

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

8月

August 2023
No.664



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

睦沢町制施行40周年記念 町の魅力がポストカードに！

医療費のお知らせ—医療費通知を送付します

溜め池の適正な管理をお願いします／児童扶養手当の現況届を提出してください

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

任命!



「むつざわふるさと応援隊」

5月31日(水)に『むつざわふるさと応援隊』の審査会が開催され、「千葉工業大学環境工学部磯野研究室」の提案が採択されました。

田中町長より任命書が交付され、本町の豊かな自然および歴史、文化などさまざまな地域資源を有効に活用し、関係人口・交流人口の拡大や移住・定住の促進といった町全体の魅力を高め、町を総合的かつ包括的に支援する活動を行います。

また、7月4日(火)に学生から研究テーマなど説明を受け、活動内容の意見交換を行いました。

問い合わせ

役場企画財政課 企画班 ☎(44)2501

睦沢町制施行40周年 記念事業応援隊 任命!



睦沢町制施行40周年記念事業応援隊に株式会社吉本興業所属のお笑いコンビ「もぐもぐピーナッツ」を任命しました。年間を通して町の各事業を盛り上げていただきます!

問い合わせ

役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

睦沢町制施行
40周年記念

町の魅力がポストカードに!



睦沢町は町制を施行して、令和5年度で40周年を迎えました。この年を記念し、「道の駅」や「瞳のトンネル」、「八坂神社」など、町内の風景で6種類のポストカードを作成しました。

下記設置場所で、ご自由にお持ちいただけます。ご家族やご友人に近況やふるさとの様子を記念ポストカードでお知らせしてみたいはいかがでしょうか。

設置場所

睦沢郵便局・上市場郵便局・
道の駅・社会福祉協議会・
商工会・長生農業協同組合・
公民館・役場

問い合わせ

役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500



睦沢町文化財審議会の紹介 (敬称略)

朝比奈 喜久夫
土屋 俊人
風間 叔子
宮崎 英寿
嶺島 俊陽
片岡 富雄
今井 俊陽
副会長
会長



6月1日付で、町教育委員会から睦沢町文化財審議会委員が委嘱されました。委嘱期間は、令和7年5月31日までです。文化財審議会は文化財の保存および活用に関し教育委員会の諮問に答えまたは意見を具申し、これらに必要な調査研究を行うために置かれています。

任期は2年間で、自衛官を志す人たちに情報提供などを行う活動にご尽力されます。



田中二郎氏に
自衛官募集相談員を委嘱(再任)

6月27日(火)、町長、自衛隊千葉地方協力本部 高橋秀典氏

出席のもと、町長室で本町の自衛官募集相談員委嘱式が行われ、田中二郎氏(上之郷)が再任されました。

任期は2年間で、自衛官を志す人たちに情報提供などを行う活動にご尽力されます。

マイナンバーカードの 受け取りはお済みですか？

マイナンバーカードの申請をされた方で、交付の準備が整った方には、順次、マイナンバーカードの交付通知書（ハガキ）を送付しています。

町ではマイナンバーカードの交付を予約制で行っています。

マイナポイント第2弾の申込期限の9月末が近づくにつれて、予約が取れなくなる可能性があります。お早めにご予約・お受け取りください。

月～金曜日の開庁時間にお越しになれない方は、毎月第4日曜日の開庁日をご利用ください。

マイナポイントの申請は、令和5年2月までにマイナンバーカードの申請をしている必要があります。



マイナンバーカードを申請されていない方へ



写真を撮りに行くのが面倒だな……。スマホやパソコンでもうまいかないし。

マイナンバーカードの申請でお困りの方のために、窓口で、マイナンバーカードの申請サポートを行っています。運転免許証などの本人確認書類と申請書が必要です。

写真は職員が窓口で撮影します！
操作も職員がしますので、ご安心ください。



予約・問い合わせ 役場税務住民課 住民班 ☎(44)2503

電気自動車の購入を支援します 睦沢町電気自動車導入事業補助金

災害時などに電気自動車の活用を図るとともに、環境面での低炭素化を推進するため、電気自動車を購入する方やV2Hを設置する方に、費用の一部を予算の範囲内で補助します。

補助額

電気自動車… 10万円

V2H……………10万円

※電気自動車とV2Hの両方を購入する場合は20万円申請することが可能です。

補助対象

電気自動車

- ・新車として購入し、自動車車検証に燃料の種別が電気と記載され、使用の本拠の位置が、町内の住所であること。
- ・販売店に対する支払いが完了していること。
- ・残価設定型ローンは対象外

V2H

- ・新品として購入したもの。
- ・販売店に対する支払いが完了していること。
- ・V2Hの設置場所が自動車車検証における使用の本拠の位置と同じであること。

申請期限

電気自動車

- ・自動車車検証に登録されてから3か月以内。

V2H

- ・設置してから3か月以内。

V2Hとは？

電気自動車から電気を取り出し、自宅内の分電盤と接続することで電気を相互に供給できる設備のことです。



問い合わせ

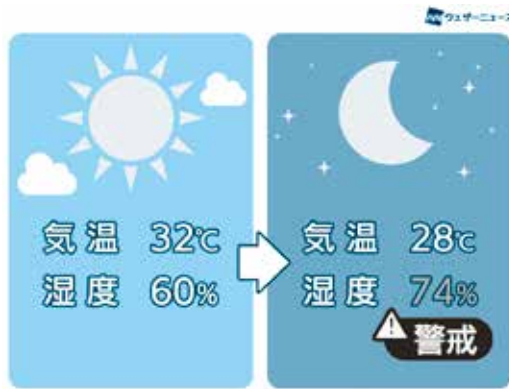
役場企画財政課 企画班 ☎(44)2501

8月は夜間熱中症に注意！

保健師：田中 葉子

熱中症は、太陽がジリジリと降り注ぐ日中に起こるイメージが強いかと思いますが、実は夏の熱中症の約4割は夜間に発症しています。熱中症のリスクを高めるのは気温より湿度ということを知っていますか？

