

# 広報 **なりた**

2020

5.1

No.1410



## 一起加油!

(一緒に頑張ろう)

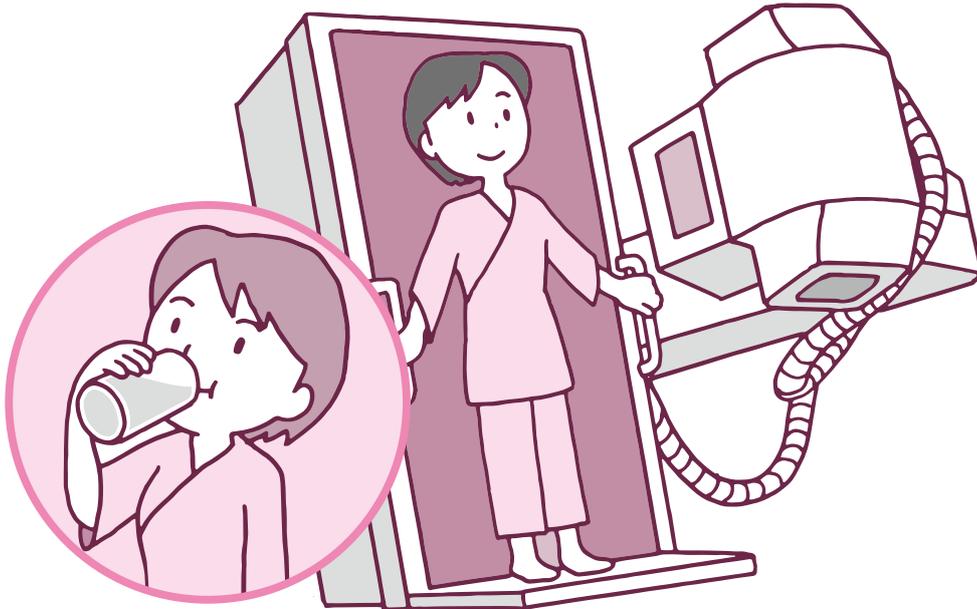
友好都市の台湾・桃園市長からSNSで発信された応援メッセージに応える小泉市長。この状況に共に立ち向かうため、エールの交換を行いました。(4月17日・成田市広報課facebookで配信)

### 主な内容

成人健(検)診・女性の検診	2
新型コロナウイルス感染症拡大防止	8
自宅のできる介護予防・健康維持	19



# 定期的な 健康チェックを



市では、皆さんの健康づくりを支援するため、健康診査・各種がん検診・女性の検診(集団・個別)を実施しています。

定期的に健(検)診を受けて体の状態を知るとは、病気の発見だけでなく、健康づくりにつながります。市では、受診券・案内・問診票などを5月上旬に次の人に送付します。

- 平成30年度・令和元年度に市の健(検)診を受けた人
- 40～74歳で国民健康保険に加入している人
- 受診券などが届かない場合は、健康増進課(☎27-1111)へ連絡してください。

## 健(検)診の注意事項

○健康診査を受診する40歳以上の人は、令和元年度の健診の結果票を必ず持ってきてください

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、緊急事態宣言の期間中は集団・個別健(検)診を中止します。ただし、集団の大腸がん検診は実施します。8月以降の日程に変更がある場合は、広報なりたや市ホームページ(<https://www.city.narita.chiba.jp>)などでお知らせします。

## 健(検)診の対象と内容

年齢は令和3年3月31日時点

健(検)診の種類	対象(市に住民記録のある人)		内容
	集団	個別	
<b>健康診査</b>			
一般健康診査	18～39歳の人、生活保護受給者	—	身体計測、問診、尿検査、血圧測定、診察、血液検査、腹囲測定(40～74歳の特定健康診査)、心電図・眼底・貧血検査(40歳以上の対象者のみ)
特定健康診査(国民健康保険加入者)	40～74歳の人	60～74歳の人	
後期高齢者健康診査	受診日時点で後期高齢者医療保険に加入している人		
<b>がん検診など</b>			
胸部レントゲン	40歳以上の人	60歳以上の人	胸部のエックス線撮影
大腸がん検診	—	—	便の潜血検査(2日分)
胃がん検診(予約制)	バリウム 40歳以上の人	—	バリウムを飲んで胃部のエックス線撮影
	胃内視鏡 —	50歳以上で偶数年齢の人	胃カメラによる検査(自己負担3,000円・生活保護受給者は無料)
肝炎ウイルス検診	40歳以上で市の同検診を受診したことがない人	60歳以上で市の同検診を受診したことがない人	採血によるB型・C型肝炎ウイルス検査
前立腺検査	50～70歳の男性で偶数年齢の人	60～70歳の男性で偶数年齢の人	血液検査
<b>女性の検診</b>			
乳がん検診	超音波(予約制)	30歳以上の女性	—
	マンモグラフィー(集団のみ予約制)	40歳以上で令和元年度に同検査を受診していない人	
子宮頸がん検診	20歳以上で令和元年度に同検査を受診していない人		子宮頸部の細胞診(2年に1回)
骨密度検査	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75歳の女性	—	踵骨(かかと)の超音波検査

- ほかの保険に加入していて特定健康診査の受診を希望する場合は、保険者に確認してください
  - 各種がん検診は、加入している保険の種類に関係なく、ほかで検診を受ける機会のない人が受診できます。検診を受ける部位に関して通院中の人は受診できません
  - 胃がん・乳がん検診で2つの検査が選べる場合は、どちらか1つを受診できます
- 健(検)診に必要な物**
- 受診券・問診票(集団健(検)診の場合は当日会場でも発行できます)
  - 保険証(特定・後期高齢者健康診査)
  - 予約はがき(胃がん・乳がん検診(集団))
  - 受診費用(超音波・胃内視鏡検査)
  - 令和元年度の健診の結果票(健康診査を受診する40歳以上の)
- 集団健(検)診**
- 健(検)診の日時と会場は下表①
  - ②、対象と内容は2ページの表の通りです。胃がん・乳がん検診以外の予約は必要ありません。
- 受診を希望する人は、当日直接

①健康診査・がん検診などの日程(集団)

受付時間＝午前9時～10時30分(保健福祉館は午前8時30分～11時)

月	日	会場	月	日	会場	月	日	会場
大腸がん検診(検体提出のみ)			17日(休)	三里塚コミュニティセンター	11月	20日(金)		
6月	4日(休)	遠山公民館	18日(金)		21日(土)	保健福祉館		
	5日(金)	保健福祉館	9月	20日(日)	保健福祉館	27日(金)		
	10日(休)	八生公民館	24日(休)	公津公民館	12月	1日(火)	保健福祉館	
	19日(金)	保健福祉館	30日(水)	保健福祉館		6日(日)		
	26日(金)	大栄支所	7日(水)	中郷ふるさと交流館		11日(金)		
	29日(月)	大栄支所	8日(木)	三里塚コミュニティセンター	14日(月)			
7月	1日(水)		9日(金)		健康診査・がん検診など(胃がんを除く)			
	2日(木)	下総公民館	10月	15日(木)	保健福祉館	10月	14日(水)	
	3日(金)		20日(火)		11月	10日(火)	保健福祉館	
	5日(日)	保健福祉館	23日(金)	豊住公民館		19日(木)		
	7日(火)		29日(水)	印東体育館	胃がん検診(バリウム検査)・乳がん検診			
	8日(水)	大栄支所	4日(水)	保健福祉館	9月	11日(金)	保健福祉館	
	9日(木)		6日(金)	市役所	29日(火)			
健康診査・がん検診など			11月	11日(水)	10月	2日(金)		
9月	4日(金)	久住公民館	13日(金)	保健福祉館	12月	4日(金)		
	15日(火)	市役所	15日(日)					

②女性の検診の日程(集団)

会場	月	日	乳がん検診(予約制)		子宮頸がん検診(定員あり)	骨密度検査	
			マンモグラフィ	超音波			
保健福祉館	8月	21日(金)	—	8:30～10:50	—	8:30～11:00	
			12:30～15:20	12:30～15:20	—	12:30～15:30	
	9月	11日(金)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	—	
			—	8:30～10:50	—	8:30～11:00	
		14日(月)	12:30～15:20	12:30～15:20	—	12:30～15:30	
			29日(火)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	—
	10月	2日(金)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	—	
		14日(水)	8:30～10:50	—	—	8:30～11:00	
		31日(土)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	8:30～11:30	
		11月	10日(火)	8:30～10:50	—	—	8:30～11:00
			19日(木)	8:30～10:50	—	—	8:30～11:00
			21日(土)	8:30～10:50	—	—	—
	12月	25日(水)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	8:30～11:30	
		4日(金)	8:30～11:20	8:30～11:20	—	—	
			13日(日)	8:30～10:50	8:30～10:50	9:30～11:00	8:30～11:00
		12日(日)	12:30～14:50	12:30～14:50	13:00～15:00	12:30～15:00	
11月	5日(木)	8:30～10:50	8:30～10:50	9:30～11:00	8:30～11:00		
		12:30～14:50	12:30～14:50	13:00～15:00	12:30～15:00		
三里塚コミュニティセンター	10月	22日(木)	9:00～10:50	9:00～10:50	9:30～11:00	9:00～11:00	
12:30～14:50			12:30～14:50	13:00～15:00	12:30～15:00		
下総公民館	11月	5日(木)	9:00～10:50	9:00～10:50	9:30～11:00	9:00～11:00	
大栄公民館			13:00～14:50	13:00～14:50	13:00～15:00	13:00～15:00	

