

主な内容	
●市民参加・協働のまちづくりプラン 市民参加で策定しました………	2
●消防表彰	3
●災害発生時の心得………	3
●国民健康保険被保険者証の切り替えを 忘れずに………	4
●白井市民大学校………	5
●社会教育関係団体の認定方法が変更………	6

発行/白井市 編集/秘書広報課 毎月2回 1日・15日発行 〒270-1492 白井市復1123 ☎047(492)1111 FAX 047(491)3510 URL http://city.shiroy.chiba.jp/

## 子どもが笑顔で暮らせる まちを目指して

市では、子どもが笑顔で暮らせるまちを目指して、「ついで子どもプラン」を策定し、保育サービスの充実や子育て支援事業の推進をしています。また子育てと仕事の両立や子育て中の親子の仲間づくりへの支援、相談体制の充実などを通じて市内で安心して子育てを産み育てていける環境づくりに取り組んでいます。



一時保育で元気に遊ぶ子どもたち（南山保育園）

### 保護者が病気などに なったときは 一時保育

保育所の入所基準を満たしていない保護者の子どもや保護者が急に病気になったりけがをしたために、一時的に保育ができなくなった場合に、市では一時的に子どもを預かる一時保育事業を、清水口保育園と南山保育園で実施しています。

●非定型的保育（月14日以内）  
週2・3日就労している場合や資格取得のため学校に通っているなどの場合

●緊急保育（月14日以内）  
病気のための通院、家族の入院や介護、出産などの場合

●私的保育（月5日以内）  
私的用途がある、育児疲れなどの場合

対象 市内に在住または市内在住の親族が一時的に保育している生後6カ月から就学前の健康な乳幼児

保育料		
年齢	利用料金 (1時間当たり)	給食費
0歳	500円	300円
1～2歳	400円	
3歳～就学前	300円	

保育時間 平日・土曜日 午前8時30分～午後4時30分

※平成25年4月から、土曜日の実施が清水口保育園のみとなり、時間は平日同様に午後4時30分までに変更となりますので、利用する人は注意してください。

日曜、祝日、年末年始、園の行事日は利用できません。

保育料 右表のとおり

予約受付時間 平日 午前9時～午後4時

※初めて利用する人は事前に面接があるため、時間に余裕を持って申し込んでください。

●急病や緊急の場合は、事前に電話で相談してください。

清水口保育園「キッズ」

☎(491)8082、南

山保育園「これよん」☎(491)1413

### 子育て支援センター に遊びに来ませんか

市では、子育て親子の交流の場を提供したり子育ての情報提供・子育ての悩みについて相談したりすることができ、子育て支援センターを清水口保育園、南山保育園に設置しています。

子育て支援センターは、市内在住の子育て中の親子が気軽に遊べるところです。利用は年間登録制で、初回のみ登録用紙への必要事項の記入が必要になります。利用料は無料です。

### 主な開催事業

◆センター室などの開放  
平日および土曜日はセンター室を開放しており、利用時間内に自由に遊べます。また木曜日の午前中に園庭開放を行う日もあります。

◆開放時間 平日 午前9時～正午、午後1時30分～3時30分  
土曜日 午前9時～正午

※開放を行わない場合があるため、事前に問い合わせください。

◆公園訪問・5園子育て支援合同企画「みんなで遊ぼう」

市内の公園や各センターへ保育士が出向いて、紙芝居や触れ合い遊びなどを行います。

※開催日時などはホームページなどで確認するか直接問い合わせ

### 病気の回復が長引いてしまい 子どもの看護が難しい場合は 病後児保育



市では、保育園や幼稚園などに通っている子どもが、病気の回復期のために保育園などに通園できない場合に、保護者の就労などの理由により家庭で保育ができない場合に、一時的に子どもを預かる病後児保育を実施しています。

利用には事前の登録が必要になります。

保育日時 平日 午前8時30分～午後6時、土曜日 午前8時～午後1時

### 病後児保育

時30分～午後1時  
※12月29日から1月3日までを除きます。

保育場所 鎌ヶ谷総合病院8階病後児保育室（鎌ヶ谷市初富929-16）

対象 次の全てを満たす子  
1 日4人

●病気の回復期にあり、集団保育が困難な子  
●保護者の勤務などにより家庭で保育を受けることが困難な生後3カ月から小学3年生までの子

●保育園、認定こども園、幼稚園、放課後児童クラブに通っている子

◆子育て講演会・離乳食試食会  
講師を招いて講演会を行ったり、保育園で調理した離乳食を親子で食べたがり、栄養士に相談したりすることができます。

※事前の予約や試食費などが必要になります。詳しくは問い合わせください。

◆子育てサークルや子育てボランティア活動などの育成・支援  
支援センターの部屋やホールなどの貸し出しを行っています。

貸し出し日 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分

※事前に電話で受け付けの予約が必要です。

◆子育て相談  
電話相談による相談や面接相談（要予約）を行っています。

そのほか、市保健師・歯科衛生士・家庭児童相談員・主任児童委員などが訪問して、相談に応

### 私立保育園で「子育てひろば」を開催します



白井ふじ保育園での「子育てひろば」

※各子育て支援センターによって、行事などが異なりますのでホームページなどで確認するか直接問い合わせください。

清水口保育園「スマイル」☎(491)8201、南山保育園「ふれんど」☎(491)1131

市内私立保育園では、地域の子どもを支援するために「子育てひろば」を開催しています。子育て中の親子が集まって子育ての情報提供や悩みなどを相談したりすることができます。開催日などについては各園に問い合わせください。

はなぶさ保育園「ドリーム☆ポケット」☎(492)7870、白井ふじ保育園「いつみ」☎(402)2500、こぎくら保育園「こぎくらキッズ」☎(401)1181

# 市民参加・協働のまちづくりプラン 響きあいみのりある協働のまちしろい 市民参加で策定しました

市では、後期基本計画において将来像を実現するため「市民参加・協働」を計画的に進めることとしています。「市民参加・協働のまちしろいプラン」は、更なる市民参加・協働の道しるべとして策定しました。

## 市が目指す市民参加・協働の姿を体現

プランでは、これまでの市の市民参加・協働の現状と課題を踏まえて「市民参加」「市民自治」「市民協働」のそれぞれの分野について目指す姿を定め、市民と市が意見交換や対話を重ねることで「市民と市の互いが響き合う市民参加・協働のまちしろい」を目指します。

### ＜市民参加＞

市民や市民活動団体、事業者などの多様な市民が市の計画策

定や事業の実施、評価に参加して市と互いにまちづくりを上げていくための「市民参加」を目指します。

### ＜市民自治＞

自治会や地区社会福祉協議会、自主防災組織や市民活動団体、事業者などの地域の団体が一体となり、地域で連携・協力することで地域の課題を解決するための「市民自治」を目指します。

### ＜市民協働＞

市民や市民活動団体、事業者や市が情報と目的を共有し、それぞれの役割と責任を自覚して



「総合防災ハザードマップ」の作成に向けた意見交換会での様子

信頼関係を築くための「市民協働」を目指します。

### ◆計画期間

プランの計画期間は、平成24年度から平成27年度までとします。ただし長期にわたって検討・実施する取り組みについては、次の総合計画の策定に併せて検討します。

## 市民参加で策定

プランは市民参加の方法を積極的に採用し、市民とともに策定しました。また市民・市民活動団体・事業者・学識経験者の委員12人からなる策定会議の委員と、職員からなる庁内策定部会で合同会議・ワークショップ、意見交換会などを開催し、公開の場で課題や推進施策などについて議論しました。

