



食べて育つ体と心
守って育つ未来の笑顔




広報
s a m m u

さんむ

令和6年
11月号
2024.No.224



子育て特集

26・27ページをみてね



猿尾トンネル（松尾町猿尾交差点）

トンネルは、出入口付近における明暗差が発生し、視界が急に白くなる（または暗くなる）現象が起こりやすい場所です。こうした現象により前車の発見が遅れる危険性がありますので、速度を落としたり、ライトをつけるなど、十分注意して進行する必要がある場所です。



中下交差点

特に夜間はスピードの出し過ぎや信号無視の車もありますので、信号機の確認はもちろんですが、対向車や右折先の横断歩道などにも十分注意を払い、進行する必要がある場所です。

特集 交通事故ゼロのまち
『山武市』を目指して

身近な道路に潜む危険

全ての人が、加害者・被害者になり得る交通事故。未然に防ぐためには、日頃から通り慣れた身近な道でも安全確認が欠かせません。

交通事故の傾向を知り、未然に防ぐために運転者・歩行者の立場でどんな対策が必要か一緒に考えてみましょう。

山武警察署交通課

☎0475(82)0110

01

原因・分析

- ① 安全不確認
- ② 前方不注意
- ③ 運転操作不適

⚠ 運転手の**不注意**が事故の要因です

CHECK

市内事故発生件数

(令和5年1月～12月時点)

人身事故件数 **133** 件

人身事故が**3**日に**1**回発生した計算となります

市内事故発生件数

(令和6年1月～9月時点)

人身事故件数 **47** 件

うち死亡事故件数 **2** 件

9月
末現在

あなたの判断が未来を守る

見晴らしのよい交差点での事故が発生しています。「車は来ないだろう」「相手が譲ってくれるだろう」などの『だろう運転』が主な要因です。

「車が来るかもしれない」

「自分のことが見えてないかもしれない」などの『かもしれない運転』を常に心がけることが大切です。

また、年末にかけて飲酒運転による交通事故も多発します。絶対に飲酒運転をしない、させないようにお願いします。

速度違反・飲酒運転などの取り締まりを強化し、山武警察署管内での事故発生件数の抑止に努めていきます。



山武警察署 交通課
服部 孝行 交通課長



歩行者

- ☐ 歩きなれた道でも道路を横断する際は必ず横断歩道のある所を渡る
- ☐ 見通しの悪い交差点では、一度止まって左右の安全確認をする
- ☐ 反射材やライトを活用し、運転者に自分の存在を知らせる
- ☐ 歩きスマホなどは絶対にしない



自転車

- ☐ 車道は左側を通行、歩道は例外（歩行者優先）
- ☐ 交差点では信号と一時停止を守る
- ☐ 反射材やライトを活用し、運転者に自分の存在を知らせる
- ☐ 飲酒運転を絶対にしない、させない
- ☐ ヘルメットの着用
- ☐ 運転中、携帯電話などの使用は厳禁



自動車

- ☐ 夕暮れや夜間は、自転車や歩行者の早期発見のためライトを早めに点灯
- ☐ 対向車や先行者がいない場合は、こまめにライトを上向きに切り替える
- ☐ 自動車に乗ったら必ずシートベルトを着用する
- ☐ チャイルドシートを正しく着用する
- ☐ 飲酒運転を絶対にしない、させない
- ☐ 運転中、携帯電話などの使用は厳禁

安全運転の意識を育てる街頭監視

街頭で交通指導をしているとスマホ操作をしながら運転している人を見かけることが増えました。事故は起きてからでは取り返しがつきません。私たちの活動が、安全運転を再認識するきっかけに繋がればと活動に尽力する日々です。



山武市交通安全協会
田邊 隆男 会長



交通事故を防止するため、交通安全活動（街頭監視・交通安全教室）を推進しています。

成東・酒々井線（日向台の交差点）

北（木原方面）から南（矢部方面）に向けて下り坂となっており、南（矢部方面）から右折する際は対向車が速く接近するので、対向車および右折先の安全確認等に十分注意する必要があります。



02



もしかして
身近な通勤・通学路？！



セブンイレブン市役所前店交差点

交差点が小さく、右折しようとして少し進むと、すぐに対向車線や横断歩道に接近します。右折の際は、交差点中央に寄った上で、対向車線や横断歩道の安全をしっかりと確認してから進行する必要がある場所です。

私たちが今できることを——

後世へ繋ぐ農家のバトン



両総土地改良区八田工区 委員長

ふ せ かつひろ
布施 勝宏さん (60) = 松尾町八田 =

～プロフィール～

「農家のやりがいは、自分のペースで仕事ができること、自分が頑張って手入れした分だけ成果が出ることです」と語る布施さん。

37歳を転機にサラリーマンから実家の農業に従事することを決意し、現在に至るまでの23年間、専業農家として米作りに力を入れてきました。

農地利用最適化推進委員も務めるなど、地元農業の推進に幅広く活躍しています。



～農業の今～

私たちの食を支える農業。山武市でも深刻な後継者不足(※1)に悩まされています。松尾町八田地区では、地域農業の維持・発展のため、活力ある農業の展開、生き活きとした農村の実現を目指し、ほ場整備(※2)事業を進めるべく地元住民合意のもと、地権者である組合員が8月10日に両総土地改良区八田工区の設立総会を開催しました。今後、両総土地改良八田工区では、ほ場整備に向けた計画を進め、地域住民と協議しながら工事を実施していくこととしています。

ほ場整備したのち、裏作(※3)を始める計画があるため、ブロッコリーなどの作物を植える手順を県担当者から教わりました。



ほ場整備は、約10年を要する長期事業になります。今まで先代が守ってきた農地を次の世代へ繋ぐため、また農業を誇りに思ってもらえるよう、自分たちが今頑張らなければならないと意気込みます。

※1 後継者を確保できている農業経営体は約2割(出典：2020年農林業センサスより)

※2 ほ場整備……国や自治体が公共事業として行う、農道・耕地・用排水路の整備事業のこと。

※3 裏作……主作物の収穫後の空いている期間を利用して、より多くの作物を生産すること。土壌の養分を保ち、病害虫の発生を防ぐ効果もあります。



成東小5年生の子供たちが春に植えた稲の収穫を体験しました。
使い慣れない鎌や足元に苦戦しながらも、秋の実りを感じる経験が出来ました。

豊作の秋、大収穫祭
(成東小学校 稲刈り体験)

今年6月にバケツに土を入れて市農業委員と一緒に植えた稲が、たわわに実りました。
園児たちは、その稲をハサミでチョキチョキと上手に刈り取りました。

(日向幼稚園 稲刈り体験)



湧水流れる昔ながらの米づくり
(市民提案型交流のまちづくり推進事業)

NPO法人みんなの居場所ありのま山武支部では、自然豊かな谷津田(沖渡)を次世代に伝える活動を、毎月第3土曜日に行っています。





高齢者叙勲

旭日双光章

(令和6年10月1日付)

かなすぎ ひとし
金杉 等 氏(津辺)

元山武市議会議員
元山武市社会福祉協議会会長



健康・福祉

献血にご協力をお願いします

毎日約3千人の方が輸血を必要としていますが、少子高齢化による献血可能人口の減少等により血液が非常に不足している状況です。多くのいのちを救うため、皆さまのご協力をお願いします。

日時 12月3日(火) 午前10時～

11時45分・午後1時～4時

場所 成東保健福祉センター

詳しくは、ホームページをご覧ください。



健康支援課

☎ 0475(80)1173

国民健康保険・後期高齢者医療 医療費の一部負担金の減免

災害などの特別な理由により、医療機関などへの一部負担金の支払いが困難と認められる場合は、申請により医療費の一部負担金について減額・免除または徴収猶予が受けられます。

◆特別な理由

- ・震災、風水害、火災その他これらに類する災害により死亡し、精神もしくは身体に著しい障害を受け、または資産に重大な損害を受けたとき
- ・干ばつ、冷害、凍霜雪害等による農作物の不作、不漁その他これらに類する理由により収入が著しく減少したとき
- ・事業または業務の休廃止、失業等により収入が著しく減少したとき
- ・その他右記に類する事由があったとき

問 国保年金課

国民健康保険に関すること

☎ 0475(80)1149

後期高齢者医療に関すること

☎ 0475(80)1142

社会保険等健康保険加入者の 家族(被扶養者)を対象とした 特定健康診査のお知らせ

社会保険等健康保険(職場で加入する健康保険組合、全国健康保険協会管掌健康保険、各種共済組合船

員保険等の医療保険)の被扶養者を対象とした特定健康診査を行います。
対象者 社会保険等健康保険加入者の家族(被扶養者)で40～74歳の方

※国民健康保険、後期高齢者医療制度加入者は受診できません。

日時

- ① 12月5日(木) 午前9時30分～11時15分・午後2時～3時
- ② 12月6日(金) 午前9時30分～11時15分

場所 成東保健福祉センター
費用 加入されている医療保険者によって異なります(受診券を確認してください)。

健診内容 問診(服薬歴、喫煙歴等)・計測(身長、体重、腹囲、BMI)・

診察(身体計測・血圧測定・血液化学検査・肝機能検査・血糖検査・尿検査・詳細項目(該当者のみ実施))

受診手続き 各医療保険者によって手続き方法が異なりますので、

加入されている医療保険者が被保険者の勤務先へご確認ください。

受診時に持参するもの

- ・受診券(加入されている医療保険者が発行したもの)
- ・被保険者証

※集団健診で受けられない場合は、個別健診を受けることができますので、ぜひ受診しましょう。

問 集団健診に関すること

一般社団法人千葉衛生福祉協会
千葉診療所 健康管理部

☎ 043(224)2016
個別健診に関すること 加入されている医療保険者

心の健康づくり市民研修会

あなた自身や周りの人の異変に気付いて寄り添うヒントをお伝えします。

講師は、不登校や自殺未遂経験の当事者であり、悩みを抱える全国の子どもたちから応援や相談の手紙等を受け、こどもたちのSOSを伝える活動を行っているシンガーソングライターです。

