



7月15日号

2024年(令和6年) No.1359
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

主な内容

- 市ホームページバナー広告掲載募集..... 3
- 自宅時間に一工夫！省エネに取り組みよう!! 4
- 毎月19日は「食育の日」..... 4

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、心ふれあい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。
- しまりを守り、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。



プラムがお店に並ぶまで

時期によってさまざまな品種を楽しむプラム。丹精込めて作っています。



はじめは小さな苗木です



春には桜のような花が一面に咲きます



みずみずしい実が鈴なりに実ります



直売所や販売所に並びます

東金のプラムは…

東金プラム組合の方々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。

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～7月下旬)
 - 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月上旬頃)
 - 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月上旬頃)
 - 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。

東金プラム組合

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。

広報とうがねは8月1日号からA4判・月1回発行に変わります

次号から
A4判冊子 1日発行

これまで
タブロイド判 / 1日・15日発行

皆さんに愛される広報紙を目指します!



紙面が変わります
A4判冊子の広報紙では、より皆さんに伝わりやすい、読みやすい広報紙を目指していきます。発行回数を月1回にする中で、タイムリーな情報は、ホームページやLINEも活用しながらお知らせします。

郵送申込・問い合わせ▼秘書広報課
☎(50)1114

情報をギュッとまとめます!



近年、新聞購読者数が減少している中で、より多くの方に読んでいただくための方法を検討してきました。その結果、開いた紙面を一目で見渡しやすい、保管しやすいA4判冊子の大きさに、発行回数を月1回に変更します。

変更の背景

広報紙の配布は、新聞折込をメインに、希望者への郵送や公共施設などへの配架、LINEなどデジタル版での配信によりお届けしています。近年、新聞購読者数が減少している中で、より多くの方に読んでいただくための方法を検討してきました。その結果、開いた紙面を一目で見渡しやすい、保管しやすいA4判冊子の大きさに、発行回数を月1回に変更します。

市の魅力を写真などで伝えます!



広報とうがねは、昭和28年8月、合併による東金町の誕生を契機に刊行。今号で1千359号となり、70年以上の歴史があります。来月からA4判に変更し、毎月1日に発行します。

郵送申込



電話・窓口でも受け付けます

広報とうがねデジタル版



LINE
友だち追加で発行日にお知らせ



マチイロ
広報紙が読めるスマホアプリ



ホームページ
バックナンバー2年分掲載

とうがね インフォメーション

Togane Information

催し・講座

児童館

◆なかよし劇場(三映画会)

「かぐや姫」「木こりと金のおの」「忍たま乱太郎」を上映します。

とき▼7月20日(土)午後2時～3時

対象▼市内在住の18歳未満の児童とその保護者

◆レゴブロックで遊ぶ2日間

大きな作品やかっこいい作品を作り、展示しましょう。ヒントとなる設計図もあります。2日間続けて作るのもOK!仲間と作るのもOK!

とき▼8月1日(木)・2日(金)午後1時30分～3時30分

対象▼市内在住の年長児以上(年長児と小学1年生は保護者同伴)

持ち物▼飲み物

【共通事項】

申込不要です。直接会場にお越しください。

固児童館 ☎(50)1235



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(水)

納期限内に忘れずに納付しましょう

休日・夜間の納付相談と納付窓口

【休日】 とき▶7月28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16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

課税課からのお願い～たばこは地元で買いましょ～

今月の休日窓口は7月28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

県立農業大学校 ブルーベリー狩り

とき▼7月20日(土)・21日(日)・27日(土)・28日(日)、8月3日(土)・4日(日)午前10時～正午(雨天中止)

ところ▼県立農業大学校
定員▼1日あたり30名(要申込)

