

■下水道で快適なまちづくり……………	2
■ホストファミリー募集……………	2
■循環バス「ナッシー号」のアンケート調査を行います……………	3
■みんなで楽しく秋風ウオーキング……………	4
■気付いてください体と心の限界サイン……………	4
■子育て応援講座……………	5

日ごろからいつ時の備えは

9月1日は「防災の日」です。地震などの自然災害はいつやってくるか分かりません。しかし、過去の災害の教訓を生かし、被害を少しでも減らすことは今からでもすぐに取り組むことができます。



消防訓練の様子 (昨年)

地域防災計画の見直し

現在市では地震などによる被害想定を行っており、この結果を基に、市民が的確・迅速に対応できるように市の総合ハザードマップを作成するとともに「災害に強いまちづくり」を目指して計画の全面的見直しを行っています。

災害への備え

大規模な災害が発生したときには、市や消防などが現場に急行して支援を行うことが難しい状況となることから、自分の身は自分で守る「自助」、公的機関が活動する「公助」が互

家庭での備え

①家の安全確保
近年発生した大きな地震では多くの人が自宅だけがなどの被害に遭いました。その原因は、家具類の転倒や落下によるものです。

②食料・飲料水の備え
大規模な災害が発生した直後は、食料品などを確保することが困難になります。各家庭で食

いに連携することで被害を軽減することが出来ます。

●非常持ち出し品の用意
万が一のときに備え、非常持ち出し品を用意しておきましょう。非常持ち出し品は、両手が使えるリュックなどに入れ、目のつきやすいところに置きましょう。また各家庭で必要なものを話し合い、買い足すようにしましょう。

④家族で防災会議
災害は、家族がそろっているときに発生するとは限りません。災害が発生したときの連絡方法や避難が必要となったときの避難集合場所、避難経路などを確認しておきましょう。

●発達した積乱雲の近くへ兆し
●真っ黒い雲が近き、周囲が急に暗くなる
●雷鳴が聞こえたり、電光が見えたりする
●冷たい風が急に吹き出す
●大粒の雨やひょうが降り出す
【電巻が間近に迫ってきたら】屋外では●頭丈な建物の物陰に入っ

●頭丈な建物の物陰に入っ
●物置や車庫・プレハブの中は危険なので避難しない
●電柱や太い樹木は倒壊する可能性があるため近づかない
●室内では●家の1階の窓のない部屋に移動する
●窓やカーテン、戸戸やシャッターを閉める
●大きなガラス窓の下や周囲は大変危険なため窓から離れる
●丈夫な机やテーブルの下に入るなど、身を小さくして頭を守る

●発達した積乱雲の近くへ兆し
●真っ黒い雲が近き、周囲が急に暗くなる
●雷鳴が聞こえたり、電光が見えたりする
●冷たい風が急に吹き出す
●大粒の雨やひょうが降り出す
【電巻が間近に迫ってきたら】屋外では●頭丈な建物の物陰に入っ

防災行政無線を用いた全国一斉放送試験

地震・津波や武力攻撃などの災害時に、全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国からの緊急情報を、さまざまな情報伝達手段を用いて確実に皆さんに伝えるため、全国一斉の試験が行われます。

試験放送は、市内各所に設置の屋外拡声子局などで音量が最大で流れます。

試験日時 9月12日(木)

1回目 午前10時ごろ

2回目 午前10時30分ごろ

放送内容 「これは、試験放送です」×3回繰り返して「こちら

は、ぼうさい白井です」

※災害発生や気象状況によっては、訓練放送を中止する場合があります。

一時避難場所として使用する協定を締結

市は、災害が発生したときまたは発生する恐れがある場合に、一時避難場所としての使用できるように「山崎製パン健康保健組合」と6月1日に協定を締結しました。

施設名 山崎製パン健康保健組合総合グラウンド
所在地 白井市富士86番地
☎ 市民安全課消防防災班 内線3326・3323

しろいメール配信サービスの案内

パソコンや携帯電話に、市内で起こった災害・犯罪の情報・防災行政無線の放送内容などを、電子メールで配信する「しろいメール配信サービス」を行っています。市民生活で役立つさまざまな情報を配信していますので、ぜひ登録ください。

登録URL <http://city.shiroi.jp/nashibo/user/shiroi/blog/showDetail/>

登録用メールアドレス shiroi@city.shiroi.jp

☎ 企画政策課情報管理班 内線3335・7

防災訓練

防災訓練は市が関係機関と連携し、自治会などが主体となって行う地域実践型訓練です。

災害は一人一人の日ごろの備えと正しい知識で、被害を最小限に止めることができます。この機会に家族で防災訓練に参加しましょう。

日時 23日(日) 午前9時30分～
※雨天時は体育館で一部内容を変更して実施。災害発生時は中止になります。

場所 池の上小学校
内容 自治会などによる避難者の把握や被災者の救出・救助訓練、避難場所への誘導訓練、初期消火訓練、炊き出し訓練、関係事業者などによるPRなど

※訓練当日は防災行政無線を使用し、午前8時35分に地震発生のお知らせと午前9時に避難勧告の訓練放送を行います。

☎・☎ 市民安全課消防防災班 内線3326・3323へ

防災講習会

市自治連合会が開催する防災講習会では、減災に関する講演や災害発生を想定した防災倉庫の資機材や耐震性非常用井戸の確認、仮設トイレなどの設置体験などを行います。

この機会に自主的な防災意識を高め、自治会などの役割の重要性を再認識しましょう。

日時 16日(日) 午後1時30分～4時
場所 清水口小学校体育館
対象 市内在住・在勤・在学者 150人(申し込み順)

演題 「私の住んでいる街の減災への備え」～自助・共助・公助で助け合おう～

講師 まちかど防災「減災塾」塾長 水島重光さん、災害救援ボランティア推進委員会事務局 天寺純香さん

持ち物 上履き
☎・☎ 13日(木)までに市民活動支援課市民活動支援班 内線3151・2へ



講師の水島重光さん

※防災訓練および防災講習会ともに駐車場に限りがありますので、車での参加はできるだけ控えてください。

循環バス「ナッシー号」のアンケート調査を行います

循環バス「ナッシー号」は、おおむね3年をめどに地域の状況変化に応じた見直し・改善を行っています。今回のアンケートは平成22年度に行った運行ルート的大幅な改定など、全面的な見直しを行った後の皆さんの利用状況や日ごろ皆さんが感じていることを把握し、今後の運行の見直しの際の参考にするためのものです。

