

広報

とみさと

2024
9
No.925

特集
インタビュー
元気
に趣味
を楽しむ



TOPICS

- 防災特集「過去から学び 未来へ備える」
- Vitality とみさとウォーク



津田 信雄さん

96 歳 (昭和 2 年 11 月生まれ)

富里市七栄出身。
将棋の段位は、現在アマチュア二段。

富里将棋同好会の定例将棋大会に毎月休むことなく元気に参加され、参加者の中では最高齢の 96 歳。年齢を重ねても元気に明るく趣味を楽しむ津田さんにお話を伺いました。

見て覚えて 自分流で八十数年

将棋は、小学校のとき、12 歳からやってました。大人の将棋を見て、人に教わずに覚えて、自分よりも年上の親と同じぐらいの人と指していました。近所の廊下や涼しいところなど、色んな場所で、みんなで将棋を指していたので、そこへ行って、面白いからやってみて、勝つとさらに面白いから、段々将棋の魅力にはまっていきました。自分流で八十数年やってますが、実力が上の三段・四段を負かしたときは気持ちがいいですね。

攻め一本

将棋は、王様(王将)を取ればいいから、相手に合わせて、自分の勘でどんどん攻める。モタモタしていると攻められるから、どんどん攻めて勝ってました。攻め一本！守るのはあんまり好きじゃないから(笑)でも、負けるより勝った方がいいからね。将棋同好会の会長さんも「勝つにはゆっくりやんなきゃだめだよ。どんどん攻めていって壁がなくなったら総崩れだからね。」なんて言われます。でも、やっぱり気持ちよくどんどん攻めていくのがいい。負けたときは、「はい、それまで」でいい。将棋の面白さはどんどん攻めていって勝つことだと思ってます。

カラオケ・スポーツ観戦・ゴルフ……

何でも好きだったから 何でも一つずつ挑戦

将棋以外の趣味は、カラオケやスポーツ観戦、ゴルフです。カラオケは、みんなで集まって、お酒はもうたくさん飲めないから、ちょっとと杯を2杯3杯飲んで歌います。スポーツ観戦は何でも好き。鹿島アントラーズはJリーグ発足の時から見ています。日の丸ついているとバレーボールでもサッカーでも全部見えます。「勝てる試合逃がしちゃったなあ」とか思ったり。ゴルフは、94、5 歳ぐらいまでやって、そのほかにも若いころは、ボクシングや相撲、乗馬もしていました。何でも好きだったから、何でも一つずつ挑戦しました。何でもやれば面白いし、すごく上手になろうとは思わないけど、ある程度やろうと思うからには、多少研究もしています。何でも挑戦だから。



頓着せずにおもしろく

元気の秘訣は、物事をあんまり頓着せずにおもしろく、笑って過ごすこと。どこへ行ってもその場所場所で元気出してさ。よく笑うことだね。

体も毎日動かしています。暇があれば体操みたいに自分から体を動かす。誰かに言われたわけじゃなく自分でやっているからできるんです。周りからは「そんなんやって大丈夫か？」って言われてもやってるから、「あんまりやらないよ。」ってとぼけています。



目標は 100 歳まで

一年でも長く将棋をやればいいんじゃないか、100歳まではできんじゃないかっていうと、みんなからは「いやいや、もっとできんじゃないか。」「負けられないよ。」って言われます。

いつも将棋を指している人達も、みんな70代ぐらい。自分からしてみたらまだまだ若いと思ってる。

とにかく面白くやってほしいよ。

市民の皆さんにメッセージ

人に優しくして、みんなで仲良く、人との横のつながりを持っていけば自然に人も集まってくるし、面白く過ごせるんじゃないかなって思ってます。黙ってくよくよしてつとね、やっぱりよくないからさ。みんなでさ、面白く楽しくやればいい。それだけしかないね。

地域で趣味を楽しむ 人と触れ合う

各地域で、趣味や運動を皆さんで楽しむことができるよう、高齢者支援センターでは次のような活動を行っています。そのほかの活動や詳細は、広報とみさとの情報ネットいきいき広場にて毎月掲載しています。(今月号は、15ページに掲載)

ふれあいクラブ (北部高齢者支援センター)

気軽に集える地域の居場所として、手芸やレクリエーションなど毎回催しを企画しています。

■日時 毎月第2火曜日
14:00 ~ 15:30



とみさと健康麻雀会 (東部高齢者支援センター)

麻雀は脳トレ効果抜群！健康的な麻雀を通じて、高齢者の地域交流、生きがいづくりなどに取り組んでいます。

■日時 毎週木曜日
13:00 ~ 16:00



さとしくん健康ちよきん体操 (西部高齢者支援センター)

DVDを見ながら、参加者が協力し合って自主的に体操しています。2部では、スタッフに見守られながら元気に体操ができます。

■日時 毎週月曜日
1部 9:30 ~ 10:20
2部 10:30 ~ 11:20



ボッチャ体験会 (南部高齢者支援センター)

ボッチャの会と協力して、ボッチャ体験会を開催しています。初心者も大歓迎！

■日時 奇数月第4水曜日
10:00 ~ 11:30



そのほか、各地域のサークルなど、自分に合った活動や地域の活動を知りたい人は、高齢者福祉課までご相談ください。

☎ 高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

9月1日は防災の日 過去から学び 未来へ備える



防災週間▶9月5日まで

☎ 防災課 ☎ (93) 1114

災害時に“いのち”を守る防災対策

自然災害は、いつどこで起こるか予測することはできません。

今年の元日には、マグニチュード7.6、最大震度7を記録した「令和6年能登半島地震」が発生し、人命や家屋などに甚大な被害を及ぼしました。

千葉県内においても、昨年9月に台風第13号の影響による大雨のため、県内数か所で河川の氾濫や浸水などが発生しました。

防災週間を機会に、過去に発生した災害を振り返り、災害から身を守るためにはどのような準備と対応が有効であるか、家族内や友人・同僚同士で話し合ってみましょう。また、地域の避難訓練に積極的に参加することで、災害対応力を高めることも大切です。



災害発生時

地震発生時の行動

地震時の行動

- まずは自分の身を守る
(最初の大きな揺れは約1分間)

地震直後の行動

- 身の安全確保 (丈夫な机の下などに隠れる)
- 窓や戸を開け出口を確保
- 慌てて外に飛び出さない
- 火元を確認 (コンロや暖房器具などの火を消す)

地震後の行動

- けがへの対応
(応急処置や動けない場合は大声で助けを呼びましょう)
- 離れた家族などの安否確認
(事前に電話以外の安否確認手段を決めておく)
- ※避難をする際は、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉め、最小限の物を持ち避難しましょう。



風水害発生時 ～避難行動を考える～



風水害は地震とは異なり、事前にある程度想定することができます。

必要に応じた避難行動を取るようしましょう。

安全な場所にいる場合は、あえて外出しないなど、自宅にとどまることで安全を確保できます。

1 屋内安全確保 (垂直避難)

2階以上の安全を確保できる高さに移動し、身の安全を確保する。

2 立ち退き避難

安全な場所 (市指定避難所、親戚や友人宅、ホテルなどの安全な建物) へ移動する。



冠水に注意

冠水している道路は深さが分からず、マンホールや側溝のふたが外れていることもあるので、とても危険です。傘や棒などで地面を確認しながら歩くようしましょう。

事前の備え

地震に備えた対策を！

近年発生した地震によるけが人のうち3割から5割は、家具類の転倒や落下、移動が原因でけがをしています。被害を未然に防ぐために家具の転倒防止などを事前に対策しましょう。

- 生活空間に家具類を置かない
- 置く位置や向きを考える
- 家具を固定する器具の取付 など



土砂災害の前兆

土砂災害の発生前には、次のような兆候が見られることがあります。

- 崖にひび割れができる
- 湧水が止まる・濁る
- 小石がパラパラと落ちてくる
- 地鳴りが聞こえる
- 崖から水が湧き出る

土砂災害警戒区域に指定されていないか、防災マップなどで、事前に確認をしておきましょう。

風水害に備えた対策を！

予想される事態への対策として、以下のポイントを踏まえて事前に対策をしておきましょう。

- 停電に備え、懐中電灯や携帯ラジオの準備をする。
- 断水に備え、飲料水の確保や生活用水を浴槽に貯めておく。
- 雨戸やガラスなどを補強するなど、家の周りを保全する。
- 避難に備え、貴重品などの持ち出し品を準備しておく。
- お年寄り、乳幼児、傷病者などは、早めに安全な場所に移動させる。

浸水に注意

住んでいる場所などが、根木名川の氾濫に伴い、どのくらい浸水する可能性があるのか、市公式ホームページや防災マップなどで確認をしておきましょう。

市公式ホームページ
[根木名川洪水浸水想定区域]



Check !



