



1月15日号

2023年(令和5年) No.1323
毎月1日・15日発行

とうがね

編集 東金市役所 企画政策部 秘書広報課 広報広聴係 ☎0475(50)1114 〒283-8511 東金市東岩崎1番地1

主な内容

- 民生委員・児童委員と主任児童委員の斉改選…………… 2
- 確定申告は正しく・お早めに…………… 3
- 市営ガス通信(ガス料金を改定します)…………… 3

東金市民憲章

わたくしたち東金市民は

- 郷土を愛し、環境をととのえ、住みよいまちをつくりましょう。
- 互いにいたわり、笑顔を忘れず、心ふれあうまちをつくりましょう。
- からだをきたえ、誇りをもって働き、豊かなまちをつくりましょう。
- きまりを守り、力をあわせて、明るいまちをつくりましょう。
- 歴史を尊び、教養を深め、香り高い文化のまちをつくりましょう。

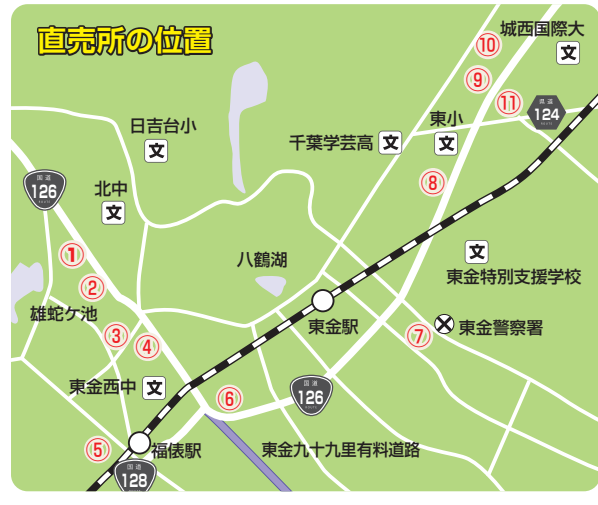


この時期に旬を迎える大人気のいちご。
市内では、千葉県のオリジナル品種「チーベリー」をはじめ、10品種以上を栽培しています。どれも、最も美味しい状態で届けられるよう、農家の皆さんが大事に育ててきました。
この冬は、家族揃って、甘くてジューシーな東金産いちごをぜひご賞味ください。

今回は、「特別栽培農作物農園」として認証を受けているユカルヒ農園(代表吉川貞雄さん)へお邪魔しました。
※ユカルヒ農園では、6種類を栽培。節減対象農薬不使用、化学肥料5割減などに取り組んでいます。また、急速冷凍いちごも販売しています。

市内の農園

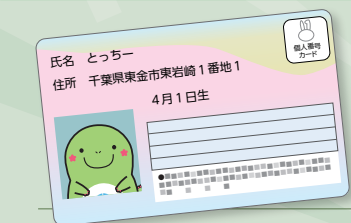
農園名	直売所の所在地	問い合わせ	直売	いちご狩り
猪野いちご園	田中 100	(52)4737	①	○
川嶋いちご園	田中 62	090(1619)1856	②	
鶴岡いちご園	田中 1138	(55)2287	③	
ユカルヒ農園	台方 2075	050(5806)5597	④	
栗原いちご園	JR福俵駅前	(55)8510	⑤	
加藤いちご園	台方 836-1	(55)8157	⑥	○
市東農園	堀上 321-1	090(3088)2935	⑦	
ホカベ苺園	田間 848-1	(53)1667	⑧	
土橋苺園	田間 1332-10	090(3479)5260	⑨	
今関いちご園	道庭 633-2	080(1013)4724	⑩	
東金観光苺組合	道の駅みのりの郷東金隣	(53)3870 予約=道の駅	⑪	○
きたじま苺ふあ〜む	セブンイレブン片貝店	090(8000)5666	○	○



