



鎌ヶ谷市マスコットキャラクター「かまたん」と北海道日本ハムファイターズ ファームマスコット「カビー・ザ・ベアー」



健康に過ごせる1年に

鎌ヶ谷市長 しみず きよし 清水 聖士

新年、明けましておめでとうございます。
鎌ヶ谷市民の皆さまにおかれましては、健やかな新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

更なる検査体制を整備

昨年、市民の皆さまには感染症対策にご協力いただき感謝申し上げます。

本市では、特別定額給付金をはじめ、新生児への「あふれるえがお出産給付金」等、一日も早く市民の皆さまに届けられるよう職員一丸となって取り組みました。また、新しい生活様式に対応するため、公共施設における非接触型の手洗い場の改修、避難所用備蓄品としてテント、間仕切り、マスク、消毒用アルコールの確保、介護サービス事業所に新たに入所する高齢者を対象にPCR検査を実施するなど、さまざまな対策を講じており、市内医療機関においても、更なる検査体制が整備されつつあります。

ワクチン接種対策室を設置

ワクチンにつきましては、厚生労働省の発表で

は米英の数社と供給契約を締結し、新年以降、体制が整い次第、接種を行うこととされておりますが、本市では庁内に「新型コロナウイルスワクチン接種対策室」を設置し、万全を期す所存です。ワクチンは安心につながる一つの材料と思われませんが、市民の皆さまには、ご家族を守るためにも引き続き感染防止の基本となる「マスクの着用」「小まめな手洗い」「ソーシャル・ディスタンス」など、ご協力をお願いいたします。

北千葉道路事業化へ

市内南北の交通はバイパス線でスムーズに

新型コロナウイルス以外の話題としまして、本市のまちづくりに大きな影響のある「北千葉道路」は鎌ヶ谷市から市川市までの約9kmの事業化に向けて、現在、県において都市計画等の変更手続を進めており、今年度中に完了する予定です。中央に高速道路となる専用部、その両側に一般道路を配し、市内には、東京方面と成田方面のインターチェンジがそれぞれ1カ所ずつ設置される予定です。

北千葉道路は市内を東西に横断する道路ですが、市内を南北に通る県道船橋・我孫子線(通称：船取線)につきましては、北千葉道路の建設にあわせて「県道船橋・我孫子バイパス線」を整備する予定で、これにより市内の南北の交通は分断されず、スムーズな車両の往来が可能となる見込みです。なお、詳細な道路構造については、市民の皆さまが

利用しやすいものとなるよう、事業を進める中で、国や県と協議してまいります。

完成時には鎌ヶ谷市から都心の首都高速道路まで高速道路でつながることとなり、物流の効率化、地域の活性化、市内道路の渋滞緩和、災害時緊急輸送路としても期待されます。

本年も県や沿線市と連携し、令和3年度の国直轄事業化実現に向け取り組んでまいります。

市制50周年

最後に、本市は今年9月1日に市制50周年を迎えます。

明治22年に鎌ヶ谷村が誕生して以来、一度も他の市町村と合併することなく、昭和33年に町へ、昭和46年に市制を施行しました。

私鉄4路線を有し、都心にも近いといったセールスポイントに加え、市内には梨畑などの緑も多く、「自然と調和した住みやすい街」として、市制開始時には約4万人であった人口も平成30年には11万人に達する規模に発展してきました。

本年も、子どもからお年寄りまで、あらゆる世代の人々が、安心して暮らし、学び、活躍できるまちづくりに取り組んでまいります。

市民の皆さまにとって、今年はウイルスの脅威が去り、健康に過ごせる1年となりますよう祈念いたしまして、新年の挨拶とさせていただきます。



普段からいる人と静かな年始を

問 健康増進課 ☎ 445・1390



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のためのお願い

年始は、親族や友人との交流が楽しみな時期ですが、今年は新型コロナウイルス感染症の拡大が心配されます。特に、飲食を伴う会食においてクラスター(患者集団)の発生が多く見られます。新年会などは、なるべく普段から一緒にいる人と少人数で開催しましょう。

- ☑ 飲酒は短時間で。深酒・はしご酒は控える
- ☑ 回し飲みや箸の共用はしない
- ☑ 席の配置は斜め向かいに(正面や真横はなるべく避ける)
- ☑ 会話するときはマスク着用(自家用車などでの移動時にも注意)
- ☑ 1時間に1回程度は換気を
- ☑ 体調が悪い人は参加しない
- ☑ 風邪など体調不良のときは外出を控え、自宅で療養する
- ☑ 国のガイドラインを遵守している飲食店を利用する



コロナ禍の冬の意外な盲点！脱水に注意しましょう

新型コロナウイルス感染症への対策として、長時間マスクをすることが増えているかと思いますが、マスクをしていると、自分の息で口の周りが湿っているように感じ、脱水症状の重要なサインである「のどの渇き」に気がつくにくくなります。加えて、水分補給が面倒になったり、感染防止の観点からマスクを外すことをためらってしまったりすることで、水分補給の機会が減ってしまいます。

