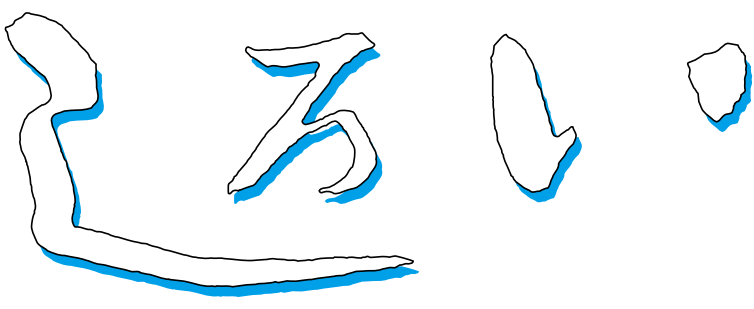


広報



6月15日

令和元年(2019年)
No.875

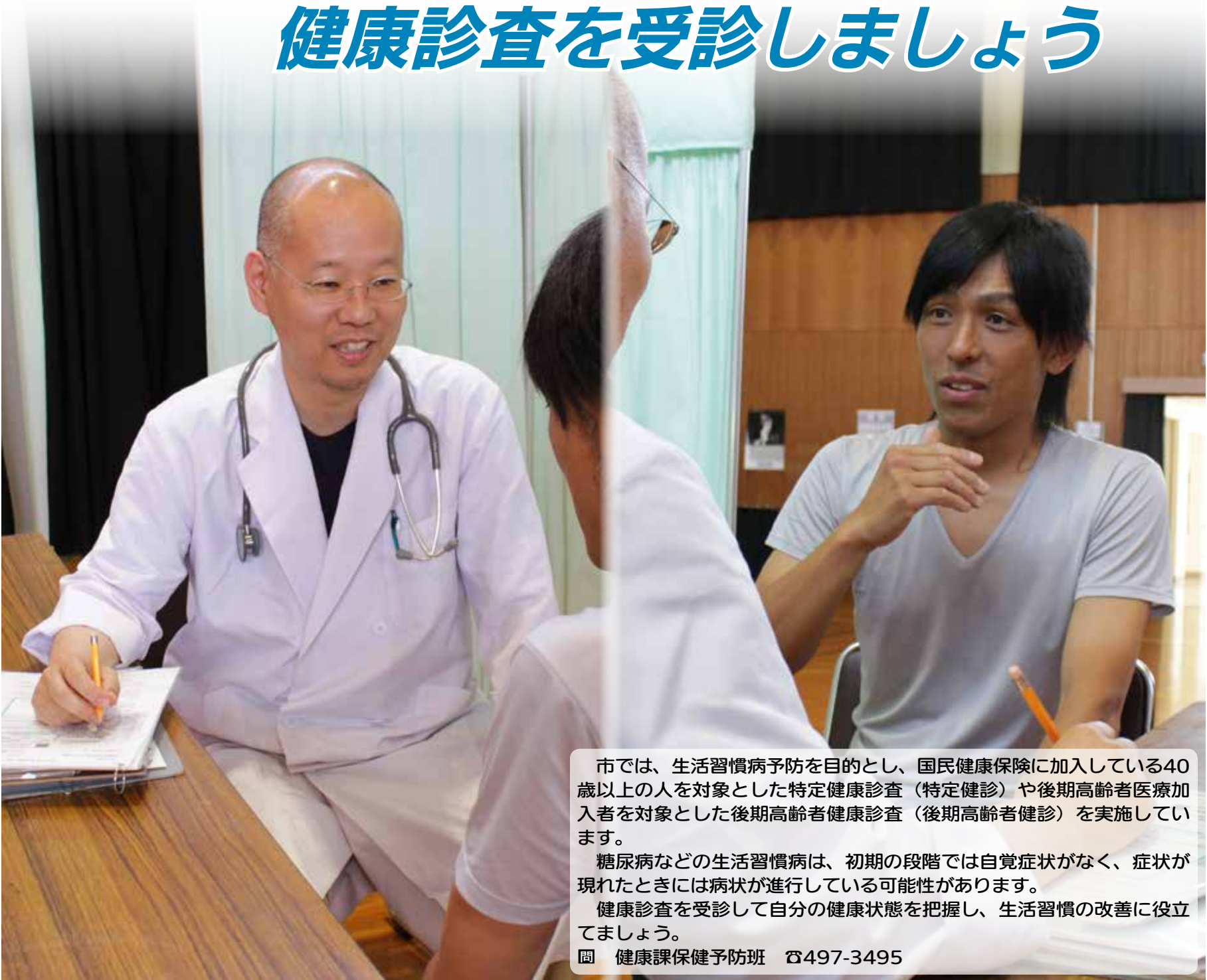

市マスコットキャラクター なし坊ファミリー

しろいで
健康生活を

元気で長生きするために、健康生
活の第一歩として、生活習慣病にな
らないよう日常生活を見直すことが
大切です。
健康はあなただけのものではあり
ません。大切な家族などのためにも
健康診査を受けて生活習慣の改善に
役立てませんか。

主 な 記 事 2…特定健康診査 3…【特集】安藤美希子選手 4…男女共同参画週間 5…食中毒を防ぎましょう 6…白井梨マラソン市内優先申し込み

生活習慣病の予防のために 健康診査を受診しましょう



市では、生活習慣病予防を目的とし、国民健康保険に加入している40歳以上の人を対象とした特定健康診査（特定健診）や後期高齢者医療加入者を対象とした後期高齢者健康診査（後期高齢者健診）を実施しています。

糖尿病などの生活習慣病は、初期の段階では自覚症状がなく、症状が現れたときには病状が進行している可能性があります。

健康診査を受診して自分の健康状態を把握し、生活習慣の改善に役立てましょう。

☎ 健康課保健予防班 ☎497-3495



特定健診の受診

今年度から市内公共施設で受ける
集団健診に加え、医療機関で受ける
個別健診もできます。

対象者には、問診票などを4月25
日現在の市の国民健康保険に加入し
ている人に送付しています。届いて
いない場合は問い合わせてください。

対象 40歳以上（令和2年3月31日現在）の市国民健康保険被保険者

4月26日以降に転入してきた人やほかの健康保険から切り替えて国民健康保険に加入した人で、特定健診の受診を希望する人は、直接保険年金課へ申し込んでください。

※国民健康保険以外の健康保険の加入者を対象とした特定健診は、それぞれが加入する健康保険者へ問い合わせてください。

☎ 保険年金課保険年金班 内線3175

2ページ目で健診項目、健診会場などをお知らせします



皆さん、1年に1度、健康つくりや健康維持のために健康診査を受診してください



健康課保健師の阿部麻子さん

集団健診委託機関の白山先生

持ち物 健康保険者証、健康診査問診票、スリッパ（個別健診、保健福祉センターで受診する人を除きます）

費用 集団健診は無料です。個別健診は1,000円掛かります。

※後期高齢者健診はどちらも無料です。

健診項目



血圧測定

◆基本項目

尿検査（尿たんぱく・尿糖）、身体測定（身長・体重・BMI（体格指数）・腹囲*）、問診（服薬歴、喫煙歴など）、血圧測定、医師の診察、血液検査（脂質・肝機能・糖代謝）

*75歳以上は、腹囲測定はありません。

◆詳細項目

一定の基準に該当し、かつ医師が必要と判断した場合に実施します。

心電図検査、眼底検査、貧血検査、腎機能検査*

*市では、特定健康診査全員に実施しています。



健診会場には、健康に役立つ情報を用意しています！

気になる情報をチェックしましょう



身体測定（身長）

特定保健指導が必要となった人へ

オリジナル生活改善プラン（個別面談）

特定保健指導とは

特定健診の結果から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善により予防効果が期待できる人に、保健師や管理栄養士が生活習慣を見直すサポートを行います。

生活習慣病は、バランスの取れた食生活、適度な運動習慣を身に付けることにより、予防ができます。生活習慣病予防のために、個別面談（オリジナル生活改善プラン）の積極的な活用をしてみませんか。