夜間の熱中症は湿度上昇によってリスクが高まるおそれがあります。8月の熱帯夜は7月の2倍とのデータ（気象庁）もあり注意が必要です。



「夜間熱中症」の原因は？

① 昼間に壁や天井が暖められ、蓄えられた熱が夜に放

射熱となり室温が上昇する。
② 睡眠中は水分が補給されず排泄のみとなるため、脱水状態になりやすい。

気づいた時には重症化

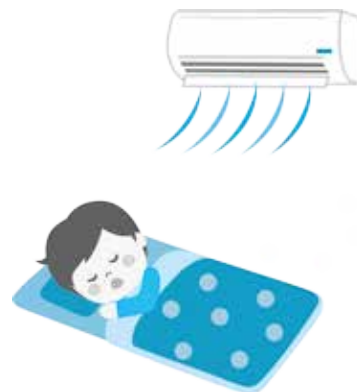
熱中症の初期症状といえば、めまいやほてり、筋肉のけいれん、だるい、汗のかき方がいつもと違う（拭いても拭いても出る、もしくは全く出ない）、体温が高いなど意識をしていれば、「もしかしたら熱中症？」と思える症状があります。日中はその症状に気付くことができません。なかなか気付けません。そのため、気付いた時には重症化している場合もあります。

「夜間熱中症」の対策

① 適切な温度・湿度の調整
人が快適に眠るには、温度26度以下、湿度50～60%の環境が良いとされています。

夜間熱中症で重症化して

いる方のほとんどがエアコンをつけていません。日中気温が高かった日は、寝る前より睡眠中に室温が上がることを考え、エアコンを調節しましょう。



② 寝る前、トイレに起きた時、起床時の水分補給

この時期、寝ている間に2～3杯分の汗をかくて水分が奪われます。寝る前には必ずコップ1杯（約200ml）の水を飲むと良いでしょう。また、トイレに起きた時も水分補給のチャンスだと思って水を飲みましょう。

熱中症だけでなく、起床時の脳梗塞を予防するためにも、水分補給は重要です。

カフェイン飲料とアルコールは利尿作用があるため、水分補給としては逆効果です。特に、汗をたくさんかき、喉が渇いた時にビールで喉を潤すのは非常に危険です。ビールを飲んだとしても、水分補給は別です。水かノンカフェインの麦茶などを枕元に用意しましょう。（冷たい水は交感神経を刺激して眠れなくなるので「常温」がおすすめです。）
空調の調整と、寝る前・夜間起きた時、起床時の水分補給、ぜひ試してみてください。



参加者
募集中!!

「健幸貯きん(筋)クラブ」 体験会を開催します

と き 8月25日(金)・29日(火)
13:20~14:40

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 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

参加費 無料

※運動のできる服装で
お越しください。
※都合の良い日をお申
し込みください。



申し込み・問い合わせ

役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

50ポイント
たまります!



肺がん検診を受けましょう

肺がんは日本人のがん死因第1位で、死者数は増加しています。肺がん検診は、死亡率減少効果があることが証明されています。早期発見、治療で大切な命を守るために、40歳以上の方は毎年定期的に検診を受診しましょう。

と き 9月6日(水)、7日(木)、8日(金)、9日(土)

と ころ 町農村環境改善センター

対 象 40歳以上で町に住民登録のある方

検査内容 胸部エックス線検査

昨年受診された方・検診を希望された方には実施日のおおむね2週間前までに、案内通知を送付します。日時指定制のため、受付時間は案内通知をご確認ください。

検診日当日はできるだけマスクの着用をお願いします。

問い合わせ

役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

200ポイント
たまります!



医療費のお知らせ(医療費通知)を送付します

国民健康保険および後期高齢者医療では、医療費のお知らせ(医療費通知)を年3回送付しています。(医療機関を受診した人がいなければ送付されません。)

医療機関でかかった医療費の額をお知らせすることにより、健康や医療に対する理解を深め、医療保険の健全な運営を図ることを目的としています。また、自らの健康状態を管理することで、医療費の増加が抑えられ、保険税の上昇抑制が期待されます。



●医療機関等からの医療費の請求額の確認

医療費通知は、医療機関などからの請求書(診療報酬明細書)に基づき作成しているので、適正に請求されているかどうかを皆さまに確認していただくことができます。

※医療機関などからの請求の遅れや請求内容を審査中のものなどは、対象診療年月内であっても医療費通知に記載できない場合があります。

●確定申告(医療費控除)での医療費通知の利用

確定申告において医療費控除を受けようとする場合、医療費通知を添付することにより医療費控除の明細の記載を簡略化することができます。ただし、医療費通知の記載に含まれない医療費がある場合は、別途、医療費控除の明細書を作成する必要があります。

問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576

国民年金「付加保険料」で将来の年金額を増やせます

国民年金第1号被保険者ならびに任意加入被保険者は、受給する年金額を増やすことができます。自営業者(第1号被保険者)が毎月払う国民年金の保険料にプラスして、400円の付加保険料を払うことで将来もらえる年金額が増える仕組みのことです。

※付加年金に加入できるのは、第1号被保険者と65歳未満の任意加入被保険者です。

※付加年金は、保険料を納めるときは国民年金の保険料とセットになり、年金として受け取るときも国民年金(老齢基礎年金)と必ずセットになります。国民年金の保険料を納めていない方、免除申請されている方、老齢基礎年金の受給権がない方は付加年金を受けられません。

付加保険料
月 400円

付加年金受給額(年額)
200円×納付月数

10年間、付加年金に加入すると—

納付額合計は…
400円×12か月×10年=
48,000円

付加年金受給額(年額)は…
200円×12か月×10年=
24,000円

つまり、納めた分は2年でモトがとれる!

