

花咲くハタチ、心躍るミライへ



避難行動要支援者名簿の

登録を受け付けています

市では、災害発生時などに自力で避難する事が困難な方を対象に、災害に関する情報の伝達や避難などの手助けを行うため「避難行動要支援者名簿」の登録を受け付けています。

登録いただいた名簿は、勝浦市地域防災計画に基づき、平常時から区（自治会）や民生委員などの避難支援等関係者に名簿情報を提供し、災害発生時に安否確認などの迅速な対応がとれるよう役立てます。

登録・変更の方法

「勝浦市避難行動要支援者名簿登録申請書兼同意書」（以下、「申請書」）に必要事項を記載し、福祉課社会福祉係に提出してください。

登録済みの方で、前回申請時と状況が変わり、登録内容を変更される方は、変更の申請書を提出してください。

※申請書は、福祉課窓口および移動市役所に用意しています。郵送での交付を希望する方は福祉課へお問い合わせください。

対象となる方

- 在宅で家族などの支援が受けられず、次のいずれかに該当する方
- ① 75歳以上で一人暮らし・75歳以上のみの世帯
- ② 要介護3・4・5の認定を受けている方

③ 身体障害者手帳1級・2級・3級の認定を受けている方

④ 視覚・聴覚の障害認定を受けている方のみの世帯

⑤ 知的障害（療育手帳A・Aの1）の判定を受けている方

⑥ 精神障害（精神障害者保健福祉手帳1級）の認定を受けている方

⑦ 難病や常時特別の医療などを必要としている方

⑧ その他、①～⑦以外で災害時の避難に支援が必要な方

※この制度は、日頃から地域で情報を共有し、災害発生時に地域の助け合いにより人的な被害を軽減する事を目的としています。災害の規模や被災状況によっては支援ができない場合もあることをご了承ください。

※個人情報については、行政および避難支援など関係者において、適正に管理します。

問合せ

▽名簿の登録について

福祉課 社会福祉係

☎ 73-6621

▽防災対策について

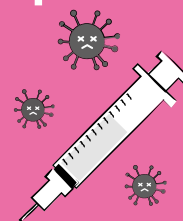
消防防災課 消防防災係

☎ 73-6640

《対象が拡大されました》

風しんワクチン予防接種の

費用を助成します！



「風しん」は発熱を伴う発疹が主な症状であり、風しん自体は重篤化することが少ない病気ですが、妊娠初期の妊婦が感染するとそのリスクは非常に高いものとなります。

市では、妊婦、胎児への影響を考え、また経済的負担を軽減することで予防接種の推進を図るため、風しんワクチン予防接種費用への助成を行っています。

対象となる方

次の①～③全てに該当する方

- ① 令和6年4月1日から令和7年3月31日までに風しんワクチンまたは麻しん・風しん混合ワクチンを接種した方
- ② 予防接種を受けた日において本市に住民票がある方（令和6年4月1日以降）
- ③ 平成30年12月25日以降に次のいずれかの風しん抗体検査を受けた方であって、医師が抗体価が低いと判断した方

- ・千葉県並びに千葉市、船橋市および柏市が実施する風しん抗体検査
- ・妊婦健康診査における風しん抗体検査

※ただし、過去に実施した同様の助成事業で市の助成を受けた方は除きます。

助成回数 1回のみ

助成額

① 風しんワクチンの場合
予防接種費用の2分の1で、上限は3千円

② 麻しん・風しん混合ワクチン（MRワクチン）の場合
予防接種費用の2分の1で、上限は5千円

申請方法

次の必要書類を市民課健康管理係の窓口へお持ちください。申請書は来庁時に記入していただきます。

- ・予防接種の領収書
- ・接種済証など風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンの予防接種を受けたことを証明する書類

※領収書で確認できる場合は不要です
・助成金を振り込む指定口座のわかるもの（通帳、カードの写し）

・抗体検査の結果が記載された書類

申請期限

令和7年3月31日

※申請内容を審査後、指定された口座に振り込みます。

問合せ

市民課 健康管理係

☎ 73-6614

市営駐車場(墨名・出水)の有料化について

4月から有料化する市営駐車場(墨名・出水)について、利用料金が決定しましたのでお知らせします。

利 用 時 間	利 用 料 金	
	繁忙期など以外	繁忙期など
入庫後最初の1時間まで	無料	無料
// 1時間を超え1時間30分まで	300円	300円
// 1時間30分を超え2時間まで	400円	400円
// 2時間を超え2時間30分まで	500円	500円
// 2時間30分を超え3時間まで	600円	600円
// 3時間を超え3時間30分まで	以降、入庫後24時間まで 600円	700円
// 3時間30分を超え4時間まで		800円
// 4時間を超え4時間30分まで		900円
// 4時間30分を超え5時間まで		1,000円
// 5時間を超え24時間まで		以降、入庫後24時間まで1,000円

- (1) 利用料金は、下記に掲げる24時間あたりの上限額の範囲内において、入庫後最初の1時間までを無料、1時間30分までを300円とし、以降、その超える30分までごとに100円を加算。
- (2) 入庫後24時間を超える場合は、下記に掲げる24時間あたりの上限額の範囲内において、その超える30分までごとに100円を加算。
- (3) 繁忙期等の時期及び利用料金の上限額については以下のとおり。
- (4) 利用料金は、消費税及び地方消費税を含む。

区 分	時 期	上 限 額
繁忙期など以外	下記以外	24時間あたり 600円
繁忙期など	(1) 土曜・日曜・祝日(振替休日含む) (2) 7月1日から8月31日まで (3) 12月29日から翌年1月3日まで	24時間あたり 1,000円

「繁忙期」の適用については入庫時の日時をもって行う。

問合せ 観光商工課 観光係 ☎73-6641

食品ロスを削減して、必要とする方たちに届けよう！ フードドライブを実施します



昨年、12月2日から18日に実施したフードドライブで、集まった飲料やインスタント食品など(約21kg)は、市内支援団体、フードバンクちばに寄贈しました。ご協力いただきありがとうございました。

次回のフードドライブを下記のとおり実施しますので、より多くの方のご協力をお願いします。

実施期間(土日祝含む)

3月3日(月)～19日(水) 9時～17時

実施場所

月曜～金曜日 市役所2階 生活環境課窓口

土・日・祝日 市役所1階 日直窓口

寄付の方法

食品を直接「実施場所」に持ち込んでください。

※寄付された食品は市内のこども食堂などへの提供、フードバンクちばを通じて、食料を必要としている人たちや団体へと届けられます。

集める食品の種類

米・パックご飯・乾麺・餅・防災食・缶詰・飲料・レトルト食品・インスタント食品・お菓子・ベビーフード・調味料など

注意点

- ・賞味期限が2025年5月1日以降のもの
- ・常温保存可能で未開封なもの
- ・米は令和5年産以降のもの(玄米の場合は精米不要)
※米袋(紙)での寄付もできます

受け付けできない食品など

包装が破損しているもの・生鮮食品・冷蔵(冷凍)品・サプリメントなどの医薬品関連・アルコール類

問合せ 生活環境課 環境保全係 ☎62-5094

令和7年「二十歳を祝う集い」～華やかな晴れ着姿で誓う未来～

新春の凛とした空気の中、艶やかな振り袖や凛々しいスーツなどに身を包んだ二十歳の若者たちが、晴れの日を迎えました。

1月12日、キュステで「二十歳を祝う集い」が開催され、平成16年度生まれの79名が出席しました。

式典では江本拓斗さんと吉川勢渚さんが司会を務める中、石井優和さんが出席者を代表して意見発表を行い「将来に向けさまざまな事にチャレンジする気持ちを持ち続け、地域社会にも貢献していきたい」と語りました。式の終盤には石川実祐さんが登壇し「私たち一同、この感謝を決して忘れないよう、責任ある大人として誇れる未来を築いてまいります」と謝辞を述べました。

式典を終えた後は出席者らが企画した催しが行われ、小中学校時代の恩師が登壇し、はなむけの言葉を贈ったほか、当時を振り返る動画が上映されるなど、ひとときの間、故郷の旧友との思い出話に花を咲かせていました。



石井久雄福祉手当・母子および父子世帯等高等学校等就学費補助金の手続きについて

石井久雄福祉手当

市では、故石井久雄氏の寄付金をもとにした石井久雄福祉手当を年1回、重度障害児または、交通遺児を養育する方に支給します。

支給対象者

・3月1日現在、勝浦市に住所を有し、身体障害者手帳（1級・2級）または療育手帳（A・Aの1・Aの2）を持っている18歳未満の児童を養育する方

・交通事故により父母または父母の一方と死別した義務教育修了前の児童を養育する方

支給額

児童1人につき2万5千円

申請にあたっての必要書類

- ・石井久雄福祉手当申請書
 - ・重度障害児にあつては障害の程度を証する書類（各手帳）
 - ・交通遺児にあつては交通事故死を証する書類
 - ・申請者本人名義の通帳の写し
- 申請期間（土日を除く）
3月3日（月）～12日（水）
8時30分～17時15分

母子及び父子世帯等高等学校等就学費補助金

市では、母子および父子家庭の経済的負担の軽減と就学奨励を図るため、年1回補助金を支給します。

補助金支給対象者

市内に住所を有する母子または父子家庭であり、3月1日現在、高等学校など在学习中の生徒の保護者（養育者を含む）

支給額

生徒1人につき2万円

申請にあたっての必要書類

- ・交付申請書ならびに請求書（2月下旬頃・対象者に送付）
 - ・在学証明書（原本）
 - ・申請者本人名義の通帳の写し
- 申請期間（土日を除く）
3月3日（月）～3月14日（金）
8時30分～17時15分

※申請書が届かない場合はお問い合わせください。

※本補助金は、明治安田生命保険会社からいただいた「私の地元応援募金」を財源の一部としています。

問合せ 福祉課 子育て支援係

☎73-6618

パブリックコメント手続きで意見を募集します

パブリックコメント手続き（意見公募）

市民の皆さまとの協働による市政の推進のため、市の政策を定める計画の策定や条例の制定・改廃などの案を広く公表し、それらに対する市民の皆さまからの意見を募集しています。

案件名

『勝浦市観光基本計画の改訂』について

概要

勝浦市観光基本計画は、本市の観光地づくりにおける基本的な指針を定め、必要な取組を市全体で着実に進めていくために策定されています。

この度、令和3年9月に策定された現行の勝浦市観光基本計画を、観光に関する現状を踏まえ、改訂しようとするものです。

公募期間

2月14日（金）から3月7日（金）

本案件に係る意見の募集について

意見を提出できる方

- ・市内に住所を有する方
- ・市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体
- ・市内に存する事務所または事業所に勤務する方
- ・市内に存する学校に在学する方
- ・右記に掲げる方のほか、事業に関し利害関係を有する個人および法人その他の団体