集団健診会場では、特定保健指導の対象と見込まれる人に特定健診当日に面談を行います。

また、個別健診受診者などで特定保健指導の対象の人には、教室や個別面談などの案内を健康課からお知らせします。

がん検診も受けましょう

自分は大丈夫…と思っていませんか

男女とも2人に1人ががんになるといわれています

大腸がんにかかる人は、ここ30年間で約6倍に増えています。

また、女性は乳がんにかかる人が最も多く、30～40歳代の若い世代の女性は、特に増えている状況です。

国は、がん検診受診率の目標を50%としていますが、市の大腸がん検診・乳がん検診受診率は、30%台と低い状況です。

自分は大丈夫だろう、と何年も検診を受けていない人はいませんか。「異常を感じてから」では手遅れになる場合もあり、早期発見には定期的ながん検診の受診が大切です。

生涯にがんと診断される確率は、男性62%、女性47%と2人に1人が、がんと診断される時代です。市のがん検診でも毎年、大腸がんは10人前後、平成29年度は乳がんの人を8人発見しています。

市の検診は、どのがん検診も安価で受けることができます。

対象年齢に達していれば、加入している健康保険に関係なく受診することができます。会社などで受ける機会のない人は、市のがん検診を利用してください。

☎ 健康課保健予防班 ☎497-3495

集団健診

日程・場所 下表のとおり

受付時間 午前8時～11時

※予約は不要です。

日程	場所
6月20日(木)	公民センター
6月21日(金)、9月26日(木)	桜台センター
6月23日(日)・25日(火)・26日(水)・28日(金)・29日(土) 7月1日(月)・8日(月)・11日(木) 9月2日(月)・9日(月)・11日(水)・14日(土)・24日(火)・25日(水)・27日(金)・29日(日)	保健福祉センター
7月2日(火)～5日(金)、9月17日(火)～20日(金)	西白井複合センター
7月9日(火)、9月4日(水)・5日(木)	富士センター

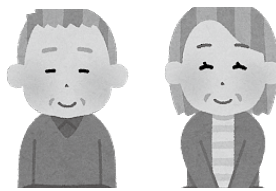
個別健診

実施期間 7月1日～令和2年1月31日

実施医療機関名	所在地	電話番号
瀬野外科胃腸科医院	根120-14	492-0720
伊藤診療所	復1450-23	491-1888
ちよだクリニック	根76-8	491-0221
ニュータウンクリニック	清水口3-25-1	491-8051
菊地医院	根1720-7	492-2121
桜台メディカルクリニック	桜台2-5-2	491-6668
西白井クリニック	根1778-6	498-3333
白井由井内科	堀込1-2-7白井Fビル2階	492-1115
もりや内科・呼吸器科クリニック	富士129-29	498-6622
徳田クリニック	清水口1-1-25	492-8981
白井駅前せあらしクリニック	笹塚2-2-2	497-0072
しだ内科・消化器クリニック	根1970-1-2	498-3715
白井聖仁会病院	笹塚3-25-2	491-7596
北総白井病院	根325-2-1	492-1001

※予約が必要な医療機関があります。

後期高齢者健診の受診



特定健診同様に集団健診に加え、個別健診もできますので、この機会に健康状態を確認してください。

過去2年間に後期高齢者健康診査または特定健診を受けている人には、問診票などを送付しています。生活習慣病などで、すでに治療を受けている場合が多いため、申し込み制としていますので、健診を2年以上受けていない人や今年度から希望する人は、健康課で申し込みをしてください。

☎ 健康課保健予防班 ☎497-3495

人間ドック・脳ドック費用の一部を助成

市では、国民健康保険に加入している40歳以上の人と後期高齢者医療に加入している人を対象に人間ドック（年に1回）と脳ドック（2年に1回）の受検費用の一部を助成しています。

助成を希望する人は、受検前に保険年金課で申請をしてください。

年度内に特定健診や後期高齢者健診を受診した人は、人間ドックの助成を受けることができません。

詳細は問い合わせてください。

☎・☎ 病院で受検を予約後、受検日1週間前までに保険証と印鑑を持参の上、直接保険年金課保険年金班 内線3181へ

特定健康診査に関する電話勧奨



市では、国民健康保険特定健康診査受診対象者のうち、平成30年度の未受診者や平成31年度前半未受診者に、電話による受診の勧奨を行います。

期間 6月17日(月)から9月30日(月)まで

時間 午前9時から午後8時まで（土・日、祝日を含む）
白井市特定健診コールセンター ☎ 0120-072-022

委託先 富士ソフトサービスビューロ(株)

※業務の効率化を図るため、民間事業者へ業務を委託し、実施しています。

※受診勧奨は、特定健診の受診状況や受診されない理由などを聞くもので、金銭の振り込みなどについて聞くことは絶対にありません。

不審な電話がありましたら、口座番号などの個人情報を絶対に教えないよう注意してください。

☎ 保険年金課保険年金班 内線3175

東京五輪出場を目指す！

バーベルに全てをかけて
しろいふさと大使
ウエイトリフティング
安藤美希子選手

ウエイトリフティング

競技は2種目あります。

◆スナッチ 床の上のバーベルを一気に頭上に引き上げて立ち上がります。

◆クリーン&ジャーク 肩までバーベルを引き上げて立ち上がり、全身の反動を使って頭上に差し上げます。

女子59kg級の日本公認最高記録は？

安藤選手の記録で、スナッチ97kg、クリーン&ジャーク131kg、トータル225kg。(4月28日現在)

クリーン&ジャークに臨む安藤選手(全日本選手権大会) 写真提供 (株)キュリアス※

りの表敬訪問となりました。

安藤選手は、応援してくれる白井市の皆さんに感謝の気持ちを伝え、東京五輪出場への思いを話してくれました。

「来年の東京五輪では、出場を果たし、メダルを取って表彰台に上がりたい。」

東京五輪でのメダル獲得は、安藤選手個人の夢だけではなく、白井市民全体の念願といえます。

届けーみんなの応援

昨年の世界選手権大会から始まった東京五輪選考大会は来年2020年のアジア選手権大会まであります。日本代表選手が決定されるのは、来年の春以降で発表が待ち遠しいところです。

今年、安藤選手の試合を観戦できるチャンスがあります。千葉県代表として過去3回出場し、全て優勝を果たしている国民体育大会です。

今年の会場は茨城県で「いきいき茨城ゆめ国体2019翔べ羽ばたけ そして未来へ」が9月28日から開かれ、ウエイトリフティングは、茨城県高萩市の高萩市文化会館(10月2日、6日)で開催されます。

バーベルに全てをかける迫力の試合を熱気あふれる会場で観戦することが出来ます。

安藤選手が、高校1年生の時に出会ったウエイトリフティングに向き合ってから10年が経つ



スナッチを成功させ、安心した表情の安藤選手(全日本選手権大会)※

安藤選手に続く 期待の鈴木梨羅選手



全日本選手権45kg級に出場の鈴木選手 写真提供 早稲田大学

5月の全日本選手権大会女子45kg級で優勝した鈴木梨羅選手は、白井市出身の早稲田大学3年生です。鈴木選手に聞きました。

安藤選手は、どんな存在ですか
国体では高校生の時からお世話になっていますが、年々進化し続ける安藤選手はまさに「最強」というイメージを持っています。そんな安藤選手をとても尊敬しています。安定感のある試合展開で会場を魅了する姿を見ていつも刺激を受けています。機会があれば、また一緒に練習したいです。

鈴木選手の目標を教えてください
45kg級で日本新記録を樹立することです。まずは今大会で挑戦するも失敗してしまった大学新記録を成功させたいと思います。また、49kg級でもトップ選手と戦えるよう記録を伸ばしていきたい。そして2024年のパリ五輪に出場し、入賞、メダルとしていきます。東京五輪に出場し、リオ五輪の5位入賞を上回って、メダル獲得へー夢の舞台まであとわずかです。

