

広報 ふなばし

'99/ 3月15日号
 No.937
 (毎月1日・15日発行)

第3次行政改革大綱を策定

より簡素で効率的な行政を

市では、「事務事業評価システム」や「外部監査制度」の導入など11項目を柱とする「第3次行政改革大綱」をまとめました。この大綱を指針として今年度中に実施計画を作成し、具体的な数値目標を掲げ、改革に取り組んでいきます。大綱の概要は次のとおりです。

また、職員給与等の公表に際しては、より市民にわかりやすくする。

⑤ 人材の育成・確保

職員の意識改革を促進し、専門実務能力・政策形成能力等の開発に努める。専門知識、資格を持った経験豊かな人材を採用するための制度を検討する。

⑥ 行政サービスの向上

(1) 市民サービスの向上を図るため、一か所の窓口で各種の手続きができる「ワンストップ・サービス」の導入を検討するほか、出張所取り扱い業務の拡充、窓口業務の開庁時間の延長、土曜・日曜日の開庁について調査・検討する。

⑦ 公正の確保と透明性の向上

(1) 行政手続条例の運用の



10年度から管理運営業務を委託した勤労市民センター

実態を踏まえたうえで、行政手続を適宜見直しする。
 (2) 公文書公開制度のより一層の充実を図る。また、外部団体の情報公開についても検討する。

⑧ 財政の健全化

(1) 市税の徴収体制を強化し、徴収率の向上を図る。また、使用料・手数料等は、定期的に見直し、施設使用料の減免のあり方を検討する。

⑩ 会館等公共施設の管理運営

土地の有効利用を考え、複数の施設を合わせたものとし、新たな施設の管理運営は、できる限り民営を原則とする。公民館等は、地域の実情に応じて開館日を拡大する。また、複数の公民館等をまとめて管理することを検討する。

(1) 事務事業の計画、執行の適正な進行管理を行う「事務事業評価システム」を導入する。
 (2) 市の業務が委託に適用しているか否か、また、委託している場合でも履行状況

③ 公社・財団など外部団体の見直し

外部団体の設立目的、事

② 柔軟な組織で市民のニーズに対応

(1) 新規事業など事務量の増加は、現在の機構の改廃で対処し、機構を増大させない。
 (2) 係制の見直しと班編成等による柔軟な組織を作る。

④ 定員および給与の適正化

職員定数を抑えるとともに、給与水準についても引き続き適正化に努める。特殊勤務手当、管理職手当などの諸手当についても抜本的な見直しをする。

数値目標

<11年度から3年間で>

- ▶ 団体等への補助金等を5%以上削減
- ▶ 経常収支比率を85%に引き下げる
- ▶ 公共工事コストを10%以上縮減

<11年度から5年間で>

- ▶ 全職員の5%にあたる約250人を削減
- ▶ 市税徴収率を3%引き上げる



組織をスリムに、(10年7月の機構改革で)

大綱策定までの経過



藤代市長に「意見書」を手渡す地頭所行政推進委員
 平成10年2月19日
 市長を本部長とする船橋市行政改革推進本部を設置
 8月24日
 市民の意見を反映させるために市民代表15人からなる船橋市行政改革推進委員会(委員長・加藤隆明治大学教授)が発足
 12月25日
 行政改革推進委員会から市長に行政改革に対する「意見書」が提出される
 平成11年2月17日
 船橋市第3次行政改革大綱を策定

⑨ 公共工事コストの縮減

(1) 建設関連公共工事コスト削減行動指針および行動計画に基づき経費の縮減に努める。
 (2) 公共工事の入札・契約手続きは、予定価格の事後公表、前払金支払い対象の拡大等を実施しているが、引き続き改善を図る。
 (3) 公共施設整備に民間の資金、技術等を活用するP

⑪ 近隣市との連携

市民サービスの向上という観点から、近隣市等と連携し、公共施設の広域的な相互利用や地方自治体間の人事交流等を促進する。

企画調整課
 ☎ 436・2052

住所異動の届け出や各種証明は

お近くの出張所で

3月から4月にかけては、引越や転勤などで、住所の異動の手続きや各種証明書の申請が急増し、市役所の窓口は大変混雑します。手続きは、各出張所で同様にできるほか、一部の証明書などは各連絡所でも受け取れます。お近くの出張所・連絡所をご利用ください。

市内には、出張所と連絡所がそれぞれ6か所あります。月曜日から金曜日、午前9時から午後5時まで、次のような窓口業務を行っています。

出張所で取り扱うもの

○戸籍の届け出、証明書の交付
○住所変更の届け出、住民票の写しの交付

○印鑑登録の届け出、印鑑証明書の交付
○外国人登録済証明書の交付

○国民年金の届け出
○国民健康保険の届け出、助産費、葬祭費の申請
○小・中学校の転入学通知書の交付

○交通・火災等災害共済の加入・更新・変更などの手続き
○軽自動車税、市民税、固定資産税の証明書の交付
○原動機付自転車(125cc以下)などの新規登録・廃車などの新規登録・廃車



習志野台出張所で

連絡所で取り扱うもの

○戸籍の証明書(全部・個人事項証明)の交付
○住民票の写しの交付
○印鑑登録の届け出、印鑑証明書の交付
○外国人登録済証明書の発行
○母子健康手帳の交付

入・更新・変更などの手続き
○軽自動車税、市民税、固定資産税の証明書の交付
○原動機付自転車(125cc以下)などの新規登録・廃車などの新規登録・廃車

船橋駅・津田沼駅前・西船の各連絡所では、事前に予約(電話も可)をすれば、次のような時間外サービスが受けられます。

問合せ
戸籍住民課
436-2265
436-2270

各出張所の案内図. Map showing branch office locations: 二宮 (274-0074), 芝山 (274-0816), 高根台 (274-0065), 習志野台 (274-0063), 豊富 (274-0053), 二和 (274-0805).

