

13日(月)から市内を移動スーパーが運行します



市と株式会社カスミは、総合的な住民サービスの向上を図るために「包括連携協定」を締結しています。この協定に基づき、買い物に困難を感じている市民の皆さんの買い物支援として、6月13日(月)から市内を移動スーパーが運行します。ぜひご利用ください。

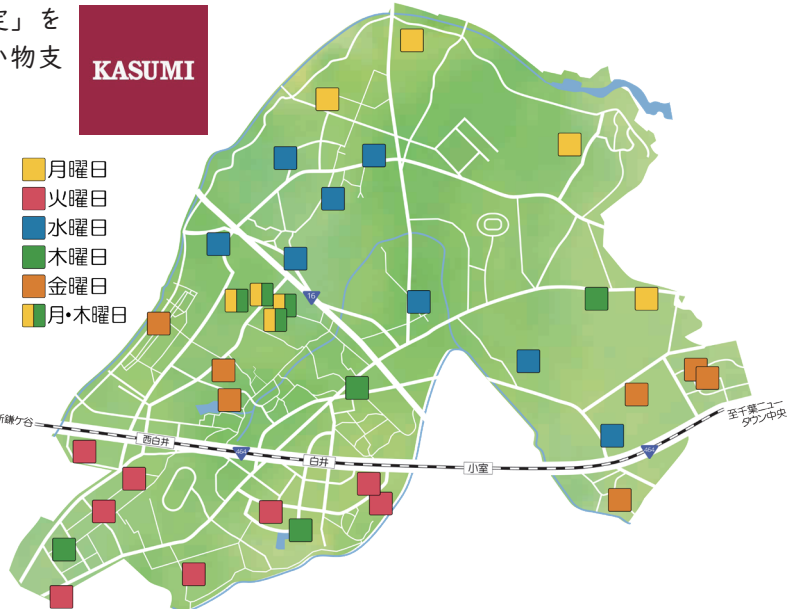
時 所 下表の運行スケジュール・右図の地図を参照（1カ所につき15分程度）

販売内容 ▶ 生鮮食品・加工食品・日用品など約650品目

販売価格 ▶ 店舗の通常販売価格で提供（チラシ掲載品特價品は除く）

問 高齢者福祉課 ☎ 497-3484、フードマーケットカスミ原山店 ☎ 0476-40-6637

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
中木戸集会所 10:30～	復四町会 10:25～	ひまわりこども園 10:25～	中木戸集会所 10:30～	桜台センター 10:15～
ホンダカーズ東葛千葉 ニュータウン西店 10:50～	白井木戸公園 10:55～	旧松屋商店前 10:45～	ホンダカーズ東葛千葉 ニュータウン西店 10:50～	桜台保育園 10:35～
野口緑地(野口21番付近) 11:10～	アインズ診療所 11:20～	ケアホーム白井 11:10～	野口緑地(野口21番付近) 11:10～	福祉センター 11:00～
七次台3丁目東 集会所 11:30～	南山一丁目自治会 集会所前 11:40～	中集会所 11:40～	七次台3丁目東 集会所 11:30～	いこいの会白井 グループホーム 11:25～
工業団地自治会内 駐車場 14:05～	三晃アパート駐車場 14:20～	中峠団地 14:10～	愛の家グループホーム 白井富士 14:10～	西白井コミュニティ プラザ 14:00～
今井集会所 14:30～	富士センター 14:45～	白井の家 14:35～	鰻元 14:45～	ベーカリーカフェ カリン 14:30～
平塚分校 14:50～	三晃コーポ駐車場 15:05～	菊華園 15:05～	アモールケア白井 15:10～	デイホームおてだま 14:55～
印西宅配弁当駐車場 (旧東陽一) 15:15～	大松児童公園 15:30～	西福寺 15:35～	チェリッシュハウス 15:40～	



注意事項 ▶ 以下の事項へのご理解ご協力をお願いします。
・販売場所へは徒歩でお越しください（駐車場はありません）。
・マイバッグを持参してください。
・積載量に限りがあるため、品切れになる場合があります。
・運行時間は前後することがあります（雨天運行・荒天中止）。
・リサイクル可能資材の回収はしていません。

白井市ふるさと産品に 新たに5品目認定！



ふるさと産品認定審査会では、新たに5つの品物を白井市ふるさと産品に認定しました。家庭用・贈答用にぜひご利用ください。
問 産業振興課 ☎ 401-4641

No.	名称など	産品事業者	価格(税込)
1	なしジュース 720 ml	白井市梨業組合	972 円
2	なしいろ(梨パウンドケーキ)	(株)ユース	1,620 円～
3	ノンオイルドレッシング 200 ml	(有)水谷電気設備工事	550 円
4	焼肉のたれ 235g	(有)水谷電気設備工事	550 円
5	KIWAME PRO(フライパン)(4サイズ)	(株)リバーライト	9,900 円～

新型コロナワクチン 4回目接種のご案内

国の方針に基づき、接種を実施します。接種対象者で接種時期になっても接種券が届かない場合は問い合わせてください。
問 新型コロナワクチンコールセンター ☎ 050-2018-6550

接種間隔・料金 3回目のワクチン接種から5カ月経過後・無料

使用するワクチン ファイザー社ワクチンまたはモデルナ社ワクチン

接種対象者

ワクチンを3回接種した① 60歳以上の市民 ② 18歳以上60歳未満で「基礎疾患を有する市民その他重症化リスクが高いと医師が認める市民」

接種券送付時期

①の人は、右表のとおり（日程は前後することがあります）

②の人は、右記「基礎疾患を有すると市が把握できる人」を除き原則申請が必要です（詳細は市ホームページを確認してください）



3回目接種時期	送付時期
～2022年1月	5月下旬～6月上旬
2022年2月	6月上旬～6月下旬
2022年3月	7月上旬～7月下旬

お届けは
対象者の
み

ワクチン接種のためのタクシー券を交付 (要介護2以上または重度心身障がいの人)

重度心身障がいの要件 ▶ 身体障害者手帳1・2級、視覚障がい・下肢障がい・体幹障がい3級以上、療育手帳AからAの2、精神障害者保健福祉手帳1級
問 要介護2以上の人は高齢者福祉課 ☎ 497-3484、重度心身障がいの人は障害福祉課 ☎ 497-3483 へ

基礎疾患を有すると市が把握できる人

- 「呼吸器」「心臓」「腎臓」「肝臓」「免疫」の身体障害者手帳の所持者
- 療育手帳の所持者・精神障害者保健福祉手帳の所持者
- 自立支援医療（精神通院）受給者証を所持し「重度かつ継続」の該当者



白井市長 笹井喜久雄

市長メッセージ ウィズコロナ時代のまちづくり

コロナ禍といわれてから2年以上が経過しました。学校や福祉・市民活動の場では多くの行事が中止・縮小を余儀なくされ、人々のふれあいや交流の機会が減少し、人とのつながりの希薄化や地域コミュニティ力の低下が心配されます。今後の市の事業・行事については国・県のコロナ対策を踏まえ、感染症対策で得た経験を生かしながら取り組みます。そして市民の命を守るため、あらゆる災害に備えたまちづくりを進めてまいります。

5月30日～6月5日は「ごみ減量・リサイクル推進週間」、6月は「環境月間」です

人間活動による地球温暖化など、環境に関連する世界的な動向は大きく変化していて、身近な生活にも影響が出ています。

この機会に一人一人が意識して、できることから取り組みましょう。

良好な環境を未来につなぐために取り組みます

市は、2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにする「ゼロカーボンシティ」表明を行い、その実現に向けて「白井市第3次環境基本計画」「白井市第5次地球温暖化対策実行計画（事務事業編）」に基づき取り組みを進めています。

身近な生活の中で、できることは？

自分の生活を振り返ってみると、例えば次のような「できること」を見つけれられます。

- ・冷暖房は適温で設定する。
- ・冷蔵庫の開け閉めは短い時間で行い、中身を整理する。
- ・洗濯物の汚れの程度に合った量の洗剤を使う。
- ・お風呂に入る際はシャワーを手早く済ませる。
- ・マイバッグなどの使用や詰め替え商品などを選んで購入する。
- ・食品ロスの削減、資源物の分別を徹底する。
- ・リサイクルショップなどで、不要となった物をリユースする。



ごみ分別アプリ「さんあ～る」を知っていますか？

スマートフォンなどを利用したごみ分別アプリ「さんあ～る」を配信しています。無料で登録が可能で、50音別分け方ガイドやクイズもあり、収集日にはプッシュ通知を設定することができます。



