

市のようす (12月1日現在)

■人口	456,017人	(+281)	()は前月比
男	231,767人	(+143)	
女	224,250人	(+138)	
■世帯	160,006	(+171)	

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



(北部市場・マグロのせり)

市民の台所を預かる

...松戸市公設地方卸売市場

年の瀬も押し迫り、市場には足の踏み場もないくらいに青果や鮮魚が積み上げられている。十一月には、ふだんの月の二倍の荷が集中するからだ。

年間二十四万トンにも及ぶ膨大な量の生鮮食品を取り扱っているのは、市内に設けられた二つの公設地方卸売市場。北部(ハケ崎)・南部(松戸新田)の両市場で、市民のおう盛な食欲にこたえている。

中でも北部市場は、全国でも珍しい青果・水産・食肉の生鮮部門を併せ持った大型総合卸売市場で、その青果部門は県下一、全国でも十五、六位の規模を誇る。

深夜近くともなると、遠隔地のナンバーを付けたトラックがひっきりなしに出入りし、全国各地からの特産物を運び入れ、かわりにこの市場で手に入れた品物を地方の市場へと運び出していく。

荷動きが活発になればなるほど良質の品物が集まり、質の良い品物を求める大勢の人の競争によって公正な価格が形成される。市場のメカニズムだ。

午前五時、夜明け前からせりが始まる。せりの人の低くくもった声があつた。熟気をはらみ、次々と品物が競り落とされていく。

人々が動き出すころには、せりもあらかた終わって閑散としてしまいい、世間の眼に触れることは少ないが、市民の大切な台所を預かる市場の責任は、とても重い。

水 緑 文化

クリエイティブまつど

文化ホールギャラリー

12月1月

★第十七回松戸市書道展覧会：1月13日まで

休館日：月曜日・祝日・年末年始
 開館時間：午前10時～午後6時
 ※初日および最終日は変更もあります。

(文化ホール ☎67-7810番)

松戸駅市民ギャラリー

期間	12月25日まで	26日～1月4日	5日～18日
東ギャラリー	渡辺 秀明 洋画作品展	主催事業 「新春写真展」 (松戸市写真協会 松戸文化写真会)	丹青会 水墨画展
西ギャラリー	松郷書道会 作品展 「てとてとて」		

問い合わせは社会教育課成人教育係へ

手数料・使用料・各種税

- 今月の納期は
- 市・県民税(第四期納期限)：12月28日
 - 国民年金保険料：十二月分
 - 国民健康保険料：第七期
 - 事業所税：十月決算の法人と、十月中に事業所用家を新・増築した建築主は、十二月が申告納付月です。
- 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

市役所の土曜開庁

1月12日・26日が閉庁となります。

今年も多かった

不法駐車問題

第18回市政懇談会

今年の質問・要望は242件



11月20日の市政懇談会

十一月十四日から十五日にかけて市内の十二地区・十一会場で、市政懇談会が開催されました。市と市民のハイブリットとして各地域で活躍している三百三十八人の市政協力委員と、市側からは宮間市長・関係部課長が出席しました。住みよい街づくりのための質問・要望二百四十二件について、活発な意見が交換されました。

市政懇談会は、地域からの質問や要望を聞き、住みよい街づくりのために生かしている。今年で三十二年目を迎える。今年度は、市民の皆さんからいただいた貴重な意見が、市政の発展に大きく貢献するものと期待している。

十八回目になります。各地域の市民から出された二百四十二件の質問・要望について、代表して市政協力委員が発言し、市長や関係部課長が答えました。今年も交通安全の關係等に自動車不法駐車問題等が多く、続いて下水・排水（公共下水道・側溝の修理や改修・清掃）についてや、道路整備、公園緑地關係などが出されました。

主な質問・要望事項

質問・要望事項	件数
交通安全関係(駐車・規則・信号)	50件
下水・排水関係	44件
道路整備関係	36件
公園緑地関係	22件
防犯・防災関係	13件
環境衛生関係	11件
その他	66件
計	242件

要望を大切に、実行できるものについては、すぐに国や県がらみで、長期にわたるものについては、地域の皆さんとの連絡を密にし、実現に努力してまいります。▽詳細：地域振興課

年末年始 交通事故 火災 注意を要する

放火に注意 年末年始特別警戒 消防局、消防署、消防団では一月七日(月)まで火災特別警戒を実施しています。▽詳細：消防局警防課 63

11111内線255番 まず消そう 火への鈍感 無関心

年末年始の 交通事故防止運動 重点目標：①飲酒・無謀運転の追放の歩行者・自

▽詳細：松戸警察署 67-1111番、松戸東警察署 42-3111番

1月10日まで 年末年始特別警戒 防犯にご協力を

議長に石井和雄氏・副議長に小金谷隆男氏



小金谷副議長 石井議長

改選後の臨時市議会が十二月六日(木)に開催されました。正・副議長の選挙が行われ、議長には石井和雄氏が、副議長には小金谷隆男氏が選ばれました。石井議長は、市議四期目、その間、監査委員、総務常任委員会委員長、予算審査特別委員会副委員長、決算審査特別委員会副委員長などを歴任しました。