問い合わせ ねんきん加入者ダイヤル ☎0570(003)004

令和5年度 睦沢中学校職場体験学習の事業所等を募集します

睦沢中学校では、勤労体験を通して働くことの意義を学び、人とのコミュニケーション能力を高めることなどを目的に、町内事業所などでの職場体験学習を実施しています。

本年は11月15日(水)、16日(木)に2年生全員がそれぞれの希望する場所で体験をさせていただきます。

つきましては、この体験をお願いする事業所などを募集しています。

受け入れ可能な事業所、商店などがありましたら、8月20日(日)までにご連絡ください。

業務内容などを確認の後、依頼をさせていただきます。

なお、昨年度に受け入れをいただいた事業所には、引き続きお願いをさせていただきます。

問い合わせ・連絡先 町教育委員会 教育課 生涯学習班 ☎(44)0211

放課後児童クラブ指導員募集

睦沢町放課後児童クラブでは、指導員を募集しています。小学生とふれあうことが好きな方、学習をサポートしてくれる方など、お問い合わせをお待ちしています。

年 齢 20歳以上

要普通自動車運転免許

※児童クラブ、学童保育の勤務経験がなくても大丈夫です

時 給 1,100円～

勤務時間 月～金の放課後

14:30～18:30

小学校休業日

8:00～18:30

※シフトなどは要相談

勤務場所 睦沢小学校内放課後児童クラブ

☎睦沢ふれあいスポーツクラブ ☎(44)5211

※受付時間 9:00～17:00 月曜休み



結婚50周年記念写真 記念品贈呈

結婚50周年を迎えるご夫婦へ

町社会福祉協議会では、結婚50周年(金婚式)を迎えるご夫婦に、記念写真または、記念品を贈呈します。対象は昭和48年9月から昭和49年8月までにご結婚されたご夫婦で、現在町内にお住まいの方です。該当希望される方は、9月20日(水)までに地区の民生児童委員または、町社会福祉協議会までご連絡ください。

問い合わせ

町社会福祉協議会

☎(44)2514



九十九里地域水道企業団職員採用試験のご案内

九十九里地域水道企業団では、令和5年度山武郡市職員合同採用試験により職員採用試験を行います。

募集人員 技術職(化学)上級 若干名 技術職(機械)上級 若干名
技術職(土木)初級 若干名 技術職(電気)初級 若干名

受験資格 技術職(化学)上級 および 技術職(機械)上級

●昭和63年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。

●平成14年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)を卒業した方(令和6年3月までに卒業見込みの方を含む。)

技術職(土木)初級 および 技術職(電気)初級

●平成7年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。

受付期間 8月7日(月)まで ※消印有効

試験実施日 9月17日(日)

受付・問い合わせ先 九十九里地域水道企業団総務課庶務班 ☎0475(54)0631

8月は経済産業省主催の電気使用安全月間です

3つの安全ポイント!

- コードが下敷きになってるよ!
- タコ足配線はキケンだよ!
- プラグはコマメに抜いてね!

OFF!

一般社団法人 関東電気保安協会 <https://www.kdh.or.jp/>

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心掛けています

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

広告枠

今

月

の

俳

句



熟れを待ちバナナケーキの焼き上がる
煮て潰し煮てはつぶして梅のジャム
夏祭り神輿の顔ぶれ代替わり
夕風に揺るる風鈴よき音立つ

(河野 悦子)
(中村真砂雄)
(葵 かける)
(小川 澄)

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

時 8月22日(火)

受付: 10:00~11:30

所 町農村環境改善センター

問 役場健康保険課 健康推進班

☎(44)2506

●乳幼児健康相談

身体計測、栄養・育児相談・歯科相談

時 8月24日(木)

受付: 14:00~15:00

所 町農村環境改善センター

問 役場福祉課 子育て推進班

☎(44)2578

●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。

問 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

●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。

内各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話

時 8月9日(水) 13:30~15:00

8月23日(水) 13:30~15:00

所 町中央公民館

問 茂原警察署 ☎(22)0110

●行政・人権相談

時 8月9日(水)

13:00~16:00

所 町農村環境改善センター

(健康相談室)

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。

問 役場総務課 庶務秘書班

☎(44)2500

●法律相談

時 8月18日(金)

10:30~12:30

所 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

申・問 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。

問 役場産業建設課 産業振興班

(消費者ホットライン)

☎(44)2505

●心の電話相談(24時間対応)

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

直通電話: ☎(44)0022

Population

人のうごき(睦沢町の人口)

●人口 6,676人 (±0)

男性 3,276人 (-1)

女性 3,400人 (+1)

●世帯数 2,824世帯 (+4)

令和5年6月30日現在

●お誕生おめでとうございます

親の名	子の名	性別	月日
中村 哲弥生	はやと隼	男	6月1日
岡崎 翼亜里紗	ぜん禅	男	6月13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
松崎 敏夫	95	川島	6月5日
山形 九二一	76	川島	6月6日
古山 律子	62	大上	6月7日
久我 義範	82	上市場	6月15日
布施 捷治	84	上之郷	6月15日
糸井 正男	88	長楽寺	6月19日
市原 正男	77	大木谷	6月21日
伊原 衛	80	上市場	6月21日
飯塚 温子	92	上之郷	6月24日
河野 芳枝	94	寺崎	6月26日
齊田 晋二郎	97	川島	6月29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。

