広報いんざい
3月1日号
No. 730
平成25年(2013)
発行：印西市　編集：秘書広報課広報広聴班
〒270－1396 印西市大森2364－2　電話 0476㊷5111㈹　FAX 0476㊷7242
ホームページ http://www.city.inzai.chiba.jp/　Eメール home@city.inzai.lg.jp

主な内容
◆みなさんの温かい善意に感謝…2
◆児童・生徒表彰…2
◆印西市放射線対策情報…3
◆印西地区一般廃棄物最終処分場説明会を開催…5

平成24年度認知症サポーター養成講座

「認知症」を正しく理解 家庭・地域で見守る環境を作る

みなさんは「認知症」についてどの程度ご存じですか。また、身近に認知症になっている人はいますか。
この症状は、一般的に高齢者に多く見られますが、世間では認知症の人への理解や対応は、まだまだ整っていません。やがて訪れる超高齢社会を前に、わたしたちが「認知症」をいかに理解し、見守る環境を作ることができるかが、重要です。

「認知症」を知る

「認知症」とは、脳の病気です。脳は、人間のあらゆる活動をコントロールしている司令塔。それがうまく働かなければ、精神活動も身体活動もスムーズに運ばなくなります。認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで記憶障害などが出ている状態（およそ6カ月以上継続）を指します。
また、認知症は「だれでも発症しうる症状」で、現在「進行を遅らせることはできても、完治する方法はない」とされます。
認知症の人と接する時、大切なのは「一番混乱し、不安なのは本人である」という意識を持つことです。
例えば、駅の改札を通ることができなかったり、お店でうまく支払いができないといった場合、障がいを補い、さりげなく、自然に手助けをすることが一番です。
◉参考…厚生労働省（HP http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/dementia/）。

▶高齢者体験モデルを装着する本埜第一小の児童

▲NPO法人「秋桜」の職員による創作劇の様子（左：小林北小にて）と市民ボランティア「若返り軍団」の劇に見入る本埜第一小児童

認知症サポーターを養成

厚生労働省が行っている「認知症を知り、地域を作るキャンペーン」の一環として、市では「認知症サポーター養成講座」を開催しています。
「認知症サポーター」は、何か特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、もし身近に認知症の人がいたら、そっと見守り、時に手助けをすることが主な役割です。
こうしたサポーターが地域にたくさんいることが、認知症の人やその家族にとって、安心して暮らせるまちづくりへの第一歩につながります。
市では、1～2月に市内7つの小学校で、各校の児童を対象に同講座を開催。その中の一つ、本埜第一小で行われた講座の中では、市民ボランティア「若返り軍団」のみなさんが、創作劇を上演。また、プレーゲ本埜の職員が認知症サポーターキャラバンメイトとして、認知症について詳しく説明しました。
そのほかにも、重り入りのベストやギプス、特殊なゴーグル・ヘッドホンで、高齢者の身体機能を再現した「高齢者体験モデル」を児童が実際に装着。装着した児童は「足が重い」「ひざが曲がらない」と、高齢者の大変さを実感したようでした。
グループワークでは「認知症の人にどう接するか」など討論。それぞれができることを発表し合い、認知症への理解を深めました。
※このほか一般市民向けの講座も実施しています。
問地域包括支援センター（介護福祉課内・☎274）。

市民活動支援センターのホームページが開設

市民活動支援センター（中央駅前地域交流館2号館）は、市民活動に関するさまざまな情報提供や各種相談を行っている施設です。
今回、同センターのホームページを開設しました。同センターの情報だけでなく、登録団体のイベント情報や市民活動のお役立ち情報も掲載していますぜひご活用ください。
内①当センターと登録団体のイベント・講座情報②施設の予約状況確認③登録・ボランティア応募など各種書類のダウンロード④だんご通信（当センター広報紙）の閲覧・ダウンロード⑤補助金・助成金情報など。
◉ホームページアドレス…http://www.inzai-cac.org/
問市民活動支援センター（☎㊽4500・メール i.shiencenter@minos.ocn.ne.jp）。

▶市民活動支援センターのホームページ

見事な連携で人命救助 三人に感謝状

▲渡邉豊氏

▲伊藤景氏

▲杉山誠治氏

見ず知らずの三人が、見事な連携で、人命救助。
去る2月1日、迅速で的確な救助活動で人命を救ったとして、印西地区消防組合本部で、杉山誠治氏（大学生・東京都江東区）、渡邉豊氏（会社員・木下）、伊藤景氏（主婦・木下）の3人のみなさんに感謝状が贈呈されました。
今回の表彰は、1月7日・木下で発生した建物火災でのこと。濃煙と火炎が噴出する二階ベランダから母親が必死に差し出した男児を杉山さんが下で受け止め、さらに渡邉さんと伊藤さんが協力し、安全な場所へ搬送した功績をたたえたものです。

3月1日～7日

春の火災予防運動

今年も、3月1日から7日までの一週間、『消すまでは　出ない行かない　離れない』を全国統一防災標語として、一斉に春季火災予防運動が実施されます。
火災が発生しやすい時季を迎えますので、火気の取り扱いには注意しましょう。

3月17日㈰は滝野出張所の休日開庁を中止します

滝野出張所では、毎週土曜・日曜日の午前8時30分～午後5時15分に休日開庁を行い、住民票などの発行業務を行っていますが、3月17日㈰は、千葉県知事選挙に伴い、投票所として使用するため、**休日開庁が中止になります。**
市民のみなさんにはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。
問市民課住民記録班（☎内線234・237）、滝野出張所（☎㊽8181）。

平成24年度 印西市自主防災組織リーダー研修会を実施

去る2月3日・本埜公民館で、地域防災の要となる自主防災組織の代表者を対象に、災害時における自主防災組織の重要性を再認識していただくための研修会を開催しました。

▲意見交換をする自主防災組織代表者のみなさん

当日は、災害時にいち早く被災地に出向くとともに、現地の救援コーディネーターとして、ご活躍されている「まちかど防災『減災塾』」塾長の水島重光氏から「自然災害から被害軽減に向けて」と題した講義をいただきました。

また、災害救援ボランティア講座や教育訓練などの企画・運営をされている「災害救援ボランティア推進委員会」事務局の天寺純香氏指導のもと「災害時における避難所の運営」について、ゲーム体験をしながら、避難所の円滑な運営やリーダーとしての役割などを学びました。

市では、今後も自主防災組織の活性化と地域防災力の向上に努めていきたいと考えています。

問防災課防災班（☎内線454）。

みなさんの温かい善意に感謝

～平成24年にいただいた寄付～

市では、平成24年の1年間、次のみなさんから寄付をいただきました。寄付金は、みなさんのご意向に沿ったかたちでまちづくりに活用していきます（順不同・敬称略）。

【寄付金】

▶印西市歌謡連合会▶ウィリアム　ルースベン　セカンダリーカレッジ（オーストラリア）▶印西市舞踊連盟▶木刈フレンドリープラザ 健康サークル愛（足もみで健康）。

【物品】

▶平成23年度大森保育園卒園対策委員会▶日本医科大学看護専門学校▶平成23年度もとの幼稚園卒園児保護者一同▶（一財）藤本武弘育英会▶平成23年度西の原保育園卒園児保護者一同▶大森保育園父母の会▶宮橋泰昭（原山）▶尾形賢作（小倉台）▶平賀学童クラブ保護者会▶淡路泰世（木下東）▶栄治産業㈱▶岩井美知子（荒野）。

印西市教育委員会児童・生徒表彰

「児童・生徒表彰」は、スポーツの大会および各種コンクールにおいて優秀な成績を収め、功績のあった児童および生徒を表彰するものです。

去る2月6日に教育委員会教育長から表彰状を児童・生徒に手渡しました。

（順不同・敬称略）

【児童】

▼伊藤花奈子（木下小6年）…第62回〝社会を明るくする運動〟作文コンテスト「千葉県推進委員会委員長賞（県知事賞）」▼坂川広樹（木刈小6年）…第29回千葉県小学生テニス選手権大会男子シングルス優勝▼佐藤碩生（小倉台小6年…第7回ちばキッズ陸上競技大会小学男子走高跳第1位▼竹村理駆（小倉台小6年）…同大会小学男子4×100mリレー第2位▼鈴木雄太（原小3年）…第36回千葉県課題図書小中学校児童生徒読書感想文コンクール「日本国語教育学会千葉県支部長賞」▼宮内萌々佳（宗像小4年）…第5回学校給食・学校における食育に関する絵画「特別協賛企業賞」▼五十嵐えり花（本埜第一小4年）…第13回キッズコロシアム大会（関東小学生陸上クラブ交流大会）女子4年走幅跳第1位

【生徒】

▼川下宜子（印西中1年）…第35回千葉県中学校新人体育大会柔道大会女子40kg級第3位▼羽生拓矢（印西中3年）…第43回ジュニアオリンピック陸上競技大会男子3000m第2位▼石田祐介（船穂中1年）第30回明るい社会づくりポスターコンクール「特別賞（印西市社会福祉協議会会長賞）」▼谷藤克樹（木刈中2年）…第37回千葉県中学校新人体育大会陸上競技大会男子共通1100mハードル第1位▼勝又彩花（木刈中2年）…同大会女子共通走幅跳第1位▼梅津泉希（印旛中2年）同大会女子共通走幅跳第3位▼橋本なつ乃（西の原中1年）…第8回日本藝術文化環境書道展・毛筆の部「千葉県教育長賞」▼黒澤晴菜（西の原中2年）…平成24年度国土緑化運動ポスター原画コンクール「千葉日報社賞」

大木教育長（中央）と受賞者のみなさん

木下の上町観音堂で文化財防災訓練を実施

市では、貴重な文化財を火災などの災害から守るため、毎年1月26日の文化財防火デーに合わせて文化財防災訓練を実施しています。

本年度は、去る1月20日、木下地区に所在し、県指定有形文化財「銅造十一面観音立像」の安置されている上町観音堂を対象に、印西消防署や地元消防団、地域住民が協力して、通報訓練・初期消火訓練・放水訓練（写真参照）を行いました。

問生涯学習課文化班（☎内線546）。

「明るい選挙書き初め」入賞者を決定

子どもたちに、政治・選挙への関心を持ってもらうため、毎年行っている「明るい選挙書き初め」（印西市選挙管理委員会・印西市明るい選挙推進協議会主催）の入賞者が決定。

各小・中学校から1，432点もの応募があり、審査の結果、金賞9点、銀賞18点、銅賞27点が選ばれました。

金賞を受賞したみなさんは、次のとおりです（敬称略）。

【小学生の部】▼松田颯斗（滝野小1年）▼永井一心（木下小2年）▼三好ひかる（原山小3年）▼廣瀬心（木刈小4年）▼冨澤華（永治小5年）▼伊藤歩実（小倉台小6年）

【中学生の部】▼林瑞希（船穂中1年）▼田中希（小林中2年）▼中神和也（小林中3年）

▲小学生の部（1,187点）、中学生の部（245点）それぞれ力作が寄せられました

印西市倫理法人会が会員100社達成

地域振興に大きな力

「印西市倫理法人会」は、市内の一般企業100社（平成24年12月時点）が参加する、㈳倫理研究所の法人会組織の一つです。

「実行によって直ちに正しさが証明できる純粋倫理を基底に、経営者の自己革新をはかり、 心の経営を目指す人々のネットワークを拡げ、共尊共生の精神に則た健全な繁栄を実現し、地域社会の発展と美しい世界づくりに貢献する」ことを目的とし、「企業に倫理を、職場に心を、家庭に愛を」をスローガンに活動。企業のトップが倫理を学び、変わることによって社員や社風を変えることを第一とし、健全な繁栄を目指しています。

平成14年8月の結成の同団体は、昨年11月に正法人会に昇格しました。主な活動は、毎週行われる早朝の「モーニングセミナー」の開催です。同セミナーでは、会員のみなさんが、それぞれの経験や理念を答弁し、企業経営者としての在り方を考えています。

毎回朝6時から行われるモーニングセミナー

今回の100社達成を迎え、会長の大野忠寄氏は「身近なところでは市内で開催される祭り・イベントへの参加や協賛、市内の駅前の掃除、学校周辺でのあいさつ運動を。グローバルな活動では、内戦が続く国の地雷撤去、子供兵の復帰支援、平和問題を伝えるＮＰＯ法人テラ・ルネッサンスの講演会活動のサポートを予定しています。『入会して良かった』と思われるような、県内で一番の優良法人会を目指します」と意気込みを語りました。

