

# 広報 まつど

市のようす (4月1日現在)

■人口	442,370 人	(- 447)	( )
男	223,981 人	(- 191)	は前月比
女	218,389 人	(- 256)	
■世帯	148,725	(+ 256)	

編集・発行=松戸市役所広聴部広報課  
〒271 松戸市根本387番地の5 ☎(66)1111番

## 坂川親水プロムナードが完成

### やすらぎのある水辺

県の「ふるさと川づくり事業」のひとつとして、六十一年度から建設されていた「坂川親水プロムナード」が完成しました。全長七百メートルの遊歩道と休憩所、子どもの遊具などを備えた親水プロムナードは、川と親しみ、川を愛する心を育てる市民の憩いの場となるものです。

#### 川と親しむ憩いの場

昨年部分開放された「坂川親水プロムナード」が全面的に「つき上がり、散歩をする人や登下校の児童たちなどに利用されています。完成した親水プロムナード(遊歩道)は、三村新田の坂川橋から小金飛地・長津道橋



散歩に最適な遊歩道

までの坂川左岸にあり、市民が川と親しめる憩いの場所です。遊歩道の幅は一・二メートル、約七百メートルにわたってカラー舗装されています。

その途中には、数箇所のタイル広場があり、バーゴラ(あずまや)・ベンチなどの休憩施設、スプリングの動物遊具、プロムナードのシンボルとなる「スターシャトル」などが置かれています。

#### プロムナードのシンボル

#### スターシャトル



動物の形をしたスプリング遊具

坂川親水プロムナードのほぼ中央には、プロムナードのシンボル「スターシャトル」がたっています。

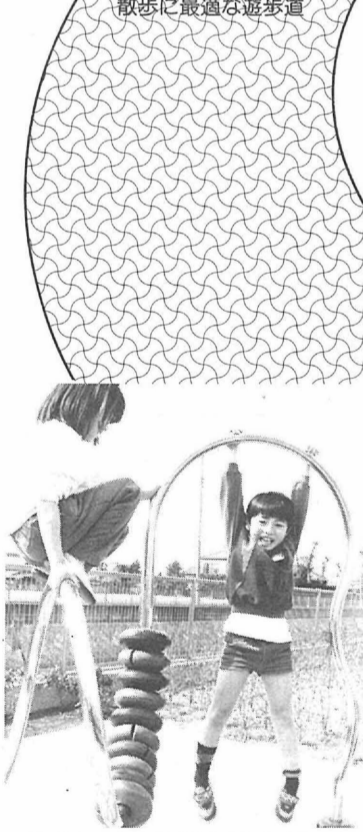
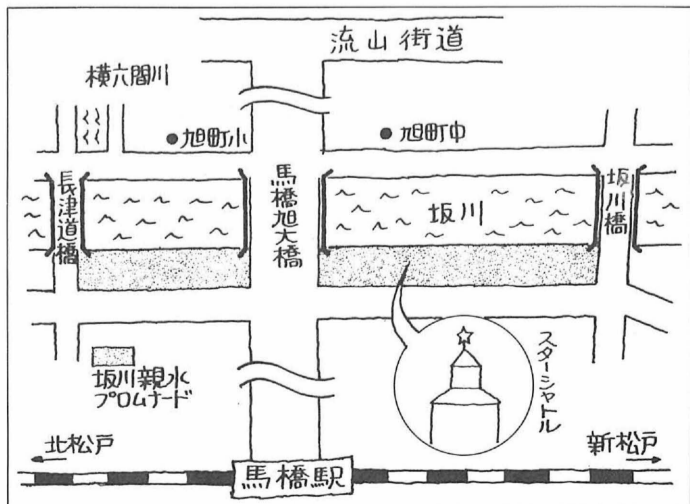
「星座広場」と名づけられたスペースにあるスターシャトルは、高さ約七メートル、ロケット型をしたミニメントです。シャトルの上方部分には、かに座・魚座・しし座など、

#### 川を愛しきれいにする心

坂川親水プロムナードは、県の「ふるさと川づくり事業」のひとつとして、県の補助を受けて建設されました。六十一年度から「ふるさと

千葉五カ年計画」の一環としてスタートしたふるさと川づくり事業は、河川空間が持つ環境機能を重視し、水辺に恵まれた潤いのある生活環境を

創造しようとするものです。子どもたちから川と親しむことは、川を愛する心を育て、川をきれいにしようという意識をはぐくみます。市は、今後も国、県などの協力を得ながら、川をより親しめるものにしていきたく考えています。



数遊びもできるスパイラルカウンター

**手数料・使用料・各種税**

今月の納期は

- 事業所税：二月決算の法人と、二月中に新・増築した建築主は、四月が申告納付月です。
- 国民年金保険料：四月分(早めに納付(納入)をお願いします)

**安全・確実な口座振替のご利用を**



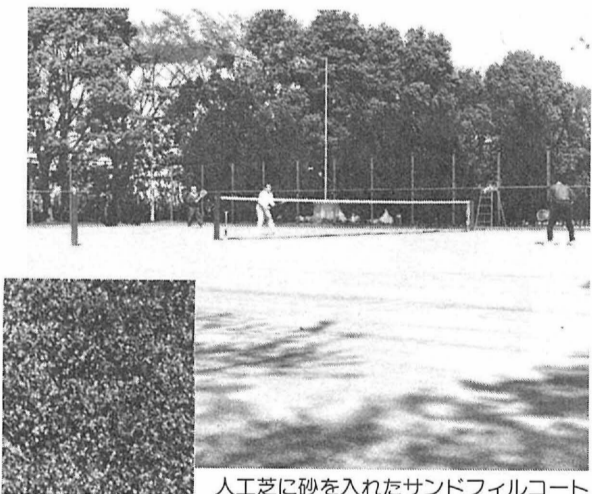
第15回記念松戸市子ども祭 みんな! おもしろいコーナーがいっぱいあるよ 参加してみなしか!