※品種や料金、開園時間などは園により異なります。
※いちご狩りの実施方法は農園にお問い合わせください。

いちごの品種

栽培している品種は農園によって違います。ぜひ市内の農園を回って、食べてみてください。



マイナンバーカードを利用した 住民票の写しなどのコンビニ交付が始まります

1.20金~



全国のコンビニエンスストアなどに設置されているキオスク端末(マルチコピー機)から、マイナンバーカードを使って証明書を取得できる「コンビニ交付」を開始します。
とき▶1月20日(金)開始予定
 右表①②=午前6時30分~午後11時
 右表③④=平日 午前9時~午後5時
ところ▶全国のキオスク端末(マルチコピー機)設置店舗
必要なもの▶有効な利用者証明用電子証明書の搭載されたマイナンバーカード、暗証番号(数字4桁)、手数料
その他▶次のものは市民課窓口での取得をお願いします。
 ○手数料が免除となる証明書 ○氏名・市内転居などの変更履歴やマイナンバー・住民票コード入りの住民票 ○除票 ○除籍証明書 ○改製原戸籍 ○除籍の附票 など
問い合わせ▶市民課 ☎(50)1131

◇取得できる証明書と手数料

証明書の種類	1通あたりの手数料	対象
①住民票の写し	300円	東金市に住居登録がある本人、同一世帯の方
②印鑑登録証明書	300円	東金市に住居登録があり、印鑑登録をしている本人
③戸籍(全部・個人事項)証明書(戸籍謄本・抄本)※	450円	東金市に本籍がある本人、同一戸籍の方
④戸籍の附票の写し※	300円	東金市に本籍がある本人、同一戸籍の方

※住民登録が市外で、本籍地が東金市にある方は、事前に利用登録申請が必要です。申請は、キオスク端末(マルチコピー機)からも行えます。登録されるまで1週間ほどかかります。
 ※住民登録が市内で、本籍地が他の市区町村にある方は、本籍地の市区町村へお問い合わせください。

民生委員・児童委員、主任児童委員 (敬称略)

Table listing members of the Municipal Welfare and Children's Committees across various districts like 東金東地区, 東金西地区, 公平地区, etc.

任期は令和4年12月1日〜令和7年11月30日
民生委員・児童委員は、一人暮らし高齢者をはじめ、生活にお困りの方や子育て家庭など、支援を必要とする方の相談に応じ、市や関係機関との橋渡し役として幅広い活動を行っています。



相談内容の秘密は厳守されます。

聞こえない方の「コミュニケーション」

「耳マーク」をお使いください
市役所などでの手続きの際に、筆談などを希望しやすいよう「耳マーク」を設置していただきます。



耳の不自由な方が、自分の耳が不自由なことを表すのに使います。また、自治体・病院・銀行などがこのマークを掲示し、耳の不自由な方から申し出があれば必要な援助を行うという意思を示すのに使います。

フレイル予防は健康長寿のカギ

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間の段階をいいます。フレイルの段階で適切に対処すれば、要介護状態にならず健康な状態に戻ることができます。



当日限りのタイムスリップ!

12月4日、東金線開通111周年を記念して駅からハイキング「当日限りのタイムスリップ!」が開催されました。



今回の駅からハイキング

今回の内容は、城西国際大学観光学部の学生が考案。かつて東金や九十九里地域を走っていた九十九里鐵道の旧駅跡地を巡るコースで、学生によるガイドやプチイベントが行われました。



ホットニュース

安心して暮らせる地域社会に

令和4年度防犯関係表彰
多年にわたり防犯思想の普及や高揚や防犯活動など、犯罪のない明るい地域社会づくりに貢献したとして、次の方々それぞれの団体より表彰されました(敬称略)。



左から山口幹雄、佐藤健二、鹿間市長、廣田信雄、山崎信吾(敬称略)

講演会では、(株)ルネサンス染谷成美さんを講師にフレイルチェックや予防についての講話(軽体操など)を行います。

申込・問い合わせ▼高齢者支援課 ☎(50)1165

令和4年分確定申告 確定申告は正しく・お早めに

国税に関するお問い合わせは税務署へ

税務署への電話は自動音声により案内しています。

問い合わせ▶東金税務署 ☎(52)3121

確定申告書の提出期間

所得税・復興特別所得税の確定申告書の提出期間は
2月16日(木)～3月15日(水)です。

申告書は「国税庁ホームページ」で作成・印刷もできます

◆STEP 1. 「国税庁ホームページ」にアクセス

所得税、消費税および贈与税の申告書、収支内訳書や青色申告決算書を作成できます。(所得税の申告書については、スマートフォンやタブレット端末でも作成できます。)



