

✧  
いつまでも**健康**で  
いたいから  
✧ ✧  
～生活習慣がカギ～

P2 能登半島地震 柏市支援情報  
～柏から心をつなぐ～

令和6年能登半島地震災害義援金を受け付けています

# 能登半島地震 柏市支援情報

～柏から心をつなぐ～

柏市では、令和6年能登半島地震により被災されたかたに、さまざまな支援を行っています。地震の被害に遭われたかたが、1日も早く落ち着いて過ごせるよう心よりお祈り申し上げます。

## 能登半島地震 災害義援金を受け付けています

令和6年能登半島地震により、被災されたかたがたの生活再建の一助とするため、右記のとおり義援金を受け付けています。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。



**受付期間** 令和6年12月27日(金)まで

**受付方法**

**募金箱** = 市役所本庁舎1階ロビー、沼南庁舎1階ロビー

※義援金は日本赤十字社へ送金します

**ゆうちょ銀行・郵便局** 【口座記号番号】00150-7-325411

【口座加入者名】日赤令和6年能登半島地震災害義援金

**銀行振り込み**

金融機関・支店名	預金種別・口座番号
三井住友銀行 すずらん支店	普通預金 2787501
三菱UFJ銀行 やまびこ支店	普通預金 2105493
みずほ銀行 クヌギ支店	普通預金 0620669

※いずれも口座名義は「日本赤十字社(ニホンセキジユウジシャ)」

☒金融機関により振込手数料がかかる場合あり。物品、物資の受け付けは行っていません

◎詳しくは市のホームページをご覧ください

☎福祉政策課 ☎7167-1131・FAX7164-3917



市ホームページ

## 市の職員を被災地へ派遣

### すず 珠州市へ職員を派遣

市では、1月10日～14日と1月22日～29日に、千葉県と共に石川県珠州市へ職員を派遣し、避難所の運営等を支援しました。



### 珠州市での避難所支援「自分に今できることを」



柏市防災安全課  
齋藤 文彦さん

雪が降り積もる中、派遣された避難所では、食事の配膳や物資の運搬・整理、夜間の見守りなど、さまざまな支援活動に従事しました。被災地の皆さんに1日も早く平穏な生活が戻るとともに、希望の光を失うことなく前に進んでほしいと願っています。



### 輪島市へ被災建築物応急危険度判定士の派遣と給水車の出動

石川県輪島市へ、1月16日～21日に被災建築物の応急危険度判定業務に従事する職員を派遣しました。また、1月26日から給水車と職員を派遣しています。

### 金沢市へ保健師等を派遣

2月13日(火)～19日(月)に、石川県金沢市内の大規模避難所における被災者の健康支援等を行う予定です。

## 柏市の市営住宅を提供

市では、被災されたかたに対し、無償で市営住宅を提供します。提供戸数については、状況に応じて追加も検討してまいります。



### 被災地支援に関する特設ページを開設

被災地支援に関する最新情報は、市のホームページからご確認ください。



市ホームページ



## CONTENTS ~目次~

### 4 特集

## いつまでも健康でいたいから～生活習慣がカギ～

### 10 **Pick Up** ～市の新しい情報などをお知らせします～

柏駅前送迎保育ステーションを開設／4月から市内全域でごみ袋と主なごみの分別名称を統一／はぐはぐひろば柏たなかを開設／柏市公式ホームページがリニューアル／市・県民税と所得税の申告はお早めに ほか

### 16 **Information** ～情報コーナー～

子育て世帯生活支援特別給付金の申請を／旧吉田家住宅に長屋門カフェが臨時オープン／体験農園の利用者を募集／団体・サークルの催し／サークル会員募集／市民の相談室 ほか

### 30 **【連載】 潜入!! 工事現場** トチュー **途chuアフター**

第10回 高田近隣センターリノベーション工事

### 31 **Kashiwa Photo Diary** ～まちの出来事を写真とともに～

明るい光が辺りを照らす、令和6年最初の夜明け／新たな決意と門出を祝う 柏市成人式～二十歳の集い～を開催／新加入選手の登場に大歓声！ 柏レイソル新体制発表会

### 32 **【連載】 かしわ愛を込めて ふるさと産品お届け便**

第10回 NPO法人 せっけんの街 「粉せっけん」

## 市長の スマイル通信

vol.25

## 被災地に職員を派遣 経験を柏にも生かします

元日に起きた能登半島地震で、被害に遭われた皆様に、心からお見舞い申し上げます。柏市では、発災後すぐに態勢を整え、1月上旬から避難所の運営支援や建物などの危険度判定に従事する応援職員を被災地に派遣しています。

平成28年の熊本地震のあと、支援する自治体・受ける自治体の組み合わせを国が決める仕組みが作られました。今回、千葉県は石川県珠洲市を担当しており、柏市も、県や千葉市に次ぐ第二陣として避難所の支援にあたりました。

これを書いているのは発災から2週間ほどが過ぎた時点ですが、被災地では、揺れと津波で筆舌に尽くしがたい被害が発生し、積雪や厳しい寒さの中、断水が続く、避難所でも感染症のまん延など避難者の体調の悪化が心配されています。健康管理にあたる保健師を派遣するなど、ニーズの変化に応じて支援を継続します。

今回は道路やインフラの被害も大きく、生活が安定するには時間がかかりますが、長期的な支援にも協力していきます。そして、派遣された職員が持ち帰った経験を今後の柏市の備えに生かし、災害に強いまちづくりに取り組みしていきます。

柏市長

太田和美



はがき・ファクスなどの記入内容

①希望する講座・催し名 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号※電話が困難な場合はファクス番号⑥(往復はがきの場合) 返信面の宛先

掲載情報の  
見方

時=とき 所=場所 対=対象 定=定員 内=内容 講=講師 費=費用 持=持ち物 申=申し込み 交=交通 他=その他  
問=問い合わせ ●費用で特に記載のないものは無料 ●対象や定員に制限のないものは、どなたでも参加可





# いつまでも健康で いたいから ～生活習慣がカギ～

健康であることは、自分にとっても家族にとっても幸せなこと。  
しかし、健康でいられることは当たり前ではありません。幸せな  
生活を送り続けるために、日頃の生活習慣を見直してみませんか。

☎健康増進課 ☎7167-1256 ・ ☎7164-1263



## 自分の体のこと、 つい後回しにしていますか

あなたは自分の体のことをどのくらい知っていますか。体の調子が悪いとき、一番最初に気付いてあげられるのはあなた自身です。

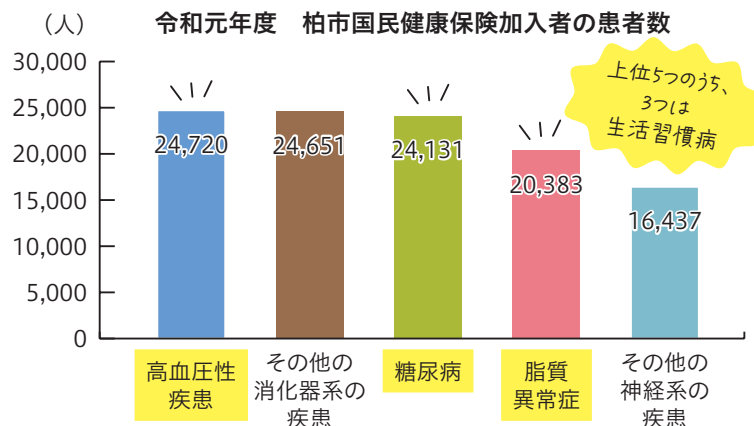
しかしながら、現代は仕事に家事、家族のお世話と忙しい日々を過ごしているかたも多くいます。周りのことを優先してしまうと、つい自分の体のことを後回しにしがちです。

自分の体のケアをおろそかにしていると、10・20年後に影響が出てくることもあります。これからも健康であり続けるために、時には自分の体をいたわり、生活習慣を見直すことが大切です。

## 柏市民がかかる病気の 上位は生活習慣病

生活習慣病とは、食事、運動、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣の乱れが発症の主な原因となる病気の総称です。日本人の死因の上位を占めるがんや心臓病、脳卒中は、生活習慣病に含まれます。また、令和元年度の柏市国民健康保険加入者のデータを患者数別に見ていくと、上位を占めているのは高血圧性疾患、糖尿病、脂質異常症と全て生活習慣病であることが分かりました。

上位5つのうち、  
3つは  
生活習慣病



※第2期保健事業実施計画を基に作成

## キーワードは「血管の老化」

血管は人の見た目と同じで、加齢とともに老化していきます。また、バランスの悪い食事や睡眠不足、運動不足、喫煙、ストレスなどが原因で、血管の年齢が実年齢以上になってしまふこともあります。血管の老化が進むと、血管の壁がもろくなったり、血管が硬くなったりして、脳出血・脳梗塞・心筋梗塞などの重大な病気を引き起こします。生活習慣病の予防や健康寿命を延ばすためにも血管を老化させないことが大切です。



～ 68 歳 男性の話～



“ ウォーキングを毎朝していたけれど、寒い時期はついおっくうになってしまい、家にずっとこもりがちになっています。体のことは気になってはいますが、たばこもなかなかやめられず、吸い続けています。 ”

あなたも同じかも!?  
あるあるエピソード

～ 36 歳 男性の話～



“ 日頃から大好きなラーメンをよく食べたり、飲酒をしていたりするのですが、若い頃は問題なかった健康診断の結果が最近では、再検査になってしまいました。肝機能や脂質異常の指摘を受けましたが、再検査は忙しくて受けられていません。 ”

～ 42 歳 女性の話～



“ パートタイムで働いている他に、普段は掃除や洗濯などの家事で体を動かしているつもりです。でも、それ以外で運動することはほとんどなく、以前より体重が増えてきているのが気になっています。 ”

食べ過ぎたり、飲み過ぎたりしていると…

内臓脂肪が増加

血管を攻撃

高血圧

脂質異常

高血糖

動脈硬化が進行すると

恐ろしい病気を発症

心臓病

(狭心症・心筋梗塞)

脳卒中

(脳梗塞・脳出血)

糖尿病の合併症



柏市健康増進課  
保健師 古橋 美華さん

日頃の生活で気になることがある皆さん!  
次のページで生活習慣を見直すポイントをお伝えします

太っていないなくても注意が必要

生活習慣病になってしまう人は、太っているかたや年齢の高いかただけだと思っけていませんか。実は、「痩せている」、「年齢が若い」からといって生活習慣病にならないとは限りません。生活習慣病を考える上では、おなか周りにある内臓脂肪にも注目すべきです。

通常、内臓脂肪は血管が硬くならず、調整するインスリンの働きを良くしたりする「善玉ホルモン」を分泌しています。しかし、日頃の乱れた生活習慣などが原因で内臓脂肪が過

剰にたまってしまつと、善玉ホルモンが減り、血圧や脂質、血糖値などを悪化させる「悪玉ホルモン」が分泌されてしまいます。

気付かぬうちに進行…  
最悪の場合、死に至ることも

内臓脂肪が増えると、高血圧や脂質異常などを招き、血管がどんどん傷ついていきます。発症した場合、かなり進行するまで自覚症状が現れないことが多く、気付いたときには心臓病や脳卒中、糖尿病の合併症などの深刻な病気を引き起こし、通院はもろろんのこと、入院や手術、最悪の場合は死に至る場合もあります。

健康のプロが伝授！

# 日々の生活を見直す5つのポイント

普段の生活を見直すことで生活習慣病を改善することができます。

ここでは食事、睡眠、運動、飲酒、禁煙の5つに分けて、改善のポイントを紹介します。

できることから始めてみましょう




### 手軽に食べられる物を選びがちあなたにオススメ!



ここをchange!

**Before**

菓子・総菜パンやから揚げも高カロリー



ベーコンパンなど

炭酸飲料水 から揚げ


+

おおよそ  
マイナス365キロ  
カロリー

+

**After**

主食は脂が少ないものに



野菜のサンドイッチ

野菜ジュース から揚げ

**ポイント** 糖質などが多い高カロリー食品の組み合わせにしない

### もう一品追加したいあなたにオススメ!



これをchange!

**Before**



焼肉弁当

スープ代わりにカップラーメンは脂質も糖質も取り過ぎに

カップラーメン

+

**After**



みそ汁

海藻や野菜たっぷりのみそ汁で食物繊維をプラス

**ポイント** 糖質(ご飯)+糖質(麺)の組み合わせで選ばない。食物繊維を追加して、おなかを満たす

## 1 食べ方を工夫して健康アップ

好きな物やおいしい物を食べることは、食欲を満たすだけでなく、日常生活における楽しみの1つ。しかし、それぞれの食事で栄養素を気にしたり、主食・主菜・副菜をバランスよく取ったりと、考えて食事をする人は少ないのではないのでしょうか。

ここでは、手軽に利用できるコンビニのお弁当や総菜を例に挙げて、選び方のコツを紹介します。

### ガッツリお肉料理を食べたいあなたにオススメ!



これをchange!

**Before**

揚げ物は脂質が多い



から揚げ弁当

マヨネーズには脂質が多い



ポテトサラダ

+

おおよそ  
マイナス180キロ  
カロリー

+

**After**

照り焼きヤンテーした肉を選んで脂を抑える



照り焼きチキン弁当

脂なしの料理に変更! ノンオイルドレッシングで



ツナサラダ

**ポイント** 揚げ物やマヨネーズなどの脂質が多い物の組み合わせにしない



### 3 普段の行動から カロリー消費を意識

体を動かすと消費エネルギーが増えるのはもちろん、血圧、血糖などの数値も改善することができます。

買い物やウォーキングなどの歩行は全身の8割を使う有酸素運動で、内臓脂肪を効果的に減らすことができます。有酸素運動を1日当たり30～60分、週3日以上すると良いでしょう。

普段の行動が100キロカロリーの消費に!!

