

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

2月

No.598 February 2018

喜びに満ちた
成人式



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

特集 平成29年度 成人式

CONTENTS 02

広報むつざわ

2018.2月号[もくじ]



表紙／成人式の様子



平成29年度 睦沢町成人式

特集

平成29年度 睦沢町成人式

2

～防災・減災に向けて⑩～

税の申告のご案内

ほか

4

健康・保険・福祉の
TOPICS

8

- 子育て家庭優待カード「チーパス」のご案内
 - 1歳6か月児・3歳児健診 2歳児歯科健診のご案内
 - ヘルスケア
 - みんなで楽しく健幸ウォーク
- ほか

くらしの情報

11

Event&Culture

14

School Life Press

16

TimeLine

18

くらしのカレンダー
(2018年3月分)

20

●WEBサイトのご案内

[広報 むつざわ]は睦沢町のWEBサイトでもご覧になれます。
<http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp/chousei/kouhou/kouhousi/>

●編集・発行／睦沢町総務課 総務班

●編集協力・印刷・製本／三陽メディア株式会社

※本紙の記事および写真、イラストの無断転載を禁ず

2

大切な仲間と、
大人の仲間入り



一生に一度、喜びに満ちた新たな門出

平成9年・10年生まれの新成人を祝って1月7日(日)にゆうあい館で成人式を開催。新成人51名が出席し、大きな一歩を踏み出しました。

式典では、新成人代表者が作成した小・中学校当時の写真や恩師からのビデオレターを編集したスライドショーを上映し当時を懐かしみました。また、勝見和太鼓に熱い思いで取り組んでいる小学校6年生から高校生までの7名による力強い演奏とメッセージが贈られました。



防災、減災に向けて⑫
2月からJアラートの定期的な
情報伝達訓練を開始します

2月から全国瞬時警報システム(Jアラート)の定期的な情報伝達訓練を、毎月1回実施します。実施日は、第4水曜日を基準とし、1週間以内に行います。放送内容は次のとおりです。

- 上りチャイム
- +「これは、Jアラートの即時音声合成の試験放送です。」
- +「こちらは、防災むつざわです。」
- 下りチャイム

これまで、緊急地震速報訓練と全国瞬時警報システム全国一斉情報伝達訓練を、それぞれ1回行ってきました。

しかし、Jアラートによる情報伝達を万全のものとするため、消防庁において定期的な訓練を各地方自治体で実施する必要があるとの判断から、毎月1回定期的に実施するよう同庁から通知がありました。

本町においては、これまでの速報訓練や伝達訓練、また土砂災害警戒情報など実際に発表された際の伝達に不具合はありませんでした。

しかしながら、Jアラートのシステムが作動するような事態は少なく、その少ない事態に作動しないという可能性を限りなくなくすため、本町においても伝達訓練を行うこととしました。ご協力くださるようお願いいたします。

2/10^土

雨天決行

防災フェア in むつざわ

午前10時～正午

場所：役場前駐車場・町農村環境改善センター

当日は、地震体験車や防災スタンプラリーなどを用意しています。クイズに答えた方には災害時にもできる蒸しパンの配布、スタンプラリーを制覇した方にはカレーライスの炊き出しを配布します。ぜひ、ご来場ください。

問い合わせ 役場総務課 総務班 ☎(44) 2500

防災フェアinむつざわで次の相談会も開催します

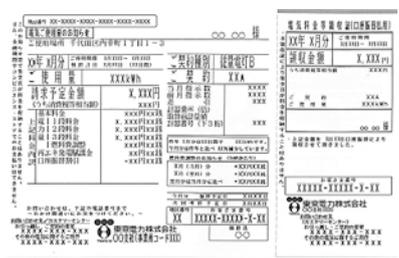
わが家の電気相談会

防災フェアinむつざわにおいて、電気相談会を開催します。電気相談会では、皆さまの電気料金が現在からどれだけ削減できるか、無料で診断いたします。

CHIBAむつざわエナジーは、睦沢町と地元企業が一丸となって設立した、地域振興を第一に考える新電力会社です。既に睦沢町の公共施設や地元企業の事業所など約40箇所に電力を供給し、一般家庭に向けても電力の供給を行っています。その収益は睦沢町に還元されて、町の魅力向上や地域振興のために活用されます。ぜひ、この機会に電気を通じた地域振興を考えてみませんか。