問倫理法人会下総地区（☎047-334-2194）。

シリーズ・心の道標㊹（最終回）

バンク・ミケルセンのノーマライゼーション(normalization)

問社会福祉課障害福祉班（☎内線268）

今から60年以上前にデンマークのバンク・ミケルセン氏が参加していた「知的障がい者の家族会の施設改善運動」から生まれた福祉理念が、ノーマライゼーションです。

ミケルセン氏は「社会から隔離された知的障がい者施設を視察して、隔離施設では障がい者の尊厳や人権を守ることが難しい」と結論づけ、健常者と障がい者が地域社会の中で共に生活する状態こそがノーマル（普通）だと訴えました。

「ノーマライゼーション」は、障がいのある人たちに、障がいのない人たちと同じ生活条件をつくり出すことや、障がいがある人を障がいのない人と同じノーマルにすることではなく、人々が普通に生活している条件が障がい者に対しノーマルであるようにすること、自分が障がい者になった時にして欲しいことをすること、といったことがあげられます。

障がいがあっても、移動しやすく負担が少ないバリアフリーの設計や、さらに障がいの有無に関わらずに、誰もが簡単に使いこなせるデザイン・構造を考えて実現化するというユニバーサル・デザインの発想もすすめられています。

日本でも1993年（平成5年）、ノーマライゼーションの思想に基づいて「障害者基本法」が制定され、施設から地域社会での共生への転換が目指されてます。また2000年（平成12年）には成年後見制度が施行されました。これは、精神上の障がい（認知症、知的障がい、精神障がいなど）により判断能力の不十分な成年者の生活、療養、看護や財産の管理に関する事務を、本人とともに成年後見人などが行うことによって、ご本人を保護する制度です。今後は障がいのある人を社会から排除せずに、自然に共に助け合って生きていけるような福祉制度の整備と運用が求められています。

著・成田地域生活支援センター　尾内保之氏（精神保健福祉士）。

このコラムは今回をもちまして終了となります。長い間、ご愛読いただきましたみなさんに、心より感謝申し上げます。

印西市 放射線対策 情報 No.11

民有地住宅（戸建・集合）の除染受け付けを行っています

市では、平成24年4月に策定した放射性物質除染実施計画に基づき、昨年の10月1日から除染作業にかかる放射線量の測定受付を開始しました。

受付開始から5カ月が経過し、多くの市民のみなさんから、放射線量の測定の申し込みがありました。

実際に測定する間までは、長い時間を要する場合があります。事前に、余裕をもってお申し込みください。

今後も引き続き、市民のみなさんの不安を解消するために、市が主体となり、放射線量の低減対策に取り組んでいきます。ご理解とご協力をお願いします。

◉受付期間…平成24年10月1日～平成25年5月末（予定）。

◉申し込み要件…次に該当する人。

①市内に居住されている人。

②除染実施区域内

問環境保全課放射線対策室（☎内線366～368）。

▲測定員による測定の様子

◉印西産農産物の放射性物質検査結果◉

平成25年1月1日～1月31日の検査結果は下記のとおりです（最新の測定結果は市ホームページをご覧ください）。

【単位：ベクレル/kg】

検査日	検査品目			放射性ヨウ素131	放射性セシウム134	放射性セシウム137	放射性セシウム134・137の合計
平成25年1月1日～1月31日	野菜類	果菜類	ふきのとう	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず
		葉菜類	長ネギ（3検体）、ホウレンソウ、白菜	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず
		根菜類	カブ（2検体）、ニンジン（2検体）、ゴボウ、ダイコン	検出せず	検出せず	検出せず	検出せず

※「検出せず」とは放射性ヨウ素131、放射性セシウム134、放射性セシウム137それぞれが存在しないか、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り異なるので、詳しくは市ホームページをご覧ください。

【測定条件】

測定容器：マリネリ容器（420mℓ）　測定時間：1800秒

【規制値】

●放射性セシウム134と137の合計：100ベクレル/kg（一般食品）

問農政課振興班（☎内線376）。

幼稚園、保育園、小・中学校などにおける積算放射線量の測定結果

◉積算線量計測結果◉

測定日・H24年11月1日～H25年1月31日　測定機器・DOSEi（ドーズアイ・富士電機㈱製）　単位・ミリシーベルト

測定場所	積算日数	積算累計	年間登校（園）日数	年間推定積算線量
木下小学校	52	0.035	200	0.135
小林小学校	53	0.029	200	0.109
大森小学校	55	0.046	200	0.167
★船穂小学校	54	0.039	200	0.144
永治小学校	54	0.035	200	0.130
木刈小学校	48	0.027	200	0.113
内野小学校	54	0.026	200	0.096
原山小学校	55	0.035	200	0.127
小林北小学校	53	0.034	200	0.128
小倉台小学校	54	0.062	200	0.230
高花小学校	49	0.040	200	0.163
西の原小学校	54	0.037	200	0.137
原小学校	47	0.041	200	0.174
六合小学校	52	0.029	200	0.112
宗像小学校	54	0.033	200	0.122
平賀小学校	54	0.031	200	0.115
いには野小学校	54	0.054	200	0.200
本埜第一小学校	53	0.037	200	0.140
本埜第二小学校	54	0.027	200	0.100
滝野小学校	53	0.033	200	0.125
印西中学校	43	0.018	200	0.084
船穂中学校	54	0.044	200	0.163
木刈中学校	54	0.032	200	0.119
小林中学校	53	0.040	200	0.151
原山中学校	54	0.029	200	0.107
西の原中学校	54	0.025	200	0.093
印旛中学校	51	0.025	200	0.098
本埜中学校	54	0.035	200	0.130
★滝野中学校	54	0.077	200	0.285
大森幼稚園	54	0.017	197	0.062
●瀬戸幼稚園	0	—	197	—
もとの幼稚園	50	0.019	197	0.075
木下保育園	72	0.044	295	0.180
大森保育園	70	0.050	295	0.211

測定場所	積算日数	積算累計	年間登校（園）日数	年間推定積算線量
内野保育園	70	0.041	295	0.173
木刈保育園	71	0.040	295	0.166
高花保育園	45	0.047	295	0.308
西の原保育園	70	0.069	295	0.291
もとの保育園	69	0.040	295	0.171
山ゆり保育園	63	0.035	297	0.165
どんぐり保育園	71	0.032	294	0.133
銀の鈴保育園	34	0.021	295	0.182
原山保育園	64	0.055	294	0.253
しおん保育園	60	0.023	295	0.113
牧の原宝保育園	64	0.032	292	0.146
西の原幼稚園	7	0.004	183	0.050
天神幼稚園	52	0.054	188	0.195
小林天神幼稚園	53	0.014	189	0.050
きかり幼稚園	49	0.018	192	0.071
★しおん幼稚園	39	0.018	168	0.078
原山幼稚園	59	0.025	207	0.088
木刈学童クラブ	66	0.019	295	0.085
原山学童クラブ	60	0.010	295	0.049
★木下学童クラブ	68	0.025	295	0.108
★小倉台学童クラブ	46	0.025	295	0.160
西の原学童クラブ	63	0.024	295	0.112
高花学童クラブ	70	0.035	295	0.148
★内野学童クラブ	60	0.020	295	0.098
大森学童クラブ	70	0.037	295	0.156
★原・第2学童クラブ	67	0.029	295	0.128
小林学童クラブ	71	0.012	295	0.050
いには野学童クラブ	65	0.024	295	0.109
平賀学童クラブ	68	0.022	295	0.095
滝野学童クラブ	66	0.021	295	0.094
内野第2学童クラブ	65	0.024	295	0.109
★永治学童クラブ	70	0.024	295	0.101
小林第2学童クラブ	53	0.015	295	0.083
クリオネクラブ	69	0.027	296	0.116

◉測定方法…子どもと同じ程度の高さとするため、先生の腰付近のポケット、ズボンなどに積算線量計を装着し、子どもの滞在時間を目安に測定します。

測定時間は、保育園が午前8時30分～午後4時30分、幼稚園が午前9時～午後2時30分、小・中学校が午前8時～午後4時30分、学童保育が午後2時30分～午後7時です。

※**太字**の施設の数値は、各支所・出張所・市ホームページでご確認ください。

※★印のついた施設は、機器の消し忘れがあり、24時間測定をした日があります。

※●印のついた施設は、測定器が故障中です。修復しだい測定を開始いたします。

測定値の詳細については、各幼稚園、保育園、小・中学校もしくは環境保全課放射線対策室（☎内線366～368・✉ kankyouka@city.inzai.lg.jp）まで。

◉簡易測定器測定結果◉

平成25年1月4日から平成25年1月30日、携帯用簡易測定器で、市職員が大気中の放射線量の測定した結果は、下表のとおりです。詳しくは市ホームページをご覧ください。

学校名	測定日	校庭			砂場		
		5cm	50cm	100cm	5cm	50cm	100cm
木下小学校	1/18	0.078	0.077	0.079	0.171	0.166	0.163
小林小学校	1/24	0.074	0.077	0.078	0.079	0.084	0.087
大森小学校	1/25	0.089	0.085	0.089	0.081	0.083	0.086
船穂小学校	1/24	0.079	0.102	0.096	0.100	0.097	0.094
永治小学校	1/16	0.095	0.091	0.088	0.076	0.092	0.085
木刈小学校	1/17	0.048	0.045	0.054	0.068	0.074	0.077
内野小学校	1/24	0.088	0.087	0.089	0.072	0.069	0.096
原山小学校	1/24	0.143	0.143	0.136	0.123	0.126	0.120
小林北小学校	1/25	0.101	0.099	0.098	0.076	0.091	0.092
小倉台小学校	1/17	0.067	0.080	0.070	0.092	0.114	0.122
高花小学校	1/25	0.110	0.113	0.108	0.127	0.118	0.120
西の原小学校	1/18	0.076	0.074	0.066	0.098	0.105	0.107
原小学校	1/23	0.128	0.136	0.114	0.100	0.105	0.108
六合小学校	1/9	0.097	0.097	0.111	0.126	0.148	0.158
宗像小学校	※新設工事のため測定を一時休止						
平賀小学校	1/4	0.124	0.113	0.119	0.075	0.083	0.098
いには野小学校	1/9	0.064	0.070	0.066	0.121	0.127	0.131
本埜第一小学校	1/10	0.168	0.176	0.161	0.115	0.126	0.128
本埜第二小学校	1/9	0.122	0.114	0.108	0.135	0.130	0.154
滝野小学校	1/4	0.075	0.125	0.078	0.127	0.138	0.132
印西中学校	1/25	0.086	0.092	0.091	0.066	0.082	0.073
船穂中学校	1/17	0.083	0.107	0.094	0.106	0.084	0.090
木刈中学校	1/17	0.089	0.081	0.090	0.100	0.142	0.131

※今後も、携帯用簡易測定器により市職員が測定し参考値としてホームページ、各支所・出張所で掲示し公表します。

問環境保全課放射線対策室。

学校名・園名	測定日	校庭・園庭			砂場		
		5cm	50cm	100cm	5cm	50cm	100cm
小林中学校	1/18	0.159	0.164	0.156	0.087	0.101	0.134
原山中学校	1/24	0.068	0.072	0.082	0.067	0.085	0.097
西の原中学校	1/18	0.138	0.127	0.126	0.150	0.163	0.156
印旛中学校	1/9	0.149	0.160	0.143	0.105	0.121	0.136
本埜中学校	1/10	0.070	0.078	0.084	0.124	0.136	0.116
滝野中学校	1/4	0.101	0.106	0.091	0.130	0.125	0.126
大森幼稚園	1/25	0.064	0.064	0.074	0.111	0.115	0.120
瀬戸幼稚園	1/9	0.077	0.085	0.081	0.083	0.114	0.092
もとの幼稚園	1/11	0.134	0.121	0.123	0.103	0.115	0.101
木下保育園	1/25	0.113	0.107	0.123	0.170	0.167	0.154
大森保育園	1/25	0.107	0.108	0.119	0.099	0.125	0.121
内野保育園	1/22	0.084	0.088	0.085	0.110	0.112	0.118
木刈保育園	1/16	0.087	0.099	0.095	0.140	0.125	0.121
高花保育園	1/25	0.162	0.132	0.129	0.113	0.101	0.113
西の原保育園	1/18	0.118	0.129	0.112	0.124	0.087	0.106
もとの保育園	1/10	0.150	0.130	0.120	0.124	0.122	0.118

