



平成14年  
No.411

7月

## ◎ 広報

# むつざわ

### ● CONTENTS ●

- ・住民基本台帳ネットワークシステム 2
- ・はじめまして 3
- ・町のできごと / むつざわっ子 / 俳句 4~5
- ・けんこう情報 8
- ・くらしの情報ページ 13~17

堂本知事もごみゼロ運動に参加  
5月26日(日)に行われたごみゼロ運動  
に堂本知事と御園生町長がそろって参加し  
ました。

発行  
睦沢町  
役場

〒299-4492 千葉県長生郡睦沢町下之郷1650-1 ☎0475-44-1111(代)  
Home page <http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp>  
E-mail address [soumu@town.mutsuzawa.chiba.jp](mailto:soumu@town.mutsuzawa.chiba.jp)

住民基本台帳ネットワークシステム（住基ネット）とは全国の市区町村の住民基本台帳と都道府県、指定情報処理機関（総務大臣から指定された機関）をネットワークで結び本人確認に必要な最小限の情報を相互にやり取りをする仕組みです。

町でも、8月5日（月）のシステム第一次稼動にむけて準備を進めています。

システム第一次稼動により全国民の住民票に11桁の住民票コード（番号）を付け、本人確認情報である住所、氏名、生年月日、性別等がこの住民票コードにより全国共通で確認できるようになります。それに伴い町では8月に各世帯へ本人確認情報の通知をいたします。

～住基ネットでこんなことが変わります～

【システム第一次稼動...平成14年8月以降】



各種行政手続きの住民票の写しの添付が不要になります。

【システム第二次稼動...平成15年8月以降】



住民基本台帳カードを本人の申請により交付します。  
 (このカードは本人確認情報が記録されており、広く身分証明書としても活用することができます。)  
 全国どこの市区町村でも住民基本台帳カードや免許証を提示することにより本人や世帯の住民票の写しの交付を受けられるようになります。  
 転入転出の手続きが簡単になります。

詳しいことは、住民課へお問い合わせください。住民課住民係 ☎44-2503 (直通電話)

# はじめまして



エアロビクス友の会  
代表 増山 久子さん  
(正市場)

エアロビクス友の会代表の増山 久子さんをご紹介します。

増山さんは、講師の坂本さんとの出会いが会を作ったきっかけとなり、かけがえのないものへと変わっていったことです。

## 「私の出会った

### 素敵な人」

目標を持って、自分らしく素敵に生きている人がいます。坂本紀子先生。陸沢エアロビクス友の会発足からご指導をいただいている先生です。常に前進し、柔らかな雰囲気の中に一本しつかりとしたものを持っている。先生のレッスンは、先生の人柄そのものです。「一言海岸でボディボードをやってきました。」  
「今週テニスの試合があるんです。」と、日常生活もパワ



フルです。最近、アメリカスポーツ医学界認定ヘルスフィットネスインストラクターの資格を取得され、今は東洋医学の勉強中と幅広い知識の持ち主です。そんな時間をぬって、スポーツクラブや千葉市などの教室で指導もされているという多忙さ。また、趣味ではじめたラテンダンスを取り入れた「ラテンエアロ」は締まった身体づくりには最高とか。ぜひ陸沢でも教室を開いてほしいと願っています。

先生との出会いには、何が宿命めいたものがありました。一度目は、他の先生の代わりに。二度目は、別の先生のレッスンで。「この



先生だ！」とピンときた私でした。これが縁というものでしょうか。そして、陸沢にもぜひエアロビクスのサークルを、という周りからの声と私自身の強い希望でサークル作りを考えていた頃でした。以来六年の月日が流れ、多くの会員の皆様に支えられ、新しい町の体育施設をお借りし、活動することができ、本当にうれしく思っています。

健康を考えている方は、ぜひ一度レッスンを体験してみてください。さっさと続けていける体がいいことを見つけて、素敵な自分に出会ってみませんか。」を合い言葉に今日もまたがんばります。

(原文のまま)

## 福祉の仕事 就職ガイダンス

千葉県福祉人材センターでは、福祉施設等に就職を希望する方を対象に、「福祉の仕事就職ガイダンス」を開催いたします。

内容は、講演及び各業種別の施設関係者より施設についての説明及び相談、また、介護体験コーナー等を設置し、福祉施設等への就労に対する理解を深めることを目的としております。

開催日時 7月27日(土)

午前10時～午後4時

会場

ぱ・る・るプラザ chiba

ぱ・る・るホール

定員 700名

参加方法 参加費無料

当日、会場へお越しください。(満席の場合は入場できない場合があります。)

問い合わせ

千葉県福祉人材・

研修センター

☎043 248 12292

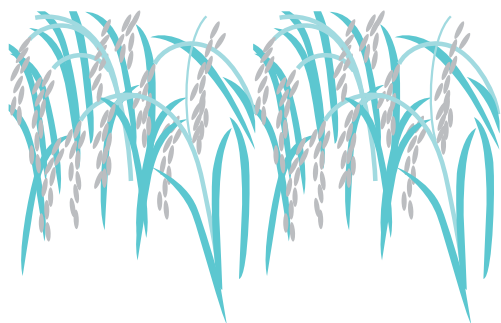


# 町のできごと

身近な情報をお知らせください。

総務課総務係

☎44 - 2500



## 田んぼの学校

古代米の田植えが行われました。昔ながらの方法で一つ一つ大切に植えてゆきました。昨年に収穫された古代米のおにぎりもおいしく、今年の収穫も楽しみです。



## 知事とともに清掃

ごみの散乱防止リサイクルの促進を目的で「ゴミゼロ運動」が晴天の中、5月26日(日)、堂本知事が参加、下之郷住民と一緒にゴミ拾いに汗を流しました。

町内全域で各地域ごとに午前8時から道路・河川沿いの空き缶などを回収しました。おかげで3.9tのごみを回収することが出来ました。みなさん暑い中ごくろうさまでした。

日頃からポイ捨てなどはやめ、美しい環境を守りましょう。

元気な

おつざわっ子



古山 <sup>りゅうせい</sup> 竜生 くん (北山田)

