

# 広報 むつざわ

9月  
No.653 September 2022



## 子ども体験講座 陶芸に挑戦しよう！ 8/7

町の小学生14名が睦沢陶芸クラブの皆さんの協力のもと作陶を体験しました。作品は、この後窯焼き等工程を経て、11月に町ゆうあい館にて実施予定の創作美術展で展示予定です。



もくじ

健幸貯筋クラブの体験会を開催します／睦沢町防災アプリの登録はお済みですか／

9月10日から16日は「自殺予防週間」です／令和5年度睦沢こども園 入園申し込み・園内見学

毎月25日防災の日です



アプリ「マチイロ」



交通安全宣言の町  
非核平和宣言の町

...and more

## 新型コロナワクチン3回目接種がまだお済みでない方へ

新型コロナウイルスの新規感染者が全国的に急増しています。一方で、若い世代の3回目ワクチン接種が進んでいません。本町でも、全世代における3回目接種率は7割を超えていますが、若い世代の接種率は4～6割にとどまっています。若い方であっても、新型コロナウイルスに感染すると、重症化したり、倦怠感などの症状が長引いたりする可能性があります。ワクチン接種はご自身だけでなく、大切な方を守ることもつながります。3回目ワクチン接種について、ご理解とご協力をお願いします。

### 3回目接種対象者

○12歳以上の方で2回目接種を完了した日から5か月経過した方

※対象者の年齢や接種回数により、使用できるワクチンは異なります。

対象となる方で、接種券が届いていない方は、役場健康保険課までお問い合わせください。

### 新型コロナワクチン接種状況

8月15日現在の町新型コロナワクチン接種状況です。

	60歳以上 (3,219人)	全体 ※12歳以上 (6,249人)
3回目接種 接種率	2,879人 89.4%	4,985人 79.8%
4回目接種 接種率	1,134人 35.2%	

**問い合わせ** 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44) 2506

ワクチン接種後も引き続き感染対策にご協力ください。感染拡大を防ぐため、日々の行動を再確認し感染防止対策の徹底をお願いします。

## 新型コロナワクチン接種証明書をコンビニで取得できるようになりました

●新型コロナワクチン接種証明書は、セブンイレブンの端末での申請となります。

(毎日 6:30~23:00 で取得可能)

●マイナンバーカードがあればどなたでも取得可能です。

【日本国内用】

(1) マイナンバーカードと暗証番号4桁が必要になります。 (2) 接種証明書発行料(120円)

【海外用】

(1) マイナンバーカードと暗証番号4桁が必要になります。 (2) 接種証明書発行料(120円)

(3) 令和4年7月21日以降に新型コロナワクチン接種証明書アプリ、市町村窓口などで海外用の接種証明書を取得しており、その時と旅券番号が同じであること

・対応状況は、厚生労働省 Web サイト「新型コロナウイルス感染症予防接種証明書(接種証明書)について」でご案内しています。

**問い合わせ** 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44) 2506

## 戦没者遺児による慰霊友好親善事業参加者募集のお知らせ

日本遺族会では、厚生労働省から補助を受け、先の大戦で父親等を亡くした戦没者の遺児を対象とした慰霊友好親善事業を実施します。これは、父親等の戦没した戦域を訪れ慰霊追悼の実施とともに、地域住民との友好親善を図ることを目的とするもので、費用は10万円で付添希望者は要相談となります。

なお、参加者の高齢化を考慮し看護師が同行します。

**申し込み** 千葉県遺族会 ☎043(251)3358

**日程等の詳細** 日本遺族会事務局 ☎03(3261)5521

〈実施地域〉

西部ニューギニア、トラック・パラオ・マリアナ諸島、ボルネオ・マレー半島、ミャンマー・タイ、フィリピン、中国など

## 「朝比奈 隆」氏の 絵画を展示しています

役場庁舎2階通路に、朝比奈隆氏の絵画を展示しています。



朝比奈氏は、睦沢町にアトリエを構え居住されており、昨年12月には茂原市立美術館で展覧会を行われています。

町民の皆様にご覧いただきたいとのご意向から、このたび作品を定期的に替え、展示を行うこととなりましたので、ご来庁の際にぜひご覧ください。

## 「健幸貯きん(筋)クラブ」の体験会を開催します

「むつざわさん歩」  
50ポイント  
たまります!

- とき** 9月27日(火)・30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  
**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

## すぐに使える! 終活講座

~ 安心したセカンドライフを送るために ~

	とき	【内容】
1	9月21日(水) 14:00~15:00	●老化と予防についての解説 ●認知症についての理解を深めましょう
2	9月28日(水) 14:00~15:00	●エンディングノートを活用して、最適なMYライフ&エンディングを考え、ご自身の想いの実現を目指しましょう

「むつざわさん歩」  
50ポイント  
たまります!

