

住もうむつざわ 行こうむつざわ 「新しいまちのかたち」がここにある

広報むつざわ

No.626

6月

June 2020



おいしいお米が
沢山とれますように！



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

特別定額給付金に関するお知らせ

高齢者総合相談窓口のお知らせです／献血のご協力をお願いします
住宅のリフォームを補助します！／児童手当現況届の提出期限です！

毎月25日は防災の日です



アプリ「マチイロ」



...and more

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う 「新しい生活様式」の実践例



1. 一人ひとりの基本的感染対策

▶ 感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- ☐ 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
 - ☐ 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
 - ☐ 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
 - ☐ 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用。
 - ☐ 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
 - ☐ 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）
- ※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

▶ 移動に関する感染対策

- ☐ 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- ☐ 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- ☐ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- ☐ 地域の感染状況に注意する。

2. 日常生活を営む上での基本的生活様式

- ☐ まめに手洗い・手指消毒 ☐ 咳エチケットの徹底 ☐ こまめに換気
- ☐ 身体的距離の確保 ☐ 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱または風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



外出控え



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

3. 日常生活の各場面別の生活様式

▶ 買い物

- ☐ 通販も利用
- ☐ 1人または少人数ですいた時間に
- ☐ 電子決済の利用
- ☐ 計画をたてて素早く済ます
- ☐ サンプルなど展示品への接触は控えめに
- ☐ レジに並ぶときは、前後にスペース

▶ 娯楽、スポーツなど

- ☐ 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ☐ 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ☐ ジョギングは少人数で
- ☐ すれ違うときは距離をとるマナー
- ☐ 予約制を利用してゆったりと
- ☐ 狭い部屋での長居は無用
- ☐ 歌や応援は、十分な距離をとるかオンライン

▶ 公共交通機関の利用

- ☐ 会話は控えめに
- ☐ 混んでいる時間帯は避けて
- ☐ 徒歩や自転車利用も併用する

▶ 食事

- ☐ 持ち帰りや出前、デリバリーも
- ☐ 屋外空間で気持ちよく
- ☐ 大皿は避けて、料理は個々に
- ☐ 対面ではなく横並びで座ろう
- ☐ 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ☐ お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

▶ 冠婚葬祭などの親族行事

- ☐ 多人数での会食は避けて
- ☐ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

4. 働き方の新しいスタイル

- ☐ テレワークやローテーション勤務 ☐ 時差通勤でゆったりと ☐ オフィスはひろびろと
- ☐ 会議はオンライン ☐ 名刺交換はオンライン ☐ 対面での打合せは換気とマスク

特別定額給付金に関するお知らせ

1. 給付対象者および受給権者

- (1) 基準日（令和2年4月27日）において、住民基本台帳に記録されている方
- (2) 受給権者は、その者の属する世帯の世帯主の方

2. 給付額 給付対象者1人につき10万円

3. 申請方法

(1) 郵送申請方式

1. 町から郵送される申請書に必要事項を記入し、裏面に次の書類を添付してください。

- 振込先口座確認書類（通帳やキャッシュカードのコピー）
- 本人確認書類（運転免許証などのコピー）

2. 返信用封筒に入れて役場福祉課へ郵送してください。

(2) オンライン申請方式

オンラインサービス・マイナポータルの「**ぴったりサービス**」による、マイナンバーカードを活用して行うオンライン申請

1. マイナンバーカード（受取時に設定した暗証番号も必要）

パソコンとICカードリーダーライター（またはマイナンバーカード対応のスマートフォン）

- (1) 暗証番号の問い合わせは受け付けておりません。
- (2) 暗証番号をお忘れの場合は、役場税務住民課で再設定する必要があります。

2. 操作がわからないときには

【マイナポータル（ぴったりサービス）の操作に関する問合せ先】

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178

※おかけ間違いのないよう十分注意してください。

音声ガイダンスに従い、「4（マイナポータルに関するお問合せ）」を選択した後、「1（ぴったりサービス、または法人設立ワンストップサービスに関するお問合せ）」を選択してください。