- 内容** CHIBAむつざわエナジー職員による電力料金の簡易診断
- 対象** 一般住宅および事業所
- 持ち物** 検針票
(毎月送られてくる電気料金の明細書)
- 主催** CHIBAむつざわエナジー

問い合わせ
☎0800(800)5084



わが家の耐震相談会

地震に備え、わが家の耐震化を

木造住宅の耐震化に関する相談会を開催します。住まいの耐震性について無料で建築士に相談できます。町では、木造住宅の耐震診断と耐震改修に対する補助制度を行っています。

この機会を利用して、住まいの耐震化について考えてみませんか。

- 対象** 建築士による個別相談
昭和56年以前に着工した木造住宅にお住まいの方
- 持ち物** 図面および写真
- 定員** 4組程度(当日参加可)
- 締切** 2月9日(金)午後5時
- ※キャンセルの場合は、ご連絡ください。
- 主催** 千葉県
- 共催** 睦沢町
- 申し込み・問い合わせ**
役場まちづくり課 政策班
☎(44) 2500-1



消費者行政についての町長表明

町はこれまで、千葉県地方消費者行政活性化基金を活用し、消費者被害の防止を図るとともに消費生活相談窓口の体制整備や周知に努めてまいりました。

基金等活用期間経過後も引き続き、「安全・安心で暮らしやすいまちづくり」を目指し、消費者行政の体制維持・強化に取り組んでまいります。

平成30年1月11日

陸沢町長 市原 武

瑞沢小学校の施設を利活用する事業者が決まりました

平成30年3月31日に閉校となる瑞沢小学校の校舎等の跡地施設を有効に活用すべく、町の発展と地域の活性化を前提とした事業を展開する事業者が決まりました。

事業者 株式会社 R.project
所在地 千葉県安房郡 鋸南町大六1032
貸付物件 校舎等の跡地施設の建物と土地等
貸付期間 平成30年4月1日～平成45年3月31日までの15年間

瑞沢Pecha Kucha Tableを開催します

瑞沢地区の活性化を目的に取り組んでいるワークショップ「瑞沢Pecha Kucha Table」を開催します。

多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

日時 2月16日(金) 午後6時半～8時半
場所 瑞沢小学校 多目的ホール
内容 施設利活用事業者からの事業概要説明および意見交換

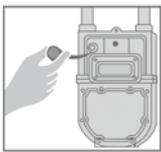
問い合わせ
役場まちづくり課 政策班
 ☎(44)2501

ガスが止まってしまったときは(ガスメーターの復帰方法)

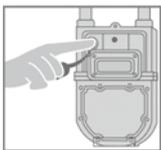
ガスが止まって使用できない状態で、赤ランプが点滅している場合は、復帰手順にしたがって操作してください。なお、正常に復帰しない場合や不明な点がある場合は、長南町役場ガス課にご連絡ください。



- ① 屋外設置のものを含むすべてのガス器具を止めて、元栓を閉める。
 (ガスメーターのガス栓は止めない)