③個別健(検)診実施医療機関

医療機関名	問い合わせ先
<b>健康診査・がん検診など(胃内視鏡実施)</b>	
京増内科クリニック(花崎町)	22-1717
大田クリニック(ウイング土屋)	23-2100
ひらの内科(ウイング土屋)	23-8070
美郷台木内クリニック(美郷台)	23-5551
木下医院(公津の杜)	27-7222
つかだファミリークリニック(加良部)	26-4750
立花・真鍋医院(橋賀台)	27-3535
中島医院(中台)	27-3454
伊藤医院(本三里塚)	35-0101
日本医科大学成田国際空港クリニック(古込)	34-6119
矢野医院(猿山)	96-0071
成田病院(押畑)	22-1500
<b>健康診査・がん検診など</b>	
長谷川医院(東町)	22-0070
石原医院(東町)	22-0550
藤倉クリニック(幸町)	22-1158
小倉医院(寺台)	22-0228
公津の杜メディカルクリニック(飯田町)	20-5551
黄内科(飯田町)	20-6661
吉原医院(宗吾)	26-2477
桜田内科(公津の杜)	37-4757
わたなべクリニック(公津の杜)	36-7878
鳥居内科医院(吾妻)	27-3456
黒田内科診療所(加良部)	26-3251
国保医院(玉造)	26-3613
麻野クリニック(三里塚御料)	35-4588
根本内外科医院(猿山)	96-2829
聖マリア記念病院(取香)	32-0711
大栄病院(桜田)	73-2311
<b>健康診査・前立腺検査・大腸がん検診</b>	
国保大栄診療所(吉岡)	73-2333
<b>健康診査</b>	
岡崎医院(吉岡)	73-5225
<b>がん検診など(胃内視鏡実施)</b>	
菅谷クリニック(馬橋)	24-4774
いしがみ医院(公津の杜)	26-2888
<b>がん検診など</b>	
成田センタークリニック(団護台)	20-1002
片岡内科循環器科医院(玉造)	28-3027
<b>胃がん検診(胃内視鏡のみ)</b>	
なのはなクリニック(吉岡)	49-0533
<b>子宮頸がん検診</b>	
渡辺医院(花崎町)	22-0257
いしいクリニック(ウイング土屋)	23-4103
岩沢クリニック(飯田町)	27-1122(要予約)
松岸レディースクリニック(公津の杜)	27-0303
尾崎クリニック(玉造)	28-8511
麻野クリニック(三里塚御料)	35-4588(要予約)
<b>乳がん検診(マンモグラフィーのみ)</b>	
公津の杜メディカルクリニック(飯田町)	20-5551

\*診療日は医療機関により異なります。くわしくは各問い合わせ先へ

会場に来てください。  
**胃がん・乳がん検診は予約が必要**  
 緊急事態宣言に伴い、5月中は受け付けを行いませんので注意してください。  
**受付日時** 6月1日(月)～12月22日(火)の月～金曜日(祝日、8月11日(火)～14日(金)を除く) 午前9時30分～午後1時、午後1時30分～5時  
**予約方法** 受診券に記載された「受診番号」と受診希望日を成田市がん検診予約センター(☎043-312-6004)へ。同センターホームページ(https://

www.mrso.jp/mrs/naricity/InsuranceDialogues/insurance\_select)でも予約できます。受診希望日が7日以内の場合は電話で予約してください。  
**個別健(検)診**  
 集団健(検)診のほかに、市内の医療機関でも健康診査と一部の検診が受けられます。希望する人は直接申し込んでください。  
 健(検)診の対象と内容は2ページの表の通りです。  
**期間** 6月1日(月)～11月30日(月)  
**実施医療機関** 左表③の通り

**人間ドック・脳ドック費用を助成します**  
 国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している人で、一般・特定・後期高齢者健康診査を同年度内に受診していない人を対象に、人間ドックと脳ドックの費用を助成しています。  
 詳細は広報なりた4月1日号25ページで確認してください。  
**障がいのある人の受診をサポート**  
 市では、障がいのある人が安心

して健(検)診を受けられるようにサポートしています。  
 障がいがあり、健(検)診を受ける際に不安なことがある人や、聴覚または音声・言語機能に障がいがあり、胃がん・乳がん検診の予約などが困難な人は、健康増進課(☎27-1111 FAX 27-1114)に相談してください。  
 ※くわしくは、一般健康診査・がん検診については同課、特定・後期高齢者健康診査、人間ドック・脳ドック費用の助成については保険年金課(☎20-1526)へ。

令和元年度健(検)診の結果

令和元年度に集団・個別健(検)診を受けた市民の人数と結果を公表します。

健康診査の受診者が1万18人、がん検診の受診者が延べ3万5,744人でした。

健(検)診を定期的に行うことで、自覚症状が出る前の初期の段

階で病気を発見することができま

す。ぜひ受診してください。

**健康診査**

区分	受診者数
18～39歳	843人
40～74歳	6,687人
75歳～	2,844人
合計	10,374人

**がん検診**

区分	受診者数	要精密検査数	がん発見数(疑い)
胃がん	3,904人	322人	2(1)人
大腸がん	10,494人	615人	16(3)人
肺がん	12,372人	427人	2(10)人
乳がん	4,699人	164人	8(2)人
子宮頸がん	4,275人	73人	2(6)人
合計(延べ)	35,744人		

印旛市医師会提供

# 8020を目指して健康に

市では、80歳になっても自分の歯を20本以上保つ「8020運動」ハチマルニイマルを推進し、歯の病気の早期発見と予防のため、成人歯科検診と虫歯予防事業を行っています。

自己負担額 500円(70歳以上の  
人、生活保護受給者は自己負担なし)

受診方法 希望する歯科医療機関

(左表に直接予約する(生活保護受給者は事前に健康増進課へ

連絡してください)

フッ化物むし歯予防事業

対象 市に住民記録がある平成28

年4月1日～29年3月31日生ま

れの子どもで希望する人(対象

者にはがきで通知)

期間 4歳の誕生日から5歳の誕生日前日まで

内容 問診、口腔内診査、フッ化物塗布、保健指導

自己負担額 200円(生活保護

受給者は自己負担なし)

受診方法 希望する歯科医療機関

(左表)に直接予約する(生活保護

受給者は事前に健康増進課へ

連絡してください)

歯の健康講座

地区やサークルなどの希望に応じて、歯磨き実習や口の体操などの講座を行います。希望する場合は健康増進課へ連絡してください。

※くわしくは同課(☎27・1111)

1)へ。

## 実施歯科医療機関一覧

診療日時は医療機関により異なります。また、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、検診などの実施期間が変更となる場合があります。くわしくは各問い合わせ先へ。

医療機関名	問い合わせ先
<b>成人歯科検診・フッ化物むし歯予防事業</b>	
ポプラ歯科医院(東町)	22-9578
もろおか歯科歯列矯正クリニック(幸町)	22-2146
はぎわら歯科医院(上町)	20-4180
成田駅前デンタルオフィス(花崎町)	33-6487
グランド歯科医院(花崎町)	22-0672
アン・デンタルクリニック(土屋)	22-0776
オカモト歯科医院(郷部)	23-3303
大木歯科医院(不動ヶ岡)	24-2030
池田歯科西(団護台)	24-0450
さくら歯科クリニック(美郷台)	24-5454
ミサト歯科医院(美郷台)	24-3370
とみさわ歯科医院(飯田町)	27-5015
しみず歯科クリニック(飯田町)	76-9723
いしだ歯科医院(飯田町)	28-8791
ノウチ歯科クリニック(並木町)	24-2566
青柳デンタルオフィス(公津の杜)	29-3168
小出歯科医院(公津の杜)	28-1452
公津の杜あべ歯科クリニック(公津の杜)	28-6555
伊藤歯科医院(公津の杜)	29-0418
ウニクス成田歯科(はなのき台)	27-8241
ボンベルタ歯科クリニック(赤坂)	20-8110
歯医者のそらクリニック(赤坂)	27-0064
野澤歯科医院(吾妻)	28-2211
ながい歯科医院(加良部)	28-6377
メイヨ歯科成田ニュータウン診療所(加良部)	27-5481
渡辺歯科クリニック(加良部)	36-7911
斉藤歯科医院(橋賀台)	26-6480
ハヤシダ歯科医院(玉造)	27-8548
大野歯科医院(大生)	36-1523
三里塚歯科医院(本城)	35-5215
渡部歯科医院(三里塚光が丘)	35-3090
藤崎歯科医院(三里塚御料)	35-0269
角田歯科医院(西三里塚)	35-2277
日本医科大学成田国際空港クリニック(古込)	34-6119
川畑歯科医院(猿山)	96-0025
田中歯科医院(猿山)	96-2257
下総歯科クリニック(名古屋)	96-3999
来光台歯科医院(吉岡)	73-7350
<b>成人歯科検診</b>	
たんぼぼ小児歯科(花崎町)	22-1325
岡田歯科医院(花崎町)	22-4976
成田イオン歯科(ウイング土屋)	23-8277
藤田歯科医院(不動ヶ岡)	24-3233
平田歯科医院(飯田町)	23-0576
さいとう矯正歯科クリニック(橋賀台)	26-6226
大森歯科口腔外科医院(玉造)	28-3852
榮歯科医院(大竹)	26-8060
成田病院(押畑)	22-1500
聖マリア記念病院(取香)	32-0711

歯を失う2大疾患である虫歯と歯周病は、口の中だけでなく体全体の健康に影響することが分かっています。生涯にわたって健康でいるためには、日々の歯磨きや定期検診がとても大切です。