4. 給付方法 原則として申請者（世帯主）の本人名義の銀行口座への振込みにより行います。

5. 受付および給付開始日

- 1 給付金申請書・・・5月15日（金）発送済みです。
- 2 郵送申請受付・・・5月18日（月）から開始しています。
- 3 口座振込開始・・・最短5月28日（木）から、随時振込みしております。
- 4 郵送申請締切・・・8月18日（火）消印有効です。

特別定額給付金のサギにご注意ください

- * 現金自動預払機（ATM）の操作をお願いすること。
- * 受給にあたり、手数料の振込みを求めること。
- * メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること。

以上のことを、睦沢町役場や総務省からお願いすることは、絶対にありません。

怪しいと思ったら、**茂原警察署** ☎(22)0110 へご相談ください。



問い合わせ 役場福祉課 福祉班 ☎(44)2504（直通）

応対時間 8:30～17:00まで（土曜日、日曜日、祝日を除く）

注1）特別定額給付金に関するお問合せや相談は、上記以外では受付しておりません。

注2）電話がつながりにくい時間帯があります。つながらない場合には、時間を置いておかけ直してください。

集団健康診査の延期について



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、6月実施予定の以下の集団健康診査を延期します。

なお、個別健康診査についても医療機関の状況より現在実施しておりません。

今後の実施については決まり次第お知らせします。

- 特定健康診査
- 後期高齢者健康診査
- 若者健康診査
- 前立腺がん検診
- 肝炎ウイルス検診
- 結核検診
- 肺がん検診
(喀たん検査含む)

問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班
☎(44) 2506 (直通)

マスクの寄付をいただきました

町商工会・青年部・女性部、町PTA連絡協議会から、こども園の園児、小中学校の児童・生徒全員に、1人5枚のマスクの寄付をいただきました。

株式会社松崎組から、1万枚のマスクの寄付をいただき、町の介護施設や医療機関、社会福祉施設、妊婦の方々へ配布させていただきました。今後、こども園の園児、小中学校の児童・生徒、そして教職員へ配布します。

また、伊勢化学工業株式会社から、2千枚のマスクの寄付をいただきました。
ありがとうございます。



高齢者総合相談窓口

睦沢町地域包括支援センターからお知らせです

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して生活できるように、町では、総合相談窓口として地域包括支援センターを設置しています。保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士が支援を行っています。それぞれの専門知識を生かし、「チーム」として総合的に高齢者の皆さんを支援しています。

こんな仕事をしています

自立して生活できるように支援します

- ・寝たきりなどへの不安はありませんか
- ・高齢者や家族の介護に関する問題に対応します。
- ・いつまでも元気で生活できるよう支援していきます。

高齢者の皆さんの権利を守ります

- ・お金の管理や契約などに不安はありませんか
- ・成年後見制度の紹介や高齢者の虐待防止（早期発見、対応）に努めます。

様々な相談を受け付けています

- ・生活の中で困っていることや心配なことはありませんか
- ・「どこに相談するかわからない」といった悩みも、まずはご相談ください。

問い合わせ

町地域包括支援センター（役場健康保険課内）
☎(44) 2531



今だからこそ、生活習慣を見直し、免疫力を高める生活を心がけましょう

管理栄養士：中村 智美

《免疫（免疫力）とは》

免疫は、体内に入ってきた異物に対して攻撃する力を生まれながらにして持つ「自然免疫」と、一度病気がかかったら二度とかわらない、あるいは抵抗ができる「獲得免疫」があります。

インフルエンザのウイルスや細菌など、体にとつての異物が体内に侵入すると、体の免疫システムが働き、侵入してきた異物から体を守り、さらに、体内で発生したがん細胞などにも対応します。つまり、免疫力が低くなると、がんやインフルエンザなどの様々な病気にかかりやすくなってしまうということです。それでは、免疫力を高めるためにはどのようにすればよいでしょうか。

