



令和5年  
9月号  
2023  
No.677  
毎月1日発行

# 広報 おおあみしらさと

AMISHIRASATO CITY

発行 大網白里市 編集 秘書広報課 〒299-3292 千葉県大網白里市大網115番地2  
総合案内電話 ☎0475(70)0300 (総務課) <https://www.city.oamishirasato.lg.jp/>



## — 主な内容 —

- 風水害に備えて 9月1日は防災の日… 2
  - 地震が起きたら落ち着いて行動しましょう… 3
  - 自然災害により住家が被害を受けたときは… 4
  - 公平な納税のための滞納処分(差し押さえ)… 5
  - 保険証は大切に保管しましょう… 6
- ※罫=問い合わせ先 罫=申し込み先

# 守る。備える。 未来を繋ぐ。

## 9月1日は防災の日

これからの時期は、特に台風などの風水害に被災する可能性があり、注意が必要です。  
少しでも身を守るために、日ごろの備え、防災情報の入手方法などを確認しましょう。  
※関連記事は2面から。

市民全員に  
3,000円分

令和  
5年度

## 大網白里市元気回復クーポン券を発行します

市では、物価の高騰により、大きな影響を受けている市民の生活を応援し、地域経済の回復を図るため、「令和5年度大網白里市元気回復クーポン券」を発行します。

使用方法	「クーポン券取扱店舗」で、額面以上のお買い物で、500円ごとに1枚使用できます。
配布方法	10月下旬に世帯ごとに郵送
発行対象	全市民（9月1日現在に住民基本台帳に記録されている方）
クーポン券の詳細	1人当たり3千円分（500円分×6枚（うち3枚は全店共通券、3枚は中小店専用券））
利用期間	11月1日(水)～令和6年1月31日(水)



## クーポン券取扱店舗を募集 1次募集は9月15日(金)まで

クーポン券取扱店舗になることを希望する事業者は「令和5年度大網白里市元気回復クーポン券取扱店舗登録申込書」に必要事項をご記入の上、「クーポン券事業運営事務局」へ提出してください。

複数店舗の登録を希望する場合には、店舗ごとに申し込みが必要です。

※登録申込書様式・募集要領は市ホームページ、市役所受付、商工観光課、大網白里市商工会で配布します。



▲詳細はこちら

### 対象店舗

市内で小売業・飲食業・各種サービス業等を営む店舗・事業所および市内を運行する移動スーパー  
※詳細は「令和5年度大網白里市元気回復クーポン券取扱店舗募集要領」をご覧ください。

### 申込方法

必ず「令和5年度大網白里市元気回復クーポン券取扱店舗募集要領」を確認の上、登録申込書に記入し、次の方法で申請してください。  
・郵送（簡易書留等の配達記録が残るものを推奨）  
・ファクス（送信後に必ず電話で確認）  
・メール（タイトルに「クーポン券取扱店舗登録申込」と記入し、登録申込書(Excel)を添付）

### 申し込みは1次募集がおすすめです

1次募集の期間内に申し込みの店舗は、市ホームページと「クーポン券ご利用ガイド」(パンフレット)に店舗名等を掲載します。

### 申込期間

**【1次募集】**  
9月15日(金)まで(必着)  
※市ホームページ、パンフレットに店舗名を記載  
**【2次募集】**  
9月16日(土)～  
12月22日(金)まで(必着)  
※市ホームページにのみ店舗名記載

### クーポン券の換金

▶換金請求期間=11月1日(水)～令和6年3月1日(金) (消印有効)

会計時に、利用者から回収したクーポン券と換金請求書をクーポン券事業運営事務局に送付いただくことで換金することができます。

請求があった日(到着日)から起算して、2週間から3週間程度で、クーポン券の枚数に応じた金額を銀行振込によりお支払いします。

※期間中に最多で7回行うことができます。

※換金に係る郵送料および換金手数料はかかりません。

※換金請求期間を過ぎると、いかなる理由があっても換金できません。

☎大網白里市クーポン券事業運営事務局  
☎050(3852)4998  
(土)・(日)・祝・休日、年末年始を除く9時～17時

# 風水害に備えて 9月1日は防災の日

近年、日本各地では豪雨や台風、それに伴う土砂災害により甚大な被害を受けており、これからの時期は台風により被災する可能性があります。風水害から身を守るため、日ごろからの備え、防災情報の入手方法などについて今一度確認をお願いします。

◆「線状降水帯」とは  
積乱雲群が数時間にわたりほぼ同じ場所を通過または停滞することで、線状に伸び作り出された強い降水をもたらす雨域を、線状降水帯と呼びます。警戒を呼びかけるため、

気象庁では「顕著な大雨に関する情報」の運用を開始し、線状降水帯の発生予測等を発表します。

☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303



## 風水害時の危険度を 5段階の警戒レベルで伝達します

災害発生の危険が高まった時の危険度が分かりやすいよう、避難情報と避難行動の対応を明確にした5段階の警戒レベルが設定されています。

土砂災害や洪水など災害の危険度の高まりに応じて警戒レベルが高くなります。お住まいの地区に警戒レベル3以上の避難情報が発令された場合は、自身の状況に応じて避難しましょう。

### ◆警戒レベル3 高齢者等避難

避難に時間を要する方（高齢の方、障がいのある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の方はいつでも避難

できるように準備を整えましょう。

### ◆警戒レベル4 避難指示

災害が想定される地区にお住まいの方は、速やかに安全な避難先へ避難しましょう。避難先までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な部屋に避難しましょう。

### ◆警戒レベル5 緊急安全確保

既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動を取ります。

### ☎安全対策課消防防災班

0475(70)0303

## 市内の指定緊急避難場所 ・指定避難所はこちらから ご確認ください



☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303

## 令和5年度総合防災訓練を 実施します

市では、大きな被害をもたらすことが懸念される地震への災害対応能力の向上を目的に、全市民を対象に大綱小学校にて総合防災訓練を実施します。

▼会場 大綱小学校  
▼内容 避難訓練、初期消火、ポンプ車を用いた放水、救命救急などの体験型訓練、防災セミナーや通電火災対策などの啓発体験など

詳細は、決定次第ご案内します。

▼日時 11月26日(日)

☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303

### ●雨の強さと予想被害

1時間当たりの雨量	予報用語	状況
10 mm以上 20 mm未満	やや強い雨	地面一面に水たまりができる。この程度の雨でも長く続く時は注意が必要。
20 mm以上 30 mm未満	強い雨	車のワイパーを早くしても、前が見づらい。側溝や下水、小さな川があふれ、小規模の崖崩れが始まる。
30 mm以上 50 mm未満	激しい雨	道路が川のようになる。山崩れや崖崩れが起きやすくなり危険地帯では避難の準備は必要。
50 mm以上 80 mm未満	非常に激しい雨	傘は全く役に立たなくなる。車の運転は危険。土砂崩れが起こりやすく、多くの災害が発生する。
80 mm以上	猛烈な雨	息苦しくなるような圧迫感がある。雨による大規模な災害が発生する恐れが強く、厳重な警戒が必要。

## マイタイムラインを作成して 災害時の避難行動を確認しましょう

自分や家族が、災害時にいっ何をやるのかを時系列で整理した避難行動計画を共有しましょう。

### ◆マイタイムラインの作成手順

- ①ハザードマップで自宅を確認
- ②自宅が土砂災害警戒区域や浸水想定区域に入っていないか確認。
- ③避難先、避難経路を決める
- ④避難前の各自の行動を書き出す

常備薬の準備、携帯電話の充電、備蓄品の確認などを自由に記載する。

☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303



▲大綱白里市版  
マイタイムライン  
(防災ハンドブック)



▲マイタイムライン  
の作成マニュアル、  
記入シートのダウン  
ロード(千葉県ホーム  
ページ)

## 「自らの命は自らが守る」ため、 「避難行動判定フロー」を確認しよう

台風や豪雨時に備え、「自らの命は自らが守る」意識を一人ひとりが持ち、平時より地域の災害リスクを確認し、災害時に取るべき行動について理解することが重要です。

市民の皆さん自らが自宅の災害リスクを踏まえ、取るべき行動を判断するための「避難行動判定フロー」および警戒レベル等の避難情報を読み解き避難するタイミングを判断するための「避難情報のポイント」を内閣府が作成しました。

また、避難が必要な場合に「いつ、どこに避難するのか」をあらかじめ決めておくことも重要です。避難に備えた行動を一人ひとりが事前に決めておくため、市ではマイ・タ



▲防災ハンドブック  
(市ホームページ)



▲内閣府  
リーフレット



## 防災井戸の設置状況

災害時の生活用水を確保するため、防災井戸を避難場所などに設置しています。

### ▶注意事項

- ・飲み水としての利用はできません。
- ・管理者の指示に従い利用してください。
- ・いたずらなどして壊さないでください。



◀防災井戸の  
設置状況  
(市ホームページ)

☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303

## 土砂災害に注意～警戒と避難のポイント

### 〈土砂災害警戒区域の指定〉

- ①土砂災害警戒区域  
崖崩れなどの土砂災害の恐れがある区域
- ②土砂災害特別警戒区域  
土砂災害警戒区域の中で、建物に損害が生じ、住民に著しい危害が生じる恐れのある区域  
※指定区域は市ホームページでご確認ください。

### 〈土砂災害の起こる前兆〉

- ・崖に亀裂が入る
- ・崖から水が吹き出ている
- ・崖から音がする

### 〈避難のポイント〉

- ①指定緊急避難場所への避難
- ②安全な親戚・知人宅への避難  
平時から避難について相談しておきましょう
- ③安全なホテル・旅館への避難
- ④屋内安全確保  
その時点で居る建物内の2階など、より安全な部屋への移動



◀土砂災害について  
(市ホームページ)

☎安全対策課消防防災班  
0475(70)0303



## 災害に備えて今日から 水のくみ置きを！ ～9月1日は防災の日～

各家庭でできる災害対策として、水道水のくみ置きがあります。人が生きていくためには「1人1日3リットル」が必要とされています。

### ①くみ置きの方法

清潔でふたのできる容器（ポリタンク・ペットボトル・水筒など）になるべく空気が入らないように口元いっぱいまで水道水を入れてください。

このとき、水道水を沸騰させたり浄水器等に通さないで、蛇口からそのまま容器に保存してください。

### ②くみ置きの保存方法・期間

直射日光を避けて、涼しいところで保存してください。また、消毒用の塩素効果が持続するのは、3日程度です。保存期間を過ぎた水は、飲み水以外の手洗いやトイレの水としてご利用ください。

