

●主な内容

9月16日は「敬老の日」
高齢者向け福祉サービスなどを紹介 …… 2・3
家庭教育セミナー …… 6
健康診査(特定・後期高齢者)を受けましょう …… 8

鎌ケ谷市総合防災訓練(防災ふれあいひろば) 防災訓練！日ごろの備えが命綱！！

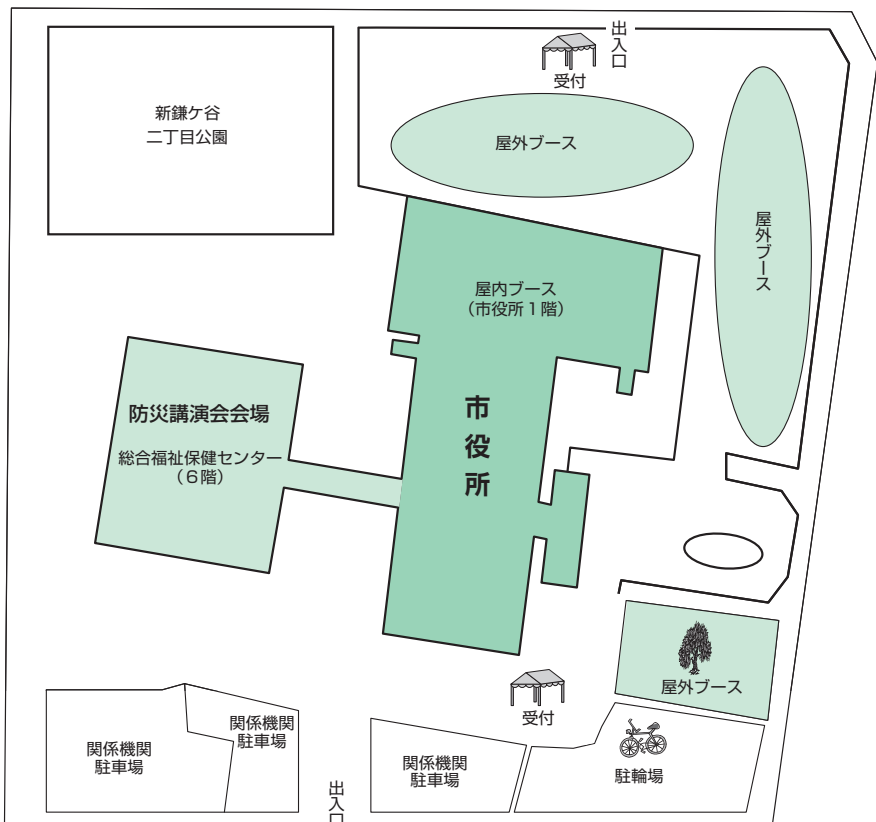
日時 9月29日(日) 午前10時～正午(小雨決行)
会場 市役所・総合福祉保健センター

※午前10時に訓練開始のサイレンを市内全域に鳴らします。
サイレンは「15秒鳴らし、6秒休み」を5回繰り返します。
問い合わせ 安全対策課(内)257・583



切迫性が指摘されている首都直下地震などの大規模地震や風水害など、鎌ケ谷市に被害を及ぼすおそれのある災害を想定して、市民、防災関係機関、災害協定事業者、ボランティア団体などと協力し、子どもから大人まで身近な防災対策に触れ合える体験型の訓練を行います。

総合防災訓練(防災ふれあいひろば) 会場図



屋外ブース(市役所駐車場)

- ▷炊き出し訓練(試食)
- ▷ロープワーク
- ▷こどもレスキュー隊
- ▷簡易テント作成
- ▷ダンボールトイレ作成
- ▷消火器・煙体験
- ▷災害伝言ダイヤル体験
- ▷ガス復旧方法
- ▷地震体験(起震車)
- ▷土のう作り
- ▷出張郵便局
- ▷減災クイズ

- ▷消防隊演習訓練
- ▷各事業者による防災用品の展示・販売
- ▷自衛隊活動資機材展示 など



土のう作りの様子

屋内ブース(市役所1階)

- ▷応急救護
医師会講話、AED・三角巾の取り扱い
- ▷避難所開設訓練 など



AED 取り扱いの様子

総合福祉保健センター(6階)

まなびい大学くらし学部主催講座 「あの時、避難所は・・・

防災講演会

『おだがいさま』が支えた169日間
～ビッグパレットふくしま避難所が教えてくれたこと～

対象 市内在住・在勤・在学の人
時間 午前10時30分～11時30分
定員 300人(申込先着順)
講師 福島大学特任准教授の天野 和彦さん
保育 7人まで(申込先着順)。未就学児。100円(保険代)。9月20日(金)までに要申込
申し込み 9月17日(火)から安全対策課(内)257・583へ
※さわやかまなびい100対象事業です。

※会場は屋外と屋内のブースに分かれており、参加者の皆さんに体験してもらえらる訓練や展示・販売を行います。
※悪天候などにより訓練を中止する場合は、午前8時30分に「防災行政無線」でお知らせします。
※会場内、周辺には駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。

警察官・自衛隊員・消防士になってみよう!



子ども用の制服・迷彩服・防火服などを着ることが出来ます。カメラの準備を忘れずに！
チーパくん・かまたんも会場に来るよ！



スタンプラリーに参加しよう！ 先着300人に景品をプレゼント！

問い合わせ 都市計画課(内)446
場所 都市計画課(市役所4階)
日時 9月17日(火)～30日(月)の午前8時30分～午後5時(土・日・祝を除く)
内容 都市計画変更に伴い、生産緑地地区の変更(案)の縦覧を行います。この変更は、行為の制限の解除などの理由により、生産緑地地区の変更(一部廃止)を行うものです。

都市計画変更に伴う 生産緑地地区の一部 変更(案)の縦覧

都市計画変更に伴い、生産緑地地区の変更(案)の縦覧を行います。この変更は、行為の制限の解除などの理由により、生産緑地地区の変更(一部廃止)を行うものです。

「みんなで節電」
引き続きご協力を！

問い合わせ 社会福祉課(内)704・705
義援金の受け付け状況 (9月1日現在)
3千882万8千659円(670件)

受付期間 26年3月31日(月)まで

市の窓口 社会福祉課(総合福祉保健センター4階)、学習センター(各公民館)ほか

皆さんから寄せられた義援金は全額、日本赤十字社を通じて被災された皆さんへ届けられます。引き続き温かいご支援をお願いします。

東日本大震災の義援金を
受け付けています

高齢者向け福祉サービスなどを紹介

虚弱高齢者介護予防サービス（要治療者は除く）一覧
問い合わせ 高齢者支援課(内)720

こんな人が	こんなときに	こんなサービスを
筋力の低下が予想される人（※）	転倒などを起こすことが多いとき、市が下肢筋力低下があると認めたとき	介護予防の筋力アップ＝運動機能向上教室、介護予防講座
栄養状態の低下が予想される人（※）	食事に偏りがあるとき、食事量が少ないとき	栄養改善＝栄養指導、栄養改善給食(有料)
口腔機能の低下が予想される人（※）	物が飲み込みにくいとき	口腔ケア＝歯科衛生指導
閉じこもりがちな人	外出の機会が少なく、閉じこもりがちなとき	談話室＝地域の身近な施設などで、地域の人と交流します
うつ気味な人	やる気が起きない、気力が湧かないとき	地域包括支援センター職員などによる訪問指導など
認知症が懸念される人	もの忘れが激しくなってきたとき	

