

きみとまちつなく



KIMITSU

2023
9
No.625



9月は「健康増進普及月間」

続けよう！健康ライフ！

健康づくりをサポートする無料のスマートフォンアプリ「ヘルスケアパスポート」の運用をスタートしました！



君津市民ふれあい祭り



新たなバス路線「周西線」の運行をスタート！



9月24日は、君津市議会議員一般選挙の投票日です。



9月1日は、防災の日！災害に備えましょう！

今月の表紙

朝生 翔也さん(きみつ大好きだぜ！応援団)

撮影場所／保健福祉センター前 ふれあい広場

順次拡大中!! 連携医療機関一覧

■ 市内医療機関

- あすなるクリニック (9/1 から運用開始予定)
- 君津市国保小櫃診療所
- きみつ腎・泌尿器クリニック
- 玄々堂君津病院 (導入予定)
- こばやし整形外科
- ファミール産院きみつ
- イオン薬局イオンスタイル君津
- つきみ薬局
- とみざわ薬局君津店

■ 県内の主な医療機関

- 千葉大学医学部附属病院

最新の連携医療機関情報やインストール方法などアプリに関する不明点があれば、気軽にお問い合わせください! 連携を検討している医療機関も随時、受け付けています!

☎「ヘルスケアパスポート」カスタマーサポートデスク ☎050(3852)2280
✉ hcp-supportdesk@tis.co.jp
平日 9:00 ~ 17:00 (12/29 ~ 1/3 除く)

POINT

01 健康情報をスマホで簡単に持ち運べる!

- 血液検査結果
- お薬
- バイタル情報 (血圧・体温等) など

POINT

02 本人が同意した連携医療機関に正しい情報を共有できる!

現在の連携医療機関は左表のとおり

POINT

03 家族とも共有できる!

本人が同意した家族と情報を共有できます

NEW
自分の医療・健康情報を家族や関係機関と共有して健康づくりをサポートするスマホ向けアプリ「ヘルスケアパスポート」の普及をスタートしました! 関 健康づくり課 ☎(57) 2233

はじめよう! 「ヘルスケアパスポート」
あなたの健康! スマホで管理!



市ホームページはこちら!



9月は「健康増進普及月間」 続けよう! 健康ライフ!

健康な生活を続けるには、毎日の積み重ねが大切です!
体調を崩しやすい季節の変わり目。適度な運動を心がけながら自身の健康管理について見直してみましょう!

関 健康づくり課 ☎(57) 2233

健

健康で心豊かに暮らせるまちを目指す「健康都市」を宣言して

いる君津市。誰もがイキイキと充実した毎日を過ごせるように、健康を増進するさまざまな取り組みを実施しています。健康増進普及月間でもある今月は「健康」を特集テーマに、皆さんの健康ライフをサポートします。

記録的な暑さが続く今年の夏は、東京都心でも気温が35℃を上回る猛暑日の日数が観測史上最多記録を更新しました。9月以降も全国的に平年の気温より高く、厳しい残暑が予想されます。そんな暑さに負けない身体を作るためには、日々の健康管理がとて大切です。

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を健康寿命と呼びます。今回は、この健康寿命を延ばすために今日から実践できること、日々の健康管理をサポートする無料のスマホアプリ「ヘルスケアパスポート」をご紹介します。イキイキと心豊かに暮らす、健康ライフをみんな目指しましょう!

健康寿命を延ばす!
プラス10

+10の取り組みを
紹介します!

普段よりも10分多く身体を動かすだけで、健康寿命を延ばすことができます。いつも頭の片隅に+10プラステンを思い浮かべながら、無理のない範囲で身体を動かす機会を作りましょう!

参考文献:厚生労働省アクトタイプガイド「健康づくりのための身体活動指針」



健康マイレージで健康とお買い物券を
ゲットしよう!

健康に関する取り組みを実施し、ポイントをためて応募するとお得なお買い物券がもらえます!



例えば:
こんな取り組みで +10

- 車移動に代えて、徒歩移動を +10分
- 自転車移動を +10分
- 普段より歩幅を広くして、早く歩いて +10分
- 普段なら動かさずにテレビを見ているところをながらストレッチで +10分

私の健康の秘訣は、趣味のフットサルと適度な運動です!



今月の表紙を飾った朝生翔也さん (きみつ大好きだぜ! 応援団)

③ 連携医療機関の受付で連携を設定する
上記の連携医療機関の受付で「ヘルスケアパスポート」の連携を希望します」とお声がけください。

プロフィールを登録
携帯電話番号の登録後、SMSで届く確認コードを入力
メールアドレス・パスワードを登録

② 画面案内に従って、アカウント・プロフィールを登録する

① アプリをダウンロードする

ヘルスケアパスポート登録方法
情報管理がしっかりと対策されたアプリです。

iPhone
Android

INTERVIEW

デジタルで情報管理! 患者さん・医療機関どちらにもこんなメリット(利点)があります!



あすなるクリニック院長 保住 寛 先生

■ 医療機関側のメリット

医師は、患者さんの医療情報などを記録したカルテを見ながら診療を行います。今回のアプリ活用が広がれば、本人の同意が得られた情報を連携医療機関の間で管理・共有できるようになります。デジタルは紙と比べて、データの閲覧や検索などが迅速かつ簡単にできるため、スムーズな診療・事務の効率化にもつながります。また紙を保管する場所の確保も不要になります。

■ 利用者(患者さん)側のメリット

普段利用している病院が連携医療機関であれば、施設とアプリを連携させることで、医療やお薬の情報をいつでもスマホで確認することができます。血圧など、身体の変化を記録しておく機能も搭載されているので、日々の健康意識を高めることにもつながります。連携医療機関は、これから続々と増えていくと思います。

9/14~ 第69回桂宮杯 全日本水上スキー選手権大会

[木]



日本一の称号を目指し、競い合う選手たちの白熱した競技を是非ご覧ください！



小糸川水系の水不足により、開催は延期となりました。

郡ダムで行っている水上スキー実証実験の一環として、第69回桂宮杯全日本水上スキー選手権大会を開催します。全国各地から選手が参加する国内トップレベルの大会です。

期間=9月14日(木)から18日(月・祝)

時間=日の出から日の入りまで

観戦場所=郡ダム芝生広場 ※イベント同時開催予定

種目=スラローム、トリック、ジャンプ

▼スラローム：水上に浮いているブイを左右交互に



ターンし、その獲得数を競う種目です

▼トリック：往復合計40秒の競技時間内に多くの技を行い、その合計点数を競う種目です

▼ジャンプ：水上に浮かべられたジャンプ台から飛び出し、着水地点までの飛距離を競う種目です

注意事項=郡ダム湖畔への出入りは、選手または関係者のみとなっています。その他詳しくは、市ホームページをご覧ください。

主催=日本水上スキー・ウエイボード連盟

☎ 経済振興課 ☎ (56) 1325

9/17~ 第13回 ミニ鉄道フェスティバル

[日]



会場：生涯学習交流センター



小さな電車で大きな夢を乗せて、出発進行！

さまざまな風景を模型で再現したジオラマの中を、人気の車両や千葉県に縁のある身近な車両が走り回ります。詳しくは、市ホームページをご確認ください。

【日時・内容】

期日	時間	内容
9/17 (日)	18:00~19:30	特別企画「銀河鉄道の夜」(夜のジオラマ展示)
9/18 (月・祝)	10:00~14:00	ジオラマ展示、鉄道関連展示、ちびっこでんしゃひろば、ミニ体験コーナー

☎ 生涯学習交流センター ☎ (50) 3980

9/23 バドミントン・シニア大会 (100歳ミックスダブルス)

[土]

会場：市民体育館



バドミントンで日頃の運動不足を解消しよう！

日時=9月23日(土・祝)午前9時から

種目・条件=男女混合ダブルス・大会当日時点で、男女の合計年齢が100歳以上になること

費用=1組1,500円

申込方法=氏名・性別・年齢・住所・電話番号・所属クラブを明記の上、郵送、またはメールでお申し込みください。

申込期限=9月13日(水)・必着

☎ 〒299-1163 君津市杵師 4-13-14

君津市体育協会バドミントン部・齊藤 ☎ (55) 0265

☒ kimitsucity.bado@jcom.home.ne.jp

9/27 タニタ管理栄養士に学ぶ ウォーキングセミナー

[水]

会場：生涯学習交流センター



健康的なからだづくりに役立つ講義と、ウォーキングの実体験を実施します！

日時=9月27日(水)午後1時から

対象=30歳以上で、市内在住または在勤の方

定員=50人(先着順)

申込方法=電話、ファックスまたはメールで、氏名・年齢・性別・住所・電話番号をお伝えください。

申込期限=9月15日(金)

注意事項=足や腰などに痛みのある方、血圧が160/100mmHgを超える方は参加を控えてください。

☎ スポーツ推進課 ☎ (56) 1545

☎ (56) 1629

☒ sports@city.kimitsu.lg.jp

10/1~ オクトーバー・ラン&ウォーク 2023

[日]



楽しく歩いて健康づくりに取り組みましょう！



自身の歩数や、自身体重のランニングをアプリ上で競いながら楽しむことができます！

スマートフォンアプリ「スポーツタウン WALKER」を使って、10月の1カ月間、参加者のウォーキングの総歩数、ランニングの総距離を集計して、競い合うオンラインイベントです。

期間=10月1日(日)から31日(火)

対象=市内在住、または在勤の方

参加方法=スポーツタウン WALKER アプリをダウンロードして参加してください。

その他=参加者の中からウォーキングの歩数により、抽選で景品をプレゼントします。

☎ スポーツ推進課 ☎ (56) 1545

9/30~ 百年後芸術祭 -内房総アートフェス-

[土]

開催エリア：市原・木更津・君津・袖ヶ浦・富津

■ Live Art Performance en・縁日~ EN - NICHU ~

内容=▼音楽・映像・ダンス・光・テクノロジーを融合させたパフォーマンスショー

▼千葉の食材を使った食の宴 ほか

【期日・会場】

地区	期日	会場
市原	9/30(土)、10/1(日)	上総更級公園
木更津	10/21(土)、11/5(日)	クルックフィールズ
袖ヶ浦	2024年3月	百目木公園
富津		市民ふれあい公園
君津	2024年5月	君津市民文化ホール