また、子どもの頃から継続して虫歯予防や定期検診を行うことで、健康の基本となる生活習慣を身に付けることができます。さらに、かかりつけの歯科医を保持し、個人に合わせた指導や治療が受けられたり、悩んだときに気軽に相談できたりするメリットがあります。歯の健康を守り、いつまでも豊かな生活を送れるよう

定期的にかかりつけ歯科医の検診を受けましょう。  
**成人歯科検診**  
対象 市に住民記録がある19歳以上の(現在治療中の人を除く)  
期間 12月31日(木)まで  
内容 問診、口腔内診査、保健指導

希望する歯科医療機関(左表)に直接予約する(生活保護受給者は事前に健康増進課へ連絡してください)

希望する歯科医療機関(左表)に直接予約する(生活保護受給者は事前に健康増進課へ連絡してください)

# 公文書などの開示状況

市では、情報公開制度により、請求に応じて市が保有する公文書の開示や付属機  
関などの会議の公開を行っています。また、個人情報保護制度により、市が保有  
する個人情報 を適正に管理し、個人の権利や利益の保護に努めています。

## 情報公開制度と 個人情報保護制度

### 情報公開制度

令和元年度の公文書の開示請求  
は76件で、請求に対する開示決定  
などの内訳は下表の通りです。

部分開示になった文書は、個人  
に関する情報が含まれるものがほ  
とんどでした。

また、開示請求内容に当てはま  
る文書を市が保有していなかった  
ため、不開示としたものもありま  
す。

### 個人情報保護制度

市が保有する個人情報、市個人  
情報保護条例で保護されていま  
す。市が保有する文書に記録され  
ている自分の情報は、開示・訂  
正・利用停止を請求することがで  
きます。

令和元年度の個人情報の開示請  
求は11件で、請求に対する開示決  
定などの内訳は下表の通りです。

### 請求・相談窓口

情報公開・個人情報開示の請  
求・相談窓口は、市役所1階の行  
政資料室(☎20・1510(総務課))

です。

開示請求できる情報は、市の職  
員が職務上作成または取得した文  
書や写真などで、市が管理してい  
るものに限られます。

自分自身の情報は、本人であれ  
ば誰でも請求できますが、請求内  
容により部分開示や不開示となる  
こともあります。

## 付属機関などの 会議を公開

会議の透明性・公平性を確保す  
るため、市の付属機関などの会議  
を公開しています。

会議の開催予定などは、行政資  
料室や市ホームページ(<https://www.city.naria.chiba.jp/shisai/index0624.html>)、千葉テレ  
ビータ放送(県内市町村行政情  
報)でお知らせしています。

## 行政資料室で 資料を閲覧できます

市で作成した各種統計書・市政  
資料などを検索できるよう、行政  
資料室内に検索用システムを設置  
しています。市が保有する公文書  
の件名を検索することもできます。  
行政資料室内の資料は自由に閲

覧し、必要に応じてコピー(有料)  
ができ、貸し出し・販売されてい  
る物もあります。各種資料の案内  
や相談も受け付けています。

※新型コロナウイルス感染症の拡  
大防止のため、行政資料室は当  
面の間閉鎖となっています。く  
わしくは総務課(☎20・151  
0)へ。

情報公開に関する開示決定などの状況(令和元年度)

実施機関	件数	決定内容			取り下げ
		開示	部分開示	不開示	
市長	68	25	39	4	0
教育委員会	5	1	4	0	0
消防長	3	0	3	0	0
合計	76	26	46	4	0

個人情報保護に関する開示決定などの状況(令和元年度)

実施機関	件数	決定内容			取り下げ
		開示	部分開示	不開示	
市長	8	1	7	0	0
消防長	2	1	1	0	0
固定資産評価 審査委員会	1	0	1	0	0
合計	11	2	9	0	0

各種資料が並ぶ行政資料室(市役所1階)



# 一人で抱え込む前に

市では、市民の皆さんが日常生活を送る中で遭遇する困り事や不安を解決するため、各種相談窓口を開設しています。

秘密は厳守されるので、安心して相談してください。

会場 市民相談室(市役所2階)

対象 市民

相談料 無料

注意事項

○相談内容によっては受け付けできない場合があります

○法人からの相談は受け付けません

○受け付けは終了時間の30分前までです。正午～午後1時は相談できません

○相談日は変更になる場合があります

○弁護士法律相談、女性のための相談は予約が必要です。直接または電話で市民協働課(☎20・1507)へ

市民生活相談

日時 11月・金曜日 午前9時～午後4時

内容 相続、離婚、相続関係など

相談員 元裁判所調停委員

弁護士法律相談(予約制)

日時 水曜日 午後1時～4時(1組当たり30分)

内容 金銭貸借、損害賠償など

相談員 県弁護士会所属の弁護士

女性のための相談(予約制)

日時 木曜日 午前10時～午後4時(1組当たり50分)

内容 夫婦、DV、セクハラなど

相談員 女性カウンセラー

もめごと・なやみごと・苦情相談

日時 第4火曜日 午前10時～午後3時

内容 差別や名誉毀損、嫌がらせ

などの人権侵害、国の行政に対しての意見や要望など

相談員 人権擁護委員、行政相談委員

税務相談

日時 第3火曜日 午前10時～午後3時

内容 確定申告、相続税など

相談員 県税理士会所属の税理士

不動産相談

日時 第3火曜日 午前10時～正午

内容 宅地・建物の売買、賃貸借など

相談員 県宅地建物取引業協会印 旗支部相談員

外国人相談

市内で生活する外国人が対象です。皆さんの周りに困っている人がいたら教えてあげてください。

日時 第2・4金曜日 午後1時～4時

内容 健康保険、年金、税金など

日常生活における諸問題

取り扱い言語 英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語。各言語による案内は下記の通り

※新型コロナウイルス感染症などの影響で中止となる場合があります。

まず、くわしくは市民協働課(☎20・1507)へ。

20・1507)へ。

20・1507)へ。

20・1507)へ。

20・1507)へ。

20・1507)へ。

## CONSULTATION SERVICE FOR FOREIGNERS

- ◆Date Every 2nd and 4th Friday
- ◆Time 1:00P.M. ~ 4:00P.M. (Reception ends at 3:30P.M.)
- ◆Place Narita City Hall 2F Meeting Room
- ◆Subject To advise and help you solve problems you encounter such as health insurance, pension and tax etc. while living in Narita
- ◆Charge Free
- ◆Inquiry "SHIMINKYODOKA" ☎0476-20-1507

\*Due to the influence of COVID-19, the consultation may be canceled.

## SERVICIO DE CONSULTA PARA EXTRANJEROS

- ◆Fecha segundo y cuarto viernes
- ◆Horario 13:00~16:00 (recepta hasta 15:30)
- ◆Lugar segundo piso del edificio(municipalidad) "Sala de Consulta"
- ◆Contenido de consulta problemas varios de la vida diaria como seguro de salud, pension, impuestos
- ◆Costo gratuito
- ◆Información "SHIMINKYODOKA" ☎0476-20-1507

\*Debido a la influencia de COVID-19, la consulta puede ser cancelada.

## 為外国人服務的諮詢窗口

- ◆諮詢日 毎月第二和第四之星期五
- ◆諮詢時間 下午1時～下午4時(最後登記面談時間為 3時30分)
- ◆諮詢地点 市役所2楼 會議室
- ◆諮詢内容 日常生活上之各種問題 包括:健康保險, 年金, 税金等
- ◆諮詢費 免費
- ◆查詢電話 "市民協働課" ☎0476-20-1507

\*由於 COVID-19 的影響, 諮詢可能會被取消。

## SERVIÇO DE ACESSORIA AOS ESTRANGEIROS

- ◆Período 2ª e a 4ª semana de 6ª feira do mês
- ◆Horário 13:00 Hs ~ 16:00 Hs (15:30 Termina Recepção)
- ◆Local Prefeitura de NARITA 2º Andar "Sala de Consulta"
- ◆Objetivo Eventuais problemas do cotidiano, como pensão, seguro de saúde e impostos.
- ◆Serviço gratuito
- ◆Informação "SHIMINKYODOKA" ☎0476-20-1507

\*Devido à influência do COVID-19, a consulta pode ser cancelada.

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止

# 気を緩めずに引き続き対策を

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐには、一人一人が「感染しない・させない」という意識を持つことが大切です。今後も気を緩めることなく、対策を続けましょう。

### 日常生活で気を付けること

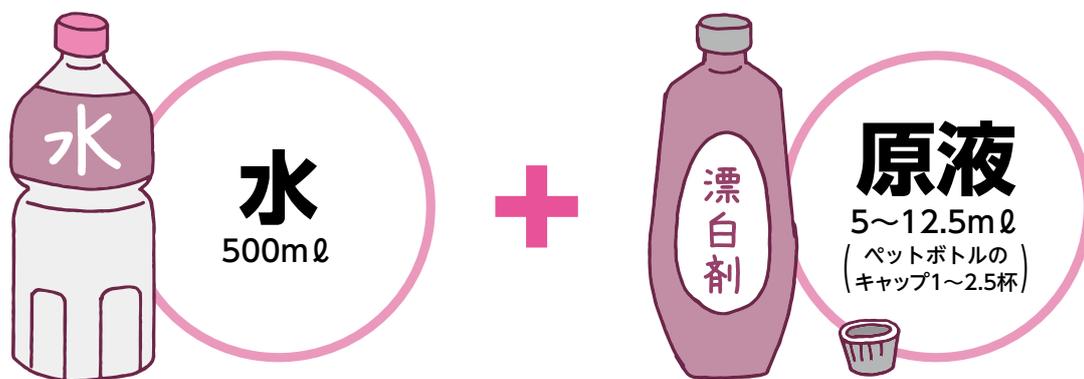
- 外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などに小まめに石けんで手を洗いましょう
- せきをする時は、ティッシュやハンカチで口と鼻を押さえるなどのせきエチケットを守りましょう
- 自分の体調を確認するために、毎日、検温を行いましょう
- 食料品の買い出し、病院への通院などの生活の維持に必要な場合を除き、昼夜を問わず不要不急の外出は避けましょう

