

広報ちょうし

6

Jun.2026  
No.1293

# 広報 銚子

CHOSHI CITY PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

子どもたちも大変身♥消防操法大会

## 映えます。



消防操法大会は6月7日開催  
消防士の制服を着て撮影しませんか？  
📍千葉科学大学マリーナキャンパス

# 塩対応、 身体には神対応。

## 食塩摂りすぎ？

## どうなっちゃうの？

高血圧の大きな要因。  
血管をボロボロにして、脳  
卒中や心臓病を招くだけで  
はなく、腎臓を酷使して人  
工透析の引き金に。

## 引くのは塩

## 足すのは寿命

食塩を控えると、動脈硬化  
予防に。血圧が下がり、人  
生の質は爆上がり。

## 無料なのよ、健診。

受けないのはもったいない。  
健康状態を知って、食生活  
を見直しませんか？  
市の保健師、管理栄養士が  
あなたの健康づくりを応援  
します。健診結果をみて、  
一緒に減塩の目標を立てま  
せんか？

銚子独自の新たな検査スタート★

# 推定一日食塩摂取量検査

尿中のナトリウムとクレアチニンの量を測ります。どのくらい食塩をとっているかを把握して、食生活の改善に役立てましょう！血圧が高めの方は、ぜひ受診してください。それぞれの健診の尿検査で同時に測定します。



醤油は、「かける」より「つける」

高血圧症、慢性腎臓病の発症や重症化を予防！

## 一滴のガマンは一生の財産

.....  
食生活のひと工夫があなたの未来  
を変えていきます。

例えば、ラーメンの汁を飲み干すと、それだけで1日分の食塩摂取量がオーバー。「あと一口」をやめるだけで、あなたのからだは救われます。

むくみもとれるよ♥



健診の結果、生活習慣病ハイリスク者に  
「特定保健指導」でアドバイス!



## 健診受診方法

### ■特定健診・後期高齢者健診

➔ 対象者は受診票をご確認ください(4月送付済)

### ■若い世代の健診(年度末年齢30～39歳)

➔ 受診票がない人は申込フォーム  
または健康づくり課に連絡



## 健診実施期間

### ■集団健診

6月19日(金)～24日(水)

9月27日(日)～29日(火)、10月1日(木)

桃子市 がん検診・特定健診等  
**Web予約システム**



▶会場 保健福祉センター

### ■個別健診

11月30日(月)まで

▶会場/予約 市内委託医療機関



健康づくり課 管理栄養士監修  
レシピ動画で、  
いいちようし!

食物繊維で腸内環境を整えよう

## 🍴腸から若返る トマトのみそ汁

トマトと小松菜、最強の減塩・美容・健康コンボ  
詳しくはこちら ▶▶



＼野菜たっぷり／



令和8年度から保険料に

子ども・子育て支援金分が加算されます

問 保険年金室 ☎(24)8955



子育て世帯への支援を拡充するため、国の制度に基づいて「子ども・子育て支援納付金」を保険料とあわせてご負担いただきます。



こども家庭庁ホームページ ▶▶▶

問 こども家庭庁コールセンター ☎ 0120 (303) 272

子ども・子育て支援金分は、国民健康保険、後期高齢者医療保険だけでなく、他の医療保険（健康保険、共済組合・国民健康保険組合など）に加入している人も同じです。

制度の趣旨に、ご理解、ご協力をお願いいたします。

## 国民健康保険、後期高齢者医療保険の加入者の場合

- ▶徴収開始 令和8年度分保険料より
- ▶納付方法 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料とあわせて納付

### 子ども・子育て支援金分の保険料率と賦課限度額（年額）

	国民健康保険料	後期高齢者医療保険料
所得割	0.27%	0.25%
均等割	1,600円	1,310円
18歳以上均等割	100円	—
賦課限度額	30,000円	21,000円

- 所得割 … 前年の総所得金額などから基礎控除額を差し引いた賦課対象所得額に保険料率をかけた金額
- 均等割 … 被保険者1人あたりにかかる金額
- 子ども・子育て支援金分の均等割と18歳以上均等割は医療給付費分と同じく軽減措置があります（基準、軽減割合も同じ）

子ども※は均等割額が全額軽減  
※18歳になる年度の3月31日以前の人



# 年間の保険料が変わります！

## 01 | 保険料率と賦課限度額を改正

### 国民健康保険料

年間保険料額(賦課限度額) **113万円**  
医療給付費分 **67万円**(前年比+1万円)  
後期高齢者支援金等分 **26万円**  
介護納付金分 **17万円**  
子ども子育て支援納付金分 **3万円**  
★保険料率の変更なし

### 後期高齢者医療保険料

	令和7年度	令和8年度
所得割	9.11%	<b>9.40%</b>
均等割	43,800円	<b>51,000円</b>
賦課限度額	80万円	<b>85万円</b>