安藤選手に続く
座石の銘はなんですか
「挑戦」です。私はこの言葉が好きです。それは、これまで競技を続けてきて、チャレンジすることの大切さを実感しているからです。後悔するのはいつも途中で諦めたり、自分を信じられずに挑戦することができなかった時です。練習でも、試合でも、常にチャレンジし続けることでパワーアップした新しい自分に出会えると思います。小さな挑戦と成功を積み重ねることで自信が付きまします。競技力もしっかりついてきます。自分の目標に向けて諦めずに挑み、自分の力で夢をつかむ、そんな選手になりたいです。

アジア大会で銅メダル
獲得、記録更新続く

3年前のリオ五輪に出場し、白井市初のオリンピック選手となったウエイトリフティング女子59kg級(リオ五輪当時は、旧階級の58kg級)の安藤選手は、来年の東京五輪出場に向けて、一歩一歩、地道な努力を積み重ねています。

今年、4月開催の「アジア選手権大会(中国浙江省寧波市)」は世界トップクラス、アジアの

強豪揃いの中で、スナッチとトータルで59kg級日本新記録を出し、日本代表選手の中でも最高位の銅メダルを獲得しました。

昨年、8月のアジア大会ジャカルタでは、得意ではないというスナッチで2本の失敗の後、失格の危機になりながらも3本目で成功させ、日本人選手として16年ぶりの銅メダルに輝いています。続く、11月の世界選手権大会(トルクメニスタン共和国アシガバット)は、IWF(国際重量挙げ連盟)が指定する東

全日本選手権大会6
連覇、8度目の優勝

今年5月25日、岩手県奥州市で開かれた全日本選手権大会

では、自己ベストに及びませんでした。6連覇、8度目(旧階級58kg級を含む)の優勝を果

京五輪出場の選考大会の一つとなる試合です。

この大会では、クリーン&ジャークで131kgを挙げ、日本新記録を更新し、トータル5位入賞に入る好成績でした。

たしました。2011年に19歳で出場して以来、大きな成長を遂げ、日本では「敵なし」といわれるほどの選手になりました。

この全日本選手権大会では、記録は伸びませんでした。連戦が続く、アジア選手権大会の疲労が抜けきらない状態で調整を続けてきたことが影響していたといえます。

調子の悪いなかでも、実績を残せたことは東京五輪出場に大きく前進したといえるでしょう。次に見据える目標は、9月に

退任前の伊澤前市長
を表敬訪問して

全日本選手権大会に出場する直前、安藤選手は、退任前の伊澤前市長を表敬訪問しました。

昨年、4月にしろいふさと大使に就任した安藤選手は、普段は韓国で、敬愛する金度希監督のもと、練習に励んでいます。久しぶ



4月のアジア選手権大会の銅メダルを手に

安藤美希子選手後援会に加入しませんか

リオ五輪に出場し、白井市初のオリンピック選手となった安藤選手(白井第一小学校、白井中学校卒業)を応援する後援会です。

〒白井市体育協会(生涯学習課スポーツ振興班内) 内線3854、白井市商工会 492-0721

〒白井市体育協会(生涯学習課スポーツ振興班内) 内線3854

募集 白井市プレミアム付商品券取扱店

市および市商工会では、消費税率引き上げに伴う影響緩和策として、住民税が課税されない人、3歳未満の児童のいる子育て世帯を対象に「プレミアム付商品券」を10月1日(火)に発行します。

商品券で買い物できる事業所（取扱店）の募集を行います。

募集期間 6月17日(月)～ 7月31日(水)

対象 市内事業者

【商品券の概要】

商品券 1冊1枚500円券が10枚

販売金額 1冊4,000円（商品券5,000円分）

※購入対象者1人5冊（25,000円分）まで購入可能

発行金額 2億2千500万円（最大発行予定額）

※詳細は市商工会および市ホームページ内にあるプレミアム付商品券取扱店募集要領を確認の上、申し込んでください。

申 申請書兼誓約書（市商工会、産業振興課、市商工会および市ホームページにあります）に記入の上、郵送か直接市商工会へ

問 白井市プレミアム付商品券事業実行委員会事務局（市商工会内） ☎492-0721

第5次総合計画後期基本計画
～総合計画審議会に諮問～



市長から諮問書を受け取る総合計画審議会の関谷会長

市のまちづくりの指針である第5次総合計画（平成28年度～令和7年度）の将来像「ときめきと みどりあふれる 快活都市」の実現に向けて、令和3年度から5年間のまちづくりの方向性を定める「後期基本計画」の策定について、5月24日に総合計画審議会に諮問しました。

【総合計画審議会】

市民、諸団体代表、学識経験者の15人で構成される市長の付属機関。市長の諮問に応じ、総合計画の基本構想および基本計画の策定について調査・審議することや、現計画の推進状況などについて市長に意見します。

問 企画政策課企画政策班 内線3352・4

政治倫理審査会委員を委嘱

5月10日に6人の政治倫理審査会委員を委嘱しました。

政治倫理審査会は、市民からの請求に基づき市長などの資産等報告書および政治倫理に関する重要な事項を調査審議する機関です。

任期は、令和3年4月22日までの2年間で、委員は次の皆さんです。（敬称略）

委員 黒添誠 荒井弘毅 古田譲 高倉聡子 飯嶋孝明 八木美子

問 総務課行政係 内線3312

募集

白井コミュニティセンター・
白井児童館の指定管理者



白井コミュニティセンター

市では、指定管理期間が平成31年度末で終了する白井コミュニティセンター・白井児童館の指定管理者を募集します。

指定期間 令和2年4月1日～令和7年3月31日（5年間）

応募資格 市内に本店（社）、支店（社）または営業所（出張所）を有する法人ならびに市内に事務所を有し、市内を中心に活動している団体

募集要項配布期間 6月17日(月)～ 7月16日(火)

施設説明会 6月26日(水) 午後2時～

提出書類 指定申請書、事業計画書、収支計算書、管理体制計画書ほか

※事業計画書、収支計算書、管理体制計画書は5年間分必要です。

選考方法・結果 指定管理者選定審査会がプレゼンテーション審査および総合審査により選定を行います。選考結果は文書で通知します。

申 7月8日(月)～ 16日(水)までに提出書類（市民活動支援課、市ホームページにあります）を市民活動支援課市民活動支援係へ

問 市民活動支援課市民活動支援係 内線3612～4、子育て支援課子育て支援班 内線5312～3

23日(日)～29日(土)

男女共同参画週間

『男女共同参「学」』

『知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる』



男女共同参画とは、男性と女性が、社会のあらゆる分野で、それぞれの個性と能力を發揮できる社会を築くことです。国は、「男女共同参画社会基本法」の公布・施行日である平成11年6月23日を踏まえ、同法の目的や基本理念について理解を深めるために毎年6月23日から29日までを「男女共同参画週間」としています。

今年度のキャッチフレーズは、内閣府が『『学び』を通じて、男性も女性も、一人一人が、多様なライフキャリアの形成と選択ができる社会の実現に向けたキャッチフレーズ』を募集し、応募総数1,900点の中から、選定しました。

男女共同参画週間啓発展示

男女共同参画週間に誰もが自分らしく輝ける、誰もがその人らしさを尊重できる、真の男女平等社会の実現に向け、私たち一人一人ができることは何かをパネルなどの展示を通して考えます。

