



令和3年 年頭所感

富里市長 五十嵐 博文

あけましておめでとうございます。
市民の皆様におかれましては、令和
3年の新春を健やかに迎えのことと
お慶び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の
影響により、市民の皆様には御不安と
御苦勞をおかけし、大変申し訳ない
思いでおります。

本年は、市民の皆様の健康と命を守る
ため、引き続き、感染防止対策を講じ、
職員と一丸となり、新たな富里の姿に
向け、チャレンジしてまいります。
令和3年に取り組む主な内容は、次の
とおりです。

○子育て支援と高齢者福祉の充実
子育て世代包括支援センターを開設
し、支援体制を強化します。
生活支援サービスや、介護予防を
推進します。
総合窓口を設置し、包括的支援を
推進します。

○学校教育環境の充実
小中学校で、ICT の活用による
「GIGA スクール構想」の充実と、
トイレの洋式化を図ります。

○農業・商業・工業の振興
富里すいかを守り、農業の振興を
図ります。商工業では、元気を呼び
起こす「商品券」を発行し、経済活
動の回復と生活を取り戻します。

○観光振興の充実
「旧岩崎家末廣別邸」については、
より充実した安らぎ空間の形成と、
隣接地の活用による観光・交流拠点
の形成に向け、準備を進めてまいります。

○防災体制の強化
災害に強いまちづくりを推進するため、
富里市国土強靱化地域計画を策定し
ます。また、市が一部費用を負担し、
防災行政無線の戸別受信機を販売す
ることで、市民の皆様の情報収集体
制の強化を支援します。

○土地利用の推進
市街化区域における用途地域を見直し、
コンパクトシティを目指した、
新たなまちづくりを進めてまいります。
市街化調整区域は、民間開発計画の
誘導により、地域振興や雇用促進を
図ります。

引き続き、歳入改革を柱に、「市民起
点」に基づき、成果を見極め、力強
く改革を推し進めてまいります。

富里の成長に向けてまいた種子は、
芽が出始めており、その芽を成長
させるためには、今年が挑戦の年と
考えております。
今後は、多様化する環境変化を確実に
捉え、市政を邁進してまいりますので、
御理解と御協力をお願いいたします。
結びに、市民の皆様の御健勝と御多幸を
祈念いたしまして、年頭のあいさつと
いたします。

マイナンバーカードを利用した コンビニ交付が始まります

マイナンバーカードまたは住基カードを利用して、全国のコンビニなどに設置のマルチコピー機から住民票の写しや印鑑登録証明書を取得できるサービスを開始します。休日や夜間など市役所が開庁していないときでも、取得できます。

☎市民課 ☎ (93) 4086

- 利用開始予定時期 令和3年2月1日(月)
- 利用時間 6:30～23:00(年末年始とシステムメンテナンス日を除く。)
- 利用できる人 富里市に住民登録をしていて、利用者証明用電子証明書(※)が格納されたマイナンバーカードまたは住基カードを持っている人
※利用時には暗証番号の入力が必要です。お忘れの場合は、市役所または日吉台出張所にて再設定が可能です。
- 取得できる証明書
 - 住民票の写し(世帯・個人) ※除票は発行できません。
 - 印鑑登録証明書 ※印鑑登録をしている本人分に限ります。
- 手数料 1通300円 ※窓口交付と同額です。
- 利用可能店舗 ・セブンイレブン ・ローソン ・ファミリーマート
・ミニストップ などの全国のマルチコピー機設置店舗



住民票・
印鑑証明書を
コンビニで
取得できます

マイナンバーカードの交付申請・受取について

マイナンバーカードは、申請から発行までは、約1か月から2か月程度かかります。受け取りは、原則、本人です。病気や障がいなど特別な事情がある場合は、事前に相談してください。

申請方法

- 通知カードに同封されている「個人番号カード交付申請書」の郵送
- スマートフォン、パソコン、個人番号カード交付申請対応の証明写真機での申請



あなたの声を市政に パブリックコメント

パブリックコメントとは

計画案の内容などを公表し、皆さんから提出された意見を考慮して、市が最終的な意思決定を行うための一連の手続きをいいます。提出された意見と意見に対する市の考え方や、意見を考慮して案を修正したときは、内容と理由を公表します。

閲覧方法

担当課、日吉台出張所、市民活動サポートセンターで閲覧できるほか、市公式ホームページでも閲覧できます。

意見書の提出方法

意見書(様式自由)に住所・氏名・電話番号を記入し、次のいずれかの方法で提出してください。

- 担当課、日吉台出張所、市民活動サポートセンターのいずれかに持参
- FAX ○電子メール ○郵送

富里市文化財保存活用地域計画(案)

市では、市内の文化財を計画的に保存及び活用し、次世代への継承を図ることを目的とした「富里市文化財保存活用地域計画」の案を作成したことから、この案を公表し、意見を募集します。

計画(案)の閲覧・意見募集期限

1月22日(金)まで

☎・提出先 生涯学習課 ☎ (93) 7641 FAX (91) 1020
✉ syakai-edu@city.tomisato.lg.jp
〒286-0292(住所不要)

(仮称)富里すいか条例の制定について

富里と言えば「すいか」がイメージされるなど、すいかは、市を代表する作物となっています。富里のすいかをたくさんの人に知っていただき、「すいかのさと富里」として、市の良さを再認識するきっかけとなり、郷土への愛着と市の知名度向上を目指し、富里のすいかを守り育てることを目的とするために、条例の制定を考えています。条例の基本的な考え方を公表し、意見を募集します。

閲覧・意見募集期限

1月8日(金)～1月28日(木)

☎・提出先 農政課 ☎ (93) 4943 FAX (93) 2101
✉ nousei@city.tomisato.lg.jp
〒286-0292(住所不要)

市街化区域内の用途地域の見直し(素案)

市街化区域内の用途地域の見直し(素案)に関するパブリックコメントを実施します。

見直し(素案)の閲覧・意見募集期限

1月18日(月)～2月8日(月)

☎・提出先 都市計画課 ☎ (93) 5147 FAX (93) 5153
✉ toshikeikaku@city.tomisato.lg.jp
〒286-0292(住所不要)

※また、下記のとおり住民説明会を行います。

都市計画(地区計画)原案の縦覧

市街化調整区域の土地利用方針に即したまちづくりに関する都市計画(地区計画)提案が民間企業からありました。

市では、この提案を検討委員会へ諮り、都市計画決定するものと判断し、この度、地区計画の原案を作成したので、次のとおり縦覧します。

- 案件名
 - 成田都市計画地区計画(七栄北大溜袋流通業務地区)の原案
 - 成田都市計画地区計画(酒々井インターチェンジ周辺地区)の原案
- 縦覧期間 1月18日(月)～2月1日(月) 8:30～17:15(土・日曜日を除く)
- 縦覧場所 都市計画課窓口
- 意見書提出期間 1月18日(月)～2月8日(月)
- 意見書を提出できる人 原案に係る区域内の土地の所有者、その他利害関係を有する人。
- ☎・提出先 都市計画課 ☎ (93) 5147 FAX (93) 5153
✉ toshikeikaku@city.tomisato.lg.jp
〒286-0292(住所不要)

市街化区域内の 用途地域の見直し(素案)に関する 住民説明会

☎都市計画課 ☎ (93) 5147

市では、都市計画マスタープランに掲げるまちづくりを実現するため、市街化区域内の用途地域についての見直しを検討しています。

この度、用途地域見直し方針に基づき用途地域の見直し(素案)を作成しましたので、案に対する住民の皆さんからのご意見を聞くため、次のとおり説明会を開催します。

説明会日時

- 1月22日(金) 夜間の部 18:00から
- 1月24日(日) 午前の部 10:00から、午後の部 13:30から
- 1月29日(金) 夜間の部 18:00から
- 1月31日(日) 午前の部 10:00から、午後の部 13:30から

※受付開始はいずれの部も30分前から

場所: 富里中央公民館4階大会議室

防災行政無線の放送を聞ける 戸別受信機を販売します

市では、災害時に防災行政無線、防災・防犯メールなどを用いて情報発信を行っています。さらなる情報伝達の充実を図るため、防災行政無線の放送を室内で聞くことができる戸別受信機の販売をします。

