# 点むつざわ No.629 September 2020





町長就任のごあいさつ

新型コロナウイルスにより影響を受けた「事業者向け支援」

国勢調査にご協力ください/福祉タクシー助成事業 先進予防型まちづくりプロジェクト2020

...and more



# ~ 新町長就任あいさつ ~

# 大好きな睦沢町を守るため、 人づくりから、町づくり。

# 心を込めた町政がスタート!!

さて、私はこれまで、町の議会議員として、防災や教育、このたび、7月12日に執行されました、睦沢町長選挙におめめて職責の重さに身の引き締まる思いであり、町民皆様から寄せられた期待と信頼にお応えすべく、「住民主導の新い風」を起こす決意と、強い使命感を持って全力で邁進ししい風」を起こす決意と、強い使命感を持って全力で邁進してまいる所存でございます。



睦沢町長 田中 憲一

地域と連携し、ソフトを重要視した「むつざわ教育」 子育で世代包括支援センター機能の充実 町民の皆様が望む学校つくり

町民皆様からいただいた意見

を反映させるべく、

町の各種施策に対し、

てまいりましたが、これまでと同様に、「地域愛溢れる町

審議の場において意見と可否の判断

声をしっかりと聞き、睦沢らしさを大切にすること」

で、町の更なる発展は、行政や関係団体のみでは困惑 町民一人一人の声を真摯に受け止めてまいります。

支援とご協力を賜りますよう心よりお願い申し上げます

様と共に歩む」町政を実施するためにも、

あると考えております。

そのため、

町民目線による

町

民皆

これまで以上

私は、

- 防災 自然災害などから町民を守る、防災対策の強化 消防団在籍30年を活かした迅速な災害時対応策を提言
- 福祉 高齢者への介護、福祉環境の充実 公共施設を利用した、自治コミュニティの活性化
- 産業 地元企業を応援する「産業振興条例」の有効活用 農業・中小商工業者への地力アップのサポート
- 町民が有効活用できる「道の駅むつさわ」へ 責任世代の参画しやすい行政づくり 税金のコンビニ払いの実現化による収税率のアップ

暮らし続けたい町づくりのために 定住化サイクルの完成を目指します



るため、

町の舵取りを行う町長を補佐

いか、 いて、

効率的に行われてい 法令に違反していな 町の財務に関する事務につ

る方として選任され、今後

岡田氏は、識見を有す

とになっています。

会議員の中から選任するこ

す。

るかを監査していただきま

に対する安全・安心への要請等に応え 振興、また近年相次ぐ大規模自然災害

きたいと思います。

何よりも町民福祉のため努めて

て・教育へのサポート、

更には農業や

性化を維持する若い世代の応援、子育 健康で活躍できる地域づくりや町の活 化が進む中、

町民誰もが生涯を通して

さて、

わが町も人口減少・少子高齢

商工業などをはじめとする地場産業の

して、

理解とご協力を切にお願い申し上げま

だきました。

ありがとうございました。

=0

=0 =0

=0

=0

=0

=0

=0

=0

=0

=0

=0

=0 =0 =0

=0 =0

=0

=0

=0

=0

り町発展のためご尽力いた

には、7年4か月間にわた

なお、前任の生田昌司氏

就任のごあいさつといたします。

様と一歩一歩進めてまいりますので、ご

住みよい睦沢町実現のため、

町民の皆

町財政が厳しい状況にありますが、

# 町長就任あい

# 睦沢副町長

髙槗 正一

長を拝命いたしました。 会のご高配により8月4日付けで副 この たび、 田 中 町長のご推挙と町

ろしくお願いいたします。 で、ご指導、ご鞭撻を賜りますようよ くして重責を果たしたいと思いますの 誠に微力でございますが、 全力を尽

093番地)が、8月4日 れぞれ識見を有する方と議 選任されました。 付けで、睦沢町監査委員に 町監査委員は2人で、 代表監査委員の退任に伴 岡田周美氏(妙楽寺1

選任

代表監査委員に 倒 田 周 美 渉 氏



## 令和2年国勢調査を実施します



- 国勢調査は、2020年(令和2年)10 月1日現在、日本に住んでいるすべて の人および世帯が対象です。
- 9月中旬から、調査員が皆さまのお宅 を訪問し、調査書類を郵便受けに入れ るなどしてお配りします。
- 回答は、できる限りインターネットで お願いします。(郵送可能)
- ■国勢調査の結果は、災害時に必要な物資を備えたり、 コンビニの出店計画に利用されるなど、わたしたち の生活の身近なところに役立てられています。
- 国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染防 止のため、調査書類の配布や調査票の受け取りを、 できる限り、皆さまと調査員が対面しない非接触の 方法で行うようにしています。皆さまのご理解とご 協力をよろしくお願いいたします。

勢調査

インターネット回答期間

調査票 (紙)での回答期間

国勢調査については、「国勢調査2020総合サイト」をご覧ください。 https://www.kokusei2020.go.jp/



国勢調査の調査員は、総務大臣によって任命された非常勤の国家公務員で、 顔写真つきの「調査員証」や国勢調査の「腕章」を必ず身に着けています。 政府の統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。不審に思われ た場合は役場総務課総務班までお問い合わせください。