アンケート用紙は次の場所にあります。提出する人は必要事項を記入の上で、回収箱に投函してください。

調査期間 4日(水)～24日(月)

アンケート用紙設置・回収場所 市役所、図書館、各センター、白井駅、西白井駅、千葉ニュータウン中央駅、新鎌ヶ谷駅、ナッシー号車内
※アンケートはファクス、Eメールでも受け付けます。

〒 企画政策課企画政策班 内線3353・6

「動物愛護教室」参加者募集

県動物愛護センター職員から犬・猫の飼いやしつけの方法について学ぶことができます。

当日は、モデル犬による「リターウオーク」の実演も行います。

日時 29日(土) 午後1時30分～3時

場所 保健福祉センター

参加費 無料

申込・申込 28日(金)までに電話から直接環境課環境保全班 内線3276・7へ

犬・猫の不妊・去勢手術費用一部助成

20日(水)から26日(火)までは動物愛護週間です。公益社団法人千葉県獣医師会と飼育者動物愛護管理協会では、県獣医師会会員の動物病院で飼い犬・猫が不妊・去勢手術を受ける場合の費用の一部を助成しています。

対象 飼い犬・猫800頭(1世帯当たり飼い犬・猫1頭、応

※県獣医師会会員の動物病院は公益社団法人千葉県獣医師会ホームページ <http://www.cpvma.com/>で確認することができます。

助成期間は12月26日(火)までです。

公益社団法人千葉県獣医師会 043(232)6980
市環境課環境保全班 内線3276・7

印西霊園墓所2次募集

申請は1世帯で1墓のみです。
受付期間 平成24年9月18日(水)～平成25年3月29日(金)

対象 白井市・印西市に1年以上居住し住民基本台帳に記録され、現在埋葬していない遺骨を所有している人

墓所数 117基(芝生墓地)
墓所面積 1墓所3平方メートル

使用料 1墓所35,500円
※使用料に墓料などを含みます

飼いのいない猫への取り組み

最近「公園に猫が集まっている怖い」「庭や駐車場に猫がふん尿をする」などの声が市に寄せられています。猫は繁殖力が強く、何もしなければ飼いのいない猫は増える一方です。

飼いのいない猫は、元をたどれば飼いが人の手から離れたために発生したものです。今後、そのような猫を増やさないようにするために、どのような取り組みが効果的でしょうか。

◆猫を捨てる

ペットは生涯飼い続けることが飼いの義務です。捨てると50万円以下の罰金が課せられることがありますので、飼えなくなったときは必ず新しい飼いの主

をさがす。管理料 1区画1年5,040円
※墓地使用許可後に印西市以外の市区町村に転出した場合、管理料は1区画1年7,560円になります。

年度途中に墓地使用許可を受けた場合の管理料は、許可を受けた月からの月割となります。

印西霊園墓所公募申込書 および印西霊園墓所使用許可申請書 申込書および申請書は印西霊園管理事務所、印西地区環境整備事業組合窓口およびホームページ、市環境課、市ホームページにあり(要)必要事項を記入の上、申請者を含む世帯全員の住民票、本籍・続柄の記載があり発行から3カ月以内のもの、および火葬許可証および改葬許可証の原本を添えて、郵送(要事前連絡)か直接〒270-1324 印西市平岡1

を探しましょう。飼いのいない猫を見つけた場合は、県動物愛護センター(0476(93)5711)に相談しましょう。

◆地域猫活動に関する取り組み

近所に飼いのいない猫のふん尿で迷惑を掛けたいようにするために、猫を飼う場合にはできるだけ室内で飼うようにしましょう。

◆飼いのいない猫を増やさない取り組み

飼いのいない猫を増やさないようにするために、猫の不妊・去勢手術を行う、飼いのいない猫の増加防止に取り組んでいます。さらに、新たに猫が捨てられないように地域ぐるみで見張っています。地域猫活動は皆さんができる範囲で取り組むことが大切なので、理解・協力を願います。

環境課環境保全班 内線3276・7

524-1 印西霊園管理事務所
所内 印西地区環境整備事業組合平岡自然公園事業推進課 0476(42)0095 平日午前9時～午後5時
〒www.inan-jk.or.jp

松戸市宮白井聖地公園墓地使用者募集

松戸市では、松戸市宮白井聖地公園の墓地45区画(普通墓地20区画、芝生墓地25区画)を再公募します。

◆申込資格

次の全てに該当する人
●申込者が松戸市・白井市に平成23年9月30日以前から1年以上継続して居住していること
●いまだ埋葬したことがない遺骨を所有していること
●申込者が埋葬される人の親等以内の親族であること
●申込者が祭祀の主事者(葬儀の喪主など)であること

申込期間 10月1日(月)から12日(金)まで
に専用の申込書(10月1日(月)から9日(金)まで松戸市役所、白井市役所環境課および白井聖地公園管理事務所)で配布した必要事項を記入の上、郵送で〒271-0072 松戸市竹ケ花74-3 中央保健センター内 松戸市健康福祉本部保健福祉課管理班 047(366)7485へ

※申し込みは資格者1人につき1通1カ所のみとし、複数の区画を申し込んだ場合は無効とします。

中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済制度は、中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。運営は独立行政法人勤労者退職金共済機構・中小企業退職金共済事業本部が行っています。

この制度に新規に加入したり掛金を増額したりする場合、国が事業主へ掛金の一部を1年間助成します。掛金は全額非課税で手数料も掛らず、社外積立のため管理も簡単です。市でもこの制度に新規加入した事業主へ、掛金の一部を2年間補助しています。