平成13年1月5日生まれ

父 <sup>たかお</sup> 高央さん♥母 理奈さん

やんちゃで元気いっぱいのおつざわっ子くん。  
 大好物はチョコレート。一口食べてうれし  
 しそうになっこり笑顔がとてもキュート。  
 夏の青空の下、三輪車に乗って遊んでい  
 ます。

早く、こげるようになるといいですね。

文芸 俳句



瑰や憶ひは遙かオホーツク  
 麦秋や今朝なる景もまた古りて  
 中学生車内明るく更衣  
 軽鴨や首を伸ばして西東  
 雷鳴の駆けて地上音を呑む  
 幼らの歓声木苺摘み殖やす  
 父の日や父の口癖息子にも  
 天蓋に櫻若葉の露座仏  
 故郷は観光地めく新樹光  
 梶とりの大事に妻病む代を搔く  
 夏秋の早々咲きおる草の庵  
 蛙とぶ引かれし田水勇みけり  
 見つめ合ひて知恵づく双子早苗月

みなさんからの投句と身近な情報をお待ちしています。

鈴基次郎 須田ひろし 野村信子 野村善之 海保照 津川小汀 葵川かける 田中久子 田邊さわ子 山本阿以 小高いわお 篠田とみ 加藤秀子



チャレンジカレッジ (救急法講習会)

総合運動公園柔道場において5月25日(土)救急法講習会を行いました。講師は、長生郡市広域市町村圏組合消防本部警防課職員。受講者36名。レサシアン(救急訓練人形)を使って人工呼吸を行い、救命手当について学びました。

交通安全教室



6月5日(水)に睦沢幼稚園、5月16日(水)に土睦小学校で交通安全教室が行われました。交通ルールを守って、通学しましょう。



# 水稲航空防除が行われます

陸沢町植物防疫協会では、水稲の安定生産と品質向上のため、今年も水稲航空防除を実施します。

農薬散布には十分に注意しますが、皆さんも次のことにご注意ください。

なるべく農薬にかけられないように注意してください。

野外駐車場の自動車等にはビニールなどのカバーをしましょう。(役場振興課内陸沢町植物防疫協会にあります)

散布中は家屋の窓を閉め、洗濯物は戸外に出さないようにしましょう。

散布終了直後は水田に近寄らないようにしましょう。

お問い合わせ

役場振興課内陸沢町植物防疫協会  
☎ 44 2505

## 水稲航空防除の日程

と き	内 容	散布地域
7/23(火) 午前5時頃散布開始	対象病害虫 いもち病、カメムシ類 ウンカ類 使用農薬 フジワン乳剤 トレボンエア-	町内全域

## ラジコンヘリコプターによる防除日程

と き	内 容	散布地域
7/20(土) 海の日 午前5時頃散布開始	対象病害虫 いもち病、カメムシ類 ウンカ類 使用農薬 フジワン乳剤 トレボンエア-	航空防除では散布が困難な一部の地域

雨、霧、強風など悪天候の場合は、順延となります。

## 『陸沢町民の戦争体験』から(33)



## 日の沈む方へ進んだシベリア鉄道

(宮崎正司・寺崎)

私は大正元年12月16日生まれ。昭和13年7月5日、召集を受けた。妊娠中の妻を残して近衛歩兵第2連隊に入隊し、1週間後に中支派遣軍高橋部隊要員として大阪港を出港、上海に上陸し、初年兵教育を受け武漢三鎮を攻略した。その後、南昌攻略戦に参加し、凱旋帰国。昭和14年11月、召集を解除された。しかし昭和18年5月、2度目の召集を受けて世田谷野戦銃砲兵隊に入隊。1週間後、満州派遣第9831部隊の要員となり、満州とソ連の国境警備にあたった。

昭和20年8月9日、ソ連が宣戦布告し、8月15日に終戦を迎えた。皆日本に帰れるものと思い、持てるだけの荷物を持って牡丹江まで寝ずに歩いた。しかし乗せられた列車は日の沈む方へ進んだ。その中に私もいた。停車で外に出された時、悪い予想は当たった。そこはシベリアのバイカル湖だった。私たちは、イルクーツク収容所に運ばれた。食糧は小さいじゃがいもが10粒ほどと飯盒のふたに1杯の米。それが10日分だった。収容所では、シベリア流刑囚人の監獄作りのための伐採をやらされた。昭和21年3月ごろまで多い日には10人くらい死んだ。死者が多いため、医師による健康診断がされ、1級の者はそのまま労働、2級は軽作業や病院での看護、3級は即入院という措置がとられた。春になり気候もだんだんよくなって、死者も少しずつ減った。しかし川で水浴びができる7月ごろまでは手も顔も洗えなかった。情報は全くなかった。ある日ラジオから日本の放送が流れ、小唄勝太郎の歌「島の娘」が聞こえた。日本は大丈夫だと初めて知った。収容所内では様々な噂が飛び交い、「明日はお帰り」という帰国の噂に望みを託した。昭和22年5月、ソ連の将校が来て「日本に帰すから車に乗れ」と言った。11月にナホトカに着くと引き揚げ船に日章旗が立っていた。(1998年9月7日、10月4日、聞き取り。調査 高野啓子。編集 久野一郎)

詳細は『陸沢町民の戦争体験第2集』38頁以下を参照。資料館では、戦争の歴史の事実を事実として調査記録するため、戦争体験の手記を募集し、聞き取りを継続しています。協力いただける方は資料館(☎44 0290)にご連絡を。戦争関係資料の寄贈も歓迎します。

# 第一回

## 介護者教室

とき 7月28日(日)

