広報 KATSUURA
かつうら
2017 12/1 No.845

“いじめ”一人で悩まず相談しよう!!

○子どもと親のサポートセンター
☎0120-415-446　毎日24時間受付
E-mail：saposoudan@chiba-c.ed.jp

○勝浦市教育委員会教育課
☎0470-73-6664
平日8時30分～17時15分

Katsuura city communications

AEDの手順を説明

手順は正しく覚えよう

武道大学生が中学生にＡＥＤ指導

１０月２７日、勝浦中学校で生徒を対象に国際武道大学ライフセービング部によるＡＥＤを使用した心肺蘇生法の指導が行われました。この指導は、学習指導要領にある応急手当の意義などについて、より理解を深めるために行われたもので、生徒達は、「周囲の観察」から「ＡＥＤの使用」までの手順を熱心に学んでいたようでした。

冷たい体育館に畳を

災害時に畳の供給を協定

１０月２７日、「５日で５０００枚の約束。プロジェクト実行委員会」（関川恵一関東地区委員長）と勝浦市で、災害時における畳の供給に関する協定書の調印式が行われました。この協定は、災害時に避難所となった体育館などで長期の滞在を余儀なくされる状況となったときに、全国の畳店が連携し、必要な場所へ必要な枚数を届けていただけるものです。

避難者に少しでも安心を

大雨だって関係なし！

第２回勝浦中央商店会 おもてなしの日

前日から雨の降りしきる１０月２９日、７月に引き続き２回目となる勝浦中央商店会おもてなしの日が開催されました。当日の取材に向かうなか、正直、「こんな雨じゃ、お客さんも来ないんじゃないかな～」と思っていたところ、受付開始してしばらくすると次々と訪れる参加者！主催者側の熱意が伝わったのか、はたまた参加費２００円が数十倍の賞品に化ける魅力か、みなさん大雨の中のスタンプラリーに続々と飛び出していきました。今回の商品も特選牛肉や高級マスクメロン、お米やお食事券などなど、豪華賞品が地元商店街の魅力再発見に華を添えていました。

先着１００名様が参加できるこのイベントは、この日も１３時頃には完売。天気に恵まれたなら午前中にも売り切れが危ぶまれるほどの盛況ぶりでした。気になる次回の開催は、４月過ぎにできれば、とのことです。

特賞はどのヒモ？

高級マスクメロンいただき！

いいもの当たるかな？

キーパーと１対１！決めきれるか！？

試合終了後、喜ぶ上野小の選手たち

好ゲームの決勝戦 !! 果たして軍配は !?
３地区小学校サッカー大会

１０月２６日、上野小学校と総野小学校のグラウンドを会場に「3地区小学校サッカー大会」が開催され、市内６つの小学校の選手たちが熱戦を繰り広げました。朝から行われた予選ラウンドを勝ち抜き決勝戦に駒を進めたのは、上野小と総野小でした。

決勝戦は１４時５０分キックオフ。前半、序盤から支配率で上回る上野小が幸先良く２点を奪うも、カウンターから総野小が１点を返し、２対１のスコアで前半を折り返す。後半は互いに相手ゴール前まで迫るものの、スコアは動かず、一進一退の時間が流れる。終了間際、後のない総野小は全員攻撃で上野小ゴールに襲いかかる。しかし、上野小も全員が自陣に戻り、懸命に総野小の攻撃を跳ね返す。結局、上野小がそのまましのぎ切り２対１で試合終了。

ホイッスルが鳴った瞬間、上野小の選手たちはチームメイトと抱き合って喜びを分かち合っていました。惜しくも敗れた総野小の選手たちは、悔しい表情を浮かべていましたが、最後まで諦めずに相手ゴールを目指すその姿に、見ているギャラリーも手に汗にぎる好ゲームとなりました。

芸術の秋を堪能せよ
平成２９年度文化祭

１０月２６日から１１月２５日にかけて、芸術文化交流センターや勝浦集会所では「平成２９年度文化祭」にちなんだ様々な行事が開催されました。

１１月３日、文化の日の芸術文化交流センターでは、市民文化教室受講者の作品や、小中学校の児童・生徒による作品、各団体による短歌、俳句、写真、書道、美術、生花の展示。ホールでの芸能発表会では、舞踊、ダンス、演奏の披露。和室では茶道会が開かれるなど、まさに文化の日にふさわしい一日となった様子でした。「芸術の秋」を存分に堪能された方もいらっしゃるのではないでしょうか？

ホールでは様々な発表が披露された

のんびりと鑑賞。こんな休日もいいですね

お茶会ではかわいらしいおもてなしが

「シネマッチ」第２回上映会
Küste ハロウィンパーティー

１０月２８日の夕暮れ･･･キュステになにやら怪しい影がたくさん･･･。恐る恐る覗いてみると、キュステは様々な仮装に身を包んだ人々に占拠されていました！

この日は海の街の映画祭「シネマッチ」の上映会にあわせて、ハロウィン仮装コンテストや手作りワークショップ、勝浦模型部のプラモデル展示が行われていました。みなさん思い思いの衣装はとても完成度の高いものも多く、恐ろしかったりかわいかったり、いつもと違う自分になりきって仮想空間を盛り上げていました。

