

図書館情報



10月の
休館日

5日(月)・12日(月)・15日(木)
19日(月)・26日(月)

松尾 ☎0479(80)8066

成東 ☎0475(80)2299

山武 ☎0475(80)9101

3館共通

〈読書フリー2020〉

期日 10月4日(日)まで

場所 山武市立図書館

対象 小学生・中学生

内容 期間中に決められた冊数を読んで、ゴールすると賞状と記念品がもらえます。

松尾図書館

〈モンスターをつかまえる!〉

日時 10月17日(土)・18日(日)

午前10時～午後5時

場所 松尾図書館

対象 幼児(保護者同伴)・小学生・中学生

定員 各日先着40人

内容 図書館内に隠れたモンスターを探します。クイズに答えたり、ガチャを回したりして、いたずらモンスターを捕まえます。



〈パズルDE読書〉

期日 10月31日(土)まで

場所 松尾図書館

対象 幼児・児童・一般

内容 本を借りるとパズルのピースがもらえます。全部集めるとリサイクルの児童書や絵本などが5冊もらえます。
※なくなり次第終了します。



成東図書館

〈読書の達人〉

エントリー期間 10月27日(火)～11月29日(日)

開催期間 10月27日(火)～3月28日(日)

対象 どなたでもご参加いただけます。

内容 専用の読書通帳に読んだ本の記録をつけてください。通帳がいっぱいになったら、景品と交換できます。開催期間内は何度でも挑戦できます。

ブックリサイクルコーナーを常設しています

成東図書館の棚替え作業の際に出た、不要本を差し上げます。冊数制限等はありません。



さんぶの森図書館

〈読書週間記念行事スタンプラリー×ナゾトキ〉

読書を楽しみながら、ナゾトキに挑戦してみよう!

冊子配布期間 10月24日(土)～12月27日(日)

配布場所 さんぶの森図書館

参加費 無料

対象 どなたでもご参加いただけます。

内容 スタンプラリーとナゾトキがセットになった冊子を配布します。達成者には記念品をプレゼント。



〈図書館ギャラリーを貸し出します!〉

図書館の入口にある展示ケースの貸し出しを始めました。絵画、手芸、陶芸などの作品や切手、おもちゃコレクションなど、さまざまな展示スペースとしてご利用ください。

場所 さんぶの森図書館入口

前展示ケース一台

利用期間 一カ月以内

利用料金 無料

対象 図書館利用登録者、市内事業者

申込先 さんぶの森図書館

※興味を持たれた方は、お気軽にお問い合わせください。

展示ケースのサイズ

縦 127センチメートル

横 176センチメートル

奥 38センチメートル



展示ケース

新着案内

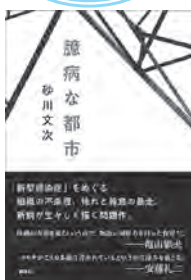
Selected book

『臆病な都市』

砂川 文次 著

＜講談社＞

まったく、なんだってあんな根拠のないものにすぐ振り回されてしまうのだろう。鳥の不審死から始まった新型感染症流行の噂。首都庁に勤めるKは、組織の理論と不条理、怖れと善意の暴走、その渦中に巻き込まれていく。



『未来の自分に会える古書店』

齋藤 孝 著

＜文藝春秋＞

中2と高2の兄弟の家の近所に、古書店「人生堂」が開店した。コンプレックス、いじめ、進路、受験、恋愛、思春期の少年なら誰しも突き当たるような問題に、店主サイトウさんはさりげないアドバイスで本を与えてくれる。青少年に贈る読書と人生の手引書。



滞納のない「納税推進のまち」宣言!!

納期のお知らせ

市県民税

第3期 **11月2日(月)**

国民健康保険税

第4期 **11月2日(月)**納税には便利な口座振替を
ご利用ください

市税の納税には、納め忘れがなく、納付の手間も省ける口座振替が便利です。取り扱い金融機関、申し込み窓口など、詳しくは収税課までお問い合わせください。

《お近くのコンビニエンスストアでも納付できます》
納期限までに納税しないと延滞金が加算されます。

休日納税・相談窓口

日 時 10月25日(日) 午前9時～午後5時

場 所 市役所 収税課

平日に納付や納税相談ができない方は、ぜひご利用ください。

なお、納税相談をご利用される場合は、電話予約をお願いします。

固 収税課 ☎0475(80)1151

休日証明窓口

日 時 10月25日(日) 午前9時～午後5時

場 所 市役所 市民課・課税課

○戸籍・住民票関係(住民票写し、戸籍に関する証明書、印鑑登録証明書、住所証明書の交付、印鑑登録新規・廃止の受け付け)