（※）生活機能が低下していて、要介護状態などになる恐れのある高齢者

表 1 介護保険で受けられるサービスの例

こんなときに	サービスの種類など	対象
22時～翌朝6時の間におむつ交換、排せつ、気分が悪くなった場合などで介護が必要なとき	夜間対応型訪問介護	要介護者
「通い」を中心に「泊まり」「訪問」を同じ施設で利用したいとき	小規模多機能型居宅介護	要介護者
食事・入浴・排せつに介助が必要なときや家族が病気などで家事ができないとき	訪問介護 介護予防訪問介護	
自宅でのお風呂の利用が困難なとき	訪問入浴介護 介護予防訪問入浴介護	
経管栄養や点滴の管理をしてほしいとき	訪問看護 介護予防訪問看護	
施設に通い、食事や入浴のサービスを受けたいとき	〈デイサービス〉 通所介護 介護予防通所介護	
施設に通い、筋力トレーニング、栄養改善指導、口腔機能向上の訓練を受けたいとき	介護通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション	
短期間、介護保険施設に入所したいとき	〈ショートステイ〉 短期入所生活（療養）介護 介護予防短期入所生活（療養）介護	要支援者 ・ 要介護者
手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修を行いたいとき	住宅改修費の支給 介護予防住宅改修費の支給	
入浴や排せつで使う福祉用具を購入したいとき	特定福祉用具購入費の支給 介護予防特定福祉用具購入費の支給	要支援2の人 ・ 要介護者
自宅で車いすや電動ベッドを使用したいとき	福祉用具貸与 介護予防福祉用具貸与	
認知症高齢者が介護を受けながら生活できる施設に入りたいとき	〈グループホーム〉 認知症対応型共同生活介護 介護予防認知症対応型共同生活介護	要介護者
常時介護が必要な人で自宅での介護が困難なため入所したいとき	介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム）	
在宅復帰を目的にリハビリを受けるため入所したいとき	介護老人保健施設	
病院での長期的な療養が必要なとき	介護療養型医療施設	

※詳しくは担当のケアマネジャーまたは、高齢者支援課にご相談ください。

介護保険を上手に利用

介護保険は、日常生活で介護や支援が必要な状態になったときに、市に申請し要介護認定を受けて介護サービスを利用する制度で、介護の必要度を7段階（要介護状態区分）に分けて認定します。

▶要支援1・2＝要介護状態が軽く、心身機能が改善する可能性の高い人

▶要介護1～5＝常に介護を必要とする状態の人

介護サービスは、要支援の人は「介護予防サービス」、要介護の人は「介護サービス」（表1参照）を利用することができ、利用者は費用の1割を負担します。ただし、介護保険施設への入所・入院、および短期入所（ショートステイ）をした場合は、1割の利用者負担と食費、居住費（ショートステイでは滞在費）を負担します。また、在宅サービスでは、要介護状態区分ごとに1カ月に利用できる支給限度額（表2参照）が決められています。

問い合わせ 高齢者支援課(内)744・723

表 2 在宅サービスの支給限度額

要介護状態区分	支給限度額（1カ月）	市独自の上乗せ額（1カ月）
要支援1	49,700円	—
要支援2	104,000円	—
要介護1	165,800円	8,800円
要介護2	194,800円	10,560円
要介護3	267,500円	—
要介護4	306,000円	—
要介護5	358,300円	—

※市独自の上乗せ額は、訪問介護の利用に限り上乗せします。
※支給限度額は標準地域のもので、地域差は勘案していません。

市が独自に行っている在宅サービス 介助移送サービス

一人では通院や買い物に出られない要支援・要介護者に対して、ヘルパーの資格を持ったタクシードライバーが乗降時の介助などを行います。

※1割の利用者負担額100円のほか、タクシー運賃は実費です。

訪問理美容サービス

外出が困難な要支援・要介護者に対して、月1回を限度に利用者の自宅に理美容師が出張してサービスを行います。

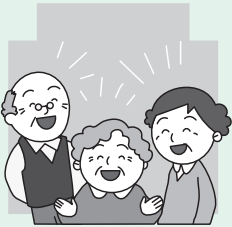
※1割の利用者負担額150円のほか、理美容代は実費です。

高齢者の実態把握にご協力ください

9月中旬から11月の間に、70歳以上の高齢者がいる家庭に、担当の民生委員が伺います。

お困りのことがあれば、お気軽にご相談ください。なお、知り得た秘密は厳守します。

問い合わせ 高齢者支援課(内)720



○金田ワイルドスイミングクラブ船橋から、西部小学校へ学校プール用具としてコースロープを
○小林 朗子さんから鎌ヶ谷市農産物ブランド化促進およびPRのためにかまたんピンバッジ500個を
○鎌ヶ谷賛吟会から障がい児の生涯学習のために2万円を
を

寄せられた善意
ありがとうでした

小学校入学予定の皆さんへ 入学前には必ず就学時健康診断を

26年4月、小学校に入学する19年4月2日から20年4月1日までに生まれた子どもを対象に、就学時健康診断（医師による内科・眼科・歯科などの健康診断）を行います。

対象の家庭には、9月20日ごろに健康診断通知書を送付しますので、通知書に記入してある小学校で必ず受診してください。

通知書が届かない場合や記入事項に誤りが



ある場合は、学校教育課にご連絡ください。

会場・日程

○南部小学校 10月3日(木)
○中部小学校 10月24日(木)
○北部小学校 10月25日(金)
○西部小学校 10月28日(月)
○鎌ヶ谷小学校 10月29日(火)
○道野辺小学校 10月30日(水)
○東部小学校 11月6日(木)
○五本松小学校 11月12日(火)
○初富小学校 11月21日(木)

受付時間 午後1時～1時30分（東部小・初富小は0時45分～1時15分）

※受付時間を過ぎると、医師の診察が受けられない場合があります。

※車での来校はご遠慮ください。

問い合わせ 学校教育課(内)468・469

国民健康保険・後期高齢者医療保険

12月からの保険料が年金天引き（特別徴収）から口座振替に変更できます

国民健康保険料

次のいずれかの要件に該当し、滞納がない場合、口座振替による納付が可能です。

なお、すでに口座振替の人や年金天引きを希望する人は、手続きは不要です。

口座振替が可能な要件

▽現在、年金から保険料を天引きされている人

▽10月から新たに保険料の年金天引きが開始される人

▽25年4月1日時点で、被保険者全員が65歳以上75歳未満となり、12月から新たに保険料の年金天引きの対象となる世帯の人

※対象者には、事前に個別通知書を送付しました。

問い合わせ 保険年金課(内)

225・228・229

後期高齢者医療保険料

「後期高齢者医療制度」は、原則として受給している年金から保険料が天引きされていますが、12月から「年金天引き」あるいは「口座振替」の納付が選択できるようになります。

四市複合事務組合について

市では近隣3市（船橋・習志野・八千代市）と共同で、四市複合事務組合（特別地方公共団体）を設置し、特別養護老人ホーム三山園と馬込斎場を運営しています。

特別養護老人ホーム三山園

長期入所の受け付け 10月1日(火)～31日(木)

短期入所・認知症サービスの受け付け 随時

なお、すでに口座振替の人は、手続きは不要です。

問い合わせ 保険年金課(内)