閲覧場所

- ・市役所1階市政情報コーナー
- ・芸術文化交流センター
- ・興津集会所
- ・図書館
- ・市ホームページ

意見の提出方法

郵送、ファックス、電子メール、窓口への持参
※提出用紙は右記の閲覧場所または市ホームページから入手できます。

公表方法

提出されたご意見は、氏名、連絡先などを除き、意見の概要と勝浦市の考え方をホームページならびに市政情報コーナーで一定期間公表します。意見の募集は、具体的な意見をいただくことを目的としているため、単に賛否だけを記載したものや趣旨の不明瞭なものについては、本市の考え方を示さないことがありますので、あらかじめご了承ください。なお、ご意見に対し、個別に回答は致しかねますので、その旨ご了承ください。

提出・問合せ

〒299-15292

勝浦市新官1343番地の1

観光商工課 観光係

☎73-6641

☎73-8788

✉kankou-ks@city-katsuura.jp





2025



プチガイド

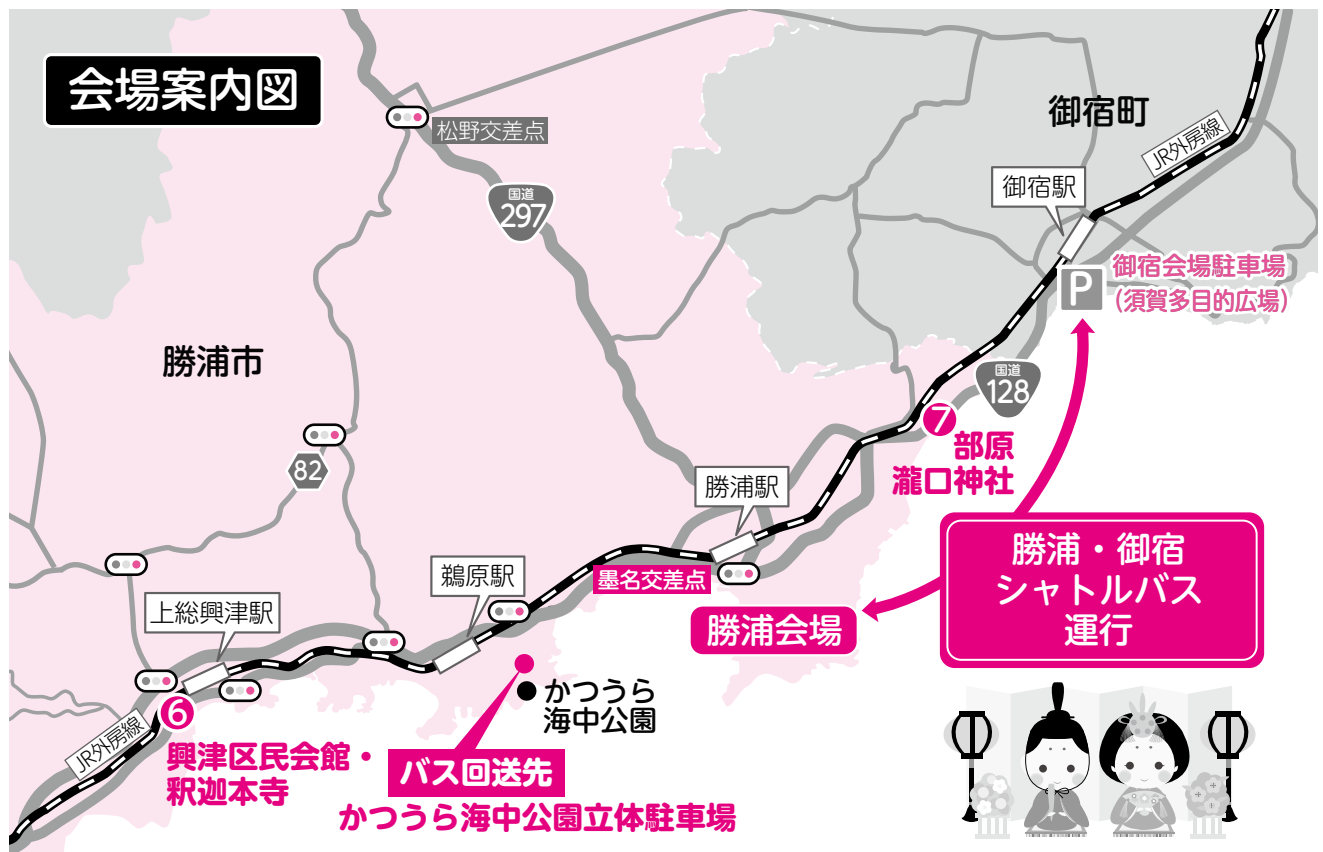
2月22日(土)～

3月3日(月) 開催

「2025 かつうらビッグひな祭り」が2月22日(土)から3月3日(月)まで開催されます。今年は6年ぶりに芸術文化交流センター(キュステ)大ホールの特設ひな壇が復活し、館内中の絢爛豪華な飾り付けにより、ひな祭りを彩ります。

また出水覚翁寺、墨名交差点や興津区民会館・釈迦本寺など市内各所にひな人形が飾られ、皆さまを華やかにお出迎えします。なかでもビッグひな祭りを象徴する特別な場所「遠見岬神社」の石段に飾られる約1800体のひな人形の飾りつけは圧巻です！

勝浦市、そして外房に春の訪れを告げるビッグひな祭りに、みなさんも足を運んでみてはいかがでしょうか？



各会場の位置は 6 頁、8 頁の地図に番号で示してあります。

とみさき ①遠見岬神社石段



60 段の石段に、およそ1800体のひな人形。雨天時はパネル展示を行います。

展示時間

9時～19時（荒天時は中止）

ライトアップは17時から



主な会場のご案内

④芸術文化交流センター（キュステ）



6年ぶりに復活する大ホール特設ひな段をはじめ、エントランス大階段への「日本最大級の享保風雛」、年代物のひな人形や7色に統一されたひな人形などが館内中に展示されます。また17時からは大ホール特設ひな段内の通路から見学することができます。

展示時間 9時～19時

入館料 500円（高校生以下無料）

とな ③墨名交差点



特設ひな壇に、およそ1000体のひな人形が展示されます。

展示時間

9時～17時

土日祝日は18時30分まで

かくおうじ ②覚翁寺山門前



特設ひな壇に、およそ600体のひな人形が展示され、瓦葺の山門とひな壇の組み合わせが絶妙です。

展示時間

9時～18時

へばら ⑦部原瀧口神社



潮風を感じる境内や神社参道に、ひな人形が展示されます。

展示時間

10時～16時

⑥興津区民会館・釈迦本寺



ひな人形や竹灯籠が境内に飾られます。

展示時間

9時～16時

⑤市役所ロビー



吉徳コレクション、名工「永徳斉」などの貴重なひな人形や勝浦こども園の子どもたちによる可愛い手作りひな人形が展示されます。

展示時間

8時30分～17時15分

【同時開催】 おんじゅくまちかど つるし雛めぐり

御宿町がつるし雛であふれる10日間。主要会場となる「月の沙漠記念館」と「手づくりの蔵」は、ぜひ一度は訪れたいおすすめポイントです。

日時 2月22日（土）～3月3日（月）

9時～16時30分（展示場所により異なります）



イベント情報

A ひな祭り絵手紙コンクール 作品展 (市内郵便局)

市内小中学校の子どもたちによる作品が展示されます。

日程 2月22日(土)～3月3日(月)
場所 勝浦郵便局

B ビッグひな祭り キッチンカーストリート

おしゃれなキッチンカーが会場を華やかに彩ります。

日程 2月22日(土)～24日(月)
3月1日(土)・2日(日)

場所 および時間

①旧市役所通り 9時～16時
②芸術文化交流センター(キュステ) 9時～19時

C なりきりお雛様 (勝浦中央商店会)

十二単風衣装を羽織り、お手持ちのカメラで撮影可能。女性の方ならどなたでも参加できます。

日時 2月23日(日)・3月2日(日)
10時～15時(最終受付14時頃)
体験料 1回1000円(商品券付)
場所 すわらやビル(勝浦60-1)

D 「ぽすくま」と一緒に 写真を撮って手紙を送ろう!

(日本郵便株式会社)
「ぽすくま」やその仲間たちと一緒に記念写真を撮ってオリジナルのはがきを作ろう!その場で送ることもできます(無料)

日時 3月1日(土)・2日(日)
10時～15時

E 桃花祭 (遠見岬神社)

上巳の祓えに因んだ行事。御神前に桃の花を供え、来場された皆さまの無病息災とお子さまの健やかな成長を祈願します。

日時 3月3日(月) 8時30分～
場所 遠見岬神社

F ひな人形供養祭 (高照寺会館)

高照寺の御住職により、役目を終えたひな人形たちの供養を行います。

日時 3月3日(月) 14時～

勝浦・御宿スタンプラリー

勝浦市の「かつらビッグひな祭り」、御宿町の「おんじゅくまちかどつるし雛めぐり」を巡るスタンプラリー。スタンプを集めて、抽選に参加しよう!