毎年恒例の「子ども祭」を五月三日(祝)に運動公園で開催します。
子ども祭は今年で十五回目になり、内容を二層充実。
今人気の迷路コーナー、本物そっくりのミニSL、そしてすもうコーナー、クイズコーナーを新たに加えて、皆さんをお待ちしています。
催し物は、申し込みが必要なものも自由に参加できるものがあります。プログラムを見て、なるべく多くの物に挑戦して下さいね。
▽日時:五月三日(祝) 午前10時~午後三時(雨天決行)
▽会場:運動公園(JR北松戸駅下車徒歩十五分、新京成松戸新田駅下車徒歩十分)
※たいへん込み合います。車の来場はご遠慮下さい。
▽詳細:こども課育成係

Table with 4 columns: コーナー, 内容, 会場, 雨天の場合. Lists various activities like 'チビッ子のど自慢', '子ども対抗リレー', 'うでずもう大会', etc.

新装オープン 中央公園庭球場 全面サンドフィルコート

中央公園庭球場が、改修工事を完了し、このほど新装オープンしました。
岩瀬の中央公園内にある庭球場は、昭和四十二年七月にオープンし、これまでもたくさん市民に利用されてきました。
今までのコートは、クレートコートとオールウェザーコートが各一面でしたが、今回これを二面とも「サンドフィルコート」に全面改修したものです。
サンドフィルコートの特徴は、人工芝を張った上に砂を入れた方式のもので、軟式・硬式のいずれにも適したコートです。
六十一年に開催された、山梨・かいし団体の庭球場が、



人工芝に砂を入れたサンドフィルコート

全面ともサンドフィルコートで、競技に参加した選手に大変好評でした。
現在は、各地に普及してきていますが、公共施設としては東葛飾地区では初の設備となりました。
コートの改修工事は、二面で総額一千六百万円余りをかけ、三月末に完成し、四月十日から使用できることになりました。
松戸駅東口から徒歩五分ほどで行ける最新設備の庭球場として、みなさんで大切に利用して下さい。
▽場所:松戸市岩瀬四八七-一 松戸中央公園内
▽施設:サンドフィルコート 二面
▽利用料金:一面二時間八百円

5月3日(祝)はゴミ収集・し尿くみとり業務を行います

5月3日(祝)は、休日にあたりますが、平常どおりゴミ収集と、し尿くみとり業務を行います。

詳細...ゴミ関係=清掃第1課業務係。し尿関係=清掃第2課指導係

矢切公民館と戸定館は、5月4日(休日)開館し、5月6日(金)に休館します。(矢切公民館 ☎68-1241番)

四月から土地取引届出等の一部事務が市に委任されました
昨年の十一月に、松戸市は土地取引監視区域に指定され、三百平方メートル以上の土地取引は事前に市もしくは県へ届け出等が必要となりました。

Table showing procedures for land transactions starting from April 1, 1963. Columns include area (300sqm to 2,000sqm, over 2,000sqm) and submission methods (advance confirmation, etc.).

へ届け出ることになりました。
詳細:都市部計画課業務係

防災行政用無線局の電波障害
突然、他市の放送が流れます
市は、災害時に市民の皆さんにいち早く情報をお伝えするため、防災行政用無線局(固定系)を設置しています。
現在、毎日午後五時に点検を兼ねて、こどもの帰宅を促す放送をしています。
市からは、松戸市役所から八月下旬までの間は大気の状態が不安定なため、他市の放送や雑音が入るなどの異常現象が起ることがあります。
これは、大気中にある電離層(太陽の紫外線などにより上空の大気が電子とイオンに分離されてできる層)に電波があたり反射して電波障害を起す現象で、スポラディック現象と呼ばれています。
市から放送する場合は、必ず「こちらは、松戸市役所です」と放送します。
近くの放送塔から、スポラディック現象と思われる放送雑音などが出た場合はご連絡下さい。
▽詳細:防災課

市長の窓

去る、三月の定例市議会に松戸市文化施設建設基金条例を提案し、全会一致で議決されました。



文化都市に向けて

年次計画の遂行によって、きりしてきました。これ等の問題も漸く解決し、人口の増加状況も最近はやや落ち着いてきました。このよゆうな状況は、市民の皆さんが望んでおられました。

文化施設建設基金条例の制定
宮間満寿雄
市に対する要望に敏感に反映してきており、最近では文化やスポーツの振興、老

文化施設建設基金条例の制定
宮間満寿雄
将来を展望した政策に必要となる文化施設、懸念をもち、私共は、今年中に策定を終える第四回次総合五か年計画において、このように要望にこたえる

文化施設建設基金条例の制定
宮間満寿雄
の客席を持つ文化会館、郷土博物館、近代的な中央図書館、音楽ホールを一日も早く実現しやすくなるように、これらの建設資金の一

文化施設建設基金条例の制定
宮間満寿雄
現在ある市有地の有効活用を、いろいろ工夫して土地に対する投資額を極力減らしたいと考えています。昭和六十一年度の市

文化施設建設基金条例の制定
宮間満寿雄
収入が本市も比較的順調でしたのでこのように積み立ててきたのですが、これ等の施設の建設を来年度から始める第四回次総合五か年計画の重要項目として、この施設の向年度に建設する場合は、各年度の予算でまかなうこととなります。と

