



- 町内会などの活動に参加しよう…… 2
- 市民アカデミー第22期生募集…… 4
- 活躍する小中学生を表彰…… 6
- 青少年長縄跳び大会…… 7

市の人口…101,362人 男…50,319人 女…51,043人 (平成31年2月1日現在)

健康ちょきんしませんか

市内の各地で実施されている、いんざい健康ちょきん運動。
市では丈夫な体づくりとコミュニケーションの場として推進しています。

図高齢者福祉課生きがい支援係(☎33-4592)



「いんざい健康ちょきん運動」とは…

「いんざい健康ちょきん運動」は、住み慣れた地域で、健康づくり・地域づくりを目的とした住民主体の活動です。

誰にでもできる簡単な運動で、おもりとバンドを使って歌をうたいながら、筋力運動を行います。

市民ならだれでも参加できます。詳しくは上記まで。

「いんざい健康ちょきん運動」が目指すもの

1. 健康づくり：筋力運動により体力の維持・向上を図り、日々の生活を楽しむことができる体づくりを目指します。
2. 地域づくり：住民の皆さんが、住み慣れた地域で、顔なじみの人たちとの生活を維持できる活気と団結力のある地域づくりを目指します。



運動紹介

1



腕を前に上げる運動

2



腕を横に上げる運動

3



椅子からの立ち上がり

4



膝を伸ばす運動

5



脚の後ろ上げ運動

6



脚の横上げ運動

運動の際の注意点

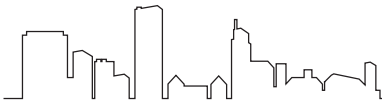
運動を始める前に

★各自で問診や、血圧・脈拍を測定し、その日の健康状態を確認します。
途中で気分が悪くなったり、体調が優れない時は、すぐに運動を中止しましょう。

★運動の前後、途中でも水分をしっかりと取りましょう。また、空腹時の運動は避けましょう。

安全に運動を行うために

★運動中は血圧が上がりますので、息を止めないでください。
運動回数を声に出して数えたり歌をうたうことで、自然に呼吸ができます。



やっぱり地域 町内会などの活動に参加しよう

町内会など(町内会・自治会・区など)は、近所に住む人たちが自主的に運営している身近な住民組織です。平成31年1月現在、市内には180の町内会などが設立されており、地域の皆さんの結束によって幅広い活動が行われています。

町内会などへの加入については、「忙しい」「役員をやりたくない」などの理由から消極的に考える人もいますが、大地震のような災害が起こったとき頼りになるのは、ご近所などの地域のつながりです。

ぜひ、地域の町内会などに加入し、お互いに手を取り合って、住みよい地域づくりに参加しましょう。

加入・相談は地域の町内会などへ

お住まいの地域の町内会などが分からない時は、市民活動推進課へお問い合わせください。

設立するには

お住まいの地域に町内会がない場合は、ご近所と相談して設立することができます。市では、設立に向けてのアドバイスや、運営のサポートをしています。

主な活動

情報交換

市や地域からのお知らせの回覧や配付

回覧板を回すことは、ご近所との結びつきが深まり、時には高齢者世帯などの見守り活動にもつながります。



防災活動

防災訓練や資機材の配備

火災や地震などが発生したときのために、防災訓練や資機材の配備をしています。いざという時には地域やご近所のつながりが大切です。



環境美化活動

ごみ集積所の管理や清掃活動

衛生的でさわやかなまちにするために地域の清掃活動をしています。



防犯活動

地域のパトロールなど

防犯パトロールや防犯灯の球切れを市役所に連絡するなど、地域の安全・安心を守っています。



日頃の活動の様子

親睦活動

おまつりや餅つき大会など

気軽に参加できるイベントを開催し、ご近所との親睦を深めています。

その他の活動

リサイクル活動や学校行事への参加支援など

※町内会などによって活動内容は異なります

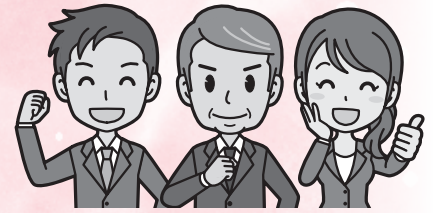


市からのサポート

町内会などへの補助制度など

市民の皆さんの触れ合いや地域づくり促進、町内会などの円滑な運営を支援するため、補助金などを交付しています。

- 行政協力交付金
- 町内会等活動費補助金
- 集会施設整備事業補助金
- 回覧板の配付
- 掲示板の設置



地区連絡会への補助制度

町内会自治会連合会内に設置された地区別の連絡会の活動にも補助金を交付しています。

- 町内会等地区連絡会活動費補助金

※制度の詳細は下記へお問い合わせください



制度を活用して整備された「滝野5・6丁目つどいの館」

岡市民活動推進課活動支援係(☎33-4431)

ご注意ください!

電話de詐欺

電話でお金の話が出たら
ひとまず電話を切りましょう。
落ち着いて、必ず確認しましょう。



電話でお金を払うように仕向ける特殊詐欺には、オレオレ詐欺、還付金詐欺、架空請求詐欺、融資保証金詐欺などがあります。次のような電話は、ひとまず電話を切り、必ず家族や警察に相談してください。

- 医療費の還付があります…ATMに行って下さい
- あなたのカードが偽造されています…カードを取りにうかがいます
- オレだけど、カバンを失くした…お金を都合して欲しい

千葉県警察では、関係機関や民間企業と連携し「電話de詐欺(=特殊詐欺)」を合言葉に注意を呼び掛けています。

不審な電話などがありましたら、すぐに印西警察署(☎42-0110)に連絡して下さい。ご家族やお知り合いに高齢者がいる場合は、あらためて、注意するようお伝えください。

岡市民活動推進課防犯対策係(☎33-4435)

バイクなどの廃車は早めの手続きを!



軽自動車税は 4月1日の所有者に課税されます

軽自動車税は、原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪車、三輪以上の軽自動車に対する税金で、4月1日現在の所有者(ローンによる購入で所有権が売主にある場合は使用者)に課税されます。

次のような場合は手続きが必要です。必ず下表の手続場所で廃車(登録の抹消)や名義変更などの手続きをしてください。

- 譲渡・売却したとき
- 印西市外へ住所(定置場)が変わったとき
- 車両を使用しなくなったとき(車検切れでも課税の対象となります)
- 盗難に遭ったとき

手続きをしないと、いつまでも登録名義人に課税されたり、納税通知書が届かないなどのトラブルの原因となります。

※手続きを他人に依頼した場合は、手続きが完了していることを確認してください

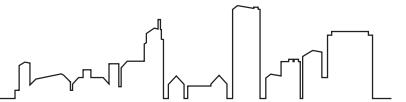
※「県外」で125ccを超えるバイクや軽自動車の廃車・名義変更などの手続きをしたときは、廃車申告書などを市民税課へ提出してください(郵送可)

※4月2日以降に廃車や名義変更をした場合でも、当該年度の軽自動車税は4月1日現在の所有者に全額課税されます。自動車税のような月割りの還付はありません

岡市民税課税制係(☎33-4443)

対象車両	手続場所
125cc以下のバイクと小型特殊自動車	市役所(市民税課)、各支所 または新住所地や譲受人の住所地の市区町村の役所
125ccを超えるバイク	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
3輪以上の軽自動車	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 ☎050-3816-3115 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

※手続き場所は、内容により異なります。事前にご確認ください



温かい善意に感謝

市がいただいた寄付を 公表します

市では、平成30年の1年間に、次の皆さんから寄付をいただきました。いただいた寄付は、今後のまちづくりなど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、ボランティアグループ松の実会、舞踊東流扇州会、サントリービバレッジサービス(株)千葉北支店、(学)印西しおん幼稚園、成田能美(滝野)、寺田一也(大森)、他匿名希望103件

【イルミネーション協賛金】

(株)I.G.O、(株)AHCアットホームセンター、(株)青野工務店、阿部建設(株)、(有)五十嵐電気商会、(有)岩井植木、(有)岩城造園土木、(有)岩崎造園、印西設備工業(株)、AR BALLET CLASS、(株)遠藤組、(有)大須賀グリーンガーデン、カットハウスムトー、上村建設工業(株)、(有)カンダ事務機、グッドマンジャパン(株)、(株)グリーン・ライフ、(株)京葉銀行千葉ニュータウン支店、高秀建設(株)、(株)秋桜、栄産業(株)、(株)松月園、(株)新和、セブンイレブン印西中央南店、(株)センチュリーテクノコア、(株)創建東京支店、(有)大幸園、大成温調(株)東関東支店、(株)タイトウ、高野内建設(株)、竹内建設(株)、(株)千葉銀行千葉ニュータウン支店、(株)千葉銀行印西支店、(株)千葉銀行印西牧の原支店、(株)千葉興業銀行千葉ニュータウン支店、千葉ニュータウン駅前センタービル(株)、(株)千葉ニュータウンセンター、東京ガス(株)千葉支社、(株)東進ビルシステム、東邦建設(株)、(株)東洋食品、(有)豊田造園、日本郵便(株)印西郵便局、BIGHOPガーデンモール印西、福井電機(株)、(株)北総水道センター、北総石油(株)、ホテルマークワンCNT、松崎工業団地連絡協議会、宮嶋造園(株)、(有)ヤマダ・フードファクトリー、ヤマト造園土木(株)、(有)ヨシダヤ、(株)トランスウェブ、習志野カントリークラブキング・クイーンコース、他匿名希望15件

