

広報 銚子

CHOSHI CITY PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

広報ちょうし

5

May 2023
No.1256

特集

本当に健康？

GWは、遊んじゃお。

📍 長崎海岸

9月30日まで延長
マイナポイントの申込

『マイナポイント』

最大2万円分、受け取った？

2月28日までにマイナンバーカードを申請した人が対象

下のアプリ対応スマートフォンかICカードリーダー付きのパソコンで申込ができます

市役所3階企画室でもサポート 問 企画室 ☎(24) 8904

持物

- ① マイナンバーカードと4桁の暗証番号
- ② ポイントカードなど(キャッシュレス決済ができるもの)
- ③ 通帳かキャッシュカード

市役所の受付は1時間程度お待ちいただく場合があります



公金受取口座
を登録



マイナポイント
を申請

キャッシュレス決済サービスでもらえる



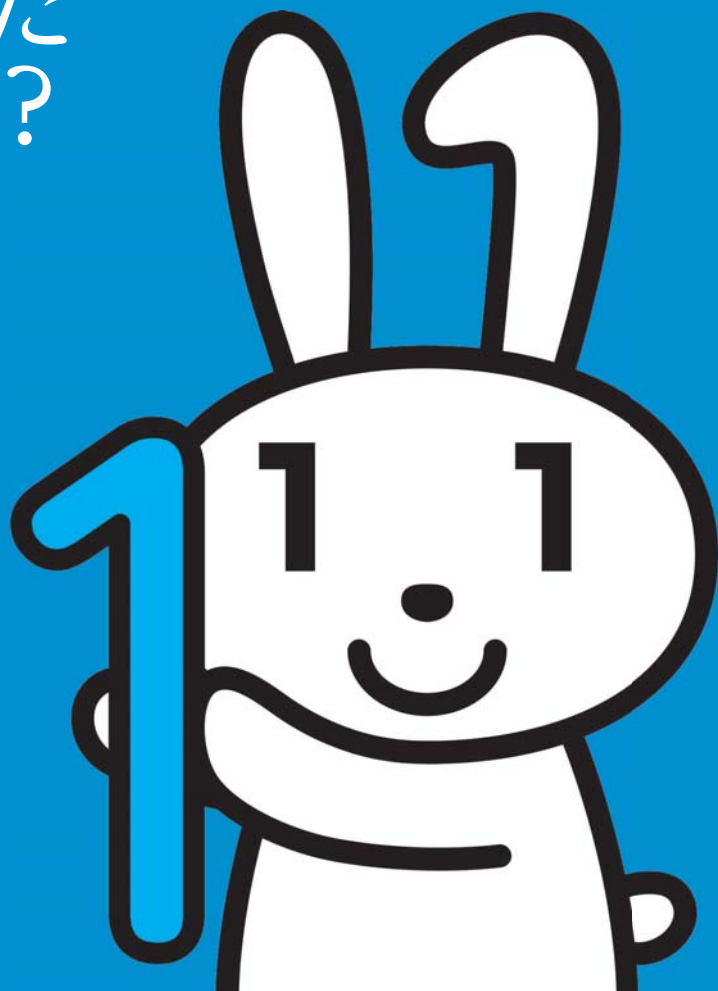
マイナンバーカードの新規取得等で
5,000円分



健康保険証としての利用申込みで
7,500円分



公金受取口座の登録で
7,500円分



避難行動 要支援者名簿に 登録しませんか



申問 ①高齢者福祉課 ☎(24) 8754 ②障害支援室 ☎(24) 8968

市は高齢者や障害のある人で、災害時に避難することが難しい人の名簿を作成します。
もしも、災害が起きたとき、避難を支援するため、警察・消防・民生委員などと情報を共有します。
離れて暮らすご家族からの申込も可能です。(4月までに登録済みの人は申込不要)

対象

災害時にひとりで、または家族と避難することが難しく、支援を必要とする①または②に当てはまる人。支援する家族がいたり、介護施設に入所している場合は対象外です。

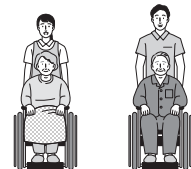
1

- ・要介護3以上
- ・75歳以上のひとり暮らしの高齢者
- ・75歳以上のみの世帯




2

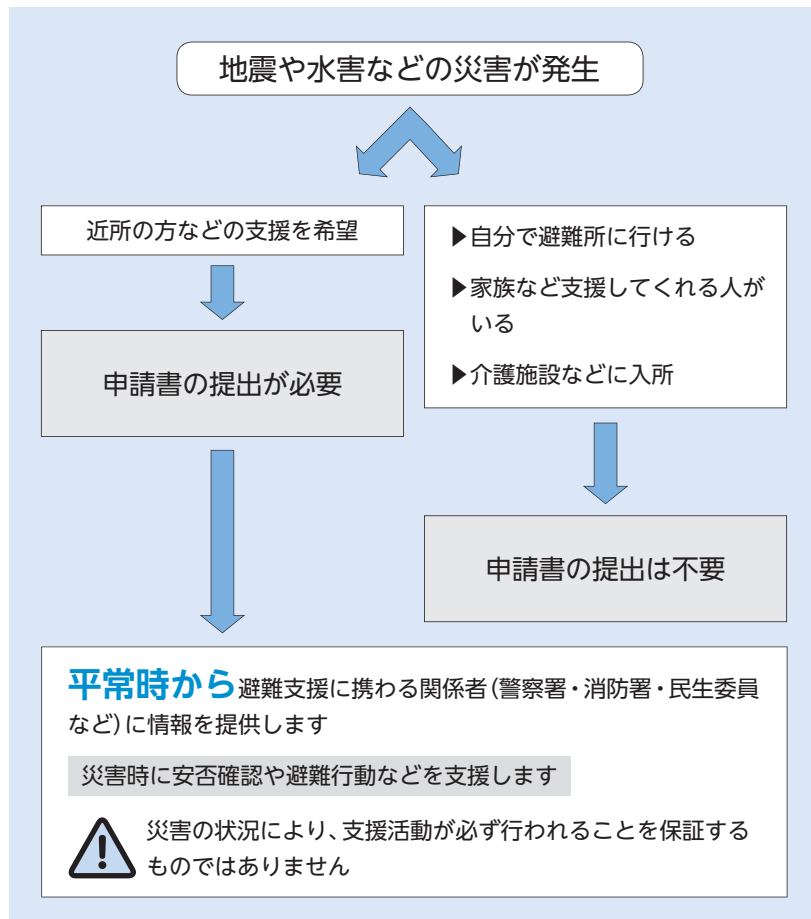
障害のある人
※詳しくはお問い合わせください



登録 手順

- 1 申請書は窓口で受け取るか
市ホームページからダウンロード 
- 2 必要事項を記入し、郵送か持参
(〒288-8601 若宮町1-1)

