

主な内容

- ◆松本多一郎氏に全国都市監査委員会表彰…2
- ◆クライミングワールドカップ 2014…2
- ◆不法投棄は犯罪です…3
- ◆消防署の仕事を体験してみよう…3
- ◆鳥見神社・浦部の神楽を公開…7

10月は印旛沼水質浄化推進運動月間

印旛沼のために今できること

印西市の南東に位置する印旛沼は、飲料水、農業用水、工業用水の水源として、また、水産漁場や市民の憩いの場として、わたしたちの貴重な財産となっています。

しかし残念なことに、平成24年度の「全国湖沼の水質調査」では、水質の指標となる値が環境基準を超え、印旛沼が全国ワースト1位となってしまう（環境省発表）。そうした中で、印西市を含む流域市町と千葉県、関係団体では、さまざまな水質浄化対策に取り組んでいます。水の汚れを未然に防ぐには流域住民一人ひとりの心がけが大切です。

みなさんも、次のような「家庭でできる浄化対策」を実践し、水質の浄化にご協力をお願いします。

- ① 流しでは、ろ紙袋などを使用し、調理くずを流さない。
- ② 油はできる限り使いきり、流さないようにする。
- ③ 食器、鍋などの油は布でふき取ってから洗う。
- ④ 米のとぎ汁は、植木にまいたり、無洗米を使うなどで極力流さないようにする。
- ⑤ 洗車はバケツを使用し、洗剤は控えめにする。
- ⑥ 石けん・洗剤は適正量を使用する。
- ⑦ 沈殿槽の設置、側溝の清掃



▲印旛沼（吉高）の様子

を心掛ける。

- ⑧ 単独浄化槽から合併処理浄化槽への転換、窒素またはリン除去能力を有する高度処理型合併処理浄化槽の設置を心掛ける。

また、この時期は印旛沼に親しみ、環境について考えるイベントが開催されます。ぜひご参加いただき、印旛沼を身近に感じてみませんか。ほかにも印旛沼の浄化対策や取り組み、イベントなどをまとめて情報発信しているホームページ「いんばぬま情報広場」(<http://inbanuma.com>)をぜひ、ご覧ください。

第12回印旛沼流域環境・体験フェア

印旛沼にふれあい、楽しみ、活動するイベントを開催します。
 時 ①10月25日(土)・午前11時～午後3時、②26日(日)・午前10時～午後2時。
 ※荒天時は、両日とも中止。
 場 佐倉ふれあい広場向かい(佐倉市白井田27714向かい)。

10月1日は浄化槽の日

浄化槽は、微生物の働きでトイレや台所などからの排水をきれいな水にして放流するための設備です。この機能を十分に発揮させるために、専門業者による適正な設置工事と保守点検・清掃が必要です。

また、浄化槽が適正に施工・管理され、正常に機能しているかどうかについて、指定機関による法定検査を受けることが義務づけられています。私たちの周りの大切な環境を守るため、浄化槽の正しい使用と管理を徹底しましょう。

場 (一社)千葉県浄化槽協会(☎043-246-2355)、環境保全課環境保全班。

全国中学校体育大会で躍動！市内中学生が健闘

市内3中学校《印西中(野球部、陸上部)・木刈中(陸上部)・小林中(体操)》の生徒達が千葉県大会・関東大会で好成績を残し、去る8月17～25日、四国各県で行われた全国中学校体育大会に見事出場し、健闘しました。

印西中学校野球部は強豪校に惜敗(1対0)、陸上部の久家迅雄さんは走高跳に出場。木刈中学校陸上部の川端脩也さんは800mに出場、海老田そらさんは棒高跳で決勝進出。小林中学校の吉村萌恵美さんは体操個人に出場しました。大会を終えた生徒達は、校長先生とともに市長と教育長へ結果を報告しました。報告の場では市長が

ら今までの努力、本番の活躍を称える言葉をいただき、教育長からは支えてくださったみなさんへの感謝の気持ちについての話がありました。

生徒達はうなずきながら話を聞き、喜びを噛みしめていました。場 指導課指導班(☎内線534)。



左から海老田そらさん、川端脩也さん、久家迅雄さん、吉村萌恵美さん



印西中野球部のみなさん

みんなで作ろう 美しいふるさと いんざい

10月26日(日)に、市内全域で一斉に「秋のゴミゼロ運動」を展開します。散乱ごみのないきれいな街を作るべく「クリーン印西推進運動」とあわせて、ご協力をお願いします。

「散乱ごみはみんなの意識で減らせます」 私たちの住んでいる周辺の道端で、空き缶やペットボトル、たばこの吸い殻などが散乱している風景を目にする機会があります。これは、道を歩いている人が捨てたものや車の窓から捨てられたものがほとんどです。こうした散乱ごみを減らすため、一人ひとりが「自分のごみは自分の手で」という意識を常にもち、決められた場所以外にごみを捨てないことが大切です。場 クリーン推進課不法投棄対策班(☎内線385)。

10月26日は「秋のゴミゼロ運動」

IFSC

クライミングワールドカップ2014

INZAI大会

[世界のトップクライマーが集結]

世界約 20 カ国の選手が参加する、クライミング (リード競技) のワールドカップが、松山下公園総合体育館で開催されます。世界トップレベルのクライミングを間近で観戦し、競技の醍醐味を味わうことができます。

みなさんの、ご来場をお待ちしています。

●(公社) 日本山岳協会・国際スポーツクライミング連盟主催。

■時 10月25日(土)予選、26日(日)準決勝・決勝。

■場 松山下公園総合体育館(浦部)。

■費 25日 1,000円、小学生以下無料。26日 2,000円、小学生以下 500円。2日通し券 2,500円。

【販売場所】チケットぴあ、主要クライミングジム。

※詳しくは、市ホームページまたは、下記へ。

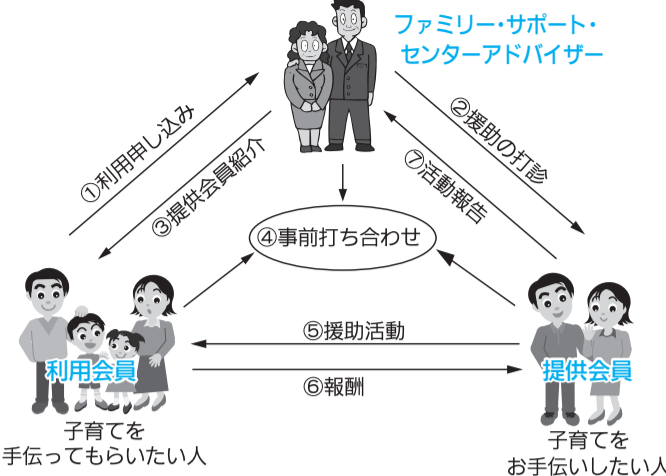
※当日は、JR 木下駅南口、北総線千葉ニュータウン中央駅北口からシャトルバスを運行。

■問 (公社) 日本山岳協会 (☎03-3481-2396)。



▲自分の限界にチャレンジ

◎ファミリー・サポート・センターの仕組み◎



【利用方法】利用するには、子育てを手伝ってほしい人(利用者)と子育てをお手伝いする人(提供会員)を紹介する、地域で子育てを支援する有償のボランティアです。同センターでは、提供会員を随時募集しています。応募をお待ちしています。

【提供会員報酬】市内在住の20歳以上の人で、援助活動に理解と熱意を持ち、心身ともに健康で積極的に活動ができる人。【両方会員】として、利用会員と兼ねることもできます。

Table with 2 columns: 区分 (Area) and 報酬額 (1時間) (Reward amount (1 hour)). Rows include weekday mornings, other weekdays, and weekends/holidays.

ファミリーサポートセンター提供会員募集

学6年生以下の子どものいる人。【提供・利用会員の登録方法】日曜・月曜日、祝日および12月28日～1月4日を除く、午前9時～午後5時に左記まで。

母子家庭の母、父子家庭の父などが援助活動を利用した時に、その費用の一部を助成します。受給資格の手続きや所得による制限などもあります。詳しくは、子育て支援課子育て支援班にお問い合わせください。

【振り込め詐欺に注意】

臨時福祉給付金や子育て世帯臨時特例給付金を受けるために申請が必要ですが、申請期限は10月31日(金)までに、忘れずに申請してください。申請の際は、添付書類などを忘れないようご注意ください。

申請期限が迫っています!! 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金

「ゆるキャラグランプリ2014」投票期限迫る! 熱い一票でいんざい君をグランプリへ!



みなさん応援してください! 現在「ゆるキャラグランプリ2014 (ゆるキャラ(R)グランプリ実行委員会主催)」の投票が行われています。印西市のマスコットキャラクターいんざい君もグランプリ目指してがんばっています。

●投票方法など...ゆるキャラグランプリ2014公式ホームページ (HP http://www.yurugp.jp/) をご覧ください。 問 経済政策課地域資源振興班 (☎内線 351・352)。

赤色TSマーク付帯保険の補償内容が変更

TSマークとは、自転車安全整備店で点検整備を受けた自転車に貼付されるもので、傷害保険と賠償責任保険が付きます(点検整備の日から1年間有効)。

赤色と青色の二種類あるTSマークのうち、10月1日から、赤色TSマーク付帯保険の賠償責任保険金(限度額)が、2,000万円から5,000万円に引き上げられるとともに、事故の相手方に対する一律10万円の被害者見舞金(15日以上入院を対象とするもの)が新設されました。

※TSマーク付帯保険には、補償内容により、赤色(1,000円)と青色(500円)の2種類があります。

※変更後の補償内容は、10月1日以降に貼付される赤色TSマークに適用されます。

※青色TSマーク付帯保険については、変更ありません。

※TSは、Traffic Safety(交通安全)の略称です。

■市民安全課市民安全班 (☎内線 712)。



Table comparing insurance coverage for Red and Blue TS Mark stickers across categories: 傷害保険 (Accident Insurance), 損害賠償 (Damage Compensation), and 被害者見舞金 (Victim慰问金).

