

○人口	464,295人	(-288)	( )は前月比
○男	236,063人	(-218)	
○女	228,232人	(-70)	
○世帯	173,464世帯	(-179)	

# 被災地救援に出動



①=現地で活動する消防局特別救助隊  
②=プールや河川の水からでも1分間に約20ℓの飲料水をつくれる、移動式のものでは国内で4自治体にしかない連続自動給水車は現地で大活躍

## 防災を考える

# 全市民が安全であるために

1月17日未明に発生した兵庫県南部地震は、五千人を超す犠牲者を出す大災害となりました。

市では、この事態に対していち早く消防局特別救助隊、市立病院の医師・看護婦による救護隊、災害非常用給水車を派遣。また義援金の募金活動、備蓄食糧を送るなどの支援を行いました。さて、この地震は私たちに改めて地震の恐ろしさを教え、防災について今一度考える機会となりました。

市では市民の安全確保のため、防災計画をすでに作成し、それに基づいて食糧や水、生活物資などを年次計画で備蓄し、また、災害発生時に備えて、関係機関との協力を求めた防災体制をつくり、いざというときに的確な対応ができるよう整備しています。

防災課

災害に備えて食糧や生活物資を備蓄

市では、災害が起こった場合、必ず必要となる食糧・水・生活物資の備蓄・確保を進めています。また、災害時の活動に有効な器材も用意しています。

しかし、災害の程度によっては、すぐに物資などの供給が円滑に進まない場合も考えられます。

倒壊した家屋の下敷きになったり、火災の中に取り残されたりした人の救出は、消防・警察・自衛隊によって行われます。

負傷者に対する医療は、市

立病院の医師・看護婦、松戸市医師会・松戸歯科医師会・松戸市薬剤師会が、協力して用意してください。

救済・医療は各機関との協力体制で

さらに、負傷者の状況に応じて、応急救護所を市内各所に設置します。

水道・ガス・電気などいわゆるライフラインについては、京葉ガス・東京電力などと協定を結んでいて、協力して早期復旧を目指します。

大切な情報提供手段も確保

一度災害が起こると電話番号などの通信網は絶たれ、情報が伝わりにくくなります。市では、必要な情報については、防災行政用無線を通じてお知らせします。

さらに、広報車を走らせたリ、職員を派遣して伝えたり、情報提供に努めます。

### 食糧・水の備蓄状況

(平成6年12月31日現在)

○食糧	173,000食
・乾パン・ビスケット・アルファ米	
○水	30,000缶
・水(缶入 245cc)	7カ所
・給水拠点として市内浄水場	1カ所
・公共井戸	2基
・貯水槽(100t)	1台
・ウォーターパック車(移動式の連続給水車)	
・浄水機および簡易水槽(プールや河川の水から飲料水を作る機械等)	各32基

また、災害時の情報を得るのに威力を発揮するのが、トランススタラジオ(乾電池式)です。これは各家庭でぜひ備えていただきたいものです。乾電池の確認も忘れず。

### 各地域に防災組織を

災害が発生した場合、頼りになるのは、隣近所です。初期の消火や援助活動などで、地域ぐるみの助け合いが大切なのは、今回の災害でも報告されています。

地震のように同時にたくさん人の場所で災害が起こる場合は、他からの救援の手がすぐには届きません。そこで、自分たちの地域は自分たちの手で守るといふ防災意識を持ち、緊急時に助け合える自主防災組織の結成を、町会(自治会)ごとに進めていただくよう呼び掛けています。現在組織率は六八%です。今後

市では、今回の地震を調査・研究し、今後一層の防災体制の強化・充実を図る必要があると考えています。市民の皆さんも一層の防災意識を持って協力をお願いします。

また、災害時の情報を得るのに威力を発揮するのが、トランススタラジオ(乾電池式)です。これは各家庭でぜひ備えていただきたいものです。乾電池の確認も忘れず。

今回の地震は活断層によるものだとことから、松戸にも活断層はあるのだろうか、ということが心配になります。現在のところ松戸で活断層は確認されていません。しかし、松戸市を含む南関東地域では、直下型の地震の切迫性が報告されていて、市内でも多くの被害が予想されます。一般的に低地や谷津など、地盤が弱いとされている場所などは深刻な事態も考えられます。

また、災害時の情報を得るのに威力を発揮するのが、トランススタラジオ(乾電池式)です。これは各家庭でぜひ備えていただきたいものです。乾電池の確認も忘れず。

### 兵庫県南部地震

#### 義援本部連絡事務室を開設

被災地への支援・援助などのお問い合わせを受け付けています。

☎同事務室(市役所内)

#### 災害義援金を受け付け中

被災者救援にご協力を!

