

- ◆帰宅困難に備えましょう…2
- ◆ま ち の 話 題…2
- ◆図書館ホームページが新しく…3
- ◆スポーツライミング 2016…4
- ◆市民アカデミー生募集…5

頑張る小中学生を表彰

小学生

個人 14 人

団体 1 組

中学生

個人 11 人

団体 5 組

印西市教育委員会は、さまざまな活動の場で一生懸命努力している子どもたちを応援するため、児童・生徒表彰を行っています。本年度の表彰式は1月29日に市役所で行い、スポーツの大会や各種コンクールなどで優れた活躍のあった25人、6団体を表彰しました。

子どもたちは緊張した表情でしたが、大木弘教育長から一人ひとりに賞状が手渡されると、喜びで目を輝かせていました。また、教育長からは「印西市の児童・生徒の模範となり、頑張ってくれたみなさんを誇りに思います。支えてくれた家族や先生に感謝し、これからも自信を持って積極的に頑張してほしいと思います」と応援がありました。(表彰を受けたみなさんの氏名などは3面に掲載。)



表彰された小学生のみなさんと大木教育長



表彰された中学生のみなさんと大木教育長

3月20日(日)

休日開庁のお休み

当日は国民の祝日のため、市内各施設で住民票などの発行ができませんのでご注意ください。
 国民課住民記録班(☎内線237)。



▲2つの調理場を持つ施設の完成イメージ▲工事の安全を願い、くわ入れをする板倉市長

現在、小中学校30校の給食は5つの学校給食センターで提供しています。これらの施設の統廃合を行い、平成29年秋からは牧の原、印旛学校給食センターと新センターの、3つの施設で提供していく予定です。

約11,000㎡の敷地を持つ新センターでは、左右対照に配置された調理場で一日3,000食ずつ、計6,000食を調理できます。衛生的な2つの調理場では、別献立も可能。ま

こんな施設です

平成29年2月の完成に向けて、「(仮称)新学校給食センター(以下、新センター)」建設工事の安全祈願祭が、鹿黒南一丁目の建設地で1月21日に行われました。

安全祈願祭が行われました

た、調理工程の見学や体験による学習もできます。

新センターのコンセプト

安全・安心の確保や食育の推進、食物アレルギーへの対応など、5つのコンセプトに基づいて整備されます。

今後の給食提供

新学校給食センター着工

子どもたちに安全・安心な給食を

大規模災害時は、むやみに移動を開始しない 帰宅困難に備えましょう

東日本大震災では、各地で多くの帰宅困難者が発生し、駅周辺では大きな混乱が生じました。大規模な災害が発生すると、公共交通機関が運行を停止し、帰宅が困難になる場合があります。しかし、徒歩での帰宅は火災や建物からの落下物により負傷する恐れがあるほか、救助活動の妨げになることがあります。 国土防災課防災班（☎内線 452）。

災害が発生したら

地震などの大災害発生時に、十分な情報がないまま徒歩帰宅を開始するのは大変危険です。災害時は、まず身の安全を確保し、できるだけ安全な場所にとどまり、落ち着いて正確な情報を収集しましょう。

▼家族の安否や自宅の無事を確認する

▼交通機関の情報や道路の被害状況などを入手する

▼周囲の状況などに応じて、どのような行動（帰宅、一時移動、待機など）が最も安全なのか判断し行動する

大切な

「口ごもからの備え」

職場や外出先で災害が発生し帰宅が困難になった場合を想定して準備をしておくことが大切です。徒歩での帰宅や一時的な避難に備え、必要な物資を準備しておきましょう。

▼職場などにスニーカーや懐中電灯、手袋、飲料水や簡易食料を用意しておく

▼家族などと安否確認方法や集合場所を話し合っておく

▼携帯ラジオを用意しておく

▼徒歩帰宅のために帰宅地図を作成しておく



いつもは快適な駅や道路も大勢が一斉に避難すると集団転倒の恐れが

知ってますか？ 災害時帰宅支援ステーション

千葉県を含む九都県市ではコンビニエンスストア、ファミリーレストラン、ガソリンスタンドなどと災害時徒歩帰宅困難者支援のための協定を結んでいます。これらの店舗を「災害時帰宅支援ステーション」といい、災害時には、水、トイレ、情報、休憩所などの提供を受けることができます。



ガソリンスタンド

このステッカーが目印です！



コンビニエンスストアなど

安否確認の方法は

複数用意を

東日本大震災では、電話がつながりにくくなり、家族の安否を確認するため多くの人が勤務先などから徒歩で帰宅しました。災害発生直後は、電話のつながりにくい状況が続くので、災害時に有効な「災害用伝言ダイヤル1171（固定電話）や「災害伝言板サービス（携帯・パソコン）」を活用しましょう。また、災害発生時は、どの連絡手段が使えるかは実際に災害が起きてみないと分かりません。安否確認の方法は複数用意しておくことが大切です。



まちの話題

地域で連携して文化財を守る

貴重な文化財を火災などの災害から守るため、市教育委員会では毎年 1 月 26 日の「文化財防火デー」に合わせて防災訓練を実施しています。

今年度は、県内最古の建造物として国重要文化財に指定されている角田地区の「栄福寺薬師堂」で、1 月 31 日に消防署や地元消防団、地域住民などが連携して、通報訓練、搬出訓練、初期消火訓練などを行いました。

訓練は境内の山林から出火し、延焼の恐れがあると想定。区長が 119 番を通報すると、地域住民が消火器で初期消火。通報により地元消防団と印旛消防署が出動し、延焼を防ぐ一斉放水をしました。



■生涯学習課文化班（☎内線 545）。

火元に向けて行われた一斉放水の訓練

あたたかい善意に感謝 市がいただいた寄付を公表します

市では平成 27 年の一年間に、次のみなさんから寄付をいただきました。いただいた寄付は、まちづくりに活用していきます（順不同・敬称略）。

寄付金

印西市舞踊連盟、東京ガス㈱千葉支社、国際ソロプチミスト東京（千歳流）、ボランティアグループ松の実会、川崎英世（東京都）、深根敏子（木下東）、菊田完男（木下）、早川和子（木下東）、中田秀久（中央南）、亀形巖（成田市）、ほか匿名希望 48 人。

物 品

（一財）藤本武弘育英会、㈱志陽堂、（一社）千葉県 LP ガス協会、東京ガス㈱千葉支社、日本医科大学看護専門学校、西の原保育園卒園児保護者会、大森保育園父母の会、木下保育園卒園対策委員会、木下保育園父母の会、内野保育園卒園対策委員会、もとの保育園卒園対策委員会、高花保育園卒園対策委員会、木刈保育園卒園対策委員会、木刈保育園父母の会、内野保育園保護者の会、原第 2 学童クラブ保護者会、大森学童クラブ保護者会、渡邊玲（発作）、近能喜弘（内野）、富田康子（木刈）。

力作ズラリ！ 明るい選挙書き初め

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

小・中学校から 1,548 点（小学生の部 1,148 点、中学生の部 400 点）もの応募があり、厳正な審査の結果、金賞 9 点、銀賞 18 点、銅賞 27 点が選ばれました。金賞に選ばれたみなさんは、次のとおり（敬称略）。



今年も力のこもった作品が並びました

小学生の部・・・▶山口千乃（原小 1 年）▶内村真悠子（滝野小 2 年）▶中島愛梨（本埜第二小 3 年）▶須藤鳳々（いには野小 4 年）▶大野倫輝（いには野小 5 年）▶井上美紀（小林北小 6 年）。
中学生の部・・・▶齋藤末緒（印西中 1 年）▶小泉友佳理（船穂中 2 年）▶田中光（小林中 3 年）。 市選挙管理委員会事務局（☎内線 442）。

牧の原小 校章・校歌が完成

昨年 4 月に開校した牧の原小学校の校章と校歌が完成し、2 月 12 日に発表会が行われました。

校章は当校の保護者でアートディレクターでもある奥山寿史さんがデザイン。未来の輝きを連想させる金色とだいたい色を基調に、児童が描いた学校のイメージを入れ込みました。校歌は印西市出身のシンガーソングライター、大野靖之さんが作詞・作曲を担当。歌詞に入れたい言葉や思いを児童から聞き取り、みんなが一つになるようにと手拍子も入っています。

発表会では、保護者や地域の人に校章と校歌を披露。全校児童で心を一つに校歌を斉唱しました。やさしく響く歌声は、末永く歌い継がれていくことでしょう。

■学務課学務班（☎内線 523）。



大野さん指揮のもと、新しい校章の前で校歌を披露しました

図書館ホームページが新しくなりました

トップ
ページ

図書館ホームページが2月12日から新しくなりました。デザインを一新して見やすくし、新しい機能も増え、ますます便利になりました。ホームページから資料を予約する機能などを利用するには、パスワードの登録が必要です。パスワードが登録できるのは印西市に在住、在勤、在学している人です。すでに使用しているパスワードがある場合はそのまま利用できます。

新しくパスワードの登録を希望する人は、申込書に必要事項を記入し、図書館カードと一緒に近くの図書館カウンターへお申し込みください。

新しい機能

パスワードがあると利用できます

1. **本棚機能** お気に入りの本などを登録。10 個の本棚を作ることができる。
2. **シリーズ予約** 上下巻本などのシリーズを読みたい順番に予約できる。
3. **メールサービス** 新着図書や返却期限などをメールでお知らせ。