《十分な睡眠をとる》

質のよい睡眠は、リンパ球の増加や細胞の成長や修復、疲労の回復、自立神経を整えることにもつながります。

- ・就寝（約1〜2時間）前に入浴する。
- ・寝る（30分〜1時間）前に携帯

帯電話やパソコンなどの光を浴びない。

- ・起床時にはカーテンを開けて朝の光を浴びる。
- ・体内時計を整えるために出来るだけ起床時間を一定にする。
- ・適度な運動をする。

《ストレス解消と笑いを取り入れる》

過剰なストレスは、自律神経のバランスを崩しやすくなります。

日々の生活の中でストレスを溜め込まないように会話をしたり、趣味、ウォーキングや軽い運動を行うなどして解消しましょう。他にも、お風呂で温まったり、温かい飲み物を飲むなどで血行が良くなり、リラクゼーション効果が高まります。また、笑うことで自律神経のバランスを整えたり、免疫力を上げるなどの効果があります。

《1日3食バランスのよい食事を規則正しく摂る》

バランスの良い食事のポイントには次の3つが毎食揃っている

ことです。

- ①主食（ご飯、パン、麺類などの主に穀類）
- ②主菜（魚、肉、卵、大豆製品などを使ったメイン料理）
- ③副菜（野菜、海藻などを使った煮物、炒め物、和え物、サラダなど）

不足しがちな野菜料理を増やして食事に色どりを加えるなど意識しましょう。また、朝食を摂ることで体温の上昇や基礎代謝を上げる効果、体内時計を整える働きもあり、免疫力を高めることにもつながります。

《腸内環境を整えて免疫力を高める》

腸は、食べ物を消化・吸収する場所ですが、外から入ってきた食品とともにウイルスや細菌などが侵入するリスクが高いため、体全体の免疫細胞の約7割が集まっています。よって腸内環境を整えることがポイントになります。まず、バランスの良い食事を規則正しく摂ることで腸が活発に動き出します。発酵食品、食物繊維、オリゴ糖などが腸内環境を整えて免疫力を高

めてくれます。また、たんぱく質を摂取することで免疫細胞の働きを良くしてくれます。さらに、ビタミンAやビタミンEなどのビタミン類、亜鉛やセレンなどのミネラル類、コレステロールなども免疫細胞強化に必須の栄養素です。他にもワインや緑茶などに多く含まれるポリフェノール、青魚に含まれる多価不飽和脂肪酸、抗酸化作用のあるビタミンCやビタミンE、βカロテンなども免疫力を高める効果が期待できます。

しかし、腸内環境や免疫細胞の働きは、人によって大きく異なります。そのため、ある特定の食品を食べれば免疫力が高まるというわけではありません。

例えば、ある人に効果があったからと言って、別の人にも効果があるとは限りません。免疫力を高める効果のある食品を意識しながらも、バランスよく摂取することが大切です。ご自分の生活習慣を見直し、免疫力を高める生活を心がけましょう。



相談

移動交番を開設します

茂原警察署が安全で安心な生活のお手伝いをさせていただきます。

④各種相談、各種届出受理、
防犯・交通安全講話

⑤6月4日(木) 10:00～11:30
6月16日(火) 13:30～15:00
6月23日(火) 13:30～15:00

⑥町中央公民館

⑦茂原警察署 ☎(22)0110

行政情報

2020年工業統計調査にご協力をお願いします

令和2年6月1日を基準として、『2020年工業統計調査』が全国一斉に行われます。この調査は、製造業を営む事業者を対象に、1年間の生産活動を伴う製造品出荷額・原材料使用額などを調査し、製造業の実態を明らかにするための重要な調査です。調査対象となる事業所の皆様は、調査票を5月から6月にかけて直接郵送でお届けしますので、記入・提出などにご協力をお願いします。

⑧役場総務課 総務班
☎(44)2500

相談

若者就労支援機関

千葉南東部地域若者サポートステーション

千葉南東部地域若者サポートステーション(通称:サポステ)では15～49歳の若者と、その家族を対象に就労支援を行っています。就労活動などの悩み相談を受付けています。

