



・市外局番の記載がないものは0475です。

・ID番号がある記事は、ID検索できます。

手順① 市公式ホームページ(<https://www.city.togane.chiba.jp>)

手順② 検索窓の近くから「ID検索」

Google 検索

Q 検索

▶ ID 検索



市HP

市役所などの窓口

開庁日▶月～金曜日(祝休日、12月29日～1月3日を除く)

窓口受付時間

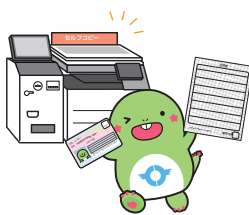
午前9時～午後4時30分

※電話受付は午前8時30分～午後5時15分です。

対象窓口▶市役所本庁舎、ふれあいセンター、浄化センター、ガス課

印鑑証明 戸籍 住民票

コンビニ交付もご利用ください



マイナンバーカードをお持ちの方はコンビニのマルチコピー機で各種証明書が取得できます。詳しくはホームページをご覧ください。

問 市民課 ☎(50) 1131

ホームページID11017

今月の市内施設休館日

東金図書館▶9月7日(月)・10日(木)～18日(金)・24日(木)・28日(月)
※毎週火曜日は午後7時まで開館します(休館日除く)。

東金文化会館・東金アリーナ▶9月7日(月)・14日(月)・24日(木)・28日(月)

トレーニングセンター▶9月1日(火)・8日(火)・15日(火)・24日(木)・29日(火)

児童館▶9月7日(月)・14日(月)・21日(月)・23日(水)・28日(月)

収税課から納期限のお知らせ

納期限 9月30日(水)

納期内に忘れずに納付しましょう

固定資産税・都市計画税	【第3期】
国民健康保険税(普通徴収)	【第3期】
後期高齢者医療保険料(普通徴収)	【第3期】
介護保険料(普通徴収)	【第3期】

納期限を過ぎても納付がない場合、督促状が送付され、差し押さえなどの滞納処分を受けることがあります。

課税課からのお願い～たばこは地元で買いましょう～

今月の休日窓口は **9月27日(日)**

休日窓口受付時間▶**午前9時～正午**

住民票の写しや各種証明書の一部を交付します。詳しくは担当課へお問い合わせください。

問 住民票・戸籍・印鑑証明関係

…市民課 ☎(50) 1131

市民税関係(12月まで)…課税課 ☎(50) 1128

納税関係 ……収税課(納付相談) ☎(50) 1227

(納付窓口) ☎(50) 1129



New 新着図書案内

『一滴の沈黙』……………相場英雄
『おはなしの時子』……………朝比奈あすか
『じゃないほうのオダ』……………安藤祐介
『モナリザの裏側』……………一色さゆり
『少女Aが消えたとき』……………伊藤源太郎
『わたしを庇わないで』……………石田夏穂
『たぶん、恋しい』……………穂ミチ
『片見里足立アフェクション』……………小野寺史宜
『二月に憂鬱な君へ』……………西條奈加
『警察へ行こう』……………真保裕一
『硝子のマンション』……………染井為人

『ここはこどものいない国』……………武田綾乃
『ファイア・ドーム 上』……………辻村深月
『ファイア・ドーム 下』……………辻村深月
『白色光の影を遡う』……………遠坂八重
『決裂』……………堂場瞬一
『天保釣り合戦顛末記』……………土橋章宏
『海霧』……………馳星周
『ホルモー燦燦』……………万城目学
『ウイルス』……………真山仁
『夜の恩寵』……………三浦しをん
『夏帆』……………村上春樹

『スコアボード』……………森拓磨
『陽子さんはお元気ですか?』……………山内マリコ
『ちょっと角の酒屋まで』……………角田光代
『人には言えない秘密があります』……………高橋源一郎
『そう書いてあった』……………益田ミリ
『私の女の実』……………ハンガン
『記憶にない殺人』……………エイミーティンテラ
『血塗られた指輪』……………キンバリーベル
『あなたに訊きたいことがある』……………レベッカマコーイ
『遠近法』……………ローランビネ
『あなたは空気のように』……………アーダダグーモ



イベント



東千葉メディカルセンター 第48回 市民公開講座

◆指先のしびれ、手が使いにくい… ～手と肘の神経の話～

東千葉メディカルセンター整形外科
医長の北條篤志医師による講座です。

とき▶9月18日(金)午後3時～4時(開場
＝2時45分)

ところ▶東千葉メディカルセンター2
階講堂

※事前申込不要です。

問 東千葉メディカルセンター総務課
☎(50) 1199



◀東千葉メディカルセンター
ホームページ



イベント



事前申込・履歴書不要です 福祉のしごと就職相談会

とき▶9月12日(土)午前11時～午後3時

ところ▶ホテルポートプラザちば

内容▶採用担当者との個別相談
(事前申し込みや履歴書、スーツ不要)

問 県社会福祉協議会
☎043(306) 1277

イベント



第24回 障害者雇用促進 就職面接会

とき▶10月23日(金)午後1時～4時

ところ▶千葉ポートアリーナ

対象▶障がいのある方(身体、知的、
精神)

締切▶10月2日(金)

申 居所を所管するハローワーク

問 ハローワーク千葉南専門援助部門
☎043(300) 8609(部門コード43#)



イベント



楽しい学びを応援します 城西国際大学公開講座

城西国際大学のさまざまな学部の知
識や技能から、多彩な教養が学べる公
開講座を実施します。

パソコン講座 「はじめての動画編集体験コース」

動画ソフトにチャレンジしたい方に
向けたパソコン講座を開催します。

写真や動画・音声を取り込み、文字
入れや効果音の編集、アニメーション
やナレーションの演出を加えて楽しい
動画を作ってみましょう。

とき▶10月6日(火)～9日(金)午後5時30
分～7時30分(全4回)