費用▼小学生11500円、中学生以上11千円
※未就学児は無料です。
※ひまわり迷路も無料開放。
昆虫展も同日開催です。

固県立農業大学校 ☎(50)25121

ひまわり迷路も開催中

QRコード
ブルーベリー狩り申込はこちら

祝！市制施行70周年
第19回ボランティアまつり
ボランティア活動を見た

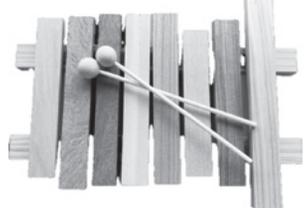
森林を学ぼう！ 夏休み木工教室

森林の大切さを学びながら、木工細工(木琴)をつくってみませんか。

とき▼7月27日(土)、8月4日(日)午前10時～正午

ところ▼道の駅みのりの郷東金

対象▼市内在住の小学校低学年の児童とその保護者
定員▼各回先着10組



募 集

わが家の犬・猫写真コンクール

対象▼県内在住の方
締切▼8月22日(木)(当日消印有効)

申込方法▼電話で①氏名(全員)②住所③電話番号④希望日を伝えて申し込み

望日道の駅みのりの郷東金 ☎(50)3615

東千葉メディカルセンター 糖尿病教室

糖尿病治療に必要な基礎知識について学べます。ご参加でも参加できます。

とき▼8月1日(木)午後2時～3時

ところ▼東千葉メディカルセンター2階講堂

内容▼医師の講演「健「幸」長寿のための生活習慣/理学療法士の講演「健康な体づくり」歩くだけじゃもったいない」
※申込不要です。直接会場にお越しください。

固東千葉メディカルセンター 総務課 ☎(50)1199

お知らせ

地域計画アンケート調査 7月31日(水)まで回答期限を延長しました

地域計画策定に向けて、アンケート調査を実施しています。5月下旬に、農業者の皆さんへアンケート調査票を送付しました。

地域の農業・農地を次の世代に引き継いでいくための基礎資料になります。未回答の方は、ご協力をお願いします。

固農業委員会事務局 ☎(50)1177

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(祝休日・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(祝休日・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	8/5日、9/2日10:00～15:00	市役所203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	7/16日、8/15日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(祝休日・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	7/26日、8/23日 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	①7/17日、②7/24日、③8/21日 10:00～16:00(予約=①受付中、②7/17日～、③8/14日～)	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(祝休日の場合は翌平日) 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(祝休日・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(祝休日・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(祝休日・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。

消費ナビ

消費者ホットライン☎188(いやや)

SNS上の投資グループ内で勧誘されるFX取引に注意

◆内容
LINEで友達申請してきた人から、投資グループに誘われた。そのグループ内で「高倍率の取引ができる海外FXの情報を入力して一緒にもうけよう!」と誘われ、海外FXの口座を開き、指定された個人名義の口座に50万円振り込んだ。FX口座内で倍以上の利益が出たので、約15万円の出金を申し出たところ、自分の銀行口座に入金された。信用できると思い、毎回異なる個人名義の口座に計700万円を振り込んだ。しかし、約50万円の出金を申し出たら「海外取引税として約160万円を振り込まないと出金できない」と言われた。元金だけでも回収したい。

◆アドバイス

- ・SNS上の投資グループ内で勧誘される詐欺的なFX取引に関する相談が寄せられています。確実にもうかる話はありません。
- ・取引画面上では利益が出ているように見えても、画面自体が架空で、実際に取引されてい

ない場合があります。注意が必要です。

- ・通常のFX取引で個人名義の口座を使って入金させることはありません。振込先に個人名義の口座を指定された場合は、詐欺の可能性が高いため、絶対に振り込まないでください。
- ・FX取引を行う場合は、必ず金融商品取引業の登録の有無を金融庁HPにある「免許・許可・登録等を受けている業者一覧」で確認しましょう。掲載のない無登録業者との契約は行わないでください。
- ・FX取引はリスクの高い取引です。仕組みがよく分からなければ契約しないでください。
- ・困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

◆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

相談

行政書士無料相談会
とき▼7月18日(木)、8月15日(木)午後1時~3時30分受付
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、家族信託など市民法務の相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。
☎千葉県行政書士会東総支部 無料相談事務局 ☎090(4017)5697