講演 「こどもたちの心の声(SOS)を今、大人に伝えたい」

日時 12月1日(日) 午前10時～

11時30分(受付 午前9時30分～)

場所 山武市役所本庁3階 大会議室

定員 70人・無料

申込期限 11月29日(金)

講師 悠々 ホルン氏

内容

- ・講師の体験談
- ・うつ等メンタルヘルス

・悩んでいる人への気づき方、声のかけ方 他

申・問 健康支援課

☎ 0475(80)1171

お知らせ

社会保険料(国民年金保険料)
控除証明書が発送されます～年末調整・確定申告まで
大切に保管を～

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。

控除の対象となるのは、令和6年1月から12月までに納付した保険料の全額です。過去の年度分や追納した保険料も含まれます。なお、社会保険料控除を受けるためには、保険料を納付したことを証明する書類(控除証明書や領収証書)の添付が義務付けられています。

令和6年1月1日から令和6年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した方には、11月上旬頃に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されますので、申告書の提出の際には必ずこの証明書または領収証書を添付してください(令和6年10月1日から令和6年12月31日までの間に、今年はいじめて国民年金保険料を納めた方へは、令和7年2月上旬頃に送付される予定です)。



問 ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570(003)004

千葉年金事務所

☎ 043(242)6320

Check

社会保険等の扶養になると 世帯の健康保険料負担が軽減される可能性があります

社会保険等に加入している方(被保険者)のご家族は、その健康保険に「被扶養者」として加入できる可能性があります。被扶養者として健康保険に加入しても被扶養者分の健康保険料は発生しないため、保険料負担の軽減が見込まれますので、下記フローチャートを参考に被扶養者認定の申請についてご検討ください。

※健康保険ごとに被扶養者認定の基準は異なりますので、必ず被保険者の方が勤務する事業所へご確認ください。

被扶養者認定のフローチャート

参考：全国健康保険協会(協会けんぽ)

問1

被保険者(会社の健康保険に加入している方)から見たあなたは次のいずれかに該当しますか？

- A 被保険者の収入により生計を維持している直系尊属(父母・祖父母など)・配偶者(内縁含む)・子・孫・兄弟姉妹である75歳未満の方
- B A以外の3親等以内の親族で、同居する被保険者の収入により生計を維持している75歳未満の方

はい

問2

あなたの年間収入は、次の金額未満ですか？

◆60歳未満の方

年間収入130万円(月収換算108,333円)

◆60歳以上または障害者の方

年間収入180万円(月収換算149,999円)

※年間収入とは、被扶養者に該当する日以降の年間見込み収入額で、給与、年金、自営、農業など継続性を有する収入です(自営・農業は所得額。ただし一部必要経費等除く)。不動産や株の譲渡など一時的な所得は含まれません。

はい

問3

あなたの年間収入は、被保険者の2分の1未満ですか？

はい

いいえ

認定の可能性 低

ただし、生活の実態に応じて被扶養者として認定される場合もあります。

また、退職等により収入状況が変わった場合は、年の途中からでも被扶養者に該当する場合がありますので、被保険者の方が勤務する事業所へご確認ください。

いいえ

いいえ

認定の可能性 高

扶養申請の手続き方法や必要書類などの詳細は被保険者の方が勤務する事業所へご確認ください。なお、被扶養者として認定された場合には、国民健康保険の脱退手続きが必要になります。

問 国保年金課 ☎ 0475(80)1143

令和7年度 こども園・幼稚園・ 保育園等の 入園申し込み



①こども園(長児部)・保育園・地域型保育施設

《入園資格》 保護者の就労や病気などの理由により、
お子さんを保育することができない家庭

②こども園(短児部)・幼稚園

《入園資格》 市内に住所があり、次の年齢に該当する幼児
3歳児……令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ
※なんごうこども園は4歳児～
4歳児……令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ
5歳児……平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ

申込書類 配布期間	11月1日(金)～ 午前9時～午後5時(土・日・祝日除く) ※募集案内・書類は、市ホームページからも ダウンロード可	
配布場所	子育て支援課・公立こども園・公立幼稚園・私立保育園	
受付期間	11月20日(水)～29日(金)(土・日・祝日除く) ・先着順ではありません。	



令和7年度入園希望の全ての方へ

- ・令和7年4月の入園について現在、入園待機になっている方も新たに申し込みが必要となります。また、希望者が多い場合は、希望の施設に入園できないことがありますので、予めご了承ください。
- ・現在、入園中の方は今回の申し込みの必要はありませんが、継続入園のための現況調査を行います。
- ・市外の保育施設の場合、希望する自治体の申請期限等をご確認のうえ、子育て支援課へご相談ください。
- ・令和7年1月から3月までの入所を希望する方の受け付けは12月10日(火)までとなります。

◆市内の公立こども園・私立保育園一覧

	施設名	所在地	電話番号	受入年齢
公立 こども園	なるとうこども園	成東210-3	0475(82)1355	生後6カ月 ～ 就学前
	なんごうこども園	上横地887-1	0475(82)2689	
	しらはたこども園	白幡1919	0475(82)1755	
	まつおこども園	松尾町金尾441	0479(86)2300	
	おおひらこども園	松尾町広根1182-1	0479(86)3456	
私立 保育園	日向保育園	椎崎1331-1	0475(88)2505	生後57日目 ～ 就学前
	若杉保育園	横田172-1	0475(80)9052	
	蓮沼保育園	蓮沼ハの1033-3	0475(86)2193	

◆地域型保育施設

	施設名	所在地	電話番号	受入年齢
地域型 保育施設	五反田こどもの家	松尾町五反田2976	0479(74)8601	6カ月～3歳未満
	キッズアップ	成東215-29	0475(82)0866	3カ月～3歳未満

☎ 子育て支援課 ☎0475(80)2632



山武市立小中学校の規模適正化・適正 配置基本方針の一部改定(案)に関する パブリックコメントを実施しています

本方針は、策定から約10年が経過することから、推計値等を現状に合わせた内容へ修正します。本方針の一部改定(案)がまとまりましたので、この案に対するご意見をお寄せください。

◆対象者

- ①市内に住所を有する方
 - ②市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体
 - ③市内に通勤、通学している方
 - ④市に納税義務を有する方
 - ⑤案件に利害関係を有する方
- 資料閲覧場所**
- ・市ホームページ
 - ・教育総務課(土・日・祝日除く 午前8時30分～午後5時15分)

募集方法

郵送、FAX、電子メール、持参のいずれかの方法により教育総務課へ提出

※意見書は、市ホームページからダウンロードするか、教育総務課で配布します。

募集期限

11月15日(金)



☎ 0475(80)1108

FAX 0475(80)1400

☑ kyoikusomu@city.sammu.lg.jp

令和7年二十歳を祝う会 開催のお知らせ

期 日 令和7年1月12日(日)

場 所 成東文化会館のぎくプラザ

◆第1部 成東・蓮沼地区

受付 午前10時～10時20分

式典 午前10時30分～11時40分

◆第2部 山武・松尾地区

受付 午後1時～1時20分

式典 午後1時30分～2時40分

対 象 平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方

その他 10月1日時点で、山武市に住所がある対象者にご案内は

がきを送付しました。現在市外にお住まいの方で、市内の小中学校に在籍した方は、はがきが

なくても式典に参加できますので、当日会場まで

お越しください。

☎ 生涯学習課

☎ 0475(80)1451



暮らし・環境

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

性別や間柄を問わず、暴力は決して許されるものではありません。

特に、配偶者からの暴力、性犯罪、ストーカー行為など、女性に対する暴力は人権を踏みにじる行為です。被害にあっている人が一人で苦しまないよう、ご自身や周囲の方で被害を受けていたら、一人で悩まずにご相談ください。

☎ 子ども教育課

☎ 0475(80)2634

「月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時」

女性サポートセンター電話相談

☎ 043(206)8002

「毎日24時間受付(女性専用)」

全国一斉

「女性の権利ホットライン」強化週間

性犯罪・性暴力、配偶者からの暴力(DV)、各種ハラスメント、

ストーカー行為等の女性をめぐるさまざまな人権問題について、「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、全国一斉に人権擁護委員が

「女性の権利ホットライン」を通じて相談に応じることになりました。

日 時 11月13日(水)～19日(火)

午前8時30分～午後7時

※11月16日(土)・17日(日)のみ、午前10時～午後5時

対応者 千葉県人権擁護委員連合

会女性人権擁護委員、または千葉県地方務局人権擁護課職員

☎ 0570(070)810

☎ 千葉県人権擁護委員連合会事務局(千葉県地方務局人権擁護課内)

☎ 043(247)3555

薪ストーブ・ペレットストーブの 購入に補助金が出ます

市では、化石燃料を使わない環境にやさしい木質ペレットや薪を利用したストーブ等を購入設置した方に対して、費用の一部を補助します。

◆対象機器・補助金上限額

・ペレットストーブ 15万円

・薪ストーブ 10万円

・バイオマスボイラー 20万円

※対象経費(購入・設置費)の2分の1以内

◆対象となる方

- ・市内に住所を有する個人
- ・市内に事務所を有する法人および団体

対象施設 市内の住宅、店舗、作業場、事務所

※購入前に事前申請が必要です

で、市ホームページ

をご覧ください。

☎ 農政課

☎ 0475(80)1213



津波避難訓練を実施します

命を守るため、もしもの時に備えよう

市では、地域防災力の向上を目指して津波避難訓練を実施します。自分の身は自分で守る「自助」や身近な方と協力して難を避ける「共助」について、訓練することが必要です。この機会にぜひ参加しましょう！



避難場所

① 鳴浜小学校

② 井之内津波避難広場

③ 緑海小学校

④ 木戸津波避難タワー

⑤ 蓮沼交流センター

避難経路確認 家の付近を実際に歩いてみて、危険な場所や避難場所までの避難経路を確認して



みましよう。避難経路は1つではなく、通行できない場合に備えて複数決めておきましょう。

◆防災フェア

（防災講話・車両展示・ブース展示）

日時 11月17日(日) 午前10時～

正午（※荒天中止）

場所 鳴浜小学校

防災講話 「防災スペシャリストから学ぶ、津波防災！」

過去を知り、未来へ命を繋ぐ

講師 防災家・防災スペシャリスト 野村 功次郎氏

その他 参加された方には、防災グッズ詰め合わせ（非常用飲料水・レトルトカレー等）をお配りします。

※駐車場に限りがありますので、乗り合わせの上ご来場ください。

図 消防防災課
0475(80)1116

訓練内容 避難場所までの避難経路の確認

訓練対象地域 市ハザードマップにおける津波浸水想定区域

災害に備えて 防災情報を入手しましょう

大規模災害時には、正確な情報を迅速に入手することがとても重要です。普段から情報の入手方法について確認しておきましょう。

Check Point!