日時 22日(土)～ 30日(日) 午前8時30分～午後5時

場所 市役所東庁舎エントランス

問 企画政策課男女共同参画室 ☎401-8607

国道464号北千葉道路（市川市～船橋市）などの
都市計画の原案説明会

これまでの検討状況や都市計画の原案などの説明会やパネル展示を行います。説明会前後の時間は、担当スタッフが質問などに答えます。

日時 7月13日(土) 正午～午後5時

説明会 午後2時30分～（受け付け 午後2時～）

場所 文化会館かおりホール

問 千葉県県土整備部都市計画課都市計画班 ☎043-223-3376、都市計画課計画整備班 ☎401-4682

大規模小売店舗新設の届出書の縦覧

大規模小売店舗立地法に基づき、大規模小売店舗新設の届け出と添付書類の縦覧を行います。

この新設に対し意見がある場合は、県に意見書を提出することができます。

【届け出の概要】

名称・所在地（仮称）フォルテ白井・白井市根字念仏塚476-2ほか

店舗を設置する代表者の氏名・住所 株式会社ベルク 代表取締役 大島孝之・埼玉県鶴ヶ島市脚折1646番

店舗を新設する日 令和元年12月6日(金)

店舗面積 4,630平方メートル

縦覧場所 県経営支援課、市産業振興課、白井駅前センター、白井コミュニティーセンター

申・問 9月10日(火)までに意見書を窓口、郵送、ファクスで〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1 県商工労働部経営支援課商業振興班 ☎043-223-2932、☎043-227-4757へ

大山口小学校区
みんなでまちづくりセミナー

小学校区単位のまちづくりは、地域のさまざまな団体や市民が主体となり、協力・連携し、住みよい地域をつくっていく取り組みです。

モデル小学校区となった大山口小学校区で、小学校区単位のまちづくりを学び理解を深めるセミナーを開催します。

日時 23日(日) 午前10時～正午（受け付け 午前9時30分～）

会場 大山口小学校体育館

講師 千葉大学大学院社会科学研究院教授 関谷昇先生

定員 100人（申し込み順、大山口小学校区以外の人も参加可能です）

持ち物 上履き、筆記用具

※駐車場に限りがあります。徒歩や自転車などで来場してください。

申・問 電話かメールで市民活動支援課市民活動支援係 ☎401-4078、✉shiminkatsudou@city.shiroi.chiba.jpへ



関谷昇先生

はい！消費生活センターです (238)

「こんなはずじゃなかった！」に気づく！
遺品整理サービスのトラブル増加中



Q 遠方に住む一人暮らしの兄が亡くなった。一通りの手続きは終わったが、住まいの整理まではとても手が回らない。

最近、遺品を整理してくれる業者が人気だと聞くと、依頼する際には、どのような点に気を付ければよいのか。

（70代・女性）
A 核家族化や高齢者の独居世帯の増加から、亡くなった人が残した物を整理する「遺品整理サービス」が注目されています。

国民生活センターの昨年の報告によると、過去5年間に全国の消費生活センターで受けた「遺品整理サービス」の相談の平均契約・購入価格は42万円、うち実際に支払われた金額は平均30万円と、高額な契約によるトラブルが増加しています。

金額にまつわるトラブルとして、「契約後に他の事業者の方が安く依頼できることが分かった、キャンセルを申し出たところ、高額な違約金を請求された」「作業後に高額な追加料金が発生した」などの、予期せぬ料金の発生が挙げられています。

また、サービス内容のトラブルとしては、「処分しない予定の遺品が処分された」といった

ものがあります。

「遺品整理サービス」は、契約の経験がないことから相場が分かりにくく、契約内容の十分な検討をしないままトラブルになるケースが多いようです。

依頼者も高齢者が多く、業者の言い値をのみにして支払ってしまうことがあります。

遺品整理には廃棄物の処理が伴うため、業者は自治体からの許可が必要です。回収無料をうたう無登録業者に、法外な料金を請求されたケースもあります。

依頼する際には、事前に登録業者であるかどうか、キャンセル料や追加料金の仕組みを必ず確認して下さい。

また、作業内容や見積書はなるべく細かく出してもらい、十分確認しましょう。

大切な遺品をトラブルなく整理、処分することが出来るよう、契約する際には慎重に判断して下さい。

しまった、困ったと思った時には、すぐに消費生活センターに相談してください。専門資格を持った相談員が対応します。



問 消費生活センター 内線3202（月～金曜日 午前10時～午後4時 市役所本庁舎2階）

講座などの申し込み開始日は15日から（休所・館の場合は翌日）です。平成31年4月1日～令和2年3月31日の年度は、「平成31年度」で表記します。

女性のための再就職支援セミナー & 個別相談会in鎌ケ谷

千葉県ジョブサポートセンターと白井市・印西市・我孫子市・鎌ケ谷市共催で女性向けセミナーを開催します。

女性を取り巻く環境や自己分析、適職の探し方などの就職スキルを学ぶことができます。セミナーおよび個別相談は雇用保険受給者の活動実績となります。

セミナーおよび個別相談中の託児サービスもあります。

日程 7月29日(月)

内容・時間 セミナー・午前10時～正午、個別相談・午後1時～4時

対象 再就職を希望する女性

場所 鎌ケ谷市総合福祉保健センター 集団指導室（鎌ケ谷市）

定員 セミナー 先着30人、個別相談 先着4人（セミナー参加者のみ）

託児 0歳以上の未就学児 先着10人（無料、7月12日(金)までに申し込んでください）

申・問 6月17日(月)から電話で産業振興課商工振興班 内線3243へ

ヘルシー食育講座 NEWおいしい減塩～乳和食のススメ～

高血圧予防の食事について一緒に学びませんか。

栄養士による講話、簡単においしくできる減塩メニューのデモンストレーションと試食、希望者には家庭での汁物の塩分測定を行います。

日時 7月2日(火) 午前10時～正午（受け付け 午前9時45分～）

場所 保健福祉センター

対象 市内在住の成人で減塩に興味がある人、血圧値などが気になり始めた人30人（申し込み順）

メニュー ミルク肉じゃが、ひじきと大豆のミルク煮、小松菜のミルクみそ汁

保育 あり（生後6カ月以上）

持ち物 筆記用具、飲み物、手拭きタオル、家庭の汁物の汁30cc（大きさ2杯）程度

参加費 100円（材料費）

申・問 6月24日(月)までに、住所、氏名、電話番号、年齢、保育の有無を電話またはメールで健康課健康づくり推進係 ☎497-3494、✉kenkou@city.shiroi.chiba.jpへ



食中毒を防ぎましょう

梅雨から夏にかけて、暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になるため、食中毒が発生しやすくなります。

細菌性食中毒の予防の基本となる「食中毒予防3原則」を守り、食中毒を防ぎましょう。

◆食中毒予防3原則

「つけない」

- 調理や食事の前にはせっけんで手を丁寧に洗う。
- 肉や魚で使用するまな板や包丁は野菜と使い分ける。

「増やさない」

- 食品を持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保ち、詰め過ぎないようにする。

「やっつける」

- 肉や魚は十分に加熱する。加熱の目安は、中心部の温度75℃で1分以上加熱する。

問 健康課健康づくり推進係 ☎497-3494



ママヘルプサービス

産後のお母さんの自立を目的とし、育児・家事をサポートするため、育児経験があり、資格を持ったヘルパーが訪問します。

申し込み後、ヘルパーが訪問し、打ち合わせをします。緊急な場合や、切迫早産などで体調が悪い人は相談してください。

対象 市内在住で産後の家事や育児を手伝ってくれる人がいない産後8週間までの人

内容 ①育児に関する事（授乳、沐浴、おむつ交換など）②家事に関する事（食事の準備や片付け、買い物、掃除、洗濯など）③相談に関する事（育児の相談、助言など）

利用時間 1日1回 午前9時～午後5時までの間で1～4時間以内（土・日、祝日、年末年始を除く）

利用料金 1時間500円

※生活保護世帯または市民税非課税世帯は無料

申・問 出産予定日の1カ月前までに、電話か直接子育て支援課子育て支援班 ☎497-3487へ

ニート・ひきこもり相談会

相談会では、専門的な知識を持つ精神保健福祉士がアドバイスをを行い、必要に応じて関係機関への紹介を行います。

日程・場所 7月1日(月)・保健福祉センター

相談時間 1件目 午後6時20分～7時30分 2件目

午後7時40分～8時50分

対象 市内在住で中学校を卒業した15歳から39歳までの人または、その保護者・家族

受付件数 2件

申・問 相談会に参加する人の氏名、電話番号、住んでいる地区、相談したい人との続柄を電話またはメールで生涯学習課社会教育班 内線3853・✉syougai-gakusyuu@city.shiroi.chiba.jpへ