#### 問い合わせ

役場総務課 総務班 **2** (44) 2500

SHOP

#### 新型コロナウイルス により影響を受けた

#### 睦沢町事業者支援給付金 町独自事業

#### 給付対象

- 町内で事業を営む方で、かつ令和2年2月から12月の間でひと月の売 上が前年同月比で25%以上減少していること。
- 主たる事業者の事業収入が給与収入と年金収入の合計額より高く、年 金以外で年間120万円以上あり、今後も事業を継続する意思があること。
- ●町税などに滞納がないこと。
- ※感染症拡大防止支援給付金を受給した事業者は対象外となります。

#### 1事業者あたり10万円以内 給付金額

申請方法 申請書に必要事項を記入し、帳簿・振込先の通帳の写しを添付し、提出してください。

- ※添付書類
- ①減収月の事業収入額がわかる帳簿など
- ②前年度の年間事業収入額のわかる資料
  - (ア) 法人の場合:法人税の確定申告書別表一の控え1枚、法人事業概況説明書の控え
  - (イ) 個人事業主の場合(青色申告):所得税の確定申告書第一表の控え、所得税の青色申告書の控え
  - (ウ) 個人事業主の場合(白色申告):所得税の確定申告書第一表の控え、所得税の収支内訳書の控え
  - (エ) 減収月の売上台帳などの写し 対象月の事業収入額がわかる売上台帳などを提出してください。 フォーマットの指定はありませんので、経理ソフトなどから抽出したデータ、エクセルデータ、 手書きの売上帳などでも構いません。書類の名称も [売上台帳] でなくても構いません。ただし、 提出するデータが対象月の事業収入であることを確認できる資料を提出してください。
- ③振込先の通帳の写し(口座名義人、支店、口座番号が確認できるページ)

#### 申請期限 令和3年2月19日(金)17:00まで

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、申請やご相談の際は事前にお電話ください。

問い合わせ 役場産業振興課 産業振興班 ☎(44)2505

# 助成事業に

町では、対象となる方へ1回の利用につき、1,500 円を上限にタクシー料金を助成していましたが、新型 コロナウィルス感染症の影響を考慮し、10月から上 限額を2,000円に拡大します。

現在、タクシー券を利用している方については、新 しい利用券と交換しますので、現在利用している利用 券をお持ちの上、役場福祉課窓口までお越しください。 (現在利用している方には、ご案内を郵送しますので 内容を確認の上、交換の手続きをお願いします。)

※利用できるタクシー会社は、町と協定を締結しているタ クシー会社です。また、100円未満の端数については、 自己負担をお願いしています。

#### 対象者

- ❶65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
- **②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
- ③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

#### 9月6日日

## 令和2年度 睦沢町防災訓練を実施します

本年度の町防災訓練は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、縮小した中での実施とします。 町民の皆さまには、いざという時の対応についての再確認、非常用飲料水など備蓄品や懐中電灯 などの電池の確認など、各種災害に備えるようお願いします。







町では、関係団体などと協力し、災害時の円滑な対応を図るべく、新型コロナウイルス感染症対 策を踏まえた避難所運営訓練を実施します。

問い合わせ 役場総務課 総務班 ☎(44)2500



# 災害時の緊急連絡先

情報の種類	機関名	電話番号
停電・電線の断線など	東京電力*1	2 0120(99)5552 2 043(370)4586(有料)
ガス	長南町役場ガス課	<b>☎</b> (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	NTT東日本	☎113(局番なし) ☎0120(444)113
火災·救急	消防	<b>☎</b> 119
事件•事故	警察	<b>☎</b> 110
道路への倒木・倒竹など	役場 建設課 事業班	<b>a</b> (44) 2507
防災情報	役場 総務課 総務班 <sup>*2</sup>	<b>a</b> (44) 2500

- 停電情報は東京電力ホームページでも確認できます。
- 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。



役場産業振興課 問い合わせ

生活環境班

ビーに回収ボックスを設置。 役場および町中央公民館の 収集場所 

カートリッジであればメーカー を問いません。 収集対象 家庭で使用しているインク

処理するよりもCO゚の発生を 抑制することができます。 インクへと生まれ変わり、焼却 ことで得られる効果は? インクカートリッジを回収する 回収後は、新たなリサイクル

の回収を行っています。 と連携し、インクカートリッジ 町では民間のリサイクル業者

# 6月から 健康若返り教室 が再開しました

新型コロナウイルス感染症の影響で中止となっていた各地区で開催している健康若返り教室(出張予防教室) を新しい生活様式を取り入れながら、ようやく6月から再開することができました。

介護予防推進員さんが主体となって運営され、地域の皆さんの通いの場となっているこの教室ですが、今年度はそこに町の保健師や栄養士、保健栄養推進員、歯科衛生士、理学療法士、健康運動指導士がお邪魔してフレイル予防につながる内容を実施しています。

健康若返り教室の参加は自由です。いつまでも元気で過ごせるように教室へ参加してみませんか。 教室の一部をご紹介します。

#### 7/17 佐貫 いくっぺ会





#### 7/20 妙楽寺 楽楽会



古山健康運動指導士 により体と脳を同時に 鍛えられる簡単な体操 を行い、皆さん笑顔で 楽しんで参加されてい ました。



#### 7/21 大谷木・北山田 もみじ会(



推進員さんが用意してくれた カレンダー作りを皆さん集中し て取り組んでいました。



#### 7/28 寺崎 やすらぎ会



歯科衛生士によるオーラルフレイルの講話が行われました。

□の周りの筋肉も鍛えることで機能が維持できることを学び、皆さん楽しく実践されていました。



#### 9月の健康若返り教室の予定

	2日(水)	川島 笑の会	11日(金)	うぐいす里 いきいき健幸教室				
	3日(木)	下之郷 ひまわり会	15日(火)	大谷木・北山田 もみじ会				
	8日(火)	上之郷 好友会 上市場 げんき会 河須ケ谷 たんぽぽ会	18日(金)	佐貫 いくっぺ会				
			28日(月)	妙楽寺 楽楽会				
			29日(火)	上市場 青空会				
	10日(木)	長楽寺 介護予防教室		寺崎 やすらぎ会				

町では一緒にこの教室をお手伝い してくださる方も募集しています。 詳しくは、お問い合わせください。

#### 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

### 子育で世帯への臨時特別給付金

公務員の方は 申請が必要です!

