

## 令和5年度真亀川ポスターの 入賞作品を紹介します

令和5年度 真亀川をきれいにする協議会にて環境啓発目的としてポスターを募集したところ、次の方々が入賞しました。

◇小学生低学年の部《優良賞》

齋藤 いろはさん (白里小2年)

◇小学生高学年の部《優良賞》

片岡 拓海さん (白里小6年)

◇中学生の部《優良賞》

佐々木 梢さん (白里中2年)

◇中学生の部《優良賞》

今橋 紗也さん (白里中2年)

◇中学生の部《優良賞》

佐藤 衣桜さん (白里中3年)

## 令和5年大網白里市 総合防災訓練を実施しました

11月26日に令和5年大網白里市総合防災訓練を実施し、約1,000人の市民が参加しました。  
当日は大網小学校児童が防災について学習し参加した児童から「楽しかった。防災についてもっと学びたい」などの声がありました。

▲車両展示(救助工作車(Ⅲ型))

▲自衛隊災害対応パネル展示

▲炊き出し訓練

▲伝言ダイヤル使用方法の説明を受ける児童

▲救命救急の実演

▲放水実演する市消防団

## 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	
1/1(月)	ふるがき糖尿病内科医院(東金市) ☎0475(52)7022	あきば伝統医学クリニック(山武市) ☎0475(86)3711
	ますほ内科クリニック(大網白里市) ☎0475(70)8800	
1/2(火)	西田医院(東金市) ☎0475(53)1393	さくらクリニック(横芝光町) ☎0479(84)4333
	鈴木クリニック(大網白里市) ☎0475(71)2033	
1/3(水)	斉藤クリニック(東金市) ☎0475(53)1110	大平医院(山武市) ☎0479(86)6012
	まさきクリニック(九十九里町) ☎0475(78)6868	
1/7(日)	不動堂クリニック(九十九里町) ☎0475(76)7737	睦岡クリニック(山武市) ☎0475(80)8001
1/8(月)	橋本医院(大網白里市) ☎0475(72)0134	岩崎医院(山武市) ☎0479(86)2217
1/14(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	京業内科クリニック(山武市) ☎0475(82)2400
1/21(日)	ふるがき糖尿病循環器クリニック(大網白里市) ☎0475(70)0801	まさごクリニック(横芝光町) ☎0479(80)0122
1/28(日)	秋葉医院(東金市) ☎0475(52)2039	よしみ医院(山武市) ☎0475(82)8676

※電話番号をご確認の上、問い合わせください。

- 山武郡市急病診療所(東金市) ☎0475(50)2511(受付時間 20時~21時45分)
- 時間外の受診(消防本部指令課) ☎0475(55)0119

## 年末年始在宅当番医(歯科) 診療時間 9:00~12:00

月日	医療機関名
1/1(月)	飯田歯科医院(東金市) ☎0475(55)2480
	いごう歯科医院(東金市) ☎0475(50)2323
1/2(火)	伊藤歯科医院(大網白里市) ☎0475(72)3926
1/3(水)	ぐみょう今井歯科医院(東金市) ☎0475(58)7374

## 中之条まちなか5時間リレーマラソンが 4年ぶりに開催

姉妹町の群馬県中之条町と大網白里市。12月3日(日)に開催された「中之条まちなか5時間リレーマラソン」に、友好の証として大網白里市から2チーム14名が参加しました。  
総勢230チームからなる選手たちは、沿道の声援に後押しされ、地元商店街の特設コース(1周3.5km)を5時間力走。ゲストランナーやご当地キャラクターも会場を盛り上げました。



## おすすめ料理 ほうれん草とさば缶のサラダ

ほうれん草が茹であがってから2分でできる！  
栄養価の高い食材で簡単料理。

- 材料(4人分)
- ほうれん草……………240g
  - 人参……………30g
  - さば水煮缶……………1缶(190g)
  - のり……………1枚
  - A マヨネーズ……………大さじ3
  - しょうゆ……………小さじ1

- 作り方
- ほうれん草は熱湯で茹でて水に取り、水気を絞って3cmに切る。人参は千切りにしてさっと茹でるか電子レンジで加熱する。
  - ボウルにAを混ぜておき、水気を切った①と、汁気を絞ったさば缶を和える。のりをちぎって、混ぜる。



▲食生活改善会のおすすめレシピ

食生活改善会 白里支部

## The number of cases 市内の事件・事故・災害

### ◆交通事故

人身事故	11月	1月からの累計
事故発生数	9件	93件
負傷者数	11人	116人
死者数	1人	2人

### ◆窃盗犯罪

犯罪の種類	11月	1月からの累計
車上ねらい	0件	5件
部品ねらい	0件	3件
乗り物盗	7件	34件
空き巣	0件	3件

### ◆火災

火災の種類	11月	1月からの累計
建物火災	1件	11件
その他火災	0件	15件
死者数	0人	0人

※基準日=令和5年11月30日  
※窃盗犯罪の件数は、基準日時点での暫定値です。