委員長、予算審査特別委員会副委員長、文化施設建設対策特別委員会副委員長などを歴任しました。 監査委員には 仲田 成作市議 谷口 薫 市議



今年の出初め式から

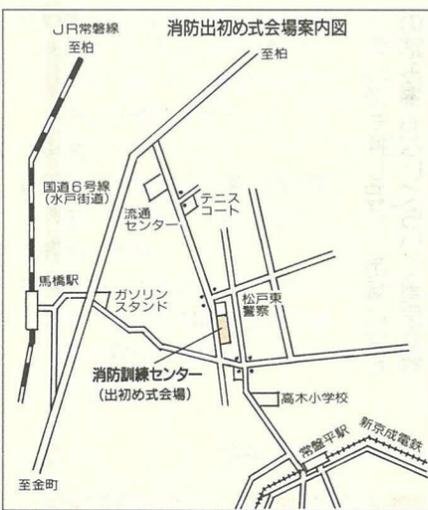
1月7日(月) 松戸市消防出初め式

消防訓練センターで実施

新春恒例の消防出初め式を、一月七日(月)午前十時から(演技は十一時から)消防訓練センターで行います。

はっぴ姿のはしご乗りを皮切りに消防音楽隊が奏でるフィールドリル、企業自衛消防隊による初期消火訓練、消防職団員合同の消

防訓練などが繰り広げられます。市民の皆さまのご来場を



名	休	日	期	間
市役所・支所			12月29日(土)	
市立センター			1月3日(木)	
健康増進センター				
勤労会館				
市民会館				
市民劇場				
運動公園				
小金原・常盤平体育館				
新松戸・八柱自転車保管所				
婦人会館				
図書館(本館・分館)				
矢切公民館				
青少年会館本館				
青少年会館樋野分館				
東部スポーツパーク				
六和フリースター内青松園				
文化ホール				
ユーカリ交通公園				
老人福祉センター				
フリースター内温水プール				
フリースター体育室				
心配ごと相談				
婦人就業相談				
青少年電話相談				
人権擁護相談				
一般健康相談				
水質検査				

期	日	会	場	時	間
12月20日(木)		八柱市民センター			
1月9日(水)		矢切公民館			
10日(木)		小金市民センター			
16日(水)		図書館本館		午後3時~4時	
17日(木)		六実市民センター			
18日(金)		明市民センター			

市役所と関係機関の休み

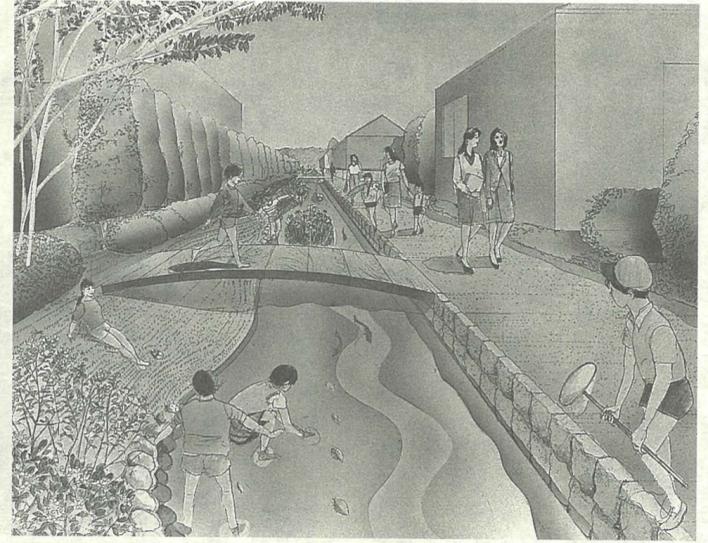
年末年始

※定員になった場合は入場をお断りします。▽詳細：市立図書館 65-5115番

映画と形劇は是非ライブシ

入場無料・三歳くらいが対象

清流川復(活)川へ親水水路がでます



楽しめる水辺に(親水水路の完成予想図)

昨年六月、坂川ふるさと川の整備計画が、建設省の認定を受けました。この整備計画の中で、川の清流復活と、水辺空間の整備が大きなテーマです。

小山に浄化施設

小山浄化施設は、今年十月には稼働を開始して、現在試運転中です。この施設で処理する雑排水は、処理前にBOD(生物学的酸素要求量)は国の環境基準値である10PPMを上回る平均32.5PPMという高い数値を示していました。

老人医療

医療受給者証が更新になります

老人保健法による医療受給者証の交付を受けている人で、有効期間が平成三年一月三十一日で満了となる人が、新しい健康手帳と医療受給者証を一月下旬に郵送します。

二月一日からは新しい健康手帳、医療受給者証および医療保険証を医療機関の窓口に表示の上、受診してください。

この費用も医療費の対象に。次のような費用も医療費の対象になりますので申請してください。

○やむを得ない事情で、健康手帳を持たずに受診した時の治療費の付添

○医療保険が変わったら

○転出するときは

加入している医療保険証が変わるときには、必ず保険変更の届け出をしてください。併せて診療を受けている医療機関に新しい医療保険証を持参し、保険証が変わった旨を申し出てください。

転出するときは、医療受給者証を返還し、転入先の市町村で新たに交付を受けてください。

○詳細：老人保健課

○詳細：老人保健課

○詳細：老人保健課

○詳細：老人保健課

お年玉作戦に協力を

私たちの生活は、たくさんのお年玉が存在しています。そのうち、雑誌や新聞紙などは資源ごみとして回収され、再資源化が図られています。



この回収箱に入れてください

回収されたお年玉は、ガキの絵入りコップ六個入りと差し上げます。○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