統一地方選挙の投票日

4月11日 千葉県議会議員選挙
4月25日 船橋市議会議員選挙

※不在者投票は習志野台出張所でもできるようになります

これらの選挙は、私たちの生活に係る重要な選挙。市の代表を選ぶ大切な選挙

投票日に仕事や旅行などの理由により投票所へ行けない人のために、不在者投票制度があります。今回の選挙から習志野台出張所でも不在者投票ができますが、受付時間が市役所と異なりますのでご注意ください。

入場整理券は1枚のはがきに家族3人まで記載されていますので、本人の分を切り離して投票所へお持ちください。入場整理券発送予定日: 3月30日(火) 市議会議員選挙 4月14日(木) 不在者投票

入場整理券は1枚のはがきに家族3人まで記載されていますので、本人の分を切り離して投票所へお持ちください。入場整理券発送予定日: 3月30日(火) 市議会議員選挙 4月14日(木) 不在者投票

選挙管理委員会に、お早めにお問い合わせください。指定施設での不在者投票: 県選挙管理委員会が指定している病院や老人ホームに入院・入所している人は、その施設の中で不在者投票ができます。詳しくは入院・入所先でお尋ねください。

問合せ選挙管理委員会 436-2733

各連絡所の案内図. Map showing contact office locations: 船橋駅 (273-0005), 津田沼駅前 (274-0825), 西船 (273-0031), 法典 (273-0047), 小室 (270-1471), 三山 (274-0072).

第11回船橋市文学賞の受賞者が決定しました

市民の皆さんの文芸創作活動の発表の場である船橋市文学賞の受賞者が左表のとおり決定しました。



高橋真也子さん

齋藤念魚さん

青山正生さん

殿岡秀秋さん

門田晴美さん

各図書館・公民館で貸し出しします。問合せ文化課 436-2894

Table with columns: 部門 (賞), 氏名, 題名. Lists winners for 文学賞 (Novel, Short Story, Poetry, Children's Literature) and 佳作 (Short Story, Poetry).



建築現場に立つ女性技師



乳児相談を受ける保健士

女性がもっと働きやすい職場に

男女雇用機会均等法が改正され、4月1日から施行されます。今回の改正により、「男の仕事」「女の仕事」といった男女間の仕事の境界がなくなり、個人の意欲や能力を十分に生かせる職場環境づくりが進んでいきます。この法律の主な改正点についてお知らせします。



園児たちと囲まれて共に働く「保母と保父」

従わないなど悪質な場合は、企業名

改正のポイント
▼募集・採用、配置・昇進・教育訓練で女性を差別することは禁止
これまで事業主の努力義務となっていたこれらの差別が禁止されます。女性の就労について男性と異なる扱いをすることはできません。

あなたの職場でこんなことはありませんか

次の項目をチェックしてみてください

①募集や採用について…

- 大卒技術系について男性のみを募集する。
- 「男性100人、女性50人」と男女別の採用枠を設定する。
- 「営業マン」「ウェイター」など男性を表す職種の名称で募集する。
- 「ウェイトレス」「看護婦」など女性を表す職種の名称で募集する。
- 女性は「自宅通勤に限る」「22歳まで」等、男性にはない採用条件を付ける。
- 「女性歓迎」「女性向きの仕事」等の表示で募集する。
- 会社案内の送付を男性だけに限ったり、女性への送付を遅らせる。
- 形式上男女を募集の対象としているが、応募の受付等の対象を男性のみとする。
- 面接のとき、女性のみ「恋人はいますか」などの質問をする。

②配置、昇進、教育訓練について…

- 女性を営業職に配属しない。
- 海外勤務の対象を男性のみとする。
- 子どもがいる女性を本社勤務からはずす。
- 係長登用試験の受験資格を女性に与えない。
- 昇進にあたって、女性にのみ「勤続年数が10年以上」など一定の条件を付ける。
- 「秘書」や「受付」の対象を女性に限定する。
- 工場実習の対象を男性のみにする。
- 女性の教育訓練を男性と異なるものにする。
- 女性だけに接遇訓練を行う。

③セクシュアルハラスメント(性的嫌がらせ)について…

- 職場内の女性の目につくところにヌードポスターが張られている。
- 上司に腰、胸などを触られた女性が、これに抵抗したために異動させられた。

チェックが一つもなければ大丈夫。①②の項目については、すべて禁止されます。③については、事業主はこれらのセクシュアルハラスメントを防ぐための配慮をしなければなりません。

女性のための相談窓口

職場のことに限らず、困ったときはお気軽にご相談ください。

●船橋市女性センター〔相談室〕

☎423-0757

・女性のための法律相談(要予約)

毎月第1休午前9時30分～午後2時30分、
第3月午後4時～8時

●市民の声を聞く課〔相談室〕

☎436-2784

●人権相談〔千葉地方務局船橋支局〕

毎月第2・3・4水午後1時～4時
当日、直接市役所2階202会議室へ

●千葉女性少年室(労働省)

☎043-221-2307

●千葉地方務局船橋支局(法務省)

☎431-3681

●千葉県女性センター

☎0471-40-8605

が公表されます。
▼労働者と事業主間の紛争の調停は、いずれか一方からの申請でも可能
これまで事業主と労働者間の紛争は、双方の同意がなければ調停を始めることができませんでしたが、4月からはどちらか一方からの申請で調停ができるようになります。

セクシュアルハラスメント(性的嫌がらせ)の防止は事業主の配慮義務になります
職場でのセクシュアルハラスメントを防ぐために、事業主には必要な配慮(防止のための啓発、相談・苦情への対応、実際起きた場合の速やかな対応など)をしなければなりません。
◆男女雇用機会均等法の改正点を説明したパンフレットを

女性政策課、女性センター、商工振興課で配布しています。気軽にお問い合わせください。

問合せ		
☎商工振興課	☎女性センター	☎女性政策課
436・2477	423・0757	436・2084



軽減の対象となる住宅用地は次の通りです。
○小規模住宅用地(住宅1戸当たり200㎡までの住宅用地で、課税標準額は評価額の6分の1とする特例措置があります。
○その他の住宅用地(小規模住宅用地をこえる部分の住宅用地で、課税標準額は評価額の3分の1となります。
※例えば300㎡の土地に床面積100㎡の一戸建てが建っている場合、200㎡が小規模住宅用地、100㎡がその他の住宅用地になります。
Q 平成6年に住宅を新築しましたが、10年度分から税金が急に高くなりました。なぜでしょうか。
A 新築住宅に対しては、固定資産税の軽減措置が設けられており、一定の要件を満たしている場合は課税されることになった年度から3年度分(3階建て以上の中高層耐火住宅は5年度分)固定資産税が2分の1に軽減されます。その軽減期間が終了したため、税額が高くなりました。
Q 敷地の一部が私道になっていますが、課税されるのでしょうか。
A 敷地の一部を不特定多数の人が制約を受けずに利用でき、通り抜ける道路として使用している場合、申請に基づき道路部分を非課税にすることができます。