アドレスが変わりました

変更後のアドレス <http://www.library.city.inzai.lg.jp/>
*スマートフォンにも対応。

各図書館までお問い合わせください。

児童・生徒表彰を 受けたみなさん

1 面の続き

小学生 個人

- 中村みずき（木下小4年）：第16回キッズコロシウム大会（関東小学生陸上クラブ交流大会）女子4年走幅跳第2位
- 篠原美咲（木下小5年）：第10回ちばキッズ陸上競技大会女子5年100m第1位
- 菅沼光咲（木下小6年）：第10回ちばキッズ陸上競技大会共通男子4×100mリレー第2位
- 古堅優生（永治小5年）：第16回キッズコロシウム大会（関東小学生陸上クラブ交流大会）男子5年走幅跳第2位
- 清水優貴（原山小5年）：第16回キッズコロシウム大会（関東小学生陸上クラブ交流大会）男子5年100m第2位
- 小澤力斗（小倉台小6年）：第10回ちばキッズ陸上競技大会共通男子4×100mリレー第2位
- 荒井夏芽（高花小6年）：第4回関東少年少女空手道選手権大会女子6年組手の部優勝
- 玉本愛佳（西の原小5年）：2015 FRIENDSHIP CUP WEEKEND サイクル個人U11第3位
- 伊藤隼人（原小6年）：第31回全国小学生陸上競技交流大会千葉県選考会小学男子走幅跳第2位
- 石井徹（六合小6年）：第31回全国小学生陸上競技交流大会千葉県選考会小学男子80mハードル第1位

小学生 団体

- 印旛ブラザーズ：日本ハム杯第17回関東学童軟式野球秋季千葉県大会優勝
- 稲葉志穂（木刈中2年）：第69回千葉県中学校総合体育大会女子2年100m第2位
- 栗山颯人（木刈中3年）：第61回全日本中学校通信陸上競技大会千葉県大会男子共通棒高跳第1位
- 森岡大智（木刈中3年）：第61回全日本中学校通信陸上競技大会千葉県大会男子四種競技第1位
- 安田光希（木刈中3年）：第69回千葉県中学校総合体育大会男子共通棒高跳第3位
- 高岡諒馬（木刈中3年）：第69回千葉県中学校総合体育大会男子共通砲丸投第3位
- 坂川広樹（木刈中3年）：第89回関東ジュニアテニス選手権大会男子14歳以下シングルス第1位

中学生 団体

- 軟式野球部（印西中）：第32回全日本少年（中学）軟式野球千葉県大会準優勝
- 陸上部男子（木刈中）：第69回千葉県中学校総合体育大会男子の部第1位
- 陸上部（木刈中）：第69回千葉県中学校総合体育大会男女総合の部第3位
- 吹奏楽部（木刈中）：第21回東関東吹奏楽コンクール中学校の部B部門金賞
- 硬式テニス部（原山中）：第69回千葉県中学校総合体育大会硬式テニス（女子団体）優勝
- 園教育総務課総務班（内線512）。

スポーツライミング 2016

日本選手権&ユース選手権

クライミング（リード競技）の日本選手権と日本ユース選手権が、松山下公園総合体育館で開催されます。

日本トップレベルのクライミングを間近で観戦し、競技の醍醐味が実感できます。

東京オリンピックの開催種目候補にもなっています。お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

●期日…3月26日(土)予選、27日(日)準決勝・決勝。

●会場…松山下公園総合体育館（浦部）。

●入場料…無料。

☎（公社）日本山岳協会（☎03-3481-2396）。

HP http://www.jma-sangaku.or.jp/。



写真はリードワールドカップの様子

場総合福祉センター。
市内在住で60歳以上の人。
定10人。
費1,300円（材料費）。
他アートプリントを施す服や小物などを持参。

アートプリント講座

スエードに似た立体感のある素材でできた絵柄を、洋服やバッグなどの小物にアイロンで貼りつけていきます。

場3月31日(木)・午前10時～11時30分。

総合福祉センター

☎(42)0144

講座・催し

お知らせ

パート I



手軽に楽しめます

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。

場3月17日(木)～30日(水)。

場フレンドリープラザ。

場フレンドリープラザ（☎468

そのほか

場3月1日(火)・午前10時から電話または直接総合福祉センター窓口で（先着順）。
場総合福祉センター。

ステンドグラス講習会

用途はいろいろ、素敵な小物入れを作ります。

場4月21日(木)・午前10時～午後1時。

場永治プラザ。

◆講師：井田紀代氏（ステンドグラス作家）。
定8人。

費2,200円（材料費）。

他軍手、エプロン、作品を持ち帰る紙袋を持参。

場3月1日(火)・午前9時から電話で左記まで（先着順）。

場永治プラザ（☎421101）。

助成金申請のコツ

場3月12日(土)・午後1時30分～4時。

場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）。
◆講師：阿部剛氏（NPO法人まつどNPO協議会理事）。

場市民活動を対象とした助成金申請のコツについて。

場市民活動やボランティアに関わる人または関心のある人。

定15人。
費無料。

場事前に電話またはメールで左記まで（先着順）。

場市民活動支援センター（☎4500-i.shiencenter

@minos.ocn.ne.jp）。

でんだいキッズセミナー

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共催で春休みに親子向けセミナーを開催します。

場4月10日は右下表参照。

場東京電機大学千葉ニュータウンキャンパス。

でんだいキッズセミナー

日時	内容	講師	定員
3月25日(金)・午後3時～4時30分	パソコンおもしろじょうほう体験	土肥紳一氏 (東京電機大学教授)	20組
3月28日(月)・午後3時～4時30分	頭がよくなる立体モデル製作	新津靖氏 (東京電機大学教授)	30組
3月29日(火)・午後3時～4時30分	『英語で遊ぼう ー楽しい英語学習体験』	穴戸真氏 (東京電機大学教授) 相羽千州子氏 (東京電機大学講師)	20組

※各日も1回完結。申し込み多数の場合は抽選。

市民農業講座

農業に理解と関心を深めていただこうと「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体験する実践的な講座です。また、露地野菜コースは親子での参加も可能ですので、農業に関心のある人のご応募をお待ちしています。

●期間…【水稻コース】5月上旬～10月下旬（約6カ月）。
【露地野菜コース】5月上旬～8月下旬（約4カ月）。

●研修日…期間中の土曜日（月2回程度）を予定。

●研修場所…【水稻コース】和泉。【露地野菜コース】竹袋。

●内容…【水稻コース】水稻の栽培講習・実習。【露地野菜コース】野菜の栽培（トマト、ナス、トウモロコシの夏野菜など）講習・実習。

●対象…①市内在住で平成28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）。露地野菜コースは親子での参加も可（小学生・中学生対象）、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れる人。

●定員…【水稻コース】10人、【露地野菜コース】10人。

●費用…各コース10,000円（研修における傷害保険料、種苗代、肥料代など）。

●申し込み…3月16日(水)までに、指定の申込用紙に必要事項を記入し、下記まで提出。申込用紙は農政課窓口で配布。市ホームページからダウンロードも可。定員を超えた場合は書類審査で決定します。

場農政課農政班（☎内線374）。



自分で作った農産物の味は格別です

駅東口をさう東側に集合。

場手賀沼に流入する最大河川大津川の流域を巡り、史跡など里山風景を楽しみ、そこに潜む外来植物の課題も見学します。

場3月9日(水)までにセンターホームページ(http://www.t2ac.org)の申込フォームから。場TDUいんざいイノベーション推進センター（☎469555）。

場無料。

場3月22日(火)・午前9時50分～午後3時30分。

場午前9時50分我孫子駅北口郵便局前、または午前10時10分柏

大津川流域の里山バス見学会

場3月22日(火)・午前9時50分～午後3時30分。

場午前9時50分我孫子駅北口郵便局前、または午前10時10分柏

市国際交流協会主催語学講座

新年度の語学講座受講者を次のとおり募集します。この機会に参加してみませんか。

◆中国語（入門クラス）
場4月5日～7月12日の毎週火曜日・いずれも午前10時～正午。場中央駅前地域交流館。

◆講師：農熙氏（中国出身）。
定15人。
費12,600円。

場印西市国際交流協会中国語講座

座担当（☎ifia.chinese8642@gmail.com）。

◆追加募集
場4月5日～7月12日の毎週火曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央駅前地域交流館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

