

主な内容 ●新しい仲間と一緒に 見聞と人の輪を広げましょう…2 ●犬の登録と狂犬病予防注射…3 ●市制記念公園の開園時間を延長…4 ●大切な人への手紙 最優秀作品発表…4

国史跡で 春の牧ウマまつり

貴重な地域資源である、「国史跡下総小金中野牧跡(捕込)」を多くの人に知ってもらい、
まちの活性化につなげていくため、馬をキーワードとした各種イベントを開催します。

国文化・スポーツ課 ☎445・1528

4/7 今年も捕込に馬がやってきます!
土 4/7
とっこめ
桜まつり



その他イベント
盛りだくさん!

内容 右記のとおり
日時 4月7日(土) 11時~15時(雨天中止)
場所 貝柄山公園・国史跡下総小金中野牧跡(捕込)
注意 雨天中止などの場合は公園入り口に掲示します

乗馬コーナー
①11:00から ②13:30から
(小学生以下、各30人[当日先着順])

クイズラリーコーナー(参加賞あり)
11:00~14:30受け付け

とっこめ丸わかりガイド
①11:30から ②12:30から
③13:30から ④14:30から

申込 5/12
土 5/12
とっこめ寄席 ~鹿芝居と落語~



大名跡である落語家「金原亭馬生」ゆかりの地で、馬生一門に加えて林家正雀をはじめとするゲストを迎えた公演です。
演目 大喜利鹿芝居「子は鎧(かすがい)」、落語
※鹿芝居とは「噺家(はなしか)が演じる芝居」を
しやれて呼んだものです
日時 5月12日(土) 13時30分から(13時開場)
場所 きらりホール
定員 500人(申込先着順)
費用 木戸銭として●前売券=2,000円 ●当日券=2,500円
※中学生以下はいずれも1,000円
※前売り券完売の場合は当日券の販売なし
※市民会館でのチケット販売は行いません
その他 ●全席指定
●親子席(先着8席。要申込)に限り未就学児入場可

国史跡下総小金中野牧跡(捕込)とは
江戸幕府が、軍用として養成する馬を捕獲・分別するために作った施設です。江戸時代の軍馬生産を知る上で重要であるため、平成19年に国史跡として指定されました。



申込 4/21
土 4/21
とっこめバスツアー
~明治天皇の御料牧場行幸ルートをめぐる旅~
日時 4月21日(土) 8時30分総合福祉保健センター集合~16時帰着予定
場所 三里塚御料牧場記念館(成田市)、成田山表参道
定員 80人(多数抽選)
費用 2,000円(別途昼食代)



申込 5/19
土 5/19
とっこめ塾
~見て聴いて知る国史跡~
下総小金中野牧跡(捕込)の基礎知識を学び、捕込を見学します。
日時 5月19日(土) 13時~16時
場所 中央公民館 学習室1、国史跡下総小金中野牧跡(捕込)
定員 50人(申込先着順)
その他 参加者から抽選で中山競馬場観戦席(9月)にご招待



申込 国史跡周知普及実行委員会事務局(文化・スポーツ課内) ☎445・1528または、住所・氏名・年齢・電話番号・参加人数を記入して
✉bunka@city.kamagaya.chiba.jp ※とっこめバスツアーのみ3月26日(月)17時まで。1グループ4人まで ※Eメールでの申し込みは、
(土)・(日)を除く3日以内に返信がない場合はお問い合わせください

地震が起きたとき、安全確保行動をとれますか? シェイクアウト訓練 3月28日(水)10時から鎌ヶ谷市全域で

安全対策課 ☎445・1278

シェイクアウト訓練とは?
その時いる場所でできる行動訓練
指定日時に、特定の会場に集まることなく、自宅・職場・学校・外出先などその時いる場所で、地震から身を守るための三つの安全確保行動「①姿勢を低く②頭や体を守る③動かない」を一斉に行います。



①姿勢を低く ②頭や体を守る ③動かない

3月28日(水)10時にシェイクアウト訓練を実施(想定:震度6弱の地震)
10時に訓練開始の合図として、防災行政無線の放送と安心eメールの配信を行います。その場でシェイクアウト訓練を行いましょ。 ※9時40分にも訓練の事前周知として放送・配信を行います



