

令和8年  
(2026)  
**7**月号  
No.711

毎月1日発行

# 広報 おおあみしらさと

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



## その挑戦が、 まちの力に。

### 山武郡市職員 合同採用試験

- ▶試験日程=9月20日(日) ※試験の開始時間は職種により異なります。
- ▶試験会場=県立東金高等学校(東金市東金1410)
- ※一般行政職初級(障がい者)は、山武郡市医療福祉センター(東金市堀上360の2)
- ▶申込書配布場所=受験希望団体の人事担当課・山武郡市広域行政組合の窓口、HP
- ▶申込期間=7月21日(火)~8月12日(水)
- ▶申込先=受験希望団体の人事担当課
- ▶その他

受験資格などの詳細は、申込書に併せて配布する採用試験のお知らせをご覧ください。



▲採用情報



▲山武郡市広域行政組合HP

●職種別採用予定人数 (受験は1つに限り、併願はできません)

団体名	一般行政職			技術職								資格免許職					消防職
	上級	初級	初級(障がい者)	土木		建築		電気		ガス	社会福祉士	保健師	保育士	保育教諭	管理栄養士	栄養士	
				上級(有資格者)	初級(有資格者)	上級(有資格者)	初級(有資格者)	上級(有資格者)	初級(有資格者)	上級							
大網白里市	12	6	1	5	2	1	1				2	2	2				
東金市	10	6	2	6	6	2			2	4	4						
山武市	10	5		3	3	3		3	3	2	2	2					
九十九里町	8	2		2										1	1		
芝山町	※	※															
横芝光町	1				1						2	1			1		
東金市外三市町清掃組合	※																
山武郡市広域行政組合	※	※														※	

人数欄の※は「若干名」です

申・問総務課人事班 ☎(70)0301



#### — 主な内容 —

- 2面 【特集】令和9年度インターハイ(全国高等学校総合体育大会)バレーボール競技が大網白里アリーナで開催!!
- 3面 【特集】令和8年度国民健康保険税
- 4面 健診は、もう受けましたか?
- 5面 大網病院に新しい院長が就任 幸田圭史氏 あいさつ

問=問い合わせ先 申=申し込み先

#### — 人口と世帯 — 6月1日現在(前月比)

人口 46,881 (-19)  
 男 23,176 (-5)  
 女 23,705 (-14)  
 世帯数 22,727 (+8)

#### — 市のSNS —



# 白里海水浴場 OPEN

7/4(土)～8/23(日) 8:30～16:00

水平線まで見渡せる雄大な景色と遠浅の海岸が家族連れに人気！  
白里海水浴場で、夏を感じよう！



詳細

## 白里海水浴場 夏のイベント

7/4  
(土)  
10時～

### 海開き式

海の安全と賑わいを祈願します。



詳細

7/20  
(月・祝)  
10時～

### 海の日イベント



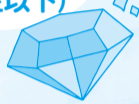
詳細

和太鼓の  
演奏



海上保安庁  
制服展示

宝探し  
(小学生以下)



稚魚の  
放流



子ども向け  
縁日



いわしの丸干し  
無料配布



白里海岸市営駐車場 (約1,000台)

7:00～21:00

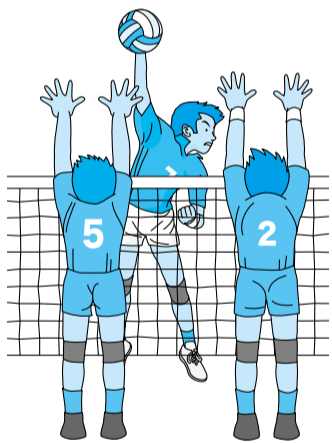
利用の際は警備員の指示に従ってください。

市内に住所登録のある方は、運転免許証などの提示により無料となります。

種別	料金
普通車	1,000円
中型車	1,400円
大型車	2,000円
二輪車	200円



問 商工観光課振興班 ☎(70)0356



## 令和9年度 インターハイ(全国高等学校総合体育大会) バレーボール競技が 大網白里アリーナで開催！！



大会シンボルマーク

令和9年8月にインターハイバレーボール競技が大網白里市、東金市および茂原市で共同開催されます。  
なお、大網白里アリーナでは、男子の部のメイン会場として、準決勝・決勝・閉会式が行われます。

### インターハイとは？

教育活動の一環として高校生に広くスポーツ実践の機会を与え、心身ともに健全な青少年を育成することを目的とした高校生最大のスポーツの祭典です。

現在、夏季大会30競技および冬季大会4競技が開催されており、千葉県での開催は平成17年度、平成26年度に続き3回目となり、本市では初めての開催となります。

### 実行委員会を設立！！

開催準備および大会運営に万全を期すとともに、大会の開催を契機としてスポーツを通じたまちづくりの一層の推進を図るため、6月4日に「令和9年度全国高等学校総合体育大会大網白里市実行委員会」を設立しました。



大会スローガン

挑  
力の限り  
目指せ  
永遠の輝き

### バレーボール競技の大会日程

	男子競技							女子競技				
	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)	11(水・祝)	12(木)	
東金文化会館	開会式						開会式					
東金アリーナ		競技						競技				
茂原市市民体育館		競技				準決勝・決勝		競技			閉会式	
大網白里アリーナ		競技				閉会式		競技				

### その他の詳細



その他の詳細は、こちらからご確認ください。

問 大網白里アリーナ(生涯学習課インターハイ推進班)  
☎(71)2600



## 令和9年度実施住民協働事業の提案事業を募集

住民協働事業とは、さまざまな団体と市が、お互いの特性を生かして協力しながら公共的課題に取り組む事業です。実施団体には、補助金を交付しています。

### ◇対象事業

#### 〈住民提案型事業〉

住民団体が提案した、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、住民団体が実施方法を提案した事業（補助限度額は事業内容により定めます。）

▶申込期間=7月1日(水)~9月16日(水)

#### ▶その他

- ・事業の詳細は「応募の手引き」をご覧ください。
- ・応募の手引き配布場所=市HP、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、市役所分庁舎、大網白里アリーナ、農村環境改善センターいずみの里、市社会福祉協議会

☎地域づくり課市民協働推進班 ☎(70)0342



▲詳細

## 大網白里市都市計画マスタープランの原案のパブリックコメント

大網白里市都市計画マスタープランは、都市計画法に基づいて「市町村の都市計画に関する基本的な方針」として定める計画です。

人口減少・少子高齢化の進行、経済のグローバル化、地球規模での環境問題、ICT社会の進展など、本市を取り巻く社会経済情勢の変化に対応するため、都市計画マスタープランの見直しを進めています。

このたび、原案を作成しましたので、皆様のご意見を募集します。

▶縦覧・意見募集期間=7月1日(水)~7月31日(金) (土、日、祝を除く)

▶縦覧場所=市HP、都市整備課

▶対象=市内在住・在勤・在学の方、市内法人・事業者、利害関係人

▶提出方法=郵送、メール、持参（都市整備課）

▶意見書配布場所=市HP、都市整備課

☎都市整備課都市計画班 ☎(70)0364

✉toshiseibi@city.oamishirasato.lg.jp



▲詳細



## 健診は、もう受けましたか？

健康診査は生活習慣病の予防・早期発見につながり、自分の健康を見直す大切な機会です。国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している対象の方には受診票を送付しています。未受診の方は、ぜひご受診ください。

予約不要の集団健診は、7月末まで実施しています。また、市内外の15の医療機関でも個別健診（要予約）を受けることができますので、都合に合わせて健診を受けましょう。



▲詳細

日程	会場	対象
7月 7日(水)	保健文化センター (3階ホール)	ながた野、みずほ台、みやこ野、永田、菅野、砂田、小中、神房、池田、南玉、餅木、東駒込、駒込（星谷地区を除く）、経田（星谷地区を除く）
7月 8日(木)		
7月 9日(金)		
7月10日(土)		みどりが丘、季美の森南、山口、小西、養安寺、金谷郷、大竹、仏島（星谷地区を除く）、大網（星谷・九北・福田地区を除く）
7月11日(日)		
7月28日(水)		どなたでも受診できます
7月29日(木)		
7月30日(金)		
7月31日(土)		

