

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

10月

No.618 October 2019



むつざわスマートウェルネスタウン・
道の駅・つどいの郷
2019.9.1 ソフトオープン



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

特集 行楽の秋 アウトドア&宿泊施設ガイド

睦沢こども園体験入園／高齢者インフルエンザ予防接種費用の助成／
年金生活者支援給付金制度／入札参加資格審査申請の受付／
ガス料金などの消費税率が変わります／



アプリ「マチイロ」

マチイロ
マチを好きになるアプリ

...and more

“むつざわスマートウェルネスタウン・道の駅・つどいの郷” 9月1日ソフトオープン!!

町内から多くの関係者にお越しいただいた
オープニングセレモニー



地元出身のソプラノ歌手 日向野菜生さんの
公演は立ち見が出るほどの盛況に



初日より各施設とも多くの利用者でにぎわいました。



直売所 “つどいの市場”



イタリアンレストラン トラットリア・ドゥーエ



温浴施設 むつざわ温泉 “つどいの湯”

ごあいさつ

エリアマネージャー 早坂淳一



この度は、「むつざわスマートウェルネスタウン・道の駅・つどいの郷」がオープンすることができて、うれしく思うと同時に関係皆さまのご尽力には改めて感謝申し上げる次第です。さて、エリアマネージャーという立場では、勝負はこれからであり、ビジネスもさることながら、道の駅を中心とした町の交流拠点をきっかけに、様々な関係する方々と連携し、町で永く暮らしたくなるようなまちづくりの担い手として頑張りますので、新参者ですがこれからもよろしくお願いいたします。

駅長 横山昌三



睦沢町には、おいしいお米をはじめとして、魅力的な野菜、花など、沢山の魅力ある商品があります。こうした魅力を積極的に発信して、遠方からも沢山の皆様にお越しいただけるような施設にしていきたいと思っています。また、日帰り入浴できる天然温泉もありますので、ぜひ、気軽にご利用ください。地域の皆さまに愛着を持っていただけるような施設にしたいと思っていますので、今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

イタリアンレストラン”Trattoria Due”（トラットリア・ドゥーエ） シェフ 福山聡



お友達とのランチ、仕事の帰りの一杯など、気取らず、気軽に使って頂ければと思っています。ピザの持ち帰りもできますので、芝生の公園でのピクニックなど、ぜひご利用ください。また、つどいのハコ（集会場）は小さなお子さんのいらっしゃる方など、ママ友のお食事会の場所としてもご利用いただけます。

10月1日、レストランと温浴施設の営業時間を拡大、 周辺施設も含め、全面開業“グランドオープン”致します。

各施設の営業時間などは10月1日から次のとおりとなります。



- ・直売所 “つどいの市場” 営業時間 9:00～18:00（現在と変更ありません） Tel.0475-36-7405
- ・イタリアンレストラン”Trattoria Due”（トラットリア・ドゥーエ）
営業時間 11:00～21:00（6時間延長） Tel.0475-36-7406
- ・むつざわ温泉 “つどいの湯” 営業時間 10:00～21:00（1時間延長） Tel.0475-36-7407
入浴料 町内の方 大人 500円 小中学生 200円 幼児（未就学児） 無料
町外の方 大人 700円 小中学生 300円 幼児（未就学児） 無料

※茂原駅行きのバス（小湊鉄道バス）

すでに道の駅内の停留所へ乗り入れを始めています。こちらもご利用ください。

小湊鉄道 路線バス時刻表・運賃ホームページ <http://www.kominato-bus.com/route/index.htm>

睦沢こども園では、来年度（令和2年度）入園を希望される、0歳児（入園時に生後6か月を経過する乳児）から小学校就学前のお子さんを対象に体験入園および入園申し込みの受け付けを行います。

現段階で、来年度途中入園をお考えの方も、この期間に忘れずにお申し込みください。

行って！ 見て！ 体験しよう！

睦沢こども園

体験入園・入園申し込み

入園対象児

1号認定

平日の9:00～13:30まで教育活動を行う、従来の幼稚園

- ・ 3歳児～5歳児
(平成26年4月2日生～平成29年4月1日生)

2号・3号認定

保護者が仕事や出産の前夜および病気などにより、家庭で保育ができない場合にお預かりし、教育・保育活動を行う従来の保育所

- ・ 0歳児（生後6か月を経過した乳児）～5歳児



体験入園

とき 10月11日(金)
10:00～11:00

内容

10:00～10:10

園での生活についての話

10:15～11:00

園児と一緒に遊ぶ

(園庭では11:30まで遊べます。)

持ち物 室内用の靴、外靴を入れるビニール袋

参加を希望される方は、10月4日(金)までに睦沢こども園へお申し込みください。(電話可)



入園申し込み受付

受付期間

10月11日(金)～18日(金)

※土日は除きます。

8:30～17:00

申し込みに必要なもの

- ①印鑑
- ②入園申込書
- ③就労証明書等お子さんを保育できないことを証明する書類(2号・3号認定のみ)

※様式はこども園にあります

入園申し込みには、マイナーポータル内(ぴったりサービス)による電子申請も可能です。詳しくは、町WEBサイトなどをご覧ください。



申し込み・問い合わせ

睦沢こども園 ☎(44)0050

睦沢の子育て支援

子育て支援窓口

子育てに関するお悩みや、相談を受け付けています。
役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506

役場1階
健康保険課



わくわく広場

10月15日(火)
9:30～11:30
・公園で遊ぼう
(要申込み)

◆こども園
☎(44)0050



ベビーマッサージ

10月28日(月)
10:30～11:30(要申込み)
◆こども園
☎(44)0050



園庭開放

運動会10月5日(土)
10:25分頃「入園前かけっこ」を予定しています。参加される方は10:10頃までにお越しください
10月8日(火) 29日(火)
9:50～11:30
10月11日(金)
9:50～11:30(体験入園)

◆こども園



子育て交流広場スクスク

10月4日・11日・18日・25日
(毎週金曜) ◆町中央公民館
10:00～14:00



風しん抗体検査および 風しん予防接種費用の 償還払いができます

1. 対象者

検査日において、町に住民票がある方で、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性（クーポン券対象の方）

2. 対象内容

平成31年4月1日から令和元年6月30日の期間に行った風しん抗体検査および風しん予防接種

※抗体検査をせずに直接予防接種を実施された方は費用助成対象外となります。

※予防接種は国の抗体検査の基準値を下回ることが条件です。

3. 申請について

申請については、対象者に該当するか確認の為、お手数ですが申請される際に事前にお問い合わせください。

<必要書類>

- ・医療機関発行の領収書
- ・医療機関発行の風しん抗体検査結果
- ・印鑑
- ・振込先のわかるもの

問い合わせ

役場健康保険課 健康保険班
☎ (44) 2506

高齢者インフルエンザ予防接種 費用の助成をします

インフルエンザは流行性があり、いったん流行すると短時間に多くの人への感染が広まります。予防の基本は、流行前に予防接種を受けることです。予防接種を受けていると免疫力が向上するため、発症しても軽い症状で済みます。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5か月間とされています。より効率的に有効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前に接種を受けておくことが必要です。遅くとも12月中旬までには接種しましょう。町では次のとおり接種費用の一部を助成します。なお、65歳以上の方には予診票を送付しています。

