



・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▶10月5日(月)・13日(火)・15日(水)・19日(月)・26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▶10月5日(月)・14日(水)・19日(月)・26日(月)

トレーニングセンター▶10月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27日(火)

児童館▶10月5日(月)・12日(月)祝・13日(火)・19日(月)・26日(月)

収税課から納期限のお知らせ

納期限 11月2日(月)

納期限内に忘れずに納付しましょう

市県民税・森林環境税(普通徴収) 【第3期】

国民健康保険税(普通徴収) 【第4期】

後期高齢者医療保険料(普通徴収) 【第4期】

介護保険料(普通徴収) 【第4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 **10月25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



新着図書案内

『飛燕』……………あさのあつこ
『おむこさんは殺人鬼』……………荒木あかね
『愛する男』……………乾ルカ
『あんたはだいじょうぶ』……………戌井昭人
『夜がまだ明けない』……………井上先斗
『アクリル』……………井上荒野
『風車と巨人』……………岩井圭也
『ノー・ファンタジー』……………上田岳弘
『極東発世界大戦 5』……………大石英司
『傾斜のマリア』……………恩田陸
『スナックふたり』……………川上弘美

『森羅記 3』……………北方謙三
『ゾンビ回収婦』……………小砂川チト
『54字の物語未来』……………氏田雄介
『埼玉マンション物語』……………篠田節子
『水上都市の冒険』……………島田荘司
『小石川養生所青春譜』……………砂原浩太郎
『飛距離の長い青春』……………砂村かいり
『夜想い』……………住野よる
『はじまりのスープ、夏ゼリー』……………瀬尾まいこ
『我らが音楽に祝福あれ』……………瀧羽麻子
『エゴサ厳禁』……………知念実希人

『きよくしぶとくやかましく』……………寺地はるな
『ミサゴの守る町』……………砥上裕將
『鋼鉄のレガシー』……………堂場瞬一
『ナイス実存』……………ドリアン助川
『能面検事の挫折』……………中山七里
『おにがわらう』……………島中恵
『夜の喜劇』……………東川篤哉
『永遠の記憶』……………東野圭吾
『ジウThe Next』……………菅田哲也
『シャドーゲーム』……………真山仁
『愛した人を調べないでください』……………三浦晴海



イベント



東千葉メディカルセンター 市民公開講座・ 出張糖尿病教室

第49回市民公開講座

◆のぞいて、見つけて、治せる内視鏡 ～進化する胃カメラの話～

消化器内科 医長の佐久間崇文医師による講座です。

とき▶10月19日(月)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

出張糖尿病教室

◆糖尿病の基本的なおはなし

代謝・内分泌科の医師、看護師、管理栄養士、理学療法士による教室です。

とき▶10月15日(木)午後2時～3時(開場=1時45分)

ところ▶市役所5階会議室

※いずれも事前申込不要です。

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



城西国際大学公開講座 教養講座 医薬品、医薬部外品、 化粧品の違い

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「教養講座」を実施します。

◆健康に過ごすための知識

日常で使われる医薬品、化粧品、食品などの化学物質の違いや分類方法を分かりやすく解説します。

皮膚に使われる製剤に焦点を当て、医薬品や化粧品の開発過程、治験の内容、先発品と後発品の違い、研究開発の難しさなどについて紹介します。

とき▶10月24日(土)午前10時～11時30分

ところ▶城西国際大学図書館オリエンテーションルーム

対象▶市内在住・在勤・在学の高校生以上の方

定員▶先着30名

締切▶10月15日(木)

申込方法▶電話または窓口で申し込み
申問 生涯学習課 ☎(50) 1187

ホームページID 12880

イベント



笑って動いて元気に！ おもちゃでいきいき健康づくり 介護予防講演会

近年、おもちゃは認知症予防やリハビリの効果があるものとして認識されるようになってきました。遊びやおもちゃを通して生まれるコミュニケーションや笑顔は、体の健康だけでなく心の健康にもつながります。