松本多一郎氏に 全国都市監査委員会表彰. Includes photo of Mr. Matsumoto and text about his award and role as a national urban inspector.

不法投棄は犯罪です

市では、不法投棄の撲滅を目指すしています。

事業活動に伴って排出されるがれきなどの産業廃棄物はもちろんのこと、日常生活から排出されるごみなどの一般廃棄物(写真参照)であっても、みだりに捨てることは廃棄物処理法により禁止されています。

●不審な現場を見かけたら通報を!

【不法投棄の疑いのある不審な現場の例】

①工事現場でもないのに、重機を使って不自然な穴を掘っている。

②廃棄物の処理施設でないのに、廃棄物が集められている。

③早朝、深夜に、見かけないダンブやトラックが入りしている。

④人目のつきにくいところや倉庫に、突然たくさんのドラム缶が集められている。



▲山林に捨てられた家庭ごみ

●地主のみなさんは不法投棄されないよう、土地の適正な管理を!

【不審な車両の出入りをみかけたら】

●市役所、最寄りの警察または産業・残土県民ダイヤル(☎043-223-13801)に通報しましょう。

●土地や倉庫を貸すときは、相手方や事業の内容をきちんと確認しましょう。

●契約は、内容を理解した上で、必ず書面で結びましょう。

●道路から奥まった土地や人目につきにくい土地、手入れが行き届かない土地などは、巡回監視、進入防止柵や不法投棄禁止の警告掲示板を設置するなど、土地所有者として必要な措置を講じましょう。

【不法投棄の通報内容】

①発見日時。

②発見場所。

③発見した状況。

④廃棄物の種類、量。

⑤行為者、車両などの情報(重機やダンブの表記、車両ナンバーなど)。

※通報者に関する情報は、秘密を厳守します。

10月2日(木)~10月10日(金)

近隣 15 市 喫煙マナー向上ポイ捨て防止合同キャンペーン

より良い生活環境の実現のため、喫煙マナーの向上やポイ捨ての防止などを呼びかけるキャンペーンを「路上喫煙等に関する条例担当者連絡会」に加盟する近隣 15 市(千葉市、市川市、船橋市、流山市、八千代市、我孫子市、鎌ヶ谷市、浦安市、習志野市、市原市、柏市、佐倉市、松戸市、四街道市、印西市)で実施します。

キャンペーンでは、各市が同時期に、広域的な周知・啓発活動を行うことにより、県内で生活環境の向上に向けた機運が高まることを期待しています。

なお、当日は啓発物資の配布や地域清掃を実施します。

時 10月10日(金)。

場 千葉ニュータウン中央駅(中央南)。

問 クリーン推進課不法投棄対策班(☎内線 385)。

大規模災害合同訓練を実施

去る8月11日、印西地区消防組合消防本部では、解体を予定している印旛支所旧庁舎を利用し、千葉県警察広域緊急援助隊との大規模災害合同訓練を実施しました。

鉄扉の開放や倒壊建物に開口部を設ける訓練に約100人が参加する大規模な訓練。実際の建物を利用して訓練することで、大規模災害時における各機関の連携と迅速かつ効果的な消防活動や、災害発生時に市民の安全確保と被害の軽減を図るための有意義な訓練となりました。

当消防本部では、今後も訓練を継続して災害対応能力の向上を図り、地域住民の安心・安全を築いて行きます。

※今後、解体予定の建物などを訓練会場として提供いただける場合は左



▲エンジンカッターを使用した災害訓練

記へ連絡をお願いします。
消防本部警防課(☎46-9962)。

印西市総合防災訓練を実施します

市では、市民および関係機関などと合同で、毎年、総合防災訓練を実施しています。この訓練は、印西市地域防災計画に基づく「印西市直下の地震」を想定し、地域住民の防災意識の高揚や自主防災力の向上などを目的として行うものです。

時 10月19日(日)・午前8時~正午(荒天および災害発生の場合中止)。

場 本埜中学校(笠神)。

※当日は手話通訳者を配置。

問 防災課防災班(☎内線 453)。

防犯灯の不具合をみつけたら

10月から防犯灯の管理を原則、市で行うことになりました。今後は照明器具の点検を市が行いますが、不具合個所の早期発見と地域の防犯意識向上のため、お住まいの地域の防犯灯の見回りなどにご協力をお願いします。

不点灯などの不具合個所を発見した場合、まずは、お住まいの町内会などにご連絡ください。不具合個所が、市で管理する防犯灯の場合は、町内会などから所定の様式で市にご連絡ください。

防犯は、小さいことの積み重ねです。夜間はなるべく外出しない、明るい道を通る、暗いことを想定して懐中電灯を持ち歩く、人の気配がしたら振り返る、イヤホンなどをしながら歩かない、歩きながら携帯電話の操作をしないなど、日ごろから防犯意識を持ち、犯罪に巻き込まれないよう十分な対策を心がけましょう。

問 市民安全課市民安全班(☎内線 713)。



▲このような灯具は道路照明です、道路管理者に連絡ください



▲一般的な防犯灯

消防署の仕事を体験してみよう!

印西地区消防組合では、消防のお仕事をみなさんに理解、関心をもっていただくため、消防車の乗車体験や AED 体験などを行います。ぜひ、遊びに来てください。

消防フェスタ

時 10月12日(日)・午前10時~午後3時。雨天時は内容に一部変更あり。

場 印西消防署(大塚)。

内 消防車・救急車乗車体験、放水体験、AED 体験など。

問 印西消防署予防係(☎47-0119)。

救急防災フェア 2014

時 10月25日(土)・午前10時~午後3時。雨天時は内容に一部変更あり。

場 牧の原モア(牧の原)。

内 心肺蘇生法体験、骨髄バンク PR、消防救急車両展示など。

問 牧の原消防署救急係(☎46-9992)。



▲▶見て、触って、体験しよう!



印西地区消防組合(HP <http://fire-inzaichiku.eco.coccan.jp/>)。

お知らせ

パート I

募集

市立幼稚園入園児
(大森・瀬戸・もとの)

【募集】
●書類配布：10月15日(水)から募集要項を配布しますので、内容を確認後、必要事項を記入の上受付当日に持参ください。なお、書類は、教育委員会学務課窓口、各幼稚園で配布します。
●園場は左表のとおり。

●募集日時と会場●	
期日	会場
11月4日(火)	瀬戸幼稚園 (瀬戸)
11月6日(木)	本埜公民館 (中根)
11月7日(金)	大森幼稚園 (大森)

※午前の部、午前9時～正午、午後の部、午後1時～4時。

●入園資格と定員●

幼稚園	年齢	定員数	保育年数
大森	平成22年4月2日～平成23年4月1日 生まれの4歳児	70人	2年
瀬戸	平成23年4月2日～平成24年4月1日 生まれの3歳児	105人	2年
もとの	平成23年4月2日～平成24年4月1日 生まれの3歳児	105人	3年

凡例 時日時 場会場 内容 対象 定員 費参加費 申し込み 問問い合わせ 用ホームペー

課での福祉に関する相談、助言、指導など。

●看護師、保健師、保育士、幼稚園教諭：保育園、児童館などでの保育業務。

【勤務時間】
●社会福祉士：月曜～金曜日、週5日(一日6時間)。

●看護師、保健師、保育士、幼稚園教諭：月曜～土曜日(のうち、週5日(一日6時間))。

【給料】
●社会福祉士：139,974円～149,883円。

●保育士・幼稚園教諭：124,335円～137,496円。

●看護師・保健師：155,303円～159,638円。

【応募資格】
応募職種の資格を有し、原則普通自動車運転免許を取得している人。

●地方公務員法第16条(欠格条項)の各号のいずれかに該当する人は応募できません。

【申込受付期間】
10月15日(水)(消印有効)までに印西市任期付職員採用選考申込書(必要事項を記入し、写真貼り付け)を左記まで郵送または持参(持参の場合は土曜・日曜日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分)。

●申込書は▼市役所本庁3階総務課人事職員班▼印旛支所・本埜支所、各出張所の窓口で配布(休日、休館日を除く)。

●市ホームページからダウンロード可。

●社会福祉士：市役所社会福祉

●大森幼稚園：保護者の責任のもと幼稚園まで送迎してください。

園総務課人事職員班(〒270-11396印西市大森2364-2・☎内線432)。

保育園非常勤職員(登録制)

市立保育園で勤務する非常勤職員を募集します(登録制)。

入園児童数の増加や退職などがあった場合に任用します。

特に保育士または看護師の資格を有する人を急募します。

●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：①平日・午前7時～午後7時、土曜日・午前7時～午後5時の間で、一日7・5時間程度。または、一日6時間程度、週20時間未満、②平日・午前7時～9時30分、午後4時～7時の延長保育時間。

