

有機フッ素化合物(PFOS/PFOA)について

図環境課 ☎445・1229

市域の一部から、暫定指針値を超える有機フッ素化合物(PFOS/PFOA)が検出されていることについて、これまでの経緯や市としての対応、および7月28日に行われた地元説明会で出された意見などをお知らせします。

これまでの経緯

3月に県と柏市が連携して実施した、金山落におけるPFOS/PFOAの調査で、鎌ヶ谷市と隣接する柏市域の水路から暫定指針値(50ng/L)を超過する値が検出されました。

この結果を受け、4月以降2回にわたり、暫定指針値を超過した水路沿いの井戸から半径200mの範囲の井戸48カ所を調査し、20カ所で暫定指針値を超過する値(91ng/L～35,000ng/L)が検出されました。

追加調査(3回目)の実施

2回目の調査で50ng/Lを超過した井戸から半径200mの範囲内にある井戸については、すでに戸別訪問を開始していますが、200mの範囲外でもこの地域に住んでいる人および同地区内の事業所で希望する人を対象に、市の費用で調査を実施します。なお、対象者には既に調査票を配布しています。

市の対応

暫定指針値を超えた井戸の水を飲用していた人や事業所を対象に、浄水器購入費用の助成(上限15万円)、ウオーターサーバーの利用料助成(1カ月10,000円上限、12カ月間)を行います。

血液検査の費用助成

暫定指針値を超えた井戸の水を飲用していた人のうち、希望する人を対象に血液検査に要する費用を助成します。

質疑応答での意見など(一部抜粋)

原因究明

県や柏市と連携しながら原因調査を行います。

野菜への影響

農林水産省が2012年～2014年に行った調査では、食品を通じた摂取量を推定した結果、平均的な食生活において健康への懸念は低いとしています。

上水道の敷設および安全性

地域の皆さんに上水道敷設の意向についてのアンケート調査を実施します。また、上水道は県が随時検査を行っており、暫定指針値以内で問題はありません。

ウオーターサーバー利用料助成額の見直し

今後、状況に応じて見直しを検討します。
※今回見直しを行い、従来の5,000円から10,000円に引き上げました



7月28日に行われた地元説明会

8/28(水)
〇11時ごろ

Jアラート

図安全対策課 ☎445・1278

全国一斉の情報伝達試験を実施

地震・津波などの災害やミサイル攻撃などの緊急情報を、人工衛星から瞬時に伝達する全国瞬時警報システム(Jアラート)の情報伝達試験を行います。防災行政無線で次の試験放送を流します。

日時 8月28日(水) 11時ごろ



試験放送

- ①チャイム音
- ②「これは、テストです。」(3回繰り返し)
- ③「こちらは、防災かがやです。」
- ④チャイム音

メール・ホームページでも連動して
試験送信をします



かがや安心eメール(防災情報)、市ホームページのトップページにある「緊急情報欄」でも、同様にJアラートとの連動機能を活用した試験送信を行います。

鎌ヶ谷産の
食材で

Let's Try!

酷/暑/を/乗/り/切/る

Summer Recipes

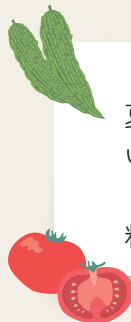
★★★★★

夏のレシピ集

★★★★★

まだまだ暑いが続いています。
夏を乗り越えるには、バランスの良い食事と水分補給が大事です。
夏休みに、鎌ヶ谷の食材を使って料理をしてみませんか？

詳しくは、4・5ページへ



■有機フッ素化合物(PFOS/PFOA)に係る住民説明会を開催

これまでの広報かがやでもお伝えさせていただいていますが、鎌ヶ谷市の一部地域の井戸で、暫定指針値を超過するPFOS/PFOAが検出されました。これを受けて、7月28日(日)に当該地域の方を対象に説明会を開催いたしました。当日は100人以上の方にご参加いただきました。

2時間余りの説明会で、地域の皆様からは、たくさんのご意見をいただき、改めて地域の皆様のご心配されているお気持ちが強く伝わってきました。

すでに7月24日(水)、熊谷知事には私から直接支援を要請し、技術的助言と財政的支援を考えているとの回答を得ていますが、まずは市として、今後区域を拡大した井戸水の調査やウオーターサーバーの利用料助成、浄水器の購入費助成、血液検査に要する費用の助成など、地域の皆様に寄り添った取り組みを全力で進めてまいります。