## 02 | 軽減基準額を拡大

前年の所得が一定の基準以下の世帯は、保険料(均等割と平等割)の軽減が受けられます。軽減を受けるためには、所得がない人でも申告が必要です。未申告世帯は軽減されません。

《軽減割合・軽減判定所得基準額》

7割	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下
5割	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)+(31万円×被保険者などの数)以下
2割	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)+(57万円×被保険者などの数)以下

◆改正内容 5割…30.5万円→**31万円** 2割…56万円→**57万円**

◆令和8、9年度、後期高齢者医療保険料の医療給付費分は、7割軽減に更に0.2割加え7.2割の軽減となります

# 市役所の窓口受付時間、 8月から短くなります

### 変更後の窓口受付時間

**9時～16時30分** [現行：8時30分～17時15分]

#### ▶対象施設

- \* 銚子市役所本庁舎
- \* 豊里・豊岡出張所
- \* 保健福祉センター

#### ▶その他

- \* 電話の受付時間は、これまでどおりです [8時30分～17時15分]
- \* 職員の勤務時間に変更はありません

問 人事室 ☎(24) 8928



choshi  
お知らせ  
news

## おめでとう♥ハタチ はたち 市体育館で二十歳のつどい



申問 生涯学習室 ☎(22) 3315

令和9年「二十歳のつどい」を開催します。

- ▶日時 令和9年1月10日(日) 10時～(9時30分受付)
- ▶場所 市体育館
- ▶対象 平成18年4月2日～平成19年4月1日に生まれ  
①か②に該当する人



- ①11月1日時点で、市内に住民登録がある人  
〔申込不要〕
- ②市外在住で銚子市の二十歳のつどいに参加したい人  
〔10月30日(金)までに申込フォームまたは生涯学習室へ電話か窓口で申込〕

choshi  
お知らせ  
news

## 結婚50周年♥おめでとう 金婚式をお祝いします

申問 高齢者福祉課 ☎(24) 8754

結婚50周年を迎えるご夫婦をお祝いする祝賀会を開催します。対象者で参加を希望する人は、お申し出ください。

- ▶日時 9月5日(土)  
10時～(9時受付)
- ▶場所 保健福祉センター

- ▶対象 昭和51年9月1日～昭和52年8月31日に結婚したご夫婦
- ▶申込方法 7月3日(金)までに電話
- ▶その他 参加のご夫婦の氏名・町名は当日資料に掲載させていただきます



## 市長コラム122

### 【祖先の恩に報いる もっこく 銚子木國會】

銚子市長 越川 信一

「祖先の艱難かんなん辛苦しんくを思い起こし、互いに励まし合いながら、それぞれの家業に精進し、今後ますます発展と繁栄を図り、祖先の大きな恩に報いる」。わかりやすく現代語訳された「木國會主意書」を精読し、「先祖の地を共にする者が会合して、祖先を敬い、申う行事を行っている例は全国でもないのでないか」と胸を張って語る濱口道雄会長（ヤマサ醤油）。紀州（和歌山県）出身者の子孫による「銚子木國會」の第122回先祖法要が5月6日、妙福寺境内の紀州人移住碑前で行われた。

江戸時代に外川港を築いた崎山治郎右衛門、醤油産業を興した濱口儀兵衛。多くの紀州人が移住して漁業や醤油醸造などの産業が発展した銚子。「親睦を図り、励まし合おう！」と木國會が結成されたのは、移住から約250年がたった明治31年（1898年）。紀州人の子孫を確認するため、お寺の過去帳をチェックして参加を呼びかけ、第1回の先祖法要が宝満寺境内で行われた。銚子に壮麗な寺院が多く建立されてきたのは、荒波を乗り越えて銚子に辿りついた紀州人の信仰心と先祖に感謝する崇敬心の表れでもあるという。

銚子市へのふるさと納税寄付額が昨年70億円を突破したのも、農水産物や醤油を中心に、地元企業180社から800種類の特産品を返礼品に提供いただいているお蔭。江戸期から連続と食品産業を築いてきた紀州人の努力の賜物でもある。幾多の困難を乗り越え銚子の発展を築いた紀州人の開拓者精神を胸に、「銚子のこれから」を切り拓いていきたい。



choshi  
イベント  
event

## 今年は8月第2週 銚子みなとまつり



問 産業振興室 ☎ (24) 8932

夏の風物詩、「銚子みなとまつり」。今年は2週目の8日(土)、9日(日)に開催します。両日も、荒天時は翌週に延期します。

8月8日(土) 花火大会 8月9日(日) みこしパレード

メッセージ花火は販売中。花火大会の有料席や駐車場の販売は7月上旬から。詳しい情報は7月号で掲載します。



花火大会  
空に咲く、約8,000発。



みこしパレード  
小雨決行、夏の陣。

choshi  
イベント  
event

## 銚子メロン直売 2026銚子メロンフェスタ



問 銚子メロン共創プロジェクト 飯田さん ☎ 090 (1618) 1896

旬の銚子メロンを直売。メロン1玉が当たるゲームなども開催します。メロンがなくなり次第終了。

▶日時 6月21日(日) 10時～15時

▶場所 犬吠テラステラス1階

6/8  
7/6 直売します

▶場所 JA三崎出荷所  
(長塚町6-4537-4)