◆講師：カナダ人女性。
場4月6日～7月13日の毎週水曜日・いずれも午前10時～正午。場中央公民館。

9日(水)、11日(金)・いずれも各クラスのレッスン時間内。

場印西市国際交流協会英語講座担当（☎ifia.english8642@gmail.com）。

◆韓国語（木曜日①初級・②中級クラス）
場4月14日～7月21日の毎週木曜日・①午前10時～正午、②午後0時30分～2時30分。場中央公民館。

◆講師：金南淑氏（韓国出身）。
定若干名。
費14,000円。

場授業見学可能日：3月10日(木)・いずれも各クラスのレッスン時間内。

場印西市国際交流協会韓国語講座担当（☎ifia.korean8642@gmail.com）。

◆各クラス共通
場3月25日(金)までに氏名、希望クラスを記入しメールで各講座担当へ。

場協会の会員は割引有り。

平成 28 年度 印西市民アカデミー 学習プログラム

回	月	午前の講座（午前 10 時～正午）	午後の講座（午後 1 時 30 分～3 時 30 分）
1	4 月	入学式・基調講演「笑外案集社会を生きるということ」	先達に学ぶ ～アカデミー卒業生による研究発表～
2		水面から学ぶ印西の歴史	歩いて学ぶ印西の歴史 ～史跡散策ウォーク～
3	5 月	印西市の福祉制度を学ぶ	ゴミ処理施設見学会 ～いかにして我が家のゴミを減らすか～
4		健康と運動～ニュースポーツを体験しよう①～	歴史を学ぶ！ドラマティック印西①
5	6 月	図書館職員体験 ～50 万冊の情報力を身につけよう～	印西市の環境政策を学ぶ
6		市民活動について学ぶ	健康と運動 ～ピラティス・ヨガの初歩～
7		順天堂大学 ～キャンパス訪問・運動効能等の講義～	介護の基本について学ぶ
8	7 月	議会の仕組みについて学ぶ	印西市の総合計画・財政計画を学ぶ
9		松戸・戸定邸で学ぶ印西の歴史	防災の総合学習（千葉県西部防災センター）
10	8 月	健康と食のバランス	歴史を学ぶ！ドラマティック印西②
11		異文化交流講座 ～共に手を取り合おう～	震災後の被災者の健康管理
12	9 月	印西の石造物 ～物語る石～	印旛沼周辺の歴史・文化・くらし（泉福寺・師戸城址等）
13		日本の技術力を学ぶ	消費生活を学ぶ
14	10 月	人権について学ぶ～千葉県人権センター（酒々井町）隣保館 本佐倉城跡～	
15		福祉体験（車いす、アイマスク、高齢者疑似）	ふるさと探検 ～印西里山巡り～
16	11 月	健康と運動 ～ニュースポーツを体験しよう②～	介護福祉の現場
17		近世の人々の楽しみにふれる ～古の旅路・三社詣を現代風に味わってみよう～	
18	12 月	作ろう食べよう郷土の味覚	みんなが幸せに暮らすために～男女共同参画社会を学ぶ～
19		郷土名物「煎餅」の歴史と焼き体験	ハッピーリタイアメント ～相続・資産管理について～
20	平成 29 年 1 月	地域の力で子どもを育てるには…	白鳥の郷で地域活動を学ぶ
21		印西地域の犯罪状況と防止について	歴史を学ぶ！ドラマティック印西③
22	2 月	行商の歴史	救命救急について
23		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」
24	3 月	地域で取り組む災害への備え	地域デビューに向けて・地域の一員としての役割
25		修了式	学習のまとめと 2 学年に向けて…最終講話

※学習プログラム内容は、変更となる場合があります。

市民アカデミー第19期生募集

仲間と共に学び合いましょ

地域でより生き生きと活動する人材の育成を目的に開設する 2 年間の講座です。1 年目は健康、福祉、人権、行政、歴史、文化、世代間交流、防災体験等多岐にわたる総合学習を行う一般教養課程。

2 年目はグループごとにさまざまな分野の学習を自主的に行う研究課程。年間を通して仲間とともに学び合い、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：原則土曜日で 25 回。

●左表のとおり（詳しくは市ホームページを参照）。

●市内在住、在学、在勤で 20 歳以上の入。

●定 30 人。

●3 月 25 日（金）までに生涯学習課、各公民館、中央駅前地域交流館の窓口へ入学願書を提出。

スポーツ

春季市民クレール射撃大会

●3 月 12 日（土）・午前 9 時～。

●雨天決行。

●成田射撃場。

●3 月 12 日現在、市内在住、在勤者。

●5,000 円（当日集金）。

●3 月 11 日（金）までに電話で左記

※申込者多数の場合は抽選。 ※詳しくは左記まで。

●生涯学習課生涯学習推進班（☎内線 541）。

へ。

※詳しくは左記まで。

●市クレール射撃協会・藤岡（☎6118）。

●第 41 回 春季市民硬式テニス大会

●4 月 3 日（日）【男子ダブルス、女子ダブルス】。4 月 10 日（日）【男子ダブルス、女子ダブルス、男子壮年ダブルス、女子壮年ダブルス】。4 月 17 日（日）【男子シングルス、女子シングルス】。

●4 月 24 日（日）【男子シングルス、女子シングルス、男子壮年シングルス、女子壮年シングルス】。5 月 1 日（日）【男子壮年シングルス、女子壮年シングルス】、いずれも午前 8 時 30 分～。

●※壮年は男子 55 歳以上、女子 50 歳以上。

●松山山下公園テニスコート、印旛中央公園テニスコート。

●市内在住、在勤、在学者、印西市テニス連盟加盟者。

●は次のとおり。

●【ダブルス】①連盟加盟ペア一組 2,000 円。②連盟加盟者と未加盟者ペア一組 2,500 円。③連盟未加盟者ペア一組 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。

●3 月 13 日（日）（必着）までに所定の申込書（松山山下公園総合体育館で配布）と参加費を添え、現金書留にて左記へ。

●※所定の申込書以外は無効。

●※大会の詳細は大会要綱（松山下公園総合体育館、連盟ホームページに掲載）を確認すること。 ※詳しくは左記へ。

子育て

子ども医療費助成 資格がなくなったら 受給券の返納を

市外に転出した場合は、印西市における子ども医療費助成の受給資格を喪失します。

また、今年度卒業を迎える中学 3 年生の生徒は平成 28 年 3 月 31 日をもって、受給資格を喪失します。

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、左記窓口または回収ボックスへ返納してください。

●返納先は次のとおり。

【窓口】子育て支援課（郵送可）、各支所市民サービス課。

【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。

●子育て支援課児童家庭班（☎内線 242）。

予防接種の接種期限に注意

●DT2 期（小学 6 年生、MR 第 2 期（就学前の年長児）の接種期限は平成 28 年 3 月 31 日です。期限を過ぎると、任意接種となり費用は全額自己負担になります。

対象者には、平成 27 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。

●中央保健センター母子保健班（☎45595）。

あなたを待っています！

『保育ボランティア』

子ども発達センターでは、赤ちゃんから 2 歳ごろまでの子どもと遊んでもらえる保育ボランティアを募集します。

●勤務時間：①水曜日・午前 9 時 30 分～午前 11 時。②月・金曜日・午前 9 時 30 分～正午。

●週に 1 日、数日働ける人で、赤ちゃんや子どもが好きな心身

ともに健康な人。

●子ども発達センター（高花保健センター内）。

●子ども発達センターを利用する子の兄弟保育（0～2 歳ごろ）。

●定 若干名。

●履歴書（写真貼付）を子ども発達センターに提出。後日詳細を連絡します。

●子ども発達センター（〒270-1342 印西市高花 2-1-15・☎406551）。

第35回佐倉朝日健康マラソン大会開催

に伴う交通規制

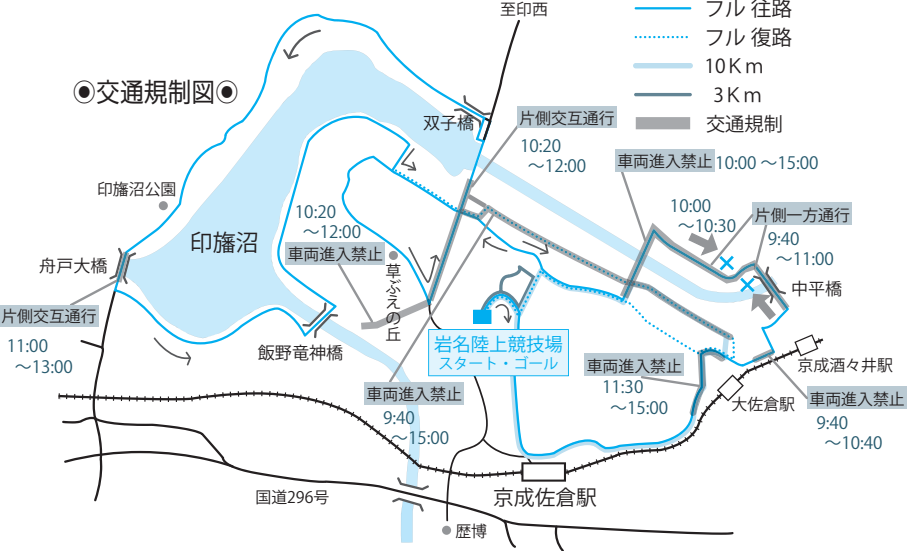
3 月 27 日（日）・午前 9 時 30 分に多くのランナーが佐倉市岩名運動公園陸上競技場をスタートします。

このため、大会当日は、フルマラソン

コースとなる

る県道千葉 臼井印西線 舟戸大橋付近、県道佐倉印西線、鎌刈師戸線、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、路上駐車禁止



お知らせ

パートⅡ

募 集

学童保育指導員（登録制）

●勤務時間：通常下校時～午後7時。土曜日と夏休みなどは、午前8時～午後7時（一日6時間程度）。
●賃金：時給850円。
●場内学童クラブ。
●心身ともに健康で、保育に対する理解が深く、熱意のある人。
●履歴書（写真貼付）と登録用紙（保育課窓口で配布、市ホームページからダウンロードも可）に必要事項を記入し、左記まで郵送または持参。
●園保育課管理班（☎内線224）。

の資格の有無は問いません。
●履歴書（写真貼付）を左記まで持参。
●園保育課保育班（☎内線223）。

非常勤職員（農政課）

●任用期間：4月から一年間。
●勤務時間：週4日、平日の午前9時から午後5時。
●賃金：920円。
●農地貸借に関する窓口業務、農地データの確認・整理、パソコン入力作業、資料整理など。
●心身ともに健康な人。
●定1人。
●3月14日（月）（必着）までに履歴書（写真貼付）を左記まで郵送または持参。

