

# さくらし 佐倉市のお知らせ

にほんごばん  
やさしい日本語版

まいつき にちほっこう  
(毎月15日発行)

だいごう ねんがつ  
第51号(2024年11月)

はつこう こうえきざいだんほうじん さくらこくさいこうりゅうききん  
発行:公益財団法人佐倉国際交流基金

さくらしかぶらぎまち ぼんち  
〒285-0025 佐倉市鎌木町 198番地2 TEL/FAX : 043-484-6326

HP: <http://www.sief.jp>

E-mail: [info@sief.jp](mailto:info@sief.jp)

## こくみんけんこうほけん こうきこうれいしゃいりょうほけんしやう 国民健康保険・後期高齢者医療保険証

### しんきはつこう の新規発行ができなくなります

がつふつか げつ あたら けんこうほけんしやう  
12月2日(月)からは新しい健康保険証をもら

うことができなくなります。いまつか ほけんしやう  
今使っている保険証は

ゆうこうきげん つか あと つぎ  
有効期限まで使えます。その後については次の

ようになります。

### こくみんけんこうほけん ひと ★国民健康保険の人

① ほけんしやう つか とうろく  
保険証として使える登録をしたマイナンバー

カード(マイナ保険証)をもっている人:

しかくじやうほうちやうしよ とど いしゃ い  
「資格情報通知書」が届きます。お医者さんに行く

とき ほけんしやう つか  
時はマイナ保険証を使ってください。もしマイナ

ほけんしやう つか とき しかくじやうほうちやうしよ いっしよ  
保険証が使えない時は資格情報通知書も一緒

み  
に見せてください。

② マイナンバーカードをもっていない人・マイナン

バーカードを持っているがマイナ保険証の登録

をしていない人:

しかくかくにんしよ とど ほけんしやう  
「資格確認書」が届きます。これを保険証として

つか  
使ってください。

③ がつふつか げつ こくみんけんこうほけん はい てつづ  
12月2日(月)から国民健康保険に入る手続

きをする人:

しかくかくにんしよ しかくじやうほうかくにんしよ わた  
「資格確認書」か「資格情報確認書」を渡します。

①か②と同じように使ってください。

### こうきこうれいしゃいりょう ひと ★後期高齢者医療の人

がつふつか げつ あたら こうきこうれいしゃいりょう はい  
12月2日(月)から新しく後期高齢者医療に入

る人に「資格確認書」が届きます。

### しつもん けんこうほけんか ○質問:健康保険課

こくみんけんこうほけん  
国民健康保険について 043-484-6125

こうきこうれいしゃいりょう  
後期高齢者医療について 043-484-6136

## どうろこうつうほういはん 「ながらスマホ」は道路交通法違反

こうつうじ こ ゆうがた はや くら あき ふゆ あいだ  
交通事故は夕方早く暗くなる秋から冬の間に

に多くなります。特に12月の終わり(年末)から

1月の初め(年始)が多いです。

くるま うんでんじ こ げんいん いちばんおお あんぜん  
車の運転事故の原因で一番多いのが安全を

しっかり確かめていないことです。二番目が前をよ

く見ていないことです。

くるま うんでん み でんわ  
車を運転しながらスマートフォン見たり電話を

かける「ながらスマホ」は 2019年から罰が重く  
なっています。

「少しだけなら大丈夫」と思わず 運転中はスマー  
トフォンを使わないでください。使う時は 安全な  
場所に車を停めてください。

車や 原動機付自転車(モーターバイク)の  
運転中に スマートフォンを使って事故を起こすと  
罰として 刑務所に入るか 罰金を払うことになり  
ます。また しばらくの間 運転をすることができ  
なくなります。

## 正しい自転車の乗り方

交通事故に遭わない・起こさないために

### ★ヘルメットをかぶる

2023年から 自転車に乗る時は  
ヘルメットをかぶることが きまりと  
なっています。かぶる時は あごのと  
ころでベルトをしっかりしめてください。



### ★ながら運転をしない

「傘をさしながら」「スマートフォンを使いながら」  
「イヤホンで聴きながら」のような 何かをしながら  
の運転は 大変危険です。5万円以下の罰金を払  
うこととなります。「ながら運転」は 絶対にしないで  
ください。

### ★車道を走る

自転車は 車と同じ道路の左側を通ることになっ  
ています。人が歩いている道で 乗っていいのは  
13歳より小さい子どもか 70歳以上の人だけ  
です。車が走っている道路で 右側を走ると  
刑務所に入るか 5万円以下の罰金を払うこと  
になります。

### ★飲酒運転は厳禁

お酒を飲んだら 自転車を運転してはいけませ  
ん。自転車で乗る人に お酒を勧めた人や お酒  
を飲んだ人に 自転車を貸した人も 罰を受けるこ  
とになります。

### ★交差点では必ず安全確認

交差点を渡る時は 注意してください。特に前やま  
わりが よく見えない交差点や 狭い道路から広  
い道路に出る所は とても危ないです。必ず  
自転車を停めて 車や人がいないかを確認して  
から 渡ってください。

## すべての子どもたちと子育てする人を 応援します！

佐倉市では 子どもたちが元気に育つために い  
ろいろなサポートをしています。

### ★妊娠届・母子健康手帳の交付

妊娠したことを知らせる用紙(妊娠届)を出すと  
保健師や助産師が妊婦さん1人1人と 話しをし  
ます。その後に 母子健康手帳や 妊婦さんと赤  
ちゃんが健康診断を受けるための用紙を渡しま  
す。出産応援給付金(5万円)の申し込み書も  
もらえます。

