



平成14年  
No.416

12月



広報

# むつざわ

## Silent Night

クリスマスの催し物なども増え、通りの家々にイルミネーションがきらめく季節になりました。忙しさに心をどこかに忘れがちな師走ですが、きれいなイルミネーションで心にほっと一息、休息の時間を作ってみては？

### CONTENTS

- ・町の財政状況 2～3
- ・はじめまして 4
- ・町のできごと 6～7
- ・けんこう情報 8
- ・睦沢ふれあいまつり 10～11

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)

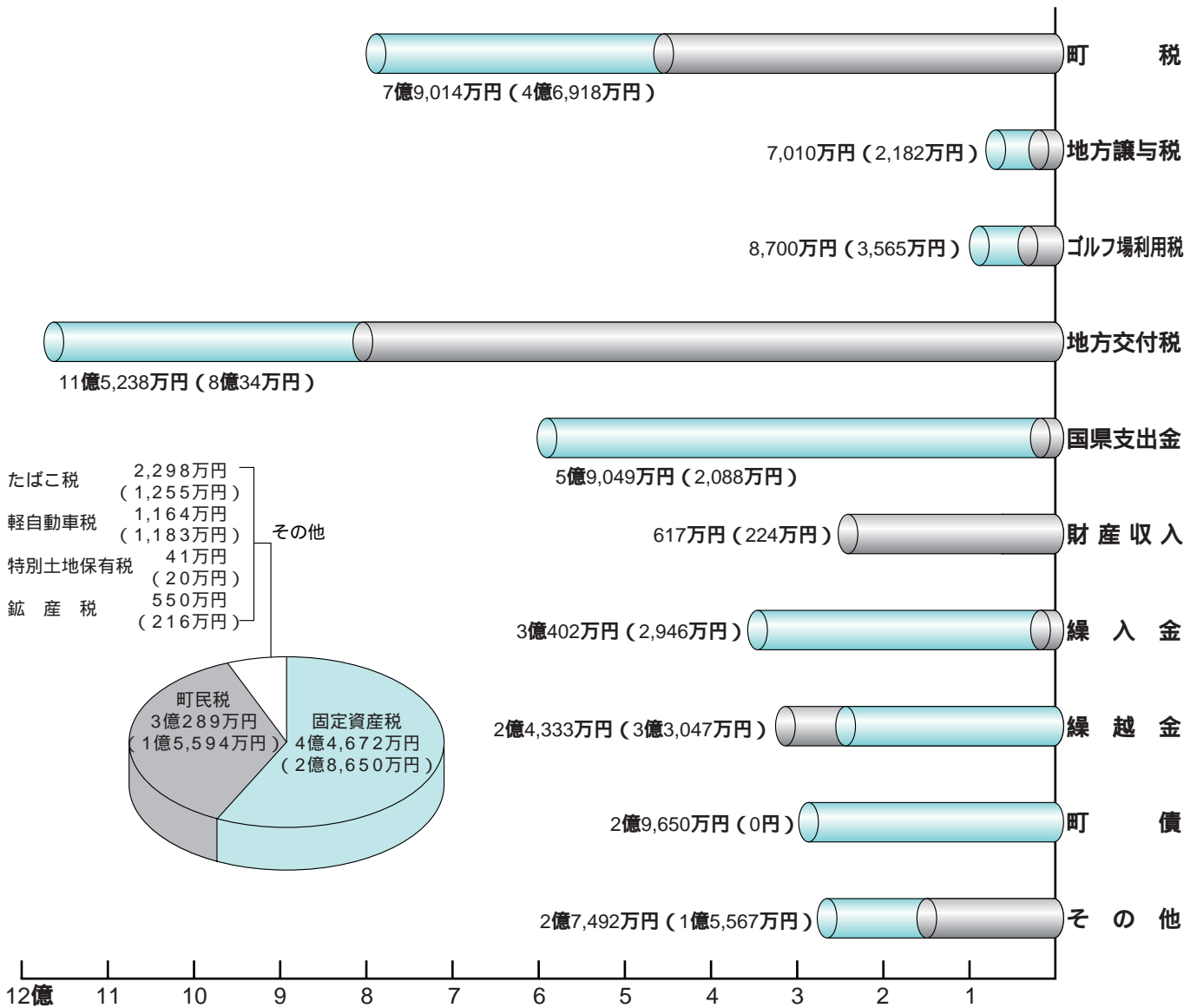
# 予算の執行状況 政 状 況

がどのように使われているかを知っていただくため  
(今回は平成14年度上半期(14年9月30日現在)です。)

一般会計

## 歳 入

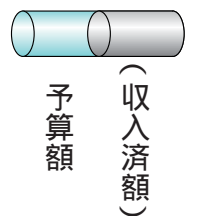
予 算 額 38億1,505万円  
 収入済額 18億6,571万円  
 収 入 率 48.9%(昨年+1.7%)  
 繰越予算額含む



## 特別会計

(単位：千円)

会計区分	予 算 額	収 入 済 額	支 出 済 額
国民健康保険	634,246	277,858	242,323
老人保健	762,453	356,418	318,899
農業集落排水	373,088	16,991	53,168
介護保険	360,661	173,754	135,617