日程 2月22日(土)～3月3日(月)

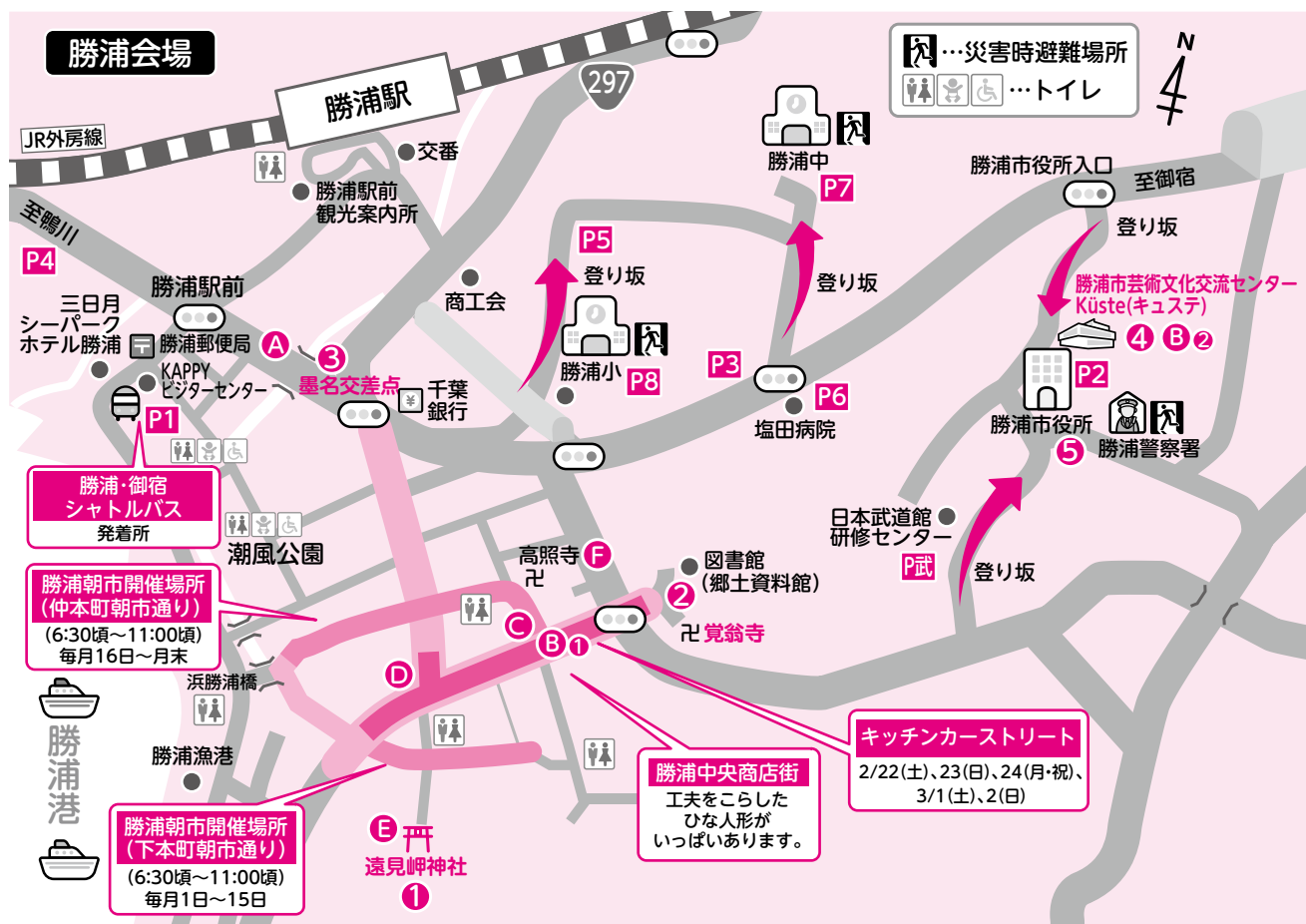
場所

▽勝浦会場 遠見岬神社・芸術文化交流センター(キュステ)
▽御宿会場 月の沙漠記念館・手づくりの蔵

勝浦ひなめぐりスタンプラリー

市内4箇所の会場を巡るスタンプラリー。スタンプを集めてアンケートに答えたら、その場でくじを引いて景品をゲットしよう!

日時 2月22日(土)～24日(月)
9時～16時



場所

- ①芸術文化交流センター（キユステ）
 - ②遠見岬神社
 - ③かつうら海中公園売店
 - ④興津区民会館・釈迦本寺
- ※くじ引き会場は④興津区民会館・釈迦本寺となります。

「d払い」ポイント還元キャンペーン

（株式会社NTTドコモ）

市内および御宿町でスマホ決済サービス「d払い」を利用し決済された方を対象に、抽選で「dポイント」（期間・用途限定）を最大で100%還元するキャンペーンを実施します。

日程 2月15日（土）～3月16日（日）

ビッグひな祭り体験アトリエ

ひな祭りを題材としたワークショップの日替わり出店を実施します。

日時 2月22日（土）～24日（月）
3月1日（土）・2日（日）

9時～16時

場所 芸術文化交流センター（キユステ）内
料金 出店者により異なります

場所

駐車場のご案内

・第1駐車場 P1

墨名市営駐車場
（墨名81517）
6時30分～22時

・第2駐車場 P2

市役所及び芸術文化交流センター（キユステ）駐車場
（新官1343番地の1）
8時～20時

・第3駐車場 P3

出水市営駐車場
（出水121212）
6時30分～20時

・第4駐車場 P4

三日月シーパークホテル勝浦第2駐車場
（串浜124811）
8時～20時

・第5駐車場 P5

元勝浦幼稚園跡地
（墨名75712）
8時～17時

・第6駐車場 P6

塩田病院駐車場
（出水12221）
※土日祝日のみ駐車可
土曜 14時～20時
日曜祝日 8時～20時

・第7駐車場 P7

勝浦中学校グラウンド
（出水112011）
※土日祝日のみ駐車可
土曜 12時30分～17時
日曜祝日 8時～17時

・第8駐車場 P8

勝浦小学校グラウンド
（墨名73311）
※土日祝日のみ駐車可
土日祝日 8時～17時

駐車料金 無料（普通車）

交通規制のお知らせ

日時

2月22日（土）・2月23日（日）・24日（月）
3月1日（土）・2日（日）
10時～15時
勝浦中央商店街において車両進入禁止

問合せ

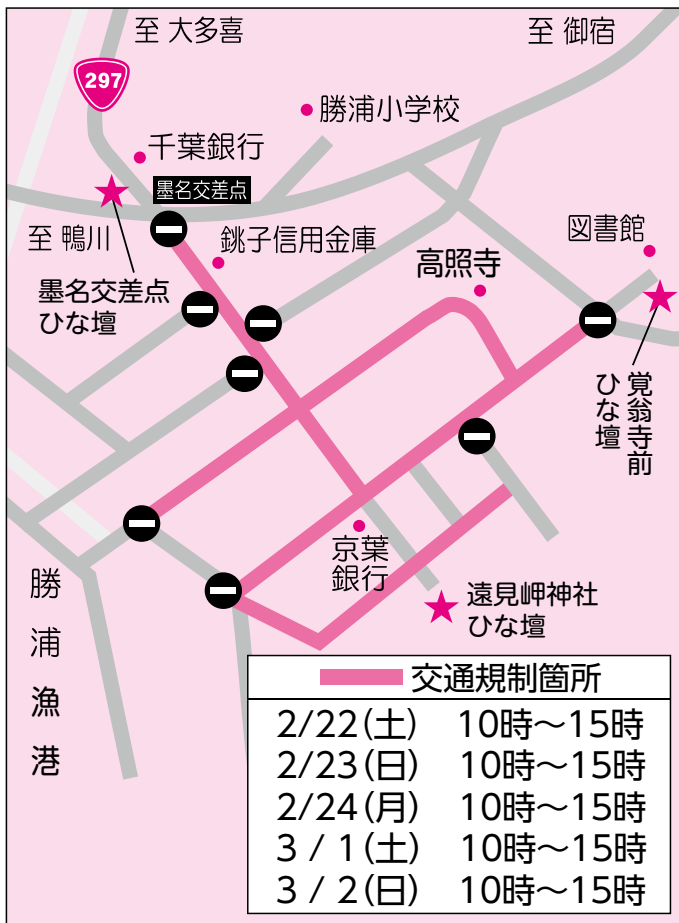
ビッグひな祭り実行委員会
（観光商工課内）
☎ 7316641

市 HP



となります。また、期間中は市街地がたいへん混雑します。ご理解とご協力をお願いいたします。

イベント情報の詳細は勝浦市ホームページで随時更新中。詳しくはこちらをご覧ください。





まずは相談してみませんか？

悩みごと、わからないことなど、
お気軽に相談を



合同相談（予約制・行政相談・人権相談・心配ごととの相談など）	市民法律相談（予約制・先着順5人まで・1人につき30分間）
3月6日(木)・3月14日(金) 13時30分～15時30分	2月21日(金) 3月5日(水) 13時～16時
予約・問合せ 勝浦市社会福祉協議会（73-6101） ※予約は各相談日前日の正午まで	総務課 総務係（73-6646）
消費生活相談 電話相談	24時間健康相談ダイヤル 電話相談
祝日を除く月～土曜日 9時～16時30分（土曜は16時まで）	年中無休 24時間対応
千葉県消費者センター（047-434-0999）	夷隅広域健康相談ダイヤル24（0120-143-251）
女性のための総合相談 電話相談	男性のための総合相談 電話相談
祝日を除く火～日曜日 9時30分～16時	祝日を除く火・水曜日 16時～20時 土曜日 12時30分～16時30分
千葉県男女共同参画センター（04-7140-8605）	千葉県男女共同参画センター（043-308-3421）
精神障害者の自立・社会参加に関する相談	ちばライフサポートセンター くらし何でも相談 電話相談
祝日を除く月～金曜日 10時～16時	水曜日 10時～15時
いすみ地域活動支援センターレインボー（82-2220）	（一社）千葉県労働者福祉協議会（0120-53-4141）
ちば南東部地域若者サポートステーション（予約制）	千葉県ひきこもり地域支援センター（ひきこもり相談） 電話相談
祝日を除く火～土曜日 10時～16時 若者の就労・自立の支援	祝日を除く月～金曜日 9時30分～16時30分 （第1金曜）13時～16時30分
ちば南東部地域若者サポートステーション （0475-23-5515）	千葉県ひきこもり地域支援センター （043-307-3812）

※市役所の閉庁日は、土曜日・日曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）です。

身近にいる結婚を希望する
未婚の方を応援しませんか？

「勝浦市婚活支縁員」募集

こんかつしえんいん

結婚を希望する未婚の方への出会いから結婚相談、婚活イベントの情報提供や参加の働きかけなど、ボランティアでお手伝いをしていただける方を募集しています。

▽活動内容

- ①未婚者男女の出会いの機会の仲介
- ②未婚者男女への出会いに関するイベントの情報提供および参加の働きかけ
- ③未婚者男女の交際から結婚に至るまでの支援活動
- ④その他、結婚を望む人を支援する活動

▽応募要件

- ①市内在住・在勤の20歳以上の方
- ②ボランティアとして活動ができる方
- ③業として結婚相談または結婚紹介を行わない方
- ④勝浦市暴力団排除条例に規定する暴力団員などに該当していないこと

▽登録期間

登録の日から1年を経過した日の属する年度末日（更新可）

▽応募に必要な書類

- ①登録申請書
 - ②誓約書
 - ③本人確認書類（運転免許証・健康保険証（マイナンバー）などの写し）
- ※「登録申請書」「誓約書」の用紙は、芸術文化交流センター窓口でお配りしています。