昨年度の講演会で好評だった「アクティビティ・トイ」を使った「遊び」のワクワク感を皆さんで共有し、心と体の健康アップを図りましょう。

山武長生夷隅地域リハビリテーション広域支援センターの作業療法士 芝井孝祐さんに講演いただきます。

とき▶10月26日(月)午後2時～3時30分(受付=1時30分～)

ところ▶市役所5階会議室

対象▶市内在住の概ね65歳以上の方

定員▶先着50名程度

締切▶10月19日(月)

申込方法▶電話または窓口で申し込み
申問 高齢者支援課 ☎(50) 1165

ホームページID 14725

感染を広げないために 「かからない」「うつさない」対策を実践

石けんを使い、こすり洗いをすることでウイルスは減らせます。指先、指の間、親指、手首は特に注意して洗いましょ。消毒用アルコールを使う場合は、つけた後に手をまんべんなくこすり、よく乾かしましょ。

◆こまめな手洗い

手洗いは、自分の手に付着したウイルスを減らせます。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょ。



感染対策の基本

・手洗い
・咳エチケット
・換気
インフルエンザは、高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては、重症化するおそれもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させないことやうつさないことが重要です。

秋・冬は、インフルエンザの流行シーズン

感染症に注意しましょー！

問 健康増進課 ☎(50) 1173

◆マスク着用・咳エチケット

感染症を他人に感染させないため、人が集まるところでのマスクの着用や、咳やくしゃみをする際にはハンカチなどで口と鼻をおおいましょ。

◆換気

換気の悪い狭い空間や密閉した場所では飛沫感染のリスクが高まります。換気により、空气中のウイルスなどを外に追い出すことができます。換気をする際には空気の通り道を設けることが重要です。こまめに部屋の換気を行いましょ。

◆流行前のワクチン接種

ワクチン接種は、発病の可能性を減らすことや重症化の予防が期待できます。

◆体調管理

感染症にかかりにくい身体づくりも大切です。適度な運動、良質な睡眠、バランスのとれた食事など日頃から体調管理に気をつけましょ。



健康コラム

募集
あなたの会社をPRしませんか
指定ごみ袋・家庭ごみの出し方有料広告募集

可燃ごみ用指定袋の外袋

広告規格▶特大袋＝縦7cm×横14cm
／大袋＝縦6cm×横12cm／小袋＝縦5cm×横10cm
※いずれも印刷は2色(白地に青印刷)です。
印刷枚数▶35万3,100枚
※令和9年6月ごろから販売を開始します。
枠数▶2枠
掲載料▶1枠17万6,550円



家庭ごみの出し方(リーフレット)

広告規格▶縦2.7cm×横6.7cm
※印刷は4色までです。
発行部数▶2万部
※令和9年3月末までに新聞折込などで市内各世帯に配布します。
枠数▶4枠
掲載料▶1枠6万5,000円



共通事項

締切▶10月14日(水)
申問 環境保全課 ☎(50) 1170
ホームページ ID 13869

募集
子育て初心者ママ集まれ
児童館 子育てクラブ
メンバー募集

短期子育てクラブ「にこにこクラブ」のメンバーを募集します。
初めての子育ては戸惑うことばかり。ひとりで悩まず、赤ちゃんといっしょにママ同士交流しましょう。
とき▶10月29日(木)、11月12日(木)・26日(木)、12月10日(木)午前10時～11時(全4回)
対象▶市内在住の令和8年4月1日以降生まれのお子さんとその保護者
定員▶先着6組
締切▶10月22日(木)
申込方法▶窓口または電話で申し込み
申問 児童館 ☎(50) 1235
ホームページ ID 8532

募集
不法投棄は許しません
不法投棄監視員募集

不法投棄などが行われにくい地域環境をつくるため、随時募集しています。
地域環境の美化に熱意のある方の応募をお待ちしています。
対象▶市内在住の20歳以上の方
任期▶令和9年4月1日～2年間
待遇▶ボランティア(無報酬)
活動内容▶①担当地区の巡回②不法投棄や野外焼却、無許可埋立てなどの発見③市への情報提供
申込方法▶窓口または電話で申し込み
申問 環境保全課 ☎(50) 1171
ホームページ ID 14617

◆熱意のある方募集中!