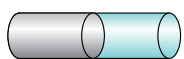
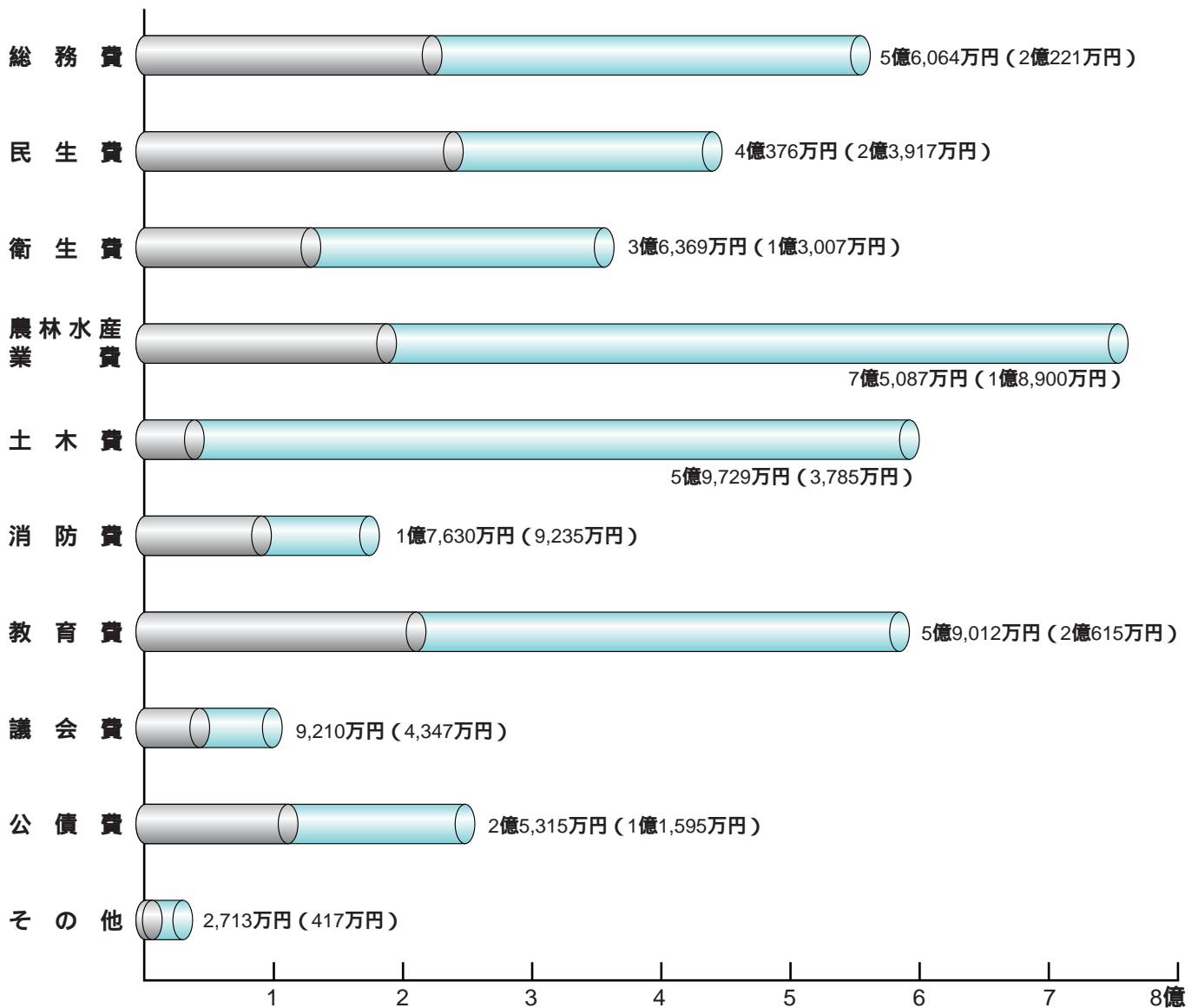


# 歳出

予算額 38億1,505万円  
 支出済額 12億6,039万円  
 支出率 33.0%  
 (昨年+2.7%)

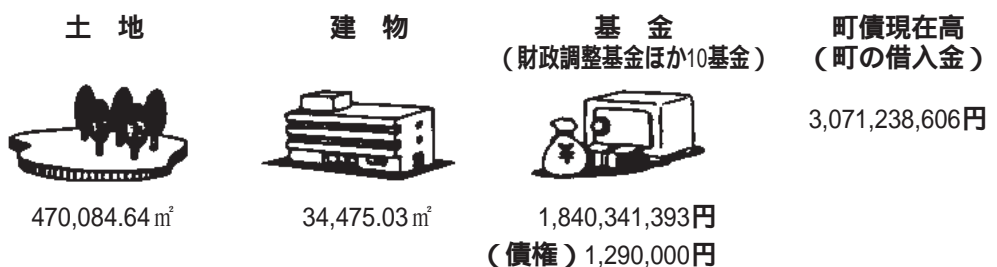
# 町の財

みなさんが納めた税金や、国や県からの補助金などに、町では年2回予算の執行状況を公表しています。



（支出済額）  
 予算額

## 町の財産





時田 紀子 さん(川島)  
町社会福祉協議会ヘルパー  
(平成13年6月)  
月平均15世帯を訪問。  
保健栄養推進員2年目。

待っていてくれる人が

いるということ。

それが心の支え。

ヘルパーの仕事を通して

とても笑顔が素敵な時田さん。ヘルパーという仕事を通していろいろな事を学んだそうです。

Q.. ヘルパーの仕事は具体的にどのような事をするのですか？

A.. 大きく分けて「家事援助」と「身体介護」の2つがあります。

「家事援助」には、買い物や利用者本人の身の回りの世話です。「家事援助」は、利用者が希望することを行うのですが、援助する範囲の見極めが難しいです。

Q.. どの様なところが難しいんですか？

A.. 利用者本人が、できることと、できないことの見極めが大切なんです。介助をしすぎてしまうと、利用者本人ができることもできなくなってしまう恐れがあるのです。どんな介助が必要となり、寝たきりになってしまう可能性もあるのです。

Q.. では、「身体介護」については？

A.. 「身体介護」は、入浴介助、清拭、排泄介護などです。

Q.. 「清拭」？

A.. 「清拭」とは体を拭いてあげることです。ちよっと難しい言葉ですよ。(笑)

Q.. とところで、ヘルパーを目指したきっかけは？

A.. お年寄りの介護を通してヘルパーという仕事に魅力を感じたので。

Q.. 実際、なってみてどうですか？

A.. ヘルパーの仕事はとても楽しいですし、ご年輩の方からいろいろな事を教えられます。

Q.. ヘルパーになるにはどうしたらいいのでしょうか？

A.. ヘルパーの講習が、1〜3級とありますので、それぞれに応じて受講します。

Q.. 今、何か目指しているものがありますか？

A.. 特に目指しているものというのはありません。今、まだ、ヘルパーが少なく必死に仕事をこなしている状態です。それだけにやりがいがあります。が、もっと、ヘルパーの仲間がほしいですね。まあ、基本的に家事ができればできる仕事ですから。(笑)

Q.. 何か心がけている事がありますか？

A.. そうですね…。いつも笑顔で、利用者の方々が楽しい気分になれるように心がけていますね。でも、それより何より、私たちヘルパーを待っていてくれる人がいるということ。それが、私たちヘルパーの心の支えであり、楽しみでもあるのです。

(11月14日談)

