



実りの秋

今年は、雨の日が多かったため、稲がほとんど寝てしまいました。

いったん、稲を起こしてから、刈り取るという大変な作業。また、田んぼもまだ、完全に乾いていないため、少し刈り取っては、機械に稲と泥が詰まってしまうため、なかなか前に進みません。今年は、本当に一苦労だったという農家の方が多かったようです。

平成14年
No.414

10月



広報

むつざわ

CONTENTS

- ・合併問題を考える 2~3
- ・はじめまして 4
- ・町のできごと / むつざわっ子 / 俳句 8~9
- ・けんこう情報 10
- ・くらしの情報ページ 16~19

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

合併問題を考える

第一弾 今、なぜ「合併」なのか



規約の制定、役員の選出、今後の予定などが決められました。

時代の変革期

これまで、日本では「明治の大合併」「昭和の大合併」と大きな時代の変革期に合併を行ってきました。これは、合併することにより、取り巻く環境の変化に対応していくため、最も有効な手段だったからです。

今、県内の市町村数は、「明治の大合併」「昭和の大合併」を経て、明治21年の2、457市町村が昭和31年9月には105市町村となり、平成14年4月現在で、80市町村となっています。その中でも、県内で一番新しい合併が、昭和47年5月の茂原市と本納町の合併です。それから、30年、地域社会を取り巻く環境は、目まぐるしく変化しました。

さまざまな理由

住民の生活圏が広がってきたこと。

他の市町村に通勤や通学したり、買い物に行ったりする人が多くなってきたと広い範囲でまちづくりを考える必要がでてきたこと。また、環境対策、介護保険など広域的に取り組んだ方が効果的な課題も増えていることなどがあがっています。

地方分権の時代がやってきたこと。

国や県からの行政の権限が移ってきて、市町村の役割が大きくなってきたと考えられています。どんなまちをつくるか、自らが考え、実行していかなければならぬし、住民からのさまざまな要望にも応えていかなければならないのです。

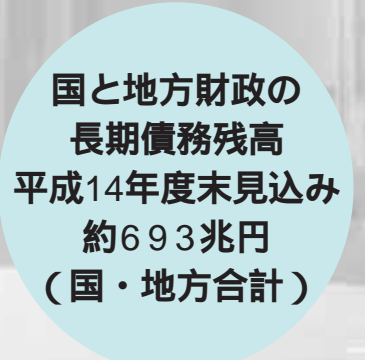
そのためには、今よりもっと財政力をつけたり、専門的な部署を設けたり、専門的な知識をもった職員を増やしたりする必要があります。

少子・高齢化が進んでいること。

高齢者に対する福祉サービスや医療にかかるお金が増える一方で、働く人が少なくなり、税収が減ってきています。

国も地方も財政状況がとも悪化していること。

これまでは、市町村の税収が足りなくても、国が地方交付税というものを配分して補っていました。しかし、景気の低迷で借金がかさみ、国もこれ以上地方交付税の確保が困難になってきました。こうした状況をふまえ、今「合併」が考えられているのです。



期限が迫っている!?

市町村の合併に関する法律「合併特例法」があります。この法律には、合併を支援するため、

交付税の特例措置
住民発議（署名活動）による合併協議会の設置要求
市となる要件緩和
議会の議員の定数・在任に関する特例
職員の身分に関する特例
などが盛り込まれています。

しかし、この法律には、期限があり、平成17年3月31日に失効します。
この失効期日まで準備に要する期間などを考えると、今年が正念場といわれています。

市町村合併の支援策ってどんなものがあるの？

国による財政的な支援（主なもの）

- ア. 普通交付税による措置**
- (1) 合併算定替
合併後15年間の普通交付税の算定についての特例（参考4 12頁参照）
 - (2) 合併補正
合併直後の臨時的経費（各種システムの統一等）に対し通常の額よりも増額
- イ. 特別交付税による措置**
- (1) 合併市町村に対する措置
公共料金格差の調整、公債費格差の是正や土地開発公社の経営健全化等に対応するための措置
 - (2) 合併準備経費に対する措置
合併協議会設置経費等に対する措置
 - (3) 合併移行経費に対する措置
合併市町村の一体性の速やかな確立を図るため、合併前に要する経費に対する措置
 - (4) 合併市町村を包括する都道府県に対する措置
合併市町村の行う事業に対して都道府県が交付する補助金・交付金等に対する措置
- ウ. 地方債による特例（合併特例債）**
- 市町村建設計画に基づく、特に必要な下記の事業経費について、10年間に限り、地方債を財源とすることができ、その元利償還金の70%を普通交付税による措置
- (1) 合併市町村のまちづくりのための建設事業に対する措置
 - (2) 合併市町村振興のための基金達成に対する措置

県による財政的な支援（主なもの）「新しいまちづくり支援プラン」より

- ア. 市町村合併支援補助金**
- ①合併に係る調査研究、啓発 ②歴史文化の継承、コミュニティの育成などの課題解決のための検討調査 ③法定合併協議会の運営等の事業に対して補助金を交付
- イ. 合併特例交付金（仮称）**
- 伝統文化保存やコミュニティ育成のための事業、行政格差是正のための基盤整備事業等に要する経費に交付金を交付
- ウ. 市町村振興資金の無利子貸付**
- 合併準備に要する経費、合併特例債を充当しない経費等に無利子の資金を貸付

合併に向け、各市町村ではそれぞれ進展状況が異なります。

合併重点支援地域の指定を受けている地域

- 野田市、関宿町
- 安房郡市11市町村
- 夷隅郡市6市町
- 旭市、飯岡町、海上町、千潟町

合併に向けた研究会などを設置している地域

- 長生郡市7市町村
- 山武郡市9市町村
- 柏市、我孫子市、沼南町

県内の市町村の動き

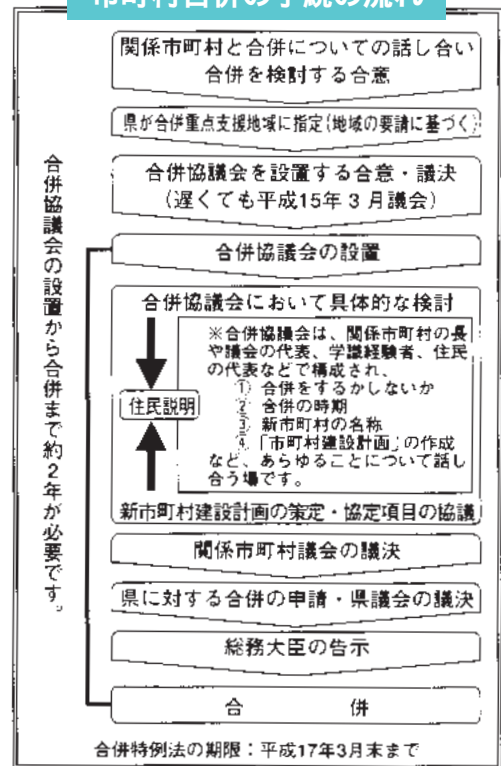
住民署名活動などが進められている地域

- 木更津市、君津市、富津市、袖ヶ浦市
- 四街道市（千葉市へ）
- 夷隅郡市6市町
- 九十九里町
- （山武郡市9市町村へ）
- 大網白里町（千葉市へ）

市町村議会で特別委員会等を設置した市町村

- 42市町村

市町村合併の手続の流れ



5つの“たいせつ”

