

主な内容

- 春の全国火災予防運動 3月1日(火)~7日(月)… 2
- 忘れていませんか?
国民健康保険・国民年金の手続き …… 3
- 27年度市民文化賞・市民スポーツ賞・
市民賞 受賞者を紹介 …… 4

27年度 鎌ヶ谷市シェイクアウト訓練

地震が起きたとき
安全確保行動とれますか?

その時いる場所でできる行動訓練

問 安全対策課(内)257・583



家族みんなで避難訓練

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、外出先などのその時いる場所で、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。

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。

シェイクアウト訓練の参加者は

- ①姿勢を低くし
- ②頭や体を守り
- ③揺れが収まるまで動かない

の三つの安全確保行動を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防災対策の確認を行ってください。

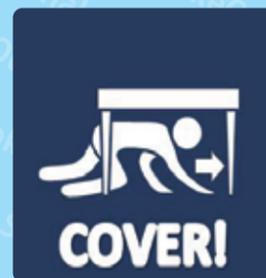
日時: 3月25日(金) 午前9時から1分間

シェイクアウト 防災行政無線放送・
訓練に伴う 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



①姿勢を低くし



②頭や体を守り



③動かない

もしものときに備えて

災害時の物資供給等に関する協定を締結

災害発生時、避難者のために市が確保している災害用備蓄品を補完するため、全国に物流拠点を持つ(株)セブン-イレブン・ジャパンと「災害時の物資供給及び店舗営業の継続又は早期再開に関する協定」を締結しました。

災害発生時は、この協定により、避難者支援用の食料品や飲料品、日用品などの支援物資の提供を受けることができます。

また、市からの防災・災害情報を来店者などに提供することや、店舗の継続および早期再開を要請することもできます。

問 安全対策課(内)583

市消防職員のハラスメント行為について

鎌ヶ谷市長 清水 聖士

このたび、市消防職員による、暴力行為を含むパワーハラスメント行為が発覚いたしました。

市民の生命と財産を守るべき立場にある消防職員のこのような行為により、市民の皆様の信頼を大きく損なう結果となりましたことを、心からお詫び申し上げます。

消防職員全員を対象としたアンケート調査結果に基づき、面談及び厳正な審査を行い、次のとおり職員の処分を決定いたしましたので、ご報告いたします。

今後、このようなことがないように、再発防止に取り組んで参りますとともに、市民の皆様の信頼回復に努めてまいります。

処分内容

懲戒処分 ●停職6カ月=2人 ●停職3カ月=1人 ●停職1カ月=2人 ●戒告(管理監督責任)=5人

文書訓告 17人(うち管理監督責任8人)

問 ●消防総務課 ☎444・3233

●人事室(内)336・338

災害時帰宅困難者一斉帰宅の抑制

災害時はむやみに移動を開始せず、落ち着いた行動を ☎安全対策課(内)257・583

大規模な地震などによる災害が発生すると、公共交通機関が運行を停止し、徒歩により帰宅せざるを得ない場合があります。

しかし、災害発生時に多くの人が一斉に徒歩で帰宅を始めると、火災や沿道の建物からの落下物などにより負傷する危険があるばかりでなく、災害時に優先されるべき救助・救急活動の妨げになる恐れがあります。

むやみに移動を開始しない

- まず自分の身の安全を確保しましょう
- 職場や集客施設などの安全な場所にとどまりましょう
- 災害用伝言サービスにより家族の安否や自宅の無事を確認しましょう
- 交通情報や被害情報などを入手しましょう

日ごろから準備をしておこう

- 携帯ラジオや地図を持ち歩きましょう
- 職場などにスニーカー・懐中電灯・手袋・飲料水・食料などを用意しましょう

●事前に家族などと安否確認の方法や集合場所を話し合っておきましょう

●徒歩やバスによる帰宅経路を確認しておきましょう

徒歩帰宅者支援の取り組み

県では、コンビニエンスストア・ガソリンスタンド・ファミリーレストランなどと、徒歩帰宅者支援に関する協定を締結しています。災害発生時に水道水やトイレのほか、道路交通情報などを可能な範囲で提供してもらえます。

協定を締結している店舗には、「災害時帰宅支援ステーションステッカー」が掲示されているので、日頃から帰宅経路の店舗を確認しておきましょう。



災害時帰宅支援ステーションステッカー

全国統一防火標語「無防備な 心に火災が かくれんぼ」

春の全国火災予防運動 3月1日(火)~7日(月)

