

9月1日は「防災の日」

災害に対する 日ごろの備えを心掛けよう

大正12年(1923年)9月1日に発生した「関東大震災」にちなみ、制定された「防災の日」。

発生から5カ月となる「東日本大震災」を含め、地震・台風・大雨による洪水など、突然やって来る災害に対し、わたしたちはどのような対策がとれるのでしょうか。

◆地震が起きたら

▽突然大きな揺れに襲われたときは、まずは自分の身を安全に守れるように心がけましょう。

▽戸を開けて、出入り口の確保をしましょう。

▽棚や棚に乗せてあるもの、テレビなどが落ちてきたりするので、離れて揺れが収まるのを待ちましょう。

▽あわてて戸外に飛び出さないようにしましょう。

▽寝室には、倒れそうなものなどを置かないようにし、頭の上のものが落ちてこない所に寝ま

しょう。

▽高層マンションなどに住んでいる場合は、日ごろから非常口の確認をしておきましょう。

◆地震が起きる前にできること

地震はいつ起こるかわからないことから、時間帯や誰が在宅しているかなどいろいろなケースを想定し、話し合っておきましょう。話し合いでは、想定したケースごとに分担を決めるほか、高齢者や乳幼児など家族構成も考慮し次のようなことも相談しておきましょう。

①家の中でどこが一番安全か

②避難場所、避難路はどこか

③非常持出袋はどこに置いてあるか

また、住所・氏名・連絡先や血液型などの自分の情報を記載した避難カードを作成し、携帯するのも効果的です。

◆台風・大雨にも注意

台風以外にも、近年は都市型水害が発生するようになり、ゲリラ豪雨の

ようになっています。

今年も台風のシーズンを迎えます。豪雨による河川の増水や道路冠水は、わたしたちの予想を超える速さで襲ってきますが、事前の予測は可能です。普段からテレビ、ラジオで流される気象情報を収集し、事前に付近の危険箇所を把握しましょう。

また、地震と同じように避難場所や連絡方法、非常持出品などについて家族全員で話し合い、一人ひとりが十分な対策を考慮しておくことも大切です。

詳しくは総務省消防庁のホームページ(<http://www.fdm.go.jp/>)をご覧ください。

国防防災課防災班(☎内線454)。

市内小・中学校でも避難訓練

震災後、市内の各小・中学校ではそれぞれ避難訓練が行われています。

小倉台小学校では、震災後最初の避難～保護者への児童引き渡し訓練を実施。また、本荘第二小学校では、洪水を想定した避難訓練が、初めて行われました。



▲訓練中、屋上へ避難する本荘第二小児童のみなさん



▲東京電機大学グラウンド脇の道路に刻まれた震災の爪跡(今年3月撮影)

防災の日



9月1日

原山小で「健やか相撲大会」

夏場所

今年2月に原山小で行われた「健やか相撲大会」の夏場所が、去る7月1日に同校で開催されました。

今回は原山小・内野小の男子だけでなく、女子も参戦し、男の子顔負けの熱戦を展開。中にはなかなか勝負がつかない好勝負も繰り広げられ、ギャラリーをおおいに沸かせてくれました。



▲一進一退、男子も女子も好勝負が続出

総務省自治大学校では毎年、開発途上国の中核を担う行政官を招き、各国で必要とされている知識や技術の研修を独立行政法人国際協力機構(JICA)の協力のもと、実施しています。

去る7月6日にアフガニスタンやタンザニアなどの行政官11人が市内を視察しました。

この日の午前中、(株)竹中工務店技術研究所を訪問し、建設実験施設などを視察。その後、市役所で、市長を表敬訪問し、市政概要などの説明を受け、午後からは千葉ニュータウン、日本医科大学千葉北総病院を視察しました。

海外研修生のみなさん



▲山崎山洋市長と伊藤圭子副市長を囲む研修生のみなさん

総務省自治大学校海外研修生が 市内視察

んは、訪れた各施設に興味津々、自国で参考にできる点などを熱心に質問していました。

企画画政策課企画政策班(☎内線471)。

鈴木康雄氏(山田)が 千葉県環境功労者知事感謝状を受賞



▲森田健作千葉県知事(中央)と鈴木氏(右から二人目)ほかの受賞者(千葉県提供)

千葉県では、県内において環境の美化、また環境保全活動の推進に顕著な功績があった個人や団体に対し、その功績をたたえるため、表彰を行っています。

鈴木康雄氏は、平成9年4月から千葉県自然保護指導員として、環境保全に尽力され、今回、その功績が認められ表彰されたものです。

印西市民憲章と市のシンボル（市の花・市の木・市の鳥・市の魚）

「一人ひとりが主役となる元気なまちをつくるために」

市では、昨年9月に合併後の市の新たな市民憲章を制定するとともに、市のシンボル（市の花・市の木・市の鳥・市の魚）を指定しました。

織り成す調和のこれた美しいまちです。わたしたちは、先人の築いた歴史と伝統を受け継ぎながら、輝かしい未来に向かって、一人ひとりが主役となる元気なまちをつくるためにこの憲章を定めます。

― 美しいふるさとに誇りを持ち、環境にやさしいまちをつくりまします。

― 互いに助け合い、お年寄りや子どもを大切にし、安全で安心なまちをつくりまします。

― ともに学び、教養を高め、文化の薫り高いまちをつくりまします。

― スポーツに親しみ、健康で明るいまちをつくりまします。

― 働くことを喜びとし、進んで地域に参加する、活力のあるまちをつくりまします。

（平成22年9月11日制定）

市の花「コスモス」

秋に色鮮やかな花を咲かせる

コスモスには「調和」という意味があることから、人と人、地域と地域との調和や新市としての一体感を願う印西市にとってふさわしい花です。



市の木「サクラ」

市内には、「小林牧場の桜並木」や「吉高の大桜」といった桜の名所があり、多くの市民に親しまれている木です。今後、これらの名所を観光資源として活用することで市の一層の発展が期待されます。



市の鳥「メジロ」

姿、色、鳴き声ともに愛らしく、昔から市民に親しまれている鳥です。また、主に山林に生息することから、緑豊かな里山を有する印西市には数多く生息しており、自然環境の保護を市

民憲章に掲げている本市にとつてふさわしい鳥です。



市の魚「ナマズ」

河川や湖沼に生息することから、利根川、印旛沼、手賀沼といった地域を代表する河川と湖



沼を有する印西市では大変なじみ深い魚です。また、愛嬌（あいぎょう）のある容姿から市民に親しまれています。

（平成22年9月11日指定）
 国土総務課総務法規班（☎内線 436・437）。

応募しませんか

「耕作放棄地解消モデル事業」

市内には、約269㌥の耕作放棄地化した農地があります。これは市の農地面積、4,963㌥の約5・4％になります。

市は、市遊休農地再生対策協議会など関係機関と連携・協力し、耕作放棄地の解消に向けて取り組んでおり、その一環として協議会では、県の新規事業として平成23年度から25年度までの3年間実施される、「耕作放棄地解消モデル事業」に取り組み組織や団体から募集を受け付けます。

なお、事業の概要などは、次のとおりです。

【事業の目的】

耕作放棄地の解消には、貸し手との調整や引き受け手の確保が必要であるが、個別相対の取り組みでは限界があることから、地域や集落単位での耕作放棄地解消に向けた活動を支援し、耕作放棄地の解消を図るものです。

【事業主体】

集落営農組織や地域、集落単

位で耕作放棄地の解消に取り組む団体。

※事業申請を行う場合は、組織や団体の規約や名簿の添付が必要となります。

【対象農地】

●耕作放棄地全体調査で耕作放棄地として区分された農地が対象です。

【補助率】

●定額補助：1地区80万円以内。

【事業の内容など】

①耕作放棄地の調査（必須）：耕作放棄地の位置、所有者、発生原因、周辺の営農状況の把握を行う。

②再生利用計画・営農計画の検討・策定（必須）：耕作放棄地の再生方法や営農計画の検討・策定を行う。

③土地利用の調整：所有者と引き受け手の合意形成を図り、土地利用の調整を行う。

④保全管理の実施：引き受け手が確保されるまでに行う保全管理作業を行う。

スポーツ祭東京2013

◆印西市で東京国体の「クレール射撃競技会」が開催

昨年、大きな盛り上がりを見せた「ゆめ半島千葉国体」。印西市で行われた山岳競技は、千葉県の連覇で幕を閉じました。

その興奮さめやらぬ2年後の平成25年、今度は東京で国体が開催されます。そのうちの正式競技の一つであるクレール射撃が都外開催競技として印西市で開催されることが決定しました。

開催 平成25年9月29日(日)～10月1日(火)。

会場 成田射撃場（山田）。

開催 2013実行委員会事務局（東京都庁内・☎03-5388-2463 内線38-329）。

スポーツ祭東京2013マスコットキャラクターの「ゆりーと」です。印西市のイベントにも遊びに行きます。応援よろしくね！



⑤成果・課題の取りまとめ（必須）：事業の成果および課題の取りまとめを行う。

※そのほか諸条件がありますので、詳しくは、左記までお問い合わせください。

●募集期間：9月1日(木)～9月30日(金)。

国土総務課振興班（☎内線374）。

三つの審議会が 総合計画基本構想（素案）に答申

市の総合計画基本構想（素案）について、8月4日に印西市総合計画審議会（田窪昭夫会長）および印旛地区地域審議会（前田完一会長）、本埜地区地域審議会（本橋孝司会長）から答申がありました。



左から、田窪総合計画審議会会長、山崎市長、前田印旛地区地域審議会会長、本橋本埜地区地域審議会会長

基本構想は、総合的かつ計画的な行政運営を図るための市の長期的なまちづくりの指針として定めるもので、平成32年度（2020年度）を目標年度として、社会情勢や地域経済の変動に対応しながら、まちづくりの理想像である「将来都市像」の実現に向けて、基本目標と政策を体系的に示したものです。

この基本構想の策定に当たっては、昨年7月から、各審議会において審議を重ね、さらに、市民説明会や市民意見公募などで寄せられた意見なども参考に内容が検討され、今回の答申に至ったものです。

現在市では、この答申を受け、策定作業を進めています。

国土総務課企画政策班（☎内線472）。

広報いんざい市長室

山崎山洋



先日、東日本大震災被災者を対象とした職員採用面接試験のため、宮城県仙台市に行きました。試験翌日は、印西市出身で南三陸町自然環境活用センター所長の横浜康継さん(理学博士)のお骨折りで、宮城県本吉郡南三陸町を視察させていただきました。

仙台市から北に約 80 km に位置する南三陸町に向かう途中、海岸線を通りましたが、防風林だったと思われる松の太木が根こそぎ倒れていて、津波のおそろしさを初めて目の当たりにしました。

南三陸町は、昭和 35 年(1960 年)5 月 24 日に、チリで発生した地震による津波(チリ地震津波)の被害にあい、それに基づく津波対策を施していました。しかし、その対策をはるかに超える津波が、3 月 11 日の地震によって発生し、8 月上旬の段階で死者 550 人、行方不明者 437 人、建物被害 3,300 棟で被災率 62% の甚大な被害を受けてしまいました。

上の写真は、骨組みだけになってしまった南三陸町防災対策庁舎です。報道などで、この建物が津波に襲われた時の状況はご存じかと思います。周辺にはまだがれきが残し、ここに街があったのかと疑うほど荒涼とした状態でした。そのような風景は、被災された方々の計り知れない絶望感、喪失感や悲しみを感じさせますが、「拾った命、町民のために全力を尽くす」と復興へ向かい陣頭指揮を執る佐藤仁町長をはじめ、被災しながらも笑顔で対応していただいた町職員のみなさんの姿は、再建への強い意志と希望に満ち満ちていました。わたしも市民のみなさんと共に、南三陸町の復興を応援します。