●園の状況により勤務時間が多少異なります。

●保育士または、看護師の資格を有し、健康で保育の仕事に情熱を持つ人。

●健康で保育の仕事に情熱を持つ人(保育士資格の有無は問いません)。

●時給：【保育士資格を有する人】：1,020円、【看護師資格を有する人】：1,140円、【資格のない人】：920円。

●規定により通勤手当あり。

●履歴書(自筆で写真貼り付け)を左記まで提出。

●保育士または看護師の資格を有する人は、資格証明書の写しを提出。

●保育課保育班(☎内線223)。

●スポーツ推進委員連絡協議会

メールアドレス 他そのほか 携帯帯電話

では、前期に引き続きニュースポーツ教室を開催します。

後期は「ファミリーバドミントン」・「ワンバウンドふらばーのバレーボール」を紹介し、とても楽しいスポーツなので、ぜひみなさんの参加をお待ちしています。

●市教育委員会主催。

●10月10日(金)、②17日(金)、③24日(金)、④31日(金)・いずれも午後7時～9時。

●①②小倉台小学校体育館。

●③④西の原小学校体育館。

●小学生は保護者同伴。

●他運動のできる服装で体育館シューズ、着替え、飲み物などを持参。

●直接当日会場。

●人数によっては開催できない種目もあります。

●スポーツ振興課振興班(☎428417)。

●市民クレール射撃大会

●10月25日(土)・午前8時45分～(受け付け8時)。

●雨天決行。

●成田射撃場(山田)。

●10月1日現在で、市内在住、在勤の人。

●費用5,000円(当日会場)。

000円、非加盟団体5,000円。

●男子一部・16チーム、二部・6チーム、女子・8チーム。

●10月12日(日)までに電話またはメールで左記へ(先着順)。

●印西市バスケットボール協会・中島(☎090-8491-9505・inzai@ya-hoo.co.jp)。

●男女混合9人制バレーボール大会

●12月7日(日)・午前9時。

●場松山下公園総合体育館(浦部)。

●市内在住の男女で構成されたチーム(男性登録は何人でもよいが、ゲームに出場できるメンバーは3人以内)。

●11月9日(日)(消印有効)までに所定の申込用紙(松山下公園総合体育館に有り)に必要事項を記入し、郵送またはFAXで左記へ。

●園バレーボール連盟・石井龍二郎(〒270-11327印西市大森4453・☎/FAX426778)。

文化ホール情報

10/25(土) ミュージカル「ブッダ」

手塚治虫原作の「ブッダ」を劇団わらび座がミュージカル化。家族そろってお楽しみください。
●10月25日(土)・午後3時開演(開場2時30分)。
●園大人3,500円、子ども(高校生まで)1,500円。
●全席指定・障害者割引有。
●未就学児の入場不可。
●チケットは、文化ホール、イープラス(<http://eplus.jp>)で販売中。

12/14(日) 「クリスマス・ファミリー・コンサート」
～音楽のおくりもの・歌の花たば～

赤ちゃんから楽しめる歌とアンサンブルのクリスマスコンサートです。家族そろって楽しいひとときをお過ごしください。
●12月14日(日)・①わいわいコンサート・午前11時開演、②アフタヌーンコンサート・午後2時開演(4歳以上入場可)。
●園一般1,500円、子ども(小学生まで)500円。
●全席指定・障害者割引有。
●チケットは、各プレイガイドで10月4日(土)・午前9時から販売開始。
●10月7日(火)から文化ホールで電話予約可。

プレイガイド
文化ホール
中央駅前地域交流館
小林公民館
そうふけ公民館
印旛公民館
本埜公民館
園文化ホール(☎428811)
〒270-1327
印西市大森2535
●各種割引や詳細は、市ホームページまた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。

国保・年金

国民健康保険

こんなときは届け出を

【職場の健康保険を喪失した場合・加入した場合】

会社を辞めたなどの理由で健康保険の資格を喪失した場合、本人と被扶養者は国民健康保険(以下、国保)に加入することになります。

また、会社の健康保険に新たに加入した場合は、国保の資格喪失の届け出が必要です。

【市外へ転出した場合・市内へ転出した場合】

国保は、住所地で加入するため、国保加入者が市外へ転出した場合、当市の国保資格を喪失し、新しい住所地の国保資格を取得することになります。

ただし、修学のために市外へ転出した場合は、特例として当市の国保資格が継続されますので、お申し出ください。

【付加年金】

国民年金には、老齢基礎年金・障害基礎年金、遺族基礎年金のほか、次の給付があります。

【死亡一時金】

第1号被保険者(任意加入被保険者を含む)として国民年金保険料を3年(36月)以上納めた人が、年金を受けずに亡くなったとき、生計を同一にしていた遺族が、遺族基礎年金などを支給されません。

死亡一時金額表

Table with 2 columns: 保険料納付済み期間, 一時金の額. Rows include 36 months, 180 months, 240 months, 300 months, 360 months, 420 months.

※付加保険料を36月以上納付している場合は、8,500円が加算されます。

【寡婦年金】

加入期間が第1号被保険者期間のみで、保険料を納めた期間と免除期間を合わせて25年(300月)以上ある夫が亡くなったとき、夫に生計を維持されていた妻(婚姻期間が10年以上)に、夫が受けることができた老齢基礎年金額(付加年金は除く)の4分の3の額を、60歳〜65歳の間に受けられる年金です。

【納付例】

納付書納付の場合、10月分から翌年3月分まで(6カ月分)をまとめて納付する場合は、前納すると90,760円(740円お得)になります。

【脱退一時金】

国内に居住する期間が短い日本国籍を有しない外国人に支給する制度です。

10月31日(金)は 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の納期限

10月31日(金)は、第4期納期限です。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、残高不足のないよう、ご確認ください。

納付が困難な場合は、そのままにせず、下記窓口でご相談ください。

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

凡例 曜日 会場 内容 対象 定員 参加費 申し込み 問い合わせ ホームページ メールアドレス その他 携帯番号

国民年金「前納」の割引・納付期限

Table with 4 columns: 納付開始月, 前納額, 割引額, 納付期限. Rows include 10月, 11月, 12月, H27.1月, H27.2月.

※金額は、納付書納付の場合です。 ※前納を希望する人は、船橋年金事務所までご連絡ください。

【子ども医療費受給資格の登録申請はお済みですか?】

市では、すべての世帯の中学生3年生までのお子さんの医療に要する費用の一部または全部を助成する子ども医療費助成制度があります。

この助成を受けるには、事前に申請をする必要があります。

出生や転入などの事由が発生してから、一カ月以内に申請があった場合は、その日にさかのぼって受給資格が発生します。

理由なく申請が遅れた場合、申請日以降の資格となりますので、申請をしていない場合は、お早めに申請してください。

※詳しくは左記へ。 園子育て支援課児童家庭班(☎内線242・245)。

印旛地区選挙関係委員研修会

政治意識の向上を図り、明るい選挙の推進に資することを目的に講演を行います。 主催：印旛郡選挙管理委員会 連絡協議会。 10月9日(木)午後2時30分〜4時。

おおよび、就労相談は雇用保険受給者の活動実績となります。 10月28日(火)【セミナー】午前10時〜午後0時30分、【就労相談会】午後1時30分。 中央駅前地域交流館2号館(中央南)。

高齢者インフルエンザ ワクチン予防接種

12月31日(木)まで。 ※年末は医療機関が休診となるので、早めに予約をしてください。 市内在住で、昭和24年11月30日以前に生まれた人および、60歳〜64歳までの心臓・腎臓・呼吸器の機能障害により身体障害者手帳1級を有する人。

※対象者には、9月末に予防票を送付しました。 ※9月1日以降に転入した人は申し込みが必要です。 1,000円(自己負担金)。

※詳しい実施方法、実施医療機関は案内文を確認してください。 園中央保健センター(☎5595)。

【就労相談会】 30人、【就労相談会】4人(年齢問わず)。 ※午前または、午後のみの参加可。 ※セミナー内容の詳細は、千葉県ジョブサポートセンター(☎043124519420)。

働く

役立つ! 中高年の再就職 支援セミナー in 印西

千葉県ジョブサポートセンターと印西市・白井市・鎌谷市が共催で、中高年を対象に、就職までの悩みや課題を解決するため、応募書類の書き方や面接の受け方など「就職スキル」をテーマとしたセミナーと就労に関する相談会を開催します。セミナー

税金

年末調整等説明会

平成26年分の年末調整のしかた・法定調書・給与支払報告書の提出について開催します。 11月12日(水)午後1時30分〜(開場1時)。 園源泉徴収義務者。 園市役所3階大会議室(大森)。

お知らせ

パート II

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 随そのほか 随携帯電話

講座・催し

中央公民館・
視聴覚ライブラリー
☎(42)2911

家庭教育シアターフォーラム

テーマに即した教材を鑑賞後、参加者どうしで意見交換などを行い、さまざまな人たちの価値観を理解し合い、家庭教育の充実を図る講座です。ぜひ、この機会に参加してみませんか。
随場☎は左表のとおり。

◎日時と会場◎

期日	内容	会場
10月15日(水)	いじめ脱却マニュアル	そうふけ公民館(原)
10月29日(水)	教室に行けない・登校拒否のシグナル	印旛公民館(瀬戸)
11月12日(水)	いのち輝くとき	本埜公民館(中根)
11月26日(水)	夜回り先生	中央駅前地域交流館(中央南)

※時間はいずれも午前10時～11時30分。

随家庭教育部に心のある人。随30人。随事前に電話で左記まで。随視聴覚ライブラリー。

はじめてのツールペイント

クリスマスに向けて、自分だけの魅力的なクリスマスツリーを作ってみませんか。
随11月12日(水)・午前10時～午後1時。
随中央公民館(大森)。
随成人。
随20人。
随1,500円(材料費)。
随10月2日(水)～25日(土)・いずれも午前9時から電話または、直接左記窓口まで(先着順)。
随中央公民館。

そうふけ公民館

☎(45)3800

男の料理教室

秋!食欲の中華料理

随10月18日(土)・午前10時～午後2時。
随そうふけ公民館(原)。
随講師:佐藤誠氏。
随市内在住の成人男性。
随12人。
随600円(材料費)。
随エプロン、三角きん、ふきん、筆記用具を持参。
随10月4日(土)・午前9時から電話または、左記窓口まで(先着順)。
随そうふけ公民館。

イキイキ

若さを保つお口の体操

随口腔ケアや、表情を若々しく保つための口腔体操をご紹介します。

随10月24日(金)・午前10時～正午。
随そうふけ公民館(原)。
随40歳以上。
随30人。
随無料。
随当日受け付け。
随そうふけ公民館。

印旛公民館
☎(98)0427

印旛公民館料理教室

「家庭で作れる常備菜」

随ピールのおつまみ、お子さんのお弁当のおかずと、誰かのためにがんばってお料理している人を応援。食べた人を笑顔にする優しい味の家庭料理を作りましょう。
随10月18日(土)・午前10時～午後1時。
随印旛公民館(瀬戸)。
随サンマなど季節の食材で、その場で食べてはもちろん、作り置きしても、とてもおいしい常備菜。手軽で簡単な作り方を4品ほど紹介。
随成人。
随16人。
随700円(材料費)。
随1日(水)～10日(金)・いずれも午前9時～午後5時(6日(月)の休館日を除く)までに材料費を添えて直接左記窓口まで(先着順)。
随印旛公民館。