地域の活性化のために空き家の登録を募集します

町では、空き家の有効活用と地域の活性化を図ることを目的に、空き家バンク制度を設け、町内に空き家をお持ちの方と睦沢町に住みたい方との橋渡しをしています。

空き家バンク利用登録者の方から、「睦沢町に住みたい」という意見をたくさんいただいておりますが、現在町では空き家物件の登録が不足しておりますので、ご自身または知人の所有する未利用の住宅がございましたら、地域の活性化のため、ぜひ登録をお願いします。

空き家に附属する農地も登録することができます。

空き家バンク制度の詳細については町ホームページをご覧ください。

— 空き家バンク登録促進奨励金 —

空き家バンクに登録した賃貸物件が成約になり、3か月以上賃貸された場合には、所有者に対し物件の準備代として奨励金が交付されます。

対象者 空き家バンク賃貸物件登録者

※町税などの滞納がないことが条件です。

奨励金額 10万円（1物件で1回限り）

問い合わせ 役場企画財政課 企画班 ☎(44)2501



睦沢町空き家家財道具等処分支援補助金のご案内

空き家の利活用の促進を図るため、町内の空き家内の家財道具などを処分し、**町空き家バンクに登録しているまたは登録を行う場合に**、費用の一部を予算の範囲内で補助します。

一戸建ての空き家内の家財道具などを処分した場合 **最大10万円**（経費の補助率10/10）

補助対象者
次のすべてに
該当する者

- 空き家の所有者または相続人（個人に限る）
- 地方税法（昭和25年法律第226号）第5条に規定する市町村税を滞納していないこと
- 暴力団員による不当な行為の防止などに関する法律および現に睦沢町暴力団排除条例で定める暴力団員などでないこと。

問い合わせ 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522

睦沢町空き家除却支援補助金のご案内

安心で安全な暮らしの確保および居住環境の改善を図るため、空き家の除却に要する費用の一部を補助する制度です。

一戸建ての空き家を除却した場合 **最大50万円**（経費の補助率1/2）

補助対象者
次のすべてに
該当する者

- 空き家の所有者または相続人（個人に限る）
- 地方税法（昭和25年法律第226号）第5条に規定する市町村税を滞納していないこと
- 暴力団員による不当な行為の防止などに関する法律および現に睦沢町暴力団排除条例で定める暴力団員などでないこと

問い合わせ 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522

空き家

の適正な管理をお願いします



適正に管理されず、放置され、老朽化した危険な空き家※¹は全国的に年々増加し、倒壊の危険や害虫の発生、草木の繁茂による地域の景観の悪化などで大きな社会問題となっています。町にも、これらの空き家の対応について意見が多く寄せられています。空き家の管理は、その所有者※²に行う義務があります。所有者の方は、空き家の適正な管理をお願いします。

※1 空き家…空き家に付属する門、塀、物置、立木、雑草などを含む。

※2 所有者…空き家の所有者または管理者（相続人）



お持ちの空き家は適正に管理されていますか

空き家は個人などの財産であるため、その所有者の方は、適正な管理を行う責任があります。空き家を良好に管理されていれば、問題はありませんが、空き家を放置することは、図のような地域全体の問題になる可能性があります。

空き家の適正管理は、所有者の責務です

建物の老朽化などにより、瓦や外壁が落下し、近隣の家屋が壊れたり、通行人がケガをした場合などは、空き家の所有者が損害賠償請求などの管理責任を問われることがあります。

不適切な状態の空き家にしないために次のような管理をお願いします

- 定期的な除草、樹木の剪定^{せん}を行い、建物などに破損がないか点検する。
- 自分で管理できない場合は、知人や事業者などに依頼する。
- 倒壊などの危険な状態にある場合は、速やかに修繕、解体などを行う。
- 長期に不在になる場合は、連絡先を近隣の方に伝えるなど、日ごろから地域とのコミュニケーションを密にしておく。

問い合わせ 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522

沿道樹木の適正な管理のお願い

沿道樹木は適正に管理されていないと、道路や歩道に張り出した樹木や枝は、通行の妨げになるだけでなく、通行中の車両などを損傷させる事故につながる可能性があります。

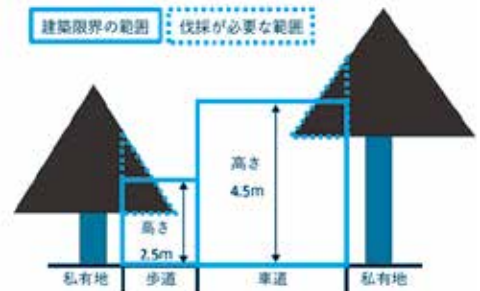
これらが原因で事故が発生した場合には、**樹木の所有者が賠償責任を問われることがあります。**

道路上の交通事故防止のためにも、次のような場合においては所有者・管理者において伐採などの適切な管理をお願いします。

1. 道路・歩道へ樹木が張出している。
2. 枯れ木などにより通行への障害がある。(その恐れがある。)
3. 竹木の繁茂により通行に障害がある。(その恐れがある。)
4. 倒木の危険がある。

※樹木を伐採などされる場合には、次のことにご注意ください。

- ・電線や電話線がある箇所は、事前に最寄りの電気事業者、通信事業者などに御連絡ください。
- ・作業時は、作業者の安全確保、通行車両、歩行者、自転車などの安全確保をお願いします。