山武郡市広域水道企業団  
☎0475 (55) 7852



山武郡市広域水道企業団  
マスコットキャラクター  
「さんすいちゃん」

## 3つの安全行動



・身的安全を確保する。  
・すばやく火の始末をする。  
・非常脱出口を確保する。  
・火が出たらできるだけ限り消火する。  
・外へ逃げるときは慌てない。  
・シエイクアウト（3つの安全行動）の実践

・寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には大きな家具は置かないようにしましょう。  
・タンスなど大きな家具はL字金具や支え棒を使用し、倒れにくいようにしましょう。  
・安全に避難できるような、出入口や通路には物を置かないようにしましょう。  
・家具の転倒を防ぐポイント  
・タンスL字金具や支え棒で固定。二段重ねの場合はつなぎ目を金具で固定する。  
・冷蔵庫の後ろの上部に転倒防止ベルトの取付箇所があれば、ベルトを通して壁に固定する。無ければ、扉と扉の間に針金を巻いて金具で壁に固定する。  
・食器棚L字金具や支え棒で固定し、重い食器は下に、軽い食器は上に収納、戸が開かないように留め金を付ける。また、ガラス部分に飛散防止フィルムを貼る。  
・テレビ・テレビ台に固定する粘着マットや壁に固定するベルトを利用する。



安全対策課消防防災班  
☎0475(70)0303

## 地震が起きたら落ち着いて 行動しましょう

地震はいつ発生するか分からない災害です。普段から少しでも被害を抑えられるように備えておきましょう。

地震が起きたとき、家具の転倒や落下、ガラスの飛散により思わぬけがをする可能性があります。次のことに注意しましょう。

・寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には大きな家具は置かないようにしましょう。  
・タンスなど大きな家具はL字金具や支え棒を使用し、倒れにくいようにしましょう。  
・安全に避難できるような、出入口や通路には物を置かないようにしましょう。  
・家具の転倒を防ぐポイント  
・タンスL字金具や支え棒で固定。二段重ねの場合はつなぎ目を金具で固定する。  
・冷蔵庫の後ろの上部に転倒防止ベルトの取付箇所があれば、ベルトを通して壁に固定する。無ければ、扉と扉の間に針金を巻いて金具で壁に固定する。  
・食器棚L字金具や支え棒で固定し、重い食器は下に、軽い食器は上に収納、戸が開かないように留め金を付ける。また、ガラス部分に飛散防止フィルムを貼る。  
・テレビ・テレビ台に固定する粘着マットや壁に固定するベルトを利用する。

・寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には大きな家具は置かないようにしましょう。  
・タンスなど大きな家具はL字金具や支え棒を使用し、倒れにくいようにしましょう。  
・安全に避難できるような、出入口や通路には物を置かないようにしましょう。  
・家具の転倒を防ぐポイント  
・タンスL字金具や支え棒で固定。二段重ねの場合はつなぎ目を金具で固定する。  
・冷蔵庫の後ろの上部に転倒防止ベルトの取付箇所があれば、ベルトを通して壁に固定する。無ければ、扉と扉の間に針金を巻いて金具で壁に固定する。  
・食器棚L字金具や支え棒で固定し、重い食器は下に、軽い食器は上に収納、戸が開かないように留め金を付ける。また、ガラス部分に飛散防止フィルムを貼る。  
・テレビ・テレビ台に固定する粘着マットや壁に固定するベルトを利用する。

台風による暴風雨は雨水による浸水や窓ガラスの破損など多岐にわたる可能性があります。台風の接近に備えて、少しでも被害を小さくできるような事前の対策をお願いします。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

庭木の固定や庭にある植木鉢、物干し竿は家の中にしまし、設置されているパラポラアンテナは点検して固定しましょう。

## 災害に備えて家庭で備蓄品を準備しましょう

大規模災害では、ライフラインや物流の停止、長期間の避難所生活等により物資が不足する恐れがあります。市の備蓄数には限りがありますので、各家庭では災害発生後1週間程度の食料や水の備蓄にご協力をお願いします。

### 〈常時携行品〉

財布・携帯電話・キャッシュカード・免許証など貴重品、携帯ラジオ、携帯電話の充電器

### 〈非常持出品〉

2泊3日程度の避難生活に必要な非常食や飲料水、持病薬やアレルギー対応食などを優先する。普段からリュックサックに入れておく。

### 〈備蓄品〉

最低3日分、可能であれば1週間以上分の食料や水。食料はレトルト食品や缶詰、カップ麺。水は大人1人当たり1日3リットルが目安。ポリ容器や下着、着替えも用意。

▶停電時に役立つもの＝懐中電灯、ラン

タン、携帯ラジオ、卓上こんろ、乾電池、発電機（屋外で換気し使用）

▶断水時に役立つもの＝飲料水、給水用ポリ容器、非常用トイレ

ポリ容器に普段から水を貯めておくと、生活用水に使用できます。

### 〈ローリングストック法で食品の備蓄を〉

普段食べているインスタント食品等を多めに買い、消費期限の短いものから消費し、食べた分を補充していく方法です。消費期限切れを防ぎ、食べ慣れた食品を災害時に食べることができます。



▲備蓄品チェックリスト  
(市ホームページ)

安全対策課消防防災班  
☎0475(70)0303



## 台風に向けて事前の対策を

## 大網白里市 防災情報の受信準備はできていますか

ホームページ

- 〈市ホームページ〉
- 〈千葉県防災ポータルサイト〉

メール

- 〈市メール配信サービス〉
- 〈緊急速報メール(エリアメール)〉

放送

- 〈防災行政無線〉
- 〈戸別受信機〉
- 〈電話応答サービス〉

SNS

- 〈「安全対策課」公式X(旧ツイッター)〉

アプリ

- 〈Yahoo! 防災速報アプリ〉

安全対策課消防防災班  
☎0475(70)0303

## 「ガスと暮らしの安心」運動

「つい」、「うっかり」などでガスの事故は発生します。ガスを使用する一人ひとりが注意をすることで、事故の無い快適な暮らしを実現しましょう。

ソフトコード(ゴム管) → ゴム管差込型

ガスコード → スリムプラグ型

長さ:0.5m・1m・2m・3m・5m・8m

- ・ガスを使用するときは必ず換気をしましょう。
- ・機器接続口に合った正しい接続具を使用しましょう。

・ガス漏れ警報器を設置しましょう(火災警報器や一酸化炭素警報器との複合型もあります)。

「ガスと暮らしの安心」運動についての詳細は、日本ガス協会のホームページをご覧ください。

安全対策課 ☎0475(72)1131

市営ガスは、家計にも環境にもやさしい県産天然ガスを供給しています(供給しているガス種は12Aです)。



# 公平な納税のための滞納処分 (差し押さえ)

納税は、国民の三大義務の一つであり、滞納された税金を放置することは、納期限内に納付した方との公平性を欠くこととなります。滞納は、市の財政を圧迫し、皆さんへの行政サービスに支障を来すこととなります。

## 〈差し押さえ〉

市では、納期限を過ぎても納付が無い場合、督促状を送付してあります。それでも納付が無い場合は、財産調査を行い、法律の定めに従い、財産の差し押さえや、差し押さえた財産の公売を行っています。

〈納期限を過ぎても納付が無い場合〉  
地方税法の規定により納期限経過後20日以内に督促状を送付します。

## 地域包括支援センターだより

### 認知症になっても安心して暮らせる地域に「もっと知ろう」と語ろう 認知症

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。認知症への理解や本人、家族への支援を進めるために9月は世界アルツハイマー月間として、世界各国で啓発活動が行われています。

局へ照会後、土地や建物の差し押さえのために、法務局へ差し押さえ登記の嘱託をします。差し押さえ登記後に、抵当権者(金融機関や住宅金融支援機構等)等に、差し押さえしたことを通知します。

## 〈財産調査〉

督促状を送付しても納付が無い場合、滞納者の財産調査を行います。

## 〈差し押さえ〉

財産調査で判明した財産を差し押さえます。

③不動産の差し押さえ 法務省の発見や、差し押さえなどの必要がある場合、滞納者やその関係者の住居等を相手方の意思に関わりなく捜索する場合があります。

## 〈納税は自主納付が原則です〉

口座振替を推奨していますので、口座振替が利用できない場合は、納税は自主納付が原則です。

去年度チームオレンジが発足し、傾聴や見守り活動を通じて、安心して暮らし続けられる地域づくりを進めています。7月には認知症カフェ「あったかスペースモクセイ」がオープンし、誰もが気軽に集い会話を楽しみながらつな

# 大網白里市議会議員一般選挙は 11月12日(日)執行予定

任期満了による大網白里市議会議員一般選挙が11月12日(日)に行われる予定です。

## 〈立候補届出書類等事前審査〉

市選挙管理委員会では、立候補届出書類等事前審査を次のとおり実施します。



## 公立幼稚園 未就園児幼稚園開放

公立幼稚園では、子育て支援の一環として、未就園の親子に園庭と園舎を開放します。

園庭開放日程 9月6日(水)・20日(水)、10月4日(水)・18日(水)、11月1日(水)・15日(水)・29日(水)

令和5年度の住民税均等割が非課税の方のみで構成されている世帯に対し、令和5年7月18日から確認書を送付していただきます。

います。説明会に出席できなかった方は、必ず選挙管理委員会まで事前にご連絡ください。

## 〈立候補届出〉

日時 11月5日(日) 8時30分～17時

会場 保健文化センター3階ホール

## 〈投票〉

日時 11月12日(日) 7時～20時

会場 入場整理券に記載されている投票所

選挙管理委員会 0475(70)0397

現在、手当を受給している方または令和5年6月までに新たに認定を受けた方は、9月11日(月)に市から2か月分(令和5年7月分～8月分)が指定口座に振り込まれます。



## 郵便等による不在者投票

身体障害者手帳をお持ちの方や介護保険の要介護認定を受けている方などで、次の要件を満たす方は、自宅などで不在者投票をすることができます。

- 直腸・小腸(1級または3級)
③免疫・肝臓(1級～3級)
▶戦傷病者手帳=次のいずれかに該当する方
①両下肢・体幹(特別項症～第2項症)
②心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓(特別項症～第3項症)
▶介護保険被保険者証=要介護5の方
選挙管理委員会 0475(70)0397

## 保険証は大切に保管しましょう

国民健康保険被保険者証、後期高齢者医療被保険者証は、医療機関を受診するときに、被保険者であることを証明するものです。大切に保管し、紛失しないように心掛けてください。万が一、紛失したり、破れたりしたときは、市民課または白里出張所で再交付が受けられます。