ゆりの木

ギャラリー

「ちびひごち

挿画作品展」

挿絵を中心として活躍してきた作家は、現在72歳。

素材にはこだわらず創作しているため、さまざまな作品を鑑賞していただけます。

新作を多数含み、30数点を展示中。

京都府立美術工芸学校卒業、九十九里町片貝在住。

とき 12月14日(土)まで

午前10時〜午後5時

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。

ところ 横の木学園内

ゆりの木ギャラリー

睦沢町上市場693

お問い合わせ

横の木学園

ゆりの木ギャラリー

塚本・深山

☎ 44 1212





# リユース... 繰り返し使う

一度使って不用になったものの中には、まだ使えるものもたくさんあります。使わなくなると捨ててしまえば「ごみ」。繰り返し使う人がいれば、「ごみ」にはなりません。

## 不用になったものは人に譲る

家具や家電、本、衣類、生活雑貨など、自分が要らなくなつたものでも、まだ十分使えるものであれば、他に使える人がいないか探してみましよう。  
町のリサイクルネットワークを活用しましょう。

もっと使おう！

## リターナブルびん

ガラスびんは洗えば何度でも繰り返し使うことができる容器です。ビールびんや一升びん、牛乳びんなどは「リターナブルびん」と呼ばれ、一度使われたら回収して洗浄して数十回も繰り返し使用されます。

リターナブルびんは、一回使つてリサイクルされる、スチール缶やアルミ缶、ペットボトルなどの「ワンウェイびん」とは違い同じ形のまま繰り返し使用された後リサイクルされます。ですから、リターナブルびんはワンウェイの容器と比べ資源を効率的に使い、地球環境にやさしい容器なのです。  
例えば、缶ビールからびんビールに代えてみる、それだけで、家庭のごみを一つ減らすことになります。



## 『睦沢町民の戦争体験』から(38)



# 敗戦の序曲

(河野 功・上之郷)

昭和19年6月15日午後1時過ぎ、太平洋上の小笠原群島の父島。本来ならば、エメラルドの海に浮ぶ亜熱帯植物にロマンを感じる美しい島だった。第一〇九師団(栗林忠道中将)配下の独立歩兵三〇八大隊は母島守備から硫黄島守備の1個中隊とともに父島に移ったばかりで、私の隊は大村小学校を仮宿舎としていた。島の海軍機とは全く違う爆音がして、空襲警報が鳴り響いた。突入して来る米軍機に一齐射撃をしていた時のことだった。

この6月15日は、ホートランド・スミス中将の率いる米軍海兵2個師団と陸軍1個師団が、50隻の大艦隊に守られて猛然とサイパン島に襲いかかって来た日だった。これは水上飛行艇を持つ父島の海軍基地をたたかため牽制作戦だった。米軍機の超低空爆撃で校舎は跡形もなく飛散消滅した。この火中に入っていたのが我が隊だった。

天地を震駭する大爆発音がして、校庭の石塔(昭和天皇が皇太子の時の父島訪問の記念碑)の際に倒れるように伏せた。あたり一面硝煙に包まれた。まったく見えなかった。どのくらい時間がたったか。気がつくとも離れたところにいる自分を発見した。無意識に移動して、銃を固く握っていた。硝煙が薄れると、変わり果てた屍が累々としていた。隣りに片腕がグシャグシャになり血みどろな戦友がいた。腕元をしっかりと血止めをして、肩を支え約600メートルほど

歩き看護兵に治療を依頼した。砂浜には重傷を負った戦友たちがいて、次々と息を引き取った。サイパンは第35軍南雲忠一中将を総指揮官にして善戦したが、激闘空しく2万5千人の日本軍は敗れ、1万人の在留邦人が断崖などから海に身を投じた。

戦争の悲惨さはとても筆舌に尽くすことができない。祖国の勝利を信じつつ若い命を国のために捧げた戦友のご冥福を心からお祈り致します。最敬礼。

(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』66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の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。



# 陸沢町町民体育祭 in 総合運動公園 (10月13日)

陸沢町町民体育祭が総合運動公園で10月13日(日)に行われ、いろいろ名場面、珍場面で、笑いあり、一生懸命な応援ありで楽しい体育祭でした。優勝は、白組(上之郷・下之郷・森・長楽寺)でした。



少しみなさん緊張なされているご様子。  
《謝辞》高師正年さん(大上)

連れ添って  
半世紀。  
結婚50周年記念祝賀式  
今年の対象者は26組で、役場  
3階会議室で祝賀式が10月20日  
(日)に行われました。

## 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



田嶋 千莉ちゃん(上市場)

平成13年12月13日生まれ

父 真司さん♥母 典子さん

目をきらきら輝かせてカメラをのぞき込む千莉ちゃん。テレビで犬を見ると「わんわん」と楽しそうに指さしています。

一番最初に覚えた言葉は「パパ」。お父さんが大好きなんだそうです。



試合中の中島くんです。

## またまた 好成績!! 睦沢少年柔道クラブ

—第4回睦沢町長杯・  
睦沢町議会議長杯争奪少年柔道大会—  
〈10月20日(日)〉

低学年1～3年生30kg未満で47名の選手が集まった中、見事、中島弘樹君(土睦小)が3位に入賞し、高学年4～6年生40kg未満で51名の選手が参加した中、佐藤翔平君(瑞沢小)が見事に優勝しました。

佐藤君は、9月の大会に続き2大会連続優勝を達成しました。

### 文芸 俳句

冬蝶に甘い匂いの乳母車  
 狛犬も深く眠れる神無月  
 雪帽子岩木お山がのしかかる  
 赤々と熟れ柿たわわ過疎の里  
 冬の夜板戸ゴトゴト風さはく  
 初紅葉絵よりきれいな湖水ゆく  
 日だまりの石に動かぬ冬の蝶  
 晩菊や茶店の紺の小座布団  
 梟や民話館より便り来る  
 八十路の秋永遠に遺影の夫若し  
 庭叩ふり向きてまた歩み寄る  
 (鎌倉路にて)  
 深落葉にねむる小地藏片日向  
 諸賢ふて日は山の端や籠重し  
 大屋根を抱くオリオン 片えくぼ

みなさんからの投句と身近な情報をお待ちしています。

政	篠	加	尾	田	葵	津	海	野	野	小	須	鈴	山
成	田	藤	手	邊	川	保	村	村	高	田	木	本	
一	と	秀	岳	き	か	小	信	善	い	ひ	基	阿	
行	み	子	城	わ	ける	汀	照	之	わ	ろ	次	以	



左 中島弘樹くん 右 佐藤翔平くん

# 読んで得する情報!

「冷え性」って何!?  
冷え性とは簡単に言うと血行不良のことです。私達は寒いと感じるとう血管がぎゅっと縮み、体温が外に逃げるのを防ぐ働きがあります。また、暑い時は血管を拡張させて体温を発散させます。このように血管の収縮を調整して、体温を一定に保つ役目を自律神経がしています。しかし自律神経がうまく働かなくなることで、一度冷えると必要以上に血管が縮み、なかなか温まらない冷え性が起こるので