各制度の詳細についてはお問い合わせください。

中小企業退職金共済事業本部 03(6907)1234、市商工振興課商工振興班 内線3242

面接練習セミナー

若者の就職支援施設「ジョブカフェしらべ」と白井市・印西市・鎌ヶ谷市が共催で、就職活動に必要なことを学ぶことができます。

セミナーを開催します。今回は、面接のポイントを理解しながら入室から退室までの面接の一連の流れを実践練習する、面接初心者にもぴったりの講座です。セミナー終了後は、キャリアカウンセラーとの個別相談(1人10分程度)や企業の求人情報の一覧表を閲覧することができま。

日時 25日(火) 午後1時～3時30分

場所 白井駅前センター
対象 就職を希望している15から39歳までの人 20人(申し込み順)

申込・申込 電話でジョブカフェしらべ 047(426)8471 か市商工振興課商工振興班 内線3242へ
※個別相談を希望する人は、申し込みの際にその旨を伝えてください。

水道工事を行います

市では下図の区間で水道管の布設工事を行います。工事は午前9時から午後5時まで行い、夜間は交通規制を行います。

期間 9月中旬～11月下旬

交通規制区間 下図の 部分(車両通行止め)、 部分(車両片側交互通行)

図 上下水道課計画建設班 内線3452



気づいてください！

体と心の限界サイン

9月10日(月)から自殺予防週間です！

◆自殺の現状

自殺者数は昭和30年前後と昭和60年前後にそれぞれ増加し、その後平成10年に急増して以降、連続して3万人前後で推移しています。

自殺者の状況を詳しく見ると、性別では女性に比べて男性が圧倒的に多くなっています。年代別では県内で30歳代と60歳代の年代が多く、市内では60歳代が多くなっています。

◆大切な人の悩みに気付いてください
あなたの大切な人の様子がいつもと違うとき、まずは「眠れていますか？」「どうしたの？」「なんだか辛そうだな」「元気がなさそうで心配してんだ」

◆うつ病とは
うつ病は「心の風邪」と言われ、本人も気付かずかっている事が多いです。

うつ病は、自殺の原因や動機に大きく関係しています。次の症状が2項目以上、最低2週間以上続いたらうつ病を疑って受診を勧めましょう。

○いつもと違う悲しい気持ちが消えない
○以前楽しめていた活動が楽しめず、興味が持てない
○自分に自信が持てない、自分を大切に思えない
○集中したり、物事を決めたりするのが困難である
○眠れない、眠りすぎる
○食べることに興味がわいてこない

■相談窓口 千葉いのちの電話 043(227)3900
(24時間対応) そのほか、市健康課健康づくり推進班(497)3494

みんなで楽しく秋風ウォーキング ～しろい健康ウォーク～

ウォーキングは健康の維持・増進にとっても有効な手段で、生活習慣病などの予防や改善の効果が期待できます。ウォーキングを日常生活に取り入れて習慣化するためにも、無理なく楽しみながら歩けるこの機会に参加してみませんか。

コースは、保健福祉センターを発着地として船橋県民の森との間を往復する約8.5kmです。昼食休憩場所となる船橋県民の森では、白井産の野菜をたくさん使った田舎汁を配布します。

当日は必ず歩きやすい服と履き慣れた靴で参加してください。

日程 10月27日(土) (雨天の場合は28日(日)に延期)

時間 午前10時30分～午後2時30分(受け付け 午前9時30分～10時)

集合・解散場所 保健福祉センター

対象 市内在住・在勤者 200人(申し込み順)

※小学生以下の参加には、保護者が同伴してください。

経由地 富ヶ谷橋、船橋県民の森、富ヶ沢橋、富ヶ沢調整池

持ち物 弁当、飲み物、雨具、敷き物

参加費 1人100円(保険代)

■申込み ながき(直接持参可)かEメールに「しろい健康ウォーク」、氏名(フリガナ)、年齢、性別、住所、電話番号を記入・入力の上、10月5日(金)までに健康課健康づくり推進班 ☎(497)3494・kenkou@city.shiroi.chiba.jpへ

※ながき1枚、Eメール1通で複数での申し込みが可能です。



健康増進ルーム休館

市役所1階ロビーで献血を実施しますので、協力をお願いします。

日時 24日(月) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

■健康課健康づくり推進班 ☎(497)3494



献血のお知らせ

時まで臨時休館します。

■健康課健康づくり推進班 ☎(497)3494

体の中からリフレッシュ！血管いきいき教室

市では、血糖値やコレステロール値などの血液検査データや生活習慣病が気になる始めた人向けに「血管をいきいきさせるポイント」を学びながら、生活で身近に取り入れることができる生活習慣病予防の食事や運動などを実習などで学ぶことができます。講座を開催します。

日時・内容 下表のとおり

※各コースとも全2回開催します。

2課をそれぞれ受講します。

場所 保健福祉センター

対象 市内在住者 各コース15人(申し込み順)

参加費 400円(材料費)

■申込み 9月14日(金)までに電話で健康課健康づくり推進班 ☎(497)3494へ

血管いきいき教室日程表

コース		1課	2課
		9月26日(火) 9:45～12:00	10月3日(火) 10:30～12:45
②	①	10月2日(火) 9:45～12:00	10月12日(金) 10:30～12:45
	②		
内容		「血管をいきいきさせるポイント」(保健師による講話)、「歯ぐきみがきで血行改善」(歯科衛生士による歯みがき実習)、「身近に行える有酸素運動ウォーキング」「自宅でできる筋力トレーニング」(健康運動指導士による運動実習)	「血液をさらさらにする食事とポイント」(栄養士による講話)、「美味しく食べて血液さらさら」(食会)

栄養士の おすすめレシピ

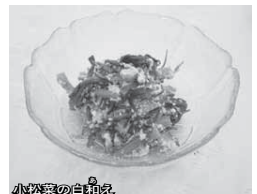
今月の献立は

小松菜の白和え

材料(4人分)

小松菜160g、こんにゃく60g、ニンジン30g、生シイタケ4枚、調味料(だし汁100cc、砂糖小さじ2、しょうゆ小さじ2、酒小さじ1)、あえ衣用材料(木綿豆腐1/2丁、塩小さじ1、砂糖大さじ2、白すりゴマ大さじ2)

