



# 広 報 いんざい

# 2.1

令和3年(2021)2月1日号  
No.922

- 新型コロナウイルス対策の主な支援… 2
- 総合計画審議会から答申… 3
- 市・県民税の申告、所得税の確定申告… 4・5
- 春休みの学童クラブ入所申し込み… 6

市の人口…105,772人 男…52,452人 女…53,320人 (令和3年1月1日現在)

## 祝 成人 二十歳の決意

**福崎 れいなさん (印旛中出身)**  
**夢は化粧セラピスト!**

私は化粧品会社の美容部員として働き、美容の力で自分らしく生きがいを持てるサポートを行ってまいります。将来的には化粧セラピストの資格を取得し、高齢者の皆さんに化粧を楽しんでいただきながら日常の向上につなげる活動をしていきたいです。

**田村 彩乃さん (船穂中出身)**  
**夢は客室乗務員!**

私の夢は客室乗務員になることです。海外に行き、さまざまな人と出会えるCAは幼い頃からの憧れでした。多くの人に笑顔でサービスできるよう、日々精進していきたいです。

**小野寺 千碩さん (滝野中出身)**  
**夢は教師!**

幼い頃から教師になる夢を抱いていました。中学校、高校を通してその思いは強くなっていきました。理想の教師になることを目指して努力していきます。

**中村 駿斗さん (原山中出身)**  
**途上国支援などで恩返し!**

これまでの20年間、さまざまな人からの愛情や支援を受けてきました。今後は途上国支援などを含め、多方面で恩を返していけるような人になれるよう、日々努力したいです。

**坂巻 葵さん (本菘中出身)**  
**人に元気を与えられる存在に!**

私は「人に元気を与えられる存在でありたい」という目標があります。昨年からコロナの影響でたくさんの制限がありますが、その中で新しいことに挑戦し、目標の自分像に近づけるよう成長していきたいです。

**今川 遼一さん (西の原中出身)**  
**e-sportsのイベント運営!**

私は将来、e-sportsのイベント運営に携わろうと日々活動しています。ここ1年はコロナウイルスの影響で積極的な活動はできませんでしたが、様子を見ていろいろなイベントの運営に関わっていききたいと思います。

**伊藤光毅さん (木刈中出身)**  
**人から感謝されるような人に!**

私は今回成人の日を迎えることができ、今までお世話になった人に対して感謝しております。そして私は同じように人に感謝されるような人間になりたいと思います。

**堀居 萌々子さん (印西中出身)**  
**外国語を習得!**

このような状況下ではありますが、今は大学で専攻している外国語学習に一生懸命努力自分を磨き、留学や就職といった、いざ挑戦する時が来たときにチャンスを必ずつかめる力を付けていきたいです。

**伊藤 瑞希さん (小林中出身)**  
**就職活動を頑張る!**

4月から私は大学3年生になります。コロナウイルスの影響で就職活動が困難になると予想されるため、早め早めの行動を心掛けていきたいと思っています。

## 緊急事態宣言発令中

### 千葉県からの主な協力要請

#### 市民の皆さんへ

- 不要不急の外出自粛の徹底
- 3密を避け、マスク着用、手洗いなどの基本的感染対策の実施

#### 事業者の皆さんへ

- 飲食店は20時から5時は営業しない
- 酒類提供は11時から19時まで
- テレワーク、時差出勤などの推進
- 20時以降の勤務抑制など

最新情報は千葉県ホームページ



## 感染拡大を防ぐため一人ひとりが責任ある行動を

1月4日に新型コロナウイルス感染症の急速な感染拡大の状況を踏まえ、1月10日に予定していた印西市成人記念式典を中止とする苦渋の決断をいたしました。新成人の皆さまをはじめ、楽しみにしていたご家族や関係者の皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。新成人の皆さまには、コロナ禍の苦境を乗り越え、それぞれの目標や夢の実現に向け、果敢にチャレンジして欲しいと思います。

また、1月7日には、1月8日から2月7日までを期間とする緊急事態宣言が千葉県を含む1都3県に発出され、その後7府県が追加されました。

緊急事態宣言の期間中は、不要不急の外出自粛、

特に午後8時以降の外出自粛の徹底、飲食店の営業時間の短縮などが千葉県知事から要請されています。

今もなお、連日多くの感染者が確認されており、このまま感染拡大に歯止めがかからなければ医療が崩壊し、助かる命を救うことができなくなります。

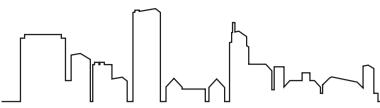
感染拡大を防ぐためには、私たち一人ひとりの責任ある行動が必要です。大切な家族や仲間を守るために、そして、安心して暮らせる日が一日でも早く訪れるように、今は感染リスクを避ける行動を第一に、市民一丸となって頑張ってまいりましょう。

印西市長 板倉 正直

新型コロナウイルス感染症から自分と大切な人を守るために!

- 不要な外出は控える
- 3つの「密」を避ける
- 人との距離は最低1m
- 買い物はすいている時間に
- 小まめな手洗いうがい
- 会話はマスク着用





# 新型コロナウイルス感染症対策の主な支援

詳しくは市ホームページなどをご覧ください(令和3年1月22日現在)

千葉県ホームページ  
「新型コロナウイルス感染症の対策について」も参照ください



個人・世帯への各種支援			
支援策	概要	条件など	相談窓口
<b>新規</b> 高齢者などへの無料PCR検査 市独自 ※下段参照	希望する対象者に <b>検査料無料</b> で唾液によるPCR検査を実施。申込期限は <b>2月5日(金)まで</b>	65歳以上の高齢者(条件により60歳以上も対象)	中央保健センター (☎42-5595)
<b>延長</b> いんざい応援クーポン 市独自給付	市内飲食店などで使用できる1人 <b>5,000円</b> 分のクーポン。有効期限を <b>3月21日(日)に延長</b>	令和2年7月31日に印西市に住居登録されていた人	商工観光課商工振興係 (☎33-4483)
<b>子育て支援臨時特別額給付金</b> 市独自給付	新生児に1人当たり <b>10万円</b>	令和2年4月28日から令和3年4月1日までに生まれた子 ※申請者の住居登録要件あり	
<b>児童扶養手当受給世帯への臨時特別給付金</b> 市独自給付	1回当たり世帯 <b>25,000円</b> 。第2子以降1人につき <b>15,000円</b> 加算	児童扶養手当受給世帯 ※申請不要。詳しくは本紙9ページ	子育て支援課給付係 (☎33-4645)
<b>ひとり親世帯臨時特別給付金</b> 給付	基本給付 <b>5万円</b> 、第2子以降1人につき <b>3万円</b> 加算など。申請は <b>2月26日(金)(消印有効)まで</b> ※再支給分(基本給付と同額)もあり	収入が児童扶養手当の対象水準まで減少したひとり親世帯など。詳しくは本紙9ページ	
家計が維持できない	<b>緊急小口資金</b> 貸付	[貸付上限] <b>10万円</b> (条件により最大 <b>20万円</b> ) [据置期間]1年以内 [返済期間]2年以内 ※無利子・保証人不要	市社会福祉協議会 (☎42-0294)
	<b>総合支援資金</b> 貸付	[貸付上限]2人以上の世帯・月 <b>20万円</b> 、単身世帯・月 <b>15万円</b> を3か月以内 [据置期間]1年以内 [返済期間]10年以内 ※無利子・保証人不要	
住居を失う・失うかも	<b>拡充</b> 住居確保給付金 給付	一定期間、家賃相当額を給付(貸主に直接支払い) [給付上限]1人世帯 <b>37,200円</b> 、2人世帯 <b>45,000円</b> 、3人世帯 <b>48,400円</b> ※原則3カ月、 <b>最大12カ月まで延長可</b>	いんざいワーク・ライフサポートセンター (☎85-8267)

事業者などへの各種支援			
支援策	概要	条件など	相談窓口
<b>発熱外来指定医療機関協力金</b> 市独自給付	1医療機関当たり <b>50万円</b> (2次救急医療機関は <b>100万円</b> )	感染症の疑いがある患者を初診から受け入れ、診療する医療機関	健康増進課庶務係 (☎42-5595)
<b>新型コロナウイルス感染症対策交通事業者支援</b> 市独自給付	バス事業者1路線当たり <b>10万円</b> 、タクシー事業者1台当たり <b>1万円</b>	運休することなく市内バス路線を運行するバス事業者および市内に事業所を有するタクシー事業者	交通政策課地域交通係 (☎33-4457)
<b>延長</b> 家賃支援給付金 給付	家賃1カ月当たり最大 <b>100万円</b> を最大6カ月。申請期限を <b>2月15日に延長</b>	1年前と比べ1カ月の売上が半分以上、または3カ月で30%以上減少した中小企業・個人事業主	家賃支援給付金コールセンター (☎0120-653-930)
<b>小規模事業者持続化補助金</b> 助成	販路開拓などに要する経費の <b>3分の2</b> 、または <b>4分の3</b> を補助	商工会の支援を受け経営計画を作成した小規模事業者など	市商工会 (☎42-2750)
テレワーク導入支援	専門家派遣、機器などの貸し出し(無料)	テレワークを導入する中小企業、小規模事業者	千葉県「働き方改革」推進事業事務局 (☎043-238-9865)
労働者に休んでもらう	<b>延長</b> 雇用調整助成金 助成	休業手当などを補助 [助成額]労働者1人につき上限1日 <b>15,000円</b> 。申請期限を <b>3月31日(水)に延長見込み</b>	学校等休業助成金・支援金、雇用調整助成金コールセンター (☎0120-60-3999)
	<b>小学校休業等対応助成金(事業主向け)</b> 助成	[助成額]労働者1人につき上限1日 <b>15,000円</b>	
仕事ができない	<b>小学校休業等対応支援金(フリーランス向け)</b> 助成	[助成額]上限1日 <b>7,500円</b>	小学校などの臨時休業などにより、個人で委託を受けた仕事などができなくなった人
資金繰りが心配	<b>新型コロナウイルス感染症対応特別資金</b>	<b>実質無利子</b> 、無担保、元金据え置き最大5年間。信用保証料が半額またはゼロ [補助対象融資]上限 <b>4,000万円</b> [補助期間]利子補給は当初3年間。保証料は全期間	セーフティネット保証4号、5号、危機関連保証のいずれかを利用し、売上が一定以上減少している中小企業、個人事業主
	<b>セーフティネット資金(4号・5号・危機関連保証)</b> 融資	4号・5号 [融資限度額] <b>8,000万円</b> 危機関連保証 [融資限度額] <b>8,000万円</b> ※併用可能	売上が一定以上減少している中小企業、個人事業主
	<b>農林漁業セーフティネット資金</b> 融資	長期運転資金を融資します [限度額] <b>1,200万円</b> [据置期間]3年以内 [返済期間]10年以内 その他、農業経営基盤強化資金、経営体育成強化資金についても、貸付当初5年間無利子などの支援があります	資金繰りに著しい支障をきたし、経営維持が困難な事業者