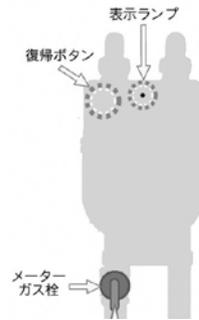
- ② ガスメーターの復帰ボタンのキャップを外す。



- ③ 復帰ボタンを奥までしっかり押してから指を離す。
 ボタンは元に戻り、一旦、赤ランプが点灯した後、再び点滅するので、外したキャップを元に戻す。



- ④ 約3分間待つ。(この間にガス漏れがないか確認しています)
 表示ランプの点滅が消えていれば、ガスが使えます。



メーターガス栓の裏側



※メーターガス栓には、閉めた時にロックがかかるものがありますので、上図を参考に開けてください。

ランプが点滅したままガスを使用すると、再びガスメーターが遮断してしまうので、必ず点滅が消えたのを確認してから、ガスを使用してください。

問い合わせ **長南町役場 ガス課 供給保安係** ☎(46)3401

税の申告

問 役場税務住民課 税務班
☎(44)2502

「所得税および復興特別所得税」「住民税」の

申告受付期間 ▶ 2月16日(金)～3月15日(木) ※土・日を除く

町では、申告書の記入方法がわからない方を対象に申告相談を行います。
なお、平成30年1月1日時点で睦沢町に住民票がない方は、睦沢町で申告はできません。

受付時間 午前9時～正午、午後1時～4時
会場 町農村環境改善センター

雑損控除や譲渡所得(土地や建物等の不動産、株式などの譲渡)などで複雑な申告をされる場合は、茂原税務署での申告をお願いします。

茂原税務署での申告相談(住民税の申告はできません)

期間 2月16日(金)～3月15日(木) ※土・日を除く
時間 【受付】午前8時半～(提出は午後5時まで)
【相談】午前9時～午後5時
会場 茂原税務署 2階会議室 問 茂原税務署 ☎(22)2166

地区割日

実施日	対象地区
2月20日(火)	大上
2月21日(水)	妙楽寺・森・長楽寺
2月22日(木)	佐貫
2月23日(金)	上之郷・大谷木
2月27日(火)	下之郷・北山田
2月28日(水)	上市場
3月 1日(木)	川島・うぐいす里
3月 2日(金)	寺崎・小滝 河須ヶ谷・岩井

※対象地区以外の方でも、相談をお受けします。

開始直後や終了間際は大変混み合いますので、時間に余裕をもってお越しください。

所得税および復興特別所得税の申告が必要な方

■給与所得があり、次に該当する方

- 平成29年中の給与収入が2,000万円を超える場合
- 給与を2か所以上から受けている場合
- 給与所得以外の所得の合計額が20万円を超えている場合

■公的年金等に係る雑所得のある方で次に該当する

- 公的年金等の収入金額が、400万円を超えている場合
- 公的年金等の収入金額が、400万円以下で公的年金等以外の所得額が20万円を超えて

■個人事業主、アパート経営者などの事業所得や不動産所得などがある方

■土地や建物などを売り、譲渡所得がある方 など

※上記に当てはまらない方でも所得税の還付を受けるための申告書を提出することはできます。

源泉徴収票、年末調整等の状況は、勤務先の給与担当にご確認ください!



確定申告をすれば税金が戻る方

平成29年分の所得税および復興特別所得税について、源泉徴収された税金が納めすぎになっている方は、還付を受けるための申告(還付申告)ができます。

- 給与所得者で医療費控除・寄附金控除・住宅借入金等特別控除等などの適用を受けられる方
- 平成29年中に退職した給与所得者で、再就職をせず、年末調整を受けていない方 など



住民税(町・県民税)の申告が必要な方 (確定申告をされた方は不要です)

■平成30年1月1日現在、町内に居住し、次の事項に該当する方

- 農業・営業・不動産収入等の事業収入がある方で、確定申告の必要がない方
- 給与所得者で、会社から給与支払報告書が町に提出されていない方、また給与所得以外に20万円以下の所得がある方
- 公的年金のみの収入の方で、所得税を源泉徴収されていない場合でも、配偶者控除、社会保険料控除などの控除を受けようとする方
- 町外に居住する方の扶養になっている方

※収入がなかった方でも住民税の申告は必要です。

国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の軽減判定、児童手当の申請やこども園の入園などで所得の証明を必要とする場合は、住民税の申告が必要となります。

所得税の申告をする方は、マイナンバーを忘れずに

申告に必要なもの

■申告に必要なもの

●所得税の申告をする方は、「マイナンバーの記載」+「マイナンバーカードの提示または写しの添付」が必要です。マイナンバーカードをお持ちでない方は、次の「A.番号確認書類」と「B.身分確認書類」の提示または写しの添付がそれぞれ必要です。なお、平成28年分の申告書を提出した際に、提示または写しの添付をした方も必要です。