9 月 1 日は防災の日。市では本年度と来年度の 2 力年で、「印西市地域防災計画」の修正を行います。東日本大震災の反省点を改善し、市民のみなさんからの意見公募などを実施しつつ計画の修正作業を進めますので、より良い計画を策定するためご協力をお願いします。

下水道への早期接続にご協力を
下水道は、市が工事を行っただけでは意味がありません。みなさんに使用していただいてこそ、自然を守り、生活環境を改善することができるのです。
下水道が使用できるようになった区域は、下水道法などに基づいて市が公示します。この

水洗便所改造貸付金
市では水洗化を促進するため、くみ取り便所や単独浄化槽の水洗化改造工事を供用開始から 3 年以内に行う場合、25 万円を限度として無利子で貸し付ける制度を設けていますので、ご相談ください。
指定下水道工事店
トイレの水洗化などの工事



要望などを行いました。
山崎会長は、森田県知事に対して、「県が主導して、県および沿線自治体が北総線の運賃値下げに向けた諸問題と実現手段を調査研究し、実現するための首長間協議の場を設置すること。また、成田スカイアクセスが開業し、成田国際空港と都心が直結されたことなどにかんがみ、北総線と密接な関係がある沿線市の協議の場への参加」について要望しました。
本協議会では、今後とも北総線の運賃問題について、取り組んでいきます。
企画画策課交通政策室(☎内線 475・476)。

「下水道の日」は、昭和 36 年(1961 年)、著しく遅れている下水道の全国的な普及(当時の普及率はわずか約 6%)を図る必要があることから「全国下水道促進デー」として始めました。
また 9 月 10 日は、下水道の大きな役割の一つである「雨水の排除」を念頭に、台風シーズンである二十日を過ぎた二十二十日が適当であるとされたことから、この日を定めました。

9 月 10 日は「下水道の日」

下水道

生きもののすべての

いのちのわ

(宅内排水設備工事)は、市が指定した工事店(印西市指定下水道工事店)でなければ施工することができません。
工事が不完全だと、においが家の中にもつたり、排水管が詰まったりといった問題が起

ります。排水設備の接続・補修は必ず指定工事店に依頼してください。
指定工事店の名簿は下水道課で配布しています。
☎下水道課工務管理班(☎内線 786・787)。

北総線運賃問題対策協議会

森田千葉県知事に要望活動

印西市・白井市の首長・議長で構成する「北総線運賃問題対策協議会」(会長・山崎印西市長)は、去る 7 月 28 日、千葉県庁を訪れ、森田県知事に対して

「地域福祉計画」地区座談会を開催します

市では、平成 18 年度に策定した地域福祉計画について今年が最終年度に当たるため、平成 24 年度からの新たな計画を現在策定しています。

計画策定のため、みなさんから広くご意見をいただくために、地区座談会を開催します。地域の課題やみなさんが安心

シリーズ・心の道標²⁸

「薬物と病気について」

☎社会福祉課障害福祉班(☎内線 268)

芸能人や著名人が「覚せい剤」などを所持・使用し、逮捕される事件が後を絶ちません。「覚せい剤」は、いうまでもなく違法薬物であるため、使用・所持をすると刑事司法手続きにより処罰されます。しかし最近では、若い世代で「合法ドラッグ」が使用されることが問題となっています。

「合法ドラッグ」でも定量を超えて使用すると「乱用」となり、それを続けていると薬物をやめたくてもやめられない状態の(アルコールに特に多い)、コントロールが不能な「依存」という状態になってしまいます。「中毒」は、急性と慢性に分けられますが、薬物中毒が治癒(ちゆ)しても、薬物依存は変わらないということを認識しなければなりません。

薬物依存症者の特徴として、病という意識がなく、病であることを否認するといわれています。薬物依存は、「気合や根性」で何とかなるものではありませんし、依存を治す「薬」もありません。病気として認識し、「治療」と施設(ダルク)や断酒会などでのリハビリが重要です。

市では、社会福祉課障害福祉班で保健師・精神保健福祉士が相談に応じます。

◎「地域福祉計画」地区座談会の日程表◎

時間	午前 10 ～ 正午	午後 2 時 ～ 4 時
9 月 17 日(土)		ふれあい文化館
9 月 18 日(日)	文化ホール	小林コミュニティプラザ
9 月 24 日(土)	フレンドリープラザ	サザンプラザ
9 月 25 日(日)	ふれあいセンターいんば	本埜ファミリア館



▲只津氏



▲穴澤氏



▲豊田氏



▲松下氏

民生委員・児童委員に 4 人を委嘱

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

●木下・小林地区：松下吾朗(上町第 1 の一部担当)

●木下・小林地区：豊田八雄威(別所、宗南、鳴沢担当)

●大森・永治地区：穴澤義典(中の口、西埜原担当)

●ニュータウン中央北地区：只津晴子(木刈 2 丁目的一部担当)

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いる、地域でもっとも身近な相談・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 256)。

お知らせ

凡例 時日時 会場 内容 対象 定員 費参加費 申し込み 問い合わせ HP ホームページ メールアドレス その他 携帯帯電話

福祉

液状化等被災住宅再建支援制度

平成23年東北地方太平洋沖地震により被災した世帯のうち、国の被災者生活再建支援制度が適用されない世帯に対して独自（県と市の連携）支援策を実施。

●対象世帯・工事例：左表参照。
●支給金額：対象工事に要した金額に対して支給。
※支援金上限額（複数世帯100万円）また、支援金上限額額を超えた場合、加算金を支給。
※加算金上限額：左表参照。
●申請期間：平成24年3月15日まで。

市では65歳以上の人を対象に介護予防事業を行っています。仲間との会話を楽しみながら音読・計算などにチャレンジ。脳の活性化を図り、認知症を予防しましょう。

「脳の健康教室学習者」を募集

関社会福祉課厚生班（☎内線254）。

印西市デイケアクラブ

「心のいずみ」

関下表のとおり。
関心の病気で悩んでいる人とその家族など。
関社会福祉課障害福祉班（☎内線268）。

●心のいずみ日程表●

日時	会場	内容	持ち物
9月8日(休)・午前10時～正午	総合福祉センター(竹袋)	印西ウォーキング(万葉公園コース)	軽装 / 上履き(スリッパ不可)
9月15日(休)・午前10時～正午	松山下公園総合体育館(浦部)	ソフトヨガに挑戦	軽装 / 上履き(スリッパ不可)
9月26日(月)・午前10時～午後1時	保健福祉センター(高花)	カレー作り	エプロン・ふきん、実費500円程度

心の健康教室を開催

関介護福祉課生きがい支援班（☎内線272）。

千葉県による「災害被害者および支援者への心のケア推進事業」の一環として、「心の健康教室」を開催します。

関9月16日(金)・午後1時30分～4時。
関印旛合同庁舎（佐倉市）。

関①講演会：震災など災害時の心身の反応について（その症状と対応）。◆講師：斎賀孝久氏（成田赤十字病院精神神経科）
②被災者など3月11日の震災で不安定になった人を対象とした相談員による個別相談（完全予約制・1ケース30分3例まで）。

関佐倉市、四街道市、八街市、富里市、成田市、酒々井町、栄町、印西市に在住の東日本大震災の被災者、一般住民・各市町村関係職員。

関①100人②3人。
関電話で左記へ（先着順）。

関印旛健康福祉センター地域保健福祉課（☎043-483-1136）。

●「脳の健康教室」日程●

期日	会場	内容
10月25日(火)	本荳ファミリア館(滝野)	学習者説明会(午前中の2時間程度)
11月～平成24年3月毎週火曜日		学習日(午前中の1時間程度)

抽選で来場者に便利グッズやランチ券などをプレゼント。
関9月9日(金)・午前10時～午後5時、10日(土)・午前10時～午後4時。
関けやきプラザ（我孫子市）。
関無料。

◆無料セミナー「福祉用具と使い方体験」も同時開催
関9月10日(土)・午後1時30分～午後3時。
関30人(申込順)。

関千葉県福祉ふれあいプラザ「千葉県福祉用具・健康機器フェア」実行委員会（☎04-7165-2886・FAX04-7165-2882）。

中途失聴者・難聴者のための「手話学習会」「手話サロン」「談話会」を開催します。

【手話学習会】

関①9月3日(土)②20日(火)・いずれも午後1時30分～4時。
関①佐倉市中央公民館②四街道市総合福祉センター。
関初参加時のみテキスト代1,000円。

【手話サロン】

関9月16日(金)・午後1時30分～4時。
関酒々井町社会福祉協議会。
関無料。

【談話会】

関9月25日(日)・午後1時30分～4時。
関八街市中央公民館。
関無料。

※いずれも話し手の言葉を要約して書きコミュニケーションをサポートする要約筆記通訳あり。
※申し込みは、いずれも不要。
関NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会 印旛香取事務所・板倉（関090-5302-0385・FAX043-461-6533）。

第6回「千葉県福祉用具・健康機器フェア」

最新の使いやすい介護用品・福祉用具、自助具を多数紹介。

文化ホール情報

10/9 (日) 舞台「ゲゲゲの女房」

ドラマや映画の話題作を舞台化。渡辺徹、水野美紀ほか出演。
関10月9日(日)・午後1時30分開演（開場1時）。
関6,500円（全席指定）。
未就学児の入場は不可。
※小・中学生割引、シルバー割で発売中。

引（65歳以上、障害者割引は料金より500円引き）。
チケット購入の際、学生証・保険証、または障害者手帳などによる確認を実施。
※チケットは、各プレイガイドで発売中。

10/12 (水) 16ミリ映画会「おとこ」

堅実に生きてきた姉と、自由奔放な弟との再会と別れを、優しく切々とうたいあげる、笑いと涙にあふれた物語です。
出演：吉永小百合、笑福亭鶴瓶、蒼井優ほか。
監督：山田洋次。
関10月12日(水)・午後2時開演

（開場は1時30分）。
関無料（全席自由）。ただし整理券が必要となります。
※9月21日(水)・午前9時から文化ホール、各公民館、総合福祉センター、保健福祉センター、そうふけふれあいの里で整理券を配布します。

10/29 (土) 青山テルマ&童子ーT スペシャル・ライブ2011

青山テルマとヒップホップの童子ーTによるライブ。
関10月29日(土)・午後5時開演（開場は午後4時30分）。
関4,500円（全席指定・発売初日のみ1人4枚まで）。未就学児の入場は不可。※小・中学生、障害者は500円引き。
購入の際、学生証・障害者手帳などによる確認を実施。
※チケットは、9月4日(日)・午前9時から文化ホール窓口販売開始（残券がある場合は9月6日(火)から電話受付開始）。また、午前10時からチケットぴあ、ローソンチケット、イープラスで電話・インターネット予約開始（詳細は文化ホールまで）。

プレイガイド

文化ホール
小林公民館
そうふけ公民館
印旛公民館
本荳公民館

関文化ホール（☎428811）

※各プレイガイドで売り切れの際は、文化ホールへお問い合わせください。
※電話予約の受け付けは、文化ホールのみです。

9 月 15 日～21 日は「老人週間」

市では、米寿到達者に祝い品を、古希、傘寿到達者には「印西市高齢者福祉のしおり」をご自宅に郵送します。また、満百歳を迎える人には、多年にわたり社会の発展に寄与をしていただいたことに感謝し、「祝い金 3 万円」を市長がご本人に手渡しします（日程未定）。

介護福祉課生きがい支援班（☎内線 272）。

老人福祉センターのご案内

高齢者の教養の向上、レクリエーション活動の推進や健康相談などを目的とした施設が、市内には 5 か所あります（下表）。個人や複数、団体でも利用可。詳しくは各施設まで。