## 申込期限は2月5日(金)(消印有効)

### 高齢者など対象 検査料無料のPCR検査

広報いんざい1月15日号でお知らせしたとおり、市では、重症化する恐れが高い65歳以上の高齢者などの不安解消を図るため、希望する対象者1人につき1回、検査料無料で唾液によるPCR検査を実施しています。希望者でまだ申し込んでいない人は、期限内に手続きをお願いします。  
☎中央保健センター(☎42-5595)

**申込方法** 次の①または②の方法で申し込み

- ①郵送による申し込み(推奨)
  - ②特設会場(中央保健センター)での申し込み(10時~15時)
- ※詳しくは申請書に同封した案内、または市ホームページ参照

#### 対象者

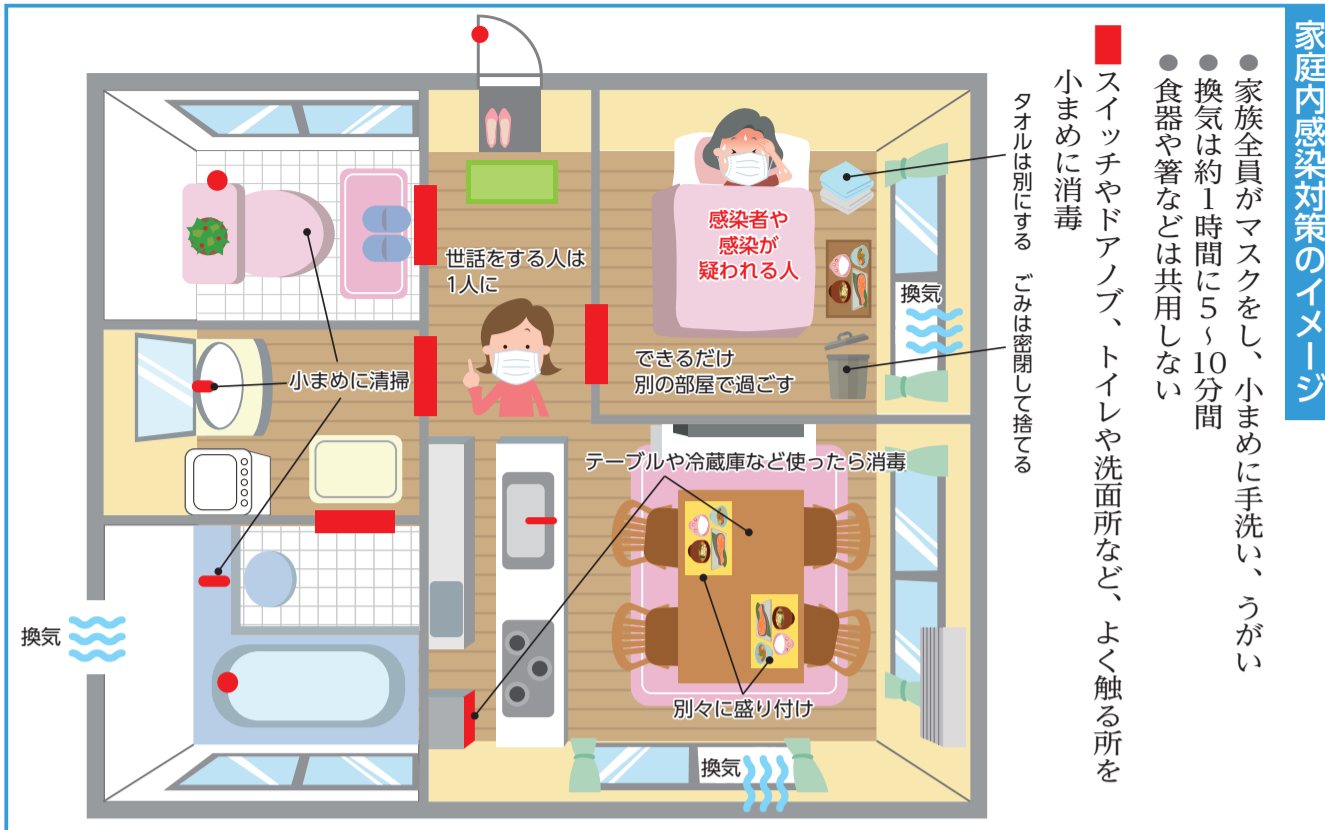
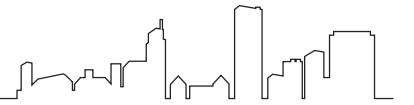
印西市に住居を有する次の条件を満たす人

**申請書は対象者に1月13日に発送済み**

- ⑦65歳以上で風邪などの症状がない人
  - ⑧60歳以上65歳未満で、心臓病や腎臓病、呼吸器の機能障害、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有する、身体障害者手帳1級に該当する人で、風邪などの症状がない人
- ※風邪などの症状がある人は、かかりつけ医が最寄りの医療機関へ電話で相談







**家庭内感染対策のイメージ**

新型コロナウイルス感染症の感染経路として、家庭内感染が増えています。家庭内の誰かが感染したときや感染が疑われる場合、次の8つのポイントに注意して家庭内での対策を実施しましょう。

# 家庭内感染を防ごう！



- 家族全員がマスクをし、小まめに手洗い、うがい
- 換気は約1時間に5〜10分間
- 食器や箸などは共用しない

■ スイッチやドアノブ、トイレや洗面所など、よく触る所を小まめに消毒  
 タオルは別にする ごみは密閉して捨てる

## 総合計画審議会から答申 ～第1次基本計画の策定について～

令和3年度からの第1次基本計画の策定に向け、諮問機関である総合計画審議会では、検討を重ねてきました。このたび、答申書がまとまり、1月6日に同審議会の吉村彰会長から「印西市総合計画第1次基本計画の策定について」の答申書が市長へ提出されました。市では今後、答申書を尊重し、次期総合計画の策定、推進をしていきます。

企画政策課企画係 (☎33-4414)



答申書を提出する吉村会長(右)と板倉市長

## 家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内で注意いただきたいこと ～8つのポイント～

出典参考：(一般社団法人日本環境感染学会とりまとめの一部改変) 令和2年3月1日版

### 部屋を分けましょう

- ◆ 個室にしましょう。食事や寝るときも別室としてください。部屋を分けられない場合には、少なくとも2m以上の距離を保ったり、仕切りやカーテンなどを設置することをお薦めします。
- ◆ 本人は極力部屋から出ないようにしましょう。トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

### 感染者のお世話はできるだけ限られた人で

- ◆ 心臓、肺、腎臓に持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、妊婦の人などが感染者のお世話をするのは避けてください。

### マスクを着けましょう

- ◆ 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
  - ◆ マスクの表面には触れないようにしてください。
  - ◆ マスクを外した後は必ずせっけんで手を洗いましょう。(アルコール手指消毒剤でも可)
- ※ マスクがないときなどに咳やくしゃみをする際は、ティッシュなどで口と鼻を覆う

### 小まめに手を洗いましょう

- ◆ 小まめにせっけんで手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

### 換気をしましょう

- ◆ 定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も窓を開け放しにするなど換気しましょう。

### 手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ◆ 共用部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。
- 家庭用塩素系漂白剤は、主成分が次亜塩素酸ナトリウムであることを確認し、使用量の目安に従って薄めて使ってください(目安となる濃度は0.05%です。例：製品の濃度が6%の場合、水3Lに液を25ml)。
- ◆ トイレや洗面所は、通常の家庭用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
- タオル、衣類、食器、箸・スプーンなどは、通常の洗濯や洗浄で構いません。
- ◆ 洗浄前のものを共用しないようにしてください。
- 特にタオルは、トイレ、洗面所、キッチンなどでは共用しないように注意しましょう。

### 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- ◆ 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクを着け、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

### ゴミは密閉して捨てましょう

- ◆ 鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後は直ちにせっけんで手を洗いましょう。
- 本人は外出を避けてください。
- 家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。



## 9つの「道するべ」で楽しくウォーキング ～浦幡新田公園～

冬は寒くてつい運動不足になってしまいます。それではウォーキングでもと思い立ち、家の近所を歩いてみてもなんだかあまり楽しくなく、三日坊主で終わってしまうのでした。

そんなときに見つけたのが、木川にある浦幡新田公園です。公園には、池をぐるりと囲むかたちで9つの「石の道するべ」が置かれていて、それらをたどって行くのだいたい950mになるというので、これなら楽しく運動できるかもと家族で挑戦してみました。

まずは「浦幡公園通り」沿いの公園入り口にある看板を熟読。「道するべ」一つ一つには「鹿」や「馬」など動物の名前が彫られているとのこと。これは何かかといえ、北総地域には雨を司る「龍神」にまつわる言い伝えが残されており、昔の人が龍の姿を他の動物に例えて表現したものだそう(角は鹿に似て、頭は馬のごとく…)。



「鬼」や「魚」など、龍のどの部位を指しているのか想像しがたい「道するべ」も登場し、我が家の息子も「なぜ鬼なの?」とハテナ顔。「龍の眼は鬼に似ているんだって」と教えてあげると、龍に興味を持ったようでした。

リモートワークの運動不足解消にもぜひ!



