

広報

とみさと

2024

12

No.928

特集

補助金を活用して
創業された事業者インタビュー

創業の第二步を 踏み出そう

TOPICS

- 年末年始の業務案内
- 富里市中学生議会



“富里市創業・事業承継応援補助金”を 活用して創業された事業者紹介します

問 工商観光課 ☎ (93) 4942



市では、令和5年度から産業の振興と活性化を図ることを目的に、市内で創業及び事業承継を行う人を対象として、補助金を交付しています。この補助金を利用して創業された「指定訪問介護ステーションAbelo(アベロ)」の横尾さんご夫婦を紹介します。

屋号の由来

Abelo(アベロ)とは、「ミツバチ」を示します。ミツバチは助け合いながら、暮らしを整え、花から花へ花粉を届け命を繋ぎます。地域の中で、それぞれの命を咲かせられるような存在でありたいという願いがこめられています。

横尾 征一郎さん … (征)、横尾 頼子さん … (頼)

Q 事業内容について教えてください

(頼)「指定訪問介護ステーションAbelo(アベロ)」では、在宅での訪問介護を中心として、保険適用から適用外のものまで幅広く対応しています。介護保険制度の仕組みでは、サービス内容や回数が限られているので、それを補うために保険外のサービスにも対応しています。また、看護の資格を持っているので「介護＋看護」のサービスも提供していることが大きな特徴です。

Q 事業を営む上でのこだわり・知ってほしいことはありますか？

(征)「今よりもっと良くしたい」という思いで、現状よりも一段・二段先のサービスを提供することをイメージしています。また、利用者・介護者どちらかが強い立場という訳ではなく、対等な立場で利用者に接することを大切にしています。需要と供給が偏ってしまうことなく、お互いに遠慮なく何でも言い合える関係性を目指しています。

(右) 横尾 頼子 さん

高知県出身。大学卒業後、病院、施設、訪問看護を経験。大学病院での勤務中に「がん看護」に関する専門性が必要と感じ、大学院で学び直し、県内でも数少ない「がん看護専門看護師」の資格を取得。

(左) 横尾 征一郎 さん

富里市出身。学業修了後、法人での勤務を経て、令和5年12月に合同会社Terra Incognitaを創業。

(頼)働きやすい環境づくりも大切にしています。現在、代表と私、常勤の人1人、パートさん2人の計5人で運営していますが、スタッフみんなが同じ思いで動けるように、活発に意見交換をし、利用者について丁寧に情報共有しています。

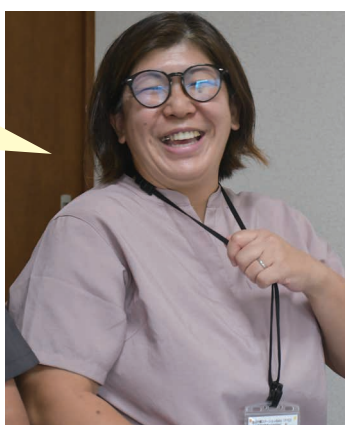
また、一人ひとりの好みに合った「オーダーメイド」なサービス提供を心掛けています。例えば、髪を洗うにも、どれくらいの強さで洗ってもらうのが好きなのか、と考えたり、ペットボトルのふたもヘルパーが全部開けてしまうのではなく、途中まで開けて、最後は本人にやってもらうなど、自立してもらうことも大事にしています。

Q 訪問介護の仕事について教えてください

(頼)「介護」と聞くと暗いイメージを持たれる方が多いですが、私たちは介護を暗いものではなく、明るいものとして捉えて欲しいです。訪問介護のサービスは、悪くなってから使うというよりも、少し早めに利用することで、今までの生活を維持することにつながります。サービスを受けたら「かわいそう」とは捉えず、受ける

ことによって生活が良くなる・暮らしを続けるために使う前向きなサービスとして捉えて欲しいです。

ヘルパーは“明るく伴走してくれる人”と見てもらえると嬉しいですね。実際、ヘルパーさんは明るい人が多いんですよ。



Q 市や商工会からの支援（セミナーや補助金）を使ってみた感想を教えてください

(征) セミナーでは、経営する上で役立つ知識を学ぶことができました。特に、公的データの分析方法や資金繰りについて知ることができて良かったです。また、セミナーを受けたことで、特定創業支援等事業を修了した「証明書」が市から発行されるのですが、それを使うことによって特別な条件で融資を受けられるので、それを活用しました。また、市の補助金があったことも、富里で創業する後押しにもなりました。

(頼) 夫がセミナーに参加していたのですが、参加者の中でいろいろと情報交換するなど、業種は異なっても、参加者はやる気にあふれた人ばかりだったので、とても励みになりました。また、補助金を使ったことによって、市の職員にいろいろと相談しやすくなりました。上手くいったときはあまり考えないですけど、何かと上手くいかなかったときに、市からの支援を受けたことで、踏ん張るきっかけにもなりました。

Q 補助金のメリット・デメリット、今後期待したいことはありますか？

(征) 国の補助金に比べると手続きが煩雑ではなく、申請から交付決定まで時間があまりかからなかったのが助かりました。また、書類を準備するにも商工会の人が間に入ってくださったので、申請もしやすく大きな負担になりませんでした。デメリットをあげるのであれば、申請した年度内に創業～実績報告となるので、スケジュールがかなりタイトでした。セミナーを11月の中旬に修了して、それから補助金の申請、県への許認可の手続きなどもあったので忙しかったです。

今後期待したいことは、これから取り組む事業によっては、補助額の上限を上げるなどがあってほしいのかなと思います。せっかく、富里で創業したので、継続的に応援してもらえるといいですね。また、申請した年度内ではなく、創業に当たって長く時間がかかる場合もあるので、実績報告の時期についてももう少し融通が利くとうれしいです。



Q どうして富里で開業しようと思ったのですか？

(征) 仕事をしていく中で、場所を選ばずチャレンジできる世の中になり、自分の出身地である富里で起業しようと思いました。社会的課題が多いことはチャレンジでもあります、前向きに取り組んでいきたいと考えています。

(頼) 自分の住むまち、自分たちがお世話になるようなまちが元気になって欲しいと思い、開業しようと決めました。



Q これから創業を目指す人へメッセージをお願いします

(征) 走り出してみないと見えないものがあります。走り始める前に、いくら色々調べたり考えたりしても、走らないと見えてこないことがあります。とにかく走り出すことが大事だと思います。

(頼) 事業を始めるといういろいろあると思います。私たちは、今年の6月を「魔の6月」と呼んでいて、ヘルパーの依頼が全然ない状況がありました。困難なことがあっても、それを乗り越えれば会社として強くなる。創業しているからこそできる経験であって、勤めていた病院では、わからないことだと思います。難しい状況にいるときこそ、自分たちの決意が試される状況にあるのだと。何事も前向きに乗り越えて行ってほしいです。



他にも

富里市創業・事業者承継応援補助金を活用して創業された事業者の人々がいます！

創業した感想など、市公式ホームページで紹介しているのでご覧ください。



富里市創業・事業承継応援補助金 制度

市の産業の復興及び活性化を図るため、市内ではじめて創業及び事業承継を行う人に対して、補助金を交付します。

■補助額

一事業者当たり、上限 50 万円（対象経費の 2 分の 1 以内）

※補助金の交付決定前に発生した経費については対象となりません。

■申請の方法

補助金の交付を受ける人は、富里市創業・事業承継応援事業計画書に書類を添付して、商工観光課へ申請をしてください。

添付する資料など、詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



市政への疑問や想いを自分たちの声で伝えます

富里市中学生議会

10月16日、令和6年度富里市中学生議会を開催しました。当日は、市内中学校3校から、計13人の中学生議員が市政に対する一般質問を市長や教育長に対して行いました。

問 教育総務課 ☎ (93) 7657

1
(質問順)



富里中学校 秋葉 奏歩さん

新たなイベントの考案
現在行われている他に、魅力的な新しいイベントの考案は。

6



富里南中学校 三浦 芹菜さん

給食事業
給食費無償化拡充のこれからの取組は。

11



富里北中学校 横倉 有紗さん

空調機の設定
学校の体育館などに空調機を設置する考えは。

2



富里中学校 橋村 希来さん

税金の使われ方への取組
中学生に対して、税金への理解を深めるための取組は。

7



富里南中学校 石橋 玲奈さん

学校外の環境改善
夜間の安全のために、街灯の設置など環境改善の取組は。

12



富里北中学校 ミユラ リアさん

北部コミュニティセンター
勉強スペース確保の考えは。

3



富里中学校 渡部 莉依さん

タブレット端末活用
学校でタブレット端末をより有効に活用するための取組は。

8



富里南中学校 中村 佳歩さん

デマンド交通
乗降ポイントを増やす、または見直す予定は。

13



富里北中学校 加藤 杏さん

公共交通機関のバス
バスの本数が減少しているが、これからの取組は。

4



富里中学校 檀野 美月さん

市の人口減少対策
市の人口が減少しているが、減少対策は。

9



富里南中学校 藤田 珠季さん

図書館などでの学習環境
学生向けの学習環境を整えるべきと考えるが、現在の取組は。

5



富里中学校 池田 駿史さん

図書館の開館時間
遅い時間に利用できるよう、開館時間を見直す予定は。

10



富里北中学校 野田 珠穂さん

部活動の地域移行
部活動の地域移行の今後の計画は。



YouTube「富里市議会チャンネル」
で当日の様子を公開しています。

議長も務めた3人に中学生議会を終えての感想を伺いました！



富里北中学校
野田議長

富里中学校
秋葉議長

富里南中学校
三浦議長

野田議長) 生まれ育った富里の議会に参加するという貴重な経験ができて、とても勉強になりました。

秋葉議長) 今回参加させていただいたことを生かして、今後の学校生活につなげていきたいです。

三浦議長) この議会で得たものを、学校などの日常生活で生かしていきたいです。

年末年始の業務案内

休業の施設など

休業期間が変更する場合は、ホームページでお知らせします。

休業期間	施設名など
12月28日(土)～令和7年1月4日(土)	とみらいテラス(市立図書館)／社会体育館 北部コミュニティセンター／中部ふれあいセンター
12月28日(土)～令和7年1月5日(日)	市役所(※)／日吉台出張所／水道事業所／福祉センター
12月29日(日)～令和7年1月3日(金)	中央公民館／市民活動サポートセンター／農林業センター
12月30日(月)～令和7年1月2日(木)	末廣農場