▲国税庁ホームページ
https://www.nta.go.jp/

◆STEP 2. 申告書などを作成

画面の案内に従って金額などを入力するだけで申告書などを作成できます。自動計算なので計算誤りがありません。

◆STEP 3. e-Taxで送信して提出

①マイナンバーカードを使って送信

マイナンバーカード、ICカードリーダーまたはマイナンバーカード対応のスマートフォンをご用意ください。

②IDとパスワードで送信

ID・パスワード方式は事前の届出が必要です。届出をする場合は、申告する本人が顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、税務署にお越しください。



▲国税庁
確定申告等
作成コーナー

◆税理士による無料申告相談

申告書作成会場の開設期間の前に、下表の日程で税理士による無料申告相談を実施します。相談をご希望の方はご利用ください。

内容▶「小規模納税者の所得税および復興特別所得税・個人消費税」、「年金受給者ならびに給与所得者の所得税および復興特別所得税」の申告書を作成・提出できます。(提出のみの受付はしません。)

※土地、建物および株式などの譲渡所得がある場合や住宅借入金等特別控除を初めて適用する場合などを除きます。

持ち物▶前年の申告書などの控えや源泉徴収票など申告に必要な書類、筆記用具、計算器具、マイナンバーに係る本人確認書類の写し

日程	会場	所在地	定員
1月26日(木)	山武市役所 3階大会議室	山武市殿台296	80名
1月27日(金)	さんぶの森交流センターあらかぎ館	山武市埴谷1884-1	50名
1月30日(月)	芝山町役場南庁舎 2階第1会議室	芝山町小池992	20名
1月31日(火)	横芝光町役場第1・第2会議室	横芝光町宮川11902	30名
2月1日(水)	九十九里町保健福祉センター	九十九里町片貝2910	30名
2月2日(木) 3日(金)	大網白里市保健文化センター 3階ホール	大網白里市大網100-2	各日 80名

※開催時間は、いずれも①午前9時30分～正午、②午後1時～4時です。

※会場の混雑回避のため、入場整理券を当日配布します。また、配布状況により受付を早く締め切ることがあります。

市営ガス通信

ガス料金を改定します

市ガスは、世帯構成の変化や地球温暖化の影響などによるガス販売量の減少に加え、原材料費や人件費などの上昇で非常に厳しい経営状態が続いており、ここ数年は経営改善に向けたコスト縮減などに取り組んできました。

しかし、これらの取り組みだけでは赤字体質からの脱却は難しいため、社会情勢や物価変動に対応した適切な料金体系となるよう料金表の改定を行い、4月使用分(5月請求分)から料金を値上げします。

引き続きガス事業の健全経営に向け経営改善を図ってまいりますので、ご理解をお願いします。

〈料金表〉

区分	1カ月の使用量	基本料金(1カ月)	現在の基準単位料金(1㎡あたり)	4月以降の基準単位料金(1㎡あたり)
料金表A	25㎡まで	528円	80.575円	86.834円
料金表B	25㎡を超え、300㎡まで	561円	79.277円	85.514円
料金表C	300㎡を超える	950.4円	77.979円	84.216円

〈モデルケース〉4人世帯の標準的な使用例

使用量	現在の料金	新料金	増加額
50㎡/月	4,524円	4,836円	312円

※料金はすべて税込み。
※基本料金の改定はありません。

問い合わせ▶ガス課 ☎(52)2408

住みよいまちのために 不法投棄され ない環境づくりを

不法投棄は、管理が行き届いていない場所や人目に付きにくい場所で行われる傾向にあります。土地の所有者や管理者は適切な管理を行い、不法投棄されにくい環境づくりをお願いします。

また、不法投棄対策の一つとして、不法投棄防止看板を配布中です。ご希望の方は、連絡の上、環境保全課窓口へお越しください。



▲不法投棄防止看板

問い合わせ▼環境保全課

☎(50)1171

クリーンセンター稼働停止 金属・粗大ごみの 排出抑制にご協力を

1月28日(土)から2月12日(日)まで、東金市外三市町環境クリーンセンターの粗大ごみ処理施設は、工事のため稼働を停止します。

期間中、収集などは通常通り行いますが、粗大ごみと金属ごみの処理を停止するため、ごみ集積場への金属ごみの排出および環境クリーンセンターへの金属ごみと粗大ごみの自己搬入を極力控えるようご協力をお願いします。