■北千葉道路整備について熊谷知事に要望書を提出

7月29日(月)に「北千葉道路建設促進期成同盟」の会長として、期成同盟のメンバーである北千葉道路の沿線7市(市川・船橋・松戸・成田・印西・白井・鎌ヶ谷)の市長、市議会議員とともに千葉県庁を訪問し、北千葉道路の「末事業化区間の早期事業化」、「事業中区間の早期整備」等について熊谷知事へ要望書を提出し、直接お願いをして来ました。

熊谷知事からは、「要望いただいた内容をしっかりと受け止め、一日も早い全線開通に向けて全力で取り組んでいきたい」と励みになる言葉を頂きました。

引き続き、早期の全線整備に向け国や県などに積極的に働きかけてまいります。



熊谷知事に要望書を渡す芝田会長



鎌ヶ谷市長
芝田 裕美

▶ 市長メッセージ

市制記念公園水遊び場

「花火みたい!」

大好評!!

7月1日から、市制記念公園の水遊び場が本格オープンしています。

猛暑が続く中、水遊び場では小さな子どもたちが元気いっぱいに遊んでいます。

円形の周りから出てくる噴水を、「花火みたい」と大喜びの子どももいました。また、インタビューした母親からは「こんな近くに水遊びができるところがオープンして嬉しい」、「毎日来てます」など好評です。

皆さんも、夏の期間はぜひ水遊び場で涼みませんか?

問公園緑地課 ☎445・1489



熱中症に気を付けましょう

公園管理事務所前で日傘を貸し出しています。帽子や飲み物を持参し、暑さ対策を行いましょう。



YouTubeで動画配信中! 鎌ヶ谷市長公式チャンネル

市の魅力を皆さんに伝えるため、市の知名度アップにつながる出来事などを動画で発信しています。

問広報広聴室 ☎445・1088



鎌ヶ谷市長公式チャンネル

登録してみませんか?

市公式LINEでさまざまな情報を発信中!

子育て情報やイベント情報など、さまざまなお知らせを市公式LINEアカウントから発信しています。

登録について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問広報広聴室 ☎445・1088



市ホームページ

STOP! 電話de詐欺

電話の機能をうまく使って対策

問安全対策課 ☎445・1285

市内の令和5年「電話de詐欺」被害件数は34件、被害額は約1億610万円でした。

また、今年の「電話de詐欺」被害件数は、6月末時点で11件、被害額は約3,050万円でした(前年比 件数-14、被害額約-6,820万円)。昨年と比べて被害は減少していますが、引き続き注意し、次の対策を行い「電話de詐欺」を防ぎましょう。

常に留守番電話に設定しましょう

相手の声を聞いてから電話に出るので、詐欺被害を防止できます。

電話番号通知サービスを導入しましょう

ナンバーディスプレイなどを使うと相手の電話番号が表示されるので、電話に出る前に知っている相手か確認できます。

警告・通話録音機能付きの電話を使いましょう

相手に通話内容を録音するメッセージを流して警告します。



市内在住の高齢者に電話de詐欺対策機器を無償配付します!

内容 簡易型自動録音機「録音チュー」

対象 市内在住の65歳以上の人(昨年度受け取った世帯は対象外)

配布数 300個(1世帯1個まで)

注意 ●他の用途での使用はできません

- 申込書などに記載された市内の住所で使用してください
- 使用する電池は使用者の負担となります
- 悪質な電話を完全に防げるわけではないため、不審な電話には、常に慎重に対応してください

申し込み はがきに住所・氏名・生年月日・電話番号(代理人が申し込む場合は代理人の住所・氏名・電話番号・配布対象者との関係も併せて)記入して、9月13日(金)まで(消印有効)に安全対策課 ☎273-0195、または申し込みフォームから

その他 受け取り方法は10月上旬までに通知します



簡易型自動録音機「録音チュー」



申し込みフォーム

地域の防犯力をアップ! 防犯カメラ設置費補助金制度活用団体 募集

問安全対策課 ☎445・1285

地域の子どもの見守りや住宅地などでの犯罪抑止、自主防犯活動の補完のため、自主防犯団体が新たに設置する防犯カメラに対して補助金を交付します。

対象 6年4月以前から継続して自主防犯活動を行っている団体(自治会や商店会、防犯パトロール隊など)

実施年度 7年度

補助金額 補助対象経費の全額(1台当たりの上限額30万円)

申請期限 10月7日(月)まで

その他 申請方法・防犯カメラの運用基準など詳しくは、お問い合わせください



防犯カメラ設置基準

- 撮影区域の2分の1以上の面積が公道(不特定多数の人が通行できる私道を含む)である
- 特定の個人、建物および不法投棄などの監視を行わない
- 設置場所は警察署との協議を経て選定する
- 設置場所の周辺住民の合意を得ている
- 防犯カメラの維持管理、電気代の支払いは設置団体が行う

※撮影した画像は市が管理し、法令に基づき捜査機関に提供します

※設置団体は、撮影した画像を検索・閲覧・複製することはできません

鎌ヶ谷市代表として第6・8分団が健闘しました

東葛飾支部消防操法大会 ポンプ車の部に出場!