## プランの推進体制と評価

プランでは後期基本計画のそれぞれを事業を市民参加・協働の視点によって効果的に推進することを旨とし、新たに下表の事業を「市民参加・協働を推進するための新たな事業体系」として定め、さらなる市民参加・協働の推進を図ります。

プランの進捗状況やその成果は市民と職員がそれぞれの視点

で評価し、合同で会議を開催して議論します。結果は市長を本部長として設置を予定している

「(仮称)白井市市民協働推進本部」に提言し、推進本部は今後の方向性を検討した上で市民に公表します。

## パブリックコメント(意見公募) 結果

プランの策定に当たり、その素案について市民からパブリックコメントを募集した結果、6人から30件の意見をいただきました。意見は内容を精査し、計画に反映しました。

意見の取り扱いは次のとおりです。

- 修正 4件
- 既掲載 3件
- 参考 14件
- そのほか 9件

## 計画資料の閲覧

プランやその策定に当たって開催した策定会議・庁内策定部会・合同会議・合同ワークショップ・意見交換会の報告書、パブリックコメントの結果は市ホームページおよび市役所1階情報公開コーナーで閲覧することができます。

市民活動支援課市民活動支援班 内線3152

### 市民参加・協働を推進するための新たな事業体系

政策	事業	スケジュール	
多様な市民とともにつくる「市民参加」	情報の活用と提供の充実	(1) 情報通信技術 (ICT) を活用した情報提供の充実 (2) 市の情報発信場所の拡充 (3) 市の内部会議の検討結果の情報公開 (4) 市民のニーズ把握と分析の充実	平成25年度から実施
	市民参加・協働の機会の拡充と環境の整備	(1) 審議会・各種委員会への市民公募委員の確保 (2) 参加しやすい市民参加の手法の採用	平成28年度から実施 平成26年度から実施
	市の行政活動を知る・学ぶ	(1) なるほど行政講座の充実 (2) テーマ別市民推進員の養成 (3) 事業説明・発表会の開催	平成27年度から実施
	コミュニティ意識の向上	(1) 地域の魅力発見と地域を知る機会の強化 (2) 子ども世代の地域との関わり強化 (3) 市のPRの推進 (4) 美しい景観形成の推進	平成27年度から実施
みんなで地域をつくる「市民自治」	地域活動に参加しやすい環境づくり	(1) 団塊シニア世代の活動支援のしくみづくり (2) 自治会・公益的市民活動団体の支援と加入促進 (3) 市民活動推進センターの機能・規模拡充の検討 (4) 市民活動団体認証制度の研究 (5) 市民活動保険制度の創設	平成28年度以降に実施 平成25年度から実施 平成25年度から検討 平成27年度から実施
	地域のリーダーになる市民を養成	(1) 地域コミュニティリーダーの養成 (2) 市民活動コーディネーターの養成	平成25年度から実施
	地域の課題解決のための地域のしくみと環境づくり	(1) 小学校区を基礎としたまちづくり組織の設立 (2) 地域コミュニティ活動支援のための財源確保策の検討 (3) 企業の社会貢献活動支援策の検討 (4) 空き店舗などの民間施設の有効活用	平成28年度以降に実施 平成28年度以降に検討 平成27年度から実施
	協働のしくみづくり	(1) 協働のルールづくり (2) 市民との協働の外部評価の実施 (3) 協働推進体制の構築と市民協働に対応した庁内組織の改編	平成24年度から実施 平成27年度から実施
共有と信頼で築く「市民協働」	協働のモデルづくり	(1) 協働モデル事業の実施と発信 (2) 協働事業提案制度の拡充 (3) 民間活用による協働事業の検討	平成26年度から実施 平成27年度から実施 平成25年度から検討
	職員の意識改革・能力形成と職場環境づくり	(1) コーディネート型職員の育成 (2) NPO・ボランティア活動の理解と参加の推進 (3) 地域コミュニティ活動実績の把握と活用	平成25年度から実施 平成27年度から実施



### 消防表彰

◆消防功労者消防庁長官表彰式  
消防表彰



表彰状を手にする笠川分団長

3月6日に東京都港区の日本消防会館で消防功労者消防庁長官表彰式が開催され、永年の消防活動に対する功績が認められ、市消防団本部分団長の笠川淳一さんが消防表彰(消防庁長官表彰、永年勤続功労章)を受けました。

### ◆千葉県消防大会消防表彰

2月27日に千葉市中央区の千葉県立青葉の森公園芸術文化ホ

ールで千葉県消防大会が開催され、永年の消防活動に対する功績が認められ、市消防団員の皆さんが消防表彰を受けました。表彰を受けた皆さんは次のとおりです。

(敬称略)

#### 【日本消防協会会長表彰】

〈功績章〉

山本重天(本部分団長)

〈精進章〉

藤咲克己(第三分団折立部部長)

鈴木伸幸(第一分団富士部部長)

山崎博(第二分団河原子部部長)

大塚浩(第三分団河原子部部長)

【千葉県消防協会会長表彰】

〈永年勤続功労章〉

松丸健一(第二分団復二部団員)

松丸正弘(第一分団復二部団員)

藪崎孝(第二分団河原子部団員)

〈感謝状〉(内助功労)

松丸葉子

松丸和代美

藪崎清子

◆市民安全課消防防災班 内線3323・6

### 井戸水の水質検査

市では毎月2回、井戸水の水質検査を受けています。検査は、民間の検査機関が行います。検査を受ける場合は専用の容器を使用する必要がありますので、事前に環境課で受け取ってください。

受け付け日時 4月2日・16日、5月7日・21日、6月4日・18日、7月2日・16日、8月6日、20日、9月3日・17日(各火曜日) 午前8時30分～正午

受け付け場所 環境課

検査内容 一般細菌、大腸菌、硝酸態窒素および亜硝酸態窒素、塩化物イオン、有機物、pH値、味、臭気、色度、濁度

検査料金 3,570円

環境課指導対策班 内線3272・3

ごみの野外焼却・不法投棄は禁止されています



一般家庭や事業所などから出たごみは、その種類にかかわらず野外での焼却と不法に投棄すること「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。違反すると5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金、もしくはその両方に科せられます。

ごみを処分する場合は、一般家庭であれば分別をしてごみ集積所へ出し、事業所であれば許可

## 外出先で災害に遭ったら ～むやみに移動を開始せず、落ち着いた行動を～

職場、学校、外出先など自宅から離れた場所にいるときに大規模な災害が発生すると公共交通機関が運行を停止し、帰宅が困難になることが予想されます。

また災害発生時に多くの人が一斉に徒歩で帰宅を始めると、災害時に優先されるべき救助・救急活動の妨げとなるばかりでなく、火災や沿道の建物からの落下物などで負傷する恐れがあるため、大変危険です。

### ◆災害発生時には「むやみに移動を開始しない」

- まずは自分の身の安全を確保しましょう
- 職場や集客施設などの安全な場所にとどまりましょう
- 災害用伝言サービスで家族の安否や自宅の無事を確認しましょう
- 交通情報や被害情報などを入手しましょう
- ◆日ごろから準備しておきたいこと
- 携帯ラジオや地図を持ち歩きましょう
- 職場などに歩きやすいスニーカーや懐中電灯、手袋、飲料水や食料などを用意しましょう
- 事前に家族などと安否確認の方法や集合場所を話し合っておきましょう
- 徒歩やバスで帰宅経路の状況を確認しておきましょう
- 帰宅経路にあるコンビニエンスストアやガソリンスタンドなどを確認しておきましょう

## 災害で「徒歩帰宅」をする際は コンビニやガソリンスタンドの活用を

千葉県や九都県市では、コンビニエンスストアやガソリンスタンドなどと「徒歩帰宅支援協定」を締結しています。災害の際に徒歩で帰宅する場合は、水道水・トイレ・交通情報などが可能な範囲で提供されるので、活用しましょう。



