

SHIRAKO

広報 しらこ

町の人口

人口 10,273 (+ 27)
男 5,187 (+ 30)
女 5,089 (± 0)
世帯数 5,048 (+ 47)
2026.2.1現在()は前月比



3月

2026年(令和8年) No.652

＝ 潮風に揺れる 早春のしらこ桜 ＝

海岸沿いをやわらかな桃色に染める「しらこ桜」。2月中旬になると一足早い春の訪れを告げてくれます。また、2月21日から3月8日までは「しらこ温泉桜まつり」を開催。県内外から多くの観光客が訪れ、潮風とともに咲き誇る花々を楽しみながら、白子の春を満喫しています。

CONTENTS (主な内容)

- モンゴルからの訪問団が来町…………… 2
- 「代打の神様」野球教室を開催…………… 2
- バス通学定期運賃補助金のお知らせ…………… 3
- 国民健康保険の加入・脱退の手続き…………… 8
- 福祉タクシー利用券について…………… 10
- わがまちのニュース…………… 18



モンゴル訪問団が来町 覚書を締結

1月30日(金)、モンゴル国ブルガン県ダシンチレン町との国際交流推進に向けた取り組みの一環として、駐日モンゴル国特命全権大使をはじめとする関係者13名が白子町を訪問されました。当日は視察会や交流会議を行い、



撮影：地域おこし協力隊 平良英



教育・文化・スポーツ分野や農業を中心とした交流の推進に関する覚書を締結しました。覚書締結後は町内各所を視察し、本町の歴史や教育環境を紹介するとともに、今後の文化交流に向けた相互理解を深める機会となりました。

「代打の神様」と呼ばれた元プロ野球選手が技術指導

1月17日(土)、白子町少年野球場で野球教室が開催されました。

講師に元阪神タイガース外野手の桧山進次郎さんを招き、白子ジュニアサンダースと白子中学校野球部のほか、未経験者や町外者も含め、約60名の参加がありました。

小学生にはキャッチボールやバッティングの基本動作を中心に、中学生にはプレー精度を高めるためのポイントや身体の使い方、またチーム連携や状況判断の重要性等、実践的な技術指導が行われました。

参加した子供たちからは、「分かりやすい説明だった」、「楽しかった」と、とても好評でした。お手本として披露した桧山さんのバッティングの時には、保護者や指導者からも大きな歓声が上がリ、また、じゃんけんに勝ったらサインを貰える等、会場はとても盛り上がっていました。



バス通学定期運賃補助金のお知らせ

白子町では教育における経済的負担の軽減を図るとともに、定住促進・路線バス等の利用促進を図るため、町在住の学生が通学に利用するバス通学定期券の購入代金の一部助成を行っています。



1. 補助の対象となる学生

町内に住所を有し高等学校、中等教育学校、大学などに在籍する学生

2. 補助金の額

定期券購入額の2分の1以内
(1ヶ月あたり1万円を上限とします)

3. 対象定期券

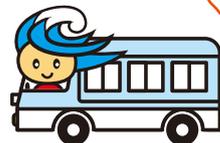
住居に最も近いバス停留所または白子車庫から、学生が通学する学校に最も近いバス停留所またはJR駅までの区間において、有効的な経路を利用するもの

4. 購入方法

①事前に役場の窓口（企画財政課）で「補助対象者証」を申請し、交付を受けます。

「補助対象者証」の申請について

- ▶申請者 学生を養育する保護者（大学生を除く）
- ▶必要なもの 在学証明書（身分証明書、通学証明書も可）
- ▶申請場所 白子町役場2階 企画財政課



新1年生は、入学式後に申請ができるよ。

②上記の補助対象者証および在学証明書（身分証明書、通学証明書も可）を小湊バスの営業所に提示して、補助相当額を割引いた額で定期券を購入してください。

補助対象路線（町内を運行する5路線）

- ①茂原駅－白子車庫線
- ②本納駅－白子車庫線
- ③大網駅－白子車庫線
- ④茂原駅－白里海岸線
- ⑤千葉駅－白子中里線

※①②③④の全区間で乗降できるフリー乗車定期券もあります。

町ホームページ



電子申請



問い合わせ 企画財政課 ☎33-2180

転出届はマイナポータルから！

マイナンバーカードをお持ちの方は、役場の窓口へ行かずに、自宅でマイナポータルを通じてオンラインで転出届出ができます。

3月、4月は住所異動の窓口が混雑し、長時間お待ちいただくこともありますので、ぜひご利用ください。

問い合わせ 住民課 戸籍住民係 ☎33-2112



手続きはこちら



農林水産大臣表彰を受賞

このたび、河野 稔 氏が農林水産大臣表彰（統計功労者表彰）を受賞されました。

河野氏は、1990年から継続して農林業センサスに従事されており、2025年農林業センサスにおいても、客体把握調査および実査の双方を担当されました。

これまで培われてきた豊富な経験を活かし、他の調査員をけん引する存在として、調査全体を把握しながら円滑かつ的確に事務を進められました。

これらの長年にわたる農林水産統計への貢献が高く評価され、今回の受賞に至りました。



40歳以上の方へ

胃がん検診のお知らせ

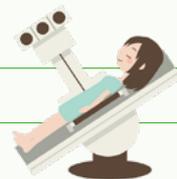
早期発見された胃がんは治療率が90%と高い一方で、自覚症状がほとんどありません。また、早期発見のためには2年に一回の受診が必要とされています。前回の受診から期間が空いた方は、ぜひ今年度ご受診ください

受診票送付対象者以外の方（初めて・久しぶりに受診をご希望の場合）

検診受診までの
簡単3ステップ

- ①健康づくりセンター（☎33-2179）に電話予約
- ②町から送付される受診票・案内文であなたの指定日時を確認
※日程変更が必要な場合は再度ご相談ください。
空き状況によっては変更ができない場合があります。
- ③当日会場に来る