【物品】

(一財)藤本武弘育英会、高花保育園卒園対策委員会、木刈保育園卒園対策委員会、西の原保育園父母会、内野保育園卒園対策委員会、西の原保育園卒園対策委員会、もとの保育園卒園対策委員会、木下学童クラブ保護者会、もとの幼稚園卒園児保護者会、大森学童クラブ保護者会、武田旭(滝野)、小倉正(埼玉県)、富澤孝敏(浦幡新田)

図【寄付金】【イルミネーション協賛金】シティブロモーション課プロモーション係(☎33-4426)

【物品】管財課管財係(☎33-4402)

詳しくは、広報いんざい選挙特別号(3月20日発行予定)でお知らせします。

図選挙管理委員会事務局(☎33-4676)

告示日 4月14日(日)

投票日 4月21日(日)

告示日 3月29日(金)

投票日 4月7日(日)

※今回から選挙区が「印西市・印旛郡栄町選挙区」に定数2に変更

●印西市議会議員一般選挙

●千葉県議会議員一般選挙

任期満了に伴う「千葉県議会議員一般選挙」と「印西市議会議員一般選挙」が次の日程で予定されています。

4月に 統一地方選挙を予定



未来の有権者による



明るい選挙書き初め入賞者が決定

子どもたちに、政治・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」(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)の入賞者が決定しました。

各小・中学校から1,588点(小学生の部1,070点、中学生の部518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、人口10万人到達記念審査員特別賞6点が選ばれました。

金賞を受賞した皆さん(敬称略)

【小学生の部】

山口由乃(原小1年)、杉本菜七(木刈小2年)

齋藤理来(木刈小3年)、新井祐依(木刈小4年)

増田万葵(西の原小5年)、中島愛梨(本埜第二小6年)

【中学生の部】

畑中優羽(印西中1年)、阿部彩花(滝野中2年) 齊藤颯大(小林中3年)

図選挙管理委員会事務局(☎33-4676)



明るく正しい選挙へ思いが作品になりました

子ども服のリユース事業

「おさがりマルシェ」

70cm～120cmの子ども服の提供をお願いします

不用品の再利用を推進することによる、ごみの減量化と子育て世代の経済的負担を軽減することを目的に、子ども服のリユース事業「おさがりマルシェ」を実施します。

「おさがりマルシェ」とは

子どもの成長により着られなくなった服を無償で提供いただき、子ども服を必要としている人に無償で提供するものです。

(開催日は本紙、ホームページなどでお知らせします)

◎対象…市内在住の人

◎持ち込み期間…4月26日(金)まで

◎持ち込み場所…市役所(グリーン推進課)、中央駅前地域交流館、ふれあい文化館、いんば児童館、小林公民館

【持ち込み時の注意】

○必ず洗濯してある服を持ち込んでください

○サイズごとに分け、袋の表にサイズと男女の記入をしてください

○名前が書いてあるものは、油性マジックで消してください

【持ち込みできないもの】

×破れや大きなシミのあるもの

×下着、トレパン、よだれかけ、おむつカバー、帽子、手袋、ベルト、靴など

図グリーン推進課推進係(☎33-4504)、中央駅前地域交流館(☎46-5111)



2月開催のおさがりマルシェは大好評

120cmも
対象に
なりました

～むやみに移動を開始せず 落ち着いた行動を～

災害発生時の心得

大規模な災害が発生すると、火災や建物からの落下物などにより、けがをする危険があるほか、公共交通機関が運行を停止し、帰宅が困難になることが予想されます。

また、多くの人が一斉に帰宅を始めると、道路や歩道などが人で埋めつくされ、優先されるべき救助・救急活動の妨げとなります。

災害発生時は次の点に注意し、落ち着いた行動を心がけましょう。

【むやみに移動を開始しない】

○身の安全を確保し、職場や集客施設などの安全な場所にとどまりましょう

○災害用伝言サービスにより、家族の安否などを確かめましょう

○交通情報や被害情報などを入手しましょう

【日ごろから準備しておきたいこと】

○携帯ラジオや地図を持ち歩きましょう

○職場などには、歩きやすいスニーカーや懐中電灯、手袋、飲料水や食料などを用意しておきましょう

○家族などと発災時の安否確認の方法や集合場所を確認しておきましょう

○公共交通機関が使えない場合の帰宅経路を確認しておきましょう

図防災課防災班(☎33-4404)

◎賃金…時給920円
場サザンプラザ
☑受付業務、施設・安全管理、報告書作成業務など
☑内野・原山・高花小学校区在住で簡単なパソコン操作ができ、徒歩または自転車通勤可能な人
定若干名
他【選考方法】書類審査、面接。選考結果は応募者全員に通知します
甲3月10日(日)(消印有効)までに履歴書を下記へ郵送または持参
場サザンプラザ運営協議会事務局(〒270-1341原山3-3・☎45-0611)

国保・年金

国民健康保険税の課税限度額が変更されます

地方税法施行令等の一部を改正する政令の施行による地方税法施行令の一部改正に伴い、市の条例が改正され、2019年度分の国民健康保険税の課税限度額(課税の上限額)が下表のとおり変更となります。

区分	改正前 (2018年度)	改正後 (2019年度)
医療分	54万円	58万円
後期高齢者支援金分	19万円	19万円
介護分	16万円	16万円
合計(年税額)	89万円	93万円

※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
※改正により影響を受ける所得階層については、家族構成や年齢により異なります
場国保年金課保険税係(☎33-4462)

学生納付特例申請書の送付

学生納付特例制度によって、国民年金保険料の納付が猶予され、2019年度も引き続き同じ学校に在学を予定している人は、日本年金機構から3月下旬に送付されるはがき(申請書)で申請手続きができます。(添付書類不要)
※初めて学生納付特例の申請をする人、はがきでの申請を忘れた場合は、学生証の両面コピーまたは在学証明書を添付し申請書の提出が必要です
※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
※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、船橋年金事務所へ問い合わせください
場船橋年金事務所(☎047-424-8811)、市国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)

産前産後期間中の国民年金保険料免除制度が始まります

◎制度開始日…4月1日～
◎免除期間…出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月。多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日

が属する月の3カ月前から6カ月間
※妊娠85日(4カ月)以上の出産(死産、流産、早産を含む)
☑国民年金第1号被保険者で出産日が2019年2月1日以降の人
☑出産予定日の6カ月前から。出産後の届け出も可
他産前産後期間として認められた期間中は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます
場船橋年金事務所(☎047-424-8811)、市国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)

相談

ねんきんサテライト成田

場8時30分～17時15分(土曜、日曜日、祝日を除く)
場スカイタウン成田2階(JR成田駅東口隣)
☑年金相談、年金請求などの手続き、各種年金関係届出書の受け付け、相談など
他年金相談は事前に下記へ
場ねんきんサテライト成田・予約専用番号(☎0570-05-4890)

司法書士無料相談会

場3月13日(水)・18時～20時
場中央駅前地域交流館2号館
☑相続・贈与などの不動産登記、多重債務問題、成年後見、少額訴訟、会社

設立・役員変更などの商業登記、司法書士業務に関することなど
☑当日会場で19時30分まで受け付け
場千葉司法書士会佐倉支部・植月(☎45-0983)

そのほか

県パスポート窓口の一部で申請受付を終了します

事務所名	受付終了日
東葛飾旅券事務所(松戸市)	3月15日(金)
印旛地域振興事務所(佐倉市)	3月29日(金)
君津地域振興事務所(木更津市)	

受付終了日以降は、市内のパスポート申請窓口(中央駅前出張所内)をご利用ください。
場市民課旅券交付係(☎33-3302)

下水道の安全管理にご協力を

市では、日ごろからマンホールや下水道管のパトロール(点検・補修)を行い、安全に道路を通行できるよう努めています。マンホールなどの損傷(段差、蓋のがたつき、路面の陥没)などを見つけた場合は、下記へご連絡ください。
場下水道課工務管理係(☎33-4695)

市民アカデミー第22期生募集 ～仲間と共に学び合いましょう!～

地域でより生き生きと活動する人材育成を目的として開設する2年間の講座です。1学年は健康、福祉、人権、行政、歴史、文化、防災体験など多岐にわたる総合学習を行う一般教養課程を、2学年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を行います。

場4月～2021年3月までの主に土曜日(1学年25回、2学年20回)

☑右表のとおり

☑市内在住、在学、在勤で20歳以上の人

定30人

甲3月20日(水)12時までに入学願書を郵送または持参(定員を超えた場合は抽選)

※入学願書は市役所(生涯学習課)、各公民館、中央駅前地域交流館の窓口で配布および受け付け(市ホームページからダウンロードも可)
※生涯学習課のみ郵送可(3月19日消印有効)