「冷え性」って何!?  
私達の体は夏の暑さや冬の寒さといった自然環境にうまく適応できる働きをもっています。しかし冷暖房の普及により、外と室内に極端な温度差ができ、自律神経のバランスが崩れ、冷えを招きやすくなってしまったのです。  
冷え性になりやすい人は、  
\*ダイエットをしている。  
\*ダイエットにより必要以上の皮下脂肪を減らしてしまつと、新陳代謝が低下します。  
\*タバコを吸う。  
タバコを吸うと末梢の血管が収縮し血行が悪くなりま

## 女性に多い冷え性

す。冷えにより肩こりや便秘、頭痛といった体の不調が出てきます。

きつい下着を着けている。  
きついガードルやボディスーツは血行を悪くさせ冷えの原因をつくります。  
\*ミニスカートをよく履く。  
足と腰は特に冷えやすい部分です。短いスカートはこの部分をもちに冷やすのです。  
\*ハイヒールをよく履く。  
高いかかとの靴は常に体を緊張させています。また、姿勢も不自然になり血行を悪くさせます。  
\*強いストレスがある。  
ストレスは自律神経の調節を乱し、冷えを起こします。  
\*体を動かすことが少ない。  
特に、女性は男性に比べ筋肉が弱いので血行不良になりやすいのです。また、女性ホルモンは冷えに関係する自律神経の調節に大きく関わっていて、温度変化の影響を受けやすいといわれています。

# 冷え性にさようなら

## 体を温める食べ物

人参、ごぼう、大根、れんこんなど根菜類
しょうが、ねぎ、にんにく、にら、かぼちゃなど
ビタミンB1が豊富な食べ物
豚肉、玄米、胚芽米、うなぎなど
ビタミンEが豊富な食べ物
青魚、チーズ、レバー、ピーナッツ、大豆製品など



冷えにさようなら  
\*おいしく食べて  
体の中から温める  
冬にとれるものや寒い地方でとれる野菜・果物は体を温めます。またビタミンB1は糖質を分解しエネルギーとして燃焼させ、ビタミンEは血行をよくし、それぞれ体温を上げる効果があります。(表)  
\*ゆったりとした服装を  
特に下着はゆとりのあるものを選び、体との間に空気の層ができることで保温にもつながります。

\*お風呂でリラックス  
ぬるめのお風呂にゆっくり入ることで血行を促進し、ストレス解消にもなります  
体が冷えて体温が下がると、抵抗力がなくなり、風邪をひきやすくなります。日頃の生活を見直し、ぽかぽか暖かい冬を過ごしましょう。



# 平成15年度 千葉県生涯大学校学生募集

## ①応募資格

県内にお住いの60歳以上（昭和18年4月1日以前生まれ）の方で、かつ学習の成果を地域活動で役立てるなど社会参加意欲のある方。

## ②募集定員、登校日、通学区域

### (1)募集定員

生涯大学校には、5学園6校舎があり、募集定員は別表のとおりです。

### (2)登校日

登校日は、週1日（年間38日程度）ですが、各学園（校舎）により登校する曜日が異なりますので、入学案内で確認してください。

### (3)通学区域

学園ごとに通学区域（郡市別に）が定められておりますので、原則としてそれぞれの該当する学園に通学して学習することになります。入学案内で確認してください。

## ③授業料

授業料は、一般課程年額18,000円、通信課程年額4,000円です。

ただし、見学に要する経費、実習に要する材料費及び通信課程のスクーリングの宿泊費及び交通費等は、授業料とは別に負担していただきます。

## ④募集期間

12月27日(金)

## ⑤応募方法

入学案内に添付の入学願書に必要事項を記入し、生涯大学校事務局へ持参するか、又は郵送

してください。なお、当大学校所定の受付番号通知用はがき（50円切手貼付）及び合否通知用封筒（一般課程80円切手、通信課程90円切手貼付）を添えてください。（いずれもあて先明記してください。）

## 《入学案内の配布》

入学案内は、12月27日(金)までの期間、次のところで配布しております。

- 千葉県生涯大学校学園事務局
- 千葉県健康福祉部高齢者福祉課
- 各市町村役場高齢者担当課
- 各支庁社会福祉課

郵便で入学案内を請求される場合は、あて先（請求者の郵便番号、住所、氏名）を明記し140円切手を貼った返信用封筒（角2号24cm×33.2cm；A4判の小冊子が入るもの）を同封して、生涯大学校事務局に申し込みください。

## ⑥入学者の決定

平成15年1月末に生涯大学校事務局で公開抽選により決定します。

## ⑦問い合わせ先

- 千葉県生涯大学校事務局  
〒260-0801  
千葉市中央区仁戸名町666-2  
☎043(266)4705
- 千葉県健康福祉部高齢者福祉課  
〒260-8667  
千葉市中央区市場町1-1  
☎043(223)2328

### 別表 募集定員

課程・学科名	学園名 (千葉市)	東葛飾学園		東総学園 (銚子市)	外房学園 (茂原市)	南房学園 (館山市)
		浅間台校舎 (松戸市)	江戸川台校舎 (流山市)			
一般課程	福祉科	70名	70名	140名	70名	70名
	生活科	70名	30名	90名	30名	30名
	園芸科	140名	140名		70名	70名
	陶芸科	50名		50名	25名	25名
通信課程	500名					

1 ( ) は、各学園事務局の所在地です。

2 修業年限は、各学園の課程・学科ともに2年です。

先生の※△@▼-!!

「せっかく賞を取ったのに  
いっしょに褒めてくれない  
先生に一言を叫んだら、一  
位になってしまいました。  
(笑)」  
と、青少年の主張でした。

# 第1回大声コンテスト



わあ!!  
だ、誰!?  
あっ!!