対象者 ①満65歳以上の方

②満60歳以上65歳未満の方で、心臓や腎臓、呼吸器の機能などの障害、または免疫機能に障害のある方で、日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方（障害者手帳1級相当）

※②に該当される方で接種を希望される方はお問い合わせください。

助成額 3,000円を上限に助成

※自己負担分は、医療機関にご確認ください。

実施期間 10月1日～令和2年1月15日

（年末年始などの休診日を除く）

※ただし一部医療機関については、実施期間が異なりますので、お問い合わせください。

問い合わせ 役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506

入院医療費の一部負担金の減免制度をご存知ですか？

国民健康保険には、入院した時に医療機関の窓口で支払う一部負担金（食事や保険適用外の支払は対象外）の支払いを減額・免除・猶予する制度があります。

次の（1）～（4）のいずれかに該当し、一部負担金の支払いがどうしても困難な場合には、ご相談ください。

減免を受けようとするときは、世帯主による事前の申請が必要です。申請する前に他の制度を利用することができる場合には、そちらをまず利用していただく必要があります。

また、資産および能力の活用を十分に図っても、なお一部負担金の支払いが困難な場合に適用されます。申請書を提出した翌月の医療費から対象となり、既に支払った一部負担金は対象となりませんのでお早めにご相談ください。

（1）震災、風水害、火災、その他これらに類する災害により死亡、または障害者となったとき。災害により居住する資産に重大な損害を受けたとき。

（2）干ばつ、冷害、凍霜害などによる農作物の不作、その他これらに類する災害などにより収入が減少したとき。

（3）事業または業務の休廃止、失業により、収入が著しく減少したとき。

（4）上記に掲げる事由に類する事由があったとき。

問い合わせ 役場健康保険課 健康保険班
☎(44)2506

10月1日から年金生活者支援

給付金制度がはじまります

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

◎対象となる方

◎老齢基礎年金を受給している方

次の要件をすべて満たしている必要があります。

- ・65歳以上である
- ・世帯全員の住民税が非課税となっている
- ・年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下である

◎障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

次の要件を満たしている必要があります。

- ・前年の所得額が約46.2万円以下である

◎請求手続き

①平成31年4月1日以前から年金を受給している方
対象となる方には、日本年金機構から請求手続きのご案内が9月上旬から順次届きます。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）を記入し投函してください。

②平成31年4月2日以降に年金を受給しはじめた方
年金の請求手続きと併せて年金事務所です請求手続きをしてください。

問い合わせ

給付金専用ダイヤル 0570(05)4092
(ナビダイヤル)

教室の様子を
ご紹介します!

地区の介護予防教室へ参加してみませんか!?

介護予防推進員による出張予防教室を各地区で開催しています。

PICK UP

毎月第1木曜日9:30~11:00

下之郷区民センター

下之郷ひまわり会

リーダー 斉藤 さん

下之郷地区は他の地区の推進員さんの協力をいただきながら、教室を行っています。皆さん、毎回たくさんのお話があり、おしゃべりしながら楽しい時間を過ごしています。ぜひ、参加してみませんか。



PICK UP

奇数月の第3月曜日9:30~11:00

妙楽寺区民センター

妙楽寺楽楽会(らくらくかい)

リーダー 永野 さん

妙楽寺楽楽会はその名の通りの「楽しむ・楽しい会」です。2か月に一度、軽運動・健口体操（お口の体操）また、さまざまなレクリエーションを行いながら「あはは！おほほ！」と皆さんで楽しく介護予防に取り組んでいます。ぜひ一度いらっしゃってみませんか？男女問わずお待ちしております。



きらっせいカフェ こだま

認知症カフェとは認知症の方やその家族、地域住民が気軽に集まり日頃の悩みなどを話し合える場です。

★認知症って…？ みんなで考えましょう

★大正琴こすもす会による演奏
♪哀愁のある大正琴の音色にうっとりしましょう♪

★こだまの予防体操 一緒に体を動かしましょう！

どなたでも参加できます！！

地域の高齢の方、若い方、介護職や看護職の方、ケアマネの方、お子さんも…

ちょっと遊んで、おしゃべりして…何か気が付くことがあるかもしれません♥

🕒10月17日(木)

13:15~15:00

📍特定非営利活動法人こだま・デイサービスこだまホール
北山田172

送迎の必要な方は、ご相談ください。

📌無料

☎(44)2665

問い合わせ 町包括支援センター(役場福祉課内) ☎(44)2531

健康こ・ら・む

今月のテーマ

食物繊維は足りていますか？

管理栄養士：中村 智美

食物繊維の目標摂取量は、18歳～69歳の男性で20g以上、女性で18g以上ですが、生活の欧米化などにより、摂取量は年々減少しています。20歳以上の平均摂取量は男性で15・2g、女性で14・8gと目標量を大きく下回っています。食物繊維が足りているか、ご自分の生活を振り返ってみましょう。

食物繊維のプラス効果

- ① ナトリウムを排出して高血圧を予防・改善
- ② 食後の血糖値上昇を抑制して糖尿病を予防
- ③ 腸内の善玉菌を増やして大腸がん予防
- ④ コレステロールを排出して動脈硬化などを予防
- ⑤ 腸のぜん動運動を活発にして便秘を解消
- ⑥ 腹持ちが良くなり食べ過ぎ防止

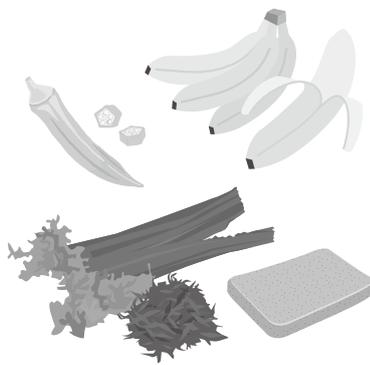
食物繊維とは？

食べ物に含まれる成分のうち、人の体内の酵素で消化されない成分の総称です。

水に溶けやすいもの、溶けにくいものなどの特徴によって大きく2種類に分けられます。

○水溶性食物繊維
 〈特徴〉水に溶けやすく粘性をもつ
 〈体内での働き〉
 ・糖質の吸収を妨げて血糖値の上昇を抑える
 ・腸内環境を改善する

〈多く含む食材〉ひじき、わかめ、バナナ、オクラ、こんにゃく、モロヘイヤなど



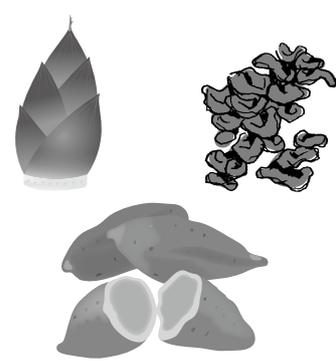
○不溶性食物繊維
 〈特徴〉水に溶けにくく繊維質で水分を吸収して膨張する
 〈体内での働き〉
 ・腸のぜん動運動を活発にする
 ・腸内に発生した有害物質の排出を促す