市では、義援金受付本部を設置し、4月14日(金)まで援護課と各支所の窓口で、義援金の受け付けを行っています。

集められた義援金は、日本赤十字社および共同募金会などを通じて、兵庫県災害対策本部へ送られます。

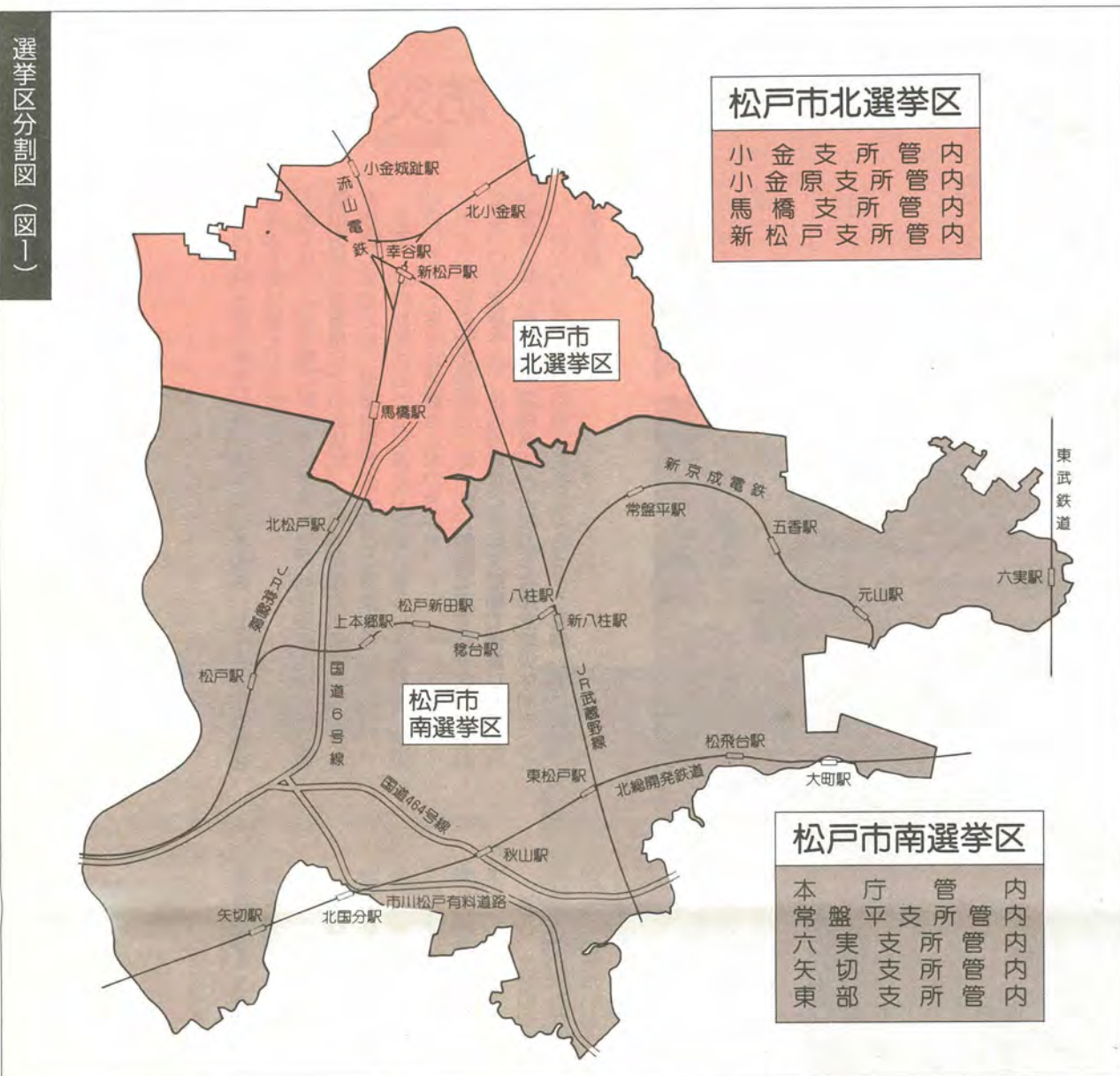
多くの市民の方から義援金が寄せられています。ありがとうございます。引き続き温かいご援助をお待ちしています。

☎援護課



# 選挙区が二つに分かれます

選挙区分割図(図一)



**4/9(日)**  
**千葉県議会**  
**議員選挙**

千葉県議会議員の選挙区等に関する条例と、同定数を減少する条例の一部改正に伴い、松戸市の選挙区が南と北の二つに分割されます。  
 二つの新しい選挙区は、4月9日(日)に行われる県議会議員選挙から適用されます。

区域は支所管轄により、図1・表1のとおり定められています。  
 定数はこれまでの六人から、南選挙区四人、北選挙区三人の計七人となります。  
 両選挙区とも、それぞれ選挙区外の候補者に投票することとはできません。  
 区市選挙管理委員会事務局(市役所内)

あなたは  
 南・北どちらの  
 選挙区ですか



↓選挙区別字名一覧・50音順(表1)

松戸市南選挙区	松戸市北選挙区
秋岩大金紙上上河北中申栗古古小胡五柴米干下	杉目根町倉目町岡内町目野町質木町橋月田質目
山瀬橋作敷郷切塚目田山崎目山台実目堀切	津川元幸手 4 丁 緑
高田高竹竹常常常常常仲中二三三三三三三根	金杉根 1 橋馬橋馬馬 1 崎平ツ木ケ新水須1 2 丁
塚中柳 ケ花平平平平平井十世紀ガガガ丘丸中松梨元秋里本	中中中中西西西根八八八平東三三三馬三主横横
新新新 西 7 丁 屋窪葉葉柳 3 丁 矢	目目田内質沢田目谷金目目目目田目目東目原質
田田柳田花町目前町目野町目切目山山山元秋里本	旭大大大上久栗幸幸幸小小小金よしヶ丘1 1 3 丁 新
野野初日桶本牧牧松松松緑松南南南南三三六六和	野地野目目田原目野田目田島目田目野目田目谷
菊 飛 7 丁 野 1 野 2 丁 新 1 野 2 丁 中 向 5 丁 島 1 島 1 井 7 丁 矢 高 台 名	野地野目目田原目野田目田島目田目野目田目谷
新 新 新 西 7 丁 屋窪葉葉柳 3 丁 矢	野地野目目田原目野田目田島目田目野目田目谷
新 新 新 西 7 丁 屋窪葉葉柳 3 丁 矢	野地野目目田原目野田目田島目田目野目田目谷
新 新 新 西 7 丁 屋窪葉葉柳 3 丁 矢	野地野目目田原目野田目田島目田目野目田目谷

## 歯を大切に

歯丈夫、胃丈夫、大丈夫  
 健康で明るい未来のために

最近、テレビや雑誌などで歯に関する記事を見掛けることが、多くなったり、歯が気になるが、多くなったり、歯が気になる(がく)関節症という言葉がよく登場するようになった。これは、虫歯、歯周病とともに歯科における三大疾患に数えられるものですが、まだその全貌は明らかになっていないのが現状です。

症状としては、口を開けたり閉じたりすると痛みがあったり、ボキボキ音がしたり、口が開けにくいまたは大きく開けることができなといったものが、代表的なものです。

特に先進国の間で増加していますが、その原因の一つにみかみ合わせの悪さが挙げられます。もともと歯並びの悪さは、歯に負担がかかる原因の一つです。歯が磨きにくい状態になると、虫歯や歯周病の原因になります。

また、ストレスによる無意識のくいしばりや、姿勢の悪さ、運動不足(特に歩くこと)によっても症状が悪化します。

顎を支える筋肉は正しい姿勢を保つために大切な役割をしているので、顎に症状がなくとも首筋や肩に影響を及ぼすことも少なくありません。

みかみ合わせに関する疑問、不安のある人がいましたら、お近くの歯科医院にご相談ください。

(松戸歯科医師会)

---

**松戸市観光協会推奨制度ができました**  
 松戸市観光協会では、市内の観光資源、観光施設、物産品を総合的に育成するために、それらの中で優秀なものを推奨する制度を開始します。

対象①観光資源(郷土芸術・郷土文化・無形文化財など) ②観光施設(歴史的)

万五千円、物産品一万円

松戸市観光協会事務局 64-3111番



# 平成7年度 市政モニター 募集

**モニターの仕事**：市政への意見提出のほか、会議・研修会への出席、市内公共施設の見学、市議会の傍聴など

**対象**：①市内に引き続き一年以上住んでいて、住民基本台帳等に登録されている二十歳以上の②国および地方公共団体等の職員でない③市に關係する役職の委嘱を受けていない④市のほかの制度のモニターになっていない⑤平日に開催される会議等に出席が可能な人

**定員**：二十人  
**任期**：4月1日から一年間  
**謝礼**：年額一万円程度

⑥2月28日(火)必着で、ハガキに市政についての簡単な意見、またはモニターに応募した動機と、住所・氏名(フリガナ)・年齢・職業・電話番号を記入して〒271松戸市根本三八七-五松戸市役所市民相談室へ



清掃施設の見学

## ジャガイモ農園オーナー募集

種を植えた時から、あなたは農園オーナー。生育状況を見ながら、イモ掘りが体験できます。



これだよ!

