

主な内容

- 3月26日(日)は千葉県知事選挙の投票日…2
- 4月1日(土)から一部のごみの出し方が変わります…3
- 28年度 市民文化賞・市民スポーツ賞…4
- 乳幼児個別予防接種…6

地震が起きたとき
安全確保行動とれますか？

シェイクアウト訓練

問 安全対策課 ☎ 445・1278

シェイクアウト訓練とは

アメリカで始まり世界に広まっている防災訓練です。指定された日時に自宅・職場・学校・外出先など、その時いる場所で、参加者が地震から身を守るための三つの安全確保行動(下記)を一斉に行うものです。

実施日時

3月24日(金)
午前9時から1分間



みんなで一斉行動訓練
机の下などで頭や体を守るう

9時に震度6弱の地震が起きたと想定し、防災行政無線で訓練開始の合図を行います。その時いる場所で、右記の安全確保行動を1分間行ってください。

その後、自宅・職場で家具の転倒防止などの防災対策の確認を行ってください。



①姿勢を低くし



②頭や体を守り



③動かない



もっと知ってほしい！ 子育て支援センター

問 子育て支援センター
☎ 441・8905

子育て家庭の交流支援

- 子育てサロン
- 新ママサロン
- 0歳児サロン
- 子育てカレッジ
- 親子のリフレッシュイベント
- 乳児ふれあい交流
- 子育てサークルの支援

子育てに関する情報提供

家の近くの遊び場の紹介や、地域で開催する子育て支援イベントなどを紹介します。

子育てに関する相談窓口

子育てに関する不安や悩みなどの相談に応じます。

栗野児童センター内へ移転します

子育て支援センターは4月1日(土)に中央児童センターから栗野児童センター内に移転します。

シェイクアウト訓練に伴う

- 防災行政無線放送
- 安心eメール配信

8時40分 訓練の事前周知としての放送・配信

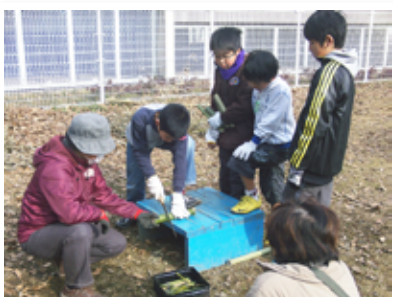
9時 訓練開始の合図としてのサイレン吹鳴・配信



みんなで遊ぶとおもしろい



イクメンパパ集まれ!



作るのって楽しいね



4月1日(土)から、一部のごみの出し方が変わります。詳しくは3ページをご覧ください

3月26日(日)は千葉県知事選挙の投票日

「期待込め その手に託す」この一票

投票時間 7時から20時まで
問 市選挙管理委員会事務局 ☎ 445・1539

投票できる人

平成11年3月27日までに生まれた人で、28年12月8日までに鎌ヶ谷市に転入の届出をして、引き続き3カ月以上住民基本台帳に登録されている日本国籍を有する人。
※投票日(期日前投票を含む)までに県外へ転出した人は投票できません

不在者投票

他 ● 28年12月9日以降に県内から鎌ヶ谷市に転入し、前住所地の選挙人名簿に登録がある人は、前住所地で投票してください
● 28年12月9日以降に県内のほかの市区町村に転出した人は、鎌ヶ谷市での投票となります
※いずれの場合も各市区町村で発行する「引き続き県内に住所を有する証明書」の提示が必要です

入場整理券

鎌ヶ谷市の選挙人名簿に登録されている人へ世帯ごととに郵送しています。開封し記載内容を確認の上、本人の分を切り離して投票所に持参してください。
期日前投票
投票日当日に投票に行けない人は、次の施設で期日前投票ができます。

期日前投票

市役所1階市民ホール
時 3月10日(金)～25日(土)、各8時30分～20時
東部学習センター1階
レインボーホール横
時 3月19日(日)～25日(土)、各9時～19時

入場整理券が届いている人は、裏面の「宣誓書」に記入して持参すると、スムーズに投票できます
注 駐車場が混み合うため公共交通機関などでお越しください
不在者投票
出産や長期出張などにより鎌ヶ谷市を離れている人は、お問い合わせください(投票用紙などの請求が必要)
病院や施設での投票
都道府県の選挙管理委員会が指定している病院や老人ホームなどの入院・入所者は、その施設で不在者投票ができます。詳しくは入院・入所先にお問い合わせください。

投票時間 7時から20時まで
問 市選挙管理委員会事務局 ☎ 445・1539

投票時間

● 免疫・肝臓の障がいがある1～3級
● 戦傷病者手帳をお持ちで両下肢・体幹の障がいがある特別項症、第2項症
● 心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障がいがある特別項症、第3項症
介護保険被保険者証をお持ちで要介護5の人
注 投票するためには、「郵便等投票証明書」が必要です。お持ちでない人はお問い合わせください。なお、既にお持ちの人は有効期限を確認の上、3月22日(水)までに選挙管理委員会事務局に投票用紙を請求してください

代理投票

病气やけがなどで字が書けない人は、投票所の受け付けに申し出てください。投票所係員が立ち会い、代理記載します。
点字投票
視覚に障がいがあり、点字による投票を希望する人は、投票所の受け付けに申し出てください。

投票所への移動に関する支援

次のいずれかに該当する人は、自宅などから投票所(期日前投票所を含む)への移動について、支援が受けられる場合があります。
① 身体障がい・知的障がい・精神障がいがある
② 難病認定を受けている

身体に重度の障がいがあり、次に該当する人は、郵便による不在者投票ができます。

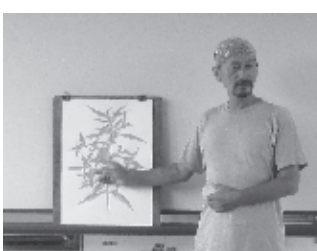
初めてのポタニカル・アート

自然環境講座

春の野草を描いてみよう

春の訪れを告げる身近な野草を観察し、ポタニカル・アート(植物細密画)を描く絵画教室です。

対 市内在住・在勤・在学の人
時 3月29日(水)13時30分～16時30分
所 南部公民館
定 16人(申込先着順) 費 保険代50円
師 画家で元市自然環境調査員の二戸捷幸さん
持 筆記用具、水彩画用絵画道具(お持ちの場合)
服装 汚れてもよいもの
申 環境課 ☎ 445・1227



二戸捷幸さん

納期のお知らせ

- 国民健康保険料(第10期)
- 介護保険料(第10期)

納期限 3月31日(金)
注 納期限を過ぎると延滞金がかかります



ストップ! ATM振り込め詐欺
市役所からの通付は、絶対にATMは使いません。不審に思ったら、必ず市役所に確認しましょう。

電話de詐欺に注意! 「すぐにお金が必要だ」そんな電話があったら
電話de詐欺相談専用ダイヤル ☎ 0120・494・506 に相談を!

