



令和7年
10月号



広報

おおあみしらさと

OAMISHIRASATO CITY

2025
No.702
毎月1日発行

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) ※大網白里市の市外局番は「0475」です。
URL <https://www.city.oamishirasato.lg.jp/>

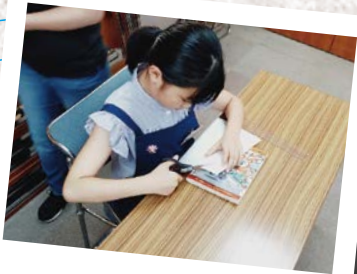


—主な内容—

- 公共交通に関するアンケートにご協力を……………2
 - 「ゾーン30」による速度規制を実施中……………3
 - 10月1日(水)開始
マイナ救急実証事業……………4
 - 市営ガス料金の改定について……………5
 - 令和8年度入園
市立幼稚園の園児を募集……………6
- ※欄＝問い合わせ先 冊＝申し込み先

図書室司書体験ツアーに参加したよ!

8月24日、図書室で司書の仕事を体験する、司書体験ツアーが行われました。10人が参加し、カウンターでの貸出しや、本の装綴を体験しました。



本の装綴体験中。



図書室の裏側ってこうなってるんだな～



本の並べ方を聞きました!



図書館システムのお話を聞きました。



いようずにできたよ😊



カウンターの作業をやってみた!

◎図書室休室日
6日(月)・13日(月・祝)
14日(火・振替休日)
20日(月)・27日(月)
31日(金・室内整理日)

一図書室だより
こころとあたまの、深呼吸。
～10月27日(月)～11月9日(日)は読書週間です～

問 図書室
☎(72) 8383
大網白里市図書室
検索



図書室へ行ってみよう!



- ①市図書室
(保健文化センター2階)
♥大網100-2
☎(72) 8383
- ②中部分室
(中部コミュニティセンター1階)
♥柿餅26-1
☎(73) 3337
- ③白里分室
(白里公民館1階)
♥南今泉1088-1
☎(77) 2172

本を借りてみよう!

10冊まで
2週間
借りられます!
(本・雑誌・紙芝居)

はじめて借りる人は、
電子申請・カウンターで
利用登録をしよう!

電子申請がオススメ

ホームページから
申請できる○
申込書記入を
省略できる○

利用登録後に
パスワード登録をすると…

資料予約や読書記録など
便利な機能が使えます。
図書室カウンター、ホームページ、
利用者用検索機で登録可能○

おはなし会に行ってみよう!

市図書室	毎週土 14時30分～
中部分室	毎週水 15時～
白里分室	毎週木 15時～

イベントに行ってみよう!

◆子ども向け歴史講座
「土器と学ぼう」

11月2日(日)
13:30～
14:30

小学生
先着15人
市図書室窓口
で受付

その他のイベントは
ホームページをチェック!

国勢調査2025

回答は10月8日までをお願いします

9月中旬ごろから、調査員が皆さんのお宅を訪問し、調査書類をお配りしています。

国勢調査の結果は、国や地方公共団体だけではなく子育て支援への利用、防災対策への利用、企業などの利用など、わたしたちの身近な暮らしに使われています。

▶調査対象
10月1日現在、日本在住のすべての人と世帯

▶回答方法
スマホやパソコンから、かんたんで便利なインターネットでお願いします(郵送も可)

▶回答期限=10月8日(水)

▶その他
・スマホからの回答は、二次元コードを読み取ることで簡単にログインできます。IDやパスワード(アクセスキー)の入力は不要です。

・期限までに回答が確認できない場合は、調査員が調査票の回収に伺います。

・万一、調査書類が届いていない場合や、追加の調査票が必要な場合(5人以上の世帯など)は、企画政策課へご連絡ください。

インターネット回答期間

調査票(紙)での回答期間

9/20(土) → 10/8(水) 10/1(水) → 10/8(水)

国勢調査については、「国勢調査2025キャンペーンサイト」をご覧ください。
<https://www.kokusei2025.go.jp/>



総務省・千葉県・大網白里市
企画政策課政策推進班
☎(70) 0315 FAX(72) 8454
✉ kikakuseisaku@city.oamishirasato.lg.jp

今月の展示棚

「読んで! 詠んで! 楽しむ詩・俳句・短歌」
「うた」の作品集や詠み方の本を展示します。

- ・「ときめき百人一首」河出書房新社
- ・「シン・短歌入門」NHK出版
- ・「月曜倶楽部へようこそ!」講談社
- ・「サラダ記念日」河出書房新社
- ・「しゃべる詩あそび詩ささる詩」富山房

新着図書

「ギリギリオニギリズ」白泉社
「佐伯警部の推理」角川春樹事務所
「手作りトルティーヤから極めるタコス」グラフィック社
「マンガでわかる東大勉強法」幻冬舎
「むくみ解消BOOK」家の光協会
「南インド神々と出会う旅」書肆侃侃房
「疲労学」東洋経済新報社

※他の新着図書は、図書室ホームページで確認できます。

自主防災組織を結成し、 自分たちの地域を自分たちで守ろう

災害時の被害を最小限に抑えるためには、普段から顔を合わせている地域や近隣の人々が協力して防災活動を行う必要があります。自主防災組織を結成し、共助に取り組みましょう。

◇自主防災組織とは

地域住民が自主的に連携して防災活動を行う組織です。平常時は防災訓練、広報活動、防災資機材の整備などを行い、災害時には初期消火活動、救出救護、避難誘導、避難所での給水給食などを行います。

◇自主防災組織の結成

地域の住民が組織結成に合意し、

規約、組織、活動計画を定めることで成立します（区・自治会単位）。組織を結成したときは市への届け出が必要です。結成を検討している場合はご相談ください。

◇補助制度

〈防災資機材の整備費を補助します〉

▶対象

新たに結成された自主防災組織

▶対象資機材

発電機・リヤカー・簡易トイレなど

▶補助上限額＝50万円

☎安全対策課消防防災班

☎(70) 0303

災害に備えて家庭で備蓄品を準備しましょう

◇常時携行品＝外出先でいつも身に付けておきたいもの

財布、携帯電話、キャッシュカード、免許証、携帯ラジオ、携帯電話の充電器など。

◇非常持出品＝緊急時に持ち出すもの（リュックに入れておく）

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。

◇備蓄品＝災害時の生活に必要なもの

3日～1週間分×人数分の食料や水、下着、着替え、給水用ポリ容器。食品はレトルト食品や缶詰、カップ麺。水は大人1日あたり3リットルが目安。

▶停電時に特に必要なもの＝懐中電灯、ランタン、携帯ラジオ、卓上こんろ、乾電池、発

電機（屋外で使用）

▶断水時に特に必要なもの＝飲料水、給水用ポリ容器、非常用トイレ

※ポリ容器には普段から水を貯めておく、生活用水に使用できます。

〈備蓄のコツ！ローリングストック法〉

食品や日用品を多めに買い置き、普段の生活の中で使いながら買い足していく方法です。常に一定の備蓄量を保つことができる上、災害時でもいつもと同じものを食べたり使ったりすることができます。

☎安全対策課消防防災班

☎(70) 0303

▲備蓄品チェックリスト



土のうを配布しています



台風や豪雨による低い土地の浸水、河川増水への備えとして、土のうの配布を行っています。

・事業者の利用はできません。
・土のう袋の配布も行っていますので、希望する方は申し出てください。

☎安全対策課消防防災班

☎(70) 0303

大網白里アリーナ

☎(72) 5708

白里出張所

☎(77) 2150



「ゾーン30」による速度規制を実施中

わらび台と北飯塚・南飯塚・柿餅の一部が、千葉県公安委員会により、ゾーン30の区域に指定されています。

ゾーン30は、交通規制（速度制限）の1つです。生活道路における歩行者や自転車の安全確保を目的として、区域

を定めて制限するものです。区域内では、自動車などの速度は時速30キロメートル以内に制限されます。ドライバーの方は制限速度を遵守しましょう。

☎安全対策課生活安全班

☎(70) 0387

「ゾーン30」の指定区域



ゾーン30の指定区域

●路面表示などの設置箇所

安全安心コーナー



東金警察署管内
安全・安心キャラクター
「とうがめくん」

自動車盗難に注意！

県内では例年、多くの自動車盗難事件が発生しています。令和6年の自動車盗の認知件数は愛知県866件、埼玉県781件に次ぐ706件でした。

◇被害の特徴

・人気車種の盗難多発中！

ランドクルーザー（プラド含む）やアルファードなどのほか、トラックなどの貨物車が犯人から狙われる傾向にあります。

・カーナビやナンバープレートも被害に

自動車本体だけではなく、付属品も盗まれる被害が発生しています。

◇盗難防止対策

・確実な施錠

短時間でも車から離れる時は、完全に窓を閉め、キーを抜いてハンドルロックとドアロッ

クをしましょう。

・イモビライザの装着

被害に遭わないためにも自動車にイモビライザを装着しましょう。

・盗難防止機器の活用

センサーが衝撃や音を感知し警報音を発する装置やタイヤのホイールロック、GPS追跡装置などの盗難防止機器を活用しましょう。

・複合的な防犯対策

センサーライト、防犯カメラの設置など、複数の対策を組み合わせた防犯対策を講じましょう。

盗難防止対策を徹底して、盗難被害を防ぎましょう！

☎東金警察署生活安全課

☎(54) 0110

●10月移動交番開設予定 大網白里市内

開設場所	開設予定日	開設時間
セブンイレブン 大網白里季美の森店	27日(月)	14時～15時
DCM大網永田店	21日(火)	14時～15時
主婦の店大網店	10日(金)	14時～15時
農村環境改善センター	21日(火)	10時～11時30分
みどりが丘自治会館	16日(木)	14時～15時
イオン大網白里店	6日(月)	10時～11時30分
大網白里市役所	2日(木)	10時～11時30分
国保大網病院	7日(火)	10時～11時30分