- 一. ちばのくらしを大切に市町村合併
- 二. ちばのつながりを大切に市町村合併
- 三. ちばの個性を大切に市町村合併
- 四. ちばの活力を大切に市町村合併
- 五. ちばのみらいを大切に市町村合併

目指すは

いちご狩り農園

父の一言で農業を

今後の目標は、観光のできる農園を目指すことと味にこだわりを持つことだそうです。
 現実には、少し大変と農業について語る野口さんは、今年就農しました。つどいの郷むつざわなどにいちごジャムなどを現在出荷しています。



野口 千英子 さん(上之郷)

東京農業大学短期大学部生物生産技術学科(野菜を専攻)を卒業後トマト栽培農家での研修を受ける。その後、いちご栽培に惹かれ、栽培農家で研修を受け、今年、4月に就農。いちごハウスは、10アール。農園の名前は、「いちご農園野ぐち」。

Q:なぜ、農業を選んだ理由は?

A:みなさんそれを聞かれるんですよ。(笑)両親が、兼業で稲作をしていたこと、祖母が、畑や田んぼに出ていたのを見ていつの間にか手伝うようになり、自然と農業を選んでいったんです。

でも、理解者は少ないし、農業をするには、お金がかかり、悩んでいると、父が、背中を押してくれたのです。「やりたいことはやれ」って。すこいうれしかったです。それで、思い切って、就農しました。

Q:いちご農園ということですが、いちご栽培に惹かれたわけは?

A:いえ、最初は、いちごではなかったんです。短大時代、野菜科を専攻し、先進的な農家で住み込みの研修を10日間受けました。そのときは、トマトだったんです。(笑)でも、その研修で、「農業をやってみよう。」と心に決めました。短大卒業後、白子町の農家でトマトの研修を受けました。その後、いちごの栽培に惹かれ、農業改良普及センターのすすめもあり、成東町のいちご農園で研修を受け、今に至ります。今は、「クリスマス」や「年末のお歳暮」に向けて、がんばっています。

Q:どんな品種を扱っているんですか?また、これから、どんな品種に挑戦してみたいですか?

A:品種は、「章姫」です。この品種は、わりと育てやすい品種なんです。それでも変調をきたしたときの判断が難しいです。

Q:色々なことがあるとは思いますが、大変なこと、これからやってみたいことは?

A:大変なことは、やっぱり毎日見てあげなければならぬので、遊びには行けないことです。でも、畑が大切なので、苦にはなりません。これからやってみたいことは、もっと農園を広くして、いちご狩りや、出荷量を増やしていきたいですね。

いちごジャムなどの加工品も手がけているのですが、今は、研修にいった農家のいちごを分けてもらってつくっている。ぜひとも自家製にしたい!!と思っています。いづれは、オランダに行って、農家を見学し、学びたいと思っています。

(9月4日談)

充電式電池の
回収・リサイクルに
ご協力を

~今月は3R推進月間です~

身の周りのビデオカメラ、携帯電話、ヘッドホンステレオなどに使われている充電式電池は貴重な資源を含んでいるため、電池メーカーに回収・リサイクルが義務付けられています。充電式電池は乾電池とは別にして、ごみとして出さずに、リサイクル協力店(電気店やスーパーなど)にある「充電式電池リサイクルBOX」に入れてください。

3Rとは、ごみを出さない(リデュース) 繰り返し使う(リユース) 再生利用する(リサイクル) ことです。詳しくは

社団法人電池工業会小形二次電池再生資源センター
電池のリサイクルに関するホームページ

<http://www.jbrc.com/> 返アクセスください。



10月27日(日)は 参議院千葉県選出議員 補欠選挙の投票日です!

参議院千葉県選出議員補欠選挙が10月27日(日)に行われます。大切な一票ですので棄権せず投票しましょう。

投票できる人

昭和57年10月28日以前に生まれた人で、平成14年7月9日までに陸沢町に住居登録され、引き続き3カ月以上住民基本台帳に登録されている人(7月10日以降に転居届を提出した人は、町選挙管理委員会へお問い合わせください。)

投票

投票日が近づくと入場整理券が郵送されます。入場整理券に記載してある投票所へ、本券を持ってお出かけください。投票時間は、午前7時から午後8時までです。

- 第1投票所
陸沢中学校屋内運動場
- 第2投票所
町農村環境改善センター
- 第3投票所
瑞沢小学校屋内運動場

入場整理券を忘れたり、紛失などしても投票はできませんので、各投票所の受付に申し出て下さい。

不在者投票

投票日当日に、仕事や旅行などの理由で投票所に行くことができない人は、不在者投票ができます。投票日に都合のつかない人は、入場整理券を持参のうえ、町選挙管理委員会(役場1階会議室)で投票を済ませてください。

入場整理券の様式が変わります

今では、「はがき」で個人ごとに送付していましたが、この選挙からは1枚の「はがき」で左のように4人までの選挙人が記載できます。お手数ですが切取線で切り離して各自投票所へ持参してください。

郵便はがき

陸沢局
料金別納
郵便

選挙事務

様方
様

(切りはなして各自お持ちください)

氏名	
氏名	
氏名	
氏名	

裏面の注意書きをご確認ください。

農村自然環境整備事業により、整備された水田で古代米の稲刈りを行います。
また、稲刈り後に付近の里山に2500球の水仙を植える予定です。



「田んぼの学校」
第4回稲刈り体験
参加者募集!!

お昼は、古代米のおにぎりや焼きソバを用意し、農家からトマトや梨の差入れもあります。大勢の参加をお待ちしています。
とき 10月5日(土)
午前9時

ところ 上市場今堰ため池
(奥の水田)
持参するもの
鎌、くわ、移植ゴテ、帽子、タオル

主催 農村自然環境維持
管理組合

後援 かずさの会
問い合わせ先

役場振興課 米倉、手塚
☎ 44 2505

交通安全・ 防犯のために

—小枝切り—

町の交通安全と防犯のためにうっそうと道に生い茂る木の小枝を切る町交通安全協会主催による小枝切りが8月2日に行われました。暑い日差しの中、真つ黒にやけながら町のみなさんのため、がんばっていました。



「みなさんのご協力により無事終えることができました。」と作業を行っていた方が感謝していました。

いざと言いつ時のために

水防訓練

鶴枝遊水公園多目的広場で(一宮川第二調節池)

本年度で6回目となる水防訓練が8月3日(土)に行われ、第5支団幹部や自衛消防隊員と町職員が参加しました。これは、一宮川流域関係機関(一宮川流域治水環境対策協議会、県河川協議会長生支部、長生土木事務所)の主催により行われたもので、河川の氾濫で起

る被害を最小限に防ぐ水防工法技術を習得し、住民の安全と生活の安定を図り、水防の重要性に理解と協力を求めることを目的としています。訓練では主に、土のう作り、積み土のう工法、月の輪工法、表シート張り工法を実習しました。



訓練とはいえ、みなさん真剣です。(月の輪工法の訓練)

行かなきゃ損する!

