

今も未来も「いろんな笑顔であふれるまち」むつざわ

広報 むつざわ

No.647

3月

March 2022

2/13(Sun)
サケの稚魚
放流会



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

介護予防教室に参加しませんか

長生郡市消防本部からのお知らせ／睦沢町賃借料情報および農作業別標準労働賃金など／
道路への泥落ちにご注意ください

毎月25日は防災の日です

...and more



アプリ「マチイロ」

マチイロ
まちを好きになるアプリ

健康若返り教室へ参加してみませんか？

町では65歳以上の方を対象として各地区でフレイル（要介護になる前の虚弱した状態）予防教室を開催しています。高齢化が進む中で認知症とその予備軍となる人がさらに増え、自分を含め、身近な方がいつ認知症を発症してもおかしくない状況となってきました。認知症予防には普段のちょっとした心がけで、健康で若々しい脳を保つ秘けつがたくさんあります。その一つが人と交流する機会を持つことです。人と交流すると脳が活発に働きます。この教室では、笑い声があり、楽しい交流の場となっていますので、気軽に参加してください。（参加時の事故や怪我等については、自己責任でお願いします。）

上市場げんき会をご紹介します！

2月8日に上市場げんき会にお邪魔してきました。
この日は口腔体操やボーリング、3B体操をしていました。
上市場の皆さん、ぜひ上市場げんき会にご参加ください。

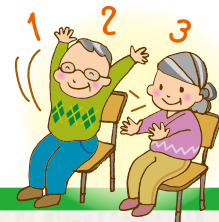


上市場げんき推進員さんより

コロナ禍ですが皆さん楽しみに参加いただいています。いつも笑いあり×100で皆さん元気です。上市場げんき会で一緒に活動してくれる推進員さんを募集しています。

町では一緒に活動してくれる介護予防推進員を募集しています。

問い合わせ 役場福祉課内地域包括支援センター ☎(44)2531



福祉タクシー助成事業について

町では、福祉タクシー1回の利用につき、2,000円を上限にタクシー料金を助成しています。

現在、タクシー券を利用している方については、更新のご案内を郵送しますので、継続して利用を希望される方は申請の手続きを忘れずをお願いします。

新しく利用を希望される方は、下記対象者をご確認のうえ、役場福祉課窓口で手続きをしてください。

【対象者】

- ① 65歳以上の住民税が非課税の方で、家族の支援を受けることができない方
- ② 自主的に自動車運転免許証を返納した方で、家族の支援を受けることができない方
- ③ 腎臓機能障害で、透析治療を受けている方
- ④ 身体障害者手帳1・2級の方、または、視覚、下肢、もしくは体幹に障害がある方
- ⑤ 障害者総合支援法の対象となる難病患者
- ⑥ 療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
- ⑦ 要介護2以上の認定を受けている方
- ⑧ 妊産婦(母子健康手帳の交付を受けている方で、出産後2か月までの方)

問い合わせ

役場福祉課 福祉班 ☎(44)2504



人権擁護委員に久我 信子氏

1月1日付けで、久我 信子氏（上市場）が、法務大臣から人権擁護委員を委嘱されました。

今後、町の人権相談で、皆さんの相談相手としてご活躍いただきます。

前委員の伊原 信子氏には、長い間人権擁護委員としてご尽力いただき、感謝状が贈呈されました。誠にありがとうございました。



伊原 信子 氏（前任）



久我 信子 氏（新任）

新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触があった方へ

濃厚接触者とは

患者の感染可能期間（※1）において、

- ・同居あるいは長期間の接触があった
- ・適切な感染防護（※2）なしに患者を診察、看護もしくは介護していた
- ・気道分泌液もしくは体液などの汚染物質に直接触れた可能性が高い
- ・手で触れることのできる距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策（※3）なしで、15分以上の接触があった（個々の状況により患者の感染性を総合的に判断します）

のいずれかに該当する場合、濃厚接触者となります。

- ※1 患者の発症日の2日前から（無症状病原体保有者は検体採取日の2日前から）
- ※2 サージカルマスクの着用および適切な手洗いに加え、必要に応じて目の防護具（ゴーグルまたはフェイスシールド）の装着
- ※3 マスクの着用など

濃厚接触者であり、かつ症状がない場合（同居家族を含む）

- ・陽性者との最終接触日（同居家族の場合は陽性者の発症日または住居内で感染対策を講じた日のいずれか遅いほう）から7日間自宅待機をお願いします。

濃厚接触者であり、かつ症状がある場合

- ・陽性者の同居家族の方は、陽性者を診断した医療機関にご相談ください。

濃厚接触者ではないが、発熱・咳などの症状がある場合

- ・かかりつけ医療機関にご相談ください。

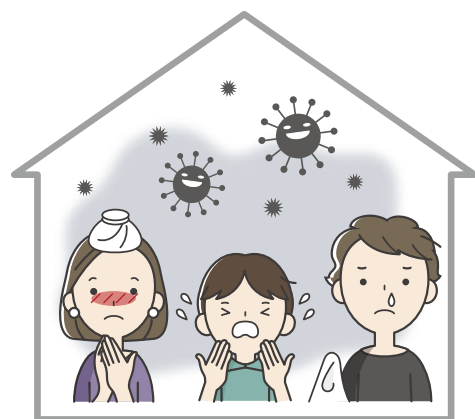
【千葉県の新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口】

千葉県発熱相談コールセンター

（電話番号）0570-200-139

（対応時間）24時間（土日、祝日を含む）

（対応内容）発熱した際に受診できる医療機関の紹介、新型コロナウイルス感染症に関する相談、感染の予防に関すること、心配な症状が出たときの対応など



新型コロナワクチン接種状況

2月17日現在の町新型コロナワクチン接種状況です。

	65歳以上 (2,821人)	12歳以上 64歳以下 (3,514人)	全体 (6,335人)
1回目 接 種	2,497人	2,897人	5,394人
接種率	88.5%	82.4%	85.1%
2回目 接 種	2,489人	2,872人	5,361人
接種率	88.2%	81.7%	84.6%

