

それは本当に“普通”ですか？

知ろう、ヤングケアラーのこと

子どもや若者が、両親やおじいさん、おばあさんのお手伝いをするのはよく見られる光景です。しかし、そのお手伝いの量・程度が増え、友人関係や学校生活、進路にまで影響を及ぼしてはいませんか。

「ヤングケアラー」という言葉を聞いたことがありますか。自分はそうではないと思っていても、気付かぬうちに家庭内での役割が重くなりすぎているかもしれません。

ヤングケアラーについて知り、周囲に目を向けてみましょう。

☎ こども家庭課 ☎ 484-6263



ヤングケアラーとは？

ヤングケアラーとは、令和6年6月に改正された子ども・若者育成支援推進法で「家族の介護その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」と明記されました。

「過度に」とは、子どもにおいては成長や発達に必要な時間（遊び・勉強など）、若者においては自立に向けた移行期として必要な時間（勉強・就職準備など）を奪われ、身体的・精神的に負担が重い状態である場合をいいます。具体的には、以下のイラストのような事例です。



障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障害や病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守り・声掛け・気づかいなどの情緒的ケアをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



障害や病気のある家族に代わり、家計を支えるために働いている。



精神疾患やアルコール・薬物・ギャンブルなどの問題を抱える家族の情緒的ケアや周囲との調整を行っている。



がん・難病のほか慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

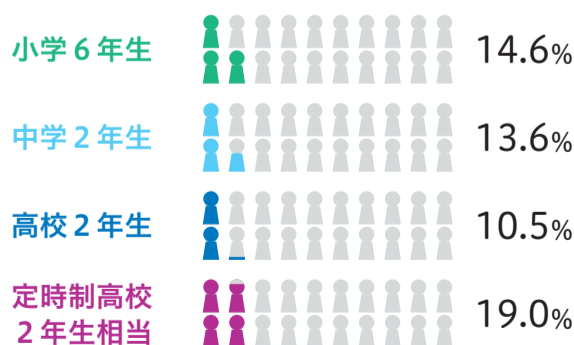
※「こども家庭庁ホームページ」(<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer/>) のイラストを加工して作成

身近なところでは…

千葉県が令和4年度に実施した「ヤングケアラーの実態調査とその支援に関する調査研究」の結果によると、調査対象とした各年代において、回答が得られた人のうち、自分がお世話をしている人が「いる」と答えた人は、10人に1人以上の割合という結果(右図)になりました。

佐倉市でも、周囲はもちろん、本人でさえも気付かぬうちにヤングケアラーになっている人は一定数いると考え、どのくらいの数の子ども・若者が家族などの過度なお手伝いをしているかを把握し、支援が必要な人のサポートをする準備を進めています。

家族(一緒に住んでいない家族も含む)の中に自分がお世話をしている人が「いる」と答えた人の割合



お世話を始めた年齢(平均) 一日にお世話をする時間(平日のみ、平均)



*回答した件数が11と少ないため、参考値

【参考】全国を対象とした調査(※)では
小学生…6.5% 中学生…5.7%
全日制高校2年生…4.1%
定時制高校2年生相当…8.5% 通信制高校生…11.0%

※小学6年生：日本総合研究所「ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書」令和4年3月
中学2年生～通信制高校生：三菱UFJリサーチ&コンサルティング「ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書」令和3年3月

NEXT

2ページでは、ヤングケアラーについて、事例を交えて紹介します。



近所の人、友達が、実はヤングケアラーかも



近所に住んでいる子どもや若者、普段は笑顔で他愛のない話をしている友達が、家では家族のお世話をするヤングケアラーかもしれません。「家族の世話をするのは当たり前」と考えて、そのことを負担に感じても、相談しづらいことでもあります。学校生活や就職活動に支障をきたす前に、誰かが気付いたり、本人たちが声をあげられる環境を作ることが重要です。



CASE - 事例 - お母さんを助きたい、でも部活にも…

中学生のAさんは、仕事が忙しいお母さんとおばあさんと暮らしています。Aさんは、足腰が弱り、物忘れも増えたおばあさんの見守りや病院、買い物の付き添いなどのお世話を担い、部活に行けない日が続いています。Aさんは「お母さんを助きたい」気持ちですが、部活には行きたいと思っています。様子を気にかけていた近所の人から「一度相談してみたら？」と温かく声をかけて、子ども家庭センターを紹介してくれました。



子ども家庭センターの職員がAさんの困りごとや気持ちを丁寧に聴き、お母さんとも話し合いながら地域包括支援センターにつなぎました。その結果、介護保険サービスの利用が進み、家族の負担が軽減され、Aさんが安心して部活動に参加できるようになりました。



これは、実際にあったケースを元に作成された事例です。現実には複雑な要素が組み合わさっていることも多いため、さまざまな課の担当者が連携を取りつつ対応にあたります。

ACTION - 行動 - どこに相談すればいいの？

国や県では、ヤングケアラーの①早期発見・把握、②支援策の推進、③社会的認知度の向上に取り組むための体制づくりを進めています。

市では、佐倉市子ども家庭センターがヤングケアラー支援の中心機関として、学校や周囲からの早期の「気付き」や、本人からのSOSを受け止め、当事者の意向を尊重したうえで必要な機関につなぐ役割を果たしています。「これってヤングケアラーかな?」「相談してもいいのかな?」と迷った段階で気軽に相談してください。