ところ▶城西国際大学B棟206教室

対象▶市内在住・在勤・在学の高校生
以上で全日程に参加できる方

締切▶9月25日(金)



「健康長寿に向けたフレイル予防 ～コグニサイズで脳と体を元気に～」

「フレイル(虚弱)」についての基本的
な知識と、認知機能の低下を予防する
重要な方法について分かりやすく説明
します。身体と頭を同時に使う運動法
である「コグニサイズ」を実際に体験し
ながら、楽しく学びましょう。

とき▶9月26日(土)午前10時～11時30分

ところ▶城西国際大学水田記念図書館

対象▶市内在住・在勤・在学の高校生
以上の方

締切▶9月16日(水)

共通事項

定員▶各先着30名

申込方法▶窓口または電話で申し込み

申 問 生涯学習課 ☎(50) 1187

ホームページ ID11684、11782



イベント



楽しい子育てを応援！ 児童館のイベント

プラレールで遊ぼう

ルールをつないで動くプラレールで
遊びます。

とき▶9月3日(木)・4日(金)午前9時30分～
10時25分、午後1時30分～2時55分

対象▶市内在住の1歳以上の就学前の
子どもとその保護者

※当日申し込みが必要です。希望者多
数の場合は、人数制限があります。

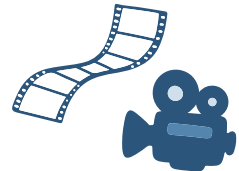
なかよし劇場(ミニ映画会)

子どもに人気の短編映画を3本ほど
上映します。お楽しみに！

とき▶9月12日(土)午後2時～

対象▶市内在住の18歳未満の子ども
とその保護者

※申込不要です。



ハッピーアドバイス

「なぜ言うことを聞いてくれない
の？」親の心子知らず、子の心親知ら
ず、気持ちを伝えあう大切なコツを学
びませんか。

とき▶①9月18日(金)②25日(金)午前10
時～11時

内容▶①子どもの本音の聞き方②ママ
の気持ちの伝え方

対象▶市内在住の高校生までのお子さ
んを子育て中の保護者

定員▶先着10名

締切▶9月15日(火)

申込方法▶窓口または電話で申し込み
※託児を希望する方は、申し込み時に
お伝えください。

申 問 児童館

☎(50) 1235

ホームページ ID 8532



東金市黒大豆組合 黒大豆オーナー募集

収穫日や場所については、申し込んだ方へ後日案内します。

とき▶10月中旬引き渡し予定

※引き渡し後、オーナーが収穫。

費用▶1区画(30株)7,500円

定員▶先着10名

締切▶10月9日(金)

申込方法▶電話、FAXまたは窓口のいずれかで①住所②氏名③区画数④連絡先を伝えて申し込み

申 問 農政課 ☎(50) 1137

FAX (50) 1297

ホームページ ID12894



受講者募集 ポリテクセンター君津

再就職に役立つ職業訓練を行っています。

対象▶離職中または転職を考えている方

募集科▶①テクニカルメタルワーク科 11月生(6カ月訓練)②CAD/機械加工科12月生(6カ月訓練)

内容▶①製造業で役立つアーク溶接を主とした金属加工のスキルや、フォークリフトなど荷役機械の操作②機械加工の仕事に必要なCADソフト・工作機械の使い方

費用▶テキスト代約1~2万円

募集期間▶①10月1日(木)まで②9月7日(月)~11月5日(木)

※9月8日(火)・15日(火)・29日(火)の午後1時から見学会を実施します。

申 問 ポリテクセンター君津

☎0439(57)6313



申込不要です 郷土研究愛好会発表会

企画展示「後世に遺し伝えたいことー80年前の東金ー」に併せ、発表会が行われます。

とき▶9月26日(土)午後1時30分~3時30分

ところ▶東金文化会館

問 生涯学習課

☎(50) 1187

ホームページ ID 14565



がん患者さんとご家族のため ピア・サポーターズサロ ンちば inさんむ医療センター

がん経験者であるピア・サポーターが仲間として患者さんやご家族の悩みを聞いたり、体験をお話しします。

とき▶10月7日(水)午前10時~午後3時

ところ▶さんむ医療センター1階大会議室

※事前申込不要です。

問 さんむ医療センター地域医療連携室

☎(82) 2521 (内線1801)

平和を守り、未来を作る 自衛官などの募集

2等陸・海・空士

応募資格▶18歳以上33歳未満の方

※受付は、11月、令和9年1・2月に複数回を予定しています。

一般曹候補生

応募資格▶18歳以上33歳未満の方

申込期間▶9月15日(火)~11月20日(金)

1次試験▶11月28日(土)~12月6日(日)で指定する日

申 問 自衛隊茂原地域事務所(千葉地方協力本部)

☎0475(25)0452



▲ホームページ

▲X(旧ツイッター)



「八鶴祭」~舞い上がれ~輝きの渦 東金高校文化祭

工夫を凝らしたクラスごとの発表や吹奏楽部・声楽部をはじめ、全国大会に出場した箏曲部の演奏や新体操部、ダンス部の演技なども行われます。

※車での来場はできません。

とき▶9月5日(土)午前9時~午後2時

ところ▶東金高校

持ち物▶スリッパ、靴を入れる袋

問 県教育庁統一ダイヤル

☎0120(23)1008

久我祭文化の部 東金商業高校文化祭

大人から子どもまで楽しめる企画や食品販売を実施します。道の駅みのりの郷東金と連携した野菜・食品販売をはじめ、東中学校吹奏楽部の演奏会や美術部の作品展示、小学生の就業体験など、地域とのつながりも大切にしています。