※戸籍の届出(出生・婚姻・死亡など)は、すこやかセンターの休日夜間受付で受け付けています。
休日夜間受付の場所は、20ページをご覧ください。

ごみ収集

12月30日(月)から令和7年1月3日(金)までは、すべての収集がお休みになります。

地区	日	月	火	水	木	金	土
		16	17	18	19	20	21
日吉台						もやせない	
北部		もやせないA	もやせる	もやせないB	もやせる	紙類・布類A	もやせる
南部		もやせる	もやせないA	もやせる	もやせないB	もやせる	紙類・布類A
日吉台	22	23	24	25	26	27	28
北部			紙類・布類			びん・ペット・有害	
南部		びん・ペット・有害A	もやせる	びん・ペット・有害B	もやせる	紙類・布類B	もやせる
		もやせる	びん・ペット・有害A	もやせる	びん・ペット・有害B	もやせる	紙類・布類B
日吉台	29	30	31	1	2	3	4
北部		収集休	収集休	収集休	収集休	収集休	
南部							もやせる 紙類・布類A
日吉台	5	6	7	8	9	10	11
北部			紙類・布類			びん・ペット・有害	
南部		びん・ペット・有害A	もやせる	びん・ペット・有害B	もやせる	紙類・布類B	もやせる
		もやせる	びん・ペット・有害A	もやせる	びん・ペット・有害B	もやせる	紙類・布類B

※日吉台地区のもやせるごみポストは12月30日(月)～令和7年1月3日(金)以外は通常どおりです。
地区の区分A・Bについては、「2024年度版 富里市ごみの出し方と分別収集日程」をご覧ください→



クリーンセンターへの直接搬入

年末は12月28日(土)正午まで
年始は令和7年1月4日(土)からです



「市内で発生したごみ」であることを確認するため、
免許証などの提示をお願いしています。

！ 年末年始は大変混雑します

「混雑時期を避けての搬入」や、
「混雑時の左折による車両入場」に
ご協力をお願いします。



問 クリーンセンター ☎ (93) 4529

消費生活 相談コラム

きっかけは訪問購入？犯罪まがいの深刻なトラブルについてご注意を！
— 大切な貴金属が持ち去られたなどの事例が寄せられています —

【相談事例】

- ①ふと目を離した隙に、金のネックレスやダイヤの指輪などを業者に持ち去られたようだ。
- ②人の役に立つならと思い訪問を了承したが、業者が帰ったあと指輪がなくなっていた。
- ③身に付けていた母の形見の指輪を業者から強引に要求され怖い思いをした。
- ④一人暮らしの認知症の母親が記念硬貨を安値で買い取られていた。

未然防止のアドバイス

- 突然訪問してきた購入業者は、決して家に入れないようにしましょう。
- 購入業者から電話がかかってきても、安易に訪問を承諾しないようにしましょう。
- 購入業者から勧誘を受けて訪問を承諾する場合は、一人では対応しないようにしましょう。
- トラブルになった場合や不安がある場合は、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

決算

令和5年度の決算が9月議会で審議され認定されました。

決算は、市民の皆さんから納められた貴重な税金などが、どのように使われたのかを示すもので、まちづくりの記録でもあります。

一般会計を中心に、概要をお知らせします。

問 財政課 ☎ (93) 1115



市公式ホームページ
(令和5年度決算)

一般会計

市税が過去最高の67億円台になりました

一般会計とは、教育・福祉・土木など、市の基本的な経費を計上する会計のことです。

国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金等を活用して、市独自の施策として「とみさと家計応援クーポン事業(全市民1人につき2,000円配布)」などを実施しましたが、歳出総額は令和4年度より減少しました。

歳入総額 184億2,471万円

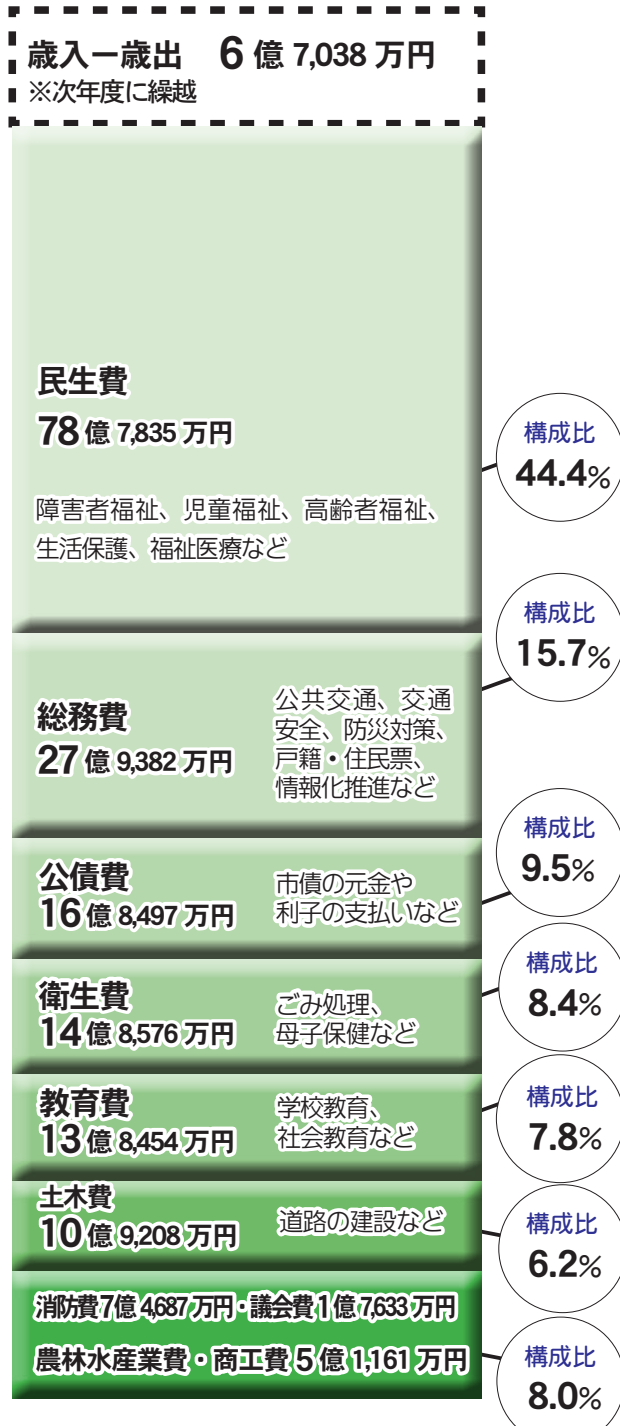
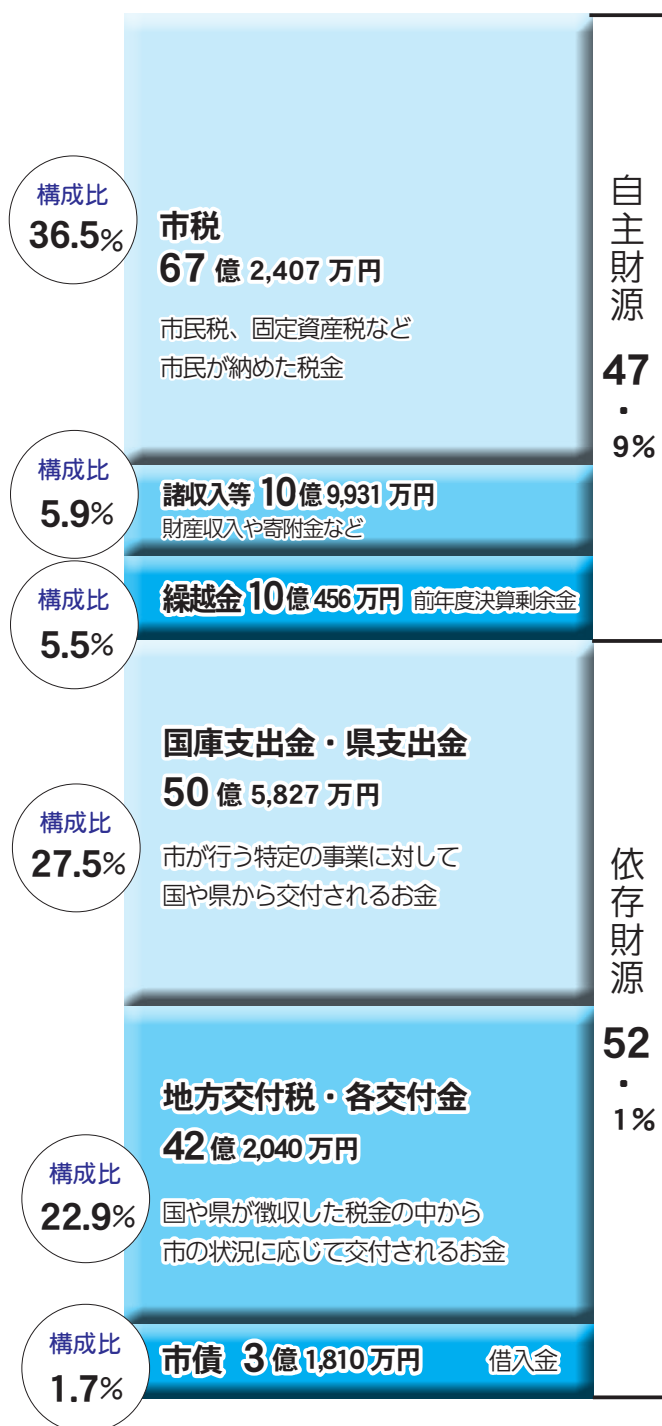
前年度比10億4,197万円減(5.4%減)

