



やがて
故郷に
変わる街

鎌ケ谷

主な内容

- 鎌ケ谷の梨 PR イベントを開催…2
- 柔(やわら)体操 参加者募集…2
- 環境パネル展 出展者募集…4
- 高齢者向け ちょ筋教室…4

一步踏み出してみませんか？ 人のためにできること

市認定ヘルパー養成研修 受講者 募集



ヘルパーの資格がなくても介護を必要とする人の家で、調理・洗濯などの家事援助ができる「市認定ヘルパー」制度を制定しています。

次の研修を受講することで市認定ヘルパーになることができます。

※市認定ヘルパーとして働くには、市内の訪問介護事業者に雇用される必要があります

対全3回受講できる18歳以上の人(学生を除く)

時●9月6日(水)9時～15時

●12日(火)9時～15時

●21日(木)9時～12時

※そのほか介護サービス利用者宅への同行訪問あり

所総合福祉保健センター3階 集団室(予定) 定20人

申高齢者支援課 ☎445・1384



家庭で国際交流してみませんか？

ホストファミリーを募集

ニュージーランド ワカタネとの姉妹都市交流20周年を記念して11月23日(木)～27日(月)に、中学生を含むワカタネ市長訪問団約30人が鎌ケ谷市を訪問します。その期間中に家族の一員として食事・部屋の提供、送迎を行ってくれるホストファミリーを募集しています。

「本物の英語に触れたい」「英語は苦手だけど、ニュージーランドの文化に興味がある」など、きっかけは何でもOK！ ホストファミリーになって国際交流にチャレンジしてみませんか？

申8月31日(木)までに、かまがやワールドプラザ ☎442・1850 または企画政策室 ☎445・1073

地域間 交流

北海道士幌町から 交流団がやってきました



北海道にゆかりのあるファイターズ
鎌ケ谷スタジアムで記念撮影

交流事業を行っている北海道河東郡士幌町の上居辺(かみおりべ)小学校の児童14人が、7月22日～24日の間、鎌ケ谷市を訪問しました。

士幌町と鎌ケ谷市は、お互いに隔年で交流団を派遣しており、士幌町からの訪問は今回で9回目となります。

初日は市役所で対面式を行った後、児童は各ホームステイ先で2泊し、市内観光などを通して交流を深めました。参加した上居辺小学校6年の河村ひまりさんは「鎌ケ谷は士幌町と違って、家と家が近くてビックリしました。」と振り返っていました。

問生涯学習推進課 ☎498・6101



市内の小学生とも交流しました

8月15日は終戦記念日 戦没者の冥福を祈り 1分間の黙とうを

先の不幸な大戦で亡くなられた人たちの冥福と、世界の恒久平和を祈念して、12時から1分間、家庭や職場で黙とうをささげられますようお願いします。

問社会福祉課 ☎445・1286



ドクターヘリの離着陸に ご理解・ご協力を

ドクターヘリとは？

医療機器や医薬品を備え、救命救急医療の専門医と看護師を乗せ、一刻も早く患者に対して治療を行う医療専用のヘリコプターです。

専門医が治療を行いながら救命救急センターへ搬送できるため、救命率の向上・後遺症の軽減に繋がります。



要請してから最短約5分で
市内へ飛来

離着陸場付近に住む皆さんへ

ドクターヘリが離着陸するときに強い風が起こり、砂ぼこりが舞い上がることがあります。消防車が散水をして砂ぼこりの飛散をできる限り防ぎますが、吹き飛ばされやすいものを室内にしまい、窓を閉めるようお願いします。

市内の離着陸場

●鎌ケ谷小学校●東部小学校●南部小学校●北部小学校●西部小学校●中部小学校●道野辺小学校●五本松小学校●鎌ケ谷中学校●第二中学校●第三中学校●第四中学校●第五中学校●福太郎野球場●福太郎スタジアム●東野少年野球場●ファイターズ鎌ケ谷スタジアム