- 対象者** 町内在住の方 **ところ** 町農村環境改善センター  
**参加費** 無料 **持ち物** 筆記用具  
**申込方法** 電話または役場福祉課窓口へお申し込みください

**申し込み・問い合わせ**

町地域包括支援センター(役場福祉課内) ☎(44) 2531

※ご興味のある講座のみの参加も可能です。



## 睦沢町認知症カフェ運営補助事業 きらっせいカフェこだま(地域公開介護講座) 「コロナ禍における人と人のつながりについて ~ 認知症の人のとまどいと向き合う ~」

**講師**: 上智大学グリーンケア研究所認定  
臨床傾聴士 松下 やえ子先生

**とき** 9月17日(土)  
13:30 ~ 15:30

**ところ** 特定非営利活動法人こだま  
北山田 172

**申し込み・問い合わせ** ☎(44) 2665

**定員** 20名

**参加費** 300円(資料+お茶+お菓子)

※どなたでも参加できます。  
 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充分とって実施します。参加の皆さまにもご協力をお願いいたします。

## 傾聴ボランティア養成講座

~ あなたの聴く力が周りの人の心を元気にします ~

人は、思っていることを話すと心が軽くなると言われています。

講座では、相手に安心感を与え、信頼関係を築く聴き方を学びます。

一緒に学びませんか。

**とき** 9月27日(火) 10:30~15:30

**内容** 講義・演習 『傾聴』とは(基礎編)

**講師** NPO法人 日本傾聴ボランティア協会  
事務局長 山田 豊吉氏

**ところ** 町農村環境改善センター

**定員** 24名 ※定員になり次第締め切らせていただきます

**受講料** 無料

**申し込み・問い合わせ**

町社会福祉協議会

☎(44) 2514



# 健康こ・ら・む

今月のテーマ

## 40歳を過ぎたら年に1回、肺がん検診を受けましょう

保健師：神居 美和

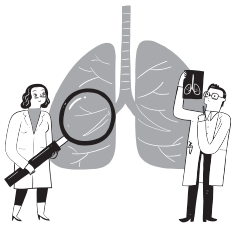
肺がんは、日本人のがん死因第一位で、年間7万5千人の方が亡くなっています。特に男性は女性の2倍も多く、喫煙が深く関係しています。肺がんは高齢者に多く、人口全体の高齢化が死亡者数の増加につながっています。

### 気づきにくく、進行が早い肺がん

肺がんは、初期のうちほとんど自覚症状がありません。がんが進行すると、発熱、咳、血痰、胸の痛み、息苦しいなどの症状が出ます。これらは肺がん以外の病気にも見られるため、区別がつきにくい場合があります。また、肺がんは進行が早く、転移もしやすいため、症状が現れたときにはすでに命の危険にさらされていることも少なくありません。

### 早期発見のために検診が有効です

早期の肺がん、特にI期というリンパ節や他の臓器に転移のないうちに見つけて治療を受ければ、約8割が治るといわれています。治療が十分可能な段階でがんを早く見つけるために、症状がなくても年に1回は検診を受けましょう。



### 肺がん検診について

#### ●胸部エックス線検査（全員）

40歳以上を対象として、肺全体をエックス線で撮影し、2人以上の専門医により読影されます。身体への負担も少なく、肺の隅にあるがんを見つめます。町の集団検診では40歳～64歳は500円、65歳以上は無料で受けられます。

#### ●喀痰検査（対象者のみ）

50歳以上で、喫煙指数が600以上の方を対象に、痰の検査を実施します。

※喫煙指数＝1日の喫煙本数×喫煙年数

（例）20本×30年＝600

胸部エックス線検査では見つけない肺の中心部にできるがんは、喫煙が原因で起こりやすいです。そのため、痰の検査を同時に実施することが有効です。

### 精密検査は必ず受けましょう

検診の結果で精密検査の対象となった場合、「忙しく時間がなく」、「自覚症状がないから様子を見る」などの理由で受けないうちから様子と、見つかるはずの病気を見落としてしまうことになってしまいます。「要精密検査」と判定されたら必ず受診しましょう。また、気になる症状がある場合は、かかりつけ医や医療機関の呼吸器科を受診しましょう。

