広報しろい
SHIROI
白井市は「ときめきと みどりあふれる 快活都市」を目指します
令和5年（2023年） 6月1日号
毎月1日・15日発行 No.970

主な記事 2…しろいフレイル予防プロジェクト 3…各種啓発 4…イベント・講座・求人 5…子ども・シニア 6…案内・インフォメーション

今よりも もっと豊かな白井市へ ～笠井市長2期目就任メッセージ～

私は、この度の市長選挙において無投票での当選となり、白井市長として２期目の市政運営を担うこととなりました。

これまでの４年間、市政運営において、さまざまな形で支援していただいた市民の皆さまをはじめ、多くの皆さまに心から感謝を申し上げます。無投票当選という目に見えないかたちでの選挙結果ではありますが、これまでの４年間に対する評価と今後への期待と受けとめ、引き続き全力で市政運営に取り組む覚悟です。

この４年間は、台風やコロナ対策など危機管理への対応が恒常的に続きました。特にコロナ対策ではワクチン接種体制の整備、保育所や学校、福祉介護施設などのクラスター対策、自宅療養者支援や発熱外来の拡充など、本市独自の取り組みを進めてきました。また、長年の懸案であった北総線の運賃値下げをはじめとし、企業誘致、第一小、第二小のスクールバスの導入、小学校区まちづくり協議会の設立など、多くの皆さまのご協力により、一定の成果をあげることができました。

これからの２期目は、コロナを乗り越え、白井がさらに発展するための新たな挑戦をする時期であると捉えています。

少子高齢化や人口減少社会が急速に進む中、感染症対策をはじめ大地震などのあらゆる災害に備え「もっと白井を豊かに」子どもから高齢者、障がい者などすべての市民が、自分なりに幸せで生活の豊かさが実感できるまちづくりを、下記に示した５つの施策の柱により進めてまいります。

そして、この魅力あふれる白井のまちづくりを、市民の皆さま、事業者の皆さま、そして行政とオール白井で進めてまいりますので、引き続きご支援とご協力をお願いいたします。

取り組みの進捗状況などは、毎年、評価分析してホームページで公表していきます。

白井市長 笠井喜久雄

更なる4年間の取り組み～5つの施策の柱～

1. もっと子育て教育のまちに
子どもを大切にしたまちづくりをさらに進めます。
- ICTを活用する教育レベルの向上と国際化の推進
- 通学路など安全対策の強化と特別教室へのエアコンの整備
- 子どもの声をまちづくり施策に反映

2. もっと元気で健康なまちに
人生100年時代に合った健康なまちづくりをさらに進めます。
- 市民の生涯を通した総合的な健康づくりなどの支援
- 健康寿命を延伸する取り組みの充実と生活困窮者対策の強化
- 子ども・高齢者・障がい者などの居場所づくりの拡充

3. もっと安全・安心なまちに
人のつながりや支え合いを大切に、安全・安心なまちづくりをさらに進めます。
- 地域コミュニティを活性化する小学校区まちづくり協議会の拡充
- 大規模な災害などに備えた防災力の強化
- 生活道路の安全・安心対策の強化

4. もっとみどり豊かで快適なまちに
農・商・工のバランスとともに緑と都市が調和したまちづくりをさらに進めます。
- 梨や自然薯（じねんじょ）などの農産物を守り、食料自給率を高める取り組み
- 駅前の活性化と休耕地の有効活用
- 少子高齢化に応じた持続可能な公共交通網の整備

5. もっと健全な行財政運営なまちに
経営的な視点により、自立した行財政運営のまちづくりをさらに進めます。
- DXで市民サービス向上と業務の効率性を向上
- 市民参加で公共施設などのあり方を見直し
- 企業誘致などを進め持続可能な財政運営へ

6月は「環境月間」｜自然環境やごみの減量などできることから考えよう

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。

環境のために個人でできることは、身近な生活の中で数多くあります。自身でできる行動を実践すること、日々変化する環境に関係する情報を収集することなど、自ら考えて取り組むことが重要です。

問環境課☎401-5409

身近な生活の中で、できることの一例

生ごみの水分をしぼる

水分を減らしてから捨てることで、ごみの減量につながります。

不用品のリユース（再利用）

家具や家電などの不用品は「おいくら」を活用してリユースをご検討ください。

ごみ分別アプリ「さんあ～る」

ごみの捨て方や分別方法が分からないときは、スマートフォンなどで利用できるごみ分別アプリ「さんあ～る」が無料で使えます。

50音別ごみの分け方ガイドや、収集日を設定することでプッシュ通知を受け取ることもできます。

「太陽光パネル・蓄電池」の共同購入者を募集中！

千葉県では、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を募集しています。8月31日㈭までに無料の参加登録をして、見積もりやオンライン説明会を経て購入を判断できます。詳細はホームページを確認してください。

問千葉県みんなのおうちに太陽光事務局 ☎0120-758-300（平日の10:00～18:00）

発行 白井市 編集 秘書課 〒270-1492 白井市復1123 ☎492-1111（代表） FAX 491-3510 URL https://www.city.shiroi.chiba.jp/

白井の人口 62,686人（-7人） 男 31,163人（+7人） 女 31,523人（-14人） 白井の世帯 26,797世帯（+27世帯） ※4月末日現在（ ）は前月比

～人生１００年時代を元気で乗り切るために～

しろいフレイル予防プロジェクト始まります！

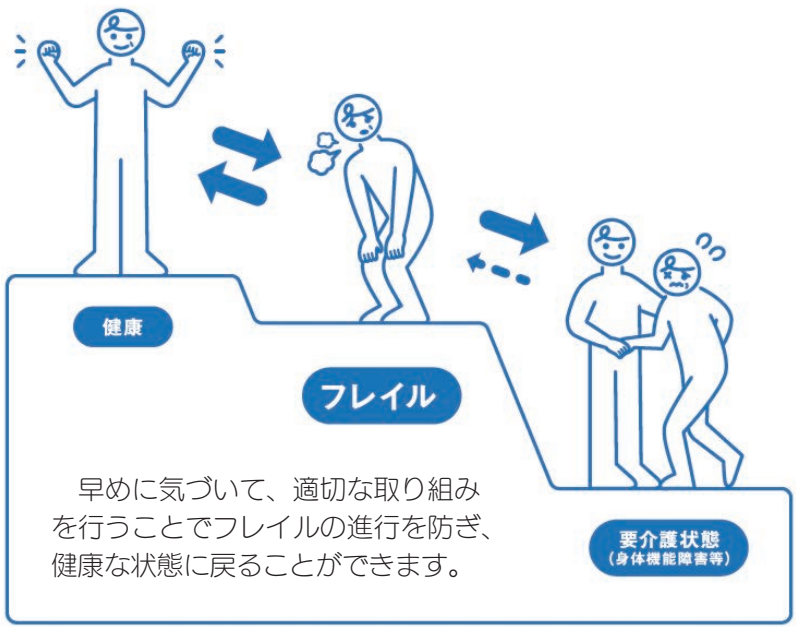
６月は介護予防月間です。長期間続いたコロナ禍の影響で自宅で過ごす時間が増えたため、活動量が減り、社会的なつながりが弱くなる状態を指す「フレイル」の増加が懸念されています。予防・改善するには、心身の状況を客観的に把握することが大切です。