みんなの広場

東金将棋大会参加者募集
有段者の部と級位者の部があります。
とき▼8月4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

対象▼市民および近隣市町在住者
定員▼先着40名程度
費用▼800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▼16・18・22・29
※8月までは休館日を除き午後7時まで開館します。
東金文化会館、東金アリーナ▼17・22・29
トレーニングセンター▼16・23・30
児童館▼15・16・22・29

九十九里大漁木遣り唄、日本全国大会

一と踊りをお楽しみください。
とき▼8月4日(日)午前9時45分~午後4時30分
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) ☎(52)5924

としがね川柳会 課題「笑う」 選句 安延春彦

今泣いていつか笑うと決めた道	阿川明美
※問題を笑い茶化して先送り	細矢収二
※お互いに老けたと思う笑いジワ	渡辺光恵
決めていゝ一日一度大笑い	錦見恵美子
※このところ笑い止まりめ武器商人	塚村善弘
孫が来て緩むは頬と財布かな	菅野容子
※要注意笑う門には鬼もいる	上岡友子
※ハイチーフス笑った皺に溝深く	土田順恵
幸せは家族の笑顔と美味しい飯	伴里美
目尻脇笑い皺なら許せます	積田節子
思い出し独り笑いで猫が逃げ	土田良夫
これ以上長生きいやと笑い顔	宇津木みどり
ゲラゲラと今年もトラは大笑い	遠藤雅仁

あなたの会社をPRしませんか

市ホームページバナー広告掲載

毎月3万件以上のアクセスのある市公式ホームページのトップページにバナー広告を掲載してみませんか。
バナー広告をクリックすると、広告主のホームページにアクセスされます。詳しくは市ホームページのトップページ広告欄「広告募集中」をクリックしていただくかお問い合わせください。
申込・問い合わせ▶秘書広報課 ☎(50)1114

▲掲載イメージ

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/>

TOGANEシネマvol.49
映画ドラえもん
シンフォニー
のび太の地球交響楽
7月15日(月祝) [大ホール]
① 9:30 (開場 9:00)
② 12:45 (開場 12:25)
③ 15:30 (開場 15:10)
全席自由 一般 1,000円
高校生以下(3歳以上)700円
当日券は各回の開場時刻より販売します。
上映時間 115分 [当日券のみ]

おやこdeオペラ「ヘンゼルとグレーテル」
~0歳でもOK!みんなが楽しめる歌芝居~
7月27日(日)14:00開演
【チケット料金】 [小ホール]
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
◇13:00よりロビーイベント『ミラクルハーブづくり』開催!
【出演】 二期会BLOC千葉
[発売中]

共催事業 **蝶和 フルート・オカリナデュオによるファミリーコンサート**~クラシック音楽に触れよう~
8月10日(日)14:00開演
【チケット料金】 [小ホール]
全席自由 一般 2,000円
中学生以上(学生証あり)1,000円
小学生 500円
未就学児(4歳以上) 無料
【出演】
フルート・オカリナ: 宗形彩、神明弘奈
ピアノ: 湯田聡子、ソプラノ・ナレーション: 青山真子
[発売中]

共催事業 **竹之内淳子 ソプラノコンサート**
~ジュンコの音楽室 Vol.2(解説付)~
8月18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 1,000円 (当日500増し)
【出演】
竹之内淳子 (ソプラノ)、村上尊志 (ピアノ)
ゲスト: 真塩直 (テノール)
《プログラム》
・武満徹作曲 小さな空、翼
・ヘンデル作曲 私を泣かせてください、樹木の陰で
・ブッチーニ作曲~没後100年によせて~
『トスカ』歌に生き、愛に生き、他
[発売中]

フラフェスティバル in 東金 IX
8月25日(日)13:00開演 [大ホール]
【チケット料金】 全席自由1,500円
山武郡市内で活動しているフラ団体14組が出演。
田中新率いるハーラウケオラクラナキラとスペシャルバンドによるゲストステージあり!
ゲストステージ
《dancer》田中新、ハーラウケオラクラナキラ
《musician》笛吹ナヲ子、西里慶、山田John泰介、江澤一樹
[発売中]