	集団検診	個別検診
とき	9月7日(水)、8日(木)、9日(金)、10日(土)	12月24日(土)まで (睦沢診療所のみ3月末まで)
ところ	町農村環境改善センター	長生郡市内51医療機関
対象	40歳以上の方 ※今年度受診されないと、来年度の肺がん検診の案内をお送りすることができませんのでご注意ください。	以下の対象の場合、 <b>同時に肺がん検診が受診できます</b> 。個別健診用の問診票が必要ですので、下記までお申し込みください。 ●特定健康診査（40～74歳の国民健康保険加入者） ●後期高齢者健康診査（主に75歳以上の後期高齢者医療保険加入者） ※胸部エックス線検査のみの場合は、睦沢診療所で実施しています。
その他	職場や医療機関などで受診する機会がなく検診を受けていない方が対象となります。 <b>申し込み・問い合わせ</b> 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506	

# 9月10日から16日までは『自殺予防週間』です

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

## ♥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。

## ♥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、友人などの周囲と連携して、専門家への相談と一緒にいって行くなどによって促しましょう。そして引き続き「寄り添い」じっくりと「見守り」しましょう。

## 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があったりしていませんか。

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。あなたの周りにはたくさんの人が、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 (365日・24時間) 相談できます。
  - 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)
  - 千葉県いのち支える SNS 相談窓口 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/inotisns.html>
- 相談期間** 令和5年3月31日まで  
**相談受付日** 4~2月:毎週水曜・土曜・日曜(9月10~16日は毎日実施) 千葉県いのち支える SNS 相談登録専用  
 3月:毎週月曜・水曜・土曜・日曜  
**受付時間** 18:00~21:30 (22:00まで対応) QRコード



# 子宮がん・乳がん検診を受診しましょう

子宮がんは25歳から、乳がんは35歳から罹患率が急増しています! 検診会場では感染症対策をしながら検診を実施しています。検診は不要不急なことではありませんので、機会を逃さずに受診しましょう。

検診	対象者	日にち	<ul style="list-style-type: none"> <li>●対象の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。</li> <li>●今年度検診を受診されないと、来年度「子宮がん・乳がん検診の案内」をお送りすることができませんのでご注意ください。</li> <li>●受付時間は案内通知をご確認ください。</li> <li>※日時指定により実施しますので、ご理解、ご協力をお願いします。</li> </ul>
子宮がん検診 (子宮頸部細胞診)	20歳以上の女性	10月4日(火)、5日(水)、 15日(土)	
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳、50歳以上の女性	
	超音波検査	30~39歳、 41~49歳の女性	

※年齢は令和4年4月1日現在

町では子宮がん・乳がんの個別検診も実施しています。個別検診を希望される方は、直接役場健康保険課までお申し込みください。

**検診期間** 令和5年2月28日まで  
**自己負担金** 各3,000円  
**検診場所** 契約医療機関



「むつざわさん歩」  
各100ポイント  
たまります!

**問い合わせ** 役場健康保険課 健康推進班 ☎ (44) 2506

# お済みですか?



# 防災情報 全国避難所ガイド

無料で使える防災アプリ



## 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

■防災アプリの利用料は無料ですが、アプリのダウンロードやご利用時にかかる通信料は皆さま個人のご負担となります。あらかじめご了承ください。

## ◆ 地域防災情報のエリア設定をお願いします

右上の設定を選択

地域防災情報を選択

右上+ボタンを選択

お住まいの地域選択

## ◆ 町の避難所の検索ができます

町の避難所を検索することができます

地図上で避難所を表示します

全国の避難場所検索  
外出先でも防災情報をプッシュ通知で受け取れます。

避難コンパス

国民保護情報もプッシュ通知!

問い合わせ 役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

# 睦沢町防災アプリの登録は

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、防災アプリの運用を開始しました。本システムは防災情報をはじめ、防災行政無線の放送をスマートフォンよりプッシュ通知でお届けします。

無料で使える防災アプリ



防災情報

全国避難所ガイド

## ◆ 防災無線と同時配信



### 全国の避難場所・避難所を検索

アプリ起動と同時に、現在地から近い避難場所・避難所を検索します。検索した避難所や地図は、オフライン時でも表示されます。

### 防災情報をプッシュ通知

現在地の避難勧告や避難指示情報、地震情報・津波情報・国民保護情報などをプッシュ通知でお知らせします。

### 安否登録・安否確認

現在地や避難所から、Google/パーソファイnderに安否登録ができます。災害用伝言板(web171)やJ-anpi安否情報まとめて検索から、安否確認ができます。