[富里市防災マップ]

「備えない防災のススメ」 フェーズフリーを取り入れましょう。

フェーズフリーとは

日常的に身の回りにある物が、非常時にも役立てることができるという考え方です。

日常の「いつも」と非日常の「もしも」、どちらの場面でも便利に使えるモノやサービスを積極的に導入することで、普段の生活が同時に防災への備えとなります。

■フェーズフリーの例

- キャンプ用品
→平時はキャンプ、非常時は炊事や寝具として活用
- 自転車用ヘルメット
→平時は自転車用、非常時は防災用として活用

ローリングストック法で備蓄を

普段から食べ物や日用品を少し多めに買い、日常生活で消費した分だけ買い足しながら備蓄していく方法です。

食べ物や日用品



+災害時に特に必要なものを用意

- カセットコンロ
- ラテックス(ゴム)手袋
- 懐中電灯
- 充電式ラジオ
- 携帯電話のバッテリー
- 簡易トイレ

ペットの避難準備

環境課 ☎ (93) 4946

災害時にペットを守るために、次の準備をしましょう。

- ペットフードやトイレ用品などの用意
- ケージやキャリーバックなどの用意
- マイクロチップや迷子札などの取付
- 狂犬病予防接種や各種ワクチンの接種
- ケージの出入りや決まった場所でのトイレの訓練
- その他の避難先の確保 (遠くの親戚など)



※避難所でのペットの飼養は、飼い主の自己責任となります。

戸別受信機を販売中

市では、防災行政無線の放送内容が屋内でも聞ける「戸別受信機」を販売しています。1台あたり【45,430円】の戸別受信機を市民の皆様には、【9,000円】でご購入いただけます。

※ご購入に際しまして、申込みをいただきましたら、市職員が電波調査に伺います。

※電波が不感な場合には、アンテナ設置工事が必要になります。アンテナの設置については購入者負担になりますので、ご了承ください。



情報を入手
しましょう

市防災・防犯メール

防災情報(気象警報、災害情報など)や防犯情報などを配信



市公式LINE

有事の際には、市公式LINEからも、避難情報などをお伝えします。



【無料】防災行政無線の情報をフリーダイヤルで聞けます

☎ 0120 (114) 994

スマートフォンの Vitality アプリを使った健康づくりとして、今年も Vitality とみさとウォークを行います。歩いてポイントをためて商品ゲットしながら、楽しく運動習慣を身につけませんか？住友生命保険相互会社の協力のもと、健康プログラムの一部を無料（通信費は自身負担）で2か月間体験いただけます。参加してみたい人は、下記をご確認のうえ、直接お申し込みください。

1



スマートフォンやスマートウォッチなどで歩数・心拍数を計測する

2



アプリと歩数を連動することでポイントを獲得

3



毎週設定されたポイントをクリアすると、ドリンクチケットなどが貰える

■実施期間 9月30日(月)～11月24日(日)

■申込期間 9月23日(月・振休) 10:00～
9月29日(日) 17:00

※定員に達し次第、締め切ります。

■参加費 無料 ※通信料やパケット料金は参加者負担

■申込方法

市公式ホームページにある Vitality アプリ登録用の URL からアクセスし、申し込んでください。
詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



■対象者 次の①～④のすべてを満たす人 (先着 150 人)

①市内在住・在勤の 20 歳以上の人

② Vitality アプリのお申し込みの際に、ご登録いただくスマートフォンのメールアドレスに、本事業に関するメールが住友生命保険相互会社から送付されることに同意いただける人

③事業に関するアンケートにご協力いただける人 (無記名)

④個人情報の取扱いに同意いただける人

10/14
(月・祝)

2024 とみさとスポーツ健康フェスタ

とみさと元気なまち宣言 

☎・申込先 生涯学習課 (社会体育館内)

☎ (92) 1597 FAX (93) 9640

✉ syatai-edu@city.tomisato.lg.jp

 フェスタ杯争奪
ポッチャ大会



ヨガ体験



 フェスタ杯争奪
ソフトバレーボール大会



ニュースポーツ体験



かけっこ教室



キッズダンス発表会
ダンス応援



健康ウォーキング
(歴史散歩)

社会体育館発
—中沢方面



■申込方法 9月26日(木)までに申込先へメール・FAX または直接申込用紙を提出

※ニュースポーツ体験のみ予約不要

■会場 富里社会体育館

※かけっこ教室のみ富里中央公園野球場

■駐車場 社会体育館駐車場・市役所職員駐車場

■持ち物 運動しやすい服装や靴 (室内種目は上履き)・水筒・タオル

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

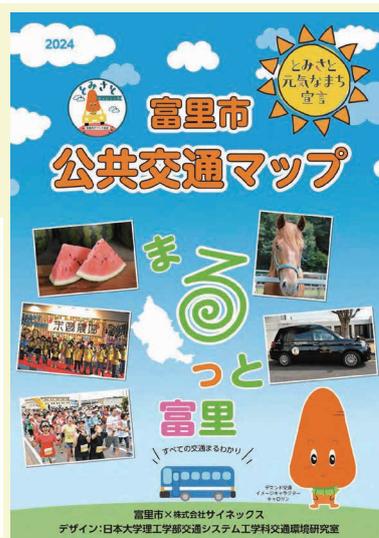


富里市公共交通マップ まるっと富里 が完成!!

問 経営戦略課 ☎ (93) 1118

市内公共交通の利便性の向上と更なる制度周知を目的に、デマンド交通（キャロリン号）・路線バス・高速バス・タクシーの利用方法や乗降場所、路線図などをわかりやすくまとめた、富里市で初となる公共交通マップです。ぜひご覧ください。

マップの電子書籍版はこちら

●【まるっと富里】の由来

1冊で富里市を運行する公共交通が「まるわかり」ということから名付けました。



本マップのデザイン制作をしていただいた、日本大学理工学部交通システム工学科の学生に、感謝の意を表して、7月10日に感謝状を贈呈しました。

消費生活 相談コラム

電力・ガスの契約トラブルにご注意ください！

【相談事例】

- ①契約している電力会社名を名乗って業者が訪問してきた。安い電気料金プランの話があり、契約会社のプラン変更のつもりで話を聞き、申し込んだところ、後で別業者と契約したことに気づいた。クーリング・オフしたい。
- ②電気が安くなると言われ、アパート全体で電気会社を切り替えると勘違いして検針票を見せ、契約書にサインした。後に契約を断ったが心配だ。

【アドバイス】

- 検針票の記載情報（氏名（契約名義）・住所・顧客番号・供給地点特定番号等）は慎重に取り扱い、情報を聞かれてもすぐ教えないようにしましょう。
- 大手電力・ガス会社を名乗って勧誘するケースも見られます。勧誘してきた会社と新たに契約する電力・ガス会社の社名や連絡先を確認しましょう。
- 電気・ガスの料金プランや算定方法をよく説明してもらい、メリット・デメリットを把握したうえで契約しましょう。また、検針票などの料金の明細書は必ず確認しましょう。
- 契約を変更してしまってもクーリング・オフなどができる場合がありますので、慌てずに対処しましょう。

【消費生活センター】

- 日時 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）9：30～12：00 / 13：00～16：00
- 場所 市役所分庁舎2階（商工観光課協）
- その他 地域や団体などの希望に応じて、消費生活相談員を無料で派遣し、トラブルを未然に防止するための講座などを開催しています。不明な点や不審なことなどがあれば、消費生活センターに相談しましょう。



問 消費生活センター ☎ (93) 5348

お知らせ

令和6年
全国家計構造調査

全国家計構造調査は、家計における消費、所得、資産及び負債の実態を総合的に把握し、世帯の所得分布や消費の水準、構造等を全国的・地域別に明らかにすることを目的として実施するものです。

調査の対象となった世帯には、調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。

なお、調査員は、千葉県知事が発行する調査員証を携帯していますので、ご確認ください。

- 調査期間 10月～11月
- 調査対象 全国から無作為に選定された世帯
- 対象地区 七栄地区、十倉地区の一部の世帯

問 広報情報課 ☎ (93) 1119

長寿祝金を贈呈

多年にわたり社会に貢献されたことへの敬意と、長寿をお祝いすることを目的に「長寿祝金」を贈呈します。

- 対象者
市内在住（9月15日時点）で、令和6年3月31日までに100歳になる人
（大正13年4月1日～大正14年3月31日生まれ）

※祝金の受取方法などは9月中旬に対象者へ郵便でお知らせします。

問 高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

低所得世帯重点支援給付金の申請締め切り

エネルギー・食料品などの物価高騰の影響を受けている住民税非課税世帯及び均等割のみ課税世帯（令和5年度給付対象世帯は除く。）に給付する「低所得世帯重点支援給付金（1世帯10万円）」の申請は、9月30日（月）（消印有効）までです。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 富里市低所得世帯重点支援給付金コールセンター ☎ (92) 2452

秋の全国交通安全運動

【反射材 光って気づいて 事故防止】

■期間 9月21日（土）～30日（月）
日没時間が急激に早まる秋口は、夕暮れ時や夜間における歩行や自転車乗車中の交通事故の増加が懸念されます。交通事故を防止するために、市民一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けましょう。