利用方法

午前 9 時～午後 5 時（月曜日、祝日および年末年始休館。月曜日が祝日の場合火曜日も休館）。

市内在住の 60 歳以上の人（57 歳以上の同伴者を含む）。

運転免許証、保険証などを提示し、利用証の交付を受けてください。

①市内…無料②市外…1 日 500 円（中央駅前老人憩いの家、滝野シルバールームを除く）。

※高花老人福祉センターは、日曜日、祝日および年末年始休館。

老人福祉センターなど一覧

施設名	住所・電話番号	お風呂	カラオケ	囲碁・将棋	そのほか
中央老人福祉センター （総合福祉センター内）	竹袋 614-9 ☎④ 0144	○ （水～日） 午前 11 時 ～ 午後 4 時	○	○	▶手工芸タイム（毎週木曜）▶健康相談（第 3 金曜）▶いきタイム（第 1・3・5 水曜）▶ふれあいデー（年齢制限なし。お風呂は 3 歳以上で、小学校 3 年生以下は保護者の同伴が必要。毎週土・日曜）
高花老人福祉センター （保健福祉センター内）	高花 2-1-5 ☎⑦ 2112	×	×	○ 毎週水曜日	▶ゆうゆうタイム（毎月第 2・4 水曜）
そうふけ老人福祉センター （ふれあい文化館内）	原 3-4 ☎④ 3800	×	○	○	集会室、教養娯楽室（和室 40 畳）あり
中央駅前老人憩いの家 （中央駅前センター内）	中央南 1-2 ☎④ 5111	改修工事中			
滝野シルバールーム （本荳ファミリア館内）	滝野 3-4 ☎⑧ 8181	×	×	○	個室ではない 和室スペースあり

※団体で利用する場合は団体登録が必要です。利用する施設へお問い合わせください。

相談

街かど心の相談

不登校や中退などで学校に行けない悩みや、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。秘密厳守します。

☎ 9 月 21 日（水）・午前 10 時～正午。

場所：そうふけふれあいの里。

☎ 電話または直接左記まで。

☎ 社会福祉課障害福祉班（☎内線 268）。

街かど心の相談番外編

「一歩ふみだす」「若者塾」

15 歳～35 歳のひきこもりがち

な若者とその家族を対象にグループワークを中心とした活動を行います。

☎ 9 月 21 日（水）・午後 1 時 30 分～3 時 30 分。

場所：そうふけふれあいの里。

☎ 対人関係・ソーシャルスキルの改善・学習。

☎ 初回参加者は、事前面接を行います。

※詳しくは左記まで。

☎ 社会福祉課障害福祉班。

成年後見制度の説明・相談会「親なき後」「判断能力の衰へ」にそなえて

成年後見制度、日常生活自立支援事業サービス、成年後見制度などの活用事例を説明。相談

成年後見制度、日常生活自立支援事業サービス、成年後見制度などの活用事例を説明。相談

会あり。

☎ 9 月 10 日（土）・午前 10 時～正午。

場所：総合福祉センター（竹袋）。

◆講師：三浦俊男氏（千葉県成年後見支援センター会員・さくら広域後見支援センター専門員）。

☎ 「親なき後」心配な障害者が居るご家族・将来判断能力の衰えに不安がある人、後見制度を詳しく知りたい人。

☎ 無料。

☎ 千葉県成年後見支援センター・三浦（☎③ 7068）。

暮らしの困りごと無料相談会

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

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

健康

子宮頸がんワクチン予防接種が再開されます

全国的なワクチン不足によりご迷惑をお掛けしていましたが、7 月 20 日から左記対象のすべての人が接種再開になりました。接種を受けるには、直接委託医療機関への予約が必要です。※各医療機関では、予約が入り次第ワクチンを発注します。接種まで 1 週間程度かかる場合もありますので、ご了承ください。

受け方

☎ 中学 1 年～高校 2 年生相当の年齢の女子。

● 接種期限：平成 24 年 3 月 31 日。

● 接種回数：3 回（接種完了まで 6 か月を要します）。

☎ 無料。

● 予診票：市内で接種する場合は、各委託医療機関に置いてあ

口腔疾患健診

市では 6 月から口腔疾患健診を実施しています。この機会にぜひ歯科健診を受けましょう。

☎ 12 月 31 日（土）まで。

☎ 平成 24 年 3 月 31 日時点の満年齢が 40・50・60・70 歳の人。

※総入れ歯の人は受診不可。

☎ 歯科健診および歯のクリーニング。

☎ 1,000 円。

☎ 左記まで事前にお申し込みください。受診券の説明に従って委託医療機関で受診してください。

※歯科医院は予約制です。受診券が届き次第、早めに予約してください。

☎ 中央保健センター。

ミニ・ガイド
PARTY

力ヌー教室参加募集

初心者を対象に力ヌーを体験して印旛沼の自然を体験。

☎ 9 月 10 日（土）、11 日（日）・午前 10 時～午後 3 時（小雨決行）。

場所：印旛沼捷水路釣り堀隣（瀬戸）。

☎ 2 日間とも出席可能な中学生以上。定 10 人。

☎ 2,000 円（保険料、パティーなど）。

☎ 6 日（火）までに電話かメールで左記まで（先着順）。

☎ 植木（☎ 090-6125-8992）☎ jsicane@gmail.com）。

学校公開を開催

印旛特別支援学校の施設見学、授業参観など行います。

☎ 9 月 20 日（火）・午前 9 時 50 分～正午。

場所：印旛特別支援学校（平賀）。

☎ 9 月 13 日（火）までに左記へ。

☎ 印旛特別支援学校・田中、鈴木（☎⑧ 2200）。

◆ミュージカルカンパニー「いちごハウス」第三期生会員募集

来年夏の公演決定！一緒に舞台作りを楽しもう。

☎ 毎週日曜日・午後 1 時～午後 5 時。

場所：ふれあい文化館（原）。

☎ 年齢、性別、経験不問。

☎ 月 5,000 円（家族割引あり）。

☎ 「いちごハウス」・石川（☎ 090-4436-3912）。

◆ラクティナクラブ・育児支援講座

久山登氏（小児科医）から、上手な小児科のかかりかたを学ぶ。

場イオンホール（イオンモール千葉ニュータウン店 3 階・中央北）。

☎ 妊婦・育児中のママとその家族。

☎ 安藤（☎⑦ 0516）。

◆青空保育「ベビークラス」募集

☎ 初回：9 月 28 日～平成 24 年 3 月の水曜日・いずれも午前 10 時～正午（全 11 回）。

場所：永治プラザ。

☎ ベビーマッサージ、絵本など。

☎ 0 歳児とその親。

定 10 組程度。

☎ 15,000 円。（各回講習費、茶菓代など含む）。

☎ 9 月 20 日（火）までに、母子の名前・子の生年月日・住所・電話番号を電話か FAX で左記へ。

☎ 関口（☎/FAX⑦ 0049）。

◆手賀の丘公園少年自然の家で楽しもう

◆手賀を歩く

☎ 10 月 2 日（日）・午前 9 時～正午。

場所：手賀の丘少年自然の家（柏市）。

☎ 親子または成人。

定 20 人。

☎ 一人 100 円（保険料）。

☎ 運動できる服装、帽子、タオル、筆記用具。

☎ 9 月 2 日（金）・午前 9 時から電話で左記へ（先着順）。

☎ 手賀の丘少年自然の家。石井（☎ 04-7191-1923）。

みんなおいでよ！プラネタリウム

☎ 10 月 16 日（日）・午前 10 時 30 分～午後 11 時 30 分。

場所：手賀の丘少年自然の家。

☎ 小学生以下は保護者同伴。

定 50 人。

☎ 9 月 16 日（金）・午前 9 時から電話で左記へ（先着順）。

☎ 手賀の丘少年自然の家・須藤。

お知らせ

パート II

スポーツ

楽しみながら健康づくり
リフレッシュ教室

松山下公園総合体育館で、市主催の新しいスポーツ教室が始まります。楽しみながら、健康づくりと心身のリフレッシュをしませんか。

①リフレッシュ体操

これから健康づくりを始めた人や、軽めの運動強度で身体を動かしたい人を対象に、エアロビック運動を中心に、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、心身のリフレッシュを図ります。

■9月15日(木)・11月24日(木)の毎週木曜日(11月3日(祝)は除く)・いずれも午前10時～11時(全10回)。

②リフレッシュヨガ

未経験者や少し経験のある人を対象に、呼吸・ポーズ・瞑想

などを分かりやすい内容で行い、身体をリラックスさせ、心身のバランスを整えます。

■9月16日(金)・11月25日(金)の毎週金曜日(9月23日(祝)は除く)・いずれも午前10時～11時(全10回)。

■①②とも松山下公園総合体育館(浦部)。

■①②とも30人。

■①②とも、9月11日(日)までに10回コース分3,000円を添えて左記まで。

※詳しくは市ホームページを参照。

■松山下公園総合体育館内・☎428417。

市民硬式テニス大会

■第18回団体戦

■9月18日(日)1～3部、19日(月)4部・いずれも午前8時30分～(受け付けは8時)。

■松山下公園テニスコート、牧の原公園テニスコート。

■市硬式テニス連盟加盟団体および市内で活動する団体。

■先着32チーム。

■連盟加盟団体1チーム5,000円(加盟団体内に未加盟者がいる場合は1人500円を加算)。未加盟団体1チーム30,000円。

■9月11日(日)にフレンドリープラザ(木刈)で、ドロー会議を開催します。代表者は必ず出席。

■9月10日(土)までに、申込書(松山下公園総合体育館で配布)に参加費を添えて現金書留で左記へ(先着順)。

■ミックスダブルス(一般・シニア)

■10月16日(日)、23日(日)・いずれも午前9時～(受け付けは8時30分)。

■松山下公園テニスコート、牧の原公園テニスコート。

■市硬式テニス連盟加盟者。未加盟者は連盟に加盟し参加することができる。シニアの部はペアの合計年齢が110歳以上。

■100組。

■1ペア2,000円(未加盟者は加盟費一人500円を加算)。

■9月15日(木)までに、申込書(松山下公園総合体育館で配布)に参加費を添えて現金書留で左記へ(先着順)。

■印西市硬式テニス連盟・齊藤(〒270-11326印西市木下1341-1・☎http://sports.geocities.jp/inzaitc)。

■印西オープン水泳大会2011(第15回印西市民水泳大会)

■11月6日(日)・午前9時30分～(開場は8時30分)。

■温水センター(大塚)。

■小学生以上で25m泳げる健康

な人。定400人。

■1種目につき小・中学生400円、一般800円、リレー400円。

■9月30日(金)までに左記へ(先着順)。

※申込用紙・大会要項はスポーツ振興課、各スイミングクラブ、温水センタープール窓口にあります。

■印西市水泳協会・岩切(〒270-11356印西市小倉台3-1-17-206・☎090-4949-6014)、東原(☎FAX 5023・inzai-swim@yahoo.co.jp)。

市民グラウンドゴルフ大会

■9月10日(土)・午前9時～(受け付けは8時)。

※雨天時は11日(日)に順延。

■松山下公園(浦部)。

■市内在住者で小学校高学年以上。小学生の場合は、経験があり、保護者が同伴。定250人。

■印西ソフトゴルフ会員および小中高生は無料。一般参加者は一人300円。

■9月9日(金)までに電話で左記へ。

■海老原(☎2163)、金子(☎47088)。

市民サッカー大会

■10月2日(日)、16日(日)、23日(日)・いずれも午前9時～(受け付けは8時30分)。

※予備日は10月30日(日)。

■松山下公園(浦部)。

■印西市を本拠地とする高校生以上で構成されたサッカーチームで、責任者が印西市在住・在学・在勤であること。

■1チーム3,000円。

■9月16日(金)までに電話で左記へ(先着順)。

■印市サッカー協会・鈴木(☎46)