※住民票の異動手続きはできません。

固 市民課 ☎0475(80)1141

○市県民税関係(所得・課税・非課税証明書の交付)

固 課税課 ☎0475(80)1281



道の駅

オライはすめま 10月のイベント

4日(日)	手作り味噌・生餅の販売、焼き鳥・揚げ物、もつ焼き・もつ煮等
11日(日)	お好み焼き、手作り味噌・生餅、焼き鳥・揚げ物
17日(土)	カレーボール・磯揚げ
18日(日)	カレーボール・磯揚げ、お好み焼き、手作り味噌・生餅
25日(日)	手作り味噌・生餅

○本場インド料理各種の販売 土・日・祝日

○煎りたて珈琲の店頭販売 土・日・祝日

※レストラン蓮味は、土・日・祝日イワシ・野菜の天ぷら等テント販売を行います。

☎0475(80)5020

※天候や新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となるイベントがあります。

各種無料相談窓口

相談名	期日	時 間	場 所	問い合わせ先
人権行政相談	行政相談	13日(火) 13:30～16:30 (受付は16:00まで)	山武市役所	市民課市民生活係 ☎0475(80)1271
	人権相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:15	電話相談のみ みんなの人権相談 ☎0570(053)110
消費生活相談	月～金 (祝日を除く)	9:00～12:00 13:00～16:30	山武市役所	山武市消費生活センター ☎0475(82)8453
	土	9:00～16:00	電話相談のみ	千葉県消費者センター ☎047(434)0999
	日・祝日	10:00～16:00		消費者ホットライン ☎188番
心配り相談	一般相談	6日(火)	山武福祉センター	山武市 社会福祉協議会 ☎0475(82)7102
		13日(火)	成東老人福祉センター	
		20日(火)	松尾IT保健福祉センター	
			山武福祉センター	
	弁護士相談 (要予約)	27日(火)	蓮沼出張所 (旧蓮沼保健センター)	
		7日(火)	蓮沼出張所 (旧蓮沼保健センター)	
		14日(火)	山武福祉センター	
		21日(火)	成東老人福祉センター	
		28日(火)	松尾IT保健福祉センター	
税理士による無料相談(要予約)	7日(火)	10:00～15:00 (受付 平日 9:00～12:00)	東金商工会館3階	県税理士会 東金支部 ☎0475(50)6322
	21日(火)			
ナイター無料法律相談(要予約)	13日(火)	18:00～21:00	東金中央公民館	すずらん司法書士事務所 ☎0475(51)5021
障害のある人への差別に関する相談	月～金 (祝日を除く)	9:00～17:00	山武健康福祉センター	山武健康福祉センター ☎0475(54)3556
年金事務所による出張年金相談会(要予約)	20日(火)	9:30～15:30	山武市役所 大会議室	出張年金相談予約 専用電話 ☎043(242)6324

暮らしの情報



休日当番医

休日当番医テレホンガイド ☎0475(50)2531
●夜間急病診療所(年中無休、午後8～11時)
☎0475(50)2511

期日	+ 休日当番医	
4日(日)	ますほ内科クリニック(大網) ☎0475(70)8800	
	さくらクリニック(横芝光) ☎0479(84)4333	
11日(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金) ☎0475(54)2421	
	高根病院(芝山) ☎0479(77)1133	
18日(日)	ふるがき糖尿病循環器クリニック(大網) ☎0475(70)0801	
	京葉内科クリニック(山武) ☎0475(82)2400	
25日(日)	岡崎医院(東金) ☎0475(52)3313	
	よしみ医院(山武) ☎0475(82)8676	

※都合により変更になる場合があります。休日当番医テレホンガイドでご確認ください。

- ・専門以外は診療できない場合があります。
- ・診療時間 9:00～17:00

※昼休み時間については、各医療機関にお問い合わせください。

救急車を呼ぶか迷った場合、看護師等が電話相談に応じます。

こども救急電話相談(15歳未満)

