経常収益)などを表しています。経常行政コストから経常収益を差し引いたものが、当該年度の純経常行政コストとなります。

純資産変動計算書と資金収支計算書

**【活動地区】**

千葉NT中央駅、印西牧の原駅、印旛日本医大駅、小林駅および平賀学園台周辺

防犯用ベスト、帽子、腕章を着用して、複数人で巡回します

市内在住・在勤・在学の18歳以上で、防犯活動に意欲がある人

任期は登録日から隊員が解除を申し出るまでの間

申込用紙を郵送、FAXまたは下記へ持参

※申込用紙は、下記で配布(市ホームページからダウンロード可)

市民安全センター(〒270-1340印西市中央南1-4-1中央駅前地域交流館2号館・☎/📠45-1955)

**シルバー人材センター会員**

一般作業、技能分野、家事補助など  
市内のおおむね60歳以上の人

¥3,600円(年会費)

【入会説明会】12月16日(月)、令和2年1月20日(月)、2月17日(月)・10時～  
市シルバー人材センター(そうふけふれあいの里・☎45-0468)

**印旛都市広域市町村圏事務組合職員**

◎試験日…令和2年1月19日(日)

◎職種・人員…電気上級・若干名

12月9日(月)～23日(月)(消印有効)までに申込書を下記へ郵送または持参  
※試験案内、会場など詳細は組合ホームページを参照

印旛都市広域市町村圏事務組合事務局管理課(☎043-485-0397・🌐https://www.i-kouiki.jp/kouiki/)

**相談**



**司法書士無料相談会**

12月11日(水)・18時～20時

中央駅前地域交流館2号館

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

当日会場で19時30分まで受け付け  
千葉司法書士会佐倉支部・植月(☎45-0983)

**国保・年金**



**人間ドック・脳ドック検査費用を助成**

◎助成金額…検査費用の1/2

●人間ドック…上限30,000円

●脳ドック…上限20,000円

次の全てを満たす人

**【国民健康保険】**

●満40歳以上で、国民健康保険税を完納している人

●当該年度に特定健康診査を受診していない人

**【後期高齢者医療制度】**

●市内に住所を有し、後期高齢者医療保険料を完納している人

●当該年度に健康診査を受診していない人

特定健康診査、健康診査を受診しても脳ドックのみの検査は対象となります

申請書を下記または各支所へ持参

※申請書は下記または各支所、中央駅前出張所で配布(市ホームページからダウンロード可)

国保年金課給付係(☎33-4464)、  
高齢者医療年金係(☎33-4470)



**後期高齢者医療制度の障害認定**

後期高齢者医療制度では、75歳の誕生日から被保険者となりますが、65歳から75歳未満で一定の障害がある人は、本人の希望により申請すると

認定を受けた日から後期高齢者医療制度に加入できます。

**【一定の障害とは】**

●国民年金証書(障害基礎年金など) 1、2級

●身体障害者手帳1～3級および4級の一部(音声、言語、下肢1、3、4号)

●療育手帳、精神障害者保健福祉手帳 1、2級

身体障害者手帳など障害の程度が分かるもの、認印を下記へ持参

国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)

**納め忘れはありませんか  
国民年金保険料**

国民年金保険料は日本年金機構からの納付書(領収済通知書)などにより毎月の保険料を翌月の末日までに納めます。

保険料が未納となると、将来の老齢基礎年金や、障害・遺族年金などが受けられなくなる場合があります。保険料は忘れずに期限までに納付してください。

経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は「保険料免除制度」「納付猶予制度」「学生納付特例制度」があります。下記へご相談ください。

※納めた保険料は、全額が社会保険料控除の対象です

船橋年金事務所(☎047-424-8811)、  
市国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)

**農業**



**農地を貸したい人・借りたい人へ  
農地中間管理機構を活用しましょう**

「農地の管理が難しくなってきたので貸したいが、相手を見つけれない」「経営規模を拡大したいが、借りる農地を探すのが大変」といったことはありませんか。

貸したい農地がある人は、賃料の徴収、支払いも機構が行いますので農地のある市町村または(公社)千葉県園芸

**納期限は12月25日(水)**

固定資産税・都市計画税第3期  
国納税課収納管理係  
(☎33-4447)

国民健康保険税第6期  
国保年金課保険税係(☎33-4462)

後期高齢者医療保険料第6期  
国保年金課高齢者医療年金係  
(☎33-4470)

介護保険料第5期  
高齢者福祉課介護保険係  
(☎33-4623)

納め忘れのないようお願いします。  
口座振替をご利用の方は、残高不足にご注意を

協会(農地中間管理機構、以下機構)にご相談ください。機構が農地の受け手を探します。

また、機構から農地を借りたい場合もご相談ください。

※再生困難な遊休農地などは、借り受けしません

園芸課振興係(☎33-4488)、(公社)千葉県園芸協会農地部(☎043-223-3011)

**そのほか**



**井戸水などの水質検査**

◎予約受付…月曜～金曜日・9時～17時※祝日を除く

◎検査方法…水曜日(祝日の場合は翌日)の9時30分～11時までに当日採取した井戸水を下記へ提出

印旛保健所管内食品衛生協会(佐倉市)

井戸水を使用している食品事業関係者など

¥9,900円※協会に入会している食品関係事業者は7,700円

検査を受けるには専用の容器が必要。事前に下記窓口で受け取り

※検査結果は、約2週間後に水質検査機関から郵送されます

印旛保健所管内食品衛生協会(☎043-483-1179)

**野焼きは禁止です!**

～ごみの処分はルールを守って～

**【野焼き行為】**

野焼きとは、ごみ(廃棄物)を野外で燃やす行為で、法律で禁止されています。

毎年、枝切り・稲わら・もみがらなどの野焼きによる煙により「洗濯物に臭いが付いた」「煙で窓が開けられない」「ぜんそくが悪化する」などの苦情が寄せられています。

野焼き禁止の例外として、農業を営む上でやむを得ない廃棄物の焼却や、たき火など軽微なものがありますが、焼却行為により周囲の生活環境に影響を及ぼす恐れがある場合、行政指導や改善命令の対象となります。

なお、家庭で出た枝や草、落葉などは「燃やすごみ」の指定袋(薄青色)に入れて集積所へ出してください。切り枝は太さ3センチ、長さ45センチ以内に切り、束ねて出せば指定袋に入れる必要はありません。

**【事業系ごみ】**

事業系のごみ(農業ごみを含む)は、許可を受けた業者へ処理を委託してください。

園クリーン推進課不法投棄対策係(☎33-4508)



**印西産農産物の放射性物質検査結果**

検査日 令和元年10月1日～10月31日

検査品目	検査項目	放射性ヨウ素	放射性セシウム	放射性セシウム	放射性セシウム
		131	134	137	134・137の合計
穀類	コメ	検出せず			
果菜類	トマト				

【測定条件】…測定容器：マリネリ容器(420ml)、測定時間：1800秒

【基準値】…放射性セシウム134と137の合計：100ベクレル/kg(一般食品)