不法投棄のない快適な地域環境を目指そう



募集
あなたの会社をPRしませんか
東金市農業委員会
だより有料広告募集

令和8年度掲載の広告を募集します。
広告規格▶1枠 縦4cm×横9cm
※1事業者につき横2枠(縦4cm×横18cm)まで掲載可能
枠数▶4枠
掲載料▶1枠7,000円
締切▶10月30日(金)
申問 農業委員会事務局 ☎(50) 1177
ホームページ ID 12816

イベント
資格取得や就労相談も
県主催の介護に関する研修

介護に関する入門的研修

介護の知識や認知症などの基礎を学べます。希望者には、職場見学や就職の個別相談も行います。
とき▶10月31日(土)、11月6日(金)・14日(土)・19日(木)午前9時30分～午後4時40分
※10月31日(土)のみの参加も可能です。
定員▶先着40名
▲申込画面



介護職員初任者研修、就職支援

資格取得と就職をセットでサポート。同世代の方と一緒に介護の仕事を見つけましょう。個別相談もあります。
とき▶12月1日(火)～令和9年2月2日(火)のうち18日間 午前9時30分～午後4時50分
対象▶50歳以上の方(50歳未満の方も相談可)
費用▶27,500円(テキスト代・消費税込)
定員▶先着10名
▲申込画面



共通事項

ところ▶東金中央コミュニティセンター
申込方法▶2次元コード、電話またはFAXで申し込み
申問 社会福祉法人 初穂会 稲毛ペコリーノ ☎043(306)8520
FAX 043(306)8521

イベント
Draw～夢を描こう～
千葉学芸高校学園祭

とき▶10月31日(土)、11月1日(日)午前10時～午後3時
※Webでのバーチャル学園祭もあります。
ところ▶千葉学芸高校
問 千葉学芸高校 ☎(52) 1161
HP https://www.cgh.ed.jp/festival/

イベント
東金特別支援学校の学校祭
第40回やまもも祭

とき▶11月14日(土)午前9時30分～11時
ところ▶県立東金特別支援学校
※車では来校できません。近隣への無断駐車もおやめください。
問 県立東金特別支援学校 ☎(52) 2542



お知らせ



接種費用の一部を助成します 高齢者の予防接種

1 インフルエンザ予防接種

接種期間▶令和9年1月31日(日)まで

助成金▶1,500円

※高用量インフルエンザワクチンの実施は見送りとなりました。

2 新型コロナウイルス感染症 予防接種

接種期間▶令和9年3月31日(水)まで

助成金▶4,500円

共通事項

対象▶市内に住民登録があり、次の①または②に該当する方

①接種日当日に65歳以上

②接種日当日に60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がい(身体障害者手帳1級程度)がある

費用▶接種費用からそれぞれの助成金を引いた差額を医療機関に支払い
※接種費用は直接医療機関にお問い合わせください。

※助成金は1回です。

※生活保護を受給中の方は、市が全額を助成します。

持ち物▶マイナ保険証など、予診票、生活保護受給証明書(生活保護受給者は社会福祉課で発行)

※予診票は、市内協力医療機関にも置いてあります。

※市内協力医療機関以外で接種を希望する方は、事前に必ずお問い合わせください。

問 健康増進課 ☎(50) 1173

ホームページID 1 8731 2 12191

お知らせ



回答にご協力をお願いします 社会生活基本調査

私たちが1日のうちどれくらいの時間を仕事、家事などに費やしているかなどを調査(10月20日現在)し、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進などの施策に必要な資料を得ることを目的としています。

とき▶10月上旬～中旬

ところ▶東金および酒蔵の一部

※調査員は、千葉県知事発行の調査員証を携帯しています。

問 県統計課 ☎043(223) 2223

ホームページID 14642

お知らせ



対象の方に順次送られます 年金受給者は扶養親族等 申告書を提出してください

日本年金機構から「令和9年分扶養親族等申告書」が対象の方に順次送られています。令和9年2月以降に年金から源泉徴収する所得税などの計算に使用するため、期限内に提出してください。