電話de詐欺を防止しよう 電話de詐欺対策機器購入費補助金

電話de詐欺防止機能（自動通話録音機能または自動着信拒否機能）の付いた固定電話

機などの購入費用を補助しています。

▼対象Ⅱ申請日時時点で65歳以上となる方、またはその世帯員

▼主要要件

・本市に住民登録があること

・世帯全員が市税などを滞納していないこと

※予算額に達し次第、締め切り。

☎安全対策課生活安全班

☎(70) 0387

▼補助上限額

1万円（送料などを除く）

※1世帯1回限り。

▼申請方法Ⅱ補助対象機器の購入後、交付申請書に必要書類を添えて提出

▼受付締切

令和8年2月27日(金)

※予算額に達し次第、締め切り。

③補助対象設備の設置工事に着手する日が、令和7年4月1日以降である

地球に優しい生活を 住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金

地球温暖化対策や電力の強じん化を図るための住宅用設備などの導入費用を補助しています。

▼対象・補助上限額

・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有）Ⅱ10万円

・定置用リチウムイオン蓄電システムⅡ7万円

・窓の断熱改修Ⅱ8万円

・電気自動車・プラグインハイブリッド自動車ⅡV2Hの併設の有無により15万円または10万円

・V2H充放電設備Ⅱ25万円

▼主要要件

①補助対象設備を導入した住宅に自ら居住し、本市に住民登録がある方

②世帯全員が市税を滞納していない

③補助対象設備の設置工事に着手する日が、令和7年4月1日以降である

※予算額に達し次第、締め切り。

☎安全対策課生活安全班

☎(70) 0386



毎月10日は「交通安全の日」夕暮れ時の事故に注意しましょう。

☎千葉県くらし安全推進課

☎043 (223) 2263

／安全対策課生活安全班

☎(70) 0387

10月1日(水)開始 マイナ救急実証事業

◆マイナ救急とは

総務省消防庁が実施する、マイナ保険証を活用して傷病者の受診歴や処方されているお薬などの情報を正確かつ早期に把握することで救急活動の円滑化を図る取り組みです。

山武郡市広域行政組合消防本部では、「マイナ救急」の実証事業に、全国すべての消防本部（720消防本部）とともに参加します。

これにより、救急隊への薬剤情報や通院歴の説明が簡潔に済むほか、お薬手帳を探すなどの手間が省けるため、傷病者の負担が軽減します。

さらに、血圧値などを通常時と比較できるため、傷病者の状態を把握しやすくなり、医療機関は治療の迅速な事前準備が可能になります。

▼実証期間 10月1日(水)～令和8年3月31日(火)
▼実証方法 傷病者本人の同意を基本とし、救急隊がマイナ保険証の医療情報を専用端末により閲覧

意を基本とし、救急隊がマイナ保険証の医療情報を専用端末により閲覧

▼閲覧内容 薬剤情報、診療情報、特定健診情報

▼実施する救急隊 山武郡市広域行政組合消防本部管轄内の救急隊8隊（平日の日中時間帯に運用する本部救急隊は除く）

救急活動の円滑化のため、マイナ保険証の携行をお願いします。



山武郡市広域行政組合消防本部警防課救急係
☎(52) 87552
✉id.keibou@sanbukouki
- chiba.jp

国民健康保険一部負担金の減免・徴収猶予

国民健康保険法では、次のような事情がある場合は、申請により一部負担金（医療機関などの窓口負担）の減免や徴収猶予を受けることができます。

- ・震災、風水害、火災その他これらに類する災害により身体または資産に著しい損害を受けた場合。
- ・干ばつ、冷害、凍霜雪害などによる農作物の不作、不漁などにより収入が著しく減少した場合。
- ・事業の休廃止や失業などにより収入が著しく減少した場合。

詳細は、問い合わせください。

☎市民課国保班 ☎(70) 0334

ねんきんナビ

納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納めた場合と同じように、「社会保険料控除」としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

また、自身の保険料だけでなく、配偶者や家族の保険料を支払っている場合は、その保険料も合わせて控除が受けられます。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い制度です。保険料の納め忘れのないようご注意ください。

◆控除の対象

令和7年1月～12月までに納めた国民年金保険料全額

※過年度分や追納された分も含まれます。

◆控除を受けるには

年末調整や確定申告を行うときに、領収証書や保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必

要となります。

◆控除証明書の送付（予定）

令和7年1月1日～9月30日までに保険料を納付した方は、10月下旬～11月上旬にかけて順次、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます。10月1日～12月31日までの間に保険料を納められた方へは、令和8年2月上旬に送付されます。

証明書の電子データをマイナポータルの「お知らせ」で受け取ることができますが、その際には事前に「ねんきんネット」で電子送付の希望登録を行う必要があります。電子送付を希望する場合は、紙媒体の送付は行いません。

※詳細は、日本年金機構のホームページをご確認ください。

☎ねんきん加入者ダイヤル（ナビダイヤル）

☎0570(003)004

大網病院だより ⑧

大網病院をもっと身近に

大網病院にある検査科をご存じですか？病院に行くと、採血や検尿、心電図をとることがありますが、それらの検査を行っている場所が検査科です。

検査科では「臨床検査技師」という資格を持った人たちが、働いています。

◆検査は何のために必要？

医師が病気を診断し、治療していくためには、患者さんの体の状態を知ることが必要です。そのために、医師の依頼のもと臨床検査が行われます。

体から出る病気のサインは、尿や便、あるいは血液や採取された臓器の一部などに、さまざまな形で現れます。検査を通してこれらのサインを把握し、病気の原因を追及することが臨床検査の重要な役割となります。

臨床検査は病気の診断だけでなく、治療方針の

決定、治療経過の確認や重症度の判定、回復の度合いの評価などにも利用されています。

臨床検査技師が病院内で行っている検査は、数え切れないほど多くの種類があり、その多くの検査の中から、医師は患者さんのサインを見つけるために必要な検査を選択しています。

検査の結果に間違いがあると、取り返しのつかないことになってしまうため、臨床検査技師は精度管理を行い、間違いがないように結果を報告しています。

◆検査結果を見ても言葉が難しくて分からない…。そんなときは

検査科では、検査の目的・略語・基準値・検査結果の読み方などをご説明しています。検査科まで、お気軽に声をかけてください。なお、診断や治療などに関わる説明は医師へご相談ください。

☎大網病院 ☎(72) 1121

「見守り」について ～在宅介護支援センターから～

在宅介護支援センターの仕事の一つに1人暮らしの方の訪問があります。大抵の方は「元気なうちは住み慣れた自宅で自分のペースで生活したい」と言います。その中で時々聞くのが「いつ何があるかわからない。亡くなって何日も誰にも発見されないのは嫌」という声です。離れて住むご家族からも「今は元気だけれど、一人なので心配」という相談を受けることもあります。

そこで、1人暮らしや高齢世帯の毎日の見守り方法を4つご紹介します。

①訪問型＝新聞、お弁当や牛乳などを配達してもらう。

お弁当などは対面で手渡ししてくれるものもあります。簡単に始められますが、毎日の事なので費用がかかります。

②アプリ型＝スマートフォンのアプリを活用する。

低価格で手軽に始められる半面、本人もスマートフォンの操作を要するというハードルがあります。

③カメラ型＝自宅にカメラを設置し、家族が映像をスマートフォンで確認する。

映像で確認でき安心ですが、カメラに死角があることや、監視されている気持ちになるというデメリットがあります。

④センサー型＝一定の時間動きがない場合に異変を通知する。

冷蔵庫の開閉や電気ポットの使用状況の他、市で高齢世帯などに貸与している緊急通報装置でも状況に応じセンサーを付けることができます。選ぶサービスによって費用はまちまちで、監視されている感は少ないですが、状態が見えないため即効性に欠けることが弱点です。

それぞれに長所短所があるため、本人とご家族の状況に合わせて選ぶと良いでしょう。

実際に、お弁当屋さんから家族に「体調が悪そうだ」と連絡があったケース、具合が悪く寝込んでいたところ一定時間動きがないことをセンサーが察知して、救急要請に至ったケースなど、本人がSOSを出せなくても連絡に至った例がありました。

他にも、お金をかけず身近な人との繋がりで安否確認をしている方もいました。毎朝家族に携帯から着信を残すというAさん。Aさんは携帯で電話をかける練習にもなっていると言います。

隣の家の人に「2階の雨戸が開かなかったら気にかけて」と声掛けしているBさん。普段も窓越しに世間話を楽しんでいるそうです。このように、民間や公的サービスだけでなく、家族や近所など身近な人と普段から繋がりを持つておくことが見守りになっている例もあります。

在宅介護支援センターでは、高齢者の皆さんが心身共に健やかにに過ごせるようご相談を受け付けています。

☎地域包括支援センター ☎(70) 0439

在宅介護支援センター おおあみ緑の里 ☎(73) 5146

在宅介護支援センター 杜の街 ☎(70) 1666

人間ドックの助成

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している方は、市と契約した医療機関で人間ドックを受けると助成を受けられます。医療機関で予約をした後、申請してください。

▼申請方法 電子申請、窓口

▼助成上限額

・国民健康保険被保険者 大網病院4万円、その他医療機関3万円（検査費用の7割相当額）

・後期高齢者医療被保険者 一律9,230円

▼市と契約している医療機関（全19機関） 国保大網病院、浅井病院、井上記念病院、君塚病院、亀田クリニック（亀田健康管理センター）、亀田総合病院附属幕張クリニック、公立長生病院、国際医療福祉大学成田病院、斎藤労災病院、さんむ医療センター、塩田病院、JCHO（ジェイコー）千葉病院、総合病院国保旭中央病院、ちば県民保健予防財団、千葉中央メディカルセンター、千葉メディカルセンター、ポー

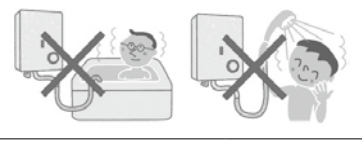
☎市民課国保班 ☎(70) 0334

※検査内容は医療機関によって異なりますので、予約時に医療機関へ直接確認してください。



ガスを安全に使いましょう

次の点に注意し、ガスを正しく安全に使用しましょう。



・「小型湯沸器」は、風呂、洗濯機、シャワーには使わない。



・地震が起きても、焦らず揺れが止まってから使用中のガス機器の器具栓、ガス栓を閉めてください。



・ガス臭いと感じたら、窓や戸を大きく開け換気をし、すぐにガス事業者へ連絡を!!