予定です。
※市役所・各コミュニティセンター・学習センター(各公民館)・図書館などの公共施設にも設置するほか、県選挙管理委員会ホームページでもご覧いただけます
選挙による施設の臨時休館
南部公民館 自動交付機も休止に
次の施設は投票所となるため、3月25日(土)・26日(日)は臨時休館になります。また、南部公民館の自動交付機(住民票・印鑑証明)も休止となるため、市役所の自動交付機をご利用ください。
臨時休館施設
● 北部・南部公民館(いずれも図書館分館を含む)
● 南初富・北中沢・道野辺中央・栗野コミュニティセンター(3月25日(土)は利用申し込みのみ受け付け。北中沢・栗野は児童センターを含む)

市などからのお知らせ

パブリックコメントを実施

鎌ヶ谷市公共施設等総合管理計画(案)
公共施設等の全体の状況を把握し、長期的な視点をもつて総合的かつ計画的な管理の基本方針として策定するこの計画(案)への意見を募集します。閲覧場所 ● 市ホームページ ● 営繕室(市役所4階) ● 情報公開コーナー(市役所3階) ● 各コミュニティセンター ● まなびいプラザ ● 学習センター(各公民館) ● 図書館 提出方法 意見と住所・氏名を記入した書面を、3月18日(土)まで(消印有効)に同室 ☎ 445・1400 / jyu-eizen@city.kamagaya.chiba. ☎ 273・0195 / 窓口注 匿名や電話などの口頭による意見は、パブリックコメントの扱いとなりません
● 意見に対する回答は市ホームページなどで公表します
問 同室 ☎ 445・1498

建築物の完了検査 受けていますか?

建築物が安全・安心であるために
建築基準法では、生命・健康・財産を保護するため、地震や火災などに対する安全性に関する基準を定めています。建築物の新築・増改築などの際は
建築確認申請書を提出し、確認済証の交付を受けてから工事に着手します。工事が完了し建築物を使用するためには、完了検査申請書を提出し完了検査を受け、検査済証の交付を受ける必要があります。所有している建築物についても建築士に相談するなどして、日頃から点検を心掛けましょう。

問 建築住宅課 ☎ 445・1466
市民農園利用者募集 花や野菜を育ててみませんか?
対 市内在住の人 利用期間 4月1日(土)から(1年更新で3年間まで) 所 ① 東道野辺市民農園(東道野辺2・4) ② 北中沢市民農園(北中沢1・7) ③ 佐津間市民農園(西佐津間2・12) ④ 南初富市民農園(南初富5・7) ※ ②のみ井戸あり 募集区画 若干数(多数抽選)、いずれも1区画16㎡ 費 年間1万2千円 申 3月10日(金)まで(必着)に、はがき(1世帯1枚)に「市民農園貸付申込」と住所・氏名・電話番号・農園名を記入して農業振興課 ☎ 273・0195 問 同課 ☎ 445・1233

4月1日(土)から一部のごみの出し方が変わります

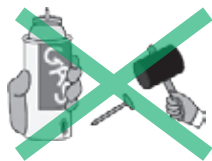
3月31日(金)までは従来どおりです

皆さんの安全確保や利便性の向上、ごみ処理施設の故障リスク軽減のため、一部のごみの出し方を変更します



ガスボンベ・スプレー缶

従来 中身を使い切った後、穴を開けて出す
今後 必ず中身を使い切って、穴を開けずにそのまま出す(受け入れ先の準備が整ったため)
注 事故防止のため、使い切って出すようご協力をお願いします



クリーン推進課(市役所1階)に出す(水銀汚染の防止を更に推進するため)

- 家庭から出たものに限ります
- 壊れているものも回収します

カセットテープ・ビデオテープ

従来 燃やさないごみとして出す
今後 燃やすごみとして出す(ごみ破砕機への巻き付きなどにより、作業効率の低下や機械の故障などの要因となるため)

- クリーン推進課 ☎445・1223
- クリーンセンターしらさぎ ☎443・5300

水銀体温計・水銀血圧計

従来 燃やさないごみとして出す
今後 クリーンセンターしらさぎ・

分別方法をおさらい プラスチック製容器包装類

適正に分別されないと...

処理施設での事故発生の要因となります。また、リサイクル対象としての品質が落ち、処理費用が増える恐れもあります。

円滑な収集・分別・リサイクルのために

汚れが落とせないものは入れない

汚れのついたプラスチック製容器包装類が混入すると、きれいなものも汚すことになってしまい、リサイクル対象になりません。

そのため、汚れの落とせないものについては「燃やすごみ」として出してください。

レジ袋などに詰めずバラバラにして出す

レジ袋などに詰めて出す「2重袋」の状態では、処理施設で中

身の確認がしにくく、ライター・カミソリなど不適切なものの混入につながります。

禁忌品を入れない

電池・ライター・カミソリ・注射針などの禁忌品が混入すると、収集・分別・リサイクル時に、火災の発生や作業員のけがの要因となります。禁忌品は適切に分別し、絶対に入れないようにしましょう。

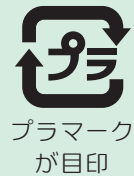


2重袋

プラスチック製容器包装類って？

プラスチックでできた製品の容器や包装のうち「中身がなくなったら不要となるもの」のことです(ストロー・フォークや食品密閉容器などは対象外)。

収集されたプラスチック製容器包装類は、リサイクルされます。



- 対市内在住の60歳以上で全12回出席できる人
- 日程 下表のとおり。時間は①15時30分②16時30分③17時30分④18時30分⑤19時30分⑥20時30分⑦21時30分⑧22時30分⑨23時30分⑩24時30分⑪25時30分⑫26時30分
- 所 南部公民館ほか
- 定 40人(多数抽選)
- 費 材料費・傷害保険代など自己負担
- 他 ● 公開抽選を4月7日(金)10時から南部公民館で実施
- 申 ● まなび100対象
- 申 ● 3月31日(金)までに往復はがき(1人1枚)に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号と返信宛先を記入して、南部公民館 ☎273・0114 道野辺61(抽選結果は返信はがきで通知。官製はがきを同館に持参しても可)
- 問 ● 南部公民館 ☎446・303

