

### 主な内容

- 国民健康保険・後期高齢者医療に関するお知らせ ..... 2
- 参議院議員通常選挙 ..... 3
- 夏休みこども環境講座 ..... 4
- 特定健診・特定保健指導に関するお知らせ .. 7



## みんなで市民まつりを盛り上げよう!

### 出演者・出店者・ボランティアを募集

問市民まつり実行委員会事務局 ☎445・1252

今年も「相馬野馬追」騎馬武者行列やご当地キャラクターイベントなど、盛りだくさんの催しを行う予定です。

#### ステージ出演・

#### フリーバザール出店者募集

**募集期間** 7月29日(金)まで

**説明会** 出演・出店者は要出席。日程は申込者に後日連絡

#### ステージ出演者

**対** 市内在住の人または市内で活動している団体

#### フリーバザール出店者

**対** どなたでも(市民、市内の企業・団体を優先)

**出店料** 1区画(約2m×3m)2,000円 ※4区画まで申し込み可

#### ボランティアサポーター募集

**内** イベントの企画・準備作業、当日の運営、まつりの動画撮影 など

#### 申し込み

次のいずれかの方法で。

●市民まつり実行委員会事務局(市役所1階市民活動推進課内)窓口

●市ホームページに掲載の申請書に記入してFAX445・1400

●ホームページ<http://kamagayasiminmatsuri.com>の申し込みフォーム



市民まつりホームページ

#### 市民まつり特設展

昨年の市民まつりの様子を展示します。また、参加予定のご当地キャラクターなど、今年の見どころなども展示します。

**時** 7月12日(火)～22日(金)

**所** 市民ホール(市役所1階)

第41回鎌ヶ谷市民まつり写真コンテスト最優秀作品

## 桜×鎌ヶ谷 = 魅力アップ 桜の里親を募集

### 桜×鎌ヶ谷=魅力アップ事業とは?

新鎌ヶ谷地区から市制記念公園周辺までの「桜ゾーン」に、市民と協働で桜を植樹し、市の魅力アップを目指していくものです。

27年度は、24本の桜が植樹されました。



今年度は、新鎌ヶ谷地区に植樹する桜の里親を募集します。

**対** 市民および市内事業者

**植樹本数** 8本(多数抽選) ※1人(1事業者)につき1本

**寄付金額** 1本20,000円 **他** 29年2月末ごろ植樹式を実施予定

#### 申し込み

7月29日(金)まで(消印有効)に、次の公共施設などで配布する申込書に記入して、公園緑地課(市役所4階)窓口/☎273-0195で。

●市ホームページ ●公園緑地課(市役所4階) ●各コミュニティセンター ●学習センター(各公民館) ●きらり鎌ヶ谷市民会館 など

※里親となる人には後日、寄付金納付書などを送付

問公園緑地課 ☎445・1487



(仮称)総合運動公園緑道に植樹した桜



里親の名板を設置

### インターネットによる予約販売を開始

## 特産の梨を贈ろう!

鎌ヶ谷市特産の梨(豊水)を全国に広くPRするため、限定2,000箱を割引価格でインターネットで予約販売します。

**価格** 5kg入り2,100円(通常価格の3割引)

※配送先に応じて別途送料がかかります  
※支払いはクレジットカード決済のみ

**購入限度** 1世帯3箱

**配送時期** 8月下旬から

**申** ホームページ <http://store.shopping.yahoo.co.jp/kamatannonashi> で

**他** 詳しくは上記ホームページをご覧ください

**問** ●購入方法など=(株)JTB 商事 ☎043・290・1027

●そのほか=農業振興課 ☎445・1233



ホームページへ

遠くに住むあの人へ、鎌ヶ谷の梨を贈ろうたん♪



全国から予約を受け付けますが、配送先が関東圏外(東京都、茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・神奈川県以外)の場合のみ購入できません。

6月15日号1ページに掲載の本記事において、購入限度に誤りがありました。次のとおり訂正してお詫びします。

**正** 購入限度 1世帯3箱

**誤** 購入限度 1人3箱

# 国民健康保険に加入している皆さんへ 保険証が更新されます

問 保険年金課 ☎ 445・1204

## 28年度の保険証を送付

8月から有効の保険証(エンジ色)を、7月中旬に簡易書留郵便により世帯単位で送付します。

「退職者医療制度」加入者がいる世帯の場合

保険証(紫色)を、右記とは別の封筒で送付します。

※到着時期にずれが生じる場合があります

70〜74歳の人に高齢受給者証を兼ねた保険証を送付

所得などに応じた自己負担割合が記載されています。医療を受けるときは、保険証1枚で受診できます。

適用 70歳の誕生日の翌月(1日)が誕生日の人はその月)

## 75歳以上の皆さんへ

### 後期高齢者医療に関するお知らせ

問 保険年金課 ☎ 445・1207

28年度の「後期高齢者医療被保険者証」を送付

75歳以上の人(65歳以上で一定の障がいがある人を含む)を対象に、8月から有効の保険証(オレンジ色)を、7月中旬に簡易書留で郵送します。

## 保険料を通知します

納入通知書で納付する人へは7月中旬、年金天引きの人へは7月下旬に通知書を発送します。

75歳の誕生日の前日  
基準収入額適用申請による負担割合の変更

右記の保険証で自己負担割合が「3割」で、かつ次のいずれかの条件に該当する場合は、申請により負担割合が2割(注)に変更となります。

注1 該当者でも昭和19年4月1日以前生まれの人は1割

注2 同一世帯の70〜74歳の被保険者が1人で、収入額が383万円未満

注3 同一世帯の70〜74歳の被保険者が2人以上で、収入額の合計が520万円未満

注4 同一世帯に、国保から後期高齢者医療制度に移行した人と70〜74歳の被保険者が

いない

「限度額適用認定証」とは？  
70歳未満の住民税課税世帯の人が対象で、医療機関の窓口で認定証を提示すると、支払いが自己負担限度額までとなります。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請・更新  
保険証と個人番号カードを持参して、保険年金課(市役所1階)窓口または郵送で手続きをしてください