次のことに気を付けて、脱水症状にならないように注意しましょう。

小まめな水分補給を心掛ける

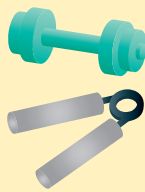
1日3回の食事時の他に、あと5回は水分補給タイムをとるようにしましょう。例として起床時や入浴の前後などが挙げられますが、自身の生活に合ったタイミングで問題ありません。小まめに水分を補給しましょう。

また、室内であまり動かない場合でも、暖房器具の使用で乾燥しがちなので注意しましょう。

日頃から体調管理と体づくりを意識する

筋肉には水分を蓄える効果があるため、筋肉量が減少することでも脱水のリスクが高まります。

現在は、外出自粛などによる運動量の低下に伴い、筋肉量の減少も想定されるので、適度に運動を行うことで、筋肉量を維持しましょう。もちろん、運動の前後に水分補給を忘れないようにしましょう。



重症化リスクが高い人が感染しないために

重症化リスクが高いとされる高齢者や基礎疾患(慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満)がある人は、感染リスクが高い場所(東京都などの感染が拡大している地域や、「3つの密」となる場所など)への不要不急の外出は控えましょう。

また、重症化リスクが高い人と同居している人は、新型コロナウイルス感染症が「感染しても症状が出ない場合があり、知らないうちに周囲の人へ感染させてしまうことがある」ということを常に心に留めて、感染防止対策に細心の注意を払いましょう。

「ヒートショック」にもご注意を！

人体は、急激な温度変化に対応しようとする時、血圧を上げたり下げたりします。冬季は、室内と室外の温度変化が大きいことから血圧の変動が起きやすく、一時的な失神だけではなく、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすこともあります。



発熱などの症状が出たら ▶ 発熱などに関する相談窓口

発熱などの症状があり受診を希望する場合は、必ず病院に行く前に身近なかかりつけ医などに電話で相談してください。かかりつけ医がいないなど、相談先がない場合は、次へご相談ください。

市健康増進課

問 8時30分～17時((土)・(日)、祝日を除く)に
☎ 445・1390 / ☎ 445・8261

千葉県発熱相談
コールセンター

問 ☎ 03・6747・8414 (24時間365日)

申請は 令和3年1月31日 まで

鎌ヶ谷市経営支援給付金の申請はお済みですか？

問 商工振興課 ☎ 445・1240

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、売上高などが減少している市内の中小企業者や個人事業主に対して、1事業者につき20万円を給付しています。申請期限が近づいていますので、忘れずにお申し込みください。

主な対象要件

- 原則として1カ月(令和2年1月～12月までの任意の月)の売上高が前年同月と比較して3分の1以上減少していること
- 令和2年1月1日現在、市内に本店または主たる事業所を有すること
- 事業収入を得ていること(給与収入や雑収入は対象外)

申請期間 ●郵送申請=1月31日(日)まで(消印有効)

●窓口申請=1月29日(金)17時まで

申請書配布場所 市ホームページおよび商工振興課窓口

※申請書の郵送配布を希望する人は、商工振興課へご連絡ください



鎌ヶ谷市消防団員



地域を災害から守る“担い手”を募集します！

市消防団は、消防団本部・女性部・8個分団の定員177人で組織されています。それぞれ自分の仕事を持ちながら、地域に密着して活動し、地域防災の担い手として住民の安全と安心を守るという重要な役割を担っています。

消防団員は非常勤特別職の公務員に該当し、火災などで出動した場合には手当が支給されます。満5年の勤務で、退団した場合には退職報償金が支給されます。

興味がある人は、お気軽にご連絡ください。

応募資格 次の条件を全て満たす、18歳以上の人

- 市内もしくは近隣市に居住している、または市内在勤・在学である
- 心身が健康で、防災やボランティア活動に興味がある
- 各種訓練や消防団活動に参加できる

問 消防本部警防課 ☎ 444・3235 / ☎ 445・1224



第18回

鎌ヶ谷市美術展覧会

開催中止

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、3月上旬に開催を予定していた「鎌ヶ谷市美術展覧会」の開催を中止します。

問 文化・スポーツ課 ☎ 445・1528

パブリックコメント 募集

第3期鎌ケ谷市障がい者計画(案)
第6期鎌ケ谷市障がい福祉計画(案)
第2期鎌ケ谷市障がい児福祉計画(案)

問 障がい福祉課 ☎445・1305

障がい者施策に関する基本的な考え方を定める「第3期鎌ケ谷市障がい者計画(案)」と、障がい者や障がい児に対する必要なサービスの見込み量を示した「第6期鎌ケ谷市障がい福祉計画(案)」、「第2期鎌ケ谷市障がい児福祉計画(案)」への意見を募集します。

閲覧場所 市ホームページ、障がい福祉課(総合福祉保健センター2階)、情報公開コーナー(市役所3階)、各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)、図書館本館

提出期限 1月19日(火)まで(必着)

提出方法 意見用紙(様式自由)に住所・氏名(法人・団体の場合は併せて所在地・団体名・代表者名)と意見を記入して、障がい福祉課 ☎〒273-0195/窓口(総合福祉保健センター2階)へ持参/☎443・2233/✉syougaisyomu@city.kamagaya.chiba.jp



鎌ケ谷市協働のためのアクションプラン22(案)