※相談内容や秘密は守られます
※本人だけでなく、家族・友人・支援者からの相談も可能です

◎お問い合わせ、ご相談は…

佐倉市子ども家庭センター（子ども家庭課）

妊娠期から出産・子育て期までの総合相談窓口です。ヤングケアラーに関連した相談のほか、妊産婦や乳幼児の悩みなど、子育てについての全般的なお話を聞き、寄り添って支援するための窓口です。

☎ 484-6263、✉ kokasen@city.sakura.lg.jp
【受付時間】午前8時30分～午後5時15分（平日のみ）

千葉県ヤングケアラー総合支援窓口「アトリエ」

アトリエは、千葉県が行っているヤングケアラーの総合相談窓口です。LINEで気軽に困り事を相談できるほか、同じような経験をしている人とおしゃべりするオンラインイベントの開催しているほか、「千葉県ヤングケアラー支援ハンドブック」などのさまざまな情報を公開しています。

詳細は、ホームページ（右記）をご覧ください。



まずは気付き・声かけから

ケアに対する思いは多様であることを念頭に、何気ない会話を重ね、担っている役割やケアを否定しない、信頼関係が築けるまでアドバイスはしない（注意として捉えやすいため）、といったことが重要です。

ヤングケアラーと決めつけるのではなく、ケアをしている本人に「頑張りすぎていないか」とそっと声をかけ、「支援があれば楽になることはないか」など、周囲の大人が気付いていくことが大切です。

POINT “特別な家庭”の話ではありません - 要点 - まずはご相談ください

ヤングケアラーは、病気、身体・精神の障害、介護、ひとり親家庭、外国籍家庭などの要因から、いつ、だれにでも起こり得る身近な問題です。自治体などの啓発により、この言葉の認知度は向上していますが、その実態への理解度は十分とはいえません。市が作成し、ホームページ（下記）で公開している啓発動画やこの記事、家族みんなや、周りの人と一緒に見て、感じたこと・考えたことを話し合っ

てほしいと思います。ヤングケアラーをサポートするにあたり大切なことは、「家族の手伝いをしていることに対し、本人がどう思っているか」です。私たちも、本人がやっていることを否定せず、まずは話をしっかり聴くようにしています。そして、もし困っていることがあれば、「手伝っていてえらいね」だけで終わらず、子どもがこもらしく過ごせる環境を作るためどうすればいいか一緒に考えていきます。

私たちは、こうしたヤングケアラーのほか、悩みを抱えた子ども・若者や、心配事のある家庭などへの幅広い相談対応を、一体的に行っています。佐倉市が子育てしやすい、誰もがいきいきと暮らせるまちとなるために、取り組みを続けていきます。何かあれば遠慮せず佐倉市子ども家庭センターへご相談ください。



子ども家庭課 村瀬 主任主事

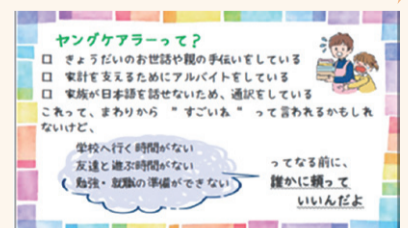
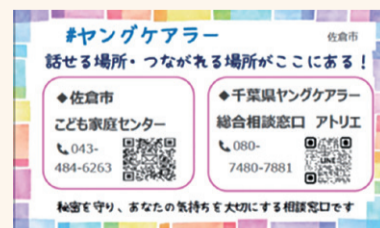


◀ 市ホームページから「ヤングケアラーって何だろう? (小中学生向け動画)」をぜひご覧ください

◎啓発活動へご協力ください

子ども家庭センターでは、ヤングケアラーについてより広く知ってもらうために、高校生～若者向けに名刺サイズの啓発物（以下画像）を作成しました。

窓口やカウンター、トイレなどへの啓発物の設置にご協力いただける団体・事業者を募集しています。ご協力いただける場合は、子ども家庭センターへご連絡ください。



物価高騰対策に、全力で取り組みます！

長引く物価高騰の影響を受ける市民の皆さんや市内事業者のかたがたを支援するため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用して、次の事業を実施します。

【申請が不要な事業】

◆生活応援商品券配布事業（佐倉まちナカ商品券）

市内の参加店舗で使える地域商品券を、市民の皆さんにお送りします。商品券については右記をご覧ください。

☑ 令和8年5月1日時点で佐倉市の住民基本台帳に登録があるかた
5月2日～6月30日に転入・出生したかた

◆水道料金軽減支援事業

水道の基本料金の全口径4か月相当分を減免します。
対象期間：9月～12月定例検針分を予定

【申請が必要な事業】

◆合併浄化槽普及促進事業（維持管理費補助）

通常補助（5000円）に、法定検査手数料値上げ相当分（1000円）を上乗せして補助します。

☑ 市内下水道および農業集落排水地域以外の家庭用合併処理浄化槽の維持管理を行っているかた

☑ 令和9年3月31日(水)

詳細は市ホームページ（右記）をご覧ください。



ほかにも、物価高騰の影響を直ちに価格などへ反映することが困難な事業者の皆さんへの支援策などについて検討を進めています。

- ☎ 物価高騰対策について：企画政策課 ☎ 484-3374
- ▶ 水道料金軽減支援事業について：経営企画課 ☎ 485-1191
- ▶ 合併浄化槽普及促進事業について：生活環境課 ☎ 484-6148
- ▶ 商品券および参加店舗募集について：佐倉まちナカ商品券コールセンター ☎ 0120-205-065（☎ 商工振興課）

～長嶋茂雄さんメモリアル～

長嶋茂雄記念岩名球場内の展示室&監督室を公開

昨年6月3日にご逝去された佐倉市名誉市民・長嶋茂雄さんのメモリアル行事として、長嶋茂雄記念岩名球場内の【長嶋茂雄記念展示室（写真右）】と【監督室（写真左）】を公開します。