６月中、フレイル予防に関する図書の紹介を図書館で行っています。

問高齢者福祉課☎497-3484

もしかしてフレイル？

年をとって体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態を「フレイル」といい、放置すると要介護状態になる可能性があります。



早めに気づいて、適切な取り組みを行うことでフレイルの進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。

フレイルにならないために フレイル予防の3つのポイント

フレイル予防は日々の習慣と結びついています。日々の栄養、身体活動、社会参加を見直すことで活力に満ちた生活を送りましょう。

1.栄養

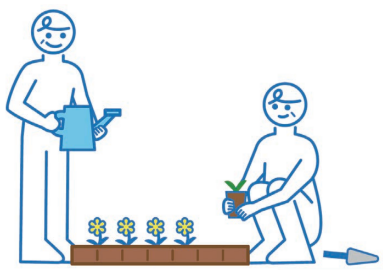
食事は活力の源です。バランスの取れた食事を3食しっかりとりましょう。お口の健康（口腔ケア）にも気を配りましょう。

2.身体活動

身体活動は筋肉の発達だけでなく食欲や心の健康にも影響します。今より10分多く体を動かしましょう。

3.社会活動

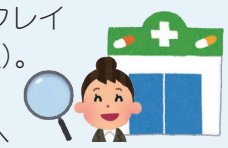
趣味やボランティアなどで外出することはフレイル予防に有効です。自分に合った活動を見つけましょう。



まちかどフレイルチェックイベント

下表のとおり、体組成計測や指輪っかテストなどを行い、フレイルの状態かどうかを簡単に確認できるまちかどフレイルチェックイベントを行います（定員各会場20人）。

事前に電話申し込みの上、ぜひお越しください。



申前日までに電話で高齢者福祉課☎497-3484へ

日程	時間	会場
6月5日(月)	10:00～13:00	ウエルシア薬局西白井店
6月6日(火)		ウエルシア薬局白井冨士店
6月8日(木)		市役所本庁舎1階エントランス
6月12日(月)		ウエルシア薬局白井十余一店
6月13日(火)	14:00～16:00	冨士センター 1階ロビー
6月15日(木)	10:00～13:00	健栄さくら台薬局
6月16日(金)		西白井複合センター 1階ロビー
6月19日(月)		市役所本庁舎1階エントランス
6月21日(水)		西白井複合センター 1階ロビー
6月23日(金)		桜台センター 1階ロビー
6月24日(土)	14:00～17:00	ヤックスドラッグ白井薬局
6月26日(月)	10:00～13:00	健栄しろい薬局
6月27日(火)	10:00～12:00	冨士センター 1階ロビー
6月28日(水)	10:00～13:00	桜台センター 1階ロビー
6月30日(金)		市役所本庁舎1階エントランス

参加者募集中！しろい楽トレ体操・はつらつ脳トレ

「生活リズムが良くなった」「気持ちが前向きになれた」と声をいただいてます

現在白井市内には、体操や認知症予防の活動に取り組んでいるグループがおよそ40団体あります。

お住まいの地域で活動しているグループに参加して、仲間と楽しく活動してみませんか。新しい知り合いや友人が増えることで、社会的なつながりが生まれます。運動や地域での活動経験がない方でも、楽しく参加できます。お住まいの地域で活動しているグループや、活動内容の紹介などは、お気軽に高齢者福祉課まで問い合わせてください。

問高齢者福祉課☎497-3484

ふるさと納税の状況

問秘書課☎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することで、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4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。

市内事業者の皆様へ▶ふるさと納税の返礼品を提供しませんか

市では、ふるさと納税の返礼品として商品やサービスを提供する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。

問㈱紙ひこうき☎047-701-5950

◆令和4年度の収支（決算額ではありません）

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1億732万円（約5,200件）	約4,965万円	約5,767万円	約1億7,786万円

※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。

お元気ですか　保健師です

6月は「介護予防月間」です

市では、10年前から独自の取り組みとして「老（6）後（5）」にちなんで6月5日を「介護予防の日」、6月を介護予防月間と位置付けて各種啓発イベントを実施しています。

取り組みを始めた10年前の高齢化率は20.1㌫でしたが、現在の高齢化率は28.1㌫（令和5年3月末現在）まで上昇し、今後も高齢化は進むと予想されています。

10年間で高齢化は進みましたが、元気な高齢者が多いことが白井市の特徴です。70～79歳の約8割の人がウオーキングや体操などの運動に週1回以上取り組まれており、周辺市と比較して介護保険認定を受ける人の割合も低い状況にあります。

年齢を重ねても自分の意志でやりたいことができ、充実した生活を送るためには、心と身体の健康が保たれていることが大切です。人生100年時代「元気な老後は予防から」を合い言葉に、お一人お一人が自分に合った健康維持・介護予防の取り組みが行えるよう応援したいと思っています。

今年の介護予防月間は、フレイル予防をテーマに、講演会やフレイルチェックイベントを開催します。今号2ページにイベントの詳細を掲載していますので、ご自分のフレイルリスクを把握する機会としてぜひ参加してください。

問高齢者福祉課☎497-3473

虐待やDVを防ごう！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

児童・高齢者・障がい者等への虐待や配偶者等への暴力（DV）は、相手の尊厳を傷つける重大な人権侵害であり、犯罪となり得る行為です。暴力は繰り返され、エスカレートする傾向があります。

虐待やDVの問題で不安を感じたら、1人で抱え込まずに専門の相談窓口に相談してください。

地域で虐待などの問題で困っている人を見かけたら、早めに相談窓口へ連絡してください。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。

問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 FAX492-3033

いじめはだれにでも起こり得ます

市では「いじめ防止基本方針」のもと「いじめは絶対に許されない」「いじめはひきょうな行為である」という意識を育てるべく、小中学校でさまざまな取り組みを行っています。全ての児童生徒が当事者意識をもちつつも安心して学校生活を送るためには、地域の皆さまのご協力が不可欠です。よろしくお願いします。