住民税非課税世帯の人が対象で、医療機関に認定証を提示すると、自己負担限度額までの支払いとなるほか、入院時の食事代が減額されます。

限度額適用認定証を提示しない場合  
自己負担限度額を超えた分は、約3カ月後に高額療養費として支給の通知を送付するので、申請してください。

「基準収入額適用申請」による負担割合の変更  
負担割合が「3割」の判定を受けた人で次のいずれかの条件に該当する場合は、申請により負担割合が「1割」に変更となります。

注1 同一世帯の被保険者が1人で収入額が383万円未満

注2 同一世帯の被保険者が2人以上で収入額の合計が520万円未満

注3 同一世帯の70〜74歳の人を含めた収入額の合計が520万円未満

注4 注1〜注3のいずれか1つに該当する人

また現在、認定証をお持ちで8月以降も引き続き対象となる人には、新しい保険証と一緒に郵送します。

注5 保険証と認定証の有効期限は8月1日(月)〜29年7月31日(月)

注6 同一世帯の70〜74歳の人の収入額が520万円未満

注7 同一世帯の70〜74歳の人の収入額が520万円未満

注8 同一世帯の70〜74歳の人の収入額が520万円未満

## ジエネリック医薬品希望カードを送付

ジエネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品の特許消滅後に製造・販売されたもので、先発医薬品と主成分が同じで同等の効果がある安価な薬です。ジエネリック医薬品の処方希望する場合は、カードを医師や薬剤師に提示し、ご相談ください。

## 交換用の保険証カバーを配布します

次の場所で交換用のカバーを配布しています。各コミュニティセンター、学習センター(各公民館)など



## 人権擁護委員の就任・再任

篠原遼一さん(再任)、加郷由里子さんが7月1日付で法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

人権擁護委員は、プライバシーの侵害やセクハラ、いじめなどの人権問題に対する相談や人権擁護などの啓発活動を行っています。

問 男女共同参画室 ☎ 445・1277

## 市などからののお知らせ

### 平成28年熊本地震災害義援金の受付期間を延長

日本赤十字社・中央共同募金会による義援金の受付期間が、29年3月31日(金)までに延長されました。次の窓口で義援金を受け付けています。引き続きご協力をお願いいたします。  
受付窓口 ● 社会福祉課(総合福祉保健センター4階) ● くぬぎ山・北中沢・栗野コミュニティセンター ● まなびいプラザ ● 学習センター(各公民館ほか) ● 図書館 ● 社会福祉協議会(総合福祉保健センター5階)

問 ● 社会福祉課 ☎ 445・1286 ● 市社会福祉協議会 ☎ 444・2231

### 市立保育園保育士(臨時職員)募集

応募資格 保育士資格を有する人 勤務場所 道野辺・南初富・栗野保育園 勤務日時 (月)〜(金)の8時30分〜17時(うち休憩45分) ※早番・遅番あり。6・7週に1日の(出)勤務あり 定4人程度 賃金 月額19万3千200円(交通費支給・社会保険加入、有給休暇・夏季休暇あり) 写真等を貼付した履歴書と資格証の写しを幼児保育課(総合福祉保健センター2階)へ持参  
問 同課 ☎ 445・1363

### 特別養護老人ホーム三山園 介護職員(非常勤)募集

応募資格 65歳未満の人 雇用期間 29年3月31日(金)まで(年度ごとに更新あり) 勤務日 週4日程度(ただし3日以上。詳しくは応相談) 勤務時間 シフト制で ● 7時15分〜16時15分 ● 9時30分〜18時30分 ● 16時45分〜翌9時45分 勤務場所 特別養護老人ホーム三山園(船橋市三山2-3-2) 定5人程度 賃金 時給1千210円(夜勤割増あり、交通費支給・社会保険加入・有給休暇あり) 申(出)・(日)・祝を除く9時〜17時に同園 ☎ 476・2885

### 問 四市複合事務組合 ☎ 436・2772

### 28年高齢者向けの臨時福祉給付金 申請はお早めに

対象者は8月9日(火)までに申請してください。

### 問 ● 市臨時福祉給付金支給事業推進本部 ☎ 445・1298

### ● 厚生労働省給付金専用ダイヤル(月)〜(金)の9時〜16時 ☎ ☎ 0570・037・192

### 結婚50年目を迎えるご夫婦へ記念品を贈呈

結婚50年目に当たる金婚式を迎えるご夫婦の皆さん、おめでとうございます。市から金婚を祝して、記念品を贈呈いたします。対 昭和41年9月1日〜42年8月31日に入籍している市内在住の夫婦 ※ 昨年までの対象者で過去に申請していない人も対象 申 7月29日(金)までに戸籍謄本(3カ月以内)に交付されたものを高齢者支援課(総合福祉保健センター2階)へ持参  
問 同課 ☎ 445・1375

# 参議院議員通常選挙

## 「まず一票 そこから未来が動き出す」

この選挙から選挙権年齢が満18歳以上になります

**投票日 7月10日(日)7時～20時** 市選挙管理委員会事務局 ☎445・1539

### 投票できる人

平成10年7月11日までに生まれた人で、平成28年3月21日までに鎌ケ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。

※平成28年3月22日以降に転入の届出をした人で、前住所地の選挙人名簿に登録がある人は、前住所地で投票となります

**投票は選挙区、比例区の順で行います。**

①千葉県選出議員選挙  
投票用紙(薄い黄色)には候補者名を記載します。

②比例代表選出議員選挙  
投票用紙(白色)には、政党などが届け出た名簿に記載された候補者の氏名または政党などの名称・略称のいずれかを記載します。

**入場整理券**  
鎌ケ谷市の選挙人名簿に登録されている人へ世帯ご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**  
仕事や旅行などの予定があり、投票日当日に投票に行けない人は、次の2カ所の施設で期日前投票ができます。

市役所1階市民ホール  
7月9日(土)までの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  
7月3日(日)～9日(土)9時～19時

●入場整理券が届いていない人は持参してください  
●あらかじめ入場整理券裏面の「宣誓書」に記入して持参すると、スムーズに投票を行います

**不在者投票**  
出産や長期出張などにより鎌ケ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)。

病院や施設での不在者投票  
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。

●心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障がい  
●1・3級の人  
●免疫・肝臓の障がい  
●1・3級の人  
●戦傷病者手帳をお持ちで  
●両下肢・体幹の障がい  
●特別項症・第2項症の人  
●心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障がい  
●特別項症・第3項症の人  
●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  
●既にお持ちの方は、有効期限を確認の上、7月6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代理投票したい旨を申し出てください。あらかじめ選任された2人の投票所係員が立ち会いの上、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