「ガスと暮らしの安心」運動実施中です（9月1日～11月30日）。
詳細は、一般社団法人日本ガス協会ホームページ内の「ガスと暮らしの安心」運動ページをご覧ください。

☎ ガス事業課保守班

☎（72）1131

▶（一社）日本ガス協会
「ガスと暮らしの安心」
運動ページ



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。）

市営ガス料金の改定について

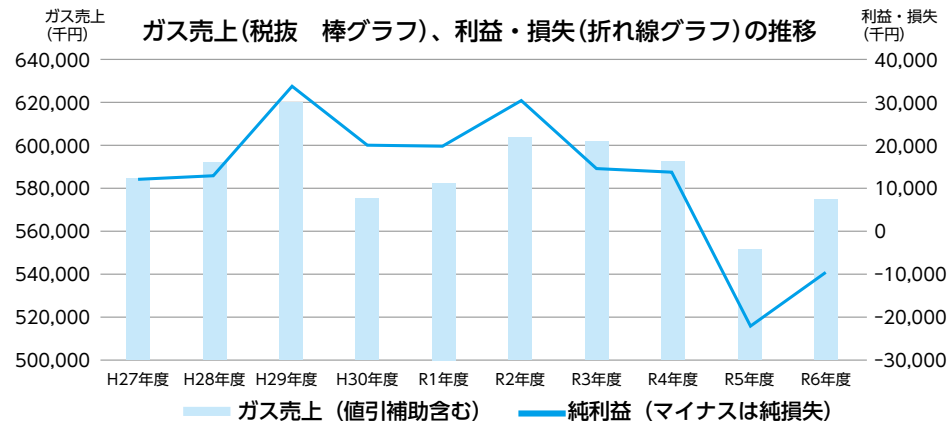
広報4月号でお知らせした市ガス事業の経営状況については、ガス販売量の減少および物価高騰による営業費用の増加により令和5年度に続き令和6年度決算においても純損失を計上する結果となり、厳しい経営状況が続いています。このことから、今後のガス事業を持続的に運営できるよう、市議会において条例改正を行い、市営ガス料金の改定（値上げ）を実施することとなりました。

改定内容の詳細は、広報11月号および市ホームページに掲載する予定です。

引き続き市営ガスを安心安全にお使いいただけるよう施設の更新・維持管理、保安業務に努めるとともに、経営の健全化を図ってまいりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

☎ ガス事業課業務班

☎（72）1131



記帳説明会・消費税説明会のご案内

事業・不動産所得を有する方や消費税の課税事業者の方などを対象に、記帳・帳簿等保存制度や消費税の経理処理などに関する基本的な事項の説明会を開催します。

新たに記帳を行う方や記帳の仕方がよく分からない方は、今回の記帳説明会をぜひご活用ください。

なお、この説明会では、青色申告制度の概要説明および会場の提供において、一般社団法人東金青色申告会の協力をいただいています。

▶説明事項

- ・記帳・帳簿等保存制度および青色申告制度の概要（電子帳簿保存法の改正事項などを含む）
- ・白色申告者および青色申告者の帳簿とその記帳のやり方
- ・消費税の概要、消費税の経理原理と記帳
- ・インボイス制度の概要、中小企業者の負担軽減措置および登録申請の方法など

●日時・会場 ※事前予約制。

説明会	開催日時	説明対象者	会場
記帳説明会	10月23日(木) 10時～12時	不動産所得を有する方	一般社団法人東金青色申告会 東金青色会館
	13時30分～15時30分	事業所得を有する方	
消費税説明会	10月24日(金) 10時～12時	農業所得を有する方	(東金市南上宿2-8-16) JR東金線 東金駅下車12分
	13時30分～15時30分	消費税課税事業者など	

▶その他

- ・名前などの個人情報については、税務署や青色申告会が開催する説明会および記帳指導のご案内以外には利用しません。
- ・国税庁ホームページに、記帳・帳簿などに関する情報をまとめたページを掲載していますので記帳説明会に参加できない方はご覧ください。

☎・☎ 東金税務署個人課税第1部門 ☎（52）3121

（自動音声案内に従って「2」を選択）



▲記帳のしかたの概要や青色申告（国税庁ホームページ）

令和7年分 年末調整説明会

▶日時・会場

① 10月29日(木) 14時～16時

・山武市成東文化会館のぎくプラザ視聴覚室（山武市殿台290-1）

② 11月7日(金) 14時～16時

・東金中央コミュニティセンター（東金市東岩崎1-20）

※開場 13時30分。

▶募集人数＝各80人

※定員に達し次第、締め切り。

▶対象＝源泉徴収義務者（給与の支払者）

▶申込方法＝電話

▶注意事項

- ・年末調整関係の用紙配布は行いません。
- ・国税庁のホームページ「年末調整がよくわかるページ」で、年末調整の手順等を解説した動画やパンフレット、年末調整時に必要な各種申告書などさまざまな情報を提供していますので、ご利用ください。

☎・☎ 東金税務署法人課税第1部門

☎（52）3121

（自動音声案内に従って「2」を選択）

公平な納税のための滞納処分（差し押え）について

地方税法では、「滞納者が督促を受け、その督促状を発送した日から起算して10日を経過した日までに、その督促に係る徴収金を完納しないときは、滞納者の財産を差し押えなければならない。」と規定されています。

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、納期限内に納付された方と公平性を欠くこととなります。さらに、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。

◆**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に督促状を送付します。督促状を送付しても納付が滞り続くと、滞納処分（差し押え）が行われます。

◆**差し押さえ**
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。

◆**督促・催告**
督促状を送付しても納付が滞り続くと、滞納処分（差し押え）が行われます。

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）などに、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えます。

◆**差し押さえ事例**
①給与などの差し押さえ
勤務先へ照会後、給与などの差し押さえを実施し、一定額を税金に充てます。

◆**納められない方は早めの納税相談を**
病気や失業・事業不振などの理由で、納めたくても納められない方もいます。このような方は、早めの納税相談をお願いします。相談が無いと、生活状況などの把握ができず、やむなく差し押さえの処分を受ける場合があります。

2025年新市町村振興宝くじ「ハロウィンジャンボ宝くじ」&「ハロウィンジャンボミニ」同時発売

この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉の向上のために使われます。

購入はぜひ、千葉県内の宝くじ売り場をご利用ください。

▶発売期間＝10月19日(日)まで

▶抽せん日＝10月28日(火)

▶発売単価＝各1枚300円

☎(公財)千葉県市町村振興協会 ☎043(311)4162



ネットでも買える!

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ同時発売

この宝くじの収益金は市町村の明るい住みよいまちづくりに使われます。

9月19日(金) 発売! 発売期間 9/19(金)～10/19(日) 抽せん日 10/28(火)

公益財団法人千葉県市町村振興協会 各1枚 300円

令和8年度入園 市立幼稚園の園児を募集

▼入園資格 本市に住民登録があり、次の期間に生まれた方
・1年保育(5歳児) 令和2年4月2日～令和3年4月1日
・2年保育(4歳児) 令和3年4月2日～令和4年4月1日
・3年保育(3歳児) 令和4年4月2日～令和5年4月1日

▼受付日時 10月22日(水) 11月5日(水)の平日14時～16時

▼必要書類
①入園願書
②給付認定申請書(1号認定用)
※管理課または各幼稚園で配付。市ホームページからのダウンロードも可能。

③住民票の写し
※世帯全員記載。本籍は省略。続柄記載有のもの。
管理課 学校教育局 管理課 電話(70) 0372

▼配付場所 各幼稚園および管理課(市役所別棟)
▼配付期間 10月22日(水)～11月5日(水)の平日
▼配付時間
・各幼稚園 14時～16時
・管理課 8時30分～17時15分

◆入園願書の受付
▼受付場所 入園希望の幼稚園



児童手当の手続きはお早めに

お子さんが生まれた場合や転入した場合は速やかにお手続きください。

- ▶支給対象
市内在住で0歳から18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間の児童を養育している方
- ▶支給期間
認定請求を行った日の属する月の翌月分から、児童手当を支給すべき事由が消滅した日の属する月分まで
- ▶支給額(月額)
・3歳未満=1万5千円
・3歳～高校生年代=1万円
※第3子以降=3万円。
- ▶支給時期=毎年2・4・6・8・