問い合わせ▼東金市外三市町清掃組合

- ・工事について……………☎(55)9132
- ・自己搬入について……………☎(55)9141
- ・家庭ごみの収集について…環境保全課 ☎(50)1170

募集

予防接種・健診用封筒 に掲載する有料広告

来年度、健康増進課で使用する封筒に掲載する有料広告を募集します。

封筒の種類▼下表のとおり
申込方法▼広告掲載申込書に広告掲載原稿を添付して申し込み

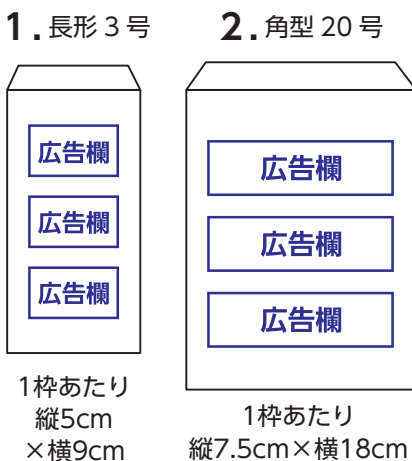
※申込書は市ホームページからダウンロードできます。

締切▼1月27日(金)
申込・問い合わせ▼健康増進課 ☎(50)1173

封筒の種類	封筒の形式	発行枚数	広告料	枠数
予防接種などに使用する封筒	左図1	40,000枚	40,000円	3枠
がん検診などに使用する封筒	左図2	13,800枚	27,600円	3枠
特定健診などに使用する封筒		19,700枚	39,400円	3枠

封筒の形式・規格・掲載位置

いずれも裏面に1色印刷(封筒印字色と同一)



お知らせ

東金特産市を開催します

道の駅みのりの郷東金で Winter Festival を開催します。東金周辺の美味しい食材が大集合。ぜひお越しください。

とき▼1月28日(土)午前10時～午後3時
ところ▼道の駅みのりの郷東金
問い合わせ▼東金商工会議所青年部 ☎(52)1101



▲東金商工会議所
青年部ホームページ

囲碁の腕を試してみませんか 東金市民囲碁大会

東金囲碁クラブの協力により開催します。

とき▼2月19日(日)午前9時～

(受付11午前8時30分)

ところ▼東金中央コミュニティセンター

対象▼市内在住・在勤・在学の方

部門▼①Aグループ(四段格以上)②Bグループ(三段格以下)

※当日の参加部門は申し込み時に申告した棋力で決定します。

定員▼先着30名程度(両部門合計)

申し込み方法▼電話、FAXまたはメールで①住所②氏名③電話番号④自身の棋力を伝えて申し込み
締切▼2月3日(金)
申込・問い合わせ▼生涯学習課
☎(50)1187
FAX(50)1294
MAIL syogai@city.togane.lg.jp



東金文芸

東金俳句

問い合わせ▶齋藤 ☎090(3401)3035

行きずりの春着の衿のすみれ色
オリオンに願う地球の平和かな
べべさやか児の重ね着や初参り
初釜に留学生も晴れ着かな
山廬さんろう忘や甲斐の山脈位を正す
凍て星は夜空に良く似合ふ
冬の月二人で見つめ赤く染め
じゃが芋の芽かきに神経とがらせて
マネキンの帽子に一葉柿落葉
激戦の投稿案内雪女
備長炭つき足す炎冬酒場
冬空に歓声高きドーハかな

有我 幸蔵
五十嵐葉子
木村 一夫
齋藤 淑子
三枝 青雲
佐久間和子
佐瀬 忠義
佐藤 朝子
中田 伸子
浜辺 功
堀 京子
松戸 玲子

※山廬とは、飯田蛇笏の別号。高浜虚子に師事、山梨の山村に暮らしつつ格調の高い俳句を作り、大正時代の「ホトトギス」を代表する俳人。1962年10月3日没。

東金短歌

寄せ植えの縮み葉牡丹ほの赤く
新年を平和に暮せる日日ありて
人知れず今年も咲きし冬ざくら
東に昇る来光ひそやかに
春の雪音もなく降る窓を開け
高みよりうなかぶし咲く花数多
地平線東雲色に染まりけり
コロナ禍にさいなまれいし里人を
初詣で春色ルージユで装いて
初日の出力強さに気を入れて
はさみもて道路へ出でて切りもどる
寝返りを打てぬ 野生化したる冬の小松菜
新たな吉事を祈る初春