①キキクル【気象庁】

「雨雲の動き」「浸水の危険度」「土砂災害の危険度」などを見ることができます。



②川の防災情報【国土交通省】

作田川・木戸川・真亀川など全国の河川の状態をリアルタイムで見ることができます。



③千葉県防災ポータルサイト【千葉県】

千葉県内の「緊急情報」「気象注意報・警報」「避難所情報」「交通情報」「ライフライン情報」を見ることができます。



④停電情報【東京電力パワーグリッド株式会社】

停電情報を見ることができます。停電に関する問い合わせは東京電力パワーグリッド株式会社「0120-995-007」（コンタクトセンター）



⑤ちば情報マップ【千葉県】

日頃から自宅の災害リスクや避難経路の確認をしておきましょう。「土砂災害警戒区域」「洪水浸水想定区域」「津波浸水想定区域」などを詳しく見ることができます。区域を住所や目的地から検索することもできます。



土砂災害警戒区域…土砂災害が発生した場合、住民の生命・身体に危害が生じる恐れがある土地の区域
浸水想定区域…降雨により河川が氾濫した場合に浸水が想定される区域

SMSやメールでのフィッシング詐欺
そのURLのクリック、ちよっと待つて！

フィッシング対策方法

Check Point!

□ 有名企業や契約中の事業者からのSMS（ショートメールサービス）やメールであってもフィッシングを疑う

□ 記載されているURLにはアクセスせず、正規サイトや正規のアプリから確認する

□ フィッシング被害に遭い、不当請求を受けた場合には、ただちにクレジットカード会社や金融機関等に連絡する。同じIDやパスワード等を使いまわしているサービスを含め、全て変更する

□ IDやパスワード等の使いまわしを避け、被害拡大を防ぐ

□ クレジットカードやキャリア決済などの利用明細はこまめに確認する

困ったときは、すぐに消費生活センター等にご相談ください。

（消費者ホットライン＃188）

図 山武市消費生活センター

0475(82)8453

（土・日・祝日・年末年始除く 午前9時～正午、午後1時～4時30分）



本庁1階ロビーに設置しました

キオスク端末の取扱説明書

見たことはあるけど、使ったことはないという方必見！
これを読めば使わずにはいられない！キオスク端末をご紹介します。

その1 | キオスク端末とは

マイナンバーカードを利用して各種証明書を取得できるコンビニ交付対応行政キオスク端末のことです。

【設置場所案内図】山武市役所本庁1階



その2 | 取得できる証明書は8種類

- ✓住民票 (本人のみ)
 - ✓住民票 (世帯全員・一部)
 - ✓印鑑証明書 (登録している方のみ)
 - ✓所得課税証明書
 - ✓所得証明書
 - ✓課税 (非課税) 証明書
- ※現年度のみ
- ✓戸籍全部事項証明書 (戸籍謄本)
 - ✓戸籍個人事項証明書 (戸籍抄本)

戸籍に関する注意事項

※住所と本籍地が山武市の方が取得できます。
※お住まいと本籍地が異なる場合は、右の二次元コードから、詳細をご確認ください。



その3 | おすすめポイント

1 申請書を書かない

端末の画面入力のみで取得できるため、申請書は書きません！



2 コンビニで取得できる

お近くのコンビニにあるキオスク端末で、各種証明書が取得できます。

3 待ち時間がない

混雑している窓口で取得する場合と違い、時間はかかりません！



4 必要書類が少ない

マイナンバーカードのみで証明書が取得できます。運転免許証やその他確認書類は不要です。

その4 | おトクに取得！

窓口では各種証明書交付手数料は、通常300円ですが、**キオスク端末**では**200円**で、**100円おトク**になります。



【注意】

戸籍証明書の交付手数料は窓口、キオスク端末ともに**450円**ですので、ご注意ください。

操作方法がわからない場合は、担当職員がご案内しますので、お気軽にお声がけください

＼お待ちしています／



問 市民課 ☎0475(77)8110

お知らせ

地域安全ニュース11月号

秋の子どもまんなか月間

オレンジリボン・

児童虐待防止推進キャンペーン

児童虐待の疑いがあるとして警察から児童相談所に通告された児童数は増加傾向が続いています。児童虐待かも？と思ったら、すぐにご連絡ください。あなたからの1本の電話で救われる子どもがいます。

◆相談先一覧

子ども教育課

☎0475(80)2634

〔月〕金曜日(祝日除く) 午前

9時～午後5時

・児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189(いちはやく)

・千葉県子ども・家庭110番

☎043(252)1152

・千葉県警察少年センターヤング・テレホン

☎0120(783)497

(なやみよくなる)

・山武警察署生活安全課

☎0475(82)0110

☎0475(82)0110

山武警察署生活安全課

11月9日～15日は、

「秋季全国火災予防週間」です

「守りたい

未来があるから 火の用心」

秋季全国火災予防運動を実施します。これからは、空気が乾燥し火災が発生しやすい季節を迎えます。火災から大切な命と財産を守るため「住宅防火 いのちを守る10のポイント」を実践しましょう。

◆4つの習慣

1 寝たばこは絶対にしない、させない
2 ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
3 こんろを使うときは火のそばを離れない
4 コンセントはほこりを清掃し、

不要なプラグは抜く
◆6つの対策

1 火災の発生を防ぐために、ス

トーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
2 火災の早期発見のために、住宅

用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
3 火災の拡大を防ぐために、部屋を

整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する
4 火災を小さいうちに消すために、消火

器等を設置し、使い方を確認しておく

5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に

確保し、備えておく
6 防火防災訓練への参加、戸別訪問など

により、地域ぐるみの防火対策を行う
☎0475(80)1119

消防防災課

11月は「動物による危害防止

対策強化月間」です

次のことに注意して、動物による事故や迷惑を防止しましょう。

◆人が犬にかまれる事故が、令和5年度は千葉県内で223件発生しました。

・飼いが犬をかんだ時は保健所へ届け出し、かんだ犬が狂犬病の疑いがないかどうか獣医師の検診が必要です。

・犬を飼う場合には、事故を起こさないようにしつけ、門や玄関から

犬が飛び出さないよう注意してください。犬の放し飼いは禁止されています。散歩は犬を制御できる人が、短い引き綱で行いましょう。

◆狂犬病は人にも感染し、発症するとほぼ100%死亡する恐ろしい病気です。家族や愛犬を守るため、年1回の狂犬病予防接種を受けましょう。犬の登録と年

1回の狂犬病予防接種は、法律に定められた飼い主の義務です。

◆猫は屋内で飼いましょう。糞尿や鳴き声による被害を防止できます。

◆危害を加えるおそれのある動物特定動物は、法律により原則として飼うことが禁止されています。

動物を飼う前に考えてほしいことや、動物と暮らすときに気を付けてほしいことをまとめた動画をぜひご覧ください。

☎0475(54)0611
山武保健所(健康福祉センター)

☎0476(93)5711
千葉県動物愛護センター

『太陽光パネル・蓄電池』共同購入 参加者募集中!

参加募集期間

2025年1月31日まで



みんなの
おうちに
太陽光

太陽光パネルの設置が「電気代の大幅な節約」に繋がることをご存じでしょうか?千葉県では、みんなで集まり安心・おトクに購入できる、太陽光パネル・蓄電池の共同購入事業を実施しています。まずは、数分の無料参加登録で設置費用をご確認ください。

千葉県 みんなのおうちに太陽光

検索

☎0120(758)300

☎0120(758)300

受付時間 午前10時～午後6時(土・日・祝日除く)





農業者の皆さま

「みどり認定」を

受けてみませんか？

「みどり認定」とは、「環境負荷低減」を図るための事業活動に取り組むための「計画」を認定する制度で、グループでの認定も可能です。認定を受けると次の優遇措置が受けられます。

- ・設備投資の際の所得税・法人税の優遇
 - ・一部の国庫補助金における採択の優遇
 - ・日本政策金融公庫の無利子融資の貸付け
- 詳しくは、県ホームページからご確認ください（千葉県 みどりの食料システム法）と検索。

申・問 山武農業事務所企画振興課
（東金市東新宿1-11）

☎0475(54)1122

農振農用地域からの除外申請

農振農用地は、法律に基づき農業上に利用すべき土地として設けられており、要件等を全て満たす場合のみ除外が認められます。

そのため、申請された全ての案件が認可されるとは限らず、審議の過程で除外不相当となる場合がありますので、土地選定は慎重にしてください。また、手続きが完了する

までおおよそ1年間かかります。

申請期間 11月1日(金)～29日(金)

除外要件等について、市ホームページをご覧ください。

問 農政課



☎0475(80)1211

ゼロカーボンシティさんむ

環境にやさしい次世代自動車で

Let'sゼロドラ！

ゼロカーボン・ドライブ（略称：ゼロドラ）は、太陽光や風力などの再生可能エネルギーを使って発電した電力（再生電力）と電気自動車（EV）、プラグインハイブリッド車（PHEV）、燃料電池自動車（FCV）を活用した、走行時のCO₂排出量がゼロのドライブです。

