

元女子バレーボール日本代表 大山加奈さんがやって来る!!

大山加奈さんによるバレーボール教室

および講演会を開催!



2004年のアテネオリンピックなどで活躍した、大山加奈さんによる、バレーボール教室（市内中学校バレーボール部対象）および講演会「夢に向かって」を開催します。また、講演会後に東京オリンピック・パラリンピックの観戦チケットが30組60名様に当たる抽選会を行います。観覧・抽選会への参加は事前申し込み不要です。ぜひ会場へお越しください。

日時 **3月28日(土)**

- ◆バレーボール教室 午後1～2時30分 ※一般の方も観覧できます。
- ◆講演会 午後3～4時
- ◆チケット抽選会 午後4～4時30分

場所 蓮沼スポーツプラザ



おおやま かな 大山加奈さんプロフィール

小学校2年生からバレーボールを始め、小中高全ての年代で全国制覇を経験。

高校卒業後は東レ・アローズ女子バレーボール部に入部。日本代表には高校在学中の2001年に初選出され、オリンピック・世界選手権・ワールドカップと三大大会すべての試合に出場。力強いスパイクを武器に「パワフルカナ」の愛称で親しまれ、日本を代表するプレーヤーとして活躍した。2010年6月に現役を引退し、現在は全国での講演活動やバレーボール教室、解説、メディア出演など多方面で活躍しながら、バレーボール界のみならず、スポーツ界全体の発展に力を注いでいる。

オリ・パラ観戦チケットを抽選でゲットしよう!!

申込方法 当日会場で所定の申し込み用紙に必要事項を記入の上、お申し込みください。

受付時間 午後0時30分～3時

申し込みできる方は抽選日現在、市内に在住・在学・在勤されている方（応募には諸条件があります。詳細は市ホームページ、会場での案内をご確認ください）

当選後の手続き 当選された方は、当日、抽選会場で手続きが必要となります。午後5時までに手続きがされていない場合は、当選の権利は無効となります。

☎ 講演会：教育総務課 ☎0475(80)1431

☎ 抽選会：東京オリンピック・パラリンピック戦略推進室 ☎0475(80)1633

お知らせ



健康・福祉

自殺対策強化月間のお知らせ

3月は自殺対策強化月間です

自殺は、心理的に追い込まれた末の死と言われています。

尊い命を守るため、多くの人にゲートキーパー（命の門番）になっていただくことが望まれています。



ゲートキーパーは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげる見守る人のことです。あなたもゲートキーパーの輪にはいりませんか？

また、食欲がなくなり、眠れないほどの心配ごとがある方は、まずは誰かに話してみましよう。

☎ いのちの電話

☎ 043(227)3900

健康支援課

☎ 0475(80)1171

日向診療所の受付時間等の変更のお知らせ

診療体制の変更に伴い、受付時間、4月の診療開始日が変更となります。

受付時間

月～金曜日

・午前8時30分～11時30分

・午後1時30分～4時

※祝日・年末年始は休診です。都合により平日でも休診となる場合がございます。

4月の診療開始日

4月6日(月) 午前8時30分～

※4月1日(水)～3日(金)は準備のため休診とさせていただきます。

☎ 健康支援課

☎ 0475(80)1173



令和2年度集団がん検診のご案内

4月1日(水)の新聞に折り込まれる「令和2年度山武市保健事業案内」に、がん検診の日程・料金等の詳しくご案内と申し込みはがきが一緒に入ります。忘れずにご確認ください！

●**申込期限** 4月14日(火)(当日消印有効) **対象者** 山武市民で、各該当年齢に達する方

検診種類	対象者(年度末年齢)	令和2年度実施予定
胃がん	40歳以上の方	6月
大腸がん		
肺がん・結核	40歳以上の方	7月
前立腺がん	50歳以上の男性	
肝炎ウイルス	40歳以上の方で過去に肝炎検査を受けていない方	
乳がん	30歳以上の女性	8月上旬～9月上旬
子宮がん	20歳以上の女性	

※肺がん検診・結核検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス健診は、特定健康診査(40歳以上の国民健康保険加入者と後期高齢者医療加入者が対象の健診)と同時に実施となります。