☎防災課 ☎ (93) 1114



- 受信内容

○避難情報などの防災情報

○国が発表する緊急情報

○その他行政情報

■対象者

○市内に居住する世帯主

○市内に事業所を有する事業主

■台数

1 世帯または 1 事業所につき 1 台

■販売価格

9,000円
- 申込方法

○戸別受信機一般販売申込書を防災課に持参

○郵送

※申込書は防災課窓口で配布のほか、市公式ホームページからダウンロードできます。

■その他

○戸別受信機一式は、貸与ではなく申請者の所有となります。

○戸別受信機のアンテナ設置に要する費用（※）、設置後に要する電気代、電池代その他の維持管理に要する経費などは、使用者の負担です。

※アンテナ設置が必要な場合のみ。

1/4 (月)
から

スマホ決済アプリで市税などの納付ができます

1月4日 (月) からスマートフォンの決済アプリを利用し、市税・料の納付ができるようになります。

☎納税課 ☎ (93) 0434

■納付できる市税・料

○市民税・県民税 (普通徴収)

○固定資産税・都市計画税

○軽自動車税 (種別割)

○国民健康保険税

○保育料 (市徴収)

■必要な物 納付書、スマートフォン

■留意点

○次の納付書は利用できません。

・納期限を過ぎたもの

・金額を訂正したもの

・バーコードが印字されていないもの

・バーコードが読み取れないもの

○領収書は発行されません。納付履歴は各アプリの利用明細で確認してください。

■利用できるアプリ LINE Pay、PayPay

▲LINE Pay
(請求書支払い)

※事前にLINEのインストールが必要です

▲PayPay
(請求書払い)

○詳しい利用方法は、各アプリのホームページや市公式ホームページで確認してください。

令和3年度学童クラブ入所申請受付が始まります

学童クラブは、保護者が就労などで昼間家庭にいない児童に対し、放課後や夏休みなどの期間に適切な遊びや生活の場を提供して、児童の健全な育成を図る施設です。

☎公設学童クラブ ☎・申込先 ●各学童クラブ
●子育て支援課 ☎ (93) 4497

日吉台学童クラブ (日吉台小学校内)	☎ (91) 2501
富里南学童クラブ (富里南小学校内)	☎ (92) 0092
根木名学童クラブ (根木名小学校敷地内)	☎ (91) 1288
富里第一学童クラブ (富里第一小学校内)	☎ (91) 1597
浩養すいかキッズクラブ (浩養小学校隣接地)	☎ (94) 0520
葉山キッズ・ランド学童クラブ (葉山キッズ・ランド内)	☎ (93) 2800

※保育開始は、4月1日 (木) からです。

■対象

○4月から小学校に入学する新1年生

■申請書類

○入所申請書

○就労証明書 (児童の保護者、同居する祖父母など)

○生活メモ

※申請書類の様式は、各学童クラブ、子育て支援課で配布しているほか、市公式ホームページからダウンロードできます。

■申込

1月15日 (金) ~ 2月19日 (金) の平日の14:30 ~ 17:30までに、希望する学童クラブに必要書類を提出。提出時に、面接日などをお知らせします。

学童クラブに提出できない人は、子育て支援課に提出してください。

■その他

入所決定は、3月中旬までに書面でお知らせします。申込人数や在籍人数により、受け入れできない場合があります。

若草児童館学童クラブ (社会福祉法人 牧の園)

☎・申込先 若草児童館 ☎ (93) 8226

■対象

4月から富里小学校、七栄小学校に入学する新1年生

■書類配布

1月15日 (金) ~ 29日 (金) 平日の13:00 ~ 18:00

■申込期限

2月5日 (金) 17:00まで

■面接日

2月27日 (土) ※必ず若草児童館駐車場を利用してください。

■その他

○申込人数などにより受け入れできない場合があります。

○学校長期休業期間のみの保育を希望する1~6年生は、キャンセル待ちとなります。4月2日 (金) 13:00から受け付けます。

子育て世代包括支援センターがオープンします！

☎健康推進課 ☎ (93) 4121

妊娠から出産、子育てまでのサポートを切れ目なく受けられるよう、1月15日 (金) に保健センター内に子育て世代包括支援センターがオープンします。

妊娠・出産・子育てに関する様々な相談に、保健師などの専門スタッフが応じ、関係機関と連携しながら皆さんの子育てと一緒にサポートします。

支援内容

母子健康手帳交付時に、保健師などの専門スタッフが妊婦さんご自身の状況を把握し、利用できるサービスやセルフケアの内容について、個別面接で相談に応じます。

母子健康手帳の交付場所を健康推進課窓口のみにします

センターオープンに伴い、1月15日 (金) から日吉台出張所での母子健康手帳の交付はしません。

確定申告に関するお知らせ

～パソコンで申告書の作成ができます～ 税理士による無料申告相談

☎ 課税課 ☎ (93) 0443

年金受給者や給与所得者の所得税及び復興特別所得税の申告書を作成して提出できます。申し込みは不要です。

■日時 1月29日(金) 10:00～16:00(開場 9:45)

※混雑状況などにより、受付を早めに終了する場合があります。

■場所 すこやかセンター2階会議室1

■持ち物

- 源泉徴収票など申告に必要な書類
- 印鑑
- マイナンバーに係る本人確認書類(①マイナンバーカードまたは②通知カードなどの番号確認書類と身元確認書類)の写しなど
- 前年に申告をした人は、前年の申告書などの控え
- 成田税務署からハガキや封書で「確定申告書」や「確定申告のお知らせ」が届いている人は持参してください。
- 成田税務署の申告書作成会場でパソコンによる申告書の作成を行ったことがある人は、そのときの控え
- 医療費控除を受ける人は、事前に「医療費等の明細書」を作成してきてください。申告書や明細書などの様式は、国税庁ホームページで入手できます。

■注意事項

- 申告書などの提出のみの場合は、直接税務署に持参するか、郵送で提出してください。
- 用紙の配布のみは行いません。
- 事業所得、農業所得、不動産所得、先物取引に係る雑所得、土地・建物及び株式などの譲渡所得がある場合、損失などの繰越控除がある場合や住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)適用初年度の人は参加できません。

社会保険料控除用納付額確認書の送付

☎ 問い合わせ先

- 国民健康保険税について
納税課 ☎ (93) 0434 国保年金課 ☎ (93) 4084
- 後期高齢者医療保険料について
国保年金課 ☎ (93) 4085
- 介護保険料について 高齢者福祉課 ☎ (93) 4980
- 国民年金保険料について ねんきん加入者ダイヤル
☎ 0570 (003) 004 / ☎ 03 (6630) 2525

2020年中に支払った国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、国民年金保険料が社会保険料控除として所得から控除できます。

次の納付額確認書などが送付されますので、申告時に利用してください。

■国民健康保険税納付額確認書・後期高齢者医療保険料納付額確認書・介護保険料納付額確認書

○市から1月下旬に発送します。

○書類がなくても支払い額を領収証書で確認し、申告することができます。

■国民年金保険料控除証明書

○日本年金機構から、2月上旬に送付されます。

○年金保険料で社会保険料控除を受けるときは、申告時に証明書または領収証書の添付が義務付けられています。

公的年金の源泉徴収票の送付

☎ 問い合わせ先 ●幕張年金事務所 ☎ 043 (212) 8621
●ねんきんダイヤル ☎ 0570 (05) 1165

老齢(退職)を支給事由とする老齢年金を受けている人に、源泉徴収票が1月下旬頃に送付されます。確定申告する場合に必要ですので、大切に保管してください。

なお、障害年金や遺族年金は非課税ですので、受給者に対する源泉徴収票は送付されません。

■確定申告が必要な人

- 公的年金収入が400万円を超える
- 公的年金収入が400万円以下で、公的年金以外の所得合計が20万円を超える
- 公的年金の源泉徴収票の内容に変更・追加がある(扶養控除や本人控除、社会保険料控除など)

※所得税の確定申告が必要ない人でも、市民税・県民税で各種控除を受ける人は、市民税・県民税の申告が必要です。

令和3年度 市民税・県民税の申告受付相談

☎ 課税課 ☎ (93) 0443 (土・日曜日、祝日を除く)

■日時 2月1日(月)～12日(金) 9:00～12:00 / 13:00～16:00

■場所 市役所分庁舎1階会議室

申告が必要な人

令和3年1月1日現在、市内に住んでいた人で、次のいずれかに該当する人

- 所得税の確定申告は必要ないが、市民税・県民税で各種控除を受ける
- 所得が給与所得のみで、勤務先から市役所に給与支払報告書が提出されていない
- 失業保険、障害年金・遺族年金など、非課税の所得のみで生計を立てていた
- 所得がなく、別世帯の人の扶養親族になっている
- 所得がなく、誰の扶養控除対象者にもなっていない
- 富里市に住んでいないが、令和3年1月1日現在に事務所・家屋敷のいずれかが富里市内にある