公園名物の大きな池



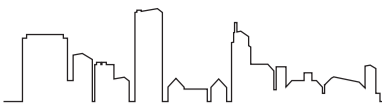
広報レポーター  
木下 詩織 (大塚)

「道するべ」の案内板



広い芝生広場





## 令和2年分 市・県民税の申告 所得税の確定申告

申告期間は  
2月16日(火)～3月15日(月)です

市では期間中、相談会場を設け受け付けを行います。期間後半は大変混み合いますので、早めに申告しましょう。

市・県民税の申告…市民税課市民税係(☎33-4443)

所得税、復興特別所得税など…成田税務署(☎28-5151)※ 自動音声案内

## 市・県民税の申告

市・県民税の申告は、下記に該当する人が市へ行う申告です。国民健康保険税や各種手当、行政サービスの負担額の基礎になるため、収入がない人でも申告が必要となる場合があります。なお、所得税の確定申告をする人は、市・県民税の申告は必要ありません。

## 申告が必要な人

令和3年1月1日現在、市内在住で次のいずれかに該当する人

- ①農業・不動産・配当などの所得があった人
- ②給与所得者で、勤務先が市へ給与支払報告書を提出していない人(勤務先に確認してください)、または給与所得以外に所得があった人
- ③公的年金などの受給者で、公的年金以外に所得があった人、または公的年金等源泉徴収票に記載された以外の控除を申告する人
- ④印西市に住んでいないが市内に事業所や家屋敷がある人

## 所得税の確定申告

## 申告が必要な人

- ①各種の所得金額の合計額(譲渡所得や山林所得を含む)から所得控除を差し引き、その金額に所得税の税率を乗じた税額から配当控除額などを差し引いた結果、残額のある人など
- ②給与所得者のうち、次のいずれかに該当する人
  - 給与を1カ所から受けていて、各種の所得金額(給与所得、退職所得を除く)の合計額が20万円を超える人
  - 給与を2カ所以上から受けていて、年末調整されなかった給与の収入金額と各種の所得金額(給与所得、退職所得を除く)との合計額が20万円を超える人
  - 給与収入が2,000万円を超える人
  - 源泉徴収の規定が適用されない給与を受けていた人など
- ③年金所得者のうち、公的年金等に係る雑所得の金額から所得控除を差し引くと残額がある人。ただし、条件により確定申告が不要な場合があります  
※本紙5ページ参照

## 自宅からe-Taxで確定申告をしよう

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、自宅できるe-Tax(パソコンやスマートフォンで行う電子申告)を利用しましょう。申告書は、国税庁ホームページで作成・送信できます。

※e-Taxでの提出には、マイナンバーカードまたは税務署から発行されるID・パスワードなどが必要です

## e-Taxで作成・送信までのステップ

## ステップ1:「国税庁ホームページ」へアクセスしよう

「確定申告書等作成コーナー」では、所得税、消費税および贈与税の申告のほか、収支内訳書や青色申告決算書も作成できます。

なお、所得税の申告書に限り、スマートフォンやタブレット端末でも作成できます。

## ステップ2: 申告書を作成してみよう

「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従い、金額などを入力するだけで申告書が作成できます。複雑な計算も自動でしてくれます。金額の入力に必要な源泉徴収票などを用意しましょう。

## ステップ3: 作成した申告書を送信しよう

【マイナンバーカードを使って送信する場合】マイナンバーカード、ICカー

ドリーグライタを用意してパソコンから、またはマイナンバーカード対応スマートフォンから送信できます。

【IDとパスワードで送信する場合】マイナンバーカードがない人は、あらかじめ税務署に届け出をすることで、送信に必要なIDとパスワードが発行されます。

※詳しくは、成田税務署(☎28-5151・自動音声案内)へ

## e-Taxならこんなに便利です

- ①自宅からインターネットを利用して申告ができます
- ②各種証明書など添付書類の提出が省略できます
- ③税務署などで還付申告の処理期間が短く済みます
- ④確定申告期間中は、24時間提出が可能です

確定申告の情報・手続きは

確定申告作成

検索

確定申告書等  
作成コーナー



確定申告特集



## 税務署に郵送提出する場合

記載事項や添付資料に漏れがないよう確認の上、成田税務署(〒286-8501 成田市加良部1-15)に送付してください。

※消印が申告期限内となるよう早めに送付してください

※申告書の「控え」に税務署の受付印が必要な場合は、切手を貼った返信用封筒に宛名を記入して同封してください

※土地・建物等譲渡所得のある人など、特例の内容によりe-Taxが利用できない場合もあります

市・県民税申告書が  
市ホームページから作成できます

2月上旬から、市ホームページに「市民税・県民税 申告書作成・試算システム」を公開します。源泉徴収票などの内容を画面の案内に従い入力することで、申告書の作成・印刷や税額の試算ができます。

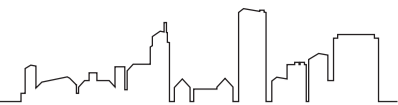
ただし、作成した申告書は電子による送信ができないため、印刷した申告書に必要な書類を添えて下記へ郵送、または下記窓口、各支所市民サービス課へ持参してください。

※持参の際は、本人確認書類を提示。郵送の場合は写しを添付

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、郵送による申告書の提出にご協力ください

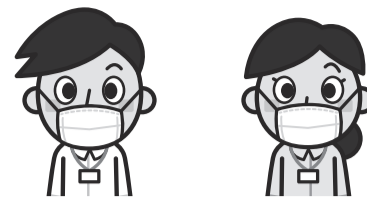
市市民税課市民税係(☎33-4443)





## 会場A 市役所職員による市・県民税の申告相談会

市・県民税の自書申告の作成相談と簡易な所得税の確定申告の助言を行います。作成済みの申告書(所得税を含む)の提出も受け付けます。



	期 日	会 場	受付時間
1	2月16日(火)~19日(金)	イオンモール千葉ニュータウン 3階イオンホール	10時~12時 13時~15時
2	2月22日(月)	本埜保健センター	
3	2月24日(水)	ふれあいセンターいんば 3階会議室	
4	2月25日(木)~3月15日(月) ※土曜・日曜日を除く	印西市役所附属棟2階	

### イオンモール会場では入場整理券が必要です

8時30分~9時30分に、コスモス広場(スターバックスコーヒー前・イオン棟とモール棟の間・屋外)で当日分の入場整理券(※)を配布。なお、整理券に残数がある場合は、10時から14時30分までイオンホール前で配布。その他の会場も、混雑状況などにより入場制限を行う場合があります。

※自書申告相談35枚・PC申告相談50枚・完成申告書の提出200枚

### 注意事項

▶新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策を実施します▶検温の実施、マスクの着用、アルコール消毒にご協力をお願いします▶期間中は市民税課では申告相談を行いません▶市民税課(市役所が会場ではない期間)・各支所では申告書の提出のみ受け付けます▶申告書の控えが必要な場合は必ずその場で申し出てください(後日交付不可)▶申告用紙は消えない筆記用具で記入してください

### 次の申告は会場Cをご利用ください

▶青色申告▶住宅借入金等特別控除が1年目の申告▶住宅借入金等特別控除のうち連帯債務のある申告、増改築・特定増改築(バリアフリー改修工事・省エネ改修工事など)・耐震改修・住宅取得等資金などの贈与を受けた場合などに関する申告▶分離課税所得(譲渡・配当・先物取引)、山林所得・退職所得のある申告▶事業所得・不動産所得の収支内訳書の作成▶雑損控除・外国税額控除を含む申告▶政党・認定NPO・公益社団法人などへの寄附金で税額控除を選択する場合▶損失を繰り越す申告▶準確定申告(納税者が出国・死亡した場合の申告)・過年分の申告▶消費税・贈与税の申告

### 申告に必要な物

▶マイナンバーカードまたは通知カードと顔写真が付いた公的証明書▶認め印(スタンプ式不可)▶電卓・筆記用具▶源泉徴収票(原本)▶事業所得・不動産所得のある人は作成済みの収支内訳書▶生命保険料などの控除証明書(原本)▶国民年金保険料控除証明書や国民健康保険税・介護保険料などの支払金額が分かる物▶医療費控除を受ける人は、医療費控除の明細書(事前に年間合計額を計算)▶寄附金(ふるさと納税など)の受領書▶所得税の還付を受ける人は、申告者本人名義の口座番号の分かる物  
※令和元年分確定申告を市の相談会場で行い、すでに利用者識別番号を持っている人は、この番号を利用した申告が可能ですので持参してください

## 会場B イオンモール千葉ニュータウンでの 税理士による確定申告相談会

時2月8日(月)~10日(水)、12日(金)

10時~16時

※混雑回避のため、8時30分~9時30分にコスモス広場(スターバックスコーヒー前・イオン棟とモール棟の間・屋外)で入場整理券を配布。整理券に残数がある場合は10時からイオンホール前で配布

場イオンモール千葉ニュータウン3階イオンホール

員給与所得者(医療費控除・2年目以降の住宅借入金等特別控除)、年金所得者

※分離課税所得がある場合は会場Cを利用してください



## 会場C イオンモール成田での 税務署による確定申告相談会

時2月1日(月)~3月15日(月)