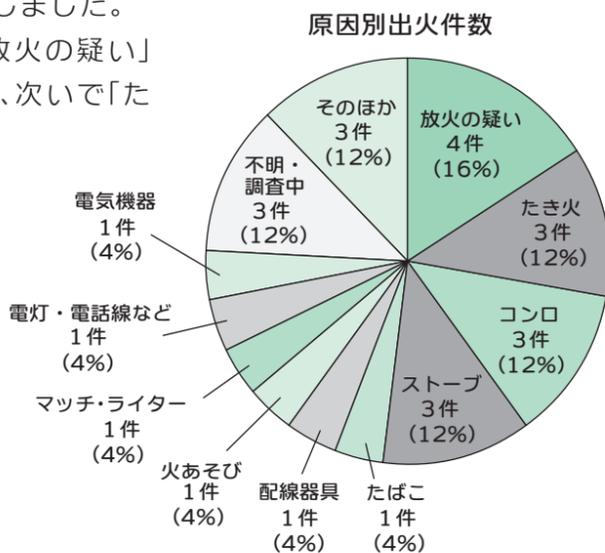
☎消防本部予防課 ☎444・3273

春先は乾燥し、風の強い日が多く、火災の発生しやすい時季が続きます。皆さんの尊い人命や貴重な財産を守るために、火の元・火の取り扱いには十分注意しましょう。

昨年の火災発生状況

27年中の市内の火災件数は25件、建物焼損床面積は628㎡、損害額は約9,916万円で、26年中と比較していずれも増加し(右表参照)、建物が全焼する火災が多く発生しました。

原因としては「放火の疑い」が4件と最も多く、次いで「たき火」「コンロ」「ストーブ」が3件でした(右図参照)。



火災の状況

	27年	26年
建物火災	17件	11件
車両火災	0件	1件
その他の火災	8件	11件
合計	25件	23件
建物焼損床面積	628㎡	164㎡
死者	2人	0人
負傷者	8人	2人
損害額	99,156千円	10,411千円

住宅用火災警報器の設置は お済みですか？

市内でも「住宅用火災警報器を設置していたので火災に至らずに済んだ」という奏功事例があります。

自分の家族や財産、地域の人たちを火災という悲劇から守るためにも、住宅用火災警報器を設置しましょう。

住宅用火災警報器は、ホームセンターや家電量販店などで購入できます。



「広報かまがや」をもっと手軽に！

アプリで広報紙を配信中

スマートフォン用アプリ「i広報紙」((株)ホープが開発・運営)により、広報かまがやを配信しています。

主な機能 ●発行日にスマートフォンの画面上に通知を表示

- 記事を切り抜いて保存
- 切り抜いた記事を知人に知らせて共有 など

利用条件 Android・iOS・Fire OS(Kindle) 搭載のスマートフォンやタブレットなどで動作します。導入方法など詳しくは(株)ホープのホームページ <http://ikouhou-shi.jp> をご覧ください

他 アプリは無料で導入できます(通信料は利用者負担)が、利用中に同社が収集した広告が表示されます

☎ ●i広報紙の機能=(株)ホープ ☎092・716・1404 / ☐support@ikouhou-shi.jp

●そのほか広報紙面の内容など= 広報広聴室(内)346・349



◀紹介ホームページへ

市民の歌「きらり鎌ヶ谷」CD を販売中

市民の皆さんに親しまれている、ダ・カーポが歌う市民の歌「きらり鎌ヶ谷」のCDを販売しています。

この歌は「きらり鎌ヶ谷体操」でも使われているものです。

販売価格 広報広聴室(市役所3階)・きらり鎌ヶ谷市民会館

販売場所 1枚500円

他 市ホームページで歌の1番を聴くことができます

☎ 広報広聴室(内)346・349



こんなときは14日以内に届出を
忘れていませんか？

国民健康保険・国民年金の手続き

問 保険年金課 ● 国民健康保険について = (内) 226・227
● 国民年金について = (内) 230～232

国民健康保険・国民年金に加入・脱退するときなどは、下表の「こんなとき」から14日以内に保険年金課(市役所1階)で届出が必要です。

国民健康保険

【例】会社の健康保険に加入したとき ⇒ 会社では国民健康保険の脱退手続きは行わないため、本人または代理人による届出が必要です

	こんなとき	届出に必要なもの※①
加入するとき	職場の健康保険を脱退したとき	職場の健康保険を脱退した証明書
	ほかの市区町村から転入したとき	ほかの市区町村の転出証明書
	職場の健康保険の被扶養者から外れたとき	被扶養者を削除された年月日の分かる証明書
	子どもが生まれたとき	母子健康手帳・出生証明書・印鑑
	生活保護を受けなくなったとき	生活保護廃止決定通知書
	外国人が加入するとき	在留カードなど
脱退するとき	ほかの市区町村に転出するとき	被保険者証
	職場の健康保険に加入したとき	国民健康保険および職場の健康保険の被保険者証(職場の健康保険証が未交付の場合は、加入したことを証明するもの)
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	死亡診断書・印鑑
	国民健康保険の被保険者が死亡したとき	被保険者証・生活保護決定通知書
	生活保護を受けるようになったとき	被保険者証・在留カードなど
	外国人が出国するとき	
その他	市内で住所が変わったとき	被保険者証
	世帯主や氏名が変わったとき	
	世帯が分かれたり、一緒になったりしたとき	
	修学のため、別に住所を定めるとき	被保険者証・在学証明書
	被保険者証をなくしたとき(汚れて使えなくなったとき)	本人であることを証するもの(官公庁発行の写真付き身分証明書など)