問消防本部警防課 ☎444・3235

消防団員の消火活動のスピードと正確な動作を競う、第43回(公財)県消防協会東葛飾支部消防操法大会が6月30日に野田市で開催されました。

市を代表して合同で出場した第6分団(栗野地区)と第8分団(軽井沢地区)が、訓練に励んだ成果を発揮し、ポンプ車の部で健闘しました。

今後も消防団活動へのご協力をお願いします。

代表出場操作員(敬称略)

指揮者 松田昇

1番員 小金谷尚史

2番員 高岡吉伸

3番員 渋谷昌平

4番員 石原裕介

吸管補助員 伊藤将平



電話de詐欺に注意! 常に留守番電話に設定して詐欺被害を防ぎましょう
詐欺かな?と思ったら電話de詐欺相談専用ダイヤル☎0120・494・506に相談を

郷土資料館終戦80年展示に向けて

戦争と軍隊に関する資料を探しています

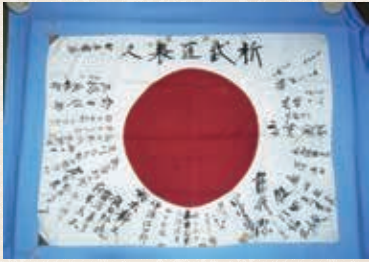
☎郷土資料館 ☎445・1030

令和7年は太平洋戦争が終結してから80年となり、年月の経過による関連資料の滅失が危惧されています。

郷土資料館では、来年の夏に行う終戦80年展示のため、戦争や軍隊に関する資料の調査を行います。資料や情報を持っている人はご連絡ください。

※戊辰戦争以降の戦争などに関する資料も対象

その他 提供された資料は展示に利用する場合があります



資料の例

紙資料

軍隊手帖、戦争手記、日記、手紙や葉書、市町村役場や団体が作成・送付した文書など

物資料

日の丸の寄せ書き、出征幟、軍服類、鉢巻、飛行帽、水筒や飯盒などの携行品など

写真

戦地や軍隊・軍艦・飛行機の様子、国民学校や青年学校、疎開、在郷軍人会、男女の青年団など

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原則各施設へ ❖ 締め切りは発行日の1カ月前(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

▶ 鎌ケ谷リウマチの会

☎ 情報交換と親睦 ☎ リウマチ患者とその関係者 ☎ 時 9月3日(火) 13時～15時 ☎ 所 総合福祉保健センター ☎ 同会 澤村 ☎ 090・6308・1561

▶ 太極拳体験教室

☎ 時 8月19日・26日各(月) 10時～12時 ☎ 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 竹内 ☎ 080・1090・9579

▶ 10周年 鎌ケ谷絵画サークル合同展

☎ 時 8月30日(金)～9月5日(木)各10時～17時(初日は13時から、最終日は16時まで) ☎ 所 きらり鎌ケ谷市民会館ロビー ☎ 同 鎌ケ谷絵画サークル合同会 小林 ☎ 442・2511

▶ 太極拳体験教室

☎ 時 8月20日・27日各(火) 18時～20時 ☎ 所 く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 竹内 ☎ 080・1090・9579

きらりホール

☎ きらりホール ☎ 441・3377

きらり！音楽の宝石箱 No.14

慶應義塾大学 ライトミュージックソサイエティ
BIG BAND JAZZ CONCERT

日本で最も長い歴史と伝統を誇る学生ビッグバンドサークルが、ジャズの名曲の数々をお届けします。

☎ 出演 ● 慶應義塾大学ライトミュージックソサイエティ

● 佐瀬光代(ゲストボーカル)

☎ 日時 11月16日(土) 14時から(13時30分開場)

☎ 場所 きらりホール

☎ 費用 ● 一般=2,000円(きらりホール友の会会員=1,500円)

● 高校生以下=1,000円(きらりホール友の会会員=500円)