手作りワークショップ

勝浦模型部の力作たち

もちろん受付も仮装

あなたのは正装です

チェシャ猫とアリス

クレオパトラ

魔女と魔女

テーマは“地域の魅力”発信
かつうら魅力市

快晴に恵まれた１１月４日、芸術文化交流センターを会場に「かつうら魅力市」（かつうら魅力市実行委員会主催・小高伸太会長）が開催され、３２，０００人が来場しました。

地域の魅力発信をテーマに市内に限らず、県内のあらゆる産業に携わる人々（およそ５０店舗）が出店し、魚介類・農産物・特産品などの販売が行われました。買った食材をその場で焼いて食べられるバーベキューコーナーも好評で、香ばしいにおいに思わず食欲をそそられる人も多数いたのではないでしょうか。

Ｂ－１グランプリコーナーには、今年は４団体が出展。地元勝浦の「熱血!!勝浦タンタンメン船団」をはじめ、「横手やきそばサンライ‘Ｓ（秋田県横手市）」「山形芋煮カレーうどん寄合（山形県山形市）」「北上コロッケまるっとＬａｂ（岩手県北上市）」のＢ－１グランプリ出場団体による、食とパフォーマンスが会場を盛り上げました。

この他にも、メインステージでは各団体による演奏や演舞。さらには様々なゆるキャラによるミニ運動会。自然と人だかりができていく大道芸。キュステのホールでは、勝浦小学校音楽部と勝浦中学校吹奏楽部による演奏が行われるなど、たくさんのイベントが来場者を迎えました。

ご当地グルメを求め行列が

子どもたちとゆるキャラで玉入れ

世代を問わずたくさんの人が会場へ

勝浦小音楽部

勝浦中吹奏楽部

キシメ汁にも長蛇の列

いつもより多く回ってます

徳島県勝浦町、和歌山県那智勝浦町も出店

作った竹灯籠は「里あかり」で使用される

高校生が竹灯籠作りに挑戦
中山間活性化チャレンジ事業

地域を担う人材の育成や、地域住民活動の活性化などを目的とした「中山間活性化チャレンジ事業（事業実施主体：千葉県）」の一環で、県立旭農業高校の生徒１６人が竹灯籠作りに挑戦しました。ＺＰ倶楽部（松野区・小松野区）の方々が講師を務め、生徒たちは真剣な顔つきで思い思いの竹灯籠を作成していました。

出来上がった竹灯籠は、「松野竹灯籠まつり里あかり（平成３０年２月２４・２５日、３月３日開催予定）」で、展示予定とのことです。

財政事情の公表

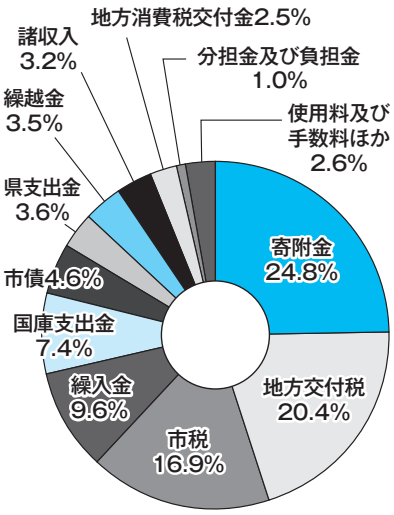
市では、皆さんが納めた税金、国や県からの支出金などがどのように使われたのかお知らせするため、毎年2回、「財政事情」の公表を行っています。
今回は、9月議会で認定された平成28年度決算の概要と、平成29年度上半期（平成29年4月1日から9月30日まで）の予算執行状況等について公表します。

平成２８年度決算の概要

①一般会計

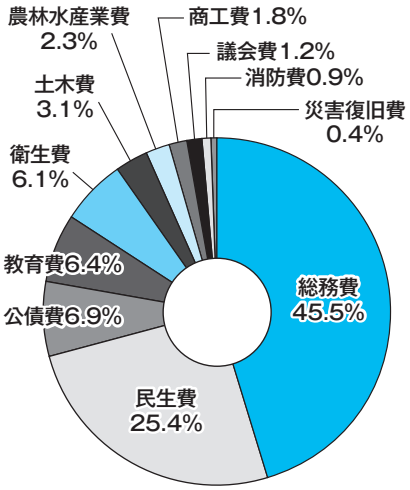
（　）内は前年比

歳　入　124億1,514万円（37.4%）



寄附金	30億7,360万円	(920.3%)
地方交付税	25億2,917万円	(△2.2%)
市税	20億9,359万円	(0.0%)
繰入金	11億9,201万円	(152.8%)
国庫支出金	9億1,626万円	(3.1%)
市債	5億6,699万円	(9.6%)
県支出金	4億5,271万円	(3.5%)
繰越金	4億3,522万円	(△13.7%)
諸収入	3億9,922万円	(△4.6%)
地方消費税交付金	3億1,094万円	(△14.8%)
分担金及び負担金	1億1,904万円	(△30.6%)
使用料及び手数料ほか	3億2,639万円	(14.4%)

