



このニュースレターは、外国の人にもわかりやすい日本語で書いています。印西市のニュースやイベントを紹介するために作りました。ニュースレターにあるイベントは、主に日本語で行いますが、ぜひ、参加して印西の生活を楽しんでくださいね！

ねっちゅうしょう き 熱中症に気をつけよう

あつ なつ ちか
暑い夏が近づいてきたら、ねっちゅうしょう
熱中症にならないように気をつける必要があります。

ねっちゅうしょう おとな こども
熱中症は大人や子ども、ペットにも起きますから、気をつけましょう。

【問合せ】健康増進課健康支援係 ☎0476-42-5595



<p>こんなときはねっちゅうしょう かもしれません</p>	<p>かるい 軽い</p> <ul style="list-style-type: none"> めまい 立ちくらみ 筋肉痛 汗が止まらない 	<p>ちゅう 中くらい</p> <ul style="list-style-type: none"> 頭が痛い 気持ち悪い 体がだるい ぼーっとしている 	<p>あぶ 危ない</p> <ul style="list-style-type: none"> けいれん 意識がない 返事しない 話ができない
-----------------------------------	--	--	--

こうれい ひと ちゅうい 高齢の人が注意すること

こうれい ひと おんど しつど たか
高齢の人は、温度や湿度が高くても気がつきにくいので、部屋の中でも
ねっちゅうしょう
熱中症になることがあります。

へや なか おんしつどけい お
部屋の中に温湿度計を置いて、水をよく飲むようにしましょう。

こどもやペットにもちゅうい
子どもやペットにも注意してください

は じめん おんど たか
晴れた日、地面の温度は高くなります。子どもやペットが散歩するとき
もちゅうい
も注意しましょう。

また、くるま つか ひと
また、車いすを使う人も、暑いときには気をつけましょう。

あつ さ 暑さを避ける！

⚠️ 「熱中症警戒アラート」が出ている時は、できるだけ外に出ないで、暑くない場所にいきましょう



・扇風機やエアコンを使う

・遮光カーテン、すだれを使って太陽の光を通さないようにしたり、家の周りに水をまいて、温度を下げる

・外へ出かけるときは、日傘や帽子を使う

・晴れた日は太陽の光が当たらない場所において、時々休む

・汗をよく吸う、汗をかいてもすぐに乾く服を着る

・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす

できるだけ何回も水を飲む

家の中でも、外にいるときでも、喉が渇いていなくても、できるだけ何回も水やスポーツドリンクなどを飲みましょう



おでかけインフォメーション

ニュースポーツをやってみよう!

6月25日(日)ら・ら・らスポーツ祭り

ニュースポーツは、子どもから大人まで簡単に始めることができます。チームで試合もできて、みんなで楽しむことができます。スポーツ祭りに参加してやってみませんか。



◎スポーツの種類・・・①ノルディックウォーキング ②リズムストレッチ
③ワンバウンドふらばーるバレーボール、プレルボール、室内パタンク



【日時】①1回目9:30から10:30、2回目11:00から12:00
②11:00から12:00 ③9:30から12:00

【場所】松山下公園と総合体育館

【対象】①印西市に住んでいる・仕事している・学校へ行っている②
中学生以上の人③小学生以上の人（小学生は大人といっしょに
来てください）

【人数】①それぞれ20人ぐらい ②③それぞれ30人ぐらい

【お金】100円（保険のお金）

【申込み】6月14日（水）までに、申込書をスポーツ振興課振興係へ出してください（早い人から
順番に受付）

* 申込書は市のホームページからダウンロードできます

【問合せ】スポーツ振興課振興係 ☎ 0476-42-8417 FAX 0476-42-8427

観光船による印旛沼観察会

船の上から、印旛沼の豊かな自然を観察してみませんか

【日時】6月28日（水）①9時から10時30分 ②11時から12時30分
③13時30分から15時

【場所】佐倉ふるさと広場

【内容】話を聞く時間45分、船に乗る時間30分

【対象】印旛沼近くの市や町に住んでいる人

【定員】各時間40人ずつ

【お金】¥100がかかります（保険代）

【申込み】6月5日（月）までにQRコードから申し込みます（抽選です）

【問合せ】（公財）印旛沼環境基金 ☎ 043-485-0397



国民年金 とど で ひつよう こんなときには届け出が必要です

日本に住所がある20歳から59歳までの人は、国民年金に入らなければなりません。

届け出は、入るときのほか、被保険者種別が変わるときにも必要です。また、海外で住むために転出する場合や海外から帰国したときにも手続きが必要です。

◎種別

【第1号被保険者】自営業、農業、学生、フリーターなど

【第2号被保険者】厚生年金保険の適用を受けている事業所で働いている人

【第3号被保険者】第2号被保険者に扶養されている配偶者

とど で ひつよう なとき	いどう ないよう の内容	も 持っていくもの
20歳から59歳までの厚生年金に加入していた人が退職したとき	(本人) 第2号被保険者から第1号被保険者へ変わります ※第3号被保険者に当てはまる場合は除きます	<ul style="list-style-type: none"> 本人であることが分かる書類 基礎年金番号通知書または年金手帳 退職日の分かる書類
被扶養配偶者でなくなるとき (配偶者の退職、離婚、収入の増加など)	(被扶養配偶者) 第3号被保険者から第1号被保険者へ変わります	<ul style="list-style-type: none"> 本人であることが分かる書類 基礎年金番号通知書または年金手帳 配偶者の退職日の分かる書類