とき▶10月3日(土)午前9時30分~午後2時30分(受付=1時40分まで)

ところ▶東金商業高校

持ち物▶スリッパ、靴を入れる袋

問 県教育庁統一ダイヤル

☎0120(23)1008

陸上自衛隊高等工科学校生徒

種目▶①推薦②一般

応募資格▶①17歳未満の中卒(見込含む)男子で、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方②17歳未満の中卒(見込含む)男子

申込期間▶①10月1日(木)~11月27日(金)②10月1日(木)~令和9年1月14日(木)

1次試験▶①令和9年1月9日(土)~11日(月)で指定される日②1月23日(土)・24日(日)



お知らせ

国民健康保険医療費通知

医療費負担のしくみや自身の受診状況を把握し、健康に対する認識を深めていただくため、国民健康保険加入世帯へ医療費通知をお送りします。

送付時期▶①1月～6月診療分=9月中旬発送予定

②7月～10月診療分=令和9年1月中旬発送予定

③11・12月診療分=令和9年3月中旬発送予定

◆医療費控除の申告

医療費通知は医療費控除の申告手続きで、医療費の明細書としても利用できます。手続きに関する詳しい内容は東金税務署にお問い合わせください。

※11・12月診療分の送付は申告時期に間に合わないため、領収書を基に「医療費控除の明細書」を作成してください。

問 国保年金課 ☎(50) 1250

ホームページID 5639

被災地に温かいご支援を
令和8年熊本地震
災害義援金

被災地の方々の生活を支援するための義援金を受け付けています。寄せられた義援金は、日本赤十字社を通じ、被災都道府県が設置する義援金配分委員会へ全額送金します。温かいご支援をお願いします。

受付期間▶10月30日(金)まで

※物品の受け付けは行いません。

◆募金箱の設置

市役所総合受付、社会福祉課窓口

※領収書をご希望の場合は、社会福祉課窓口でお申し出ください。

◆個々に義援金を送金する(郵便振替)

口座記号番号▶00190-3-605956

口座加入者名▶日赤令和8年熊本地震災害義援金

※ゆうちょ銀行・郵便局窓口では振替手数料が免除されます。

※受領証をご希望の場合は、通信欄に「受領証希望」とご記入ください。

問 社会福祉課 ☎(50) 1233

ホームページID 12158



お知らせ

9月21日～30日
秋の全国交通安全運動

この時期は、日没時間の急激な早まりとともに、夕暮れ時や夜間における重大交通事故の発生が懸念されます。一人一人が交通ルールと交通マナーを守り、交通事故のない安全な社会を目指しましょう。

◆重点事項

- ・歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
- ・夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
- ・自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・順守の徹底

問 消防防災課

☎(50) 1119

ホームページID13707

まず低く、頭を守り、動かない
シェイクアウト訓練

防災意識を高めるために実施します。シェイクアウト訓練とは、指定された日時にそれぞれの場所で、地震から身を守るための3つの安全行動を1分間実施する地震防災訓練です。

訓練に参加する方は、市ホームページの登録フォームまたは消防防災課で事前に参加登録をお願いします。

実施後に参加者数を市ホームページで公表します。訓練をきっかけに、家庭などで防災対策を見直しましょう。

とき▶9月7日(月)午前9時から約1分間

訓練内容▶防災行政無線の合図に合わせて、それぞれの場所で下図の安全行動を約1分間実施

締切▶9月4日(金)

◆身を守る3つの安全行動



まず低く

DROP!



頭を守り

COVER!



動かない

HOLD ON!

提供:効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議
https://www.shakeout.jp/

問 消防防災課

☎(50) 1226

ホームページID12647



募集

養護老人ホーム坂田苑
坂田苑の入所者募集

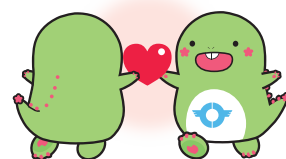
自宅で暮らすのが大変だけれど、特別養護老人ホームに入るには介護度が低い、という方も入所できます。

坂田苑では、入所を希望する方と施設が直接契約を結び、生活支援を提供する「契約入所」を行っています。生活に不安がある方はご相談ください。

問 山武郡市広域行政組合養護老人ホーム坂田苑 ☎0479(82)0320



◀坂田苑
ホームページ



募集

会社をPRしませんか
市ホームページバナー
の有料広告掲載募集

1カ月単位で随時募集しています。掲載希望月の1カ月以上前までにお申し込みください。

規格▶縦90ピクセル×横220ピクセル

掲載位置▶総合トップページ、暮らし・行政トップページ

広告料▶月10,000円

申込 秘書広報課

☎(50) 1114

ホームページID16



▲総合トップページバナー掲載イメージ





自然環境や暮らしを守る

狩猟免許試験



試験について＝山武地域振興事務所
補助金について＝農政課

☎ (55) 3862

☎ (50) 1137

とき▶①10月24日(土)②10月25日(日)③11月28日(土)④令和9年1月30日(土)⑤1月31日(日)

※①はわな猟または網猟免許、③⑤はわな猟免許のみ、②は第一または第二種銃猟免許、④は第一種銃猟免許のみです。

ところ▶①②④⑤千葉県射撃場(市原市)③南房総市役所または印西市立印旛公民館

定員▶①＝電子申請88名(わな猟80名、網猟8名)、郵送＝22名(わな猟20名、網猟2名)、②④＝電子申請56名、郵送＝14名、③＝電子申請96名、郵送＝24名、⑤＝電子申請80名、郵送＝20名