問い合わせ 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522

これからも住み続けるためにわが家の耐震

耐震診断、耐震改修に関する支援制度等をご活用ください！

耐震診断とは

阪神・淡路大震災において、木造住宅の倒壊率は古い住宅ほど高く、老朽化や耐震壁の少なさ、またはバランスの悪さが倒壊の要因であるといわれています。

「耐震診断」は、建物がもつ構造状態を評価し、耐震性能を判定することです。

耐震改修とは

耐震診断の結果、改修が必要と判断された住宅の補強計画をたて、改修工事を行います。

改修は、基礎・はり・柱・筋かいの補強、耐力壁の増加、屋根の軽量化など様々な方法があります。所有者の要望などを設計者と十分協議して、改修工事を行うものです。

睦沢町住宅耐震診断・耐震改修等事業補助金

昭和56年5月31日以前に着工された旧基準の住宅が対象となります。

耐震診断

一戸建て住宅（一般診断）	限度額	8万6千円（1戸あたり）
一戸建て以外の住宅	限度額	40万円（2,000円/㎡以内を限度）

耐震改修・建替

住宅（マンションを除く）	限度額	50万円（32,600円/㎡以内を限度）
--------------	-----	----------------------

問い合わせ 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522

問い合わせ
役場産業建設課 産業振興班
☎(44)2505

ため池の水位は浅く見えていても、深くなっていることが多いです。転落防止のため、子どもたちがため池に近づかないように注意喚起のご協力をお願いします。

ため池での水難事故防止のお願い



近年、台風や記録的な豪雨などにより、ため池などの農業用施設が被災する事例が全国的に見受けられます。
農閑期や台風など大雨が予想される場合には、ため池の水位を下げるようご協力をお願いします。
また、ため池の水を抜くことで、通常水に浸かっている部分の点検作業などを行うことができます。修復を行って、施設の長寿命化を図れるようお願いします。

ため池を適正に管理しましょう



町制施行40周年記念

- ・参加費 無料！
- ・参加者にお菓子 or ソフトクリームをプレゼント！
- ・皆勤賞には、道の駅で使える1,000円分クーポンも！

みまもり型自習室 第2弾 つどいの寺子屋

2023 8/21(月) ~ 2023 8/27(日)

中学生限定！

各日先着18名

友達との参加も大歓迎

詳しくは
道の駅 HPへ



つどいの寺子屋の みまもり型自習 とは

POINT 1



勉強の進め方や
計画の立て方について
アドバイス！

POINT 2



声かけで
モチベーション向上！

POINT 3



塾でも家でもない場所で
集中して勉強ができる！

SPECIAL 企画



ブレイクタイムに
お楽しみ企画あり！

宿題やテキストを持ってきてね！ ※勉強そのものを教える場ではありません。

時間：各回 昼の部 | 13:00 ~ 16:00

夜の部 | 17:00 ~ 20:00

※昼の部・夜の部両方参加も OK

場所：道の駅むつざわ つどいのハコ

対象：中学生（睦沢町外の方も参加 OK）



申込みは
こちら▼



【つどいの寺子屋 見守りサポート役】

■齊藤 恒平 氏



YouTube



- ・元・神奈川県大手塾エリアーリーダー
- ・教育系 YouTube「あごなつ」

■千葉工業大学

（都市環境工学課 磯野研究室）



まちづくりを通して、地域の
魅力等を研究しています。

【つどいの寺子屋 当日のスケジュール】

昼の部

- 13:00-13:15 自習の進め方の説明・ワークシート記入
- 13:15-14:10 自習①(50分+先生と振り返り)
- 14:10-14:50 ブレイクタイム（お楽しみ企画）
- 14:50-15:45 自習②(50分+先生と振り返り)
- 15:45-16:00 振り返り

夜の部

- 17:00-17:15 自習の進め方の説明・ワークシート記入
- 17:15-18:10 自習①(50分+先生と振り返り)
- 18:10-18:50 ブレイクタイム（お楽しみ企画）
- 18:50-19:45 自習②(50分+先生と振り返り)
- 19:45-20:00 振り返り