歳　出　120億8,464万円（40.5%）



総務費	55億249万円	(91.4%)
民生費	30億6,681万円	(32.4%)
公債費	8億3,657万円	(△4.6%)
教育費	7億7,217万円	(15.4%)
衛生費	7億4,133万円	(1.8%)
土木費	3億7,381万円	(△5.5%)
農林水産業費	2億8,016万円	(21.8%)
商工費	2億1,916万円	(2.9%)
議会費	1億4,617万円	(△9.8%)
消防費	1億305万円	(△10.3%)
災害復旧費	4,292万円	(90.7%)

※歳入の寄附金には勝浦市ふるさと応援寄附金が、歳出の総務費には勝浦市ふるさと応援寄附金のお礼に関する費用が含まれています。
※表示単位未満を四捨五入により算出しているため、合計と内訳が一致しない場合があります。

②特別会計

会計名		歳入	歳出	差引額
国民健康保険	事業勘定	32億4,239万円	30億6,441万円	1億7,798万円
	直営診療施設勘定	5,723万円	5,670万円	53万円
後期高齢者医療		2億3,829万円	2億3,466万円	363万円
介護保険		21億9,854万円	20億8,716万円	1億1,138万円

③水道事業会計

区分	収入	支出	差引額
収益的収支	8億1,613万円	7億5,814万円	5,799万円
資本的収支	1億8,859万円	3億2,351万円	△1億3,492万円

※資本的収支の不足額は、内部留保資金などにより賄われています。

財政健全化を維持しています

地方公共団体の財政の健全化に関する法律により、地方公共団体は、毎年度、健全化判断比率および資金不足比率を監査委員の審査に付した上で、議会へ報告し、公表することとなっています。

平成２８年度決算では、一般会計や各特別会計および水道事業会計のすべての会計で黒字であるため、実質赤字比率、連結実質赤字比率および資金不足比率は算出されていません。

また、過去の借金の返済金（公債費）の総支出に占める割合を示す実質公債費比率や過去の借金残高などの将来にわたる負担が市の財政規模に対してどれくらいの重さであるかを示す将来負担比率は、ともに早期健全化基準（イエローカード）を大きく下回り、財政の健全性を維持しています。

◆健全化判断比率

指　標	説　明	平成28年度	早期健全化基準（イエローカード）	財政再生基準（レッドカード）
実質赤字比率	一般会計などの実質赤字額の標準財政規模に対する割合	－	14.96%	20.00%
連結実質赤字比率	すべての会計を連結した実質赤字額の標準財政規模に対する割合	－	19.96%	30.00%
実質公債費比率	一般会計などが負担する元利償還金および準元利償還金の標準財政規模に対する割合	7.7%	25.0%	35.0%
将来負担比率	一般会計などが将来負担すべき実質的な負債額の標準財政規模に対する割合	91.1%	350.0%	－

◆資金不足比率

会　計　名	説　　明	平成28年度	経営健全化基準（イエローカード）
水道事業会計	公営企業の資金不足額の事業収入に対する割合	－	20.0%

予算の執行状況 ～　平成２９度上半期（平成２９年９月３０日現在）～

◆会計別執行状況

会　計　名		予　算　現　額	収　入　済　額	収入率	支　出　済　額	執行率
一　般　会　計		108億502万円	52億4,636万円	48.6%	40億8,180万円	37.8%
国民健康保険特別会計	事業勘定	31億9,368万円	12億9,757万円	40.6%	13億5,670万円	42.5%
	直営診療施設勘定	6,288万円	3,190万円	50.7%	2,809万円	44.7%
後期高齢者医療特別会計		2億5,659万円	8,330万円	32.5%	4,483万円	17.5%
介護保険特別会計		24億9,685万円	10億7,548万円	43.1%	8億6,252万円	34.5%

※平成 28 年度繰越分を含みます。

◆水道事業会計

区　分	収入予算現額	収　入　済　額	収入率	支出予算現額	支出済額	執行率
収益的収支	8億4,089万円	4億1,476万円	49.3%	8億1,748万円	2億7,270万円	33.4%
資本的収支	1億6,020万円	516万円	3.2%	3億7,992万円	7,135万円	18.8%