申告が不要な人

- 令和2年分の所得税の確定申告をする
- 勤務先から給与支払報告書が提出される
- 同一世帯の家族の扶養控除対象者になっている

※令和3年度の申告から改正点が多くありますので、申告の際は市ホームページなどを確認して下さい。

医療費通知を活用した医療費控除

☎ 国保年金課 ☎ (93) 4083

医療費控除をうける場合、医療費控除の明細書の提出が必要ですが、医療費通知を添付することで、その記載を簡略化でき、医療費通知に記載のある医療費の領収書の提出・保存が不要となります。

■令和2年度の医療費通知発送月(診療年月)

- ①令和2年8月25日発送済み(令和2年1月～5月)
- ②1月中旬発送(令和2年6月～10月)
- ③2月中旬発送(令和2年11月)
- ④3月中旬発送(令和2年12月)

※市からは、富里市国民健康保険証で受診した人に送付します。

その他の医療保険者の通知は、各医療保険者に問い合わせてください。

■注意事項

- 医療費通知に記載のない医療費を申告する場合、その領収書に基づき医療費控除の明細書への記載が必要です。また、その場合は、確定申告をしてから5年間、領収書の保存が必要です。
- 医療費助成、出産育児一時金、高額療養費などで自己負担額が異なるときは、その金額を差し引いて申告してください。

おむつの医療費控除

☎ 高齢者福祉課 ☎ (93) 4980

おおむね6か月以上寝たきりの状態にあると認められ、治療上おむつ使用が必要な人は、おむつ代が医療費控除の対象になります。詳しくは問い合わせてください。

■対象…次の全ての要件を満たす人

- 介護保険の要介護認定を受けている
- 「障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)」がB1、B2、C1、C2のいずれか
- 主治医意見書において、「尿失禁の可能性」に該当がある
- 主治医意見書が、令和2年中または平成31年から令和元年(※)に作成されている ※要介護認定の有効期間が13か月以上の場合

■医療費控除をうけるときの必要書類

- おむつ代の領収書
- おむつ使用証明書(医師が発行します。様式は市高齢者福祉課窓口でも配布しています。)

■注意事項

- 2年目以降の人は、おむつ使用証明書の代わりになる「おむつ代に係る医療費控除の申告に関する確認書」を高齢者福祉課窓口で交付しています。確認書の交付には要件があります。
- 確認書の交付を受けられないときは、おむつ使用証明書を添付して、確定申告をしてください。

要介護認定を受けている高齢者の方に「障害者控除対象者認定書」を発行します

☎・申請先 高齢者福祉課 ☎ (93) 4980

市では、要介護認定を受けている人で、一定の判定基準に該当する人に対し、「障害者控除対象者認定書」を発行しています。
この認定書を市民税・県民税や所得税の申告時に提出をすると、身体障害者手帳などを持っている人と同様に障害者控除を受けることができます。
なお、全ての『要介護認定を受けている人』が該当するわけではありませんので、詳しくは問い合わせてください。

■表1 障害高齢者の日常生活自立度に基づく判定基準

認定区分	障害事由	ランク	判定基準
特別障害者	身体障害者(1・2級)に準ずる	C 2	日常生活活動の食事、排泄、着替えのいずれにおいても介護者の援助を全面的に必要とし、自力で寝返りをうつことなく、ベッド上で常時寝ている
		C 1	ベッド上で常時寝ているが、自力で寝返りをうち体位を変えることができる
		B 2	生活の大半をベッド上で過ごし、車いすの移乗や、食事または排泄などについても介護者の援助を要する
		B 1	生活の大半をベッド上で過ごすが、自力で座位を保ち車いすに移乗し、食事または排泄はベッドから離れて行うことができる
障害者	身体障害者(3～6級)に準ずる	A 2	寝たり起きたりの状態にはあるもののベッドから離れている時間の方が長い、介護者がいてもまれにしか外出しない
		A 1	寝たり起きたりはしているものの食事、排泄、着替え時はもとより、ベッドから離れている時間が長く、介護者がいればその介助のもと、比較的多く外出する

- 対象 次の要件を全て満たす人
- 令和2年12月31日時点で65歳以上
 - 要介護認定を受けていて、下表の判定基準に該当する
- 持ち物
- 印鑑、介護保険被保険者証

■表2 認知症高齢者の日常生活自立度に基づく判定基準

認定区分	障害事由	ランク	判定基準
特別障害者	知的障害者(重度・最重度)に準ずる	M	著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする
		IV	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする
		III b	夜間を中心として、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さがときどき見られ、介護を必要とする
		III a	日中を中心として、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さがときどき見られ、介護を必要とする
障害者	知的障害者(軽度・中度)に準ずる	II b	家庭内でも、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる
		II a	家庭外で、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる

令和3年4月1日から
市税などを取り扱う一部金融機関での業務が変更になります

問い合わせ先

- 納税課 ☎ (93) 0434
- 国保年金課 国保税班 ☎ (93) 4084
高齢者医療年金班 ☎ (93) 4085
- 高齢者福祉課 ☎ (93) 4980

令和3年4月1日から、下記の金融機関での業務が変更になります。
お手持ちの納税通知書などに、納付場所として記載されている場合でも、令和3年4月1日以降は、納付の取り扱いはできませんので、注意してください。

■三菱UFJ銀行

- 市税などに係る「店頭収納」を終了します。
- 「口座振替」、「ペイジー納付」は、引き続きご利用いただけます。

■常陽銀行

- 市税などに係る「店頭収納」、「口座振替」、「ペイジー納付」など、全ての収納業務を終了します。
- 引き続き口座振替での納付を希望される場合は、新たに別の金融機関での口座振替の申し込みが必要です。申込方法によっては、開始希望期の2か月前までの申し込みが必要です。お早めにお申し込みください。

不動産のインターネット公売

☎納税課 ☎ (93) 3895 (インターネット公売専用)

富里市 インターネット公売 検索 ヤフー 官公庁オークション 検索

市では、市税滞納者から差押えた財産をインターネット公売しています。
詳しい内容や参加方法は、市公式ホームページ内の「富里市インターネット公売ガイドライン」で確認できます。
また、公売の参加・入札はヤフー(株)の「官公庁オークション」のページで手続きしてください。
売却で取得した代金は、未納税金などに充てられます。全国どこからでも、24時間参加できるインターネット公売に多くの人に参加してもらい、滞納額の縮減を目指します。

■公売物件 不動産

マンション (サニーパークハイツ成田4号棟 407)
富里市日吉台四丁目3番2の195 (登記簿)
鉄筋コンクリート造1階建4階部分
77.88㎡ 昭和55年9月30日築

■公売参加申込期間 1月6日(水) 13:00～1月19日(火) 23:00

■入札期間 1月25日(月) 13:00～2月1日(月) 13:00

自分をまもり、大切な人をまもり、地域と社会をまもるために
新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」のインストールはお済みですか？

接触確認アプリ(COCOA)は、厚生労働省が開発した新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです。一人でも多くの方の、接触確認アプリ(COCOA)のインストールをお願いします。

- この接触確認アプリは、利用者本人の同意を前提に、スマートフォンなどの近接通信機能(Bluetooth: ブルートゥース)を利用して、お互いに相手がわからないようプライバシーを確保しつつ、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した場合に通知を受け取ることができるものです。
- 利用者は、陽性者と接触した可能性がわかることで、PCR検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染の拡大防止につながることが期待されます。

▼インストールはこちらから

iPhone の人は
こちら



Android の人は
こちら



接触確認アプリ(COCOA)
について、詳しくはこちら



厚生労働省
ウェブサイト

☎健康推進課 ☎ (93) 4121

情報ネット



日日時または日 期期間 時時間 場場所 内内容 講講師 対対象・対象者 定定員・定数 費費用（記載なしは無料） 持持ち物、服装など 出出演
任任期 選選考 額支給額・謝礼 申要申し込み Eメール HPホームページ 主主催 関関係部署 問問い合わせ 他その他

申込み方法 担当部署の前に**申込**とある場合は、電話、FAX、メールなどで申し込みができます。市外局番がないものは全て「0476」です。
市役所への郵便物 記事に指定があるものを除いて、各記事の担当部署へ郵送する場合は「〒286-0292 富里市〇〇〇〇課」で届きます。

お知らせ

火の取り扱いに注意を

消防署 ☎(92) 1311

この季節は、空気が乾燥します。そのため、特に強風の日には、一度発生した火災は周囲へ燃え広がりやすくなります。乾燥注意報や強風注意報が発令されているときは、たばこなどの火の取り扱いには気を付けましょう。