問 市民活動推進課 ☎445・1274

地域の多様な主体がともに支え合い、より主体的なまちづくりを行うための「鎌ケ谷市協働のためのアクションプラン22(案)」について意見を募集します。

閲覧場所 市ホームページ、市民活動推進課(市役所1階)、市民活動推進センター(さくら鎌ケ谷市民会館内)、情報公開コーナー(市役所3階)、各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)、図書館本館

提出期限 1月20日(水)まで(必着)

提出方法 意見用紙(様式自由)に住所・氏名(法人・団体の場合は併せて所在地・団体名・代表者名)と意見を記入して、市民活動推進課 ☎〒273-0195/窓口(市役所1階)へ持参/☎445・1400/✉sikatu@city.kamagaya.chiba.jp



第4次鎌ケ谷市歩道等総合整備計画(案)

問 道路河川管理課 ☎445・1457

歩行者などが安全で安心に通行できる道路環境の整備を進めるための「第4次鎌ケ谷市歩道等総合整備計画」への意見を募集します。

対象 ●市内に住所を有する ●市内に事務所または事業所を有する ●市内に通勤・通学している ●市内の高齢者福祉施設などを利用している

閲覧場所 市ホームページ、道路河川管理課(市役所4階)、情報公開コーナー(市役所3階)、各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)、図書館本館

提出期限 1月22日(金)まで(必着)

提出方法 意見用紙(様式自由)に住所・氏名(法人・団体の場合は併せて所在地・団体名・代表者名)と意見を記入して、道路河川管理課 ☎〒273-0195/窓口(市役所4階)へ持参/☎445・1400/✉kotuanzen@city.kamagaya.chiba.jp



注意

- 電話などの口頭による意見や匿名の意見は、パブリックコメントの扱いとなりません
- 意見に対する市の考え方は、個人情報を除いて市ホームページなどで公表します(個別回答は行いません)

観光タウンミーティング

つないで築く、かまがやエール飯

テイクアウトプロジェクト

問 商工振興課 ☎445・1240

観光タウンミーティングは、鎌ケ谷を市内外に魅力発信できる素材を発掘し、鎌ケ谷にしかないオンリーワンを情報発信することを目的に、平成25年度から実施しています。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で落ち込んだ地域経済の活性化を後押しするため、鎌ケ谷高校料理研究部と市内飲食店が協働して、テイクアウトメニューを共同開発しています。

Interview 鎌ケ谷高校料理研究部顧問(教諭) 室井 友希さん



新型コロナウイルス感染症の影響で発表する機会が極端に少なくなった中、このように地域の人々と繋がり、貴重な体験をさせてもらっていることを嬉しく思います。

今回の取り組みでは、生徒たちが考案したレシピを形にして、実際にお店で販売するとのことだったので、普段の活動では考えなかった原価計算であったり、食材の組み合わせだったり、試行錯誤しながら色々と学ばせてもらいました。

今回のレシピは「生パスタ専門店もちりーの」さんと、テイクアウト商品として販売する予定となっていますので、ぜひ皆さんも一度ご賞味ください。

観光タウンミーティング 2020写真展

地元高校生たちが、地域のために商品開発に取り組む姿、地域と関わりを持っていく姿をぜひ写真展でご覧ください。

期間 1月5日(火)～20日(水)

場所 市役所1階 市民ホール

わが街の未来予想図 ～北千葉道路物語～



鎌ケ谷市長をはじめ、関係市の市長が「北千葉道路」に焦点を当て、周辺地域の現状や課題、各市の取り組み、完成への期待などを語ります。

日時 1月2日(土) 15時から

問 千葉テレビ ☎043・311・3100



東葛の市長 新年の挨拶



鎌ケ谷市長をはじめ、東葛飾地域の市長が市民の皆さんへ、新年の挨拶と今年の抱負を語ります。

日時 1月1日(金)～7日(木)

※放送時間について詳しくは、J:COMホームページをご覧ください

問 J:COMカスタマーセンター ☎0120・999・000



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!



情報ひろば

※新型コロナウイルス感染症の状況により、イベントなどが中止となる場合があります



イベント

認知症高齢者をかかえる家族交流会 ～介護者同士で語り合いませんか?～

一人で悩まず、介護者同士でさまざまな悩みや疑問、経験を語り合う交流会です。専門職や介護の経験者も参加します。

対 認知症の人を介護している人(市外の人や認知症本人も可)

時 1月27日(水) 10時30分～12時

所 総合福祉保健センター3階

定 15人程度

申 南部地域包括支援センター ☎441・7370

家庭教育セミナー「思考力をアップする親子のコミュニケーション」

「時代がどんなに変わっても、子どもたちが自分で考え行動し、幸せを実現してほしい」をテーマとして、親子でコミュニケーションを取りながら、子どもたちの思考力をアップする親子参加型セミナーを開催します。

対 市内在住の親子

時 1月31日(日) 14時～16時

所 中央公民館 集会室

定 20組(申込先着順)

師 (一社) アイルゴー代表理事の榎本美紅さん

持 筆記用具

他 講演後、オリジナルエコバック作成もあります

申 1月5日(火) 9時以降に中央公民館 ☎445・2012/窓口



お知らせ・相談

柏・白井・鎌ヶ谷環境衛生組合 令和3・4年度の競争入札参加資格 審査申請の受け付け

令和3・4年度の競争入札参加資格審査申請の受け付けを行います。

受付期間 1月6日(水)～1月29日(金)((土)・(日)、祝日を除く)

