

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.627

# 7月

July 2020



「新しい生活様式」  
を取り入れながら、  
こども園  
学校が、再開！



交通安全宣言の町  
非核平和宣言の町

区長の皆さんを紹介します！  
フレイルの予防を行いましょう

後期高齢者医療保険料が変わります！／介護保険料の軽減が強化されます  
新しい保険証をお送りします

毎月25日は防災の日です



アプリ「マチイロ」

マチイロ  
まちを好きになるアプリ

...and more

# おめでとうございます！



## 瑞宝単光章授与

粒良 忠勝氏（北山田）が瑞宝単光章を受章されました。  
粒良氏は、昭和42年に消防団員になり、平成14年に退団されるまでの35年間にわたり、地域防災にご尽力されました。この度、長年の功績となり、受章されました。



## 瑞宝双光章授与

村松 仁氏（妙楽寺）が瑞宝双光章を受章されました。  
村松氏は、長生郡市広域市町村圏組合消防士として42年間にわたり勤務し、平成25年に消防監消防本部副参事 警防課長事務取扱に就任、平成26年に退職されました。その勤務成績が優秀で、他の模範となることから、この度の受章となりました。



## 千葉県神社総代会より表彰

玉前神社において、令和2年度千葉県神社総代会長生支部の表彰式が開催され、睦沢町より3名の個人功績表彰と2社の団体功績表彰の受賞がありました。

市場八坂神社 香焼 正利氏  
市場八坂神社 野口 成一氏  
下之郷玉垣神社 緑川 信男氏  
森 十二天神社 氏子 一同  
大上 熊野神社 氏子 一同

この受賞を機に、さらに神社の護持運営に努力する思いを表明されました。



## 消防庁長官表彰 永年勤続功労章授与

消防第5支団長時田 哲男氏（川島）が消防庁長官表彰永年勤続功労章を受章されました。  
時田氏は、昭和58年に消防団員になり、平成31年からは第5支団長に就任されました。この度、長年の功績となり、受章されました。

# 区長の皆さんを紹介します

町からの連絡事項の伝達や地域の皆さんのご意見・ご要望などを取りまとめる区長が決まりましたのでご紹介します。(敬称略)

会長 (上市場区)



石井 實

副会長 (川島区)



塚本 克彦

大上区



家田 和幸

妙楽寺区



佐藤 秀文

佐貫区



外山 弥

森区



上田 雄二郎

長楽寺区



田邊 廣昭

上之郷区



松崎 修

下之郷区



中村 祐和

大谷木区



鵜野 君男

北山田区



粒良 好明

寺崎区



河野 倉二

うぐいす里区



森 晶紀

小滝区



田中 衛一

河須ヶ谷区



伊丹 誠

岩井区



石井 弘和

## ●主な仕事

- 地域住民の要望の取りまとめ
- 行政情報の伝達 (区長回覧)
- 防犯灯の管理・新設に関する申請
- 社会福祉協議会活動
- 選挙に関する文書およびその他の行政機関からの文書の配布

## 前区長の皆さん

ありがとうございました

(敬称略)

大上区 尾手 忠信  
 妙楽寺区 伊藤 隆二  
 佐貫区 高井 仁  
 長楽寺区 田邊 誠  
 上之郷区 中村 義徳  
 下之郷区 中村 勇  
 大谷木区 笠原 正和  
 北山田区 今関 豊  
 寺崎区 市原 昭夫

7月12日(日)は

睦沢町長選挙

睦沢町議会議員補欠選挙

の投票日です

町議会議員の辞職に伴い、7月12日(日)執行予定の睦沢町長選挙に併せて、睦沢町議会議員補欠選挙を執行します。

### ◆期日前投票

とき 7月8日(水)～11日(土)  
 午前8時半～午後8時  
 ところ 役場1階101会議室

### ◆選挙期日

7月12日(日)