※①: いずれの届出も、併せて個人番号カードを持参してください。個人番号カードがない場合は、個人番号通知カードと官公庁発行の写真付き身分証明書などでも可

国民年金

【例】20歳以上60歳未満の人が厚生年金に加入していた会社を退職したとき ⇒ 会社では国民年金への切り替え手続きは行わないため、本人または代理人による届出が必要です

	こんなとき	届出に必要なもの※②
加入するとき	20歳になったとき※③	日本年金機構から送付された届出書・印鑑
	厚生年金をやめたとき	退職年月日が分かるもの・年金手帳・印鑑
	配偶者が厚生年金の扶養から外れたとき	扶養から外れた年月日が分かるもの・配偶者の年金手帳・印鑑
	厚生年金被保険者が65歳になり扶養されている配偶者が60歳未満のとき	配偶者の年金手帳・印鑑
	海外から帰国したとき※③	パスポート・年金手帳・印鑑
	外国人が入国したとき※③	入国の年月日が分かるもの
脱退するとき	海外に居住するとき※③	年金手帳・印鑑

※②: 届出人本人の場合、印鑑は省略できます
※③: 厚生年金の加入者および扶養されている配偶者を除く

臨時職員・非常勤職員の募集

さらり鎌ヶ谷市民会館臨時職員

業務 施設の貸し出し・管理、予約受け付け、使用料の徴収、催しの運営、ほか一般事務補助など

応募資格 60歳程度までの健康な人

雇用期間 4月1日(金)～9月30日(金)(勤務成績などにより更新あり)

勤務日程 (日)～(木)((祝)・年末年始を除く)の8時30分～17時15分(うち休憩1時間)

※超過勤務および(金)・(土)・(祝)の臨時勤務あり

勤務場所 さらり鎌ヶ谷市民会館 定1人

賃金 月額177,900円(交通費支給・社会保険加入・有給休暇あり)

申 さらり鎌ヶ谷市民会館 ☎441・3377へ事前連絡の上、写真を貼った履歴書を3月16日(水)17時までに同館へ本人が持参(その際に面接を実施)

ホームヘルパー(非常勤職員)

業務 高齢者・障がい者の自宅訪問による、生活援助・身体介護

応募資格 ホームヘルパー(2級以上)または介護福祉士の資格を有するか、介護職員初任者研修を修了した人で、訪問先まで自転車で移動できる人

雇用期間 29年3月31日(金)まで(勤務成績などにより更新あり)

勤務日程 (月)～(金)のうち2～4日((祝)・年末年始を除く)で9時～16時(うち休憩1時間)

勤務場所 中央在宅介護支援センターなど

定若干名

賃金 時給1,030円(身体介護の場合は1,050円。交通費支給・有給休暇あり)

申 高齢者支援課(内)746へ事前連絡の上、同課(総合福祉保健センター2階)へ履歴書を持参

特別養護老人ホーム三山園の常勤看護職員 募集

受験資格 昭和31年4月2日以降に生まれた人で、看護師の免許を有する人

採用日 6月1日(水)(予定)

試験日 4月17日(日) 募集人数 1人

勤務場所 特別養護老人ホーム三山園(船橋市三山2-3-2)

他 夜間勤務あり

申 4月4日(月)までの(月)～(金)9時～17時((祝)を除く)に申込書を四市複合事務組合事務局へ持参または、4月1日(金)まで(消印有効)に同組合 ☎〒273-0005 船橋市本町2-7-8

※申込書は同組合のホームページ・事務局窓口および、高齢者支援課窓口(総合福祉保健センター2階)で配布

問 四市複合事務組合 ☎436・2772

建築物が安全・安心であるために

建築物の完了検査 受けていますか？

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(内)426・427

振り込め詐欺(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
振り込め詐欺(電話de詐欺)相談専用ダイヤル ☎0120・494・506 に相談を!