⑨月～金曜 9:00～17:00

(年末年始・祝日を除く)

⑩茂原市役所9階

⑪無料

⑫☎(23)5515

予約:月～金曜(祝日を除く)

行政情報

関東総合通信局からのお知らせ

総務省では、6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化月間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動および不法無線局の取り締まりを強化しています。

安全で豊かな社会を実現するために、電波はルールを守り、正しく使いましょう。

⑬不法無線局による通信・妨害

☎03(6238)1939

テレビ・ラジオの受信障害

☎03(6238)1945

血液の安定的な確保のために 献血にご協力を！

⑭と き 7月3日(金) 10:00～12:00 13:15～16:00

⑮と ころ 町農村環境改善センター

千葉県赤十字血液センターでは、献血受入れにあたり、感染症防止対策に取り組んでいます。

血液は、長期保存できません。患者さんが必要とする時に血液を届けるためには、年間を通じた継続的な献血が不可欠です。

みなさんのご協力をお願いします。

⑯問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

日曜・休日当番医

月 日	医療機関名						
	内科系		外科系		一宮地区		
6月 7日	山之内病院	25-1131	きたじまクリニック	26-7050	長生村	長生八積医院	32-3282
6月14日	上茂原診療所	25-2510	須田外科・歯科医院 ※歯科は対応しておりません	23-7748	長生村	津谷クリニック	32-5645
6月21日	穴倉病院	24-2171	穴倉病院	24-2171	一宮町	よねもと整形外科	40-1065
6月28日	すだ内科医院	24-7717	公立長生病院	34-2121	一宮町	長島医院	42-8800

診療時間／ 9:00～17:00 ※変更になる場合もあります。救急の患者さんが優先となりますので、ご了承ください。

消防本部へお問い合わせください。☎(24) 0119

夜間急病診療所／診療科目:内科・小児科/受付:19:45～22:45 /茂原市八千代 1-5-4 (消防署裏) ☎(24) 1010

夜間急病診療所電話案内／☎(24) 1011 / 19:00～翌 6:00

こども急病電話相談／ 19:00～22:00 /局番なしの #8000 /ダイヤル回線からは ☎043 (242) 9939



キューオングループの教育事業はお陰様で37年目。ふるさと「むつざわ」の未来を担う子供達のためにベストを尽くします。ご期待ください。



●小・中学生のための学習サポート(主要5教科)コース新設！！

教科書の内容をしっかりとサポート！(パソコン不要の在宅学習制度もあります。)

幼・小・中・高一貫教育システム 国語・英語・数学・ピアノ教室《各種検定・模擬試験実施》

全日本家庭教育研究会外房支部 キューオングループ **久我塾**

日本児童英語振興協会 会員 全日本ピアノ指導者協会(ピティナ) 正会員教室

TEL:0475-22-8601 (茂原事務局・平日 10:00～18:00) 睦沢町北山田252(富貴楽橋そば)

※事務局業務時間外はEmailまたはTEL:0475-44-0826(睦沢本社・久我)で受け付けます。Email: kyuongroup9080@gmail.com

今

月

の

俳

句



柏餅買って城下の街歩き
 葉桜やコロナのマスクして受信
 自転車道より青鷺の群確認
 感染予防のマスク誰も彼もしていたり

(河野 悦子)
 (中村真砂雄)
 (葵 かける)
 (小川 澄)

各種相談窓口

●心の電話相談

心に悩みを抱えている方は、ご相談ください。ひとりで悩まず相談しましょう。

6月の日程

1日(月)、10日(水)、18日(木)、
26日(金)、28日(日)

受付時間：10:00～12:00

13:00～15:00

直通電話：☎(44)0022

●乳幼児健康相談

身体計測、栄養・育児相談

☎6月25日(木)

受付 14:00～15:00

☎町農村環境改善センター

☎役場福祉課 子育て推進班

☎(44)2578



●行政・人権相談

☎6月10日(水)