☎ その他 全席指定

☎ 申し込み きらりホール ☎ 441・3377 / 窓口



佐瀬光代

ありのみ便り

ありのみ(梨)の季節を迎えました。産地の鎌ケ谷市では、今年もあちこちで梨農家が直売所を開いています。

筆者も毎夏、同じ直売所で梨を購入して故郷の親せきや友人に送っていました。「鎌ケ谷の梨はみずみずしくて甘い」と喜ばれていたのですが、その直売所は数年前に営業を終了してしまいました。梨農家の方の高齢化と後継者不足が理由です。日本農業が抱える問題は、鎌ケ谷の梨も例外ではありません。

「行きつけの直売所」がなくなってしまったので、ここ数年は市と市内の梨生産者団体が協働で運営しているインターネット販売を利用しています。こちらの梨も好評です。

インターネット販売は、鎌ケ谷の梨の販路拡大やブランド力アップを目指し、平成27年度から実施しています。スマートフォンやパソコンから申し込むと全国へ梨を配送してくれます。販売品種は豊水、新高(ともに5kg箱)、幸水、かおり、あきづき(ともに3kg箱)の5種類で、7月15日から予約を受け付けています。価格はどの品種も1箱4,600円(送料地域別1,100円～1,300円)です。収穫時期の早い幸水はすでに配送が始まっており、8月末から豊水、9月に入るとかおり、あきづき、新高と続きます。

昨年のインターネット販売では1,285箱売れました。購入者はやはり地元の千葉県が圧倒的に多く7割近くを占め、以下東京都、神奈川県と続きます。配送先は東京都がトップで2位が千葉県、3位が北海道、以下神奈川県、愛知県、大阪府などとなっています。鳥取県への配送はありませんでしたが、46都道府県に鎌ケ谷の梨が送られていま

した。

これはインターネット販売に限ったデータですが、市内のそれぞれの直売所からも同様に全国各地に配送されていると思われます。鎌ケ谷の農家が丹精込めて栽培した梨は日本中で食べられていると言ってもいいでしょう。

市はインターネット販売に加え、8月下旬、9月上旬に都内でPRイベントも開きます。8月は東京スカイツリーのイベントスペースで、9月は中央区の高層マンションのイベントスペースでそれぞれ梨や加工品などの販売を行います。鎌ケ谷の梨のおいしさをさらに広く知ってもらうためです。

インターネット販売では、品種によってはまだ在庫があります。市ホームページから申し込みますので、ご利用ください。

(市魅力発信アドバイザー)

鎌ヶ谷産の
食材で

Let's Try!

酷/暑/を/乗/り/切/る

Summer Recipes

★★★★★

夏のレシピ集

★★★★★

鎌ヶ谷産の旬の野菜・果物を食べよう

水分やカリウムが多く含まれる夏野菜には、体を中から冷やす力があるとされています。

旬の野菜・果物を使ったおすすめレシピと、市職員からのお知らせを紹介します。



いつもの梨がおしゃれな一品に大変身！

市内の直売所で買った梨で！

No.01

梨の冷製スープ

材料(3人分)

梨小1個／かぶ 1と2分の1個／バター 5g／コンソメキューブ 1個／水 100cc／牛乳 100cc／生クリーム 40cc／パセリ 適量

作り方

- ① 梨は皮をむいて8等分にし、薄切りにする
- ② かぶは皮をむいて半分に切り薄切りにする
- ③ 鍋にバターを溶かし、梨とかぶを入れて炒める
- ④ しんなりしてきたら水とコンソメを入れて、沸騰したら弱火にし、ふたをして10分煮る
- ⑤ 火を止めて牛乳と生クリームを入れてミキサーにかけて滑らかにする
- ⑥ 鍋に⑤を入れて、沸騰したら火を止め粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす
- ⑦ カップによそい、パセリを散らす

鎌ヶ谷高校
料理研究部
考案

memo 今が食べ頃！鎌ヶ谷の梨

日持ちしない・数が少ない品種は、直売所でしか出会えません。ぜひ一度、直売所の梨を食べてみませんか？

図 農業振興課 ☎445・1233



No.02

鎌ヶ谷産の
トマトとオクラで！

豆腐のかりかりじゃこサラダ

材料(2人分)

木綿豆腐1丁／トマト 小1個／オクラ 4～5本／ちりめんじゃこ 大さじ2／サラダ油 小さじ2／しょう油 小さじ2／酢 大さじ1／砂糖 小さじ3分の2／塩 少々

作り方

- ① トマトは一口大に切る。オクラはさっと茹でて1cm幅の小口切りにする
- ② サラダ油でちりめんじゃこを炒め、しょう油、酢、砂糖、塩を加え混ぜる
- ③ 器に手でくずした豆腐と①のトマトとオクラを盛り、②をかける