対象者	令和8年4月1日時点で40歳以上の方 ※対象年齢であっても町の集団検診の該当とならない場合があります。
※受診票送付対象者	<ul style="list-style-type: none">●令和7年度に検診を受けた方●令和5・6年度に検診を受けた方で令和7年度未受診の方（70歳未満）●50・60歳の方（令和8年4月1日時点）●新たに申込みをされた方
検査方法	バリウムによるX線検査
実施日 受付時間	4月13日(月)～17日(金) 受付時間：8時～10時 ※検診は、指定日時でのご案内となります。 日程変更を希望される場合は事前に健康づくりセンターまでご相談ください。
検診会場	健康づくりセンター
自己負担額	500円



- 検診期間中は、健康づくりセンターへの電話がつながりにくくなる場合があります。
- 検診の結果、要精密検査となった場合は必ず精密検査をご受診ください。

問い合わせ 健康づくりセンター ☎33-2179

急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし

▶ 3月1日(日)～3月7日(土) 春季全国火災予防運動 ◀

火災は一瞬にして生命や財産を奪います。空気が乾燥し、火災が発生しやすくなるこの時期、火の取扱いには十分注意し、より一層の防火対策を心掛けましょう。

住宅防火 いのちを守る10のポイント

- 寝たばこは絶対やめましょう
- ストープに燃えやすいものを近づけないようにしましょう
- ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消しましょう
- コンセントはほこりを掃除し、不必要なプラグは抜きましょう
- ストープやコンロは安全装置の付いた機器を使用しましょう
- 住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換しましょう
- 部屋を整理整頓し、寝具、衣類、カーテンは防災品を使用しましょう
- 消火器等を設置し、使用方法を確認しておきましょう
- お年寄りや体の不自由な人は、避難経路と避難方法を確認しておきましょう
- 防災訓練への参加などにより地域での防災・防火対策を行いましょ



ひとこと日記

鮮やかなピンク色の『しらこ桜』が、見頃を迎えました。先月は6日の晩から雪が降り始め、翌日は衆議院議員総選挙の投票日でしたが、町内は大きな被害もなく安堵しました。しかし、北日本や日本海側などでは大雪による建物の倒壊や除雪作業中の死亡事故、水道管の凍結による断水や水道管破裂など、心配な報道が続いています。被害に遭われた方々に心よりお見舞い申し上げますとともに、1日も早い春の訪れを待ち望むものです。

さて、長引く物価高騰問題ですが、1月27日に町議会臨時会を開催し、補正予算案などを可決していただきました。補正予算の主な内容は、町民生活支援策として町内で使用できる1人1万円の商品券の配布や18歳までの方に1人2万円の子育て応援手当の支給、小中学校給食材料費の物価高騰対策支援、町ガス料金物価高騰対策支援などです。国の交付金を活用し、町予算と合わせて順次実施してまいります。

物価の高騰は今後もしばらく続くと予想されますが、令和8年度当初予算においても農業や中小企業、個人事業主へのエネルギー価格の高騰対策支援、水道料金の減免などの生活者支援を検討しています。町の財政も厳しい中ですが、町民に寄り添った町政運営を行ってまいりますので、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

白子町長 緑川 輝男



入札結果公表

■ 1月実施分

※金額は税込表示

● 学習支援ソフトウェア及び情報機器等賃貸借並びに運用保守業務（長期継続契約）

落札業者 三菱HCキャピタル株式会社（応札者1者）

落札金額 1,081,300円

落札率 94.65%

一宮聖苑組合人事行政運営等の状況

地方公務員法第58条の2の規定に基づき、令和5年度における一宮聖苑組合人事行政運営などの状況を公表します。

第1 職員の任免および職員の数の状況

1. 採用・退職者数（令和6年度）

採用者数	退職者数
0人	0人

第2 人事評価の状況

職員の能力や勤務態度を評価する「能力・態度評価」と、目標を設定して仕事の実績を評価する「業績評価」の2つの評価により人事評価を行っています。

第3 職員の給与の状況

1. 一般行政職員の平均給与月額などについて

	平均年齢	平均給与月額	給料	諸手当
令和6年4月1日現在	37.1歳	284,100円	265,000円	19,100円
令和7年4月1日現在	38.1歳	312,650円	286,100円	26,550円

第4 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

1. 勤務時間の状況

開始時刻	終了時刻	休憩
8時	16時45分	12時～13時

第5 職員の分限および懲戒の状況

1. 職員の分限処分の状況（令和6年度）

降任	免職	休職	降給
0人	0人	0人	0人

2. 職員の懲戒処分の状況（令和6年度）

戒告	減給	停職	免職
0人	0人	0人	0人

第6 職員の服務の状況

1. 年次休暇の状況（R6.4.1～R7.3.31）

平均使用日数	消化率
7.7日	19.3%

2. 育児休業および部分休業の状況（令和6年度）

	育児休業取得者数	部分休業取得者数
男性職員	0人	0人
女性職員	0人	0人
計	0人	0人

第7 職員の福祉および利益の保護の状況

1. 福利厚生（令和6年度）

種類	決算額・内容
千葉県市町村職員共済組合による福利共済事業	2,276,197円（共済組合に対する負担金） 短期給付（健康保険）、長期給付（年金関係）など
千葉県市町村職員互助会による福利厚生事業	2,664円（互助会に対する負担金） 出産費助成、弔慰金の給付、各種保健事業など
職員の健康管理に関する事業	13,704円（生活習慣病予防検査 2人） 問診、血圧、血液、尿、心電図、胃X線検査、身長、体重、視力、聴力、腹囲、胸部X線間接撮影

2. 公務災害補償（令和6年度）

加入団体	対象件数
地方公務災害補償基金	0件

3. 公平委員会における業務の状況（令和6年度）

内容	件数
勤務要求に関する措置要求	0件
不利益処分に関する不服申し立て	0件

就学援助費を支給します

経済的な理由で就学が困難な児童生徒に、学用品費や新入学児童生徒学用品費等を援助します。
対象は生活保護基準に準じる程度に困窮していると認められ、所得制限を超えない家庭です。
手続きは学校を通して行います。
くわしくは、お問い合わせください。