▶時間 9時30分～16時



6月17日・24日・7月1日はお休みです

choshi  
イベント  
event

## 市民センターで青春蘇る！ 銚子フォーク村 初夏の陣

問 銚子フォーク村フェス 高嶋さん ☎ 090 (3479) 0557

青春のフォークソングを中心に熱演する音楽ライブ。昨年まで旧第六中で開催。今年は、施設の利活用に伴い、会場を市民センターに変更し開催。入場無料。

▶日時 6月7日(日) 13時30分～18時

▶場所 市民センター



choshi  
イベント  
event

## 集まれ♥バレー好き 三屋裕子のバレーボール教室

申問 婦人バレーボール協会 鈴木さん ☎ 090 (8845) 5796

午前に第33回ヒゲタカップ婦人バレーボール大会決勝戦。午後に表彰式とバレーボール教室を開催します。

▶日時 7月5日(日)

開会式 9時～ 教室 13時～

▶場所 市体育館

▶対象 中学生・高校生の女性

▶講師

三屋裕子さん、丸山由美さん、  
山下美弥子さん、津雲博子さん、  
田中姿子さん、落合真理さん、  
長谷川暁子さん

▶申込方法

6月21日(日)までに電話

みつやゆうこ  
三屋裕子さん





choshi  
イベント  
event

## お子さんの撮影も♡ 消防操法大会



問 消防本部消防総務課 ☎(22) 3296

**地**域防災の中核、消防団。災害時は昼夜を問わずいち早く現場に駆けつける消防団の勇姿を会場でご覧ください。皆さんの応援が、団員に力を与えてくれます。

▶日時 **6月7日**(日) 9時～ ※雨天中止

▶場所 千葉科学大学マリーナキャンパス前駐車場



放水などの正確さやスピード  
チームワークを競います!

choshi  
お知らせ  
news

## 銚子市の 台所事情は!?



問 財政室 ☎(24) 8926

**令**和7年度の市の財政事情を公表しました。

今回公表している収入済額と支出済額は3月31日までのものです。市の一般会計は5月31日までが出納を整理する期間で、令和7年度の決算額とは異なります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

### 市の借金 (市債)

≫ 189億46万6千円

### 市の貯金 (財政調整基金)

≫ 29億4,588万円



choshi  
お知らせ  
news

## 必ず工事着手前に申請を! 空き家の解体費用を補助

申問 都市整備室 ☎(21) 3195

**放**置すると著しく危険な空き家の解体費用の一部を補助します。

#### ▶対象となる空き家

専用住宅が併用住宅で、倒壊の恐れがある危険な空き家(令和9年2月28日までに解体工事が完了すること)

#### ▶補助額

除却費用(消費税などを除く)の5分の4(上限100万円)

▶申込期限 6月30日(火)



詳しくはこちらから  
◀◀市ホームページ

choshi  
お知らせ  
news

## 市営住宅入居者を募集 入居は8月下旬以降を予定

申問 都市整備室 ☎(24) 8899

▶募集期間 **6月15日**(月)～**26日**(金) 

▶申込方法 6月15日から窓口で配布する申込用紙に必要な事項を記入し提出

#### ▶その他

入居には収入などの条件があります。榊町B棟、明神町A棟は60歳未満の単身者も応募できます

募集住宅	募集階・戸数	間取り(畳数)	備考
小畑新町D棟	3階・1戸	6・6・4.5	
榊町B棟	1階・1戸	6・4.5	60歳未満 単身可
明神町A棟	1階・1戸	6・4.5	60歳未満 単身可
長塚町A棟	3階・1戸	6・4.5・4	