0146)。

秋季市民卓球大会

■10月2日(日)・午前9時30分～(受け付けは9時15分)。

■松山下公園総合体育館(浦部)。

■市内に在住・在勤・在学の一般(高校生も可)および市内の中学生。

●競技方法：個人戦(一般女子はダブルス)組み合わせについては事務局一任。

■中学生100円、高校生500円、一般1,000円(ただし、連盟登録者は500円)。

■9月15日(木)までに左記へ。

■印西市卓球連盟事務局・櫻井(☎090-8877-5720・FAX 5026)。

第23回市民空手道大会

■11月23日(祝)・午前9時30分～(受け付けは9時)。

■松山下公園総合体育館(浦部)。

■市内在住でスポーツ安全保険加入者。一般の部は高校生以上とする。

●種目：幼年・小学生・中学生・一般(型・組手)。

※参加人数により変更あり。

●試合規定：全日本空手道連盟の空手競技規定を準用。一部、印西市空手道連盟競技規定による。

●試合方法：型・組手の個人戦による得点制。

■参加費2,000円。

■9月15日(木)(必着)までに左記へメール。参加費は現金書留

凡例 随日時 随会場 随内容 随対象 随定員 随参加費 随申し込み 随問い合わせ HPホームページ メールアドレス 随その他 随携帯電話

第17回 関東大学女子駅伝対校選手権大会

「全日本大学女子駅伝対校選手権大会」の出場権を争うこの大会は、国道464号線・南環状線を周回する30.6kmのコースで開催されます。

【スタート】東京電機大学。

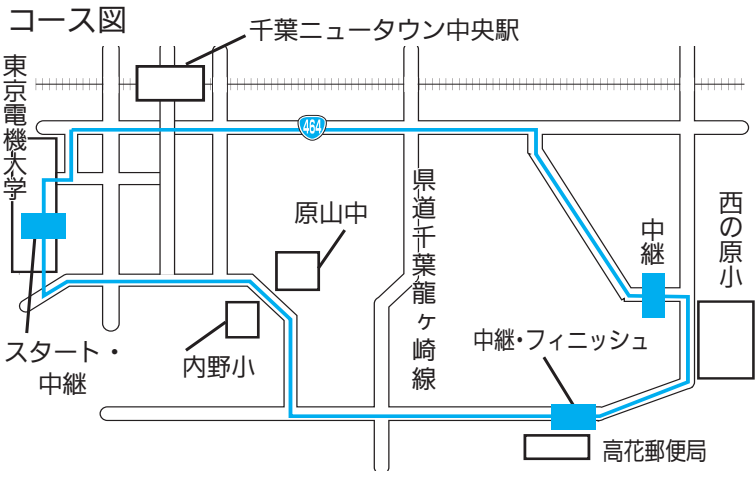
【中継所】高花郵便局前、西の原小学校付近、東京電機大学。

【フィニッシュ】高花郵便局前。

■9月25日(日)・午前9時30分～正午(予定)。

※当日、沿線周辺は交通規制が行われます。ランナーなどが沿線を通行する際には大変ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

■スポーツ振興課振興班(☎428417)。



“スポーツの秋”へむけて

スポーツ施設を無料開放



10月9日(日)は体育の日を記念して、市民(在勤・在学含む)を対象に、市内スポーツ施設の無料開放をします。利用する場合は、印西市公共施設予約システムによる、予約となります。

◆「スポーツフェス2011」も松山下公園で同時開催

見る・体験する・チャレンジする・キッズなど、多くの催しを予定しています。※詳しくは9月15日号で。■スポーツ振興課振興班(松山下公園総合体育館内・☎428417)。

印西市が総合第2位

第62回印旛郡市民体育大会

7月17日、18日、20日、23日、24日の5日間、印西地区(印西市・白井市・栄町)各会場で「第62回印旛郡市民体育大会」が開催され、17競技25種目で3,000人を超える選手が熱戦を展開しました。印西市は6競技7種目で優勝を飾り、総合の部で佐倉市に次ぐ第2位となりました。優勝種目は次のとおりです。▼陸上競技(男・女)▼バスケットボール(女)▼相撲▼テニス(男)▼バドミントン(女)▼空手道。■印西市体育協会(スポーツ振興課内・☎428417・HP http://inzai-taikyo.jp)。



ふれあいバスの 2 ルート新設と 日曜・祝日の運行を開始



市では、市民、バス事業者、学識経験者、行政などによる「地域公共交通活性化協議会」を設置して、ふれあいバスを含む市内バス交通の在り方について検討し、平成 23 年 3 月に「印西市地域公共交通総合連携計画」を策定しました。

この計画に基づき、9 月 1 日(木)からふれあいバスの 2 ルート新設および日曜日祝日などにおける実証運行を実施します。

なお、実証運行を行いながら、事業評価などをし、さらに検討を進めていきます。

【実証運行の概要】

①新設ルートの運行

- (1)市役所－木下駅－布佐－松山下公園－千葉ニュータウン中央駅。
(2)印旛支所－印旛日医大駅－竜腹寺－牧の原駅。

●市役所～布佐～千葉ニュータウン中央駅ルート時刻表●

行 先	1	3	5	7	9
千葉NT中央駅北口	7:45	9:45	13:00	15:05	17:10
千葉NT中央北	7:47	9:47	13:02	15:07	17:12
小倉台図書館前	7:50	9:50	13:05	15:10	17:15
牧の木戸一丁目	7:53	9:53	13:08	15:13	17:18
浦幡公園	7:54	9:54	13:09	15:14	17:19
木刈小学校前	7:55	9:55	13:10	15:15	17:20
木刈フレンドリープラザ前	7:56	9:56	13:11	15:16	17:21
木刈四丁目	7:58	9:58	13:13	15:18	17:23
浦幡新田	8:00	10:00	13:15	15:20	17:25
白幡道	8:01	10:01	13:16	15:21	17:26
永治小学校前	8:02	10:02	13:17	15:22	17:27
松山下公園	8:03	10:03	13:18	15:23	17:28
亀成	8:04	10:04	13:19	15:24	17:29
発作	8:05	10:05	13:20	15:25	17:30
発作中	8:07	10:07	13:22	15:27	17:32
発作北	8:09	10:09	13:24	15:29	17:34
我孫子東高校	8:10	10:10	13:25	15:30	17:35
布佐葭立	8:12	10:12	13:27	15:32	17:37
布佐駅東口	8:13	10:13	13:28	15:33	17:38
布佐郵便局前	8:15	10:15	13:30	15:35	17:40
近隣センター(ふさの風)	8:16	10:16	13:31	15:36	17:41
都入口	8:17	10:17	13:32	15:37	17:42
都	8:18	10:18	13:33	15:38	17:43
水神宮前	8:19	10:19	13:34	15:39	17:44
北千葉揚排水機場前	8:21	10:21	13:36	15:41	17:46
大森北	8:22	10:22	13:37	15:42	17:47
大森南	8:24	10:24	13:39	15:44	17:49
木下駅南口	8:27	10:27	13:42	15:47	17:52
木下駅前郵便局前	8:28	10:28	13:43	15:48	17:53
総合福祉センター	8:30	10:30	13:45	15:50	17:55
市役所	8:35	10:35	13:50	15:55	18:00

行 先	2	4	6	8	10
市役所	8:50	10:50	14:10	16:10	18:25
総合福祉センター	8:52	10:52	14:12	16:12	18:27
木下駅前郵便局前	8:54	10:54	14:14	16:14	18:29
木下駅南口	8:55	10:55	14:15	16:15	18:30
大森南	8:58	10:58	14:18	16:18	18:33
大森北	9:00	11:00	14:20	16:20	18:35
北千葉揚排水機場前	9:01	11:01	14:21	16:21	18:36
水神宮前	9:03	11:03	14:23	16:23	18:38
都	9:04	11:04	14:24	16:24	18:39
都入口	9:05	11:05	14:25	16:25	18:40
近隣センター(ふさの風)	9:06	11:06	14:26	16:26	18:41
布佐郵便局前	9:07	11:07	14:27	16:27	18:42
布佐駅東口	9:09	11:09	14:29	16:29	18:44
布佐葭立	9:10	11:10	14:30	16:30	18:45
我孫子東高校	9:12	11:12	14:32	16:32	18:47
発作北	9:13	11:13	14:33	16:33	18:48
発作中	9:15	11:15	14:35	16:35	18:50
発作	9:17	11:17	14:37	16:37	18:52
亀成	9:18	11:18	14:38	16:38	18:53
松山下公園	9:19	11:19	14:39	16:39	18:54
永治小学校前	9:20	11:20	14:40	16:40	18:55
白幡道	9:21	11:21	14:41	16:41	18:56
浦幡新田	9:22	11:22	14:42	16:42	18:57
木刈四丁目	9:24	11:24	14:44	16:44	18:59
木刈フレンドリープラザ前	9:26	11:26	14:46	16:46	19:01
木刈小学校前	9:27	11:27	14:47	16:47	19:02
浦幡公園	9:28	11:28	14:48	16:48	19:03
牧の木戸一丁目	9:29	11:29	14:49	16:49	19:04
小倉台図書館前	9:32	11:32	14:52	16:52	19:07
千葉NT中央北	9:35	11:35	14:55	16:55	19:10
千葉NT中央駅北口	9:40	11:40	15:00	17:00	19:15



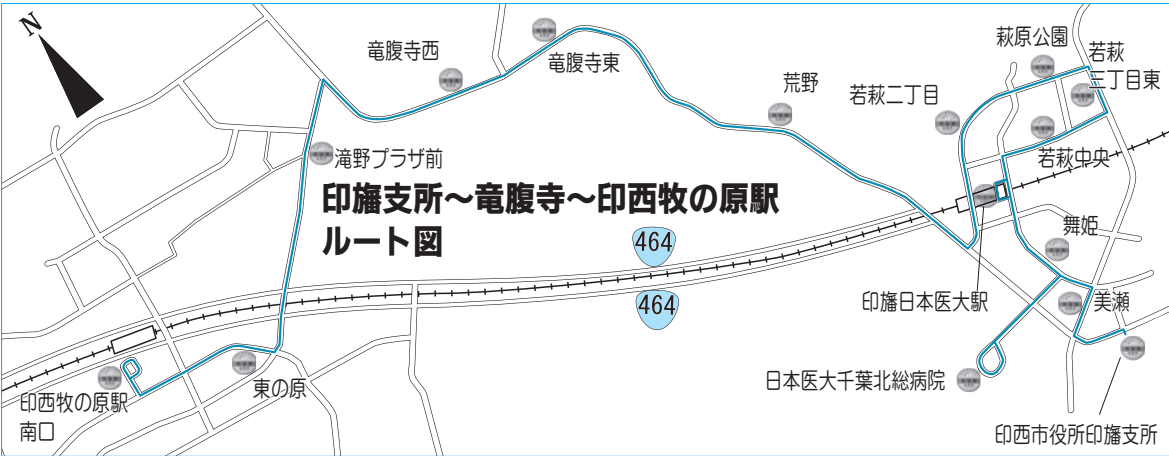
●印旛支所～竜腹寺～印西牧の原駅ルート時刻表●

行 先	1	3	5	7	9	11	13
印西牧の原駅南口	7:55	9:18	10:40	13:20	14:40	16:00	17:18
東の原	7:57	9:20	10:42	13:22	14:42	16:02	17:20
滝野プラザ前	8:00	9:23	10:45	13:25	14:45	16:05	17:23
竜腹寺西	8:02	9:25	10:47	13:27	14:47	16:07	17:25
竜腹寺東	8:03	9:26	10:48	13:28	14:48	16:08	17:26
荒野	8:05	9:28	10:50	13:30	14:50	16:10	17:28
若萩二丁目	8:08	9:31	10:53	13:33	14:53	16:13	17:31
萩原公園	8:10	9:33	10:55	13:35	14:55	16:15	17:33
若萩三丁目東	8:11	9:34	10:56	13:36	14:56	16:16	17:34
若萩中央	8:12	9:35	10:57	13:37	14:57	16:17	17:35
印旛日本医大駅	8:14	9:37	10:59	13:39	14:59	16:19	17:37
舞姫	8:16	9:39	11:01	13:41	15:01	16:21	17:39
日本医大千葉北総病院	8:18	9:41	11:03	13:43	15:03	16:23	17:41
美瀬	8:20	9:43	11:05	13:45	15:05	16:25	17:43
印旛支所	8:25	9:48	11:10	13:50	15:10	16:30	17:48