歳出総額 177億5,433万円

前年度比7億779万円減(3.8%減)

歳入－歳出 6億7,038万円

※次年度に繰越



※各項目ごとに端数調整をしているため、合計が一致しないところがあります。

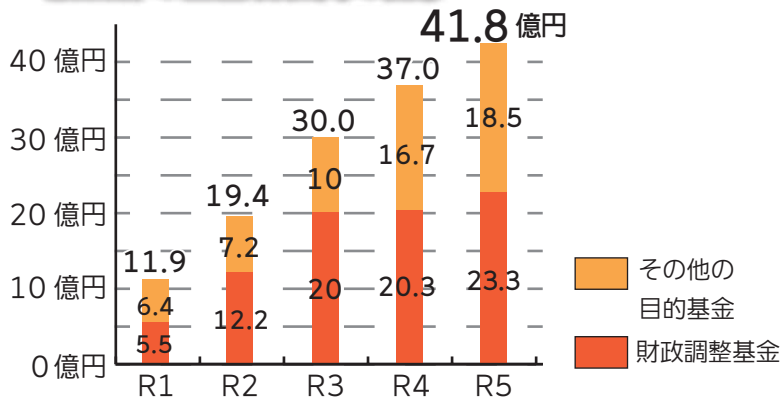
資産

一般会計の基金現在高（貯金）は増加

一般会計の基金は、年度間の財源の変動に備えて積み立て、災害などやむを得ない理由で財源不足が生じた際に活用する財政調整基金と、特定の目的のために活用する目的基金があります。

公有財産は市が所有している土地や車両などのことを指します。

一般会計の基金現在高の推移



公有財産の状況

区分	令和5年度末現在高
土地	129万2,579㎡
建物	12万2,512㎡
有価証券及び出資による権利	19億2,551万1千円
物品（車両など） ※重要物品のみ	293点

特別会計

3つの特別会計はいずれも赤字なし

特別会計とは、特定の歳入を特定の歳出に充てるため、一般会計と区別が必要な事業の会計のことです。



国民健康保険

加入者が保険税を出し合い、病気やケガをしても軽い負担で治療を受けられる保険制度

歳入 59億6,497万円
一) 歳出 59億1,610万円
差引 **4,887万円**

介護保険

65歳以上または40～64歳の特定疾病患者のうち介護が必要になった人を社会全体で支える介護制度

歳入 32億5,452万円
一) 歳出 32億53万円
差引 **5,399万円**

後期高齢者医療

75歳以上の方々の医療費を社会全体で支える医療制度

歳入 6億1,980万円
一) 歳出 6億1,762万円
差引 **218万円**

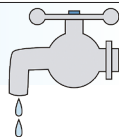
※各項目ごとに端数調整しているため、合計が一致しないところがあります。

公営企業会計

いずれも収益的収支は黒字

公営企業会計とは、利用料金などの収益で運営している会計のことです。

水道事業



【主な整備内容】

安全な水道水の安定的な供給のため、水道管路・施設の更新工事を実施

【収益的収支】

歳入 9億4,957万円
一) 歳出 9億252万円
差引 **4,705万円**

【資本的収支】

歳入 1億112万円
一) 歳出 3億6,487万円
差引 **2億6,375万円**

○給水人口 3万9千人

○水道普及率 79.6%

【企業債未償還残高（借入）】

14億7,292万円

下水道事業



【主な整備内容】

安定した下水処理を行うため、老朽化した下水道管路の工事を実施

【収益的収支】

歳入 9億5,657万円
一) 歳出 8億7,576万円
差引 **8,081万円**

【資本的収支】

歳入 9,770万円
一) 歳出 2億4,913万円
差引 **1億5,143万円**

○処理区域内人口 3万3千人

○下水道普及率 67.1%

【企業債未償還残高（借入）】

15億3,484万円

※各項目ごとに端数調整をしているため、合計が一致しないところがあります。公営企業会計には、消費税を含めていません。

財政状況

財政健全化法に基づく指標を下回り、健全性を示しています。

財政健全化法とは、地方公共団体の財政状況を統一的な指標で明らかにし、財政の健全化や再生が必要な場合に迅速な対応を取るための法律のことです。基準を上回ると新たに計画を定める必要があります。

良好

健全化判断比率

指標名称	富里市	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率 一般会計等の赤字の程度を示す比率	赤字なし	13.28%	20.00%
連結実質赤字比率 市全体の会計の赤字の程度を示す比率	赤字なし	18.28%	30.00%
実質公債費比率 財政負担を見るための比率	6.8%	25.0%	35.0%
将来負担比率 将来の負担を示す比率	負担なし	350.0%	

良好

資金不足比率

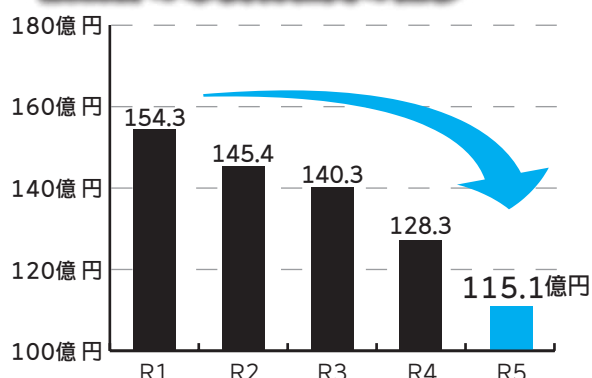
特別会計の名称	富里市	経営健全化基準
水道事業会計	赤字なし	20.0%
下水道事業会計	赤字なし	

富里市は、2つの表のとおり、全ての指標が早期健全化基準を下回り、前年度に続き財政の健全性（健全段階）を示しています。

今後も、財政と経営の健全化に取り組んでいきます。

一般会計の市債現在高(借金)

一般会計の市債現在高の推移



『市債＝借入金』計画的に抑制しています。

市債とは、主に市が公共施設の整備などの建設事業を行うために必要な資金を、国や金融機関など外部から調達するいわゆる借入金のことです。

将来にわたって計画的に元金と利子を返済するため、市債の発行は、過度な将来負担を招くことのないよう慎重に行っています。

よって市債現在高は、左のグラフのとおり、計画的に抑制できていることを示しています。

森林環境譲与税を活用して森林再生に取り組んでいます！

森林環境譲与税とは



森林の保全や人材育成・担い手の確保、木材利用の促進や普及啓発など喫緊の課題である森林整備などの促進のため、国から市区町村と都道府県に配分するものが「森林環境譲与税」です。市では、森林環境整備補助金などの森林整備の支援に活用しています。



森林環境整備補助金

地域森林計画対象民有林の保全、森林の有する多面的機能が発揮される森林の再生促進を行うため、人家などに隣接する樹木の伐採や必要な作業路、積込み場所の森林整備の経費を助成しました。

■ 交付額 231.6 万円

■ 内 容 危険木処理 (3万円×15本)
作業路等整備 (9件、186.6万円)

木材利用促進補助金 ※令和6年度から廃止

①風倒木の処理として、バイオマス活用するための受入れ場所までの倒木の切断、搬出のための集積・積み込み、運搬費用を助成しました。

②かかり木や搬出経路など、風倒木を除去するために、支障になる樹木を伐採する経費を助成しました。

■ 交付額 65.3 万円

■ 内 容 ①搬出及び運搬 (15.4万円×1件、30万円×1件)
②伐採 (9.9万円×1件、10万円×1件)

令和5年度に実施した主な事業



福祉のまちの景色

子育て支援の充実

より専門的な知識に基づく相談や適切な支援を迅速に実施するため、子ども家庭総合支援拠点を強化しました。また、医療費の助成対象者を高校生等に拡充、小・中学校への入学時に「入学お祝い金」を支給しました。

健康なからだづくりの推進

筋力トレーニング教室の開催や子どもの歯科健診時とあわせた父母の歯科健診、栄養推進活動として、地区保健推進員と連携して「減塩レシピ」を紹介するなど、健康意識の醸成を図りました。