催告したとー…。

# 払うのが、「サイ」優先。 滞納整理強化中

問 債権管理室 ☎(24) 8954

市税は、福祉や教育などに使われる重要な財源です。滞納は市民全体の不利益となります。厳しい姿勢で滞納整理に取り組んでいます。

財産調査後、予告なしで預貯金差押

## 督促状の10日後、財産差押。



**Q** いつまでに納めないと差押？

**A** 「督促状」の送付後10日を過ぎても滞納が続いたら、法に基づき財産差押をしなければなりません。

督促状または当初に送付した納付書で、至急、ご納付ください。

**Q** 差押は事前に教えてくれるの？

**A** 事前連絡も本人の同意もなく、実行します。

**Q** 分割納付中でも差押するの？

**A** 分割納付は、やむを得ない事情で納期限内に納付が難しい人への一時的な措置です。財産が見つかった場合、差押をすることがあります。

**Q** 借金があって払えないよ？

**A** どの返済よりも、税金の納付が優先されます。どうしても納付できないときは、相談を。

**Q** 財産は隠してたらバレない？

**A** 勤務先・金融機関・生命保険会社・取引先などへ調査を行います。

自宅などへ財産調査のため、強制的に捜索を行います。

令和7年度 銚子市の差押件数 約 **320** 件  
給与、預貯金、保険契約、自動車、不動産など

▼自動車のタイヤロック



▼給与・賞与差押



こんな財産が  
差押の対象に

会社にも迷惑がかかります



預金金利よりはるかに高い！

滞納すると延滞金が発生します



インターネット公表は  
随時実施しています

## 納税に困ったら相談を

病気や失業、事業廃止など、やむを得ない理由で納付困難なときは、納期限前に、ご連絡ください。一緒に納付計画を考えましょう。

平日の日中、仕事などで相談に来られない人へ  
休日・夜間も納付相談できます

休日 毎月第2日曜日 9時から12時まで

夜間 毎月第1・3水曜日 20時まで

7月で夜間窓口は終了。8月から休日窓口は  
毎月最終日曜日の9時から12時に変更。

※状況により開設しない場合もあります。  
[広報ちょうしの「困ったときは、ここに相談」の  
ページに掲載しています]

督促状の発送などにも皆さんの貴重な税金が使われます。  
自主的な納付をお願いします。



払うのがマ、モットもだ

購入費用を補助します

電話de詐欺は電話で対策

自動音声案内や録音、着信の切断など防犯機能を備えた電話機器の購入費用の一部を補助します。

- ▶上限 1万円 ▶対象 65歳以上
▶補助率 1/2 (世帯当たり1回限り)
☆特殊詐欺にあわないよう注意しましょう

自転車用ヘルメット

自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務化となっています。ヘルメット購入費用の一部を補助します。

- ▶上限 2千円
☆自転車に乗る時は必ずヘルメットを着用しましょう

▶申込期限 令和9年2月末

問 危機管理室 ☎(24) 8193

グラウンド・ゴルフ協会 市民グラウンド・ゴルフ大会

- ▶日時 6月17日(水) 開会式9時 ※雨天の場合6月18日(木)に顺延
▶場所 市野球場
▶対象 市内在住・在勤の人 初心者大歓迎
▶内容 男女別32ホール個人戦
▶申込方法 6月7日(日)までに電話
申問 同協会 宮内さん
☎090(6127)4331

申請受付中 健康チャレンジ事業

健診受診や健康教育、ボランティア参加のほか、自分が頑張りたいと考えている健康に向けた取組継続で、「ち〜バリュ〜カード」をプレゼントします。

- ▶参加方法
①申請用台紙に記載して窓口提出
②ち〜バリュ〜システムより申請
申問 健康づくり課 ☎(24) 8070

6月23日~29日は 男女共同参画週間

“あなたらしさが、社会のチカラ” 私たちのまわりのパートナーシップについて、考えてみませんか？

問 企画室 ☎(24) 8904

自転車の交通違反に青切符

問 危機管理室 ☎(24) 8193

16歳以上の自転車運転者による交通違反が、交通反則通告制度の対象になりました。

交通違反は重大な事故につながる恐れがあります。交通ルールを守るとともに、安全運転を心がけましょう。

【違反行為と反則金(一部)】

傘さし運転 5,000円
ながらスマホ(保持) 12,000円
イヤホン着用 5,000円
信号無視 6,000円

自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行 ③夜間はライトを点灯
歩道は例外、歩行者を優先 ④飲酒運転は禁止
②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認 ⑤ヘルメットを着用

詳しくは警察庁ホームページをご覧ください ▶▶▶

外国人も日本人も 自転車マナーを学ぼう

自転車の青切符(交通反則通告制度)が始まりました。日本の交通ルールに不慣れな外国人実習生などに自転車マナー講習会を開催します。どなたでも参加可能。

- ▶日時 6月7日(日) 14時~15時
▶場所 イオンモール銚子2階 しおさいプラザ
申問 地域おこし協力隊 野村さん ☎070(3799)1855

よい歯のコンクール 出場者を募集

- 高年齢のよい歯のコンクール
本市に住民登録がある昭和21年4月1日以前の生年月日の人で自分の歯(かぶせた歯、さし歯でも可)が20本以上ある人
▶審査日時 7月9日(木) 13時30分~15時
▶審査会場 保健福祉センター
▶申込方法 7月6日(月)までに電話
申問 健康づくり課 ☎(24) 8070