### ◆再交付の申請時に必要なもの

- ・本人確認できるもの（運転免許証、パスポート、マイナンバーカード等）
- ・マイナンバー（個人番号）
- ・汚損した場合はその保険証
- ・同一世帯以外の方が申請する場合は委任状

※本人確認ができない場合は、郵送交付となります。

## 第三者行為による届出

交通事故や暴力行為など、第三者（加害者）の行為により治療を受ける際の費用は、加害者が負担するのが原則ですが、必要な届出をすれば健康保険で治療を受けることができます。その際は必ず市民

課に連絡し、「第三者の行為による傷病届」等を提出してください。

### 岡市民課国保班

☎0475(70)0334

市民課高齢者医療年金班

☎0475(70)0336



### 千葉県後期高齢者医療広域連合給付管理課

☎043(216)5013

### 申・岡市民課国保班

☎0475(70)0334

市民課高齢者医療年金班

☎0475(70)0336

後期高齢者医療制度について

千葉県後期高齢者医療広域連合資格保険課

☎043(308)6768



## 新型コロナウイルス感染症の影響による国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した方等について、申請により保険税(料)の減免対象となる場合があります。

▶対象=主たる生計維持者が死亡・重篤な傷病を負った世帯の方、または主たる生計維持者の収入が減少したなど、一定の基準を満たす世帯

▶対象となる保険料=令和4年度分の保険料および令和4年度末までに資格取得したこと等により令和5年4月以降に納期限が到来する令和4年度相当分の保険料

令和5年度分の保険料は対象外となります。

▶申請期限=12月8日(金)  
詳細は問い合わせください。

### 岡〈国民健康保険税について〉

#### 税務課市民税班

☎0475(70)0321

#### 〈介護保険料について〉

高齢者支援課介護保険班

☎0475(70)0309

#### 〈後期高齢者医療保険料について〉

市民課高齢者医療年金班

☎0475(70)0336



法務省 無戸籍 検索

市民課戸籍班

☎0475(70)0341

千葉県地方務局戸籍課

☎043(302)1316

(相談無料、秘密厳守)

局や市民課へご相談ください

情報を知っている方は、法務

局や市民課へご相談ください

理由で出生の届け出がされな

いために、「戸籍に記載されず、

戸籍が無い状態をいいます。

無戸籍の方は、戸籍や住民

票が無いために各種行政サ

ビスを受けられず、社会的に

不利益を受ける場合があります。

無戸籍が原因で困ってい

る方、または戸籍が無い方

の情報を知っている方は、法務

局や市民課へご相談ください

(相談無料、秘密厳守)

局や市民課へご相談ください

理由で出生の届け出がされな

いために、「戸籍に記載されず、

戸籍が無い状態をいいます。

無戸籍の方は、戸籍や住民

票が無いために各種行政サ

ビスを受けられず、社会的に

不利益を受ける場合があります。

無戸籍が原因で困ってい

る方、または戸籍が無い方

の情報を知っている方は、法務

局や市民課へご相談ください

(相談無料、秘密厳守)

局や市民課へご相談ください

理由で出生の届け出がされな

いために、「戸籍に記載されず、

戸籍が無い状態をいいます。

無戸籍の方は、戸籍や住民

票が無いために各種行政サ

ビスを受けられず、社会的に

不利益を受ける場合があります。

無戸籍が原因で困ってい

る方、または戸籍が無い方

の情報を知っている方は、法務

## 入札結果の公表

市が発注する建設工事、業務委託、物品購入等の入札結果のうち、主なもの（落札金額が工事500万円以上・業務委託300万円以上・物品購入等200万円以上）について公表します。

なお、そのほかの結果も含め、全入札結果は、入札情報サービス、市役所受付行政情報コーナー、財政課で公表しています。  
※金額は税込表示

### 【7月6日一般競争入札実施分】

- 件名 地籍調査業務  
場所 四天木地内  
落札業者 一般社団法人 山武郡市地籍調査協会  
落札金額 34,100,000円  
落札率 98.10%
- 件名 道路水路境界確定点管理業務  
場所 市内  
落札業者 株式会社 つくも  
落札金額 4,378,000円  
落札率 94.76%
- 件名 市立小・中学校一般管理備品(机椅子・机天板)購入  
場所 永田 1055番地 瑞穂小学校 外3校  
落札業者 白戸工業株式会社  
落札金額 2,285,800円  
落札率 86.13%
- 件名 市立小学校給食備品(検食用冷凍庫及び食器洗浄機)購入  
場所 上貝塚 317番地 増穂北小学校 外1校  
落札業者 株式会社 関東三貴  
落札金額 4,400,000円  
落札率 97.23%

- 件名 経年ガス導管入替工事(他工事関連 瑞穂6区)  
場所 経田(下ノ屋敷)地内  
落札業者 株式会社 加藤工業所  
落札金額 11,104,187円  
落札率 86.66%
- 件名 道路改良工事  
場所 経田地内  
落札業者 株式会社 鈴木工務店  
落札金額 5,357,176円  
落札率 86.05%
- 件名 大網白里市公共下水道事業全体計画見直し業務  
場所 市内  
落札業者 株式会社 オリエンタルコンサルタンツ  
落札金額 5,478,000円  
落札率 79.55%
- 件名 道路改良工事に伴う測量設計業務  
場所 北今泉地内  
落札業者 株式会社 つくも  
落札金額 10,340,000円  
落札率 95.33%
- 件名 令和5年度大網白里市元気回復クーポン券発行等業務  
場所 市内  
落札業者 株式会社 MAYA STAFFING  
落札金額 12,452,000円  
落札率 66.29%

### 【7月27日一般競争入札実施分】

- 件名 経年ガス導管入替工事(南今泉2区)  
場所 南今泉(中南)地内  
落札業者 株式会社 丸二工務店  
落札金額 14,520,000円  
落札率 94.77%

岡 財政課契約管財班 ☎0475(70)0312

## 無戸籍でお困りの方へ

「無戸籍」とは、何らかの理由で出生の届け出がされな

いたために、「戸籍に記載されず、戸籍が無い状態をいいます。

## 年金生活者支援給付金制度のご案内

## ねんきんナビ

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるもので、原則、請求した月の翌月分からお支払いとなります。

受け取りには、年金生活者支援給付金請求書の提出が必要です。

▶対象=次の要件をすべて満たしている必要があります

①老齢基礎年金を受給している方

・65歳以上であること  
※請求書は、65歳になる誕生日の前日以降に提出ください。

・世帯全員の市町村民税が非課税であること

・前年の年金収入額とその他所得額の合計が878,900円以下であること

②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方で次の要件を満たしている方

・前年の所得額が4,721,000円以下であること

※扶養親族の数に応じて増額。  
①・②に該当する方について、障害・

遺族年金等の非課税収入は、年金生活者支援給付金の判定に用いる所得には含まれません。

▶請求方法=年金事務所または市区町村で請求手続き

これから基礎年金を請求する方は、基礎年金の請求書と一緒に提出してください。

すでに年金生活者支援給付金を受け取っている方で引き続き支給要件を満たしている場合、翌年以降の手続きは原則不要です。ただし、支給要件を満たさず一度受け取れなかった方が、支給要件を満たして再度支給を求める場合は改めて請求の手続きが必要です。

◆日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内に注意

日本年金機構や厚生労働省から、口座番号を聞いたり手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

制度など詳しく知りたい場合は、基礎年金番号が分かるものを用意の上、給付金専用ダイヤルまで問い合わせください。

岡 給付金専用ダイヤル

☎0570(05)4092

野焼きを原因とした火災や苦情が多く発生しています。廃棄物は適切に処理し、野焼きは行わないようにしましょう。

岡 地域づくり課環境対策班 ☎0475(70)0386

# コスモス通信

※敬称略

## ◆令和5年度山武サマーカップ (男子)

優勝 みずほシューティングスターズ  
準優勝 大網ロケッツ



大網白里アリーナ  
☎0475(72)5708

## 空き家バンクに登録しませんか

市では空き家の適正かつ有効な活用の推進を図るため、空き家バンクを実施しています。

空き家バンクとは、市内に所在する空き家の売却または賃貸等を希望する所有者から申し込みを受けた物件を、市と協定を締結した宅地建物取引業者に依頼するものです。

ただし、老朽化が著しい空き家や大規模な修繕が必要な空き家は登録対象になりません。

大網地域づくり課環境対策班  
☎0475(70)0386



### ◆補助金額の概要

- ①市内に所在していること
  - ②昭和56年5月31日以前に着工されたもの
  - ③一戸建ての住宅(居住部分が1/2以上の併用住宅を含む)
  - ④在来軸組工法により建築され、地上2階建以下のもの
- ※耐震改修は耐震診断により耐震性が低いと判断されたもの

大網市整備課営繕室  
☎0475(70)0366



▲市ホームページ

## ご自宅の耐震診断・耐震改修を行いますか

木造住宅の耐震診断・耐震改修を行う方に、費用の一部を補助します。

### ◆耐震診断・改修共通

#### ▼補助対象木造住宅

- ①市内に所在していること
  - ②昭和56年5月31日以前に着工されたもの
  - ③一戸建ての住宅(居住部分が1/2以上の併用住宅を含む)
  - ④在来軸組工法により建築され、地上2階建以下のもの
- ※耐震改修は耐震診断により耐震性が低いと判断されたもの

▼耐震診断  
耐震診断費用の2/3に相当する額(8万円を限度)

▼耐震改修  
耐震改修(工事設計・監理)費用の一定割合の額(40万円を限度)

詳細は、市ホームページをご覧ください。

大網市整備課営繕室

☎0475(70)0366

## 空家等の適切な管理に関する条例に関する意見募集 (パブリックコメント)

空家等に関する諸問題に対応するための条例(案)に対するパブリックコメントについては、広報8月号で、8月10日から意見募集を行う旨お知らせしましたが、日程延期となり、ご迷惑をお掛けしました。改めて次の日程で実施しますので、ご意見をお寄せください。

- ▶意見受付期間=9月1日(金)~10月2日(月)
- ※郵送の場合は当日消印有効。
- ※持参の場合は閉庁日を除く8時30分~17時15分
- ▶対象  
・市内に住所を有する方