いじめで困ったときは迷わず相談を

◆市教育相談室（平日の10:30～16:30）☎492-2301
◆県子どもと親のサポートセンター（24時間対応）☎0120-415-446✉saposoudan@chiba-c.ed.jp
◆ヤング・テレホン（千葉県警察少年センター、平日の9:00～17:00）☎0120-783-497
◆子どもの人権110番（千葉地方法務局人権擁護課、平日の8:30～17:15）☎0120-007-110

問学校政策課☎401-9445

熱中症予防～夏の暑さに慣れるまで気をつけて～

身体が暑さに慣れるには、数日から２週間かかるといわれています。

身体は、暑さに慣れることで、発汗量や皮膚の血流量を増やして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。

暑さに慣れるため、運動と入浴で汗をかくことを習慣にしましょう。

熱中症はどんな病気？

高温の環境で体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れたり、体温の調整ができなくなることで発症する病気です。

暑さに慣れていないときの外出時に気を付けたいこと

普段、汗をかく機会が少ない人▶汗をかく機会が少ない人は汗が出づらく、体温が下がりにくいです。気温が高いにもかかわらず、汗をかかないときは特に注意が必要です。

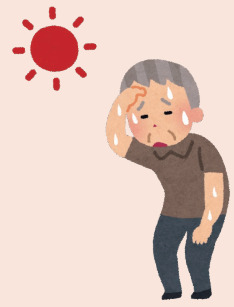
外出時に気を付けること▶外出前には事前に冷却グッズを準備し、外出先ではできるだけ直射日光の当たる場所を避けて、室内や日陰などで休み、こまめに水分補給をしましょう。

暑さに負けない体力づくりを▶日常的に適度な運動を行い、適切な食事、十分な睡眠をとるようにしましょう。

体調の確認をしましょう▶体温計で検温するなど体調を確認し、体調が優れない日は外出を控えましょう。

マスクの着用についての注意▶気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意です。野外で人と十分な距離（2㍍以上）を確保できる場合には、適宜マスクをはずしましょう。

急な「夏日」に注意



暑さに慣れていない状態で、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勧めです。

問健康課☎ 497-3494

6月は食育月間です　問健康課☎ 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、350㌘を目指そう！～

「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㌫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70㌘の野菜が取れます。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。

男性料理教室
～料理の基本を学ぼう！～

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、栄養バランスの良い食事や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。

時20日㈫10:00～13:30（受け付け9:45～）
所保健福祉センター
対市内在住の男性　先着16人
内講話、調理実習（メニュー:鶏むねヘルシー酢豚風、大豆サラダ、ワカメスープ、バナナヨーグルト）
費500円
持エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
申 問15日㈭までに①氏名②住所③電話番号を健康課☎497-3494✉kenkou@city.shiroi.chiba.jpへ

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

わくわくサロン｜駅前センター

サロンで楽しいひとときを過ごしませんか。6月は朗読会をして、7月以降は団体の活動などを紹介・発表します。

時6月14日㈬11:00～14:30
他ドリンク販売あり（100円）、昼食など持ち込み可
◆7月以降、ワークショップや音楽・ダンス発表するサークルなどを募集
時7月19日、8月9日、9月6日・27日、10月11日、11月22日、12月6日（各水曜日・30分程度）
他準備や片付けなどは各団体で実施
所申問白井駅前センター☎497-1151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21日㈬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）
所申問18日㈰までに白井運動公園☎497-0222へ

◆テニス教室「経験者コース」（全4回）
より多く勝てる技術・戦術を伝授！
時6月29日、7月6日・13日・20日（各木曜日）①10:00～12:00 ②14:00～16:00
対18歳以上の男女
費4,000円（全4回受講分、保険代含む）
他貸ラケット有り、雨天中止時は返金
所申問6月25日㈰までに白井運動公園☎497-0222へ

星空ライブコンサート｜ジャズボーカル藤マナミ

4歳からピアノを習い、21歳でジャズに目覚めたボーカリスト藤マナミさんの深みのあるハートフルボイスを、星空のもとでお楽しみください（定員86人）。星空解説もあります。

時25日㈰15:00～16:20
所プラネタリウム館ドーム
費1,000円
申問1日㈭9:00からプラネタリウム館☎492-1125へ

講座・講演

食品衛生講習会

時13日㈫14:00～16:00（受け付け13:00～）
所文化会館かおりホール
対市内の食品関連事業者、市民など
内**講演** HACCPの考え方を取り入れた衛生管理の定着と振り返りについて
費講習会3,000円（食品衛生協会会員は1,500円）
問印旛保健所管内食品衛生協会白井支部　水車屋商店☎492-0459

普通救命講習Ⅰ

成人の応急手当、AED使用訓練を含む普通救命講習Ⅰを開催します。

時17日㈯9:00～11:00
所印旛消防署
対印西市・白井市の在住・在勤者各日先着10人（最低実施人数5人）
申問5日㈪9:00～9日㈮12:00に消防本部警防課☎0476-46-9964へ

アロマ講座～夏に爽やか！爽快アロマのロールオン作り～

ブレンドしたアロマオイルで、心も身体もリラックスしましょう！

時18日㈰**午前の部**10:00～10:45 **午後の部**13:00～13:45
対市内在住・在勤者　各回先着6人
師西白井コミュニティプラザ職員
費700円（材料費など）
所申問西白井コミュニティプラザ☎497-5771へ

ばらっぱまんじゅう講習会

郷土菓子で大人気の「ばらっぱまんじゅう」を作ります。
出来たてほやほやが食べられます。

時20日㈫13:00～15:00
対一般　先着8人
師公民センター職員
持エプロン、三角巾
費500円（持ち帰りできます）
所申問15日㈭までに公民センター☎492-5266へ

成田赤十字病院公開健康講座

詳細は成田赤十字病院のホームページを確認してください。

時24日㈯14:00～15:30
所赤坂ふれあいセンター（成田市）
対先着60人
内いびき、眠気、生活習慣病にひそむ疾患「睡眠時無呼吸症候群」
師成田赤十字病院呼吸器内科部長寺田二郎さん
他YouTubeでのライブ配信を実施
申問成田赤十字病院☎0476-22-2311へ

飾り太巻き寿司づくり

千葉のふるさと料理でもある「飾り太巻き寿司」を作ってみましょう。
2種類の柄に挑戦します。

時7月4日㈫10:00～13:00
対市内在住成人　先着8人
師中村喜代子さん
持エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、マスク、持ち帰り用の入れ物、筆記用具、飲み物
費500円（材料費）
所申問6月28日㈬17:00までに冨士センター☎446-1911へ