女性スタッフが担当 市立病院の乳がん検診

- 日曜日に乳がん検診ができます。
▶日時 7月26日(日) 9時から
▶申込方法 7月23日(木)正午までに電話か窓口(先着)
申問 銚子市立病院検診室
☎050(1722)8510

県民の日記念行事 体力・運動能力測定

- ▶日時 6月14日(日) 9時30分~11時30分
▶場所 市体育館
一般(20歳~64歳)
握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20mシャトルランなど
高齢者(65歳~)
握力、上体起こし、10m障害物歩行など
▶持ち物 運動できる服装、タオル、上ぐつ
▶その他 参加無料。直接お越しください
申問 市体育館 ☎(24) 9559

6月7日~13日は 危険物安全週間

火がつきやすいガソリン・灯油・消毒用エタノールなどは、取扱と保管場所に十分注意しましょう。
申問 消防本部予防課 ☎(22) 3295

全国瞬時警報システム  
**Jアラートの訓練放送**

6月3日(水) 11時ころ

防災行政無線訓練放送  
**緊急地震速報訓練放送**

6月17日(水) 10時ころ

防災行政無線の屋外スピーカー、防災ラジオから放送が流れます。訓練です。実際に避難する必要はありません。


問 危機管理室 ☎(24) 8193

 **千葉県立銚子特別支援学校  
学校公開**

校内と授業の様子を見学しませんか？

▶日時 6月16日(火)、22日(月)  
9時40分～11時50分

申問 同校 ☎(22) 0243

 **まるごと1日  
千葉科学大学DAY**

イオンモール銚子で1日、千葉科学大学DAYを楽しみましょう。参加無料。

▶日時 6月27日(土) 11時～16時  
▶場所 イオンモール銚子

問 同大学看護学部 富樫さん  
☎(30) 4808

 千葉科学大学看護学部主催/  
**まちの保健室**

「あなたの眠りは大丈夫？簡単チェックで睡眠の質を見直そう」  
看護教員が健康をサポートします。申込不要。お気軽にご参加ください。

▶日時 6月14日(日) 13時～15時  
▶場所 イオンモール銚子2階  
しおさいプラザ

問 同大学看護学部 明神さん  
☎(30) 4568


知るっておもしろい!  
**千葉科学大学  
公開講座**

申問 千葉科学大学 総務部総務課  
☎(30) 4711



詳しくは  
こちらから



 **くわっせ夏野菜！  
農産まつり(旧チャリティバザー)**

スイカ、メロン、トマト、とうもろこしなど採れたての夏野菜を販売します。売り上げの一部は市に寄付されます。

▶日時 6月28日(日) 10時～13時

▶場所 イオンモール銚子海側駐車場 ペットショップ入口前

問 JAちばみどり営農センター銚子  
営農振興課 ☎(23) 9666

 **千葉県介護支援専門員  
実務研修受講試験**

▶受験申込書(試験案内)配布期間  
6月1日(月)～6月30日(火)


▶配布場所 高齢者福祉課、社会福祉協議会

▶申込方法 6月30日(火)までに簡易書留  
※消印有効

▶試験日時 10月11日(日) 10時

▶その他 受験資格など詳しくはお問い合わせください

問 千葉県社会福祉協議会  
社会福祉研修センター  
☎043(204)1610

 **千葉県信用保証協会主催  
令和8年度上期創業スクール**

経験豊かな中小企業診断士が、創業計画の作成をサポートします。参加無料。

▶日程 7月11日(土)、18日(土)、25日(土)、  
8月1日(土) ※予備日8月8日(土)

▶時間 10時～16時

▶場所 幕張テクノガーデン

▶定員 40人(応募多数の場合は抽選)

▶申込方法 6月12日(金)正午までに千葉県信用保証協会のサイトから

問 千葉県信用保証協会成長サポート部  
地域サポートチーム  
☎043(239)3281



 **銚子市郷土史談会  
6月定例会**

▶日時 6月21日(日) 13時30分～15時

▶場所 市民センター

▶講演内容 銚子市の観光の現状と取組について  
(講師) 観光商工課 職員

▶その他 申込不要。参加無料

問 同会 大崎さん ☎(22) 2109

 **銚子吹奏楽団  
第30回演奏会**



「天空の城ラピュタ」や、歌劇「トゥーランドット」、祝典序曲などを演奏。入場無料。

▶日時 6月14日(日) 13時30分開演

▶場所 東総文化会館 大ホール

▶指揮 名雪貴典さん

問 同楽団 落合さん

☎090(1540)8401



 **初心者歓迎  
市民チャリティーダンスパーティー**

今年も市民センターを会場に開催します。ダンスが好きな人、どなたでもご参加ください。

▶日時 6月28日(日) 14時～16時

▶場所 市民センター

▶参加チケット 1,000円  
(社会福祉協議会で販売)