#8000(ダイヤル回線・IP電話・光電話の場合043-242-9939)
毎日 午後7時～翌日午前6時

救急安心電話相談(15歳以上)

#7009(ダイヤル回線・IP電話・光電話の場合03-6735-8305)
平日・土曜日 午後6時～午後11時
日曜日・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク 午前9時～午後11時

保健カレンダー

母子保健係 ☎0475(80)1172

内 容	期 日	受付時間	場 所
すくすく広場	7日(水)	10:00～11:00	おおひらこども園 (子育て支援センター) 申し込み制
	27日(火)		なるとうこども園 (子育て支援センター) 申し込み制
産後セルフケア	8日(木)	9:30～10:00	成東保健福祉センター (申し込み制)
1歳6か月児健診	14日(水)	13:00～14:00	松尾IT保健福祉センター
2歳6か月児歯科健診	15日(木)	9:00～9:30	
3歳児健診	16日(金)	13:00～14:00	
乳児健診	20日(火)	13:00～14:30	さんむ医療センター
	11/10(火)		
ベビーサロン (第1子優先)	26日(月)	13:45～14:00	成東保健福祉センター (申し込み制)
親子相談	29日(木)	9:00～12:00	

※今年度の乳幼児健診は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、すべて松尾IT保健福祉センターにおいて実施します。



山武市の人口(9月1日現在)(前月比)

人口	50,498人 (-81)
男	25,498人 (-35)
女	25,000人 (-46)
世帯数	22,430世帯 (-12)

8月の異動

転入 82人	出生 18人
転出 125人	死亡 50人

火災(8月)

建物火災	3件
その他火災	1件

交通事故(8月) ※暫定数値

事故件数	133件
死亡者数	0人

令和2年度後期技能検定試験

等級 特級(該当職種)、1級、2級、3級(一部職種)および単一等級

職種 63職種83作業(建築大工、配管、工場板金、造園、和裁、菓子製造ほか)

受検資格 原則各職種とも所定の実務経験が必要

受検手数料 〈一般〉実技18200円、学科3100円

※35歳未満の方や学生・訓練生が2・3級受験の場合は実技試験受検手数料が異なります。

受付期間 10月5日(月)～16日(金)

試験実施日程 12月4日(金)～令和3年2月21日(日)の間の指定日

合格発表 令和3年3月19日(金)

問 千葉県職業能力開発協会
技能検定課
☎043(296)1150

第38回「目の愛護デー」 電話無料相談(事前申込不要)

千葉県眼科医会会員が目の健康についての相談にお答えします。

日時 10月11日(日)9～16時

相談専用電話 043(242)4271(相談日に限る)

問 千葉県眼科医会事務所
☎04(7186)7425



第65回ウォーキングサロン 「伊藤左千夫のみち」参加者募集

日時 11月14日(土)(雨天中止)

集合 成東駅前観光交流センター
9時30分

コース JR成東駅→田園風景→伊藤左千夫生家、資料館(見学・休憩)→伊藤左千夫勉学の地→食虫植物群落(見学)→JR求名駅(駅前公園で昼食休憩)→城西国際大学→水田風景→JR成東駅(歩程約11キロ)

※JR求名駅で解散可

申込期限 10月31日(土)

その他 ①弁当、飲み物、敷物各自持参 ②会費200円(当日集金)

申・問 ウィザードクラブ 岩井
☎090(3593)2860

🌐<https://www.wizardclub.org/>



返しきれない借金で悩んでいませんか？

千葉財務事務所では無料の債務相談窓口を開設しています。早めの相談が解決への近道です。必要に応じ法律専門家を紹介します。相談は無料で、秘密は厳守します。

受付時間 月～金曜日(祝日を除く)8時30分～正午、13～16時30分

問 財務省関東財務局千葉財務事務所債務相談窓口
☎043(251)7830(直通)

航空科学博物館イベント

〈ANA空港おしごと体験〉

航空機の誘導等を模擬体験できる「空港おしごと体験」を開催します。普段空港を利用するときには、なかなか見られない空港の舞台裏のおしごとを体験できます。

日時 10月4日(日)

場所 航空科学博物館館内等



〈夢へのフライトプラン～航空学校合同説明会〉

航空分野に関する学科・コースを設置している各学校が一堂に会し、学校紹介やブースでの個別相談等を行います。大学のパイロット養成コースや航空宇宙工学科、専門学校の航空機整備や客室乗務員コースなど、航空系の進路に関する情報を得る機会を提供します。