- 掃除機かけ33分/草むしり30分
- ウォーキング30分/犬の散歩25分
- 活発に遊ぶ16分



### 2 睡眠不足やストレスが 食べ過ぎにもつながる

睡眠不足になると食欲に関するホルモンの分泌が乱れ、「つい食べ過ぎてしまう」といった行動を取りやすくなります。また、過度なストレスがあると満腹感を感じにくくなり、食べ過ぎの原因にもなります。

慢性的な寝不足状態にある人は、糖尿病、心筋梗塞や狭心症などの生活習慣病にかかりやすいことが明らかになっています。



### 4 お酒はおいしく楽しく 適度な量を

適度な飲酒量は1日当たり純アルコール量20グラム程度とされていて、缶チューハイ1缶分(350ミリリットル)に相当します。一般的に女性はアルコール代謝能力が低いとされているため、男性の半分が目安になります。また、おつまみには大豆、魚、野菜などのメニューを選ぶことでアルコールの吸収を抑えることができます。

1日当たりの適量を知っておこう!  
(アルコール度数)



### 5 禁煙すると病気の リスクが下がる!

禁煙すると、さまざまな効果を得ることができます。禁煙の2週間後には心臓や血管などの血液循環が改善し、肺機能が高まります。1年後には、せきや息切れが減り、心疾患のリスクが大幅に下がります。また、10年後には肺がんのリスクがおおよそ半分に減り、さまざまな病気にかかるリスクが非喫煙者のレベルまで近づくことができます。



禁煙で悩んでいるかたは相談を

市内の一部の医療機関や薬局で、禁煙についてアドバイスなどを受けることができます。



市ホームページ



柏市健康増進課  
保健師 古橋 美華さん

# 見た目では 分からないからこそ、健診を

見た目だけで分からないのが生活習慣病の恐ろしいところ。  
見えないからこそ、定期的に健診を受けて今の健康状態を把握する必要があります。  
今回は、市の保健師に健診などについて話を聞きました。

## 自分の体に耳を傾けてほしい

仕事や家事などで忙しく、特定健康診査（以下、健診）を受けられないかたは少なくありません。健診は、生活習慣病の予防のため40歳以上のかたを対象に、メタボリックシンドロームに着目したもので、問診、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査などの検査を行います。見た目では分からない体の検査数値を知ること、生活習慣を見直すきっかけにすることができるので、ぜひ受けたいです。

## 保健指導で一緒に改善策を

健診結果で基準値より数値が高かたには保健指導を行います。しかし、保健指導と聞くと怒られるのではないかと、不安に思われた方もいるかもしれません。

私たちが行う保健指導は、食事のバランスについては管理栄養士が、病態については保健師が話をし、健診結果を見ながら3カ月間を目安に、これからできる改善策や無理のない目標を一緒に考えていきます。

## 無理なく体と付き合っていく

私はビールを好んでよく飲んでい

た時期があり、その頃は体重が若干増えてはいたものの、さほど気にしてはいませんでした。しかし、後日行われた健診結果を見たら腎機能が悪くなっていたんです。ただ、お酒をやめるのは私にとってストレスだったので、これを機に糖質の少ないハイボールに切り換えるようにしました。すると、数値が改善され、体重も減ってきたので食事の量などのバランスも合わせて見直すようになり、今では改善したことが習慣化しています。

私は保健師で、普段は生活習慣病の予防を啓発する立場ですが、皆さんと同じで好きな食べ物や、やめられない物もあります。食べ過ぎや飲み過ぎで悩んでいるかたや健診結果が基準値を超えてしまったかたも、全てを極端にやめる必要はありません。食べ物や飲み物の組み合わせをうまく換えてみることで、体も心も安定してきますし、何より効果が少しずつ表れると継続するきっかけにもなります。まずは、自分の体のことを考え、その中で無理せずできることから始めてみるのが健康への第一歩です。

## あの歴史上の人物も生活習慣病だった!?

※諸説あり



夏目漱石

甘い物が大好きな漱石は、まんじゅう、ようかんなどを食べ過ぎたため、医師から止められたこともあったようです。また、胃潰瘍で通院したときに、医師から尿糖が出ていると言われたこともありました。当時は病気を治療する薬はなく、甘い物や白米を厳しく制限するだけでした。



織田信長

お酒はほとんど飲まず、味の濃い料理が好きだった信長。桶狭間の戦いには、よろいをつけ、立ったまま食事をして戦うなど、忙しい食生活を送っていたそうです。現代でいう糖尿病を患っていて、安土城に入ってから手の痛みやしびれが強かったという記録が残っています。



太枠は生活習慣の見直しで改善!!

■健診の検査項目など

	検査項目	基準値	保健指導値	受診勧奨値
肥満	BMI	標準 18.5~25.0未満	肥満	25.0以上
	腹囲(cm)	男性 85cm未満 女性 90cm未満	男性 85cm以上 女性 90cm以上	
血圧	収縮期(最高)血圧 (mmHg)	130未満	130~139	140以上
	拡張期(最低)血圧 (mmHg)	85未満	85~89	90以上
脂質代謝	中性脂肪 (mg/dL)	150未満	150~299	300以上
	HDLコレステロール (mg/dL)	40以上	39~35	34以下
	LDLコレステロール (mg/dL)	120未満	120~139	140以上
肝機能	Non-HDLコレステ ロール (mg/dL)	150未満	150~169	170以上
	GOT(AST) (U/L)	31未満	31~50	51以上
	GPT(ALT) (U/L)	31未満	31~50	51以上
尿酸	γ-GTP (U/L)	51未満	51~100	101以上
	血清尿酸 (mg/dL)	7.1未満	高尿酸血症が疑われる値 7.1以上	
糖代謝	空腹時血糖 (mg/dL)	100未満	100~125	126以上
	HbA1c (%)	5.6未満	5.6~6.4	6.5以上
尿検査	尿糖	(-)	(±)	(+)以上
	尿たんぱく	(-)	(±)	(+)以上

※柏市国民健康保険特定健康診査検査項目より抜粋

特にここに注目!あなた自身で数値を変えられる

検査の結果項目が多く、どこをどう見てよいか分からないというかたもいるのではないのでしょうか。

左表の色で囲まれた項目は、特に自分で改善できる項目です。基準値を超えるかたには、保健師や管理栄養士による保健指導で生活改善の提案をして、基準値を目指します。

受診勧奨値の数値を超えると医療機関の受診が必要になります。

メタボリックシンドロームの項目

おへそ周りを測って  
男性:85cm以上  
女性:90cm以上

① 空腹時血糖 110mg/dL以上

② 脂質 中性脂肪:150mg/dL以上か  
HDLコレステロール:40mg/dL未満

③ 血圧 収縮期:130mmHg以上か  
拡張期:85mmHg以上

2つ以上該当  
メタボ

1つ該当  
メタボ予備群

生活習慣病と診断されたかたはこちら!

●柏市地域栄養相談システム **有料**

食生活の改善が必要な糖尿病や高血圧症、脂質異常症などと診断された場合に、かかりつけ医から同システムの協力病院を紹介されると、管理栄養士による食事療法のポイントなどの個別アドバイスを受けることができます。

◎詳しくはかかりつけ医にご相談ください

☎健康増進課 ☎7167-1256

特定健診などの問い合わせ先

特定健診は、加入している保険者が行います。特定健診の時期などが異なるため、詳しくは加入している保険組合等にお問い合わせください。



市ホームページ

- 職場などの保険組合に加入のかた  
→各保険組合でご確認ください
- 柏市国民健康保険に加入のかた
- 千葉県後期高齢者医療に加入のかた  
→☎健康増進課 ☎7164-4455

がん検診を行っています

市民を対象にがん検診(胃、大腸、結核・肺、乳、子宮頸(けい)がん)を行っています。対象年齢等が異なりますので、詳しくは市のホームページをご覧ください。

→☎健康増進課 ☎7168-3715

健康が一番!

「ヘルシーライフ表彰」

市では、柏市国民健康保険・千葉県後期高齢者医療の加入者で、過去3年間に特定健診を継続して受診し、受診勧奨値がないなどの基準を満たしているかたに、ヘルシーライフ表彰を行っています。令和5年度では、7人のかたに表彰を行いました。



代表して記念品を贈呈された長島 道子さん

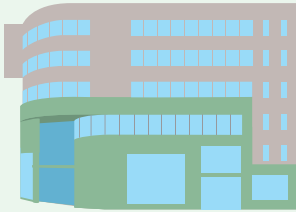
5月からの利用者を募集

# 柏駅前送迎保育ステーションを開設

柏駅前の旧そごう柏店アネックス館に、新たに子育てに関する機能を集約した子ども・子育て支援複合施設を開設します。それに伴い、同施設に設置する柏駅前送迎保育ステーションの5月1日(水)以降の利用者を募集します。

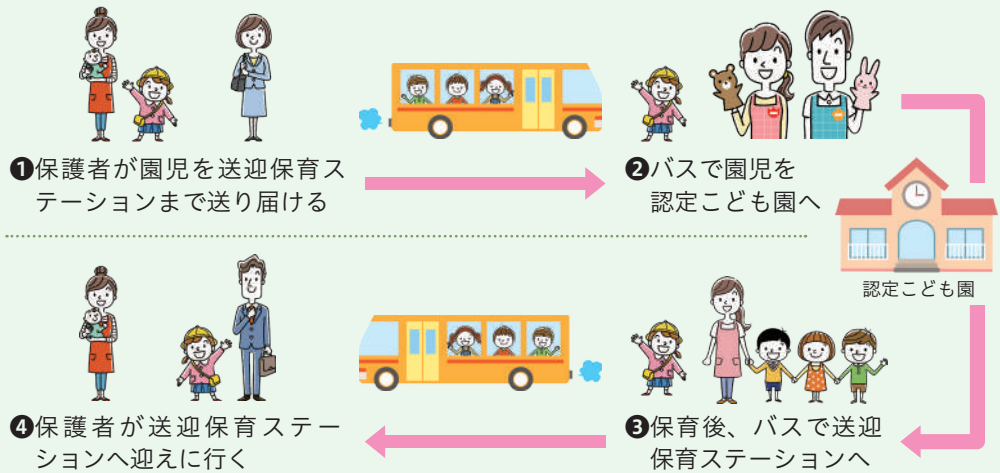
**Q** 送迎保育ステーションってなに？ **A** 保護者に代わって、園児をバスで認定こども園へ送迎する施設です

## 仕組み



柏駅前送迎保育ステーション

こんなことが  
便利！



- ◆通勤などで柏駅を利用するかたは、直接園に行かなくても、柏駅の同施設で朝の送り出しや帰りのお迎えができる
- ◆送迎保育ステーションでお子さんの園での様子を聞いたり、子育ての相談をしたりすることができる

## 【対象施設】

- ①手賀の丘幼稚園・保育園(五條谷)
- ②柏みどりこども園(東中新宿)

## 【申請ができるかた】

次の条件を全て満たすかた、各24人

- ▶教育・保育給付2号認定か施設等利用給付2号認定を受けているか申請している
- ▶申請日時点で、①か②に入園が決まっているか入園の申し込みをしている
- ▶自宅から対象施設までの送迎時間が片道10分以上

## 【利用可能日】

月～土曜日、午前7時～9時・午後4時～7時※祝日、年末年始を除く

## 【使用料】

月額1,000円※送迎バスや施設の利用等に係る費用は別途。午後6時以降の利用は延長利用料1回100円

■2月5日(月)～4月5日(金)までに、保育運営課(市役所別館3階)で配布する申請書に必要事項を書いて、各施設へ直接持参を

◎詳しくは市のホームページをご覧ください

■所在地 柏4丁目58



市ホームページ

## 説明会を開催

柏駅前送迎保育ステーションに興味のあるかたや利用を検討しているかたはぜひご参加ください。

■2月18日(日)午前10時～11時・午後2時～3時

■所 ラコルタ柏(教育福祉会館)2階多目的研修室1・2

■送迎保育ステーション事業の内容や申請方法などの説明を聞くことができます

■当日、会場へ直接



【問い合わせ】 保育運営課 ☎7167-1137・FAX 7164-0741



# 4月から市内全域で「ごみ袋」と「主なごみの分別名称」を統一

【問い合わせ】 廃棄物政策課 ☎7167-1140 ・FAX 7163-3728

## 沼南地域のかたへ

「ごみ袋の色」と  
「主なごみの分別名称」が変わります

4月1日(月)から、沼南地域の「ごみ袋の色」と「主なごみの分別名称」を柏地域と同じものに変更します。主なごみの分別名称は「可燃ごみ」「不燃ごみ」「容器包装プラスチック類」「資源品」となります。なお、ごみ袋の色の変更は次のとおりです。ごみの分別方法や収集回数は変わりません。  
※現在のごみ袋もおおむね1年間は継続して使用できます

変更に伴い、沼南地域の各世帯へ案内チラシと新しいごみ袋の試供品をご自宅のポストに投かんしていますのでご確認ください。

### 新 可燃ごみ

### 新 容器包装プラスチック類

現在 燃やすごみ



ピンク色に変更



現在 プラスチック系ごみ



黄色に変更



柏・沼南地域共通  
2種類のごみ袋から  
選択可能に

- 形状・素材
- ① マチ・持ち手があり、柔らかく伸びやすい袋
  - ② マチ・持ち手がなく、硬く伸びにくい袋



指定ごみ袋の統一について

## 4月1日(月)から指定可燃ごみ袋をレジ袋として販売

ごみ袋統一に伴い、柏市3R推進店(ごみの減量に積極的な取り組みを行っている店舗)の一部で、指定可燃ごみ袋(小サイズ)をレジ袋として販売します。

【販売店舗】※令和5年12月末時点

- イオン柏店(豊町2丁目)
- イトーヨーカドーアリオ柏店(大島田1丁目)
- イトーヨーカドー柏店(柏2丁目)
- カインズセブンパークアリオ柏店(大島田1丁目)
- ピーコックストア豊四季台店(豊四季台4丁目)
- マックスバリュ松ヶ崎店(大山台1丁目)
- ライフ増尾店(増尾台3丁目)
- ロイヤルホームセンター柏(大山台2丁目)
- ロイヤルホームセンター南増尾(南増尾7丁目)

【販売価格】

1枚10円前後  
※店舗により異なります



※販売イメージ

(縦55cm×横33cm)



指定ごみ袋をレジ袋として販売

©販売店舗は今後も拡大予定。詳しくは市のホームページをご覧ください

## 幼児教育・保育の 無償化手続きはお済みですか

4月1日から新たに幼児教育・保育の無償化による給付(利用費の補助)を受けるためには、3月中に「施設等利用給付認定」の申請手続きが必要です。利用する施設や家庭の状況によっては、給付の可否や上限額が異なりますので、必ず事前にご確認ください。

### 【対象となる家庭の状況】

共働き・病気・妊娠などで家庭での保育が困難な方

給付の対象経費	児童の年齢	無償化上限額(月額)※1	必要な認定
幼稚園・認定こども園の預かり保育に係る利用料	非課税世帯の満3歳児	16,300円	施設等利用給付3号認定(新3号)
	3~5歳児	11,300円	施設等利用給付2号認定(新2号)
認可外保育施設等(※2)の月額利用料	非課税世帯の0~2歳児	42,000円	施設等利用給付3号認定(新3号)
	3~5歳児	37,000円	施設等利用給付2号認定(新2号)

※1 対象費用は月額利用料だけ。通園・送迎費、給食費、行事費などの実費は対象外  
 ※2 市に届け出のある認可外保育施設(柏市保育ルームを含む)、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業、ベビーシッターなど  
 申請書類は市のホームページからダウンロード可

### 無償化の申請ガイドをご活用ください

市のホームページでは、お子さんが無償化の対象になるかを判定できる「無償化判定ガイド」、必要な認定や申請時の提出書類などを確認できる「無償化の申請ガイド」を公開していますので、ぜひご活用ください。