日本では、「2035年までに、乗用車新車販売で電動車100%」という目標を掲げています。しかしながら、2023年度の国内乗用車新車販売では、ハイブリッド車（HEV）が約50%のシェアを占める一方で、EV、FCV、PHEVは合計でも約3・5%のシェアにとどまっています。国や市では、新車購入への補助金制度を設けてい

ますので、ぜひご検討ください。

皆さんで再生電力を活用したドライブに取り組み、ゼロカーボンシティさんむの実現に向けて共に一歩踏み出しましょう！

◆山武市住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金

◆Let'sゼロドラ！

【環境省】

問 環境保全課

☎0475(80)1161



催し・募集

成東中央公民館講座

受付期間 11月4日(月)～19日(火)

※5・6・11・18日の休館日除く

場所 成東中央公民館

対象 市内在住・在勤・在学の方

◆表情筋トレーニング教室

日時 12月12日(木) 午前10時～11時30分

定員 10人

持ち物 卓上鏡

◆大人の折り紙教室

日時 12月13日(金) 午後1時30分～3時30分

材料費 500円

定員 10人

持ち物 定規、ボンンド

◆ソラフラワー教室

タイの水辺に生息するマメ科の植物「ソラ」の茎

を乾燥させた

天然素材で、

お正月飾りを

作ります。

日時 12月15日(日) 午前9時30分～正午

材料費 2000円

定員 10人

持ち物 はさみ、定規、霧吹き、雑巾

申・問 成東中央公民館

☎0475(82)3641



農業委員・農地利用最適化推進委員の募集

農業委員 17人

農地利用最適化推進委員 20人

募集期間 11月1日(金)～29日(金)

募集方法 推薦または応募ともに

用紙に記入のうえ、農業委員会事務局へ持参してください。

※用紙は農業委員会事務局で配布

します。また、市ホームページ

からダウンロードできます。

問 農業委員会事務局

☎0475(80)1241

お知らせ

蓮沼交流センター講座

受付期間 11月3日(日)～

※毎週月曜日の休館日除く

場 所 蓮沼交流センター

◆太巻寿司教室

玉子の巻き寿司(とんぼ)を作ります♪

日 時 11月17日(日) 午前10時～正午

場 所 3階調理実習室

定 員 20人(先着順)

参加費 1000円

持ち物 エプロン・三角巾・布巾

2枚・持ち帰り用容器

◆押絵教室

2025年「巳年」の押絵飾りを

作ります♪

日 時 11月29日(金) 午前10時～正午

場 所 3階会議室

定 員 6人(先着順)

参加費 700円

持ち物 鉛筆・紙用布

用はさみ・手芸ボンド・目打ち

講 師 日本絵手紙公認講師

若海 美智子氏

◆クリスマスリース作り教室

ソラフラワーとドライフラワー

のリースを作ります。初心者でも

簡単に作れます♪

日 時 12月7日(土) 午前9時30

分～11時30分

場 所 1階イベントスペース

定 員 10人(先着順)

参加費 1500円

持ち物 手ふきタオル・新聞紙・

園芸ばさみ

講 師 フルル咲 山本 咲久子氏

申・園 蓮沼交流センター

☎0475(86)2201

松尾公民館講座

募集期間 11月1日(金)～14日(木)

※5・6・11日の休館日除く

対象者 市内在住・在学の小学生

から高校生まで

募集方法 必要事項をご記入のう

え、申込書・検定料を松尾公民

館までご持参ください。

検定料 受験級により異なります。

その他 対策講座は無料です。日

時は申込用紙をご確認ください。

◆算数・数学検定

日 時 令和7年1月18日(土)

6級～11級 午前8時45分～9時50分

2級～5級 午前8時45分～11時30分

◆英語検定

日 時 令和7年1月19日(日)

4級～5級 午前9時45分～11時45分

2級～3級 午後0時35分～3時

◆漢字検定

日 時 令和7年1月25日(土)

午前8時45分～10時15分

申・園 松尾公民館

☎0479(86)3090

11月25日～12月1日は犯罪被害者週間

「千葉県民のつどい」開催

ある日突然、ご自身が犯罪被害

者になってしまう可能性は誰にで

もあります。犯罪被害に遭われた

方やその家族が置かれている状況

などについて、一緒に考えてみま

せんか？

日 時 12月1日(日) 午後1時～

(受付 正午～)

場 所 千葉市生涯学習センターホール

定 員 250人(事前申込優

先・当日入場可)

申込方法 参加者の氏名・住所・

電話番号を記入のうえ郵送、F

AXまたはメール。電話申込可。

申込期限 11月27日(水)(消印有効)

内 容

・犯罪被害者支援に係る講演

・パネルディスカッション

・犯罪被害者支援音楽会

申・園 (公社)千葉犯罪被害者支

援センター事務局

(〒260-0013 千葉市中央区中

央3-9-16 大樹生命千葉中央ビル7階)

☎043(225)5451

☎043(225)5451

FAX 043(225)5453

さんむ文芸

課題「ぬるい」

年の功孫叱らずにぬるい仲
 話に華咲いて気が付くぬるいお茶
 身内には手ぬるい裁き自民党
 裕福な人にはぬるい物価高
 大腸菌いっぱいぬるいセーヌ川
 小選挙世襲でぬるむ政治風呂
 甘やかした躰が出来ず尻拭い
 ぬるい茶をすすって二人無言劇
 討論でぬるい考え熱くする
 ぬるいお茶だけご一杯ほつとする
 水道の水がぬるま湯この暑さ

乙 女 和 子 栄 子
 祥 太 郎
 た か し
 の ぼ る
 史 香
 み な み
 弥 生
 ゆ き 子
 よ う こ

ウィザードクラブ・川柳サロン



お知らせ

出店者を募集します さんむ苺まつり

山武市産の苺の美味しさをPRすることを目的とした「さんむ苺まつり」でテントまたはキッチンカーにおいて販売を行う出店者を募集しています。

なお、申込者多数の場合は実行委員会で調整しますので出店できない場合がございます。

日時 令和7年1月18日(土) 午前11時～午後3時

場所 山武市役所前駐車場

申込期限 11月29日(金)

申込方法 申込書記入のうえ、実行委員会に提出

※申込書は実行委員会で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

申・問 さんむ苺まつり実行委員会(商工観光課内)

☎0475(80)1202

部 門

①苺部門

山武市産の苺を使用した商品を販売できる者

②グルメ部門

- ・山武市の特産品または加工品等を販売できる者
- ・簡易的な調理を行う飲食品等を販売できる者
- ・現場での加工調理を行わない飲食品を販売できる者



市内で収穫された「粒すけ」を 食べてみよう

アグリさんむでは、お米の消費拡大の一環として山武市内で収穫された「粒すけ」の試食会を開催します。当日は「ひな寿司」を作り、試食していただきます。他にも楽しい企画がありますので、ぜひご参加ください。

日時 12月8日(月) 午前10時～正午
場所 蓮沼交流センター1階 イベントスペース

定員 30人(先着順)・無料

持ち物 エプロン・三角巾・マスク

受付 11月6日(水) 午前8時30分～

主催 アグリさんむ

申・問 農政課

☎0475(80)1211

森林環境学習の参加者を 募集します

◆浦安市との森林環境学習

山武市は浦安市と森林整備に関する協定を締結しており、協定の一環として、浦安市民と一緒に竹の伐採や炭焼き(竹炭)づくりなどを行う体験型森林環境学習を開催します。

日時 11月24日(日) 午前10時～午後3時(受付午前9時30分～)

場所 日向の森

対象 小学5年生以上

定員 15人

参加費 500円(昼食代)

申込期限 11月20日(水) 午後5時

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 農政課

☎0475(80)1213



女性のための 再就職支援セミナー

期 日 11月26日(火)

場 所 芝山町役場 南庁舎1階

研修室(芝山町小池992)

参加費 無料

◆セミナー

時間 午前10時～正午

対象 就職活動中の女性

定員 30人(事前予約・先着順)

※セミナーは雇用保険の求職活動実績の対象となりますので、「雇用保険受給資格者証」を当日ご持参ください。

内容 自己理解と就職スキル

・女性を取り巻く環境

・自己分析で強みを見つける

・応募書類と面接対策

◆生活・就労に関する出張相談

時間 午後1時30分～4時

対象 同日開催セミナー参加者

定員 4人(事前予約・先着順・1人30分程度)

申・問 芝山町役場 産業振興課

☎0479(77)3919

学校跡地利用活用事業の 公募を行います

現在使われていない旧山武西小学校を有効的に活用するため、公募型プロポーザル方式による事業提案募集を行います。

◆旧山武西小学校

所在地 山武市大木13

利活用方法 賃貸

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申・問 企画政策課

☎0475(80)1130

お知らせ

山武市歴史民俗資料館友の会主催
講演会開催のお知らせ

日時 12月1日(日) 午後1時30分～3時30分(受付 午後1時～)

場所 成東文化会館のぎくプラザホール

参加費 無料(申込不要)

講師 練馬区牧野記念庭園

学芸員 田中 純子氏

講演 牧野富太郎と千葉県の仲間たち～石井勇義と與世里盛春～

内容 牧野の指導を受けた石井勇義、與世里盛春との交流や友情について、最も牧野富太郎研究に取り組まれている田中純子氏に講演をいただきます。

会場 歴史民俗資料館

☎0475(82)2842

第15回「もっと知りたい！
さんむの魅力講座」

日時 11月16日(土) 午後1時30分～3時(受付 午後1時～)

場所 成東文化会館のぎくプラザ視聴覚室

参加費 無料(申込不要)

講師 齊藤 功氏(茂原市史編さん委員)

テーマ 「九十九里浜のいわし漁」
—歴史・民俗・文化—

内容 現在その痕跡すら失われつつある九十九里地域のいわし漁について、始まりから現在までの歴史、漁に関係していた人たちの生活環境、漁によってもたらされた文化等を解説します。

会場 歴史民俗資料館

☎0475(82)2842

「成東・東金食虫植物群落」
体験ボランティア募集のお知らせ

食虫植物群落を守る会が行っているボランティア保全活動を体験してみませんか？

日時 11月24日(日) 午前10時～11時30分(受付 午前9時30分～)