随時募集



令和5年度 当初予算

令和5年度の当初予算は、原油価格・物価高騰の影響などもあり、大変厳しい予算編成となりました。

安定した財政運営のため、引き続き行財政改革に取り組むとともに、デジタル化や脱炭素化など、社会の変化に対応した事業に取り組むことができるよう予算を編成しました。

問 財政室 ☎(24) 8926

会計 2,000万円

歳入



自主財源 (45.8%)
114億9,494万2千円

繰入金
16億8,358万9千円

使用料及び手数料
4億7,229万3千円

分担金及び負担金
1億5,039万7千円

その他
12億9,467万8千円

依存財源 (54.2%)
136億2,505万8千円

地方交付税
55億8,612万8千円

国庫支出金
28億7,248万8千円

市債
16億4,889万8千円

県支出金
15億4,713万1千円

その他
19億7,041万3千円

今年も作りました
わかりやすい予算書



今年も市の予算を
やさしく説明した
「わかりやすい予算書」
を作成しました。
市ホームページで
ご覧になれます。



一般

251億

歳出

■会計別予算額

区分	金額		構成比 %	前年度 当初比 (増減率%)
総額	481億7,928万9千円		100.0	3.4
一般会計	251億	2,000万円	52.1	5.2
公営企業会計	73億	100万円	15.2	△ 0.7
水道事業	36億	8,200万円	7.7	9.8
病院事業	9億	300万円	1.9	△ 27.1
下水道事業	27億	1,600万円	5.6	△ 1.7
特別会計	151億	900万円	31.4	2.7
国民健康保険事業	75億	8,100万円	15.8	5.0
介護保険事業	65億	6,200万円	13.6	0.2
後期高齢者医療事業	9億	6,600万円	2.0	1.6
基金	6億4,928万9千円		1.3	△0.0
土地開発基金	5億4,715万4千円		1.1	0.0
育英資金貸付基金	1億	213万5千円	0.2	△0.0





choshi
お知らせ
news

女性のための 乳がん・子宮頸がん^{けい}集団検診スタート



申問 健康づくり課 ☎(24) 8070

若い世代に増えている乳がん・子宮頸がん。自覚症状のない人が、定期的に検診を受けることが大切です。消毒や換気など感染防止対策をして実施します。

●予約制です。必ず事前にご連絡ください。 会場：保健福祉センター

▼検診名	▼対象	▼内容	▼日程	▼受付時間	▼料金
乳がん	30歳代	超音波検査	6/1(木)～3(土)、9/28(木)	9時～9時30分 9時45分～10時15分 10時30分～11時 13時～13時30分	900円
	40歳～	マンモグラフィ検査	5/15(月)、17(水)、18(木)、24(水)～28(日)、 6/1(木)～3(土)、9/27(水)、28(木)	13時45分～14時15分 14時30分～15時	
子宮頸がん	20歳～	子宮頸部細胞診	5/2(火)、6(土)、21(日)、22(月)、30(火)、31(水) 9/25(月)、26(火)	9時30分～10時 10時30分～11時 13時～13時30分 14時～14時30分	1,000円

- ▶年齢基準日は2024年3月31日 ▶医療機関で経過観察中の人、自覚症状のある人は医療機関を受診してください
- ▶職場や国民健康保険短期人間ドック等助成事業などで同様の検診を受ける機会がある人は対象外 ▶妊娠中の人は乳がん超音波検査を除き対象外
- ▶子宮頸がん検診は、性行為経験のない人、妊娠中の人は、集団検診を受診できません
- ▶生活保護か住民税非課税世帯*の人は集団検診費用を免除(事前に申請) *住民税非課税世帯の人は証明書発行手数料350円がかかりますが年間利用できます

新型コロナウイルス

「令和5年春開始接種」が始まります

オミクロン株対応2価ワクチン

対象者

- 1、2回目接種を完了している次の人
 - ① 65歳以上の人
 - ② 12～64歳で基礎疾患を有する人
 - ③ 医療機関、高齢者・障害者施設などの従事者
- 詳しくはホームページをご覧ください

5類感染症になります

5月8日から新型コロナウイルス感染症の位置付けが5類感染症に変更されます。基本的な感染対策は、個人や事業者の判断に委ねられます。

手洗いや換気、三密の回避は引き続き有効です。



問 銚子市ワクチン接種コールセンター

☎(21) 5558 9時～17時





choshi
イベント
event

いよいよ完成！ 銚子ビール新醸造所



☎ 健康づくり課 ☎ (21) 3986

クラフトビールで銚子を世界一チョウシいいまちに！
起業家を応援するビジネスコンテスト「地域クラウド交流会」で優勝した銚子ビールの藤兵衛醸造所が5月にオープンします。

▶場所 銚子ビール藤兵衛醸造所(垣根町1-280-2)

▶醸造所完成キャンペーン **5月22日**(月)～
銚子エールをはじめ、銚子産の生のクラフトビールが楽しめます。地域との交流イベントも開催しています。



《完成イメージ 飲食スペースも用意》

choshi
お知らせ
news

高齢者肺炎球菌ワクチン 接種費用を助成します

☎ 健康づくり課 ☎ (24) 8070

▶対象者 市に住民登録がある①か②に該当する人

①65、70、75、80、85、90、95、100歳の人

②60～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器の機能がヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害のある人(身体障害者手帳1級程度)

※対象年齢に該当する人でも過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種したことがある人は対象外です

※年齢基準日：4月2日～令和6年4月1日

▶接種期限 令和6年**3月31日**(日)

▶助成額 **2,000円**

- ・接種費用との差額を医療機関で支払ってください
- ・生活保護受給者は全額助成となります

▶申込方法

①の人は4月上旬に郵送した予診票を実施医療機関へ持参してください

②の人は健康保険証・身体障害者手帳を健康づくり課の窓口へ持参してください。予診票を発行します



健康 ひとくち MEMO



銚子市薬剤師会
宮内 智之

コツコツと骨貯金

☎ 健康づくり課 ☎ (24) 8070

年齢を重ね、顔のシワやたるみが気になりだすと、スキンケアに励む人が多くなります。老け顔は皮膚だけの問題ではありません。原因のひとつに皮膚や筋肉の下にある骨の萎縮があります。加齢とともに顔の骨がやせ、顔の筋肉を支えるじん帯がゆるみ、たるみが起こります。まぶたのくぼみ、ほうれい線が目立つといった変化は骨密度の低下によるものかもしれません。骨粗しょう症は骨量が低下し骨折しやすくなる骨の病気です。骨粗しょう症には自覚症状がなく、骨折してから分かることが多くあります。骨粗しょう症の予防にはできるだけ早期から「骨貯金」を始めることが大切です。

骨を強くするコツ その1

丈夫な骨作りに必要な栄養素を食事で積極的に取りましょ。骨の主成分であるカルシウムやタンパク質、カルシウムの吸収を助けるビタミンD、カルシウム

の骨への定着を促すビタミンK、骨の代謝を促進するマグネシウムなどをバランスよく摂取することが大切です。骨を強くするコツ その2 骨に刺激を与える運動も不可欠です。手軽にできるのは、つま先立ちになり、かかとをストンと勢いよく床に落とすかかと落としです。かかとを落とした時に、かかとに全身の体重が刺激として加わります。この刺激で骨芽細胞が活性化し、骨が作られます。