行 先	2	4	6	8	10	12	14
印旛支所	8:41	10:04	11:25	14:04	15:26	16:44	18:04
美瀬	8:42	10:05	11:26	14:05	15:27	16:45	18:05
日本医大千葉北総病院	8:43	10:06	11:27	14:06	15:28	16:46	18:06
舞姫	8:45	10:08	11:29	14:08	15:30	16:48	18:08
印旛日本医大駅	8:47	10:10	11:31	14:10	15:32	16:50	18:10
若萩中央	8:49	10:12	11:33	14:12	15:34	16:52	18:12
若萩三丁目東	8:50	10:13	11:34	14:13	15:35	16:53	18:13
萩原公園	8:51	10:14	11:35	14:14	15:36	16:54	18:14
若萩二丁目	8:53	10:16	11:37	14:16	15:38	16:56	18:16
荒野	8:56	10:19	11:40	14:19	15:41	16:59	18:19
竜腹寺東	8:58	10:21	11:42	14:21	15:43	17:01	18:21
竜腹寺西	8:59	10:22	11:43	14:22	15:44	17:02	18:22
滝野プラザ前	9:01	10:24	11:45	14:24	15:46	17:04	18:24
東の原	9:04	10:27	11:48	14:27	15:49	17:07	18:27
印西牧の原駅南口	9:11	10:34	11:55	14:34	15:56	17:14	18:34

●料金
同じ運行ルートならどこまで乗っても均一料金1000円（先払い、小学生・乳幼児・障害者手帳保持者、障害者介助者1人まで無料）です。PASMO（パスモ）、SUICA（スイカ）も利用できます。

●停留所
水色の停留所で、ふれあいバスのキャラクターのボン太（たぬき）とコン助（きつね）が目印です。



日曜日、祝日などの 運行も開始

市民のみなさんからの要望などをふまえて、新設 2 ルートを含めたすべてのルートで、月曜日から土曜日に加え、日曜、祝日、年末年始も運行します。

※なお、日曜日、祝日などの運行時刻表は、平日と同じ時刻表となります。

☎企画政策課交通政策室（☎内線 475、476）。

文化祭はみなさんが主役。気軽にご参加ください！

第 16 回 印西市民文化祭

今年も市民文化祭を開催します。みなさんの日ごろの活動成果をこの機会に披露してみませんか。
市内在住・在勤・在学の人。
※準備から片付けまで参加できる人。
所定の申込用紙（右記申込窓口、各公民館に用意します。また、市ホームページからダウンロードもできます）に必要事項を記入し、生涯学習課

文化班または各公民館まで。
※部門によって申し込み方法に若干の違いがあります。必ず下表の申し込み欄を参照してください。詳しくは、下記までお問い合わせください。
生涯学習課文化班（〒270ー1396 印西市大森2364-2・☎内線 544・✉syougaku@ml.city.inzai.chiba.jp）。



丹念に作った作品や日ごろの練習の成果を発表しませんか



部 門		会 場	期 日	参 加 の 規 定 な ど	申 し 込 み	そ の ほ か
美術工芸展	絵 画	中央公民館	11/3 (祝)～ 11/6 (日)	日本画・洋画・水墨画・水彩画・パステル画・デザイン画・版画・コラージュなど題材、画材自由。作品は 20 号以内で額装（吊紐やガラスの扱いに注意）。1 人 1 点。	作品名・規格・住所・氏名・電話番号を明記の上、9 月 30 日(金)までに生涯学習課文化班または各公民館まで。	(準備) 11/ 2 (水)・設営 10：00 ～ 搬入 11：00 ～ (生け込み 14：00 ～ 18：00) (片付け) 11/6 (日)・15：30 ～
	美術工芸			刻字・彫刻・陶芸・ちぎり絵など題材自由、1 人 1 点。		
	写 真			題材自由。1 人 1 点。モノクロ・カラー、4 ツ切～半切（パネルまたは額付き）。組写真は 5 点以内、6 ～ 4 ツ切（要パネルレイアウト）。		
書 道 展	半折以下縦書き、仮巻き付（半紙・短冊・色紙の作品も仮巻き付）扇物・屏風・ガラス類は除く。内容自由。1 人 1 点。児童・生徒の作品は各団体で用意すること。					
華 道 展	流派問わず。題材自由。本名で展示。花材・花器は各自で用意。生け込み説明会は、10 月 6 日(木)・午前 10 時～、中央公民館にて。					
手工芸展	洋裁・和裁・編物・小物など手作りの作品。1 人 1 点。					
山 草 展	作品自由。1 人 1 点。					
盆栽展						
テーブルガーデニング展		中央公民館 駐車場		作品自由。各種目 1 人 1 点。		
菊 花 展						

部 門	会 場	期 日	参 加 の 規 定 な ど	申 し 込 み
歌 謡 の 集 い	文化ホール	10/16 (日)	参加費 3,000 円 (内 1,000 円は年会費。昼食代込み)。参加費は事前徴収。曲目自由、2 コーラス。通信カラオケ使用。	各支部で用意した申し込み用紙に曲目・出演者名(複数の場合は全員)・歌手名・住所・電話番号を明記し、9/30 (金)までに参加費と一緒に各支部へ。定員 120 人(先着順)。国歌謡連合会長・斉藤(☎ 090-8588-9797)。
能 楽 の 集 い		10/22 (土)	観世流謡曲を習得している人。	申し込みを希望する人は、会長宅へ連絡。能楽連合会長・相原(☎ 1576)。
舞 踊 の 集 い		10/23 (日)	曲目自由、1 曲 5 分以内。1 会派 4 曲まで。	曲目・時間・一人踊りか組踊りの別・出演者名・住所・電話番号を明記。会派に属している場合は、会派で取りまとめて 9/30 (金)までに生涯学習課文化班または各公民館まで(申し込み多数の場合抽選)。打ち合わせ会議・抽選会は 10/5 (水)・10:00 ～、市役所会議棟 204 で。
合 唱 の 集 い		11/3 (祝)	市内合唱サークル。発表曲は 12 分以内。ピアノ奏者は各自手配。	「参加申込書」「舞台図」を明記の上、9/15 (木)までに生涯学習課文化班または各公民館まで。参加者会議は 9/25 (日)・9:30 ～、文化ホールにて。
民 謡 の 集 い		11/12 (土)	曲目自由、1 曲 5 分以内。	曲目・時間・参加者名(団体の場合は代表者名、参加者名簿を明記)、伴奏者の同伴の有・無、伴奏は MD、テープでも可。※伴奏者を希望の場合は事前に民謡連合会長・石橋(☎ 2265)へご相談ください。
俳 句 大 会	中央公民館	10/29 (土)	参加費 1,000 円(昼食代込み)。参加費は当日徴収。当季雑詠 2 句を当日出句。講師:実籾繁氏。	住所・氏名・電話番号を明記の上、参加費・作品と一緒に当日・午前 9 時 30 分までに持参。
短 歌 大 会		10/30 (日)	参加費 1,000 円 (昼食代込み)。題材自由、未発表作品 1 首 (楷書ではっきりと)。講師:松生富美子氏。	住所・氏名・電話番号・当日の出欠を明記の上、9/15 (木)までに参加費・詠草と一緒に下記へ。 〒270ー1318 印西市小林 1635ー1 短歌連盟会長・加藤恵美子 (☎ 3992)。
将 棋 大 会	総合福祉センター	10/30 (日)	参加費 1,500 円、小・中学生 1,000 円(昼食代込み)。参加費は当日徴収。講師:北島忠雄氏。	住所・氏名・電話番号・段級位を明記の上、10/14 (金)までに生涯学習課文化班または各公民館まで。
囲 碁 大 会		11/13 (日)	参加費:成人 1,500 円、女性 1,000 円、未成年 700 円(昼食代込み)。参加費は当日徴収。講師:茅野直彦氏。	住所・氏名・電話番号・段級位を明記の上、10/28 (金)までに生涯学習課文化班または各公民館まで。

第 15 回 ボランティアまつり

このおまつりは「みんなで広げようボランティアの輪」をテーマに、多くのボランティアが参加し、活動を広く地域に伝えることを目指して、印西市ボランティア協議会が開催するものです。みなさんのご来場をお待ちしています。

9 月 25 日(日)・午前 10 時～午後 2 時 30 分。

場総合福祉センター（竹袋）。

因バザー、模擬店、ボランティア活動発表コーナー（ダンス・太鼓ほか）体験コーナー（CD 録音・太鼓）、軽スポーツなど。

印西市社会福祉協議会（☎ 0294）。

臨時休所日のお知らせ

ボランティアまつり開催のため、9 月 25 日(日)は総合福祉センターはお休みです。

印西市被災者住宅
再建資金利子補給金制度

市では千葉県と共に東日本大震災で所有家屋が被災した人が、住宅再建資金を金融機関から一定額を借り入れた際、利子の一部を利子支払い開始日から 5 年間補給する制度を設けました。※利子補給の対象となる建物や

都市計画の案の縦覧

都市計画の案（生産緑地地区）の縦覧を左記のとおり行います。

9 月 1 日(木)～15 日(木)の午前 9 時～午後 5 時（土・日曜日は除く）。

場市役所都市整備課。

意見書の提出：都市計画区域内に住所のある個人・法人および利害関係人で、この案について意見のある人は、縦覧期間内に意見書を提出することができま

マンション管理相談会・無料セミナー・交流会

10 月 23 日(日)▼①セミナー（仮）震災体験から学ぶ防災コミュニケーション（午後 1 時～2 時 20 分）▼交流会（2 時 30 分～3 時 30 分）▼相談会（3 時 30 分～4 時 30 分）。

※相談会は、1 組合相談時間 30 分～1 時間で、計 4 組まで。

場ふれあい文化館（原）。

因マンション管理組合・役員および区分所有者など。

因一般社団法人千葉県マンション

マンション管理相談会・無料セミナー・交流会

10 月 23 日(日)▼①セミナー（仮）震災体験から学ぶ防災コミュニケーション（午後 1 時～2 時 20 分）▼交流会（2 時 30 分～3 時 30 分）▼相談会（3 時 30 分～4 時 30 分）。

※相談会は、1 組合相談時間 30 分～1 時間で、計 4 組まで。

場ふれあい文化館（原）。

因マンション管理組合・役員および区分所有者など。

因一般社団法人千葉県マンション

下水道排水設備工事
責任技術者の共通試験

平成 24 年 1 月 14 日(土)。

場千葉県労働者福祉センター（千葉市）。

因平成 4 年 1 月 15 日以前に生まれた人で、修学歴、下水道排水設備工事に関する職歴により一定の経歴年数などを有する人。

10 月 25 日(火)（当日消印有効）

までに、所定の書類（10 月 14 日(金)まで千葉県下水道協会事務局で配布）を事務局へ郵送。

郵送希望者は、封筒の表に「受験案内請求」と朱書きし、返信先を書いたラベル（郵便番号・住所・氏名）と切手 140 円分を同封し、左記へ郵送。

※詳しくは左記へ。

因千葉県下水道協会事務局（〒260-0872 千葉市中央区千葉港 1-1 千葉市下水道経営課内）☎ 043-245-1612。

※土・日曜日、祝日を除く。

マンション管理相談会・無料セミナー・交流会

10 月 23 日(日)▼①セミナー（仮）震災体験から学ぶ防災コミュニケーション（午後 1 時～2 時 20 分）▼交流会（2 時 30 分～3 時 30 分）▼相談会（3 時 30 分～4 時 30 分）。

※相談会は、1 組合相談時間 30 分～1 時間で、計 4 組まで。

場ふれあい文化館（原）。

因マンション管理組合・役員および区分所有者など。

因一般社団法人千葉県マンション

マンション管理相談会・無料セミナー・交流会

10 月 23 日(日)▼①セミナー（仮）震災体験から学ぶ防災コミュニケーション（午後 1 時～2 時 20 分）▼交流会（2 時 30 分～3 時 30 分）▼相談会（3 時 30 分～4 時 30 分）。