指定する区域での

埋立盛土は市に相談を



松戸市では、浸水被害を解消するため「松戸市盛土事業規制要綱」を制定しています。市が指定する盛土規制区域は八カ所あり、この区域内では、盛土や埋立てをする時、あらかじめ市と協議をしなければならないものとします。

土地の保水機能は、埋立てや盛土をして高くなるにつれ低下してきます。その分の水量は周辺の住居などに流入し、浸水被害の原因の一つになります。

そこで市は、住居などに対する浸水被害の防止と軽減のために、市民の皆さんのご協力をお願いいたします。

△詳細…土木部管理課業務係

市が指定する区域で埋立てや盛土をしようとする人は、あらかじめ埋立てや盛土の高さ、土砂の流出防止対策などについて、市と協議をして下さい(住居などの建築を目的として行う埋立てや盛土については適用されません)。

次に該当する人は、できるだけ早く現住所地の都道府県庁接護担当課、または厚生省援護局庶務課叙位叙勲調査室へ申し出て下さい。

死没した旧軍人軍属等に対する叙位叙勲を受けたい方、遺族

が、昭和十九年一月以降から二十一年四月までの間に叙位叙勲を受けたい方、遺族

叙位叙勲の申請は、昭和二十一年四月以降に叙位叙勲を受けたい方、遺族

叙位叙勲調査室 ☎03-5012044番

床下薬剤散布

Table with columns: 期日 (Date), 散布町会(自治会) (Distribution Town Association (Municipality)). It lists dates from 5/2 to 31 and the corresponding town associations for bed pest control.

※雨で中止の場合は全日程終了後になります。
▷詳細…生活環境課環境衛生係

文化ホールギャラリー 4月5月
松戸華の会華道展: 四月二十四日まで
洋画木曜会展: 四月二十四日まで
日本画・紅彩会展: 四月二十四日まで
寿慶会墨絵展: 四月二十六日(午後一時)~五月一日
欣石書道会子とも書展: 四月二十八日~五月一日
※開館時間は月曜・祝日を除く毎日午前十時~午後六時
四月二十九日(祝)は休館です。
(文化ホール ☎67-7800番)

心配ごと相談
期日 時間 会場
5月 2日(月) 午前10時~午後3時 馬橋支所
6日(金) 午前10時~午後3時 市役所市民相談コーナー
7日(土) 午前10時~午後0時30分 小金支所
13日(金) 市役所市民相談コーナー
20日(金) 午前10時~午後3時 市役所市民相談コーナー
27日(金) 市役所市民相談コーナー
▷詳細…社会福祉協議会 ☎68-0503番

常盤平市民センター(本館)
5/15~7/31休館
常盤平市民センター(本館)は、5月15日(日)~7月31日(日)の間、改修工事のため休館します。
なお、別館は平常どおり開館します。
※工事期間中、常盤平支所および市民センターへの車での来場はご遠慮ください。
▷詳細…常盤平支所 ☎87-2131番

国民健康保険料の
収納員(補欠者)を募集
▷対象…50歳までの心身ともに健康で、収納業務に専念できる女性
▷定員…若干名
※補欠者の募集です。現在の収納員に欠員が生じたときに採用します。
▷申込み…4月30日(土)までに電話で国民健康保険課保険料収納係へ
夕/口は市内で買います



これからはコンピュータ時代です(馬橋小)