本埜公民館

☎(97)2011

男の料理教室

随旬の食材を使って、和気あいあいと楽しく料理を作ってみませんか。

随11月8日(土)、15日(土)、29日(土)・12月13日(土)・いずれも午前10時～午後1時。
随本埜公民館調理実習室(中根)。
随市内在住の成人男性。
随12人。
随各回1,000円(材料代)。
随10月7日(火)～15日(水)・いずれも午前9時～午後5時(13日(水)、14日(木)の休館日を除く)までに直接左記窓口まで(先着順)。
随本埜公民館。

小倉台図書館

☎(47)5511

図書館利用者懇談会

随市民のみなさんに親しまれる利用しやすい図書館を目指し、「利用者懇談会」を開催します。随日ごろ利用していて、何かお気づきの点がありましたら、ご意見をお聞かせください。随小倉台図書館以外の印西市の図書館を利用されている人も、どなたでも参加できます。
随10月11日(土)・午前10時30分～正午。
随小倉台図書館(小倉台)。
随不要。
随小倉台図書館。

読書週間講座

「本を知る」と本づくり

随あなたの手で和本を作ってみませんか。随全2回の講座を通して、基本の綴じ方と応用の飾り綴じで2冊の和本を完成させます。
随10月25日(土)、11月1日(土)・いずれも午前9時30分～正午(全2回)。
随小倉台図書館。
随中学生以上。
随10人。
随無料。

随10月3日(金)・午前9時から電話または、直接左記窓口まで(先着順)。
随小倉台図書館。

中央駅前地域交流館
☎(46)5111

初心者向けパソコン講座

「パソコンで年賀状を作ってみませんか」

随11月5日(水)、12日(水)・いずれも午前9時30分～午後0時30分(全2回)。
随中央駅前地域交流館2号館3階会議室5(中央南)。
随ワードの基本操作、標準機能の学び、年賀状づくりを体験。
随講師:印西ITボランティア。
随全2回参加できる市内在住、在勤でマウスとキーボードの操作ができるパソコン初心者。
随20人。
随300円(資料代)。
随10月1日(水)～15日(水)・いずれも午前9時～午後5時(10月6日(月)、13日(水)、14日(火)の休館日を除く)までに、郵便番号、

住所、氏名を記入したはがき(裏面は白紙)を窓口まで持参。随定員を超えた場合は抽選。随初めて受講する人を優先。
随中央駅前地域交流館。

総合福祉センター
☎(42)0144

ストレッチ教室

随筋肉を伸ばして、運動不足を解消しましょう。
随10月16日(水)・午前10時～正午。
随総合福祉センター(竹袋)。
随市内在住の60歳以上の人。
随動きやすい服装で、水分補給の飲み物、汗ふきタオル。
随10月1日(水)・午前10時から電話または、直接左記窓口まで。
随総合福祉センター。

高齢者の料理教室

随「免疫力を上げる食材で健康な体」をテーマにした献立を紹介いたします。
随10月22日(水)・午前10時～午後1時。
随総合福祉センター(竹袋)。

随市内在住の60歳以上の人。
随16人。
随800円。
随10月1日(水)・午前10時から電話または、直接左記窓口まで(先着順)。
随総合福祉センター。

アロマテラピー教室

随好きなエッセンシャルオイルを選び、ルームスプレーとトリートメントオイルを作成します。
随11月26日(水)・午前10時～正午。
随保健福祉センター(高花)。
随市内在住で60歳以上の人。
随16人。
随1,000円(材料代)。
随バスタオル2枚、筆記用具を持参。
随10月1日(水)・午前10時から電話または、直接左記窓口まで(先着順)。
随高花老人福祉センター。

第19回市民文化祭を開催

随芸術・文化の祭典「第19回印西市民文化祭」を下記のとおり開催します。随各部門での素晴らしい活動の成果をぜひご覧ください。随生涯学習課文化班(☎内線545)。

部門	期日	会場
華道、盆栽、山草、俳句、テーブルガーデニングなど	10/11(土) 9:30～16:00 10/12(日) 9:30～15:00	文化ホール
絵画、書道、写真、陶芸、手工芸、刻字など	10/18(土) 9:30～16:00 10/19(日) 9:30～15:00	
菊花展ほか	11/1(土)～3(日)	
歌謡の集い	10/11(土)・10:00～	文化ホール
能楽の集い	10/12(日)・13:00～	
舞踊・邦楽邦舞の集い	10/18(土)・10:30～	
民謡の集い	10/19(日)・13:00～	
合唱の集い	11/3(水)・13:00～	
ダンスフェスティバル	11/16(日)・13:00～	
お茶会	10/12(日)・10/19(日) 10:00～15:00	文化ホール
陶芸体験	10/11(土)、12(日)、18(土)、19(日) 10:00～15:00	
和楽器演奏体験	10/19(日)・10:00～	
鉄道模型運転会	10/11(土)・13:00～17:00 10/12(日)・9:30～15:00	
スタンプラリー	10/11(土)、12(日)、18(土)、19(日) 10:00～15:00	
俳句大会	10/25(土)・10:00～	中央公民館
短歌大会	10/26(日)・10:00～	
将棋大会	10/19(日)・9:30～	総合福祉センター
囲碁大会	11/9(日)・9:30～	

異文化理解講座

〜パキスタン〜

外国人との共生社会を目指し、日本と異なる文化や習慣などへの理解を深めるための講座です。
10月22日(水)・午後2時〜3時30分。
場中央駅前地域交流館2号館(中央南)。

市内在住の外国人市民が、テーマに沿った母国紹介を行います。

講師：村松スメラ氏(パキスタン出身)。

無料。

事前に参加者の氏名、連絡先を電話または、メールで左記まで(先着順)。

企画画政策課企画政策班(市内線472・kikakuka@city.inzai.lg.jp)。

そ の ほか

第19回フレンドリープラザ祭り

10月18日(土)、19日(日)・いずれも午前10時〜午後4時。

フレンドリープラザ(木刈)。

地域で活動するサークルの演奏・演技、絵画・押し花・陶芸などの展示や近隣の小中学校の演奏・合唱。古本交換市やお子さんを対象にした体験コーナーやリサイクルバザー。朝採り野菜の販売や焼き鳥・綿菓子などの模擬店、ビンゴ大会など。

フレンドリープラザ(☎468611)。

永治プラザ祭り& 永治小学校紅葉祭

11月2日(日)・午前9時〜午後3時30分。

永治プラザ、永治小学校(浦部)。

サークルの発表・展示および小学校の発表、地元農産物・新鮮野菜の直売、模擬店、恒例のビンゴゲームなど。

船こみまあち

10月26日(日)・午前10時〜。船穂コミュニティセンター(船尾)。

マジックショー登録団体の発表、ビンゴ大会、模擬店など。模擬店出店の希望者は事前に

県指定無形民俗文化財① 「鳥見神社の神楽」を公開

鳥見神社の神楽は、大和神楽または十二座神楽と呼ばれ、神話や郷土の農耕生活を題材としたバラエティに富む演目で構成されています。

時 10月17日(金)・午後0時〜4時。

場 中根鳥見神社(中根1339番地)。

問 生涯学習課文化班(☎内線546)。



▲鳥見神社の神楽(写真は昨年のもので)

県指定無形民俗文化財② 「浦部の神楽」を公開

「浦部の神楽」は「十二座神楽」ともいわれ、神話を題材としたものを中心に十二の演目が演じられます。江戸時代初期から伝えられている神楽で、幽玄な舞が奉納されます。

時 10月19日(日)・午後1時〜8時。

場 浦部鳥見神社(浦部2125番地)。

問 生涯学習課文化班(☎内線546)。



▲浦部の神楽(写真は昨年のもので)

左記へ。船穂コミュニティセンター(☎5311)。

市民講座だんごくらぶ② 「すすきのみみずく作り」

手作りを楽しみながら、季節を感じ、交流の輪を広げましょう。10月29日(水)・午前10時〜正午。市民活動支援センター(中央駅前地域交流館2号館・中央南)。

16人。

無料。

木工用ボンド、はさみ、ものさし、もめん糸(太目8番など)を持参。

事前に電話で左記まで(先着順)。

市民活動支援センター(☎4500)。

助成金を獲得するための講座

市民活動を対象とした助成金獲得について、具体的に学びませんか。

10月18日(土)・午前10時〜正午。市民活動支援センター。

現在、公募中の「平成27年度年賀寄附金による社会貢献事業助成」について、応募や書類作

成のポイントを学ぶ。

講師：佐藤祐之氏(日本郵政株式会社総務人事部、環境・社会貢献室) ほか。

20人。

無料。

事前に電話または、直接左記窓口まで(先着順)。

市民活動支援センター。

里山散策会手賀沼流域フォーラム(地域企画)

【パートI】利根川水辺散策と吉岡問屋、水辺の文学館訪問(約6km)。

10月19日(日)・午前9時30分〜午後3時30分(ごろ)。

雨天中止。

JR木下駅北口集合(木下)。

【パートII】亀成川水辺散策と古刹訪問(約8km)。

10月29日(水)・午前9時30分〜午後3時30分(ごろ)。

雨天中止。

北総線印西牧の原駅集合(草深)。

【I・II共通】

子どもから大人まで。30人程度。

100円(保険料)。

意欲ある人は双眼鏡を持参。事前に左記へ。

阿部(☎/FAX471455)。

木下街道藤栗毛2014

水の郷印西と木下貝層を巡る旅

秋が深まる水の郷の風景を楽しみながら、大森、木下、発作などを訪ねます。そして、盛んだった水運や、なまなましい水禍などの歴史を伝える遺跡を訪ねます。また、由緒のある神社や仏閣、国指定天然記念物「木下貝層」をはじめ貝層に関する場所も訪ねます。