※11歳以下は含まない。

4月の集団3回目接種（追加接種）は次のとおり予定しています。対象の方には希望調査を送送します。

◆集団接種

日にち	接種場所	使用ワクチン
①4月17日(日)	町農村環境	モデルナ
②4月24日(日)	改善センター	

健康こ・ら・む

今月のテーマ

健幸貯きん(筋)クラブで健康づくり

管理栄養士：中村 智美

歩 数	中強度の活動時間	予防できる病気
2000歩	0分	寝たきり
4000歩	5分	うつ病
5000歩	7.5分	要支援・要介護、認知症、心疾患、脳卒中
7000歩	15分	ガン、動脈硬化、骨粗しょう症、骨折
7500歩	17.5分	筋減少症、体力の低下
8000歩	20分	高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドローム（75歳以上）
9000歩	25分	高血圧（正常高値血圧）、高血糖
10000歩	30分	メタボリックシンドローム（75歳未満）
12000歩	40分	肥満
12000歩（うち中強度の活動が40分）以上の運動は、健康を害することも…		

症状が
重い・深刻

症状が
軽い・深刻
ではない

「運動が健康に良い」ことは周知の事実でしたが、実際にはこんな疑問はありませんか。

◎どのような運動を・どの程度行えばいいの？

◎どれくらいの頻度で運動すれば健康になれるの？

◎その運動をしたら本当に効果があるの？

健幸貯(筋)きんクラブでは、「肥満予防」から「寝たきり予防」まで身体活動に基づいた20項目の病気の病態の予防基準値を可視化することによって分かりやすい評価方法を取り入れています。

① この運動方法を実施する上でのポイントをお伝えします。

② いつより歩幅を少し大きく、なんとか会話しながら歩ける程度の早歩きをしましょう。

③ 2000歩のウォーキングで体温が上がり、質のよい眠りにつながります。

④ 1週間で平均目標が達成できるように調整しましょう。

⑤ 早歩きの数分が分かれば「早歩き歩数÷120歩/分」とすることで中強度（うつすら汗ばむ程度）の活動時間が求められます。（※教室では、活動量計を着けて測定します。）

⑥ 「中強度の活動」が1日どのくらい行われているかを意識する

⑦ 1年間で平均8000歩の内、中強度運動20分程度が含まれる生活をしている人は、病気になるにいくといわれています。この生活を2か月以上続けることで、健康長寿遺伝子にスイッチが入るとも言われています。

⑧ たくさん歩いているにも関わらず病気になるってしまう人がいます。運動をした後の疲労が回復する前に、次の運動をしてしまうことで疲労回復が遅れ、疲れがたまってしまふことが原因です。休養をしっかりとり適度な運動習慣を心がけましょう。

⑨ 「健康づくり」は目的ではなく、自分がやりたいことを行うための手段です。「健康づくり」を目的にしてしまうとなかなか長続きできません。日々の仕事や家族や仲間との楽しみのある日々を送れるのも、自分の「健康づくり」が支えています。

⑩ 毎日活動的に楽しめる自分をつくるイメージを持って健康づくりをしましょう。

また、教室は、有酸素運動

（ウォーキング）だけではなく、貯筋運動（筋力トレーニング）やストレッチなども取り入れた内容になっています。ぜひ、体験会にご参加ください。

「健幸貯きん(筋)クラブ」体験会を開催します

と き 3月22日（火）10：40～12：00
3月25日（金）10：40～12：00

ところ 町農村環境改善センター

内 容 筋力トレーニング、有酸素運動（ウォーキング、ポールウォークなど）

持ち物 タオル、水または麦茶など

対象者 20歳以上で町内在住者、医師の指示で運動制限のない方

※運動のできる服装でお越しください。

申し込み・問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

長生郡市消防本部からのお願い

令和4年春季全国火災予防運動が3月1日(火)から3月7日(月)まで全国一斉に実施されます。

ご家庭などでも火の取り扱いに十分注意してください。

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

— 4つの習慣・6つの対策 —

4つの習慣

- ・寝たばこは絶対にしない、させない。
- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ・こんろを使うときは火のそばを離れない。
- ・コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

6つの対策

- ・火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ・火災の拡大を防ぐために、部屋の整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- ・お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ・防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

統一標語

『おうち時間 家族で点検 火の始末』

問い合わせ 役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

新型コロナウイルス感染症に係る 傷病手当金の適用期間を 延長します

傷病手当金は、町国民健康保険および後期高齢者医療の被保険者のうち、給与等の支給を受けている方が、新型コロナウイルス感染症に感染し、または発熱などの症状があり感染が疑われ、療養のため会社などを休んで事業主から給与などが受けられない場合に支給します。

今般、新型コロナウイルス感染症の感染状況を踏まえて、適用期間を3月31日まで延長しています。

【適用期間】 令和2年1月1日～令和4年3月31日の間で療養のため労務に服することができない期間（ただし、入院が継続する場合などは健康保険と同様、最長1年6月まで）

詳細はお問い合わせください。



問い合わせ

役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576

先進予防型まちづくりプロジェクト2021

おでかけ健康フェスタ

楽しくカラダを動かしてみませんか？お気軽にご参加ください！

2022年 **3 / 12 (土) 10:30～15:00**

会場：道の駅むつざわ つどいの郷（防災広場・つどいのハコ）

※詳細はチラシをご覧ください

**スポーツゲーム
体験会**

**ものづくり
体験**

**地域サークル
による発表会**

クイズラリー

※詳細は当日会場
ご確認ください

**むつざわさん歩
抽選会**

**うめ丸くんも
あそびに
来るよ！**

※本年度の「むつざわさん歩」の抽選会は今回限りとなります。令和4年4月1日からはポイントが0にリセットされますのでご注意ください。
※新型コロナウイルス感染症拡大の状況によって、中止させて頂く場合がございますので、予め、ご了承下さい。

問い合わせ 役場企画財政課 企画班 ☎(44)2501

相談

子どもなんでも相談窓口

妊娠・出産・子育てについての相談や情報提供を行います。

子育てに関する悩みなど、お気軽にご相談ください。

☎町子育て世代包括支援センター
(役場福祉課 子育て推進班)

