



## 妊婦と生後6カ月～小学2年生の インフルエンザ予防接種の費用を 一部助成します

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行に備えて、日本感染症学会から接種が強く推奨されている妊婦と生後6カ月から小学2年生までの子どものインフルエンザの予防接種費用を一部助成します。

**助成の申請の流れ**  
(医療機関で支払い後、申請が必要です)

インフルエンザワクチンを  
接種・支払い

申請書類の提出

費用の振り込み

**接種期間**10月26日～2021(令和3)年1月15日

※10月1日以降に接種した場合も助成の対象ですが、厚生労働省からの接種時期の協力要請により、10月26日以降の接種にご協力ください。

**対象**接種当日に松戸市に住居登録のある①妊婦②生後6カ月～小学2年生

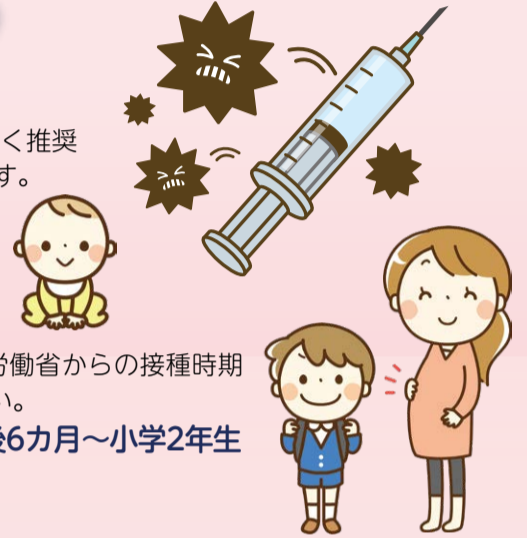
**助成回数**①1回②2回

**申請期間**10月26日～2021(令和3)年2月15日

**申請に必要な書類**●インフルエンザ予防接種費用助成金支給申請書(市ホームページからダウンロード可) ●領収書の原本 ●接種内容が分かる書類(母子健康手帳の予防接種記録欄の写しなど) ●振込先の通帳などの写し ●母子健康手帳表紙の写し(妊婦のみ)

**提出先**郵送または直接、必要書類を〒271-0072松戸市竹ヶ花74の3中央保健福祉センター健康推進課予防衛生班(☎366-7484)へ ※なるべく郵送での申請にご協力ください。

**助成額**1回上限2,000円 申請書に記入された口座に振り込まれます



市ホームページ

### 65歳以上の人は **早めに** インフルエンザ予防接種を受けましょう

☎健康推進課☎366-7484

インフルエンザワクチンは発症予防、重症化予防に一定の効果があります。体調の良いときに早めに接種しましょう。

**接種期間**2021(令和3)年1月15日(金)まで ※松戸市以外の医療機関で接種する場合は、お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。 **接種回数**1回

**対象**接種当日に次のいずれかの条件に該当する人

- 市内在住の65歳以上
- 心臓・じん臓・呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害により1級の身体障害者手帳を持っている60歳以上65歳未満

**持ち物**健康保険証 **費用**1,000円(生活保護受給世帯の人は無料。生活保護受給者証の提示が必要)

※個人への通知はしていませんので、直接医療機関に予約してください。



市ホームページ

### 新型コロナウイルス感染症と インフルエンザの同時流行に 警戒してください

☎健康福祉政策課☎704-0055

基本的な感染予防策は同じです。感染対策を行いましょう。

- 共用物に触った後は、手洗い(手指消毒)をする
- 会話をするとき、カラオケなどで歌うときなどは、マスクを着用する
- 適度な換気をする
- 社会的距離(ソーシャルディスタンス)の確保

感染者やその家族などへの差別・偏見やいじめ、障害や病気などでマスクを着用できない人への心無い批判が社会的に問題となっています。正しい情報に基づく配慮ある行動をお願いします。

### 3歳児～18歳の子どもに5,000円分の図書カードを配付します



**発送日**10月22日(休)以降順次(簡易書留で発送) ※郵送期間約10日前後を予定。

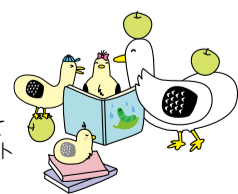
**対象**2020(令和2)年9月3日時点で松戸市に住居登録があり、2002(平成14)年4月2日～2017(平成29)年4月1日の間に生まれた子ども

**金額**1人当たり5,000円分

**市内利用可能店舗**市ホームページをご覧ください。

☎子ども政策課☎704-4007

松戸市子育て  
応援マスコット  
「まつどり」



市ホームページ

## 新拠点ゾーン整備基本計画(案)の パブリックコメント (意見募集) 手続きを実施します

**案の公表日と公表方法**市ホームページへの掲載、行政資料センター・各支所・図書館(本館・各分館)・まつど市民活動サポートセンター・新拠点整備課での閲覧

**意見の提出方法**11月13日(金)〔必着〕までに、書面に住所・氏名・表題「新拠点ゾーン整備基本計画(案)について」を記入して、持参・郵送・FAX・Eメール・ちば電子申請サービスのいずれかで〒271-0072松戸市竹ヶ花136の2竹ヶ花別館4階 新拠点整備課 704-4050、[mcshinkyoten@city.matsudo.chiba.jp](mailto:mcshinkyoten@city.matsudo.chiba.jp) (☎366-7086)へ