◆市民安全課消防防災班 内線3326

## 「3R」の「み」を減

「大量に生産し、それを大量に消費して大量に廃棄する」現在の生活スタイルは、たくさんの廃棄物を生み出しています。市では、そんな「使い捨て社会」から「循環型社会」へ社会を移行させるため、資源循環型社会を形成する上で重要となる「3R」に関する周知を行っています。

皆さんも「3R」に関して理解を深めながら、ごみの減量に取り組んでみませんか。

◆Reduce(リデュース・ごみを減らす)

●余計なものを買わない

●買った物はマイバッグ持参でレジ袋を減らす

●簡易包装商品を選ぶ

●食料は食べ切れる分だけ買う

◆Reuse(リユース・繰り返し使う)

●繰り返し使えるリターナル容器を選ぶようにする

●不用品になった服はリサイクルしたりフリーマーケットなどに売ったりする

●家電製品など修理して使えものは修理して使う

◆Recycle(リサイクル・資源として再利用しよう)

●ペットボトルや食品トレイの容器など、ごみと資源物をしっかり分別する

●菓子の紙製の箱などは燃やすごみには入れず、資源物紙類として分別する

●地域の資源回収やお店などの資源回収に協力する

●リサイクルされた製品を買う

◆環境課きれいなまちづくり班 内線3275

◆ふるさとまつり実行委員会委員を募集します

◆「3R」の「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆ふるさとまつり実行委員会委員を募集します

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

◆「み」を減

## はい！消費生活センターです

訪問販売で契約した太陽光発電システム



4日前に突然業者が戸建て住宅に設置した太陽光発電システムのモニターになってくれなにかと訪問してきた。興味があったので話を聞くと、通常価格から70万円値引きする。モニターになれる種はあと1件しかない」と言るので、280万円に契約した。しかしよく考えたら高額だし、必需品ではないので解約したい。

(40代・男性)

環境に対する意識の高まりなどから、太陽光発電システムに関心を持つ人は増えています。その一方で、太陽光発電システムの契約をめぐるトラブルも増加しています。トラブルの多くは訪問販売によるもので、訪問販売では十分に検討する時間もないまま契約を急がされたり、長時間にわたって強引な勧誘を受けたたりすることもあります。事例のように、「お得なモニター価格」として不安感を強調されるとうい契約してまいがちですが、事業者のセールストークをうのみにしてはいけません。中には「補助金が受けられる」と言われたのに、補助金の要件が

ら外れていた」というケースもあります。補助金を希望する場合は事業者任せにせず、自分で情報収集をしておきましょう。また「売電収入で分割払いの支払いができる」と言われたが、説明されたほどの収入にならない」というトラブルも起きています。太陽光発電で発生した余分な電気を売却して利益を得る売電収入は気象条件や設置条件、家庭での電気の使用状況によって変わってきます。業者の「売電収入を保証する」かのような説明には、特に注意が必要です。太陽光発電システムは、高い買い物です。契約する際には、いくつかの事業者から見積もりをとり、じっくり検討してください。納得できない場合は、契約するのは見送りましょう。訪問販売の場合、契約書面を受け取ってから8日以内であれば「クーリング・オフ」ができます。クーリング・オフの仕方がわからないときは、消費生活センターに相談してください。

◆消費生活センター 内線3294(毎週月・火・水・金曜日 午前10時～午後4時 市役所2階)

### 農産物の放射性物質検査結果

農産物の安全性を確認するため、市・県では2月12日から22日までの間に放射性物質検査を実施しました。

市・県それぞれの検査品目は次のとおりです。

**検査品目** 市実施分 カブ、レタス、ミズナ、イチゴ、アカネギ、ハクサイ 県実施分 ナツミカン

県が実施したナツミカンから37ベクレル/キログラムの放射性物質が検出されましたが、数値は一般食品の放射性物質の基準値である100ベクレル/キログラム以下でした。

そのほかの品目は全て「検出せず」でした。

※「検出せず」とは「放射性物質が存在しない」か「検出できる測定下限値未満」であることを示します。市が所有する検出器での測定下限値は、セシウム134・137の合計値で23ベ

## 国民健康保険被保険者証が切り替わります

70から74歳までの国民健康保険（国保）被保険者が医療機関の窓口で支払う自己負担額の割合が平成26年3月31日まで「1割」に据え置かれたことに伴い、該当者は国保被保険者証の切り替えが必要になります。



国保被保険者証（イメージ）

4月1日(月)から使用できる新しい被保険者証は3月16日(土)から22日(金)までの間に簡易書留で郵送するので、有効期限が切れた後の古い国保被保険者証は保険年金課または各センターに返却するか、各自で裁断してください。  
**対象** 70から74歳までの国保被保険者で、現在持っている国保被保険者証の右下の「一部負担割合」が「1割」と記載されている人

#### ◆健康保険の加入・脱退

今まで加入していた健康保険を脱退するとき、14日以内に加入・脱退の手続きが必要になります。また加入者の住所・氏名・世帯主などが変わった場合も手続きが必要になります。

☎ 保険年金課保険年金班 内線3174・5

### お知らせコーナー

クレル/キログラム程度です。測定下限値は、検査器の容量・密度などの諸条件によって変わります。

☎ 農政課農政班 内線3255 154

### 豊かな老後の生活のために農業者年金に加入しませんか



農業者年金は、60歳未満の国民年金第1号被保険者が年間60日以上農業に従事する人であれば、誰でも加入できます。また農地を所有していない農業者や家族従事者も加入することができ、いつでも加退できます。

☎ 農業者年金は、自己負担立てる

### 保健福祉センター

方式なので、保険料が引き上げられることはありません。保険料は月額2万円から6万7千円までの間で千円単位で選択でき、農業経営の状況や老後の設計に応じていつでも見直すことができます。

☎ 市農業委員会事務局 内線3261、JA西田橋中央支店 0476(48)2210

### 公共下水道事業計画案の縦覧を行います

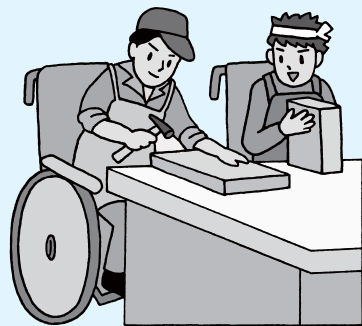
市では「白井市印旛沼流域関連公共下水道」事業計画を変更することに伴い、案の縦覧を次のとおり行います。

計画案について意見のある人は、縦覧期間終了日までに意見書を市に郵送か直接提出することができます。

☎ 縦覧期間 3月18日(月)～4月1日(月)（土・日曜日、祝日を除く）  
午前9時～午後5時  
縦覧場所 上下水道課  
☎ 上下水道課計画建設班 内線3453

## 働く応援フェスタ! ~障害者雇用促進講演会&パネルディスカッション~

市では白井市地域自立支援協議会との共催で、身近な地域で障害者の雇用や就労が促進されるよう、障害者を雇用している企業や福祉サービス事業者から実際の事例を学ぶことができる講演会とパネルディスカッションを開催します。



**日時** 21日(木) 午後1時30分～4時  
**場所** 文化会館中ホール  
**内容** 基調講演「障害者雇用関連施策について」(講師 船橋公共職業安定所 窪田規子統括職業指導官)、パネルディスカッション「障害者の就労」(パネリスト 船橋公共職業安定所 窪田規子さん、佐倉市総務部総務課 根本一也さん、サンレイ工機株式会社 津 朝浩一さん、よつば就労センター 野口美智子さん、有限会社かつらぎ 磯田直美さん、伊澤市長 コーディネーター 相談支援事業所「座ぐり」 花島俊幸さん、白井市障害者就労支援員 鶴巻和男さん)