問 同実行委員会 野口さん  
☎090(3682)9536

 銚子商工会議所×株式会社アイテック  
**人材採用セミナー**



▶講演 人材不足の次の一手  
外国人採用・特定技能入門

▶日時 6月25日(木) 14時30分～

▶場所 銚子商工会議所

▶定員 20社程度

▶申込方法 QRコードから

▶その他 参加無料、セミナー後は企業交流会を開催

問 銚子商工会議所 ☎(25) 3111

 **子どもの料理教室開催**



6月から、食育チャレンジ教室と和菓子教室を開催します。テーマや開催日など詳しくはQRコードから。

▶場所 市民センター

申問 企画室 ☎(24) 8904

## 市民センター情報 -市内在住・在勤・在学の人が対象-

※申込多数の場合、抽選となります

6月の休館日 毎週月曜日

☎ 同センター ☎ (22)0340



## 世界遺産の不思議と魅力

▶日時 6月23日、30日、7月14日

火曜日(全3回) 10時～11時30分

▶場所 同センター 会議室 ▶定員 15人

▶講師 片岡英夫さん(「世界遺産協会」常任理事)

☎ 4日(木)から10日(水)までに電話か申込フォーム

## 初心者のための料理教室

包丁の使い方から学びます

▶日時 6月28日(日)、7月25日(土)、8月23日(日)、  
9月27日(日)、10月25日(日)、11月22日(日)、  
12月26日(土)、1月24日(日)

(全8回) 13時30分～16時

▶場所 同センター 調理実習室 ▶定員 16人

▶講師 寺本貞光さん ▶材料費 (1回) 1,000円

▶持ち物 エプロン、マスク、三角巾、台ふきん、  
ふきん2枚、筆記用具

☎ 11日(木)から17日(水)までに電話か申込フォーム

## 公正図書館情報

開館時間 9時～17時(水曜日は19時まで)

6月の休館日 毎週月曜日、30日(火)

☎ 同館 ☎ (25)3069



## おはなし会

幼児～小学校低学年向け読み聞かせ

▶日時 毎週日曜日 15時～

▶場所 同館 児童室



## 親子おはなし会

乳児・幼児向け絵本の読み聞かせ

▶日時 6月12日(金) 11時～11時30分

▶場所 同館 3階和室

▶対象 0～3歳児と保護者

☎ 2日(火)9時から電話か来館(先着6組)



## たなばたの会

たなばたのお話、かざり作り

▶日時 6月20日(土) 10時～11時30分

▶場所 同館 3階和室

▶対象 小学校1～3年生

☎ 9日(火)9時から電話か来館(先着20人)

## 電子図書館体験会 ☎ 公正図書館 ☎ (25) 3069

▶日時 6月21日(日) 13時～15時

▶場所 イオンモール銚子2階 ニコニコひろば

▶持ち物 インターネット接続可能な端末

## 市民文芸

## 俳句

美辞麗句そしらぬ顔の牡丹かな

高根 織人(西小川町)

忙しく昭和を生きて鯉のぼり

山田 邦彦(若宮町)

まだお前そこにいたのか蝸牛

福田 水明(栄町)

## 短歌

新年の集ひの席の幼孫みなが笑へば  
遅れて笑ふ

川村 俊子(春日町)

雪つもる白河の間に辿り着き風音を  
きく古偲び

鈴木いく子(忍町)

邪魔にせし鉢より芽を吹く桜草春が  
来ましたまた会へました

真久 絢子(春日町)



日本のものづくりをエネルギーで支える会社

鹿島北共同発電(株)

茨城県神栖市東和田16

TEL: 0299-96-2111

【URL】  
<https://kitakyo.co.jp/>

[広告]

# 困ったときは、ここに相談

曜…日時 所…場所 固…予約・問合せ

## 心配ごと

時 5日(金)、19日(金)  
10時～12時  
所 保健福祉センター 相談室1  
固 社会福祉協議会 ☎(24) 8189

## 消費生活・契約・多重債務

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

## 生活困窮なんでも

時 月～金曜日  
8時30分～17時15分  
所 ちょうしサポートセンター  
(双葉町2-29)  
固 同センター ☎0120 (240) 737

## 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 ボランティア相談室  
固 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 3日(水)、17日(水)  
いずれも20時まで  
所 市役所1階 8番窓口  
固 債権管理室 ☎(24) 8954