9時~16時(提出は17時まで)

※土曜・日曜日、祝日は除く。ただし、2月21日(日)、28日(日)は開場

場イオンモール成田2階イオンホール(成田市ウイング土屋24)  
※9時~10時までは立体駐車場3階から連絡通路を通りモール棟2階「C」

入口からお入りください

※混雑回避のため、入場整理券が必要。整理券は、当日会場配布するほか、国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」し、日時指定の整理券の入手可

## 年金所得者の 確定申告不要制度

公的年金などの収入金額が400万円以下で、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の人は、所得税の確定申告は不要です(所得税の還付を受ける場合は必要)。

公的年金などの収入以外に所得がない人は、市・県民税の申告書の提出義務はありませんが、源泉徴収票に記載されている控除以外の控除(医療費控除、扶養控除、生命保険料控除など)を受けける場合には提出が必要です。

場市民税課市民税係(☎33-4443)

## 令和3年度 市・県民税申告の変更点

- ①給与所得控除・公的年金等控除額が一律10万円引き下げられ、また扶養親族の合計所得金額などの要件が見直されました。
  - ②婚姻歴や性別に関わらず一定の要件を満たす場合は30万円を控除することができる、ひとり親控除が創設されました。
  - ③基礎控除額が10万円引き上げられ43万円になりました。ただし、合計所得金額が2,400万円を超える人は、その合計所得金額に応じて控除額が変わります。
  - ④給与などの収入金額が850万円を超え、本人、同一生計配偶者、扶養親族が特別障害者の場合および23歳未満の扶養親族を有する場合、または給与所得控除後の給与などの金額と公的年金等に係る雑所得の合計が10万円を超える場合は、給与所得の金額から算式による計算した金額が控除される所得金額調整控除が創設されました。
  - ⑤子どもの貧困に対応するため、前年の合計所得金額が135万円以下のひとり親について、個人住民税を非課税とする措置が創設されました。
  - ⑥新型コロナウイルス感染症などの影響により、中止、延期、規模縮小された文化、芸術、スポーツイベントのチケットを購入した個人がチケット代金の払戻請求権を放棄した場合、その金額を寄附とみなす特例が創設されました。
- ※詳しくは市ホームページ参照

## 所得税の確定申告用紙

所得税の確定申告用紙は、成田税務署のほか市役所市民税課および各支所・出張所にも用意していますが、数に限りがありますので、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)からダウンロードしてください。

※市では、申告用紙の郵送は行いません

場成田税務署(☎28-5151)※自動音声案内

## 申告書にはマイナンバー(個人番号)の記載が必要です

▶市・県民税申告書、所得税・復興特別所得税、消費税・地方消費税、贈与税の申告書にはマイナンバーの記載が必要です

▶申告書を提出する際は申告者の本人確認書類の提示が必要です

※自宅からe-Taxで税務署に送信する場合は、本人確認書類の提示は不要

本人確認書類とは

- ①マイナンバーカード
- ②マイナンバーの通知カードと運転免許証など顔写真が付いた公的証明書





市議会への請願・陳情

市政に関する要望や意見などは、請願・陳情書として市議会に提出できます。第1回市議会定例会への請願、陳情の締め切りは下記のとおりです。

◎2月9日(火)・12時

提出する場合は、事前に下記へ。  
 議会事務局(☎33-4614)

いんざい議会だよりの郵送を希望する人へ

いんざい議会だよりは、5月、8月、11月、2月に発行しています。新聞折り込み、公共施設などで配布していますが、郵送を希望する人は下記へ。  
 議会事務局(☎33-4614)

**納期限は3月1日(月)**

**固定資産税・都市計画税第4期**  
 国納税課収納管理係(☎33-4447)

**国民健康保険税第8期**  
 国保年金課保険税係(☎33-4462)

**後期高齢者医療保険料第8期**  
 国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)

納め忘れのないようにお願いします。  
 口座振替を利用している人は、残高不足に注意してください。

春休みの学童クラブの  
 入所申し込み

◎入所資格…夫婦共働きなどのため、児童を監護する人が昼間家庭にいない小学校1年～6年生までの児童。または、保護者や家族が疾病などのため、家庭で適切な監護を受けられない児童

◎開所時間…8時～19時(春休み期間中)

◎休所日…日曜日

◎保育料…月額1,000円(上限あり)

☎2月12日(金)～26日(金)(必着)までに、①入所許可申請書②保護者の就労証明書または日中家庭にいないことを確認できる書類③児童の健康状況等調書を保育課へ郵送、または保育課窓口、各支所、中央駅前出張所へ持参。ただし、民営または指定管理者が運営するクラブを希望する場合は、直接各クラブ窓口(表内赤字のクラブ)へ

※先着順ではありません

※申請書など(市ホームページからダウンロード可)は、各申込先で配布

☎保育課管理係

(☎33-4649)

◎春休み期間中受け入れ◎

名称	所在地など
大森学童クラブ	大森3313-1 (☎42-5814)
平賀学童クラブ	平賀1161-2 (☎98-3501)
本埜学童クラブ	中根1281-2 (☎97-1020)
木刈学童クラブ	木刈2-6 (☎46-8592)
小倉台学童クラブ	小倉台2-3 (☎46-6031)
小倉台第2学童クラブ	
小倉台第3学童クラブ	
エンジェルハート学童クラブ	武西275-1 (☎47-3344)

◎3月31日までの受け入れ◎

名称	所在地など
原山学童クラブ	原山3-4 (☎46-3966)
西の原第2学童クラブ	西の原2-7 (☎46-5501)
高花学童クラブ	高花2-4 (☎46-1147)
内野第2学童クラブ	内野1-3 (☎45-7122)
いには野学童クラブ	若萩3-9 (☎98-1198)
滝野学童クラブ	滝野5-1 (☎97-2019)
モア学童クラブ	牧の原1-3 (☎46-3928)
HALO学童クラブ	草深1618-1、 1618-23 (☎80-8622)
こじかKIDSクラブ	草深2496-4 (☎36-5161)

※令和3年度通常入所で定員に達しているため、利用は3月31日まで

◎4月1日からの受け入れ◎

名称	所在地など
原学童クラブ	原3-5 (☎47-6220)
原第2学童クラブ	原3-5 (☎47-7210)
(仮称)原第3学童クラブ	原3-5

※令和2年度通常入所で定員に達しているため、利用は4月1日から

委員を募集します ～各種審議会など～

■ 印西市健康づくり推進協議会委員

健康増進や食育推進など健康づくりについて審議します。

◎任期…4月1日～令和5年3月31日

◎報酬…月額7,500円

☎市内在住の満20歳以上で健康づくりに意欲があり、平日昼間の会議(年4回程度)に出席できる人

※他の審議会などの委員となっている人は不可

定2人

☎2月19日(金)(必着)までに応募用紙(市ホームページからダウンロード可)、小論文(テーマ「私の考える健康とまちづくり」・1,200字以内)を下記へ郵送または持参

☎健康増進課庶務係(〒270-1327印西市大森2356-3・☎42-5595)

■ 印西市社会教育委員

市の社会教育に関する諸計画などについて教育委員会の諮問に応じ、意見を述べたり、調査研究を行います。

◎任期…4月1日～令和5年3月31日

◎報酬…月額7,500円

☎市内在住の満20歳以上で社会教育全般に関心があり、平日昼間の会議(年3回程度)に出席できる人

※他の審議会などの委員となっている人は不可

定1人

☎2月22日(月)(必着)までに応募用紙(市ホームページからダウンロード可)、作文(テーマ「これからの社会教育の在り方について」・800字程度)を下記へ郵送または持参

☎生涯学習課推進係(☎33-4713)

■ 印西市公民館運営審議会委員

公民館の事業や運営に関し、館長の諮問に応じ、調査・審議します。

◎任期…4月1日～令和5年3月31日

◎報酬…月額7,500円

☎市内在住の満20歳以上で公民館運営などに関心があり、平日昼間の会議(年3回程度)に出席できる人

※他の審議会などの委員となっている人は不可

定2人

☎2月2日(火)から2月24日(水)(必着)までに応募用紙(各公民館、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可)、小論文(テーマ「地域における公民館の役割」・800字程度)を下記へ郵送または持参

☎中央公民館(〒270-1327 印西市大森3934-1・☎42-2911)

粗大ごみ・燃やさないごみの直接搬入の一時停止

2月6日(土)～14日(日)

処理施設の定期点検整備のため、この期間は上記のごみの直接搬入はできません。なお、粗大ごみ収集事務所(☎80-8686)への申し込みはできますが、収集は点検期間後となります。  
 ☎印西クリーンセンター(☎46-2732)

いんざい応援クーポンの有効期限を延長

クーポン有効期限 3月21日(日)

市では、市内店舗などで使用できる1人5,000円分の「いんざい応援クーポン」を配付していますが、新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ、クーポンの有効期限を延長します。

詳しくは

いんざい応援クーポン

検索



対象者で受け取っていない人は

◎対象者…基準日(令和2年7月31日)に市の住民基本台帳に登録されている人

※クーポンが届いていない場合は下記へ問い合わせください

ステッカーとポスターを活用ください

事業者を対象に「新型コロナ対策」への取り組みを示すステッカーとポスターを作成。感染防止対策の「見える化」に活用してください。

詳しくは

印西市新型コロナ対策ステッカー

検索



☎商工観光課商工振興係(☎33-4483)

応援クーポン取扱店を募集

詳しくは市商工会ホームページ(<http://www.inzai.or.jp>)をご覧ください。

☎市商工会(☎42-2750)

地元のお店を応援しよう!!