◆ 市債の現在高

一　般　会　計	84億9,794万円

◆主な財産

土　　地	3,544,808 ㎡	基　　金	27億9,987万円
建　　物	93,121 ㎡	有価証券	475万円

問合せ　財政課財政係（☎７３－６６４８）

平成29年度
市職員の給与などの公表（概要版）

市職員の給与・定員管理などの状況を市民の皆さまにご理解いただくため、平成29年4月1日現在の状況を公表します。

なお、詳しくは、市ホームページに掲載予定です。

問い合わせ先　総務課職員係（☎73－6643）

①人件費の状況（平成２８年度普通会計決算）

（単位：千円・%）

歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 B／A	平成27年度人件費率
11,832,081	312,868	1,709,495	14.4	20.8

※平成29年3月31日現在の住民基本台帳人口は18，300人です。

②給与費の状況（平成２９年度普通会計当初予算）

（単位：人・千円）

職員数 A	給与費				1人当たり給与費 B／A
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計 B	
213	771,720	70,902	292,584	1,135,206	5,330

※職員手当には退職手当を含みません。また、給与費は、当初予算に計上された額です。
※職員数に特別職（市長･副市長･教育長）は含まれていません。

③ラスパイレス指数の状況

（各年４月１日現在）

区　分	勝浦市	類似団体	全国市平均
平成24年	99.9	96.8	98.8
平成25年	100.4	96.6	98.5
平成26年	100.8	96.7	98.6
平成27年	99.6	97.0	98.7
平成28年	101.0	97.7	99.1

※ラスパイレス指数は、国家公務員の給与水準を１００とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数です。

④平均給料月額、平均給与月額及び平均年齢

（単位：円）

区　分	一般行政職		
	平均給料月額	平均給与月額	平均年齢
勝浦市	310,074	341,264	39.8歳
国	331,816	410,984	43.6歳

※平均給料月額とは、職種ごとの職員の基本給の平均です。
※平均給与月額とは、給料月額に扶養手当、住居手当などの額を合計したものです。

⑤初任給（一般行政職）

（単位：円）

区　分	初任給		２年後の給料	
	大学卒	高校卒	大学卒	高校卒
勝浦市	184,800	150,500	197,500	161,700
国	178,200	146,100	191,700	155,800

※国の大学卒は一般職

⑥経験年数別・学歴別平均給料月額

（単位：円）

区　分	一般行政職	
	大学卒	高校卒
経験年数10年	258,000	226,000
経験年数15年	307,200	258,000
経験年数20年	342,200	307,200

⑦一般行政職の級別職員数

（単位：人・%）

区分	主な職名	職員数	構成比
7級	課長・主幹	14	10.4
6級	係長・主査	14	10.4
5級	係長・主査補	27	20.0
4級	副主査	32	23.7
3級	主任主事・主任技師	5	3.7
2級	主事・技師	28	20.7
1級	主事補・技師補	15	11.1

※市の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。

⑧昇級期間短縮の状況

該当なし

その他の手当	手当名	支給実績（千円）	支給職員１人当たり平均支給年額（円）
	扶養手当	18,993	180,881
	住居手当	7,722	257,400
	通勤手当	15,204	91,042
	宿日直手当	1,025	4,200
	夜間勤務手当	769	128,148
	休日勤務手当	859	57,248
	管理職手当	11,697	584,818

⑨職員手当の状況

期末手当・勤勉手当	区　分		勝浦市	国
	平均支給額（平成２８年度）		1,386千円	
	平成２８年度支給割合	期末手当	2.60月分	2.60月分
		勤勉手当	1.70月分	1.70月分
	加算措置の状況	役職加算	5~15%	5~20%
		管理職加算	なし	10~25%

※加算措置の状況は、職制上の段階、職務の級などによる加算措置をいいます。

退職手当	支給率	自己都合	勧奨・定年
	勤続20年	20.445 月分	25.5563 月分
	勤続25年	29.145 月分	34.5825 月分
	勤続35年	41.325 月分	49.5900 月分
	最高限度額	49.590 月分	49.5900 月分
	その他の加算措置	定年前早期退職特別措置（2~20%加算）	
	平均支給額	312千円	23,312千円

※平均支給額は、前年度の退職した職員（企業職を除く）に支給された平均額です。

⑩特別職の報酬などの状況

（単位：円）

区　分		給料などの月額	期末手当
給料	市長	800,000	（平成 28 年度支給割合） 6月期　2.025月分 12月期　2.225月分 計　4.250月分
	副市長	650,000	
	教育長	610,000	
報酬	議長	333,000	
	副議長	306,000	
	議員	288,000	

⑪部門別職員の状況および増減理由

（各年度４月１日現在、単位：人）

区分／部門	職員数 平成28年度	職員数 平成29年度	対前年増減数	主な増減理由
一般行政	185	189	4	業務充実のための増
特別行政	30	27	△3	業務の民間委託による減
公営企業等	29	29	0	
合計	244（300）	245（300）	1	

※職員数は、一般職に属する職員数です。
※（　）内は、条例定数の合計です。

特殊勤務手当（平成28年度決算）	区　分	全職種
	支給実績	4,714千円
	支給対象職員1人当たり平均支給年額	92,424円
	職員全体に占める手当支給の割合	22.27%
	手当の種類（手当数）	8
	代表的な手当	清掃作業手当、危険手当など

