

セルフケアで
ストレスケア

10月10日は世界メンタルヘルスデーです。心の健康を保つために、疲れを感じたら早めにセルフケアをしましょう。

お勧めのセルフケア／▶行きたい場所・食べたい物を考える▶楽しかったことを思い出す▶深呼吸をする▶散歩やヨガをするなど

心のサポーター養成講座

時 10月31日(土)午後1時30分～4時

所 ラコルタ柏(教育福祉会館)

対 市内在住・在勤・在学のかた、先着70人

日 10月1日(木)正午から、市のホームページで

受講者に認定証を交付

図 保健予防課 ☎7167-1254

柏市民公益活動育成
補助金の募集説明会

令和9年度と同補助金(たまご補助金)の説明会を行います。

時 10月20日(火)午後4時～5時

所 パレット柏

対 同補助金に興味があるかた、先着20人※1団体2人まで

日 10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(あるかただけ)を書いて、市民活動サポートコーナーへ ☎sksc@city.kashiwa.chiba.jp か電話で

図 同コーナー ☎7163-1143、共生交流推進課 ☎7167-0941

キッズ

国民年金保険料の
育児免除制度が開始

10月から、0歳児を養育する国民年金第1号被保険者の国民年金保険料が免除されます。

対象期間／子どもが1歳になる誕生日の前月分まで

図 厚生年金等の加入者や、配偶者の扶養に入っているかたは対象外

◎申請方法など、詳しくは市のホームページを見るか問い合わせを

図 国民年金室 ☎7167-1130

キッズ

インフルエンザ予防
接種費用を一部助成

子どものインフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。

接種期間／9月24日(木)～来年1月31日(日)

図 接種時に柏市に住民登録がある生後6カ月～小学生

助成金額／上限1,500円※差額は自己負担。年度内2回まで

◎接種可能な医療機関や申し込み方法など、詳しくは市のホームページで

図 健康増進課 ☎7128-8166

10月15日～21日は
違反建築防止週間

建築物の工事に着手する時は、工事現場の見やすい位置に建築確認済みの表示板を掲示し、工事完了後は必ず検査を受けましょう。また、この期間中に一斉に公開パトロールを行います。

図 建築指導課 ☎7167-1145

東葛駅伝大会に伴う
交通規制

同大会開催のため、豊四季周辺から野田方面の道路を一部交通規制します。

時 10月17日(土)午前9時20分～10時20分※荒天時は翌日に延期

◎交通規制区間など、詳しくは同大会のホームページで

図 指導課 ☎7191-7369

ワニFitウォークラリー
ポイントが5倍に

かしわ健康アプリ「ワニFit」の「ウォークラリー」の機能でもらえるポイントが合計5倍になるキャンペーンを開催します。

キャンペーン期間／10月1日(木)～31日(土)

対 市内在住で18歳以上のかた

図 健康増進課 ☎7167-1256

納期限は11月2日(月)

市・県民税の第3期

図 納税通知書の内容について

=市民税課 ☎7167-1124

納付について=収納課 ☎7167-1122

国民健康保険料の第5期
後期高齢者医療保険料の第4期

図 保険年金課 ☎7191-2594

介護保険料の第5期

図 高齢者支援課 ☎7167-1022

納期限までに必ず納付を
口座振替のかたは預貯金残高にご注意を

子どもと
未来の柏
のために

放射線対策 NEWS NO.134

ニュース

図 環境政策課 ☎7168-1037

FAX 7163-3728

市内の空間放射線量率の定期測定

市では、市内主要道路と駅周辺の歩道の空間放射線量率について、携帯型環境放射線量測定器を用いた車載走行・歩行による測定を定期的に行っています。

今年度の測定結果は、表のとおり目標値(毎時0.23マイクロシーベルト未満)を下回っています。

◎測定結果など、詳しくは市のホームページで

■測定結果

測定の単位:マイクロシーベルト/時間

	測定高さ	ポイント数	平均値	最大値	最小値
市内主要道路と駅周辺測定(5・6月測定)	100cm	12,765カ所	0.054	0.099	0.027

放射性物質の測定結果

5月2日～9月2日検査分

■市内の農産物

図 農政課 ☎7167-1143・FAX 7162-0585

図 [中央]ジャガイモ、ネギ

[南部]カブ、トマト

[手賀沼周辺]タマネギ、ネギ、ニンジン

検出下限
値未満

■表記の説明

図 =ゲルマニウム半導体検出器

検出下限値=使用する検出機器で検出できる最小値

品目・検査方法など、詳しくは市のホームページで