問い合わせ 町選挙管理委員会  
 ☎(44)2500



# フレイルって何？

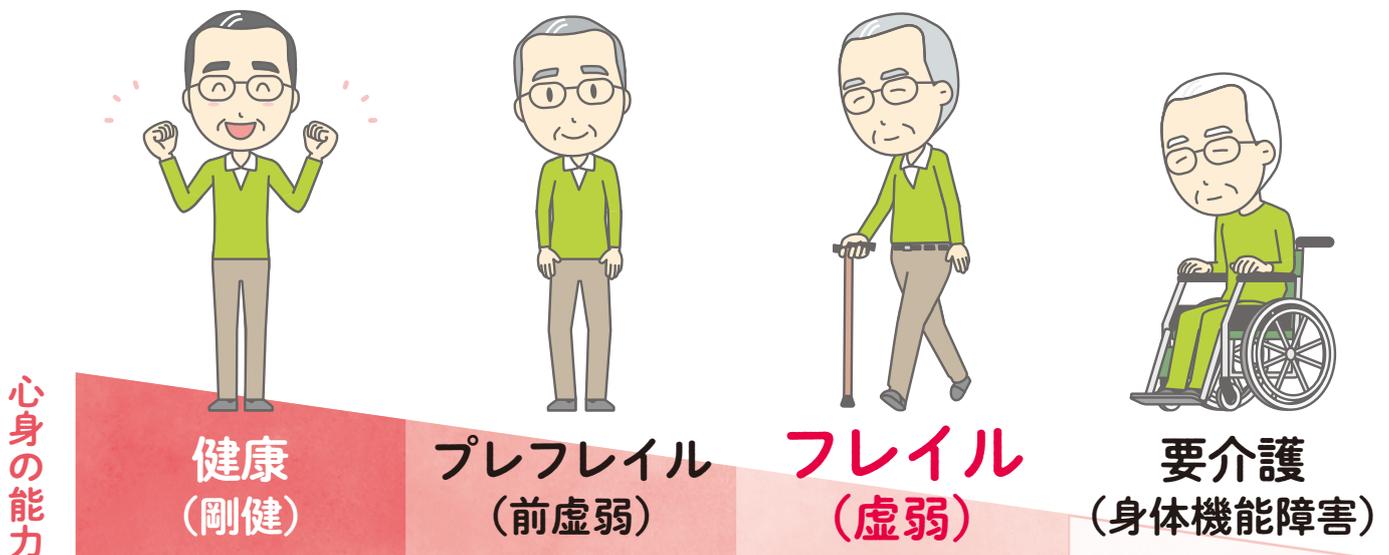
「フレイル（虚弱）」とは、加齢により心身の機能が低下し、衰弱した状態のことを言います。

まだ介護は必要ないけれど、なんとなく体調が優れない、足腰が少し痛い、食事の飲み込みが悪くなったなど身体面、口腔機能に不安がある、人付き合いがおっくう…など、年齢とともに生じる心身の衰えをいいます。

フレイルの兆候に早く気づき、生活習慣を改善して健康長寿へ



人生100年時代  
「フレイル予防」で健幸に！※



フレイルは、生活習慣や、身体、心の状態が、複雑に絡み合いながら進行していきます。

※「健幸」は町民一人ひとりが健康で幸せな生活を願うという意味から使用しています。

# フレイル予防のための教室を開催しています！

町では、フレイル予防に特化した教室を行っています。定員に空きがある教室もありますので、参加希望の方はお問い合わせください。若いうちからフレイルに興味を持ち、家族ぐるみで気を付けることで健康を保ちましょう。

事業名	内容など	フレイル予防の種類
健幸貯きん(筋)クラブ (旧ウエストへるス塾)	専門スタッフによるレベルに応じた筋トレや有酸素運動に加え、速歩を取り入れたウォーキングを通して筋力の貯金を行います。また、正しい姿勢で歩くためのポールを使ったウォーキング指導も行います。 個別の目標達成者にお楽しみ達成賞あり	身体的
みんなで健幸ウォーク	各地域の自然を満喫しながら約3km程度のウォーキングを行います。 お楽しみ皆勤賞あり	社会的
健康体操教室	専門スタッフによるストレッチを中心とした運動を体力に応じて無理なく行います。	身体的
いきいき脳の健康教室	脳の衰えを予防する指導教材を活用した「楽習」や参加者とのコミュニケーションを通して脳の活性化を図ります。	認知的 社会的
ころばん教室	専門スタッフが個別に身体機能の低下に応じたプログラムを実施します。	身体的 社会的
健康若返り教室 (旧出張予防教室)	各地区の介護予防推進員の運営により、皆さんの通いの場となっています。今年度から保健師などによる講和や運動、保健栄養推進員による食の伝達など多彩なメニューを実施します。	身体的 社会的
高齢者げんき教室	体操やレクなどを通じ、閉じこもりや身体機能、認知機能の低下予防を行います。	心理的・ 認知的

新型コロナウイルス感染症拡大防止の対策を講じて各教室を実施しています。

参加日当日の朝、自宅で検温し37.5℃以上の方、咳、味覚症状など、体調が優れない方は参加を控えてください。参加する際には必ずマスクなどを着用してください。ご理解、ご協力をお願いいたします。

**問い合わせ** 役場健康保険課 健康推進班  
☎(44) 2506

※町では、保険事業と介護予防事業を一体的に健康保険課で実施しています。

## みんなで健幸ウォークを開催します

**とき** 7月9日(木) 17:00集合

**ところ** 町中央公民館

**内容** 約3kmのコースを歩きます

- ・当日は、自宅で検温し、マスクを着用してください。
- ・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、7月16日(木)に延期します。

**問い合わせ**

陸沢ふれあいスポーツクラブ事務局 ☎(44) 5211  
役場健康保険課 健康推進班 ☎(44) 2506

## 新型コロナウイルス感染症の影響で 農業集落排水処理施設使用料などの納付が困難な方へ

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が下がった方々に対して、農業集落排水処理施設使用料、特定地域生活排水処理施設使用料、コミュニティ・プラント使用料のお支払いの猶予をします。