日	日にち	内容
①	4月27日(木)	開講式・オリエンテーション(班編制・自己紹介・話し合い)
②	5月11日(木)	調理実習「みんなで料理・ワイワイ食事」
③	5月25日(木)	軽スポーツ「グラウンド・ゴルフ」
④	6月8日(木)	県内社会見学「工場見学とバラの観賞」
⑤	6月22日(木)	健康講座「椅子を使用するゆるい体操」
⑥	7月6日(木)	防犯・交通事故防止講座「安全なくらしと交通安全」
⑦	7月20日(木)	元気アップ講座「かしこく食べてイキイキ元気ほか」
⑧	9月14日(木)	元気アップ講座「気持ちよく身体を動かそう」
⑨	9月28日(木)	軽スポーツ「スポーツ吹矢」
⑩	10月12日(木)	県外社会見学「上野の森ぶらりさんぽ」
⑪	10月26日(木)	趣味の講座(物づくり)「クリスマス用かざり」
⑫	11月9日(木)	閉講式(人形劇鑑賞・反省会)

● みんなと一緒に楽しく学び、見聞と人の輪を広げませんか
南部シルバーセミナー「きらりコース」受講生募集

新鎌ヶ谷駅自由通路広告板を利用しませんか

新鎌ヶ谷駅は、鉄道4線が乗り入れるターミナル駅で、1日当たり約10万人の乗降客が行き来しています。企業のPRやサークルのイベント告知などに利用してみませんか。

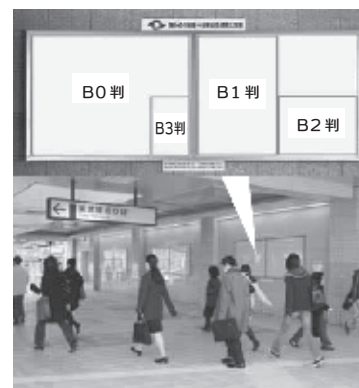
使用料金 1枚・1週間当たり

- B0判 = 20,000円 ● B1判 = 10,000円
- B2判 = 5,000円 ● B3判 = 2,500円

使用制限 広告物の内容によっては掲出できない場合があります。詳しくは「鎌ヶ谷市有料広告掲出の取扱いに関する要綱」をご覧ください

申 まちづくり室(市役所4階)および、市ホームページで配布する「新鎌ヶ谷駅自由通路広告板行政財産使用許可申請書」に記入し、掲示する広告物の意匠を記載した図面を添えて、同室窓口に持参
 ※要綱や広告板の空き状況など詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 まちづくり室
 ☎445・1433



●ぼく・わたしの大好きな家族

「家庭川柳」優秀作品

●家庭の絆を一層深めてもらうきっかけとして、小学校6年生と中学生を対象に家庭をテーマとした川柳を募集したところ、1千538句の応募がありました。次のとおり優秀作品を紹介します(敬称略)。

中学生の部

●金賞

●「しかられて心の中ではごめんさい」
若林烈(鎌ヶ谷中1年)

●銀賞

●「皆勤賞私ができる親孝行 浅野こころ(一中1年) 年とるたびみんなに言われる「似てきたね」」
土田アキナ(三中2年)

小学生の部

●金賞

●「父と風呂内緒話をする 湯船」
橋本幹也(南部小6年)

●銀賞

●「亡き祖父も笑っているかな お正月」
宮川卓也(鎌ヶ谷小6年)

●「おばあちゃんぼくの成長 見えますか」
川辺一颯(北部小6年)

●「母の手のパッキリ割れが 気になるな」
小松晟冨(西部小6年)

小学生の部

●金賞

●「背が伸びて父との視線あとすこし」
田中隼人(五中1年)

●銀賞

●「いづれの部もほか銅賞15句」
応募作品の公開・展示

●「市ホームページ」イオン 鎌ヶ谷ショッピングセンター (3月2日(木)~14日(火)) ●まなびいプラザミニギャラリー (3月17日(金)~30日(木))

●「生涯学習推進課 ☎446・1111」

情報ひろば

スポーツ

ウォーキング

●市内在住・在勤・在学の人 対 3月25日(土)9時~12時 (8時30分から福太郎アリーナで受け付け) ※雨天中止 定 30人(申込先着順) 費 30円(当日持参) 服装 動きやすいもの・運動靴 持 飲

グラウンドゴルフ

春季市民大会

●市内在住の人(初心者歓迎) 対 4月1日(土)9時から (予備日は8日(土)) 所 福太郎スタジアム 定 200人 費 300円 (当日持参) 申 3月20日(月)17時までに、市グラウンドゴルフ協会 牛込 ☎・FAX 445・1137

医療機関の負担軽減・医療費削減のため

適正受診にご協力を

☎保険年金課 ☎445・1204

かかりつけ医を持ちましょう

軽い病気であれば、大きな病院でも身近な開業医でも治療内容は変わりません。開業医は待ち時間が短く、体への負担が軽減されます。必要な場合は、かかりつけ医から適切な医療機関を紹介してもらいましょう。

休日や夜間、時間外診療は控えましょう

「夜は待ち時間が短いから」など安易な理由で、救急医療機関を受診する人がいます。このような受診が増えると、重症患者への対応が遅れ、本当に必要なときに受診ができなくなってしまいます。急病などのやむを得ない場合を除いて、診療時間内に受診しましょう。

※休日や夜間に子どもの容態が急変した

ら、まずは小児救急電話相談 ☎#8000 をご利用ください

重複受診はやめましょう

医療機関を紹介なく変更すると、初診料がその都度掛かります。また、何度も検査や投薬を行うため、体に負担がかかります。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は新薬の5・6割程度の値段ですが、新薬と同じ有効成分を同量含んでおり、安全性も効き目も立証されています。処方されている薬にジェネリック医薬品があれば活用しましょう。