※マイナポータルとねんきんネットを連携している方には、紙の申請書は送られません。

対象▶支給事由が老齢または退職の年金支給額が、次の①または②に該当する方

①65歳未満で98万円以上

②65歳以上で148万円以上

※各種控除に該当しない方などは、提出の必要はありません。詳しくは届いた通知をご確認ください。

提出方法▶同封の返信用封筒に切手を貼って返送またはマイナポータルを利用したねんきんネットで提出

問 日本年金機構(扶養親族等申告書の問い合わせ) ☎0570(081) 240 050から始まる電話＝

☎03(6837) 9932



◀日本年金機構
ホームページ

お知らせ



安全な建物で安心して生活を 違反建築防止週間

10月15日から21日までは、違反建築防止週間です。この期間、公開建築パトロールが実施されます。

◆適法な建築のポイント

- ・建物建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。
- ・工事が完了した時は、その建物が法令に基づき安全なものであるか検査を受けましょう。
- ・新築時は適法でも、その後の改修や用途(使い方)の変更により違反になってしまう場合があります。改修などの際には事前に建築士などに相談しましょう。

問 県建築指導課 ☎043(223) 3183

市都市整備課 ☎(50) 1150



募集



市内全戸に配布します 暮らしの便利帳東金 有料広告募集

市の行政手続きや市内の施設が掲載された地図など、暮らしに役立つ情報を掲載する暮らしの便利帳東金を、リニューアルし、官民協働で発行します。

◆広告について

冊子に掲載する広告を募るため、協働事業者の「(株)ゼンリン」の担当者が事業所などを訪問します。ご理解、ご協力をお願いします。

※市税を滞納している場合は、掲載できません。

申問 秘書広報課 ☎(50) 1114

ホームページID 14704

募集



東金IVC日本語教室 日本語で日本語を 教えてくれる方募集

日常のコミュニケーションに困っている在留外国人のために、ボランティアで日本語を教えています。

見学もできます。気軽にお問い合わせください。

とき▶次の3クラス(3学期制)

①木曜日クラス=午前10時～正午

②金曜日クラス=午後7時～9時

③土曜日クラス=午前10時～正午

ところ▶東金中央コミュニティセンター

申問 東金 IVC 日本語教室 (前嶋)

☎(52) 2713



◀東金IVC日本語教室
ホームページ



お知らせ



東千葉メディカルセンター 脳ドックを始めました

10月から新たに脳ドックを始めました。MRI撮影と結果の説明で所要時間は、約1時間です。

※健康保険の制度は、利用できません。

とき▶毎週火曜日、木曜日の午後

定員▶各日2名

申問 東千葉メディカルセンター地域医療連携室 ☎(50) 1199



秋のすき込みが効果的です

稲刈り後は、稲わらをすき込みましょう

台風や大雨により水田が冠水すると、稲刈り後の稲わらが流れ出し、田んぼや用水路、排水路、道路に散乱、蓄積して被害の拡大につながる恐れがあります。

流出の防止策として、稲刈り後、速やかな稲わらのすき込みをお願いします。

稲わらは貴重な有機資源です。有効活用するため「秋のすき込み」をしましょう。稲わらの腐熟を促進させるためには、地熱が高い10月中旬までの実施が効果的です。

※「春すき込み」では水稻の初期生育の抑制が指摘されています。

問 農政課 ☎(50)1137

ホームページID 8673



一斉回収以外の随時回収は行いません

農業用廃プラスチックの回収

農業用のビニール、ポリエチレン、肥料袋・培土袋などの廃プラスチックを回収します。荷姿を整えて直接搬入してください。

とき▶10月15日(木)・16日(金)午前9時～11時30分、午後1時～3時30分
※2日間のうち都合の良い日に搬入してください。

搬入場所▶千葉園芸プラスチック加工(株)(小沼田)

費用▶1kg当たり45円(現金のみ)

搬入に当たっての注意

- ①事前の登録が必要です。未登録の農家の方はご連絡ください。
- ②農業用ビニール・農業用ポリエチレンは分別してください。
 - ・分類1=ビニールA(平成23年3月に展張されていたビニール)
 - ・分類2=ビニールB(ビニールA以外のビニール)
 - ・分類3=ポリエチレン