- ・市内に事務所、事業所を有する個人、法人等
- ・市内に通勤、通学している方
- ・その他、利害関係を有する方
- ▶閲覧場所=市ホームページ、地域づくり課、中部コミュニティセンター、白里出張所
- ▶提出方法=地域づくり課へ持参または郵送、ファクス、メール
- 申・問 ☎299-3292  
大網白里市大網115-2  
地域づくり課環境対策班  
☎0475(70)0386  
FAX 0475(72)8454  
✉chiiki@city.oamishirasato.lg.jp

## 住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金の受付

地球温暖化対策や電力の強靱化を図るための住宅用設備等を導入した方に、予算の範囲内で設置費用の一部を補助します。対象の方は申請ください。

- ▼受付締切=令和6年2月29日(木)
- ※閉庁日を除きます。
- ※予算額に達し次第締め切り。
- ▼対象  
・家庭用燃料電池システム(エネファーム)(停電時自立運転機能の有りのみ。上限10万円)
- ・定置用リチウムイオン蓄電システム(上限7万円)
- ・窓の断熱改修(上限8万円)
- ・電気自動車・プラグインハイブリッド自動車(V2Hの併設の有無により上限10万円もしくは15万円)
- ・V2H充放電設備(上限25万円)

- ▶主な要件等
- ①補助対象設備を導入した住宅に自ら居住し、本市の住民基本台帳に記録されている者であること。
- ②世帯全員が市税を滞納していないこと。
- ③補助対象設備の設置工事等補助事業に着手する日が、令和5年4月1日以降であること。
- ※そのほかにも要件がありますので、必ず申請前にご確認ください。
- 申請書等の様式が変更となりました。必ず今年度の様式をご利用ください。
- ▼申請方法▶補助対象設備等の設置後に、所定の交付申請書に必要事項を記入の上、添付書類を添えて申請(郵送、メール不可)
- 申・問 大網地域づくり課環境対策班  
☎0475(70)0386

## 男女共同参画だより

### ~理工チャレンジ(リコチャレ)をご存じですか~

15歳時点の女性の理数系の能力は世界トップクラスであるにも関わらず、科学技術の研究者に占める女性割合は諸外国と比較して低くなっています。また、日本における大学入学時の理系の女性割合は、他の分野と比較して低い傾向にあります。

「女性に理系の進路(学校・職業)は向いていない」という性別による無意識の思い込み(アンコンシャス・バイアス)が、女子学生の進路選択に影響を与えていることも考えられます。

そこで、内閣府男女共同参画局では、「リコチャレ」と称して、女子中高生や女子学生が、理工系分野に興味・関心を持ち、将来の自分をしっかりイメージして進路選択することを応援する取り組みをしています。内閣男女共同参画局ホームページ上で、理工系分野が充実している大学や企業の紹介、イベント情報の提供、理工系分野で活躍する女性からのメッセージ紹介などを行っており、メッセージを掲載している先輩女性の中には質問を受け付けている方もいます。

理工系分野に興味がありながら、将来のイメージを持って悩んでいる方は、ぜひご利用ください。

大網地域づくり課市民協働推進班 ☎0475(70)0342

## 令和6年度実施住民協働事業の提案事業を募集しています

市では、地域課題の解決を図るため、住民団体が自主的、または主体的に企画・実施する公益性のあるまちづくり事業に対して、補助金を交付しています。

- ▶対象事業  
・住民提案型事業=住民団体が企画立案した、公共的な課題の解決、または地域活性化につながる事業(テーマは自由・補助限度額30万円)
  - ・行政提案型事業=市が提示する課題に対し、住民団体により企画立案された事業(補助限度額は事業内容により定めます)
- 〈行政提案型事業テーマ〉  
次のテーマで募集します。
- ・男女がともに輝く地域づくり事業

男女共同参画を身近なものとして考えられるよう、地域や職場における啓発活動を行う。特に、市内事業所への啓発および市民意識調査の実施に重点を置いた取り組みを行う。

- ・地域猫活動  
地域住民が主体となり、ボランティアおよび行政が協働して野良猫トラブルの減少を目指す活動。
- ▶申込締切=9月22日(金)  
事業の詳細は「応募の手引き」をご覧ください。応募の手引きは、地域づくり課、中央公民館、白里出張所、中部コミュニティセンター、市ホームページから入手できます。
- 申・問 大網地域づくり課市民協働推進班  
☎0475(70)0342

## マイナンバーに関するお知らせ

### まもなく終了！ マイナポイントの申し込みはお早めに！

●ポイントの申し込みができる方=令和5年2月末までにマイナンバーカードの交付申請をした方

マイナポイントの申し込み締め切りは令和5年9月末ですが、決済サービス会社によっては早めに申し込みが締め切られます。

これからポイントをもらう申し込みをする方は、9月末を待たず、早めに行いましょう。

大網ポイントの申し込み方法など詳細について

マイナンバー総合フリーダイヤル

☎0120(95)0178



▲マイナポイント事業ウェブサイト(総務省マイナポイント事務局)



マイナンバーPRキャラクター マイナちゃん

### マイナンバーカードの受け取りはお早めに！

マイナンバーカードの受け取りは、予約制です。

速やかにカード交付ができるよう、十分な予約枠を用意していますが、マイナポイントの申し込み締め切りが近付くと、希望日時の予約が難しくなることが予想されます。

市役所から郵送された交付通知書をお持ちの方は、お早めに受け取り日時を予約の上来庁ください。

申・問 市民課市民班

☎0475(70)0340

# 9月は電池類の収集月

地区の集積所に電池類を出す方は、中の見える袋に入れて、当日の朝8時までに集積所に出してください。

なお、今年度から電池ごみに出せる電池の種類が増えました。

▼電池類として出せるもの  
 ・リチウム乾電池、コイン電池、ボタン電池、充電式電池（ニカド電池、ニッケル水素電池、リチウムイオン電池）

※電動歯ブラシ（電池が簡単に取り外せないもの）、モバイルバッテリー、電子たばこ、電気シェーバーはそのまま電池ごみに出すことができません。

▼処理方法  
 ・セロハンテープで端子（＋）部分（－）部分を覆う

▼回収倉庫の場所（収集日以外に処分する場合）  
 市役所・白里出張所・中部コミュニティセンター・農村ふれあいセンター

## 猫の飼い方・野良猫について

### ◆飼い猫の正しい飼い方

猫を放し飼いにすると野良猫と交配し、新たな野良猫を増やす要因となります。屋内で飼うことで、交通事故や感染症の危険を防ぐ・繁殖を防ぐ・近隣の住民に対する迷惑を防ぐことができます。また、万が一失脚した際に備えて、首輪等に飼い主の名前等を表

◆野良猫にエサを与えないで  
 野良猫にエサを与えるだけの管理は、飼い主不明の猫が集まり、子猫が産まれ、野良猫増加の原因になります。猫の繁殖力はとても強いので、自分の

示すようにお願いします。また、猫が増えることを避けるため、不妊・去勢手術をするようにお願いします。



飼いでない場合、エサをあげないようしてください。

☎0475(70)0386

## 光化学スモッグ注意報等の発令とPM2.5高濃度時の注意喚起

県では、光化学スモッグやPM2.5の発生に伴う被害を防止するため、オキシダント濃度やPM2.5濃度が高濃度となった場合の大气汚染緊急時対策を実施しています。

光化学スモッグ注意報等の発令やPM2.5高濃度時の注意喚起があった場合は、防災行政無線でお知らせしますので、外出を控える、窓を閉めて外気を入れない、屋外での激しい運動は避けるなどを心掛けてください。

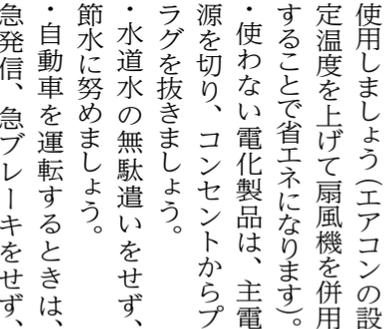
☎043(223)0551



## 地球温暖化対策について

地球温暖化対策のため、温室効果ガスの削減に向けて次のことを気をつけましょう。

- ・エアコンの設定温度は、夏は28℃にし、扇風機と一緒に使用しましょう（エアコンの設定温度を上げて扇風機を併用することで省エネになります）。
- ・使わない電化製品は、主電源を切り、コンセントからプラグを抜きましょう。
- ・水道水の無駄遣いをせず、節水に努めましょう。
- ・自動車を運転するときには、急発進、急ブレーキをせず、



セロハンテープで絶縁

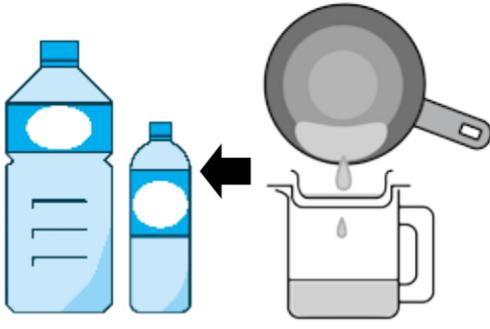


未来のために、いま選ぼう。

## 廃食用油のリサイクルにご協力ください

家庭で使用した食用油の回収を市内3か所で行っています。

- ▼回収時間 8時30分～17時
- ※年末年始を除く。
- ▼回収方法 施設に回収箱を設置していますので、キャップをよく締めてペットボトルに詰めて回収してください。
- ▼回収できる油 植物油（使用済みの油は、一度こし



### ●回収場所

施設	平日	土・日・祝日
市役所	玄関ロビー	当直室前
中部コミュニティセンター*		玄関
白里出張所		玄関

\*中部コミュニティセンターは、施設休館日は利用できません。

## こちらは消費生活センターです！

### 自宅を売っても住み続けられる？リースバックは慎重に検討して

〈事例〉  
 4年前、所有していたマンションを売って、そのまま賃貸でそこに住み続けられる契約をした。売却金額は1千万円で、家賃の月額は9万5千円、当時の月収は、夫と私の年金で26万円以上あったが、しばらくして夫がなくなり、年金が減って家賃の支払いが遅れるようになった。本日集金人がやってきて催促された。事情を話すと「払わないなら出ていってもらう」と言われた。

〈ひとことアドバイス〉  
 自宅を不動産業者に売却して代金を受け取り、同時に賃貸借契約を結んで、その後は家賃を払いながら同じ家に住み続ける「リースバック」という不動産取引があります。

リースバックで結んだ賃貸借契約においては、期間が定められる場合も多く、ずっと住み続けられる保証はありません。家賃が相場より高額に設定されてしまうことや、契約更新時に家賃が