なお、生活習慣病に関する新薬をお使いで、ジェネリック医薬品に切り替えた場合

の差額が200円以上の国民健康保険加入者には、その差額をお知らせするはがきを送付します。

明細付きの領収書をお願いしましょう

医療機関を受診したときは領収書をお願い、自分がどのような診療行為を受けて、どれくらい医療費を払っているかをしっかり把握しましょう。

年に1回は必ず健診を受け、病気の予防や早期発見に努めましょう

病気の発見が遅れると、病気が進行してしまい、治療期間も長くなります。病気の早期発見・早期治療のために、各種健診や特定健診(40歳以上)を受けましょう。

28年度 市民文化賞・市民スポーツ賞

受賞者の皆さんを紹介いたします(敬称略)。
※今年度は、市民賞の受賞者はいません

☎生涯学習推進課 ☎446・1111

市民文化賞

- 大芝嶺花 第22回与謝野晶子短歌文学賞「青春の短歌」文部科学大臣賞
- 出戸端瞭吾 第51回弘法大師奉賛高野山競書大会高野山書道協会賞
- 十河輝大 千葉県高等学校総合文化祭将棋大会男子団体戦準優勝
- 安部唯花 第22回日本管楽合奏コンテスト高等学校B部門全国大会優秀賞(トランペット担当)
- 森彩乃 第22回日本管楽合奏コンテスト高等学校B部門全国大会優秀賞(フルート担当)
- 渡邊守 第51回弘法大師奉賛高野山競書大会金剛峯寺賞

市民スポーツ賞

- 江川颯一 第23回ジュニアオリンピックカップフェンシング男子サーブル第1位
- 宮田日菜子 28年度関東高等学校ハンドボール大会第3位
- 杉山魁声 関東高等学校陸上競技大会3,000m障害第8位
- 後藤孝輔 第64回関東高等学校ラグビーフットボール大会出場
- 山田裕人 第59回関東高等学校サッカー大会Bグループベスト4
- 奥村大輔 28年度第3回全国高等学校7人制ラグビーフットボール大会千葉県予選準優勝



- 宮下雷麻・金田皓平・猿田千弘 第63回全国高等学校定時制通信制軟式野球全国大会第3位
- 阿蘇愛 第3回ADCカップアジアドッジボール選手権香港大会A代表(13歳以上女子)優勝
- 川上勇士・佃康平 第71回千葉県高等学校駅伝競走大会優勝 小鷹優介 第71回千葉県高等学校駅伝競走大会優勝、5区区間賞
- 梅田翔子 第69回千葉県高等学校総合体育大会陸上競技大会女子円盤投げ第1位
- 浅海雄太 第69回千葉県陸上競技選手権大会男子3,000m障害第2位

イベント

すずきまどか先生の科学ショー

子どもたちに人気の参加型科学ショー。小学生時3月11日(出)14時、14時45分、所東部学習センター定200人(当日先着順)問南児童センター ☎438・5040



チューブロケット

さくらまつり

内模擬店(お菓子すくい、くじ・飲み物・パン)、マジックショー、作って遊ぼうコーナー(指輪・おもちゃの剣など)、ゲームコーナー、ビンゴ大会時3月4日(出)9時30分、12時、所北中沢児童センター 注車での来館はご遠慮ください問同センター ☎442・2011

しろいホワイトフェスティバル2017

内雪を使った遊び・物品販売・ステージ発表・ワークショップ時3月12日(日)11時、17時、所北総線白井駅前南口広場問同フェスティバル実行委員会事務局(白井市企画政策課内) ☎492・1111 (内)3351

国会議事堂・東京国立近代美術館見学バス研修

時3月16日(休)8時45分、総合福祉保健センター正面玄関前集合、17時解散定50人(申)

市民サロン

お茶を飲みながら会話や音楽を楽しみ、交流しませんか? 対60歳以上の市民時3月11日(出)10時、15時、所鎌ヶ谷コミュニティセンター申シバルバー人材センター ☎443・4145

第五中学校ギター部定期演奏会

時3月26日(日)14時から(13時30分開場)所きらりホール問同校細問 ☎443・3410

県生涯大学校東葛飾学園陶芸コース卒業記念作品展

時3月17日(金)20日(月)、各10時、17時(最終日は14時まで)所流山市生涯学習センター(流山市中11)問同コーナー 原田 ☎04・7153・7214

お知らせ

シニア従業員のお仕事説明会 in 鎌ヶ谷 高齢者の見守りや雇用促進などを目的に(株)セブナイレ

ブシージャパンが開催します。内仕事内容の説明・個別相談会 対60歳以上の

時3月16日(休)13時、14時30分(12時40分から受け付け)所総合福祉保健センター4階定30人(申込先着順)申同

社千葉地区事務所 ☎043・274・6511

緑の募金運動にご理解・ご協力を

皆さんから寄せられた募金は、県全体で取りまとめられ、県内の公園や学校などの公共施設への植樹、緑化

推進の普及・啓発活動に役立てられます。募金は自治会を通じて行います。なお、自治会に加入していない人も含め、公園緑地課(市役所4階)の窓口でも受け付け

ます。期間 5月31日(休)まで 問同課 ☎445・1487

援農ボランティア養成講座 果樹コース(梨) 市内梨農家の手伝いを通じて、梨生産のサイクルを学び

伝言板

掲載のきまり ※会員募集は年1回、催しは年6回まで掲載可 ※市内公共施設を会場とするものは各施設へ ※締め切りは発行日の1カ月前(原則として1日か15日) ※そのほか掲載について不明な点は広報広聴室 ☎445・1088へ

催しなど

会員募集

陳式太極拳無料体験教室

対初心者歓迎時3月4日・11日、各(土)13時30分~15時30分 所南初富コミュニティセンター申18時~20時にきらり太極拳クラブ 石橋 ☎446・1250

太極拳無料体験教室

対初心者時3月6日(月)10時30分~12時 所くぬぎ山コミュニティセンター定10人申ふれあい太極拳 中村 ☎090・6520・7768

陳式太極拳無料体験講習会

時3月11日・18日、各(土)18時30分~19時30分 所鎌ヶ谷中学校体育館持上履き 問鎌ヶ谷太極拳クラブ 佐藤 ☎080・5542・4980

「座・タップ」座りながらやるタップダンス体験 ストレッチ・手足を使ったリズム運動・タップダンス。時3月3日・17日、各(金)14時~15時 所中央公民館定各8人(申込先着順)申タップダンスサークル Steppin' 中原 ☎090・9382・0006