身体障がい・知的障がい・精神障がいのある人、難病認定を受けている人および介護

臨時休館になります。また、南部公民館の自動交付機も休止となるため、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・道野辺中央・北中沢・栗野コミュニティセンター(7月9日(土)は利用申し込みのみ受け付け)

●身体障がい・知的障がい・精神障がいのある人  
●難病認定を受けている人  
●障がい福祉課 ☎445・1305

●介護保険の「要支援」または「要介護」の認定を受けている人  
●高齢者支援課 ☎445・1380

**開票**  
投票日当日の21時から、福太郎アリーナで開票します。※参観人の受け付けは20時30分から

**選挙公報**  
候補者の政見などを掲載した選挙公報は7月2日(土)の「朝日新聞(朝日・産経・毎日)」に掲載されます。千葉日報・東京・日経・毎日・読売の朝刊に折り込む予定です。

※選挙公報は、市役所・各図書館・学習センター(各公民館)などの公共施設にも備えます

**選挙による施設の臨時休館と南部公民館自動交付機の休止**  
次の施設は投票所となるため7月9日(土)・10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。

## 犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える 地域の子カラ 第66回 社会を明るくする運動

社会福祉課 ☎445・1286



せんきょくん

毎年7月は「社会を明るくする運動」強調月間です。この運動は、全ての人々が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするものです。

市では、関係機関・団体などとの連携を強め、安全・安心な地域づくりに向けたイベントなどを開催します。

### 7月13日(水)に街頭キャンペーンを実施

**日程** ●車両パレード=10時45分～11時30分、新鎌ケ谷駅～鎌ケ谷駅周辺で  
●啓発物資の配布=11時～11時30分、鎌ケ谷駅東口駅前広場・ショッピングプラザ鎌ケ谷・新鎌ケ谷駅北口駅前広場で  
※啓発物資が無くなり次第終了

### 作文発表・吹奏楽演奏

**内** ●「社会を明るくする運動」作文コンテストの表彰式 ●受賞者による作文発表 ●中部小学校吹奏楽部による演奏  
**時** 7月13日(水)13時30分～15時45分

分(13時から受け付け)

**所** きらりホール

### 作文コンテスト 優秀賞の受賞者が決定

社会を明るくする運動への理解を深めてもらうため、市内の中学生に日頃の生活の中で考えていること、体験したことを作文に書いてもらいました。

審査の結果、次の5人が優秀賞に選ばれました(敬称略)。

※優秀作品は前記の「作文発表」で発表されます

- 神成真里奈(鎌ケ谷中2年)
- 長沼泉里(第二中3年)
- 洪澤紗良(第三中3年)
- 古賀涼花(第四中3年)
- 穴戸厚心(第五中3年)

### 青少年更生保護相談所を開設

保護観察官・保護司が、子どもの非行などについての相談に応じます。

**時** 7月20日(水)10時～12時

**所** 図書館3階保育室

夏の交通安全運動―交通安全年間スローガン「ゆつくりとマナーを載せてふむペダル」  
7月10日(日)から19日(火)まで、全国で「夏の交通安全運動」が実施されます。夏休みに入るこの時期は、子どもや若者の開放感から起こる事故や、行楽シーズンに伴う交通量の増加などによる事故の発生が懸念されます。一人一人が交通ルールを遵守し、交通マナーを実践することで、交通事故を防止しましょう。

子どもがいる家庭へ  
夏休み中は外出する機会が増え、気が緩みがちになります。外出の際は自動車などに十分注意するように、家族で話をしましょう。夜間の外出時は反射材を活用しましょう。  
**問** 道路河川管理課 ☎445・1457

団体名	内容	日時	場所	持ち物	定員
ゆうゆう四季の会	高齢者施設での草取り	7月9日(土)9時30分~11時30分	特別養護老人ホーム初富の里(東初富1-4-3)	軍手	5人
鎌ヶ谷点訳友の会	点字の読み書き	7月15日(金)10時~12時	総合福祉保健センター5階作業訓練室	筆記用具	5人
ひまわりの会	高齢者施設で使用するウエスの裁断	7月15日(金)13時30分~15時	特別養護老人ホーム幸豊苑(栗野225-1)	エプロン	5人
きんぎょ草の会	花束づくり	7月20日(水)9時~12時	南部公民館	軍手	5人
友愛ボランティア	弁当の調理(女性) ----- 独居の高齢者の安否確認を兼ねた弁当配達	7月20日(水)9時15分~12時	総合福祉保健センター5階調理室	エプロン・三角巾・マスク	各3人
		7月20日(水)10時30分~12時		-	-
要約筆記サークル「あいあい」	中途失聴者・難聴者の体験から障がいについての理解を深める	7月20日(水)13時30分~15時	総合福祉保健センター4階研修室	筆記用具	5人
手話サークル「みどりの会」	聴覚障がい者との手話での交流を通して「聞こえないこと」を考える	7月20日(水)19時~21時 7月21日(木)10時~12時	総合福祉保健センター5階団体活動室	筆記用具	各5人
鎌ヶ谷おもちゃの図書館「あ・そ・ぼ」	おもちゃを通した子どもたちとの遊びと、おもちゃの搬入・搬出	7月23日(土)12時30分~16時	総合福祉保健センター4階遊戯室	-	5人
鎌ヶ谷市レクリエーション協会	子どもや親子との「竹の水鉄砲」作り	7月24日(日)11時~15時(午前・午後のみ参加可)	市制記念公園	飲み物・弁当	-

● ボランティア活動のきっかけづくり  
● 市民ボランティア体験学習(前期) ☎

対市民(高校生以上)  
日程など 左表参照  
申各体験日の4日前までの9時~16時(土・日・祝を除く)にボランティアセンター ☎446・4545  
(総合福祉保健センター5階)窓口 ☎442・2940 または住所・氏名・連絡先を記入して ☎443・2233 / ☐syougaisyomu@city.kamagaya.chiba.jp