第23回睦沢町農林商工まつり

睦沢ふれあいまつり

とき 11月3日(文化の日)

午前9時~午後3時

小雨決行(予備日11月4日)

ところ 町総合運動公園

内容 新鮮な農畜産物や地元商工業製品の展示と格安な販売。

楽しいイベントやフリーマーケットも大集合。豚汁など、たくさんは無償配布で元気いっぱい。いきいき健康ひろばもお楽しみに。

へりコプター遊覧飛行
無料招待券プレゼント!
まつり会場で行われるへりコプター遊覧飛行に、抽選でペア5組をご招待します。ご希望の方は、官製はがきに住所氏名、年齢、電話番号を明記の上、このページの応募券を貼り、左記までお申し込みください。切は10月23日(水)当日の消印

有効。当選者の発表はまつり当日、総合案内テント前で行います。ご本人と確認できる物(運転免許証等)をお持ちください。皆さんのご応募お待ちしております。

宛先

〒299 4492

睦沢町下之郷1650 1

睦沢町役場内農林商工まつり

実行委員会事務局



太巻き寿司づくり。今年も上手に出来るか楽しみですね。

切り取り線
へりコプター遊覧飛行
応募券

江戸時代にみる 循環型社会

江戸時代の古着の流通は盛んに行われていました。



着物は、体に合わせて布を裁断する今の洋服とは違い、細長い一反の布から前身ごろ、後ろ身ごろ、えり、袖などを裁断し、サイズも一定の規格で作られていました。また、着付けで調節できるので、着る人の体型を問わない、リサイクルしやすい衣類だったのです。

「古着商」はかなり繁盛していました。古着屋で購入した着物を、人々は大切に扱いました。何度も洗い張りをして、仕立て直し、その間にほころびはつくろい、穴があいたら端切れで継ぎ当てをして、長く大事に着ました。着られなくなると雑巾や赤ん坊のオムツにして徹底して使い切りました。江戸時代の人々の暮らしを見習いたいものです。

現代日本のゴミ問題は深刻...



『睦沢町民の戦争体験』から⁽³⁶⁾



楽しいはずの学校が

(高橋 イエ子・大上)

教科書は上級生の使った物を貰って使いました。鉛筆やノートも思うようにないし、短くなった鉛筆は竹で鞘のような物を作って継ぎ足して使い、ノートも一冊を表から国語、裏から算数と使いました。きちんとした勉強はできませんでした。

私は昭和12年4月16日生まれ。父は支那事変で昭和12年10月に戦死し、物心ついたとき父親の存在はありませんでした。祖父が育ててくれた戦争遺児です。

昭和19年に瑞沢国民学校に入學しました。昔は大雪が降り、通学も大変でした。タビや手袋がなくて寒いので、体に力を入れて歩きました。今では考えられないくらいに物が少ない時代で、雨が降っても傘も長靴もなくはだして学校に行きました。冬は手足が凍りつくような寒さ、夏は猛暑でも、皆よく頑張りました。

お昼のお弁当は米より麦のほうが多いご飯でしたが、それも持つていけた人はまだ良かったほうです。学校に畑があつて、さつまいもや南瓜を植え、収穫して昼食に食べました。先生が「今日はお弁当は食べません。学校の畑で採れたさつまいもを煮たので食べましょう。兵隊さんはもっと大変なんですよ。皆で我慢しましょうね」と言いました。学校でたつた一回お菓子が配給になったことがありました。米ぬかで作ったお菓子でしたが、砂糖のない時代にこのお菓子がとても美味しかったです。お弁当を広げて食べはじめたところに空襲警報が鳴って、大急ぎでランドセルの中に教科書を入れて学校の裏山に逃げ込み、山伝いに家に帰ったこともありました。楽しいはずの学校が恐怖の毎日、飛行機の轟音が聞こえる。と反射的に身を伏せました。家に帰ってもまた空襲で、防空壕に駆け込みました。グラマン戦闘機が、家の前の田んぼを突っ切るように飛んだのを今でもはっきり覚えています。恐ろしさでご飯もノドを通りませんでした。国民のため子孫のために、絶対に戦争はあつてはなりません。(本人執筆の手記、編集・久野一郎)

詳細は『睦沢町民の戦争体験第1集』34頁以下を参照。資料館では、歴史の事実を事実として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(☎440290)にご連絡を。戦争関係資料の寄贈も歓迎します。

光の尾をひいて

川瀬橋で灯ろう流し



手作りの灯ろうが、次々と流れ、光の連なりとなって皆さんの願いを運んでいきます。

夏の風物詩でもある灯ろう流しが、8月10日(土)に川瀬橋右岸周りで行われました。

この催しは川島いきいきふるさとづくり実行委員会が中心となり、平成12年度から始められたものです。

当日は思い思いの灯ろうを手にとった皆さんの人が集まりました。

灯ろう流しが終わり、花火やジャンケン大会・盆おどりも行われ、とてもにぎわいました。実行委員会委員長の小崎 守さんは「今年で3回目になるが、天候状況で人が何人集まるかどうか心配でした。今年もたくさんの方に参加していただきとてもうれしく思います。これからも、このような催しを大切に続けたいと思います」と話していました。



B.S.S.の先生や生徒のみなさんが玄関で出迎えてくれてうれしかったです。

いつまでも すばらしい交流を

睦沢中学の生徒14名が、シンガポールへ研修に8月17日(土)から22日(木)までの間、行ってきました。

ベティセカンダリースクールに着いて初めのうちは、心配気な様子でしたが、すぐに雰囲気になれ、歓迎会や授業体験・スポーツなど、一緒に活動していました。

今回は、生徒同士の交流を中心に、音楽を通じた英語の授業を受けたり、技術科でアクリル板を使ったキャンディー入れを作成しました。また、睦沢中学校生徒の書道作品の展示や歌の交換をしました。

睦沢中学校生徒とベティセカンダリースクールの生徒との交流を12年間続けているそうです。

この素晴らしい交流をいつまでもと期待されています。



チヨット緊張!!
みんなで作った千羽鶴を友好
と平和をねがい、贈りました。

— よりわかりやすく —

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

元気な

おつざわっ子



小高 永遠 くん(下之郷)