災害時、むやみな行動が危険です
大規模災害の発生時に多くの人が一斉に帰宅し始めると、火災や建物からの落下物などによりけがをする恐れがあり危険です。また、救助・救急活動の妨げにもなります。
まずは、身の安全を確保できる場所にとどまり、災害用伝言サービスで家族の安否などを確かめたり、交通情報や被害情報などを入手したりして、状況を把握しましょう。
また、普段から携帯ラジオや地図を持ち歩くことや、スニーカー・懐中電灯・飲料水・食料の用意、家族間での安否確認方法・集合場所・帰宅経路の確認など、日頃から準備をしておくことも大切です。

新しい仲間と一緒に 見聞と人の輪を広げましょう

南部シルバーセミナー 「きらりコース」

☎南部公民館 ☎446・3031

日程 下表参照

対象 市内在住の60歳以上で全12回出席できる人

場所 南部公民館 など

定員 40人(多数抽選)

費用 材料費・社会見学時入館料・昼食代など

その他 まなびい100対象

申し込み 往復はがき(1人につき1枚)に、住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を記入して、3月31日(土)まで(必着)に南部公民館 ☎〒273-0114道野辺61または、官製はがきを窓口へ持参

日時	内容
4/26(木)午後	開講式・オリエンテーション
5/10(木)午前	調理実習 「みんなで料理・ワイワイ食事」
5/24(木)午後	軽スポーツ講座① 「グラウンド・ゴルフ」
6/7(木)全日A	社会見学①「関宿城&工場見学」
6/21(木)午後	健康講座「健康体操」
7/5(木)午後	シークレット講座(お楽しみに!?)
7/19(木)午後	元気アップ講座① 「かしこく食べてイキイキ元気」ほか
9/13(木)午後	元気アップ講座② 「気持ちよく身体を動かそう」
9/27(木)午後	軽スポーツ講座②「スポーツ吹矢」
10/18(木)全日B	社会見学② 「美術館・ポートタワー&ちば港クルーズ」
10/25(木)午後	教養講座「鎌ケ谷市の歴史と文化財」
11/8(木)午後	閉講式(人形劇鑑賞・反省会)

午前:10時~13時 午後:13時30分~15時30分
全日A:8時~16時 全日B:9時~16時30分

北部タウンセミナー・北部シルバーカレッジ

☎北部公民館 ☎446・1076

日程 下表参照

対象 全10回出席できる市内在住の人

※シルバーカレッジは60歳以上

場所 北部公民館 など

定員 各36人(新規受講者優先。多数抽選)

費用 材料費・社会見学時入館料・昼食代など

その他 ●応募は、タウンセミナー・シルバーカレッジのいずれかで1人1枚

●公開抽選は、シルバーカレッジが4月11日(水)14時から、タウンセミナーが4月12日(木)10時から、いずれも北部公民館で実施

●まなびい100対象

申し込み 往復はがきに、住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・希望講座名(タウンセミナーまたはシルバーカレッジ)を記入して、4月6日(金)まで(必着)に北部公民館 ☎〒273-0136佐津間631または、官製はがきを窓口へ持参