A.番号確認書類

ご本人のマイナンバーを確認できる書類

- 通知カード
- マイナンバー記載の住民票の写し
…などのうちいずれか1つ



B.身分確認書類

記載したマイナンバーの持ち主であると確認できる書類

- 運転免許証
- 公的医療保険の被保険者証
- パスポート
- 身体障害者手帳
- 在留カード
- …などのうちいずれか1つ

- 印鑑(シャチハタ不可)
- 給与所得者および年金所得者は源泉徴収票(コピー不可)
- 事業所得者(営業、農業等)は、収支内訳書または収入金額および必要経費を記録したもの
- 生命保険料、地震保険料の支払証明書
- 国民年金保険料、国民年金基金の控除証明書
- 障害者控除を受ける方は、障害者手帳、障害者控除対象者認定書
(※65歳以上の方で障害者手帳をお持ちでない場合でも、睦沢町障害者控除対象者認定書交付要綱に基づき認定された場合には対象となります。詳しくは福祉課福祉介護班へお問い合わせください。)
- 所得税の還付がある方は、振込先の口座番号がわかるもの(本人名義)
- 譲渡所得、住宅借入金等特別控除等の申告をする場合は、必要書類がありますので、ご確認ください。

農業所得は、経費の区分ごとに集計してください。
わかりやすく集計しやすい「簡単・便利なちょうめん」をご利用ください。税務住民課窓口、申告受付会場にて、1部100円で販売



医療費控除を受けるための 手続きが変わりました!

平成29年分の確定申告から、領収書の提出の代わりに

『医療費控除の明細書』の添付が必要

となります。(領収書の添付は不要です。)

※1 医療費の領収書は自宅5年間保存する必要があります。(税務署や町から求められたときは、提示または提出しなければなりません)

※2 医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、明細の記入を省略できます。(医療費通知とは、健康保険組合等が発行する「医療費のお知らせ」などです)ただし、医療費通知に治療を受けた病院、診療所等の記載がないものは、明細の記入を省略できません。

注) 平成29年分から平成31年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付によることもできます。



ちばの子育て家庭優待カード 『チーパス』が子育て家庭を応援！

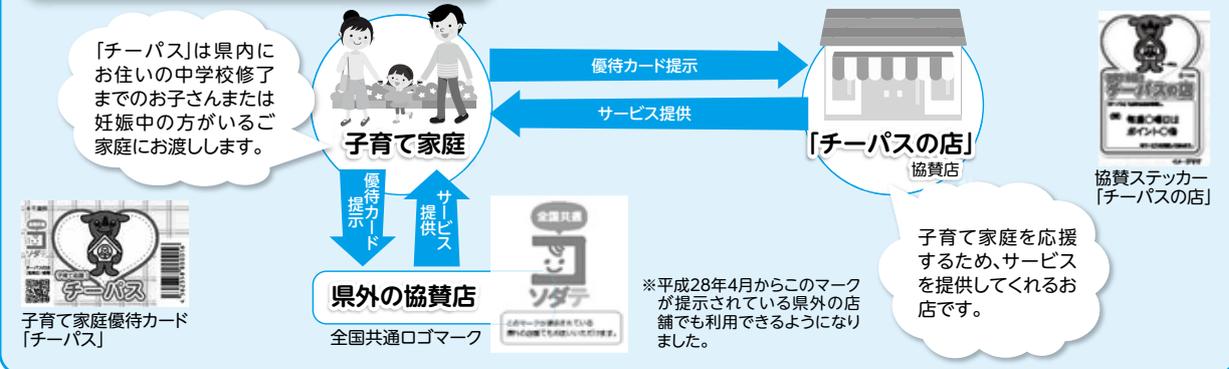
平成30年4月
から新しい
「チーパス」を
ご利用ください。



「チーパス」はどうすればもらえるの？

新しいチーパスは役場福祉課福祉介護班窓口にて**平成30年3月**から配付を開始します。
ただし、こども園、小、中学校などに通うお子様には、学校などを通じて3月末までに配布予定です。※チーパスの配布は各家庭に1枚です。