- 10・12月(偶数月)に前月分までの2か月分を支給
- ▶申請に必要なもの
・請求者名義の通帳(児童、配偶者名義の口座は不可)
・請求者および配偶者の個人番号(マイナンバー) 確認書類
・本人確認書類
・請求者が被用者(会社員など)であることがわかるもの(請求者の健康保険証利用登録がされたマイナンバーカード、健康保険の資格証明書、年金加入証明書の写しなど)
- ☎・問 子育て支援課児童家庭班 電話(70) 0331

動物を正しく飼いましょう

◆県動物愛護センター主催 犬のしつけ方教室

〈基礎講座〉

- ▶日時・会場
①10月23日(木)10時～12時・動物愛護センター本所(富里市)
②10月14日(火)13時30分～15時30分・動物愛護センター東葛飾支所(柏市)
- ▶内容=犬の本能と習性、しつけ方法の講義
モデル犬によるデモンストレーション(本所会場のみ)
- ▶申込方法=電話
▶募集人数=先着各10人 ※犬同伴不可。
▶参加費=無料

〈基礎講座動画配信〉

- ▶申込方法=電子申請(県ホームページ)

〈実技講座〉

- ▶日程・会場
①10月23日(木)・本所
②10月22日(水)・東葛飾支所
- ▶申込方法=電話
▶募集人数=先着5人
▶参加費=1頭につき3,300円 ※犬同伴。

◆山武保健所主催 犬のしつけ方教室

- ▶日時・会場
①11月11日(火)13時30分～16時30分・農村ふれあいセンターやまべの郷
※雨天時=研修室。
②11月28日(金)13時30分～16時30分・さんぶの森交流センターあららぎ館 ジャイアントシェルトー
※雨天時=多目的室。
- ▶申込締切
①10月28日(火)、②11月14日(金)
- ▶内容
・晴天時(犬同伴)=実技講習(リーダーウォーク、ハウストレーニング、トイレトレーニングなど) ※小雨決行。

- ・雨天時(犬同伴不可)=講義
※雨天の判断は当日10時ごろ。
- ▶対象=狂犬病予防ワクチン接種済みで10kg以下の犬1匹と飼い主(原則1人)
※犬は、大網白里市・東金市・山武市・九十九里町・横芝光町・芝山町に登録されていること。
- ▶募集人数=10組
※申込多数の場合抽選。
- ▶持ち物=犬のクレート(お持ちの方)、首輪、リード(伸縮しないもの)、犬のおやつ、犬のおやつを入れるウェストポーチ、水など
- ▶受講料=無料

◆県動物愛護事業

〈犬と猫との出会いの場〉

犬・猫の新しい飼い主を探しています。

〈譲渡事業〉

動物愛護センターが収容している譲渡対象の成犬・成猫を、適正に最後まで飼っていただける方を募集しています。
※要来所予約。

問(県動物愛護センター主催

犬のしつけ方教室)

千葉県動物保護管理協会

☎043(214)7814

〈山武保健所主催犬のしつけ方教室〉

地域づくり課環境対策班

☎(70)0386

〈動物愛護事業全般〉

県動物愛護センター

☎0476(93)5711



▲犬のしつけ方教室
(県ホームページ)



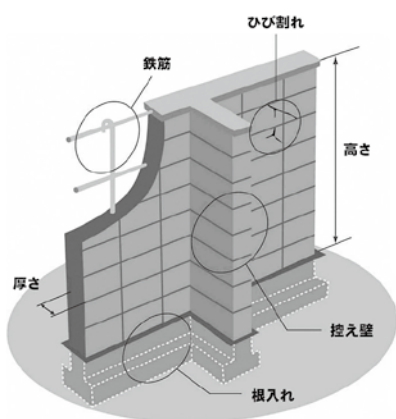
▲犬と猫の出会いの場
(県ホームページ)

ブロック塀の安全点検をしましょう

ブロック塀には建築基準法施行令で定められた基準があり、塀の所有者は、この基準を守るとともに塀を安全に管理する責任があります。
塀の倒壊事故を未然に防ぐため、高さ、控え壁の有無、損傷などについて点検をお願いします。

◆ブロック塀点検のチェックポイント

- ①塀は高すぎないか
・塀の高さは地盤から2.2m以下か。
- ②塀の厚さは十分か
・塀の厚さは10cm以上か(塀の高さが2m超2.2m以下の場合15cm以上)。
- ③塀の高さが1.2m超の場合、控え壁はあるか
・塀の長さ3.4m以下ごとに、塀の高さの5分の1以上突出した控え壁があるか。
- ④基礎があるか □⑤塀は健全か
・コンクリートの基礎があるか。 ・塀に傾き、ひび割れはないか。
- ⑥塀に鉄筋が入っているか(専門家に相談)
・塀の中に直径9mm以上の鉄筋が、縦横とも80cm間隔以下で配筋されており、縦筋は壁頂部および基礎の横筋に、横筋は縦筋にそれぞれかぎ掛けされているか。
・塀の高さが1.2m超の場合、基礎の根入れ深さは30cm以上か。



(出典:パンフレット「地震からわが家を守ろう」日本建築防災協会 2013.1より一部抜粋)

〈組積造(れんが造、石造、鉄筋のないブロック造)の塀の場合〉
①塀の高さは地盤から1.2m以下か
②塀の厚さは十分か
③塀の長さ4m以下ごとに、塀の厚さの1.5倍以上突出した控え壁があるか
④基礎があるか
⑤塀に傾き、ひび割れはないか
⑥基礎の根入れ深さは20cm以上か(専門家に相談)

問 県山武土木事務所
建築宅地課
☎(54)1133
都市整備課営繕室
☎(70)0366

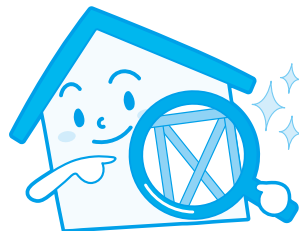
木造住宅の耐震診断・耐震改修にかかる費用の一部を補助します。自宅の耐震性を確保し、大地震に備えましょう。

◆耐震診断とは
旧耐震基準で設計されている建物の耐震性を確認し、不足している建物の構造を補強します。

◆耐震改修とは
耐震診断の結果、耐震性が不足している建物の構造を補強します。

あなたの住まいの耐震性は大丈夫ですか？ 木造住宅耐震診断・改修補助事業補助金

- ▼対象建物
①市内に所在している
②昭和56年5月31日以前に着工されたもの
- ▼補助額
・耐震診断
③一戸建て
④在来軸組工法により建築され、地上2階建以下のもの
- ▼主な要件
①対象木造住宅を自己居住のために所有し、本市に住民登録がある方
②世帯全員が市税などを滞納していない
③補助額
・耐震診断
上限8万円(費用の3分の2)
・耐震改修
上限100万円(設計・工事・監理費用の3分の2)
※予算額に達し次第、締め切り。
- 問 都市整備課営繕室
☎(70)0366



▲耐震補助について
(市ホームページ)

市が発注する入札結果の公表

落札金額が建設工事500万円以上・業務委託300万円以上・物品購入など200万円以上のものを掲載します。なお、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。

◆8月7日一般競争入札実施分

※金額は税込

件名	落札業者	落札金額(落札率)
経年ガス導管入替工事(富田(北))	(株)仲栄建設	9,560,122円(86.75%)
舗装補修工事	(株)丸二工務店	14,548,195円(86.39%)
舗装補修工事	(株)萱生工務店	9,489,197円(86.09%)
大網白里市広域化・共同化に係る計画設計業務	(株)オリエンタルコンサルタンツ	8,800,000円(94.45%)
水路改修工事に伴う境界測量業務	(株)つくも	3,509,000円(91.93%)
小中南玉排水路整備基本計画検討業務	パシフィックコンサルタンツ(株)	7,700,000円(73.15%)
金谷川河道浚渫業務	(株)京葉興業	4,235,000円(56.95%)
職員用Microsoft365ライセンス取得	リコージャパン(株)	28,512,000円(98.04%)

問 財政課契約管財班 ☎(70)0312

不法投棄は犯罪です。絶対に行わないでください。土地を所有する方は、草刈りやごみ拾い、フェンスやロープの設置などにご協力ください

問 地域づくり課環境対策班 ☎(70)0386

10月の健診・予防接種など

●健診など

事業	会場	日時	対象
乳児健診	㊦	23 日(木)午後	R7年5月生まれ
1 歳 6 か月児健診		27 日(月)午後	R6年2月11日～ 3月31日生まれ
2 歳児歯科健診		31 日(金)午後	R5年3 ～ 4月生まれ
3 歳児健診		28 日(火)午後	R4年1月生まれ
乳児相談		3日(金) 10時30分～ 11時	乳児とその保護者
マタニティ教室Ⅱ課 赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体験（家族の方）		22日(水) 13時30分～ 16時	妊娠 4 か月以降の妊婦とその家族

●予防接種

予防接種名	会場	日程	受付時間
B C G	㊦	17日(金)	13時15分～ 13時45分 ※完全予約制。

㊦＝保健文化センター

◎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。

栄養士だより

日本では、食べられるのに捨てられる食品、いわゆる「食品ロス」が年間 464 万トン発生しています。食品ロスを減らすためには、家で食品ロスが出ないようにするだけでなく、食べものを買うお店、食べるお店でも食品ロスを減らすことを意識することが大切です。

〈お買い物・外食編〉

- ①買い物前に冷蔵庫の中などの食材在庫をチェック
- ②すぐ食べる食品は、商品棚の手前から取る「てまえどり」を心掛け、賞味期限の近いものから買う
- ③外食では食べられる量だけ注文する

食品ロスを減らしましょう

〈ご家庭編〉

- ①食品に合った温度や場所に保存する
- ②冷蔵庫や食品庫の整理整頓
- ③食べ切れる量を作る
- ④食材を無駄なく、上手に使い切る
- ⑤作りすぎた料理はリメイクレシピなどで工夫する