※「検出せず」とは各検査項目について、存在しないかまたは検出限界値未満であることを示します。検出限界値はサンプルなどによって異なります。

詳しくは市ホームページをご覧ください

園芸課振興係(☎33-4488)

**火災など発生件数(印西市内)**

	令和元年10月31日現在		
	10月	今年の累計	昨年との比較
火災	1件	45件	+13件
救急	351件	3,478件	-20件
救助	13件	53件	+2件

**交通事故発生状況**

	平成31年1月1日～10月31日		
	人身事故発生数	傷者数	死者数
千葉県	13,476件	16,350人	132人
印西警察署管内	281件	354人	6人
印西市内	172件	203人	4人

全国死者数2,531人  
千葉県-全国ワースト1位-

# お知らせ

## Information

### スポーツ



#### リフレッシュ教室

##### 【ソフトエアロ】

時令和2年1月8日～3月11日までの毎週水曜日(全10回)・10時～11時10分  
☑音楽に合わせて、歩く動作を中心に、楽しく有酸素運動を行います

☑どなたでも

定35人

##### 【リズム体操】

時令和2年1月9日～3月12日までの毎週木曜日(全10回)・10時～11時10分  
☑音楽に合わせたリズム体操を中心に、自分の体重を利用した筋力トレーニングやストレッチを行います

☑軽めの運動で身体を動かしたい人

定35人

##### 【ヨガ】

時令和2年1月10日～3月13日までの毎週金曜日(全10回)・10時～11時10分  
☑ヨガで身体をリラックスさせ、心身のバランスを整えます

☑未経験者および初心者

定50人

##### 【共通】

場松山下公園総合体育館

¥各4,000円(10回分)

申12月11日(水)から下記窓口へ(先着順)

場スポーツ振興課振興係(☎42-8417)

#### 第18回

#### 印西オープンテニス大会

時令和2年1月19日(日)・8時30分～、26日(日)・9時～

場松山下公園テニスコート

☑男子ダブルス、女子ダブルス

☑オープン

定男女とも64ペア

¥①市テニス連盟加盟者ペア1組2,000円②連盟加盟者と未加盟者ペア1組2,500円③連盟未加盟者ペア1組3,000円

円

申12月15日(日)(必着)までに申込書と参加費を現金書留で下記へ(先着順)  
※申込書は松山下公園総合体育館で配布(連盟ホームページからダウンロード可)

場市テニス連盟・齊藤輝一(〒270-1326印西市木下1341-1・☎42-3685)

#### 市柔道錬成会・合同稽古会

時令和2年2月2日(日)・9時40分～

場松山下公園総合体育館

☑市内に在住・在勤・在学している柔道経験者、大会事務局が認めた千葉県在住の柔道経験者

¥無料

申12月10日(火)から令和2年1月12日(日)(必着)までに申込用紙を郵送またはメールで下記へ

※申込用紙は下記で配布

場大会事務局長・佐原(〒270-1367印西市浦部163-5千樹館接骨院内・✉swrtymtkk@yahoo.co.jp・☎090-9239-1008)



### 募集



#### 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6～7.5時間程度かつ週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

※園により多少異なります

◎勤務場所…市立保育園

◎賃金…①時給1,170円(保育士)

1,340円(看護師)、②980円

☑①保育士または看護師の資格を有する人②健康で保育の仕事に熱意のある人

申履歴書(写真貼付)を下記へ持参

場保育課保育係(☎33-4651)

#### 幼稚園、小・中学校会計年度任用職員【登録制】

◎登録期間…令和2年度

##### 【幼稚園】

◎賃金…①1,180円～(補助教員)②980円～(支援員)

☑①園児の指導および支援②園児の支援および介助

☑①幼稚園教諭の資格を有する人②健康で熱意のある人(資格の有無は問いません)

##### 【小・中学校】

◎賃金…①時給1,210円～(学習指導員)②1,110円～(介助員)③1,090円～(日本語指導員)

☑①児童生徒の指導および支援(学習指導を含む)②児童生徒の支援および介助③日本語での日常会話が困難な児童などの指導

☑①教員免許を有する人②健康で熱意のある人(資格の有無は問いません)③英会話ができる人

##### 【共通】

◎選考方法…書類審査、面接(1月下旬実施予定)。名簿に登録されても採用されない場合があります

申12月16日(月)までに履歴書(自筆で写真貼付)、資格を要する職種は資格証の写しを下記へ郵送または持参

※履歴書に希望の職種(複数希望可)を必ず記入すること

場学務課学務係(☎33-4704)

#### 学校司書会計年度任用職員【登録制】

◎登録期間…令和2年度

◎賃金…980円～

☑小・中学校図書整備など

☑司書または司書教諭の資格を有する人

◎選考方法…書類審査、面接(1月下旬実施予定)。名簿に登録されても採用されない場合があります

申12月16日(月)までに履歴書(自筆で写真貼付)、資格証の写しを下記へ郵送または持参

場教育センター(☎47-0400)

#### 英語教育コーディネーター 会計年度任用職員【登録制】

◎登録期間…令和2年度

◎賃金…1,110円～

☑小学校での英語授業の補助や教材の作成補助など

☑英語が堪能な人

◎選考方法…書類審査、面接(1月下旬実施予定)。名簿に登録されても採用されない場合があります

申12月16日(月)までに申込書(自筆で写真貼付)を下記へ郵送または持参

※申込書は下記で配布(市ホームページからダウンロード可)

場指導課指導班(☎33-4705)

#### 「新ヘルスアップ教室」受講者

自宅で続けられる運動です。一人一人の健康状態や生活習慣に応じて、プログラムを提供します。

##### 【初回面接】

時①12月10日(火)～25日(水)のいずれかの日で50分程度

##### 【施設トレーニング】

時1月～3月1クール(最大5クール)火曜日～土曜日の間で90分程度

場そうふけふれあいの里

☑筋力トレーニング集団指導(自体重やセラバンドを使用したもの)、有酸素運動(ステップウェル、エアロバイク)など

☑市内在住で35歳以上の人

¥【月8回コース】…7,830円

【月4回コース】…6,270円

※いずれも3カ月分

定30人

申12月3日(火)から電話で下記へ(先着順)

場健康づくりセンター(☎80-3900)

#### 防犯パトロール隊員

市民による地域の方で犯罪被害を減らすため、防犯パトロールを実施しています。この活動に協力していただける隊員を募集します。

## 公益信託印西市まちづくりファンド

公益信託印西市まちづくりファンドでは、まちづくり活動を行う市民活動団体に助成金を交付しています。

◎募集期間…令和2年1月6日(月)～31日(金)

##### 【助成内容】

##### まちづくり活動スタートアップコース(立ち上げ支援部門)

助成金額…10万円以内(1団体1回)

##### まちづくり活動パワーアップコース(ソフト事業支援部門)

助成金額…50万円以内(1団体5回、2回目以降は逡減)または15万円以内(1団体10回まで)

##### 市民がつくるまちおこし整備コース(ハード事業支援部門)

助成金額…500万円以内(設計、工事費などハード整備事業。1事業につき1回)