※持参は各支所も可。  
※意見に対する個別回答は行いません。



ちば電子申請サービス

## 市立松戸高等学校新入生募集

〒270-8588 松戸市 園同校 ☎385-3201、学務課 ☎366-7457

**募集定員**普通科280人、国際人文科40人

**志願資格**千葉県のある第2学区またはその隣接学区(国際人文科は千葉県全域)に保護者と共に居住し、中学校もしくはこれに準ずる学校を卒業または2021(令和3)年3月卒業見込みの人

**一般入学者選抜の内容**学力検査、調査書、自己表現(普通科)、面接(国際人文科)など

**入学願書等受け付け**2021(令和3)年2月9日(火)・10日(水)各9時~16時30分、2月12日(金)9時~12時に同校で

**学力検査日**2021(令和3)年2月24日(水)(国語・数学・英語)・25日(木)(理科・社会・自己表現(普通科)・面接(国際人文科))

**結果発表**2021(令和3)年3月5日(金)9時から同校で

※海外帰国生徒・外国人・中国等帰国生徒の特別入学者選抜などについては、お問い合わせください。



## 分譲マンションへの 宅配ボックス購入設置費用を 補助します 要申込

「新しい生活様式」の支援のため、宅配事業者との接触を減らすことができる宅配ボックスの設置費用を一部補助します。

**補助額**購入設置費用の半額(最大50万円)

**対象**市内分譲マンション敷地内に区分所有者共有の宅配ボックスを新たに購入設置する分譲マンション管理組合

**申請期限**2021(令和3)年2月28日(日)〔消印有効〕

申請書の提出前までに、郵送で必要書類を〒271-8588松戸市役所 住宅政策課(☎366-7366)へ

※必要書類の詳細は市ホームページまたは電話でご確認ください。

※2021(令和3)年2月28日(日)までに実績報告と請求手続きを行う必要があります。



市ホームページ

## 国の持続化給付金の対象にならない中小企業等を支援します 中小企業等経営支援金 要申込

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、売上が前年と比較して20%以上減少しているにもかかわらず、国の持続化給付金の対象にならない中小企業などに対し、支援金を交付します。

**対象**下記の全てを満たす、市内で事業を営む中小企業・個人事業者・医療法人・NPO法人・社会福祉法人など

●主たる事業所が松戸市内 ●市内で2020(令和2)年3月31日以前から事業を営んでいて、今後も事業を継続する意思がある ●事業収入を得ている ●2020(令和2)年1月から申請日の属する月の前月までの間で、売り上げが前年と比較して20%以上落ち込んでいる月があり、国の持続化給付金の対象となっていない

※前年と比較して売り上げが50%以上減少している月がある場合は対象外。

**給付額**

雇用保険に加入している従業員数	金額
0~5人	10万円
6~10人	20万円
11~20人	30万円
21~50人	40万円
51人以上	50万円

申請書は2021(令和3)年1月29日(金)までに、市ホームページからダウンロードできる申請様式に必要事項を記入し、郵送で〒271-8588松戸市役所商工振興課(☎711-6377)へ

## 災害に便乗した消費者トラブルに注意!

地震・台風・豪雨などの災害が起こると、災害に便乗した消費者トラブルが増える傾向にあります。注意しましょう。



市公式ホームページの妖精「まつまつ」

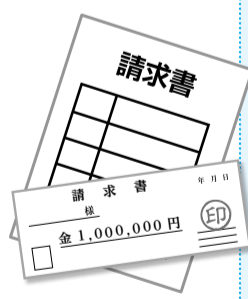
### 事例1

台風で実家の屋根が破損した。修理業者から「保険金を使い無料で修理できる」と工事を勧められおりましたが、保険の対象外となり工事代金全額を自己負担した。



### 事例2

大雨の影響で、自宅に雨漏りが発生した。急いでインターネット広告に掲載されていた事業者に見積もりを依頼したところ、高額な代金を提示され、併せて調査費用も請求された。



### 事例3

市役所の職員と名乗る人物が自宅に訪し、義援金を求められた。



## トラブルにあわないために

## 消費生活センターからのアドバイス

- 「火災保険が使えるので負担はない」「経年劣化の破損箇所も保険金で直してしましましょう」などの勧誘があっても、すぐに事業者と契約をしないようにしましょう
- 災害により被害を受けたら、慌てずに複数の事業者から見積もりを取り検討しましょう。検討する時間を与えずに契約を迫る事業者には注意しましょう
- 公的機関などが義援金を戸別訪問などで募ることはありません
- 不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があったら断りましょう。金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう

### 相談窓口



不安を感じたら早めに消費生活センターに相談を

消費生活センター ☎365-6565 (相談専用)、消費者ホットライン ☎188 (近隣の消費生活相談窓口につなぎます)

# 掲示板

市などからのお知らせをお伝えするコーナーです。**協働**は協働事業です。  
 日…日時、日程 会…会場 内…内容 講…講師 対…対象 定…定員 持…持ち物  
 費…費用(記載がないものは無料) 申…申し込み先 問…問い合わせ先

## お知らせ

**今年度のふれあいフェスティバルは新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止します**

障害福祉課 ☎366-7348、☎366-7613

**2021(R3)/1/5(火)~31日の間、青少年会館体育室は体育室照明LED化改修工事のため利用できません**

青少年会館 ☎344-8556

**日本年金機構から年金生活者支援給付金支給対象者に通知を送付しました**

公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の年金生活者に対し、年金に上乗せして給付金を支給します。日本年金機構から送付された緑色の封筒に同封のはがきに必要事項を記入して返送 ※なるべく10/30(金)までに返送してください ※現在同給付金を受給中の人は送付されません。日本年金機構ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

**新型コロナウイルスの影響により受給者証(指定難病・肝炎)の有効期間が1年間延長になった人に新しい受給者証を送付します**

発送予定日12月末まで(自己負担限度額管理手帳を同封) 障害福祉センター(松戸保健所) 地域保健課 ☎361-2138

**令和2年度被災住宅修繕緊急支援事業補助金の申請受付は終了しました**

障害福祉センター ☎366-7368

**国民健康保険料の納付済確認書は個別に発行できます**

年末調整や確定申告の社会保険料控除額を確認できる納付済確認書は毎年1月20日前後に一斉発送していますが、早めに必要な場合は個別に郵送または国民健康保険課・各支所窓口で交付できます。国民健康保険課専用コールセンター ☎712-0141

**9月は防災行政無線で5件の行方不明高齢者の探索を行い、全て発見されました**

ご協力ありがとうございました。なお、情報提供は最寄りの交番または警察署へお願いします。高齢者支援課地域包括ケア推進担当室 ☎366-7343

**測量などの費用を助成します**

狭あい道路の拡幅用地や、すみ切用地の寄附の際、測量登記費用の一部(上限35万円)を助成します。市道またはその他の公共団体の所有する道路のうち建築基準法第42条第2項に指定されている道路交付条件次の全てを満たすこと ●敷地の境界が全て確定している ●後退用地の分筆および抵当権などの抹消が可能 ●後退用地には塀、擁壁、樹木などがない。建設総務課道路台帳班 ☎366-7357