☎(44)2578

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。

☎各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話

☎ 3月10日(木) 13:30～15:00
3月16日(水) 10:00～11:30

☎町中央公民館

☎茂原警察署 ☎(22)0110

行政書士電話相談会

●相続全般の関すること

●遺言に関すること

●農地法関係手続に関すること

☎ 3月20日(日) 9:00～12:00

※新型コロナウイルス感染症の影響により、電話相談とさせていただきます。当日、都合が悪い場合は別の日でも電話でご相談をお受けします。

☎千葉県行政書士会会長支部

地区無料相談担当 今関 雄一

☎(43)0202

茂原警察からのお知らせ

クロスボウは所持禁止になります！！

令和3年6月16日に銃砲刀剣類所持等取締法が改正され、現在クロスボウを所持している方は、法施行日の令和4年3月15日から6か月の間(令和4年9月14日まで)に、

①住所を管轄する警察署に所持許可の申請をする。②警察署等に廃棄を依頼する。③適法に所持することができる方へ譲渡する。

いずれの措置も執らずに所持した場合は、不法所持として3年以下の懲役または50万円以下の罰金に処せられます。

☎茂原警察署 ☎(22)0110

全日本ろうあ連盟

創立70周年記念映画「咲む」上映会

☎ 3月13日(日) 14:00～16:00

☎茂原市総合市民センター4階大ホール

●小中学生500円、高校生以上1,200円

☎100名(1回の上映)

☎・☎

長生郡市聴覚障害者協会事務局 FAX(32)2037

☎ mugen-y.k@kuf.biglobe.ne.jp

自衛官等募集

防衛省・自衛隊では、自衛官(男子、女子)および予備自衛官補(男子、女子)の募集を下記のとおり実施しています。

募集種目	応募資格	受付期間(締切日必着)	試験期日	合格発表	入隊(校)次期	待遇・その他
予備自衛官補	一般 18歳以上34歳未満の者	①1月6日～4月8日 ②6月1日～9月16日 ※①で採用予定数に達した場合、②は実施しない場合があります。	①4月11日～17日 ※いずれか1日を指定されます。 ②9月25日～10月10日 ※いずれか1日を指定されます。	①5月31日 ②11月9日	採用候補者名簿に記載され上位者から順次採用予定者となります。教育訓練開始時期は令和4年7月以降	【身分】 非常勤特別職国家公務員 【教育訓練招集手当】 月額8,200円
幹部候補生	一般要員 22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満の者)	①3月1日～4月14日 ②3月1日～6月16日 (飛行要員除く。)	①1次:4月23日・24日 2次:5月27日～6月2日 ※いずれか1日を指定されます。 3次:(飛行要員のみ) (海):6月23日～27日 (空):7月16日～8月4日 ※いずれか1日を指定されます。 ②1次:6月25日 2次:8月1日～7日 ※いずれか1日を指定されます。	①1次:5月20日 2次:(飛行要員のみ) (海):6月16日 (空):6月20日 最終: (陸):7月8日 (海):7月15日 (空):8月26日 ②1次:7月22日 最終:9月22日	令和5年3月中旬～4月上旬	入隊後約1年で 3等陸・海・空尉 (院卒者試験合格者は2等陸・海・空尉)
	歯科・薬剤科 専門の大卒(見込含)20歳以上30歳未満の者(薬剤科は28歳未満の者)		①1次:4月23日 2次:5月27日～6月2日 ※いずれか1日を指定されます。 ②1次:6月25日 2次:8月1日～7日 ※いずれか1日を指定されます。	①1次:5月20日 最終: (陸):7月8日 (海・空):7月15日 ②1次:7月22日 最終:9月22日		歯科は入隊後約6週間で 2等陸・海・空尉 薬剤科は入隊後約1年で 2等陸・海・空尉
一般要員候補生	18歳以上33歳未満の者(32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)	①3月1日～5月10日 ②7月1日～9月5日	①1次:5月20日～29日 2次:6月17日～7月3日 ②1次:9月15日～18日 2次:10月8日～23日 ※いずれか1日を指定されます。	①1次:6月10日 最終:7月22日 ②1次:10月3日 最終:11月15日	令和5年3月下旬～4月上旬 ※上記の他に設定する場合があります。	入隊後2年9か月経過以降 降選者により 3等陸・海・空曹

※詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください。

自衛隊 茂原地域事務所(千葉地方協力本部) ☎(25)0452 茂原市町保3-217 シティビル2階



広告枠

発想力・想像力・思考力・暗記力・瞬発力を育む、SDGsな

新しいピアノコースが誕生します。

コードネーム奏法を基に、両手で自分の思うままにピアノが弾けるようになる、やさしく系統立てたカリキュラムでの教授内容です。

《小学校高学年以上、中・高校生から大人の方まで、幅広く対象としています。》

*ピアノをやめてしまった方、進級・進学でピアノ継続を考えている方、ぜひ!!

3月度 無料体験実施(先着順)

●ピアノ曲集の出版経験をもつ、内閣府認可(一社)全日本ピアノ指導者協会(ビティナ)正会員が責任指導します。

キュー・オン・グループ・イデューズ音楽院 睦沢教室

*詳しくは、別掲の久我塾までお問い合わせください。



広告枠

一信頼と巧みな技術をもってお応えします一

藤美建装

一般住宅塗装 / リフォーム工事

お客様のご希望に添えるように細かく丁寧な工事をご提供しています

TEL 0470-87-9939 FAX 0470-87-9959

■千葉県いすみ市岬町桑田1508-2

いすみ市 藤美建装 🔍検索

今

月

の

俳

句



目刺干す九十九里浜日本晴
下萌や転んで起きて幼の歩
手縫ひすることも少なく針供養
霜枯や今日も現る土竜塚

(小川 澄)

(葵 かける)

(中村真砂雄)

(河野 悦子)

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

☎3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 健康推進班

☎(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

3月の日程

2日(水)、8日(火)、16日(水)、22日(火)

※24日(木)、27日(日)、30日(水)