図書館本館にコンピュータを設置し、小館、分館、児童館、小倉庫、新館にオンライン方式で接続し、業務の効率化と市民サービスの向上を図ります。

返却業務の簡便化と図書の検索機能の向上を図るため、今年度市内の図書館に、受け付け時間延長短縮サービスを行います。

外国語による読書指導事業、英語教育を推進し、外国人児童の読書指導に力を入れます。

児童の読書指導を早期発見するべく、小学校5年生、中学校1年生を対象に読書指導を行います。

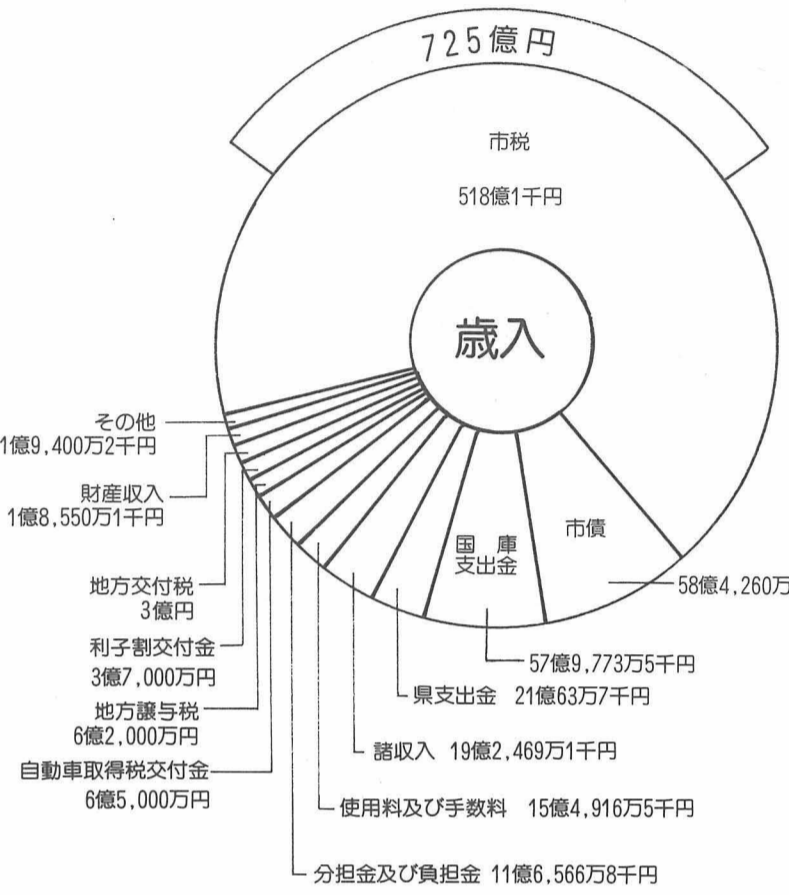
運動公園の整備と市民の利便を図るため、運動公園野球場の照明灯を建設します。

# 63年度一般会計 予算はこうして使います

## 積極財政で婦人担当室設置など新規事業を遂行

### 教育 松戸市立図書館をオンライン化 検索機能もスピードアップ

### 一般会計予算の歳入と歳出



農林水産業費 3億7,238万5千円  
議会費 6億5,694万7千円  
商工費 10億5,744万2千円  
消防費 36億4,474千円  
労働費 7,797万2千円  
その他 4億5,827万2千円



### 市民1人当たりに使われる予算

63年1月1日現在(住民基本台帳人口)

一般会計予算全体では	16万5,267円
人口	438,683人
歳入	150,287世帯
歳出	1万5,357円
歳入	37,000円
歳出	8,207円
歳入	2,410円
歳出	2,147円



快適な通勤をしたいと思います

### 土木 混雑解消を目指す

常盤線のラッシュ時の混雑は、電車の増発・増結によって、一時の緩和はありますが、このまま推移すると昭和七十年度の混雑率を超過する恐れがあります。

### 特別会計

国民健康保険	131億6,802万6千円
松戸競輪	97億3,308万7千円
下水道事業	85億9,106万円
公設地方卸売市場事業	4億1,360万7千円
松戸市営白井聖地公園事業	5億3,718万1千円
老人保健事業	86億1,977万円
駐車場事業	3億787万6千円
計	414億1,060万7千円

### 企業会計

道院	16億5,409万8千円
水病	125億9,141万5千円
区画整理	3億2,360万円
計	145億6,911万3千円

### 商工 商業振興のための街路灯などへ助成

街路灯の設置を助成し、振興のための商店街を整備する街路灯の助成を設けています。

### 消防 防災地区を全世帯に配布

今年度、避難場所を全世帯に配布します。また、見直しを行った防災地区図を作成し、印刷を行います。

### 衛生 地域保健医療計画推進協議会を 六月に設置予定

地域保健医療計画の推進事業として、松戸市地域保健医療計画の目標を達成するための推進母体として、松戸市地域保健医療計画推進協議会を、六月に設置予定です。

### 総務 待望の旅券事務所東葛飾分室 五月下旬オープン予定

海外旅行に欠かせないパスポートの発行は、千葉市一カ所で行われていました。今年度市内では、異が設置する旅券事務所の分室を誘致し、五月下旬オープン予定です。

### 民生 中国帰国の残留孤児の人たちへ 「日本語教室」開講

小城市を管轄する市教育委員会地区(十地区)に、今年度計画で設定する、今年度は東葛飾地区を促進します。

### 地下鉄1号線の早期延伸を

坂川水素水質浄化の対策などの調査を行います。

### 63年度各種検定試験

回数および級	試験日	申込受付日	受験会場	受験料
珠算 123回1~3級 4~6級	6月26日(日) 18日出	5月26日(日)~31日(金) 午前9時~午後4時30分	松戸商工会館および第一中学校 松戸商工会館	1級 1,500円 2級 1,100円 3級 900円 4~6級 700円
簿記 68回 1~4級	6月12日(日) 18日出	5月9日(日)~17日(日) 午前9時~午後4時30分 (土曜日、午前9時~正午)	専修大学 附属松戸高校	1級 3,000円 2級 1,700円 3級 1,300円 4級 1,000円
ワープロ 4回 4級	6月17日(日) 18日出	5月16日(日)~24日(日) 午前9時~午後4時30分 (土曜日、午前9時~正午)	松戸商工会館および東京O.A.スクール	1級 8,000円 2級 6,500円 3級 5,000円 4級 2,500円

### 高齢者無料職業紹介所 気軽に相談下さい

松戸市社会福祉協議会では、高齢者福祉施策の一環として、高齢者職業紹介事業を行っています。

### 松戸市スポーツ少年団 新規登録募集

対象...小学生が10人以上と成人指導者が1人以上で組織されている団体

### 再生自転車を販売

抽選日当日(23日)は、五香駅東口午前10時発の事業団マイクロバスを運行します。

### パート看護婦募集

資格...看護婦の免許を持っている人(准看護婦を除く)

### 婦人就業技術講習会 経理事務科(商業簿記2級)

期間...6月10日~8月3日の毎週月・水・金曜日(週3回、計24日間)