**保健師(会計年度任用職員)募集**

勤務日時平日週1~4日各8時30分~17時 ※応相談勤務先中央・小金・常盤平各保健福祉センター業務内容 育児・健康相談、地区保健活動、幼児健診など。市内医療機関に勤務していない保健師有資格者募集人数4~5人程度時給1,545円 ☎電話で子ども家庭相談課母子保健担当室 ☎366-5180へ

**10/26(月)~30(金)に建設リサイクル法に関する全国一斉パトロールを実施します**

一定規模以上の工事を実施する場合、発注者による事前届出や、元請業者から発注者への事後報告、現場での標識の掲示などが義務付けられています。分別・解体や再資源化などが適正に行われているか、全国一斉パトロールを実施します。障害福祉センター ☎366-7368

## 講座・講演・催し

**オンライン労働セミナー「法改正にともなう労務トラブル対策~パワーハラ防止法・賃金トラブル・副業について~」**

10/27(火)14時~16時 Zoomでパワーハラスメント、賃金トラブル、副業・兼業にともなう労災制度などを解説。社会保険労務士・大石博樹氏。市内の企業経営者、人事・労務担当者など。先着30人 ☎電話またはEメールに氏名(ふりがな)・住所・電話番号・会社名・所属名・メールアドレスを記入して商工振興課労政担当 ☎711-6377、mcsyoukou@city.matsudo.chiba.jpへ

**氷河期世代対象働き方セミナー~未来をイメージしよう~**

10/30(金)13時~15時 ※希望者のみ15時~15時30分に個別相談会(要予約) 勤労会館 ☎求職中の30歳~49歳 先着12人 ☎申し込みフォームまたは電話でまつど地域若者サポートステーション ☎703-8301へ



申し込みフォーム

**家族で考える公的年金と働き方セミナー**

10/31(土)13時~15時 ※希望者のみ15時~15時30分に個別相談会(要予約) まつど地域若者サポートステーション(松戸商工会議所別館2階) 公的年金制度の仕組みや保障内容など。社会保険労務士。これから働こうと考えている16歳~49歳またはその家族。先着3組 ☎電話で同ステーション ☎703-8301へ

**福祉施設へ寄贈するマスクケースづくりボランティア活動参加者募集**

11/2(月) 11/6(金)各13時~13時45分、14時~14時45分 11/26(木) 10時~10時45分、11時~11時45分 ①馬橋東 ②常盤平各市民センター ③ゆうまつど ☎当日体験後、自宅でマスクケースを作成し1週間後に回収 ☎各先着20人 ☎はさみ、定規 ☎開催日の3日前までに、電話で(社福)松戸市社会福祉協議会 ☎362-5963へ

**家事・介護援助の担い手大募集! ふれあいサービス基礎研修&元気応援サービス実務者研修(全3回)**

11/10(火)・12(木)・17(火)各9時~16時30分 (社福)松戸市社会福祉協議会 ☎市内在住・在勤の20歳以上 ☎先着5人 ☎1,000円 ☎電話で同協議会ふれあいサービス ☎368-2941へ

**ハーブ講習会「ハーブのある楽しい暮らし」**

11/11(水)13時30分~15時 [雨天決行] ☎金ヶ作育苗圃 ☎ハーブ研究者・桐原春子氏 ☎先着15人 ☎電話で(公財)松戸みどりと花の基金 ☎710-2851(平日のみ)へ

**オンライン女性活躍推進講座「自分らしい起業を学ぶ☆起業カレッジ」(全3回)**

11/10(火)・17(水)・24(火)各10時~12時30分 Zoomによる講座で、自分を見つめ直し自分らしく起業できる方法を「聞く」「考える」「計画を立てる」から学ぶ。NPO MamaCan理事長・山田美和氏。起業に関心があるまたは起業したばかりの女性。先着20人 ☎10/30(金)までに、ちば電子申請サービスまたはEメールに住所・氏名・電話番号・メールアドレス・目指している起業の内容(検討中でも可)・この講座で学びたいことを記入して、男女共同参画課 ☎mcsankaku@city.matsudo.chiba.jp ☎364-8783)へ



ちば電子申請サービス

**成年後見制度勉強会**

11/11(水)14時~15時 馬橋市民センター ☎馬橋西地区在住の65歳以上 ☎先着15人 ☎電話で馬橋西高齢者いきいき安心センター ☎711-9430へ

**犯罪ゼロを目指しひったくり防止自転車かごカバーや自転車盗・空き巣対策グッズを配布します**

カバーを取り付ける自転車でお越しください(その場で取り付け、1人1個)。移動交番車で警察への手続きや相談などでもできる他、電話de詐欺撃退機器などを展示します。11/13(金)10時~10時30分 古ヶ崎第2公園(古ヶ崎3の3383の1)、さるびあ公園(常盤平西窪町12) ☎各先着100人 ☎市民安全課 ☎366-7285

**日本語教育講演会「読む」を楽しむ**

教える側も楽しめる「読む授業」を講師と一緒に考えます。11/14(土)14時~16時 ゆうまつど 国際文化学院 非常勤講師・下郡麻子氏 ☎先着35人 ☎500円(会員無料) ☎電話またはEメールで(公財)松戸市国際交流協会 ☎366-7310、office@miea.or.jpへ

**日帰りバス旅で国際交流「ワンディ・トリップ~日光~」**

11/26(木)7時20分市役所駐車場集合、17時30分散会予定 ☎日光東照宮見学、昼食(豆富・湯料理)、新生姜ミュージアム ☎先着20人 [(公財)松戸市国際交流協会会員優先] ☎7,000円(会員5,000円) ☎10/29(木)までに、電話で同協会 ☎366-7310へ

**松戸市シルバー人材センタースマホ・パソコン教室**

コース スマホの選び方、スマホの操作、タブレット、Windows10、Excel、Zoom会議 ☎同センター ☎330-5005

**松戸地域職業訓練センター講座**

①Word・Excelなどのパソコン講座 ②Access夜間講座 ③日商簿記3級講座 ☎各先着 ①②5人 ③20人 ☎①各13,000円 ②26,000円 ③22,000円(会員①各11,000円 ②22,000円 ③20,000円) ☎受講料を添えて直接同センター(小金原1の19の3、☎349-3200)へ