場生涯学習課推進係(☎33-4713)



ふるさと100選の風景を巡る

市民アカデミー『地域活動課程』第6期生募集

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、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で体験します。

場4月～2020年3月までの主に土曜日(全10回)

☑右表のとおり

☑市民アカデミー卒業生および新2年生

定20人

甲3月22日(金)までに電話または下記窓口へ(定員を超えた場合は抽選)

場生涯学習課推進係(☎33-4713)

市民アカデミー『1学年』プログラム(予定)

時間①午前の講座「午前10時～12時」 ②午後の講座「13時30分～15時30分」

月	内容
4	入学式・講座ガイダンス [4月20日(土)]
5	印西の歴史(石器～弥生時代、木下河岸)、史跡散策・市民活動について ほか
6	印西の歴史(六軒、川めぐり)、食育について、図書館について ほか
7	印西の歴史(三社詣、印旛沼)、議会の仕組み、キャンパス訪問・講義 ほか
8	異文化について、健康と運動～ピラティスの初歩～、福祉ボランティアについて ほか
9	日本の技術力について、郷土の味覚作り、自然散策 ほか
10	人権について、史跡散策、ニュースポーツ体験 ほか
11	福祉体験～疑似体験～、介護福祉の現場、笑外楽集社会を生きるということ、ニュースポーツ体験 ほか
12	郷土名物「煎餅」と歴史と焼き体験、相続・資産管理について、害獣問題について ほか
1	健康と食、「白鳥の郷」で地域活動 ほか
2	印西の歴史(戸定歴史館)、卒業論集発表会(2学年発表)、地域デビューに向けて ほか
3	修了式 [3月7日(土)]

※詳細な学習プログラムについては、入学式でお知らせします
※学習プログラム内容・実施月は、変更する場合があります

市民アカデミー『地域活動課程』プログラム

回	月	内 容
1	4月20日(土)	1学年入学式・地域活動課程開講式
2	5月	地域デビューに向けて・地域の一員としての役割(講義)
3	6月	地域活動の実際① 乗船体験を案内人の視点から学ぶ(実習)
4	7月下旬または8月上旬	地域活動の実際② 里山の保全管理(実習)
5	8月	地域活動の実際③-1 別所の獅子舞(実習)
6	9月	地域活動の実際③-2 いなぎき獅子舞(実習)
7	10月	地域活動の実際④ 木下街道膝栗毛(実習)
8	11月	地域活動の実際⑤ いんざい市民活動だんごまつり(実習)
9	12月	地域活動の実際⑥ 亀成川周辺の清掃管理(実習)
10	1月	地域活動の実際⑦ (実習予定)
11	2月	今後の活動に向けて(個人発表)
12	3月7日(土)	地域活動課程修了式(修了式)

※詳細な学習プログラムについては、開講式でお知らせします
※学習プログラム内容、実施月は変更する場合があります

お知らせ

Information

スポーツ



春季第44回市民硬式テニス大会

📅 ①3月31日(日) ②4月7日(日) ③14日(日) ④21日(日) ⑤28日(日)・8時30分～
※予備日…4月29日(祝)、5月3日(祝)
🏟️ 松山下公園テニスコート、印旛中央公園テニスコート

👤 ①男子・女子ダブルス ②男子・女子ダブルス、男子壮年・女子壮年ダブルス ③男子・女子シングルス ④男子・女子シングルス、男子壮年・女子壮年シングルス ⑤男子壮年・女子壮年シングルス
※壮年は男子55歳以上、女子50歳以上
📍 市内在住、在勤、在学の人または市テニス連盟加盟者

💰【ダブルス】1組2,000円(連盟加盟者ペア)、1組2,500円(連盟加盟者と未加盟者ペア)、1組3,000円(連盟未加盟者ペア)、1組1,000円(中高生)、【シングルス】1,500円(連盟加盟者)、2,000円(未加盟者)、700円(中高生)

📅 3月10日(日) (必着) までに申込書に参加費を添え、現金書留で下記へ(指定の申込書以外は無効)
※申込書は松山下公園総合体育館で配布。連盟ホームページからダウンロードも可
📍 市テニス連盟・齊藤輝一(〒270-1326 印西市木下1341-1・☎42-3685)

春季市民フレー射撃大会

📅 3月16日(土)・8時30分～(雨天決行)
🏟️ 成田射撃場
👤 大会当日に市内在住、在勤の人
💰 5,000円(参加費、当日集金)
📅 3月15日(金) までに電話で下記へ
📍 市フレー射撃協会・藤岡(☎42-6118)



募集



環境推進市民会議委員

環境基本計画に基づき、市民の環境

保全への実践的な取り組みを行う機関です。

◎委嘱期間…委嘱の日から2年間

◎報酬…日額3,000円

📍 次のすべてに該当する人

- 市内在住で年10回程度の会議(原則、毎月第3金曜日の午前)に出席できる人
 - 市の環境に興味があり、市民の立場から環境保全を推進できる人
- ※ほかの附属機関の委員になっている人は応募できません

👤 15人

📋【選考方法】書類審査。選考結果は応募者全員に通知します

📅 4月5日(金) (消印有効) までに応募用紙を下記へ郵送、メールまたは持参
※応募用紙などは市役所(環境保全課)、各支所・出張所・公民館、中央駅前地域交流館で配布(市ホームページからダウンロードも可)

📍 環境保全課保全係(☎33-4491・✉kankyuka@city.inzai.chiba.jp)

景観まちづくり市民懇談会委員

市景観計画や景観条例に基づき、良好な景観を推進するための機関です。市の魅力向上や景観まちづくりのための活動提案、実施などを行います。

◎委嘱期間…委嘱の日から2年間

◎報償…無償

📍 市内在住、在勤、在学中で、年2～3回程度の会議(原則、平日の昼間)に出席できる人

※ほかの附属機関の委員になっている人は応募できません

👤 15人程度

📋【選考方法】書類審査。選考結果は応募者全員に通知します

📅 3月22日(金) (消印有効) までに、指定の応募用紙を下記へFAX、メール、郵送または持参

※応募用紙は市役所(都市計画課)、各支所で配布(市ホームページからダウンロードも可)

📍 都市計画課計画係(☎33-4653・☎42-0028・✉tokeika@city.inzai.chiba.jp)

防犯パトロール隊員

防犯用ベスト、帽子、腕章を着用して、住宅街、学校周辺、公園などを中心に複数人で巡回します。

◎委嘱期間…登録日から隊員が登録解

除を申し出るまでの間

📍 市内在住、在勤、在学の18歳以上で、防犯パトロールなどの防犯活動に意欲がある人

【活動日時】

日時	場所
毎週月曜、木曜日・14時～2時間程度	千葉NT中央駅地区
毎週金曜日・9時30分～2時間程度	牧の原駅地区(滝野地区)
随時 ※詳しくはお問い合わせください	大廻地区、印旛日本医大駅地区(いには野地区)、小林地区、高花地区

📄 申込用紙を下記へFAX、郵送または持参

※申込用紙は市民安全センターで配布(市ホームページからダウンロードも可)

📍 市民安全センター(〒270-1340 中央南一丁目4番地1・☎/☎45-1955)

シルバー人材センター会員

📍 市内在住のおおむね60歳以上の人

👤 一般作業、技能分野、家事補助など

💰 3,600円(年会費)

📄 事前に下記へ

📍 市シルバー人材センター(そうふけふれあいの里内・☎45-0468)

自衛隊幹部候補生・予備自衛官補

【幹部候補生】

◎一般…22歳以上26歳未満(院卒者は28歳未満)

◎歯科・薬剤科…専門の大卒(見込含む) 20歳以上30歳未満(薬剤科は20歳以上28歳未満)

📅 5月1日(祝) (必着)

【予備自衛官補】

◎一般…18歳以上34歳未満

◎技能…18歳以上で国家資格保有者(資格によって53歳未満から55歳未満まで)

📅 4月12日(金) (必着)

📍 自衛隊千葉地方協力本部柏募集案内

所・高橋(☎04-7163-6884)

非常勤職員募集



保育園非常勤職員(登録制)

◎勤務時間…①平日・7時～19時、土曜日・7時～17時の間で、1日7.5時間程度。または1日6時間程度、週20時間未満 ②平日・7時～9時30分、16時～19時の延長保育時間。

※園の状況により勤務時間が多少異なります

◎賃金…①時給1,100円(保育士)、1,280円(看護師) ②950円

🏟️ 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熱意のある人 ②健康で保育の仕事に熱意のある人(保育士の資格の有無は問いません)

📄 履歴書(写真貼付)を下記へ持参

📍 保育課保育係(☎33-4651)

学童保育指導員(登録制)

◎勤務時間…通常下校時～19時。土曜日と長期休暇期間は、8時～19時(1日6時間程度)

◎賃金…時給920円

🏟️ 市内学童クラブ

👤 保育に対する理解が深く、心身共に健康で、熱意のある人

📄 登録用紙、履歴書(写真貼付)を下記へ郵送または持参

※登録用紙は保育課で配布(市ホームページからダウンロードも可)

📍 保育課管理係(☎33-4649)