施設名	測定日	駐車場			屋上		
		5cm	50cm	100cm	5cm	50cm	100cm
印西市役所	1/30	0.088	0.091	0.093	0.268	0.258	0.229
印旛支所	1/9	0.109	0.144	0.133	0.072	0.065	0.075
本埜支所	1/9	0.185	0.191	0.155	0.080	0.081	0.086

単　位：μSv/h＝マイクロシーベルト/時間

測定器：ラディ（PA-1000）（㈱堀場製作所製）

お知らせ パートⅠ

凡例：時日時　場会場　内内容　対対象　定定員　費参加費　申申し込み　問問い合わせ　HPホームページ　メールメールアドレス　他そのほか　携携帯電話

講座・催し

中央駅前地域交流館 ☎㊻5111

来て！見て！体験して！中央駅前地域交流館まつり

今年も懇話会主催の「第25回中央駅前地域交流館まつり」が二日間にわたり開催されます。

中央駅前地域交流館で活動している32のサークルと、千葉ニュータウン地区の高齢者クラブ、子どもたちによる日ごろの活動の成果を見て、体験してください。

心で、体で、おまつりを味わって、楽しい時間を過ごしませんか。

時 3月9日(土)・午前10時～午後4時、10日(日)・午前10時～午後3時。

内 左表のとおり（2号館では「第8回市民活動だんごまつり」も同時開催されます）。

※来場には公共交通機関をご利用ください。

問 中央駅前地域交流館。

【発表・体験】

期日	時間	内容	会場
9日(土)	10:00～	和太鼓演奏	レクリエーションホール
		手話体験	子育てルーム
		お化け屋敷	工芸室1
	10:30～	バンド演奏(アンパンマン、ジブリなど)	視聴覚室
	11:00～	詩吟発表	レクリエーションホール
	11:30～	バンド演奏（昭和歌謡など）	視聴覚室
	13:00～	ダンス発表	レクリエーションホール
	15:00～	バトミントン体験	
10日(日)	10:00～	お茶会（※有料300円）	和室
		七宝焼体験（※有料500円～）	工芸室
		エアロビクス発表	レクリエーションホール
	10:30～	気功発表	
	11:00～	太極拳発表・体験	
		おはなし広場	視聴覚室
	13:00～	大正琴演奏	レクリエーションホール
	13:30～	混声合唱発表	
		おはなし広場	視聴覚室
	14:00～	ダンス発表	レクリエーションホール
	14:30～	和太鼓演奏	

【展示】

生け花、デッサン、水墨画、七宝焼、絵画、陶芸、書道、刻字、俳句、短歌、高齢者クラブ作品、印西市クリーン推進課、印西市環境推進市民会議、温暖化防止印西
※2号館2階で印西市市民安全センターによる防犯啓発

【模擬店】

9日(土)	フランクフルト、フライドポテト、花苗、野菜、竹炭、パン、菓子、スーパーボールつり、陶芸作品バザー
10日(日)	フランクフルト、フライドポテト、花苗、野菜、竹炭、パン、菓子

印旛歴史民俗資料館 ☎㊾0002

第4回企画展示「印西のはじまり」

市内に758カ所ある遺跡のうち発掘調査などで出土した資料を展示し、遺跡の紹介をします。

時 3月5日(火)～24日(日)・午前9時～午後5時。

※開催期間中の休館日は、11日(月)、18日(月)、20日(祝)です。

費 無料。

問 印旛歴史民俗資料館（FAX㊾2223・メールsiryoukan@city.inzai.lg.jp）。

そのほか

印西市民アカデミー第16期生募集

仲間と共に学び合いませんか

印西市民アカデミーは、地域でより生き生きと活動するための一助となれるように「ふるさと印西」を中心とした2年間の講座です。1年目は歴史から健康、福祉、人権、行政、世代間交流、防災体験など多岐にわたる総合学習。そして2年目はグループごとの自主学習です。

年間を通して仲間と共に学び合い、生涯にわたる生きがいを見いだすきっかけに、ぜひ、ご参加ください。

◉日程…4月～3月の原則土曜日で25回。

内 右表プログラムのとおり（詳細については市ホームページを参照ください）。

対 20歳以上の市内在住・在学・在勤の人。

定 30人。

申 3月31日(日)までに、生涯学習課および市内各公民館、地域交流館の窓口へ所定の入学願書を提出してください。

※申込者多数の場合は抽選。また、定員に満たない場合、4月13日(土)まで受け付けます。

問 生涯学習課生涯学習推進班（☎内線541～543）。

◉平成25年度　印西市民アカデミー1年生　学習プログラム◉

回	月	午前の講座	午後の講座
1	4月	入学式・学び、育てる夢・未来「生涯学習」とは何か	笑顔でオリエンテーション
2	5月	先達に学ぶ～アカデミー卒業生研究発表～	歴史を学ぶ！ドラマティック印西①
3		賢い消費生活を学ぶ	水面から印西を学ぶ
4	6月	50万冊の情報を使いこなそう～図書館活用及び図書館職員体験～	
5		印西市の基本計画を学ぶ	福祉体験談
6		技術革新の裏側を学ぶ	救急救命について
7	7月	印西の年中行事	夏場の健康法（つぼ体操）
8		福祉制度を学ぶ	次世代へつなぐ環境づくりを学ぶ
9		介護のあり方について学ぶ	福祉・介護の現場から学ぶ
10	8月	健康作り～食～	歴史を学ぶ！ドラマティック印西②
11		人権について学ぶ（人権啓発センター）	
12	9月	防災について学ぶ(西部防災センター見学)	松戸から印西をみる
13	10月	近世文化にふれる～古の旅路・三社詣～	
14		世代間交流学習にむけて	世代間交流学習「アカデミー生発表」
15		福祉体験	印西の里山巡り
16		郷土名物「煎餅」の歴史と体験	世代間交流学習「小学生の研究発表」
17	11月	健康を手に入れよう～ニュースポーツ体験～	陶芸体験①
18		暮らしを支える年金制度を学ぶ	印旛歴史民俗資料館・文化財巡り
19	12月	陶芸体験②	みんなが幸せに暮らすために…「男女共同参画社会を学ぶ」
20		共生の台所術を学ぶ～エコ調理実習～	日本の文化にふれる～落語～
21	平成26年	国際化時代の生き方を学ぶ	白鳥の郷で地域活動を学ぶ
22	1月	環境問題を学ぶ	議会のしくみについて学ぶ
23	2月	地域の力で子どもを育てるには…	印西の石造物
24		歴史を学ぶ！ドラマティック印西③	災害に立ち向かう力をつける
25	3月	地域の一員としての役割	「学習のまとめ」・修了式

そうふけ図書館 おはなし会スペシャル

人形劇や読み聞かせなど楽しい出し物をご用意してお待ちしています。ぜひご来場ください。

時 3月23日(土)・午後1時30分開演（開場は1時）。

場 ふれあい文化館（1階多目的室）。

内 人形劇・読み聞かせなど。

対 3歳～小学生くらい。

定 150人。

申 当日会場で。

問 そうふけ図書館（☎㊺2566）。

ミニ・ガイド パートⅠ

◆市民植樹フェス!!

コナラ・クヌギの雑木林をつくります。10年後を夢見てコナラ・クヌギの苗木を1本づつ植樹しましょう。

時 3月18日(月)・午前10時～。

※雨天中止。

場 いんば学舎オソロク倶楽部（草深）。

定 20人。

費 無料。

申 いには野アカガエルの里を守る会・植村（携090－2331－5104）。

◆印西少年少女合唱団「第2回定期演奏会」

合唱団団員による合唱「12カ月の唱歌」、保護者、サザンプラザ少年少女合唱団OB・OG出演。ゲストコンサート、作曲家・ピアニストの谷川賢作氏。

時 3月20日(祝)・午後2時開演（1時30分開場）。

場 文化ホール。

費 入場無料。

問 榎戸（携090－9837－2814・メールinzaigasshouduan@yahoo.co.jp・HPhttp://inzaichorus.web.fc2.com/）。

◆コスモス新体操クラブ演技発表会

今年のテーマは「舞踏会」。かわいらしい妖精のたまごたちが精一杯踊ります。

時 3月20日(祝)・午後1時～（開場正午）。

場 松山下公園総合体育館（浦部）。

問 コスモス新体操クラブ・谷口（携090－3528－4454）、北崎（携080－4157－0915）・HPhttp://cosmosrg.sharepoint.com/Pages/default.aspx。

◆演劇集団 円による幼児鑑賞作品「どうぞのいす」

時 3月20日(祝)・午前11時15分～（11時開場・上演時間50分）。

場 フレンドリープラザ（木刈）。

観る対象を幼児に絞って、題材、音楽、役者全てにこだわり抜いた、初めてのお芝居にふさわしいロングラン作品です。

※0歳から入場できますが、幼児親子を対象に創られた作品のため、小学生以上のお子さんのご入場はできません。

費 一人1，000円。3人目から500円。

問 NPO法人いんざい子ども劇場（☎／FAX㊻6287・メールnpoinzaikodomo@mail.goo.ne.jp※開設日・月、水、金曜日の午前10時30分～午後3時30分）。

◆新婦人春の子育て交流会

ママの悩みや思いを出し合って、明日の元気に。

時 3月20日(祝)・午後1時30分～5時）。

場 船穂コミュニティセンター。

対 どなたでも。

費 無料。

問 栖谷（携090－1251－6444）。

◆春の山草・春蘭展

園芸文化協会印西山草会では「春の山草・春蘭展」を開催します。

時 3月30日(土)、31日(日)・午前9時～午後4時。

場 上町会館（木下。駐車場あり）。

費 無料。

他 山草の即売も行います。

問 印西山草会・葉山（☎㊼3546）。

市民農業講座

市では、農家の即戦力となりうる人材および新規就農者の育成を図るため、「市民農業講座」を行っています。作物栽培における一連の作業を学んでいただく実践的な講座です。

農業に関心がある人の応募をお待ちしています。

時 4月上旬～10月下旬（約6カ月間）。

場【水稲コース】和泉。【野菜コース】竹袋。

内【水稲コース】水稲の栽培講習・実習。【野菜コース】野菜の栽培講習・実習。

対①市内在住で平成25年4月1日現在で満65歳以下の人（65歳以上でも、応募状況により受講可）②原則すべての研修に出席でき、かつ研修日以外のほ場管理作業などにも参加できる健康な人③研修ほ場まで自分で来られる人。