石森 晴子
上木名慧子
内海 純子
片岡 靖子
川島 薫子
木村 香文
小林千鶴子
近藤傳兵衛
増田 わこ
山下 則子
山本 寒苦
吉野 忠実

消費ナビ

消費者ホットライン☎188(いやや)

ネットバンキングを悪用した還付金詐欺に注意

◆内容

市役所職員を名乗る男性から「健康保険料の払い戻しが約3万円ある」と電話があり、払い戻してもらうことにした。その後、払い戻し先の口座の金融機関を名乗る電話があり、暗証番号を聞かれた。教えなくなかったが、「キャッシュカードや通帳がそちらにあるので大丈夫」と言われ、伝えてしまった。不安になり、その金融機関に確認すると、勝手にインターネットバンキングの利用を申し込まれていた。

◆アドバイス

・還付金詐欺はこれまでATMで振り込ませる手口が主でしたが、ネットバンキングを悪用した還付金詐欺の相談が寄せられています。役所などの公的機関をかたり「保険料

の還付がある」などと電話し、還付金を受け取るためと言って銀行口座の番号や暗証番号などを聞き出し、本人に成り済ましてインターネットバンキングの利用を申し込み、預金を他の口座に不正に送金する手口です。

- ・公的機関や金融機関などが、口座番号や暗証番号などを聞き出すことはありません。絶対に教えず、すぐに電話を切ってください。
- ・お金が返ってくるという電話は、詐欺の可能性がります。すぐに最寄りの警察や消費生活センターなどにご相談ください。

◆消費生活相談

相談費用▶無料

※電話相談は通話料金が発生します。

問い合わせ▶東金市消費生活センター(商工観光課内) ☎(50)1238

相談ガイド

市などの公共機関で行う相談です。すべて無料ですので気軽にご相談ください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、臨時に中止する場合があります。ご理解ご協力をお願いします。

相談名	とき	ところ	問い合わせ	内容・備考
消費生活相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 10:00～12:00、13:00～15:00	消費生活センター(市役所3階)	消費生活センター ☎(50)1238	悪質商法などの消費者トラブルや多重債務でお困りの方の相談に応じます(電話相談可)
職業相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 9:30～17:00	市役所別棟1階	地域職業相談室 ☎(52)1104	職業紹介やパソコン検索が利用できます 雇用保険受給手続きは管轄のハローワークにて受け付けます
交通事故相談	1/16☎10:00～15:00	市役所402会議室	消防防災課 ☎(50)1119	保険請求・示談・ひき逃げなどの交通事故の相談(要予約)
人権・行政相談	1/16☎、2/15☎ 13:00～16:00	市役所202会議室	総務課 ☎(50)1117	人権上の悩みや、国の業務への要望などの相談
家庭児童相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 9:00～16:00	子育て支援課内	家庭児童相談室 ☎(50)1168	子育て上の悩みや親子関係、虐待などの相談に応じています
専門(弁護士)相談	①1/18☎、②2/15☎、③2/22☎ 10:00～16:00 (予約=①受付中、②2/8☎～、③2/15☎～、電話のみ)	ふれあいセンター視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(52)5198	先着10名、初期相談に限ります(1人30分)
心配ごと相談	第2・第4火曜日(休祝日の場合は翌平日) 13:30～16:30	ふれあいセンター視聴覚室	社会福祉協議会 ☎(52)5198	日常生活の中のちょっとした困りごとをご相談ください
ボランティア相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 13:00～17:00	ボランティアセンター(ふれあいセンター2階)	社会福祉協議会 ☎(52)5198	活動に興味がある、活動をしたい、依頼したいなどの相談
子育て相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 15:00～17:00(要電話予約)	簡易マザーズホーム(ふれあいセンター2階)	簡易マザーズホーム ☎(54)1197	乳幼児の発達に関する心配ごとについて
家庭教育相談	毎週月～金曜日(休祝日・年末年始を除く) 9:00～16:00	市役所別棟2階	家庭教育相談室 ☎(54)0783	いじめや不登校、子育てなど教育問題について