募集

救命講習受講者

印西地区消防組合では、応急手当の普及啓発を図るため、印西地区消防組合管内の人を対象にAED使用訓練を含んだ普通救命講習を実施します。

日時 7月6日(土) 午前9時～正午

※災害発生時または、発生するおそれがある場合、中止にする事があります。

場所 印西地区消防組合消防本部

対象 白井市・印西市に在住、在勤の人 30人（申し込み順、最低実施人数5人）

申・問 6月17日(月)から7月1日(月)までに消防本部警防課救急救助係 ☎0476-46-9964へ



手賀沼地域の農業を守るための取り組みを行っています

手賀沼周辺では、米やカブ、ネギ、ホウレンソウ、梨などが栽培され、千葉県でも有数の農業地域です。

農業を行うためには、水を送るためのポンプ場や水路が必要ですが、手賀沼周辺はもともと沼だった土地を埋め立てて作られた土地が多く、ほとんどの場所で地盤沈下が発生しています。

ポンプ場は老朽化し、水路はでこぼこになり、田んぼや畑にうまく水を送ることができなくなっています。これにより、手賀沼周辺の農業に、支障が出ています。

また、手賀沼周辺では都市開発が進んだため、今まで土に染み込んでいた雨水が、一気に手賀沼へ流れ込むようになりました。

今ある排水ポンプでは、大雨や台風が来た時に水を吐ききることができず、洪水が発生する危険があります。

そこで、手賀沼周辺の農地に水を送り、洪水被害を防ぐために、令和3年度から農林水産省、千葉県、白井市他8市で工事を行います。

市では、手賀沼地域の地域整備や活性化に向け検討を行っています。

詳しくは千葉県手賀沼土地改良区のホームページに掲載しています。

問 関東農政局 利根川水系土地改良調査管理事務所計画課 ☎04-7131-7143



手賀排水機場



平成25年台風26号時の金山落水路



ホームページQRコード

募集

ひとり親家庭へ柏レイソル観戦チケットをプレゼント

福祉事業の向上に寄与する目的で、柏レイソル選手会から「柏レイソル対ツエーゲン金沢」の観戦チケットが寄贈されました。

観戦希望のひとり親家庭を募集します。

日時 7月20日(土) 午後7時～

場所 三協フロンテア柏スタジアム（柏市）

対象 市内在住のひとり親家庭の子とその保護者 12席（応募者多数の場合は抽選。抽選結果はチケットの発送をもって代えさせていただきます）

※子ども2人、保護者1人の場合は3席分を差し上げます。

申・問 はがきに「柏レイソル観戦チケットの希望」と明記し、住所・保護者と子どもの氏名・年齢・電話番号を記入の上、7月12日(金)までに〒270-1492 白井市復1123 子育て支援課まで郵送（必着）☎497-3487へ



マタニティ & ベビー向け講座

プレ☆パパママスクール

出産と育児について一緒に学びませんか。

育児体験などの楽しい内容で、赤ちゃんを迎える実感が湧いてきます。

日時・内容 右表のとおり

場所 保健福祉センター

対象 おおむね妊娠6カ月から9カ月までの妊婦とその家族18組（申し込み順）

※経産婦の人も参加できます。

保育 あり（各日とも1週間前までに要申し込み）

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

※7月10日(水)のみ食育弁当代1人500円

申・問 電話で健康課母子保健班 ☎497-3495か「ちば電子申請サービス」の白井市「平成31年度マタニティ & ベビー向け講座申し込み」へ

※電子申請は開催日の1週間前までに申し込んでください。

ベビーサロン 「いっぽいっぽ」

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。親子の触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。

日時 7月10日(水) 午前10時～11時30分（受け付け 午前9時45分～）

場所 保健福祉センター検診室

対象 おおむね生後6カ月までの乳児とその家族

※事前予約は不要、参加費は無料です。

問 健康課母子保健班 ☎497-3495

講座などの申し込み開始日は15日から（休所・館の場合は翌日）です。平成31年4月1日～令和2年3月31日の年度は、「平成31年度」で表記します。

白井梨マラソン大会 市内優先申し込みスタート



白井梨マラソン昨年の様子

しろいの自然を感じながら走ってみませんか。

大会日時 10月6日(日)
場所 白井運動公園陸上競技場(スタート・ゴール)
種目・部門・スタート時間・参加費 右表のとおり
対象 市内在住・在勤・在学者 1,000人(申し込み順)
※市外参加者を含めた定員は3,000人です。

申 ①申込書希望部数、住所、氏名を記入した返信用封筒(7部以上は、角形2号封筒)、切手(申込書希望部数1~3部の場合は92円、4~6部は140円、7~9部は205円、10~20部は250円)を同封し郵送で、〒152-8532東京都目黒区原町1-31-9 白井梨マラソン大会・パンフレット発送センターへ

②届いた申込書兼振替用紙に必要事項を記入の上、6月24日(月)から7月8日(月)までに参加費を添えて、ゆうちょ銀行か郵便局で手続き(振り込み手数料が別途200円かかります)

一般申し込みは7月14日(日)から23日(火)までランネット <http://runnet.jp> で受け付けます(先着順)。申し込みにあたり、エントリー手数料が別途かかります。
問 生涯学習課スポーツ振興班 内線3856

白井梨マラソン大会

種目	部門		スタート	参加費
2キロメートル	小学4～6年生男子		9:30	1,500円
	小学4～6年生女子			
	親子ペア（小学1～3年生男女）		9:35	3,000円
5キロメートル	一般男子	39歳以下	9:50	
		40歳以上		
	一般女子	39歳以下		
		40歳以上		
10キロメートル	一般男子	29歳以下	10:35	4,500円
		30歳以上49歳以下		
		50歳以上		
	一般女子	29歳以下		
		30歳以上44歳以下		
		45歳以上		
3キロメートル	中学生男子		10:45	1,500円
	中学生女子			

教育委員会コーナー

白井市文化団体協議会主催事業

「次世代の文化を担う者よ集まれ」

主催事業「次世代の文化を担う者よ集まれ」を開催します。

第一部では、平成30年度に優れた活躍をした白井市内の小中学生の紹介・発表、第二部では「夢をかたち」と題し、今活躍している、また今後活躍が期待される白井市出身の若き文化芸術家の紹介・発表をします。

健康文化都市・白井市で育まれた若き文化芸術を、共に感じるひと時を楽しみませんか。

日時 29日(土) 午後2時~(開場 午後1時30分)

場所 文化会館なし坊ホール

問 白井市文化団体協議会 海老原 ☎090-6305-1205、生涯学習課文化班 ☎492-1123

文化財講演会

「幕末維新のアラビア馬

ー小金牧から沼津兵学校へー

市内の歴史や文化財に関わる講演会を開催します。

幕末にフランスのナポレオン3世から江戸幕府へ寄贈されたアラビア馬と、その飼育に携わった白井市の川上次郎右衛門について講演します。

日時 23日(日) 午後1時30分~3時20分(開場 午後1時30分)

場所 文化会館かおりホール

対象 一般 90人

講師 大学共同利用機関法人人間文化研究機構 国立歴史民俗博物館研究部教授 樋口雄彦先生

問 生涯学習課文化班 ☎492-1123

募集

白井市学校給食センター 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を審議する「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。

対象 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、結果は応募者全員に通知します。

任期 8月1日~令和4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・問 申込書(学校給食センター、市ホームページにあります)に必要事項を記入の上、6月28日(金)までに郵送かファクスまたは直接学校給食センター ☎492-1081 ☎492-3240 kyuusyoku-center@city.shiroi.chiba.jpへ