日常生活での工夫がとても大切ですが、薬物治療が必要な場合もあります。自身の骨密度や気になる症状のある方は、まずはかかりつけ医に相談しましょう。銚子市は今年(令和5年)市制施行90周年を迎えます。人生100年時代を踏まえ、郷土の銚子とともに骨に効果的な食事と運動をコツコツと毎日の習慣にして、骨のある人生を送りましょう。



choshi
お知らせ
news

環境保全活動を応援します

申問 生活環境課 ☎(24) 8910

環境保全活動を促進するため、活動経費の一部を補助します。補助を希望する団体は申請してください。内容を審査のうえ補助の可否を決定します。

▶応募資格

- ①団体の構成員が5人以上で代表者と構成員の8割以上が補助を希望する他の団体に属していない市内で活動する団体
- ②団体の代表者が明らかで、政治活動、宗教活動、営利事業を目的としない団体

▶補助の対象となる活動

- (1) 再生資源の回収 (2) 環境問題の普及啓発
- (3) 環境学習の推進 (4) その他環境の保全

▶補助金額 補助対象経費の7割(上限45,000円)
申請件数などにより補助額上限に満たないことがあります

▶応募方法

市役所4階生活環境課に備え付けの申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し持参か郵送

▶応募期間 5月8日(月)～5月19日(金) ※必着

choshi
イベント
event

第11回 銚子ハワイアンフェスティバル

問 同実行委員会事務局 城島さん ☎090(7818)6574

絶景で繰り広げられるフラの祭典。20団体が出場。
ハワイアングッズ店も多数出店。小雨決行

▶日時 5月20日(土)、21日(日)
11時30分～18時

▶場所 銚子マリーナ海浜公園



choshi
お知らせ
news

犬の登録と狂犬病予防注射を忘れずに

問 生活環境課 ☎(24) 8910

飼 い犬には一生に1回の登録、年1回の予防注射
を忘れずに。

▶注射料金 **3,500**円

(注射済票交付手数料550円、注射料金2,950円)

登録する場合は別途3,000円が必要

	日 時	場 所
5月 9日(火)	9時～9時30分	三崎団地東公園(初日屋裏)
	10時～10時30分	小浜南出荷場(西安寺前)
11日(木)	9時～10時	海上八幡宮(柴崎町)
	10時30分～11時	正等院(野尻町)
13日(土)	13時30分～15時	市役所正面玄関付近
	9時～9時30分	東部不動ヶ丘公園北口広場
15日(月)	10時～10時30分	市民センター玄関前
	11時～11時30分	市体育館玄関前
17日(水)	9時～9時30分	長塚町青年館(銚子西中前)
	10時30分～11時	豊里台緑が丘公園入口





choshi
お知らせ
news

必ず工事着手前に申請を 住宅リフォームなどの補助制度のご案内



問 都市整備室 ☎(21) 3511

住宅リフォームの工事費を補助

市内在住で市内施工業者と契約して20万円以上の
リフォーム工事を実施する人

▶条件

令和6年1月までに工事が完了する専用住宅か併用住宅

▶補助額 工事費総額に対する補助額は以下のとおり

20～50万円未満…**2**万円、50～100万円未満…**5**万円
100万円以上…**10**万円

公共下水道への接続工事でくみ取り便所を廃止する場合はさらに5万円、浄化槽を廃止する場合は3万円を増額。



木造住宅の耐震診断費・耐震改修費を補助

市内にある昭和56年5月31日以前に着工された2階建て
以下の一戸建ての専用住宅か併用住宅で居住していること
(令和6年2月までに診断・工事が完了すること)

▶耐震診断費補助額 費用の2分の1。上限**5**万円

▶耐震改修費補助額

設計費用の3分の1。上限**5**万円

工事と監理費用の3分の1。上限**45**万円

危険コンクリートブロック塀などの撤去費を補助

市内の道路に面した危険なブロック塀などを所有する人
(令和6年1月までに工事が完了すること)

▶補助額 費用の2分の1。上限**10**万円



市長コラム 93

【地域おこし協力隊】

銚子市長 越川 信一

保護猫活動に取り組む河野陽介さん。PR動画・YouTube動画の制作やイベントサウナを実施する望月瑛司さん。銚子電鉄の笠上黒生駅をリノベーションした小島大成さん。地場産品の魅力発信に挑む和田道也さん。銚子に住む外国人と日本人の交流を推進するロイターマン絵美さんと岡田哲史さん。銚子電鉄の販路拡大に独自のアイデアを發揮する西上逸揮さん。洋上風力を生かした地域活性化事業に取り組む榊建志さんがそれぞれのミッションを持って未来を拓く力を發揮、銚子に新しい風をおこしている。

地域おこし協力隊は、地域の活性化と人材育成をめざし、平成21年度に制度化。都市部から地方に住民票を異動し、地域おこし活動を行いながら、地域への移住・定住を図る取組だ。隊員は自治体の委嘱を受けて最長3年の活動ができ、活動経費は国が財政支援する。令和4年11月末、全国1116の自治体で6447人の隊員が活躍したが、国は隊員数を令和8年度までに1万人に増やす計画だ。

対象地域が拡大され、銚子市でも制度利用が可能になったことから、市は令和2年度から隊員募集をスタート。これまで23歳から61歳まで8名の隊員が誕生し、家族を含めた移住者は16名になった。兵庫県・豊岡市では50名、千葉県いすみ市でも20名の隊員を任命している。銚子の魅力を再発見し、地域に新たな気付きと活力をもたらしてくれる隊員をさらに増員し、移住・定住の推進と地域活性化につなげていきたい。

本当に健康？

申問 健康づくり課 ☎(24)8070

特定 健診は生活習慣病の予防、後期高齢者の健診はフレイルの予防を目的とした健診です。

健診を受けて自分の健康チェックができれば、生活習慣病やフレイルの予防が可能です。万が一の場合も、早期発見・早期治療ができれば、生活習慣病の重症化を食い止めることができ、医療費も少なく済みます。

「健診は無料で受けられます」

健診を受けたあとも見守ります

健診の結果で必要に応じ、市の保健師・管理栄養士があなたの健康づくりをお手伝いします。

例えば、特定健診でメタボ予備群となった人には、個別面接で効果的な改善方法を一緒に考えます。

メタボ該当者ではない、生活習慣病予備群の人は集団での健康教室に参加できます。

後期高齢者の健診を受けた人で希望者には、フレイル予防のためのシニア健康教室をご案内します。

健康づくり課では、それぞれの健診結果に応じた、健康づくりをサポートする個別アドバイスや集団教室の場を提供しています。

無料なら
予約しよっかな

健診実施期間

集団 6月25日(日)～30日(金)、9月8日(金)～11日(月)

会場 保健福祉センター

個別 5月1日(月)～11月30日(木)