☎市民課国保班 ☎(70)0334 市民課高齢者医療年金班 ☎(70)0336

## 新しい資格情報のお知らせ・資格確認書を送付

国民健康保険（以下、国保）・後期高齢者医療制度（以下、後期）に加入している方の資格確認書の有効期限は7月31日(金)です。8月1日(土)以降に利用できる新しい資格確認書などは有効期限までに郵送します。

なお、国保は世帯ごとに、後期は個人ごとにそれぞれ送付されます。

◇資格情報のお知らせ ※「普通郵便」で送付。

▶国保=マイナ保険証を利用している方

▶後期=84歳以下でマイナ保険証を普段から利用している方

※「普段から利用している方」とは、令和8年4月末を基準に、過去1年間で6回以上かつおおむね直近3か月以内に利用している方。

◇資格確認書 ※「特定記録郵便」で送付。

▶国保=マイナ保険証を利用していない方

▶後期

①85歳以上の方

②84歳以下でマイナ保険証を普段から利用していない方（持っていない方を含む）

☎市民課国保班 ☎(70)0334

市民課高齢者医療年金班 ☎(70)0336



▲国保資格確認証(見本)



▲後期資格確認証(見本)

## 介護保険料額をお知らせ・介護保険負担割合証を送付

◇令和8年度介護保険料額決定通知書を送付

▶発送時期=7月中

通知書に記載されている年間保険料や納付方法をご確認ください。介護保険は、国や県、市などの公費と、皆さんの保険料を財源として運営されています。介護が必要になったとき安心してサービスを利用できるよう、必ず期限内の納付をお願いします。

◇新しい介護保険負担割合証を送付

▶発送時期=7月中

8月1日(土)以降に介護保険サービスを利用する場合は、新しい負担割合証をケアマネジャーなどにご提示ください。

◇介護保険負担限度額認定証の更新手続き

介護保険施設に入所または短期入所を利用した際の、居住費および食費を軽減するものです。7月31日(金)までの認定証をお持ちの方に申請書を送付しましたので、引き続き利用される方は、更新手続きを行ってください。

▶対象=市民税非課税世帯で預貯金などの資産額が基準額以下の方

☎市民課高齢者支援課介護保険班 ☎(70)0309

## 後期高齢者医療保険料額をお知らせ

◇令和8年度後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付

▶発送時期=7月中

昨年度(令和7年度)は年金から天引きで納付いただいた方でも、今年度(令和8年度)は納付書での納付または口座振替に変更となっている場合がありますので、必ず決定通知書をご確認ください。

令和8年度から医療分とあわせて子ども・子育て支援金分を拠出いただきます。また、令和8年度は医療分の保険料率および軽減判定所得基準が一部変更となります。

〈医療分保険料額〉

所得割率=9.40%、均等割額=51,000円、賦課限度額=85万円

〈子ども・子育て支援金分保険料額〉

所得割率=0.25%、均等割額=1,310円、賦課限度額=2万1千円

詳細は、7月中に郵送される資格確認書または資格情報のお知らせに同封のご案内をご確認ください。

※申告書の提出時期などによっては、税情報を利用する保険料の算定への反映が間に合わない場合があります。この場合、8月以降、税情報が確認できた後に変更の通知などが送付されます。

☎千葉県後期高齢者医療広域連合 ☎043(308)6768

市民課高齢者医療年金班 ☎(70)0336

## Focus

大網病院で肛門外来・  
排便障害外来がスタート

◇お尻の悩みから大腸の健康まで、  
総合的にサポートする「肛門外来・排便障害外来」  
お尻のトラブルや排便のお悩みをトータルで診  
療する専門外来を新たにスタートしました。  
どうぞお気軽にご相談ください。

- ・肛門外来＝痔の痛み、出血、腫れ、かゆみ
- ・排便障害外来＝便失禁（モレ）、ガス漏れ、頑  
固な便秘
- ・大腸内視鏡検査＝血便や便通異常の背景にある  
大腸疾患の早期発見や、内視鏡による日帰りポ  
リプ切除術（サイズの小さなもの）などを施行

閩大網病院 ☎(72)1121



## 大網病院に新しい病院長が就任

## 幸田 圭史氏 あいさつ



このたび、大網白里市立国保大網病院の院長  
に就任いたしました。

私はこれまで外科医として、主に大腸肛門疾患  
の診断と治療に携わってまいりました。内視鏡に  
よる診断・治療や腹腔鏡を用いた低侵襲手術、排  
泄障害の診療などを、大学病院を中心に行ってま  
いりました。今後もこれらの診療を継続しつつ、  
職員の皆さまと力を合わせ、地域に根ざした医療  
を実践してまいりたいと考えております。

地域の公立病院には、安心して受診できる身  
近な存在であることが求められます。当院でも、  
健康診断などの予防医療に力を入れるとともに、  
慢性疾患への対応、がんなど悪性疾患の  
診療、近隣医療機関との連携を通じて、市民の  
皆さまの健康を支えてまいります。また、患者

さんやご家族のお気持ちに寄り添い、多くの  
方々から信頼される病院づくりに努めてまいり  
ます。

そのために、医療従事者が働きやすい効率的  
な体制づくりを進めるとともに、当院の診療内  
容を地域の皆さまにわかりやすく発信してまい  
ります。さらに、予約や各種手続きについても、  
できる限り簡便で利用しやすい仕組みづくりを  
工夫し進めてまいります。

医療を取り巻く環境は厳しさを増しております  
が、職員一同力を合わせ、安全で質の高い医  
療を提供できるよう努めてまいります。今後と  
も皆さまのご理解とご支援を賜りますよう、よ  
ろしくお願い申し上げます。

閩大網病院 ☎(72)1121

空き家の管理、  
困っていませんか？  
空き家相談会を開催

家屋などの売買や、賃貸に関すること、相続登  
記などの手続きなどについて、専門家に相談して  
みませんか。

現在、空き家を所有されている方、もうすぐ空  
き家になってしまう不動産をお持ちの方など、心  
配事や、困り事を解決する絶好の機会です。  
※要予約。

▶日時＝8月9日(日)13時30分～16時30分

▶会場＝中央公民館講堂

▶内容＝家屋などの売買や賃貸、相続登記などの  
相談（1組30分目安）

▶申込方法＝電話

▶申込期間＝7月1日(水)～31日(金)