イベント

マクラメ展

結び方でいろいろな模様や形ができるマクラメ作品をご覧ください。

日時 19日(水)~29日(土) 午前9時~午後5時 **場所** 西白井複合センター

問 吉田 ☎491-8583

子どもの心の声を聴いてみませんか ~家庭内傾聴~

不登校、ひきこもり、依存症、発達障害の子を持つ家庭対象の講座です。

日時 22日(土) 午後1時~2時30分(毎月第4土曜日・全5回)

場所 千葉ニュータウン中央駅前地域交流館 **定員** 10人(申し込み順)

参加費 1,000円(資料代)

申・問 電話かメールで、MTねっとわーく ☎080-6897-0220 hereandnowm@yahoo.co.jpへ

子育てセミナー

「折れない心の育て方」をテーマとしたセミナーを開催します。

日時 25日(火) 午前10時30分~正午 **場所** 市役所東庁舎多目的スペース

対象 子育て中の親 30人(託児有り) **講師** (一社)倫理研究所 鶴川文子さん **参加費** 200円(菓子、資料代)

申・問 北野 ☎090-5748-5623へ

SINCS サマーチャリティーコンサート2019

ピアニスト田中正也とクラリネット奏者コハーン・イシュトマーンによるハートフルなコンサート。収益金の一部は市まちづくり寄付金他に寄付します。

日時 7月6日(土) 午後2時~(開場 午後1時30分) **場所** 文化会館なし坊ホール **入場料** 2,000円(当日券有り)

申・問 電話かメールで、SINCS 白

井自然と芸術文化の会事務局 平田 ☎080-4727-8718 sincs_sincs@yahoo.co.jp

♪4つの合唱団 合同コンサート

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。

日時 7月6日(土) 午後2時~(開場 午後1時30分) **場所** 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、ハミングウェーブ

問 大屋 ☎402-6308

Play&Stay テニス教室

市テニスJr委員会主催のテニス教室で、元プロテニスプレーヤーの平木理化さんとのコラボレーションです。

日時 7月27日(土) 午後1時~ **場所** 市運動公園テニスコート **対象** 幼児から小学6年生

申・問 7月16日(火)までに松本 shiroi.tennis.jr@gmail.comまたは、ウエストグリーンテニスクラブ ☎080-4325-9437へ

ゲートボール市民大会

日時 7月21日(日)(雨天順延 28日) 午前8時30分~ **場所** 南山公園ゲートボール場

対象 誰でも参加できます。用具の貸し出しもあります。事前の申し込みは不要です。直接現地へ。

問 白井市ゲートボール連盟事務局 佐塚 ☎090-2558-3637

湖北「夏の市」

千葉県立湖北特別支援学校の生徒たちが作業学習や専門実習で作った製品や野菜、花苗、パン・菓子の販売会を行います。

日時 7月3日(水)、4日(木) 午前11時~午後2時30分 **場所** セブンパークアリオ柏(柏市)

問 千葉県立湖北特別支援学校 ☎04-7188-0596

印旛沼環境基金公開講座

日時 7月6日(土) 午後2時~4時30分 **場所** ミレニアムセンター佐倉(佐倉市) **定員** 100人(先着順)

申・問 6月3日(月)から電話かメールで佐倉市役所生活環境課 ☎043-484-4278 seikatsukankyo@city.sakura.lg.jpへ

印旛沼観光船による印旛沼観察会

日程 7月25日(木)(悪天候の場合は、26日(金)に順延) **時間** ①午前9時 ②午前11時 ③午後1時30分(各回、陸上講義45分、乗船30分) **集合場所** 佐倉ふるさと広場(佐倉市) **対象** 印旛沼流域内(白井市含む)の住民 各回40人(応募者多数の場合は抽選) **参加費** 100円(保険料)

申・問 7月9日(火)(消印有効)までに、往復はがき(1枚で5人まで)に参加希望者全員の氏名、住所、年齢、性別、電話番号、希望回(第2希望まで)を記入の上(重複申し込み、希望回の記載がない場合無効)、〒285-8533 佐倉市宮小路町12 (公財)印旛沼環境基金 ☎043-485-0397へ



募集・伝言板

労災職業病なんでも相談会

弁護士、労働安全衛生管理者、ソーシャルワーカーなどが無料で相談に応じます。

日程・場所 ①6月29日(土)千葉市中央コミュニティセンター ②7月27日(土)成田市中央公民館 **時間** 午後1時~4時 **対象** 一般(予約不要)

問 千葉労働職業病対策連絡会 ☎043-273-9199

ソフトボールジュニア&一般女子募集

ソフトボールを仲間と一緒に楽しめませんか。

対象 ジュニアは小学1年生の女子から、一般女子は年齢・経験制限はあり

ません。

日時 ジュニア 毎週土曜日午前9時~午後1時、毎週日曜日午前9時~午後4時 一般女子 毎週日曜日午前9時~午後1時 **場所** 市内小学校グラウンドおよび野球場

問 石原 ☎080-5490-9901

シニアのためのお仕事説明会

市と㈱セブンーイレブン・ジャパンが締結している「しろい高齢者見守りネットワーク」に基づき、セブンーイレブンでの雇用に向けた店舗での短時間勤務(配達・清掃・レジなど)の仕事内容の紹介と相談会を開催します。(当日の面接はありません)

日時 7月8日(月) 午前10時~11時30分 **場所** 市役所東庁舎会議室101 **対象** おおむね60歳以上の人 30人(申し込み順)

申・問 産業振興課商工振興班 ☎401-4641へ

「アルバイトの労働条件を確かめよう!」キャンペーン

厚生労働省では、全国の学生などを対象に、特に多くの新入生がアルバイトを始める4月から7月までの間、労働条件の確認を促すことを目的としたキャンペーンを実施しています。

問 労働条件相談ほっとライン ☎0120-811-610

労働保険料の申告・納付はお早めに

労働保険料の年度更新の手続きは、平成30年度の概算保険料を清算する「確定申告」と平成31年度の見込み保険料の申告が必要になります。申告・納付期間は7月10日(火)までです。労働局徴収課、各労働基準監督署、最寄りの金融機関で早めに手続きをください。

問 千葉労働局労働保険徴収課 ☎043-221-4317

インフォメーション

センターだより

子ども

駅ピクニックルーム

ボール遊びで楽しく遊んだ後は、仲良くおしゃべりタイム。ふらっと立ち寄って遊んだり、友達づくりや情報交換をしましょう。

※飲食可。ポット・電子レンジの利用できます。おやつ、ランチも持参できます。

日時 7月3日(水) 午前10時30分～午後2時

対象 誰でも自由に参加できます。

内容 自由参加（前半の活動は幼児向け、後半はフリータイム）

喫茶室「みるく」

七夕の製作や親子遊びを楽しみましょう。

日時 7月5日(金) 午前11時～午後1時

対象 乳幼児と保護者、地域住民（自由参加）

※ケーキは100円、飲み物は無料です。

福おやこチャレンジ「親子ヨガ教室」

親子でヨガを体験しませんか。

日時 7月13日(土) 午前10時～11時

対象 市内在住の小学生と保護者 7組（応募者多数の場合は抽選）

講師 フィジカルヨガインストラクター ARISAさん

持ち物 タオル、飲み物

申 7月3日(水)までに電話か直接福祉センターへ

桜子育てサロン「フレフレママパパ」～子どものいのちを守る防災～

絵本を読んだり歌を歌ったり、楽しみながら防災について学びましょう。

日時 7月13日(土) 午前11時～正午

対象 未就学児をもつ保護者およびプレママ・プレパパ 10人（申し込み順）

※子どもと一緒に受けることもできます。

講師 白井防災ママJUMP

持ち物 腹帯（さらし）を持っている人のみ

申 7月7日(日)までに電話か直接桜台センターへ

西おやこ広場

障害物競争で体を動かしましょう。

日時 20日(木) 午前10時30分～11時30分

対象 乳幼児と保護者（自由参加）



子育て

桜「ジュニアリーダー体験」力になりたい。そう言えるように、力をつけよう！

桜台センターで行うナイトウォークに小学生のサポーターとして参加し、

※祝日・年末年始はすべて休館（所）です。定期的に実施している児童館事業などは掲載していないものもあります。児童館だより（各センターにあります）や市ホームページで確認してください。