### 家の中も消毒を

リモコンやドアノブ、トイレの水洗レバーなど、家族が共通して触れるものは消毒をしましょう。消毒液は下記の方法で作ることができます。

#### 消毒液(濃度0.05%の次亜塩素酸ナトリウム液)の作り方

水(500mℓのペットボトル1本) + 家庭用塩素系漂白剤(ペットボトルのキャップ1~2.5杯分)



消毒液を布に含ませて拭いた後、必ず水拭きをしましょう

#### 消毒液を作製・使用するときの注意事項

- 手指の消毒には使用できません
- ゴム手袋を着用し、部屋の換気を十分にしてから行ってください
- 酸性のものと混ぜると有毒ガスが発生するため、注意してください
- 商品により塩素濃度が異なるので、パッケージの表示や商品のホームページの説明をよく確認してください

参考：厚生労働省ホームページ

## 申請手続きを郵送で

証明書発行の申請手続きなどは市役所の窓口に来なくてもできる場合があります。くわしくは各問い合わせ先へ。

手続きの種類	内容	問い合わせ先
住民票などの申請	戸籍謄(抄)本・戸籍の附票・住民票などの発行、転出の手続き	市民課(☎20-1525)
国民健康保険・後期高齢者医療保険に関する手続き	国民健康保険の加入・喪失の手続き、高額療養費の申請、人間ドック助成の申請など	保険年金課(☎20-1526)
税関係証明書の申請	課税証明書・納税証明書・評価額証明書・公課証明書などの発行	市民税課(☎20-1513) 納税課(☎20-1519) 資産税課(☎20-1514)
介護保険に関する手続き	資格喪失の手続き、被保険者証の再発行などの届け出、介護認定・高額介護サービス費の申請など	介護保険課(☎20-1545)
高齢者の福祉サービスなどの申請	はり・きゅう・マッサージ等施設利用券・配食サービス・障害者控除対象者認定書などの申請、オンデマンド交通の利用登録(電話のみ)	高齢者福祉課(☎20-1537)
住宅用省エネルギー設備設置などに関する補助金の申請	住宅用省エネルギー設備設置費補助金・雨水貯留施設設置費補助金の申請	環境計画課(☎20-1533)

### 窓口混雑情報サイトの活用を

窓口混雑情報サイト「成田市なう！」(<http://yobidashi.jp/narita>)では、市民課と保険年金課の窓口の混雑状況を確認できます。また、順番が近づいたときにメールで通知を送るサービスもありますので、活用してください。

## マスクの有効活用について

市では、複数の団体や個人からマスクの寄付を受け、小学校の入学式や社会福祉施設などで活用しています。引き続き寄付を募っていますので、家庭で使用する予定のないマスクがあったら提供してください。マスクは未使用・未開封のものに限ります。下記の受付場所で職員に直接渡してください。

**受付場所**＝総合受付(市役所1階)、保健福祉館、下総・大栄支所、各公民館

**受付時間**＝午前8時30分～午後5時15分(保健福祉館と公民館は午後5時まで。各施設の休館日は除く)

団体名	寄付内容
成田ビューホテル	子ども用マスク2,500枚
在日中国企業協会	マスク1万枚
成田ゆめ牧場	マスク5,000枚
中国・高郵市 <small>ガオヨウ</small>	マスク1,600枚
成田市シルバー人材センター	マスク300枚

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

## AIチャットボットで情報を入手

県では、新型コロナウイルス感染症について「AIチャットボット」による情報提供を行っています。質問を入力すると、24時間自動で応答が得られます。多言語に対応していますので活用してください。利用の際は、スマートフォンやタブレットで右記の二次元バーコードを読み込むか、千葉県新型コロナウイルス感染症対策サイト(<https://covid19.civicttech.chiba.jp>)を開いて「コロナ感染症Q&A BOTです」と表示されているアイコンをクリックしてください。

**対応言語**＝日本語、英語、中国語(繁体字・簡体字)、韓国語、タイ語



\*4月22日時点の情報です。

印鑑登録

本人と代理人とで  
手続きが異なります

印鑑登録は、本人か代理人かによって手続き方法が異なります。また、成年被後見人が登録する場合は、事前に市民課(☎20・1525)へ連絡してください。

本人が登録申請するには

登録する印鑑のほか、次のいずれかを持って、市民課(市役所1階)、下総・大栄支所で申請してください。

- 運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、顔写真付きの住民基本台帳カードなど官公署が発行している顔写真付きの本人確認ができる物
- 市内に印鑑登録している人の保証書(登録番号・住所・氏名を記載し登録印を押した物)と、保険証や年金手帳などの本人確認ができる物

これらを持っていない場合は、登録する印鑑と本人確認ができる物(保険証や年金手帳など)を持つ

てきてください。後日「照会書」

が自宅に郵送されるので、回答書欄に必要事項を書いて登録する印鑑を押し、本人確認ができる物と認め印を持って、期限内に手続きしてください。

本人が窓口に行けない場合

代理人が、登録する印鑑、委任状、代理人の本人確認ができる物を持って、市民課、下総・大栄支所で申請してください。後日「照会書」が登録者の自宅に郵送されるので、回答書欄に必要事項を書いて登録する印鑑を押し、本人確認ができる物と認め印を持って、期限内に手続きしてください。

再度代理人が手続きする場合は回答書、委任状、代理人の本人確認ができる物、代理人の認め印が必要ですが、

印鑑登録証明書の取得

窓口で印鑑登録証明書の交付を申請するときは、印鑑登録証を

持ってきてください。代理人が手続きする場合も同じです。

また、マイナンバーカードや住民基本台帳カードを利用して、コンビニエンスストアなどで取得することもできます。ただし、暗証番号の登録が必要です。

※くわしくは市民課へ。

成田スマートインターチェンジ

料金割引などを延長

現在行われている通行料金の割引と利用時間の拡大が引き続き令和3年3月31日まで延長されます。利用時間Ⅱ午前6時～午後3時

- 対象車種ⅡETC搭載の全車種
- 割引料金Ⅱ軽自動車など・普通車
- ・中型車100円、大型車150円、特大車300円
- ※くわしくは県道路計画課(☎043・223・3120)へ。

社会福祉協議会

安心できる

暮らしのために

社会福祉協議会は、地域の誰も

が安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進するために、地域住民を一般会員として構成する社会福祉団体です。

会費は1世帯当たり年間500円で、区・自治会・町内会を通じて納入をお願いします。自治会などへ加入していない場合は、郵便局の振込用紙(手数料は無料)を送付します。寄せられた会費はさまざまに社会福祉事業に役立てられますので、ご理解とご協力をお願いします。

※くわしくは社会福祉協議会(☎27・7755)へ。

草・木の枝の処分

分別を心掛けて

草刈りなどで生じた草は、土をよく落とし、乾燥させてから可燃ごみ(青色の指定袋)として集積所に出してください。

樹木の伐採などで生じた木の枝は、葉をよく落とし、直径5センチメートル・長さ50センチメートル未満に切り、直径30センチメートル未満に束ねて、袋に入らずに

集積所に出してください(1世帯当たり4束まで)。

束にできない小枝は、青色の指定袋に入れて出してください。

※くわしくはグリーン推進課(☎20・1530)へ。

クールビズ

軽装での執務にご理解を

市では、省エネ対策としてクールビズ(冷房時の室温28℃を目安とした空調の稼働、ノーネクタイ・ノー上着・ポロシャツ着用などの軽装での執務)を実施しています。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※くわしくは環境計画課(☎20・1533)へ。

クールビズ COOL BIZ



## 受水槽の管理

### 安全な水質を保つために

受水槽はマンション・アパート・店舗などで建物の利用者に飲み水などを供給するため、水道水を一時的にためる施設です。建物の所有者や管理者は、飲み水として安全な水質を保つため、法令で定める受水槽の清掃や点検を行い適切な管理に努めましょう。

※くわしくは水道部工務課(☎22・0269)へ。

## 樹木の剪定

### 伸び過ぎた枝は危険です

樹木の枝が敷地から道路上へ張り出していることがあります。

車道や歩道へ伸びた枝は道幅を

狭くするなど、車や自転車、歩行者の通行の妨げとなり、思わぬ事故を引き起こす場合があります。

地域の安全のためにも、所有者は枝の剪定や垣根の刈り込みなどを適切に管理してください。

※くわしくは道路管理課(☎20・1551)へ。

## 水道メーター

### 委託業者が無料で交換

水道メーターの有効期間は、計量法で8年以内と定められています。市では、有効期間が満了を迎える家庭や事業所などの水道メーターを順次交換しています。

対象者には事前に連絡し、交換作業は市から委託を受けた事業者が無料で行います。

作業員は市発行の身分証明書を

携帯しています。

※くわしくは水道部工務課(☎22・0269)へ。

## 都市再生整備計画

### 新たに作成しました

市では、都市構造再編集・中支事業の実施に当たり新たに都市再生整備計画(成田市居住誘導地区)を作成しましたので公表します。

閲覧場所 都市計画課(市役所5階)、市ホームページ(<https://www.city.narita.chiba.jp/en/vironment/page178500.htm>)