重点目標

- 1 反射材などの着用促進や安全な横断方法の実践による歩行者の交通事故防止
- 2 夕暮れとき以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進などによる安全運転の励行
- 3 飲酒運転根絶宣言制度の促進などによる飲酒運転ゼロに向けた取組の強化
- 4 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

問 千葉県くらし安全推進課交通安全対策室 ☎ 043 (223) 2263

9月9日は救急の日
救急車の適正な利用を

救急業務や救急医療に対するの理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の高揚を図るため、昭和57年から毎年9月9日は「救急の日」と定められています。

市消防署では、現在4台の救急車で救急出動に備えていますが、最近の救急出動では、緊急性が低いと思われるものも増えています。そのため、命の危険がある重症患者への対応が遅れてしまうことも考えられます。今年1月～6月の救急出動件数は1,421件となっています。尊い命を救うために、救急車の適正な利用をお願いします。

問 消防署 ☎ (92) 1311

救急車を呼ぶか迷ったときは
全国版救急受診アプリ

急な病気やけがをしたとき、該当する症状を画面上で選択すると、緊急度に応じた必要な対応が、緊急性をイメージした色とともに表示される無料アプリが開発されました。

- 画面に表示される緊急度の分類
「いますぐ救急車を呼びましょう」
「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」
「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」
「引き続き、注意して様子を見てください」

スマートフォン版は、「App Store」や「Google play」で「Q助」で検索してダウンロード可能です。

Web版は、消防庁ホームページから閲覧可能です。

問 消防署 ☎ (93) 1311

「広報とみさと」に広告をのせてみませんか？

詳しくは問い合わせください。

【問合せ先】 広報情報課 ☎ (93) 3895

有料広告スペース

有料広告スペース

AEDを貸し出しています



これは、主に市民が参加する行事などを主催する団体に、無料でAEDを貸し出すものです。(保有台数1台)

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 消防総務課 ☎ (92) 1314

9月21日は国際平和デー



毎年9月21日は、国連が定めた平和の記念日「国際平和デー」です。世界の停戦と非暴力の日として、敵対行為をやめるよう呼びかけており、全ての国と人々が世界恒久平和の実現への決意を表すとともに、平和の大切さや尊さを考える重要な一日です。戦争の愚かさ、そして平和に暮らしている今の生活がどんなに大切なものか、この機会に考えてみませんか。

問 市民活動推進課 ☎ (93) 1117

9月21日は世界アルツハイマーデー

1994年に国際アルツハイマー病協会は、世界保健機関と共同で、認知症になっても安心して暮らせる社会のために世界アルツハイマーデーを制定しました。

市では、認知症のご相談や支援のほか、市内で認知症カフェを行っています。

【認知症や介護のご相談】 問い合わせ先など、詳しくは15ページをご覧ください。

○北部・西部・東部・南部高齢者支援センター

【認知症のご相談や支援】

○認知症初期集中支援チーム<七栄653-73> ☎ (37) 5568

【認知症カフェ】

キャロットカフェ ☎ 080 (5456) 2796

■日時 毎月第3日曜日
10:00 ~ 12:00

■場所 偶数月: 成田富里徳洲会病院
奇数月: 北部高齢者支援センター

■費用 100円 (茶菓子代)

ここにこ談笑会 ☎ (36) 7725

■日時 毎月第4日曜日
10:00 ~ 12:00

■場所 きはるカフェ

■費用 330円から (ドリンク代)

けあカフェ ☎ (90) 6311

■日時 毎月第3水曜日
10:00 ~ 11:00

■場所 南部高齢者支援センター

あい愛オレンジカフェ ☎ (35) 6360

■日時① 毎月第3水曜日
13:30 ~ 16:00

■場所① 福祉センター2階 大会議室

■日時② 毎月第4日曜日
13:30 ~ 16:00

■場所② こころあいホーム

■費用 100円 (材料費)

ケアカフェ・菜の花 ☎ (85) 5572

■日時 9月17日 (火)
13:30 ~ 15:00

■場所 中部ふれあいセンター
(Zoom参加可)

9月10日は下水道の日

~水の星 支えるあなたに ありがとう~ (令和6年度下水道推進標語)

市では、「下水道の日」を中心に、公共下水道が整備された地域で、まだ下水道に接続していない家屋を対象とした接続のお願いの戸別訪問などを行います。この機会に、下水道の意義や役割を一緒に考えてみませんか。

■下水道への速やかな接続を

公共下水道が整備された区域内では、土地の所有者や借地権者は、速やかに排水設備を設置することが、法律により義務付けられています。

■公共下水道へ接続するときは市へ届出を

接続にあたり、工事が一定の技術水準で正しく行われないと故障の原因となりますので、必ず市指定下水道工事店へ依頼してください。

■自然と暮らしを守るためにできること

- ①詰まりや故障などの原因となるものを台所・トイレなどに流さないようにしましょう
- ②宅内ますの定期的な点検・管理をしましょう
- ③汚水管への雨水流入に注意しましょう
- ④マンホールや汚水ますのふたを開けることはやめましょう

問 上下水道課 ☎ (93) 5349

有料広告スペース

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)
ハロウィンジャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)
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。
9月17日 2種類同時発売! 発売期間 9/17(火)~10/17(金)
抽せん日 10/25(日)
公益財団法人千葉県市町村振興協会 各1枚 300円

年金生活者支援給付金の申請

この制度は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構が実施します。

※現在、給付金を受け取っている人は手続きが不要です。

■対象となる人

○老齢基礎年金を受給

65歳以上で、世帯員全員の市町村民税が非課税であり、年金収入額とその他所得額の合計が878,900円以下の人

○障害基礎年金・遺族基礎年金を受給前年の所得額が4,721,000円以下の人(扶養親族等の数に応じて増額)

※障害年金・遺族年金等の非課税収入は、年金生活者支援給付金の判定に用いる所得には含まれません。

■請求手続き

- ①新たに対象になる人には、日本年金機構から「年金生活者支援給付金請求書」が送付されます。
- ②年金受給をはじめめる人は、年金の請求手続きと併せて年金事務所または市役所で請求手続きをしてください。

ご注意ください

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や詐欺が発生しています。

問 給付金専用ダイヤル

☎ 0570(05)4092[ナビダイヤル]
050 から始まる電話番号の場合
☎ 03 (5539) 2216

指定難病受給者証更新の手続き

指定難病受給者証をお持ちの人は、12月27日(金)までに更新手続きが必要です。申請がない場合、令和7年1月1日以降助成を受けることはできませんのでご注意ください。

問 印旛保健所地域保健課

☎ 043 (483) 1135

扶養親族等申告書は期限までに提出を

国民年金や厚生年金などで老齢を支給対象とする年金は、「雑所得」として区分され、所得税の課税対象となります。(障害年金・遺族年金は課税されません)

課税対象となる受給者には、日本年金機構から「扶養親族等申告書」が送付されますので、提出期限までに必ず提出してください。

令和7年分「扶養親族等申告書」が送付される人

○65歳未満

年金額が108万円以上の人

○65歳以上

年金額が158万円以上の人
退職共済年金(JR、JT、NTT、農林共済)の受給者であって、老齢基礎年金が支給されている場合は、退職共済年金の支給額が80万円以上の人

問 扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル

☎ 0570(080)240[ナビダイヤル]
050 から始まる電話番号の場合
☎ 03 (6837) 9932

福祉カーが新しくなりました



新しい福祉カーは、車いすを積んでも天井に余裕があり小回りが利くようになりました。

車いすを必要とする高齢者や心身障害者の通院などの援助や外出支援のために、スロープ付きの自動車を貸し出しています。費用は無料ですが燃料費は実費負担となります。

問 高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

資源ごみの拠点回収を実施します

■日時・場所

9月22日(日・祝) ※荒天中止

○9:00~11:30

末廣農場駐車場

○13:00~15:00

北部コミュニティセンター第2駐車場

■当日回収できる資源ごみ

○新聞・雑誌・段ボール

種類ごとに紐で十字に縛る

○牛乳用紙パック

水洗して、切り開き乾かして、紐で十字に縛る

○衣類

まとめて縛る

雨に濡れそうな時はビニール袋に入れる

○飲料用アルミ缶 中を水洗いする

○小型電子機器

個人情報完全に消去する

電池類は取り除く

■その他 事業ごみやその他のごみは回収できません。

紙・布は資源です！ 収集場所での分別収集

■対象品目

○紙類(段ボール・雑誌・書籍・新聞・紙パック・雑がみ)

○布類(衣類・布製品・革製品)

■出し方

○紙類 種類ごとにひもで十字に縛る

○布類 透明なビニール袋に入れる

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 クリーンセンター ☎ (93) 4529

納期内納付にご協力ください

9/30(月)