いつまでも健康でいたい



(ヨガ体操コース)幅広い年齢の人たちが参加しています

健康増進センターへの誘い

小さなハガキも大切な資源です。市では、お年玉作戦としてハガキの回収をすべく回収箱を設置し、回収を行っています。

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

○詳細：ごみを減らす課

珠算検定試験

級	試験日	受験会場	受験料
1級	2/10 (日)	第一中学校	1,550円
2級	2/10 (日)	第一中学校	1,130円
3級	2/10 (日)	第一中学校	930円
※1級は写真(5×4cm)を添付のこと			
4級	2/2 (土)	松戸商工会館	4~6級 720円

▶詳細…松戸商工会議所 ☎64-3111番

12/24も市税の収納を行います

平成2年度分の市税の納付を忘れていた人は、12月24日(休)も市役所収納課・各支所で午前9時~午後4時の間に取り扱いますので、ぜひ納入してください。

▶詳細…収納課管理係

電話交換機工事

43・44・47局番が一時的に不通。交換機工事のため、43・44・47局番の電話が通話できなくなる場合があります。

▶詳細…NTT松戸支店広報係 ☎64-7842番

春休み中・高生の海外ハイスクール体験

▶派遣先…アメリカ(オレゴン・カリフォルニア)・オーストラリア・ニュージーランド

▶対象…中学1年から高校3年生までの男女生徒

▶募集締切り…1月25日(金)

▶詳細…財団法人・国際青少年研修協会(新宿区四谷2-11) ☎03-359-8421番

千葉県警察官募集

▶募集内容…男子警察官100人ほど

▶応募資格…昭和38年4月2日~48年4月1日に生まれた人

▶試験日…1月13日(日)

▶申込み…12月25日(火)までに、松戸警察署 ☎67-1111番)か松戸東警察署 ☎42-3111番)へ

※12月20日午後3時から電話番号が、松戸警察署 ☎69-0110番、松戸東警察署 ☎43-0110番に変わります。

各種プログラム

健康増進指導コース終了者のために…

○スリムコース 年間3コース(1コース10週間) 日常生活を見直し、より良い食習慣や運動習慣を身につけて肥満を解消するための教室です。

○薬ク/バランスメニュー教室 年間3コース ヘルシー1600キロカロリーのシリアル料理の話しと調理実習です

○トレーニング

種目	曜日・時間	内 容
個人トレーニング	毎 日 9:00~16:30	各自の体力にあった基礎体力づくり
ライトエアロビクスコース	月 曜 日 13:30~15:00	音楽にのってウォーキングを中心にヘルスアップ
ヨガ体操コース	火 曜 日 13:30~15:00	ヨガのポーズと呼吸法、瞑想で健康回復
エアロビクスダンスコース	木 曜 日 10:00~12:00	音楽にのってジョギングを中心に体力アップ
くつろぎ体操コース	木 曜 日 13:30~15:00	座ったままでできるやさしい体操
シェイプアップ体操コース	金 曜 日 13:30~15:00	ボール、棒など道具を使って体力づくり

健康増進指導コース

○利用料金…初回のみ3,000円。ただし基本健康診査結果持参者は1,000円。(受診後3カ月以内)

2回目以降1,000円

○利用方法…予約制(電話または直接来所にてお申し込みください)

○実施日…毎週 月・火・金・土曜日

○内容およびコースの流れ

項目	内 容
(1) 受付	午前8:40
(2) 採血	採尿
(3) 血圧	測定
(4) 身体計測	
(5) 問診	
(6) 肺機能心電図	
(7) 診察	
(8) 体力測定	
(9) 運動生活休業	

利用しています



健康増進センターを利用して健康づくりをしているお二人。指導コースの体力測定で自転車エルゴメーターに挑戦です

健康増進指導コース

健康度をチェックするため、まずこのコースを受けていただきます。左図のような各種の検査や体力測定の数値をもとに、その人に合った家庭や地域の施設で実践できる健康づくりのプログラムを提案します。

親子家庭へ

児童養護費を助成します

○所得制限があります

○助成回数…一月当たり五日以内

○助成額…一日五千二百円(二時間六百五十円以内)

○必要書類…費用の支払明細書、領収書、所得証明書、その他の必要書類

○詳細…児童課課長係

放送大学学生募集

平成3年度第1学期(4月)

▶募集人員…全科履修生=7,000人、科目履修生=10,000人

▶出願受け付け…2月15日(金)まで

▶詳細…放送大学 ☎0472-76-5111番

償却資産(固定資産税)申告は1月31日までに

▶申告していただく人…平成3年1月1日現在、市内に事業用の償却資産(市内の他の事業所等に貸し付けているものを含む)を所有している個人・法人で、業種は問いません。

▶内容…土地・家屋以外の固定資産で、事業用に使われている次のようなもの①構築物(構内舗装・広告設備・塀など)②機械および装置(原動機・工作・土木・物品加工などの各種機械装置)

③船舶(ボート・釣り船など)④車両および運搬具(動力運搬車・大型特殊自動車など)⑤工具・器具および備品(机・ロッカー・ショーケース・応接セット・パソコン・ワープロなど)