### おはなしキャラバン 嘱託職員募集

定員...若干名  
資格...18歳~30歳の女性

おはなしキャラバン 嘱託職員募集

定員...若干名  
資格...18歳~30歳の女性  
内容...主に人形劇の製作・上演  
勤務時間...毎週火曜日~金曜日の午前9時~午後5時

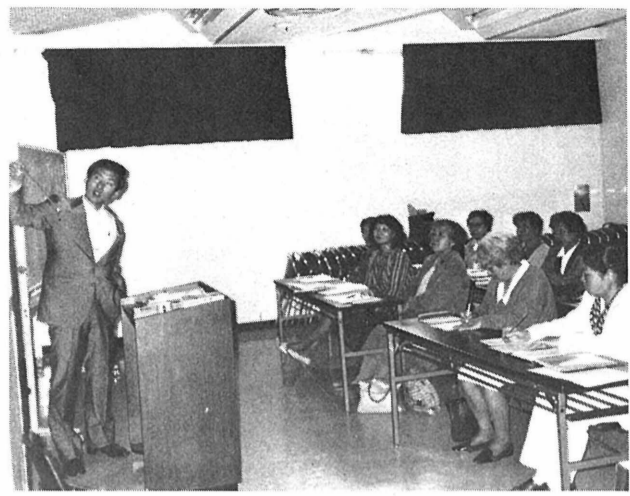
※土曜日の団体受付はいたしません(1級は写真添付5×4cm)。  
▶詳細...松戸商工会議所☎64-3111番

国保松戸市立病院・神経内科  
~新患は火曜日も休診です~  
神経内科の一般外来は、土曜日が休診日ですが、都合により

当日の間、新患の人については、火曜日も休診します。  
▶詳細...国保松戸市立病院医事課☎63-2171内線1101番

生活の知恵

希望のテーマで講師を派遣  
くらしの奥さま講座



専門の講師を派遣します

商品の開発・販売競争が激しい現代は、いろいろな商品が氾濫しています。私たちが消費者も、正しい選択をするためには、より一層の知識や情報が必要で、希望の場所へ希望のテーマで講師を派遣する「くらしの奥さま講座」をご利用下さい。

- ▽対象となるグループ：町会・婦人会・PTA・健康増進グループ・知人や友人の学習会・その他市内在住の人によるグループ
- ▽申込み：最低二十人以上の人数を集め、開催日の約三週間前までに市消費生活課へ申し込んで下さい
- ※電話による申し込みも受け付けます。
- ▽開催時間：原則として二時間
- ▽講師料：原則として無料
- ▽会場：できるだけ申し込みグループで確保して下さい
- ▽テーマ(例)：食品の安全性・子どもの食生活・食品添加物とは・買物栄養学・冠婚葬祭について・家庭クリーニング・正しい薬の使用と医者への選び方・石け

花と緑

庭木の管理(ツツジ類)

四月から五月にかけてはツツジ類の開花の時期です。ツツジは種類も多く、古くから庭木として親しまれ、敷地の狭い場所でも手軽に植え付けられます。

主な種類としては、キリシマツツジ系のクルメツツジ、リュウキウツツジ系のヒラドツツジ、レンゲツツジ、アサレア、サツキなどが多く植えられています。

〈植付け〉

春から秋までの間、いつでも植付けできますが、夏の暑い時期は十分に灌水して養生することが必要です。

〈手入れ〉

春から秋までの間、いつでも植付けできますが、夏の暑い時期は十分に灌水して養生することが必要です。

**ツツジの手入れ**  
(全体的に形を整える)

花後に刈り込み  
(6月上旬くらいまでに行う  
遅れると来期の花芽が付かない)

刈り込み

枝抜き  
(込んだ枝の間引き)  
花後に行う  
3~4本残し他は間引く

ハダニ(葉裏に寄生して吸汁し葉の色が黄ばり白っぽくなる・予防剤「ダニ専用剤」)

○病害：モチ病、花腐れ病、菌核病など・予防剤「ベントレート」

○肥料：花後に油粕を二平方メートル当たり二百グラムを施します。

▽詳細：公園緑地課緑化係

ハチ・こちら内線600番

まちの話題をお知らせ下さい。



「日本の道百選」入りを記念して、顕彰碑の除幕式が行われ、さくら通りの新しいシンボルとなりました(常盤平駅前交差点わき)

お待たせしました  
桜まつり

4月9日・10日に開催  
花の宴を満喫

第18回ときわ平桜まつりが、4月9日(土)・10日(日)の両日、八柱から五香までの桜通りで開催されました。2日間とも好天に恵まれ、40万人の人出でにぎわいました。繰り出した人の熱気にあてられてか、桜も八分咲きとなり、淡いピンクの花に酔いしれながら宴を囲む姿も見られました。また、六実の桜まつりも行われ、歩行者天国となった沿道では大勢の人たちが桜の花を楽しんでいました。



- 初富飛地
  - 加藤あや子さん (中二)
  - 高橋香織さん (中二)
  - 高橋美紀さん (小四)
- 今日は天気がいいし、桜もきつとキレイに咲いているなあって思っていました。去年ほどじゃないけど、やっぱり桜がパッと咲いてて、よかったです。毎年、桜まつりは楽しみにしています。いつも何人かの友達を誘って来るんですけど、友達と歩くにはいいですね。

きれいな水は家庭から

川が死にかけています

皆さんは、市内の河川を眺めたことがありますか。昔は水遊びや釣りのできた川が、今ではドロをため、ゴミを浮かせた「死にかけて川」になってしまっています。

川はなぜ汚れるの？ 市内河川は、なぜこんなに汚れてしまったのでしょうか。私たちの日常生活を考えると、私たちが分るはずなんです。飲み残したミルクやビールなど、いろいろなものを台所から流しています。そのほか、洗たくの排水やお風呂の排水も、そのまま流れていきます。これらの汚れた水は、水路を通じて市内の川に入ります。