- ③水分・土砂は、十分にに取り除いてください。
 - ④再処理をしますので、針金・ホチキスなどの金属類、木片、マイカー線、ハトメなどは必ず取り除いてください。
 - ⑤結ぶひもは、廃棄物と同じ素材のもの(ビニールはビニールひも、ポリエチレンはポリエチレンひもまたはマイカー線)を使用してください。
 - ⑥1つを10kg程度にまとめ、右図のように束ねてください。
 - ⑦登録番号は、束ねたビニール一つの中央に、油性のマジックなどで記入してください。
- ※次回の一斉回収は令和9年6月を予定しています。

問 農政課

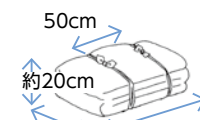
☎(50)1137

荷造りと荷姿

農業用ビニール

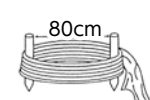


つづら折り

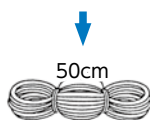


登録番号を記入

ポリエチレンフィルム



左図のようなつづら折りまたはグルグル巻き



肥料袋・培土袋



縦長の2つ折り



女性弁護士による

無料法律相談会

DVや養育費など離婚を巡る問題の相談に応じます。

とき▶11月16日(月)①午後1時～②午後2時～③午後3時～(各回50分ずつ)

ところ▶市役所401、402会議室

定員▶先着6組

申込期間▶10月16日(金)～

申込 千葉県弁護士会(平日午前10時～正午、午後1時～5時)

☎043(227)8431

ホームページID 13742



9～10月は行政相談月間

特設行政相談

行政相談は、総務大臣から委嘱された行政相談委員が、国の業務に対する意見・要望を受け付け、助言や関係機関への働きかけを行う制度です。

制度への理解を深め、活用してもらうために、特設相談会を行います。相談は無料で、秘密は厳守されます。※人権相談も併せて実施します。

とき▶10月22日(木)午後1時30分～3時30分

相談内容▶国の業務に対する意見・要望、いやがらせ、いじめ、差別などの人権に関わる問題・悩み

問 総務課☎(50)1117





みんなで詐欺被害を防止

10月は電話de詐欺被害防止強化月間

対策方法を家族をはじめ周囲の人にも紹介して、みんなで詐欺被害を防止しましょう。



電話de詐欺は電話de対策

- ・犯人が使用する電話の約7割が「+（国番号）」で始まる国際電話番号
- ・最近の電話de詐欺は、携帯電話にも多く着信し、幅広い世代で被害発生

◆固定電話機の場合

国際電話不取扱受付センター＝☎0120(210)364に国際電話の発着信の申込、警告・通話録音機能などを活用

◆携帯電話機の場合

国際電話番号や詐欺に利用されたことのある電話番号をブロックする機能を備えた警察庁推奨の「特殊詐欺対策アプリ」（無料）をインストール

問 東金警察署

☎(54)0110



市民活動を紹介

みんなの広場

茂原交響楽団第37回定期演奏会

チャイコフスキーの交響曲第5番、白鳥の湖などを演奏します。

とき▶10月25日(日)午後2時～4時

ところ▶東金文化会館大ホール

費用▶当日券＝1,000円、前売り券＝800円

申問 茂原交響楽団(吉澤)

☎090(8706)7607



令和8年度

千葉県合同不動産公売

千葉県と県内市町村は、税金の滞納により差し押さえた不動産を一齐に売却する「合同不動産公売」を実施します。

入札期間▶10月30日(金)～11月6日(金)
(入札期間内必着)

書類提出先▶〒283-8511 東金市東岩崎1番地1 東金市総務部収税課滞納整理係(郵送または窓口)

※窓口は平日午前9時～午後4時

開札日時▶11月12日(木)午前10時30分

開札場所▶千葉県庁中庁舎10階大会議室(千葉市中央区市場町1番地1)