■ アート作品展示 ※会場調整中

内容=国内外の現代アート作家の作品の展示

開催期間=2024年3月23日から5月26日

☎ 内房総アートフェス実行委員会

事務局 ☎ 0438(38)6563



11/12 SOMPO ボールゲームフェスタ

[日]



会場：市民体育館

あそびバ！

ボールを使って自宅でも気軽にできる遊びを、元トップアスリート選手と一緒に親子で楽しめます。

時間=午前9時から11時45分(8時30分受付開始)

対象・定員=年中から小学校2年生とその保護者、または引率者・60組(120人)

キッズチャレンジ

元トップアスリート選手からソフトボール・サッカー・バレーボール・ラグビーの4種目を順番に体験します。

時間=午後1時から4時45分(0時30分受付開始)

対象・定員=小学校3年生から6年生・100人

共通事項

服装・持ち物=飲み物、タオル、室内シューズ

申込方法=専用サイトからお申し込みください。

申込期限=9月22日(金)

☎ スポーツ推進課 ☎ (56) 1433





君津の魅力溢れる催しが盛りだくさん！ 君津市イベントスケジュール

2023年
8月21日
時点の情報

秋の行楽シーズンはイベント盛りだくさん！これから市内で行われる予定のイベントを一覧表でご紹介します。詳しい内容などは決まり次第、広報きみつや市ホームページで順次お知らせします。

9月6日(水)
海上自衛隊横須賀音楽隊サマーコンサート
迫力満点の音色が大ホール全体に響き渡り、会場が一体となって盛り上がります **場** 君津市民文化ホール **対** 申込締切済



9月10日(日)
坂田ふるさと祭 時 15:00～
屋台や催し盛りだくさん！坂田ふるさと音頭をみんなで踊ります **場** 五竜公園 **対** どなたでも
※詳細 P22 で紹介



9月16日(土)
文化(市指定)：六手の神楽ばやし 時 11:00～
江戸の祭ばやしの系統をひく小糸川流域で伝承されてきた神楽ばやしです **場** 八幡神社(六手59) **対** どなたでも



9月29日(金)
文化(市指定)：馬登の獅子神楽 時 14:00～
場 下組熊野神社(馬登35付近)・中組熊野神社(馬登145付近)・上組白山神社(馬登530-1) **対** どなたでも



9月30日(土)
君津市民ふれあい祭り 日本製鉄(株)工場見学
鉄鋼製品の製造工程を見学することができます **場** 東日本製鉄所君津地区 **対** どなたでも
※詳細 P6 で紹介



9月30日(土)
君津市民ふれあい祭り 君津市民花火大会
約5,000発の花火が亀山の湖面と夜空を彩ります **場** 亀山ダム湖畔 **対** どなたでも
※詳細 P6 で紹介



10月1日(日)
君津市民ふれあい祭り いやさか君津踊り
いやさかさっさ！の掛け声で祭りの最後を締めくくります **場** JR君津駅南口 **対** どなたでも
※詳細 P6 で紹介



10月1日(日)
文化(県指定)：三島の棒術と羯鼓舞 時 調整中
県の無形民俗文化財に指定されている伝統芸能です ※現在日程など調整中 **場** 三島神社(宿原844) **対** どなたでも



10月13日(金)
きみつの地酒祭り 時 18:30～
50種類以上の地酒やミード(はちみつのお酒)が飲み比べできます **場** ハミルトンホテル KAZUSA **対** 申込受付中



10月15日(日)
久留里城まつり 時 11:00～
手作り甲冑をまとった武者行列がかつての城下町を練り歩きます **場** 久留里商店街ほか **対** どなたでも



10月15日(日)
小櫃地区ふるさと祭り 時 13:00～
夜には花火も打ち上げられる小櫃地区が一体となって盛り上がるお祭りです **場** 小櫃スポーツ広場 **対** どなたでも



11月中旬から
亀山オータムフェスティバル
本州一遅くまで紅葉が楽しめる亀山湖周辺で秋色に染まった大自然を堪能できるイベントです **場** 亀山湖畔 **対** どなたでも



各項目
時：開始時間 **場**：会場 **対**：対象者
文化：文化財

注意事項
▼P4・P5で紹介しているイベントは省略しています ▼**文化**：専用駐車場などはありません。公共交通機関をご利用ください。祭礼の詳細は市ホームページをご確認ください
☎生涯学習文化課(29)7815



君津市民ふれあい祭り

祭りの活気がひとをつなぐみんなで盛り上がるうきみつ！～コロナからの復活2023～

9/6 [水] 14:00～16:00	自衛隊音楽コンサート (海上自衛隊横須賀音楽隊) 会場=君津市民文化ホール・大ホール ※申込締切済	9/30 [土] 19:30～20:00	君津市民花火大会 会場=亀山ダム湖畔 ※荒天時は10/9(月・祝)に延期
9/29~ [金] 10:00～17:00	君津市民ふれあい祭り展示会 会場=生涯学習交流センター 1階・ギャラリー ※10/1(日)まで展示	10/1 [日] 13:00～13:20	スポーツイベント表彰式
9/30 [土] 9:00～15:00	日本製鉄(株)工場見学 会場=日本製鉄(株) 東日本製鉄所君津地区	10/1 [日] 13:30～16:50	▼プラスバンド演奏 ▼和太鼓演奏 ▼ダンス披露 ▼みこし練り歩き
		17:00～17:45	オープニングセレモニー
		18:00～20:10	いやさか君津踊り
		13:00～20:15	飲食・特産品販売 会場=君津駅南口

君津市民花火大会会場まで送迎バスを運行します！

運行日時=9月30日(土)
▼行き：午後5時頃出発 ▼帰り：午後8時から9時出発予定 ※交通規制のため、出発時間が遅れることがあります
乗車・降車場所=▼日本製鉄大和田球場前 ▼JR君津駅南口(千葉興業銀行横) ▼市役所北側駐車場 ▼君津市民文化ホール(第4駐車場) ▼小糸・清和・小櫃公民館 ▼上総地域交流センター
費用=中学生以上：500円(往復) ※小学生以下は無料
定員=300人(申込多数の場合は抽選)

申込フォーム 

申込方法=必要事項を明記の上、申込フォームからお申し込みください。※電話での申込不可
申込期限=9月20日(水)
注意事項=▼1グループ8人まで ▼中学生以下の方のみでの申込不可 ▼申込は1グループあたり1回まで ▼バスの乗降は代表者が責任を持って行い、料金は乗車時にグループ全員分をまとめて支払ってください
▼延期となった場合、送迎バスは運行しません
☎〒299-1192 君津市役所経済振興課
君津市民ふれあい祭り実行委員会 ☎(56)1325

協力：君津市食生活改善協議会

ひとくちメモ
かぼちゃは、代表的な緑黄色野菜です。かぼちゃに含まれるビタミンA(β-カロテン)、C、Eは、抗酸化作用があり、免疫力低下の一因となる活性酸素の働きを抑える効果が期待できます。
また、脂溶性ビタミンであるビタミンA、Eは、油と一緒に摂ることで吸収率が高まります。そのため、油を使って調理することで効率よく栄養を摂ることができます。

作り方
① かぼちゃは種とわたを取り、長さを半分にした後縦に薄切り(3から5mm程度)にする。
② フライパンに、オリーブオイルを弱火の中火で熱し、かぼちゃを並べる。両面を約2分ずつ焼き、塩、黒こしょうをふる。
③ 器に盛り、粉チーズを適宜ふる。

からだイキイキ きみつごはん！



材料：2人分
かぼちゃ…150g 粗挽き黒こしょう…少々
オリーブオイル…大さじ1 粉チーズ…適宜
塩…少々

君津市副市長 中川 茂治 氏 逝去

平成31年4月から副市長として、変動著しい社会状況のなか強靱なまちづくりや地方創生の推進に尽力された中川茂治氏(65歳)が、去る8月14日に逝去されました。



故人のご功績に敬意を表するとともに、心からご冥福をお祈りいたします。

☎ 秘書課 (56)1381

市民が主役のまちづくり事業 3次募集の 受付を開始しました

地域課題の解決や特色あるまちづくりを行っている市民活動団体を応援します。

受付期間=9月19日(火)まで



募集要項

配布場所=市役所2階・市民活動支援課
閲覧場所=公民館、市民センター、コミュニティセンター

☎ 市民活動支援課 (56)1483

NEW



代表・伊藤 修一 さん

活動のきっかけ

全国的に問題となっている空き家問題は、人口減少が続く清和地区でも大きな課題です。コロナ禍で地方移住の関心度は高まりましたが、移住先としての清和地区の認知度はまだ高くありません。そこで、清和内外の人たちが交流する拠点を整備し、移住促進や空き家の活用をしたいと考え、この取り組みを始めました。

今後の目標

移住を考えている人は、地域

NEW



NPO 法人いきいき清和
④ 石橋 誠治 さん
⑤ 鈴木 啓史 さん
⑥ 木曾野 正勝 さん

活動のきっかけ

交流人口を増やす取り組みとして平成28年に始めた清和の魅力探訪ウォークは、今年3月に10回目を迎え、清和地区全自治会内にコースを設定し歩くことができました。次の段階として、これまで歩いたコースを一冊のガイドブックにまとめ、さらに多くの方に清和地区へ来ていただくことに取り組んでいます。

今後の目標

完成したガイドブックは、

お便りの コーナー

皆さんからいただいたお便りの一部をご紹介します



先月は14通のお便りをいただきました。たくさんのご意見・ご感想ありがとうございました。

■ さかなクンと石井市長の特別対談の記事に、たくさんのお便りをいただきました！▼さかなクンの大ファンなのでとっても嬉しかったです！石井市長との対談を通じてカーボンニュートラルに対する取り組みや、さかなクンの環境保全に対する取り組みなど、大変わかりやすくまとめられています。読んでいて楽しかったです。(30代・女性)▼「森は海の恋人」という言葉に胸キュンです。素敵だなと思いました。また市長のジャケットを間近に見てみたいと思いました。(60代・女性)▼自分達が身近にあるプラギョミさんを海に流すことなく、しっかりとリサイクルして新しい物に生まれ変わって欲しいと思います。(30代・男性)▼適切な森林保全は、綺麗な海や豊かな漁場に繋がると思っています。身近なところからコツコツと。君津市が環