活動(受付)場所 成東・東金食虫植物群落

募集対象 中学生以上でボランティアに興味のある方・自然保護、保全活動に興味のある方

定員 当日先着20人

持ち物 剣先スコップ(用意できる方・長靴・軍手・帽子・タオル・飲み物)

※長袖・長ズボンでご参加ください。

活動内容 ススキ株の掘り取り

会場 成東・東金食虫植物群落管理棟

☎0475(82)4871

(電話対応可能日時 11月3・10・17日(日) 午前9時～午後1時)

山武市産業まつり

山武市の農産物や商・工業製品が一同に集まるイベントです。当日は、地場の特産品販売や農作物の即売・PRなどを行います。

また、各種団体等の無料配布など盛りだくさんのイベントを実施します。

日時 11月23日(土・祝)
午前9時30分～午後2時

場所 さんぶの森交流センター
あららぎ館イベント広場

会場 商工観光課
☎0475(80)1202

さんぶの森
オータムフェスタ 2024

メインステージではステージイベント、夜にはスカイランタンの打上げが行われ、総数は500基を予定しています。

日時 11月23日(土・祝)
午後3時30分～6時

ステージイベント 午後3時30分～
スカイランタン打上げ 午後5時30分～

場所 さんぶの森公園
ふれあい広場

会場 NPO法人山武市観光協会
☎0475(82)2071
(午前9時～午後4時)

子育て世帯を応援する情報誌
山武市子育てハンドブックの
広告掲載にご協力を

「子育てハンドブック」の改訂版を、(株)サイネックスとの協働により発行します。山武市「子育てハンドブック」に広告を掲載していませんか？

◆ハンドブック概要

発行部数 2200部

発行予定 令和7年3月頃

広告掲載に関すること

(株)サイネックス成田支店

☎0476(23)6140

ハンドブック内容に関すること
子育て支援課

☎0475(80)2631



産業

計量器(はかり)定期検査

特定計量器定期検査(2年に1回)の実施年です。計量法の規定により、商店・工場・病院・学校等で計量器(はかり)を取引または証明に使用している方は、必ず受検しなければなりません。

期 日	場 所
12月 5日(木)	さんぶの森交流センター あららぎ館バイオマス体験棟
6日(金)	松尾IT保健福祉センター
9日(月)	蓮沼出張所
10日(火)	成東保健福祉センター
11日(水)	

検査時間 午前10時30分～正午、午後1時～3時

対象と思われる個人または事業者で、10月下旬までに市から通知がない場合は、商工観光課までご連絡ください。

商工観光課

☎0475(80)1201



スポーツ

山武市クラス別 バドミントン大会参加者募集

日 時 11月17日(日) 午前10時～午後3時30分(受付 午前9時30分～)

場 所 さんぶの森中央体育館
対 象 山武市民および山武市バドミントンクラブに在籍している方

参加費 一般 1000円
高校生以下 500円

申込方法 山武市バドミントン部
ブログの入力フォーム

申込期限 11月10日(日)
山武市スポーツ協会
会バドミントン部

☐katumi24@outlook.jp



初心者初級者だけの バドミントン大会参加者募集

日 時 11月10日(日) 午前10時～午後1時(受付 午前9時30分～)

場 所 さんぶの森中央体育館
対 象 一般市民大会の初心者レベルの方

参加費 一般 1000円
中学生以下 700円

定員 60人(先着順)

試合形態 練習感覚のダブルスで 1試合ごとにランダムにペアを 代えポイントにより順位を決定 します。バドミントングッズな ど豪華賞品を用意しています。

申込期限 11月4日(月・休)

申・団 山武郡市
バドミントン協会



税

個人事業税の納期限は 12月2日です

個人事業税の第2期分の納期限は、12月2日(月)です。

金融機関の窓口やコンビニエンスストア以外にも、地方税お支払サイトからのクレジットカード払いやスマートフォン決済アプリ等を利用することで24時間いつでも納付が可能です。また、事前に登録することにより自動で納付ができる便利な預金口座振替制度があります。納税について相談がある方は、千葉県東金県税事務所までお問い合わせください。

☎0475(54)0223

千葉県東金県税事務所

便利で、手間の少ない口座振替を促進するため

口座振替キャンペーンを開催します!

対象者 市税の口座振替を申込みされた方
(新規または税目の追加)

対象科目 市県民税・固定資産税・軽自動車税・
国民健康保険税

記念品の発送 令和6年12月末予定

※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

期 間
11月1日(金)～29日(金)

期間中に、市税の口座振替をご登録いただいた方に抽選で、50人に
SUNMシくんランチトートバッグ
をプレゼントします。

景品の写真や
キャンペーンの
詳細はこちらを
check!

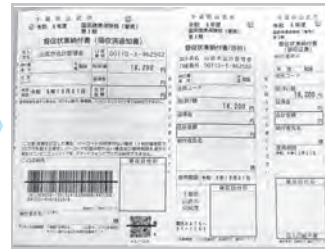


☎0475(80)1152

納め忘れの税金はありませんか？

納期限を過ぎても納めていない人には、**督促状**が届きます。(右記、督促状の見本)

※督促状を開くと納付書として使用できます。
※税目によっては、A4 用紙の督促状を送付します。



納め忘れていた税金は、至急納付しましょう！

未納が発生しやすい事例

例1 口座振替だが残高不足等で振替できなかった

例2 課税金額に変更があった

例3 各行政窓口で必要な手続きをしていない

例4 課税基準日以降の名義変更

・国民健康保険から社会保険への加入・軽自動車の廃車

・軽自動車(4/1以降)・固定資産(1/1以降)の売却

払えない事情がある場合は、すぐに収税課に相談を！

税金を納めないまましていると…

✓ 延滞金が発生して納めなければならない金額が増えてしまいます。

✓ 滞納処分を行います。(詳細は下記へ)

Q & A

Q 『滞納処分』とはなんですか？

A 納期限までに税金が納付されない場合、納税義務者に対して行われる処分のことです。

①督促



督促状を送付します。
各期別の納期限の翌日から、
延滞金の計算が始まります。

②催告



督促状でも納付されない場合に、
文書・電話・SMS 等で納付を
促すことがあります。

③調査



金融機関・勤務先・取引先等
に対して、財産の有無や取引内容
の調査を行います。

④差押

※レッカー中の様子



調査により発見した財産(預貯
金、保険、動産、給与、売掛金
等)を差し押さえます。

⑤換価



差し押さえた財産は取立や公売
をし、滞納税に充当します。

《令和5年実績》

調査件数 31884 件

差押件数 221 件

差押金額 約 3300 万円

Q いきなり差押されました。差押は事前にお知らせしてくれないの？

A 督促状の発送から10日経過しても未納になっていると、「差押をしなければならない」と法律で定められています。事前のお知らせは原則行っていない。

Q 借金(ローン)があって税金を納められません。

A 法律によって「税金は全ての債務に優先する」と定められています。住宅や車のローンなどの返済よりも、**税金の支払いを優先してください。**

税金が『滞納』となると、督促状・催告書の送付や財産調査等を行うために、皆さんの大切な税金が使われてしまいます。『滞納』にならないよう、税金は納期限内に納めましょう。

図書館情報



11月の
休館日

5日(火)・6日(水)・11日(月)・
18日(月)・21日(木)・25日(月)・
26日(火)

3館共通

※図書館の開館日やイベント情報など、ホームページをご確認いただくか、図書館にお問い合わせください。

松尾図書館

☎0479(80)8066

〈空調設備の工事に伴う休館のお知らせ〉

令和6年11月18日(月)から令和7年6月30日(月)まで、工事による休館を予定しています。休館期間等の変更がありましたら、館内掲示やホームページでお知らせします。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

成東図書館

☎0475(80)2299

〈はなまるサロンさんむ〉

日時 11月13日(水) 午前10時～11時30分

場所 成東文化会館ホワイエ

対象 一般(シニア世代)

内容 みんなでお話をしながら、生きがい作りや仲間作りをしませんか。知らなかった地域の情報や、薬剤師さんにお薬の相談、補聴器の相談もできます。

趣味や健康に関する本の貸出もします。

〈カリスさんのえいごDEクリスマスおはなし会〉

日時 12月7日(土) 午後1時～2時

場所 成東文化会館2階

視聴覚室

対象 幼児・児童

定員 50人

申込 11月9日(土)～

内容 英語で絵本の読み聞かせ、手遊びや工作などを行います。

※おはなし、手遊び、工作は全て英語になります。

〈読書の達人〉

申込期限 令和7年2月28日(金)

開催期限 令和7年3月23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。

〈おはなし会〉

日時 11月9日(土)・16日(土) 午前11時～11時30分

場所 おはなしの森

対象 幼児・児童

さんぶの森図書館

☎0475(80)9101

〈おしごとリサーチ〉

期間 11月17日(日)まで

対象 児童

数量 30セット

内容 お仕事に関するクイズ

つきの、ブックセットを配布。クイズが全てわかったら、記念品をプレゼント。

〈おはなし会〉

日時 11月23日(土) 午後2時～2時30分

場所 おとぎのへや

対象 幼児・児童

〈冬のわくわくブックセット〉

期間 11月22日(金)～12月25日(水)

対象 幼児・児童

数量 50セット(なくなり次第終了)

内容 クリスマスや冬の絵本

をセットにして貸し出しします。

〈Book36〉

本の36ページ目に書かれた文章から、あなたが惹かれた本を読んでみませんか？

期間 12月18日(水)まで

対象 一般

数量 50冊

【新刊紹介】 Selected book

■『サンドイッチ』

大庭 英子／著 <主婦と生活社>

パンに具材を挟むだけのシンプルな料理、サンドイッチ。作り方はとても簡単ですが、具材を変えることで、和風、洋風、スイーツ系までさまざまな味を楽しめます。定番から、ちょっとしたごちそうにもなるサンドイッチまで、幅広く紹介するレシピ本。