問い合わせ

教育課 ☎33-2144
白子中学校 ☎33-2152
白潟小学校 ☎33-3164
南白亀小学校 ☎33-2151
関小学校 ☎33-3531

競技部門

大会では、3つの部門をご用意しております。ご自身の目標や体力に合わせてお選びください。

ビフォーアフター部門

「生きがい」を叶える！

「もう一度山に登りたい！」
「孫を抱っこしたい！」

そんな夢と一緒に
トレーニングして
叶えましょう！

トレーニングを通じて
叶った夢をプレゼン

ボディメイク部門

これぞ！
マッチョの大会！

マッチョに年齢は関係ない

この部門では
フィジークパンツ
レギンス
での出場です→



フィットネス部門

立ったり歩いたりを点数化
誰が1番高得点か！？



事前プログラム

2026年2月から5月まで
月1回の定期セミナー
を開催いたします。

開催日

第1回は2026年2月22日
以降 3/29,4/19,5/24

会場

特別養護老人ホーム
はまひるがお

内容

- ・専門家による指導
- ・効果的な筋力向上プログラム
- ・個人相談&進捗確認

参加費 無料



参加費無料



大会概要

年を重ねても挑戦し続ける
喜びと、仲間とともに成長
する楽しさを体験できる
新しい形のフィットネス
イベントです。

参加者の皆さまの
「生きがい」づくりを応援
いたします。

主催：筋肉医局



IKIGAI

”生きがい”

ドリームCUP

2026年6月21日①

○会場：特別養護老人ホーム はまひるがお

○参加対象者：

はまひるがお利用者の方
千葉県東部地域に在住の方

○参加条件：

「生きがい」を叶えたい方！
楽しく運動を始めたい方！
運動を通じて仲間を作りたい方！

お問い合わせ・参加ご希望の方は、下記までご連絡ください

参加ご希望：特別養護老人ホーム はまひるがお(今関)

月～金 10:00～17:00

☎ 0475-30-2755

問い合わせ先：筋肉医局(遠藤)

✉ endo.shinya@kameda.jp

たくさんのご参加を心よりお待ちしております！

筋肉医局とは

ボディコンテスト出場経験を持つ医師/歯科医師/医学生/
歯学生の団体です。現在70名以上が所属しております。

「医師が病気を待つ時代から、健康を発信する時代へ」

この理念を軸に、フィットネス文化・予防医療・地域連携を
推進しています。



国民健康保険の加入・脱退の手続き

国民健康保険に加入するときや脱退するときは、異動のあった日から14日以内に世帯主またはご自身での届け出が必要となりますので、住民課国保年金係で手続きをしてください。

なお、届け出には本人確認ができるもの（運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなど）をお持ちください。

※代理人が申請をする場合は、委任状が必要となります。



国民健康保険に 加入 するとき

こんなときには	届け出に必要なもの
白子町に転入したとき	前住所地より発行された転出証明書
職場の健康保険などをやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書（資格喪失証明書）
子どもが生まれたとき	母子健康手帳、親の資格確認書・資格情報のお知らせ
外国籍の人が転入したとき	在留カード、前住所地より発行された転出証明書
生活保護を受けなくなったとき	生活保護廃止決定通知書



国民健康保険を 脱退 するとき

こんなときには	届け出に必要なもの
白子町から転出するとき	資格確認書または資格情報のお知らせ
職場の健康保険などに加入したとき	国保と職場の健康保険の両方の資格確認書または加入者情報のお知らせ
職場の健康保険などの被扶養者になったとき	国保と職場の健康保険の両方の資格確認書または加入者情報のお知らせ
亡くなったとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、喪主の氏名を確認できるもの（会葬礼状、葬儀社の領収書など）、喪主の金融機関・口座番号の控え
生活保護を受けることになったとき	資格確認書または資格情報のお知らせ、生活保護開始決定通知書



その他

こんなときには	届け出に必要なもの
町内で転居したとき	資格確認書または加入者情報のお知らせ
世帯主や氏名が変わったとき	資格確認書または加入者情報のお知らせ
修学のため、別に住所を定めたとき	資格確認書または加入者情報のお知らせ、在学証明書
資格確認書をなくしたとき	本人確認ができるもの
資格確認書を汚して使えなくなったとき	汚れた資格確認書、本人確認ができるもの



会社などを退職される方へ 国民年金の加入手続きと保険料の納付は忘れなく！

60歳未満で会社などを退職される（厚生年金等をやめられる）方は、厚生年金等の資格喪失後14日以内に住所地の国民年金担当窓口で、国民年金の加入手続き（種別変更）をして、国民年金保険料を納めることになります。なお、扶養されている配偶者（第3号被保険者）がいる場合は、同様に加入手続きが必要です。

厚生年金等に加入している時

あなたは、
国民年金の **第2号被保険者** です。

- 厚生年金保険料や共済組合掛金として給料から天引きされているので国民年金保険料は個別に納めていません。



配偶者は、
国民年金の **第3号被保険者** です。

- 第3号被保険者の認定を受けている期間は、配偶者の加入する年金制度全体で負担しているので国民年金保険料の納付は不要です。



厚生年金等の資格を喪失した時

14日以内に厚生年金等の資格喪失証明書等と基礎年金番号のわかるものを持参のうえ、役場住民課窓口で国民年金加入手続きが必要です。

あなたも配偶者も、国民年金の **第1号被保険者** となります。

- 国民年金保険料は、各自で納めます。
加入手続き後、日本年金機構から送付される納付案内書により、毎月の保険料を銀行・郵便局・コンビニエンスストアなどで納付します。
保険料の支払い方法は現金納付のほか、口座振替やクレジット納付などがあります。



※個人番号（マイナンバー）により届出を行う際は、上記のものと同個人番号カードまたは通知カードと本人が確認できるものをお持ちください。

◎国民年金保険料の納付が困難な時は、保険料免除制度があります。

免除申請は、加入手続きと同時にできます。

- 手続きに必要なもの
- ▶年金手帳または基礎年金番号がわかるもの（納付書等）
 - ▶失業していることを確認できる公的機関の証明の写し（雇用保険被保険者離職票、受給資格者証、資格喪失確認通知書等）