● 夏休みはみんなで栗野の森へ行ってみよう!  
夏休み子ども環境講座 ☎

市内在住の小学生を対象とした環境講座を開催します(保護者同伴歓迎)。  
子ども自然観察会~栗野の森たんけんたい~  
木や草花の観察や、こん虫探しをしてみよう。  
時 7月23日(土)9時45分市制記念公園管理棟前集合~12時ごろ  
所 栗野地区公園周辺  
定 20人程度(申込先着順)  
費 保険代50円  
師 栗野の森の会  
持 長そで・長ズボンで、虫とり網・虫かご(お持ちの場合)、帽子・タオル・水筒・虫よけスプレー  
申 環境課 ☎445・1227

子ども草木染め教室~やってみよう! はじめての草木染め~  
栗野の森で野草観察と、きれいな染め物作りをしてみよう。  
時 7月30日(土)9時30分~12時  
所 栗野コミュニティセンター創作室  
定 16人程度(申込先着順) 師 草木染め あいの会、栗野の森の会  
持 汚れてもよい服装で、上履き・筆記用具・タオル・ビニール袋  
申 栗野コミュニティセンター ☎441・7066



● 予期せぬ災害、そのとき私たちは何ができるのか  
講座「福祉避難所のあり方について」 ☎

福祉避難所とは  
高齢者・障がい者・妊産婦・乳幼児・病弱者など、特別な配慮を必要とする人のための避難所です。  
福祉避難所の必要性を理解し、その運営において私たちに何ができるか学びます。  
時 7月29日(金)14時30分~16時30分(14時開場)  
所 総合福祉保健センター6階  
定 30人程度  
師 (社福)にんじん舎の会 理事長職代行理事の和田庄司さん  
保 未就学児5人程度まで。おやつ代など自己負担。7月14日(木)までに要申込  
他 手話通訳や車いすを必要とする人は申込時にお伝えください  
申 7月20日(水)までに障がい福祉課 ☎445・1305 / 窓口または、住所・氏名・連絡先を記入して ☎443・2233 / ☐syougaisyomu@city.kamagaya.chiba.jp

伝言板

催し など

ゆかた無料着付け講習会  
対 女性 時 7月14日(木)14時~16時 所 鎌ヶ谷コミュニティセンター 定 若干名 申 雅び着付け会 山沢 ☎444・3118(当日参加可)  
3B体操無料体験会  
対 50歳以上の女性 時 7月8日(金)13時~14時30分 所 鎌ヶ谷コミュニティセンター 定 10人(申込先着順) 申 さわやか3B鎌ヶ谷都築 ☎090・4715・0345  
太極拳無料体験教室  
対 初心者 時 7月4日(月)10時30分~12時 所 小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 中村 ☎090・6520・7768

太極拳無料体験教室  
対 初心者 時 7月5日(火)18時30分~20時30分 所 小ぬぎ山コミュニティセンター 定 10人(申込先着順) 申 雲手の会 中村 ☎090・6520・7768  
歌って聴いて音楽を楽しむサマーコンサート  
時 7月6日(水)13時~14時30分(12時30分開場) 所 南部公民館 定 40人(当日先着順) 問 楽器を楽しむ会 栗野 ☎444・5937  
はじめてのズンバ体験  
時 7月2日・9日、各(土)10時30分~12時 所 東初富公民館 定 20人(当日先着順) 持 運動靴・バスタオル 問 ズンバ&JPダンス 渡部 ☎090・9365・7825

会員募集

コール・フリージア  
女声合唱。対 女性 時 毎週(火)10時~12時

所 東部学習センター 定 若干名 入 500円 月 4,000円 申 加納 ☎047・328・5520  
茶道サークルつぼみ  
対 初心者歓迎 時 第1・3(日)14時~17時 所 中央公民館 月 3,000円 申 加藤 ☎090・5410・9348  
中華サークル南龍会  
和洋中の料理教室。時 月1回(火)11時~14時 所 南部公民館 定 5・6人 月 1,300円 申 西野 ☎090・4816・6756  
おりがみの ☎  
時 第1(土)9時~11時 所 南部公民館 費 1回100円 申 沓名 ☎090・6010・2604  
松風会  
表千家茶道。時 第1・3(火)13時30分~16時30分 所 南部公民館 定 若干名 申 茶代500円 月 2,500円 申 秋山 ☎090・4207・9671

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 ☎=「さわやかまなびい100」対象事業 ※原則として費用の記載のないものは無料です

情報ひろば

★イベント

第1回プラザカフェ  
「姉妹都市ニュージージーランド・ワカタネと交流！」

9月末にワカタネトリライデント高校から14人が来訪し、ホームステイします。ホストファミリーの登録方法や体験談、来訪する生徒のプロフィールを聞き、お茶を飲みながら話をします。時7月23日(出)10時30分〜12時

中央公民館申かまがやワールドプラザ442・1850または氏名(ふりがな)年齢・電話番号を記入して442・1851/☒kama

gaya.tabunka@bz04.plala.or.jp

夏休み親子環境講座 バスでGO!あそんでまなぼ!!

「ぼくたちわたしたちのくらしとつながる水とガス」水やエネルギーについて楽しく学べる施設へ遊びに行きませんか? 対市内在住の小学校3〜6年生とその保護者(2人1組)時7月28日(休)8時45分総合福祉保健センター1階集合〜16時30分

帰着予定 所水の科学館・ガスの科学館(東京都)定10組(申込先着順)費保険代1組100円持昼食・水筒・帽子・タオル申7月21日(休)までに環境課445・1227

「パパサロン」イクメン集まれ!