■『銀河の図書室』

名取 佐和子／著 <実業之日本社>

県立野垂高校で活動する、宮沢賢治の研究を目的とした弱小同好会「イーハトー部」。ある日、部長の風見先輩が、宮沢賢治の言葉を残し、学校から消えてしまいます。残された部員たちは、宮沢賢治の作品を知ること、先輩が学校に來なくなった理由を知ろうとしますが…。



■『イリエワニ』

福田 雄介／文
関 俊一／絵 <福音館書店>

世界最大のワニ、イリエワニ。体長は6mを超え、成長した個体の中には重さが1tになるものも。さらに、寿命は人間とほぼ同じ。しかし、その生態はあまり知られていません。大迫力の絵とともに、謎に包まれたイリエワニの生涯を学べる絵本。



■『モノ』

小野寺 史宜／著 <実業之日本社>

日本初、モノレールを舞台にした小説が誕生！今年で開業60周年を迎えた「東京モノレール」。そこでは、運転士、保守整備、駅員など多くの人々が働いています。「東京モノレール」で働く社員の視点から、モノレールと関わる人々の人生を描く、お仕事小説。



<納期のお知らせ>

国民健康保険税 第5期 12月2日(月)

電子マネーの二重払いにご注意！
納付したら、納付書に納付済の
メモが効果的です！



- 納付は簡単便利な「口座振替」がおすすめです！
- コンビニ、電子マネー納付もご利用いただけます。
- 納期限までに納付しないと、延滞金が加算されます。

休日納税・相談窓口<要電話予約>

日時 11月24日(日) 午前9時～午後5時
※納税の相談は午後4時まで

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。
口座振替は予約不要で申し込み可能です。
キャッシュカードをお持ちください。
☎ 収税課 ☎0475(80)1151

休日証明窓口

日時 11月24日(日) 午前9時～午後5時
※納税の相談は午後4時まで

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、証明書の広域交付は行
いません。
☎ 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)
☎ 課税課 ☎0475(80)1281



道の駅
オンラインはすめま 11月のイベント

2日(土)	リニューアルセール 和太鼓(風) ①11:30～ ②13:30～
3日(日・祝)	リニューアルセール よさこいソーラン(舞謡歌) ①11:30～ ②13:30～ 焼き鳥・揚げ物の販売
4日(月)	煎りたて珈琲、味付ぎょうざ、生春巻・タイ ラーメン等の販売
10日(日)	生もち・のしもち等の販売
16日(土)	カレーボール・磯揚げ・ハンパンの販売
17日(日)	カレーボール・磯揚げ・ハンペン、焼き鳥・揚げ物、 ピーナッツバター各種、生もち・のしもち等の販売
23日(土)	お好み焼き、生もち・のしもち等の販売
24日(日)	ピーナッツバター各種の販売

○土、日、祝○
煎りたて珈琲、味付ぎょうざ(9日のみ出店なし)、生春巻・タイラーメン等の販売
※レストラン運味は、土・日・祝日にイワシ・野菜の天ぷら等のテント販売を行います。
※天候等により中止となるイベントがあります。
☎0475(80)5020

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	人権相談	5日(火)	13:30～16:30 (受付は16:00まで)	山武福祉センター	市民自治支援課 生活安全係 ☎0475(80)1271				
	人権相談 行政相談	12日(火)		山武市役所					
	人権相談	19日(火)		山武福祉センター					
	行政相談			松尾T保健福祉センター					
	人権相談	26日(火)		蓮沼出張所					
	人権相談	12/3(火)		山武福祉センター					
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				
心配ごと相談	一般相談 (当日受付可 事前予約もで きます)	5日(火)	13:30～16:30 (受付は16:00まで)	山武福祉センター	山武市 社会福祉協議会 ☎0475(82)7102				
		12日(火)		成東老人福祉センター					
		19日(火)		山武福祉センター					
				松尾T保健福祉センター					
		26日(火)		蓮沼出張所					
		12/3(火)		山武福祉センター					
	弁護士相談 (要予約)	6日(水)	13:30～16:30	蓮沼出張所					
		13日(水)		山武福祉センター					
		20日(水)		成東老人福祉センター					
		27日(水)		松尾T保健福祉センター					
		12/4(水)		蓮沼出張所					
		税理士による 無料相談 (要予約)		6日(水)		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	
				20日(水)					
				12/4(水)					
ナイター無料 相続登記相談会 (要予約)		12日(火)	18:00～21:00	東金中央コミュニ ティセンター (旧東金中央公民館)	すずらん司法書士 事務所 ☎0475(51)5021				
交通事故巡回 相談(要予約)		28日(木)	10:00～15:00 (受付は14:30まで)	山武市役所	市民自治支援課 生活安全係 ☎0475(80)1271				
障害年金 無料個別相談会 (要予約)		12/3(火)	13:00～16:30	成東中央公民館	NPO法人 みんなでサポートちば ☎070(1541)7661				

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

期日	+ 休日当番医 診療時間 9:00～17:00	
3日 (日)	佐久間医院(大網白里)	☎0475(72) 0638
	山崎医院(横芝光)	☎0479(82) 0561
4日 (月・振)	はにや内科(大網白里)	☎0475(70) 1500
	高橋医院(山武)	☎0475(82) 2450
10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
17日 (日)	ふるがき糖尿病循環器クリニック(大網白里)	☎0475(70) 0801
	宇井医院(山武)	☎0475(86) 2522
23日 (土・祝)	城西クリニック(東金)	☎0475(52) 8181
	松尾クリニック(山武)	☎0479(86) 6482
24日 (日)	まさきクリニック(九十九里)	☎0475(78) 6868
	大平医院(山武)	☎0479(86) 6012

※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。
※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。
※電話番号をご確認の上、お問い合わせください。
●山武都市急病診療所(年中無休、受付時間20:00～21:45)
☎0475(50)2511

今月のこども園・幼稚園開放

開放時間 9:30～11:00



5日(火) おおひらこども園
6日(水) なんごうこども園、しらはたこども園、まつおこども園
7日(木) なるとうこども園
15日(金) 日向幼稚園
19日(火) おおひらこども園
20日(水) なんごうこども園、しらはたこども園、まつおこども園
21日(木) なるとうこども園

詳細については、
各園にお問い合わせください。



←各園の連絡先は
こちらから

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
産後セルフケア	7日(木)	9:30～10:00	成東保健福祉センター (申し込み制)
乳児健診	12日(火)	13:00～14:00	さんむ医療センター
すくすく広場	14日(木)	9:30～11:00	しらはたこども園 (子育て支援センター) (申し込み制)
3歳児健診	19日(火)	13:00～14:00	成東保健福祉センター
2歳6か月児歯科健診	20日(水)	9:00～9:30	
1歳6か月児健診	21日(木)	13:00～14:00	
ベビーサロン	25日(月)	13:45～14:00	成東保健福祉センター (申し込み制)
離乳食教室	26日(火)	9:30～9:50 (ステップ)	
		13:15～13:30 (基礎)	
親子相談	29日(金)	9:00～12:00	

成人保健係 ☎0475(80)1171

内 容	日 時	場 所
健康づくりセミナー	12日(火)	山武市役所
ヘルスアップ教室	21日(木)	

山武市の人口(10月1日現在)(前月比)

人口	47,886 人	(-49)
男	24,332 人	(-19)
女	23,554 人	(-30)
世帯数	22,771 世帯	(-17)

9月の異動

増	転入 179 人	出生 12 人	その他 0 人
減	転出 171 人	死亡 58 人	その他 11 人

火災(9月)

建物火災	0 件
その他火災	3 件

交通事故(9月)

人身事故件数	4 件
死亡者数	0 人

年に一度の森の音楽祭 ヤケマルタトオノ(焼け丸太と斧)開催

市民団体が8年前より環境の再生に取り組む日向の森。今年も「森で遊び、森に学ぶ」をテーマにライブあり！マーケットも充実！森の学校では体験授業も行います。文化芸術の秋を自然の中で感じてみませんか？

日時 11月17日(日) 10時～16時
場所 日向の森(山武市森1644付近)
出演 和太鼓バンドGOCOO、波さ知らズ、ほか

駐車料金 山武市民無料、市外500円
※身分証をご提示ください。



問 NPO法人CHARCOAL&AXE
✉ yakemaru tano@gmail.com

しおさい祭り2024

日時 11月3日(日) 9時～15時
場所 本須賀第2区公民館しおさい
問 海保 ☎080(6523)5486

11月25日～12月1日は 犯罪被害者週間です

○ミニ・生命(いのち)のメッセージ展開催
犯罪、事故などにより理不尽に生命を奪われた犠牲者の方が主役のアート展を開催します。

日時 ①11月25日(月)・26日(火) 10時～16時
②27日(水) 10時～14時
③28日(木)・29日(金) 10時～16時
④12月1日(日) 12時～15時40分

場所 ①千葉市きばーるきばーる広場
②千葉県庁本庁舎・中庁舎間1階連絡通路
③鎌ヶ谷市役所本庁舎1階市民ホール
④千葉市生涯学習センターアトリウムガーデン

問 千葉犯罪被害者支援センター
☎043(225)5451

成田赤十字病院公開健康講座

テーマ ～じんましんや帯状疱疹～
講師 栗田 遼二【くりた りょうじ】
(同病院 皮膚科副部長)

日時 11時23日(土) 14時～15時30分
会場 赤坂ふれあいセンター 大会議室
申込開始 11月1日(金)
定員 80人(受講料無料)

問・問 同病院 社会課
☎0476(22)2311【内線7508】
HP <https://www.narita.jrc.or.jp/from/lecture/kenkokoza/>

技能・技術を身に付け、再就職を 公共職業訓練受講者(2月生)募集

訓練科 ①CAD・NCオペレーション科
②建築CAD・サービス科
場所 ポリテクセンター千葉
(千葉市稲毛区六方町274)

募集期間 11月14日(木)～12月18日(水)
訓練期間 6カ月
受講料 無料(テキストなど自己負担)
定員 ①20人 ②30人

申込先 住所を管轄するハローワーク
選考日 令和7年1月7日(火)【筆記・面接】
説明会 12月10日(火)(要予約)
※ご予約はお問い合わせ先まで
問 ポリテクセンター千葉