安心・安全なまちの景色

災害対策の強化

自主防災組織などと連携した階層ごとの防災訓練や事業者との災害時応援協定の締結、防災におけるフェーズフリーの意識啓発などを推進しました。

通学路の安全対策

児童・生徒の安心・安全な通学に資するため、通学路の危険箇所において、グリーンベルトや「通学路」の路面標示を設置するなど、安全対策を実施しました。

自然・生活環境の景色

森林の再生と保全

多面的機能が発揮される森林の再生促進のため、市独自の森林再生プランに基づく森林環境整備や木材利用推進補助金の交付などを行いました。→詳しくはP 8へ

地球温暖化対策の推進

住宅用省エネルギー設備等を購入する市民に補助金を交付し、家庭でできる地球温暖化対策の一つとして、温室効果ガス排出量抑制の推進を図りました。

連携と交流のまちの景色

多文化が共生するまちづくり

相談対応言語の拡充や多様な相談方法への対応など、外国人市民が安心して暮らせるための環境整備を行ったほか、異文化理解・体験に係るイベントを開催し、多文化共生の意識啓発を行いました。



ファンクラブの創設

市の魅力情報をホームページやSNSなどを通じて情報を発信。「人から人へ、まちの魅力が広がる好循環」を創り出し、関係人口の拡大や市のイメージアップ、観光・地域経済の活性化を図りました。

都市基盤の景色

にぎわい拠点づくり

富里インターチェンジに接している七栄新木戸地区において、市の玄関口にふさわしい良好な市街地形成を図るため、都市基盤整備として、土地区画整理事業を行いました。

地域にあった公共交通体系づくり

市独自の「デマンド交通（キャロリン号）」を1日あたり200便、365日運行するほか、デマンド交通に親しみを持っていただくため、市民投票で決定したロゴマークを乗降ポイントの標識などに活用し、利用を促進しました。

産業のまちの景色

企業の誘致・産業の振興

市街化区域における一層の土地利用の促進を図るとともに、市街化調整区域では、企業立地奨励金制度の活用により産業の振興と雇用機会の拡大を図りました。また、市内での創業・事業承継を応援する「創業・事業承継応援補助金」を新たに創設し、地域の活性化を図りました。

観光・交流づくり

旧岩崎久彌末廣農場別邸公園と観光・交流拠点施設「末廣農場」を中心に、本市の魅力を発信するイベントを開催しました。また、富里スイカオーナー制度を開催し、富里のすいかをPRしました。



教育のまちの景色

情報・芸術・文化の発信拠点づくり

とみらいテラスのギャラリーにて、年4回の芸術鑑賞事業、千葉県立美術館の移動美術館や日本大学芸術学部展示などを行い、あわせて関連書籍を紹介しました。

ICTを活用した教育の環境整備

児童・生徒に配備されているタブレット端末をさらに有効活用するため、各小中学校へICT支援員を派遣して、授業の幅の広がりや学力向上に寄与しました。

行政経営の景色

職員のスキルアップ

専門的な知識の習得につながる研修機会を提供し、多種多様な行政ニーズに対応できる職員の育成に寄与しました。

デジタル化の推進

「公共施設予約システム」を新たに中央公民館などに導入したことにより、いつでも予約状況の確認と施設予約が可能となりました。公共施設のWi-Fi環境を整備するなど、デジタル化の推進を図りました。

お知らせ

12月4日～10日 人権週間

法務省と全国人権擁護委員連合会では、12月4日～10日を「第76回人権週間」と定め、人権尊重思想の普及高揚を目的に啓発活動を全国的に展開しています。

「人権問題ではないだろうか」と感じていることや、子どものいじめ問題での悩みごとなど、法務局へ相談してください。

人権相談所を開設します

■日時 12月4日(水)～10日(火)
10:00～16:00

※土・日曜日を除く

■場所 千葉地方法務局佐倉支局
<佐倉市表町 1-20-11>

問 千葉地方法務局佐倉支局
☎ 043 (484) 1222

12月10日～16日 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深め、国際社会と連携しながら問題の実態を解明し、その抑止を図ることを目的として、「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行されました。

一人ひとりが、この問題について関心を持ち、認識を深めましょう。

詳しくは、法務省ホームページをご覧ください。



問 市民活動推進課 ☎ (93) 1117

12月10日～19日 冬の交通安全運動

～飲酒運転は絶対しない、

させない、許さない～

年末は、飲酒の機会が増え、飲酒運転による交通事故の発生が懸念されます。さらに、この時期は、日没が早く日の出も遅いことから、夕暮れ・夜間・明け方の交通事故の増加も心配されます。

一人ひとりが交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、交通事故防止を心がけましょう。

問 県くらし安全推進課

☎ 043 (223) 2263

年末年始特別警戒を 実施します

年末年始は、人の動きが慌ただしく、思いがけない犯罪に遭いやすい時期です。市と市防犯指導員連合会では、成田警察署と連携しながら、防犯を呼びかけます。青色回転灯防犯パトロール車両によるパトロール活動も、市内全域で実施しています。

一人ひとりが防犯対策の見直しを

○空き巣を防ぐために、短い外出でも必ず施錠をしましょう。

○自転車盗を防ぐために、必ず鍵をかけるほか、もう一つ別の鍵を掛けてツーロックを実施しましょう。

○「電話 de 詐欺(振り込め詐欺など)」を防ぐために、在宅中でも留守番電話に設定しましょう。また、1人で判断せず、家族や警察に相談しましょう。

問 市防犯指導員連合会事務局
(市民活動推進課内)

☎ (93) 1117

緑の募金 門松カードを配布



令和6年度 緑の募金報告

皆さまからの募金額は、209,700円となりました。ご協力いただきありがとうございました。

募金額の40%が市に交付される「緑の募金市町村交付金事業」を活用して、各戸に門松カードを配布します。次の配布場所や、市公式ホームページからダウンロードできます。



■配布日時

12月11日(水)～27日(金)
9:00～17:00

※土・日曜日・休日・各施設休館日を除く

■配布場所

環境課(市役所分庁舎2階)、日吉台出張所、中央公民館

問 環境課 ☎ (93) 4945

書き損じハガキや使用済み切手はありませんか？

世界で学校に通えない子どもや読み書きができない子どものために、学びの場と機会を提供する「世界寺子屋運動」の一環として、書き損じハガキと使用済み切手を集めています。

■収集期間 12月12日(木)～令和7年1月31日(金)

■収集場所 生涯学習課(中央公民館1階)・とみらいテラス(市立図書館)

問 富里ユネスコ協会事務局(生涯学習課内) ☎ (93) 7641

「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

東部高齢者支援センター 設置場所変更のお知らせ



東部高齢者支援センターの設置場所・
電話番号が令和7年1月から変更と
なります。

【新住所・電話番号】

市福祉センター内<七栄 653-2 >

☎ (29) 4110

※電話番号は1月6日から利用できます。

※担当地域に変更はありません。

【現住所・電話番号】

龍岡ケアセンター内<七栄 653-73 >

☎ (85) 5572

問 高齢者福祉課 ☎ (93) 4981

臨時休館のお知らせ

全館清掃作業を行うため、臨時休館と
させていただきます。

北部コミュニティセンター

■臨時休館日

令和7年1月18日(土)・19日(日)

■注意事項 窓口・電話でのお問い
合わせ、図書の貸出・返却がで
きません。

中部ふれあいセンター

■臨時休館日

令和7年2月4日(火)

■注意事項 窓口・電話でのお問い
合わせができません。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解・
ご協力をお願いします。

問 市民活動推進課 ☎ (93) 1117

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意思決定を行う
制度です。提出された意見とその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。※名前は公表しません。

閲覧方法

- 担当課窓口、日吉台出張所
8:30 ~ 17:15 (土・日曜日・祝日を除く)
- とみさと市民活動サポートセンター
9:00 ~ 17:00 (水・日曜日・祝日を除く)
- 市公式ホームページに掲載



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。

口頭、電話でのご意見はお受けできませんので、ご了承ください。

- 担当課窓口、日吉台出張所、とみさと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(当日の消印有効)

富里市犯罪被害者等支援条例骨子(案)

犯罪被害者等の支援に関して、基本理念等を定め、犯罪被害者等への支援を
総合的に推進するため、(仮称)富里市犯罪被害者等支援条例を制定するに当たり、
条例骨子(案)を作成しましたので、公表して意見を募集します。

閲覧・意見募集期間

12月19日(木) ~ 令和7年1月8日(水)

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 市民活動推進課

☎ (93) 1117 FAX (93) 4123

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

有料広告スペース

広報とみさとに

広告 を

載せてみませんか

.....
1枠8,000円~

募集中!



広報情報課

☎ (93) 3895

納期内納付に ご協力ください

12/25 (水)

- 固定資産税・都市計画税 第4期
- 国民健康保険税 第6期
- 後期高齢者医療保険料 第6期
- 介護保険料 第6期

資源ごみの拠点回収

- 日程 12月15日(日) ※荒天中止
- 時間・場所
 - 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(注意点)
 - 新聞・雑誌・段ボール・牛乳用紙パック・雑がみ(それぞれ種類ごとに束ねる)
 - 衣類(透明な袋に入れる)
 - 飲料用アルミ缶(中を水洗いする)
 - パソコン・スマートフォン・携帯電話・デジタルカメラ(個人情報消去して、電池類は取り除く。回収したものは返却不可)
- その他 事業ごみやその他のごみは回収できません。
- 問 クリーンセンター ☎(93) 4529

し尿くみ取り・浄化槽清掃 年末年始のお知らせ

し尿くみ取り・浄化槽清掃業務は、12月28日(土)から令和7年1月5日(日)の間はお休みです。
年内のくみ取りを希望する人は、12月13日(金)までに該当する地区の許可業者に早めに申し込んでください。

【(有) 下総衛生 ☎(93) 1101】
日吉台・日吉倉・久能・大和・七栄・根木名・十倉(大堀)・御料(葉山)

【大成企業(株) ☎(93) 3379】
新橋・中沢・新中沢・高松・立沢・立沢新田・高野・十倉(大堀を除く)・御料(葉山を除く)・美沢

※12月27日(金)は午前中のみ

問 環境課 ☎(93) 4946

12月分の 学校給食費振替日

12/10 (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

『太陽光パネル・蓄電池』 共同購入 参加者募集!