シリーズ くらしと市税⑦

固定資産税のいろいろな質問にお答えします

問 固定資産税課 ☎436-2222

船橋駅北口⇄馬込霊園
彼岸時は臨時バスをご利用ください
3月21日(祝)、22日(休)の両日、JR船橋駅北口から馬込霊園行きの臨時バスが運行されます。彼岸中は道路が混雑し、周辺の方の迷惑になりますので、バスをご利用ください。
□時間午前9時～午後3時
ごろの間に随時 乗り場JR船橋駅北口8番 料金片道270円 問合せ環境衛生課 ☎436-2402

ふなばし 文芸



俳句

税申告終へて愚直の夫なりし
あたたかや賞状の筒ぼんと鳴り
水仙の東煌々と匂ひ立つ
手袋をはずし呼び鈴押しにけり
絵馬に絵馬埋もれをりけり冬木に芽
多聞天の遠きまなざし鳥雲に
梅はつと花の兄とも呼ぶさきうな

「選評」 松井さんの愚直の夫君に大いに共鳴する。愚直とは誠実の裏返しで、今のように乱れた世に得難い存在だからだ。山崎さんは卒業期の気分を見事に音で表現した。希望に溢れた明るい春だ。志田さんは水仙の花の束を「煌々」とはよく表現したものだ。小嶋さんはなげないしぐさ、日常の中の詩情をすくい上げた。私も先日湯島天神で、樋口さんの句の情景を見たばかり。長谷川さんは古寺の仏像と帰る鳥との配合。神田さんは「花の兄」の言葉をもくとり込んだ。

市民のひろば

けいじ板

- 音楽・文化
▽辻幹雄・明石現門下生キターコンサート 3月21日(祝)午後6時開演/中央公民館/438・83318へ
▽宮本中学校弦楽部・吹奏楽部定期演奏会 3月27日(出)午後5時開演/市民文化ホール/曲目「ホルベルク組曲」/「ダクタン人の踊り」ほか/同中・山崎422・8127へ
▽ケナフの懐紙でチャリティー茶会 4月11日(日)午前10時/午後3時/茶華道センター/費用15000円/園方03・3889・5404へ

まちかどインタビュー



春になったら家族でキャンプに
スヌーピーの服を着てごきげんな七海ちゃん。2歳になる拓海くんは筆を作るため髪の毛を伸ばしているところ。「スキーやキャンプに行くのがストレス解消法」という玲子さん。初夏には三兄弟になる予定です。(北図書館で)

夫婦で公民館のサークル活動にチャレンジしてみたい
「月に2回ほどの野球の審判が楽しみ」という儀三郎さんと「若いころから洋裁が好きで、近所の人にも教えています」と光江さん。確定申告が終わってほっとしたお二人です。(市役所で)



- 健康体操 毎月2〜3回(出)午前10時〜11時30分/東部公民館/入会金・月会費各10000円/森474・18892へ
健康体操&ダンス 毎月(出)午前10時〜11時30分/法典公民館/入会金10000円/会費20000円/三枝438・3210へ
社交ダンス(初級) 毎週(出)午後7時〜9時/二和公民館/入会金10000円/会費25000円/鈴木448・2786へ
童謡コーラス(50歳以上女性) 毎週(出)午前10時〜正午/中央公民館/入会金10000円/会費30000円/竹田431・0323へ
コーラス 毎月各2回(出)午前10時〜正午または(出)午後5時〜7時/飯山満公民館/会費10000円/折田468・3304へ
サッカークラス(小学2〜6年生) 毎週(出)水・金午後4時〜(出)午後2時/中央公民館/入会金20000円/会費50000円/武田466・9992へ
フルートアンサンブル 毎月第1・3(出)午後0時30分〜4時/丸山公民館/会費25000円/増富439・5732へ
大正琴(初心者) 毎月第2・4(出)午後1時〜3時/前原公民館/入会金10000円/会費25000円/白石438・9266へ
川野477・0929へ
大正琴 毎月第1・3(出)午後1時〜3時30分/塚田公民館/入会金10000円/会費25000円/丸山434・2786へ
書道 毎月2回(出)午後1時〜4時/東部公民館/入会金・月会費各10000円/小熊474・1028へ
ペン習字 毎月第2・4(出)午後1時〜3時/中央公民館/入会金10000円/会費15000円/大森435・1708へ
着付け 毎週(出)午前10時〜正午/飯山満公民館/入会金10000円/会費15000円/堀川462・2300へ
男の料理 毎月第2(出)午後1時〜3時/高根公民館/入会金10000円/会費20000円/加藤465・2338へ
スペイン語 毎月3回(出)初級午後2時〜4時/中級午後3時〜5時/塚田公民館/入会金10000円/会費30000円/横田464・7370へ

3月25日(木)発売開始
心に残る日本の歌 ~春夏秋冬~
5/30(日) 2:00PM開演
「ベギー葉山とともに...」ポップス&スタンダードの世界
6/5(土) 6:00PM開演
プラハ・ターリッヒ室内オーケストラ演奏会
6/27(日) 3:00PM開演
新日響春休みファミリーコンサート'99
4/2(金) 2:00PM開演
船橋ジュニアオーケストラスプリングコンサート
4/4(日) 2:00PM開演
ル・クプルコンサート
4/17(土) 6:30PM開演



生涯学習・文化

総合教育センターで

青少年キャンプ場
利用団体調整会

□日時 4月12日(月)午後2時～
会場 消防指令センター1402会議
室 利用調整期間 7月20日(祝)
～8月31日(火)※7月24日(土)

写真の世界(上級編)

25日(日)は利用できません 対象夏休みの利用を希望する引率指導者のいる市内青少年団体※未成年者だけの団体は利用できません 利用条件人数 300人以上、日数2泊3日を限度とする※同日に研修棟「さんかの家」の利用不可 持ち物 筆記用具、利用計画書(第1～3希望日、人数等) 問合せ 青少年課 ☎436・2903

フラワーアレンジメントの世界(初級編)

□日時 4月9日(月)毎月2回(水) 午後1時30分～3時※全10回、8月を除く 会場 船橋アリーナ 講師 崎崎京子氏 定員10人(多数は抽せん) 費用 月額7700円 申込み・問合せ 前記の「写真の世界」と同じ。ただし、あて先は船橋橋

市文化・スポーツ公社「フラワーアレンジメントの世界」第16回船橋さんか少年少女合唱団定期演奏会 □日時 3月28日(日)午後2時開演 会場 市民文化ホール 内容 はらうた、イグアナのゆめ、準団員によるステージほか 入場料 500円 申込み 同合唱団・吉成へ

合唱団・吉成 ☎047・335・4705へ
□団員を募集中 対象市内在住の小学生・高校生 練習日時 小学1・2年生(保護者同伴) 3月11日(日)午後1時30分～2時30分 小学3年生以上 3月11日(日)午後5時～7時、(土)午後2時30分～4時30分 練習会場 市民文化施設 申込み 前記の同合唱団・吉成へ