11月9日(日)・午前9時20分〜午後3時(受け付け9時)。

雨天決行。

中央公民館集合(大森)。

【コース】中央公民館↓蔵島神社↓歴史資料保管庫↓若山牧水の碑↓貝化石切出場↓大森鳥見神社↓長楽寺↓宿古墳↓福祉センター(昼食)↓木下貝層↓上町観音堂↓木下河岸↓木下駅・中央公民館(約10km)。

100人。

1人300円(参加費)。

保護者同伴で中学生以下無料。歩きやすい服装と靴で昼食・飲み物、敷物を持参。

11月2日(日)までに、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、メールまたは、FAXで左記へ(先着順)。

印西市ふるさと案内人協会・宿城(☎/FAX4442・inzai@urusato@yahoo.co.jp)。

電話は午後7時〜午後9時。

印西ウインドアンサンブル「ニュータウンコンサート」

10月26日(日)・午後2時〜(開場1時30分)。

中央駅前地域交流館(中央南)。

12月4日〜10日は人権週間

ちばハートフル・ヒューマンフェスタ2014を開催

県では「人権週間」にちなみ人権について考え、理解を深めるための催しを行います。

12月4日(水)・午後1時〜4時(正午開場)。

千葉市民会館(JR総武線千葉駅東口から徒歩7分)。

次のとおり。

特別講演「ソーシャル・インクルージョンって、なに?」

講師：菊池桃子氏(女優・タレント)・戸板女子短期大学客員教授。

コンサート「うつくしい、いのち」。

出演：大島花子氏(歌手)。

ほかに千葉ロッテマリーンズ選手一人日人権擁護委員任命式、マリンスズグッズが当たる抽選会を開催。

1,000人。

無料。

11月4日(火) (必着) までに、往復はがきに郵便番号、住所、氏名、電話番号、入場希望人数(一通につき2人まで、無記入は一人)、託児サービス、手話、要約筆記通訳希望の有無、返信用あて先を記入し、左記へ郵送。

※申し込み多数の場合は抽選。

ちばハートフル・ヒューマンフェスタ事務局(千葉県健康福祉政策課内・〒260-0855千葉県庁内郵便局留・☎043-2312348)。

0698)。

第32回北総ウォーク

秋風を受け、健康的に体を動かす「北総ウォーク」を楽しみませんか。

コースは、千葉ニュータウン中央駅から印西市内の名勝・史跡をめぐる約12kmのコースです。

北総鉄道(株)主催、北総線沿線地域活性化協議会後援。

10月12日(日)・受け付け午前9時〜10時30分(小雨決行、荒天中止)。

※受付後、順次スタート。

千葉ニュータウン中央駅集合(中央南)。

コース：千葉ニュータウン中央駅↓泉倉寺↓松山下公園↓大六天神社↓観音寺↓阿夫利神社↓千葉ニュータウン中央駅。

当日会場。

お知らせ

パートⅢ

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 随そのほか 随携帯電話

福祉

中途失聴者・難聴者との「手話学習」「ミニ懇談会」

随①10月4日(土)、②10月19日(日) 随いずれも午後1時30分～4時
随①佐倉市中央公民館、②印西市中央駅前地域交流館(中央南)。
随①は、講師あり。
随いずれも無料(初参加者のみテキスト代1,000円)。
随不要。誰でも参加できます。
随話し手の言葉を要約して書きスクリーンに映す要約筆記で聞こえをサポートします。
随詳しくは左記へ。

特定疾患見舞金制度

市中では、特定疾患および先天性血液凝固因子障害の治療を受けている人に、見舞金を支給しています(初回の登録申請手続きが必要となります)。
随県が認定した特定疾患医療受給者票、小児慢性特定疾患医療受給券、先天性血液凝固因子障害受給者証の交付を受けている療養者。
随【見舞金の額】
●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。
随県から受給者証などが交付されたら、左記までお問い合わせください。
随社会福祉課厚生班(随内線255・256)。

高齢者就労支援センター「襖張替え」無料講習会

随10月21日(火)～23日(木)の3日間・いずれも午前9時～正午。随さうふけふれあいの里(草深)。
随市内在住の60歳以上で、3日間すべて出席できる人。
随10人。
随10月17日(金)までに、電話で左記へ(先着順)。
随詳しくは、左記へ。
随高齢者就労支援センター(随474050)。

働きたい高齢者のための講習会

随場:下表のとおり。
随55歳以上で、現在仕事に就いていない人で、次の①～③に該当する人。
①ハローワークが発番した有効期限内の求職者番号を保有していること、②受講者選考前に実施の個別相談に参加できること(会場・日程は応募後別途連絡)、③修了日以降に開催する合同面接会に参加できること。
随無料。
随10月10日(金)(消印有効)までに、ハローワークで配布の「受講申込書」を記入し、郵送またはFAXで左記へ(応募多数時選考)。
随詳しくは、左記へ。
随(社)千葉県シルバー人材センター連合会(随2600001)

働きたい高齢者のための講習会

講習番号	講習名	講習期間	定員	会場
13	ガイドヘルパー養成講習	11月18日(火)～21日(金)(4日間)・9:30～16:30	15人	市川市勤労福祉センター(市川市)
29	マンション管理員養成講習	11月6日(日)～20日(木)(9日間)・10:00～16:00	30人	市川市勤労福祉センター(市川市)
37	マンション・ビル清掃技能講習	10月28日(火)～11月5日(水)(6日間)・10:00～17:00	13人	白井市高齢者勤労指導センター(白井市)
40	ハウスクリーニング(家事援助)講習	10月30日(木)～11月12日(水)(7日間)・9:30～16:30	15人	佐倉市シルバー人材センター(佐倉市)
45	技能職のためのパソコン講習	11月4日(火)～12日(水)(7日間)・9:30～16:30	20人	ISA津田沼校(船橋市)
47	技能職のためのパソコン講習	11月14日(金)～25日(火)(7日間)・9:30～16:30	20人	明生情報ビジネス専門学校(松戸)

で余っている食品、企業などで不要な食品などを寄付いただき、福祉施設や団体、生活困窮者へ無償で提供する活動で、「フードバンクちば」が主催して行っています。
市中でも左記の期間中、集荷も行いますので、ご協力をお願いします。
随10月31日(金)までの午前9時～午後5時。
随日曜日、祝日は除く。
随印西市社会福祉協議会(総合福祉センター内)。
随ご寄付いただきたい食品:米、麺類、乾物、保存食品、インスタント食品、レトルト食品、ギフトパック、調味料各種、食用油、飲料など常温で保存可能で、賞味期限が1カ月以上あるもの。
随詳しくは左記へ。
随フードバンクちば(随043-375-6804)、印西市社会福祉協議会(随029-474050)。

ミニ・ガイド パートⅠ

随印西歴史愛好会講座「明治維新の先覚者、吉田松陰 松陰の獄中の書「土規七則」に説く人間の真のあり方、武士の生き方を学びます」
随10月12日(日)・午前10時～正午。随小林コミュニティプラザ(駐車場あり)。
随講師:長谷川勤氏(松蔭大学講師)。
随700円(資料代)。
随志賀(随090-4672-5493)。
随北総囲碁からのお招き
①女性囲碁ふれあいの会
随10月18日(土)・午前10時30分～午後3時。
随950円(賛助会費500円含む)。
随10月18日(土)・午後1時15分～4時45分。
随1,400円(ただし、未成年者は500円賛助会費)。
随①、②ともふれあい文化館(原)。
随北総囲碁・中西(随077423)。
随いずれもお楽しみ賞あり。
随リズムミックカンフー入門講座 骨盤を整えカラダがみるみる軽くなる。
随①10月7日(火)、②21日(火)、28日(火)・いずれも午前10時30分～11時30分。
随中央駅前地域交流館1号館(中央南)。
随①骨盤の歪みを改善、②首、肩は肩甲骨で楽に、③ストレッチで体が若返る。
随500円(1回分)。
随伊藤(随090-6375-5015)。

随12月7日(日)舞台鑑賞にこころ山はたいへんだ」をもっと楽しむために大人も遊ぼう
随10月7日(火)・午前10時～正午。随ふれあい文化館多目的室(原)。
随子どもの気持ちを再体験する遊びを体験します。
随講師:あそびのプロ集団アフ・バーバン。
随「ここにこころ山はたいへんだ」を鑑賞する大人。
随1,500円。
随他保育あり(有料)。希望者は、講師との昼食会あり(昼食代実費)。
随NPO法人いんざい子ども劇場事務局(随046-6287-npoinzaikodomo@yahoo.co.jp)。
随人生の終活対策を知っておきたい葬儀知識
随10月4日(土)・午後2時～4時(開場1時40分)。
随市民活動支援センター(中央駅前地域交流館2号館2階・中央南)。
随講師:明石久美氏(明石ニアコンサルティング代表)。
随50人(当日先着順)。
随無料。
随エンディングサポート風・堀澤(随080-5089-8600)。
随第26回千葉盲祭 幼児・児童・生徒による音楽発表、作品展示、農耕班・織物班による販売、理療科によるマッサージ体験、県立四街道高校吹奏楽部による演奏など。
随10月25日(土)・午前9時10分～午後3時。
随県立千葉盲学校(四街道市)。
随詳しくは左記へ。
随県立千葉盲学校・川尻、伊藤(随043-422-0231)。
随043-424-4592)。