作り方 ①小松菜は下ゆで後に水に入れ、固く絞って3センチの長さに切る ②こんにゃくは短冊切り、ニンジンは千切り、生シイタケは石突きを取って薄切りにし、調味料で汁がなくなるまで煮る ③あえ衣は豆腐をキッチンペーパーで包み、電子レンジ(500W)で1・2分加熱して水気を切って冷ました後、豆腐をつぶして塩・砂糖・白すりゴマを入れ、なめらかになるまで混ぜる ④ボウルに①と②を入れ、③であえる



栄養士から一言【心と体においしい食事をしよう】

滑らかな口あたりで、野菜もたっぷり食べられます。野菜をインゲンやキュウリ、ヒジキに代えても良いでしょう。豆腐などの大豆製品は良質なタンパク質です。生活習慣病の予防や老化防止に効果的なので、毎日の食卓に積極的に取り入れましょう。

1人当たりの栄養価 91kcal、野菜摂取量 48g

子育て支援センターふれんど乳幼児支援講座 「愛情たっぷりの魔法の手」

ベビーマッサージセラピーで、赤ちゃんの心と体をリラックスさせてあげませんか。

日時 26日(火) 午前10時～11時30分

場所 子育て支援センターふれんど(南山保育園内)

対象 平成24年3月26日から7月26日までに生まれた子とその保護者 14組(申し込み順)

講師 ベビーマッサージセラピスト 田村奈苗さん

持ち物 バスタオル、飲み物、あればベビーオイル

参加費 無料

■申込み 3日(月)午前9時から電話か直接子育て支援センターふれんど ☎(491)1131へ



非常勤看護師を募集します



成年後見制度・親族後見人の交流会

「体験談から学ぶ成年後見制度」を知っておきたい後見人の実際、情報交換・意見交換の場を設け、悩みの解消を助ける。テーマは「親族の後見人」。

身体障害者福祉センターを利用する人の健康管理や介助、各種講座の補助などを行う看護師を募集します。

対象 看護師・准看護師 1人

勤務期間 10月(週2・4日)

勤務日時 平日(週2・4日) 午前9時～午後4時(月2日は午後5時まで)

勤務場所 保健福祉センター

時給 1,280円(別途通勤手当あり)

■申込み 履歴書に必要事項を記入の上、看護師・准看護師免許の写しを添えて9月21日(金)まで

■申込み 20日(木)までに電話で地域包括支援センター ☎(497)3474へ

■申込み 20日(木)までに電話で地域包括支援センター ☎(497)3474へ

に直接身体障害者福祉センター ☎(497)3485へ

ニート・ひきこもり相談会



さまざまな事情で働く意欲を持つことができない人、人と関わることに不安があり家から出にくい人やその保護者などを対象にした相談会を開催します。

相談会では専門的な知識を持つ精神保健福祉士がカウンセリングを行い、必要に応じて関係機関への紹介を行います。

日程・場所 10月9日(火)・福祉センター(清戸)、23日(火)・西白井複合センター、11月7日(火)・富士センター、21日(火)・白井駅前センター、12月7日(金)・白井コミュニティセンター、21日(金)・公民センター

受付時間 午後6時20分～8時 ※1件当たりの相談時間は1時間程度です。

対象 中学校を卒業した15歳から39歳までの人かその保護者・家族

相談料 無料

参加費 各日2件(予約優先)

申・問 電話で生涯学習課社会教育班 内線3433へ

白井市民大学校公開講座

「写真家が見た『今という時代』」をテーマに公開講座を開催します。



テラウチマサトさん

日時 8日(土) 午後2時30分～4時30分(受け付け 午後2時～)

場所 文化会館中ホール

対象 市内在住・在勤者 30人(先着順)

講師 写真家・プロデューサー テラウチマサトさん

申・問 電話、またはEメールで生涯学習課社会教育班 内線3432・✉ syougai-gakusyuu@city.shiroi.chiba.jpへ

◆楽しみながら世代間交流を進めよう！福祉センターフェスティバル

サークルによる展示・発表やバザー、模擬店での販売、子ども縁日などをを行います。

30日(日)には幼児から中学生まで(先着100人)を対象に、米1kgと交換できるスタンブラリーを行います。

日時 29日(土)、30日(日) 午前9時30分～午後3時 ※30日(日)の終了時間は午後2時30分です。

◆福祉センターを臨時休館します
福祉センターフェスティバルの開催に伴い、28日(金)は臨時休館します。



サークル発表の様子

子育て

①パパちゃんランド・ちびちゃんランド

風船遊びをしましょう。

日時 7日(金) 午前10時30分～11時30分

対象 10カ月未満の子とその保護者 10組(申し込み順)

②ちびちゃんランド
栄養士に子どもの好き嫌いに

ついて相談することがあります。

日時 21日(金) 午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の生後2カ月から未就園児までの子とその保護者 40組(申し込み順)

③親子で楽しく過ごそう＆いちごクラブ
栄養士による離乳食や栄養の話の聞いた後、ティータイムを楽しみましょう。

日時 12日(金) 午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の生後2カ月から未就園児までの子とその保護者 40組(申し込み順)

④母親くらし
音の出るタヌキのおもちゃや「お見よう」を作ったりしましょう。

日時 12日(金) 午前10時30分～11時30分

対象 乳幼児とその保護者 16組(申し込み順)

※保護者のみの参加もできます。

参加費 300円(材料費)

教育委員会コーナー

⑧ 8日(土)までに電話か直接白井駅前センターへ

赤ちゃんと広場

みんなと一緒に水遊びをしましょう。

日時 13日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の平成23年4月2日から平成24年4月1日までに生まれた子とその保護者 15組(申し込み順)

持ち物 プール用紙おむつ、タオル、帽子、飲み物

⑨ 11日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

0歳児親子教室「たんぽぽ」

親子での遊びや触れ合い、子育ての仲間作りをしませんか。

平成25年3月までの登録制の親子教室です。

初回活動日時 14日(金) 午前10時30分～11時30分

対象 平成23年4月2日以降に生まれた子とその保護者 15組(申し込み順)

⑩ 10日(月)までに電話か直接白井駅前センターへ

おはなし会

読み聞かせサークル「おはなしのたまご」による楽しい絵本の読み聞かせです。

日時 15日(土) 午前10時30分～11時30分

対象 乳幼児とその保護者 20組(申し込み順)

センターだより

持ち物 ニンジンやサツマモモなどの野菜、タオル

⑪ 15日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

ねんねさん&ブレマちゃん

簡単な「ベビーマッサージ」を学び、離乳食や絵本の紹介が受けられます。

日時 19日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 6カ月未満の子とその保護者 16組、妊娠6から8カ月までの人 4人(いずれも申し込み順)

持ち物 バスタオルがマント参加費 200円(材料費)

⑫ 15日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

お誕生会&8・9月生まれ集まれ!