子どもと楽しく過ごすヒントを見つけませんか? 親子での触れ合い遊び・自由遊び・おもちゃ(マラカス)

作り・パパ同士の情報交換。対未就学児と父親時7月16日(出)10時〜11時30分 所栗野児童センター同センター441・7066

KCC写真展2016 時7月14日(休)〜21日(休)9時〜17時(19日(火)を除く。初日は13時から、最終日は15時まで) 所きらり鎌ヶ谷市民会館鎌ヶ谷カメクラクラブ 渡辺446・3878

第1回福祉のしごと就職フェアinちば 社会福祉施設・事業所の採用担当者との個別面談や職場に関する相談など。時7月17日(日)13時〜16時(入退場自由) 所幕張メッセ国際会議場コンベンションホール(千葉市美浜区中瀬2-1) 他履歴書不要。詳しくは県福祉人材センターホームページを参照 同センター043・222・1294

動物ふれあい広場 ひとなつこい犬と触れ合ってみませんか? 犬への接し方についての説明と触れ合い体験。対動物愛護センター東葛飾支所(柏市高柳1018-6)近隣に在住の小学生以下の親子(犬アレルギーの人は要相談) 時7月23日、8月27日、12月3日、29年3月4日、各(出)10時〜12時(予定) 所同支所定各20人 服装汚れてもよいもの 申同支所04・7191・0050

介護者教室 介護者からの起き上がりや車いすへの移乗の介助方法について、実演を踏まえなが

講座・講演

ら学びます。対市内在住・在勤の人(介護していない人も歓迎) 時7月20日(水)14時〜15時30分 所総合福祉保健センター3階定20人(申込先着順) 申西部地域包括支援センター441・2007 ●高齢者支援課445・1384

鎌ヶ谷後見学習講座 知ってお得な老後のくらしの知識 内講演とワクワクピオトープ(弓道場横)の調査体験 対市内在住の人 時7月13日(水)10時南部公民館集合〜12時

住・在勤の人 時9月3日・10日、各(出)9時30分〜16時 所まなびプラザ定30人(申込先着順) 費1千円 申住所・氏名・電話番号と「鎌ヶ谷後見学習講座申し込み」と記入して認定NPO法人東葛市民後見人の会 鈴木446・3317 同会 鈴木446・3317

「ワクワクピオトープ」セミナー 小さな木の笛で簡単な曲を演奏します。対市内在住で小学生以上(初心者歓迎) 時9月17日・24日、10月15日、11月12日・19日、12月3日、各(出)9時30分〜11時30分

「コカリナ教室」 普通救命講習Ⅰ・Ⅱ 心肺蘇生法、AEDの取り扱いなど。対中学生以上①普通救命講習Ⅰ 市民向け②普通救命講習Ⅱ 一定頻度者向け 時7月16日(出)①

コミュニティスクール オープンセミナー 「コカリナ教室」 小さな木の笛で簡単な曲を演奏します。対市内在住で小学生以上(初心者歓迎) 時9月17日・24日、10月15日、11月12日・19日、12月3日、各(出)9時30分〜11時30分

普通救命講習Ⅰ・Ⅱ 心肺蘇生法、AEDの取り扱いなど。対中学生以上①普通救命講習Ⅰ 市民向け②普通救命講習Ⅱ 一定頻度者向け 時7月16日(出)①

のんのんカトレア会代表の板宮季美江さんから社会福祉のために5万4千953円を(社会福祉課)

「すごろくで楽しく学ぼう!」 夏休み子ども消費生活講座 携帯端末でオンラインゲームを使い、数十万円の請求が来るといったトラブルが増えています。「おつかいすごろく」でお金の使い方を学びましょう。 対小学生(親子での参加も可) 日程 ●7月29日(金)14時30分〜16時=栗野児童センター441・7066 ●8月4日(木)14時〜15時30分=北中沢児童センター442・2011 ●8月24日(水)14時〜15時30分=くぬぎ山児童センター047・389・1401 ●8月26日(金)10時〜11時30分=中央児童センター444・0144 ●8月26日(金)14時30分〜16時=南児童センター438・5040 定各20人(申込先着順) 申消費生活センター445・1240または希望する会場に電話/窓口

消費生活センターをご活用ください 商品・サービスに関する苦情や業者とのトラブル、多重債務など、消費生活の問題に関する専門の資格を持った相談員が相談に応じます(秘密厳守)。 対市内在住・在勤の人 時(月)〜(金)の10時〜12時・13時〜16時((祝)・年末年始を除く) ※予約優先、1人1時間 相談先 消費生活センター●窓口(市役所2階)●相談専用電話445・1246

国民健康保険・後期高齢者医療保険 10月からの保険料について 年金天引きから口座振替による納付が可能に

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、口座振替により納付できます。 ●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 ●28年4月1日時点で被保険者全員が65歳以上75歳未満で、10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 後期高齢者医療保険料 10月から、納付方法を年金天引きから口座振替に変更できます。



口座振替への変更手続き 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、7月29日(金)までに同課窓口へ提出してください。 他口座振替に変更すると、10月以降の年金天引き(特別徴収)が中止されます 注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 問保険年金課●国民健康保険=445・1208 ●後期高齢者医療保険=445・1207

寄せられた善意 ありがとうございました

7月は「熱中症予防強化月間」です 暑さを避け、小まめな水分補給で予防しましょう!

# 情報ひろば

## 募集

**シルバー人材センター会員**  
同センター窓口で仮受け付けをし、入会説明会に出席してください。**対**市内在住で、おおむね60歳以上の健康で働く意欲がある人**説明会**7月12日・26日、8月9日・23日、各火曜同センター☎443・4145

## お知らせ

**栗野コミュニティセンター**  
創作室が一時使用できなくなります

同センター2階創作室は、栗野保育園の改修工事に伴い、園児の昼食調理スペースとして使用するため、7月21日(木)から9月30日(金)までの月(金)(祝を除く)は使用できません。ご理解・ご協力をお願いします。**問**同センター☎441・7066

**平和事業関連資料パネル「原爆と人間」の貸し出し**  
市民の皆さんの自主的な活動による平和事業を支援するため、市が所有するパネルを市民団体などに貸し出します。**条件**●主として宗教・政治・営利活動を目的としていない●入場料・会費などを徴収しない**大きさ**B2判(73cm×52cm)**点数**40点**借用期日**の1カ月前までに市ホームページに掲載の「平和事業関連資料借用申請書兼借用書」に記入して、行政室(市役所3階)へ持参**問**同室☎445・1056

**木造住宅の無料耐震相談会**  
持参した平面図などを基に、簡易耐震診断と相談を行います。**対**市内で昭和56年5月31日以前に木造在来工法・枠組み壁工法により建築された専用住宅(2階建て以下)または併用住宅(居住部分2分の1以上)**時**7月23日(土)10時~15時(1件当たり40分程度)**所**東初富公民館**定**20人(申込先着順)**持**住宅の平面図など**申**7月12日(火)まで(必着)に、往復はがき住所・氏名・電話番号と「耐震診断希望」と記入して、県建築士会鎌ヶ谷支部耐震事務局(株)竹江設計事務所☎273-0134西佐津間1-18-1(申し込み結果は返信はがきで通知)**問**同事務局☎445・4064