★国民年金保険料の口座振替・クレジットカード納付での前納（6ヵ月・1年・2年）が、年度の途中からでもまとめて振替（立替）ができるようになりました。

★納め忘れた・期限間近の国民年金保険料は、納付書がなくてもねんきんネットで納付できます！
ご不明な点等ございましたら、下記をご確認ください。

◆ホームページで確認

国民年金 納付書レス納付

検索



<https://www.nenkin.go.jp/service/kokunen/hokenryo/nofusholes.html>

◆お電話で確認（ねんきん加入者ダイヤル）

0570-003-004（ナビダイヤル）

受付時間

月曜日～金曜日：8時30分～19時
第2土曜日：9時30分～16時
※休日、祝日（第2土曜日を除く）、
12月29日～1月3日はご利用いただけません。

問い合わせ 住民課 国保年金係 ☎33-2112

福祉タクシー利用券について

白子町に住所のある在宅の障がい者、高齢者および妊産婦、免許返納者、ひとり親家庭等に該当し、同じ世帯に税金等の未納がない方で下記の条件に該当する方に、タクシー利用券を交付します。なお、個人情報保護の観点から来年度以降のタクシー利用券に住所の記載はありませんのでご注意ください。お名前だけの記載となります。

自動更新を希望されている方には4月から使用するタクシー利用券を3月中に郵送します。

※世帯で町税等に未納がある場合、タクシー利用券は郵送いたしませんのでご注意ください。

タクシー利用券の再発行はできませんので、大切に保管願います。

ひとり親家庭等に該当の方のみ毎年更新手続きが必要となります。

はじめての方および自動更新を希望される方は下記を確認の上、健康福祉課に申請ください。



対象となる方

- 1 障がいの程度が1級または2級の身体障害者手帳をお持ちの方
- 2 療育手帳をお持ちの方
- 3 精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- 4 介護保険制度の要介護4または5の認定を受けた方
- 5 70歳以上で家族等による送迎ができない方
- 6 自動車運転免許証を返納した方 ※⑥については令和8年4月1日から対象となります。
- 7 母子健康手帳の交付を受けてから出産後3箇月までの方
- 8 じん臓機能障害を有し、人工透析療法を受けている方
- 9 児童扶養手当を受給している方、またはひとり親家庭等医療費等助成受給券の交付を受けた方



申請に必要なもの

- 1 2 3に該当する方 — 障害者手帳
- 4に該当する方 — 介護保険証
- 5に該当する方 — 身分証明書（マイナンバーカード等）
- 6に該当する方 — 運転経歴証明書
- 7に該当する方 — 母子健康手帳
- 8に該当する方 — 特定疾病療養受領証または医療費支払い明細書等の証明できる書類
- 9に該当する方 — 児童扶養手当証書又はひとり親家庭等医療費等助成受給券



助成内容

利用券は1枚500円で、町が指定したタクシー業者を利用して、料金精算の際に利用券を1枚渡すとタクシー料金から最大で500円が差し引かれます。

今年度（令和8年3月31日まで）は、利用1回につき、利用券を8枚（4,000円）まで使用できます。令和8年度（令和8年4月1日から）は利用1回につき、利用券を12枚（6,000円）まで使用できます。

- 交付枚数** 対象者
- | | | |
|---------------|----|----------------|
| 1～6および9の方は年間で | 最大 | 96枚（48,000円） |
| 7の方は、 | 最大 | 48枚（24,000円） |
| 8の方は | 最大 | 288枚（144,000円） |

※交付枚数は申請する月により異なります。

手続きは4月1日までに!

軽自動車等の廃車・名義変更

軽自動車税は、毎年4月1日現在で軽自動車やバイク、農耕作業用やその他の小型特殊自動車を所有登録している方に課税されます。

車検切れや譲渡等で使用していない場合は、4月1日までに廃車や名義変更等の手続きをしてください。車種によって手続き先が異なりますので、必要書類はそれぞれご確認ください。また、白子町で登録した標識（ナンバープレート）を紛失され、廃車する場合は、弁償金300円が必要です。



問い合わせ

●白子町ナンバー 税務課 ☎33-2114

●袖ヶ浦ナンバー 二輪 袖ヶ浦自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2025

二輪以外 軽自動車検査協会 千葉事務所 袖ヶ浦支所 ☎050-3816-3116

■小型特殊自動車の登録をお忘れなく!

乗用装置のある田植機・トラクター・コンバインやフォークリフトなどの小型特殊自動車は、公道を走行していなくても軽自動車税の課税対象となります。新たに購入された場合や、すでに所有されているもので登録をしていない場合は、必ず税務課で登録手続きし、標識（ナンバープレート）の交付を受けてください。

※軽自動車税が課税される小型特殊自動車は、固定資産税が課税される償却資産の対象外です。

申告書書類は、ホームページからもダウンロードできます。



問い合わせ 税務課 ☎33-2114

狂犬病予防注射について



狂犬病予防注射について

- 狂犬病予防法により、飼い犬には年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。
※高齢や病気等により注射を受けられない場合は連絡をお願いします。
- 注射は町内の会場で実施する集合注射や、動物病院で受けることができます。
※集合注射の日程は広報（4月号）やホームページに掲載します。
- 動物病院で注射を受けた場合は、役場環境課へ「狂犬病予防注射済証」をご持参のうえ注射済票の交付を受けてください。（済票交付手数料550円）

登録後の変更等の手続きについて

- 登録していた犬が死亡したとき。
（電話連絡や電子申請でも手続きできます）
- 他市町村から転入し、前の住所地で犬の登録をしていた場合は、転入の手続きが必要です。（前住所地で交付された鑑札等をご持参ください）



問い合わせ 環境課 ☎33-2118

健幸ポイント事業

ポイント交換のお知らせ

これまでに貯まった健幸ポイントを商品券に交換します。

商品券は3月末を目途に該当する方へ簡易書留で郵送されます。

今回のポイント交換は令和8年9月を予定しています。月1回のデータ送信を継続しましょう。

※500pt単位での交換のため、端数は次回に繰り越しとなります。



QUOカード

※画像はイメージです。



ヤックス商品券



げんき君カードチャージ券

(イメージ)

新規参加者随時募集中

対象者：白子町に住民登録のある40歳以上の方

- 15分ほどの操作説明を行います。

申込み 健康づくりセンター窓口 ☎33-2179
(平日8時30分～17時15分)