どうしようもない？ 川の水をきれいにするには、まず市内河川が、現在のどのような状態にあるのかを、皆さんに知っていただく必要があると思います。

次回、市内河川の汚染の状況と、その測定方法などについて述べます。(生活環境課)

# 健康ガイド

## ライトエアロビクス教室

- ▷日時…5月16日～7月11日の毎週月曜日(計9回)午後1時30分～3時
- ▷会場…健康増進センター
- ▷内容…音楽にのって、ウォーキングを中心にヘルスアップ
- ※特に体力のない人、運動経験のない人に最適です。
- ▷対象…市内在住または在勤の人で、健康増進センターの医学検査を1年以内に受診した人(検査を受けていない人または検査後1年以上の人は検査を受けて下さい)。ただし、検査の結果教室に参加できない場合もあります。
- ▷費用…屋内指導室使用料1回300円
- ▷定員…先着30人
- ▷申込み…4月21日(木)午前9時から来所または電話で健康増進センター ☎65-5588番(直通)、68-1241内線53-55番へ



愛の献血

期日	会場	時間	主催
4/23(土)	伊勢丹前 伊松戸店	午前10時 午後4時	松戸市
/25(月)	市役所		
/30(土)	JR松戸 駅東口		

※採血時に使用する針や器具などは1回使用することにより捨てています。献血器具からほかの病気に感染することは絶対にありません。医師が健康状態をチェックしますので安心して献血できます。そのほか生科学的検査としてコレステロールなど7項目の血液検査結果を後日お知らせします。

▷詳細…健康管理課業務係

## 健康料理教室会員募集

- ▷日時…毎月第2金曜日、午前10時～午後1時
- ▷会場…五香市民センター
- ▷費用…月500円
- ▷詳細…みどり会・菅原 ☎87-3480番

## 小金原 山口明美さん

全国的な規模で行われている「わたぼうしコンサート」が昨年、流山で行われた。心や体にハンディを持つ人たちの詩に曲をつけて

気なしに応募した。それが思いがけずに入選し、そのポスターを、請われて、明美さんの絵が飾った。

明美さんは、小学六年生のころからワプロを習った。少し不自由な手でも、文章の形で心を表現できるようにになった。絵も、クレヨンで描けるようになった。

明美さんが、ワプロで断片的につづった文を、詩の形にまとめたものが「髪」である。

柄なんです」と笑う。近ごろは、歌謡曲に興味を持ち、アイドルグループの歌を聞きながら、それに合わせて歌ったり、振り付けをまねて踊るのが日課になっている。



## 毎日明るく懸命に生きる

「コンサートでは、高く伸びる声で、しっかりとこの歌を歌った。明美さんは、県立松戸養護学校に通う中学二年生。勉強やリハビリの訓練などで、少しずつ眠っていた能力が目覚まし、それとともに、明るくて積極的な女の子になっていく。自分でも「明るいのが取り

このほど、明美さんは松戸市のポスターに登場する。

## 不用品交換情報

- ◎今回掲載分の紹介
  - ▽申込方法：締め切りは四月二十五日(当日消印有効)
  - ①希望品名②住所③氏名④電話番号(昼間の連絡先)をハガキに明記
  - ハガキ一枚に品名一点のみ
  - ▽相手の紹介：月末に抽選を行い、当選者のみに電話連絡します。紹介後は自主交渉となります。
  - ▽申込先：〒271-1松戸市根本三三七五松戸市役所消費生活課
- 千円◆学習用椅子二千五百円◆ラブリチェア五千円◆本箱付き学習机六千円◆ソファベッド八千円(電気製品類)◆電気コタツ二組(各千五百円)◆電気オーブン一万円◆コンポ1セットステレオ無料◆電気温水器五千円
- (子供用品類)◆ベビーベッド無料◆一万円◆ベビラック無料◆ベビバス千円◆ベビー籠三千円◆ベビーカー七千円◆ツリメリー(二歳)各千円◆幼児用乗り物おもちゃ三千円◆乗用車幼児補助椅子千六千円◆低学年用算数計算器二万円(スポーツ・楽器類)◆エレクトーン無料・八千円◆生活係
- ▽申込先：消費生活課消費生活係
- ▽申込期限：四月二十二日(金)まで

## 施設あんな

### 松戸市婦人会館

婦人会館は、婦人の文化と教養を高め、社会生活の向上を図るために建てられた、多目的の教育施設です。

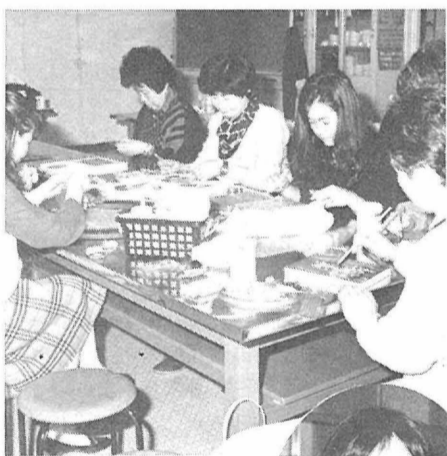
四階建ての館内には、七十五人を収容できるホールをはじめ、和室・実習室・研修室・情報提供室・談話室などが

