

主な内容

●福太郎スタジアム・福太郎テニスコートの利用時間を延長します!…3 ●EV車充電器 利用方法…5 ●令和8年度 各種検診…7 ●バスロケーションシステム 利用方法…8

感染症対策

健康増進課 445-1390

一人一人意識を高めて感染を防ぎましょう



インフルエンザ感染対策

咳工チケット

症状がなくてもウイルスを持っている可能性があります。知らず知らずのうちに人にうつさないために、咳や、くしゃみをするときは、マスクやハンカチ、袖などを使って鼻や口を押さえるようにしましょう。



手洗い

手指に付着したウイルスが、人の口や鼻や目などから入って感染します。帰宅時、食事前や調理の前後など、小まめに手洗いや手指消毒を行いましょう。



換気と適度な湿度

空気が乾燥すると、喉の粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。

特に人が多く集まるところでは、定期的に窓を開放するなどして室内の換気を小まめに行いましょう。空気の流れによって、ウイルスを外に逃がすことができます。

また室内は、常に50~60%の十分な湿度を保てるよう加湿しましょう。



感染が疑われるときは、早めに医療機関を受診しましょう

咳やくしゃみなどの症状があるときは、家族や周りの人にもうつさないように、咳工チケットを徹底し、睡眠を十分にとりましょう。

インフルエンザは、普通の風邪に比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを併せ重症化することがあります。感染が疑われるときは、早めに医療機関を受診しましょう。



ノロウイルスによる 感染性胃腸炎に 注意しましょう

感染性胃腸炎患者は、冬季に限らず発生しています。日頃から、石けんによる手洗いなどで感染を予防しましょう。また、感染拡大を防止するため、便やおう吐物は適正に処理し、汚れた床などは適切に消毒しましょう。ノロウイルスにはアルコール消毒はありません。消毒は、家庭用の塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウムを含むもの)などを使用しましょう。



ノロウイルスは感染力がとても強いため、感染予防がとても重要です

ノロウイルスは手指や食品などを介し、経口で感染、人の腸管で増殖し、おう吐・下痢・腹痛などを起こします。

感染経路

- ノロウイルスに汚染された食物(二枚貝など)を生のまま、または十分に加熱せずに食べる
- 患者の便やおう吐物から人の手を介して二次感染
- 食品取扱者が感染していて、その人を介して汚染した食品などを摂取
- 人同士の接触する機会の多いところで、人から人へ飛沫感染など直接感染

症状

- 吐き気・おう吐・下痢・腹痛・発熱
- 1日から2日症状が続いた後治癒し、後遺症はないとされている
- 感染しても発症しない場合や、軽い風邪のような症状もある
- 潜伏期間は24時間~48時間
- 乳幼児や高齢者では重症となることがある

治療

ノロウイルスに効果のある抗ウイルス薬はありませんが、脱水症状がひどいときには輸液を行うなど、対症療法が行われます。症状がなくなっても、1~2週間は便中にウイルスが排出されるため、二次感染に注意しましょう。



鎌ヶ谷市長
芝田 裕美

■「バスロケーションシステム」運用開始 ~コミュニティバスの運行状況をリアルタイムで確認~

1月5日から、コミュニティバス「ききょう号」の全路線にバスロケーションシステムを導入しました。

これまで、利用者から「時刻表通りに来るか不安」「渋滞でいつ来るか分からぬ」といった声が寄せられていましたが、システムを導入したことで、今後は「今どこを走っているか」「バスの中は混雑しているか」など、スマートフォンなどからリアルタイムで確認できるようになるため、より快適にご利用いただけます。

今後も「ききょう号」を市民の皆様にとって欠かせない、地域に根差した公共交通としてご利用いただけるよう、サービスの向上に努めてまいります。

(利用方法について、詳しくは8ページをご覧ください)

市長メッセージ

■電気自動車(EV車)の導入及びEV車用普通充電器を設置

本市では、令和5年11月に、2050年までの二酸化炭素排出量実質ゼロの実現を目指す「鎌ヶ谷市ゼロカーボンシティ宣言」を行っておりますが、その取り組みの一環として、この度、公用車に電気自動車(EV車)1台を導入するとともに、EV車用普通充電器2基を市役所駐車場(イオン側)に設置しました。

充電用の電力は、本市が導入している風力発電由来の再生可能エネルギー100%の電力で賄っており、環境にやさしいものとなっています。

有料となります。普通充電器は専用のアプリケーションソフトから予約、決済をすることで、市民の皆様もご利用いただけます。

(利用方法について、詳しくは5ページをご覧ください)

償却資産を所有する人へ

令和8年度の固定資産税(償却資産)
の申告について

問課税課☎445-1105

市内に償却資産(構築物・機械・備品など事業用の資産)を所有する個人と法人は、1月1日現在における資産の状況を申告してください。資産の増減がない場合や事業所を閉鎖した場合もその旨の申告が必要です。

市ホームページに申告書および種類別明細書の様式を掲載していますが、郵送を希望する場合は、お問い合わせください。

申告期限 2月2日(月)