◎提出先…千葉銀行の本店または市内の支店へ郵送または持参

※詳しくは「応募の手引き」を参照。手引きは千葉銀行の本店および市内の支店、市役所(市民活動推進課)、各支所・公民館・コミュニティセンター・福祉センター、市民活動支援センターで配布(千葉銀行ホームページからダウンロード可)

※書類の事前相談は本店のみ

#### 応募団体相談会

時12月20日(金)・9時30分～16時30分

場文化ホール

☑市民活動団体の立ち上げ支援や、まちづくり活動支援のための助成金申請に向けた相談会

申電話で下記へ

場千葉銀行信託コンサルティング部公益信託担当(☎043-301-9269)

【制度に関する問い合わせ】市民活動推進課活動支援係(☎33-4431)

#### フォローアップ説明会&個別相談会

ファンド申請のこつについて、具体的に助言します。

時12月21日(土)・①13時30分～15時②15時～17時

場市民活動支援センター

☑①説明会②個別相談会

◎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)

定①10人②2団体

申電話またはメールで下記へ(先着順)

場市民活動支援センター(☎48-4500・✉i.shiencenter@minos.ocn.ne.jp)

# 市の発展への功績をたたえ表彰

11月3日、ふれあいセンターいんばで、令和元年文化の日・印西市功労表彰式典が行われました。  
この表彰は、各分野で永年にわたり活躍され、市の発展に貢献された皆さんの功績をたたえるもので、  
今年は36人が受賞されました。  
※( )内は功績の内容。順不同・敬称略



印西市功労表彰を受けた皆さん



印西市教育委員会表彰を受けた皆さん

## 印西市功労表彰

### ■自治功労表彰

海老原作一、藤代武雄、増田葉子、  
松尾榮子(市議会議員)  
朝川義和(町内会長)

### ■教育文化功労表彰

渡邊敏子(俳句の普及)

### ■社会福祉功労表彰

小熊寿美江(民生委員児童委員)  
大畑和弘、篠田吉範(保護司)

### ■防犯防災功労表彰

三木佐代子(交通指導員)  
大野有信、軍司俊紀、小玉克己(防  
犯指導員)

天野秀一、石橋和久、板倉裕幸、  
岩井利幸、岩井康人、恩田裕之、  
香取信武、木間智昭、木村文康、  
齊藤義貴、颯佐智之、鈴木和磨、  
武藤幸二(消防団員)

### ■善行表彰

石村雅幸(絵画の寄贈)

## 印西市教育委員会表彰

### ■教育功労表彰

田波英俊(俳句の普及)  
中村恵子(囲碁の普及)  
山崎正之、鈴木幸雄(千葉県指定無形民俗文化財「浦部の神楽」の保存)  
岩井文夫(市指定無形民俗文化財「八幡神社の獅子舞」の保存)  
大野清(千葉県指定無形民俗文化財「鳥見神社の神楽」の保存)  
中山啓一、浅野兼治(パークゴルフ、グラウンドゴルフの振興)  
佐藤雅子(バレーボール市代表選手)



## おでかけインフォメーション

12/14  
土

### 元バドミントン日本代表 潮田玲子「印西バドミントン教室」

14時20分～16時30分



女子ダブルスで小椋久美子さんとコンビ“オグシオ”を、2009年には混合ダブルスで池田信太郎さんとコンビ“イケシオ”を組み活躍した潮田玲子氏による「印西バドミントン教室」を開催します。世界で活躍した潮田氏による市内中学校バドミントン部員の指導を間近で見学しませんか。

時12月14日(土)・14時20分～16時30分  
場松山下公園総合体育館

※どなたでも  
※写真、動画の撮影はできません

■無料  
問スポーツ振興課振興係(☎42-8417)

#### 【プロフィール】

2008年、女子ダブルスで北京オリンピックに出場 5位入賞  
2012年、混合ダブルスでロンドンオリンピックに出場、同年9月に現役を引退  
2014年から、(公財)日本バドミントン協会普及部員を務める

12/31  
火

### 新年を神輿とともに迎える 六軒年越し神輿

21時～



六軒巖島神社では、大みそかに恒例の年越し神輿が催されます。年が明けると、威勢の良い掛け声とともに境内を練り歩く勇壮な神輿。地元の皆さんから振る舞われる温かいそばや甘酒とともに、神輿の迫力を間近で感じてみませんか。

場六軒巖島神社(大森4336)

※JR木下駅から徒歩約15分。車は駅周辺の民間駐車場を利用ください

☑ひよっとこ睦の神楽囃子とおかめやひよっとこの舞、印旛龍鳳太鼓の演奏、下総誠粋會の万灯神輿





# IFSCリードワールドカップ印西2019 10/26~27



10月26日から27日にかけて松山下公園総合体育館で開催されたIFSCリードワールドカップ印西2019。大会は今季の最終戦として行われ、世界各国の選手が到達する高さを競いました。日本勢は清水裕登選手が男子決勝で見事優勝。女子決勝では野口啓代選手が4位となりました。

東京オリンピック代表内定の野口選手

優勝を飾った清水選手

## ZOZOチャンピオンシップ

10/24~28

市内のアコーディア・ゴルフ習志野カントリークラブで、10月24日から28日にかけて、日本初となるアメリカ男子ゴルフPGAツアー「ZOZOチャンピオンシップ」が開催されました。

大雨の影響で、開催中止日をはさみながらも4日間にわたって優勝が争われただけでなく、観客の安全を考慮し26日は無観客試合となるなど、異例の開催。それでも、世界で活躍するトッププロのプレーを間近で見ようと、全国から大勢の人が印西市を訪れ、日曜日の観客数は2万人を超えました。

また、市では会場内にPRブースを設け、「いんざい君ガチャガチャ」を設置し、市の特産品でもある手焼き煎餅などとともに、市のPR活動を行いました。ガチャガチャは約1,000人の皆さんが挑戦し、1等のいんざい君が描かれたオリジナルゴルフボールが当たった人からは、「やったー!」という歓声も聞かれました。



印西市ブース

## いんざい健康ちょきん運動

11/1

「地区全体交流大会」

11月1日、今年で4回目となる「いんざい健康ちょきん運動・地区全体交流大会」が開催されました。会場となった松山下公園総合体育館には、市内各地で活動する40グループ、395人が集結。

当日は、90歳以上の参加者へ、市長から感謝状が贈呈された後、各グループの活動状況を紹介しました。どのグループも自分たちの取り組みを生き生きとアピールし、その充実ぶりがうかがえました。今年も参加者全員での健康ちょきん運動が行われるなど、各地区の交流も大いに深まったようです。

いんざい健康ちょきん運動は、住み慣れた地域で健康づくり、地域づくりを目的とした住民主体の活動で、現在、市内では70グループ、1,530人の皆さんが取り組み、年々参加者が増えています。

活動を始める際には、市が支援を行いますので、皆さんも始めてみませんか。

岡高齢者福祉課  
生きがい支援係  
(☎33-4592)