▶参加費＝無料

▶協力＝千葉県宅地建物取引業協会九十九里支  
部、全日本不動産協会千葉県本部外房支部、千葉  
司法書士会つくも支部

閩・閩地域づくり課環境対策班 ☎(70)0386



▲詳細

電話de詐欺対策機器  
購入費補助金の受付を開始

電話de詐欺防止機能（自動通話録音機能・自  
動着信拒否機能）の付いた固定電話機の購入費用  
の一部を補助します。

▶申込期間＝令和9年2月26日(金)まで

※(日)祝、年末年始を除く。

※予算額に達し次第、締め切り。

▶補助上限額＝10,000円（対象経費の額）

※1世帯あたり1回。

▶対象＝申請日時時点で65歳以上となる方、その  
世帯員の方

▶主な要件

・本市に住民登録のある方

・世帯全員が市税などを滞納して

いないこと

▶申請方法＝機器の購入後に必要書類を提出

▶必要書類＝補助金交付申請書、領収書・レシー  
ト、購入した電話機のカタログなど

閩・閩安全対策課消防安全班 ☎(70)0387



▲詳細

## 体力・運動能力調査を実施

自身の体力と運動能力を知り、今後のスポーツ  
活動・健康維持に役立ててみませんか？

▶日時＝7月26日(日)13時～

▶会場＝大網白里アリーナ メインアリーナ

▶内容

・共通＝握力、上体起こし、長座体前屈

・20～64歳＝反復横とび、立ち幅とび、シャ  
トルラン

・65～79歳＝開眼片足立ち、10m障害物歩行、  
6分間歩行

※65歳～79歳の方はADL（日常生活通常テスト）  
の判定基準により、実施の可否を判定します。

▶対象＝市内在住・在勤で20歳～79歳の方  
（R8.4.1時点の年齢）

▶申込方法＝申込書をファクス、持参

▶申込締切＝7月26日(日) ※当日申込可。

▶参加費＝無料

閩・閩大網白里アリーナ

（生涯学習課スポーツ振興班）

☎(72)5708 FAX(72)0436

災害避難時の  
「知っておくべき5つのポイント」

〈point①〉避難とは「難」を「避」けること。

安全な場所にいる人は、避難場所に行く必要はありません。

〈point②〉安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみよう。

避難先は、小中学校・公民館だけではありません。

〈point③〉マスク・消毒液・体温計は、自ら携帯する。

〈point④〉指定緊急避難場所・指定避難所を確認。

変更・増設されている場合があるため、災害時には市HPで確認  
してください。

〈point⑤〉豪雨時の野外の移動は危険です。

やむを得ず車中泊する場合は、浸水しないように周囲の状況など  
をよく確認してください。

閩安全対策課防災対策班 ☎(70)0303



◀指定緊急避難場所  
および指定避難所



◀新たな防災気象情報  
（国交省 HP）



## 地震が来ても落ち着いて行動しましょう

いつ発生するか分からない地震に、普段から備えておきましょう。

▶もし地震が起きたら

・身の安全を確保する

・すばやく火の始末をする

・非常脱出口を確保する

・火が出たらできる限り消火する

・外へ逃げるときは慌てない

▶家の中の安全対策

・大きな家具はL字金具や支え棒を使用し、倒れにくいにする

・安全に避難できるように、入口や通路には物を置かない

・寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には大きな家具を置かない

▶家の周囲の安全対策

・屋根＝瓦やアンテナの補強をする

・窓ガラス＝飛散防止フィルムを張る

・ベランダ＝植木鉢などを、落ちる危険性のある場所に置かない

・ガスボンベ＝鎖で固定する

閩安全対策課防災対策班 ☎(70)0303



## 産業文化祭「文化の部」 参加団体を募集します

同好会やサークルなど、生涯学習活動に取り組んでいる団体の学習成果の発表の場として、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、産業文化祭「文化の部」を開催します。

### ◇ステージ部門

- ▶日時=10月31日(土)9時~17時
- ※参加団体多数の場合は、11月1日(日)も開催。
- ▶会場=保健文化センター 3階ホール
- ▶内容=ダンス、民舞、コーラスなど



▲ステージ部門  
申込フォーム

### ◇展示部門

- ▶日時=10月31日(土)9時~16時30分、11月1日(日)9時~15時
- ▶会場=中央公民館
- ▶内容=絵画、書道、手作りアートなど



▲展示部門  
申込フォーム



▲詳細

### ◇共通事項

- ▶申込期間=7月15日(水)~8月16日(日)
- ▶申込方法=ウェブ、申込用紙配布窓口
- ▶申込用紙配布場所  
生涯学習課、中央公民館、白里公民館、中部コミュニティセンター  
申・閩生涯学習課生涯学習班 ☎(70)0380  
中央公民館 ☎(72)0698

## 地域クラブ団体が市認定クラブとして 活動できるようになります

急激な少子化が進む中でも、子どもたちがスポーツや文化芸術に継続して親しむ環境の充実を図るため、地域クラブ団体が市認定クラブとして活動できる制度を策定しました。

### ◇令和9年4月以降の市立中学校部活動における活動方針

- (1)土・日曜日、祝休日は行わない。
- (2)平日は、これまでどおり行う。
- (3)総合体育大会、秋季新人大会、コンクールなどの大会前1か月は土・日曜日、祝休日も行える。
- (4)土・日曜日、祝休日は、地域クラブに任意で参加できる。



▲詳細

### ◇地域クラブ活動運営団体を募集

- ▶対象=(土)・(日)・(祝)に、中学生を受け入れることが可能なスポーツ・文化団体、民間事業者など
- ※活動時間や休養日など市のルール(基本方針)の遵守が必要です。

### ▶申込方法=要綱を確認の上、申込書を提出

### ▶申込期間(一次募集)=7月1日(水)~30日(休)

### 《地域クラブ活動運営団体に関する説明会を開催》

### ▶日時=7月31日(金)18時~ ※要申込。

### ▶会場=市役所別棟2階 大会議室

### 申・閩教育委員会管理課 ☎(70)0372



▲説明会  
申込フォーム

## 自転車乗車用ヘルメット購入費補助金の受付を開始

- ▶申込期間=令和9年2月26日(金)まで
- ※予算額に達し次第、締め切り。
- ▶補助上限金額=2,000円(購入費用の2分の1)
- ※送料、装飾品代、ポイントなどにより支払った費用などを除く。
- ▶補助対象ヘルメット=すべての要件に該当するもの
  - ・令和8年1月1日以降に購入した新品のもの
  - ・安全基準の認証を受けている自転車乗車用ヘルメット
  - ・他の自治体から補助などの給付を受けていないもの
- ▶補助対象=すべての要件に該当する方
  - ・ヘルメットの購入日から申請日までの期間において、市内に住居登録のある方。
  - ・市税を滞納していないこと。
- ▶申請方法=補助対象ヘルメットの購入後に、申請書を安全対策課または白里出張所に提出
- ▶必要書類=交付申請書兼請求書、領収書・レシート
- ▶注意事項=補助金の交付は、ヘルメット使用者1人につき1個、かつ1回
- 申・閩安全対策課消防安全班 ☎(70)0387

### ▶安全基準マーク

SGマーク  
(一般財団法人製品安全協会の安全認証)

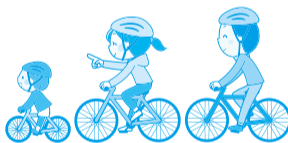
JCFマーク  
(公益財団法人日本自転車競技連盟の安全認証)

JCF推奨マーク

CEマーク「EN1078」  
(欧州連合の欧州委員会の安全認証)

GSマーク(ドイツ製品安全法の安全認証)

CPSCマーク「CPSC1203」  
(米国消費者製品安全委員会の安全認証)



▲詳細

## 道の駅整備検討の中止

白里地域の活性化を目的とし検討していた道の駅整備は、これまで令和6年度に基本構想を策定し、令和7年度には民間活力導入可能性調査を実施するなど検討を進めてきました。

しかしながら、昨今の物価高騰や国際情勢の不安定化による整備コストの増大に加え、金谷川の河川改修や新ごみ処理施設の整備など、今後見込まれる財政負担を総合的に勘案した結果、道の駅整備の検討を中止することとしました。

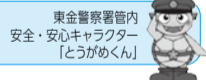
閩企画政策課政策推進班 ☎(70)0315



▲詳細



## 安全安心コーナー



### 新手の「後出しマルチ」に要注意

マッチングアプリやSNSで共通の趣味を通じて知り合った相手がマルチ商法を勧めてくる「後出しマルチ」の相談が急増しています。

### ◇防犯対策と注意点

- ・友人などから誘われても気軽に契約しない
- 怪しい、納得できないなどと感じたら、はっきりと断りましょう。
- ・「すぐ稼げる」などは嘘
- 知り合って間もなく高額なビジネスの話を持ちかけられたら、絶対に契約しないでください。
- ・安易にお金を渡さない・借りにくい
- 消費者金融で借金をするように言われても断りましょう。

- ・第三者を巻き込まない
- 「誰かを紹介すれば稼げる」は、あなた自身が加害者になってしまうリスクがあるので気を付けましょう。

### ◇相談窓口 一刻も早く相談を!

- マルチ商法は、契約書面を受け取ってから20日間以内であれば、クーリング・オフにより被害の防止・回復ができる場合があります。
- ・警察本部相談サポートコーナー ☎#9110
- ・県消費者センター ☎188
- ・市町村の消費生活センター
- または消費者相談窓口
- 閩東金警察署生活安全課 ☎(54)0110

## ねんきんナビ

### 国民年金保険料の 免除申請を受け付けています

失業などにより、国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合は、納付の免除・猶予を申請することができます。

保険料の未納が続くと、障害基礎年金や遺族基礎年金が受け取れない場合がありますので、ご注意ください。

免除は、申請月の2年1か月前の月分まで遡って申請ができます。

なお、申請を忘れていたことなどにより未納期間がある方は、市民課または年金事務所です手続きが必要です(郵送申請可)。

### ◇令和8年度国民年金保険料の免除申請

- ▶受付開始=7月1日(水)
- ▶対象期間=令和8年7月~令和9年6月
- ▶必要書類=本人確認できるもの、基礎年金番号がわかるもの
- ※失業などで申請を行う方は、雇用保険受給資格者証(雇用保険被保険者離職票)などを持参してください。

申・閩千葉年金事務所 ☎043(242)6320

市民課高齢者医療年金班 ☎(70)0336



保健師だより

いつもの生活にちょっと運動をプラス!