※申し込み方法は「令和2年度山武市保健事業案内」「広報さんむ4月号」でお知らせします。

☎ 健康支援課 ☎0475(80)1171



献血にご協力をお願いします

毎日3000人の方が輸血を必要としています。風邪などで体調を崩される方が多いこの時期は、献血にご協力いただける方が少なくなり、血液が不足しやすくなります。皆さまのご協力、よろしく願います。

日時 3月31日(火)午前10～11時
45分・午後1～4時

場所 成東保健福祉センター
健康支援課

☎0475(80)1173

退職後の国民年金の手続き

厚生年金に加入していた60歳未満の方が会社等を退職した場合には、国民年金に加入するための手続きが必要です(日付をあけずに厚生年金のある会社などに再就職する場合を除く)。

また、退職した方に扶養されていた60歳未満の配偶者(夫・妻)についても、同様に国民年金に加入する手続きが必要です。

この手続きを行わないと、年金額が減る場合や、年金そのものが

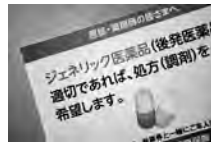
受け取れなくなる場合がありますのでご注意ください。

手続きには、厚生年金の資格を喪失したことがわかる書類(資格喪失証明書・雇用保険被保険者離職票・退職証明書等)、年金手帳、印鑑が必要です。

☎ 0475(80)1142

ジェネリック医薬品差額通知書を郵送します

市では、医療費の自己負担額軽減と医療保険財政の健全化を目的として、国民健康保険に加入されている方を対象に、ジェネリック医薬品差額通知を3月中旬に送付します。現在処方されている薬をジェネリック医薬品に切り替えることで、自己負担額がどれくらい安くなるかをお知らせします。



対象となる方

令和元年11月に薬の処方を受けた65歳以上の方で、ジェネリック医薬品に切り替えることで200円以上を軽減できる方

☎ 0475(80)1143

医療費通知を確認しましょう

医療機関で受診された国民健康保険の被保険者(世帯主宛)に医療費通知(令和元年11～12月診療分)を3月中旬に郵送しますのでご確認ください。

内容に覚えがない場合

医療費通知を確認し、記載されている医療機関等で診療を受けていない、日数・回数が異なるなど不明な点がありましたら、お手元の領収書等をご覧になり医療機関に確認してください。

※窓口負担額は、1円単位で記載されますが、実際に支払われた額は10円未満を四捨五入した額になります。

1131550
1,173,170
105,126

☎ 0475(80)1143

令和2年度 障害年金無料相談会開催

専門の社会保険労務士が、受給要件、申請手続きについて無料で個別に相談に応じます。

日時 5月と11月を除く毎月第1火曜日 午後1～4時30分

場所 成東中央公民館

料金 無料

対象 障害のある方、近親者

定員 約10人

※要事前申し込み

申込方法 電話、ファクス、メール

(申込専用電話)

☎070(1541)7661

☎ NPO法人 みんなでサポート

ちば(岩崎社会保険労務士事務所内)

☎043(301)2311

FAX 043(301)2312

✉ minsapo-chiba@mbr.nifty.com



国民健康保険の加入・脱退の届け出はお早めに!!

春は卒業や入学・就職など、異動の多い季節です。職場の健康保険に加入した、または退職された場合など次のようなときは、国民健康保険への届出が必要です。

◆ 国民健康保険に加入する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険の資格がなくなったとき	職場の健康保険の資格喪失証明書、印鑑、本人確認ができるもの
他の市区町村から転入したとき (職場の健康保険に加入していない場合)	転出証明書、印鑑、本人確認ができるもの

◆ 国民健康保険を脱退する場合

こんなとき	届出に必要なもの
職場の健康保険に加入したとき	国保保険証、社会保険証、印鑑
他の市区町村へ転出するとき (職場の健康保険に加入していない場合)	国保保険証、印鑑

◆ その他

こんなとき	届出に必要なもの
住所、世帯主などが変わったとき	国保保険証、印鑑、本人確認ができるもの
学生が修学のため市外へ転出したとき	国保保険証、在学証明書、印鑑
上記の学生が卒業または退学したとき	国保保険証、卒業証明書等、印鑑
保険証を紛失したり、汚れて使用できなくなったとき(再発行)	本人確認ができるもの、印鑑