学校のプール約8杯分の水分？

生ごみの約8割は水分のため、各家庭で水分をできる限り減らす工夫をすることで、ごみの減量、悪臭の抑制につながります。

市から排出される生ごみに含まれる水分量は学校のプール約8杯分（令和2年度実績）にもなり、「水」を「ごみ」として処分していることとなります。



◇濡らさない

野菜は洗う前に皮をむくなど、はじめから濡れないようにして捨てましょう。

◇水をしぼりましょう

調理の過程で濡れてしまったものやお茶がら・ティーバッグは、しぼったり、一晩置いて乾かしてから捨てましょう。市販の水しぼりグッズなども活用すると、さらに水分を減らすことができます。

☎環境課 ☎ 401-5409

6月は食育月間です ☎健康課 ☎ 497-3494

食育は、生きる上での基本となる「食」に関する知識と選択する力を身に付け、健康的な食生活を実践できる人を育てることです。市では、第3次しろい健康プラン食育推進計画を施行し、「いっしょに食べよう 心も体もおいしい食事」を目標に取り組んでいます。

野菜、食べていますか？～1日5皿、350gを目指そう！～

「バランスよく食べないと…」とわかっていても、不足しがちになってしまうのが野菜です。アンケート調査から、1日に野菜を5皿以上食べる白井市民は、9.7%と少ないことがわかりました。野菜の小鉢やサラダ、具だくさんの汁物は1皿で約70gの野菜が取れます。1日5皿を目指しましょう。

減塩を心がけましょう

千葉県民は全国と比べ、食塩摂取量が多くなっています。塩分を取り過ぎると、高血圧の原因になるだけでなく、動脈硬化も進みやすくなります。1日の食塩摂取量の約7割を占める塩、しょうゆ、麺つゆを控え、香味野菜やかんきつ類、酢、だし、香辛料などを活用すると、少ない塩でもおいしく食べることができます。

食に関する取り組み

市では、食生活改善推進員と共に、料理教室や広報しろい・ホームページでのおすすめレシピの掲載、イベントでの啓発、その他食育動画などの配信を行っています。



～料理の基本を学ぼう！～ 男性料理教室

調理について基本から学べる男性のための教室です。食生活改善推進員が、男性特有の食の健康課題や栄養バランスの良い献立、調理のコツを講話や調理実習を通してお伝えします。楽しく学んで健康的な食生活を実践していきませんか。

☎15日(水)10:00～13:30（受け付け9:45～）

☎保健福祉センター

☎市内在住の男性 先着6人

☎講話、調理実習（メニュー：和風おろしハンバーグ、蒸し野菜、ワカメのかき玉スープ、ほうじ茶ゼリー）

☎400円

☎エプロン、三角巾、手拭き用タオル、筆記用具

☎申込1日(水)～10日(金)までに氏名、住所、電話番号を健康課 ☎ 497-3494へ



禁煙するとこんないいこと

厚生労働省では、5月31日から6月6日までを禁煙週間としています。

禁煙すると、家族から喜ばれたり、禁煙に成功したことで達成感を得て何事にも自信がついたりすることが禁煙に成功した人の体験からわかっています。

ニコチン切れで「イライラ」したり、「タバコ臭い」「煙たい」などと非難されるストレスがなくなって「禁煙したら家庭内がなごやかになった」と話す人もいます。

今後一生禁煙することが難しいと思う人も、「来月から1週間やってみよう」という気軽な気持ちで取り組んでみましょう。

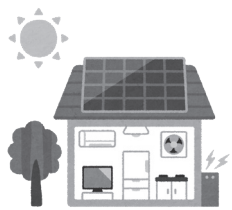
☎健康課 ☎ 497-3494



「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入 参加者募集中！

～グループパワーで、かしこくチョイス 未来へつなぐおトクな一歩～

千葉県では、4月26日(火)から太陽光パネル・蓄電池を県民みんなでお得に購入する共同購入の参加者の募集を開始しました。



県民の皆さんに、日々の生活に使う電気を自宅の屋根で発電できる太陽光パネル、そして発電した電気を夜間も有効に活用し災害時にも役立つ蓄電池を安心して導入できる機会として提供します。

参加登録期間 8月31日(水)まで

説明会 オンライン説明会を実施します。専用WEBサイト上で、共同購入のことがよくわかる資料を提供します。参加登録・詳しい情報はQRコードからご覧ください。



☎みんなのうちに太陽光事務局 ☎ 0120-758-300（10:00～18:00 土・日・祝日を除く）

お元気ですか 管理栄養士です

食事の原点をふり返って～食への感謝と食品ロスの削減～

皆さんは食事を目の前にしたとき、どんなことを考えていますか。おいしそうだな、早く食べたいな…、それとも食事よりもテレビやスマートフォンなどに集中しているでしょうか。感謝の気持ちをもっていただいていますか。

食事との向き合い方は人それぞれだと思いますが、食事は毎日のことで、1日の生活の中で必要不可欠な行動だと思います。もし、災害や海外の輸入の事情などで食糧が少なくなってしまうと…と考えると、今ある食環境はとてもありがたいものだと感じられますね。しかし、生鮮食品から便利な加工品までたくさんの食糧が市販されている飽食の今、私たちは毎日の食事が「多くの生き物の犠牲の上に成り立っている」ことを忘れがちです。

昔の人は、お米や野菜を育て、家畜から肉や卵をいただき、魚を獲り、手に入る食べ物はなんでも大切に、みんなで分け合って食べました。用意する大人も、手伝う子どもも、食事は命をいただくということが身近に感じられたため、自然への感謝の気持ちを忘れず「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをして、残さず食べていました。

現在は、加工が施され、命をいただいていることがわかりにくくなっているかもしれませんが、動植物の命と、加えて、育てている生産者やそれを運ぶ運送業者、売る小売業者、調理する飲食店や家族など、食に携わる人への感謝の気持ちも忘れずにいたいものです。

食への感謝を持つことは、残さず食べる、買うときは食べきれる量を買う、商品は賞味期限の近い物を買うなど、食糧を大切にできる賢い消費者にもつながります。小さな取り組みを多くの人が行えば、その積み重ねにより、食品ロスも減らせると思います。皆さんも、できることから始めてみませんか。

管理栄養士 金田智実

しょうねつじゅんか
「暑熱順化」で熱中症になりにくい身体

熱中症予防
シリーズ①

暑熱順化とは、体が暑さに慣れることです。体は、暑さに慣れることで発汗量や皮膚の血流量を増やし、体表面から熱を逃がす機能が働くため、熱中症になりにくい状態になります。

暑熱順化に有効な習慣と頻度

①入浴:シャワーではなく、湯舟に入る 2日に1回

②運動:ウォーキング30分またはジョギング15分を週5回程度、サイクリング30分を週3回程度、筋トレやストレッチなど30分を週5回～毎日

③その他の汗をかく行動:ハイキングなどの外出、階段の昇り降り、畑や庭での力仕事、歩いての買い物など

※体調、気温などに合わせて、無理なく汗をかく範囲で行いましょう。
※こまめな水分補給も忘れずに行いましょう。

急な「夏日」に注意

暑熱順化ができていない状態で、急に気温が上がると熱中症をおこしやすくなります。そんなときは、外出を控える、エアコンで温度管理をするなど、暑さを避ける行動をとりましょう。今のうちに、エアコンの点検をしておくこともおすすめです。

☎健康課☎497-3494



スポーツ少年団 団員募集！

白井市スポーツ少年団は、子どもたちにスポーツの楽しさを知ってもらい、健康な体と心を育てることを目的に設立されました。

現在、野球・サッカー・ミニバスケットボール・剣道の18団体が年間を通じて活動しており、春秋大会や単位団による交流大会など多くの事業を開催しています。活動内容の詳細は問い合わせてください。

☎生涯学習課☎401-8953

スポーツ少年団の理念

◇一人でも多くの青少年にスポーツのよろこびを提供する。
◇スポーツを通して青少年のこころとからだを育てる。
◇スポーツで人々をつなぎ地域づくりに貢献する。

種目	団体名	主な活動場所	活動曜日
軟式野球	白井ランチャーズ	白井第二小学校	日
	桜台ウイングス	桜台小学校 富士南園広場	土、日、祝
	清水口ファイターズ	清水口小学校	
	白井タイガース	白井第一小学校	
	白井ライナーズ	南山小学校	
	DS ツインズ	大山口小学校 富士南園広場	
	七次台ジャガーズ	七次台小学校	
	ホワイトピジョン	富士南園広場	
サッカー	桜台 FC	桜台小学校	
	白井 FC	清水口小学校	
	白井富士 FC	白井第三小学校	
ミニバス	西白井スピアーズ（男子）	白井第三小学校 清水口小学校	火、木、土、日、祝
	フィーニックス（男子）	白井第一小学校 清水口小学校 白井第二小学校	火、木、金、土、日、祝
	清水口オーロラ（女子）	清水口小学校	月、水、土、日、祝
	白井ファースト（女子）	桜台小学校	火、金、土、日、祝
	すばる MBC（女子）	大山口小学校	水、土、日、祝
	ワイルドキャッツ（女子）	南山小学校	火、水、土、祝
剣道	白井剣道	清水口小学校	土、日