▲食材を使い切る参考レシピ（クックパッド 消費者庁のキッチン）

良い歯と健康な歯肉で 歯っぴーライフ

「健康・元気・長生き！」 ～オーラルフレイル予防で叶えよう～

世界一の長寿国である日本の喫緊の課題は、健康寿命を引き上げることです。健康寿命とは、健康に生活できる期間のことを言い、男性で8.49年、女性で11.63年平均寿命より短くなっています。つまりその期間が要介護状態であるということになります。

最期まで健康で元気に過ごす鍵となるのがオーラルフレイル予防です。オーラルフレイルとは、お口のささいな衰えが積み重なった状態のことをいいます。オーラルフレイルを放置するとやがて負のスパイラルに陥り、全身の活力低下や要介護状態を招くといわれています。実際にオーラルフレイルが認められた高齢者は要介護リスクが2.4倍、総死亡リスクが2.1倍高いという報告があり、また65歳以上の約4割がオーラルフレイルというデータもあります。

オーラルフレイルは、早期に気付いて適切に対処することで予防できます。お

口のささいなトラブルを放置せず、歯科医に相談するなど早めに対処しましょう。

◇オーラルフレイルチェック

次のうち2つ以上該当した方はオーラルフレイルの疑いがあります。

- ・自分の歯が19本以下である
- ・半年前と比べて固いものが食べにくくなった
- ・お茶や汁物でむせることがある
- ・口の渇きが気になる
- ・普段の会話ではっきりと発音できないことがある



▲オーラルフレイル予防の講話の様子（市社会福祉協議会増穂支部）

保 健

問い合わせは

健康増進課

☎(72)8321



保健師だより

～更年期障害について～

閉経の前後10年間を「更年期」といい、ホルモンバランスの変化によりさまざまな症状がでます。その中でも日常生活に支障を来すほどの重い症状が出る場合を「更年期障害」といいます。更年期障害は女性だけではなく男性にもなることがあります。

女性は40代で3.6%、50代で9.1%、男性は30代で2.4%、40代で1.5%、50代で1.7%の方が更年期障害と診断されています。

◇更年期の症状

〈女性の場合〉

- ・生活習慣病にかかりやすくなる
- ・肩こり、腰痛、背中の痛み
- ・疲労感、疲れやすい
- ・落ち込みやすくなったり、気持ちが不安定になる
- ・皮膚や排尿のトラブルが発生しやすくなる
- ・骨がもろくなる
- ・のぼせ、ほてり、発汗など

〈男性の場合〉

- ・生活習慣病にかかりやすくなる
- ・肩こり、腰痛
- ・疲労感、疲れやすい
- ・抑うつ（気分がすぐれない）、うつ

- ・前立腺障害（頻尿など）

- ・不眠

- ・集中力、記憶力の低下など

◇更年期の症状が出たら

更年期の症状や時期は個人差があります。症状がつらいときは無理をせず病院に行きましょう。また、更年期に似た病気にかかっている可能性もあるため、「更年期ならいつか治るだろう」と病院にかからずにいると、発見が遅れ病状が悪化してしまうこともあります。症状がある方は自己判断をせず、一度受診することをお勧めします。

日常生活では、適度な休息や、運動、バランスの良い食事を心がけることで、症状の緩和につながります。

◇更年期障害のセルフチェック

「更年期かもしれない」とお悩みの方は、セルフチェックをしてみましょう。



▲更年期障害のセルフチェック（市ホームページ）

予防接種

	インフルエンザ予防接種	新型コロナウイルス感染症予防接種
接 種 期 間	10月1日(水)～令和8年1月31日(土)	
自己負担額 (接種料金)	各医療機関の設定金額から 市助成額1,500円 を差し引いた金額 ※1	各医療機関の設定金額から 市助成額4,500円 を差し引いた金額 ※1
対 象 (予診票を送付します)	本市に住民登録があり、接種日に次の要件のいずれかに該当する方 ①65歳以上の方 ②満60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスの免疫により機能に障害を有する方（事前に健康増進課への申請が必要） ※予診票が送付されない場合は、市内の協力医療機関にある予備用の予診票を利用いただくか、健康増進課へ問い合わせください。 ※接種期間中に転入され対象となる方は、健康増進課に申し出てください。	
接 種 場 所	①または②に該当する医療機関 ◎要予約 ①市内協力医療機関 ②市外で千葉県内相互乗り入れ制度に加入している医療機関 医療機関の詳細および①・②以外で接種をご希望の場合の手続き方法については、健康増進課にお問い合わせください。	
持 ち 物	予診票、保険証など、自己負担額（接種料金） ・接種記録は保管してください。	

※1 生活保護を受給している方は、「生活保護受給証明書」を医療機関にご持参いただくと、接種費用が無料になります。ただし、「生活保護受給証明書」をご持参いただかない場合は、一般の方と同じ接種費用が請求される場合があります。

●注意点

- ・予防接種は希望者が受けるもので、強制ではありません。
- ・認知症などで本人の意思確認ができない場合は、本人の意思を酌み取った身近な家族などが同意書を代筆する必要があります。
- ・自己負担額（接種料金）は、助成額を差し引いた金額を各医療機関でお支払いいただきます。接種後、市役所での手続きはありません。（償還払い制度を利用される方は手続きがありますのでお問い合わせください。）

情報コーナー



お知らせ

道路上に張り出した樹木の枝払いなどをお願い

道路に張り出した枝は、通行の妨げになるだけでなく、見通しを悪くして交通事故の原因になることもあり、大変危険です。

道路に張り出した枝が原因で事故が発生した場合には、樹木の所有者が責任を問われることがあります。

枝切りなど適切な管理をお願いします。

区(市道の場合)

建設課管理班

電話(70) 0350

(国道・県道の場合)

山武土木事務所

電話(54) 1132

道路の異常を発見したら連絡を

道路の破損などの危険箇所

の早期発見と迅速な対応を図るため、次のような異常や異変を感じた際は、情報提供にご協力をお願いします。

・道路に穴があいている

・路肩が崩れている

・ガードレールなど構造物の

破損

・道路から水が漏れている
・晴れているのに道路に水たまりができています

区(市道の場合)

建設課管理班・道路班

電話(70) 0350・0351

(国道・県道の場合)

山武土木事務所

電話(54) 1132

(漏水の場合)

山武都市広域水道企業団

施設課

電話(55) 7854

軽油取引税

軽油は県内で買いました

軽油取引税は、軽油を購入した販売店の所在する県の収入になり、教育・福祉・道路整備などに使われます。

不正軽油の製造・販売・使

用は、軽油取引税の脱税だけではなく、県民の健康や地域の環境に悪影響を与える悪質な犯罪行為です。

不正軽油を「買わない」「売らない」「使わない」

不正軽油の販売や使用の防止にご協力をお願いします。

山武土木事務所

電話(54) 1132

(漏水の場合)

山武都市広域水道企業団

施設課

電話(55) 7854

遊休農地を刈払って

10月は千葉県のイノシシ対策

の棲み家です。遊休農地を定期的に刈払い、農地を適切に管理し、イノシシによる農作物被害を防ぎましょう。

区(市道の場合)

建設課管理班・道路班

電話(70) 0350・0351

(国道・県道の場合)

山武土木事務所

電話(54) 1132

(漏水の場合)

山武都市広域水道企業団

施設課

電話(55) 7854

軽油取引税

軽油は県内で買いました

軽油取引税は、軽油を購入した販売店の所在する県の収入になり、教育・福祉・道路整備などに使われます。

不正軽油の製造・販売・使

用は、軽油取引税の脱税だけではなく、県民の健康や地域の環境に悪影響を与える悪質な犯罪行為です。

不正軽油を「買わない」「売らない」「使わない」

不正軽油の販売や使用の防止にご協力をお願いします。

山武土木事務所

電話(54) 1132

(漏水の場合)

山武都市広域水道企業団

施設課

電話(55) 7854

遊休農地を刈払って

10月は千葉県のイノシシ対策

の棲み家です。遊休農地を定期的に刈払い、農地を適切に管理し、イノシシによる農作物被害を防ぎましょう。

区(市道の場合)

建設課管理班・道路班

住民協働事業

「大網白里市外国人しえんネットワーク」10月のよてい

〈ワンストップサービスサロン〉

1対1の日本語教室です。学校のペンキょうやいろんなそうだんができます。英会話もたのしめますので、日本人の方も来てください。

▶いつ=10月12日(日)10じ~12じ

▶どこで=ちゅうぶコミュニティセンター2Fしちょうかくしつ

▶さんかひ(おかね)=ひとり100えん(ちいさなプレゼント付き)

〈外国人なんでもそうだんしつ〉

こまっていることはありませんか?どんなことでもそうだんしてください。▶いつ=10月22日(水)13じ30ふん~16じ

▶どこで=ちゅうおうこうみんかん2Fこうぎしつ

▶さんかひ(おかね)=ひとり100えん(ちいさなプレゼント付き)

〈研修会のお知らせ〉

▶内容=「外国人と接する時の日本語の使い方」

▶講師=大野光夫氏(地域日本語教育コーディネーター)

▶日時=10月14日(火)14時~15時40分

▶会場=中央公民館2階講義室

▶参加費=無料

※申込不要。

区大網白里市外国人支援ネットワーク

✉mail@oamishirasato-gaikokujin.net

農業振興課農政班

電話(70) 0345

農業用廃プラスチック・肥料袋の二斉回収

日時=10月27日(月)、11月20日(木)13時~15時

必要なもの=負担金

※事務負担金は搬入車両1回につき1台100円、処理負担金は農業用廃プラスチック1kgにつき39円です。

注意

・個別回収はありません。

・塩化ビニールは水洗浄、ポリ・肥料袋は土払いし、同じ材料で結束し、荷台へ積載後、シートをかけてください。

・搬入時に放射線量検査を行います。処理方法が守られていないものや、放射線量検査の結果、0.23マイクロシーベルト毎時以下でないものは回収できません。

募集

会計年度任用職員(税務課)