※市ではeLTAX(地方税ポータルシステム)を利用した電子申告に対応しています。電子申告の手続きなどについては、eLTAXホームページをご覧ください

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料
所得税の社会保険料控除に必要な
納付額証明を発送

問保険年金課☎445-1208

所得税・市県民税の社会保険料控除の申告に必要な保険料の納付額の証明を発送します。

対象 7年内に国民健康保険料、後期高齢者医療保険料を納付した納付義務者

発送日 1月下旬予定

注意 ●8年1月以降に納付された保険料は、8年内に納付された保険料として翌年の申告時に計上してください

●事前に納付額の証明が必要な場合は、保険年金課にお問い合わせください

●国民健康保険料と後期高齢者医療保険料の納付義務者は1通にまとめて通知します

中学生による交通安全の啓発活動

自転車マナーアップ隊指定書交付式

問学校教育課☎445-1518

12月18日に鎌ヶ谷警察署内で、市の中学生自転車マナーアップ隊の指定書交付式が行われました。

現在、自転車通学が許可されている第三中・第四中・第五中の代表生徒に、鎌ヶ谷警察署長から自転車マナーアップ隊の指定書が、教育長から腕章が手渡されました。任期は1年間です。第五中学校の代表生徒が自転車マナーアップ隊を代表して、隊員としての決意を述べ、その後、警察署長と教育長から、県や市における交通事故の現状やマナーアップ隊の役割についての話を受けました。



寄せられた善意 ～ありがとうございました～

- 株式会社ノジマから地域社会や地球環境保全のために電化製品などを
- 建設ユニオン千葉支部鎌ヶ谷分会から市政運営のために14,900円を
(財政室)
- 奥村秀雄さんから南部小学校のために世界の昆虫レプリカ64点を
(教育総務課)
- 齋藤俊夫税理士事務所から福祉のために10万円を
- 公益法人モラロジー道徳教育財団鎌ヶ谷連絡所から福祉のために3,000円を
- 訪問医療マッサージことのはから福祉のために3,000円を
- 生活応援サービスあおい空から福祉のために3,000円を
- 鎌ヶ谷手工芸連盟から福祉のために14,200円を
- 鎌ヶ谷市陶芸クラブから福祉のために11,850円を
(市社会福祉協議会)

「税についての標語」受賞結果

問松戸間税会事務局((株)キカワ内)☎047-368-3161

中学校1年生を対象に税の標語を募集したところ、松戸税務署管内から4,538作品、市内中学校から536作品の応募があり、次のとおり入賞しました。(敬称略)

松戸税務署長賞

税金で人に優しい国づくり 高田将吾(流山市立東深井中)

鎌ヶ谷市長賞

深く考えよう税の行方とありがたみ 井上直生(第四中)

鎌ヶ谷市教育長賞

税納め笑顔あふれる社会をみすえ 佐子翼(第二中)

全国間税会総連合会入選

税金で作る幸せ守る未来 伊東叶向(第四中)

松戸間税会金賞

高野将太(第四中)、田中稀子(第二中)



松戸税務署からのお知らせ

確定申告は、マイナンバーカードと
スマホでサクっとe-Tax!

問松戸税務署☎047-363-1171

確定申告期間中、税務署は大変混雑します。国税庁のホームページから、マイナンバーカード読み取対応のスマートフォンで申告書を作成し、e-Taxで送信することができます。マイナポータル連携を利用したスマートフォンからのe-Tax申告をぜひご利用ください。



税理士による無料申告相談

対象 年金受給者・給与所得者・小規模事業者*

*:小規模事業者とは、事業所得、不動産所得または雑所得を有する人のうち、令和6年分の所得金額(専従者控除前または青色事業専従者給与および青色申告特別控除前)が300万円以下の人を指します

日時 2月9日(月)～13日(金)(11日(水)を除く)各9時30分～16時

場所 総合福祉保健センター6階

注意 土地、建物および株式などの譲渡所得のある人や住宅借入金等特別控除適用の初年分の申告などがある人は対象外

申し込み 2月2日(月)8時30分以降に予約専用ダイヤル☎0120-987-466／市ホームページから



確定申告会場

原則、スマートフォンで申告書を作成します。

日時 2月16日(月)～3月16日(月)の毎週(月)～(金)(2月23日(月)を除く)8時45分～16時30分(提出は17時まで)

※3月1日(日)は柏税務署にて開場

場所 松戸税務署プレハブ会場

※5月上旬まで松戸税務署の駐車場は使用できないため、車での来署はご遠慮ください



入場方法

国税庁LINE公式アカウントによる事前予約が必要です。

当日、会場で入場整理券を配布しますが、早い時間に配布を終了する場合があります。

共通事項

- 持ち物 ●マイナンバーカード(パスワード含む)などの本人確認書類
- 前年の申告書などの控えや源泉徴収票など申告に必要な書類
- 銀行などの口座番号(還付金がある場合)
- スマートフォン(確定申告会場のみ)



福太郎スタジアム・ 福太郎テニスコートの 利用時間を延長します!



問福太郎アリーナ☎444-8585

予約システムや抽選予約などについて、詳しくは福太郎アリーナへお問い合わせください。

福太郎スタジアム 夏季期間の利用時間を拡大!

利用時間 5月1日～9月30日=5時～19時

※上記期間外は9時～17時

福太郎テニスコート 冬季期間の利用時間を拡大!