### 【問い合わせ】

保育運営課☎7128-6881・FAX7164-0741



市ホームページ

## はぐはぐひろば柏たなかを開設

「はぐはぐひろば柏たなか」が2月1日(休)に開設します。床暖房が設置されていて暖かく、大きな窓があり開放的な施設です。親子同士の交流や子育て支援アドバイザーによる子育て相談もできます。



【開所時間】 午前9時30分~午後4時30分※初日は正午から  
 セナリオハウスパーク柏たなか内(大室)

乳幼児と保護者

▶2月1日(休)午前10時から開設式あり▶初日は1時間ごとの入れ替え制

◎詳しくは市のホームページをご覧ください



市ホームページ

### 【問い合わせ】

子育て支援課☎7168-1034・FAX7165-0081

## 新型コロナワクチンの接種を 希望する方はお早めに

現在無料で行っている新型コロナワクチン接種は、3月31日(日)で終了する予定です。接種を希望する方は、早めの接種をご検討ください。

◎詳しくは市のホームページをご覧ください

### 【問い合わせ】

健康増進課☎7128-7252・FAX7128-7253



市ホームページ

子どもと  
未来の柏  
のために

# 放射線対策 NEWS NO.119

ニュース

環境政策課☎7168-1037

FAX7163-3728

### 市有施設における空間放射線量 測定の結果について

現在、市内の空間放射線量は国の基準値(毎時0.23マイクロシーベルト)を大きく下回る数値で安定していることから、令和4年度より、各地域から市有施設を選定し、測定を行っています。  
 ◎詳しくは市のホームページをご覧ください

### ■市有施設の平均値

単位:マイクロシーベルト/時間

施設名	測定結果(平均値)※1	
	地表5cm(柏市独自基準)	地表50cmか100cm(国基準)※2
①市立保育園(9園)	0.07	0.06
②公園・スポーツ施設(29施設)	0.07	0.06
③市立小学校(2校)	0.07	0.06
④市立中学校(11校)	0.08	0.07
⑤その他市有施設(9施設)	0.08	0.07

※1 測定機器はシンチレーションサーベイメータ TCS-172Bを使用

※2 小学生以下の子どもの利用頻度が高いと考えられる施設(①~③)は、地表50cmで測定

### 放射性物質の測定結果

11月3日~1月5日検査分

#### ■市内の農産物

園農政課☎7167-1143・FAX7162-0585

#### ■表記の説明

☑=ゲルマニウム半導体検出器

検出下限値=使用する検査機器で検出できる最小値のこと

☑[北部] ホウレンソウ[中央] サトイモ、カブ、ミカン [南部] ダイコン[手賀沼周辺] サニーレタス、ニンジン、ダイコン	検出下限値未満
---	---------

■小・中学校(提供した給食1週間分) 園学校給食課☎7191-7376・FAX7191-1212

☑自校調理18校、給食センター	検出下限値未満
-----------------	---------

品目・検査方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください

より使いやすく、  
見つけやすい

## 柏市公式ホームページがリニューアル

柏市の公式ホームページが、より使いやすいデザインに生まれ変わりました。市政に関する情報から身近な情報まで掲載しているので、ぜひ一度ご覧ください。

## ここが変わった

## ●目で見えて直感的にアクセスできる

生活に密着した情報をアイコンにし、各種手続きや施設の案内など情報にたどり着きやすくなりました。

## ●スマートフォンやタブレット端末でも使いやすい

画面最上部にメニューや検索機能を設け、小さい画面でも操作しやすくなりました。

## ●シンプルで親しみやすいデザインに

柏市のブランドロゴマーク「つづくを、つなぐ。」の4色を使い、清潔感のあるデザインになっています。



ブランドロゴマーク

アイコンで  
見つけやすい

市ホームページ

## 【問い合わせ】

広報広聴課 ☎7136-1477・FAX 7166-8289

## ご意見を募集します パブリックコメント

市では、次の計画案等について、パブリックコメント（意見公募手続き）により市民の皆さんの意見を募集します。

## ① 柏市観光基本計画（案）

【閲覧開始日】 2月1日（木）

☑ 柏市における観光のあり方を示した計画を策定するもの

【提出期限】 3月1日（金）

〒 商工振興課（市役所別館4階）

☎7167-1141・FAX 7162-0585

## ② 令和6年度柏市食品衛生監視指導計画（案）

【閲覧開始日】 2月1日（木）

☑ 柏市の食の安全・安心を確保するための事業計画を策定するもの

【提出期限】 3月1日（金）

〒 生活衛生課（ウェルネス柏3階）

☎7167-1259・FAX 7167-1732

## ③ 柏市学校における食育方針（案）

【閲覧開始日】 2月1日（木）

☑ 小・中学校における食育を進めるための方針を策定するもの

【提出期限】 3月1日（金）

〒 学校給食課（沼南庁舎2階）

☎7191-7376・FAX 7191-1212

## ④ 柏市地域公共交通計画（案）

【閲覧開始日】 2月15日（木）

☑ 柏市地域公共交通網形成計画の改定を行うもの

【提出期限】 3月15日（金）

〒 交通政策課（市役所分庁舎1の1階）

☎7167-1219・FAX 7160-1788

## ⑤ 柏市犯罪被害者等支援条例（案）

【閲覧開始日】 2月19日（月）

☑ 犯罪被害者等が受けた被害の軽減・回復を図ることなどを目的とした条例を制定するもの

【提出期限】 3月19日（火）

〒 防災安全課（市役所本庁舎2階）

☎7167-1115・FAX 7163-2188

## 共通【閲覧場所】

行政資料室（市役所本庁舎1階）、行政資料コーナー（沼南庁舎1階）、近隣センター、柏駅前行政サービスセンター、富勢出張所、商工振興課（①だけ）、生活衛生課（②だけ）、学校給食課（③だけ）、交通政策課（④だけ）、防災安全課（⑤だけ）、市のホームページ

◎意見の提出方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください



市ホームページ



2月16日(金)  
受付開始

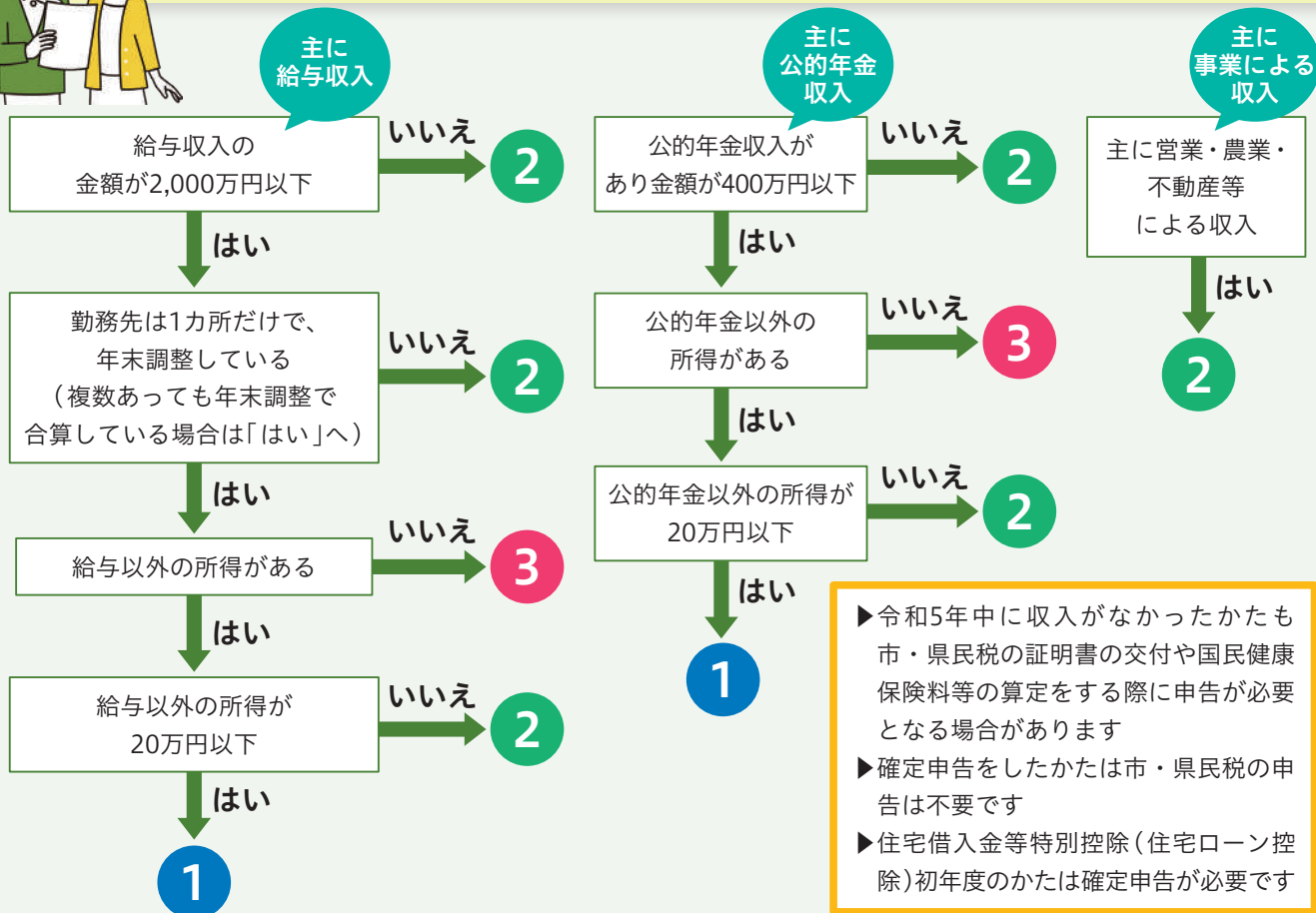
## 市・県民税と所得税の申告はお早めに

令和5年中(令和5年1月1日～12月31日)の市・県民税の申告、所得税の確定申告の受け付けが始まります。いずれも申告期間は3月15日(金)までとなりますので、早めの申告をお願いします。

☑ 次の条件を全て満たすかた ▶ 令和6年1月1日時点で柏市に住民登録がある ▶ 令和5年中に収入があった※遺族年金・障害年金・失業給付金等は除く



あなたの主な収入は？ \ スタート /



## 1 市・県民税の申告が必要なかた → 市役所へ

申告書提出会場では市職員による申告書の作成・相談は行いません。郵送での提出にご協力ください。

確定申告を行うと所得税の還付が受けられる場合があります。詳しくは柏税務署にお問い合わせください。

## ●申告書の入手方法

市・県民税の申告用紙は、昨年中に申告したかたなどを対象に1月26日に発送しています。今年初めて申告をされるかたには申告書を郵送しますので、市民税課へご連絡ください。また、昨年中に申告していても、今年の申告が不要と見込まれるかたなどへは申告書を発送していません。申告が必要となった場合は市民税課へご連絡ください。

市のホームページで  
申告書を作成



## ●申告の方法

## ①郵送

申告書に同封の手引きを参照の上、3月15日(金)までに必要事項を書いて、〒277-8505 柏市役所市民税課へ郵送(当日消印有効)してください。申告書の控えが必要なかたは、事前に写しを取った上で提出してください。

## ②市が開設する申告書提出会場へ直接

会場では、必要事項を記入した申告書の提出だけを受け付けています。

## ■柏市による市・県民税の申告書提出会場

とき	ところ	受付時間
2月16日(金)～3月15日(金)	市役所本庁舎 1階ロビー	午前9時～11時30分 ・午後1時～4時
3月7日(木)～15日(金)	沼南庁舎 1階ロビー	

※土・日曜日、祝日を除く

## 2 所得税の確定申告が必要なかた → 柏税務署へ

市役所本庁舎・沼南庁舎・近隣センターで、確定申告書用紙の配布は行いません。用紙が必要なかたは柏税務署へ問い合わせを

### ●申告書の作成・提出方法

#### ①国税電子申告・納税システム(e-Tax)

インターネットで申告・納税等ができる便利なシステムです。申告には電子証明書が必要です。また、スマートフォンを利用して申告を行う場合はマイナンバーカードが必要です。

国税庁  
ホームページ



#### ②郵送

3月15日(金)までに申告書に必要な事項を書いて、〒277-8522 柏税務署へ郵送(必着)してください。

#### ③柏税務署へ直接

☎2月16日(金)～3月15日(金)午前9時～午後4時※土・日曜日、祝日を除く。ただし、2月25日(日)は受け付け

☒▶柏税務署の駐車場は4月中旬まで使用不可▶各日午前8時30分から入場整理券を配布▶入場整理券の配布状況により受付終了時間を早める場合あり▶柏税務署の正門横にある「時間外文書収受箱」に投かんして提出も可

◎アプリ「LINE(ライン)」による事前予約については、国税庁のホームページでご確認ください

## 3 所得税の確定申告、市・県民税の申告が不要なかた

原則として申告は不要です。ただし、確定申告を行うと所得税の還付が受けられる場合があります。また、市・県民税の申告により控除を追加することで市・県民税が減額になる場合があります。

「市・県民税の申告」

「所得税の確定申告」共通

申告する前に、必要書類等の確認を！

### ■申告に必要な証明書類

区分	内容 (証明書類等は令和5年中のもの。①・②・⑥は原本)
収入金額が分かるもの	①給与や公的年金等の源泉徴収票※この他に所得がある場合は支払調書など収入を証明する書類
控除額が分かるもの	②保険料の控除証明書(国民年金保険料、生命保険料、地震保険料など) ③医療費控除・セルフメディケーション税制の明細書 ④国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療制度の保険料の領収書など支払額の分かるもの ⑤障害者手帳など※障害者控除を受けるかただけ ⑥寄付金の受領証明書か領収書
その他	⑦個人番号確認書類(マイナンバーカードか通知カード) ⑧本人確認書類(運転免許証など) ※郵送の場合はコピーを添付

### 令和6年度からの主な税制改正

#### ●森林環境税の創設

国の温室効果ガス排出削減目標の達成や災害防止などを図るため、森林整備等に必要な財源を安定的に確保することを目的に創設されました。市・県民税の均等割と併せて1人年額1,000円が徴収されます。市・県民税の均等割は、平成26年度から令和5年度までの10年間にわたり、臨時的に年額1,000円が加算されていたため、令和6年度以降も負担額が変わることはありません。

#### ●上場株式等の配当所得等に係る課税方式の統一

#### ●国外居住親族に係る扶養要件等の見直し

◎詳しくは市のホームページをご覧ください

【問い合わせ】 市・県民税の申告 = 市民税課 ☎7167-1124 ・FAX 7167-3203

所得税の確定申告 = 柏税務署 ☎7146-2321

## コンビニ交付による証明書発行を職員がサポート 証明書自動交付サービス端末を設置

コンビニ交付による証明書発行に対応した証明書自動交付サービス端末を市役所本庁舎1階ロビーに設置しました。操作手順はコンビニ等に設置のものと同じで、端末の利用方法が分からないかた向けに職員がサポートも行います。