午前10時  
午後3時30分

ところ 睦沢園デイサービス

センター(睦沢園1階)

テーマ 「食事の介助と口腔衛生について」

内容

午前・・・食事の介助と口腔生成について」

歯科衛生士 岡部朋子氏

午後・・・介護実技

寝たきり老人の食事介助と食べ物がかえた時の処置の仕方

ご希望の方は、7月19日(金)までに電話でお申し込みください。

申し込み・問い合わせ

睦沢園

デイサービスセンター

☎44 2525

担当 石井・越前

# 福祉の仕事

## 実践学習会

千葉県福祉人材センターで

は、社会福祉施設に就職を希望している方々を対象に、福祉についての実践的な知識の習得と、社会福祉施設への就労に対する認識を深めるための学習会を開催します。

とき

8月31日(土)  
9月2日(月)

午前10時～午後4時

施設実習

講義

9月3日(火)～4日(水)

午前9時～午後4時

講義

千葉県社会福祉センター

4階会議室

〒260 8505

千葉県中央区千葉港4

3

施設実習

県内の社会福祉施設

定員 50名

対象 社会福祉施設等への就職を希望している年齢50歳くらいまでの方

参加費 無料

申込方法

千葉県福祉人材センター

☎043 248 1294

へ電話でお申し込みください。

7月5日(金)より受付を開始します。

なお、定員になり次第締切とさせていただきます。

社会を明るくする運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの構成について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪と非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

主唱 法務省

期間 7月1日(月)～

7月31日(水)

## 社会を明るくする運動

7月1日(月)～午前8時30分～9時30分まで、JR千葉駅前・稲毛駅前での広報活動を行います。

## 長崎の被爆地域(健康診断特例区域)の拡大について

健康診断を受けることができない健康診断特例区域が拡大されました。

該当する方は、その事実が確認できる書類を添えて「第二種健康診断受診者証」の交付申請を行い、その事実が確認された場合は「第一種健康診断受診者証」が交付されます。

詳細及び問い合わせ先

千葉県中央区市場町1

千葉県健康福祉部

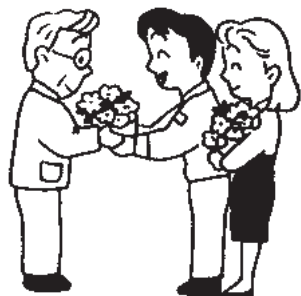
☎043 223 2349

## 町職員の退職について

5月31日付で、

田中 文五(税務課副主査)が退職されました。

長い間ご一緒くださりありがとうございました。



# 読んで得する情報!



力の低下など。

からだの不調

睡眠障害や疲労感、頭痛、食欲低下、体重減少など。

## 周囲の接し方

ゆっくり真剣に話を聞く

お年寄りには元気がないのはしかたがない。また、からだの調子が悪くなるのはあたりまえと思っていませんか。年だからと思っていた症状が、実はうつ病がひそんでいることがあります。

うつ病は、不幸な出来事や強いストレスなどを背景にしておこる心の病です。

## うつ病の症状

心の不調

無関心、無気力、なにもかもが面倒、物事の決断

いまままでできていたことができなくなったり、がんばりたくてもがんばれないため、落ち込み、不安を感じています。そんなときにはげましを受けると、それ

にこたえられない自分さらに責任を感じ、ますます落ちこみます。病気から解放されると自然に活動しはじめるので、それまでは「ゆっくり休むように」などと声をかけ、見守ることが大切です。

いつもと違う変化をみがさない。

重いうつ病では「自分は絶対不治の病になった」「とりかえしのつかない申し訳ないことをした」「家族などに迷惑がかかり、生きていてもしかならない」といった妄想を訴えます。また、口に出して言わなくても、次のような言葉や行動で救いをもとめていることがあります。

- 何度も繰り返し、からだの不調を訴える。
  - 部屋の中にとじこもる。
  - 誰とも話さなくなる。
  - 食事をとらなくなる。
- 家族やまわりの人たちが高齢者のいつもとは違う変化に気づき、医者に相談するなど早めの対応が必要です。

## うつ病にならないために

うつ病は、日頃の心がけによって、ふせげます。心にゆとりをもった生活が、なにより予防になります。睡眠を十分に取り、ストレスをためないような、規則正しい生活を心がけましょう。うつ病にかかりやすい性格として執着性格(絵参照)があります。この性格の人はどんなに疲れても、何事も熱心に徹底的にやりきります。また、自分が納得す

執着性格とはこれらがいくつかあわさった性格といわれています。

るまで、そのことにこだわりの続け、融通がききません。まずは自分の性格を知り、あれもこれもではなくあれかこれかという気持ちで、すべてをかかえこまずに、ひとつずつ、余裕をもつてとりかかることが大切です。できないことややりたくないことは無理に引き受けず、人に頼んだり、断る習慣を身につけ、一人でも背負わないようにすることがうつ病予防のポイントです。



- 責任感が強い。
- 仕事熱心である。
- こり症である。
- なにごとも徹底的で熱心になりやすい。
- ものごとを完全にやりとげようとする。



- とても正直である。
- いいかげんにできない。
- きちようめんである。



# 高齢者のうつ病



# 公民館



だより

☎ 44 0211

ふれあいコンサート  
(家庭教育学級)  
木村弓コンサート  
響けライアの音色

映画『千と千尋の神隠し』  
の主題歌「いつでも何度でも」の木村弓さんの竖琴と美しい歌声が陸沢の郷に響きます。

とき 7月14日(日)  
午後2時開演  
ところ 陸沢ゆうあい館  
料金 2,000円(高校生以上)・中学生以下は整理券を配布



ライアを奏でる木村弓

公民館体験講座(2)

## 「和紙ちぎり絵教室」

さまざまな技法を用い、和紙の性質を生かしながら絵画表現するものです。

みなさんの参加をお待ちしています。

とき 7月21日(日)