みんなの
うちに
太陽光

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。

- 参加方法
令和7年1月31日(金)までに特設ホームページから参加登録してください。
- 詳しくは、特設ホームページをご覧ください。



千葉県 みんなのうちに太陽光

問 千葉県みんなのうちに太陽光事務局 ☎0120(758)300

国民年金 こんなときには届出を



国民年金は、日本国内に住所がある20歳以上60歳未満の人すべてが加入する制度です。

届出を忘れると、将来受け取る年金額が少なくなったり、受けられなくなったりする場合があります。

市役所へ届出が必要なとき

- 60歳になる前に退職したとき
 - 配偶者の扶養でなくなったとき
※厚生年金に加入した場合は、届出不要
 - 会社勤めの配偶者が退職または65歳になり、被扶養配偶者でなくなったとき
 - 国民年金に加入中の人、海外に住所地を移すとき
 - 海外から転入してきたとき
- 詳しくは問い合わせてください。

問 国保年金課 ☎(93) 4085

国民健康保険加入者の 療養費などの給付

国民健康保険の被保険者が次の事由により、医療費を全額自己負担した場合には、申請により審査で認められた保険給付分の払い戻しが受けられます。支給時期は、申請から2～3カ月程度かかります。

- 旅行先や急病で、やむを得ず保険証などを持たずに治療を受けたとき
 - 医師が必要と認めたコルセットなどの治療用装具を作ったとき
 - 医師が必要と認めたはり・きゅう・あんま・マッサージ師の施術を受けたとき
 - 資格証明書を提示して治療を受けたとき
 - 海外渡航中に治療を受けたとき
※治療目的の渡航は対象外
- 申請には、領収書などの書類や世帯主名義の振込先がわかるものが必要です。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 国保年金課 ☎(93) 4083

国民健康保険の 限度額適用認定証



入院・高額な外来診療を受ける前に必ず申請を

入院及び外来診療の際、ひとつの医療機関で月額の治療費が高額になり、自己負担限度額を超える場合は、**限度額適用認定証**または**マイナ保険証**を医療機関に提示することにより、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。自己負担限度額は、世帯の所得や年齢により異なります。

■対象者 国民健康保険税の滞納がない世帯に属する被保険者

■交付場所 国保年金課窓口

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



問 国保年金課 ☎(93) 4083

固定資産の所有者が亡くなったときは

固定資産（土地・家屋・償却資産）の所有者（納税義務者）が亡くなったときは、その財産は相続人全員の共有財産となり、固定資産税の納税義務が承継されます。このため、相続人による書類の提出が必要です。

○相続人代表者指定届出書兼固定資産現所有者申告書(土地と家屋の登記物件・償却資産)
正式な相続登記が完了するまでの間、相続人全員の代表として固定資産税納税通知書の受け取りや納税に関することなどを行う人を申告により指定します。

※この申告書は、相続登記や相続税には一切関係ありません。

○未登記家屋所有者変更届出書

亡くなった人が、法務局で登記していない家屋（未登記家屋）を所有していた場合、届け出により新たに所有する人に変更します。

千葉地方税務局からのお知らせ

令和6年4月1日から、相続登記の申請が義務化されました。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 課税課 ☎ (93) 0444

令和7年度固定資産税 償却資産を所有している事業者は申告を

償却資産とは、会社・個人経営の工場や店舗、農業経営に使用している構築物・機械・備品などをいいます。

令和7年1月1日現在で償却資産を所有しているときは、**令和7年1月31日（金）までに**申告してください。申告用紙は12月20日に送付します。必要な

人は、市公式ホームページからダウンロードするか、問い合わせください。

なお、次の人は、市からの申告用紙などの送付を省略しています。



○前年度に申告している償却資産の課税標準額が免税点未満である事業者

○前年度の申告内容から所有している償却資産がない事業者

業種	課税対象となる主な償却資産の例
共通	パソコン、コピー機、エアコン、応接セット、内装、看板、舗装路面、ブラインド、LAN設備など
製造業	金属製品製造設備、食料品製造設備、旋盤など
印刷業	各種製版機、印刷機、裁断機など
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト（軽自動車税の対象を除く）、発電機など
料理飲食店業	テーブル、椅子、厨房用具、冷凍冷蔵庫など
小売業	陳列棚・陳列ケース（冷凍機または冷蔵機付を含む）、自動販売機など
理容・美容業	理容・美容椅子、洗面設備、消毒殺菌機、サインポールなど
クリーニング業	洗濯機、脱水機、乾燥機、プレス機、ボイラー、ビニル包装設備など
不動産貸付業（駐車場・アパートなど）	受変電・発電機・蓄電・中央監視各設備、門など外構工事、駐車料金自動計算装置、舗装路面、機械設備など
ガソリンスタンド	洗車機、ガソリン計量器、独立キャノピー、防壁、地下タンクなど
売電事業	太陽光パネル、架台、パワーコンディショナー、表示ユニットなど
農業	ビニールハウス、農耕用車両（小型特殊自動車以外）、保冷库、農業用機械など

※上記の表は一例です。詳しくは問い合わせください。

問 課税課 ☎ (93) 0444

家屋を新築・増築・ 取り壊したときには



家屋を新築・増築、または取り壊したときには、市への連絡が必要です。

連絡がない場合、「1月1日の賦課期日には、家が建っているのに評価証明書を発行してもらえない」「家屋が建っていないのに課税されてしまった」ということがあります。

※登記済み家屋で滅失登記をした場合は、市への連絡は不要です。

問 課税課 ☎ (93) 0444

相談・講座・試験

「空き家」セミナー& 総合相談会

空き家などの専門知識がある有識者が集まり、無料でセミナー及び相談会を開催します。

■日時 12月7日（土）

セミナー 14:00～14:45

空家相談会 14:45～16:15

■場所 中央公民館4階 大会義室

■内容 空き家の管理・相続・複数所有者・税務などの問題、空き家や空き地の利活用・解体

■その他 申込不要

問 空き家対策有識者会議事務局 森田
☎ 043 (483) 7407

若者応援！ 就労・進路相談

■日時 12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歳で就労に悩みを抱えている人またはその家族

■申込み 電話で申込み

問・申込先

ちば北総地域若者サポートステーション

☎ (24) 7880

ポリテクセンター君津 職業訓練

ポリテクセンター君津は、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行っています。

- 募集科目 CAD/機械加工科3月生
(6カ月訓練)
- 募集期間 12月9日(月)～
令和7年1月21日(火)
- 費用 テキスト代(1～2万円程度)
- 内容 金属加工の仕事に必要なCAD
ソフト・工作機械の使い方
- 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

創業スクール

中小企業診断士による創業スクールを無料で開催します。講義やグループワークを通じて、ビジネスプランを作成・発表を行います。創業経験者の講演や個別相談も行います。

- 日時 1月11・18・25日(土)
2月1日(土) (全4日間)
10:00～16:00
- 場所 幕張テクノガーデン会議室
C B棟3階
<千葉市美浜区中瀬1-3>
- 対象 創業を考えている人
創業して間もない人
- 定員 30人
- 申込み 12月13日(金) 正午
までに千葉県信用保証協会
のホームページから申込み



問 千葉県信用保証協会成長サポート部
地域サポートチーム
☎043 (239) 3281

とみさと協働塾 クラウドファンディング講座

市民活動団体や自治会の活動資金を集める手段として、クラウドファンディングを学びませんか？

- 日時 1月11日(土)
14:00～16:00
- 場所 市民活動サポートセンター
- 講師 浅井 美絵さん
- 対象 市民活動団体、自治会、市民
- 定員 25人
- 持ち物 筆記用具
- 申込み 1月7日(火) までに電話
またはメール、Google フォームの
いずれかの方法で申込み



問・申込先
市民活動サポートセンター
☎(93) 4123
✉ tomisapo@bz04.plala.or.jp

傾聴講座



傾聴の基礎的なスキルを学びませんか？ボランティア活動はもちろんのこと職場・地域でのコミュニケーションにも役立ちます。

- 日時 12月20日(金)・25日(水)
10:00～12:00
- 場所 福祉センター2階 視聴覚室
- 講師 MTねっとわーく代表
土佐 実也江さん
- 内容 傾聴の基礎を学ぶ
(実技・ロールプレイ)
- 対象 市内在住・在勤の人
- 定員 先着 15人
- 申込み 12月18日(水) までに
電話・FAX・メールの
いずれかで申込み

問・申込先
富里市ボランティアセンター
☎(92) 8221
FAX (92) 2495
✉ tomi2451@bz01.plala.or.jp

認知症サポーター 養成講座

認知症に関する知識や対応の仕方など、認知症の理解を深める講座を開催します。

- 日時 12月10日(火)
10:00～12:00
- 場所 北部コミュニティセンター
2階 多目的ホール大
- 講師 南部高齢者支援センターの
キャラバンメイト
- 定員 先着 20人
- 申込み 12月6日(金) までに
電話で申込み