値上げされることもあります。また経済的事情の変化により支払えなくなる事態が生じる場合もあります。

自宅の売却はクーリング・オフができず、契約が成立してしまうと無条件で解除できません。メリットだけでなくデメリットや仕組みもよく理解して慎重に考えましょう。

不動産取引は複雑です。契約する前に家族など信頼できる方に相談し、一人で対応しないようにしましょう。不安な場合は消費生活センター等にご相談ください。

(参考資料：国民生活センター見守り新鮮情報第453号)

◆市消費生活センター  
 ▶相談日時＝祝日を除く(月)・(火)・(水)・(金)10時～12時、13時～16時  
 ▶会場＝中央公民館1階相談室  
 ▶相談電話＝☎0475(70)0344  
 ☎0475(70)0342

## 図書室だより

◎おはなし会  
 ▶日時＝毎週(土)14時30分～  
 ▶会場＝図書室会議室

◎中部分室おはなし会  
 ▶日時＝毎週(水)15時30分～

◎白里分室おはなし会  
 ▶日時＝毎週(木)15時30分～

◎今月の展示棚  
 『防災についてもう一度確認しよう』  
 9月1日は「防災の日」です。この日は関東大震災が大正12(1923)年9月1日に発生したこと、台風の多い厄日とされる“二百十日”にあたることから選ばれました。今年には関東大震災から100年の節目の年です。この機会に防災に関する本を読んで、災害に対する心構えを育てませんか。  
 『防災ハンドメイド保存版』 KADOKAWA  
 『文豪たちの関東大震災』 皓星社  
 『家族でそなえる防災・被災ハンドブック』 イースト・プレス  
 『パッと見!防災ブック』 大泉書店

『大水害「安全対策」完全ガイドブック 2020年保存版』 宝島社

◎ミニミニ美術展  
 2階ロビーにて本市にゆかりのある作家の作品を展示しています。図書室をご利用の際はご鑑賞ください。



◎図書室休日  
 4日(月)・11日(月)・18日(月)・敬老の日・19日(火)・振替休日・23日(土)・秋分の日・25日(月)・29日(金)・室内整理日

☎0475(72)8383  
 大網白里市図書室 検索

## 9月の健診・予防接種など

### ●健診等

事業	会場	日時	対象
乳児健診・BCG	(保)	29日(金) 午後	R5.4月生まれ
1歳6か月児健診	(保)	25日(月) 午後	R4.2月生まれ
離乳食講習会	(公)	22日(金) 10時~11時	4~7か月ごろの乳児と保護者
おとなの(プレママ) 歯科検診	(保)	1日(金) 午後	20、30、40、50、60、70歳の方および妊婦
乳児相談	(保)	1日(金) 10時30分~11時	

### ●予防接種

予防接種名	会場	日程	受付時間
BCG	(保)	29日(金)	※乳児健診予約時に時間をお伝えします
麻しん・風しん混合(MR)2期		22日(金)	13時10分~14時
日本脳炎		12日(火)、19日(火)	※完全予約制です。希望の方は申し込みください。
予約日		26日(火)	

(保) = 保健文化センター (公) = 中央公民館

◎すべての健診と10か月乳児相談は個別通知をしています。

上記事業は予約制ですので、必ずご連絡ください。

◎健康相談・子育て相談は随時行っていますので、問い合わせください。

# 保健



問い合わせは  
健康増進課  
☎0475  
(72)8321

安心を 明日につなぐ がん検診  
〜日本対がん協会2023年度がん制圧スローガン〜

9月はがん制圧月間  
「がん」は、1981年以来、国での死因1位であり、本市でも死因の1位となっています。がん検診はがんを早期に発見し早期に治療をすすめることで生活の質を保つことができ予防の一つです。コロナ禍による検診控えもありましたが、新型コロナウイルスが5類感染症相当になり、検診を再開していただけると期待しています。がんは症状が出現するまで比較的時間がかかりますが、子宮頸がんは年齢が若い方も罹患するがんです。予防にはワクチン接種と検診が有効といわれています。子宮頸がんの原因の一つであるヒトパピ

### ◆個別がん検診

をご検討ください。



ロームウイルスはワクチンが有効とされ、小学校6年生の女性から接種が可能です。子宮がんの予防の一つとしてワクチン接種を検討することをおすすめします。  
子宮がんワクチン接種の問い合わせを受け付けています。市のがん検診は集団がん検診と個別がん検診があります。集団がん検診の申し込みは終了しましたが、個別がん検診は申し込みができます。集団がん検診の申し込みが間に合わなかった方やご自分の都合の良い日に受診したい等の方は、個別がん検診の受診をご検討ください。  
◆二種混合および日本脳炎予防接種はお済みですか  
対象  
・子宮がん検診 20歳以上の偶数年齢の女性または3年以上未受診の方  
・胃がん検診 50歳以上の偶数年齢の方  
※対象者の年齢は令和6年4月1日時点のものです。  
◆個別がん検診  
集団がん検診の申し込みが間に合わなかった方やご自分の都合の良い日に受診したい等の方は、個別がん検診の受診をご検討ください。

## 新型コロナウイルスワクチン接種情報

### 令和5年秋開始接種

- ▶対象=生後6か月以上のすべての方
- ▶期間=9月20日(水)~令和6年3月
- ▶接種回数・費用=1回・自己負担無し
- ▶接種するワクチン=オミクロン株XBB.1系統の成分を有する1価ワクチン(ファイザー社またはモデルナ社)
- ▶接種券=令和4年秋以降に接種し、接種券が無い方には順次発送します。未使用の接種券がお手元にある場合は、そちらをご使用ください。

※乳幼児(6か月~4歳)・小児(5~11歳)の初回接種も併せて実施します。

接種日程・会場の詳細、最新の情報は市ホームページ等でご確認ください。

問市新型コロナウイルスコールセンター

☎0475(53)3355

健康増進課成人保健・予防班

☎0475(72)8321



▲市ホームページ

### 献血のお知らせ

大網白里ライオンズクラブと共催で献血を実施します。

▼日時 9月17日(日)10時~12時30分、13時45分~16時

▼会場 ショッピングセンターアミリイ3階ホール

▼持ち物 献血カード(持っている方)、献血カードが無い方は、運転免許証などの身分証明できるもの

◆二種混合および日本脳炎予防接種はお済みですか  
対象  
・二種混合 11~13歳未満(小学6年生に個別通知済み)  
・日本脳炎 9~13歳未満(小学4年生に個別通知済み)  
接種を希望の方は、協力医療機関で個別接種になります。

## 千葉いのちの電話 第35期電話ボランティア相談員

### ▶応募資格

- ①20歳以上(令和5年4月現在)
- ②資格・経験不問
- ③基礎研修講座と宿泊研修に出席できること

▶研修期間=令和6年4月5日(金)~令和7年3月22日(土)

▶応募締切=12月20日(水)当日消印有効(応募用紙あり)

▶受講料=有料

問・問(社福) 千葉いのちの電話

☎043(222)4416

## 骨密度測定のお知らせ

かかとの超音波検査で骨密度を測定します。

### 〈骨密度測定〉

- ▶日時=9月27日(水)13時~13時30分、13時30分~14時、14時~14時30分
- ▶対象=市内在住の20歳以上の女性(今年度まだ受診していない方)

▶会場=保健文化センター

▶申込方法=電話または窓口で申し込み。定員になり次第受付を終了します。

▶費用=無料



などを話してくれたら、時間をかけて、できる限り傾聴しなさい。話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましは逆効果です。本人の気持ちを尊重し、共感した上で、相手を大切に思う自分の気持ちを伝えましょう。相談者は一人で抱えず、本人の了解を得て、早めに専門家につなぎ、温かく寄り添いながらじっくりと見守ることが大切です。

## 栄養士だより

### 食品の家庭備蓄のすすめ

9月は防災月間です。家庭で食料備蓄はできていますか。

#### ◆備蓄すると良いもの

水は飲料用と調理用として1人1日分3リットルを用意しましょう。食材は、災害時にはご飯、パン、カップめんなどの炭水化物に偏りがちとなるので、たんぱく質やビタミン、食物繊維など栄養を補えるものを備蓄しましょう。

#### ▶たんぱく質

簡単に食べられる缶詰(焼き鳥、ツナ、豆)やレトルト食品(カレー、ミートソース、親子丼)など

#### ▶ビタミン、食物繊維

便秘や口内炎等を予防。野菜ジュース、乾物(切干大根、ひじき、

わかめ、とろろ昆布)、日持ちのする野菜(にんじん、じゃがいも、玉ねぎ)など

#### ▶おやつで心に栄養を

果物の缶詰、ドライフルーツ、チョコ、飴、煎餅など

#### ◆乾物をつかったレシピ

「切干大根で簡単あえ物」

材料(作りやすい分量)

- 切干大根(乾) 15g
- 塩昆布 ひとつまみ
- 白ごま 少々
- ツナ缶 1缶
- 梅干し 1個(種を取る)

#### 作り方

ビニール袋に切干大根を入れ、水でもんでしばらくおく。水気を絞り、他の材料を袋に入れて、ほぐしながら軽く混ぜてできあがり。14面にも缶詰レシピが掲載されています。

## 良い歯と健康な歯肉で歯っぴーライフ

### 良い歯の標語コンクール山武郡市審査会全部門で第1位

令和5年度千葉県歯・口の健康啓発標語コンクール山武郡市審査会で、本市の作品がすべての部門で第1位を受賞しました。

受賞された作品および応募作品をご紹介します。

#### ◆小学生の部

「よくたべて しっかりみがく 大きな歯」古内琉介さん(小2)

#### ◆中学生の部

「歯磨きで 気分上々 心身向上」古内碧さん(中1)

#### ◆一般の部

「口のケア フレイル予防の 第一歩」古内奈緒子さん



古内さんは、家族でこのコンクールに参加いただきました。皆さんも来年度是非チャレンジしてみてください。

#### ◆標語コンクール他応募作品

「えがおの point きれいな歯」山下美千子さん

# 情報コーナー



## お知らせ

### ご存じですか 高齢者見守りサービス

万が一徘徊してしまった場合に居場所を知らせるサービスで、QRコード付きラベルシールを帽子や服、杖、シルバーカーなどに貼って利用します。徘徊を発見した方がスマートフォンなどでラベルシールのQRコードを読み取ると、事前に登録した家族などに発見通知メールが送信され、保護されたことが分かる仕組みです。なお、利用には、市役所に登録が必要となります。