午後1時30分～4時30分

ところ 中央公民館音楽室

対象 町内在住または勤務

されている一般成人

募集人員 20名(定員になり

次第締め切らせていただきます)

参加 事前に申し込んでく

ださい

費用 材料費 500円

持参するもの ハサミ、ポ

ールペン(インクの出なくな

ったもの)、ペンセット

講師 寺田英子先生

## 7月の休館日

1日(月)  
8日(月)  
15日(月)  
22日(月)  
29日(月)

## 7月の教室と事業

6日(出)	9:00	リーダー講習会	14日(日)	14:00	ふれあいコンサート(家庭教育学級)
	19:00	四季折々の体験講座(1)	20日(土)	19:00	天文教室(予備日)
7日(日)	9:00	茶道教室	21日(日)	13:30	体験講座(和紙ちぎり絵教室)
	13:00	陶芸教室		13:30	フラワーアレンジメント教室
11日(木)	9:00	IT講習	24日(水)	9:00	男性料理教室
12日(金)	9:00	IT講習		10:00	陸和大学
13日(土)	9:00	リーダー講習会	27日(土)	13:30	料理教室
	9:00	太巻き寿司教室(1年目の方)		13:30	押し花教室
	19:00	天文教室		9:00	書道教室
14日(日)	9:00	書道教室	28日(日)	9:30	絵画教室
	13:30	ペン字教室			

## 7月のクラブ行事・その他

2日(火)	9:00	ペイント・HIRO(トールペイント)	13日(土)	19:00	写真クラブ
	9:30	野菊の会(コーラス)		14日(日)	14:00
3日(水)	13:30	フォークダンス	16日(火)	9:00	ペイント・HIRO(トールペイント)
	13:00	社交ダンス		9:30	野菊の会(コーラス)
6日(土)	13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)	20日(土)	9:30	フラワークラブ
	9:00	咲友会(民謡クラブ)		13:00	社交ダンス
	13:30	着付けサークル		13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)
	18:30	生け花サークル		9:00	咲友会(民謡クラブ)
	19:00	カラオケクラブ		13:00	町暮会
	19:00	睦扇会(日舞・新舞踊)		13:30	太巻き寿司クラブ
	19:00	ふれあいダンス		14:00	民謡クラブ
7日(日)	19:00	IT研究会(情報通信)	21日(日)	18:30	生け花サークル
	13:30	草木染め		19:00	睦扇会(日舞・新舞踊)
9日(火)	13:30	成人書道クラブ	23日(火)	19:00	カラオケクラブ
	9:00	洋裁クラブ		19:00	ふれあいダンス
10日(水)	9:00	アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	24日(水)	19:00	フラダンス(歌謡芸愛好会)
	13:30	フォークダンス		19:00	IT研究会(情報通信)
11日(木)	13:00	社交ダンス	25日(木)	9:00	町将棋会
	13:30	詩吟クラブ		9:00	洋裁クラブ
12日(金)	13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)	26日(金)	9:00	アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)
	13:30	郷土愛好会読書会		13:30	フォークダンス
13日(土)	9:00	咲友会(民謡クラブ)	27日(土)	13:00	社交ダンス
	11:00	民謡クラブ		13:30	詩吟クラブ
	13:30	手編クラブ		13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)
	13:30	押し花サークル		13:30	郷土愛好会読書会
	14:00	民謡クラブ		13:30	着付けサークル
	19:00	カラオケクラブ		13:30	手編クラブ
	19:00	ふれあいダンス		14:00	友の会(フラダンス)

## 資料館



だより

☎ 44  
0 2 9 0



### 歴史民俗体験講座

「よろいを着て戦国武将」

5月5日のこどもの日の恒例行事。資料館のよろい(複製)を着て戦国武将を体験する企画で、今回で7回目。御園生町長も飛び入りで参加し、総数23人の参加者。ちまきの試食もありました。

## 7月の催し物

常設展「睦沢の歴史と民俗」  
(今関巖氏寄贈の農家模型を初公開しています)

とき 4月6日(土)~  
7月14日(日)

歴史民俗体験講座(2)  
「古民家でわら細工」

とき 7月6日(土)  
午後1時30分  
(参加には要申込み)

東松照明写真展

「アッサラム・アレクイン」  
(睦沢町に住んでいた東松照明氏のアフガニスタン写真展)

とき 7月26日(金)~  
8月11日(日)

開館時間 午前9時~午後5時  
ただし8月3日(土)と10日(土)は午後7時まで閉館

ところ ゆうあい館  
入館料 中学生以上500円  
(小学生以下無料)

開館20周年記念企画展  
「寺社参詣と旅日記」

とき 7月20日(土)~  
9月22日(日)

(江戸や明治の寺社参詣の様子を旅日記で紹介)

ギャラリートーク企画展  
「寺社参詣と旅日記」

とき 7月21日(日)  
午後2時

(展示を企画した学芸員が解説)



参加者とともに御園生町長

### 新収蔵資料紹介(21) 指揮刀

今年1月30日、小高一雄さん(下之郷)から寄贈されました。小高さんによると、「親類から、30年ぐらい前に譲渡された」という。指揮刀は刃が付いてなく、実用刀ではない。全長94.0cm、刃長76.6cm、反り1.5cm。敗戦以来56年の長い時間が過ぎて鞘はすでに黒錆に覆われているが、刀身のメッキは剥けていない。



戦争体験関係資料の寄贈を歓迎しています。

## 21世紀への遺産

### 鶺鴒神社の浅間様

(岩井)