あ…。  
う、うめ丸です。  
(ポツ)



最優秀賞 みどりの  
久保田 碧さん  
(瑞沢小4年生)

～ジャンボかぼちゃ  
コンテスト～

ジャンボかぼちゃのコン  
テストが、つどいの郷睦沢  
で行われました。

## 第23回 睦沢町農林商工まつり

# 睦沢

11月3日(日)

# ふれあい

# まつり

in 総合運動公園







こっこわいよ～

- はしご車体験 -

乗っている本人はとっても  
楽しそうですね。



## なが～い 太巻き寿司づくり

恒例のなが～い太巻き寿司  
づくりにはすごい人だか  
りが・・・。

▼どこまで続いているのだ  
ろう(笑)

▶あっ！！できたての太巻  
きに第一刀が！！



よいしょっつ  
竹馬はつたいけ～ん！！

国民年金アンケート  
みなさん真剣に答えていました。



自衛隊のみなさん



かっこいいですね。

おりゃー！！

- ユンボ体験 -

かっこいい！！

誰でも一度は動かしてみたい  
と思うはず。



抽選で

1等賞取りました

一等賞の賞品は・・・。

(ドラムロール)

パンパカパーン！！

食器洗い乾燥機です！！







☎ 44 0211

四季折々の  
体験講座

参加者募集

季節の風物や昔ながらの行事  
を学んでみましょう。

「クリスマスツリーを  
つくろうよ!」

とき 12月7日(土)  
午後1時30分  
ところ 中央公民館  
内容 クリスマスカードつく  
り・ツリーの飾り付け  
参加費 100円  
(当日集金)

12月の休館日

2日(月)
9日(月)
16日(月)
23日(月) (天皇誕生日)
28日(土)
31日(火)



昨年のしめ飾りづくりの様子

「しめ飾りづくりと  
甘酒」

とき 12月25日(水)  
午後1時30分  
ところ 中央公民館  
内容 しめ飾りづくりに挑戦。  
ホットな甘酒も飲めるヨ  
参加費 100円  
(当日集金)

両講座ともに、小、中学生と  
保護者が対象です。一般も可能  
ですが定員になり次第締め切り  
ます。  
詳しい内容や申し込みは、  
町教育委員会社会教育課  
(公民館)  
☎ 44 0211

12月の教室と事業

団体名	時間	日程
IT講習	9:00	
リーダー講習会	10:00	1日(日)
陶芸教室	13:00	
四季折々の体験講座「クリスマスツリーづくり」	13:30	7日(土)
書道教室	9:00	8日(日) 22日(日)
茶道教室	9:00	8日(日)
ペン字教室	13:30	
睦和大学	10:00	11日(水)
太巻き寿司教室(1年目の方)	9:00	14日(土)
天文教室	19:00	14日(土) 21日(土)(予備日)
体験講座(親子パソコン教室)	13:00	15日(日)
押し花教室	13:30	21日(土)
絵画教室	9:30	
フラワーアレンジメント教室	13:30	22日(日)
料理教室	13:30	
男性料理教室	9:00	25日(水)
四季折々の体験講座「しめ飾りづくりと甘酒」	13:30	

12月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
咲友会(民謡クラブ)	7日(土)・14日(土)・21日(土)	9:00
睦扇会(日舞・新舞踊)	7日(土)・21日(土)	19:00
民謡クラブ	14日(土)	11:00
フラワークラブ	18日(水)	9:30
詩吟クラブ	12日(木)・26日(木)	13:30
洋裁クラブ	10日(火)・24日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	4日(水)・18日(水)	9:30
カラオケクラブ	7日(土)・14日(土)・21日(土)	19:00
町暮会	21日(土)	13:00
町将棋会	15日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	7日(土)・21日(土)	19:00
成人書道クラブ	1日(日)	13:30
草木染め	1日(日)	13:30
手編クラブ	14日(土)・21日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	21日(土)	13:30
生け花サークル	7日(土)・21日(土)	18:30
着付けサークル	7日(土)・21日(土)	13:30
ふれあいダンス	7日(土)・14日(土)・21日(土)	19:00
フラダンス(歌謡芸愛好会)	14日(土)・21日(土)	19:00
社交ダンス	5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)	13:00
ワヒネ・フラ(フラダンス)	6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)	13:00
ペイントHIRO (トールペイント)	3日(火)・17日(火)	9:00
アンサンブル・ラメール (室内楽演奏)	11日(水)・25日(水)	9:00
友の会(フラダンス)	8日(日)・22日(日)	14:00
フォークダンス	4日(水)・11日(水)・18日(水)	13:30
民謡クラブ	14日(土)・21日(土)	14:00
押し花サークル	14日(土)	13:30
郷土愛好会読書会	13日(金)	13:30
東扇会(日舞)	4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)	13:00
琴美会(大正琴)	5日(木)・19日(木)	10:00
ダンス睦沢	7日(土)・21日(土)	13:00
ペン字友の会	14日(土)	13:30





昨年の陸沢ゆうあいマラソンスタートの瞬間

**陸沢 ゆうあい マラソン開催!!**

とき 平成15年1月19日(日)  
 小雨決行 選手集合午前8時

ところ 陸沢町総合運動公園

参加費 町内中学生以下(無料)  
 町外小中学生、一般(保険料500円)

☎ 44 1565



**内容**

5歳以上小学2年までの男女親子マラソン 1,000m  
 小学3・4年生男女 1,500m  
 小学5・6年生男女 2,000m

3月に行われる全国大会の選考会を兼ねます。

中学生男女 3,000m  
 一般男女(30歳以上女、50歳以上男) 3,000m  
 一般男女(30歳未満、30歳以上、50歳以上男女別) 5,000m  
 一般男女(30歳未満、30歳以上、50歳以上男女別) 10,000m

**申込方法**

●中学生は中学校へ、小学生以下のお子さんは加入している各子供会へ申し込んでください。加入していないお子さんは、直接中央公民館社会教育課へ12月24日(火)までに申し込んでください。

●町外の小中学生、一般については、参加費を添えて総合運動公園へ1月14日(火)までに申し込んでください。

問い合わせ先  
 中央公民館  
 担当 鶴岡 ☎ 44 0211  
 総合運動公園  
 担当 岡田 ☎ 44 1565

12月の休館日

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)  
 28日(土)～31日(火)

12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	陸沢テニスクラブ(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	10:00	青年バレー(陸沢中)
		太極拳(剣道場)			わかば会(ソフトテニス)
		少年柔道クラブ		19:30	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)	18:00	パドミントンクラブ		
20:30	陸沢アウルス(バスケット)			アウレッツ(ミニバス)	
水曜日	10:00	剣友会(剣道)	土曜日	20:00	少年柔道クラブ
		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)			みなの会(女性バレー)
木曜日	10:00	太極拳(剣道場)	土曜日	20:00	バレー愛好会
		フットサル(室内サッカー)			剣友会
木曜日	10:00	ひまわりクラブ			エアロピクス友の会