新鮮なジャガイモを家族で味わってみませんか。

**期間**：種イモの植え付け(2月下旬)から収穫(6月下旬)

**地区**：下矢切 区画十平方メートル

**費用**：一区画三千円 予想収穫量十六キ程度

※植え付け、肥培管理は、農家が行います。

⑦2月24日(金)までに、往復ハガキに区画数・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を記入して、〒271松戸市根本三八七-五松戸市役所農政課内松戸市都市農業振興協議会じやがいも係へ

農政課農政係

### 広報ビデオ

**魅力いっぱい!**  
21世紀の森と広場  
ができました

千葉テレビ(UHF46チャンネル)で放送  
2/12(日)正午~午後0時15分  
(再放送3/19(日)正午から)



総合公園・二十一世紀の森と広場を、森のホール21や博物館なども含め、いろいろな角度から紹介した広報ビデオ「魅力いっぱい!二十一世紀の森と広場」ができました。

2月12日(日)正午から千葉テレビで放送し(再放送は3月19日(日)正午から)、15日(水)から貸し出しを始めます。

この作品以外にも左表の広報ビデオがあり、無料で貸し出ししています。

貸出場所：図書館本館・社会教育課・広報課  
園広報課

### 広報ビデオ一覧

作品名	時間	制作年度
魅力いっぱい! 21世紀の森と広場 ※2/15(水)から貸し出し	15分	平成6年度
「おはよう駿太くん」広がるボランティアの輪	15分	5年度
まつど四季めぐり	15分	4年度
松戸歴史散歩 -まつさとを歩く-	20分	3年度
ふれあい広げた一日・中・韓・中学生バレーボール親善大会	15分	
若獅子が舞う -受け継がれる伝統-	15分	2年度
はつらつ健康都市まつど	15分	元年度
出勤! すげやん課	20分	
ピバ! お父さん	28分	昭和61年度

### 市・県民税の申告は2/16(水)3/15(水)

**受付日時**：2月16日(水)3月15日(水) 午前8時30分~午後5時(土・日曜日を除く)

**受付場所**：市役所本館二階大会議室・各支所

**申告する人**：平成7年1月1日現在、市内に住んでいて、平成6年中に所得があった人や退職した人など

※所得がなく、ご自分の扶養にもなっていない人も、申告が必要でず。

園市民税課

2月10日(金)に広報まつどの特集号を発行します。

### 償却資産の申告はお済みでしょうか

償却資産の法定申告期限(1月31日)が過ぎました。まだ申告していない個人・法人は、大至急申告してください。

**受付場所**：松戸税務署 ※2月15日(水)まで(土・日を除く、東京駅日本橋口の「広域還付申告センター」でも還付申告を受け付けています。受付時間は午前9時から午後5時(正午~午後1時を除く)まで。個別相談(代書)は扱いません。

園松戸税務署 ☎63-11171

### 所得税の還付申告を税務署で受け付け

**対象**：①サラリーマンで医療費控除や住宅取得等特別控除を受ける人の②年の途中で退職した人(その後再就職した人を除く)など

**受付期限**：3月15日(水)まで

園松戸税務署 ☎63-11171

## 婚前・新婚学級

素敵にコミュニケーション



会場中央保健センター 対象 未婚あるいは新婚の男女(お一人での参加も可)

⑦2月10日(金)までに、電話で健康管理課松戸方面保健室 ☎66-7489番へ

日時	内容
2/13(日)	男女のコミュニケーションを考える 東海大学講師 三輪 建二氏
20(日)	現代社会における家族の役割 順天堂大学助教授 米林 喜男氏 ※血圧測定、尿検査を無料で実施します。
27(日)	気がついてからでは遅すぎる 妊娠・出産の心得 国立公衆衛生院医師 林 謙治氏 ※希望者には血液検査(血液型・貧血・梅毒・風疹抗体価)を有料で実施します。
3/6(日)	幸福な家族設計のために 健康管理課保健婦 ※検査結果をお知らせします。
13(日)	楽しく作ろう料理教室 米養士 橋本 園子氏 ※材料費500円かかります。

期日	会場
2/16(水)	税理士会 常盤平
17(木)	税理士会 小金原
20(日)	税理士会 新松戸
21(月)	税理士会 新松戸
22(火)	税理士会 新松戸
23(水)	税理士会 新松戸
24(木)	税理士会 新松戸
27(日)	税理士会 新松戸
28(月)	税理士会 新松戸
3/1(水)	税理士会 新松戸
2(木)	税理士会 新松戸
3(金)	税理士会 新松戸
6(日)	税理士会 新松戸

受付時間…午前9時30分~正午と午後1時~4時  
※○印は税理士会の無料相談 ●印は税務署の出張相談  
※その日の内に相談できないほど来場者が多いときは、その日の受け付けを締め切ることがあります。  
※税理士会では、小規模事業者や簡易な計算で済む方(贈与税・譲渡所得・消費税を除く)の無料相談を行います。  
※贈与税・譲渡所得・消費税の申告相談の方は、税務署にお出掛けください。  
※各会場とも、自動車での来場はご遠慮ください。

### 3月定例会市議会開催予定

平成7年松戸市議会3月定例会は、3月2日(水)から28日(火)まで開催される予定です。あらかじめ確認してください。

請願・陳情は、2月21日(火)午後5時までに提出してください。

園市議会事務局議事課

期日	会議予定	主な内容
2(水)	招集日・本会議	施政方針・議案説明
3(木)	常任委員会	補正予算議案審査
7(月)	本会議	補正予算議案議決
8(火)	本会議	一般質問
9(水)	本会議	議案等の審査
13(日)	常任委員会	議案等の審査
14(月)	常任委員会	議案等の審査
16(水)	常任委員会	議案等の審査
20(日)	本会議	平成7年度各会計 予算審査委員会 議案等の議決
22(火)	本会議	議案等の議決
23(水)	本会議	議案等の議決
24(木)	本会議	議案等の議決
28(月)	本会議	議案等の議決