浅間様は浅間神社の神様で、富士山信仰のひとつである。浅間神社は中部地方や関東地方に広く分布し、千葉県に広まった。本連載の「佐貫のセンゲンマイリ」を掲載した(1998年7月号)。佐貫の馬場と赤根久にまたがる丘陵上に浅間神社があり、木花佐久夜毘売(このはなさくやひめ)がまつられている。6月30日、数え年で13歳になった女の子がお参りする。女の子は「このお参りで最後のお参りで、以後立ち入らないのでヤマジマイともい

らなないのでヤマジマイともい。岩井の鶺鴒神社の境内にも浅間様がある。正面には「明治十九年戌年十二月 日 浅間神社」、裏面にも関係者の名前などが刻まれている。

岩井で生まれ育った海保照さんは、「センゲンサマのお祭は今はやらない。私はやらなかったが、私たちの同級の友だちが13歳になったときの夏にやっていたのを知っている」と語った(2001年4月10日談)。岩井の浅間参りは明治19年ごろにはさかんに行われていたが、海保さんの子どものころ(昭和10年代)には少なくなり、いつの間にか廃れたようである。

(資料館学芸員・久野一郎)



# 社会体育



だより

海の旬間イベント  
開催!!

☎ 44 1565

7月20日(土)は海の日を記念してプールの無料開放を致しますのでたくさんの方々の参加、ご利用をお待ちしております。なお、当日上市場今堰においてB&Gクリーンフェスティバルと題してヨット・カヌーの試乗会と艇庫周辺の清掃を予定しています。ぜひ、そちらにもお友達やご家族をお誘い合わせの上ご参加ください。

## プールの夜間開放

7月・8月は、毎週水・金曜日、時間はいずれも午後6時から9時までプールの夜間開放を行います。夜間開放をご利用される方は、原則として高校生以上とさせていただきますのでご了承ください。



睦沢練心会  
第3位入賞!!

6月2日(日)に総合運動公園で睦沢町長杯争奪小学生剣道大会が開催されました。県内各地域より46チーム270名の選手が集まり熱戦が繰り広げられ、睦沢練心会も3位入賞と健闘しました。

### 7月の休館日

1日(月)、8日(月)、15日(月)  
22日(月)、29日(月)

## 7月のクラブ等定期練習日

曜日	時間	クラブ名	曜日	時間	クラブ名
日曜日	9:00	ソフトボールクラブ	木曜日	10:00	わかば会(ソフトテニス)
		ソフトテニスクラブ(第2、4)		18:00	アウレッツ(ミニバス)
		海洋クラブ		練心会(少年剣道クラブ)	
火曜日	10:00	睦沢テニスクラブ(硬式)		20:00	青翔クラブ(バスケット)
	10:00	エアロジムクラブ(柔道場)		剣友会	
		卓球クラブ		青年バレー(睦沢中)	
	13:30	太極拳(剣道場)	金曜日	10:00	わかば会(ソフトテニス)
	18:00	少年柔道クラブ		エアロジムクラブ(柔道場)	
		練心会(少年剣道クラブ)		エアロピクス友の会(剣道場)	
20:00	アウレッツ(ミニバス)	19:30		バドミントンクラブ	
20:00	睦沢アウルス(バスケット)	土曜日	18:00	アウレッツ(ミニバス)	
20:30	剣友会(剣道)		少年柔道クラブ		
水曜日	10:00		エアロピクス友の会	練心会(少年剣道クラブ)	
			わかば会(ソフトテニス)	みならの会(女性バレー)	
	13:00		太極拳(剣道場)	バレー愛好会	
木曜日	10:00		フットサル(室内サッカー)	20:00	剣友会
		ひまわりクラブ	エアロピクス友の会		

## 7月の教室

教室名	日	時間	教室名	日	時間
卓球教室	28日(日)	10:00	いきいき教室	11日(木)	13:30
軽スポーツ教室小1	4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)	17:00	少年水泳	4日(木)、11日(木)、14日(日)、18日(木)、21日(日)、25日(木)、28日(日)	18:00
軽スポーツ教室小2	5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)	18:00	女性水泳	4日(木)、11日(木)、14日(日)、18日(木)、21日(日)、25日(木)、28日(日)	19:30
軽スポーツ教室小3	3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)	18:00	トレーニング講座(一般)	14日(日)、28日(日)	10:00
幼児リズム運動教室	6日(土)、13日(土)、20日(土)、27日(土)	9:00	トレーニングルーム		
乳幼児親子運動教室	5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)	10:00	みんなで楽しめるスポーツ講座	14日(日)	9:00
エアロピクス教室	12日(金)、26日(金)	19:30	講座:スポーツ傷害の予防と対処法		



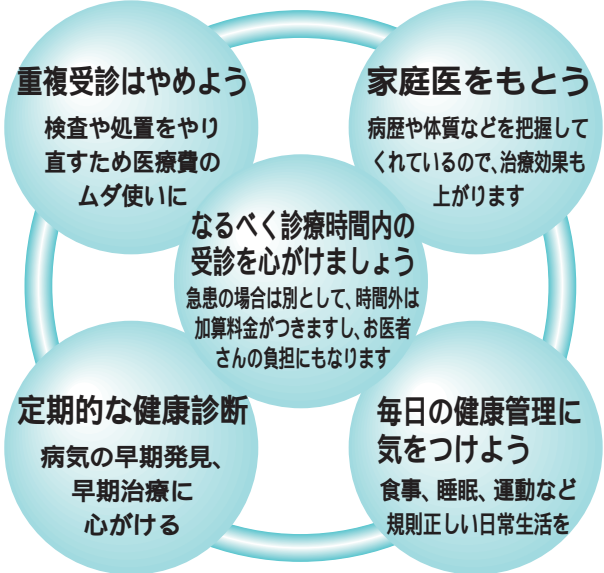
なるほど

# 国保だより

## 医療費を大切に！

近年、人口の高齢化に伴う慢性の成人病の増加とともに医学・薬学の開発によるコスト増などいろいろな要因で医療費が大幅に増え続けています。医療費の増加は、これを負担する国保の財政を苦しくし、みなさんの納める保険料の値上げにもつながります。国保を守り育てるために、ひとりひとりが適切な受診に心がけ、ムダな医療費を少しでも減らすよう心がけましょう。