問・申込先
高齢者福祉課 ☎(93) 4981

千葉中途失聴者・ 難聴者協会の定例会

聞こえに関係なく、どなたでも参加できます。

手話学習会

- 日時 12月7日(土)
13:30～16:00
- 場所 佐倉市中央公民館
<佐倉市錦木町198-3>
- 費用 初回のみテキスト代1,200円
中途失聴者・難聴者のお楽しみ会
- 日時 12月21日(土)
13:30～16:00
- 場所 佐倉市志津公民館
<佐倉市上志津1672-7>

問 NPO千葉県中途失聴者・難聴者協会
印旛事務所
☎043 (461) 6533

デイケアクラブ

- 日時 12月9日(月)
10:00～12:00
- 場所 市民活動サポートセンター集合
- 内容 クリスマス会
(サルビアの会と同時開催)
- 対象 18歳以上で、精神科などに
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

問 社会福祉課 ☎(93) 4192

上級救命講習会

普通救命講習会の内容に加え、小児・乳児の心肺蘇生法、体位管理、保温・搬送方法などが学べます。

- 日時 12月15日(日)
9:00～17:00
(受付8:30～)
- 場所 消防署北分署2階 講堂
- 対象 12歳以上で市内在住・在勤・在学いずれかの人
- 定員 先着20人
(5人未満の場合、不開催)
- 申込み 12月8日(日)までに
消防署窓口で申込み
- 問・申込先 消防署 ☎(92) 1311

募集

消防団員募集

一緒に災害からまちを守りませんか
「自分たちのまちは自分たちで守る」という郷土愛護の精神に基づき、災害から地域を守る存在が消防団員です。非常勤特別職の地方公務員で、年額報酬と出勤した際の出勤報酬が支給されます。市内には19の分団があり、現在350人が活動しています。

- 対象 次の条件をすべて満たす人
 - ①18歳以上
 - ②市内在住または在勤
 - ③心身ともに健康
- 申込み 電話またはメールで申込み

問・申込先
消防総務課 ☎(92) 1314
✉ syobo@city.tomisato.lg.jp

パーキンソン病友の会

パーキンソン病を抱える人やその家族が集まり、情報交換や交流を行っています。定期的な集まりや講演会なども行っています。「病気についてもっと知りたい」「同じ病気を抱える人と話したい」そういった思いを持った人をお待ちしております。

問 パーキンソン病友の会
☎047(405) 2118

富里市社会福祉協議会 職員募集

- 雇用形態 正規職員
令和7年4月1日採用
- 職種 社会福祉士・保健師・看護師・ケアマネージャー・相談支援専門員ほか(無資格でも可)
- 要件
 - 年齢不問
 - 高等学校卒業程度の学力を有する者(社会福祉士などの資格を有することが望ましい)
 - 普通自動車運転免許所持者
- 採用人数 若干名
- 試験日
第1次 令和7年2月8日(土)
第2次 令和7年2月22日(土)
- 受付期間
12月2日(月)～令和7年1月24日(金)
(受付時間 8:30～17:15)
※土・日曜日、休日除く
- 申込み 申込書及び受験票に必要な事項をすべて記入し、事務局へ持参または郵送してください。受験票は返送します。試験当日に持参してください。申込書類などは、窓口で配布のほか、ホームページからダウンロードできます。

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

イベント

富里障害者フェスティバル

- 12月3日から始まる『障害者週間』に当たり、障害のある人に対する理解を深めてもらうため開催します。
ぜひ、ご来場ください。
- 日時 12月7日(土)
9:00～11:30
 - 場所 福祉センター
 - 内容 芸能発表
 - ※内容は変更になる場合があります。

問 富里障害者フェスティバル実行委員会事務局(社会福祉課内)
☎(93) 4192

中部ふれあいセンター まつり&こども食堂



- 日時 12月8日(日)
10:00～15:00
 - 場所 中部ふれあいセンター
 - 内容
 - 施設利用サークル団体の展示・発表
 - イルミネーション点灯式
※16:30～予定
 - こども食堂によるカレーライスの提供
- 問 中部ふれあいセンター管理運営委員会 ☎(91) 3363

ナリタエアポートクリスマス・フェスティバル2024



- 期間 12月2日(月)～25日(水)
 - 実施場所 空港周辺市町や空港内の協力店舗
 - 内容
 - 旅行券や空港周辺ホテルの食事券、周辺市町の特産品などが当たる抽選会
 - 成田空港内の普段立ち入ることができないエリアを巡る空港見学バスツアー
 - 空港周辺の幼稚園・保育園の園児が作成したミニツリー飾りや絵の展示(成田空港内)
- 詳しくは、成田国際空港ホームページをご覧ください。
- 問 クリスマス・フェスティバル実行委員会事務局 ☎(34) 5858



第57回文化祭 児童生徒作品展

子どもたちの力作を、ぜひご覧ください。

■展示期間

○生徒作品展(中学生)【書写・図画】
12月8日(日)まで

○児童作品展(園児)【図画など】
12月10日(火)～22日(日)

※小学生の展示は終了しました。

■場所 とみらいテラス(市立図書館)

問 生涯学習課 ☎(93) 7641

ガンバの冒険シリーズで有名! 藪内正幸原画展



「冒険者たち」など、ガンバの冒険シリーズで有名な故・藪内正幸さんの絵本原画がやってきます!

■期間 1月5日(日)～26日(日)
※休館日を除く

■場所 とみらいテラス(市立図書館)
1階ギャラリー

■内容 ②以外は要申込み

①講演会

1月11日(土) 11:00～12:30

②大きな原画作品パネルと写真撮影

③自分の描いた「どうぶつの絵」を一緒に展示

④絵本の読み聞かせ

1月11日(土) 15:00～

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



問 生涯学習課 ☎(93) 7641

スポーツ

野球協会審判員募集

市野球協会では審判員を募集しています。男女問わず、初心者でもお待ちしております。

興味のある人は、ぜひ問い合せてください。

問 富里市野球協会審判部 審判長
峯島 ☎090 (4746) 6364

ニュースポーツで楽しく汗をながしましょう!

体を動かす楽しさを感じてもらうため、「ニュースポーツ体験」を開催しています。

■日時 12月14日(土) 18:00～20:00

■場所 社会体育館2階アリーナ

■内容 ニュースポーツ(ユニカールなど)の体験

■対象 市内在住・在勤の人
(未成年者は保護者同伴)

■持ち物 動きやすい服装・室内靴・タオル

■申込み 12月13日(金)の17:00までに電話で申込み

問・申込先 生涯学習課(社会体育館内)
☎(92) 1597

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 12月4・18日(水)
10:00～12:00

■費用 1回500円

北部健康教室

■日時 12月6日(金)
10:00～11:00

■場所 北部コミュニティセンター
2階 小ホール

■内容 マッサージの良さを生かした健康体操

ふれあいクラブ(要予約)

■日時 12月10日(火)
14:00～15:30

■内容 正月飾りづくり

■定員 10人

■費用 400円

東部高齢者支援センター

龍岡ケアセンター内

申込 ☎(85) 5572

※1月から設置場所と電話番号が変更となります。(詳しくは11pへ)

オンライン Zoom の

ミーティングID [557 255 7255]

シニアちょこっと勉強会(ZOOM可)

■日時 12月24日(火)
10:00～11:00

■場所 中部ふれあいセンター

■内容 消費者トラブル予防講座

■定員 会場参加 20人

末廣ちょきん体操(ZOOM参加可)

■日時 毎週金曜日
10:00～11:00

■パスワード chokin

■定員 会場参加 25人

■その他 末廣農場で参加するとポイントがたまります!

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(30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)

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

地域ケア推進会議(要予約)

地域のゴミ問題について、地域の皆さんと話し合いませんか?

■日時 12月7日(土)
13:30～15:30

■定員 20人

■申込み 12月4日(水)まで

けあカフェ

介護をしている人、介護に興味のある人、一緒にお茶会をしませんか?

■日時 12月18日(水)
10:00～11:30

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！

12月の個別予防接種

感染症予防班

予防接種を受けるには、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9月生まれ
BCG	令和6年6月生まれ
MR(麻しん・風しん)・水痘	令和5年11月生まれ
日本脳炎	令和3年11月生まれ

12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、回復してから接種をしてください。

献血 in 市役所

感染症予防班

千葉県内では、輸血用の血液が大変不足しております。医療に必要な血液は、人工的につくることができず、長期保存もできないため、献血による定期的な供給が必要です。尊い命を救うため、より多くの皆さまのご協力をお願いいたします。

■日時 12月20日(金)

①10:00~11:45 ②13:00~16:00

■会場 すこやかセンター1階 ロビー



プレパパママ教室(平日コース)

母子保健班

初めてお父さん、お母さんになる人の教室です。

日時・内容 4回で1コース

- 1月9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
- 1月16日(木) 9:30~11:30
 - 出産の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
 - マタニティ食の試食(1食分)
- 1月23日(木) 9:30~11:30
 - お風呂の入れ方・おっぱいとミルクの話・妊婦体験(パパ)
- 1月30日(木) 9:30~11:30
 - 産後の生活



場 所 すこやかセンター3階 ※④のみ葉山キッズ・ランド

対 象 令和7年4月~令和7年6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)、上記②500円(試食代)

申込み 令和7年1月6日(月)までに電話予約

ストップ! ザ・むし歯

母子保健班



9月6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。

猪股 蒼	上田 出雲	大矢 桜菜
梶原 菜生	川井 彩愛	近藤 栞杏
近藤 凜杏	四宮 希桜	菅谷 南斗
竹内 クウエジュエリナ茜	立川 啓真	
牧田 悠希	御園 桃々香	森田 陸仁