サザンプラザ事務局職員

◎任用期間…4月1日～2020年3月31日

◎勤務時間…月18日程度(シフト制。実働72時間程度)

印西産農産物の放射性物質検査結果

検査日 平成31年1月1日～1月31日

検査項目		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
検査品目					
葉菜類	ホウレンソウ、ハクサイ、ナガネギ、コマツナ、キャベツ	検出せず			
根菜類	ダイコン				
穀類	コメ				

【測定条件】…測定容器：マリネリ容器(420ml)、測定時間：1800秒

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

※「検出せず」とは各検査項目について、存在しないかまたは検出限界値未満であることを示します。検出限界値はサンプルなどによって異なります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

📍 農政課振興係(☎33-4488)

火災など発生件数(印西市内)

平成31年1月31日現在			
	1月	今年の累計	昨年との比較
火災	7件	7件	+6件
救急	383件	383件	-27件
救助	4件	4件	-2件

交通事故発生状況

平成31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	1,390件	1,715人	17人
印西警察署管内	36件	43人	0人
印西市内	21件	25人	0人

全国死者数265人
千葉県-全国ワースト1位-

3月9日(土)、10日(日) 戸籍証明書発行を停止します

戸籍システムの更新作業に伴い、休日開庁を実施している施設での戸籍謄本など戸籍関連の証明書の発行を停止します。

ご不便をおかけしますがご理解、ご協力をお願いします。

📍 市市民課戸籍係(☎33-4440)、印旛支所市民サービス課(☎98-1116)、滝野出張所(☎80-8181)

- 3月9日(土)
 - ・市役所市民課
 - ・印旛支所市民サービス課
 - ・滝野出張所
- 3月10日(日)
 - ・滝野出張所

さまざまな分野で活躍する小中学生を表彰

学芸やスポーツなどの大会で優秀な成績を収めたり他の模範となる行動をした児童生徒を対象に、市教育委員会では表彰を行っています。今年度は個人44人、団体7組が受賞されました。

※順不同・敬称略、()内は小中学校名

図教育総務課総務係(☎33-4702)

小学生



表彰された小学生の皆さんと大木教育長

個人

- 飯島里桜(船穂小6年)** 平成29年度いきいきちばっ子オリジナル弁当コンクール 優良作品賞
- 木村優永(木刈小6年)** JOCジュニアオリンピックカップ第11回全日本ジュニアテコンドー選手権大会キョルギの部 小学6年生男子33kg以下級 第3位
- 佐々木唯翔(木刈小6年)** JFAバーモンドカップ第28回全日本U-12フットサル選手権大会 千葉県大会 優勝
- 佐々木なつみ(木刈小2年)** 平成30年度ジュニアクイーンズカップレスリング選手権大会 小学生1・2年の部 21kg級 準優勝
- 高田未郁(小倉台小5年)** 第8回茨城県チャレンジカップ(トランポリン) 第3位
- 親川友哉(小倉台小4年)** 平成30年度千葉県秋季水泳競技大会 男子200m 個人メドレー クラス 小B 第3位
- 秋井美南(小倉台小3年)** 第2回関東オープン珠算選手権大会 読上暗算競技 小学3年生の部 第2位
- 齋藤菩花(小倉台小3年)** 第17回ざぶん賞 関東ブロック選考委員会賞
- 佐瀬英麗奈(小倉台小1年)** 第37回「海とさかな」自由研究・作品コンクール 研究部門 農林水産大臣賞
- 竹内杏奈(西の原小4年)** JBDFジュニア・ダンスイベント ソロダンス小学生中学生の部スタンダード部門 優勝
- 三角穂乃花(原小6年)** 第68回“社会を明るくする運動”千葉県作文コンテスト 千葉県小学校長会長賞
- 伊藤蘭(原小6年)** 千葉県小学生陸上競技交流大会 共通女子 4×100m リレー 第1位
- 飯塚健介(平賀小6年)** 第18回ジュニア陸上競技・チャレンジカップ 男子 5・6年 4×100m 第3位

- 齋藤悠太郎(平賀小6年)** 第19回キッズコロシウム大会 小学男子6年 走幅跳 第3位
- 小田拓海(平賀小5年)** 第17回ざぶん賞 関東ブロック選考委員会賞
- 小久保陽斗(平賀小4年)** 第17回ざぶん賞 国土交通大臣賞
- 大江陽斗(いには野小6年)** 第13回ちばキッズ陸上競技大会 共通男子ジャベリックボール投 第1位
- 齋藤菜柚(いには野小6年)** 第19回キッズコロシウム大会 小学女子6年 ジャベリックスロー 第1位
- 高山和花(いには野小6年)** 第18回ジュニア陸上競技・チャレンジカップ 女子6年 ジャベリックボール投 第1位
- 尾崎芯太郎(いには野小6年)** JFA第42回全日本U-12サッカー選手権大会 千葉県大会 優勝
- 中須賀菜(いには野小6年)** 第17回ざぶん賞 関東ブロック選考委員会賞
- 石井智也(いには野小5年)** 第4回全日本トランポリン競技ジュニア選手権大会 シンクロナイズド競技 男子11-12歳の部 第2位
- 落合遥生(いには野小5年)** 2018東日本ジュニア体操競技選手権大会 男子Bクラス 個人総合 第2位
- 加藤真希(いには野小5年)** 第36回千葉県スプリント選手権水泳競技大会 10歳以下 女子 200m 個人メドレー 第2位
- 古川颯(いには野小5年)** 第17回ざぶん賞 関東ブロック選考委員会賞
- 清水柚来(いには野小4年)** 第19回キッズコロシウム大会 小学女子4年 ジャベリックボールスロー 第3位
- 小名木奏楽(いには野小4年)** 第19回キッズコロシウム大会 小学女子4年 走幅跳 第3位
- 青野圭佑(いには野小1年)** 第17回ざぶん賞 関東ブロック選考委員会賞
- 加藤有砂(滝野小4年)** 第18回ジュニア陸上競技・チャレンジカップ 女子 4年 ジャベリックボール投 第1位

団体

- InzaiCheerGlitters GLITTERS ☆EliteStar** ALL Japan Cheerleading & Dance Championship USA All Star Nationals 2018 Youth編成 All Star Cheerleading部門 LEVEL1 Small 第3位
- 印旛ヴィクトリー(男子)** 第34回関東小学生バレーボール大会 千葉県大会 優勝
- 印旛ヴィクトリー(女子)** 平成30年度千葉県スポーツ少年団バレーボール夏季交流大会兼第37回関東大会女子予選会千葉県大会 優勝
- いんばジュニア「チャレンジ」** 第7回スポーツ鬼ごっこ全国大会 U-12の部 第3位
- 木刈ファイトーズ** 第34回少年野球千葉県選手権(ろうきん旗)大会 第3位

中学生



表彰された中学生の皆さんと大木教育長

個人

- 篠原美咲(印西中2年)** 第72回千葉県中学校総合体育大会 陸上競技の部 2年100m 第3位
- 荒井夏芽(船穂中3年)** 第21回関東中学生空手道選手権大会 女子個人組手 第3位
- 山本飛和(船穂中3年)** 第72回千葉県中学校総合体育大会 陸上競技の部 共通棒高跳 第2位
- 竹村貫(木刈中3年)** 第13回全日本ロープスキッピング選手権大会 個人戦部門 14-18歳 男子の部 第3位

- 長谷川雄大(木刈中2年)** 2018年度ピティナ・ピアノコンペティション 東日本E級3 地区本選 ソロ部門 E級 本選第1位
- 川端登真(木刈中2年)** 第72回千葉県中学校総合体育大会 水泳の部 男子 200m背泳ぎ 第3位
- 中島歩(木刈中1年)** 第72回千葉県中学校総合体育大会 陸上競技の部 1年走幅跳 第2位
- 田村寧々(西の原中3年)** 第52回中学生の「税についての作文」 国税庁長官賞
- 牧田利乙夢(西の原中3年)** 第64回全日本中学校通信陸上競技大会千葉県大会 女子共通砲丸投 第3位
- 伊藤隼人(西の原中3年)** 第46回関東中学校陸上競技大会 共通走幅跳 第1位
- 玉本愛佳(西の原中2年)** 第4回全国中学生フェンシング選手権大会 女子団体 優勝
- 鈴木優菜(西の原中2年)** 平成30年度千葉県中学校新人体育大会 陸上競技の部 共通1500m 第1位
- 内田百奏(西の原中1年)** 第41回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会 クラス11-12歳 女子200m自由形 第2位
- 飯塚康丞(印旛中3年)** 2018産経ジュニア書道コンクール ジュニア賞
- 植木優太(本埜中3年)** 第46回関東中学校陸上競技大会 共通走幅跳 第2位

団体

- 女子硬式テニス部(原山中)** 第72回千葉県中学校総合体育大会 硬式テニス 女子団体 第3位
- 男子バレーボール部(印旛中)** 第1回千葉県中学生ビーチバレー大会 準優勝

まちなできごと
PHOTO NEWS
ホットなニュースをご紹介

1/27 ハイ!ハイ!ハイ! あきらめない気持ちがかけ声に
第19回青少年長縄とび大会

優勝のThirteen♡(小林北小)