## 会議

**介護保険運営協議会**

10/22(木)14時から ☎市役所新館7階大会議室傍聴定員先着5人(13時45分から受け付け) ☎介護保険課 ☎366-4101

**博物館協議会**

10/25(日)14時から ☎市立博物館会議室傍聴定員先着4人(13時50分まで受け付け) ☎同館 ☎384-8278

**環境審議会**

10/26(月)10時から ☎市役所新館7階大会議室傍聴定員先着5人(9時50分まで受け付け) ☎環境政策課 ☎366-7089

**高齢者保健福祉推進会議**

10/26(月)18時30分から ☎市役所議会議棟3階特別委員会室傍聴定員先着5人(18時15分から受け付け) ☎高齢者支援課 ☎366-7346

**松戸市障害者計画推進協議会障害者計画策定部会**

10/29(木)15時~17時 ☎市役所新館7階大会議室傍聴定員先着10人(14時45分から受け付け) ☎障害福祉課 ☎366-7348、☎366-7613



## 松戸健康福祉センター(松戸保健所) 各種無料相談 要申込

相談名(原則予約制)	日時	予約・問い合わせ	
思春期相談(電話のみ・予約不要)	(月)~(金) 9:00~17:00 (祝日を除く)	☎361-2138	
精神保健福祉相談	11/5(木)・16(月) 各14:00~16:00		
酒害相談	11/19(木) 14:00~16:30		
DV相談	電話(予約不要)	(月)~(金) 9:00~17:00 (祝日を除く)	☎361-6651
	来所	原則(金) 9:00~17:00	
障害者差別相談	電話(予約不要)	(月)~(木) 9:00~17:00	☎361-2346 FAX 367-7554
	来所		

## 浮ヶ谷孝夫指揮・東京21世紀管弦楽団松戸公演 オール・ブームス・プログラム

浮ヶ谷孝夫氏指揮によるクラシックコンサートを、新型コロナウイルス感染防止対策を行った上で今年も開催します。日頃の疲れを癒やしに久しぶりにクラシックコンサートを聴きに来ませんか。

**日時**11月8日(日)14時開演

**会場**森のホール21大ホール

**曲目**悲劇的序曲二短調 作品81、ヴァイオリン協奏曲二長調 作品77、交響曲第4番ホ短調 作品98

**出演**浮ヶ谷孝夫氏(指揮)、成田達輝氏(ヴァイオリン)、東京21世紀管弦楽団(管弦楽)

**費用**S席3,500円、A席3,000円、学生席(大学生以下)1,500円(ピノ・メイト会員はS席・A席500円割引)

※全席指定席、未就学児入場不可

**園**森のホール21チケットセンター ☎384-3331 (10時~19時、月曜除く)



浮ヶ谷孝夫氏



東京21世紀管弦楽団

## 21世紀の森と広場ドコでもシアター

### 清秋の森が奏でる、あつたらしいココチ

園同広場管理事務所 ☎345-8900

自然あふれる公園内で、クラシックやジャズ、ポップスなど秋の心地よさを感じる音楽を演奏します。

**日時**11月7日(土)第1部13時30分~14時30分、第2部14時50分~15時50分 **会場**同広場

**出演**星野沙織氏(ヴァイオリン)、入江圭亮氏(トランペット)他

※詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



## 戸定歴史館企画展 プリンセス・トクガワ-徳川家ゆかりの女性たち

園同館 ☎362-2050

1867年、13歳で渡欧した際に現地報道で「プリンセス・トクガワ」と紹介されるなど、将軍の後継者とみなされていた徳川昭武は、帰国後、大政奉還によりその地位を失いました。

環境が激変する中で、昭武の家族をはじめとした徳川家の女性たちはどのような暮らしをしていたのでしょうか。

幕末から昭和にかけての徳川家の女性たちに注目し、初公開となる寄贈資料や彼女たちの暮らしを彩った華やかな婚礼調度などの品々を展示します。

**会期**10月17日(土)~2021(令和3)年1月11日(祝) **開館時間**9時30分~16時30分(17時閉館) **休館日**月曜(祝・休日の場合は開館し、翌平日休館)、12月28日~1月4日 **入館料**共通入館券一般320円、高校・大学生160円、個別入館券戸定邸250円、戸定歴史館150円



徳川實枝子(桂袴姿) 1914年11月

## 令和3年度 放課後児童クラブ 新規利用のご案内

園子育て支援課 ☎366-7347

放課後児童クラブは、保護者が就労などの理由で昼間家庭にいない小学生が、保護者のお迎えまで、遊びや宿題をしながら過ごす施設です。市内の全ての公立小学校区に設置されています。

**休業日**日曜・祝日、年末年始

**月額利用料**9,000円(準要保護世帯4,000円、生活保護世帯無料)

園12月1日(火)~28日(月)13時~18時(土・日曜、祝・休日除く)の間に、直接各クラブへ

※各クラブの連絡先などは市ホームページをご覧ください。  
※各小学校の就学時健診時に、運営法人から放課後児童クラブについて説明します。



市ホームページ

## 令和3年度保育所(園)・小規模保育事業・認定こども園利用案内

園保育課 ☎366-7351

2021(令和3)年4月から利用するためには、11月30日(月)〔必着〕までに申請が必要です。5月以降の利用申請は、利用希望月の前々月末日までにお申し込みください。 ※2022(令和4)年2月・3月の利用申請は2021(令和3)年11月30日まで。

**申請書配布場所**保育課、市内認可保育施設、市ホームページ  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、なるべく郵送での申し込みをお願いします。

「教育・保育給付認定」認定証の交付・利用保育施設の結果通知送付日2月上旬ごろ



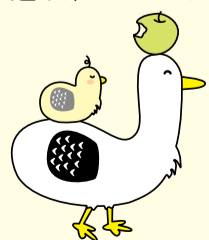
保育施設の申込案内

### 2021(令和3)年4月1日に新設予定の保育施設

**保育園(仮称)**コスモスの丘八柱保育園

**小規模保育施設(仮称)**エンゼルきらり保育園松戸、(仮称)みつばしルーム松戸駅東口、(仮称)さくら保育園北小金ルーム、(仮称)こすもすベビールーム北小金、(仮称)こすもすベビールーム新松戸ゆりのき通り第2ルーム、(仮称)ここのりの森保育園五香、(仮称)ここのりの森保育園六高台、(仮称)ひぐらし第三中央保育園八柱駅園、(仮称)みらいときわだいら保育園、(仮称)ゆいまーる保育園みのり台