会場 市内医療機関

健診申込方法

4月下旬に対象者へ受診票を送付します

集団健診申込先 健康づくり課

個別健診申込先 各市内医療機関

特定保健指導・ヘルスアップ教室・シニア健康こう教室

健診受診後に対象者へ健康づくり課から個別通知・電話



②身長・体重測定



身長体重計に乗るときには靴を脱いでください。

①尿検査



尿たんぱく・尿糖を検査します。最初の尿は捨てて、コップに1cmほど採りましょう。



▲シニア健こう教室
75歳以上の後期高齢者を対象に定期的に開催しています。
千葉科学大学の先生から、身体の動かしか方などを学んでみませんか？

歩くことが楽しみに。

「教えてもらった歩き方で、楽しみながら歩くと、足の痛みも心配なくなった」

足が痛く、よろけることが多いと健診で打ち明けたら、「教室に行ってみない？」と優しく紹介されました。

教室は、身体を動かすことが多くて楽しく参加できました。正しい歩き方が痛みを和らげたり、美しい姿勢につながることに納得。ここが1番大切。

食生活健康推進員さんの「食生活と脳トレ」の話もわかりやすかったです。野菜中心だけではなくタンパク質、特に青魚を多くとるように心がけています。

生活が楽になるヒントをもらった気分。無料で受けられる後期高齢者の健診。毎年の習慣にしたいと思います。

INTERVIEW

シニア健こう教室を受けた
ま ぐ あ や こ
真久 絢子さん



特定保健指導を受けた
Hさん



INTERVIEW

洋服が綺麗に着られた！

「褒められることが嬉しくて頑張った」

寝る前に炭水化物とビール。どんどんウェストがきつくなり、特定健診を受けました。結果を見たときは、デブの認定を受けた気がして恥ずかしかったです。

無料ということもあり、興味本位で特定保健指導を受けました。ガツンと注意されるか不安でしたが、ざっくばらんで心開いてくれる保健師さんの「頑張りすぎなくていいよ」の一言に安心しました。

ついに着られなかった洋服を綺麗に着られた。健診後、生活習慣の改善をサポートしてくれたおかげ。外に出るのが楽しくなって人生もなんだか明るくなりました。

また、保健師さんに褒められたい一心で無理なく頑張っていけそうです。



メタボリックシンドロームとは…

内臓脂肪型肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすいです。

日本人の死因

第2位は心臓病、第4位は脳卒中

健診結果は
2か月後に届くよ

⑤ 特定保健指導



受診の結果、指導が必要な対象者に連絡します。

④ 血圧測定・採血・診察



事前に受診票を記載しておくスムーズです。

③ 腹囲測定



リラックスして、お腹をへこませず、ゆったり息を吐きながら。(特定健診のみ)



役立つ情報を更新！ ちよーぴーのやさしさ便利帳

高齢者向けサービス情報紙「ちよーぴーのやさしさ便利帳」第3版を配布しています。

生活のちょっとした困りごとに役立つ情報を掲載。部数には限りがあります。掲載した内容は市ホームページでも見られます。

▶例えばこんな情報

お弁当や食品を配達してくれるお店、健康づくりの場や相談窓口など

▶配布場所

高齢者福祉課、東部・中央・西部地域包括支援センター

問 高齢者福祉課 ☎(24) 8754



若者サポートステーション 銚子サテライト就労支援

コミュニケーション講座、応募書類の書き方、面接指導、個別相談、家族会講座などを行います。

▶日時 6月5日(月) 10時～17時

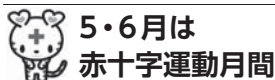
▶場所 勤労コミュニティセンター1階

▶対象 15～49歳の人とその家族、親戚

▶その他 要事前予約。参加無料

申問

ちば北総地域若者サポートステーション
☎0476 (24) 7880



5・6月は 赤十字運動月間

日本赤十字社は「人のいのちと健康、尊厳を守る」という使命のもと、災害時の医療救護活動や、被災者への救済物資の配布などの活動をしています。活動資金へのご協力をお願いします。

問 社会福祉室 ☎(24) 8195



緑の募金にご協力を

緑の募金は緑化事業に役立てられます。募金箱を5月31日まで市役所総合受付とイオンモール銚子に設置します。

問 都市整備室 ☎(24) 8945

市税、

QRコードから納付できます



納付書に印字される地方税統一QRコードを利用して、スマホやパソコンで納付可能となりました。

問 債権管理室 ☎(24) 8954



76歳の方は歯科健診が無料

歯科健診で口腔機能低下や肺炎を予防しましょう。対象者には5月中に受診票を送付します。

▶受診方法

歯科健診協力医療機関に直接予約してください。

受診当日は受診票を必ず持参してください。

▶期間 6月1日(木)～12月28日(木)

▶対象

昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれの後期高齢者医療保険加入者

問 保険年金室 ☎(24) 8958



千葉科学大学主催 ヘルスチェックで健康ゲット!



血圧計による圧力体験などの体験コーナーや相談コーナーで健康状態をチェックしてみませんか?参加無料

▶検査項目

血圧・尿・血管年齢・骨密度・肌の水分量・身長・体重・体脂肪率・BMI

▶日時 5月21日(日) 9時30分～12時

▶場所 千葉科学大学マリーナキャンパス

▶申込期限 5月16日(火)

QRコードから申込ください
(先着150人)

問 千葉科学大学 ☎(30) 4802



監査結果を公表します



令和4年度定期監査(後期)

対象の財務事務と各施設の管理はおおむね適正でした。

監査結果の全文は、市ホームページに掲載しています。

▶監査対象

観光商工課、水産課、農産課、農業委員会事務局、都市整備課、生活環境課、議会事務局、秘書広報課、企画課、財政課、総務課、市民課、税務課、選挙管理委員会事務局、監査委員事務局

行政監査

文書事務について実施したところ、おおむね良好に執行されていました。監査結果の全文は、市ホームページに掲載しています。

▶監査対象

令和2年度において収受及び作成した公文書並びに書庫(3課4室)

問 監査委員事務局 ☎(24) 8959

ご注意ください



新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、掲載している行事が中止になる場合があります。

あらかじめ主催者に開催の可否を確認してください。



結婚新生活応援します



結婚後の住宅購入費、家賃、引っ越し費用やリフォーム費用の一部を市が補助します。

▶対象 ①～⑤にあてはまる夫婦

①令和5年3月1日～令和6年3月31日に結婚

②市内に住民登録し、夫・妻とも39歳以下

③直近の夫婦の合計所得が500万円未満

④過去にこの補助金を受けたことがない

⑤市税などの滞納がない

▶申込期間

4月1日～令和6年3月31日

▶補助金額 最大30万円

(夫・妻ともに29歳以下の場合60万円)

申問 企画室 ☎(24) 8904



令和5年度海匝地区手話 奉仕員養成講座【前期】



手話を必要としている人たちの社会参加をお手伝いする手話通訳者を目指しませんか。

▶日時

6月28日(水)～令和6年2月28日(水)
全27回 18時50分～20時50分

▶場所 匝瑳市立八日市場公民館

▶料金 無料(教材費は自己負担)

▶対象

将来手話通訳者を目指す人で、手話奉仕員養成講座【前期】を修了していない人

▶申込期限 5月31日(水)必着

▶申込方法

千葉聴覚障害者センターのホームページから郵送(先着20人)