**対象** 障害者とその家族、障害者を支援する機関・行政機関・民間企業に勤務する人、障害者雇用について関心のある人 100人(先着順)  
☎ 社会福祉課障害福祉班 (497) 3483

### 4月から難病の人も障害福祉サービスなどの対象になります

国が平成25年4月に施行する障害者総合支援法では、障害者の範囲に難病などの人が加えられ、対象者は身体障害者手帳を所持しているかどうかに関わらず、必要と認められた障害福祉サービスなどの受給が可能となります。障害福祉サービスなどの内容は年齢によって異なり、18歳以上の障害者は障害福祉サービス、相談支援、補装具給付事業および地域生活支援事業が受けられます。18歳未満の障害児については障害者が受けられるサービスに加え、障害児通所支援と障害児入所支援を受けることができます。

### 平成25年度白井市福祉タクシー利用券を交付します

心身障害者や要介護高齢者が、社会参加などで市の指定したタクシーを利用した場合、市では乗車料金の一部を助成するために「福祉タクシー利用券」を交付しています。

利用券の交付を希望する人は、  
☎ 要介護2～5  
☎ 持力者 身体障害者手帳などの手帳か介護保険者証  
☎ 障害者 社会福祉課障害福祉班 (497) 3483 要  
☎ 援護高齢者 高齢者福祉課高齢者支援班 (497) 3484

## 元気な「朗人」になるために今日からできること

### 生活習慣(健康習慣)の重要性

明るく元気な「朗人」になるためには、体が病んでいても心は元気な状態である「健康」を欠かすことばいけません。「朗人」であるためには普段から健康を意識しながら生活習慣を改善し、健康習慣を守りながら脳・口・足を鍛え、年齢にかかわらず夢や目標を持ちながら「健康(身体・心の健康)」「明るく(家庭の健康)」「楽しく(生活経済の健康)」「豊かに(精神の健康)」の4つをバランスよく保ち、元気に生活することが求められます。

#### ◆健康の三識

心を健康に保つためには、次の3つの「識」が必要になります。1つ目は「健康である」という「意識」です。何のために健康を目指すのかという明確な人々の目標があれば、それを表現するためのモチベーションになります。2つ目は「知識」の備えです。健康は無知では得ることができないので、自分の体の状態や持病を持つていなければならない病気がどんなものなのか、どんなライフスタイルで人生を過ごすべきなのか、どんな予防や医療が有効か、知れば知るほど知識は健康の手助けとなります。3つ目は「見識」です。医療の分野に

関してすべてが「医者まかせが良い」と言うことはできません。従って、医者の言う事にある程度の関心は持って、決して言いなりにはならないという一定の見識が求められます。病院で処方される薬についても、同じことが言えるかもしれません。また「自分の健康は自分で守る」という気概も必要になり、普段から健康に有益な習慣を実践することが大切になります。

#### ◆七つの生活習慣

カリフォルニア大学のブレスロー教授は、健康になるためには7つの生活習慣を実施している人ほど疾病が少なく、寿命が長かったことを明らかにしています。その7つとは「適正な睡眠時間をとる」「喫煙はしない」「適正体重を維持する」「飲酒は適量を守る」「朝食は毎日食べる」「定期的な運動をする」「間食をしない」です。

#### ◆連載の最後に

この連載は今回が最終回です。皆さんも普段からこれらの生活習慣を意識しながら実践し、明るく元気な「朗人」として生き生きと生活されるよう祈っています。連載の詳細についてはNPO法人日本健康倶楽部/白井・健康「元気村」の蓮井日源代表 (080-1360) 9881)に問い合わせてください。



# 白井市民大学校 ～つなぐ、広がる学びと交流の輪～

白井市民大学校は心身ともに健康的で、人とのつながりのある充実した地域生活を支援するため、平成17年度に開校しました。開校以来、延べ600人の受講生が「学び」と「交流」を深め、卒業後には地域で交流と活動の輪を広げています。

## 市民大学校の魅力

市民大学校は、受講生同士が自然に打ち解けながらさまざまなことを学ぶことができる「交流参加型」で運営しています。

市民大学校には健康的な生活や健康づくり活動の実践を目指す「健康生活学部」、生きがいつくりと主体的な学習の実践を目指す「シニア学部」、白井の魅力を発見し地域に根ざし充実した生活の実践を目指す「しろい発見学部」の3つのコースがあり、その中から1つを選択することができます。

講座の内容は多彩なテーマで構成し、受講生が主役になれるものを選定しています。講師も大学教員や市民の皆さん、市職員などバラエティ豊かな人を選んでいきます。

## 人気のあった講座を紹介します

市民大学校では、平成24年度もさまざまなテーマで講座を行いました。ここでは、受講生に人気のあった講座をいくつか紹介します。

### ○健康生活学部「笑顔で楽しく健康づくり～体に効く運動でいい汗かこう～」

「脳トレ体操」で笑いながら頭と筋肉をほぐすことで、体も心もすっきり爽快な気分を味わうことができた講座です。明るくユーモアにあふれた講師も、魅力のひとつでした。

### ○シニア学部「JRA競馬学校を訪ねて」

市内にあるJRA競馬学校は、競馬の騎手を育成するために設立された全国で唯一の施設です。講座では馬に関する講話を聞いたり普段見ることのできない騎手訓練を行う走路、厩舎、寮などの施設見学を行ったりしました。中でも圧巻だったのは、騎手訓練生による模擬レースでした。

### ○しろい発見学部「白井の歴史・文化を探訪」

市内に息づく歴史や文化を歩いて巡った講座です。皆さんにあまり知られていない自然・歴史・文化が魅力いっぱいコースを散策し、ふるさとガイドの会による神社仏閣や石像などの解説を聞きながら「ふるさと白井」を実感できる講座でした。

## 生き生きと地域で活動する卒業生

市民大学校でいろいろなことを学び、晴れて卒業を迎えた受講生はその後仲間とともに交流の輪を広げ、さまざまな分野で活動しています。また地域に溶け込みながら、ボランティア活動や市民活動などで「まちづくりへの参画」を進めている人もいます。

平成22・23年度に卒業した受講生に行ったアンケートでは「知り合いや友人が増えた（全体の89％、以下同じ）」「地域で新たに活動を始めた（60％）」「地域での生活を楽しめるようになった（50％）」など、多くの受講生が卒業後に充実した地域生活を過ごしていることがわかりました。

市では、平成25年度の白井市民大学校を6月上旬から開講するに当たり、入学生を4月中旬から募集する予定です。市民大学校に関する疑問点などについては相談を随時受けているので、気軽に問い合わせください。皆さんも市民大学校で生き生き学び、楽しく交流してみませんか。

☎ 生涯学習課社会教育班 内線3432



「笑顔で楽しく健康づくり」の講座風景

## 私のまちのかかりつけ医

### 片頭痛

豊田脳神経外科 豊田成

頭痛は、誰もが経験するありふれた症状です。しかし中にはくも膜下出血や脳腫瘍など、緊急性の高い重篤なものもあります。誰もが経験する頭痛の中に「慢性反復性頭痛」というものがあります。15歳以上の全人口の8割くらいが経験していると言われ、日本人の人口を1億とすると、840万人くらいは過去1年間に一度は経験していることとなります。主な原因は片頭痛の発作で、男女比は1対4と女性に多く見られます。日常生活の支障度からみると、発作時に寝込む人が4割、時々寝込む人が3割、寝込むことはないが生活に影響のある人は4割にもなります。