自由アート展

油彩・水彩・パステル画の展示。時3月1日(水)~15日(水)(初日は12時から、最終日は16時まで)所東部学習センター 問鎌ヶ谷絵画倶楽部 渡邊 ☎442・0887

貝合わせ・お茶会

時3月12日(日)10時~12時 所南部公民館定30人(当日先着順)費抹茶・菓子代100円 問市更生保護女性会・国際ソロプチミスト船橋ガールスカウト千葉県第56団 油谷 ☎444・1320

民謡と舞踊の愉快的仲間たち 八葉会(発表会) 時3月20日(月)10時30分から 所きらりホール定540人(当日先着順) 問八葉会 平栗 ☎090・4940・1688

市国際交流協会会員

語学講座やイベントを開催するボランティア。年①一般会員=2千円②学生・生徒会員=1千円③家族会員=5千円④法人・団体会員=1万円(市外在住の人は①=3千円②=1千500円)申同協会 main@kifa.gr.jp 問(月)・(水)・(土)の9時~12時・13時~16時に同協会 ☎442・1860

鎌ヶ谷こどもだんらん食堂

貧困の子どもや居場所を必要とする子どもへの、食事とだんらんの場の提供。時不定期 所主に市内公共施設年3,000円申同食堂事務局 ☎050・5318・7996

鎌ヶ谷シニアパソコンクラブ

対原則Eメールアドレスをお持ちの60歳以上の人時毎月第1~3(土)18時~20時 所まなびいプラザ定若干名月500円申茅野 ☎443・4543

鎌ヶ谷市太極拳同好会

太極剣42式。対太極剣32式ができる市内在住の成人時毎月第1~4(金)10時~12時 所中央公民館定若干名月1,500円申藤城 ☎080・1175・9019

中難協鎌ヶ谷地区

手話。対聞こえない・聞こえにくい人時毎月第2~4(月)12時~15時 所中央公民館年2,400円申中川 ☎・FAX443・8485

鎌ヶ谷朗読「はなしの小箱」

広報かまがやなどを録音し、視覚障がい者へ届けるボランティア。時●定例会=毎月第1・3(火)10時~13時●録音など=随時 所総合福祉保健センター他●説明会・入会手続きは3月14日(火)10時から同センター5階で●講習会は4月4日・11日・18日、5月2日、各(火)10時から(会場は説明会時にお知らせ)申河永 ☎047・385・8581

子育てセミナー「子供を勉強好きにするには」 内講話とグループディスカッション

申はがきに住所・氏名・学年・電話番号を記入して、3

月に住所・氏名・年齢・電

まで市社会福祉協議会

講座・講演

1月11日(剪定)2月11日(まとめ)若干名年保険代600円申3月10日(金)までに農業振興課 ☎445・1233

対小学校4年生以上時4月10時~12時 所中央公民館定10人(申込先着順)月菓

子・抹茶代など1千円 師市

護施設職員申3月9日(休)

刈り●8・9月11日収穫●12月11日袋かけ●7・10月11日草

ケ谷市秋谷 ☎444・2858

基礎から自由花・行事花を

「認知症への正しい理解」を

「特産の梨ができるまでに携わりたい」という人向けの講座です。対市内在住の人

30分、12時 所まなびいプラザ 定30人(申込先着順)費200円 所要申込申家庭倫理の会 鎌

4 問同協会 細川 ☎444・9214

珠青園 ☎273・0115 東道野

月11日交配●5月11日摘果●6

子供茶道教室

大場 ☎446・1619

話番号、「市民いけ花教室

「産の梨ができるまでに携わりたい」という人向けの講座です。対市内在住の人

30分、12時 所まなびいプラザ 定30人(申込先着順)費200円 所要申込申家庭倫理の会 鎌

4 問同協会 細川 ☎444・9214

話番号、「市民いけ花教室

内=内容 対=対象 時=日時 所=場所 定=定員 入=入会金 年=年会費 月=月会費 費=費用 師=講師 持=持ち物 保=保育 他=そのほか 注=注意 申=申し込み 問=問い合わせ ※原則として費用の記載のないものは無料です

● 介護者同士の交流を図りませんか
在宅介護者のつどい

日ごろ介護に追われ、外出しづらく情報が入りにくい介護者の皆さん。同じ悩みや経験を持つ人たちと交流し、息抜きを兼ねてのんびりとした一日を過ごしませんか。

- 対寝たきりや認知症の高齢者を家庭で介護している人
- 時 右表参照。いずれも時間は10時～14時(雨天決行)
- 所 総合福祉保健センター 6階ほか
- 申 ● 社会福祉協議会 ☎444・2231
- 高齢者支援課 ☎445・1384

日にち	内容
4月6日(木)	介護体験などの意見交換
5月10日(水)	レクリエーション
6月13日(火)	バスハイキング
7月14日(金)	調理実習
8月15日(火)	フラダンス
9月14日(木)	リラクゼーション
10月16日(月)	苔玉作り
11月15日(水)	軽スポーツ
12月15日(金)	クリスマス会(フラワーアレンジメント)
30年1月11日(木)	新年交流会(ニューイヤーコンサート)
2月13日(火)	手工芸
3月16日(金)	講演会

情報ひろば
募集

陸・海・空自衛官
● 種目 ① 予備自衛官補(一般公募・技能公募) ② 自衛官候補生(男子) ③ 幹部候補生(一般・飛行・歯科・薬剤)
● 試験日 ① 4月14日(金) ② 16日(日)の間で実施 ③ 未定
● ① ② ③ 1次試験は5月13日(土) ※飛行のみ13日(土)と14日(日)
● ① ② ③ 4月7日(金)まで(必着) ② ③ 随時受け付け ③ 5月5日(金)まで(必着) 問受



(市社会福祉協議会)