**対象となる方** 新型コロナウイルスの影響により収入が減少している場合など、一時的に農業集落排水処理施設使用料などのお支払いが困難になった方。

**対象となる料金**

- 農業集落排水処理施設使用料
- 特定地域生活排水処理施設使用料
- コミュニティ・プラント使用料

**お支払い猶予の内容** 最長で6か月

**問い合わせ** 役場建設課 管理班 ☎(44)2522

## 事業者向けの新型コロナウイルス関連給付金

### ● 持続化給付金 経済産業省

- 主な案件** ● ひと月の売上げが前年同月比で50%以上減少している事業者
- 給付額** ● 中小法人などは最大200万円 個人事業者は最大100万円  
● 計算方法：前年の総売上（事業収入）－（前年同月比▲50%月の売上×12か月）
- 申請** ● 持続化給付金申請HPからのオンライン申請  
申請および詳細は中小企業庁「持続化給付金」ホームページ  
<https://www.meti.go.jp/covid-19/jizokuka-kyufukin.html>

### ● 千葉県中小企業再建支援金 千葉県

- 主な案件** ● ひと月の売上げが前年同月比で50%以上減少している事業者  
● 休業要請対象業種（飲食店などで19時以降の種類提供の自粛要請含む）の場合は、要請に応じていることが必要  
要請期間：4月22日(水)～5月6日(水) 5月9日(土)～5月31日(日)
- 給付額**
- |                   |      |
|-------------------|------|
| ● 賃貸している事業所がない場合  | 20万円 |
| ● 1事業所を賃貸している場合   | 30万円 |
| ● 複数の事業所を賃貸している場合 | 40万円 |
- 申請** ● 特設サイトからのオンライン または 郵送 ※申請書は産業振興課にあります。  
申請および詳細は専用ポータルサイト <https://www.chiba-shienkin.com>



**問い合わせ** 役場産業振興課 産業振興班 ☎(44)2505



## 新型コロナウイルス感染症の影響で 町税・保険料などの納付が困難な方へ

新型コロナウイルス感染症の影響により一定程度収入が下がった方々に対して、町税、国民健康保険、介護保険、後期高齢者医療制度および国民年金の保険料の減免や徴収猶予が認められる場合があります。



### 問い合わせ

- **町税・国民健康保険税**  
役場税務住民課 税務班 ☎(44) 2502
- **介護保険料、後期高齢者医療保険料**  
役場健康保険課 保険班 ☎(44) 2576
- **国民年金保険料**  
ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004

## 新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給

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、給与など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。

療養のため仕事ができなくなった日から起算して4日目から傷病手当金を支給します。

詳しく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

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止の避難方法

大雨警報などが発表された際、町では河川の氾濫や土砂災害などに備えて、避難所を開設の上、避難を呼びかけています。しかし現在、全国的に新型コロナウイルスの感染が広がる中では、避難所が過密状態になることを避けなければなりません。

町では避難所を開設する場合、消毒液設置などの対策を行い、感染防止措置を実施しますが、過密にならないよう、町民の皆さまには次のことをお願いします。

- 1 避難所への避難だけでなく、安全が確保されている家族、親戚・友人などの家に避難することも検討してください。
- 2 風雨が強くなり、避難することがかえって危険な場合は、山側と反対側の2階の部屋など自宅で危険の少ないところに避難してください。
- 3 町では食料や水などの防災備蓄品を用意していますが、数には限りがあります。平時から3日分の水や食料などを自宅で用意し、避難先へ避難する際にも持ち出せるよう非常持ち出し袋を準備しておきましょう。また、マスクやタオル、体温計、常備薬も用意しておきましょう。
- 4 体調がすぐれない時は、避難所に入る前に必ず申し出てください。



**問い合わせ** 役場総務課 総務班 ☎(44) 2500

# 健康こ・ら・む

今月のテーマ

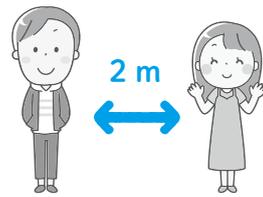
## 「新しい生活様式」と熱中症

保健師：田中 葉子

毎年、7月から8月は熱中症が心配される時期です。今年は新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」が示され、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いや「3密（密集・密着・密閉）」を避ける対策が求められ、今まで以上に暑い時期を乗り切る取り組みが必要です。

### ●新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント

- ①気温・湿度が高い中でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなります。屋外で人との十分な距離（少なくとも2m以上）が保てる場合は、マスクを外すようにしましょう。



- ②エアコン使用時でも換気は必要です。換気時は室内温度が高くなるため、こまめにエアコンの温度調節をしましょう。

- ③体温チェックは、熱中症を早期に発見するうえでも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理

せず休みましょう。

- ④熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをしましょう。

- ⑤こまめな水分補給をしましょう。

- 水分は、食事以外に1日1.2ℓを目安に摂取しましょう。マスクを着用している時は、のどが渇いていなくても水分補給を心がけ、激しい運動や作業を行った時、汗をかいた時には塩分も摂りましょう。手軽に飲めるスポーツドリンクや経口補水液を用意しておくといいでしょう。ただし、高血圧や腎臓病の方で水分・塩分制限がある方はかかりつけ医に相談しましょう。