手形をとってカードを作り、誕生日をみんなで祝いましょう。

日時 20日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 市内在住で8・9月に生まれた未就園児とその保護者 12組

⑬ 13日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

ベビーマッサージ

赤ちゃんをマッサージしながら、親子の触れ合いを楽しみましょう。

日時 20日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 市内在住生後2カ月から歩行前までの乳児とその保護者 10組(申し込み順)

講師 ベビーマッサージセラピ

インフォメーション

スト 高橋佳子さん

持ち物 大判バスタオル、飲み物

⑭ 13日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

たま・びよ学級ママとあかちゃんのための栄養相談

妊娠中の栄養バランスや離乳食の進め方など、栄養について悩んでいることを市の栄養士に相談することができます。

日時 27日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 妊娠中の人 5人、平成24年4月2日以降に生まれた子とその保護者 5組(申し込み順)

⑮ 15日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

子ども

わくわく囲碁教室

「悪い家囲碁会」の皆さんに囲碁を教わろう。

日時 9月9日、10月14日、11月11日、12月9日(各日曜日・全4回)

対象 小学生 10人(申し込み順)

⑯ 9月7日(金)までに電話か直接白井駅前センターへ

公こどもフッキング

春巻きの皮を使ってベーコンポテトパイを作ろう。

日時 15日(土) 午前10時～午後1時

対象 小学生以上 16人(申し込み順)

持ち物 米1合、マスク、エプロン、三角巾、上履き、飲み物

参加費 300円(材料費)

⑰ 10日(月)までに参加費持参の上、直接公民センターへ

非常勤職員を募集します

募集人数 普通自動車免許を所持し、パソコン操作の可能な人 1人(年齢・経験は不問)

勤務期間 10月1日～平成25年3月31日(更新あり)

※書類選考・面接により選考します。

勤務日時 毎週火・木・金曜日のうち1～2日 午前10時～午後4時(祝日休み)

勤務地 白井第一小学校区地区社会福祉協議会事務局(旧中央公民館別館)

時給 830円(距離により通勤手当あり)

申・問 履歴書(写真貼付)に必要な事項を記入の上、14日(金)までに郵送または直接市社会福祉協議会(492) 5713へ

子どもフッキング

千葉県牛乳普及協会と一緒に牛乳や乳製品について学びながら、無料でハンバークやデザートを作ろう。

日時 30日(日) 午前10時～午後1時

対象 小学生 16人(申し込み順)

講師 管理栄養士 小山浩子さん

持ち物 エプロン、マスク、三角巾、上履き、ふきん、タオル

⑱ 15日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

自お料理クラブ

友だちと一緒にクレープとクミを作ろう。

日時 30日(日) 午前10時～正午

対象 小学・中学・高校生 12人(申し込み順)

参加費 200円(材料費)

⑲ 8日(木)までに参加費持参の上、直接白井児童館へ

高齢者

「ふれあい弁当」を届けます

高齢者宅へふれあい食事運営委員が作った季節の弁当と花を無料で届けますので、希望する

シ章刈り機取扱講習会

肩掛除草機の基本的な取り扱ひ方法と、安全な操作方法を学ぶことができます。

日時 10月4日(雨天の場合は10月16日(火)に延期) 午前10時～午後4時

場所 高齢者就労指導センター

対象 市内在住のおおむね60歳以上 5人(応募者多数の場合は抽選)

⑳ 9月20日(木)までに電話か直接白井バー人材センターへ

シシと障子の張り替え講習会

基本から実技を交えて学ぶことができます。

日時 10月11日(木)・12日(金)(全2日間) 午前11時～午後4時

場所 高齢者就労指導センター

対象 市内在住のおおむね60歳以上 12人(申し込み順)