10:00～15:00

☎町農村環境改善センター

相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

☎役場総務課 総務班

☎(44)2500

●法律相談

☎6月12日(金)

10:30～12:30

☎(44)2500

☎役場1階町民相談室

要予約 先着4名まで

相談時間 1人30分

☎相談料 無料

☎・☎役場総務課 総務班

☎(44)2500

●消費生活相談

悪質商法の被害や契約上のトラブルなど消費生活に関する相談を受け付けます。

秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

☎役場産業振興課 産業振興班

(消費者ホットライン)

☎(44)2505

Population

人のうごき(陸沢町の人口)

●人口 6,962人 (-5)
 男性 3,393人 (-1)
 女性 3,569人 (-4)
 ●世帯数 2,788世帯 (+7)
 ()は前月比
 令和2年4月30日現在

●お誕生おめでとうございます

親の名	子の名	性別	月日
御園生 憲利裕子	ジュンヤ 竣也	男	3月30日
浅野 将光裕子	ノノカ 希香	女	4月17日
江澤 広太知代	アキオ 明生	男	4月19日

●おくやみ ご冥福をお祈りします

亡くなった人	年齢	区名	月日
柳川 清	86	大上	4月8日
田中 文	102	小滝	4月9日
峯島 徳枝	93	上市場	4月11日
鈴木 みつ	99	大上	4月14日
中村雅司郎	65	上市場	4月15日
千葉アキ子	77	下之郷	4月24日
市原 君子	87	寺崎	4月25日
岡田 茂	85	妙楽寺	4月29日

掲載については事前に掲載希望の確認を行っています。

特別弔慰金の請求を受け付けています

戦後70周年に当たり、戦没者のご遺族に弔慰の意を表すために支給される第十一回特別弔慰金の請求を受け付けています。

◎支給対象者

戦没者の死亡当時のご遺族で令和2年4月1日(基準日)において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金を受ける方(戦没者の妻や父母など)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

1. 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

2. 戦没者の子

3. 戦没者の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹(注1)

4. 1から3以外の戦没者の三親等内の親族(甥、姪)(注2)

注1. 戦没者の死亡当時、生計関係を有していることの要件を満たしているかどうかにより、順位が入れ替わります。

注2. 戦没者の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有し

ていた方に限ります。

◎支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債

◎請求期間

令和2年4月1日から令和5年3月31日まで

※令和5年3月31日を過ぎると請求することができなくなります。

請求書を提出してから特別弔慰金の支給(記名国債の交付)まで1年半程度かかります。また、戦没者の除籍時の本籍都道府県と請求された方の居住する都道府県が異なるときは、さらに時間がかかる場合があります。

国債がお渡しできるようになりましたら、役場福祉課から連絡します。

受け付け・問い合わせ

役場福祉課 福祉班

☎(42)2504

一宮聖苑組合の令和元年度下半期の執行状況と令和2年度予算を公表します

一宮聖苑は、一宮聖苑組合圏内である一宮町、長生村、睦沢町、白子町、岬町(現いすみ市の旧岬町地域)の住民の要望に応えるために昭和60年に完成し、同5市町村の分担金による共同出資と一宮聖苑使用料などで運営をしています。

令和元年度下半期執行状況

歳入	予算額(千円)	収入済額(千円)	収納率(%)
分担金および負担金	29,894	29,894	100
使用料および手数料	10,885	11,188	102.8
財産収入	1	1	100
繰越金	3,679	3,679	100
諸収入	4,181	4,195	100.3
繰入金	1	0	0
計	48,641	48,957	100.6

財産

- 土地 1万4,593㎡
- 建物 371.73㎡(火葬棟)
419.67㎡(待合棟)
- 車両 2台
- 基金 1,621万7千円

令和2年度予算

歳入	予算額(千円)	比率(%)
分担金および負担金	56,544	77
使用料および手数料	11,214	15.3
財産収入	1	0
繰越金	1,500	2
諸収入	4,158	5.7
繰入金	1	0
計	73,418	100