- アルコールやコーヒー・緑茶などのカフェインを含むものは利尿効果があり、逆に体から水分を尿として排出してしまうため、水分の代わりにはなりません。

- ⑥外出自粛により、家で過ごす時間が多く外の暑さに慣れていないため、徐々に外出時間を増やし体を暑さに慣らすと良いでしょう。

手作りスポーツドリンクも参考にしてください。

## 家庭で作れるスポーツドリンク

ペットボトル500ml 1本分

### 材 料

はちみつ…大さじ1 (21g)  
塩……………少々(0.5g)  
レモン汁……………大さじ1  
水……………500ml

### 作り方

水にはちみつ、塩、レモン汁を溶かし、冷やしてください。

冷蔵庫に入れて、2～3日で飲みきりましょう。

〈1人分栄養価〉エネルギー:73kcal たんぱく質:0.1g 脂質:0g 塩分:0.5g

※はちみつを使用したドリンクのため、1歳未満の乳児には与えないでください。



### 糖分量の比較 (ペットボトル1本分500ml中)

#### 市販



#### 手作り



砂糖5本分減らせます

市販品を利用するときは、水で倍に薄めて飲むとよいでしょう

手作りにすると約60kcal減らせます。後味もさっぱりして、おいしいですよ。



睦沢町保健栄養推進員 伝達×ニューより



国民健康保険・後期高齢者医療制度へ加入している皆さんへ

**新しい保険証をお送りします**

現在お使いの保険証の有効期限は、7月31日（金）までとなりますので、新しい保険証を郵送します。  
8月1日以降に医療機関などに受診する際は、新しい保険証をお使いください。

**保険証郵送時期 7月中旬に、簡易書留郵便でお届けします。****会社の健康保険などに加入したら、国保の資格喪失手続きが必要です。**

届出が遅れてしまうと、保険税を二重に支払う場合がありますのでご注意ください。

**【届出に必要なもの】**

会社の健康保険証、国民健康保険証、認印、マイナンバー通知カード、  
顔写真付き身分証明書（運転免許証など）

**問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576****日曜・休日当番医**

月 日	医療機関名						
	内科系		外科系		一宮地区		
7月 5日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	一宮町	いちのみやクリニック	42-1616
7月12日	君塚病院	25-1811	鎗田整形外科医院	24-8686	一宮町	K・Iクリニック	42-7575
7月19日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	長生村	あまが台ファミリークリニック	36-7011
7月23日	むなかたクリニック	44-5155	三枝医院	25-2203	睦沢町	睦沢診療所	44-2236
7月24日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	一宮町	秋場医院	42-3323
7月26日	茂原中央病院	24-1191	公立長生病院	34-2121	長生村	もといハッピークリニック	36-3537

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

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

**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 <sup>*1</sup>	☎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 建設課 事業班	☎(44)2507
防災情報	役場 総務課 総務班 <sup>*2</sup>	☎(44)2500

※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。



# 後期高齢者医療保険料が変わります

千葉県後期高齢者医療広域連合では、後期高齢者医療制度の保険料率の見直しを2年ごとに行っています。保険料率は千葉県内で均一です。

## ●令和2・3年度の保険料率が変わります

	平成30年度・令和元年度	令和2年度・3年度
均等割額	41,000円	43,400円
所得割額	賦課のもととなる所得金額× 7.89%	賦課のもととなる所得金額× 8.39%

## ●保険料の軽減措置が一部変更になります

### 軽減割合

対象者の所得要件 (世帯内の被保険者と世帯主の総所得の合計額)		均等割の軽減割合	
		令和元年度	令和2年度
33万円以下	下記以外	8.5割	7.75割
	世帯内の被保険者全員が年金収入 80万円以下(各種所得なし)	8割	7割

問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576

# 介護保険料の軽減が強化されます

令和元年10月の消費税増税に伴い、令和2年度の第1段階、第2段階および第3段階の保険料率および年間保険料が変更となります。

所得段階	対象者	保険料率 (前年)	年間保険料 (前年)
第1段階	生活保護を受けている方 世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金を受けている方 世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	基準額 ×0.3 (×0.375)	19,080円 (23,900円)
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円超120万円以下の方	基準額 ×0.5 (×0.625)	31,800円 (39,800円)
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が120万円超の方	基準額 ×0.7 (×0.725)	44,520円 (46,100円)

問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576



## 重度医療費助成の更新をお忘れなく！

現在お使いの重度心身障害者（児）医療費助成受給券の有効期限は、7月31日までです。

8月以降も医療費の助成を希望される方は7月中に役場福祉課へ申請をしてください。

なお、申請書は6月末に受給者へ郵送します。

### 重度医療とは？

重度心身障害者（児）の医療費（保険診療分）の自己負担分を助成するものです。助成を受けるには、次のいずれかの障害者手帳をお持ちの方が対象です。所得制限もありますので、詳しくはお問い合わせください。