【利用開始日】 1月31日

☒市役所本庁舎1階ロビー

### 【取得できる証明書】

- ▶住民票の写し
- ▶印鑑登録証明書
- ▶戸籍謄(抄)本
- ▶戸籍の附票の写し
- ▶課税・非課税証明書
- ▶所得証明書

☒交付手数料は実費

☒マイナンバーカード(4桁の暗証番号が必要)

◎詳しくはお問い合わせください



【問い合わせ】

市民税 ☎7167-1128 ・FAX 7160-1036





公開される審議会等

☎ 傍聴希望者は当日5分前までに、会場へ直接



その他の審議会  
などはこちら

名称	とき	ところ	定員	問い合わせ
柏市文化財保護委員会 議	2月5日(月)午後1 時30分～3時	沼南庁舎5階501会 議室	各 先着 5人	文化課 ☎7191-7414
柏市子ども・子育て会 議	2月6日(火)午後2 時～4時	いきいきプラザ2階 研修室		こども政策課 ☎7170-2692
柏市総合計画審議会	2月6日(火)午後5 時～7時	市役所本庁舎5階第 5・6委員会室		経営戦略課 ☎7167-1117
柏市文化振興審議会	2月8日(木)午後2 時～4時	ラコルタ柏(教育福 祉会館)4階集会室		文化課 ☎7191-7403
柏市健康福祉審議会児 童健康福祉専門分科会		いきいきプラザ2階 研修室		こども政策課 ☎7170-2692
柏市教育福祉会館運営 協議会	2月13日(火)午後 2時～4時	ラコルタ柏(教育福 祉会館)3階集会室		中央公民館 ☎7164-1811
柏市健康福祉審議会障 害者健康福祉専門分科 会	2月15日(木)午前 10時～正午	ラコルタ柏(教育福 祉会館)1階障害者 活動センター		障害福祉課 ☎7167-1136
柏市立図書館協議会		市役所本庁舎5階第 1委員会室		図書館本館 ☎7164-5346
柏市上下水道事業運営 審議会	2月15日(木)午後 3時～5時	上下水道局庁舎4階 401・402会議室		総務課 ☎7166-3181
柏市自転車等駐車対策 協議会	2月20日(火)午前 10時～正午			自転車対策室 ☎7167-1304
柏市社会教育委員会議	2月21日(水)午後 3時～5時	ラコルタ柏(教育福 祉会館)4階集会室		生涯学習課 ☎7191-7393
柏市健康福祉審議会地 域健康福祉専門分科会	2月22日(木)午前 10時～正午			福祉政策課 ☎7167-1131

①農業委員②農地利用最適化  
推進委員を募集

☎①=16人②=15人

任期/①=7月15日～令和9年7月14日  
②=委嘱を受けた日～令和9年7月14日

☎2月15日(木)～3月15日(金)に、①=農  
政課(市役所別館4階)②=農業委員会  
事務局(市役所別館4階)で配布する申  
請書に必要事項を書いて、①=〒277  
-8505 柏市役所農政課②=〒277-  
8505 柏市役所農業委員会事務局へ  
郵送(必着)か直接持参を※申請書は市  
のホームページからダウンロード可

☎農政課☎7167-1143・農業委員会  
事務局☎7167-1549

旧吉田家住宅に  
長屋門カフェが臨時オープン

国重要文化財である同住宅で長屋門  
カフェが臨時営業します。こだわりの  
コーヒーや特製ハヤシライス、おしる  
こなどを楽しみませんか。

☎2月1日(木)～29日(木)午前10時～午後  
4時※5日(月)・11日(日)・13日(火)・19日(月)・  
26日(月)は休業

☎カフェだけの利用は入園料無料  
☎☎旧吉田家住宅歴史公園☎7135-  
7007

木造住宅  
簡易耐震診断相談会



☎2月18日(日)午前10時～午後4時

☎市役所分庁舎2

☎平成12年5月31日以前に建築され  
た木造住宅(在来工法)を所有し、平  
成12年6月1日以降に増築していない  
かた、先着10人

☎建築士による住宅の耐震診断

☎住宅の設計図面、写真などの資料  
(あるかただけ)

☎2月5日(月)午前9時～2月9日(金)午後5  
時に、建築指導課へ電話で

☎建築指導課☎7167-1145

助成金で  
スポーツ器具を購入



スポーツ振興くじ助成金を活用し  
て、沼南体育館に屋内でランニングや  
ウォーキングを行うための運動器具  
(トレッドミル)を1台購入しました。

☎スポーツ課☎7167-1133

家計調査にご協力を



家計収支の実態を把握し、国の政策  
の基礎資料とするため、市内の一部地  
域で調査を行っています。調査対象の  
世帯には、調査員証を携行した調査員  
が訪問し調査を依頼します。  
☎統計調査専用ダイヤル(データ分析  
室内)☎7164-4050

はかり(質量計)の事前調査

来年度の検査に向けて、取引・証明  
用に計量器を使っている事業者へ、市  
指定の調査機関が事前調査します。

☎調査期間/3月中旬まで※事前に指定  
調査機関が訪問日時を通知

☎▶市内全域で250キログラムを超え  
るはかり▶常磐線以北の区域で250キ  
ログラム以下の質量計・分銅・おもり  
☎調査機関/中山計量事務所柏計量検  
査センター

☎消費生活センター☎7163-5853

「住民主体の支えあい活動団体  
補助金」説明会

主に高齢者を対象とした、ごみ出し  
などのたすけあいサービスや通いの場  
の運営団体へ運営費を補助します。新  
たに補助を希望する団体は、説明会に  
参加してください。

☎☎3月7日(木)▶午後1時30分～2時  
30分=たすけあいサービス事業費補  
助金▶午後3時～4時=通いの場事業  
費補助金

☎ラコルタ柏(教育福祉会館)

☎新たに補助を希望する団体※1団体  
2人まで

☎2月29日(木)までに、団体・代表者名、  
住所、電話番号、補助金の種別を書い  
て、柏市社会福祉協議会へ☎7168-  
5656か☎ts-1200@kashiwa-sha  
kyo.or.jpで

☎柏市社会福祉協議会☎7163-1200

## カシニワ・ウォーク



☎3月5日(火)午前9時～午後3時30分※雨天中止

集合・解散／増尾駅

☎10キロメートル程度の道のりを歩けるかた、15人

☎見頃の河津桜を觀賞しながら、増尾地域のカシニワや自然・歴史を訪ねます

費500円

☎運動ができる服装、飲み物、弁当

☎2月14日(水)までに、はがきに3ページ下の必要事項と参加者全員分の氏名(ふりがな)を書いて、〒277-0001呼塚新田204-2 柏市みどりの基金へ郵送(必着)・FAX7160-3121・✉midori-k@fancy.ocn.ne.jp するか同基金のホームページで※応募者多数の場合は抽選。結果は2月22日(水)までに通知

☎柏市みどりの基金☎7160-3120

## 性の多様性に関する講座



☎2月17日(土)午後1時30分～3時30分

☎パレット柏

☎会場・オンライン＝各先着20人

☎LGBT教育を推進する小学校の校長から多様性を支援する教育について学び、理解を深めます

☎2月1日(木)午前9時から、男女共同参画センターへ電話か市のホームページで

☎保育あり(1歳以上、先着5人。要予約)

☎男女共同参画センター☎7167-1127

## 交流型講演会「まちづくり×図書館」



☎2月25日(日)午後1時30分～4時

☎パレット柏

☎先着40人

☎2月1日(木)から、市のホームページで

☎ワークショップあり

☎図書館本館☎7164-5346

## 歌って健康！ 歌声サロン



☎2月17日(土)午後2時～4時

☎先着200人

☎ピアノやバンドの生伴奏で青春の歌や童謡をみんなで楽しく歌います

費2,000円

☎2月1日(木)午前10時から、アミューゼ柏へ電話か直接

☎アミューゼ柏☎7164-4579

## バードカービング教室

☎2月25日(日)午前9時30分～午後3時

☎アミューゼ柏

☎小学5年生以上のかた、先着20人

☎コアジサシの模型を制作し、保護活動について学びます

☎エプロン、タオル、飲み物

☎2月1日(木)から、3ページ下の必要事項を書いて、かしわ環境ステーションへFAX7172-2100か✉info@kankyo-station.orgで

☎同ステーション(午後1時～5時)☎7170-7090・環境政策課☎7167-1695

## 柏泉亭色紙びなづくり



☎2月10日(土)午前9時30分～11時・午前11時30分～午後1時・午後1時30分～3時

☎あけぼの山公園柏泉亭

☎各先着10人※未就学児は保護者同伴

☎小さな色紙に紙粘土の形人や、ちりめん・紙などを貼り付けて飾りを作ります

費500円

☎入室時は靴下の着用を

☎2月1日(木)午前9時から、あけぼの山農業公園へ電話か直接

☎あけぼの山農業公園☎7133-8877

## 柏の葉マルシェコロール

☎2月10日(土)午前11時～午後3時※雨天中止

☎柏の葉キャンパス駅周辺

☎ギフトをテーマとした、お菓子・雑貨等の販売、キッチンカーの出店など

☎柏の葉マルシェコロール実行委員会(UDCK内)☎7140-9686・北部整備課☎7167-1249

## 華之井市場

☎2月11日(日)午前9時30分～午後1時※荒天中止

☎新鮮な野菜・果物、甘酒、豚汁などの販売、ミニコンサート

☎同旧吉田家住宅歴史公園☎7135-7007

## 「知ろう！ 認知症」認知症講演会・体験会



☎2月23日(金)①午前10時30分～午後6時30分＝体験会②午後1時30分～3時30分＝講演会

☎千葉県福祉ふれあいプラザ(我孫子市)☎①＝先着225人②＝先着500人

☎認知症について正しく理解するために、認知症の人が見えている世界について学びます

☎申し込み方法など、詳しくは同プラザのホームページを見るか問い合わせを

☎同プラザ☎7165-2886・地域包括支援課☎7167-2318

## 2月の 市民ギャラリー



◀開催時間などはこちら▶

市民活動団体によるさまざまな展示を行っています。

イベント・内容	開催日
平成書道連盟 青柳琴汀(きんてい)支部展	1日(木)～5日(月)
沼美(しょうび)展	6日(火)～10日(土)
フォト・アイ写真展	11日(日)～14日(水)
芳壽會(ほうじゅかい)作品展	15日(木)～18日(日)
柏美術学院カルチャー講座展覧会	20日(火)～23日(金)
柏陶会作品展	24日(土)～27日(火)
ウォーターカラー21作品展	28日(水)～3月2日(土)

☎同市民ギャラリー(パレット柏)☎7157-0280

ラコルタ柏の  
社会福祉イベントNo.1



①スマホでラコルタ柏の講座に申し込みしよう！

時 2月8日(木)、3月14日(木)※いずれも午前10時30分～正午

☎ スマートフォン

②スマホ・パソコン無料相談

時 2月19日(月)午後1時～2時・午後2時～3時・午後3時～4時

☎ スマートフォンかパソコン

③ダンスセラピー

時 2月26日(月)午後1時30分～2時30分  
費 1,000円

《共通》

☎ ラコルタ柏(教育福祉会館)

☎ 市内在住・在勤・在学のかた、②=各3人③=25人

申 ▶①=当日、会場へ直接 ▶②=2月12日(月)③=2月15日(木)までに、3ページ下の必要事項と希望時間(②だけ)を書いて、柏市社会福祉協議会へ☎tasedai@kashiwa-shakyo.or.jpかラコルタ柏のホームページで※応募者多数の場合は抽選

☎ 柏市社会福祉協議会 ☎7163-9001



あけぼの山農業公園の  
イベント



梅鑑賞会

時 2月10日(土)～3月10日(日)午前10時～午後4時※月曜日(祝日の場合は翌日)は休園

☎ およそ100本の梅を見ながら、おでんやおしるこなどを楽しめます

柏ネイチャークラフト展

時 2月10日(土)～18日(日)午前10時～午後4時※13日(火)を除く。最終日は午後3時まで

☎ 展示コーナーのほか、土・日曜日はクラフト体験あり

梅園ガイドツアー

時 2月18日～3月10日の毎週日曜日午後1時30分～2時15分※雨天中止

☎ 樹木医に梅の解説を聞きながら梅園を歩きます

植物画教室

時 2月29日(木)午後1時～3時

☎ 花や野菜を観察しながら水彩画を描きます

費 1,000円

☎ 2月22日(木)までに、あけぼの山農業公園のホームページで※応募者多数の場合は抽選

《共通》

◎定員など、詳しくは同公園のホームページを見るか問い合わせを

☎ 園 あけぼの山農業公園 ☎7133-8877

国際交流イベント



国際交流サロン「世代を超えたコミュニケーション」

時 2月15日(木)午後8時～9時

☎ web会議アプリ「Zoom(ズーム)」が使えるかた、先着30人

☎ 語学学校の校長から、コミュニケーションのこつを聞きます

お香作り体験

時 2月25日(日)午後0時30分～2時30分

☎ パレット柏

☎ 市内・近隣在住のかたか外国人のかた、先着15人

☎ 日本のお香文化を知り、和紙袋に入れたお香を手紙や本などに挟み、移り香を楽しみます

費 1,000円

早春の交流ウォーキングツアー

時 3月3日(日)午後0時40分～4時

集合・解散/柏の葉キャンパス駅

☎ 市内・近隣在住のかた、先着10人

☎ 旧吉田家住宅歴史公園まで歩き、同公園でひな人形展を見学します

費 100円

《共通》

☎ 2月1日(木)午前9時から、3ページ下の必要事項を書いて、国際交流センターへ☎boshu-1@kira-kira.jpで

☎ 国際交流センター ☎7157-0281

パレット柏のイベント

☎ 園 パレット柏 ☎7157-0280



その他のイベントはこちら

イベント・内容	とき	対象・定員	費用
①スマホパソコン無料相談	2月9日(金)午前10時～午後4時	先着20人	無料
②コーヒー学 A フレーバー B 焙(ばい)煎度合い	A = 2月15日(木) B = 3月21日(木)※いずれも午前9時30分～11時30分	各先着16人	1,500円
③午後クラ「音と言葉のコンサート」	2月22日(木)午後1時30分～2時15分	先着80人	無料
④発酵学「味噌(みそ)」	2月24日(土)午後0時30分～2時30分	各先着20人	1,500円
⑤これからアート学「墨絵編」	2月24日(土)、3月23日(土)、4月27日(土)※いずれも午後3時20分～5時40分		2,000円
⑥お楽しみ劇場	2月28日(木)午前10時～10時30分	乳幼児と保護者、各先着10組	無料
⑦おはなし会	3月6日(水)午前10時30分～11時		
⑧救命救急講習	3月6日(水)午後1時～4時		
⑨音楽とアートでみんなの世界をつくろう	3月9日(土)午前10時～正午・午後1時30分～3時30分	小学生以下のかた、各先着15人	
⑩美学講座「花粉に負けない体づくり」	3月11日(月)午後3時30分～5時	先着13人	1,000円