迷惑駐車はやめましょう

消防署 ☎(92) 1311

迷惑駐車は、消防車や救急車などの緊急車両の進行を妨げ、現場への到着を遅らせてしまいます。また、消火栓や防火水槽の周辺に迷惑駐車があると、迅速な消火活動ができません。一人ひとりがルールと駐車マナーを守りましょう。

ごみの減量化にご協力を

クリーンセンター ☎(93) 4529

- 生ごみはきちんと水を切って可燃ごみに入れてください。
- ペットボトルは必ずキャップとラベルを取り、水で中を洗ってつぶしてください。
- 空き缶は、つぶさずに出してください。
- 紙パックは洗って切り開いて乾かし、ひもで束ねて、ガラスびん・ペットボトルの収集日に収集場所に出してください。

1月分の学校給食費振替日

学校教育課 ☎(93) 7659

- 日1月12日(火)
- ※8日(金) までに入金確認をお願いします。

◎相続手続きをサポート

- ・戸籍謄本等を代理取得します
- ・相続人調査と相続関係説明図
- ・遺産分割協議書の起案、作成
- ・預貯金名義変更、その他相続手続きをお手伝いします

◎遺言書の作成をサポート

- ・認知症では遺言書作成が困難
 - ・未成年者の相続手続は複雑
- 早めに遺言書を作成して対策！
- 富里市七栄531-20

行政書士内田敏夫事務所

☎0476(91)5313

080-1253-4516

広報とみさとでは、有料広告を募集しています。

問秘書広報課秘書広報班 ☎(93) 1112

1月24日～30日は 全国学校給食週間

学校給食センター ☎(93) 2550

学校給食は、明治22年に山形県の小学校で、おにぎりや焼き魚などの食事を出したのが始まりだと言われています。その後、戦争のために一時中断されましたが、昭和21年12月24日から東京などで再開されました。これを記念し、冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」としています。今年度も「全国学校給食週間」に合わせ、給食の歴史にちなんだ献立などを提供します。

千葉県特定最低賃金の改正

千葉労働局賃金室
☎043(221)2328

2業種の特定最低賃金が、令和2年12月25日付けで改正されました。

最低賃金件名	改正時間額
鉄鋼業	995円
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	954円

千葉県最低賃金…925円

同一労働同一賃金の法適用 令和3年4月1日から

千葉労働局雇用環境・均等室
☎043(221)2307

同一企業内において、正規雇用労働者と非正規雇用労働者（パートタイム労働者、有期雇用労働者）の間で、基本給や賞与などの個々の待遇ごとに不合理な待遇差が禁止されます。また、待遇差の内容や理由について事業主に説明を求めることもできます。詳しくは問い合わせてください。

昭和57年～昭和59年製の トヨトミ石油ファンヒーターを 探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があります。1986年(昭和61年)より自主交換を行っております。

対象機種

LCR-3・LCR-3-1・LS-3・LS-3-1・LS-6

ご連絡先

株式会社 トヨトミ

〒467-0855 名古屋市長瀬区桃園町5番17号

フリーコール **0120-104-154**

お客様よりお知らせ頂きました個人情報、商品の交換目的以外には使用いたしません。

LCR-3タイプ

LS系タイプ

型番表示部分

※現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。

令和3年度 学校体育施設の定期利用

生涯学習課（社会体育館内）
☎(92) 1597

スポーツを目的に、市内の小・中学校の体育館または校庭を定期的に利用するには登録が必要です。令和3年度に定期利用を希望する団体は、次の期間中に届け出をしてください。

期1月4日(月)～22日(金)
(土・日曜日、祝日を除く)

申利用団体登録届(※)を生涯学習課(社会体育館内)に提出
※用紙は、市公式ホームページからダウンロードできるほか、社会体育館に備え付けてあります。

災害復興住宅資金利子補給事業

防災課 ☎(93) 1114

令和元年度台風第15号などの影響により、住宅に損害を受けた人が、補修や建替えなどのため金融機関から資金を借り入れた場合に、利子の一部を補助します。詳しくは問い合わせてください。

内○利子補給率 年利2%以内

○利子補給期間 利子の支払い開始日から5年以内

○利子補給対象限度額 10万円以上500万円以下

ファミリーサポートセンター 個別入会説明

ファミリーサポートセンター ☎(92) 2452

子育ての援助を受けたい人と援助ができる人を結びます

日月～金曜日(祝日除く)
9:00～16:00(要予約)

場子育て支援課

対○利用会員 市内在住または在勤で、同居している1歳～小学校6年生までの児童がいる親族の方

○提供会員 (基礎研修あり) 市内在住で心身ともに健康な人

水道料金の支払いは 便利な口座振替で

上下水道課 ☎(93) 3340

一度手続きをすると、支払いの手間が省けます。預金通帳と届出印、納入通知書または使用水量のお知らせ(検針票)を持参し、取扱金融機関の窓口で申し込んでください。

中部ふれあいセンター臨時休館

中部ふれあいセンター ☎(91) 3363

休館日 1月5日(火)

中部ふれあいセンターでは、館内床清掃が行われるため、終日利用できません。

就学援助制度 入学準備金の支給

学校教育課 ☎(93) 7658

■就学援助制度

家庭の経済的な事情により、お子さんを市立小・中学校へ通学させることが困難な保護者に対して、学用品費や学校給食費などの援助をする制度です。すでに認定されている人も、新学年での援助を希望する場合は申請が必要です。詳しくは、問い合わせてください。

■入学準備金の支給

次の全ての要件に該当する場合に、就学援助費の一部である入学準備金を2月頃から支給します。

- 対○令和3年4月に市内小・中学校に入学予定のお子さんの保護者
- 令和3年2月1日に富里市に住民登録がある人
- 生活が経済的に困窮し、令和2年度富里市就学援助の要件に該当する人
- 期限までに申請書と必要書類を提出し、認定された人

額入学準備金の限度額

- 小学校新1年生 51,060円
- 中学校新1年生 60,000円

申○必要書類

- 申請書・同意書、収入の証明書など、通学かばんなどの領収書
- ※申請書・同意書は、学校教育課と市内小中学校で配布のほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。
- 申請期限・提出場所 2月1日(月)までに、小学校新1年生は教育委員会学校教育課、中学校新1年生は在籍中の小学校に提出してください。
- その他 準要保護児童に認定されている小学校現6年生は、入学準備金の申請は必要ありません。

お子さんの発達で 気になることはありませんか

簡易マザーズホーム

☎(92) 2302 FAX(92) 2303

E mothershome@city.tomisato.lg.jp

マザーズホームは、遊びを中心とした取り組みの中で、大切な乳幼児期の子どもたちの情緒、運動の発達を目指し、子育てを支援します。また、お子さんが通っている園に、支援専門員が訪問し、集団適応できるよう支援を行っています。

場マザーズホーム(福祉センター内)

対就学前の子どもと保護者

障害年金を受給している ひとり親家庭の児童扶養手当見直し

子育て支援課 ☎(93) 4497

現在、障害年金の額が児童扶養手当の額を上回る場合は児童扶養手当を受給できませんが、令和3年3月分から、児童扶養手当の額と障害基礎年金の子の加算部分の額との差額が受給できるようになります。

令和3年6月30日までに申請した場合、令和3年3月分の手当から受給できます。

詳しくは問い合わせください。

対障害基礎年金などを受給しているひとり親家庭の人

普通救命講習

申込 消防署 ☎(92) 1311

日 1月17日(日) 9:00～12:00
受付 8:30～

場 消防本部3階講堂

対 12歳以上で市内在住、在勤、在学いずれかの人

定 5人 **申** 1月10日(日) まで

特定計量器定期検査

商工観光課 ☎(93) 4942

この検査は2年に1回、計量法に基づき実施されます。対象事業者は、近くの検査会場で、計量器を持参の上、受検してください。

日場 ①1月25日(月) 北部コミュニティセンター
②1月26日(火) 中央公民館1階ロビー

時 10:30～15:00

対 商店、工場など商業用に使用している計量器、病院、幼稚園、保育園などで証明用に使用している計量器

費 1台につき500円～3,600円

古紙の拠点回収

環境課 ☎(93) 4946

日 1月31日(日) **※**雨天決行
9:00～11:30 / 13:00～15:00

場 中部ふれあいセンター駐車場

当日回収できる紙類

- 新聞(チラシ含む)、雑誌、段ボール…種類ごとにひもで束ねてください。
- 飲料用紙パック…水洗いして切り開き、乾かし、紐で束ねてください。

他 搬入時はマスクの着用をお願いします。事業ごみやその他のごみは回収できません。

デイケアクラブ

申込 社会福祉課
☎(93) 4192 **FAX** (93) 2215

日 1月15日(金)
13:30～15:30

場 福祉センター2階娯楽室

内 グループミーティング

対 18歳以上で、精神科などに定期的に通院している人

相 談

就労・進路相談 就労に悩む若者応援

申込 ちば北総地域若者サポートステーション ☎(37) 6844

厚生労働省委託事業

日 1月14日(木) 13:00～17:00

場 北部コミュニティセンター会議室1

対 15～49歳で就労に悩みを抱えている人またはその家族

募 集

市社会福祉協議会 職員募集

市社会福祉協議会 ☎(92) 2451
〒286-0221
富里市七栄653-2

社会福祉協議会では、4月1日から勤務できる、正規職員を募集します。

日 試験日時

- 1次試験 2月28日(日)
- 2次試験 3月14日(日)
- ※** 1次試験合格者のみ実施

対 ○高等学校程度の学力を有する(社会福祉士などの資格を有する人が望ましい)