※開札の立会いを希望する場合は、入札期間最終日の午後4時までに収税課へご連絡ください。

売却決定日時▶12月3日(木)午前10時

代金納付期限▶12月3日(木)午後2時30分

※詳しくは、市のホームページをご覧ください。

◆東金市の公売財産

地番＝東金市極楽寺字深田395番1外
見積価格＝455万円



▲土地付き建物(工場・事務所)

問 収税課

☎(50)1227

ホームページ ID 14623



滞納は絶対に見逃さない

県下一斉滞納整理強化期間

千葉県と県内全54市町村は、10月から12月までを「県下一斉滞納整理強化期間」とし、「滞納は絶対に見逃さない」を合言葉に、徴収対策を強化しています。

本市でも財産の差押や自宅の搜索など滞納処分を重点的に実施します。

税金は、健康で安心して暮らせる社会保障や毎日の生活に密着した行政サービスの貴重な財源であり、納期限までに納めていただくものです。

多くの方が期限までに納付されておりますが、一部の方は滞納している状況で、これは納期限までに納付している方たちとの公平性を欠くものです。

◆滞納処分とは

納期限後、督促状を発送して10日を経過した日までに完納されない場合は、納期限内に納付している大多数の方との公平性を保つため、国税徴収法や地方税法などにに基づき財産調査を行い、発見した財産の差押を行います。

また、場合によっては、滞納者の自宅や事務所などの搜索を行います。



▲自動車を差し押さえた様子



税金は納期限までに必ず納めましょう

問 県税＝各県税事務所または県税務課

☎043(223)2127

市税＝収税課

☎(50)1227

ホームページ ID 14641



雇用のトラブルはまず相談

円満な解決を目指す労働委員会

個々の労働者と使用者の間で生じた解雇・パワハラ・労働条件の不利益変更などの労働関係のトラブルに委員が介入し、円満な解決を目指す「個別的労使紛争のあっせん」を行っています。

あっせんは無料で、労働者、使用者どちらからでも申請できます。

問 県労働委員会事務局

☎043(223)3735

ときがわ川柳会

運

選句 安延春彦

凡人で少しの不運乗り越えろ
網棚に土産乗せたが運の尽き
福引の券につられて無駄遣い
我が人生運まかせより風まかせ
栄一の帯の掛かった籤外れ
男運無いと言われてまだ独身
失敗は運と上司の所為にする
運試し昔おみくじ今はロト
努力せず「運がないんだ」言い傘寿

渡辺光恵
塚村善弘
菅野容子
上岡友子
土田順恵
伴里美
遠藤雅仁
山本博満
安延春彦

東金文芸

東金俳句

会員募集中 問 今関 ☎090(4730)4997

子らからの気遣ふライン遠花火	荒木美地子
数百の風鈴の音の祈りかな	五十嵐葉子
石仏も笑ふほかなし猛暑かな	今関 憲章
紅芙蓉写して友の見舞状	齋藤 淑子
紅の色残してしばむ芙蓉かな	佐瀬 忠義
新盆の白き灯りに母を待つ	高田 美江
過疎里に眼引き抜かれしや捨案山子 すてかかし	浜辺 功
荒生にヒロシマ記憶す賢治の碑	藤田 英忠
なくし物探す疲れの猛暑かな	堀 京子
酔覚めの夜の暗さや秋螢	丸山 文幸
老人の歩幅に合わせ飛蝗 ひばた とぶ	宮林 八男
秋きぬと目にはさやかに茜山	八乙女文男
投網漁のごとき広がり稲すずめ	吉田小夜美

東金短歌

若き女性スモークツリーの苗木抱き かっぱ	石森 晴子
昼過ぎより大雨降りて雷も	上木名慧子
たすけてえ父さん母さん疼痛 どうつう に	内海 純子
古里の妹に聞く兄の事	川島 薫子
足もとに短かき影を纏 まと はらせ	川島 隆
桃苗木五年育てて袋がけ	小林千鶴子
野良猫を手なづけ慣らし三カ月	増田 わこ
台風にごうとひれ伏す竹藪 やぶ の	山本 寒苦
向こう一瞬見慣れぬ景色	

チェロ大好き!コンサートプラス

愛をテーマに初心者からプロの演奏家まで弦楽器の仲間が集まりました。

とき▶11月8日(日)午後2時~4時

ところ▶東金文化会館大ホール

※3歳未満のお子さんはご遠慮ください。

問 ゴーシュ音楽院(大友)

☎0475(36)3774

第3回ふれあいゲーム大会

今年もやりますゲーム大会。頭と体をフル回転させ身も心もリフレッシュ!