市青少年相談員連絡協議会主催により松山下公園総合体育館で「長縄跳び大会」が開催されました。初めて8の字跳びを取り入れたこの大会には、市内の小・中学校から18チーム、230人が集まり、1分間に縄を飛んだ人数を競いました。優勝は、ミスなく跳び続けた小林北小のThirteen♡チーム。担任の先生に1番に報告したいと全員が声をそろえ、絆の深さを表していました。☎ 生涯学習課推進係 (☎33-4713)

ロンドンオリンピック女子団体銀メダリスト 平野早矢香さんによる印西卓球教室 1/26

市内5中学校(印西・船穂・木刈・原山・印旛)の卓球部員約100人が参加した印西卓球教室。会場となった松山下公園総合体育館では、平野さんの実演を見ながら話を聞き、その後14のグループに分かれて練習を行いました。

平野さんは全てのグループを回り、一人ひとりに声をかけ、アドバイスをしたり、時には後ろから手を携え、ラケットの振り方を教えたり。部員達からは「的確なアドバイスを貰い、自分の課題がはっきり判った」との感想が聞こえるなか、平野さんは「質問も積極的で、熱心に取り組んでくれたので楽しかったです。一つ一つの課題をクリアして自分の夢に向かって挑戦し続けて欲しいです」とエールを送ってくれました。

(広報レポーター
橋本千代子)



おでかけインフォメーション!

3/2土

木下駅南骨董市

毎月第1土曜日
7時～開催

平成15年から始まった木下駅南骨董市。関東各地からの出展者が集結し、毎月数千人もの来場者で賑わっています。

開催日は商店街が歩行者天国になり、陶磁器や置物、洋服などをゆっくりと見て回ることができます。また、実行委員会の皆さんが作る焼き鳥は人気商品の1つです。

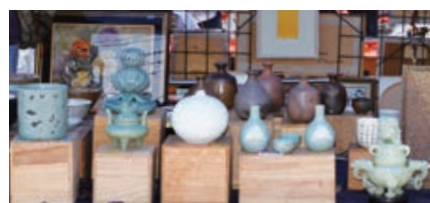
柔らかな日差しのもと、自分だけの掘り出し物を探しに出かけてみませんか。

場 JR成田線木下駅南口 木下南口商店街

他日時変更、中止の場合あり

☎ 木下駅南骨董市実行委員会

(☎42-7883)



春の日差しを浴びに～一家で遊べる萩原公園～

花のつぼみもようやくほころび始めた今日この頃。ぽかぽかと暖かい春の日差しを浴びに、公園に出かけませんか。印西市には、移ろう四季を感じられる公園がいくつもありますが、中でも、いには野小学校の正面に位置する萩原公園(若萩4丁目1番地)は、一家で出かけるのに人気のスポットです。

公園のシンボルである水色の長い滑り台は、何を隠そう「印西市内第2位(*)」を誇る長さ(全長約17メートル)。するすると勢

滑り台(対象年齢6才～12才)



※市内第1位は木下交流の杜公園の滑り台(全長約53メートル)



健康遊具

いよく滑る木のボディには子どもたちも大興奮で、お父さんやお母さん、お祖父ちゃんやお祖母ちゃんに見守られ、夢中で滑る姿にしばしばお目にかかります。

萩原公園には他にも、大人がエクササイズを行えるさまざまな健康遊具が設置されており、4月から始まる新生活に備えて、体力づくりに励みたい人にもぴったり。寒い冬は家に閉じこもりがちだった人も、うららかな陽気のもとでは、俄然やる気になれそうです。



裸足広場



芝生広場



広報レポーター
木下 詩織 (大塚)

講座・催し

金額のないものは無料

Lecture and Event

そうふけ図書館 春のおはなし会

時3月9日(土)・13時30分～
場ふれあい文化館
人形劇、パネルシアター、エプロンシアターなど
対象幼児～小学生くらい
定150人
申当日会場で受け付け(先着順)
問そうふけ図書館(☎45-2566)

房総のむらで国際交流 ～江戸時代にタイムスリップ～

時3月23日(土)・①9時15分②9時30分(小雨決行)
場①印西市役所前②中央駅前地域交流館2号館前集合
人房総のむらを見学するバスツアー
対象どなたでも
定35人
¥500円(国際交流協会会員)、800円(一般)、300円(中学生以下)
※昼食不要の幼児は無料
他外国人の参加を歓迎します
申3月15日(金)までに電話またはメールで下記へ(先着順)
※メールの場合は集合場所を明記
問印西市国際交流協会(☎070-5519-1661・✉inzai.ifa@gmail.com)

市民歴史講座 「2019年寺子屋吉岡」

時【第1期】4月21日、5月19日、6月16日・10時～12時【第2期】9月15日、10月20日、11月17日・10時～12時
場吉岡まちかど博物館(木下1484)
◎講師…小池康久氏(木下交流の杜歴史資料センター所長)、村越博茂氏(印西市市史編さん委員)、吉田吉光氏(利

根町歴史探訪の会代表)
人「住んでいる町の歴史を学ぶ」をテーマに、明治時代の土蔵で印西市の舟運に関する歴史を学びます
対象印西の郷土史に興味がある人
定各期10人
¥各回500円(資料代)
申3月31日(日)までに1期または2期の希望を記入し、電話またはメールで下記へ(先着順)
問木下まち育て塾・宇野(☎090-2540-4778・✉machijuku@gmail.com)

「植木管理基礎講座初級」 無料講習会

時3月11日(月)、12日(火)・9時～15時
場市内の民間企業の敷地(予定)
◎講師…高野光利氏(樹木医)
人剪定作業の準備から各種植木の剪定について、座学と実技で学びます
対象市内在住の60歳以上で、両日ともに出席できる人
定15人
申3月8日(金)までに電話で下記へ(先着順)
問高齢者就労支援センター(☎47-4050)



科学体験講座「おおきなシャボン玉の中に入ってみよう！」

時3月23日(土)・11時～12時
場フレンドリープラザ
◎講師…伊藤喬章氏(ひたちなか理科クラブ)
人おおきなシャボン玉を作って観察します
対象3歳～小学生(保護者見学可)
定20人
申事前に電話または下記窓口へ(先着順)
問フレンドリープラザ(☎46-8611)

春の芸能祭

時3月24日(日)・13時～
場永治プラザ
人永治プラザで活動しているサークルによる民謡・舞踊・ダンス・カラオケなどの発表会
問永治プラザ(☎42-1101)

毛糸でつくる 動物ポンポン教室

時3月16日(土)・10時30分～12時30分
場総合福祉センター
人毛糸を巻いてふわふわの動物マスコットを作ります
対象市内在住で60歳以上の人
定15人
¥500円(材料費)
他エプロン、タオルを持参
申3月1日(金)9時から電話または下記窓口へ(先着順)
問総合福祉センター(☎42-0144)

食生活を考える講座

時3月22日(金)・10時30分～12時
場総合福祉センター
人栄養バランスを考えた食材選びと健康補助食品を活用した栄養管理につい

て学びます
対象市内在住で60歳以上の人
定20人
申3月1日(金)9時から電話または下記窓口へ(先着順)
問総合福祉センター(☎42-0144)



市民農業講座

時5月上旬～10月上旬(月2回程度)
場市内農家の農場
人野菜の栽培、実習
対象次のすべてに該当する人
○研修修了後、市内農家への従事や就農を見込んでいる人
○市内在住で65歳以下(平成31年4月1日現在)の人
○原則、すべての回に参加できる人
○研修場所までの交通手段を確保できる人
定10人
¥10,000円(傷害保険料など)
他5人以上の申し込みで開講します。定員を超えた場合は書類審査
申3月15日(金)までに申込用紙を下記へ持参
※申込用紙は農政課で配布(市ホームページからダウンロード也可)
問農政課振興係(☎33-4488)



広報いんざいが スマートフォンで！



マチイロ

広報いんざい・議会だよりを、より多くの皆さんに手軽に読んでいただけるよう、スマートフォン・タブレット端末用アプリ「マチイロ」により配信しています。

こんなに便利「マチイロ」

- 発行日に「広報いんざい」「議会だより」がスマートフォンやタブレット端末に届きます。
- 気になった記事や写真を画像として切り抜き保存することができます。

※通信料は利用者の負担になります



マチイロ
QRコード

問秘書広報課広報広聴係(☎42-5117)、マチイロの利用やシステムの問い合わせは(株)ホープ(☎092-716-1404)

第38回

佐倉朝日健康マラソン大会 交通規制にご協力お願いします

3月24日(日)

大会当日は、フルマラソンコースとなる、印旛沼周辺道路の一部で交通規制が実施されます。

◎規制時間…9時30分～15時30分ごろ

問佐倉朝日健康マラソン大会実行委員会事務局(☎043-485-2929)



子育て・健康・福祉

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

子育て



高校生などの医療費を助成しています

- ◎**助成金額**…保険診療の範囲内で医療に要する費用の一部または全額
- ※自己負担額…通院1回200円、入院1日200円、調剤無料
- ◎**助成方法**…償還払い方式(医療機関に支払った領収書などを申請書に添付し、市の窓口へ提出)
- ◎**対象年齢**…15歳に達した日以後の