問消防本部警防課 ☎440・8125

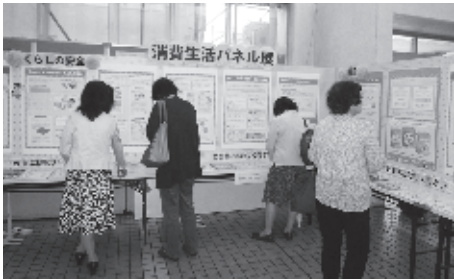
情報ひろば

イベント

消費生活パネル展

「見て知って安全な暮らし」

5月に好評だったパネル展を再び開催します。●悪質商法・インターネット・食品・マークについて時8月16日(水)20日(日)所きらり鎌ヶ谷市民会館市消費生活センター ☎445・1240



身近な暮らしの知識を学べます

第2回 かまがやの花火「やがて故郷に変わる街鎌ヶ谷」

夏の夜空に、市内小学校のオリジナル花火を打ち上げます。時8月19日(土)20時21時(雨天時は20日(日))所ファミターズ鎌ヶ谷スタジアム(有料スタンド席あり)グラウンドは無料開放)同スタジアム ☎446・5586

夏休み親子防災体験 楽しく防災について体験しませんか?かまたんとチーバくんも遊びに来ます。内●講習会「その時あなたは どうしますか?」●三角巾活用法 ●防災グッズ作り ●消防車両・防災備蓄品の展示 ●消火器・煙体験 ●消防隊員のコスプレ写真撮影など時8月27日(日)10時15時所総合福祉保健センターほか同鎌ヶ谷災害救援ボランティアネットワーク 伊藤 ☎090・3048・0755

小江戸・川越蔵の街を訪ねる交流バスツアー 蔵の街と鉄道博物館を巡りながら、外国人との交流を図ります。対小学生以上時10月1日(日)7時40分総合福祉保健センター前集合17時30分帰着予定(雨天決行)定40人(多数抽選)費昼食代・入場料など●中学生以上114千500円●小学生113千500円(会員・外国人割引あり)申9月11日(月)まで(必着)に、参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、往復はがきで市国際交流協会 ☎273・0101富岡1-1-3 / e-mail: nt@kifa.or.jp 同(月)・(水)・(土)の9時12時13時16時に同協会 ☎442・1860



かっこいい消防車に乗ってみよう!

イクメン集まれ!パパサロン 子どもと楽しく過ごすヒントを見つけませんか?内水遊び、親子での触れ合い遊び、パパ同士の情報交換など対未就学児と父親時8月26日(土)10時11時30分所栗野児童センター持水遊び用紙おむつ(水に入る場合)・水着・タオル・水筒同センター ☎441・7066

赤ちゃんとお母さんの体操 親子で一緒に楽しみましょう。対生後411カ月の子どもと保護者時9月7日(木)10時11時所鎌ヶ谷保育園定15組(申込先着順)申8月15日(火)9時から同園 ☎441・1924 / 窓口

鳴く虫の夕べ カンタンやクツワムシなど、たくさんの虫たちを見て、鳴き声を聴いてみよう。時8月27日(日)18時30分栗野コミュニティセンター集合20時30分解散所栗野の森定20

お知らせ

シニア従業員のお仕事説明会in鎌ヶ谷

高齢者の雇用促進などを目的に、(株)セブンイレブ・ジャパンが開催します。内●仕事内容の説明 ●高齢者従業員の体験談 ●個別相談会対60歳以上の人時9月

募集

KIFA創立30周年記念ワカタネ親善大使

ニュージラランドワカタネにホームステイし、地元の人と交流を深め、縁のある場所を訪れます。対市内在住・在勤・在学中、日本国籍を有す

第30期ボランティア相談員

鎌ヶ谷の梨 PRイベントを開催

鎌ヶ谷の梨「豊水」3個セットを抽選で100人にプレゼントします。梨の試食会やかまたんグッズの販売、子どもが楽しめるアトラクションや、かき氷の配布などもあります(天候などにより変更・中止の場合あり)。時8月26日(土)10時14時(抽選は10時30分と12時30分の2回実施)所JAとうかつ中央鎌ヶ谷支店(北初富駅から徒歩7分)注駐車台数に限りがあります同市梨業組合事務局(JAとうかつ中央鎌ヶ谷支店内) ☎443・4010