監督室は、普段非公開としている部屋で、長嶋さんが読売巨人軍監督時代に実際に使用していた机やイスを展示し、当時の監督室を再現しています。

☎ 5月27日(水)～6月3日(水) 午前10時～午後3時

※監督室の公開は5月30日(土)、31日(日)のみ

☎ 岩名運動公園 長嶋茂雄記念岩名球場



★長嶋茂雄さんメモリアル協力事業★

【共通事項】

☎ 岩名運動公園 長嶋茂雄記念岩名球場

①千葉スカイセイラーズ VS 読売ジャイアンツ（3軍）

☎ 6月5日(金) 午後5時 試合開始

☎ 千葉スカイセイラーズ球団事務所 ☎ 047-751-9887

※料金などの詳細は、お問い合わせください

②佐倉高校 VS 熊谷高校記念試合

☎ 6月6日(土)

☎ 生涯スポーツ課 ☎ 484-6742



☎ 生涯スポーツ課 ☎ 484-6742

「佐倉まちナカ商品券」って？

市内の参加店舗であれば、普段のお買い物はもちろん、自分へのちょっとしたご褒美にも使えます。使い方はあなた次第！

☎ 一人当たり5000円分（大店舗・中小店舗共通券3000円分、中小店舗専用券2000円分）※世帯人数分を、世帯主あてにお送りします
発送時期：6月中旬～ ※ゆうパックで順次お送りします
※全世界帯に配達完了するまで1か月程度かかります
利用期間：7月1日(水)～10月31日(土)

大店舗・中小店舗両方で使える共通券
（水色3000円分）

中小店舗のみで使える専用券
（ピンク色2000円分）



「佐倉まちナカ商品券」参加店舗を大募集！

「佐倉まちナカ商品券」を使用できる店舗を募集します。店舗向け説明会も開催予定です。詳細は専用ホームページ（右記）をご覧ください。



☎ 5月31日(日)

※上記期間後、9月30日(水)まで受付。ただし、初回の広報ツール配布・利用店舗一覧掲載には、5月31日(日)までにお申し込みください

令和8年度佐倉市職員採用試験

「夏試験」のご案内

受験資格・申込方法などの詳細は、職員採用情報サイト「パブリックコネクト」をご覧ください。佐倉市で働く先輩職員のインタビューなどもあります。

◆募集職種 一般行政上級（社会福祉主事）

◆募集人数 3人程度

◆受験資格 次の条件の両方を満たすかた（学歴不問）

①平成3年4月2日から平成17年4月1日までに生まれたかた

②社会福祉主事任用資格（社会福祉士資格、精神保健福祉士資格を含む）を有するかた（令和9年3月末日までに資格取得見込みのかたを含む）

◆申込方法 パブリックコネクト（右記）から

◆申込期間 5月18日(月)～6月1日(月)



☎ 人事課 ☎ 484-6210

みんなで築こう 人権の世紀

～6月1日は「人権擁護委員」の日～

人権とは、人間が人間らしく生きるための権利です。全ての人が生まれながらにして持ち、守られなければならないものです。

しかし、現実の社会では、いじめや暴行、差別、インターネット上での誹謗中傷など、たくさんの人権問題が発生しています。

「人権擁護委員制度」は、人権に対する考え方を広めるための制度で、委嘱された人権擁護委員が、地域で啓発や相談活動を行っています。

☎ 人権関連の相談窓口

▶みんなの人権 110番 ☎ 0570-003-110

▶子どもの人権 110番 ☎ 0120-007-110

（いずれも平日午前8時30分～午後5時15分）

▶外国語人権相談ダイヤル ☎ 0570-090-911（平日午前9時～午後5時）

☎ 自治人権推進課

国民健康保険・後期高齢者医療制度が変わります

令和8年度より、国民健康保険税と後期高齢者医療保険料の制度が変わります。ご理解ご協力をお願いします。詳細は、市ホームページ(下記)をご覧ください。

【税率などの改正】

◆国民健康保険税



区分		変更前	変更後
医療分	所得割	6.33%	6.36%
	均等割	22,200円	23,300円
	平等割	29,200円	30,300円
後期高齢者支援金分	所得割	2.65%	3.30%
	均等割	7,000円	9,100円
介護分	所得割	1.52%	1.84%
	均等割	14,400円	17,800円
子ども・子育て支援金分	所得割	—	0.29%
	均等割	—	1,820円
	18歳以上均等割	—	128円

◆後期高齢者医療保険料

区分		変更前	変更後
医療分	所得割	9.11%	9.40%
	均等割	43,800円	51,000円
子ども・子育て支援金分	所得割	—	0.25%
	均等割	—	1,310円

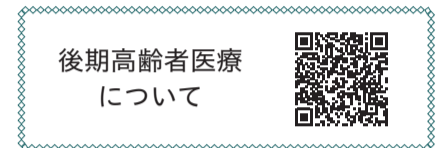
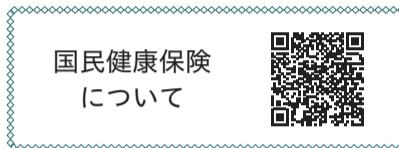
【賦課限度額の変更】

◆国民健康保険税

区分	変更前	変更後
医療分	650,000円	660,000円
後期高齢者支援金分	240,000円	260,000円
子ども・子育て支援金分	—	30,000円