社会見学



浪曲鑑賞

	日時	内容
北部 タウン セミナー	5/10(木) 10時~13時	開講式・オリエンテーション・楽しく調理
	5/24(木) 8時30分~16時	社会見学「博物館・めんたいパーク大洗」
	6/7(木) 10時~12時*	笑いで心の健康「落語」
	6/21(木) 10時~12時	軽スポーツを楽しむ「バグギー」
	7/12(木) 10時~12時*	知っておきたい病気の知識「認知症予防(脳トレ)」
	9/13(木) 10時~12時*	歴史講座「江戸時代の鎌ケ谷」
	10/11(木) 10時~12時	ゆる体操「体と心のこりをゆるめて元気」
	10/23(火) 13時30分~15時*	知っておきたい病気の知識「目の病気・予防・治療法」
	11/8(木) 8時~16時	社会見学「ホキ美術館・昭和の森」
	12/6(木) 10時~12時	音楽を楽しむ・学習のまとめ・閉講式
北部 シルバ ーカレ ッジ	5/7(月) 10時~12時	開講式・オリエンテーション・レクリエーション
	6/4(月) 10時~12時	めざせ料理の達人「各班で一品、自慢料理を作る」
	6/20(水) 8時45分~16時45分	社会見学「NHK放送博物館」
	7/2(月) 10時~12時*	詐欺被害者にならないために
	7/23(月) 10時~12時*	認知症の予防と対策
	9/5(水) 10時~12時*	自分の健康は自分で守る「転倒防止のための運動」
	9/19(水) 10時~12時	軽スポーツを楽しむ「バグギー」
	10/10(水) 8時30分~16時30分	社会見学「博物館・食品工場」
	11/17(土) 13時30分~15時30分*	伝統芸能に親しむ「浪曲の鑑賞と体験」
	12/3(月) 10時~12時	音楽鑑賞・学習のまとめ・閉講式

※:受講生以外の当日参加可

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) ✖ その他掲載について不明な点は広報広聴室 ☎445・1088へ

催しなど

▶無料太極拳教室

対 初心者中心 **時** 3月20日(火)18時30分~20時30分 **所** くぬぎ山コミュニティセンター **定** 10人(申込先着順) **申** ふれあい太極拳クラブ 中村 ☎090・6520・7768

▶自由アート展

油彩・水彩画の展示。**時** 3月16日(金)~31日(土)(初日は12時から、最終日は15時まで) **所** 東部学習センター **問** 鎌ケ谷絵画倶楽部 渡邊 ☎442・0887

▶太極拳体験講座(全10回)

対 未経験者・入門者 **時** 4月2日~6月11日の毎週(月)10時~12時 **所** 東初富公民館 **定** 10人(申込先着順) **費** 1回500円(4月2日(月)のみ無料) **申** 和太極拳サークル 山本 ☎443・1137

▶日本舞踊発表会

時 4月3日(火)11時から **所** きらりホール **定** 530人(当日先着順) **問** 勝和女会 岡崎 ☎444・5938

会員募集

▶健康ヨガ

対 女性 **時** 毎週(木)9時45分~11時15分 **所** まなびいプラザ **定** 若干名 **入** 1,000円 **月** 1,000円 **申** 古賀 ☎469・1867

▶PC友好会

対 パソコンの簡単な文字入力とマウス操作ができる人 **時** 第1・3(火)13時~16時 **所** まなびいプラザ **定** 若干名 **入** 1,000円 **月** 1,000円 **申** 山本 ☎444・7516

▶らくらく会

健康体操。**対** 高齢者 **時** 第1(月)13時~15時 **所** 中央公民館 **定** 10人 **費** 1回200円 **申** 坂下 ☎443・7967

▶一木会

ウォーキング。**時** 第1(木) **定** 5・6人 **年** 保険料など2,200円 **申** 前口 ☎442・4335

市民の歌「きらり鎌ケ谷」 CDを販売中

ダ・カーポが歌う市民の歌「きらり鎌ケ谷」のCDを1枚500円で販売しています。

販売場所 ● 広報広聴室(市役所3階)
● きらり鎌ケ谷市民会館
問 広報広聴室 ☎445・1088

図書館ボード

子ども劇場

人形劇団「汽車ポッポ」の公演とひまわりおはなし会の読み聞かせ。
対 小学校低学年以下
時 3月24日(土)14時から
所 中央公民館
定 60人
問 図書館本館 ☎443・4946

情報ひろば

募集

市環境審議会委員

環境基本計画や環境の保全などに関して、調査・審議する審議会の委員を募集します。

対 市内在住で満20歳以上の人(応募日現在)

任期 委嘱日から2年間 **定** 1人

会議 年2回程度実施予定

(未就学児の保育あり)

報酬 会議1回当たり6,800円

他 ●公開会議のため、氏名などが公表されます

●公募による他の審議会委員を兼ねることはできません

申 4月6日(金)まで(必着)に、「地球環境・自然環境についての私の考え」をテーマとした作文(800字程度、様式自由)に、住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を記入した書面を添付して、環境課窓口(市役所1階)へ持参/☎273-0195