「チーパス」ってどんなカード？



問い合わせ 役場福祉課 福祉介護班 ☎(44)2504

1歳6か月児・3歳児健診 2歳児歯科健診のご案内

次の日程で健診を行います。対象の方には健診日のおおむね3週間前までに問診票を郵送します。お子さんの健康状態のわかる方がお連れになり、受診してください。

対象となる健診日に受診できない方は、必ずご連絡ください。

受付時間	12:45～13:00	13:00～13:15	13:45～14:00
健診日	3歳児健診	1歳6か月児健診	2歳児歯科健診
2月7日(水)	H26.9～ H26.11生	H28.6～ H28.8生	H27.6～ H27.8生

ところ 町農村環境改善センター
健診内容 身体計測、尿検査(3歳児のみ)、内科健診(3歳児、1歳6か月児のみ)、歯科健診、フッ化物塗布(希望者)、歯科指導、保健指導、栄養指導、育児相談

問い合わせ 役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506

問い合わせ 役場福祉課 福祉介護班 ☎(44)2504

ひとり親家庭等 児童入学祝金を支給します

ひとり親家庭等児童の入学時の費用を軽減することを目的として、町では、児童の入学に際しその養育者に祝金の支給を行います。
対象となる児童は、この3月1日現在において町内に住所を有し、引き続き町内に居住の見込みの方で、この4月から小・中学校および特別支援学校の小・中学部に入学するひとり親家庭等の児童です。
申請は3月2日(金)までに役場福祉課へお願いします。

Health Care ヘルスケア

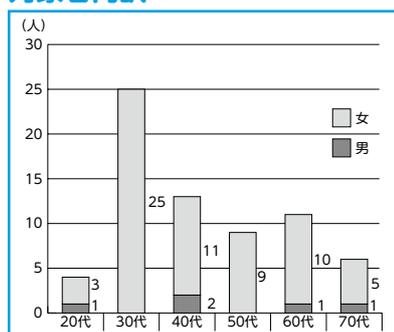
管理栄養士 中村智美



町保健栄養推進員による 平成28年度汁物の塩分調査とアンケート調査結果から

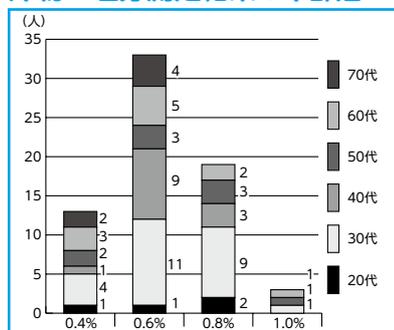
町保健栄養推進員協議会では、減塩活動の一環として、汁物（スープ、みそ汁等）の塩分調査と塩分アンケートを実施しました。対象は、町の幼児健診（1歳6か月児健診、3歳児健診等）で来庁した保護者の方と推進員の家庭訪問で調査したものです。（調査期間：平成28年11月～平成29年2月）その結果をまとめました。

対象者内訳



対象の年齢層は、20代から70代までの68名です。内訳は、女性63名、男性5名です。最も多く回答していただいた年齢層は30代で25名です。

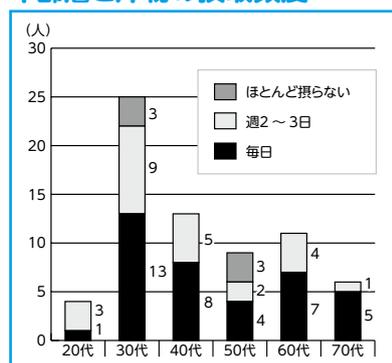
汁物の塩分測定結果と年齢層



汁物は、塩分測定器「減塩くん」で測定しています。測定値が0.6%以下は「うすい」、0.8%～1.0%は「ふつう」、1.2%以上は「濃い」判定となります。0.6%（うすい）の方が33名で最も多く、全体の約半数