片頭痛は一つの病気であり、治療を要するものの社会的認識が低いため「頭痛もち」と自分に言い聞かせてあきらめているか市販の鎮痛剤を乱用している人が少なくありません。そんなときは一度病院で受診し、二次性の頭痛ではないことを確認して治療してください。現在の治療の主流は、トリプタン系薬剤を服用することです。しかし服薬のタイミングやそのほかの薬剤との併用の可否を確認することも大事なことで、ぜひ一度かかりつけ医に相談してみてください。また自己治療で市販の鎮痛剤の乱用による依存性頭痛にならないよう、注意してください。

豊田脳神経外科 根76 ☎ (491) 0221

「私のまちのかかりつけ医」の連載は、今回が最終回です。この連載を切り掛けに、健康のことについて何でも相談できる身近な「かかりつけ医」を探してみてください。

## 特別講演会「脳を知り認知症を予防する」

認知症は、誰もがかかる可能性のある病気です。国の統計によると、国内では昨年の9月の時点で全国に305万人、85歳以上の4人に1人にその症状があるということでした。

市ではNPO法人白井市ボランティア連絡協議会と共催で、認知症に関する講演会を開催します。

日時 4月27日(土) 午後1時30分～(開場 午後1時)

場所 文化会館中ホール

対象 100人(申し込み順)

講師 東北大学加齢医学研究所 川島隆太教授

☎ 4月10日(休)(必着) までにはがきかファクスに住所・氏名・電話番号を記入するか直接高齢者福祉課高齢者支援班☎(492) 3033へ

☎ 高齢者福祉課高齢者支援班☎(497) 3484、NPO法人白井市ボランティア連絡協議会 佐藤☎(491) 5625



## ひとり親家庭へ柏レイソル観戦チケットプレゼント

市の福祉事業の向上に役立てる目的で、柏レイソル選手会から「柏レイソル対大分トリニータ戦」の観戦チケットが寄贈されたので、観戦を希望する家庭を募集します。

試合日時 30日(土) 午後3時

開催場所 日立柏サッカー場(柏市)

対象 市内在住のひとり親家庭に属する子どもの保護者 12人(申し込み順)

☎・☎ 電話で児童家庭課児童家庭班☎(497) 3487へ

子どもが急に病気になるたら

◆夜間の小児救急診療

印旛市郡小児初期急病診療所では、夜間や休日などに小児救急診療を行います。

急診療を行います。

日時 月～土曜日 午後7時～

午前6時 日曜日・祝日・年末年始 午前9時～午後4時45分

午後7時～午前6時

場所 印旛市郡小児初期急病診療所(佐倉市)

対象 印旛市郡内在住15歳以下

☎ 印旛市郡小児初期急病診療所☎043(485) 3355

◆ことも急病電話相談

休日や夜間に、急に子どもの具合が悪くなったために判断に迷ってしまったとき、電話して

ください。

担当の看護師が相談に応じます。必要な場合は小児科医に電話を転送します。

受付時間 午後7時～10時

プッシュ回線の固定電話・携帯電話から ☎番号なしの#800

00 タイヤル回線の固定電話、#8000を利用できない人 ☎043(242) 9939

### プラネタリウム館 『星空ライブコンサート』

白井リコーダーアンサンブルの5人によるリコーダーの生演奏と星空の解説があるコンサートです。

リコーダーの音色を聴きながらプラネタリウムでリラックスしてみませんか。リコーダーを持参すると一緒に演奏することもできます。

日時 24日(日) 午後1時30分～2時20分

定員 一般 86人(先着順)

チケット代 300円

※当日の午後0時30分から窓口で販売します。

☎ プラネタリウム館 ☎ (492) 1125



### 西白井複合センター・桜台センターの指定管理者が決まりました

西白井複合センターおよび桜台センターの指定管理期間の満了に伴い、次のとおり平成25年4月1日から平成28年3月31日までの3年間施設を管理・運営する指定管理者を決定しました。

#### 【西白井複合センター】

特定非営利活動法人ワークスコープ (継続)

#### 【桜台センター】

合同会社 しろい光夢辿 (新規)

☎ 生涯学習課社会教育班 内線3431

桜台センターの指定管理者変更に伴い、4月1日から施設使用料が下記のとおり変更になります。

4月からの桜台センター施設使用料					
名称	午後5時 まで	午後5時 以降	名称	午後5時 まで	午後5時 以降
研修室	200円 (230円)	300円 (330円)	視聴覚室	600円 (630円)	700円 (730円)
作法室	200円 (230円)	300円 (330円)	レクリエーション ホール	600円 (630円)	700円 (730円)
調理室	460円 (470円)	560円 (570円)			

※かっこ内は現行料金になります。

### 社会教育関係団体の認定方法が変更になります

社会教育関係団体は、地域社会を円滑にしていける地域活動や家庭教育などを支援する活動、青少年を対象とした支援活動や地域住民を対象としたスポーツ活動などの社会教育活動を行う市が認定した団体です。

市では平成25年度から社会教育関係団体の認定方法を変更します。それに伴い、変更に応じた説明会を開催するので、引き続き認定を希望する団体および新規に認定を希望する団体は説明会に参加してください。※平成25年度分の申請期間は4月1日(月)から25日(木)までです。5月1日(月)から25日(木)までです。日時 3月25日(月) 午後4時～5時

### 教育委員会コーナー

場所 保健福祉センター  
※認定を希望する団体が説明会に参加できない場合は、必ず生涯学習課または利用しているセンターで説明を受けてから申請をしてください。

☎ 生涯学習課社会教育班 内線3432

### 日本年金機構研修センター運動施設開放日

当分の間、テニスコートとテニスクラブのみの開放となります。日時 4月28日(日) 午前9時～午後6時  
対象 市内在住・在勤・在学者(申し込み必須)  
※未成年者の利用には、必ず成人が同伴してください。

利用料金 テニスコート580円、テニスクラブ2、900円(各2時間単位)  
☎・☎ 申請書 生涯学習課にあります。必要事項を記入の上、3月25日(月)までに直接生涯学習課スポーツ振興班 内線3435へ  
※初めて申請する場合は、生涯

### センターだより

学習課スポーツ振興班で利用者登録をしてください。

### 弓道教室参加者募集

高校生以上の初心者を対象にした弓道教室を開催します。日時 4月6日から5月25日までの毎週土曜日(全8回) 午後1時30分～4時  
場所 白井中学校  
対象 市内在住・在勤・在学者15人(申し込み必須)  
参加費 1、000円(保険料など)  
☎ はがきに住所、氏名、年齢、経験の有無を記入の上、3月25日(月)必着。または郵送で直接生涯学習課スポーツ振興班 内線3435へ  
☎ 白井弓友会 遠藤 ☎ (49) 9940



### 趣味・教養・学習

### 公若者自立支援懇談会

さまざまな事情で現在就労していない人や引きこもりの若者その保護者を対象に、個別に対応する相談会を開催します。日時 21日(木) 午後2時～6時  
対象 15歳から39歳までの人がその保護者  
☎ 18日(月)までに電話が直接公民センターへ

### 将棋教室

初心者でも丁寧に教えてもらえます。日時 4月6日・5月11日(各土曜日) 午前10時～正午  
対象 小学生以上 10人(申し込み必須)  
☎ 各開催の前日までに電話が直接白井駅前センターへ



### The History of Kamakura ~武家政権の幕開けを考える~

鎌倉幕府成立の過程を追いながら武家政権の意味と役割を考えていく、年間登録制の講座を開催します。

日程・内容 下表のとおり(全5回)  
時間 午前10時～正午  
対象 一般 20人(申し込み順)  
講師 生涯学習総合研究所「楽学塾」 棚井行隆さん  
持ち物 筆記用具  
参加費 500円(資料代)  
☎・☎ 4月10日(木)までに電話か直接白井駅前センターへ