境グリーン都市の先頭を行く自治体となるよう、一市民として協力していきたいです。(50代・女性)▼表紙のさかなクンを見て、思わずテンションが上がってしまっただ方も多いのではないのでしょうか。さかなクンの素敵な人柄に、たくさんの方の元気をもらえますよね。できることからコツコツと、環境にやさしい様々な取り組みを、さかなクンとギョーと一緒に取り組んでいきましょう！なお、対談の様子は市公式 YouTube で配信中です。ぜひ、こちらもご覧ください！
■ 君津市民にスポットが当たっているところが読みたくなります！(30代・女性)▼広報を通して君津の魅力の魅力を紹介します。これからも、たくさんの方の魅力を伝えていきます！



になじむことができるか不安に感じ、地元の人たちは他所からどんな人が来て何をするのか不安に感じるはず。活動を通して、互いの不安を取り除き、人の流れを清和地区に作ってみたいと思っています。

活動のつぎ注目！

この活動では、実際に空き家となっている家を改修し、交流拠点を整備します。拠点では、地元の人を講師に農業体験や太巻き寿司づくり体験などの各種体験のほか、空き

来年度完成予定の旧秋元小学校複合施設で配布する予定です。また、今後はコースの案内を行うボランティアガイドの育成も行っていきます。

活動のつぎ注目！

今回作成するガイドブックには、これまで歩いたコースの概要や見どころ案内だけでなく、各地に残る風習や民話、隠れていた史跡、偉人などのコラムを掲載していきます。ただ歩くだけでは味わうことのできない、清和の魅力がたくさんつまっ

家ツアーなどを行っていく予定です。清和の人や文化、暮らしなどを直に体感しにぜひ遊びに来てください！

活動場所=清和地区内
活動内容

- ・清和の魅力を体感するアクティビティの案内
 - ・空き家ツアーやワークショップの開催
- ☎ 事務局 ☎ seiwa.2525.community@gmail.com



活動場所=清和地区全域
活動内容

- ・清和地区のガイドブックの作成
 - ・ボランティアガイドの育成
- ☎ 事務局 ☎ ikiikiseiwa@gmail.com



一冊が完成する予定です。ぜひ清和地区に遊びに来て、私たちと一緒にガイドブックを片手に清和の魅力を訪ねましょう！

■ 昨年度から継続して採択された団体

こいとんきこり隊

活動場所=行馬地区の小糸川沿いの竹林など
活動内容=▼倒竹木の撤去・伐採 ▼竹木の再利用 ▼災害時に倒木の可能性があるスギやケヤキの伐採
☎ 事務局・勝 ☎ 090(6215)3339
☎ koito.kantei@gmail.com



君津青葉花いっぱい委員会

活動場所=上総・小櫃地区の公民館、小学校など
活動内容=▼植栽する草花や植え付け方や管理方法などの検討 ▼小中学校の卒業式や入学式で使用する鉢花の装飾方法の検討
☎ 君津青葉高等学校・田川 ☎ (27)2351



きみつの俳句・短歌

俳句 君津市文化協会・文芸部選

秋の日や鉄の街にて半世紀 中島 岳藤 千恵子

井戸水の溢るる手桶こぼれ萩 中島 芦刈 蒨

君の手に花を持たせる敗戦日 外箕輪 佐藤 鮎 美

草の露褪せし地蔵の涎掛け 北子安 室園 繁 美

年ごとに淋しさ覚ゆ晩夏かな 南子安 小林 憲 次

宿題を夏の終りに気付きけり 南子安 大坪 秀 生

消えゆきてまた光増す螢かな 北子安 二平 博

応募資格
市内在住・在勤・在学の方

応募方法
住所・氏名・電話番号を明記の上、郵送、ファックスまたは、メールでお申し込みください。
※一人につき3作品まで

申込先
☎ 生涯学習文化課
☎ (50)3980
☎ (54)9888
☎ shogaku@city.kimitsu.lg.jp

10月から 子ども医療費の助成を18歳まで拡大します！



対象者へ申請書を送付しています。希望する方は書類を提出してください。



対象者＝本市の住民基本台帳に記録されている方で、健康保険に加入している平成17年4月2日から平成20年4月1日までに生まれたお子

さんの保護者

※お子さんが次のいずれかに該当する場合は対象外です ▼婚姻している場合 ▼就職し、保護者の被扶養者でない場合 ▼生活保護を受けている場合

申請方法＝郵送、またはこども政策課窓口へ提出してください。

申請期限＝9月15日(金)・必着

注意事項＝▼期限までに申請があった場合、子ども医療費助成受給券を9月末に郵送します ▼期限を過ぎた場合は、受給券の発行が遅れます ▼11月1日以降に申請した場合は、市が申請書を受け付けた日から助成の対象となります

☎ こども政策課 ☎(56)1128

9/10(日)～9/16(土)は、自殺予防週間

もし、あなたが悩みを抱えていたら、ご相談ください！

悩み相談窓口

毎年9月10日の世界自殺予防デーにちなんで、9月10日から16日を自殺予防週間としています。自分自身や家族・友人・職場の同僚など、こころの健康について目を向けてみてください。



窓口	対応時間	連絡先
よりそいホットライン	24時間対応 どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法を探します。	☎0120-279-338 ☎0120-773-776
千葉いのちの電話	24時間対応 自殺をはじめとする、精神的危機に直面し、助けと励ましを求めている人の電話相談です。	☎043-227-3900
#いのちSOS	日・月・火・金 0:00～24:00 水・木・土 6:00～24:00 専門の相談員が、あなたの状況を一緒に整理し必要な支援策などを一緒に考えます。	☎0120-061-338
チャイルドライン	毎日(年末年始除く)16:00～21:00 ※チャットは水・木・金・土 18歳までの子どものための相談先です。電話やチャットで相談ができます。※9/4(月)までは夏の全国キャンペーンのため、相談体制を強化しています	☎0120-99-7777

※0120以外から始まる電話番号への発信は通話料がかかります。相談料は全て無料です

チャットで相談できる団体を紹介しています

相談支援サイト「まもろうよこころ」



厚生労働省



9/30まで

国保特定健康診査・後期高齢者健康診査を受けましょう！



対象＝40歳以上の国民健康保険、または後期高齢者医療制度に加入している方 ※対象者には5月下旬に受診券を送付しました。受診券を紛失した方は、再交付しますのでお問い合わせください

期限＝9月30日(土)

注意事項＝▼令和5年度の集団健診(国保特定健康診査)や短期人間ドックを受ける方は、受診で

きません ▼昭和23年6月から昭和23年9月生まれの方は10月に、昭和23年10月から昭和24年1月生まれの方は令和6年2月に健康診査を実施します。実施月の前月末頃に対象者へ受診券を送付します

☎ 国保年金課 ▼ 国保特定健康診査 ☎(56)1739

▼ 後期高齢者健康診査 ☎(56)1179

● 日曜・休日の救急当番医 ☎ 消防本部 ☎(53)0119

期日	診療科目	診療時間	病医院名	所在地	電話番号
3(日)	内科・小児科	9:00～17:00	君津寛衆堂医院	南子安	(52)8733
10(日)	内科		そがわ医院	常代	(54)6300
17(日)			君津クリニック	空師	(55)8111
18(月・祝)			小ぐれ医院	南子安	(55)6611
23(土・祝)	内科・小児科		水島外科内科クリニック	東坂田	(50)1501
24(日)			君津サンクリニック	内箕輪	(55)3333

当番医は変更になる場合があります。当日の朝刊も確認してください。また、当番医が専門外の場合、他の医療機関の受診をお願いすることがあります。

君津都市夜間急病診療所(木更津市中央1-5-18) ☎ ☎0438(25)6284
●診療科目：内科・小児科 ●診療時間：午後8時から11時

産後ケア事業をご利用ください！



産後にご家族などから育児などの支援を十分に受けられない方、心身の不調や育児不安などがある方を対象に、協力医療機関やご自宅で専門職がケアを行い、安心して育児ができるよう支援します。申請手続きや利用に関する詳細は市ホームページ、またはこども家庭センターへご連絡ください。

こども家庭センター ☎(32)1352

献血にご協力をお願いします

日時＝9月6日(水)午前10時から11時45分、午後1時から4時
会場＝保健福祉センター
主催＝君津商工会議所女性会・青年部
☎ 健康づくり課 ☎(57)2230

妊娠から子育てにわたる相談も受け付けています！
☎ 相談専用ダイヤル ☎(57)0120

● 健康相談・健康教室 ☎ こども家庭センター ☎(32)1352

区分	期日	時間	会場	対象	内容ほか
のびのび育児相談	7(木)	10:00～11:00	上総地域交流センター	1か月健診受診後～おむね就園前のお子さんと保護者	身体測定、育児・栄養・歯科相談 持ち物＝母子健康手帳、バスタオル
	26(火)	9:30～11:00 13:30～15:00			
パパママクラス ※7日前までに要予約	5(火)	9:30～12:00 (受付9:15～)	保健福祉センター	妊娠中期から後期の妊婦とその家族	育児実習を通して出産・産後の準備をします。 持ち物＝母子健康手帳、筆記用具、バスタオル(妊婦体験ジャケットあり)
	21(木)	10:00～12:00 (受付9:45～)		妊娠中の方	妊娠中の食事や歯の健康、生まれてくる赤ちゃんの歯についての講話
ピカピカはみがき教室	27(水)	10:00～12:00 (受付9:50～)	保健福祉センター	1歳6か月健診受診後から3歳未満のお子様と保護者	歯科衛生士・管理栄養士の講話と歯磨き実習
こどもの発達相談	不定期開催のため、お問い合わせください			就学前のお子さん と保護者	言葉が遅い、落ち着きがないなどの発達の心配に関する個別相談
母乳相談	随時受付 ※要予約			妊産婦の方	助産師による個別の授乳相談(マッサージは行っていません)
すくすく赤ちゃん教室	個別に通知			生後4カ月頃のお子さんと保護者	離乳食や歯のお手入れのお話、身体測定など
1歳6か月児健康診査	健診日の1～2カ月前に個別に通知		身体測定、内科・歯科診察、発育発達の確認など		
3歳児健康診査			身体測定、内科・歯科診察、眼の屈折検査、尿検査、発育発達の確認など		