両親を介護して20年
ラクラク介護の極意

伊坂 康夫さん(松が丘2)

「両親との生活は、みなさんが思うほど大変ではありません。むしろ楽しんでます」という伊坂さんは、自宅の一階で寝たきりの父を、二階で重度の痴呆の母を一人で介護しています。24時間付き添いが必要な二人の世話をする秘けつは、独自の発想による工夫と、各種サービスの活用にあります。例えば、一階と二階にビデ

伊坂さんが会社を辞めて介護に携わることを決めたのは、20年ほど前。父の病気が進み、日中母一人では世話ができなくなったためです。がむしゃらに働くよりも尊敬する両親と共に暮らしたい、辞めることに何のためらいもなかったと言います。

「介護保険制度が導入されても技術的なケアを他人がする」という構造は変わりません。大切なのは心のケア。これは家族の役目として残るのではないのでしょうか」

現在、訪問看護、ホームヘルパーの派遣など、利用できるサービスは最大限に活用しています。伊坂さんの兄弟からの物心両面の援助も大きな支えです。また、自身が病気になるまで介護が



お父さん、お尻が痛くなるといけないから、体の向きを変えますよ

を整えるなど、気持ちにゆとりを持っていきます。

県介護福祉士の講座で伊坂さんが体験談を話します。興味のある方はぜひご参加ください。
□日時 4月24日(土)午後1時～3時 会場 県社会福祉センター(千葉市) 内容 千葉県の介護保険制度、伊坂流介護天国の知恵 申込み 電話またはファックスで介護福祉士会事務局 ☎043・248・1451へ

ベイパークフェスティバル □日程 3月21日(祝)※雨天時は22日(休) 内容 フリーマーケット(午前10時～午後2時)、ビンゴゲーム(正午～※費用200円)、つり大会(午前11時30分～午後1時30分、計量午後1時30分～※費用500円)、花の種・風船の無料配布

アンデルセン1999 「桜をいっしょに…」 □日時 内容 3月21日(祝)桜の開花予想クイズ(午前9時30分～)、スピードガン測定(午前11時～)、綱引き(午後1時～) 22日(休) 桜の開花予想クイズ(午前9時30分～)、いす取りゲーム(午前11時～)、ディスクゴルフ(午後1時～) 28日(日) ボンバーマンピタマン爆外伝「ぬいぐるみショー」(午前11時～、午後1時～)、くつとばし大会(午後2時～) 4月4日(日) 風船割りゲーム(午前11時～)、的当てゲーム(午後1時～)、丸太切り(午後2時～)、ストリートパフォーマンス(午前11時30分～、午後1時30分～、午後2時30分) 子ども美術館 □日時 内容 3月21日(祝)～4月4日(日) アトリイ紹介と歩み 3月21日(祝)、22日(休)、28日(日) 葉巻づくり体験(午後0時20分～、午後2時10分～) 3月28日(日) 人形劇「おなががすいた」(午前11時45分～、午後1時45分～、午後3時～)

市民野球大会審判員募集 □活動期間 11年4月～11月 申込み 3月21日(祝)まで 詳細は船橋市野球協会・河原 ☎438・3249へお問い合わせください
第7回千葉県ゆうあいピック(知的障害者スポーツ大会) 参加者募集 □日程 5月26日(水)※ただし、

水泳競技は5月23日(日) 会場 県総合運動場(水泳は県立四街道養護学校) 対象 13歳以上の知的障害者(参加標準記録あり) 種目 陸上・水泳・フライングディスク 申込み 4月9日(金)までに障害福祉課 ☎436・2357へ
身体障害者アーチェリー教室 □日時 4月17日～5月15日 毎週(土)午前10時～正午 会場 船橋アーチェリーレンジ(滝台1) 対象 障害者手帳を持つ上肢完全者(車椅子可) 定員 先着10人 費用 1回1000円 申込み 身体障害者福祉センター ☎466・1268、☎466・1269へ
アーチェリー入門教室 □日時 4月4日～25日 毎週(日)午前10時～正午 会場 船橋アーチェリーレンジ(滝台1) 費用 4000円 申込み 船橋

市民テニス教室(初心者) □日時 4月7日～6月2日 毎週(水)・(金)※4月30日、5月

曜日	コース名	時間
日	ソフトエアロビクスA	午前9時30分～10時30分
日	エアロビクス&ストレッチA	午前11時～正午
土	ソフトエアロビクスB	午後7時30分～8時30分
土	エアロビクス&ストレッチB	午前11時～正午
金	ソフトエアロビクスC	午後7時30分～8時30分
金	エアロビクス&ストレッチC	午前11時～正午
木	いきいき健康体操	午後7時30分～8時30分
水	シェイプアップエアロビクスA	午前9時30分～10時30分
水	シェイプアップエアロビクスB	午後7時30分～8時30分
火	ソフトエアロビクス	午後7時30分～8時30分
火	エアロビクス&ストレッチ	午前11時～正午

スイミングスクール □日程 4月2日(金)～毎週(火)・(土)・(日)の各コース(全8回) クラス初心者(全く泳げない人)、初級(クロールで15m程度泳げる人)、中級(クロールで25m泳げる人)、中級(3種目で25m泳げる人) 対象 18歳以上の健康な人 定員 先着10人(初心者は12人) 費用 各5880円 詳しくは海浜公園へ

アンデルセン1999 「桜をいっしょに…」 □日時 内容 3月21日(祝)桜の開花予想クイズ(午前9時30分～)、スピードガン測定(午前11時～)、綱引き(午後1時～) 22日(休) 桜の開花予想クイズ(午前9時30分～)、いす取りゲーム(午前11時～)、ディスクゴルフ(午後1時～) 28日(日) ボンバーマンピタマン爆外伝「ぬいぐるみショー」(午前11時～、午後1時～)、くつとばし大会(午後2時～) 4月4日(日) 風船割りゲーム(午前11時～)、的当てゲーム(午後1時～)、丸太切り(午後2時～)、ストリートパフォーマンス(午前11時30分～、午後1時30分～、午後2時30分) 子ども美術館 □日時 内容 3月21日(祝)～4月4日(日) アトリイ紹介と歩み 3月21日(祝)、22日(休)、28日(日) 葉巻づくり体験(午後0時20分～、午後2時10分～) 3月28日(日) 人形劇「おなががすいた」(午前11時45分～、午後1時45分～、午後3時～)