定水稲コース10人。露地野菜コース10人。

費各コース20，000円（研修における傷害保険料、種苗代、肥料代など）。

申3月15日㈮までに、申込用紙（農政課に用意。市ホームページからもダウンロード可）を左記まで提出（定員を超えた場合は書類審査により決定）。

問農政課振興班（☎内線375）。

ステンドグラス講習会

素敵なリーフアクセサリーを作ってみませんか。

時 4月24日㈬・午前10時～正午。

場 永治プラザ（浦部）。

◆講師…井田記代氏。

定 8人。

費 1，500円（材料費）。

他 軍手持参、エプロンまたは汚れてもよい服装で。

申 3月1日㈮・午前9時から電話で左記まで（先着順）。

問 永治プラザ（☎㊷1101）。

桜の名所見学バスツアー

野田のもの知りしょうゆ館を見学し、イタリアンレストランで昼食後、清水公園と幸手権現堂桜堤を見学します。

◉集合日時…4月8日㈪・①午前7時30分②7時45分。

◉集合場所…①小倉台郵便局前②フレンドリープラザ（木刈）。

対 市内在住の成人。

定 80人。

費 4，900円（保険料、昼食代を含む）。

申 3月4日㈪・午前10時から、参加料を添えて左記窓口まで（先着順）。

問 フレンドリープラザ（☎㊻8611）。

フレンドリーギャラリー

大森図書館所蔵の複製絵画を展示します。

時 3月15日㈮～27日㈬。

場 フレンドリープラザ1階サロン。

問 フレンドリープラザ。

でんだいキッズセミナー ～親子で体験しよう～

東京電機大学とTDUいんざいイノベーション推進センターが共催で、春休みにセミナーを開催（いんざい産学官まちづくり懇話会教育専門部会協賛）。

時 ①3月25日㈪、②26日㈫、③29日㈮・午後3時～4時30分（各日とも1回完結）。

場 東京電機大学千葉ニュータウンキャンパス5号館（武西学園台2－1200）。

内 ①「パソコンおもしろじょうほう体験」②「デジカメで3D写真を撮ってみよう」③「未来の教室―テクノロジーが変えるこれからの学び」

◆講師…東京電機大学教員①土肥紳一准教授②上野洋一郎教授③宍戸真教授。

対 小学生の親子（4年生以上であれば子どもだけの参加も可）。

定 いずれも20組（申し込み多数の場合は抽選）。

費 無料。

申 3月7日㈭までに、TDUいんざいイノベーション推進センターホームページ（http://www.ti2ac.org）の申し込みフォームから。

問 TDUいんざいイノベーション推進センター（☎㊻9555）。

印西市女性の会「料理教室」

ワンコインで楽しくあったかい料理を作りませんか。

時 3月7日㈭・午前9時～午後2時。

場 小林コミュニティプラザ。

定 先着30人。

費 500円。

他 エプロン、三角きん、パック（容器）持参。

申 3月3日㈰までに、電話で左記へ。

問 印西市女性の会・渡辺☎㊷2298）。

里山散策会「春風にさそわれて」

【パートⅠ】

木下街道に沿って歩き、自然や戊辰戦争に関する史跡などを探します。途中江戸前ずし用の赤酢の醸造で知られる食酢醸造工場を見学します。約7㎞。

時 3月12日㈫・午前9時30分～午後3時30分（新京成線鎌ヶ谷大仏駅前解散）。

【パートⅡ】

自然を探して印旛日医大駅西側に広がる里山を散策します。途中、栄福寺薬師堂（国重文）や医科器械歴史資料館に寄ります。約5㎞。

時 3月18日㈪・午前9時30分～午後3時30分（集合・解散北総線印旛日本医大駅前）。

【パートⅠ・Ⅱ共通】

対 子どもから大人までどなたでも。

費 100円（保険料・資料代）。

定 30人程度。

他 飲み物、弁当、あれば双眼鏡持参。

※どちらも雨天中止。

申 事前に左記へ。

問 印西ウエットランドガイド阿部（☎／FAX㊼1455）。

相談

土地家屋調査士登記相談

土地境界問題、土地分筆、建物新築の登記など。

時 3月13日㈬・午前9時～正午。

場 法務局佐倉支局、成田出張所。

費 無料。

問 千葉県土地家屋調査士会印旛支部・山﨑（☎043－486－4087）。

印西地区一般廃棄物最終処分場説明会を開催

印西地区環境整備事業組合では、最終処分場の現況や今後の予定について、下記のとおり説明会を開催します。

時 3月23日㈯・午前10時～。

場 ふれあいセンターいんば（美瀬・印旛支所隣）。

対 印西市・白井市・栄町の住民。

問 印西地区環境整備事業組合印西クリーンセンター最終処分場班（☎㊾0181）。

郵便局コミュニティセンター（高花）の開放施設の一部が使用中止に

郵便局コミュニティセンターより、同施設の一般開放施設のうち、次の施設について、使用を中止する旨連絡がありました。

◉使用中止施設…会議室・図書室・講堂・テニスコート。

同施設については、これまで、地域のみなさんの福祉向上のため、施設開放にご協力をいただきました。東日本大震災により被災し、これまで休止となっていましたが、この度、防災対応の観点から、3月末日をもって施設の一部を使用中止とするものです。

今後は、市の施設をご利用ください。

問 企画政策課企画政策班（☎内線471・メール kikakuka@city.inzai.lg.jp）。

ミニ・ガイドパートⅡ

◆キャンパスの会「油絵」展示会

時 3月15日㈮・正午まで（最終日以外は午前9時～午後5時）。

場 ふれあい文化館（原）。

内 油絵、会員の自画像など。

※会員募集中、毎週金曜日・午前10時～正午、同会場で活動中、お気軽に見学を。

問 吉水（☎㊼3342）、布津（☎㊽9456）。

◆第9回ふるさと公演

NPO団体印西ふるさと文化交流会主催によるチャリティショー。

時 3月31日㈰・午前11時～（10時30分開場）。

場 文化ホール（大森）。

内 第一部・歌謡、舞踊、団体発表会。第二部・木原たけし、小桜舞子チャリティショー。

費 無料。

問 喜多村（☎㊺8158）。

◆親子ビクス4月からの会員募集

子どもとスキンシップをとりながら、一緒に楽しく体を動かします。

時 毎週木曜日・午前10時15分～11時30分。

場 桜台センター（白井市）。

対 1歳半～就園前の子とその親。

他 室内シューズ、タオル、飲み物持参。

問 佐々木（☎㊻8740※午後5時以降）。

◆国際囲碁で碁力を飛躍

初歩の指導から英語の九九を身に付けて、国際戦にも後れを取らず局の成否を見極める読みを深める。

時 毎週日曜日・午前10時10分～正午。

場 ふれあい文化館（原）。

費 半年500円（賛助会費）。

問 北総囲碁・中西（☎㊲7423）。

◆ダンス会員募集

社交ダンス技術向上のため、自由な雰囲気の中で練習しているグループです。

時 毎週月曜日・午後1時～5時。

場 船穂コミュニティセンター。

対 どちらかが市内在住、在勤の男女ペア。経験問わず初心者歓迎。

問 ダンスサークルIDEC（アイデック）・横山（☎㊻1688）。

◆3・11追悼のキャンドル灯火

東日本大震災犠牲者の追悼と復興を祈念するつどいを開催。

時 3月10日㈰・午後5時30分～6時30分。

※気象状況により中止する場合もあります。

場 大塚前公園。

費 キャンドル代1本300円（復興支援募金を含む）。

問 井上（携080－2055－7590）、吉田（携080－5380－7970）。

◆手賀の丘少年自然の家でボランティア

時 4月～平成26年3月。

場 千葉県立手賀の丘少年自然の家（柏市）。

内 少年自然の家で実施する事業（講座、イベントなど）の受け付けや準備、運営補助や支援、片付けなど。

対 子ども好きで18歳以上の健康な人。

申 随時。

問 千葉県立手賀の丘少年自然の家（☎04－7191－1923）。

凡例 時日時 場会場 内内容 対対象 定定員 費参加費 申申し込み 問問い合わせ HPホームページ メールアドレス 他そのほか 携携帯電話

お知らせ　パートⅡ

凡例　時日時　場会場　内内容　対対象　定定員　費参加費　申申し込み　問問い合わせ　HPホームページ　メールアドレス　他そのほか　携携帯電話

募集

平成25年度生涯学習ガイドに掲載する情報

市民のみなさんの生涯学習機会の拡充を図るため、市では毎年生涯学習ガイドを作成しています。講師・指導者、講座、催しなどの情報をお寄せください。

申左記内容を申込用紙に記入し、3月22日㈮までに問い合わせ先まで提出してください（持参・郵送・FAX・メールいずれでも可。申込用紙は生涯学習課・各公民館、地域交流館・市ホームページに用意）。

内【(1)講師・指導者情報】①氏名②住所③電話番号④指導分野⑤指導内容⑥講師料の有・無⑦指導可能な日時⑧指導対象年齢層⑨指導可能な人数。

【(2)講座・催し情報】①事業名②対象③内容④日時⑤会場⑥主催者・問い合わせ先電話番号。

※営利目的など内容によっては掲載できない場合があります。

問生涯学習課生涯学習推進班（〒270－1396印西市大森2364－2・☎内線543・FAX㊷0033・メールsyougaku@city.inzai.lg.jp）。

国保年金課の非常勤職員

◉募集職種…①一般事務補助職員、②※レセプト整理員。

※レセプト…医療機関が保険者（市町村や健康保険組合など）に請求する医療費の明細書。

◉勤務期間…4月～平成26年3月の1年間。

◉勤務時間…①月10日以内、②月15日以内、①②とも1日6時間勤務。

◉勤務場所…国保年金課。

◉時給…830円～900円（経験年数により考慮）。

※通勤手当有り。

対65歳未満の心身ともに健康な人。

定各1人。

申3月11日㈪までに、履歴書（自筆・写真張り付け）を左記まで必ず持参してください。

※面接の詳細は、別途お知らせします。

問国保年金課高齢者医療年金班（☎内線288）、資格給付班（☎内線285～287）。

文化ホールの非常勤職員

文化ホールでは、平成25年度の主催事業の際、会場案内などのお手伝いをしていただく非常勤職員を募集します。

◉勤務日…公演当日の3～5時間程度。

内会場案内、チケットもぎりなど。

対健康で文化事業に興味のある人。また、土・日曜日、祝日に勤務可能な人。

定15人程度（登録者数）。

◉時給…820円～（通勤手当あり）。

申3月15日㈮・午後5時までに、履歴書（自筆で必要事項を記入し、写真を貼ったもの）を文化ホールまで持参してください（郵送不可）。

※書類選考後、4月上旬に面接を行い決定します。

問文化ホール（☎㊷8811）。

非常勤の保育士（登録制）

◉業務内容…保育に関すること。

◉勤務場所…市立保育園。

◉勤務時間…平日・午前7時～午後7時、土曜日・午前7時～午後5時の間で、①1日7・5時間程度。②1日6時間程度、週20時間未満③午前7時～9時30分、午後4時～7時の延長保育時間。

※ただし、園の状況により勤務時間が多少異なります。

対健康で保育の仕事に情熱を持つ65歳未満で、保育士の資格を有する人。

◉賃金…保育士1，020円。

※通勤手当あり。

申履歴書（自筆で写真張り付け）と、資格証明書の写しを左記まで提出。

問保育課保育班（☎内線223）。

学童保育指導員（登録制）

学童クラブでは、学童保育指導員（非常勤職員）として勤務できる人を募集しています。

◉勤務時間…（シフト制）通常下校時～午後7時。土曜日および夏休みなどの期間は、午前8時～午後7時。

◉時給…830円～（規定により通勤手当あり）。

対心身共に健康な65歳未満の人で、保育に対する理解が深く、熱意のある人。

申随時登録可。履歴書（自筆で写真張り付け）および登録用紙（左記窓口で配布、またはホームページからもダウンロード可）に必要事項を記入して、左記まで持参または郵送してください。

問保育課管理班（〒270－1396印西市大森2364－2・☎内線224、225）。

印西地区環境整備事業組合附属機関委員

～印西地区の環境行政にみなさんの力を～

印西地区環境整備事業組合では、二つの附属機関の委員を次のとおり募集します。

◉次期中間処理施設整備事業用地検討委員会…印西クリーンセンター次期施設の募集方法や比較評価等に関する調査・審議。

対市内在住・在勤・在学の人。

定5人。

◉印西地区ごみ処理基本計画検討委員会…一般廃棄物の基本計画に関する調査・審議。

対市内在住・在勤・在学の人。

定3人。

申3月21日㈭までに、「申込書」に「小論文」を添えて印西地区環境整備事業組合まで郵送または持参（申込方法は二つの附属機関共通ですが、重複しての応募はできません）。

詳しくは左記窓口またはホームページで。

問印西地区環境整備事業組合印西クリーンセンター技術班（☎㊻2734・HPhttp://www.Inkan-jk.or.jp）。

シルバー人材センターの会員

市内のおおむね60歳以上の人を対象に、随時会員を募集しています。健康で働く意欲のある人は、ぜひ会員登録をしてください（年会費が必要です）。

特に庭木剪定のできる人が不足しています。剪定作業は一般家庭の庭木が中心です。

また、シルバー人材センターでは、高齢者ができる仕事であれば、どんな小さな仕事でも依頼を受け付けています。人手が必要となったときなど、1時間単位でご要望に応えられるよう努力しますので、お気軽にご相談ください。