◆後期高齢者医療保険料

区分	変更前	変更後
医療分	800,000円	850,000円
子ども・子育て支援金分	—	21,000円



子ども・子育て支援金制度の開始について

「子ども・子育て支援金制度」は、全ての世代や企業の皆さんからの支援金を子育て施策の拡充に充てるもので、子どもや子育て世帯を社会全体で支える制度です。令和8年度より、加入する医療保険(被用者保険、国民健康保険、後期高齢者医療制度など)の保険料から、支援金の徴収が開始されます。

子ども・子育て支援金制度の詳細については、子ども家庭庁のホームページ(右記)をご覧ください。



☎ 保険年金課 ▶ 国民健康保険税について ☎ 484-6125
▶ 後期高齢者医療保険料について ☎ 484-6136

毎年5月31日は「世界禁煙デー」 ～たばこと健康について考えてみませんか～

毎年5月31日は、世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。日本では世界禁煙デーから1週間を「禁煙週間」と定めています。

この機会に、自身や周りのかたの健康を守るため、受動喫煙の影響や禁煙によるメリットについて考えてみませんか。



●受動喫煙の影響

受動喫煙とは、「他人のたばこの煙にさらされること」を言います。喫煙者が吸い込む煙よりも、たばこから出る煙のほうが、有害物質を多く含み、受動喫煙によって、肺がんや脳卒中、喘息などのリスクが高まることがわかっています。

たばこは、喫煙者だけではなく、周りの人の健康にも影響を及ぼします。喫煙する際は、できるだけ周囲に人がいない場所を選ぶなどの配慮をお願いします。

●ご存じですか「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」

COPDは、たばこの煙を主とする有害物質が原因で肺の働きが弱くなってしまふ病気です。初期症状は風邪に似ているため、気付かずに進行してしまうこともあります。

●禁煙による効果

禁煙すると、24時間後には心臓発作のリスクが低下し、数日後には味覚や嗅覚が改善するとされています。1年後には肺機能の改善も期待でき、長く禁煙を続けることでさまざまな病気にかかるリスクが低下します。

詳細は市ホームページ(右記)をご覧ください。



☎ 健康推進課 ☎ 312-8228

雨水貯留浸透施設・止水板などの設置費用に関する補助金のご案内

雨水を貯留または地下に浸透させる施設や、敷地への浸水を防ぐ止水板などの設置費用の一部を補助します。

購入および設置前に申請が必要です。※予算額に達し次第終了

◆雨水貯留浸透施設の設置

①貯留施設(貯留タンク)

☑ 貯留量100ℓ以上、敷地内1基のみ
補助金額：貯留量1ℓあたり100円または、設置費用の2分の1のいずれか低い額(100円未満は切り捨て)
限度額：5万円(浄化槽転用の場合は10万円)



②浸透施設(浸透ます)

☑ 内径25cm以上、ます高50cm以上、敷地内4基まで
補助金額：内径1cmあたり700円×設置数または設置費用のいずれか低い額(自己による設置の場合は2000円×設置数または購入費のいずれか低い額、100円未満は切り捨て)
限度額：10万円



◆止水板などの設置

市内に建物を所有または使用しているかたが止水板などを設置する場合、設置費用の一部を補助します。

☑ 建物の出入口などに設置し、浸水に耐える材質で取り外しまたは移動できるもの。既製品のみ。
補助金額：設置費用の2分の1(1000円未満切り捨て)
限度額：50万円



詳細は市ホームページ(右記)をご覧ください。



☎ 治水課 ☎ 484-4261



情報のひろば

・特に記載のないものは無料・申し込み不要
・近隣の商業施設などへの駐車はご遠慮ください
・詳細は主催者にご確認ください

催し



えほんとおあそび・わらべ歌のおはなし会
5月28日(木)、6月11日(木) 午前11時～11時30分
わらべ歌、手あそび、絵本の読み聞かせ
0～2歳児とその保護者
5組(当日先着順)
佐倉南図書館 ☎ 483-3000
※問い合わせは午前9時～午後5時

市民文化資産 佐倉太鼓衆コンサート
謙信軍を押し返した、臼井城の合戦を太鼓と語りで再現します。
5月31日(日) 午後2時～4時 要申し込み
佐倉ハーモニーホール
2500円(中学生以下1000円)
佐倉太鼓衆 ☎ 070-5080-2709(上記)から
文化課

佐倉フィルハーモニー管弦楽団 第79回定期演奏会
6月14日(日) 午後2時～
佐倉ハーモニーホール
管弦楽のコンサート 700円
佐倉フィルハーモニー管弦楽団事務局 ☎ 080-3458-1237
佐倉ハーモニーホール

佐倉市民卓球大会(団体戦)
6月14日(日) 午前9時～ 要申し込み
市民体育館
種目 ①男子団体戦 ②女子団体戦
1チーム▶一般2000円▶小中高生1000円▶小中高一般混成1500円(当日徴収)
市内在住・在勤・在学
5月29日(金)
ホームページ(右記)または郵送、ファクスで、選手名・住所・代表責任者名・電話番号を明記し、〒285-0843 中志津2-36-2 佐倉市スポーツ協会卓球専門部 小松 ☎ FAX 301-2501(午前10時～午後7時)へ 生涯スポーツ課

講座



脳とからだの元気力測定会
6月11日(木) 午前10時～午後3時(30分ごとの受付)
要申し込み
志津コミュニティセンター
脳の記憶力・反応速度チェック、握力・口腔機能測定など
市内在住 各回3人(先着順)
6月10日(水)
高齢者福祉課 ☎ 484-6343