- 普通自動車運転免許証所持者
- ※** 年齢は問いません。

定 若干名

申 1月4日(月)～2月17日(水)までに申込書を持参、または郵送(必着)。申込書は、社会福祉協議会で配布しています。(郵送可)

市地域福祉活動推進委員会 委員公募

市社会福祉協議会 ☎(92) 2451

対 次の要件に全て該当する人

- 市内在住または在勤の18歳以上
- 地域福祉活動やボランティア活動などの経験がある
- 継続して委員会に出席できる

申 1月4日(月)～29日(金)

※ 申込方法はホームページをご覧ください。なるか、問い合わせください。

学童クラブ指導員募集

子育て支援課 ☎(93) 4497

詳しくは、各学童クラブに問い合わせてください。

- 富里南学童クラブ ☎(92) 0092
- 浩養すいかキッズクラブ ☎(94) 0520
- 若草児童館学童クラブ(富里保育園併設) ☎(93) 8226

春季野球大会出場チーム募集

市野球協会事務局 香取
☎090(3060)4890

詳しくは問い合わせください。

日 3月14日(日) からの日曜日

場 中央公園野球場

申 1月31日(日) までに社会体育館窓口

他 組み合わせ抽選会は、2月7日(日)に中央公民館4階大会議室で行います。

令和3年成人式

問 生涯学習課 ☎(93) 7641

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は二部構成で行います。

日 1月10日(日)

- 第一部(富里中学校区)
受付9:30～ アトラクション9:45～ 式典10:25～
- 第二部(富里北・富里南中学校区)
受付11:00～ アトラクション11:15～ 式典12:00～

場 中央公民館講堂

対 平成12年4月2日～平成13年4月1日に生まれた人

※ 対象者には案内状を送付しました。市内に住民票がない人でも出席できます。

他 成人式当日の8:30から、国登録有形文化財「旧岩崎家末廣別邸」に記念写真用の撮影スポットを設置します。ぜひお越しください。

新型コロナウイルス感染症の影響により、内容などが変更になる場合もあります。



新成人の皆さんへ国民年金のお知らせです

問い合わせ先 ●国保年金課 ☎(93) 4085
●幕張年金事務所 ☎043(212)8621

20歳になった人には、日本年金機構から国民年金に加入したことをお知らせします。**※**厚生年金に加入している人は除きます。

国民年金のポイント

- 将来の大きな支えになります
国民年金は20～60歳の人が入会し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営し、年金の給付は生涯にわたって保障されます。
- 老後のためだけのものではありません
国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取れます。また遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族(「子のある妻または夫」や「子」)が受け取れます。

「学生納付特例制度」と「納付猶予制度」

- 学生納付特例制度
学生本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度
対象：学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校(修業年限1年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する人
- 納付猶予制度
学生でない50歳未満で、本人と配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度

令和3年富里市消防出初式 中止のお知らせ

問 消防総務課 ☎(92) 1314

毎年、市では年頭に消防職員・消防団員の士気と市民の防火意識の高揚を目的として、消防出初式を開催していましたが、新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、参加者・来場者の健康と安全を最優先に考え、「令和3年富里市消防出初式」を中止することにしました。今後も、市民の皆さまの安全・安心のため、消防行政に取り組んでいきますので、ご理解・ご協力をお願いします。

水道水の放射性物質検査結果

問 上下水道課 ☎(93) 3340

12月1日の測定では、放射性物質は検出されず、安定した状態が続いています。今後も3か月に1回の測定を実施し、安全な水の確保に努めます。なお、今までの測定結果は、市公式ホームページでお知らせしています。

農産物の放射性物質検査

問 農政課 ☎(93) 4943					
採取日	品目	栽培方法	放射性セシウム134	放射性セシウム137	合 計
10/30	原木しいたけ	露地	検出せず	1.61	1.6
10/30	原木しいたけ	施設	検出せず	4.49	4.5

※測定値の単位：ベクレル毎キログラム
農産物の基準値は100ベクレル毎キログラムです。

千葉県動物愛護センターからのお知らせ

次の教室などは、県動物愛護センター<富里市御料 709-1>で開催します。必ず電話予約をしてください。詳しくは、それぞれの申し込み先に問い合わせてください。

犬のしつけ方教室

■1月21日(木)、2月17日(水)、3月18日(木)



○基礎講座(飼い犬は同伴できません)

■時 10:00～12:00 受付 9:30～10:00 ■定 5人 ■費 無料

■申 県動物愛護センター ☎ (93) 5711

○実技講座(飼い犬同伴で参加する教室です)

■時 13:00～15:00 受付 12:30～13:00 ■定 3組以上5組まで

■費 3,300円 ■申 (公財) 県動物保護管理協会 ☎ 043 (214) 7814

犬と猫との出会いの場(オンライン申請)

犬や猫を譲りたいと思っている人と譲ってほしい人たちの情報の場を、県ウェブサイトで公開しています。なお、マッチングは両者間でメールにより調整してください。詳しくはQRコードを読み取るか、県ウェブサイトをご覧ください。



「ひとり親世帯臨時特別給付金」 「市ひとり親家庭応援給付金」のご案内

詳しくは問い合わせるか、市公式ホームページをご覧ください。

■子育て支援課 ☎ (93) 4497

ひとり親世帯臨時特別給付金

■対象 次のいずれかに該当する人

- ①令和2年6月分の児童扶養手当の支給を受けている
- ②公的年金などを受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給を受けていない
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当の対象となる水準に下がった

給付金の支給手続き

- 対象①の該当者 申請は不要です。該当者には、指定の口座に振り込みましたので、確認してください。
- 対象②、③の該当者 申請が必要です。

追加給付

■対象 対象①または②に該当する人のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した人

※市ひとり親家庭応援給付金は、ひとり親世帯臨時特別給付金の支給認定を受けた人に支給します。

市民の意見を反映するため委員を募集します

■企画課 ☎ (93) 1118 ■kikaku@city.tomisato.lg.jp
〒286-0292 (住所不要)

市男女共同参画社会づくり 懇談会委員

男女共同参画社会づくりに係る施策の推進について、市民の皆さんから意見をいただくため「富里市男女共同参画社会づくり懇談会」の委員を募集します。

■市内在住または在勤の18歳以上で、年に数回開催する会議に、継続して出席できる人

■定 2人程度

■任 令和3年4月1日～令和5年3月31日

■額 報償1回 3,000円

提出書類…申込書と「私の考える男女共同参画社会とは」をテーマにした400字以内のレポート(任意様式)。

共通事項

■申 申込書配布 企画課、日吉台出張所、とみさと市民活動サポートセンターに備え付けているほか、市公式ホームページからダウンロードできます。

■申 申込方法 提出書類に必要事項を記入し、1月29日(金)までに、次のいずれかの方法で申し込んでください。

○企画課窓口へ直接持参 ○郵送(応募期限の消印有効) ○メール

※郵送、メールで提出した人は、提出した旨を必ず電話で連絡してください。

■書類選考 ※選考結果は応募者全員に個別通知します。

■他市の審議会などの公募委員を2つ以上兼ねている人、市の議員・職員は応募できません。

市地域公共交通会議委員

地域の交通手段の確保や、利便性の向上などに必要な事項を協議する「富里市地域公共交通会議」の委員を募集します。

■市内在住または在勤の18歳以上で、年に数回開催する会議に、継続して出席できる人

■定 2人程度

■任 令和3年4月1日～令和5年3月31日

■額 会長1回 7,500円、委員1回 7,000円

提出書類…申込書と「富里市における持続可能な公共交通」をテーマにした400字以内のレポート(任意様式)。

令和3年度 会計年度任用職員募集

■問・申込先 総務課 ☎ (93) 1113
〒286-0292 (住所不要)