防どう！
「虐待」「ドメスティック・バイオレンス(DV)」

長期化するコロナ禍による生活不安やストレスなどにより、児童・高齢者・障がい者などへの虐待や配偶者などからの暴力（DV）の増加や深刻化が懸念されています。虐待やDVの問題で不安を感じたら、ひとりで抱え込まずに専門の相談窓口にご相談してください。

地域で虐待などの問題で困っている人を見かけたら、早めに相談窓口連絡してください。連絡をした人に関する秘密は厳守し、匿名での相談も受け付けます。

☎白井市家庭等における暴力対策ネットワーク会議事務局（子育て支援課家庭児童相談室）
☎497-3491 ☎492-3033

虐待、DVの種類

【身体的虐待・身体的暴力】平手打ちをする、殴る、蹴る、つねる、物を投げつける、戸外に締め出すなど身体的な苦痛を与える行為
【心理的虐待・精神的暴力】怒鳴る、言葉による脅し、無視をする、差別をする、長時間放置するなど不安や恐怖を与えたり(子どもに家族への暴力を見せることも含む)、外出を禁止したり交友関係や行動を細かく監視する行為
【ネグレクト（介護や世話の放棄）】食事や水分を十分に与えない、身辺の世話をしない、家に閉じ込める、子どもを学校などに行かせない、介護や医療サービスを制限する等健康や安全の配慮を怠る行為
【性的虐待・性的暴力】わいせつな行為を強要したり、見せたりする行為
【経済的虐待・経済的暴力】本人の同意なく財産を処分する、年金・預貯金を使用する、少額しか生活費を渡さない等経済面の自由を厳しく管理する行為

こんなときは1人で抱え込まずに相談を

- ・子どもが言うことを聞かず、イライラしてついたたいてしまう
- ・介護がつらくて、高齢の親を怒鳴ってしまう
- ・障がいのある家族の世話を放置して長時間外出してしまう
- ・パートナーとの関係で口論から暴力をふるってしまう

	虐待、ドメスティック・バイオレンス（DV）	各種相談窓口
虐待	児童虐待（18歳未満）	保護者（親またはそれに代わる養育者）から受ける虐待 白井市家庭児童相談室（子育て支援課内）☎497-3477 千葉県中央児童相談所（こども・家庭110番）☎043-252-1152（24時間365日） 全国共通ダイヤル ☎189（イチハヤク）
	高齢者虐待（65歳以上）	養護者（家族・親族など）、介護施設職員などから受ける虐待 ◆白井中央地域包括支援センター（白井第一小・白井第二小・七次台小・桜台小学校区）☎497-3474 ◆白井駅前地域包括支援センター（南山小・池の上小学校区）☎492-8100 ◆西白井駅前地域包括支援センター（白井第三小・大山口小・清水口小学校区）☎497-5170 ◆白井市地域包括ケア推進係☎497-3484*
	障がい者虐待（身体・知的精神）	養護者（家族・親族など）、障害者福祉施設職員、使用者（雇用主）などから受ける虐待 ◆障害福祉課障害支援係☎497-3483* ☎492-3033 ◆千葉県障害者権利擁護センター（職場での虐待）☎043-223-1019 ☎043-222-4133
ドメスティックバイオレンス（DV）		配偶者やパートナー（事実婚、元配偶者、元恋人含む）間における暴力 ◆白井市家庭児童相談室☎497-3491 ◆千葉県女性サポートセンター☎043-206-8002（24時間365日）◆DV相談ナビ#8008（はれれば） ◆DV相談+（プラス）☎0120-279-889（24時間）メール（24時間）・SNS相談（12:00～22:00） 外国語相談（英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語）WEB面談も可能 詳しくはURL https://soudanplus.jp/ へ

*印の夜間と休日は市役所☎492-1111へ

ふるさと納税の状況

☎秘書課☎401-6913

ふるさと納税とは、ふるさとや応援したい自治体に寄付をした納税者が確定申告などを行うことで、寄付額の一部が市民税などから控除される制度です。令和3年度の収支は右表のとおりです。

返礼に係る主な支出は、希望する寄付者への返礼として「しろいの梨」やふるさと産品などを贈る、品代・送料・手数料などです。

市では、市外に住む人から市へふるさと納税があった際に、返礼品として商品やサービスを提供する返礼品提供事業者を随時募集しています。詳細は問い合わせてください。

寄付

ふるさと納税収入額（A）	返礼に係る支出額（B）	実質収入額（A－B）	市民税寄付金税額控除額※
約1億1,420万円（約6,200件）	約5,370万円	約6,050万円	約1億4,580万円

※市民が他自治体にふるさと納税をし、税額が控除となった金額です。控除額の一部は、地方交付税（自治体間の財政力格差を是正するために国から交付されるもの）で補てんされます。

講座などの申し込みは、1日(休所・館の場合は翌日)8:30から受け付けます。

イベント

あなたの"やってみたい"を 応援します！ 縁結びデー

サークルに参加して何かやってみたい人と、仲間を増やしたいサークルを結ぶイベントです！

サークル活動をはじめたい人は、ぜひご参加ください。

時 19日(日) 13:00～16:00

内メンバーを募集しているサークルが活動内容を紹介、活動紹介後に交流タイム(質疑応答・入会手続きなど)参加団体:しろい朗読サロン、アロハフラ ナニ(フラダンス)、中銀団基同好会、ゴスペル・ブリリアントスターズ、ブルースカイ(ウクレレほか)

持上履き

所 申 問 白井駅前センター ☎497-1151 へ

講座・講演

普通救命講習Ⅰ受講者募集

印西地区消防組合では、成人における不慮の事故対応と応急手当の普及啓発を図るため、AED使用訓練を含んだ普通救命講習Ⅰを行います。

時 18日(土) 9:00～11:00

所 印西地区消防組合消防本部1階セミナー室

対 白井市・印西市の在住・在勤者 先着10(最低実施人数5人)

他 災害発生時など中止する場合あり

申 問 6日(月)～10日(金)正午までに消防本部警防課救急救助係 ☎0476-46-9964 へ

フラワーアレンジメント講座

初夏を彩るパラレル型のアレンジメントフラワーを作ります。初めての人でも丁寧にレクチャーしますので、安心して参加できます。

時 19日(日) 10:00～11:30

対 市内在住・在勤者 先着7人
持 花切りばさみ、雑巾、エプロン(汚れが気になる人)

師 NFD協会所属 下村紀子さん
費 2,000円(花代・材料費など)

所 申 問 西白井コミュニティプラザ ☎497-5771 へ



手芸カフェ

手芸で作りたいものがあるけど、時間がない。そんな人たちが集まって手芸を楽しむ場所です。作りたいものを持ち寄って、のんびり作りませんか。毎月1回、第3日曜日に開催予定です。

持ち込みは無いけれど手芸を体験したい人には、各回に簡単に作れるキット(申し込み順で数に限りあり)を用意しています。詳しくは西白井複合センターブログをご覧ください。

時 ①6月19日②7月17日③8月21日(各日曜日) 13:00～15:00

対 キット利用の場合 各回先着6人 持ち込みで利用の場合 各回先着9人

対 飲み物、あれば未完成の作品と道具
費 キット利用者のみ①ひよこの根付850円②いちごのシャドーボックス300円③イヌの編みぐるみ550円(材料費)
所 申 問 開催当日の定員に達するまで随時西白井複合センター ☎492-1011 へ

ガイドメイク講座

視覚障がいのある女性を対象にした「見えない・見えにくい人のためのメイクアップ講座です。

鏡を見ながら自分好みの色合いや濃さの調節が難しい受講者に、顔全体を整えるファンデーションから最も難しいアイブローやアイシャドーまで、メークアップの方法を資生堂のスタッフが実践指導します。

時 24日(金) 10:00～12:00

所 保健福祉センター3階団体活動室

対 視覚障がいのある女性 先着8人
申 問 ボランティアセンター ☎492-5716 へ

手しごと倶楽部 パステル和アート

パステルを削って指で描く癒しのアートを体験しませんか。はがきサイズの紙に塗り絵のように金魚を描くので、初めての人でも安心です。

時 28日(火) 10:00～11:00

対 一般 先着6人

費 500円(額付き材料費)