募集

市民剣道大会参加者募集

時11日㈰9:00予定
所池の上小学校体育館
対小学生以上
費100円（保険代、当日集金）
申5日㈪までに申込書（窓口にあります）を生涯学習課へ
問白井剣友会 尚樹☎090-4757-9086

市健康づくり推進協議会委員

市の総合的な保健計画の策定や市民の健康増進に関する事項について調査審議する白井市健康づくり推進協議会の委員を募集します。

対市内在住の18歳以上で、健康づくりに興味のある人　2人
任期▶8月頃から3年間
報酬▶会議1回6,600円
（会議は年2回程度で平日の昼間）
申問23日㈮までに申込書（市ホームページなどにあります）を健康課☎497-3494へ

しごと・求人

会計年度任用職員募集

職種など	事務補助員　2人
採用期間	8月1日～令和6年3月下旬
勤務日時	年間15日以内、原則9:00～16:00（昼休憩1時間）
時給	985円～
業務内容	調査用品の準備、調査票の審査などの統計調査事務

申問市ホームページで募集要項を確認の上、6月30日㈮までに企画政策課☎401-5998へ

無料・創業プラン作成スクール

創業を考えている・創業して間もない人向けにスクールを開催します。
経験豊かな中小企業診断士を講師に創業計画作成のサポート、創業経験者の講演、後日個別相談もあります。

時7月15日・22日・29日、8月5日（各土曜日・全4回）
所習志野市役所内会議室
対30人（応募者多数の場合は抽選）
申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

中小企業資金融資制度

市では、中小企業の振興を図るため、千葉県信用保証協会の保証を得て、低利で融資が受けられる制度を設けています。
利子補給も受けられます。資金使途に応じて利用してください。

対市内で事業を営んでいて市税に滞納がない人
融資限度額・返済期間▶運転資金1,000万円以内・5年以内、設備近代化資金2,000万円以内・7年以内
※独立開業育成資金などもあります。
融資利率▶2.2%～2.9%
取り扱い金融機関▶千葉銀行（白井支店・小室支店・鎌ケ谷支店・千葉ニュータウン支店）、京葉銀行（白井支店・千葉ニュータウン支店・鎌ケ谷支店・新鎌ケ谷支店）、千葉興業銀行鎌ケ谷支店、千葉信用金庫白井支店
問産業振興課☎401-4641

白井市民文化祭の参加者を募集

「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。
問生涯学習課☎492-1123

共通の参加要件
①営利を目的としない個人や団体（市内在住・在勤・在学者で構成または市内公民館などを活動の拠点としている）であること
②実行委員会に加入し、会議や準備、当日の運営に携わること

芸能祭

時11月3日㈷
所文化会館なし坊ホール
申6月12日㈪までに白井市民文化祭実行委員会（芸能部門）✉shiroi.shiminbunkasai@gmail.com　野田☎090-7232-2833、佐藤☎090-2656-0980へ

市民音楽祭

時11月11日㈯・12日㈰
所文化会館なし坊ホール
他実行委員会議　6月18日㈰10:00～
申6月12日㈪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、佐藤☎090-2656-0980へ

大会部門（将棋・囲碁・ボードゲームなど）

詳細は問い合わせてください

時11月2日㈭～5日㈰（予定）
申6月12日㈪までに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

展示部門（絵画・写真・陶芸・盆栽・園芸・茶華道・手芸など）

詳細は問い合わせてください

時11月1日㈬搬入、2日㈭～展示、5日㈰作品搬出
申6月12日㈪までに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

子ども・学生

みんなで遊ぼう

子育て支援センター・つどいのひろば6施設合同企画です。体操、手遊び、魚つりなどで遊びましょう。
時8日㈭10:30～11:30
所冨士センター
対市内在住の未就学児と保護者
問子育て支援センタースマイル☎491-8201

検定済み教科用図書見本閲覧

令和6年度以降、小学校で使用可能な検定済み教科用図書見本を閲覧できます。
時6月14日㈬～28日㈬9:00～17:00（土・日曜は閉庁日）
所市役所東庁舎3階教育支援課前
問学校政策課☎401-9445

七夕飾り作り

7月7日の七夕に向けた製作です。画用紙にシールを貼ったり、お子さんの手形を貼ってかわいらしい七夕バッグを作りましょう。
時 12日㈪ 10:30～11:30
対未就園児と保護者　先着10組
持手を拭くもの（タオルやウェットティッシュなど）
所申問 1日㈭ 9:00から白井児童館☎491-0166へ

みんなであそぼう

新聞紙で遊ぼう。
時 13日㈫ 10:30～11:10
対未就園児と保護者（申し込み不要）
所問白井駅前センター☎497-1151

ぴよぴよタイム

お魚バッグを作ってみんなで釣りを楽しみましょう。お菓子も釣れちゃうかも！
時 14日㈬ 11:00～11:30
対市内在住乳幼児親子　先着20組
所申問前日までに冨士センター☎446-1911へ

トイトイランド

レールを組んで電車やミニカーを楽しもう。着せ替え人形やドールハウスもあります。

時 16日㈮ 9:30～11:30
対市内在住未就学児と保護者　先着12組
所申問前日までに冨士センター☎446-1911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。手遊び歌や七夕の催しを楽しみましょう。
時 19日㈪ 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15組
内手遊び歌、人形劇など
申問 LINEからかボランティアセンター☎492-5716へ

救命救急法講座

大人から乳幼児までの心肺蘇生法、AEDの使い方や誤飲の対処法を学びます。
時22日㈭10:00～11:30
所南山保育園内子育て支援センターふれんど
対市内在住の未就学児の保護者　先着10人
師白井消防署救急隊員
保育▶「ふれんど」で行いますが、自宅保育が可能な人はお願いします。
申問1日㈭9:00から子育て支援センターふれんど☎491-1131へ

おやこチャレンジ｜書写講座

～自分の名前をキレイに書こう～

正しく整った文字を書いてみませんか。「美文字のコツ」教えます。
時 24日㈯ 10:00～12:00
対市内在住の小学3～6年生と保護者　8組（応募者多数の場合は抽選）
師（公財）日本書道教育学会月例審査員　森嶺雲さん
持小学生は2B鉛筆、保護者はボールペン

所申問 10日㈯までに福祉センター☎492-2022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 24日㈯ 13:30～15:00（受け付け13:00～）
対妊婦、2～6カ月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「なし坊・かおりの子育て応援ナビ」アプリ内の「予約サポート」から
問健康課☎497-3472