●面接日は別途通知。
●園農政課振興班（☎内線375）。

保育園非常勤職員（登録制）

●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。
●賃金：時給【保育士資格を有する人】1,100円、【看護師資格を有する人】1,160円、【資格のない人】950円。
●場市立保育園。
●保育に関すること。
●①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った人、②健康で保育の仕事に情熱を持った人（保育士

理学療法士

●任用期間：4月1日～（予定）。
●勤務時間：月に4日程度。午前9時～午後4時。
●報酬：月額17,000円。
●場子ども発達センター（高花）。
●発達に遅れのある子の療育・相談に関すること。
●小児の運動発達に理解のある健康な人。
●定若干。
●3月15日（火）（必着）までに履歴書（写真貼付）と資格証明書の写しを左記まで郵送または持参。
●場子ども発達センター（〒270-1342印西市高花2-1-5・☎406551）。

環境推進市民会議委員

市では、「印西市環境基本計画」に基づき、市民の環境保全への取り組みを推進し、行動する組織として「印西市環境推進市民会議」を設置しています。今回、欠員が生じたため委員を募集します。
●任用期間：委嘱の日～平成29年3月31日。
●会議の開催：年間10回程度（原則、毎月第3金曜日の午前中に開催。そのほか、イベントや講座、調査など）。
●市内在住で市の環境について興味があり、市民の立場から環境保全を推進していける人。
●ほかの付属機関などの委員になっている人は応募できません。
●定6人。
●3月25日（金）まで（消印有効）に応募申込書に必要事項を記入し、メール、郵送または持参。
●募集要項、応募申込書は、環境保全課、各支所、出張所、公民館、中央駅前地域交流センターで配布（市ホームページからダウンロードも可）。
●環境保全課環境保全班（☎内線364・☎kankyoutka@city.inzai.lg.jp）。

文化ホール運営会議委員

教育委員会では、文化ホール運営に関し、広く意見を聴く機関として文化ホール運営会議委員を募集します。
●任用期間：委嘱の日から2年間。
●会議の開催：年2回開催。
●報酬：月額7,500円。
●市内在住の20歳以上で文化芸術に関心があり、文化ホールの運営に関し、意見を述べる事ができる人。

司法書士による無料相談会

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 3月9日（水）午後6時～8時。
●場 中央駅前地域交流館。
●申 予約不要。
●問 千葉司法書士会佐倉支部 支部長・菊地（☎043-310-6666）。

定2人以内。

●3月20日（月）午後5時まで（必着）に応募用紙（文化ホール、各支所で配布、市ホームページからダウンロードも可）に必要事項を記入し、小論文（テーマ「文化ホールについての考え」1,200字以内）を郵送または持参。
●園文化ホール（〒270-1327印西市大森2535・☎8811）。

図書館協議会委員

図書館では、市立図書館の運営に対して意見を述べていただく図書館協議会委員を募集します。
●任用期間：平成28年6月1日～平成30年5月31日。
●会議の開催：年3回程度。
●報酬：会議1回につき7,500円。
●市内在住、在勤、在学の満20歳以上で、図書館運営に関心があり意見を述べる事ができ、図書館をよく利用し、より良い図書館とするために行動できる人。原則、平日の日中に開催する協議会に出席ができる人。※ほかの付属機関などの委員になっている人は応募できません。
●定1人。
●3月20日（月）まで（消印有効）に応募用紙（市内図書館で配布、市ホームページからダウンロードも可）に必要事項を記入し、小

市民アカデミー「地域活動過程」3期生

市民アカデミーでは、生涯学習のまちづくりに積極的に関わる人材の育成を目的に創設した「地域活動過程」3期生の募集を行います。
●地域活動を行う上で必要となる知識を学び、地域活動とはどのようなものか実践体験する内容になっています。
●4月～平成29年3月までの原則土曜日（全10回）。
●市民アカデミー卒業生・市民アカデミー新2年生。
●定20人。
●3月25日（金）までに電話で左記まで（応募者多数の場合は抽選）。※詳しくは市ホームページの募集要項を参照。
●園生涯学習課生涯学習推進班（☎内線541）。



ミニ・ガイドパートⅠ

子育て応援講演会

●3月15日（火）①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分。
●場 ふれあい文化館。
●講師：永野むつみ氏（人形劇団主宰者）。
●①乳幼児期編、②思春期編。
●定①保育希望者10人（先着順）。
●費いずれも1,000円（参加費）。
●申事前に左記へ。
●園NPO法人いんざい子ども劇場・清宮（☎/FAX466287）。

セザンヌ会絵画展

●3月27日（日）まで・午前9時～午後5時。
●場 小倉台図書館。
●園セザンヌ会会長・長尾（☎461735）。

ひなまつり茶会

●3月5日（土）午前10時～午後3時。
●場 青糸庵（高花6丁目18-7）。
●園おひなさまの茶碗ほか春の雰囲気ゆたかに。
●費無料。
●申3月4日（金）までに左記へ（先着順）。
●園宮本（☎470009）。

里山散策会「春風を感じて」

●①3月8日（火）、②3月24日（木）①②いずれも午前9時30分。
●場 ①東武野田線馬込駅集合、②京成電鉄大神宮下駅集合。
●園①木下街道に沿って歩き史跡を探します、②海老川の自然と市街地に残る史跡などを巡ります。
●定どなたでも。
●定①②いずれも30人程度。
●費100円（保険料・資料代）。
●他飲み物、弁当（①のみ）、持っている人は双眼鏡を持参。
●園印西ウエットランドガイド・阿部（☎/FAX471455）。

時代劇、知ったかぶり

●3月13日（日）午前10時。
●場 小林コミュニティプラザ。
●講師：蔵元三四郎氏（ドラマ作家、日本放送作家协会会員）。
●園時代劇の裏話、ネタなど。
●費700円（参加費）。
●申事前に左記へ。
●園印西歴史愛好会・志賀（☎090467215493）。

第5回印西少女合唱団定期演奏会

●3月21日（祝）午後1時30分。
●場 文化ホール。
●園童謡、唱歌四季メドレーほか、合唱アカデミー参加者出演、ゲスト若松欽氏（作曲家）。
●園印西少女少女合唱団・榎戸（☎/FAX471985・☎inzai@shoudan@yahoo.co.jp）。

師戸城歴史セミナー

●3月13日（日）午前10時～午後0時30分。
●場 県立印旛沼公園駐車場。
●園師戸城の講義と園内の案内。
●定20人。
●費無料。
●園（株）塚原緑地研究所・森（☎043-2791805）。

健康マージャン初心者教室

●3月18日（金）午前9時30分。
●場 ふれあいセンターいんば。
●講師：福島直次郎氏（日本健康麻将協会レッスンプロ）。
●園3カ月特別講座。
●費1,000円（参加費）。
●園印西ふれあい健康マージャン会・事務局（☎090123315104）。

第45回ボランティアグループ松の実会おどりの会

●3月6日（日）午前10時30分。
●場 文化ホール。
●費無料。
●園松の実会会長・小名木（☎422403）。

国勢調査へのご回答
ありがとうございました

昨年 10 月 1 日を基準日に実施した、平成 27 年国勢調査の速報が総務省統計局から公表されました。

東日本大震災後初めての国勢調査であり、流出入が注目されていた人口は 92,684 人で、前回調査に比べ 4,508 人増加しました。世帯数も 32,583 世帯で、前回調査に比べ 2,961 世帯増加しています。

今後、6 月に抽出速報集計、10 月に人口等基本集計、平成 29 年 4 月に就業状態等基本集計が順次公表される予定です。

詳しくは、総務省統計局のホームページ【<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2015/>】をご覧ください。



国勢調査速報

印西市	平成 27 年	平成 22 年
人口総数	92,684 人	88,176 人
世帯数	32,583 世帯	29,622 世帯

※平成 27 年は速報値、平成 22 年は確定値。

図情報管理課文書統計班（☎内線 593）。

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

国民健康保険税や後期高齢者医療保険料を、現在、年金から特別徴収されている人は、平成 27 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。

なお、7 月に平成 28 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。

国民健康保険税の課税限度額（☎内線 284）、高齢者医療年金班（☎内線 289）。

平成 28 年度国民健康保険税の
課税限度額改正

地方税法施行令の一部を改正する政令の公布に伴い、市の条例が改正され、平成 28 年度分の

国民健康保険税の課税限度額改正

区分	改正前 (平成 27 年度)	改正後 (平成 28 年度)
医療分	51 万円	52 万円
後期高齢者支援金分	16 万円	17 万円
介護分	14 万円	16 万円
合計（年税額）	81 万円	85 万円

国民健康保険税の課税限度額（課税の上限額）が右表のとおり変更となります。

なお、国民健康保険税が限度額に達していない世帯は、今回の改正による影響はありません。また、今回の改正により影響を受ける所得階層は、家族構成や年齢により異なります。

国民年金課資格保険税班。
学生納付特例の簡素化

現在、学生納付特例制度により、国民年金保険料を納付猶予されていて、平成 28 年度も引き続き在学予定の人へ、3 月下旬にはがき形式の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、必要事項を記入するだけで申請できます。