- 最初の4月1日から18歳に達する日以後最初の3月31日までの人
- ※就学の有無は問いません
- ※保護者の扶養を外れた人や婚姻した人は除く
- 【申請に必要なもの】
- 指定の申請書
- 指定の承諾書
- 医療機関に支払った領収書の原本
- お子さんが加入する健康保険証の写し
- 保護者名義の振込口座が分かるもの
- 印鑑
- ※他にも必要に応じて添付する書類あり
- ※申請書と承諾書は市ホームページからダウンロードまたは申請窓口で配布

【申請窓口】

市役所(子育て支援課)、各支所、中央駅前出張所
閤子育て支援課給付係(☎33-4645)

子ども医療費の助成を受けるには申請が必要です

- 子ども医療費助成制度とは、中学校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制度です。
- ◎**申請時期**…出生や転入などの事由が発生してから、1カ月以内
- ※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
- 閤子育て支援課給付係(☎33-4645)

子ども医療費助成～資格がなくなったら受給券の返納を～

- 市外に転出した人は、印西市の子ども医療費助成の受給資格がなくなります。
- また、今年度卒業を迎える中学校3年生の受給資格は平成31年3月31日までです。
- 受給資格のない人が、受給券を使用すると返還請求の対象となるので、必ず返納してください。
- 【返納先】市役所子育て支援課(郵送可)、各支所の窓口または各出張所、中央保健センター、高花保健センターの回収ボックス
- 閤子育て支援課給付係(☎33-4645)

福祉



中途失聴者・難聴者との手話学習とミニ懇談会

- 時①3月2日(土)②17日(日)・13時30分～16時
- 場①佐倉市中央公民館②四街道市総合福祉センター
- 対聞こえに関係なくどなたでも
- ¥無料(初回時のみテキスト代1,200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があります
- 申不要
- 閤NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛事務所(☎043-461-6533)、本部事務所(☎047-432-8039)

家族介護者教室「らくらく介護術を学ぼう」

- 時3月22日(金)・13時30分～15時30分

- 分
- 場文化ホール
- 内福祉用具の紹介や介護技術のポイント、介護者自身のケアについて学びます
- 対高齢者を介護している家族や今後の介護に備えておきたい人
- 定20人
- ¥無料
- 申事前に電話で下記へ(先着順)
- 閤高齢者福祉課包括支援係(☎33-4593)

第6回 きずなサロン備えあれば憂いなし! 知っ得「介護の知識と実践」

- 時3月24日(日)・10時～12時
- 場デイサービスセンターアインキューゲル(中央南1-7-4)
- 内正しい杖の使い方や一緒に歩く時の見守り方、車いす利用時の注意点、ベッドからの起き上がりなどを理学療法士から学びます
- 対印西南部地域包括支援センター担当地区で介護未経験または介護中の人(小倉台・大塚・牧の木戸・木刈・戸神台・内野・原山・高花・武西学園台・中央北・中央南)

- 定20人
- ¥無料
- 申事前に電話で下記へ(先着順)
- 閤印西南部地域包括支援センター(☎37-3120)

傾聴ボランティア養成講座(初級)

- 時①3月12日(火)②13日(水)・13時30分～16時30分
- 場総合福祉センター
- ◎講師…土佐実也恵氏(MTねっとわーく)
- 内デモロールプレー、傾聴体験、自己理解ワーク、事例での傾聴実践など
- 対市内在住で傾聴ボランティアに興味がある人
- 定20人
- ¥100円(保険代)
- 申3月8日(金)までに電話で下記へ(先着順)
- 閤印西市社会福祉協議会(☎42-0294)

精神保健福祉士による「こんにちは若者訪問相談」

- 時3月14日(木)・14時～15時30分
- 内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
- 対市内在住で15歳から39歳までの家にひきこもりがちな人
- 申事前に下記へ
- 閤障がい福祉課支援係(☎33-4136)

更新はお済みですか? 特定疾患見舞金制度

- 市では「特定医療費(指定難病)受給者証」、「特定疾患医療受給者証」、「小児慢性特定疾病医療受給者証」、「先天性血液凝固因子障害等受給者証」を有し、治療を受けている療養者または保護者に見舞金を支給しています。
- すでに支給を受けている人で、受給者証の更新をした人は、更新後の受給者証の写しの提出が必要です。提出がないと、支給が受けられなくなります。
- 申更新後の受給者証の写しを下記へ郵送または持参
- ◎**支給額**
- 通院が月2日以上…月額5,000円
- 入院が月2日以上15日未満…月額5,000円
- 入院が月15日以上…月額10,000円
- 閤社会福祉課厚生係(☎33-4513)

受動喫煙防止対策ガイドラインを作成

昨年7月に健康増進法が改正され、受動喫煙防止対策の強化を図ることになりました。



これに伴い、4月1日から市内公共施設は、敷地内禁煙となります。たばこの煙から、子どもや妊婦、体の弱い人を守るためご理解、ご協力をお願いします。

なお、市では受動喫煙のないまちを、市民の皆さんと一体となって作りあげるため「印西市受動喫煙防止対策ガイドライン」を作成しました。詳しくは市ホームページをご覧ください。
閤中央保健センター(☎42-5595)

～接種漏れはありませんか～

3月1日～7日は子ども予防接種週間



ワクチンで防ぐことができる病気から子どもを守るため、受け忘れていた予防接種がないか確認しましょう(右表参照)。

また、19歳未満で転入した人は、転入時に配布している予防接種実施状況届を保健センターに提出しましょう(市ホームページからダウンロードも可)。

予診票を紛失した人は、母子手帳を持参し、中央、印旛または本埜保健センターで再発行の手続きをしてください。
※接種間隔など詳しくは下記へ
閤中央保健センター(☎42-5595)

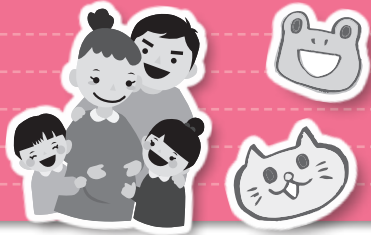
子どもの予防接種の対象年齢と接種回数

予防接種の種類	対象年齢※	接種回数
B型肝炎	1歳未満	3回
BCG	1歳未満	1回
ヒブ	生後2カ月～5歳未満	最大4回
小児肺炎球菌	生後2カ月～5歳未満	最大4回
4種混合	生後3カ月～7歳6カ月未満	4回
水痘	1歳～3歳未満	2回
MR1期	1歳～2歳未満	1回
MR2期	就学前(年長児)の1年間	1回
日本脳炎1期	生後6カ月～7歳6カ月未満	3回
日本脳炎2期	9歳～13歳未満	1回
DT	11歳～13歳未満	1回

たのしくすごそう

子育て♡じかん

☀️子育て支援センター＊就学前の子とその保護者向け
★保育園、認定こども園
🌙児童館＊18歳未満の子とその保護者向け



お誕生児紹介Day

📅14日(木)、15日(金)・11:00～📅3月生まれの未就園児親子📅当日11時までに受付

☀️ 中央駅前地域交流館
(子育てルーム☎46-5111)

お別れ遠足

📅20日(水) 📍公園へ遠足に📅未就学児親子📅20組📅事前に電話で

お別れ会

📅22日(金) 📍ありがとうのお別れ会📅未就学児親子📅25組📅事前に電話で

☀️ 小林子育て支援センター
(☎80-8700)

簡単クラフト

📅6日(水)、13日(水)、20日(水)・10:00～11:20📅新聞紙のエコバック📅未就学児親子

おはなしシアター

📅1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)・11:30～11:45📅手遊びや絵本📅自由参加

☀️ こぎつねコンタの広場
(ふれあい文化館内☎45-3800)

おいでよ! わくわくぽかぽか広場

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

☀️ わくわくぽかぽか広場
(総合福祉センター内☎42-0144)

じどうかんデビューデー♪

📅15日(金)・10:00～📅当館または児童館を初めて利用する人の専用デー📅自由参加

プライベートタイム

📅火曜～金曜日・13:30～📅館内の一部を貸切で遊べます📅各日1組📅事前に下記へ

☀️ マメタのぼんぼこ広場
(いんば児童館☎80-3950)

お楽しみ会

📅14日(木)・10:30～11:00📅劇団による公演📅未就学児親子📅20組📅事前に下記へ

親子コンサート

📅17日(日)・10:00～11:00📅本埜公民館📅歌遊び📅未就学児親子📅20組📅事前に下記へ

☀️ 滝野子育て支援センター
(☎97-1822)

母親講座「救急救命」

📅15日(金)・10:30～12:00📅6カ月～未就園児親子📅13組📅無料📅1日(金)9:00～窓口で

親子で遊ぼうチェリーランド

📅4月18日(木)・11:00～11:30📅1歳半～未就園児親子📅25組📅窓口で

☀️ つどいの広場
(そうふけふれあいの里内☎47-7880)