※書類審査後、面接審査あり

問 同課 ☎445・1227

シルバー人材センター会員

対 市内在住で、おおむね60歳以上の働く意欲がある健康な人

申 同センター窓口で仮受け付けをして、3月20日、4月10日・24日、5月8日の各(火)のいずれかの入会説明会に出席

問 同センター ☎443・4145

イベント

春の植物観察会

春いっぱい栗野の森を全身で味わってみませんか?

時 3月24日(土)、4月6日(金)・15日(日)の各9時30分市制記念公園正門集合~12時(雨天時は翌日)

定 各30人(申込先着順) **費** 1回100円

申 栗野の森の会 小出 ☎090・6309・4379

スポーツ

市ソフトバレーボール大会

種目 小学生の部・中学生の部・トリム女子の部・トリム混成の部(競技中1チーム男子2人以内)・ファミリーの部(小学生2人とその家族)

対 小学生以上で、交代要員を含む1チーム4~6人以内の男女

時 4月22日(日)9時から

所 福太郎アリーナ

費 ●小・中学生の部=無料

●その他=1チーム2,000円(当日持参)

持 審判用の笛(短管・長管)

他 ●参加数が2チーム以下の種目は開催中止

●審判は参加チームで実施

申 4月6日(金)17時までに文化・スポーツ課窓口(市役所5階)へ

問 同課 ☎445・1531

春季市民ソフトテニス大会

種目 一般男子・一般女子の部(A~Cのクラス別)

対 市内在住・在勤・在学の人

時 4月15日(日)9時から(8時30分から受け付け)

所 福太郎テニスコート

費 1チーム2,000円(当日持参)

申 3月30日(金)17時までに文化・スポーツ課窓口(市役所5階)へ

問 市ソフトテニス連盟 前田 ☎445・2954

お知らせ・相談

春休みに市役所で勉強しませんか?

市役所の会議室を自習室として開放します。

対 市内在住の小学生~高校生

時 3月26日(月)~4月5日(木)の各9時~17時(土・日を除く)

所 市役所6階 **定** 1日40人

他 会場入り口の受け付けカードに記入してご利用ください

問 契約管財課 ☎445・1092

土壌改良剤として使えます! 梨剪定枝で作った堆肥を販売

梨の剪定(せんてい)枝で作った堆肥を販売します。家庭菜園で利用するには、作物を植える前に鶏ふん・牛ふんや化成肥料などで栄養分を足すことをお勧めします。

販売日時 4月26日(木)~28日(土)(予定)

●午前=9時30分~11時30分 ●午後=13時30分~15時30分

※28日は午前のみ

販売場所 中沢地区(市役所では販売しません)

販売価格 15リットル/バケツ1杯(約10kg)当たり

●市内在住・在勤の人=10円 ●その他=20円

申し込み 住所・氏名・電話番号(日中連絡が取れる番号)、希望する堆肥の量(バケツ単位で指定)・日時(期間中の日にちと午前・午後を第2希望まで指定)を記入して、3月30日(金)まで(必着)に、農業振興課 ☎273-0195/☎445・1400/✉housei@city.kamagaya.chiba.jp

※詳しい引き渡し日時・場所などは後日通知します

注意 ●申し込みが多数の場合、販売量を調整する場合あり

●持参した袋・バケツへ詰め込む作業は各自で行います

問 農業振興課 ☎445・1233



第3回 桜の絵画展ミニコンサート

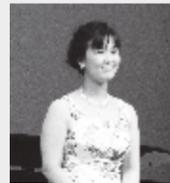
3月28日(水)から開催する「桜の絵画展」の最終日にミニコンサートを行います。桜の絵を鑑賞しながら、「春」を感じられる素敵な歌声をお楽しみください。

出演 第1回さりりかまがやアーティスト発掘プロジェクト 優秀賞受賞者の河村優美さんと鎌ヶ谷少女少女合唱団

日時 4月8日(日)14時30分~15時

場所 さりり鎌ヶ谷市民会館 ロビー

問 市民会館 ☎441・3377



河村優美さん

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 4月2日(月)