※くわしくは同課(☎20・1560)へ。

## 不法投棄防止

### 土地を適正に管理して

市では、不法投棄監視員や環境保全指導員などによる巡回・夜間パトロール、監視カメラの設置を行っています。不法投棄が後を絶ちません。廃棄物をみだりに捨てることは法律で禁止されています。発見したときは、速やかに環境対策課(☎20・

1532)へ連絡してください。

投棄物を確認・調査して対応します。

不法投棄は、管理の行き届いていない場所で発生する傾向があります。土地の所有者や管理者は不法投棄されないよう、防止柵の設置、定期的な見回り、草刈りなどに努めてください。区長や不法投棄監視員からの申し出があれば、啓発用の看板を無料で配布します。

※くわしくは環境対策課へ。

## スズメバチの巣

### 駆除に補助金を交付

市では、建物や樹木などに作られたスズメバチの巣を駆除するための補助金を交付しています。

交付を受けるには事前の申し込みが必要で、

補助額 巣の駆除にかかった費用の2分の1以内(上限5万円)

※くわしくは環境衛生課(☎20・1531)へ。

## 狭あい道路拡幅整備事業

### 安全な

### まちづくりのために

道幅が4メートル未満の「狭あい道路」に面した敷地で建築行為

を行う場合は、道路の中心から2メートルの範囲まで敷地を後退させなければなりません。

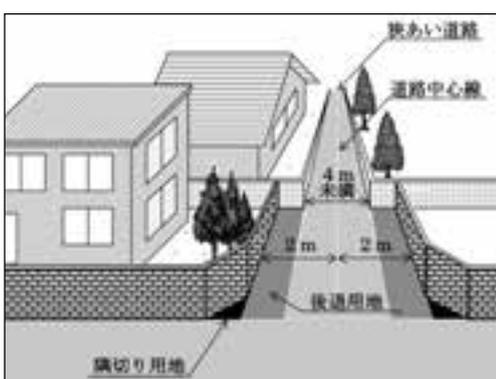
市では、道路から後退した用地を寄付してもらい、測量、分筆、道路整備などを行います。希望する人は建築住宅課(市役所5階)に相談してください。

対象 市が所有する幅員4メートル未満の道路に面し、道路と敷地との境界が確定している敷地で、建築行為などを行う人

市が行う業務 測量、分筆、登記、隣切り用地の買い取り、後退した用地の道路整備

申し込み方法 建築住宅課にある申込用紙に必要書類を添付し同課へ

※くわしくは同課(☎20・1564)へ。



# 市長日誌

4月1日(水)~15日(水)

1日	新規採用職員入所式 臨時庁議 新型コロナウイルス感染症対策本部会議(1・2・3・6・7・8・9・10・13・14・15日) 土地開発公社理事会
3日	民生委員・児童委員委嘱状伝達交付式
6日	エアポートツーデーマーチ臨時実行委員会
7日	食農教育教材本贈呈式
8日	新規採用職員研修(市長講話)



新規採用職員を激励(1日)

地球環境保全協定

活動事業者を募集

市では「成田市地球環境保全協定」を結び、省エネルギー・省資源対策、ごみの適正処理、リサイクルの推進などの活動を行う事業者を募集しています。

協定を結んだ事業者は、市の融資制度「環境経営支援資金」を受けることができます(融資には条件や審査などがあります)。

協定を結んだ事業者の一覧をホームページ(<https://www.city.narita.chiba.jp/environment/page11000.html>)に公表しています。

※くわしくは環境計画課(☎20・1533)へ。

民生委員・児童委員

皆さんの身近な相談相手

5月12日(火)は、民生委員・児童委員の日です。民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱を受けた、皆さんと同じ地域に暮らす身近な相談相手です。福祉の制度に関する悩み事などがあつたら気

軽に相談してください。

各地区の委員が分からない場合は社会福祉課へ問い合わせてください。

※くわしくは同課(☎20・1536)へ。

中小企業資金融資制度

活用してください

対象Ⅱ中小企業者、新たに事業を始める人

資金の種類と上限額

- 季節資金…300万円
- 一般事業・環境経営支援資金…設備3、000万円・運転1、500万円
- 事業転換・創業支援資金…設備1、500万円・運転750万円
- 小口零細企業保証制度事業資金…設備2、000万円・運転1、000万円

利率(年率)

- 季節資金…6カ月以内…1・8%(実質自己負担率0・1%)
- 一般事業・環境経営支援・小口零細企業保証制度事業資金…1年以内…1・9%(実質自己

負担率0・1%)

- ・1年を超え3年以内…2・2%(実質自己負担率0・4%)
- ・3年を超え5年以内…2・3%(実質自己負担率0・5%)
- ・5年を超え7年以内…2・55%(実質自己負担率0・6%)
- ・7年を超え10年以内…2・8%(実質自己負担率0・7%)
- 事業転換・創業支援資金…利率はほかの資金と同率、実質自己負担率はほかの資金の半分

※くわしくは商工課(☎20・1622)へ。

食品衛生法定講習会

検便と水質検査も

期日と会場(対象支部)

- 5月21日(木)…三里塚コミュニティセンター(成田東部支部)
- 6月16日(火)…大栄公民館(大栄支部・講習会のみ。検便と水質検査は、6月23日(火)午前9時30分〜10時30分に大栄公民館で受け付け)
- 6月18日(木)…国際文化会館(成田支部)
- 6月24日(水)…下総公民館(下総支部)

時間Ⅱ午後1時〜1時50分(講習は午後2時〜3時50分)

料金Ⅱ講習会1、500円、検便800円、水質検査7、700円(親自員以外は別途料金)

※くわしくは印旛保健所管内食品衛生協会(☎043・483・179)へ。

イノシシの捕獲

11月まで実施

県では、農作物に被害を及ぼすイノシシの捕獲を5月から11月まで実施します。捕獲にはわなを使用します。わなの周辺には注意看板を設置しますので、近づかないようにしてください。安全に努めて実施しますので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※くわしくは県自然保護課(☎043・223・2058)へ。

国民健康保険税の軽減

離職した人を対象に

倒産・雇止めなどにより離職した人を対象に、国民健康保険税が軽減されます。

対象Ⅱ離職時点の年齢が65歳未満で、雇用保険の特定受給資格者・特定理由離職者として失業等給付を受ける人。雇用保険受給資格者証に書かれている離職理由(左表)により対象者を確認します

内容Ⅱ前年の給与所得を100分の30として課税

期間Ⅱ離職の翌日〜翌年度末における国民健康保険の加入期間申請に必要な物Ⅱ雇用保険受給資格者証、マイナンバー確認書類、本人確認書類

※くわしくは保険年金課(☎20・1526)へ。

対象となる離職理由

番号	内容
11	解雇
12	解雇(天災など)
21	雇止め(雇用期間3年以上雇止め通知あり)
22	雇止め(雇用期間3年未満更新明示あり)
23	期間満了(雇用期間3年未満更新明示なし)
31	事業主からの働き掛けによる正当な理由のある自己都合退職
32	事業所移転などに伴う正当な理由のある自己都合退職
33	正当な理由のある自己都合退職
34	正当な理由のある自己都合退職(被保険者期間12カ月未満)

# 困りごと・悩みごと相談室

一人で悩んでいないで相談してみませんか？

相談は無料で秘密は厳守されます。この機会に日頃感じている疑問や悩みを解消してみたいはかがですか。

心の健康、応援します



新型コロナウイルス感染症などの影響で中止・変更となる場合があります。開催状況などについては各問い合わせ先へ。

## 5月の相談日

※期日中の12:00～13:00は相談を実施していません。

相談名	期日	時間	場所	問い合わせ先
市民生活相談(離婚・相続・相隣関係・金銭貸借など)	月・金曜日	9:00～16:00		
弁護士法律相談(予約制)	13日(水)・20日(水)・31日(日)	13:00～16:00	市役所2階市民相談室 ※各相談の受け付けは、終了時間の30分前まで(午前の受け付けは11時30分まで)。予約制の相談は、予約の時間までに来てください。	市民協働課 ☎20-1507 ※法人からの相談は受けません。相談内容によってはお断りする場合があります。
女性のための相談(DV含む・予約制)	木曜日	10:00～16:00		
外国人相談(英語・中国語・スペイン語・ポルトガル語)	8日(金)・22日(金)	13:00～16:00		
不動産相談	19日(火)	10:00～12:00		
もめごと・なやみごと・苦情相談(人権・行政相談)	26日(火)	10:00～15:00		
市民よろず相談	16日(土)	13:00～16:00	保健福祉館	市民よろず相談室 興野さん ☎047-445-4195
司法書士による電話相談	月・水曜日	月・水曜日14:00～16:00 (5月20日(水)を除く)	電話相談のみ (☎0120-971-438)	千葉司法書士会 ☎043-246-2666
法務局不動産登記相談(相続・抵当権抹消など、予約制)	月～金曜日	9:00～16:00	法務局成田出張所	法務局成田出張所 ☎23-2313
子育て中の人の職業相談	月～金曜日	8:30～17:00	市役所2階マザーズコーナー	ハローワーク成田マザーズコーナー ☎20-0567
消費生活相談	月～金曜日	9:30～16:30	市役所2階消費生活センター	消費生活センター ☎23-1161
事業継承に関する相談(予約制)	20日(水)	10:00～16:00	商工会館2階相談室	商工会議所 ☎22-2101
商工業者よろず支援拠点サテライト相談(予約制)	21日(木)	10:00～16:00	商工会館2階相談室	商工会議所 ☎22-2101
若者の就労相談(予約制)	月～金曜日	10:00～17:00	勤労会館	ちば北総地域若者サポートステーション ☎24-7880
社労士による年金相談	水曜日	10:00～15:00	市役所1階相談室	保険年金課 ☎20-1547
交通事故相談(予約制)	12日(火)	10:00～15:00	市役所2階相談室	交通防犯課 ☎20-1527
障がい者相談	月～土曜日	9:00～18:00	保健福祉館	ほっとすまいるセンター ☎27-1106
心配ごと相談	木曜日		保健福祉館	社会福祉協議会 ☎27-7755
	8日(金)	13:00～16:00	下総地域福祉センター	※下総地域福祉センター・大栄支所は予約制です。各開催日の4日前(土・日曜日、祝日の場合はその前の平日)までに申し込んでください。
	15日(金)		大栄支所	
くらしと就労相談	月～金曜日	8:30～17:15	商工会館1階	暮らしサポート成田 ☎20-3399
家庭児童相談	月～金曜日	9:00～16:00	市役所2階家庭児童相談室	子育て支援課 ☎20-1538
就学相談(予約制)	月～金曜日	9:00～17:00	教育センター	教育センター ☎20-2922
教育相談(予約制)	火曜日	9:00～16:00	教育センター	教育センター ☎20-2922
不登校相談	月～金曜日	9:00～17:00	ふれあいるーむ21	ふれあいるーむ21 ☎20-1414
学校教育全般・いじめ相談	月～金曜日	9:00～17:00	教育指導課(市役所5階)	教育指導課 ☎20-1582
教育相談(家庭教育・青少年教育)	月～金曜日	9:00～17:00	教育センター	教育相談室 ☎22-5100
農地・農政相談(予約制)	13日(水)	8:30～11:30	下総支所	農政課 ☎20-1542
		13:30～16:30	大栄支所	