他 要綱など詳しくは、同組合ホームページで確認してください

申 同組合総務課に持参/〒273-0131 軽井沢2102-1

問 同組合総務課 ☎443・7497

3月1日から障がい者の法定雇用率が引き上げになります

民間企業は2.3%、国・地方公共団体などは2.6%、都道府県などの教育委員会は2.5%になります。

また、対象となる事業主の範囲が、従業員43.5人以上に広がります。

問 千葉労働局職業安定部 ☎043・221・4392



募集

子育て支援コーディネーター (パートタイム会計年度任用職員)

内 ●利用者の個別ニーズを把握し、利用する事業の相談および円滑化を図る

●関係機関との連絡調整、連携・協働の体制づくりを図る

●地域の子育て資源の育成、地域課題を発見し、必要な社会資源を開発する

●市の子育て支援策、子育てサークル活動など、積極的な広報・啓発活動を行う

勤務日 4月1日～4年3月31日の(月)～(金)で、週2～3日程度

勤務時間 8時30分～17時15分のうち7時間

所 こども支援課

定 1人 **賃金** 時給1,400円

※交通費別途支給

他 社会保険加入有り

申 1月29日(金)までに事前連絡の上、写真を貼った履歴書を同課窓口(総合福祉保健センター2階)に本人が持参

問 同課 ☎445・1320



講座・講演

甲種防火管理新規講習会(後期)

防火管理者として必要な資格を取得するため、講習会を開催します。

時 2月16日(火)・17日(水)の各9時50分から(9時20分から受け付け)

所 まなびいプラザ

定 36人

費 8,000円

注 受講申込書は、(一財)日本防火・防災協会ホームページ、市消防本部および市内各消防署で配布

申 1月5日(火)～1月12日(火)に同協会ホームページから、または平日9時～16時に同協会 ☎03・6274・6977

問 ●同協会 ☎03・6263・9903

●消防本部予防課 ☎444・3273

市内中学生が活躍

優秀な成績を収めた生徒を紹介

問 学校教育課 ☎445・1518

市内中学校の部活動で優秀な成績を収めた生徒を紹介します。

※本年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で県総合体育大会は開催中止となりました

個人

千葉県中学校新人体育大会 陸上競技	男子共通1500m	第1位	根本 佳信(第三中2年)
	男子共通110mハードル	第4位	神成 怜有琉(第四中2年)
関東中学校駅伝競走大会	1区 区間賞	根本 佳信(第三中2年)	

団体(◆…関東大会出場)

千葉県中学校駅伝大会	第4位◆	第三中 男子陸上部
全日本オンライン学生ギターフェスティバル2020	金賞	第五中 ギター部

堆肥販売もあります



せんていし

梨剪定枝チップを配布します!

問 農業振興課 ☎445・1233

市の特産品である梨は、おいしく実らせるために、毎年必ず剪定作業を行っています。

市では、剪定した枝の一部を破砕機でチップにして、希望者に配布しています。用途はさまざまですが、ガーデニングや雑草防止のための敷材などに使えます(肥料には向きません)。

また同日、梨剪定枝で作った堆肥の販売も行います。

日時 2月13日(土) 9時30分～11時30分、13時30分～15時30分

場所 市内中沢地区

※市役所での配布は行いません

費用 ●チップ=無料

●堆肥(約10kg、袋入り)=20円

注意 ●チップは、案内する時間内に燃やすごみ袋(25リットル)に各自で詰める

●堆肥は袋入りのみで、1人5袋まで(当日の追加不可)

●詳しい配布日時・場所などは申し込み後に通知します

●申込多数の場合、チップ・堆肥の受け付け量や時間を調整します

●堆肥の成分を事前に知りたい人は、お問い合わせください

申し込み 次のいずれかの申し込み方法で

▶住所・氏名・電話番号(日中連絡が取れる番号)と、希望するチップ・堆肥の袋数、受取希望時間帯(第二希望まで)を記入して、1月4日(月)～1月15日(金)(必着)に

農業振興課 ☎〒273-0195/☎445・1400

▶農業振興課 ☎445・1233

▶市ホームページの申し込みフォームから



申し込みフォーム

国民健康保険・後期高齢者医療制度の 傷病手当金

対象期間を3月31日まで延長

新型コロナウイルス感染症に感染した、または感染の疑いがあり仕事を休んだ従業員を対象に支給する、傷病手当金の対象期間を3月31日まで延長します。対象者は忘れずにお申し込みください。

対象 国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している、次のいずれかの条件を満たす人

●新型コロナウイルス感染症に感染し、仕事を休んだ

●発熱などの症状があり、新型コロナウイルス感染症の感染が疑われ仕事を休んだ

※詳しくはお問い合わせください

対象期間 3月31日(水)まで

支給額 直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額を就労日数で割った金額×3分の2×支給対象日数

注意 ●事業主や医療機関の証明が必要です

●療養期間中に給与などが支給されている場合、傷病手当金の全部もしくは一部の支給が制限される場合があります

●支給額には上限があります

申し込み 保険年金課窓口(市役所1階)または市ホームページから申請書をダウンロードして保険年金課窓口へ持参/☎〒273-0195

問 ●国民健康保険について=保険年金課 ☎445・1204

●後期高齢者医療制度について=県後期高齢者医療広域連合 ☎043・216・5013/保険年金課 ☎445・1207



無料

耐震相談

を受けてみませんか?