所 申 問 19日(日)までに西白井複合センター ☎492-1011 へ



無料・創業プラン作成スクール

これから創業を考えてる人、創業して間もない人を対象に創業スクールを開催します。

経験豊富な中小企業診断士が講師となり、創業計画の作成をしっかりとサポートします。

最終日には創業経験者の先輩社長からの講演も行います。(後日、個別相談有り)

時 7月2日・9日・16日・23日(各土曜日・全4回)

所 習志野市役所

対 30人(応募者多数の場合は抽選)

申 問 千葉県信用保証協会ホームページから
問 千葉県信用保証協会 ☎043-311-5001

健康

骨密度測定会

自分の骨の状態を知り、骨粗しょう症予防について学びませんか。

時 7月14日(木) 13:00、13:30、14:00

(結果を受け取ったら順次終了)

所 桜台センター

対 20歳以上で現在骨粗しょう症の治療を受けていない人 各回13人

持 筆記用具、上履き(裸足で測定)

申 問 6月1日(水)から①住所②氏名③年齢④電話番号⑤希望受付時間を健康課 ☎497-3494 ☒kenko-dukuri@city.shiroy.chiba.jp へ

成田赤十字病院公開健康講座「慢性便秘症について」

時 25日(土) 14:00～15:30

所 赤坂ふれあいセンター(成田市赤坂2-1-14ボンベルタ成田店アネックス館B棟)

対 一般 先着50人(YouTubeを使用したライブ配信あり)

師 成田赤十字病院第2消化器内科部長 鹿島励さん

申 問 電話かメールで成田赤十字病院 ☎0476-22-2311 URL <http://www.narita.jrc.or.jp/form/lecture/kenkokoza> へ

子ども・学生

学童保育所の申し込み

夏休み期間の学童保育所入所申し込みを受け付けます。

対 保護者が以下のいずれかに該当する児童
●就労●出産●疾病や障がい●親族の介護・看護●その他(災害や就学など)

申 問 15日(水)までに申請書(窓口、市ホームページにあります)を保育課 ☎497-3488 へ

子育て応援講座「ハッピーアドバイス！」

小児科医が、病院のかかり方や予防接種など、赤ちゃんを育てていく上で大切なポイントについてアドバイスします。

時 25日(土) 13:30～15:00(受付13:00～)

対 妊婦、2～6カ月までの子を育てている保護者と家族 先着25人

師 とりうみこどもクリニック 副院長 鳥海佳代子医師

申 問 「ちば電子申請サービス」の白井市「マタニティ＆ベビー向け講座申し込み」へ



ベビーサロン | いっぱいっぱい

子育て中の親子が気軽に参加でき、楽しくおしゃべりできる場です。親子のふれ合い遊びの紹介もあります。子育て仲間の輪を広げませんか。地域の母子保健推進員が主体となって行っています。

時 17日(金) 10:00～

11:30(受付9:45～)

所 保健福祉センター2階検診室

対 おおむね生後6カ月までの乳児と家族 先着10組

持 バスタオル

申 問 健康課 ☎497-3495 へ



分子整合栄養医学 | 子どもを幸せにする食習慣

ご存じですか? 隠れ貧血・質的栄養失調

時 30日(木) 10:00～11:45

所 市役所東庁舎1階会議室101

対 市内在住・在勤で子育て、家庭教育に興味・関心のある人

①対面参加 20人(応募者多数の際は抽選)

②WEB参加 Zoom配信のため定員なし

申 問 24日(金)までに生涯学習課 ☎401-8942 へ

プレ☆パパママスクール

「家族で協力する出産と育児」について、家族と一緒に学びませんか。助産師による講話・沐浴・抱っこの仕方の説明、希望者は沐浴とマタニティヨガの体験もできます。

時 1日目 12日(日) 10:00～11:15

※体験を希望の人は12:10頃終了

2日目 17日(金) 10:00～11:45(いずれも受け付けは9:50～)

所 保健福祉センター2階検診室

対 おおむね妊娠6カ月～9カ月までの妊婦と家族 先着12組

※経産婦の人も参加できます。
持 母子健康手帳、筆記用具、ヨガ希望者のみバスタオル

申 問 QRコードまたは電話で健康課 ☎497-3495 へ

簡単手形足形アート

お子さんの手形や足形を、海の生き物にかわいらしく

変身させてみましょう。ラミネートして持ち帰りますので、お子さまの成長記録にもなります。

時 27日(月) 10:30～11:30

対 未就園児と保護者 先着8組

所 申 問 20日(月)までに白井児童館 ☎491-0166 へ



リズムベビーマッサージ

新しいコミュニケーション方法で親子の絆を深めてみませんか。楽しく歌いながら全身のマッサージができるプログラムです。

時 24日(金) 10:30～11:30

対 市内在住生後2カ月から歩行前までの子と保護者 先着8組

師 NPO法人日本子ども教育センターリズムベビーマッサージ認定講師 柏崎真紀子さん

持 バスタオル、飲み物

所 申 問 前日までに富士センター ☎446-1911 へ

子育てサロン～クラフトバンドでつくる金魚のモビール～

クラフトバンドを編んでかわいい金魚を作しましょう。手毬風の球体の中に吊るせば、涼し気なモビールの出来上がりです。託児あります。

時 17日(金) 10:30～11:30

対 子育て中の市民 先着6人

他 託児あり(託児は事前予約、先着5人)

費 200円(材料費)

所 申 問 15日(水)までに桜台センター ☎491-7111 へ



チビちゃんポケット

スタンプ遊びでうちわを作りましょう。

時 15 日(水) 10:30 ～ 11:30

対 1 歳以上の子と保護者 先着 6 組

持 汚れてもよい服装でお越しください。

所 申 問 12 日(日)までに白井駅前センター ☎ 497-1151 へ



ベビータ임

参加者同士おしゃべりをしながら、赤ちゃんと一緒に簡単な七夕飾りを作りましょう。

時 29 日(水) 10:30 ～ 11:30

対 2 か月～1 歳までの子と保護者 先着 5 組

持 バスタオルかマット

所 申 問 25 日(土)までに白井駅前センター ☎ 497-1151 へ



おやこチャレンジ「親子ヨガ教室」

親子でヨガを体験しませんか。体を動かして、日頃の運動不足を解消しましょう。

時 25 日(土) 10:00 ～ 11:00

対 市内在住の小学生と保護者 10 組 (応募者多数の場合は抽選)

師 フィジカルリングヨガインストラクター ARISA さん

持 タオル、飲み物、あればヨガマット、運動ができる服装

所 申 問 10 日(金)までに福祉センター ☎ 492-2022 へ



どんぐり広場

親子でどんぐり広場に遊びにきませんか。毎月 1 回未就学児と保護者を対象に、人形劇などで交流をしています。カードシアターであそぼう、だれがかくれているかな？

時 20 日(月) 10:30 ～ 11:30

所 保健福祉センター3 階団体活動室

対 子育て中の親子 先着 12 組

内 手遊び歌・人形劇など

申 問 ボランティアセンター ☎ 492-5716 または右の QR コードからお友達登録をすることで、LINE でも申し込みができます。



おやこ広場

ちびっこ運動会を楽しみましょう。

ちょっとした障害物として、ネットくぐり、平均台などを使います。

時 16 日(水) 10:30 ～ 11:30

対 乳幼児と保護者 (自由参加)

所 問 西白井複合センター ☎ 492-1011



レッツクッキング

おおきなメッセジクッキーを作りましょう。父の日のプレゼントにいかがですか。

時 19 日(日) 10:00 ～ 12:00

対 小学生 先着 10 人

持 マスク、エプロン、三角巾、上履き、飲み物、タオル 2 枚

費 350 円 (材料費)

所 申 問 15 日(水)までに西白井複合センター ☎ 492-1011 へ



シニア

シニアのためのお仕事説明会

市と(株)セブン-イレブン・ジャパンが締結している「しろいし高齢者見守りネットワーク」に基づき、セブン-イレブン店舗での短時間勤務の仕事内容の紹介と相談会を行います (当日の面接は無し)。

時 9 日(木) 10:00 ～ 11:30

所 市役所東庁舎 101 会議室

対 おおむね 60 歳以上 先着 10 人

申 問 産業振興課 ☎ 401-4641 へ



優しく学べる シニア向けスマホ講座 (応用編)