申込方法▶ちば電子申請サービスによる電子申請または郵送(往復はがき)で申し込み

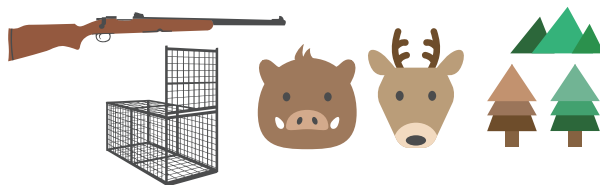
申込期間▶電子申請＝9月3日(木)～4日(金)、郵送＝9月1日(火)～2日(水)

※郵送は消印による先着順です。

※電子と郵送の両方に申し込んだ場合は無効です。

※狩猟免許取得には補助があります。条件など詳しくはお問い合わせください。

※③日程の南房総市役所枠は、館山市、鴨川市、南房総市、鋸南町、勝浦市、いすみ市、大多喜町、御宿町、君津市および富津市の在住者の申し込みが優先されます。



新たに選任された委員を紹介します

農業委員・農地利用最適化推進委員が決定

☎ 農業委員会事務局

☎ (50) 1177

農業委員(敬称略)

農地の権利移動や転用の許可申請の審査、農地利用最適化推進委員と連携して農地の利用の最適化を推進する活動を行います。

会長▶平山光子

会長職務代理者▶農宮弘子

委員▶池田繁雄、石井政樹、石田正雄、小倉ゆう子、小見川智明、斉藤ひろ子、佐瀬武、鈴木正義、鈴木善雄、戸田敏一、橋本雅仁、細谷修、吉井亨

農地利用最適化推進委員(敬称略)

農地の利用の最適化(農地の集積・集約、遊休農地の発生防止・解消、新規参入の促進)の推進に関する活動を行います。

委員(担当地区)▶

- ・小倉雅人(東金、東上宿、南上宿、東岩崎、東新宿、日吉台、八坂台、台方、大豆谷、砂郷)
- ・工川全人(田間、田間1区、田間2区、田間3区)
- ・古川薫(北之幸谷、堀上、川場、押堀)
- ・三上和彦(求名、道庭)
- ・川野信幸(家之子)
- ・鎗田裕(松之郷)
- ・中村貴一(上布田、極楽寺、滝沢、酒蔵、三ヶ尻)

- ・鶴岡弘孝(油井、小野)
- ・富田達雄(山田、滝、丹尾、季美の森東、丘山台)
- ・木村愛康(山口、田中)
- ・林義夫(福俵、西福俵)
- ・行木良高(広瀬、関下、大沼、幸田、北幸谷、細屋敷、藤下飛地、不動堂飛地、西野飛地、粟生飛地)
- ・佐久間進(宿、荒生、薄島、家徳)
- ・佐瀬芳彦(上武射田、下武射田、土農田、高島、東中)
- ・中田善幸(菱沼、二又、前之内)
- ・戸村信雄(関内、堀之内、宮、三浦名、御門、高倉、殿廻、中野、白幡飛地、田中荒生飛地、小関飛地)
- ・塚本房男(小沼田、大沼田、一之袋、二之袋、砂古瀬、依古島)
- ・渡辺博之(下谷、東中島、上谷、西中)





9月1日～10日

屋外広告物適正化旬間

◆屋外広告物の設置には許可が必要

屋外に出す看板は、県の条例で設置可能な大きさの基準などが定まっています。設置には市への許可申請が必要です。許可を受けていない広告物がある場合はご相談ください。

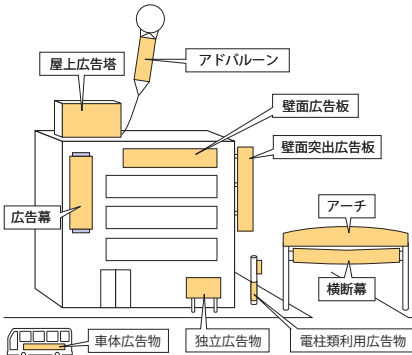
※小規模な自己店舗の看板などは、許可が不要な場合があります。

◆定期的な安全点検を

全国で老朽化による広告物の落下、破損の事故が発生しています。台風の時期や強風の日に備え、広告物の所有者や管理者などは日常点検や安全点検を実施して適正な管理をお願いします。

問 都市整備課

☎(50) 1154



10月1日(木)から試行

県の一部の窓口受付時間を短縮します

県の一部の窓口受付時間を午後4時までに短縮する試行を開始します。

受付時間▶午前9時～午後4時

対象窓口▶県税事務所、自動車税事務所(支所除く)、地域振興事務所、保健所(健康福祉センター)など

※詳しくはホームページをご確認ください。

問 県総務課

☎043(223) 2459



◀県ホームページ



11月30日まで

「ガスと暮らしの安心」運動実施中

ガス機器やガスコードの安全点検をしましょう。

◆安全・安心の4つのポイント

☑ガス機器を使う時は、必ず換気をしましょう。

☑ガス機器とガス栓は、正しく接続しましょう。

☑24時間安心を見守る、警報機の設置・交換をしましょう。

☑古くなったガス機器は、交換しましょう。

※詳しくはホームページをご覧ください。

問 ガス課

☎(52) 2408



◀(一社)日本ガス協会ホームページ



九十九里有料道路

通行料金改定・キャッシュレス決済導入

九十九里有料道路は、10月1日(木)から通行料金を改定します。

また、料金所でのお支払いを便利にするため、キャッシュレス決済を導入し、当面の間、キャッシュレス決済を利用した方に割引を行います。

※10月1日(木)以降は、料金改定前の回数券は利用できなくなります。新料金の回数券をご利用ください。

※払戻しおよび新料金の回数券の販売を開始しています。

※詳しくは、ホームページをご確認ください。

問 千葉県道路公社 ☎043(227)9333



◀千葉県道路公社ホームページ



対象者に請求書が届きます

年金生活者支援給付金

年金を含めても所得が一定基準額以下の方に、年金に上乗せして給付金が支給されます。新たに対象となる方には、日本年金機構から請求手続きの案内が順次送られます。同封の請求書に必要な事項を記入し、返送してください。