### 避難コンパス・ARカメラ

避難所までの距離と矢印を表示して、避難行動を支援します。

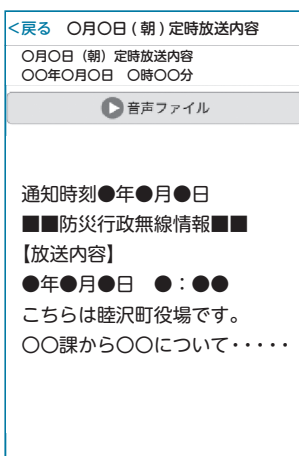
### ハザードマップ・活断層表示

Twitter表示・多言語対応

防災行政無線を受信

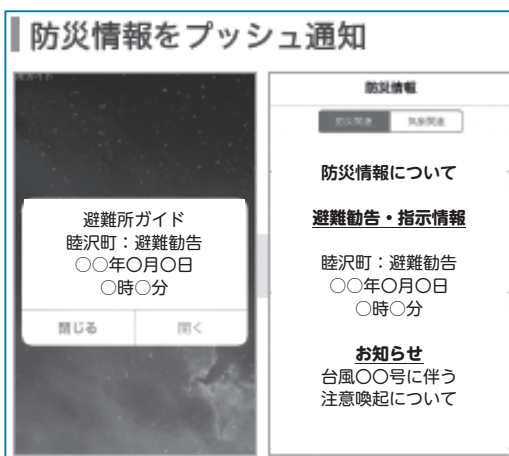
文章と音声の両方で  
確認できます

※表示例



外出先で防災情報を受信できます

※表示例



ARカメラ機能で避難所  
まで案内します

※表示例



## おうちで避難訓練を実施します！

9月25日(日)に、もしものときに、大切な人の安否や避難場所を確認する訓練を自宅で行っていただけます。詳しくは、広報折り込みチラシをご覧ください。スマートフォンをお持ちの方は、事前に防災アプリをダウンロードしてご参加ください。

なお、全町民を対象とした、外出行動を伴う防災訓練は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止いたします。

問い合わせ

役場総務課 行政管財班 ☎(44)2516

### お知らせ

#### 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。

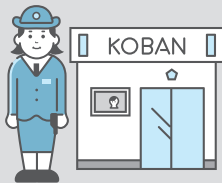
内各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話

🕒 9月 2日 (金) 13:30~15:00

9月 22日 (木) 10:00~11:30

📍町中央公民館

📍茂原警察署 ☎ (22) 0110



### 相談

#### 行政書士電話相談会

●相続全般に関すること

●遺言に関すること

●農地法関係手続に関すること

🕒 9月 18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 長夷支部

地区無料相談担当 今関 雄一

☎ (43) 0202

### 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



## 千葉県の公立小中学校に勤務する講師を募集しています。

千葉県教育委員会からのお知らせです。

現在、本県では、講師登録が不足しており喫緊の課題となっています。千葉県教育委員会では、講師不足を解消し、子どもたちの教育活動の充実を推進するため、教員免許状を所持している方の講師登録を増やしていきたいと考えております。以下につきまして御参照いただき、御不明な点は下記までお問い合わせください。

### 改正教育職員免許法の施行 (令和4年7月1日) 後の教員免許状の扱いは次のとおりです。

- 1 旧免許状所持者(H21年3月以前に初めて取得した方で、更新をしていない方  
⇒免許はすでに回復しており、有効期限のない免許状となりました。
- 2 新免許状取得者(H21年4月以後に初めて取得した方で、既に失効している方  
⇒再授与と申請のみ行えば、有効期限のない免許状が授与されます。

\*詳しくは下記連絡先までお問い合わせください。

**問い合わせ** 千葉県教育庁 東上総教育事務所 管理課  
☎ (23) 2848

## 町放課後児童クラブ支援員・指導員を募集しています

**応募資格** 小学生の子どもたちと一緒に楽しく遊んでくれる方、経験なしでも大歓迎です。

**年齢** 20歳以上 時給 980円～

**資格** 要普通自動車運転免許

**曜日** 月～土曜日

**時間**

放課後開所時間

14:30~18:30

学校休業日開所時間

8:00~18:30

※シフト、勤務時間などは要相談

### 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 (月曜休み)



## 小学6年・中学先行英語教室生徒募集

実用英検5～準2級に準じて、中学英語を先行学習する特設クラス。中学3年生までに、文科省後援・実用英検準2級、外務省後援・国連英検C級合格を目指します。早期から、聴く・読む・書く・話すという全領域をバランスよく学び、将来に活かせる英語能力体得に努めます。

●授業日 (月)18:10~19:30 募集人員・2名(定員6名)