全員でいんざい健康ちょきん運動



## 市民の交流が生まれる場 いんざい産業まつり

11月2日、「食欲の秋」にふさわしいイベント「いんざい産業まつり」がBIGHOPガーデンモール印西駐車場で開催されました。同イベントのメインは、市内で生産される農産物、畜産物、工業製品などの即売会。「おいしいから食べていってネ!」、「試食どう!」威勢のよい掛け声とともに売られているのは、農家の方々

地元で人気の味がたくさん



が丹精込めて育てたお米や野菜、地元店による手作りの総菜、製菓、地酒など。普段何気なく口にしている飲食物も、こうして生産者の顔を見て会話をすることで、さらにおいしく味わえる気がします。他にも、スタンプラリーや輪投げといったゲームが催され、老若男女が大奮闘。得点に応じて、トマトやキュウリやネギといった新鮮な野菜を景品でもらえる輪投げでは、輪を握りしめて、誰もが真剣な表情に。

体験型のブースもあり、印西市の名物の一つでもある手焼きせんべいの手作り体験が大人気。せんべいには、はけで醤油を塗って七輪の火で炙ると、なんと香ばしい香りが漂います。焼きたてを笑顔でほおぶる子どもたちの中に、この印西市伝統のせんべいを受け継ぐ未来の後継者が出てくるかもしれません。



手焼きの素朴な味を堪能



豪華な野菜の宝船



広報レポーター  
木下 詩織 (大塚)

# 講座・催し

金額のないものは無料

Lecture and Event

## 災害に強いまちづくり講演会

時令和2年1月18日(土)・13時30分～15時30分

場イオンモール千葉ニュータウン3階イオンホール

☑突然の災害に備え、子どもや高齢者、外国人や妊娠中の人、性的少数者など個々のニーズの違いや多様な視点に配慮した対策について考えます

◎講師…萩原なつ子氏

◎テーマ…誰もが安全に安心して暮らせる地域防災

☑どなたでも

定100人

☑住所、氏名、電話番号を電話またはFAXで下記へ(先着順)

☑市民活動推進課男女共同参画係(☎33-4431・☎42-7242)

## ～終活のすすめ～ エンディングノート・遺言状・相続

時12月19日(木)・14時～16時

場中央駅前地域交流館2号館

◎講師…武田佳代子氏(千葉県金融広報委員会金融広報アドバイザー)

☑家族や大切な人に、自分の情報や望むことを整理して書き残しておくためのエンディングノート。その書き方の基礎知識や相続、遺言などについて分かりやすく説明します

☑どなたでも

定30人

¥無料

☑電話で下記へ(先着順)

☑商工観光課商工振興係(☎33-4483)

## みんなのいけばな教室

時12月27日(金)・10時～11時30分

場印旛公民館

☑お正月に飾るお花を楽しみながら生けます

☑市内在住の人

定20人

¥1,000円(材料代)

☑空きペットボトル(2L)1本、新聞、雑巾、持っている人は花ばさみを持参

☑12月14日(土)までに電話で下記へ(先着順)

☑印旛公民館(☎98-0427)

## クリスマス会

【小倉台図書館】

時①12月8日(日)・10時45分～11時30分②12月12日(木)・10時45分～11時15分

場①小倉台図書館②中央駅前地域交流館

☑①3歳～小学3年生②0歳～未就園児

定①40人②親子50組

☑両日とも開始15分前から整理券を配布

☑小倉台図書館(☎47-5511)

【小林図書館】

時12月14日(土)・10時30分～11時30分

分

場小林コミュニティプラザ

☑幼児～小学3年生

定50人

☑小林図書館(☎97-0005)

【本埜図書館】

時12月21日(土)・10時30分～11時30分

場本埜図書館

定40人

☑幼児～小学3年生

☑本埜図書館(☎97-3210)

【共通】

☑大型絵本の読み聞かせ、手遊びうた、パネルシアターなど

☑当日会場で受け付け(先着順)

## 印西市史編さん講座

時12月14日(土)・14時～16時

場中央駅前地域交流館

☑印西の生活や医療に関わる現代史を戦後の食糧難や健康・医療系大学の誘致などからひもときます

◎講師…中澤恵子氏(印西市史編さん専門委員)

◎テーマ…印西市域の暮らし～終戦から新しい印西市の誕生まで～

☑どなたでも

定30人

☑当日会場で受け付け(先着順)

☑木下交流の杜歴史資料センター(☎40-3500)

## 高齢者料理教室

時12月19日(木)・10時30分～13時30分

場総合福祉センター

☑誰でも作れて、簡単なカルボナーラやトマトスパゲティ、ピクルスを作ります

◎講師…中村聡氏(まちの洋食屋rapporti)

☑市内在住で60歳以上の人

定12人

¥800円(材料費)

☑エプロン、三角巾、タオルを持参

## お正月「門松カード」を配布します



お正月に使える「門松カード」を12月2日(月)から市役所、各支所・出張所・公民館および市内郵便局などで配布しますので、ご利用ください。

※市ホームページからダウンロード可

☑農政課農政係(☎33-4487)

☑12月5日(木)から電話または下記窓口へ(先着順)

☑総合福祉センター(☎42-0144)

## 正月飾り講座

時12月13日(金)・10時15分～12時15分

場総合福祉センター

☑わらで正月飾りを作ります

☑市内在住で60歳以上の人

定18人

¥500円(材料費)

☑汚れても良い服装で、持っている人は剪定ばさみを持参

☑12月4日(水)から電話または下記窓口へ

☑総合福祉センター(☎42-0144)



## 太巻きずし講習会

時12月9日(月)・10時～12時

場永治プラザ

☑お正月用のお祝いずしを作ります

☑どなたでも

定10人

¥600円(材料代)

☑エプロン、三角巾、巻きずし、はさみ、ずし飯(酢飯4合)、全型のり10枚、持ち帰り容器を持参

☑電話で下記へ(先着順)

☑永治プラザ(☎42-1101)

## 12月4日(水)～10日(火)は人権週間

# みんなで築こう人権の世紀

～考えよう相手の気持ち

未来へつなげよう違いを認め合う心～

【人権週間とは】

法務省と全国人権擁護委員連合会は、世界人権宣言採択日の12月10日を最終日とする一週間を「人権週間」と定め、世界人権宣言の意義を訴えるとともに人権尊重思想の普及高揚に努めています。

【一人で悩まず相談を】

いじめ、体罰、セクハラ・パワハラ、差別、プライバシーの侵害やインターネットでの中傷、家庭内の問題、職場、ご近所のもめごとなど、毎日の暮らしの中で起こる困りごとや心配ごとがあるときは、下記へ相談ください。

◎全国共通人権相談ダイヤル(☎0570-003-110)

◎女性の人権ホットライン(☎0570-070-810)

◎子どもの人権110番(☎0120-007-110)

【人権よろず相談】

毎月第2金曜日に市役所で人権擁護委員による相談を行っています。

※事前予約が必要です。詳しくは、毎月の広報1日号をご確認ください

☑市民活動推進課男女共同参画係(☎33-4071)

◎特設人権相談所

時12月4日(水)～10日(火)・10時～16時

場千葉地方法務局佐倉支局(佐倉市)