なお、はじめて学生納付特例の申請をする人は、学生証コピー（両面）または在学証明書添付の上、申請が必要です。

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るのでご注意ください。

また、平成 28 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、左記まで。

国民年金課資格保険税班（☎047-424-8811）、市国民年金課高齢者医療年金班（☎内線 299）。

住民登録は
正しく行われていますか

住民登録は、氏名、生年月日、性別、住所、世帯主との続柄などが記録され、住民票や転出証明書の発行、小・中学校の就学、選挙人名簿の登録、国民健康保険、国民年金などの各種行政サービスを受けるための基礎となるものです。

これらの行政サービス確実に受けられるようにするため、引っ越しなどで住所を移した人は、住民登録の届出を速やかに行ってください。

図市民課住民記録班（☎内線 237）。

国民年金納付期限と
使用期限、後納制度

【納付期限と使用期限】

国民年金保険料の納付書には納付期限と使用期限があります。毎月の保険料納付期限は原則として翌月末日ですが、「使用期限」は納付期限から 2 年後です。

【国民年金後納制度】

使用期限までに納付できなかった人が納付を希望する場合は、過去 5 年分が納付可能です。詳しくは左記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。

専用ダイヤル（☎0570-011-050）、船橋年金事務所（☎047-424-8811）。

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

国民健康保険に加入している人が、職場の健康保険に加入、または健康保険の被扶養者になったとき、国民健康保険の資格喪失の手続きが必要です。資格喪失の手続きをしないと、引き続き保険料が課税され、医療費の精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】は次のとおり。

①新たに加入した健康保険証。

広報いんざいが直接送付されているみなさま
引越しの際はご連絡を

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』が新聞折込以外（戸別投函、ゆうメール）で届けられている人で、引っ越しなど、住所が変わる場合は広報広聴課広報広聴班までご連絡をお願いします。

なお、市外に転出した人は直接送付できませんので、ご理解ください。
図広報広聴課広報広聴班（☎内線 418・FAX④ 1150・✉kouhouka@city.inzai.lg.jp）。

ミニ・ガイド
パートⅡ

■裸婦デッサン会体験教室

時 3 月 16 日（水）午後 1 時～5 時。
場 中央駅前地域交流館。
内 プロモデルを描くデッサン会。
費 無料（1 回のみ）。
他 筆記用具、紙、イーゼルを持参。

申事前に左記へ。
図カトレアデッサン会・横山譲（☎④ 1688・☎080-5056-1842）。

■ボイスカウト印西白井第 1 団入団説明会

時 3 月 26 日（土）午後 1 時～3 時。
場 中央駅前地域交流館。
対 年長～小学 5 年生。
費 無料。

図ボイスカウト印西白井第 1 団・佐藤（☎090-9015-6762・✉inzaishiro1@yahoo.co.jp）。

※午後 6 時以降。

■ボイスカウト印西白井第 2 団入団説明会

時 3 月 6 日（日）午前 10 時。
場 中央駅前地域交流館。
対 幼稚園年長～小学生。
費 無料。

図ボイスカウト印西白井第 2 団・鶴澤（☎④ 0396・✉bsinzaishiro2@gmail.com）。

■「ジュニシックids サークル」会員募集

時 木曜日・午前 9 時 15 分～10 時。
場 ふれあい文化館。
内 菊地先生、福田先生による元気いっぱい楽しいリトミック。
対 1 歳 6 か月～4 歳。
費 体験、見学は無料。
申事前に左記へ。

図松林（✉it39kids@yahoo.co.jp）。

■キャンパスの会油絵展示会

時 3 月 11 日（金）～25 日（金）午前 9 時～午後 5 時。
場 ふれあい文化館。
内 春をテーマにした展示会です。
費 無料。

図吉水（☎・FAX④ 3342）。

■不登校・ひきこもりの子どもを持つ親の会「からふる」

時 3 月 17 日（木）午前 10 時 30 分～午後 2 時 30 分。
場 中央駅前地域交流館 2 号館。

内 同じ悩みを持った親同士で、相談し悩みを解消します。
対 不登校、ひきこもり、発達障害、摂食障害のお子さんを持つ家族。
費 300 円（お菓子代）。

申事前に左記へ。
図 MT ねっとわーく・みなと（☎080-6897-0220・✉hereandnown@yahoo.co.jp）。

■原っぱの会の里山クリーン活動と保全活動

時 ① 3 月 6 日（日）、② 27 日（日）。いずれも午前 9 時 30 分～11 時 30 分。
場 ① 中央駅前地域交流館、② 白井市福祉センター第二駐車場。

内 ① クリーン活動、② 保全活動。
費 100 円（保険料）。
他 長ズボン、長袖で運動靴。

申事前に左記へ。
図 NPO 法人谷田武西の原っぱと森の会・矢野（☎080-5087-7235・✉ymhara.ppa@yahoo.co.jp）。

■親子ビクス会員募集

時 毎週末曜日・午前 10 時～11 時 30 分。
場 桜台センターレクホール。

内 楽しく体を動かします。
対 1 歳～就園前の親子。
他 室内シューズ、タオル、飲み物を持参。

図佐々木（☎090-7286-4319）。

お知らせ

パートⅢ

福祉

こんにちは若者訪問相談

【3月24日(木)・午後2時～3時30分】

【日常生活の困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【市内在住で15歳～39歳の家にひきこもりがちな人とその家族。】

【事前に左記まで。】

【障害がい福祉課障がい福祉支援班(☎内線266)】

自死遺族支援「対面相談」

【3月18日(金)・午後1時～4時】

【場千葉県印旛合同庁舎2階】

【大切な人、愛する人を自死でなくされた人の個別相談(面接50分、継続相談有り)】

【大切な人を自死でなくされた人(原則千葉県在住の人に限定)】

【※精神科治療を受けている人は治療者の了解を得てください。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

中途失聴者・難聴者のための手話学習会・談話会

【手話学習会】3月5日(土)・【談話会】3月27日(日)・いずれも午後1時30分～4時

【手話学習会】佐倉市中央公民館、【談話会】八街市中央公民館

【一般(聞こえに関係なく)】

【たても参加できます】

【無料(初参加者はテキスト代1,000円)】

【他要約筆記(話し手の言葉を要約して書き、スクリーンに映すなど)で聞こえのサポートをします。】

3月1日(火)～7日(月) 春の火災予防運動にご協力を

『無防備な心に火災がかくれんぼ』を全国統一

防災標語として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。

【防災課防災班(☎内線454)】

約して書き、スクリーンに映すなど)で聞こえのサポートをします。

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

広報いんざい・議会だより

i広報紙を始めませんか？

スマートフォンなどで使えるアプリ「i広報紙」で広報いんざいと議会だよりをいつでも、どこでも読むことができます。



QRコードからもダウンロードできます。

■始めるのは簡単です

App Store・Google Play から「i広報紙」を検索しダウンロード。

お住まいの地域のほか、簡単な設定をします。

広報紙が画面のトップに表示されます。最新の広報紙も配信されます。

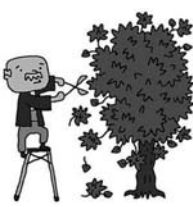
■こんな使い方もできます

- 1 かんたん ホーム画面からタッチ一つで最新号が見られます。
- 2 スクラップ 気になる記事は画像で保存。そのままSNSでシェアもできます。
- 3 プッシュ通知 発行日にはスマートフォンなどに通知が届きます。

※このアプリケーションは㈱ホープが作成したものです。広告が掲載されますが、印西市とは関係ありません。

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

i 広報紙の利用やシステムの質問は㈱ホープ(☎092-716-404)。



【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

出張！なんでも鑑定団 in 印西

開催日時… 5月21日(土)・午後1時～3時

開催場所… 文化ホール

テレビ東京バラエティ番組「開運！なんでも鑑定団」がやってきます。あなたのお宝をお待ちしています。観覧者も募集中。



お宝募集

- ▶応募方法…指定の申込書に必要事項を記入し、鑑定依頼品の写真を添え、企画政策課まで郵送または持参。
- ※申込書や詳細は、市ホームページや公共施設などで配布しているチラシを参照。
- ※申込書は鑑定品1点につき1枚必要。開催日に出場可能な人に限ります。古物売買免許のある人はご遠慮ください。
- ▶応募締切…3月18日(金)(必着)。

美術品からお菓子のオマケまで時代、ジャンルは問わず何でもご応募ください。隠れたお宝が見つかるかも!?