※移動交番、保健ガイド(ふれあいセンターの健診・教室・相談、予防接種、山武健康福祉センターの検査・相談)、休日当番医ガイドは、毎月1日号に掲載しています。

とうがね インフォメーション

Togane Information

催し・講座

障がい者ふれあいバスツアー
障がい者(者)のふれあい日帰りバス旅行。いちご狩り、道の駅オライはすめまに行きます。
とき▼3月4日(土)午前9時出発(午後1時ごろ解散)
集合場所▼ふれあいセンター1階ロビー
対象▼市内在住の在宅障がい児(者)と介助者(2人まで)
定員▼先着18名程度
費用▼小学生以上11700円、4歳〜6歳13000円、3歳以下11000円
申込方法▼電話、FAX、はがき、メールで参加希望者がき、①住所②氏名(介助者)の③住所④氏名⑤年齢⑥連絡先⑦車椅子や障害者手帳などの有無を伝えて申し込み
締切▼2月10日(金)
申込先▼東金市社会福祉協議会
☎(55)5198
FAX(52)8227
MAIL togane.shakyo@cronos.ocn.ne.jp

スポーツ

東金市バウンドテニス親善交流大会(競技力向上大会)
とき▼1月27日(金)午前9時30分
ところ▼東金アリーナ
対象▼東金市民および協会長の認める方
競技内容▼ダブルス戦男子、女子、混合ダブルス
定員▼先着20名
費用▼1人500円
申込方法▼郵送またはFAXで申し込み
締切▼1月23日(月)
申込先▼テニス協会(塚田)
☎(50)0321

収税課から 納期限のお知らせ

市民税・県民税(普通徴収)【第4期】
国民健康保険税(普通徴収)【第7期】
後期高齢者医療保険料(普通徴収)【第7期】
介護保険料(普通徴収)【第7期】

納期限 1月31日(火)
納期内に忘れずに納付しましょう

休日の納付相談と納付窓口
とき▶1月28日(土)・29日(日)
午前8時30分〜午後5時15分
ところ▶収税課
※夜間窓口は1月17日(火)に実施します。

納期内納付をお願いします
市税などは、納期内に納めるもので、納期限を過ぎても納付がない場合、督促状が送付されます。そのままにしておくことと差し押さえなどの滞納処分を受けることがありますので、納期内納付をお願いします。
問い合わせ▶収税課
納付相談について ☎(50)1227
納付窓口について ☎(50)1129

**今月の休日窓口は
1月29日(日)**
毎月最終日曜日に住民票の写しや各種証明書の一部を交付します。交付できる証明書など、詳しくは担当課へお問い合わせください。
問い合わせ▶住民票・戸籍・印鑑証明関係
……市民課☎(50)1131
市民税関係・課税課☎(50)1128
納税関係……収税課☎(50)1129
課税課からのお願い〜たばこは地元で買おう〜

相談

行政書士無料相談会
とき▼1月19日(木)午後1時〜4時受付
ところ▼東金中央コミュニティセンター
内容▼相続、遺言、贈与、契約、談および困りごとの相談
※申込不要です。直接会場にお越しください。電話での相談はできません。
申込先▼千葉県行政書士会無料相談事務局
☎090(4017)5697

大会などの結果

第7回東金市バウンドテニス親善交流大会
◆女子ダブルス
(Aブロック)
優勝▼中村(り)・増田ペア
準優勝▼稲垣・林ペア
第3位▼吉岡・埴田ペア
(Bブロック)
優勝▼土屋・藤平ペア
準優勝▼遠山・堂地ペア
第3位▼中村(珠)・田口ペア
(Cブロック)
優勝▼SAKURA
準優勝▼八街ミックス
第3位▼ティータム
(Dブロック)
優勝▼サタデーフラワー
準優勝▼千城台4649