問 建築住宅課 ☎445・1466

県建築士会鎌ヶ谷支部から相談員派遣の協力を受け、耐震相談を実施します。まだ耐震診断を行っていない人は耐震診断に併せ、無料で耐震に関するアドバイスも受けられます。

日時 1月23日(土) 10時～15時(1件当たり40分程度)

場所 東部学習センター

対象建築物 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(居住部分が2分の1以上のもの)

※建築年、工法などが分からない場合はお問い合わせください

持ち物 住宅の平面図など

※手書きで作成したものでも可

※図面作成が難しい場合は、職員が希望者宅に訪問して図面を作成します

申し込み 1月8日(金)までに建築住宅課窓口(市役所4階)／☎445・1466／
✉sidou@city.kamagaya.chiba.jp

定員 10人(参加者は1件につき1人まで)



木造住宅耐震改修等補助制度

耐震改修等に係る費用について最大60万円の補助を行っています。
対象となる住宅には条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

県動物愛護センターからの
お知らせ

問 県動物愛護センター東葛飾支所 ☎04・7191・0050

県動物愛護センター東葛飾支所では、動物の適正飼養の啓発を目的とした「犬のしつけ方教室」の開催や、事情があつて犬や猫を譲りたい飼養者に対して新しい飼い主を探す機会を提供する「犬と猫との出会いの場」など、さまざまな動物愛護事業を実施しています。

詳しくは、県動物愛護センターホームページをご覧ください。

県ホームページ

犬のしつけ方教室(予約制)

県動物愛護センター職員が、講習としつけのデモンストレーションを行います。実技講座は(公財)千葉県動物保護管理協会の専門講師による指導を犬と一緒に受けられます。

基礎講座

日時 1月13日(水)、2月9日(火)、3月9日(火)の各13時30分～15時30分

実技講座

日時 ●1月27日、2月24日、3月24日の各(水)9時30分～11時30分
●2月27日(土)13時30分～15時30分

費用 3,300円

愛猫教室(予約制)

猫についての基本的なことや飼い方、健康管理のこつが学べます。

日時 3月13日(土)9時30分～11時30分 **費用** 1,100円

伝言板

内容・日時など詳しくは、各団体にお問い合わせください

掲載のさまり 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原則各施設へ 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

鎌っ子リーダー研修会
グループワークと1泊2日の野外活動。**対** 市内在住の小学校6年生 **時** ①1月23日(土)9時30分～12時②3月20日(土)～21日(日)の1泊2日③4月25日(日)9時30分～12時 **所** ①③＝総合福祉保健センター、②＝手賀の丘少年自然の家 **定** 10人(多数抽選) **費** 3,000円 **申** 1月10日(日)までに鎌ヶ谷市子ども会育成会連絡協議会 高瀬✉kamagaya.kodomokai@gmail.com

会員募集

きらり同好会
パソコン技術の習得。**対** 文字入力と簡単な操作ができる人 **時** 第1・3(水)9時～12時 **所** まなびいプラザ **定** 若干名 **月** 1,500円 **申** 青柳 ☎443・7059

市が掛け金の一部を補助します
中退共制度

問(独)勤労者退職金共済機構 ☎03・6907・1234

中退共(中小企業退職金共済)は、中小企業が加入しやすい国の退職金制度で、掛け金は全額非課税、社外積立で管理も簡単です。パートタイマーや家族従業員でも加入できます。

申し込み 金融機関、委託事業主団体などで配布する申込用紙に記入・押印して、金融機関へ

新たに加入した従業員の掛け金を

20%助成

します

該当する従業員の掛け金に対し、加入時から12カ月目までを対象期間として1人につき20%(12,000円を上限)を補助します。

※途中の退職者についても、令和2年度中の納付があれば対象

※対象者がいる事業所には1月中旬に書類を送ります

交付条件 中退共の契約を締結し、次の要件をすべて満たしていること

- 市内に事業所を有している
- 1年以上継続して事業を営んでいる
- 市税を滞納していない
- 令和2年1月～12月の期間に共済掛け金を納付している

申し込み 1月29日(金)までに、必要書類を持参して商工振興課窓口(市役所2階)

問 商工振興課 ☎445・1240



♪ 1966カルテット ♪ 問 さらりホール ☎441・3377

**ザ・ビートルズクラシックス with 鎌ヶ谷少年少女合唱団**

ビートルズ初来日の年を冠した、2本のバイオリンとチェロ、ピアノによる「1966カルテット」。演奏はもちろん、ステキなトークとおしゃれでスタイリッシュなパフォーマンスが楽しめる魅力満載のコンサートです！

当日限りのスペシャル企画！鎌ヶ谷少年少女合唱団の歌声とのコラボレーションステージもお見逃しなく！

日時 1月17日(日) 13時30分から(13時開場)