北海道・沖縄県での梨販売を拡大中! 鎌ヶ谷市の特産品である梨を遠くの人にも味わってもらうために、今夏も北海道・沖縄県内の店舗で市梨業組合による「鎌ヶ谷の梨」販売を順次開始します。



納期のお知らせ ●市・県民税(第2期) ●国民健康保険料(第3期) ●介護保険料(第3期) ●後期高齢者医療保険料(第2期) 納期限 8月31日(木) 注納期限を過ぎると延滞金が掛かります

29年就業構造基本調査

就業構造の実態を明らかにするため、無作為に抽出した世帯に住む15歳以上の人を対象に、10月1日現在で調査を行います。8月下旬から、調査員が伺います。回答は、紙の調査票またはインターネットで簡単にできます。同行政室 ☎445・1056

柔(やわら)体操 参加者募集

関節の痛みで悩んでいる人などに、柔道整復師が運動の指導や支援を行います。対市内在住の65歳以上で、運動の制限を受けていない人(29年度の参加者は参加不可) 時10月から開始(週1回90分、全12回) 所申下表参照(申し込みは希望する場所へ電話で)

場 所	電話番号
塚越接骨院(中央2-23-18)	404・5558
富田接骨院(初富本町2-19-22)	443・8600
伊藤整骨院(東道野辺7-1-25)	443・0334
岡崎整骨院(西佐津間1-19-27)	498・5556

※希望する場所にならない場合あり

同高齢者支援課 ☎445・1384

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!

スポーツ

第43回長寿大運動会

対市内在住で60歳以上の健康な人**時**10月1日(日)9時40分～14時45分(9時～9時30分受け付け)**所**福太郎アリーナ**費**100円**持**室内用運動靴・昼食**申**9月1日(金)17時までに参加費を持参して、文化・スポーツ課窓口(市役所5階) **問**同課 **☎**445・1531

秋季市民グラウンドゴルフ大会

対市内在住の人(初心者歓迎)**時**9月6日(水)9時30分から(9時から受け付け。雨天時は13日(水))**所**福太郎スタジアム**定**200人**費**300円(当日持参)**申**8月30日(水)17時までに、グラウンドゴルフ協会牛込 **☎**445・1137

テニスの日 テニス教室

対小学生以上のテニス初心者**時**9月18日(月)●11時～12時30分●13時30分～15時**所**オールサムズテニスクラブ(丸山3-7)**定**各32人(申込先着順)**費**300円(当日持参)**注**雨天中止(当日10時30分までに決定)**申**同クラブ **☎**445・4904

講座・講演

「植木の剪定(せんでい)」
技能講習会

対市内在住で60歳以上の人**時**9月6日(水)・7日(木)(予備日は8日(金))の各9時30分～15時(全2回)**所**シルバー人材センター3階および市制記念公園**定**15人(申込先着順)**申**8月16日(水)9時以降に同センター窓口 **問**同センター **☎**443・4145

健康だより

夏の疲れが出る8月の後半。暑さに負けない生活習慣で夏バテを予防しましょう。

身体の疲れを取りましょう

夜は寝苦しく、睡眠不足になりがちです。クーラーや扇風機を使用して室内温度を28度前後に保ち、ゆっくり眠れる環境を整えましょう。また、風が直接当たらないようにしましょう。

水分補給をしましょう

汗をかくと水分と塩分を失います。喉が渴いたと感じる前に小まめに水分補給しましょう。

健康増進課

暑い夏を元気に乗り切ろう！

食事のバランスに気を使いましょう

暑いと食欲が落ちがちですが、1日3食を心掛けましょう。食欲がないときには、野菜や卵のスープなどでビタミンやたんぱく質、水分を補いましょう。

適度に体を動かしましょう

暑いと体を動かすのが面倒になりますが、不規則な生活は体のリズムや睡眠のリズムを乱します。朝や夕方の涼しい時間に散歩するなど、適度な運動を心掛けましょう。

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カ月半前(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