平成12年 6月12日生まれ

父 一洋さん♥母 ゆかりさん

工事現場がだ~い好きな永遠くん。毎日毎日ユンボに乗って遊んでいます。

「ダンパー!!」っといち早く通り過ぎるダンプを見つけて指さし喜ぶ姿がとてもかわいいです。

大好物はアイスクリーム。とても元気な男の子です。



思いを馳せ、戦争という記憶を次の世代へ

みたま祭り

じりじりと太陽と大地からの熱で焼けてしまいそうな8月15日、みたま祭りが町中央公民館脇の慰霊塔前で行われました。

このみたま祭りは、日清・日露・太平洋戦争などで犠牲になった329柱の霊を慰めるもので、ご遺族の方をはじめ、多くのみなさんが参加されました。そこには、戦争という辛い記憶を消し去ることなく次の世代へ残してゆこうとしているみなさんの姿勢がありました。また、毎年このみたま祭りのために慰霊碑への花を作る方もいらっしゃいます。

文芸 俳句

新秋や朝日を競ふ岳いくつ
あれこれと西瓜たたひて選びけり
実の跳ねて毬に残りし秕粟
燕去り今はいづこに無事祈る
秋燈下脚に似合いの旅を練る
精霊を流して二人間に消ゆ
思い馳せ住所録消す夏の果
白樺や森透きとほる秋の声
鳩時計快く鳴る今朝の秋
再度見る花も減りをり蓮の花
ラムネ飲むむかしの音を聞きながら
傘すばめ又ひらきつゝ海月消ゆ
コンサート聞きて気を足す宵の秋
止りなほすとんぼ翔たせる新の風
一ト歳の新米積むや亡父の鎌

みなさんからの投句と身近な情報をお待ちしています。

篠田とみ 加藤秀子 田中久子 水原蒼夫 鵜澤よね 山本阿以 田邊きわ子 葵川かける 津川小汀 小高いわお 須田ひろし 野村信子 海保善照 野村之 鈴木基次郎



一人ひとり思いを込めて...
1人1本ずつ玉ぐしを奉納していました。
思いが伝わることを信じて丁寧に。

読んで得する情報!

インフルエンザは毎年冬に流行を繰り返して、健康に大きな影響を与えている我国最大の感染症です。最近では高齢者施設での集団感染や高齢者の死亡率増加などが問題となっており、インフルエンザの発生予防やまん延防止対策が強化されてきています。昨年11月に予防接種法が改正され、65歳以上の希望者等を対象に、費用の一部を負担することによって、予防接種が受けられるようになりました。予防接種を受けていけばインフルエンザに罹らないで済むか、罹っても症状は軽いといわれています。対象となる方は、これから冬の到

来に向け自身自身の健康管理のために、予防接種を受けるようにしましょう。

対象者

- ①平成14年12月31日現在において65歳以上の方
- ②60歳から65歳未満で、心臓・呼吸器系・腎臓機能に障害をお持ちの方（ただし、主治医の指示が必要となります）

実施期間

10月1日から12月31日まで

自己負担金

1,000円

なお、詳しい内容については農村環境改善センターまでお問い合わせください。

☎44 2506

インフルエンザと

かぜの違いは？

かぜの原因は80〜90%がウイルス感染です。そのウイルスの種類や感染した場所によって症状も違ってきます。普通のかぜでは、のどが痛む・鼻水・鼻づ

まり・咳が出るなど症状が軽く、熱もたいしたことはなく重症化することはめったにありません。ところが、インフルエンザに罹ると39度以上の高熱・頭痛・関節痛・筋肉痛など全身症状が強く現れます。さらに、気管支炎や肺炎などを併発し重症化することが多いのもインフルエンザの特徴です。原因はインフルエンザウイルスによる感染がほとんどで、流行が爆発的に始まり、多くの人をまきこんでしまします。特に、体力や抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は気をつけなければなりません。高齢者の場合、肺炎を起こしやすく処置が遅れると死に至ることもあるので油断は禁物です。

高齢者のインフルエンザ予防接種が始まります

家族みんなで

予防対策を

- ①まずは流行前に予防接種を受けましょう。
- ②バランスのとれた食事を日頃から心がけましょう。
- ③睡眠不足や疲れはありませんか。休養をしっかりとることが大切です。
- ④インフルエンザウイルスは湿度には弱いので室内は適度の湿度を保ちましょう。

- ⑤インフルエンザが流行してきたら、外出や人混みはできるだけ避けましょう。
- ⑥自らの予防として外出時にマスクをつけましょう。外から帰ったらうがい・手洗いも忘れずに。

もしインフルエンザに罹ったら

- ①安静にして、休養と十分な睡眠をとりましょう。休養は自分の体を守るだけでなく、他の人にうつさない意味でも大切なことです。
- ②部屋は、寒すぎず、暑すぎないように。

また、乾燥はウイルスが増える最適条件です。加湿器などで部屋の湿度を十分に保ちましょう（60〜70%くらい）

- ③発熱すると体力が消耗しやすく、食欲も低下し、栄養がとりにくくなります。エネルギー源としてご飯やパンなどの他、糖質の多い食品をとるようにし、不足しがちなたんぱく質やビタミン類も十分にとってください。食べやすく消化のよい流動食がいいでしょう。また、脱水症状などを起こしやすくなるのでお茶・水・スープなど水分もしっかりと補給しましょう。

何よりも普段からの自己管理が大切です。ただのかぜだと軽く考えず、まずは早めに医療機関を受診しましょう。

かぜとインフルエンザの違い

項目	インフルエンザ	かぜ
発熱のしかた	急激	ゆるやか
悪寒	強い	軽い
優勢症状	全身症状	鼻・のど・気管支
発熱の程度	高い、しばしば39〜40	症状ないかあっても37台
全身の痛み (頭痛・関節痛・筋肉痛など)	強い	なし
重病感	ある	ほとんどなし
脈拍	わずかに増加	ほとんど変わらない
眼所見	結膜充血	正常
鼻・咽頭炎	症状が持続する	初期症状として現れる
白血球数	正常あるいは減少	正常
経過	一般に短い	わりに長い
合併症発生状況	多い	少ない



☎ 44 0211

地域住民のための コンサート

優れた音楽鑑賞の機会として、
日本を代表するチェロ奏者の長
谷部 一郎さんを迎え、ピアノ・
バイオリンと合わせた、みんな
で楽しめるコンサートです。

開催日 10月27日(日)

開場 13時30分

開演 14時

会場 ゆうあい館

入場料

前売券 一般2、000円

高校生以下1、000円

当日券 一般2、500円

高校生以下1、500円

入場券は9月10日より公民館等で販売します。

10月の休館日

7日(月)
14日(月)
(体育の日)
21日(月)
28日(月)

創作美術展2002

開催

年々充実され、種類も豊富な
数多くの作品が、所狭しと展示
されます。公民館教室、サーク
ル団体及び一般の方々の、日頃
の成果をどうぞご覧ください。
多くの方々のご来館をお待ち
しております。

とき 10月31日(木)

11月3日(日)

ところ 睦沢ゆうあい館及び
公民館ロビー

開催時間 午前9時～午後5時

(11月3日(日)のみ午後3時)