お酢の酸味が味のアクセントに！



memo 熱中症予防には水分も忘れずに！

麦茶や水などで小まめに水分を取り、身体の水分量を維持しましょう。大人の場合、1日当たり1.2Lが目安です。

図 健康増進課 ☎445・1546



苦いゴーヤもペロリと食べられちゃう！



No.03

緑のカーテンで
収穫したゴーヤで！

ゴーヤ入り焼きそば

材料(3人分)

焼きそば 3玉／★ウインナー 3本／★ゴーヤ (20cm) 1本(ワタを取り、塩もみする)／★エリンギ 1パック／★キャベツ 8分の1個／焼きそば粉末ソース 3袋／サラダオイル 大さじ2／青のり 少々

作り方

- ① ★を食べやすい大きさに切る
- ② フライパンにサラダオイルをひき①を炒める。
- ③ ②に麺と水60ccを加え、麺をほぐしながら炒める
- ④ 火力を弱めにして、粉末ソースを均一にふりかけ混ぜ合わせる(好みでサラダオイル大さじ1を加える)
- ⑤ 皿に盛り、青のりをかける



memo 緑のカーテンを知っていますか？

緑のカーテンは、日差しを遮り周りの温度を下げる効果があります。市では、毎年4月に先着順でゴーヤの種を配布しています。皆さんも来年、ゴーヤのカーテンを育ててみませんか？

図 環境課 ☎445・1227



レモンでさっぱり和風味！

鎌ヶ谷産のトマトで！

No.04 サバ缶のレモン和風パスタ

材料(2人分)

スパゲッティ(乾) 150g／サバ味付け缶 1缶／小松菜 2株／トマト中2分の1個／生にんにく ひとかけ／レモン 4分の1個／粗びき黒コショウ 少々／刻みのり お好みで

【A】オリーブ油 大さじ1／砂糖 小さじ2分の1／しょうゆ 小さじ2分の1

作り方

- ① 小松菜は茹でて水にさらし粗熱をとり、2cm幅に切る。
- ② トマトは2cm角に切る。生にんにくはみじん切りにする
- ③ 耐熱ボウルにサバ味付け缶を汁ごと入れほぐし、②と【A】を入れ混ぜ合わせ、ラップをして電子レンジで2分加熱する
- ④ ③に水気を切った①を入れ、ラップをしておく
- ⑤ スパゲッティを茹で、水気を切り④に入れ和える
- ⑥ 器に盛りつけ、くし切りにしたレモン、粗びき黒コショウ、刻みのりを添える

memo 熱中症の救急搬送が増加しています

水分・塩分補給を行い、涼しい場所で休憩しましょう。自力で水が飲めない、会話ができない場合は直ちに(☎119)救急要請を！

図 消防本部警防課 ☎440・8125



Beat the Heat

情報ひろば

お知らせ・相談

第16回かまがや環境フェア
パネル展出展団体・企業などを募集

日頃の活動成果を紹介してみませんか？

展示内容 自然環境・地球環境・生活環境に関すること

対 市内で環境保全活動を行っている団体、または市民に環境保全の啓発を行っている団体など

期間 10月3日(木)～15日(火)
※準備は10月2日(水)、撤去は10月16日(水)

所 市役所1階

申 9月13日(金)まで(必着)に環境課窓口(市役所1階)へ持参／**☎**〒273-0195／**✉**ontai@city.kamagaya.chiba.jpで提出

※詳しくは、同課窓口または市ホームページで配布する応募要項をご覧ください

問 同課 **☎**445・1227  市ホームページ



新京成線連続立体交差事業
道路工事のお知らせ

新鎌ヶ谷三丁目地先

8月下旬から道路工事に着手します。供用開始時期は改めてお知らせします。

問 ●県柏土木事務所 **☎**04・7167・1218
●道路河川整備課 **☎**445・1435



図書館休館のお知らせ

システム更新および蔵書点検のため、図書館を休館します。

期間 9月17日(火)～30日(月)