● 中村幸さんから社会福祉のために30万円を
● デイサービスセンター和楽から福祉活動のために5万円を

寄せられた善意
ありがとうございました

験資格など詳しくは、自衛隊
隊募集案内所 ☎04・7163・6884

ちょ筋教室

簡単な運動などで元気な体を目指しましょう。

● 室内でもできる運動

- 脳トレーニング
- 栄養・歯科の講義

● 対 次の全ての条件に該当する人。

● 市内在住で65歳以上

● 介護保険の認定を受けていない、または要支援1・2の認定を受けているが介護

保険のサービスを利用していない

● 過去に高齢者支援課が主催する介護予防の運動講座に参加したことがない

● 時 4～6月の毎週(月)14時～16時(全8～10回)

● 所 中央公民館 定 15人(申込先着順)

● 服装 運動ができるもの持 飲み物

● 申 3月24日(金)までに高齢者支援課 ☎445・1384

こんな人におすすめです

- ☑ 椅子に座った状態から何かにつかまらなると立ち上がれない
- ☑ 転倒に対する不安が大きい
- ☑ 固い物が食べにくくなった
- ☑ 周囲から「いつも同じことを聞く」と言われる
- ☑ 階段の利用に消極的だ



図書館ボード

● 所 記載がないものは図書館本館 問 図書館本館 ☎443・4946

絵本の読み聞かせ

● さくらんぼぐみ 対 0～2歳くらいの親子 時 3月8日・22日、各(水)

● 11時～11時15分(10時45分～10時55分受け付け) ● 11時15分～11時30分(11時～11時10分受け付け) 定 各10組(当日先着順)

● ひまわりぐみ 対 小学校低学年以下 時 3月5日(日)11時～11時30分

● いちごぐみ 対 小学校低学年以下 時 3月12日(日)14時～14時30分 所 図書館東部分館

● 小学生のためのおはなし会 「おはなしのつばさ」による世界の民話や日本のむかし話の素語り。

● 時 3月11日(土)15時から

● 創作教室 ザ・チャレンジ 「紙コプターを作ろう！」

● 対 小学生(保護者同伴であれば5歳から可) 時 3月18日(土)13時30

分から 定 35人(申込先着順) 師 日本レクリエーション協会インストラクターの太田充子さん 申 3月1日(水)10時から図書館本館へ電話

● シネマトーク付き上映会 映画「INKHEART(吹替え)」

● 本を朗読すると本の中のキャラクターを現実呼び出してしまう主人公が、1冊の本をめぐる奮闘する姿を描いたファンタジー・アドベンチャー。

● 時 3月25日(土)13時30分～15時30分 所 東部学習センター

● 定 40人(申込先着順) 申 3月1日(水)11時

● 所 図書館本館へ電話



©2007 Filmproduktion Balckbird Erste GmbH & Co. KG. TM New Line Productions, Inc. Package Design & Supplementary Material Compilation ©2009 New Line Productions, Inc.

医療機関	所在地	電話	ヒブ	小児用肺炎球菌	B型肝炎	四種混合	不活化ポリオ	BCG	麻しん風しん混合(MR)	水痘	日本脳炎
あいざわキッズクリニック	初富本町1-1-24	446・1170	○	○	○	○	○	○	○	○	○
青い鳥こどもクリニック	南鎌ヶ谷1-5-24	441・5457	○	○	○	○	○	○	○	○	○
いそのクリニック	南鎌ヶ谷1-5-27	498・5500	○	○	○	○	○	○	○	○	○
大石内科胃腸科医院	東初富6-7-16 1F	498・5700	—	—	—	○	—	○	○	○	○
片桐内科医院	道野辺1051-1	446・2000	○	○	○	○	—	○	○	○	○
かまがや診療所	東中沢1-15-61	446・3611	○	○	○	○	○	○	○	○	○
鎌ヶ谷整形外科・内科	南初富6-5-14	444・2236	—	—	—	○	—	—	○	○	—
鎌ヶ谷総合病院	初富929-6	498・8111	○	○	○	○	○	○	○	○	○
庄司内科医院	富岡1-6-5 2F	445・9855	○	○	○	○	○	○	○	○	○
白戸胃腸科外科	初富924-1844	445・8001	○	○	○	○	○	○	○	○	○
新鎌ヶ谷北口クリニック	新鎌ヶ谷1-14-36	401・3376	—	—	—	—	—	—	—	○	—
十河産婦人科医院	中央1-19-12	445・0187	○	○	○	○	—	○	○	○	○
東邦鎌ヶ谷病院	栗野594	445・6411	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中井小児科内科	鎌ヶ谷1-4-15	446・0105	○	○	○	○	○	○	○	○	○
中川内科胃腸科クリニック	道野辺本町1-3-1カーラシティ鎌ヶ谷2F	498・6661	○	○	○	○	○	○	○	○	○
のむらファミリークリニック	新鎌ヶ谷1-18-5ディア・ヴェルジェ1F	401・3611	○	○	○	○	○	—	○	○	○
畑医院	道野辺中央5-1-74	443・4051	○	○	○	○	○	○	○	○	○
三田医院	右京塚7-8	444・7122	○	○	○	○	○	○	○	○	○

29年度の実施医療機関
乳幼児個別予防接種

29年度の個別予防接種の市内実施医療機関は左表のとおりです。28年度以前の表をお持ちの人はご確認ください。

● 他 船橋・松戸市の一部医療機関でも接種できます

● 問 ● 診療日・予約など各実施医療機関 ● そのほか健康増進課 ☎445・1390

29年度の実施医療機関
乳幼児個別予防接種

3月は自殺対策強化月間

思いつめる前に相談を

健康増進課 ☎445・1405

原因やきっかけはさまざまでも、自殺の多くは何らかの悩みや問題によって、心理的に追いつめられた末の死です。自身のほか家族・友人・近所などで困っている人がいたら次の窓口にご相談ください。

相談先 ●よりそいホットライン ☎0120・279・338(24時間通話料無料) ●千葉いのちの電話 ☎043・227・3900(24時間)

他 28年9月の自治会回覧、健康増進課・学習センター(各公民館)で配布している「主な困った時の相談窓口」のチラシもご活用ください

千葉県における自殺者の割合(21~27年平均)