〈多く含む食材〉穀類、たけのこ、豆類、きくらげ、さつまいも、芋など

食物繊維の摂取量を増やすコツ

- ・主食を玄米、麦ごはん、全粒粉のパンなどに変える
- ・野菜の皮や葉は、食物繊維が豊富なのでできるだけ捨てずに利用する
- ・野菜は生ではなく、ゆでる・煮る・蒸すなどしてたくさんとれるようにする
- ・副菜などに海藻、きのこを積極的にとり入れる

食材の選び方や調理法の工夫で、毎日の食事を意識して食物繊維を上手にとりましょう。



日曜・休日当番医

月日	医療機関名						
	内科系		外科系		一宮地区		
10月 6日	清水三郎医院	25-0776	穴倉病院	24-2171	長生村	津谷クリニック	32-5645
10月13日	豊栄元氣クリニック	40-4884	菅原病院	25-1171	長生村	長生八積医院	32-3282
10月14日	山之内病院	25-1131	きたじまクリニック	26-7050	一宮町	よねもと整形外科	40-1065
10月20日	大木医院	23-2546	穴倉病院	24-2171	一宮町	長島医院	42-8800
10月22日	金坂医院	22-4885	穴倉病院	24-2171	一宮町	いちのみやクリニック	42-1616
10月27日	すだ内科医院	24-7717	公立長生病院	34-2121	睦沢町	睦沢診療所	44-2236

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

夜間急病診療テレフォン案内 / ☎ (24) 1011 / 19:00～翌6:00

子ども急病電話相談 / 19:00～翌6:00 / 局番なしの #8000 / ダイヤル回線からは ☎ 043 (242) 9939



令和2・3年度入札参加資格審査申請を受け付けます

平成30・31年度の入札参加資格について、令和2年3月31日で有効期限切れとなりますので、令和2・3年度入札参加資格審査申請の受付を行います。

【対象】

睦沢町の入札に参加を希望する全ての企業等（個人事業者も含む）

【受付期間】

令和元年9月17日（火）から11月15日（金）まで（17時必着）

【申請場所・方法】

- ・千葉電子自治体共同運営協議会（共同受付窓口）に郵送などにより申請してください。
- ・入札参加資格審査申請マニュアルにより手続きをお願いします。
- ・電子申請および入札にあたり、事前にパソコン（要インターネット接続）の環境設定および電子証明書（ICカード）などの準備が必要となります。
- ・詳細については、千葉電子自治体共同運営協議会ホームページ（<http://www.e-chiba.org/>）をご覧ください。

問い合わせ 役場総務課 財政班 ☎(44)2516

10月1日から

ガス料金などの消費税率が変わります



消費税法・地方税法の改正により、10月1日以降のガス料金などにかかる消費税率は次のとおりです。

①ガス料金の消費税率

● 9月30日以前から継続してガスをご利用いただいているお客さま

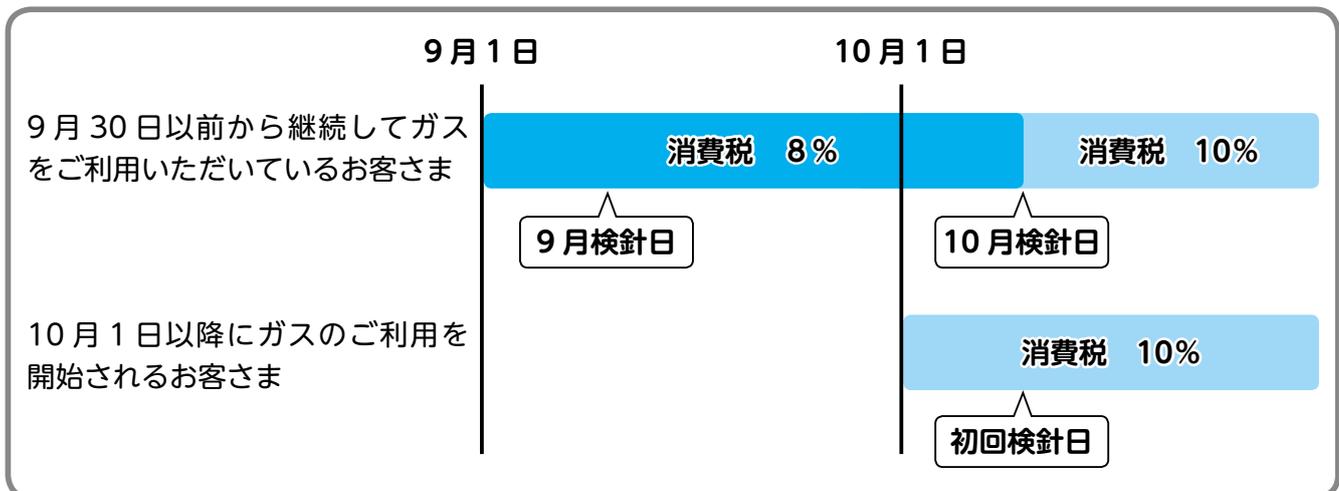
9月検針分	10月検針分	11月検針分
8%		10%

● 10月1日以降にガスのご利用を開始されるお客さま

10月検針分	11月検針分
10%	

※10月の検針分までは8%、それ以降に発生する料金は10%が適用されます。

※10月の検針分から10%が適用されます。



②ガス漏れ警報器販売代金・工事代金の消費税率

10月1日以降の引渡しから10%が適用されます。

問い合わせ 長南町ガス課 経理営業係 ☎(46)3401

20種類 77,000本

白子チューリップ祭り チューリップのオーナーになりませんか?



今年は20種類の球根を用意しています。白子町役場東側の花の広場に、家族やお友だちと一緒に色とりどりのチューリップ77,000本を咲かせてみませんか?
植え付け日:11月9日(土)・10日(日)

募集期間 10月11日(金)まで
賛助金 1口:1,000円
60球(1色)・1区画1.8㎡

オーナーには、区画と球根を買取り、植付けと除草などの管理を行っていただきます。祭り終了後は花の切り取りや球根の掘り取りが自由に楽しめます。
なお、区画数・球根には、上限あります。ご了承ください。

団体オーナー(模様植えコンテスト)もあります!
5色900球を使ってデザインをつくり、13㎡の区画に植え付けていただきます。祭りの最終日には、団体模様植えコンテストも行われます。

☎花の広場実行委員会事務局(白子町役場産業課内) ☎(33)2115

相談

無料調停相談を実施します

千葉地方・家庭裁判所一宮調停協会では、家事・民事調停委員による無料調停相談を実施いたします。

調停とは、裁判所の調停委員が問題解決のため間に入り、話し合いにより解決を図っていく制度です。離婚、扶養、相続などの家庭内の悩みごと。金銭、土地、建物、交通事故などの悩みごと。などでお困りの方は、解決の糸口を見つけてみませんか。秘密は守られます。直接会場にお越しください。