所 本館、東部分館、北部分館、西部分館、東初富分館

他 南部分館は改修工事のため9月2日(月)～11月29日(金)の間、休館します

注 ●休館中は、蔵書の予約・検索などができません

●休館中の図書などの返却は、ブックポスト、TSUTAYA鎌ヶ谷店・六高台店1階のブックスカウンターを利用してください

●本館3階の学習等供用施設は利用できます

問 図書館本館 **☎**443・4946



8月は「電力使用安全月間」です

夏は気温や湿度が高く、電気の事故が増える季節です。また、軽装や発汗により電気が流れやすくなるため、感電に注意が必要です。

電気の知識と理解を深め、電気による事故を防ぎましょう。

問 関東電気保安協会 千葉事業本部 **☎**043・424・8211



寄せられた **善意**

～ありがとうございました～

- 訪問医療マッサージことのはから福祉のために2,000円を
- 小林朗子さんから福祉のためにタオル150枚を (市社会福祉協議会)

中小企業退職金共済制度

国の退職金制度として、掛け金の一部を国が助成します。

- 掛け金は全額非課税で手数料は掛かりません
- 外部積み立て型で管理が簡単です
- 退職金試算額などをお知らせします

他 詳しくは、(独)勤労者退職金共済機構ホームページをご覧ください

問 同機構 **☎**03・6907・1234



(独)勤労者退職金共済機構ホームページ

第19回夏休みエコ絵画コンクール
未来のごみ箱

内 八つ切り画用紙、1人1作品

対 県内在学の小学生

他 詳しくは、アラックス(株)ホームページをご覧ください

申込締切 9月13日(金)

問 夏休みエコ絵画コンクール事務局 **☎**043・242・6810



アラックス(株)ホームページ

養育費・親子交流の個別無料相談会

内 養育費・親子交流に関すること

対 ひとり親家庭、離婚を考えている人

時 8月26日(月)13時30分～16時30分(1人40分程度)

所 総合福祉保健センター2階

相談員 養育費等相談支援センター主任研究員の瀧川善和さん

申 8月22日(木)までにこども総合相談室 **☎**445・1349

就労支援キャンペーン
ハローワーク臨時相談窓口

仕事を探しているが見つからない、探し方が分からないなど、仕事についての悩みをハローワークに相談できます。

対 児童扶養手当を受給し、就職活動をしている人

時 8月28日(水)10時～15時

所 総合福祉保健センター2階

他 臨時窓口開設日に来庁できない場合はハローワーク船橋 **☎**047・420・8609

申 こども総合相談室 **☎**445・1328

鎌ヶ谷後見相談サロン

内 成年後見などに関する相談会

時 9月3日(火)、10月1日(火)13時～15時30分

所 喫茶「とまと・はうす」(総合福祉保健センター2階)

定 2人(申込先着順)

費 飲食代

申 認定NPO法人東葛市民後見人の会 鈴木 **☎**446・3317

募集

ファミリー・サポート・センター提供
会員

保護者に代わって、通園・通学の送迎や自宅で子どもを預かるボランティアを募集します。研修受講後、登録となります。

研修日程

時 9月18日(水)9時30分～15時15分

所 市役所3階

他 活動時間に応じて報酬を支給

申 9月6日(金)までにファミリー・サポート・センター **☎**445・1354

市ホームページの
バナー広告を募集しています

広告料は
月額15,000円

問 広報広聴室 **☎**445・1088

市のホームページ(トップページ)に、バナー広告(有料)の掲載枠を設けています。バナー広告から広告主のホームページにリンクすることもできます。会社などのPRに活用しませんか？

掲載規格など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申し込み (有)八千代折込広告 **☎**047・483・0627



市ホームページ

北部タウンセミナー

からだすっきり運動講座

体を動かす気持ちよさを感じよう

楽しみながら一緒に体を動かしてみませんか？

対象 市内在住で全回受講できる人

場所 北部公民館

定員 30人(申込先着順)

費用 保険料115円

持ち物 タオル・飲み物

その他 まなびい100対象

申し込み 8月15日9時以降に同館窓口／**☎**446・1076

問 北部公民館 **☎**446・1076



日時	内容
9月17日(火) 13時30分～15時30分	オリエンテーション・運動指導
10月25日(金) 9時30分～12時	各種計測・運動指導
11月19日(火) 13時30分～15時30分	運動指導・口腔ケアについて
12月17日(火) 13時30分～15時30分	運動指導・食について
7年1月21日(火) 13時30分～15時30分	運動指導

9月10日～16日は自殺予防週間

みんなで取り組む、いのち支える自殺対策

問 健康増進課 **☎**445・1405

毎年、多くの尊い命が自殺によって失われています。自殺の原因やきっかけはさまざまですが、その多くは心理的に追いつめられたものです。

こころのサインに気付いたら…

心の疲れは、次のようにあらわれます。

- よく眠れない
- 原因不明の体調不良
- 遅刻や欠席が続く
- 飲酒量が増える など

身近にいる人が声を掛け、相談につなげることが、命を守ります。



相談窓口

- よりそいホットライン **☎**0120・279・338(24時間通話料無料)
- 千葉いのちの電話 **☎**043・227・3900(24時間対応)