利用時間 1月1日～4月30日、10月1日～12月31日=7時～17時

※上記期間外は5時～19時

まなびいプラザパソコン講座

思い出アルバム作り Word2019

日時 1月28日(水)～30日(金)各
13時30分～16時30分(全3回)

定員 15人(申込先着順)

費用 3,000円

申し込み 1月21日(水)17時までに
まなびいプラザ☎446-1111／
窓口

パワーポイント入門 PowerPoint2019

日時 2月5日(木)・6日(金)各13時
30分～16時30分(全2回)

定員 20人(申込先着順)

費用 2,000円

申し込み 1月29日(木)17時までに
まなびいプラザ☎446-1111／
窓口

共通事項

対象 文字入力・マウス操作ができる、ワードが使える人
場所 まなびいプラザ 講師 まなびいパソコン普及会



持ち物 USBメモリー

その他 Windows11、Office2019を使用します

注意 車での来館はご遠慮ください

中央公民館 ふれあいまつり “あい・ふれあい・たすけあい”

問ふれあいまつり実行委員会(中央公民館内)☎445-2012

公民館で活動しているサークル・団体の発表や、展示・体験・出店などの催し物があります。子どもから大人まで参加できるワークショップも開催します。

内容 ●発表=ダンスや踊り・太極拳・楽器演奏・詩吟・コーラス 他
●展示=絵画・水墨画・書道・手芸・和裁・短歌・鎌倉彫 他
●体験=手品・けん玉・水彩画・絵手紙・脳のトレーニング・子ども向け
ワークショップ(大人も参加できます)
●出店=ポップコーン・今川焼・コーヒー・花とわかめの販売 他

日時 2月21日(土)・22日(日)各9時30分～15時30分

場所 中央公民館、きらりホール

注意 車での来館はご遠慮ください



北部劇場

見て、聴いて、親しむ「浪曲」

人気浪曲師の古典・新作、伝統芸能の魅力を楽しめます。



内容 浪曲鑑賞・体験

出演 浪曲師の玉川太福さん、曲師(三味線)の玉川みね子さん

対象 市内在住・在勤の人

日時 2月18日(水)13時30分～15時30分(13時開場)

場所 北部公民館

定員 70人(申込先着順)

その他 まなびい100対象

申し込み 1月16日(金)以降に同館窓口／☎446-1076

青少年相談員事業 TAG鬼ごっこ

問生涯学習推進課☎498-6101

内容 相手チームのTAG(しつぽ)を取り合うゲーム

対象 市内在住の小学生

日時 3月21日(土)8時20分～12時30分(雨天中止)

場所 福太郎スタジアム

定員 120人(多数抽選)

その他 グループで申し込んでも、チームが分かれる場合
あり

申し込み 1月31日(土)17時までに申し込みフォームから



申し込みフォーム

初心者向けスマートフォン講習会 ～入門編～

電源の入れ方やボタン操作に不安のある人も大歓迎
スマートフォンを持っていない人も参加できます!

内容 ●地図アプリを使おう

●スマートフォンアプリ(LINE)を使おう

●インターネットを安全・安心に使うために

●二次元コードを使いこなそう



対象 全回参加できる人

日時 2月19日(木)・20日(金)各13時30分～16時(13時15分開場)

場所 東初富公民館

定員 15人(申込先着順)

その他 まなびい100対象

申し込み 1月16日(金)以降に同館☎446-5555／窓口

食育講座

食品ロスを減らす! 冷蔵庫収納と食品保存

購入した食品を使い切ることができず、捨ててしまった経験はありませんか?正しい冷蔵庫の使い方や食品の保存方法が分かると、食材の無駄がなくなり最後までおいしく食べることができます。

食品ロスを減らすために家庭でできるこつを紹介します。

対象 市内在住の人

日時 2月26日(木)10時30分～12時30分

場所 総合福祉保健センター3階

定員 36人(申込先着順)



講師 料理研究家・食品ロス削減アドバイザーの島本美由紀さん



持ち物 筆記用具・飲み物

保育 未就学児、先着5人(2月10日(火)までに要予約)

その他 まなびい100対象

申し込み 1月16日(金)～2月24日(火)に申し込みフォーム
から／健康増進課☎445-1546



申し込みフォーム

ちがいがわかるコーヒー講座 フレイル豆知識とともに

対象 市内在住で全回参加できる65歳以上の人

日時 2月13日(金)・24日(火)各13時～15時(全2回)

場所 総合福祉保健センター3階

定員 15人(申込先着順)

持ち物 上履き・筆記用具

申し込み 1月16日(金)以降に高齢者支援課☎445-1384



情報ひろば

お知らせ・相談

第1回 市総合教育会議の傍聴

内学校教育の現状と課題について
時1月30日(金)10時から
所市役所6階
定5人(申込先着順)
注傍聴前に、日時の変更などがない
かお問い合わせください
問企画政策室☎445・1073

第3回 市地域公共交通活性化協議会の傍聴

内市地域公共交通計画策定調査業務の事業評価など
時1月28日(水)10時から
所市役所6階
定5人(申込先着順)
注傍聴前に、日時の変更などがない
かお問い合わせください
問都市政策室☎445・1422

2月から救命講習の申し込み方法を変更します!