がメールを受信できる方。  
▼利用料 無料(1人1セット30枚)  
※追加購入は有料です。  
▼申込受付 閉庁日を除く8時30分~17時15分  
▼申込方法 高齢者支援課で申し込み

### 地域包括支援センター

0475(70)0439

### 議会が傍聴できます

市議会第3回定例会は、9月1日(金)開会予定です。  
傍聴を希望する方は、本会議が開催される当日に、議事事務局にて傍聴券に住所氏名を記入してください(予約無・先着順)。

▼対象 市内に住所がある65歳以上の方で、徘徊したことがある方、または今後のために利用を希望している方かつ、家族等

委員会の傍聴を希望する場合は、開会時刻の30分前から10分前までに傍聴の手続きをしてください。

詳細は、市ホームページをご覧ください。また、お問い合わせください。  
☎0475(70)0390  
議事事務局

### インボイス制度の不安や疑問点にお答えします

東金税務署では、インボイス制度に関連する補助金や取引条件の見直し等の検討ができるよう、登録要否相談会、説明会を開催しています。  
※登録申請の要否は、売上先からインボイスの交付を求められるかどうか判断材料となります。また、登録申請をして適格請求書発行事業者になると、すべての事業者が消費税の申告が必要になります。  
※現在、登録通知に3か月程度要しています。10月1日までに通知を希望する事業者は、早めに登録申請をお願いします。

### 味噌作り中止のお知らせ

農村環境改善センターいずみの里、農村ふれあいセンターやまべの郷で、例年12月~3月にかけて行っている手作りでの味噌作りは、経年劣化により調理器具の適正な使用が出来ないため、利用者の皆さんの安全を第一と考え、今年度は中止とさせていただきます。ご理解くださいますようお願いいたします。

### 農業振興課農政班

0475(70)0345

### ご存じですか

#### 「健康ちば協力店」

9月は健康増進月間です。この機会にご自身の健康を考えてみませんか。千葉県では、「野菜がたっぷり食べられる」「食塩の摂取量を控えられる」「店内終日全面禁煙」を実施する飲食店等を「健康ちば協力店」として登録し、皆さんの健康づくりを応援しています。



登録店舗には目印のステッカーが掲示されているほか、千葉県ホームページに登録店舗一覧が掲載されています。

☎0475(54)0611  
山武保健所/栄養担当

### 市道の道路側溝(U字溝)の清掃にご協力を

道路の側溝に土砂等が堆積することにより、大雨時に排水があふれる原因となります。排水能力を維持するため、近隣住民や地元地区での定期的な清掃にご協力をお願いします。なお、市では各地区に対して側溝内の土砂等を入れる土のう袋の支給や側溝の蓋上げ器具の貸し出し、清掃後の土砂等の回収を行っています。  
▶申請書=市ホームページおよび建設課で配布  
☎0475(70)0350



▲側溝の蓋上げ器具 (左:1人用/右:2人用)

## 相談コーナー

- 地域づくり課市民協働推進班から  
消費生活相談=毎週(月)・(火)・(水)・(金) 10時~12時、13時~16時  
中央公民館相談室(祝日、年末年始を除く)  
電話相談=☎0475(70)0344  
人権・行政相談=9月21日(木)13時~16時・中央公民館相談室  
交通事故巡回相談=9月14日(木)10時~12時、13時~15時 ㊟  
☎地域づくり課市民協働推進班 ☎0475(70)0342
- 子育て支援課児童家庭班から  
子育て相談・ひとり親の自立支援・婦人相談(離婚前等)  
電話・来所相談=平日9時~16時  
☎子ども家庭相談室 ☎0475(70)0328
- 社会福祉協議会から  
心配ごと相談=第2・4(月)13時~16時(電話相談可)  
税務相談=第2(火)13時~16時 ㊟  
法律相談=第2~4(水)13時~16時 ㊟  
心の相談=第2(金)9時~15時 ㊟  
☎・会場 社会福祉協議会 ☎0475(70)1122(相談専用)
- 山武保健所(山武健康福祉センター)から  
腸内細菌検査=毎週(火)9時~11時  
エイズ検査=9月14日(木)、28日(木)13時~13時30分 ㊟  
親子の心の相談=9月21日(木)13時30分~、14時30分~ ㊟  
精神保健福祉相談=第1(水)14時30分~16時30分 ㊟  
第2・4(水)14時~16時 ㊟  
DV相談=電話相談 ☎0475(54)2388 年末年始を除く(月)~(金)9時~17時  
来所相談 毎週(月)9時~17時 ㊟  
障害者差別相談=電話相談 ☎0475(54)3556(月)~(金)9時~17時  
☎・会場 山武保健所(山武健康福祉センター) ☎0475(54)0611
- 税理士による無料相談  
日時・会場=9月6日(水)・20日(水)10時~15時・東金商工会館  
☎千葉県税理士会東金支部 ☎0475(50)6322
- ライター無料相続登記相談 ㊟  
令和6年4月から相続による不動産の名義変更登記が義務化されます。名義変更がお済みでない方はお早めにご相談ください。  
日時・会場=毎月第2(火)18時~・東金中央コミュニティセンター  
☎千葉県司法書士会つくも支部 ☎0475(53)3200
- 行政書士無料相談  
相続・遺言・贈与・家族信託などのご相談  
日時・会場=毎月第3(木)13時~15時30分・東金中央コミュニティセンター  
☎千葉県行政書士会東総支部 ☎090(4017)5697
- 調停委員・弁護士による無料調停手続相談  
金銭問題、相隣関係、交通事故、婚姻中の夫婦問題、婚姻外の男女問題、相続等、裁判によらない紛争解決の方法である「調停」での相談に応じます(現在係争中のご相談はご遠慮ください)。  
日時・会場=10月15日(日)10時~15時・東金中央コミュニティセンター  
☎千葉県地方裁判所事務局総務課庶務係 ☎043(333)5236  
千葉県家庭裁判所事務局総務課庶務係 ☎043(333)5302
- 大網白里市こころのお悩み相談会  
(市内にお住まいの方・相談無料)  
日時・会場=9月21日(木)10時~12時・保健文化センター1階  
☎・☎中核地域生活支援センターさんネット ☎0475(77)7531 FAX)0475(77)7538

## 9月のごみ収集日

ごみは当日の朝8時までに決められた場所へ ☎地域づくり課環境対策班 ☎0475(70)0386

地区名	ビン・ガラス	金属類	カン	ペットボトル	可燃ごみ	蛍光灯	乾電池	
金谷郷(1区・2区・3区・4区・5区・杓掛・旧駅前のうちJR東金線より西側地区)・餅木・大竹・季美の森南・大網(南町のうちJR東金線より西側地区)・北吉田・桂山・九十根・長国・下ヶ傍示・細草・清水・二之袋	6日(水)	20日(水)	13日(水) 27日(水)	毎週(金)	祝日・振替休日も通常通り回収を行います 今月は収集を行いません		12日(火)	
大網(笹塚・前島・長峰・竹の下・道塚・北の谷・宮谷・内谷・前島団地・前島区内町内会・新堀・本宿と新田のうちJR東金線より西側地区)・沼向・双葉区・福田のうち県道山田台大網白里線より北側地区)・県道山田台大網白里線より北側の(柿餅・北飯塚・木崎・柳橋・星谷)・小西・養安寺・北横川・山口・みどりが丘・上貝塚・清名幸谷・上貝塚柿餅入会地・上谷新田・富田(北)・富田(東)	7日(木)	21日(木)	14日(木) 28日(木)	毎週(水)		毎週(月)(水)(金)		19日(火)
永田・ながた野・小中(平沢)・萱野・砂田・神房・北今泉・南今泉(県道山田台大網白里線より北側地区)	1日(金)	15日(金)	8日(金) 22日(金)	毎週(月)		毎週(火)(木)(土)		13日(水)
大網(浜宿・新宿・南町また本宿と新田でJR東金線より東側地区)・福田のうち県道山田台大網白里線より南側地区)・金谷郷(JR東金線より東側地区)・仏島・みやこ野・経田・駒込(15区のうちJR外房線より東側地区および大あみハイツ)・東駒込・南飯塚・南横川・弥幾野・県道山田台大網白里線より南側の(柿餅・北飯塚・木崎・柳橋・星谷)・富田(南)・わらび台	5日(火)	19日(火)	12日(火) 26日(火)	毎週(火)		毎週(月)(水)(金)		14日(木)
南玉・池田・駒込(7区・15区のうちJR外房線より西側地区)・みずほ台(みずほ東自治会含む)・小中(小中・宮崎)・四天木・四天木甲・四天木乙・南今泉(県道山田台大網白里線より南側地区)	4日(月)	22日(金)	11日(月) 25日(月)	毎週(水)		毎週(火)(木)(土)		20日(水)

10月2日(月)は固定資産税第3期、国民健康保険税第3期の納期限 ▶休日窓口(市税納付・納税相談) 9月24日(日)9時~15時  
☎税務課滞納整理班 ☎0475(70)0323

### 中之条まちなか5時間リレーマラソン



▶参加費  
・一般=3,500円/人  
・小中学生・高校生=2,000円/人  
▶申込方法=インターネットまたはファクスで申し込み  
※詳細は大会公式ホームページをご覧ください。  
▶申込締切=9月30日(土)  
※締切前でも定員となり次第募集を締め切る場合があります。

【大会について】  
中之条まちなか5時間リレーマラソン  
実行委員会事務局  
☎0279(76)3117  
FAX0279(76)3112  
〈エントリーについて〉  
大会エントリー事務局 (スポーツエントリー内)  
☎0120(711)951

大網白里市の姉妹町である群馬県中之条町で、「第9回中之条まちなか5時間リレーマラソン」が開催されます。チームで参加してみませんか。  
▶日程=12月3日(日)※雨天決行  
▶会場=中之条町商店街特設コース(1周3.5km)  
▶種目=5時間走  
▶定員=1チーム3~10人(先着250チーム)  
▶参加資格=小学校4年生以上で自走できる方(小中学生のみのチーム不可)

## 募 集

令和6・7年度の入札参加資格審査申請の受付を実施

令和6・7年度に大網白里市が発注する建設工事、測量・コンサル、物品、委託の入札に参加を希望する方は、「ちば電子調達システム」を利用して入札参加資格審査申請の手続きをしてください。

- ① 建設工事
  - ② 測量・コンサル
  - ③ 物品
  - ④ 委託
- ▼申請受付期間  
9月15日(金)~11月15日(水)17時  
▼書類提出先  
〒260-0855