### 医療費を減らすために できることは？



役場環境課（庁舎2階）  
お申し込み・問い合わせ  
2515  
1729

● 一般家庭で不要となった品物を無料で「ゆずります」  
「ゆずってください」の情報をお待ちしています。  
● 不要品を提供していただける方、不要品希望者とも町に直接または電話、FAXでお申し込みください。

## 教えて！



# ねんきん ななちゃん

## 25年間納めれば 国民年金はやめてもいいの？

**Q** 私は20歳から45歳まで25年間、国民年金の保険料を納めましたので、もうやめたいのですが、いいでしょうか？

**A** 国民年金は25年納めたからといってやめることはできません。25年というのは、老齢基礎年金を受け取るための最低限の期間であり、そこでやめてよいということではありません。

国民年金制度は、職業に関係なく20歳から60歳になるまでの働く世代全員が保険料を納め、その時のお年寄りの年金を支えていく仕組みです。60歳になるまでは国民年金に必ず加入し、保険料を納めることは国民の大切な義務となっています。

ちなみに25年納付の年金額と40年納付の年金額を計算してみましたので、比較してみてください。勤労収入のなくなった時のあなた自身のためにも、40年間、完納をめざしてください。

25年納付の場合

$$804,200 \text{円} \times \frac{25 \text{年} \times 12 \text{月}}{40 \text{年} \times 12 \text{月}} = 502,600 \text{円}$$

40年納付の場合

$$804,200 \text{円} \times \frac{40 \text{年} \times 12 \text{月}}{40 \text{年} \times 12 \text{月}} = 804,200 \text{円}$$

(注意) この例は、平成14年度の年金額で計算してあります。



## 事件や事故に遭われた方に対する相談窓口について

くらし

千葉県警察では、犯罪や交通事故の被害にあった被害者やそのご遺族に対し、下記の相談窓口を設け、各種被害相談や精神的な悩みなどの相談に応じています。

相談サポートコーナー ☎ 043 - 227 - 9110  
短縮 #9110 (プッシュ回線・携帯電話)

\* 各種犯罪や事故の被害者相談 (24時間受付)  
\* 犯罪の被害による精神的なお悩みには、専門のカウンセラーがお話をうかがいます。  
カウンセリングは予約制です。  
(カウンセリング: 毎週木曜日 9:00~16:00)

女性被害110番 ☎ 043 - 223 - 0110  
\* 専門の女性警察官が受ける女性被害相談

女性相談所(鉄道警察隊) ☎ 0120 - 048224 (フリーダイヤル)  
\* 電車、駅構内における痴漢等女性被害相談

暴力団相談((財)暴力団追放県民会議) ☎ 043 - 254 - 8930  
\* 暴力団による被害の相談

ヤング・テレホン ☎ 0120 - 783497 (フリーダイヤル)  
\* 少年に関する困りごと相談

警察署でも各種相談を行っています。くわしくは最寄りの警察署、交番、駐在所等にお問い合わせください。

### 千葉県警察犯罪被害カウンセラーチーム(アクト)について

県警では、犯罪の被害にあわれた方への組織的な支援をすすめています。その一環として、被害者の方の精神的なショックや苦痛を少しでも和らげることを目的として、専門的な資格や知識を持った女性職員からなる「犯罪被害カウンセラーチーム(通称=ACT)」を設置し、活動しています。

被害後のお気持ちを整理していくための場として、よろしければご利用ください。事件を担当した警察官にひとこと

「アクトの人を」

とお話いただくだけで手配いたします。県警本部や各警察署内に設置された被害者相談室などの場所をご利用いただけます。

## 犯罪被害給付制度のご案内

### この制度は

通り魔殺人等の故意の犯罪行為により、不慮の死を遂げた被害者の遺族または身体に障害を負わされた被害者等に対して、社会の連帯共助の精神に基づき、国が犯罪被害者等給付金を支給し、その精神的、経済的打撃の緩和を図ろうとするものです。

くわしくは、警察本部またはお近くの警察署にご相談ください。

#### 問い合わせ先

千葉県警察本部 犯罪被害者対策室☎(代表)043 - 227 - 9131  
または、茂原警察署 ☎ 0475 - 22 - 0110 (内線210)

犯罪被害給付金の他に  
財団法人犯罪被害救援基金の  
(☎ 03 - 3595 - 2006)  
奨学金制度があります。

## 募 集



### 東京ドイツ村 開園1周年記念 睦沢町民無料入園デー

東京ドイツ村では、開園1周年を記念して「睦沢町民無料入園デー」を開催いたします。

とき 7月12日(金)~16日(火)  
営業時間 午前9時30分~午後5時  
ご入園は午後4時までとさせていただきます。

期間中は入園料が無料になります。

東京ドイツ村からお願い

入場ゲートで免許証、健康保険証をご提示ください。

ペット類の持ち込みおよび自転車、オートバイなどの二輪車の乗り入れはご遠慮ください。

お問い合わせ先

東京ドイツ村

袖ヶ浦市永吉宝生419

☎0438-60-5511

### チャレンジカレッジ 参加者募集

知っているようで  
知らない  
携帯電話の使い方

内容 携帯電話の利用と活用

とき 8月4日(日)