### ★こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれた後4ヶ月ごろまでに 保健師  
や助産師が家に来て 赤ちゃんやお母さんの  
身体の様子を 見てくれます。いろいろな相談も  
できます。

### ★一時預かり事業

親が仕事で忙しかったり とても疲れてしまった  
時など 家で子どもを育てることが大変な時 少  
の間 保育園などで子どもを預かってくれます。

ひとつの場所で 1か月に15回まで 子どもの預けることができます。

### ★幼児教育・保育の無償化

3～5歳の子どもは 幼稚園や保育園に 無料で行くことができます。

### ★こども家庭センター

妊娠した時から 子どもを産んで育てている間の いろいろな相談ができます。子どもが18歳になるまで 相談できます。

市役所に行って相談したり 家で話しを聞いてもらうこともできます。電話やメールでも相談できます。

質問:こども政策課 043-484-6139

### 小学校新入学に係る学用品費を

### 支給します

収入が少ない家庭に 小学校に入学するために 必要なものを 買うお金を支払います。次の①～

③に当てはまる家庭が お金をもらえます。

申し込みが必要です。

① 家族の収入の合計が少ない

家庭。

※生活保護をもらっている家庭は このお金はもらえません。

② 2025年4月に佐倉市の小学校へ 1年生で入る子どもがいる親。

② 2025年3月1日に 佐倉市に住んでいる。

もらえる金額:57,060円

申し込み締め切り:2025年1月10日(金)

9月に「就学時健診のご案内」という手紙を送っています。その中でも 申し込み方法が書いてあります。

詳しいことや 申し込み用紙は

右のQRコードで見ることができます。



2025年4月から 中学生になる子どもがいて

家族の収入が少なくて困っている家庭には 3

学期の終わりに 中学に入学するためのお金を

支払います。

今 小学校や中学校に行っている子どもがいて

家族の収入が減ってしまい困っている家庭は

学務課に相談してください。

質問・申し込み:学務課 043-484-6186

### 2025年4月 私立幼稚園・

### 認定子ども園入園の申し込み

年少(3歳)～年長(5歳)の子どもが 2025年4月

から 幼稚園に入るための申し込みが始まっています。

申し込み用紙は それぞれの幼稚園や

認定こども園で 配っています。詳しいことも そこで聞いてください。

右のQRコードで 私立幼稚園の

場所やその他の詳しいことが見られます。



右のQRコードで 認定子ども園の

場所やその他の詳しいことが見られます。



### 第42回 佐倉マラソン

マラソン大会のルールを守り 決められた時間の

中で 走りきれの人が参加できます。

日時:2025年3月30日(日)

場所:岩名運動公園 小出義雄記念陸上競技場

参加費:

フルマラソン(18歳以上) 9500円

10km市民の部 16歳以上 3500円

10km一般の部 16歳以上 5000円

こうこうせい えん  
**高校生 3500円**  
 ぶ ちゅうがくせい えん  
**3kmの部 中学生 2500円**  
 しょうがくせい えん  
**小学生 2000円**  
 た えん  
**その他 3000円**



※市民の部は①佐倉市に住んでいる ②佐倉市  
 であら 働いている ③佐倉市の学校に通っている

のどれかに当てはまる人が参加できます。

※18歳より若い人が参加する時は 親の許可が  
 ひつよう 必要です。

※年齢は マラソン大会の日の年齢です。

申し込み期間:11月15日(金)~12月28日(土)

申し込み方法:右のQRコードから



申し込みができます。参加費用は

コンビニで払うか クレジットカードを

使ってください。申し込みをした後は キャンセル

ができません。

質問:佐倉マラソン実行委員会事務局

043-485-2929

## 暮らしの相談

佐倉市には 皆さんが 毎日の生活で 困ったこと  
 がある時に 相談できるところがあります。

### ○外国人のための生活相談

月曜日~金曜日 午前10時~午後4時

通訳が必要な時は 予約をしてください。

質問:佐倉国際交流基金

043-484-6326

### ○法律相談

11月25日(月) 午前10時~午後3時

1日6人までです。予約をしてください。

質問:市役所社会福祉センター

043-484-6033

### ○年金相談

11月27日(水)午後1時30分~午後4時30分

場所:ミレニアムセンター佐倉

ねんきんていきびん ふりこみつうちしょ も  
 \*年金定期便・振込通知書を持ってきてください。

質問:市民課

043-484-6126

### ○女性のための相談

予約をしてください。

11月15日(金) 午後3時~午後8時

11月22日・29日(金) 午前10時~午後3時

質問:ミウズ 043-460-2580

### ○心配ごと相談

月曜日(祝日は休み) 午前10時~午後3時

質問:市役所社会福祉センター

043-484-6199

第1・3水曜日 午前10時~午後3時

質問:西部地域福祉センター

043-463-4433

第2・4金曜日 午前10時~午後3時

質問:南部地域福祉センター

043-483-7211

### ○子育てに関する相談(子育てコンシェルジュ)

月曜~金曜日(土・日・祝日は休み)

午前8時30分~午後5時15分

質問:こども保育課 043-484-6415

火曜~日曜日

午前9時~午後3時

質問:子育て交流センター(夢咲くら館)

043-488-5880

### ○お仕事探しの相談

月曜~金曜日(土・日・祝日は休み)

午前9時~午後5時

場所:ミレニアムセンター佐倉

質問:佐倉市地域職業相談室

043-483-3180

## 編集後記

11月の日本語での名前を霜月といいます。

霜とは空気中の水蒸気が冷やされて水に変わり水滴

となって葉などにて付いたものが さらに気温が下がっ

て凍るので霜月となったようです。この時期は段々と

寒くなってくるので 体調に気をつけましょう。(A.S.)