※その他、悩み別の相談窓口があります。詳しくは、市ホームページや健康増進課窓口(総合福祉保健センター1階)、学習センター(各公民館)で配布するチラシをご覧ください



市ホームページ

 講座・講演

介護に関する入門的研修

介護の基本的な知識や技術などを短期間で学べる研修です。修了生は生活援助を行う仕事に就くことができます。

対 市内在住・在勤・在学で全回参加できる18歳以上の人

※高校生、介護の資格のある人は除く

時 10月2日(水)・8日(火)・22日(火)・29日(火)9時～16時50分(全4回)

所 総合福祉保健センター6階

定 24人(申込先着順)

他 市認定ヘルパーとして働くには、市内の事業所に雇用される必要があります

申 10月1日(火)までに(福)ほっとスペース稲毛ペコリーノ ☎043・306・8520

シルバー人材センター「植木剪定(せんてい)」就業体験講習会

対 市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターでの就業意欲がある人

時 9月4日(水)・5日(木)各9時～16時

所 社会福祉センター、市制記念公園

定 15人(申込先着順)

他 会員も随時募集しています

申 8月16日(金)9時以降にシルバー人材センター窓口

問 同センター ☎443・4145

危険物取扱者試験受験者講習会

危険物関係法令などを学びたい人や危険物取扱者試験乙種第4類受験者向けの講習会です。

時 10月10日(木)9時30分から

所 松戸市民会館

費 3,700円

申 市防火安全協会(消防本部予防課内)で配布する願書に記入して、9月2日(月)～6日(金)に同協会へ持参

問 消防本部予防課 ☎444・3273

 スポーツ

千葉ロッテマリーンズ 公式戦ご招待

試合 対東北楽天ゴールデンイーグルス

対 市内在住・在勤・在学の人

時 9月5日(木)・6日(金)各18時から(16時開場)

所 ZOZOマリンスタジアム

定 各試合100組200人

申 8月25日(日)22時までに千葉ロッテマリーンズの申し込みフォームから(1人1試合まで)

※抽選結果は8月下旬に同球団から通知

問 千葉ロッテマリーンズインフォメーションセンター ☎0570・026・226



ペタンク体験会(参加無料)～土の上のカーリング～

家族で参加できます。

時 9月8日(日)9時30分～12時(9時から受け付け。雨天中止)

所 五本松小学校

定 10人(申込先着順)

持 飲み物・タオル・ボールを拭く布

申 9月5日(木)までに市ペタンク協会 辻 ☎446・4877

問 文化・スポーツ課 ☎445・1531

 イベント

新鎌ヶ谷地区まちびらき20周年を記念したパネル展を開催

新鎌ヶ谷地区のまちびらき20周年を記念して、今と昔を振り返るパネルの展示を行います。

期間 8月19日(月)～23日(金)

所 市役所1階

問 まちづくり室 ☎445・1433



平成16年の新鎌ヶ谷地区

9月7日(土)救急フェア

9月9日(月)は救急の日、9月8日(日)～14日(土)は救急医療週間です。

内 心肺蘇生法・AED取り扱い体験、「かまたん」と記念撮影

時 9月7日(土)10時～14時

所 アクロスモール新鎌ヶ谷2階

問 消防本部警防課 ☎440・8125





8月15日は 戦没者を追悼し平和を祈念する日

戦没者の冥福を祈り **1分間の黙とう**を

戦没者の冥福と世界の恒久平和を祈念して、12時から1分間、家庭や職場で黙とうを捧げられますようお願いします。

問 社会福祉課 ☎445・1286



健康・福祉ボード

申 問 宛先の記載のないものは健康増進課



献血と骨髄ドナー登録にご協力を

今年度から、骨髄移植ドナーの登録が献血と同時にできます。

時 9月3日(火)10時～11時45分、13時～16時

所 市役所1階

持 本人確認書類・献血カード(持っている場合)