場所 さらりホール

費用 ●一般=3,000円(友の会会員=2,500円)

●高校生以下=1,200円(友の会会員=1,000円)

※友の会料金は、公演前日までの入会者のみ適用

その他 ●全席指定

●親子席(要予約)のみ未就学児入場可

●購入したチケットのキャンセル・変更はできません

●新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、入場人数を制限しています

申し込み さらりホール窓口／☎441・3377



さらりホールのために、コメントと一曲分の演奏が寄せられました。さらりホールホームページから動画で視聴できます。



さらりホール
ホームページ



発売中/

**市民の歌
「さらり鎌ヶ谷」CD**

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「さらり鎌ヶ谷」のCDを販売しています。この歌は「さらり鎌ヶ谷体操」でも使われているものです。

販売場所 広報広聴室(市役所3階)

販売価格 1枚500円

問 広報広聴室 ☎445・1088

**さらり鎌ヶ谷 歌詞(1番)**

空にさらり 風がさらり
なにげなく 花の香り
同じ季節 同じ街に
私たちは生きている…
人を愛するように
ときめいて 涙ぐんで
大好きなこの町 鎌ヶ谷です



ごみの分別に迷ったら スマートフォン向け

ごみ分別アプリが便利！

問 クリーン推進課 ☎445・1223

ごみに関する疑問解決に役立つスマートフォン向けアプリケーション「ごみ分別アプリ」をご活用ください！

主な機能**ごみ分別辞典**

品目名から分別方法を検索できます。

**収集日カレンダー**

お住まいの地域の収集日をカレンダー形式で確認できます。また、出し忘れがないようにごみの収集日をアラートでお知らせします。

インストール方法

「Google Play」または「App Store」で、「鎌ヶ谷市ごみ分別アプリ」を検索してダウンロード



Google Play



App Store

図書館ボード

記載がないものは
所 図書館本館
問 図書館本館 ☎443・4946

絵本の読み聞かせ

さくらんぼぐみ

対 0～2歳程度

時 1月13日・27日の各(水) 10時45分～11時・11時15分～11時30分(いずれも15分前から受け付け)

定 各3組(当日先着順)

ひまわりぐみ

対 小学校低学年以下

時 1月10日(日) 11時～11時30分(15分前から受け付け)

定 5人(当日先着順)

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 1月9日(土) 15時～15時30分(15分前から受け付け)

定 5人(当日先着順)

**映画「ルイスと不思議の時計」(字幕)**

内 魔法使いの伯父さんの家に引っ越してきたルイス。伯父さんや隣人の魔女とともに、屋敷に隠された邪悪な力を持つ時計を見つけるべく奮闘します

時 1月23日(土) 13時30分～15時30分(15分前から開場)

所 東部学習センターレインボーホール

定 50人(申込先着順)

申 1月6日(水) 11時以降に図書館へ電話

**祝日などのごみの収集・自己搬入**

問 ●クリーン推進課 ☎445・1223

●クリーンセンターしらさぎ ☎443・5300

年始はごみの持ち込みが多くなることから、受け付けまでに3時間程度かかることがあります。また、ごみの持ち込みが増えることで交通渋滞が発生し、周辺住民や通行者にも迷惑が掛かってしまいます。

粗大ごみ以外のごみはごみステーションに出すなど、計画的なごみの処理へのご協力をお願いします。

	1/1(金)	1/2(土)	1/3(日)	1/4(月)	1/11(月)
収集	×	×	×	○	○
自己搬入	×	×	×	○	×

※収集は、その曜日に収集する地域のみ実施

1月の有価物回収

- 南部小=7日(木)
- 鎌小=8日(金)
- 道小=12日(火)
- 中部小=13日(水)
- 初小=14日(木)
- 北部小=18日(月)
- 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



健康・福祉ボード

☎ 問宛先の記載のないものは健康増進課

Welcome Baby Advice

～完全予約制の個別相談～

内 ①生活・出産・栄養編「妊娠中の生活・食事のポイント」
②歯の健康編「歯科健診・虫歯予防」
③産後の生活・育児編「沐浴実習・産後の過ごし方」

対 初めてお母さんになる人(妊娠5カ月以上を推奨。第2子以降を妊娠中の人は要相談)
※③は両親での参加可

時 ①=1月13日(水)9時から
②=1月21日(木)13時から
③=2月20日(土)9時から
※時間は申し込み時に相談

所 総合福祉保健センター3階

申 ☎445・1393



妊娠中にも歯科健診を受けましょう

～無料健診(完全予約制)のご案内～

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。健診後、セルフケア方法をお伝えします。

内 歯科健診・結果説明

時 1月21日(木)13時～15時
※時間は申し込み時に相談

所 総合福祉保健センター3階

持 母子健康手帳

申 ☎445・1394

栄養士による個別相談

離乳期の子どもから大人まで、食に関する相談に栄養士が応じます。

時 1月8日(金)・27日(水)の各13時30分～16時30分

所 総合福祉保健センター3階

定 各日3人(申込先着順)