とき▶11月10日(火)午前9時~11時30分(受付=9時30分まで、雨天の場合=17日(火)に延期)

ところ▶田間中央公園

費用▶300円

締切▶10月31日(土)

申問 東金ヘルスサポーターの会「ふれあい」(角田) ☎090(6187)7650

団員募集

トランペット、トロンボーン、ピアノなどジャズに興味のある方を募集。

とき▶毎月第1、3日曜日午後5時30分~8時

ところ▶東金中央コミュニティセンター

費用▶月1,000円

申問 東金イーストベル・ジャズオーケストラ(杉) ☎090(3596)0619

東金詩吟クラブ会員募集

名詩を吟ずる爽快感。呼吸器系が改良改善。始めましょう詩吟健康生活。

とき▶毎週土曜日午前9時~11時

ところ▶公平地区コミュニティセンター

費用▶月2,500円

申問 東金詩吟クラブ(今関)

☎090(4730)4997

広告



医療法人社団
歯友会
SHIYUHKAI

「噛める」をもっと。「食べる」をずっと。

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 年中無休
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 年中無休
平日9:00~19:00 / 日・祝祭日9:00~18:00



▲予約はこちら



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。 問 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	10月22日(木) 受付午後1時～*	R8.5.21～R8.6.23生	オムツ
7757	1歳6か月児健診	11月12日(木) 受付午後1時～*	R7.3.1～R7.4.25生	ハンドタオル、歯ブラシ
7756	2歳児歯科健診	11月19日(木) 受付午後1時～*	R6.3.1～R6.4.5生	ハンドタオル、歯ブラシ
7755	3歳児健診	11月10日(火) 受付午後1時～*	R5.3.6～R5.4.10生	ハンドタオル、歯ブラシ、尿
9928	マタニティサロン	助産師に聞こうお産・栄養=11月11日(水) 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/オンライン同時開催 (要予約)
7754	すくすく育児相談	①計測日=10月5日(月)、②計測・相談日=26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	11月19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) 11月18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	10月21日(火)・28日(火)
豊成こども園 ☎(58)3150	10月1日(木)・22日(木)
福岡こども園 ☎(54)1539	10月6日(火)・27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を行います。

とき▶ 毎週土曜日午後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。

問 東金図書館 ☎(50)1190

広告

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 きらいぐみ
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

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

保健ガイド

Health Guide

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	10月5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	10月26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	10月6日(火)・13日(火)・20日(火)・27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	10月14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 第4水曜日 午後2時～4時	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4時	要予約
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)
10月4日(日)	古川クリニック(九十九里) ☎0475(76)1588	さんむ内科・糖尿病クリニック(山武) ☎0475(88)1491
11日(日)	とうがね中央糖尿病腎クリニック(東金) ☎0475(54)2421	山崎医院(横芝光) ☎0479(82)0561
12日(月)	はっとり内科クリニック(東金) ☎0475(71)3190	高橋医院(山武) ☎0475(82)2450
18日(日)	岡崎医院(東金) ☎0475(52)3313	睦岡クリニック(山武) ☎0475(80)8001
25日(日)	鈴木クリニック(大網白里) ☎0475(71)2033	さくらクリニック(横芝光) ☎0479(84)4333

※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

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

マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社
結婚相談所ムスベル

千葉県:千葉県中央区中央1-10-7 日進中央ビル3階
柏:柏市中央1-1-1 ちばぎん柏ビル3階

☎ 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

空き家・土地・中古物件

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。

**そのまま
買取り**ます

ハルヒラク不動産 千葉県知事(1)第18864号
株式会社アールイーナンバー WEBサイトはこちら▶
☎0475-78-5771 千葉県大網白里市南飯塚440-8