※相談会は、1 組合相談時間 30 分～1 時間で、計 4 組まで。

場ふれあい文化館（原）。

因マンション管理組合・役員および区分所有者など。

因一般社団法人千葉県マンション

9 月 25 日(日)は
柏レイソル
「印西ホームタウンデー」

市では、J1 リーグで日々奮闘している柏レイソルをホームタウンとして応援しています。

9 月 25 日(日)は「印西ホームタウンデー」として、柏レイソル対大宮アルディージャ戦が行われます。一緒に応援しませんか。

9 月 25 日(日)・午後 3 時キックオフ。

場日立柏サッカー場（柏市日立台 1-2-50）。

因日立柏レイソル 事業部（☎ 04-7167-4355・午前 10 時～午後 5 時）。

※火～金曜日のみ。

▶柏レイソルのイメージキャラクター「レイくん」

お知らせ

パートⅢ

10月22日(土)に開催決定

合併記念「印西市民まつり」

印西市民の手による市民まつりとして印西市の魅力を市内外にアピールすることを目指し、市の地場産品の販売や市民団体などの活動などの紹介などを行います。

また、その市民まつりをかけ橋として、市民および地域社会の連携をより一層高め、多くの市民および市民団体が参加することにより、地域の連携を促進していきます。

新市のさまざまな地域資源を再発見することで、地域への愛情をみなさんも深めていきましょう。

場イオンモール千葉ニュータウン屋外大駐車場。

期10月22日(土)・午前10時～午後7時。

図模擬店・ステージショー・フリーマーケット・みこしの

講座・催し

中央公民館

☎(42)2911

自然感じる！

わくわくデイキャンプ！

(キャンプ用品利用者講習会)

秋の一日、緑豊かな自然なかで、初めて出会う仲間と友達になろう。

中央公民館では、本講習を受

00円を当日徴収します。
他軍手・水筒・ふきん・タオル。
期9月3日(土)・午前9時から、
電話または左記窓口まで(先着順)。
図中央公民館。

小林公民館

☎(97)0003

ヘルシーダイエットスクール

正しい知識と生活習慣の見直しで、健康的なダイエットに取り組みましょう。

期①10月15日(土)②22日(土)③29日(土)・いずれも午前10時～正午(全3回コース)②は午後2時まで)。
図成人。
定20人。

図健康診断結果の見方・食生活の改善・らくらく筋トレ。
図材料費・保険料実費分。
図電話または左記窓口まで(先着順)。
図小林公民館。

本埜公民館

☎(97)2011

男の料理教室

旬の食材を使って、みなさんと和気あいあいと楽しく料理を作ってみませんか。

期①10月15日(土)、②29日(土)、③11月26日(土)、④12月3日(土)、⑤1月28日(土)・午前10時～午後1時。
図ふれあい文化館(原)。
図市内在住の成人男性。定10人。
図回ごと1,000円。
図FAXまたは左記窓口まで(先着順)。
図本埜公民館(☎(97)3141)。

保健福祉センター

☎(47)2112

いきいき倶楽部グルメ編
秋コース

期10月19日(水)、11月16日(水)、平成24年1月18日(水)。
図市内在住の60歳以上の人。
※グルメ編春コースに参加された人は、キャンセル待ちでの受け付けとなります。

図材料費など自己負担。
期9月5日(月)・午前10時から、
電話または左記窓口まで(先着順)。
図保健福祉センター。

そのほか

地区健康推進員活動(印旛)

楽しく歩こう！

「健康ウォーキング体験」

ウォーキングが気持ち良い季節になりました。
気軽に楽しめる約5kmのウォーキングを体験しながら、印旛地区の名所や自然にふれあえる絶好の機会です。

ぜひ、ご参加ください。

期10月5日(水)・午前10時～正午。
図ふれあいセンターいんば(美瀬)。
◆講師：地区健康推進員。
定20人。
図無料。

図タオル、飲み物。動きやすい服装・履き慣れた靴を持参。

図電話で左記へ(先着順)。
図地区健康推進員・和田(☎(98)0715)、森田(☎(98)2454)。

印西ふるさと案内人協会
「いなざき獅子舞と歴史散歩」

近代的な都市景観の千葉ニュータウン中央駅からほんの少し足を延ばすと、昔ながらの里山の自然風景と歴史に触れられます。
永治地区の見どころを一緒にいかがですか。

期9月23日(祝)・午前10時～午後4時30分。
※雨天決行。
場千葉ニュータウン中央駅改札口正面に集合。

図千葉ニュータウン中央駅↓月影の井↓大六天↓松山下公園(昼食)↓歓喜院↓宝珠院観音堂↓泉倉寺↓旧円光院↓和泉鳥見神社↓千葉ニュータウン中央駅。

※獅子舞の第一部を見学後、自由解散。
定50人。
図一人300円(中学生以上)。
図歩きやすい服装と靴。昼食、敷物、飲み物、雨具、帽子を持参。

期9月20日(火)までに、住所・氏名・電話番号を記入し、FAXで市民活動支援センター(☎(49)4511)へ(先着順)。
図印西ふるさと案内人協会・齊藤(☎(42)6085・午後5時～9時)。

里山散策会「里山めぐりと和泉の獅子舞見学」

市内の里山で野鳥、昆虫、野草などの自然観察、午後は和泉の獅子舞(いなざき獅子舞)を見学。

期9月23日(祝)・午前9時30分。
場千葉ニュータウン中央駅に集合。
※同駅で午後3時45分ごろ解散。



▲市指定無形民俗文化財でもある「いなざき獅子舞」

印西市女性の会
「印西クリーンセンター見学と歴史散歩」

印西市女性の会では、本年度も見学会を企画しました。

期10月7日(金)・①午前8時30分②午前8時45分③午前9時。

場①印旛支所②本埜支所③市役所にそれぞれ集合。
図市内在住の人。
定40人。

図2,000円(バス代、昼食代、保険料、入館料)。
図印旛支所↓本埜支所↓市役所↓印西クリーンセンター↓相島芸術文化村↓白樺文学館↓市役所↓本埜支所↓印旛支所。

期9月10日(土)(必着)までに、往復はがきに①住所②氏名③生年月日④電話番号を記入し、郵送で左記へ。
※複数名の申し込みは、最大4人まで(応募多数の場合は抽選)。

図印西市女性の会・岩崎成子(〒270-1606印西市平賀学園台3-17-7・☎(98)2487・FAX(98)0141)。

第2回「コスモスふれあいまつり」

「コスモスの花畑で、秋を楽しもう」

期9月25日(日)・午前10時～午後3時。
場ひょうたん島池広場(竹袋)。
図郷土芸能、模擬店、フリーマーケットなど。幼児、小学生対象のふれあいゲームもあり(ビーチボールPKゲームは10時～11時に開催。参加者は当日・9時30分から受け付け)。

※フリーマーケット出店者も募集(市内在住者のみ30店まで)。
図NPO法人エコネットちば・小熊(☎(090)4628-3350)。

国保・年金

後期高齢者医療被保険者の
人間ドック・脳ドック検査
費用を助成

市では、4 月から後期高齢者医療被保険者の人間ドック・脳ドック検査費用を助成しています。

市内在住の後期高齢者医療の被保険者。ただし、次のいずれかに該当する人は対象外です。

- ①後期高齢者医療保険料を滞納している人。
- ②市で実施する健康診査を受診した人

●助成額：次のとおり。

▼人間ドック：検査費用の 2 分の 1（30,000 円限度）。

▼脳ドック：検査費用の 2 分の 1（20,000 円限度）。

■検査医療機関に予約をした後、検査を受ける前に被保険者証・印鑑を持参し左記窓口、または印旛支所・本笠支所の市民福祉課の窓口で申請してください。

※申請前に受検すると、検査費用の助成が受けることができない。

くなります。

※詳しくは左記まで。

■国保年金課高齢者医療年金班（☎内線 288・289）。

ごぞんじですか

3 つの基礎年金

◆老齢基礎年金

保険料を納めた期間（免除期間・合算対象期間を含む）・厚生年金を納めた期間等の合計が原則 25 年（300 月）以上ある人が、65 歳になってから受けられる年金です。

なお、60 歳を過ぎれば希望により繰り上げて年金を受けることもできますが、その場合、請求する年齢により年金額が減額となります。また、繰り上げ請求をした後に障害基礎年金の請求はできなくなります。

市役所で手続きが可能なのは、年金の加入期間が第 1 号被保険者期間のみの人です。

第 3 号被保険者（サラリーマンの妻）期間や、厚生年金等の加入期間のある人は、年金事務所での手続きとなります。

◆障害基礎年金

初診日（病气やけがで初めて

医師の診断を受けた日）が、国民年金に加入中のとき、または 60 歳から 65 歳未満のとき、その病气やけがで一定の障害の状態になっている場合、初診日の前々月までの加入期間の 3 分の 2 以上の保険料納付がある（免除期間を含む）か、直近 1 年間に保険料の滞納がなければ、障害基礎年金が受けられる可能性があります。

ただし、65 歳を超えてからの請求の場合、初診日から 1 年半後の診断書が必要となります。

また、20 歳前に初診日がある場合で一定の障害の状態にある人が障害基礎年金を受けるときは、保険料の納付要件はありませんが、本人の所得による制限があります。

障害基礎年金には 1 級と 2 級があり、年金額は 1 級で 986,100 円、2 級 788,900 円です。

また、年齢が 18 歳未満の子が 20 歳未満の障害の子がいる場合は、加算があります。

◆遺族基礎年金

国民年金加入中や、老齢基礎年金を受ける資格を満たした人が死亡したとき、死亡日の前々月までの加入期間の 3 分の 2 以上の保険料納付がある（免除期間を含む）か、直近 1 年間に保険料の滞納がないなどの条件を満たしている場合に、死亡した人によって生計を維持されていた子のある妻、または子に、子が 18 歳になる年度末まで、障害のある子の場合は 20 歳になるまで支給されます。

年金額は基本額 788,900 円に、子が 2 人までは 1 人につき、各 227,000 円。3 人目以降は 1 人につき 75,600 円が加算されます。

※年金は受ける資格があっても、本人からの請求がないと支給されません。年金を受けるときは忘れずに手続きを行ってください。

■年金ダイヤル（☎0570-051165）、国保年金課高齢者医療年金班。

年金相談所を開設

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等に関する相談所を開設します。社会保険労務士（年金相談員）がみなさんのご相談に応じます。

※事前に基礎年金番号などが分からないと相談を受けられない場合もあります。

■9 月 22 日（木）午前 10 時～午後 3 時 15 分。

■市役所会議棟。

■8 人（予約制）。

■9 月 9 日（金）までに左記まで（先着順）。

■国保年金課高齢者医療年金班。

就 労

働きたい高齢者のための講習会

●日程：下表のとおり。

■ハローワークで求職登録済みの原則として 55 ～ 65 歳の人。

■無料。

※修了者は後日開催の合同面接会に必ず出席してください。

■9 月 14 日（水）までに、往復はがきに講習番号、講習名、住所、氏名、年齢、電話番号、求職番号および返信用はがきにあて先を記入の上、左記へ（応募多数の場合は抽選）。

■（社）千葉県シルバー人材センタ―連合会（〒260-0001 千葉市中央区中央 3-9-1

6・☎043-227-5112）。

ジョブカフェちば出張版

◆「応募書類セミナー in 白井」

& ちよこつと相談

若者の就職支援施設「ジョブカフェちば」と白井市・印西市・鎌ヶ谷市の 3 市が共催で、

応募書類の基本的な書き方、注意点やポイントを学び、さらに魅力的な志望動機とは何かを知るものです。

※セミナー終了後、ちよこつと相談（1 人 10 分程度）を行います。希望する人は予約時に申し出てください（先着 8 人）。また、ジョブカフェに登録の企業求人情報一覧の閲覧もできます。