# お知らせ

●新型コロナウイルス感染防止のため、各種催しなどが中止となる場合がありますので、問い合わせ先にご確認ください  
●催しに参加する際は、人との距離を保ち、3つの「密」を避け、マスクの着用など感染防止に努めてください

## Information

### 国保・年金



#### 国保税などが軽減されます 収入がなくても確定申告を

国民健康保険税と後期高齢者医療保険料は、前年1年間の世帯所得に応じて軽減される場合がありますので、忘れずに申告しましょう。

☑ 昨年の収入がない、または少ない人、収入が税金の対象とならない遺族年金や障害年金だけの人

☑ 国保年金課保険料係(☎33-4462)、高齢者医療年金係(☎33-4470)

#### 国民年金保険料は社会保険料 控除の対象です

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・市県民税などの社会保険料控除の対象となります。控除を受けるには、納付を証明する書類が必要です。

令和2年10月1日～12月31日の間に初めて保険料を納付した人には、2月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が郵送されます。

※令和2年1月1日～9月30日の間に納

付した人には、昨年10月末に郵送済み。再発行希望者はマイナンバーまたは基礎年金番号を用意して、下記へ

☑ ねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003-004)、船橋年金事務所(☎047-424-8811)

#### 社会保険労務士による年金相談所

☑ 2月25日(木)・10時～15時15分(1人30分) ※次回は5月予定

☑ 本塾支所

☑ 国民年金や厚生年金に関する請求手続き、加入記録の確認などの相談に応じます

☑ 8人

☑ 2月12日(金)までに基礎年金番号の分かる物を用意の上、電話で下記へ(先着順)

☑ 国保年金課高齢者医療年金係(☎33-4470)



### 農業



#### 農業者の経営所得安定のため 交付金を交付

国の経営所得安定対策として、担い手農家の経営安定を図るための支援があります。主な交付金は次のとおりです。

【水田活用の直接支払交付金】…水田での転作作物の作付けに対する交付金

【畑作物の直接支払交付金】…認定農業者、集落営農、認定新規農業者が行う水田・畑地共通の戦略作物の作付けに対する交付金

☑ 4月～6月の間に申請が必要です。詳しくは下記へ

☑ 農政課農政係(☎33-4487)

#### 道路に泥を落とさないよう ご協力をお願いします

トラクターなどの農作業車で田畑から公道へ出る際は、泥などの汚れを落とすしてから走行してください。道路に落ちた泥などは、通行の妨げになり大変危険です。環境美化と交通安全のため、ご協力をお願いします。

☑ 農政課農政係(☎33-4487)

### 議会



#### 市議会定例会 インターネットで配信します

☑ 2月17日(水)～3月19日(金)(予定) 新型コロナウイルス感染防止のため、議会の傍聴はできる限りお控えください。なお、市ホームページで本会議のライブ中継および委員会の録画を配信しています。

☑ 議会事務局(☎33-4614)



#### 一般質問通告書が閲覧できます

☑ 2月10日(水)(予定)～

☑ 市ホームページ、行政資料コーナー、各支所・図書館

☑ 令和3年第1回市議会定例会で予定されている一般質問

☑ 議会事務局(☎33-4614)

## 市で一緒に働きませんか 職員募集

### 会計年度任用職員(パートタイム)

#### 【共通事項】

・任用期間は令和3年度(4月1日～令和4年3月31日)

・時給の他に諸手当あり

・勤務条件により、社会保険および雇用保険に加入

勤務場所	職種(募集人数)	応募資格	業務内容	勤務条件	申込方法・問い合わせ先
環境保全課	①一般事務(2人)	パソコン操作ができる人	窓口業務、データ整理など	勤務時間：週5日(平日9時～16時) 時給：980円～1,010円	2月15日(月)(消印有効)までに履歴書(写真貼付)を郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ ①環境保全課係(☎33-4491)・指導係(☎33-4495)、 ②鳥獣被害対策係(☎33-4439)
	②事務補助(1人)	パソコン操作ができ、わな猟・銃猟免許を有する人	窓口業務、データ整理、有害鳥獣捕獲補助など	勤務時間：週3日(平日8時30分～17時15分) 時給：980円	
子育て支援課	一般事務(2人)	パソコン操作ができる人	窓口業務、データ整理など	勤務時間：週5日(平日9時～16時) 時給：980円～1,010円	2月12日(金)(必着)までに履歴書(写真貼付)を郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ 子育て支援課給付係(☎33-4645)
	保健師または助産師(1人)	各職種資格	妊娠、出産、育児などの相談など	勤務時間：月5～6日(平日10時～15時)	2月12日(金)(必着)までに履歴書(写真貼付)、資格証の写しを郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ 子育て支援課支援係(☎33-4640)
高齢者福祉課	①介護支援専門員(1人) ②一般事務(2人)	①介護支援専門員の資格と普通自動車運転免許を有する人 ②-	①要介護・要支援認定の訪問調査など ②窓口業務、データ整理など	勤務時間：①週3日(平日9時～16時) ②週4日(平日8時30分～17時15分) 時給：①1,330円②980円～1,010円	2月15日(月)(必着)までに履歴書(写真貼付)、①は資格証明書の写しを郵送または持参。 ☑ 高齢者福祉課介護認定給付係(☎33-4624)
文化ホール	イベント補助(15人)	文化事業に興味のある人	会場案内、チケット確認など	勤務時間：年6回程度(1日4時間程度)※土曜、日曜日、祝日勤務あり 時給：980円	2月12日(金)(消印有効)までに履歴書(写真貼付)を郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ 文化ホール臨時窓口(☎42-8811)
市立保育園	①保育士 ②看護師 ③保育補助(若干名)	①②各職種資格 ③-	保育業務	勤務時間：①②平日7時～19時、土曜日7時～17時の間で1日6～7.5時間 ③平日7時～9時30分、16時～19時の延長保育時間※園により異なります 時給：①1,180円～1,230円②1,330円～1,390円③980円～1,010円	履歴書(写真貼付)、①②は資格証の写しを持参。 ※面接あり。別途通知 ☑ 保育課保育係(☎33-4651)
学務課	一般事務(1人)	パソコン操作ができる人	窓口業務、データ整理など	勤務時間：週4日(平日8時30分～17時15分) 時給：980円～1,010円	2月12日(金)(必着)までに履歴書(写真貼付)を郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ 学務課学務係(☎33-4704)
市民安全センター	一般事務(1人)	防犯講話・防犯指導の経験があり、パソコンの操作ができ、普通自動車運転免許を有する人	資料作成、街頭啓発や車両でのパトロール、防犯講話・指導など	勤務時間：週4日(平日8時30分～17時15分) 時給：980円～1,010円	2月15日(月)(消印有効)までに履歴書(写真貼付)を郵送または持参。募集要項などは市ホームページからダウンロード可。 ※記述者査・面接あり。別途通知 ☑ 市民活動推進課防犯対策係(☎33-4435)
納税課	一般事務(2人)	パソコン操作ができる人	窓口業務、データ整理など	任用期間：4月1日～9月1日(延長あり) 勤務時間：週5日(平日9時～16時) 時給：980円～1,010円	2月15日(月)(必着)までに履歴書(自筆・写真貼付)を郵送または持参。※面接あり。別途通知 ☑ 納税課収納管理係(☎33-4447)



# 講座・催し

金額のないものは無料

新型コロナウイルス感染防止のため、中止となる場合があります。

## 異文化理解講座⑤ ～パキスタン～

時2月24日(水)・14時～15時30分  
 外国人講師が母国についてオンライン形式で紹介。自宅にいながら海外旅行気分を味わってみませんか。講師：ファーヒーン・ゼーラ氏(パキスタン出身)  
 ※視聴方法は申込時に説明(録画の後日視聴も可)  
 どなたでも  
 氏名、電話番号をメールで下記へ  
 企画政策課政策推進係(☎33-4068・✉kikakuka@city.inzai.chiba.jp)

## スポーツ医学セミナー 『健康づくり講座』

時2月27日(土)・10時～11時  
 場松山下公園総合体育館  
 講義【中】中高年の体力低下に伴う健康づくり【実技】自宅でできる簡単なトレーニング。講師：青木和浩氏(順天堂大学教授)

どなたでも  
 定20人(先着)  
 運動ができる服装で  
 2月19日(金)までに電話で下記へ  
 関スポーツ振興課振興係(☎42-8417)

## 男女共同参画事業 オンライン子育ておしゃべり会

時2月24日(水)・10時～11時  
 これから仕事を始めたい人や仕事復帰を目指す人のため「仕事と子育ての両立」について、講師と共にオンライン(Zoom)講座。講師：福田潔子氏(特非)ハートフルコミュニケーション理事)  
 定5人  
 2月15日(月)までにメールで「件名：オンラインおしゃべり会申込み」[本文：①氏名②住所③電話番号④子どもの年齢⑤利用媒体(PC・スマートフォンなど)を入力の上、下記へ(応募多数の場合抽選)  
 関市民活動推進課男女共同参画係(☎33-4431・✉siminkatudou@city.inzai.chiba.jp)

## 市民が支える市民活動・新たなライフ&ワークスタイルから考えよう

時2月21日(日)・13時30分～15時30分  
 Zoomによるオンライン開催。協働の実践者である講師と一緒に、今感じている地域の魅力や課題(子育て、環境、健康、福祉など)について、活動団体を交えてトークしながら学びます。講師：中村正明氏(関東学園大学教授)  
 定100人  
 メールで下記へ(先着順)  
 ※できれば日頃感じていることを添えて  
 関市民活動支援センター(☎48-4500・✉i.shiencenter@minos.ocn.ne.jp)

## 役立つ!中高年向け再就職支援セミナー & 個別相談in白井市

時2月26日(金)・【①セミナー】10時～12時【②個別相談】13時30分～16時  
 場白井市役所本庁舎2階  
 千葉県ジョブサポートセンターと白井市・我孫子市・印西市共催。仕事の