27年度市民文化賞・市民スポーツ賞・市民賞 受賞者を紹介

※敬称略 生涯学習推進課 ☎446・1111

市民文化賞

市原未明

第40回千葉県民写真展グランプリ 最優秀
鎌ヶ谷高校吹奏楽部

第15回東日本学校吹奏楽大会 金賞

鎌ヶ谷高校放送部

第62回NHK杯全国高校放送コンテスト
ラジオドキュメント部門千葉県大会 優秀賞

市民スポーツ賞

大神詩央里

27年度関東高等学校水泳競技大会女子
50m自由形 第8位

増田彩乃

27年度千葉県高等学校新人体育大会陸上競技の部女子三段跳び 第2位

小原佑介

第88回関東陸上選手権大会男子1,500m
第6位

渡辺ありす

第70回国民体育大会冬季大会スノーボードアルペン競技少年女子 第2位

第33回全日本スノーボード選手権スノーボードクロス一般女子 第2位

大場礼雄

第54回千葉県高等学校新人陸上競技大会男子円盤投げ 第1位

神田元樹

第68回春季千葉県高等学校野球大会 準優勝

平瑛二

第68回春季千葉県高等学校野球大会 準優勝

原田愛理

第65回千葉県民体育大会陸上競技共通女子やり投げ 第3位

石井翔太

第65回千葉県民体育大会陸上競技成年男子100m 第3位

平野貴三

千葉県マスターズ選手権大会兼全日本マスターズ予選卓球男子75歳以上の部 優勝
卓球鎌ヶ谷女子チーム

第65回千葉県民体育大会卓球競技女子 第2位

バスケットボール鎌ヶ谷男子チーム

第65回千葉県民体育大会バスケットボール競技男子 第2位

弓道鎌ヶ谷チーム

第65回千葉県民体育大会弓道競技近的第2位

市民賞

まなびいパソコン普及会

市教育委員会との共催による市民対象のパソコン講座を長期間にわたり実施し、市民の情報通信技術の活用促進ならびに地域の活性化に貢献。



企業PRやサークルのイベント告知などに

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9万人の乗降客が行き来しています。

企業・団体などのPR活動はもちろん、サークルやフリーマーケットなどのお知らせに利用してみませんか。

使用料金 1枚・1週間単位から

●B0判(103cm×145.6cm) = 20,000円

●B1判(103cm×72.8cm) = 10,000円

●B2判(51.5cm×72.8cm) = 5,000円

●B3判(51.5cm×36.4cm) = 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

申込み まちづくり室(市役所4階)

または、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、掲出する広告物の意匠を記載した図面を添えて、同窓口に持参

※要綱や広告板の空き状況など詳しくは、市ホームページに掲載しています

問い合わせ まちづくり室(内)480



犬のふんは持ち帰りましょう

犬・猫の飼い主さんへお願い!!

犬や猫の“ふん・おしっこ”の不始末について、大変多くの苦情が市に寄せられています。

飼い主としての自覚を持ち、道路や公園、ほかの人の敷地や塀などに排せつさせないなど、飼い主のマナーを守りましょう。

犬の散歩は運動のためのもので、排せつが目的ではありません。散歩前の排せつをしつけ、道路や公園などでふんをしたら必ず持ち帰るよう、片付ける道具を持参しましょう。

問い合わせ 環境課(内)255・258

来年から成人式の開催日を変更

成人の日の前日に開催

本市では例年、成人の日(1月第2(月))に成人式を開催していましたが、29年からはその前日に開催することとなりました。

29年は、1月8日(日)に次のとおり開催します。

対象 8年4月2日～9年4月1日生まれの市民

場所 福太郎アリーナ

問い合わせ 生涯学習推進課 ☎498・6101



永年勤続優良従業員表彰

2月5日に総合福祉保健センターで行われた永年勤続優良従業員表彰式で、勤続15年以上の従業員として推薦があった岩崎治男さん(私市醸造株式会社)が表彰されました。

市商工会から永年勤続優良従業員表彰として、勤続5年以上3人、勤続10年以上6人が表彰されました。

問い合わせ 商工振興課(内)282



表彰式に参加する岩崎さん(右)と清水市長(左)

リサイクル情報



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

希望します

①折り畳み式麻雀卓

②アルミ製の鍋

②は直径約35cm、深さ約30cm。いずれも無料で取りにいきます。

問い合わせ 10時～17時に老人憩いの家はっぴー 山田 ☎090・1709・7640

国民健康保険に加入している皆さんへ

ジェネリック医薬品切替差額を通知

生活習慣病に関する先発医薬品をお使いで、ジェネリック(後発)医薬品に切り替えた場合の差額が200円以上の人には、その差額をお知らせするはがきを送付します。

この機会にジェネリック医薬品の使用をご検討ください。

問い合わせ 保険年金課(内)226・227

情報ひろば

！お知らせ

裁判所でのテレビ会議を
ご存じですか？

離れた場所でお互いの姿などを画面で見ながら会話ができるテレビ会議が、裁判所でも利用されています。例えば、あなたが当事者や証人として遠方の裁判所に出席する必要のある場合に、テレビ会議を利用すれば、近くの裁判所で手続きが行える場合があります。詳しくは、裁判所ホームページ <http://www.courts.go.jp> をご覧ください。☎千葉地方裁判所事務局 ☎043・222・0165 (内)5114

募集

シルバー人材センター会員説明会を3月8日・22日(火)に行います。入会希望者は、説明会前にシルバー人材センター窓口で仮受け付けをしてください。☎市内在住で、おむね60歳以上の健康で働く意欲がある人 ☎同センター ☎443・4145