■固定資産税・都市計画税 第3期

■国民健康保険税 第3期

■後期高齢者医療保険料 第3期

■介護保険料 第3期

農地の維持管理に困ったときは

千葉県農地中間管理機構が農地を借り入れ、地域の担い手や農業経営規模の拡大を目指す方に貸し付けすることで、農用地の利用効率化を図ります。

「農業をリタイアする」「所有する農地を貸したい」など、農地の維持管理に困ったときは、農地中間管理事業の活用をご検討ください。

問い合わせ

- 農政課 ☎ (93) 4944
- 千葉県園芸協会農地部 ☎ 043 (223) 3011

駅伝大会に伴う交通規制



第30回関東大学女子駅伝対校選手権大会の開催に伴い、北総線千葉ニュータウン中央駅周辺で交通規制が行われます。ランナーなどが沿線を通行する際には、大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

- 日時 10月5日(土)
8:30～12:00

問 関東学生陸上協議連盟
☎ 03 (5411) 1488

9月分の学校給食費振替日

9/10 (火)

※9日(月)までに入金確認をお願いします。

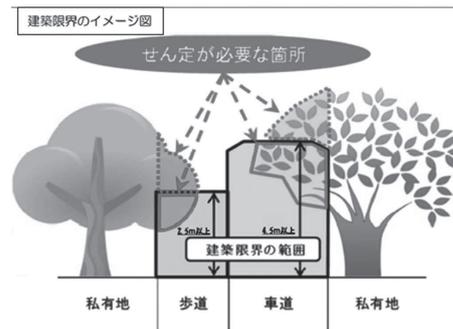
問 学校給食センター
☎ (93) 2550

強風・大雨時の樹木管理にご協力ください

強風・大雨時には、道路への倒木や枝の落下が数多く発生します。これらの支障木は通行の妨げになるほか、対人・対物事故発生の原因となり非常に危険です。こうした事故が発生した場合、樹木の所有者が相手から民法第717条により損害賠償を請求されることがあります。交通安全の確保のためにも、所有者におかれましては、日ごろから適切な管理を行うとともに、強風・大雨時の倒木処理のご協力をお願いします。

○緊急時の樹木伐採

道路や歩道を利用する上で樹木が支障になり、かつ緊急性が高い場合には、やむを得ず、市が樹木を伐採することがあります。なお、伐採した木は、端に寄せるなどの処置をとりますが、処分は所有者が行っていただくことになります。



道路法第30条及び道路構造令第12条では、道路を安全に通行するため、車道の上空4.5m、歩道の上空2.5mの範囲に通行の障害となる物を置いてはならないと規定されています。

○建築限界

建築限界とは、道路を通行する車両の安全を確保するため、一定の幅・高さの範囲に、通行の障害になるような物を置いてはいけないという、空間を確保する限界のことです。

問い合わせ

- 国道・県道に関する場合
千葉県成田土木事務所 管理課 ☎ (26) 4832
- 市道に関する場合
建設課 ☎ (93) 5747

成田都市計画地区計画（日吉倉離山地区）案の縦覧

成田都市計画地区計画（日吉倉離山地区）の策定に係る案の縦覧を行い、意見の受け付けを行います。

- 縦覧期間 9月4日(水)～17日(火) 8:30～17:15
(土・日曜日、休日を除く)

■ 縦覧場所 都市計画課窓口、市公式ホームページ

■ 意見書を提出できる人 住民及び利害関係人

■ 意見書の提出方法

9月17日(火)までに、次の方法で意見書を市長に提出することができます。

- 都市計画課へ持参
- 電子メール
- 郵送(9月17日(火)の消印有効)
- FAX

※意見書は都市計画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。



問・提出先

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

相談・講座・試験

9月・10月は
行政相談月間

総務省では、令和6年度から行政相談制度の利用促進のため、毎年9・10月の2カ月間を「行政相談月間」と定めています。

市では、総務大臣から委嘱された行政相談委員が皆さまからの行政に関するお困りごとをお聴きしています。

- 日時 毎月第4火曜日
9:30～12:30
 - 場所 福祉センター2階会議室
 - 行政相談委員
本橋幸子委員 小幡健二郎委員
- ☎ 総務課 ☎ (93) 1112

アイヌの方々からの
ご相談をお受けします

日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など電話で何でもご相談ください。

- 相談無料 ○匿名可 ○秘密厳守

- 受付
月曜日～金曜日 9:00～17:00
※祝日、12月29日～令和7年1月3日を除く

本相談事業は、(公財)人権教育啓発推進センターが、厚生労働省の生活相談充実事業により実施するものです。

- ☎ アイヌの方々のための
専用フリーダイヤル
☎ 0120 (771) 208

ハチの巣の駆除の相談は

スズメバチなどのハチの巣を発見した場合、市ではハチの巣の駆除は行っていません。

次の組合に相談・依頼するなどして、適正な土地の管理を心掛けてください。

- ☎ 千葉県害虫防除協同組合
☎ 043 (221) 0064

家族介護教室



高齢者を介護されている家族を対象に、介護をする際に体に負担が掛からないなど介護の方法やコツを学びます。

- 日時 9月12日(木)
- 場所 福祉センター2階大会議室
- 内容 排泄介助の基礎知識とおむつの種類と適切な使い方
- 講師
○つかだファミリークリニック
訪問看護ステーション富里
サテライト責任者
看護師 木所律子氏
○ユニ・チャーム株式会社
岩崎竜也氏
- 定員 15人
- 申し込み 電話で申込み
- 対象 市内在住・在勤の方

- ☎・申込先
西部高齢者支援センター
☎ (92) 2776

デイケアクラブ



- 日時 9月12日(木)
13:30～15:30
- 内容 グループミーティング
- 場所 福祉センター2階 娯楽室
- 対象 18歳以上の精神科などを定期的に通院されている人
- 持ち物 飲み物
- 申込み 電話で申込み
- その他 日時や場所、内容は変更することがあります。事前に問い合わせてください。

- ☎・申込先
社会福祉課 ☎ (93) 4192

千葉県委託事業
介護に関する基礎・入門講座

介護に関する基本的な知識や技術が学べます。希望者には、職場見学や就職の個別相談も行います。

- 日時 10月4日(金)、7日(月)、
9日(水)、15日(火)
9:30～16:50
- 場所 成田市勤労会館
<成田市不動ヶ岡1113-1>
- 対象 介護や介護職に興味・関心のある人
- 定員 先着40人
- 受託運営 社会福祉法人初穂会
ほっとスペース稲毛ペコリーノ
(木曜・日曜定休)
- 申込み Web申込みまたは受託
運営会社に電話で申込み

詳しくは、千葉県ホームページをご覧ください。



- ☎・申込先
社会福祉法人初穂会
ほっとスペース稲毛ペコリーノ
☎ 0120 (86) 5124

就労・進路相談



- 日時 9月12日(木)
13:00～17:00
- 場所 北部コミュニティセンター
会議室1
- 対象 15歳～49歳までの就労に
悩みを抱えている若者または
その保護者
- 申込み 電話で予約