ホームページからもダウンロードできます



▽応募方法

必要書類を郵送、ファックス、電子メールまたは窓口へ持参してください。

※申し込みは、随時受け付けています。

▽応募・問合せ

生涯学習課 生涯学習係
（キューステ担当）

〒299-1523

沢倉523番地1

TEL 73-11055

FAX 73-10033

✉ geibun@city-katsuura.jp

「清潔」の習慣は子どもの成長とともに！ 生活習慣について②

子どもが成長するにつれて必要となる「清潔」の習慣。それは「自分の命や健康を守る」ための基本的な行動となっていきます。こども園や保育所への入園、小学校入学の前など集団生活のスタートが近づいてくるこれからの季節は、「手洗いやうがいを積極的に練習できるチャンス」でもあり「感染予防や対策を学ぶきっかけ」でもあります。

新生児～乳児期 清潔習慣を大人にやってもらうことで心地よさを覚えていく



- ◆赤ちゃんの頃から、オムツが汚れたら替えてもらう、温かいお風呂に入って身体を洗ってもらう、清潔な衣類を着るなど「きれいになると気持ちいい！」感覚を身につけていきます。赤ちゃんの生理的な「不快」を「快」に変える応答的な関わりの繰り返しで、人との絆も育ちます。
- ◆「**歯みがき**」子どもは口にもものを入れられることに不安を感じやすい場合もあります。顔や口元を手のひらや指でなでたり、清潔な指で口の中を触ったりして歯みがきの体勢や感触に慣れることから始めてみるのもよいでしょう。

1歳～ 手洗いやお風呂などの習慣は大人が手本になる。自分でやりたい気持ちも出てくる



- ◆食事の前後におしぼりで手を拭く、外出から帰ってきた時は石けんを泡立てて手洗いをするなど、免疫力が未熟な子どもにとって大切です。大人が一緒になってサポートしながら「さっぱりしたね。」「ピカピカだね。」と声をかけることで、清潔に対する感覚がさらに成長します。
- ◆顔を洗う、体を洗うといったお手本も、大人が手を添えて教えます。お風呂では、のぼせない程度に、ゆっくりと浴槽につかり、リラックスタイムを楽しみましょう。

2歳～ 「イヤイヤ期」を通して自我が芽生え、自立につながっていく。それでも大人のお助けは必要



- ◆この頃は、生活の中で大人がすることをまねしてやりたがります。大人がお手本を見せながら、楽しく練習しましょう。
- ◆「**歯みがき**」自分で歯みがきをする意識を持たせながら、大人の仕上げみがきもしっかり行います。
- ◆「**うがい**」まずは、口に水を含んで「ペッ」と吐き出します。次に「ブクブクうがい」で口の中に水を含んで頬を膨らませ、ブクブクと動かして水を吐き出し、口の中を清潔にします。
- ◆「**トイレ**」保護者が排泄をするときに一緒にトイレに連れて行き、お手本を見せることにより、尿意や便意を感じたらトイレに行き、排泄することを教えます。

3歳 ひと通りの生活習慣の完成期。ルールやマナーを知り守っていく



- ◆「**うがい**」「ガラガラうがい」で喉を清潔にすることを教えます。口に水を含んだまま上を向いて、「あー」と声を出して、吐き出すところまでやりましょう。
- ◆「**トイレ**」排泄後の後始末をするまで（お尻を拭く、衣服を履く、水を流す、手を洗う）を教えます。

■4歳からは、集団生活に向けて生活リズムを整えていくことを心がけましょう！

■家庭の中で、それぞれの成長に応じて、無理のない範囲ですすめていきましょう！

■自分の体がきれいになることは自己効力感（「自分ならできる」「きつとうまくいく」と思えること）を高め、周りとの社会生活を円満に過ごすためのエチケットを身につけることにもつながっていきます



減塩してますか？

問合せ 市民課 健康管理係
☎73-6614

高血圧は喫煙と並んで、日本人の生活習慣病死亡に最も大きく影響する要因です。高血圧が進んで動脈硬化になると、心臓では狭心症や心筋梗塞、心不全など、また脳では、脳梗塞、脳出血などの脳血管障害（脳卒中）や認知症になりやすくなります。（参考：厚生労働省ホームページ「e-ヘルスネット高血圧より」）

食塩の取り過ぎは、血圧上昇の大きな要因のひとつです。今、血圧の高くない人でも、自身の血管をいたわることが、健康を維持できるポイントです。

◎減塩のポイント

- ①かけじょうゆや振り塩は味をみてから。
- ②汁物やスープ類は具たくさんに。
- ③食塩含有量の多い食品「加工食品（かまぼこ、ちくわ、ハムやベーコンなど）や魚の干物や塩鮭、インスタントラーメンなど」は控えめに。
- ④麺類の汁は全部飲まないように。
- ⑤しょうゆやソースは「かける」より「つけて」食べる。
- ⑥外食メニューも塩分の少ないものを選んで。



成人の1日の食塩摂取の目標量は男性7.5g未満、女性6.5g未満（日本人の食事摂取基準2020年版）です。市の健診対象者（40～74歳国民健康保険加入者、後期高齢者医療保険加入者、18歳～39歳の皆さん）には、1日推定塩分摂取量（1日どのくらい塩分をとっているかの目安）の検査も健康診査で実施しています。市の健診の受診結果をお持ちの方は、ぜひ確認してみてください。

かつうら医療 れんらく帳

2/14 ヒートショックにご注意ください！

1年で一番寒い時期になりましたね。この時期には「ヒートショック」が起きやすいということをご存知ですか？

「ヒートショック」とは、温度の急な変化で血圧が上下に大きく変動することとで心臓や血管に影響をおよぼし、体に負担がかかる現象です。特に高齢者や持病がある方に多く見られ、場合によっては命に関わる危険な状態を引き起こすこともあります。

「ヒートショック」は、寒い浴室やトイレ、玄関など、暖房が行き届いていない場所では特に注意が必要です。例えば、暖かいリビングから寒い浴室に移動した際や、熱い風呂に急に上がった際に、体温調節が追いつかず血圧が急激に変動することがあります。これが心筋梗塞や脳卒中のリスクを高める原因となります。

「ヒートショック」を防ぐためには、次の点に注意しましょう。

①家全体の温度差を少なくする

暖房器具を活用して、浴室やトイレ、廊下の温度を適度に保つことが大切です。特に入浴前には浴室を暖めるために浴槽のふたはせず、浴室暖房や小型ヒーターを使用すると効果的です。浴室の床がタイルの場合はマットなどを

使い、足元が冷たくならないようにしましょう。

②お風呂の温度に気を付ける

湯温は40度以下を目安に設定し、長時間の入浴を避けましょう。また、入浴前かけ湯をすることで体を徐々に温めるのも有効です。

「ヒートショック」は、正しい知識と対策で予防できます。家族や周囲の方々と情報を共有し、特に高齢者や病気を抱える方がいる家庭では細心の注意を払いましょう。もしも入浴時間がいつもより長いかも？と様子がおかしいと感じた場合は、すぐに声をかけ、必要に応じて救急車を呼ぶようにしてください。

寒い季節でも安心して過ごすために、日頃からの準備と心配りを大切にしましょう！

次回は、「なぜ病院の待ち時間は長いのか？」を話してみたいと思います。

コラムに関する問合せ

市民課 健康管理係 ☎73-6614



医療法人 SHIODA
塩田病院総合診療科
部長 青木 信也



「たった1度の転倒で寝たきりになることも!？」② 【食事と栄養】

高齢の方は転倒することで、骨折し大ケガになることもあります。着替えや歩行などの日常生活に支障を来したり、場合によっては寝たきりになることもあります。骨折を未然に防ぐためには、室内の整理整頓や手すりなどの転倒防止に加え、骨を丈夫にすることも必要です。

高齢の方に多い骨がもろくなる病気に「骨粗しょう症」がありますが、今回はその予防方法についてお話しします。

まず始めに骨も生きていることを知っていてほしいと思います。形が変わらないように見えても、骨は新たに作られる骨形成と、溶かして壊される骨吸収を繰り返しています。骨粗しょう症は、このバランスが崩れることで起こり、骨がスカスカになっていきます。特に閉経後の女性に多くみられ、日本には、約1000万人以上の患者がいると言われています。

骨粗しょう症になっても、痛みなど症状がないのが普通ですが、骨がもろくなっているのに、咳込みや転倒などのちょっとしたはずみで、背骨、手首、太ももの付け根の太い骨が折れてしまいます。

こうした骨折を防ぐためには普段から食事や運動を意識することが大切です。カルシウムやビタミン類を積極的に摂取し適度に体を動かすことで、骨は強くなり転倒などのはずみで骨折するリスクを少なくすることができます。



骨を強くする栄養素とは？ 日頃から上手に摂取しよう！

【カルシウム】

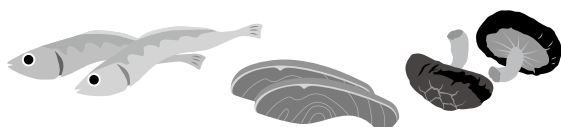
- ・牛乳やチーズなどの乳製品
- ・豆腐や納豆などの大豆製品
- ・小魚、緑黄色野菜

※乳製品が苦手な方は、干しエビやゴマ、小魚などを炒ってすりつぶして手製のふりかけを作ってみましょう



【ビタミンD】

- ・イワシ、サケなどの魚類
- ・干し椎茸、キクラゲなどのキノコ類
- ・適度な日光浴（1日15分程度）



簡単！おいしい！ 「春菊とツナのあえもの」

春 菊 …………… 100g
にんじん …………… 20g
ツナ水煮(缶) …… 20g

カルシウム
93mg

④ 白練りごま … 小さじ2
⑤ しょうゆ …… 小さじ1/2
⑥ みりん …… 小さじ1/2

※春菊の代わりに、ほうれん草や小松菜、菜花でも、おいしく食べられます。

【作り方】

- ①春菊はゆでて水にとり、水気をしぼって食べやすい長さに切る。
- ②にんじんは3cmの長さに細切りし、ゆでておく。
- ③④をあわせ、汁気をきったツナと①と②を加えて混ぜる。