※同様の傾向が鎌ケ谷市でも見られます

健康・福祉ボード 申間宛先の記載のないものは健康増進課

地区健康相談

内 身体計測・血圧測定・尿検査、助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士による個別相談 **受け付け** 3月13日(月)10時~11時30分 **所** 鎌ケ谷コミュニティセンター **持** 母子健康手帳(乳幼児の場合)、健康手帳(お持ちの場合)、歯ブラシ(歯みがき指導を希望の場合) **問** ☎445・1393

妊婦歯科健康診査

~子ども連れでもお気軽に~
早産と低体重児出産のリスクを下げるため、受診しましょう。**内** ①第一子を妊娠中の人=むし歯予測テスト・ブラッシング実習・歯科健診・結果説明 ②第二子以降を妊娠中の人=歯科健診・結果説明 **対** 妊婦 **受け付け** 3月9日(木) ①=13時~13時10分 ②=13時~13時30分 **所** 総合福祉保健センター3

階 母子健康手帳 **申** 3月8日(水)までに ☎445・1394

個別栄養相談

離乳食・子どもの肥満・糖尿病の食事・ダイエットなどの相談に栄養士が応じます。**時** ●3月7日(火)=9時~12時 ●13日(月)・23日(木)=13時~16時 **所** 総合福祉保健センター3階 **申** ☎445・1405

離乳食教室

離乳中期の話と離乳食の試食。**対** 7・8カ月児のいる人 **時** 3月17日(金)10時~11時30分 **所** 総合福祉保健センター3階 **申** ☎445・1405

噛ミング30で健康になろう

噛ミング30(かみんぐさんまる)は、ひと口30回以上かんで食べる、誰でもすぐにできる優れた健康法です。 **よくかむためのヒン**

ト●右側で10回、左側で10回、全体で10回かむ●飲みこもうと思ったら、あと10回かむ●ひと口の量を少なくする●口の中にある食べ物をのみ込んでから、次の食べ物を口に入れる **問** ☎445・1394



結核は過去の病気ではありません ~3月24日は世界結核デー~

結核は今でも全国で年間約1万8,000人(県内では約870人)が新たに発病しています。新規結核患者の半数以上を70歳以上が占め、増加傾向にあるといわれています。また、受診の遅れが依然として多いことも指摘されています。次のことに注意し、結核の早期発見・治療に努めましょう。●結核の初期症状はかぜとよく似ています。せき・たん・微熱・だるさなどが2週間以上続く場合は、医療

機関を受診しましょう●職場や学校、市などの健診の対象者は必ず受診しましょう **問** 習志野健康福祉センター ☎475・5154

脳トレいきいきサロン

~脳にいいことはじめましょう~
コミュニケーションを取りながら行う、読み書きや計算の簡単な脳のトレーニング。 **対** おおむね65歳以上の人 **期間** 4~9月 **火曜サロン** **時** 毎週(火)10時~12時のうち40分 **所** 南初富コミュニティセンター **木曜サロン** **時** 毎週(木)13時30分~16時のうち40分 **所** 中央公民館 **金曜サロン** **時** 毎週(金)10時~12時のうち40分 **所** 東部学習センター **共通事項** 月 2,000円(4週分) **申** 3月10日(金)までにはがきに希望するサロン名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、高齢者支援課 ☎273-0195 または、鎌ケ谷学習療法普及会 小林 ☎☎443・2517 **問** 同課 ☎445・1384

3月のお知らせ!

主な施設の休み

●各コミュニティセンター=下部欄外 ●各児童センター=下部欄外 ●まなびいプラザ・学習センター(各公民館)=31日(金)、北部・南部のみ25日(土)・26日(日) ●図書館=6日(月)・13日(月)・27日(月)・21日(火)・31日(金)、北部・南部のみ25(土)・26日(日) ●社会福祉センター=毎週(火)、20日(月) ●郷土資料館=毎週(月)、21日(火)

有価物回収

●南部小=2日(木) ●初小=6日(月) ●中部小=8日(水) ●鎌小=10日(金) ●道小=13日(月) ●五小=15日(水) ●北小=21日(火) ●西部小=23日(木) ●東部小=27日(月) **問** クリーン推進課 ☎445・1223

各種相談など(相談は全て無料)

相談名など	日時	場所/問い合わせ
法律相談(弁護士在室) 注	毎週(火)13時~17時	市役所/市民活動推進課 ☎445・1252 ☎445・1274
登記・不動産相談 注	13日(月)13時~15時	
行政相談 予	8日(水)10時~12時	
交通事故相談 予	17日(金)10時~15時	
住宅増改築修繕相談 予	13日(月)13時~16時	
行政書士相談 予	23日(木)13時~16時	
人権擁護相談 予	9日(木)13時~15時	市役所ほか/男女共同参画室 ☎445・1277※①
女性のための相談 予	毎週(水)●9時30分~12時30分 ●13時30分~14時30分	
職業紹介	毎週(月)~(金)●10時~12時 ●13時~16時	市役所/わーくプラザ鎌ケ谷(無料職業紹介所) ☎445・1240
消費生活相談 予	毎週(月)~(金)●10時~12時 ●13時~16時	市役所/消費生活センター ☎445・1246
家庭児童相談	毎週(月)~(金)9時30分~16時	家庭児童相談室(☎センター2階)/ ☎445・1349
教育相談	毎週(月)~(金)9時~16時	ふれあい談話室(まなびいプラザ2階)/ ☎445・4953
就学相談 予	毎週(月)~(金)9時~17時	市役所/指導室 ☎445・1518

相談名など	日時	場所/問い合わせ
心配ごと相談	毎週(水)10時~14時	市社会福祉協議会(☎センター5階)/ ☎444・6921
心の相談 予	毎週(月)・(金)、各10時~15時	
酒害相談	①16日(木)18時~20時30分 ②19日(日)13時~15時30分 ③28日(火)18時~20時30分	①=まなびいプラザ ②③=中央公民館/鎌ケ谷断酒新生会(飯沼方) ☎443・2557
精神保健福祉相談 予	9日(木)9時30分から 14日(火)14時から	☎センター/☎センター ☎475・5152
ピアサポート相談 予	21日(火)9時15分から	☎センター/☎センター ☎475・5152
子育て相談 予	10日(金)9時15分から	☎センター/☎センター ☎475・5153
HIV抗体検査(エイズ)、梅毒・クラミジア検査、B型・C型肝炎検査 予	☎=13時~14時 ☎=17時30分~18時15分 ●9日(木)=☎☎ ●16日(木)=☎☎※②	☎センター/☎センター ☎475・5154
精神障がい相談 予	8日(水)9時30分から	☎センター4階/サポートネット 鎌ケ谷 ☎443・9850(土)・(日)・(祝)を除く9時30分~16時30分
知的障がい相談 予	28日(火)9時から	☎センター4階/障害者支援施設もくせい ☎443・3408(9時~17時)