▶申告期限等…法定申告期限は1月31日(木)ですが、事務処理上1月21日(月)までに、市役所資産課へ申告されるようご協力ください。

※正当な理由がなく申告しなかったり虚偽の申告をした場合は、過料などを科されたり、不利益な扱いを受けることがありますので、ご注意ください。

▶詳細…資産課償却資産係

心配ごと相談

期日	会 場	時 間
1/25 (金)	市役所相談コーナー	午前10時~午後3時

▶詳細…社会福祉協議会 ☎68-0503番

市営住宅空き家入居者(待機者)を再募集中

市営住宅に若干の空き家が生じますので、入居者(待機者)を再募集しています。

▶募集戸数…第1種住宅4戸(横須賀、小金原2号棟、小金原併存、幸田、八ヶ崎のうち)

▶受け付け…12月26日(水)までに、直接住宅課へ(申込用紙は12月26日まで住宅課・各支所で配布しています)

※配布・受け付けとも平日の午前9時~午後5時(ただし、12月22日(土)・23日(日)・24日(休)は配布・受け付けをしません)

▶詳細…住宅課公営住宅係

国民健康保険料収納員(補欠者)募集

▶期日…12月25日(火)まで

▶対象…50歳までの心身ともに健康で、取組業務に専念できる女性

▶定員…若干名

※小金原地区・松戸地区の欠員募集と他の地区の補欠者(欠員が生じたとき採用)の募集です。

▶詳細…国民健康保険課保険料収納係

市立病院パート職員募集

▶業務内容…①医療機材運搬業務②医療秘書業務(事務職)

▶勤務時間…午前8時30分~午後5時(相談に応じます)

▶対象…①60歳以上の男性(年金受給者可)②40歳くらいまでの女性

▶採用方法…面接(随時)

▶詳細…市立病院庶務課人事係 ☎63-2171内線2413番

市立保育所臨時保育募集

▶職種…勤務時間…代替保育(有資格者)=午前8時30分~午後5時(土曜日は午後0時30分まで)、延長保育保育=午前8時~9時と午後4時~6時(土曜日は正午~午後3時)

※勤務時間は多少変更があります。

▶詳細…保育所課保育指導係

巡回年金相談

期日	1月	2月	3月
常盤平	8日(水)	5日(水)	5日(水)
小金原	11日(金)	8日(金)	8日(金)
小倉	16日(水)	12日(水)	12日(水)
馬橋	18日(金)	15日(金)	15日(金)
六実	22日(水)	19日(水)	19日(水)
新松戸	25日(金)	22日(金)	22日(金)
東切	29日(水)	26日(水)	26日(水)
矢野	2/1日(金)	3/1日(金)	29日(金)

※上記以外の日には国民年金課へ

▶時間…午前10時~午後3時

▶費用…無料

▶詳細…国民年金課適用係

中小企業労務相談窓口を移転します

今まで労働会館で行われていた中小企業労務相談窓口が、1月から、名称を「労働相談」に改め市役所本館1階の相談コーナーに移転します。

▶相談日時…毎月第1・第3月曜日、午後1時~5時

▶相談内容…労働者の採用・解雇、賃金、就業規則など

▶相談者…松戸社会保険労務士会

▶詳細…商工課労政係

平成3年松戸市成人式

▶期日…1月15日(成人の日)