自分のペースではじめる健康増進！気軽に身体を動かそう！ ☎ 高齢者支援課 ☎(56)1458

☀ うんどう教室

期日	時間	会場	持ち物	備考
5(火) 26(火)	10:30～11:30	内みのわ運動公園	▼飲み物 ▼タオル ▼マスク	熱中症警戒アラート時・雨天時は、室内で実施します
5(火) 12(火) 26(火)	14:00～15:00	保健福祉センター	▼体温を記入したメモ	

地域指導員が、あなたの健康づくりをサポートします。(見学だけでも可) ※申し込み不要

対象＝おおむね60歳以上の市民の方



☀ きみつ健康体操

自治会館などの身近な集会議場で皆さんと交流しながら

体操を行います。体操教室に関心のある方、参加を希望する方はお問い合わせください。



【奥楽青年館】

● ひまわり号運行予定：ひまわりときみぴよんの絵がラッピングされた移動図書館です

巡回日	曜日	時間	場所
5・19	火	10:30 ~ 11:00	小櫃保育園
		13:00 ~ 13:30	暁星君津幼稚園
		13:45 ~ 14:00	漁業資料館
		15:20 ~ 15:50	八重原小学校
6・20	水	9:40 ~ 10:00	AIAI NURSERY 君津
		10:40 ~ 11:00	小糸保育園
		12:50 ~ 13:10	周西小学校
		14:15 ~ 14:30	中野西公園
7・21	木	14:45 ~ 15:15	北子安小学校
		9:50 ~ 10:20	宮下どろんこ保育園
		10:40 ~ 11:00	上湯江保育園
		14:20 ~ 14:35	坂田・五竜公園
8・22	金	14:50 ~ 15:20	南子安小学校
		10:30 ~ 11:00	君津保育園
		14:20 ~ 14:50	サン・ラポール南房総
12・26	火	10:10 ~ 10:30	小糸小学校

巡回日	曜日	時間	場所
12・26	火	10:40 ~ 11:00	中保育園
		13:50 ~ 14:10	亀山コミュニティセンター
		15:20 ~ 15:50	貞元小学校
13・27	水	10:10 ~ 10:25	小櫃小学校
		11:15 ~ 11:30	清和公民館
		12:30 ~ 13:00	清和小学校
14・28	木	9:40 ~ 10:10	人見こども園
		10:30 ~ 10:50	常代保育園
		11:00 ~ 11:30	内箕輪どろんこ保育園
		13:30 ~ 13:50	堺田公園
		14:05 ~ 14:30	周西の丘小学校
		15:20 ~ 15:50	周南小学校
1・15・29	金	10:00 ~ 10:20	上総小学校
		10:45 ~ 11:00	かずさあけぼの保育園
15・29	金	13:10 ~ 13:40	君津特別支援学校
1・29		14:30 ~ 14:50	外箕輪小学校
1・15・29		15:00 ~ 15:20	ウェルネス保育園

■ 注意事項：▼祝日、悪天候の日、行事などの都合で運休することがあります ▼9/15(金)の外箕輪小学校の巡回は、学校行事のためお休みです

【9月】図書館の催し

内容	期日	時間	対象
わらべうたの時間	14(木) 28(木)	10:30 ~	0歳からのお子さんとその親
おひざにだっこの絵本の時間		11:00 ~	2歳以上のお子さんとその親
おはなし会 ①えほんの回 ②おはなしの回	2(土) 16(土)	① 14:00 ~ ② 14:30 ~	① 3歳から未就学児 ② 小学生

映画観賞会 (申込不要)

「あかね空」

2006年/日本/カラー/2時間
監督：浜本正機、原作：山本一力
出演：内野聖陽、中谷美紀 ほか
日時= 9月21日(木)午後2時から
会場・定員=中央図書館2階(視聴覚室)・80人
☎ 中央図書館 (52) 4646



ちゃいるどたいむ

小さなお子さんが本や図書館に親しめるよう、家族と一緒に気兼ねなく図書館に来館できる時間です。図書館でゆったりとした時間をお過ごしください。
期日= 9月7日、14日、21日、28日(すべて木曜日)
時間= 午前10時から正午
注意事項= 一般の方の来館を制限するものではありませんが、利用の際はあたたかい見守りにご協力をお願いします。
☎ 中央図書館 (52) 4646



図書館にない資料をリクエストすることができます!

詳しくは、図書館ホームページをご確認ください。 ☎ 中央図書館 (52) 4646



君津っ子の笑顔写真

読者の皆さんから投稿いただいた元気いっぱいな君津っ子の写真をご紹介します!

☎ 政策推進課 (56) 1288



ニコニコ、いつもはよく寝てます!



ひなせちゃん(南子安) 2023.7.22生まれ

あさひがいるだけでみんなが笑顔になるよ!



あさひくん(中野) 2022.12.21生まれ

新型コロナウイルスワクチン接種 最新のお知らせ

☎ 新型コロナワクチンコールセンター (0120) 220) 116、健康づくり課 (32) 1734

令和5年秋開始接種が始まります!

対象

1・2回目接種

が済んでいる、

生後6カ月以上

の方
※乳幼児接種の場合は、1から3回目接種が済んでいる方



接種期間

9月20日(水)

~令和6年3月末(予定)

※前回のオミクロン株対応ワクチンの接種日に応じて、順番に接種券を発送しています

注意事項

生後6カ月から64歳の方で接種を希望する方は、申込フォームからの申請、またはコールセンター、健康づくり課に電話で接種券の発行申請をしてください。



これまでとの変更点

使用ワクチンを変更

オミクロン株 XBB.1.5 対応の1価ワクチンを使用します。これまでの2価ワクチンよりも高い効果が期待されています。

集団接種を終了

9月以降は集団接種を行いません。個別接種実施医療機関で接種を受けてください。

実施機関一覧



コールセンターの縮小

9月から、受付時間が平日のみの午前9時から午後6時になりました。混雑緩和のため、webからの予約にご協力ください。

その他の新型コロナワクチン接種 (令和5年8月23日時点) ※今後の状況により変更となる場合があります

令和5年春開始接種 ※9月19日(火)まで期間延長

対象= ① 65歳以上の方 ② 5歳から64歳の方で、次のいずれかに当てはまる方 ▼基礎疾患のある方、または重症化リスクがあると医師が認める方 ▼医療・福祉施設従事者

接種方法=

個別接種のみ
※個別接種実施医療機関は、市ホームページからご確認ください



あすなろクリニック、国保松丘診療所、まえだクリニックは、市の予約サイト・コールセンターでは予約できません。直接医療機関で予約してください。

これから初回接種を受ける方 ※接種方法：個別接種のみ

12歳以上の方

1回目接種から3週間後に2回目の接種を行います。

※森広小児科クリニックでは、ノバックスワクチンを接種できます。詳しくは千葉県ホームページをご確認ください。



小児接種(5歳から11歳)

1回目接種から3週間後に2回目の接種をします。

※9月19日(火)までは、2回目接種から3カ月後にオミクロン株2価ワクチンの接種ができます



乳幼児接種(生後6カ月から4歳)

1回目接種から3週間後に2回目の接種をし、8週間後に3回目の接種を行います。



予約の受付はこちらから!

web予約



電話予約

通話無料 君津市 新型コロナワクチンコールセンター

0120(220)116

9:00 ~ 18:00(土日祝日除く)

webからの予約にご協力ください!

注意事項

接種の予約は一部の医療機関を除き、市が一括して行っています。市内の医療機関に直接連絡しても予約できません。

※市外で接種する場合は、接種場所の自治体、または医療機関へ直接お問い合わせください

生活支援



新型コロナウイルス感染症の影響を受けている皆さんへの支援内容は市ホームページをご覧ください。



経済支援

市では、さまざまな悩みに応じる専用の相談窓口を開設しています。悩んでいる方は、一人で抱え込まず、ご相談ください。

注意事項 = 法律相談は、継続して受けられません。(年1回程度) ★の相談は、事前の予約が必要です。

市民相談

☎ 市民活動支援課 ☎(56) 1395

Table with 4 columns: 内容, 期日, 時間, 会場. Lists various consultation services like 人権相談, 法律相談, 交通事故相談, etc.

- 市民 市民相談室(市役所2階)
上総 上総地域交流センター
消費 消費生活センター

社会福祉協議会の相談

Table with 4 columns: 相談内容, 期日, 時間, 会場. Lists consultation services like 法律相談, 一般電話相談, etc.

- ふれ ふれあい相談室 ☎(55) 0444
ボラ ボランティアセンター ☎(55) 0294
上総 上総地域交流センター

50th 令和6年度 入園・入室説明会開催. Includes dates (9月16日, 10月7日), times, and contact info for Meiwa Kindergarten.

有料広告

アビタシオン君津. 3周年記念 キャンペーン開催中. Details about housing and services for the elderly.

有料広告

ご存じですか? B型肝炎給付金. Information about B-type hepatitis compensation, including eligibility and application details.

有料広告

下水道の処理開始・関係書類を縦覧

10月1日から、中富、中野の各一部区域で、下水道の処理を開始します。また、下水道法の規定により関係書類を縦覧します。

【対象区域】



小・中学校児童生徒の科学工夫工作と研究論文展

プログラミング(コンピューター)に思い通りの動きをするよう指示を出すこと(の部の展示も昨年度に引き続き行います。子どもたちの成果をご覧ください。

ヘルプマークを見かけたら思いやりの行動をお願いします

外見からはわからなくても援助や配慮を必要としている人がいます。例えば... 義足や人工関節を使用している方...

配布場所 = 市役所1階・障害福祉課
☎(56) 1148 FAX(56) 1220

音訳ボランティア養成講座

視覚に障がいのある方などのために書いてあることを、声に出して読む音訳に関する講義と演習を行います。日時・会場 = 10月6日(金)、13日(金)、18日(水)...