■電話で左記へ（先着順）。

■「応募書類診断 in 白井」

みなさんの履歴書・職務経歴書・添え状などをキャリアカウンセラーが個別にチェックし、添削やアドバイスをします。

■10 月 12 日（木）・1 人 20 分間で、次の開始時間に対応①午後 1 時 30 分②午後 2 時③午後 2 時 30 分④午後 3 時⑤午後 3 時 30 分⑥午後 4 時（開始 10 分前に集合）。

■白井駅前センター。

■就職を考えている 15 ～ 39 歳の人。次のような人にお勧めのセミナーです。

▼応募書類を本格的に書くのは初めて▼現在まで書類のチェックを受けたことがない▼応募書類がなかなか通過しない▼応募書類に自信がない。

※セミナー終了後、ジョブカフェに登録の企業求人情報一覧の閲覧もできます。

■各時間 2 人（合計 12 人）。

■電話で左記へ（開始時間は第 3 希望までお願いします）。

■ジョブカフェちば（電話

■9 月 29 日（木）午後 1 時 30 分～4 時（開始 10 分前に集合）。

※ちよこつと相談は午後 4 時～5 時。

■白井駅前センター。

■就職を考えている 15 ～ 39 歳の人。次のような人にお勧めのセミナーです。

▼応募書類のそれぞれの役割を知りたい▼履歴書、職務経歴書、添え状の書き方が分からない▼魅力的な志望動機を書く際の注意点が知りたい▼基本を確認し、書類の見直しをしたい。

■電話で左記へ（先着順）。

■「応募書類診断 in 白井」

みなさんの履歴書・職務経歴書・添え状などをキャリアカウンセラーが個別にチェックし、添削やアドバイスをします。

■10 月 12 日（木）・1 人 20 分間で、次の開始時間に対応①午後 1 時 30 分②午後 2 時③午後 2 時 30 分④午後 3 時⑤午後 3 時 30 分⑥午後 4 時（開始 10 分前に集合）。

■白井駅前センター。

■就職を考えている 15 ～ 39 歳の人。次のような人にお勧めのセミナーです。

▼応募書類を本格的に書くのは初めて▼現在まで書類のチェックを受けたことがない▼応募書類がなかなか通過しない▼応募書類に自信がない。

※セミナー終了後、ジョブカフェに登録の企業求人情報一覧の閲覧もできます。

■各時間 2 人（合計 12 人）。

■電話で左記へ（開始時間は第 3 希望までお願いします）。

■ジョブカフェちば（電話

047-426-8471）、経済政策課経済政策班（☎内線 355）。

子育てお母さんの再就職支援
セミナー&生活就労相談会

千葉県求職者総合支援センターの生活就労相談員が、求人情報収集・面接の受け方など、

「就職スキル」をテーマに開催。セミナーは雇用保険受給者の活動実績となります。

■9 月 30 日（金）。

①セミナー（午前 10 時～12 時 30 分）②グループカウンセリング（午後 1 時 30 分～2 時 30 分）③生活就労相談会（午後 2 時 40 分～4 時）。

■ふれあいセンターいんば（美瀬）。

■① 30 人②セミナー参加者のうち 12 人③ 4 人（男性可）。

※託児あり（10 人まで。要予約）。昼食は持参。

■電話で市経済政策課（☎内線 355）まで。

■千葉県求職者総合支援センター（☎043-245-9420）。

「福祉のつばし」 in 印西

福祉・介護の仕事を希望する人を対象に、施設の採用担当者との相談面接会を開催。仕事内容などの説明・個別相談を行います。

■9 月 15 日（木）午後 1 時 30 分～3 時 30 分（受け付けは 1 時～）。

■ふれあい文化館（原）。

■参加施設：印西市内および周辺の 8 事業所予定。

■電話で左記へ（先着順）。

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 ※改修工事の為、問い合わせ・申し込みは(中央公民館☎④ 2911)まで	1 日(木) 10：30～12：00	にこにこハッピー	親子のふれあい遊びと 10 月のカレンダー作り。対象：0～1 歳児の子とその保護者。当日自由参加。会場：サザンプラザ。詳細はおたより「たけのこ」参照。
	15 日(木) 10：30～12：00	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。会場：サザンプラザ。定員：25 組。1 日(木) 10：00 から電話で受け付け。(中央公民館☎④ 2911)まで。
	29 日(木) 10：30～12：00	ナースの ポケット	看護師のアドバイスと身体測定。テーマ：虫さされ予防と対処。手遊びや読み聞かせあり。対象：0 歳児とその保護者。会場：サザンプラザ。当日自由参加。
小林子育て支援センター (☎⑧ 8700)	7 日(木)・14 日(木)・21 日(木) 10：00～	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「夜泣きについて」。他の質問も受け付け。電話・窓口で予約。当日受け付け可。
	5 日(月)・28 日(木) 10：00～10：40	リズム交流会	対象：就学前児とその保護者。2 歳保育園児と一緒に楽しませよう。電話・窓口で予約。当日受け付け可。
	16 日(金) 10：00～11：00	ふれあい お茶の会	対象：利用されている全保護者。お茶を飲みながらホットタイムを過ごしましょう。10 組。電話・窓口で予約。当日受け付け可。
こぎつねコンタの広場 (ふれあい文化館内☎④ 3800)	毎週水曜日 10：00～11：15	簡単クラフト	親子で遊べる場所やコーナー遊びを提供。広場は 10：00～14：00 まで開催。各コーナー遊びは左記の時間になります。※ランチルームとして 12：00～12：50 まで児童館遊戯室を開放します。
	毎週木曜日 10：00～11：30	元気に遊ぼう	
	毎週金曜日 11：30～11：45	手遊びやうた遊び、お話しアター	
わくわくぼかぼか広場 (総合福祉センター内 ☎④ 0144)	毎週水～金曜日 9：00～14：00	おいでよ！わくぼか広場	秋の壁面づくりやボール遊びを楽しみましょう。
	28 日(木) 10：00～12：00	ママ講座「ハロウィンを料理で楽しもう！」	対象：子育て中の保護者。定員 16 人(先着順)。材料費 600 円。託児あり。1 日(木)・午前 9 時から電話または窓口で受け付け。
	15 日(木) 13：00～13：20	誕生会	9 月生まれのお友達をお祝いしよう。対象：0 歳児～就学前児とその保護者。当日自由参加。
マメタのぼんぼこ広場 (いんば児童館 ☎⑧ 3950)	毎週水曜日 10：00～15：00	ブックマーク作り	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。30 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「ぼんぼこ通信」を参照。
	毎週木曜日 11：40～11：55	エブロンシアター	
	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 ☎⑧ 1822	毎週火曜日から金曜日 11：00～11：30	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。
	14 日(木) 10：30～11：30	ママ友クラス	対象：1 歳未満児とその保護者。ふれあい遊びや絵本の紹介、看護師からのワンポイントアドバイスも。
	28 日(木) 11：00～12：00	親子で体操「3B体操」	親子で楽しく体を動かしましょう。対象：1 歳 6 カ月～3 歳児とその保護者。15 組。先着順。2 日(金) 10：00 から電話または窓口で受け付け。

【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 ※改修工事の為、問い合わせ・申し込みは(中央公民館☎④ 2911)まで	7 日(木) 10：30～12：00	すこやかキッズ & 誕生会	親子のふれあい遊びと 10 月のカレンダー作り & 9 月生まれの誕生会。対象：2～3 歳児の子とその保護者、誕生児は 0 歳～就学前児。場所：サザンプラザ。当日自由参加。詳細はおたより「たけのこ」を参照。
そうふけ児童館 (☎④ 3800)	22 日(木) 10：00～12：00	彩りのティートタイム「グラスアート」	対象：未就学児を持つ親。先着 16 人。1 日(木) 10：00 から電話または窓口で受け付け。託児あり、先着 10 人。材料費自己負担。
	1 日(木)、8 日(木)、15 日(木)、22 日(木)、29 日(木) 15：00～16：45	わんぱくランド	多目的室を開放。パドミントンを楽しもう！対象：小学生～高校生。当日自由参加。
	29 日(木) 10：00～11：00	ほっぺにチュッ！「ミニ運動会」	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。2 日(金) 10：00 から電話・窓口で受け付け。
子どもふれあいセンター (☎④ 0144)	毎週金曜日 10：00～11：00	わんぱくタイム	テーマ：運動遊び & 運動会。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：市内在住小学生以上高齢者まで。自由参加。
	10 月 1 日(土) 8：30～16：00	ハッピーフレンズ(清水公園に行こう！)	対象：小学生以上。先着 25 人。参加費：1 人 600 円。3 日(土) 9：00 から電話または窓口で受け付け。
いんば児童館 (☎⑧ 3950)	14 日(木)、29 日(木) 11：10～11：50	フルーツランド「あきまつり」	14 日は準備。当日自由参加。29 日はあきまつり。事前申し込み制。対象：未就学児と保護者。詳細は、ぼんぼこ通信参照。
	22 日(木) 15：30～16：30	キラキラキッズ	「ブックマーク作り」。対象：小学生。先着 15 人。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)	28 日(木) 10：30～12：00	母親講座「気軽にカフェを楽しもう」	講師：田辺治子氏。対象：未就学児とその保護者 13 組(保育あり)。2 人保育は 1 組。参加費 500 円。先着順。1 日(木) 9：00 より窓口で受け付け。
	27 日(火) 11：00～	「ミニチェリーランド」(要申し込み)	飾ってもかわいいスクラップブックに挑戦しよう。対象：1 歳半まで親子。先着 20 組。1 日(木) 9：00～窓口・電話で受け付け。
	11：00～11：30 各開催日は左記まで	講座 (①自由参加) (②要申し込み)	①お話と手遊び・リズム・ラララン・絵本ガイド・ベビーマッサージ・測定②ベビー&ママ YOGA・誕生会・エアロビ・パパを楽しもう。
西の原保育園 こあら (☎④ 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、ダンス、ゲーム遊びなどを行います。対象：(用) 2 歳～就学前児、(木) 1 歳児、(金) 0 歳児。
	12 日(月)～16 日(金) 10：00～12：00 13：00～15：00	敬老の日のプレゼント作り	親子と一緒に敬老の日のプレゼント作りをしましょう。対象：0 歳～就学前児とその保護者。当日自由参加。
	15 日(木) 10：30～11：30	誕生会	9 月生まれのお友達をお祝いしよう。対象：0 歳児～就学前児とその保護者。当日自由参加。
原山保育園 (みんなのおへや ☎④ 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。
	毎週火、水、木曜日 11：00～12：00	園庭開放	大小 2 つの築山が魅力の「土の園庭」を自由に使うことができます。
しおん保育園 (しおんひろば) ☎④ 1329)	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。毎月誕生会も開催。
	毎週月、火、水、金曜日 10：20～10：50 毎週木曜日 11：30～12：00	チャレンジクラブ (自由参加)	親子制作工作、ダンス、ゲームなど。詳しくは「しんひろばだより」をご覧ください。
	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。
山ゆり保育園 (びよびよくらぶ ☎⑧ 3773)	12 日(月)～16 日(金) 9：00～11：15	敬老の日制作週間	お子さんと一緒に敬老の日になんだ制作物を作ってみませんか。自由参加。
	16 日(金) 11：00～11：30	誕生会	9 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。
	20 日(火) 11：00～ (9 日(金) 10：00～受け付けびよびよにて)	離乳食試食会	保育園の離乳食を試食できます。初期・中期・後期・完了期を食べている乳児とその保護者 3 組。
銀の鈴保育園 (かんがる～広場) ☎④ 7566 HP から予約ができます。活動のある日は 14：00 までお部屋を開放しています。	6 日(火)、13 日(火)、20 日(火)、27 日(火) 10：00～12：00	栄養相談	※要予約。栄養士による講座と試食会。詳しくは HP 内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。
	1 日(木)、8 日(木)、15 日(木)、22 日(木)、29 日(木) 9：45～10：30	発達相談すこやか講座	看護師による講座と健康相談、身体測定。詳しくは HP 内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。
	7 日(木)、14 日(木)、21 日(木)、28 日(木) 9：45～10：30	子育て支援	制作、リズム、お話など。詳しくは HP 子育て支援のページ参照。※ 28 日(木) 13：00～親子英語教室開催。電話で予約。