※国民健康保険の資格取得(加入)・喪失(脱退)の届出は、14日以内に行いましょう。

※届出には個人番号(マイナンバー)の記入が必要です。個人番号カードなど個人番号がわかるものもお持ちください。

※「本人確認ができるもの」とは、パスポートや運転免許証、個人番号カードなどの官公署が発行した顔写真つきの証明書または年金手帳や介護保険証などを指します。(顔写真がない物の場合は2種類以上必要です)

※本人確認が出来ない場合には、窓口で保険証の即時交付は出来ませんので、後日郵送となります。

☎ 国保年金課 ☎0475(80)1143



文芸さんむ新刊発行の

お知らせ

今年も市民文集「文芸さんむ」第11号が発刊されました。市民の皆さまから募集した作品を文芸さんむ編集委員が編集し、完成しました。ぜひ、お手に取ってご覧ください。

配布場所 教育委員会(生涯学習課)、市役所、市内公民館、図書館、出張所

※配布は、なくなり次第終了します。

☎ 0475(80)1451



暮らし・環境

シェイクアウト訓練(シェイクアウト訓練)に参加しよう!

シェイクアウト訓練とは、アメリカをはじめ世界に広まっている防災訓練です。地震がおこったとき、素早く3つの行動がとれるよう自主的に訓練するものです。

日時 3月4日(水)午後1時～
※午後1時に震度6強の地震が起きると想定し、防災行政無線や

山武市安心安全メールで訓練開

始のお知らせをします。

実施区域 山武市全域

訓練場所 それぞれの自宅・職場など

◆シェイクアウト訓練の実施方法
午後1時から1分間それぞれの場所です。3つの安全行動「①まず低く ②頭を守り ③動かない」をとりましょう。

☎ 0475(80)1116



春の全国火災予防運動

「ひんがし」

「いねー」で確認

火の用心

3月1～7日は、「春の全国火災予防運動」の期間です。

この季節は、火災が発生しやすくなります。火災から大切な命と財産を守るため、家庭での火の取り扱いには十分注意しましょう。

☎ 0475(80)1119

成田空港の運用状況

成田空港の年間発着回数は、平成30年度25.6万回、航空旅客機は4,317万人を数え、令和2年1月時点で40カ国3地域141都市、国内23都市を結ぶ空の表玄関となっています。

離着陸制限(カーフェュー)の弾力的運用*については、平成30年度50件の発生があり、悪天候によるものが主な理由です。

※「やむを得ない」場合に限り、離着陸制限されている深夜23時台の1時間、離着陸を認める措置のことです(離着陸制限(カーフェュー)の弾力的運用は、令和元年10月27日から深夜0時～0時30分に変更されました)。

◆航空取扱量の推移

項目	平成28年度	平成29年度	平成30年度
発着回数(万回)	24.6	25.2	25.6
航空旅客数(万人)	3,962	4,094	4,317
航空貨物量(万トン)	214	228	212
給油量(万kl)	455	447	443

■滑走路別離着陸状況(平成30年度)

項目	空港南側				空港北側				合計			
	離陸	着陸	計	比率	離陸	着陸	計	比率	離陸	着陸	計	比率
A滑走路	59,577	14,547	74,124	51.8%	55,200	13,694	68,894	48.2%	114,777	28,241	143,018	55.7%
B滑走路	6,683	46,784	53,467	47.0%	6,943	53,393	60,336	53.0%	13,626	100,177	113,803	44.3%
合計	66,260	61,331	127,591	49.7%	62,143	67,087	129,230	50.3%	128,403	128,418	256,821	100.0%