2月の講習会から電子申請による申し込みに変更します。
電話での申し込みも可能ですが、基本的には電子申請を活用してください。
開催案内および申し込み方法について、詳しくは今後の広報かまがやをご覧ください。
問消防本部警防課☎440・8125



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カ月半前(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

▶和食の基本と春の押し寿司

内プロシェフ調理講習・実演と試食会対成人時1月26日(月)10時~12時所栗野コミュニティセンター定10人(申込先着順)費3,000円申和食シェフの料理レッスン 種田☎090・4539・7105

▶ゆかたの着付け・正しい歩き方・姿勢のマスター

対成人女性時1月25日(日)13時~15時所栗野コミュニティセンター定3人(申込先着順)費200円申心思踊西華流 戸村☎090・5336・5815

▶新春の英会話トライアル

内外国人の先生と楽しく英会話対高校生以上時1月24日・31日、2月7日・14日各(土)16時~18時所東部学習センター定4人(申込先着順)申シンプルライフ 西川☎090・7811・7783

▶新春 鎌美展

内絵画展時1月24日(土)~30日(金)各10時~17時(初日は12時から、最終日は16時まで)所きらり鎌ヶ谷市民会館ロビー問鎌ヶ谷市絵画同好会 田中☎090・3314・4104

会員募集

▶カトレア ソーイング

内洋裁対女性時毎月第1・3(水)13時~16時所中央公民館定若干名月2,000円申岡本☎080・3476・5539

▶小さな旅の会

内月1日の日帰り散策対市民時毎月第3(金)10時から南部公民館で定例会あり定5人年4,000円申野上☎047・385・5588

茶話会

~障がいのある子どもの保護者へ~

子育ての悩みなどを話し合いませんか?なんでも気軽に話せて聞ける場所です。

対障がいのある子どもの保護者
時2月17日(火)9時30分~12時
所総合福祉保健センター5階
問NPO法人鎌ヶ谷市手をつなぐ親の会☎404・5723

弁護士による養育費などの無料法律相談(要予約)

対県民(千葉・船橋・柏市を除く)
時1月24日(土)13時~16時(1人40分程度)
所白井市保健センター2階
申1月21日(水)12時までに(一財)千葉県母子寡婦福祉連合会事務局☎043・222・5818

募集

市民農園の利用者募集

花や野菜を育ててみませんか?

対市内在住の人
所①東道野辺市民農園、②北中沢市民農園、③西佐津間市民農園(いずれも1区画約16m²)。②③は井戸あり)
募集区画 いずれも若干数(多数抽選)
利用期間 4月1日(水)から(1年更新。最長3年間)
年 12,000円
申1月30日(金)まで(必着)に申し込みフォームから、または市ホームページおよび窓口で配布する申込書に住所・氏名・電話番号・希望農園名を記入して、農業振興課
申2月1日(水)までに(必着)に申し込みフォームから、または市ホームページおよび窓口で配布する申込書に住所・氏名・電話番号・希望農園名を記入して、農業振興課
問同課☎445・1233

申し込みフォーム

スポーツ推進委員

対スポーツに関心があり、スポーツの指導や普及に取り組みたい人
任期2年(4月1日(水)~10年3月31日(金))

報酬等 年額28,000円

他 ●選考方法は面談
●詳しくは、市ホームページをご覧ください

申2月4日(水)までに申し込みフォームから、または申込用紙に記入して、文化・スポーツ課窓口(市役所5階)へ持参/
問同課☎445・1531



ふれあいサービス協力会員

高齢者や障がいのある人、産前産後などで日常生活に困っている人を有償で家事支援する「協力会員」を募集しています。

研修日程

内講義「子育て世帯への寄り添い」、実技「沐浴体験」
時2月12日(木)10時~12時
所総合福祉保健センター5階
申市社会福祉協議会☎444・2231



市社会福祉協議会ホームページ

ストップ! ATM振り込め詐欺

市役所からの還付は、絶対にATMは使いません。不審に思ったら、必ず市役所に確認しましょう。

第2回歴史講演会

房総から「日本」へ、そして世界に ~伊能忠敬とその時代~

「実直に日本全国を自らの足で歩測し、日本地図を創り上げた」という伊能忠敬のイメージを歴史学的に再検証します。また、伊能の成果について次の世代の江戸時代知識人たちはどのように評価したのかを話します。

日時 2月7日(土)14時~16時

場所 中央公民館

定員 60人(申込先着順)

講師 東洋文庫専任研究員の杉本史子さん

その他 まなびい100対象

申し込み 1月16日(金)以降に郷土資料館

☎445・1030/窓口/申し込みフォーム

から



スポーツ

ポールウォーキング健康教室

ポールを持って歩きます。誰でも手軽にできる簡単な全身運動です。
時 2月16日(月)9時30分～11時30分
所 福太郎スタジアム
定 10人(申込先着順)
費 300円
他 ●ポール200円で貸し出し可
●大会や雨天などで休講になる場合あり
申 1月16日(金)～2月9日(月)に福太郎アリーナ窓口/☎444-8585

講座・講演

冬の環境講座

「団子水から鳥さんぽ2026」

ウォーキングをしながら野鳥などを観察します。川の水質検査も体験できます。
対 市内在住・在勤・在学の人(小学校2年生以下は保護者要同伴)
時 1月31日(土)9時30分団子水公園「七面堂」前集合～12時30分(雨天時は2月8日(日)に延期)
定 20人(申込先着順)
費 保険料50円
師 団子水の自然を育てる会の皆さん
持 筆記用具・双眼鏡(あれば)
服装 歩きやすく汚れてもよいもの
他 まなびい100対象
申 1月16日(金)9時～26日(月)17時に申し込みフォームから
問 環境課☎445-1227



援農ボランティア養成講座 「果樹コース(梨)」

農業を体験したい!「鎌ヶ谷特産の梨が収穫できるまでの作業行程に携わりたい」という人は、参加してみませんか?