お知らせ

ご存知ですか？農業者年金

農業者年金は、国民年金の上乗せ年金として終身受給できる農業者のための年金制度です。安心な老後に備えるため、この機会に農業者年金への加入について考えてみませんか？

農業者年金の特徴

▽農業に従事されている方であればどなたでも加入できます
年間60日以上農業に従事する60歳未満の方で、国民年金第1号被保険者であれば、どなたでも加入できます。

税制上の優遇措置があります

保険料の全額が、社会保険料控除の対象となります。受け取った年金も公的年金等控除の対象となります。

▽積立方式の安心な制度です

加入者が積み立てた保険料とその運用実績により将来の年金額が決まる「積立方式」です。加入者や受給者の数の影響を受けないため、少子高齢化時代でも安心できる制度です。

▽保険料の額は

自由に決められます

保険料は、月額2万円から6万7千円までの千円単位で自由に選択でき、経営状況や老後設計に合わせて、いつ

でも保険料の見直しができます。ただし、保険料の国庫補助を受けているときは、自由に変更できません。

▽終身年金で80歳までの保証付きです

年金は65歳から終身受け取ることができ、60歳から繰上受給もできます。仮に80歳前に亡くなっても、80歳までに受け取るはずであった年金が死亡一時金として遺族に支給されます。

問合せ

▽農業委員会事務局

☎7316637

▽いすみ農協勝浦支所

☎7710111

「奨学資金貸付」の受け付けが始まります

学業成績が優れ、経済的理由により修学が困難な方に対し奨学資金を貸し付け、将来社会に貢献する人材を育成することを目的に「奨学資金貸付」を実施しています。

貸し付けを受ける資格

①から④すべての条件に該当する方

①保護者が市内に居住し、高等学校・高等専門学校・大学・専修学校に入学が決定、または在学している方

②経済的理由により修学が困難である方（所得制限を設けております）

③最終学年の評定平均が3.5以上の健康である方

④連帯保証人が2人いる方

※連帯保証人は身元が明らかで人として自立した生計を営む20歳以上の方でなければなりません。そのため、生計が同一の世帯から2人の選出はできません。また、奨学資金の貸し付けを受けようとする人が未成年である場合には、連帯保証人のうち1人はその保護者でなければなりません。

貸付限度額

▽高等学校、中等教育学校（後期課程）、盲・聾・特別支援学校の高等部、専修学校（高等課程）は月額1万円

▽高等専門学校、大学、専修学校（専門課程）は月額3万円

貸付利率 無利息（ただし、返還期日を過ぎた場合は延滞利息をいただきます）

返済期間 貸し付けが完了した月の翌月から起算して、1年後、10年以内の年賦、または半年賦

受付期間 2月25日（火）～3月14日（金）（土・日・祝日を除く）

受付期間

※貸し付けは書類選考および面接審査により、予算の範囲内

となります。

※関係書類は、市役所4階学校教育課で配布および市ホームページに掲載しています。

面接の日程 受付期間終了後、調整いたします。

※書類選考に通過した方に、後日時間調整の電話連絡をいたします。面接審査は申請者および保護者同席にて行います。

申請・問合せ

教育委員会 学校教育課

☎7316664

「動画で見る確定申告」のご案内

国税庁ホームページに、パソコンやスマホで24時間、自宅から確定申告できるe-Taxで申告書を提出するための案内動画が公開されています。

医療費控除や住宅ローン控除などの申告内容別の動画となっていますので、e-Taxでの申告を検討されている方は、ぜひご覧ください。

国税庁HPは

こちら



問合せ

▽申告書の作成について

0570-0015901

▽e-Taxの使い方について

0570-0115901

心に残る、おそうしき。

ご葬儀という最後の時間を、家族そろって過ごす思い出のひとときに。



ご相談
無料

※詳しくはホームページをご参照ください。

勝浦しおかぜホール

★スマートフォンで検索できます

家族葬 しおかぜホール

〒299-5245 勝浦市興津 595-1

TEL 0470-62-5566



(有料広告)

メンタルヘルスセミナーを開催します

日時 2月20日(木)
14時～15時

※13時～14時に「カッピーチャレンジ・健康川柳」の表彰式を行います。

テーマ 「いつまでも元気でいるために」～ところとからだの繋がりを知る～

講師 井上まり氏(精神保健福祉士・公認心理師・両立支援コーディネーター)

場所 芸術文化交流センター
参加費 無料

※どなたでも参加できます。
申込方法 市民課健康管理係までご連絡ください。多くの方の参加をお待ちしています。
問合せ 市民課 健康管理係
☎ 73-6614

環境学習会を開催します

日時 3月23日(日)
10時～12時

場所 海の博物館(吉尾123) 学習テーマ

勝浦市の外来生物について
講師 菊池則雄氏、松本光史氏(海の博物館)

対象 小学生以上の方(小学生は保護者同伴)
参加費 海の博物館入館料

一般200円、高校生・大学生100円

※中学生以下・65歳以上は無料
※保険料1人50円

※当日、車で来場される方は、海の博物館の駐車場をご利用下さい。(参加者無料)

申込方法 氏名、住所、年齢、連絡先を電話またはメールでお伝え下さい。

※先着30名で締め切ります。
申込期限 3月10日(月) 17時15分
申し込み・問合せ

生活環境課 環境保全係
☎ 62-15094
hozen-k@city-katsuura.jp

令和7年度高齢者タクシー利用料助成券の申請を受け付けます

申請場所 高齢者支援課窓口、

興津集会所、移動市役所、ベ
イシア勝浦店内(2月20日(木)、
21日(金) 両日午前のみ)

受付開始日時
2月17日(月)8時30分～
必要なもの

本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカード・国民健康保険証など)が必要です。
※代理申請される方は、その方の本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカード・国民健康保険証など)も持参してください。

問合せ

高齢者支援課 高齢者支援係
☎ 73-6616

読書講演会を開催します

日時 3月8日(土)14時～
(13時30分開場)

会場 勝浦集会所

講師 嶺島英寿氏(いすみ市郷土資料館学芸員)

参加費用 無料
講演テーマ 万木土岐氏と勝浦・大多喜正木氏の攻防

講演内容 戦国期の房総、特に勝浦を含む夷隅エリアはどのような様子だったのでしょうか?当地域を支配していた勝浦・大多喜の両正木と万木土岐氏の動向を中心に、戦国期の地域の歴史背景や状況を探

ります。参加希望の方は図書館までご連絡ください。
問合せ 市立図書館
☎ 73-10300

長生特別支援学校 前期学校公開

日時 5月12日(月)～23日(金)

※土・日は除く
9時30分～11時20分

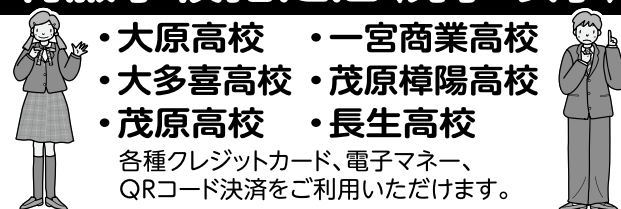
場所 長生特別支援学校
(二宮町東浪見6767-7)

内容 学校概要の説明、授業や施設設備の参観
※1日あたりの参観人数の調整のため、事前に申込みが必要です。(締切/4月23日)

問合せ 長生特別支援学校(特別支援教育コーディネーター)
☎ 0475-4212470



制服学校指定店(男子・女子)



いすみ市大原7770
TEL 0470-62-0236

🌸 佐野屋

(有料広告)

あなたのお店を宣伝してみませんか?

有料広告募集中

(※この枠の大きさは1号広告です)

問合せ 総務課 秘書広報係
☎ 73-6657

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ 国民年金保険料の追納をおすすめします！

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例を受けた期間があると、保険料を全額納めたときに比べ、老齢基礎年金の年金額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金の年金額を増やすために、10年以内であれば、これらの期間の保険料をさかのぼって納める（追納する）ことができます。

また、追納された保険料は所得税・住民税の社会保険料控除の対象になります。

なお、免除などを受けた期間の翌年度から数えて3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

注意事項

▽老齢基礎年金を受給されている方は、追納できません。

▽免除などを受けた期間のうち、原則古い期間の保険料から納めることになります。

▽追納するためには、「国民年金保険料追納申込書」による申し込みが必要です。

「国民年金保険料追納申込書」は、日本年金機構ホームページからダウンロードすること

ができます。

日本年金機構
ホームページ



申し込み・問合せ

千葉年金事務所

☎ 043-242-6320

国民年金保険料は納付書がなくても「ねんきんネット」で納付できます！

国民年金保険料納付書がお手元になくても、ねんきんネットからインターネットバンキングなどを利用して Pay-easy（ペイジー）納付ができます。ねんきんネットで国民年金の各月の納付状況を確認しながら、納めた保険料を納付できます。

また、ねんきんネットに表示される納付書情報（収納機関番号、納付番号、確認番号）を金融機関などに設置されているペイジー対応のATMに入力し納付することも可能です。

※納付書によらない納付ができる国民年金保険料は前月分以前の国民年金保険料です。当月分以降の保険料は納付できません。

※納付書によらない納付を利用するためには、ねんきんネットの登録が必要です。

詳しくは日本年金機構HP（ねんきんネット）をご確認ください



問合せ ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570-10031004

※050から始まる電話でおかけになる場合は、

☎ 03-6630-2525

勝浦警察署からのお知らせ ～安全安心な暮らしのために～

強盗事件警戒中！

県内や近隣都県において、個人宅に対する強盗事件などが立て続けに発生しています。被害に遭わないために防犯対策をしましょう。

▽防犯対策のポイント

- ・戸締まりの徹底
- ・窓や玄関に補助錠を付ける
- ・防犯カメラやセンサーライトを設置する
- ・窓ガラスに防犯フィルムを貼る
- ・ドアや窓に開けた時に大きな音が鳴る窓センサーを取り付ける

▽不審な電話や訪問にも注意！

犯人は、色々な人を装って電話や訪問をしてくる可能性があります。

- ・固定電話機は、常に留守番電話設定や着信拒否設定にする
- ・むやみに、家族構成や自分の資産状況を教えない

- ・自宅に多額の現金は保管しない
- ・不審な人が訪問してきたら、玄関を開けず、直接対応しない
- ・不審な電話や訪問があった時は、警察に通報しましょう！

問合せ

勝浦警察署 生活安全課

☎ 73-10110

国家公務員募集

2025年度に次の国家公務員採用試験を行います。

▽総合職試験（院卒者試験、大卒程度試験）

受付期間

2月3日（月）～2月25日（火）

第1次試験日

3月16日（日）

▽一般職試験（大卒程度試験）

受付期間

2月20日（木）～3月24日（月）

第1次試験日

6月1日（日）

▽一般職試験（高卒者試験、社会人試験、（係員級））

受付期間

6月13日（金）～25日（水）

第1次試験日

9月7日（日）

※申し込みは、インターネットから行ってください。

<https://www.jrri.go.jp/saiyo.html>

問合せ 人事院関東事務局

☎ 048-740-2006

市民課窓口の日曜開庁日のお知らせ

毎月 第2日曜日	3月 9日 4月 13日	8:30～12:30
-------------	-----------------	------------

- ・住民票、戸籍、印鑑証明、マイナンバーカード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・マイナンバーカード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◆
- | | |
|----------|-----------------|
| 納期 | 2月28日（金） |
| ○固定資産税 | ： 4期 ○後期高齢者 |
| ○国民健康保険税 | ： 8期 医療保険料 ： 8期 |
| ○介護保険料 | ： 7期 |