ハルヒラク不動産 検索

LINEでのご連絡はこちら▶



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	10月5日(月)、11月2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	10月15日(木)、11月16日(月) 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	10月23日(金)、11月27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	①10月21日(水)②28日(水) 午前10時～午後4時 要電話予約 1週間前から受付開始	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火曜日(祝休日の場合は翌平日) 午後1時30分～4時	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	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	10月7日(水)・21日(水)、11月4日(水)・18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
司法書士ラ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	10月15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
障害年金無料相談	10月30日(金) 午後1時30分～4時 要予約	東金中央コミュニティセンター	社会保険労務士有志会 ☎(53)3395	障害年金を検討中の方、制度について知りたい方向けの相談

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	2日(金) 午前10時～11時30分	道の駅みのりの郷東金	19日(月) 午前10時～11時30分
JR福俵駅ロータリー	13日(火) 午後2時～3時	セブンイレブン季美の森店	26日(月) 午後2時～3時
ローソン東金レイクサイドビル店	23日(金) 午後2時～3時	求名駅前郵便局	13日(火) 午前10時～11時30分
田間中央公園	16日(金) 午前10時～11時30分	銚子信用金庫東金支店	8日(木) 午前10時～11時30分
		京葉銀行東金支店	9日(金) 午前10時～11時30分

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

キョーレオビネオ w・レオビファイブネオ 取扱店

とうがね

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

相談件数が増えています！

分電盤の点検商法

事例

電話がかかってきて分電盤の点検を勧められました。分電盤を点検してすぐに「これは古いのですぐに交換しなければ漏電して火事になる」と言われた。今までトラブルはなかったものの、何十年も交換していなかったため、信用して約15万円の交換工事の契約を結び、前金を支払った。後からよく考えると高額ではないかと思う。

ひと言と助言

- ・分電盤を含む家庭用の電気設備は、4年に1回の法定点検が電力会社に義務付けられています。法定点検の場合は、必ず事前に書面で通知の上、登録調査機関の調査員証を携帯した調査員が来ます。
- ・点検後にその場で何らかの契約を勧誘することはありません。

えんぴつ

広報担当のつぶやき



食欲の秋。読書の秋。スポーツの秋。芸術の秋…皆さんは、どんな秋が好きですか？

私は食欲の秋とスポーツの秋が好きです。秋の味覚をたくさん食べて、ときスポ(P7)にみんなで参加してみませんか？



東金市
食生活改善会の

おいしいレシピ

たことトマトのマリネ



1人分 栄養価

エネルギー 83kcal たんぱく質 11.5g
脂質 2.5g 食塩相当量 1.1g

作り方

🕒 5分 (戻し時間は含まない)

①カットわかめは水で戻して水気を切る。②トマトは食べやすい大きさに切る。ゆでたこは食べやすい大きさにそぎ切りする。③ボウルに(A)を入れて混ぜ、トマト、ゆでたこ、わかめを加えて混ぜ合わせ、こしょうで味をととのえる。

材料(4人分)

- ゆでたこ …………… 120g
- トマト …………… 1個(200g)
- カットわかめ …………… 4g
- こしょう …………… 少々

(A)

- 砂糖 …………… 小さじ2
- 塩 …………… 小さじ1/4
- しょうゆ …………… 小さじ1
- レモン汁 …………… 小さじ2
- オリーブオイル …… 小さじ2

トマトはビタミンC、
ビタミンE、リコピンが
豊富に含まれています。



管理栄養士 監修

今回の地産地消



トマト

千葉県は全国7位

※令和6年農業産出額

原産地は南米ペルーのアンデス高原とされています。日本には江戸時代初期に観賞用として伝わりました。その後、明治時代に食用としてキャベツや玉ねぎなどの西洋野菜と共に欧米から導入されました。

「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

無料 結婚・婚活相談

開催日時

10月4日(日) 10月7日(水)
10月11日(日) 10月14日(水)

- ✓ お子さんに結婚の話をするときケンカになる親御さん
- ✓ 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
結婚相談所ササキフル
なめき
相談員 行木 美千子



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