健康のために体を動かした方が良いのはわかっているけど、仕事や家事で忙しく、「運動する時間がない」と感じていませんか? 健康づくりは特別な運動でなくても大丈夫です。座りっぱなしをやめたり、ながら運動を取り入れたり、仕事や家事の合間にストレッチするなど、日常生活の中で少し体を動かすことから始めてみましょう。

適度な運動は、生活習慣病予防だけでなく、気分転換やストレス解消にも効果が期待できます。まずは、「毎日あと10分」の運動習慣で、将来の自分の健康につなげましょう。



▲もっと詳しく知りたい方は(県HP)

良い歯と健康な歯肉で歯っぴーライフ

令和8年度親子のよい歯のコンクール受賞者紹介!

6月に開催された親子のよい歯コンクールで、本市の代表として選ばれた並木航星さん・愛香里さん親子が、山武都市第1位に選ばれました。お二人ともむし歯もなく大変良い歯をお持ちです。今回の受賞にあたり、良い歯の秘訣についてのコメントを並木航星さんよりいただきましたのでご紹介します。

「今までむし歯の経験がなく、治療をしたこともありません。自分の勤め先では年に1回歯科健診を実施しており、毎年それを受診しています。(愛香里さんの歯について) 歯が生えたころからすぐにフッ素入り歯磨きジェルを活用して仕上げ磨きをしてきました。今でも、本人が歯を磨いた後に仕上げ磨きを毎日欠かさず行っています。間食については、もともと生クリーム系のお菓子は好まないのですが、チョコレートなどもあまりあげないようにしてきました。」

この受賞を新たな励みとして、これからも健康な歯とお口を保ち、笑顔あふれる毎日を過ごしていただきたいと思っています。



▲並木航星さん・愛香里さん

保健

問い合わせは  
健康増進課  
☎(72)8321



7月の健診・予防接種など

●健診など

事業	会場	日時	対象
1歳6か月児健診	保	17日(金)午後	R6年12月生まれ
2歳児歯科健診		22日(水)午後	R5年11月・12月生まれ
3歳児健診		27日(月)午後	R4年11月生まれ
離乳食講習会	公	24日(金)10時~	4~7か月の乳児と保護者
乳児相談(対象以外の方)	保	3日(金)10時30分~11時	乳児とその保護者
赤ちゃん教室~マザリーズ~		15日(水)10時~	R8年3月・4月生まれ

●予防接種

予防接種名	会場	日程	受付時間
BCG	保	15日(水)	13時15分~13時45分 ※完全予約制。

保=保健文化センター 公=中央公民館

◎すべての健診と4か月乳児相談、10か月乳児相談は個別通知をします。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。

予防接種のお知らせ

予防接種は、ワクチンで防げる病気から子どもたちを守る有効な手段です。未接種のものがあれば、早めの接種をご検討ください。

◇麻疹風しん予防接種

▶定期接種対象(接種期間)

・1期=1歳児(2歳の誕生日前日まで)

・2期=就学前1年間にある年長児(令和9年3月31日(水)まで)

重症になりやすく、感染力が極めて高い麻疹(はしか)が、2020年以降最多となるペースで感染拡大しています。早期の接種をご検討ください。

栄養士だより

暑い夏を乗り切るための食事

夏は暑い日が続く、疲れやすい、食欲が落ちるなど体調が変化しやすい時期です。毎日の食事から、少しでも夏を元気に過ごすための体づくりをしてみましょう。

◇バランス良く食べましょう

夏は、簡単に食べられる冷たいそうめんやうどんだけといった食事になることもあるかと思いますが、このような食事だと、炭水化物が中心となり、たんぱく質やビタミン、ミネラル、食物繊維などが不足しやすくなり、体に必要な栄養素が取り切れず、疲れやだるさにつながりやすくなります。麺類だ

けでなく、卵やハム、トマト、きゅうりなどといった手軽な食材と一緒に食べて、主食・主菜・副菜のそろった食事を心掛けましょう。

◇冷たい食品はほどほどに

暑い日が続くと、冷たい清涼飲料水や炭酸飲料、アイスクリームといった冷たくて甘いものを取りたくなることも多くなります。これらの食品は、砂糖が多く含まれており、取りすぎると血糖値の上昇につながりやすくなるため、習慣的な摂取は控えましょう。

バランスの良い食事を取り、今年の暑い夏も乗り切りましょう。

入札結果の公表

市が発注する建設工事、業務委託、物品購入などの入札結果のうち、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・物品購入など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、財政課で公表しています。

☎ 財政課契約管財班 ☎(70)0312

◇5月8日一般競争入札実施分

※金額は税込み。

件名	落札業者	落札金額(落札率)
大網白里アリーナ照明設備LED化改修工事	株式会社 東照電気	92,290,000円(89.87%)

◇5月22日一般競争入札実施分

※金額は税込み。

件名	落札業者	落札金額(落札率)
大網中学校運動場連絡橋解体工事	鈴木土建株式会社	7,700,000円(51.74%)
水路改修工事に伴う測量設計業務	株式会社 つくも	4,675,000円(94.03%)
市立小・中学校特定建築物(建築物・防火設備)定期点検業務	株式会社 リック	3,454,000円(45.51%)
調整池維持管理業務	株式会社 ところ園	5,324,000円(94.53%)
本庁舎受付総合案内業務	株式会社 アイワ警備保障	8,056,620円(71.02%)
白里海岸市営駐車場料金管理業務	北総警備保障株式会社	5,830,000円(97.27%)
消防ポンプ自動車購入	日本機械工業株式会社	29,700,000円(99.01%)
公用車購入(地域づくり課)	有限会社 鈴木モータース商会	2,169,277円(89.71%)

### お知らせ 放置等LPガス容器を回収

転倒やガス漏れなどの事故や、悪用による犯罪を防ぐため、不要または屋外に放置され所有者が不明となったLPガス容器を回収します。

詳細は、千葉県LPガス協会に問い合わせください。

- ▶日時 7月1日(水)～8月31日(月)10～16時
  - ▶回収の対象 LPガス容器 (2kg、5kg、10kg) ※カセットボンベやキャンプ用のアウトドア缶は対象外。
  - ▶料金＝無料
- ☎(公社)千葉県LPガス協会  
☎043(246)1725 または  
0120(122)128



▲回収できる容器の一例

### お知らせ 2026市町村振興宝くじ3種類同時発売

「サマージャンボプレミアム」「サマージャンボ宝くじ」「サマージャンボミニ」が同時発売されます。

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

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＝6月30日(火)～7月31日(金)
  - ▶抽選日＝8月12日(水)
  - ▶発売単価
    - ・サマージャンボプレミアム＝1枚500円
    - ・サマージャンボ宝くじ およびサマージャンボミニ＝各1枚300円
- ☎(公財)千葉県市町村振興協会  
☎043(311)4162

**サマージャンボプレミアム12億円**  
(1等8億円・前後賞各2億円合わせて)

**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

**サマージャンボミニ3種類同時発売**  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

プレミアム：1枚 500円  
ジャンボ・ミニ：1枚 300円

**6月30日(火)発売!**  
発売期間 6/30(火)～7/31(金)

宝くじ公式サイト

### お知らせ 水稲病害虫共同防除の実施

- ▶実施時期＝7月中旬～8月上旬
- ▶実施方法＝産業用無人ヘリコプターなどによる水稲病害虫共同防除

◇安全上のお願

- ①防除実施中および実施直後は、水田に入らないでください。
  - ②防除実施時間が一部、通勤・通学時間帯と重なる場合があります。
  - ③防除実施区域周辺では、各農家組合・共同防除実施団体の誘導員が注意喚起および歩行者・車両などの誘導を行う予定です。ご協力をお願いします。
- 詳細は、市HPをご覧ください。  
☎(70)0345