①講演「城歩きを楽しむ方-江戸城を通して-」

②江戸城を歩く

時①=9月2日10時～11時30分②=23日10時～12時、各(土)**対**高校生以上**集合**①=中央公民館②=東京駅丸の内北口改札前**定**30人程度(当日先着順)**費**各200円**問**歴史たんぼ 楠窪 **☎**445・5197

健康・福祉ボード

申問宛先の記載のないものは健康増進課

高齢者肺炎球菌予防接種

対過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次のいずれかに該当する人①昭和28年4月1日以前に生まれた②満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の疾患またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいのあるいずれかで身体障害者手帳1級を持っている**他**①の対象者で案内をお持ちでない人、および②の対象者はお問い合わせください **問** **☎**445・1390

C型肝炎特別措置法に基づく給付金受給～提訴期限は30年1月15日(月)まで～

出産や手術などの際に使用した製剤によるC型肝炎ウイルス感染の給付金を受けるには、国への提訴が必要です。**他**詳しくは <http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000150855.html> を参照 **問**(土)・(日)・(祝)・年末年始を除く9時30分～18時に、厚生労働省フィブリノゲン製剤等に関する窓口 **☎**0120・509・002

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**時**●8月23日(水)=くぬぎ山コミュニティセンター●25日(金)=北中沢コミュニティセンター●8月31日(木)=総合福祉保健センター3階、各9時30分～11時に受け付け**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

献血にご協力を

対16歳以上69歳以下の健康な人(65歳以上の人は、60～64歳に献血経験がある人)で、体重が男性は45キロ以上、女性は40キロ以上の人**時**9月4日(月)10時～11時45分、13時～16時**所**市役所**持**本人確認書類、献血カード(お持ちの場合)**協力**鎌ヶ谷ロータリークラブ・市商工会・市赤十字奉仕団 **問** **☎**445・1390

Welcome Baby School～マタニティ教室～

内①生活編「子育て情報・妊婦体操・出産の準備」②食事編「プレママクッキング」③歯の健康編「歯科健診・虫歯予防」④出産・育児編「沐浴実習・妊婦疑似体験」**対**初めてお母さんになる妊婦(妊娠5カ月以上推奨。第2子以降の人は要相談)※④は両親で参加**時**①=8月28日(月)②=9月7日(木)③=14日(木)④=11月11日(土)**受け付け**①②④=9時～9時15分③=13時～13時15分(1回からの参加も可)**所**総合福祉保健センター3階**申** **☎**445・1393

妊婦歯科健康診査

～子ども連れでもお気軽に～

妊娠中は口のトラブルが起こりやすいため、歯科健診を受けましょう。**内**①第1子を妊娠中の人=むし歯リスクテスト・ブラッシング実習・歯科健診・結果説明②第2子以降を妊娠中の人=歯科健診・結果説明

時9月14日(木)①=13時～13時15分②=13時30分～14時受け付け**所**総合福祉保健センター3階**持**母子健康手帳 **申** **☎**445・1394

健康づくり料理教室「かんたんクッキング」

料理の初心者からレパトリーを増やしたい人まで、誰でも参加できます。**内**●ヘルスメイト(食生活改善推進員)による健康づくりの話●調理実習(豚バラ肉と大根のオイスターソース炒めなど)●みそ汁の塩分濃度測定**時**9月20日(水)10時～14時**所**東部学習センター**定**20人**費**400円**持**筆記用具・エプロン・三角巾・布巾・みそ汁50cc程度**他**まなびい100対象**申** **☎**445・1546

認知症サポーター養成講座

認知症を理解し、認知症の人やその家族を見守り支援していくサポーターを養成します。**対**市内在住・在勤の人**時**9月13日(水)10時～12時**所**総合福祉保健センター6階**定**100人(申込先着順)**申**高齢者支援課 **☎**445・1384

聞こえない・聞こえにくい人のための手話講習会

対市内在住・在勤で18歳以上の中途失聴者・難聴者、その家族・知人**時**9月12日～11月14日の各(火)13時30分～15時30分(全10回)**所**総合福祉保健センター4階**定**20人(申込先着順)**費**1,000円**申**身体障がい者福祉センター **☎**445・1543 / **☎**443・2233