シニア向けスマホ講座の応用編です。スマホの基本操作はできるが、更に使いこなしたい人向けの講座です。スマホ活用をレベルアップしたい人におすすめです。

時 16 日(木) 13:30 ～ 15:30

対 市内在住のおおむね 60 歳以上の 人 先着 10 人

内 スマホの基本操作の再確認、インターネットの使い方、セキュリティ、便利なアプリの使い方など

師 ソフトバンク公認スマホアドバイザー 所 申 問 桜台センター ☎ 491-7111 へ



シニアのためのスマホ講座

スマホが使いえない、使い方を知らない人 (入門者) や、スマホを使いこなせない、持っていてよくわからない人 (初心者) のために、入門編と基本編に分けて開催します。

時 17 日(金) 10:00 ～ 12:00 (入門編)、14:00 ～ 16:00 (基本編)

対 60 歳以上の市民 先着各 20 人

師 ソフトバンク公認スマホアドバイザー 他 体験用スマホを貸し出しますので、各自のスマホは使いません。

所 申 問 1 日(水)～10 日(金)までに富士センター ☎ 446-1911 へ

「初級パソコン講習会」(入門講座)

日常生活に役立つ Excel (表計算ソフト) を基礎から学びます。

時 28 日(火)・29 日(水) 13:00 ～ 16:00

所 高齢者就労指導センター

対 市内在住の 60 歳以上の初心者で、簡単な文字入力ができ全日程に参加で



きる人 6 人 (応募者多数の場合は抽選)

申 問 16 日(木)までにシルバー人材センター ☎ 498-1717 へ

初めての陶芸講座 (全 5 回)

お皿と湯飲みを作りましょう。

時 7 月 2 日・9 日・16 日・23 日・30 日 (各土曜日) 13:00 ～ 15:00

対 60 歳以上の人 10 人 (応募者多数の場合は抽選)

持 エプロン、手ぬぐい

費 1,000 円 (5 回分の材料費)

所 申 問 6 月 16 日(木)までに福祉センター ☎ 492-2022 へ



スマートフォンの使い方講習会

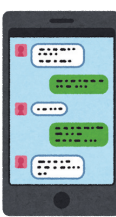
はじめてのスマホ体験「スマホの基本と LINE 体験」です。スマホをより上手に使いこなしたい人、LINE を使えるようになりたい人向けの講座です。

時 7 月 5 日(火) 13:30 ～ 15:30

所 高齢者就労指導センター

対 市内在住 60 歳以上の 人 10 人 (応募者多数の場合は抽選)

申 問 6 月 24 日(金)までにシルバー人材センター ☎ 498-1717 へ



認知症らくらく介護教室

認知症介護お役立ち情報と介護者の交流の場で、認知症介護を少しでもラクにするための家族向け教室です。

時 29 日(水) 10:00 ～ 12:00 (受付 9:30 ～)

所 保健福祉センター 3 階団体活動室

対 認知症介護をしている家族、今後に備えて認知症介護について知りたい人 先着 15 人

申 問 22 日(水)までに介護の有無、氏名、連絡先を白井中央地域包括支援センター ☎ 497-3474 へ



白井市民文化祭の参加者を募集

■白井市民文化祭実行委員会が企画運営する「芸能祭」「市民音楽祭」「大会部門」「展示部門」への参加者を募集します。参加要件を確認の上、申し込んでください。

共通事項 参加要件 市内在住・在勤・在学者で構成されているか市内の公民館などを活動拠点としていて、営利を目的としない団体または個人。
※参加者は必ず実行委員会に加入して会議や事前準備、当日の運営に携わること。



芸能祭

時 11 月 3 日(祝) 所 文化会館なし坊ホール

他 実行委員会議 7 月 3 日(日) 10:00 ～

申 6 月 13 日(月)までに電話かファクスで白井市民文化祭実行委員会 (芸能部門) 北島 ☎ FAX 445-4579 へ

問 白井市民文化祭実行委員会 (芸能部門) 北島 ☎ FAX 445-4579、生涯学習課 ☎ 492-1123

市民音楽祭

時 11 月 12 日(土)・13 日(日) 所 文化会館なし坊ホール

他 実行委員会議 6 月 19 日(日) 10:00 ～ (予定・変更の場合は別途メール連絡)

申 6 月 13 日(月)までにメールで白井市民文化祭実行委員会 (市音楽協会)・shiroiongaku@yahoo.co.jp へ

問 白井市民文化祭実行委員会 (市音楽協会) 佐藤 ☎ 090-2656-0980、生涯学習課 ☎ 492-1123

大会部門

募集部門 将棋、囲碁、茶道 (お茶席) など。詳細は問い合わせてください。

参加要件 ①市内在住・在勤・在学者で構成されている②活動拠点が市内公民館③営利を目的としない団体

※事前準備、当日の運営などに携わること。

時 11 月 5 日(土)・6 日(日) 予定

申 6 月 13 日(月)までに参加要件を確認の上、Eメールか電話で白井市民文化祭実行委員会 shiroi.shiminbunkasai@gmail.com、

野田 ☎ 090-7232-2833、佐藤 ☎ 090-2656-0980 へ

問 白井市民文化祭実行委員会 野田 ☎ 090-7232-2833、佐藤 ☎ 090-2656-0980、生涯学習課 ☎ 492-1123

展示部門

募集部門 絵画・写真・陶芸・盆栽・園芸・華道・手芸など。詳細は問い合わせてください。

参加要件 ①市内在住・在勤・在学者で構成されている②活動拠点が市内公民館など③営利を目的としない団体または個人

※会議や事前準備、当日の運営などに携わること。

時 11 月 2 日(水) 作品搬入、3 日(祝)～展示、6 日(日) 作品搬出

他 実行委員会議 6 月 26 日(日) 10:00 ～

申 6 月 13 日(月)までに参加要件を確認の上、Eメールか電話で白井市民文化祭実行委員会 shiroi.shiminbunkasai@gmail.com、

野田 ☎ 090-7232-2833、佐藤 ☎ 090-2656-0980 へ

問 白井市民文化祭実行委員会 野田 ☎ 090-7232-2833、佐藤 ☎ 090-2656-0980、生涯学習課 ☎ 492-1123

スポーツ

👟

スポーツ・レクリエーション祭 | 参加者募集

市スポーツ推進委員協議会では、市民のスポーツ普及・推進に努めるためにスポーツ・レクリエーション祭を開催しています。

今年はグラウンド・ゴルフ大会（16ホール）、ウォーキング（白井第一小学校周辺）を実施します。未経験者、個人での参加も大歓迎です。
時 25日(土) 9:00～12:00(受付 8:30～、雨天中止)
所 白井第一小学校校庭

対 市内在住、在勤、在学者
持 タオル、飲み物、マスク、運動できる服装
申 込 13日(月)までに申込書（窓口・市ホームページにあります）を生涯学習課 ☎401-8953へ

運動公園イベント

□レディースダブルステニスマッチ<女子連C・D級レベル>
時 7月20日(水) 9:00～16:00(雨天中止)
対 18歳以上の女性ペア 先着24組
内 リーグ戦およびトーナメント戦
費 1組3,000円（保険代含む）
申 込 6月23日(木)～7月17日(日)までに白井運動公園 ☎497-0222へ

募集

👤

学校給食センター運営委員会委員

市では、学校給食センターの管理運営に必要な重要事項について

審議する「学校給食センター運営委員会」の委員の任期満了に伴い、新たに委員を募集します。

対 市内在住・在勤の小中学生の保護者で平日の会議に出席できる人 1人 ※選考基準により選考します。
任期 ▶令和4年8月1日～令和7年7月31日（3年間、会議は年2回程度）
報酬 ▶会議1回6,600円
申 込 17日(金)までに申込書（窓口、市ホームページにあります）を郵送か直接白井市学校給食センター（〒270-1422 白井市復1422-8） ☎492-1081へ

社会福祉協議会任期付職員

職種など	任期付職員 1人
採用期間	令和4年10月～令和5年3月末日（原則更新）
勤務日時	週5日（土・日曜日、祝日、年末年始を除く） 8:30～17:15
勤務場所	社会福祉協議会事務局（保健福祉センター内）
業務内容	社会福祉協議会の業務全般
給与	195,500円（社会保険完備、交通費、諸手当あり、退職金積立制度加入）

応募条件 普通自動車運転免許を持ち、高校卒業以上のおおむね45歳までのパソコン操作可能な人（社会福祉士など資格あれば尚可）
選考方法 作文「身近な福祉課題と社会福祉協議会の役割について」（原稿用紙3枚）および面接
申 込 履歴書(写真貼付)を6月30日(木)までに郵送か社会福祉協議会 ☎492-5713へ
※面接日時は後日連絡します。