アプリ登録をしない人はコチラから

キッズ運動会

レクホールで年齢別の種目に親子でチャレンジしましょう。
時 28日㈬ 10:30～12:00（レクホールの開放は13:00まで）
対生後3カ月から未就園児までの子と保護者　先着35組（当日は親子自主サークルの希望者も参加します）
持飲み物、上履き（お昼を食べる方はレジャーシートを持ってきてください）
費 100円（菓子代）
所申問 21日㈬までに白井駅前センター☎497-1151へ

親子ひろば

同年代のお子さんを持つママたちの情報交換やお友達作りの場です。
手遊び、製作、身体測定、お誕生会をしましょう。

◆0歳児親子あつまれ！
時 28日㈬ 10:30～11:30
対令和4年4月2日以降生まれの子と保護者　先着15組

◆1歳児親子あつまれ！
時 13日㈫ 10:30～11:30
対令和3年4月2日～4年4月1日生まれの子と保護者　先着15組

◆2歳児親子あつまれ！
時 22日㈭ 10:30～11:30
対令和2年4月2日～3年4月1日生まれの子と保護者　先着15組
所申問前日までに冨士センター☎446-1911へ

ベビーサロン　「いっぽいっぽ」

地域の母子保健推進員が主体となり、子育て中の親子が楽しくおしゃべりできる場です。
時 6月14日㈬、7月12日㈬ 10:00～11:30（受け付け9：45～）
所保健福祉センター2階検診室
対おおむね生後8カ月までの乳児と家族　先着15組
持バスタオル
申問 1カ月前から「なし坊・かおりの子育て応援ナビ」アプリ内の「予約サポート」か電話で健康課☎497-3472へ

アプリ登録をしない人はコチラから

シニア

なのはなシニア千葉特選演芸会
～心のふるさと「和芸競演」～

千葉県老人クラブ連合会・市高齢者クラブ連合会が主催する演芸会です。
時23日㈮10:00～（開場9:15）
所文化会館なし坊ホール
対一般　先着800人
内**出演▶**原田直之ふるさとを唄う（原田直之・ゲスト:江島ちあき）、マジックショー（幸条スガヤ・サオリ）、世界でひとつのカンカラ三線（岡大介）、司会と漫談（ふじ健介）
費2,000円（販売方法は問い合わせてください）
会員募集▶市高齢者クラブ連合会では、会員（おおむね60歳以上）を募集しています。演芸会のほかにもグラウンドゴルフ・手工芸・講演会・ゲートボール・パークゴルフなど楽しい催しがあります。仲間づくりや健康増進のための活動をしましょう。
問市高齢者クラブ連合会事務局（高齢者福祉課内）☎497-3484

終活に関する個別相談会

これからの人生の備えとして、任意後見制度や死後事務委任契約、遺言、家族信託といった制度があります。「どのように手続きをとってよいのか」「制度の内容を知りたい」などの疑問を司法書士に相談することができます。

私には関係ないと思っていても、多くの人が関係する事柄になります。特に子どものいない夫婦や1人で生活している人などこの機会に不安なことを相談してみませんか。
時27日㈫13:00～16:00
所市役所本庁舎1階相談室
対おおむね65歳以上の市民　先着4人
申問高齢者福祉課☎497-3484へ

シニアのためのスマホ教室

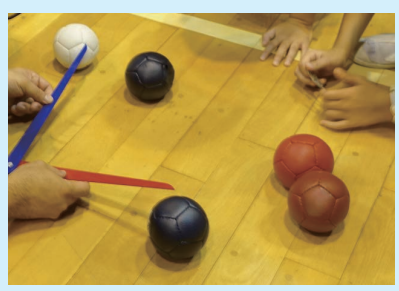
これからスマホの購入を考えている人、使用したばかりで使い方が分からない人、ゆっくり基礎から学んでみませんか。
時 28日㈬ 14:00～16:00
対 60歳以上の市民　先着20人
持筆記用具、スリッパ、飲み物
他貸し出し用のスマートフォンを使用
所申問 21日㈬ 17:00までに冨士センター☎446-1911へ

スマートフォンの使い方講習会

時 7月5日㈬ 10:00～12:00
所福祉センター
対市内在住の60歳以上の人　10人（応募者多数の場合は抽選）
内はじめてのスマホ（基本とキャッシュレス体験）
申問 6月21日㈬までにシルバー人材センター☎498-1717へ

電話で「お金の話」が出たら詐欺を疑いましょう！

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毎年スポーツ・レクリエーション祭を開催しています。今年の種目は、グラウンド・ゴルフ（先着70人）、ウオーキング（先着30人）、ボッチャ（定員なし）です。未経験者、個人での参加大歓迎です。
時 24日㈯ 9:00～12:00（受け付け8:30～・雨天時はボッチャのみ実施）
所白井第一小学校校庭・体育館
対市内在住・在勤・在学者
持タオル、飲み物、運動ができる服装、上履き（ボッチャに参加する人のみ）
申問 15日㈭までに申込書（生涯学習課、市ホームページにあります）を生涯学習課☎401-8953へ

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。

案内

義務化｜不動産の相続登記

令和6年4月1日から、相続による不動産の取得を知ってから3年以内に登記申請をすることが義務化されます。正当な理由なく申請しない場合は、10万円以下の過料が科される可能性があります。今のうちから相続登記に備えましょう。

相談▶相続登記相談センター（司法書士会）☎0120-13-7832へ

問千葉地方法務局成田出張所
☎0476-23-2313

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5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㈯から1年間

申問6月15日㈭までに申請書類を社会福祉課☎497-3482へ

水道週間｜6月1日から7日まで

今年の水道週間のスローガンは「水道水 安心・安全 これからも」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。

問上下水道課☎401-5203

動物の正しい飼い方推進月間

6月は動物の正しい飼い方推進月間です。動物は適切に飼いましょう。

◆犬や猫を飼うときは…

○犬鑑札やマイクロチップをつけるなど、飼い主が分かるようにしましょう。
○犬の放し飼いはやめましょう。
○猫は屋内で飼いましょう。
○飼い犬が人をかんだ時や犬猫合わせて10頭以上を飼う時は「千葉県動物の愛護及び管理に関する条例」に基づく届出をしましょう。
○やむを得ない事情で飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探しましょう。保健所・動物愛護センターでは新しい飼い主探しをお手伝いします。

問印旛健康福祉センター☎043-483-1137、千葉県動物愛護センター☎0476-93-5711、同東葛飾支所 ☎04-7191-0050、千葉県動物保護管理協会☎043-214-7814