12月の教室

卓球教室	8日(日)、15日(日)	10:00	エアロピクス教室	13日(金)、20日(金)	19:30
軽スポーツ教室小1	5日(木)、12日(木)(テニス) 19日(木)	17:00	いきいき教室	12日(木)	13:30
軽スポーツ教室小2	6日(金)、13日(金)(テニス) 20日(金)	18:00	トレーニング講座(一般)	8日(日)、22日(日) トレーニングルーム	10:00
軽スポーツ教室小3	4日(水)、11日(水)、18日(水)	18:00	みんなで楽しめるスポーツ講座	22日(日)	9:00
幼児リズム運動教室	7日(土)、14日(土)、21日(土)	9:00		ファミリーバドミントン	
乳幼児親子運動教室	6日(金)、13日(金)	10:00			

## 12月の催し物

### 常設展

(県指定文化財の平安仏3体など  
陸沢の歴史と文化を通史的に展  
示)

と き 12月1日(日)~  
2月2日(日)

### 第4回仏像探訪

「君津地域の仏像」

(公民館バスで君津地域の寺院を  
訪ねて仏像鑑賞。定員になり次第  
締切らせていただきます。)

と き 12月7日(土)

## 資料館



だより

☎ 44  
0290



## 特別展

「総南の至宝  
未来への遺産」展の  
ギャラリートーク

10月20日(日)午後2時から、この特  
別展を担当した鈴木庄一学芸員により、  
展示解説がありました。

## 新収蔵資料紹介(25) センダワラ

藁を束ねて中程を縛り、回り  
を巻いていくようにして丸く作  
る。昭和30年代まで俵の底とフ  
タに使用したが、以後米を入れ

るのに麻袋になり、さらに紙袋  
になったので今は作らない。大  
多喜町下大多喜の高橋實さん製  
作、寄贈。



寄贈するセンダワラを製作する高橋さん

## 新刊紹介

### 『陸沢町史研究』第4号

内容は、調査研究「第4回陸  
沢町立歴史民俗資料館友の会企  
画展『田中麦雨と陸沢の文人』  
展の記録」(資料館友の会)、論  
説「陸沢町および岬町における  
ホウジャリの伝承と消滅の理

由」(宇野幸)、資料紹介「陸沢  
町上之郷の小高惣蔵家所蔵『諸  
国名所記』について」(久野一  
郎)、「平成14年度『陸沢町史研  
究』事業について」(鈴木庄一)  
です。



A5版67頁、  
資料館にて有償配布、  
1,000円



六義園入口で

(トピックス)

## 歴史の現場検証 「江戸の大名庭園」

10月19日(土) 東京都文京区駒込の六  
義園(りくぎえん)を見学して、帰りに巢  
鴨のとげ抜き地蔵を参詣してきました。  
参加者48名。



## 森之谷の観音講（佐貫）

佐貫森之谷の観音講はかつて「観音様」と言っていたが、今は「お念仏」とよんでいる。いつころから始まったか記録はないが、「嘉永生まれの女の人で声もいし踊りも上手な人が念仏の師匠格になっていた」という話が残っている。すでに幕末か明治のころには今のように盛んに行われていたらしい。

24、25年前、講を辞める人が続き、代わって若い人が出るようになり、それまでの人と世代交代のようになった。



念仏を唱える講員たち

「観音様」に集まる日は毎月の18日だったが、そのころから当番の都合のいい日曜日になった。昔は各戸から1人ずつ必ず出ていたが、今は各クミのうち何人かになり、講員は現在15名。当番は2人で、家順に時計回りで交代している。かつては新しく仏様ができると施主から頼まれて申いの念仏を催したが、今も先祖の冥福を祈って念仏を催している。念仏行事は観音様に向かつて前後2列に正座して、太鼓を持ち、最初に「お阿弥陀様」、次に「善光寺」、最後に「おさめ」で終了する。所要時間は15分くらい。昔は、子供念仏や友達を送る念仏など多くの念仏があったという。この観音講は、同地区内で保存されている『大塚山馬頭観世音菩薩縁起』に関係している。

（資料館学芸員・久野一郎）

## 会員募集

### 資料館友の会

資料館を活用しているいろいろ楽しむサークル。

年会費 一般会員2、000円

学生会員1、000円

特典 資料館と資料館友の会企画をお知らせ、資料館刊行物を割引、有料展が無料に。

問い合わせ・申し込み

資料館友の会事務局

☎ 0290

## 成人式

陸沢町教育委員会では、平成14年度の成人式を次のとおり挙行します。

とき 平成15年1月12日(日)

ところ ゆうあい館

日程

受付 午前10時30分～50分

式典 午前11時～45分

記念撮影 午前11時55分～

祝賀会 午後0時5分～

1時15分

2003年の新春に成人式を迎えられる皆様方に心からお祝い申し上げます。

なお、式典会場には家族席がありますのでご家族の方は、新成人をお祝いください。

## 長生郡市明るい選挙 啓発ポスター作品展

入選!!

陸沢中学校2年生  
中村 彩香さん

とき 12月2日(月)

15日(日)

ところ 茂原駅前学習プラザ

多目的ホール

(茂原駅南口再開発ビル

「サンヴェル」

(旧茂原そごう)6階)

展示作品

長生支庁及び県選管での審査会で入賞した作品39点

問い合わせ

長生支庁総務課企画調整班

☎ 22 1711

Fax 24 0459

## 自衛隊生徒募集

応募資格 平成15年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で中学校卒業した者または卒業見込みの者(昭和61年4月2日～昭和63年4月1日までの間に生まれた者)

受付期間 平成15年1月7日

(火)まで(締切日必着)

試験日 平成15年1月11日(土)

(試験会場は受験票交付時にお知らせします。)

身分 特別職国家公務員

待遇 給与(月額155,900円)・ボーナス(年間4.7か月分)が支給されます。

一般の高校と同様の教育を受けることができ、高校卒業資格が得られます。

お問い合わせ

自衛隊茂原募集事務所

☎ 25 0452

## 平成14年12月は届出の時期です!!

「医師・歯科医師・薬剤師で、免許を有する方」及び「看護職員・歯科衛生士・歯科技士で、12月31日現在県内で就業している方」は、平成15年1月15日までに管轄保健所への届出を忘れずにしてください。

お問い合わせ先

茂原保健所総務課

☎ 22 5167

# 社協だより



土陸小学校JRC委員会のみなさん

土陸社協では、土陸小学校JRC委員会児童が、自分達で大切に育てたお花を地区の民生委員さんと一緒に独り暮らしのお年よりの方へプレゼントしました。

## 友愛訪問



役場議場などを見学

## 町内バス巡り

瑞沢地区社協は、10月8日(火)、土陸地区社協は、10月29日(火)に、地区にお住まいの独り暮らしのお年よりを対象に町内バス巡りを行いました。

匿名 匿名  
1,500円  
883円

ありがとうございます(敬称略)  
(10月1日~31日)

## 初めてでびっくり！ 高齢者疑似体験

11月3日(日)に開催された「陸沢町農林商工まつり」の会場で、高齢者疑似体験を行いました。

体験を通しての感想

- 関節が曲がらないので食事をするのが大変。
- 視野が狭くなるのが、こんなに大変とは思わなかった。

その他、会場では、社会福祉協議会のリーフレットを配布し、PRを行いました。



うっ、腕がまがらなくて食べられないよー!!