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援する取り組みの一つとして、 「子育て世帯への臨時特別給付金」を支給しています。町から児童手当を支給している方には、既に6月 に支給しています。公務員の支給対象者の方で、まだ申請されていない方は、お早めに申請をお願いします。

■申請期限: 9月30日(水)まで

所属庁から児童手当の受給証明を受けた後、 速やかに申請してください。

**提出書類**:郵送可

①勤務先で受給証明を受けた申請書

②振込口座が確認できる書類(通帳やキャッシュカードの写し)

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578



睦沢町認知症カフェ補助事業

# きらっせいカフェこだま 地域公開介護講座

「修活…ご本人の納得のいく「いのち」の支援とは」

講師:上智大学グリーフケア研究所認定臨床傾聴士 松下 やえ子先生

「**コグニサイズにあなたも挑戦** 」 こだまスタッフによる認知症予防体操

認知症についての資料を提供します。認知症相談コーナーもあります。

**⑤ 9** 月**26**日(±) 13:30~15:30

**②25**名 (間隔を空けて着席) **③300**円 (資料+お茶+お菓子)

※どなたでも参加できます。ご利用者ご家族・地域でこのテーマに興味のある方・介護や看護のお仕事されて いる方・NPOこだま会員などカフェ形式で一緒にゆったりと学びましょう。

※新型コロナウイルス感染予防対策を十分とって実施いたします。参加の皆さまにもご協力をお願いいたします。

問い合わせ 特定非営利活動法人こだま・デイサービスこだま ☎(44)2665

# 睦沢の 子子で

#### 園庭開放

9月1日(火)9:50~11:30 8日(火)9:50~11:00



#### おはなしの広場 9月8日(火)

11:00~11:30

◆こども園



#### わくわく広場

9月15日(火)10:00~11:00

内容:8、9月生まれの誕生会 粘土遊びを楽しもう

※汚れても良い服でお越しください ※要申込み

◆こども園 ☎(44)0050

#### 子育て座談会

9月15日(火)11:00~11:30

対象:就学前のお子さんの 子育てをしている ご家族の方

※要申込み

◆こども園 ☎(44)0050



#### 健 康

今月のテ

#### -ラル(口腔)フレイルを予防しましょう

保健師:藤生 智子

ることは、歯と口の健康と深

めには、「食」

が原点で、

康で元気な生活を送るた

く関わっています。

き 歯と口は、 体に必要な栄養素を摂 食べ物・ を噛

み

砕

イル、

心理的・認知的フレ

イル

適切な口腔ケアも行いながら

「フレイル」を予防して健康に

社会的フレ

毎食後、

歯磨きをするなど、

の状態を招きかねません。

町ではフレイル予防に特化し

過ごしましょう。

る

能と会話を楽しむ機能 があ

です。 持するために必要な体の 健康で活動的 な生活を維 部

されています。 齢とともに身体機能が低下 |康と要介護の中間の状態と

イル

(虚弱)

とは、

Ų 年

低下などの心理的・ の社会的フレ こもりや社会交流の減少など などの身体的フレイル、 フレイルは、 全身の衰えのサインである 全身の筋力低下 イル、 認知的 認知機能 ブ

ラルフレ れる口腔機能の衰えを ついて説明します。 フレイルの初期症状として現 今回は、 イル」といいます。 オーラルフレイルに オ

イルがありますが、

身体

的

が

が食べにくい。」と感じることは

体力が低下して外出すること

年のせいか硬いもの

ていくと、

栄養状態が悪化 食べる機能が衰え

のうちに、

担が増えます。

知らず知らず

で消化不良となり、

胃腸への負

ありませんか。これはプレ

オ

うに筋肉で出来ています。 ラルフレイルの段階です。 筋肉の衰えから噛む力も衰弱 口の 難 硬い食べ物を咀嚼すること しくなります。 周りは手や足と同じよ また、 この

#### こんなことはありませんか?

- 食事中に食べこぼしたり、軽くむせる。
- 「たくあん」や「するめいか」くらいの硬さの食べ物 が噛み切りにくくなった。噛めない食品が増えた。
- ●家族や友人から聞き返されることが多くなった。 (滑舌が悪くなった)
- 口の中が以前より乾燥する。
- ◎これらの状態が続くとオーラルフレイルの可能性 があります。

#### オーラルフレイルを防ぐには

筋力低下は鍛えると回復します。□の周りの筋肉を動かしましょう!