あります。

情報提供室には、婦人問題や社会福祉などに関する本があり、自由に読むことができます。また、必要があれば、貸し出しも行っています。

▽利用時間：午前九時～午後七時

▽詳細：婦人会館 ☎64-877



高塚新田 増田 由紀さん

毎月四回、デコパージュの教室で、実習室を利用しています。テーブルが広いので、みんなで作るのは、たいへん便利です。

駅から近いので、利用しやすいですね。

## あなたの健康

近年、健康意識の高まりで、コレステロールが血圧と同じくらいに注目されるようになってきました。そのわりには、いまひとつ正しく理解されていないようです。

コレステロールは本来、私たちの体を構成する細胞の膜の強さを保ち、正常に保つための大切な材料なのです。

また、ある種のホルモンや胆汁酸、ビタミンDの前駆物質の材料としても不可欠なものです。

ただどんなに大切な材料でも多過ぎれば余りが出て、これが体のあちこちに貯まり、悪さをするわけですね。

善玉、悪玉のコレステロール

LDLコレステロールと言っているのは、LDLコレステロールに配分され貯まる性質のもの、血管壁などに貯まっているコレステロールを取り除いて処理工場の肝臓へ回収する働きをするHDLコレステロールなどがあり、前者がいわゆる悪玉の、後者が善玉のコレステロールと呼ばれています。

この悪玉が増え過ぎれば動脈硬化が心配されるわけですが、善玉が少な過ぎて悪玉がはびこることになって危険です。

このような状態では、心筋梗塞や狭心症等の心臓病にかかる可能性が高くなります。

## コレステロール

テロロールは筋肉、けん、神経組織、角膜や内臓、血管と体の中の至る所に入り込んで貯まり、腰を据えてしまっているのです。

最も問題なのは血管壁に貯まって起こる動脈硬化症です。これは血管壁の内側のちよつとした傷にコレステロールが溜り込んで貯まってゆくために起こる病変です。

高コレステロール血症の人ならば、それだけで血管壁に溜り込むコレステロールの量が増え容易に動脈硬化が起こるわけですね。

高コレステロール血症、特に悪玉の高値を告げる指標としては、まぶたや肘、アキレスけんなどに出来る小さな盛り上がりや黄色腫があります。

食事とコレステロール

体質的にすぐコレステロール値が上がってしまう人、何を食べても正常な人などいろいろですが、今ではコレステロール値を上げる食べ物や習慣などが解明されています。

食事でも油や蛋白質などの種類に気をつければ、美味しい物もきちんと食べられます。

食物繊維はコレステロールの吸収を少なくするため、野菜類を多く摂り、獣肉やバター、チーズなどの動物性脂肪を控え、植物油を多く摂るようにし、また魚肉や植物性蛋白質中心の和食をもっと見直しましょう。

規則正しく生活し、肥満を避け、理想の体重に近づける良いバランスのとれた食事をとり続けることが一番の治療法なのです。心配はいりません。

(松戸市医師会)



郷土歴史講座

わらざうり作りを体験しよう

日時... 5月8日(日)午後1時~5時
会場... 文化ホール
講師... 子供会育成会連絡協議会・小野瀬ふじえ氏
対象... 成人市民または小学校4年以上の親子
定員... 40人
費用... 無料(軽作業のできる服装でハサミを持参のこと)
申込み... 往復ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号を明記して、4月27日(水)必着で、〒271 松戸市松戸1307-1 松戸ビル4階松戸市文化ホール(☎67-7810番)へ(定員を上まわった場合は、初めて参加する人を優先したうえで抽選します)

第13回福祉バザーと障害者の作品展示即売会

日時... 4月24日(日)午前11時~午後2時
会場... 松戸市民会館料理教室および101号室
ご協力をお願いします。
詳細... 障害者問題研究会松戸サークル・金田☎45-9380番

趣味の切手展

日時... 4月23日(土)・24日(日)午前10時~午後5時
会場... 常盤平市民センター
内容... 珍しい切手の展示、郵便局の臨時出張所、記念スタンプ、切手等のプレゼント
詳細... 松戸郵便連合会・佐伯☎63-1748番(夜間)

趣味をふやそう

第1期青少年教室

Table with 4 columns: 教室名(対象・定員), 日時, 教材費, 講師. Rows include 卓球教室, ミニバスケット教室, 親子囲碁教室, さいほうと手芸教室, マンガ教室, 日常作法教室, 模型飛行機教室, 油絵教室, クッキー教室.

会場... 青少年会館
対象... 市内在住・在学の青少年で初心者
申込み... 4月21日(木)~29日(祝)に、教材費を持って青少年会館へ。定員になり次第締め切ります。4月25日(月)は休館日です。
詳細... 青少年会館☎44-8556番

野鳥観察会「白樺高原」

日時... 5月28日(土)午前7時30分市役所正面玄関に集合、29日(日)午後6時30分市役所前で解散予定(1泊2日)
宿泊先... 白樺高原荘(無料)
対象... 6歳以上の市民
定員... 40人(先着順)
費用... 1人8,000円(往復バス代・保険料など、当日持参)
持ち物... 弁当2食分(夕食・朝食)、観察用具、筆記具、防寒具(早朝観察があります)
申込み... 4月25日(月)~5月12日(木)の間に、電話で公園緑地課小鳥を呼ぶ係へ

「青い鳥ハガキ」を身体障害者に無料配布

郵便局では、4月20日に発売される「青い鳥」郵便ハガキを、身体障害者の人に20枚無料で配布します。
対象... 昭和63年3月31日現在満6歳以上の身体障害者で1級・2級の人
配布方法... 5月31日(火)までに、もよりの郵便局に身体障害者手帳を持参し、所定用紙に必要事項を記入して申し出て下さい(代理人による申し出もできます)。
詳細... 松戸郵便局郵便課☎63-8151番