※市内施設の一覧は市ホームページをご覧ください。



保育施設一覧

### 教育・保育給付認定とは

保育を必要とする事由に応じて保育の必要性の度合いが認定される制度です。利用申込書とは別に、「教育・保育給付認定」の申込書の提出が必要です。

#### 保育の必要量の種類(就労の場合)

**保育標準時間**1カ月当たり120時間以上の就労(利用は1日最大11時間)

**保育短時間**1カ月当たり64時間以上120時間未満の就労(利用は1日最大8時間)

#### 保育を必要とする事由

●就労 ●妊娠・出産 ●保護者の疾病、障害 ●同居親族等の介護・看護 ●災害復旧 ●求職活動 ●就学 ●その他、これらに類する状態と市が認める場合

### 小規模保育事業とは

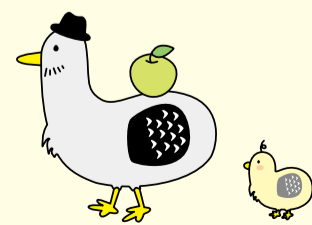
0~2歳までの子どもを対象に、定員6~19人の少人数で預かる保育のことです。

### 認定こども園とは

保育所と幼稚園双方の機能を持つ施設です。利用内容に応じて申し込み先が異なります。

#### 申し込み先

保育所としての利用を希望する場合保育課  
幼稚園としての利用のみ希望する場合各施設



## 講演会+雅楽パフォーマンス 要申込 人生50年。創って生きてきたぜよ♡LOVE松戸

松戸市在住のアーティストで資生堂のアートディレクターでもある成田久氏が、これまで携わった仕事や作品など自身の表現について講演します。また、成田氏が制作した衣装をまとった雅楽師が演奏を披露します。

**日時**11月23日(祝)15時～16時30分(14時開場)

**会場**市民劇場 **講師**SHISEIDOクリエイティブ本部アートディレクター・成田久氏

**対象**①市内小学・中学・高校生と保護者②どなたでも

**定員**①②各70人(抽選) **費用**無料

11月11日(火)までに、ちば電子申請サービスまたはFAXに参加者全員の氏名・住所・電話番号・FAX番号・年齢を記入して、社会教育課美術館準備室

FAX 366-7055 (☎366-7463) へ

※抽選結果は11月18日(火)までにお知らせします。



成田久氏



ちば電子申請サービス (①学生)



ちば電子申請サービス (②一般)

## NAOKO SPACE PLANETARIUM 市民会館プラネタリウム室

☎同館 368-1237

### ハロウィーン特別投影

プラネタリウムでハロウィーンや星空の楽しいお話をします。来場者(先着200人)には特製シールをプレゼント!

**投影日**10月31日(土)、11月1日(日)

**開始時刻**10時30分、13時30分、14時30分、15時30分(各回約20分)

**定員**各先着40人

**費用**各50円(65歳以上、中学生以下、障害者手帳などを持つ人とその介護者1人は無料。年齢を確認できるものの提示が必要)

11月10日(土)までに、同館2階で受け付け



特製シール(デザインは複数あります)

## 東松戸ゆいの花公園の講座 要申込

### ハーブの育て方、冬越しの方法

**10月27日(火)10時～11時**

**講師**松戸ハーブボランティア・渡辺雅江氏

**定員**先着8人 **持ち物**せん定ばさみ、持ち帰り袋

**費用**500円



### プリザーブドフラワーのXmasプレートリース

**11月6日(金)10時30分～11時30分**

**講師**フルーデリー代表・堂前絵美子氏

**定員**先着8人 **持ち物**工作用はさみ、持ち帰り袋

**費用**2,000円



### 秋の寄せ植えを楽しみましょう

**11月8日(日)10時～11時**

**講師**グリーンアドバイザー・福岡美津江氏 **定員**先着8人

**持ち物**割り箸1膳、園芸用はさみ、土入れ用のミニスコップまたは大きいスプーン、レジ袋大・中、薄手の手袋、エプロン、新聞紙、手拭きタオル、ゴミ袋くらいのおおきな持ち帰り袋 **費用**2,600円



### 刺繍枠にクリスマスのアレンジ

**11月14日(土)11時～12時**

**講師**フラワー教室プチフルール代表・箕輪朱美氏

**定員**先着8人 **持ち物**工作用はさみ、持ち帰り袋

**費用**1,700円

【共通】**会場**同公園マгноリアハウス

11月16日(日)9時から、電話で同公園管理センター ☎384-4187へ

## 来年はホワイトホース市との姉妹都市交流50周年 姉妹都市の友情を表現した「つるし雛」と 50年間のあゆみを展示します

2021(令和3)年5月12日に、松戸市とオーストラリア・ホワイトホース市は姉妹都市交流50周年を迎えます。これにちなんで市内の団体・フレンドシップ倶楽部が制作した「つるし雛」や、姉妹都市交流の歴史を伝える写真と記念品を展示します。

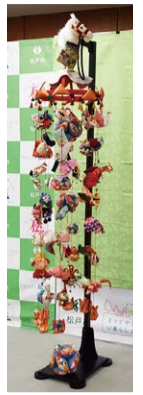
**日時**11月2日(月)～6日(金)

**会場**市役所1階連絡通路

☎文化観光国際課 366-7327



調印式(1971年)の写真



市に寄附されたつるし雛

## 科学の本と、実験教室を楽しもう! オンライン理科読講座 紙のひみつに大せっきん! 要申込

**11月7日(土)10時30分～12時**

**開催方法**Zoomによるオンライン開催(URLは申し込み後にEメールでお知らせします)

**講師**NPOガリレオ工房理事・土井美香子氏

**対象**市内在住・在学の小学3年～6年生

**定員**先着20人

**費用**無料 ※Zoom利用の通信費は各自負担。

11月10日(土)までに、市ホームページで

☎市立図書館 365-5115



市ホームページ

## オンライン基調講演 ゆうまつどフェスタ2020

### あなたの視点をSwitchしませんか? ～CM炎上から見るジェンダーバイアス～ 要申込

今年のゆうまつどフェスタはテーマを「Switch」とし、基調講演のみを行います。社会が目まぐるしく変化していく中で、発想・価値観・生活様式を転換(Switch)させてみましょう!