展示品 書道、絵画、人形、陶

芸、押し花、洋裁、その他

11月3日(日)には、午前10

時からお茶会無料体験があり

ます。どうぞお気軽にご参加

ください。



10月の教室と事業

6日(日)	13:00	体験講座(パッチワーク教室)	20日(日)	9:30	絵画教室	
	13:00	陶芸教室		23日(水)		睦和大学
	13:30	ペン字教室			9:00	男性料理教室
12日(土)	9:00	太巻き寿司教室(1年目の方)	26日(土)	13:30	料理教室	
	19:00	天文教室		13:30	押し花教室	
19日(土)	9:00	IT講習	27日(日)	9:00	書道教室	
	19:00	天文教室(予備日)		13:30	フラワーアレンジメント教室	
20日(日)	9:00	IT講習		14:00	地域住民のためのコンサート	
	9:00	書道教室	31日/31日(木)~11/3日(日)	創作美術展		
	9:00	茶道教室				

10月のクラブ行事・その他

1日(火)	9:00	ペイント・HIRO(トールペイント)	12日(土)	19:00	ふれあいダンス	
2日(水)	9:30	野菊の会(コーラス)		19:00	フラダンス(歌謡芸愛好会)	
		13:30	フォークダンス	15日(火)	9:00	ペイント・HIRO(トールペイント)
3日(木)	13:00	社交ダンス	16日(水)	9:30	野菊の会(コーラス)	
4日(金)	13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)		9:30	フラワークラブ	
5日(土)	9:00	咲友会(民謡クラブ)	17日(木)	13:00	社交ダンス	
	13:30	着付けサークル		18日(金)	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	ふれあいダンス		13:00	町碁会	
	19:00	カラオケクラブ		13:30	太巻き寿司クラブ	
	19:00	睦扇会(日舞・新舞踊)		14:00	民謡クラブ	
6日(日)	13:30	草木染め	19日(土)	18:30	生け花サークル	
	13:30	成人書道クラブ		19:00	睦扇会(日舞・新舞踊)	
	14:00	友の会(フラダンス)		19:00	カラオケクラブ	
8日(火)	9:00	洋裁クラブ	19:00	ふれあいダンス		
9日(水)	9:00	アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	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)		
10日(木)	13:00	社交ダンス	20日(日)	9:00	町将棋会	
	13:30	詩吟クラブ	22日(火)	9:00	洋裁クラブ	
11日(金)	13:00	ワヒネ・フラ(フラダンス)	23日(水)	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	
12日(土)	9:00	咲友会(民謡クラブ)	24日(木)	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	25日(金)	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	26日(土)	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	
			27日(日)	14:00	友の会(フラダンス)	



だより

☎ 44
0290

10月の催し物

開館20周年記念特別展
「南総の至宝・未来への遺産展」
とき 10月12日(土)~
11月24日(日)まで
入館料 一般・大学生300円
高校・中学生200円
小学生100円

特別展「南総の至宝・未来への遺産展」ギャラリートーク
(企画を担当した学芸員の展示解説)
とき 10月20日(日)
午後2時~

第4回文化財強調週間
指定文化財写真パネル展
(陸沢町所在の国県町指定文化財を紹介)
とき 10月31日(木)~11月3日(日)
ところ 中央公民館

歴史の現場検証
「江戸の大名庭園②」
(東京に残る江戸時代の大名庭園を見学。要申込。参加者募集中)

とき 10月19日(土)
参加費 800円

第4回古典芸能鑑賞会
「能『天鼓』と狂言『文山立』」
(東京の国立能楽堂へ行き、能と狂言を鑑賞。要申込。参加者募集中)

とき 11月9日(土)
参加費 3,000円

博物館学実習生が来ました

8月20日~30日まで、博物館学実習を行いました。学芸員資格を得るには大学での単位のほかに博物館での実習が必修で、今年は小高優子さん(上市場)・吉岡直子さん(上之郷)・斉藤育美さん(夷隅町)・土屋雅人さん(東金市)・中村貴司さん(大原町)の5人が実習しました。



ギャラリートーク

8月4日午後2時からゆうあい館で、ギャラリートーク「AFGHAN MUSIC」がありました。東松照明写真展「アッサラム アレイクン」の関連企画として、若林忠宏さんが弦楽器ラバープでアフガンの心を演奏しました。



襖障子の下張りをはがして調査しているところ。

洗濯板

まな板ほどの大きさで、刻み目を付けた板。日本で使われたのは明治時代に入ってからで、西洋式が一般家庭に取り入れられた。洗濯板の中央部に洗濯水が溜まるように、刻み目が曲線にと工夫されている。上部には石鹸を置くように窪みが付けられたり、刻み目の大きさが表裏で違えて汚れの度合いや種類に対応できるものもある。



1階展示室で常設展示中の洗濯板

使用方は、この写真のようにタライのなかに洗濯板とともに洗濯物を入れ、石鹸を付けた布をこすり付けて洗う。布どうしをこすり付けたりして洗濯していた時代に、刻み目にこすり付けるようにして洗う洗濯板の出現でずいぶん能率が上がったことと思われるが、洗濯板も洗濯機が登場してからは次第に使われなくなった。しかし今でも、洗濯機を使うほどのものではない少量の洗濯には利用したり、災害時には電気のない洗濯用具として準備されたり、洗濯板は21世紀になっても健在である。

この洗濯板は大多喜町に住された小高鎮夫氏から1996年2月に寄贈されたもので、タテ54・5cm、ヨコ23・4cm、厚さ1.7cm。現在当館1階展示室で、井戸の横に常設展示されている。

(資料館学芸員・久野一郎)

社会体育



だより

☎ 44 1565

第5回
睦沢町長杯・睦沢町
議会議長杯争奪
少年柔道大会開催!!

とき 10月20日(日)
ところ 睦沢町総合運動公園
内容 個人戦・団体戦

睦沢少年柔道クラブの子ども達が県内のクラブチームを相手に熱戦を繰り広げますので、是非応援に来てください。



オープン参加種目

- いもほり競争 48名
- チョー顔白(がんじろ) 48名
- ロングキックコンテスト 30名
- 空き缶釣り競争 32名

当日、選手集合場所で受付し、エントリーしてください。

平成14年度
町民体育祭開催!!