## なりたエコニュース

### 生ごみを減らそう

家庭から出る生ごみは約75パーセントが水分であるといわれています。

水分を多く含んだ生ごみは、重くなるばかりでなく、腐敗と悪臭の原因にもなります。毎日の心掛けで、少しずつ家庭から出る生ごみを減らすことができます。

#### 買い物は必要な分だけ

買い物をする前に冷蔵庫の中を確認して、必要な分だけ買うように心掛けましょう。料理をするときは、食材を無駄なく使い切るようにして、作り過ぎないように注意しましょう。

#### 余った食材を料理で活用

いつも捨ててしまっているニンジンの皮、キャベツの外側、ネギの青い部分なども、栄養豊富で使い道のある食材です。また、残った料理も捨てずに活用しましょう。

消費者庁では、野菜を皮ごと使ったり、残った料理を活用したりする、食材を無駄にしないレシピをクックパッド(<https://cookpad.com/kitchen/10421939>)で紹介しています。



#### 水切りは悪臭防止にも

生ごみはシンクの外に置くなど、水にぬらさないように注意しましょう。

ぬれた生ごみは、捨てる前にひと絞りしたり乾かしたりしてから出すことで、臭いが減り、軽くなります。

不要なCDなどがあれば、穴に生ごみネットを通し、シンクに押し付けて水が切れます。身近な物を活用しましょう。

#### 生ごみはリサイクルして

ごみ減量器具を使用すると、生ごみを堆肥化して減量することができます。

市では、コンポスト容器や生ごみ処理容器、機械式生ごみ処理機の購入を希望する人に補助金を交付しています。交付を受けるには、購入前に申請が必要です。

※くわしくはクリーン推進課(☎20-1530)へ。

## 消費生活相談Q&A

### 太陽光発電 固定価格での買い取り期間が満了

**Q** わが家では、平成21年11月に始まった住宅用太陽光発電の「固定価格買取制度」を利用して、自宅で発電した電気の余剰分を電気事業者に売っています。先日、契約している事業者から、固定価格での買い取り期間が満了する旨の通知が届きました。今後、余った電気はどうすればよいでしょうか。

**A** 住宅用太陽光発電の「固定価格買取制度」を受けられる期間は10年間と決められています。適用を受けている場合、



満了の期日が近づくと契約している事業者から通知が届きます。

期間満了後は、自宅で発電した電気を電気自動車や蓄電池、エコキュートなどと組み合わせて自家消費を増やすか、電気事業者と新たな買い取り金額で契約を結ぶかを選択することになります。両方の内容をよく比較・検討してメリットのある活用方法を選びましょう。

各事業者の買い取りメニューは、電力以外のサービスがセットになっている場合がありますので、現在契約している業者を含めて複数の事業者を検討し、自分に合ったものを選ぶことが大切です。売電できる事業者については、資源エネルギー庁・住宅用太陽光設備の期間満了に関する情報サイト「どうする？ソーラー」([https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving\\_and\\_new/saiene/solar-2019after](https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saiene/solar-2019after))で地域別に検索できます。

買い取り期間満了に伴い、契約変更や売電に関する勧誘が予想されます。内容がよく分からなかったり、不安に思ったりした場合は消費生活センター(☎23-1161)に相談してください。また、経済産業省を名乗る不審な電話が増えています。電力の買い取りに関して省庁から連絡することはありませんので、注意してください。

※くわしくは消費生活センターへ。

## 国民健康保険

### 加入・脱退の手続きを忘れずに

職場の健康保険から脱退した場合、国民健康保険(国保)への加入の届け出が必要です。これは、本人の意思にかかわらず、医療機関にかからなくても加入しなくてはならない制度(国民皆保険)だからです。

保険税は、加入義務の生じた月から課税されます。届け出が遅れると、過去の分から一度にまとめて納めることになります。

また、就職などでほかの健康保険に加入し、国保の資格がなくなったにもかかわらず、国保の保険証を使って診察を受ける



と、後日その医療費を返還しなければなりません。加入と同様に、脱退の手続きも忘れないようにしましょう。

こんなときは14日以内に届け出を

事由	届け出に必要な物 (住民票上で別世帯に属する人が手続きをする場合はほかに委任状が必要)	
国保に加入	ほかの市区町村から転入してきたとき	前年所得の分かる物、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	ほかの健康保険をやめたとき	ほかの健康保険をやめた証明書、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	子どもが生まれたとき	届け出人の本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書、生活保護受給証明書、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
国保を脱退	外国人が加入するとき	在留カード、パスポート、マイナンバー確認書類*2
	ほかの市区町村へ転出するとき	保険証、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	ほかの健康保険に加入したとき	新たに加入した健康保険証、国保の保険証、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	国保被保険者が死亡したとき	保険証*3
その他	生活保護を受けるようになったとき	保険証、保護決定通知書、生活保護受給証明書、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2
	住所、世帯主、氏名が変わったとき 世帯が分離または合併したとき	保険証、マイナンバー確認書類*2 保険証、本人確認書類*1、マイナンバー確認書類*2

\*1 官公署が交付した、本人であることを確認できる写真付きの証明書(運転免許証、マイナンバーカード、パスポートなど)

\*2 マイナンバーカード、マイナンバーの通知カード、マイナンバーが記載された住民票の写し・住民票記載事項証明書など

\*3 葬祭費の申請の際は、保険証、葬祭を行ったことが分かる物(会葬礼状や葬儀の領収書など)、喪主の印鑑、喪主の通帳、本人確認書類、マイナンバー確認書類が必要

※くわしくは保険年金課(☎20-1526)へ。

## 国民年金

### 初めて受け取るときは必ず請求手続きを

「年金は65歳になると自動的に支給される」と考えている人はいませんか。

年金は、本人からの請求がなければ支給されません。65歳になったら「年金請求書(老齢給付)」を提出してください。希望により60歳から受給する「繰上げ請求」や66歳以降に受給する

「繰下げ請求」もできます。

年金の請求手続きは、佐原年金事務所(☎0478-54-1442)で行ってください。ただし、任意加入期間を含め加入期間の全てが「第1号被保険者」の人は、保険年金課(市役所1階)または下総・大栄支所でも手続きできます。

国民年金には、このほかに障害基礎年金や、遺族基礎年金、寡婦年金、死亡一時金があります。いずれも受給するには請求手続きが必要です。

請求に必要な書類などについては、ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)へ問い合わせてください。

#### 国民年金の加入者の種類

- ①第1号被保険者…20～59歳の自営業者など
- ②第2号被保険者…会社員・公務員など
- ③第3号被保険者…②に扶養されている20～59歳の配偶者

※くわしくは保険年金課(☎20-1547)へ。

初回のみ参加もできます

## 男女共同参画講座

講座に参加して、一人一人が自分らしく生きられる社会について学びませんか。

### 期日とテーマ・講師(全5回)

- ①6月28日(日)…男に介護は難しい?～男の着方、女の見方、家族のあり方・平山亮さん(大阪市立大学大学院准教授)
- ②7月19日(日)…言葉の力が未来を変える～励まし名人ペップトーカーになるう!・菅野昭子さん(日本ペップトーク普及協会認定セミナー講師)
- ③10月3日(土)…今日から始めよう!みんなまで若返り～科学的根拠に基づく健康づくり・塚尾晶子さん(つくばウェルネスリサーチ取締役)
- ④11月28日(土)…自分らしさってなあに?・ブルボンヌさん(女装パフォーマー)
- ⑤未定

時間=午後1時30分～3時(②は午前10時30分～正午)

会場=男女共同参画センター(④は市役所6階大会議室)

対象=市内在住・在勤・在学の人(①のみの受講を希望する場合は、どなたでも)

定員=次の通り(先着順)

- 全講座の受講を希望する人…30人
- ①のみの受講を希望する人…20人(市内在住・在勤・在学の人を優先)

参加費=無料

申込方法=6月23日(火)までに電話・FAX・Eメールのいずれかで住所、氏名、電話番号、市内在勤・在学かどうか、託児(2歳～未就学児)利用の有無を市民協働課(☎20-1507 FAX24-1086 Eメールkyodo@city.narita.chiba.jp)へ。託児の申し込みは6月17日(水)までに同課へ