### お知らせ 農作物の病害虫のまん延防止にご協力を

沖縄県、奄美群島、トカラ列島、小笠原諸島、沖縄県、沖永良部島、与論島では、作物に被害を与える害虫や病気が発生しています。

農林水産省植物防疫所では、これらの病害虫やその植物などが持ち出されないように、また、病害虫が発生していない地域に持ち込まれることのないように空港や港の植物検疫カウンターで取り締まりを行っていますので、ご協力をお願いします。

☎043(242)8401

### お知らせ 熱中症にご注意ください

熱中症特別警戒アラートおよび熱中症警戒アラートの運用が10月21日(水)まで行われています。

熱中症特別警戒アラートは、千葉県内すべての観測地点で暑さ指数が35を超えると予想される場合に、前日14時までに国から発表されます。屋外での作業や運動は中止し、自宅や指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)など涼しい場所で過ごすようにしましょう。

☎(70)0386



詳細▶

### お知らせ 大網白里市長選挙の日程が決定

6月1日に開催した選挙管理委員会において、任期満了(令和9年1月16日)に伴う大網白里市長選挙の日程が決まりましたので、お知らせします。

- ▶投票日＝12月20日(日)
  - ▶告示日＝12月13日(日)
- ☎(70)0397

### お知らせ 千葉県男女共同参画地域推進員の委嘱

県男女共同参画推進員は、地域の実情に通じ、男女共同参画の推進に熱意を有する市民として県知事の委嘱を受け、地域において県や市とのパイプ役となり活動しています。

本年度本市からは2人が委嘱されました。

- ◇千葉県男女共同参画地域推進員(敬称略)  
澤畑 道子、河野 稔子
- ☎(70)0342

### お知らせ 農作業中の熱中症に注意

◇農作業をする際の注意事項

- ・気温の高い時間帯の作業は避ける。
  - ・こまめな水分補給、休憩をとる。
  - ・屋外では帽子、通気性の良い衣服、屋内では送風機やスポットクーラーなどを活用する。
  - ・作業は1人で行わず、複数で声掛けを行うなど、定期的に確認し合う。
  - ・ビニールハウスなどの施設内は風通しが悪く、気温が高くなりやすいため、風通しを良くしたり断熱材を活用したりする。
- ☎(70)0345

### お知らせ ヘルメット 命のお守り 忘れずに 令和8年 夏の交通安全運動

7月10日(金)～19日(日)、夏の交通安全運動が実施されます。夏休みを迎えるこの時期は、交通量・交通流の変化や、暑さによる集中力の低下などから、重大交通事故の発生が懸念されます。あなたがルールを守ることで、誰かの命が守られます。より一層の交通ルールの遵守と交通マナーの実践を心掛けましょう。

☎(54)0110  
安全対策課消防安全班 ☎(70)0387

### お知らせ 物価高騰対策のため水道料金の一部を減免

▶対象＝山武郡市広域水道企業団と契約している水道使用者のうち、口径13mm・20mm・25mmの方(官公署は対象外)

- ▶減免対象料金(基本料金)
    - ・奇数月検針区域の方＝9月請求分
    - ・偶数月検針区域の方＝10月請求分
- 詳細は山武水道HPをご覧ください。

☎(50)4132  
山武郡市広域水道企業団 業務課  
☎(55)7853

### お知らせ 市入札監視委員会を開催

本市が行う入札および契約手続の公正性・透明性を確保するため、市入札監視委員会を開催します。

傍聴を希望する方は、委員会が開催される当日に、傍聴券を交付します(予約無・希望者多数の場合は抽選)。開会時刻の30分～15分前までに手続きをお願いします。

- ▶日時＝7月29日(水)14時～16時
  - ▶会場＝中央公民館会議室
- ☎(70)0312

### お知らせ 令和8年度銚子・九十九里地域漁業就業相談会の開催

- ▶日時＝7月11日(土)10時～16時
- ▶会場＝銚子商工会議所 大会議室(銚子市三軒町19の4)

※JR銚子駅から徒歩約5分。  
▶対象＝銚子・九十九里地域で漁業者になりたい方、漁業に興味のある方  
▶参加費＝無料(交通費は自己負担)  
▶その他  
予約不要。公共交通機関でお越しください。  
☎0479(22)8397  
✉sj-choushi00@mz.pref.chiba.lg.jp



## 男女共同参画だより

～アンコンシャス・バイアスについて考えてみましょう～

アンコンシャス・バイアスとは、自分自身では気づいていない、ものの見方や捉え方の偏りをいいます。無意識のうちに態度や何気ない言動に現れるため見過ごされがちですが、個人・組織ともに新しい可能性が閉ざされてしまう可能性があります。

性別によるアンコンシャス・バイアスの例としては、「女性だからバックオフィスが向いている」「男性だから残業をして当然」などさまざまです。異性に対してそう思っているだけでなく、自分自身の性がそうであると強く思い込んでいることもあ

ります。このような思い込みは誰にでもあつもの、良い悪いはありませんが、自身も含めて誰もがアンコンシャス・バイアスを持っていることを自覚し、押し付けることが良くないことでありと理解することが大切です。

男女ともに働きがい、やりがいをもって活躍できる環境づくりの実現のために、職場や家庭、地域などに潜む「アンコンシャス・バイアス」に目を向けることから始めませんか。

☎(70)0342

## 大網病院だより 15

## 大網病院をもっと身近に

◇地域医療連携室をご存じですか? ~連携室の業務を紹介~

①地域連携業務  
地域の医療機関と連絡調整し、ご紹介の患者様の診療がスムーズに行えるように対応しています。

また、当院よりご紹介の際は、受診方法を確認し予約などの案内をしています。当院のかかりつけの患者様が他院に入院や受診した際は、情報提供を行い患者様が円滑に診察・治療を受けられるように対応しています。

その他、介護保険主治医意見書の取り扱いや乳がんなどの他施設からの継続治療の受付、外来予約対応などを行っています。

②医療福祉相談

病気やけがに伴う生活、経済的な不安、退院後の介護など、療養中のあらゆるお困り事に関して患者様やご家族の方々と一緒に考え、解決に向けてのお手伝いをさせていただきます。

電話で予約いただくか、直接職員にお申し出ください。

③入退院支援

入院患者様のなかで、支援が必要な場合、対面での多職種による協議を行い、住み慣れた場所で引き続き医療・介護が切れ目なく受けられることを目標とし、意思決定支援を元に支援を行っています。

☎(72)1121

情報コーナー

★ 気になったらすぐ相談! もの忘れ相談会

▶日時=7月10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、窓口(随時受付)
▶参加費=無料
☎(70)0439

★ あったかスペースモクセイ

認知症の方やその家族、地域住民が誰でも参加でき、集まって楽しくお話をしたり悩み事などを共有したりして、ホッとひと息つける交流の場です。
※飲食の提供はありません。
▶日時=7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、レクリエーションなど
▶対象=認知症の方とご家族、認知症に関心のある方、地域の方など誰でも歓迎
☎(70)0439

★ 市老連コスモスシニアクラブからのお知らせ

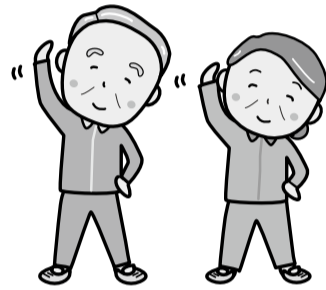
◇軽スポーツ交流大会
運動が苦手な方も、久しぶりに体を動かしたい方も大歓迎!
▶日時=7月15日(水)10時~12時
▶会場=大網白里アリーナ メインアリーナ
▶持ち物=室内履き
▶申込締切=7月5日(日)
◇おりがみ教室
▶日時=8月6日(木)13時45分~
▶会場=老人福祉センター「コスモス荘」
▶持ち物=はさみ、木工用ボンド、定規、スリッパ
▶募集人数=先着20人
▶申込締切=7月16日(木)
◇共通事項
▶対象=市内在住で60歳以上、会員外は初めて参加の方
☎(77)4466