午後1時30分~3時30分

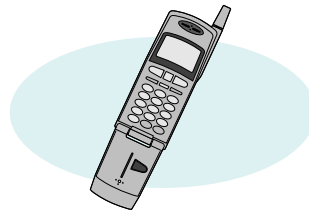
ところ 中央公民館

定員 20名

申し込み 中央公民館

☎44-0211

携帯電話をお持ちの方はご持参ください。



### 千葉県観光写真 コンクール作品募集

県内の魅力的な観光資源を被写体とした写真を募集します。

規定 1年以内に撮影した自作  
作品で、未発表のもの

規格 白黒またはカラープリン  
トの4ツ切判

応募方法 作品名(題名)、氏名、  
年齢、性別、住所、電話番号、  
勤務先(学校名)、撮影日時・  
場所を明記したものを作品の裏  
面に貼り郵送。

締め切り 9月10日(火)必着

入賞作品の著作権・著作権は、  
主催者に帰属します。

応募先・問い合わせ

〒260-0015

千葉市中央区富士見1-12-7

千葉県観光協会

☎043-225-9170



☎44 2506

係までお問合せください。

千葉工業大学津田沼校舎  
その他、詳しいことについ  
ては、農村環境改善センタ  
ー内、福祉衛生課健康衛生

2 17 1

3 試験場所  
習志野市津田沼

2 試験期日

8月1日(木)

1 ルに限る。)

(4) 特定品目毒物劇物取扱者  
試験(内燃機関用メタノ

ールに限る。)

試験

(3) 特定品目毒物劇物取扱者  
試験

者試験

(2) 農薬用品目毒物劇物取扱  
者試験

(1) 一般毒物劇物取扱者試験

1 試験の種類

平成14年度  
毒物劇物取扱者  
試験実施要領



# 募 集

## 自衛官を募集

防衛庁では、下記のとおり自衛官を募集しています。

### 募集種目

防衛大学校学生

防衛医科大学校学生

### 募集資格

高卒（見込含）21歳未満の者

受付期間 10月11日(金)まで

### 募集種目 航空学生(パイロット)

### 募集資格

高卒（見込含）21歳未満の者

受付期間 9月6日(金)まで

### 募集種目 看護学生

### 募集資格

高卒（見込含）24歳未満の者

受付期間 10月11日(金)まで

### 募集種目 一般曹候補学生

### 募集資格

18歳以上24歳未満の者

受付期間 9月6日(金)まで

### 募集種目 曹候補士

### 募集資格

18歳以上27歳未満の者

受付期間 9月6日(金)まで

### 募集種目 2等陸・海・空士

### 募集資格

18歳以上27歳未満の者

### 受付期間

男子：年間を通じて行っています

女子：9月6日(金)まで

### 問い合わせ先

自衛隊茂原募集事務所

☎25-0452

## 長生都市広域市町村圏組合職員募集

長生都市広域市町村圏組合では、下記のとおり職員を募集します。

職種	消 防 職	看 護 師	理 学 療 法 士
募集人員	4名	5名	若干名
受 験 資 格	昭和53年4月2日から昭和60年4月1日までに生まれた方、救急救命士の有資格者については昭和50年4月2日以降に生まれた方で、色覚、聴覚等に異常がなく、視力が裸眼で両眼とも0.3以上、身長160cm以上で高校卒業程度の学力を有する方。	昭和48年4月2日から昭和58年4月1日までに生まれた方で、看護師の資格を有する方及び平成15年3月31日までに資格取得見込みの方。	昭和48年4月2日から昭和58年4月1日までに生まれた方で、理学療法士の資格を有する方及び平成15年4月30日までに資格取得見込みの方。
試験科目	択一式一般教養 作文 体力試験 (筆記試験終了後引き続き実施)	択一式一般教養 看護師適性検査	択一式一般教養 作文
受付期間	7月29日(月)から8月13日(火)まで		
試験日	9月22日(日)		

### 職員募集に関する問い合わせ・応募申し込み先

千葉県茂原市下永吉2101番地

長生都市広域市町村圏組合事務局総務課

☎23-0107



## ゆりの木ギャラリー 『可世木博親展』

C・M・C(color・matiero・composition)にR(rhythm)をプラスした抽象作品。特に日本の古典が作品全体から感じ取れる作品が多く、落ち着いた色合いがとても魅力的である。平面作品が主であるが立体にも手を出す。

2002年2月に銀座「ギャラリーポート」にて個展を開催。一宮在住。

と き 6月9日(日)~

9月14日(土)

午前10時~午後5時 入場無料

ところ 横の木学園

睦沢町上市場693

☎44-1212

日曜休館ですが、事前にご連絡いただければお開けします。

### 幼稚園PTAバザー開催!!

~夕涼み会と同日開催~

と き 7月28日(日)

午後4時~5時

ところ 幼稚園りす組

(雨天の場合

図書・視聴覚室)

## 幼稚園制服を リサイクルしよう!

幼稚園PTAでは、資源の有効活用の一環として、ご家庭で眠っている制服をご寄付いただき、在園児にバザーを通し提供したいと考えております。つきましては、下記のとおり回収を実施いたしますので、ご理解ご協力の程よろしくをお願いします。

対 象 平成11年度以降の睦沢

幼稚園制服で再使用可能な物

回収方法 7月14日(日)までにP

TA役員が直接ご自宅に伺いま

す。

申し込み・問い合わせ

PTA副会長 長野

自宅 ☎44-2240

(午後3時以降にお願いします。)

7月12日(金)までにお申し

込みください。



## 募 集

### 一日体験入校 受講生の募集について

社会人として自立を目指す障害のある方に、適応した職業訓練を行い、社会に参加できる職業人を養成する本校の役割を広く県民にPRし、より多くの方々に体験入校を通して、本校の認識と理解を深め、入校の促進につなげることを目的とする。

と き 8月1日(木)または2日(金)

午前9時~午後3時まで

科 目 OA事務科、製版科、電

子機器科、洋裁科、建築設計科

定 員 各科20名程度

対 象 入校希望者で、18歳以上

の身体に障害のある方々

受講料 無料

申し込み方法 往復ハガキに受講

科名、住所、氏名、生年月日、電

話番号を記入し、7月8日(月)