訓練第一課 ☎043(422)4810

第5回このゆびとまれ語りの会 テラプレーションinさんむ

11月、日本はテラプレーションの月。語りの心の交流の祭りです。

日時 11月10日(日) 13時30分～15時30分(開場13時)

場所 成東文化会館のぞくプラザ2階 視聴覚室
料金 無料

問 篠原 ☎0475(88)0377

山武手打ち蕎麦の会 創立15周年記念「おらいそば祭り」開催

地域活性化と日頃の練習成果を発揮して、信州八ヶ岳産の新そばをほぼ原価でご提供するそば祭りを開催します。江戸流手打ちそばの実演あり。

日時 11月24日(日) 10時30分～15時
場所 蓮沼交流センター1階 イベントスペース

問 山武手打ち蕎麦の会
会長 佐瀬 ☎080(5019)3158

千葉県生涯大学校からのお知らせ

①学生募集(千葉県に住所を有する55歳以上)

願書はホームページ、生涯大学校各学園、各市町村高齢者福祉担当課、県各地域振興事務所、県庁高齢者福祉課で配布。願書の郵送希望者は、270円切手を貼った返信用封筒(角2)を同封し、下記の住所までご郵送ください。

募集期間 11月1日(金)～12月20日(金)
問 〒260-0801 千葉市中央区仁戸名町666-2

千葉県生涯大学校事務局

☎043(266)4705



②外房学園祭開催(入場無料)

日時 11月16日(土) 10時～16時
場所 千葉県生涯大学校外房学園
茂原本校舎(茂原市本小轡319-1)

問 千葉県生涯大学校外房学園
☎0475(25)8228

千葉県最低賃金改正のお知らせ

千葉県最低賃金は、10月1日から時間額1076円に改正されました。

問 千葉労働局労働基準部賃金室
☎043(221)2328

広 告

公募型 救命講習会開催のお知らせ

山武郡市広域行政組合消防本部では、①普通救命講習会②上級救命講習会を開催しております。この講習会は、AEDを使用した心肺蘇生法(成人・小児・乳児)を中心に、傷病者の管理方法、異物除去法のほか①は止血法など②は搬送法および固定法などの応急手当の知識・技術を習得するものです。

日時 ①12月7日(土) 9時～12時

②12月8日(日) 9時～17時

場所 山武郡市広域行政組合消防本部3階講堂(東金市家徳384-2)

対象 山武郡市広域行政組合消防本部管内に在勤または在住で13歳以上

申込期間 11月5日(火)～29日(金)

定員 30人(先着順・受講無料)

その他 動きやすい服装、筆記用具、修了証の郵送用封筒(宛先記入の上、110円切手貼付)をご用意ください。②のみ昼食持参

☎・📠 山武郡市広域行政組合消防本部 警防課救急係

☎0475(52)8752(平日9時～17時)

📠0475(55)0131

📧fd.keibou@sanbukouiki-chiba.jp

初心者蕎麦打ち友の会募集

幅広い年代の方が日々楽しめる蕎麦打ち

時間 9時30分～11時30分

場所 JR松尾駅前(松尾町大堤28-6)

対象 40歳以上の男女

料金 体験コース1500円

週1回コース、月1回コース2000円

☎・📠 蕎麦打ち友の会 押尾

☎090(2531)1980

※開催日についてはお問い合わせください。

令和6年度 災害支援ボランティア講座

災害が起きた時に重要な判断・決断をどうしたらいいのかを学びます。

日時 11月24日(日) 13時30分～15時30分

場所 成東文化会館のぞくプラザ2階 視聴覚室

申込期限 11月15日(金) 料金無料

☎・📠 山武市社会福祉協議会ボランティア・市民活動センター

☎0475(89)2121

ウィザードクラブからお知らせ

①「歌声サロン」中止のお知らせ

事情により今期のサロンは中止します。

②第106回ウォーキングサロン

「小江戸川越巡り」参加者募集

実施日 11月9日(土) 雨天中止

※雨天の場合12月14日(土)に振替予定

集合 JR埼京線 川越駅改札口 10時20分

交通 【出発:成東駅】7時5分発 総武線快速 東京行→8時41分東京駅着(乗換)8時49分発 京浜東北線 大宮行→9時14分赤羽駅着(乗換)→9時28分発 埼京線快速 川越行→10時14分川越駅着

コース 川越駅→蔵造りの街並み→時の鐘→菓子屋横丁→元町休憩所(昼食)→川越城本丸御殿→喜多院→中院→小江戸蔵理→(川越八幡宮)→川越駅

申込期限 11月7日(木)

定員 30人(先着順)

その他 昼食、飲み物、敷物各自持参 会費200円(当日集金)

☎・📠 ウィザードクラブ 岩井

☎090(3593)2860

📠https://www.wizardclub.org/

令和7年度八街駅前有料登録制自転車駐輪場の第1次利用登録申請受付の開始

八街駅前第1・第5自転車駐車場の令和7年度(利用期間:令和7年4月1日～令和8年3月31日)の第1次利用登録申請受付を開始します。

申請期間 11月1日(金)～令和7年1月24日(金) 平日8時30分～17時15分
※土日祝日は、八街市役所受付にて17時まで

申請方法 八街市都市計画課へ持参または郵送【1月24日(金)消印有効】

※LINEからも申請可能です。

申請書配布 11月1日(金)から八街市役所(都市計画課および受付)、JR八街駅自由通路に設置のほか、八街市ホームページからダウンロードできます。

※詳細は八街市ホームページをご覧ください。

📠 〒289-1192 八街市八街は35-29 八街市役所建設部都市計画課

☎043(443)1430

📠https://www.city.yachimata.lg.jp/soshiki/24/

さんむ医療センター クリスマスコンサートボランティア募集

入院治療のため自宅に帰ることのできない患者さんのために、クリスマスコンサートを開催します。開催にあたり、各病室から会場へ移動する「患者さんのサポート」を行っていただけるボランティアの方を募集します。

募集期限 11月22日(金)

日時 12月14日(土) 12時30分～14時30分(説明会含む)

☎・📠 さんむ医療センター 総務課

☎0475(82)2521(9時～17時)

広 告

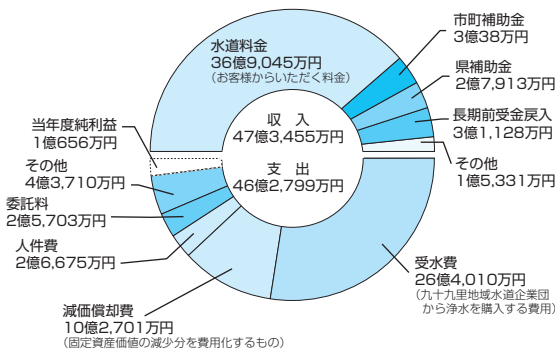
山武郡市広域水道企業団からのお知らせ

山武郡市広域水道企業団 ☎0475(55)7851(代表)
http://www.water-sansui-ki.jp/

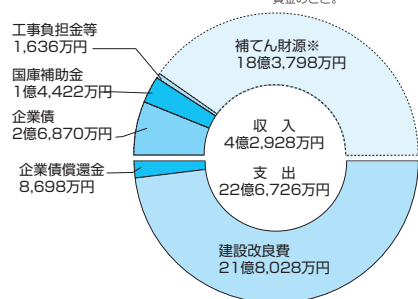
○令和5年度決算の概要について

令和6年8月21日に開催されました企業団議会8月定例会において、令和5年度の決算が次のとおり認定されました。

【収益的収支（税抜）】



【資本的収支（税込）】



※補てん財源とは減価償却費などの現金支出を伴わない内部に留保される資金のこと。

○水道料金のお支払いは、便利で確実な口座振替で！

口座振替にすると、金融機関等に行く必要もなく「納め忘れ」の心配もありませんので、ぜひご利用ください。

口座振替の手続きは簡単です

お客様の口座のある金融機関へ、次のものをご持参ください。

①使用水量等のお知らせや納入通知書など、お客様番号が確認できるもの ②通帳 ③届出印

また、郵送による口座振替の手続きも行っておりますので、ご希望の方は山武郡市広域水道企業団 お客様センター(0475-50-4132)までご連絡ください。

【取扱金融機関】 千葉銀行・千葉興業銀行・京葉銀行・三井住友銀行・ゆうちょ銀行・銚子商工信用組合・千葉信用金庫・銚子信用金庫・中央労働金庫・山武郡市農業協同組合・東日本信用漁業協同組合連合会



山武郡市広域水道企業団
マスコットキャラクター
さんすいちゃん

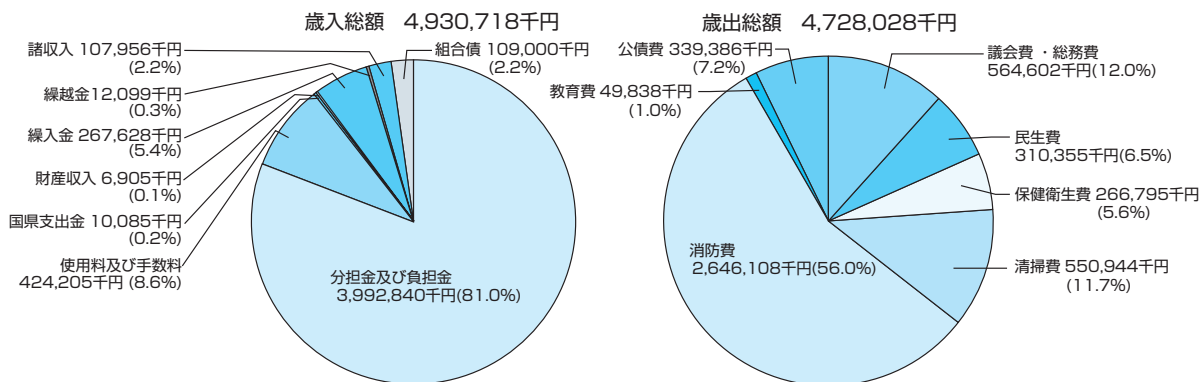
令和5年度 山武郡市広域行政組合歳入歳出決算

山武郡市広域行政組合企画財政課
☎0475(54)0252

山武郡市6市町の共同処理として山武郡市広域行政組合で行っている事務(消防業務、養護老人ホーム・し尿処理施設・急病診療所・斎場の運営、電子計算機による情報処理、介護認定審査会業務、教育相談業務など)の決算についてお知らせします。

一般会計の決算状況は歳入総額49億3,071万8千円、歳出総額47億2,802万8千円で、差引残額は2億269万円となっています。

収支額の前年度比較では、歳入が5.4%の増、歳出が3.4%の増となっております。



今日、SDGsをしてみよう

Check! 山武市基幹バス(さんパス)を利用しよう!