とき 10月13日(日)
予備日 10月14日(月)

場所 睦沢町総合運動公園
多目的広場

実施の場合は午前6時に煙火及び防災無線でお知らせいたします。

また、雨天等中止の場合もお知らせします。当日でも参加できる種目がたくさんあります。ぜひ、ご家族、お友達をお誘い合わせの上ご参加ください。

10月の休館日

7日(月)、21日(月)、28日(月)

10月のクラブ等定期練習日

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)	金曜日	20:00	青翔クラブ(バスケット)	
		エアロジムクラブ(柔道場)			剣友会	
	18:00	卓球クラブ	土曜日	18:00	青年バレー(睦沢中)	
		太極拳(剣道場)		10:00	わかば会(ソフトテニス)	
		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)		19:30	エアロビクス友の会(剣道場)	
		アウレッツ(ミニバス)			パドミントンクラブ	
20:00	睦沢アウルス(バスケット)		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	エアロビクス友の会	土曜日	20:00	練心会(少年剣道クラブ)	
		わかば会(ソフトテニス)				みなのか(女性バレー)
		わかば会(ソフトテニス)				バレー愛好会
木曜日	10:00	太極拳(剣道場)	土曜日	20:00	剣友会	
		フットサル(室内サッカー)				エアロビクス友の会
木曜日	10:00	ひまわりクラブ				

10月の教室

卓球教室	6日(日)、27日(日)	10:00	いきいき教室	17日(休)	13:30
軽スポーツ教室小1	3日(木)、17日(木)、24日(木)(テニス)、31日(木)	17:00	トレーニング講座(一般)	6日(日)、20日(日)、トレーニングルーム	10:00
軽スポーツ教室小2	4日(金)、18日(金)、25日(金)(テニス)	18:00	みんなで楽しむスポーツ講座	今月は無し	
軽スポーツ教室小3	2日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)	18:00			
幼児リズム運動教室	12日(土)、19日(土)、26日(土)	9:00			
乳幼児親子運動教室	4日(金)、18日(金)、25日(金)	10:00			
エアロビクス教室	11日(金)、25日(金)	19:30			

共同募金へのご協力、ありがとうございました。

平成14年度ご協力いただいた共同募金額1,180,200円

社協
だより

毎年各ご家庭から共同募金（1戸あたり600円）のご協力をお願いいたしております。おかげさまをもちまして、今年も多様なご協力をいただき心よりお礼申し上げます。
各種地域福祉活動等、大切に使用させていただきましますので、今後ともあたたかいご支援・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



平成十四年度の目標額と受配者の範囲、配分の方法を八月八日開催の第154回評議員会で、つぎのように決定いたしましたので公告します。どうぞよろしく御協力をお願い申し上げます。
平成十四年八月二十日 社会福祉法人 千葉県共同募金会
会長 吉 成 儀

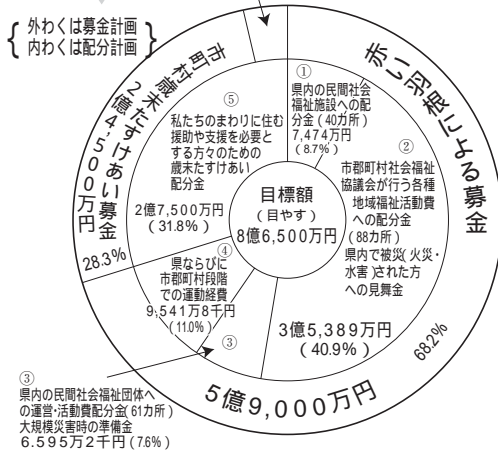
目標額 八億六五〇〇万円
赤い羽根募金 五億九、〇〇〇万円
歳末たすけあい募金 二億七、五〇〇万円

受配者の範囲と配分の方法は、県内の民間において社会福祉事業を営み、本会の配分規程に定めた条件を備えたもので、各施設団体からの申請をまとめ、県社会福祉協議会の意見を聞き、配分委員会の審議を経てその必要額を定め、更に評議員会の議決により、平成十五年度の事業費および施設設備の整備に配分する。歳末たすけあい募金は十二月下旬に各市町村社会福祉協議会を通じて配分する。

民間福祉施設への福祉車両重点配分

ことしの重点計画は

ことしの計画です
(平成14年度)



スローガン「あなたのまちの幸せのために」
(社会福祉法第117条による公告)



講師の方の話を真剣に聴くみなさん。

シルバー人材センター



6/25、26 庭木の手入れ講習の様子

シルバー人材センターでは、技術の向上・習得のためシニアワークプログラム（技能講習）を行っております。

ありがとうございます

ございました。

(8月1日～8月31日)

匿名 1、700円

匿名 3、141円

匿名 5、000円

温かいご寄付ありがとうございました。

この善意は、町の社会福祉増進のため大切に使用させていただきます。

なるほど

国保だより

平成14年10月から 国保・老保が変わります!

国民健康保険

- 75歳になるまで国保で医療を受けます。
(5年間で段階的に引き上げ)
70歳未満 → 75歳未満
(自己負担は老人と同様1割負担)
- 一部負担金
3歳未満の乳幼児 3割 → 2割
70歳以上75歳未満 → 1割
(一定以上所得者は2割)
- 高額療養費の自己負担限度額が変わります。
70歳未満の方の限度額が変更され、新たに70歳以上の方も老人と同額で限度額が設定されます。
- 退職者医療制度の対象年齢
(5年間で段階的に引き上げ)
70歳未満 → 75歳未満

老人保健

- 老人保健対象年齢
(5年間で段階的に引き上げ)
70歳以上 → 75歳以上
- 一部負担金
かかった費用の1割負担 → 定率1割負担に統一
(一定以上所得者は2割)
- 高額療養費の自己負担限度額が変わります。
一定以上所得者の区分が新たに設定され、外来、個人単位の限度額、更に入院を含めた世帯単位での限度額が設定されます。

詳しくは「10月からここが変わります!改正のポイント」のパンフレットをご覧ください。

●教えて!●



ねんきん
ななちゃん

保険料の納付は 便利な口座振替で

国民年金の保険料の納付期限は翌月末です。気をつけているようでも、うっかり忘れてりして、これがたび重なると保険料も多額になり、未納に結びついてしまうことがあります。そして、いざ年金が必要となった時に受給できないということになりかねません。

そんなことにならないように、自動的に振り替える口座振替にしたらいかがでしょうか。毎月納めに行く手間がはぶけ、納め忘れもなく安心です。

手続きをするところ

全国の金融機関や郵便局
(役場の窓口では手続きできません)

手続きに必要なもの

- ①納付書
- ②預貯金通帳
- ③通帳届出の印鑑



入園・入所 申し込み

睦沢幼稚園



教育委員会では、平成15年度睦沢幼稚園入園申し込みの受付をします。入園を希望するご家庭の方は、印鑑をお持ちの上、教育委員会学校教育課または睦沢幼稚園へ申し込んでください。

入園申込書は教育委員会学校教育課、睦沢幼稚園のどちらにもあります。

入園の対象者

- 3歳児
平成11年4月2日生～平成12年4月1日生
- 4歳児
平成10年4月2日生～平成11年4月1日生
- 5歳児
平成9年4月2日生～平成10年4月1日生

受付期間

10月21日(月)～10月25日(金)

申し込み先(問い合わせ先)

教育委員会学校教育課(役場3階)

☎44 2509

または睦沢幼稚園

☎44 0050

幼稚園はどんなところかな

(平成15年度入園希望者の体験入園)