申 ▶①・⑥・⑧～⑩=2月2日(金)午前9時から⑦=2月16日(金)午前9時から、パレット柏へ電話で▶②・④・⑤=2月2日(金)午前9時から、3ページ下の必要事項を書いて、パレット柏へ☎palettekashiwa.mail@gmail.comで▶③=当日、会場へ直接



## 講座「柏の葉のまちづくりと市民活動」

☎2月24日(土)午後1時30分～4時

所 柏の葉アーバンデザインセンター  
(若柴)

☑ 柏の葉のまちづくりに興味のあるかた、先着20人

☑ まち歩きをしながら柏の葉のまちづくりについて学び、市民活動のあり方について意見交換します

☎ 2月1日(木)午前10時から、3ページ下の必要事項と所属団体・メールアドレス(あるかただけ)を書いて、市民活動サポートコーナーへ FAX)7163-1147か  
☑ sksc@city.kashiwa.chiba.jpで  
☎ 同コーナー ☎ 7163-1143

## こんぶくろ池公園 里山の保全活動体験会



☎ 2月25日(日)、3月2日(土)・17日(日)※いずれも午前9時～正午

集 合・解 散 / こんぶくろ池自然博物館管理棟前

☑ 高校生以上のかた、各6人

☑ 里山の保全や自然調査の活動について、説明を聞いて体験します

☑ 汚れてもよい服装、軍手、タオル

☎ 各開催日の1週間前までに、こんぶくろ池自然の森か公園緑地課へ電話か  
☑ こんぶくろ池自然の森のホームページで※応募者多数の場合は抽選

☎ こんぶくろ池自然の森 ☎ 7132-8800  
・公園緑地課 ☎ 7167-1148

## スポーツ推進委員のイベント

### ① スポーツ教室

☎ 2月11日(日)午前9時30分～11時30分

所 柏第三小学校

☑ 市内在住・在勤・在学で小学生以上のかた※小学3年生以下は保護者同伴

種 目 / ボッチャ・ふうせんバレー・ふわどっちなどのニュースポーツ

### ② ニュースポーツ体験会

☎ 2月18日(日)午前9時～11時40分

所 光ヶ丘小学校

☑ 市内在住・在勤・在学で小学生以上のかた、先着40人※小学3年生以下は保護者同伴

種 目 / ▶ 体育館 = カローリング、ボッチャ、パラバルーン ▶ 運動場 = モルックなど

### ③ ファミリースポーツの日

☎ 2月18日(日)午前9時30分～11時30分※雨天中止

所 柏第八小学校

☑ 市内在住・在勤の経験者

種 目 / グラウンドゴルフ

《共通》

☑ 運動ができる服装・室内履き(①・②だけ)、用具一式(③だけ)、タオル、飲み物

☎ 当日、会場へ直接

☎ ①・③ = 東部支部(桜井) ☎ 7163-3798(午後6時～9時) ② = 南部支部(木村) ☎ 090-2545-0595、スポーツ課 ☎ 7167-1133

## ラコルタ柏の 社会福祉イベントNo.2



### ① 多肉植物を使ってかわいい寄せ植え講座

☎ 3月6日(水)午前10時～正午

費 2,000円

☑ ピンセット、はさみ、霧吹き、持ち帰り用の袋

### ② 今から始める認知症予防講座

☎ 3月6日(水)午後1時30分～3時30分

☑ アンドロイドスマートフォン(貸し出しあり)、写真、筆記用具、飲み物

### ③ 上級睡眠健康指導士のぐっすり眠れる十カ条

☎ 3月9日(土)午前10時30分～正午

### ④ お部屋に季節の彩りを 春の切り絵講座

☎ 3月11日(月)午前10時～正午

費 1,000円

《共通》

所 ラコルタ柏(教育福祉会館)

☑ 市内在住・在勤・在学のかた、① = 24人② = 15人③ = 30人④ = 8人

☎ ① = 2月25日(日)② = 2月26日(月)③・④ = 2月29日(木)までに、3ページ下の必要事項を書いて、柏市社会福祉協議会へ

☑ tasedai@kashiwa-shakyo.or.jp からラコルタ柏のホームページで※応募者多数の場合は抽選

☎ 柏市社会福祉協議会 ☎ 7163-9001

2月

# 健康ガイド

☎ = 予約制 ウ柏 = ウェルネス柏  
教福 = ラコルタ柏(教育福祉会館)

夜間・休日に  
急病になったら

コロナの症状の  
疑いがあり受診  
等に迷ったら

▶ 夜間…内科・小児科 ☎ 7163-0119※音声案内

▶ 日曜日・祝日…歯科 ☎ 7164-8114(午前9時45分～正午)  
歯科以外 ☎ 7163-0119※音声案内

柏市新型コロナウイルス感染症相談センター

☎ 050-5527-6942(午前9時～午後5時。土・日曜日、祝日を除く)※2月29日(木)で終了

## 保健予防課 ☎ 7167-1254

こころの健康相談 ☎  
15日(木)・20日(火)・26日(月)・27日(火)午後2時～4時、ウ柏。心の病などで悩んでいるかた、家族。精神科医による相談

酒害教室 ☎  
6日(火)午後2時～4時、教福。本人・家族

アルコール等悩みごと相談 ☎  
13日(火)午後2時～4時、ウ柏。本人・家族

HIV等検査・相談 ☎  
5日(月)・26日(月)午後1時～2時、ウ柏※予約は市のホームページで

## 健康増進課 ☎ 7168-3715

かしわ歯科相談室  
22日(木)午後1時30分～3時、ウ柏。歯科医師による相談。当日、会場へ直接

## 医療安全支援センター(総務企画課内) ☎ 7167-1775

医療安全相談  
(月)～(金)午前9時～正午・午後1時～3時

## 衛生検査課 ☎ 7167-1268

飲用井戸の水質検査 ☎  
6日(火)・20日(火)午前9時～11時、ウ柏。検査は有料

## 地域保健課 ☎ 7167-1257

新生児訪問  
生後2カ月以下の乳児がいる家庭に助産師や保健師が訪問し、赤ちゃんの成長の確認、育児に関する相談等を行います※生後7日以内に、母子健康手帳別冊にある出生連絡票を郵送か市のホームページで申し込みを

推進員の赤ちゃん訪問  
生後3・4カ月の乳児がいる家庭に柏市民健康づくり推進員が訪問し、地域の子育て情報等を提供

## 対象者には通知を順次送付

▶ 8カ月児相談 ▶ 1歳6カ月児健診  
▶ 3歳児健診 ▶ フッ化物歯面塗布

**キッズ** ラコルタ柏の  
社会福祉イベント



①子育てママのリフレッシュラ  
時2月19日(月)午前10時15分～11時  
対市内在住・在勤で0歳～小学生の母親、12人

②1歳からのトイレトレーニング講座  
と座談会

時2月26日(月)午前10時45分～11時45分  
対市内在住・在勤で1歳～未就学児の保護者、10人

③親子で楽しむ生け花体験

時3月2日(土)午前10時～11時30分  
対市内在住・在学で3歳～小学生の子  
どもと保護者、15組

費1,200円※子ども1人追加につき1,200円

持ハンドタオル、作品を持ち帰る袋

④ひな祭り親子茶道 自分で抹茶をた  
ててみよう

時3月2日(土)午後2時～3時  
対市内在住・在学で5歳～小学生の子  
どもと保護者、6組

費1,000円※子ども1人追加につき500円

持水筒

⑤ピアノとバイオリンの演奏会とリト  
ミック

時3月3日(日)午前10時～11時  
対市内在住・在学で小学生以下の子  
どもと保護者、15組

費1,000円

⑥言葉が少ない子の発語を広げる講話  
と座談会

時3月10日(日)午前10時～11時  
対市内在住・在勤の保護者、10人  
《共通》

所ラコルタ柏(教育福祉会館)  
申①=2月12日(月)②=2月16日(金)③・  
④=2月21日(水)⑤=2月25日(日)⑥=3  
月4日(月)までに、ラコルタ柏のホーム  
ページで※応募者多数の場合は抽選  
☎ 柏市社会福祉協議会 ☎7163-9001

**サステナブルウィークス  
みんなの展覧会**

時3月1日(金)～10日(日)午前10時30分～  
午後8時※初日は午後3時から

所 柏マルイ(柏1丁目)

対 絵画や写真などを展示します

☎ 障害福祉課 ☎7170-1752・FAX  
7167-0294

落ち葉の銅箔(どうはく)  
レリーフ作り



時2月24日(土)・25日(日)※いずれも午前  
10時～正午・午後1時30分～3時30分  
定各回先着5人

対 銅を薄く伸ばした銅箔で、落ち葉  
を型にしたレリーフを作ります

費1,500円

申2月1日(木)午前9時30分から、旧吉  
田家住宅歴史公園へ電話で

所 旧吉田家住宅歴史公園 ☎7135-  
7007

千葉ジェッツが  
公式戦にご招待



柏市と協定を締結している男子プロ  
バスケットボールチームの千葉ジェツ  
ツが、抽選で公式戦に招待します。

時4月13日(土)・14日(日)午後3時5分

所 船橋アリーナ(船橋市)

対 市内在住・在学・在勤のかた、各200  
人

対 千葉ジェッツ対群馬クレインサン  
ダーズ

申2月14日(水)～25日(日)に、市のホー  
ムページで※いずれか1日。応募者多  
数の場合は抽選。結果はメールで通知  
☎ 共生・交流推進センター ☎7167-  
0941

キッズ

こども図書館



2月のイベント

読み聞かせや手遊び  
など、日にちによって  
さまざまなイベントを  
行います



内容はこちら

とき

4日(日) 午前11時～11時30分
8日(木) 午前11時～11時30分
9日(金) 午前11時～11時30分
11日(日) 午前11時～11時30分
13日(火) 午前11時～11時30分
17日(土) 午前11時～11時30分
18日(日) 午前11時～11時30分
20日(火) 午前11時～11時30分
22日(木) 午後3時～3時30分
23日(金) 午前11時～11時30分

申当日、会場へ直接

所 旧吉田家住宅歴史公園 ☎7108-1111

高射砲連隊訓練棟  
文化財登録お祝い会



講演会

時2月25日(日)午後1時30分～3時10分  
所 根戸近隣センター

対 先着100人

申2月1日(木)午前10時から、文化課へ  
電話か市のホームページで

現地見学会と戦争や訓練棟にまつわる  
写真や資料の展示

時2月25日(日)午前11時～午後4時

所 高野台会館(根戸)

申当日、会場へ直接

☎ 文化課 ☎7191-7414

出張リボン館



時 所 ▶2月6日(火)～8日(水)=南部近  
隣センター▶2月14日(水)・15日(木)  
=松葉近隣センター※いずれも午  
前9時30分～午後3時30分

対 リボン館「ショップリボン」の洋  
服・食器などのリサイクル品の販  
売や不要品、家庭で余った食品  
等の寄付の受け付け

申当日、会場へ直接

◎詳しくは問い合わせを

3月  
リボン館のリサイクル講座

不用品を有効利用しましょう

着物からショ ートジャケット作 り	6日(水) 午前10時～午 後4時。先着6人。100 円
着物からジャン パーコート作 り	15日(金) 午前10時～午 後4時。先着6人。200 円
セーターからサ イドリボンベス ト作り	19日(火) 午前10時～午 後4時。先着6人。100 円
包丁研ぎ教室	24日(日) 午前10時～正 午。先着8人。100円
何でも修理教室 (おもちゃ、時計、 家庭の小物類)	24日(日) 午後1時～午 後4時。先着8人。無 料

必ず事前に申し込みを 2月2日(金)  
午前9時30分から、同館へ電話で

所 旧リサイクルプラザリボン館

☎7199-5082(月曜休館、  
祝日の場合は翌日休館)

キッズ

## 柏の里山を知ろう 里山アスレチック体験会

時 3月24日(日)午前10時～午後2時※雨天中止

所 名戸ヶ谷の森

回 市内在住で小学生以下の子どもと保護者、15組

内 市内の里山の現状を知り、自然と触れ合いながらブランコやスラックライン、ターザンロープなどの体験をします

備 軍手、弁当、飲み物、敷物

申 2月29日(木)までに、3ページ下の必要事項と保護者の氏名を書いて、柏市里山ネットワークへ✉satoyamaka shiwa@gmail.comで※応募者多数の場合は抽選。結果は3月8日(金)までに通知

問 柏市里山ネットワーク(川越) ☎090-2464-8368・公園緑地課 ☎7167-1148

キッズ

## 親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた！

時 2月22日～3月14日の毎週木曜日午前10時～正午(計4回)

所 高柳児童センター

回 令和5年9月15日～12月22日生まれの乳児と初めて子育てをしている母親、先着10組

内 育児の知識や親の役割などを学びながら、お母さん同士が交流します

費 1,000円

申 2月2日(金)午前10時から、しこだ児童センターへ電話で

問 しこだ児童センター ☎7145-2522



## 木管楽器による アンサンブルコンサート



時 3月2日(土)午後3時45分～4時30分

所 ラコルタ柏(教育福祉会館)

定 先着90人

内 フルート・クラリネットによる演奏

申 2月2日(金)午前10時から、文化課へ電話か市のホームページで

問 文化課 ☎7191-7403

## 映画で学ぼう！ 認知症と市民後見人活動

時 3月6日(水)午後2時～4時20分

所 いきいきプラザ

回 市内在住のかた、先着30人

内 映画「ぼけますから、よろしく願いします。」を見て、認知症や成年後見制度などを学びます

申 2月1日(木)午前9時から、柏市社会福祉協議会へ電話で

問 柏市社会福祉協議会 ☎7163-7676

キッズ



## 児童センターへ行こう！



その他のイベントはこちら

布施遊戯室(布施近隣センター内)  
☎7135-3960(午後1時～5時)