問印西市シルバー人材センター（そうふけふれあいの里内・☎㊺0468・HPhttp://www.sjc.ne.jp/inzai/）。

自衛官

【自衛隊幹部候補生】

対日本国籍を有し、平成26年4月1日現在で22歳以上26歳未満の人。

◉申込期限…4月26日㈮（必着）。

◉受験料…無料。

【予備自衛官補（一般および技能）】

対次のとおり。

【一般】日本国籍を有する18歳以上34歳未満の人。

【技能】日本国籍を有する18歳以上53歳から55歳未満の人（年齢の上限は国家資格による）。

◉申込期間…次のとおり。

【第1回】4月3日㈬まで（必着）。

【第2回】7月16日㈫～9月30日㈪（必着）。

※採用予定人数に達した場合、第2回は実施しない可能性があります。

◉受験料…無料。

※資料請求など、詳しくは左記へお問い合わせください。

問自衛隊千葉地方協力本部柏募集案内所・石津（☎04－7163－6884・HPhttp://www.mod.go.jp/pco/chiba/）。

健康

予防接種のお知らせ ～接種期限（3月31日まで）が迫っています～

【DT2期（小学6年生）】

乳幼児期に接種したDPT予防接種の追加接種となります。対象年齢を過ぎると任意（有料：約5，000円）接種となります。

※予診票は、平成24年3月末に個別通知しています。紛失した人は、各保健センターで再発行手続をしてください。

【MR第2期（就学前の年長児）】

麻しん・風しん混合ワクチン予防接種は、就学後に公費で接種する機会はありません。接種期限を過ぎると任意（有料：約1万円）接種になりますので、早めに委託医療機関で受けてください。

※任意（有料）接種は、各医療機関によって金額が異なりますので、接種する医療機関にお問い合わせください。

【子宮頸がんワクチン（中学1年生～高校1年生の女子）】

接種期限が3月31日までですので、接種希望の人は早めに予約をして委託医療機関で接種してください。予診票は、市内委託医療機関にあります。県内相互乗り入れ協力委託医療機関で接種する場合は、各保健センターまで予診票を取りにきてください。

なお、中学1年生～中学3年生（平成9年4月2日～平成12年4月1日生まれ）の人の4月以降の接種については、ホームページ（4月ごろの）と4月1日号のいんざい広報でご確認ください。

問健康増進課母子保健班（☎㊷5595）。

ヒブワクチン 予防接種の追加接種時期の改正

生後2か月～5歳未満を対象に公費負担しているヒブワクチン予防接種の追加接種時期が次のとおり改正されましたのでお知らせいたします。

改正後　追加免疫として、3（2）回目の接種後7～13カ月の間に1回接種。

問健康増進課母子保健班（☎㊷5595）。

献血 にご協力を

みなさんのあたたかい善意を、心からお待ちしてます。

時3月29日㈮・①午前9時30分～正午、②午後2時～4時。

場①ふれあいセンターいんば（美瀬）②本埜保健センター（笠神）。

※安全な血液供給実施のため献血条件などがあります。詳しくは下記へ。

問市健康増進課総務班（中央保健センター内・☎㊷5595）、千葉県赤十字血液センター推進課（☎047－457－9927）。

国保・年金

国民健康保険、後期高齢者医療保険の年金からの仮徴収

国民健康保険税と後期高齢者医療保険料で、現在、年金から特別徴収されている人と新たに特別徴収の対象になる人は、平成24年度の保険税（料）額を基に、4月・6月・8月の年金より仮徴収します。

7月に平成25年度の保険税（料）額を決定し、10月・12月・翌年2月の年金より本徴収します。

新たに特別徴収の対象となる人には、4月に特別徴収開始通知を送付します。

問国保年金課保険税班（☎内線281～284）、高齢者医療年金班（☎内線288・299）。

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

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。

対印西市に住所を有する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となりません。

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（脳ドックのみの検査は対象となります）。

◉助成額…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）。

申検査医療機関に予約をしたら、検査を受ける一週間前までに申請してください（申請書は市ホームページまたは市国保年金課、各支所にあります）。

※受検後の申請では、検査費用の助成は受けられません。

申請の方法は、被保険者証・印鑑を持って、国保年金課高齢者医療年金班または各支所の市民福祉課の窓口で申請してください（郵送可）。

※まだ助成金の請求をしていない人および3月中に人間ドック・脳ドックを受検する人は、本年度の助成金請求書の受け付けは、3月29日㈮までです。

受検後、速やかに交付請求書・領収書などの提出をお願いします。

問国保年金課高齢者医療年金班（☎内線288・289）。

国民健康保険に加入していて高額な診療を受ける人は、限度額適用認定証の手続きを

高額な診療を受けたとき、ひと月の窓口負担が自己負担限度額以上になった場合は、限度額を超える分を後で高額療養費としてお返ししていますが、医療機関などの窓口に限度額適用認定証などを提示すれば、限度額を超える分を支払う必要はなくなりますので、限度額適用認定証取得の手続きをお勧めします。

また、保険薬局、指定訪問看護事業者についても、この認定証を提示すると同様の取り扱いを受けることができます。

【認定証などの手続き】

①国民健康保険被保険者証

②印鑑（認め印でも可）

①・②を窓口へ持参し手続きをしてください。郵送での手続きを希望する場合は申請書を送付するのでご連絡ください。

【次の人は手続き不要】

①国民健康保険税に未納がある人

国民健康保険税に未納がある人は、「限度額適用認定証等」の交付はしていませんので、通常どおり「国民健康保険被保険者証」で受診してください。

②70歳以上75歳未満の非課税世帯等でない人

70歳以上75歳未満の非課税世帯等でない人は、「国民健康保険被保険者証」により所得区分が確認できるため不要です。

問国保年金課資格給付班（☎内線285～287）。

会社などの健康保険に加入したら国保を抜ける手続きを

3、4月は会社を辞めたり就職したりする人がたくさんいます。国民健康保険に加入していた人が職場の健康保険に加入しても市では把握できないため、国民健康保険の資格喪失の手続きをお願いします。

資格喪失の手続きをしないと引き続き保険税が課税されたり、医療費の清算が必要になりますのでご注意ください。

資格喪失の手続きに必要な書類は左記のとおり。

①職場の健康保険証

②国民健康保険証

③印鑑

問国保年金課資格給付班。

国民年金後納保険料納付書の使用期限にご注意を

過去10年間に納め忘れた国民年金保険料については、平成24年10月から後納制度を利用して納付することが可能となりましたが、後納制度の申し込みをされ、平成15年4月以降（平成14年10月から平成15年3月までの保険料は、平成25年4月以降は納付できません）の後納保険料のお支払いが済んでいない人は、お手元の納付書の納付期限が平成25年3月31日になっていますのでご注意ください。

なお、平成15年4月以降の後納保険料を平成25年4月1日以降に後納保険料を納付される場合は、使用期限が平成26年3月末までの納付書が必要となりますので、国民年金保険料専用ダイヤルまたは船橋年金事務所までお問い合わせください。

問専用ダイヤル（☎0570－011－050）、船橋年金事務所（☎047－424－8854）。

学生納付特例の簡素化について

現在、学生納付特例制度により、国民年金保険料納付を猶予されている人で、平成25年度も引き続き在学予定の人へ、3月下旬に基礎年金番号の印字されたはがき形式の学生納付特例申請書が日本年金機構から送付されます。

同一の学校に在学する場合は、このはがきに必要最小限の記載事項を記入するだけで申請できます。この場合、在学証明書・学生証などは不要です。

なお、初めて学生納付特例の申請をする人は、従来どおり在学証明書などを添付のうえ、届け出が必要となります。

申請が遅れると、障害年金や遺族年金に該当しない場合もありますので、ご注意ください。

また、平成25年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付を希望する場合はお手数ですが、船橋年金事務所へ国民年金納付書の送付について、ご連絡ください。

問船橋年金事務所（☎047－424－8854）、国保年金課高齢者医療年金班（☎内線289・299）。

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

国民年金保険料の納付期限は、翌月末日です。保険料の納め忘れがあると、万一の事故のときなどに、障害年金や遺族年金が受けられないことがあるばかりか、未納期間が長くなると、将来、老齢年金さえ受けられなくなることもあります。

納め忘れの期間がある人は、早めに納めましょう。

また、収入が少なく保険料を納められないときには、未納のままにせず、免除制度や若年者納付猶予制度・学生の方は学生納付特例制度（いずれも一定の基準あり）がありますのでご相談ください。

問船橋年金事務所、国保年金課高齢者医療年金班。

防災行政無線無料テレホンサービスと防災メール

【防災行政無線無料テレホンサービス】

防災行政無線から放送された内容を確認するためのテレホンサービス（フリーアクセス）が無料で聞くことができます。放送内容が分からなかったときや、もう一度聴きたいときは、**☎0800－800－0864**をご利用ください。操作方法の説明は、メッセージで確認できます。

※これまでの防災行政無線テレホンサービス（☎㊵2900）を利用した場合、通話料は利用者負担となります。

【防災メール】

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

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

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

【防災メール『利用者登録』手順】

利用する通信機器から左記のアドレスに「空」メールを送信してください。

b@inz.171k.jp

※利用者登録手順および配信する内容の詳細については、市ホームページに掲載しています。

また、左記のQRコードも登録に利用できます。

問防災課防災班（☎内線454）。

印西市国際交流協会主催

外国人のための日本語講座学習者募集

外国人のみなさん、わたしたちと一緒に、日本語や日本文化をたのしく勉強しましょう。

◉日本語教室一覧◉

クラス名（くらすめい）	時間（じかん）	会場（かいじょう）	担当者（たんとうしゃ）
火曜日クラス（かようびくらす）	9：30～12：00	ふれあいセンターいんば（ふれあいせんたーいんば）・美瀬（みせ）	梅田（うめだ）℡080－3154－2821
水曜日クラス（すいようびくらす）	10：00～12：00	中央駅前地域交流館（ちゅうおうえきまえちいきこうりゅうかん）・中央南（ちゅうおうみなみ）	溝口（みぞぐち）℡080－6741－1816 河口（かわぐち）℡080－2900－7515
木曜日クラス（もくようびくらす）	10：00～12：00	中央公民館（ちゅうおうこうみんかん）・大森（おおもり）	吉岡（よしおか）℡0476－46－6879
土曜日クラス（どようびくらす）	10：00～12：00	ふれあい文化館（ふれあいぶんかかん）・原（はら）	三木（みき）℡080－4412－2236 治田（はるた）℡090－2548－3317（20：00～）
土曜日　夜（どようび　よる）	19：00～21：00	ふれあい文化館（ふれあいぶんかかん）・原（はら）	三木（みき）℡080－4412－2236

凡例　時日時　場会場　内内容　対対象　定定員　費参加費　申申し込み　問問い合わせ　HPホームページ　メールメールアドレス　他そのほか　携携帯電話

お知らせ　パートⅢ

凡例　時日時　場会場　内内容　対対象　定定員　費参加費　申申し込み　問問い合わせ　HPホームページ　メールアドレス　他そのほか　携携帯電話

福祉

転出時は子ども医療費助成受給券の返納を

市外に転出した場合、印西市の受給資格が喪失します。そのまま子ども医療費助成受給券を使用すると返還請求の対象となりますので、必ず受給券を返納してください。

◉返納先…【窓口】市役所子育て支援課（郵送可）、印旛支所市民福祉課、本埜支所市民福祉課。【回収ボックス】各出張所・中央保健センター・高花保健センター。

問子育て支援課児童家庭班（☎内線245・248）。

養育医療申請窓口の変更

現在、千葉県印旛健康福祉センター（保健所）が窓口となっている養育医療について、4月1日から申請窓口が、印西市子育て支援課に変更となります。

（制度について）

指定医療機関の医師が未熟児かつ入院治療が必要と認めた児童であって、出生時体重2，000グラム以下、身体発育が未熟なまま出生した子どもの医療費の一部を公費負担します。