★ 県動物愛護センター 動物愛護事業

◇犬のしつけ方教室
〈基礎講座〉
▶会場=本所(富里市)
▶日時=7月23日(木)、8月20日(木)、9月24日(木)10時~12時
▶内容=犬の本能と習性、しつけ方の講義、モデル犬によるデモンストレーション
▶募集人数=各日先着10人
※犬同伴不可。
▶参加費=無料
〈実技講座〉
▶会場=本所
▶日時=7月9日(木)、8月13日(木)、9月10日(木)13時~15時
▶参加費=犬同伴1頭につき3,300円(税込)
参加予定者が2組以下の場合中止します。
詳細は(公財)千葉県動物保護管理協会へ問い合わせください。
☎0476(93)5711
(公財)千葉県動物保護管理協会
☎043(214)7814

住民協働事業(大網白里市外国人支援ネットワーク)

◇7がつのスケジュール
〈ワンストップサービスサロン〉
日本語のべんきょうやたのしいかいわ 日本人の方は英会話も!
▶いつ=7月12日(日)10じ~12じ
▶どこで=ちゅうおうこうみんかん 1Fこうどう
▶さんかひ(おかね)=ひとり100えん(ちいさなプレゼントつき)
〈外国人なんでもそうだんしつ〉
どんなことでもそうだんしてください。いっしょにかんがえましょう。
▶いつ=7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つき)
◇第3回日本語学習支援ボランティア講座
▶日時=7月12日(日)9時15分~10時 ▶会場=中央公民館 1階講堂
▶内容=[外国語としての日本語/文法②形容詞]日本語の仕組みを学習者の視点に立って考えてみましょう。
▶講師=鈴木百合子 ▶対象=会員(随時募集中)
☎(77)7531



▲詳細

平和資料展

▶日時=8月7日(金)~9日(日)9時30分~16時30分(最終日は15時30分まで)
▶会場=保健文化センター3階ホール
▶内容=戦時下の郷土資料、原爆関連資料の展示
▶入場料=無料
◇ピースキャンドルをつくろう
平和への祈りを込めて、手作りのキャンドルホルダーにイラストやメッセージを書き込んで、オリジナルのピースキャンドルをつくりまします。
作品は、平和資料展に展示します。
▶日時=8月7日(金)
・午前の部=10時~11時
・午後の部=13時30分~14時30分
▶会場=中央公民館2階講義室
▶対象=市内在住・在学の小学生
▶募集人数=先着各20人
▶申込方法=ウェブ
▶申込期間=7月6日(月)~24日(金)
▶参加費=無料
☎(70)0380

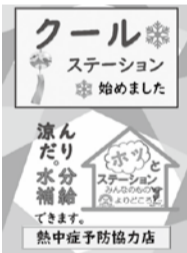


▲ピースキャンドル申込フォーム

みんなの心のよりどころ「ホッとステーション」

生活のしづらさを抱えた方や地域住民誰もが、身近な地域で気軽に安心して過ごせ、時には相談できる場所・社会とのつながりがつくれる地域を目指して、地域のいたるところで「気軽に居てもいい」居場所「ホッとステーション」を創り、地域の皆さんに活用してもらう活動を展開しています。

◇「クールステーション」はじめました。
気軽に涼むことができ、熱中症予防用品として「飲料水」や「うちわ」などを必要に応じて配布しています。
☎(77)7531



▲詳細

ごみ収集カレンダー

ごみの捨て方や収集日の年間予定表が確認できます。
☎(70)0386



▲詳細

広告欄

園内見学会 毎月行っています! 予約が必要となりますので園までご連絡ください!
園庭開放 2歳児クラス 毎週火・水曜日 10:30~12:00
認定こども園 季美の森幼稚園 TEL:0475(70)2321

給湯器の 釜屋燃料店 KAMAYA
ecoジョブ BRIGHS TOUGH LIGHT
Paloma FH-E2021SAWL(K) 20号オート
特別価格 149,600円
釜屋燃料店 0120-913-326

未経験OK! 検針スタッフ募集!
水道メータを見て数値を入力する、簡単なお仕事です。
株式会社スカイアササービス 山武営業所
0475-50-4132 / 090-3512-5179

情報コーナー

県警察官 (第2回)

▶申込期間=7月3日(金)~8月5日(水)
▶一次試験日程
①教養試験方式=9月20日(日)
②SPI3方式=9月9日(水)~20日(日)のうち受験者が選択する日
▶試験職種・対象
・警察官A=大学卒業見込者、大学既卒者
※今回から大学3年生の方も受験可能。
・警察官B
高校卒業見込者、高校既卒者など
岡東金警察署警務課 ☎(54)0110



災害時に活動 赤十字防災ボランティア募集

平時から災害に備えて訓練を行い、共に防災意識を高めていきましょう。
関心のある方は、説明会および防災研修会にご参加ください。
▶日時=7月18日(土)9時30分~14時30分
▶会場=農村ふれあいセンターやまべの郷
▶内容
①赤十字防災ボランティアについて
②非常食(ハイゼックス)作り
③AEDを用いた心肺蘇生法
▶申込方法
日本赤十字社千葉県支部HPから
▶参加費=無料(昼食は非常食を食べます。)
岡日本赤十字社千葉県支部
☎043(241)7531



▲詳細 (日本赤十字社千葉県支部HP)

なつまつりの運営委員

9月26日(土)開催の「おおあみしらさとの花火」の運営委員を募集します。ご応募いただいた方は、後日、運営委員長と面談を行います。
▶活動日時=9月26日(土)14時~撤去完了(予備日9月27日(日))
▶活動場所=白里海岸
▶内容=機材搬入・撤去・運営
▶対象
市内在住の18歳~50歳までの健康な方
▶募集人数=10人程度
▶申込締切=8月31日(月)
岡・岡商工観光課振興班 ☎(70)0356



東千葉メディカルセンターからのお知らせ

◆第46回(令和8年度4回)市民公開講座
▶日時=7月24日(金)15時~16時(14時45分開場)
▶会場
東千葉メディカルセンター2階講堂
▶講師=東千葉メディカルセンター耳鼻咽喉科 医長 武山 慧 医師
▶演題
普段困っている鼻の症状について
※申込不要。
◆七夕コンサート
▶日時=7月6日(月)16時~17時
▶会場
東千葉メディカルセンター1階ロビー
▶演者=篠原 栄子氏(ピアノ)、小泉 百合香氏(ヴァイオリン)
▶曲目=「七夕さま」ほか
※申込不要。
岡東千葉メディカルセンター総務課
☎(50)1199 (東千葉メディカルセンターHP)



▲詳細

自衛官の募集

◆防衛大学校学生(一般)
▶資格=18歳以上21歳未満の方で、高卒(見込)または高専3年次修了者(見込)
▶申込期間=7月1日(水)~10月15日(土)
◆防衛医科大学校医学科学生
▶資格=18歳以上21歳未満の方で、高卒(見込)または高専3年次修了者(見込)
▶申込期間=7月1日(水)~10月8日(土)
◆防衛医科大学校看護学生
▶資格=18歳以上21歳未満の方で、高卒(見込)または高専3年次修了者(見込)
▶申込期間=7月1日(水)~10月2日(金)
◆航空学生
▶資格=18歳以上24歳未満の方で、高卒(見込)または高専3年次修了者(見込)
▶申込期間=7月1日(水)~8月28日(金)
◆一般曹候補生(第2回)
▶資格=18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)
▶申込期間=7月1日(水)~9月1日(火)
◆2等陸・海・空士(任期制自衛官)
▶資格=18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)
▶申込期間=通年
岡自衛隊茂原地域事務所
☎0475(25)0452



▲詳細(自衛隊HP)



▲X(自衛官募集)

市営住宅の入居者の募集

▶募集住宅=東宮谷市営住宅(大網2907番地5)
▶建物概要=鉄筋コンクリート3階建(65.1㎡/戸、平成11年築、都市ガス、水洗トイレ)※エレベーター無し。
▶募集戸数=1戸(1階3DK) ▼家賃=20,800円~40,900円※月収により決定。
▶入居可能日=10月1日(水)以降
▶入居資格
①同居している親族または同居しようとする親族がいること。
※60歳以上、DV被害者、障がいのある方などは規定の要件を満たせば単身入居可。
②月収が15万8千円(条件により21万4千円)以下であること。
※月収の計算方法=(世帯の年間総所得額-公営住宅法による控除額)÷12。
③現に住宅に困窮していることが明らかであること。
※申込受付後、住宅困窮についての実地調査を行います。
④申込者または、同居しようとする方が暴力団員でないこと。
▶申込方法=申込書および添付書類を都市整備課に持参
▶案内配布場所=都市整備課 ▶申込締切=7月21日(火)16時30分
▶選考方法=申込者複数場合は、市営住宅入居者選考委員会で決定
岡・岡都市整備課営繕室 ☎(70)0366