※手話通訳があります。くわしくは同課へ。

## 5月の交通規制

期日=5月9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日)・30日(土)・31日(日)

### 区間と時間

○薬師堂～成田山総門前(鍋店角)…午前11時～午後4時

※くわしくは成田市観光協会(☎22-2102)へ。

気軽に無理なくできる

## 3B体操

日時=6月11日(木)・18日(木)・25日(木)(全3回) 午前10時～11時30分

会場=三里塚コミュニティセンター

内容=ボールなどの3B体操用具を使い、音楽に合わせてストレッチ体操をする

定員と参加費=10人(先着順)・無料

持ち物=動きやすい服装、上履き、タオル、バスタオルまたはヨガマット

※申し込みは6月7日(日)までに三里塚コミュニティセンター(☎40-4880、月曜日、5月1日(金)～6日(水)は休館)へ。

児童ホームで

## 会計年度任用職員

応募資格=18歳以上の人

募集人員=3人程度

業務内容=留守家庭児童(小学生)の育成支援

勤務期間=6月1日～3月31日

勤務日時=月～土曜日(祝日を除く) 午後1時30分～7時のシフト制(土曜日、小学校の長期休業期間は午前7時30分から)

勤務場所=市内児童ホーム

時給=放課後児童支援員の資格あり1,170円～1,220円、資格なし1,140円～1,180円(金額は職務経験年数に応じて決定。市規定に応じて期末手当あり)

応募方法=5月15日(金)(必着)までに写真を貼った履歴書を直接または郵送で保育課(市役所2階 ☎286-8585 花崎町760)へ。後日、面接日を通知します

※くわしくは同課(☎20-1607)へ。



## 催し物

歴史や文化を紹介

## アイルランド展

パラリンピックチームの事前キャンプ地となっていることから、アイルランドに関する展示会を行います。

日時=5月9日(土)～6月10日(水) 午前9時～午後7時

会場=もりんぴあこづつ

※くわしくは同館(☎27-5252、5月1日(金)～6日(水)は休館)へ。

## 図書館

今月の図書館休館日=1日(金)～6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)(館内整理日)

図書館本館・公津の杜分館は火～金曜日は午前9時30分～午後7時(本館2階は午後5時15分まで)、土・日曜日は午後5時まで開館しています。

## 映画会

会場=市立図書館本館

◇5月23日(土)=[みすゞ]

2001年・日本

◆上映は午後2時から、定員は171人(先着順)、入場は無料です。くわしくは市立図書館(☎27-2533)へ。

## 航空機騒音測定結果

令和2年3月分

測定局	Lden	WECPNL	測定局	Lden	WECPNL
竜台	52.7	63.1	大室	53.7	65.7
長沼	56.2	66.6	大室(NAA)	52.9	65.9
北羽鳥	56.3	67.1	野毛平工業団地	58.9	69.9
北羽鳥北部	55.5	65.2	東和泉	57.7	68.5
新川	55.3	65.7	芦田	61.2	73.3
猿山	46.5	58.5	赤荻	59.1	69.6
滑川	53.4	65.2	野毛平	59.2	70.7
西大須賀	57.7	70.4	下金山	52.0	64.0
四谷	56.3	68.1	押畑	50.1	60.9
高倉	60.0	74.1	新田(NAA)	55.6	68.6
内宿	50.3	61.9	新田	56.7	69.4
磯部	56.5	67.5	堀之内	57.3	68.7
水掛	54.7	65.5	馬場	54.7	66.4
幡谷	54.7	65.7	遠山小	56.9	69.6
成毛	54.6	65.3	本三里塚	56.9	71.0
荒海	60.1	71.1	三里塚小	58.0	70.8
飯岡	58.4	69.4	御料牧場記念館	54.3	67.0
大生	58.8	69.8	本城	54.1	66.2
土室(県)	63.0	77.7	南三里塚	57.4	70.2
土室(NAA)	52.1	63.8			
荒海橋本	61.0	72.2			

色文字は、騒防法第一種区域に設置された測定局を示します。

第一種区域の基準値 Lden: 62デシベル以上(参考値WECPNL: 75以上)

※航空機騒音の評価指標は、平成25年4月からWECPNLからLdenに変更されました。Ldenとは、時間帯補正等価騒音レベルのことで、航空機騒音をエネルギーとして加算するもので、夕方や夜間の値には重み付けを行います。単位はデシベル。この数値は速報値です。くわしくは空港対策課(☎20-1521)へ。



## 募集

### 指で混ぜて色を付ける チョークアート教室

日時=6月7日(日) 午前10時~正午  
会場=三里塚コミュニティセンター  
内容=専用のチョークでボードに絵を描き、指で混ぜ合わせて色を付ける  
定員=10人(先着順)  
参加費=1,000円(材料費)  
※申し込みは6月2日(火)までに同センター(☎40-4880、月曜日、5月1日(金)~6日(水)は休館)へ。

### えほんとおそぼう 図書館のおはなし会

期日=5月15日(金)  
会場=市立図書館本館  
参加費=無料  
持ち物=薄手のハンカチ  
**0・1歳のおはなしかい**  
時間=午前11時~11時30分  
対象=0・1歳児と保護者  
定員=12組(初めての人を優先に先着順)  
申込方法=午前9時30分から市立図書館(☎27-2000)へ  
**2・3歳のおはなしかい**  
時間=午前10時15分~10時45分  
対象=2・3歳児と保護者  
定員=15組(先着順)  
※[2・3歳のおはなしかい]への参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは市立図書館(☎27-2000)へ。

### レベル別に練習 市民硬式テニス教室

日時=5月16日(土) 午後5時~8時  
会場=中台運動公園テニスコート  
内容=初心者・中級者・女子に分かれての基本練習、ゲーム形式練習  
対象=市内在住・在勤・在学の中学生以上、市テニス協会加盟クラブ員  
参加費=無料  
※参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは市テニス協会事務局・林さん(☎090-4063-5859)へ。

### 国を守る力に 自衛官候補生

応募資格=18~32歳の人  
※年間を通して随時受け付けています。くわしくは自衛隊成田地域事務所(☎22-6275)へ。

## 令和3年4月採用の市職員を募集

募集職種	募集人員	受験資格
一般行政職上級	15人程度	次のいずれかに当てはまる人 ○平成2年4月2日~平成11年4月1日生まれの人
一般行政職上級 (専門試験なし)	5人程度	○平成11年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業または令和3年3月末日までに卒業見込みの人
一般行政職上級 (社会福祉主事)	若干名	昭和55年4月2日以降に生まれ、社会福祉主事任用資格(社会福祉士・精神保健福祉士資格を含む)を持つ人(令和3年3月末日までに取得見込みの人を含む)
技術職土木上級	5人程度	次のいずれかに当てはまる人
技術職建築上級	5人程度	○昭和55年4月2日~平成11年4月1日生まれの人
技術職電気上級	若干名	○平成11年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業または令和3年3月末日までに卒業見込みの人
司書	若干名	平成2年4月2日以降に生まれ、司書の資格を持つ人(令和3年3月末日までに取得見込みの人を含む)
保育士	6人程度	昭和55年4月2日~平成13年4月1日生まれで、保育士(本市に係る国家戦略特別区域限定保育士を含む)の登録を受けている人(令和3年3月末日までに登録見込みの人を含む)
保健師	3人程度	昭和55年4月2日~平成12年4月1日生まれで、保健師の資格を持つ人(令和3年3月末日までに取得見込みの人を含む)

試験案内・申込書の配布場所=人事課(市役所3階)、市ホームページ(<https://www.city.narita.chiba.jp/boshu/index0644.html>)  
申込方法=5月20日(水)~6月3日(水)(当日消印有効)に申込書と受験票を直接または郵送で人事課(〒286-8585 花崎町760)へ

試験日=7月12日(日)  
会場=東京学館高校(酒々井町)  
※試験日などは変更になる場合があります。初級職などの採用試験日程は、広報なりた7月1日号に掲載予定です。くわしくは人事課(☎20-1505)へ。

# 保健インフォメーション

このコーナーの会場は保健福祉館です。問い合わせは健康増進課(☎27-1111)へ。電話やFAX(27-1114)で健康に関する相談なども受け付けています。相談は医師などの都合により日程を変更する場合があります。

▼一般健康相談	期日	受付時間	相談を受ける人
こころの健康相談(予約制) (治療中の人は除く)	5月13日(水)	午後1時15分～ 3時30分	カウンセラー・保健師
	5月20日(水)	午後1時15分～ 2時30分	精神科医師・保健師
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象
こころの発達相談(予約制)	5月13日(水)	午前9時～ 11時50分	心理発達に心配のある乳幼児

※新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ「赤ちゃん相談4・10カ月」は中止、「1歳6カ月児・2歳児歯科・3歳児健診」は延期となりました。対象者には後日案内を送付します。くわしくは健康増進課へ。

- **母親学級(予約制)**…主に初めて母親になる人が対象
- **パパマクラス(予約制)**…妊婦とその家族が対象  
※日時などくわしくは健康増進課へ。
- **こんにちは赤ちゃん事業**…生後4カ月までの赤ちゃんが対象  
※赤ちゃんお誕生連絡票(母子健康手帳別冊内)を健康増進課へ送付。



## みんなおいでよ! なかよしひろば

市では、午前9時～午後4時30分に子ども館・三里塚コミュニティセンター・もりんぴあこづの一部を市内在住の乳幼児と保護者が自由に遊べる場「なかよしひろば」として開放しています(各施設の休館日を除く)。そのほかに次の行事を実施しています。くわしくは各問い合わせ先へ。

