



7月15日号

2023年(令和5年) No.1335
毎月1日・15日発行

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

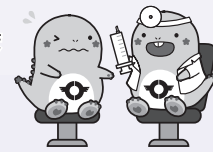
とうがね

新型コロナワクチンの接種 (令和5年春開始接種)は8月末まで

接種を希望する方は、お手元に届いた接種券を確認の上、医療機関で早めにご予約ください。

※9月以降は、令和5年秋開始接種が始まる予定です。

問い合わせ▶健康増進課☎(50)1173



東金のプラムやったいさ!!

※やったいさとは? 東金地域の方言で食べてみて、召し上がれという意味です!



東金プラム組合の農家が研究を重ねた高品質のプラムは、直売所で売り切れてしまうほど人気の特産品です。

6月下旬から8月にかけて、さまざまな品種を楽しめます。各農園での直売のほか、道の駅みのりの郷東金や市内の農産物直売所でも販売しています。

俺らの自慢のプラム、"やったいさ"!



東金プラム組合
組合長 安井一吉さん

葉酸・カリウム・
ビタミンEが
多く含まれていて、
夏バテ防止や美肌
効果も期待できるよ!



農園名	住所	電話
安井農園(組合長)	山田 1206	(52)5700
	小野 919	
鶴岡農園	小野 532	(52)5728
つるおかプラム園	小野 409	(52)5729
渡辺農園	小野 533	(52)5725
増田農園	油井 611	(52)5880
増田プラム園	油井 965	(52)5841

※詳しくは各農園にお問い合わせください。

主なプラムの品種

- ソルダム ちょうど良い甘酸っぱさがプラム好きにはたまらない。(7月上旬~8月中旬頃)
- サマーエンジェル 適度な酸味もあり、濃厚で糖度が高く、甘みが強い。(7月中旬~8月中旬頃)
- 貴陽 大きくて食べ応え十分。糖度が高く甘みが強い。栽培が難しく「幻のプラム」と称される。(7月中旬~8月下旬頃)
- 太陽 食感がやや硬めで糖度が非常に高く、甘みを存分に楽しめる。(8月中旬~下旬頃)

※他にもさまざまな品種があり、農園ごとに異なります。

楽しくおいしく
健康に!

毎月19日は「食育の日」

家族や地域で楽しく食卓を囲むなど、食育の日をきっかけに食生活を見直してみませんか。
問い合わせ▶健康増進課☎(50)1174

「減塩」を心がけよう

全国と比べ、千葉県は食塩摂取量が多いことがわかっています。1日の食塩摂取量の約7割は調味料からの摂取(*1)。味付けも工夫してみましょう。

千葉県民の食塩摂取量(*2) (20歳以上の平均値)



*1 調味料はしょうゆ、塩、みそなど。
(平成27年県民健康・栄養調査結果の概要)
*2 健康ちば21(第2次)中間評価報告書より

毎月19日更新!「おいしいレシピ」

生活習慣病予防に役立つレシピ(市管理栄養士監修)を毎月制作。東金市食生活改善会の皆さんが市内スーパーや薬局などに設置し、広めています。減塩できるレシピとコラムをご活用ください。

▶レシピは県内の食材を主に使用



▶ホームページにも掲載



食品ロスを減らせる

食べきりエコスタイル

日本の食品ロスは、年間523万トン(令和3年度調べ)。1人あたりの食品ロス量の試算は1日約114グラムで、なんとお茶碗約1杯分の食品を毎日捨ててしまっていることとなります。

食品ロスを減らす「食べきりエコスタイル」で、環境にも家計にも優しい生活を始めてみませんか。
問い合わせ▶環境保全課☎(50)1170



▶買い物のときは

- ▶買い物の前に冷蔵庫の中身を確認しよう。
- ▶ばら売り、量り売り、少量パックなどを使い、必要以上に買わない。
- ▶すぐ食べるものは手前から取ろう。
- ▶見切り品なども上手に使おう。