#### 口の開閉・舌の運動

上下に動かします

大きなお口を開け「あー」 □を横にして「いー」

く噛まないまま飲み込むこと



左右に動かします











頬の運動

頬を

ます









頬を すぼめます

唾液の分泌は、消化機能を助けます。唾液が減少すると、むせたり、食べ物 がのどに詰まりやすくなります。顔の周りにある唾液腺を刺激して唾液の分泌 を促しましょう。

#### ( 唾液腺マッサージ

耳下線

口を開け

上の奥歯の辺りを 後ろから前へ 10回程まわします



顎下線

親指を顎の骨の内側の 柔らかい部分にあて 耳の下から顎の下まで 5か所位を順番に 5回ずつ押します



舌下線 両手の親指を そろえ 顎の下から上に ッと押します



引用:千葉県・千葉県介護予防市町村支援委員会

ください。 は広報むつざわ7月号をご覧 た教室を行っています。 詳しく

と会って会話したり笑ったりす

ることも少なくなり、 つながりを失うと、

社会との

が困難になります。

また、

# 9月10日から16日までは『自殺予防週間』

あなたの力で救える「いのち」があります 大切な人の悩みに 気づく・声をかける・傾聴する・つなぐ

#### **炒まずは「声をかける」ことから**

いつも顔を合わせる人が、最近元気がないなど、いつもと違っ ていたら…。まずは勇気をもって、「どうしたの?」「よく眠れてい る?」などと声をかけてみましょう。

周囲が手を差し伸べ、話を聞くことによって、結果として自殺 を考えた本人がそれを乗り越えられることにもつながっています。

#### 炒適切な「支援者・相談者」につなげる

うつ病などの心の病気が疑われる場合は、早めに医療機関やカ ウンセラーなど専門家への相談が大事です。本人を理解してくれ る家族、友人などの周囲が連携し、一緒について行くなどで、専 門家への相談を促しましょう。そして引き続き「寄り添い」じっ くりと「見守り」ましょう。

#### 今悩みを抱えている方へ

#### ♥ひとりで抱え込まない

眠れない、食欲が出ない、疲れがとれな いなど、いつもと違う心身の不調を感じたり、 学校や仕事、家族、健康のことなどで不安 はありませんか。

そんなときは、決してひとりだけで悩みを 抱えず、まずは誰かに話してみてください。 あなたの周りにいるたくさんの人が、あなた の支えになりたいと思っています。あなたが 相談できる場所はたくさんありますので、ひ とりで悩まず、気軽にご連絡ください。

◎心の電話相談 ☎(44)0022 専門相談員が無料で相談に応じます。

相談時間:10:00~12:00 13:00~15:00 ※印は夜間18:00~22:00

相談日: 9月は、※1日(火)、3日(木)、9日(水)、※11日(金)、14日(月)、17日(木)、23日(水)、27日(日)

◎ 千葉いのちの電話 ☎043(227)3900(365日・24時間)

インターネット メール相談 https://www.chiba-inochi.jp/ (365日・24時間)

役場健康保険課

**2** (44) 2576

# 処方の受け方 ジェネリック医薬品の

よって、変更できない場合もあります。 療状況や他の薬との飲み合わせなどに あるときは変更できません。また、治 薬品への「変更不可」の医師の署名が かかりつけの医師に相談しましょう。 ただし、処方せんにジェネリック医 ジェネリック医薬品を希望する旨を すのでご覧ください。 品に関するお知らせ」 保険加入者の方に 自己負担額の削減額が大きい国民健康 、ック医薬品に変えた場合、 現在服用している新薬からジェ **差額通知を送ります** 「ジェネリック医薬 を郵送していま 医療費の

の医療費負担を減らすだけでなく、 薬の半分の価格の医薬品です。ご自身 と同じ有効成分で製造されている、 国が認めており、安全性が高く、 品質・有効性は新薬と同等であると

新

療費全体の削減にもつながります。

ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品とは? 8

#### 日曜・休日当番医

月日	医療機関名							
7 -	内科系		外科系		一宮地区			
9月6日	央倉病院24-2171東部台医院22-2455宍倉病院24-2171		宍倉病院	24-2171	一宮町	長島医院	42-8800	
9月13日			鎗田整形外科医院	24-8686	一宮町	いちのみやクリニック	42-1616	
9月20日			宍倉病院	24-2171	一宮町	K・Iクリニック	42-7575	
9月21日	聖光会病院	35-5151	清水三郎医院	25-0776	長生村	あまが台ファミリークリニック	36-7011	
9月22日	宮本内科医院	22-3770	菅原病院	25-1171	長生村	もといハッピークリニック	36-3537	
9月27日	鈴木医院	22-2630	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。教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 夜聞急病診療テレフォン案内/☎(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



#### 千葉県立長生特別支援学校 「学校公開週間」

- ⑤9月23日(水)~10月8日(木)※10月1日を除く
- **⑦**千葉県立長生特別支援学校

(一宮町東浪見6767番地7)

学校の概要説明

授業の様子の公開、施設設備の見学など

- ※少人数での見学、案内を予定しています。希望日を複数伺い、調整させていただきます。
- ※新型コロナウイルスの影響により予定が変更になる場合があります。事前に学校ホームページや電話での確認をお願いします。
- **⊕**•**⊕☎**(42)2470

#### 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 伝いをさせていだきます。

- 各種相談、各種届出受理、 防犯・交通安全講話
- 働9月4日(金) 13:30~15:00 9月15日(火) 10:00~11:30 9月30日(水) 10:00~11:30
- **動**町中央公民館
- ●茂原警察署 ☎(22)0110

#### ■ 傾聴ボランティア養成講座

傾聴の基本的な技術や心構えについて学びます。

~あなたの聴く力が、周りの人の心を元気にします~

講義: 傾聴とは(基礎編)