根郷寿大学公開講座 堀田正睦公の見ていた新しい世界
江戸時代から近代へ、佐倉藩士の家系から新しい時代を担う人材を育んだ幕末の藩主・堀田正睦の活動をたどります。
6月19日(金) 午前10時10分～11時40分 要申し込み
20人(多数時抽選)
6月5日(金)
ちば電子申請サービス(右記)から
根郷公民館 ☎ 486-3147

佐倉市国際文化大学 公開講座「外国人との共生の時代」
人口減少と多文化が進むなか、安心安全で「秩序と活力ある共生社会」、外国人を社会の一員として共に日本の未来を創るには。
6月13日(土) 午後1時30分～3時30分 要申し込み
志津コミュニティセンター
明石純一(筑波大学教授)
200人(先着順)
6月7日(日)
申し込みフォーム(下記)またはファクスで住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを明記し、佐倉国際交流基金 ☎ FAX 484-6326 へ
広報課



佐倉城址公園歴史散歩 テキスト学習会
学習会と現地研修で佐倉城址の歴史を学びます。
①学習会: 7月11日(土)、8月8日(土) ②現地研修: 9月12日(土)
各日午後1時30分～3時
①中央公民館 ②佐倉城址公園センター
300円(テキスト代)
50人(先着順)
佐倉城址公園ボランティアの会
山口 ☎ 090-9102-3053
公園緑地課

創業スクール受講者募集
7月11日(土)・18日(土)・25日(土)、8月1日(土)(全4回) 午前10時～午後4時 要申し込み
幕張テクノガーデン
起業のノウハウ、ビジネスプランの作成や発表
県内で創業を考えているかた、創業間もないかた
40人(多数時抽選)
6月12日(金) 正午
ホームページ(右記)または電話で千葉県信用保証協会 ☎ 239-3281 へ
商工振興課

募集



佐倉市行政評価懇話会・市民委員を募集
佐倉市総合計画等の進捗状況の検証、その実効性を高めるための意見提言
次の条件を全て満たすかた
①会議(年間4回程度)に参加できる市内在住・在学・在勤の18歳以上
②本市の附属機関などの委員を3つ以上兼ねていない
③国・地方公共団体の議員ではない
2人(書類選考)
任期 8月1日～令和10年7月31日
6月1日(月)(必着)
持参または郵送、メールで申請書(企画政策課で配布または市ホームページからダウンロード)を〒285-8501 市役所企画政策課 ☎ 484-3374 ☒ kikakuseisaku@city.sakura.lg.jp へ

令和7・8年度簡易修繕(営繕)工事名簿登録事業者の追加募集
市が発注する200万円以下の簡易な修繕(営繕)の受注希望者名簿に追加登録します。
営業実績が1年以上あり、次のいずれかに該当するかた
▶市内に本店がある法人
▶市内に本店がある市内在住の個人事業者
※令和8・9年度の一般(指名)競争入札参加資格者名簿登載者(建設工事部門)は対象外
6月10日(水)(必着)
持参または郵送で申請書を〒285-8501 市役所契約検査課 ☎ 484-6111 へ

学校図書館ボランティア
市内の小・中学校で、こどもたちが本に親しめる環境づくりのサポートをしませんか?
本棚の整理や館内の掃除、蔵書点検の補助、掲示物の作成など、学校の要望に合わせた活動
※学校ごとに活動内容が異なります
指導課 ☎ 484-6185、FAX 486-2501

お知らせ



400ml 献血にご協力ください
①5月30日(土) 午前10時～12時15分、午後1時30分～4時
②6月6日(土) 午前9時30分～正午、午後1時30分～4時
①イオンタウンユーカリが丘 ②ベイシア佐倉店
社会福祉課 ☎ 484-6135

市民体育館の一部施設は9月以降ご利用できません
今年の秋ごろから市民体育館の全面改修を予定しています。改修の準備ため、9月以降の一部施設の利用について、予約受付を停止します。
生涯スポーツ課 ☎ 484-6742

物忘れ相談
6月18日(木) 午後2時～4時 要申し込み ※30分ごとの受け付け
志津公民館
専門医などによる個別相談
市内在住の概ね65歳以上
各回1人(先着順)
6月17日(水)
高齢者福祉課 ☎ 484-6343

令和8年度市・県民税および森林環境税の特別徴収税額決定通知書を送付します
「特別徴収税額決定通知書」を5月下旬に事業所へ送付します。個人(納税義務者)用の通知書は、勤務先を通じて届きます。
それに伴い、特別徴収(給与天引き)されるかたのみ「令和8年度課税(所得)証明書」を5月15日(金)から窓口で発行開始します。
※特別徴収(給与天引き)以外のかたは、6月中旬ごろ発行開始予定
市民税課 ☎ 484-6115

子育て情報
●地域子育て支援センターのご紹介
お子さんとゆったり遊んで交流できる場所です。市内に7か所設置しています。市ホームページ(右記)からお近くの場所をチェックして、お気軽にご利用ください。
※詳細は各施設にお問い合わせください



シルバー人材センター
●会員募集 入会説明会
5月19日(火)、6月9日(火) 佐倉市シルバー人材センターワークプラザ ▶6月18日(木) 志津市民プラザ ▶6月23日(火) 佐倉市シルバー人材センターワークプラザ
各午前9時30分集合・開始
●PC・スマホ無料相談会・刃物研ぎ
日程、料金はホームページ(上記)または問い合わせ
佐倉市シルバー人材センター ☎ 486-5482、FAX 486-5419、☒ sjcwork@sakura-sjc.or.jp