☑人権擁護委員や法務局職員が相談に応じます

☑千葉地方法務局佐倉支局(☎043-484-1222)

◎12月10日(火)～17日(火)は北朝鮮人権侵害問題啓発週間

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深め、国際社会と連携しつつ実態を究明し、その抑止を目的に平成18年に定められた「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」。拉致問題の解決など、国際社会を挙げて取り組むべき課題として関心と認識を深めることが大切です

☑法務省人権擁護局(☎03-3580-4111)



# 子育て・健康・福祉

市民の皆さんが安心して生活できるように  
子育て、健康、福祉の情報をお知らせするページです

## 子育て



### 新年度の保育園入園を受け付けています

12月13日(金)・17時15分までに保育課、各支所、中央駅前出張所、市内各保育園・認定こども園、にこにこルーム原山へ

※申込資格により必要書類が異なります。詳しくは「令和2年度保育園入園のご案内」(申し込み場所で配布。市ホームページからダウンロード可)を参照

☎保育課保育係(☎33-4651)

### ご存じですか? 児童扶養手当

ひとり親家庭や親と一緒に生活して

いない児童を養育する家庭などの生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。受給資格の審査や所得制限、受給要件などがありますので、下記へご相談ください。

#### ◎児童手当支給額

- ・全部支給…月額42,910円
- ・一部支給…月額42,900円～10,120円(所得に応じ変動)

※第2子については月額最大10,140円、第3子以降については第2子分に加え、最大6,080円が加算されます  
☎子育て支援課給付係(☎33-4645)

### ひとり親家庭等医療費等助成制度

ひとり親家庭などの経済的負担を軽減するため、医療費などにかかる自己負担分を助成します。

☎18歳の年度末までの児童を養育しているひとり親家庭(生活保護世帯は

除く)

◎助成範囲…各保険法の規定による自己負担分から一部負担金(入院時食事療養費負担額、通院・調剤報酬明細書1件につき1,000円)を控除した額。助成資格や所得制限による審査がありますので、事前にご相談ください  
☎子育て支援課給付係(☎33-4645)

### 子育てが楽になるほめ方のコツ講座

時①令和2年1月17日(金)②31日(金)・10時～12時

場①ふれあい文化館②中央駅前地域交流館

☎つつい怒ってしまう子育てを見直す、今評判のペアレント・トレーニング。子どもの行動を「好ましい行動・好ましくない行動・危険な行動または許しがたい行動」の3つに分けて、ほめ方などを学びます

◎講師…まめの木クリニック臨床心理

士

☎市内在住の3歳～小学3年生くらいまでの保護者

☎20人

☎住所、氏名、電話番号、希望日、託児の有無を電話またはメールで下記へ  
☎子育て支援課児童相談係(☎33-4961・✉kosodateka@city.inzai.chiba.jp)

### お詫びと訂正

広報いんざい11月1日号2ページ「令和2年4月入園・保育園入園申し込みの受け付け」の記事中、下記保育園の受入月齢の表記に誤りがありました。お詫びして訂正します。

園名…(仮称)ちいさな社の保育園  
受入月齢…(正)③(誤)②

☎保育課保育係(☎33-4651)

## 健康・福祉



### 更新はお済みですか? 特定疾患見舞金制度

市では「特定医療費(指定難病)受給者証」、「特定疾患医療受給者証」、「小児慢性特定疾病医療受給者証」、「先天性血液凝固因子障害等受給者証」を有し、治療を受けている療養者または保護者に見舞金を支給しています。すでに支給を受けている人で、受給者証の更新をした人は、更新後の受給者証の写しの提出が必要です。提出がないと、支給が受けられなくなります。

☎更新後の受給者証の写しを下記へ郵送または持参

#### ◎支給額

- ・通院が月2日以上…月額5,000円
  - ・入院が月2日以上15日未満…月額5,000円
  - ・入院が月15日以上…月額10,000円
- ☎社会福祉課厚生係(☎33-4513)

### 歯科保健推進イベント 歯みんぐ・カミング・8020

時12月15日(日)・10時～15時

場イオンモール千葉ニュータウン3階イオンホール

☎歯科医による歯科相談コーナー、歯医者さん体験コーナー、歯科衛生士による歯みがきチェックなど

¥無料

☎中央保健センター(☎42-5595)

### 認知症カフェ

認知症に関する情報交換や日々の生

活で心配なことなどを相談できます。

#### 【共通事項】

☎認知症の人とその家族、認知症に関心のある人

¥1人200円

#### 【オレンジカフェ hana(はな)】

時12月21日(土)・13時～15時

場小林コミュニティプラザ

☎30人(認知症の人10人程度を含む)

☎電話で下記へ(先着順)

☎印西北部地域包括支援センター(☎85-4085)

#### 【オレンジカフェもとの】

時12月15日(日)・13時～15時

場プレーグ本埜通所介護事業所

☎20人(認知症の人5人程度を含む)

☎電話で下記へ(先着順)

☎本埜地域包括支援センター(☎85-4845)

### 中途失聴者・難聴者との手話学習とミニ懇談会

時12月7日(土)・13時30分～16時

場佐倉市中央公民館

☎聞こえに関係なくどなたでも

¥無料(初参加時のみテキスト代1,200円)

☎要約筆記(話し手の言葉を要約して書き、スクリーンに映すなど)で聞こえのサポートがあります

☎不要

☎NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛事務所(☎043-461-6533)、本部事務所(☎047-432-8039)

### ご存じですか? 特別児童扶養手当

心身に重度、中度の障がいがあるため、日常生活で介護を必要とする在宅の20歳未満の児童を養育している父母や養育者に支給される手当です。

☎身体障害者手帳3級以上、療育手帳Bの1以上、精神保健福祉手帳2級以上、身体障害の内部障害(心臓、腎臓など)で手帳と同程度の人

◎手当月額…1級52,200円、2級34,770円

※次の①～②いずれかに該当したときは資格を喪失します

①施設などへ入所した②障がいを事由とする公的年金を受給した

☎障がい福祉課支援係(☎33-4136)

### 歳末たすけあい募金にご協力を!

共同募金運動の一環として、今年も12月1日から「つながり ささえあうみんなの地域づくり」をスローガンに「歳末たすけあい募金」が始まります。この募金運動は、新たな年を迎える時期に支援を必要とする人達が地域で安心して暮らすことができるよう、行われるものです。

町内会や自治会を通じた戸別募金や、市内の商業施設などでの街頭募金

を行いますのでご協力をお願いします。  
☎市社会福祉協議会(☎42-0294)

### 歳末見舞金

父母が交通、災害、病気などにより亡くなった18歳以下の人がいる世帯に歳末見舞金を支給します。

◎見舞金額…1人3,000円

※小学6年生および中学3年生には、就学支度金として1人5,000円を加算

☎12月13日(金)まで

※申請方法など詳しくは下記へ

☎市社会福祉協議会(☎42-0294)

### 自死遺族支援「わかちあいの会ひだまり」

時12月20日(金)・13時30分～

場印旛合同庁舎(佐倉市)