今月の施設休館日

東金図書館▼16・19・23・30
※毎週火曜日は、午後7時まで閉館します。
東金文化会館、東金アリーナ
▼16・23・30
トレーニングセンター▼17・24・31
児童館▼16・23・30

お知らせ

千葉外房有料道路無料開放
料金徴収期間満了に伴い、千葉外房有料道路が無料で通行できるようになります。
とき▼2月1日(水)午前0時〜
申込先▼千葉県道路公社(平日午前8時30分〜午後5時15分)
☎043(227)9331

外国人のための無料法律相談
弁護士や行政書士が在住外

全国一斉生活保護相談会
無料の電話相談会を実施します。秘密は守られます。
とき▼1月22日(日)午前10時〜午後4時
相談ダイヤル▼
☎0120(052)088
申込先▼千葉県青年司法書士協議会
☎043(488)4633

外国人のための無料法律相談
弁護士や行政書士が在住外

文化会館ガイド

◆ 東金文化会館 ◆ ☎(55)6211 ホームページ <https://www.tobunspo.or.jp/>

TOGANESINEMA Vol.41 映画 **異動辞令は音楽隊!**

現場一筋30年の鬼刑事が警察署内の「はくれ者集団」にまさかの「異動」!

1月29日(日) [大ホール]
①10:00 (開場 9:30)
②13:00 (開場 12:40)
③16:00 (開場 15:40)
※各回入替制(上映時間119分)
当日券は、各回の開場時刻より販売します。

【チケット料金】
全席自由 一般1,000円
高校生以下(3歳以上)700円
捜査一課の鬼刑事の異動先は、まさかの「警察音楽隊」?!
主演 阿部寛 × 脚本・監督 内田英治 のタッグで贈る、活力と希望、そして人生を彩る音楽♪をお届けする爽快なヒューマンドラマ。

【出演】 阿部寛 清野菜名、磯村勇斗 高杉真宙、光石研 西村まさ彦、平田満 倍賞美津子 他
【原案・脚本・監督】 内田英治
【主題歌】 「Choral A」 Official 髭男 dism
【当日券のみ】

©2022「異動辞令は音楽隊!」製作委員会

東金文化会館四季彩コンサート一春ー
東金 Spring JAZZ
〜名知玲美 Sings Standard collections〜

3月19日(日)14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】全席自由2,000円
※未就学児のご入場はご遠慮願います。
ジャズ界の歌姫・名知玲美がスペシャルトリオと共に登場。スタンダードナンバーを中心にお届けする至高のジャズライブ。

【出演】 名知玲美(vocal) 松本茜(piano) 須川崇志(bass) 藤井学(drums)
【予定曲目】 Moon River、Fly me to the Moon、A Night in Tunisia Sunflower、糸 他
[発売中]

桜を愛でる。八坂茶会
4月1日(日)、4月2日(日) 10:00~15:00
入場無料 [大ホール ホワイエ]
※1日先着150名様まで。(定員になり次第終了します。)
桜の季節の八坂茶会、お気軽にお越しください。
協力:東金茶道会

12/6 JIU薬学部学生による薬物乱用防止教室



一人ひとりがしっかり学びました

東小学校で、6年生を対象に、城西国際大学薬学部学生による薬物乱用防止教室が開かれました。学生たちのロールプレイを交えた講義を通じて、薬物や酒、たばこなどが身体に与える影響を学びました。



11/25-26 雑がみも積もれば山となる!

雑がみがリサイクルできることをもっと知ってもらうため、1人あたりの集めた雑がみの量を、市内の小中学校単位で競うイベントを実施。全体でなんと1.56トンもの雑がみが集まり、ごみの減量とリサイクルの推進に貢献してくれました。1人あたりの雑がみ量が最も多かった福岡小学校、東中学校では表彰式を行いました。



小学校の部

福岡小学校



中学校の部

東中学校

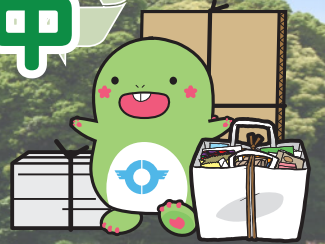
雑がみ発見大作戦

紙ごみを資源に! 環境にやさしいリサイクル 雑がみもリサイクル倉庫で回収中

使用済みの紙類には、リサイクル可能なものがたくさんあります。可燃ごみとして燃やさず、リサイクル倉庫に搬入することで、貴重な森林資源の消費を抑えられ、環境負荷を減らすことにつながります。