㉑ 9月20日(木)までに電話か直接白井バー人材センターへ

趣味・教養・学習

硬筆（ペン字）講座



硬筆書写検定も受験できる登録講座です。資格取得を目指す人の受講も可能です。

日時 9月13日・27日、10月11日・25日（各木曜日・全4回）

対象 一般 15人（申し込み順）
午後1時～2時30分

参加費 500円（ペン・フリント代）

9月9日（日）までに電話か直接白井駅前センターへ

藍染教室

Tシャツなどを自分流に染めてみませんか。

日時 20日（内）午前10時～正午

対象 一般 16人（申し込み順）

持ち物 染めた綿・麻・絹の素材のもの、厚手のゴム手袋、エプロン、新聞紙、持ち帰りの袋、染め液を持って帰りたい人は2リットルのペットボトル

参加費 800円（材料費）

※保育については問い合わせください。

14日（金）までに参加費持参の上、直接白井駅前センターへ

映画上映会

「シェーン」（字幕）を上映します。

日時 21日（金）午後1時～

対象 一般 20人（申し込み順）

20日（木）までに電話か直接白井駅前センターへ

コミセン陶芸教室初級編第2期生募集

3月3日のペースで、実際に作品を作りながら陶の基礎を学ぶことが出来る教室を2クラス開催します。

①月曜クラス

初回 9月21日（金）（全30回）

講師 陶芸家 於茂田雅子先生

②金曜クラス

初回 9月21日（金）（全30回）

講師 陶芸家 於茂田雅子先生

【共通】

時間 午前10時～正午

対象 一般 12人（申し込み順）

参加費 月2、500円（窯使用料ほか、粘土代は別途）

※保育については問い合わせください。

イベント

みるく

親子で遊んだ後に、ケーキを食べながら語り合うことができます。

日時 9月7日（金）、10月5日（日）

11月2日（日）午前11時～午後1時

場所 富士センター 対象 一般（自由参加）

100円

サロンド・ド・ファミチエ

（440）2600

◆シニア初級社交ダンス講習

社交ダンスが好きでボランティア精神のある60から80代まで

の元気な高齢者を募集します。

29日（土）は福祉センターフェスティバルに参加します。（参加費無料）

日時・場所 【初級】7日（金）

午後2時～午後4時 白井コミュニティセンター

14日（日）午前11時～午後1時

白井駅前センター 対象 一般（自由参加）

100円

サロンド・ド・ファミチエ

（440）2600

◆シニア初級社交ダンス講習

社交ダンスが好きでボランティア精神のある60から80代まで

の元気な高齢者を募集します。

29日（土）は福祉センターフェスティバルに参加します。（参加費無料）

日時・場所 【初級】7日（金）

午後2時～午後4時 白井コミュニティセンター

14日（日）午前11時～午後1時

白井駅前センター 対象 一般（自由参加）

100円

サロンド・ド・ファミチエ

（440）2600

◆シニア初級社交ダンス講習

社交ダンスが好きでボランティア精神のある60から80代まで

の元気な高齢者を募集します。

29日（土）は福祉センターフェスティバルに参加します。（参加費無料）

日時・場所 【初級】7日（金）

午後2時～午後4時 白井コミュニティセンター

14日（日）午前11時～午後1時

白井駅前センター 対象 一般（自由参加）

100円

サロンド・ド・ファミチエ

（440）2600

市民による市民のための市民講座

『遺産相続』と『延命治療』について考える～人生のエンディングは、スマートに～をテーマに講座を開催します。

遺産相続で重要になってくるのが「遺言書（状）」です。遺言書がなぜ必要なのか、どのような効力があるのかなどを実際に書きながら学ぶことができます。併せて終末期の医療や死後のことについて考えてみませんか。