船橋アリーナ ☎461-5611 ※(月)休。22日(休)は開館

時間	火	水	木	金	土
10:45-11:45	成人B	シルバー-B	成人H		
11:45-12:45	7ヶアピクスA	成人C	成人F	シルバー-C	
12:45-13:45	成人A	成人D	成人G	成人I	
14:45-15:45	幼児A	幼児B	★児童C		
19:45-20:45			7ヶアピクスB		成人(止)

★は15:45-16:45

学生以上の健康な人 費用 スイミング4800円、アクアピクス5000円 申込み費用を添えて温水プール ☎461・9844へ

エアロビクススクール □コース・時間・内容 左表(必着)までに、往復八ガキに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、市民テニス室 ☎461・4410へ

レクリエーションガイド

アンデルセン公園 ☎457・6627

スポーツ

市民野球大会審判員募集

アーチェリー協会・小川 ☎466・2320へ

春季シニア合気道教室



南三咲の屋根付きコートボール場で

水泳競技は5月23日(日) 会場 県総合運動場(水泳は県立四街道養護学校) 対象 13歳以上の知的障害者(参加標準記録あり) 種目 陸上・水泳・フライングディスク 申込み 4月9日(金)までに障害福祉課 ☎436・2357へ

身体障害者アーチェリー教室 □日時 4月17日～5月15日 毎週(土)午前10時～正午 会場 船橋アーチェリーレンジ(滝台1) 対象 障害者手帳を持つ上肢完全者(車椅子可) 定員 先着10人 費用 1回1000円 申込み 身体障害者福祉センター ☎466・1268、☎466・1269へ

市民野球大会審判員募集 □活動期間 11年4月～11月 申込み 3月21日(祝)まで 詳細は船橋市野球協会・河原 ☎438・3249へお問い合わせください

施設番号 公共電話

- 市役所(番号案内) 436-2111
二宮出張所 464-1811
高根台出張所 465-4331
習志野台出張所 466-2811
豊富出張所 457-2003
芝山出張所 463-2561
二和出張所 447-4507
船橋駅連絡所 423-7035
法典連絡所 438-6262
三山連絡所 475-8300
西船連絡所 433-4321
小室連絡所 457-5146
津田沼駅前連絡所 471-1151
中央公民館 434-5551
東部公民館 477-7171
西部公民館 047-333-5415
北部公民館 457-0433
夏見公民館 423-5119
法典公民館 438-3203
二和公民館 447-3200
三田公民館 477-2961
海老が作公民館 464-8232
高根野公民館 438-4112
習志野公民館 463-2231
小室公民館 457-5144
八木が谷公民館 448-5030
飯山公民館 424-4311
丸山公民館 439-0118
塚田公民館 438-2610
宮本公民館 424-9840
三咲公民館 448-3291
新高根公民館 469-4944
葛飾公民館 437-5072
栗台公民館 469-4535
松が丘公民館 468-3750
高根台公民館 461-7061
三山市民センター 473-3100
東図書館 463-3611
西図書館 431-4385
中央図書館 434-1444
北図書館 448-4899
郷土資料館 465-9680
市民ギャラリー 420-2111
茶華道センター 434-5891
青少年会館 461-5611
船橋アリーナ 438-4461
体育施設所 431-2315
青少年センター 425-2551
勤労市民センター 434-5555
市民文化ホール 423-0757
女性センター 423-2111
中央保健センター 466-1383
北部保健センター 449-7600
母子福祉センター 466-1278
医療センター 438-3321
社会福祉会館 466-1266
東老人福祉センター 466-1381
中央老人福祉センター 438-1105
北老人福祉センター 449-7601
西老人福祉センター 429-0810
在宅ケアセンター 423-2551
身体障害者福祉センター 466-1268
ケア・リハビリセンター 468-2001
葬祭事業受付所 436-2400
消防局 435-1111
消費生活センター 423-3006
船橋保健所 431-4191

お知らせ



問い合わせは各担当課へ

千家/抹茶・菓子代実費
洋裁 毎月第1・3月/費用200円程度
和裁 毎月第1・3月/費用無料
期間 4月~12年3月
時間 午後1時~3時※編み物のみ午後2時~4時
会場 申込み母子福祉センター(466・1278)(新京成線習志野駅前)へ

奨学金をご利用ください
資格 ①4月現在、高等学校、高等専門学校、専修学校(高等課程および専門課程に限る)、短期大学、大学のいずれかに在学している
②本人または父母等が市内に引き続き一年以上住んでいる
③経済的理由により修学が困難で、学校長の推薦が得られる
貸付期間 1年 貸付限度額(月額)
○国立大学生等 2万円
○私立大学生等 3万円
○国公立高校生等 8000円
○私立高校生等 1万5000円
必要書類 申請書・学校長の推薦書

産業廃棄物の不法投棄にご注意を
場合によっては、土地所有者にも撤去や損害賠償が求められることがあります。
土地の使用状況に不審な点や不安がある人は、産業廃棄物課(043・223・3801)へご連絡ください。
問合せ クリーン推進課(436・2434)

危険物取扱者試験
試験日 6月13日(日) 会場 本大学生産工学部津田沼校舎(習志野市)
種類 甲種、乙種 全類 丙種
申込み 4月12日(月)~15日(木)に消防局予防課(435・8639)へ
会費 047・333・9903

外国人のための相談窓口
日時 毎週(月)~(金)午前10時~午後4時
申込み 当日直接市役所2階202会議室へ
※電話番号 436・2953
※電話相談 436・2083

児童ホーム
正午~小学生は午後2時~4時/上履き持参/当日自由参加
海神 432・4661
▽春のおたのしみ会 3月27日(土)午後1時30分~3時30分/お茶会、押し花クラフト、ヨーヨーつり、駄菓子コーナーほか/幼児(保護者同伴)~小学生先着120人/費用200円を添えて事前申し込み

公民館
八木が谷 448・4400
▽トランポリンをとおぼろ 3月17日(木)~19日(金)0幼児(保護者同伴) 午前10時~午後1時30分/3時30分/「やさしいライオン」「うしろの正面だあれ」ほか/当日自由参加
▽春休み映画会 3月26日(金)午後1時30分~3時30分/「やさしいライオン」「うしろの正面だあれ」ほか/当日自由参加

クリーン船橋530 推進員を募集します

地域のコミュニティ単位で、まちの美化運動に積極的に参加していただくボランティアを募集します。
申込み 4月9日(金) (必着)
までに、環境保全に関する意見と履歴書をクリーン推進課(〒273-8501※住所不要)436・2434へ