※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 収納係 ☎ 73-6622

春の全国火災予防運動

全国統一防火標語

「守りたい 未来があるから
火の用心」

火災から尊い生命を守ろう！

3月1日(土)から3月7日(金)まで「春の全国火災予防運動」が実施されます。

消防本部では、住宅火災を防ぐポイントを作成し、火災予防を呼びかけています。

たばこによる火災を防ぐポイント

- ・寝たばこは絶対にしない
- ・喫煙したままのうたた寝に注意する
- ・吸い殻を灰皿にためない
- ・吸い殻は水で完全に消してから



プラマークごみに危険な異物を混ぜないで！

先般、回収した容器包装プラスチックに禁忌品が混入していたため、リサイクル工場が発煙事故が発生しました。

禁忌品の混入は、作業員の怪我やリサイクル過程での火災など事故につながりますので、ごみの分別の徹底にご協力をお願いします。

■禁忌品の主なものと処分(分別)方法

- ・乾電池
各地区の「電池回収ボックス」へ出してください
- ・ライター
使い切ったうえ「金物類」として出してください
- ・カミソリ・ヒゲそりなどの刃物
古紙などに包み「金物類」として出してください
- ・注射器など
医療機関にご相談ください



不明な点は、清掃センターまでお問い合わせください。

問合せ
清掃センター
☎73-2370

※出典元
日本容器包装
リサイクル協会

ストーブによる

火災を防ぐポイント

- ・周囲に燃えやすいものを置かない
- ・外出時や就寝時は必ず消す
- ・給油は必ず消してから
- ・ストーブの近くで洗濯物を乾かさない

電気コードなどによる

火災を防ぐポイント

- ・家具などの下敷き、折れ曲がりに注意する
- ・コードを束ねたまま使用しない
- ・延長コードは決められた容量内で使用する

住宅用火災警報器を

設置しましょう！

住宅用火災警報器は、煙や熱を感じて、警報音などで火災の発生を知らせてくれる機器です。住宅用火災警報器を設置することで火災を早期に発見し、速やかな通報や消火、避難が可能となり、被害を防止・軽減することができます。尊い生命や家族の思い出を火災から守りましょう。

問合せ

夷隅郡市広域市町村圏事務組合
消防本部 予防課
☎80-10132

図書館休館日のお知らせ

お知らせ

図書館では、2月22日(土)から3月3日(月)まで、蔵書点検などのため休館します。

ご不便をおかけしますが、休館中の本の返却は「返却ポスト」をご利用ください。

問合せ

市立図書館
☎73-10300



入札結果の公表

1月執行の入札は10件です。入札結果は、市ホームページで公表しています。二次元コードよりご確認ください。

市HP



問合せ

財政課 契約検査係
☎73-6649

ハローワークの求人情報はこちらから

勝浦市のホームページにハローワークの求人情報を掲載しています。詳細については下記からご確認ください。市ホームページで「ハローワーク」と検索しても閲覧できます。

問合せ 観光商工課 商工係
☎73-6687



コンビニ・市役所のコピー機で住民票などカンタン受け取り

マイナンバーカードで便利に！



利用時間

6時30分～23時(土日含む)
※市役所は8時30分～17時15分

問合せ

市民課 市民係 ☎73-6612





港町かつうらに 春がくる!

勝浦市長 照川 由美子

市長の主な動き

1月

- 5 日(日) 勝浦市消防団出初式
- 6 日(月) 仕事始め式、定例課長会議、勝浦市商工会新春賀詞交歓会
- 7 日(火) 地域プロジェクトマネージャー委嘱状交付式、シルバー人材センター新年会
- 8 日(水) 交通安全祈願祭、赤十字奉仕団新年会、交通安全協会・安全運転管理者協議会合同新年会
- 9 日(木) 夷隅医師会新年会
- 10 日(金) 当初予算査定、退職校長会合同新年会
- 12 日(日) 二十歳を祝う集い
- 13 日(月) 日本武道館研修センター鏡開き式・青少年武道大会
- 14 日(火) 当初予算査定
- 15 日(水) 外来漁船誘致活動(宮崎県)
- 16 日(木) 外来漁船誘致活動(宮崎県)
- 17 日(金) 外来漁船誘致活動(宮崎県)
- 19 日(日) 勝浦鳴海駅伝競走大会、勝浦市スポーツ協会新年会
- 20 日(月) 当初予算査定
- 21 日(火) 当初予算査定
- 22 日(水) 興津地区社会福祉協議会新春寿ぎ会、当初予算査定
- 23 日(木) 当初予算査定、区長会連絡協議会新年会
- 24 日(金) 下志津駐屯地賀詞交歓会、千葉県市長会第4回定例会
- 25 日(土) 勝浦市婦人会新年の集い
- 27 日(月) 当初予算査定、芸文協新年会
- 30 日(木) 地域包括支援センター運営協議会、介護保険運営協議会
- 31 日(金) 定例課長会議

1月半ば、九州の宮崎へと「外来漁船誘致」に勝浦漁業協同組合長方と出かけたときの話です。船ごとの勝浦港での水揚げ実績を基に、表彰状などを準備し一軒一軒を訪ねますが、船主の多くは海に出ており、迎えてくださるのは女将さん方です。「今年も是非、勝浦港に水揚げをお願いします。」と頭を下げると「行かせます!必ず勝浦に入るよと言いますので!」と力強いお言葉。別のお宅では、同行した水産業者から「親父さんの顔が見たくてやってきました!」との声に、奥から無理を押して姿を見せてくださり「自分はどう船には乗れないが、若い者によく言っとくよ」

とのご対応。帰り道「久しぶりに親父さんに会えて、来た甲斐があったなあ」という声に、この誘致活動にかけてきた思いが伝わってきました。その夜は、宮崎と勝浦港を強い絆で結んでくださった方のお通夜に皆で参列し、感謝と哀悼の意を捧げました。翌朝、「この活動が、どうか水揚げに反映されますように!」と鵜戸神宮に祈願しました。

金目汁を振る舞ったところ、これが大好評で、早朝より長蛇の列。呼び込む私達も、並んで待つ皆さんも満面の笑顔でした。今年も是非開催を!とのことで2月8日に実施、ビッグひな祭りの宣伝にも熱が入りました。

まもなく始まるビッグひな祭りは、港町かつうらに華やかな春の到来を告げます。私達は、初日の2月22日(土)JR新宿駅でのPR後、臨時列車に乗り込み車内での宣伝活動に力を注ぎます。今年は6年ぶりのキュステホールでの展示にも期待がかかります。さあ、アクティブに華やかに、おもてなしの心の準備をして、春を迎えましょう。



恒久的な友好関係築く 富里市と 「海と陸との交流協定」

12月17日、富里市役所にて、同市との「海と陸との交流協定」を締結しました。

これまでも各々の特産品である農産物と海産物のPRを通じて交流を図ってきましたが、両市の産業や経済など双方の特性をいかながら海と陸の特産品を通じた交流をより深めて、更なる両市の繁栄と恒久的な友好関係の発展を目指していきます。



楽天グループ株式会社と 包括連携協定

12月20日、楽天グループ株式会社と地域活性化および市民サービス向上を目的に、県内の自治体として初の包括連携協定を締結しました。

今後は、楽天グループ株式会社が有する知見やサービスを活用し、本市が抱える地域課題の解決に取り組んでいきます。



ロケーションの誘致で地域の魅力を発信 地域プロジェクト マネージャーを委嘱

1月7日、映画・ドラマの撮影誘致やサポート、各種メディアへの対応など、地域の魅力発信や地域経済の活性化を目指すフィルムコミッション事業の更なる推進を図るため、地域プロジェクトマネージャーに倉橋定良さんを委嘱しました。

倉橋さんは、これまで地域おこし協力隊として同業務で活動され、多くの撮影誘致の実績を残しており、引き続き、地域プロジェクトマネージャーとして取り組んでいきます。



出張!かつうら医療れんらく帳セミナー開催 もしものときに望む 医療やケアを考える

12月22日、芸術文化交流センターで、2回目となる「出張!かつうら医療れんらく帳セミナー」が開催され、今回はもしもの時に自分や家族が望む医療やケアについて、塩田病院の青木信也医師らと参加者が意見を交わしました。医師から「命の危険が迫った状態では7割の方が医療やケアなどを自分で決めたり人に伝えたり出来なくなる」という現状を聞き、参加者は自らに照らし準備の大切さや家族の看取りについて考える機会となりました。



「消防人」として決意を新たに 勝浦市消防団出初式

令和7年勝浦市消防団出初式が1月5日、キュステにて行われ、消防団員はあらためて職責の重要性を認識するとともに、消防・防災への決意を誓いました。

式の中で、照川市長は「災害への緊張感が高まる中、共に市民の安全安心のため、災害のないまちづくりに向け決意を新たにしていきたい」とあいさつ。黒川民雄団長は「職務の重要性を深く認識し、火災をはじめさまざまな災害から尊い人命、貴重な財産を守るため、一丸となって精進してまいります」と訓示を述べました。また、千葉県知事表彰をはじめ、千葉県消防協会長表彰、勝浦市長表彰など、長年消防活動に尽力のあった方々へ表彰が行われました。



令和6年度消防関係定例表彰 受章者一覧（順不同・敬称略）

千葉県知事表彰

功労章

中村 和秀 村松 雄一

精勤章

高梨 綾輔 深井 和幸 佐久間大輔
長野 雅弘 長谷川裕記 安井 清
忍足 和貴

勝浦市長表彰

功労章

大月 剛人 黒川 雄一 石井 巧也
小澤 隆宏 元吉 一馬 吉野 希望
君塚 景太 宮喜 康慈 西川 健太
渡邊 政樹 福山 剛司 軽込 貴志
市川 薫 鈴木 圭太 末吉 大介
鈴木 健二