日程 ●3月=開講式、花芽整理
●4月=交配 ●5月=摘果
●6月=袋かけ ●8月=収穫
●9月=収穫 ●10月=草刈り
●12月=剪定 ●1月=剪定
●2月=まとめ

対市民 定若干名
費 保険料年600円
申 1月30日(金)までに農業振興課☎445-1233/市ホームページの申し込みフォームから



女性向け再就職支援セミナー&個別相談会in船橋

対 就職活動中の女性
時 2月12日(木)①セミナー=10時～12時、②個別相談=13時30分～16時
※②のみの参加不可

所 船橋市東部公民館
定 ①=30人、②=4人(いずれも申込先着順)

持 筆記用具、雇用保険受給資格者証(受給中の人)

保育 1歳以上の未就学児、先着6人(1月30日(金)までに要予約)

他 ①は雇用保険受給者の求職活動実績になります

申 申し込みフォームから
問 ●申し込みについて=船橋市市民協働課☎407-436-2107

●内容について=船橋市商工振興課☎047-436-2477



アウトーチ支援相談員養成講座

内引きこもり当事者などへの支援に必要な基礎知識や支援の進め方
対 東葛6市在住・在勤の社会福祉士など有資格者、引きこもり支援に関心のある人

時 2月21日(土)・23日(月)、3月14日(土)各13時30分～16時30分
所 ケヤキプラザ7階(我孫子市)
定 20人(申込先着順)
申 認定NPO法人東葛市民後見人の会
下☎04-7184-6918

東葛地区人権講演会in鎌ヶ谷

内 今こそ知りたい多様な性「LGBTQ」を自分の問題として考える

時 1月29日(木)18時～20時(17時開場)
所 きらりホール
定 300人(申込先着順)
師 東北芸術工科大学講師、県人権講師の伊藤悟さん
申 1月22日(木)までにNPO法人人権ネットワークPEACE21☎04-7166-2625

イベント

南初富コミュニティセンターフェア

ゲームや豆まき、つきたての餅で大人も子どもも楽しめるイベントです。かまたんも遊びに来ます!

時 2月1日(日)10時～13時
所 南初富コミュニティセンター
注車での来場はご遠慮ください
問 同センター☎444-4292



全国学校給食週間展示

学校給食センターの紹介と給食に関する展示を行います。
時 1月23日(金)13時～30日(金)12時
所 東部学習センター
問 学校給食センター☎445-5640

明るい選挙書き初め作品展

市内の小学校4年生～中学校3年生を対象に募集した「明るい選挙書き初め作品」の入賞作品を展示します。
時 2月4日(水)～16日(月)
所 市役所1階
問 選挙管理委員会事務局☎445-1539

スマイル冬の市

内 県立つくし特別支援学校中学部による農耕・手工芸・紙工・木工製品の販売会
時 1月29日(木)10時30分～11時20分
所 ヨークプライス五香店
申 同学校☎047-385-1632

ちば・ひかりスイッチ 県内事業者向けLED切替プロジェクト

県内事業者向けLED切替支援事業「ちば・ひかりスイッチ」が受け付け中です。スケールメリットで導入コスト・電気代・CO₂を削減しませんか?
対 県内事業者(学校・病院などを含む)
申 2月28日(土)までに申し込みフォームから
問 ちば・ひかりスイッチ
問合せ窓口☎050-5799-2110



EV車充電器 利用方法

問 契約管財課☎445-1092

利用方法

スマートフォンでアプリ「Myプラゴ」をダウンロード後、新規登録をします



充電場所・内容を確認して充電を開始



1月15日から、市役所駐車場で電気自動車用の普通充電器が利用できるようになりました。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



※支払いはクレジットカードまたはキャッシュレス決済
※アプリの登録をすることで、空いている充電器を1時間取り置き予約することができます

アプリがなくても予約・会員登録不要で利用できます

充電器に記載の二次元コードを読み取り必要事項を入力することでアプリがなくても利用できます。

※アプリ会員登録をしていない人はクレジットカードのみ対応

ありのみ便り

新しい年、令和8年(2026年)がスタートしました。

今年は、現在の鎌ヶ谷市庁舎が開所して50年となる節目の年です。人間でいえばまだまだ働き盛りの年齢。とはいえた半世紀の間にはいろいろあったと思います。ちょっと市庁舎の声を聴いてみましょう。



私がここに来て業務を始めたのは昭和51年(1976年)の11月15日。今年50歳になります。当時この辺りは梨畠の中に農家が点在するのだから風景が広がっていました。そこに真新しい6階建ての白いビルの私が建ったのですから、ずいぶん目立つと言われました。