新松戸郷土資料館 公開講座

日時... 4月29日(祝)、午後1時30分~3時30分
会場... 新松戸市民センター2階会議室
内容... 「坂川の昔と今」・ビデオ「よみがえる川」
講師... 新松戸郷土資料館館長・大井弘好氏
詳細... (財)新松戸郷土資料館 ☎44-1909番

自分たちで企画実行するお祭り 青年フェスティバルの 実行委員募集

実行委員会議... 毎月第1水曜日、午後7時~9時
対象... 16~30歳の男女
詳細... 社会教育課青少年婦人係

野鳥観察会「谷津干潟」

日時... 4月24日(日)午前8時に松戸駅東口デッキ上集合。午後1時に現地解散
場所... 谷津干潟
内容... 夏羽のシギ、チドリなど
持ち物... 筆記具、観察用具、弁当(交通費自弁)
申込み... 電話で公園緑地課小鳥を呼ぶ係へ

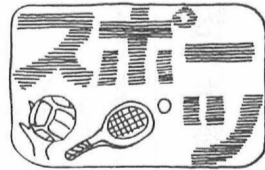
おしらせ (Notice) section with a decorative border and list of various events and contact information.

音楽の広場 (コーラス)

日時... 4月26日(火)午後1時30分~3時30分
会場... 市民会館音楽室
費用... 無料
詳細... 社会教育課市民文化係

「石狩平野」読書会

日時... 5月6日(金)午前10時~正午
会場... 常盤平市民センター別館
定員... 20人
費用... 無料
講師... 守田貴久子氏
詳細... とときわ平読書会・戸田☎45-2183番



初心者フォークダンス講習会

日時... 5月6日~6月24日の毎週金曜日、午前10時~正午
会場... 二十世紀が丘市民センター
費用... 2,000円
申込み... 当日会場で
詳細... 二十世紀ヶ丘フォークダンス愛好会・中山☎67-7028番



今年の新一年生は、小学校が5,738人、中学校では6,556人です。入学式に臨んだ新入生たちは、希望に胸をふくらませ、目を輝かせていました。

松戸少年少女発明クラブ 会員募集

日時... A班=毎週土曜日午後2時~4時、B班=毎週日曜日午前10時~正午
会場... 青少年会館
対象... 小学3年~中学3年の男女(64年3月まで活動できる人)
定員... 各班30人
費用... 年間5,000円
申込み... 4月20日(水)~24日(日)の午前10時~午後4時に会費を添えて、直接青少年会館内発明クラブへ
詳細... 青少年会館☎44-8556番

小原煎茶サークル おさらい茶会

日時... 4月24日(日)午前10時~午後3時
会場... 戸定館
費用... 2,000円(おしのご付き) ※薄茶席もあります。
詳細... 藤沢☎84-1168番

春の陶芸1日教室

日時... 4月29日(祝)~5月5日(祝)、午前の部=9時30分~11時30分、午後の部=2時~4時(いずれか都合のよい日1回)
会場... 陶松(国保松戸市立病院裏)
費用... 500円(陶土・焼代別)
申込み... 電話で縄文土器を作る会・小堀☎68-7726番へ

障害者に理解を心のふれあいを大切に

親子体操教室

日時... 5月7日~7月9日の各土曜日(計10回)、午前10時~正午
会場... 松戸運動公園小体育室
対象... 市内在住の昭和59年4月2日~7月末日生まれの子どもとその親(2人1組)
定員... 30組(先着順)
費用... 保険料950円(親子で)
※運動のできる服装で上ばき用の運動ぐつを持参して下さい。
申込み... 4月21日(木)午前8時30分から社会体育課窓口で受け付け
詳細... 社会体育課指導係

ジャズ体操教室

日時... 5月10日~7月12日の各火曜日(計10回)、午後7時~8時30分
会場... 中部小学校体育館
内容... リズムダンス・エアロビクス・ストレッチほか
対象... 市内在住の一般女性
定員... 50人
費用... 保険料600円
申込み... 往復ハガキに住所・氏名・生年月日・電話番号を明記して、4月30日(土)必着で、〒271 松戸市根本387-5 松戸市教育委員会社会体育課へ(応募者多数の場合は抽選)
詳細... 社会体育課指導係

軽スポーツ教室

日時... 4月24日(日)午前10時~午後1時
会場... 栗ヶ沢小学校校庭
内容... グラウンドゴルフ
費用... 無料
申込み... 当日会場で
詳細... 体育指導委員・篠崎☎87-3336番

春季市民ソフトボール大会

日時... 5月8日~6月5日の毎週日曜日、午前8時30分から
会場... 古ヶ崎ソフトボール球場
対象... 市内在住、在勤者で編成されたチーム
費用... 1チーム男子5,000円、女子3,000円
申込み... 4月23日(土)午後6時30分から、運動公園武道館会議室で行う代表者会議で
詳細... 松戸市ソフトボール協会・永野☎64-8441番

救急医療体制 健康保険証を忘れずに!
◆夜間急病診療所(毎日)午後8時~11時 衛生会館内 ☎68-3756番
◆待機病院(毎日)午後5時~午前9時 テレホンサービス ☎66-0010番
◆緊急休日在宅当直医 午前9時~午後5時 テレホンサービス ☎66-0010番
◆休日歯科診療所 午前9時~正午 衛生会館内 ☎65-3430番