必着のこと。申込み多数の場合、抽選により決定します。

申し込み先 〒266-0014

千葉市緑区大金沢町470番地

千葉県立障害者高等技術専門校

TEL 043-291-7744

FAX 043-291-7745

ホームページ <http://www4.ocn.ne.jp/shogisen/>

## 日曜・休日当番院

(診療時間 午前9時~午後5時まで)

(変更になる場合があります)

月 日	茂 原 地 区				一 宮 地 区	
	内 科 系		外 科 系			
7・7	大塚内科	23-6121	穴倉病院	24-2171	植草内科医院	42-2005
14	茂原中央病院	24-1191	高田整形外科医院	22-0111	よねもと整形外科	40-1065
20	茂原中央病院	24-1191	菅原病院	25-1171	長島医院	42-8800
21	長生病院	34-2121	君塚病院	25-1811	秋場医院	42-3323
28	長生内科神経内科医院	24-7752	鎗田整形外科医院	24-8686	清水医院	42-2950

夜 間 診療科目 内科・小児科 診療時間 午後8時~11時まで

急 病 茂原市八千代1-5-4(消防署裏) ☎24-1011

診療所 夜間急病診療テレフォン案内 ☎24-1011 午後7時~翌午前6時まで



インフォメーション

## 相 談

### 行政相談

と き 7月10日(水)  
午前9時~午後3時  
ところ 農村環境改善センター

### 人権相談

と き 7月10日(水)  
午前9時~午後3時  
ところ 農村環境改善センター

### 心配ごと相談

と き 7月2日(火) 9日(火)  
16日(火) 23日(火)  
30日(火)  
午後1時~4時  
ところ 農村環境改善センター  
問い合わせ 社会福祉協議会  
☎44-2514

## 健康栄養相談・ 介護家族健康相談

健康や食生活に関する相談です。  
また、介護している家族の方の相談にも応じます。

内 容 血圧測定、体脂肪測定、  
健康指導、食事指導など  
と き 7月16日(火)  
午前10時~11時30分  
ところ 農村環境改善センター

## 法律相談

町では、弁護士による法律相談を始めました。相談日は、月1回で予約が必要です。

と き 7月22日(月)  
午前10時~正午  
申し込み・問い合わせ  
役場総務課 ☎44-2500

長生地域県民センターでは、民事についての法律相談を行います。弁護士担当。無料。12日(金)午前9時から電話で予約を受け付けます。

と き 7月19日(金)  
午後1時~4時  
申し込み・問い合わせ  
長生地域県民センター(長生支庁内) ☎25-7830

## く ら し

### ゴミの収集日

#### 1コース

燃えないゴミ...7月9日(火)  
資源ゴミ...7月16日(火)  
粗大ゴミ...7月23日(火)

#### 2コース

粗大ゴミ...7月4日(木)  
資源ゴミ...7月11日(木)  
燃えないゴミ...7月18日(木)  
燃えるゴミの収集日は、月・水・金曜日です。



## 結 婚

末長くお幸せに

区 名	氏 名
佐 貫	宮 崎 慎 由香里
長楽寺	江 澤 正 人 千 鶴
上之郷	鈴 木 邦 彦 栞列ダバリアマジイ

## 誕 生

おめでとうございます

親の名	子の名	区 名	月 日
原田健一 麻美	ふう 楓	川 島	4/28
露寄文男 ひろみ	あゆ 歩	上市場	5/1

## 弔

おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区 名	月 日
麻生 宮	89	川 島	5/17
植山 セミ	81	川 島	5/21
大西 澄江	55	上市場	5/28

### 睦沢町の人口と世帯

6月1日現在 ( )は前月比  
人 口 8,303人( - 9人)  
男 4,076人( - 3人)  
女 4,227人( - 6人)  
世帯数 2,503戸 ( ± 0戸)





簡単でおいしい!!!  
**エ** プロンママさん

ミルクゼリーの  
 抹茶ソース  
 かけ



1人分の栄養価

エネルギー137kcal

カルシウム145mg

材料(6~7人分)

牛乳 . . . . . 500cc

砂糖 . . . . . 大さじ3

粉ゼラチン . . . . . 10g

抹茶 . . . . . 小さじ2

コンデンスミルク . . . 大さじ5

みかん(飾り用) . . . . 適宜

作り方

- ① ゼラチンは大さじ5の水に振り入れ、ふやかしておく。
- ② 鍋に牛乳と砂糖を入れ、火にかける。あたたまってきたら①を加えて沸騰しないようにゼラチンを煮溶かす。
- ③ ②のあら熱がとれたら容器に流し入れ、冷やし固める。
- ④ 抹茶を大さじ1の湯で溶いて、コンデンスミルクとよく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に抹茶ソースをかけ、みかんを飾る。

骨粗鬆症予防になります。

見つけた  
 今月のあてきな笑顔



あとかぎ

ワールドカップサッカー大会で、周囲がサッカー一色に染まっている今日この頃。ルールが少しずつわかってきたようです。国際的なスポーツの舞台を担う日本ですが、まだまだ、他の国との壁は高いように感じるのは私だけなのでしょうか？一個人同士なら厚い友情とお互いの慣習の違いの尊重をもつことができるというのに。難しい問題なんですよね。

(A・W)



睦沢町町民憲章

わたくしたち睦沢町民は緑あふれるこの豊かな郷土と隣人を愛し、活気に満ちた明るい町づくりをめざすため、この憲章を定めます。

一、わたくしたちは自然に恵まれたこの美しい環境を大切にし、住みよい町にします。

一、わたくしたちは常に勤勞の意欲と創意工夫を忘れず、発展する町づくりに努めます。

一、わたくしたちは近隣との友愛を深め、心のふれあう町にします。

一、わたくしたちはスポーツを楽しみ、心身ともに健康づくりに努めます。

一、わたくしたちは伝統を尊び、教養と文化の香りがかい町をつくります。