観覧募集

- ▶応募方法…往復はがきに必要事項を記入し、下記まで郵送。はがき1枚につき2人まで応募できます。
- ※応募者多数の場合は抽選。
- ▶応募締切…4月21日(木)(消印有効)。
- ▶抽選結果発表…5月上旬に返信はがきでお知らせします。
- 【困りごとについて精神保健福祉士が訪問相談に伺います。】

観覧応募「往復はがき」記入要領

往信オモテ

郵便往復はがき

52円

往信

印西市大森 2364-2

印西市役所企画政策課

「出張！なんでも鑑定団 in 印西」観覧係

〒270-1396 印西市大森 2364-2 ☎内線 473

返信ウラ

※この面は白紙のまま

返信オモテ

郵便往復はがき

52円

返信

観覧希望者(代表者)の郵便番号

住所

氏名

往信ウラ

観覧希望

氏名

①

②

①の連絡先住所: 電話番号:



いんざい花祭り

～ 市内の花の情報発信中 ～

花咲くまちづくりにつながる活動の状況や、活動支援情報をまとめて市ホームページに掲載しています。

また、千葉県立北総花の丘公園の緑の相談員さんから、いんザイ君が教えてもらった旬の花情報も月 1 回の更新で掲載中です。

なお、市民のみなさんからの投稿ページ「いんザイ君の花アルバム」では随時作品を募集しています。自慢の花壇、お庭などを投稿してみませんか。

📧 投稿者ご自身（またはご家族）が栽培した花壇など。
📄 作品タイトル・名前（匿名・イニシャル可）・撮影日・栽培にまつわるコメントやエピソードを記入し、投稿する花の画像を添付してメールで下記まで。
📍 ふるさとづくり推進課（☎内線 464・✉ furusatoka@city.inzai.lg.jp）。

そのほか

犬・猫 譲渡会
📅 3 月 27 日(日)・午前 11 時～午後 1 時 30 分。
📍 北総花の丘公園 Bゾーン。
🔒 保護している犬・猫たちの新しい家族を見つけます。
🐾 動物の持ち込み不可。動物の引き取りは一切していません。
📍 どうぶつ福祉の会 アニマルサポート・ノア（📧 <http://asn.oah.noor.jp>）。

自転車交通安全教室
📅 3 月 12 日(土)・午前 10 時～11 時。
📍 中央駅前地域交流館 2 号館。
📌 講師：印西警察署交通課職員。
🚲 自転車の交通ルール、マナーを学びます。
🏠 市内在住、在勤、在学者。定員 30 人。
📍 不要。
📍 市民安全課市民安全班（☎内線 712）。

次期中間処理施設に関する検討結果説明会
📍 印西地区環境整備事業組合の附属機関である「次期中間処理施設整備事業施設整備基本計画検討委員会」と「次期中間処理施設整備事業地域振興策検討委員会」が、事業の推進にあたり具体的な協議内容や検討結果の説明会を開催します。
📅 3 月 6 日(日)・午後 1 時～（2 時間程度）。
📍 印西クリーンセンター 3 階。
📌 次期中間処理施設「施設整備基本計画」、「地域振興策」に関する検討結果の説明会。
📍 関係市町（印西市・白井市・栄町）に在住の人。
📌 他両検討委員会の詳細は、印西地区環境整備事業組合ホームページ（📧 <http://www.ink-an-jk.or.jp>）を参照。
※詳しくは左記へ。
📍 印西地区環境整備事業組合印西クリーンセンター・次期施設推進班（☎ [462734](tel:462734)）。

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、公式ホームページ（<http://www.city.inzai.lg.jp/>）のトップページに掲載する、バナー広告を募集しています。

●掲載料…次のとおり。

【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。

●申し込み方法…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、下記まで提出してください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

📍 広報広聴課広報広聴班（☎内線 418）。

防災行政無線無料テレホンサービス（☎ 0800—800—0864）

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（☎ [462900](tel:462900)）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。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】
b@inz.171k.jp

利用する通信機器から上記のアドレスに「空」メールを送信してください。詳細は、市ホームページおよび市防災ホームページに掲載。

📍 防災課防災班（☎内線 454）。



QR コードも
利用できます

がいこくじん 外国人のみなさんへ

～市の税金を払うには②～

市の税金の払い方について説明します。

よくわからない人は、最後に書いてある連絡先まで電話してください。

【国民健康保険税】

(1) 払い方
会社の保険に入っていない人は、印西市の国民健康保険に入り、国民健康保険税を払います。0 歳から 74 歳までの人は、医療分と後期高齢者支援金分を払います。40 歳から 64 歳までの人は、介護分が加算されます。払う人は、世帯主です。7 月の中旬に、市役所から納税通知書を世帯主あてに送りますので、7 月、8 月、9 月、10 月、11 月、12 月、次の年の 1 月、2 月の年 8 回で払ってください。

なお、世帯主と国民健康保険に入っている人が、65 歳から 74 歳までの世帯で、世帯主が年金をもらっている場合は、国民健康保険税を年金から引きます。

(2) 払う場所
納付書をもって、印西市役所本庁・支所・出張所、納税通知書に書いてある金融機関、ゆうちょ銀行・郵便局、「pay-easy（ペイジー）」対応の ATM、インターネットバンキング、コンビニエンスストアで払ってください。

(3) 便利な払い方
銀行などに口座がある人は、「口座振替」（銀行などがあなたの口座から税金を払うしくみ）が便利です。

それには、口座振替が始まる日の 2 カ月前までに、通帳・通帳印・納税通知書をもって、銀行などの窓口で申し込む必要があります。

●連絡先
📍 国民健康保険税について 国保年金課（☎内線 281）。

For Foreigners

“How to Pay Municipal Taxes ②”

With regard to payment of municipal taxes , refer to the following.
For more details, please contact the following Division.

【National Health Insurance Premiums】
(1) How to Pay Social Insurance Premiums
Those who do not enter any employees' health insurance system must enter the national health insurance system of Inzai City and pay the premiums.For persons aged 0-74 years, it is required to pay the portion of medical care and health care for latter-stage elderly.
For persons aged 40-64 years, the portion of nursing care is added.Each householder must pay the premiums as above.
A tax notice will be sent from Inzai City Office in the middle of July every year. Please pay the premiums on the installment (in July, August, September, October, November and December this year, and January and February next year).
If a householder/insured person(s) are 65-74 years old and the householder receives the national pension, the payment of the premiums is subject to the taxes withholding.

(2) Place of Payment
Please pay the premiums with your payment statement at Main Office or Branch Offices of Inzai City, or Banks, Japan Post Bank or convenience stores, or through ATM available for “pay-easy” or internet banking (as described in the tax notice).

(3) Convenient Payment
If you have a bank account, “bank transfer” system (one of payment systems that any bank pays the taxes from your bank account) is convenient.
In this case, you are required to apply for it at the counter of banks, etc. with your bankbook, seal and tax notice not later than two months prior to the transfer date

●Inquiries●
【For National Health Insurance Premiums】National Health Insurance and National Pension Division (ext. 281).

☆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)	18 日(金) 10：15～	3 月の誕生会	☎ 3 月生まれの 0 歳～未就園児とその保護者。☎ 3 日(木)・10：00～17 日(木)までに電話または窓口で。当日はカード作りがあります。
	2 日(水) 10：30～11：15	にこにこハッピー & すこやかキッズ	☎ H24 年 4 月 2 日～H27 年 4 月 1 日生まれの子とその保護者。☎自由参加。※詳細は「たけのこ」を参照。
小林子育て支援センター (☎80 8700)	1 日(火)、8 日(火)、 15 日(火) 10：00～	バブバブクラブ	テーマ「おしゃぶりについて」。そのほかの質問も受け付けます。☎ 3 カ月～1 歳 6 カ月児とその保護者。☎当日受け付け。
	17 日(木) 10：30～	お別れ遠足	浅間山公園へ、お弁当を持って遠足に出かけましょう。☎当センター利用者(保護者)。☎ 20 組。☎電話または窓口で。
こぎつねコンタの広場 (ふれあい文化館内☎45 3800)	毎週水～金曜日 9：00～14：00	簡単クラフト 元気に遊ぼう お話シアター	親子で遊べる場所を提供。2 日(水)・16 日(水)簡単クラフト。3 日(木)・10 日(木)元気に遊ぼう。毎週金曜日（25 日は除く）お話シアター。
	9 日(水) 10：00～11：00	ほっぺにチュッ！	新聞紙や洗濯ばさみで遊ぼう。☎ 1 歳 6 カ月～未就学児とその保護者。☎ 20 組。☎ 1 日(火)・10:00～電話または窓口で。
わくわくぼかぼか広場 (総合福祉センター内 ☎42 0144)	毎週水～金曜日 9：00～14：00	わくわくぼかぼか広場	親子で遊べる広場。※詳細は「わくわくたより」を参照。
	4 日(金) 10：00～11：00	わんぱくタイム	手遊びや運動遊びなど。☎ 0 歳～未就園児とその保護者。※詳細は「わくわくたより」を参照。
マメタのぼんぼこ広場 (いんば児童館 ☎80 3950)	3 日(木)、10 日(木)、 23 日(水)、30 日(木) 10：00～12：00 13：00～15：00	年度のしめくりに 「手形・足形」を	親子で遊べる場所やコーナー遊びができる広場。広場は毎週水～金曜日・10：00～15:00 開催。☎未就学児とその保護者。☎自由参加。※詳細は「ぼんぼこ通信」を参照。
	2 日(水)、11 日(金)、17 日 (木)、25 日(金)、31 日(木) 11：40～11：55	おはなしわーど 「人気のおはなし スペシャル」	

★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)	12 日(土)、26 日(土) 9：00～16：30	みんなでカラオケデー	高齢者やお友だちと交流しましょう。☎ 4 歳～18 歳未満とその保護者(未就学児は保護者同伴)。☎自由参加。
	5 日(土)、19 日(土) 13：00～15：00	レクホールであそぼう	バドミントンや輪車、ドッジボールで体を動かして遊ぼう。☎小学生～18 歳未満。☎上履き持参。☎自由参加。
そうふけ児童館 (☎45 3800)	12 日(土)、13 日(日) 10：00～11：00 13：00～15：00	工作広場	時間割表を作ろう。☎小学生。☎自由参加。
	26 日(土)、27 日(日) 10：00～11：00	児童館ナビ	児童館の使い方を知ろう。☎新 1 年生とその保護者。☎自由参加。
子どもふれあいセンター (☎42 0144)	11 日(金) 10：00～11：30	クラフトバンドで小物入れを作ろう	☎子育て中の保護者。☎ 10 組。☎ 1 日(火)・9:00～電話または窓口で(先着順)。※託児有り。
いんば児童館 (☎80 3950)	16 日(水) 10：00～11：30	ゆるりカフェ	☎乳幼児とその保護者。☎ 30 組。☎ 150 円。☎コーヒ―、紅茶などのお茶セット。☎自由参加。
	17 日(木) 14：15～15：40	キラキラキッズ	ボンボンマスコット作り。☎ 4 歳以上の子とその保護者、小学生。☎ 20 人。☎ 14:00 から受け付け(先着順)。