詳しくは、左記まで。

問子育て支援課児童家庭班（☎内線245）。

ソーシャルスキル相談

地域自殺対策緊急強化基金事業による心の整理術

市では、発達障がい・精神障がいなどのために、悩んでいる人やその家族を対象に、対面相談とソーシャルスキルトレーニング（ペアレントトレーニングも含む）を実施します。

時3月4日㈪・午後2時～4時。

場市役所1階相談室。

費無料。

申し込み…事前に左記まで。

問社会福祉課障害福祉班（☎内268）。

中途失聴者・難聴者のための「手話学習」と「手話サロン」

【手話学習会】

時3月2日㈯・午前10時～正午。

場佐倉市中央公民館。

※講師あり。OHP要約筆記（話し手の言葉を要約してスクリーンに映す）で聞こえのサポートをします。

【手話サロン】

時3月15日㈮・午後1時30分～4時。

場酒々井町社会福祉協議会。

※ノートテイク（隣席で話し手の言葉を要約して紙に書く）でサポートします。

どちらも、申し込み・参加費は不要。聞こえの悪い人に限らず、どなたでも参加できます。

問NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会・印旛香取事務所・板倉（携090－5302－0385・FAX043－444－0298）。

保護司とは

保護司は地域で更生保護活動を担う民間のボランティアです。刑務所や少年院から出て「保護観察」を受けることになった人などを指導、援助するほか、安全・安心な地域社会作りに関わる様々な活動をしています。千葉県内で、平成24年12月末で、1，315人が活躍しています。

保護司やその任務の詳しい内容について関心を持っている人は、左記までお問い合わせください。

問千葉保護観察所企画調整課庶務係（☎043－204－7791）

税金

軽自動車税は4月1日の所有者に課税

軽自動車税は、4月1日現在の所有者（ローンによる購入で所有権が売り主にある場合は使用者）に課税されます。

次のような場合には必ず左表の手続き場所で廃車や名義変更などの手続きをしてください。

◉軽自動車などの手続き◉

対象車両	手続き場所
バイク（125cc以下）、小型特殊自動車（トラクターなど）	市民税課（☎内線317～319・329） 印旛支所市民福祉課（☎㊽1111） 本埜支所市民福祉課（☎㊼1111） または新住所地や譲受人の住所地の役場・役所
バイク（125ccを超えるもの）	千葉運輸支局習志野自動車検査登録事務所 （船橋市習志野台8－57－1・☎050－5540－2024） または新住所地や譲受人の住所地を管轄する運輸支局・自動車検査登録事務所
三輪・四輪の軽自動車	軽自動車検査協会千葉事務所習志野支所 （船橋市習志野台8－56－1・☎047－461－6600） または新住所地や譲受人の住所地を管轄する軽自動車検査協会

申告はお早めに

市民税・県民税および所得税の申告期限は3月15日㈮です。

例年期限間近になると会場が大変混雑します。申告は自分で書いて、忘れず早めに提出してください。

なお、市民税・県民税の申告書は市民税課、確定申告書は税務署へ郵送でも提出できます。

問【市民税・県民税申告書】市民税課市民税班（〒270－1396印西市大森2364－2・☎内線317～319・329）、【確定申告書】成田税務署（〒286－8501成田市加良部1－15・☎㉘5151）。

e-Tax（イータックス）（所得税電子申告、納税）を利用するみなさんへ

所得税の確定申告書の提出を、e-Tax（所得税電子申告、納税）を利用して行う人が近年増えています。このe-Taxを利用するには、住民基本台帳カード（住基カード）および電子証明書の取得が必要です。

市では、平日市役所などへ来庁できない人のために左記の土曜日に市民課を開庁し、申請を受け付けします。

時3月2日㈯・午前8時30分～午後3時（手続きに時間がかかりますので申請は午後3時までにお願いします）。

場市民課（市役所本庁舎）。

◉申請者…本人確認とパスワードを設定する必要がありますので、本人が直接、行ってください。

◉必要なもの…次のとおり。

①運転免許証、パスポートなどの官公署が発行した顔写真付きの証明書（有効期限内のもの）。

②写真付き住基カードを希望の場合は、写真1枚（上半身、無帽、正面、無背景で、6カ月以内に撮影したもの。縦4・5cm×横3・5cm）。

※すでに住基カードを持っている人で、電子証明書を申請される場合は、必ず住基カードをお持ちください。

◉手数料…住基カード500円、電子証明書500円。

なお、運転免許証などの官公署が発行した顔写真付きの証明書を持っていない人は、事前にご相談ください。

【電子証明書の有効期限にご注意を】

e-Tax（所得税電子申告、納税）を利用するための電子証明書には有効期間があります。有効期間は、証明書の発行日から起算して3年となり、有効期間が満了しますと失効し、電子申告等に使うことができなくなります。

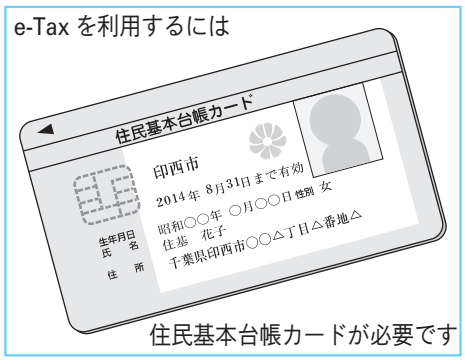
平成22年に電子証明書を取得した人は、本年にその有効期間が満了となります。効力が失われますと、再度電子証明書の申請（更新手続き）が必要となります。

既に電子証明書を取得されて、今年e-Tax（所得税電子申告、納税）を利用する人は、ご自分の電子証明書の有効性をご確認ください。

有効性の確認は、「公的個人認証ポータルサイト」の「オンライン窓口」で確認できます。

ポータルサイトのアドレスはhttp://www.jpki.go.jp/です。

問市民課住民記録班（☎内線234・237）。



平成25年度印西市自転車駐車場の定期使用申請の受け付け開始

◉受付期間…3月1日㈮～。

◉受付窓口…使用する自転車駐車場。

◉受付時間…平日・午前6時～11時、午後4時～9時。土・日曜日、祝日・午前8時～正午。

◉申請書の配布場所…各自転車駐車場。

◉料金の支払いは、使用する自転車駐車場窓口。

◉使用期間…4月1日～平成26年3月31日。

申記入済みの申請書・使用料・住所が分かるもの（保険証など・高校生以下については、学生証など）を持参。手続き終了後、承認票（シール）と承認証（カード）を交付します。

※減免申請の人は、使用する自転車駐車場窓口へ直接お問い合わせください。

◉年間使用料…一般5，250円（自転車）、7，350円（バイク125cc以下）。

※高校生以下は半額、市外居住者は倍額。

問㈱日本駐車場工学研究会（指定管理者・☎03－3591－7165）。

都市

都市計画の案の概要の縦覧と公聴会の開催

現在、小林駅南口において、駅前広場の整備が進められています。これに伴い、必要な都市計画変更を行うため、本年1月に住民説明会を開催し、みなさんのご意見をお伺いしたところです。

この度、都市計画の案の概要をとりまとめましたので、都市計画案を作成する上で参考とするため、みなさんからのご意見を伺うことを目的とし、案の概要を縦覧するとともに公聴会を開催します。

▼案の概要の縦覧

時 3月12日(火)～26日(火)・午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）。

場 市都市計画課、千葉県県土整備部都市整備局都市計画課。

内【県が決定するもの】都市計画道路（3・4・11小林駅南口線）、【市が決定するもの】用途地域。

▼公聴会の開催

時 4月21日(日)・午前10時～。

※公述を希望する場合は、あらかじめ申し出が必要です。公述申し出がない場合は公聴会の開催は中止となります。

場 小林コミュニティプラザ。

◉公述人の資格…印西都市計画区域に住所のある人および利害関係人（法人を含む）。

◉公述の申し出の方法…公述を希望する人は縦覧期間中に、申出書に必要事項を記載の上、述べようとする意見の要旨（八百字以内）を添付し、市都市計画課まで持参、または郵送（当日消印有効）してください。

なお、公述申出書の様式は市都市計画課に用意してあります。

◉公述人の選定…公聴会開催時間には制約がありますので、公述を希望する人が多い場合は抽選を行い、本人に通知します。

◉傍聴の申し込み…不要。

ただし満員の場合には入場をお断りすることがあります。

問市都市計画課計画班（〒270－1396印西市大森2364－2・☎内線765・766）、千葉県県土整備部都市整備局都市計画課（☎043－223－3376）。

都市計画変更の案の縦覧

現在、大塚三丁目地区の一部において戸建て住宅を対象とした開発が進められていることから、市では大塚三丁目地区地区計画の変更手続きを行っています。これに伴い、案の縦覧を次のとおり実施します。

◉地区計画の名称…大塚三丁目地区地区計画。

時 3月12日(火)～26日(火)・午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日、祝日を除く）。

場 都市計画課。

問 都市計画課計画班。

都市計画法に基づく開発許可などの事務について

4月1日から市は、県から「都市計画法に基づく開発許可等に関する事務」の移譲を受けて「事務処理市」となります。

今後は、開発許可などに関する事務（申請書の受付・審査・許可・指導など）の処理については市が行うこととなります。

また、「都市計画法に基づく開発行為等の許可の基準に関する条例」などの施行に合わせて、許可の基準および申請書等の一部が変更となりますのでご注意ください。

詳しくは、市ホームページまたは左記までお問い合わせください。

問 建築課開発指導準備室（☎内線772）。

建築基準法に基づく確認申請などの事務について

開発許可と同じく、4月1日から、市が建築基準法第97条の2の規定による建築主事を置き「限定特定行政庁」となります。

今後は、小規模建築物（2階建ての木造住宅や平屋建ての鉄骨造事務所など）や工作物（高さ3m以下の擁壁）などの確認、検査のほか関係法令に基づく事務を市が行うこととなります。

なお、そのほかのものについては、従来どおり千葉県が行います。

詳しくは、左記までお問い合わせください。

問 建築指導準備室（☎内線775）。

4月1日から

都市計画法に基づく開発許可および建築基準法に基づく確認申請等の事務の一部を市が行います

スポーツ

春季第38回市民硬式テニス大会

時・内 4月7日(日)・男子ダブルス、女子ダブルス。4月14日(日)・男子ダブルス、女子ダブルス、男子壮年シングルス、女子壮年シングルス。4月21日(日)・男子シングルス、女子シングルス。4月28日(日)・男子シングルス、女子シングルス、男子壮年ダブルス、女子壮年ダブルス。5月5日(祝)・男子壮年シングルス、女子壮年シングルス。

いずれも受け付け午前8時、競技開始8時30分。

※予備日は4月29日(祝)、5月6日(休)。

※壮年は50歳以上。

場 松山下公園テニスコート（浦部）、牧の原公園テニスコート。

対 印西市在住者もしくは印西市硬式テニス連盟加盟者。

費 ダブルス①連盟加入ペア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。

シングルス①連盟加盟者1，500円、②未加盟者2，000円。

※中・高生はダブルス一組1，000円、シングルス一人700円。

申 3月15日(金)（必着）までに、所定の申込書（松山下公園総合体育館に用意）と参加費を添え、現金書留で左記へ（所定の申込書以外は無効）。

※大会の詳細については、大会要綱（松山下公園総合体育館および連盟HPに掲載）で確認すること。

問 斎藤輝一（〒270－1326印西市木下1341－1・☎㊷3685・連盟HP http://i-tennis-web.hp.infoseek.co.jp/）。

春季市民クレー射撃大会

時 3月23日(土)・午前9時～（受け付けは8時～）。

※雨天決行。

場 成田射撃場（山田）。

対 平成25年3月現在、市内在住・在勤の人。

費 5，000円（当日徴収）。

申 3月23日(土)までに、電話かFAXで左記へ。

問 市クレー射撃協会・藤岡（☎／FAX㊷6118）。

第14回市民春季空手道大会

時 5月12日(日)・午前10時～（受け付け9時、開会式9時30分）。

場 松山下公園総合体育館（浦部）。

内 幼年、小学生、中学生、一般（形・組手）。

※参加人数により変更あり。

対 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。

◉試合規定…全日本空手道連盟の競技規定を準用。一部、印西市空手道連盟競技規定による。

◉試合方法…形・組手の個人戦による得点制。

申 4月5日(金)（必着）までに、申込書を左記アドレスにメールし、参加費2，000円は現金書留で左記へ（当日の受け付けは不可）。

問 印西市空手道連盟・大河原昭司（〒270－1356印西市小倉台1－1－SP－1804・☎㊼2340・メール inzaikaratedourenmei@yahoo.co.jp）。