- ☎・申込先
ちば北総地域若者サポート
ステーション
☎ (24) 7880

福祉のしごと就職フェア in ちば（後期）

社会福祉施設等へ就職を希望する人を対象に、就職面談会を開催します。

【第4回・千葉会場】

■日時 9月28日（土）

11:00～15:00

■場所 京成ホテルミラマーレ

6階ロースルーム

<千葉市中央区本千葉町151>

【第5回・市川会場】

■日時 11月24日（日）

11:00～15:00

■場所 市川グランドホテル

7階黄金の間 他

<市川市市川1-3-18>

【共通】

■その他 事前申込不要、履歴書不要、スーツ不要

問・申込先

千葉県社会福祉協議会

千葉県福祉人材センター

☎043（306）1277

ポリテクセンター君津 受講生募集

ポリテクセンター君津は、国が設置・運営する公共職業訓練施設です。

求職者の人々が、再就職に有利になる専門的な知識や技能を習得するための職業訓練を無料でを行っています。

■募集科目名

CAD／機械加工科 12月生

（6か月訓練）

■募集期間

9月9日（月）～10月22日（火）

■受講料 テキスト代

（1～2万円程度）

■対象 離職中または転職を考えている人

■場所 ポリテクセンター君津

<君津市坂田428>

■見学日時 毎週火曜日 13:00～

■申込み 電話で要申込み

詳しくは、市公式ホーム

ページをご覧ください。



問・申込先

ポリテクセンター君津訓練課

☎0439（57）6313

危険物取扱者試験 受験者講習会

■日時 10月9日（水）

○危険物関係法令

9:30～11:40

12:30～13:30

○物理化学・性質など

13:45～16:45

■場所 志津コミュニティセンター

<佐倉市井野794-1>

■定員 70人

■費用 受講料 3,700円

テキスト代 4,950円

■申込み 9月2日（月）～6日（金）

問・申込先

危険物安全協会（消防本部予防課）

☎（92）1313

危険物取扱者試験

■日にち 11月23日（土・祝）

■場所 敬愛大学稲毛キャンパス

<千葉市稲毛区穴川1-5-21>

■費用 ○甲種 7,200円

○乙種 5,300円

○丙種 4,200円

■申込み 電子申請または書面申請で申込み

▼電子申請

10月1日（火）0:00～

15日（火）23:59

※24時間対応

（土曜日3:00～5:00を除く）

▼書面申請（郵送）

（一財）消防試験研究センターで受付

10月1日（火）～15日（火）

（土・日曜日、祝日を除く）

■その他 試験願書は、市消防本部予防課でも配布しています。

詳しくは、市公式ホーム

ページをご覧ください。



問・申込先

（一財）消防試験研究センター千葉県

支部 ☎043（268）0381

〒260-0843

千葉市中央区末広2-14-1

ワクボビル3階

募集

保育園・こども園で 働きませんか

あなたの資格を活かせます！

保育士資格または幼稚園教諭免許を持っていて、子育てなどのプランクがある人や、経験がない人も歓迎します。詳しくは各園に問い合わせてください。

■公立こども園

○向台こども園 ☎（93）2951

■私立保育園

○富里保育園 ☎（90）3606

○ひよしだい保育園、

ここにこパーク保育園

☎（93）4408

○末広幼稚園 ☎（93）6556

市内の学童クラブで 働きませんか



経験がない人や資格がない人も大歓迎！子どもたちの成長をサポートするお仕事です。

○日吉台学童クラブ（日吉台小学校内）

日吉台学童クラブ

☎（91）2501

富里市公式 LINE 友達募集中！！



【発信内容】

○イベント情報

○暮らしの情報

○防災情報

○広報とみさと発行 など

【友だち募集中】

二次元コードを読み取るか、ID検索で「@tomisato_city」と検索して「友達追加」ボタンを押してください。



問 広報情報課 ☎（93）3895

自衛官募集 (一般曹候補生)

世界の平和と安定のために、さまざまなフィールドで活躍する自衛官がいます。自衛隊では、各種任務に対応するため幅広く人材を募集しています。

【一般曹候補生(陸・海・空)】

■受験資格

18歳以上33歳未満の人(32歳の人は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない)

■申込受付

10月1日(火)～11月28日(木)

■試験期日

1次:12月7日(土)～12日(木)

2次:令和7年1月6日(月)～13日(月・祝)

※いずれか1日を指定

■合格発表

1次:12月23日(月)

最終:令和7年1月30日(木)

■入隊時期

令和7年3月下旬～4月上旬

詳しくは、自衛隊千葉地方協力本部成田地域事務所ホームページをご覧ください。



問・申込先

自衛隊千葉地方協力本部成田地域事務所 ☎(22) 6275

イベント

第71回 印旛郡市理科作品展

印旛郡市の小中学校の児童・生徒が作成した夏休みの自由研究の理科作品を展示します。

■日時 9月12日(木)

17:30～19:30

9月13日(金)

13:00～15:00

■場所 印旛教育会館大ホール

<成田市寺台字竹林 246-1 >

問 白井市立七次台中学校 上田

☎047(491)1275

第5回 チャリティー音楽祭 スーパーライブ 2024

全国各地から集まった全盲アーティストによるチャリティー音楽祭を千葉で開催!

■日時 9月14日(土)

11:00～18:30(10:30開場)

■場所 千葉市美浜文化ホール

メインホール

<千葉市美浜区真砂 5-15-2 >

■出演 わたなべちひろ、小汐唯菜、板橋かずゆきなど、総勢20組

■チケット料金

○前売り券 2,000円

○当日券 2,500円

※小学生以下は無料、全席自由、全354席(車イス席3席)

■申込み 前売り券はチケットぴあ・全国のセブンイレブンの店頭端末機などにて全国販売中

※前売り券の販売枚数が一定数を超えた場合は、当日券の発行ができない可能性があります。予めご了承ください。

問・申込先

視覚情報サポートラジオ・事務局

☎043(445)8496

なかよし動物 フェスティバル 2024



■日時 9月29日(日)

10:00～15:00

■場所 イオンモール成田

和み広場・うなりくん広場

<成田市ウイング土屋 24 >

■内容 動物相談、獣医師体験

問 千葉県動物愛護センター

☎(93)5711

富里国際交流協会主催 オータムフェス in Tomisato

富里(日本)と海外をつなげる「橋」
タイと日本の文化交流を楽しみましょう!

■日時 9月22日(日・祝)

10:00～15:00

■場所 末廣農場

※雨天時、屋外でのイベントは中止

■内容

○タイ寺院「ワットパクナム日本寺院」僧侶によるサーイシン(腕に巻く糸のお守り)の儀式

○タイの音楽・舞踊を披露

○ワークショップ

(タイ文字名刺・己書などを予定) そのほか盛り沢山

※内容は、一部変更になる場合があります。

詳しくは、富里国際交流協会 Instagram をご覧ください。



問 市民活動推進課 ☎(93)1117

スポーツ

教育委員会教育長顕彰

市では、対象期間内に開催された県大会以上のスポーツ大会で優秀な成績や新記録などを樹立した個人や団体に、教育委員会教育長顕彰を行っています。

顕彰基準など詳しくは、問い合わせてください。

■期間 令和5年9月1日(金)～

令和6年8月31日(土)

■顕彰基準の例

①県大会優勝

②関東大会以上の大会で6位以内に入賞

③県記録・関東記録・日本記録または世界記録の樹立など

問 生涯学習課 ☎(92)1597

ボッチャ体験・交流会



簡単で楽しいボールゲーム「ボッチャ」を体験して、ミニゲームで遊びます。誰でも無料で参加できます。

- 日時 9月14日(土)
13:00～15:00
- 場所 中央公民館4階 大会議室

問・申込先

とみさとボッチャの会 井上
☎090(1115)9286

秋季 ダブルステニス大会



市スポーツ協会テニス専門部主催のダブルステニス大会を開催します。詳しくは問い合わせてください。

- 日時 10月26日(土)
8:45集合
予備日:10月27日(日)・11月2日(土)
- 場所 市営テニスコート
- 種目 ダブルス(男女組合せ自由、ハンディなどあり)
- 対象 市内在住・在勤の中学生以上の人
- 定員 先着16組程度
- 費用 1人1,200円
- 申込み 10月19日(土)まで

問・申込先

市スポーツ協会テニス専門部 平野
☎090(9363)0307
✉ hiranokykk@yahoo.co.jp

いきいき 広場



北部高齢者支援センター

日吉台4-6-14
申込 ☎(36)7725

絵手紙教室

- 日時 9月4日(水)、18日(水)
10:00～12:00
- 費用 1回500円

ふれあいクラブ(要予約)

- 日時 9月10日(火)
14:00～15:30
- 場所 北部コミュニティセンター 研修室1
- 定員 20人
- 内容 フラダンス鑑賞

北部健康教室(要予約)

- 日時 9月13日(金)
①体操教室 10:00～
②消費者講座 11:00～
- 場所 北部コミュニティセンター 2階小ホール
- 内容 勉強会「消費者講座 最近多いトラブルと対処法」
- 定員 30人

西部高齢者支援センター

福祉センター内
申込 ☎(92)2776

ささえ愛サロン

- 日時 毎週火曜
9:00～11:30
- 内容 健康講座、介護予防体操など
- 費用 200円

さとしくん健康ちょきん体操(要予約)

- 日時 毎週月曜日(16・23日は休み)
1部 9:30～10:20
2部 10:30～11:20
- 場所 福祉センター2階大会議室
- 定員 各回30人(見学可)

今から取り組もう!防災講座(要予約)

- 日時 9月3日(火)
13:00～15:00
- 場所 福祉センター2階大会議室
- 講師 明治安田生命保険相互会社
- 対象 市内の高齢者やその家族
- 定員 30人(要予約)

東部高齢者支援センター

龍岡ケアセンター内
申込 ☎(85)5572
オンラインZoomの
ミーティングID [5572557255]

ケアカフェ菜の花(Zoom参加可)

- 日時 9月17日(火)
13:30～15:00
- 場所 中部ふれあいセンター
- 定員 会場参加20人
- 内容 介護や認知症を知ろう、語ろう、相談しよう

オンラインちょきん体操(Zoom参加)

- 日時 毎週金曜日
10:00～11:00
- パスワード chokin



ガジュマル農園(旧:包括農活)

- 日時 毎週月曜(16・23日は休み)
9:30～12:00
- 場所 図書館脇の空き地
- 内容 野菜の栽培、畑の整備



南部高齢者支援センター

特別養護老人ホーム九十九荘向い
申込 ☎(90)6331

ボッチャ体験会

- 日時 9月25日(水)
10:00～11:30
- 持ち物 踵のある室内履き、飲み物、タオル



健康広場の問い合わせ・申込みは、健康推進課までお願いします。

健康推進課 X(旧Twitter) Instagram

健康推進課 ☎ (93) 4121 FAX (93) 2422



フォローをお願いします！

9月の個別予防接種

感染症予防班

※契約医療機関への予約が必要です。

小児用肺炎球菌・B型肝炎・ ロタウイルス・5種混合	令和6年6月生まれ
BCG	令和6年3月生まれ
MR(麻しん・風しん)・水痘	令和5年8月生まれ
日本脳炎	令和3年8月生まれ