その前の市庁舎、私の先代がどこにいたかご存じですか。市立図書館本館の場所です。その前の

先々代は初富交差点の南西側、さらにその前の初代庁舎は鎌ヶ谷大仏駅近くの木下街道沿い延命寺向かいにいました。私は4代目です。最初は村役場、そして町役場から市役所へと街の発展とともに名称が変わり、場所も変えて建物も大きくなりました。

当時の私は最新鋭のビルでした。書類や伝票などを圧縮空気の力でパイプを通して送るエアーシューターやベルトコンベアを備えていたんですよ。市民の皆さん待つ時間が短くなるように窓口も1階に集約しました。それでも人口が増え、行政サービスが多様化すると手狭になってきました。15年後の平成3年、隣に総合福祉保健センターができましたので、健康、福祉関連の部署はそちらに移りました。

長い間、この辺りには私1人だけでしたが、平成7年に新鎌ヶ谷駅周辺の開発が始まり、ショッピングセンター、マンション、ホテル、病院など仲間たちがやってきました。次々と新しいビルが建ち、風景は昔の面影がないほど様変わりしました。

の先、北千葉道路が開通すればさらに変貌するでしょう。

私もご多分に漏れず、年を取るにつれあちこち痛んできました。その都度、外装、内装など改修工事を行ってきました。中でも最大の工事が平成29年6月に終了した免震改修工事です。市庁舎の建物と地面の間に免震装置を設置したことで、地震の揺れがゆっくりとした揺れに変わり建物が壊れにくくなりました。大災害時には市庁舎に災害対策本部が置かれますので、私が壊れてしまっては話になりませんからね。

周りのビルに比べると私の姿は少しくたびれたように見えるかもしれません。でも、専門家の調査で耐用年数はあと50年ほどとされています。まだまだ頑張りますよ。

『論語』では50歳を「知命(ちめい)」と言います。50歳で天から授かった使命を知るという意味です。私の使命は市民の「拠り所」になることだと思います。

(市魅力発信アドバイザー)

令和8年度 市立保育園 フルタイム会計年度任用職員 募集

保育園で働きませんか？

市立保育園では、一緒に働く人を募集しています。子どもたちと一緒に走って、笑って、感動する毎日を過ごしてみませんか？40代・50代の職員も活躍中！ブランクのある人も大歓迎です。

保育園の見学も大歓迎！子どもたちの笑顔に囲まれて楽しく働きませんか？

市立保育園の魅力

チームワーク抜群！

困ったときには相談しながら、協力して保育を行っています。また、子どもがいる人にも理解のある職場です。

子どもたちの笑顔！

大規模園では子どもたちが広い園庭を元気よく走り回り、小規模園ではアットホームな雰囲気の中で伸び伸びとさまざまなことに挑戦し、子どもたちの笑顔であふれています。

対象 保育士の資格を有する人

任期 4月1日(水)～9年3月31日(水)(更新あり)

※7年度中の採用も募集しています。詳しくはお問い合わせください

勤務日時 毎週(月)～(金)8時30分～17時(休憩45分含む)

※(土)は5～7週に1回勤務あり

※早番・中番・遅番など変則勤務あり

勤務場所 道野辺保育園、南初富保育園、栗野保育園、鎌ヶ谷保育園

※希望の園を確認し調整します

募集人数 若干名

報酬等 月額254,188円(7年度実績、地域手当含む)賞与・昇給あり、通勤費規定内支給、社会保険加入、有給休暇・夏季休暇あり

申し込み 写真を貼付した履歴書と資格証の写しを幼児保育課窓口(総合福祉保健センター2階)へ持参／郵送〒273-0195

その他 ●後日面接あり

●仕事の内容や園の見学については、希望園に直接お問い合わせください

パートタイム会計年度任用職員(保育園時間外保育員(無資格))についても募集しています。詳しくは、幼児保育課または各園にお問い合わせください。



リサイクル情報

ゆずります

●ビデオテープ「二十四の瞳」(未開封)

さがしています

●自転車26～27インチ(かご・変速ギア・チャイルドシート付き希望、錆などが酷いものは除く)

※品物の交渉は全て無償で、当事者間で行ってください

※品物について、詳しくは市ホームページをご覧ください

問クリーン推進課
☎445-1223



市ホームページ

健康だより



問健康増進課☎445-1393

一無、二少、三多で生活習慣病を予防しましょう

みなさんは「一無、二少、三多(いちむにじょうさんた)」という標語を耳にしたことはありますか？

これは一般社団法人「日本生活習慣病予防協会」が1991年に提唱した『健康標語』で、1月23日を「一無、二少、三多の日」と定め、日常心がけたい生活習慣をわかりやすく表したもので

「一無」は「禁煙」です。

たばこは万病のもと。がんをはじめ、心血管疾患、脳血管疾患など、さまざまな生活習慣病のリスクを高めます。禁煙は健康改善効果が期待できるため、今日からでも禁煙に取り組みましょう。