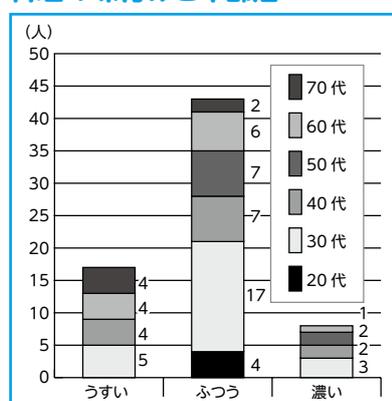
近くを占めます。0.4%（うすい）の方13名を合わせると、約7割近くになります。また、年齢層でみると、30～70代では、0.6%（うすい）が多く、次に30～50代で多かったのが0.8%（ふつう）です。60～70代で2番目に多かったのが0.4%（うすい）です。今回の測定では、1.2%（濃い）以上の結果はありませんでした。

年齢層と汁物の摂取頻度



汁物の摂取頻度は、30～70代で毎日とっている方が最も多く、全体の約半数です。次に週2～3日とっている方が約3割、ほとんど摂らない方が約1割弱です。

料理の味付けと年齢層



料理の味付けで最も多いのが、20～60代で「ふつう」、70代では「うすい」です。全体の約6割が

「ふつう」と答え、4人に1人が「うすい」、約1割が「濃い」味付けと答えています。

減塩の実行

うす味でもおいしく食べるには、天然だし、香味野菜（しそ、しょうが等）、ゆず、酢、香辛料等を利用した減塩を実践できるとよいです。また、調味料は「かける」より「つける」ようにしましょう。汁物は、毎日摂っても、うす味で具たくさんにし、1日1杯までにしましょう。

若いうちから減塩に慣れることで、高血圧症等の生活習慣病にならないように予防していきましょう。

今回の結果から汁物の塩測定で約7割近くが「うすい」結果で、「濃い」判定となった方がいなかったことと料理の味付けでは、9割弱の方が「うすい」、「ふつう」と回答しています。また、料理の味付けが「濃い」と回答した方が1割強いるということ分かりました。そこで、これからも継続して、汁物の塩分測定やアンケート等を実施し、呼びかけることで減塩のきっかけとなるような活動をすすめていきます。ピンクのエプロン、Tシャツが目印です。お気軽に声を掛けてください。

※町保健栄養推進員は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに食をととした健康づくりを地域ですすめている団体です。



出産や産後の不快な症状が和らぎます。



出産や産後の肩こり、腰痛、むくみなどの解消に効果的。

妊婦さん同士の交流や先輩ママと情報交換もできます。

町保健栄養推進員さんの手作りおやつも試食できます。

と き 2月23日(金)
午前10時～正午
と ころ 町農村環境改善センター
対 象 妊婦、産婦(産後1年以内の方)、その他希望される女性
参加費 無料
持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装、母子手帳(妊婦・産婦)

※教室は事前の申し込みが必要です。妊婦・産婦以外の女性の申し込みは2月13日(火)からです。

申し込み・問い合わせ

役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506



みんなで健幸ウォーク第11回

と き 2月15日(木)午前9時半集合
と ころ 佐貫区民センター
内 容 約4km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、2月22日(木)に延期します。

問い合わせ

役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506

12月14日 第9回寺崎3kmコース



(やすらぎの森につながる道)

+ 日曜・休日当番医

診療時間 午前9時～午後5時 ※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。消防本部通信指令課へお問い合わせください。☎(24)0119

月 日	医療機関名						
	内科系		外科系		一宮地区		
2月4日	宮本内科医院	(22)3770	宍倉病院	(24)2171	一宮町	清水医院	(42)2950
2月11日	ポプラクリニック	(23)3111	菅原病院	(25)1171	長生村	長生診療所	(32)3303
2月12日	渡辺医院	(27)7733	三枝医院	(25)2203	長生村	長生八積医院	(32)3282
2月18日	山之内病院	(25)1131	宍倉病院	(24)2171	長生村	津谷クリニック	(32)5645
2月25日	大塚内科	(23)6121	公立長生病院	(34)2121	一宮町	よねもと整形外科	(40)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 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 午後7時～翌午前6時

こども急病電話相談

午後7時～翌午前6時 局番なしの #8000
ダイヤル回線からは ☎043(242)9939