会計年度任用職員とは

地方公務員法の規定に基づき任用される非常勤職員です。採用後は、地方公務員として勤務し、地方公務員法上の服務に関する規定が適用されます。勤務時間が、週38時間45分(週5日、1日7時間45分)をフルタイム会計年度任用職員、週38時間45分未満をパートタイム会計年度任用職員とします。

■職種(例)

一般事務、保健師、看護師、歯科衛生士、助産師、保育教諭、道路作業員、個別指導補助員、図書館司書 など

■勤務条件など

(1)任用期間 令和3年4月1日(木)～令和4年3月31日(木)

(2)勤務日数・時間 週1日～5日、1日7時間45分以内の勤務

※配置所属により、勤務日や勤務時間が異なります。

(3)給料(職種により異なります)

(例)一般事務 フルタイム 150,600円～154,900円
パートタイムの場合は時給に換算

○任期6カ月以上で週23時間15分以上の勤務の場合、期末手当(任期により最大2.6月分/年)が支給されます。

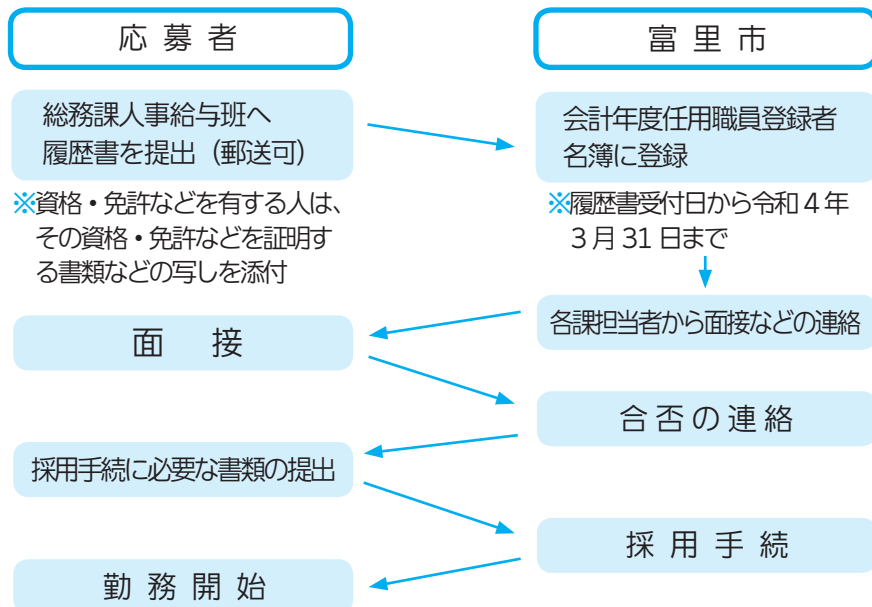
※最低賃金の変更や給与改定などにより、給料・手当が変更となる場合があります。

○交通費は常勤職員に準じ、実費相当額を支給します。

(4)社会保険、雇用保険など規定に基づき適用

※フルタイム会計年度任用職員は、任期により、共済組合の加入や退職手当支給の対象になります。

■採用までの流れ



※名簿に登録されても、必ず採用されるものではありません。ご了承ください。

市内の保育園・こども園で働きませんか?

保育士資格をお持ちでブランクのある人や、こども園・保育園での勤務が未経験の人も歓迎します。子どもたちの笑顔に囲まれて、楽しく働きませんか? 興味がある人は、連絡をお待ちしています。

■公立こども園(葉山こども園・向台こども園)

会計年度任用職員(パートタイム)

○勤務時間 月～金曜日7:00～19:15 土曜日7:00～15:00
の指定する時間 ※勤務日時などは相談してください。

○職務内容 保育教諭、正看護師(准看護師)

○給 料 保育教諭 時給1,002円～1,209円
正看護師 時給1,054円～1,314円

※時給は職務経験で決定します。勤務条件により、期末手当支給、社会保険、雇用保険加入あり。

■問 葉山こども園 ☎ (93) 1215 / 向台こども園 ☎ (93) 2951

■私立保育園(富里保育園・こひつじ保育園・ひよしだい保育園)

私立保育園でも保育士を募集しています。詳しくは、各園に問い合わせてください。

■問 富里保育園 ☎ (93) 0155 / こひつじ保育園 ☎ (93) 1048
ひよしだい保育園 ☎ (93) 4408

みんなで楽しく

子育て広場



保育施設などの行事日程は、月を省略していますが全て1月の行事です。

子育て支援センター（葉山キッズ・ランド）

申込 ☎ (93) 2800

定員・予約制となります。

移動支援（北部コミュニティセンター）（要予約）

☎ 15日（金）10：00～11：30

子育てプチ相談（要予約）

☎ 12日（火）10：30～11：40

○ 19日（火）14：45～15：45



子育て支援センター（向台こども園）

申込 ☎ (37) 7070

予約制でセンター室開放を行います。

移動支援（北部コミュニティセンター）（要予約）

☎ 8日（金）10：00～11：30

富里保育園

申込 ☎ (93) 0155

保育園開放 子育てサークル「おやこの森」

☎ 12日・26日（火）

9：30～11：00

子育て交流の場 「にこにこサロン」

☎ 19日（火）

9：30～11：00

こひつじ保育園

申込 ☎ (93) 1048

保育園開放 子育てひろば「ひろばバンビ」

☎ 13・27日（水）9：30～11：00

子育て相談 来園相談（要予約）

☎ 毎週水曜日

13：00～15：00

青空保育園

申込 ☎ (91) 6151

保育園開放「どんぐりクラブ」

☎ 12日からの毎週火・木曜日

9：00～11：30

定 10組

子育て看護講座「元気に冬を乗り切ろう」

☎ 19日（火）10：00～10：30 定 10組

若草児童館

申込 ☎ (93) 8226

子どもの遊び場ミルキー

☎ 内

○ 8日（金）フープで遊ぼう

○ 14日（木）児童館たこ揚げ

じどうかん食堂（要予約）「つきたてお餅など」

☎ 16日（土）

日吉台幼稚園

申込 ☎ (93) 4408

子育て教室「ちびたんくらす」

☎ 14日（木）

10：15～11：45

未就園児園庭開放（日吉台幼稚園第2グラウンド）

☎ 6日（水）

10：15～11：45

行事の詳細は、各保育施設のおたよりやホームページなどをご確認ください。

児童虐待相談窓口

相談・連絡者や内容に関する秘密は守られます。

● 子育て支援課家庭児童相談室 ☎ (93) 4498

● 児童相談所全国共通3桁ダイヤル（24時間365日対応）

イチハヤク
☎ 189

● 千葉県子ども・家庭110番（24時間365日対応）

☎ 043 (252) 1152



1月は児童扶養手当の支給月

今月は児童扶養手当の支給月です

○ 振込予定日 1月8日（金）

○ 支給対象月 令和2年11月～12月分
現況届を提出していない人などは支払いができませんので、至急手続きをしてください。

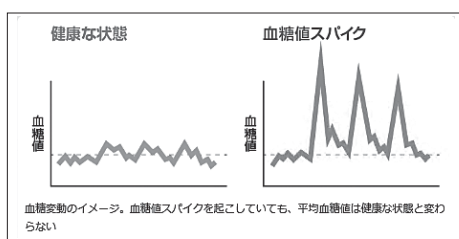
子育て支援課 ☎ (93) 4497

健康コラム Vol. 4

隠れ糖尿病？ 血糖値スパイクについて知ろう

血糖値スパイクとは、食後に血糖値が急上昇（食後高血糖）し、その後、急降下することです。食後は、誰でも一時的に血糖値が高くなりますが、通常であれば「インスリン」という血糖値を下げるホルモンが、すぐに分泌され、食後2時間以内には正常な値に戻ります。

しかし、インスリンの分泌が少なかったり、働きが不十分だと、血糖値が下がらず急上昇してしまい、血糖値スパイクを起こします。



出典：糖尿病ネットワーク

この状態を放置しておくと、動脈硬化の進行が早まるといわれています。血糖値スパイクが起こっている人でも、空腹時の血糖値はそれほど高くないため、「隠れ糖尿病」ともいわれます。