「二少」は「少食」「少酒」です。

暴飲暴食を控えることは、健康を維持するためにとても大切です。

主食と副食、果物、乳製品などをバランスよく組み合わせて、腹八分目を心がけるようにしましょう。肥満や糖尿病、脂質異常症、高血圧などを予防します。

多量の飲酒も高血圧や糖尿病、脂質異常症、痛風などの生活習慣病のリスクを高め、臓器障害だけでなく、全身に影響を及ぼします。

「三多」は「多動=体を多く動かす」、「多休=しっかり休養する」、「多接=社会との接点を増やす」という三つのことを指しています。

日常生活の中で体をしっかりと動かし、休養を十分に取ることは、心と体の健康を保ちます。

また、生き生きと暮らすためには、多くの人や物事と接することが重要です。趣味をつくるなどして社会との関わりを増やすと、認知機能を保ち認知症の発症リスクが低下するといった報告もあります。

高血圧や糖尿病、脂質異常症などは運動不足や飲酒・喫煙・不規則な生活など、「生活習慣が原因」となって発症することが分かり、「生活習慣病」と呼ばれるようになりました。

生活習慣病は長い時間をかけて進み、病気として自覚しにくいことも特徴です。予防のためには日頃の体調や、身体のちょっとした変化など、ご自身の健康に目を向けることが大切。まずは達成しやすい小さな目標から毎日の習慣を変えて、生活習慣病やそこから引き起こされる大きな病気を予防しましょう！

鎌ヶ谷市医師会

きらりホール

きらり音楽の宝石箱㉑ 小松亮太トリオ タンゴコンサート

日本タンゴ界を牽引するバンドネオン奏者の小松亮太さんが、スペシャルトリオできらりホールに初登場！

出演 小松亮太(バンドネオン)、近藤久美子(バイオリン)、福井浩気(ギター)

日時 4月18日(土)14時から(13時30分開場)

費用 ●一般=4,000円(きらりホール友の会会員=3,500円)

●高校生以下=2,000円(きらりホール友の会会員=1,500円)

※当日券・事前予約者の当日受け取りは500円増し

その他 ●全席指定

●親子席に限り未就学児入場可(申込先着順)

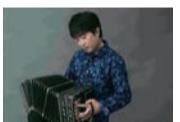
申し込み ●1月16日(金)以降にきらりホール窓口／同日13時以降に☎441-3377

●きらりホール初めての音楽会=

1月16日(金)以降にきらりホール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



小松亮太さん

お出かけきらりホール

音楽家とのふれあいや素敵な演奏を届けます

プロの演奏家(東京藝術大学OB)が皆さんの施設で演奏するアウトリーチコンサート「お出かけきらりホール」の開催団体を募集します。

出演 西村翔太郎(ピアノ) 他若手演奏家

内容 「ふるさと」「荒城の月」などの日本の名曲、クラシック曲、映画音楽など

対象 市内の病院、高齢者施設、その他社会福祉施設

日時 5月～9月のうち1日(50分程度)

申し込み 2月28日(土)までにきらりホール

ホームページの申し込みフォームから

問きらりホール☎441-3377



きらりホール
ホームページ

令和8年度 各種検診

申し込みの受け付けを開始します

問 健康増進課☎445-1390

8年度に実施する検診(下表参照)の登録を受け付けます。

対象

職場などで検診を受ける機会のない人(治療中や自覚症状のある人を除く)



登録手続きが必要な人

- 8年度新たに受診を希望する、または7年度とは異なる種類の検診を希望する
- 7年度新たに登録し、受診しなかった
- 検診の通知が届いたが、6年度・7年度の2年間とも受診しなかった

申し込み

2月28日(土)まで(消印有効)に次のいずれかの方法で申し込み

- 申し込みフォームから
- はがきまたは封書に住所・氏名・生年月日・電話番号と希望する検診名を記入して、健康増進課☎273-0195
- 同課窓口(総合福祉保健センター1階)



申し込みフォーム

注意

- 集団検診は名前の50音順で受診日を振り分け、順次通知します
- 案内チラシは市内公共施設などで配布します

検診名		対象 ^{※1}	検診内容	受診間隔	集団/個別 ^{※2}	自己負担金
セット検診 (胸部・胃・大腸)	胃がん検診 (申込時に検査内容を選択)	40歳以上 (胃の手術を受けたことがある人は要連絡)	問診、胃部X線撮影(バリウム)	毎年	集団	1,000円
		50歳以上	問診、胃内視鏡検査 ^{※3}	2年に1回 ^{※4}	個別	3,000円
	大腸がん検診	40歳以上	問診、便潜血反応検査(大腸)	毎年	集団	300円
	胸部検診	40歳以上	問診、胸部X線撮影	毎年	集団	500円
乳がん検診		40歳以上	問診、マンモグラフィ(乳房X線撮影)	2年に1回	集団	500円
		30歳代	問診、乳房エコー(超音波検査)			500円
子宮頸がん検診		20歳以上	問診、視診、頸部細胞診	2年に1回	集団	400円
			問診、視診、内診、頸部細胞診		個別 ^{※5}	500円
			超音波検査は、医師が認めた場合	(2年に1回)	(個別)	500円加算
肝炎ウイルス検診		41歳以上 ^{※6}	問診、B型・C型肝炎ウイルス検査(採血検査)	1回のみ	個別	700円 (40歳のみ無料)