262・263

「口座振替」への変更手続き方法

9月30日(月)までに、保険年金課（市役所1階）に備えてある「納付方法変更申出書」と「口座振替依頼書」を同課窓口提出してください。

※口座振替依頼書には金融機関の支店名・口座番号の記入と金融機関の届出印が必要で、

※口座振替に変更すると、12月の年金天引き（特別徴収）が中止されます。

【注意】

確定申告などの「社会保険料控除」は、保険料を支払った人に適用されます。

このため、「年金天引き」の場合は年金を受給している人が、「口座振替」の場合は口座名義人が対象となります。

問い合わせ 午前9時～午後5時30分に、特別養護老人ホーム三山園 ☎ 476・2885

馬込斎場

申し込み・葬儀に関する相談 随時

問い合わせ 午前8時45分～午後5時15分に、馬込斎場

☎ 438・1151

秋の全国交通安全運動

鎌ヶ谷市スローガン

「鎌ヶ谷市 無事故で目指せ 金メダル」

田邊 大翔さん（道野辺小）の作品

9月21日(土)～30日(月)は、全国一斉に「秋の全国交通安全運動」が行なわれます。

交通事故を起こさない・遭わないようにするためには、

「一人一人が交通ルールを守る」「自分の安全は自分で守る」という積極的な姿勢が大切です。日頃から、家庭・学校・職場で交通安全について考える機会を持ちましょう。

市では「交通事故ナシ(梨)の里かまがや」を目指し、警察、交通安全協会、安全運転管理者協議会や関係機関・団体と協力して、交通安全鎌ヶ谷市民大会を開催します。

日時 9月21日(土)午後1時30分～4時
場所 総合福祉保健センター16階

内容 ▼交通安全宣言 ▼交通安全ポスター・標語コンクール表彰式 ▼シルバリーリーダー委嘱式 ▼優良運転者表彰式 ▼吹奏楽演奏

交通安全ポスター・標語展示

夏休み期間中に募集したポスター・標語の入賞作品を、運動期間中に、市役所1階 市民ホールに展示します。

問い合わせ 道路河川管理課(内)

414



防災行政無線の補完機能について

問い合わせ 安全対策課(内)256・257

防災行政無線の放送と同様の内容が確認できる「防災テレホンサービス（無料）」や「かまがや安心eメール（防災情報・防犯情報）」を配信しています。

防災テレホンサービス

フリーダイヤル ☎ 0800・800・2760（無料）

かまがや安心eメール（防災情報・防犯情報）

携帯電話やパソコンから下記アドレスに空メールを送信すると本登録ご案内のメールが届きますので、そのメールに記載されたURLへ接続し、必要事項を入力してください



防災情報

☐ kama.bousai@mpme.jp



防犯情報

☐ kama.bouhan@mpme.jp

第39回 鎌ヶ谷市民まつり

「相馬野馬追」

騎馬武者行列のコースおよび交通規制のお知らせ

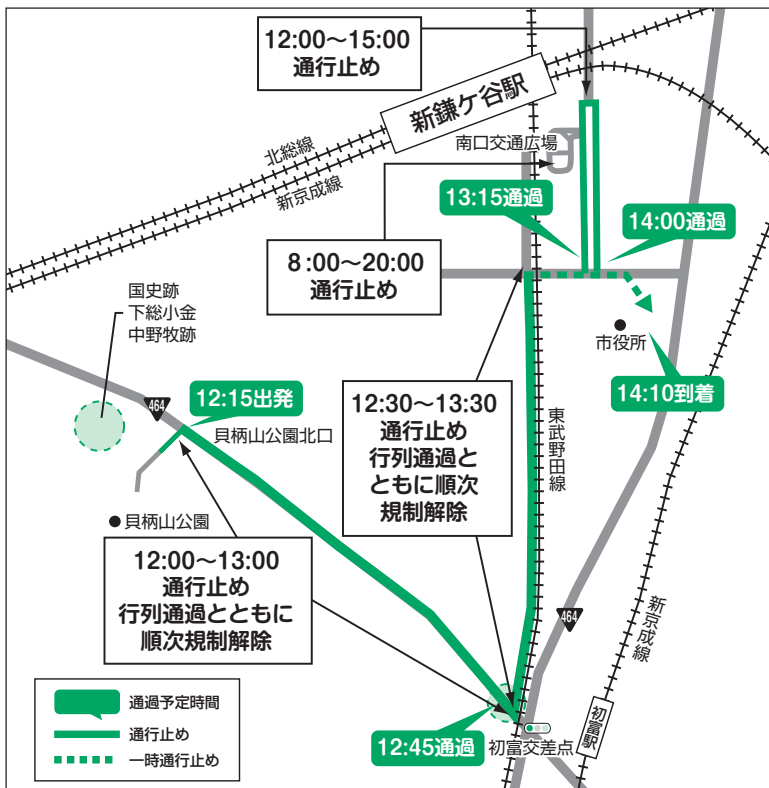
鎌ヶ谷市民まつりの「相馬野馬追（そうまのまおい）」の騎馬武者行列を下図のコースで実施します。実施に併せて交通規制を行いますので、ご理解・ご協力をお願いします。

なお、当日は福島県から12騎の騎馬武者を中心に多数の人が参加しますので、皆さんの温かいご声援をお願いします。

交通規制日時 10月12日(土)正午～午後3時

※新鎌ヶ谷駅南口交通広場は午前8時～午後8時通行止めとなります。

問い合わせ 鎌ヶ谷市民まつり実行委員会事務局（市民活動推進課内）(内)206



鎌ヶ谷市空き家等の適正管理に関する条例 鎌ヶ谷市空き家等適正管理資金貸付条例 を10月1日から施行します

「鎌ヶ谷市空き家等の適正管理に関する条例」は、老朽化や台風などで倒壊したり、不特定の方が侵入したりする恐れがあるような、適正に管理されていない状態の空き家などが放置されることを防止するため、空き家などの所有者の適正管理の責務を定めるとともに、適正に管理されていない状態が認められた場合に、市は所有者に対して助言または指導、勧告や命令など必要な措置を講じることができるとを定めたものです。

条例Q & A

Q 条例に規定する「空き家等」とはどのようなものですか？

A 常時無人の状態にある建物や、その敷地内にある立木のことで、

Q 助言または指導、勧告や命令などの対象となるのはどのような空き家ですか？

A 次のような状態にある空き家や立木（空き家の敷地内にあるもの）です

①老朽化または、台風などの自然災害により倒壊する恐れがある状態の空き家や立木

②壁や屋根などの建築材料などが台風などで飛散する恐れがある状態の空き家

③不特定の者が侵入することにより火災または、犯罪が誘発される恐れがある状態の空き家

Q 除却に対する貸付金額はいくらですか？利息はかかるのですか？

A 貸付金額は、助言や指導、勧告により空き家などの撤去を行う場合、撤去費用の100分の75に相当する額です。ただし、100万円を限度とします。また、貸付金に

利息はかかりません

Q 貸し付けを受けるためにはどのような条件がありますか？

A 貸し付けを受けられるのは次の条件を全て満たす人です

①空き家の適正管理について市から助言や指導、勧告を受けていること

②資金の貸し付けに係る所有者などの債務を連帯して保証する者がいること

③市税（本市以外の市区町村に対する税を含む）を滞納していないこと

Q 返済期間はどのくらいですか？

A 返済期間は60カ月以内で、除却工事などが完了した日の属する月の翌月から返済が始まります。また、繰り上げて返済することもできます。

問い合わせ 安全対策課(内)