共催事業 **よしもとお笑いライブ in 東金2024**
8月31日(日)18:30開演 [大ホール]
【チケット料金】 全席指定
前売4,500円
当日5,000円
※5歳以上有料、4歳以下膝上無料。ただし席が必要な場合は有料。
【出演】
中川家、COWCOW、パンクブーブー、レーザーモン、ZAZ、コロコロチキチキペッパーズ、コットンゆにばーす ※追加出演有り!
[発売中]

夏季の省エネ

自宅時間に一工夫！ 省エネに取り組もう！！

暑い夏はエネルギーの使用量が増える季節。簡単にできる省エネの取り組みをご紹介します。ぜひご家庭で実践してみてください。

問い合わせ▶環境保全課 ☎(50)1170

「エアコン」で一工夫

- ◆室温28℃を目安に、レースのカーテンやすだれなどで日差しをカット
- ◆なるべく稼働台数を絞り、こまめにフィルタを掃除
- ◆扇風機との併用で冷房効率をアップ

「パソコン」で一工夫

- ◆使っていないときは電源を切るか、スリープモードまでの時間を短く設定
- ◆画面の明るさを下げるなど、設定を確認

グリーンカーテンや打ち水も効果的

「テレビ」で一工夫

- ◆見ていないときはこまめに消す
- ◆部屋の明るさに合わせて画面の輝度を設定

「照明」で一工夫

- ◆不要な部分の照明はこまめに消灯
- ◆LED照明に変えて省電力化

「冷蔵庫」で一工夫

- ◆冷蔵庫の温度設定を確認（強→中や弱に）
- ◆容量の7割を目安に、隙間を空けて食品を入れる

6/16

第37回東金市福祉バザー



社会福祉協議会による福祉バザーは、たくさんの方の協力により、大きな成果となりました。今回の収益金は、「ふれあいとささえあいのある住みよいまちづくり」を目的に、市民同士の交流事業や見守り活動など、顔の見える関係づくりに活用されます。



ご協力ありがとうございました
提供品数▶14,240点
当日売上▶1,714,980円



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。

毎月19日更新！「おいしいレシピ」

野菜の摂取と減塩をテーマに、レシピ(市管理栄養士監修)を毎月制作。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の食生活改善会の皆さんが道の駅みのりの郷東金や市内スーパーに配布するなどの普及活動を担い、協働で健康づくりに取り組んでいます。

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



ホームページにも掲載

▶▶▶とうがね健康プラン21(第2次)推進中

紹介しきれない写真やイベントも紹介



東金市公式
Instagram & ホームページ



取材記事ページ



広告欄

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 医療法人 社団 歯友会
歯科医師臨床研修指定診療所

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

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

キョーレオピンネオ・レオピンファイブ・ネオ 取扱店

広告欄

広告掲載に関する問い合わせ▶秘書広報課 ☎(50)1114

第27回

「認知症トピック」の最終回



秀野病院長
公益社団法人
日本精神神経学会認定
精神科専門医

これまで述べたように、認知症はいまや予防の時代に入っています。予防の鍵は日常生活にあり、食事・睡眠・運動の3つに加え社会的な活動(人と人の交流)の維持が重要です。しかし理想的な生活を送れることは少なく、個別にはさまざまな問題を抱えていることが普通かと思えます。そこで無症状のうち脳ドックなどの健診を受けて今の自分を知ること、そしてその結果を日常生活に反映することが大切です。歳はとつてもその時々々のベストな状態で生活し、できるかぎり長く自由に生きられる状態を維持するのが理想的です。その途中に軽度認知症であると考えられ、原因がアルツハイマー病であれば新薬を使用して自由に生きられる時間を延ばしていくというような選択もできました。人生の最終コーナー近くになって現れる認知症は誰でもなる可能性がありますが、何かお困りの際には専門医のいる医療機関にお気軽にご相談ください。

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。
(脳ドックのコースには認知機能検査が含まれています)