冷蔵庫の点検日を作ってみよう



▶保存するときは

- ▶食材が長持ちするよう適切に保存しよう。
- ▶冷蔵庫の中身を定期的にチェックしよう。
- ▶賞味期限と消費期限の違いを理解し、食材を賢く利用しよう。

▶料理のときは

- ▶食べられる部分を無駄にしていないか見直そう。
- ▶食べ切れる量を食卓に並べよう。
- ▶余った料理はリメイクなどの工夫をしよう。

▶外食のときは

- ▶食べ切れないときは、小盛りやハーフサイズを利用しよう。
- ▶苦手な食材があるときは、入れないでもらえるか相談してみよう。

東金市食生活改善会



農林水産省主催 第7回食育活動表彰
「消費・安全局長賞」受賞

「地域の健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通じた健康づくりを地域で進めているボランティア団体です。表彰は、特定保健指導時のみそ汁塩分測定やおいしいレシピの普及、オンラインを使った太巻き寿司教室などが評価されました。

一緒に活動してみませんか。健康教室(申込締切7月18日(火))の受講後に会員になります。



園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

園道の駅みのりの郷東金
 ☎(53)3615

とうがね
インフォメーション
 Togane Information

収税課から納期限のお知らせ

固定資産税・都市計画税 **【第2期】**
 国民健康保険税(普通徴収) **【第1期】**
 後期高齢者医療保険料(普通徴収) **【第1期】**
 介護保険料(普通徴収) **【第1期】**

納期限 7月31日(月)
 納期限内に忘れずに納付しましょう

夜間・休日の納付相談と納付窓口

とき▶7月30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7月18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、納期限内に納めるもので、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 7月30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

催し・講座

動物愛護センターのイベント

募集

相談

お知らせ

犬のしつけ方教室
 とき▶①7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

犬のしつけ方教室
 とき▶7月27日(木)、8月24日(木)、9月28日(木)午前10時～正午
 ②8月3日(木)、9月7日(木)
 ※①は基礎講座②は実技講座(どちらも要予約)です。

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

第15回東金チャレンジフェスタ参加団体募集
 障がいの理解と障がい者との交流を目的に開催します。
 とき▶12月3日(日)午前10時～午後2時

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

好親善事業
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

戦没者遺児による慰霊友会
 父などの戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに同地域の住民と友好親善を図るため、日本遺族会が実施します。

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。

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	8/7⑧10:00～15:00	市役所402会議室	消防防災課☎(50)1119	保険請求・示談などの交通事故の相談(要予約)
人権・行政相談	7/18⑧、8/15⑧13:00～16:00	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
こころのお悩み相談	7/28⑧、8/25⑧ 10:00～12:00(要電話予約)	ふれあいセンター視聴覚室	中核地域生活支援センターさんネット ☎(77)7531	精神保健福祉士や社会福祉士などの相談支援職が家庭や職場内の悩み、身近な人の引きこもりなどの相談に応じています
専門(弁護士)相談	①7/19⑧、②7/26⑧、③8/16⑧ 10:00～16:00(予約=①受付中、②7/19⑧～、③8/9⑧～)	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・予約は電話のみ)
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	不登校や進路など家庭での教育に関するさまざまな相談

※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。

東金文芸

東金俳句

会員募集中 問い合わせ▶齋藤 ☎090(3401)3035

新緑にとどきそうな手三歳児
待ち人をさへぎる雨やはたた神
青鷺の魚呑み込む日の盛り
遺言の骨撒き海の日なりけり
水吹いて虹遊びする子や日の盛り
大賀蓮太古の香り放ちけり
どくだみの姿見えねど香けり
真夜中に鳴り出すスマホ返え返る
リン酸の泡立つ如く田水湧く
草を取る無になる時を知りにけり
十葉とせめぎ合ひたる庭仕事