256

25
年度

鎌ケ谷新春マラソン大会 中止のお知らせ

例年1月第3(日)に開催している「鎌ケ谷新春マラソン大会」について、福太郎アリーナが耐震改修工事により使用できないことや、開催時期・会場の変更が困難であることから、25年度は中止といたしました。

ご理解いただきますよう、お願いいたします。

問い合わせ 鎌ケ谷新春マラソン大会実行委員会事務局（文化・スポーツ課内）(内)489

ひとり親家庭などに Jリーグ観戦チケットプレゼント

柏レイソル選手会から、市内在住のひとり親家庭などに、Jリーグ観戦チケットが寄贈されました。この機会に柏レイソルの試合を観戦してみませんか。

対象 7年4月2日以降に生まれた子どもがいる、ひとり親家庭または養育者家庭

※児童扶養手当などを受給していない家庭は、戸籍などの提出が必要となる場合があります。

試合日時など 10月19日(土)午後3時から、VSヴァンフォーレ甲府戦

会場 日立柏サッカー場（柏市日立台1-2-50）

定員 6組12人（1組2人まで、申込先着順）

申し込み 10月2日(木)までに、こども課(内)743へ

25年度 犬・猫不妊去勢手術普及助成事業

捨て犬、捨て猫を減らすために、(公社)千葉県獣医師会と(公財)千葉県動物保護管理協会では、動物愛護週間行事の一環として不妊・去勢手術の一部助成を行います。子犬・子猫が生まれたら困る、生まれても育てられない場合は、必ず不妊・去勢の手術をしてください。

対象動物 ▶犬＝25年度狂犬病予防注射が済んでいて、登録されている手術可能な飼い犬 ▶猫＝手術可能な飼い猫

助成金額 1世帯につき1頭のみ5,000円（多数抽選）

応募期間 9月20日(金)～26日(木)（動物愛護週間）の消印有効（この期間以外は無効）

応募方法 千葉県獣医師会に加入している獣医と相談の上、往復はがきで千葉県獣医師会（〒260-0001千葉市中央区都町463-3）あてに

※はがきに記載する必要事項など詳しくは、千葉県獣医師会のホームページ（<http://www.cpvma.com/>）をご覧ください。

※環境課（市役所1階）にリーフレット（はがき付き）があります（数量限定）。

問い合わせ （公社）千葉県獣医師会 ☎043・232・6980または、（公財）千葉県動物保護管理協会 ☎043・214・7814

鎌ケ谷産の梨 試食・即売会

地元の生産者が丹精込めて生産した梨の試食・即売会を実施します。樹上で成熟させた、果汁たっぷりで肉質も柔らかい上品な味わいをお届けします。

ぜひ、この機会にご賞味ください。

日時 9月16日(月)午前10時から

会場 イオン鎌ケ谷ショッピングセンター

問い合わせ 鎌ケ谷市梨業組合事務局（JAとうかつ中央経済センター内） ☎047・341・5151



市内農産物の放射性物質検査

検査結果は安全

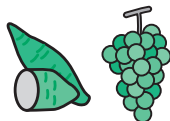
市では、「サツマイモ」（8月20日・22日）、「ブドウ」（27日・29日）について、農産物の放射性物質検査を実施しました。結果は、放射性セシウム134・137ともに「検出せず」でした。

「検出せず」とは

市の検査では、測定下限値

未満の低レベル領域の数値・濃度であることを示します。※詳しくは、市のホームページ「市内農産物の放射性物質の分析結果について」をご覧ください。

問い合わせ 農業振興課(内) 243・259



市では、本人または同一世帯の人に「住民票の写し」を取次所でお渡しする「出前制度」を設けています。

この制度は、事前に電話で市役所に申し込み、最寄りの取次所（表1参照）で証明書を受け取るというもので、忙しい、市役所まで遠いという人にお勧めです。なお、受取時には、本人が確認できる身分証明書（運転免許証・パスポート・健康保険証など）が必要です。

受取時間

▽午前の申し込み＝当日の午後4時30分以降

▽午後の申し込み＝翌日の午後4時30分以降

料金 1通300円

申し込み 平日の午前8時30分～午後5時に市民課(内)217～219へ

市では、本人または同一世帯の人に「住民票の写し」を同じ世帯の人のもので除住民票、住基コード入り住民票、居住履歴入り住民票を除くと印鑑登録証明書（本人）の発行ができます。

なお、ご利用には暗証番号登録済の「印鑑登録証・かがや市民カード」が必要です。

料金 1通300円

※小銭をご用意ください。

◆右京塚連絡所（中央消防署1階）

発行できる証明書

▽住民票の写し

▽印鑑登録証明書（印鑑登録を済ませている人。印鑑登録証・かがや市民カードを持参）

▽年金現況届証明書

▽住民票記載事項証明書

▽住所証明書

①その場で証明書を受け取れる時間

▽(月)～(金)（祝を除く）の午前8時30分～午後5時

②取り次ぎができる時間

▽(月)～(金)（祝を除く）の午前7時～8時30分と午後5時～8時

▽(土)・(日)・(祝)の午前7時～午後8時

※12月29日～1月3日を除く。

※取り次ぎ事務は、消防署員が行っているため、火災・救急などで出動中の場合は事務ができないことがありますのでご了承ください。

※取り次ぎについての詳細は、お問い合わせください。

問い合わせ

▽出前制度＝市民課(内)217～219

▽自動交付機＝市民課(内)220

▽右京塚連絡所 ☎442・297

表1 出前制度の取次所

取次所	所在地	取次時間	定休日など
スタイルフラワーショップ	道野辺本町1-3-1 (鎌ケ谷駅東口)	10:00～19:00	1月1日～7日
まるや書店	鎌ケ谷1-4-28 (鎌ケ谷大仏駅前)	8:30～19:30	1月1日～3日
小杉商店	くぬぎ山5-2-12 (くぬぎ山駅東側)	9:00～21:00	(月)
川上石油（ガソリンスタンド）	南佐津間12-5 (佐津間十字路)	8:00～20:00	(日)
武田不動産㈱タケダホームショールーム	馬込沢2-16 (馬込沢駅西口)	10:00～19:00	(水)
(有)皆川酒店	西道野辺9-37 (グリーンハイツ)	7:30～20:00	1月1日～3日 8月13日～15日
お茶奉行	東道野辺4-16-38 (第二中学校そば)	9:00～17:00	(木)・(日)・(祝)
くぬぎ山コミュニティセンター	くぬぎ山4-2-46-10	9:00～17:00	12月29日～1月3日 臨時休館日
北中沢コミュニティセンター	北中沢2-1-23		
栗野コミュニティセンター	栗野79-1	9:00～17:00	12月28日～1月3日 臨時休館日
東部学習センター	東道野辺4-9-50		
中央公民館	富岡1-1-1		
北部公民館	佐津間631		
南部公民館	道野辺61		
東初富公民館	東初富1-10-1		

表2 自動交付機の設置場所・利用時間

自動交付機の設置場所	市役所1階 市民課ロビー横	南部公民館（道野辺61 ☎446・3031）
利用できる時間など	(月)～(金)＝8:30～20:00 (土)・(日)＝9:00～16:00 ただし、祝日（土・日に当たる日を除く）・年末年始を除く	(月)～(金)＝9:00～20:00 (土)・(日)＝9:00～16:00 ただし、祝日（土・日に当たる日を除く）・年末年始・臨時休館日を除く