募集①

内容=課税資料の仕分けおよび確認作業、確定申告相談会(大網会場)での案内および受付など

条件

原則週5日勤務可能で、ワード・エクセル操作ができる方

募集人数=5人

雇用期間=令和8年1月20日(火)~3月19日(木)

休日=土、日、祝

募集②

内容

確定申告相談会(白里会場)での案内および受付など

募集人数=1人

雇用期間

令和8年2月10日(火)~3月16日(月)のうち12~14日間程度

※確定申告相談会(白里会場)の開設日数に応じます。

電話(70) 0345

搬入場所=県園芸用プラスチックリサイクルセンター(東金市小沼田1655の3)

区市農業用廃プラスチック対策協議会事務局(農業振興課内)

◆募集①、②における共通事項

勤務時間

8時~17時(うち休憩1時間)

提出書類

履歴書(郵送または持参)

※募集②へ応募の場合は、履歴書の備考欄などに「募集②希望」と記載ください。

申込締切=11月14日(金)

※応募が一定数に達した時点で、締切日前に募集を締め切る場合があります。

選考方法=書類審査、面接

(12月上旬~中旬予定)

区税務課市民税班

電話(70) 0321

会計年度任用職員(ケアマネジャー)

内容=要支援者および事業者へのケアプラン作成など

募集人数=2人

勤務期間=採用時~令和8年3月31日(火)(更新あり)

勤務時間=8時30分~17時15分(うち休憩1時間)

休日=土、日、祝、年末年始

資格=介護支援専門員、普通自動車運転免許(AT限定可)

必要経歴=居宅での実務経験3年以上

申込方法=必要書類を郵送または持参(開庁時間内)

提出書類=履歴書(写真貼付)、職務経歴書、資格証の

写し、運転免許所の写し

募集期間=随時募集

区・区地域包括支援センター

電話(70) 0439

FAX(70) 1093

講座・催し

成果発表会(作品展示)を開催

市内で活動している学習活動団体などの成果発表の場として、また、地域の皆さんのふれあいと学習意欲の向上の場として成果発表会を開催します。

日時

10月25日(土)9時~16時30分

10月26日(日)9時~15時

会場=中央公民館

内容=茶道、書道、手作りアートなど

区中央公民館

電話(72) 0698

かけっこ教室

走ることが苦手なお子さん向けに、かけっこ遊びなどのレクリエーションを通して、楽しみながら走ることがもっと好きになる教室を行います。

▶日時=11月15日(土)、22日(土)、29日(土)13時30分~(1時間程度)

▶会場=市営野球場

※雨天時=大網白里アリーナ サブアリーナ。

▶講師=加藤達輝氏、生形真希氏(東千葉スポーツクラブ陸上教室講師)

▶対象=市内在住・在学の小学1~3年生で、3日間とも参加できる方

▶募集人数=先着30人

▶申込方法=窓口

▶申込用紙配布場所=市ホームページ、大網白里アリーナ

▶申込期間=10月7日(火)~31日(金)

▶参加費=無料

▶主催=市教育委員会

▶その他=傷害保険は各自でご加入ください。

区・区大網白里アリーナ

電話(72) 5708



生活サポーター養成講座

▶日時＝11月19日(水)、20日(木)
9時30分～16時(2日間)
▶会場＝中央公民館
▶内容＝生活サポーターの理解、活動内容、生活支援の方法、高齢者の身体的特徴、各事業所の活動紹介、事業所紹介とサービス提供の実践
▶募集対象＝両日受講可能で、本市に住民登録がある方
▶申込方法＝電話、窓口
▶申込締切＝11月10日(月)
▶その他＝2日間受講した方には、修了証を贈呈。高齢者の生活支援を担う事業所やボランティア団体での活動が可能となります。
▶参加費＝無料
申・閩社会福祉協議会
☎(72) 1995

第23回障害者雇用促進就職面接会

▼日時＝10月23日(木)13時～16時
▼会場＝千葉ポートアリーナメインアリーナ
(千葉市中央区問屋町1の20)
▼内容
障害者(身体、知的、精神)の方を対象とした就職面接会(約80社)
▼申込締切＝10月3日(金)
申・閩ハローワーク千葉南専門援助部門
☎043(300)8609
(部門コード43#)

県生涯大学校外房学園祭

▼日時＝11月15日(土)10時～16時
▼会場＝外房学園茂原校舎(茂原市本小轡319の1)
▼内容
・展示＝手芸作品、立体折り紙、竹の彫刻など
・販売＝野菜、花苗、焼き芋など
・体験＝スポーツ吹矢、陶芸体験、名刺作成など
・芸能＝民謡、民謡踊り、落語、南京玉すだれ、ハーモニカ、傘回しなど
閩県生涯大学校外房学園
☎0475(25)8228

認知症カフェ あったかスペースモクセイ

▼日時＝10月16日(木)13時30分～15時30分
▼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
▼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
※飲食物は各自持参
閩地域包括支援センター
☎(70) 0439

もの忘れ相談会

▼日時
10月10日(金)、11月14日(金)
①13時30分～14時15分
②14時30分～15時15分
※予約制。
▼会場＝中央公民館2階談話室
▼内容＝専門職(保健師、社会福祉士、介護支援専門員など)による認知症の個別相談
▼対象＝市内在住で、もの忘れや認知症について不安がある方、家族、事業所
▼申込方法＝電話
▼参加費＝無料
申・閩地域包括支援センター
☎(70) 0439

講座・催し

男女共同参画講演会

▶日時＝11月8日(土)14時～15時30分
▶会場＝匝瑳市市民ふれあいセンター2階会議室(匝瑳市八日市場ハ793-35)
▶募集人数＝先着60人
▶テーマ＝「楽しく考える男女共同参画」
▶講師＝東京大学教授 瀬知山角氏
▶申込方法＝電子申請、電話、ファクス、メール
※氏名、住所(市町村のみ)、連絡先をお伝えください。
▶申込締切＝11月2日(日)17時
※託児(1歳～未就学児のみ)希望の場合は10月24日(金)17時までに電話で申し込みください(若干名・先着順)。
▶参加費＝無料
申・閩県男女共同参画センター
☎043(420)8411
FAX043(420)8581
☐kenkyouse@mz.pref.chiba.lg.jp

シルバー世代の交流の場 まきの木サロン

▼日時＝毎月第3(月)9時30分～11時30分
▼会場＝中央公民館講義室
▼対象＝市内在住の高齢の方
▼内容＝フリーサロン(おしゃべりやレクリエーション)
▼参加費＝100円/回
※予約不要。
閩市社会福祉協議会
☎(72) 1995

いきいき体力測定会

▼日時＝10月31日(金)9時～10時、11時、13時、14時
▼会場＝中央公民館
▼内容＝季美の森リハビリテーション病院の理学療法士・作業療法士による体力測定会
▼測定事項＝質問調査(アンケート)、体力測定、インボディ測定(身体各部位の筋肉量などを測定)、足部のトリプルチェック

コスモス荘でカラオケできます

▼開放日時＝毎月第2・3(火)13時～16時30分
▼対象＝市内在住で60歳以上の方
※休館日の場合は別日に変更。
閩市社会福祉協議会
☎(72) 1995

電子書籍サービス体験会

▼日時＝11月9日(日)10時～14時(出入り自由)
▼会場＝県立東部図書館(旭市ハ349)
▼内容＝県立図書館導入の電子書籍「Kinodan」体験
▼参加費＝無料 ※申込不要。
閩県立東部図書館
☎0479(62)7070

グローバルカフェ

▼日時
10月19日(日)13時30分～16時
▼会場＝中央公民館講義室
▼内容＝日本人も外国人も一緒に楽しめる国際交流イベント
▼参加費
・大人＝1,000円
(会員600円)
・学生、子ども＝400円
▼その他＝本格パティシエの焼き菓子付き(先着30人限定)
申・閩市国際交流協会
☎090(266)4242
(会長小林)

2025終活セミナー

▼日時＝11月11日(火)
①10時～12時、②14時～16時
※15分前までに会場ください。
▼会場＝中央公民館2階講義室
▼内容＝講師のアドバイスを受けながらエンディングノート作成
▼参加費＝無料
▼申込方法＝申込書を持参
▼チラシ・申込書配布場所
高齢者支援課、市社会福祉協議会、中部コミュニティセン

市文化協会「子ども将棋教室」

▶日時＝11月2日(日)9時～11時30分
▶会場＝中央公民館講堂
▶内容
①初心者向け親子将棋講座
②将棋対局体験講座
▶講師＝誠和棋友会会員
▶対象＝小学1年生～4年生(市内在住・在学)
▶募集人数(先着)
①親子20組
②30人
▶申込方法＝電子申請
▶申込期間
10月1日(水)9時～20日(月)17時
▶参加費＝無料
▶持ち物＝飲み物

料理講習会

◆太巻き寿司(盆栽の梅、うず巻)
▶開催日時
11月13日(木)、15日(土)13時30分～
▶会場＝農村環境改善センターいずみの里
◆太巻き寿司(盆栽の梅、花椿)
▶開催日時＝11月19日(水)13時30分～
▶会場＝農村ふれあいセンターやまべの郷
◆共通事項
▶申込期間＝10月1日(水)～15日(水)
▶募集人数＝各回先着8人
▶持ち物＝エプロン、三角巾、ラップ
※マスク着用
▶参加費＝1,700円
申・閩農村環境改善センターいずみの里
☎(70) 5111
農村ふれあいセンターやまべの郷
☎(72) 7413