飼い主のいない猫の不妊手術チケット

飼い主のいない猫の繁殖抑制などを目的に「さくらねこ無料不妊手術チケット」を交付します。

対市内在住で飼い主のいない猫のTNR（猫を捕獲・不妊去勢手術・元の場所に戻す）活動をしている人で市内在住の協力者が3人以上いる人

対象となる猫・市内に生息していると推測される飼い主のいない猫

申問環境課☎401-5409へ

蔵書点検｜図書館など休館

蔵書点検のため、図書館と各センター図書室を休館します。休館中の本の返却は開館している館かブックポストを利用してください。

時所7日㈬～9日㈮・各センター図書室、20日㈫～23日㈮・図書館

問図書館☎492-1122

適正管理を！私有地の枝など

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を自治体が勝手に切ることはできません。定期的な枝切り・刈り込みをお願いします。

歩道に置かれた看板やのぼり、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ましょう。

問道路課☎401-5147

定例教育委員会議

時6日㈫ 14:00 ～
所市役所東庁舎会議室302・303
問教育総務課☎401-8729

議会定例会開会

時16日㈮ 10:00 ～
所議場
問議会事務局☎491-6164

くらしと仕事のサポートセンター｜新しい取り組み

生活の困りごとや心配ごとを気軽に相談できる「くらしと仕事のサポートセンター」の支援メニューとして、新たに家計改善支援と就労準備支援の取り組みを始めました。相談員が家庭を訪問し相談を受けることも可能です。相談内容の秘密は固く守りますので安心して相談してください。

支援メニュー

①自立相談支援▶生活の困りごとや不安について、専門の相談員が解決方法を一緒に考え、自立や就労に向けた支援をします。
②住居確保給付金▶離職などで住まいを失った・そのおそれがある人に一定期間、家賃相当額（上限あり）を支給します（就職活動などの条件あり）。
③家計改善支援▶家計のやりくりの不安や借金、滞納など、お金に関する課題を整理し、家計の再生を目指します。
④就労準備支援▶さまざまな理由ですぐに仕事に就くことが難しい人に、プログラムに沿った就労支援や社会参加の機会を提供します。

相談時間　平日の8：30～17：15（受け付けは17：00まで）

申問 LINEからか白井市くらしと仕事のサポートセンター☎497-3650✉kurashi_support@city.shiroi.chiba.jpへ

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

■白井市郷土史の会定例会

「白井地区の聖徳太子講資料について」をテーマに開催します。

時3日㈯9:30～11:30所西白井複合センター師白井市郷土史の会会員 髙花宏行 さん費400円（資料代）

問小木曽☎491-1979

■第5回北総絵画展（5日～11日）

ワークショップを10日㈯13:00、作品鑑賞会を11日㈰13:00に開催します。

時5日㈪～11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

問北総絵画協会事務局　加藤☎491-3333

■白井市茶華道協会展～お花に集い、お茶に和して～

華道部では、いけ花・フラワーアレンジメント、茶道部ではチャリティー呈茶を開催します。

時10日㈯10:00～17:00・11日㈰10:00～15:00所白井駅前センター対いけ花・フラワーアレンジメント（制限なし）、呈茶60人費呈茶（チャリティ茶券100円お菓子・お茶代）他呈茶は両日60人、14:30受け付け終了、15:00まで

申問当日までに渡辺☎090-6520-1503へ

■第18回4つの合唱団合同コンサート

楽しい仲間が集まり、4年ぶりに開催。市内で活動する4つの合唱団のバラエティーに富んだ演奏会です。

時10日㈯14:00（開場13:30）所文化会館かおりホール **出演団体**▶おたまじゃくし、響、おやじってブラボー合唱団、ハミングウエーブ

問大塚☎090-8111-7038

■おしゃれ市場in白井総合公園

キッチンカー、マルシェ（ハンドメイド・ワークショップ・占い・にがお絵・フリーマーケットなど）を開催します。

時11日㈰9:00～17:00（小雨決行）所白井総合公園

問萩原☎090-1434-8067

■発達障害に関する講演会

発達障害について学び、関わり方や支援などを考えます。

時11日㈰13:30～15:30所保健福祉センター3階団体活動室対市民　30人（当日参加）師臨床心理士・精神保健福祉士　増岡克彦さん、臨床心理士・スクールカウンセラー 大岩郁美さん

問特定非営利活動法人ぽれぽれ・ちば田中☎090-5518-4322

■自彊術無料体験会

100年の歴史を持つ自彊術！健康づくりのために気楽に始めてみませんか。椅子に座ってもできます。

時14日㈬・21日㈬14:00～16:00所冨士センター対先着10人

申問自彊術にこやか　平田☎492-4705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17日㈯、7月15日㈯（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200円（施設代）

問水﨑☎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20日㈫10:30～11:30所西白井複合センター対どなたでも

問なごみ　穴田☎491-6939

■建築士による無料住宅相談会

建築士が住まいの相談に答えます。

時23日㈮9:00～12:00所市役所東庁舎相談室203対市民10人（予約不要）

問白井市建築士協力会　渋谷☎492-0556

■手賀沼流域フォーラム実行委員会～下手賀沼の水辺（金山落）で親子生きもの観察会～

下手賀沼の水辺（金山落）側水路に住む魚などの生きものを採取し、観察します。

時24日㈯8:30～12:00（小雨決行）所旧平塚分校（観察場所へはマイクロバスで移動）対市民親子　先着20人持飲み物、タオル、帽子、軍手、長靴、雨具

申問5月31日㈬からしろい環境塾事務所☎404-3298（月・水・土曜日の10:00～15:00）へ

■ポリテクセンター君津からのお知らせ

ポリテクセンター君津は厚生労働省所轄の公共職業訓練施設です。求職中の人が再就職に必要な専門的な知識や技能を習得するための職業訓練や、在職中の方のためのスキルアップセミナーを実施しています。

詳細についてはホームページをご覧ください。

問ポリテクセンター君津訓練課☎0439-57-6313

募集・伝言板

■一緒にコーラスを楽しみませんか

講師の指導で二部合唱をします。

時毎月第1・3・4金曜日13:00～15:00所青少年女性センター（福祉センター内）対女性師高野幸恵さん費月会費2,500円（講師代他）

問女声コーラス「はまなす」　小西☎080-3003-3250

■かえるの合唱団会員募集

童謡、唱歌、フォークソングなどをみんなで楽しく歌いましょう。

時第2、第4水曜日13:00～15:00所西白井複合センター対どなたでも師音楽講師　近藤志津子さん費月会費1,500円（講師料など）

問かえるの合唱　林☎491-3453

■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）

申問野老（ところ）☎491-5538へ

■電子工作研究会会員募集

地域の皆さんと連携し、電子工作とプログラミングを楽しむと共に、小学生を中心に「電子工作とプログラミング」講座を行っています。

時定例会は第2、第4土曜日の午後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一般費月会費500円（施設使用料）