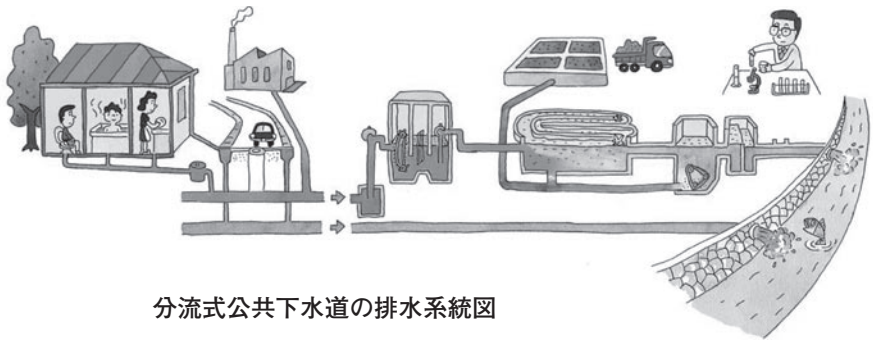
鎌ケ谷市梨業組合 福祉施設に鎌ケ谷の味覚 「豊水」を寄贈

鎌ケ谷市梨業組合から社会福祉のために寄贈された、市の特産品である梨（「豊水」5kg詰め100箱）の贈呈式と、鎌ケ谷高校美術部制作の「かまたんアート梨」の引き渡し式が、8月27日に市役所で行われました。

寄贈された梨は、市長から市内の福祉施設に直接手渡されました。

問い合わせ 社会福祉課(内)535





分流通公共下水道の排水系統図

公共下水道の利用が可能な 地域では速やかに接続工事を

問い合わせ 下水道課(内)499

公共下水道は、日常の皆さんの快適な生活を支え、自然環境保護の面から重要な役割を担っています。

公共下水道の地域にお住まいの皆さんは、早めに排水設備の改造工事をお願いします。

■快適な生活と自然環境を守る下水道

私たちが生きていくために必要な水を、いつまでもきれいなままですることができるよう、汚れた水をきれいにする施設が「公共下水道」です。

公共下水道は、家庭や事業所から出た汚水を公共下水道管に集めて、終末処理場できれいな水に変え、河川や海に放流するものです。私たちが衛生的で快適な生活を営む上で大切な施設です。

公共下水道が完備されると、トイレや雑排水が直接公共下水道管に放流され、排水溝に流れていた雑排水による臭気やハエ・蚊の発生源が解消し、衛生的で快適な生活環境になります。

また、この雑排水が手賀沼や印旛沼に流れ込み、水質汚濁の原因ともなっています。その防止にもなり、自然環境の保護にもつながります。

参考 鎌ヶ谷市の公共下水道普及率 57・06%（25年4月1日現在）

■排水設備の改造工事はお早め

公共下水道事業には多額の費用が必要です。市税のほか、国の補助金、銀行などからの借入金、そして受益者負担金を充て、市民の皆さんが衛生的で快適な生活が送れるよう、整備区域の拡大に努めているところです。

しかし、この下水道も皆さんが利用しなければ、その効果は発揮できません。公共下水道が利用できる地域になりましたら、一日も早い改造工事をお願いします。

■工事費用と工事業者

公共下水道本管から公共汚

水桝までの工事は市で行いますが、宅内から公共汚水桝までの排水設備の改造工事の費用は、各家庭の負担となります。

この宅内の排水設備改造工事を行う場合は、必ず「鎌ヶ谷市排水設備指定工事店」に依頼してください。指定工事店以外で工事した場合には、工事完了後の市の検査が受けられず、やり直しをすることになりますので、ご注意ください。

※排水設備指定工事店の一覧は、下水道課（市役所4階）で配付しているほか、市のホームページにも掲載しています。

■供用開始後の注意点

▽くみ取り式トイレ 公共下水道の供用が開始されてから3年以内に水洗トイレに改造

▽浄化槽トイレ 直接、公共下水道に遅滞なく接続

▽雑排水など 排水設備を遅滞なく改造

■公共下水道使用の注意点

公共下水道は、皆さんで使う公共財産です。流すと排水管が詰まり、終末処理場の機能を低下させたり、危険が生じるものもあります。日頃から次のことに注意してください。

①下水道管に流してはいけないもの

▽台所 野菜くず、残飯、天ぷら油

▽トイレ 水に溶けない紙、

紙おむつ、たばこ、ガム、ビニール

▽風呂 髪の毛

▽桝（マンホール） ionalコーン、ガソリン、ごみ、土砂

②管や桝の近くへの植樹 根が管に侵入する恐れがあるため

③排水管や汚水桝などの定期的な点検

長い間使っていると土砂や油がたまり、詰まりの原因となるため

■ご注意ください下水道の訪問セールス

最近、宅地内の排水設備の点検や清掃などについて、あたかも市役所から依頼されたような口調で、業者が訪問する例が発生しています。

市では、宅地内の点検や清掃などの訪問・依頼は行っていませんので、ご注意ください。

リサイクル情報

■ゆずります

▽デザインー英語システムフルセット（ビデオC D）を取りに来られる人に3万円で（価格は応相談）。連絡は「坪井 446・8217」

※留守番電話可。

▽ペット用サークル（幅85cm×高さ78cm×奥行50cm、室内用、新品）を取りに来られる人に無料。連絡は午後「高藤 442・0046」

※問い合わせ・申し込みは、9月15日（日）午前9時から。

※品物の交渉は当事者間で行い、交渉が成立したら、クリーン推進課（内）236へ。

法の日無料法律相談会（予約不要）

日時 10月5日（土）午後1時～4時

※1人30分まで。

会場 千葉県弁護士会松戸支部（松戸市松戸1281-29住友生命松戸ビル5階）

相談担当 千葉県弁護士会松戸支部所属弁護士

問い合わせ 千葉県弁護士会松戸支部 ☎047・366・1211

面接練習セミナー in 鎌ヶ谷

面接のポイントを理解し、入室から退室までの一連の流れを実践練習する初心者向けのセミナーです。

終了後には、キャリアカウンセラーとの個別相談「ちょこっと相談（1人10分程度）」や求人情報の閲覧ができます。

対象 就職を希望している15～39歳の人
日時 10月7日（月）午後1時30分～4時（1時20分集合）

会場 市役所5階 501会議室

定員 20人（申込先着順）

申し込み 商工振興課（内）283へ

※「ちょこっと相談」は申込時に要申告（多数抽選）。

家庭教育セミナー

親が子どもに何を伝えたいか、何を伝えなければならないかをテーマに、親の心を子どもに伝えるためのヒントを学びます。

対象 小・中学生の保護者で、原則として全2回参加できる人

※2回参加できない場合は、申込時にお知らせください。

日程

①10月18日（金）午前10時～11時30分＝子どもに愛が伝わっていますか

②10月25日（金）午前10時～正午＝小さな消費者へのお金の教育（電卓

を持参）

会場 中央公民館4階 学習室1

定員 40人（申込先着順）

講師 ①＝親業訓練インストラクターの堀川 佳子さん ②＝ファイナンシャルプランナーの坂本綾子さん

保育 各日10人まで（申込先着順）。

未就学児。1回200円（保険代など）。10月11日（金）までに、費用を持参して中央公民館窓口で要申込

申し込み 中央公民館に電話（☎445・2012）または、直接窓口で

第6期

まなびいプラザ

パソコン講座開催

この講座はWindows 7・office2010を使用します

講座名	申込記号	日程	応募条件
文字入力の便利帳	A	10/21（月）	簡単な文字入力、マウス操作ができる人
暮らしの中にインターネット	B	10/22（火）	
目につく案内状	C	10/23（水）	
簡単につくる住所録	D	10/24（木）	
たて書き壁新聞づくり	E	10/25（金）	