講師:(NPO法人)日本傾聴ボランティア協会

シニア・ピア・カウンセラー 山田 豊吉 氏

⑤9月28日(月) 10:30~15:30

の町農村環境改善センター

№24人 ※定員になり次第締め切らせていただきます。

●・
● 町社会福祉協議会
☎(44)2514



ご参加お待ち しています。

#### 相 談 暮らしの手続き電話相談会

- ・相続全般に関すること
- ・遺言に関すること
- ・農地法関係手続きに関すること
- ※新型コロナウイルス感染症拡大防止の ため、電話相談とさせていただきます。
- 働9月20日(日) 9:00~12:00
- ●千葉県行政書士会長夷支部 支部長 今関 雄一☎(43)0202

#### お願い

#### ごみの持ち込み自粛にご協力ください 新型コロナウイルス感染症拡大防止の ため、以下の場合のごみ処理場へのごみ の持ち込みは可能な限り自粛していただく ようお願いします。

- ●処分を急がない不燃ごみや粗大ごみ
- ●集積所に捨てることができるごみ やむを得ず持ち込まれる際は、マスクを 着用し、体調のすぐれない方はゴミの持ち 込みをご遠慮ください。

ごみ処理事業を継続するため、ご理解 とご協力をお願いします。

●長生郡市広域市町村圏組合 環境衛生課 ☎(23)4944

#### **相談**新型コロナウイルスに係る相談所が設置されました

町商工会では、新型コロナウイルス感染症に関する経営相談に対応するために、経営 相談窓口を設置しています。

**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

母12月28日まで(月・火のみ、祝日の場合は水曜日) 10:00~15:00

**命**町商工会(上市場911-61) <a>●☎(44)0112</a>

※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。

#### 自衛官等募集

防衛省・自衛隊では、自衛官(男子、女子)の 募集を下記のとおり実施しております。



H P





YouTube

Twitter

募集種目			応募資格	受付期間	試験期間	合格発表	入(校)隊等	待遇・その他
防衛	推	薦	18歳以上21歳未満の者で高卒者(見込含)又は高 専3年次修了者(見込含)で成績優秀かつ生徒会活 動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者	令和2年9月5日~ 9月11日	9月26日 · 27日	10月30日		修学年限4年 卒業後約1年で3等陸・ 海・空尉
防衛大学校学生	総台	合選抜		(締切日必着)	1次:9月26日 2次:10月31日・11月1日	1次:10月16日 2次:11月25日		
<b>学</b> 生	_	般		令和2年 ~10月22日 (締切日必着)	1次:11月7日・8日 2次:12月8日〜12日 (指定する1日)	1次:11月25日 最終合格:令和3年 1月22日	令和3年4月上旬	
	防衛医科大学校 医学科学生		18歳以上21歳未満の者で高卒者(見込含)又は高 専3年次修了者(見込含)	令和2年 ~10月7日 (締切日必着)	1次:10月24日・25日 2次:12月9日〜11日 (指定する1日)	1次:11月26日 最終合格:令和3年 2月12日		修学年限6年 医師免許取得後2等陸・ 海・空尉
防衛医科大学看護科学生				令和2年 ~10月1日 (締切日必着)	1次:10月17日 2次:11月28日・29日	1次:11月13日 最終合格:令和3年 2月5日		修学年限4年 看護師免許取得後卒業 卒業後約1年で3等陸・ 海・空尉
自予官補備	-	般	18歳以上34歳未満の者	令和2年 ~9月11日	10月4日・5日	11月6日	3年以内に50日の 教育訓練を受講	階級は指定しない 所定の教育訓練終了後、
官補備	技	能	18歳以上で国家免許資格等を有する者(資格により年齢上限は53歳未満~55歳未満)	~9月11日 (締切日必着)	10/140.20	11/100	2年以内に10日の 教育訓練を受講	予備自衛官として任用

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。



●外務省後提 国連公用語英語検定ジュニアテスト 11/29(日)実施 一般申し込み受付中!

対象・幼児~中学生(学校教育で学ぶ英語レベルで充分受験可能。)(先着頭・定員になり次第締切) 無特体験模式観時実施

★幼・小・中・高一貫教育 国語・英語・数学・理科・社会・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 久養

日本児童英語振興協会 会員 全日本ピアノ指導者協会(ビディナ) 正会員教室

TEL:0475-22-8601 (茂原事務局・火~金 10:00-16:00) 睦沢町北山田252(富貴楽橋そば) ※事務局業務発見外は Email または TEL:0475-44-0826 (発収本社・久我) で受け付けます。 Email : kyuongroup9080@gmail.com

広告枠



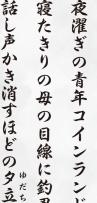












12

釣

濯ぎの青年コインランド 0 盛 り午 後二時を指 す花時

日

小川 河 中村真砂雄

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

- 母9月25日(金)
  - 受付 10:00~11:30
- の町農村環境改善センター
- 役場健康保険課 健康推進班
- **2**(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。

#### 9月の日程

※1日(火)、3日(木)、9日(水)、 ※11日(金)、14日(月)、17日(木) 23日(水)、27日(日)

受付時間: 10:00 ~ 12:00

 $13:00 \sim 15:00$ 

※は夜間

 $18:00 \sim 22:00$ 

直通電話:☎(44)0022

#### ●乳幼児健康相談

身体計測、栄養・育児相談、 歯科相談

- ●9月23日(水)
  - 受付 14:00~15:00
- の町農村環境改善センター
- ®役場福祉課 子育て推進班
- **a**(44)2578

#### ●行政・人権相談

- 母9月9日(水) 13:00~16:00
- の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 総務班
  - **2**(44)2500