暮らしの相談

※記載のないものは予約不要

生活に関する相談

相談内容	日時・場所など	申し込み・問い合わせ
生活困窮(ひきこもり相談も可)	平日8:30~17:15 佐倉市役所 ※要予約	くらしサポートセンター 佐倉 ☎ 309-5483
消費生活相談	平日9:00~12:00、13:00~16:00 ミレニアムセンター佐倉	消費生活センター ☎ 483-4999
女性のための相談	5月15日(金)14:00~19:00 5月22日(金)・25日(月)、6月5日(金)・12日(金)10:00~16:00 ミウズ ※要予約 平日8:30~17:15	男女平等参画推進センターミウズ ☎ 460-2580 こども家庭課 ☎ 484-6263
ひとり親・離婚前後相談	平日8:30~17:15 佐倉市役所 ※要予約	こども家庭課 ☎ 484-6140
結婚相談	5月24日(日)・30日(土)、6月11日(木)10:00~12:00、13:00~15:00 ミレニアムセンター佐倉 ※要予約	相談日:ミレニアムセンター佐倉 ☎ 483-3084 相談日以外:自治人権推進課 ☎ 484-6128
住宅増改築修繕相談	平日9:00~17:00 佐倉市役所	住宅課(協力団体へ連絡) ☎ 484-6168
交通事故相談	5月20日(水)、6月3日(水)10:00~14:50 ミレニアムセンター佐倉 ※要予約	道路維持課 ☎ 484-6152
外国人のための生活相談	平日10:00~16:00 佐倉国際交流基金 ※通訳(英語・中国語・スペイン語・ダリ語・ペルシャ語)が必要な場合は要予約	佐倉国際交流基金 ☎ 484-6326
障害者差別に関する相談	平日9:00~17:00 平日8:30~17:15 佐倉市役所	印旛地域専用ダイヤル ☎ 486-5991 FAX 486-2777 障害福祉課 ☎ 484-4153 FAX 484-1742
精神障害者相談	9:00~17:00 地域生活支援センターレインボー ※要予約	地域生活支援センターレインボー ☎ 463-1128

子ども・育児・教育

相談内容	日時・場所など	申し込み・問い合わせ
妊娠・こども家庭相談(子育ての不安や悩み、児童虐待、DV)	平日8:30~17:15 こども家庭センター(こども家庭課、各保健センター)	こども家庭課 ☎ 484-6263 健康管理センター ☎ 485-6712 西部保健センター ☎ 463-4181
乳幼児のこことばと発達の相談	平日8:30~17:15 健康管理センター ※要予約	母子保健課 ☎ 485-6712
0歳~就学前乳幼児に関する電話相談	平日10:00~15:00 ※各保育園にご連絡ください ◆佐倉 ☎ 481-1741 ◆志津 ☎ 463-2466 ◆北志津 ☎ 487-8511 ◆白井 ☎ 487-3725 ◆根郷 ☎ 485-2330 ◆馬渡 ☎ 498-0042	
就学に関する相談(年長~)、発達や学校生活に関する教育相談(小・中学生)	平日10:30~17:00 教育センター ※来所相談は、要予約	教育センター ☎ 486-2400 ☎ 090-1508-7228
家庭や学校など教育に関する電話相談	平日9:00~16:00 (児童生徒および保護者対象)	佐倉市教育電話相談室 ☎ 484-6611
子育てに関する相談全般(子育てコンシェルジュ)	◆こども保育課 平日8:30~17:15 ◆子育て交流センター 火~土曜日9:00~15:00 (月1回日曜日あり、第1火曜日を除く)	◆こども保育課 ☎ 484-6415 ◆夢咲くら館 子育て交流センター ☎ 488-5880
保育所等における虐待等が疑われる場合の相談窓口	平日8:30~17:15	こども保育課 ☎ 484-6415

仕事に関する相談

相談内容	日時・場所など	申し込み・問い合わせ
お仕事探しの相談	平日9:00~17:00 ミレニアムセンター佐倉	佐倉市地域職業相談室 ☎ 483-3180
若者就労・進路相談	6月16日(火)10:00~17:00 ミレニアムセンター佐倉 15~50歳未満で自立(就労)に悩みを抱えている本人およびその家族 ※要予約	ちば北総地域若者サポートステーション ☎ 0476-24-7880
発明・特許相談	5月20日(水)、6月3日(水)13:00~16:00 佐倉商工会議所 ※要予約	佐倉商工会議所 ☎ 486-2331

年金・法律など

相談内容	日時・場所など	申し込み・問い合わせ
年金相談	5月27日(水)13:30~16:30(1人30分) ミレニアムセンター佐倉 ※年金定期便・振込通知書など持参(加入や納付記録の確認不可) ※要予約	保険年金課 ☎ 484-6126
法律・人権・行政相談	5月28日(木)、6月9日(火)・16日(火) ミレニアムセンター佐倉10:00~14:00 ※要予約。オンライン相談は要問い合わせ	自治人権推進課 ☎ 484-6128
司法書士相談	6月10日(水)18:00~19:30(受付) ミレニアムセンター佐倉	千葉司法書士会佐倉支部・古川 ☎ 461-5200
女性のための法律相談	6月2日(火)10:00~15:00(1人40分) 男女平等参画推進センターミウズ ※要予約。対面相談のみ	男女平等参画推進センターミウズ ☎ 460-2580
行政書士による遺言・相続に関する相談	▶5月16日(土)13:30~16:00 ミレニアムセンター佐倉 ▶5月24日(日)9:30~12:00 西部地域福祉センター ※要予約	行政書士佐倉市民相談室・若名 ☎ 372-5133
弁護士による法律相談	6月9日(火)10:00~15:00 西部地域福祉センター(6組まで) ※要予約	西部地域福祉センター ☎ 463-4167