「高齢者よい歯のコンクール」 審査結果 「歯・口の健康啓発標語」

(公社)船橋歯科医師会の衛生委員会が審査を行い、次のとおり優秀者が選ばれました(敬称略)。

高齢者よい歯のコンクール

- 市長賞＝佐々木俊雄(南初富)
- 歯科医師会長賞＝石橋一清(東初富)

歯・口の健康啓発標語

小学生の部・中学生の部・一般の部で募集した結果、合計で1,958点の応募がありました。そのうち、一般の部の優秀作品は次のとおりでした。

- 市長賞「良く噛んで 味合ふ心 歯も命」樺澤一男(南初富)
 - 歯科医師会長賞「健康は まず大切な 歯の掃除」吉川文夫(道野辺中央)
- ※なお、小学生の部・中学生の部については、広報かまがや7月15号に掲載しています

☎健康増進課 ☎445・1394



参加者15人全員が、80歳以上で自分の歯が20本以上あることを認定する「8020認定証」を授与されました

南部公民館 教養講座

「フラ&ハワイアンバンド」の ジョイントコンサート



- 「フラ」とハワイアン音楽で爽やかなひとときを過ごしませんか？
- 曲目**「バリバリの浜辺」「カイマナ・ヒラ」「見上げてごらん夜の星を」ほか
- 出演**●モキハナ・フラ・サークル
●ウクレレ・サークル・レオカラニ
- 時**9月17日(日)13時30分～15時
- 所**南部公民館 大集会室
- 定**100人(申込先着順)
- 申**南部公民館 ☎446・3031



ハワイの踊り「フラ」を届けます



まなびいプラザ パソコン講座

申10時～21時にまなびいプラザ ☎446・1111 / 窓口

日程費 下表参照

対簡単な文字入力・マウス操作ができる人

所まなびいプラザ3階 研修室2

定各26人(申込先着順) **師**まなびいパソコン普及会 **持**USBメモリー

他●Windows10・Office2016を使用します

- 詳しくは市民活動推進センターホームページをご覧ください
- まなびい100対象

注車での来館はご遠慮ください

申込番号・講座名	日時	内容	費用(返金不可)
⑩ワード 連続毎週8日間	9月8日～10月27日の各(金)9時30分～12時30分	基礎から応用までを学習します(28年度と同じ内容)	4,000円(28年度と同講座の教材をお持ちの人は3,000円)
⑩外付けハードディスク	9月11日(月)13時30分～16時30分	外付けハードディスクを便利に使い、パソコンの整理整頓を目指します	500円

簡単な運動などを作業療法士が優しく指導

高齢者 ちよ筋教室

健康に不安がある人、運動してみたいと考えている人、作業療法士の指導の下、室内でもできる運動と一緒にしてみませんか？

対次のすべ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、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

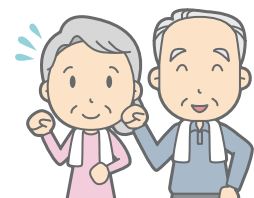
時9月下旬～12月上旬の毎週(木)または(金)(全10回。詳しくはお問い合わせください)

所総合福祉保健センター3階

定15人(申込先着順)

持運動できる服装・靴・飲み物

申8月31日(木)までに高齢者支援課 ☎445・1384



きらりホール KAMAGAYA KIRARI HALL

☎441・3377
〒273-0101 富岡1-1-3
URL <https://www.kirari-kamagaya.jp>

きらり☆シネマ vol.5 「しゃべれども しゃべれども」

発売中

二つ目の落語家 今昔亭三つ葉の下に、口下手な美女、転校生でクラスになじめない小学生、寡黙な野球解説者が話術を習いに集まってきた。しかし4人そろえば言い争いばかり。果たして、それぞれの思いの結末は…。**時**10月7日(土) ●10時から(9時30分開場) ●14時から(13時30分開場) **費**500円 **保**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