▶会場…市民会館

▶対象…昭和45年4月2日~46年4月1日生まれて、市内に住居のある人

※対象者には、通知を発送済みです。

▶内容…式典と記念講演

※車での来場はできません。会場周辺は交通規制を行います。

▶詳細…社会教育課青少年婦人係



食品中の放射能測定

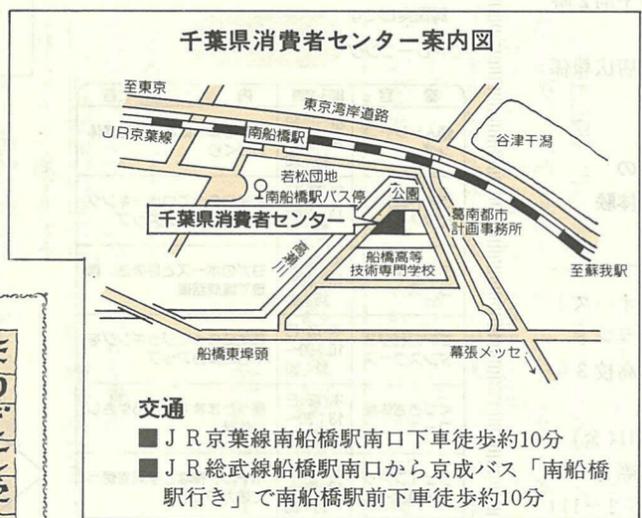
県消費者センターで開始しました



放射能の測定中です。写真右は放射能測定機一式

日常の食生活で気になるのは食品の安全性ですが、食品添加物や農薬などの問題に加え、ソ連チェルノブイリの原子力発電所事故以来、放射能汚染に対する関

心が高まっています。このため、今年七月にオープンした千葉県消費者センターでは、消費者相談の一環として、食品中の放射能測定の依頼を受け付けて



千葉県消費者センター案内図

交通
■JR京葉線南船橋駅南口下車徒歩約10分
■JR総武線船橋駅南口から京成バス「南船橋駅行き」で南船橋駅前下車徒歩約10分

輸入食品の放射能検査
国内で生産される食品は、製造から販売にいたるまで、保健所などが監視や指導を行っています。

「思いやり」をテーマに市内小・中学校から募集したところ、五千六百七十八点の応募がありました。

長賞：湯村良(相模台小)、佐藤迪子(新松戸西小)、村上正人(横須賀小)、赤土由果(菅田千晶(柿ノ木台小)、石野友規(小金南中)、矢野玲華(旭町中)▽教育長賞

花と緑

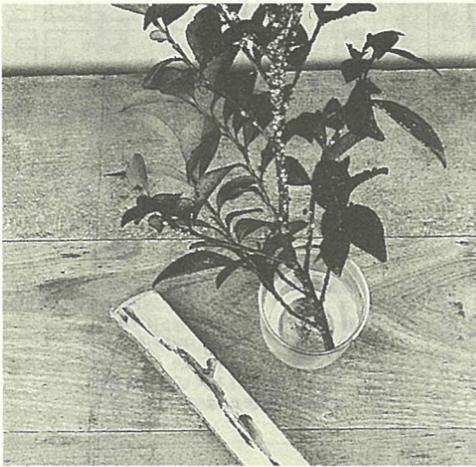
園芸の基礎

防除(1)害虫

病害虫の防除は、草花や庭木を順調に育てるための重要な作業です。

害虫の種類

食葉性害虫：アメリカシロヒトリ、サクラ・カキなど多種の樹木を食害し、成虫は五月中旬～九月中旬に現れますが、幼虫が群生して



カイガラムシが寄生した枝と、カミキリムシが穴をあけた木の幹

サキを食害するユウダラエシヤク、クチナシを食害するオオスカシバ、ツゲ類を食害するツゲノメイガなど

は、春と秋に多くなります。接触性または浸透性の殺虫剤で駆除します。カイガラムシは庭木に特に多く、幼虫のときは移動しますが、汁液を吸い分泌物を出し、カイガラ状になります。

殺虫剤の種類
接触作用型：薬剤が虫体にかかって効くもの。マラソン、スミチオン、サイアックス、エストックスなど

平野威馬雄(明治三十三年～昭和六十一年)は、戦後すぐに松江市に転入し、ながら松江市が誇る著名文化人として存在し続けました。

「思ひやり」をテーマに市内小・中学校から募集したところ、五千六百七十八点の応募がありました。

カイガラムシが寄生した枝と、カミキリムシが穴をあけた木の幹

その活動は多方面に及び、肩書も本職の詩人、フランス文学者のほか、作家、児童文学者、評論家、UFO研究者、混血児救済レミの会長、お化けを守る会長など多彩にわたっています。



数多い著作を生んだ書斎(青宋居)

まつど文学散歩(21)

快人・平野威馬雄(上)

「すぐやる町の 大まじめなはなし」

松戸という所は、市制がしかれても、なお、一寸の雨がふっても、水田のようになり、さか川の水はあふれ、家々は水びたしになったものだ。ソレが……である……このところ、数年前から、お、松本清前市長が作り全国的に有名になった「すぐやる町」を前段に、松戸に転入した経緯、松戸の昭和二十～三十年代の話、「お化けを守る会」の話などで構成されています。

「思ひやり」をテーマに市内小・中学校から募集したところ、五千六百七十八点の応募がありました。



市場の見学(北部市場で)

市政見学会 参加団体を募集

申し込みは二カ月前から

毎週水曜日に実施している市政見学会の申し込み方法が、来年四月実施分から変わります。希望する月の三カ月前からの申し込みとなりますので、四月分については、一月から申し込み受け付けを開始します。受け付け期間

- ▽コース：市役所(集合)
 - 健康増進センター
 - 公設地方卸売市場南部市場
 - 消防訓練センター(雨天の場合は消防局)
 - 小倉原市民センター(昼食)
 - クリーンセンター(資源リサイクルセンター)
 - 市役所(解散)
- ▽コース：市役所(集合)
 - 健康増進センター
 - 公設地方卸売市場南部市場
 - 消防訓練センター(雨天の場合は消防局)
 - 小倉原市民センター(昼食)
 - クリーンセンター(資源リサイクルセンター)
 - 市役所(解散)
- ▽詳細：広報課

ウーマン・カレッジ基礎講座 (松戸会場)

日 時	午前10時30分～正午	午後1時～2時30分
1/17 (木)	「先進国に学ぶ女性の就業と家庭」 亜細亜大学助教授 大沢真知子氏	「女性の心と体」 千葉市立病院 産婦人科副部長 大川 瑠子氏
24 (木)	「知っておきたい法律」 弁護士 笠原 郁子氏	「女性の労働事情」 人材開発研究会代表 萩原 勝氏
31 (木)	「年金の話」 上智大学助教授 山崎 泰彦氏	「女性と高齢化社会」 淑徳大学教授 川上 昌子氏
2/7 (木)	「ボランティアの活動現状」 福祉教育研究会主宰 木原 孝久氏	「積極的に生きるために」 グループダイミックス研究所長 柳平 彬氏
14 (木)	「性の商品化と婦人保護」 淑徳短期大学教授 林 千代氏	「お茶の間からの出発」 日本経済新聞社編集委員 藤原 房子氏