一緒に歩きましょう。

日時・内容 ①7月21日(日) 午後1時～2時 ナイトウォークに向けて ②7月27日(土) 午後5時50分～7月28日(日) 午前9時30分 ナイトウォーク参加 ③7月28日(日) 午前9時30分～10時30分 反省会

対象 市内在住の学中・高校生 10人（申し込み順）

参加費 500円（夜食、朝食代）

持ち物 筆記用具

申 7月7日(日)までに電話か直接桜台センターへ

福福祉サマースクール～体験して感じる夏～

施設でのボランティア体験2日間と防災に関するボランティアについて学びます。※食事代は実費負担となります。

内容 防災教育（必須）①高齢者施設 ②障害者施設 ③保育所でのボランティア体験 各2日間

※①～③の好きな体験を選んでください。

日時 7月25日(木) 午前9時30分～正午 開校式 体験説明・ボランティアについて・災害ボランティアとは 26日(金) 29日(月) 30日(火) 午前8時30分～午後3時30分 ボランティア体験 31日(水) 午後1時～4時 閉校式

場所 保健福祉センター・各施設

対象 市内在住の中学生、高校生、専門学生、大学生 20人（申し込み順）

申 7月12日(金)までに電話でボランティアセンターへ



高齢者

シ会員募集説明会

健康で働く意欲がある人を募集中です。センターの仕組み、仕事内容の具体的な事例などを説明します。

健康と生きがいづくりのために仕事をしませんか。女性会員も活躍中です。

日時 27日(木) 午前10時～

場所 保健福祉センター

対象 市内在住の原則60歳以上（事前にシルバー人材センターへ電話か当日、直接保健福祉センターへ）

シ初級パソコン講習会（入門講座）

ウィンドウズ10とワード、エクセルを基礎から学びます。

日時 7月29日(月)～8月1日(水) 午後1時～4時

場所 高齢者就労指導センター

対象 健康で就業や社会参加活動を希望する市内在住の60歳以上で、簡単な文字入力ができる全日程に参加できる人6人（応募者多数の場合は抽選）

参加費 605円（テキスト代）

申 7月16日(火)までに電話か直接シルバー人材センターへ

福初めての陶芸講習

自分オリジナルの湯飲みと六角皿を作ってみませんか。

日時 7月3日・10日・17日・24日（各水曜日・全4回） 午後1時～3時

対象 市内在住でおおむね60歳以上の人 10人（応募者多数の場合は抽選）

参加費 1,000円（材料費）

持ち物 手拭きタオル、エプロン、手ぬぐいと同じ大きさの薄手の布、汚れてもよい服装

申 6月21日(金)までに電話か直接福祉センターへ

福「物忘れしないちょっとしたコツ」講座

物忘れとは何か、認知症とどこが違うのか、なぜ物忘れをするのか、どう防ぐのか、顔と名前はどうか覚えればいいのか楽しく学べます。

日時 7月3日・10日・17日・24日（各水曜日・全4回） 午後1時30分～3時

対象 市内在住でおおむね60歳以上で全日程参加できる人 20人（応募者多数の場合は抽選）

持ち物 筆記用具

申 6月20日(木)までに電話か直接福祉センターへ



趣味・教養・学習

駅藍染教室

染めの基本を学び、Tシャツを自分流に染めてみませんか。

日時 7月4日(木) 午前10時～正午

対象 一般 16人（申し込み順）

講師 白井高等学校藍染研究会の皆さん

参加費 1,000円（材料費）

持ち物 Tシャツ2枚程度（綿、麻、絹素材のもので、ポリエステル5%以下）、ゴム手袋、エプロン、持ち帰り用の袋（染め液を持って帰りたい人は2ℓのペットボトル）

※汚れてもいい服装で参加してください。

申 6月30日(日)までに電話か直接駅前センターへ

ま「思いの花を咲かせよう～ふたば編～」

コミュニティーを運営するときのポイントを、ワークショップを交えてスタッフと共に楽しく学びます。

日時 7月5日(金)・6日(土) 午後1時30分～4時

※両日とも同じ内容です。

場所 しろい市民まちづくりサポートセンター

対象 地域で自分を生かしたり、居場所づくりや団体を立ち上げてみたいなど、市民活動に関心のある人

内容 「地域コミュニティの魅力、共感を得る仲間づくり」「チラシづくりのコツ」

申 〓machisapo@city.shiroi.chiba.jpまたは直接市民まちづくりサポートセンターへ

桜大人の手芸倶楽部～クラフトバンドで作るランチバッグ～（全2回）

再生紙で作られた地球環境にやさしいクラフトバンドで作ります。はじめての人でも安心して参加できます。

日程 7月7日・14日（各日曜日） 午前10時～正午

対象 市内一般 10人（申し込み順）

講師 クラフトバンドエコロジー協会認定講師 Rieさん

参加費 1,200円（材料費）

持ち物 はさみ、せんたくばさみ10個、速乾性木工用ボンド、メジャー（2m程度）、筆記用具、持ち帰りの袋

申 6月30日(日)までに電話か直接桜台センターへ



駅ライフサポート講座

元気な今だから知っておきたい。軽い尿漏れ防止とセルフケア。（骨盤底筋体操）

日時 7月12日(金) 午後1時30分～3時30分

対象 一般 25人（申し込み順）

内容 トラブルのメカニズム・トラブルのタイプなど

講師 ユニ・チャーム(株) 排せつケア研究所 看護師 梅林真紀さん

参加費 100円（資料代）

申 7月7日(日)までに電話か直接駅前センターへ

福清戸の杜プチマルシェ

地域のプチ起業家によるワークショップでおしゃべりしながら、ワンデータイムを楽しみませんか。

日時 15日(土) 午前10時～午後2時

内容・参加費 ①ワークショップ 若石リフレクソロジー 15分1,000円、30分2,000円 ②マルシェ販売 国産小麦粉とそせい糖のスコーン、焼き菓子

福「ウクレレ」講習

「月の砂漠」や「Happy birthday to you」などの曲を楽しく歌いながら練習してみませんか。

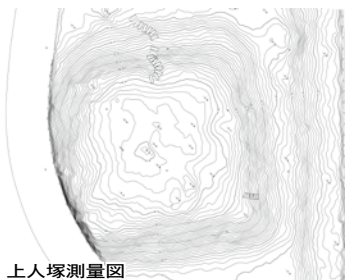
日時 7月19日・26日、8月2日・9日（各金曜日・全4回） 午後1時～3時

対象 市内在住でおおむね60歳以上でウクレレを持参できる人 10人（応募者多数の場合は抽選）

参加費 100円（資料代）

持ち物 ウクレレ、筆記用具

申 6月28日(金)までに電話か直接福祉センターへ



上人塚測量図

しょうにんづか
上人塚

ふるきをたずねて
歴史のしずく
新しきを知る

上人塚は白井第一小学校の敷地内にあります。平面形は四角形、断面形は台形を呈し、規模は長さ29m、現存幅25m、最大高3・55mを測ります。塚の南西部が失われていますので、元来は30m四方の塚だったのかもしれません。上人塚は過去には古墳の可能性も指摘されていましたが、発掘調査の結果、周溝や主体部は確認されず、現在は江戸時代に築造された塚だと考えられています。

所在地は根字上人塚105で、「上人塚」の名称がランドマークとして当地の地名に採用されています。上人塚は鹿嶋道（木下街道）に並行するように築造されています。実は鹿嶋道沿いには同様の塚が複数あります。幕末の絵図には鹿嶋道に「里程（目印）が存在したことが記録されていて、寛永8（1631）年の鹿嶋道整備の際に塚が里程として築かれたと考えられています。塚は