申問 千葉聴覚障害者センター

☎043 (308) 6373



**市民の健康・安全に活用を
銚子市立病院に寄贈**

3月27日、銚子市水産加工業者職場対抗ゴルフ会から、銚子市立病院に自動血圧計などが寄贈されました。

▶寄贈品 自動血圧計1台、車いす3台
問 健康づくり課 ☎(24) 8070



**耐震改修促進計画を
改定**

令和5年3月に耐震改修促進計画を改定しました。この計画では、建築物の耐震化を促進するための方針などを定めています。

問 都市整備室 ☎(21) 3511

**小規模工事
契約希望者を募集**

令和5・6年度に市が発注する1件130万円以下の小規模な工事や修繕の契約希望者を募集します。

▶受付日時
5月8日(月)～22日(月)

▶申込方法
申込書に記入し持参か郵送

▶申請書の配布
市ホームページからダウンロード可
管財室でも配布

問 管財室(市役所3階) ☎(24) 8950
(〒288-8601 若宮町1-1)

**マイナンバーカード用
電子証明書の発行業務の停止**

国の公的個人認証システムの機器更改に伴い、電子証明書の発行などの業務が停止します。

▶停止期間
4月29日(土)～5月7日(日)
マイナンバーカードの電子証明書の発行・失効・更新、暗証番号のロック解除・再設定および住所、氏名の変更手続きができません。
5月1日(月)、2日(火)は、マイナンバーカードの申請・受取のみ実施します。
問 市民室 ☎(24) 8759

地域活動支援センターⅡ型「街かどサロン」が4月1日に開所!

障がいのある人の新しい居場所ができました

▶開所日 水曜日～日曜日(12月29日～1月3日除く)

▶開所時間 9時～16時30分 ▶場所 街かどサロン(新生町1-45-23)

▶事業内容 在宅の障がいのある人たちの居場所として地域での暮らしを支えます

問 特定非営利活動法人スマイル銚子 ☎(21) 6730

令和5年度農作業別標準農業賃金を決定

この賃金表を目安に地域の慣行などを考慮して決めてください。

問 農業委員会事務局 ☎(24) 8964



作業種目	賃金など	備考
水田作業	田植 8,200円/1日	実働8時間。晴い2回、賄評価額は含まない
	稲刈 8,200円/1日	
畑作業	畑作物一般 8,200円/1日	
水田耕起	トラクター 6,500円/10a	仕上げの料金。ドライブハローを使った場合の標準額。ロータリーを使った場合は水田耕起トラクターの料金準用
	耕うん機 6,550円/10a	
水田代かき	トラクター 6,500円/10a	仕上げの料金
	耕うん機 7,110円/10a	
畦塗り	トラクター 38円/1m	100mを基礎に算出
植付	田植機 8,200円/10a	稚苗植の額。苗費は含まない
刈取	バインダー 8,120円/10a	
脱穀	ハーベスター 6,200円/10a	
刈取脱穀	コンバイン 17,000円/10a	乾燥場までの籾運搬は含まない
乾燥調製	3,000円/60kg	籾摺料金640円含む
育苗	700円/1箱	硬化苗の額
畑耕起	トラクター 6,500円/10a	標準ロータリーの場合

さあ、駆除しよう。

特定外来生物

問 生活環境課 ☎(24) 8910

所有している土地に、「オオキンケイギク」と「アレチウリ」が生育していた場合は、各自で駆除をお願いします。道路などで見つけた場合は生活環境課へ連絡してください。



▶防除実施計画期間
令和3年4月～令和13年3月

▶駆除方法
根元から引き抜き、ビニール袋に入れて枯死するまで数日間放置します。枯死したら普通ごみへ。

こまめに引き抜いて!



千葉県調理師試験 受付期間のご案内

- ▶試験日 10月28日(土)
- ▶場所 幕張メッセ 国際会議場
- ▶受験願書配布場所
海匝保健所、八日市場地域保健センター
- ▶受付期間 5月29日(月)～6月2日(金)
- ▶申問 千葉県健康づくり支援課
☎043(223)2667

ソフトテニス市民大会

- ▶日時 6月11日(日) 9時～
※雨天の場合は18日(日)に順延
- ▶場所 市庭球場
- ▶対象 市内在住・在勤・在学の人
- ▶参加費
1ペア 2,000円
(学生は保険料100円のみ)
- ▶申込期限 5月28日(日)
- ▶申問 市ソフトテニス協会 米谷さん
☎090(4549)6192

市民ゴルフ大会は中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止します。

- ▶申問 レインボーヒルズカントリークラブ
☎(33)2121

始めてみませんか？ 伝統文化親子舞踊教室

- ▶日程 5月14日(日)～令和6年1月
毎月2回 日曜日
- ▶時間 14時～15時30分
- ▶場所 市民センター
- ▶対象・定員
高校生以下の子ども 先着15人
- ▶講師 若柳和扇さん
- ▶参加費
無料。ただしCDなど教材費は自己負担
- ▶申問
NPO法人千葉健康生きがい支援
ネット 山口さん
☎(23)2771

山野草こけ玉づくり

- ▶日時 5月28日(日) 13時～15時
- ▶場所 芦崎高齢者いきいきセンター
- ▶定員 20人(先着順)
- ▶講師 堀田厚さん(造園士)
- ▶受講料 無料。材料費自己負担
- ▶申問
NPO法人千葉健康生きがい支援
ネット 山口さん
☎(23)2771

余山貝塚美化の会 環境美化活動

- ▶日時 5月28日(日) 9時～11時
※当日8時で雨天の場合は中止
- ▶集合場所 三嶋神社(余山町)脇空地
- ▶その他
申込不要。道具は当会で用意します
- ▶申問 同会事務局 信田さん
☎090(1033)0979

ジオサイト清掃

- ▶日時 ①5月7日(日) ②5月21日(日)
9時～10時
※当日7時で雨天の場合は中止
- ▶集合場所
①君ヶ浜しおさい公園無料駐車場
②犬吠埼灯台前
- ▶その他 申込不要
- ▶申問 銚子ジオパーク市民の会事務局
茂木さん ☎090(8947)2869

七ツ池公園清掃・草刈り

- ▶日時 5月14日(日) 9時～11時
- ▶場所 七ツ池
- ▶その他 軍手持参。ゴミ袋は用意します
雨天中止
- ▶申問 七ツ池再生委員会 野平さん
☎090(3540)0550

高齢者とそのまわりの人に 気を付けてほしい消費者トラブル10選

消費生活センター情報 第40号

- ◇屋根や外壁、水回りなどの“住宅修理”
- ◇保険金で住宅修理できると勧誘する“保険金の申請サポート”
- ◇“インターネットや電話、電力・ガスの契約切替”
- ◇“スマホのトラブル”契約内容や操作を確認
- ◇健康食品や化粧品、医薬品などの“定期購入”
- ◇パソコンに警告表示“サポート詐欺”
- ◇“架空請求”、“偽メール・偽SMS”
- ◇在宅時の突然の“訪問勧誘、電話勧誘”
- ◇“不安をあおる、同情や好意につけこむ勧誘”
- ◇偽サイトなどに注意“インターネット通販”