注: 1日(水)8時30分から予約開始(先着順) **予**: 要予約 **☎センター**: 総合福祉保健センター **☎センター**: 習志野健康福祉センター ※①: 場所は予約時にお知らせ ※②: HIV抗体検査は☎の結果のみ即日通知 **各コミュニティセンターの休み** ●鎌ケ谷=13日(月) ●南初富・道野辺中央=13日(月)、25日(土)(利用申し込みのみ可)、26日(日) ●北中沢・栗野=25日(土)(利用申し込みのみ可)、26日(日) **各児童センターの休み** ●中央=4日(土)13時から ●南=4日(土)9時~10時15分・13時30分から、11日(土) ●くぬぎ山=3日(金)、4日(土)13時から ●北中沢=3日(金)13時から、4日(土)13時から、25日(土)・26日(日) ●栗野=11日(土)・25日(土)・26日(日)



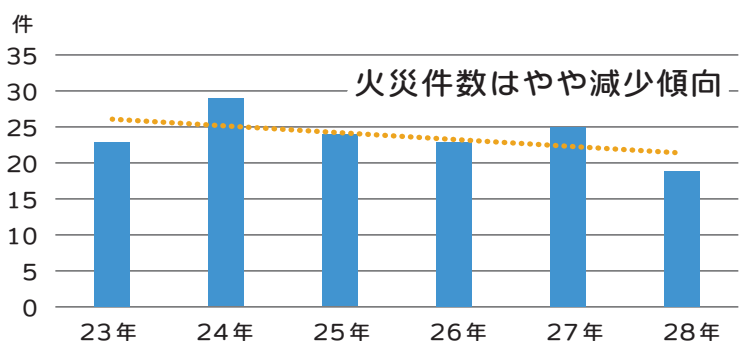
空気が乾燥し風の強い日が多くなります 春の全国火災予防運動

春先は空気が乾燥し、風の強い日が多く、火災が発生すると拡大しやすい時季です。

昨年の火災発生状況

28年中は19件の火災が発生しました(下図参照)。そのうち「こんろ」を原因とした火災が4件と、最も多く発生しました。

火災件数はやや減少する傾向が見られますが、引き続き火の元・火の取り扱いに十分注意しましょう。



住宅防火 いのちを守る7つのポイント

3つの習慣

- 寝たばこは絶対やめる
- ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
- 寝具・衣類・カーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる

住宅用火災警報器の設置・点検を

28年中に発生した建物火災のうち、「住宅用火災警報器を設置していたので大事に至らずに済んだ」という奏功事例が3件ありました。

家族や財産、地域の人々を守るためにも、住宅用火災警報器を設置しましょう。

電池の取り替えもお忘れなく

正常に作動するか小まめに確認し、異常がある場合は電池や機器を交換しましょう。

☎消防本部予防課 ☎444・3273

住宅用火災警報器 交換のすすめ
10年たったら、とりかえろ。



合言葉は「私たちの健康は私たちの手で」 栄養大学(食生活改善推進員養成講座)

食生活改善推進員(ヘルスマイト)とは?

市民の健康づくりを支援するボランティアです。料理教室や地域の祭りなどでの食を通じた健康づくりの啓発、各年代に合わせた食育の推進、市事業への協力をしています。

栄養大学修了後、市食生活改善協議会に入会し、市長から委嘱を受けて活動します。

30年度からヘルスマイトとして活動してくれる人を養成するための講座です。

内 ●講義(健康づくり、栄養の基礎知識についてなど) ●調理実習 ●ヘルスマイトの活動見学など

対 市内在住で10回以上受講できる人

時 ①4月24日(月)②5月11日(木)③6月7日(水)④7月13日(木)⑤8月22日(火)⑥9月14日(木)⑦10月26日(木)⑧11月14日(火)⑨12月15日(金)⑩30年1月24日(水)⑪2月19日(月)⑫講座開始後に調整。時間は、①⑪=10時~12時、②~⑩=10時~14時、⑫=講座開始後に調整

所 総合福祉保健センター 定 30人(申込先着順)

費 テキスト代自己負担 他 まなびい100対象

申 健康増進課 ☎445・1405

きらりホール KAMAGAYA KIRARI HALL
☎441・3377
所 ☎273-0101 富岡 1-1-3
URL https://www.kirari-kamagaya.jp

きらり☆シネマ「遺体~明日への十日間」 発売中

2011年3月11日。津波被害を受けた岩手県釜石市の死体安置所に次々と運び込まれる遺体。報道されなかった真実が明らかに…。時 3月9日(木)

①14時から(13時30分開場)②19時から(18時30分開場)※上映時間105分

費 500円 保②=5人まで(要申込。申込先着順) 他 ●全席指定 ●親子席8席(申込先着順)に限り未就学児入場可



予約方法の指定がないイベントのチケット予約は電話で。購入は、代金を持参して窓口で

永年勤続優良従業員表彰

1月30日に総合福祉保健センターで行われた表彰式で、勤続15年以上の従業員として推薦があった4事業所の6人が表彰されました(敬称略)。

茂野製麺株式会社

●板東卓

私市醸造株式会社

●私市龍央 ●中島祐介
●田久保光男

有限会社小沼自動車塗装工業

●椋本篤士

有限会社鎌ヶ谷紙業

●奥山孝夫

そのほか、市商工会から勤続5年以上として6人、10年以上として10人が表彰されました。

☎商工振興課 ☎445・1240



バドミントン全国大会で 市内小学生が優勝

28年12月23日~27日に滋賀県で開催された「第25回全国小学生バドミントン選手権大会 女子ダブルス4年生以下」で、中野真理さんが優勝しました。

☎文化・スポーツ課 ☎445・1531



左から中野さん、コーチの榎本賢さん、ペアの鈴木あいりさん(市外在住)