きみつ情報通

注意事項
新型コロナウイルス感染症の影響により内容が変更となる場合があります。新しい生活様式を実践して、感染対策にご協力をお願いします。

ちば障害者等用駐車区画利用証制度をご利用ください

公共施設や商業施設などに設置されている「障害者等用駐車区画」を、障がいのある方、介護が必要な高齢者、妊産婦、けが人など、歩行が困難な方が利用しやすくなるよう利用証を交付しています。

障害者等用駐車区画とは?
利用証を持っている方が優先的に利用できる駐車場です。車いすを使用している方や支援が必要な方は、車を乗り降りする際に広いスペースが必要です。



窓口に申請する方
障がい者・難病患者・けが人など：障害福祉課 ☎(56) 1148、高齢者など：介護保険課 ☎(56) 1146、妊産婦：こども家庭センター ☎(32) 1352

犯罪発生状況

1/1 ~ 7/31 までの犯罪発生状況

発生状況	備考
犯罪発生総数	301件 前年比+50
電話 de 詐欺	9件 被害額 1,210万77円
空き巣など	38件 前年比+8
自転車盗難	36件 前年比+4

防犯意識を高めよう！

息子や孫など親族を名乗る不審な電話に注意しましょう。「携帯電話(カバン)をなくした。すぐにお金が必要。いくらなら用意できる」といった内容の電話は電話 de 詐欺を疑ってください。



交通事故発生状況

1/1 ~ 7/31 までの交通事故発生状況

発生状況	前年比
人身事故	111件 -22
死者数	1人 +1
負傷者数	137人 -35
物件事故	1,247件 +20

みんなで交通事故をなくそう！

交通事故の多くは、自宅から近いところで発生しています。特に道路横断中の事故が多発しています。通り慣れた道を歩くときも油断せずに必ず安全確認しましょう。

義援金・救済金にご協力
よろしくお祈りします

■ 現在受け付けている義援金

ウクライナ人道危機救済金

受付期間：令和6年3月31日(日)まで

令和5年6月30日からの
大雨災害義援金

受付期間：令和5年12月29日(金)まで

令和5年7月7日からの
大雨災害義援金

受付期間：令和6年3月29日(金)まで

皆さんの善意は、全額日本赤十字社へ送金させていただきます。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください

☎ 厚生課 ☎ (56) 1183



ネーミングライツ
パートナーを募集



ネーミングライツ事業とは、市の施設に企業名などの愛称をつける代わりに対価をいただき、施設の魅力や市民サービスの向上を図るものです。※詳しくは、市ホームページを確認ください



応募期限 = 令和6年8月31日(土)

☎ 総務課 ☎ (56) 1232

対象施設一覧	
君津市民文化ホール	森林体験交流センター
君津バスターミナル駐車場	三舟の里案内所
君津グラウンド・ゴルフ場	亀山駅前観光便所
小糸スポーツ広場	久留里駅前便所
三石山展望広場	郡ダム観光トイレ
坂田駐車場	三石山第一観光便所
君津駅北口・南口自転車駐車場	三石山第二観光便所
君津駅北口交通広場駐車場	鹿野山神野寺前観光便所
君津中央公園	正木地区公衆用便所
こ線人道橋	※道路・公園・橋りょうも対象施設に含まれます

犯罪のない安全で安心なまち
づくり推進協議会委員を募集

活動内容 = 犯罪のない安全で安心なまちづくりを推進するための計画や施策について考える会議に参加

定員 = 3人以内(申込多数の場合は選考)

任期 = 令和5年11月1日から令和7年10月31日

対象 = 平日の会議に参加でき、11月1日時点で満20歳以上の市内に住所を有する方

申込方法 = 申込用紙に必要事項を記入し、「犯罪のないまちづくりへの思い」(800字以内・様式自由)を添えて持参、郵送、ファックス、またはメールでお申し込みください。※申込用紙は市民活動支援課で配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます



申込期間 = 9月15日

(金)から9月29日(金)

※選考結果は10月中旬に申込者全員に通知します

☎ 〒 299-1192

君津市役所市民活動支援課

☎ (56) 1225 ☎ (56) 1629

✉ jichi@city.kimitsu.lg.jp

9/18 (月・祝) 君津メディカルスポーツセンター
無料開放イベントを開催します！

敬老の日の9月18日(月・祝)に君津メディカルスポーツセンター内の施設を無料で開放します(申込不要)。同日開催するAED体験会・体力測定会に参加を希望する方は、事前にお申し込みください。

期日 = 9月18日(月・祝)
場所 = 君津メディカルスポーツセンター

☎ (公財) 体力づくり指導協会 ☎ (88) 0611



内容	時間	その他
温水プール	10:00 ~ 18:00	17:15 受付終了
トレーニングルーム	10:00 ~ 20:00	19:15 受付終了
カルシウム人工温泉		
AED研修会	10:00 ~ 11:00	定員：10人
体力測定会	11:00 ~ 13:00	

市の施設の指定管理者を募集

令和6年4月から市の施設の管理運営を行う指定管理者を募集します。

募集要項の配布 = 各担当課の窓口で配布



しているほか、市ホームページからダウンロードできます。

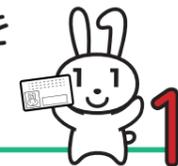
☎ 総務課 ☎ (56) 1232

【施設一覧】

施設名	問合せ先
神門コミュニティセンター	市民活動支援課 ☎ (56) 1565
坂田駐車場	建設計画課 ☎ (56) 1345
君津バスターミナル駐車場	

マイナンバーカードの申請を
サポートしています！

☎ 市民課 ☎ (27) 0256



受付曜日・時間 = 月曜から金曜日(祝日を除く)・午前9時から午後4時

会場 = 市役所1階・市民課

持ち物 = ①本人確認書類 ②通知カード ③住民基本台帳カード ④国から送付された申請書

※②③④はお持ちの方のみ

注意事項 = 必ず、カードを作りたい本人がお越しください。

出張申請サポート実施中！

持ち物 = 国から送付された申請書(お持ちの方のみ)

【出張申請サポート会場一覧】

日程	時間	会場
9/2(土)	10:00 ~ 17:00	イオンスタイル君津
9/4(月)	9:15 ~ 12:00	清和公民館
	13:00 ~ 16:15	小糸公民館
9/9(土)	10:00 ~ 17:00	イオンスタイル君津
9/14(木)	9:15 ~ 12:00	上総公民館
	13:00 ~ 16:15	小櫃公民館
9/16(土)	10:00 ~ 17:00	イオンスタイル君津
9/20(水)	9:15 ~ 12:00	亀山コミュニティセンター
	13:00 ~ 16:15	松丘コミュニティセンター
9/23(土)	10:00 ~ 17:00	イオンスタイル君津
9/30(土)	10:00 ~ 17:00	ケーズデンキ君津店

注意事項：出張申請サポートで申請した方は、市民課または各市民センターで受け取る必要があります

マイナンバーカードの申請・交付・更新の休日申請を受け付けています！

日時 = 9月10日(日)、24日(日) 午前8時30分から午後5時15分
※申請の受付は午前9時から午後4時

時までです。交付は事前に電話、またはウェブで予約してください。
会場 = 市役所1階・市民課

締め切り迫る！

最大2万円分のマイナポイントがもらえるキャンペーンの
申込期限は、9月30日(土)です！ ☎ 経済振興課 ☎ (56) 1384

請求書が届いた方は手続きが
必要です！公的年金に
上乗せ給付金が支給されます

令和5年4月1日時点で新たに対象となった方には、9月以降順次、日本年金機構から請求書が届きます。原則、請求書を提出した翌月分から支給が開始されますので、必要事項を明記の上、速やかに提出してください。※令和5年4月1日より前から対象の方は、手続き不要で支給されます

対象 = 次のどちらかに該当する方
▼ 老齢基礎年金を受給し、次の要件をすべて満たす方
① 65歳以上 ② 請求する方の世帯全員の市町村民税が非課税
③ 前年の年金収入額とその他の所得額の合計が87万8,900円以下 ※障害年金・遺族年金などの非課税収入は含まれません

▼ 障害基礎年金、または遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が472万1,000円以下の方
※扶養親族等の数に応じて増額

■ 不審な電話や案内にご注意ください！

日本年金機構や厚生労働省から電話で口座番号や暗証番号を聞いたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。少しでもあやしいと思ったら最寄りの警察署、または電話(#9110)に通報してください。
☎ 給付金専用ダイヤル ☎ 0570(05)4092、木更津年金事務所 ☎ 0438(23)7616

住民票の写しなどのコンビニ
交付サービスが一時停止します

停止日時 = 9月30日(土)午前6時30分から午後11時

停止理由 = メンテナンス作業によりシステムを停止するため

☎ 市民課 ☎ (56) 1132

2023年
9/1(金)

路線延長！より使いやすいバスへ！

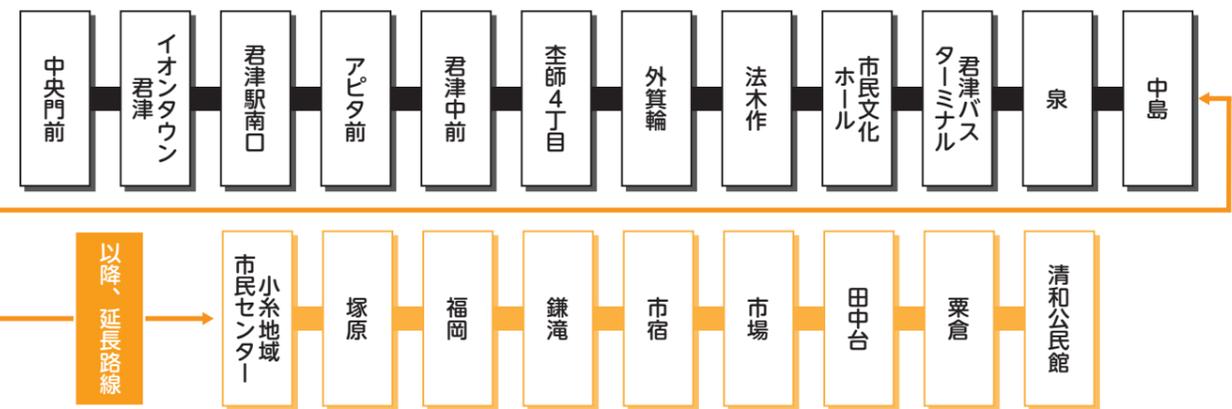
新たな周西線の運行をスタート！



時刻表などは
こちらから！

君津地区と清和地区を乗り換え不要で移動できるようになりました。通勤や通学などにぜひご利用ください。また、鈴木病院前～県民の森間を運行するコミュニティバス中島・豊英線は、ダイヤ変更を行い引き続き運行します。