公園で遊ぼう

📅5日(火)・10:45～11:30📅場西の原公園📅未就学児親子📅自由参加

すこやかウィーク

📅11日(月)～15日(金)・10:30～11:30📅0歳～未就園児親子📅看護師、栄養士講座も開催

★ 西の原保育園こあら
(☎45-0291)

てんとうむしで遊ぼう

📅月曜～金曜日・9:30～14:30📅制作、ふれあい遊び、英語、講座など

子育て相談＆身体測定

📍当園看護師による身体測定、健康相談

★ 原山保育園
(☎47-6638)

ゴスペルリトミックjoy

📅毎週水曜日・9:50集合📍しおんハウス📅年齢別隔週で行います

親子でABCタイム

📅毎週木曜日・10:30集合📍しおんハウス📅年齢別隔週で行います

★ しおん保育園(しおんひろば)
(☎070-3174-3124)

すくすく測定

📅4日(月)～6日(水)・9:00～11:00📅身長、体重計測、手形、足形の記録

ひなまつり会

📅1日(金)・11:00～11:30📍お話を聞いたり、歌を歌ってたのしみましょう

★ 山ゆり保育園
(ぴよぴよくらぶ☎98-3773)

栄養相談

📅毎週火曜日・10:30～11:00

親子であそぼう

📅毎週水曜、木曜日10:30～11:00

★ 銀の鈴保育園
(りんりんひろば☎47-7566)

年齢別(大きくなったね)

📅8日(金)1～2歳児、4日(月)2歳児以上、18日(月)0歳～歩き始め

ベビーダンス

📅26日(火)📅10組📅1日(金)10:00～電話

★ 牧の原宝保育園
(さくら広場☎49-4011)

ひなまつり会

📅1日(金)・10:00～📍園行事のひなまつり会に参加しましょう

つくってあそぼう

📅8日(金)、13日(水)、18日(月)・10:00～📍うさぎ＆ひよこのいないいないばあづくり

★ 草深こじか保育園
(ちゅうりつぱルーム☎36-5161)

ベビーマッサージ

📅18日(月)・10:30～11:30📍赤ちゃんとの絆づくり📍¥1,000円📅事前に下記へ

カイロプラクティック

📅8日(金)・10:00～12:00～📍体のゆがみを直してみませんか📍¥600円📅事前に下記へ

★ 星虹保育園
(びかびかルーム☎40-1189)

ベビーマッサージ

📅20日(水)・10:30～11:30📍親子のスキンシップ📍¥1,000円📅事前に下記へ

ベビーヨガ

📅13日(水)・10:30～11:30📍親子と一緒にヨガ📍¥1,000円📅事前に下記へ

★ 星虹第二保育園
(ぽかぽかルーム☎45-1189)

制作

📅12日(火)、13日(水)・10:00～📍手形アートを作ります📅各日10組📅当日先着順

プレイタイム

📅11日(月)・11:00～📍新聞紙を使って遊びましょう📅自由参加

★ 小倉すくすく保育園
(あひるルーム☎42-5901)

赤ちゃんの日

📅8日(金)、20日(水)📍1歳未満の赤ちゃんとお母さんのための日です

歯みがき講座

📅13日(水)・10:30～11:00📅8組📅歯磨き使っている歯ブラシ持参📅事前に電話で(先着順)

★ エンジェルハート保育園
(たつのこクラブ☎47-3344)

手形をとろう

📅①12日(火)②14日(木)③15日(金)・10:40～📅①0歳②1歳③2歳📍子どもの写真を持参

お誕生会

📅11日(月)・10:40～📅3月生まれの未就園児親子📅5組📅事前に下記へ

★ 印西ひかりこども園
(にじっこルーム☎40-3737)

English Play Time

📅毎週火曜日・9:10～9:30📍外国人講師と楽しく英語で遊びましょう

書道アクティビティ

📅14日(木)・9:10～9:40📍子どもと一緒に書道作品作りに挑戦しましょう

★ 認定こども園RWI(キャタピラークラブハウス☎85-8685)

レクホールであそぼう

📅2日(土)、16日(土)・13:00～14:50📍バドミントンなど📍小学生～📍上履きを持参

🌙 中央駅前地域交流館
(児童ルーム☎46-5111)

春休み企画・キッズビクス

📅27日(水)・10:00～11:00📍エアロビクスに挑戦しよう📍小学生📅20人📍体育館シューズ持参📅5日(火)9:00～電話、窓口で

🌙 そうふけ児童館
(ふれあい文化館内☎45-3800)

わんぱく「お店屋さんごっこ」

📅5日(火)・10:00～11:00📍5つのお店でお買い物📍20人📍自由参加

ファミリースポーツ広場

📅毎週土曜日・14:00～15:30📍市内在住の人📍ご家族の参加も可

🌙 子どもふれあいセンター
(総合福祉センター内☎42-0144)

ストレッチピラティス講座

📅13日(水)・10:40～📍1歳くらいまでの乳児と保護者📅12組(先着順)

🌙 いんば児童館
(☎80-3950)

おはなし会(3月)

紙芝居や大きな絵本など、楽しいおはなしをご用意しています。

大森図書館(おはなし室)
10日(日)・24日(日)14:00～
小林図書館
23日(土)10:30～

そうふけ図書館
2日(土)15:00～
23日(土)11:00～

小倉台図書館(おはなし室)
7日(木)・14日(木)・21日(祝)・
28日(木)15:30～

印旛図書館(いんば児童館)
14日(木)11:40～
本埜図書館
16日(土)10:30～

3月の各種相談

◎祝・休日は実施していません
※車いすの人は、予約時にお申し出ください

相談名	と き	ところ	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	8日(金)、26日(火) 先着8人 10:00～12:00、13:00～15:00 電話受付【8日は1日(金)8:45～】 【26日は19日(火)8:45～】	市役所会議棟※	市民活動推進課 男女共同参画係 ☎33-4071 (受付専用番号)
法律相談 弁護士による法律相談	8日(金)、26日(火) 10:00～12:00、13:00～15:00 電話受付【8日は1日(金)8:45～先着10人】 【26日は19日(火)8:45～先着20人】		
行政相談 行政相談委員による行政(国・県含む)に対する苦情など	8日(金) 10:00～12:00、13:00～15:00 電話受付【1日(金)8:45～】 ※予約に空きがあれば当日受け付け可		
人権相談 人権擁護委員による相談(いじめ、差別など)			
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	毎週月曜～金曜日 9:30～12:00、13:00～16:30 【電話相談も可】	市役所附属棟	印西市消費生活センター ☎42-3306
若者サポートステーション出張相談 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	28日(木) 10:00～12:00、13:00～17:00 【電話で要予約】	市役所会議棟※	ちば北総地域 若者サポートステーション ☎24-7880
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(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 家庭相談員、母子・父子自立支援員による、18歳までの子どもや母子・父子家庭などの問題についての各種相談	毎週月曜～金曜日 9:00～16:00 【電話相談も可】	市役所 子育て支援課	家庭児童相談 (子育て支援課内) ☎42-5180
心配ごと相談 日常生活や仕事上の諸問題、困っていることの無料相談	2日(土)、毎週水、金曜日(1日を除く) 10:00～12:00、13:00～15:00	総合福祉 センター	印西市社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎42-0294
生活困窮相談 さまざまな理由で経済的に困っている人への自立支援	月曜～金曜日 8:30～12:00、13:00～17:15 【電話相談も可】		いんざいワーク・ライフ サポートセンター (総合福祉センター内) ☎37-5571
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	毎週月曜～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	毎週月曜～金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00		
女性の悩み相談 女性が抱えている悩み全般	7日(木)、22日(金) 10:00～12:00、13:00～16:00 【予約制・1人50分・電話相談も可】	市役所会議棟※	子育て支援課支援係 ☎33-4640
障害者就労支援相談 障がいのある人の就労に関する相談	毎週火曜日 10:00～12:00、13:00～16:00 【電話相談可】	ふれあい サポートセンター いんざい	ふれあいサポートセンター いんざい ☎42-1118 FAX42-1055
成年後見相談会 弁護士・司法書士による高齢者・障がい者のための相談	26日(火) 13:30～15:30 【予約制・1人45分・定員2人】	総合福祉 センター	印西市社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎42-0294
がいこくじん むりようさうだん 外国人のための無料相談	8日・金曜日・9:00～16:00 事前に電話で予約してください	しやくしよ かくせいさく かくせいさく 市役所 企画政策課	かくせいさく かくせいさく かくせいさく 企画政策課企画係 ☎33-4414

市長談話室

市長と直接対話のできる市長談話室。下記の日程(変更の場合あり)で開設しています。予約は不要です。
☎3月12日(火)・14時～16時
☎市役所3階 市長応接室
☎秘書広報課広報広聴係
(☎42-5117)



市税などの
夜間・休日納付相談窓口

【相談日】
3月23日(土)・8時30分～12時30分
29日(金)・17時15分～20時

【場所】
市役所国保年金課
【必要なもの】
納税通知書、印鑑など

【取扱科目】
固定資産税・都市計画税 市民税・県民税、軽自動車税 ☎納税課債権回収対策室 (☎33-4448)
国民健康保険税、 後期高齢者医療保険料 ☎国保年金課 保険税係(☎33-4462) 高齢者医療年金係(☎33-4470)
介護保険料 ☎介護保険課保険係 (☎33-4623)