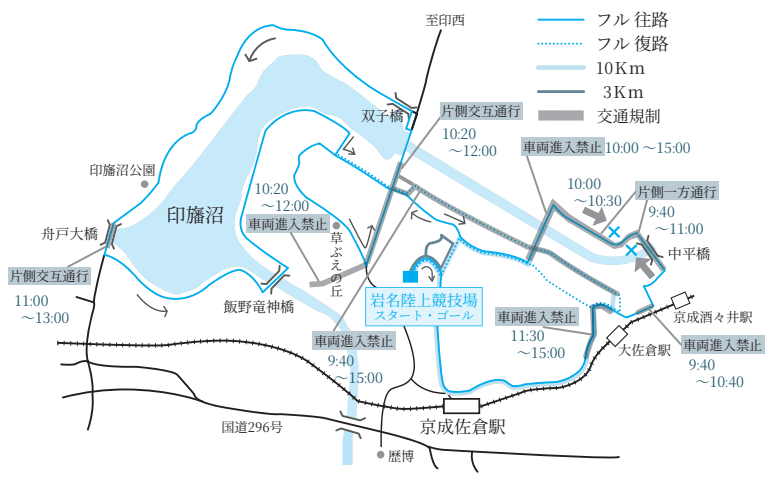
「第32回佐倉朝日健康マラソン大会」交通規制にご注意ください

佐倉市岩名運動公園陸上競技場をスタートし、印旛沼の風光明媚な景色を楽しみながら健脚を競う第32回佐倉朝日健康マラソンが3月24日(日)に開催されます。

このため、大会当日はフルコースとなる県道千葉臼井印西線舟戸大橋、県道佐倉印西線、師戸江川線および印旛沼周辺道路の一部で交通規制（午前9時30分～午後3時30分ごろ）が実施されます。

ご迷惑をおかけしますが、ランナーに十分にご注意いただくとともに、路上駐車の禁止やコースの安全確保などへのご協力と温かいご声援をお願いいたします。

問 佐倉朝日健康マラソン大会実行委員会事務局（☎043－485－2929）。



引越しの際はご連絡を

『広報いんざい』を戸別配布などで読まれているみなさんへ

3月から4月にかけて年度の変わる時期は、転出入や異動が多くなります。

『広報いんざい』が、戸別配布（ポスティング）もしくは宅配便などの封書で届けられている人で、市からの転出や市内で転居する場合は、秘書広報課広報広聴班までご連絡をお願いします。

ご連絡をいただけないと、引き続き『広報いんざい』を転出・転居前の住所に送付することとなりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

問 秘書広報課広報広聴班（☎内線4118、419・FAX㊷1150・メール hisyokouhouka@city.inzai.lg.jp）。

凡例 時日時 場会場 内内容 対対象 定定員 費参加費 申申し込み 問問い合わせ HPホームページ メールアドレス 他そのほか 携携帯電話

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
中央駅前地域交流館（子育てルーム）（☎㊻ 5111）旧中央駅前子育て支援センター	26日㈫ 10：00～10：45	にこにこ ハッピー	「親子リズム遊び」。対象：0歳～1歳児の子とその保護者。定員：25組。1日㈮10:00から電話・窓口で受け付け。
	16日㈯ 11：00～	3月の誕生会	みんなでハッピーバースデイ！対象：0歳児～未就学児。1日㈮10:00から電話・窓口で受け付け。
	14日㈭・15日㈮ 9：30～11：30	今日は何の日おはなし なあに？	対象：0歳から未就学児とその保護者。カレンダー作りとお話を楽しみましょう。テーマは、「ちょうちょ」。手・足型もとれます。当日自由参加。時間内にいつでもどうぞ。
小林子育て支援センター（☎㊽ 8700）	6日㈬・13日㈬ 10：00～11：00	バブバブ クラブ	対象：3カ月～1歳6カ月児とその保護者。テーマ「感染性胃腸炎・お家でのケア」。他質問も受け付けます。当日来所ください。
	7日㈭ 10：00～11：00	ふれあい お茶の会	対象：利用している全保護者。お茶をいただきながら、ホッとタイムを過ごしましょう。10組。電話・窓口で予約。
	21日㈭ 10：30出発	お別れ遠足	対象：利用している全保護者。浅間山公園へ。お弁当を持って遠足に出かけましょう。電話・窓口で予約。20組まで。
こぎつねコンタの広場（ふれあい文化館内☎㊺ 3800）	6日㈬・15日㈮ 10：00～11：05	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。当日自由参加。※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。
	7日㈭・14日㈭ 10：00～11：05	元気に遊ぼう	
	1日㈮・8日㈮ 11：30～11：45	手遊びやうた遊びお話シアターなど	
わくわくぽかぽか広場（総合福祉センター内☎㊷ 0144）	毎週水曜日～金曜日 9：00～14：00	おいでよ！わくぽか広場	「春の壁面制作」「体を動かして春を感じよう！」です。今月の手遊びは「小さな庭」「ナ・イ・ショ♪」です。
	21日㈭ 13：00～13：20	誕生会	3月生まれのお友だちをお祝いしましょう。0歳児～未就学児とその保護者。当日自由参加。
マメタのぽんぽこ広場（いんば児童館☎㊽ 3950）	毎週水曜日 10：00～15：00	手形・足型をぺったん	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。 22日㈮は『音楽でゴー・ゴー！スペシャル』を開催。詳しくは、おたより「ぽんぽこ通信」を参照。
	毎週木曜日 10：40～11：55	おはなしわーるど	
	8日を除く毎週金曜日 11：40～11：55	音楽でゴー・ゴー！	
滝野子育て支援センター（☎㊼ 1822）	毎週火曜日～金曜日 11:00～11:30	ぽっかぽかタイム	保育士と体操や手遊びをしたり、絵本やパネルシアターの読み聞かせ。当日自由参加。
	13日㈬ 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。詳しくは、おたより「ぽっかぽかだより」を参照。
	12日㈫・14日㈭・15日㈮ 9：30～11：30	大きくなーれ！	身長・体重測定ができます。赤ちゃん用の身長・体重計もあります。

【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
中央駅前地域交流館（☎㊻ 5111）旧中央駅前児童館	26日㈫ 11：00～11：45	すこやかキッズ	「親子リズム遊び」。対象：2歳～3歳の子とその保護者。定員25組。1日㈮10：00から電話・窓口で受け付け。
	16日㈯ 14：00～16：00	あそびのポケット	「便利ペン立て作り」。対象：4歳～中学生（未就学児は、保護者と一緒に作ります）。定員：20人。当日自由参加。
	2日㈯・23日㈯・30日㈯ 13：30～16：45	レクホールで遊ぼう	体を動かして遊びましょう。バドミントンやボール、縄跳びなどを用意しています。対象：4歳～18歳未満（未就学児は保護者同伴）。上履き持参。当日自由参加。
そうふけ児童館（☎㊺ 3800）	13日㈬ 10：00～11：00	ほっぺにチュッ！「身近なもので遊ぼう！」	対象：1歳6カ月～4歳までの子とその保護者（先着20組）。1日㈮・10:00から電話または窓口で受け付け。
	22日㈮ 14：00～16：00	SOUFUKE★チャレンジキッズ「スクラップブッキング」	対象：小学生。先着12人。材料費500円。2日㈯・10:00から電話または窓口で受け付け。
	毎週木曜日 15：00～16：30	わんぱくランド	多目的室を開放。バドミントンをしよう！対象：小学生～高校生。当日自由参加。
子どもふれあいセンター（☎㊷ 0144）	1日㈮、15日㈮ 10：00～11：00	わんぱくタイム	今月は、「小麦粉粘土で遊ぼう」。対象：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。自由参加。
いんば児童館（☎㊽ 3950）	6日㈬ 10：45～11：45	フルーツランド	「ハピハピイングリッシュ！」。歌って踊って英語で遊びましょう。当日自由参加。開始10分前までにお越しください。途中入場不可。
	21日㈭・22日㈮ 14：00～15：00	キラキラキッズ	「風船バレーボール大会」。対象：小・中学生。当日10分前受け付け、2人ひと組で参加を。先着8組。

【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
8日㈮	武西学園台街区公園	集まれ！駅前ひろば（親子ふれあい遊び）	中央駅前地域交流館（☎㊻ 5111）旧中央駅前子育て支援センター
5日㈫	草深公園	作ってあそぼう！	小林子育て支援センター（☎㊽ 8700）
19日㈫	木下はなみずき公園		
5日㈫	西の原北街区公園	親子ふれあい遊び	西の原保育園こあら（☎㊺ 0291）
8日㈮	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（☎㊼ 1822）

※各施設で子育てに関する相談も受け付けています。

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（そうふけふれあいの里内・☎㊼ 7880）	22日㈮ 10：30～12：00	母親講座「救急救命講座」	講師：牧の原分署救命救急士。対象：未就学児とその保護者。定員14組うち保育は14人。参加費無料。1日㈮・9:00から窓口で受け付け。
	19日㈫ 11：00～	ミニチェリーランド「ぽっとんBOX（知育おもちゃ）」を作りましょう	対象：1歳半までの親子。先着20組。1日㈮・9:00から電話・窓口で受け付け。詳しくは、つどいの広場まで。
	4月からの年間予約行事（1年間・月1回開催）	①体操のお兄さん、お姉さんといっしょ㈬②ちびっこアトリエ㈬③チェリーランド㈭	対象：1歳半～3歳くらいの親子。各講座とも年間予約者優先。1日㈮・9:00から電話、または左記窓口で受け付け。詳しくは「つどいの広場」まで。
西の原保育園こあら（☎㊺ 0291）	毎週月、水、金曜日 10：30～11：30	こあらっこタイム	親子ふれあい遊びや読み聞かせ、壁面制作、スタンプ遊び、園庭遊びなど。対象：㈪2歳～就学前児、㈬1歳児、㈮0歳児。
	8日㈮ 10：30～11：50	食育講座試食会（中期食）	栄養士による講座と試食会（中期食）。試食対象：0歳児と保護者8組。1日（金）～電話・窓口にて受け付け。講座は、当日自由参加。
	21日㈭ 10：30～11：30	お誕生会	3月生まれのお友だちをお祝いしよう。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☎㊼ 6633）	毎週月～金曜日 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。
		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。
	毎週火、水、木曜日 11：00～12：00	園庭開放	専用のミニ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☎㊻ 1329）	毎週月～金曜日 9：00～12：00 13：00～15：00	ＪｏｙＪｏｙ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。
	毎週火、金曜日 10：20～10：50	チャレンジクラブ	しおんひろばの開催時間内に行われます。親子制作・ダンス・おはなしかいなど。自由参加。詳しくは「しおんひろばだより」参照。
	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（ぴよぴよくらぶ☎㊽ 3773）	1日㈮ 11：00～11：30	ひな祭り会	ひな祭りの曲に合わせて歌ったり、踊ったりして楽しみましょう。お話も用意しています。
	4日㈪～6日㈬ 9：00～11：15	すくすく測定	身長・体重が自由に測れます。また、手型・足型をとってカードに記録ができます。自由参加。
	5日㈫ 11：00～11：30	誕生会	3月生まれの友だちをお祝いしよう。対象：0歳児～未就学児とその保護者。自由参加。
銀の鈴保育園（かんがる～広場・☎㊼ 7566）※ホームページからも予約可。活動のある日は、14:00まで部屋を開放。	5日㈫・12日㈫・19日㈫ 10：00～12：00	栄養相談	※要予約。栄養士による講座と試食会。詳しい内容は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㈭・14日㈭・21日㈭ 9：45～10：30	発育相談すこやか講座	看護師による講座と健康相談、身体測定。詳しい内容はＨＰ内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。
	6日㈬・13日㈬ 9：45～10：30	子育て支援	制作・リズム・お話など。各種イベント参加案内がある月もあり。詳しい内容はＨＰ内の子育て支援のページで毎月ご案内しています。※今月の「親子英語教室」は13日㈬です。
牧の原宝保育園（さくら広場・☎㊾ 4011）。	4日㈪・5日㈫・11日㈪・12日㈫・15日㈮・18日㈪・22日㈮・25日㈪ 10：00～12：00	子育て支援	工作、昔遊び、体育遊びなどを楽しみます。12日㈬パブパブよちよち、マタニティママもどうぞ。15日㈮お誕生会、25日㈪大きくなったのね会、詳しくは、さくらだよりでお知らせします。
	8日㈮・19日㈫	発育相談	看護師による講座と健康相談を行います。
	26日㈫ 10：00～11：30	ベビーマッサージ	親子のリラックス効果やスキンシップはもちろんのこと。肌の刺激により脳の発達を促します。対象：ハイハイをする程度までのお子さん対象。先着10組。予約はさくら広場まで。バスタオル持参。