#### ●法律相談

- 母9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
  - **2**(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。

- ②役場産業振興課 産業振興班 (消費者ホットライン)
  - **2**(44)2505



#### **Population** 人のうごき(睦沢町の人口)

●人□ 6,956人 (-2)

男性 3,385人 (-4)

3,571人 女性 (+2)

●世帯数 2,791世帯 (+3)

( )は前月比

令和2年7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。 ●ご結婚おめでとうございます

区名 氏 名

齋藤 裕介・佳苗 下之郷

●お誕生おめでとうございます

子の名 性別 月日 親の名

莉彩 正野 女 7月9日 真里佳

裕輔 直央 田中 男 7月16日 汐音

#### ●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 大上 宇佐美 眞理子 68 7月1日 若菜 トシ子 89 大上 7月13日 7月14日 吉野 一郎 83 下之郷 平賀 正良 86 上之郷 7月19日

#### Vol.40 シリーズ 睦沢教育

# $SchoolLifeP_{ress}$ 睦沢町教育委員会

により学習が進められています。

熱中症対策の面からも、

(冷房や換気)調整や水分補給など

染予防のため、

換気とマスクの着用

ています。クーラーを使いつつ、

の学習時間が大幅に削減されまし

休校や分散登校により、

3 日

土

こども園の運動会は 小学校は10月17日

10

に開催する予定ですが、3密を避け

コロ

ナウイルス感染

症 対

従って例年の夏休み期間を縮小

8月は24日から授業が始まっ

# 将来ある子どもたちが、 「健康と安全」であるために

中止といたしました。学校生活最大 います。 討したいと考えています。 校と協議し、できれば代替行事を検 が、将来ある子どもたちの健康と安 の思い出になるべき行事であります 機会が増えること等」の憂慮から、 の移動や不特定多数の人々との接触 が依然増加傾向にあること、 行を計画していましたが、「感染者 を徹底して、学習の効率化を図って 全を最大限に考慮した結果です。 小・中学校は10月に修学旅 長距離

優先で実施予定です。ご協力く ルス感染症拡大防止対策」を最 5月の開催を延期した中学校の体 運動会は、「新型コロナウイ 9月5日 (土)に開催しま

> 楽しみにお待ちください 導する教職員は、 います。 催時間も短縮する方向で検討して 援合戦はありません。小学校やこど ぱいの騎馬戦や集団の美を競う応 最高のパフォーマンスを見せてくれ 競技や演技は行いません。また、 も園でも、近距離で接触するなどの ます。中学校では、たくましさいっ るため、保護者のみの参観で行われ 次回以降の 少し寂しい運動会になりそ 園児、 「広報むつざわ」 観戦できない皆様 児童生徒そして指 時間の少ない 開



# 第2期 充実してまいります もとに、睦沢教育を更に 「睦沢町教育大綱」

社会力の育成および生涯にわたる 定めています。 第2期睦沢町教育振興基本計 めてまいります。 年度までの5年間、 幅広い学びの推進』を基本理念の もとに、期間は2024(令和6) 郷土を誇りに思い、人間力・ 具体的な計画は 睦沢教育を進

評価します。町議会にも評価結果 と同様に、 齢層に対する施策」に対する6つ 2. 「主に子どもを取り巻く環境 います。 「関する施策」、3. 「あらゆる年 目標と23の重点施策で構成して 「主に子どもに関する施策 第1期教育振興基本計画 毎年進捗状況を分析し 公表していきます。

#### 町中央公民館·町歴史民俗 資料館のご利用にあたって

新型コロナウイルス感染症拡大 予防のため、次のことを守ってご 利用ください。

マスクの着用/手洗い・手指の消 毒/受付での「入館票」への記入 来館前の検温などの健康チェック

★注意★ 来館前の検温などで 普段と体調が異なる場合は来 館を控えてください。

例えば、37.5度(目安)以上の発 熱や平熱比1度を超過している 場合、息苦しさ(呼吸困難)や強い だるさ、軽度であってもせきやの どが痛いなど普段と異なる症状 がある場合、過去2週間以内に感 染が引き続き拡大している国・地 域への訪問歴がある場合。

圖町中央公民館 **2**(44)0211 町歴史民俗資料館 ☎(44)0290

#### 9月の公民館・ 歴史民俗資料館の休館日

7日(月)、14日(月)、 21日(祝)、28日(月)

※21日(祝)以外の月曜日は図書室 のみ利用できます。

#### アート

#### 企画展「備前長船と秘蔵の美術品」 9月27日(日)まで

長船は備前国長船を拠点とした刀 工の流派で、古来より名工を多く生 み出しました。企画展では当館が所 蔵する備前長船の刀剣と長く秘蔵し てきた美術品、町内外で大切にされ てきた名品を公開しています。



写真の刀は細身で反りは少し強め。 刃元から刃先にかけて細くなり、切っ 先は小ぶりです。刃文はゆるやかな 波が変化するようで、表に「備州長 船祐定」、裏に「永正七年二月日」と いう銘があります。永正7年は室町時 代の1510年。祐定は室町時代に隆盛 した長船派の有力工房です。

●町歴史民俗資料館 ☎(44)0290

#### 企画展「備前長船と秘蔵の美術品」の デジタルミュージアム開催中

企画展で展示している全42作品を 解説付きで紹介しています。

作品独特の質感や雰囲気はぜひ、実 際に見に来てください。



#### イベント

#### ★天文教室★

~みんなで夜空を見よう~ 9月12日(土)19:00~20:45

9月のテーマ:「土星と木星」 申し込みは不要、時間内は自由に 出入りができます。

- ※マスクを着用し、お越しください。
- **ゆ**町中央公民館内 天体観測室
- **⊕☎**(44)0211

#### イベント

まっ白いひろば開催 9月12日(土) 10:00~16:00



-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。
- 動陸沢小学校裏川べり(鎮守川脇) 駐車場は、睦沢小学校正門右側
- 爭無料(初回参加時保険料一人100円)
- ❸弁当、飲み物、着替え、ヘルメット、 ぬれても良いはき物
- 働まつ白い広場事務局 ☎(44)2289 町中央公民館 ☎(44)0211



こんにちは! CHIBAむつざわエナジー通信です。 皆さまのご自宅の屋根には太陽光パネルを設置され ていますか?