申 ☎445・1546

歯周病検診

歯と歯茎の健康チェックをしましょう

☎ 問 健康増進課 ☎445・1394



歯周病は、痛みを伴わずに徐々に進行するため、気が付かないうちに重症化している人が非常に多い病気です。歯がぐらぐらになってから慌てて治療するのではなく、早い段階から予防することが大切です。また、歯周病の原因菌は20代のうちに定着すると言われています。「自分にはまだ関係ない」と思わずに、若い人でも受診しましょう。

対象者には令和2年3月下旬に受診券を送付したので、ご確認ください。

内容 問診・歯科健診・保健指導

対象 ●20歳(平成12年4月2日～13年4月1日生まれ)
●30歳(平成2年4月2日～3年4月1日生まれ)
●40歳(昭和55年4月2日～56年4月1日生まれ)
●50歳(昭和45年4月2日～46年4月1日生まれ)
●60歳(昭和35年4月2日～36年4月1日生まれ)
●70歳(昭和25年4月2日～26年4月1日生まれ)

期間 1月31日(日)まで

場所 指定歯科医療機関 **費用** 500円

注意 受診する歯科医療機関に要予約



健康だより

こうくう 口腔がんのセルフチェックをしよう!



口腔がんをご存知ですか?口腔がんは日本で年間約6,000人がかかり、約3,000人の人が亡くなるとわれています。早期がんの5年生存率は90%ですが、進行がんでは50%と低くなります。治療しても機能障害が残ることがあり、早期の発見と治療が重要です。

口腔がんは、口の中でも舌や歯茎によく見られ、口の中を観察すれば自分でも発見できる病気です。初期段階では痛みが少なく、痛みが出てきたときにはすでに進行しているケースが多くみられます。

毎日セルフチェックを行い、気になる症状が見られた場合には、放置せずに早めにかかりつけ歯科医や、口腔外科を受診しましょう。

健康増進課

かかりやすい要因

- 喫煙
- 飲酒
- 口の中の衛生状態が悪い
- 虫歯の放置
- 合わない義歯や、被せ物、口の乾燥などによる慢性的な刺激
- 栄養不良

セルフチェック

- ☒ 腫れやしこりはないか?
- ☒ 口腔内に痛みはないか?
- ☒ 粘膜が赤くなっていたり、白くなっていないか?
- ☒ 2週間以上治らない口内炎があるか?
- ☒ 合わない入れ歯を使っていないか?
- ☒ 舌や頬の動きが悪くなっていないか?
- ☒ 口臭はないか?
- ☒ 歯のぐらつきはないか?

☎ 問 健康増進課 ☎445・1394

1月のお知らせ!

主な施設の休み

- コミュニティセンター=下部欄外
- 各児童センター=下部欄外
- 多文化共生推進センター=1日(金)～3日(日)
- 社会福祉センター=毎週(火)、1日(金)～3日(日)・11日(月)
- まなびいプラザ・学習センター(各公民館)・さくら鎌ヶ谷市民会館=1日(金)～3日(日)
- 図書館=毎週(月)(11日を除く)、1日(金)～3日(日)・12日(火)・29日(金)
- スポーツ施設(福太郎テニスコートを除く)=1日(金)～4日(月)
- 郷土資料館=毎週(月)、1日(金)～3日(日)・12日(火)

相談名など	日 時	場所/問い合わせ
法律相談(弁護士在室) 	8日(金)・12日(火)・19日(火)・26日(火)の各13時～17時	市役所/市民活動推進課 ☎445・1274(つながらない場合は☎445・1141)
登記・不動産相談 	18日(月)13時～16時	
行政相談 	13日(水)10時～11時	
住宅増改築修繕相談 	18日(月)13時～16時	
交通事故相談 	15日(金)10時～15時	
行政書士相談 	28日(木)13時～16時	市役所など  2/男女共同参画室 ☎445・1277(つながらない場合は☎445・1141)
女性のための相談 	毎週(水)●9時30分～12時20分 ●13時30分～14時20分	
職業紹介	毎週(月)～(金)●10時～12時 ●13時～16時	
就職相談 	19日(火)●13時から ●14時から ●15時から	市役所/まつど地域若者サポートステーション☎047・703・8301
消費生活相談(予約優先)	毎週(月)～(金)●10時～12時 ●13時～16時	市役所2階/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	福センター2階/家庭児童相談室 ☎445・1349
ひとり親家庭相談	毎週(火)・(木)9時30分～16時	
青少年相談(非行関係など)	毎週(月)～(金)9時～16時	まなびいプラザ1階/青少年センター☎445・4307

教育相談	毎週(月)～(金)13時～16時	まなびいプラザ2階/ふれあい談話室☎445・4953
就学相談 	毎週(月)～(金)9時～17時	市役所/指導室☎445・1518
心配ごと相談	毎週(水)10時～14時	福センター5階/市社会福祉協議会☎444・6921(電話相談のみ)
心の相談 	毎週(月)・(金)10時～14時	
酒害相談	①17日(日)12時～16時 ②21日(木)17時～21時 ③26日(火)17時～21時	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
認知症相談 	12日(火)13時～15時	福センター2階/高齢者支援課☎445・1384
精神保健福祉相談 	12日(火)14時から	福センター3階/福保健所☎475・5152
	28日(木)14時から	
障がい相談 	26日(火)9時から	福センター4階/なしねっと☎443・3408(9時～17時)
障がい者就労相談 	21日(木)9時～12時	市役所1階/障害者就業・生活支援センターあかね園☎452・2718