対象▶①老齢基礎年金受給者(次のア～ウの全てに該当)

ア=65歳以上

イ=同一世帯全員が市町村民税非課税

ウ=前年の年金収入額とその他の所得額の合計が92万6,500円以下

②障害基礎年金・遺族基礎年金受給者(前年の所得額が491万8,000円以下)

◆注意事項

・給付額は受給している年金の種類や、保険料の納付状況などにより異なります。

・すでに年金生活者支援給付金を受給している方は、今回新たに申請する必要はありません。

・支給要件を満たさなくなった方には、日本年金機構より不該当通知書が送られます。

◆詐欺にご注意を

日本年金機構(年金事務所)や厚生労働省の職員が、電話で口座番号などを聞いたり、手数料を求めたりすることはありません。

問 日本年金機構給付金専用ダイヤル

☎0570(05) 4092

ホームページ ID7053



購入は千葉県内で

ハロウィンジャンボ宝くじ

ハロウィンジャンボ4億円
(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ同時発売

ネットでも買える！

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。

各1枚 300円

9月16日(水)発売!

発売期間 9/16(水)～10/16(金)

宝くじ公式サイト

公益財団法人千葉県市町村振興協会

広告

空き家・土地・中古物件

そのまま買取り

2024年4月より、相続による不動産の名義変更登記が法律で義務化されました。

*相続が発生した場合、3年以内に登記手続きを行う必要があります。

手続きを怠ると、10万円以下の過料が科される場合がありますので、ご注意ください。

千葉県知事(1)第18864号 WEBサイトはこちら▶

株式会社アールイーナバー

0475-78-5771 千葉県大網白里市南館塚440-8

LINEでのご連絡はこちら▶

2026.1.1

GRAND OPEN はりきゅう整骨院MAGOKORO 監修

整体×パーソナルトレーニング

理想のカラダを最短で手に入れる。

初回カウンセリング無料!!

パーソナルトレーニングジム **MAGOKORO**

入会金 5,000円 → 0円

初回体験 6,000円 → 0円

体験予約受付中

完全予約制 個別指導

栄養アドバイス & 食事管理サポート

腰や膝に不安がある方も安心

LINEで簡単予約!!

〒283-0005 千葉県東金市田間4-51

東金駅から徒歩10分

営業時間 10:00～20:00

定休日：不定休

070-8977-9049

ご予約・お問い合わせはこちら!



東金警察署からのお知らせ 侵入窃盗に注意!

県内では令和8年6月末現在、侵入窃盗が1,760件(暫定値)発生しており、特に空き巣や「空き家」の被害が多くなっています。9月はシルバーウィークがあり、特に注意が必要です。

◆被害に遭わないためのキーワード

- ・ 光 (センサーライトなど)
- ・ 時間をかける (補助錠など)
- ・ 音 (玉砂利など)

犯人の侵入手段の約5割が「窓などのガラスを破る方法」での侵入です。

◆被害に遭わないための対策をしよう

- ・ 短時間の外出、就寝時、在宅時にも、出入口や窓などの戸締まりを徹底
- ・ 補助錠や防犯フィルムなどでの侵入対策
- ・ 防犯カメラやセンサーライトなどの防犯機器を設置し、犯人を牽制

- ・ 脚立や箱など、2階へ足場となるものを置かない
- ・ 庭木をせん定し、外からの見通しをよくする
- ・ 不審な電話や来訪者に在宅状況や家族の状況、資産状況を聞かれても答ええない

空き家も、同様の対策を講じるとともに、貴重品や家電製品を置いたままにしない、屋外に物を放置しないことが大切です。

問 東金警察署

☎(54)0110



市民活動を紹介 みんなの広場

留学生と行くふれあいバスツアー

城西国際大学留学生とふれあいながら横浜市内の名所を訪ねませんか。

とき▶10月24日(土)午前8時～午後5時

ところ▶東金中央コミュニティセンター前集合

定員▶先着20名

費用▶一般7,000円、会員6,000円

締切▶9月30日(水)

申問 東金国際交流協会(佐藤)

☎090(4553)9956

豊成軽スポーツ交流会・体験会

グラウンドゴルフのイベントです。体験会は当日参加可能です。

とき▶11月23日(月)祝午前9時～午後1時

ところ▶豊成小学校グラウンド

申問 東金市スポーツ協会豊成支部(杉浦)

☎090(9722)2130

全国一斉不動産無料相談会

不動産関連の相談を宅建士・弁護士・税理士・建築士が無料で対応します。

とき▶10月1日(木)午前10時～午後3時

ところ▶サンピア2階

問 (公社)全日本不動産協会千葉県本部外房支部(村井) ☎(50)1555



一人で悩まないで 弁護士による養育費 無料法律相談

離婚に際して「どのように養育費を取得すればよいか」などの相談に応じます。

とき▶9月19日(土)午後1時～4時

ところ▶大網白里市中部コミュニティセンター

締切▶9月16日(水)正午

申問 (一財)千葉県母子寡婦福祉連合会
(平日午前9時30分～午後4時30分)

☎043(222)5818



第43回 目の愛護デー 無料電話相談

目の健康についての相談に応じます。

とき▶10月4日(日)午前9時～午後4時

※事前申込不要です。

相談(当日のみ) ☎043(242)4271

問 県眼科医会(月・水・金曜日、午前10時30分～午後2時30分)