千葉市中央区市場町1-1  
千葉県庁南庁舎2階  
千葉県電子自治体共同運営協議会

▼マニュアル等の入手先  
ちば電子調達システムホームページ

▼名簿有効期間  
令和6年4月1日(月)~令和8年3月31日(火)

詳細は市ホームページおよび電子調達システムホームページでご確認ください。

【財政課契約管財班】  
☎0475(70)0312



▲市ホームページ

### 自衛官募集

- ◇防衛大学校学生(一般) 未満の方。高卒者(見込)または高専3年次修了者(見込)
    - ▶資格=18歳以上21歳未満の方(自衛官は23歳未満)。高卒者(見込)または高専3年次修了者(見込)
    - ▶受付締切=10月4日(水)
  - ◇自衛官候補生
    - ▶資格=18歳以上33歳未満の方
    - ▶受付期間=年間を通じて受付
  - ◇防衛医科大学校学生(医学科学生)
    - ▶資格=18歳以上21歳未満の方。高卒者(見込)または高専3年次修了者(見込)
    - ▶受付締切=10月11日(水)
  - ◇防衛医科大学校学生(看護学科学科)
    - ▶資格=18歳以上21歳未満の方。高卒者(見込)または高専3年次修了者(見込)
    - ▶受付締切=9月21日(木)
- 試験日程などの詳細は問い合わせてください。  
【自衛隊茂原地域事務所】  
☎0475(25)0452



▲ちば電子調達システムホームページ

### 介護支援ボランティアの登録

介護支援ボランティア制度は、活動を通じた高齢者の社会参加の奨励と、高齢者自身の介護予防を目的としています。65歳以上の方が市内の介護保険施設や病院等でボランティア活動を行うとポイント

が得られ、そのポイントを最大5,000円(年額)の交付金と交換できます。

ボランティア活動への参加を希望する方は、社会福祉協議会にて登録研修の受講が必要です(個別・完全予約制)。

▼会場 社会福祉協議会  
▼内容 制度の説明、活動の留意点、登録の受付

▼対象 市内に住居登録のある65歳以上の方  
▼申込方法 社会福祉協議会または電話で申し込み

▼持ち物 介護保険証、印かん、筆記用具

【市】社会福祉協議会  
☎0475(72)1995

【第17回十枝の森の音楽会ボランティア】  
▼日時 10月22日(日)8時~15時30分ごろまで  
▼会場 十枝の森(北吉田758)

▼内容 会場設営、駐車場誘導等(短時間)  
▼対象 日なたでも可  
※昼食有り、雨天中止。

【音楽会代表/西館】  
☎090(8318)5502

【令和6年度千葉県立農業大学校の学生募集(推薦入学)】  
▼募集人数 農学科約40人、研究科約10人  
▼受験資格  
・農学科 高等学校等を卒業した方または令和6年3月卒業見込みの方で高等学校等の長の推薦がある方  
・研究科 農業大学校等の農学科等を卒業した方または令和6年3月卒業見込みの方で学校長の推薦がある方

▼試験日 10月19日(木)  
▼試験会場 千葉県立農業大学校  
URL <https://www.pref.chiba.lg.jp/noudai/>

【大網白里市バドミントン交流大会】  
▼市外の方も受付可。  
▼申込方法 大網白里アリーナに備え付けの申込用紙に必要事項を記載して大網白里アリーナまで提出(ファクス・メール可)

▼申込締切 9月15日(金)  
▼市外受付は9月8日(金)から開始。

※定数になり次第締め切り。  
▼受付時間 休館日を除く8時30分~17時15分

▼参加費 1組2,000円  
【大網白里アリーナ】  
☎0475(72)5708  
FAX0475(72)0436

【テニス教室(エンコンロの会)】  
テニスで汗を流し、親睦をはかりませんか(初心者歓迎)。  
▶日時=(土)・(日)および平日  
▶会場=南飯塚テニスコート  
▶参加費=1レッスン(2時間)1,000円  
▶対象=成人クラス  
▶申込方法=電話またはメール  
【崎崎】☎090(8811)4842  
✉sakiabc@r6.ucom.ne.jp

【大網小学校の裏の里山で花の手入れ、草刈りなど自然の中で楽しみましょう】  
▶作業日時=毎月第3日(日)9時~12時  
▶会費=2,000円  
【おおあみ里山の会/松浦】  
☎0475(72)5343

【第16回平和の集い】  
憲法を暮らしの中に。平和と九条を守ろう。文化行事もあります。  
▶日時=9月23日(土)12時~16時  
▶会場=山武のぎくプラザホール  
▶参加費=無料  
【東金地域・9条の会/戸賀輝彦】  
☎080(5692)1944

【茂原交響楽団 第25回ファミリーコンサート】  
ドヴォルザーク/交響曲第9番「新世界より」  
チャイコフスキー/バレエ音楽「くるみ割り人形」第2幕全曲  
▶日時=10月9日(月・祝)14時開演  
▶会場=東金文化会館大ホール  
▶参加費=1,000円(前売り800円)  
【園佐藤】☎0475(23)0084

【まちサポからのお知らせ】  
●第10回青空パーカッション  
竹で楽器を作り、作った楽器を使ってプロのミュージシャンとパーカッション演奏会。また、キッチンカーの出店も予定しています。  
▶日時=10月1日(日)10時~15時(小雨決行)  
▶会場=エコパーク大網白里子ども村(清名幸谷2089-1)  
▶参加費=200円▶持ち物=お弁当、飲み物、滑り止め付き草履  
▶主催=大網白里市子育て支援ネットワーク協議会  
【NPO法人市民ステーション・まちサポ】  
☎0475(72)8278 ✉info@machisapo.net

【小物作りを楽しみましょう】  
つまみ細工のブローチ、動物・花等の根付、葉、クラフトバッグ(2回)、水引の根付など、1回で持ち帰れます。暇つぶし、趣味、ポケ防止など理由は問いません。楽しみましょう。  
▶日時=随時受付。お電話ください。  
▶会場=(株)まるやま茂原店(茂原市役所近く)、きものサロン東金(まねきねこ隣)  
▶参加費=材料費500円/回  
【園羽矢】☎090(5823)0438

【伝言板】

### ~反射材「ここにいるよ!」のメッセージ~ 令和5年秋の全国交通安全運動

9月21日から30日までの10日間、秋の全国交通安全運動が実施されます。また、9月30日は交通事故死ゼロを目指す日です。「事故を起こさない」だけでなく「事故に遭わない」ために、交通安全の意識を持ち、交通ルールの遵守と交通マナーの実践を習慣付けて、交通事故防止の徹底を心掛けましょう。

▶運動重点  
1. 子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保  
2. 夕暮れ時と夜間の交通事故防止および飲酒運転等の根絶  
3. 自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

日没時間が急速に早まる秋口は、夕暮れ時や夜間における交通事故の増加が懸念されます。また、飲酒運転、妨害運転等の危険運転による悲惨な事故も発生しています。

歩行者の方は、道路を渡るときは横断歩道を渡る、信号を守るなどの交通ルールを守るとともに、確実に安全確認を行いましょう。

自動車等を運転する方は、横断歩道の手前では、横断する歩行者がいたら必ず一時停止をしましょう。また、危険を避けるため、雨などで視界が悪い日は運転しない、体調不良時は公共交通機関を利用するなど、安全な運転ができるよう心掛けましょう。

飲酒運転は、重大な交通事故を招くものであり、極めて悪質な犯罪です。社会全体で飲酒運転の排除を図り、根絶を目指しましょう。

【東金警察署】  
☎0475(54)0110  
安全対策課生活安全班  
☎0475(70)0387

【いろいろなくにのひと おしゃべりしましょう】  
▶日時=9月24日(日)13時~16時  
▶会場=中央公民館1階講堂  
▶参加費=無料  
【国際交流協会 Global Café/やすかわ】  
☎090(9133)6090  
※問い合わせは13時~17時

【大網 笑いヨガ】  
笑いヨガは、だれでもできる健康体操です。笑うと健康に良いことが医学的に証明されています。あなたも一緒に笑って、健康を分かち合いませんか!  
▶日時=9月24日(日)13時30分~15時30分  
▶会場=中央公民館  
▶参加費=100円  
【大野】☎090(9341)3725

【板倉長門守記録「土気城双鹿記」他を精読する】  
戦国時代、大網城主であった板倉大蔵が語り、息長門守が書き残した記録を読み合い、そして語り合います。  
▶日時=9月17日(日)13時30分~16時  
▶会場=中央公民館  
▶参加費=無料  
【市郷土史研究会会長/鶴澤良臣】☎0475(72)7061

【第1回国際支援音楽祭 頑張りウクライナ in 東金】  
男声合唱団魁&混声合唱団梨郷の合唱、ジャンルレスバンドSAXONSの演奏、ウクライナ歌手カテリーナさんのバンドウーラ演奏と歌唱  
▶日時=9月9日(土)14時~16時50分予定(13時30分開場)  
▶会場=城西国際大学東金キャンパス水田記念ホール▶入場料=3,000円  
※収益はウクライナ大使館に寄付し、生活必需品の購入等に役立てます。  
【国際支援音楽祭実行委員会/五十嵐】  
✉igaiga1025@yahoo.co.jp

# 講座・催し

## 役立つ！全年齢向け 再就職支援セミナー

千葉県ジョブサポートセンターとの共催により、再就職を支援するセミナーを開催します。また、セミナー受講者で希望する方は就職するまでの生活、就労に関する個別相談も行っています。

▼日時 9月7日(木) 10時～12時

## 千葉県委託事業 介護に関する入門的研修 ～先着・無料～

千葉県の公的な研修（就職支援あり）。「介護の基礎知識」や「資格・仕事内容」等のツカエル知識を介護職から聞けるチャンス。求人紹介や「職場見学・就職」の個別相談も行います。定員制となります。詳細は、ホームページ「稲毛ペコリーノ」で検索いただくか問い合わせください。

▼日時 9月25日(月)、10月2日(月)・4日(水)・10日(火) 9時30分～16時40分

時(セミナー)、13時30分～16時(個別相談)  
▼会場 茂原市役所1階102会議室

▼対象 就職活動中の方(在職・求職問わず)

▼募集人数 2セミナー30人、個別相談4人(予約制・先着順)

▼費用 無料

▼申込 観光課振興班  
☎0475(70)0356



## 認知症カフェ「あったかスペースモクセイ」の開催

認知症の方やその家族、地域住民の誰でも参加でき、集まって楽しくお話や、悩み事などを共有する交流の場です。あんとんねえさ〜「九十九里地域認知症家族の会」in大網白里市も同時に行う予定です。お気軽にお越しください。