申問電子工作研究会　今井☎080-1151-3368へ

凡例 時▶とき 所▶場所 対▶対象・定員 内▶内容 師▶講師 費▶費用（記載のないものは無料） 持▶持ち物 他▶ほか 申▶申し込み 問▶問い合わせ先

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）

◆各催しは中止や延期、内容が変更となる場合があります。
最新情報はホームページや電話で確認してください。

文化会館 ☎492-1121

主催者の都合で中止・延期になる場合があります。

開催日	ホール	催し物名	開演	入場料	問い合わせ
1日㈭	かおり	フレイル予防講演会	13:30	無料	高齢者福祉課 ☎497-3484
2日㈮	かおり	ノートパソコン有償譲渡会	11:00	無料	☎052-936-8887
4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32回定期演奏会	14:00	前売900円 teketで販売 当日900円 小中学生無料	堀田 ☎0476-97-5609
11日㈰	なし坊	花ヶ崎純子ソプラノリサイタル	14:00	全席自由 大人2,000円 学生1,000円	花ヶ崎 ☎492-3073
	かおり	ピティナ・ピアノステップ	10:00	無料	藤井 ☎457-9675
22日㈭	かおり	映画上映会 第1部「われ弱ければ　矢島楫子伝」 第2部「母　小林多喜二の母の物語」	第1部 10:30 第2部 14:00	一般1,500円 前売1,200円 大学生1,200円 中高生1,000円 障がい者1,000円 小学生500円 未就学児無料	現代ぷろだくしょん ☎03-5332-3991
23日㈮	なし坊	第57回なのはなシニア千葉チャリティ特選演芸会	10:00	2,000円	白井市高齢者クラブ連合会 ☎497-3484
24日㈯	かおり	文化財講演会	13:30	無料	生涯学習課 ☎492-1123

※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

20日㈫～23日㈮、蔵書点検のため、休館します。

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	7日、14日、28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	28日㈬ 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保護者	
朗読の会もえぎによる「大人のための朗読会」	2日㈮ 13：30～	大人向けの文学作品の朗読	一般	2階研修室

◆展示コーナー（6～7月）**「男女共同参画を考える」**
23日㈮から29日㈭までの1週間は「男女共同参画週間」です。
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。

展示コーナー（図書館カウンター付近）では、季節や時事ごとにテーマを決めて本を展示しています。

プラネタリウム館 ☎492-1125

プログラム	内容	日時	料金
子ども向け投映 ロイ君アワー （約45分間）	ほしぞらさんぽ きせつの星座と星ものがたり	毎週㈯㈰・15日㈭ （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 投映開始30分前から券売
一般向け投映 アストロアワー （約45分間）	今夜の星空解説と「宇宙はノンストップ」	毎週㈯㈰・15日㈭ （県民の日）15:00～ ※25日㈰は別内容	
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。	3日㈯ 13:30	
シニア向け投映 プラチナアワー （約45分間）	慣れ親しんだ曲とともに、今回は「ラグランジュ点」のお話	8日㈭ 11:00 10日㈯ 13:30	
星空ライブコンサート「藤マナミ」 （80分間）	ジャズボーカリスト藤マナミさんのハートフルボイスを、星空のもとでお楽しみください。（途中、星空解説あり）	25日㈰ 15:00	1人1,000円 1日㈭ 9:00から販売開始 13日㈫から電話予約可
7月の星を見る会（予約）	7月22日㈯ 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での解説のみ（約45分間）です。	受付期間　6月20日㈫～25日㈰ メールか往復はがきで申し込み。詳細は、プラネタリウムホームページをご覧ください。	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）

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・収集した資料も展示中	火～日曜日 9：00～17:00	無料
古文書修補速報展	白井市で修補した古文書を展示		

出張所での住民票等の発行日

◆出張所は、令和5年12月末をもって廃止となります。

出張所	曜日	時間
白井駅前出張所 冨士出張所	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。
問市民課☎401-3846

休日・夜間の窓口納付と納税相談

休日 25日㈰ 9:00～12:00
夜間 29日㈭ 17:15～20:00*
所市役所本庁舎1階 *4月から30分短縮
問収税課☎401-4104

新鮮朝市

▶市役所駐車場
時毎週土曜日6:00～6:30
▶冨士センター駐車場
時毎週日曜日6:00～6:30
問産業振興課☎401-4631

相談

■ニート引きこもり相談会（15歳～39歳）
時6月5日㈪、7月3日㈪
18:20～20:50
所保健福祉センター・Zoom
問生涯学習課☎401-8942

■知財総合支援相談
時8日㈭10:00～15:00
所白井工業団地産業振興センター
問白井工業団地協議会☎491-0224

■人権相談
時8日㈭13:00～16:00
所市役所東庁舎相談室203
問市民活動支援課☎401-4078

■女性生き生き相談（要予約）
時8日㈭・22日㈭10:00～16:00
所保健福祉センター
問家庭児童相談室☎497-3491

■年金・労働相談
時12日㈪10:00～15:00
所問保険年金課☎401-3942

■中小企業経営・創業なんでも相談
時13日㈫14:00～17:00
所市役所東庁舎相談室202・203
問産業振興課☎401-4641

■こころの健康相談
【精神保健福祉士による相談】（要予約）
時14日㈬・28日㈬10:15～15:00
【医師による相談】（前日正午までに要予約）
時8日㈭10:00～12:00
所保健福祉センター相談室
申問障害福祉課☎497-3483へ

■行政相談
時15日㈭13:00～16:00
所市役所東庁舎相談室203
問総務課☎401-5974

■住宅リフォーム無料相談会（5日前までに要予約）
時21日㈬13:00～16:00
所市役所東庁舎相談室203
申問建築宅地課☎401-4675へ

■木造住宅無料耐震診断相談（5日前までに要予約）
時23日㈮10:00～16:00
所市役所東庁舎相談室203
問建築宅地課☎401-4675

■交通事故相談（2日前までに要予約）
時28日㈬10:00～12:00
13:00～15:00
所市役所東庁舎相談室203
申問市民活動支援課☎401-4081へ

■健康相談（予約不要）
時29日㈭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。
他電話や窓口で随時相談可能です。
問健康課☎497-3494

□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
問教育支援課☎492-2301

□就学相談
時月～金曜日8:30～17:00
所問教育支援課☎401-9471

□消費生活相談
時月～金曜日10:00～12:00
13:00～16:00
所問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9:00～12:00、13:00～17:00（受け付け16:00まで）
所問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
所問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
申問障害福祉課☎497-3497へ