☎大切な人、愛する人を自死で亡くした人が心おきなく話せる場を提供します

☎(社福)千葉いのちの電話事務局(☎043-222-4416)

## 成田空港パスポート(N.PASS)で成田空港をお得に使おう!

N.PASSを提示することで次のようなサービスを受けることができます

- ①空港内店舗(取り扱い店のみ)での割り引きや記念品サービス
- ②駐車場料金の割り引き
- ③航空科学博物館入館料の割り引き

☎市内在住の15歳以上の人(中学生を除く)

☎申込書、証明写真(45ミリ×35ミリ)、運転免許証など現住所が確認できるもののコピーを郵送で下記へ

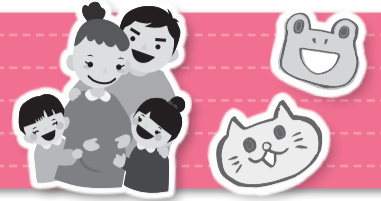
※申込書は下記ホームページからダウンロード可

☎成田国際空港(株)地域共生部共生業務グループ(〒282-8601成田市成田国際空港内NAAビル・☎34-5858・☎https://www.naa.jp/jp/csr/index.html)

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、認定こども園  
🌙児童館\*18歳未満の子とその保護者向け



## お誕生児紹介Day

☀️18日(水)・10:30~☀️12月生まれの乳幼児と保護者☀️17日(火)までに電話・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

☀️3日(火)、10日(火)、17日(火)☀️看護師相談日☀️未就学児親子☀️当日受付

## クリスマス会

☀️13日(金)☀️みんなでクリスマス会☀️未就学児親子☀️30組☀️電話・窓口で

☀️小林子育て支援センター (☎80-8700)

## 簡単クラフト

☀️18日(水)・10:00~11:20☀️だるまの福笑い☀️未就学児親子☀️自由参加

## お話シアター

☀️毎週金曜日・10:30~10:45☀️手遊び・絵本・パネルシアターなど☀️自由参加

☀️こぎつねコンタの広場 (ふれあい文化館内☎45-3800)

## おいでよ! わくわくぽかぽか広場

☀️毎週水曜~金曜日・9:00~14:00☀️親子のふれあいの時間を楽しみましょう

☀️わくわくぽかぽか広場 (総合福祉センター内☎42-0144)

## じどうかんデビューデー♪

☀️13日(金)・10:00~☀️児童館を初めて利用する人の専用デー☀️自由参加

☀️ママタのぼんぼこ広場 (いんば児童館☎80-3950)

## ぽっかぽかタイム

☀️火曜~金曜日(事業日除く)・11:00~11:20☀️親子のふれあいタイム☀️自由参加

☀️滝野子育て支援センター (☎97-1822)

## 母親講座「フラワーアレンジメント」

☀️13日(金)・10:30~12:00☀️6カ月~未就園児親子☀️13組☀️500円☀️窓口で

## 久山先生を囲んで

☀️11日(水)・13:30~15:00☀️冬の病気☀️30組☀️無料☀️電話・窓口で(先着順)

☀️つどいの広場 (そうふけふれあいの里内 ☎47-7880)



## 公園であそぼう

☀️3日(火)・10:45~11:30☀️西の原公園☀️フープで遊ぼう☀️自由参加☀️雨天中止

## クリスマス会~まあ先生がやってくる~

☀️17日(火)・10:30~11:30☀️そうふけ公民館☀️音楽遊び☀️未就学児親子☀️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

☀️月曜~金曜日・9:30~14:30☀️制作、ふれあい遊び、英語、講座など

## 子育て相談&身体測定

☀️当園看護師による身体測定、健康相談

★原山保育園 (☎47-6638)

## ゴスペルリトミックjoy

☀️毎週水曜日・9:50集合☀️年齢別で行います☀️不要

## 親子でABCタイム

☀️毎週木曜日・10:30集合☀️しおんハウス☀️年齢別で行います☀️不要

★しおん保育園(しおんひろば ☎070-3174-3124)

## すくすく測定

☀️6日(金)、9日(月)、10日(火)・9:00~11:00☀️身長・体重計測、手形や足形の記録

## クリスマス制作週間

☀️11日(水)~24日(火)・9:00~11:30☀️クリスマスの飾りと帽子が作れます☀️自由参加

★山ゆり保育園 (ぴよぴよくらぶ☎98-3773)

## クリスマス会

☀️17日(火)・10:00~☀️15組☀️2日(月)10:00~電話で

★牧の原宝保育園 (さくら広場☎49-4011)

## クリスマス会

☀️24日(火)・9:50~☀️園行事のクリスマス会に参加しましょう

## ボール遊び

☀️20日(金)・10:00~11:00☀️ボールハウスで遊びます

★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

☀️12日(木)・10:30~11:30☀️赤ちゃんとの絆づくり! ☀️1,000円☀️電話・窓口で

## お誕生日会

☀️24日(火)・9:45~10:30☀️保育園のお誕生日会に参加しませんか? ☀️100円☀️電話・窓口で

★星虹保育園 (びかびかルーム☎40-1189)

## 骨盤調整ヨガ&ピラティス

☀️16日(月)・10:30~11:30☀️産後の体のケア☀️1,000円☀️電話・窓口で

## 親子でキッズダンス

☀️17日(火)・10:10~10:50☀️親子で楽しく踊ります☀️1,000円☀️電話・窓口で

★星虹第二保育園 (ぽかぽかルーム☎45-1189)

## クリスマス会

☀️9日(月)・10:45~☀️10組☀️2日(月)11:00~電話・窓口で

## バブちゃんタイム

☀️20日(金)・13:15~☀️H31年4月2日生まれ以降の子☀️自由参加

★小倉すくすく保育園 (あひるルーム☎42-5901)

## 手型のトナカイ製作

☀️9日(月)~10日(火)☀️汚れても良い服装で

## たつのこデビュー★デー

☀️16日(月)☀️1歳未満の赤ちゃん☀️たつのこクラブの利用が初めての人の

★エンジェルハート保育園 (たつのこクラブ☎47-3344)

## みんなでクリスマスソングを楽しもう

☀️①17日(火)②19日(木)③20日(金)・10:40~☀️①0歳②1歳③2歳☀️6組☀️電話・窓口で

## お誕生会

☀️9日(月)・10:40~☀️12月生まれの未就園児と保護者☀️6組☀️電話・窓口で

★印西ひかりこども園 (にじっこルーム☎40-3737)

## English Play Time

☀️毎週火曜日(31日を除く)・9:10~9:40☀️外国人講師と楽しく英語で遊びましょう

## 書道アクティビティ

☀️19日(木)・9:10~9:40☀️子どもと一緒に書道作品作りに挑戦しましょう

★認定こども園RWI(キャタピラークラブハウス☎85-8685)

## バランスボールを楽しもう!

☀️10日(火)・10:00~11:15☀️就学前の子どもの親☀️20組☀️800円☀️タオル持参。保育あり☀️電話で

## ゆいキッズクリスマス会

☀️13日(金)・10:30~11:30☀️ダンスや歌を楽しみましょう☀️未就園児親子☀️15組☀️電話で

★ゆいのひ保育園 (ゆいキッズ☎36-8586)