受付時間：10:00～12:00

13:00～15:00

※は夜間18:00～22:00

直通電話：☎(44)0022

※4月からは相談を24時間受け付けます。

●乳幼児健康相談

身体計測、栄養・育児相談

☎3月24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

☎3月9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。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となる場合があります。

☎役場総務課 庶務秘書班

☎(44)2500

●法律相談

☎3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 庶務秘書班

☎(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。

☎役場産業建設課 産業振興班

(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 6,853人 (-17)

男性 3,341人 (-11)

女性 3,512人 (-6)

●世帯数 2,796世帯 (-6)

()は前月比

令和4年1月31日現在

掲載については事前に掲載希望の確認を行っています。

●お誕生おめでとうございます

親の名	子の名	性別	月日
秋元 裕規・恵	ののか	女	1月10日

●ご結婚おめでとうございます

区 名	氏 名
佐貫	高橋 蓮・瑛里

●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
中村 博	93	佐貫	1月8日
江澤 きぬ	95	長楽寺	1月10日
岡田ヨシ子	85	妙楽寺	1月10日
田邊 肇	91	妙楽寺	1月11日
中村わか子	92	上之郷	1月13日
中山 歌子	98	川島	1月15日
東條 和代	64	小滝	1月15日
伊藤えみ子	50	川島	1月17日
岡本 厚男	89	上市場	1月17日
池田 昌禧	85	川島	1月20日
米倉 貞司	94	大谷木	1月23日
山田 清	90	北山田	1月24日

パークむつざわ 3月のイベント情報

●投げ方教室

運動の基礎のひとつ「投げる」を楽しく学びます！

得意な子も苦手な子も一緒にチャレンジ！！

日 程：3月13日（日）

時 間：①低学年の部 9：30～10：30 ②高学年の部 10：45～11：45

参加費：1人500円 定 員：各15名（申込順）

対 象：①小学校1～3年生 ②小学校4～6年生

●子ども運動教室体験会

来年度に向けた子ども運動教室の体験会を開催！

学校体育種目など、運動が好きになれる教室です！

日 程：3月24日（木）

時 間：①15：40～16：40 ②16：50～17：50

参加費：1人500円 定 員：10名（申込順）

対 象：①新1～3年生（現年長～2年生） ②新4～6年生（現3年生～5年生）

●免疫力upヨガ

免疫力を高めるヨガのポーズを中心としたレッスン！

ウイルスに負けない体づくりをヨガでしてみませんか？

日 程：3月27日（日）

時 間：10：30～11：30

参加費：1人1,000円 定 員：12名（申込順）

対 象：16歳以上の男女

バランスボール・ZUMBA
キッズダンス・姿勢改善・エアロビ
テニス・ヨガ・エンジョイフィットネス

通常教室も開催！

体験1回無料！ ※テニススクールを除く

お問い合わせは

パークむつざわまで！

パークむつざわ（町総合運動公園）

〒299-4413 睦沢町上之郷1565 ☎(44)1565



キューオングループは国連総会で採択されたSDGsに取り組んでいます。

～塾の指導現場から～ スパイラル教育をご存知ですか？

学校での学習内容は、小・中・高と一貫したスパイラル教育で、一連の継続・積み重ね学習です。中学の数学は、小学校で学習した分数・速さ・割合等を基礎として学習が進みます。歴史や地理は、小学校での学習内容を基にして深く・広く学びます。他の教科も同様で、高校では更に深く学びます。従って、進級・進学を迎える今は、しっかりと復習しておくことが大切です。また、「使い終わった教科書・参考書は捨てている」と耳にしますが、進級・進学後も捨てずに、復習用として活用することをお勧めします。

マンツーマンで楽しく英語を学びます。

●幼児・小学生対象●

こども英語教室・生徒募集

◎下記までお問い合わせください。



睦沢町北山田252(富貴楽橋そば)

キューオングループ・久我塾

TEL:0475-22-8601(事務局)

TEL:0475-44-0826(教室)

Eメール kyuongroup9080@gmail.com

イベント

まっ白いひろば開催

3月12日(土) 10:00～16:00



一人ひとりがやりたい事を遊び・チャレンジしていく自由な広場・遊び場です。

参加前に検温し、マスクを持参してください。

※荒天、河川の増水時は中止します。

📍睦沢小学校裏川べり（鎮守川脇）

駐車場は、睦沢小学校正門右側

📌無料（初回参加時保険料100円）

📌弁当、飲み物、着替え、

ヘルメット、ぬれても良いはき物

📍まっ白いひろば事務局 ☎(44)2289

町中央公民館 ☎(44)0211

3月の公民館・ 歴史民俗資料館 の休館日

7日（月）、14日（月）、
21日（月・祝）、28日（月）

※月曜日の図書の返却は、図書
返却ポストをご利用ください。

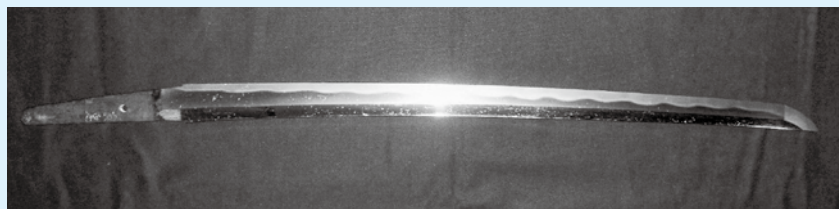
アート

歴史民俗資料館

企画展 「用の美-日本人の日常再発見」

5月15日（日）まで

日本人は、日常に用いる品物に美を見出して生活を楽しんできました。この企画展では、ふだんの生活のなかで使ってきた品物から日本人の日常の美意識を再発見します。なお、中国哲学者にして書画や篆刻をよくする細谷恵志（長生）氏の作品、陶芸家の齊藤登男氏と小原由紀子氏の作品もあわせて展示しています。



脇指「銘兼定」

刀はお侍の日常用具で、公式の場では欠かせないので現代人のネクタイのようなものかもしれません。展示の脇指の刃文は、のたれ調の緩やかな波を基調に、具の目という小さな波があって美しいです。

第2回風を感じる歴史散歩

「瑞沢川桜並木を歩く」

3月26日(土)