<五十音順・敬称略>

12月の健康カレンダー

日(曜日)	行 事	受付時間	場 所
3日(火)	1歳6か月児健診(令和5年5月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30 ~ 13:50	すこやかセンター
6日(金)	3歳児健診(令和3年6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6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7月生まれ) ※対象者には個別に通知	12:30 ~ 13:30	
20日(金)	育児相談(要予約)	10:00 ~ 11:00	北部コミュニティセンター

成人保健班

市では、訪問による歯科診療・歯科保健指導などを行います。

対象 市内に居住していて、原則として 65 歳以上の寝たきり、またはこれに準ずる状態のため通院による診療が困難で、在宅で歯科診療が可能な人

詳しくは、健康推進課まで問い合わせてください。



成人保健班

日時 12月17日(火) 14:00～15:30

場 所 成田赤十字病院 アメニティ棟2階大会議室

内 容 誤嚥性肺炎予防と口腔ケア

講師 柴田 恒子さん

(成田赤十字病院 摂食嚥下障害看護認定看護師)

定員 80人

申込み 成田赤十字病院社会課に電話（ ☎ （22） 2311）または
ホームページで受付

※詳しくは、赤十字病院ホームページをご覧ください。



令和7年
1月31日(金)
まで

乳がん・子宮頸がん 個別検診のご案内

がんを早期に発見できる可能性が高い重要な検診です。

現在、個別検診を実施しているため、希望する人は必ず予約をしてください。

※今年度の集団検診は終了しています。また、すでに集団検診を受診した人は受診できません。

(集団検診：すこやかセンターなどで受診) 個別検診：契約医療機関で受診)

■ 対象

1) 乳がん

- エコー（超音波）検査：30歳～39歳
- マンモグラフィ検査：40歳以上
- ※40歳～59歳で、令和5年度にマンモグラフィ検査を受けた人は、エコー検査と交互検査となります。

2) 子宮頸がん

- 20 歳以上

■ 受診方法

「受診券」が必要です。受診券をお持ちでない人は、健康推進課へ問い合わせてください。

■自己負担額

各 2.000 円 (生活保護受給者は受給証明書持参で無料)

無料クーポン券の有効期限（1月31日）が近づいています。

次の対象者は、クーポン券の利用で今年度実施の検診費用が無料となります。(令和6年6月発行済み)

- 子宮頸がん検診（子宮頸部細胞診）の対象者
21歳（平成15年4月2日～平成16年4月1日）
○乳がん検診（マンモグラフィ検査）の対象者
41歳（昭和58年4月2日～昭和59年4月1日）

※乳がん検診は、マンモグラフィ検査のみとなります。エコー検査（超音波検査）は利用できません。

個別検診契約医療機関一覧

医療機関名	電話	乳がん 検診	子宮頸 がん検診	予約電話可能時間
日吉台レディースクリニック ＜日吉台 2-9-6＞	☎ (92) 1103	×	○	月・火・木・金曜日 9:00～11:30／15:00～16:00
ゆだて産婦人科 ＜七栄 646-16＞	☎ (93) 8272	×	○	月・火・水・金曜日 9:00～11:30／15:00～16:00 木曜日 9:00～11:00
成田富里徳洲会病院健診センター ＜日吉台 1-1-1＞	☎ (85) 5313	○	○	月～土曜日 11:00～16:00
高根病院健診センター ＜芝山町岩山 2308＞	☎ 0479 (70) 8051	○	×	月～土曜日 9:00～17:00
聖隷佐倉市民病院 健診センター ＜佐倉市江原台 2-36-2＞	☎ 043 (486) 0006	○	○	月～金曜日 9:00～16:30 土曜日 9:00～12:00
公津の杜メディカルクリニック ＜成田市飯田町 124-3＞	☎ (20) 5551	○	×	予約不要 月～土曜日 9:30～11:30 月・水・金曜日 15:30～17:00
岩沢クリニック ＜成田市飯田町 154-8＞	☎ (27) 1122	×	○	月～日曜 9:00～13:00
ウイング土屋レディースクリニック ＜成田市ウイング土屋 163＞	☎ (23) 4103	×	○	月～水、金～日曜日 9:00～12:00 月～水、金・土曜日 14:00～17:00
リリーベルクリニック ＜成田市公津の杜 3-43-1＞	☎ (27) 0303	×	○	予約不要 月～土曜日 9:00～12:00 月～金曜日 15:00～17:00

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)・16日(月)・ 23日(月) 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 翌閉庁日)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	すこやかセンター2階 会議室2	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	6日(金) 13:00～15:00	市役所分庁舎 1階会議室	社会福祉課 ☎(93) 4192	
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 (株) 中央設備 ☎(93) 2375

図書館だより

Library information

(愛称)

とみらいテラス
TOMIRAI TERRACE

図書・雑誌・視聴覚資料の貸出期間は2週間です

休館日

2日(月)・9日(月)・16日(月)・
23日(月)・28日(土)～31日(火)

【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]

映画会 『グリーンブック』

出演 ヴィゴ・モーテンセン、マハーシャラ・アリ 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

館長への手紙

令和6年10月の中学生議会での提案を受け、これまで窓口でお伺いしていた皆さまの声をより反映するため、館長への手紙が届くポストを設置しました。

皆さまのご意見をお待ちしております。

■場所 とみらいテラス1階 カウンター付近



冬のおはなし会

■日時 21日(土)

○満4歳～ 14:00～14:30

○小学2年生～ 15:00～15:35

■対象

ひとりでおはなしが聞ける子、絵本や素話に興味がある大人

■定員 各回先着30人(申込不要)

■内容 昔話の語り・絵本の読み聞かせ・
手遊びなど

■会場 とみらいテラス2階 研修会議室3



休 日 開 庁

市民課一部証明交付

■日時 8日(日)・22日(日)
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) 9:00～16:00

■場所 (図)の②

■納付相談対象 ○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)

毎月対象の税目に加えて、以下の相談も行います。

○学校給食費

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。



※休日は正面玄関が施錠されています。すこやかセンターの休日夜間受付を利用してください。

中央公民館

☎ (92) 1211

社会体育館

☎ (92) 1597

休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、
29日(日)～31日(火)

※初めて公民館を利用される人は、問い合わせてください。

※空き状況や申請方法など、詳しくはオンライン
予約サイトをご覧ください。



休館日 2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、
28日(土)～31日(火)

※施設の利用や申請は、問い合わせてください。

※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 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 23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)、令和7年1月10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 リフレッシュ講座「正月飾りを作ろう」 (要予約) 定員5組	毎週火・木曜日 9:00 ~ 11:30 ※24日 (火)・26日 (木)・31日 (火) は休み 17日 (火) 10:00 ~ 11:15
日吉台幼稚園 申込 ☎ (93) 4408	子育て教室「ちびたんくらす」 クリスマスリースを作ろう、身体測定 未就園児園庭開放 (日吉台学園第2グラウンド)	20日 (金) 10:00 ~ 11:30 9日 (月)、19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・おはなし会など	12日 (木) 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」 子育て交流、季節のイベントなど 場所：中部ふれあいセンター 2階和室	4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	「すくすく広場」 子育て交流、季節のイベントなど 場所：中沢区集会所	19日 (木) 10:00 ~ 11:30 (0歳~就学前の子どもと保護者対象)
富里地区社会福祉協議会 問 越川 ☎ 93 (2180)	「子育て交流会」(要予約) 子育て交流、季節のイベントなど 場所：福祉センター 2階娯楽室	18日 (水) 10:00 ~ 11:30 (0歳~就学前の子どもと保護者対象)
富里南地区社会福祉協議会 問 加藤 ☎ 090 (6152) 2681	「みんなでキラキラ」(要予約) 子育て交流、季節のイベントなど 場所：福祉センター 1階集会室	24日 (火) 10:00 ~ 12:00 (0歳~就学前の子どもと保護者対象)

※詳しくは、各施設・団体に問い合わせてください。

とみさと入学祝い金に関するお知らせ

問 子育て支援課 ☎ (93) 4497

小学校・中学校に入学を控える児童を養育する子育て世帯に「とみさと入学祝い金」として、対象児童1人につき2万円を支給します。

■申請方法 令和7年1月6日 (月) から3月31日 (月) までに申請書を提出。(3月31日 (月) 消印有効)

※申請書などは、令和6年12月下旬に支給対象者(養育者)に郵送します。

詳しくは、市公式ホームページをご確認ください。



令和7年度 保育園・こども園 (保育利用)

問 子育て支援課 ☎ (93) 1174

■申込方法

- ①申請書類を子育て支援課窓口で受け取るか、市公式ホームページからダウンロードしてください。
- ②申請書類の受取時または電話で、第1希望園の受付日を事前に予約してください。
- ③受付日に、**児童同伴**で申請書類を提出してください。

○受付場所 すこやかセンター2階 会議室1

○持ち物 申請書類・母子健康手帳

※申請書類提出の最終締切日は、12月10日 (火) です。

注意事項など、詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



	施設名	受付日
認定こども園	向台こども園	12月2日 (月)
	葉山こども園	12月3日 (火)
	末広幼稚園	12月5日 (木)
	日吉台幼稚園	12月6日 (金)
保育所	AIAI NURSERY 富里	12月3日 (火)
	青空保育園	12月4日 (水)
	富里保育園	12月5日 (木)
小規模保育施設	ことり保育園 日吉台園	12月6日 (金)
	PuPu 保育園富里園	
	スクルドエンジェル保育園	
	富里七栄園	
	日吉台にこにこパーク保育園	