歩数計を紛失・故障された方、データ送信に不自由を感じている方は、ぜひスマホアプリをご活用ください☆

3月1日～8日は女性の健康週間です

3月1日～8日は厚生労働省が定める「女性の健康週間」です。町では次のとおり女性特有の疾患に関する集団検診を予定しています。この機会に自身の健康を振り返り、いきいきとした日々を過ごしましょう。

女性のための町集団検診

*年齢基準日：令和8年4月1日

各種検診が
ワンコイン
(500円)で
受けられます☆

検診	対象者	実施日	検査方法
子宮がん検診	20歳以上の女性	5/11(月)・20(水)・21(木)	細胞診
骨密度検診	20～70歳までの 5歳刻み年齢の女性	5/11(月)・20(水)・21(木)	超音波検査
乳がん検診	30歳以上の女性	7/6(月)・7(火)・8(水)	年齢によりマンモグラフィまたはエコー

※子宮がん・乳がん検診について、令和7年度中に受診された方は申込不要です。

検診の3週間前頃に通知を発送いたします。

申込み 健康づくりセンター ☎33-2179

参加者
募集中!!

介護予防教室

機能訓練教室

健康で生き生きとした生活を送れるよう40歳以上の方を対象に転倒予防や運動機能を維持するため、スポーツトレーナーの指導を受けて、筋力アップや体の柔軟性・筋力バランスを強化する軽体操や運動を取り入れた機能訓練を開催しています。



実施日

場所	開催日	時間
関ふれあいセンター	毎週月曜日	10時～11時
南白亀ふれあいセンター	毎週水曜日	10時～11時
白湯ふれあいセンター	毎週金曜日	10時～11時

健康体操（ミックストレーニング）教室

地域の集会所等で、65歳以上の方を対象に健康体操教室を開催しています。ミックストレーニング指導者会の指導を受けながら、体力年齢にあった無理のない体操で、筋力アップ（転倒・骨折予防）、柔軟性やバランスを整えます。健康体操で、いつまでも自分らしい生活を維持しましょう。



実施日

場所	開催日	開催日	時間
北川岸青年館	月曜日 13時30分～14時30分	中里西公民館	木曜日 10時～11時
中里東青年館	月曜日 15時～16時	浜宿東青年館	火曜日 9時30分～10時30分
五井東青年館	木曜日 13時30分～14時30分	関中島地区会館	木曜日 9時30分～10時30分
北日当青年館	金曜日 9時～10時		

参加費

1年度 1,000円（損害保険料）

※両方の教室に参加される場合は、健康体操教室のみの負担になります。
（新型コロナウイルス感染状況により休止することもあります。）

申込み・問い合わせ 健康福祉課 介護保険係 ☎33-2113

献血のお知らせ

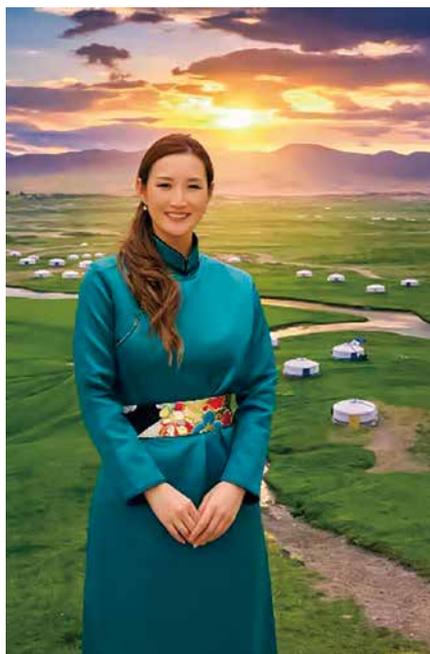


- と き 3月23日（月）
- 受付時間 午前の部 9時45分～12時45分
午後の部 14時～16時
- ところ 白子町役場内 健康づくりセンター
- 問い合わせ 健康づくりセンター ☎33-2179

輸血を必要としている患者さんのために、献血にご協力ください。

初めての方は本人確認のため、受付時に身分証明書の提示をお願いしています。なお、当日は、骨髄バンクドナー登録会も実施しますので、併せてご協力をお願いします。

地域おこし協力隊 / の活動を報告します



2026年1月より、地域おこし協力隊として白子町で活動することになりました、メンデバヤルと申します。

私はモンゴル出身で、1997年から日本語を学び始め、その後長く日本で生活してきました。

日本の文化や人々の考え方、礼儀や習慣には学ぶことが非常に多く、今もなお勉強させていただいていると感じております。

これまで日本とモンゴルをつなぐ仕事に関わってきた経験を生かし、白子町においては文化・教育・農業分野での交流を中心に、町の皆様と一緒に考え、少しでも地域お役に立てるよう努力したいと考えております。まだ至らない点も多いかと思いますが、一つ一つ丁寧に取り組みながら、信頼関係を大切にしていきたいです。どうぞご指導・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



バンズラグチ・メンデバヤルさん

『食べる』を味方に。 ～試食会のお知らせ～

とき 3月24日(火)

午前の部：9時30分～11時

午後の部：14時15分～16時

ところ 健康づくりセンター ホール

「動脈硬化」をテーマに試食会を行います。

予約不要、参加費無料です。
ぜひ、お一人でもお仲間と一緒にでも、
気軽にお立ち寄りください。

問い合わせ ☎33-2179 (健康づくりセンター)

味方からのレシピ紹介

スパニッシュオムレツ

材料：4人分

- 卵……………4個
- 玉ねぎ……………1/2個
- ピーマン……………2個
- カリフラワー…100g
- ベーコン……………1枚
- にんにく………1かけ
- 塩……………少々
- こしょう………少々
- 油………大さじ1
- ケチャップ………大さじ4

作り方

- ①玉ねぎ、ピーマン、ベーコンを1cm角に切る。
- ②カリフラワーを電子レンジ600wで1分ほど加熱し、①の野菜と同じ大きさに切る。
- ③にんにくをみじん切りにする。(にんにくチューブでも代用可)
- ④フライパンに油を熱し、①と②を軽く炒め、にんにく、塩、こしょうを加える。
- ⑤ボウルに卵を溶きほぐし、フライパンに加えて半熟状になるまで混ぜる。蓋をして8割程度火が通ったら、ひっくり返し焼き上げる。



レシピのポイント!