探し方、応募書類の書き方、面接対策など就職スキルについて学びます。雇用保険受給者の活動実績となります  
 定①20人②4人  
 筆記用具、雇用保険受給中の人は「雇用保険受給資格者証」持参  
 電話で下記へ(先着順)  
 関白井市役所産業振興課商工振興班(☎047-401-4641)

## 保育ボランティア養成講座

時3月11日(木)・10時～12時、13時～15時  
 場総合福祉センター  
 幼い子どもへの接し方を学びます  
 定20人  
 3月1日(月)までに下記へ  
 関市社会福祉協議会(☎42-0294)



## 手賀沼周辺の農業用揚水・排水機場などを改修

ご理解・ご協力をお願いします

現在の施設は、昭和21年から43年に整備されたものです。その後の都市開発に伴う流出水量の増大、地盤沈下の進行などにより、能力不足や機能低下が生じ、台風や大雨による農地の浸水などの被害が生じています。このため、手賀沼周辺9市と手賀沼土地改良区では、国が令和3年度から令和14年度までの工期で実施する改修工事などの準備を進めています。  
**【周辺農家の同意が必要です】**  
 実施に当たり、農家の費用負担は発生しませんが、周辺地域の農地所有者や耕作者(畑地や樹園地含む)の

皆さんの同意が必要です。3月ごろから、手賀沼土地改良区組合員には当該組合から、それ以外の畑作農家などには市から、それぞれ書面で同意をお願いする予定です。事業実施にご理解・ご協力をお願いします。  
 関農政課振興係(☎33-4488)



## J-ALERT(アラート) 全国一斉情報伝達試験の実施

地震や弾道ミサイル攻撃などの発生時に備え、Jアラートの全国一斉情報伝達試験を実施します。当日は市内の防災行政無線で試験放送を行います。実際の災害ではありませんので、ご注意ください。  
 時2月17日(水)・11時  
 ◎対象地域…全国  
 ◎試験内容…防災行政無線の放送、防災メールによる情報配信  
 ◎放送内容…上りチャイム音 + 「これは、Jアラートのテストです」×3 + 「こちらは、防災印西です」 + 下りチャイム音  
 関防災課危機管理室(☎33-4428)



## 農産物などの移動販売をしています

西印旛農業協同組合(JA西印旛)で運営する農産物直売所「とれたて産直館印西店」では、農産物などの移動販売をしています。地元のお米や、新鮮な野菜・果物などを「移動販売車」にたくさん載せて、市内を移動して販売しますので、ご利用ください。  
 販売スケジュールは右記のとおり。



### 【販売スケジュール】

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	10時…木下東集会所つばき会館 10時40分…木下東1-6-1	10時…内野西団地3号棟前 10時40分…内野団地2-5-6棟前 11時20分…内野南第二団地うちのどんぐりハウス駐車場	10時…高花一丁目高花団地集会所脇 10時40分…高花四丁目高花第二団地管理事務所駐車場	10時30分…日本医科大学千葉北総病院正面ロータリー手前
午後	12時40分…市役所正面ロータリー 13時30分…滝野一丁目地先県道千葉白井印西線脇 14時10分…牧の原公園(テニスコート)駐車場	13時15分…原山第二団地原山第二集会所前	13時10分…小林大門下一丁目小林物木雨水調整池内通路 14時10分…平賀学園台自治会館(テニスコート)前	13時55分…ガーデンハウス木刈自治会集会所 14時20分…ファーストアベニュー木刈団地集会所前 14時45分…木刈5丁目集会所

※販売時間は15分から30分です。祝日、年末年始はお休みです  
 ※原則、駐車場はありません。車での来場はご遠慮ください  
 関JA西印旛農産物直売所「とれたて産直館印西店」(☎48-2200)



# 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



## 忘れていませんか？ 児童手当の手続き

中学校3年生までの児童を養育している人に児童手当を支給しています。毎年6月に「現況届」の提出が必要で

す。提出しないと受給できませんので、早急に提出しましょう。

- ◎**出生、転入、公務員ではなくなった人**  
15日以内に必ず手続きをしてください。15日を過ぎた場合、遅れた月分の手当は受けられません。  
※新たに公務員となった人は、職場へ申請してください  
☎子育て支援課給付係(☎33-4645)



## 新年度の保育園入園申し込み (2次募集)

- 令和3年4月に保育園入園を希望する人の2次募集を行っています。
- ◎**受付期限**…2月12日(金)(必着)
- ◎**受付場所**…保育課、各支所、中央駅前出張所、市内各保育園・認定こども園
- ◎**必要書類**…申し込み資格により必要書類が異なります。詳しくは「令和3年度保育園利用のご案内」(受付場所で配布。市ホームページからダウンロード可)を参照

ド可)を参照

### 【注意】

- 空きがある園への案内となります
- 新規申し込みの人は面接を実施します
- 申込書類を郵送する場合は、事前に下記へ連絡してください
- 申込書類の提出前に希望の保育園に電話予約の上、見学してください  
☎保育課保育係(☎33-4651)



## 軽度・中等度難聴児の補聴器 購入費用の一部を助成

☎市内に住民登録があり、18歳未満で、軽・中等度の難聴を持つ児童

◎**助成対象補聴器**…軽・中・高・重度難聴用ポケット型・耳かけ型、耳あな型(レディメイド・オーダーメイド)、骨導式(ポケット型・眼鏡型)など

※申請方法、助成金額など詳しくは下記へ  
☎障がい福祉課支援係(☎33-4136・☎42-0381)

## ご存じですか？ 重度心身障害者(児)医療費助成制度

重度の心身障がいのある人が医療機関にかかった場合、医療費の保険診療分の一部または全てを助成します。なお、受給券の発行申請が必要です。

☎次のいずれかの要件を満たす人

- ①身体障害者手帳1級および2級の人
- ②療育手帳(A、Aの1、Aの2、Aの1、Aの2の人
- ③身体障害者手帳3級および療育手帳Bの1を併せて所持する人
- ④精神障害者保健福祉手帳1級の人

☎すでに申請している人でも、申請内容に変更などがある場合は手続きが必要です

※申請方法など詳しくは下記へ  
☎障がい福祉課給付係(☎33-4639・☎42-0381)

更新はお済みですか？  
**特定疾患見舞金制度**

「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。

☎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

☎社会福祉課厚生係(☎33-4513)

## フードドライブ(食料品の寄付)にご協力を

福祉施設や困窮する世帯などに無償で提供するため、食料品の寄付の受け付けと集荷を行います。

☎2月26日(金)まで  
☎市社会福祉協議会

- ◎**対象食品**…麺類、小麦粉、乾物、保存食品、フリーズドライ食品、インスタント食品、レトルト食品、ギフトパック、各種調味料、食用油、飲料、災害備蓄食品、菓子類など常温保存可能で、賞味期限が2カ月以上ある物
- ※米は受け付けていません
- ☎フードバンクちば(☎043-301-4025)、市社会福祉協議会(☎42-0294)

## 自死遺族支援 「わかちあいの会ひだまり」

☎2月19日(金)・13時30分～  
☎印旛合同庁舎(佐倉市)  
☎大切な人、愛する人を自死で亡くした人が心おきなく話せる場を提供します  
☎(社福)千葉いのちの電話事務局(☎043-222-4416)

## 市独自給付 児童扶養手当受給世帯への 臨時特別給付金

市では、新型コロナウイルス感染症の影響による収入減少などを支援するため、子育てと仕事を1人で担う児童扶養手当受給世帯を対象に、市独自で臨時特別給付金を給付しています。

**給付額**…1回当たり世帯25,000円。第2子以降1人につき15,000円加算

**給付日**…第1回：令和2年12月10日に給付済、第2回：2月上旬

**申請の必要はありません**

対象者には1月6日にお知らせを発送しました。

**対象世帯**…令和3年1月分の児童扶養手当受給世帯で、12月31日時点で印西市の受給資格を有する世帯  
☎子育て支援課給付係(☎33-4645)

## 申請手続きはお済みですか ひとり親世帯への臨時特別給付金

申請期限は2月26日(金)(消印有効)

新型コロナウイルス感染症の影響により子育て負担の増加や収入が減少したひとり親世帯のうち申請が必要な人で、まだ申請していない人は期限内に申請してください。

◎**給付額**

【基本給付】5万円、第2子以降1人につき3万円加算 ※**再支給分(基本給付と同額)も支給されます**

【追加給付】1世帯につき5万円

◎**申請が必要な人**

【基本給付】

- ①公的年金給付などを受けていて、令和2年6月分の児童扶養手当が全額停止された人
- ②公的年金給付などを受けていて、

児童扶養手当の申請はしていないが、申請をしていれば令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額または一部停止されたと推測される人

③新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、直近の収入が児童扶養手当の対象となる水準に下がった人

【追加給付】

- ①②に該当する人および令和2年6月分の児童扶養手当受給者のうち、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少した人

※詳しくは市ホームページ参照(申請書のダウンロード可)  
☎子育て支援課給付係(☎33-4645)

## ～コロナに負けない認知症予防～

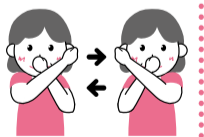
## “頭”と“体”を使って楽しく脳活!