施設名	行事名	期日	時間
子ども館(なかよしひろば) ☎20-6300	誕生会	5月29日(金)…5月生まれ	午前10時30分から
	おはなし会	5月23日(土)	午後2時～2時30分
	0歳あつまれー!	5月20日(水)	午前10時45分から
	栄養相談	5月26日(火)	午前10時40分～ 11時30分
三里塚コミュニティセンター(三里塚なかよしひろば) ☎37-3922	みんなおいでよ!	5月20日(水)…キットパスで遊ぼう!	午前10時30分から
	誕生会	5月26日(火)…5月生まれ	
	助産師相談	5月29日(金)	午前10時30分～正午
もりんぴあこづ(公津の杜なかよしひろば) ☎27-7300	双子の会	5月21日(木)	
	おでかけなかよしひろば	5月22日(金)…久住公民館	午前10時30分～ 11時30分
	赤ちゃんサロン	5月28日(木)	
	お楽しみ会&誕生会	5月29日(金)	

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる場合があります。

### 献血にご協力ください

**【イオンモール成田】**  
5月3日(日・祝)～5日(火・祝)・16日(土)・23日(土)・24日(日) 午前10時～11時45分、午後1時～4時30分  
※都合により変更になる場合があります。くわしくは千葉県赤十字血液センター千葉港事業所推進課(☎043-241-8332)へ。

### こども急病電話相談

**☎ #8000**  
ダイヤル回線からは☎043-242-9939、午後7時～翌午前6時・年中無休

### 成田市医療相談ほっとライン

専門の医療スタッフが、24時間年中無休、無料で相談に応じます。  
**☎ 0120-24-1130**

### 日曜祝日診療機関

都合により休診する場合があります。来診前に電話で問い合わせてください。

**成田病院**(午前中・押畑・☎22-1500)  
**藤倉クリニック**(午前中・幸町・☎22-1158)  
**聖マリア記念病院**(取香・☎32-0711)  
**ひらの内科**(日曜日の午前中・ウイング土屋・☎23-8070)  
**なのはなクリニック**(日曜日の午前中・吉岡・☎49-0533)

### 急病診療所 ☎27-1116

赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

受付日時	診療科目
毎日(休診日なし) 午後7時～10時45分	内科 小児科
日曜日、祝日、振替休日、8月13日～15日、12月29日～1月3日 午前10時～午後4時45分	内科 小児科 外科
祝日(日曜日を除く)、振替休日、8月13日～15日、12月29日～1月3日 午前10時～午後4時45分	歯科

※症状や年齢によって対応が難しい場合がありますので、事前に連絡してください。

気分転換を大切に

# 自宅でできる介護予防・健康維持

新型コロナウイルス感染症の影響で自宅にいる時間が長くなり、人との交流が少なくなったり、運動不足になったりしてストレスを抱えてしまっている人が多いのではないのでしょうか。このような生活が続くと、気分が落ち込んで閉じこもりがちになり、心身の機能が低下するなど、フレイル(虚弱)が進んでしまうことが懸念されます。できるだけ規則正しい生活を心掛け、軽い運動をしたり、親しい人と電話やメールなどで連絡を取り合ったりして、健康維持に努めましょう。

## 介護予防・健康維持活動のポイント

### 1人でもできる運動をしよう

- 座っている時間を減らし、家事や農作業などで体を動かす
- ラジオ体操やスクワット、なりたいいきいき百歳体操(下記)などで運動する
- 人混みを避けて、1人か限られた人数で散歩する

### 食生活・口腔ケアを大切に

- 1日3食を欠かさず、バランスよく食べて規則正しい生活を心掛ける
- 毎食後と寝る前に歯磨きをする
- しっかりかんで食べる、1人で歌の練習をする、口腔体操を行うなど、口周りの筋肉を使うようにする

### 親しい人との交流で気分転換

- 家族や友人と電話で話す
- 手紙やメールなどを活用して交流する
- 買い物や移動などで困ったときに呼べる人を考えておく

## 自宅でできる体づくり

### なりたいいきいき百歳体操

手首や足首に重りを付けて椅子に座りながら行う体操です。ゆっくりと体を動かすので、誰でも安全にできます。

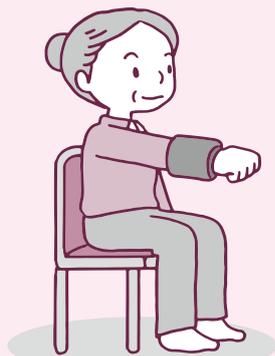
**用意する物**＝背もたれのある椅子、バンド型の重り(負荷が必要な場合)\*

**運動の目安**＝10回程度(自分が楽に感じるくらい)を1～2セット、週に2回

\*100円ショップなどで販売されています。水の入ったペットボトルでも代用できます

### 腕を前(横)に上げる運動

- ゆっくりと手を肩の高さまで上げます。
- 4秒かけてゆっくりと持ち上げ、4秒かけてゆっくりと下ろします。
- 腕を上げすぎると肩を痛める可能性があります。無理せず肩の高さまでにしましょう。



### 膝を伸ばす運動

- 椅子に座りながら足を上げ、膝を最後まで伸ばします。
- 爪先をしっかり起こすように上げます。
- 4秒かけてゆっくりと持ち上げ、4秒かけてゆっくりと下ろします。



### 椅子から立ち上がる運動

- 胸の前で手を組み、椅子に座った姿勢から始めます。
- 8秒かけてゆっくりと立ち上がり、8秒かけてゆっくりと座ります。
- この運動では重りは使いません。足が悪く立ちにくい場合は、膝上に手を置くなど補助をしても構いません。



※くわしくは介護保険課(☎20-1545)へ。



1	金	
2	土	
3	日	【憲法記念日】●献血(P18)
4	月	【みどりの日】●献血(P18)
5	火	【立夏】【こどもの日】●献血(P18)
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	●表参道の交通規制(P16) ●アイルランド展(P16)
10	日	
11	月	
12	火	
13	水	●こころの発達相談(P18) ●こころの健康相談(P18)
14	木	
15	金	●図書館のおはなし会(P17)
16	土	●市民硬式テニス教室(P17) ●献血(P18)
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	【小満】●みんなおいで!(P18) ●0歳あつまれー!(P18)
21	木	●食品衛生法定講習会(P12) ●双子の会(P18)
22	金	●おでかけなかよしひろば(P18)
23	土	●おはなし会(P18) ●献血(P18) ●わくわく感謝デー(午前8時・成田市場)
24	日	●献血(P18) ●ミニSLの運行(午前10時・栗山公園)
25	月	
26	火	●誕生会(P18) ●栄養相談(P18)
27	水	
28	木	●赤ちゃんサロン(P18)
29	金	●助産師相談(P18) ●お楽しみ会&誕生会(P18)
30	土	●Happyクローバーコンサート(午後2時・国際文化会館)
31	日	

\* 日曜開庁は午前8時30分～午後5時15分。市民課(3・17日は、マイナンバーカード関連業務停止)、保険年金課、市民税課、資産税課、納税課、子育て支援課の一部の業務のみ

\* 新型コロナウイルス感染症の影響で、イベントが中止になる場合があります。くわしくは各ページの問い合わせ先へ

## 新型コロナウイルス感染症対策に関する相談窓口

\*4月22日時点の情報です。

### 特別定額給付金(仮称)について

- 特別定額給付金コールセンター(総務省)  
☎03-5638-5855(平日の午前9時～午後6時30分)

### 布マスクの全戸配布について

- 布マスクの全戸配布に関する電話相談窓口(厚生労働省)  
☎0120-551-299(午前9時～午後6時)

### 緊急事態措置に対する市の対応について

- 成田市新型コロナウイルス感染症対策専用ダイヤル  
☎20-1535(平日の午前8時30分～午後5時15分)

### 感染しているかと思ったら

- 印旛健康福祉センター(印旛保健所)成田支所  
☎26-7231(平日の午前9時～午後5時)  
FAX 26-4760

### 感染症に関する問い合わせ先

- 成田市医療相談ほっとライン  
☎0120-24-1130(24時間年中無休)
- 千葉県の電話相談窓口  
☎0570-200-613(24時間年中無休)
- 厚生労働省の電話相談窓口  
☎0120-565653(午前9時～午後9時)  
FAX 03-3595-2756

### 事業者向けの相談窓口

- 中小企業金融・給付金相談窓口(経済産業省)  
☎0570-783-183(午前9時～午後5時)

☎/市外局番の記載のないものは「0476」です

### 編集後記

休日の始まりは、ハンドドリップで入れるコーヒーから。眠い目をこすりながら細口のポットでお湯を注ぎ、深みのある香りが漂ってくると、だんだん目が覚めていきます。その流れで朝食を食べて「さあ、今日は何をしようかな」。なんて習慣が付いたのは、ほんの最近のこと。外出自粛の影響もあり、自宅での楽しみ方を見つける人が増えてきています。中にはリビングや庭にテントを張って過ごす「ステイホーム・キャンプ」をする家庭もあるそうです。休日を外で過ごしていた人も、家の中でのゆったりした時間を楽しむ方法を探してみてもいいかもしれません。

### 市の人口

3月末日現在( )内は前月比

総人口	133,161人	(+464)
男	66,612人	(+38)
女	66,549人	(+426)
世帯数	63,636世帯	(+680)

### リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

広報なりたは、グリーン購入法に基づく基本方針の判断基準を満たす用紙、誰にでも読みやすいUD(ユニバーサルデザイン)フォントを使用しています。