**日時**11月7日(土)13時30分～15時

**開催方法**YouTuberによるライブ配信

**内容**「婚活」の言葉を提唱した白河桃子氏が、CMの事例を取り上げながら、なぜ炎上するのか、なぜ支持されるのか、男女共同参画やダイバーシティの視点から分かりやすく解説。企業・自治体・国などの、さまざまな意思決定の場面で女性が少ないことの問題点について、考えていきます。

**講師**相模女子大学大学院特任教授・白河桃子氏

11月6日(金)までに、市ホームページまたはEメールに住所・氏名・電話番号を記入して、男女共同参画課

☎mcsankaku@city.matsudo.chiba.jp (☎364-8778) へ

※オンライン視聴環境がない人向けに、講演をゆうまつどで上映します。希望する場合はお問い合わせください。



白河桃子氏



市ホームページ



## 多根幸子作品展

優しい色彩で描かれた日本画6点を展示します。ぜひご覧ください。

**会期**10月20日(火)～12月20日(日)

**会場**森のホール21 1階エントランスホール

**開館時間**9時～22時

**休館日**月曜(祝・休日の場合は開館し、翌平日閉館)

**費用**無料

☎社会教育課美術館準備室 366-7463



「春が来た」2019年



# 健康ファイル

まつど健康マイレージ  
付与… **マイル**

## 歯科健康診査を受診しましょう

歯を失う一番の原因は歯周病です。日本人の成人の8割が歯周病にかかっています。歯周病菌が体内に入ると糖尿病や心疾患、脳梗塞、低出生体重児出産など全身にも影響を与えます。市が無料でやっている歯科健康診査をぜひご活用ください。

**期間**2021(令和3)年3月31日まで **内容**口腔内診査・相談  
**対象成人**=市に住民登録があり、2021(令和3)年3月31日時点の年齢が20歳以上になる人 **妊婦**=市に住民登録があり、妊娠中かつ受診券を持っている人 ※いずれも現在治療中の人は対象外。  
**持ち物成人**=身分証明書 **妊婦**=受診券 **費用無料**  
市ホームページに掲載の委託医療機関へ  
健康推進課中央保健福祉センター ☎366-7489



市ホームページ

## 市役所で自分が「フレイル」状態かどうかチェックしませんか？

チェック票と簡単な計測で「フレイル」（高齢期に心身の活力が低下した状態）について理解を深め、健康づくりにお役立てください。パネル掲示、パンフレット配布、個別相談なども行います。

**日時**10月26日(月)～29日(木)各9時30分～12時、13時～15時30分  
**会場**市役所新館1階連絡通路  
高齢者支援課地域包括ケア推進担当室 ☎366-7343

## 認知症サポーター養成講座 **要申込**

10月27日(火)10時～11時30分 **会場**馬橋市民センター **定員**先着8人 **費用無料**  
☎電話で馬橋西高齢者いきいき安心センター ☎711-9430へ

## 地域いきいき講座「『終活の準備』エンディングノートの書き方」 **要申込**

10月27日(火)14時～15時30分 **会場**勤労会館 **講師**(一社)コスモス成年後見サポートセンター千葉県支部 **対象**高齢者、高齢者を支える人 **定員**先着20人 **費用無料**  
☎電話で明第1高齢者いきいき安心センター ☎700-5881へ

## 認知症サポーター養成講座 **要申込**

10月28日(水)14時～15時30分 **会場**和名ヶ谷スポーツセンター多目的室 **対象**市内在住（東部地域在住の人優先） **定員**先着20人程度 **費用無料**  
☎電話で東部高齢者いきいき安心センター ☎330-8866へ

## 認知症予防教室「コグニサイズ（頭と身体を同時に使ったエクササイズ）などで頭と身体を鍛えよう」[全3回] **要申込**

11月①19日(休)②20日(金)③24日(火)各13時30分～14時30分 **会場**常盤平市民センター **講師**①常盤平中央病院院長・鈴木毅氏②③介護予防指導士・片岡千鶴子氏 **対象**全回参加できる市内在住の65歳以上 **定員**先着20人 **費用無料** ※動きやすい服装でお越しください。  
☎電話で常盤平団地高齢者いきいき安心センター ☎382-6535へ



## あなたの健康

415

# 運動で高齢者の骨折を予防しましょう

日本では高齢化が進んでいます。高齢者の骨折も年々増えてきています。さらに新型コロナウイルスの影響で自粛生活を余儀なくされています。また、今年の夏は梅雨が長く、梅雨明け後は猛暑が続き、運動をする機会が極端に減ってしまいました。今後もしばらくの間運動不足になってしまうことが予想されます。

このような状況が続くと、心配なのは高齢者の骨折が増えてしまうことです。出かける機会が少なくなると脚の筋肉がだんだんと衰えていきます。また運動しないと骨も弱くなり、日光に当たらないと骨粗しょう症も進んでしまいます。筋力低下と骨粗しょう症は骨折のリスクを高めます。春先からの運動不足が原因でこれから2～3年後の高齢者の骨折が

大幅に増えていくことが心配されています。比較的若い年代でも運動不足や体重増加に伴う腰痛、膝の痛みなどで困っている方が多くなってきています。

自宅の中や、自宅の近くで少しずつ運動を始めてみませんか？しばらく運動を休んでいた方は急に無理な運動をすることはかえって痛みを起こす原因となります。まずはストレッチや柔軟体操で体を慣らしてみてください。テレビのラジオ体操なども全身をバランスよく動かせるのでお勧めです。少し気候が良くなってきたら朝晩の涼しい時間帯を選んで自宅の周りや公園などを歩いてみましょう。筋力トレーニングは今までやっていた運動に少しずつ負荷をかけてみてください。今までやったことのない運動や新しい器具を使う運動などは十分注意してから始めましょう。体力、筋力、今までの運動量、持病の有無など個人差があるので、できれば開始前にかかりつけ医に相談してから行うと安心です。