☎ 0479(80)7115

お知らせ

山武警察署長感謝状の贈呈

1月30日に、山武警察署において、日ごろの警察業務の運営に貢献した個人・団体に対して、山武警察署長から感謝状が贈呈されました。

交通安全および防犯部門においては、次の方々が受賞されました。

【交通安全部門】

個人

山武交通安全協会
会長 加藤 忠勝 氏

団体

山武交通安全協会

【防犯部門】

個人

山武市防犯協会
会長 花田 勝志 氏

山武市防犯パトロール隊
隊長 鎌倉 仕 氏

齋藤新聞店
代表取締役 齋藤 逸朗 氏

齋藤新聞店

代表取締役

齋藤 逸朗 氏

団体

山武市防犯協会
山武市防犯パトロール隊

市民課

☎0475(80)1271

万が一に備えて、自転車も保険に加入しましょう

自転車は『車両』であることから、交通ルールやマナーを守らず、危険な運転をすると、重大な交通事故につながる恐れがあります。交通ルールやマナーを守り、『交通事故に遭わない、起こさない』ようにしましょう。

また、乗る前には自転車を確認・点検しましょう。

◆自転車安全利用五則

- ①車道が原則、歩道は例外
- ②車両は左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る

- ・飲酒運転、二人乗り等の禁止
- ・夜間はライトを点灯
- ・交差点での一時停止安全確認

- ・傘差し・携帯電話等使用禁止
- ⑤子どもはヘルメットを着用

※近年、自転車同士の事故のほかに、歩行者にけがをかわせてしまい、運転者やその家族に高額な損害賠償が請求される事故が発生していますので、自転車も

保険に加入しましょう。

市民課

☎0475(80)1271

千葉県中小企業復旧支援補助金

補助金

補助対象者 県内に事業所(店舗・工場・事務所等)のある中小企業者(中小企業者とは中小企業基本法第2条第1項に規定する会社および個人を指します)

補助対象経費 施設の修繕・建替費、機械装置の修繕・購入費、

機械等の入れ替えに伴う設備処分費等(保険金が支給済みまたは支給見込みの経費は除きます)

補助率および補助限度額

補助率 3/4以内
補助限度額 1000万円以内

※既に支払い済みの経費も補助対象となります。

申請受付期間 2月3日(月)～4月30日(木)午後5時(必着)

事業実施期間 被災した日から10月31日(土)まで

申請方法 商工会に申請書類を持参して確認を受けたうえで、専用窓口へ提出

※商工会の会員でなくても、申請書の作成支援を受けます。

※各種様式は千葉県ホームページからダウンロードできます。

専用窓口 千葉県商工労働部経済政策課中小企業復旧支援補助金窓口

策課中小企業復旧支援補助金窓口

☎043(223)3725

(平日午前9時～午後5時)

📄<https://www.pref.chiba.lg.jp/keisei/hukkyuhojokin.html>

書類作成支援窓口

山武市商工会

☎0479(86)5147

さんむエコノミックガーデン ング推進協議会成果発表会

地域経済の活性化を目的とした、さんむエコノミックガーデンング推進協議会の活動等報告会を開催します。

日時 3月15日(日)午後2時～

場所 山武市役所車庫棟第6会議室

事務局 わがまち活性化課

☎0475(80)1201

成東高校「観櫻会」

◆セレモニー

日時 3月28日(土)15:00～

ライトアップは17:30～

場所 成東高校百周年記念館

ライトアップ期間等はホームページでご確認ください。また、駐車場が無いためご来校の際は公共交通機関をご利用ください。

成東高校 ☎0475(82)3171

地域安全ニュース

悪質商法の被害防止

社債、未公開株、海外事業への出資や過去の投資被害からの救済などを装ってお金をだまし取る利殖商法、高齢者を狙った送り付け商法、消火器や布団を高額で売りつける押し付け商法等など、悪質商法による被害が後を絶ちません。

- ◆被害に遭わないためのポイント
- ・相手の身分と用件をしっかりと確認する
- ・うまい話、儲かる話を信用しない



- ・すぐ契約するように迫ってきたも、安易に契約をしない
- ・あいまいな返事をせず、勇気を出してはっきりと断る
- ・1人で判断しないで、家族や知人、相談機関へ相談する
- ・しつこい場合は110番をする

◆相談窓口

被害に遭ったときや、不安を感じたときは一刻も早く相談を。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。ます。