「社会を明るくする運動」強化月間 ~作文・標語を募集~

◆社会を明るくする運動とは
犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの社会復帰について理解を深め、犯罪のない明るい社会を築こうとする、法務省主催の運動です。
◆作文・標語を募集
▶対象=市内在住の小中学生
▶主催=市社会を明るくする運動実施委員会
▶応募方法
・社会福祉課に必要書類を持参、郵送。
・各小中学校、中部コミュニティセンター、白里出張所に設置された応募箱に投函。
▶必要書類=作文(400字詰め原稿用紙に3~5枚、タイトル・学校名・学年・氏名を含む)
※原稿用紙は、市HPからダウンロード可能(作品は手書き、パソコンなどで作成のいずれも応募可能です)。
▶テーマ=[犯罪や非行の防止]または[犯罪や非行をした人の更生]
▶応募締切=9月1日(火)
▶その他
・優秀作品には記念品が贈呈されます。
・作文の優秀作品は県のコンテストに推薦します。
岡・岡社会福祉課社会福祉班 ☎(70)0330

太極拳あすなろ会

深い呼吸とゆっくりした全身運動で心も体も健康に体験してみませんか
▶日時・会場
①第1・3(金)14時~15時30分・白里公民館
②第2・4(金)14時~15時30分・コスモス荘
▶参加費=2,000円/月
岡内山 ☎090(3103)7145

四木下谷、天王様八坂神社のお祭り 神輿担ぎ手大募集!!

田園地帯から出発し地区内各所を渡御し途中白里海岸での「汐ふみ」が最大の見せ場です。高齢化で、お神輿の担ぎ手が足りないために市内に広く募集いたします。
▶日時=7月19日(日)13時~17時
岡内山 ☎090(1530)6504

夏休み!

お子さまフラダンス体験会
ディズニーのモアナと伝説の海「どこまでも」を踊ろう!
▶日時・会場=7月29日、8月5日、19日、26日(火)15時30分~16時30分・スタジオ・ドーロ(なかだいなインランドリー2階)
▶対象=5歳~小学生
▶参加費=1,000円/回
岡ナーレイリコレファ/小川 ☎080(3402)5538

原水爆禁止

山武郡市平和行進
核兵器をなくすため、一歩でも二歩でも歩きましょう。
▶日時・会場=8月2日(日)9時~10時・市役所
▶対象=山武郡市内居住者
▶参加費=無料
岡久保 ☎090(5440)5938

安川柳溪「上総国誌」(山辺篇)を読む(第5回)

昨年に引き続き、福俣出身安川柳溪の手になる地誌を読解します。
▶日時・会場=7月19日(日)13時30分~15時30分・中央公民館
▶参加費=無料
岡市郷土史研究会/鶴澤 ☎0475(72)7061

わくわく自然体験あそび 参加者募集

ボーイスカウトとキャンプファイヤーを楽しもう!
▶日時=8月24日(月)
▶対象=年長~小学校5年生
▶参加費=無料
岡ボーイスカウト大網白里第1団 ☎090(9345)0270

伝言板
教室 サークル イベント 講演公演 展示会 その他

広告欄

MUSBELL
うちの子どもも結婚できました!
結婚相談所ムスベル
0120-138-026

その痛み・しびれ 内臓疲労が原因かも?
初回お試し 1,980円
整体院 みやこの
080-3270-6862

栄養だし かつお削り節
(株)緑川商店 0475-77-3160
工場直売 お問合せ・ご購入はこちらから

## 図書室だより

### ◆開室時間の延長

▶開室時間=(火)~(金)9時~18時  
※(土)(日)は通常どおり17時まで。  
▶対象=大網白里市図書室

### ◆夏のおはなし会

大型絵本の読み聞かせや、パネルシアターなどを行います。

### ▶日時

- ①中部分室=7月8日(水)15時~
- ②白里分室=7月9日(木)15時~
- ③市図書室=7月11日(土)14時30分~

### ◆夏の読書マラソン大会

図書室で本を借りて、大会に参加しよう！(プレゼントあり)

- ▶日時=7月18日(土)~8月30日(日)
- ▶対象=小学生~高校生
- ▶目標=20冊

### ◆今月の展示棚

『これからの「お金」について考えよう!』  
「三千円の使いかた」中央公論新社  
「漫画版おカネの教室」玄光社  
「科学的に正しい「お金がたまる」習慣」扶桑社

### ◆新着図書案内

「タイム・アフター・タイム」幻冬舎  
「ありのこりーこ」ブロンズ新社  
※展示本や新着図書は、図書室ホームページでも確認できます。

### ◎図書室休室日

6日(月)・13日(月)・20日(月)・21日(火)  
27日(月)・31日(金・室内整理日)

閩図書室

☎(72)8383



図書室HP

## こちらは消費生活センターです!

### 知ってください!その香りに困っている人もいます

#### 〈事例〉

近年、柔軟仕上げ剤、衣類用洗剤、衣類用消臭剤、香水など、多様な香り付き製品が日常生活で使用されています。その一方で、これらの製品の香りによって、頭痛や吐き気といった体調不良の症状が現れると訴える方々がいます。香り付き製品をお使いになる際は、周囲の方への配慮を心掛けることが大切です。

#### 〈ひとことアドバイス〉

自身が慣れたにおいには感じにくくなる傾向にあるため、においを強くしようと使用量が徐々に増えてしまうことがあります。また、香りの感じ方には個人差があり、自分にとっては快適なおいで

も、他人は不快に感じていることもあります。香り付き製品を使用する場合は、製品に表示されている使用量の目安などを参考にし、過度な使用とならないようにするなど、周囲への配慮を心掛けましょう。

(参考資料:消費者庁「みんなの消費安全ナビVol.679」より)

#### ◆市消費生活センター

▶相談電話 ☎(70)0344

※相談日時などは下記「相談コーナー」に掲載。

閩地域づくり課市民協働推進班

☎(70)0342

## 市内の事件・事故・災害

※基準日=令和8年5月末日  
※窃盗犯罪の件数は、基準日時点での暫定値

人身事故	5月	1月からの累計
交通事故発生数	40件	95件
負傷者数	48件	102件
死者数	0人	0人
犯罪の種類	5月	1月からの累計
窃盗犯罪		
車上ねらい	1件	7件
部品ねらい	0件	2件
乗り物盗	0件	11件
空き巣	1件	8件
火災の種類	5月	1月からの累計
火災		
建物火災	1件	5件
その他火災	2件	7件
死者数	0件	0件

## KOBAN

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
大網白里市役所	1日(水)	10時~11時30分
みどりが丘自治会館	2日(木)	14時~15時
イオン大網白里店	3日(金)	10時~11時30分
国保大網病院	7日(火)	10時~11時30分
農村環境改善センター	14日(火)	10時~11時30分
主婦の店大網店	16日(木)	10時~11時30分
セブール大網白里駅前店	27日(月)	14時~15時
D・C・M大網永田店	31日(金)	14時~15時

## 相談コーナー

### ●地域づくり課市民協働推進班

消費生活相談=毎週(月)・(火)・(水)・(金)  
10時~12時、13時~16時(祝、年末年始を除く)  
電話相談=☎(70)0344  
人権・行政相談=7月16日(木)13時~16時  
交通事故巡回相談=7月9日(木)  
10時~12時、13時~15時(要予約)  
会場 中央公民館相談室  
閩地域づくり課市民協働推進班 ☎(70)0342

### ●社会福祉協議会

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回13時~16時(要予約)  
法律相談=第2~4回13時~16時(要予約)  
心の相談=第2回9時~15時(要予約)  
会場・閩市社会福祉協議会  
☎(70)1122(相談専用)