日時 10月18日(日)

場所 航空科学博物館

〈やさしい航空のおはなし「パイロットのおはなし」〉

全日本空輸パイロットの方の講演会です。パイロットならではのさまざまな体験談など、あまり聞くことができない生の声が聞ける講演会です。

日時 10月18日(日)

場所 航空科学博物館「体験館」

定員 100人

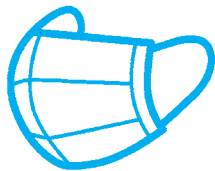
問 航空科学博物館
☎0479(78)0557

新しい生活様式を日常の習慣に

新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力いただき、ありがとうございます。

現在も全国的に新型コロナウイルスの感染者が発生しています。コロナウイルス感染拡大防止をするためには、暮らしの中で取り組める対策の継続が必要です。大切な友人や家族を守るため、今私たちにできることを継続して行い日常の習慣として取り入れていくことが大切です。

マスク着用



手洗い



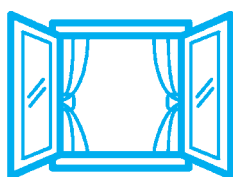
手の消毒



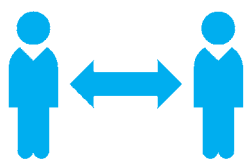
検 温



換 気



間隔をとる



密集しない



消 毒



— 新型コロナウイルス感染症に関する 不当な偏見・差別をなくしましょう —

全国的な新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、不安や偏見などにより、感染者やその家族、医療従事者等への誹謗中傷や不当な差別・いじめなどの人権侵害が大きな問題となっています。このような人権侵害はあってはならないことです。不確かな情報に惑わされて差別や偏見につながらないよう、確かな情報に基づいてお互いを思いやり行動しましょう。

ひとりで悩まずに、ご相談ください

法務省人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別・偏見などの人権相談を受け付けています。詳しくは法務省ホームページをご覧ください。

http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken02_00022.html

みんなの人権 110 番
☎ 0570 (003) 110

外国語人権相談ダイヤル
☎ 0570 (090) 911



新型コロナウイルスに負けない元気な体づくり
—第5弾—

自宅でできる簡単健康体操

目安 右腕10回・左腕10回×2セット

自宅で簡単に取り組める健康体操「さんむ筋力アップトレーニング (SUNトレ)」の一部を紹介します。

歩いたり立ったりするときに必要な、お尻と太ももの後ろの筋肉を鍛える運動で、身体の安定性を高めます。

高齢者だけでなく、運動不足や中高年の方にも効果がありますので、ぜひ挑戦してみてください。

☎ 高齢者福祉課 ☎ 0475 (80) 2642

脚の横上げ運動

肩の横の筋肉を鍛える運動です。

スタート！

①背筋を伸ばして座ります。両手を軽く握り、腕を自然に下げた状態から始めます。



②1～4まで数を数えながらゆっくり肩の高さまで腕を上げます。



ポイント！

腕を高く上げすぎると、肩を痛める恐れがあります。
腕は真横に上げるようにし、肩の高さまでにしましょう。

③5～8まで数を数えながらゆっくり腕を下ろします。



ポイント！

余裕のある方は、手首に重りを着けたり、水の入ったペットボトルを持ちながら運動すると筋肉がつきやすくなります。

体操を行うときの注意事項



■息を止めない

息を止めずに呼吸に併せて行いましょう。

※呼吸を止めてしまうと血圧が上昇する場合があります。

■無理をしない

無理をせず、痛みのない範囲で適度に行いましょう。

※無理をするとけがをしたり、長く続けることができなくなります。

令和2年度山武市芸術文化祭の中止のお知らせ

例年11月に開催しておりました「山武市芸術文化祭」は、新型コロナウイルス感染拡大防止および市民の皆さま、来場される方の健康と安心・安全の確保を優先し、中止とさせていただきます。

開催を楽しみにされていた方、各種サークル・団体、関係者の皆さまには大変申し訳ございませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。

☎ 成東・山武地区：成東中央公民館 ☎0475 (82) 3641
松尾・蓮沼地区：松尾公民館 ☎0479 (86) 3090