## 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)  
固 中核地域生活支援センター  
☎0479 (60) 2578

## 法律

要予約 30分2,000円

時 毎週木曜日  
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  
固 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  
8時30分～17時15分  
所 保健福祉センター  
固 健康づくり課 ☎(26) 3777

## 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  
固 海匠ネットワーク  
☎0479 (60) 2578

## 一般

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

## 相続・遺言・官公庁への許認可書類作成

要予約

時 20日(土) 13時～16時  
※前日までに予約  
所 旭市海上公民館(旭市高生1)  
固 千葉県行政書士会東総支部・  
小関行政書士 ☎090 (4134) 0612

## 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  
固 同センター ☎(24) 8734

## 若者の自立支援

要予約

時 15日(月) 11時～16時  
所 イオンモール銚子2階 しおさいプラザ  
固 ちば北総地域若者サポート  
ステーション ☎0476 (24) 7880  
次回は7月6日(月)勤労コミセンで!

## 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  
固 千葉県税理士会銚子支部  
☎(22) 3901

## 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  
固 同センター ☎(24) 8734 **通話料有料**  
みんなの人権110番 ☎0570 (003) 110  
行政苦情110番 ☎0570(090)110

## 事業承継なんでも

要予約

時 12日(金) 10時、13時、14時30分  
所 銚子商工会議所会館  
申 同所備え付けの申込書でFAXか持参  
固 銚子商工会議所  
☎(25) 3111 FAX (22) 6229

## 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)  
固 千葉司法書士会八日市場支部  
☎0479 (25) 0567

## 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 13日(土) 13時～16時30分  
所 かんらん(東芝町5-1)  
固 同所 ☎(24) 7730  
対象者:18歳以上の人

## 連合なんでも労働相談ダイヤル

時 月～金曜日  
9時30分～17時  
固 連合労働相談センター  
☎0120 (154) 052



## 精神保健福祉相談

要予約

▶相談員/精神科医師  
時 12日(金) 13時30分～15時  
所 海匠保健所(台町2186-2)  
固 海匠保健所八日市場地域保健センター  
☎0479 (72) 1281

広告

全国 214店舗の **イェスターション** が

雨漏り・シロアリ・再建築不可  
・事故物件など お悩みの  
空家・戸建て・アパート  
現状のまま 買取ります  
残置物はそのまま 建物解体も不要!

仲介手数料 不要 査定 無料

依頼した空家、不稼働の物件も売却できますが費用面になった負担ばかりが大きくなり、  
負債になる前に「イェスターション」にご相談下さい

**イェスターション 銚子店** **0120-006-862**  
〒288-0041 千葉県銚子市中央町15-1 マンション2階1層 千葉県知事(2)第17424号

どんな古い家でもご相談ください。ご来店、お電話お待ちしております。

有限会社 金野ルーフ 創立 73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**

広告

# 使ってみよう 銚子弁

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。

「くつつぐ」＝「かみつく」

〔使用例〕よー!手、くつつがれでっど!!

甘噛みだから、でーじょぶだーよ。



6月は正しい飼い方推進月間  
犬のしつけ方教室 ▶▶▶



## 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。

応問 秘書広報課(市役所3階)

☎(24) 8823

✉koho@city.choshi.lg.jp



### ときどき どうぶつ 通信

## 私が年をとっても、お世話してね?

6月は動物の正しい飼い方推進月間。動物を飼うときは命を終えるまで 🐾



**犬**は放し飼い禁止。散歩は犬を制止できる人が短い引き綱で。しつけや訓練をして近隣に迷惑をかけないようにしましょう。

**猫**は屋内で飼いましょう。

やむを得ない事情で飼えなくなったときは、新しい飼い主を探してください。保健所、動物愛護センターでは飼い主探しをお手伝いします。愛護動物を捨てたり、傷つけることは犯罪です。

詳しくは市ホームページをご覧ください ▶▶▶



問 海匠保健所 ☎(22) 0206 動物愛護センター ☎0476 (93) 5711

**業務スーパー 銚子店**  
一般のお客様大歓迎  
パートアルバイト募集 (レジ・品出し)  
1160円 18:00~ 日曜・祝日  
+50円 +50円  
長知経営採用センター (受付時間: 9:00~18:00全日)  
TEL: 0120-831-829  
千葉県銚子市長塚町 3丁目296番地  
TEL: 0479-21-5611 駐車場: 50台

創業105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



# 6月の納期

納期限は6月30日(火)

●市民税・県民税・森林環境税…第1期

納付は口座振替が便利です

## 6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

●発熱などの症状がある人は建物の外で診察するなどマイナ保険証が使えない場合があります。電話でご確認ください。



日	曜日	医療機関名・薬局名		連絡先
7日	(日)	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
14日	(日)	内科	須藤医院	☎(22) 1311
		外科	—	—
		薬局	セキカラコ薬局和田町店	☎(21) 7385
21日	(日)	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
28日	(日)	内科	東京堂クリニック	☎(22) 0118
		外科	—	—
		薬局	エビス薬局	☎(22) 0998