臨時職員登録者を募集します

勤務場所 市内小・中・養護学校 職種 事務パート、理科実験事務員、栄養士、介助員、用務員、給食調理員、給食運搬員
勤務時間 職種による
申込み 3月18日(木)までに履歴書(写真貼付)を本人が直接教育委員会総務課(436・2804)へ

財船橋市公園協会 アルバイトを募集します

勤務場所 ①アンデルセン公園 ②ふなばし海浜公園
勤務内容 ①駐車場車両誘導・園内巡視等、売店・券売等 ②駐車場車両誘導等
勤務日 ①4月下旬~5月上旬(土) ②4月~6月(土) ③申込み3月25日(木) (必着)
までに履歴書(写真貼付)に希望業務を書いて郵送または直接アンデルセン公園アルバイト募集

母子・寡婦家庭の人へ 各種教室受講生を募集
編み物 ①毎月第1・3月(水) ②毎月第2・4月(木) 費用無料
華道 毎月第1・3月(火) 草月流/生花代実費
茶道 毎月第2・4月(火) 表

JR西船橋駅南側地区の住居表示整備を行います

市では、入り組んだ地番を整理し、住所を分かりやすくするため、市街地から順次住居表示を実施していきます。消防・救急活動や各種配達などがスムーズに行われるようになりますので、ご協力をお願いします。

Table with 2 columns: 実施予定日, 対象地区. Includes dates like 平成13年2月1日 and areas like 海神町2・3丁目.



米穀販売(小売業)の更新・新規登録を受け付けます
申請期間 4月30日(金)まで
登録日 6月1日(火)から3年間手数料9000円(2店舗目以上は5000円ずつ加算)
※平成8年6月に登録した人は今回更新登録が必要となります
問合せ 商工振興課(436・2472)

借地借家の無料相談
日時 3月21日(祝)午後1時~4時
会場 中央公民館※契約書類などがあれば持参
問合せ 借地借家組合同葉県連合(423・1159)

外国人のための相談窓口
日時 毎週(月)~(金)午前10時~午後4時
申込み 当日直接市役所2階202会議室へ
※電話番号 436・2953
※電話相談 436・2083

児童ホーム
正午~小学生は午後2時~4時/上履き持参/当日自由参加
海神 432・4661
▽春のおたのしみ会 3月27日(土)午後1時30分~3時30分/お茶会、押し花クラフト、ヨーヨーつり、駄菓子コーナーほか/幼児(保護者同伴)~小学生先着120人/費用200円を添えて事前申し込み

公民館
八木が谷 448・4400
▽トランポリンをとおぼろ 3月17日(木)~19日(金)0幼児(保護者同伴) 午前10時~午後1時30分/3時30分/「やさしいライオン」「うしろの正面だあれ」ほか/当日自由参加

市消費生活センター相談員募集

資格 消費生活専門相談員の資格を有し、消費生活の安定向上に熱意を持つ20歳以上の人
募集人員 1人
採用予定日 4月1日
※詳しくは消費生活課(436-2483)へ

表1 <各種検診の申し込みハガキ記入方法>

(1) 希望検診名	※会場については下表をごらんください
・基本健康診査 (希望会場名を記入)	
・胃がん検診 (希望会場名を記入)	
・乳がん検診 (当市の検診受診回数を記入)	
・子宮がん検診 (個別か集団の希望、当市の検診受診回数、個別で初めての人は希望講義会場名を記入)	
(2) 住所	
(3) 氏名(フリガナ)	
(4) 生年月日(満〇歳)	
(5) 性別	
(6) 電話番号	
申込先 ☎273-8501 市役所健康管理課	

※複数の検診も一枚のハガキに記入してください。

表2 <検診名・会場>

検診名	基本健康診査	胃がん検診	乳がん検診	子宮がん検診
実施期間	10月~1月	4月~1月		個別⇒4月~1月 集団⇒5月~12月 講義⇒5月~12月
対象	満40歳~49歳	満40歳以上		満30歳以上
会場	保健センター(中央・東部・北部) 公民館(中央・東部・高根台を除く)	保健センター(中央・東部・北部) 公民館(丸山・海老が作・八木が谷・小室・三咲・新高根)	初めての人の中央保健センター(集団) 当市の受診経験のある人の市内協力医療機関(個別)	個別⇒市内協力医療機関 集団⇒中央保健センター 講義会場は保健センター(中央・東部)
申し込みについて	上記の申し込みハガキ記入方法を参照してください。 ※9年度、10年度に受診、または、すでに申し込み済みの人は必要ありません(休日検診受診者が上記の検診を希望するときは申し込みをしてください) ※子宮がん個別検診の講義を受講して検診を受けなかった人は「講義受講済み」と書いて再度申し込んでください			