★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
4 日(金)	サザンプラザ	親子ふれあい遊び	中央駅前地域交流館 (☎46 5111)
8 日(火)	西の原公園	伝承遊び	西の原保育園こあら (☎45 0291)
16 日(水)	草深公園	作って遊ぼう！	小林子育て支援センター (☎80 8700)
23 日(水)	木下はなみずき公園		
18 日(金)	滝野公園	フープで遊ぼう！	滝野子育て支援センター (☎97 1822)

※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。

施設名	日時(祝・休日除く)	事業名	対象・持ち物 など
滝野子育て支援センター (☎97 1822)	23 日(水) 10：30～	2 月、3 月の誕生会	誕生カード作りやお祝いタイム。☎ 2 月、3 月生まれの 0 歳児～未就園児とその保護者。☎ 1 日(火)・10：00～電話または窓口で。
	毎週火～金曜日 (主催事業日を除く) 11：00～11：20	ぼっかぼかタイム	リズム遊び、手遊び、お話シアターなど。☎ 0 歳児～未就学児とその保護者。☎自由参加。
つといの広場 (そうふけふれあいの里内・☎47 7880)	11 日(金) 10：30～12：00	母親講座 「救急救命講座」	◆講師…牧の原消防署救命救急士。☎ 6 カ月～未就学とその保護者（保育有り）。☎ 13 組。☎無料。☎ 1 日(火)・9 時～窓口でのみ。
	初回 4 月 21 日(木) 11：00～11：30	親子で遊ぼう！ 「チェリーランド」	1 年間の予約講座（毎月 1 回・全 12 回開催）。☎ 1 歳 6 カ月～未就学児とその保護者。☎ 25 組。☎ 1 日(火)・9：00～窓口でのみ。
西の原保育園こあら (☎45 0291)	1 日(火) 10：30～11：30	ひなまつり集会	歌やアトラクション、ひなまつり御膳の制作。☎ 0 歳～未就学児とその保護者。☎自由参加。
	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、制作、絵本の読み聞かせなど。☎(月) 2 歳～未就学児、(水) 1 歳児、(金) 0 歳児とその保護者。☎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	製作・ふれあい遊び、英語など親子で楽しめるさまざまな活動を行います。園庭開放日もあります。※詳細は「てんとうむしだより」を参照。
		子育て相談 &身体測定	常勤の看護師による子育てや健康の相談。
しおん保育園 (しおんひろば ☎46 1349)	毎週水曜日 (30 日を除く) 10：00～10：30	ゴスペル リトミック Joy	ゴスペルシンガー講師の歌声と伴奏に合わせて、親子で歌や踊りを行います。☎全年齢。
	毎週月～金曜日 ① 11：00～12：00 ② 12：00～13：00	①園庭開放 ②ランチタイム	①保護者の責任のもと、指定された玩具や砂場で遊べます。②室内または園庭でランチを食べられます。※ひろばは 10：00～15：00 開放。
山ゆり保育園 (びよびよくらぶ☎98 3773)	3 日(木) 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。☎自由参加。
	8 日(火) 11：00～11：30	お誕生会	3 月生まれのお友だちをお祝いしましょう。☎ 0 歳～未就学児とその保護者。☎自由参加。
銀の鈴保育園 (すずっこくらぶ・☎47 7566)	毎週火曜日 (29 日を除く) 10：30～14：00	栄養相談	栄養士による講座と試食会。※詳細はホームページを参照。
	毎週水曜、木曜日 (10 日、30 日、31 日を除く) 10：00～14：00	子育て支援	園庭開放、製作・絵本・紙芝居の読み聞かせなどを行います。※詳細はホームページを参照。
牧の原宝保育園 (さくら広場・☎49 4011)	1 日(火)、4 日(金)、8 日(火)、 12 日(土)、14 日(月)、25 日 (金)、28 日(月) 10：00～11：30	子育て支援	1 日わらべうた、4 日リズム&体育、8 日ホップステップス、12 日園庭遊びとしゃぼん玉、14 日はぶばぶ～よちよち、25 日おいっちゃんー 28 日お誕生会&お楽しみ会。
	① 7 日(月)、18 日(金)、 ② 11 日(金)、③ 22 日(火) 10：00～11：30	講座	①教えてナースさん、②ベビマ、③ベビータンス。☎②③ 10 組。☎②③ 300 円。☎②バスタオル持参、③抱っこひも持参。☎電話または窓口で先着順。
草深こじか保育園 (ちゅうりっぷルーム・☎36 5161)	2 日(水)、4 日(金)、7 日(月)、9 日(水)、 11 日(金)、14 日(月)、 16 日(木)、18 日(金) 10：30～11：30	作って遊ぼう	トイレットペーパーの芯を使い動物を作ってお散歩しましょう。
	16 日(水) 13：00～14：30	ほっこりタイム	園長先生に子育ての悩みなどを相談できます。☎ 2 組。☎要予約。

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。
 3 月の日程は下記のとおりです。

会 場	日 時
大森図書館（おはなし室）	13 日(日)、27 日(日)・11：00～
小林図書館（遊戯室）	26 日(土)・10：30～
そうふけ図書館（おはなしのへや）	19 日(土)・15：00～、 12 日(土)、26 日(土)・11：00～
小倉台図書館（おはなし室）	毎週木曜日・15：30～
印旛図書館（いんば児童館）	24 日(木)・11：40～
本埜図書館（おはなしコーナー）	19 日(土)・10：30～

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（司法書士）による、 相続、離婚などの日常の諸問題	11 日(金)、22 日(火) 先着 8 人 10：00～12：00、13：00～15：00 電話受付【11 日は 4 日(金)・22 日は 15 日(火) 8:45～】	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	11 日(金)、22 日(火) 10：00～12：00、13：00～15：00 電話受付【11 日は 4 日(金) 8:45～ 先着 10 人】 【22 日は 15 日(火) 8:45～ 先着 20 人】		市民安全課市民安全班 ☎内線 712・713
交通事故相談 交通事故相談員による相談	11 日(金) 交通事故相談、行政相談、人権相談 10：00～12：00、13：00～15：00 いずれも電話受付【4 日(金) 8:45～】 ※予約に空きがあれば当日受け付け可		広報広聴課広報広聴班 ☎内線 418・419
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			市民課戸籍班 ☎内線 232・233
人権相談 人権相談員によるいじめ、差別、プ ライバシー侵害などの相談			
消費生活相談 消費生活相談員による商品品質、訪 問販売の苦情などの相談	毎週月～金曜日 9：30～12：00、13：00～16：30 【電話相談也可】	市役所附属棟 2 階	印西市 消費生活センター ☎ ⁴² 3306
若者サポートステーション出張相談 職業的自立を目指す若者（15～40 歳未満）や引きこもりに悩む若者の 保護者などを対象とした無料相談	24 日(木) 10：00～12：00、13：00～17：00 【電話で要予約】	市役所会議棟 2 階 201 会議室	ちば北総地域若者 サポートステーション ☎ ²⁴ 7880
住宅相談 商工会建設業部会によるリフォーム などの相談	13 日(日) 10：00～12：00、13：00～15：00 【事前予約優先】	印西市商工会館 1 階会議室	印西市商工会 ☎ ⁴² 2750
家庭児童相談、母子・父子 自立支援相談 相談員などによる、18 歳までの子ど もや母子・父子家庭についての相談	毎週月～金曜日 9：00～16：00 【電話相談也可】	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	毎週水、金曜日 10：00～12：00、13：00～15：00	総合福祉センター	社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎ ⁴² 0294
教育相談 教育相談員による小・中学校の教育 に関する相談	毎週月～金曜日 9：30～12：00、13：00～15：30	教育センター	教育相談専用電話 ☎ ⁴⁷ 7830
子ども相談室 小・中学生からの悩み相談	毎週月～金曜日 9：30～12：00、13：00～17：00		
女性の悩み相談 女性が抱えている悩み全般	3 日(木)、17 日(木) 10：00～12：00、13：00～16：00 【予約制・1 人 50 分・電話相談也可】	市役所会議棟 2 階	家庭児童相談室 ☎ ⁴² 5180
障害者就労支援相談 障害者就労支援相談員による相談	毎週火曜日 10：00～12：00、13：00～16：00 【電話相談可】	市役所 1 階 障がい福祉課	障がい福祉課 ☎内線 269
がいこくじん 外国人のための無料相談 むりょうそうだん	じゅういちにちきんようび 11 日・金曜日・9：00～16：00 じぜん でんわ せやく 事前に電話で予約してください	しやくしよ かい 市役所 3 階 企画政策課	きかくせいさくかきかくせいさくはん 企画政策課企画政策班 ☎ ⁴² 5111 内線 472