各講座共通	応募要件	市内在住・在勤で20歳以上の人
	会場	まなびいプラザ3階 研修室2
	時間	午後1時30分～4時30分
	定員	26人（多数抽選）
	参加費	500円（テキスト代など）

申し込み 9月25日（水）必着までに、往復はがきに下図のとおりに入力して、まなびいプラザ「パソコン講座」係（〒273-0101富岡2-6-1）あてに。通常はがきを持参して、まなびいプラザの窓口でも申し込みできます。

※1度お支払いいただいた参加費は返金できません。

※講座は第2希望まで選べます。

※今まで受講した人も応募できます。

※決定通知は、10月4日（金）までに送付します。

※駐車場の台数が限られているため、なるべく公共交通機関をご利用ください。

主催 まなびいパソコン普及会・市教育委員会

問い合わせ まなびいプラザ ☎446・1111

※さわやかまなびい100対象事業です。

（オモテ） 往信用 （ウラ）

273-0101 富岡2-6-1

まなびいプラザ パソコン講座係

①住所（市内在勤の場合は勤務先も記入）
②氏名（ふりがな）
③電話番号
④講座申込番号（第1・第2希望の順）

（オモテ） 返信用 （ウラ）

〇〇〇〇-〇〇〇〇

あなたの住所
あなたの名前

この面には何も書かないでください

かまがや福祉健康フェア 参加者募集

10月20日(日)に開催する「2013かまがや福祉健康フェア」の次のイベントに参加する人を募集します。

アラ還(かん)集まれ！生きる力を支える健口づくりをはじめよう

生涯若々しく現役を目指すための第一歩として、60歳で24本の歯があることや、よくかんできちんと飲み込めること、口の機能が維持できていることなどが大切です。

あなたの歯や口の健康度をチェックしてみましょう。参加者には、口腔ケアグッズなどを差し上げます。

内容 歯の本数、歯周病、口の機能などのチェック

対象 55～64歳までの人

受付時間 午前10時30分～午後1時30分

定員 30人

会場 総合福祉保健センター3階 歯科コーナー

申し込み 10月11日(金)までに健康増進課(内)734へ

※アラ還とは、アラウンド還暦の略です。

赤ちゃんハイハイ大会

対象 現在ハイハイをしている赤ちゃん

時間 ▶1回目＝午前10時15分～10時30分 ▶2回目＝11時～11時15分

会場 総合福祉保健センター3階 母子保健室

定員 各15人（申込先着順）

申し込み 健康増進課(内)735へ

ごみ分別ガイド ～「資源になるもの」編～

ごみは分別して出しましょう！



ごみの分別は、「資源の有効活用」「経費削減」などの点からとても重要です。皆さんのご協力をお願いします。

資源になるものとは次のような物です。

●**空き缶類** 缶ジュース、缶ビール、缶詰、食用油の缶、スプレー缶、ジャムなどの金属製のふた

●**空き瓶類** ジュース・ビール・酒・栄養ドリンク・調味料・ジャムなどの瓶
※化粧品の瓶は燃やさないごみに出してください。

●**金属類** 鍋、やかん、スプーン、フォーク、針金のハンガーなど

●**布類** シャツ、ズボン、トレーナー、タオル、シーツ、毛布など

※6畳以上のカーペット、ふとん、じゅうたんは粗大ごみに、6畳未満のカーペット、キルティングは燃やさないごみに出してください。

●**紙類** 新聞、雑誌、ダンボール、雑紙（チラシ、菓子箱、封筒、紙袋、牛乳・ジュースのパック）など

問い合わせ
クリーン推進課(内)235・236

■出し方

●**スプレー缶** 穴を開けてガスを出し切る

●**空き缶・空き瓶類** 軽くすすぎ、瓶のふたは取り、プラスチックのふたはプラスチック製容器包装類へ、金属製のふたは空き缶類へ

※種類ごとに、別々のレジ袋など（黒色以外の中身の見える袋）に入れて出してください。

●**布類** レジ袋など（黒色以外の中身の見える袋）に入れる

●**紙類** 新聞、雑誌、ダンボールは種類ごとに分けて縛り、雑紙は紙袋などに入れる

※プラスチックやアルミが張り合わせてある紙は、燃やすごみに出してください。

資源になるもの（スプレー缶を除く）は、毎月1回の各小学校の有価物回収運動にも出せます。回収日程は、広報の毎月1日号（最終ページ）に掲載しています



◆第14回ぶらり鎌ヶ谷く新 京成線を知り、そして大町 自然公園を楽しむ

9月28日(土)午前9時～くぬぎ山コミュニティセンター集合

合は連絡します。定員20人申込先着順。保険代100円。コースは、くぬぎ山コミュニティセンター（新京成線についての講座）と、大町自然博物館、バラ園（昼食）、大町自然公園散策、観賞植物園。歩きやすい服装で、昼食・飲み物を持参。なお、解散場所は北総線大町駅または、新京成線くぬぎ山駅となります。申し込みは、市民活動推進課(内)205へ。

◆「おもちゃの広場」に遊び
において！パート1

たくさんのおもちゃがやっ
てきます。おもちゃの使い
方や選び方にとっても詳し
い、資格を持ったコンサルタ
ントもいます。対象は乳幼
児と保護者。9月27日(金)午
前10時～11時30分、栗野コ
ミュニティセンターで。問い
合わせは、同センター ☎441・
7066へ。

◆子ども劇場
おはなし劇団「エプロンハ
ウス」の公演と「ひまわりお
はなし会」の読み聞かせ。小
学校低学年以下。9月28日(土)
午後2時から、図書館で。定
員60人。問い合わせは、図書
館 ☎443・4946へ。

◆大人チャレンジブックコー
ディングをかけよう
大切な本を水や汚れから守

るために、図書館の本のよう
にブックコーティングをして
みましょう。10月12日(土)午後
1時30分～3時30分、図書館
で。定員20人（申込先着順）。
ブックコーティングをする
本（2冊まで）を持参。保育
5人まで（5カ月以上の未就
学児。保険代100円。10月1日
（火）までに要申込。申し込み
は、午前10時から図書館 ☎
443・4946へ。

◆大津川をみんなできれいに
しよう
「手賀沼流域フォーラム」
地域イベントの二環として、
手賀沼に流入する市内の大津
川をみんなできれいにし、手
賀沼の水環境を守ります。対
象は市民。10月6日(日)午前9
時北部公民館集合。11時30
分（小雨決行。荒天の場合は
20日(日)）。汚れてもよい服装
（長袖・長ズボン）で、タオ
ル・軍手・長靴・帽子・水筒
などを持参。申し込みは、鎌
ヶ谷・大津川を清流にする会
尾崎健夫 ☎444・0046また
は、環境課(内)270へ。

◆第40回にぎ愛寄席（N P
O法人鎌ヶ谷にぎ愛広場）
落語二題と、講談・音楽・
講話ほか。対象は市内在住の
人。9月21日(土)午後1時～3
時45分、北中沢コミュニティ
センターで。定員85人（当日
先着順）。入場料500円（当日
持参。小学生以下無料）。市
教育委員会後援。問い合わせ
は、菅澤好一 ☎445・8467
へ。