コロナ禍で思うように人と会えなかったり、外出ができない日々が続いていますが、頭や体は使わないと日々認知機能が衰えてしまいます。

1人でも家でもできる「脳活」エクササイズを紹介します。間違っても大丈夫!楽しく何度でもやってみましょう。

②ウォーキングまたは足踏みをしなが、しりとりをする

③右手で左耳をつまみ、左手で鼻をつまむ。→右手で鼻をつまみ、左手で右耳をつまむ。この動作を連続して繰り返す(徐々に速くしていく)



動画をホームページで公開しています。ぜひご覧ください。

- やってみよう!**
- ①ウォーキングまたは足踏みをしなが、数を数え、4の倍数の時に手をたたく

1・2・3・4



●**ポイント**

脳を活性化させるポイントは、頭と体を使い、2つのことを同時に行うこと。

慣れてきたら、②のしりとりを「100から7を引く引き算」や「俳句を考える」などにアレンジしても楽しめます。

☎高齢者福祉課包括支援係(☎33-4593)

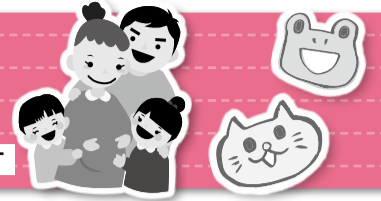




たのしくすごそう

# 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  
 感染症予防のため、利用時間・定員に制限を設けています



**おやこであそぼう**  
 ☀️火曜～日曜日・①10:00～11:30②13:00～14:30③15:00～16:30各6組☎️当日電話で  
**ベビーマッサージ**  
 ☀️16日(火)・10:00～11:00各8組☎️3日(水)9:00～電話で(本人のみ)

☀️中央駅前地域交流館(子育てルーム☎️46-5111)

**おもちゃクラブ・プチおもちゃクラブ**  
 ☀️15日(月)、17日(水)～19日(金)・10:00～11:30おもちゃ作り☎️電話で

☀️小林子育て支援センター(☎️80-8700)

**キッズ1の日**  
 ☀️16日(火)・10:00～11:30☎️平成30年4月～31年3月生まれの子と保護者☎️7組☎️4日(木)8:30～電話で(本人のみ)

☀️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**  
 ☀️毎週火曜～日曜日・①10:00～11:30②13:00～14:30③15:00～16:30各5組☎️当日電話で  
**わんぱく「みんなでお雑祭を楽しもう」**  
 ☀️3月2日(火)・10:00～☎️10組☎️16日(火)9:00～電話で

☀️わくわくぽかぽか広場(総合福祉センター内☎️42-0144)

**ストレッチピラティス**  
 ☀️3日(水)・10:15～11:15各5組☎️電話で(本人のみ)

☀️いんば児童館(☎️80-3950)

**色イロリトミック**  
 ☀️19日(金)・10:00～☎️首がすわった0歳と保護者☎️7組☎️2日(火)9:00～電話で(本人のみ)  
**バレンタイン製作**  
 ☀️2日(火)～12日(金)(土曜、日曜日除く)・10:00～各10人☎️電話で(本人のみ)

☀️滝野子育て支援センター(☎️97-1822)

**節分の豆まき**  
 ☀️4日(木)・10:00～各5組☎️電話で  
**誕生会**  
 ☀️25日(木)・10:30～☎️電話で

☀️つどいの広場(そうふけふれあいの里内☎️47-7880)

**こあらで遊ぼう**  
 ☀️月曜～金曜日・①9:30～11:30②13:00～15:00☎️月曜・2歳以上の子、水曜・1歳児、金曜・0歳児※午後の時間帯、火曜・木曜日は年齢制限なし☎️各5組(10人)☎️前日から電話で(先着順)

★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☎️電話で  
**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☎️電話で

★原山保育園(☎️47-6600)

**ゴスペルリトミックjoy**  
 ☀️毎週水曜日・9:50～各10組☎️窓口で(先着順)  
**親子でABCタイム**  
 ☀️毎週木曜日・10:30～各10組☎️窓口で(先着順)

★しおん保育園(しおんひろば☎️070-3174-3124)

**すくすく測定**  
 ☀️15日(月)～17日(水)・9:30～11:00☎️身長・体重計測、手形や足形の記録  
**ひなまつり制作週間**  
 ☀️24日(水)～3月3日(水)(26日～28日を除く)・9:30～11:00☎️かわいいひな飾りを作ります

★山ゆり保育園(びよびよクラブ☎️98-3773)

**ひなまつり制作**  
 ☀️5日(金)、8日(月)、12日(金)・①9:15～10:45②11:00～12:30各3組☎️専用ダイヤルへ  
**ベビードダンス**  
 ☀️16日(火)☎️3組¥1,000円☎️1日(月)9:00～専用電話へ

★牧の原宝保育園(さくら広場専用☎️070-3243-8378月火金9時～14時)

**園庭開放&子育て相談**  
 ☀️毎週月曜～金曜日・①10:00～②11:00～③12:30～☎️①②各3組、③1組☎️当園ホームページで予約

★草深こじか保育園(ちゅうりっぷルーム☎️36-5161)

**園庭開放&子育て相談**  
 ☀️毎週月曜～金曜日・①10:30～②12:30～各3組☎️当園ホームページで予約

★草深こじか第二保育園(ちゅうりっぷルーム☎️37-8124)

**ベビーヨガ**  
 ☀️9日(火)・10:00～☎️首がすわった子¥1,000円☎️電話で  
**バースデーフォトアート**  
 ☀️5日(金)・10:30～☎️生後6カ月、誕生月(その前後を含む)の子☎️電話で

★星虹保育園(びかびかルーム☎️40-1189)

**園庭開放**  
 ☀️10:00～11:30(雨天中止)※日程は要確認

★星虹第二保育園(ぽかぽかルーム☎️45-1189)

**園庭開放日**  
 ☀️毎週水曜日・9:00～12:00  
**節分ごっこ**  
 ☀️3日(水)☎️電話で

★小倉すくすく保育園(ペンギンルーム☎️42-5901)

**制作(バレンタイン)**  
 ☀️4日(木)、5日(金)・11:00～  
**園庭開放**  
 ☀️18日、25日の木曜日・10:00～11:00※詳細は当園ホームページ・おたよりで

★ちいさな杜の保育園(あひるルーム☎️48-5226)

**大きくなったかな?**  
 ☀️2日(火)☎️身体測定(かわいい手作りカードをプレゼント)  
**たつのこデビュー☆デー**  
 ☀️15日(月)☎️たつのこクラブを初めて利用する人

★エンジェルハート保育園(たつのこクラブ☎️47-3344)

**園庭開放**  
 ☀️毎週月曜・火曜・木曜日・9:00～14:00☎️未就園児園ランチタイムは中止。昼食の持ち込み不可☎️電話で

★印西ひかりこども園(にじっこルーム☎️40-3737)

**English Play**  
 ☀️毎週火曜日(23日除く)・9:10～9:40各5組  
**書道アクティビティ**  
 ☀️18日(木)・9:10～9:40各5組

★認定こども園RWI(キャタピラークラブハウス☎️85-8685)

**バランスボール講座**  
 ☀️12日(金)・10:00～11:15☎️未就園児親子☎️10組¥800円☎️電話で  
**マタニティヨガ**  
 ☀️22日(月)・10:15～11:15☎️妊婦☎️5人¥800円

★ゆいひ保育園(ゆいキッズ☎️36-8586)

**えいご・リトミック・親子であそぼう**  
 ☀️毎週水曜～金曜日☎️前日までに電話で※詳しくは当園ホームページで

★銀の鈴保育園(りんりんひろば☎️47-7566)

**グラウンドインタラクティブ**  
 ☀️9日(火)、17日(水)・①9:30～9:50②10:00～10:20各5組☎️電話で

★HALO保育園(にこにこルーム☎️80-8689)

**児童ルームで遊ぼう!**  
 ☀️毎週火曜～日曜日・①9:00～11:30②13:00～16:30(平日は②のみ)☎️小学生～18歳未満☎️各15人☎️窓口で(先着順)

☾中央駅前地域交流館(児童ルーム☎️46-5111)

**工作広場**  
 ☀️毎週木曜日・15:00～16:30☎️小学生～18歳未満☎️各10人☎️窓口で(先着順)

☾そうふけ児童館(ふれあい文化館内☎️45-3800)

**児童館事業**  
 ☀️毎週火曜～日曜日・①9:00～11:30②13:00～16:30(平日は②のみ)☎️各10人☎️窓口で(先着順)  
**ファミリースポーツ**  
 ☀️13日、27日の土曜日・13:30～14:30☎️バドミントン、卓球など☎️小学生～18歳未満☎️10人☎️窓口で(先着順)

☾子どもふれあいセンター(総合福祉センター内☎️42-0144)

**児童館であそぼう!**  
 ☀️毎週火曜～日曜日・①9:00～11:30②13:00～14:30③15:00～16:30(平日は③のみ)☎️各6人☎️窓口で(先着順)

☾いんば児童館(☎️80-3950)

**おはなし会(2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。

小林図書館 27日(土)10:30～  
 そうふけ図書館 6日、13日、20日、27日の各土曜日 15:00～  
 印旛図書館(いんば児童館) 25日(木)11:15～ ※当日8:30～電話で「いんば児童館」へ予約  
 本埜図書館 20日(土)10:30～