- ▶困ったとき、身近な人のトラブルに気付いた場合には、一人で悩まず消費生活センターにご相談ください。



出典：独立行政法人国民生活センター イラスト：黒崎 玄

消費生活のトラブルや悪質商法の被害など専門の相談員が相談に応じます

消費生活センター ☎(24)8194

市民センター 初夏の教室・講座

市内在住・在勤の成人が対象

申問 市民センター ☎(22) 0340

市民センター情報

開館時間 9時～17時

5月の休館日 毎週月曜日、3日(水祝)、4日(木祝)、5日(金祝)



スマートフォン教室1

スマートフォンの文字入力をマスター！

- ▶日時 5月19日(金) 13時30分～15時
- ▶場所 同センター 会議室
- ▶持ち物 スマートフォン、筆記用具
- ▶申込方法 5月2日(火)10時から電話(先着10人)



はじめてのウクレレ

ウクレレの弾き方を学びます

- ▶日時 6月7・21日、7月5・19日、8月2・23日
水曜日(全6回) 13時30分～14時30分
- ▶場所 同センター 音楽広場
- ▶講師 多部田恵子さん
- ▶持ち物 筆記用具
- ▶申込方法 5月10日(水)10時から電話(先着8人)



やさしいピラティス

ピラティスの基本を学びます

- ▶日時 6月9・16・23・30日
金曜日(全4回) 13時30分～14時30分
- ▶場所 同センター ホール
- ▶講師 高木美里さん ▶定員 20人
- ▶持ち物 厚手のヨガマット、汗拭きタオル
- ▶申込方法 5月19日(金)9時45分から10時に来館
(申込多数の場合は抽選)



飾り太巻き寿司作り

「椿」など花の絵柄の太巻きを3種類作ります

- ▶日時 6月14日(水) 13時30分～15時30分
- ▶場所 同センター 調理実習室
- ▶講師 八本啓子さん
- ▶材料費 1,500円
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具
- ▶申込方法 5月24日(水)10時から電話(先着18人)



銚子茶華道会 男女(表千家)茶道教室

- ▶日時 6月～令和6年3月 毎月第2木曜日
(全10回) 13時30分～15時30分
- ▶場所 同センター 和室
- ▶定員 10人
- 申問 同会 高根宗陽さん ☎(23) 6305

生涯学習室は5月8日(月)に
市民センターから市役所4階に移転します。
電話番号、メールアドレスは変わりません。

生涯学習室
☎(22) 3315



広告

全国139店舗の **イエスターション** が
空き家そのまま買います! 査定無料

片付け不要!!

〒288-0041 千葉県銚子市中央町15-1 マンション愛1階
千葉県知事(1)第17424号 0120-006-862

どんなに古い空家でもご相談下さい。ご来店、お電話お待ちしております。

困ったときは、ここに相談

時…日時 所…場所 問…予約・問合せ

心配ごと

時 12日(金)、19日(金)
10時～12時
所 保健福祉センター
問 社会福祉協議会 ☎(24) 8189

消費生活・契約・多重債務

時 月～金曜日(祝日除く)
9時～16時
所 市役所1階 消費生活センター
問 同センター ☎(24) 8194

福祉総合相談

時 365日 24時間受付
所 海匠ネットワーク(旭市口の838)
問 中核地域生活支援センター
☎0479(60) 2578

ボランティア

時 10日(水)、24日(水)
10時～12時
所 保健福祉センター
問 社会福祉協議会 ☎(24) 8189

市税納付

時 休日 14日(日) 9時～12時
夜間 17日(水) 20時まで
所 市役所1階 8番窓口
問 債権管理室 ☎(24) 8954

福祉総合相談 銚子サテライト

時 9日(火) 10時～16時
23日(火) 10時～12時
所 市役所1階 市民相談センター
問 海匠ネットワーク
☎0479(60) 2578

法律

要予約 30分2,000円

時 毎週木曜日(祝日除く)
13時30分～16時30分
※予約は平日10時～11時30分、13時～16時
所 銚子商工会議所会館2階
問 銚子法律相談センター(千葉県弁護士会)
☎043(227) 8954

家庭児童

時 月～金曜日(祝日除く)
8時30分～17時15分
所 保健福祉センター
問 健康づくり課 ☎(26) 3777

相続・遺言・官公庁への許認可書類作成

時 13日(土) 13時～16時 要予約
※前日までに予約
所 旭市海上公民館(旭市高生1)
問 千葉県行政書士会東総支部・
宮負行政書士 ☎0479(68) 3175

一般

時 火・水・木曜日(祝日除く)
9時～16時
所 市役所1階 市民相談センター
問 同センター ☎(24) 8734

交通事故

要予約

▶相談員/千葉県交通事故相談員
時 8日(月) 10時～15時
所 市役所1階 市民相談センター
問 同センター ☎(24) 8734

税に関すること

要予約

時 16日(火) 10時～16時
※予約受付は平日13時～16時
所 銚子商工会議所会館2階 小会議室
問 千葉県税理士会銚子支部
☎(22) 3901

住宅・リフォーム

▶相談員/銚子建設協同組合
時 16日(火) 9時～12時
所 市役所1階 市民相談センター
問 同センター ☎(24) 8734

経営なんでも

要予約

時 11日(木) 10時～16時
※1週間前までに予約
所 銚子商工会議所会館3階
第3A会議室
問 銚子商工会議所 ☎(25) 3111

相続・登記・法律

要予約

時 13日(土) 13時～17時
※11日(木)までに要予約
所 旭市海上公民館(旭市高生1)
問 千葉司法書士会八日市場支部
☎0479(25) 0567

人権・行政のお悩みごと

▶相談員/人権擁護委員・行政相談委員
時 10日(水) 13時～16時
所 市役所1階 市民相談センター
問 同センター ☎(24) 8734

若者の自立支援

要予約

時 15日(月) 10時～17時
所 イオンモール銚子2階 しおさいプラザ
問 千葉北総地域若者サポート
ステーション ☎0476(24) 7880

労働

時 月～金曜日(祝日除く)
9時30分～17時
問 連合千葉 ☎0120(154) 052



精神障がい者ピアサポート

要予約

▶相談員/同じ疾病経験者
時 11日(木)、25日(木) 15時～16時30分
所 かんらん(東芝町5-1)
問 同所 ☎(24) 7730
対象者:18歳以上の人

事業承継なんでも

要予約

時 26日(金) 10時、13時、14時30分
所 銚子商工会議所会館3階 第3A会議室
問 同所備え付けの申込書でFAXか持参
問 銚子商工会議所
☎(25) 3111 FAX(22) 6229

精神保健福祉相談

要予約

▶相談員/精神科医師
時 10日(水) 13時30分～15時
所 海匠保健所(清川町1-6-12)
問 海匠保健所八日市場地域保健センター
☎0479(72) 1281

広告

銚子電力



あなたの電気代の一部が市に寄付されて銚子のために使われるよ!!