日時 23日（日）午後1時～4時

場所 白井駅前センター

対象 市内在住・在勤者 30人（申し込み順）

行政書士 細川泰裕さん

講師 筆記用具

持ち物 15日（日）までに電話か直接市民活動推進センターへ

推進センターへ

15日（日）までに電話か直接市民活動推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

推進センターへ

地元の野菜を使っ
たエコ・クッキング

地元の野菜を使って「ひんやりトマトの和風冷製パスタ」のほか、2品作ります。

日時 29日（日）午前10時～午後1時

対象 市内一般 16人（申し込み順）

講師 イタリアンレストランジエフ 佐藤春徳さん

持ち物 エプロン、三角巾、布巾、タオル

参加費 1,000円（材料費）

15日（日）までに参加費持参の上、直接富士センターへ

参加費 1,000円（材料費）

15日（日）までに参加費持参の上、直接富士センターへ

参加費 1,000円（材料費）

15日（日）までに参加費持参の上、直接富士センターへ

参加費 1,000円（材料費）

15日（日）までに参加費持参の上、直接富士センターへ

参加費 1,000円（材料費）

15日（日）までに参加費持参の上、直接富士センターへ

参加費 1,000円（材料費）

ス連葉シニアダンス育成協会しろい支部 海老原 090（3801）7309

◆救急ケア

救急業務に対する正しい理解と認識を深めてもらうために、AEDを使用した心肺蘇生法や救急車の展示などを行います。

日時 9日（日）午前9時～午後1時

場所 ホーマックスパーナボ

白井店（飯塚）

白井消防署（491）111、西白井消防署（492）4321

◆白井市郷土史の会例会

「板碑物語」白井市その近辺からのテーマで開催します。

日時 9日（日）午後1時30分～

場所 白井駅前センター 講師 小林茂吉さん

◆土地家屋調査士による相談会

土地の境界問題や建物登記などの相談を無料で受けます。

日時 12日（日）午前9時～正午

場所 千葉地方務所佐倉支局 成田出張所

◆県土地家屋調査士会印刷支部

山崎 043（486）4087

◆こどもいけば体験教室

日時 9月15日（日）、12月1日（日）

午前9時～正午、1月26日（日）

午前9時～午後3時 場所 富士センター 対象 小学1～高

校3年生 30人（申し込み順）

参加費 1回300円（花代）

（1月26日（日）のみ昼食代別途）

※この事業は県の伝統芸能ふれあい体験事業の助成を受けています。

◆8日（日）までに電話でNPO法人白井市ボランティア連絡協議会 加藤 043（48）4911へ

◆普救教命講習会

印西市消防組合では管内住民への応急手当の普及啓発を図るため、救命講習（AED使用訓練を含む）を普救教命講習会を実施します。

※災害発生などで中止になる場合があります。

日時 15日（日）午前9時～正午

場所 印西市消防組合消防本部（印西市） 対象 一般 30人（申し込み順）

※申込者が5人に満たない場合は中止します。

◆12日（日）正午までに電話で印西市消防組合消防本部警防課救急救助係 0476（46）9964へ

◆原っぱの会の自然観察会「きのこの観察会」

公益財団日野自動車グリーンファンドの助成を受け森の中のキノコを探る観察会を開催します。

日時 16日（日）午前9時～11時

30分 雨天の時は17日（祝）延期

集合場所 福祉センター（清戸）

対象 一般 20人（申し込み順）

講師 森林インストラクター、平尾信三さん 持ち物 帽子、軍手、飲み物 参加費 100円（保険代、資料代など）

◆14日（日）までに電話でNPO法人谷田武西の原つばと森の会 松永 043（491）6365へ

◆中途失聴者・難聴者のための手話サロン

要約筆記者などがサポートします。誰でも参加することが出来ます。

日時 21日（日）午後1時30分～4時

場所 印西市中央駅前地域交流館

◆NPO法人千葉県中途失聴者・難聴者協会印刷倉取事務所

事務局長 090（3302）0385、岡 043（444）0298

◆白井子ども劇場

「ねずみくんのチョコッキ」が人形劇になりました。併せて上演する「スカイフのファンタジー」でさらに創造の世界も広がります。人形劇をみんなで楽しみませんか。

日時 22日（日）午前11時15分～午後0時10分（入場 午前11時）

場所 文化会館中ホール

対象 幼児または小学生の親子（申し込み順） 入場料 大人1,500円、子ども1,000円（子ども2人目以降は800円）

◆20日（日）までに電話またはファクスで白井子ども劇場事務局 岡 043（491）2163へ

◆印都郡市理科作品展

印都郡内小中学校の子どもたちから選ばれた理科作品、科学論文・工作標本の展覧会です。

日時 22日（日）午前9時～午後4時（入場 午後3時30分まで）

場所 印都教育会館（成田市）

佐倉市立白井小学校 長見 043（487）3009

◆鎌ヶ谷フィルハーモニック管弦楽団定期演奏会

プログラム「交響曲第2番」、「大祝典序曲」、「モーツァルト「交響曲第35番「ハフナー」」を演奏します。

日時 30日（日）午後2時～（開場 午後1時30分） 場所 文化会館大ホール 入場料 無料

加藤 080（5455）4822

◆働きたい高齢者のための講習会

55歳以上で、ハローワークに求職登録が済んでいる人を対象とした無料講習会を開催します。

日時 3日（日）～10月1日（日）

自衛隊柏葉集会所内 04（7163）6884

各講習とも応募者多数の場合は書類選考になりますので、申し込み後に送付される登録申込書を必ず提出してください。講座修了者は受講後に開催する合同面接会も必ず参加してください。

◆「マシオン」管理員養成講習会

講習番号 20 日時 10月11日（日）から24日（日）までのうちの10日間 午前10時～午後4時 場所 柏の葉公園センター（柏市）ほか 対象 30人

◆「介護食調理」講習会

講習番号 24 日時 10月17日（日）から25日（日）までのうちの7日間 午前10時30分～午後4時30分 場所 ホームスイド協会柏校（柏市） 対象 20人

◆「セキュリティ（警備員）技能」講習会

講習番号 11 日時 10月19日（日）から11月5日（日）までのうちの8日間 午前9時30分～午後5時 場所 柏の葉公園センター（柏市） 対象 25人

◆9月14日（日）（必着）まではがきに講習番号、講習名、住所、氏名、年齢、電話番号、求職番号を記入の上、〒260-0013 千葉市中央区中央3-1-16 公益社団法人千葉県シルバー人材センター連合会 043（227）5112へ

◆自衛官募集

看護学生、防衛大学（前期）、防衛医科大学で自衛官を募集します。詳しくについては問い合わせてください。

応募資格 平成25年4月1日現在で高校を卒業済みまたは見込みの21歳未満 受付期間 9月3日（日）～10月1日（日）

自衛隊柏葉集会所内 04（7163）6884

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

募集・伝言板

広報カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		文化センターからの お知らせ 文化センターは毎週月曜日と祝日が休館ですが、9月22日(祝秋分の日)を開館し、25日(火)を臨時休館します。 				1 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 市役所)
2 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 富士センター)	3 □消費生活相談 ■脳の元気度測定 (10:00～11:30保健福祉センター) ■議会定例会開会 (10:00～議場)	4 □消費生活相談 ■定例会委員会議 (14:00～市役所)	5 □消費生活相談 □心配ごと相談	6	7 □消費生活相談 □心配ごと相談	8 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 市役所)
9 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 富士センター) ■自転車リサイクルデー (10:00 ～ 12:00 市役所東側駐車場)	10 □消費生活相談 ■年金・労働相談 (10:00 ～ 15:00市役所)	11 □消費生活相談 ■中小企業経営なんでも相談 (14:00 ～ 17:00公民センター)	12 □消費生活相談 □心配ごと相談 ※弁護士来所 □こころの相談 (精神保健福祉士) ■住宅リフォーム無料相談会 (13:00 ～ 16:00市役所)	13 □こころの相談 (医師) □女性生き生き相談 ■交通事故相談 (10:00 ～ 14:30市役所) ■人権相談 (10:00 ～ 15:00市役所)	14 □消費生活相談 □心配ごと相談	15 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 市役所)
16 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 富士センター)	17 【敬老の日】 ■敬老会 (10:00 ～ 文化会館大ホール)	18 □消費生活相談	19 □消費生活相談 □心配ごと相談	20 ■行政相談 (13:00 ～ 16:00市役所)	21 □消費生活相談 □心配ごと相談	22 【秋分の日】 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 市役所)
23 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 富士センター)	24 □消費生活相談	25 □消費生活相談	26 □消費生活相談 □心配ごと相談 □こころの相談 (精神保健福祉士)	27 □女性生き生き相談 ■夜間窓口納付と納税相談 (17:15 ～ 20:30市役所)	28 □消費生活相談 □心配ごと相談 ※弁護士来所 □木造住宅耐震診断相談会 (10:00 ～ 16:00市役所)	29 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 市役所)
30 ■朝市 (6:00 ～ 6:45 富士センター) ■白井梨マラソン大会 (9:20 ～ 12:00白井運動公園) ■休日窓口納付と納税相談 (9:00 ～ 12:00市役所)	 収穫間近の水田 (谷内地先)  手賀沼 (平塚地先)					

※詳しくは関連記事 (□印の開催時間などは、右欄) をご覧ください。日程は変更になる場合があります。

各種相談

□消費生活相談 月・火・水・金曜日
10:00～16:00 市役所消費生活センター
内線3294 商工振興課 内線3241

□無料職業紹介 月～金曜日
9:00～17:00 (受付9:00～16:00) 市役所職業紹介所 内線3280

□就学相談 月～金曜日
8:30～17:00 学校教育課 内線3422

□教育相談
(相談員による相談) 火～金曜日
9:30～16:30 市役所教育相談室
(指導主事による相談) 月～金曜日
8:30～17:00 市役所教育相談室
☎ (492) 2301

□女性生き生き相談 第2・4木曜日
10:00～16:00 保健福祉センター (要予約)
企画政策課 内線3354・5

□心配ごと相談 水・金曜日
10:00～15:00 (弁護士来所日は8:30から窓口で受付順) 保健福祉センター社会福祉協議会 ☎ (492) 5713

□ボランティア相談 月～金曜日
9:00～17:00 保健福祉センターボランティアセンター ☎ (492) 5716

□家庭児童相談 月～金曜日
9:30～16:30 保健福祉センター家庭児童相談室 ☎ (497) 3477

□こころの相談
(医師による相談) 第2木曜日
10:00～12:00 (前日正午までに要予約)
(精神保健福祉士による相談) 第2・4水曜日
10:15～15:00 (予約優先) 保健福祉センター保健福祉相談室 ☎ (497) 3491