※事業の申込みについては、本人または家族に限ります。

おはなし会

図書館では定期的におはなし会を行っています。紙芝居や大きな絵本など、楽しいおはなしをご用意してお待ちしています。

3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）	10日㈰、24日㈰・11：00～
小林図書館（遊戯室）	23日㈯・15：00～
そうふけ図書館（おはなしのへや）	9日㈯・11：00～ 2日㈯、16日㈯・15：00～
小倉台図書館（おはなし室）	7日㈭、14日㈭、21日㈭、28日㈭・15：30～
本埜図書館（おはなしコーナー）	16日㈯・10：30～

お知らせ

滝野子育て支援センター臨時休所

3月17日㈰は、本埜ファミリア館を千葉県知事選挙の投票所として使用しますので、休所させていただきます。ご了承ください。

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 市民生活相談員による日常の諸問題（家族・近隣関係など）	8 日㈮、26 日㈫ 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 15：00 **【8 日は当日 8:45 から会場で受け付け】**※先着 8 人。 **【26 日は 19 日㈫ 8:45 から電話受け付け】**※先着 8 人。	市役所会議棟 2 階	市民課窓口班 ☎内線 235・238・239
法律相談 弁護士による法律相談	8 日㈮、26 日㈫ 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 15：00 **【8 日は当日 8:45 から会場で受け付け】**※先着 10 人。 **【26 日は 19 日㈫ 8:45 から電話受け付け】**※先着 20 人。		
交通事故相談 交通事故相談員による相談	8 日㈮ 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 15：00 **【当日 8:45 から会場で受け付け】**		市民安全課市民安全班 ☎内線 712・714
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			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品質、訪問販売の苦情などの相談	20 日㈷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 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）やその保護者を対象とした無料相談。	28 日㈭ 13：00 ～ 17：00 **【電話で要予約】**		ちば北総地域若者サポートステーション ☎㊲ 6844
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	10 日㈰ 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 15：00 【事前予約優先】	中央公民館 1 階 第一会議室	印西市商工会 ☎㊷ 2750
家庭児童相談・母子自立支援相談 家庭相談員・母子自立支援員による、18 歳までの子どもや母子家庭などの問題についての各種相談	20 日㈷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 ☎㊷ 5180 直通
心配ごと相談 心配ごと相談員による悩みごと相談	20 日㈷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） ☎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	20 日㈷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 ☎㊼ 7830
子ども相談室 小・中学生からの悩み相談	20 日㈷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	7 日㈭、21 日㈭ 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 ※ 7 日㈭は会議棟 2 階	家庭児童相談室 ☎㊷ 5180
外国人のための無料相談 （がいこくじん　むりょうそうだん）	13 日・水曜日・18:00 ～ 20:00 事前に電話で予約（にち　すいようび　じぜん　でんわ　よやく）	中央駅前地域交流館（ちゅうおうえきまえちいきこうりゅうかん）	企画政策課企画政策班（きかくせいさくかきかくせいさくはん） ☎㊷ 5111 内線 473（ないせん）

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。

問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
3 月 27 日㈬ 本埜支所	○	

市税などの「夜間・休日収納窓口」

23 日㈯は 8：30 ～ 12：30、29 日㈮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。

問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

◉市役所本庁…9 日㈯・23 日㈯・（8：30 ～ 17：15）。
◉中央駅前出張所…2 日㈯・16 日㈯・（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）

【注意】
17 日㈰は滝野出張所はお休みです（本紙 1 ページ参照）。

◉火災等発生件数（印西市内）◉

平成 25 年 1 月 31 日現在

	1 月	今年の累計	昨年との比較
火災	6 件	6 件	－ 2 件
救急	334 件	334 件	＋ 4 件
救助	5 件	5 件	＋ 2 件

◉交通事故発生状況◉

平成 25 年 1 月 1 日～平成 25 年 1 月 31 日

	人身事故発生数	傷者数	死者数
千葉県	1,658 件	2,090 人	19 人
印西警察署管内	29 件	32 人	0 人
印西市内	17 件	19 人	0 人

全国死者数 345 人　千葉県－全国ワースト 2 位－

保健センター通信

中央保健センター（☎㊷ 5595）

●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。

■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
18 日㈪	高花保健センター	10：00 ～ 12：00
21 日㈭	中央保健センター	
25 日㈪	本埜保健センター	
27 日㈬	ふれあいセンターいんば	

※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 3 月（3 回）対象は市内在住の初妊婦と家族
※申し込み制・定員 24 人

日付	会場	内容	時間
4 日㈪	高花保健センター	プレ子育て体験（沐浴・おむつの替え方など）。母子手帳持参。	13:00 ～ 16:00

●パパママクラス 3 月（3 回）対象は市内在住の初めての出産を迎える夫婦
※申し込み制・定員 24 組

日付	会場	内容	時間
16 日㈯	高花保健センター	プレ子育て体験（沐浴・おむつの替え方など）。母子手帳持参。	13:00 ～ 16:00

■乳幼児健診・相談・教室

日付	内容	対象	会場	時間
11 日㈪	4 カ月児相談	H 24 年 9 月生まれ	高花保健センター	受け付け 9：45 ～ 開始 10：00 ～
		H 24 年 10 月生まれ		受け付け 13：30 ～ 開始 13：45 ～
14 日㈭	もぐもぐ教室（離乳食教室）	H 24 年 7 月～ 8 月生まれ	中央保健センター	受け付け 9：45 ～ 開始 10：00 ～
	かみかみ教室（離乳食教室）	H 24 年 4 月～ 5 月生まれ		受け付け 13：30 ～ 開始 13：45 ～
8 日㈮	1 歳 6 カ月児健診	H 23 年 7 月～ 8 月生まれ	中央保健センター	受け付け 13：00 ～ 13：15 開始 13：00 ～
12 日㈫		H 23 年 8 月生まれ	高花保健センター	
5 日㈫	2 歳児歯科健診	H 22 年 9 月生まれ	ふれあいセンターいんば	
15 日㈮		H 22 年 8 月～ 9 月生まれ	本埜保健センター	
19 日㈫		H 22 年 9 月生まれ	高花保健センター	
13 日㈬	3 歳児健診	H 21 年 8 月～ 9 月生まれ	中央保健センター	
22 日㈮		H 21 年 9 月生まれ	高花保健センター	

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

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）。

◉かかりつけ医を持ちましょう

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
	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
問い合わせ先	☎ 043 － 485 － 3355（診療時間内のみ）	

千葉県の小児救急電話相談

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

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

いき いき 生活情報

受診しましたか 女性のがん検診

平成24年度（平成25年1月現在）の乳がん検診は5，753人（受診率34・4％）、子宮頸がん検診は、5，577人（受診率29・8％）の人が受診されました。市のがん検診のほかに職場や人間ドックなどで受診されている人もいますが、受診率が70～80％の諸外国と比べると、まだまだ低いのが現状です。

女性のがん検診の受診率が高い諸外国では、予防医療の意識が高く、10代の月経を迎えたころから婦人科に主治医を持ち、医師や家族から、検診の大切さ、習慣づけといった健康教育が行われます。そして、その後定期的に検診を受診することにつながっているようです。

まずは女性のがんについて知り、ご自身、ご家族の健康に目を向けてみませんか。

乳がん

生涯に乳がんを患う日本人女性は、16人に1人といわれています。年齢が高まるとともに増えるほかのがんとは異なり、30歳代から増加し、40歳代後半という比較的若い世代でピークを迎えています。早期に発見すれば治癒率は高いがんですが、乳がんによる死亡数は年々増加しているのが現状です。そして、若い年代の乳がんにかかる率が年々上昇していますので、20歳代から関心を持つことが大切です。平成23年度の印西市乳がん検診では、218人が要精密検査となり、7人に乳がんが見つかりました。ほかにも何らかの所見が見つかった人がいます。精密検査が必要となった場合は、必ず受診することが大切です。

子宮頸がん

子宮頸がん検診を受けたことはありますか。若い世代では婦人科に行く機会すらない人が多いのではないかと思います。幅広い年代の女性にみられるがんですが、特に20歳代から30歳代の若い女性に急増しているのが特徴です。平成23年度の印西市子宮頸がん検診では、49人が要精密検査となり、3人にがんが見つかっています。

子宮頸がんは、発がん性ヒトパピローマウイルスに感染することでかかる病気です。主に性交渉によって感染し、女性の約80％が一生に一度は感染するといわれていますが、そのうち90％以上は自然に体内から排除されます。排除されずに一部のウイルス感染が長く続くと、ガン化するといわれています。子宮頸がんはがんになるまで時間がかかるため、検診を受けることで、自覚症状がないようなごく初期の段階や、がんになる前の状態で発見される確率が高くなります。

できることから始めよう

・定期的に検診を受けましょう

市では、委託医療機関で行う個別検診と、秋に集団検診を行っています。保健センターから5月に「印西市健康診査等受診券」を郵送しますので、申し込みが済んでない人はご連絡ください。

・セルフチェックをしましょう

乳がんが発見される第1位はセルフチェック、第2位が検診です。月に一度日にちを決めて始めましょう。生理周期で胸に張りを感じる人は生理後1週間くらいの時期に行いましょう。

・ワクチンで予防しましょう

市では、中1から高2相当の年齢の女子を対象に、子宮頸がん予防ワクチン接種を行っております。ご不明な点は保健センターにお問い合わせください。

問中央保健センター（☎㊷55 95）。

健康いんざい21 保健センター

◆佳作
◆大漁でしたか？
（手賀沼）
◆太田克己（印西市）

（評）水面に反射する光と影のコントラストをうまく捉えている。撮れそうで撮れない一枚。

印西市観光協会主催
第21回　ふるさと発見フォトコンテスト
いんざいの原風景

元気な食卓 204

鶏とブロッコリーときのこの中華風いため

いろいろ食べて生活習慣病予防

材料（4人分）

鶏胸肉200ｇ、下味（塩小さじ1／2、酒大さじ1、かたくり粉適量）、ブロッコリー中1株、シメジ1パック（100ｇ）、エリンギ1パック（100ｇ）、中華だし小さじ1.5、サラダ油大さじ1、（しょうゆ大さじ1）←様子をみて加える。

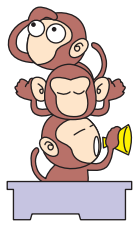
作り方

①鶏胸肉は1㎝位に切り、塩・酒をもみこみ、かたくり粉をまぶす。
②エリンギは3㎝位の長さにして薄切りにする。
ブロッコリーは小房に分け、シメジはヘタを切りほぐしておく。
③フライパンにブロッコリーを入れ、水大さじ5杯と塩少々を加えてふたをし、強火で2～3分蒸して取り出しておく。
④フライパンの中をふき取りサラダ油を入れ、強火にして鶏肉をいため、色が変わったらシメジ・エリンギを加えしんなりしたらブロッコリー・中華だしを加えいため合わせる。味をみてしょうゆを加える。

★1人あたり栄養価

エネルギー157kcal、たんぱく質12.9g、脂質9.5g、カルシウム14㎎、塩分1.2g。

こちら編集室



よく見…よく聞き…正しくお知らせ

秘書広報課広報広聴班

先月発生したソロモン諸島の沖合を震源とするマグニチュード8・0の地震で、ネンドー島の沿岸で91㎝、ニューカレドニアのヤンゲンで55㎝、日本を含む太平洋の広い範囲で津波が観測されました。日本でも、八丈島で40㎝、宮城県の仙台港や岩手県の久慈港で30㎝、小笠原諸島の父島、福島・相馬や和歌山・串本で20㎝、そのほか、宮城・石巻で10㎝など各地で津波が観測されました。

あの悪夢から2年を迎えようとしています。現在でも、地震や津波の影響で多くの被災者が各地で避難生活を続けています。また、被災地の瓦礫受入や防災意識など、地域で真剣に向き合うべき問題が山積されています。自分たちの防災について、今一度考えてみたいと思います。㊍