防災危機管理部長章

野口 哲也 古川 大輔 國東 真也
加藤 武 鈴木 洋之 吉田 謙太
市原 光

勝浦市消防団長表彰

精勤章

石井 秀明 吉野 修平 高師 涼
吉野 聡将 藤崎 涼二 齋藤 広樹
君塚 拓也 関 泰明 磯野 正三
吉田 学 末吉 佑気

千葉県消防協会長表彰

功労章

西川 雅之

精勤章

石渡 弘重 大森 良幸 安井 哲也
上村 雄輝

配偶者功労章

関野 香澄 福山 沙織

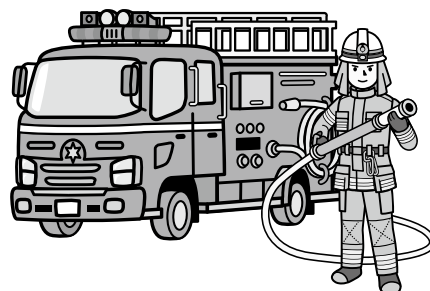
千葉県消防協会夷隅支部長表彰

功労章

高梨 友邦 松和 貴志

精勤章

関 崇之 三上 直哉 中村 佳史
石井 利幸 釜田 泰伸



スポーツに励む学生へエール
原前監督が国際武道大学で特別授業

1月14日、国際武道大学でプロ野球・読売ジャイアンツの原辰徳前監督が特別授業を行いました。
舞台となった講堂では、同大学体育学部の学生を中心に関係者ら約120名が原前監督の話に耳を傾けました。
野球部の学生から「どんな選手を試合に出したいと思うのか?」と問われると「熱心な練習態度と前向きな姿勢を持つ選手。そうした選手は『こいつとなら一緒に失敗してもいい』と思わせてくれる」などと語りました。



勝浦小学校で「耐震教室」
建築士が未来に託す“地震に負けない家”

地震が頻発する日本では、住宅などの耐震化が強く叫ばれています。
そんな中、昨年12月18日に勝浦小で5年生を対象とした「耐震教室」が開催されました。
千葉県建築士会夷隅支部の建築士らに説明を受けた児童らは、住宅を模したペーパークラフトを組み立てる過程で、耐震化の効果とその重要性について学びました。
本教室は市と千葉県建築士会夷隅支部が締結した「勝浦市内建築物の耐震化等の促進に関する協定書」に基づき開催されたものです。



新しい年へ思いを込めて 市内小中学生が書の腕競う

新春恒例の市内小中学校書初展が開催され、入賞作品が決まりました。
入賞作品はキュステで展示され、ひと筆ひと筆真剣な表情で筆を走らせる小中学生の姿が浮かんでくるような書が、誇らしげに並んでいました。

【市議会議長賞】		鈴木 一千柳 (興津小5年)
三上 隆大 (勝浦中3年)		
【副市長賞】		古市 光 (上野小4年)
庄司 杏華里 (勝浦中1年)		
【教育長賞】		長谷川 風介 (豊浜小6年)
森 仁心輝 (勝浦中2年)		
【PTA連絡協議会長賞】		古市 蒼 (上野小2年)
加藤 穂夏 (勝浦中3年)		
【校長会長賞】		刈込 苺 (勝浦小5年)
鎗田 真綺 (勝浦中2年)		
【教頭会長賞】		蓬田 椰乃 (上野小1年)
大日方 泰成 (勝浦中2年)		
【特選】		吉田 優樹菜 (総野小6年)
若林 優衣 (勝浦中3年)		
水野 一翔 (上野小5年)		
岡本 海姫 (興津小6年)		
渡邊 葉音 (勝浦小1年)		
刈込 紘大 (勝浦小2年)		
黒川 紘夢 (勝浦小3年)		
田口 心海 (勝浦小4年)		
堀込 麻菜 (勝浦小5年)		
佐々木 康成 (豊浜小2年)		
江澤 夏穂 (豊浜小6年)		
中村 優弥 (総野小1年)		
内田 巧真 (総野小3年)		
佐藤 優莉愛 (総野小5年)		
堀川 心愛 (勝浦中3年)		
忍足 玲奈 (勝浦中1年)		

第67回市内小中学校書初展

【市長賞】

高梨 いろは (勝浦小6年)

初春の風

高梨いろは

竹下 蓮華 (勝浦中2年)

新しい時代

竹下蓮華



勝利のガッツポーズ



第1中継所襷リレー

第57回鳴海駅伝競走大会 地元の雄 勝浦中が戴冠！

号砲一発、^{なまりいろ}鉛色の空の下に走り出す選手たち。^{たすき}襷の行方はいかに――

1月19日、鳴海駅伝が開催され、26チームが計6区間19.4kmに渡って襷をつなぎました。

6チームがしのぎを削った中学生男子の部では、勝浦中Aが1時間13分24秒のタイムで戴冠。「優勝できるとは思ってなかったから嬉しい。みんないい走りができた」と語ったのは、自身も5区で区間賞を獲得した関大知さん。

勝浦中はさらに6区で関優真さん、女子の部2区で佐藤心美さんが区間賞を獲得しました。

大会結果

※市ホームページにも掲載しています。

各部門1位～3位

▽中学生男子の部

1位	勝浦中学校A	1:13:24
2位	岬中学校	1:14:48
3位	波岡中学校A	1:16:36

▽中学生女子の部

1位	昭和中学校	1:19:47
2位	勝浦中学校A	1:26:15
3位	勝浦中学校B	1:34:44

▽男子学生の部

1位	市立船橋高校2	0:58:56
2位	市立船橋高校1	0:59:51
3位	国際武道大学A	1:00:40

▽一般男子の部

1位	JR 東日本千葉A	1:01:47
2位	土気 TFC	1:04:54
3位	FUJICS 男子	1:11:53

▽女子の部（※参加2チーム）

1位	FUJICS 女子A	1:19:17
2位	FUJICS 女子B	1:26:05

各部門区間賞

▽中学生男子の部

1区	八木 大心	(岬中学校)	0:09:43
2区	式地 陽	(昭和中学校)	0:08:24
3区	森 息吹	(岬中学校)	0:12:48
4区	吉川 纏愛	(昭和中学校)	0:11:21
4区	中村 智樹	(岬中学校)	0:11:21
5区	関 大知	(勝浦中学校A)	0:14:23
6区	関 優真	(勝浦中学校A)	0:14:49

▽中学生女子の部

1区	鈴木 唯生	(昭和中学校)	0:11:32
2区	佐藤 心美	(勝浦中学校A)	0:10:07
3区	長浜 希美	(昭和中学校)	0:14:55
4区	谷 莉緒	(昭和中学校)	0:12:08
5区	足達 芽依	(昭和中学校)	0:15:04
6区	足達 結依	(昭和中学校)	0:15:20

▽男子学生の部

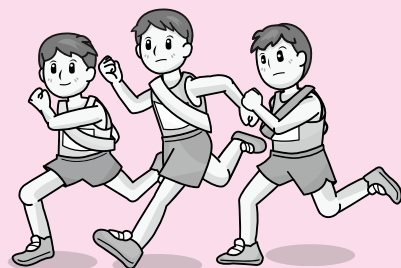
1区	仙田 宇宙	(国際武道大学A)	0:07:53
2区	新居田 晴信	(市立船橋高校2)	0:06:45
3区	平木 仁	(市立船橋高校1)	0:10:53
4区	大渡 陸斗	(国際武道大学A)	0:08:40
5区	小國 利玖汰	(市立船橋高校2)	0:11:19
6区	森山 摩周	(国際武道大学A)	0:12:30
6区	田中 俊輔	(市立船橋高校2)	0:12:30

▽一般男子の部

1区	多胡 有将	(JR 東日本千葉A)	0:08:32
2区	桑原 陸	(JR 東日本千葉A)	0:07:07
3区	奥村 健広	(JR 東日本千葉A)	0:10:54
4区	中島 福尚	(土気 TFC)	0:09:19
5区	村田 英誠	(JR 東日本千葉A)	0:12:29
6区	大和久 貴裕	(JR 東日本千葉A)	0:13:03

▽女子の部

1区	中村 美希	(FUJICS 女子A)	0:11:17
2区	吉田 美咲	(FUJICS 女子A)	0:09:23
3区	中島 心咲	(FUJICS 女子A)	0:13:52
4区	魚地 小陽	(FUJICS 女子A)	0:13:18
5区	鵜澤 美奈	(FUJICS 女子A)	0:15:16
6区	奥野 千裕	(FUJICS 女子A)	0:16:11



「空からの支援」 ドローンが孤立集落との架け橋に



ドローンに合図を送る参加者

昨年発生した能登半島地震で、課題として浮き彫りになったのが孤立集落への支援です。現在、全国の自治体が対応策を模索しています。

そんな中、勝浦市でも昨年12月20日、災害発生時の迅速な状況確認と支援体制の確立を目的とし、ドローンによる孤立集落対応訓練が実施されました。



お米が到着！

訓練では、大地震により市内で孤立集落が発生した状況を想定し、実際に集落上空にドローンを飛ばして、空からの安否確認や物資の運搬が行われました。

今回の舞台となった鵜原区、法花区の参加者からは「たとえ孤立したとしても、ドローンを通じて自分たちを救おうとしてくれる人たちと繋がることが出来るのは心強い」、「実際に孤立した際、空にドローンが見えたら希望を感じるだろう」といった声が聞かれました。



物資を運んできたドローン

ある日、突然おとずれる「その時」のために 勝浦小学校で“抜き打ち”津波避難訓練

——よく晴れ渡った穏やかな日の休み時間、突如として発生した震度6弱の地震。「地震発生！自分の身を守りなさい！」スピーカーから発せられた声に、それまで児童たちのにぎやかな声が響いていたグラウンドは、一瞬にして緊迫感に包まれた・・・津波が来る——

1月14日、勝浦小で抜き打ち津波避難訓練が実施されました。訓練が始まった直後こそ話し声が漏れ聞こえ、所々で白い歯もこぼれていましたが、教師らの必死の形相を目の当たりにするうち皆無に。

加速する緊迫感の中、児童たちは速やかに校舎裏の高台へと避難します。人員確認後、さらなる安全確保のため、より海拔の高い中学校へ向け移動を始める児童たち。体の小さな1、2年生を守るため、上級生がその手を引いて併走します。