☎043(308)6141



弁護士会・税理士会・司法書士会 合同無料相談会

とき▶9月26日(土)午前10時～午後4時15分

ところ▶千葉県弁護士会館

内容▶民事全般、各種登記、税一般

定員▶先着42組

申込方法▶電話で申し込み(受付=9月7日(月)～)

申問 千葉司法書士会(日、祝休日を除く)

☎043(246)2666



借金の返済でお悩みの方へ 多重債務者相談窓口

解決のための助言を行い、必要に応じ法律専門家を紹介します。

とき▶月～金曜日(祝休日を除く)午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

問 関東財務局千葉財務事務所

☎043(251)7830

えんぴつ

広報担当のつばやき



ほ

季節はめぐり暦の上では既に秋…ですが、最近は9月になっても気温が30度を超える日も多く、「昔はもっと涼しかった…」なんて会話をしながら「去年も同じこと話していた」という既視感にハッとすることが、この季節の風物詩となったのではないかと思います。今日この頃です。

目の前を牛歩で去っていく夏の横顔? から流れてくる涼やかな秋の風を早く感じたいですね。

広告

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 二キビ 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 膠原病 認知症 ガン

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

14:00～18:00 定休日 日・祝

予約制 ☎0475-52-1818

キョーレオピンネオw・レオピンファイブネオ 取扱店



予防接種

「子どもの健康カレンダー」(ID 1411)でご確認ください。ふれあいセンター(健康増進課)、市役所(ロビー、子育て支援課)で配布しています。☎健康増進課 ☎(50)1173

子育て
ホームページ目的・年齢別
で情報を
探せます。子育てアプリ
ひろば

ふれあいセンターの健診・教室・相談 ☎(50)1234

ID	名称	とき	対象	持ち物・備考
7758	4か月児相談	9月10日(木) 受付午後1時～*	R8.4.21～5.20生	オムツ
7757	1歳6か月児健診	9月24日(木) 受付午後1時～*	R7.1.16～2.28生	ハンドタオル、歯ブラシ
7756	2歳児歯科健診	9月30日(木) 受付午後1時～*	R6.2.1～2.29生	ハンドタオル、歯ブラシ
7755	3歳児健診	9月29日(木) 受付午後1時～*	R5.1.26～3.5生	ハンドタオル、歯ブラシ、尿
9928	マタニティサロン	沐浴や着替え・歯の健康=9月6日(日) 受付午前9時～	妊婦とその配偶者	母子健康手帳と手帳交付時の配布物一式、筆記用具 (要予約)
7754	すくすく育児相談	①計測日=9月16日(木)、②計測・相談日=28日(月) 受付午前9時～11時	生後2カ月からの乳幼児	母子健康手帳、バスタオル ②= (要予約)

その他の子育て相談

※平日=月～金曜日(祝休日、12月28日～1月3日を除く)

ID	名称	とき	ところ	問い合わせ	内容・備考
4238	家庭児童相談	平日午前9時～午後4時	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
9731	保育所電話相談	平日午前10時～正午	第2保育所(田間)☎(52)2505 第3保育所(前之内)☎(58)3908		子育ての悩みなどの相談に電話で応じます
—	子育て相談	平日午後3時～5時	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 (要電話予約)
7704	家庭教育相談	平日午前9時～午後4時	児童館内	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
—	親と子の心の相談	9月17日(木)①午後1時30分～②2時30分～	山武保健所	山武保健所 ☎(54)0611	臨床心理士による相談 (要予約)9月16日(水)正午まで

市立幼稚園ふれあい広場

ID 4255

幼稚園や保育施設に遊びに来ませんか。持ち物など詳しい内容はホームページをご覧ください。

名称・電話番号	実施日
城西幼稚園 ☎(52)2519	10月26日(月)
丘山幼稚園 ☎(54)0342	10月2日(金)
公平幼稚園 ☎(52)3368	10月23日(金)
嶺南幼稚園 ☎(54)1479	10月21日(水)
大和幼稚園 ☎(50)7612	10月16日(金)

市立保育施設園開放 にこにこルーム

ID 9731

名称・電話番号	実施日
正気こども園 ☎(58)5047	9月2日(水)・9日(水)
豊成こども園 ☎(58)3150	9月10日(木)・17日(木)・24日(木)
福岡こども園 ☎(54)1539	9月8日(火)・15日(火)

とき▶表の午前9時30分～11時(受付=9時30分～10時)
対象▶ふれあい広場=1歳以上の未就園児と保護者
にこにこルーム=市内在住の未就園児と保護者

図書館おはなし会

ID 1332

絵本の読み聞かせなどを行います。
とき▶毎週土曜日(9月12日(土)を除く)午後3時～
ところ▶東金図書館児童室
対象▶就学前～小学校低学年程度
※事前申込不要です。
☎ 東金図書館 ☎(50)1190

広告

MUSBELL
うちの子も結婚できました!

独身のお子様の結婚相談
お気軽にご連絡ください

結婚相談所ムスベル

千葉店:千葉市中央区中央1-10-7 日進中央ビル3階
柏店:柏市中央1-1-1 ちばぎん柏ビル3階

TEL: 0120-138-026

通話料無料 営業時間:10時～19時 定休日:第2・第4水曜日

園内見学会
毎月行っています!
予約が必要となりますので
園までご連絡下さい!

園庭開放
毎週火・水曜日
10:30～12:00
(午前保育日～11:30)
事前の予約は必要ありません。

親子教室 きらびくみ
年間20回程度行う
無料の親子教室です
定員に満たない限り随時
ご参加いただけます!
ご興味ある方はご連絡ください!