## お年寄りも「やきいもパーティー」



ゲームと一緒に。楽しいね。

陸沢幼稚園では、サツマイモの苗植えをしてくださった上之郷老人クラブの方々を招いて「10月生まれの誕生会・やきいもパーティー」を行いました。園庭に火床を作り、園庭脇の畑でみんなで収穫したサツマイモを一人一人が火床の中に入れました。

やきいもができるまでの間、お年寄りに遊戯を見せたり一緒にゲームをしたりしました。熱々のやきいもを「フーフー」言いながら、みんなでおいしく食べ、楽しいひとときを過ごしました。

## 法務局からのお知らせ

### 年末における登記申請等の

### 早期提出について(お願い)

例年、12月になりますと登記申請が増加し、窓口が混雑することが予想されます。

つきましては、登記の申請及び登記簿の謄本(または、登記事項証明書)や印鑑証明書等の交付請求は、なるべくはお早めに提出されますようお願いいたします。

なお、年内の事務終了日(12月27日(金))間近に登記申請をされますと、年内に処理することができない場合も予想されますので、できるだけ早く申請されますようお願いいたします。

なるほど

# 国保だより

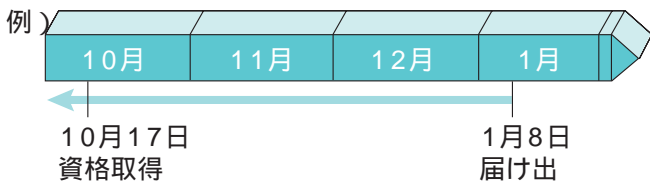
## 国保税の遡及賦課についてご理解を！

国保の大切な財源である保険税は、国保の資格が発生した月から納めていただくことになっています。

つまり、加入の届け出が遅れてしまった場合でも、加入した月（届け出た月）からの分を支払うのではなく、資格が発生した月までさかのぼって納めていただくなくてはなりません。

国保は万が一の病気やけがにかかる医療費の負担を軽くするためにみんなで助けあう制度です。

制度をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。



保険税は、届け出をした1月から、資格のできた3か月前までさかのぼった10月分から納めます。

リサイクルネットワーク

ゆずってください

ゆずります

今回はありません。

リクライニング座椅子  
二段ベッド

- 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お申し込みください。

申し込み・問い合わせ  
役場環境課（庁舎2階）  
☎44 2515  
FAX 44 1729

教えて！



# ねんきん

ななちゃん

## 年金相談はどこに行ったらいいのでしょうか

**Q** そろそろ年金を受ける年齢になりますので、年金が確かに受けられるか、どのくらいの額になるか知りたいのですが、どこに聞いたらいいのでしょうか。

**A** 加入していた年金制度によって、ご相談先が異なります。

加入していた年金制度	相談先
・国民年金の第1号被保険者期間のみの方	役場住民課保険年金係
・国民年金の第3号被保険者期間のある方 ・国民年金と厚生年金に加入していた方 ・厚生年金に加入していた方	社会保険事務所 (58歳から年金見込み額のご相談ができます)
共済年金については、加入していた共済組合へご相談ください。	

### 国民年金の第1号被保険者：

自営業、農業、学生など国民年金保険料を納める方

### 国民年金の第3号被保険者：

厚生年金(会社員)や共済組合(公務員)に加入している方に扶養されている配偶者

## 出張年金相談

とき 12月5日(木)

午前10時～午後3時

ところ 茂原市役所 1階101会議室

問い合わせ

千葉社会保険事務所

☎043-242-6324



## ゴミの収集日

## 1 コース

燃えないゴミ... 12月10日(火)

資源ゴミ... 12月17日(火)

粗大ゴミ... 12月24日(火)

## 2 コース

粗大ゴミ... 12月5日(木)

資源ゴミ... 12月12日(木)

燃えないゴミ... 12月19日(木)

燃えるゴミの収集日は、月・水・金曜日です。

特定疾患医療受給者票  
をお持ちの方へ  
茂原保健所

現在をお持ちの特定疾患医療受給者票の有効期間が、平成15年3月31日までになっている方で、継続して医療を受ける必要がある方は、下記のとおり保健所で継続手続きをしてください。

受付 平成15年1月6日～3月31日までの土日祝を除く平日の午前9時～午後5時まで

方法 ①印鑑②受給者票を持って保健所にお越しください。

なお、保健所から平成14年末に案内等が郵送されている方は、その書類を受給者票に記載されている内容に変更がある場合は変更に関する書類も持参してください。

3月末は、混み合いますので早めの手続きをお願いいたします。

工業統計調査に  
ご協力を！

工業の実態を明らかにするため製造業を営む事業所を対象として毎年12月31日現在で、工業統計調査を実施しています。調査員が伺いますのでご協力をお願いします。  
経済産業省 千葉県 睦沢町

動物は次のことに注意し  
正しく飼いましょう！

- 動物には、飼い主がわかるよう名札をつけましょう。  
また、犬の首輪には登録鑑札と狂犬病予防注射票を付けることが法律で義務付けられています。
- 動物は責任を持って終生飼いましょう。動物を虐待したり、捨てたりすると、法により罰せられます。
- 犬や猫がみだりに繁殖しないよう、避妊・去勢手術等の措置に努めましょう。
- 犬や猫に公の場所や他人の敷地内で排泄させるような行為はやめましょう。
- 犬の放し飼いは禁止されています。犬の運動をさせる場合は、犬を制御できる人が引き綱で行いましょう。
- 猫は、屋内で飼いましょう。猫を屋外で飼うと、感染症や交通事故などの危険があります。
- カミツキガメ、ワニガメ等の県条例で規定された危険な動物を飼う場合は、保健所長の許可が必要です。動物を飼う前にお問い合わせください。