血糖値スパイクの予防方法

① 食べる順番は「野菜」から

最初に食物繊維を多く含む野菜などから食べると、血糖値の急上昇を防いでくれます。お弁当を購入するときに、サラダも一緒に購入し、野菜を欠かさないようにしましょう。

② 朝食はしっかりと。ご飯抜きは控えましょう。

しばらく何も食べずにいた後の食事は、「血糖値スパイク」が起きやすくなるので、3食欠かさずに食べるように意識しましょう。

③ こまめに動きましょう

日常的な動作程度でも、「食後に」・「意識して」体を動かすことが大切です。

こまめな動きの例

○ 階段を使う ○ トイレは別の階へ ○ ランチは遠くの店へ

○ 考え事は歩きながら ○ 掃除 ○ 子どもと公園で遊ぶ

生き生きと生活するため、日常生活を工夫し、血糖値スパイクを予防しましょう。

Healthy Life

健康推進課 ☎ (93) 4121
FAX (93) 2422

1月の個別予防接種

母子保健班

※対象者には通知します。
※契約医療機関への予約が必要です。
ヒブ・小児用肺炎球菌・B型肝炎・
ロタウイルス 令和2年11月生まれ
BCG 令和2年8月生まれ
4種混合 令和2年10月生まれ
MR (麻しん・風しん)・水痘
令和元年12月生まれ
日本脳炎 平成29年12月生まれ

かみかみ歯ッピー教室

母子保健班

※対象者には通知します。

日時…1月26日(火)

① 9:15 ~ 10:00
(インスタライブ配信)

② 10:15 ~ 11:00 (教室)

③ 11:15 ~ 12:00 (教室)

場所…保健センター
(すこやかセンター内)

対象…令和2年2月・3月生まれの
子どもと保護者

内容…むし歯予防の話、仕上げ磨きの実習
持ち物…母子手帳、バスタオル

定員…②、③各10組程度

申込…電話

もぐもぐごっくん離乳食教室

母子保健班

日時…2月1日(月)

① 9:15 ~ 10:00
(インスタライブ配信)

② 10:15 ~ 11:00 (教室)

③ 11:15 ~ 12:00 (教室)

場所…保健センター
(すこやかセンター内)

対象…離乳食が2回食になる頃の
子どもと保護者

内容…離乳食の量の確認、進め方、
個別相談など

持ち物…母子手帳、バスタオル、
オムツなど

定員…②、③各10組程度

※託児はありません。

申込…電話

いずみつくし会

成人保健班

いずみつくし会は、糖尿病の合併症を
防ぎ、自己コントロールを継続してい
くために発足された自主グループです。
糖尿病だけでなく、広く生活習慣病を
予防・コントロールするために活動し
ており、定期的な学習会(調理実習や
講話)を実施しています。
役員を中心に事業を計画し、市の保健
師・管理栄養士・歯科衛生士がサポー
トしています。
糖尿病だけでなく、脂質異常症や高血
圧などの生活習慣病予防に関心のある
人は、ぜひ参加してください。
費用…年会費500円 申込…窓口

ストップ!ザ・むし歯

母子保健班

3歳児健康診査で、むし歯や治療済み
歯のなかった子どもたちの紹介です。

11月6日分

秋山 翔 石井 琉斗

伊藤 隼人 イランガムダリゲ湊

海老原遥斗 緒方 晴月

加瀬帆乃佳 川村 侑羽

佐藤 陽 柴宮 柚月

田中 結真 塚瀬 昇栄

筒井 明良 土佐莉愛奈

平野 仁隆 平山 瑛登

堀越ののは 南谷 佑斗

宮川 奏汰 森田 菜愛

吉村 旺恭

11月13日分

稲垣 茉紘 木内 春希

久保 仁 齊藤 菜奈

齊藤 和蘭 高知尾來雅

田中 優輝 中塚 咲晴

西田 健真 西田 潤人

長谷 和樹 船岡 玄誠

堀越 恋杏 宮村 英輔

米元 杏 柳 杏樹

<敬称略>

1月の健康カレンダー

★…保健センター(すこやかセンター内)
◆…北部コミュニティセンター

日(曜日)	行 事	場 所	受付時間
5(火)	1歳6か月児健診(令和元年6月生まれ) ※対象者には個別に通知	★	12:30 ~ 13:00 13:00 ~ 13:30
8(金)	3歳児健診(平成29年7月生まれ) ※対象者には個別に通知	★	12:30 ~ 13:00 13:00 ~ 13:30
12(火)	育児相談(要予約)	★	13:30 ~ 14:30
18(月)	育児相談(要予約)	◆	13:30 ~ 14:30

Toshokan Net としょかんねっと

富里市立図書館 ☎ (90) 4646
(9:30~17:00)
https://www.library.tomisato.chiba.jp/

図書館カレンダー

開館時間…9:30 ~ 18:00
※土・日曜、祝日は17:00まで
※金曜日は19:00まで
(祝日に重なった場合を除く)
☐…休館日
◆…おはなし会 ●…親子おはなし会

おはなし会

毎週土曜日14:00から絵本や昔話を
楽しむ会を行っています。(20分程度・
4歳くらいから小学生)
とっておきの楽しいお話をたくさん用
意してお待ちしています。
場所…2階研修会議室3

親子おはなし会

毎月1回水曜日、10:30から30分程
度、図書館ボランティア「もりのなか」
による乳幼児対象のわらべ歌を中心と
した、おはなし会を行っています。親子
で一緒に楽しみましょう。
場所…2階研修会議室3

1月の映画会について

映画会は、休止とさせていただきます。
再開時期につきましては決まり次第、
広報とみさとや図書館ホームページな
どでお知らせします。

返却期限を守りましょう

図書・雑誌・視聴覚資料の貸出期間は2週間です。現在お手元にある資料
の返却期限は過ぎていませんか?図書館の資料は市民の大切な財産です。

災害時に正確な情報を受け取るために

☎ 防災課 ☎ (93) 1114

富里市防災・防犯メール

防災行政無線の放送内容などを、携帯電話、スマートフォンやパソコン
にメールで伝えます。情報を文字で確実に受け取ることができます。

登録方法1

カメラ機能付き携帯電話などで、右のQRコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録をしてください。

登録方法2

携帯電話、スマートフォンやパソコンから次のアドレスにメールを送り、
返信されたメールに記載されている手順に従って登録をしてください。

info-tomisato@sg-m.jp

登録前に確認をお願いします

○迷惑メール対策をしている場合は、事前に「@sg-m.jp」のドメイン
からの受信を許可する設定にしてください。

○登録は無料ですが、メールの受信にかかる通信料は利用者負担になり
ます。

防災行政無線の放送
聞き取れなかったらフリーダイヤルで確認を!

「防災行政無線情報フリーダイヤル」で放送内容を確認できます。
固定電話と携帯電話から通話料無料で利用できます。

フリーダイヤル
☎ 0120(114)994

1月の富里市

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					★元旦 中央公民館休館日 社会体育館休館日	中央公民館休館日 社会体育館休館日
3	4	5	6	7	8	9
中央公民館休館日 社会体育館休館日	中央公民館休館日 社会体育館休館日	○心配ごと相談			○こころの相談室	中央公民館休館日
10	11	12	13	14	15	16
中央公民館休館日 ○市民課一部 証明交付	★成人の日 中央公民館休館日	社会体育館休館日 ○交通事故相談※1 ○法律相談※2 ○心配ごと相談				
17	18	19	20	21	22	23
	中央公民館休館日 社会体育館休館日	○心配ごと相談		○年金相談		
24	25	26	27	28	29	30
○市税休日納付相談 ○市民課一部 証明交付	中央公民館休館日 社会体育館休館日 ○法律相談※2	○人権・行政・ 心配ごと相談				
31						

○相談は無料で、秘密は厳守されます。相談は正午～13:00を除きます。
※1 事前予約がない場合は開催しません。
※2 予約は毎月5日（閉庁日の場合は翌開庁日）から社会福祉課窓口で受け付けます。予約時は、必ず相談者の身分証を持参してください。

休日開庁

	市民課 一部証明交付 (図①) 市民課 ☎ (93) 4086 持ち物…運転免許証などの 本人確認書類	10日 (日) 24日 (日) 8:30～17:15 ※旅券交付 9:00～16:30	取り扱い手続き ・住民票の写しの発行 (本人または同一世帯員のみ) ・印鑑登録証明書の発行 (代理人可) ・印鑑登録 (本人のみ) ・個人番号カードの交付 (本人のみ) ・旅券の交付 (本人のみ) ※旅券の交付は、10日のみ。 ※個人番号カードは、平日の市役所開庁時に要予約。
※休日は正面玄関が施錠されていますので、すこやかセンターの休日夜間受付の入口を利用してください。	市税休日納付相談 (図②) ●納税課 ☎ (93) 0433 ●国保年金課 ☎ (93) 4084 ※相談日の当日は、国保年金課へ問い合わせてください。	24日 (日) 9:00～16:00	相談対象税目 ・市民税・県民税 ・固定資産税・都市計画税 ・軽自動車税 (種別割) ・国民健康保険税