9月を過ぎても予防接種は受けられます。体調が悪いときは無理せずに、元気になってから接種をしてください。

プレパママ教室(平日コース) (全4回)

母子保健班

日時・内容 4回で1コース

- 10月3日(木) 9:30~11:30
オリエンテーション、妊娠中の生活、
ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養
- 10月10日(木) 9:30~11:30
出産経過と産後の身体の変化、
リラックスしよう! マタニティヨガ、
妊婦向け料理の試食(1食分)
- 10月17日(木) 9:30~11:30
お風呂の入れ方、おっぱいとミルクの話
- 10月24日(木) 9:30~11:30
産後の生活



場所 ①・②・③:すこやかセンター3階
④:葉山キッズ・ランド

対象 令和7年1・2・3月出産予定の初産婦の人

定員 8組

持ち物 母子手帳

費用 250円(テキスト代)、第2回:500円(試食代)

申込み 10月2日(水)までに電話予約

かみかみ歯ッピー教室

母子保健班

歯みがきの仕方がわからない、歯の生える順番はどうなの、
まだ歯が生えてこなくて心配など、乳歯の悩みが出てくる
10~11カ月のお子さんを対象に教室を開催します。

日時 9月24日(火)

- 9:15~10:00 (インスタライブ配信)
- 10:15~11:00 (教室)
- 11:15~12:00 (教室)

場所 すこやかセンター3階

内容 むし歯予防の話、仕上げ磨きの実習

対象 令和5年10・11月生まれの子どもと保護者

定員 ②・③各10組 ※対象者に通知します

費用 無料

持ち物 母子手帳、バスタオル

申込み 電話予約



ストップ! ザ・むし歯

母子保健班

6月7日に行われた3歳児健診で、むし歯や治療済み歯
のなかったお子さんたちの紹介です。

浅羽 潤響	飯嶋 真心	板橋 逢央
大沢 柚月	小関 理央	櫻田 まの
佐々木 星那	杉本 啓	杉本 みおん
関谷 咲花	並木 珠奈	間 ともき
増田 麻奈	真野 結葵	向井 智哉

<五十音順・敬称略>

9月の健康カレンダー

日(曜日)	行事	受付時間	場所
2日(月)	育児相談(要予約)(1歳~就学前まで) 育児相談(要予約)(0歳~就学前まで)	9:30 ~ 10:30 13:30 ~ 14:30	すこやかセンター
3日(火)	1歳6か月児健診(令和5年2月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30 ~ 13:30	
6日(金)	3歳児健診(令和3年3月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30 ~ 13:30	
10日(火)	2歳児親子歯科健診(令和4年3月生まれ) ※対象者には個別に通知	13:00 ~ 13:30	
13日(金)	乳児健診(令和6年4月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30 ~ 13:10	

もぐもぐごっくん離乳食教室

母子保健班

- 日時** 10月7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** すこやかセンター 3階
- 内容** 離乳食の量の確認・進め方・個別相談など
- 対象** 離乳食が2回食になる頃の子どもと保護者
- 定員** ②・③各10組程度
※託児はありません。
- 費用** 無料
- 持ち物** 母子手帳・バスタオル・オムツなど
- 申込み** 電話予約



生活習慣の見直しに！ 医療講演会

成人保健班

各回無料で参加できます。1回からの参加も可能です。

ぜひ生活習慣の見直しにお役立てください。

申込み 各回ともに窓口または電話で申込み

場所 すこやかセンター 2階

定員 各回40人

【①糖尿病予防講演会】

テーマ [知って得する！今日からできる糖尿病予防]

日時 9月28日(土) 10:00 ~ 12:00 (受付9:30 ~)

講師 須田 博之さん
(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科)

【②脂質異常症予防講演会】

テーマ [中性脂肪・LDL コレステロールが気になるあなたへ]

日時 10月5日(土) 10:00 ~ 12:00 (受付9:30 ~)

講師 橋 香穂里さん
(成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科部長)

【③慢性腎臓病 (CKD) 予防講演会】

テーマ [知れば防げるCKD ~減塩の大切さ~]

日時 10月19日(土) 9:30 ~ 12:00 (受付9:00 ~)

講師 平井 愛山さん
(千葉県循環器病センター 総合診療内科)

目の健康講座

千葉県眼科医会では、県民の目の健康を守るため、「目の健康講座」を開催します。

事前申込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

日時 9月29日(日) 13:30 ~

場所 京成ホテルミラマーレ6階 ローズルーム
<千葉県中央区本千葉町15-1 >

内容 目の個別健康相談・講演会・盲導犬紹介ほか

問 千葉県眼科医会事務局

☎ 043 (308) 6141 (月・金10:00 ~ 14:00)

献血 in 市役所

感染症予防班

輸血用の血液が、千葉県内で大変不足しています。医療に必要な血液は、人工的につくることができず献血に頼っています。

尊い命を救うため、献血にご協力をお願いします。

日時 9月24日(火)

① 10:00 ~ 11:45 ② 13:00 ~ 16:00

場所 すこやかセンター1階ロビー

からだ見直し講座開催

成人保健班

1回からの参加も可能です。ぜひこの機会を利用して、自分のからだを見直し、生活習慣を改善してみませんか。

日時・内容	定員	参加費
9/25(水) 9:30 ~ 12:00 糖尿病編	20人	300円
10/1(火) 9:30 ~ 12:00 脂質異常症・肝機能編	20人	300円
10/8(火) 9:30 ~ 12:00 血圧・腎機能編	20人	300円
10/18(金) 10:00 ~ 13:00 クッキング編~バランス気にしてますか~	20人	500円
10/23(水) 10:00 ~ 12:00 歯科編	20人	300円
10/29(火) 10:00 ~ 13:00 クッキング編~減塩してますか?~	20人	500円
11/1(金) 10:00 ~ 12:00 運動編「気軽にできる筋力アップ」	30人	無料
11/12(火) 10:00 ~ 12:00 運動編「正しい姿勢でウォーキング」	30人	無料

場所 すこやかセンター 2階

申込み 窓口または電話で予約

成田赤十字病院 公開健康講座

日時 9月28日(土) 14:00 ~ 15:30

場所 富里中央公民館

テーマ 緑内障について

講師 白戸 勝さん
(成田赤十字病院 眼科部長)

定員 80人

費用 無料

申込み 9月2日(月) から成田赤十字病院社会課に電話で予約
(☎ (22) 2311) または成田赤十字病院のホームページで受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に問い合わせてください。



新型コロナワクチン 定期接種

感染症予防班

新型コロナワクチンの定期接種を10月1日から令和7年3月31日まで予定しています。

※令和7年4月1日時点で65歳以上の人に、予診票を個別郵送します。(9月末頃予定)

■接種対象者

接種日時点で市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ①接種日に65歳以上の人
- ②接種日に60歳から64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される人
- ③接種日に60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人

■接種期間と接種回数

10月1日から令和7年3月31日までの間に1回

※期間外に接種した場合は、全額自己負担となります。

■接種費用 自己負担額 3,000円

※医療機関窓口でお支払いください。

■接種場所

- 市内契約医療機関
- 千葉県内相互乗り入れ協力医療機関
- 千葉県外で接種を希望される人は、手続きが必要となりますので、事前に健康推進課までご連絡ください。

■使用するワクチン JN. 1系統対応の1価ワクチン (予定)

■予約方法 医療機関に直接予約

※予約システムやコールセンターの設置はありません。

■その他 すこやかセンターでの集団接種は行いません。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



高齢者インフルエンザワクチン 定期接種

感染症予防班

高齢者インフルエンザワクチンの定期接種を10月1日から12月31日まで予定しています。

※令和7年1月1日時点で65歳以上の人に、予診票を個別郵送します。(9月末頃予定)

■接種対象者

接種日時点で市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する人

- ①接種日に65歳以上の人
- ②接種日に60歳から64歳で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される人
- ③接種日に60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人

■接種期間と接種回数

10月1日から12月31日までの間に1回

※期間外に接種した場合は、全額自己負担となります。

■接種費用 自己負担額 1,500円

※医療機関窓口でお支払いください。

■接種場所

- 市内契約医療機関
- 千葉県内相互乗り入れ協力医療機関
- 千葉県外で接種を希望される人は、手続きが必要となりますので、事前に健康推進課までご連絡ください。

■予約方法 医療機関に直接予約

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



あなたの“心”は元気ですか 自殺予防週間

成人保健班

9月10日の世界自殺デーにちなんで、9月10日から16日までの1週間を「自殺予防週間」として定め、自殺について誤解や偏見をなくし、正しい知識の普及啓発を推進することとしています。自分の気持ちや周囲の気持ちの変化に気づいたら、ひとりで悩まず相談しましょう。