睦沢幼稚園では、平成15年度に入園を希望するお子さんの体験入園を実施いたします。

と き

10月17日(水)
午前10時～午前11時

内 容

保育参観と一部の活動を親子で参加(希望者)

申し込み方法

幼稚園に直接電話でお申し込みください。

☎44-0050

受付期間

10月2日(水)～4日(金)
午前9時～午後5時

対 象

平成15年度に睦沢幼稚園に入園を希望する幼児
(上記の入園対象者と同じ)

睦沢保育所



保育所は、児童福祉法に基づく児童福祉施設で、日々保護者の依頼を受けて保育に欠ける乳児・幼児をお預かりし養護と教育を行うことを目的としています。町では、平成15年度新規入所児を下記のとおり受付します。希望される方は役場福祉衛生課又は、睦沢保育所にお申し込みください。

入所できる資格

0歳から小学校入学前までの保育に欠ける乳児・幼児
受付期間

10月21日(月)～10月25日(金)

申し込み先(問い合わせ先)

役場福祉衛生課

☎44 2504

または睦沢保育所

☎44 0046

尚、入所は、随時受け付けていますのでお気軽にお問い合わせください。



「県税の休日納税窓口」 開設のお知らせ

県では、金融機関等で県税を納税できない方々のために、休日納税窓口を開設します。

開設日 10月20日(日)

時間 午前9時～午後5時まで

場所 長生支庁税務課

(茂原市茂原1102-1)

内容 自動車税等の県税の収納
問い合わせ

長生支庁税務課

☎22-1721

ご協力ありがとうございました。

日本赤十字社活動資金

毎年5月、6月の2ヶ月間を中心に赤十字活動支援金として個人・法人のみなさまから一般社費(1戸あたり500円)と法人社費のご協力をお願いいたしております。

おかげさまで、今年もたくさんのご協力をいただき、誠にありがとうございました。

赤十字を支えてくださっている皆さま方からの社費(社費と寄付金)により、みなさまに代わって国内・国外で様々なボランティア活動等を行ってまいりますので、今後ともご支援ご協力のほどよろしくお願いいたします。

ゴミの焼却規制強化

廃棄物処理法の改正により、この12月1日から、ゴミの焼却は一部の例外を除き、一般家庭では焼却できなくなります。ほとんどの家庭用の焼却炉は使用できなくなりますので、適正に処理してください。

詳しいお問い合わせは

県庁一般廃棄物課

☎043-223-2758

または町環境課

☎44-2515

「支え合う 働くみんな労働保険」

10月は
「労働保険適用促進強化月間」
です。

働く人を一人でも雇用されている事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)に加入することが法律で義務づけられております。

労働保険は、働く人が労働災害を被ったり失業したときに役立つものです。

なお、パートタイム労働者・派遣労働者の方も一定の要件を満たせば雇用保険が適用されます。

未手続きの事業主のみなさんは、働く人や家族が安心できるように、ぜひこの機会に加入手続きを行ってください。

詳しくは、最寄りの労働基準監督署、ハローワーク(公共職業安定所)におたずねください。

千葉県労働局労働保険徴収課

☎043-221-4317

理容店、美容店、
クリーニング店の
お店選びは
厚生労働大臣認可の
Sマーク登録店で!



厚生大臣認可

Sマーク登録店は、
《事故が発生した場合の賠償保険》
《施設や設備の内容》
《仕事やサービスの内容》
について正しく表示している信
頼できるお店です。

詳しくは、財団法人 千葉県生
活衛生営業指導センター(☎04
3-247-2794)までお問
い合わせください。

募 集

職員募集

- 九十九里地域水道企業団 -

募集人員

上級技術職(電気)3名

受験資格

昭和53年4月2日から

昭和56年4月1日までに生まれた方

願書受付

10月23日(水)~11月6日(水)

募集事項などは10月1日(火)

から配布します。

試験実施日

12月8日(日)

問い合わせ先

九十九里地域水道企業団

総務課庶務係

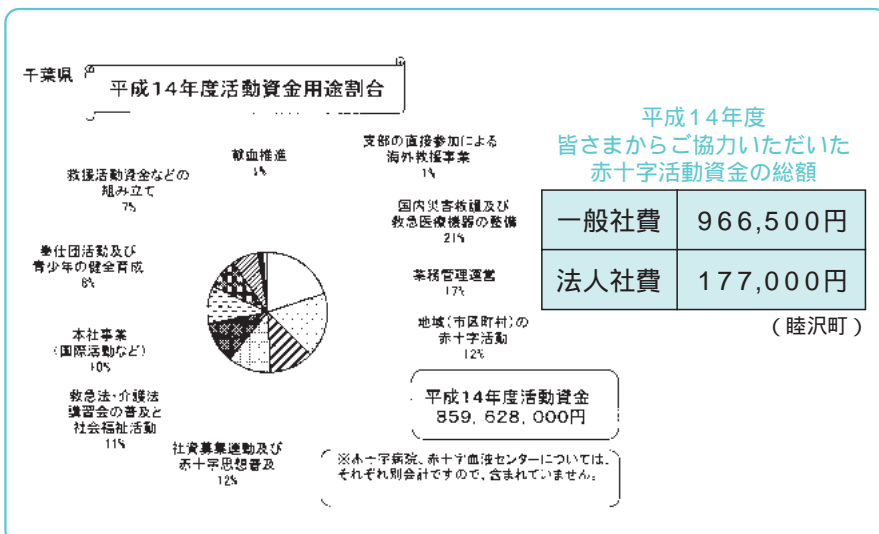
☎0475-54-0631

〒283-0068

東金市東岩崎2番地3

E-mail

kyusuiki@fancy.ocn.ne.jp



仕事と家庭を考える セミナー

第8回仕事と家庭を考える月間
21世紀を生き残る
人事施策

- 仕事と家庭の両立施策 - (仮題)

東京家政大学教授・女生と仕事
の未来館館長 樋口 恵子

とき 10月18日(金)

午後1時30分~

ところ ホテルポートプラザちば
2F ロイヤル

千葉市中央区千葉港8-5

☎043-247-7211

対象者 事業主、人事・労務担当
者、一般県民320名

申し込み方法

お電話にて千葉労働局雇用均
等室までお申し込みください。
(定員になり次第締め切らせて
いただきます)

問い合わせ・申し込み先

千葉労働局雇用均等室

〒260-8612

千葉市中央区中央4-11-1

千葉県第2地方合同庁舎

☎043-221-2307

FAX043-221-2308

目を大切に 第20回「目の愛護デー」 電話相談

目の健康についての相談に、千
葉県眼科医会会員が交代でお答え
します。

とき 10月13日(日)