注意 納期限を過ぎると延滞金がかかります



市役所からの還付は、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。

予防注射は毎年1回忘れずに

問 環境課 ☎445・1229

犬の登録と狂犬病予防注射



生後91日以上を経過した犬は、登録と毎年1回(4月~6月)の狂犬病予防注射が法律で義務付けられています。

狂犬病予防注射

狂犬病は、発症したら助からない人獣共通の恐ろしい感染症です。犬だけでなく、あなたやあなたの周りの人の命を守るためにも必ず接種しましょう。

右表の日程で予防注射を実施します。この日程内で接種できない場合は動物病院で接種し、環境課窓口(市役所1階)で注射済票の交付手続きをしてください。

なお、登録済みの犬については、通知票を3月末に発送します。

費用 ①登録済みの犬の場合=3,500円

(予防注射料金2,950円+注射済票交付手数料550円)

②新規登録の犬の場合=6,500円

(①+登録手数料3,000円)

持ち物 市から送付された通知票、事前に記入した問診票(いずれも登録済みの場合)

注意 ●犬の健康状態が悪い場合や過去にワクチンなどでアレルギーなどの異常があった場合は、事前に動物病院で獣医師の診察を受けてください

●車での来場はご遠慮ください(総合福祉保健センター会場を除く)

●市外から転入した場合は、事前に環境課で犬の登録変更を済ませてからお越しください

日にち (☂)は雨天振替日	会場 ()内は所在地	時間
4月9日(月) (☂16日(月))	くぬぎ山コミュニティセンター	9:20~10:00
	消防団第5分団詰所(初富204-3)	10:20~10:50
	北中沢コミュニティセンター	11:10~11:40
4月10日(火) (☂17日(火))	本田第3公園(鎌ヶ谷5-9)	9:20~9:50
	井草橋第2公園(東鎌ヶ谷3-7)	10:10~10:40
	第2新田公園(東初富4-32)	11:00~11:40
4月11日(水) (☂18日(水))	東部学習センター	9:10~9:40
	アカシア児童遊園(南鎌ヶ谷1-7)	10:00~10:40
	横上公園(馬込沢12)	11:10~11:40
4月12日(木) (☂19日(木))	北中沢三丁目児童遊園(北中沢3-7)	9:00~9:30
	道野辺中央三丁目児童遊園(道野辺中央3-5)	9:50~10:20
	南部公民館	10:40~11:10
4月13日(金) (☂20日(金))	消防団第3分団詰所(中沢926-6)	11:20~11:40
	東初富公民館	9:00~9:40
	旧学校給食センター(軽井沢2010)	10:00~10:20
4月14日(土)*2	栗野地区公園駐車場*1	10:30~10:50
	北部公民館	11:10~11:50
4月22日(日)*2	総合福祉保健センター駐車場	9:00~11:30

*1:栗野コミュニティセンター隣 *2:雨天決行

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!

花見の季節到来 市制記念公園の開園時間を延長

桜の開花に伴い、市制記念公園の開園時間を3月24日(土)～4月15日(日)の期間、21時まで延長します。
 ※開花の状況により期間を変更する場合があります
 ※(土)・(日)は、駐車場が大変混み合います。徒歩や自転車でご来園ください
 問 公園緑地課 ☎445・1489

公園を利用するときは、次のことを守りましょう!

- 宴会などの後は片付けをし、ごみを持ち帰る
- バーベキューなどをする場合は、直接地面で火を使用しない
- 飲酒運転は絶対にしない
- 樹木の枝は折らない



イルミネーションを見て思いを伝える / 「大切な人への手紙」 最優秀作品 発表!