**シニア従業員の**  
お仕事説明会in鎌ヶ谷  
高齢者の雇用を促進するため、(株)セブナイイレブン・ジャパンが開催します。**内**●同社社員による仕事内容の説明●高齢者従業員の体験談●希望者への個別相談会**対**60歳以上の人**時**7月25日(月)13時~15時(12時40分から受け付け)**所**総合福祉保健センター6階**定**30人(申込先着順)**申**同社千葉地区事務所☎043・274・6511

**無料就職相談会**  
働きたいを一步前へ  
キャリアコンサルタント・産業カウンセラーなどの専門家が就職に関するさまざまな相談に応じます。**対**39歳までの求職中の人、週20時間未満の非正規就労中の人  
※学生・既婚者、公的機関などの支援を受けている人  
を除く**時**7月19日(火)13時~16時(15時30分まで受け付け)**所**相談室2(市役所1階)**他**●毎月1回開催●詳しくはホームページ<http://natsudo-saposte.net>を参照**申**(火)の9時30分~17時にまつど地域若者サポートステーション☎047・703・8301

**金銭トラブルは「少額訴訟」でスピード解決!**  
少額訴訟は、敷金の返還、ネットオークションの代金請求などの60万円以下のトラブルを迅速に解決することを目指す。手続が簡単●トラブルを目的とした手続きです。**メリット**●判決までが早い●手続きが簡単●トラブルの内容や相手に応じた柔軟な解決ができる**他**詳しくは、ホームページ<http://www.courts.go.jp/saiban/ga-kanasai>を参照**問**千葉地方裁判所事務局☎043・333・5238

**夏休み中学生・高校生模擬裁判**  
弁護士による刑事裁判の説明の後、模擬裁判に参加します。**対**中学生・高校生**時**7月25日(月)9時30分集合、16時(千葉地方裁判所松戸支部(JR常磐線松戸駅から徒歩7分)**定**20人(申込先着順)**申**7月6日(水)9時から県弁護士会松戸支部☎047・366・1211

**養育費の無料法律相談**  
離婚に伴う養育費問題などの相談に応じます。**対**県内在住の人**時**8月6日(土)13時30分~15時30分(1人30分程度)**所**サンロード津田沼5階(新京成線京成津田沼駅から徒歩1分)**保**要申込**他**毎月第2(土)に県母子福祉会館(千葉市中央区亥鼻2-10-9)で相談会を開催**申**いづれも9時30分~16時30分(土・日・祝を除く)に(一財)県母子寡婦福祉連合会事務局☎043・222・5818または☎043・225・0608(相談日時は後日連絡)

**サマージャンポ宝くじ**  
収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われ、ぜひ県内の販売所で購入してください。**販売期間**7月6日(水)~29日(金)**抽せん日**8月9日(火)**費**1枚300円(通信販売でも購入可)**当せん**●1等15億円(23本)●1等前後賞11億円(46本)**他**サマージャンポミニ(1等7千万円)も同時発売

**小学生水泳教室**  
水に慣れたい人からクラス別に指導します。**対**市内在住の小学生(運動制限を受けている人を除く)**時**7月25日(月)~29日(金)8時~9時(7時30分から受け付け。全5回)**所**さわやかプラザ軽井沢**定**50人(多数抽選)**費**保険代250円**持**水着・ゴーグル・水泳帽・タオル・100円硬貨2枚**軽スポーツ**7月9日(土)9時20分~11時30分**所**北部小学校体育館

## 図書館ボード

所 図書館 問 図書館 ☎443・4946

**夏休みは図書館へ行こう!**  
平和図書展 平和について考えるきっかけとして展示します。**時**7月30日(土)~8月30日(火) 千羽鶴を折って広島へおくろう 平和を祈って鶴を折りませんか。折った鶴はまとめて広島市へ送ります。**時**7月2日(土)~8月14日(日) 夏休みスタンプカードたくさん本を借りてスタンプを集めよう!**時**7月16日(土)~9月4日(日) **所**図書館および各分館 **注**カードの発行は8月30日(火)まで **おすすめの本展示** **時**7月9日(土)~9月29日(木) **他**自由研究に役立つ本や課題図書なども展示

**子ども科学遊び講座 アイのある暮らし~カラフルな水たちの力~**  
オリンピックのエンブレムにも使われる藍色の染め物が、初めはどんな色か知っていますか?色を変える水の力で、きれいな藍染めを作りましょう。**対**小学校4~6年生**時**7月30日(土)10時~12時**定**35人(申込先着順)**師**柏の葉サイエンスエデュケーションラボ**持**使い捨てポンチョ(レインコート)、染めたい綿布(ハンカチサイズ以下)**服装**汚れてもよい服装**申**7月2日(土)10時から電話

**絵本の読み聞かせ**  
さくらんぼぐみ**対**0~2歳くらい**時**7月13日・27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**7月3日(日)11時~11時30分 いちごぐみ(会場は東部分館)**対**小学校低学年以下**時**7月10日(日)14時~14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**7月9日(土)15時から

**創作教室ザ・チャレンジ**  
「ロケットを作ろう!」**対**小学生(幼児は保護者同伴)**時**7月16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**7月1日(金)10時から電話

**シネマトーク付き上映会**  
「ホートン ふしぎな世界のダレダーレ」(吹替え)  
絵本作家ドクター・スースが1954年に出版した世界的ベストセラーを映画化。ジャングルの象ホートンが小さな国ダレダーレから助けを求められ、冒険に出る。**時**7月23日(土)15時30分~17時30分 **所**東部学習センター**定**40人(申込先着順)**申**7月1日(金)11時から図書館本館へ電話



©2008 Twentieth Century Fox Home Entertainment LLC.