☎10月20日(日) 10:00~15:00
1件あたり30分程度
☎茂原市総合市民センター
☎千葉地方・家庭裁判所一宮支部
☎(42)3531

相談

行政書士による無料相談会

- ・相続手続きと遺言書作成
- ・農地法・宅地開発手続き
- ・成年後見制度
- ・各種契約書と内容証明郵便の作成
- ・法人設立に関すること
- ・在留資格など国際業務に関すること
- ・建設業など各種許認可申請に関すること

その他、気軽にご相談ください。予約制ではありません。

☎10月20日(日) 10:00~16:00
☎茂原会場(茂原ショッピングプラザ アスモ)
いすみ会場(いすみ市岬公民館)
大多喜会場(おおたきショッピングプラザ オリブ)
☎千葉県行政書士会長東支部
支部長 今関 雄一
☎(43)0202

相談

登記無料相談会

土地の分筆・地目変更など、建物の新築・増築・取り壊しなど
☎11月3日(日) 10:00~14:00
☎町農林商工まつり会場内
千葉県土地家屋調査士会一宮支部
☎古山 弘士土地家屋調査士事務所
☎(44)1869

相談

第37回「目の愛護デー」電話無料相談

相談電話
☎043(242)4271(当日のみ)
千葉県眼科医会会員が目の健康についての相談にお答えします。事前申し込み不要
☎10月14日(月・祝) 9:00~16:00
☎千葉県眼科医会事務局
☎0436(26)5567

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。
内容:各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話
☎10月11日(金) 13:30~15:00
10月17日(木) 10:00~11:30
10月25日(金) 10:00~11:30
☎町中央公民館
※事件事故の発生、気象状況により変更となる場合もあります。
☎茂原警察署 ☎(22)0110

講座

第32回腎臓病を考える会

☎10月27日(日) 13:00~15:30
☎ホテルポートプラザちば 2階
ロイヤル

講演会

- ・「腎臓病の患者さんに塩分制限は必要？」
- ・「CKDの食事療法」

～外食・中食の楽しみ方について～
ほか腎移植者の体験談・医療相談会(質疑応答)など

定員120名

🆓入場無料

☎(特非)千葉県腎臓病協議会
☎043(256)4661

イベント

千葉県立長生特別支援学校「しおかぜ祭」(文化祭)

長養太鼓(和太鼓)演奏(オープニング)、小学部(遊びのスペースを中心とした催し物)中学部・高等部(作業学習の活動の様子を紹介、作業製品の展示と販売)、PTAバザーなど(地域中学校との交流や外部団体の販売なども予定)

☎10月19日(土) 9:30~14:25
☎千葉県立長生特別支援学校
(一宮町東浪見6767番地7)
☎☎(42)2470

相談

第509回「労災職業病なんでも相談会」

☎10月26日(土) 13:00~16:00
☎船橋市勤労市民センター
対応者 弁護士 労働安全衛生管理者 ソーシャルワーカー 他
🆓無料
※予約不要です。当日受付です。
☎千葉中央法律事務所
☎043(225)4567



ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ3,000万円

(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月24日(火)2種類同時発売!

発売期間 9/24(火)~10/18(金)
抽せん日 10/30(日)
公益財団法人千葉県市町村振興協会 各1枚 300円

今月の俳句



コスモス咲く暦知るかやあつくても
 秋なりて早も庭樹が日差し割る
 朝霧のみるみる晴れて逆さ富士
 停電や団扇片手にうろうろす
 自然界息を凝らして二百二十日
 クルーズのねぶた祭にしめくくる

(野村 南舟)
 (加藤 秀子)
 (河野 悦子)
 (中村真砂雄)
 (葵 かける)
 (小川 澄)

町の各種相談窓口

●健康栄養相談

血圧測定、体脂肪測定、健康指導、食事指導など

☎ 10月18日(金)

受付：10:00～11:30

☞町農村環境改善センター

☎役場健康保険課 健康保険班

☎(44)2506

●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

10月の日程

3日(木)、9日(水)、16日(水)、25日(金)、27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

☎ 10月17日(木)

受付 14:00～15:00

☞町農村環境改善センター

☎役場健康保険課 健康保険班

☎(44)2506



●行政・人権相談

☎ 10月2日(水)

13:00～16:00

☞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

☎ 10月11日(金)

10:30～12:30

☞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。

相談は電話による受付で、内容により司法書士に直接相談することもできます。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。

☞役場産業振興課

(消費者ホットライン)

☎(44)2505

Population

人のうごき(睦沢町の人口)

- 人口 6,982人 (-14)
- 男性 3,398人 (-5)
- 女性 3,584人 (-9)
- 世帯数 2,751世帯 (-5)

()は前月比

令和元年8月31日現在

●お誕生おめでとございます

親の名	子の名	性別	月日
内山 正彦・いずみ	陽葵	女	8月5日
山本 敏文・久美	茜	女	8月8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
池澤 幸子	71	森	8月2日
久我 三善	90	上市場	8月4日
村杉 正明	88	森	8月6日
酒井 英作	93	大谷木	8月7日
長谷 よし	94	大上	8月12日
黒田 千恵子	83	大上	8月13日
鈴木 久伸	74	大上	8月16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。

イベント

バイク de まちロゲ
11月10日(日) 9:30 ~ 16:00

陸沢町・いすみ市・一宮町・大多喜町など、房総の広い範囲を舞台に、海あり山ありお城あり、走って見て食べて、写真を撮ってポイントを獲得！楽しいイベントです。

📍陸沢町および周辺地域

👤10歳以上で自転車に乗れる方(2名のチーム構成でお申し込みください。)

🎫参加費 ペア 7,000円(18歳以上の2人)、
親子 5,000円(大人と10歳以上18歳未満の子ども)

📧bike@6238.jp

詳しくはウェブページをご覧ください。

<http://6238.jp/bikedemachiroge/>



イベント

ウエストへるス塾体験会参加者募集

10月1日(火)・4日(金)
13:10 ~ 15:00
10月2日(水)
18:30 ~ 20:30

自体重による筋力トレーニング、有酸素運動(エアロバイクまたはステップなど)を行います。

📍町農村環境改善センター

👜タオル、水または麦茶など

👤20歳以上で町内在住者、医師の指示で運動制限のない方

🎫参加費 無料

※運動のできる服装でお越しください。

※都合のよい日を申し込みください。

📍・📍役場健康保険課

健康保険班 ☎(44)2506



イベント

第39回 陸沢町農林商工まつり
11月3日(日・祝) 9:30 ~ 14:30

農林商工業の展示即売をはじめ、よさこい踊り、HIPHOPダンスなど楽しいイベント盛りだくさん。「とん汁」や「お餅」の無償配布やフリマも同時開催!! ぜひ、遊びに来てください。