日程表	
日程	内容
4月16日(火)	「平清盛政権と東国武士」 ～源頼朝挙兵以前～
5月21日(火)	「頼朝にかけた東国武士」 ～鎌倉殿の誕生～
6月18日(火)	「頼朝と義経」 ～奥州藤原氏への執念～
7月16日(火)	「征夷大将軍頼朝」 ～小さな首都・鎌倉～
9月17日(火)	「尼將軍・政子と大江広元」 ～鎌倉幕府を創った人々～

### 歴史のしずく 新しきを知る

### 明治・昭和の大合併

江戸時代までの白井は、多くの村に分かれていました。今も残る法目、中木戸などの呼び名はこの頃の村名に由来します。しかし、明治以降はその様相が大きく変わります。まず明治4年(1871)に廃藩置県が行われると、戸籍管理のために地区ごとに戸長が置かれ、翌年に経費節減のため太政官布告により村々の合併が促されました。白井では明治7年に各村が合併し、根村(白井木戸・中木戸・七次など)、復村(長殿・法目・富ヶ谷・富ヶ沢)、木村(所沢・野口、中村(中村新田)、が誕生しました。今の大字はこの村名に由来します。合併の背景には、学制に基づき学校を設置するため、財政力を高める必要があったと考えられます。次に大きく白井が変わるのは、明治22年(1888)の明治の大合併の時です。明治21年に中央集権的な地方自治体制を整備しようとする帝国会開設に向けて内務省から町村合併に関する訓令が出され、9月には千葉県から合併案が提示されました。それを受けて明治22年3月31日付けで県下一斉に町村合併が実施され、4月1日から町村制に移行しました。白井では平塚村が現



白井の地域呼称図

印西市の浦部・白幡など合併し永治村に、谷田・清戸・谷田・清戸が白井村と合併して現在のような市域が形成されました。☎ 文化課文化班 ☎ (49) 1123



子育て

母親くらぶ



乳児と子小物入れ

牛乳パックで「元氣っ子小物入れ」を作ったり「ごもりのランチ」を作ります。

対象 乳幼児とその保護者 16組(申し込み順)

高齢者

会員募集説明会

長年培った知識や経験を生かしながら、健康や生きがいのために仕事をしてみませんか。

日時 28日(木) 午前10時～

タイトルの上にある①などは次の場所や申し込み・問い合わせ先を示しています。

- ①西白井複合センター(月曜日休館) 〒270-1435、清水口1-2-1 ☎(492) 1011
②白井駅前センター(月曜日休館) 〒270-1424、堀込1-2-2 ☎(497) 1151
③富士センター(月曜日休館) 〒270-1432、富士239-2 ☎(446) 1911
④公民センター(日曜日休館) 〒270-1406、中98-17 ☎(492) 5266
⑤桜台センター(月曜日休館) 〒270-1412、桜台2-14 ☎(491) 7111
⑥福祉センター・青少年女性センター(日曜日休館) 〒270-1415、清戸766-1 ☎(492) 2022
⑦シルバー人材センター(土・日曜日休館) 〒270-1415、清戸765-2 ☎(498) 1717
⑧社会福祉協議会(土・日曜日休所) 〒270-1492、保健福祉センター内 ☎(492) 5713
⑨ボランティアセンター(土・日曜日休所) 〒270-1492、保健福祉センター内 ☎(492) 5716
⑩市民活動推進センター(月曜日休館) 〒270-1424、堀込1-2-2 ☎(498) 0705
⑪白井コミュニティセンター(火曜日休館) 〒270-1422、復1458-1 ☎(491) 1505
⑫白井児童館(火曜日休館) 〒270-1422、復1458-1 ☎(491) 0166
※祝日・年末年始はすべて休館(所)です。定期的に実施されている児童館事業などは掲載していないものもありますので、児童館だより(各センターにあります)や市ホームページで確認してください。

場所 保健福祉センター
対象 市内在住の原則60歳以上(自由参加)
日時 4月4日・11日・18日・25日(各木曜日・全4回) 午後1時～3時

大人へのぬり絵講習
24色の色鉛筆を使って、色彩豊かなぬり絵をしませんか。色鉛筆の使い方や塗り方の基礎から始めます。
参加費 100円(材料費)
日時 3月27日(木)までに電話か直接福祉センターへ

撮影会「今井の桜と大和撫子」

写真撮影を楽しみたいカメラマンと和装好きなモデルを募集します。「桜」「ひと」「光」「風」など一瞬の出会いを切り取ってみませんか。



今井の桜をバックに撮影しませんか

日時 30日(土) (予備日 31日(日)) 午後1時～4時
※現場にはバスで移動しますので、午後0時45分に白井コミュニティセンターに集合してください。
対象 カメラマン カメラ・デジカメを持っている人 5人
モデル 撮影会当日に着物を着てくること可能な人 3人
※カメラマン、モデルとも市内一般の人で申し込み順になります。
日時 15日(金) 午前9時から25日(月)までに電話、Eメールか直接白井コミュニティセンター・☎ mail@shiroi-com10.comへ

イベント

ファミリーコンサート

児童合唱の「白井少年少女合唱団」混声合唱の「M.I.E.N.」女声合唱の「ハジケウエー」男声合唱の「おやじつてアラロ」合唱団の編成の異なる4つの合唱団によるジョイントコンサートを行います。
日時 16日(土) 午後2時～(開場 午後1時30分) 場所 文化会館ホール 入場料 無料
日時 佐藤 ☎(492) 3130

親子で楽しくリトミック無料体験
音楽に合わせてさまざまな表現をすることで豊かな感性や集中力、強固性を養い、リスパ感や音感も育んでいくリトミックを体験してみませんか。
日時 22日(金)・29日(金) 場所 白井駅前センター 対象 1歳6カ月～2歳、2～3歳
※開催時間は問い合わせください。
日時 電話で親子でリトミック増田 ☎(491) 8241

フラダンス無料体験
4月から新たに活動するフラダンスサークル「カウレイ・フラチーム・キエシ」ではフラダンスの無料体験を行うので、興味のある人は問い合わせください。
日時 26日(火) 午前10時～11時30分 場所 西白井複合センター

望月 ☎(492) 2112
◆労災職業病なんでも相談会
弁護士、労働安全衛生管理者などが無料で相談に応じます。
日時 30日(土) 午後1時～4時 場所 船橋市勤労市民センター
対象 一般(予約不要)
◆千葉中央法律事務所 ☎043(225) 4567

春季市民タブルステニス大会
参加者募集
日時 5月12日(日)・19日(日) (予備日 26日(日)) 場所 白井運動公園ほか
対象 市内在住・在勤・在学者およびテニス連盟登録者 種目 一般ダブルス(男女別、高校生含む)、男子

英語で歌を楽しく歌ったりカードゲームで遊んだりします。英語に興味のある親子は参加してみませんか。
日時 場所 22日(金) 午前10時～10時50分・桜台センター、27日(火) 午後1時～1時50分・西白井複合センター 対象 1～3歳

◆ファミリーコンサート
児童合唱の「白井少年少女合唱団」混声合唱の「M.I.E.N.」女声合唱の「ハジケウエー」男声合唱の「おやじつてアラロ」合唱団の編成の異なる4つの合唱団によるジョイントコンサートを行います。
日時 16日(土) 午後2時～(開場 午後1時30分) 場所 文化会館ホール 入場料 無料
日時 佐藤 ☎(492) 3130