### ミニわいわい in 布施近隣センター

時 2月6日(火)、3月5日(火)※いずれも午前10時～正午 回 乳幼児と保護者、各先着12組 申 当日、会場へ直接

### ひなまつり

時 2月26日(月)午前10時～11時 回 乳幼児と保護者、先着12組 申 2月1日(木)午後1時30分～☎で

しこだ児童センター☎7145-2522

### うたってあそぼう

時 2月7日(水)午前11時～11時30分 回 乳幼児と保護者、先着20組 申 当日、会場へ直接

はぐはぐスペシャル「ベリーズの人形劇」  
時 2月17日(土)午前11時～正午 回 乳幼児～18歳、先着30人※未就学児は保護者同伴 申 当日、会場へ直接

じどセンちゃんじ「防災について楽しく学ぼう」

\*災害時に役立つグッズ作りをしたり、自分たちでできる防災について学んだり考えたりします

時 2月18日(日)午前9時30分～午後0時30分 回 小・中学生、先着20人 申 2月1日(木)午前10時～☎で

高柳児童センター☎7190-1348

わくわくスペシャル「たのしいひなまつり」

時 2月8日(木)午前11時～11時40分 回 乳幼児と保護者、先着15組 申 当日、会場へ直接

ファミリーデー「ありえっていおはなし会」

時 2月25日(日)午前10時30分～11時30分 回 乳幼児～小学生、先着50人※未就学児は保護者同伴 申 当日、会場へ直接

けん玉名人をめざそう

時 3月9日(土)午前10時～正午 回 小学生～18歳、先着10人 申 2月1日(木)午後2時～☎で

永楽台児童センター(永楽台近隣センター内)  
☎7163-4050

つくってあそぼう「ひなまつりケーキ」

\*樹脂粘土でケーキの土やおひな様を作り、本物そっくりのフルーツやお菓子の飾りでデコレーションします

時 2月23日(金)午後2時～3時30分 回 小・中学生、先着16人 申 2月2日(金)午後2時～☎で

光ヶ丘遊戯室(光ヶ丘近隣センター内)  
☎7170-7600(午前9時～正午・午後1時～5時)

### きらきらスペシャル&お誕生会

時 2月14日(水)午前10時30分～11時15分 回 乳幼児と保護者、先着15組 申 当日、会場へ直接

南部こどもの広場(南部近隣センター内)  
☎7173-1333

### ポーネルドの遊具であそぼう

時 2月17日(土)午前10時～10時50分・午前11時10分～正午・午後1時30分～2時20分・午後2時40分～3時30分 回 乳幼児～小学3年生と保護者、各先着7組 申 2月2日(金)午後2時～☎で

### 0歳児親子はじめてのヨガ

時 2月22日(木)午前10時～11時 回 令和5年4月23日～令和5年9月21日生まれの乳児と保護者、先着10組 申 2月3日(土)午後2時～☎で

豊四季台児童センター☎7144-5363

はぐはぐスペシャル「ひなまつりごっこを楽しもう」

時 2月21日(水)午前10時30分～11時15分 回 乳幼児と保護者、先着14組 申 2月1日(木)午後2時～☎で



### 沼南パークヨガ

時 3月2日(土)午前9時30分～10時30分  
 ※雨天時は9日(土)へ延期  
 対 18歳以上のかた、先着50人  
 内 屋外で自然の持つリラックス効果を感じながらヨガを行います  
 持 運動ができる服装、タオル、飲み物、ヨガマット(貸し出しあり)  
 申 2月2日(金)午前10時から、沼南体育館へ電話で  
 所 沼南体育館 ☎7128-5587

### バイオリンとピアノの スプリングコンサート



時 3月30日(土)午後2時～2時25分・午後2時45分～3時10分  
 所 涼デイサービスセンター(西原3丁目)  
 定 各先着25人  
 申 2月1日(木)午前10時から、文化課へ電話か市のホームページで  
 所 文化課 ☎7191-7403

### キッズ わんぱくこども祭り



時 2月4日(日)午前10時～午後2時  
 所 県立手賀の丘青少年自然の家  
 対 小学生※小学3年生以下は保護者同伴  
 内 ストラックアウト、バルーンアート、ミサガ作りなど  
 持 室内履き  
 申 当日、会場へ直接  
 所 柏市青少年相談員連絡協議会(生涯学習課内) ☎7191-7393

### 遺跡発表会



時 2月3日(土)午後1時～4時  
 所 国立歴史民俗博物館(佐倉市)  
 対 先着250人  
 内 寺下前遺跡(大室)の調査結果についての講演  
 申 当日、会場へ直接  
 所 印旛郡市文化財センター ☎043-484-0126・文化課 ☎7191-7414

### キッズ 馬とふれあおう



時 3月9日(土)午前10時～11時30分  
 所 麗澤大学(光ヶ丘2丁目)  
 対 市内在住・在学の小学生と保護者、30組  
 内 麗澤大学馬術部の話を聞いて、馬と触れ合います  
 持 汚れてもよい服装、ニンジン5本、雨具、筆記用具  
 申 2月19日(月)までに、市のホームページで※応募者多数の場合は抽選  
 所 中央公民館 ☎7164-1811

### キッズ 親子映画鑑賞会「ペット」



時 3月16日(土)午前10時30分～正午・午後2時～3時30分  
 定 各先着200人  
 内 留守番中のペットたちが何をして過ごしているか、ストーリーを楽しみながら動物の習性を学びます  
 費 500円  
 申 2月2日(金)午前10時から、アミュゼ柏へ電話か直接  
 所 阿ミュゼ柏 ☎7164-4579

### キッズ 寺子屋入門



時 3月3日(日)①午前10時～11時45分②午後1時～2時45分  
 所 パレット柏  
 対 市内在住・在学で①=小学4～6年生②=中学・高校生、各先着20人  
 内 江戸時代の文字を解読します  
 持 筆記用具  
 申 2月1日(木)午前9時から、市のホームページで  
 所 文化課 ☎7191-7414

### キッズ



対象は未就園児と保護者。気軽に参加して、みんなでわいわい楽しもう!

#### \*ふれあい親子広場

市内の公園や屋内施設などで、児童厚生員と一緒に手遊びや体遊び、エプロンシアターなどを楽しみます。

申 当日、会場へ直接  
 所 こだ児童センター ☎7145-2522

と き	ところ(定員)
2月 9日(金)	ラコルタ柏(教育福祉会館) ☎ (先着15組)
13日(火)	こども図書館 ☎
15日(木)	柏ふるさと公園
22日(木)	新富げんきなひろば
27日(火)	柏リフレッシュ公園
28日(水)	ららぽーと柏の葉北館3階 ☎ (先着15組)
3月 1日(金)	大堀川防災レクリエーション公園
7日(木)	中原ふれあい防災公園
15日(金)	こんぶくろ池自然博物公園
19日(火)	北柏ふるさと公園
21日(木)	増尾城址(し)総合公園
27日(水)	柏たなか北公園

※いずれも午前10時30分～11時15分(こども図書館は午前11時～11時30分。☎を除き雨天中止)

### 広告欄

掲載されている広告については、直接広告主へお問い合わせください

**補聴器のことなら** 認定補聴器技能者が在籍  
**リオネットセンター柏店**  
 日本製の補聴器をお試しいただけます。相談だけでも大歓迎です。まずはお気軽にお問い合わせください。

認定補聴器専門店  
**リオネットセンター柏店**  
 営業時間/9:30～17:30 定休日/日曜日・祝日  
 〒277-0005 千葉県柏市柏 2-3-1 オークプラザビル 2F  
 よいみみ イトヨーカドーの隣  
**☎04-7163-4133** 柏店の情報はこちら ▶

ご融資額 **350万円以内**  
 お子さま1人あたり

**国の教育ローン**  
 あなたの“未来”応援します。

ご入学前  
 まとまった費用の  
 準備が可能

固定金利・  
 長期返済が可能

40年以上の  
 取扱実績

ご相談・お問い合わせは  
**教育ローンコールセンター**  
受付時間 月～金 9:00～19:00  
**0570-008656**

※土曜日、日曜日、祝日、年末年始(12月31日～1月3日)はご利用いただけません。ナビダイヤルがご利用いただけません場合は、03-5321-8656におかけください。

JFC 日本政策金融公庫

※広報かしわに掲載する有料広告を随時募集しています。詳しくは広告代理店「株式会社ウィット」☎072-668-3275へ

### 技術員 (会計年度任用職員)



④ 次の条件を全て満たすかた、2人▶健康で体力がある▶パソコンの基本操作ができる

勤務場所/公園緑地課(市役所分庁舎1の3階)

勤務内容/健康遊具の利用実態調査やアンケート調査など

勤務時間/午前9時～午後5時で週2～3日

採用期間/4月1日～6月30日

賃金(時給)/1,300円※交通費は別途支給

申込期限/2月20日(火)

選考方法/書類と面接

◎申し込み方法など、詳しくは市のホームページで

公園緑地課 ☎7167-1148

### キッズルームの保育士 (会計年度任用職員)

④ 保育士の資格があるかた、2人程度  
勤務場所/キッズルームひまわり・こすもす(ウェルネス柏2階)

勤務内容/障害がある子どもの療育など

勤務時間/月～金曜日午前8時30分～午後5時※年末年始を除く

採用日/4月1日

賃金(時給)/1,420円※賞与・交通費は別途支給

申込期限/2月13日(火)

選考方法/書類と面接

◎申し込み方法など、詳しくは市のホームページで

園キッズルームひまわり ☎7128-2224

### 障害福祉課の職員 (会計年度任用職員)



職種・人数/①障害認定調査員②福祉サービス相談支援員、各1人程度

④ 次の条件を全て満たすかた▶社会福祉士や保健師等の資格がある▶自動車の運転免許がある▶パソコンで文書作成ができる

勤務場所/障害福祉課(市役所別館2階)

勤務内容/①=障害認定調査・記録の作成、審査会の準備など②=障害福祉サービス等に関する相談・事務など

勤務時間/月～金曜日午前8時30分～午後4時30分※勤務日数・時間は応相談

採用期間/4月1日～令和7年3月31日

賃金(時給)/①=1,590円②=1,650円※いずれも賞与・交通費は別途支給

④ 2月20日(火)までに、障害福祉課へ電話で

選考方法/書類と面接

◎詳しくは市のホームページで

園障害福祉課 ☎7167-1136

### 技師

#### (会計年度任用職員)

④ 土木施工管理技士の資格があるかた、1人

勤務場所/産業廃棄物対策課(市役所本庁舎4階)

勤務内容/埋め立て業務許可に関する受付・審査、現場確認、窓口・電話対応など

勤務時間/午前9時～午後5時で週3日

採用日/4月1日

賃金(時給)/1,280円※賞与・交通費は別途支給

申込期限/2月26日(月)

選考方法/書類と面接

◎申し込み方法など、詳しくは市のホームページで

園産業廃棄物対策課 ☎7167-1696

### 理学療法士による健康講座 (講話と実技)

とき	ところ	内容
①2月15日(木)	柏寿荘	腰痛・膝痛等の痛みの解消方法
②2月15日(木)	いこい荘	楽しく学ぶ認知症予防
③2月26日(月)	かたくりの里	頻尿・尿もれ解消方法
④3月15日(金)	いこい荘	転んでも骨折しない体づくり
⑤3月21日(木)	柏寿荘	頻尿・尿もれ解消方法
⑥3月22日(金)	かたくりの里	要介護状態にならないためのフレイル予防法

※①・③・⑤・⑥=午前10時30分～11時30分②・④=午後1時30分～2時30分

④ 市内在住のかた、各先着20人

費各100円

④ 運動ができる服装・室内履き(①・②・④・⑤だけ)、タオル、飲み物、かしわフレイル予防ポイントカード(あるかただけ)

④ 2月2日(金)午前9時30分から、各会場へ電話か直接

園柏寿荘 ☎7131-9511・いこい荘 ☎7192-1401・かたくりの里 ☎7176-6151

### 終活セミナー 身元保証とお葬式

④ 2月29日(木)午後1時～2時30分

所豊四季台近隣センター

④ 市内在住のかた、先着50人

④ 身元保証や終活の結びである葬式について学びます

④ 2月1日(木)午前9時から、柏西口地域包括支援センターへ電話か直接

園柏西口地域包括支援センター ☎7142-8008・地域包括支援課 ☎7167-2318

### 広告欄

掲載されている広告については、直接広告主へお問い合わせください

### 60歳以上の方へ“もしもの時”の備えはありますか?

頼れる人がいない・迷惑をかけたくない方に《終活6大準備》

入院時施設入居時 **身元保証**

自立～要介護 **老人ホーム探し**

終活生前整理 **不動産売却**

緊急対応葬儀・納骨 **死後事務**

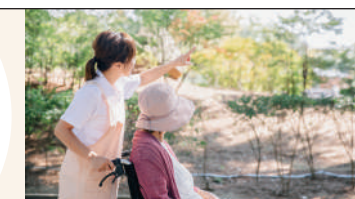
通院同行買物代行 **生活支援**

成年後見遺言・相続 **法律支援**



私たちが家族の代わりに  
“安心の老後”  
をサポートします。

無料相談・資料請求は  
**0120-870-311**  
受付時間9:00～17:00(無休)



千葉県柏市名戸ヶ谷1-6-19柏斎苑相談サロン内  
**一般社団法人こもれびの和**



## 体験農園の利用者を募集

自分で育てた野菜を  
味わってみませんか。

農園名・所在地	募集区画数 (1区画面積)	利用料金 (年間)	申し込み・問い合わせ
<b>▼体験農園(農機具・肥料等・栽培指導付き)</b>			
①ジョイ・ファーム岡田 小青田3丁目7-3他	計25区画 程度(30㎡)	各 45,000円	環境コンビニステーション ☎・FAX)7126-0785 (火・水曜日は休み) ✉nouarumachidukuri@gmail.com
②四季彩菜クラブ高妻 小青田2丁目8-8			
③体験農園・宝珠 大室2丁目5-4			
④さくらファーム 正連寺386	10区画程度 (20㎡)	39,000円	さくらファーム(高柳) ☎7134-8550・FAX)7132-6456 ✉cherryblossomsfarm@gmail.com
⑤わしのや農園 鷲野谷364-1	10区画程度 (30㎡)	45,000円	わしのや遊休農地(山崎) ☎090-8046-8876 ✉yamazakiseeds79@outlook.jp
⑥柏たなか農園・土の 学校 船戸1027	25区画 (30㎡)	49,500円	柏たなか農園(松本) ☎080-6507-1631 ✉kashiwatanaka.farm@gmail.com
⑦嵐の家(いんのうち) の野菜畑 箕輪新田22	16区画 (30㎡)	45,000円	嵐の家農園(中台) ☎080-6648-4457 FAX)7191-2625 ✉nre52264@nifty.com
⑧SASUKEカントリー ファーム 大井2137	10区画程度 (30㎡)	49,500円	SASUKEカントリーファーム(石戸) ☎・FAX)7193-7315 ✉hello@sasukecountryfarm.com
<b>▼市民農園(自由作付け)</b>			
⑨富勢地区 ふるさと農園 布施下127-1	80区画 (25~50㎡)	9,000~ 16,500円	農産物直売所トマトハウス 〒277-0822布施下127-1 ☎7134-9920 (午前10時~午後3時。月曜日は休み)
⑩南部地区市民農園 藤心414	4区画程度 (25㎡)	10,000円	JAちば東葛土支店 〒277-0052増尾台1丁目15-2 ☎7172-5100 (月~金曜日午前10時~午後3時)

利用期間/3月~来年1月※各農園により異なります

☑①~③=2月7日(水)④=2月27日(火)⑤=2月24日(土)⑥=2月25日(日)⑦・⑧=2月29日(日)⑨=2月15日(土)⑩=2月9日(金)までに、「農園利用希望」と明記し、3ページ下の必要事項と希望する農園名(①~③だけ)を書いて、各問い合わせ先へ①~④・⑦・⑧=ファクスかメール⑤・⑥=メール⑨・⑩=往復はがきによる郵送(必着)で※応募者多数の場合は抽選