📍町総合運動公園 多目的広場

📍役場産業振興課

産業振興班 ☎(44)2505



イベント

令和元年度成人式
令和2年1月12日(日)
式典 11:00 ~



👤対象者 陸沢中学校を平成27年3月に卒業した方、または、陸沢町民で平成11年4月2日から平成12年4月1日生まれの方

※11月上旬に対象者の皆さんに式典の招待状をお送りします。

📍陸沢ゆうあい館

📍町中央公民館 ☎(44)0211

イベント

天文教室

～みんなで夜空を見よう～

10月12日(土)

19:00～20:45(悪天中止)



10月は月を観測します。

申込は不要、時間内は自由に入退場できます。

町中央公民館天体観測室

☎(44)0211

募集

草刈りを支援して下さる方を募集しています。

支援くださる方は、草刈り作業実施日の朝8時に睦沢小学校昇降口前にお集まりください。作業時間はおおよそ1時間です。

草刈り作業実施日

10月12日(土)、11月2日(土)

中止の場合は、[防災行政無線](#)でお知らせします。

ご不明な点については、町教育委員会へお問い合わせください。

※支援くださる方は、事前に学校支援ボランティアへの登録・保険加入が必要です。

☎(44)0211

8月31日(土)に第1回目の草刈り作業を行いました。3名のボランティアの方が支援くださいました。



10月の公民館・歴史民俗資料館の休館日

7日(月)、14日(祝)、21日(月)、28日(月)。

※7日(月)、21日(月)、28日(月)は、図書室のみ利用できます。

文化

歴史民俗資料館

特別展

「波濤の彼方-メキシコからの文物」

10月26日(土)～

令和2年2月23日(日)まで



江戸時代初めにフィリピン臨時総督ドン・ロドリゴを乗せた船が外房の海岸で座礁し、これが日本とメキシコ・スペインとの最初の交流となりました。特別展では、ロドリゴ来航約400年後に、房総半島に打ち寄せる波濤を越えて水平線の彼方、海をへだてる現代メキシコの文物を紹介します。

町歴史民俗資料館

☎(44)0290

文化

文化財保護ボランティア「妙楽寺」

10月26日(土) 9:00～11:00



国指定重要文化財の大日如来坐像のある妙楽寺周辺の清掃をした後、一般には非公開の本堂内陣で仏像の特別鑑賞と解説などがあります。重要文化財を間近で鑑賞できる数少ない機会です。参加には申込不要、直接会場へお越しください。

妙楽寺境内

町歴史民俗資料館 ☎(44)0290

健康

みんなで健幸ウォーク第7回

10月10日(木) 9:30集合

約3kmのコースを歩きます。

体調を整えてから参加してください。内服薬のある方は、必ず薬を飲んでから参加してください。

雨天の場合は10月17日(木)に延期します。

集合：町中央公民館

役場健康保険課 健康保険班

☎(44)2506



第3回上之郷・大上3km

イベント

まっ白いひろば開催

10月14日(月・祝) 10:00～16:00



穴を掘る・火をおこす・川あそび・物を作るなど一人ひとりがやりたい事を選び・チャレンジしていく自由な広場・遊び場です。

※荒天、河川の増水などにより中止の場合あり

睦沢小学校裏川ベリ(鎮守川脇)

駐車場は、睦沢小学校正門右側

無料(初回参加時のみ保険料100円がかかります)

弁当、着替え、ヘルメット、ぬれても良いはき物

まっ白い広場事務局

☎(44)2289

町中央公民館

☎(44)0211

10月26日(土)は「まっ白いひろば自然体験イベント・秋があります。」

詳しくは

<http://6238.jp/massiroihiroba/>

先進予防型まちづくりプロジェクト2019

健康プログラムに参加しませんか？

メンバー同士の交流も含め、楽しみながら、
思わず「笑顔」になる健康づくりを進めていきます。
運動系だけでなく文化系のプログラムも実施予定です。

参加無料

対象者：町内在住、在勤の方
※プログラム内容は、主に30～64歳を
対象としたものになります。

健康プログラム専用のホームページにて
実施予定のプログラムを適時更新して
います。あわせてご覧ください。
<https://senshin-yobou.resv.jp/>

QRコードはこちら→



男性限定!

俺のヨガ

ヨガは興味があるけど、女性ばかりで行きにくい…そんな
男性のみなさんお待たせしました!初めての方も大歓迎!!
簡単な内容で集中力、体幹を養いましょう!

- 申 込：不要 (直接会場にお越しください)
- 対象年齢：18歳以上の男性
- 時 間：60分
- 服 装：動きやすい服装(伸縮性のあるもの)
- 持 ち 物：長めのタオル(ヨガベルトの代用)、飲み物

日 程	時 間	場 所
10月7日(月)	18:30~19:30	農村環境 改善センター
10月26日(土)	17:30~18:30	パーク むつざわ

※レッスン開始時間までにお集まりください。
途中入場はできません。

ボイストレーニング

喉の筋肉をしっかり動かして、
正しい知識を身につけながらボイトレエクササイズで
響の良い『声美人』を目指しましょう!

- 申 込：不要 (直接会場にお越しください)
- 対象年齢：18歳以上
- 時 間：90分
- 持 ち 物：室内用シューズ

日 程	時 間	場 所
10月20日(日)	10:30~12:00	パーク むつざわ
10月25日(金)	19:00~20:30	パーク むつざわ

※レッスン開始時間までにお集まりください。
途中入場はできません。

フライングディスクde遊ぼう! ～ゴールドッチ編～

親子
クラス

やわらかいfrisbeeをつかったハンドボールのような
スポーツです。誰でも簡単に投げられて子どもから大人
まで一緒に楽しめます。

- 申 込：不要 (直接会場にお越しください)
- 対象年齢：小学生以上の子どもと保護者
(子どものみの参加はできません)
- 時 間：120分
- 服 装：動きやすい服装
- 持 ち 物：タオル、飲み物、運動靴(屋外用)

日 程	時 間	場 所
10月22日 (火・祝)	13:00~15:00	パーク むつざわ

※レッスン開始時間までにお集まりください。
途中入場はできません。

はじめての ダーツ体験会

未経験でも大丈夫!プロダーツプレイヤーのレクチャーを
受けながら、気軽に楽しめるダーツを始めてみませんか?
子どもから大人まで、体力に自信の無い方でも参加OKです。

- 申 込：不要 (直接会場にお越しください)
- 対象年齢：4 歳以上のダーツ未経験者、初心者
- 時 間：1回20分程度
- 服 装：動きやすい服装
- 持 ち 物：タオル、飲み物、室内用シューズ

日 程	時 間	場 所
10月5日(土)	10:30~12:00 / 13:00~17:00 (最終受付16:30)	パーク むつざわ
10月13日(日)	13:00~15:00 / 16:00~19:00 (最終受付18:30)	パーク むつざわ

※時間内にお越しください。順番にご案内いたします。
(混雑状況によりお待ちいただく場合があります。)

問い合わせ 陸沢町役場まちづくり課 政策班 ☎ (44) 2501

求評会を 開催します



道の駅での加工品の売上アップを図ることを目的に町では、加工品の「求評会」を開催します。道の駅で加工品の販売をさらに伸ばしたい方や、新たな加工品の開発を検討している方など、どなたでもご参加いただけます。お申し込みのうえ、ご参加ください。

と き 10月16日(水)
13:30～15:30

求評会 「求評会で売上アップの実現を!!!」

ところ 役場3階会議室

※申込締切 10月10日(木)

※すでに販売されている加工品は、食品表示ラベルが張られているものをご持参ください。

※今後販売を予定している加工品は、試作品をご持参ください。

※味の評価を受けたい方は、試食品をご持参ください。

申し込み・問い合わせ

役場まちづくり課 政策班

☎(44)2501

第60回 長生郡民体育大会 開催!!