家庭の屋根で発電された電気はその多くを「固定価 格買取制度」により、一定期間、一定価格で、電力会 社が買い取ってきました。

この制度は再生可能エネルギーの普及を促進するた めに2009年に始まった制度で、電力会社が買い取る費 用の一部を、ご利用の皆様から賦課金という形で集め て補填することにより、コストの高い再生可能エネル ギーの導入を支えています。

住宅用太陽光発電の余剰電力 は、固定価格での買取期間が

10年間と定められていることから、2019年以降買取 期間を順次満了していくことになります。

買取期間が終了しても、環境に優しい再生可能エネ ルギーを使うことに変わりないので、蓄電池を組み合 わせて災害時に非常用電源として役立てたり、効率的 な運用ができるように選択できると良いと思います。

出典:資源エネルギー庁ホームページ

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。)



CHIBA Mutsuzawa Energy CO., LTD, お申し込み、料金診断は

CHIBAむつざわエナジー お近くの代理店、 またはホームページへ!

むつざわエナジー



検索。(フリーダイヤル)0800-800-5084

### 先進予防型まちづくりプロジェクト2020

#### 「オンラインLiveレッスン」で健康でありましょう!

2020年度の本プロジェクトでは、「オンラインLiveレッスン」(動画配信) を行います。当日ご参加頂けない方も、見逃し配信を行います。 この機会にぜひ、新しい取り組みにご参加ください。

※各回定員100名(先着順) レッスン時間は30分です

動画配信 参加無料



#### イスヨガ

講師:SUMIRE

9/27(日)10:00~ 10/25(日)10:00~ 11/29(日)10:00~ 日常生活で、腰痛・肩こり・姿勢の悪さが気になる方々に、 イスヨガで改善できる簡単なセルフケアをご紹介します! イスがあればどなたでも出来る簡単なプログラムです。



#### 姿勢改

10/15(木) 9:00~

11/18 (zk) 15:00~

12/17(木) 9:00~

講師:CHIKA

「カラダ、歪んでいませんか?」自分の身体を知ることはとても 大切です。レッスンを通じてセルフチェックしてみましょう! ※姿見がある方は近くにご用意ください。



#### イエトレ

講師:上野善貴

12/10(木)13:00~ 1/14(木)13:00~ 2/11(木)13:00~ ※1月、2月は2021年です

筋トレは「キツい」「大変」というイメージがありませんか? 今回は家で出来る簡単なトレーニングの紹介をします。 短時間で効率よくトレーニングできる秘訣をお伝えします。

#### 「オンラインLiveレッスン」配信参加方法

1パソコン、スマートフォン、タブレット から下記URLヘアクセスまたは QRコードを読み込んでください。



https://us04web.zoom. us/J/9825353676?pw OEF6YmhtblN1K3g0 mQXBUQXZWUT09 us/j/9825353676?pwd= OEF6YmhtblN1K3q0eml 2 Zoomアプリをインストールし、 IDとバスワードを入れてください。

ミーティングID: 982 535 3676 ミーティングパスワード: 2Z9nKJ ※名前は参加者名として表示されます ニックネームやイニシャル可

#### 見逃し配信 ●

下記URLへアクセスしてくだ さい。レッスン終了後、2週間 を目安に配信します。



https://www.youtube. com/channel/UCAVax N6C1hS4xaNc—CzQA? view\_as=subscriber N6C1hS4xaNc--CzQA?

※参加方法・見違し配信についてより詳しく知りたい方はチラシをご覧ください、チラシの設置場所は下段に記載しています

#### アンケート調査にご協力いただけるモニターを募集します

「オンラインLiveレッスン」参加後に、アンケートに ご協力いただけるモニターを募集致します。 参加回数に応じて特典をご用意しております。

対 象: 睦沢町在住・在助者で、Zoomの利用が可能な方

人 数:30名(定員になり次第終了)