何歳になっても筋力は鍛えられます。無理をせず少しずつ運動を開始することで今後の骨折を予防しましょう。

松戸市医師会 ☎ <https://www.matsud-med.or.jp/>

11月

## 児童福祉館・こども館の催し物

無料

### ●常盤平児童福祉館 ☎387-3320

**水曜広場**①4日(火)②11日(火)③18日(火)④25日(火) 15時45分～16時30分 **内容**①フィルムケース積み大会②絵合わせパズル③絵しりとり④紙コップ鉄砲 **対象**主に小学生  
**中高生の広場 (TAPS)** ①水曜②7日(土)③14日(土)④21日(土)⑤28日(土)17時～19時 **内容**①フリータイム②トランプ大会③卓球大会④PCでシールをつくろう⑤防災食を作ろう  
**あそび広場**21日(土)15時～16時 **内容**けん玉大会 **対象**主に小学生  
**卓球広場**14日(土)14時～15時 **内容**基礎を学ぼう **対象**小・中学生 **持ち物**上履き  
**ネイチャーゲーム**7日(土)13時30分～15時30分 [雨天中止] **集合場所**21世紀の森と広場パークセンター前 **内容**自然と触れ合いながらゲームを楽しもう! **対象**小学生以上 **定員**先着50人  
**防災キャンプ**28日(土)13時30分～15時30分 **場所**さるびあ公園(同館隣) **内容**テント設営、防災調理など **対象**小学3年生以上 **定員**15人 ※10/16(金)10時から電話で要予約

### ●移動児童館 ☎387-3320

**わくわく広場** 総台市民センター 金曜10時30分～11時45分 **内容**フラフープあそび、ボールあそび、トントンずもう他 **対象**乳幼児と保護者10組 [10/15(木)から電話予約のみ・月2回まで]  
**あそぼう会** 東部スポーツパーク 火曜15時～16時30分 (3日(祝)・24日(火)を除く) **運動公園会議室**  
水曜15時～16時30分 **八ヶ崎市民センター** 木曜(19日(休)お話広場) 15時～16時30分  
**総台市民センター** 金曜15時～16時30分  
**明市民センター** 21日(土)14時～16時30分 **内容**CDクラッシュ大会、トントンずもうで遊ぼう他 **対象**主に小学生

### ●根木内こども館 ☎315-2985

**開館日・時間**火～金曜15時30分～16時30分、土・日曜、祝日14時～16時30分  
**おやこDE広場**月～金曜10時～17時 ※時間・人数制限を行っています。詳細は同館ホームページをご覧ください。



同館ホームページ

### ●野菊野こども館 ☎331-1144

**開館日・時間**火・木・日曜13時～18時、水・金曜10時～18時、土曜(7日(土)を除く)10時～20時

**おやこDE広場**水・金曜10時～18時、土曜10時～17時、火・木・日曜13時～18時 **対象**0歳～未就学児とその保護者(3歳までは要予約)  
**中高生タイム**土曜(7日(土)を除く)17時30分～20時 **対象**中学・高校生  
※時間・人数制限を行っています。詳細は同館ホームページをご覧ください。



同館ホームページ

### ●森のこども館 ☎080-7323-9980(開館日のみ) (21世紀の森と広場内森の工芸館)

**開館日・時間**6日(金)～8日(日)各10時～16時  
**内容**森の中であそぼう!  
**対象**18歳以下(未就学児は保護者同伴) ※日程を変更する場合があります。同館ホームページをご確認ください。



同館ホームページ

### ●六実こども館 ☎080-3507-3538

**開館日・時間**月・水曜(2日(月)を除く)14時30分～16時30分、土・日曜、祝日10時30分～16時30分 **内容**科学館、折り紙教室、どんぐり・まつぼっくりで遊ぼう、サンタさんに手紙を書こう **対象**18歳未満と保護者



2020.10.15  
(令和2年)

市ホームページ



パソコン・スマートフォン版



モバイル版

松戸市安全安心情報

緊急重要情報のメール配信を行っています。サービスの利用は登録が必要です



パソコン・スマートフォン版



モバイル版

## 「50万人到達予想クイズ&お祝いメッセージ」へのご応募ありがとうございました

☎広報広聴課シティプロモーション担当室 ☎366-7320

広報まつど7月1日号で募集した「50万人到達予想クイズ&お祝いメッセージ」には、186通ものご応募をいただきました。県外からも応募があり、幅広い世代の人たちからメッセージが届きました。

皆さんからいただいた全てのメッセージとイラストを展示します

展示期間 11月19日(木)~30日(月) 会場 市役所1階連絡通路

※「やさシティ賞(応募者から抽選)」と「グッドメッセージ賞(特にステキなデザインのメッセージを送ってくれた人)」の当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えます。 ※「50万人記念賞(クイズ正解者から抽選)」当選者のプレゼントの発送は、50万人達成後に発行予定の「広報まつど50万人到達特集号」発行日以降になります。ご了承ください。



## 市民の安全安心に貢献

### 2020(令和2)年度 救急業務功労者表彰式 ☎救急課 ☎363-1145

9月15日に、救急業務の推進に貢献し、市民の安心安全に寄与された皆さんに、消防局長から感謝状および記念品を授与しました。

今年の表彰者(敬称略)

- (学) 鈴木学園さかえ幼稚園 ●(特養) 陽光苑
- (社福) 小金原福祉会ときわ平保育園
- (医) 松園会理事長・東仲宣(東葛クリニック病院)



(左から) 東仲宣氏、消防局長、陽光苑・恩由美智子氏、ときわ平保育園・片野裕美氏

市消防局では、「救急の日」「救急医療週間」を通じて市内事業所と連携し、救急業務に対する市民の理解と認識を深めていくとともに、救急業務のより一層の充実・強化を図っていきます。

## 幸せアルバム



2019(令和元)年8月生

ハイハイや掴まり立ちが上手にできるようになりました!よく笑いよく食べて、元気いっぱい!

颯ちゃん

2019(令和元)年8月生

1歳になって、ますます活発に!これからも元気に大きくなって行ってね。

奏ちゃん

2018(平成30)年11月生

アンパンマンが大好きです。アンパンマンの様に優しく正しく、元気に育って欲しいです。

由依ちゃん

市内在住の新婚カップル(応募時に2年以内)・赤ちゃん(応募時に2歳未満)の写真募集中!