6月から7月に長柄町を会場として、第60回長生郡民体育大会が開催され、本町からも軟式野球・ソフトテニス・バドミントン・ゴルフ・卓球・剣道・バレーボール・バスケットボール・クレ射撃・グラウンドゴルフ・ソフトボールに出場し、168名の選手が町の代表として頑張りました。

大会結果(3位以上の成績)

- ・ソフトテニス女子 3位
- ・ゴルフ 準優勝
- ・剣道 優勝
- ・バスケットボール男子 3位・女子 優勝
- ・弓道 優勝
- ゴルフ(個人)・剣道(団体)・バスケットボール女子(団体)・弓道(個人) から県民大会出場します

あなたも参加してみませんか!?

他にも大会には、ゲートボール・硬式テニス・柔道・空手・インディアカがありますが、本町では競技団体がないため参加していません。また、参加競技でも選手不足の課題があります。競技団体は、総合運動公園を中心に、日々練習しています。まだまだ競技として続けている方、体を動かしてみたい方は、ぜひ、お問い合わせください。

問い合わせ

睦沢町体育協会事務局(睦沢ふれあいスポーツクラブ内)

☎(44)5211

令和2年版 「農業日誌」 などの注文受付



令和2年版「農業日誌」、「ファミリー日誌」、「新農家暦」の注文を受け付けます。通常にご購入されるよりも、低価格でお求めになれますので、ぜひお申し込みください。

注文期限 10月18日(金)まで

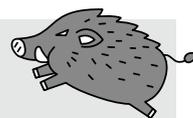
- 種類
- 農業日誌 : 1冊 1,400円
 - ファミリー日誌 : 1冊 1,400円
 - 新農家暦 : 1冊 450円

問い合わせ

役場産業振興課 産業振興班

☎(44)2505

耕作放棄地を刈払って 農地からイノシシを追い払おう!



9月28日から11月3日はイノシシ対策一斉刈払い月間です。

耕作放棄地はイノシシの格好の

棲み家 です。耕作放棄地を定期的に刈払い、農地を適切に管理し、イノシシによる農作物被害を防ぎましょう!

千葉県では耕作放棄地の刈払い活動を推進しています。

問い合わせ

千葉県長生農業事務所 ☎(22)1751

役場産業振興課 産業振興班 ☎(44)2505

千葉県動物愛護センター動物愛護事業

- 犬のしつけ方教室 (事前予約制・先着 20 組)**
 基礎講座 ※飼い犬の同伴はできません
 ㊟10月3日(木)・11月6日(水)・12月5日(木)
 10:00~12:00
- 犬のしつけ方教室 (事前予約制)**
 実技講座 ※飼い犬と同伴
 ㊟10月3日(木)・11月6日(水)・12月1日(日)
 13:00~15:00
 ㊦3,000 円 (消費税別)
 ㊧☎ 043(214)7814
- パピークラス (事前予約制・無料)**
 飼い犬 (生後 6 か月くらいまで) と同伴
 子犬の飼い方しつけ方を学びます
 ㊟10月16日(水)・11月20日(水)・12月18日(水)
 10:00~12:00
- 一般譲渡会 (申し込み不要・無料)**
 センターの成犬・成猫を譲渡します
 ㊟10月12日(土)・31日(木)・11月14日(木)・12月19日(木)
 9:30~12:00
 受付 9:00~9:30(受付時間に遅れると参加できません)
- 飼い主さがしの会 (事前予約制・無料)**
 犬猫の欲しい方、あげたい飼い主さんとの出会いの場です
 ㊟10月5日(土)・11月2日(土)・12月1日(日) 9:30~11:00
 犬猫の欲しい方 9:00~ 9:30受付
 犬猫をあげたい方 9:30~10:00受付
 ㊦千葉県動物愛護センター(富里市御料709-1)



飼う前に確認 飼い主になるということは 全てに責任をもつこと！！

ペットを迎え入れる準備はできていますか？ペットは小さいうちは手がかかりませんが、しつけが大変、言うことを聞かない、病気、老いといった問題が出てきます。ペットを終生飼育できるのか、飼う前にシミュレーションしましょう。

問い合わせ 千葉県動物愛護センター(8:30~17:15) ☎ 0476(93)5711

むつざわふるさと応援隊 活動REPORT



LINE 公式
アカウント



メール
マガジン

むつざわ
Mutsuzawa

ふるさと
応援隊

こんにちは。

魅力発信★むつざわ未来ラボです。

9月4日(水)に第3回むつざわ交流会を開催しました！今回のトークテーマは「睦沢町の新しいを発見しよう！」。

ひとつ目の“新しい”はパッションフルーツ。2018年からパッションフルーツやパイナップルの栽培を始めた「睦沢サトトロピカルビレッジ(通称:睦サト村)」の農場へ見学に伺いました！参加者の皆さんは、初めて見るパッションフルーツ農場に興味津々。

ふたつ目の“新しい”はkitみずさわ。2019年7月にオープンした合宿施設です。こちらのシェアキッチンでパッションフルーツのコンフィチュールづくりを体験していただき、多目的室で交流会を行いました。

みつ目の“新しい”は甘酒。睦沢町のお米で作られた甘酒の炭酸割りを皆さんに試飲していただきました。

交流会の開催情報はLINEやメールマガジンでもお知らせしますので、ぜひご登録ください。

むつざわ未来ラボは、多くの人に睦沢町を「知ってもらう」睦沢町に「来てもらう」「住んでもらう」を目指して活動しています。ウェブサイト「むつざわに来てね」をぜひチェックしてくださいね！

むつざわに来てね  <http://www.mutsuzawanikitene.com>

活動を紹介して欲しい団体などございましたらご連絡ください。

問い合わせ 役場まちづくり課 政策班 ☎(44)2501



Vol.29

シリーズ 睦沢教育

School Life Press
睦沢町教育委員会2018年度教育の評価と課題
「家庭・地域の教育力」について

教育委員会では、「町教育振興基本計画」で定めた5つの基本目標と21の重点施策により「郷土を誇りに 人間力の育成と健康幸福のまち」（基本理念）を目指して取り組んでいます。前号に引き続き、18年度教育施策のうち（4）「家庭・地域の教育力の向上」についての成果と課題を報告します。