□心配ごと相談（予約優先）
時10:00～15:00【一般】9日㈮・16日㈮・30日㈮【弁護士（法律）】7日㈬・23日㈮【税理士（相続）】21日㈬【司法書士】2日㈮
所申問保健福祉センター社会福祉協議会☎492-5713へ

□外国人相談（Support to Foreigners）
時月～金曜日8:30～17:15
所問企画政策課☎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
所問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
所問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
所問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
問市商工会☎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
問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。

飲酒運転Ｎｏ！「絶対にしない！」「させない！」「許さない！」

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350グラム

今月のメニューは

おかひじきのポン酢あえ

材料（2人分）

おかひじき100g、えのきだけ1/2パック、すりゴマ小さじ2、【調味料】しょうゆ大さじ1、酢大さじ3、だしまたは水大さじ3

作り方

①おかひじきは3cmの長さに切り、えのきだけは半分に切りほぐし、1分間ゆでて湯切りする。

②①に調味料とすりゴマを加えて混ぜ合わせる。

1人分の栄養価 50キロカロリー、食塩相当量 1.4グラム、野菜・きのこの量 100グラム、調理時間 10分

管理栄養士からひとこと

おかひじきは味や香りに癖が少ないので、様々な料理に使えます。また、カリウムが豊富で、体内の塩分を体外へ出す働きがあるため、高血圧の予防にもつながります。

白井市出身のレーシングドライバー｜澤 圭太さん

市出身の澤圭太さんは、海外チームに所属し、2016年、フランスで開催された24時間耐久レースに出場しました（海外チーム所属での出場は日本人初）。今でもレーシングドライバー、指導者として活躍する澤さんを紹介します。

◆白井市にいたころのお話と、今後の目標を聞かせてください。

まどか幼稚園、清水口小学校、七次台中学校に通い、その後進学した船橋市の高校へも白井市から通っていました。結婚するまで白井市に住み続けていたので、たくさんの思い出があります。千葉県内には幾つかサーキットもありますし、今後、東京近郊湾岸沿いや16号線沿いに正しい車との付き合い方を学べるトレーニングセンターを作って、若い人でも車に興味を持ってもらえるような環境を整えていきたいです。

問秘書課☎401-6913

取材の詳細は「しろいまっち」に掲載中▶

他国からのミサイル発射で注目を集めるＪアラートを知ろう

Ｊアラート（全国瞬時警報システム）とは、緊急地震速報、大津波警報、弾道ミサイル情報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を防災行政無線や緊急速報メールなどで瞬時に伝達するシステムです。

ミサイルが日本に飛来する可能性がある場合、注意が必要な地域に向けて、24時間いつでも、防災行政無線やお手持ちの携帯電話やスマートフォンへの緊急速報メール（申し込み不要）などで警報します。

ミサイルの緊急情報が届いた場合に取るべき行動

- **屋外にいる場合**：近くの建物の中か、地下に避難
- **屋内にいる場合**：窓から離れるか、窓のない部屋に移動
- **建物がない場合**：物陰に身を隠すか、地面に伏せ頭部を守る

落ち着いて速やかに行動

問ミサイルの緊急情報が届いた場合に取るべき行動の詳細は、国民保護ポータルサイト（内閣官房）を確認してください。

問危機管理課☎401-4650

白井市在住の現役Ｊリーガー｜武藤 雄樹さん

©KASHIWA REYSOL

2015年に日本代表として活躍し、現在も柏レイソルでフォワードとしてプレーをしている市内在住の武藤雄樹さんが、市内の子どもを対象としたサッカースクールを開校しました。

◆白井市に住んでいてどうですか？

柏レイソルに移籍が決まった時に「白井市に住もう！」と決めました。白井市は公園が多く、子どもにとってとても暮らしやすいまちと感じています。

◆サッカースクールについて教えてください。

「mfesサッカースクール」を、５月に開校しました。僕自身、サッカーを通じて人生が豊かになったと感じているので、次は子ども達に豊かになってもらえるようにという思いで立ち上げました。幼児と小学校低学年が対象のクラスから始めますが、クラスは順次増やしていく予定です。白井の子ども達には、大きな夢を持って欲しいと思います。自分の好きなことを積極的に楽しむことが、夢を見つけるきっかけになります。サッカー初心者の子も僕と一緒にサッカーを楽しみませんか。

問秘書課☎401-6913

取材の詳細は「しろいまっち」に掲載中▶

移動交番開設予定（6月）

【場所・日時】**福祉センター**・1日㈭、14日㈬、**白井運動公園**・8日㈭*、21日㈬、**南山公園**・5日㈪*、16日㈮*、29日㈭*、**冨士センター**・6日㈫*、20日㈫*、30日㈮、**白井コミュニティセンター**・7日㈬、19日㈪、**ローソン千葉白井店**・12日㈪*、22日㈭*、**ミニストップ白井河原子店**・13日㈫*、23日㈮*、**西白井コミュニティプラザ**・2日㈮、15日㈭、28日㈬*、**十余一公園**・9日㈮、26日㈪

【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。

問印西警察署地域課☎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5年）
犯罪	犯罪総数	25件	81件
	電話de詐欺	0件	3件
	電話de詐欺被害額	0円	863万7千282円
交通事故	人身事故数	10件	38件
	死者数	0人	0人
	自転車事故数	3件	10件
火災など	火災	1件	3件
	救急	263件	792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。

問秘書課☎401-6913

編集後記

急に気温が高い日がやってきましたね。3ページに熱中症に関する記事を掲載しています。ぜひ気をつけて、お過ごしください。（中島）

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

介護付・住宅型併設 有料老人ホーム **アビタシオン鎌ケ谷**

HABITATION

ユニクロ新鎌ヶ谷店目の前　新鎌ケ谷駅 徒歩7分

まもなく終了！ 前払金・家賃半額キャンペーン　2023年 申込期間 6月30日まで

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 162,810円	家賃 ~~50,000円~~ → 25,000円
	管理費 …… 77,000円
	食費 …… 60,810円

介護付の場合は、生活支援費38,500円（税込）/月が必要です。

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

●所在地／千葉県鎌ケ谷市新鎌ケ谷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／利用権方式●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＋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には個人差があります。※光熱費は管理費に含みます。

0120-1165-36（いいろうご）9:00~17:00 日・祝日も可

Web資料請求 24時間受付中

白井駅 ▶約5分▶ 新鎌ケ谷駅 ▶徒歩7分▶ アビタシオン鎌ケ谷