身体障害者手帳 1級・2級

療育手帳 ①・Aの1・Aの2

**問い合わせ** 役場福祉課 福祉班  
☎(44) 2504

## 犯罪のない社会に向けて

7月は、“社会を明るくする運動” 強調月間です。また、再犯防止等についての関心と理解を深めるための再犯防止啓発月間です。

睦沢町社会を明るくする運動推進委員会では、小・中学生による作文コンテストなどを睦沢町保護司会や更生保護女性会などの関係団体と協力しながら実施する予定です。

この機会に本運動についての社会的意義をご理解いただき、犯罪のない幸福な社会づくりにご協力ください。

### 社会を明るくする運動とは…

すべての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築くための運動です。

## 千葉県動物愛護センター動物愛護事業

### (1) 犬のしつけ方教室（事前予約制）基礎講座 飼い犬は同伴できません

時 7月16日(木)・8月6日(木) 10:00～12:00 料 無料 定 先着20組

### (2) 犬のしつけ方教室（事前予約制）実技講座 飼い犬と同伴です

※事前に基礎講座の受講が必要です。

時 7月16日(木)・8月6日(木) 13:00～15:00 料 3,000円(消費税別) 定 3組以上10組まで

☎043(214)7814 \*実技講座は(公財)千葉県動物保護管理協会が開催します。

### (3) 一般譲渡会（無料）

センターの成犬・成猫を譲渡します。譲渡の条件についてはホームページで事前に御確認ください。

時 7月18日(土)・8月13日(木)・9月24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

### (4) 犬と猫との出会いの場（オンライン申請）

県民の方が飼っている犬猫の新しい飼い主さんをさがしています。詳細を良くお読みになり申請してください。

※マッチングは両者間でメールにて調整していただきます。

<https://www.pref.chiba.lg.jp/aigo/dogcat-meeting.html>

**問い合わせ** 千葉県動物愛護センター(富里市御料709-1) ☎0476(93)5711



7月14日(火)  
2種類同時発売!

# サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

# サマージャンボミニ1千万円

(1等1千万円)



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。

各1枚 300円

発売期間 7/14(火)～8/14(金)

公益財団法人 千葉県市町村振興協会

ご購入は、ぜひ  
“千葉県内”の  
宝くじ売り場で!

## 相談

### ご存知ですか?労働委員会 ～個別的労使紛争のあっせん～

千葉県労働委員会では、個々の労働者と使用者の間で生じた解雇・パワハラ・労働条件の不利益変更などの労働関係のトラブルについて、労働委員会の委員が間に入って、双方の歩み寄りによる円満な解決を目指す「個別的労使紛争のあっせん」を行っています。

あっせんは無料で、労働者、使用者どちらからでも申請できます。

あっせんを希望される方は、お気軽にお問い合わせください。

〒千葉県労働委員会事務局

☎043(223)3735

## 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。

①各種相談、各種届出受理、  
防犯・交通安全講話

②7月10日(金) 13:30～15:00  
7月22日(水) 10:00～11:30

③町中央公民館

④茂原警察署 ☎(22)0110

## 募集

### 長生郡市広域市町村圏組合 新規職員募集

消防 5名程度

土木技術 若干名

電気技術 若干名

各職種により受験資格が異なりますので、事前にご確認ください。

#### 受付期間

7月27日(月)～8月11日(火)

平日の9:00～17:00

申込書配布場所:事務局総務課

および消防本部総務課窓口

配布期間:7月6日(月)～

試験日 第1次試験(筆記)

9月20日(日)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため変更になる場合があります。

⑤事務局総務課 ☎(23)0107

## 募集

### 交通災害共済

～年会費700円!会員募集～

交通災害共済は、利益を目的としない住民相互の共済制度で、公共団体が運営している制度です。年間700円の掛金で交通事故にあった場合に最高150万円の見舞金が支払われます。

年会費 一人700円

共済期間 9月1日～翌年の

8月31日までの1年間

#### 見舞金の額

- ・死亡見舞金:150万円
- ・傷害見舞金:入院・通院実日数に応じて2万円～50万円
- ・身障見舞金:(身体障害等級1級または2級)50万円
- ・交通遺児見舞金:遺児一人につき10万円

※睦沢こども園の園児および各小中学校の児童・生徒は、園および学校を通じて、ご案内済みです。お申込みの重複にご注意ください。

⑥・⑦役場総務課

総務班

☎(44)2500

## 睦沢町新規職員募集

令和2年度第2回市町村職員合同採用試験を次のとおり実施します。

試験日:第1次試験 9月20日(日)

受付開始:7月27日(月)～8月11日(火)

募集職種:一般行政 初級(若干名)

受験資格:平成2年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方

※詳しくは、町ホームページをご確認ください。

(新型コロナウイルス感染症拡大防止のため変更になる可能性があります。)

問い合わせ 役場総務課 総務班 ☎(44)2500

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。



●お陰様で好評です。幼児から小学校3年生までのピアノと英語のコンプレッスン!!

ピアノと英語をセットした完全個人レッスン。もちろん英語は文科省学習指導要領準拠内容で安心です。

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



竹筒の青さ残して水羊羹  
 出社なき日々を重ねて替衣  
 青田風胸いつぱいに篤農家  
 白と紅咲き乱れるや庭つつじ

(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。

#### 7月の日程

2日(木)、8日(水)、17日(金)、  
 21日(火)、26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

☎7月30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

#### ●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

☎7月28日(火)

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

#### ●行政・人権相談

☎7月8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

☎(44)2500

#### ●法律相談

☎7月10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。

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 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 6,960人 (-2)
- 男性 3,387人 (-6)
- 女性 3,573人 (+4)
- 世帯数 2,789世帯 (+1)