※令和元年度の決算額ではありません。

歳出	予算額(千円)	支出済額(千円)	執行率(%)
議会費	207	187	90.3
総務費	17,986	17,889	99.5
衛生費	29,948	26,834	89.6
予備費	500	471	94.2
計	48,641	45,381	93.3

※令和元年度の決算額ではありません。

※当組合では年2回、予算の執行状況をお知らせしており、今回は令和元年度下半期(令和2年3月31日現在)です。なお、4月1日から5月31日までの出納整理期間に、残された収入や支払いが行われるため、今回の数値は令和元年度の決算額ではありません。

歳出	予算額(千円)	比率(%)
議会費	207	0.3
総務費	25,422	34.6
衛生費	47,289	64.4
予備費	500	0.7
計	73,418	100

※表内の数値は、金額は千円未満、比率については小数点第二位を端数処理(四捨五入)をして計上しています。

住宅のリフォームを補助します!

町民の居住環境の向上と地域経済の活性化を図るため、町では、個人住宅のリフォームを行う場合に、その経費の一部を補助します。(耐震改良工事などと併せて実施することも可能です。)

	申請受付期間	申請書の提出
第2回申請受付	7月6日(月)～7月17日(金)まで	9:00～17:00 ※土日祝日は除く

※申請後、交付決定まで2週間程度かかる場合がありますので、工事施工業者と十分調整のうえ申請してください。



●補助対象者

- ・町内在住で、住民登録している方
- ・町税などを滞納していない方

●補助対象住宅

- ・町内に所有し自ら居住している住宅
※アパートなどの集合住宅は個人専有部分
※店舗などの併用住宅は個人住宅部分
※建築基準法に適合している住宅

●補助対象となるリフォーム

- ・町内の施工業者(町内に住所を有する法人または個人事業主)を利用する、住宅本体に係る機能維持・向上、居住環境向上のための修繕、模様替え、増改築、減築など工事
- ・工事金額が20万円以上の工事(消費税は除く)

●補助金額

- ・補助対象となる工事に要する額の20%に相当する額(千円未満切り捨て)
- ・限度額50万円

※事業内容変更による補助金の増額は原則認めません。

●補助金申請に必要なもの

- ①補助金交付申請書
- ②住宅リフォーム見積書の写し
- ③リフォーム工事前の工事部分の写真
- ④住民票の写し(世帯全員 ※本籍不要)
- ⑤世帯全員分の町税(国民健康保険税などを
含む)の納税証明書(令和元年度分)
- ⑥その他町長が特に必要と認めるもの

ご注意!

※交付決定前の工事着工は補助対象になりません。必ず、交付決定通知書が届いてから工事を始めてください。

申し込み・問い合わせ

役場建設課 管理班 ☎(44) 2522

大切なペットと楽しく暮らすために

お子さんと一緒に
ご覧ください

🐾 動物を飼う前にきちんと確認

1. えさは、きちんとあげられますか
2. 飼っているまわりをきれいに掃除ができますか
3. 病気になったとき、かん病ができますか
4. お家の人全員で飼うことに賛成しましたか
5. 一生、きちんと面倒をみられますか

🐾 犬・猫を飼うときのきまり

1. 犬は役場に登録し、狂犬病予防注射を受けなければなりません。
2. 動物には、飼い主がわかるように名札などを付けるようにしましょう。
3. 道路や公園などで犬を放してはいけません。
4. 猫は、健康と安全のためにもお家の中で飼いましょう。
5. トイレなどのしつけをきちんとおこないましょう。

🐾 不幸な命をふやさないために

1. 犬や猫などはほうっておくと子どもを生でしまいます。子どもがふえすぎて困らないように、獣医さんに相談して生まないための手術をしてもらいましょう。
2. 動物を捨てると、法律で罰せられます。



🐾 人と動物の健康のために

1. 犬などの動物はオリに入れたままや、つながっぱなしでは運動不足になってしまいます。大人の人と一緒に散歩につれていってあげましょう
2. 動物にさわる前と後には、きちんと手をあらいましょう。