◎詳しくは各農園にお問い合わせを

園農政課☎7167-1143

## 遊びの広場の職員 (会計年度任用職員)



園子育て支援に興味があるかた、3人勤務場所/子ども・子育て支援複合施設(柏4丁目)

勤務内容/受付業務、利用案内・見守り、備品管理・清掃、事務補助など

勤務時間/午前9時~午後5時で月12日程度※月曜日、年末年始を除く

採用日/4月1日

賃金(時給)/1,090円※賞与・交通費は別途支給

申込期限/2月19日(月)

選考方法/書類と面接

◎申し込み方法など、詳しくは市のホームページで

園子育て支援課☎7168-1034



## 広告欄

Rental Meeting Space  
**BRAINS**  
JR・東武野田線  
『柏駅』より徒歩3分  
**リーズナブルで快適な会議室**

全室 **1,100円/30分** (1時間からご予約可能)

■営業日/月曜日~金曜日 ※土曜日要相談  
■営業時間/9:00~21:00 日曜・祝日は休館

お電話・FAX・WEBでご予約承ります。お気軽にお問い合わせください。

**マジカライツスタジオ株式会社** 詳細はWEBで▶▶▶  
柏市柏4-7-3メゾン・ドゥ・シェーネ301  
TEL 04-7166-3551 FAX 04-7166-2400

ご存じですか? B型肝炎給付金

## B型肝炎に感染している方へ

症状に応じた額の給付金を国から受け取れる可能性があります。ただし、対象になるかどうかは生年月日などの条件があります。お電話でお気軽にご相談ください。

**無料電話相談 0120-918-862** (受付: 平日9時~17時30分)

東京弁護士会所属 / 弁護士法人マイタウン法律事務所  
【マイタウン法律事務所東京事務所】東京都千代田区丸の内 2-2-1 岸本ビルディング 6階



## 医療センターの職員

職 種	勤務内容	勤務時間	賃 金
①非常勤 臨床検査 技師	学童心臓 検診	月～金曜日 午前8時20 分～正午(週 2・3日程度)	時給 1,650円
②非常勤 正看護師	学童心臓 検診・が ん検診の 問診	月～土曜日 午前8時20 分～正午(週 2・3日程度)	時給 1,580円
③業務員	車両の運 転・誘導・ 事務	月～土曜日 午前8時20 分～正午(週 2・3日程度)	時給 1,200円
④常勤 正看護師	診療・検 診業務	月～金曜日 午前8時30 分～午後5 時30分	月給 23万円 から

※いずれも交通費は別途支給

①=臨床検査技師免許②・④=看護師  
免許があるかた、①～③=各2人④=1人

勤務場所/ウェルネス柏

申込期限/2月13日(火)

選考方法/書類と面接

◎詳しくは医療センターのホームペ  
ージを見るか問い合わせを

☎医療センター☎7163-0120

こどもルームの指導員  
(会計年度任用職員)

職種・人数/①支援員=20人②補助員  
=40人③サポート指導員=5人

①=放課後児童支援員認定資格研修  
を修了したかた②・③=資格・経験不  
問

勤務場所/市内のこどもルーム

勤務内容/①・②=遊びの見守り・お  
やつを提供など小学生の保育全般③=  
保育の補助

勤務時間/月～金曜日午後1時～7時、  
土曜日午前8時～午後6時30分(長期  
休暇中は月～金曜日午前7時～午後7  
時、土曜日午前7時～午後6時30分)  
のうち①=1日6時間で週5日か6日②・  
③=1日5.5時間で週5日(②だけ)か3  
日程度か月12日以内※いずれも祝日、  
年末年始を除く。採用日は応相談

賃金(時給)/①=1,400円②=1,090  
円③=1,060円から※いずれも賞与・  
交通費は別途支給

◎申し込み方法や選考方法など、詳し  
くは市のホームページを見るか問い合  
わせを

☎学童保育課☎7167-1294

児童センターの職員  
(会計年度任用職員)

職種・人数/①児童厚生員=7人程度  
②業務員=1人

①=次のいずれかに該当するかた▶  
保育士か幼稚園教諭か社会福祉士の資  
格がある▶児童福祉施設の職員を養成  
する学校などを卒業している②=自動  
車の運転免許がある

勤務場所/①=市内の児童センター②  
=しこだ児童センター

勤務内容/①=乳幼児や青少年・保  
護者を対象とする児童館業務、地域ぐ  
るみの児童育成支援のためのコーデ  
ィネート業務など②=児童センターの環  
境整備や修繕、清掃など

勤務時間/①=午前9時～午後5時で  
週2～4日※土・日曜日、祝日を含む。  
勤務日数は応相談②=午前9時～午後  
3時で週2日

採用日/4月以降

賃金(時給)/①=1,210円②=1,130  
円※いずれも賞与・交通費は別途支給

申込期限/2月9日(金)

選考方法/書類と面接

◎詳しくは市のホームページで

☎しこだ児童センター☎7145-2522

## スポーツ講習会

☎スポーツ課☎7167-1133・FAX7167-6644

種目	とき	ところ	対 象	内 容	費用・持ち物	申し込み	問い合わせ
ジュニア スキー教室	3月22日 (金)～24日 (日)※2泊3 日	会津高原 たかつえ スキー場 (福島県)	市内在住・在勤・ 在学中、小学生 ～高校生のかた、 45人※保護者同 伴可	基礎スキー 教室、バッ チテスト	31,000円(保護者 36,000円)。スキ ー用具一式、ヘルメ ット、着替え	3月10日(日)までに、3ページ下の必 要事項を書いて、柏市スキー連盟へ ✉jskimail@sakashiwajunior. comか同連盟のホームページで※ 応募者多数の場合は抽選	小川 ☎090-5589 -6581

## 市民体育大会

種目	とき	ところ	対 象	内 容	費用・持ち物	申し込み	問い合わせ
野球	4月7日～7月28日 の毎週日曜日午前 8時～午後5時	富勢・塚崎 運動場野 球場ほか	市内在住・在勤の かたで構成された 9人以上のチーム	軟式野球 の春季市 民大会	1チーム35,000円 (新規加入チ ーム40,000円)	2月9日(金)までに、はがきに3 ページ下の必要事項を書いて、 〒277-0835松ヶ崎96-21 河原和雄へ郵送(必着)で	河原 ☎090-8007 -9489(午後9 時まで)

## 広告欄

掲載されている広告については、直接広告主へお問い合わせください

家族葬なら

来て見て安心!  
確定見積その場で作成!

月のあかり 南柏会館

ウイングホール柏斎場でのお式も承ります

南柏駅西口  
から徒歩1分

0120-374-5556

五香 上本郷 南柏会館 南行徳 流山おおたかの森 野田 あびこ手賀沼公園 守谷

※広報かしわに掲載する有料広告を随時募集しています。詳しくは広告代理店「株式会社ウィット」☎072-668-3275へ

柏市と同じ年  
令和6年に70歳を迎える柏市民

★ **4,608人** (令和5年12月31日時点)



令和6年は、柏市が市制施行70周年を迎える年です。昭和29(1954)年11月15日に、旧東葛市から名前を改め、現在の柏市が誕生しました。

そんな柏市と同じく、今年70歳の誕生日を迎える柏市民は4,608人。柏市は、これまで一緒に時を刻んできた皆さんと、これからも共に歩み続け、柏の魅力を未来につないでいけたらうれしいです。

また、市では70周年のスペシャル企画として、さまざまなイベントを考えています。皆さんの思い出に残る特別な1年になるように、一緒に柏市を盛り上げていきましょう。



ロゴマークのデザインは、さまざまなものを受け入れてきた柏のように、「既存の形にとらわれない自由さ」を表現しています



柏市制施行70周年記念ロゴマーク



健康増進講座

「インナーマッスルの鍛え方」

📅 2月13日(火)午後1時15分～2時

👤 市内在住で60歳以上のかた、先着20人

📍 体幹を鍛えるためのトレーニングの方法を体験します

👜 運動ができる服装、タオル、飲み物、かしわフレイル予防ポイントカード(あるかただけ)

📍 2月2日(金)午前9時30分から、柏寿荘へ電話か直接

📞 柏寿荘 ☎7131-9511

シルバーサロン・入会相談会

📅 2月20日(火)午後1時～3時30分

📍 パレット柏

👤 市内在住で60歳以上のかた

📍 入会方法及就労事例を紹介します

📍 当日、会場へ直接

📞 詳しくは柏市シルバー人材センターへ問い合わせを

📍 柏市シルバー人材センター ☎7166-6681・商工振興課 ☎7167-1141

はみんぐの常勤看護師

👤 看護師か准看護師、2人

📍 勤務場所/介護老人保健施設はみんぐ

📍 勤務時間/午前8時～午後5時・午前9時30分～午後6時30分・午後4時30分～翌日午前9時30分のシフト制

📍 賃金(月給)/柏市医療公社の規定による

📍 申込期限/2月16日(金)

📍 選考方法/書類と面接

📞 申し込み方法など、詳しくははみんぐのホームページで

📞 はみんぐ ☎7134-0660

いこい荘の生活情報講座

①七宝(しっぽう)焼き教室

📅 2月22日(木)午後1時30分～3時30分

📍 型枠に色を付けて炉で焼き、ペンダントを作ります

📍 1,200円

②はがき絵教室

📅 3月7日(木)午後1時30分～3時30分

📍 はがきサイズの紙に季節の花などを描きます

📍 200円

《共通》

👤 市内在住で60歳以上のかた、各先着10人

👜 エプロン・タオル(①だけ)、鉛筆・消しゴム・ティッシュ(②だけ)、室内履き、かしわフレイル予防ポイントカード(あるかただけ)

📍 2月1日(木)午前10時から、沼南老人福祉センター「いこい荘」へ電話か直接

📞 詳しくは問い合わせを

📍 いこい荘 ☎7192-1401

広告欄

**庭木1本から承ります!**

お客様へのお約束  
庭木1本より明瞭料金  
トイレはお借りしません  
土日でもOKです  
お茶はご遠慮します

広報かしわをご覧の方に  
生垣の剪定 長さ1m 高さ2m  
通常2,000円を  
初回限定 定額10名額  
**1,100円!** (税別)

1本からの庭木サービス  
**ガーデンエクスプレス**  
柏支店 柏市豊四季 295-8 ☎ 9:00-17:00  
**04-7197-3580**  
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

**うちの子「結婚」しないのかしら?**

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

**☎04-7193-8750**  
結婚相談所ムスベル

市民活動団体やサークルからの情報を掲載しています

近セ=近隣センター  
ひまプラ=ひまわりプラザ

教福=ラコルタ柏(教育福祉会館)  
県プラ=さわやかちば県民プラザ

㊦=入会金、㊧=月会費、  
㊨=年会費

■ 剪定(せんてい)講座

時2/19の13時30分~15時30分 所 あけぼの山農業公園 初 初心者、先着30人 函 座学・実技 費 1,000円 申 要予約 圃 内田 ㊦090-4752-2430

■ リトミック&コンサート

時2/25の9時50分~11時30分 所 パレット柏 初 3歳以下の子どもと保護者 費 1組1,000円 申 要予約 圃 細山 ㊦090-4830-3215

■ 紙ふうせん定期演奏会

時3/2の14時~16時 所 アミュゼ柏 初 フルートアンサンブル 費 無料 圃 長谷部 ㊦7133-9767

■ 齋藤友恵ピアノリサイタル「春、旅立ちのとき」

時3/25の14時~16時 所 アミュゼ柏 費 1,500円※中学生以下1,000円 申 要予約 圃 大泉 ㊦090-7703-0224

■ 東葛教育芸術祭

時2/14~18の9時~17時※14日は13時から、18日は13時まで 所 県プラ 圃 無料 圃 小澤 ㊦7149-0536

■ ピアノ伴奏で元気に歌って免疫力を高めましょう

時2/14、3/13、4/10の14時~16時 所 柏Studio WUU(柏1丁目) 費 1,500円 圃 田森 ㊦090-4178-6242

■ 旧布施村古文書「村方議定」を読む

時2/17の13時30分~15時30分 所 教福 費 100円 申 要予約 圃 佐々木 ㊦090-4179-5822

■ 一般講演会「知って驚き! 意外と知らない触媒の話」

時2/18の14時30分~16時 所 柏の葉キャンパス駅前サテライト 圃 無料 申 要予約 圃 東京大学物性研究所 ㊦7136-3207

団体・サークルの催し

■ ピアノ伴奏で童謡・叙情歌を歌いましょう

時2/5、3/4、4/1の14時~15時30分 所 カフェ&パーティパタータ(新柏1丁目) 費 1,200円 圃 田森 ㊦090-4178-6242

■ スポーツウエルネス吹矢体験会

時2/6・20、3/5・19の13時~15時 所 南部老人福祉センター「かたくりの里」 初 60歳以上 費 100円 申 要予約 圃 金親(かねちか) ㊦090-4016-6134

■ 透明水彩画教室体験会

時2/13・27の10時~12時 所 柏の葉公園センター 圃 無料 申 要予約 圃 薦田(こもだ) ㊦080-5401-0235

■ まなび屋講座「清水寺参詣曼荼羅(まんだら)図を読む」

時2/13の10時~12時 所 パレット柏 圃 500円 圃 神谷 ㊦7151-5874

団体・サークルの催し

4月から  
申込締切日  
を変更します

4月の受け付け分から、申込締切日を掲載を希望する号の前々月20日までに変更します。

例 9月号に掲載希望  
→ 7月20日までに申し込み

圃 広報広聴課  
㊦7167-1175  
FAX 7166-8289



市ホームページ

● エアロビクス「カメラア」

月3回(水)9時30分か10時45分、県プラ。初心者歓迎。㊦1,000円、㊧3,000円。鈴木 ㊦080-1019-8451

● マンドリンアンサンブル「チャオ・マンドリーノ」

毎金13時、根戸近セほか。初心者歓迎。㊦3,000円。杉下 ㊦090-2225-3439

● すずらん卓球クラブ

毎金9時、沼南体育館。初心者歓迎。㊦1,000円、㊧1,200円。佐藤 ㊦080-6709-7555

● パッチワークOB会

第1・3(木)9時30分、藤心近セ。㊦1,000円、㊧3,500円。小池 ㊦090-5209-9696

● 楽しく歌う!