川沿いで風を感じながら、町指定天然記念物「諏訪神社の大樟」などの文化財をはじめ、サケがさかのぼる古宿橋など沿道の名所旧跡を徒歩で見学します。

📍町歴史民俗資料館出発

13:30に出発します。

📍10名（事前申込制。定員になり次第締め切ります）。

📌100円（保険料）。

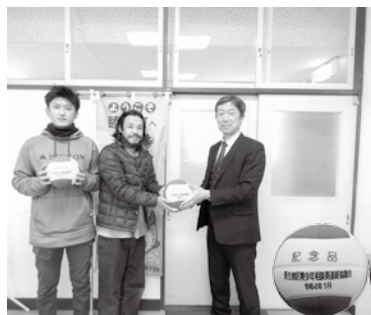
※内容を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

📍町歴史民俗資料館 ☎(44)0290



長生地区 青少年相談員連絡協議会から 睦沢小学校へドッジボールを 贈呈いただきました。

長生地区青少年相談員連絡協議会より、長生郡市管内の小学校へ低学年・高学年用のドッジボール2個を贈呈いただき、本町では、当協議会を代表して町青少年相談員連絡協議会の内山会長から睦沢小学校の久我校長へお渡ししました。



子どもたちの学びの環境を整えています （睦沢町地域学校協働本部）

学校と地域の連携・協働を進める「睦沢町地域学校協働本部」ではさまざまなボランティア活動があります。今回、学校の環境整備などの支援をするボランティア団体「あうん」の皆さんが、2月13日(日)に睦沢小学校の桜の枝を、昨年の秋に続いて伐採をしました。

道路や校舎にかかる枝や虫害のある幹などを手際よく切り、木々の処分も行いました。今年の桜の季節は少し違った景観になることでしょう。

「あうん」の会員も24名となり、今後もボランティア活動の幅を広げて、地域の力を学校の学びなどに活かしたいと話しています。



道路への 泥落ちに ご注意ください



トラクターなどによる農作業の際、田や畑から道路に出る前に車輪などを掃除して道路に泥を落とさないよう注意しましょう。

車道や歩道に泥のかたまりを落とすと、車や自転車、歩行者などの通行の妨げになるだけでなく、事故やケガの原因になる恐れもあります。やむを得ず道路に泥を落としてしまった場合には速やかに清掃するようにお願いします。

問い合わせ 役場産業建設課 産業振興班 ☎(44)2505

睦沢町賃借料情報 および 農作業別標準労働賃金・機械による標準作業料金

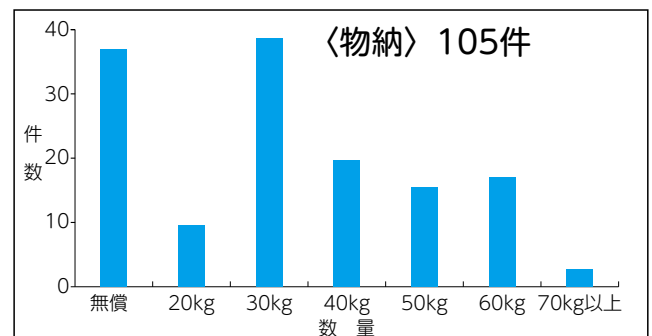
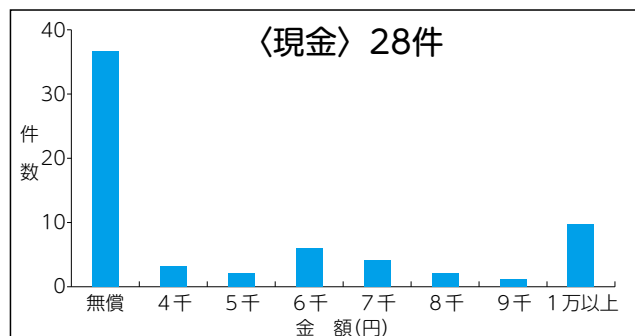
農地法の一部を改正する法律(平成21年6月24日施行)により、今まで利用権設定(小作契約)の時に目安になっていた標準小作料は廃止され、これに代わり農業委員会が農地の賃借料情報の提供を行うことが、法律上明記されました。

1. 睦沢町の賃借料情報

令和3年1月～12月までに賃借権、使用貸借権を設定したものは、次のとおりです。

田(水稻)

●賃借権(10a当り)



●使用貸借権(無償) 37件

※あくまでも、上記期間での情報ですので、最終的な金額、物納については、双方で協議のうえ決定してください。

2. 令和4年睦沢町農作業別標準労働賃金・機械による標準作業料金

次のとおり標準額を定めましたので、農作業委託などの参考とされますようご案内します。

区 分		賃料・料金(円)	備考
労 賃	田作業・一般	7,800	1日当り8時間
	畑作業・一般	7,500	1日当り8時間
機 械 に よ る 農 作 業 料 金	水田耕起(トラクター)	6,200	10a当り 1番耕
	畦塗り(トラクター)	5,000	100m当り
	水田代かき(トラクター)	6,200	10a当り 2回かけ
	植付(田植機)	7,000	10a当り 苗別(側条施肥は別途協議)
	草刈(トラクター)	10,000	10a当り
	刈取・脱穀(コンバイン)	17,000	10a当り 湿田、倒伏田、不整地田などは、その状態により割増料金とする。
	籾運搬	3,000	10a当り
	乾燥・粃すり	2,300	60kg当り 運搬費別
	粃すり	700	60kg当り 粃すりのみ
	その他 育 苗	870	1箱当り 硬化苗運搬込み

※上記料金は、あくまでも目安です。耕地の条件により異なりますので、双方で協議のうえ決定してください。

ご不明な点などがありましたら、町農業委員会事務局(☎44-2512)、または地元の農業委員、農地利用最適化推進委員にお問い合わせください。

一宮聖苑組合人事行政運営等の状況

地方公務員法第58条の2の規定に基づき、令和2年度における一宮聖苑組合人事行政運営等の状況を公表します。

第1 職員の任免及び職員数の状況

1. 採用・退職者数（令和2年度）

採用者数	退職者数
0人	0人

第2 人事評価の状況

職員の能力や勤務態度を評価する「能力・態度評価」と、目標を設定して仕事の実績を評価する「業績評価」の2つの評価により人事評価を行っています。

第3 職員の給与の状況

1. 一般行政職員の平均給与月額等について

	平均年齢	平均給与月額	給料	諸手当
令和2年4月1日現在	42.5歳	248,267円	219,600円	28,667円
令和3年4月1日現在	43.5歳	282,399円	246,600円	35,799円