### 高等学校入学資金をお貸しします

今年、高校(高等専門学校を含む)に進学を希望する生徒がいて、経済的理由で進学させることが困難な家庭に、高等学校入学資金をお貸しします。

貸付限度額三十万円以内(公立と私立では額が異なります) 資格①成績良好、品行方正で出身中学校長が推薦する健康な生徒であること②保証人あり

園援護課援護係

### おはなしキャラバン

日	時	会場	形態
2/8(水)	午後3時~3時30分 4時~4時30分	図書館本館	キャラバン
9(木)	午後3時~4時	古ヶ崎市民センター	キャラバン
10(金)		八柱市民センター	
16(木)		矢切公民館	
17(金)		ハケ崎市民センター	
23(木)		小金北市民センター	
24(金)		東部スポーツパーク	
3/3(金)		松飛台市民センター	

対象…3歳~9歳くらい 費用…無料  
でんわおはなしキャラバン ☎77-0000番  
園市立図書館 ☎65-5115番



# 健康生活のパートナー

2月は「成人病予防月間」。最近、運動不足や食生活のアンバランス、精神的ストレスなどが原因で発症する成人病の比重が大きくなってきています。

健康増進センターは、「健康は積極的な予防から」を合言葉に、健康増進コースをはじめ、スリムコース、楽々バランスメニュー教室、個人トレーニング指導など各種プログラムを用意して、より健康になろうという人を応援しています。



健康増進指導コース

あなたの現在の健康状態や体力を調べるコースです。このコースの結果を見て、あなたに合った健康づくりの方法を選びます。

対象…市内在住または在勤の20歳以上の人  
費用…初回時＝3,090円(3ヵ月以内の基本健康診査結果持参の方は1,030円)。2回目以降＝1,030円  
実施日…毎週月・火・金・土曜日(第2・第4・第5土曜日を除く)  
利用方法…予約制(電話または直接窓口で)

## 肺機能測定

肺活量は体力年齢の目安にもなります。



## 血圧測定・身体計測

安静時の血圧や身長・体重を測るほか、体の脂肪の割合も測定します。

インピーダンス測定による体脂肪の測定

## 尿・血液検査

尿からは糖・蛋白・ウロビリノーゲンを、血液からはコレステロール・GOT・GP Tなどを細かくチェック。

## 質問調査

健康・食生活・運動について調査表に記入します。あなたの健康を診断する上で重要な資料になります。

## 診察

医師による診察があります。ふだん気になっていることなど気軽に相談を。



ちょっとつらいけどガンバル

## 体力測定

垂直跳びや上体起こし・自転車エルゴメーターを使ってあなたの体力を測定します。



負荷をかけることで、運動後の心臓をチェック

## 心電図検査

安静時と負荷(運動)後の心電図を検査します。



## 健康は今よりも

健康のために必要なのは、食事・運動・休養のバランスです。皆さんは「私は大丈夫」と思っているのではないのでしょうか。健康増進指導コースの新規受診者のうち、全く異常が見られなかった人はわずかです。皆さんは「私は大丈夫」と思っているのではないのでしょうか。健康増進指導コースの新規受診者のうち、全く異常が見られなかった人はわずかです。皆さんは「私は大丈夫」と思っているのではないのでしょうか。健康増進指導コースの新規受診者のうち、全く異常が見られなかった人はわずかです。

## これからが大切

か一四・四％で、そのほかは、何らかの指導や医療が必要な人でした。また、トレーニング指導上問題がある人は、年齢とともに増加していきます。また、健康増進センターへ通えなくても、日々の運動習慣や生活習慣を変えて、健康増進コースだけを定期的に利用している人もいます。あなたも、あなたの健康づくりのために、健康増進センターを上手に利用してください。

平成7年度放送大学学生募集  
平成7年度放送大学学生募集  
18歳以上なら、だれでも入学できます。一科目だけでも学べます。  
履修コース全科目・卒業卒業コース、選択1年間在学コース、科目16ヵ月在学コース、出願期限2月15日(例)まで  
開放送本部 ☎043-276-1511番、テレホンサービス ☎03-3580-4600番

公団賃貸住宅入居者募集  
募集期間2月11日(例)～20日(例) 募集物件「アトムナード北松戸(第二)」「新住一三四LDK」四LDK「入居予定日5月下旬16月上旬  
申込書の申込書を送って  
○住居：都市整備公団東京支社住宅事業第二住宅計画第一課 ☎03-33693-1865  
6番(2月13日以降は ☎5323-12768番に変更)

市立幼稚園園児の募集  
募集幼稚園：中部小学校・小金小学校附属幼稚園  
入園資格：市内に住所を有する、平成元年4月2日から平成2年4月1日までの間に生まれた幼児  
保育期間各幼稚園とも(1年保育) 受付場所各幼稚園  
対象の現況届を期限内に提出し、引き続き受付資格があること認められた人(平成6年6月以降に新しく認定された人、そのほか制限・職代など約一万円、またほか給食費育乳料六千円、その他給食費・絵本代など約四千円程度が必要となります。  
園長推薦書提出してください。  
保健指導員指導

国民健康保険被保険者証が更新されます  
現在の「国民健康保険被保険者証」と「国民健康保険退職被保険者証」は、3月31日(有効期限が切れます。  
該当する世帯には3月初旬に郵送(一部世帯を除く)しますが、入院などで自宅以外の場所に郵送を希望する人は連絡してください。  
※新しい被保険者証が届き次第使用できます。  
※古い被保険者証は、国民健康保険課または市民課・支所の窓口にお返しください。  
国民健康保険課給付係  
町名地番が変わりました  
1月28日(土)から八ヶ崎地区の一部の町名地番が変わりました。  
国土地計画法の届け出対象面積が変わりました  
千葉県では、2月1日に国土利用計画法に基づき監視区域の指定を、県内全域で解除しました。これにより、市内の土地取り引きの際に届け出が必要となる面積は次のようになります。  
都市計画区域の市街化区域二千平方メートル以上、その他の都市計画区域五千平方メートル以上  
国土利用計画法

# 健康増進センターは

## 健康増進コース修了者へ スペシャルプログラム



わたしは家族のためにも 楽々バランスメニュー教室

岩瀬 大久保 文子さん  
健康増進センターを利用して、10年以上にわたる健康的な生活を送っています。定期的に健康増進コースを受講して、自分の健康を大切にしています。

松戸 鬼沢 秀明さん  
自分の健康を大切にしたい。健康増進センターを利用して、自分の健康を大切にしています。

わたしは来られるときにできる 個人トレーニング

運動指導員があなたに合わせた運動プログラムを作成します。血圧が高めや肥満気味の人などにも、症状に合わせてプログラム。個人トレーニングカードには、その日に行なった運動や体重、血圧・脈拍なども毎回記録。運動指導員が細かなポイントをチェックします。レベルアップ・ステップアップの相談もお気軽に。

