

はまバス(白里地区コミュニティバス) 市街地ルートのご案内!

白里地区コミュニティバス「はまバス」では、「白里地区内循環ルート」に加え、大網病院やアミリイ、大網駅等に停車する「市街地ルート」の2つのルートを行っています。

今回は、「市街地ルート」の主なバス停をご紹介します。通院やお買い物などにぜひご利用ください。

市街地ルート

大網駅 → 大網白里市役所 → 大網病院 → アミリイ → 大網駅

至 東金市 (大網駅方面)
至 茂原市 (アミリイ方面)

大網病院
「正面入口を出て左側」にあります。

大網駅
「コンビニエンスストアの前」にあります。

アミリイ
「正面入口を出て右側、公衆電話の隣」にあります。

時刻表や全体ルート図は、市役所、中部コミュニティセンター、白里出張所、大網病院に配置していますので、ぜひご利用ください。

なお、新型コロナウイルス感染症予防のため、運転手のマスク着用、座席などの消毒、車内換気を行って運行しています。ご利用の際は、マスクの着用をお願いします。

企画政策課政策推進班 ☎0475(70)0315

休日当番医 休日当番医テレホンサービス ☎0475(50)2531

▶診療時間=9時~17時 昼休み時間については、各医療機関にお問い合わせください。
※都合により当番医が変更になる場合もあります。また、専門以外の時は診療できない場合があります。

月日	医療機関名	
9/6(日)	古川クリニック(九十九里町) ☎0475(76)1588	吉田クリニック(山武市) ☎0475(82)0481
9/13(日)	とうがね中央糖尿病腎臓クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	鈴木医院(横芝光町) ☎0479(82)0126
9/20(日)	秋葉医院(小児科・内科)(東金市) ☎0475(52)2039	山崎医院(横芝光町) ☎0479(82)0561
9/21(月)	原医院(東金市) ☎0475(54)0624	花城医院(山武市) ☎0479(86)2233
9/22(火)	東金たまクリニック(東金市) ☎0475(50)9720	宇井医院(山武市) ☎0475(86)2522
9/27(日)	天野内科クリニック(東金市) ☎0475(55)3986	日向台クリニック(山武市) ☎0475(88)1491

●時間外の受診(消防本部指令課) ☎0475(55)0119

▶山武郡市急病診療所

診療科目	内科・小児科・外科	診療日時	毎日(年中無休)20時~23時
受付時間	20時~22時45分 ※混雑状況により受付終了時間を早める場合があります。	所在地	東金市堀上360番地2
電話	0475(50)2511	FAX	0475(50)2535

※山武郡市医師会の医師が交替で診療に当たっているため、担当医師の専門外のときは、診療できない場合があります。事前に問い合わせください。

Oamishirasato News

市内の話題をお届けします

明治安田生命保険相互会社と「健康増進に関する連携協定」締結

地域のニーズに迅速かつ適切に対応し、市内の健康増進や市民サービスの向上を図ることを目的に、明治安田生命保険相互会社と「健康増進に関する連携協定」を締結しました。

また、同社より「私の地元応援募金」の目録が贈呈されました。

健康増進についての情報および意見交換をはじめ、今後さまざまな形で連携に取り組んでいきます。



▲「健康増進に関する連携協定」締結式



▲「私の地元応援募金」目録贈呈式

土砂災害避難訓練を行いました

7月19日に、大網地区、山辺1区の土砂災害警戒区域内の住民を対象とした土砂災害避難訓練が実施されました。

参加者は、防災行政無線による避難情報の放送に基づき、避難行動の実施、避難経路・指定緊急避難場所の確認を行いました。

訓練後、避難の際のポイントや非常時を想定した備蓄品等の説明を受けた参加者からは、避難所へ持って行くと良いものや土砂崩れが心配される場所などについての質問が出ており、防災意識を高める機会となりました。

また、今回の訓練では、新型コロナウイルス感染症の予防のため、参加者のマスク着用、避難場所での体温測定等の対策をとり、職員もフェイスシールドとマスクを着用し対応しました。



▲訓練の様子

ヘルスマイトの おすすめ料理

●カルシウムがとれるポテトサラダ●

ミルクポテトサラダ

1人分173kcal、食塩相当量0.3g

マヨネーズを使わずに、牛乳とすし酢で仕上げます。フライパン1つでできる減塩簡単おかずです。

材料(4人分)

ジャガイモ	4個(500g)	すし酢	大さじ2
ニンジン	1本(120g)	きゅうり	小1本
牛乳	350ml	梨	1/6個(りんごでも可)

●作り方

- ジャガイモは2cm角に切って、15分以上水にさらす。
- フライパンにジャガイモと、薄いイチョウ切りにしたニンジンを入れ、牛乳を加えてクッキングシートで落とし蓋をする。時々ヘラで底を混ぜながら中火で10分煮る。
- ジャガイモに箸がすっと通るくらいやわらかくなったら落とし蓋を取り、火力を弱めて鍋底を混ぜながら水分を飛ばす。鍋を火からおろし、熱いうちにすし酢を加えて和える。
- 輪切りにして、水気を絞ったきゅうりと、薄いイチョウ切りにした梨を③に混ぜ合わせる。

ヘルスマイト募集! 詳細は9ページをご覧ください。 /

食生活改善協議会 大網支部推進員(ヘルスマイト)

The number of cases 市内の事件・事故・災害

※基準日=令和2年7月31日
※窃盗犯罪の件数は、基準日時点での暫定値です

◆交通事故

人身事故	7月	1月からの累計
事故発生数	8件	37件
負傷者数	10人	43人
死者数	0人	1人

◆窃盗犯罪

犯罪の種類	7月	1月からの累計
車上ねらい	2件	13件
部品ねらい	0件	3件
乗り物盗	1件	12件
空き巣	0件	4件

◆火災

火災の種類	7月	1月からの累計
建物火災	0件	2件
その他火災	1件	5件
死者数	0人	0人