千葉いのちの電話ボランティア相談員

私たちと共に寄り添う聴き手になってください。

対 ①年齢20歳以上（令和4年4月現在）②資格・経験は不問③基礎研修講座と宿泊研修に出席できること
研修期間 10月26日(水)～令和6年2月7日(水)
応募面接 10月2日(日)
費 有料
申 込 9月9日(金)までに応募用紙を郵送（当日消印有効）で社会福祉法人千葉いのちの電話事務局 ☎043-222-4416（月～金 9:00～17:00）へ

案内

📢

地域福祉団体の認定手続き

市は、地域福祉の増進に関する事業を実施する団体を地域福祉団体として認定しています。
令和4年度の認定更新を希望する団体や新たに認定を希望する団体は、申請してください。
認定期間 ▶7月1日(金)から1年間
申 込 15日(水)までに申請書類を社会福祉課 ☎497-3482へ

水道週間

毎年6月1日から7日は、水道週間です。今年のスローガンは「大切な水と一緒に暮らす日々」です。
「水」は限りある資源です。今後、真夏の日照りや暑さで水の需要が増加するので、一人一人が水の大切さを考え、節水を心がけましょう。
申 込 上下水道課 ☎401-5203

住民票などの諸証明発行休止

4日(土)は市役所本庁舎の自家用電気工作物の年次点検のため、白井駅前出張所および富士出張所での住民票などの諸証明発行が休止になります。
申 込 市民課 ☎401-3846

道路に枝などが飛び出ていませんか？

私有地から車道や歩道に張り出している枝などによって事故が発生すると、私有地の所有者・管理者がその賠償責任を問われることがあります。
私有地から出た枝などは市で勝手に切ることはできません。定期的な枝切りや刈り込みをお願いします。
歩道や側溝の上に置かれた看板、のぼり旗、プランター、植木鉢なども通行を妨げ危険です。敷地内から出さないようにしてください。
申 込 市道については道路課 ☎401-5147、県道と国道464号については印旛土木事務所 ☎043-483-1143、国道16号については千葉国道事務所 ☎04-7143-4230

議会定例会開会

時 1日(水) 10:00～
所 議場
申 込 議会事務局 ☎491-6164

定例教育委員会議

時 2日(木) 14:00～
所 市役所東庁舎会議室303・304
申 込 教育総務課 ☎401-8729

インフォメーション

市民団体の催しものや会員募集などの情報を掲載しています。
※参加費などの記載のないものは無料です。

イベント

📍

■第4回北総絵画展（6日～12日）

ワークショップを11日(土) 13:00、作品鑑賞会を12日(日) 13:00に開催します。
時 6日(月)～12日(日) 9:00～17:00(初日は12:00から、最終日は16:00まで)
所 市役所東庁舎しろい市民まちづくりサポートセンター多目的スペース
申 込 北総絵画協会事務局 加藤 ☎491-3333
■白井市郷土史の会定例会
「アラビア馬飼養伝習の教師カズヌーブについて～富塚の川上文書などからわかること～」をテーマに開催します。
時 11日(土) 12:30～14:30 **所** 西白井複合センター **対** 白井市郷土史の会会員 川島利一郎さん **費** 300円（資料代）
申 込 小木曾 ☎491-1979

■しろい豆盆栽作品展

4月から白井駅前センターで活動を始めた豆盆栽「楽々会」の展示会です。新会員を募集しています。
時 13日(月)～15日(水) 10:00～17:00（最終日は15:00まで）**所** 市役所東庁舎しろい市民まちづくりサポートセンター多目的スペース
申 込 庄子 ☎msyko@ab.auone-net.jp ☎080-9649-9044

■麦栽培体験講習会（小麦の収穫）

白井市平塚地区では数十年前まで、裏作として麦類が栽培されていました。しろい環境塾では9年前から麦栽培の復活に取り組み、うどん用の中力粉と加工品として乾麺、パン用の強力

粉などを作っています。
環境にやさしい農法を可能な限り生かし平塚地区の畑で麦類の栽培と利用法を学びます。
時 18日(土) 9:30集合、午前中で終了予定(雨天中止) **所** 平塚の里ベースキャンプ(延命寺北側) **対** 先着市民10人（家族での参加も歓迎）**内** 小麦の収穫・脱穀・乾燥・水分測定。後日、小麦粉か乾麺を差し上げます。**持** 飲み物、帽子、長靴、タオル、軍手 **費** 1人1回300円(保険代他)
申 込 しろい環境塾事務所 ☎404-3298（月・水・土曜日の10:00～15:00）へ
■ハートの会「我が子が学校に行けなくなった時…」
同じ悩みを持つ親の会です。一緒に語り合い聴きあいませんか。
時 6月18日(土)、7月16日(土)、8月はお休み13:30～15:30 **所** 市役所東庁舎しろい市民まちづくりサポートセンター会議室 **対** 保護者または家族（当日参加可） **費** 100円（施設代）
申 込 水崎 ☎080-5467-3037
■なごみ「親子で遊ぼう」
毎月第3火曜日に親子でいろいろな遊びをしています。パネルシアターや、絵本の読み聞かせ、手遊びもします。
みんなで遊んで友達を作りましょう！
時 21日(火) 10:30～ **所** 西白井複合センター **対** どなたでも
申 込 なごみ 穴田 ☎491-6939
■建築士による無料住宅相談会
建築士が住いの相談に答えます。
時 24日(金) 9:00～12:00 **所** 市役

所東庁舎相談室203 **対** 市民10人（予約不要）
申 込 白井市建築士協会の 渋谷 ☎492-0556

募集・伝言板

📣

■社交ダンス入門

参加者を募集します。
時 12日(日)・19日(日)・26日(日) 14:00～15:00 **所** 白井コミュニティセンター **費** 2,000円（3回分）**持** 上履き **他** マスク着用、体調不良者は参加不可
申 込 中村 ☎090-6952-4431
■P&Sジュニアテニス教室

Play & Stayジュニアテニス教室を開催します。小学生以下の初めての子どもたちを対象にしたテニス教室です。
時 25日(土) 13:30～15:30 **所** 運動公園テニスコート **対** 10人～20人程度 **費** 初回登録料200円
申 込 16日(木)までに松本 ☎Shiroitennis.Jr@gmail.com ☎080-4325-9437へ
■男子ミニバスケットボールチームメンバー募集
市内の男子ミニバスケットボールチームで、学年を超えて仲良く楽しく活動しています。5日(日)は体験会を予定しています。是非お問い合わせください。お待ちしております！
時 月曜日・木曜日 17:00～19:00、土曜日（月2回） 9:00～12:00、日曜日 13:00～17:00 **所** 桜台小学校体育館 **対** 小学1年～6年生 **費** 月会費2,000円（スポーツ保険別途）
申 込 桜台キングス 岩野 ☎sakuradaikings@yahoo.co.jp

■時事英語研究会会員募集

Japan TimesとNew York Timesの記事3点程度を選び、この記事に関して基本的には英語で議論します。
時 第2、第4土曜日 14:00～17:00 **所** 西白井複合センター **対** 一般 **費** 会費2,000円（半年）
申 込 野老 ☎491-5538へ
■千葉NTシニアアンサンブル「ノービレ」団員募集

定期演奏会、音楽祭参加、施設訪問などを行っています。レパートリーは映画音楽、親しみあるクラシック、タンゴなどです。ぜひ一緒に楽しみませんか。
時 月3回、木曜日の午前中 **所** 白井駅前センターなど **対** パイオリン、ビオラ、チェロ、クラリネット、フルート、マンドリンなど **費** 月会費4,000円、入会金1,500円
申 込 小倉 ☎491-5635
■東葛山の会会員募集
登山、ハイキング、ウォーキングをしています。
時 第2日曜日 14:00～16:00 **所** 鎌ヶ谷市中央公民館 **対** どなたでも、年齢問いません **費** 年会費6,000円
申 込 四元 ☎090-1056-6998

🐼🌸🍷🐼🌸🍷

お知らせや災害情報などをお届けします

LINE公式アカウント

はじめました！

@shiroi_city

📱

文化センター 復1148-8
(文化会館・図書館・郷土資料館・プラネタリウム館)

◆新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、開催が中止または延期となる場合があります。詳細は電話やホームページで確認してください。



文化会館 ☎492-1121

開催日	ホール	催し物名	開演	入場料	問い合わせ
5日(日)	なし坊	Aya Ballet Studio 第9回発表会	16:00	無料	木村 ☎090-5550-2117
11日(土)	かおり	ファミリーコンサート (3月より延期開催)	14:00	無料	佐藤 ☎492-3130
25日(土)	かおり	文化財講演会	13:30	無料	生涯学習課 ☎492-1123
26日(日)	なし坊	千葉ニュータウンフィルハーモニーオーケストラ 第30回定期演奏会	14:00	全席自由800円(当日券のみ) 小中学生無料	田中 ☎090-1801-7738