( )は前月比  
 令和2年5月31日現在

#### ●ご結婚おめでとうございます

区名	氏名
上市場	山本 圭佑・美樹奈

#### ●お誕生おめでとうございます

親の名	子の名	性別	月日
相馬 秀考 真衣子	イチカ 一華	女	5月5日
成田 浩 愛	カノン 花音	女	5月6日

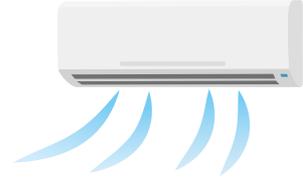
掲載については事前に掲載  
 希望の確認を行っています。

#### ●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
小菅 昭	77	川島	5月3日
勝山 一利	63	岩井	5月4日
池田 勝祐	89	下之郷	5月8日
山田 昭一	77	川島	5月13日
軽込 エヨ	87	上市場	5月19日
佐藤 勝善	76	大上	5月19日
日向野 博子	76	佐貫	5月20日
本郷 志美子	100	上市場	5月21日
倉持 浩之	58	寺崎	5月23日



こんにちは！CHIBAむつざわエナジー通信です。  
 これから夏に向けて、エアコンを使う日が多くなると思います。日々の生活を快適にするため、エアコンは欠かせない機器ですが、電気の使用量が増え、電気料金が上がる事は避けられません。また、エアコンを使うと二酸化炭素を排出し、空気を汚します。  
 実際、省エネと快適さを同時に実現するエアコンの性能はかなり進化していますが、住宅そのものを省エネ化する「省エネルギー住宅」を実現する技術が進んでいることをご存知ですか？  
 省エネルギー住宅は、エネルギー消費を抑えるだけでなく「断熱」と「日射遮蔽」により、冬は「部屋の暖かい空気が逃げず、室温がほぼ均一の家」「お風呂もトイレも寒くなく、結露しない家」、夏は「室外からの熱気が入らない涼しい家」「小型のエアコンでも良く効き、朝・夕は風通しの良い家」が実現できます。つまり、「省エネルギー住宅」＝「快適な住宅」であるといえます。  
 また、最近では断熱材などの新技術の開発により、リフォーム時の導入も以前よりは手軽に行えるようになっております。  
 おうちの立替りリフォームのタイミングで、おうちそのものの省エネ化を検討して、将来の光熱費と二酸化炭素排出量の減少につながるかもしれません。 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、料金診断はお近くの代理店、またはホームページへ！  
 CHIBAむつざわエナジー  
  (フリーダイヤル)0800-800-5084

MONTHLY CONTENTS GUIDE

【第1回】野菜の少量多品目栽培講習会(秋冬野菜編)を開催します

新しい道の駅の品ぞろえの一層の充実を図るとともに、出荷を検討していらっしゃる方々の栽培技術の向上を目的に、野菜の少量多品目栽培の講習会を開催します。第1回目の今回は「秋冬野菜編」と題し、何種類かの秋冬野菜を効率よく組み合わせた栽培方法を学びます。また、野菜の栽培カレンダーとタネを配布しますので、多くの方々のご参加をお待ちしています。

なお、講習会への参加は、申し込みが必要です。

講義「秋冬野菜の少量多品目栽培について」

時 7月21日(火) 13:30～15:30  
 所 役場3階会議室  
 申込締切 7月14日(火)  
 申 〇 役場産業振興課 産業振興班 ☎(44)2505



かわざかえ 革榮 移転OPEN祭

はじめまして！「土に還る革製品」を創っている革榮です。東京・葛飾より睦沢町に移転OPENいたします。ご挨拶を兼ねたイベントです。お気軽にお越しください！当日の駐車場は榎の木学園。会場(革榮)まで徒歩約5分です。



草に触れてみよう！ 参加無料  
 革のキーホルダー作り  
 好きな形のキーホルダーを選んで自分の名前を入れる体験です。(数量限定・先着順)

7/12 (日)

出店もあるよ！



お問い合わせ： 睦沢産の農産物やお菓子など  
 総天然素材革工房 革榮 TEL: 080-5461-9760  
 河須ヶ谷グミの木下13-4 https://www.facebook.com/kawazakae

広告枠

## 睦沢ふれあい スポーツクラブ 通信

### お知らせ

- 夏休み期間中実施している初心者小学生水泳教室を今年では中止します。
- ジュニアスポーツ教室(小学生対象)は9月9日(水)から再開します。

### 会員募集!!

コロナ対策をした各種教室などを開催しています。

外出自粛でなまってしまった身体を動かしませんか!?