## 栄養相談・親子で遊ぼう

☀️毎週火曜、水曜、木曜日・10:30~11:00

## お誕生日会

☀️20日(金)・9:45~10:15

★銀の鈴保育園 (りんりんひろば☎47-7566)



## みんなでカラオケデー

☀️14日(土)・9:00~16:30☀️高齢者や友達とカラオケ☀️小学生~18歳☀️自由参加

## レクホールであそぼう

☀️21日(土)・13:00~14:50☀️バドミントンなど☀️小学生~18歳☀️上履き持参☀️自由参加

☀️中央駅前地域交流館 (児童ルーム☎46-5111)

## 書初め教室

☀️24日(火)・①10:00~②11:00~☀️小学生以上☀️各8人☀️4日(水)~電話・窓口で(先着順)

☀️そうふけ児童館 (ふれあい文化館内☎45-3800)

## わんぱくタイム「クリスマス会」

☀️20日(金)・10:00~☀️みんなで青い鳥を探しに行こう☀️未就学児親子☀️自由参加

## ファミリースポーツ

☀️毎週土曜・14:00~15:30☀️ドッジボール・卓球など☀️小学生~18歳未満の子と保護者

☀️子どもふれあいセンター (総合福祉センター内☎42-0144)

## ベビーマッサージ講座

☀️4日(水)・11:00~☀️1歳ぐらいまでの乳児と保護者☀️12組☀️電話・窓口で

## クリスマス会

☀️12日(木)・10:45~☀️乳幼児と保護者☀️20組☀️3日(火)~電話・窓口で

☀️いんば児童館 (☎80-3950)

事業の詳細は、各施設のおたよりやホームページでご確認ください。

## おはなし会(12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 8日(日)・22日(日)14:00~

そうふけ図書館 7日(土)・14日(土)・21日(土)15:00~

小倉台図書館 5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)15:30~

印旛図書館(いんば児童館) 26日(木)11:40~

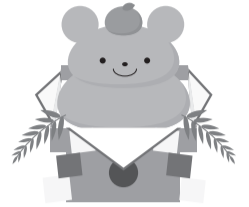
# 12月の各種相談

※祝・休日の相談はありません。すべて無料です。  
 ※階段の昇降に支障のある人は予約時に申し出てください  
 ※予約が必要

相談名	とき	ところ	問い合わせ
法律相談(弁護士) ㊦	①13日(金)②20日(金)③27日(金)・10時~12時、13時~15時【予約開始】①6日(金)②13日(金)③20日(金)※先着8人	市役所附属棟	市民活動推進課 男女共同参画係 ☎33-4071 (受付専用番号) ※予約開始時間は8時45分 ※予約に空きがあれば当日受け付け可(交通事故巡回相談を除く)
市民生活相談(司法書士) ㊦	27日(金)・10時~12時、13時~15時【予約開始】2日(月)※先着6人		
市民生活相談(税理士) ㊦	20日(金)・10時~12時、13時~15時【予約開始】2日(月)※先着6人		
人権よろず相談 ㊦	13日(金)・10時~12時、13時~15時【予約開始】2日(月)※先着4人		
行政相談 ㊦	13日(金)・10時~12時、13時~15時【予約開始】2日(月)※先着8人		
交通事故巡回相談 ㊦	20日(金)・10時~12時、13時~15時【予約受付】18日(水)まで※先着4人		
障害者就労支援相談	毎週火曜日 10時~12時、13時~16時【電話相談可】	ふれあいサポートセンターいんざい ☎42-1118 FAX42-1055	
家庭児童相談 母子・父子自立支援相談 ㊦	毎週月曜~金曜日・9時~16時	市役所 子育て支援課	家庭児童相談室 ☎42-5180
女性の悩み相談 ㊦	5日(木)、19日(木) 10時~12時、13時~16時 【電話相談可】	市役所会議棟	子育て支援課支援係 ☎33-4640
消費生活相談	毎週月曜~金曜日 9時30分~12時、13時~16時30分【電話相談可】	市役所附属棟	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 ㊦	26日(木)・10時~12時、13時~17時 ※15~40歳未満の職業的自立を目指す若者と その保護者	市役所会議棟	ちば北総地域若者 サポートステーション ☎24-7880
心配ごと相談	7日(土)、毎週水曜、金曜日(6日を除く) 10時~12時、13時~15時	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
生活困窮相談	月曜~金曜日 8時30分~12時、13時~17時15分	総合福祉センター	いんざいワーク・ライフ サポートセンター (総合福祉センター内) ☎37-5571
成年後見相談会 ㊦	24日(火)・13:30~15:30 ※先着2人	中央駅前 地域交流館	社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎42-0294
教育相談	毎週月曜~金曜日 9時30分~12時、13時~15時30分	教育センター	教育相談専用電話 ☎47-7830
子ども相談室	毎週月~金曜日・9時~17時		
住宅相談	8日(日)・10時~12時、13時~15時 事前予約優先	印西市商工会館 会議室	印西市商工会 ☎42-2750
Consultation for Foreigners ㊦ (Free of Charge) 外国人のための無料相談	13日・金曜日・9時~16時 事前に電話で予約してください	市役所 企画政策課	企画政策課政策推進係 ☎33-4068

## 市長談話室

今月は第4回市議会定例会などのため、お休みします。次回は、令和2年1月15日(水)を予定しています。  
 副秘書広報課広報広聴係  
 (☎42-5117)



## 市税などの夜間・休日納付相談窓口

【相談日】  
 12月21日(土)・8時30分~12時30分  
 26日(木)・20時まで

【場所】  
 市役所国保年金課  
 【必要なもの】  
 納税通知書、印鑑など

【取扱科目】

固定資産税・都市計画税 市民税・県民税、軽自動車税 固定資産税・都市計画税 固定資産税・都市計画税 固定資産税・都市計画税
国民健康保険税、 後期高齢者医療保険料 国民健康保険 国民健康保険 国民健康保険
介護保険料 国民健康保険 国民健康保険 国民健康保険

## 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  
 いんば ふれあいセンターいんば 総合 総合福祉センター

### ▼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してください。

#### 4カ月児相談

受付 いんば 高花 9:30~9:45 総合 9:30~11:00

いんば 11日(水) 函 R1年7月生まれ  
 総合 19日(木) 函 R1年7~8月生まれ  
 高花 25日(水) 函 R1年7~8月生まれ

#### もぐもぐ教室(離乳食中期)※

受付9:30~9:45

高花 13日(金) 函 R1年5~6月生まれ

#### かみかみ教室(離乳食後期)※

受付13:20~13:35

高花 13日(金) 函 H31年2~3月生まれ

※ 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申し込みください(先着順)