じぶんの街を良くする仕組み ~赤い羽根共同募金運動にご協力を~



10月1日から赤い羽根共同募金活動が始まりました。毎年、ご支援ご協力をいただきありがとうございます。

共同募金は、スタートから今日まで、「寄付する人も寄付を募る人もボランティア」として、住民一人ひとりの参加によって成り立ってきました。

集められた寄付金は、福祉ニーズに合わせて、福祉施設や福祉団体、社会福祉協議会などが行うさまざまな地域福祉活動などを支援するために活用されてきました。

誰かのための募金が、自分の町を良くする活動に使われています。

印西市支会では、町内会や自治会などを通じての募金活動を、10月6日(月)の早朝に、市内各駅前でも中学・高校生などによる街頭募金を実施しますので、ご協力をお願いいたします。

随印西市社会福祉協議会(随0294)。

フードドライブ (食料品の寄付)への協力を

随「フードドライブ」とは、家庭

随3千葉市中央区中央3-9-16
随043-227-5112・FAX
随043-227-5197)。

健康マージャン 映画上映会

お金を賭けない、お酒を飲まない、タバコを吸わない健康マージャンはシルバー世代を中心に流行しています。
その健康マージャンとは一体どのようなものなのか。映画を通じて健康マージャンの理解を深めてみませんか。
みなさんご参加をお待ちしています。
随10月18日(土)・午前10時～。
随ふれあいセンターいんば3階会議室(美瀬)。
随無料。
随詳しくは左記へ。
随印西市ふれあい健康マージャン会・植村(随090-2333-5104)。

随090-6375-5015)。

随043-424-4592)。

環境

いんざい自然探訪
「少人数でじっくり里山コース」

印西ウエットランドガイドのスタッフが国重要文化財宝珠院観音堂(光堂)および近隣の里山歩きのポイントを丁寧に解説します。

時 11月1日(土)・午前9時30分～正午(雨天中止)。

※松山下公園陸上競技場東側駐車場に集合。

場 浦部・小倉地区。
対 子どもから大人まで。

定 15人。
費 100円(保険料など)。

他 飲み物、筆記用具、長ズボン。
※当日、双眼鏡を一人に1台ずつ準備します。

用 10月17日(金)(消印有効)までにはがき、FAXまたはメールで、住所、参加者全員の氏名、年齢、職業(学年)、電話番号を記入し、左記まで。

問 環境保全課環境保全班(〒270-1139 印西市大森2-3)

6412・☎内線366・FAX 5339・✉kankyouka@city.inzai.lg.jp)

第18回手賀沼流域フォーラム講演会

手賀沼や流域の環境についてさまざまな企画を通して伝えていきます。

◎手賀沼流域フォーラム実行委員会主催、(潮)山階鳥類研究所後援。

時 10月11日(土)・午後1時30分～4時30分。

場 千葉県手賀沼親水広場水の館3階研修室(我孫子市)。

用 ①「野田市の自然再生の取り組みと、コウノトリ・トキの舞う関東自治体フォーラムについて」。

◆講師：根本崇氏(株)野田自然共生ファーム社長、野田市市長。

②「里山を守る力」
手賀沼湖畔に広がる根戸・根戸新田地区の里山が荒廃の危機に瀕しています。里山を守る力とは何か。

◆講師：富澤崇氏(NPO法人手賀沼トラスト事務局長)。

一人で悩まず
まずは相談

◆行政書士無料相談

行政書士による懇切丁寧な無料相談会です。知りたかったこと、心配なことなどお気軽にご相談ください。

時 10月6日(月)・午後1時～4時。

場 市役所204会議室。

◎相談内容…相続、遺言、成年後見、内容証明、会社設立、外国人在留許可、国籍取得、建設業許可、産廃、農地、各種許認可など。

問 千葉県行政書士会印旛支部・本橋(☎090-2259-8563・FAX 973820)。

◆司法書士無料相談(毎月開催)

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など、司法書士業務に関する無料相談会です。

時 10月8日(水)・午後6時～8時。

場 中央駅前地域交流館(中央南)。

問 千葉司法書士会佐倉支部支部長・廣瀬(☎043-461-7542)。

平成27年度
イノシシ侵入防止柵設置要望

市では、イノシシによる農作物被害を防ぐため、国・県の補助事業を活用し、侵入防止柵などの鳥獣被害防止対策事業を実施しています。

平成27年度の要望がある地域は、左記までお問い合わせください。

◎事業実施条件：侵入防止柵設置・管理などが地域で行えること(個人での事業実施はできません)。

問 農政課農政班(☎内線372)。

「迷惑電話チェッカー」
無料モニター募集中

市では、自宅の固定電話機に機器を接続することで、詐欺や悪質な勧誘などの迷惑電話を、ランプでお知らせする「迷惑電話チェッカー」を無償で貸し出しています。

◎モニター期間：設置日から平成28年3月末日。
◎100人。

用 次の①～③の条件にすべて当て



▲みなさんもぜひご利用ください

機器のサイズ
縦13cm×横10cm×奥行き9cm

てはまる人。

①市内在住の人(二世帯一台)。
②自宅の固定電話で番号表示サービスなどを利用している人または、機器設置までに利用開始できる人。

③モニター期間中に簡単なアンケートや迷惑電話情報などの提供に協力できる人。

問 市民安全課窓口で受付中(先着順)。

申込書と住所を証明するものを提出(免許証、保険証など複写させていただきます)。

説明後、機器をお渡します。

機器の取り付けも行っていますので希望者は、左記まで。

※受付時間は、平日の午前8時30分～午後5時15分まで。

※詳しくは左記まで。
問 市民安全課安全パトロール班(☎内線714)。

ミニ・ガイド
パートII

◆千葉県立手賀の丘少年自然の家

①そば打ち体験教室
時 11月3日(祝)・午前10時～午後1時。

場 千葉県立手賀の丘少年自然の家(柏市)。

用 野外炊飯場で地域の熟練者を講師に招き、楽しくおいしいそば作りと試食体験を行います。

対 親子・一般。

費 一人500円。

用 10月3日(金)・午前9時から電話で左記へ(先着順)。

問 千葉県立手賀の丘少年自然の家・藤本(☎04-7191-1923)。

②自然の家まつり

時 11月9日(日)・午前10時～午後3時。

場 千葉県立手賀の丘少年自然の家。地域との交流をテーマに体験活動やステージ発表、展示、フリーマーケット、模擬店など。

対 一般。

費 一店舗500円。

用 フリーマーケットのみ、10月1日(水)・午前9時から電話で左記へ(先着順)。

問 千葉県立手賀の丘少年自然の家・染谷。

◆第29回タウン講座

時 10月4日(土)・午後2時～4時。

場 日本医科大学千葉北総病院2階大会議室(鎌刈)。

用 テーマ：しびれのはなし・手足のしびれから腰痛まで。

◆講師：金景成氏(日本医科大学千葉北総病院脳神経外科病院講師)。

費 無料。

用 不要(どなたでも自由に参加

できます)。
問 日本医科大学千葉北総病院庶務課(☎99-1111)。

◆「目の愛護デー」無料電話相談

目の健康について、千葉県眼科医学会が交代でお答えします。

◎千葉県眼科医学会主催。

時 10月13日(祝)・午前9時～午後4時。

用 不要。

問 相談専用電話(☎043-242-4271)。

◆第27回「腎臓病を考える会」

時 10月26日(日)・午後1時～4時。

場 京葉銀行文化プラザ(千葉駅徒歩5分)。

◆講師：①渡邊隆氏(総合病院 国保旭中央病院人工透析科部長)、②大川あさ子氏(同病院看護部透析センター師長)。

用 ①糖尿病について透析医の立場から、②ありのままを受けとめてサポートしよう認知症と腎臓病、③移植体験者の体験談、④医療相談会。

定 180人。

費 無料。

用 当日会場(先着順)。

問 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会(☎043-256-4661)。

◆子どものせ自転車貸し出し
まちづくりファンド助成金により3カ月間の自転車3台を貸し出します。

問 市内在住の子育て家族の人。

費 5,000円(年会費)。

用 11月30日(日)までに、印西市市民活動支援センターで申請書を受け取り、必要事項を記入したうえ、提出してください(必着)。

※その後、審査・抽選を行い、当選者のみに連絡します。

問 NPO法人TRI・稲本(☎090-2884-4513)。

ゼロ・ウェイスト
ごみを減らす暮らしづくり講演会

日本や世界におけるごみの減量・資源化などの状況や、徳島県上勝町で実践されているゼロ・ウェイスト(出てきた廃棄物をどう処理するかではなく、そもそもごみを出さないという考え方)運動の取組内容などについてご紹介いただきます。

時 10月4日(土)・午後2時～3時30分(受け付け1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(中央北)。

用 テーマ…ごみが多い毎日に嫌気を感じている人へ～ごみの減量・資源化を取り巻く日本や世界のゼロ・ウェイスト運動～。

◆講師…藤井園苗氏(NPO法人ゼロ・ウェイストアカデミー事務局長)。

対 市内在住の人。

費 無料。

他 参加された人には、いんざい特製エコバッグをプレゼント。

用 住所、氏名、電話番号を電話または、メールで下記まで(先着順)。

定 120人。

※定員に達しない場合は当日受付あり。

問 クリーン推進課 クリーン推進班(☎内線382・✉cleanka@city.inzai.lg.jp)。

凡例

時 日時

場 会場

用 内容

対 対象

定 定員

費 参加費

用 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

☎ 携帯用電話

お知らせ

パート IV

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

都市

違反建築防止週間

10月15日(水)から10月21日(火)までは、違反建築防止週間です。

この期間には、県下一斉公開建築パトロールを実施します。建築基準法では、建物の安全性を確保し、私たちの生命や健康、財産を守るため、建物の敷地や構造などに関するさまざまな基準を定めています。