※成人病検診(満50歳以上)については、誕生月の初めに受診券を送付しますので、申し込みは必要ありません

2404

〔日程・会場〕
〔料金〕〇7年度以降に登録されている人 3300円
〇初めて登録をする人 6300円

7年4月以降に登録している人には、後日ハガキでご案内しますので、当日ハガキと問診票を必ず持参してください。

狂犬病予防注射を行います



狂犬病予防注射日程

4月	会場	時間	会場	時間
7日(水)	御滝公園(金杉6-26) 大穴第一号公園(大穴南1-21) 大穴南公園(大穴南4-14)	午前10時~11時40分 午後1時~2時20分 午後2時40分~3時30分	藤原1丁目中山競馬場わき駐車場(藤原1-4) 上山町神明社(上山町2-431) 旭町熱田神社(旭町2-11) 三咲公民館(三咲3-5)	午前9時50分~10時20分 午前10時40分~11時10分 午前11時30分~午後0時10分 午後1時30分~3時
8日(木)	三山新田児童遊園前(三山9-5) (マラソン道路歩道) 三山かみそろいば遊園(三山7-16) 三田公民館(田喜野井2-24)	午前10時10分~11時 午前11時20分~午後0時10分 午後1時30分~3時	芝山中央公園(芝山4-13) 郷土資料館(薬台4-25) 二宮中学校(滝台1-2)	午前9時40分~10時20分 午前10時50分~午後0時10分 午後1時30分~3時
9日(金)	天沼弁天池公園(本町7-16) 本町中央児童遊園(本町4-31) 海神西児童遊園(海神社前)(海神6-19) 西船一丁目浅間神社(西船1-3)	午前9時40分~10時40分 午前11時10分~正午 午後1時30分~2時10分 午後2時30分~3時10分	芝山南公園(雄鹿野田地)(芝山1-23) 飯山満児童遊園(飯山満町2-419) 飯山満南公園(飯山満町2-553) 前原小学校(前原西2-28)	午前10時~11時 午前11時20分~正午 午後1時10分~2時10分 午後2時30分~3時40分
12日(月)	社会福祉センター(旧)勤労会館(南本町10) 勝岡田公園(西船5-2) 小栗原北公園(本中山保育園わき)(本中山5-5) 小栗原小通り八蔵駐車場(本中山3-10) 西部公民館(本中山1-6)	午前9時50分~10時40分 午前11時~正午 午後1時10分~1時40分 午後2時~2時30分 午後2時50分~3時30分	湊中学校わき漁組駐車場(日の出1-1) 船橋市民文化ホール(本町2-2) 塚田公民館(前貝塚町601)	午前10時~10時50分 午前11時20分~11時50分 午後1時20分~2時50分
13日(火)	豊富出張所(豊富町4) 小室センター(小室町3308) 古和釜十字路公園(古和釜町349) 坪井こまつ児童遊園(坪井町600)	午前10時~10時50分 午前11時20分~正午 午後1時20分~2時 午後2時20分~3時20分	総合教育センター(アヲカ館)(東町834) 池ノ端公園(東船橋1-28) 宮本小学校正門(宮本7-10) ららぽーと劇場前はまかせ公園(浜町1-4)	午前10時~10時40分 午前11時~11時50分 午後1時10分~2時20分 午後2時40分~3時20分
14日(水)	習志野台中学校わき公園(習志野台6-27) 高郷児童遊園(西習志野1-11) 西高根公園(新高根4-8)	午前10時~11時30分 午後1時~2時 午後2時20分~午後3時30分	夏見台中央公園(輝の湯隣)(夏見4-17) 北本町児童遊園(日綿船橋ハイツ北側)(北本町2-21) 海神蛇沼公園(通称 怪獣公園)(海神3-23)	午前10時~11時30分 午後1時~1時40分 午後2時~2時50分
15日(木)	八木が谷北公園(高野台3-22) 八木が谷第二号公園(みやぎ台4-8) 文化課二分和分駐車庫(二和東5-32) (旧二和公民館)	午前10時~11時30分 午後1時~1時40分 午後2時~3時30分	丸山町自治会館(丸山4-12) 藤原まちかどスポーツ広場(法典公民館・北側)(藤原7-33)	午前10時~11時30分 午後1時~2時30分
16日(金)	高根台中学校わき近隣公園(高根台5-3) 金杉桜が丘自治会館前、野瀬駐車場(金杉7-25) 金杉会館(金杉3-2)	午前9時50分~正午 午後1時30分~2時10分 午後2時30分~3時	雨天中止の振替日 7日~19日(月) 8日~20日(火) 9日~21日(水) 12日~26日(月) 13日~22日(火) 14日~23日(水) 15日~27日(火) 16日~28日(水)	

○雨天の場合、他の会場が振替日をご利用ください。振替日が雨天の場合は、注射は行いません。最寄りの病院で受けてください。※ハガキが届いた人は、問診票と一緒に必ず持参してください。

ポリオ生ワクチン投与(4月実施分)

ポリオ生ワクチン投与は4月7日(水)から始まります。対象は生後3か月~7歳6か月未満の人。詳しい日程・会場

録済みです。2年続けて受診しなかった検診については、再度申し込みが必要です。〔検診名・会場〕下表※集団検診は中央保健センター等で、個別検診は市内協力医療機関で行う検診です。

神経芽細胞腫(小児がん)検査はお済みですか
神経芽細胞腫は、主として子供のおなかにできるがんの

産する人 会場中央・東部保健センター※駐車場はありません 時間①午前9時50分~正午②午後1時20分~3時30分 申込み中央保健センター1希望の人は保健指導課へ、東部保健センター1希望の人は同センター ☎466-1383

健康管理課 ☎436-2415
保健指導課 ☎436-2582
(〒273-18501 湊町2-10-25)



けんこう

は4月1日号に掲載します。予防接種を受ける前には、必ず予防接種手帳の注意事項などを読んでおきましょう。手帳は市役所3階健康管理課、出張所、連絡所、保健センターで配布しています。

お母さんと赤ちゃんの健康状態を記録するための手帳です。妊娠したら、次の場所です。手帳を受け取ってください。①交付場所②市役所保健指導課③東部・北部各保健センター④各出張所・連絡所※初産の方はできるだけ①②で受け取ってください。問合せ保健指導課

①夜間急病診療所(中央保健センター内) 毎日(日曜、祝日、振替休日を含む)午後9時~午前6時 ☎424-2327(診療時間内) <診療科目>内科、外科 ○健康保険証を持参してください。

②休日診療 日曜、祝日、振替休日 午前9時~午後5時 ☎435-2727(消防局) ○休日当番医をテープで案内しています。

③救急医療機関ネットワーク 毎日(日曜、祝日、振替休日を含む)午前6時~9時、午後5時~9時 ☎435-2727(消防局) ○当番医をテープで案内しています。

医療・健康相談(相談は無料)

〔医療相談〕 毎週月~(金)午後2時~4時※受付は3時30分まで/市医師会会員による特殊な病気の専門医への紹介、治療上の問題等の相談/医療センター相談外来 ☎438-3321
〔成人健康ダイヤル相談 ☎436-2388〕 毎週月~(金)午前9時30分~11時30分、午後1時~4時※祝、(休)を除く/保健婦(士)による生活習慣病の予防や日常生活上の注意など健康全般の相談
〔赤ちゃんダイヤル相談 ☎436-2388〕 毎週月~(金)午前9時30分~11時30分、午後1時~4時※祝、(休)を除く/乳幼児の育児、妊産婦の健康相談について、保健婦・助産婦がお答えします
※聴覚・音声言語障害のある人は ☎436-2416へ
〔心の健康電話相談〕 毎週月~(金)午前10時~正午、午後2時~4時※祝、(休)を除く/不眠、人づきあい、家族関係など/船橋こころの福祉センター「オアシス」 ☎423-3127へ

天文教室 4月24日(土)午後3時 15分~6時30分 会場総合教育センター1 内容天文講義と金星観測 対象小学生5歳以上 定員先着40人 費用無料 申込みプラネタリウム館へ

プラネタリウム館 ☎422-7732 (月、祝、23日休) ※21日は開館
一平・さち子の宇宙を見つめて
□放映日時(日)おひび第2:
4(土)①午前10時②午後2時③午後3時30分
2(日)①午後3時②午後4時③午後5時
第1: 3(土)①②③のみ※約60分。開始時刻に遅れると入館できません 料金4歳以下中学生20円、大人420円※小銭をご用意ください
□春の臨時放映(3月25日) 4月4日(日)※(月)を除く
○(土)、(日)①午前10時②午後2時③午後3時30分のみ