ブレイクタイム（お楽しみ企画）～将来を見つめる時間～

8/21(月)・27(日) YouTube/TikTok 講座 by 齊藤先生

多くの人に見てもらえる動画とは？ 睦沢をテーマに皆もチャレンジ！

8/22(火) 面接講座 by 齊藤先生

先生の実演付き！高校入試に向け、楽しく面接対策をしよう！

8/23(水)・26(土) 働くってなに？ by 道の駅スタッフ / 齊藤先生

パークむつざわスタッフ、YouTuber、コント作家等…社会で活躍する大人が、仕事の楽しさを伝えます！

8/24(木) 道の駅ツアー by 道の駅スタッフ

道の駅むつざわの裏側を、解説付きでご案内します！

8/25(金) 大学生質問コーナー by 大学生

大学生のキャンパスライフ、サークル、日常…なんでも聞いてOK◎

※企画内容を変更する場合もございますので、予めご了承ください。

主催：むつざわスマートウェルネスタウン(株)（道の駅運営会社）

協力：睦沢町教育委員会、千葉工業大学

問合せ先：道の駅むつざわ

0475-36-7400（担当 早坂）

パークむつざわ プール利用注意事項

保護者の方も入水し、お子さまから目を離さないでください

年長さんまで

幼児プールに入る時は
保護者さまも一緒に
入水してください。



小学生

1年生から3年生まで
25mプールに入る時は
保護者さまも一緒に
入水してください。

- 小学3年生以下は、18歳以上保護者が必要です。
※保護者は水着・スイミングキャップを着用して入水してください。
※保護者1人に対して3人まで入場可能です。
※保護者も有料です。
- 小学生未満のお子さまは、幼児プールのみ利用可能です。
※小学4年生～17才までは幼児プールを利用できません。
- オムツが取れていないお子さまは、水遊び用オムツを履かせ、その上に水着を着用してください。
※使用済みオムツは持ち帰りください。
- プールに入る際はスイミングキャップを着用してください。
- 80cm以上の大きな浮き具・ビーチボールは使用できません。
- 人が乗れる浮き具（マット型・シャチ型・昆虫型など）は使用できません。
- ベビー用浮き輪（足を通す型）は幼児プールのみ使用できますが、必ず保護者の方がそばにるようにしてください。
- 時計・アクセサリー類（ピアス・イヤリング・指輪など）ははずしてください。
- 入れ墨・タトゥーをしている方は、ラッシュガードなどで隠してください。
- 飲酒している方はご利用になれません。
- 入水前は必ずシャワーを浴びてください。
- 水分補給はプールサイドの指定エリアでのみ可能です。
- 食べ物の持込は出来ません。
- プールへの飛び込み飛び降りは禁止です。
- プールサイドは走らないでください。
- 貴重品は自己管理をお願いいたします。当施設は責任を負いません。
- 過度な露出の水着は禁止です。
- その他監視員の指示には必ず従ってください。

スタッフが年齢確認を行う場合がございます。 ※保護者＝18歳以上の方が対象です。

お問い合わせは

パークむつざわまで！



パークむつざわ（睦沢町総合運動公園）

〒299-4413 睦沢町上之郷1565 ☎(44)1565

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する会員制のサービスです。ドライバーが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。乗り合いのため、乗車には事前のご予約が必要です。試乗（無料）のお申込みお待ちしております。

月曜日は一緒に
おでかけしましょう！



「でかけっCAR」は、毎週月曜午前中のおでかけをお手伝いする

乗り合いの送迎サービス（予約制）です。

月曜

	お迎え	カスミ着	カスミ発
土睦地区	9:00 ～	9:40 頃	10:20 頃
瑞沢地区	9:50 ～	10:20 頃	11:00 頃

行ける場所：カスミ、道の駅、町役場、診療所、公民館、郵便局（上市場、睦沢）

乗車には予約が必要です。
乗り合いのため、時間は多少前後します。
往復利用でガソリン代負担金200円がかかります。

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 事務局：小林 かおり

090-4722-4725

受付：平日9時～12時

※不在時は伝言を残してください。翌日午前中以降に折り返します。

イベント

さわやかちば県民プラザ主催
ちばアカデミア講座Ⅱ
千葉県の偉人

～浮世絵の祖 菱川師宣～
サテライト配信開催

8月26日(土)
14:00～16:00

さわやかちば県民
プラザで開催される
ちばアカデミア講座
のサテライト配信を
町中央公民館で開催
します。

◎千葉県の偉人

～浮世絵の祖 菱川師宣～

江戸初期に千葉県鋸南町で生まれ、独学で修行しながら、庶民の絵画を描き出した菱川師宣は浮世絵の祖と言われています。浮世絵の世界と菱川師宣について詳しく解説します。

[講師] 菱川師宣記念館 館長

笹生 浩樹氏

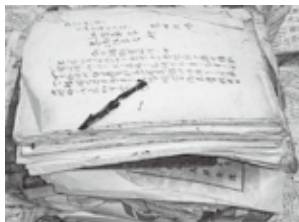
◎町中央公民館 2階視聴覚室

◎無料

◎町中央公民館 ☎(44)0112



資料館からのお願い



古文書や古い記録

文化財保護と資料館展示のため、古文書や古い記録、写真、手紙、絵葉書、地図、書画の掛け軸などの情報を集めています。不要と思っても、捨てる前にお知らせください。昔のこと、幼いころの記憶などをお話しただけの方も、ご連絡ください。

◎町歴史民俗資料館 ☎(44)0290

8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)、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。



睦沢町町制施行
40周年記念事業

親子防災CAMP in 睦沢町

もし、大きな災害が起きたら、どうしたらいいのだろうか。
大人と子どもで一緒になって考え、体験してみませんか。

宿泊型は3種類

避難所泊

テント泊

車中泊

と き 9月9日(土)・10日(日) 1泊2日

と ころ 道の駅 むつざわ つどいの郷

募集定員 宿泊型ごとに5組 ※1組4名まで

応募要件 1組に15歳以下のお子さん1名が参加

参加費 1グループ 3,000円(保険料込み 1人あたり400円)

申込方法 配布しているチラシを町社会福祉協議会「親子防災キャンプ係」(44)0080へFAX送信または直接お持ちください。

申込締切 7月31日(月) ※定員になり次第締め切ります

◎町防災士連絡会・町災害対策コーディネーター ☎(44)1626(今井)

注意事項 申し込んだ方へは、後日、ご案内をお送りいたします。

避難所体験、テントでの宿泊などいつもと違う生活です。体調管理には十分注意してください。体調が悪い場合は、無理に参加せず、遠慮なく、ご連絡ください。

持ち物は、指定したもの以外でも服用している薬など必要と思われるものはお持ちください。

町商工会 青年部主催 納涼盆踊り大会4年振りに開催!