建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。

また、工事が完了したときは、その建物が法令に基づき安全なものであるか、必ず検査を受けるようお願いいたします。

この機会に、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなどの点検を検討してください。

よう、お願いします。

※詳しくは、左記まで。

建築指導課審査指導班(☎内線775)。

住宅・建築物耐震改修促進事業補助制度

市では「印西市耐震改修促進計画」に基づき、建物の耐震診断などを行う場合にその費用の一部として補助金を交付します。

●対象建築物・事業：市内の築後10年以上が経過する建物の耐震診断(現地調査を行わない簡易診断も対象)、耐震改修設計および耐震改修工事。

※事業の実施は、建物の規模・構造・用途に適応した専門の建築士に依頼する必要があります。

●補助の対象となる建物の所有者(マンションなどの共有部分については、区分所有者の団体の管理者または管理組合法人の理事長)。

※申請者に市税の滞納があった場合は対象となりません。

10/10(金)・10/11(土)・10/12(日)
竹袋稻荷神社祭礼
交通規制にご協力を

祭礼実施に伴い、期間中、下図の区間で交通規制が行われます。みなさんのご協力をお願いします。

●住宅・建築物耐震改修促進事業補助制度 補助金額と補助率●

建築物の種類	補助対象事業		上限額		補助率	1棟当たり補助金の上限額(消費税込額)
	場所	事業の種類	mあたり費用上限	1棟当たり費用上限		
一戸建ての住宅	市全域	①耐震診断	100,000円		2/3以内	66,000円
		②簡易診断	30,000円			20,000円*
		③耐震改修設計	100,000円			66,000円
		④耐震改修工事	300,000円			150,000円
	沿道	⑤耐震診断	2,000円	200,000円	2/3以内	133,000円
		⑥簡易診断	30,000円			20,000円*
		⑦耐震改修設計	100,000円			66,000円
		⑧耐震改修工事	300,000円			200,000円
長屋・共同住宅	市全域	⑨耐震診断	2,000円	200,000円	2/3以内	133,000円
		⑩耐震改修設計	100,000円			66,000円
		⑪耐震改修工事	450,000円			225,000円
		⑫耐震診断	2,000円	400,000円		2/3以内
	⑬耐震改修設計	100,000円		66,000円		
	⑭耐震改修工事	450,000円		300,000円		
	⑮耐震診断	2,000円	400,000円	1/2以内	266,000円	
	⑯耐震改修設計	200,000円			133,000円	
⑰耐震改修工事	600,000円		300,000円			
⑱耐震診断	2,000円	800,000円	2/3以内		533,000円	
⑲耐震改修設計	200,000円			133,000円		
⑳耐震改修工事	600,000円			400,000円		

※1 補助金は千円未満切り捨て。※2 沿道とは、印西市地域防災計画に指定されている道路(国道464号、国道356号、県道千葉竜ヶ崎線、一部の市道)。※3 ②⑥の簡易診断は現地調査を行わないものをいいます。

「印西市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」が平成25年4月1日より施行されています。

現行の許可の基準のうち、市街化調整区域に近接し、建築物が連たんしている市街化調整区域に建築物を建てる場合の許可要件(いわゆる「連たん制度」)について、基準の一部(敷地の道路に接する幅や建築することのできる建物の用途)が2年間の経過措置を経て、平成27年4月1日から変更になります。

市街化調整区域に建築物を建てる計画をお持ちの方は、ご注意ください。

※詳しくは、市ホームページを参照、または直接左記までお問い合わせください。

建築指導課開発指導班(☎内線751・752)。

資料などについてのお問合せは、千葉県住宅供給公社県営住宅管理部募集課(☎043-2219200)へ。

※詳しくは、左記まで。

建築指導課住宅班。

市街化調整区域の開発行為等に関する許可基準の変更

常時(毎月)です。

配布場所：市役所建築指導課 および印旛支所・本埜支所、中央駅前出張所、牧の原出張所。

募集期間は11月末日まで。補助金申請額の合計が予算額を超えた時点で締切りとなります。

必ず事業着手前に左記まで相談のうえ申請手続を行ってください(事後不可)。

※詳しくは左記まで。

建築指導課住宅班(☎内線776)。

県営住宅空家入居資料の配布

県営住宅の募集および空家状況資料などを配布しています。

募集資料は二種類、空家入居(年4回/4・7・10・1月)。

「自賠責があなたと家族を守ります」

交通事故による死者数は、年々減少傾向にあるものの、平成25年の事故発生件数は約63万件、死者数は約79万人と、国民のだれもが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。交通事故は、車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反です

自賠責保険・共済は、万一自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられています。自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですので、ご注意ください。

国土交通省関東運輸局自動車交通部旅客第一課保障係・菅井、藤本(☎045-211-7245)。

ミニ・ガイド

パートIII

◆草深「森の音楽会」開催

今年も、森の音楽会を一緒に楽しみませんか。

10月18日(土)午後2時30分～4時(小雨決行)。

場草深の森(草深178-2)。

◆【歌】小玉友里花(ソプラノ)、【ピアノ】泉谷景子でお届けします。

◆当日会場(ラーバン千葉ネットワーク)にお越しください。

※花王(株)・ドコモの助成で開催いたします。

◆丹澤(☎4143・info@rcn-forum.org)。

◆【吃音】(ともひ)を考える講座

◆NPO法人千葉言友会主催。

10月5日(日)午後0時～4時30分。

場松戸市民会館301会議室。

◆吃音に悩む方への応援メッセージの講演、パネルディスカッションなど。

◆講師：吉田浩滋氏(千葉県言語聴覚士会長)。

定150人。

◆不要。

◆実行委員長・佐藤(☎090-8947-5544)、千葉言友会事務局・苅部(☎090-2417-5104)。

◆北総花の丘公園

◆花と緑フェスティバル

花の丘マルシェハンドメイド雑貨や手作りパンにクラフトワークショップが勢揃い。

10月12日(日)午前10時～午後3時。

◆【花の丘コンサート】

10月12日(日)①午後0時～0時30分、②0時45分～1時25分、

③午後1時40分～2時40分。

◆①秋の空とアコースティックジャズ、②秋のピアノデュオコンサート、③秋のジャズソング。

◆出演：①Honeyhot、②タレント・カンタービレ、③藤マナミ&入方ひろこ。

◆【自然観察会ケビンのネイチャーウォーク】

11月8日(土)午前10時～正午。

場県立北総花の丘公園(原山)。

定30人(親子2人可、5歳以上)。

費100円(保険料を含む)。

10月8日(水)午前9時より電話または左記直接窓口まで(先着順)。

場県立北総花の丘公園管理事務所(☎4030)。

◆星野敏彦オリジナルコンサート

10月5日(日)午後2時～4時。

場文化ホール(大森)。

定80人。

費無料。

◆不要。

※詳しくは左記へ。

◆星野(☎4034)。

◆【法の目】週間広報行事

模擬裁判・模擬評議を体験してみませんか。

10月23日(木)。

場千葉地裁(千葉市)。

定40人。

◆【少年の立ち直りを考える教育的措置】

非行少年に対する家庭裁判所の取り組みを紹介します。

10月9日(木)。

場千葉地裁(千葉市)。

定50人。

◆いずれも事前に申し込み。

場千葉地裁総務課(☎043-222-0165・内線5114)、千葉地裁総務課(☎同・内線6121)。

◎印西産農産物の放射性物質検査結果◎

平成 26 年 8 月 1 日～8 月 31 日まで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: Bq/kg】

Table with 7 columns: 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. Rows include 8月1日, 8月31日 for categories like 林産類, 果菜類, 根菜類.

※「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 (420 ml) 測定時間: 1800 秒。

【基準値】

●放射性セシウム 134 と 137 の合計: 100 Bq/kg (一般食品)

農政課振興班 (内線 376)。

凡例 曜日 会場 内容 対象 定員 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 携帯電話

がいこくじん 外国人のみなさんへ

ぼうさいくんれん さんか ~防災訓練に参加しませんか~

市では、毎年市民のみなさんと協力して、防災訓練を実施しています。この訓練は、みなさんの防災への意識を高め、自分の命は自分で守りながらも、地域に住んでいる人たちと協力して、災害に立ち向かう力を身につけることを目的にしています。

今年度は、下記のとおり、本埜地区で実施しますのでぜひ参加してください。会場には通訳がいますので、日本語がわからなくても大丈夫です。

日時...10月19日(日曜日)・午前8時～正午。

※天気が荒れた場合や災害が発生した場合は中止です。

場所...本埜中学校。

問い合わせ先: 防災課 (内線 453)。

※英語での問い合わせは、企画政策課 (内線 472) まで。

For Foreign Residents

How about participating in a disaster prevention drill?

Every year, Inzai city office is carrying out a disaster prevention drill in cooperation with residents of the city.

The aim of this drill is to raise awareness to disaster prevention, and to learn how to act appropriately when a disaster occurs, not only how to protect your life by yourself but also how to confront a disaster with residents' cooperation.

This year, the disaster prevention drill is carried out in Motono area, as below, please try to participate.

There is an interpreter at the drill, so even if you do not understand any Japanese, you are also welcome to participate.

Date and time: Sunday October 19, 8:00am to 12noon

※ In case of very bad weather or a disaster, the disaster prevention drill will be cancelled.

Place: Motono Junior High School

For more information : Disaster Prevention Division, Bosai-ka

TEL: 0476-42-5111 (ext. 453)

※ For inquiries in English,

please contact the Planning & Policy Division, Kikakuseisaku-ka (ext. 472)

幼稚園、保育園、小・中学校など大気中放射線量の測定結果

平成 26 年 8 月 1 日から 8 月 31 日の間に携帯用簡易測定器で、市職員が大気中の放射線量を測定した結果は、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。

環境保全課放射線対策室 (内線 368)。

Table with 2 main columns: 学校名, 測定日. Sub-columns for 校庭 (5cm, 50cm, 100cm) and 砂場 (5cm, 50cm, 100cm). Rows list various schools and kindergartens.