粗大ごみ受付センター

粗大ごみの収集は、電話でお申し込みください。 ☎047-457-4153 (月)~(金)午前9時~午後4時※祝休

児童代表から靴を受け取る安部昭一・船橋中央ライオンズクラブ会長



カンボジアの子どもたちに靴を贈ろう。二和小学校の児童たちが足の大きさが合わず、履けなくなった靴約150足を持ち寄りました。3月2日、同校で贈呈式が行われ、ダンボール8箱に詰まった靴は船橋中央ライオンズクラブの皆さんの手によって直接カンボジアに届けられます。

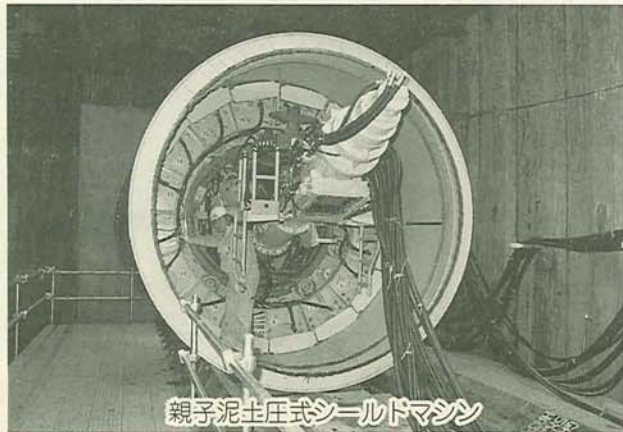
フォト写真がとらえたホットな話題

ふおっとニュース



江戸時代後期、漁場争いで捕らえられ、獄死した船橋の漁師を弔う大仏追善供養。不動院(本町)で毎年2月28日に行われているこの伝統行事は、大仏に盛りつけられたご飯を食べると、無病息災の御利益があるとされています。当日集まった皆さんは、はがされたご飯をその場で食べたり、持ち帰ったりしていました。

習志野地区の浸水被害の解消へ 三山雨水幹線管渠の工事に着手



親子泥土圧式シールドマシン

習志野1〜5丁目約82ヘクタールの浸水被害の解消と、生活環境を改善するための、「三山雨水幹線管渠」の工事が始まりました。今回の工事は、習志野1丁目295番2地先(主要地方道千葉・鎌ヶ谷・松戸線)から習志野4丁目2047番7地先(市道3565線)までの道路直下に内径1・8メートル、延長1446メートルの雨水管を作るものです。事業費は約13億円、完成は平成13年1月の予定です。

工事区間は、大型車の交通量が多く、また、水道管やガス管などの埋設物が集中しており、中間の立坑の設置が難しいため、県内では初めての「親子泥土圧式シールド工法」が採られました。大小のシールド機が一体となった掘削マシンを使用するこの工法では、大きな親機で掘り進みながら大きな地下水管を造り、埋設物が集中しているところでは親機から子機が伸び、小さなトンネルを連続して掘り進んでいきます。これにより、トンネルの外径を変え、中間立坑を造る必要がなくなり、工期を短縮でき、コストも削減できます。



葛飾中で心肺蘇生法の授業を見学するアルメニア氏(後列右)。葛飾中で心肺蘇生法の授業を見学するアルメニア氏(後列右)と感想を述べていました。

救急医療の権威アルメニア氏が 医療センターなどを視察

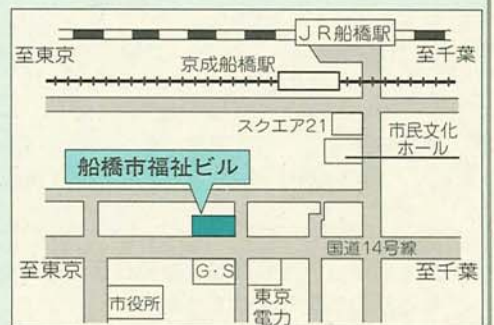
日本学術会議出席のため来日した、SAMU(フランス救急医療本部)のミゲル・マルチネス・アルメニア教授が、2月24日、救急医療体制を視察するため船橋市を訪れ、葛飾中学校では、人形を使用した心肺蘇生法の授業を見学しました。市立医療センターでは、24時間体制で出勤時から医師が同乗する「ドクターカーシステム」の概要など全国的にもトップレベルといわれる船橋市の救急医療について説明を受けました。



オカリナコンサートが2月27日、飯山満公民館で開かれました。演奏したのは市内で活動する「ホット・サンド」の皆さん。外国の古い民謡や最新のアニメなど幅広いジャンルの曲を熱演。ほかにも、いろいろな種類のオカリナの紹介などがありました。オカリナはイタリア語で「ガチョウの子ども」を意味します。かわいくて、どこか懐かしいオカリナの音色に、会場の皆さんはうっとり聞き入っていました。

「船橋市福祉ビル」に 福祉関連法人が移転します

所在地〒273-0005本町2-7-8



船橋市福祉ビルに移転する福祉関連法人

Table with 3 columns: 階 (Floor), 移転する福祉関連法人 (Relocating Welfare Related Organization), 電話番号 (Phone Number). It lists organizations like the Green Fund, Service Company, and Welfare Association moving to the building.

※いずれの福祉関連法人も 移転前の業務最終日は3月19日(金)までで、移転後の業務開始日は3月23日(火)からです

- 交通 ①JR船橋駅南口から京成バス「西船橋駅」行きに乗車し、「市役所入口」下車徒歩約1分または、JR船橋駅から徒歩約12分、京成船橋駅から徒歩約10分 ②JR西船橋駅北口から京成バス「船橋駅」行きに乗車し、「市役所入口」下車すぐ

あとがき

皆さんの周りで、この季節クシャミ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみで困っている人はいませんか。そうである人は「花粉症」の人です。筆者もその一人です。この辛さは経験した人にしかわからないと思います。病気のなかで特定の季節に発病しやすくなるものを「季節病」と呼びます。杉などの花粉が風に飛んで飛び散るこの季節に発病者が多くなる花粉症は、春の「季節病」といえます。また、花粉の飛ぶ量は日々の気象条件に大きく左右され、それによって症状が変わることから、「気象病」の一種ともみられます。花粉がよく飛ぶのは、晴れて気温の高い日です。外出するときはマスク、メガネ、帽子が欠かせません。でも、いくら防備をしても完全に症状を抑えるのは難しく、予防薬を飲んで、できるだけ外に出ないのが一番の方法です。もうあと一か月の辛抱。(愛)