### ●山武保健所(山武健康福祉センター)

腸内細菌検査=毎週(火)9時~11時(祝を除く)  
親と子の心の相談=7月16日(木)  
13時30分~、14時30分~(要予約)  
精神保健福祉相談=  
第1・2回14時30分~16時30分  
第4回14時~16時(祝を除く)(要予約)  
DV相談=電話相談 ☎(54)2388  
平日9時~17時(祝を除く)  
来所相談 毎週(月)9時~17時(要予約)  
障害者差別電話相談=☎(54)3556  
平日9時~17時(祝を除く)  
エイズ検査=7月22日(水)  
13時~13時30分(要予約)  
会場・閩山武保健所  
(山武健康福祉センター) ☎(54)0611

### ●子育て支援課児童家庭班

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  
閩こども家庭相談室 ☎(70)0328

### ●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=第1・3回9時~16時  
※上記日程以外でも随時ご連絡ください。  
会場・閩商工会 ☎(72)0239

### ●税理士による無料相談(要予約)

日時・会場=7月1日(水)、15日(水)  
10時~15時・東金商工会館  
閩千葉県税理士会東金支部 ☎(50)6322

### ●ライター無料相談登録相談(要予約)

日時・会場=毎月第2回18時~  
東金中央コミュニティセンター  
閩千葉県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回13時~15時30分・  
東金中央コミュニティセンター  
※予約不要。  
閩千葉県行政書士会東総支部  
☎090(4017)5697

### ●大網白里市ここちのお悩み相談会(市内在住の方・相談無料)

日時・会場=7月16日(木)10時~12時・  
保健文化センター1階  
甲・閩中核地域生活支援センターさんネット  
☎(77)7531 FAX(77)7538

## 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。  
※受診の前に必ず医療機関にお電話ください。

月日	医療機関名	
7/5(日)	古川クリニック(九十九里町) ☎0475(76)1588	大平医院(山武市) ☎0479(86)6012
7/12(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金市) ☎0475(54)2421	高橋医院(山武市) ☎0475(82)2450
7/19(日)	まさきクリニック(九十九里町) ☎0475(78)6868	松尾クリニック(山武市) ☎0479(86)6482
7/20(月・祝)	きみのもりクリニック(大網白里市) ☎0475(70)2366	睦岡クリニック(山武市) ☎0475(80)8001
7/26(日)	高橋医院(九十九里町) ☎0475(76)3101	宇井医院(山武市) ☎0475(86)2522

※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

## 広告欄

**空き家・中古物件 そのまま買取ります。**

LINEでのお問い合わせ

LINE QRコード

千葉県知事(1) 第18864号

**ハルヒラク不動産** 株式会社アールイーナンバー

千葉県大網白里市南飯塚 440-8

☎0475-71-3675

HPはこちら

**無料 結婚・婚活相談**

◆お子さんに結婚の話をするとケンカになる親御さん  
◆お子さんが婚活に消極的  
◆安全、安心な婚活方法を知りたい方 など

まずは気軽に婚活アドバイザーと話をしてみませんか?

7月開催日

8日(水)・12日(日)  
22日(水)・26日(日)

左記日程・会場以外はQRコードよりお申込みいただけます

開催時間 13:30~18:00(最終受付17:00)

要電話予約

☎070-2190-2810 (なめき直通)

相談員 行木 美千子 結婚相談所 サンクフル 正規加盟店

会場 大網白里アリーナ(メインアリーナ控室)  
大網白里市上貝塚160番地

医療法人社団 **歯友会 SHIYUHKAI**

「噛める」をもっと。「食べる」をずっと。

歯科 | 小児歯科 | 矯正歯科 | 歯科口腔外科

厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所

**ファミリー歯科**

住所: 東金市東岩崎2-25-14

TEL: 0475-55-8111 年中無休

診療時間 平日9:00~19:00 / 日・祝祭日9:00~18:00 ▲予約はこちら

Web予約受付中 各院の二次元バーコードから24時間ご予約いただけます

歯科 | 小児歯科 | 矯正歯科 | 歯科口腔外科

厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所

**東金デンタルクリニック**

住所: 東金市東金1146

TEL: 0475-52-0418 年中無休

診療時間 平日9:00~19:00 / 日・祝祭日9:00~18:00 ▲予約はこちら

# 市長とのふれあいミーティング

“未来に向けて みんなでつくろう！ 住みたい・住み続けたいまち”

5月29日、市内で「第6次産業」に取り組む昆陽ファーム代表の今野さんと、市長室にてふれあいミーティングを行いました。



▲対談の様子

## ◆第6次産業へのきっかけ

大網白里を盛り上げたいという思いから、仲間と会社を立ち上げ、その一環としてさつまいもの生産、加工、販売をしています。当初、キッチンカーでポテトチップスを販売しながら、地域の魅力を発信することを考えていました。その中で、自分たちで育てたじゃがいもからポテトチップスを作ったことをきっかけに商品づくりのおもしろさに気づき、その後、より加工や管理に適したさつまいもに着目し、現在の形となりました。

## ◆苦労の中にあるやりがい

生産・加工・販売を一体で行う難しさや、資材高騰、天候による影響など、事業を行う上での課題や苦労は少なくはありません。それでも、リピーターやSNSを見て遠くから足を運んでくれる方など、応援してくれる方の存在が励みとなり、やりがいとなっています。



▲作業の様子

## ◆大網白里の魅力とこれから

東京に一番近い田舎であり、豊かな自然や美しい星空が大網白里の魅力です。多くの方に足を運んでもらいたいと考えています。今後は、体験型の農業イベントの実施や、野菜を選んで育てる新しい形の八百屋を作る構想があります。さらには、農業と結びつけながら、移住者を増やすための取り組みをしていきたいです。



▲第6次産業に取り組む今野さんと

# 令和9年「二十歳の成人式」実行委員を募集

令和9年1月10日(日)に開催される成人式の企画・運営に携わる実行委員を募集中です。

実行委員は、成人式を迎える方で組織されます。会議は4回程度行われ、遠方の場合はオンラインでも参加可能です。

参加を希望される方は、申込フォームから登録してください。

一生に一度の式典を思い出深いものにしてみませんか。



▲実行委員申込フォーム



▲令和8年実行委員の皆さん

☎ 生涯学習課生涯学習班 ☎(70)0380

# 禁煙週間イベントを開催

5月31日～6月6日は厚生労働省が定める「禁煙週間」です。今年度の禁煙週間のテーマは「みんな知ってる？たばこのルール」。

6月2日、大網駅構内で禁煙週間の周知イベントを開催し、たばこが健康に与える影響や受動喫煙防止、社会における喫煙マナーについて普及啓発を行いました。



▲大網駅構内での禁煙イベント



▲保健文化センター特設ブースにて

# 千葉県LINE公式アカウントで、 県政情報をもっと身近に

県公式LINE登録はこちら！



## ◆県公式アカウントでは居住地以外の情報も受信できます

千葉県LINE公式アカウントがリニューアルし、受け取りたい情報を自分で選べるようになりました。県内各地の観光やイベント、お役立ちセミナー情報など、**関心のある分野の情報を、必要なものだけ受信**できます。

また、防災情報の受信設定では、お住まいの大網白里市だけでなく、通勤・通学先や家族が暮らす地域など、**自分で選択した県内の複数の市町村の情報**が受け取れます。警報や避難情報、大雨や地震などの情報が届くため、外出先でも状況を把握しやすくなっています。

お買い物などでさまざまな特典をもらえる、子育て世代に向けた「電子版チーパス」も表示できます。

ぜひ友だち登録・受信設定してご利用ください。

☎千葉県総合企画部報道広報課

☎043(223)2241

## ◆大網白里市公式アカウントでも市の情報を配信しています！

こちらまでぜひ登録ください。

☎秘書広報課秘書広報班 ☎(70)0307

市公式LINE登録はこちら！



# おすすめ料理 ●つるんと食べられ暑い季節にピッタリ●



## ところてんときゅうりの酢の物

1人分約21キロカロリー

ヘルシー材料の代名詞「ところてん」を使った酢の物です

●材料(4人分)

- ところてん……………80g×2パック
- きゅうり……………1本
- かにかま……………4本
- 付属の調味料……………2袋
- ポン酢しょうゆ……………適宜



●作り方

- ①きゅうりは輪切りにして塩を少々ふる。
- ②ボウルに水気を絞ったきゅうりと、ほぐしたかにかま、ところてんを合わせ、ところてんの付属の調味料をかけて和える。味が足りない場合は、お好みでポン酢しょうゆをかける。



▲食生活改善会のおすすめレシピ