社会福祉協議会の福祉相談

相談内容	日時・場所など	申し込み・問い合わせ
心配ごと相談	月曜日(祝日除く)10:00~15:00	社会福祉センター ☎ 484-6199
	第1・3水曜日10:00~15:00	西部地域福祉センター ☎ 463-4433
	第2・4金曜日10:00~15:00	南部地域福祉センター ☎ 483-7211
法律相談	5月25日(月)10:00~15:00 社会福祉センター(6人まで) ※要予約	社会福祉センター ☎ 484-6033
介護生活相談	平日8:30~17:00 社会福祉センター	社会福祉センター ☎ 484-6196
ボランティア相談		社会福祉センター ☎ 484-6198
知的障がい児・者支援相談	6月12日(金)10:00~15:00 西部地域福祉センター	西部地域福祉センター ☎ 463-4167
司法書士による成年後見に関する専門相談	6月10日(水)9:30~15:30 社会福祉センター(6人まで) ※要予約	成年後見支援センター ☎ 484-1288

高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター

① 志津北部地域包括支援センター ☎ 462-9531	開所時間 日曜日~金曜日(祝日除く)8:30~17:30 ※相談無料
② 志津南部地域包括支援センター ☎ 460-7700	
③ 白井・千代田地域包括支援センター ☎ 488-3731	
④ 佐倉地域包括支援センター ☎ 488-5151	
⑤ 南部地域包括支援センター ☎ 483-5520	

※催しはすべて予約制。申し込みは各包括支援センターまたは開催場所へ

■とじとらん塾

催し	日時・場所など	申問
ラテン音楽で楽しくダンス~ズンパゴールド~	6月4日(水)・11日(水)・18日(水)、9月24日(水) 志津コミュニティセンター10:00~12:00	①
いつまでも自分らしく過ごすための身体づくり	6月17日(水)、7月1日(水)・15日(水) 千代田・染井野ふれあいセンター13:30~15:30	③
脳も体も元気はつらつ!音楽体操♪	6月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水) 千成自治会館9:30~11:30	④

●介護の学び・つどいの場

催し	日時・場所など	申問
難病の方の防災対策	6月24日(水)白井公民館13:30~15:00	③
介護者のつどい(体操・茶話会)	6月11日(水)はちす苑14:00~15:30	⑤

◆オレンジカフェ

日時	場所など	費用	申問
6月18日(水)14:00~15:30	SobaCafe 301(ユーカーが丘)	200円	①
6月14日(日)13:30~15:00	ゆたか苑(上志津原)		②
6月21日(日)13:30~15:30	リハビリデイひまわりの里(生谷)		③
6月はお休み			
6月28日(日)14:00~15:30	はちす苑(太田)	200円	⑤
6月14日(日)14:00~15:30	クラッチファミリア佐倉(上座) ※予約不要 費200円 問 kuraci.bankisha@gmail.com		
6月25日(水)9:30~11:30	スターバックス コーヒー ベイシア佐倉店(寺崎北) 費 ワンドリンク制 問 ☎ 481-0131		

【大切な人を自死で亡くされたかた向けの個別相談】※要予約

☎ 奇数月第3金曜日午後1時~4時 印旛健康福祉センター 申問 千葉のちの電話事務局 ☎ 222-4331 (月曜日~金曜日 午前9時~午後5時)

スマホで撮る、私の好きな草ぶえの丘☆ 子どもカメラマン教室

専門家から写真の上手な撮り方を学び、園内を自由に撮影します。その後、希望者には、一人ひとりアドバイスがもらえます。撮影した写真は、草ぶえの丘のPRのため、さまざまな場面で活用されることがあります。皆さんが見つけた草ぶえの丘の魅力やお気に入りの場所を、ぜひ教えてください！

日 5月31日(日) 午前10時～ 要申し込み ※雨天中止
場 佐倉草ぶえの丘 **費** 1組 2000円(入園料別)
対 親子(小学生以上) 10組(先着順)
持 スマートフォン **用** 電話
 ※提出された画像の著作権は、草ぶえの丘に帰属します

◎「スマホで撮る☆アジサイ写真教室」も参加者募集中!

日 6月7日(日) 午前10時～正午 要申し込み
 ※詳細はお問い合わせください

【利用案内】 開園時間 午前9時～午後6時
 入園料 高校生以上 410円、小・中学生 100円
 ※未就学児、障害者とその介助者 1人まで無料
用 園 佐倉草ぶえの丘 ☎ 485-7821



6月23日～29日は、男女共同参画週間です

一人ひとりの個性と能力を発揮できる男女平等参画社会の実現を目指し、講演会とミウズ☆フェスティバル2026を開催します。

ミウズ男女平等参画講演会

「生涯チャレンジ! 楽しく学ぼうデジタルを」～自分らしく進もう～

91歳の世界最高齢プログラマー 若宮正子さんに、ご自身の経験を交えながら、世代を超えた自分らしい生き方や人生の目的、性別や年齢にとらわれず挑戦することの意義について、お話ししていただきます。

日 6月20日(土) 午後1時30分～3時30分(午後1時開場) 要申し込み
場 ミレニアムセンター佐倉 **講** 若宮正子(ITエバンジェリスト)
定 90人(先着順)
 ※託児は先着3人。6月5日(金)までに要申し込み
用 窓口、電話または、申し込みフォーム(右記)から