人員報告をする教師ら



誰もが息を切らしてたどり着いた中学校では、息つく間もなく人員確認が行われ、全員の避難完了が報告されました。

ここ勝浦でも、過去の震災の教訓は、次代を担う子どもたちに大切に引き継がれています。

言の葉に詠んで

市短歌会

竹の葉が風に揺られて躍ってる

見事なダンスつられて吾も

舳倉島へ渡る航路は廃止され

漁師が網を畳む岸壁

岩崎裕子

久久にほころぶ夫の顔を見る

息子と孫のいるクリスマス

大槻晏子

皆様に勝浦広報見ましたと

声がかかりて吾恥ずかしむ

藤江あけみ

姉からのメールの返信迷いいて

ふっと見上ぐる冬の三日月

遠藤久子

喜びは遠き場所なる仕事場の

彼より結婚約束せし事

岩崎千恵

作り手の名も添えてあるみどり濃き

葉に誘われて大根購ふ

黒沼令子

遣ることはみんなで遣ったと夫の親友

この家も建てし棟梁なりき

渡辺洋子

雨戸開け風舞う雪を目の前に

なぜか嬉しい初雪の朝

小沢きみ枝

淡淡と核廃絶を説くきみは

九十二才とう受賞のおもみ

歩行器と杖の歳末南天の

赤き実飾る新春の祝いに

吉野佳世子

海老根しげ

短歌（一般）

多くなき一期一会をかえりみぬ

みな美しくそしてやさしむ

梅園妙子

ドローンが赤い橋のたもとから

お寺の庭へヒタリと届き

田仲久子

萎へし足なぞりつつ庭の霜柱

踏みし昔の音偲びをり

小林秀子

病床の姉に送りしメッセージ

既読の文字に胸撫でおろす

西川八重子

岩のりを今年も摘れたと級友の声

共によろこび新春の香いだかく

刈込勝子

うす紅の花びら散らすゼラニウム

春まで咲けよ寒さはねのけ

太田幸子

霜降りしのちのあたたかき

日を浴みて初春祝う餅モチ米をとぐ

落のとう

市俳句会

初明り小さき菊は凜として

冬怒濤官軍塚に佇みて

田畑祥泉

紅白の椿そろいぬ初稽古

酒井良司

筆勢に老は見せざり初吉書

関野汀華

田邊觀潮

俳句（一般）

桜木の根っこふんばり春を待つ

江澤茂子

立春の祖師堂に集い豆の音

岡村朋子

冬ざれの草木に点る陽の光

野上草風

旅先で同郷と会ふ小春かな

江澤光恵

晩成はならず余生の雑煮かな

仲谷敏夫



※お願い 誤植を避けるため、投稿に際しては、「楷書」でお願いいたします。3月14日号は2月21日までに投稿をお願いいたします。なお、投稿者が多数の場合は先着順とさせていただきます。ご了承ください。

市民のうごき [12月末現在]

()内は前月比

■人口	15,213人	(36減)
○男	7,592人	(16減)
○女	7,621人	(20減)
転入	28人	
転出	37人	
出生	1人	
死亡	25人	
職権消除	0人	
国外移住	3人	
その他	0人	
■8,040世帯	(13減)	

消防署の出動 [12月]

勝浦消防署 ☎80-0134

()内は消防団の出動

■火災: 2件 (2)
■救急: 140件

交通事故件数 [12月]

勝浦警察署 ☎73-0110

交通事故 45件

○人身事故... 4件
死者数: 0人
傷者数: 4人
○物損事故... 41件

刑法犯認知件数 [少ない順] [11月]

順位	市	累計	前年比
1	南房総市	85	26件
2	勝浦市	120	38件
3	匝瑳市	140	-35件

※道路交通法、覚せい剤取締法などの特別法犯を除く

ごみ処理状況 [11月] ()内は前年同月比

■当月分処理量: 89.668t (83.12% 減)
当年度累計 4,225.149t
(内訳) ○可燃ごみ: 6.19t (98.63% 増)
※焼却炉工事に伴う停止期間有り
○資源ごみ: 83.478t (3.65% 増)

Küste イベント 勝浦市芸術文化交流センター カレンダー

9:00～21:00 毎週火曜日休館 ☎ 0470-73-1001

19時閉館のお知らせ

令和7年2月22日(土)～3月3日(月) 9:00～19:00
かつらビッグひな祭りの開催期間はイベント運営の都合上、
19:00閉館となります。
ご利用のお客様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解いた
だきますようお願いいたします。

森 麻季 ソプラノ・リサイタル

日本を代表するソプラノが透明感あふれる歌声を披露します

◆令和7年3月9日(日)
13:30開場 / 14:00開演



- 料金 3,500円
全席指定 **チケット
発売中!**
- 出演 森 麻季(ソプラノ)
山岸茂人(ピアノ)
- 主催 勝浦市芸術文化交流
センターKüste

勝浦春よさこい2025～縁～

◆令和7年3月16日(日) 初の1日2公演開催!
午前公演:開場 9:30/開演10:30
午後公演:開場12:30/開演13:30

- 料金
入場無料/全席自由
*整理券等の配布はございません
- 出演
奏琉～勝浦～ 他 総勢11組!
- 主催
勝浦市教育委員会



スイーツやお食事等、
出店も多数ございます♪

Küsteエントランスコンサート

「見て、聴いて楽しい!
打楽器アンサンブルの世界」

◆令和7年3月22日(土)
開場13:30/開演14:00



- 料金 入場無料/全席自由
- 出演 新崎 比奈子(スティールパン)
斉藤 珠希(マリンバ)
菅野 刀志充(ドラム)
- 曲目 アンダーザシー、情熱大陸、
風になりたい 他
- 主催 勝浦市芸術文化交流
センターKüste

スターダスト☆レビュー 45周年ツアー2025～27 「星屑冒険王」ア・カペラ&アコースティック編

◆令和7年3月29日(土) 16:00開場/16:30開演

- 料金 7,000円 / 全席指定
- 出演 スターダスト☆レビュー
- 主催 勝浦市芸術文化交流
センターKüste



全席完売につき
1月25日より
追加販売中!
ご購入はKüste窓口まで!

*2Fそで席のご用意です。
*ステージの全体及び一部演出、
メンバーが見えづらいお席となります。
*なくなり次第終了となります。

かつら音楽フェスタ2025 出演者募集中!!

◆令和7年5月25日(日) 開場13:30/開演14:00/入場無料

募集内容

- 参加は個人・団体を問いません。
- 演奏形態、楽曲のジャンルは問いません。*カラオケ不可
- 演奏は出入りを含み15分以内でお願いします。

参加費

- 1人または1団体につき5,000円

申込方法

申込書に必要事項を記入し、キュステ窓口、FAX、メール(kuste@c-linkage.co.jp)、公式LINE(ID:zhs7808k)
などをご利用の上ご提出ください。
*申込書はKüste窓口・HPにて入手いただけます。
*限られた公演時間、使用できる音響機材の関係により、申込多数の場合は選考させていただきます。

お問い合わせ

勝浦市芸術文化交流センターKüste ☎0470-73-1001

主催

勝浦市音楽協会

共催

勝浦市教育委員会

応募締切

2025年
3月9日(日)必着



申込書はこちら
Küsteホームページ▶

※掲載しているイベント内容は変更になる場合がございます。

太陽のほほえみ

僕・私の夢 Dreams



「スクールカウンセラー
になりたい」

興津小学校 6年
岡本 海姫

私の夢はスクールカウンセラーになることです。私の学校に来てくれるカウンセラーの先生は相談した時に話しやすい雰囲気を作ってくれたり、優しく話を聞いてくれたりします。

私は小1～小6まで過ごしてきて思ったことがあります。それは、学年が上がるにつれて不安や悩みが大きくなっていくことです。時には、家族や先生に頼ることがあまり出来なくなってしまうこともあると思います。そういう時に、私が頼れる存在になって、相談にのり、少しでもその子の気持ちを楽にさせてあげられたらいいなと思いました。また、日常のささいなことや楽しいことを一緒に話したいです。

そのために心理学の勉強をして資格を取り、これからも勉強を頑張りたいと思います。



「夢は
プロサッカー選手」

興津小学校 6年
中島 琉貴

僕の夢はプロのサッカー選手になることです。また、「サッカーでお兄ちゃんを超えたい」という夢もあります。お兄ちゃんはサッカーが上手でいつも僕のプレーについてアドバイスをくれます。良いアドバイスをくれる時は、とても嬉しいのですが、自分でも反省しているプレーについてアドバイスをされるととても悔しい気持ちになります。その度に「絶対お兄ちゃんを超えて見せる」という気持ちが強くなります。

僕がプロサッカー選手になったら、世界で活躍して世界中の人に認められる選手になりたいです。

プロサッカー選手になるためにサッカーの練習に集中して取り組んで、センスを磨き、夢のためにがんばりたいと思います。



コレ読んで!



今まで着ていた服が
なんだか急に
似合わなくなってきた

海保麻里子／著
サンマーク出版

まさに、ここ最近の私の感覚がこれでした。白やピンクは、色味が違えば年齢関係なく着られる、黒は、誰でも似合うわけではないなど、具体的なアドバイスが満載です。巻頭にカラーシートもあり、実際に自分の肌への印象を比較することもできます。文章だけでなく、チェックシートも盛り込まれていますので、ぜひ、活用してみてください。



コレも読んで!

- きもの古今東西 ○なぜ、あなたは「黒い服」を着るのか
- きものから、クチュールへ ○50歳、おしゃれ元年。
- 花になるらん ○走る男
- 着物をめぐる物語 ○かたくりのワンピース
- すっぽんぽん ○ティモシーとサラのとりかえっこ

興津小で児童の創造力育む取り組み ほっこり癒やし「どんぐりアート」

里山の所々で見つけることのできる“森のちいさなアイドル”どんぐり。子どもたちが夢中になって拾い集めてしまう魅力の持ち主です。

そんなどんぐりで児童の創造力を育もうと、1月20日、興津小の児童らが「どんぐりアート」に取り組みました。

講師に迎えたのは、自然素材を用いた遊びを伝える活動をしている鈴木栄さん。児童らは鈴木さんの手ほどきのもと、愛らしい表情をしたどんぐりたちが切り株に集まって楽しげにしているオブジェを作るなどし、教室には“ほっこりとした癒やし”が溢れていました。



「広報かつうら」次号は3月14日(金)発行です。

編集・発行 千葉県勝浦市総務課 ☎0470-736657
〒299-1529 千葉県勝浦市新宮1343-1
ホームページ <https://www.city.katsuura.lg.jp/>



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを採用しています。