Table with 2 columns: 週 (Week) and 内容 (Content). Rows include: 第1週 オリエンテーション・健康的ダイエットについて, 第2週 血液検査 太らない食べ方のポイント, 第3週 調理実習(私の適量) ※みそ汁参加(塩分測定), 第4週 減量と運動について, 第5週 医師の話, 第6週 運動実技, 第7週 私の工夫とQ&A, 第8週 調理実習(私の1食分再チェック), 第9週 血液検査・運動実技, 第10週 終了式

体重kg÷(身長m)<sup>2</sup>=24以上の肥満または肥満傾向の人を対象に、10週間にわたるコースを、5月と9月の年2回用意しています。  
日常生活を見直し、より良い食習慣や運動習慣を身に付けて、無理なく肥満を解消しましょう。  
コース終了後も3ヵ月間、減量実績を維持・助長するためのメニューも用意しています。



実際に作って食べます  
1日目 あなたのコレステロール丈夫ですか?  
2日目 食物繊維を上手にとるために!  
3日目 あなたはどの位? 1日10gの塩分

講義と調理実習による、1日当たり1,600キロカロリーヘルシークッキング教室を春・秋・冬の年3コース用意しています。  
テーマは各コースで異なりますが、食品や調理法によって変わる食事の組み合わせのいろいろを、実際に作って食べて、自分に合った食事内容や量をつかんでいただくための教室です。



個人トレーニングカード

運動指導員があなたに合わせた運動プログラムを作成します。血圧が高めや肥満気味の人などにも、症状に合わせてプログラム。個人トレーニングカードには、その日に行なった運動や体重、血圧・脈拍なども毎回記録。運動指導員が細かなポイントをチェックします。レベルアップ・ステップアップの相談もお気軽に。

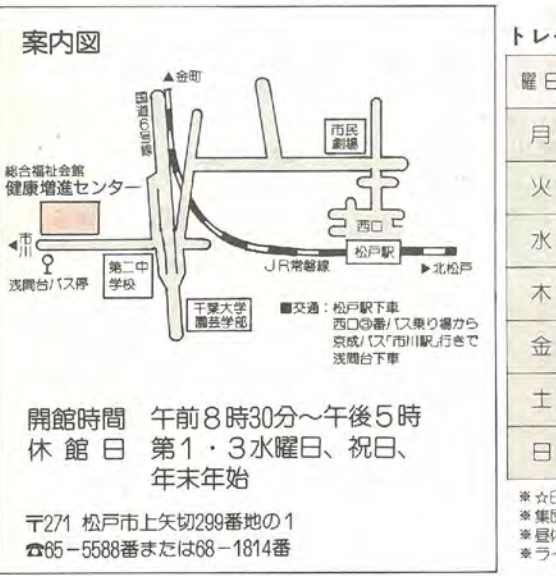


Table with 3 columns: 曜日 (Day), 午前 (Morning), 午後 (Afternoon). Rows show training times for various days of the week.

案内図  
開館時間 午前8時30分～午後5時  
休館日 第1・3水曜日、祝日、年末年始  
〒271 松戸市上矢切299番地の1 ☎65-5688番または68-1814番



健康の評価とアドバイス  
測定や検査のデータを、医師や保健師・栄養士・運動指導員・検査技師が専門の立場から検討。個人にあった運動・食生活・休養について、助言と指導をします。



# 情報 チャットネット



※タイトルが色刷りのものは、市の主催です。



## 保健・衛生

### 糖尿病・高血圧・肥満にブレイキ、病態別栄養指導

高齢化社会の到来とともに、成人病が増加する傾向にあります。成人病の予防は、いかに良い食生活を持続できるかがポイントです。

市では、松戸市医師会の協力のもと、病態別栄養指導を行っています。

糖尿病、高血圧、肥満等で栄養指導を受けたい人は、かかりつけの医師にお申し出ください。

実施日毎週火・金曜日、午前9時～午後4時 会場中央保健センター 対象原則として四十歳以上の人 費用無料 ※主治医を通じて予約してください。

健康管理課松戸方面保健室 66-7490番

### DPT(ジフテリア・百日せき・破傷風混合)予防接種

接種場所市内の委託医療機関(問診票に同封の一覧表以外は受診不可) 対象一期生後三月月～四十八月未満の人で三回接種、二期生後三月月～四十八月未満の間一回接種(生後四十八月～七十二月未満の人と、百日せきにかかったことのある人には、DT(ジフテリア・破傷風混合)を接種) 申し込みをする人(三期、二期(一回)を接種していない人で、問診票を持っていない人) ※一期平成6年10月1日～11月30日生まれ、二期平成5年6月1日～7月31日生まれの人で、平成7年1月未だに住民登録をした人には、2月中旬に問診票を送付します。

### 麻しん予防接種

接種場所市内の委託医療機関(問診票に同封の一覧表以外は受診不可) 対象生後十二月月～七十二月未満の人 申し込みをする人(麻しんの予防接種を受けていない人で、問診票を持っていない人) ※平成6年1月1日～2月28日生まれの人で、平成7年1月未だに住民登録をしている人には、2月中旬に問診票を送付します。

ハガキ記入要領

DPT申し込み	何回受けた
初めて	年月日
初めて	年月日
初めて	年月日
住所	氏名
保護者氏名	氏名
子供の氏名	生年月日
子供の生年月日	電話番号
子供の電話番号	

※以前の問診票も使えます。

ハガキ記入要領

麻しん申し込み	
住所	
保護者氏名	
子供の氏名	
子供の生年月日	
子供の電話番号	

### 市民吹奏楽団ファミリーコンサート

2月12日(日)午後2時開演 会場市民会館 内容アラジン、タンホイザー大行進曲ほか 費用無料 園渡利 68-2536番(夜間)

### 福祉職場合同就職説明会

2月18日(土)午後0時30分～3時30分 会場千葉商工会議所 内容社会福祉施設への就職を希望する人を対象とした各施設の職員による個別面談 園千葉県社会福祉協議会福祉人材センター 043-248-11294番

### 手賀沼浄化トークのついで

3月12日(日)午前11時開演 会場柏市民文化会館 内容①パネル展②手賀沼トークとミニコンサート(パネルディスカッション、基調講演など) 定員千五百人(②のみ) 園2月28日(火)「消印有効」まで往復ハガキに、住所・氏名・年齢・電話番号を記入して、〒260千葉市中央区中央港一―一―一(助千葉環境財団) 043-246-2078番