◆親子で楽しくリトミック無料体験
音楽に合わせてさまざまな表現をすることで豊かな感性や集中力、強固性を養い、リスパ感や音感も育んでいくリトミックを体験してみませんか。
日時 22日(金)・29日(金) 場所 白井駅前センター 対象 1歳6カ月～2歳、2～3歳
※開催時間は問い合わせください。
日時 電話で親子でリトミック増田 ☎(491) 8241

◆フラダンス無料体験
4月から新たに活動するフラダンスサークル「カウレイ・フラチーム・キエシ」ではフラダンスの無料体験を行うので、興味のある人は問い合わせください。
日時 26日(火) 午前10時～11時30分 場所 西白井複合センター

◆望月 ☎(492) 2112
◆労災職業病なんでも相談会
弁護士、労働安全衛生管理者などが無料で相談に応じます。
日時 30日(土) 午後1時～4時 場所 船橋市勤労市民センター
対象 一般(予約不要)
◆千葉中央法律事務所 ☎043(225) 4567

◆英語話無料体験
①フリキッズABC親子英語無料体験
英語に興味のある親子は参加してみませんか。
日時 場所 22日(金) 午前10時～10時50分・桜台センター、27日(火) 午後1時～1時50分・西白井複合センター 対象 1～3歳

◆春季市民タブルステニス大会
参加者募集
日時 5月12日(日)・19日(日) (予備日 26日(日)) 場所 白井運動公園ほか
対象 市内在住・在勤・在学者およびテニス連盟登録者 種目 一般ダブルス(男女別、高校生含む)、男子

◆親子で楽しくリトミック無料体験
音楽に合わせてさまざまな表現をすることで豊かな感性や集中力、強固性を養い、リスパ感や音感も育んでいくリトミックを体験してみませんか。
日時 22日(金)・29日(金) 場所 白井駅前センター 対象 1歳6カ月～2歳、2～3歳
※開催時間は問い合わせください。
日時 電話で親子でリトミック増田 ☎(491) 8241

◆フラダンス無料体験
4月から新たに活動するフラダンスサークル「カウレイ・フラチーム・キエシ」ではフラダンスの無料体験を行うので、興味のある人は問い合わせください。
日時 26日(火) 午前10時～11時30分 場所 西白井複合センター

◆望月 ☎(492) 2112
◆労災職業病なんでも相談会
弁護士、労働安全衛生管理者などが無料で相談に応じます。
日時 30日(土) 午後1時～4時 場所 船橋市勤労市民センター
対象 一般(予約不要)
◆千葉中央法律事務所 ☎043(225) 4567

◆英語話無料体験
①フリキッズABC親子英語無料体験
英語に興味のある親子は参加してみませんか。
日時 場所 22日(金) 午前10時～10時50分・桜台センター、27日(火) 午後1時～1時50分・西白井複合センター 対象 1～3歳

◆春季市民タブルステニス大会
参加者募集
日時 5月12日(日)・19日(日) (予備日 26日(日)) 場所 白井運動公園ほか
対象 市内在住・在勤・在学者およびテニス連盟登録者 種目 一般ダブルス(男女別、高校生含む)、男子

◆親子で楽しくリトミック無料体験
音楽に合わせてさまざまな表現をすることで豊かな感性や集中力、強固性を養い、リスパ感や音感も育んでいくリトミックを体験してみませんか。
日時 22日(金)・29日(金) 場所 白井駅前センター 対象 1歳6カ月～2歳、2～3歳
※開催時間は問い合わせください。
日時 電話で親子でリトミック増田 ☎(491) 8241

◆フラダンス無料体験
4月から新たに活動するフラダンスサークル「カウレイ・フラチーム・キエシ」ではフラダンスの無料体験を行うので、興味のある人は問い合わせください。
日時 26日(火) 午前10時～11時30分 場所 西白井複合センター

◆望月 ☎(492) 2112
◆労災職業病なんでも相談会
弁護士、労働安全衛生管理者などが無料で相談に応じます。
日時 30日(土) 午後1時～4時 場所 船橋市勤労市民センター
対象 一般(予約不要)
◆千葉中央法律事務所 ☎043(225) 4567

◆英語話無料体験
①フリキッズABC親子英語無料体験
英語に興味のある親子は参加してみませんか。
日時 場所 22日(金) 午前10時～10時50分・桜台センター、27日(火) 午後1時～1時50分・西白井複合センター 対象 1～3歳

◆春季市民タブルステニス大会
参加者募集
日時 5月12日(日)・19日(日) (予備日 26日(日)) 場所 白井運動公園ほか
対象 市内在住・在勤・在学者およびテニス連盟登録者 種目 一般ダブルス(男女別、高校生含む)、男子

◆親子で楽しくリトミック無料体験
音楽に合わせてさまざまな表現をすることで豊かな感性や集中力、強固性を養い、リスパ感や音感も育んでいくリトミックを体験してみませんか。
日時 22日(金)・29日(金) 場所 白井駅前センター 対象 1歳6カ月～2歳、2～3歳
※開催時間は問い合わせください。
日時 電話で親子でリトミック増田 ☎(491) 8241

◆フラダンス無料体験
4月から新たに活動するフラダンスサークル「カウレイ・フラチーム・キエシ」ではフラダンスの無料体験を行うので、興味のある人は問い合わせください。
日時 26日(火) 午前10時～11時30分 場所 西白井複合センター

◆望月 ☎(492) 2112
◆労災職業病なんでも相談会
弁護士、労働安全衛生管理者などが無料で相談に応じます。
日時 30日(土) 午後1時～4時 場所 船橋市勤労市民センター
対象 一般(予約不要)
◆千葉中央法律事務所 ☎043(225) 4567

募集・伝言板

◆ソフトテニス連盟
◆ジュニアソフトテニス教室参加者募集
◆シニアソフトテニス教室参加者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集

センターだより

◆ソフトテニス連盟
◆ジュニアソフトテニス教室参加者募集
◆シニアソフトテニス教室参加者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集

インフォメーション

◆ソフトテニス連盟
◆ジュニアソフトテニス教室参加者募集
◆シニアソフトテニス教室参加者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集
◆「しろい桜まつり」フリーマーケット出店者募集

ウエアのレンタル料金は無料、スキー、スノーボードのレンタル料金は半額です。

◆経営強化保証制度を活用しませんか
千葉県信用保証協会では経営強化保証制度を創設しています。この制度は、中小企業者が金融機関や認定経営革新等支援機関と連携して、中小企業者の事業計画の策定支援や継続的な経営支援を行い、中小企業者の経営力の強化を図ることを目的としています。
◆中小企業の事業主、住宅ローン借入者の皆さんへ
千葉県信用保証協会 ☎043(221) 8113
◆金融機関(銀行や信用金庫、信用組合など)は中小企業の事業主や住宅ローンの借り手の申し込みに対してできる限り貸付条件の変更などを行うよう努めることとしています。
この法律は平成25年3月末に失効しますが、金融機関が貸し付け条件の変更や円滑な資金供給に努めるべきという内容については、失効後も変更はありません。
◆金融庁金融サービス利用者相談室 ☎0570-010168
11(平日) 午前10時～午後5時、関東財務局千葉財務事務所理財課 ☎043(251) 7214(平日) 午前9時～午後5時

# まちの話題

このコーナーで紹介する皆さんの身近な話題をお寄せください。  
■・■ 秘書広報課広報広聴班 内線3372～4へ

## 鶴と亀を使った「おびしゃ」



松竹梅の盆栽にダイオウで作った「鶴」とシイタケで作った「亀」を添えています

2月10日中（小名内地区）で「おびしゃ」が行われました。「おびしゃ」は弓を用いて農耕の作柄を占うところが多いようですが、ここ小名内地区では野菜を使って鶴と亀をつくり、高砂として崇めることで健康長寿や家内安全、農作物の豊作などを祈願するもので、この行事も約100年前から行われているようです。