警察本部相談サポートコーナー

☎ 043(227)9110
(短縮) #9110

県消費者センター

☎ 047(434)0999

市町村の消費生活センターまたは消費者相談窓口

引っ越しの際には「し尿くみ取り」の手続きを忘れずに

引っ越し等により、くみ取り式トイレを新たに利用する方や利用しなくなる方は、し尿のくみ取りに関する加入や取り消しの手続きが必要です。

住民票の転入・転出・転居の届出だけでは、自動的に変更されま

せんで必ず手続きを環境保全課で行ってください。手続きを忘れた場合、くみ取り作業の手配は、加入の手続き後となるため、実施までに時間がかかります。また、取り消しがない場合は、転出・転居後も、今までどおりくみ取りが行われ、料金が発生する場合があります。ります。

☎ 山武郡市広域行政組合

環境衛生課 料金係
☎ 0475(54)0531

使用済みインクカートリッジの回収にご協力ください

市では、使用済みインクカートリッジの回収を行っています。市役所本館1階ロビー(会計課窓口脇)に、専用ボックスを設置してありますので回収にご協力をお願いします。



回収されたインクカートリッジは業者に引き渡し、インクを充填し再利用、あるいはリサイクルパレットなどへ再生利用されます。

☎ 環境保全課

☎ 0475(80)1161



スポーツ

第50回山武郡市民駅伝競走 大会結果

2月11日、蓮沼地区を会場に、第50回山武郡市民駅伝競走大会が行われ、郡内の3市3町の7チームが熱戦を繰り広げました。

山武市からは2チームが出場し、結果は、山武市Aチームが総合2位(前半2位・後半2位)、山武市Bチームが総合6位(前半6位・後半6位)でした。



お知らせ

第2回蓮沼地区対抗パークゴルフ大会結果(12月8日)

蓮沼浜公園パークゴルフ場で、蓮沼地区から52人が参加して開催されました。

大会は各地区から申し込んだ13チームが参加して行われました。地区対抗の形式で、各チームの上位2人の合計スコアで成績が決定することから、経験豊富なゴルフヤーと未経験者が混ざってプレーすることができ、参加者は楽しいひとときを過ごしました。



結果

〔A・Bコースの部〕

優勝 殿下区Bチーム

準優勝 川下区Bチーム

MVP 浪川滯一選手(南浜区)

〔C・Dコースの部〕

優勝 川下区Aチーム

準優勝 殿下区Aチーム

MVP 高知尾正義選手

(川下区A)

春季ソフトテニス教室

参加者募集

主催 山武市ソフトテニス協会

期間 4～6月(3カ月間)

①中学生の部 金曜日(午後7～

9時)、土曜日(午後1時15分～

5時30分)

②小学生の部 土曜日(午後1時

15分～3時)

対象者 山武市立中学校・小学校

に在学の初心者

※小学生は4年生以上が対象です。

募集定員 ①②各16人

※定員になり次第締め切り

場所 成東総合運動公園テニス

コート

参加費 ボール代を負担いただきますが、1人当たりの負担額は、

参加人数により変動するため、

蓮沼交流センター健康増進室のご案内

開館時間 午前9時～午後9時30分
(午後9時受付終了)

休館日 毎週月曜日、年末年始

◆利用料金

利用者区分	1回	1カ月定期
市内在住・在勤者	400円	3050円
満65歳以上および重度障害の市内在住・在勤者	300円	2040円
市外の方	610円	5090円
満65歳以上および重度障害の市外の方	520円	4080円

※施設の利用には、新規会員登録、初心者ガイダンスが必要です。運動に適した服装、室内用シューズ、身分証をお持ちください。
※蓮沼交流センター健康増進室では、現在スタッフ募集中です。時給930円～ 詳しくはお電話ください。

☎ 蓮沼交流センター健康増進室 ☎0475(86)3811



詳細についてはお問い合わせください。
申込期間 3月1日(日)～3月19日(木)
申込方法 成東総合運動公園管理事務所
所に参加申込書を提出(郵送、ファクス可)



※参加申込書は、市ホームページからダウンロードできます。
申 成東総合運動公園管理事務所
☎0475(80)3715
☎0475(80)3716
☎090(4831)1045
☎ 山武市ソフトテニス協会 小川
(対応時間帯:平日午後5～7時、土日祝日午前10時～午後4時)