### 喜楽家ミニバザー

2月26日(日)正午～午後2時 会場喜楽家(馬橋二九八六) 園喜楽家 44-9951番

### 松戸西子ども劇場

2月15日(水)・16日(木)、午後4時30分(16日は5時30分) 開演 会場市民劇場 内容人形劇団ひとみ座公演「スッコケ三人組」 費用三千五百円 園事務局 61-1606番

### 野鳥観察会(江戸川)

2月12日(日)午前8時松戸駅東口デッキ集合、午前11時現地解散 持ち物観察用具・防寒具・筆記具 費用交通費実費 園まつど街と水辺の緑化基金 45-9846番

### 天体観望会

2月25日(土)午後4時30分～6時30分 会場手賀沼親水広場水の館 対象小学四年生～中学三年生(保護者同伴) 定員先着二十組 費用無料 園電話で手賀沼親水広場 0471-84-0555番へ

### 映画「ルッキング・フォワード」上映会

2月11日(祝)午後0時20分・2時10分・4時から(最終回を除いてトークあり) 会場市民会館 内容ウーマン・リブ運動と女性たちのドキュメンタリー 費用千円(要予約) 園電話で磨知 61-9011番へ

### 常盤平東子供会(ソフトボール)

日曜・祝日・第二土曜午前9時～午後2時 会場常盤平第二小学校 対象小学校三～六年生 費用月千五百円、保険料年四百円(入会金なし) 園中島 88-8077番

### 小金原美容体操サークル

毎週①火曜日②木曜日午前9時30分～11時 会場小金原体育館 費用月千円(入会金千円) 園森永 44-2898番

### 借地借家の無料相談

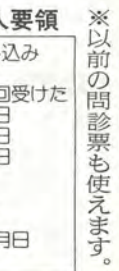
2月11日(祝)午後1時～4時 会場勤労会館 ※契約書類などがあれば、ご持参ください。 園松戸借地借家人組合 41-8279番

### お話し会「登校拒否には、まず親が元気を出して」

2月22日(水)午後1時30分～4時30分 会場勤労会館 費用五百円 園松戸登校拒否を考える会・増山 44-0788番

### お話し会「登校拒否には、まず親が元気を出して」

2月22日(水)午後1時30分～4時30分 会場勤労会館 費用五百円 園松戸登校拒否を考える会・増山 44-0788番



## 催し物

### 天体観望会

2月25日(土)午後4時30分～6時30分 会場手賀沼親水広場水の館 対象小学四年生～中学三年生(保護者同伴) 定員先着二十組 費用無料 園電話で手賀沼親水広場 0471-84-0555番へ

### 映画「ルッキング・フォワード」上映会

2月11日(祝)午後0時20分・2時10分・4時から(最終回を除いてトークあり) 会場市民会館 内容ウーマン・リブ運動と女性たちのドキュメンタリー 費用千円(要予約) 園電話で磨知 61-9011番へ

### 常盤平東子供会(ソフトボール)

日曜・祝日・第二土曜午前9時～午後2時 会場常盤平第二小学校 対象小学校三～六年生 費用月千五百円、保険料年四百円(入会金なし) 園中島 88-8077番

### 小金原美容体操サークル

毎週①火曜日②木曜日午前9時30分～11時 会場小金原体育館 費用月千円(入会金千円) 園森永 44-2898番

### 借地借家の無料相談

2月11日(祝)午後1時～4時 会場勤労会館 ※契約書類などがあれば、ご持参ください。 園松戸借地借家人組合 41-8279番

### お話し会「登校拒否には、まず親が元気を出して」

2月22日(水)午後1時30分～4時30分 会場勤労会館 費用五百円 園松戸登校拒否を考える会・増山 44-0788番

### お話し会「登校拒否には、まず親が元気を出して」

2月22日(水)午後1時30分～4時30分 会場勤労会館 費用五百円 園松戸登校拒否を考える会・増山 44-0788番

### お話し会「登校拒否には、まず親が元気を出して」

2月22日(水)午後1時30分～4時30分 会場勤労会館 費用五百円 園松戸登校拒否を考える会・増山 44-0788番

## 見に行こう 聴いてみよう

### 文化施設だより

### 市民会館

園市民会館 68-1237-9番

期日	内容	開演時間
2/5(日)	よさかワイン・ダンス・吹奏楽コンサート	14:00
2/12(日)	松戸市民吹奏楽団ファミリーコンサート	14:00
2/24(金)	がん撲滅チャリティシンポジウム	19:30

### 市民劇場

園市民劇場 68-0070番

期日	内容	開演時間
2/5(日)	ピアノ発表会(Petit Concert)	13:00
2/11(土)	ピアノ・エレクトーン発表会	13:00
2/18(土)	カラオケ発表会	12:00
2/25(土)	ピアノ発表会	17:00
3/4(土)	ピアノ・パイオリン発表会	13:00
3/11(土)	カラオケコンサート	18:00
3/18(土)	カラオケ大会	10:00
3/25(土)	ピアノ発表会(むさしピアノ教室)	15:30
3/31(木)	ピアノ発表会(フレイム)	13:30

### 文化ホールギャラリー

園文化ホール 67-7810番

期日	内容
2/7(水)・12(日)	富士百景写真展
2/21(水)・3/5(日)	松戸市書道展覧会

### 市立博物館

園市立博物館 84-8181番

期日	内容
2/28(日)まで	ハイビジョン映像「慶州/新羅千年の都」(観覧無料)
午後1時～3時30分	※3/1(火)からは「大英博物館/メソポタミアの美」(入場券)を上映
11時から(上映)	重要文化財指定記念 幸田貝塚出土品展(観覧無料)

### 松戸駅市民ギャラリー

園社会教育課市民文化係 66-7462番

期日	内容
2/17(土)まで	18(土)・3/3(日) 緑ヶ丘二丁目自治会 和紙ちぎり絵展
2/24(金)	会20周年記念「ななろ」展
2/24(金)	「創作展」
2/24(金)	「木版画展」
2/24(金)	「陶芸クラブ発表会」
2/24(金)	「松戸川柳会」

### 戸定歴史館

園戸定歴史館 62-2050番

期日	内容
2/12(日)まで	「徳川一門の人々」レポートを中心に
19(土)・3/3(日)	「戸定邸でのくらし」絵画・工芸品を中心に





北海道 美瑛町



千駄堀 大友 節子さん

真夏にまさか雪だるまを見ようとは。昨年の8月、応募したJR旅のプレゼントに、何倍もの倍率の中なんと当選。電車好きの息子と一緒に、寝台列車「北斗星」に乗り北海道美瑛町へ行ってきました。現地は見渡す限りジャガイモの白い花が咲き、名前の通りとても美しい所でした。地元の方々の演奏による歓迎や、わざわざ雪だるまを作ったユニークなイベントもあって楽しい旅でした。素敵な思い出をプレゼントしてくれた、北海道の皆さんの温かいもてなしに頭の下がる思いです。