同じ「おびしゃ」という名称でもそれぞれ地域・地区によって祈願の内容や供える物もさまざま、小名内地区に隣接する富塚地区では祈願する際に魚の「コイ」を使い、同じく隣接する柏市泉地区では餅でカラフルな小鳥を作って祈願する「鳥おびしゃ」と呼ばれる行事が行われています。また「おびしゃ」は年の初めに行われるものですが、多くの地区では秋になるとお礼の神事（行事）を行うそうです。

## 「絆」を深めて幸運の訪れを願い

最近、受験生や小・中学生などの間で白井消防署の職員が作った絵馬やしおりが話題になっているようです。

この絵馬やしおりは、白井消防署の職員が、市民の皆さんに防災意識を高めてもらおうと作成したもので、絵馬のひもは消防救助訓練などで使用した丈夫なロープを利用しているため「切れない」「落ちない」「（縁を）結ぶ」などの験をかついでおり、受験生などの間で人気になっています。

またしおりは「絆」の大切さを市民に広く伝えようと、名刺サイズの色紙に「絆」の文字とともに四つ葉のクローバーを添えており、消防署が実施する行事などで参加者に配布しています。

四つ葉のクローバーには幸せが訪れると言われています。大勢の皆さんに幸せが訪れるといいですね。



人気の「絵馬」と「しおり」



国土交通大臣に届いた 10万7千筆の署名

## 市民と行政の連携・協力を目標して

「北総線の運賃値下げを実現する会」(北実会)は、ほかの鉄道に比べて異常に高い北総線の運賃の値下げに向け

市民の立場からできることを始めようと、平成11年に設立されました。現在の会員数は、サポーターも含めて100人を超えています。北総線は、千葉ニュータウンと都心をつなぐ鉄道として計画されました。都心へ直通する新鎌ヶ谷から京成高砂までの2期線が開通したところから急激に経済が悪化し、千葉ニュータウン開発の縮小や停滞が生じたことで、利用者も伸び悩んでいます。また2期線では追い抜き駅が3カ所もあるなど、高規格にしたこと

の建設費を回収するために運賃値上げが3回も行われ、利用者には負担を強い運賃となってしまうという。このようなことから、北実会では高運賃に苦しむ沿線住民の声を鉄道会社や団・県に届けるため、これまで2回にわたって署名活動を行いました。1回目(平成12年)に64,000筆の署名を添えて関係省庁に届けました。2回目は平成20年に成田空港線の開通に合わせ、大幅な運賃値下げの期待を込めて107,000筆の署名を国土交通大臣へ届けました。

このような中、県および沿線6市並に鉄道事業者間で合意書が交わされ、平成22年7月から普通運賃で約4・9パーセント、通学定期運賃では約25パーセントの運賃値下げが実現しました。この値下げが合意されているのは平成26年度までです。北実会では、その後を見据えて一層の値下げに向けて継続的に活動していくことにしています。北実会現在、北総線の高運賃を正するための研究を行い、北総線沿線各自治体・千葉県、国土交通省・消費者庁・消費者委員会との懇談・要請、北総線沿線市民活動支援班

し入れ、市民活動まつりやふるさとまつり会場での宣伝・アンケート活動を行っています。またその時々動きを伝えるチラシを千葉ニュータウン地域全域へ戸別配布し、沿線住民の声をまとめてホームページに掲載などの広報活動も行っています。最近では、現在の状況報告会や市民大学OBの皆さんへの説明会、高齢者の皆さんへの説明会なども求めに応じて実施しています。会費は年2,000円、毎月第4曜日に定例会を開催しています。詳しくは事務局間嶋雲(492)・4537までお問い合わせください。

■ 市民活動支援班 市民活動支援班 内線3151

## 未来を築く市民活動団体紹介④ 北総線の運賃値下げを実現する会

### 市民と行政の連携・協力を目標して



ふるさとまつりでの活動の様子

## 短歌

## 俳句

※このコーナーは市民の自由な投稿により掲載しているもので、選者は設けていません。

明けてゆく西の空には淡き月  
地には柔の花さえる小鳥  
淡雪のふりくる朝の通学路  
色とりどりの雨傘はつむ  
折しの一本煙 春露  
墨絵のごとく雲に溶け入る  
かける尻に風地を這って付いてゆき  
滑空ありて拍手わきたり  
さざらきの空にひびくものの音  
はるか梢にキツキの影  
交響曲第九を聴きて渋谷通り  
歩けは再び感動わきこる  
小春日の中進み行く子の姿に  
くすれし笑みで渡す守護札

「天国のひのおしちゃん元気ですか」  
おカッパさんよりハートの絵文字も  
動と静八十路歩みて春分の  
米寿目指して黙々と生き  
遠き日の家長長利知ならむ  
変はらさず煙のぼる御炉裏は  
雪が降る利休なすみの色をした  
遠い空から思ひ出連れ  
夢に見る探し求めし我が庵  
桜咲く丘麓の宿  
綿梅は紅もささるに耐えて咲く  
雄々しくもあり哀しくもあり

(作品は五十音順に掲載)  
南山 山本庸雄  
復 杉原賢一  
堀込 名越たてみ  
富士 望月玲子  
堀込 渡辺若夫  
池の上 関根千浪  
根 甲斐三子  
根 印南満子  
富塚 大出葉子  
桜台 米井詩織  
清水口 柴垣正徳  
池の上 蝦名幸子  
七次台 松井寛紅

青空に満開の梅香りたつ  
浅き春毛布片手にテレビ見る  
朝日受け手足振り振り冬歩く  
五弁や群生割拠の野水仙  
うす井川流れ細く冬深む  
お日様が勿体なくて毛糸編む  
合掌の民家の庭の路のたう  
如月の托鉢僧の薄着かな  
木の製定梅の蕾みに追われおり  
木の芽和良くそ日本に生まれける  
こへいの香り煙らせ寒椿  
今年こそしずかな春を待つこそぞ  
下萌の狭庭 こにも小宇宙  
四方より薄日集めて寒枝  
新入りの白鳥の輪に遠慮がち  
それぞれに芽のそよい立つ梨畑  
辻神の注連はすされて寒明け  
人間魚雷隠せし河や春の潮  
のけしや自分を創る俳句会  
陽だまりに水仙の香のありにけり  
鱈酒に秘密を漏らす夕あかな  
降り止ませぬ雨に思つて弥生かな  
房総の野に満つ水仙香一雪  
組に生き海を渡る春一番  
桃咲いて八十二度の誕生日  
夕のゆ光る五尺の軒水柱  
夕暮れの静寂に白き花八手  
夕陽射す母校の庭に残り雪  
雪ふきや幼き頃を想ひ出す  
立春や娘の合格を祈りたる

清水口 池山川 恒  
笠塚 子  
大松 川又勝彦  
富士 染谷英人  
大松 福加博之  
池の上 織本泰子  
堀込 大橋 茂  
根 大屋千又  
堀込 乾 タカ子  
池の上 高橋 孝江  
池の上 高橋 次郎  
清水口 横山久雅子  
清水口 藤藤 順子  
清水口 望月 璋  
神々廻 田中 八代子  
神々廻 柳沢 純  
富士 坂本 やす子  
堀込 福加 あけみ  
南山 齊藤 眞一郎  
堀込 山野 吉信  
神々廻 山川 純子  
堀込 齊藤 とみ子  
富士 野村 八子  
大山口 小澤 喜美子  
清戸 上坂 千昭  
石井 貴由美



### 下総基地の米軍機使用絶対反対