単位: μSv/h = マイクロシーベルト / 時間 測定機器: ラディ (PA-1000) (株堀場製作所製)

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。

【配信内容】

●大雨、強風、河川の増水などの気象警報 ●市内において震度 4 以上の地震が観測された際の地震情報 ●災害による被害状況などの情報 ●避難所開設、救護情報など。

【防災メール『利用者登録』手順】

利用する通信機器から下のアドレスに「空」メールを送信してください。

b@inz.171k.jp



QRコードも利用可です

※詳細については、市ホームページ (http://www.city.inzai.lg.jp/) および市防災ホームページ (http://bousai.city.inzai.lg.jp) に掲載。

防災課防災班 (内線 454)。

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) を無料で聞くことができます。放送内容がわ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 (2900) を利用した場合、通話料は利用者負担となります。

企業のPRに活用できます 市ホームページにバナー広告を募集中

市では、ホームページ (http://www.city.inzai.lg.jp/) のトップページにバナー広告枠を設け、企業広告などの掲載を募集しています。月に平均約 5 万 3 千件 (平成 25 年度) のアクセスがある当市ホームページへの広告掲載をぜひ、ご検討ください。

●掲載料...【市内に事業所を所有する企業】月額 12,000 円。【市外に事業所を所有する企業】月額 15,000 円。

●広告掲載期間...1 カ月単位。

市ホームページの「ホームページバナー広告掲載申込書」に記入し、下記窓口まで提出してください。

※詳しくは市ホームページより、「印西市ホームページバナー広告募集要項」、「印西市広告掲載実施要綱」、「印西市広告掲載基準」をご覧ください。

秘書広報課広報広聴班 (内線 418・419)。

★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

Table with 4 columns: 施設名, 日時(祝・休日除く), 事業名, 対象・持ち物 など. Includes events like ベビーマッサージ, 10月の誕生日会, ハブクラブ, お誕生会, センター運動会, etc.

★児童館 主な対象：18歳未満の子どもとその保護者

Table with 4 columns: 施設名, 日時(祝・休日除く), 事業名, 対象・持ち物 など. Includes events like レクホールであそぼう, ハロウィンを楽しむ, ハロウィンパーティー, etc.

★公園で遊ぼう(支援センターから) 11:00~11:45 ※雨天時中止

Table with 4 columns: 日時(祝・休日除く), 会場, 内容, 担当センター. Lists outdoor activities at various parks like 草深公園, 西の原公園, etc.

※事業の申込みについては、本人または家族に限ります。
※各施設で子育てに関する相談も受け付けています。

Table with 4 columns: 施設名, 日時(祝・休日除く), 事業名, 対象・持ち物 など. Includes events like ハロウィンクラブ, ひよこマクラス, ベビーマッサージ, etc.

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。
10月の日程は下記のとおりです。

Table with 2 columns: 会場, 日時. Lists story hour events at libraries like 大森図書館, 小倉台図書館, etc.

今月の各種相談

※祝・休日は実施していません。

Table with 4 columns: 相談名, 日 時, 会 場, 問い合わせ. Lists various consultation services like 市民生活相談, 法律相談, 交通事故相談, etc.

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。

Calendar table for Mayor's Office hours, showing dates and times (午前10時~正午, 午後2時~4時).

市税などの

「夜間・休日納付相談窓口」

25日(土)は8:30~12:30、31日(金)は20:00まで、納付相談窓口を開設します。また、市税などの収納も併せて行います。

●火災等発生件数(印西市内)

Table showing fire and emergency statistics for August 31, 2014, comparing this year's cumulative total with the previous year.

●交通事故発生状況●

Table showing traffic accident statistics from January 1 to August 31, 2014, including total deaths and injuries.

今月の市民課窓口業務の土曜・日曜開庁日程

- 市役所本庁...11日(土)・25日(土) (8:30~17:15)。
●中央駅前出張所...4日(土)・18日(土) (8:30~17:15)。

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約票、健診票、相談票を記入し持参。保護者の同伴が必要です。

■乳幼児健診・相談・教室

Table with 5 columns: 日付, 内容, 対象, 会場, 時間. Lists health checkups and classes for infants and children.

※離乳食教室は、開催の前日(休日の場合はその前日)までに中央保健センターへお申し込みください。

■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

Table with 3 columns: 日付, 会場, 時間. Lists health consultation sessions.

※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。

■妊婦対象

●プレマクラス10月コース ※対象は市内在住の初妊婦さん 申し込み制・定員24人

Table with 4 columns: 日付, 会場, 内容, 時間. Lists prenatal classes.

●プレママ歯ッピー講座 ※対象は市内在住の妊婦さん(申込制)

Table with 4 columns: 日付, 会場, 内容, 時間. Lists dental classes for pregnant women.

申し込み先: 印旛保健センター ☎3800

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。

●かかりつけ医を持ちましょう

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。

Table with 3 columns: 相談時間, 電話番号. Provides contact info for child emergency consultation.

Information for 印旛市郡小児初期急病診療所 (休日・夜間のみ) at 佐倉市健康管理センター内.

いきいき生活情報



◆優秀賞 (評) 銀杏の葉が、まるで黄色い絨毯を敷いたような色鮮やかな作品。
◆秋の観音堂 (草深)
◆太田克己 (木下東)

目の見え方や症状が気になる人は眼科を受診しましょう

毎年10月10日は、目の愛護デーです。今回は、見え方や症状でわかる目の問題をとりあげます。

◆気づきにくい視野の欠け

視野が徐々に欠けていく緑内障は、40歳以上の20人に一人が発症し、放置すると失明のおそれがある病気です。また、加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じる加齢黄斑変性症という病気もあります。ゆがんで見えたり、中心部が見えなくなったり、視力が低下します。予防には、禁煙やビタミンC・E、βカロチンなどを摂取することが有効といわれています。視野の欠けは、進行するまで気づきにくいので、リスクが高

まる40歳以上の人は年1回程度、検査を受けることを勧めます。

◆物が二重に見える複視

片目で見たとときにも起こる複視は、乱視などの屈折異常や片目の疾患が考えられます。どちらかの目を閉じると消える場合は、通常、目の動きをコントロールする筋肉や神経が弱まることなどで起こります。

◆夜盲症(やもうしよう)

その原因はさまざまですが、脳動脈瘤や脳腫瘍など、脳に関連した病気の可能性もあります。夜や暗い所で、よく見えなくなる症状です。遺伝による先天的なものもありますが、後天的なものでは、ビタミンA欠乏症や、網膜色素

変性症などの眼底の病気で起こります。

◆ドライアイ

涙の分泌量が減ったり、涙の質が低下することによって、目の表面を潤す力が低下した状態をドライアイと呼びます。目の表面に傷がでやすくなり、目の乾き、疲れ、かすみや異物感などの不快感も生じます。

◆光視症(こうししよう)

症状が出たり、まばたきを10秒間我慢できなかった人はドライアイの可能性ががあります。光があたっていないのに、光が点滅したり、光が飛んで見えたりする症状です。過労や睡眠不足などで起こる場合もありますが、網膜はく離、脳の血管の病気などが原因で起こることもあります。

◆飛蚊症(ひぶんしよう)

ごみや虫のようなものが飛んでいるように見える症状です。問題のない場合も多いですが、網膜はく離など重篤な病気の

◆色覚異常

目の細胞は、光の波長を感じ取り、脳に伝えて色を認識します。これを色覚と言います。色覚異常にはいろいろなタイプがありますが、多くは先天性で緑色覚異常です。日本人では男性が多く約20人に1人、女性はやや約500人に1人にみられると

言われています。ほとんどの色覚異常は色が全く分からないという事はなく、区別しにくい色や間違えやすさは、色覚異常の種類や本人の自覚によって個人差があります。

また、小さいものを見るときやちらっと見ただけのとき、暗いところで見たときは誤りやすいためまたどの色を区別しにくいかを理解することが大切です。日常生活ではあまり困ることがなく、自覚していない場合がありますが、色の識別が重要な仕事などでは困ることもあります。

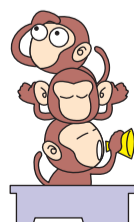
現在市では、小学4年生を対象に希望調査の上で、検査を行っています。これらの気になる症状が現れたら、早めに眼科医に相談しましょう。

印西市観光協会主催 第23回 ふるさと発見フォトコンテスト (いんざいの原風景)



休日を利用して東北の宮城県に行ってきました。旅行の途中では、石巻市にある大川小学校を訪ねました。実際に津波に流された校舎を目の当たりにすると言葉にならない光景が広がっていました。さらに驚いたのは学校自体が海岸から4kmも離れており、校舎からは海も見えない状況だったことです。私自身、津波の規模は想像を越えたものだったと思えました。ニュースでの映像を見ただけではわからないことがわかり、とても貴重な経験でした。震災から早くも三年以上が経ち記憶も薄れているところだと思いますが、本紙の先月号では防災に対する心構えなどを紹介していますので、これを参考にもう一度防災について考え直してみるのがいいでしょうか。

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

元気な食卓

223

ほうれん草のキッシュ

いろいろ食べて生活習慣病予防!

❖材料(4人分)
 ホウレンソウ1袋、玉ネギ1/2個、シメジ1パック、ベーコン80g、クロワッサン2個、塩小さじ1/5、こしょう少々、卵1個、無調整豆乳150cc、生クリーム50cc、粉チーズ10g。

❖作り方
 ① ホウレンソウは茹でて、よく絞り2cm位の長さ切る。玉ネギは薄切り。シメジはよくほぐしておく。ベーコンは2cm幅に切る。クロワッサンは小さめの一口大に切る。
 ② ベーコン、玉ネギ、シメジを炒め、塩、こしょうを入れて味付けし、しんなりしてきたら、クロワッサンとホウレンソウを入れて混ぜ合わせる。
 ③ ボウルに卵を入れてよく混ぜ、そこに豆乳、生クリーム、粉チーズを入れてよく混ぜる。
 ④ 耐熱用の器に②を入れて③を注ぎ、ふわっとラップをかけ、電子レンジ(600W)で10~13分くらい加熱する。
 ※お手軽にできるので朝食におすすめです。
 ★1人あたりの栄養価
 エネルギー 294kcal、たんぱく質 10.7g、脂質 21.6g、塩分 1.1g。
 提供...地区健康推進員のみなさん。