新たな周西線の運行経路 ※一部バス停を省略しています



運賃 ※ () 内は小児運賃です

- 清和公民館 ⇄ 君津駅南口 730円 (370円)
- 清和公民館 ⇄ 君津バスターミナル 570円 (290円)

その他

- ▼ 交通系 IC カードで支払いができます
- ▼ 定期券の販売もあります

問合せ先 ▼運行に関すること：日東交通株式会社 富津営業所 ☎ 0439(87)5400
▼コミュニティバスに関すること：市民活動支援課 ☎ (56)1225 ▼その他に関すること：企画調整課 ☎ (56)1566

9/21(木)～30(土) スローガンは、反射材「ここにいるよ！」のメッセージ 秋の全国交通安全運動が始まります！

9月30日(土)は、交通事故ゼロを目指す日です。秋口は日没時間が早くなり、夕方や夜間の交通事故が増加します。皆さんの思いやりと見守りで、交通事故のないまちを目指しましょう。 ☎ 市民活動支援課 ☎ (56)1225

ちばサイクルールの詳細は、こちら！

- **安全運転を心がけよう！**
 - ▼ 年齢を重ねると身体機能が低下します。体力や体調に応じてゆとりを持った運転を心がけましょう
 - ▼ 運転中の携帯電話などの注視や操作は絶対にやめましょう
 - ▼ 早めのライト点灯でいち早く歩行者を発見しましょう
- **飲酒運転を根絶しよう！**
 - ▼ 飲酒運転は、道路交通法で厳しく処罰されます
 - ▼ 少量の飲酒でも、飲酒をしたら運転は絶対にしないでください
 - ▼ お酒を飲まずに仲間を送り届ける人、ハンドルキーパーを決めるなど、帰宅手段を考えましょう
- **歩行者もルールを守ろう！**
 - ▼ 歩行者も交通ルールを守り事故を防ぎましょう
 - ▼ 明るい色の服や反射材を身につけるなど、ドライバーから見えやすい服装を心がけましょう
 - ▼ 道路を渡るときは、信号機や横断歩道などを利用して、必ず周囲の安全確認をしましょう
 - ▼ 車の直前や斜め横断はやめましょう



今月の納期
国民健康保険税(3期)
納期限：10月2日(月)
納税相談窓口
夜間窓口
9月13日(水)17:15～19:30
休日窓口
9月17日(日)9:00～17:00
※税務証明書の交付やキャッシュカードによる口座振替手続きは取り扱いなし
場所＝市役所納税課(1階3番窓口)
☎ 納税課 ☎ (56)1162

市内事業所経営者・管理職実践セミナー

事業所での女性活躍や多様な働き方やワーク・ライフ・バランスを推進するためのセミナーです。
日時＝10月4日(水)午後1時30分から3時30分(1時開場)
会場＝市役所5階・大会議室
対象＝市内事業所の経営者、管理職の方
定員＝20人(先着順)
講師＝松尾羽衣子氏(株式会社ワーク・ライフバランス)
申込方法＝電話、メールまたは申込フォームで事業所名・事業所住所・参加者氏名・役職・電話番号・メールアドレスをお知らせください。 ※メールの場合は、件名を「経営者・管理職実践セミナー申込」としてください
詳しくは、市ホームページをご覧ください。
申込期限＝9月27日(水)
☎ 市民活動支援課 ☎ (56)1565
✉ jjichi@city.kimitsu.lg.jp

かずさDNA研究所 開所記念講演会

日時＝10月21日(土)午後1時45分から4時
会場＝かずさアカデミアホール(木更津市かずさ鎌足2-3-9)
※木更津駅から無料送迎バスあり
内容＝▼日本と日本人が育んだ「メダカ」－その系統・進化と遺伝－ ▼遺伝子と感染の狭間で子どもを守る－千葉県の小児医療の現在と未来－
定員＝会場、オンライン配信各500人
申込方法＝ホームページ内の申込フォームまたは、はがきに参加者全員の住所・氏名・ふりがな・電話番号・送迎バス利用の有無を明記の上、お申し込みください。
申込期限＝会場：10月2日(月)、オンライン配信：10月18日(水)
☎ 292-0818 木更津市かずさ鎌足2-6-7 かずさDNA研究所
☎ 0438(52)3930

市営聖地公園へのバスを運行します

お墓参りや見学にご利用ください。墓地の購入希望者も随時募集しています。
期日＝9月24日(日)
申込期限＝9月22日(金)
☎ 環境衛生課 ☎ (56)1273

行き	市役所北側バス車庫前	君津駅南口信用金庫前	君津市民文化ホール前	生きがい支援センター	聖地公園
1便	9:30	9:40	10:05	10:15	10:40
2便	13:20	13:30	13:55	14:05	14:30
帰り	聖地公園	生きがい支援センター	君津市民文化ホール前	君津駅南口信用金庫前	市役所北側バス車庫前
1便	11:40	12:05	12:15	12:40	12:50
2便	15:30	15:55	16:05	16:30	16:40

文化ホールのイチおし

第158回 直木賞受賞作「銀河鉄道の父」待望の映画化
宮沢賢治、没後90年の時を超えて伝えたい、笑いと涙の宮沢家の物語
銀河鉄道の父
無名だった宮沢賢治を支えた、父と家族の絶対的な愛に涙する。日本中に届けたい感動の物語。
役所広司 / 菅田将暉 / 森七菜 / 豊田裕大 / 坂井真紀 / 田中 潤 / ほか
9/15(金) 大ホール 4回上映 (各回入替制 / 128分)
①9:45 ②12:45 ③15:45 ④19:00
全自由席 一般900円 / 高校生以下500円
★開場は上映開始20分前 ★当日券のみ(前売券の販売はありません)

お問合せ ☎55-3300 (火曜休館) <http://www.kimibun.jp/>
★特に記載のある場合を除き、未就学児の入場はご遠慮下さい。

おやこdeオペラ「シンデレラ」
～0歳でもOK!みんなが楽しめる歌芝居～
子どもたちもダンスの練習をして、踊ります!
舞踏会で運命の王子さまと出会ったシンデレラに様々な試練が…クリスタルドレスでピンチを救って!
好評発売中

人気番組「プレバト!!」でお馴染み! 句会夏井いつき
軽快なトークとともに、俳句の魅力をたっぷり伝授します!
好評発売中
9/23(土) 大ホール 開演14:00 全席指定 一般3,000円 高校生以下1,000円

健康で安心できる生活を送っていただくために /

9/18 は敬老の日！ 高齢者支援サービスをご紹介します！



利用を希望する方は、気軽にお問い合わせください。☎ 高齢者支援課 (56) 1731

① はり・きゅう・マッサージ 施術費の助成

助成券(1回500円まで)を年間最大12枚発行します。保険適用外の施術に限ります。

対象 = 65歳以上の方

② 緊急通報システムを貸与

急病などの緊急時に、簡単な操作でいつでも警備会社に通報ができる装置を設置します。*電話回線が必要です。所得により自己負担が発生する場合があります

対象 = 65歳以上のひとり暮らしの方、または75歳以上の方のみで構成される世帯の方

③ タクシー料金を助成

助成券(1枚500円券)を月3枚、最大36枚発行します。

対象 = ひとり暮らしの75歳以上で要介護、または要支援認定を受けた所得税非課税の方

④ 紙おむつを給付

月30枚を限度に給付します。

*⑤⑥との併給は不可

対象 = 在宅の65歳以上で寝たきり状態にあり、常時失禁している市民税の所得割が非課税の世帯の方

⑤ 寝たきり高齢者を同居で介護している家族に手当を支給

月額8,650円を支給します。

*④⑥との併給は不可

対象 = 在宅で6カ月以上寝たきり状態にあり、日常生活のほとんどに介護を要する65歳以上の方を同居で介護している親族など

⑥ 重度認知症の方を同居で介護している家族に手当を支給

月額8,650円を支給します。

*④⑤との併給は不可

対象 = 在宅で6カ月以上重度の認知症状により常時介護を要する65歳以上の方を同居で介護している親族など

⑦ 徘徊高齢者等位置探索システム(GPS)利用費助成

契約費用は上限7,700円、月額使用料は上限350円(生活保護世帯は1,320円)を助成します。

対象 = 65歳以上の徘徊行動のある方などを介護されている配偶者、3親等内の親族、または同居人



高齢者向け お役立ち情報をご紹介します！



イキイキと自分らしく暮らすために役立つ情報をご紹介します。☎ 高齢者支援課 (56) 1732

■ マイエンディングノート

人生を振り返り、自身に関する情報や要望・希望をわかりやすくまとめるためのノートです。人生の最後まで自分らしく生きることができるよう、マイエンディングノートを作成して、家族と共有してください。



■ 認知症簡易チェックサイト

認知症が心配になったときに、気軽にチェックすることができます。チェック後に相談先などが表示されます。心配な方は早めに対策をしましょう。



▼ 認知症とは

誰でもかかる可能性のある身近な病気です。早期に発見して適切な治療を開始すれば、進行を遅らせたり、症状を軽減できたりする場合があります。

■ 医療講演会の動画配信中！

市民向け医療講演会などの動画を配信しています。

▼ 理学療法士が解説！椅子を使ってかんたん健康体操



▼ 人生会議ってなあに～もしもの時に家族が困らないように～



シニアクラブ(老人クラブ)会員募集中！

地域ごとに組織されたシニアクラブでは、グラウンドゴルフやゲートボールなどのスポーツ活動、踊りや旅行などの趣味活動のほか、地域の清掃や登下校時の見守りパトロールなどのボランティア活動を実施しています。地域のシニアクラブに加入して、会員の皆さんと一緒に生きがいづくりに取り組みましょう。*組織されていない地域もあります