陸・海・空自衛官

種目 ①予備自衛官補(一般・技能公募) ②幹部候補生(一般・飛行・歯科・薬剤) 試験日 ①4月15日(金) ②19日(火)の間で実施 ③1次試験は5月14日(出) ※飛行要員のみ、15日(日)も実施 ④11月4日(金)まで ⑤11月5日(金)まで ⑥11月6日(金)まで ⑦詳しくは自衛隊柏募集案内所 ☎04・7163・6884

ぼく・わたしの大好きな家族 家庭川柳 優秀作品と受賞者を紹介

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、1,194句の応募がありました。次のとおり優秀作品と受賞者を紹介します(敬称略)。

部門	賞	作品	受賞者
小学生の部	金賞	「がんばって」たった五文字があたたかい	青山晏子(五本松小6年)
	銀賞	弁当を開くと浮かぶ母の顔	東修路(南部小6年)
		ケンカしたなかなか言えないごめんねが	上山泉(西部小6年)
中学生の部	金賞	ドアノブは私と家族を繋いでる	藤野真由子(鎌ヶ谷中1年)
	銀賞	親の味今じゃ私の作る味	大谷沙樹(鎌ヶ谷中2年)
		いつの日か父と母にもお年玉	前田遥菜(二中1年)
		ひさびさに家族がそらい母さわぐ	大庭茉優(五中1年)

※いずれの部も、ほか銅賞15句

優秀作品・応募作品は、市ホームページのほか、次のとおり公開・展示します。

- 日程 ●市民ホール(市役所1階) = 3月15日(火)まで
- まなびいプラザミニギャラリー = 17日(木)~30日(水)
- ☎まなびいプラザ ☎446・1111

健康だより

花粉症と口腔アレルギー症候群

今年も花粉症の季節になりました。花粉症は統計上、増加の一途をたどっていますが、それと呼応するように口腔アレルギー症候群を発症する方も増加しているようです。症状はサクランボ、モモ、リンゴ、トマトなどの果物や野菜を生で食べたときに、口の中やのどの奥がかゆくなったり、イガイガしたりします。これらの食品は加熱をしたり、ジャムや缶詰のような加工品であれば無症状なことが多いです。両疾患には実は関係があり、花粉に含まれる

るアレルゲン(アレルギー症状を誘発する物質)と果物、野菜に含まれるアレルゲンの構造が似ているのです。専門的な説明は省きますが、花粉が目に入れば目がかゆくなる体質の人が、花粉と似た成分を含む食品を食べれば口の中がかゆくなることは想像に難くありません。口腔アレルギー症候群の対処法としては疑わしい食品は生では食べないことです。不安のある方はアレルギー科などで相談してみてください。

鎌ヶ谷市医師会

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、いつでも誰でもすぐできる、優れた健康法です。

よくかむ8大効用「ひみこのはがーぜ」

- ひ = よくかんで肥満防止 ●み = 味覚の発達
- こ = 言葉の発音はつきり ●の = 脳の発達
- は = 歯の病気予防 ●が = がん予防 ●い = 胃腸快調 ●ぜ = 全力投球

☎健康増進課(内)795

落語を楽しみましょう

北部劇場

時 3月13日(日)13時~15時 所 北部公民館
定 100人(申込先着順) 出演 川柳つくしさん
☎北部公民館 ☎446・1076

川柳つくしさん プロフィール

市川市出身の女性落語家。9年に川柳川柳(かわやなぎせんりゅう)に入門し、前座となる。多数のテレビ・ラジオ番組に出演し、25年に真打昇進を果たす。落語以外にもウクレレ漫談、オリジナルソング、川柳など幅広い分野で活躍している。



図書館ボード

所記載がないものは図書館
☎問 図書館 ☎443・4946

絵本の読み聞かせ

さくらんぼぐみ ☎0~2歳くらい 時 3月9日・23日(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 ☎小学校低学年以下 時 3月6日(日)11時~11時30分

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12日(土)15時から

創作教室 ザ・チャレンジ 「万華鏡を作ろう！」

☎小学生(幼児は保護者同伴) 時 3月19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 ☎3月1日(火)10時から

情報ひろば

スポーツ

軽スポーツ

内 オーバルボール・ソフトバレー・バドミントン・バト...

イベント

さくらまつり

子どもたちが遊べるコーナーがたくさんあるよ! 内模擬...

憩いの場でお茶を飲みながら会話や映画を楽しませ...

カラオケ発表会 対市内在住の60歳以上の...

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...

伝言板

会員募集

いけばなすみれ教室

時 第2・4(火)10時~12時 所 道野辺中央コ...

護身空手拳正道 鎌ヶ谷

護身術。対小学生以上 時 毎週(月)・(木)①小...