一部の手続きは、マイナポータルから電子申請ができます

【問合せ】 船橋年金事務所 ☎047-424-8811

国保年金課高齢者医療年金係 ☎0476-33-4470

6月はシートベルト《=車の座席のベルト》とチャイルドシート《=幼児のためのベルト》の着用推進強化月間です。

道路交通法によって、自動車に乗った時は座席のシートベルトを付けないといけません。シートベルトを正しく付けると、交通事故に遭った時に、けがを少なくすることができます。

また、5歳までの子どもを車に乗せる時は、チャイルドシートを正しく付けて下さい。また、チャイルドシートを付けると、子どもが運転を邪魔するのを防げます。

運転をする前に、シートベルトとチャイルドシートを付けている事を、必ず確認しましょう。

【問合せ】 市民活動推進課市民安全係 ☎0476-33-4435

6月は動物の正しい飼い方推進月間です

動物を飼っている人は、次の事などに注意して、動物を飼いましょう。



- あなたの飼っている動物が、近くの人に嫌な事をしないように、注意して動物を育てましょう。
- あなたが動物に触った時は、病気にかからないように必ず手を洗いましょよう。
- 動物が迷子にならないように、動物に「迷子ふだ≪ニカード≫」や「マイクロチップ」を付けましょう。また、犬は首輪≪＝首に付けるベルト≫などに、登録鑑札と狂犬病の注射の証明書を付けることが必要です。
- 犬に綱≪＝リード≫を必ず付けて下さい。散歩をする時は、犬に短い綱を付けて下さい。
- あなたの飼っている犬が、人を噛んだときは、保健所に連絡して下さい。そして動物病院で犬が病気でないか調べて下さい。
- 猫は家の中で飼いましょう。猫の糞や尿や鳴き声で、人に迷惑をかけないでください。また猫の病気や交通事故を防ぎましょう。
- 動物の糞や尿は、飼い主≪＝動物を飼っている人≫が、きれいにしましょう。
- 災害時に、飼い主は飼っている全ての動物と一緒に避難しましょう。
- 飼えなくなった動物を増やさないために、子猫や子犬が生まれないように動物に手術をしましょう。
- あなたが動物を飼えなくなった時は、新しい飼い主を探しましょう。探せない時は、保健所や動物愛護センターへ相談しましょう。
- 生まれて91日以上の子犬や子猫を10匹以上飼う時は、保健所に連絡する必要があります。
- 動物をいじめたり、傷つけたり、殺したり、捨てたりした時は、逮捕されます。または罰金を払います。

千葉県動物愛護センターでは「犬の正しい飼い方・しつけ方教室」を行っています。

【問合せ】 千葉県印旛保健所 ☎043-483-1137

千葉県動物愛護センター ☎0476-93-5711

子育て情報

児童手当・特別給付現況届の提出期限は6月30日（金）

2022年4月からは、現況届の提出は必要なくなりました。提出が必要な受給者には、現況届に必要な書類を5月29日（月）に送りました。

この届けは、2023年6月1日の状況により、受給資格を確認するものです。提出がない場合、6月以降の手当てがもらえなくなります。期限までに必ず子育て支援課給付係へ提出してください。



【現況届の提出が必要な人】

- ・配偶者からの暴力などのため、住民票の住所が印西市ではない人
- ・支給される児童の戸籍や住民票がない人
- ・離婚の話し合いをしている人で、配偶者と一緒に住んでいない人
- ・法人である未成年後見人、施設などの受給者
- ・その他、児童と一緒に住んでいない人で、印西市から提出の案内があった人

【提出方法】

手続きに必要な書類を入れて、子育て支援課給付係に提出してください

※2023年6月から2024年5月までの手当額は、2022年の所得額で決まります。

くわしいことは、印西市ホームページを見てください。または子育て支援課給付係にお問い合わせください。

【問合せ】子育て支援課給付係 ☎0476-33-4645

所得超過により児童手当が支給されなくなった人へ

2022年6月分から、児童を育てている人の所得が、制度で決められた所得の上限額より多くなった場合、児童手当がもらえなくなっています。2023年以降の所得が所得上限額より少なくなった場合は、もう一度、認定請求書の提出が必要です。所得が上限額よりも少なくなったことがわかったときは、15日以内に必ず児童手当の手続きをしてください。15日を過ぎた場合には、支給を受けられない月が出てくる場合がありますので、注意してください。

【手続きするところ】子育て支援課（郵送できます）、各支所、中央駅前出張所、

または電子申請（ぴったりサービス、ちば電子申請サービス）

※所得上限額など、くわしいことは印西市ホームページを見てください

※公務員は、職場での手続き、支給になるので、職場にお問い合わせください。

【問合せ】子育て支援課給付係 ☎0476-33-4645

し けんみんぜい のうぜいつうちしよ はっそう 市・県民税の納税通知書を送

れいわ 令和5（2023）年度の市・県民税の納税通知書を送ります。払い忘れないようにしてください。

【送る日】6月13日（火）

【第1期のしめきり】6月30日（金）<この日までにお金を払ってください>

※1回ですべてを払いたい人は、すべての納付書を持って行って支払うことができます。

※会社で働いている人で、給与から税金を支払っている人には、5月12日に勤務先に送りました。

【コンビニエンスストア交付の課税証明書など】

6月13日（火）からは、令和5（2023）年度分の証明書に変わります。

3月16日以降に確定申告書や市・県民税申告書を提出した人は、証明書が新しくなるまでに時間がかかることがあります。新しい証明書は、給与から支払われている人は6月26日（月）から、年金から支払われている人は7月19日（水）から発行できる予定です。

※くわしいことは課税課市民税係へ問い合わせてください。

【問合せ】課税課市民税係 ☎0476-33-4443

がいこくじん むりょうそうだん
外国人のための無料相談

21日 水曜日 9時から16時

電話で予約してください

きかくせいさくかせいさくすいしんがかり
企画政策課政策推進係 ☎0476-33-4068