応 募:右記の応募先までメールを送付ください。

※詳しくはチラシをご覧ください。

#### モニター応募先

睦沢町先進予防型まちづくり運営事務局 seisaku@town.mutsuzawa.chiba.jp

チラシ設置場所※町ホームページにも掲載します 睦沢町役場、バークむつざわ、Kitみずさわ、 道の駅むつざわつどいの郷、町社会福祉協議会、 その他町内の商業施設





# 親子キャンプで ピザとデザートづくり、

7月23日(木) 海の日、睦沢町農泊推進協議会主催の「親子キャン プクッキング」を開催しました。

屋外で、イタリア人講師によるピザ&ティラミス作り教室を中心に、 里山キャンプを思いっきり楽しみました。

大自然の中での料理やテントでの宿泊体験は、笑顔が溢れ、

心身の健康に効果的だったようです。

この夏、里山健康イベントとして、稲刈り、 里山ヨガ、オーダーメイドの貸切キャンプな どを予定しています。

主催 睦沢町農泊推進協議会

協力 一般社団法人 里山ソーシャルデザイン https://6238.chiba.jp



#### 料(2人分)

な す………2本 青じそ……2枚 玉ねぎ…… 1/8個 しょうが……… 少々 味 噌…… 大さじ1

## なすのたたき



#### 作り方

調理時間30分

- **①**なすは焼いて皮をむく。
- 2玉ねぎはみじん切り、水にさらして水気 をぎゅっと絞る。
- ③青じそは千切り、しょうがはみじん切り にする。
- 4まな板の上に①をのせて包丁でたたき、 ②③と味噌を加えてさらにたたく。よく 混ざったら、平らな皿に平たく塗りつけ るように盛り付け、包丁で格子目の模様 をつける。

1人分栄養量 ●エネルギー55kcal ●たんぱく質1.8g ●脂質0.3g ●塩分0.7g ●食物繊維2.7g

むつさと

3.552

原接隊

#### 編集後記

今年は平年よりも長いお よそ1か月半の梅雨でした。

私は個人的に暑い夏が好 きなので、梅雨明けを楽しみ にしていましたが、いざ、梅 雨が明けると猛暑が続き、夕 方や夜の、ひと時の「涼」を 求める自分がいます。

それでも天気が冴えず、過 ごしやすい日は晴天を求め、 つくづく己の「無い物ねだり」 を実感します。

(T.T)

こんにちは。魅力発信★むつざわ未来ラボです。 大勢でわいわい楽しくお茶をしたりする機会が すくなくなってきている今日この頃。 ひとりでふらっと立ち寄りたい、老舗&

ニューフェイスの「喫茶店」2店をご紹介します!

詳しくは.





https://www.mutsuzawanikitene.com

#### 昔にタイムスリップできる「喫茶 匠」

昔懐かしいお母さんが作ってくれたような、 手作り感満載の素朴なプリンが一番人気!

T 0475-44-2164

10:00~18:00 (月曜・第3火曜定休)



#### 森の中にいるような雰囲気の「森喫茶」

自家製酵素シロップを使ったふんわり軽いかき氷は夏限定。 自家製酵母で焼かれるパンも人気です。

**1** 0475-44-6096

11:00~17:00 (金·土·日曜営業)

3mをMicしてはしいははなどございましたらご#Mください。 **問い合わせ** 役場まちづくり課 政策班 ☎ 44-2501



# 

#### ※注意 このカレンダーは10月分の予定です

=	月	火	水	木	金	İ
のa 切	みなど、表示を <b>イ</b> ぐり替えてお使い <sub>掲載</sub>	沢町 & 周辺 ベントカレンダー ペントの予定は変更に は記載の主催者へお問い	なる場合があります。	<ul><li>1 2コース 粗大ゴミ</li><li>●心の電話相談</li></ul>	2 ಕನೆತವೆ	3
4	5 もえるゴミ	<ul><li>6</li><li>●心の電話相談</li></ul>	<b>7</b> もえるゴミ	8 2コース 資源ゴミ ③みんなで健幸ウォーク (佐貫ファーム) 9:30集合	9 ಕನೆತ್ತ	10
11	12 <b>ಕಸಿಕ</b> ವತ	13 1コース もえないゴミ	14 もえるゴミ  ○行政・人権相談 13:00~16:00  ○心の電話相談	15 23-X takuje	16 もえるゴミ ●健康栄養相談(改セ) 10:00~11:30	17
18	19 <b>t</b> ia	貸源ゴミ	21 もえるゴミ 高齢者健診、前立腺 診(改セ) 20日~	<ul><li>●心の電話相談</li></ul>	<b>23</b> もえるゴミ	24 ●特定・後期高齢者健診、 前立腺がん、肝炎ウイ ルス検診(改セ)
25 ●日曜開庁日(一部窓口) ●心の電話相談	26 tasis	27 コース 粗大ゴミ	28 <b>ಕಸಕ</b> ರ್ಷ	29 ●乳幼児健康相談(改セ) 14:00~15:00	30 ಕನೆಶಾತ	31

●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、河須ケ谷、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(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

♥心の電話相談専用ダイヤル☆(44)002210:00~12:00/13:00~15:00

# 通学路の合同点検 7/21。





町教育委員会主催で、通学路の合同点検を行いました。

当日は各小中学校の校長やPTA会長、茂原警察署交通課の 方々などが参加し、通学路の特に危険な箇所について、現地 検証を行いました。

車がスピードを出しやすい道路や一時停止をおろそかにしがちな箇所について、交通標識やカーブミラーの設置を検討することになりました。

現在、子ども達の登下校は、学校の先生ほか、交通安全ボランティアやPTAなど、多くの方々によって見守られています。子ども達の安全確保のために、関係機関の連携がこれまで以上に必要であることを再認識する機会となりました。

# 「むつざわスマートウェルネスタウン拠点形成事業」



#### 一般社団法人全日本建設技術協会より 令和元年度全建賞を受賞

「むつざわスマートウェルネスタウン拠点形成事業」は、道の駅を最大限に活用することで、道路利用者への安全で快適な道路交通環境の提供や、地域振興への寄与、そして健康支援や省エネルギーを目指した地域拠点を形成する事業です。

道の駅の新たなステージ(観光や防災など、地方創生の取り組みを加速する拠点)を具現化する 試みなどが評価され、受賞に繋がりました。