新型コロナウイルスの規制緩和により、4年ぶりに納涼盆踊り大会を開催します。

盆踊りのほかにも睦沢中学校吹奏楽部の演奏や和太鼓のパフォーマンス、ラムネ早飲み競争、豪華景品が当たる大抽選会など盛り沢山の内容となっておりますので、皆さまのお越しをお待ちしております。



と き 8月6日(日)
17:00～

◎町総合運動公園 多目的広場(上之郷1565)

※悪天候の場合は、7日(月)に順延します。

◎町商工会 ☎(44)0112

イベント

まっ白いひろば開催

8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。

※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)

◎持弁当、飲み物、着替え、ヘルメット、ぬれても良いはき物

◎まっ白い広場事務局 ☎(44)2289

イベント

天文教室

～みんなで夜空を見よう～

8月19日(土) 19:00～20:45



8月のテーマ

「月の満ち欠けを観察しよう」

当日の開催状況は町ホームページまたは電話で、必ずご確認ください。

◎町中央公民館天体観測室

◎☎(44)0211



1歳6か月児・3歳児健診、2歳児歯科健診のご案内

町では、1歳6か月児、2歳児、3歳児を対象とした健診を以下の日程で行います。
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分かる方が一緒に受診してください。
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	12:30~12:50	13:00~13:20	14:00~14:15
健診日	3歳児健診	1歳6か月児健診	2歳児歯科健診 (2歳6か月児)
8月30日(水)	R2.3~R2.5生	R3.12~R4.2生	R2.12~R3.2生

ところ 町農村環境改善センター

健診内容 身長・体重測定、内科診察(3歳児、1歳6か月児のみ)、尿検査(3歳児のみ)、
眼科屈折検査(3歳児のみ)、歯科診察、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 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

※感染症等拡大状況などにより変更となる場合があります。

妊婦・産婦の
向け

女性の健康ヨガ教室 ~妊婦・産婦の方以外も参加可能です~

とき 8月17日(木)

妊婦 9:30~12:00

産婦・一般 10:00~12:00

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

定員 10名程度

持物 飲み物、タオル、動きやすい服装、母子手帳(妊婦・産婦)
健康手帳(お持ちでない方は、当日発行します)

※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8月7日(月)からです。

※感染症等拡大状況などにより変更となる場合があります。

申し込み・問い合わせ 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

◎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あり。

◎妊婦さん同士の交流や
先輩ママと情報交換もできます。



参加費
無料

睦沢の子育て支援

問い合わせ こども園 ☎(44)0050

【園庭開放】

8月2日(水)

9:50~11:00

23、30日(水)

9:50~11:30

※対象は、未就園の親子となります。



【おはなしの広場】

8月2日(水)

11:00~11:30



のびのび★kidsルーム 子どもたちが自由に遊べて、パパさんママさんたちが交流できるフリースペース!!

とき 毎週月曜日 9:30~14:00(※祝日を除く)

問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎(44)2514

児童扶養手当の現況届・特別児童扶養手当の所得状況届を提出してください！

児童扶養手当、特別児童扶養手当の受給資格がある方に、現況届・所得状況届を郵送します。必要書類と一緒に役場福祉課 子育て推進班に提出してください。

この届けは、令和5年度(令和4年中)の所得と扶養の状況などを確認するためのものです。

※現況届・所得状況届を提出しないと、手当が受けられなくなります。

児童扶養手当

父母の離婚などで、父親または母親と生計を同じくしていない児童を養育している家庭などに、生活の安定と自立を助け、児童の福祉増進を目的として支給される手当です。

特別児童扶養手当

家庭で介護されている心身に障害のある児童(20歳未満)の福祉増進のため、その生活に寄与することを目的として、児童の父母または養育者に対して支給される手当です。

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578

受付期間

・児童扶養手当

8月1日(火)～8月31日(木)

・特別児童扶養手当

8月10日(木)～9月11日(月)

第30回「かむ子・のびる子・元気な子」料理コンクール

幼児期からの規則正しい食生活と丈夫な歯でゆっくりかむことへの習慣づくりを奨めるため、「健康かみかみ弁当」の作品を募集します。

応募締め切り 9月8日(金) 当日消印有効

応募資格

- 県内に在住、在勤、在学されている方

応募作品の規定

- 子ども向きのお弁当
- 家庭や集団で利用できる
- よくかんで味わえるメニュー
- 1人分で600円前後の食材とする
- 千葉県の農水産物を利用する
- 手軽に作れる弁当メニュー



応募方法

応募用紙と完成したお弁当の写真を郵送またはメールで提出してください。

応募用紙の入手方法

応募用紙は千葉県歯科衛生士会のホームページ(<http://www.chiba-dha.net>)からダウンロードしてください。



千葉県歯科衛生士会
ホームページ
QRコード

応募・問い合わせ

〒261-0002 千葉市美浜区新港32-17

千葉県口腔保健センター内

(一社) 千葉県歯科衛生士会

★メール chiba-dha@rapid.ocn.ne.jp

問い合わせはメールでお願いします。

主催 千葉県歯科衛生士会



材料 (2人分)

なす	2個
さやいんげん	40g
焼き麩(車麩)	1個
おろし生姜	1/2片分
揚げ油	適量
かつおだし	3/4カップ
みりん	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
砂糖	小さじ1

なすといんげんと車麩の煮物



作り方

- ①車麩は水でもどして水気を絞り、4等分に切る。
- ②なすはヘタを切って縦半分に切り、格子状に切り込みを入れ、長さを半分に切る。
- ③いんげんはヘタを切って半分に切る。
- ④180℃に熱した揚げ油で②、③をさっと色よく揚げ、熱湯をかけて油抜きする。
- ⑤鍋に①を合わせて煮立て、①と④を入れ、落とし蓋をして沸騰後弱火で15分程煮る。器に盛りつけ、おろし生姜を添える。