※千葉会場で実施したものと同一内容です。5日間で1つのシリーズです。

▽会場…市民劇場
▽費用…無料
▽定員…先着330人
▽申込み…1月7日(月)までに、申込書と62円切手を張った返信用封筒を同封して、〒260-91千葉市市場町1-1千葉県社会部青少年婦人課婦人政策室(☎0472-23-2061番)へ

深夜急行バス(有楽町駅～五香駅)が馬橋・新松戸経由に

京成電鉄の深夜急行バス「有楽町駅～五香駅線」の路線が、一部変わりました。

上野駅でも乗車できるようになったうえ、松戸駅から北松戸駅、馬橋～新松戸周辺を経由し常盤平駅・五香駅に入るようになり、新松戸方面の人にも便利になりました。

▽運行日…土・日・祝日・お盆(8月13日～16日)・年末年始(12月30日～1月4日)を除く毎日

運行経路	運行時刻
有楽町駅	1:00
上野駅	1:20
金町駅	1:47
松戸駅	1:57
北松戸駅入口	2:03
市民センター(馬橋)	2:06
コーカリア前	2:09
支所前(新松戸)	2:12
新松戸駅	2:15
常盤平駅	2:31
五香駅	2:39

※有楽町駅～新松戸駅・五香駅の運賃は2,100円です。

▽詳細…交通計画課

松戸駅市民ギャラリー 利用受付と説明会

▷日時…1月17日(木)午後6時30分から
▷会場…市役所別館地下1階研修室

▷持ち物…筆記用具・印鑑
※3月30日～6月29日の展示について利用の受け付けをします。空きがある場合には、1月21日(月)から社会教育課で電話受け付けをします。

▷詳細…社会教育課成人教育係

工業統計調査にご協力を

通商産業省では毎年12月31日現在で全国一斉に、工業統計調査と石油等消費構造統計調査を行っています。この調査は、わが国の製造業のすがたや製造業活動の状況を明らかにすることを目的としており、製造・加工業を営むすべての事業所を対象に実施しています。

12月下旬に、知事が任命した調査員が各事業所にお伺いしますので、ご協力をお願いします。調査票はこの調査目的以外には一切使用しません。正しい記入をお願いします。

▷詳細…総務部庶務課統計係



松戸市歩こう会 松戸七福神めぐり

▷日時…1月13日(日)午前10時
松戸駅市民ギャラリー前集合、小雨決行(中止の場合は20日(日)に延期)

▷コース…松戸駅一金ヶ作・祖光院一八ヶ崎・金谷寺一幸谷・福昌寺一大谷口・常真寺一中金杉・広徳寺一殿平賀・慶林寺(午後3時ごろ現地解散・約10km)

▷費用…保険料1人300円(1家族4人までは500円)
▷持ち物…弁当、水筒、雨具
▷定員…先着150人
▷申込み…ハガキに住所・氏名・性別・年齢・電話番号を記入して、〒271松戸市上矢切299-1矢切公民館内松戸市歩こう会実行委員会(☎69-5567番)へ

矢切公民館成人講座 第三期生募集

科目	期日	時間	講師	内 容	教材費
英 会 話	1/8～3/26 の毎週火曜日	午前10時 ～正午	C. J. デイブワイド氏	日常会話・感覚表現・量的表現・フリートーキング	1,000円
古典を読む	1/16～3/28 の毎週水・木曜日		長江 信之氏	百人一首一話	1,200円
ワープロ教室	①1/18(金)・29(木)・30(木) ②2/12～26 の毎週火曜日		中古 隆雄氏	初心者向けキーボード操作	なし
華道教室	1/19～3/2 の毎週土曜日		町山 一幸氏	基本の器(丸水盤・角水盤)・その他の器	6,000円
ペン習字	1/12～3/23 の毎週土曜日	午後6時30分 ～7時30分	野本 翠苑氏	楷書・行書・ひらがな・漢字・手紙文	1,000円
R 八	1/11～3/29 の毎週金曜日		秋田 紅山氏	譜の読み方から簡単な唱歌の吹けるまで	3,000円

▷対象…市内在住・在勤の16歳以上の人
▷申込み…直接窓口またはハガキに希望科目・住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、

〒271 松戸市上矢切299-1矢切公民館(☎68-1241内線44番)へ
※電話による申し込みはできません。

ハイ 600番

舞台の上で火の用心

カボチャ劇団が慰問公演



11月18日、「火防知也(カボチャ)劇団」(栄町4丁目町会有志・山本健太郎座長以下17人)が、特別養護老人ホーム「南花園」で防火・防災意識の高揚を兼ねた慰問公演を行いました。この公演は、東部消防署が秋季火災予防運動行事の一環として、劇団にお願いしているもので、昨年に引き続き2回目。劇団員の熱演に、お年寄りや家族からたくさん拍手がわき上がっていました。

あなたの健康

成人病と カルシウム

日本人の食生活は年々改善されてきていますが、カルシウム摂取量はまだまだ不足しています。

小魚のきらいな今の子供たちや、牛乳・乳製品を多くとらない日本人は、慢性的なカルシウム不足と言ってよいでしょう。そのため年をとってから骨の中のカルシウムが不足して、骨が折れやすくなる骨粗しょう症が増えていきます。またカルシウムの不足は骨や歯を弱めるだけでなく、成人病や老人病の原因にもなることが次第に分かってきました。