※飲食の提供はありませんので各自でお持ちください。

▼日時 9月21日(木) 14時～16時

▼会場 中部コミュニティセンター1階会議室

▼内容 認知症の相談、参加者同士の交流、レクリエーション等

▼対象 認知症の方とご家族、認知症に関心のある方、地域の方などでも歓迎

▼申込 地域包括支援センター  
☎0475(70)0439  
FAX 0475(70)1093

## 令和5年度第1回 「保育de就職!@千葉 保育のしごと就職フェスタ」

子どもに関わる仕事に興味がある方を対象に、保育士などの求人のある施設・事業所等の採用担当者との個別面談・



## 「脳力測定会」を初開催!

作業療法士による脳力(認知機能に関する)測定会を行います。

いくつかの質問に答える簡単な検査を実施し、記憶力や注意力などの脳の働きを測定します。本市初の認知機能検査の測定会です。

このほか看護師、理学療法士による「お身体に関する日常生活の悩み相談」「コグニサイズ」を実施します。

※この測定会は認知症を判定するものではありません。

▶日時 10月3日(火) 9時～10時、10時～11時、11時～12時、13時～14時、14時～15時、15時～16時

▶会場 保健文化センター 3階ホール

▶対象 市内に住所を有する65歳以上の方で自立をしている方

▶申込方法 高齢者支援課または電話で申し込み

▶募集人数 各時間8人

▶参加費 無料  
申・関 地域包括支援センター  
☎0475(70)0439



## 救急フェア山武 2023

9月3日(日)から9月9日(土)「救急の日」までの1週間は「救急医療週間」です。

救急医療および救急業務に対する皆さんの正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図るため、次の行事を実施しますので、皆さんの参加をお待ちしております。

▶日時 9月3日(日) 13時～15時

▶場所 東金ショッピングセンター「サンピア」1階ステージコート

▶内容

- ①救急処置実演(心肺蘇生法実演)
- ②日常応急処置実演(東金市赤十字奉仕団)
- ③救急車適正利用コーナー
- ④AED展示および体験コーナー
- ⑤住宅用火災警報器設置促進コーナー
- ⑥まちの保健室(看護協会山武地区部会)
- ⑦子ども用記念写真撮影コーナー
- ⑧ノベルティグッズ配布
- ⑨救急自動車および消防自動車展示(屋外)
- ⑩山武郡市広域行政組合消防本部において上級救命講習会(公募型30人) ※事前受付終了。

関 山武郡市広域行政組合消防本部警防課

☎0475(52)8752



## 千葉県誕生150周年記念事業山武地域行事 「さんぶで遊ぶ! 食べる! 買う! 九十九里満喫ラリー」

山武地域(東金市・山武市・大網白里市・九十九里町・芝山町・横芝光町)の「体験・見学施設」「飲食店」「道(海)の駅」を巡るデジタルスタンプラリーを2コース(夏コースと秋コース)実施します。対象の「体験・見学施設」「飲食店」「道(海)の駅」で各1つ以上スタンプを獲得した参加者には、終点の「道(海)の駅」で各駅につき、先着300人に参加賞をプレゼント。さらに、抽選で豪華賞品が当たるチャンスもあります。

イベントの詳細は、千葉県ホームページをご覧ください。

▶開催期間  
・夏コース=8月1日(火)～9月30日(土)  
・秋コース=10月1日(日)～11月30日(木)

▶参加方法=デジタルスタンプラリーアプリ「furari」をインストールしたスマートフォン等を用意して、山武地域を訪問してください。

関 山武地域振興事務所企画課  
☎0475(54)0222



◀ イベント詳細  
(千葉県ホームページ)

## 大網白里市老人クラブ 連合会からのお知らせ

元気で若々しく過ごすために、頭を使い、体を動かしながら仲間と楽しくできる簡単なスポーツゲームを紹介します。

◆eスポーツ体験会  
▼日時 9月26日(火) 10時～12時

▼会場 老人福祉センター「コ

相談の場を提供することで、保育士人材等の確保と就労を支援します。

▼日時 9月10日(日) 11時～15時  
(就職面談会受付10時30分)

▼会場 京成ホテルミラマーレ6階ロースルーム

▼参加方法 事前予約不要、直接会場へお越しください(参加費無料、履歴書不要)。

関 ちは保育士・保育所支援センター  
☎043(306)1468

スモス荘  
▼対象 市内在住60歳以上の方  
▼申込締切 9月10日(日)

申・関 老人福祉センター「コ  
☎0475(77)4466



宝くじ公式サイト | Q  
宝くじがネットで  
購入できる!  
宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター  
TEL 0570-01-1192(ナビダイヤル 有料)  
TEL 011-330-0777(有料)



## 「市制施行10周年記念」大網城御城印発行記念 歴史講演会&トークショーを開催

7月22日、大網城御城印発行を記念して歴史講演会&トークショーが保健文化センター3階ホールで開催されました。

千葉城郭保存活用会代表の小室裕一さんによる「大網白里市の戦国時代と城郭について」の講演では、戦国時代の大網白里市は江戸湾、外房太平洋、香取の海を結ぶ防衛上重要な地域であり、陸地のセンターの役割を果たしていたと説明がありました。昨今の大河ドラマとも関連した内容で、本市の歴史をより身近に感じることができた講演でした。

また、山城ガールむつみさんは、「山城めぐりの楽しさと地域の魅力が詰まった御城印について」をテーマにし

て講演。天守閣が存在する有名なお城だけでなく、全国にはまだ魅力が発掘されていない山城が数多く存在し、大網城もその一つと話していました。大網城は当時の雰囲気の色濃く残り、五感で感じる臨場感や、当時を想像する山城の歩き方の楽しさ満載の内容でした。

山城ガールむつみさんと生涯学習課文化財担当職員によるトークショーも行われ、本市の地名のことや、デジタル博物館の楽しみ方についてなど、専門家ならではの軽快なトークが繰り広げられました。

むつみさんからサイン付き御城印のプレゼントもあり、来場者数166人と大盛況で終えました。



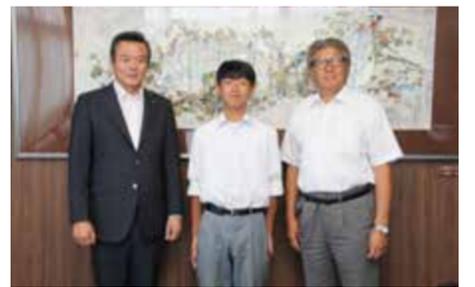
# Oamishirasato News

市内の話題をお届けします

## 中学校陸上競技3,000m走で2選手が全国大会へ出場

大網中学校・増穂中学校の陸上部の各選手が、千葉県大会において優秀な成績を収め、全国大会に出場が決定し、金坂市長と深田教育長へ喜びの声を届けてくれました。

◇全日本中学校陸上競技選手権大会（8月22日～25日愛媛県松山市）出場者 ※敬称略  
 ・大網中学校(共通3,000m男子) 大竹優之心（3年）※写真上中央  
 ・増穂中学校(共通3,000m男子) 金井宝良（3年）※写真下中央



## 千葉県トラック協会山武支部と「災害時の物流に係る協力に関する協定」を締結

市では、災害時における救援物資の受入や物資集積拠点の確保のため、千葉県トラック協会山武支部と「災害時の物流に係る協力に関する協定」を締結しました。

これにより、大規模災害時、救援物資の受入や集積拠点の確保、拠点から各避難所への物資の配送等に係る支援が行われ、迅速な被災者支援が期待されます。



## 第39回若葉カップ全国小学生バドミントン大会に2選手が出場

大網東小学校6年生の土屋くるみさん、川嶋実莉さんが、第39回若葉カップ全国小学生バドミントン大会の出場を前に、金坂市長へ意気込みを話してくれました。

土屋さんと川嶋さんは、所属チーム「Honey Sophia」の一員として千葉県予選会で優勝し、全国大会への出場を果たしました。



## 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、専門以外のときは診療できない場合があります。

月日	医療機関名	
9/3(日)	斉藤クリニック(東金市) ☎0475(53)1110	山崎医院(横芝光町) ☎0479(82)0561
9/10(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	宇井医院(山武市) ☎0475(86)2522
9/17(日)	天野内科クリニック(東金市) ☎0475(55)3986	岩崎医院(山武市) ☎0479(86)2217
9/18(月)	東金たまクリニック(東金市) ☎0475(50)9720	松尾クリニック(山武市) ☎0479(86)6482
9/23(土)	城西クリニック(東金市) ☎0475(52)8181	伊藤医院(山武市) ☎0475(82)2508
9/24(日)	うじはらクリニック(大網白里市) ☎0475(73)3320	睦岡クリニック(山武市) ☎0475(80)8001

※番号をご確認の上、お問い合わせください。

- 山武郡市急病診療所(東金市) ☎0475(50)2511(20時～22時)
- 時間外の受診(消防本部指令課) ☎0475(55)0119

## おすすめ料理

●まるでお肉!? みたいな大豆ナゲット●

### 大豆ナゲット

1個分 82kcal、食塩相当量 0.4g

大豆とツナでたんぱく質もたっぷり。普段のおやつにも、災害時の栄養補給にも役立ちます。

- 材料(6個分)
- 大豆水煮缶 ..... 小1缶(120g)
  - ツナ缶 ..... 1缶
  - マヨネーズ ..... 大さじ1
  - 片栗粉 ..... 大さじ2
  - 塩・こしょう ..... 少々



### ●作り方

- ①ビニール袋に、水気を切った大豆を入れ、手のひらやへらを使いよくつぶす。
  - ②①にツナ缶(汁ごと)、その他材料を加えてよく混ぜる。
  - ③ビニール袋の端を少し切り、クッキングシートを敷いたフライパンに絞りだし、両面をこんがり焼く。
- ※ビニール袋を使うと災害時でも衛生的に作れます。クッキングシートを使うと、フライパンを汚さずに作れて便利です。

食生活改善会 瑞穂支部

## The number of cases

### 市内の事件・事故・災害

#### ◆交通事故

人身事故	7月	1月からの累計
事故発生数	8件	62件
負傷者数	9人	79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	1件	2件
部品ねらい	1件	2件
乗り物盗	3件	12件
空き巣	0件	1件

#### ◆火災

火災の種類	7月	1月からの累計
建物火災	1件	6件
その他火災	4件	12件
死者数	0人	0人

※基準日＝令和5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。