第4 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

1. 勤務時間の状況

開始時刻	終了時刻	休憩
8:00	16:45	12:00～13:00

第5 職員の分限及び懲戒の状況

1. 職員の分限処分の状況（令和2年度）

降任	免職	休職	降給
0人	0人	0人	0人

2. 職員の懲戒処分の状況（令和2年度）

戒告	減給	停職	免職
0人	0人	0人	0人

第6 職員の服務の状況

1. 年次休暇の状況（R2.4.1～R3.3.31）

平均使用日数	消化率
6.6日	16.5%

2. 育児休業および部分休業の状況（令和2年度）

	育児休業取得者数	部分休業取得者数
男性職員	0人	0人
女性職員	0人	0人
計	0人	0人

第7 職員の福祉及び利益の保護の状況

1. 福利厚生（令和2年度）

種類	決算額・内容
千葉県市町村職員共済組合による福利共済事業	2,336,167円（共済組合に対する負担金） 短期給付（健康保険）、長期給付（年金関係）など
千葉県市町村職員互助会による福利厚生事業	2,664円（互助会に対する負担金） 出産費助成、弔慰金の給付、各種保健事業など
職員の健康管理に関する事業	15,903円（生活習慣病予防検査 3人） 問診、血圧、血液、尿、心電図、胃X線検査、身長、体重、視力、聴力、腹囲、胸部X線検査

2. 公務災害補償（令和2年度）

加入団体	対象件数
地方公務災害補償基金	0件

3. 公平委員会における業務の状況（令和2年度）

内 容	
勤務要求に関する措置要求	0件
不利益処分に関する審査請求	0件

問い合わせ

一宮聖苑組合事務局 ☎(42)1430

防災アプリの登録をお願いします

問い合わせ

役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

町では災害時の各種情報をはじめとする情報伝達の更なる強化を図るため、防災アプリを運用しています。自宅にいない場合でも、スマートフォンにて外出先などで町からの防災行政無線の放送内容が確認できます。



防災行政無線

アプリに放送内容を通知

音声ファイル
通知時刻●年●月●日
■■■防災行政無線情報■■■
【放送内容】
●年●月●日 ●:●●
こちらは睦沢町役場です。
〇〇課から〇〇について……

QRコードよりダウンロードをお願いします。



iPhone用QRコード



Android用QRコード

ジャンボタニシの薬剤購入費を支援します

町植物防疫協会では、ジャンボタニシ対策としてジャンボタニシの防除および殺貝を目的に、散布した薬剤の購入費の一部を新たに補助しますので是非ご活用ください。

補助額

ジャンボタニシ防除薬剤等の購入費の1/3以内（上限1万円）

対象者

次の全てに該当する者

- ・町内の圃場で農作物を生産していること。
- ・申請年の3月1日～7月31日までに薬剤購入から散布までが完了していること。
- ・同一年内にこの補助金を上限まで受け取っていないこと。

対象薬剤

農林水産省に登録されているジャンボタニシの防除および殺貝を目的とした薬剤

申請期限

申請年の8月31日を申請受付期限とします。

注意事項

- ・補助金の申請は薬剤等を散布した後になります。
- ・補助金交付に関しては1,000円未満切り捨てのため、最低3,000円以上の購入が必要です。
- ・申請者数の状況により、交付額が上限の1万円に満たない場合もあります。

申請方法

町ジャンボタニシ被害防止対策補助金交付申請書兼請求書（様式第1号）に以下の書類を添えて提出してください。

- ・購入した領収証の写しまたは使用した薬剤の袋数がわかる写真
- ・事業を実施した水田の一覧または位置図
- ・その他会長が必要と認める書類



問い合わせ

町植物防疫協会事務局（役場産業建設課 産業振興班） ☎(44)2505



こんにちは！CHIBA むつざわエナジー通信です。
この度、当社が運営に携わる、むつざわスマートウェルネスタウンの取組が、環境省発行の「脱炭素先行地域づくりスタディガイド」に掲載されました。「脱炭素先行地域」とは2050年カーボンニュートラルの実現に向けて、2030年度までに民生部門の電力消費に伴うCO2排出の実質ゼロ実現を目指す地域。全国で少なくとも100カ所が選ばれる予定です。むつざわスマートウェルネスタウンはその先事例として紹介されています。

CHIBA むつざわエナジーではおトクな電気の紹介をしています。詳しくはホームページをご覧ください。簡単なシミュレーションで電気料金の診断ができます！（高圧施設は個別見積となります。お気軽にお問い合わせください。）

地域課題を解決する取組事例【千原町地区】
マイクログリッドによる災害時の継続的なエネルギー供給

太陽光発電、コジェネを取り入れた再生エネルギーによるマイクログリッドと電柱地中化によりレジリエンス機能を強化。

基本情報

- 所在地 千原町 むつざわスマートウェルネスタウン
- エネルギー規模
 - ・太陽光発電：20kW（200kWh/年）
 - ・ガスコジェネ発電：150kW（500kWh/年）

体制等

自治体新電力設立
（CHIBA むつざわエナジー）

地域電力の小売電気事業
高圧事業
再生エネルギー事業

地域課題を解決する取組

- ・マイクログリッドシステムによる災害時の継続的な地域電力供給
 - ・町内の太陽光発電とガスコジェネにて電気と熱を創出し、自治体と住宅33戸や道の駅等に供給。
 - ・自然災害は避難と防災性の観点から全て地中化。無電柱化された住宅ゾーンを創出。
- ・電気のみでなく、熱も画一的供給
 - ・コジェネによる温熱を地中施設、道の駅に供給。
 - ・事業収益を投資した地域還元。
 - ・事業で得た収益は、後の健康増進事業に還元。