※主催者の都合により中止・延期になる場合があります。

図書館 ☎492-1122

火曜日 9:30～19:00 水～日曜日・祝日 9:30～17:00

項目	日時	内容	対象	場所
おはなしかい	15日、22日、29日(各水曜日) 15:30～	絵本の読み聞かせなど	1人でお話を聞ける子ども	おはなしのへや
親子おはなしかい	22日(水) 11:00～	わらべうた、絵本の読み聞かせなど	市内在住の未就学児とその保護者	
朗読の会もえぎによる「大人のための朗読会」	10日(金) 13:30～	大人向けの文学作品の朗読	一般	2階研修室

※蔵書点検および図書館システムのバージョンアップのため、1日(水)～9日(木)は休館します。

◆展示コーナー(6月～7月)「男女共同参画を考える」

23日(木)から29日(水)までの1週間は「男女共同参画週間」です。市でも「白井市男女平等推進行動計画<2016～25>」を策定し、男性も女性も意欲に応じて、あらゆる分野で活躍できる社会を目指しています。皆さんが幸せに暮らせる未来のために「男女共同参画」について考えてみませんか。 ※図書館カウンター近くの展示コーナーでは、季節や時事ごとにテーマを決めて本の展示を行っています。

郷土資料館 ☎492-1124

展示名	内容	日時	料金
常設展「白井のあゆみ」	原始・古代から現代までの白井を紹介。新たに寄贈・収集した資料や小川瓦木作品などを展示中	火～日曜日 9:00～17:00	無料
古文書修補速報展	白井市谷田地区の旧家の古文書を展示		

プラネタリウム館 ☎492-1125

プログラム	内容	日時	料金
ロイ君アワー 子ども向け(約45分間)	ぼくたち惑星8きょうだい	土・日曜日 15日(水)(県民の日) 11:30	市内 大人 280円 高校生以下 110円 市外 大人 350円 高校生以下 160円 各回開始30分前から券売(各回定員40人)
アストロアワー 一般向け(約45分間)	星座ミュージアム 北斗七星 ～祈りの先に輝く星～	土・日曜日 15日(水)(県民の日) 15:00 ※18日(土)はライブコンサートのため休止	
どなたでも学習投映(約60分間)	小学4年生で学習する「夏の星の明るさと色」についての投映です。星座の紹介もあります。大人の皆さんもどうぞ。	4日(土) 13:30	
プラチナアワー シニア向け(約45分間)	慣れ親しんだ曲とともに、今回は「知っている」と差がつく天文用語のお話です。	9日(水) 11:00 11日(土) 13:30	
ちょっと知りたい大人のための天文教室(約60分間)	今年度のテーマは「宇宙は立体3」です。今回は「惑星集合～夏の部」です。	16日(水) 11:00	市内 280円 市外 350円 前日までに要予約
7月の星を見る会(予約)	7月23日(土) 19:30 ドームで星空解説の後、実際の星空で月、星雲星団などを観望します。(約75分間) 対象:小学生以上 雨天曇天時はドーム内解説のみ(約45分間)となります。	予約受付期間 20日(月)～25日(土) メールか往復はがきで申し込み 詳しくは、プラネタリウムのホームページで確認してください。	大人 200円 高校生以下 無料 (定員30人 定員を超えた場合は抽選)

出張所での住民票等の発行日

◆新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、変更となる場合があります。

出張所	曜日	時間
白井駅前出張所 富士出張所	火・木	8:30～12:00
	土	8:30～13:00 14:00～17:15
西白井出張所 桜台出張所	水・金	8:30～12:00
	日	8:30～13:00 14:00～17:15
公民センター出張所	月～金	8:30～17:15

■祝日など各センターの閉館日は、各出張所も閉所します。

■戸籍証明は、平日のみ発行可能です。

☎市民課 ☎401-3846

新鮮朝市

▶市役所駐車場

時 毎週土曜日6:00～6:30

▶富士センター駐車場

時 毎週日曜日6:00～6:30

☎産業振興課 ☎401-4631

休日・夜間の窓口納付と納税相談

休日 26日(日) 9:00～12:00

夜間 30日(木) 17:15～20:30

所 市役所本庁舎1階

☎収税課 ☎401-4104

相談

■ニート引きこもり相談会

時 6月6日(月)、7月4日(月) 18:20～20:50

所 保健福祉センター・Zoom

所 15～39歳の市内在住者またはその家族

☎生涯学習課 ☎401-8942

■こころの健康相談

【精神保健福祉士による相談】(要予約)

時 8日(水)・22日(水) 10:15～15:00

【医師による相談】(前日正午までに要予約)

時 9日(木) 10:00～12:00

所 保健福祉センター相談室

申 障害福祉課 ☎497-3483へ

■知財総合支援相談

時 9日(木) 10:00～15:00

所 白井工業団地産業振興センター

☎白井工業団地協議会 ☎491-0224

■女性生き生き相談(要予約)

時 9日(木)・23日(木) 10:00～16:00

所 保健福祉センター

☎家庭児童相談室 ☎497-3491

■人権相談

時 9日(木) 13:00～16:00

所 市役所東庁舎相談室203

☎市民活動支援課 ☎401-4078

■年金・労働相談

時 13日(月) 10:00～15:00

所 国民年金課 ☎401-3942

■中小企業経営・創業なんでも相談

時 14日(火) 14:00～17:00

所 市役所東庁舎相談室203

☎産業振興課 ☎401-4641

■住宅リフォーム無料相談会(5日前までに要予約)

時 15日(水) 13:00～16:00

所 市役所東庁舎相談室203

申 建築宅地課 ☎401-4675へ

■行政相談

時 16日(木) 13:00～16:00

所 市役所東庁舎相談室203

☎総務課 ☎401-5974

■木造住宅無料耐震診断相談

時 24日(金) 10:00～16:00

所 市役所東庁舎相談室202

☎建築宅地課 ☎401-4675

■健康相談(予約不要)

時 27日(月) 9:30～11:00

所 保健福祉センター

内 保健師などが対応。成人の血圧測定、体脂肪率測定、腹囲測定、乳幼児の身体計測(バスタオル持参)、栄養相談。

自宅体温を測定し、来所時はマスクを着用してください。発熱などの症状がある場合は来所を控えてください。

※電話や窓口でも相談を随時受け付けています。

☎健康課 ☎497-3494

■交通事故相談(2日前までに要予約)

時 29日(水) 10:00～12:00

13:00～15:00

所 市役所東庁舎相談室203

申 市民活動支援課 ☎401-4081へ

□教育相談(相談員による相談)

時 火～金曜日 10:30～16:30

所 市役所東庁舎教育相談室

☎教育支援課 ☎492-2301

□就学相談

時 月～金曜日 8:30～17:00

所 教育支援課 ☎401-9471

□消費生活相談

時 月～金曜日 10:00～12:00

13:00～16:00

所 市役所本庁舎消費生活センター内線3202

□無料職業紹介

時 月～金曜日 9:00～17:00(受け付け9:00～16:00)

所 市役所本庁舎無料職業紹介所内線3203

□家庭児童相談

時 月～金曜日 9:30～16:30

所 保健福祉センター家庭児童相談室 ☎497-3477

□障がい者就労相談(要予約)

時 毎週水曜日 10:00～16:00

所 保健福祉センター会議室1

申 障害福祉課 ☎497-3497へ

□心配ごと相談(予約枠有り)

時 10:00～15:00

【一般】10日(金)、17日(金)

【弁護士(法律)】8日(水)、24日(金)

【税理士(相続)】15日(水)

【司法書士】3日(金)

所 申 保健福祉センター社会福

社協議会 ☎492-5713へ

□外国人相談(Support to Foreigners)

時 月～金曜日 8:30～17:00

所 企画政策課 ☎401-5998

□高齢者に関する相談・介護認定新規申請

①担当地区 白井第一小学校区、白井第二小学校区、七次台小学校区、桜台小学校区

時 月～金曜日 8:30～17:15

所 白井中央地域包括支援センター(保健福祉センター内) ☎497-3474

②担当地区 南山小学校区、池の上小学校区

時 火～土曜日 8:30～17:15

所 白井駅前地域包括支援センター(白井駅前センター内) ☎492-8100

③担当地区 大山口小学校区、清水口小学校区、白井第三小学校区

時 火～土曜日 8:30～17:15

所 西白井駅前地域包括支援センター(西白井複合センター内) ☎497-5170

□白井市中小企業等臨時支援相談(完全予約制)