銚子の電力会社は
銚子電力!!
電気をを使うだけで
地元貢献

☎ 0479-21-5023
〒288-0047
銚子市若宮町1-1 市役所2階
銚子電力 検索

広告

認定補聴器専門店

銚子補聴器みぞぐち

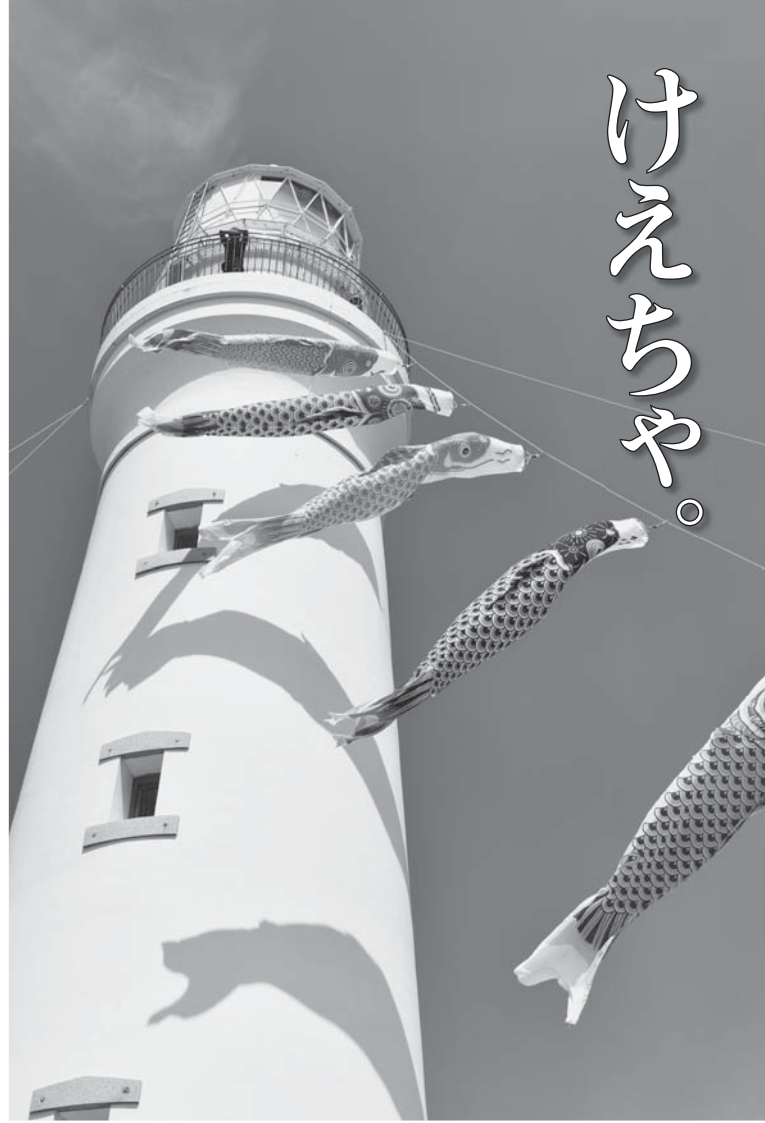
お気軽に
問合せ下さい



丁寧に、何度でも
アフターサービス

9:30～18:00(金・日休) ☎0479-27-9127
※送迎・訪問もOK! [銚子市新生町2-2-21 ヤマサ向い]

けえちや。



愛すべき銚子弁。
知らない言葉は、
家族や近所のおじさん、
おばさんに発音を
教えてもらいましょう。
いつの間にかあなたも
便利な銚子弁のとりこになるはず。

「けえちや・うらげえちや」＝「裏がえし」

〔使用例〕うらげえちやーがら、撮んの大変だったーどえ
(裏がえしになるから、撮るのが大変だった)

久々！ 犬吠埼灯台にこいのぼり

▶日時 5月5日(金祝) 9時～16時

天候次第で中止になることがあります ㊟ 銚子海上保安部 ☎(24) 6685

銚子弁素材写真を募集しています。

銚子のことばをタテ位置写真で表現して投稿してください。写真はデータでもプリントしたものでも可。メールか郵送、持参、インスタグラムで「#使ってみよう銚子弁」をつけて投稿のいずれかの方法で応募してください。応募作品は市内の公共施設などで展示する場合があります。

㊟ 秘書広報課(市役所3階)

☎(24) 8823

✉koho@city.choshi.lg.jp



ときどき
すいどう
通信

7月からスマホ決済はじまる！

㊟ 水道料金センター ☎(30) 3131

7月からスマートフォンの決済アプリで水道料金・下水道使用料の納付ができます。

手数料無料(通信費は利用者負担)。領収書は発行されません。

お支払い後、領収印のない納付書がお手元に残りますので、再度お支払いにならないようご注意ください。

▶利用できるアプリ

LINE Pay、PayPay、楽天銀行アプリ、PayB、au PAY、ファミペイ

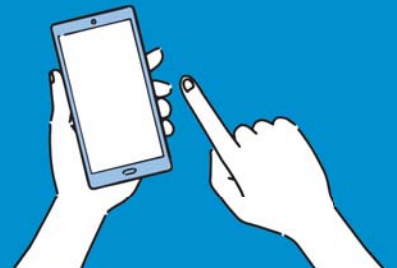
▶必要なもの

①スマートフォンかタブレット端末と決済用アプリ

②コンビニ収納用バーコード印字のある納付書

*納付証明書をすぐに発行できません。

お急ぎの場合は、水道料金センターか納付書記載の金融機関で納付してください。



有限会社 金野ルーフ 創立70年

屋根の事なら何でもお気軽にお問合わせ下さい。

瓦屋根診断技士が調査致します!! **無料**

かるーい屋根も取扱あります!!

〒288-0837

千葉県銚子市長塚町3-161

☎ 0479-22-2259

☎ 0120

68-2259

㊟

株式会社

高橋測量設計事務所

(土地家屋調査士事務所併設) 土地家屋調査士 高橋 宏明

登記・測量・調査 境界問題相談

〒288-0056 銚子市新生町1丁目116

TEL 0479-22-6151 FAX 0479-22-6152

http://www.takasoku.e-choshi.jp/

E-mail : takasoku@e-choshi.jp

㊟



5月の納期

納付は口座振替が便利です

納期限は5月31日(水)

●固定資産税・都市計画税…第1期 ●軽自動車税…全期

子育て広場 健康づくり課 ☎(26) 3777

▶時間 9時～12時 ▶場所 保健福祉センター
毎週水・木曜日(10日(水)・祝日除く)は、13時～16時も実施します

5月のおやすみ 3日(水・祝)～5日(金・祝)、土・日曜日

教室・相談 健康づくり課 ☎(24) 8070

場所は全て保健福祉センター

離乳食教室 要予約

ごっくんクラス 調理実習、栄養講話、相談

▶日時 9日(火) 10時～11時30分

▶対象 6か月未満児の保護者

もぐもぐクラス 歯科・栄養講話、相談

▶日時 9日(火) 13時30分～14時30分

▶対象 9か月未満児の保護者(乳児同伴可)