☎ 君津市シニアクラブ連合会事務局(君津市社会福祉協議会内) (57) 2250

君津中央病院企業団 職員を募集



職種・定員 = ▼一般行政職(上級) I・2人程度(令和5年11月1日採用予定) ▼一般行政職(上級) II・若干名(令和6年4月1日採用予定)

一次試験日 = 9月23日(土)

会場 = 君津中央病院4階・講堂

申込期限 = 9月13日(水)・必着

*受験資格など、詳しくは君津中央病院ホームページをご確認ください



☎ 君津中央病院人事課 0438(36)1072

農業委員と農地利用最適化推進委員が決まりました

7月14日に新たな14人の農業委員が任命されました。また、同日に行われた農業委員会総会で、会長に鮎川正幸氏、会長職務代理者に水野徳子氏が選任され、14人の農地利用最適化推進委員が決まりました。

☎ 農業委員会事務局 (56) 1336

第2回 坂田ふるさと祭

日時・会場 = 9月10日(日)午後3時から8時 *雨天中止・五竜公園
内容 = 屋台、キッズコーナー(金魚すくい、お菓子のプレゼント)、拓大紅陵高等学校吹奏楽部演奏、神輿講座、葵かを里&JJバンドライブ、輪踊り(坂田ふるさと音頭ほか)、抽選会、餅まきなど

注意事項 = 専用駐車場はありません。徒歩、または公共交通機関で来場してください。

☎ 坂田ふるさと祭実行委員会(坂田自治会長・坂井) 090(4625)8406

第16回 明日を担う 地元出身者達による 名曲コンサート2023



日時 = 9月18日(月・祝)午後2時開演(1時30分開場)

会場 = 君津市民文化ホール

内容 = ▼I部:ピアノの小部屋へようこそバラード4番(ショパン)、喜びの島(ドビュッシー)ほか ▼II部:織りなす情熱の波動 黄昏のワルツ(加古隆)ほか

▼III部:心に沁みるチェロとピアノのハーモニー 白鳥(サンサーンス)、チャルダッシュ(モンティ)ほか

入場料 = 一般:2,000円、高校生以下:500円 *一般のみ当日券は500円増し

☎ 房総楽友協会・早川 080(3152)8491

親子体験枝豆収穫祭



日時 = 10月14日(土)午前10時から午後2時

会場 = 三舟山地先の畑

対象 = 小学生の親子(祖父母でも可)

定員 = 25組(先着順)

費用 = 500円 *小学生以下無料

申込方法 = 住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを、電話またはメールでお知らせください。

申込期限 = 9月21日(木)

☎ 君津ロータリークラブ (52) 8882

✉ kimitsu_rc1@outlook.jp *電話受付は、火曜から金曜日の午前8時から午後4時



救命講習会 普通救命講習 I



日時 = 9月17日(日)午前9時から正午

会場 = 消防本部

対象 = 市内在住・在勤・在学の方(中学生以上)

定員 = 24人(先着順)

内容 = 成人に対する心肺蘇生法

申込期限 = 9月12日(火)

注意事項 = 風邪症状のある方は受講を控えてください。

☎ 消防署本署・救急隊 (53) 1908

人権講演会

「子どもの小さなサインどう受け止めていますか？」



子どもが直面している生きづらさをテーマに、生きづらさを抱える子どものサインに気づき、寄り添う方法や大人の役割を学びます。日時 = 9月27日(水)午後2時から4時

対象 = 市内在住・在勤・在学の方
会場 = 生涯学習交流センター・201会議室

定員 = 会場・オンライン配信各30人(先着順)

内容 = 講演、感想交流会

講師 = 小澤いぶき氏(認定NPO法人PIECES代表理事)

申込方法 = 電話、または申込フォームからお申し込みください。



注意事項 = オンライン参加の方は、講演のみの参加となります。☎ 君津中央公民館 (50) 3980

令和5年度貸付開始！奨学生を募集しています！

経済的理由で修学が困難な学生に在学中の学費の一部を無利息で貸し付ける事業を行っています。



注意事項 = 8月の申請で定員に達した場合、9月以降の募集は行いません。

☎ 教育総務課 (56) 1456



住まいの耐震化をサポートします！

専門的な知識を持った相談員が簡易的な耐震相談を行います。耐震化を進める支援制度もありますので、まずご相談ください。
対象＝軸組工法(在来工法)の木造住宅(長屋、共同住宅を含む)を所有している方 ※要予約・先着順
持ち物＝住宅の図面
 ※ない場合は事前に相談してください

【無料耐震相談会日程表】

期日	会場	申込期限
10/8(日)	君津市役所	10/3(火)
11/12(日)		11/7(火)
12/3(日)		11/28(火)

【無料出前耐震相談日程表】

期日	申込期限
10/10(火)～10/12(木)	10/3(火)

耐震診断に関する支援制度

耐震相談を受けた住宅で、建築年が平成12年5月以前、かつ一定の要件を満たした木造住宅は、無償で耐震診断を受けることができます。

対象住宅	軸組工法による2階建て以下の木造住宅
対象者	市内に住宅を所有している方
自己負担額	戸建て住宅は原則無償、長屋と共同住宅は規模による

申込期限＝12月28日(木)

※予算額に達し次第終了

耐震改修に関する支援制度

耐震改修工事などを行う際に最大100万円の支援を受けることができます。

■戸建て住宅の場合

▼昭和56年5月以前に着手さ

れた軸組工法による2階建て以下の木造戸建て住宅(増築など含む)

➔耐震改修費・改修設計費・工事監理費の合計の5分の4(上限100万円)

▼平成12年5月以前に着手された軸組工法による2階建て以下の木造戸建て住宅(増築など含む)

➔耐震改修費の3分の1(上限50万円)、改修設計費の3分の1(上限4万円)、工事監理費の3分の1(上限6万円)

申込期限＝12月28日(木)

※予算額に達し次第終了

その他、除却や耐震改修と併せて行うリフォーム工事に対する補助や木造の長屋、共同住宅向けの補助があります。

☎ 建築課 ☎ (56) 1158



9月1日は、**防災の日**

さまざまな場面を想定しながら災害に備えましょう！

地震や風水害などの自然災害に「ちょっと待って！」は通用しません。後悔しないためにも、今から命を守る備えを実践しましょう。☎ 危機管理課 ☎ (56) 1290

今からできる防災・減災対策

■家の中の防災・減災

- ガスコンロに自動停止機能がついているか確認する
- 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る
- 寝室に大きな家具を置かない

解説

寝ている間に地震が来ると家具の下敷きになる恐れがあります！



- 出入口や通路に荷物を置いてふさがない
- 家具の倒れる方向を事前に想定しておく
- 保険を見直す

解説

風水害による被害に対しても火災保険が適用される場合もあります。契約内容を今一度、確認しましょう。



■家の中の防災・減災

- 雨どいが壊れていないか確認する
- ベランダや庭に風で飛ばされそうなものがあれば室内に入れる
- 外壁に亀裂や腐食がないか確認する
- プロパンガスのボンベが固定されているか確認する
- ブロック塀を補強する



■避難場所の事前確認

- WEB版防災マップなどで自宅周辺の災害リスクを確認し、避難場所や避難経路を確認しておく
- 避難所以外の避難先(親戚・友人宅など)を確認しておく

WEB版防災マップ



紙のハザードマップは、市役所6階・危機管理課で配布しています

- 被害箇所の「引き」と「寄り」の写真を撮影する

■家の外の写真の撮り方

- カメラ・スマートフォンなどで家の外観がわかるよう、できるだけ4方向から撮影する
- 浸水した場合は、その深さがわかるように撮影する
- 被害箇所の「引き」と「寄り」の写真を撮影する

ポイント

長さを測るメジャーなどをあてて写真を撮ると被害の大きさがわかり、資料として役立ちます。

帰宅困難者を支援する取り組みがあります！

災害発生時に水道水、トイレ、道路交通情報などの提供を可能な範囲で受けられる施設があります。

対象範囲＝東京都、神奈川県、千葉県、埼玉県内のステッカーが貼ってある施設(コンビニエンスストア、ファミリーレストラン、ガソリンスタンド)



このステッカーが目印です！



住宅が被害を受けたときは？

修理や片付けを始める前に、家の中と外の被害状況を写真に撮って保存しておく、り災証明書の発行を受ける際や、保険請求の際に役立ちます。

■家の中の写真の撮り方

- 被害を受けた部屋・箇所は、全て撮影する



さまざまな方法で防災情報をお届けしています

防災行政無線

市内各所に設置している屋外拡声器を使って、防災情報などを放送しています。

■放送が聞こえないときは？

☎ 0120 (49) 4133

無線放送から約30分間、同じ内容を電話で聞くことができます。



メール配信



ラジオ



LINE

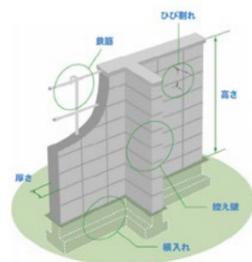


X(旧Twitter)



ブロック塀を点検しましょう！

基準に合わない塀や傾き・ひび割れがある塀は、地震や台風などの災害時に壊れやすく、通行人がけがをする可能性があります。自宅や管理している塀を点検しましょう。



危険ブロック塀の除却費用を補助します



通学路に面する危険ブロック塀などを除却する場合に、その費用の一部を補助します。※補助金を交付するには条件があります。詳しくは市ホームページをご確認ください

申込期限＝12月28日(木)

※予算額に達し次第終了

☎ 建築課 ☎ (56) 1142



⚠️ 小糸川の水位上昇にご注意ください

三島ダムの改修工事に伴い、ダムの水位を下げるためダム内の水を放流します。雨が降らなくても通常より小糸川の水位が上昇する可能性がありますのでご注意ください。

期間＝令和6年3月末まで

☎ 千葉県君津農業事務所地域整備課 ☎ 0438(22)7026
 農林土木課 ☎ (56) 1324

道路損傷などをスマートフォンから通報できます

提供された写真や位置情報をもとに、損傷した場所をすぐに把握して、迅速な補修対応につなげます。※電話や窓口での通報もこれまでどおり受け付けています

■利用方法

- ① スマートフォンで道路損傷通報ページを開く
 - ② 案内に沿って必要事項を入力する ※損傷箇所の写真を投稿する設問や位置情報を選択する設問などがあります
- 注意事項など詳しくは、市ホームページをご確認ください。

☎ 道路維持課 ☎ (56) 1687



重要無形文化財保持者(人間国宝)に答申!