市内商工業者向け経営計画策定セミナー

▶日時＝10月7日(火)18時30分～20時30分
▶会場＝市商工会館2階大会議室
▶内容＝事業計画の立て方、収益確保のポイントなど
▶参加費＝無料
▶主催＝市商工会・県商工会連合会
▶その他
・補助金や申請相談も行えます。
・初めての方、非会員の方もご参加いただけます。
閩市商工会事務局
☎(72) 0239

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。

閩地域づくり課環境対策班 ☎(70) 0386

10月1日は「浄化槽の日」 浄化槽の清掃を行っていますか？

浄化槽は、水質汚濁の原因となる生活排水を処理し、きれいな水に変える装置です。しかし、使用を重ねるうち、浄化槽内部への汚泥の蓄積により、放流水の水質悪化や悪臭を引き起こします。

生活環境の悪化を防ぐため、定期的に浄化槽の清掃を行いましょう。浄化槽の清掃は、年1回以上行うことが法律で義務付けられています。

清掃は、浄化槽清掃が許可されている次の業者に依頼してください。

▶浄化槽清掃の許可業者

(山武郡市内（横芝光町の光地区を除く）)

・(株) 五十嵐商会

☎0475(58)5249

・(株) 新興ウオターマネジメント

☎0475(54)2231

・(有) 環境衛生センター

☎0475(58)2304

・(有) 渡辺清掃

☎0475(58)3308

・(有) 甲斐浄化槽サービス

☎0475(77)1717

・(有) 成東浄化槽センター

☎0475(82)0202

☎山武郡市広域行政組合

環境衛生課

☎(54)0531



▲浄化槽清掃について
(広域行政組合ホームページ)

資源のリサイクルをお願いします

◇リサイクル回収倉庫で資源物を回収

新聞、雑誌、段ボールや雑がみなどを回収しています。ごみの減量化のため、分別とリサイクルの推進にご協力ください。

▶雑がみの例＝ラップの芯、お菓子の箱、アルミ加工された紙パック、写真、カタログ、レシートなどの感熱紙、紙コップなど

▶回収できないもの＝紙おむつ、シール、トイレトーパー、ティッシュペーパー、油紙、ウェットティッシュなど



▲リサイクル回収倉庫
の活用をお願いします
(市ホームページ)



▲リサイクルできる雑
がみの種類が増えました
(市ホームページ)



▲スーパー店頭での資源
物回収をご利用ください
(市ホームページ)

※汚れ、においのあるものは回収不可。

※金具やクリップ、綴じ紐などがついていても回収可能。

◇スーパーマーケットでも回収

(実施していない店舗もあります)

店舗により、回収特典でポイントなどが付与されることもあります。ぜひご利用ください。

☎地域づくり課環境対策班 ☎(70)0386

使用済みプラスチック製品の回収

プラスチックの有効活用（再資源化）とごみの減量化のため、次の場所で使用済みプラスチック製品を回収しています。

▶回収対象＝「PP（ポリプロピレン）」または「PE（ポリエチレン）」の表示がある、単一素材の製品（例＝ザル、ボウル、バケツ、チリトリ、ごみ箱、風呂いす、手おけ、洗面器、かご、衣装ケースなど）
※プラスチック以外の素材が付属しているものは対象外（持ち手が金属のバケツやバネが金属の洗濯ばさみなど）。

▶出し方＝汚れを落とし、袋などには入れず、そのまま回収ボックスに入れてください

▶回収場所

・市役所＝地域づくり課

※市役所施設改修のため一時的に変更しています。

・白里出張所リサイクル倉庫内

▶注意事項

・一部回収対象外のものが排出されています。

回収対象外の場合は分別基準に従い、ごみとして処理してください。

☎地域づくり課環境対策班

☎(70)0386



▲製品プラスチックの回収
について（市ホームページ）

10月のごみ収集日

8月の可燃ごみの量 目標：902トン 実績：870トン(目標達成！)
10月の目標：902トン
※年間目標達成のために1人1日当たり16g以上のごみを減らす必要があります！

☎地域づくり課環境対策班
☎(70)0386

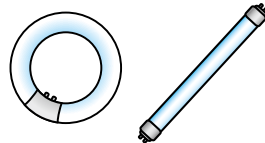
地 区 名	ビン・ガラス	金属類	カン	ペットボトル	可燃ごみ	蛍光灯	電池類
金谷郷（1区・2区・3区・4区・5区・杏掛・旧駅前のうちJR東金線より西側地区）・餅木・大竹・季美の森南・大網（南町のうちJR東金線より西側地区）・北吉田・桂山・九十根・長国・下ヶ傍示・細草・清水・二之袋	1日(水)	15日(水)	8日(水) 22日(水)	毎週(金)	毎週 (月)(水)(金) 祝日・振替休日 も通常通り 回収を行います	2日(木)	今月は 収集を行 いません。
大網（笹塚・前島・長峰・竹の下・道塚・北の谷・宮谷・内谷・前島団地・前島区内町内会・新堀・本宿と新田のうちJR東金線より西側地区・沼向・双葉区・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・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）・柳橋	2日(木)	16日(木)	9日(木) 23日(木)	毎週(木)		7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）	3日(金)	17日(金)	10日(金) 24日(金)	毎週(月)		1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・星谷）・富田（南）・わらび台	7日(火)	21日(火)	14日(火) 28日(火)	毎週(火)		2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）	6日(月)	20日(月)	15日(水) 27日(月)	毎週(水)	毎週 (火)(木)(土)	1日(水)	

10月は蛍光灯 の収集月

蛍光灯は、中身の見える袋に入れるか、ひもなど（テープなど剥がしにくいものは禁止）で束ねて、収集日の朝8時までに集積所に出してください。

また、収集日以外に処分する場合は、リサイクル回収倉庫をご利用ください。

☎地域づくり課環境対策班
☎(70)0386



広告欄

こちらは消費生活センターです！

リチウムイオン電池の膨張、発煙・発火に注意

〈事例1〉

約3年前にネット通販で購入した、リチウムイオン電池を使用した自転車用ライトが、走行中に突然爆発し、腹部にやけどを負った。(70歳代)

〈事例2〉

スマホ用のモバイルバッテリーがすごく膨らんできていて怖い。廃棄したいが危険性もあるかもしれない。どこに廃棄すべきか。(60歳代)

〈ひとことアドバイス〉

リチウムイオン電池は小型大容量、繰り返しの使用が可能などの利点から、モバイルバッテリーやワイヤレスイヤホン・スピーカーなど、身の回りのさまざまな商品に搭載されています。しかし便利な一方で電池の発煙・発火事故も発生しています。

製造・販売元や型式が明示されていない商品や、仕様が不明確な商品を購入するのは避けましょう。充電器やモバイルバッテリーは、PSE

マークの表示を確認しましょう。

充電の際は適切な充電器を使用し、充電端子が過熱したり異臭がしたりした際は直ちに使用を中止しましょう。

落下などで電池に衝撃が加わると、発煙・発火を伴う事故につながる可能性も考えられます。持ち運びや保管の際は取り扱いに注意し、電池に膨張がみられたら使用を控えましょう。

廃棄する際は、必ず市の分別ルールに従いましょう。取り外し可能なバッテリーなどは販売店でリサイクル回収をしてくれる場合もあります。(参考資料：国民生活センター 見守り新鮮情報 第514号より)

〈市消費生活センター〉

▶相談電話＝☎(70)0344

※相談日時などは11面に掲載。

☎地域づくり課市民協働推進班

☎(70)0342

10月31日(金)は市県民税・国民健康保険税の納期限▼休日窓口（市税納付・納税相談）10月26日(日)9時～15時

☎税務課滞納整理班 ☎(70)0323

The number of cases

市内の事件・事故・災害

※基準日＝令和7年8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	8月	1月からの累計
事故発生数	11件	59件
負傷者数	14件	75件
死者数	0人	0人

◆窃盗犯罪

犯罪の種類	8月	1月からの累計
車上ねらい	1件	1件
部品ねらい	0件	1件
乗り物盗	1件	27件
空き巣	1件	2件

◆火災

火災の種類	8月	1月からの累計
建物火災	1件	4件
その他火災	1件	16件
死者数	1件	1件

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＝☎(70) 0344

人権・行政相談＝10月16日(水)13時～16時・中央公民館相談室
交通事故巡回相談＝10月9日(木)10時～12時、13時～15時(要予約)
☎ 地域づくり課市民協働推進班 ☎(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・女性相談(離婚前など)
電話・来所相談＝平日9時～16時
☎ こども家庭相談室 ☎(70) 0328

●社会福祉協議会から

心配ごと相談＝第4(月)13時～16時(電話相談可)
税務相談＝第2(火)13時～16時(要予約)
法律相談＝第2～4(水)13時～16時(要予約)
心の相談＝第2(金)9時～15時(要予約)
☎・☎ 市社会福祉協議会 ☎(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＝10月8日(水)、22日(水)13時～13時30分(要予約)
親子の心の相談＝10月27日(月)14時～、15時～(要予約)
精神保健福祉相談＝第1・2(水)14時30分～16時30分
第4(水)14時～16時(祝日・年末年始を除く)(要予約)
DV相談＝電話相談 ☎(54) 2388 (月)～(金)9時～17時
来所相談 毎週(月)9時～17時(要予約)
障害者差別相談＝電話相談 ☎(54) 3556 (月)～(金)9時～17時
☎・☎ 山武保健所(山武健康福祉センター) ☎(54) 0611