#### 1歳6カ月児健診

受付13:00~13:15

いんば 12日(木) 函 H30年5月生まれ  
 高花 17日(火) 函 H30年5月生まれ

#### 2歳児歯科健診

受付13:00~13:15

いんば 6日(金) 函 H29年6月生まれ  
 中央 18日(水) 函 H29年6~7月生まれ  
 高花 24日(火) 函 H29年6月生まれ

#### 3歳児健診

受付13:00~13:15

いんば 4日(水) 函 H28年6月生まれ  
 高花 23日(月) 函 H28年6月生まれ

#### ▼健康づくり相談・禁煙相談(一般対象)

☑血圧測定、生活習慣病予防、栄養相談など ※予約制

中央 月曜~金曜日・9:00~16:00

いんば 月曜~金曜日・9:00~16:00  
 ※来所または電話で健康づくり相談を行っています。来所する際は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申し込みください

#### ▼ふたごの会(Twin会) 問い合わせ☎80-3800

遊びながらお話や、情報交換ができます。

いんば 19日(木)・10:00~12:00

☑市内在住の双子以上の妊産婦とその子ども



#### 転入者の皆さんへ

- 妊婦乳児健康診査受診票が未手続きの妊婦と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
- 19歳未満の人は予防接種・乳幼児健診実施状況届を提出してください。未届けの場合、健診票・予診票が届かないことがあります
- 風しん抗体検査(無料クーポン)対象の男性(537年4月2日~554年4月1日生まれ)で検査が未実施の人は、中央保健センターまでお問い合わせください

#### 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	19:00~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・歯科医・薬局を持ちましょう!



**栄養士の にこにこ★クッキング**  
recipe.21



**ひつつみ汁**

※岩手県の郷土料理。生地をひつつめて(薄く伸ばして)作ります。

素朴な味のひつつみ\*  
とたっぷりの野菜が  
体を芯から温めます。

**材料(2人分)**  
薄力粉50g、塩少々、水25cc、鶏肉30g、ニンジン20g(厚さ1cm)、ダイコン30g(厚さ1cm)、コマツナ40g(1株)、塩小さじ1/2弱、醤油小さじ1、みりん風調味料小さじ1/2、だし汁 300cc

**作り方**

- ①ボウルに薄力粉と塩を入れ、水を加えて混ぜる。なめらかになるまでよくこね、耳たぶの固さの生地にする。ラップをして室温で30分~1時間寝かせる。
- ②鶏肉は2~3cmの細切り、ダイコン、ニンジンは5mm厚のいちよう切り、コマツナは1~2cmに切る。
- ③鍋にだし汁を入れて火にかけ、鶏肉、ダイコン、ニンジンを加える。
- ④煮立ったらアクを除き、コマツナを加え、軟らかくなるまで煮る。野菜が軟らかくなったら、醤油、みりん風調味料を加え、塩で味を調える。
- ⑤①の生地を薄く伸ばし、一口大にちぎる。
- ⑥別鍋に湯を沸かし、⑤を鍋に入れる。浮いてきたら取り出して湯を切り、④の鍋に入れて仕上げる。

1人分の栄養価…エネルギー137kcal、たんぱく質5.9g、脂質2.7g、食塩相当量1.6g

レシピ提供：保育課

**おおきく なあ~わ**



**菊池 穰ちゃん**  
(平成30年12月3日生まれ)

街でもみんなを魅了するその笑顔で、たくさんの人をハッピーにしてね。お誕生日おめでとう!

**12月生まれのみんな おたんじょうび おめでとう**



**國料 大誠 ちゃん**  
(平成29年12月27日生まれ)

乗り物、外遊び、ジュース、そしてお兄ちゃんが大好きです。心身ともにたくましく、元気に育ちますように!



**五十嵐 翔ちゃん**  
(平成30年12月5日生まれ)

毎日1つ上のお姉ちゃんの後をついてばかり! 早くお姉ちゃんと追いつけるように頑張れ!



**田中 陽太ちゃん**  
(平成29年12月26日生まれ)

ニコニコ元気いっぱい育ててくれてありがとうこれからも毎日楽しく過ごしていこうね! 2歳おめでとう!!

**赤ちゃんの写真募集中!**

市内在住で、掲載希望月に誕生日を迎える、満2歳までの赤ちゃん  
誕生月の前月1日までに、下記へメールまたは持参(応募多数の場合は抽選)  
※応募方法などの詳細は、市ホームページを参照  
図書館広報課広報広聴係 ☎42-5117・✉kouhouka@city.inzai.chiba.jp

**健康いんざい** Vol.200

知っていますか? 筋力トレーニングの効果!

太りにくい身体をつくりま

筋肉は加齢により減少するので、それに比例して基礎代謝も低下します。すなわち、年々、太りやすい体質になるということですが、加齢による筋肉量の低下を防ぐためには、筋力トレーニング(以下、筋トレ)が必要となります。

手軽にできる運動といえ、ウォーキングなどの有酸素運動。しかし、有酸素運動は、脂肪燃焼には効果

筋力トレーニングは、基礎代謝の維持・増進には効果が少ないことが分かっています。食事制限と有酸素運動のみでダイエットをした場合、体重の減少とともに筋肉量も減ってしまうため、結果としてリバウンドしやすい身体をつくりま

理想的なダイエットを成功させるためには、筋トレと同時に、食事ではたんぱく質を取り過ぎないようにするなどのコントロールを行い、筋肉量を維持・増加させることが大切です。

寝たきり・転倒予防に効果があります!

転倒の原因となる「すり足」は、腰の奥にあり背骨と太ももの骨をつないでいる「大腰筋」が大きく関係しています。

「ヘルスアップ教室」

情報システムを活用し、生涯にわたって自宅で継続できる筋トレを学ぶ教室です。参加者を募集しています。

健康づくりセンター ☎801-3900

「いんざい健康ちよきん運動」

市内各地区で住民の自主的な活動として行われています。自分で重さを調整できる「おもり」を使った運動です。

高齢者福祉課生きがい支援係 ☎33-4592

何歳になっても筋トレの効果は出ます。ぜひこの機会に筋トレを始めてみましょう。

スクワットや腿上げなどの筋トレを行い、大腰筋を鍛えることで、ちょっとした段差での転倒を防止し、寝たきり予防につながります。

市では、筋トレを学んだり、仲間とともに継続したりしやすい教室などを実施しています。

**いんざい**

発行 | 印西市 編集 | 秘書広報課  
住所 | 〒270-1396 印西市大森2364-2  
電話 | 0476-42-5111(代)  
FAX | 0476-42-7242  
HP | http://www.city.inzai.lg.jp/  
メール | home@city.inzai.chiba.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…14日(土)、28日(土) (8:30~17:15)
- ▶中央駅前出張所…7日(土)、21日(土) (8:30~17:15)
- ▶印旛支所…毎週土曜日 (8:30~12:00)
- ▶滝野出張所…毎週土曜、日曜日 (29日除く) (8:30~17:15)

**こちら編集室**

今年も残り僅かとなりました。師走は何かと忙しく気持ちが焦りがちになり交通事故が多発する時期でもあります。急ぐ気持ちを抑えて安全運転を心掛けましょう。今年は台風による風水害という暗いニュースもありましたが、来年は安心安全で笑顔あふれる年になり、広報でも明るいニュースを沢山お届けできることを期待しています。

よく見…よく聞き…  
正しくお知らせ  
秘書広報課