他 献血ウェブ会員サービス「ラブラッド」から予約ができます

問 ☎445・1390

子どもの定期予防接種について

予防接種を受ける際は対象年齢と接種回数を確認し、予診票・母子健康手帳・健康保険証を忘れずに持参し、指定医療機関で接種してください。

他 ●五種混合・四種混合・BCG・麻しん風しん混合(MR)・日本脳炎の予防接種は国の「特定防衛施設周辺整備調整交付金」を財源に充てて実施しています

●詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 ☎445・1390

健康づくり料理教室 ～ワンコイン!みんなで楽しくクッキング!～

減塩とカルシウムをテーマに市食生活改善サポーターが講話と調理実習を行います。

時 ①減塩=9月10日(火)10時～14時
②カルシウム=9月25日(水)10時～14時

所 総合福祉保健センター3階

定 各18人(申込先着順)

費 500円

師 市食生活改善サポーター

持 筆記用具・エプロン・三角巾・マスク

保育 ②=未就学児、先着5人(9月13日(金)までに要予約)

他 まなびい100対象

注 前日以降にキャンセルした場合は参加費が掛かります

申 ☎445・1546

減塩メニュー

カルシウムメニュー

精神保健学習会について

市では、講演会などを通じて、「こころの健康づくり」に取り組んでいます。

内 「ひきこもり」についての講義 **対** 市民

時 9月19日(木)9時30分～11時30分

所 総合福祉保健センター3階

定 30人(申込先着順)

保育 未就学児、先着5人(9月10日(火)までに要予約)

申 ☎445・1405 / 申し込みフォームから

リハビリ専門職と運動・栄養・口腔などの身体機能向上プログラムを実践!

対 次のいずれかに該当し、現在サービスを利用していない人

●要支援1・2の認定を受けている

●65歳以上で基本チェックリストにより生活機能低下が見られる

時 10月1日～12月17日各(火)10時～11時40分(全12回)

所 第2北総病院 **定** 5人

注 ●送迎はありません(新鎌ヶ谷駅からシャトルバスあり)

●対象外の人で参加を希望する場合は、高齢者支援課にご相談ください

申 同課 ☎445・1384

北総線沿線活性化トレイン

第3弾が運行開始!

問都市政策室 ☎445・1422



北総鉄道では、7月31日から3回目となる「北総線沿線活性化トレイン」が運行を開始しました。

北総線沿線の自治体が地域の魅力を発信するオリジナル広告を作成し、車体のラッピングや車内の広告スペースをジャックしている他、オリジナルのヘッドマークを掲出して運行しています。

「沿線活性化トレイン」に乗車する際は、ぜひ鎌ヶ谷市の車両を探してみてください。運行予定は、北総鉄道ホームページで公開しています。



梨のコンテスト開催!

令和6年度千葉なし味自慢コンテスト

農業まつり なし「豊水」共進会 問農業振興課 ☎445・1233

千葉なし味自慢コンテスト 豊水

県内の各産地から選りすぐりの梨を集め、千葉県の梨ナンバーワンを決めるコンテストが開催されます。

日時 ●審査=8月31日(土)10時~17時

●開会式・イベント=9月1日(日)11時~12時

●即売=13時から

※売り切れ次第終了

場所 イオン津田沼店

農業まつり なし「豊水」共進会

日時 ●審査=9月6日(金)9時~11時

●展示=11時~12時

●販売=13時から

※販売は事前申し込み制で、8月13日に締め切りました

場所 市役所1階



鎌ヶ谷市版 KING OF おとう飯 レシピ投票結果!

第1位は シン・鶏そばろ丼に決定!

「おとう飯レシピ」を募集したところ、全9件の応募がありました。投票の結果、今年の「KING OF おとう飯」は「シン・鶏そばろ丼」に決定しました!

問男女共同参画室 ☎445・1277

第1位
レシピ

シン・鶏そばろ丼

応募者 mikanfamily13さん

応援コメント

- 作り方がとても分かりやすく、調味料も家にあるもので揃いそうなのがあるところがありがたいです
- これなら私が動けないときに夫に頼んでも失敗なさそうだし、子どもにも満足してもらえそうなレシピだと思います



第2位
レシピ

お父腐

応募者 キャベツ大郎さん

応援コメント

- 材料が身近なもので、とても簡単にできる。ネーミングが素晴らしいです
- 食欲なし!夏バテ!過酷な環境に、簡単でさっぱりしていて身体に必要な栄養素が豊富。これなら毎日いただけます



「おとう飯」とは

「手早く、簡単に、リーズナブルな食材で、家の調味料を使う、後片付けは最後まで」の五つの心得がモットー。

(内閣府男女共同参画局ホームページより)



これまでに応募された全レシピは、市ホームページで公開中です。料理に不慣れな人向けのレシピもあるので、チャレンジしてみましょう!



市ホームページ