●中小企業診断士による経営無料相談(要予約)

生産性向上、働き方改革、補助金活用、SNS活用・販路開拓、創業など全般。
日時＝10月1日(水)、14日(火)9時～16時、10月8日(水)10時～15時
☎・☎ 商工会 ☎(72) 0239

●税理士による無料相談(要予約)

日時・会場＝10月1日(水)、15日(水)10時～15時・東金商工会館
☎ 千葉県税理士会東金支部 ☎(50) 6322

●ナイトー無料相続登記相談(要予約)

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した。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
☎ 千葉司法書士会つくも支部 ☎(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(水)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

●調停委員による無料調停手続相談会

日時・会場＝10月18日(土)10時～15時・匝瑳市民ふれあいセンター
☎ 千葉家庭裁判所八日市場支部 ☎0479(72) 1300 ※相談会の件とお申し出ください。

●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＝10月16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 ☎(77) 7531 ☎(77) 7538

大網白里ワークエキスポ 2025 開催

市内のお店や事業所などのさまざまな職業が体験できる機会です。

なお、混雑状況により入場制限がかかる場合や希望の体験ができない場合があります。

- ▶日時＝11月8日(土)9時～14時30分
- ▶会場＝大網白里アリーナ
- ▶対象＝3歳～12歳のお子さん(小学校3年生までは保護者同伴)
- ▶参加費＝無料

(一部ブースでは材料費がかかります)

▶主催＝市商工会青年部

▶後援＝大網白里市、大網白里市教育委員会

詳細は市商工会ホームページでご確認ください。

☎ 市商工会青年部事務局

☎(72) 0239



▲市商工会ホームページ

高森碎蔵―長南に生まれた最後の南画家―

▶日時＝10月25日(土)まで10時～16時(休館日(日)、(月))
▶会場＝城西国際大学水田美術館(東金市求名1番地 城西国際大学内)
▶内容＝明治・大正期に活躍した南画家の作品を紹介
▶入館料 一般300円、高校生以下無料
☎ 城西国際大学水田美術館 ☎0475(53) 2562

ガイドヘルパーお仕事セミナー

▶日時＝10月17日(金)10時～12時
▶会場＝茂原市総合市民センター(茂原市町保13-20)
▶内容 ①講義「障がい・疾病の理解と視覚障がい者の心理」
②ポッチャ・サウンドテーブルテニス体験、見学
③ガイドヘルパーの仕事
④音声読書器・歩行誘導機器の展示
☎ 茂原市社会福祉協議会 ☎0475(23) 1969

♪東金シニアサンブレ♪第6回演奏会

シニア30名による器楽演奏をお楽しみください。
▶日時＝11月9日(日)13時30分～(開場12時30分)
▶会場＝東金文化会館
▶指揮＝大野悦男氏
▶演奏曲＝叙情歌、歌謡曲、タンゴ、クラシックまで
里の秋、真っ赤な太陽、カプリ島、パルシャの市場にて
▶入場料＝無料
☎ 安斎 ☎090(7078) 9909

水彩画同好会「森の風」作品展

市内在住画家 大森良三先生の指導の下、白里公民館を拠点に活動する仲間の会「森の風」恒例の作品展です。皆さんのお越しをお待ちしています。
▶日時＝10月21日(火)～26日(日)10時～16時(最終日は15時30分まで)
▶会場＝アートギャラリー古屋敷(下ヶ傍示60)
▶入場料＝無料
▶後援＝市教育委員会、市文化協会
☎ 河野 ☎090(5557) 3328

第21回 十枝の森の音楽会

20組のバンド演奏、ポップス、懐メロなどを楽しめます。

▶日時＝10月18日(土)～19日(日)10時～15時30分
※雨天中止。駐車場有。
▶参加費＝500円
☎ 河野 ☎080(7201) 8483

合気道大網道場(合気会)練習生募集!!

～合気道の「自由で柔軟な身体と心」一緒に求めてみませんか～
▶日時＝①毎週(火)19時～21時
②毎週(日)17時～19時
▶会場 ①合気道大網道場(上貝塚450)
②市柔剣道場
▶対象＝女性、中高生、中高年
▶指導＝横尾廣美
▶参加費＝無料
☎ 横尾 ☎090(9678) 8797

伝言板

教室サークル

イベント

講演公演

展覧会その他

広告欄

サーフィン大会大網白里市市長杯2025開催 ～サーファーが白里海岸に集合～

9月7日、白里海岸でサーフィン大会大網白里市市長杯2025が開催されました。当日は、249人のサーファーが出演。キッチンカーフェスも同時開催され、多くの来場客が海と食を楽しみました。



高校野球 夏の甲子園に出場

本市出身、船橋市立船橋高等学校3年生の水間順星さんが、第107回全国高校野球選手権大会に出場しました。

大会では4番打者を務め、大会へ出場した際の思いを語ってくれました。



コスモス通信

◇第25回山武郡市民ミニバスケットボールサマーカップ

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

◇第46回茂原市ミニバスケットボール大会

▶男子
優勝
みずほシューティングスターズ
▶女子
準優勝
大網ビックネッツ

◇第22回長生サマーカップ5年以下大会

第3位
みずほシューティングスターズ

分庁舎の外階段などをボランティア清掃

9月6日、大網白里市ガス組合の善意により、分庁舎の外階段および駐車場の清掃が行われました。

きれいになった玄関口に来庁者からは喜びの声が上がりました。



▲清掃作業の様子



▲大網白里市ガス組合の皆さん

休日当番医 ●休日当番医テレホンサービス

☎0475(50)2531

▶受付時間 午前＝9時～11時30分 午後＝13時～16時30分

※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。

※受診の前は必ず医療機関にお電話ください。

月日	医療機関名	
10/5(日)	ますほ内科クリニック(大網白里市) ☎0475(70)8800	成東しおさいクリニック(山武市) ☎0475(71)3700
10/12(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	山崎医院(横芝光町) ☎0479(82)0561
10/13(月)	古川クリニック(九十九里町) ☎0475(76)1588	伊藤医院(山武市) ☎0475(82)2508
10/19(日)	総合診療クリニック大網(大網白里市) ☎0475(53)5077	松尾クリニック(山武市) ☎0479(86)6482
10/26(日)	はっとり内科クリニック(東金市) ☎0475(71)3190	岩崎医院(山武市) ☎0479(86)2217

※電話番号をご確認の上、問い合わせください。

●山武郡市民急病診療所(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

第76回山武郡市民スポーツ大会 本市は総合優勝

6市町対抗で17競技24種目を競い合うスポーツの祭典「山武郡市民スポーツ大会」が、東金アリーナを主会場として行われました。

本市は「チーム大網白里」一丸となり戦った結果、総合優勝となりました。

種目別では、ソフトボール女子4連覇、柔道3連覇をはじめ、計9種目で優勝するなど素晴らしい成績を収めました。

◇総合成績

優勝＝大網白里市

準優勝＝東金市

第3位＝横芝光町

◇本市の主な種目別成績

▶優勝＝ソフトボール女子(4連覇)、柔道(3連覇) テニス(2連覇)、ゲートボール(2連覇)、弓道、バドミントン男子、バドミントン女子、バスケットボール男子、卓球女子

▶準優勝＝バスケットボール女子、陸上競技女子、バレーボール女子

▶第3位＝サッカー、ゴルフ、ソフトボール男子、陸上競技男子、卓球男子、剣道

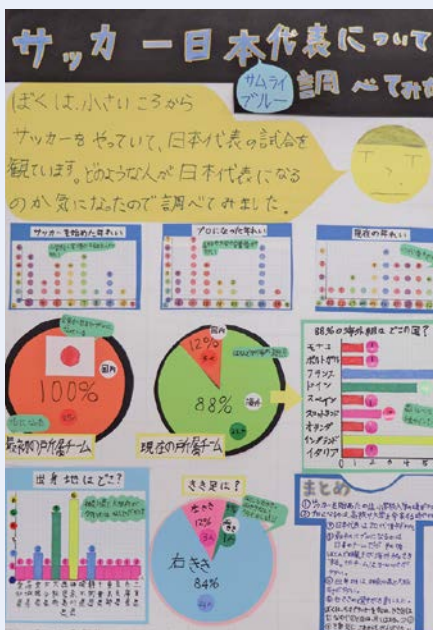


令和7年度大網白里市統計研究会 統計グラフコンクールの入賞作品が決定



◇市長賞

浅香海陽さん(瑞穂小4年)



◇会長賞

小林駿太さん(大網小6年)

おすすめ料理



●薬味を使って美味しく食べるひと工夫●

豚肉の三味焼き

(1人分228キロカロリー、食塩相当量0.9g)

3つの薬味と減塩しょうゆを使うことで、塩分控えめに仕上がります。

材料(4人分)

豚肩ロース薄切り……………240g
片栗粉……………小さじ2
ピーマン……………4個
塩……………少々
サラダ油……………大さじ1.5
白いりごま……………大さじ1
A 長ねぎ……………1/2本
赤唐辛子……………1本
酒……………大さじ2
減塩しょうゆ……………大さじ2



作り方

①長ねぎはみじん切り、赤唐辛子は種を取って輪切りにし、Aを混ぜておく。
②豚肉を広げて、片栗粉をまぶす。
③ピーマンは縦1cm幅の細切りにし、サラダ油大さじ1/2を入れたフライパンで炒め、塩少々をふり皿にとる。
④フライパンにサラダ油大さじ1を足し、豚肉を広げながら中火で両面焼く。仕上げに①を入れて強火で火を通し白ごまをふる。



▲食生活改善会の
おすすめレシピ