保健センター通信

中央保健センター(☎42-5595)

中央 中央保健センター 高花 高花保健センター
本埜 本埜保健センター いんば ふれあいセンターいんば
駅前 中央駅前地域交流館

▼乳幼児健診・相談・教室

●ガイドブックの中にある健診票を記入し持参してください。

4カ月児相談

受付9:30～9:45

駅前 1日(金) ☎H30年9～10月生まれ

いんば 12日(火) ☎H30年10月生まれ

もぐもぐ教室(離乳食教室)※

受付9:40～9:50

いんば 19日(火) ☎H30年8～9月生まれ

かみかみ教室(離乳食教室)※

受付13:20～13:30

いんば 19日(火) ☎H30年5～6月生まれ

※ 離乳食教室は、開催の2日前(休日の場合はその前日)までに中央保健センターへ申し込みください

1歳6カ月児健診

受付13:00～13:15

いんば 14日(木) ☎H29年8月生まれ

中央 20日(水) ☎H29年8月生まれ

高花 26日(火) ☎H29年8月生まれ

2歳児歯科健診

受付13:00～13:15

高花 5日(火) ☎H28年9月生まれ

いんば 13日(水) ☎H28年9月生まれ

中央 18日(月) ☎H28年8～9月生まれ

3歳児健診

受付13:00～13:15

中央 6日(水) ☎H27年8～9月生まれ

いんば 8日(金) ☎H27年9月生まれ

高花 22日(金) ☎H27年9月生まれ

▼健康づくり相談・禁煙相談(一般対象)

血圧測定、生活習慣病予防、栄養相談など ※予約制

いんば 6日(水)

中央 11日(月)

※上記日程以外にも来所または電話で健康づくり相談を行っています。来所する際は開催の2日前(休日の場合はその前日)までに中央保健センターへ申し込みください

▼プレマクラス 申込先☎80-3800

☎市内在住の初妊婦(なるべく妊娠6カ月以降の人)。申込制。2回で1コース

いんば 9日(土)13:00～16:00 プレ育児編

☎助産師による講話(お産の進み方、呼吸法ほか)、プレ子育て体験(沐浴デモンストレーション、オムツの替え方、おっぱいのあげ方、妊婦疑似体験ほか)

☎経産婦の参加も可

☎24組

▼ふたごの会(Twin会) 問い合わせ☎80-3800

遊びながらお話や、情報交換ができます。

いんば 7日(木)10:30～12:00

☎市内在住の双子以上の妊産婦とその子ども。自由参加

転入者の皆さんへ

- 妊婦乳児健康診査受診票が未手続きの妊婦と0歳児の保護者は、中央保健センターまでお越しください。
- 19歳未満の人は予防接種・乳幼児健診実施状況届を提出してください。(未届けの場合、健診票・予診票が届かないことがあります)

夜、子どもが急に具合が悪くなったら



印旛市郡小児初期急病診療所(休日・夜間のみ)

佐倉市健康管理センター内(佐倉市江原台2-27)

問い合わせ先 ☎043-485-3355

(受け付けは、診療終了時間の15分前まで)

診療時間	平日・土曜日	19:00～翌朝6:00
	日曜・祝日、年末年始	9:00～17:00、19:00～翌朝6:00

千葉県の小児救急電話相談

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

プッシュ回線・携帯電話 ☎#8000(局番なし)

ダイヤル回線・携帯電話 ☎043-242-9939

相談時間	毎日	19:00～翌朝6:00
------	----	--------------

● かかりつけ医・歯科医・薬局を持ちましょう！



栄養士の

にこにこ★

クッキング

recipe.12

小中学校給食の

人気野菜メニューです

ブロッコリーがドレッシング

を吸収し、野菜が苦手

でも食べやすい!

ブロッコリーの中華サラダ

材料(2人分)

ブロッコリー1/2房(100g)、ジャガイモ中1/2個(75g)、ニンジン20g、白いりごま小さじ1

①…砂糖小さじ1、醤油小さじ1、酢小さじ1と1/2、ごま油小さじ2、塩・胡椒少々

作り方

①ジャガイモは1.5cm角のさいの目切りにして水にさらす。ニンジンはせん切り、ブロッコリーは2cm位の小房に分け、軸は皮をむき、さいの目切りにする。

②鍋にジャガイモと水を入れ、火にかけ沸騰したらニンジンを加え、やわらかくなったらザルにとって冷ます。

③ブロッコリーは、沸騰した湯に分量外の塩を加えて茹で、ザルにとって冷ます。

④①を混ぜ合わせドレッシングを作り、②③と白いりごまを一緒に和える。

1人分の栄養価…エネルギー100kcal、たんぱく質3.3g、脂質4.8g、食塩相当量0.7g

レシピ提供：印旛学校給食センター

3月生まれのみんな

おたんじょうびおめでとう

あきと

石渡 煌人ちゃん

(平成30年3月26日生まれ)

食欲旺盛! 生えてきた前歯で硬いお煎餅もカリカリとかじります。可愛い笑顔で家族もみんな元気になります。

しゅうや

須田 翔也ちゃん

(平成29年3月5日生まれ)

笑顔がピカイチ☆
すくすく大きくなつてね!!

おうえい

河野 由奈ちゃん

(平成30年3月8日生まれ)

この1年でとても大きくなったね! そして毎日その笑顔で幸せな気持ちにしてくれてありがとうー!

おうえい

加瀬 旺資ちゃん

(平成30年3月25日生まれ)

僕食べることが大好きなんだ。特にフルーツとお芋が大好き! 優しいお兄ちゃんがいつもいっぱい遊んでくれるよ。

おねえ

山本 寧音ちゃん

(平成30年3月10日生まれ)

笑顔が大好きです。いつもいっぱい遊んで元気に成長してね。

赤ちゃんの写真募集中!

応募方法など詳しくは、市ホームページを参照

健康いんざい

Vol.191

健康いんざい21

保健センター

子どものおねしょ(夜尿症)で悩んでいませんか?

幼児期におねしょをするのは、当たり前とわかっていても、周りの子どもたちがおねしょから卒業していくと、「うちの子はいつ治るのか」と、心配する人も多いのではないだろうか。「なぜおねしょをしてしまうのか」

原因は主に次の3種類に分かれます。

①睡眠中におしっこを濃縮し、尿量を低下させる抗利尿ホルモンが十分に分泌せず、膀胱の容量以上におしっこが作られてしまう

②膀胱にためられるおしっこの量が少ない

③睡眠のリズムが悪く、眠りが浅くなる明け方に眠りが深くなり、尿意を感じることができない

①③の原因のいずれか、または合わさって、睡眠中におしっこをしてしまうといわれています。

「家庭での対応は?」

「規則正しい生活を」

早寝早起きなど生活習慣を整え、眠りの質を高めましょう

「夕方からの水分を控える」

日中は水分をしっかり摂り、夕食から就寝まではコップ1杯程度にしましょう。水分は膀胱にたまるまで3時間位かかります。夕食から就寝までの時間を充分空けると、就寝前のトイレでたっぷりとおしっこが出て夜間の尿量を減らすことが出来ます

「塩分を控える」

腎臓が余分な塩分を水分と一緒に排出しようとするため、尿量が増えます

「体を冷やさない」

冷えることで膀胱の緊張が高まります

「起こさず・あせらず・怒らず」

夜中に、おしっこをさせるため子どもを起こすことは、抗利尿ホルモンの分泌を妨げてしまいます。また、他の子と比較したり、怒ったりせず、子どもの成長を見守ることが大切です

「病院に相談する目安は?」

昼夜の睡眠リズムと排尿リズムが確立されていない幼児期のおねしょは、生理的な現象のため成長と共に治るものですが、6歳を過ぎても週に1〜2回以上ある場合には、病院を受診し、生活指導を受けると良いでしょう。

広報 いんざい

発行 | 印西市 編集 | 秘書広報課

住所 | 〒270-1396 印西市大森2364-2

電話 | 0476-42-5111(代)

FAX | 0476-42-7242

H P | <http://www.city.inzai.lg.jp/>

メール | home@city.inzai.chiba.jp

Twitter | @inzaishi

今月の市民課窓口業務の

土曜・日曜開庁日程

▶市役所本庁…9日(土)、23日(土)
(8:30~17:15)

▶中央駅前出張所…2日(土)、16日(土)
(8:30~17:15)

▶印旛支所…毎週土曜日
(8:30~12:00)

▶滝野出張所…毎週土曜、日曜日
(8:30~17:15)

本号表紙を飾るのは、活動歴4年のしらゆり会(本埜地区)の皆さんです。響き渡る美声と仲間を気遣う言動が印象的で、元気の秘訣を尋ねると「いきいきと過ごすためには運動はもとより人との触れ合いや、つながりが大切」と声をそろえます。明朗快活な皆さんの人柄に触れ、いんざい健康ちよきん運動の意義深さを感じました。

よく見・よく聞き・正しくお知らせ

秘書広報課