※1:年齢は令和9年4月1日時点の年齢です

※2:集団は総合福祉保健センター(日時の指定あり)で、個別は指定医療機関で実施

※3:胃内視鏡検査時の鎮静剤は検診では使用できません

※4:胃内視鏡検査を受診すると、次の年度の胃がん検診(バリウム・内視鏡検査)はどちらも受けられません

自己負担金の免除

次のいずれかの条件に該当する人は自己負担金が免除されます。

- ①75歳以上
- ②7年度市民税非課税世帯または生活保護世帯



②に該当する人は事前に手続きが必要です

申し込み

- 申し込みフォームから

●はがきまたは封書に、住所・氏名・生年月日・電話番号・希望する検診名と「私の世帯の市民税額を確認することに同意します。」と記入し、世帯主と受診者がそれぞれ署名して健康増進課☎273-0195

※市民税額の確認後、該当者に無料券を送付します
(検診案内通知とは別送付)



申し込みフォーム

子宮頸がん予防(HPV)キャッチアップ接種
経過措置が3月31日(火)で終了3回目の接種を3月31日(火)までに完了できる
ように計画してください。

対次の要件を全て満たす人

- 平成9年4月2日～21年4月1日生まれの女性
- 令和4年4月1日～7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種している

他詳しくは、市ホームページをご覧ください

問☎445-1390



市ホームページ

食事相談会
食事や健康で気になる事はありませんか?

体組成計で体脂肪率や筋肉量などを測定し、その測定結果や食事記録を基に、手軽に実践できる食事のポイントを管理栄養士が個別でアドバイスします。

対 18歳以上で心臓ペースメーカーを使用していない市民

時 2月24日(火)9時～12時

所 総合福祉保健センター3階

定 9人(申込先着順)

持 3日分の食事記録(写真可)

服装 脱ぎ着しやすいもの

注 ●素足で測定するため、タイツ・ストッキング不可

- アクセサリーなどは外してください

- 妊娠の可能性がある人はご相談ください

問☎445-1546

認知症の人とその家族のための交流会

さまざまな悩みや疑問・経験を語り合う交流会
です。介護者同士で語り合い、1人で悩まない介護にしましょう。

対 認知症の人を介護している家族(認知症の人本人の参加も可)

時 2月10日(火)13時30分～15時

所 総合福祉保健センター3階

定 15人

申 1月16日(金)以降に南部地域包括支援センター

問☎441-7370

ダイヤモンド富士を鎌ヶ谷から見よう!

問 商工観光課☎445-1240

「ダイヤモンド富士」とは、富士山の山頂部と太陽が重なる瞬間に、ダイヤモンドのよう輝いて見える現象です。

市役所屋上から、東京スカイツリーと並んでダイヤモンド富士を観賞しませんか?

※天候により開放しない場合があります

次回ベストビュータイム

2月2日(月)16時59分ごろ

※市役所屋上は、3月31日(火)までの間は開放時間を、17時45分まで延長しています
(土)・(日)、祝日を除く



ベストビュータイム当日(11月8日)



ベストビュータイム2日前(11月6日)

次回に期待!

前回のベストビュータイム当日(7年11月8日)は、雲がかかっていてダイヤモンド富士は見られませんでしたが、1日・2日前は富士山に重なる夕日をはっきりと観賞できました。



前回のベストビュータイム当日の屋上の様子

観賞時のお願い

- 事前の申し込みは不要です
- 高さ150cmを超える機材は持ち込めません
- 三脚などを設置して長時間置いたままにすることは避けてください



ベストビュータイム1日前(11月7日)



市ホームページ

バスロケーションシステム 利用方法

問 都市政策室☎445-1422



1月5日から、コミュニティバス「ききょう号」でバスロケーションシステムが利用できるようになりました。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

バスロケーションシステムとは?

- ▶バスの現在位置と、あと何分で到着するのかが分かります
- ▶バスの中が混雑すると、混雑情報が表示されます
- ▶各バス停の時刻表が確認できます



市ホームページ

利用方法

右の二次元コードを読み取り専用サイトにアクセスします。



- 1 バスロケーションシステムを開き、乗車する路線と停留所を選択します
- 2 情報が表示されます



専用サイト

初心者
歓迎!

キャッチボール教室&野球遊び

問 トレーニングデー事務局☎training@ambition-act.com

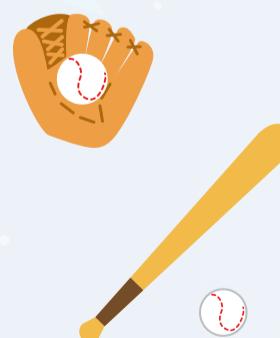
ファイターズアカデミーコーチが直接レッスンを行います。

家族で楽しむ!キャッチボール教室

対象 小学校1~3年生とその保護者

日時 2月14日(土)14時~16時

定員 25組50人



家族で楽しむ!野球遊び

対象 小学校1~3年生とその保護者

日時 2月15日(日)14時~16時

定員 25組50人

共通事項

場所 ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム室内練習場

講師 ファイターズアカデミーコーチ

その他 ●多数抽選

- 車で来場する際は、ファイターズ鎌ヶ谷スタジアム駐車場を利用して下さい

申し込み 1月31日(土)までに申し込みフォームから



申し込みフォーム