今月の市民課窓口業務の土曜・日曜開庁日程

※3月20日(日)は国民の祝日のため、お休みします。

- 市役所本庁…12 日(土)・26 日(土)・（8：30～17：15）。
- 印旛支所…毎週土曜日・（8：30～12：00）。
- 中央駅前出張所…5 日(土)・19 日(土)・（8：30～17：15）。
- 滝野出張所…毎週土、日曜日・（8:30～17:15）。

保健センター通信

中央保健センター（☎☎ 5595）

●健康づくり相談（血圧測定、生活習慣病予防、栄養相談など）※予約制

日 付	会 場	時 間
3 日(木)	中央保健センター	10：00～12：00
7 日(月)	本埜保健センター	
14 日(月)	ふれあいセンターいんば	
16 日(木)	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。

●プレマクラス 申込先☎☎ 3800

日 付	会 場	内 容	時 間
3 日(木)	高花保健センター	お母さんと赤ちゃんの栄養（講話、調理実習、ランチ会など）	10：15～14：00
7 日(月)		プレママ子育て体験（沐浴指導、おむつの替え方、おっぱいのあげ方など）	13：15～16：00

※市内在住の初妊婦とご家族。申込制、定員 24 人。

●ふたごの会（Twin 会） 申込先☎☎ 3800

日 付	会 場	内 容	時 間
10 日(木)	ふれあいセンターいんば	遊びながらお話をしたり、情報交換ができます	10：00～11：00

※市内在住の双子以上の妊婦とその子ども。自由参加。

●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、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

日 付	内 容	対 象	会 場	時 間
11 日(金) 15 日(火)	4 カ月児相談	H27 年 10 月生まれ	中央駅前地域交流館 1 号館 高花保健センター	受付 9：30～9：45 開始 9：30～
17 日(木)	もぐもぐ教室（離乳食教室）※	H27 年 7 月～8 月生まれ	中央駅前地域交流館 1 号館	受 付 9：45～10：00 開始 10：00～
1 日(火) 10 日(木) 16 日(火)	1 歳 6 カ月児健診	H26 年 9 月生まれ H26 年 8 月～9 月生まれ H26 年 7 月～9 月生まれ	高花保健センター ふれあいセンターいんば 中央保健センター	受付 13:00～13:15 開始 13:00～
4 日(金) 8 日(火)		H25 年 9 月生まれ	高花保健センター ふれあいセンターいんば	
14 日(月)		H25 年 8 月～9 月生まれ	中央保健センター	
2 日(木) 9 日(木) 23 日(木)	3 歳児健診	H24 年 7 月～9 月生まれ H24 年 8 月～9 月生まれ H24 年 9 月生まれ	本埜保健センター 中央保健センター 高花保健センター	

※離乳食教室は、開催の 2 日前（休日の場合はその前日）までに中央保健センターへお申し込みください。詳しくはお知らせをご覧ください。

●パパママクラス 1 月 申込先☎☎ 3800

日 付	会 場	内 容	時 間
19 日(土)	高花保健センター	プレ子育て体験（おむつ替え方、沐浴など）、妊婦疑似体験など	13：00～16：00

※初めて出産を迎える夫婦。申込制、定員 24 組。

市長談話室

市長と直接対話のできる市長談話室。下表の日程（変更の場合あり）で開設しています。予約は不要です。
☎広報広聴課広報広聴班（☎内線 419）。

	午前 10 時～正午	午後 2 時～4 時
3 月 17 日(木) 本埜支所		○

市税などの

「夜間・休日納付相談窓口」

26 日(土)は 8：30～12：30、31 日(木)は 20：00 まで納付相談窓口を開設。市税などの収納も行います。
●開設場所…市役所国保年金課。
※出入口は正面玄関をご利用ください。

●取扱料目…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、後期高齢者医療保険料。

●必要書類…納税通知書、印鑑など。
☎納税課滞納整理班（☎内線 314）、国保年金課資格保険税班（☎内線 283）、国保年金課高齢者医療年金班（☎内線 299）、介護保険課介護保険班（☎内線 213）。

火災等発生件数（印西市内）

平成 28 年 1 月 31 日現在			
	1 月	今年の累計	昨年との比較
火災	1 件	1 件	-3 件
救急	337 件	337 件	-5 件
救助	1 件	1 件	-3 件

交通事故発生状況

平成 28 年 1 月 1 日～1 月 31 日			
	人身事故発生数	傷者数	死者数
千葉県	1,288 件	1,584 人	19 人
印西警察署管内	31 件	39 人	0 人
印西市内	22 件	26 人	0 人
全国死者数 349 人 千葉県ー全国ワースト 3 位ー			

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

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・携帯電話	☎# 8000（局番なし）
	ダイヤル回線・携帯電話	☎ 043－242－9939

印西市観光協会主催

第 24 回 ふるさと発見フォトコンテスト

いんざいの原風景



◆佳作 (評) 穏やかな陽光と淡い大
◆春爛漫 (吉高) 桜の姿が見る人を優しい気
◆太田 克己(木下東) 分にさせる。耕された畑も
大地の温もりを伝えてくれる。

いきいき生活情報

月経は女性の体調を知る

大切な手掛かり

女性のからだの変化

女性のからだは、女性ホルモンの働きによって、思春期・成熟期・更年期・老年期と大きく変化をしていきます。思春期で初経（初めての月経）を迎え、閉経まで周期的に月経と排卵を繰り返していきます。

月経は、デリケートで複雑な仕組みによって調整されているので、精神的ストレスやからだの異常などによって影響を受けます。そのため、月経は、女性の体調を知る大切な手掛かりとなります。

成熟期の女性のからだは、約1カ月のサイクルで変化していきます。正常な月経は25〜38日

間隔で起き、平均的には28日周期です。周期的な体温の変化（0.3〜0.5度）があり、約2週間の低温期の後、高温期が約2週間続き、月経がはじまります。低温期から高温期に移るときに排卵が起こります。

月経でわかるからだの不調

朝、目覚めた後の安静時の体温を基礎体温と言います。基礎体温を測るための専用の体温計を婦人体温計といい、体温が小数点以下2桁まで表示されます。

婦人体温計を枕元に用意しておき、目覚めたら起きあがらずにすぐ舌の下（裏）で測定します。測定したらグラフにし



てみましょう。月経のパターンや排卵の有無などがわかり、異常の発見にも役立ちます。例えば体温の変化が2層になっていない場合、月経様の出血があっても排卵をしていないことが考えられます。

また高温期が3週間以上続くと妊娠の可能性が高くなります。逆に高温期が短い場合は、黄体（卵巣で排卵した後でできる組織）の機能不全の可能性がります。

月経前のからだの不調

そのほかにも、日ごろの体調不良の原因（月経前の不快症状、排卵日近くの下腹部痛など）の参考にもなります。グラフをつけて気になる場合や、次のような症状がある場合には、婦人科で相談してみると良いでしょう。

- ナプキンの交換が間に合わないほど出血量が多く、月経が8日以上続く。
- 出血量が極端に少なく、月経が2日以内に終わる。

月経の3〜10日前に、からだや精神的に現れる不快な症状を「月経前症候群（PMS）」といいます。からだと心を大切にする自分のメンテナンスの時期ととらえ、ストレスから解放して、自分が心地良いと思えるようなセルフ

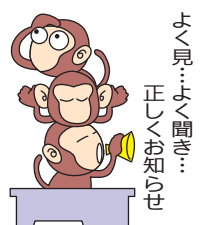
ケアをしてみましょう。例えば、冷えは好ましくないのでお風呂にゆっくりつかったり、ヨガや軽いストレッチで全身を動かすと血行が良くなり、つらい症状を和らげる効果があります。アロマや音楽など好きな方法でリラックスしましょう。そのほか、栄養の不足や偏り、運動不足、過重なストレス、姿勢の悪さや体のゆがみがないか、見直してみましょう。

からだの不調はほかの病気が原因で起こることもあるので、症状が強かったり、月経周期と関係なく続く場合には、医師に相談しましょう。



みなさん、1ページの一歩下にある桃色の案内にお気付きでしょうか。印西市は今年4月1日に市制施行20周年を迎えます。この節目の年をお祝いするため、8ページに掲載している出張！なんでも鑑定団や、前号に掲載した中学生海外派遣研修の参加者募集など、記念事業が盛りだくさん。市役所でも20周年記念ののぼり旗が飾られたり、いんざい君ステッカーが配布されたりと、徐々にお祝いムードが高まっています。お祝いといいますが、小中学生の表彰式では、自ら積み上げた努力が形となった子どもたちの表情が印象的でした。一人ひとりの手で、さらなる発展を目指す印西市。これからどんな未来が待っているのでしょうか。(M)

こちら編集室



よく見...よく聞き... 正しくお知らせ

元気な食卓 239



印西産のいちごを使ってレンジで簡単に作れます

簡単いちご大福

材料（5個分）

上新粉 60g、砂糖大さじ2、水 90cc、あんこ 125g、いちご（中粒）5個、片栗粉適量。

作り方

- ①上新粉、水、砂糖をボールで混ぜ合わせる。
- ②ラップをしてレンジ（700W）で2分加熱し、グルグルかき混ぜて滑らかにする。
- ③いちごは洗ってよく水気をとり、あんこを5等分していちごを包む。
- ④まな板の上に片栗粉をまぶして、生地を5等分してめん棒でいちごが包める大きさに伸ばす。
- ⑤④を伸ばした生地で③を包む。

1人分の栄養価

エネルギー（1個分） 183kcal、たんぱく質 3.3g、脂質 0.3g、食塩相当量 0.3g。

提供...地区健康推進員のみなさん。