# 健康ボード

甲冑宛先の記載のないものは健康増進課

**特定医療費(指定難病)受給者証更新手続き** 合福祉保健センター3階 甲 7月8日(金)までに ☎445・1393

**期間** 7月29日(金)まで **方法** 習志野健康福祉センター ☎275-0012 習志野市本大久保5-7-14 同センター ☎475・5153

**小児慢性特定疾病医療受給者証継続申請手続き**

**期間** 7月22日(金)まで **方法** ●鎌ヶ谷連絡所(総合福祉保健センター1階)窓口=9時~15時30分 ●習志野健康福祉センター窓口=(月)・(水)・(木)の9時~12時((祝)を除く) **問** 習志野健康福祉センター ☎475・5153

**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に受診しましょう。**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 **受け付け** 7月14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** ☎445・1394

**プレママ教室B**

**対** 妊娠7・8カ月の初めてお母さんになる人(第二子以降は要相談) **受け付け** ●7月15日(金)9時~9時15分 **所** 総合福祉保健センター3階 甲 ☎445・1394

**個別栄養相談**

食生活全般(離乳食・子どもの食事・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** ●7月15日(金)・26日(火)=13時~16時 ●7月21日(木)、8月1日(月)=9時~12時 **所** 総合福祉保健センター3階 甲 ☎445・1405

**離乳食教室**

栄養士による離乳中期の食事についての話と保護者による試食。**対** 7・8カ月児のいる人 **時** 7月22日(金)10時~11時30分 **所** 総合福祉保健センター3階 甲 ☎445・1405

**「かむ子・のびる子・元気な子」料理コンクール 献立募集**

8020運動を推進する目的で、丈夫な歯や、かむ力を育てる子ども向けの「健康かみかみ弁当」の献立を募集します。**対** 県内在住・在勤・在学の人 **他** コンクールを11月20日(日)に実施 **申** ホームページ <http://www.chiba-dha.net> および健康増進課(総合福祉保健センター1階)窓口で配布する応募用紙に記入して、8月26日(金)までに健康増進課 ☎273-0195 **問** ☎445・1394

## 27年度の受診・実施結果をお知らせします

### 特定健康診査・特定保健指導を受け、健康状態の確認を

**特定健康診査(特定健診)**  
40~74歳の国民健康保険加入者を対象に年に一度、医療機関で実施しています(受診期限は12月末。通院中の人も対象)。

- 27年度の結果**
- 受診率=33.8%(働き盛り世代の受診率が低い)
  - 異常なしの人=約7人に1人
  - 血液検査で基準値を超えた人=下図参照
  - メタボリックシンドローム(メタボ)の人=約4人に1人(予備群を含む)

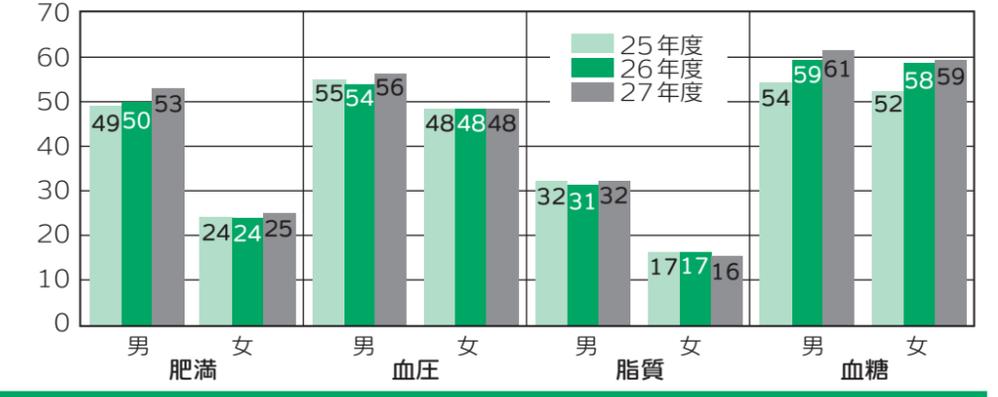
**特定健診を受診しましょう**  
1人当たりの医療費は、受診した人に比べ、受診していない人の方が高くなっています(26年度実績)。また、高血圧・糖尿病・脂質異常症や動脈硬化は、自覚症状が出にくく気がつかないうちに症状が進行します。年に一度の特定健診で、自分の体の健康状態をチェックしましょう。

**特定保健指導**  
保健師・管理栄養士が、メタボの予防・改善をサポートします。特定健診の結果が基準値を超えた人に、受診から約3カ月後に特定保健指導を案内します。

- 27年度の結果**
- 実施率=26.1%
  - 26年度に特定保健指導を受けた人のうち、27年度の健診結果で数値が改善し、メタボを解消した人=約4人に1人

**職場健診などの結果の提供を**  
職場健診などを受診した場合、健診結果と受診券を健康増進課(総合福祉保健センター1階)窓口へ持参するか郵送(〒273-0195)すると、特定健診を受診したことと見なし、必要な人に特定保健指導の案内をします。

**問** 健康増進課 ☎445・1418



## 7月のお知らせ!

- 主な施設の休み**
- 南初富・道野辺中央・北中沢・栗野コミュニティセンター=9日(土)(利用申込みのみ可)・10日(日)
  - 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)・きらり鎌ヶ谷市民会館=19日(火)
  - 図書館=下部欄外
  - 社会福祉センター=毎週(火)、18日(月)
  - スポーツ施設(弓道場・アーチェリー場を除く)=6日(水)
  - 郷土資料館=毎週(月)、19日(火)
- 有価物回収**
- 初小=4日(月)
  - 南部小=7日(木)
  - 鎌小=8日(金)
  - 道小=11日(月)
  - 中部小=13日(水)
  - 北部小=19日(火)
  - 五小=20日(水)
  - 東部小=25日(月)
  - 西部小=28日(木)
- 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	
登記・不動産相談注	11日(月)13時~15時	市役所/市民活動推進課 ☎445・1252
行政相談	13日(水)10時~12時	
交通事故相談	15日(金)10時~15時	☎445・1274
住宅増改築修繕相談	11日(月)13時~16時	
行政書士相談	28日(木)13時~16時	
人権擁護相談	14日(木)13時~15時	
女性のための相談	毎週(水)●9時30分~12時30分 ●13時30分~14時30分	市役所ほか/男女共同参画室 ☎445・1277※①
職業紹介	毎週(月)~(金)●10時~12時 ●13時~16時	市役所/わーくプラザ鎌ヶ谷 (無料職業紹介所)☎445・1240
消費生活相談	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(福センター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	毎週(月)~(金)9時~17時	市役所/学校教育課 ☎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	
心の相談	1日(金)・4日(月)・8日(金)・ 11日(月)・15日(金)・22日(金)・ 25日(月)、各10時~15時	市社会福祉協議会(福センター 5階)/☎444・6921
酒害相談	①17日(日)13時~15時30分 ②21日(木)18時~20時30分 ③26日(火)18時~20時30分	①③=中央公民館②=まなびい プラザ/鎌ヶ谷断酒新生会 (飯沼方)☎443・2557
精神保健福祉相談	14日(木)9時30分から	福センター/習センター ☎475・5152
ピアサポート相談	5日(火)14時から	習センター/習センター ☎475・5152
子育て相談	19日(火)9時15分から	習センター/習センター ☎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	8日(金)9時30分から	習センター/習センター ☎475・5154
精神障がい相談	13日(水)9時30分から	福センター4階/サポートネット 鎌ヶ谷☎443・9850(土)・(日)・ (祝)を除く9時30分~16時30分)
知的障がい相談	26日(火)9時から	福センター4階/障害者支援 施設もくせい園☎443・3408 (9時~17時)