市内には中・近世に築造された塚が42遺跡116基確認されていますが、上人塚はそのなかでも最大級のものであり、白井市の歴史上重要なものであることから、平成31年3月19日付で市指定文化財に指定しました。

上人塚の頂上には一等三角点が設置されています。一等三角点は千葉県内でも25カ所しかないもので、近隣では四街道市文化センター付近や栄町の岩屋古墳の墳頂に所在します。明治29（1896）年には上人塚の上に櫓を組んで広範囲を測量したことが知られていますが、上人塚から17mほど離れた前述の四街道市や栄町の2地点まで遠望できたといえます。

江戸幕府の牧の範囲だった人の住まない原野に築造されたため、土地周辺の目印にもなり、上人塚と同様に「笹塚」や「念仏塚」のように地名の由来となったものがあります。上人塚の名称は、道の向かいにある一億供養塔に由来します。この石塔は文化12（1815）年に造立されたもので、徳本上人揮毫の六字名号が陰刻されていることから一般には「徳本上人碑」と呼ばれ、道の向かいにある塚も「上人塚」と呼ばれるようになったと考えられています。

タイトルの上にある西などは次の場所や申し込み・問い合わせ先を示しています。

西 西白井複合センター（月曜日休館） ☎492-1011 歌 白井駅前センター（月曜日休館） ☎497-1151 言 富士センター（月曜日休館） ☎446-1911 公 公民センター（日曜日休館） ☎492-5266 桜 桜台センター（月曜日休館） ☎491-7111 福 福祉センター・青少年女性センター（日曜日休館） ☎492-2022

令和元年5月1日

幸せコメントいただきました！

令和元年を迎えた5月1日、市役所本庁舎の市民課では、臨時戸籍届出受領窓口を開設しました。婚姻届など18件の届け出があり、なし坊、かおりや市非公認キャラクターじねんじゃーたちが届け出に訪れた皆さんを祝福しました（一部を紹介します）。おめでとうございます。



川村竜太さんと恭子さん

「意味のある日に提出しようと決めていました。平和な家庭を築き、楽しく過ごしたいと思います」



小淵将彦さんと七海さん

「勤務地の近くに住みたいと思い、しろいで新生活をスタートします」



伊藤隆弘さんと薫美さん

「しろいで梨作りをしています。平成を振り返って思い出すのは、8年前の東日本大震災です。当時、消防団に加入していて、地元のことを考えるようになりました」



岡村正孝さんと寿子さん

「出会いは、ソロモン諸島のキラキラ（青年海外協力隊の活動をしていました）です。海外に行くことも多いのですが、白井市は移動しやすいと思います」

しろいの「平成」時代

しろいの平成を振り返る最終回は、平成21年から平成の終わりまでです。平成時代に起こったさまざまな出来事が、市の歴史に刻まれ、そして令和の時代に受け継がれていきます。来年は56年ぶりに東京でオリンピックが開催されます。新たな伝説が生まれるかもしれません。

2009（平成21）年～2019（平成31）年

- 2009（平成21）年 子育て支援事業開始（南山保育園）
- 2010（平成22）年 障害者支援センター開所
- 2011（平成23）年 白井コミュニティセンター開所、柏レイソルJ1優勝（市は、柏レイソルのホームタウンエリア）
- 2012（平成24）年 しろいの梨をタイ王国へ輸出
- 2013（平成25）年 市民参加・協働のまちづくりプランを策定、福島県伊達市と「災害時の相互応援協定」締結
- 2014（平成26）年 しろいふるさと大使創設
- 2015（平成27）年 プラネタリウム館リニューアルオープン、農産物の移動販売を開始（JA西印旛農産物直売所やおばあく）
- 2016（平成28）年 ウェイトリフティング安藤美希選手がリオ五輪5位入賞、親元同居近居支援制度がスタート
- 2017（平成29）年 市役所本庁舎完成、福島県伊達市と友好交流協定締結
- 2018（平成30）年 市役所東庁舎完成、クラウドファンディングに挑戦
- 2019（平成31）年 学校給食センター（愛称「なし坊キッチン」）完成



平成28年9月3日「リオ五輪出場報告会」でウェイトリフティングの試技を披露する安藤選手



平成28年から始まった市役所本庁舎建設工事、左側は減築改修前の市役所庁舎（現東庁舎）



なし坊サポーターズが白井市のおすすめ!? スゴい!を紹介

なし坊サポーターズ募集中

しろいの魅力を「広報しろい」「市公式SNS」で発信してみませんか。

☎ 秘書課広聴・魅力発信班 内線3325・✉ miryoku@city.shiroyi.chiba.jpへ



昔の地名で見えています（^^）

昔の地名に興味を持って近所を歩いてみました。（郷土資料館発行の『白井の地名』を購入しました）

この辺りは、資料によると…軽沢かな唐沢かな？

地名の意味は
軽⇒雨期以外は涸れた沢
唐⇒水も生えるものも空の沢

低地で雨期には水が貯まりそうだから 軽沢かな？（記者 猫29号）

解説



現在の七次台3丁目

「軽沢」は折立地区の小字で、谷津の折立側上流部の地名です。「唐沢」は昔の根地区の小字名で、現在の七次台3丁目付近に当たります。

出典『白井の地名～ニュータウン開発以前の字地名～』郷土資料館発行

ひらめいた！ナゾトキウォーキング

5月11日に白井総合公園で開催された「しろいの歴史と自然に触れるナゾトキウォーキング」。定員いっぱいの150組が参加し、新緑の中、ナゾトキを楽しみました。



ナゾトキに挑む皆さん

クリアしたよ！攻略の証し、限定ステッカーを手に



撮影に協力してくれた皆さん、ありがとうございました

こんなナゾが出題

「タチツ沼ト」これな～んだ？

※答えは、ページ左下にあります。

市公式フェイスブック「しろいの魅力市場 @shiroyinomiryoku」になし坊サポーターズが取材した「しろいの魅力」を掲載中「配信しろい【白井市公式】」（YouTube）では、なし坊サポーターズが撮影した動画を配信しています。見てね！

俳句

吉川禮子選

しろい文芸



天郷の山低く連なり麦の秋

池の上

渡辺みどり

地 誰もみなやさしくなれり藤の下

大山口

斎藤裕子

人 日に透けて風さわさわと柿若葉

堀込

山川純子

【選評】天 関東平野とも思える遠山脈がほのかに青く連なり

麦畑が広々と見える。黄金の穂りをなして明るく、晩春の古里

の風景である。地 藤棚の下に憩い、花房を見上げて。時々、

風に藤の花がゆれ香りを放つ。藤の花の優しさが人の心に移り

みな和やかな顔をしている。人 風の表現のさわさわが良い

日に透けた柿若葉の美しさは格別である。快い作品と思う。

ボール蹴るジーンパン母娘梅雨夕焼

白鷺の降りし代田に風わたる

白井

上坂千昭

日も風もやさし小流れ白あやめ

堀込

門脇洋子

薫風や新しき御代妃のティアラ

清水口

佐藤由美子

浜屋顔沖に巨船の光りけり

根

中西敦子

蒲公英やみずすは小さき星となり

富士

福加博之

盆栽に触るれば散りぬ松の花

西白井

増子桂子

短歌

風間博夫選

ふるさとを遠く離れて住む街の

ここニュータウンがふるさととなる

堀込

石垣和子

【選評】ふるさととなるまでの年月を思いました。「住めば都

であったのです。ニュータウンで生まれ育った子や孫にとって

は「ここ」がふるさとです。

聴力の衰えるわれは励まざる

カッチンカッチンと柱時計に

根

高層のマンションわきに咲く躑躅

池の上

白き赤きに人ら触れゆく

蝦名幸子

乗り鉄の夫ペン持ちて廃線を

なぞりボソッと「ここも無くすのか」

南山

高橋向日葵

首かしげなほ読めざりし侑姫

麗穂

紫咲花

などなどキラキラネーム

富士

望月玲子

※俳句と短歌の入選作は氏名の五十音順です（特選を除く）。