食べ物として口から入ったカルシウムは、すべて吸収されるのではなく、必要量だけが腸から吸収されると、余分なものは便になって排泄されます。

吸収されたカルシウムは骨にたまり、血管の中には必要以上入らないように、コントロールされています。

そして私たちの体の中では、毎日新しい骨が造られたり、溶かし出されたりという新陳代謝が繰り返されていますが、カルシウムの大部分は骨の中にあり、残りわずかの量が血液中に含まれています。

慢性的なカルシウム不足ではコントロールが狂い、血液の中のカルシウム不足を補うため、今度は骨の中のカルシウムが溶けだし、その結果、血液中のカルシウムが増えすぎ

て、本来入ってはいけない細胞の中まで、あふれたカルシウムが入り込んでしまいます。このように、口から入るカルシウムが不足すると、かえって体の中はカルシウムがあふれるという、一見矛盾するような現象が起こることになります。

血管内の細胞にカルシウムが一定の濃度を越えてとどまり込むと、血管壁の筋肉は収縮し、血圧を上げたり、さらに心筋の細胞の中に極端にカルシウムが増える

と、心筋細胞が突然壊れてしまうことがあります。

また動脈硬化が進むと血管内にカルシウムがたまり、硬化が促進されます。

このようにカルシウムも不足するよう

な状況に置かれると悪玉になるのです。その結果高血圧、動脈硬化、心筋梗塞といった病気の引き金にもなるわけです。

これを防ぐには、予防が第一で、カルシウムをたっぷり含んだ食品、すなわち牛乳や乳製品、骨ごと食べられる小魚や海藻類、豆や緑の葉物野菜、さらにカルシウムの吸収を良くするビタミンDを多く含む食品をとり、運動することも大切です。

こうすることが成人病の予防にもつながるわけです。

(松戸市医師会)

太極拳教室

▷日時…1月11日～3月15日の毎週金曜日(全10回)、午後1時～3時
▷会場…小金原体育館小体育室
▷定員…先着40人
▷費用…無料
▷申込み…電話で12月21日(金)からスポーツ課(☎63-9241番)へ

バドミントン

混合ダブルス大会

▷日時…1月27日(日)午前9時～午後5時
▷会場…運動公園体育館
▷対象…市内在住・在勤・在学の人
▷種目…1部・2部・3部
▷費用…協会登録者1人1,200円、未登録者1人1,500円(シャトルは協会で用意します)
▷申込み…1月18日(金)必着で、ハガキにクラブ名を記入して、〒271 松戸市中和倉304-8バドミントン協会・長谷川俊夫(☎41-7925番)へ

小金新春親子マラソン

▷日時…1月2日(水)午前10時スタート〔雨天の場合は3日(木)に順延〕
▷会場…小金北小学校
▷対象…市内在住の人
▷種目…5km=一般男子・中学男子・高校男女、3km=一般女子・中学女子・小学男女
▷費用…無料(参加者におしるこを用意してあります)
▷申込み…当日会場で、午前9時～9時30分の間に
▷詳細…体育指導委員・藤咲☎44-9248番

新春マラソン大会

▷日時…1月20日(日)午前8時30分までに江戸川河川敷グラウンド(松戸・三郷有料橋下)集合、9時30分スタート(小雨決行)
▷種目…小学校低学年・高学年の部、中学生、一般、親子
▷費用…無料
▷申込み…1月15日(祝)までに、電話で青少年相談員松戸支部・佐藤☎62-9569番(午後3時以降)へ

冬休み短期スケート教室

▷日時…12月25日(火)～28日(金)、午前8時受け付け、8時30分～9時30分(その後1時間の自由滑走)
※北小金駅から無料送迎バスあり(午前8時発)
▷会場…新松戸スターランド
▷対象…市内在住・在勤の小学生以上の人
▷種目…フィギュアスケート
▷費用…4,000円(指導料・貸靴

保健セミナー講演会

「貴女はダイヤモンド!」

—30歳からの心とからだ—
▷日時…1月19日(土)午前10時～正午(9時30分から受け付け)
▷会場…常盤平市民センター
▷講師…賛育会病院産婦人科医 長・佐々木静子氏
▷費用…無料
▷定員…先着150人
▷詳細…健康管理課常盤平方面保健室☎84-1333番

文化ホール科学教室

彦一だこを作ろう

▷日時…12月26日(水)午後1時～4時
▷会場…文化ホール
▷定員…30人(小学4年生以上)
▷持ち物…小刀・はさみ・のり・物差し・鉛筆・マジック・毛糸針
▷申込み…電話で文化ホール☎67-7810番へ

市民講座

「妻が危ない主婦の精神衛生」

▷日時…1月22日(火)午前10時～正午
▷会場…勤労会館3階ホール
▷講師…聖徳大学短期大学部教授・池田由子氏
▷定員…先着80人
▷費用…無料
▷申込み…電話で市立図書館☎65-5115番へ

野鳥観察会(千駄堀)

▷日時…1月20日(日)午前8時30分常盤平駅北口集合、正午現地解散予定
▷場所…千駄堀
▷内容…冬鳥全般
▷費用…無料(交通費自己負担)
▷持ち物…筆記具・観察用具・昼食など
▷申込み…電話で公園緑地課小鳥を呼ぶ係へ