□木造住宅耐震相談 原則毎月最終金曜日
10:00～16:00 市役所相談室 建築指導課 内線3223 (4日前までに要予約)

文化会館 ☎(492)1121

開催日	ホール	催し物名	開演	入場料	問い合わせ
1日(土)	大	ミドレ音楽祭2012	10:45	無料	大久保 ☎(491)3939
	中	ピアノ発表会	14:00	無料	伊藤 ☎(491)7469
2日(日)	中	ピアノ発表会	13:30	無料	池田 ☎(446)4287
8日(土)	中	白井市民中学校公開講座 写真家が見た今と昔の時代	14:30	無料	生涯学習課 ☎(492)1111
9日(日)	大	ドキュメンタリー映画「かすかな光へ」上映会	10:30	前売500円 当日700円	「かすかな光へ」上映会in白井実行委員会 ☎(491)5525
15日(土)	中	まちづくりシンポジウム「地域の協同で創る新しい福祉社会」	13:00	無料	ワークスコープ 藤谷 ☎043(308)0620
22日(金)	中	白井子ども劇場20周年 人形劇団ブーク ねずみくんのチョコキ	11:15	大人1,500円 子ども1,000円 (3歳～小6)	白井子ども劇場事務所 ☎(491)2163
23日(土)	中	白井街かど落語会10周年記念 春風亭小柳枝一門会	14:20	前売1,500円 当日2,000円 小中学生1,000円	白井落語講談会 原 ☎090(3008)1213
29日(土)	中	大和豊山流詩吟大会	10:00	無料	川村 ☎0476(46)7107
30日(日)	大	鎌ヶ谷フィルハーモニック管弦楽団定期演奏会	14:00	無料	加藤 ☎080(5455)4822

※主催者の都合により中止・延期になる場合があります。

図書館 ☎(492)1122

項目	日時	内容	対象	場所
おはなしかい	5日・12日・19日・26日 (各水曜日) 15:30～	絵本の読みかせなど	一人でお話を聞ける子ども	おはなしのへや
親子おはなしかい	26日(火) 11:00～	わらべうた、絵本の読みかせなど	市内在住の小学校未就学児とその保護者	
ボランティアによる土曜おはなしかい	22日(金) 15:00～	絵本の読みかせなど	一般	
朗読の会「もえぎ」による朗読会	7日(金) 13:30～	大人向けの文学作品の朗読		2階研修室

※図書館の開館時間は、火曜日から土曜日は午前9時30分から午後7時まで、日曜日は午前9時30分から午後5時までです。

プラネタリウム館 ☎(492)1125

項目	内容	日時	金額
子ども向け放映 ロイ君アワー	ぼくたち惑星8兄弟	日曜日 11:00～11:45	市内 大人210円、 子ども100円
一般向け放映	宇宙と88の星語り ～やぎ座物語～	土・日曜日 13:30～14:15	市外 大人310円、 子ども150円
	宇宙はノンストップ	土・日曜日 15:00～15:45	
星空リラクゼーションアワー (大人向け)	星空と音楽の素敵なリラクスタイム 愛唱歌特集	5日(火)・7日(金) 12:30～13:15 8日(土) 16:00～16:45	市内 大人210円 市外 大人310円
マタニティコンサート + a	絵本の読みかせと星の誕生のお話し・音楽	20日(木) 13:30～14:40	市内在住の妊婦は無料 ほかは一般 放映料金
ひよこプラネタリウム	初めてプラネタリウムを見る幼児向けの星のお話	26日(金)・28日(日)・29日(月) 11:30～12:00	大人100円 子ども無料
星間の星を見る会	太陽表面の観望 (天候により中止の場合あり)	29日(土) 11:30～13:30	無料
9月の星空散歩と星を見る会	ドームで星空解説の後実際の星空で、月・海王星ほか観望 (天候によりドーム内解説のみとなります)	29日(土) 17:30～18:45	大人200円 子ども無料

郷土資料館 ☎(492)1124

項目	内容	日程	金額
ギャラリー・トーク	企画展の展示解説	27日(火) 10:30～11:00	無料
講演会	「ふるさと研究の薦め—白井市周辺の考古学事例を中心に—」	23日(日) 14:00～15:30	無料 (要予約)
企画展	「地中の秘密—足もとに眠る白井の歴史—」	～10月14日(日) 火～日曜日 9:00～17:00	無料
常設展	「白井のあゆみ」	火～日曜日 9:00～17:00	無料

乳幼児健診

健康課母子保健班 ☎(497) 3495

日 程	場 所	受付時間	対 象
4カ月育児相談			
11日(火)	㊦	9:30 ～ 10:00	24年4月生まれの人には個人通知
28日(金)		13:15 ～ 13:45	
かみかみ教室			
6日(木)	㊦	9:45 ～ 10:00	23年11月生まれの人には個人通知
1歳6カ月児健康診査			
14日(金)	㊦	13:15 ～ 13:45	23年2月生まれの人には個人通知
25日(火)			
2歳児歯科健康診査			
19日(火)	㊦	13:15 ～ 13:45	22年3月生まれの人には個人通知
3歳児健康診査			
4日(火)	㊦	13:15 ～ 13:45	21年3月生まれの人には個人通知
7日(金)			

※場所の㊦は総合保健センター (保健福祉センター 2階) です。
該当すると思われる人で通知のないときは問い合わせてください。

健康相談

健康課健康づくり推進班 ☎(497) 3494

日程	時間	場所
7日(金)	10:00～11:30	富士センター
19日(火)		西白井複合センター
26日(火)		保健福祉センター

対象 市内在住者 内容 健康に関する相談に保健師、看護師が対応 (血圧測定、体脂肪率測定、腹囲測定が可能)
※電話や健康課窓口での相談も随時受け付けます。26日(火)は食事や栄養について栄養士に相談したり、子どもの身長や体重を測定することができます。