（単位：千円）

時間外勤務手当（決算）			
	平成28年度	支給実績	34,228
		職員1人当たり支給年額	272
	平成27年度	支給実績	24,928
		職員1人当たり支給年額	126

あなたにぴったりがきっとみつかる♪

WaküWakü♪カルチャースクール

プロが教える『新年』特別教室
～新しいこと、はじめよう～

申込期間　12月9日（土）9時より受付開始（定員になり次第、募集終了）
申込・問合せ　勝浦市芸術文化交流センター　☎73－1001（火曜休館）
※メール・FAXでのお申し込みは、受け付けておりません

カラオケ☆虎の巻
―歌うことを、もっと楽しく。―

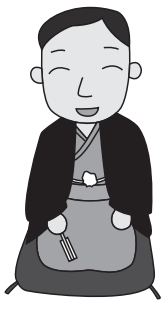
「音痴の私でもカラオケを楽しめるかな?」「カッコ良く歌えるようになりたい!」「歌は苦手…でも、宴会やパーティーで1曲は歌えるようになりたい!」「発声の基本を知りたい!」というあなた、お待ちしています!ジャンルは問いません。歌謡曲・演歌・J-POP・ジャズ・童謡、なんでもShall we sing?

受講場所　芸術文化交流センターKüste 2階多目的室（最終回のみホール）
開講日程　平成30年1月4日・11日・18日・25日、2月1日（全5回、すべて木曜日）
時間　14時～16時
募集人員　15人
参加費　無料
対象者　市内在住・在勤・在学の方（小学生以上、小学生は保護者同伴）
講師　石井　和里（いしい音楽教室主宰）

かつうら落語教室
～笑いの世界へようこそ～

かつうら落語館でおなじみ、入船亭船海さんを講師に招き落語教室を開催します。老若男女問いません。落語を知らない人でも気軽に楽しんでいただける、そんな教室です。思わず語りたくなるあなただけの「噺（はなし）」がきっと見つかるはず…!これを機会に聞く側から演じる側になってみませんか?

受講場所　芸術文化交流センターKüste2階和室（最終回のみホール）
開講日程　平成30年1月4日㈭・11日㈭・17日㈬・25日㈭、2月1日㈭（全5回）
時間　18時～20時
募集人員　10人
持ち物　扇子、手拭い
参加費　無料
対象者　市内在住・在勤・在学の方（小学生以上、小学生は保護者同伴）
講師　入船亭扇海（いりふねていせんかい）（勝浦らくご館）



「山峡の焙煎師が伝える技。コーヒードリップマスターコース」

「コーヒーを知ろう。淹れよう。味わおう。」をコンセプトに、知識を深め、豆の焙煎やドリップ方法を学び、香り豊かでほのかに甘いコーヒーそのものの風味を余すことなく味わう術を学ぶ教室です。世界中のコーヒーを飲み比べてあなたの至高の一杯を探しましょう。

受講場所　芸術文化交流センター　Küste2階調理室
開講日程　平成30年1月21日、2月4日・11日（全3回、すべて日曜日）
時間　10時～12時
募集人員　15人
持ち物　筆記用具、コーヒードリップポット（使い慣れたものをお持ち下さい。）
※コーヒードリップポットをお持ちでない方にはご用意があります。
参加費　3，000円（お釣りのないようにご協力お願い致します。）
対象者　市内在住・在勤・在学の方（小学生以上、小学生は保護者同伴）
講師　水野　俊（焙煎香房 抱（HUG））

産後ヨガ教室

ヨガを通して産後の運動不足を解消しませんか？赤ちゃんと一緒にご参加いただけます。

受講場所　芸術文化交流センター2階和室（1月26日のみ大会議室）
開講日程（お一人様1コースのみ）
▽1月コース　平成30年1月12日・19日・26日（全3回、すべて金曜日）
▽2月コース　平成30年2月2日・9日・16日（全3回、すべて金曜日）
時間　10時～11時
募集人員　10組
持ち物　ヨガマット、水分補給用のドリンク、汗拭きタオル、母子手帳、運動しやすい服装、バスタオル（赤ちゃん用）
※ヨガマットは1回300円で貸し出し可
参加費　無料
対象者　市内在住・在勤・在学、平成29年1月～11月の間に出産された方で、産後検診で医師から問題なしと言われた方。
※11月に出産の方は2月コースのみ応募可能。
その他　赤ちゃんと一緒に参加いただけますが、保育はありません。2人以上のお子さんの同伴はご遠慮下さい。
講師　高梨　朋子（マリブポイント）

スマホでプロ写真講座 ～おしゃれに写す3つの秘訣～

「もっと可愛い写真を撮りたい！」「思うような一枚が撮れない」「想い出を綺麗に残しておきたい」など、スマートフォンで上手に写真を撮りたいと思っているあなたに、プロの写真家が3つの秘訣を伝授します。スマホだからと侮るなかれ！一眼レフ顔負けの一枚を撮ってみませんか？