第2・4(火)10時30分、豊四季台近セ。初心者歓迎。歌曲、叙情歌。㊦1,000円、㊧3,000円。坂本 ㊦090-5508-6626

● らくらく健康ヨガ

第1・3(水)10時、しいの木台会館。㊦2,000円。阿部 ㊦090-3474-3504

サークル会員募集

● ソフトボール「レオネッサカーリーナ」

(土)・(日)・(祝)8時30分、土南部小。女子中学生。初心者歓迎。㊦3,000円。西村 ㊦7183-6326

● 英会話サークルABC

月3回(土)15時、アミュゼ柏ほか。初・中級。㊦3,000円、㊧3,500円。佐々木 ㊦090-1118-4001

● 柏・麦わらぼうしの会

第2(日)ほか13時、教福ほか。原爆被爆者の手記による朗読劇の公演。㊦250円。井野口 ㊦080-3099-8642

● 踊りの集い

月2回(月)か(水)か(土)10時、布施近セほか。㊦3,000円、㊧3,000円。見学可。相模 ㊦090-4438-7099

● ボイストレーニング歩音(あると)

第4(金)13時、根戸近セ。初心者歓迎。ゴスペルシンガーによる発声指導。㊦1,500円。東(あずま) ㊦090-9368-4638

広告欄

掲載されている広告については、直接広告主へお問い合わせください

わが家の相続税を計算してみませんか?  
女性税理士に学ぶ「自分でやってみる相続税試算セミナー」

2月11日(日)・25日(日) 柏で開催  
参加無料・要予約

「ライダーズ・パブリシティ」では女性税理士宿谷紫さんを講師に招き「自分でやってみる相続税試算セミナー」を同社運

営の総合住宅展示場「柏駅西口ハウジングギャラリー」で開催。この機会に参加を。

時2月11日(日)・25日(日)【午前の部】午前10時~正午【午後の部】午後1時半~3時半※希望の部を伝えてください

圃 セミナー事務局(わかば企画内) ㊦0120-661-339(受付時間午前10時~午後5時)※個人情報受け付けに利用



WEBの申し込みはこちらから



\*広報かしわに掲載する有料広告を随時募集しています。詳しくは広告代理店「株式会社ウィット」㊦072-668-3275へ





# 市民の相談室

●祝・休日、年末年始は休み

## 予約が必要な相談

法律相談	▶(月)・(水)・(木)午前9時30分～午後3時30分＝市役所相談室※第1(水)＝沼南庁舎相談室。2月1日(木)・29日(木)はお休み▶(夜間)第2(水)午後6時15分～8時40分＝アミュゼ柏 予約 翌週分を(水)午前9時から※裁判・調停中のものは不可 広報広聴課☎7167-1119	こころの悩み 無料相談 (電話・面接)	▶電話相談＝(月)・(金)午前10時～正午・午後1時～5時 日本産業カウンセラー協会東関東支部(柏2丁目)☎7163-7830 ▶面接＝(月)～(金)午前10時～午後5時 同支部☎7168-7163(予約)
外国人のための 無料法律相談	第4(水)午後1時～5時 国際交流センター(パレット柏)☎7157-0281	行政書士の暮らし の手続き相談(成年 後見・相続・遺言等)	第4(水)午後1時～4時＝市役所相談室 予約 当月分を2月2日(金)から 千葉県行政書士会東葛支部☎7186-7396 ※受付時間は(月)～(金)午前9時30分～午後1時
税理士による 税務相談	▶第2(金)午後1時～5時＝市役所相談室▶第3(金)・3月1日(金)午後1時～5時＝沼南庁舎相談室 予約 当月分・3月1日分を2月2日(金)午前9時から 広報広聴課☎7167-1119	弁護士による多重 債務・消費者問題 無料相談	2月21日(水)午後1時～4時＝消費生活センター 予約 当月分を2月1日(水)午前9時から 消費生活センター☎7163-5853
登記相談(土地家屋 調査士による土地 建物登記・測量・境 界を含む)	第2(水)午前10時～正午＝市役所相談室 予約 当月分を2月2日(金)から 千葉司法書士会柏支部☎070-3873-5237 ※受付時間は(月)～(金)午後1時～4時	女性のこころと 生き方相談	毎週(木)と第1・3(火)、第2・4(月)午前10時～午後4時※第2(水)は午後2時～8時 男女共同参画センター(パレット柏) ☎7167-1127
司法書士による相談 (相続登記・会社登 記、成年後見・遺言・ 生前贈与等)	▶第2(水)午後1時～3時＝市役所相談室 ▶第3(火)午前10時～午後3時＝沼南庁舎相談室 予約 当月分を2月2日(金)から 千葉司法書士会柏支部☎070-3873-5237 ※受付時間は(月)～(金)午後1時～4時	交通事故巡回相談 (示談や損害賠償 の方法等)	3月6日(水)午前10時～正午・午後1時～3時 予約 3月4日(月)まで※調停中・裁判中のものは不可 防災安全課☎7167-1115
社会保険労務士に よる相談(年金・労 働問題、社会保険、 成年後見等)	第3(金)午後1時～5時＝市役所相談室 予約 当月分を2月2日(金)から 千葉県社会保険労務士会東葛支部☎7136-2560※受付時間は(月)～(金)午前9時～正午・午後1時～3時	母子・父子自立支援 相談(ひとり親支援 ・離婚前相談等)	(月)～(金)午前9時～午後4時 こども福祉課母子・父子自立支援員 ☎7167-1455
老いじたくあんしん 相談(高齢者のライ フプラン・遺言・相 続等)	▶第2(金)午前9時～正午＝市役所相談室 ▶第3(金)午前9時～正午＝沼南庁舎相談室 予約 当月分を2月2日(金)午前9時から 老いじたくあんしんねっと☎050-5236-3800	不登校・学校教育・ 幼児教育相談(電話 ・面接)	(月)～(金)午前9時15分～午後3時45分 教育支援室▶電話相談＝☎7131-6615 ▶面接＝☎7131-6671(予約)
		就学相談	(月)～(金)午前9時～午後4時＝ウェルネス柏 児童生徒課☎7128-2227
		ニート・ひきこもりの 若者、就職氷河期世 代のための就労相談	(月)～(金)午前9時30分～午後5時 かしわ地域若者サポートステーション ☎7100-1940

## 予約が不要な相談

行政相談(国などへ の意見・要望)	▶第1・2(水)午前10時～正午＝市役所相談室 ▶第3(月)午前10時～正午＝沼南庁舎相談室 広報広聴課☎7167-1119	高齢者の就労・ 社会参加相談	(月)～(金)午前10時～午後4時 かしわ生涯現役窓口(パレット柏) ☎7157-0282
人権身の上相談	第1・3(火)午前10時～午後3時＝市役所相談室 広報広聴課☎7167-1119	家庭児童相談(心 配な児童の連絡を 含む)	(月)～(金)午前8時30分～午後5時15分 こども支援室☎7167-1458
不動産相談(売買・ 賃貸借契約時のト ラブル)	第1(金)午前10時～午後3時＝市役所相談室 広報広聴課☎7167-1119	こども 「やまびこ電話 柏」	(月)～(金)午後1時～7時 少年補導センター☎7166-8181
消費生活相談	(月)～(金)午前9時～午後4時30分 ※第3(土)は電話相談だけ受け付け 消費生活センター☎7164-4100	少年相談	(月)～(金)午前9時～午後5時 少年補導センター☎7164-7571
障害者差別に 関する相談 (電話・面接)	▶電話相談＝(月)～(金)午前9時～午後5時 ▶面接＝毎週(水)午前9時～午後5時、ラコルタ 柏(教育福祉会館) 千葉県東葛飾障害者相談センター ☎7179-1088・FAX 7165-2423	にこにこダイヤルか しわ(妊娠・出産・ 育児に関する相談)	(月)～(金)午前9時～正午・午後1時～5時 地域保健課☎7162-2525
ひきこもり相談	(月)～(金)午前9時30分～午後4時30分 ※第1(金)は午後1時～4時30分 千葉県ひきこもり地域支援センター ☎043-209-2223	心配ごと相談	▶(水)＝いきいきプラザ☎7163-2734 ▶(木)＝沼南社会福祉センター☎7193-2942 ※いずれも午前10時～午後3時 柏市社会福祉協議会☎7163-1234
		外国人のための 相談	英語＝(木)、中国語＝(水)・(金)、スペイン語＝(月)、 韓国語＝第2・4(火)※いずれも午後1時～5時 外国人相談窓口(市役所本庁舎3階) ☎7168-1033

# 潜入!! 工事現場

## 途ちゅアフター

### 第10回 >>> 高田近隣センターリノベーション工事



トチュー調査員

朝に白い息を弾ませて元気に登校する子どもたちを見ると、なんだかこちらも元気になっちゃうトチューです！地域の活動を支える近隣センターの工事を見てきたよ



市内に23カ所ある近隣センターは、会議室などの他に体育館や図書館が設置されているところもあり、地域の活動を支える交流拠点となっています。築40年を迎えて老朽化が進んでいた高田近隣センターでは、これからも安心して利用できる施設にするために工事を始めました。建物を全て取り壊すのではなく、既存の柱や梁(はり)などを活用する工法を採用しています。



活発な意見交換が行われました！

一番のポイントは、どのような施設にするか地域の皆さんと一緒に考えながら進めてきた点です。およそ3年にわたる話し合いの中で、部屋のレイアウトやデッキテラスの設置などを決定したほか、フリースペースの床や天井の色味は投票で決めたとのこと。



よっ職人技!



現場にお邪魔したのは12月の終わりでしたが、ちょうど入口周りの壁を撤去している最中でした。ショベルカーなどの大きな機械を使った作業を想像していましたが、作業員さんがドリルで少しずつ壁を崩しながら行って、豪快な音とは裏腹に丁寧に地道な作業がそこにありました。

床に散らばったがれきを持ってみるととっても重い！20センチメートルほどの小さいものでしたが2・3個持つのが精いっぱいでした。作業員さんががれきを片付けるのが一番大変だと話していました。

2階はすでにながれきもなくながらんで、風通しが良いせいか寒かったです。1月で撤去工事は終了し、その後は内外装や設備工事に入る予定です。



完成予想図



楽しみだな～



完成したらぜひ遊びに来てみてはいかがでしょうか。ご協力いただいた市民活動支援課の皆さんありがとうございました！

## トチュー 調査員の もっと 知りたい!

Q1 いつごろ完成するの？

A 令和7年4月にリニューアルオープンの予定です。詳しくは市のホームページをご覧ください



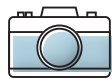
市ホームページ

Q2 リノベーション工事って何？

A 既存の建物に大規模な改修工事を行い、建物の耐久性を高めるとともに、新しいデザインや機能を取り入れることです。外観や使い勝手を改善して建物は新しく生まれ変わります

【問い合わせ】 広報広聴課 ☎7167-1175





# Kashiwa Photo Diary

～ まちの出来事を写真とともに ～



1/1 明るい光が辺りを照らす、令和6年最初の夜明け

@あけぼの山農業公園

気温が10℃を下回る中、初日の出を一目見ようと早朝から50人以上のかたがその時を待っていました。防寒対策をして寒さに耐えながらも、暖かな太陽が顔を出すと歓声が上がリ、美しい日の出とともに新たな年が明けたを感じていました。



1/8 新たな決意と門出を祝う  
柏市成人式～二十歳の集い～を開催

@市民文化会館大ホール

快晴の空の下、晴れ着に身を包み二十歳を迎えるおよそ2,900人が成人式に参加しました。実行委員の皆さんが企画した出し物を楽しんだり、友人との久々の再会を喜んだりする姿が見られました。



1/13 新加入選手の登場に大歓声！  
柏レイソル新体制発表会

@市民文化会館大ホール

市のホームタウンチームである柏レイソルの新体制発表会が行われ、会場に集まったおよそ1,200人のファン・サポーターを前に、井原正巳監督は「今シーズンは1桁順位を目指す」と力強く目標を掲げました。



..... \かしわ愛を込めて/ .....

# ふるさと産品お届け便

市で生産・加工された製品など、柏を象徴する特産品を「柏市ふるさと産品」に認定しています。このコーナーでは、ふるさと産品の魅力と生産者のこだわりを紹介します。



詳しくはこちら

## 第10回 NPO 法人せっけんの街 「粉せっけん」



みんなの手賀沼を  
守り続けたい

せっけんの街 手賀沼せっけん工場の工場長・阿部ともさん



せっけんの街

【住所】

小青田29-2

【問い合わせ】

☎7134-0463

KEIHOKUスーパーヤ  
スワンペーカリー  
柏店で販売

## 手賀沼にも人にも優しい粉せっけん

およそ40年前、手賀沼をはじめとする環境問題を解決するために活動していた生活協同組合などの団体と、障害者のかたが働ける工場を作りたい福祉団体が手を組み、現在のせっけんの街が立ち上げられました。

当時、手賀沼の汚染の原因を調べてみると、周辺地域から流れ出る家庭の生活雑排水である合成洗剤や使用済みの食用油などが影響していることがわかりました。「少しでも排出を減らすために何かできないか」と研究を進め、使用済みの油から作られた環境に優しい粉せっけんが誕生しました。

工場内にある容量6,000リットルの大きな釜に、各家庭から集めた油とアルカリ水を煮立てながら混ぜていき、およそ1カ月間かけて乾燥させていくそうです。



一つ一つ計量し、手作業で詰めていきます

この粉せっけんは、洗濯・食器用洗剤などにも使えて、水に溶けやすく泡立ちも良いため、汗汚れもしっかりと落とします。環境に配慮しているのはもち

ろんのこと、人にも優しいのが魅力の一つ。香料や合成界面活性剤が入っていないので、肌が敏感なかたやお子さんも安心して使うことができます。

ご家族が営んでいたお店でこの商品を取り扱っていたことをきっかけに、環境問題の改善に自分も力になれないかと考え、活動に加わった阿部さん。「自分たちの活動を通じて、皆さんにも環境について考えてほしい——」そんな思いが込められた粉せっけんを使って、環境に優しい暮らしをしてみませんか。

### 今月のプレゼント

せっけんの街「粉せっけん」 6名様

【応募方法】

市内在住のかたで、次のいずれかで  
▶市のホームページにある入力フォームで  
▶はがきに「ふるさと産品お届け便」と明記し、3ページ下の必要事項と、広報かしわ2月号の感想を書いて、〒277-8505 柏市役所広報広聴課へ郵送（必着）※応募は1人1回。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます

締め切り  
2/13(火)



応募はこちら

### 市の情報をもっと知りたい!

柏市公式  
ホームページ



柏市公式  
LINEアカウント



柏市公式  
エックス(旧ツイッター)



### 広報誌の配布に関する 問い合わせはこちら

広報かしわ宅配コールセンター

☎0120-276-673

受付時間/午前8時30分~午後5時15分

※土・日曜日、祝日、年末年始を除く

柏市の人口

※R6.1.1現在( )内は前月比



世帯数 198,084世帯(-9世帯)



総人口 434,358人(-84人)



男 214,274人



女 220,084人

携帯電話や松戸局(047局)から本誌の市外局番のない番号にかけるときは最初に「04」を付けてください

電話での問い合わせが困難な場合はファクス  
☎7166-8289もご利用ください



古紙配合率70%再生紙と植物油インキを使用しています。また、見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。