新千葉新聞 2024.5.31

きさらづ市民カレッジ

中央公民館等　あとは木更津高専コースと清和大学コース　地元学コース全七回

木更津市では、市の有益な財産である豊かな歴史、優れた地域学習環境を活かし、今年度も市内の高等教育機関の講師・地元に関する研究者を講師に招き、『きさらづ市民カレッジ』を開催する。木更津市は、非常に学校数が多いことも特徴の一つで、この恵まれた教育環境を活かし、地元で多彩な講師陣から学べる絶好の機会である。

講座は三つのコースで、①地元学コース（全七回）、②木更津高専コース（全七回）、③清和大学・清和大学短期大学部コース（全七回）。受講料無料。

各コースとも開講日時は異なるため全ての講座を受講することも出来、興味のある講座のみの受講や、コース途中からの受講も可能。なお各コース六回以上の受講で修了証書が授与される。昨年度は延べ四〇二人が受講した。

講座は次の通り。

【地元学コース】

地元に関する研究者を講師に招き、考古学・近世史・SDGs等、様々な分野の講義を行う。「木更津市郷土博物館金のすず」「木更津市教育委員会文化課」と連携し実施する。

会場・中央公民館多目的ホール、定員・百人（先着順）、開講式・七月二十日（土）午後一時三十分～、閉講式・十二月七日（土）午後三時～。

▽第一回＝七月二十日（土）午後一時十分～三時、分野・SDGs、テーマ「SDGsって何？—今、私たちが出来ること—」、講師・IFOAM（国際有機農業運動連盟）世界理事・三好智子氏。※会場・龍宮城スパホテル三日月。

▽第二回＝八月三十一日（土）午後一時三十分～三時、古代史、「（仮）藤原鎌足」、早稲田大学社会科学総合学術院教授・黒田智氏。

▽第三回＝九月十四日（土）午後一時三十分～三時、近世史、「木更津の近世—村の成り立ちと領主の支配—」（共催・木更津市史編さん事業公開講座〈第一回〉）、木更津市史編さん部会委員・千葉大学准教授・小関悠一郎氏。

▽第四回＝十月十九日（土）午後一時三十分～三時、考古学、「金鈴塚古墳と古墳時代の終わり」（共催・木更津市史編さん事業公開講座〈第二回〉）、木更津市史編さん部会委員・国立歴史民俗博物館研究部准教授・上野祥史氏。

▽第五回＝十一月二日（土）午後一時三十分～三時、古代史、「木更津の地名がついた古代のブランド品—望陀（馬来田）布はなぜできたのか—」（共催・木更津市史編さん事業公開講座〈第三回〉）、木更津市史編さん部会委員・明治大学講師・服部一隆氏。

▽第六回＝十一月九日（土）午後一時三十分～三時、近世史、「木更津市の石造物」、袖ケ浦市郷土博物館顧問・稲木章宏氏。

▽第七回＝十二月七日（土）午後一時三十分～三時、朗読劇、「ヤマトタケルと弟橘媛—純愛物語—」、歌手舞台女優（元宝塚歌劇団）・峰丘奈知氏。

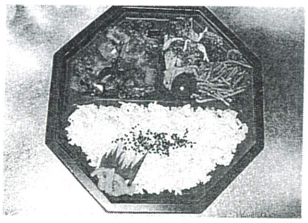
申し込みは、市ホームページで六月一日から申し込むか、または郵便往復はがきに（私製を除く）参加希望コース、氏名、郵便番号、住所、電話番号、年代、性別と、返送用宛先を記入し、市生涯学習課（〒二九二—八五〇一 木更津市朝日三—一〇—一九、朝日庁舎、TEL二三—五二七四）宛てに申し込む。（続）

高血圧の人が多い数値

富津市の調査結果　減塩弁当を発売へ

（一部既報）富津市では、六月の「国の食育月間」に因み、誰でも健康的なものが手に入りやすい食環境づくりを推進しているが、このほど市内の食品小売店㈱ランドロームジャパン、イオンリテール㈱との共同企画による『野菜たっぷり&減塩』をテーマにした弁当の商品開発を行い、六月一日から販売をする。

この弁当は、（仮称）「鶏と彩り野菜の黒酢あん弁当」＝野菜120㌘以上、食塩相当量3・0㌘未満を基準に作成（価格538円・税込価格、写真）。この中には富津市食生活改善サポーター（メンバー・市民一九人）が考案し、市健康づくり課管理栄養士が監修した「野菜たっぷり減塩レシピ（野菜とカニカマ炒め）」が使用されている。



この弁当開発に至った背景には、富津市の健康調査に基づき、令和四年度調べで、高血圧の人は、全市民の54・3％（県50・9％、国53・3％）と高い数値を示しており、また肥満者の割合でも、男性が42・7％（県28・7％、国35・1％）、女性26・4％（県23・4％、国22・5％）と、ともに県や国の数値を上回っている。