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

講座・
講演
◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

による講演会、活動発表と、
地区の高校の学校案内揭示。
対象は市民。10月9日(水)午後
1時30分～4時、視聴覚ホー
ル（三橋記念館地下）で。定
員30人（申込先着順）。市教
育委員会後援。申し込みは、
9月30日(月)までに住所・氏
名・電話番号またはファクス
番号を記入して、鎌ヶ谷高校
☎445・9366へ。問い合わせ
は、鎌ヶ谷高校 ☎444・21

◆大津川をみんなできれいに
しよう
「手賀沼流域フォーラム」
地域イベントの二環として、
手賀沼に流入する市内の大津
川をみんなできれいにし、手
賀沼の水環境を守ります。対
象は市民。10月6日(日)午前9
時北部公民館集合。11時30
分（小雨決行。荒天の場合は
20日(日)）。汚れてもよい服装
（長袖・長ズボン）で、タオ
ル・軍手・長靴・帽子・水筒
などを持参。申し込みは、鎌
ヶ谷・大津川を清流にする会
尾崎健夫 ☎444・0046また
は、環境課(内)270へ。

◆第40回にぎ愛寄席（N P
O法人鎌ヶ谷にぎ愛広場）
落語二題と、講談・音楽・
講話ほか。対象は市内在住の
人。9月21日(土)午後1時～3
時45分、北中沢コミュニティ
センターで。定員85人（当日
先着順）。入場料500円（当日
持参。小学生以下無料）。市
教育委員会後援。問い合わせ
は、菅澤好一 ☎445・8467
へ。

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

による講演会、活動発表と、
地区の高校の学校案内揭示。
対象は市民。10月9日(水)午後
1時30分～4時、視聴覚ホー
ル（三橋記念館地下）で。定
員30人（申込先着順）。市教
育委員会後援。申し込みは、
9月30日(月)までに住所・氏
名・電話番号またはファクス
番号を記入して、鎌ヶ谷高校
☎445・9366へ。問い合わせ
は、鎌ヶ谷高校 ☎444・21

◆大津川をみんなできれいに
しよう
「手賀沼流域フォーラム」
地域イベントの二環として、
手賀沼に流入する市内の大津
川をみんなできれいにし、手
賀沼の水環境を守ります。対
象は市民。10月6日(日)午前9
時北部公民館集合。11時30
分（小雨決行。荒天の場合は
20日(日)）。汚れてもよい服装
（長袖・長ズボン）で、タオ
ル・軍手・長靴・帽子・水筒
などを持参。申し込みは、鎌
ヶ谷・大津川を清流にする会
尾崎健夫 ☎444・0046また
は、環境課(内)270へ。

◆第40回にぎ愛寄席（N P
O法人鎌ヶ谷にぎ愛広場）
落語二題と、講談・音楽・
講話ほか。対象は市内在住の
人。9月21日(土)午後1時～3
時45分、北中沢コミュニティ
センターで。定員85人（当日
先着順）。入場料500円（当日
持参。小学生以下無料）。市
教育委員会後援。問い合わせ
は、菅澤好一 ☎445・8467
へ。

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

による講演「新しい補装具とス
トーマケア」と、グループ
ワーク・情報交換会。（公社）
日本オストミ―協会千葉県支
部主催。問い合わせは、(内)
(火)の午前10時～午後5時
に千葉県社会福祉センターに
電話（☎043・309・7571）
または、ファクス（☎043・
309・7572）で。

◆第4回オストメイト社会適
応訓練講習会
オストメイトおよびその家
族、医療・介護関係従事者、
保健所職員ほか。9月28日(土)
正午～午後4時、四街道市南
部総合福祉センター「わろう
べの里」（四街道市和良比635-
4）で。内容は、補装具展示・
相談会、千葉県がんセンター
副看護師長の神代尚子さんに

◆第40回にぎ愛寄席（N P
O法人鎌ヶ谷にぎ愛広場）
落語二題と、講談・音楽・
講話ほか。対象は市内在住の
人。9月21日(土)午後1時～3
時45分、北中沢コミュニティ
センターで。定員85人（当日
先着順）。入場料500円（当日
持参。小学生以下無料）。市
教育委員会後援。問い合わせ
は、菅澤好一 ☎445・8467
へ。

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

による講演「新しい補装具とス
トーマケア」と、グループ
ワーク・情報交換会。（公社）
日本オストミ―協会千葉県支
部主催。問い合わせは、(内)
(火)の午前10時～午後5時
に千葉県社会福祉センターに
電話（☎043・309・7571）
または、ファクス（☎043・
309・7572）で。

◆第40回にぎ愛寄席（N P
O法人鎌ヶ谷にぎ愛広場）
落語二題と、講談・音楽・
講話ほか。対象は市内在住の
人。9月21日(土)午後1時～3
時45分、北中沢コミュニティ
センターで。定員85人（当日
先着順）。入場料500円（当日
持参。小学生以下無料）。市
教育委員会後援。問い合わせ
は、菅澤好一 ☎445・8467
へ。

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

◆25年度 高校PTA連合松
戸地区研究集会（千葉県高
校PTA連合松戸地区）
シンガソングライターで
絵本作家のこんのひとみさん

☎=対象 ☎=会場 ☎=入会金 ☎=費用 ☎=問い合わせ
☎=日時 ☎=定員 ☎=年会費 ☎=月会費 ☎=その他 ☎=申し込み

健康診査（特定・後期高齢者）を

受けましょう

健康診査は、自分自身の健康状態を知り、日頃の生活習慣を見直すきっかけとなります。ぜひ受診しましょう。

特定健康診査

国民健康保険に加入している40～74歳の人（7月までに加入届をした人）を対象に実施しています。この健康診査は、生活習慣病（高血圧、糖尿病など）を予防・早期発見することを目的に実施しています。

自己負担額 1千円（24年度に市民税非課税世帯に属する人は免除）

※健康診査の結果から、生活習慣病のリスクが疑われる人には、栄養面などから生活習慣の改善をサポートする特定保健指導（無料）をご案内します。

後期高齢者健康診査

75歳以上（65歳以上で一定の障がいのある人を含む）の

後期高齢者医療被保険者を対象に実施しています。

自己負担額 無料

共通事項

検査項目 診察、身長・体重・腹囲（特定健診のみ測定、血圧測定、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査など）

受診期間 25年12月まで

※11・12月は混み合いますので早めに受診しましょう。

受診方法 市から送付された受診券（問診票を記入してください）と被保険者証を持参して、個別に市内の実施医療機関で受診してください。結果は、医療機関から通知されます。

問い合わせ

▽特定健康診査・特定保健指導Ⅱ健康増進課(内)568
▽後期高齢者健康診査Ⅱ保険年金課(内)262・263

9月24日(火)～30日(月)は

結核予防週間です

結核は現代の病気です

結核は今でも国内最大級の感染症です。国内で年間約2万2千人、県内では約1千人が新たに結核と診断されています。診断された患者の約6割が60歳以上ですが、青年・壮年層の人も油断は禁物です。

結核の初期症状は風邪とよく似ています。せき・たんが2週間以上続き、特に高齢者の場合は倦怠感の継続・急激な体重減少・食欲減退などの

症状がある場合、結核かもしれません。

心当たりがある時は、早めに医療機関で受診しましょう。また、職場や市で行われる健診を受けましょう。抵抗力の弱い赤ちゃんは、市からの案内に従ってBCG接種を受けましょう。