くわしくは事務局まで

睦沢ふれあいスポーツクラブ  
事務局 (町総合運動公園内)  
☎(44)5211

### イベント

#### ★天文教室★

～みんなで夜空を見よう～

7月4日(土)19:00～20:45

7月の観測テーマ「月と七夕」  
木星も観測予定です。

※マスクを着用し、お越しください。

町中央公民館内 天体観測室  
☎(44)0211

### 7月の公民館・歴史民俗資料館の休館日

6日(月)、13日(月)、  
20日(月)、27日(月)

※月曜日は図書室のみ利用できます。

### 期間延長

企画展「備前長船と秘蔵の美術品」  
9月27日(日)まで

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、長期間にわたり休館していた当館の企画展の開催期間を延長します。

### 企画展作品紹介



そしよく ぜんせきへきのふ なかざわせつじょう  
蘇軾「前赤壁賦」詩屏風 (中沢雪城書)

歴史民俗資料館 ☎(44) 0290

### 企画展のデジタル ミュージアムを開催中

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を町WEBサイト内で開催しています。

解説付きで展示している全42作品をご覧になれます。

<http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp/shisetsu/rekishiminzoku/event>

### イベント

まっ白いひろば開催  
7月11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(初回参加時保険料一人100円)

●着替え、ヘルメット、ぬれても良いはき物、弁当、飲み物

町まっ白い広場事務局 ☎(44)2289  
町中央公民館 ☎(44)0211

## 総合運動公園プールの営業中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、令和2年度の総合運動公園プールの営業は中止させていただきます。

利用者皆様の安全を最優先としていますので、ご不便をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

パークむつざわ ☎(44)1565

## 中央公民館のご利用にあたって

★注意★ 来館前に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)・強いだるさや、軽度であっても咳・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

公民館施設およびバス利用人数の目安を設けています。

施設名	体を大きく動かす活動	会議	会話を伴わない活動
和室うめ	12人	12人	20人
和室さつき	5人	5人	9人
会議室	14人	18人	24人
視聴覚室	9人	11人	16人
学習室	5人	6人	10人
音楽室	12人	12人	20人
調理実習室	10人	-	15人
美術工芸室	-	8人	14人

ご利用の際には、こまめな部屋の換気、使用後の施設などの消毒をお願いします。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、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

### 中止が予定されている イベント・行事

- 青少年サマーキャンプ
- 健幸むつざわロードレース大会

バス：大型20名程度  
小型13名程度

運転席裏の座席は使用を禁止し、窓際の席のみを利用するなど乗客同士の間隔を空けてご利用ください。

ご利用をお考えの際には、お気軽にご相談ください。

町中央公民館 ☎(44)0211

Vol.38

シリーズ 睦沢教育

School Life Press  
睦沢町教育委員会

# 学校再開1か月 ～学校の新しい生活様式～

5月に実施した、分散登校（小学校は地区別、中学校は学年別に午前と午後に分散）では、マスクの着用、家庭での登校前の体温・風邪症状など健康観察カードへの記入、登校時の教職員によるカード記入に基づく健康状態の確認（未実施で登校した児童生徒へは、児童玄関前での検温などを実施）、教室内の換気や身体的距離の確保など、校内が感染および感染拡大のリスクを可能な限り低減した環境であるように努めました。

分散登校を経て、中学校は6月8日、小学校は6月9日から給食を伴う一斉登校、そして授業を再開しました。

今日に至っても、本町では感染者が確認されていませんが、これは町民の皆さまが、感染しないための様々な対策を取られているからだと思います。「石けんによる手洗い」や「マスクの着用」「身体的距離の確保（現在は1mを目安）」など、様々な感染対策が功を奏しているのではないのでしょうか。

町教育委員会でも、学校の教育活動を再開していくために、小中

学校および子ども園と繰り返し協議し、「学校再開にあたって 睦沢町立こども園・小中学校感染症対策ガイドライン」(第3次改訂版)「イルス感染症」(第3次改訂版)を策定しました(町のホームページに掲載しています)。このガイドラインは、感染症対策などの校内体制づくりや健康観察の徹底をはじめ、基本的な感染症対策について、特に学校が取るべき対策や対応をまとめ、改訂したものです。

ガイドラインでは、学校全体で感染症対策に取り組む対策本部の設置、また、いざという場合の連絡体制も整えました。朝の検温、健康観察の徹底、登校時の健康状態の確認は、「自分と友だちが、共に健康で学べる環境づくり」のために欠かすことはできませんので、『学校の新しい生活様式』として定めています。さらに、教育活動全般を通じて、適切な消毒や清掃により、環境衛生にも努めています。特に、児童生徒の触れる場所(トイレ、ドアノブ、手すり、スイッチや共用の教材など)は、1日1回以上、教職員が消毒を行います。給食時には、児童生徒が

石けんでの手洗いはもちろんですが、給食当番は、健康観察に加え、ビニール手袋を付けて配膳にあたっています。

ガイドラインの運用にあたっては、保護者のもとより、町民の皆さまも、感染症から自分の命、大切な人の命を守る行動でもありませんので、ご理解とご協力がなければできないことです。町民の皆さまも、国が示した『新しい生活様式』の定着に向け取り組んでまいります。



分散登校時の三密を避けた学習風景

# 小中学校夏季休業のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため学校を約3か月間休業しました。

これに伴い、子ども達の学習時間の確保のため今年度の夏季休業期間および学校閉庁日を次のとおりといたします。

**夏季休業期間** 8月1日(土)～8月23日(日)

**学校閉庁日** 8月12日(水)～8月16日(日)

※学校閉庁日の際は職員不在となるため、緊急時以外の問い合わせはこの期間以外でお願いします。

**緊急時連絡先** 町教育委員会教育課 学校教育班 ☎(44)2509



## 材料 (4人分)

- 牛乳…………… 2カップ
- ほうじ茶(茶葉)…………… 15g
- 黒砂糖(粉状)…………… 50g
- 粉ゼラチン…………… 6g
- 水…………… 大さじ2
- 生クリーム…………… 50ml  
(飾り用)
- 生クリーム…………… 50ml
- 黒砂糖(粉状)…………… 適宜