# 2月の各種相談

※祝・休日の相談はありません。すべて無料です。  
 ※階段の昇降に支障のある人は予約時に申し出てください  
 ※予約が必要

相談名	とき(12時~13時を除く)	ところ	問い合わせ
法律相談(弁護士)	①5日(金)②12日(金)③26日(金)・10時~15時【予約開始】①1日(月)②5日(金)③19日(金) ※先着8人	市役所 ①②附属棟 ③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) ※予約開始時間は8時45分 ※予約に空きがあれば 当日受け付け可(交通事故巡回相談を除く)
市民生活相談(司法書士)	26日(金)・10時~15時 【予約開始】1日(月)※先着6人	市役所会議棟	
市民生活相談(税理士)	12日(金)・10時~15時 【予約開始】1日(月)※先着6人	市役所附属棟	
行政相談(行政相談員)	12日(金)・10時~15時【予約開始】1日(月) ※先着8人・電話相談となる場合あり	市役所附属棟	
交通事故巡回相談	19日(金)・10時~15時 【予約受付】17日(水)まで※先着4人	市役所会議棟	
人権よろず相談	実施を見合わせています みんなの人権110番☎0570-003-110をご利用ください		市民活動推進課男女共同参画係☎33-4431
障がい福祉の総合相談	毎週月曜~金曜日・9時~17時【電話相談可】	いんば障害者相談センター ☎99-2501 FAX33-6024	
障害者就労支援相談	毎週火曜日・10時~16時【電話相談可】	ふれあいサポートセンターいんざい ☎42-1118 FAX42-1055	
家庭児童相談 母子・父子自立支援相談	毎週月曜~金曜日・9時~16時	市役所 子育て支援課	家庭児童相談 ☎42-5180
女性の悩み相談	4日(木)、18日(木)・10時~16時【電話相談可】	市役所会議棟	子育て支援課支援係 ☎33-4640
消費生活相談	毎週月曜~金曜日・9時30分~16時30分 【電話相談可】	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	25日(木)・10時~17時 ☎15~50歳未満の職業的自立を目指す人とその保護者	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
心配ごと相談	6日(土)、毎週水曜、金曜日(5日を除く) 10時~15時	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
生活困窮相談	毎週月曜~金曜日・8時30分~17時15分 【電話相談可】	いんざいワーク・ライフサポートセンター ☎85-8267	
成年後見相談会	16日(火)・13時30分~15時30分 ※先着2人	本塾 保健センター	社会福祉協議会 (総合福祉センター内) ☎42-0294
教育相談	毎週月曜~金曜日・9時30分~15時30分	教育センター	教育相談専用電話 ☎47-7830
子ども相談室	毎週月曜~金曜日・9時~17時		
Consultation for Foreigners (Free of Charge) 外国人のための無料相談	12日・金曜日・9時~16時 電話で予約してください	市役所 企画政策課	企画政策課政策推進係 ☎33-4068

## 市長談話室

今月は第1回市議会定例会などのため、市長談話室はお休みします。  
 次回の開催は、本紙3月1日号でお知らせします。  
 副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】**  
 26日(金)・20時まで  
 27日(土)・8時30分~12時30分  
 ※納付も受け付けます  
**【場所】**  
 市役所国保年金課  
**【必要な物】**  
 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 ☎高齢者福祉課介護保険係 (☎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 いんば ふれあいセンター いんば

### ▼健康づくり相談(一般対象・予約制)

☑血圧測定、体組成測定、健診結果の見方や生活習慣病予防についての相談、食事や栄養についての相談(食生活分析)、歯についての相談(個々に合ったブラッシング指導など)、禁煙相談

中央 月曜~金曜日・9:00~16:00  
 いんば

☎来所する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  
 ※電話でも相談を行っています

### ▼乳児相談

#### ころころ相談(ブックスタート事業と同時開催)

ガイドブックの中にある相談票を記入し、事前に郵送した封筒で返送してください。後日、日程などを個別に通知します。

☎令和2年8月生まれ

### ▼離乳食個別相談(予約制・先着順)

☎令和2年2月~9月生まれ  
 中央 2日(火)・9:30~15:30(1人30分)  
 ☎中央保健センターへ申し込みください  
 ※電話やメールでの相談も随時可

### ▼幼児健診

新型コロナウイルスの感染防止対策を講じた上で実施しています。対象者には個別通知しますので確認ください。

#### 1歳6カ月児健診(集団)

☑身体計測、内科診察  
 ☎平成30年12月生まれから順次

#### 1歳6カ月児歯科健診(個別)

☎令和元年7月生まれ

#### 2歳児歯科健診(個別)

☎平成30年8月生まれ

#### 3歳児健診(集団)

☑身体計測、内科診察、歯科診察  
 ☎平成29年5月生まれから順次

※令和2年度「いんざい保健センターだより」の健診日程表については、日程・対象者が変更になっていますので、ご注意ください。

### 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。
- 予防接種・乳幼児健診実施状況届が未届けの19歳以下の人は、健診票・予診票が届きませんので中央保健センターまでお問い合わせください。
- おとなの健(検)診の受診希望者は、中央保健センターまでお問い合わせください。
- 風しん抗体検査(無料クーポン)対象の男性(S37年4月2日~S54年4月1日生)で検査が未実施の人は、中央保健センターまでお問い合わせください。

### 市ホームページにバナー広告を募集中

市ホームページのトップページにバナー広告枠を設け、企業広告などを掲載しています。

#### 【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

#### 【掲載期間】1カ月単位

☎広告掲載申込書(市ホームページからダウンロード可)を下記へ

副秘書広報課広報広聴係(☎42-5117)

### 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.35



シラタキやコーン、油揚げなど、食感の楽しいごまあえです

**ごまあえ**

**材料(2人分)**  
ホウレン草1/2束、モヤシ20g、ニンジン10g、シラタキ20g、油揚げ1/3枚、コーン10g、すりごま小さじ1  
A…しょうゆ小さじ1、砂糖小さじ1、塩少々

**作り方**  
①ホウレン草とシラタキは2cmの長さに切る。ニンジンと油揚げは千切りにする。  
②ホウレン草、モヤシ、ニンジンはゆで、水にさらして水気を切り、冷ましておく。  
③シラタキ、油揚げもゆで、水気を切り、冷ましておく。  
④ボウルに②③Aの調味料、コーンとすりごまを入れてよくあえる。

1人分の栄養価…エネルギー53kcal、たんぱく質3.1g、脂質2.6g、食塩相当量0.7g

レシピ提供：牧の原学校給食センター

**おおきく なあ〜れ**



まつもと つばき  
**松本 紬ちゃん**  
(令和2年2月10日生まれ)

いっぱい笑顔があり  
ありがとう♡みんなの  
想いをつむいで大き  
くな〜れ

**2月生まれのみんな おたんじょうび おめでとう**



あさの あん  
**浅野 杏ちゃん**  
(平成31年2月19日生まれ)

元気に育ってくれてありが  
とう。これからもかわいい笑  
顔をたくさん見せてね!



いちせ ひな  
**一瀬 日菜ちゃん**  
(平成31年2月18日生まれ)

食べることが大好きなひな  
ちゃん。これからもどんどん  
大きくなってね!お姉ちゃん  
とも仲良く遊んでね



えびはら そう  
**海老原 颯ちゃん**  
(平成31年2月6日生まれ)

お話が上手になってきて毎  
日楽しいです♡これからも  
ニコニコ元気に大きくな  
ってね!お誕生日おめで  
とウ

**赤ちゃんの写真募集中!**

市内在住で、掲載希望月に誕生日を迎える、満2歳までの赤ちゃん  
誕生月の前月1日までに、下記へメールまたは持参(応募多数の場合は抽選)  
※応募方法などの詳細は、市ホームページで [赤ちゃん](#) 検索  
図書館広報課広報広聴係 ☎42-5117・✉kouhouka@city.inzai.chiba.jp



頭痛は心身の疲れや風邪でも起きる、多くの人が経験する症状です。「何日も頭痛が続く」あるいは「頻りに頭痛がする」場合は、命に関わる場合もあるので、早めに医療機関を受診しましょう。

**頭痛の種類と主な症状**

●慢性頭痛  
頭痛の多くが「片頭痛」や「緊張型頭痛」「群発頭痛」です。

「片頭痛」は数時間から2〜3日痛みが続くのが特徴です。音や光に敏感になったり、日常生活の動作でも痛みを感じます。吐き気や嘔吐の症状を伴うこともあります。

●急性頭痛  
突然の激しい痛みや、発熱・嘔吐などを伴い、けいれんや意識障害が起きる場合があります。

慢性頭痛は「こころの病気」と関係があるともいわれています。身近で頭痛に悩んでいる人がいたら、相談に乗り、医療機関への受診を促しましょう。

**身近な不調 頭痛の話**



どの頭痛は、くも膜下出血や脳腫瘍などの可能性が考えられます。今までに経験したことがないような頭痛の場合は、すぐに神経内科や脳神経外科で検査を受けましょう。

**原因を突き止め、痛みから解放されよう**

頭痛を感じたときは多くの方が市販薬で対処すると思いますが、しかし、頻りに頭痛が起こるたびに薬を服用すると、かえって重大な病気を発見し、悪化を招くこともあります。まずは医療機関に相談、受診することが大切です。

**広報 いんざい**

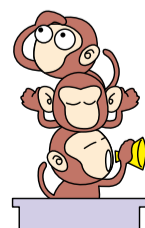
発行 | 印西市 編集 | 秘書広報課  
住所 | 〒270-1396 印西市大森2364-2  
電話 | 0476-42-5111(代)  
FAX | 0476-42-7242  
H P | <https://www.city.inzai.lg.jp/>  
メール | [home@city.inzai.chiba.jp](mailto:home@city.inzai.chiba.jp)  
Twitter | @inzaishi

今月の市民課窓口業務の  
**土曜・日曜開庁日程**

- ▶市役所本庁…13日(土)、27日(土) (8:30~17:15)
- ▶中央駅前出張所…6日(土)、20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)

① 今号の表紙を飾ったのは新成人の皆さん。今年の成人記念式典は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け中止となり、ほぼ同時期に緊急事態宣言も再発令され、社会全体が重苦しい雰囲気になりました。しかし、皆さんが語ってくれた将来の夢や希望が、コロナの終息とともに実現する日が来ることを願わずにはられません。

**こちら編集室**



よく見…よく聞き…  
正しくお知らせ

秘書広報課

発熱などの症状があったら

○まずは、かかりつけの医療機関に、電話で相談してください。  
○かかりつけ医がない人は、千葉県発熱相談コールセンター(☎03-6747-8414)または、健康増進課(☎42-5595)に相談してください。