絵画教室

時 第2・4(水)10時~12時 所 北部公民館 定 5人...

社交ダンスさくら北部

対成人 時 毎週(木)13時30分~15時30分 所 北...

鎌ヶ谷朗読「はなしの小箱」(音声訳ボランティア)...

ゴスペル・マムズ

対女性 時 曜日不定10時~12時 所 主に船橋市内...

家庭婦人バレーボール(9人制バレーボール)

対市内在住で既婚の女性(未婚者は35歳以上)...

時 毎週(火)19時30分~21時30分、毎週(土)...

催し など

散策会「春風を感じて」

木下街道に沿って、自然や旧鎌ヶ谷宿、戊辰戦争に...

第19回ぶらり鎌ヶ谷 小説「陽だまりの彼女」の舞台を歩く

旧精工舎跡、東中沢を経て、中沢を目指しウォー...

太極拳無料体験教室

楽しく体作りをしましょう。対初心者 時 3月7日...

リウマチ懇親会

親睦と相談および情報交換。対リウマチ患者とそ...

自由アート展

油彩・水彩・パステル画の展示。時 3月1日(火)~...

シニアライフを楽しむ集い

日程 ●3月14日(月)=はじめてみよう!川柳講...

込先着順) 申 NPO法人かまがや地域情報の窓 川...

パソコン初級(後期・応用編)

日程 ●3月6日=Wordでお絵かき●13日=デ...

座・タップ

座りながら行うタップダンスで足腰を鍛え、脳ト...

わらべうた無料体験会

対未就園児とその保護者 時 3月10日(木)10時...

子ども茶会 貝合わせ

時 3月13日(日)10時~12時 所 南部公民館...

民謡と舞踏の楽しい仲間たちの発表会

時 3月26日(土)10時30分から 所 きらりホール...

第9回 混声合唱・童(わらべ)

春一番ときめきコンサート 曲目 早春賦、朧月夜、いい日旅立ち、混声組曲...

東葛太鼓祭

和太鼓合同コンサート。時 3月13日(日)12時...

講座・講演

男女共同参画きらりサロン
子どもとのコミュニケーション
シヨク講座

感情的にならずに子どもと接することを考えます。時3月16日(水)13時30分～15時
所 男女共同参画推進センター
15人(申込先着順)
師 臨床心理士の小貫亜希子さん
保 1歳10カ月以上の未就学児5人まで(申込先着順)
3月9日(水)までに要申込
氏名(ふりがな)・年代・電話番号と、保育希望の場合
は子どもの住所・氏名(ふりがな)・生年月日を記入して同センター FAX 401・0892 / danjyo@city.kanagaya.chiba.jp または 401・0891 問 男女共同参画室内 344
子育て講演会 悩む時が親育ち〜イライラしない子育てのヒント〜
子どもの発達段階を理解し、大人がどうするべきかを考えます。対 6歳以下の子どもを持つ親 時 3月5日(土)10時～11時30分 ② 13時～14時30分
所 松戸友の家(柏市逆井433-2) 定 各160人(申込先着順) 費 500円(保①のみ1歳以上。100円。要予約) 申 (月) (金)(祝を除く)の10時～15時に
松戸友の家 04・7173・7626 または FAX 04・7173・3・8568 / http://natsudo.ja.coocan.jp
市民いけ花教室
生け花の基礎から自由花・行事花までを学習します。
対 初心者 時 4月～29年3月(8月を除く)の原則第2・4(水)13時～15時 所 19

なびいプラザ 定 10人(申込先着順) 月 1千円 費 花代1回1千80円 師 柳古流の木賀一輝さん 申 3月22日(火)まで(必着)に、はがきに住所・氏名・年齢・電話番号、「市民いけ花教室参加希望」と記入して市華道協会 大場珠青 273-0115 東道野辺 3-12-39 / FAX 446・1619 問 同協会 大場 446・1619



子供茶室(裏千家流)

裏千家茶室(裏千家流)
① 子供茶室茶室茶室の基礎と立ち居振る舞い。対 市民文化祭(10月30日(日)予定)に参加できる小学校4年生～中学生 時 4月～29年3月の原則第2(日)9時30分～11時30分
所 中央公民館 師 戸崎宗貴さん 申 締切 3月20日(日)必着
② 裏千家茶室茶室茶室の基本的な稽古。対 市民文化祭に参加できる市内在住・在勤の成人 時 4月～29年3月の第1(水)13時～16時 所 東部学習センター 師 堀口宗恵さん 申 締切 3月31日(木)必着
共通事項 定 10人(申込先着順) 費 菓子・抹茶代1回1千円 申 はがきに住所・氏名・学年(①のみ)・電話番号を記入して市茶室協会 細川宗畢 273-0105 鎌ケ谷 6-1-3 / FAX 444・9214 問 同協会 細川 444・9214