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

※はたた神は雷の、十葉はドクダミの別名です。

東金短歌

米粒のような南天の白い花
待つ子らに思い残すや草むらに
庭隅に植へ付けしたるガクアジサイ
砂利道をぬたくり羽化す一頭の
つばめの子おぼつかなくも今日巣立つ
繁りたる木々の緑の色澄みて
ジュンベリー真つ赤に熟しジャム作り
田水張る野の道行けば揚げ雲雀
七十余頑張りすぎた心臓は
生け垣に添いて咲きたる額紫陽花
昼夜なく疲れたら寝る日常を
吟詠の稽古で臨む発表会
他人と自分を重ねて眺む

石森 晴子 伊藤 昇 上木名慧子 内海 純子 片岡 靖子 川島 薫子 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

みんなの広場

東金I・V・C日本語教室
ボランティア募集
外国人への日本語学習支援
日本語で日本語を教えます。
とき▼①毎週木曜日・土曜日
午前10時～正午②毎週金
曜日午後7時～9時
ところ▼東金中央コミュニ
ティセンター
東金I・V・C日本語教室
(前嶋) ☎(52)2713
九十九里大漁木遣り唄
全国大会
九十九里大漁木遣り唄、日
本一を決める大会です。
とき▼7月30日(日)午前9時45
分～午後5時
ところ▼東金文化会館小ホール
定員▼先着350名
九十九里大漁木遣り唄全国
大会実行委員会(浅沼)

東金将棋大会参加者募集

日頃の腕試しに参加して
ませんか?
とき▼8月6日(日)午前9時～
午後4時
ところ▼東金中央コミュニ
ティセンター
定員▼先着40名程度
費用▼1千円
東金将棋同好会(伊東)
☎080(7757)9629

今月の施設休館日

東金図書館(臨時窓口・事務
所)▼18・24・31
※耐震補強工事のため1月3
日(水)まで休館予定です。
東金文化会館、東金アリーナ
▼19・24・31
トレーニングセンター▼18・
25
児童館▼17・18・24・31

消費ナビ 消費者ホットライン☎188(いやや)

低価格で誘う換気扇やエアコンクリーニングの電話勧誘に注意

◆内容
電話で「お試し価格3千円で、換気扇やエアコンのクリーニングができる」と勧誘され、換気扇の掃除を依頼した。業者が来訪し換気扇を掃除した後、汚れが付きにくくなるからと、コーティングを強く勧められ、断れずに承諾した。すると、風呂場や洗面所の換気扇もコーティングされ、約30万円も請求された。高額だと思ふ。

◆アドバイス
・低価格と勧誘されても、電話の説明だけでは詳しい内容は分かりません。安易に訪問を承諾せず、いったん電話を切り、周りに相談するなどしてから判断しましょう。
・電話勧誘トラブルの防止には、通話記録装置や迷惑電話対策機能が付いた電話機を使うことも有効です。

・作業当日に追加の契約を勧誘されてもその場で決めないようにしましょう。作業時は、なるべく家族などに同席してもらいましょう。
・クーリング・オフができる場合があります。困ったときは、すぐに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
※電話相談に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



文化会館ガイド

TOGANESINEMA Vol.44 ユートピア 共催事業 ◆ 東金文化会館 ◆ ☎(55)6211 ホームページ <https://www.tobunspo.or.jp/>

映画「ドラえもん のび太と空の理想郷」

7月16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107分)
【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
【当日券のみ】
当日券は、各回の開場時刻より販売します。

監督: 山本卓見 原作: 藤子・F・不二雄 脚本: 古沢良太
もしもどこかに何でも叫ぶ夢のような楽園が存在していたら...?
空に浮かぶ理想郷ユートピアでの大冒険が始まる——!!