認定こども園 季美の森幼稚園
TEL: 0475-70-2321

保健ガイド

Health Guide

イベント

スポーツ

募集

お知らせ

みんなの広場

子育て

保健

相談

ふれあいセンターの相談 ☎(50)1174・1234

ID	名称	とき	内容
116、9632	健康相談・女性の健康相談	毎週月曜日(祝休日を除く)受付午前9時～11時	病気の予防・健康についての相談
128	栄養相談	9月7日(月) 受付午前9時～11時	栄養・食生活についての相談
8450	成人はみがき相談	9月14日(月) 受付午前9時～11時	歯科についての相談

山武保健所の相談・検査 ☎(54)0611

※平日=月～金曜日(祝休日、12月28日～1月3日を除く)

名称	とき	内容・備考
腸内細菌検査	9月1日(火)・8日(火)・15日(火)・29日(火) 午前9時～11時(回収方式)	O157=1,600円、赤痢・チフス・パラチフス=600円 (サルモネラの追加可能)
エイズ等性感染症、B型C型肝炎検査	9月9日(水)午後1時～1時30分	結果は当日午後3時30分～、無料 要予約
精神保健福祉相談(心の健康相談)	第1・2水曜日 午後2時30分～4時30分	要予約
DV(ドメスティックバイオレンス)相談	電話相談 平日 午前9時～午後5時	専用電話 ☎(54)2388
	来所相談 毎週月曜日(祝休日を除く) 午前9時～午後5時	要予約 ※10月から午後4時まで
障害者差別相談	平日 午前9時～午後5時	専用電話 ☎(54)3556

休日当番医ガイド

救急車の
利用は
適正に!



休日当番医テレホンサービス ☎(50)2531

休日・夜間の診療の問い合わせ(消防本部指令課) ☎(55)0119

受付時間▶午前9時～11時30分、午後1時～4時30分
※都合により当番医が変更になる場合があります。

◆夜間の初期の急病=山武郡市急病診療所
受付時間▶午後8時～午後9時45分 ☎(50)2511

日付	一次(東金・大網白里・九十九里)	一次(山武・横芝光・芝山)
9月6日(日)	斉藤クリニック(東金) ☎0475(53)1110	宇井医院(山武) ☎0475(86)2522
13日(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金) ☎0475(54)2421	大平医院(山武) ☎0479(86)6012
20日(日)	はにや内科(大網白里) ☎0475(70)1500	花城医院(山武) ☎0479(86)2233
21日(月)	天野内科クリニック(東金) ☎0475(55)3986	さくらクリニック(横芝光) ☎0479(84)4333
22日(火)	城西クリニック(東金) ☎0475(52)8181	岩崎医院(山武) ☎0479(86)2217
23日(水)	ふるがき糖尿病内科医院(東金) ☎0475(52)7022	明海クリニック(山武) ☎0475(80)5355
27日(日)	総合診療クリニック大網(大網白里) ☎0475(53)5077	松尾クリニック(山武) ☎0479(86)6482

※受診の前に必ず医療機関にお電話ください。電話のかけ間違いにご注意ください。

広告

無料 結婚・婚活相談

開催日時
9月3日(木) 9月13日(日)
9月17日(木) 9月19日(土)
9月26日(土)
各日13:30～18:00 最終受付時間 17:00
要電話予約 ☎070-2190-2810

✓ お子さんに結婚の話をするとうるさくなる親御さん
✓ お子さんが結婚に消極的…
✓ 結婚相手が見つからず時間ばかり過ぎてしまう方
✓ マッチングアプリで出会えるが結婚につながらない方
✓ 安全安心な婚活方法を知りたい方

まずは気軽に婚活アドバイザーと話をしてみませんか?

■会場 茂原市東部台文化会館(相談室)
茂原市東部台1丁目7番地15 駐車場有り

■予約・お問合せ 070-2190-2810

上記日程・会場以外はQRコードよりお申込みいただけます

結婚相談所サンプル
なめき
相談員 行木 美千子

ひとりひとりに
親身に。

人間ドック、受けてますか?
わたしたちは、親身に、
あなたの健康に寄り添います。

浅井ヘルスケアグループ
ASAII HEALTHCARE GROUP

東金市家徳38-1
0475-58-1407



イベント

スポーツ

募集

お知らせ

みんなの広場

子育て

保健

相談

公共機関などによる無料相談

※平日＝月～金曜日（祝休日、12月28日～1月3日を除く）

ID	名称	とき	ところ	問い合わせ	内容・備考
1573	消費生活相談	平日午前10時～正午、午後1時～3時	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の相談に応じます（電話相談可）
5855	職業相談	平日午前9時～午後4時30分	市役所別棟1階	ふるさとハローワークとうがね（地域職業相談室） ☎(52)1104	求人情報の検索・閲覧、職業紹介雇用保険受給手続きは管轄のハローワークで受け付けます
11801	交通事故相談	9月7日(月)、10月5日(月) 午前10時～午後3時	市役所203会議室	消防防災課 ☎(50)1119	保険請求・示談など交通事故の相談 要予約
12297	人権・行政相談	9月15日(火)、10月15日(木) 午後1時30分～3時30分	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
11153	こころのお悩み相談	9月25日(金)、10月23日(金) 午前10時～正午 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ます（1組30分程度）
—	法律（弁護士）相談	9月16日(水) 午前10時～午後4時 要電話予約 9月9日(水)～受付開始	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、相談は1回のみ（1名30分）法律に関する助言を受けられます ※相談内容によっては別の日を案内
—	心配ごと相談	第2・4火曜日（祝休日の場合は翌平日） 午後1時30分～4時30分	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 ※10月から第2火曜日のみで午後4時まで
—	ボランティア相談	平日午後1時～5時	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