多大なる功績に晴れの名誉

問 総務課 ☎ (93) 1112

第43回危険業務従事者叙勲が内閣府から発令され、市内から1人が受章されました。＜敬称略＞

【瑞宝双光章】

○元佐倉市八街市酒々井町消防組合消防監
高山 文男（十倉）

令和6年秋の叙勲が内閣府から発令され、市内では2人が受章されました。

【旭日小綬章】

○元富里市議会議員 櫻井 優好（日吉台）

【瑞宝双光章】

○元富里市消防団長 秋葉 政則（立沢新田）

全国民生委員児童委員連合会 会長表彰

問 社会福祉課 ☎ (93) 4192

富里市で勤続された民生委員児童委員の人たちが、全国民生委員児童委員連合会から表彰されました。＜敬称略＞

【永年勤続民生委員・児童委員表彰（10年勤続）】

○石井 正（日吉台） ○岡本 芳枝（根木名）

○石田 廣美（根木名） ○藤崎 孝恭（七栄）

○酒井 美知子（七栄） ○内田 博道（立沢）

【永年勤続単位民生委員児童委員協議会会長表彰（14年勤続）】

○室井 慶擴（北部地区会長）

第17回 防火ポスター展が開催されました

問 予防課 ☎ (92) 1313

11月8日から21日までの間、北部コミュニティセンターと末廣農場で「第17回防火ポスター展」が開催されました。今回は、市内小学校から応募のあった115点の中から、佳作を含む計20点の入賞作品が展示され、次の人たちが表彰されました。＜敬称略＞

富里市長賞

高橋 柚月（浩養小5年）

富里市消防長賞

山本 希望（浩養小2年）

富里市危険物安全協会会長賞

池野 紬希（富里小6年）

千葉県消防設備協会会長賞

柳田 留璃（富里南小6年）

千葉県危険物安全協会連合会長賞

野村 藍加（富里第一小6年）

富里市危険物安全協会特別賞

木村 芽惟（日吉台小3年）



すみれが優勝！

富里市ママさんバレーボール秋季大会が開催されました

問 生涯学習課 ☎ (92) 1597

10月27日、富里社会体育館を会場に、第46回富里市ママさんバレーボール秋季大会が開催されました。選手の皆さんは日ごろの練習の成果を発揮し、はつらつとしたプレーで会場を盛り上げました。

大会の結果は次のとおりです。

■優勝 すみれ

■準優勝 富里クラブ

■3位 富里パレクラブ



▲すみれの皆さん

2024 ひよし防災訓練が開催されました

問 防災課 ☎ (93) 1114

10月20日、日吉台小学校で「2024 ひよし防災訓練」が開催されました。「大地震、その時あなたはどう動く！」をテーマとして、大地震発生時の初動対応や集団避難など、本番を想定した内容で行いました。

今年は、日吉台地区に居住する医療資格者と協力して自主医療救護所を設置し、救護活動を行う訓練も行いました。



令和6年度 市秋季野球大会が開催されました

問 生涯学習課 ☎ (92) 1597

9月15日から10月20日までの間、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。残暑が続く中、今大会は22チームが参加して、熱戦が繰り広げられ、選手たちは日頃の練習の成果を競い合いました。結果は次のとおりです。

- 優勝 富里市役所
- 準優勝 ナナパーズ



▲富里市役所の皆さん



▲ナナパーズの皆さん

運動能力向上に向けたプログラムで児童の元気度 UP ～日本大学連携事業～

問 学校教育課 ☎ (93) 7659

10月9日・29日、日吉台小学校3・4年生を対象に、ソウル・パルセロナオリンピック体操競技で、銅メダルを獲得された日本大学スポーツ科学部の西川大輔教授を講師としてお招きし、多様な動きが身に付けられるような運動能力向上プログラムを紹介していただきました。児童は普段経験することが少ない体の動きにもすぐに順応し、いきいきとした表情で楽しく活動していました。



▲西川大輔さん



男女共同参画川柳の結果発表！

問 経営戦略課 ☎ (93) 1118

男女共同参画の意識啓発を目的に、男女共同参画週間に合わせて川柳を募集して、次のとおりに入賞作品を決定しました。その他の入賞作品は、市公式ホームページをご覧ください。



最優秀作品

【小中学生の部】 ○○なのに その一言が 人権侵害
【一般の部】 平等とて 特性ありて その上で

優秀作品

【小中学生の部】 家事いっぱい みんなでやらなきゃ 終わらない
【一般の部】 意地張らず 見栄張らず 知恵を張る

令和6年度富里市平和学習リーダー 派遣事業報告会

問 市民活動推進課 ☎ (93) 1117

10月13日、富里中央公民館を会場に、平和学習リーダー派遣事業報告会を開催しました。報告会では、自身で調べた学習成果のほか、平和記念資料館の視察や被爆体験講話で感じたこと、戦争の悲惨さや平和の大切さを次世代に伝えていくことの重要性などを発表しました。(敬称略)

令和6年度富里市平和学習リーダー

- 稲川 朱音 (高校2年)
- 藤田 沙羅 (高校2年)
- 松本 陽向 (中学3年)
- 松木 詞美 (中学3年)
- 藤田 珠李 (中学3年)
- 有木 未羽 (中学2年)



富里市戦没者追悼式を開催しました

問 社会福祉課 ☎ (93) 4192

10月18日、中央公民館講堂を会場に、戦没者追悼式を挙行了しました。式典には、遺族をはじめ、市長、市議会議員など77人が参列し、先の大戦における戦没者に黙祷と献花を捧げ、御霊を追悼するとともに、恒久平和を祈念しました。



高校野球で大活躍！

千葉ロッテマリーンズからプロ野球ドラフト指名！

富里小・富里中出身 坂井 遼 選手

夏の甲子園大会で準優勝した坂井遼選手と母の一恵さんが、表敬訪問をされ、その際にお話を伺いました！

所属チーム

富里リトルスターズ（現：富里スターズ）－江戸川南ボーイズ
－私立関東第一高等学校

甲子園を振り返ってみて

遼選手）準優勝という結果で、やっぱり優勝したかったので、悔しいところもありました。でも、選抜大会のときに自分ができるような投球ができなかったのも、その部分では夏の甲子園でしっかり自分のやりたい投球ができました。それに仲間も応援してくれて準優勝という結果になったので、そこはやっぱり嬉しかったです。

野球を始めたきっかけは

一恵さん）「お菓子プレゼント」と書かれた野球体験の案内チラシを見て行ったのがきっかけです。そこで体験させてもらって、「入りたい！」となって、その日から野球を続けています。

富里での思い出は

遼選手）よく友達と駄菓子屋や近くのスーパーにいたり、中央公園の池で遊んだり、カブトムシを取ったりしていました。現在は、富里には月に1回程度、大会が終わって一段落つくときに帰ってきています。とても静かな街で、のびのびできるところがあると思います。

一恵さん）野球を始めたときに、友達との差があって悔し泣きをよくしていました。それがきっかけで自主練習をしようとなった



幼少時代（富里リトルスターズ）



私立関東第一高等学校

ときに、キャッチボールができる環境があったり、夜でも安心して練習ができました。富里リトルスターズの監督さんも良い人で、場所を貸していただいたりもしていました。そういう環境や人の温かさがあるなかで育って、今があるんじゃないかなと思います。夜は静かで、子育てする上では良い街だなと思います。

市民の皆さんへメッセージを

一恵さん）ママさんバレーなどをやっていた影響で、富里の地域の人と触れ合う機会が多かったので、すごく応援していただきました。感謝の気持ちでいっぱいです。

遼選手）野球をやってください！笑



左から）五十嵐市長、坂井遼選手、母：坂井一恵さん、とみちゃん

とみさとやさしい大作戦

長いも編

「とみさと元気なまち宣言」の取組として、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！！

【長いもの栄養価】

独特のぬめりがあり、コレステロールや血糖値の上昇を抑制したり、便秘予防や血圧の上昇を防ぐ働きがあります。

地区保健推進員さんの
ワンポイントアドバイス

納豆は粘りが出るまでよく混ぜてから、長いもを入れるとふわっと仕上がります。

レシピ担当者：丹さく子さん
二上正栄さん



1人分 123 Kcal
塩分 0.5 g

◇長いもと納豆のお焼き

材料	分量（4人分）	作り方
長いも	200g	① 長いもを粗いみじん切りにする。
納豆	2パック	② ボウルに納豆を入れてよく混ぜる。粘りが出てきたら長いもを入れてさらに混ぜる。 ●を加えてさらに混ぜる。
● 万能ねぎ	20g	③ フライパンにオリーブ油を入れて火にかけ、②の生地を丸く焼く。
● しょうゆ	大さじ 2/3	④ ふたをして中火で2分ほど焼いたら生地を裏返し、ふたを外したままさらに2分焼く。
● 小麦粉	大さじ 3 強	⑤ 器に盛り付け、大葉と大根おろしをのせ、最後に納豆のタレをかけてできあがり。
オリーブ油	大さじ 2/3	
大根おろし	120g	
大葉	1～2枚	



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。



問 末廣農場【(株) グッドスタッフ】
☎ (93) 1200

市の人口
2024.10.31 現在

人 口：49,941 人（+ 145） 男：25,618 人（+ 74） 女：24,323 人（+ 71）
世帯数：25,502 世帯（+ 165）

※（ ）内は前月比