注: 1日(金)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 習センター: 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 **各児童センターの休み** ●中央=24日(日) ●南=21日(木)9時~13時・15時30分以降、24日(日) ●北中沢=4日(月)・9日(土)・10日(日) ●栗野=9日(土)・10日(日) **図書館の休み** 4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)・29日(金)



## 中沢多目的グラウンドがオープン

7月1日(金)、中沢地区(下図参照)に多目的グラウンドがオープンします。

### 利用について

**対** 市内在住・在勤・在学の人

**開所時間** 9時～17時(利用は1回3時間まで)

※利用には、弓道場窓口での予約が必要です。予約開始日など詳しくはお問い合わせください

**所** 中沢849-1

**他** ●車でお越しの場合は、乗り合わせなどにご協力ください  
●野球・サッカーなどの球技は禁止です

**問** ●弓道場 ☎446・5910

●文化・スポーツ課 ☎445・1531



芝生のグラウンドで体を動かしてみませんか?

## 小中学校良い歯のコンクール審査結果

小中学校良い歯のコンクールが6月9日に総合福祉保健センターで開催されました。

船橋歯科医師会の審査により選ばれた、健歯児童・生徒および歯科衛生に関する図画・ポスター・標語の部の最優秀賞受賞者を紹介します(敬称略)。

### 健歯児童・生徒

#### 小学校の部

- 小林優雅(初富小6年)
- 笹原菜々果(道野辺小6年)

#### 中学校の部

- 鈴木康太(第四中3年)
- 早稲田奈那(第三中3年)



受賞者の皆さん

### 歯科衛生作品最優秀賞

#### 図画の部

- 津留崎七海(五本松小3年)

#### ポスターの部

- 星航太(南部小6年)
- 高橋実蘭(第四中1年)

#### 標語の部

- 水澤聖菜(南部小6年)
- 安川友菜(鎌ヶ谷中3年)

**問** 学務保健室 ☎445・1501

### ●新聞を購読していない皆さんへ

## 広報かまがや配達サービス

広報かまがやは、主に新聞折り込みにより皆さんへお届けしていますが、新聞を購読していない市民を対象に、ポスティング(新聞と同様にポストへ投函)による配達も行っています。

**申** 広報広聴室 ☎445・1088 / 窓口(市役所3階)

**注** ●直近発行の号から配達を開始できない場合があるため、お早めにお申し込みください

●住所変更や配達不要などの場合はお問い合わせください

**問** 広報広聴室 ☎445・1088

## 健康だより 食中毒にご用心!!

夏場は食中毒菌が増えやすく、食中毒の発生が多い時期です。次の原則を守り、食中毒予防に取り組みましょう。

### 食中毒菌を付けない：洗う

- 調理前、トイレ後、生肉・魚・卵を扱った後はよく手を洗う

### 食中毒菌を増やさない：低温で保存する

- 食材の購入時は、保冷剤を入れた保冷袋などを使用し、すぐに持ち帰る
- 保存温度は冷蔵庫で10℃以下、冷凍庫で-15℃以下にする
- 調理後は長時間室温に置かない
- 食品の解凍は冷蔵庫内か電子レンジで。再冷凍は危険

### 食中毒菌をやっつける：加熱・殺菌

- 調理器具などはすぐに洗い熱湯や漂白剤で消毒し、常に清潔な物を使う
- 食品の加熱は75℃で1分以上。電子レンジでの加熱不足には注意

### 食中毒菌が増えていても見た目では分からない場合があります

臭いや形状では分からない細菌性食中毒などは、気付かずに食べ、集団発生に至ることもあります。乳幼児や高齢者などは重症化しやすいため、食品の取り扱いには特に注意が必要です。

健康増進課

## きらりホール

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

### メダリスト三宅諒選手 トークショー in きらりホール

ロンドンオリンピック男子フェンシングフルーレ団体銀メダリストの三宅諒さんが、東京オリンピック・パラリンピックに向けて、夢や希望をテーマに話します。フェンシングの実技あり。**時** 7月24日(日) 15時から(14時30分開場) **保** 5人まで(申込先着順)。要申込 **他** 親子席8席(申込先着順。要申込)に限り未就学児入場可 **申** 1人5人分まで可



三宅諒

### 小学生から楽しめる「きらり夏落語」

発売中

**時** 8月6日(土) 14時から(13時30分開場) **費** ●一般=1,500円 ●小・中・高校生=500円 **出演** 丸一仙翁社中(太神楽)、立川こはる・立川晴の輔・立川志ら玉(落語) **保** 5人まで(申込先着順)。要申込 **他** ●全席指定 ●親子席8席(申込先着順。要申込)に限り未就学児入場可



市内出身の  
立川志ら玉

### 音楽とセリフで巡るシネマ旅行

発売中

ピアノとチェロのユニット「リベロバ」の世界観に映画のエッセンスを取り入れます。**出演** ムーンリバー・ひまわり・ひこうき雲ほか **時** 9月10日(土) 16時から(15時30分開場) **費** ●一般=3,500円 ●小・中学生=1,500円 **出演** 中村由利子(ピアノ)・植草ひろみ(チェロ)・白鳥英美子(シンガーソングライター)・紺野美沙子(女優)・白澤美佳(バイオリン) **保** 5人まで(申込先着順。要申込) **他** ●全席指定 ●親子席8席(申込先着順。要申込)に限り未就学児入場可



紺野美沙子

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