古紙は貴重な資源のひとつです。ごみとして捨ててしまわず、リサイクルにご協力ください。

問い合わせ▶環境保全課 ☎(50)1170



リサイクル倉庫への搬入方法

地区コミュニティセンターの倉庫もご利用ください



《紙類のまとめ方》

- ① 雑がみ
ひもで十字に縛るか、紙袋にまとめてこぼれないようにひもで縛る
- ② 段ボール、新聞紙、雑誌
ひもで十字に縛る
- ③ シュレッダー紙類
透明な袋に入れて袋の口をしっかりと縛る

【リサイクル倉庫】
設置場所▶市役所・地区コミュニティセンター駐車場
利用時間▶午前8時30分～午後5時



リサイクルできる「雑がみ」

※代表的な例です。リサイクルできる雑がみは他にもあります。

① 紙袋



② 封筒、はがき、名刺



③ カレンダー (金具は外す)



④ 包装紙



⑤ トイレtpペーパーなどの芯



⑥ パンフレット、割りばしの袋、たばこの箱



⑦ ティッシュ紙箱 (ビニールは取る)



⑧ お菓子の紙箱



⑨ メモ用紙、コピー用紙



【リサイクルできない紙】

- ① 汚れた紙 ② 匂いのついた紙 ③ 防水加工された紙
- ④ 写真 ⑤ 圧着はがき ⑥ 感熱紙 (レシートなど)
- ⑦ カーボン紙 (宅配便の伝票など) ⑧ 粘着テープ

→ 可燃ごみへ

■ 広告欄 ■

第9回

「認知症予防と脳の活動向上」



秀野院長
【認知症専門医】

「ヒトは血管とともに老いる」というオスラー博士の有名な言葉があります。血管が老いるとは動脈硬化のことであり、加齢によって確実に動脈硬化は進みますがその程度は人それぞれです。この場合動脈硬化の指標となるのは比較的大い血管ですが、認知症という観点で見ると合には脳細胞の近くにあって直接栄養や酸素を届ける微細な血管の健康度が重要です。このような細いけれども高密度に存在する細い血管の健康度を保つためには、十分な血液を循環させる必要があります。

「転石若むさず」「流れる水は腐らず」というように血液の流れが悪い状態を長く続けないことが大切です。ではどうすれば脳の血液循環をよくすることができるのでしょうか。ポイントは「脳は活発に活動しているところほど血液が多く流れる」ということです。脳は部位によって機能が異なるので、多くのことに取り組んで1日をぼんやり過ごさないことが大切なのです。

医療法人 静和会 浅井病院 東金市家徳 38-1 ☎58-1407

リニューアル Open 認知症予防ドック 準備中

人間ドックを受診される方で頭部MRIを受ける、65歳以上の方を対象に認知症と関連の深い「海馬の萎縮度」の解析を行っています(無料)

■ 広告欄 ■

漢方相談

肩こり 痛み しびれ 冷え 頻尿 不妊 ぢ 鼻 不眠 不安 うつ 肥満 喘息 二キビ シミ 乾癬 かゆみ 耳鳴り 更年期 めまい 嗅覚障害 チック症

漢方専科ファーマシーはぎわら 東金駅東口 徒歩1分 ロータリー内 相談時間 10:00~12:00 14:00~19:00 定休日 日・祝 予約制 ☎0475-52-1818 キョーレオピンネオ・レオピンファイブネオ 取扱店

はじめての方、いつでも診療いたします。厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所 医療法人 社団 歯友会

東金デンタルクリニック

歯科/小児歯科/矯正歯科/歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 日・祝祭日 AM9:00~PM6:00 年中無休

東金市東金1146 (東金駅入口)

TEL.0475-52-0418

ファミリー歯科

歯科/小児歯科/矯正歯科/歯科口腔外科

診療時間 平日 AM9:00~PM7:00 休診日 日・祝祭日 AM9:00~PM6:00 年中無休

東金市東岩崎2-25-14 (東金バイパス ケンタッキー隣り)

TEL.0475-55-8111