ミウズ☆フェスティバル2026

日 6月28日(日)～7月5日(日)
場 佐倉市男女平等参画推進センターミウズ
 ※6月28日(日)～30日(火)は、レイクピアウスイ1階で実施
場 登録団体の作品や活動紹介ポスターの展示

用 佐倉市男女平等参画推進センターミウズ ☎ 460-2580



千葉ロッテマリーンズ公式戦 市民特別招待のご案内

日程	試合相手	試合開始時間(開場時間)
6月9日(火)～11日(木)	vs 中日	午後6時(午後4時)
6月12日(金)	vs 横浜DeNA	午後2時(正午)
6月13日(土)、14日(日)		午後6時(午後4時)
6月19日(金)、20日(土)	vs 楽天	午後5時(午後3時)
6月21日(日)		午後6時(午後4時)
6月26日(金)、27日(土)	vs 福岡ソフトバンク	午後5時(午後3時)
6月28日(日)		午後6時(午後4時)

場 ZOZO マリンスタジアム
対 市内在住・在勤・在学 要申し込み
定 各日200人(多数時抽選)
日 5月17日(日)
申 球団特設サイト(右記)から
 ※抽選結果は、5月28日(木)にメールで通知予定です



用 マリーンズインフォメーションセンター ☎ 0570-026-226
用 生涯スポーツ課

休日の各種証明書 交付場所

市民課(1号館1階)
【第2・4日曜】 午前9時～正午
 住民票、印鑑登録証明書、戸籍の証明書、マイナンバーカードの更新など

◎各種証明書を取得する際は、便利なコンビニ交付サービスをご利用ください
【交付時間】 6:30～23:00
 (年末年始・メンテナンス日除く)
 ※コンビニ交付サービスの利用には、マイナンバーカードが必要です。コンビニ交付サービスの詳細は、市ホームページ(右記)をご覧ください

用 佐倉市役所 ☎ 484-1111(代)



休日の急病は

(受診の際は保険証および子ども医療費助成受給券をご持参ください)

休日夜間急病診療所(健康管理センター内)
 ☎ 239-2020
 日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)
 受付 19:00～21:45 内科
 ※受診される際は事前にご連絡ください

小児初期急病診療所(健康管理センター内)
 ☎ 485-3355 ※小児内科のみ
 毎夜間 受付 19:00～22:45
 日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)は、上記のほかに、9:00～16:45も受付
 ※受診される際は事前にご連絡ください

市政へのご意見を

ファクス・電子メールでも受け付けています。
 FAX 043-484-5151
 メールアドレス hisyo@city.sakura.lg.jp

休日当番医テレホンサービス
 ☎ 484-2516
 日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)
 8:30～22:00(自動音声による案内)
 屋間の内科・外科・歯科、夜間の外科を案内
 ※休日当番医は市ホームページでお知らせしています

子ども急病電話相談【小児】
夜 ☎ #8000【毎日受付】19:00～翌朝8:00
 救急安心電話相談【小児以外】
夜 ☎ #7119【毎日受付】18:00～翌朝8:00
 日曜・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク 9:00～翌朝8:00

(緊急連絡) 休日・夜間の漏水、下水道のつまりは

佐倉市上下水道漏水受付センター
 漏水は24時間受付 ☎ 485-8660

児童虐待に関する連絡・相談

- ◎市役所子ども家庭センター ☎ 484-6263(平日8:30～17:15)
- ◎児童相談所虐待対応ダイヤル ☎ 189(24時間受付)
- ◎佐倉警察署 ☎ 484-0110(24時間受付)

家庭ごみの収集日

カン ☐	5/19(火)
ビン ♪	5/26(火)
その他紙製容器包装	毎週火曜日
プラスチック製容器包装(ペットボトルを含む)	毎週木曜日
うめたてごみ	5/21(木)
金属類・小型家電	5/28(木)

〈有料広告〉財源確保のため広告を掲載しています。

庭木1本から承ります!



☑ 土日でもOKです
 ☑ トイレはお借りしません
 ☑ お茶はご遠慮します

生垣の剪定 **1,100円**(税込)
 長さ1m高さ2m 先着10名様
 初回限定
ガーデンエクスプレス
 カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
 船橋店 市原店 市川店
 船橋市船橋3-15 市原市船岡1948-6 市川市宮久保5-6
 営業時間 9:00～17:00 ☎ 0120-61-4128

佐倉のお客様の『ずっと安心』のために。



株式会社ハウジングボックス
 佐倉市王子台4-1-14
 どなたでも なお よいこうじ
 ☎ 0120-75-4152

自立の方が多く集う、活気ある高齢者コミュニティ。

元気な今だから、自分で選びたい。
 「家族に負担をかけたくない」その想いに応える住まい。



- 入居時自立型**
自分の意志でこれからの生活を選べます。
- 終身の安心**
介護棟併設。将来、介護が必要になっても看取りまでサポート。
- 家族への思いやり**
「もしも」の時も、子供たちに負担をかけない選択を。

「まずは、見てみるだけ」から始めませんか?
資料請求・施設見学 随時受付中

参考までの見学も大歓迎です
佐倉〈ゆうゆうの里〉
 介護付有料老人ホーム 佐倉ゆうゆうの里
 佐倉市錦木町270-1
0120-0272-65
 (受付時間:9:00～17:00)
 見学予約はこちらから **検索**

【千葉県有料老人ホーム設置運営指導指針による表示事項】●施設類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)●居住の権利形態/利用方式●利用料の支払い方式/全額前払い方式●入居時の要件/入居時自立・要支援・要介護●介護保険/千葉県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)●介護予防特定施設●居室区分/全室個室●一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制/2:1以上