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。

9 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)	11 日(日)、25 日(日)・15：00～
小林図書館(遊戯室)	24 日(土)・15：00～
そうふけ図書館(おはなしのへや)	① 10 日(土)、24 日(土)・11：00～ ② 3 日(土)、17 日(土)・15：00～
小倉台図書館(おはなし室)	1 日(木)、8 日(木)、15 日(木)、22 日(木)、29 日(木) 15：30～
本埜図書館(おはなしコーナー)	17 日(土)・10：30～

【公園で遊ぼう(支援センターから)】 11：00～11：45 ※雨天時中止

日 時 (祝・休日除く)	会 場	内 容	担当センター
16 日(金)	サザンプラザ	集まれ！駅前ひろば親子のふれあい遊び	中央駅前子育て支援センター(改修工事の為、問い合わせは中央公民館まで中央公民館☎④ 2911)
30 日(金)	イオンホール		
6 日(火)	草深公園	リズム遊び	小林子育て支援センター(☎⑧ 8700)
20 日(火)	木下はなみずき公園	敬老の日むけて	
30 日(金) 10：00～11：00	萩原公園	体を使う遊び	山ゆり保育園びよびよクラブ(☎⑧ 3773)
6 日(火)	西の原公園	親子ふれあい遊び	西の原保育園こあら(☎④ 0291)
29 日(木)	たきのひかりのおか公園	親子ふれあい遊び	滝野子育て支援センター(☎⑧ 1822)

お知らせ

小児科医の久山先生を囲んで！

●内容…「子どもの発達」。

●日時…9 月 7 日(木)・13：30～15：00。

●会場…そうふけつどいの広場。

●定員…先着 30 組(保育はありません)。

※1 日(木) 9：00 から窓口・電話にて受け付け。

☎そうふけつどいの広場(☎④ 7880)。

※事業の申込みについては、本人または家族に限ります。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）	9 日(金)、27 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	9 日(金)、27 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。9 日は先着 10 人、27 日は先着 20 人。		
交通事故相談 交通事故相談員による相談	9 日(金) 10：00～12：00、13：00～14：30 【当日 8:45 から受け付け】		市民安全課市民安全班 ☎内線 712・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	9 日(金) 10：00～12：00、13：00～15：00 【当日 8:45 から受け付け】		秘書広報課広報広聴班 ☎内線 418・419
人権相談 人権相談員による相談			市民課戸籍班 ☎内線 232・233
消費生活相談 消費生活相談員による商品の品質、訪問販売の苦情などの相談	19 日(祝)、23 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 消費生活センター	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	11 日(日) 10：00～12：00、13：00～15：00 【事前予約優先】	中央公民館	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。	19 日(祝)、23 日(祝)を除く毎週月～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 ☎☎ 5180 直通
心配ごと相談 日常の生活や家族のことなどの相談員による悩みごと相談	19 日(祝)、23 日(祝)を除く毎週水、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） ☎☎ 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	19 日(祝)、23 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	19 日(祝)、23 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	1 日(木)、15 日(木)、29 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
9 月 27 日(火) ふれあいセンター いんば		○
9 月 28 日(水) 本埜支所		○

市税などの
「夜間・休日収納窓口」

24 日(土)は 8：30～12：30、30 日(金)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、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…10日(土)・24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・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 7 月 31 日			
	人身事故発生数	傷者数	死者数
千 葉 県	12,948 件	15,900 人	92 人
印西警察署管内	331 件	407 人	7 人
印 西 市 内	196 件	238 人	6 人
全国死者数	2,466 人	千葉県一全国ワースト 6 位	

●火災等発生件数(印西市内)●

平成 23 年 7 月 31 日現在			
	7 月	今年の累計	昨年との比較
火災	3 件	35 件	+ 9 件
救急	318 件	1,956 件	+ 337 件
救助	4 件	23 件	+ 5 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
8 日(木)	中央保健センター	10：00～12：00
13 日(火)	本埜保健センター	
15 日(木)	ふれあいセンターいんば	
26 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)

●プレママクラス9月(3 回) 対象は市内在住の妊婦と家族※申込制

日 付	会 場	内 容	時 間
1 日(木)	高花保健センター	お母さんと赤ちゃんの栄養（お話と調理実習）※エプロン、三角きん、ふきん 2 枚持参、参加費 300 円	10:00 ～ 14:00
5 日(月)		妊娠中の過ごし方（助産師さんのお話）、妊婦体操など	13:00 ～ 16:00
12 日(月)		プレ子育て体験（沐浴・おむつの替え方など）	

■予防接種

日 付	内 容	対 象	会 場	時 間
12 日(月)	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	受付／13：30～13：50
20 日(火)			高花保健センター	
22 日(木)			中央保健センター	

●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
15 日(木)	4 カ月児相談	H 23 年 3 月生まれ H 23 年 4 月生まれ	高花保健センター	受け付け／9:45～10:00 受け付け／13:30～13:45
16 日(金)	もぐもぐ教室（離乳食教室）※	H 23 年 1 月～2 月生まれ	中央保健センター	受け付け／9:45～10:00
27 日(火)			高花保健センター	
16 日(金)	かみかみ教室（離乳食教室）※	H 22 年 10 月～11 月生まれ	中央保健センター	受け付け／13:30～13:45
27 日(火)			高花保健センター	
13 日(火)	1 歳 6 カ月児健診	H 22 年 2 月生まれ	本埜保健センター	受け付け 13：00～13：30 開始 13：00～
14 日(水)		H 21 年 12 月～ H22 年 2 月生まれ		
6 日(火)	2 歳児歯科健診	H 21 年 6 月生まれ	高花保健センター	
21 日(水)		H 21 年 4 月～6 月生まれ	本埜保健センター	
2 日(金)	3 歳児健診	H20 年 3 月生まれ	高花保健センター	
7 日(水)		H 20 年 2 月～3 月生まれ	中央保健センター	

※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、小学 6・中学 1 年生および高校 2・3 年生相当年齢の麻しん風しん混合（MR）予防接種、平成 7 年 6 月 1 日以降に生まれた人の日本脳炎予防接種は、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。

こども急病電話相談

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

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）

診療時間	平日・土曜日 午後 7 時～翌朝 6 時
電話番号	日曜・祝日、年末年始 午前 9 時～午後 4 時 45 分・午後 7 時～翌朝 6 時 ☎ 043－485－3355（診療時間内のみ）



◆佳作
◆宗像神社の紅葉（師戸）
◆笠井幸夫（師戸）

（評）緑と色鮮やかなもみじのコントラストが絶妙、神社の趣が充分に引き出された作品。

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

い き い き
生 活 情 報

貧血は病気のシグナル

ひとことで貧血といっても、実際にはいろいろな症状があり、原因によってはその背後に病気が隠れている可能性もあります。

今月は女性に多くみられ、男性や成長期の小・中学生も気をつけたい「貧血」のお話です。

◆貧血ってどんな状態？

酸素を全身に運ぶ血液中の赤血球やヘモグロビンが減少して、脳や心臓、筋肉など全身の組織が酸素不足になる状態です。酸素を十分に運べなくなるので、めまい、動悸、息切れ、倦怠感、顔色が悪いなどの症状があり、鉄欠乏性貧血では加えて、スプーン状爪、口の端が切れるなどの症状をきたします。

◆貧血の原因はさまざま

①鉄欠乏性貧血…一番多くみられる貧血で、赤血球の原料となる鉄分の足りない食事、慢性胃炎などによる鉄の吸収障害、体の急激な成長、胃潰瘍や歯周病、痔、子宮筋腫などによる出血が原因となる場合もあります。

そして、女性では月経、妊娠、授乳による鉄分不足が考えられます。

②溶血性貧血…赤血球の寿命が短くなって生産が追いつかなくなるためにおこる貧血です。

③造血障害による貧血…血液をつくる骨盤の障害などにより赤血球が少なくなる状態（再生不良性貧血など）です。このように、貧血はさまざまに思われ病



これらの傾向は成長期の小・中学生にもみられ、平成22年度の小児生活習慣病予防検診結果では5・9%の児童生徒が貧血検査で要精密検査でした。若年世代から食生活などに十分気を付けて貧血を予防することが大切です。

◆食事で鉄分をしっかりとろう

まずは、三食バランスよく食事をしましょう。朝食抜きや過

気か潜んでいることもあります。症状がみられたり、健診結果で再検査になった場合には、受診して原因を確かめることが大切です。

◆女性に貧血が多い理由

女性の約一割が鉄欠乏性貧血といわれており、特に若い女性に多くみられますが、中高年女性も意外に少なくありません。女性ホルモンの作用や月経といった女性特有の原因のほか、少食や過度のダイエット、食品の偏りなどによる栄養不足も原因と考えられます。

激なダイエットでは十分な栄養が取れません。そして鉄分を含む食品をしっかりと食べることが大切です。合わせて動物性たんぱく質、ビタミンCを食べると鉄分が吸収されやすくなります。さらに葉酸、亜鉛、銅なども貧血予防に気をつけたい栄養素です。ビタミンミネラルの多い食品を食べるよう心がけましょう。

◆食事で気をつけたいこと

①食事や食後のお茶やコーヒー、紅茶などに含まれるタンニンは鉄分の吸収を妨げるので飲みすぎに気をつけましょう。また、インスタント食品や加工食品が多い食事ではエネルギー

②十分な休息（睡眠）をとる
過労やストレスも、貧血の原因になります。この機会に、日ごろの体調や健診結果、食生活などを見直してみましょう。

元気な食卓

186



厚揚げときのこの和風いため

いろいろ食べて生活習慣病予防！

※材料（4人分）

厚揚げ 2 枚、シメジ 1 株、エノキタケ 1 袋、エリンギ 1 株、マイタケ 1 株、ニンジン 1／2 本、サヤインゲン 8 本、【調味料】油適量、めんつゆ（希釈後）100 ml、水溶きかたくり粉適量。

※作り方

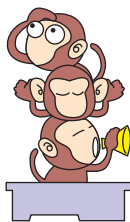
- ①ニンジンは千切り、キノコ類はヘタを取り適当な大きさにし、厚揚げは油抜きをして 1 口大に切る。
- ②インゲンは食べやすい大きさにきり、ゆでる。
- ③フライパンに油を敷き、ニンジン・キノコをいためて皿に取り出し、油揚げを入れて両面を焼きつけて、ニンジン・キノコをフライパンに戻す。
- ④③にめんつゆを入れ、1～2 分煮る。
- ⑤仕上げに水溶きかたくり粉でとろみをつける。
- ⑥器によそい、彩りでゆでたサヤインゲンを添える。

★1 人分の栄養価★

エネルギー 111kcal、たんぱく質 6.9g、脂質 6.9 g、カルシウム 85mg、塩分 0.8 g。

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
秘書広報課広報聴視

今回の健康21で「貧血」に関しての内容が掲載されています。貧血で倒れ、病院で診察した結果、原因となる病気が発見されたという話をよく耳にします。私もひと月前の朝、仕事を始めようとした時、目の前がくらくらして頭が膨張しているような頭痛を感じ、保健センターで血圧を測ってもらったところ最高血圧が150、最低血圧が110という数値で、測っていたいた保健師さんに早めに病院へ行くようすめられ、その足でかかりつけの病院へ。症状を説明し、診察してもらったところ高血圧と診断されました。思えば数年前から同じような頭痛や立ちくらみなどを感じていました。おかしいなと思ったら放置せず、病院で診察してもらう事が大切だと感じました。 ⑩