☎直接またはEメールに写真データ(本人のみ)、件名・住所・氏名(ふりがな)・名字掲載希望の有無・生年月・電話番号・コメント50字以内・市ホームページ掲載希望の有無を記入して、広報広聴課 ☎mckouhou@city.matsudo.chiba.jp(☎366-7320)へ

## スポットライト

### 歳を重ねても「生きてて良かった」と思えるように

(医) 弥生会理事長 旭俊臣さん



市内15カ所に設置されている高齢者いきいき安心センター。そのうち小金原地区の同センターで行われている認知症カフェ「栗カフェ」が、厚生労働省が進める認知症サポーター事業の事務局を務める全国キャラバン・メイト連絡協議会から、令和元年度「わがまちの認知症サポーターの活動事例」で表彰されました。

小金原地区の同センターの運営責任者・旭俊臣さんは、栗ヶ沢にある旭神経内科リハビリテーション病院の院長でもあります。「運動機能や認知機能が低下しつつある“フレイル”状態の高齢者が認知症にならないよう、いかに予防するかが課題でした」と言うように、昭和58年からリハビリ医療を地域で提供し続けてきた旭さんは、平成6年ごろから、認知症の予兆を事前に掘み、対処することで認知症の進行を抑える研究を続けてきたそうです。その研究成果の一つとして平成30年から始めたのが認知症カフェ。栗ヶ沢の地名に因んで名づけられた「栗カフェ」は、週1回必ず開催する高齢者の居場所として、徐々に根付いていきました。

「栗カフェ」が表彰に至った最大の理由は、何をするかを明確に決めず、参加者のやりたいことを最大限尊重していること。認知症サポーター養成講座受講生の中から募る「オレンジ協力員」の皆さんが動きかけ、参加者が自由におしゃべりをしたり、趣味を楽しんだりできる環境を作ること、居心地の良い空間が作られているのが特徴です。「デイサービスの利用を拒否している高齢者でも自然に参加できる、近所づきあいの延長のような居場所になったのが良かったようです」と旭さんは振り返ります。

新型コロナウイルスの影響で、人が集まる活動は難しくなっていますが、その中で旭さんが進めようとしているのが、オンラインでの活動。一見、認知症の高齢者には難しそうに思えますが、「使い方を分かっていないだけで、今は高齢者の多くがスマートフォンを持っています。使い方さえ分かれば、顔が見え、会話ができるビデオ通話は高齢者とその家族を繋ぐ大事なツールになるんです」と、病院での診察や面会にもビデオ通話を導入しているそうです。「世間でオンライン化が進むことで、高齢者にも勧めやすくなっています」と、生活様式の変化を前向きに捉え、旭さんは新しい認知症予防の可能性を見出しています。

「最終的に目指すのは、出来るだけ多くの方が高齢になっても『生きてて良かった』と思えるようになることです」と旭さんは言います。「そのために重要な役割を果たすのは、若い頃にどんな夢を抱き、どんな楽しいことをしてきたかなんです」というのは、栗カフェで思い出話に花を咲かせ、若い頃からの趣味や特技に没頭する高齢者の皆さんが、元気を取り戻す姿を見てきたからこそその言葉。「若い頃に多くの夢や希望をもつことが、最大の認知症予防なのかもしれません。今の若い人が将来に希望を持って世の中にしないといけませんね」と、世の中全体の行く末を見据えながら、地元で根付いた活動は続きます。



「栗カフェ」参加者の皆さん

国際交流員ギテレス・ハビアが松戸の魅力を紹介します  
Discover Matsudo's many charms with CIR Javier Gutierrez

## この日は、ハ…じッ!



Here comes Ja...vi!

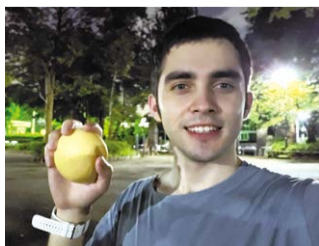
### キミと月見

朝の4時でした。世界に私ひとりでした。公園は誰もいませんでしたので、厳かな静寂に包まれてブランコに座って、空を見ながらぼんやりしました。

松戸市は月をたくさん鑑賞できる場所がある大きい都市で、自分に身近な場所でも月光に照らされると新しく見えることがあります。また、秋の月も美しかったです!日本の「月見」文化は満月の鑑賞しながら日々の小さい喜びに感謝するものであり、有意義だと思います。

アメリカにも秋の収穫を祝う「感謝祭」という伝統がありますが、月を見て楽しむ

ことはしないので、日本の風習とは異なります。でも、夜空を向いてください。世界どこにいても皆同じお月さまを眺めることができます。月を眺めると、私は世界の皆と一緒に感じます。秋の美しい月を皆と一緒に鑑賞できること、そして健康に感謝をしています。キミも月光の中を散歩して、月を鑑賞してはいかがですか?



満月で満足、饅頭で満腹  
Under the full moon,  
feeling fulfilled and filled full of manjū

### The Moon We Share

It was 4 o'clock in the morning. I was the only person in the world. The parks were empty, so I sat on the swings enveloped in solemn silence, and looked at the sky.

Matsudo is a huge city with lots to appreciate, and even familiar haunts can show new colors when shone with moonlight instead of sunlight. In fact, the moon itself was also a treat to behold! I have come to appreciate Japan's culture of Tsukimi for how it invites us to admire the full moon and be grateful for it and all the other small joys in our lives.

In America we have a similar tradition to celebrate the autumn harvest called Thanksgiving, but Tsukimi is not celebrated, or even well-known, at all, so in that way we are different from Japan. But look up at the night sky. Everyone around the world gazes upon the same moon. When I look at the moon, I feel like I'm alongside everyone in the world. I am grateful that I can appreciate this beautiful autumn moon in good health, and I hope you too can enjoy a moonlit walk to appreciate it as well.

Matsudo City International Portal 検索

気軽に連絡してください! Please contact us anytime!  
☎mccir@city.matsudo.chiba.jp (English・Tiếng Việt・Español・日本語=OK!)  
☎文化観光国際課 ☎366-7327