健康・福祉ボード

申 問 あり 先の記事のないものは健康増進課

3月は「自殺対策強化月間」です

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。悩みや問題があれば、次の相談先にご相談ください。

相談先 ● 全国一斉こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570・064・556 ● よりそいホットライン(24時間通話料無料) ☎0120・279・338 問 (内) 732

地区成人健康相談

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 所 ● 3月14日(月)=鎌ケ谷コミュニティセンター ● 18日(金)=総合福祉保健センター3階 ● 22日(火)=

グリーンハイツ第2集会所、各10時～11時30分受け付け 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 (内) 735

妊婦歯科健康診査

～子ども連れでもお気軽に～

妊婦の歯周病は、早産と低体重児出産のリスクを高めると言われています。妊娠中に一回は歯科健診を受けましょう。内 ① 第一子の人=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 第二子以降の人=歯科健診・結果説明 対 妊婦 受け付け 3月10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 持 母子健康手帳 申 (内) 734

個別栄養相談

食生活全般(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15日、4月5日(火)=9時～12時 ● 3月11日(金)・23日(水)=13時～16時 所 総合福祉保健センター3階 申 (内) 733

離乳食教室

離乳中期の食事を体験(試食)します。対 7・8カ月児のいる人 時 3月17日(木)10時～11時30分 所 総合福祉保健センター3階 申 (内) 795

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、

認知症の予防に効果がある読み書きや計算など、簡単な脳のトレーニングを行います。対 おおむね65歳以上の人 期間 4～9月の6カ月間 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 申 3月10日(木)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 ☎ FAX 443・2517 問 同課 (内) 720

3月のお知らせ!

主な施設の休み

● 南児童センター=4日(金)13時から、5日(土)14時から ● まなびいプラザ・学習センター(各公民館)=31日(木) ● 図書館=7日(月)・14日(月)・22日(火)・28日(月)・31日(木) ● 社会福祉センター=毎週(火)、20日(日)・21日(月) ● 郷土資料館=毎週(月)

有価物回収

● 南部小=3日(木) ● 初小=7日(月) ● 中部小=9日(水) ● 鎌小=11日(金) ● 道小=14日(月) ● 五小=16日(水) ● 北部小=22日(火) ● 西部小=24日(木) ● 東部小=28日(月) 問 クリーン推進課(内) 235・236

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	8日・15日・22日・29日、各(火)13時～17時	市役所/市民活動推進課(内)206・207
登記・不動産相談 注	28日(月)13時～15時	
行政相談 予	9日(水)10時～12時	
交通事故相談 予	18日(金)10時～15時	
住宅増改築修繕相談 予	28日(月)13時～16時	
行政書士相談 予	24日(木)13時～16時	
人権擁護相談 予	10日(木)13時～15時	市役所ほか/男女共同参画室(内)344※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)(内)544
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(内)289
家庭児童相談	毎週(月)～(金)9時30分～16時	家庭児童相談室(福センター2階)/(内)712
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

相談名など	日時	場所/問い合わせ
就学相談 予	毎週(月)～(金)9時～17時	市役所/学校教育課(内)476・408
心配ごと相談	毎週(水)10時～14時	市社会福祉協議会(福センター5階)/☎444・6921
心の相談 予	7日(月)・11日(金)・14日(月)・25日(金)、各10時～15時	
酒害相談	①17日(木)13時～15時30分 ②20日(日)18時～20時30分 ③22日(火)18時～20時30分	①=まなびいプラザ②③=中央公民館/鎌ケ谷断酒新生活(飯沼方) ☎443・2557
精神保健福祉相談 予	10日(木)9時30分から	福センター/福センター ☎475・5152
ピアサポート相談 予	8日(火)14時から	福センター/福センター ☎475・5152
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	福=13時～14時 福=17時30分～19時 ●3日(木)=福 福 ●17日(木)=福 ※②	福センター/福センター ☎475・5154
精神障がい相談 予	9日(水)9時30分から	福センター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	22日(火)9時から	福センター4階/障害者支援施設 もくせい 福 ☎443・3408(9時～17時)

注: 1日(火)8時30分から予約開始(先着順) 予: 要予約 福センター: 総合福祉保健センター 福センター: 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抗体検査は福の結果のみ即日通知



● 水害を防ぐためにできること

「雨水浸透ます」の設置を推進しています

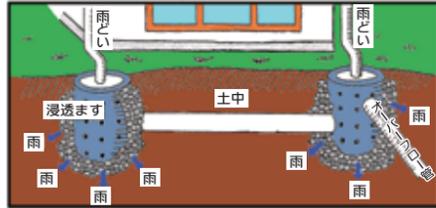
市街化が進み、雨水が地下に浸透せずに川へ一気に流れ込むようになってきたことで、川があふれやすくなり、そのため床上・床下浸水や道路冠水などの水害がたびたび発生するようになりました。