その要因でもある食塩摂取量（一日当たり）は、令和五年度の男性9・7㌘（国7・5㌘未満）、女性9・2㌘（国6・5㌘未満）と過摂取の状況にあり、市民に『減塩』について関心を持ってもらい、健康な食生活の推進に繋げたいと企画・実践された。

この弁当は、六月一日（土）～十五日（土）まで、㈱ランドロームジャパンが運営する「ランドロームフードマーケット富津店」など県内十九店舗で販売する。

六月十四日（金）午前十時～正午まで、同富津店で「野菜摂取と減塩に関する普及啓発」の展示やイベントを開催してPRを行う。多くの来場を歓迎。

また七月三十一日（水）～八月三十一日（土）の一か月間、イオンリテール㈱が運営するイオン富津店、千葉・東京・神奈川・山梨などの都県八十四店舗でも同様のPR活動を行う予定で、発売する商品（弁当）などは現在開発中、イベント日時も決定次第発表さ

近隣住民に憩いの場を

社会福祉法人梅香会が約四年ぶりに

特養いわね潮の香園　「カフェ潮の香」再開

社会福祉法人梅香会（理事長・重城明男・金田クリニック重城院長）及び木更津市西部包括支援センターでは、「コロナ禍」の影響により、一旦、休止としていた、「カフェ潮の香」を、このほど約四年ぶりに再開した。

「カフェ潮の香」は同法人施設の「特養いわね潮の香園」内で、近隣住民の憩いの場を提供するのが目的で、昨今の高齢化社会が抱える様々な悩みやその相談について皆で共有し、「ほっと一息」できるような安らぎの場として再開したもので、利用を呼び掛けている。

「カフェ潮の香」は毎月第四日曜日の午後一時三十分～三時三十分までの間、「特養いわね潮の香園」（木更津市万石一四六—一）で開催。約四年ぶりの再開（令和六年五月二十六日開催）とあって、近隣住民もその再開を心待ちにしていた。

初日には同法人理事長・重城明男医師より『認知症について』の講演（写真）があり、約五十人を超す参加者の活気あふれるなか、ユーモアたっぷりの講演に参加者は楽しんで耳を傾けていた。

今後の講演の予定は、▽六月二十三日（日）午後一時三十分～三時三十分まで。講演内容『オーラルフレイル』（こうの・デンタルクリニック　河野香織歯科医）▽七月二十八日（日）午後一時三十分～三時三十分まで。講演内容『お薬について』（やなぎや薬局・佐々木稔薬剤師）を予定。

その後も順次、第四日曜日に開催する。場所は特養いわね潮の香園、参加申し込み不要、但し、飲み物代として百円必要。（写真は重城明男医師の講演）

令和六年度統一防火標語

守りたい　未来があるから　火の用心

海水浴場等の開設期間

富津市が発表　金谷海浜公園プールも

富津市は二十九日、令和六年度の市内海水浴場及び金谷海浜公園プールの開設期間を発表した。

今年度の海水浴場等の開設期間は次の通り。

▽富津海水浴場＝七月十三日（土）～八月十八日（日）まで。

▽大貫中央海水浴場＝七月二十七日～八月十八日（日）まで。

▽新舞子海水浴場＝七月十三日（土）～八月十八日（日）まで。

▽上総湊海水浴場＝七月二十七日（土）～八月十八日（日）まで。

▽金谷海浜公園プール＝七月二十日（土）～八月二十日（火）まで。

水に関する事は何でもご相談下さい。
浄化槽点検・清掃、受水槽清掃、浄化槽廃止・下水道接続工事
詰り直し、悪臭対策、仮設トイレリース・汲み取り、合併浄化槽設置
フリーダイヤル 0120-23-4421
Clean & Amenity WHITE 株式会社ホワイト
株式会社 ホワイト
（本社）木更津市新田 3-5-15
君津支店 富津営業所 袖ケ浦営業所

小松歯科クリニック
木更津市文京五の一の七
（木高通り図書館前）
駐車場完備
TEL ○四三八・二三・八四一八

ほねつぎ
三村整骨院分院
（各種保険扱い）
木更津総合高校南
太田店（セブンイレブン）隣
電話九八・八九四一
夜間二二・三一六一

内科・小児科
中村医院
木更津市真里谷二五〇
TEL ○四三八㊸二〇四一

重城産婦人科小児科
木・日・祭日休診
☆入院可
木更津市万石三五八
TEL 四一・三七〇〇

きさらづ皮膚科クリニック
院長 高橋容子
◇休診日 木曜、日曜、祭日
木更津市大和二・二一・一六
TEL 0438・22・2469

愛する人へ「ありがとう」を伝えたい
ほたるの邸宅葬
YUI-AN 結庵
木更津市ほたる野4-4-7 ※ スターバックス向い
19.8万~ 家族葬のテンレイ