29

出典：環境省ホームページより



CHIBA Mutsuzawa Energy CO., LTD.
CHIBA むつざわエナジー

お申込み 料金診断
お近くの代理店、
またはホームページ

むつざわエナジー

検索

（フリーダイヤル）0800-800-85

社協でボランティア始めてみませんか？

町社会福祉協議会では、ボランティア活動をしたい方のサポートを行っています。「自分のことで町の役に立ちたい」「町でできるボランティアを知りたい」など、お気軽に何でもご相談ください。

また、地域のお助け隊「ちょこっとボランティア」の登録者も随時募集しています。

ボランティア 説明会開催

日 時：3月29日(火) 13:30～
場 所：むつざわ福祉交流センター
(直接会場にお越しください)

※新型コロナウイルス感染症拡大状況などにより変更になる場合があります

令和4年度 スマホ初心者講座

プロの講師がやさしく教える講座(全6回)を開催します。これに伴い補助ボランティアを募集します。専門知識は問いません。LINEの基本操作からできることをお手伝いしていませんか？ぜひご応募ください。

問い合わせ

町社会福祉協議会
☎(44)2514

「睦沢っ子」と一緒に活動しませんか？

町放課後児童クラブ支援員、指導員募集

応募資格：小学生の子ども達と一緒に楽しく遊んでくれる方、放課後児童クラブをお手伝いしたいという方、長期働ける方、とにかくやる気のある方。経験なしでも大歓迎です。

年 齢：18歳以上 **時 給**：980円～

曜日・時間：月～土 週3日以上(シフトは要相談)

放課後開所時間14:30～18:30 学校休業日開所時間 8:00～18:30

問い合わせ 睦沢ふれあいスポーツクラブ ☎(44)5211 (受付時間9:00～17:00 月曜日休み)



睦沢の 子育て支援

【園庭開放】

3月 2日(水) 9:50～11:00
16日(水) 9:50～11:30
23日(水) //
30日(水) //



【おはなしの広場】

3月 2日(水)
11:00
～11:30



【わくわく広場】

3月 9日(水) 受付 9:45
開催 10:00
内容 11月～3月生まれの誕生会
春を探そう

※園の周辺を散歩します。歩きやすい靴でお越しください。

※要申し込み こども園 ☎(44)0050

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止となる場合があります。

中村 種良氏が 農林業振興功労賞を受賞

中村 種良氏は、酪農に従事しながら、家畜人工授精師として乳牛改良の情報を発信するなど、離農や経営者の高齢化が進む地域において、地域畜産の活力となっている。また、長年にわたり長生地域畜産振興協議会会長として、乳牛改良の推進などを積極的に行い、農家戸数の減少が著しい中、リーダーシップを発揮し、地域の活性化に尽力されました。



(写真左：長生地域農林業振興協議会長 田中茂原市長
写真右：中村 種良氏)

令和3年度 食品衛生功労者 厚生労働大臣賞 中村 勇氏 受賞

令和3年度食品衛生全国大会において、中村 勇氏が食品衛生功労者 厚生労働大臣賞を受賞されました。

中村氏は、長生保健所管内食品衛生協会会長・千葉県食品衛生協会理事として、食品衛生の普及・啓発、自主衛生管理や協会事業の推進に多大なる貢献をされました。その功績が認められ、この度の受賞となりました。



中村 勇氏

くらしの足むつざわ通信

毎週月曜日のおでかけに
でかけっCAR

「でかけっCAR」は、生活の足にお困りの皆さんのおでかけをお手伝いします。
ドライバーが会員のご自宅近くまでお迎えに行き、下記の「行ける場所」まで送迎します。

2021年6月からは「デマンド便」も運行し、より使いやすくなりました。

運行日：毎週 月曜日の午前中（会員制・乗車は都度予約が必要です）

負担金：1回の乗車につき100円（往復200円）

新
サービス

	お迎え	ハヤシ着	ハヤシ発
土陸地区定期便	9:00 ~	9:45 頃	10:30 頃
瑞沢地区定期便	9:50 ~	10:30 頃	11:10 頃
デマンド便	11:45 以降の出発 13:00 までの到着または帰宅		

行ける場所：

ハヤシ（睦沢郵便局、ケーヨーD2、ヤックス）
町役場、診療所、中央公民館（資料館、総合運動公園）、上市場郵便局（ぶらっと、社協、農協）、道の駅むつざわ（茂原行きバス乗換）

無料で 試乗 できます

まずはお電話でお問い合わせください！

移動に関するお困りごとのお手伝い
くらしの足 むつざわ

代表：中村 方則 副代表：香焼 正利

090-4722-4725 事務局（小林かおり）

5くうま クッキング メモ

材料（6人分）

米……………3カップ
昆布……………1切れ
酢……………大さじ4
A 砂糖……………大さじ4
塩……………小さじ1
食用菜花……………100g
じゃこ……………40g
卵……………2個
塩……………ひとつまみ

菜の花ご飯



栄養量（1人分）

●エネルギー 308kcal ●たんぱく質8.6g ●カルシウム67mg ●食物繊維1.1g ●塩分1.6g

作り方

- ①米を洗って水を切り、30分おいて昆布を加えて炊く。
- ②菜花を茹で、よく絞って細かく切る。
- ③卵は塩を加えて錦糸卵をつくる。
- ④①が炊けたらAで酢飯を作り、②とじゃこを混ぜ、器に盛り、錦糸卵をのせる。