乳幼児健康相談

身長・体重測定、しつけや歯など育児全般の相談です。

▶日時 18日(木) 13時～14時30分

健康づくり相談 要予約

病気予防のための生活習慣、食事、歯などの相談です。

▶日時 23日(火) 9時～9時50分、10時～10時50分

こころの健康相談 要予約

臨床心理士による相談です。

▶日時 16日(火) 13時15分～16時

献血 社会福祉室 ☎(24) 8195

▶日時 13日(土)、14日(日)、6月3日(土)、6月4日(日)
10時～12時15分 / 13時30分～15時30分

▶場所 イオンモール銚子2階 来らっせホール

編集後記

表紙の長崎海岸が良い季節。おにぎり派？ サンドッチ派？ べえぼやイソギンチャク、磯愛膨らむ。GWは、健診特集のおふたりを見習い、不摂生に気を付けて。まずは寝る前の炭水化物を止めます。(山田)

地元の銚子市に帰ってきて早くも1か月が過ぎようとしている。この1か月の間で3キロほどの増量に成功し、うっすらと怒りと、自己管理の甘さを感じている。地元の食材ってなんでこんなにもおいしいのだろうか。その実態を調査すべく、私は今日も食らう。(滑川)

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎043-312-3246

マル適マーク CMS 認証 結婚相談所ムスベル

広告

5月の休日緊急当番医・当番薬局

■受付時間 9時～17時。17時以降は要問合せ

■緊急時は119番に電話してください。

●外科医不足で当番医の配置が難しくなっています



日	曜日	医療機関名・薬局名	連絡先
3日	(水祝)	内科 兒玉病院	☎(23) 3331
		外科 兒玉病院	☎(23) 3331
		薬局 フタバ薬局本店	☎(23) 3337
4日	(木祝)	内科 内田病院	☎(22) 8600
		外科 内田病院	☎(22) 8600
		薬局 駅前調剤薬局	☎(22) 8603
5日	(金祝)	内科 銚子市立病院	☎(23) 0011
		外科 銚子市立病院	☎(23) 0011
		薬局 ユアサ薬局	☎(21) 3207
7日	(日)	内科 安藤医院	☎(22) 0180
		外科 —	—
		薬局 たんぽぽ薬局	☎(26) 4178
14日	(日)	内科 島田総合病院	☎(22) 5401
		外科 島田総合病院	☎(22) 5401
		薬局 銚薬	☎(24) 9792
21日	(日)	内科 兒玉メディカルクリニック	☎(21) 7666
		外科 —	—
		薬局 ひまわり薬局	☎(21) 7110
28日	(日)	内科 須藤医院	☎(22) 1311
		外科 三枝整形外科医院	☎(23) 2126
		薬局 セキカラコ薬局和田町店	☎(21) 7385
		薬局 ミロツ薬局唐子店	☎(26) 3629

救急安心電話相談

年中無休

☎03 (6810) 1636

受付時間 平日・土曜日 18時～翌6時

日曜日・祝日 9時～翌6時



こども急病電話相談

年中無休

☎043 (242) 9939

受付時間 19時～翌6時



千葉県発熱相談コールセンター

☎0570 (200) 139

24時間 無休



創業102年

みみ

補聴器体験会

実施中

認定補聴器専門店

最新防音室完備

エレガンス天昭堂

補聴器は非課税商品です ☎0479-22-2789 銚子市若宮町3-5

広告



銚子の魅力を
発信するちょ!



のI♡銚子

第73回 みんなで食べると美味しいね こども食堂紀銚 さんの巻

美味しい&楽しい居場所を作る皆さんに話を聞いたちょ!

ようこそ、銚子のこども食堂へ

「誰が来てでもいいよ!」

銚子に移住して3年。中塚代表は縁
があつて知り合った仲間たちと昨年4
月に「こども食堂」を始めた。当時は
セレクト市場の店舗で、学校帰りの子

どもの居場所作りを目的にスタート。
昨年11月、千葉科学大学レストラン施
設の運営の委託を受け、敷地内に「マ
リーナ紀銚」を統合し、移転してから
は徐々に方向を修正している。
「学校帰りだといきづらいい立地でも、

と交流できる。お年寄りも子どもがい
「子どもが気軽に参加する。手を離
れた大人はリラックスして子育て世代
と交流できる。お年寄りは子どもがい
開している。
農家さんによる味噌づくりなど、人
気の体験コーナーを同時開催。毎月、
世代を超えて交流できるイベントを展
開している。

「最近だと、サックスを披露したい
人からSNSで相談を受けた。企画実
現に向けて調整したい」
問口を広く受け入れるから、交流の
輪がどんどん広がる。
子育てや不登校児童を支援する相談

銚子産の美味しい食材は
みんなと食べたいちょ!
課題だった集客力も今は参加者が増
え、スタッフ不足が新たな課題に。嬉
しい悲鳴をあげながら交流の輪は広が
っていく。

る雰囲気を楽しむ。誰が来て心があ
らぐ居場所づくりを目指している」

新しい居場所

「歓迎、子どもに喜んでもらいたい人
露店やマルシェ、やりたい企画は尽
きないが、基本的には参加者の提案を
優先している。」

室も開催し、専門の資格を持った仲間
が子育て世代をサポートする。
「子育ての支援や集える場の提供、
数ある目標の中でも、やっぱり一番は
子どもたちへの美味しい食事の提供。
食べているときの子どもたちの笑顔が
最高のご褒美」



📍マリーナ紀銚…普段は大学生用の食堂として営業中(市民も利用可)

▲こども食堂紀銚代表の中塚総紀さん(ちょーぴー右)と従業員、そして仲間たち
楽しむ天才揃い。世代を超えた居場所作りを目指して奮闘中

マリーナ紀銚

潮見町15-8 千葉科学大学c棟

☎(21) 7088 10時~15時

日曜日定休



こども食堂って何だろう?

子どもたちに、わずかな参加費で食事を提供する取組。保護者が仕事や家事に
追われ、十分な栄養の食事をとれないことや孤食状態の対策として、ボランティア
で運営されることが多い。



▲七夕のイベント。子どもも大人も、誰でも四季折々を楽しめる行事が人気

次回のこども食堂 食事代 子ども100円 大人500円

5月5日(金・祝)こどもの日 11時30分~14時

メニューはミートソース。大きな鯉のぼり作り開催!



広報ちようし
令和5年5月号第1256号 令和5年5月1日発行
発行/銚子市 編集/秘書広報課

〒288-8601 銚子市若宮町1-1
☎0479(24) 8181 (代表)
http://www.city.choshi.chiba.jp/

広報ちようしは、読みやすく分かりやすいデザイン
【UD(ユニバーサルデザイン)ノットン】を使用しています。



人のうごき 令和5年4月1日現在 人口 55,823人(-234人) うち外国人住民人口 2,467人
男 27,227人(-76人) 女 28,596人(-158人) 世帯 26,751世帯(-11世帯) ※カッコは前月比
令和5年3月中の人口動態 出生 9人 死亡 92人 転入など 221人 転出など 372人