中央公民館 ☎ (92) 1211

- 休館日 1日 (金・祝)、2日 (土)、3日 (日)、4日 (月)、9日 (土)、10日 (日)、11日 (月)、18日 (月)、25日 (月)
- 使用申請受付は5日 (火)～ (受付時間9:00～17:15、6日以降8:30～17:15)
公民館棟・講堂棟令和3年2月使用分 ※5日の9:00～12:00までに申請した人で、利用施設・時間が重なったときは抽選を行います。(結果は翌日、中央公民館窓口に掲示します。)

急病のときは

急病診療所 夜間や休日の急な発熱やけがなどの診察・応急処置をします。症状により他の医療機関を紹介します。
※受診するときは、まず電話で相談してください。持ち物…保険証、子ども医療費助成受給券 (対象者)

●一般 成田市急病診療所 (成田市赤坂) ☎ (27) 1116	内科	毎日	19:00～22:45
	小児科	日曜日・祝日	10:00～16:45
	外科	日曜日・祝日	10:00～16:45
	歯科	祝日・振替 (日曜日を除く)	10:00～16:45
●15歳まで 印旛市郡小児初期急病診療所 (佐倉市江原台・佐倉市健康管理センター内) ☎ 043 (485) 3355	月～土曜日		19:00～翌朝5:45
	日曜日・祝日		9:00～16:45 / 19:00～翌朝5:45

電話相談 (医療機関を受診すべきか、救急車を呼ぶべきか迷ったら)

こども急病電話相談 ☎ #8000 (ダイヤル回線からは ☎ 043 (242) 9939)	毎日	19:00～翌朝6:00
救急安心電話相談 (15歳以上) ☎ #7009 (ダイヤル回線からは ☎ 03 (6735) 8305)	月～土曜日 日曜日・祝日・年末年始・GW	18:00～翌朝6:00 9:00～翌朝6:00

敷地内での漏水は (今月の当番) (有) 富里総業 ☎ (93) 1152

各種相談

- 時時間 場場所 問問い合わせ
- 交通事故相談 (8日 (金) までに予約)
- 時 10:00～15:00
- 場 すこやかセンター2階会議室2
- 問 市民活動推進課 ☎ (93) 1117
- 法律相談 (5日 (火) から受付開始)
- 時 13:00～16:00
- 場 市役所分庁舎1階会議室
- 問 社会福祉課 ☎ (93) 4192
- 年金相談
- 時 10:00～15:00
- 場 市役所本庁舎1階会議室
- 問 国保年金課 ☎ (93) 4085
- 心配ごと相談 (※相談時間は1時間以内)
- 時 10:00～14:30
- 場 福祉センター2階小会議室
- 問 社会福祉協議会 ☎ (92) 2451
- 人権・行政・心配ごとと合同相談
- 時 10:00～14:30
- 場 福祉センター2階小会議室
- 問 社会福祉協議会 ☎ (92) 2451
- 家庭児童相談 (電話相談も可)
- 時 月～金曜日9:00～16:00 (祝日を除く)
- 場 子育て支援課 (すこやかセンター1階)
- 問 家庭児童相談室 ☎ (93) 4498
- 教育相談
- 時 火～金曜日9:30～15:45
- 場 市立図書館2階ふれあいセンター
- 問 ふれあいセンター ☎ (91) 6600
- 消費生活相談
- 時 月～金曜日9:30～16:00 (祝日を除く)
- 場 市役所分庁舎2階消費生活センター
- 問 消費生活センター ☎ (93) 5348
- こころの相談室
- 時 14:00～16:00
- 場 福祉センター2階小会議室
- 問 社会福祉協議会 ☎ (92) 2451

広報とみさとの発行をLINEでお知らせ

【登録方法】左のQRコードを読み込むか、「ID検索」で、@tomisato_cityを検索し、友だち追加ボタンを押してください。

※LINEは配信のみを行っています。メッセージを確認することや、個別への返信はできませんので、ご了承ください。

納期内納付にご協力ください

2月1日 (月)

市民税・県民税 第4期
国民健康保険税 第7期
後期高齢者医療保険料 第7期
介護保険料 第7期

とみさとプラザ

市や地域に貢献された功績をたたえて
令和2年度富里市定例表彰

11月24日、中央公民館で令和2年度富里市定例表彰式が開催され、市や地域に対して功績のあった11人が表彰されました。

■功労表彰

中村壽美子（日吉台） 飯泉 早苗（日吉台） 岡野 陽子（七 栄）
相澤 直哉（御 料） 森田 孝子（御 料） 北崎 孝（日吉台）
渋谷佐智子（日吉台） 我妻 道生（日吉台） 石橋 規（七 栄）

■善行表彰

大矢 勝海（十 倉） 島崎 好和（日吉台） <敬称略>

全国高等学校陸上競技大会2020 第3位
篠原倭太郎さんが市長を表敬訪問

10月23日から25日まで開催された全国高等学校陸上競技大会2020兼U20全国陸上競技大会で、高校男子1500mの部において、第3位に輝いた篠原倭太郎さん（富里高校）が、市長を表敬訪問しました。篠原さんは、大会の報告、今後の意気込みについて話してくださいました。篠原選手の今後の活躍が期待されます。

令和2年度市秋季野球大会
ナナパーズが優勝！

10月18日から11月15日まで、富里中央公園野球場を会場に、市秋季野球大会が開催されました。今大会は、21チームが参加し、爽やかな秋風の中、熱戦が繰り広げられました。大会の結果は次の通りです。

- 優勝 ナナパーズ
- 準優勝 富里クラブ



▲優勝したナナパーズの皆さん



▲準優勝した富里クラブの皆さん

災害時等における宿泊施設の提供に関する協定
富里商事株式会社ラディソン成田と締結

11月18日、富里商事株式会社ラディソン成田と「災害時等における宿泊施設の提供に関する協定」を締結しました。災害時など富里市の指定する避難所が定員を超過するおそれがある場合に、特段の配慮が必要な人などの避難を速やかに実施するため、宿泊施設の提供をしていただくものです。



國本與一さんが地方教育行政功労者表彰を受賞

國本與一さん（中沢）が、文部科学大臣から地方教育行政功労者表彰を受賞されました。國本さんは、教育長として多年にわたり教育の振興に尽くされた功績が認められました。

株式会社森田商店と株式会社フィールドが
千葉のちから「中小企業・小規模企業表彰」を受賞

千葉県では、地域経済の活性化や地域社会の発展に貢献した中小企業・小規模企業などを千葉のちから「中小企業・小規模企業表彰」として表彰しており、株式会社森田商店（十倉）と株式会社フィールド（七栄）が、受賞されました。



▲株式会社
森田商店
代表取締役
森田修仁さん



▲株式会社
フィールド
代表取締役
原幸司さん

第91回都市対抗野球大会結果

11月26日、東京ドームで、第91回都市対抗野球大会に富里市代表として出場した「ハナマウイ」が、高知市代表の四国銀行を相手に激戦を繰り広げました。試合開始前にはオーロラビジョンに富里市PR動画が放映されるとともに、バックスクリーンに市旗も掲揚されました。



【試合結果】

ハナマウイ（富里市）0-1 四国銀行（高知市）

応援いただいた皆様へ感謝するとともに、今後とも「富里市 ハナマウイ」への応援をよろしくお願いします。

JFA 第44回全日本U-12サッカー選手権千葉県大会
七栄F Cが第3位！

11月8日から29日まで、JFA 第44回全日本U-12サッカー選手権千葉県大会が開催され、本市少年サッカーチームの七栄F Cが、見事第3位に輝きました。準決勝では、ジェフユナイテッド市原・千葉U-12に惜しくも敗れましたが、今後も七栄F Cの活躍がさらに期待される素晴らしい試合でした。



▲左から大会優秀選手に選ばれた平川翔貴さん、齋藤隼士さん

富里市身体障害者福祉会が市に車椅子を寄贈

12月4日、富里市身体障害者福祉会を通じて市に車椅子が寄贈されました。同会では、アルミ缶プル・タブ回収運動により得られた車椅子を、これまでも市の公共施設などに9台寄贈されています。今回寄贈された車椅子は、市役所正面玄関に備えつけられます。