※菜花は、ゴマ和え・からし和え・お浸しなどいろいろ楽しめます。

令和3年度 長生郡スポーツ協会 社会体育功労者表彰 田嶋優希奈さん受賞

田嶋優希奈さんは、長生郡内におけるスポーツの健全な普及・発展に貢献し、体育の振興に成果をあげました。その功績によりこの度の受賞となりました。

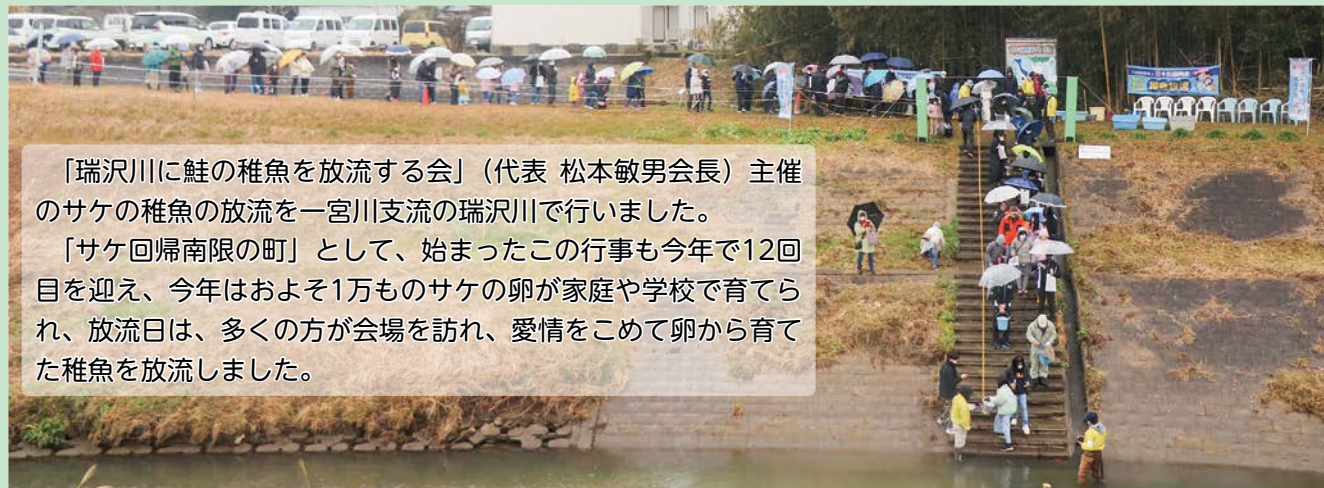
また、田嶋さんは高校卒業後、活躍の場をWリーグへ移し、プロバスケットボールの選手としてますますの活躍が期待されます。



(長生郡スポーツ協会 海老根会長 田嶋優希奈さん)

Time Line MUTSUZAWA

2/13(Sun)第12回 サケの稚魚放流



「瑞沢川に鮭の稚魚を放流する会」(代表 松本敏男会長)主催のサケの稚魚の放流を一宮川支流の瑞沢川で行いました。

「サケ回帰南限の町」として、始まったこの行事も今年で12回目を迎え、今年はおよそ1万ものサケの卵が家庭や学校で育てられ、放流日は、多くの方が会場を訪れ、愛情をこめて卵から育てた稚魚を放流しました。

編集後記

3月に入り、寒さも少しずつ和らいでくるころでしょうか。今年の桜の開花予想は、平年より少し早めとのこと。きれいな桜を見るのがとても楽しみです。



食品ロス削減！食品のシェアで元気をお届け！

第2回 フードドライブ 多くのご寄付をありがとうございました

うれしい食品が
たくさん入りました



寄付食品の総数は1200品以上、お米330kg、パスタ670箱が集まりました。寄付いただいた食品はボランティアさんの仕分けにより、希望された62世帯(32件が子育て世帯)へ配布しました。食品ロスは「もったいない」ですが、一歩踏み出せば、誰かの「ありがとう」に繋がります。地域を元気にという温かい思いが届き、たくさんの笑顔になりました。ありがとうございました。

問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎(44)2514



4 2022 月分

くらしのカレンダー

※注意 このカレンダーは4月分の予定です

日	月	火	水	木	金	土
					1 もえるゴミ	2
3	4 もえるゴミ	5	6 もえるゴミ 睦沢こども園入園式	7 2コース 粗大ゴミ 睦沢中学校入学式	8 もえるゴミ 睦沢小学校入学式	9
10	11 もえるゴミ	12 1コース もえないゴミ	13 もえるゴミ ●行政・人権相談 13:00～16:00	14 2コース 資源ゴミ ●みんなで健康ウォーク 9:30 集合 (役場)	15 もえるゴミ	16
17	18 もえるゴミ	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
24 ●日曜開庁日 (一部窓口)	25 もえるゴミ	26 1コース 粗大ゴミ ●健康栄養相談 10:00～11:30	27 もえるゴミ	28	29 もえるゴミ 昭和の日	30

- ゴミ収集コース 1コース ■大上、妙楽寺、佐貴、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 (受付時間: 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 (改セ)農村環境改善センター (こ)こども園

災害時の緊急連絡先

情報の種類	機 関 名	電話番号
停電・電線切断など	東京電力 ^{※1}	☎0120(99)5552 ☎043(370)4586 (有料)
ガス	長南町役場ガス課	☎(46)1675
水道	長生郡市広域市町村圏組合 水道部維持課	☎(23)9491
電話線の断線	N T T 東日本	☎113 (局番なし) ☎0120(444)113
火災・救急	消防	☎119
事件・事故	警察	☎110
道路への倒木・倒竹など	役場産業建設課 建設班	☎(44)2522
防災情報	役場総務課 行政管財班 ^{※2}	☎(44)2516

※1 停電情報は東京電力ホームページでも確認できます。
 ※2 住民の方への情報提供は睦沢町情報配信メール、緊急速報メール、防災行政無線を利用して行います。
 防災行政無線の放送内容は ☎ (44) 2533 で確認できます。

日曜・休日当番医

月 日	医療機関名						
	内科系		外科系		一宮地区		
3月 6日	穴倉病院	24-2171	穴倉病院	24-2171	長生村	長生八積医院	32-3282
3月13日	大木医院	23-2546	菅原病院	25-1171	長生村	津谷クリニック	32-5645
3月20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
3月21日	茂原中央病院	24-1191	清水三郎医院	25-0776	一宮町	長島医院	42-8800
3月27日	牧野医院	24-2222	公立長生病院	34-2121	一宮町	いちのみやクリニック	42-1616

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 / ☎ (24) 1011 / 19:00～翌6:00
 こども急病電話相談 / 19:00～翌6:00 / 局番なしの #8000 / ダイヤル回線からは ☎043 (242) 9939