その一方で、水源となる地下水や湧き水の量は減少し、川の水質悪化や地盤沈下の原因の一つになっています。

こうした現象を防ぐには、「雨水浸透ます」の設置が有効です。

雨水浸透ますを設置すると…

- 雨水が地下に浸透し、水害が軽減されます
- 地下水が補給され、湧き水の枯渇や地盤沈下が防げます
- 河川のきれいな水が増え、水環境が改善します



雨水が屋根から雨どいを伝って浸透ますに入り、地中へ染み込みます

雨水浸透ますの効果を維持するためには…

年に数回、ますの中に入った落ち葉などのごみの掃除や点検をしましょう。

雨水浸透ますの設置にご協力を

雨水浸透ますを設置していない既存住宅への設置や、新築・増改築をする際の設置にご協力をお願いします。

注急な傾斜地や地下水位が高い所など、雨水浸透ますを設置するのに不適切な場所は避けてください

雨水浸透ますモニターも募集中！

既存住宅を対象に、設置工事費の全額を市が負担します。

問詳しくは市ホームページまたは道路河川整備課(内)421・422

● 野菜を食べよう大作戦

みんなの食育まつり2015 表彰式

1月30日に総合福祉保健センターで行われた「みんなの食育まつり2015」で、コンクール受賞者の表彰式が開催されました。

最優秀作品と受賞者は次のとおりです(敬称略)。

こまめに豆食！豆を使った料理レシピコンクール

- 子どもの部＝「おやつ納豆」渡邊樹
- 一般の部＝「超簡単！！チリコンカン」坪之内幸子



市長と受賞者の皆さん

思い出に残る食体験4コママンガコンクール

- 子どもの部＝「味がちがう！」鈴木千尋
- 一般の部＝「初めてのオニギリ」石原綾子



食育まつり来場者に配られた応募作品集

カミングママ・ファミリー募集！コンクール

- 「健康ぼうず」梅咲玲香

問健康増進課(内)795



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

第1回市民創作ミュージカル「森女～神の子と呼ばれた娘～」発売中

きらりホール初！市民参加型のミュージカル公演。時 3月19日(土)・20日(日)14時から(13時30分開場) 費 1,000円(小・中・高校生無料、いずれもチケット要予約) 保 5人まで(申込先着順)

脚本・演出「劇団GAYA」主宰の相澤美智子さん **出演**公募で選ばれた市民の皆さん



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

● シネマトーク付き上映会

ナニー・マクフィーの魔法のステッキ(吹き替え)

1年前に母親を亡くしたわんぱくな7人の子どもの家に、ちょっと恐ろしげな容姿のナニー(乳母)のマクフィーが現われた。

魔法のステッキを持ったマクフィーが来て以来、不思議なことが次々と起こる。

時 3月26日(土)13時30分～15時30分

所 東部学習センター地下1階視聴覚室

定 40人(申込先着順)

申 3月1日(火)11時から図書館☎443・4946



©2005 United International Pictures, Universal Studios.

● 地域の仲間とボランティア活動をしてみませんか？

栄養大学(食生活改善推進員養成講座)さ

近年注目されている生活習慣病予防や、食生活・運動に関すること、食生活改善推進員(ヘルスマイト)の活動内容について栄養大学の仲間と共に約1年間学びます。

食について正しく知って実践し、健康づくりをしましょう。

※講座修了後はヘルスマイトとしてのボランティア活動をします

内 ● 講義「健康づくり総論・栄養の基礎知識など」● 調理実習

● ヘルスマイトのボランティア体験(予定)

対 市内在住の人

時 ①4月27日(水)②5月12日(木)③6月15日(水)④7月6日(水)

⑤8月9日(火)⑥9月8日(木)⑦10月18日(火)⑧11月16日(水)

⑨12月13日(火)⑩29年1月19日(木)⑪2月8日(水)

①③⑤⑥⑪＝10時～12時②④⑦～⑩＝10時～14時

※このほか、ボランティア体験を1回実施

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

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。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。

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、今年度は64人が、料理



福祉健康フェアでは紙芝居を上映

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。

ヘルスマイトとして活動して(27年度入会 鈴木清子さん)

何もわからないまま、先輩について保育園でクッキー作りをしたり、中学生と食生活の大切さを共に学んだりと思ってもみなかった経験をさせていただいて一年。食事は親が作るのが当たり前と思っていましたが、子どもにもできる事や少しでも関心のある事には協力させ、食べる大切さや喜びを共有していくことがとても大切だと実感しています。楽しく活動しています。

申 健康増進課(内)734

日ごろの団体活動の成果を発表してみませんか

まなびいプラザミニギャラリー 出展団体を募集

展示期間 1団体につき、毎月2～15日または17日～月末

※市が展示する期間を除く

注 宗教・政治・営利を目的としたもの、公序良俗に反するものは展示できません **申** まなびいプラザ窓口

問 まなびいプラザ☎446・1111