カリフラワーを入れることで低カロリーですが、ボリュームあるオムレツになります。

栄養価 1人分あたり

エネルギー：136kcal 脂 質：7.7g
たんぱく質：8.8g 食塩相当量：1.0g
炭水化物：9.6g

民事訴訟手続のデジタル化

令和8年5月21日からはじまります

これまで、民事訴訟手続では、書類を提出するために裁判所に持参したり、郵送したりする必要がありました。また、訴訟記録を閲覧する場合には、裁判所に出向く必要がありました。これからは、これらの手続をオンラインで行うことができるようになります。

裁判所ウェブサイトはこちら
<https://www.courts.go.jp/saiban/minjidejitaruka/index.html>



ウェブ会議で期日に参加

民事訴訟の期日では、裁判所の判断によりウェブ会議で参加することが可能となっています。
 (*令和6年3月1日に先行施行)



訴状や証拠等のオンライン提出等



訴状、準備書面、証拠等をオンラインで提出できるようになります。また、これらの書類や裁判所から送られる判決書等を、オンラインで受け取ることができるようになります。

訴訟記録の電子化 オンライン閲覧等



提出された書面等は電子データで保管され、判決書や調書等も電子データで管理されます。これにより、当事者等であれば、オンラインで裁判記録を閲覧できるようになります。

茂原警察署からのお知らせ



「防犯カメラ」は犯罪の発生抑止に効果的!!

自転車盗難は鍵のかかっていないものが全体の半分以上を占めています!

今年も既に飲酒運転での交通事故が発生しています! 飲酒運転は重罪です!

長生郡市内の刑法犯認知件数
 (令和8年1月末暫定値)



※連続犯被疑者を検挙したため、認知件数が増加に転じたものです。

ワンポイント

防犯カメラは個人宅だけでなく、自治会などで道路に設置するのも効果的なので、ぜひご検討を!!

長生郡市内の人身事故発生件数
 (令和8年1月末現在確定数)



	令和8年1月末の累計			
	本年	昨年	増減数	増減率
発生件数	18	30	-12	-40.0%
死者数	1	0	1	100.0%
負傷者数	23	34	-11	-32.4%

ワンポイント

4月から自転車の反則通告制度(青切符)が施行されます。

今一度交通ルールの確認をしましょう!

3月 は自殺対策強化月間です

自殺は、多くは様々な要因が絡んだ「追い込まれた末の死」です。3月は生活環境の変化等もあり、全国的に1年で最も自殺者数が増加します。そのため、国では3月を「自殺対策強化月間」と定めています。

まずはあなたの心の状態をチェックしてみましょう

こころのサイン

- 不安や緊張が頭から離れず、イライラしたり怒りっぽくなった。
- ちょっとしたことでも驚いたり、急に泣きたくなる。
- 気分が落ち込んで、やる気がおきない。
- 人づきあいが面倒になって避けるようになった。

体にあらわれるサイン

- 肩こりや頭痛、腹痛、腰痛などの痛みが出てくる。
- 寝つきが悪くなったり、夜中や朝方に目が覚めることが増えた。
- 食欲がなくなったり、逆に食べすぎてしまうことが増えた。
- めまいや耳鳴りがする。



もし、いまあなたが悩みをかかえていたら誰かに話してみませんか？
悩みや不安をただ聞いてほしいだけでも大丈夫です。

電話相談

相談機関	主な内容	受付時間	電話番号
千葉県こころセンター	心の健康 精神疾患	月～金曜 9時～18時30分 ※祝日、年末年始を除く。	043-307-3360
よりそいホットライン	死にたいほどつらい方 外国語での相談 DV・性暴力	24時間	0120-279-338
千葉労働局総合労働 相談コーナー	労働に関するあらゆる 相談に対応	月～金曜 9時30分～17時 ※祝日、年末年始を除く。	043-221-2303

SNS相談

名称	主な内容	受付時間	QRコード
生きづらびっと 特定非営利活動法人 自殺対策支援センターライフリンク	LINEやチャットでの相談 を行い、必要に応じて電話 や対面での支援を実施	月・金 6時～22時 日・火・水・木・土 8時～22時	
SNS相談@ちば	小学生から高校生までの方 が、だれにも知られずなや みをLINEで相談できます	毎週火・木・日曜日 18時～22時	





お知らせ

Notification



第31回町民テニス大会結果

とき 1月18日(日)
ところ 白子町テニスコート

◆男子◆

優勝	広鹿 太一・庄司 徹也	ペア
準優勝	西川 嘉彦・中村 泰司	ペア
第3位	平野 和美・板倉 広明	ペア

◆女子◆

優勝	坂本 和実・板倉美知代	ペア
準優勝	高橋奈緒美・山岸 直美	ペア
第3位	山形由香子・本間 みき	ペア



路上に張り出した樹木の管理

道路沿いの土地から車道や歩道などに張り出した樹木や枝は、通行の妨げになるだけでなく、車両などを損傷させる事故につながる可能性があります。事故が発生した場合は、樹木の所有者が賠償責任を問われることがあります。張り出した樹木や倒木の危険がある樹木は、伐採や剪定など適切な管理にご協力をお願いします。

問い合わせ 建設課 ☎33-2116



第48回町民グラウンドゴルフ大会

とき 3月15日(日) 8時30分集合、
8時45分スタート 雨天翌週へ延期

ところ 白子自然公園 芝生広場
(白子町古所3444-1)

参加資格 町内在住・在勤者

参加費 無料

申込み 3月12日(木)までに教育委員会窓口、
または電話にてお申込みください。

問い合わせ 生涯学習課 ☎33-2144



白子町食と健康づくり推進会員として一緒に活動しませんか？

白子町食と健康づくり推進会は、自身や家族の健康はもちろんのこと、地域の皆さんに正しい食生活や健康づくり活動の大切さを広める活動を行っています。現在は29名の会員の皆さんが、研修会(講話・調理実習・ウォーキングなど)で食生活や健康づくりに関する学びを深め、得た知識や技術を地域の皆さんにお伝えしています。