【周りの人が気づくサイン】

- な：泣き言をいう
- や：やめたいといいたず (遅刻・欠勤)
- み：ミス、事故を起こす
- の：能率の低下・長時間勤務
- た：食べない
- ね：眠れない・眠るのに時間がかかる
- だ：だるい



■ SNS 相談窓口【生きづらびっと】

LINE
@yoriso-chat



X
@yorisoichat



チャット



市内飲食店、減塩商品を扱う店舗・スーパーや薬局など 減塩協力店の募集中！

成人保健班

市では、『とみさと減塩プロジェクト』と題し、減塩に向けたさまざまな取り組みを実施しています。

「買ってきたお総菜やお弁当、外食の料理が塩分控えめで作られていた」・「減塩調味料を買うことができた」など、自然に減塩につながる環境を一緒に作っていくため、減塩を実施している、またはこれから減塩に取り組もうとしているお店を募集します。

【取組事例】

- ①現在塩分控えめメニューを提供している
- ②市から提案した減塩レシピをメニューに加えられる
- ③卓上に減塩調味料(醤油やソースなど)を用意している
- ④減塩商品のコーナーを作り販売している

■募集期間 9月2日～令和7年3月31日

■申込方法

申込書に必要事項を記入して、健康推進課窓口へ持参・郵送・メールのいずれかで申込み。

〒286-0292 (住所不要)
kenkou@city.tomisato.lg.jp

※協力店は、市公式ホームページなどでご紹介します。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



相談窓口

相談名	日時	場所	問い合わせ	申込など
法律相談	9日(月)・24日(火) 13:00～16:00	市役所分庁舎 1階会議室	社会福祉課 ☎(93)4192	毎月5日(閉庁日の場合は 翌開庁日)から予約受付 ※電話予約可 相談時間は30分以内
交通事故相談	10日(火) 10:00～15:00	市役所分庁舎 1階会議室	市民活動推進課 ☎(93)1117	6日(金)までに予約
年金相談	19日(木) 10:00～15:00	すこやかセンター 2階会議室3	国保年金課 ☎(93)4085	
障害者相談	10月4日(金) 13:00～15:00	市役所分庁舎 1階会議室	社会福祉課 ☎(93)4192	
こころの相談	13日(金) 14:00～16:00	福祉センター 2階視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(90)0081	相談時間は30分以内
心配ごと相談	3日(火) 9:30～12:30 10・17日(火) 9:30～12:30	北部コミュニティ センター第4会議室 福祉センター 2階相談室	社会福祉協議会 ☎(92)2451	相談時間は1時間以内
人権・行政・心配ごと 合同相談	24日(火) 9:30～12:30	福祉センター 2階視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(92)2451	
家庭児童相談	月～金曜日(休日を除く) 9:00～16:00	子育て支援課	家庭児童相談室 ☎(93)4498	電話相談も可能
教育相談	火～金曜日(休日・市立図書館 休館日を除く) 9:00～15:45	市立図書館2階 ふれあいセンター	ふれあいセンター ☎(91)6600	
消費生活相談	月～金曜日(休日を除く) 9:30～16:00	市役所分庁舎2階 消費生活センター	消費生活センター ☎(93)5348	

○相談は無料で秘密は厳守されます。 ○相談時間は12:00～13:00を除きます。

急病のときは？

- 急病診療所を受診するときは、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)

成田市急病診療所 [成田市赤坂]		
☎(27)1116		
内科 小児科	平日・土曜日	19:00～23:00
	日曜日	10:00～23:00 (17:00～19:00を除く)
	祝日	10:00～17:00
外科	日曜日・祝日	10:00～17:00
歯科	祝日・振替 (日曜日を除く)	10:00～17:00

印旛市郡小児初期急病診療所 (15歳まで) [佐倉市江原台・佐倉市健康管理センター内]	
☎043(485)3355	
平日・土曜日	19:00～23:00
日曜日・祝日	9:00～23:00 (17:00～19:00を除く)

成田市急病診療所・印旛市郡小児初期急病診療所の
受付は、診療時間終了15分前までです。

救急安心電話相談	
☎#7119 (ダイヤル回線 ☎03(6810)1636)	
平日・土曜日	18:00～翌朝8:00
日曜日・祝日 年末年始・GW	9:00～翌朝8:00

こども急病電話相談	
☎#8000 (ダイヤル回線 ☎043(242)9939)	
毎日	19:00～翌朝8:00

敷地内で漏水したときは？

今月の当番は (有)北村設備 ☎(92)5211

図書館だより

Library information

(愛称)

とみらいテラス

TOMIRAI TERRACE

休館日

2日(月)、9日(月)、17日(火)、
24日(火)、26日(木)、30日(月)

【開館時間】 9:30 ~ 18:00

○金曜日は19:00まで

○土・日曜日、祝日は17:00まで

とみらいテラス
ホームページ



【問い合わせ先】 ☎ (90) 4646 [9:30 ~ 17:00]

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。
現在お手元にある本などの資料の返却期限は過ぎていませんか？
本などの資料は市民の大切な財産です。

いま、鉄道のない富里から 鉄道への想いを紡ぐ

今は鉄道のない富里市ですが、過去には軽便鉄道が走っていた時代もありました。「軽便鉄道を考える会 in 富里」の皆さんとともに、誰もが親しみやすい鉄道文化の在り方、楽しみ方を知るきっかけとしてイベントを開催します。

■日時 9月3日(火) ~ 25日(水)

■会場 とみらいテラス市民ギャラリー

■内容 ○パネル展示

○Nゲージ、H0ゲージ車両の運転走行見学会

○軽便鉄道紙芝居

○ぬりえコーナー など

映画会 『ラーゲリより愛を込めて』

出演 二宮和也、北川景子、松坂桃李 ほか

■日時 11日(水)

1回目10:00 ~、2回目14:00 ~

■会場 とみらいテラス2階AVホール

■定員 各回80人

休日開庁

市民課一部証明交付

■日時 8日(日)・22日(日・祝)
8:30 ~ 17:15

※パスポート(旅券)の交付は、8日(日)の
9:00 ~ 16:30に行います。

※マイナンバーカードの交付は、8日(日)に
行います。(平日の市役所開庁時に要予約)

■場所 (図)の①

■持ち物 運転免許証などの本人確認書類等

■取扱手続

○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)

○パスポート(旅券)の交付(本人のみ)

○マイナンバーカードの交付(本人のみ)

問 市民課 ☎ (93) 4086

「市税等休日納付相談」

■日時 22日(日・祝) 9:00 ~ 16:00

■場所 (図)の②

■相談対象税目 ○市民税・県民税・森林環境税 ○国民健康保険税

○固定資産税・都市計画税

○軽自動車税(種別割)

問 ●納税課 ☎ (93) 0433 ●国保年金課 ☎ (93) 4083

※相談日の当日は、国保年金課に問い合わせてください。



中央公民館

☎ (92) 1211

休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月・祝)、22日(日・祝)、
23日(月・振休)、30日(月)

■1日(木) ~ 7日(水)の期間に、施設予約システムで次の抽選(先行)
申込の受付を行います。

○令和6年12月利用分の公民館棟使用

○令和7年3月利用分の講堂棟使用

※そのほか空き状況など、詳しくは施設予約システムをご覧ください。



社会体育館

☎ (92) 1597

休館日 2日(月)、9日(月)、17日(火)、
23日(月・振休)