問い合わせ 習志野健康福祉センター（習志野保健所）

疾病対策課 ☎475・5154

健康講座

もっと知ろう！ 生活習慣と心臓・血管の病気

糖尿病に動脈硬化…

血管トラブルと循環器疾患を考える

日時 10月2日(水)午後2時～3時30分

会場 南部公民館2階 集会室

定員 50人（申込先着順）

講師 鎌ヶ谷総合病院循環器科部長の西森 健雄さん

協力 南公クラブ

申し込み 南部公民館 ☎446・3031へ

※駐車場に限りがありますので、徒歩か自転車でおいください。

※さわやかまなびい100対象事業です。



麻しん風しん混合 (MR)予防接種

麻しんも風しんも、感染力が大変強い感染症です。自分が感染しないだけでなく、周りの人に感染を広げないためにも予防接種は有効です。

病気を防ぐ力をより確実にするために、麻しん風しん混合（MR）予防接種は2回接種が行われています。なるべく早めに受けましょう。

▶1期＝1歳～2歳未満

※なるべく1歳～1歳3カ月の間に受けましょう。

▶2期＝5・6歳で小学校に入学する前の1年間（19年4月2日～20年4月1日生まれの人）

問い合わせ 健康増進課(内)729・730

母子健康手帳の交付 妊婦・乳児一般健康診査の助成

妊娠中は体の状態をよく確認し、赤ちゃんの成長を医師や助産師に診てもらうことが大切です。

妊婦一般健康診査は、健康診査受診票（別冊1）を利用して、妊娠期間中に14回まで公費負担で受診することができます（一部自己負担あり）。

病院で妊娠と診断されたら、早めに母子健康手帳と併せて健康増進課窓口（総合福祉保健センター2階）で受診票（別冊1）の交付を受けましょう。

なお、里帰り出産など、県外の医療機関で妊婦・乳児一般健康診査を受診する場合は、受診

票はそのままでは使用できませんのでご相談ください。

●妊婦・乳児一般健康診査について

対象 市に住民登録をしている妊婦と乳児

対象医療機関 産婦人科、助産所（助成内容に制限あり）および小児科

そのほか ▶転入したら＝鎌ヶ谷市民用の受診票に窓口で交換 ▶転出したら＝鎌ヶ谷市で発行した受診票は使用できません

問い合わせ 健康増進課(内)735



スポーツ

◆初心者対象グラウンドゴルフ講習

18ホールを回ります。市内在住の小学生以上の初心者（個人のみ）。10月6日(日)午前9時～正午、道野辺小学校グラウンドで（雨天中止）。定員30人（申込先着順）。参加費30円（当日持参）。鎌ヶ谷市スポーツ推進委員連絡協議会主催。申し込みは、9月17日(火)午前10時～30日(月)に文化・スポーツ課(内)489へ。

◆グラウンドゴルフ大会

24ホールを回ります（小学生にはハンデあり）。市内在住の小学生以上の人（個人のみ）。10月19日(土)午前9時～正午（午前8時30分から受け付け）、陸上自衛隊松戸駐屯地で（雨天中止）。定員120人（申込先着順）。参加費30円（当日持参）。鎌ヶ谷市スポーツ推進委員連絡協議会主催。申し込みは、9月17日(火)午前10時～30日(月)に文化・スポーツ課(内)489へ。車で来場予定の人は、申込時にナンバーを教えていただきます。



健康

25年度歯周疾患検診を受けましょう

問診、歯科検診（歯周ポケット検査を含む）、保健指

導。対象は▼40歳（昭和48年4月2日～49年4月1日生まれ）▼50歳（昭和38年4月2日～39年4月1日生まれ）▼60歳（昭和28年4月2日～29年4月1日生まれ）▼70歳（昭和18年4月2日～19年4月1日生まれ）。26年1月31日(金)までに、市内指定歯科医療機関（受診券参照）で、自己負担額500円。25年3月末に郵送した受診券を参照し、必ず事前予約してください。問い合わせは、健康増進課(内)734へ。

成人地区健康相談

▼9月24日(火)Ⅱ総合福祉保健センター ▼26日(木)Ⅱ北部公民館。いずれも午前10時～11時30分受け付け。内容は、血圧測定、身体計測、尿検査、保健師などによる個別相談。健康手帳（お持ちの場合）を持参。問い合わせは、健康増進課(内)732へ。

地区健康相談

9月24日(火)午前10時～11時30分受け付け、総合福祉保健センターで。母子健康手帳（乳幼児の場合）・健康手帳（お持ちの場合）・タオル（乳幼児の計測を希望の場合）・歯ブラシ（歯みがき指導を希望の場合）を持参。問い合わせは、健康増進課(内)735へ。

プレママ教室A

（必ず申し込みを）妊娠5・6カ月の初めてお母さんになる人にお勧めします（第2子以降は要相談）。受付日時は▼10月2日(水)午前9時～9時15分 ▼24日(木)9時15分～9時30分 ▼11月14日(木)午後1時～1時10分。いずれも総合福祉保健センター3階で（全3回）。定員36人（申込先着順）。申し込みは、

9月25日(水)までに健康増進課(内)735へ。

献血

16歳以上69歳までの健康な人（65歳以上の人は、60～64歳に献血経験がある人）で、体重が男子は45kg以上、女子は40kg以上の人。9月29日(日)午前10時～11時45分と午後1時～4時、イオン鎌ヶ谷ショッピングセンターで。鎌ヶ谷市青年会議所・鎌ヶ谷市赤十字奉仕団協力。本人が確認できる証明書（運転免許証・各種保険証・社員証・学生証など）と献血カード（お持ちの場合）を持参。問い合わせは、健康増進課(内)730へ。

神経難病相談会

専門医師やソーシャルワーカーが個別相談に応じます。

健康だより

中耳炎といわれたら…

中耳炎はよくありふれた感染症で、抗生剤内服などの治療で多くは改善しますが、2歳以下の抵抗力が弱い子どもでは繰り返し中耳炎が起ることが多々あります。

中耳炎は細かく分類すると急性中耳炎、滲出（しんしゅつ）性中耳炎、慢性中耳炎などがあります。特に小さい子どもで問題となるのが急性中耳炎です。急性中耳炎は、鼓膜の裏側の中耳という空間で炎症が起こり膿が溜まります。多くは鼻や喉に細菌の繁殖があり、この細菌が耳管（耳と喉をつなぐ管）を経由して中耳に入り込み炎症を起

こします。主な症状は発熱や耳の痛み、耳だれです。また話せない子どもでは、耳を触る、機嫌が悪いことなどがサインです。また、子どもの熱の原因として中耳炎は比較的多く、急な発熱の際は耳鼻咽喉科で中耳炎の有無を確認することも必要です。

特に中耳炎を繰り返す子どもは定期的な診察や治療が必要です。子どもはいろいろな感染症にかかりやすく、中耳炎のようなありふれた感染症でも、繰り返すと保護者も大変です。日々の体調管理に十分注意してください。

鎌ヶ谷市医師会 宮嶋啓輔



対象は神経系難病の患者または神経系難病が疑われる人と、その家族。10月21日(月)午後1時30分～4時30分、船橋駅前総合窓口センター（船橋駅南口フェイスイビル5階）。定員6組（予定。申込先着順）。申し込みは、9月25日(水)～10月9日(水)までに、順天堂大学医学部附属浦安病院 塩路へ電話（☎047・353・3111）または、相談者の住所・氏名・電話番号・性別・年齢、相談者との続柄を記入して、ファクス（☎047・351・5133）かEメール（✉sw_nanryo@juntendo-urayasu.jp）へ。