ユートピア 共催事業
竹之内淳子ソプラノコンサート
～ジュンコ、タケシ、マキコの音楽室へ～

8月6日(日)14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】
全席自由 大人2,000円
学生(大学生まで)1,000円
ソプラノ: 竹之内淳子 ピアノ: 鈴木真貴子
【ゲスト】バリトン 岩田健志
松尾女声コーラス ききょう
山武市職員合唱団 ザ・ミードルズ [発売中]

おやこdeオペラ「シンデレラ」
～0歳でもOK!みんなが楽しめる歌芝居～

9月10日(日)14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】
全席自由 大人1,600円
子ども(小学生以下)1,000円
※3歳未満は保護者の膝上無料
【出演】二期会B.L.O.C千葉 [発売中]

フラフェスティバル in 東金VIII
～想いを繋ぐ、未来へ～

8月20日(日)13:00開演 [大ホール]
【チケット料金】全席自由1,500円
ゲストステージ
笛吹ナヲ子、西里慶、牛島敬太、鈴木祐輔、furani、田中新、ハールウケオラケラナキラ
山武郡市内で活動しているフラ団体13組が出演。
田中新率いるハールウケオラケラナキラとスペシャルバンドによるゲストステージにもご期待ください。 [発売中]

東金文化会館四季彩コンサート一秋一
宮本貴奈トリオ with エリック・ミヤシロ
—Special JAZZ Concert—

10月1日(日)14:00開演 [小ホール]
【チケット料金】全席自由2,500円
※未就学児のご入場はご遠慮願います。
【出演】宮本貴奈トリオ
宮本貴奈(piano/vocal)
小川晋平(bass)
小田桐和寛(drums)
エリック・ミヤシロ(trumpet)
[7月15日(日)発売]



街かどアイドル



(有)辻牛乳
つじまい
辻舞さん
(市内在勤)

家族で牛乳・健康・元気を届けています。辻牛乳は、昭和27年創業、地域で愛されて71年になりました。

牛乳屋の朝はもちろん早く、夜明け前に起床し、各ご家庭、パン屋さん、老人ホームや幼稚園、保育所など各所に配達しています。

配達先で「いつもありがとう」と言われたときは、とてもやりがいを感じますが、悪天候での配達など辛いときもあります。ですが、配達を待っていてくださる人たちの溢れる笑顔に出会うたび、背中を押され、自然と足が動いて頑張ることができます。



牛乳、ヨーグルト、チーズやプロテイン飲料などさまざまな乳製品を届けていますが、どれもスーパーで気軽に手に入る時代。各ご家庭への配達も減ってきています。正直、寂しい気持ちになることもありますが、牛乳配達には、日本の古き良き文化であると思っています。配達を通して生まれる、人とのふれあいやつながり。そこから生まれる地域コミュニティ。そんな魅力を未来へ残していくことが、私たちの使命だと思っています。

これから夏本番。牛乳は、熱中症予防に効果があると聞いたことがあります。牛乳を飲んで暑い夏を乗り切ってくださいね。

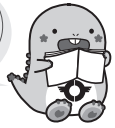
問い合わせ▶(有)辻牛乳 ☎(52)2442



6/10 サンピアで図書館の「おはなし会」

子ども向けの本の読み聞かせを行う「おはなし会」。東金図書館が耐震補強工事で休館中のため、サンピア(協同組合 東金ショッピングセンター)のご厚意により、会場の提供を受けて行われました。

みんなで来てね!



今後も毎週土曜日の午後3時からサンピア2階(旅行サロン前)で行います。対象は幼児~小学校低学年です。



取材ノート
楽しいおはなし、いっしょに!

集積場へは
当日朝8時まで

ごみはルールを守って出しましょう

問い合わせ▶環境保全課 ☎(50)1170

家庭ごみの出し方

リーフレット「家庭ごみの出し方」を、環境保全課で配布しています。ホームページでもご覧になれます。便利なごみ分別アプリ(ごみ出しカレンダー機能付き)もご利用ください。



▲家庭ごみの出し方



ごみ分別アプリ

LINEの東金市公式アカウント、スマホアプリの2種類があるよ。好きな方を使ってね。



可燃ごみ 資源ごみ 不燃ごみ

- ・ごみの種類ごとに分別して専用の袋に入れる
- ・中身がこぼれないよう口元を縛って出す
- ・生ごみなどは水気をしっかり切る
- ・カン、ビン、ペットボトルは中を空にして水洗いする
- ・紙類などはリサイクル倉庫を利用する