市内在住の藍形染作家 **まつばら のぶお 松原 伸生さん**

国の文化審議会は、江戸時代から伝わる染色法「長板中形」を国の重要無形文化財に指定し、市内在住の藍形染作家、松原伸生さんを重要無形文化財の保持者(人間国宝)に認定するよう文部科学大臣に答申しました。正式に認定されると、長板中形は35年ぶりの指定、県内で重要無形

文化財保持者が誕生するのは20年ぶりとなります。松原さんは、君津市亀山地域を拠点に、環境に優しい天然素材を使いながら昔ながらの染色法を守り受け継ぎ、創作活動に邁進されています。平成30年には、伝統文化ポーラ賞・優秀賞、令和3年には、紫綬褒章(芸術文化功績)を受賞されるなど、これまでも数多く

の賞に輝かれています。松原さんが受け継ぐ伝統の職人技を紹介する特集は、2023年11月号の広報きみつで、掲載を予定しています。



君津メディカルスポーツセンターで子育て世代を応援!

OPEN SCHOOL2023 を実施しました!



楽しく身体を動かしながら夏休みの思い出を作りました!

夏休み期間中、君津メディカルスポーツセンターでお子さんをお預かりする「OPEN SCHOOL2023」が実施しました。子どもたちはスイミングやたいそうなどを通じて、スポーツの楽しさを体験したほか、宿題や料理にも挑戦して、仲間たちと素敵な夏休みの思い出を作りました。

大漁と豊作を祈る

おめし 人見神社で神馬が奉納されました!



浜の大漁と岡の豊作を祈って受け継がれてきた行事です

7月22日、人見神社で市の無形民俗文化財に指定されている神事「神馬」が行われました。神馬は、神様がお召しになる馬ということに由来し、その年の天候や豊凶を占うとされています。神馬が約20段ある階段を駆け上ると、周囲から拍手が沸き起こりました。

溢れる笑顔で暑さを吹き飛ばす!

きみつサマーフェスタが開催されました!



晴天の下、サンバカーニバルが会場を盛り上げました!

7月23日、君津駅北口の坂田駅前公園で「きみつサマーフェスタ 2023」が開催されました。きみぴょんが参加した〇×クイズやサンバカーニバルなど、晴天に恵まれた会場は大盛り上がり。夜はサマーイルミやナイトライブを楽しんで、一日中笑顔と活気が溢れるお祭りとなりました。

ふるさと君津の歴史・文化を伝える

久留里城址資料館 入館者 100 万人達成!



写真右から鈴木克之館長、浦安市から訪れたお城が好きな公太さん、母親の麻衣さん

8月6日、久留里城やふるさと君津を知る資料などを展示・紹介している久留里城址資料館の入館者が100万人を達成しました。記念すべき100万人目の入館者となった深町麻衣さんと公太さん親子へ、鈴木館長からきみぴょんグッズや久留里城のガイドブックなどを贈呈しました。

栄えある「菊章」を受賞!

ボーイスカウトの2人が表敬訪問!



写真右から市川大翔さん、石井宏子市長、篠原龍斗さん

7月24日、ボーイスカウトの「菊章」を受賞した篠原龍斗さんと市川大翔さんの表敬訪問を受けました。菊章は、ボーイスカウトの進級課程で、中学生年代の最高位に位置する栄えある章です。お祝いの言葉とともに、さらなる活躍を祈って、石井市長から2人にエールが送られました。

大人気につき完売御礼!

JA きみつで白岡の梨が販売されました!



長い期間をかけて培ってきた高い技術によって生産されています

8月16日、JA きみつ味楽園さだもと店で埼玉県白岡市産の梨「彩玉」が販売されました。君津市は白岡市と令和2年8月に「友好都市協定」を締結しており、白岡市は埼玉県内でも有数の梨の産地です。甘さと香りが自慢の白岡市産の梨は「白岡美人」の愛称で親しまれています。

8月は道路ふれあい月間

君津駅周辺のゴミ拾いを実施しました!



市役所周辺から君津駅までの道路沿いの美化活動を行いました

8月5日、君津駅周辺のゴミ拾いを実施しました。早朝の時間にもかかわらず、多くのボランティアに参加いただきました。夏の強い日差しの中での作業となりましたが、皆様のご協力により、君津駅周辺がきれいになりました。ご協力ありがとうございました!

チアダンス部&写真部が全国大会で大活躍

翔凜高等学校の生徒2人が表敬訪問!



梶本さんが所属するチアダンス部は、君津市民ふれあい祭りでもステージ発表を行います!

8月22日、全国高等学校ダンスドリル選手権大会2023で、MISS DRILL TEAM 部門個人優勝(文部科学大臣杯)に輝いたチアダンス部の梶本雅さんと、写真甲子園2023で優秀賞に輝いた写真部の肖浩然さんの表敬訪問を受けました。輝かしい成績を収めた2人に、石井市長から激励の言葉が送られました。

ラジオ番組「キア・オラきみつ」のアンケート調査実施中!

■キア・オラきみつとは
毎月第2、第4火曜日の午後3時から、市役所1階で公開生放送を実施している、かずさエフエムの出張番組です。
回答方法=アンケートフォームから回答してください。
その他=回答いただいた方の中から、抽選で10名様に「きみぴょん手ぬぐい」をプレゼントします。
※抽選結果はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます
回答期限=9月15日(金)
☎ 政策推進課 ☎ (56) 1568



あなたの声も聴かせて！
アンケート & プレゼント!

アンケート回答者の中から抽選でプレゼントが当たります!

今月のプレゼント

**AIによる未来姿勢診断と
骨盤調整の体験**

抽選で
10名様

骨盤調整の施術前後にAIによる未来姿勢診断を撮影します! 施術での動作の変化をより分かりやすく体験することで、健康的な身体に近づきましょう!



今月のアンケート

- 1 今月号の広報きみつの読みやすさを10点満点で評価してください。
- 2 今月号の広報きみつで良かった記事や写真、分かりづらかった記事があれば教えてください。
- 3 健康的な生活を送るために日頃から取り組んでいることはありますか?
- 4 広報に関するご意見・ご感想・市内で活躍されている方・おすすめのスポットなどがあれば教えてください。

回答方法

住所・氏名・年齢・アンケートの回答を明記の上、メールまたはハガキでご回答ください。市ホームページのアンケートフォームからも回答できます。



回答先 / 問合せ

〒299-1192 君津市役所政策推進課 ☎(56)1288
✉seisaku@city.kimitsu.lg.jp
回答期限= 9月15日(金)消印有効

当選者には、プレゼント提供者の店舗で引き換えできるチケットを発送します。抽選結果の発表はチケットの発送をもってかえさせていただきます。

プレゼント提供者インタビュー

サン・カイロプラクティック 君津施術院

Q1: お店のPRをお願いします!

A1: 自然豊かでゆったりとリラックスすることのできる田舎の施術院です。小学生から90歳を超える患者様がお見えになります。技術で体を整え、皆様に必要な健康維持



方法をお伝えしています。

Q2: 仕事のやりがいを教えてください!

A2: 積極的に毎日を楽しむ、やりたいことをする、痛みが出ない身体にする! そんなお客様の願いを叶えられたときは飛び上がるほどの喜びを感じます。これからもお客様と二人三脚で健康を目指していきます!

事業者情報

所在地/君津市上湯江 860
営業日/不定休(要予約)・平日: 午前10時から午後7時
休日: 午前10時から午後5時 ☎090(3064)8376

編集後記

睡眠 眠の質を測ることができ
るスマホアプリを使って
みたところ、普段から眠りが浅い
ことが判明しました…。健康増進
普及月間でもある9月は、より良
い睡眠が取れるように、健康生活
を意識しながら過ごしたいと思
います。健康管理をサポートする
ヘルスケアパスポートもぜひひ
ご活用ください(坂井)

いい よいよ、君津市民ふれあ
い祭りの開催が1カ月後
に迫ってきました。4年ぶりの
開催となる君津市最大のお祭り。
広報担当としての参加は初めて
なので、高揚感と少しの緊張がす
でに私の体を駆け回り始めてい
ます。君津市が1年で一番盛り上
がる日となるよう、オール君津で
楽しみましょう!(東)

取材 材で現場にお邪魔して、
たくさんの方の笑顔に出会い
ました。初めは緊張しましたが、
みなさんの素敵な笑顔を見るた
びに、こんなに癒される仕事があ
るのかと幸せな気持ちになりま
す。写真を見返して私もニッコ
リ。シャッターチャンスを見逃さず
に素敵な瞬間を切り取れるよう、
これからも頑張ります!(片桐)

広報
Facebook



観光
Facebook



広報
X(旧Twitter)



きみぴょん
X(旧Twitter)



きみぴょん
Instagram



動画
YouTube



広報
LINE



80,624人(-2) うち外国人1,154人(+1)
男41,013人(+12) 女39,611人(-14)
[7月] 出生31人・死亡77人・転入269人・転出225人



39,279世帯(+72)
※8月1日現在。()内は前月比較

広報きみつは、新聞を購読されていない世帯にもポストिंगでお届けしています。配達を希望する方は、お問い合わせください。

〒299-1192 千葉県君津市久保2-13-1
☎0439(56)1288 FAX 0439(56)1628
✉seisaku@city.kimitsu.lg.jp

表紙タイトルロゴ・表紙デザイン監修: オルカ・グラフィックス
印刷: ワタナベメディアプロダクツ株式会社
新聞折込・ポストिंग: (有) 千羽企画

編集・発行
君津市 企画政策部 政策推進課