あなたの旅の思い出を、真に二百字程度の文章を添えて広報課へお寄せください。



雪に親しむ会(スキー)  
3月24日(金)午後10時伊勢丹松戸店前集合、27日(月)午後9時帰着 行き先山形県蔵王スキー場 対象市民 定員先着三十八人 費用大人四万二千円、小学生まで四万円(往復バス代・泊五食代・保険料含む)  
松戸市スキー連盟・高橋 62-1800番(日曜・祝日を除く)

エアロビック・講演と実技指導  
2月12日(日)午後0時30分～4時15分 会場小金原体育館 内容①講演「エアロビックを楽しむ」②実技指導「エアロビック」 講師知念かおる氏 持ち物上履き・バスタオル 費用無料  
団当日会場で  
團スポーツ課 63-9241番



スポーツ

スポーツ教室

種目	日時	会場	問い合わせ
ラージボール卓球	2/19(日) 午前9時～正午	新松戸西小学校	体育指導委員 香川 43-5580番
インディアカ			体育指導委員 梶野 42-2602番
グラウンドゴルフ			体育指導委員 木下 45-3429番
ソフトバレーボール	2/19(日)・26(日) 午前9時～正午	新松戸北小学校	体育指導委員 小林 45-3685番
バドミントン			体育指導委員 山方 87-9009番
卓球	2/19(日)・26(日) 午前9時～午後1時	小金原体育館	体育指導委員 松丸 43-6608番
ソフトバレーボール	2/19(日)・26(日) 3/5(日) 午前9時～正午	常盤平第一小学校	体育指導委員 染谷 87-7632番

費用…保険料/バドミントン100円・卓球200円、その他は無料 団当日会場で



講座・講演

きのこ(しいたけ)教室  
2月12日(日)午前10時～午後2時(小雨決行) 会場船橋 2時(小雨決行) 会場船橋 県民の森(管理事務所集合) 費用五百円(シイタケ原木一本持ち帰り) 持ち物昼食・手袋  
電話で船橋県民の森管理事務所 0474-571409 4番へ

松戸地区労務管理講座  
2月28日(火)午後1時30分～3時30分 会場市民劇場 内容講演「昨今の労務管理に関する労働災害等の諸問題」 講師柏労働基準監督署長・飯田和男氏 対象市内事業所の経営者および労務担当者等 定員先着五十人 費用無料  
電話で商工課労政係へ

図書館市民講座「松戸の文学散歩」バスハイイク  
3月2日(木)・7日(火)、各回とも午前9時30分市立図書館本館前集合、午後3時ごろ解散 コース江戸川(更級日記) 矢切の渡し(野菊の墓文学碑(伊藤左千夫)) 本福寺吉田松陰(東北遊日記) 平野威馬雄墓(ほか) 定員二十五人(応募多数のときは抽選) 費用無料  
※昼食は森のホール21にて各自で  
2月15日(水)必着で、往復ハガキに希望日・住所・氏名・電話番号・図書館利用カード番号を記入して、〒271松戸市松戸二〇六〇市立図書館(65-5115番)へ  
※ハガキ一枚につき二人まで記入可。前回返外者を優先します。

女性大学講座「元気の出る読書入門」  
2月25日(土)3月25日(土)の毎週土曜日、午後1時30分～3時30分(3月18日は午後5時まで) 会場矢切公民館 内容二十世紀の女性たちの世界 講師聖徳大学短期大学部助教授・長江曜子氏 費用無料 定員先着二十五人  
電話で矢切公民館 68-1214番へ  
※二歳以上の保育あり(先着十五人まで)

千葉県コミュニティカレッジ「パソコン入門」ワープロと表計算  
2月20日(月)・24日(金)、午前9時30分～午後5時(全五回) 会場明生情報処理専門学校 費用無料 定員先着四十人 対象初心者  
2月15日(水)までに、ハガキまたはファクスに住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入して、〒270松戸市新松戸四二一 一明生情報処理専門学校開放講座係(6-4166番)へ

日舞新舞踊講習会  
①2月10日(金)・19日(日)②12日(日)・16日(木)、午後1時から(10日のみ正午から) 会場①新松戸市民センター②八ヶ崎市民センター 費用無料  
團電話 42-2171番

図書館市民講座「日本画と室内楽を楽しむ会」  
2月25日(土)午後0時30分松戸市民センター前集合、午後7時～現地解散 内容山種美術館「山本丘人とその仲間たち展」鑑賞と講演会聴講、カザルスホール「アマチュア室内楽フェスティバル」鑑賞 費用入館料千六百八十円・交通費別途 定員三十五人  
2月12日(日)必着で、往復ハガキに住所・氏名・電話番号・図書館利用カード番号を記入して、〒271松戸市松戸二〇六〇市立図書館(65-5115番)へ  
※ハガキ一枚に二人まで記入可。申し込み多数時は抽選。



矢切の渡し

新春陶芸一日教室  
2月10日(金)午前9時30分～午後0時15分・3時のうちから一回 会場陶松(市立病院裏) 費用五百円(陶土・焼き代別) 定員各回先着十二人  
團電話 伊藤 41-9500 68-7726番

松戸市障害者団体連絡協議会・障友会共催講習会  
2月19日(日)午後1時30分～3時30分 会場身障福祉センター(総合福祉会館内) 費用無料 内容地域社会における障害者福祉問題(在宅ケアを含めて) 講師松戸神経内科院長・北野邦孝氏 定員先着八十五人  
電話で伊藤 41-9500番へ

救急医療体制  
健康保険証を忘れずに



- ◆テレホン案内サービス……………66-0010番  
平日・午後5時～翌朝午前9時  
休日と土曜・午前9時～翌朝午前9時
- ◆夜間急病診療所……………68-3756番  
衛生会館内・毎日午後8時～11時
- ◆休日土曜日夜間歯科診療所……………65-3430番  
衛生会館内・午後8時～11時