受講場所　芸術文化交流センター　Küste2階調理室
開講日程　平成30年1月17日㈬
時間
▽午前の部　10時～12時
▽午後の部　17時～19時
※全1回の教室を2回開講いたします。午前の部、午後の部ともに講義内容は同じです。
募集人員　15人
持ち物　スマートフォン
参加費　無料
対象者　市内在住・在勤・在学の方（未就学児、小学生は保護者同伴）
講師　安藤　健太（安藤写真館）

ファミリーコンサート in クリスマス2017

1万人チャリティーコンサート

日時 12月17日(日)

入場受付 PM1:00～2:00
開演時刻 PM2:10/ 終演予定 PM4:30

場所 勝浦市芸術文化交流センター Kuste

入場無料

賛助出演 J-SOUL/ スタジオドリーム

問合せ ▶ 勝浦市芸術文化交流センター ”キュステ”（休館日：毎週火曜日）
〒299-5231 勝浦市沢倉 523-1　TEL 0470-73-1001 / FAX 0470-73-0033

主催 勝浦アンサンブル同好会　共催 勝浦市教育委員会
後援 勝浦市音楽協会 / 勝浦ロータリークラブ / 房総勝浦ライオンズクラブ
協賛 株式会社 勝浦ホテル三日月 / 株式会社 西川 / 廿日会

審査結果の発表
平成29年度「環境ポスター・環境標語コンクール」

地球の温暖化、ゴミの不法投棄、自然環境、大気・水質保全など環境保全問題をテーマとする「環境ポスター」・「環境標語」コンクールの募集を行いましたところ、ポスターに１６８点、標語に４３４点の応募があり、それぞれ厳正な審査の結果、入賞者が決定しました。多数のご応募ありがとうございました

問合せ　生活環境課生活環境係（☎７３－６６３９）

環境ポスターコンクール入賞者（敬称略）

〈 市　長　賞 〉

小学校低学年の部
岡田　夏帆（上野小２年）

小学校高学年の部
鈴木　寛生（郁文小６年）

中学校の部
川名　美帆（勝浦中１年）

〈副市長賞〉
押田　心菜（勝浦小１年）
千葉　美禄（勝浦小６年）
齋藤　未結（勝浦中１年）

〈市議会議長賞〉
中西愛陽央（郁文小３年）
髙梨　恋衣（郁文小５年）
江本　拓斗（勝浦中１年）

〈教育長賞〉
髙橋　一豪（郁文小３年）
河野　欣矢（郁文小４年）
渡邊　結衣（勝浦中１年）

〈環境審議会会長賞〉
西川　　諒（興津小３年）
小峯　芽生（勝浦小６年）
永島　幸佳（勝浦中１年）

環境標語コンクール入賞者（敬称略）

〈 市　長　賞 〉

「お買い物　持って行こうね　エコバック」
小学校低学年の部　　忍足　奏音（興津小３年）

「暑い日に　打ち水風鈴　エコ上手」
小学校高学年の部　　江本　柚奈（勝浦小４年）

「ゴミ拾い　広がる笑顔と　輝く未来」
中学生の部　　江澤　未羽（勝浦中３年）

〈副市長賞〉
鈴木　蒼大（勝浦小１年）
嶋津　博輝（豊浜小４年）
深井　春菜（勝浦中１年）

〈市議会議長賞〉
武野　里菜（総野小１年）
鈴木　亮太（上野小５年）
小川　彩華（勝浦中３年）

〈教育長賞〉
江本　遥希（勝浦小１年）
渡邉菜々美（勝浦小５年）
本庄　月渚（勝浦中２年）

〈環境審議会会長賞〉
三尾　海晴（勝浦小１年）
末吉　陽輝（興津小６年）
岩瀬　理乃（勝浦中１年）

国民健康保険からのお知らせ
医療費を大切にしましょう！

医療費は、年々増えています。このまま医療費が増加してしまうと、国民健康保険（国保）の財政が圧迫され、国保の健全な運営が難しくなり、保険税を引き上げなければなりません。そうならないためにも、病院の受診方法や日頃の生活習慣などを見直して、医療費の節約に取り組みましょう。

上手に医療機関を受診しましょう

①かかりつけの病院、担当医を決めましょう。

②休日・夜間の受診は割増料金がかかります。緊急性が高いかどうかよく考えましょう。

③同じ病気で複数の医療機関を重複受診する前に、担当医に相談してみましょう。

④紹介状なしで大病院を受診する場合、5，000円（歯科は3，000円）以上の別途負担が必要になります。
大病院での受診が必要かどうか、担当医に相談してみましょう。