モーツァルト「ハ短調ミサ」合唱団員募集

▷公演…5月4日(休)
▷練習…毎週木曜日、午後6時30分～9時、市民会館音楽室で、指揮者=ニューフィル千葉・江上孝則氏、オーケストラ=新日フィルを主体に編成
▷費用…月2,000円
▷詳細…モーツァルトのミサを歌う会・朝倉☎43-0573番

合唱構成「ぞうれっしゃ」

▷日時…1月27日(日)午前10時から
▷会場…市民会館ホール
▷費用…当日=500円、練習参加=大人1,000円、子供500円
▷練習…1月13日(高木小)、20日(常一小)、26日・27日(市民会館)
▷詳細…東葛合唱団はるかぜ・斉藤☎87-5103番(高木小学校内)



カルガモ

黒っぽい身体、白いまゆ、黒いくちばしの先が黄色
全長 63cm
翼開長 90cm
見られる所…江戸川や水田

夏の間もこの辺りで見られる唯一のカモだが、大手町の池で毎年ひなをかえしてすっかり有名になってしまった。市内の田園地帯でも毎夏少数が繁殖しているが、冬の方が北海道や東北で育ったものも加わって数が多くなる。たいていのカモは、冬から春にかけて雄の方が美しい羽色になるが、カルガモは一年中雌雄同色の地味な姿である。



音楽の広場(合唱講座)

▷日時…12月25日(火)午後1時30分～3時30分
▷会場…市民会館音楽室
▷費用…テキスト代2,700円
▷詳細…社会教育課市民文化係

源氏物語を読む会

▷日時…12月21日から毎月第1・第3金曜日(1月は第2金曜日)、午前10時～正午
▷会場…婦人会館ホール
▷講師…森安理文氏
▷費用…月1,500円
▷詳細…松戸源氏の会・安蒜☎42-0302番

喜楽家バザー

▷日時…1月27日(日)正午～午後2時
▷場所…喜楽家(馬橋2,986)
※バザーへの物品提供、準備や当日の手伝いのご協力をお願いします。
▷詳細…喜楽家(月曜・祝日を除く、午前9時～午後5時)☎44-9951番

DPT(ジフテリア・百日せき・破傷風混合)ワクチン個別接種

DPT(ジフテリア・百日せき・破傷風混合)ワクチンは、今年4月から個別接種となっています。これにより麻しん・MMR・おたふくかぜワクチンの接種と同じように市内の委託医療機関で受けられますので、委託医療機関の医師と相談のうえ受けてください。

▷対象…第1期=生後3カ月以上48カ月(4歳)未満の人は、3回接種となります。

※生後48カ月以上72カ月(6歳)未満の人、および百日せきにかかったことのある人はDT(ジフテリア・破傷風混合)を接種します。第2期=第1期が終了後、12カ月から18カ月の間に1回接種します。

▷申し込みをする人…6歳未満で、1期(3回)、2期(1回)を接種していない人のうち問診票を持っていない人

▷申し込まなくてもよい人…第1期=平成2年6月1日～9月30日生まれの人。第2期=昭和62年4月1日～7月31日生まれの人

※上記生年月日の人で11月末日までに住民登録している人は、1月上旬に通知しますので、申し込む必要はありません。上記生年月日以降に生まれた人には順次通知します。以前の間診票を持っている人は、委託医療機関で新しいものと交換して受けてください。

申し込み要領

Form for DPT application with fields for name, address, and date of birth.

▷詳細…保健衛生課予防衛生係



- 市役所(66)1111 ●常盤平支所(87)2131
●小金支所(41)5101 ●小金原支所(44)4151
●六実支所(85)0113 ●馬橋支所(45)2131
●新松戸支所(43)5111 ●矢切支所(62)3181
●東部支所(92)3061

乳がん検診

Table with columns for location (会場) and date (期日) for breast cancer screening.

▷受付時間…午後2時～2時30分

▷対象…市内在住の30歳以上の女性(今年度、市内受託医療機関で受診した人は受けられません)
▷費用…100円(生活保護世帯・市民税非課税世帯・老人医療対象者は費用を免除)
▷申込み…当日会場で
▷詳細…健康管理課業務係

愛の献血

Table with columns for date (期日), location (場所), time (時間), and organizer (主催) for blood donation.

▷詳細…健康管理課業務係

ツベルクリン反応・BCG予防接種

▷対象…BCG接種当日4歳未満の人で、BCGを一度も受けていない人
※平成2年4月1日～9月30日生まれの人で、11月末日までに住民登録している人は、1月上旬に通知しますので、申し込む必要はありません。
※以前のツベルクリン、BCGの間診票を持っている人は、それを利用して受けてください。平成2年10月1日～3年3月31日生まれの人は、8月上旬に通知します。

Table with columns for location (会場名), TB reaction test (ツベルクリン反応検査), BCG vaccination (BCG接種), and time (時間) for TB and BCG vaccination.

▷詳細…保健衛生課予防衛生係

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
◆緊急休日在宅直医・午前9時～午後5時 テレホンサービス ☎66-0010番
◆休日土曜日夜間歯科診療所・午後8時～11時 衛生会館内 ☎65-3430番

Form for TB reaction test and BCG vaccination with fields for name, address, and date of birth.

▷詳細…保健衛生課予防衛生係