午前9時~午後5時

☎043-242-4271

問い合わせ先

〒260-0002

千葉市中央区旭町4-12

医療法人社団巖会あさひ眼科医院

勝呂 慶子

☎043-227-2180

FAX043-227-1967

~ 完了検査 受けてますか? ~ 違反建築防止週間

10月11日(金)から17日(木)は、
違反建築防止週間です。

安心して暮らすためには、建築
物が安全であることがとても大切
です。

建築基準法は、生命・健康・財
産を保護するため、地震や火災な
どに対する安全性に関する基準を
定めています。この基準は、建築
物を建てる場合には必ず守らな
ければなりません。違反建築防止週
間をきっかけに、あなたの所有す
る建築物について、法令に適合し
ているかどうか建築士と相談する
など点検を心がけましょう。

なお、この週間には一斉公開建
築パトロールが実施されます。

問い合わせ先

千葉県都市部建築指導課

☎043-223-3182

第18回 長厚祭

とき 11月3日(日)

ところ 長生厚生園

問い合わせ

長生厚生園 ☎24-2003

第15回 腎臓病を考える会

「透析アミロイドシスについて」
と「腎臓移植の最近の進歩」の講演
会と医療相談会を開催いたします。

腎臓病・糖尿病・移植に関心のある
方ならばどなたでも参加でき
ます。

この機会にご参加いただき、腎
臓病についての不安を取り除きご
理解いただければと考えておりま
す。どうぞ、積極的なご出席をお
待ちいたしております。

日時 10月27日(日)

午後1時~4時

場所 ばるるプラザ千葉

(JR千葉駅前)

内容

講演会 第15回腎臓病を考える会

①「透析アミロイドシスについて」

講師 東葛クリニック病院

理事長 中澤了一先生

②「腎臓移植の最近の進歩」

講師 国立佐倉病院

外科医長 有田誠司先生

③医療相談会ほか*参加費無料

問い合わせ先

千葉県腎臓病患者連絡協議会

☎043-256-4661



安心ガスライフ21運動
実施中!

9月1日~11月30日

長南町ガス課

長南町長南2110番地

電話 0475-46-3401

郵便番号 297-0192

ゴミの収集日

1コース

燃えないゴミ... 10月8日(火)

資源ゴミ... 10月15日(火)

粗大ゴミ... 10月22日(火)

2コース

粗大ゴミ... 10月3日(木)

資源ゴミ... 10月10日(木)

燃えないゴミ... 10月17日(木)

燃えるゴミの収集日は、月・水・金曜日です。



統計で働く姿を見つめよう

10月1日現在で、就業構造基本調査を実施します。

調査の対象となった世帯には、統計調査員が伺いますので、ご協力をお願いします。

総務省・千葉県

甲 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
久我みさを	76	上市場	8/1
御園生義男	81	大谷木	8/3
小高 善夫	84	下之郷	8/13
白井 清蔵	86	川島	8/14
森田 信夫	67	上市場	8/14
市原 實	80	大谷木	8/20
大兼 かく	82	上之郷	8/27

睦沢町の人口と世帯	
9月1日現在 ()は前月比	
人口	8,274人 (-11人)
男	4,065人 (-9人)
女	4,209人 (-2人)
世帯数	2,498戸 (-2戸)

1歳6か月児健康診査

とき 10月25日(金)

対象 平成13年1月~4月生のお子さん

ところ 農村環境改善センター

3歳児健康診査

とき 10月28日(月)

対象 平成11年4月~7月生のお子さん

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 10月22日(火)

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。11日(金)午前9時から電話で予約を受け付けます。

とき 10月18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

誕生

おめでとうございます

親の名	子の名	区名	月日
古山明正 みさ子	ありさ 侑沙	北山田	7/19
久我英明 麻紀	ようへい 耀平	上市場	8/8
江澤一郎 直子	なつみ 夏海	上市場	8/8
末松 弘 佐和子	じゅんや 準弥	下之郷	8/6



インフォメーション

相談

行政相談

とき 10月23日(水)

午前9時~午後3時

ところ 農村環境改善センター
10月21日(月)から27日(日)までは行政相談強調週間です。

相談には、睦沢町の行政相談委員 河野道子さん(上之郷)が応じます。お気軽にご相談ください。

人権相談

とき 10月23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 10月1日(火)、8日(火)、

15日(火)、22日(火)、29日(火)

午後1時~4時

ところ 農村環境改善センター

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 10月15日(火)

午前10時~11時30分

ところ 農村環境改善センター

乳幼児健康相談・
歯科相談

とき 10月23日(水)

ところ 農村環境改善センター



簡単でおいしい!! E プロンママさん



ささみの チーズロール 揚げ



(1人分)

エネルギー221kcal
カルシウム73mg

材料(8人分)

- 鶏ささみ 8本
- カレー粉 大さじ1
- 塩 少量
- こしょう 少量
- 人参 40g
- いんげん 8本
- プロセスチーズ 60g
- 小麦粉 適量
- 卵 1個
- パン粉 適量
- サラダ油(揚げ油用) 適量
- レタス 80g
- プチトマト 8個
- サランラップ 適宜

作り方

ささみは、筋を取ってサランラップに包み、めん棒などでたたいてのばし、塩・こしょう・カレー粉で下味をつける。

にんじんは、1cm角の棒切りにして茹でる。いんげんは筋を取って茹でる。チーズも1cm角の棒切りに切っておく。

②を斜めに置いて、端から斜めに巻く。

③に小麦粉・溶き卵・パン粉の順につけて、油で色よく揚げる。

冷めたら、斜めに切る。レタスは洗ってちぎり、プチトマトは洗っておく。

④⑤を皿に盛りつける。

見つけた 今月のあてきな笑顔



子供料理教室で。



車いすで庁舎内を体験。

あとかぎ

「きゃ〜っつ」とホラー映画を見たかのように絶叫し、毎度ながら何を載せようか何をカットしようかと悩むお知らせ欄。(本当はカットしたくないんですけどね。)でも、ページに限りがある。みなさんにいろいろお知らせしたいし、でもって、内容が薄くなるのはさげたいし…。ああ、私があとかぎを書くとなぜか軽薄に…。(涙)

みなさんからいただいた情報や行政からの情報両方まんべんなく載せられたら、どんなに素晴らしいものができるか。思い浮かべて、ウキウキ。…なんです、思い浮かべてばかりでなかなか実行に移せない。もっと、精進せねば。「睦沢町」の色をもっと広報に載せたい!!今月も、「もっと」を繰り返して、終わってしまった不完全燃焼者。

(A.W)

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			
10・6	茂原中央病院	24-1191	宍倉病院	24-2171	長島医院	42-8800
13	長生内科神経内科医院	24-7752	高田整形外科医院	22-0111	よねもと整形外科	40-1065
14	吉田医院	34-3045	森川病院	25-2510	睦沢診療所	44-2236
20	鷓澤医院	34-2008	山之内病院	25-1131	岡田眼科医院	42-3529
27	志鎌医院	22-5105	君塚病院	25-1811	秋場医院	42-3323

夜間急病診療所 診療科目 内科・小児科 診療時間 午後8時～11時まで
茂原市八千代1-5-4(消防署裏) ☎24-1011
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