上手に薬と付き合いましょう

①かかりつけの薬局を決めましょう。体質なども理解した上で、薬の調剤をしてくれます。薬の重複や飲み合わせをチェックしてくれます。

②ジェネリック医薬品を利用しましょう。「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」とは、最初に作られた薬（先発医薬品：新薬）の特許期間が過ぎたあとに、有効成分、用法、効能・効果が新薬と同等の医薬品と申請され、厚生労働省の認可のもとで製造・販売された、安価な薬です。ジェネリック医薬品希望の旨を医師に伝え、処方してもらうことにより、窓口での自己負担額を減らすことができます。（ただし、医師の判断で、変更できない場合があります。）

③医師の処方を信頼し、必要以上に薬をもらい過ぎないようにしましょう。飲み残しの薬を薬局へ持っていくと、使用期限などを確認し、医師と相談して、処方を調整してくれます。

④「お薬手帳」を活用しましょう。「お薬手帳」とは、処方された薬の名前、量、日数、使用方法などを記載できる手帳です。病名、症状、副作用やアレルギーなども記載し、来院時および災害時や旅先でも携帯すると役立ちます。

年に1回は、健診を受けましょう

市では毎年、40歳以上の国保加入者および後期高齢者医療制度加入者を対象として、健康診査を実施しています。国保においては、検査の結果により、保健指導も実施しています。

生活習慣病は、自覚しないうちに進行してしまいます。日頃の生活習慣を見直し、早期発見・予防に努めましょう。

お知らせ

年末年始警戒取締り出動式開催のお知らせ

一日警察署長「いすみ鉄道公認房総半島応援アイドルＢＯＳＯ娘」によるミニコンサートがあります。一般見学も可能です。（大ホール2階に自由席があります）みなさんのご参加お待ちしております。

日時 12月20日㈬ 14時～
（時間変更の場合あり）

場所 芸術文化交流センター 大ホール

問合せ 勝浦警察署生活安全課 ☎73－0110

一日警察署長「ＢＯＳＯ娘」

STOP・電話de詐欺！～絶対にダマされないぞ～

犯人らは、必ず事前の電話（通称アポ電）をして「ダマせることができるか」様子をうかがってきます。

電話で息子や孫を語る者から困った口調で、高額のお金を要求してきた時は不審に思い、必ず本人に電話をして確認しましょう。

犯人は言葉巧みです。ダマされないように注意してください。

問合せ 勝浦警察署 ☎73－0110

ストーブの取り扱いに注意しましょう!!

寒い時期となり、ストーブなどの暖房器具を使用する機会が多くなります。ちょっとした不注意で火災や事故につながるおそれがありますので、特に次の点に注意してください。

▽外出時や就寝時には必ず火を消しましょう。

▽ストーブ付近で洗濯物を乾かすのはやめましょう。

▽燃料の大量貯蔵は控え、確実に火を消してから給油しましょう。

▽ストーブの周りには、可燃物やスプレー缶などを置かないようにしましょう。

▽子供が、やけどやいたずらをしないよう注意しましょう。

問合せ 夷隅郡市広域市町村圏事務組合消防本部予防課 ☎80－0132

☆住宅用火災警報器を設置しましょう☆

平成30年成人式

市では、平成30年1月7日㈰に勝浦市芸術文化交流センターを会場として「平成30年成人式」を挙行いたします。現在、市内在住の対象者の方には別途通知文を送付しております。

対象者　平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの方
※市内に住所がない方で、成人式への出席を希望される方は、社会教育課にお申し込みください。

問合せ　社会教育課　☎73－6665

第3回 いきいきシルバー展

勝浦市内のデイサービスなどを利用されている方が、日頃、取り組んでいる作品を展示します。どれもすばらしい出来ばえの作品ばかりです。皆様お誘いあわせのうえお気軽にお越し下さい。

期間　12月1日㈮～15日㈮
会場　市役所1階ホール
※土日もご覧になることができます。

問合せ　介護健康課高齢者支援係　☎73－6615

福祉のしごと isumiで働こう！「夷隅地域福祉施設・事業所合同就職面談会」

日時　12月16日㈯・17日㈰　9時30分～13時
会場　いすみ市大原文化センター（いすみ市大原7838）
主催　千葉県福祉人材確保・定着夷隅地域推進協議会
対象
▽福祉のしごとをお探しの方、転職をお考えの方
▽平成30年3月卒業見込みの高校生・専門・短大・大学生
※参加費無料、履歴書不要、服装自由です
特典　先着50名様にプレゼントあります
問合せ　障害者支援施設ピア宮敷（内野）
☎0470－87－9631
✉miyasiki@bz01.plala.or.jp

「広がれ、こども応援の輪！」

深刻化する子どもの貧困問題に焦点をあて、子どもを応援する活動を広げるためのイベントを開催します。

日時　平成30年1月27日㈯　13時15分～16時30分
場所　船橋市中央公民館6階講堂
対象者　一般県民
参加費　無料
定員　250人
申込方法　氏名（ふりがな）、電話番号を記載し、平成30年1月19日㈮までに郵送・FAX・電子メールでお申し込みください。
申込・問合せ　「広がれ、こども応援の輪！」実行委員会事務局（千葉県社会福祉協議会地域福祉推進班内）
〒260－8508　千葉市中央区千葉港4－3
☎043－245－1102
Fax 043－244－5201
✉yamaguchi@chibaken-shakyo.com