さんパスは、市内各地域の拠点間や主要施設などを結びコミュニティバスで、時刻表に基づいて決まったルートを実行するよ。

平日：片道7便(午前6時45分から午後7時27分)

土日祝日：片道6便(午前8時30分から午後7時27分)

乗合タクシー(あいのりくん)に登録してみよう!

山武市内に住民登録があり、事前に利用者登録した方からの予約を受け、自宅などから目的地まで乗り合いで利用する公共交通機関だよ。

運沼・松尾地域、山武地域、成東地域のそれぞれの地域内を運行するんだ。

運行時間：土日祝日を含む毎日午前7時から午後6時まで

※午前7時30分から午後6時までに目的地へ到着するまでの運行となるよ。



「11-2 2030年までに、女性や子ども、障がいのある人、お年寄りなど、弱い立場にある人々が必要としていることを特によく考え、公共交通手段を広げるなどして、全ての人が、安い運賃で、安全に、持続可能な交通手段を使えるようにする」とされています。

山武市内では、JR東日本の総武線・東金線のほか、ちばフラワーバスの八街線・海岸線の空港シャトルバスなど、数多くの公共交通機関が運行していることにより、持続可能な交通手段を目指しています。

企画政策課 ☎0475(80)1132

さんむ文化財ギャラリー③

墨書土器

真行寺廃寺出土 山武市歴史民俗資料館蔵
奈良時代 市指定文化財



真行寺廃寺についてはこれまでも紹介してきましたが、7世紀末頃に創建された国分寺並みの大規模寺院でした。今回取り上げるのは、その境内から出土した墨書土器です。墨書土器は普段使いの器に文字を記したもので、大抵はメモ書きですが、時には呪文が書かれていたりもします。

自分はこの中で「三川南」「寒川坏」に興味深く思います。これは恐らく地名で、かつて山武市(武射郡)は「さんがわ」と呼ばれていたのです。そこで、Googleの航空写真で見ると、市は木戸川、境川、成東川(作田川)の三つの河川が開析した谷で構成されています。近くにこのような場所はありませんので、「三川」と通称されていたと思われます。古代に川は交通路・輸送路としても重要でしたので、人は今日より強くその存在を意識していたのだと思います。

濱名徳順(山武市文化財審議会会長)

文化会館催し物

☎ 成東文化会館 0475(82)5222
さんぶの森文化ホール 0475(80)9700

11月の休館日 5日(火)、6日(水)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、26日(火)

サロンコンサート vol.254 向寒の陽だまり

出演 大多和正樹(太鼓)

秋吉沙羅(篠笛)

杉浦秀明(ピアノ)

日時 11月15日(金) 開演19:00(20:40終演予定)

場所 成東文化会館のぎくプラザ ホール

入場料 1000円 全席自由

内容 古より伝わる神楽笛を今に生かす和テイストのJAZZトリオ。向寒の陽だまりに包まれる極上の空間をお楽しみください

演奏予定曲: サンタが町にやってくる、赤龍、天仰ぎ

※変更になる場合がございます。



令和6年度優秀映画鑑賞推進事業「日本名作映画祭」

日時 11月9日(土) 第1部10:00~ 第2部15:00~

場所 成東文化会館のぎくプラザ ホール

作品 第1部 「八月の濡れた砂」1971年/91分

「忍ぶ川」1972年/120分

第2部 「伊豆の踊子」1974年/82分

「櫻の園」1990年/96分

入場料 第1部/第2部入替制(各2作品)

各部500円 全席自由

内容 優れた映画を鑑賞していただくとともに、映画保存への理解を深めていただくことを目的に、文化庁と国立映画アーカイブと共同で主催しています。

お互いの安全のため、ご来場の際にはマスクの着用を推奨します。

広 告

全 力 応 援 中 !

～ 充 実 の 支 援 で ケ ア を ～

妊娠・出産・子育てというライフイベント
新しい家族が増え嬉しい一方で不安な気持ちになることもあるかもしれません。

保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士が皆さんをサポートします！



ベビーサロンの様子

はびねす(山武市子育て世代包括支援センター)

はびねすでは、保健師や助産師など母子保健コーディネーターが、一人一人に寄り添いながら、妊娠期から乳児期まで切れ目のない子育て支援を提供しています。妊娠8カ月・産後2カ月頃に全ての方へ電話をし、妊娠経過や育児状況等の確認を行います。また、生後1カ月以内を目安に全ての世帯への訪問を実施しています。

山武市の子育て支援情報は
こちらから



I 産後ケア (費用助成あり)

- ①医療機関等でのショートステイ(宿泊)
 - ②デイケア(日帰り)
 - ③助産師による産後ケア訪問で授乳指導・育児相談など
- ※上記①～③は各7回まで利用可能です。
お母さんの休息や育児の相談の場として、ぜひご利用ください。

〈産後ケア利用者の声〉

- ・産後ケアを利用して母乳をあげることができました。困ったら電話できる場所があり、助かっています！
- ・睡眠時間を確保でき、ゆっくり身体を休めることができて大変満足です！
- ・助産師さんとお話することがいい息抜きになっています。



産後のセルフケア・バランスボール教室の様子

II 産後の応援メニュー

産後の子育て中の方を対象に、以下の教室などを実施しています。

- ・産後のセルフケア&バランスボール教室
- ・ベビーサロン (オイルマッサージ)
- ・すくすく広場 (計測・育児相談・栄養相談・歯科相談)
- ・はじめて離乳食教室

〈教室参加者の声〉

- ・人と話したいと思って参加しています。子どもも楽しそうに参加しています！
- ・日頃の気分転換に参加しています。教室に通うことが私の1カ月のルーティンです！

問 健康支援課 ☎ 0475 (80) 1172

山 武 市 子 育 て

～ 豊 かな 食 で 育 み ～

9月17日、中秋の名月。夜空に月が輝く前、こども園では、園児たちが満月のような笑顔で、お月見給食を楽しみました。この日のデザートは、市内の梨園で収穫された新鮮な梨でした。こども園の給食は、栄養士が園児一人一人の身体のデータに基づいて栄養バランスを考えた献立で、園児たちの成長をしっかりと支えています。先生方は野菜が苦手な園児に、少しずつ食べられるように根気よく寄り添い、「全部食べられたよ」と調理場までお皿を持って報告に行く園児もいるそうです。



(お月見給食メニュー)
ハヤシライス、さつまいもの甘煮、梨



【梨提供: 原梨園】

地域のヒーロー展



①



②



③

山武中学校から羽ばたき、スポーツ界で輝くスター3人を写真やグッズで紹介します。

①田宮 裕涼選手 (北海道日本ハムファイターズ捕手)

②篠原 倅太朗選手 (駒澤大学陸上競技部主将)

③伊澤 直乙斗選手 (明治大学柔道部)

展示期間 11月23日(土)～12月27日(金)

展示会場 あららぎ館 (埴谷 1884-1)

問 秘書広報課 ☎ 0475 (80) 1152 ※写真は小学生時代

僕たちも美味しい給食食べて育ちました

救 給 カ レ ー

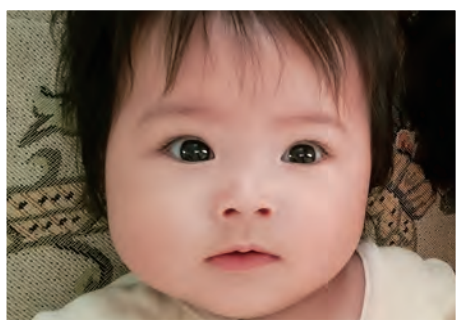
東日本大震災を契機に作られた、災害等緊急時給食用のカレー。ルーとご飯が混ざった状態で、常温ですぐに食べられます。

緊急時に備えて





健康やかに育て 我が家のアイドル



しみず さら
清水 咲良ちゃん
R6.3.2生

心地のよいことが大好きで、風を感じたり、お風呂に入ると『たまらな〜い』という表情を見せてくれる咲良ちゃん。そのお顔を見ているとこちらまで、幸せな気持ちになります。ありがとうございます。[お父さん・お母さん] (横田)



うち だ はる き
内田 晴輝くん
(左) H30.1.1生

ほの か
帆香ちゃん
(右) R5.12.30生

お兄ちゃんをメロメロにしてしまう妹、兄妹ラブラブの毎日です。もれなくパパも (笑) [ママ] (蓮沼)



広 告

※市では財源確保のため広告を掲載しています。なお、広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。詳しくは広告主にお問い合わせください。



UD FONT
by MORISAWA

みやすいユニバーサルデザイン
フォントを採用しています。



環境に配慮した「大豆インク」
を使用しています。

今月の一言 ▶

読書の秋。私の一冊は『雑草はなぜそこに生えているのか-弱さからの戦略-』(稲垣栄洋著)。雑草は踏まれても立ち上がらない、エネルギーを効率よく使い種子を残すことに注力するという生存戦略に驚きです。産後ケアの取材で「バランスボールに座りながらの読書は最高ですよ!」と教えていただき、早速実践中。体幹鍛えながら、頭の中は雑草のようにしなやかに。バランスボール+読書、オススメです! (G)