森のホール21

問森のホール21 84-5050番

小ホール	大ホール	期日	内容	開演時間
5(日)	5(日)	2/10(日)	高橋竹山「津軽のひびき」☆ 芳音東郷センター 65-9911番	18:30
3/4(土)	3/4(土)	2/12(日)	次田研「ソナタ・ア・カポット」☆ 文化放送「ソナタ・ア・カポット」☆ 市民コンサート☆ 松戸市音楽協会 88-0111番	17:30
26(日)	26(日)	2/19(日)	松戸市音楽協会 88-0111番	14:00
19(日)	25(土)	2/25(土)	KANコンサート☆ フリーライブ 03-3470-9999番	18:30
16(木)	26(日)	2/26(日)	春のあや子コンサート☆ 千葉県生活協同組合連合会 043-24-7753番	14:00
12(日)	5(日)	3/4(土)	島田祐子「アメリコンソナート」☆ 松戸友の会 84-1294番	16:00
11(水)	5(日)	3/4(土)	アマノウ・ヒエラ「レアリサイタル」☆ 民音 46-9888番	18:30
11(水)	5(日)	3/4(土)	わたしたちのコンサート(ピアノ発表会) 鈴木晴美 42-5636番	14:00
12(日)	5(日)	3/4(土)	バイオリン(ピアノ)発表会 定規久美子 47-1499番	13:00
12(日)	5(日)	3/4(土)	早坂茂三講演会 松戸青志会 69-1071番	18:30
16(木)	5(日)	3/4(土)	名作劇場「ぼたて」☆ 松竹芸能 03-3542-6937番	15:30
19(日)	5(日)	3/4(土)	民謡伯有会 88-2677番 カワイ音楽教室発表会 カワイ音楽教室新松戸センター 41-5129番	10:00
26(日)	5(日)	3/4(土)	「ウイヴァル・ウイヴァル」☆ 新ウイヴァル・ウイヴァル演奏会☆ 松戸市文化振興財団 84-5050番	14:00
3/4(土)	5(日)	3/4(土)	ピアノ・エレクティオン発表会 浅野ゆみ子 45-8673番	10:30

21世紀の森と広場パークセンター

問パークセンター 45-8900番

期日	内容
2/16(木)・26(日)	「松戸のみどり情報展」企画展
25(土)	「パトワオッチング」林や水辺の鳥
25(土)	講師:みどりの相談員・首藤美重子氏
25(土)	午前10時～正午
25(土)	講義:みどりの相談員・首藤美重子氏
25(土)	費用:無料 ※雨天中止
25(土)	※月曜日は休館
25(土)	入館時間:午前9時～午後4時(3/1(水)からは午後4時30分まで)
25(土)	※月曜日は休館

森のホール21 チケットセンター  
札幌交響楽団演奏会  
指揮/秋山 和慶 ピアノ/練木 繁夫  
3月25日(土) 午後3時開演 会場 大ホール  
曲目 プラムス/交響曲第3番 ピアノ協奏曲第1番  
費用 S席5,000円・A席4,000円・B席3,000円  
問森のホール21チケットセンター 84-3331番  
(午前10時～午後4時・月曜休館)



# けん玉ぼくにもできるかな？

## お年寄りと正月遊びで交流

1月12日小金原保育所で、子供たちと地元のお年寄りとの交流会が行われました。

保育所に招かれたのは、すぐ近くの小金原老人福祉センターを利用している約20人のお年寄り。

ふだんお年寄りと触れ合うことの少ない子供たちも多いことから、保育所が企画したもので、けん玉・こま回し・あや取り・お手玉などの、昔ながらの正月遊びを一緒に楽しみました。

子供たちは、お年寄りに教えてもらいながら、いろいろな遊びを体得。予定していた2時間は、あっという間に過ぎてしまいました。



まずは模範演技



小金原 直井 道頼さん

子供たちにはめずらしいのが、とても興味を持ってくれて、楽しく遊べました。これからも交流を続けていきたいですね。



(市立博物館蔵)

### 携帯用箱枕

天明元年(1781) 銘

箱形の木枕で、8個の枕を収納する枕箱の天板には把手金具が付いていて、持ち運びできます。箱蓋(ふた)の裏側には江戸時代中期の年号が墨で書かれています。

江戸時代中期には、庶民の間で有名な社寺への参詣を名目とする物見遊山の旅が盛んに行われ、関東の農村でも伊勢神宮へ参拝する伊勢参りが流行しました。当時は歩くのが旅の手段だったので、江戸から伊勢まで約2週間もかかり、途中街道の宿場で寝泊りすることになります。伊勢参りは大勢で出かけたことから、このような箱枕が重宝したのでしょう。(市立博物館)

### まつど歴史点描

## 日本一の排水ポンプ 松戸排水機場に設置

主水新田の松戸排水機場に、新しく大型排水ポンプが設置されます。

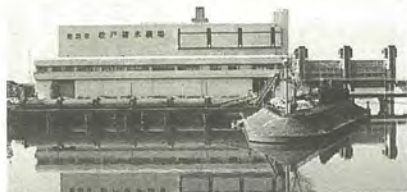
このポンプは、台風などで坂川が増水したときに、江戸川へ毎秒50トン(家庭用風呂で約170杯分)の水を排水できるもので、その能力は日本一。これから設置工事が始まり、6月から稼働できるようになります。

内部のスクリューには人の身長を上回る羽根が4枚付き、5400馬力のディーゼルエンジンで、毎分60回転します。

これにより松戸排水機場は、現在ある2つのポンプと合わせて、毎秒100トンの水を排水することができるようになり、台風シーズンの坂川の急激な増水にも対応できるものと期待されます。



ポンプ内のスクリュー。毎分60回転で排水します



増水時に水を坂川から江戸川へ流す松戸排水機場



身近な街の話題をお寄せください。 広報課



成人式で成人代表あいさつを手話で行った

松田 絵理さん

## 同じ二十歳の仲間伝えたい

1月15日、松田さんは森のホール21で行われた成人式で、手話を使って「成人者のことば」を発表した。

きっかけは、松田さんが高校三年のときに書いた読書体験記にさかのぼる。この体験記を読んだ女性が、松田さんを市に推薦したのである。

松戸市の成人八千人の代表として、式典でせびスピーチをと言われたとき、驚きとともに不安もあったが、同年代の仲間が障害者のことを知って、いろいろな機会を思い、引き受けることにした。

松田さんは、生まれつき耳が聞こえない。発音も不明瞭(りょう)である。そのため高校まではろう学校に通っていた。しかし現在は大学に通い、日本語について勉強している。

大学の講義では、初めは友人のノートを借りたり、講義を録音してテープ起こしを頼んだりした。覚悟はしていたが、みんなには普通の授業が松田さんにとっては、かなり大変だった。

しかし手話サークルでの活動がきっかけで、今では親しい友人たちが授業を手話通訳してくれるようになった。

成人式の当日、スピーチの中で松田さんは、障害者問題を通じて、人間として生まれ、生きるこの重さを感じつつ、自分の道を歩んでいくことを誓った。

「私はむしろ障害者として生まれて良かったと思います。というのは、周りの人々の優しさにだれよりも早く触れられるから」という松田さん。将来は、ろう学校の先生を目指している。

(中矢切在住)



成人式での松田さん