蛍光灯類

- ・ケースに戻すなど割れないようにする
- ・電球などは中身が見える袋に入れる



電池類

- ・中身が見える袋(レジ袋など)に入れる
- ・乾電池やコイン電池、ボタン電池は図のようにセロハンテープなどで絶縁処理をする
- ※自動車のバッテリーなどの鉛蓄電池は販売店に引き取ってもらうか、処理専門業者に依頼してください。
- ※電池が簡単に取り外せない小型家電(電気シェーバーや加熱式たばこなど)は、そのまま電池類として出せます。



集積場に出せないごみ

×事業系ごみ

少量でも集積場には出せません。事業系一般廃棄物と産業廃棄物に分別して適正な処理をお願いします。



▲事業系ごみの出し方

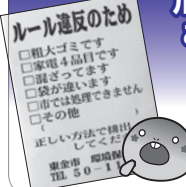
×粗大ごみ

指定ごみ袋に入らない場合は粗大ごみ(有料)です。東金市外三市町環境クリーンセンターへ予約してください。

自己搬入受付▶☎(55)9141

戸別収集受付▶☎(50)5300

ルールが守られていないごみは収集されません!



収集できないごみには黄色い違反シールが貼られます。確認して出し直してください。

広告欄

広告掲載に関する問い合わせ▶秘書広報課☎(50)1114

第15回 「肥満の人はアルツハイマー病と同じく脳が萎縮?」

中年期の肥満は将来的なアルツハイマー病の危険因子とされています。中年期の肥満は糖尿病・高血圧・脂質異常症などと関連が深いですが、肥満以外は健康という場合はどうでしょうか。最近発表された肥満による脳萎縮に関する研究結果では、肥満者の脳萎縮(肥満脳地図)とアルツハイマー病の脳萎縮(アルツハイマー脳地図)には、かなり関連性があることが示されています。ただ、萎縮する場所はすべての場所で重複しているわけではなく、その程度もアルツハイマー病の方がはるかに大きい状態でした。また肥満者の脳萎縮部位にはアルツハイマー病で認められるアミロイドヤウと似た異常タンパクは認められませんでした。以上のことから、肥満による脳萎縮はアルツハイマー病の始まりであるアミロイド蓄積に先行している可能性があり、やはり将来的な認知症予防の観点からも対策が重要であるといえます。

秀野院長
【認知症専門医】

有料広告募集

この欄に有料広告を募集中です。バナー広告などの媒体もあります。

掲載号▶1・15日発行号

規格▶1枠=縦4cm×横6cm
(1広告主につき各号6枠まで)

費用▶1枠5,000円(1回掲載当たり)

不動産 買取ります!

空き家・アパート

- ◆現金買取可能!
- ◆所在地は問いません。
- ◆居住者がいても相談可!
- ◆再建築不可・事故物件・違法物件 何でもご相談下さい!

宅地建物取引業
千葉県知事(1)第18211号
東金市上武射田2417-1-1F

株式会社トータルアセット
小林 0475-78-5775

広告欄

漢方相談

肩こり 痛み しびれ 冷え 頻尿 不妊
ホテリ 汗 便秘 ち 鼻 不眠 不安
うつ 過食 肥満 喘息 ニキビ シミ
乾癬 かゆみ 耳鳴り めまい 更年期
チック症 味覚・嗅覚障害 コロナ後遺症

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
キョーレオビネオ・レオビファイブネオ 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 年中無休
日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

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 年中無休
日・祝祭日 AM9:00~PM6:00

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

医療法人 静和会 **浅井病院** 東金市家徳 38-1 ☎58-1407

認知機能検査が
新しくなります!

質問に対する視線の動きから認知機能の状態を評価し、認知障害を調べるVRを使用した認知機能検査が新しくオプション検査に追加されます。脳ドック希望の方には無料でご案内します。