市のシティプロモーション事業として、新鎌ヶ谷地区のイルミネーションを鑑賞した人を対象に、自分の大切な人へ普段伝えられない気持ちを書いた手紙を募集しました。応募作品の中から最優秀作品を紹介します。



※全応募作品を市役所1階市民ホールに掲示します(3月末まで)

手紙だから言えること

いつも面倒かけてごめんなさい。それから見守ってくれてありがとう。ママとパパは、本当に苦労してるよね。子どもが6人もいて、料理や洗濯、お仕事も。私は一番上に生まれたから、手伝いを頑張っているつもりだけど、まだ足りてないと思う。ママとパパは私の何倍も苦労してるよね。これからは、もっとママとパパの負担を減らせるように私も頑張るね。ママとパパ、いつもは言わないけれど大好きだよ。いつまでも。

(市内中学生)

郷土資料館 企画展

問 郷土資料館 ☎445・1030

鎌ヶ谷・おふだづくし ～信仰の玉手箱～(後期)

企画展後期は、真言宗寺院の檀家(だんか)である初富の旧家から寄贈された寺院発行のお札と、日蓮宗寺院の檀家である中沢の旧家から見つかったお札を併せて展示します。「信仰の玉手箱」を開けてみましょう。

展示期間 3月24日(土)～5月27日(日)の各9時～17時
 ※毎週(月)、4月29日(日)、5月3日(木)～5日(土)を除く
 場所 郷土資料館2階 展示室
 その他 図録を販売します

お札から、当時の信仰を知ることができます



ギャラリートーク

学芸員が展示内容について解説します。
 日時 3月24日(土)、4月10日(火)・28日(土)、5月10日(木)・25日(金)の各13時30分～14時30分



健康だより



健康寿命を延ばしましょう!

病気や生活習慣病などによって日常生活が制限されることなく、健康に生活できる期間を「健康寿命」といいます。「健康寿命」を延ばす次の三つの取り組みで生活習慣病を予防して、健康で自分らしい生活を続けていきましょう!

① 適度な運動「毎日プラス10分の運動」

1日当たりの適度な歩数の目安は、男性は約9,000歩、女性は約8,000歩ですが、1日の平均歩数は目安より1,000歩足りません。時間にすると10分程度であるため、プラス10分の運動習慣を身に付けましょう。

② 適切な食生活「毎日プラス一皿の野菜」

野菜は、1日当たり350g食べることが推奨されています。日本人の平均摂取量は約280gで、あと70g足りません。これは、トマトで半個分、野菜炒めで半皿分の量です。

③ 禁煙「たばこの煙をなくす」

喫煙は、健康や美しさを失うことに繋がります。たばこの煙は非喫煙者にも影響を与え、特に乳幼児への影響が大きいことが分かっています。未来の自分や、大切な人のために禁煙にチャレンジしましょう。

健康増進課

健康・福祉ボード

30年度から子宮がん検診の受診期間が変わります

毎年、受診期間終了直前に受診者が集中するため、30年度から受診期間を下表のとおり変更します。受診期間を過ぎると受診できない場合があるため、忘れずに受診してください。

なお、案内は市の子宮がん検診に登録されている人に送付します。
 問 健康増進課 ☎445・1390

名前の1文字目	案内の送付時期	受診期間
あ～そ	3月末	4月～8月
た～わ	8月末	9月～1月

3月24日は世界結核デー ～結核は過去の病気ではありません～

結核は、全国で年間2万人(県内では約900人)が新たに発症している病気です。

近年の傾向として、70歳以上の人が新規患者の半数以上を占め、増加しているといわれています。また、受診時期の遅れも指摘されています。次のことに注意し、結核の早期発見・早期治療に努めましょう。

- 結核の初期症状は風邪とよく似ています。せき・たん・微熱・だるさなどが2週間以上続く場合は、必ず医療機関を受診しましょう
 - 職場・学校などの健診や市の検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

パープルリボンセミナー2018

膵臓がん市民公開講座 「膵臓がんのエキスパートに会おう!」

最新の膵臓(すいぞう)がん治療や日常生活での取り組み方などについて、がん治療の専門家が分かりやすく解説します。
 時 4月7日(土) 13時～16時(12時30分開場)
 所 国立がん研究センター東病院(柏市)
 定 200人(申込先着順)
 申 (土)・(日)を除く10時～16時に同病院 ☎04・7133・1111