注: 4日(月)8時30分から予約開始(先着順)  : 要予約 福センター: 総合福祉保健センター 福保健所: 習志野保健所 ※1: 予約は開催日の2日前まで ※2: 場所は予約時にお知らせ

各コミュニティセンターの休み ●鎌ヶ谷・南初富・道野辺中央・くぬぎ山・北中沢=1日(金)～3日(日) ●栗野=1日(金)～3日(日)・19日(火) **各児童センターの休み** ●中央・南=毎週(日)、1日(金)～3日(日)・11日(月) ●北中沢=毎週(日)、1日(金)～3日(日)・11日(月)・26日(火)13時から ●くぬぎ山=毎週(日)、1日(金)～3日(日)・11日(月)・14日(木) ●栗野=毎週(日)、1日(金)～3日(日)・11日(月)・19日(火)

2021年北海道日本ハムファイターズ 新入団選手を紹介



背番号
17

投手 右投左打 **伊藤 大海**

1997・8・31生まれ(北海道)
苫小牧駒澤大学 176cm/82kg



背番号
50

外野手 右投左打 **五十幡 亮汰**

1998・11・27生まれ(埼玉県)
中央大学 171cm/67kg



背番号
27

捕手 右投左打 **古川 裕大**

1998・6・19生まれ(福岡県)
上武大学 182cm/88kg



背番号
56

内野手 右投左打 **細川 凌平**

2002・4・25生まれ(京都府)
智辯和歌山高校 174cm/75kg



背番号
59

投手 左投左打 **根本 悠楓**

2003・3・31生まれ(北海道)
苫小牧中央高校 173cm/78kg



背番号
61

外野手 右投右打 **今川 優馬**

1997・1・25生まれ(北海道)
JFE東日本 177cm/87kg



背番号
114

投手 右投右打 **松本 遼大**

2002・5・17生まれ(岩手県)
花巻東高校 187cm/96kg



背番号
115

投手 右投右打 **齊藤 伸治**

1998・6・13生まれ(千葉県)
東京情報大学 181cm/83kg

ファイターズ鎌ヶ谷スタジアムの勇翔寮に、新入団選手が入寮します。
鎌ヶ谷市民となり、これから一軍を目指します。
練習に励む選手を歓迎し、みんなで応援しましょう。
問1月6日(水)以降に、ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム ☎0570・005・586

2021ルーキー鎌スタ☆お披露目会 開催

1月17日(日) 14時からファイターズ鎌ヶ谷スタジアムで開催されます。豪華賞品などが当たる抽選会などを行う予定です。
※お披露目会のチケットは、すでに完売しています。



北海道日本ハム
ファイターズ
ホームページ

2/14日・2/27日
に開催

トレーニングデー Training Day

問トレーニングデー事務局
runfesta@ambition-act.com

スポーツの楽しさを多くの人に体感してもらうためにトレーニングデーを開催します。専門の講師が直接レッスンをを行います。

内容 下表参照

講師 新宿医療専門学校講師

申し込み 1月8日(金)10時から申し込み受け付けフォーム(申込先着順)



申し込みフォーム

その他 ●駐車場を利用する人は、2月14日(日)はファイターズ鎌ヶ谷スタジアム駐車場、2月27日(土)は福太郎アリーナ駐車場をご利用ください(各日台数に限りあり)

●来場時はマスクを着用してください

●当日は検温と健康チェックを行います



	内容	対象	日時	会場	定員
かけっこ教室 (楽しみながら)	●さまざまな身体の動かし方	5歳～小学校2年生 (保護者同伴可)	2月14日(日) 9:30～11:00	ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム (雨天時はファイターズ鎌ヶ谷スタジアム会議室またはコンコース)	20人
かけっこ教室 (足が速くなるための基本練習)	●スタート練習などさまざまなスポーツで活用できるスプリント指導 ●付き添い保護者向けにボディーケアや自宅でできるストレッチ講座あり	小学校1年生～6年生	2月14日(日) 13:00～15:00	ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム (雨天時はファイターズ鎌ヶ谷スタジアム会議室またはコンコース)	40人
初心者向け ランニング講座	●ウォーミングアップ ●ランニング指導 ●自宅でできる簡単トレーニング	小学生以上 (成人可)	2月27日(土) 9:30～11:00	福太郎スタジアム (雨天時は福太郎アリーナ)	100人
スピードアップ 講座	●ランニング指導 ●動的ストレッチ ●体幹トレーニング	小学校4年生以上 (成人可)	2月27日(土) 13:00～15:00	福太郎スタジアム (雨天時は福太郎アリーナ)	100人

かまがや

二次元コードを読み取ることで接続できます

夜間・休日の急病診療 ☎445・2300

火災などの情報 ☎445・5251

防災行政無線内容 ☎0800・800・2760

市ホームページ
トップページに
接続します。



かまがや安心eメール
市の防災・防犯情報や子どもの安全
情報などをEメールで提供します。



住民基本台帳人口 109,941人(前月比+26)
男 54,257人 女 55,684人
世帯数 50,485世帯(前月比+97)
(R2.12.1現在)