子どもから高齢者まで、色々な世代の方との交流が生まれる活動でもあり、仲間と協力しながら楽しく活動しています。

ご興味のある方は、まずは以下のお問合せ先にご連絡いただくか、健康づくりセンターの窓口にお越しください。

問い合わせ 健康づくりセンター ☎33-2179



高等学校・専門学校卒業予定の子がいる方の児童手当に関して

18歳の年度末を経過した後、22歳年度末までのお子さんについて、多子加算(3子以降)の算定対象とするには申請が必要です。くわしくは町ホームページをご覧ください。



問い合わせ 住民課 子育て支援係 ☎33-2178



夕方のミュージックチャイム放送時間は時期によって変わります

町で放送している夕方のミュージックチャイムについて、下記のとおり放送時間が変わります。

放送時間変更実施日：令和8年3月1日(日)から

11月～2月 放送時間(放送曲目)	3月～10月 放送時間(放送曲目)
16:00(ふるさと)	17:00(ふるさと)



※放送曲目の変更はありません。

※緊急時に使用できるように、子局(屋外スピーカー)からミュージックチャイムを放送し、防災行政無線が正常にはたらいっているかどうかを確認しています。

問い合わせ 企画財政課 ☎33-2180

1/26

弾道ミサイルを想定した住民避難訓練を実施しました

町として初めての取り組みとなる「弾道ミサイルを想定した住民避難訓練」を、国、県、町の共同訓練として実施しました。

午前中は、ホテルカアナパリの全面協力の下、白子町温泉ホテル協同組合と防災・防犯指導員の皆様の参加により、「Jアラートで「ミサイル発射情報」が伝達された際の避難行動と、ホテルスタッフによる避難誘導の訓練を行いました。初めての訓練ということで手探りの部分もありましたが、緊急時の対応行動について参加者間でイメージの共有を図ることができました。また、訓練後の振り返りでは、参加者から「Jアラート警報音の普段からの周知」や「避難施設の整備」の提案があり、今後の課題についても把握することができました。

午後は、白子町役場においてJアラート伝達に伴う職員の初動対処を訓練し、緊急時の対応手順を確認しました。

更に、本訓練のもう一つの成果として、県が指定する緊急一時避難施設（ミサイルの爆風等からの被害を軽減するためのコンクリート造りの頑丈な建物など）に、白子町温泉ホテル協同組合の旅館、ホテルも加わっていただけることとなりました。民間宿泊施設の指定は県内でもまだまだ件数が少ないことから、緊急一時避難施設の拡充につながる好事例となりました。

訓練の様子はYouTubeで視聴できます。

右のQRコード

または「ウィークリー千葉」で検索



速やかに頑丈な建物に避難



窓のないスペースで頭部を防護



職員の初動対処訓練

長生郡市再犯防止推進宣言

白子町では、長生郡市再犯防止推進宣言の趣旨に賛同し、令和8年2月18日、白子町長による「長生郡市再犯防止推進宣言」を長生郡市の市町村長と一斉に行いました。なお、本宣言は、「再犯の防止等の推進に関する法律」（平成28年法律第104号）第8条の規定する地方再犯防止推進計画として位置付けるものです。

問い合わせ

健康福祉課 ☎33-2113

長生郡市 再犯防止推進宣言

茂原市 一宮町 睦沢町 長生村
白子町 長柄町 長南町



私たちは、次代を担う子どもたちが、安全で安心して成長できる犯罪のない長生地域を実現するため、以下の取り組みを推進します！

【宣言1】再犯防止を推進することにより「安全・安心な社会の実現」を図ります！

【宣言2】犯罪をした人の立ち直りに必要な支援を行います！

【宣言3】民間協力者による活動を支援します！

令和8年2月18日

白子町長 緑川輝男

まちの展覧会

Shirako Gallery

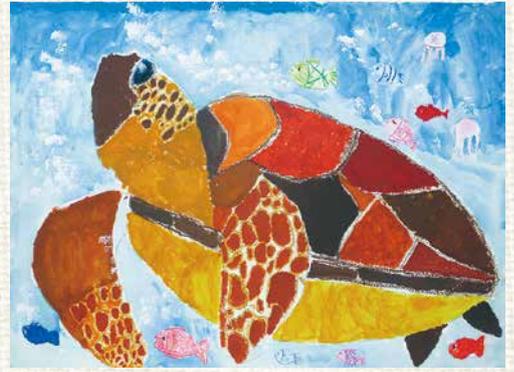


南白亀小2年 斉藤 琉美香

①キラキラ輝く海の世界を表現しました。のびのびと漂うクラゲが素敵です。

白潟小2年 細谷 莉愛

①海をゆったり泳ぐうみがめを、画用紙いっぱい描くことができました。かめの周りにはカラフルな魚やクラゲたちがいて、とても楽しそうです。



関小3年 北田 龍己

①火事の時に活躍してくれる消防自動車を描きました。お料理中に火のもとに気を付けたり、タバコの火の始末に気を付けたりして、火事が出なくなってくれればいいな、という願いを込めています。大きな炎を消すための放水の様子を、絵の具と白いクレヨンを使って上手に描くことができました。