シリーズ睦沢教育では、これまでも折に触れ、家庭教育の大切さについて述べてきましたが、家庭教育は全ての教育の出発点です。乳幼児期から自己肯定感や自己有用感を育てるとともに、子どもの健やかな情操や基本的な生活習慣、思いやり、善悪の判断力などを養う重要な役割を担っています。また、子どもたちの健全育成には、学校・家庭との連携に留まらず、地域の住民や地元の企業など町全体で教育に取り組むことが必要です。土曜日の小中学生の学習支援（アフタースクール）事業や福祉課の事業ではありますが、放課後児童クラブ（18年度より、睦沢小学校校舎内に移動し、子ども

たちの安全で健やかな居場所を確保）の運営は、地域の方々のボランティアに支えられています。そして、学校教育を地域の豊かなつながりの中で進めるため、また地域の教育力を学校に取り入れ、町ぐるみで子どもたちの成長を支える意識の醸成のために、学校が積極的に家庭や地域に働きかけを行いました。例えば、家庭での学習時間と学力との関係が明らかとなったため、ミニ集会などを通して家庭学習の充実に協力を求めました。その結果、保護者の理解と家庭学習の定着が図られてきました。小学校に「学校運営協議会制度（コミュニティ・スクール）」を導入し、地域とともにある学校を目指し、「睦沢の子どもは地域で育てる」という考えのもと、学校・家庭・地域が連携・協働した教育を進める機会が増えました。学校支援ボランティアの皆さんの登録も*85名となり、田植え、稲刈り、また登下校の見守り、読み聞かせ、環境整備（トイレの塗装、階段の塗装はがし、竹の伐採など）で、多くの方々の力が、子どもたちの学びの環境に反映され

ました。地域の方々の多くが当事者意識を持ち、連携・協働して進められた結果です。（大変感謝しています。）

一方、子育て支援に関わっては、地域の子育て拠点施設として、子ども園で行う未就園児の親子を対象とした「わくわく広場」などの事業や、公民館の一室を開放した「子育て交流広場スクスク」では、利用者も増え、若い親子の交流場所となっています。

これらの取組は、家庭教育力の低下の課題解決につながり、基本的な生活習慣の定着をはじめとする、子どもの自主性・自立性を高めること、同時に地域教育力の向上にもつながります。（*19年8月末現在のボランティア数 142名）



城西国際大学 福祉総合学部学生 「地域福祉研修」 8/20～23

城西国際大学 福祉総合学部 福祉総合学科の学生が地域福祉の研修のため睦沢町を訪れました。

地域福祉推進の取り組みを中心に、社会福祉協議会の活動や地域福祉の実践としてデイサービスこだまの取り組みについて講義を受けました。

研修はグループに分かれ、学童クラブとデイサービスこだまで実施。子どもたちとは体を動かして様々なゲームをしながら親交を深め、また、高齢者の方々とは団扇づくりなどを行いました。

最終日にはそれぞれが研修で学んだ成果をまとめ、発表しました。近隣地域の大学との交流となり、良い研修となりました。



睦沢中学校の生徒が シンガポール共和国を訪問

8/21～26



今年で29回目を迎える睦沢町中学生海外交流事業が行われ、睦沢中学校の生徒10名がシンガポール共和国を訪れました。

6日間の滞在中、姉妹校である Beatty Secondary School での生徒との交流および授業体験、2日間のホームステイ、市内視察など、日本では体験することのできない貴重な時間を過ごしました。国際社会に生きる人間としての“一歩”を踏み出すことができたのではないのでしょうか。

11月には Beatty Secondary School の生徒が睦沢町を訪れる予定です。睦沢での生活や日本文化にふれるなど楽しい思い出となるよう準備を進めています。



市原 善弥 氏 瑞宝双光章を受章 おめでとうございます

市原 善弥 氏は、昭和27年4月に浪花中学校に教諭として奉職され、長南西小学校長、土睦小学校長などを歴任し、地域の教育振興に貢献されました。

平成4年に退職後は、睦沢幼稚園長を平成9年3月まで務め、新園舎の落成にご尽力をいただきました。

「教員になってよかった」と^{おうれし}往時を振り返りつつ、お元気に過ごされています。



夏の特別講座 「むつざわアフタースクール+プラス ～親子プログラミング講座～」

8/24



中学校 PC 室で、小学 4 年生から 6 年生までの児童と保護者の方を対象にプログラミング講座を開催しました。プログラミングは令和 2（2020）年度から学校授業で取り入れられますが、本町においては昨年度から夏の特別講座として実施しています。

「ソプラノ歌手とバリトン歌手の音楽教室」

8/18

睦沢ゆうあい館、中央公民館でソプラノ歌手の日向野 菜生さんとバリトン歌手の神田 宇士さんを招いて、中学生・高校生を対象に音楽教室を実施しました。



町子ども会主催

「房総こどもかるた大会開催」

8/18

町子ども会主催の房総こどもかるた大会を町中央公民館で開催し、3 地区の子ども会から 8 チーム 20 名の参加があり、熱戦が繰り広げられました。

大会結果

<低学年の部>

- 優勝 ころころチーム（佐貫区）
- 準優勝 ワンピースチーム（寺崎区）
- 3 位 かにかまチーム（寺崎区）

<高学年の部>

- 優勝 上之郷 B チーム（上之郷区）
- 準優勝 まるまるチーム（佐貫区）
- 3 位 クローバーチーム（寺崎区）



親子陶芸教室の作品が完成！

7/28 ~ 8/25

町中央公民館で 7 月 28 日から 8 月 25 日の毎週日曜日に親子陶芸教室を開催しました。16 組 32 名の参加があり、各々の作品を作り上げました。この作品の一部は 11 月 1 日から 3 日まで開催する創作美術展 2019 に出品しますので、ぜひご覧ください。



民生委員児童委員「永年勤続表彰」受賞

おめでとうございます

7/20



千葉県文化会館で第 19 回千葉県民生委員児童委員大会が開催され、3 期 9 年以上委員を務めた方に贈られる「永年勤続表彰」を本町の民生委員児童委員である武井克嘉氏（大上）と倉田眞佐子氏（うぐいす里）が受賞されました。お二人は長きにわたり活動にご尽力された功績により千葉県民生委員児童委員協議会長から表彰されました。

編集後記

台風 15 号の被害に遭われた方に深くお見舞い申し上げます。今回の号には編集期間の関係で、台風 15 号関連の記事は掲載していません。

広報むつざわではさまざまな防災関連の記事をお届けしてまいりました。次号では今回の台風被害などを含め防災関連の記事を掲載する予定です。

(N.F)