Vol.37 シリーズ 睦沢教育

School Life Press 睦沢町教育委員会

新型コロナウイルス対策の現状 (園小中学校の取組)

5月7日(木)。この日は、子どもたちにとって何よりも楽しみにしていた日であり、友達や先生との再会、小学1年生は、真新しいランドセルを背負い初めての登校、そして先生、友達との出会い。中学1年生も、凛々しい制服姿(ヘルメットに自転車)での登校。在校生も新しい希望と期待を抱いての登校の日であるはずでした。

しかし、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大は、依然として予断を許さない状況にあり、学校再開は、6月まで見送りとなりました。睦沢こども園でも、ご家庭のご理解をいただき、登園を自粛いただいております。このように、COVID-19の感染拡大は、教育活動に大きな影響を与えています。

町教育委員会では、国からの学校再開ガイドラインや千葉県の県立学校における新学期の対応についてなどを踏まえ、「睦沢町立こども園・小中学校感染症予防ガイドライン(新型コロナウイルス感染症)」を4月8日付けで示して対策をとっています。家庭では検温や手洗い、さらに咳エチケットなどの基本的な感染症対策の徹底

をお願いし、協力をいただいています。学校では、再開後のために、「集団感染の3つの条件(密集・密閉・密接)」を回避するため各種の方策、休業による学習の遅れに関する対応策等々に取り組んでいます。

今回、学校休業の期間が延長となったことでは、これまで以上に児童生徒の学びを止めないための対策として、保護者と教職員の双方で「最大限の感染症拡大防止のための措置」をとり、教職員に家庭訪問をお願いし、家庭での子どもの様子や学習(課題)について把握や指導に努めてもらっています。また、長期の休業による心や身体の疲れを隠しきれず、ケアの必要性に迫られているご家庭もあるようです。学校には、スクールカウンセラーが定期的に勤務しています。相談が必要な場合は、学校にお問い合わせてください。

教育委員会としては、過去の経験値では、判断の難しい局面だらけです。しかし、全ての方々が、COVID-19に屈しない強い気持ちと、お互いを思いやる心をもって生活することが求められています。保護者や教職員はもとよ

り地域全体での協力により、感染対策をとりつつ、一日も早い日常生活そして学校再開への道を開いてまいりましょう。

この紙面を読まれる時、「6月学校再開」のお知らせが届いていることを願っています。

〈お知らせ〉町商工会・青年部・女性部、町PTA連絡協議会から、こども園児、小中学生全員に一人5枚のマスクが贈られました。ありがとうございます。また、株式会社松寄組からも同様にマスクをいただきました。さらに、文部科学省からも、小中学生を対象に4月分のマスクが届いています。家庭訪問の際に、子どもたちに届けました。



睦沢の 子育て支援

子育て支援窓口を開設しました

子育てに関するお悩みや、相談を受け付けています。

役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578

役場 1 階
福祉課で



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、6月に予定していた、わくわく広場、園庭開放、子育て支援室の開放、おはなしの広場は、中止することとなりましたのでお知らせいたします。詳細についてはお問合せください。

問い合わせ 睦沢こども園 ☎(44)0050



ひじきの香ばしミルク煮

作り方

調理時間25分

材料 (4人分)

ひじき(乾燥)…………… 15g
にんじん…………… 1/3本
玉ねぎ…………… 1/2個
牛乳…………… 250ml
砂糖…………… 小さじ2
しょうゆ…………… 小さじ1
かつお節…………… 3g
すりごま…………… 大さじ1



1人分栄養量 ●エネルギー86kcal ●たんぱく質4.0g ●脂質3.8g ●カルシウム145mg ●食塩相当量0.5g
日本食生活協会レシピより

- ①ひじきは洗って、水に浸してもどし、水気をきっておく。
- ②にんじんは3～4cm長さのせん切りにする。玉ねぎは薄切りにする。
- ③鍋にAを入れて中火にかけ、ふつふつとしてきたら①と②を入れ、汁気がなくなるまで中火で煮る。
- ④③にすりごまを加え、火を少し強め、混ぜながら水分をとばす。