民間団体による無料相談

詳しくは各団体へお問い合わせください。

名称	とき	ところ	問い合わせ	内容・備考
税理士による無料相談	9月2日(水)・16日(水)、10月7日(水)・21日(水)、午前10時～午後3時 要予約	東金商工会館3階	千葉県税理士会東金支部（平日午前9時～正午） ☎(50)6322	税理士が関わっていない方が対象の税に関する面接相談 ※書類の作成などは行いません
司法書士ナイター無料相続相談	毎月第2火曜日 午後6時～8時30分 要予約	東金中央コミュニティセンター	千葉司法書士会つくも支部（ひだ事務所） ☎(54)0750	相続登記、遺言など相続に関する相談 ※登記の方は早めにご相談ください
行政書士無料相談会	9月17日(木) 午後1時～3時30分受付	東金中央コミュニティセンター	千葉県行政書士会東総支部 無料相談事務局 ☎090(4017)5697	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 ※事前予約不要、直接お越しください

今月の移動交番 開設予定

ところ	とき	ところ	とき
JR求名駅ロータリー	7日(月) 午後2時～3時	道の駅みのりの郷東金	16日(水) 午前10時～11時30分
JR福俵駅ロータリー	24日(木) 午前10時～11時30分	セブンイレブン季美の森店	14日(月) 午後2時～3時
ローソン東金レイクサイドビル店	17日(木) 午後2時～3時	求名駅前郵便局	4日(金) 午前10時～11時30分
田間中央公園	25日(金) 午前10時～11時30分	銚子信用金庫東金支店	8日(火) 午前10時～11時30分
		京葉銀行東金支店	11日(金) 午前10時～11時30分

広告



医療法人社団
歯友会
SHIYUHKAI

歯科 | 小児歯科 | 矯正歯科 | 歯科口腔外科
厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所

ファミリー歯科
住所：東金市東岩崎2-25-14
TEL: 0475-55-8111

診療時間
平日9:00～19:00 / 日・祝祭日9:00～18:00



▲予約はこちら

web予約受付中！



歯科 | 小児歯科 | 矯正歯科 | 歯科口腔外科
厚生労働大臣指定 歯科医師臨床研修指定診療所

東金デンタルクリニック

住所：東金市東金1146

TEL: 0475-52-0418

診療時間
平日9:00～19:00 / 日・祝祭日9:00～18:00



▲予約はこちら

消費ナビ

問 消費者ホットライン
☎188(いやや)
問 消費生活センター(商工観光課内)
☎(50)12368

契約内容は自分でよく確認 ネットの旅行予約

事例①

旅行予約サイトでホテルを予約したが、日付を間違えているのに気づき、マイページからキャンセルしたところ、返金できないと表示された。確認するとサイトに「返金不可」と表示があった。

事例②

海外事業者が運営する旅行予約サイトでホテルを予約したが、キャンセルした。キャンセル料無料の期間なのにクレジットカード決済され、代金が戻らない。カード引き落とし明細を添付して送る言われ返信したが、その後連絡が取れない。

ひとこと助言

- ・旅行予約サイトでの予約は、そのサイトのキャンセルなどの条件や契約内容に従うことになります。
- ・プランごとにキャンセルできる期間や返金の条件が異なる場合があるので、申し込み前に確認しましょう。
- ・サイトの運営事業者が海外事業者の場合、コミュニケーションを取るのが難しいことがあります。カスタマー対応窓口についてもよく調べましょう。
- ・最終確認画面のスクリーンショットを撮り、氏名や旅行日程、メールアドレスなど申し込み内容に問題がないことを確認してから、申し込みボタンを押しましょう。
- ・困ったときは、消費生活センターにご相談ください。



東金市
食生活改善会の

おいしいレシピ

なすと豚肉の冷しゃぶ



材料(4人分)

- 豚肉 しゃぶしゃぶ用 ……300g
- なす ……4本
- 大葉 ……2枚
- 白すりごま ……大さじ2
- みそ ……大さじ1
- マヨネーズ ……大さじ1
- 砂糖 ……小さじ2
- 酢 ……小さじ1
- ごま油 ……小さじ1

作り方

🕒 15分

①豚肉は色が変わるまでサツとゆでて自然に冷まし、食べやすい大きさに切る。②なすはヘタを切り落としてラップで包み、電子レンジ(600W)で4分加熱する。硬い場合は、30秒単位で追加加熱する。粗熱を取り食べやすい大きさに割く。③ボウルに(A)を混ぜ合わせてごまだれを作り、豚肉となすを入れて和える。器に盛り、せん切りにした大葉をのせる。

しゃぶしゃぶ用のお肉は薄切りでやわらかく、噛む力が弱くても食べやすいです。



今回の地産地消

豚肉

千葉県は
全国4位

※令和6年農業産出額



旭市、匝瑳市、香取市、東庄町および横芝光町などの北総地域ならびに市原市が県内の主な生産地となっています。豚肉は疲労回復に関わるビタミンB1が豊富に含まれているため、夏バテ予防に役立ちます。

「おいしいレシピ」は、毎月19日(食育の日)に市内のスーパーなどで配布。健康に役立つコラムも掲載しています。



市ホームページ▶

広告

暮らしの「不便」ご相談下さい！



刃物とぎ

切れない包丁使っていませんか？



カギ修理・交換

開閉しづらい・防犯対策

戸車修理

引戸の開け閉め見違えます

網戸修理・取付

自然の風で省エネに！



=大島屋金物店=

東金市東金 1008 TEL:0475-52-2187



コンパス動物病院

内科診療・外科診療 全般

国道128号 セイムス大網店向かい
経田交差点そば ほっともっと並び

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	🐾	🐾	🐾	🐾	🐾	🐾	🐾
16:00~19:00	🐾	—	🐾	🐾	🐾	—	🐾

☎0475-53-6575

第1・第2 あり