収穫体験&手ぶらキャンプ 英語親子キャンプ de 里山体験 主催：睦沢町農泊推進協議会



むつざわで過ごす
特別な1日

自然と遊ぼう！

行楽の秋

アウトドア&宿泊施設ガイド



自然に囲まれた岩井の敷地で
テントを張り気ままに過ごす、
ぜいたくな時間を満喫

自然を満喫できるアウトドアが今人気です。暑さや和らぎ虫が少ない秋がオススメなシーズン。7月には睦沢で宿泊できる合宿施設kitみずさわがオープンしました。町内外の方が満喫した、この夏の各イベントから紹介します。

収穫体験&手ぶらキャンプ 夏野菜の収穫体験&BBQ (8/3-4)



「英語親子キャンプde里山体験」
8月10・11日で行われた英語親子キャンプde里山体験では、町内で英会話教室を主宰する米國テキサス州出身のヘイニー先生が、バンダナの様々な活用法や米国ではポピュラーなコップを使った遊び、また、本場のBBQレシピなどを英語でレクチャー。親子で楽しみ、夏休みの思い出となる里山体験でした。

睦沢町農泊推進協議会では、都市と農山漁村の共生・交流できる2つのキャンプイベントを開催しました。
「収穫体験&手ぶらキャンプ」
8月3・4日で行われた「収穫体験&手ぶらキャンプ」では、大上の「わかかなの畑」でトウモロコシやナス・ピーマンなどの夏野菜の収穫を体験。岩井のキャンプサイトでは、BBQ、森林ヨガを満喫していました。テントはレンタルでき、設営もスタッフがサポートしてくれるため、初心者でも簡単・安心に楽しめる里山体験でした。

英語親子キャンプ de 里山体験

ヘイニー先生と親子でイングリッシュ・サマーキャンプ (8/10-11)



睦沢町農泊推進協議会 事務局
(一社) 里山ソーシャルデザイン
一般社団法人里山ソーシャルデザインは、睦沢町岩井を拠点に「都市と農山漁村の共生・交流を通して、双方の人々が精神的・文化的に充足した暮らしを営み、地域振興、活性化ならびにまちづくりに寄与すること」を目的として活動。様々な里山体験イベントを開催しています。

日中過ごすだけじゃない。
睦沢に滞在できる合宿施設！



GUIDE 02 Kit みずさわ

2018年に閉校した瑞沢小学校をスポーツ・ゼミ・勉強・企業研修などの合宿を受け入れる合宿所へリノベーションし、オープンしました。

Kitみずさわは、『LCC合宿所』として、最低限のサービスを残した効率的な運営を行い、もともとの学校の良さをいかした客室（和室・洋室）懐かしい雰囲気を持つ多目的室、体育館、レクリエーション広場、理科室や、放送室も利用が可能です。総合運動公園「パークむつざわ」を利用したスポーツ合宿など可能性も無限大です。

GUIDE 03

収穫体験&Kitみずさわ調理合宿

大上の協力農家さんの畑で、kitみずさわに合宿に来た都会のお子さんたちが収穫体験を行いました。収穫した夏野菜を使って、おいしいサラダとカレーを作りました。

同時に開催した川柳大会で、睦沢町について。『森がある きれいなまちは むつざわ町』と詠ってくれたお子さんがいました。

初めて体験する
もぎたての味!!



GUIDE 04

今年のラフティングも富士登山もすごかった!! 青少年相談員の皆さんがご尽力 青少年サマーキャンプ (7/20 ~ 22)

町青少年相談員連絡協議会主催の青少年サマーキャンプを国立中央青少年交流の家で実施し、小学4~6年生の児童が参加しました。



富士山トレッキングや富士川でのラフティングでは、千葉県では体験できない自然とのふれあいに、参加した児童の皆さんは「川に入って気持ちよかった」「富士山に登ってよかった」など楽しさと達成感を全身で感じていました。

中学生ボランティアも参加し、青少年相談員の皆さんと一緒にサマーキャンプの運営に携わっていました。



むつざわガイド〈デイ&ナイトキャンプ〉

むつざわプロモーションプロジェクトで発行している「むつざわガイド」VOL.4では、睦沢町で楽しめる「デイキャンプ・ナイトキャンプ」をとりあげています。

他にも「むつざわをもっと楽しもう！」をコンセプトに発行していますのでご覧ください。

こちらでも
読めます



<http://6238.jp>



11 2019 月分

くらしのカレンダー

※注意 このカレンダーは11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 ●心の電話相談 創作美術展(ゆ) ※3日まで	2
3 ●文化の日 ●農林商工まつり	4 もえるゴミ ●振替休日	5	6 もえるゴミ ●心の電話相談	7 2コース粗大ゴミ	8 もえるゴミ ●法律相談 ●献血(改セ) 10:00~12:00 13:15~16:00	9
10	11 もえるゴミ	12 1コースもえないゴミ ●心の電話相談 ・大腸がん検診予備日(改セ)	13 もえるゴミ ●行政・人権相談	14 2コース資源ゴミ ●みんなで健幸ウォーク 佐貫区民センター 9:30 集合	15 もえるゴミ	16 ●住民福祉大会(ゆ) ●ふるさとに親しむ古文書講座(資) 13:30~15:00
17	18 もえるゴミ ●心の電話相談	19 1コース資源ゴミ	20 もえるゴミ	21 2コースもえないゴミ ●乳幼児健康相談(改セ) 14:00~15:00	22 もえるゴミ	23 ●勤労感謝の日
24 ●日曜開庁日(一部窓口) ●心の電話相談 ●健幸むつざわロードレース	25 もえるゴミ	26 1コース粗大ゴミ ●健康栄養相談(改セ) 10:00~11:30	27 もえるゴミ ●1歳6か月児健診(改セ) ●2歳児歯科健診(改セ) ●3歳児健診(改セ)	28 ●心の電話相談	29 もえるゴミ	30

- 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
- 心の電話相談専用ダイヤル ☎(44)0022 10:00~12:00/13:00~15:00
- 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 受付時間:19:45~22:45/(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 (改セ)農村環境改善センター (こ)こども園



鮭チーズごはん

材料(4人分) 作り方 調理時間 20分

- ごはん..... 600g
- プロセスチーズ..... 70g
- 生鮭..... 2切れ
- 塩..... 小さじ1/6
- 酒..... 大さじ1/2
- 青じそ..... 4枚



- ①生鮭に塩と酒をまぶし10分おく。
- ②チーズは小さく角切りにし、青じそはせん切りにする。
- ③①を魚焼きグリルで焼く。焼きあがったら、骨と皮を取り除き、粗くほぐす。
- ④ごはん③とチーズを加えて軽く混ぜ、器に盛りつけ、青じそをのせる。

1人分栄養量 ●エネルギー 375kcal ●たんぱく質 17.9g ●脂質 7.0g ●カルシウム 126mg ●食塩相当量 0.8g 日本生活協会レシピより

むし歯0のお友達を紹介します!

8月28日に行われた町3歳児健康診査でむし歯のなかったお友達です。ご家族からコメントをいただきました。



なかむらき の ちゃん

むし歯0よかったね!
これからも歯みがきが
がんばろう!!



ふるやま れおくん

毎日歯みがきが
がんばろう。