時 毎週月・木曜日 10:00～16:00
※休みの日あり、要事前確認。

所 市役所東庁舎相談室202

申 産業振興課 ☎401-4641へ

☎市商工会 ☎492-0721

◆今月の相談はありません◆

■千葉県よろず支援拠点サテライト経営相談(完全予約制)

☎(公財)千葉県産業振興センター ☎043-299-2921

講座などの申し込みは、1日(休所・館の場合は翌日)8:30から受け付けます。



えいよう たっぷり おすすめレシピ

1日の野菜摂取目標量350g

今月のメニューは
キャベツと厚揚げの塩チャンプルー

材料(2人分)

キャベツ150g、ニンジン50g、長ネギ1/2本、厚揚げ180g、ニンニク大1かけ、ゴマ油大さじ1、桜えび5g、鶏がらだしの素小さじ1/2、塩小さじ1/4、こしょう適量、かつお節4g

作り方

- ①キャベツはざく切り、ニンジンは薄い短冊切り、長ネギは斜め薄切り、ニンニクはみじん切りにする。
- ②厚揚げは縦半分に切った後1cm幅に切る。
- ③フライパンにニンニクとゴマ油を入れて火にかけ、香りがたってきたら長ネギと厚揚げを加えて強火で炒める。
- ④ニンジン、キャベツを加えてさらに炒め、桜えび、鶏がらだしの素、塩、こしょうを加えて全体を炒め合わせる。
- ⑤器に盛り付けて、かつお節をのせる。

1人分の栄養価 248kcal、食塩相当量 1.1g、野菜・海藻類の量 125g、調理時間 15分

管理栄養士からひとこと

桜えびやニンニク、ごま油の風味で、野菜のおいしさが引き立つ一品です。この一皿で、1食分の野菜摂取目標量が取れます。キャベツに含まれるビタミンは、胃や十二指腸の粘膜を保護する働きや、免疫機能を向上させる働きがあります。気温の変化が大きいこの時期の体に優しい副菜です。



市出身の選手がダブル優勝! ウエイトリフティング

愛媛県で開催された「第36回全日本女子ウエイトリフティング選手権大会」で、白井市出身の安藤美希子選手(FAコンサルティング(株)所属)と鈴木梨羅選手(ALSOK所属)が、大会記録を更新して優勝を果たしました。ダブル優勝した二人から市民の皆さんにコメントをいただきました。

●安藤美希子選手(59kg級出場)記録▶スナッチ90kg、クリーン&ジャーク125kg(大会新記録)、トータル215kg(大会新記録)

◆コメント 日頃から応援していただきありがとうございます。今回の全日本選手権で11回目の優勝となりました。まだパフォーマンスが完全に戻ったわけではありませんが、2年後に迫るパリ五輪に向けて同郷の鈴木選手と共に、さらに練習に励みたいと思います。



●鈴木梨羅選手(49kg級出場)記録▶スナッチ81kg(大会新記録)、クリーン&ジャーク106kg、トータル187kg(大会新記録)

◆コメント いつも応援していただきありがとうございます。全日本選手権大会で49kg級に出場し、初優勝することができました。この結果に満足せず、安藤選手の背中を追いかけて、全日本連覇、パリ五輪でのメダル獲得を目指し、今後さらに練習に励んでいきたいと思います。

園秘書課 ☎401-6913

◀詳しい内容などは地域情報サイト「しろいまっち」に掲載中です

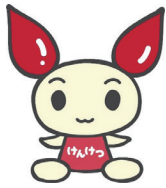
献血のおしらせ

新型コロナウイルスの感染拡大により、献血の中止・延期で目標の血液を確保できておりません。今後もこの状況が続くことが予想され、安定的な血液の確保が非常に困難な状況です。皆様の温かいご協力をお願いします。

時 6月15日(水)10:00～11:45、13:00～16:15

所 市役所

園健康課 ☎497-3494



楽しく集めよう! ご当地キャラ♪スタンプラリー印旛2022

県立房総のむら(栄町)、県立北総花の丘公園(印西市)、佐倉ふるさと広場(佐倉市)など、印旛地域の観光施設など20カ所にご当地キャラクターがデザインされたスタンプを設置します。スタンプを集めて応募すると、印旛地域の素敵な特産品などを抽選によりプレゼントします。スタンプ台紙は実施期間中、対象施設や市役所などで配布しています。

対象施設や賞品などの詳しい内容は印旛地域振興事務所ホームページを確認してください。

■実施期間 6月15日(水)～8月31日(水)

■白井市内のスタンプラリー会場 白井市文化センター・プラネタリウム館、天然温泉白井の湯、JA西印旛農産物直売所やおばあく

■賞品応募締め切り 9月6日(火)必着

■主な賞品 うなぎ蒲焼・梨・黒豆の生カステラ・ご当地グッズなど

■申込 9月6日(火)までに印旛地域振興事務所地域振興課 ☎043-483-1111へ



移動交番開設予定(6月)

【場所・日時】 福祉センター・7日(火)、24日(金)*、白井運動公園・2日(木)、28日(火)*、南山公園・6日(月)*、14日(火)*、21日(火)*、27日(月)*、富士センター・1日(水)*、9日(木)*、23日(木)*、白井コミュニティセンター・8日(水)、16日(木)、ローソン千葉白井店・13日(月)*、20日(月)*、ミニストップ白井河原子店・3日(金)、17日(金)*、29日(水)*、西白井コミュニティプラザ・10日(金)*、22日(水)、30日(木)*、十倉一公園・15日(水)*
【時間】 10:00～11:30・13:30～15:00(*がある日にち)
※事件・事故などの発生や気象条件などにより変更になる場合があります。
園印西警察署地域課 ☎0476-42-0110



白井市犯罪・交通事故・火災など発生状況(3月)

発生状況		件数など	累計(令和4年)
犯罪	犯罪総数	23件	82件
	電話de詐欺	1件	2件
	電話de詐欺被害額	0円	1,030万円
交通事故	人身事故数	11件	24件
	死者数	0人	1人
	自転車事故数	2件	3件
火災など	火災	1件	9件
	救急	245件	722件
	救助	4件	12件

広報しろいは、音訳ボランティアやまびこの協力によりCDで聞くことができます。
園秘書課 ☎401-6913



編集後記

ワクチンロス対応で3回目のコロナワクチンを接種してきました。交接種で数日間、寝込みましたが何とか全快しました!(ななこ)

有料広告 広告内容は、直接広告主へ問い合わせてください

アビタシオン鎌ヶ谷

ユニクロ新鎌ヶ谷店目の前
新鎌ヶ谷駅 徒歩7分

前払金・家賃半額キャンペーン

※数に限りがございます

住宅型 基本プランの場合 〈居室面積21.0㎡〉

前払金	360万円 → 180万円
月額利用料	家賃 50,000円 → 25,000円
162,810円	管理費 77,000円
	食費 60,810円

家賃のお支払い方法は

- 前払いプラン
- 基本プラン
- 月払いプラン

の3つのプランからお選びいただけます

介護付の場合は、生活支援費38,500円(税込)/月が必要です。

Web資料請求 24時間受付中

白井駅 約5分 新鎌ヶ谷駅 徒歩7分

アビタシオン 鎌ヶ谷

●所在地/千葉県鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷4-12-3 ●施設類型/介護付有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム ●介護保険の種類/介護付:千葉県指定介護保険特定施設、住宅型:在宅サービス利用可 ●土地・建物の権利形態/賃借 ●居室数/介護付40室、住宅型60室 ●居室タイプ/介護付21.0㎡～26.4㎡、住宅型21.0㎡ ●居室区分/全室個室 ●介護に係る職員体制/介護付2.5:1以上 ●事業主体・運営管理会社/芙蓉商事株式会社 ●居住の利用形態/利用方式 ●利用料の支払い方式/選択方式(全額前払い方式、一部前払い一部月払い方式、月払い方式) ●入居時の要件/介護付:満65歳以上(要支援・要介護)、住宅型:満65歳以上(自立・要支援・要介護) ※入居金・家賃は非課税、それ以外は税込金額 ※食費は1日3食十おやつを、30日召し上がった場合の金額です。 ※朝食432円、昼食715円、夕食770円、おやつ110円(全て税込) ※朝食については軽減税率対象、昼食・夕食・その他の飲食については軽減税率対象外です。 ※介護保険自己負担額は個人差があります。 ※水光熱費は管理費に含まれます。 広告有効期限:2022年8月31日