自衛官等募集

令和8年度の採用試験予定



募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	合格発表	入隊(校)時期	待遇・その他
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	年間を通じて行っております。 受付期間については、 自衛官募集HP または 茂原地域事務所 までお問い合わせください!	受付時または各自衛隊地方協力本部のホームページにてお知らせします。	試験時にお知らせします。	令和9年 3月下旬～ 4月上旬 ※上記の他に設定する場合があります。	【特例退職手当】 1任期：約72万円～ 約118万円 2任期：約177万円～ 約180万円 ※任期満了毎に特例退職手当が支給されます。
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	【1回目】 3月上旬～5月上旬 【2回目】 7月上旬～9月中旬 【3回目】 10月上旬～11月下旬	【1回目】 1次：5月中旬 2次：6月中旬 【2回目】 1次：9月下旬 2次：10月中旬 【3回目】 1次：12月上旬 2次：令和9年1月上旬	【1回目】 1次：6月上旬 最終：7月中旬 【2回目】 1次：10月上旬 最終：11月下旬 【3回目】 1次：12月中旬 最終：翌年1月下旬	令和9年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9か月経過以降選考により 3等陸・海・空曹
幹部候補生	一般要員(大程度試験) 22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満の者)	【1回目】 3月上旬～4月上旬 【2回目】 4月中旬～6月上旬	【1回目】 1次：4月中旬 2次：5月下旬 【2回目】 1次：6月中旬 2次：7月下旬 【3回目】 1次：10月上旬 2次：11月上旬	【1回目】 1次：5月中旬 最終：6月中旬 【2回目】 1次：7月中旬 最終：9月中旬 【3回目】 1次：10月下旬 最終：12月中旬	令和9年 3月中旬～ 4月上旬	入隊後約1年で 3等陸・海・空尉 (院卒者試験合格者は 2等陸・海・空尉)
	一般要員(院卒者試験) 20歳以上28歳未満の者 修士課程修了者等(見込含)	【3回目】 8月下旬～9月下旬	【3回目】 1次：10月上旬 2次：11月上旬	【3回目】 1次：10月下旬 最終：12月中旬		
予備自衛官補	一般 18歳以上52歳未満の者	【1回目】 1月22日～3月30日	【1回目】 4月18日(土)	【1回目】 6月10日(水)	教育訓練開始時期 ①令和8年 7月以降 ②令和8年 12月以降	【身分】 所定の教育訓練終了後、 予備自衛官として任用 【教育訓練招集手当】 日額8,800円
	技能 ・有資格者 細部はお問い合わせください。	【2回目】 5月23日～9月10日	【2回目】 9月27日(日)	【2回目】 11月11日(水)		

※詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください!!

自衛隊 千葉地方協力本部 茂原地域事務所(担当:芝原)

☎0475-25-0452 茂原市町保3-217 シティビル2階



自衛官募集HP



自衛官募集X



日	月	火	水	木	金	土
1 青少年センター休館日	2 青少年センター休館日	3	4 心配ごと相談(公) 9時～12時 予約制 ☎33-5746 移動交番(青セ) 10時～11時30分	5 不燃ゴミ(南) 資源ゴミ(関) 3歳児健診(健セ) ○R4年7月～9月生 13時～13時30分 (母子手帳、使用中の歯 ブラシ、ライフサポート ファイル) 生涯学習フェスティバル(青セ) ・作品展示9時～17時(3/5～3/7まで)	6	7
8 生涯学習フェ スティバル(青セ) ・芸能発表12時～15時 ・特別公演15時20分 ～16時20分 ・催し物10時～ ・作品展示9時～17時	9 青少年センター休館日	10	11 健幸スマイルスタジオ(健セ) 10時～、13時30分～ ○妊娠16週以降のママ ○未就学児のママ ※予約制・専用サイトで の事前申し込み必要 心配ごと・人権・行政相談(公) 9時～12時 予約制 ☎33-5746 移動交番(青セ) 10時～11時30分	12 不燃ゴミ(関) 粗大ゴミ(白)	13	14
15 休日開庁 8時30分～12時	16 青少年センター休館日 こあらっこ(健セ) 13時30分～※予約制 ○子育て相談 (ライフサポートファ イル、母子手帳)	17	18 心配ごと相談(公) 9時～12時 予約制 ☎33-5746	19 粗大ゴミ(南) 資源ゴミ(白) しらご活緑げんきくん 無料配布 (第3クリーンセンター) 13時30分～15時	20 春分の日	21 青少年センター休館日
22	23 青少年センター休館日 献血(健セ) 9時45分～12時45分、 14時～16時	24 移動交番(青セ) 10時～11時30分	25 心配ごと相談(公) 9時～12時 予約制 ☎33-5746	26 不燃ゴミ(白) 粗大ゴミ(関) 資源ゴミ(南) 乳児健診(健セ) ○R7年11月生 13時15分～13時30分 (母子手帳・バスタオル) ○R7年3月、8月生 13時15分～13時30分 (母子手帳・バスタオル・ 使用中の歯ブラシ)	27	28
29	30 青少年センター休館日	31	4/1	4/2	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; margin: 0;">今月の納税</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 固定資産税……………4期 ● 国民健康保険税……………8期 ● 後期高齢者保険料……………8期 <p style="text-align: center; margin: 0;">3月2日までに納めましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 国民健康保険税……………9期 <p style="text-align: center; margin: 0;">3月31日までに納めましょう。</p> </div>	

(役)…役場 (健セ)…健康づくりセンター (公)…公民館 (青セ)…青少年センター (関)…関地区 (南)…南白亀地区 (白)…白湯地区

● 休日の当番医案内

※あらかじめ医療機関へ連絡してから受診してください。

▶ 休日当番医の診療時間 午前9時～午後5時
▶ 変更になる場合もありますので、「医療機関」または「消防本部」(0475-24-0119)に確認してください。

月 日	内 科	外 科
3月1日	大多和医院 0475-33-6111	穴倉病院 0475-24-2171
3月8日	よねもと整形外科 0475-40-1065	菅原病院 0475-25-1171
3月15日	大木医院 0475-23-2546	穴倉病院 0475-24-2171
3月20日	むなかたクリニック 0475-44-5155	菅原病院 0475-25-1171
3月22日	長島医院 0475-42-8800	公立長生病院 0475-34-2121
3月29日	三上クリニック 0475-30-3733	穴倉病院 0475-24-2171

マチイロ

広報しらかをアプリでご覧いただけます。

※広報の送付を希望される方に郵送しています。ご希望の方は、企画財政課へお申し込みください。

こども急病 電話相談 ☎局番なしの #8000 ダイヤル回線からは043-242-9939
毎日 午後7時～翌日午前8時

夜間急病 診療所 診療科目 内科・小児科 長生都市保健センター内(茂原市八千代1-5-4)
診療時間 午後8時～午後11時 受付時間 午後7時45分～午後10時45分 ☎0475-24-1010

■編集・発行/白子町役場 企画財政課 ☎33-2180 〒299-4292 千葉県長生郡白子町関5074-2
■ホームページアドレス <https://www.town.shirako.lg.jp> ■Eメールアドレス info@town.shirako.lg.jp

※「☎33-」から始まる電話番号の市外局番は、「0475」です。

※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。