問い合わせ 茂原保健所  
☎22-5167



放つておかないで。  
悲しくなっちゃうよ。  
ちゃんと飼ってね。

## 『労災かくし』は犯罪です！

労働者が、仕事にけがをしたり、業務上の疾病にかかったなどの労働災害については、労災保険による補償（治療費、仕事を休業している間の賃金等）の対象であり、この場合には、健康保険は使用できません。

また、労働者の休業を伴う労働災害については、労働安全衛生法第100条に基づき所轄労働基準監督署長に対し、「労働者死傷病報告」を提出しなければなりません。この報告を提出しない又は虚偽の内容を記載して報告した場合には、労災かくしとして、司法処分を含め厳正に対処することとしていますが、平成13年においては労

災かくしで全国において126件が検察庁に送検されているなど、労災かくしの増加が懸念されています。

労災かくしが横行することとなれば、事業所における同種災害の再発防止対策の確立などに支障を生じさせるなどへの弊害を招くこととなります。このため、千葉労働局では、労働基準行政の重点施策の一つとしてこれまで以上にその指導を徹底し、厳正な対応を図っていくこととしています。

問い合わせ先

千葉労働局労働基準部監督課  
☎043-221-304



インフォメーション

## 相 談

### 行政相談

と き 12月11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

第54回人権週間(12月4日～10日)

人間は誰でも「幸福な生活を送る権利」を持っています。これが人権といわれるもので、人間が人間らしく生きるためになくてはならない権利です。

法務省と全国人権擁護委員連合会は、この大切な権利を守るために努力していますが、特に、毎年12月4日から10日までを「人権週間」として、人権についての正しい理解と相手の立場を考えた明るい社会を築くため、各種の行事を行っています。

あなたの人権は守られていますか。他人の人権を侵していませんか。この機会に、人権についてもう一度考えてみてはいかがでしょうか。

みなさんがこれは人権問題ではないだろうかと感じたり、困りごとや心配ごと、また、子どものいじめ問題等での悩み事などがありましたら、遠慮なくご相談ください。

町では、下記のとおり人権相談所を開きます。

相談日  
と き 12月11日(水)  
午前9時～午後3時  
ところ 農村環境改善センター  
相談は無料で、秘密は固く守られます。

### 心配ごと相談

と き 12月3日(火) 10日(火)  
17日(火) 24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 12月17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 12月18日(水)  
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。13日(金)午前9時から電話で予約を受け付けます。

と き 12月20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

### 障害者・高齢者の 人権相談110番

千葉県弁護士会では、障害者・高齢者に関する人権問題、法律問題(財産問題、金銭問題、家族問題)全般についての相談会を行います。

開催日時 12月9日(月)  
午後1時～午後4時  
相談方法 臨時電話☎043 227-5460による相談  
ただし、面談相談を希望される方は、予め千葉県弁護士会に電話で申し込んで下さい。(相談料無料)  
問い合わせ 千葉県弁護士会  
☎043-227-8431

### 県税の休日納税窓口

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 12月15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  
お問い合わせ 長生支庁税務課  
☎22-1721



### 結 婚

末長くお幸せに

区 名	氏 名	氏 名	氏 名
佐 貫	平 山	智 行	晶 子
上市場	熊 切	康 秋	子 子

### 誕 生

おめでとうございます

親の名	子の名	区 名	月日
鳴海智夫 直美	りこ 璃子	川 島	10/2
中村博文 眞喜子	あやね 彩音	上之郷	10/4
露崎達也 乃倫子	りつら 律良	上市場	10/7
渡邊 清 葉月	あゆみ 愛弓	下之郷	10/14

### 弔

おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区 名	月日
市原 公臣	77	寺 崎	10/11
鈴木 早苗	88	佐 貫	10/13
高師 得松	92	上之郷	10/16
相川 悦子	52	大 上	10/21
宇野 茂	60	大 上	10/22
熱田 勝夫	68	川 島	10/26
川野みき工	70	川 島	10/29

### 陸沢町の人口と世帯

11月1日現在 ( )は前月比  
人 口 8,234人 (-5人)  
男 4,040人 (-8人)  
女 4,194人 (+3人)  
世帯数 2,492戸 (-3戸)



# 簡単でおいしい!! エ プロンママさん

## スイートポテト (和風)



(1人分)  
エネルギー(1個) 22kcal

- 材料(16個分)  
 サツマイモ・・・200g  
 卵黄・・・大2個分  
 コンデンスミルク・・・大さじ3  
 塩・・・少量  
 黒ごま・・・少量  
 みりん・・・少量

卵黄が多いと丸めにくいので、丸めやすいかたさで、サツマイモの量などを加減してみてください。

### 作り方

サツマイモは2～3cm厚さの輪切りにし、皮を厚めにむき、水に30分ほどさらしてあくを抜く。

水を切って、たっぷりの水を火にかけ、やわらかくゆでる。

のゆで汁を捨て、熱いうちに、すりこ木等でつぶす。

④ ③に卵黄を仕上げ用に少し残して加え、さらにコンデンスミルク、塩も加えてよく混ぜ合わせ、小さく丸めて上下を平らにする。

⑤ 残しておいた卵黄にみりんをほんの少し加えたものを④の表面に塗り、ごまをふりかける。180のオーブンで7～8分焼く。

簡単でおいしい和風のスイートポテトです。

## 見つけた 今月のあてきな笑顔



睦沢  
ゆうあい  
まつり  
11月3日(日)

### あしがき

最近、あるところで、日本人は多宗教だと批判する人がいました。

でも、本当に良くないことなんでしょうか。無理に諸外国のように一つの宗教だけを信じるというのをまねなくてもいいのでは？それこそ、猿まね文化なのでは？「いいとこ取りができる」、それが日本人なのでは？それに行事が増えていいじゃないですか。お祭り好きの日本人には。(笑) (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			
12・1	聖光会病院	35-5151	山之内病院	25-1131	津谷クリニック	32-5645
8	宮本内科医院	22-3770	宍倉病院	24-2171	長島医院	42-8800
15	鶴澤外科内科クリニック	34-2496	君塚病院	25-1811	睦沢診療所	44-2236
22	長生内科神経内科医院	24-7752	長生病院	34-2121	鈴木医院	42-3111
23	長生病院	34-2121	鎗田整形外科医院	24-8686	長生八積医院	32-3282
29	鈴木医院	22-2630	高田整形外科医院	22-0111	岡田眼科医院	42-3529
31	大塚内科	23-6121	菅原病院	25-1171	よねもと整形外科	42-1065

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