## ほうじ茶プリン



**1人分栄養量** ●エネルギー227kcal ●たんぱく質5.5g ●脂質15.3g ●カルシウム161mg ●食塩相当量0.1g  
日本食生活協会レシピより

## 作り方

調理時間30分

- ①分量の水に粉ゼラチンをふり混ぜ入れ、ふやかしておく。
- ②鍋に牛乳を入れて中火にかけ、煮立ってきたらほうじ茶を加え、弱火にし1分煮出し、黒砂糖を加えて、火を止め蓋をし2分蒸らす。
- ③②を混ぜて黒砂糖を溶かし、茶濾しで濾しながらボウルに移す。①のゼラチンを加えて溶かし、生クリームを加える。
- ④③のボウルを氷水で冷やし、少しとろりとしてきたら器に流して冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑤飾りの生クリームは、氷水で冷やししながら5分立てにし、上につけ、黒砂糖をふる。

## 編集後記

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う緊急事態宣言が解除となり、施設の利用やイベントなども、徐々に再開し始めました。

この時期、これまで以上に必要なことは、一人ひとりの感染症拡大防止への意識ではないでしょうか。「新しい生活様式」を実践し、自分自身を守ることで、そして他者への配慮を忘れず活動していきたいものです。

油断は大敵です。(T.T)

## 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。

子育て世代包括支援センター  
☎(44)2578



役場1階  
福祉課

## 園庭開放

- 7月7日(火) 9:50～11:00
- 7月21日(火) 9:50～11:30
- 7月28日(火) 9:50～11:30 ◆こども園



## おはなしの広場

- 7月7日(火) 11:00～11:30
- ◆こども園



## ベビーマッサージ ※要申込み

- 7月27日(月) 10:30～11:30
- 対象：町内在住の0歳～満1歳位の親子
- 内容：助産師によるベビーマッサージとママヨガの指導。授乳や卒乳についてもご相談ください。
- 持ち物：バスタオル2枚  
水分補給できるもの
- ☎こども園 ☎(44)0050

## わくわく広場 ※要申込み

- ・4・5・6・7月生まれの誕生会
- ・水遊びを楽しもう
- 持ち物：濡れてもいい服  
タオル、着替え  
水分補給ができるもの
- 7月14日(火) 10:00～11:30
- ☎こども園 ☎(44)0050



日	月	火	水	木	金	土
福祉 	子育て 	総合 	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。 <a href="http://6238.jp">http://6238.jp</a>			1
2	3 もえるゴミ ●心の電話相談	4	5 もえるゴミ	6 2コース 粗大ゴミ ●みんなで健康ウォーク (中央公民館) 17:00集合	7 もえるゴミ	8
9	10 もえるゴミ 山の日	11 1コース もえないゴミ	12 もえるゴミ ●行政・人権相談 13:00~16:00	13 2コース 資源ゴミ ●心の電話相談	14 もえるゴミ ●法律相談	15
16	17 もえるゴミ	18 1コース 資源ゴミ ●心の電話相談	19 もえるゴミ	20 2コース もえないゴミ	21 もえるゴミ	22
23 ●心の電話相談 ●日曜開庁日(一部窓口)	24 もえるゴミ ●乳幼児健康相談(改せ) 14:00~15:00	25 1コース 粗大ゴミ ●健康栄養相談(改せ) 10:00~11:30	26 もえるゴミ	27	28 もえるゴミ ●心の電話相談	29
30	31 もえるゴミ ●町・県民税 第2期納期限 ●国民健康保険税第 2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	

## むつざわふるさと応援隊 REPORT

こんにちは。魅力発信★むつざわ未来ラボです。  
不要不急の外出自粛要請も解除され、少しずつ賑わいを取り戻しています。

オープンが延期されていた**上市場観光交流センター「ぶらっと」**が6月7日に開所されました。むつざわの農家さんが丹精込めて作った野菜や苗、卵、多肉植物などが並んでいます。お値段もお手頃なのが嬉しい！当面は不定期営業だそうですが、軒先にお野菜が並んでいたら、ぜひ、ぶらっと、立ち寄ってみてください。観光情報コーナーには、私たちが制作しているむつざわマップをはじめ、むつざわガイド、MUTSUZAWA JOURNALなど、観光ガイドブックがたくさん置いてありますので手に取ってみてくださいね。



しばらく休館していた**中央公民館**も5月末から再開しています。  
図書室は、入り口付近の最新入荷図書が目に留まりやすいようにレイアウトを変更したり、学習に関する図書をまとめたといったリニューアルがされていました。図書室の向かいの**学習コーナー**は、飛沫感染防止のためのパーテーションを設置し、小学生・中学生・高校生を優先に無料で開放しているそうなので、勉強・読書などにご利用ください！中央公民館 ☎44-0211 (月曜日は休館です)

むつざわ未来ラボは、多くの人に睦沢町を「知ってもらい」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」もぜひチェックしてくださいね！

むつざわに来てね <https://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