## 編集後記

おめでとう総一郎くん！空手の形、塩分過多、どちらも強靱な精神力が鍵。私も、毎日のチョコを「かいそう」に選手交代。塩分も糖分もほどほどに、心も脂肪も燃やしていざ健康診断。健康な身体に感謝の正拳突きを。(山田)

夢、ありますか？叶えたいこと、達成したい目標。田村さんのように明るい未来を夢見て、自信をつけていきたいものです。それには自分の現状を知ることから。健診受けて夢を叶える第一歩。(新行内)

## 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・木曜日は、13時～16時も実施します(10日を除く)。

6月のおやすみ 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

### 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 12日(金) 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 9日(火) ・13時～14時 ・14時～15時  
・15時～16時

## 献血

☎社会福祉室 ☎(24) 8195

▶日時 6日(土)、7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

## 救急安心 電話相談

年中無休

☎043 (216) 3668

受付時間 24時間・365日



## こども急病(小児救急)電話相談

年中無休

☎043 (242) 9939

受付時間 平日・土曜日 19時～翌8時  
日曜日・祝日 24時間



**フラダンス教室 生徒募集中**

**春の体験レッスン実施中**

まりこ城島(マルラニ) フラダンス教室

子どもからシニアまでお気軽に

090-2335-0735

南小川町カスミより南へ500m先

QRコード

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!!

再エネ100%の電気を市内の小・中学校、市立高校に供給しています

☎0479-21-5023

〒288-0047 銚子市若宮町1-1 市役所2階

銚子電力 検索

QRコード

Choshi Denki



押忍!

# 空手の形で 全国制覇!



広報ちようし  
令和8年6月号第1293号 令和8年6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)  
🌐 <https://www.city.choshi.chiba.jp/>

▲全日本少年少女空手道選抜大会(小学4年男子形競技)で優勝  
「丁寧だけど、力強く。空手が僕に自信をくれました」



小学生中心に活動する神武会。みんなのオフショット♡

## 友情・努力・勝利。ときどきゆるふわ。

遊びたい盛りの放課後、みんなが選んだのは空手。勝てた時、形を覚えた時、友だちができた時、最高の瞬間。

ちようししんぶかい  
**銚子神武会**  
野口さん ☎090(3144)6494  
✉shinbukaichoshi@gmail.com

空手の稽古は18時～21時  
★月曜日 ☁豊里小学校体育館  
✂木曜日 ☁飯沼小学校体育館



誰よりも美しい演武を披露。スティックな心の強さに迫るちょし  
感謝の正拳突き  
「礼儀、自信、友だち。空手からもらった大切なもの。今が1番楽しいし、今の自分が1番好き」  
東京オリンピックの荒賀龍太郎選手に憧れ、始めた空手。2月には、全国制覇を果たした。  
「大好きな先生の『全国制覇を目指そう』の一言で火がついた。感謝してもしきれない」夢の実現に向け、各地の道場へ武者修行に。技術のほかに全国に友だちができた。  
「試合前、飯沼観音の貝のお守りを握りゲン担ぎ。日本一を強く願った」叶った願いに感謝を込め、貝を元の場所に返した。  
「県代表に選ばれるまでが本当に大変だった。ここまで続けられたのは先生や友だちのおかげ」  
「形」の魅力はスティックな美しさ。技術も、強靱な心も培ったのは「素直」という才能。将来は世界で戦いたいと目を輝かせる。挑戦は、まだ序章。夢への突きは、もう止まらない。

銚子の魅力を発信するちょ!



第92回

日本一の空手、きれいな心の形。

## 銚子のI♡銚子

田村 総一郎さんの巻

### 市指定文化財となった「銚子大仏」

お膝元には海の恵みのお守りが!

### 宿願を果たした総一郎くんも返しにきた/ 観音様の、夢を叶える貝

ねんび かんのんりき  
**念彼観音力貝守り**  
念・彼・観・音・力と書かれた貝に願いを込め、叶ったら返しにいくという。  
☁飯沼観音境内(馬場町1-1)



知ってるかい?

平幡住職 ▶▶▶



人のうごき 令和8年5月1日現在 人口 52,420人(-100人) うち外国人住民人口 2,947人  
男 25,705人(-45人) 女 26,715人(-55人) 世帯 26,669世帯(+39世帯) ※カッコは前月比  
令和8年4月中の人口動態 出生 6人 死亡 88人 転入など 203人 転出など 221人

広報ちようしは、読みやすく分かりやすいデザインのため、  
[UD(ユニバーサルデザイン)フオント]を使用しています。