動物愛護事業（1月）

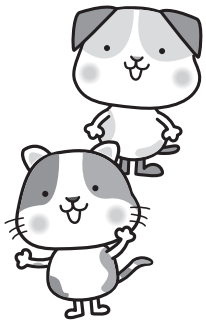
場所　千葉県動物愛護センター（富里市御料709－1）

【犬のしつけ方教室】
▽**基礎講座（※飼い犬同伴不可）**
日時　平成30年1月11日㈭　10時～12時
受付　9時30分～10時
費用　無料
定員　先着20組（予約制）
▽**実技講座（※飼い犬同伴、(公財)千葉県動物保護管理協会が開催）**
日時　平成30年1月11日㈭　13時～15時
受付　12時30分～13時
費用　3,000円（消費税別）
定員　3組以上10組（要予約）
※実技講座の予約電話番号　☎043－214－7814

【パピークラス】
日時　問い合わせ後に日程調整
費用　無料（予約制）

【一般譲渡会（成犬・成猫）】
日時　平成30年1月25日㈭　13時30分～15時
受付　13時～13時30分
費用　無料
※受付時間に遅れると参加できません。

【飼い主さがしの会】
犬猫をほしい方、あげたい方の出会いの場です。
日時　平成30年1月13日㈯　9時30分～11時
費用　無料（予約制）
▽**犬猫のほしい方**
受付時間　9時～9時30分
▽**犬猫をあげたい方**
受付時間　9時30分～10時
申込・問合せ　千葉県動物愛護センター　☎0476－93－5711



市民課窓口の日曜開庁日のお知らせ

第1日曜日	12月　3日	8:30～12:30
第3日曜日	12月17日	
第1日曜日	1月　7日	

・住民票、戸籍、印鑑証明の交付を受けることができます。
・交付の際、本人確認のできる運転免許証などの提示が必要です。

問合せ　市民課市民係　☎73－6612

◇当番医の紹介◇ 夜間・日曜・祝日など

夷隅郡市広域市町村圏事務組合消防本部
☎80－0119

◇納税・納付◇

○国民健康保険税：6期　納期　12月28日（木）
○介護保険料　：5期　納期　12月28日（木）
○後期高齢者医療保険料　：6期　納期　12月28日（木）

※口座振替をご利用の方は、残高の確認をお願いします。
問合せ　税務課徴収班　☎73－6622

シリーズ 貯筋!!

地域いきいき通信

～介護予防のまちづくり～

筋肉を維持して健康で過ごすための方法を、シリーズでご紹介していきます！

バランスのとれた食事でフレイル予防！

～食事編 たんぱく質で筋力を作り、糖質(炭水化物)で筋肉を育てる～

※フレイルとは、加齢に伴い、身体の予備能力が低下して体が弱くなっている状態（虚弱化）のことをいいます。

誤解 ~~年を取ったら粗食でいい~~ ×

『高齢になったら、食事は粗食でいい。』そんな誤解がされていますが、多様な食品をきちんと食べ、栄養不足にならないことが、フレイルを防ぎ健康長寿につながることが分かっています。１日３食しっかり食べるようにしましょう。

高齢者は普段から、あっさりした食事で済ませてしまいがちです。とくに、肉類などの動物性たんぱく質が不足してしまう方が多くいます。

たんぱく質は、筋肉を強くし、病気やけがに対する抵抗力を高めてくれる、健康維持には不可欠な栄養素です。さらに、エネルギーとなる炭水化物を合わせてとることも重要です。

毎日摂りたい、手軽なたんぱく資源（１日の摂取目安量）

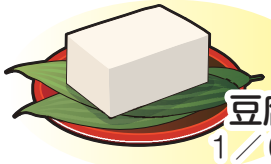
毎食どれかひとつをとりましょう

卵 １個

牛乳 コップ１杯（200ml）

ヨーグルト カップ１個強

納豆 １パック



豆腐 １／６丁

ワンポイントアドバイス

- おせんべいからチーズに
- ようかんからプリンやヨーグルトに
- おしんこから納豆に

毎日、食べるものです。
ちょっとした意識を持つことで今からでもできます。

介護用品リサイクル

介護用品の橋渡しを行っています。**特におむつ類は大歓迎です。**不要になった介護用品がありましたら、右記までご連絡下さい！

連絡・問い合わせ先

勝浦市地域包括支援センター（介護健康課内）
☎７３－６６１５・６６１６

『広報かつうら』次号は12月15日(金)発行です。

編集・発行 千葉県勝浦市企画課☎0470(73)6657
〒299-5292 千葉県勝浦市新官1343-1
ホームページ http://www.city.katsuura.lg.jp/
携帯電話版 http://www.city.katsuura.lg.jp/m