編集後記

5月14日に新型コロナウイルス感染症に関する緊急事態宣言が39県で解除になりましたが、千葉県は、引き続き、「特定警戒都道府県」とされ、今後も、予断を許さない状況です。1日でも早い終息のためには、私たち1人ひとりの感染に対する意識や行動が必要不可欠です。

小さなことかもしれませんが、今の自分に出来ることを全うし、この時期を乗り越えたいものです。(T.T)



児童手当現況届提出 をお忘れなく

児童手当を受給している方は、毎年6月に児童手当現況届を提出する必要があります。

これは、6月1日現在の状況により引き続き受給資格があるか確認するためのものです。対象の方には現況届を送付します。

提出期限



6月30日(火)までに
必要書類を添付し提出(郵送可)

その他注意事項

現況届の提出がない場合は、6月分以降の児童手当が受給できなくなります。

※公務員の方は、勤務先での申請となります。

※健康保険証や所得証明書など添付書類が必要となる場合があります。

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578

7月分 暮らしのカレンダー

※注意 このカレンダーは7月分の予定です

日	月	火	水	木	金	土
 福祉のみ、子育てのみなど、表示を切り替えてお使いいただけます。 睦沢町&周辺イベントカレンダーはこちら 掲載イベントの予定は変更になる場合があります。詳細は記載の主催者へお問い合わせください。			1 もえるゴミ	2 2コース粗大ゴミ ●心の電話相談	3 もえるゴミ ●献血(改せ) 10:00~12:00、 13:15~16:00	4
5	6 もえるゴミ	7	8 もえるゴミ ●心の電話相談 ●行政・人権相談 13:00~16:00	9 2コース資源ゴミ ●みんなで健康ウォーク(中央公民館) 9:30集合	10 もえるゴミ ●法律相談	11
12	13 もえるゴミ	14 1コースもえないゴミ	15 もえるゴミ	16 2コースもえないゴミ	17 もえるゴミ ●心の電話相談	18
19	20 もえるゴミ	21 1コース資源ゴミ ●心の電話相談	22 もえるゴミ	23 海の日	24 もえるゴミ スポーツの日	25
26 ●心の電話相談 ●日曜開庁日(一部窓口)	27 もえるゴミ	28 1コース粗大ゴミ ●健康栄養相談(改せ) 10:00~11:30	29	30 ●乳幼児健康相談(改せ) 14:00~15:00	31 ●固定資産税第2期納期限 ●国民健康保険税第1期納期限	

- ゴミ収集コース 1コース ■大上、妙楽寺、佐貫、森、長楽寺、上之郷、下之郷、大谷木、北山田 2コース ■寺崎、川島、うぐいす里、上市場、小滝、河須ヶ谷、岩井
- 睦沢診療所/(44)2236 ●公立長生病院/(34)2121 ●睦沢町役場/(44)1111
- 火災の問い合わせ/(25)4411 ●夜間急病診療所(午後8時~午後11時まで)/(24)1010
- (公)中央公民館 (資)歴史民俗資料館 (運)総合運動公園 (ゆ)ゆうあい館 (改せ)農村環境改善センター (こ)こども園

♥心の電話相談専用ダイヤル ☎(44)0022 10:00~12:00/13:00~15:00



おうちで楽しく「パプリカ」を踊ろう！

ダンスの動画とポイントはこちら → [むつざわに来てね](#)

楽しく踊る姿を動画に撮って pics@6238.jp に送ってください！皆さんの踊った動画をつなげて1本の動画に編集してNHKの2020応援ソングプロジェクト「みんなのダンス」に応募します。採用されたらオンエアされるかも！？お待ちしております！



こんにちは、未来ラボです。

外出自粛の日々で溜まったストレス解消や気分転換に、おうちで楽しく「パプリカ」を踊ってみませんか？

楽しく簡単に踊れるようにポイントを解説したのでぜひ皆さんもチャレンジしてくださいね♪

みんなの動画募集！