※施設の利用や申請は、問い合わせください。

※屋内外スポーツ施設のオンライン予約など、詳しくは
オンライン予約サイトをご覧ください。



子育て広場



施設名・団体名	内容	日時など
子育て支援センター (葉山キッズ・ランド) 申込 ☎ (93) 2800	移動支援 (要予約) 場所：北部コミュニティセンター 妊娠・子育てプチ相談 (要予約)	20日 (金) 10:00 ~ 11:30 12・26日 (木) 10:30 ~ 11:30 (妊婦・1歳未満対象) ※12日は保健師・栄養士、26日は保健師・歯科衛生士 30日 (月) 10:30 ~ 11:30 (0~5歳児対象)
子育て支援センター (向台こども園) 申込 ☎ (37) 7070	移動支援 場所：北部コミュニティセンター 子育て支援センター室のご利用は予約不要です。詳しくは問い合わせてください。	6日 (金)、10月4日 (金) 10:00 ~ 11:30
青空保育園 申込 ☎ (91) 6151	保育園開放「どんぐりクラブ」(要予約) 定員7組	毎週火・木曜日 9:00 ~ 11:30 ※10日 (火) は休み、9日 (月) は開放
日吉台幼稚園 申込 ☎ (93) 4408	子育て教室「ちびたんくらす」 びっくりおばけを作ろう、身体測定 未就園児園庭開放 (日吉台学園第2グラウンド)	12日 (木) 10:00 ~ 11:30 5日 (木)、20日 (金)、26日 (木) 11:00 ~ 11:45
末広幼稚園 申込 ☎ (93) 6556	2歳児親子教室「るんるんくらぶ」(要予約) リズム遊び・製作・おはなし会など	13日 (金) 10:15 ~ 11:00 (2~3歳児対象)
七栄地区社会福祉協議会 問 小湊 ☎ 090 (4545) 7887	「ちょっとほっとタイム」 自由遊び 場所：中部ふれあいセンター 2階和室	4日 (水)、10月2日 (水) 10:00 ~ 11:30 (0歳~就学前の子どもと保護者対象)
富里第一地区社会福祉協議会 問 田所 ☎ 090 (7826) 3739	「すくすくひろば」 子育て交流、季節のイベントなど 場所：中沢区集会所	26日 (木) 10:00 ~ 11:30 (0歳~就学前の子どもと保護者対象)
日吉台地区社会福祉協議会 問 染谷 ☎ 090 (2457) 0625	「ほっかほっかクラブ」(要予約) 楽しい手作り工作 場所：北部コミュニティセンター	23日 (月・振休) 10:00 ~ 11:30 (0歳~3歳の子どもと保護者対象)
相談支援事業所ゆらり 申込 ☎ (90) 0081	子どもの発達相談会 (要予約) 定員3組	9日 (月) 10:00 ~ 11:30 (1組30分) (市内在住の保護者、保育・教育関係者など対象)

※詳しくは、各施設・団体に問い合わせてください。

「ペアレント・プログラム」開催

問・申込先 社会福祉課 ☎ (93) 4192

子育てに難しさを感じている保護者が、子どもの「行動」について客観的な理解の仕方を学び、楽しく子育てできる自信をつけることを目的に、次のとおり開催します。

- 日時 9・10・11月の第1・3木曜日 10:00 ~ 11:00
※全6回の講義です。
- 場所 すこやかセンター
※詳しくは、申込者に直接お知らせします。
- 内容 現状把握表を書く・行動で見る・ギリギリセーフを見つける など
- 対象 ○発達障害(疑い含む)を持つ子どもの保護者
○子育てに難しさを感じている保護者
- 定員 先着8人
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 9月4日(水)までに電話で申込み

コアラクラブ

問・申込先 富里幼稚園 ☎ (93) 2387

富里幼稚園で遊びませんか？

- 日時 9月6日(金) 9:50 ~ 11:00
- 場所 富里幼稚園
- 内容 室内遊び(簡単な制作)・戸外遊び
- 対象 市内在住の未就園児
- 定員 親子15組
- 費用 保険代100円
- 持ち物 室内履き・帽子・水筒・汚れた場合の着替え
- 申込み 9月5日(木)までに
電話で申込み



入隊希望者へアドバイス 自衛官募集相談員を委嘱

☎防災課 ☎ (93) 1114

久米清さん(日吉台)、久米多恵子さん(日吉台)、鈴木英吉さん(七栄)、岡野耕平さん(七栄)の4人が自衛官募集相談員に委嘱されました。7月26日、市長室を会場に、市長と自衛隊千葉地方協力本部の西川本部長の連名で委嘱状交付式を開催しました。相談員の皆さんは、志願者と自衛隊との架け橋となり、助言や情報提供、地域での広報活動などを行います。

自衛官募集相談員の活動など、詳しくは自衛隊千葉地方協力本部成田地域事務所ホームページをご覧ください。



左から) 五十嵐市長、岡野相談員、西川本部長

第23回富里市長杯争奪スイカカップサッカー大会 七栄FCが優勝!

☎生涯学習課 ☎ (92) 1597

7月13日、栄レインボーグラウンドを会場に、第23回富里市長杯争奪スイカカップサッカー大会が開催されました。市内からは日吉台SC成田と七栄FCの2チーム、市外からは14チームの合計16チームが参加しました。決勝では、七栄FCと成田SSSが白熱した熱戦を繰り広げ、七栄FCが優勝を果たしました。結果は次のとおりです。

- 優勝 七栄FC
- 準優勝 成田SSS
- 第3位 酒々井FC



▲七栄FCの皆さん

富里のすいかでジェフユナイテッド市原・千葉を激励

☎農政課 ☎ (93) 4943

6月30日、フクダ電子アリーナを訪問して、千葉県のプロサッカーチーム「ジェフユナイテッド市原・千葉」との交流を更に深め、相互の発展と富里農業の更なる魅力を発信するため、市の特産品である「すいか」と「フルーツ&キャロットジュース」をお届けし、J1復帰を目指すチームを激励してきました。



左から) 五十嵐市長、島田代表取締役社長



左から) JA 富里市根本組合長、島田代表取締役社長、五十嵐市長

富里第一小学校の児童が栽培！ 市へ「すいか」寄贈

問 学校教育課 ☎ (93) 7659

富里市名産のすいかづくりに長年取り組んでいる富里第一小学校。『感動あるすいかづくり』をテーマに3・4年生の児童が学校の敷地内ですいか栽培に取り組みました。地域の産物や歴史など食文化への理解と収穫までの苦労・喜びを体験することで生産者の苦労を知り、その中で郷土への愛着を深めるため、すいか栽培を行いました。

栽培したすいか12玉の中から、出来栄えが良かった1玉を選定して、7月10日に4年生の代表で3名の児童たちが市へ届けました。寄贈されたすいかは市長室にて、市長と一緒においしく頂きました。



第44回公益財団法人千葉県消防協会印旛支部 消防操法大会

問 消防総務課 ☎ (92) 1314

6月30日、印西市印旛西部公園を会場に、「第44回公益財団法人千葉県消防協会印旛支部消防操法大会」が開催されました。大会は、消防団員が消防用機械器具を使用し、迅速かつ正確性を競うもので、印旛都市の代表チームが「ポンプ車の部」と「小型ポンプの部」の2部門で高い技術を披露しました。本市代表チームは、ポンプ車の部に第7分団（中沢）が出場。大会当日は、気温が高く身体に厳しい条件ではありましたが、日頃の訓練の成果を発揮し、活力あふれる演技を披露しました。



とみさと Hot News!

内閣府「地区防災計画作成モデル創出事業」 日吉台小学校区が令和6年度モデル地区に選ばれました

☎防災課 ☎ (93) 1114

「地区防災計画作成モデル創出事業」は、地域のさまざまな分野の関係者と連携した計画素案の作成モデルを創出し、それにより得られた知見・ノウハウを全国に共有することを目的に、内閣府がモデル地区を選定するものです。

今後、内閣府から派遣されるアドバイザーにご協力いただき、日吉台小学校区防災連合会を中心に計画素案作成に向けたワークショップなどを開催し、地区防災計画の作成を目指します。

地区防災計画とは、都市部や郊外など各地区の特性や想定される災害に応じて、地区居住者などが主体となって作成するボトムアップ型の計画です。



とみさとやさい大作戦

マッシュルーム編

「とみさと元気なまち宣言」の取り組みとして、地元の野菜をたっぷり使ったおすすめレシピをご紹介します！

【マッシュルームの栄養価】

マッシュルームは、生でも加熱してもおいしく食べることができます。きのこ類の中でも特に低カロリーで、食物繊維やビタミンB群なども含んでいます。

地区保健推進員さんの
ワンポイントアドバイス

ガーリックバターのおつまみにもピッタリです。

レシピ担当者：丹さく子さん
中村君枝さん



1人分 49Kcal
塩分 0.2 g

◇マッシュルームのガーリックバター焼き

材料	分量 (4人分)	作り方
マッシュルーム	12 個	①バターは室温に戻す。マッシュルームは石つきを除去。 ②ボウルにバターとパセリ、にんにくのすりおろしを混ぜ合わせ、マッシュルームを加えてあえる。 ③耐熱容器に②を入れ、粉チーズをふる。 ④200度に熱したオーブンで15分ほど焼く。
パセリ	適量	
にんにく (すりおろし)	1 片分	
バター	16g	
粉チーズ	大さじ2	

9/14 (土)

末廣農場で開催！ はたらくクルマたち&千葉県警音楽隊「交通安全セッション」

秋の全国交通安全運動に先立ち、みんなで楽しく交通安全意識を高められるイベントを開催します！ ※荒天中止

- 交通安全講話
- 千葉県警音楽隊による演奏
- 自転車販売店による自転車無料点検
- 大型トレーラーなどの展示



はたらくクルマたち
☎商工観光課 ☎ (93) 4942

交通安全講話・千葉県警察音楽隊の演奏
☎市民活動推進課 ☎ (93) 1117



すえひろのうじょう
末廣農場

イベントなどの最新情報は
末廣農場ホームページをご覧ください。



☎末廣農場 [(株) グッドスタッフ]
☎ (93) 1200

市の人口
2024.7.31 現在

人口：49,698人 (-8) 男：25,438人 (-14) 女：24,260人 (+6)
世帯数：25,233世帯 (+35)
※ ()内は前月比