栄養量(1人分) ●エネルギー256kcal ●たんぱく質7.3g ●食物繊維3.4g ●塩分1.4g

認知症サポーター養成講座

7月15日(土)に睦沢ゆうあい館で町制施行40周年記念事業の「認知症サポーター養成講座&映画上映会」を開催しました。



認知症サポーターは、認知症について理解し、偏見を持たず、認知症の方やその家族に対して温かく見守るサポーターです。

当日は、多くの町民が来場され、40周年記念事業応援隊に任命されたお笑い芸人の「もぐもぐピーナッツ」さんも出演した寸劇や認知症の高齢夫婦を描いた映画「ぼけますから、よろしくお願いします」を観て、認知症への理解を深めました。参加者からは「楽しみながら学ぶことが出来て良かった。」との声が聞かれました。



県道茂原夷隅線(上市場地区)道路改良事業の早期完成に関する要望活動を行いました



7月5日(水)、長生土木事務所にて、睦沢町長、県道茂原夷隅線(上市場地区)道路改良促進協議会により、歩行者の安全確保や円滑な交通の実現に向け、道路改良事業の一日も早い工事完成について要望しました。

いのちを救う愛の献血に 多くの皆さまのご協力をいただき、 ありがとうございました

6月30日(金)、睦沢町赤十字奉仕団、上総一宮ライオンズクラブ、町保健栄養推進員の方々のご協力により献血を実施しました。

献血してくださった方々に、献血感謝用品や、疲労回復が期待できる〴〵甘酒プリン、をお礼にお配りしました。

血液は、長い期間保存することができず、年間を通した継続的な献血が不可欠です。これからも安定的な確保のため、皆さまのご協力をお願いします。

採血人数	
400ml	54人



睦沢小4年生 高齢者疑似体験

6月8日(木)、睦沢小学校の福祉授業で、ボランティア7名と町社会福祉協議会職員が高齢者疑似体験のお手伝いをしました。

児童の皆さんは、高齢者に多い白内障を想定したゴーグルをつけて、黒や紺の色の違いやガスの炎が見えにくいことなどを体験しました。また、身体機能の体験では、装具を付けることで腰の



曲がった高齢者になりきって杖を使って歩きました。誘導役の児童は「ゆっくりね」「段差がありますよ」と高齢者の気持ちに寄り添って上手に声を掛けていました。



子どもたちの学びをとおして、ボランティアや職員も優しさあふれる町の未来を想像することができ、大変有意義な活動となりました。

第42回長生支部消防操法大会にて 第2分団第1部（森・長楽寺・上之郷）が優良賞を受賞

第42回長生支部消防操法大会が6月25日(日)に一宮町営野球場にて開催され、小型ポンプ操法の部に第2分団第1部（森・長楽寺・上之郷）、第3分団第2部（川島）が出場しました。

結果は、第2分団第1部が優良賞、第3分団第2部が8位でした。個人の部では、第2分団第1部の田邊 春光さんが最優秀指揮者に、田中 規之さんが最優秀2番員に、高貴 康裕さんが最優秀3番員にそれぞれ選ばれました。



選手の皆さんは、佐貫分署員の指導のもと、約2か月にわたり訓練に励み、その成果を発揮しました。

Time Line T L M MUTSUZAWA

睦沢こども園に新しい遊具が完成

株式会社松寄組様から、子どもたちが楽しく遊べるようにと、滑り台をご寄贈いただきました。

設置工事の際、子どもたちは、園庭に入ってきたショベルカーや大きなトラックに興味津々。ご厚意で、停車中のショベルカーに乗せていただきました。また、古くなっていた仲良し山の滑り台も撤去していただきました。完成後は、元気に遊ぶ子どもたちの声が、園庭に響いています。

今後も大切に使用させていただきます。ありがとうございます。



ありがとうございます
6月26日

上総一宮ライオンズクラブ様から

町に二十万円のご寄附がありました。

町発展のために有効に活用させていただきます。

編集後記

毎日暑い日が続いていますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか？水分補給、睡眠、バランスの良い食事など、普段以上に気を配り体調を崩さないようにしましょう。

また、コロナウイルス感染症の減少により、今年は各地で花火大会や夏祭りが開催されるようです。暑さに負けず、楽しく夏を乗り切りましょう。

睦沢小学校交通安全教室開催

～正しい横断歩道の渡り方・自転車の乗り方を学びました～

6月27日(火)、睦沢小学校の児童を対象に交通安全教室を開催しました。

当日は茂原警察署、町交通安全対策協議会の皆さんの指導のもと、1年生と2年生は横断歩道の歩き方、3年生から6年生は自転車の乗り方を実際にグラウンドにて行いました。





9 2023 月分

くらしのカレンダー

※注意 このカレンダーは9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	7 2コース粗大ゴミ	8 もえるゴミ ●法律相談 10:30~12:30	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 ●みんなで健幸ウォーク 9:30集合 (むつざわ福祉交流センター)	15 もえるゴミ	16
17	18 もえるゴミ 敬老の日	19 1コース資源ゴミ ●健康栄養相談(改せ) 10:00~11:30	20 もえるゴミ	21 2コースもえないゴミ	22 もえるゴミ	23 秋分の日
24 ●日曜開庁(一部窓口)	25 もえるゴミ	26 1コース粗大ゴミ	27 もえるゴミ	28 ●乳幼児健康相談(改せ) 14:00~15:00	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
- 陸沢診療所/(44)2236 ●公立長生病院/(34)2121 ●陸沢町役場/(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(24時間対応)

日曜・休日当番医

月 日	医療機関名			
	内科系		外科系	
8月6日	穴倉病院	24-2171	穴倉病院	24-2171
8月11日	穴倉病院	24-2171	穴倉病院	24-2171
8月13日	ポプラクリニック	23-3111	菅原病院	25-1171
8月20日	穴倉病院	24-2171	穴倉病院	24-2171
8月27日	陸沢診療所	44-2236	公立長生病院	34-2121

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/19:00~22:00/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※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	NTT 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陸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。