\*授業料(月額)¥8,800 \*教材負担費¥6,600-(年額)

※詳しくは、下記までEメールでお問い合わせください。

Eメール [kyuongroup9080@gmail.com](mailto:kyuongroup9080@gmail.com)

キューオングループ **久我塾** (睦沢町北山田252)

—信頼と巧みな技術をもってお応えします—



# 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

広告枠



## 今月の俳句



風待月膝腰かばいウオーキング

(小川 澄)

狭庭にもいつしか聞こえちちろ虫

(葵 かける)

消灯の窓にうつすら天の川

(中村真砂雄)

朝虹や登頂コース変更す

(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

時 9月20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

#### ●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。24時間対応します。

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

時 9月29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

時 9月14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

時 9月9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 6,798人 (-7)

男性 3,328人 (-6)

女性 3,470人 (-1)

●世帯数 2,812世帯 (+1)

令和4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。

#### ●お誕生おめでとうございます

親の名	子の名	性別	月日
田中 裕輔・汐音	ソツ 想	女	7月2日
ヘイニ TRENVER CASE・典子	エミリ	女	7月19日
宮丸 丈・文音	オト 音	男	7月23日

#### ●ご結婚おめでとうございます

区名	氏名
下之郷	遠藤 拓海・ゆき

#### ●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
兼澤 榮道	77	寺崎	6月30日

亡くなった人	年齢	区名	月日
今関志津子	91	佐貫	7月1日
井上 睦雄	89	川島	7月1日
朝比奈久江	93	川島	7月3日
小高 良子	88	上市場	7月5日
小高 豊吉	96	下之郷	7月10日
宮崎 わか	99	寺崎	7月12日
神崎 道夫	90	上市場	7月14日
古山 きよ	86	小滝	7月15日
竹島 正義	88	長楽寺	7月17日
中村 新一	78	上之郷	7月20日
吉野 利春	90	下之郷	7月27日
宇野 淑子	88	長楽寺	7月27日
香焼 ふみ	99	上市場	7月27日
中村 孝一	78	上之郷	7月28日

# パークむつざわからのお知らせ

## ★「月パス制度をご存じですか？」

- ・月パスなら、1ヶ月間（月初から月末）使い放題です。
- ・月パスなら、1回2時間までご利用いただけます。
- ・月パスなら、無理なく、定期的に継続してトレーニングできます。

★料金 町内 1,100円  
町外 1,600円（各税込）

## ★「パワープレートをご存じですか？」

- ・パワープレートとは35Hz～50Hzの振動を使い効率よく運動ができます。
- ・パワープレートなら、ストレッチ効果で血流を促進できます。
- ・パワープレートなら、筋トレ時90%以上の力を引き出せます。
- ・パワープレートなら、マッサージ効果でむくみ防止も可能です。

★料金 初回体験マンツーマン  
2,000円（税込）

教室名	日時	料金	対象	運動量・強度
子ども運動教室	木曜日 ① 15:40～16:40 ② 16:50～17:50	¥3,300（月4回） ¥1,100（1回）	小学生向け ①低学年 ②高学年	体験1回無料! ※テニススクールを除く
キッズダンス	金曜日 ① 16:00～17:00 ② 17:10～18:10 ③ 18:20～19:20	¥4,100（月4回） ¥1,600（1回）	小学生向け ①低学年 ②高学年 ③高学年経験者	
テニススクール	土曜日 ① 10:00～11:00 ② 11:10～12:10 ③ 12:20～13:20 ④ 13:45～14:45	¥1,600（1回）	①幼児（4～6歳） ②低学年 ③高学年 ④一般（中学生以上）	★★★★☆
姿勢改善教室	火曜日 13:15～14:15	¥4,100（月4回） ¥1,600（1回）	16歳以上の方	★☆☆☆☆
エアロビクス	水曜日 11:00～11:45	¥3,100（月4回） ¥1,100（1回）	16歳以上の方	★★★★☆
ヨガ教室	水曜日 19:30～20:45	¥5,000（月4回） ¥1,600（1回）	16歳以上の方	★☆☆☆☆
バランスボール教室	木曜日 9:45～10:45	¥4,100（月4回） ¥1,600（1回）	16歳以上の方	★★☆☆☆
ZUMBA	土曜日 10:00～11:00	¥4,100（月4回） ¥1,600（1回）	16歳以上の方	★★★★★
エンジョイ フィットネス教室	土曜日 20:00～21:00	¥3,600（月4回） ¥1,300（1回）	16歳以上の方	★☆☆☆☆

お問い合わせは  
パークむつざわまで！

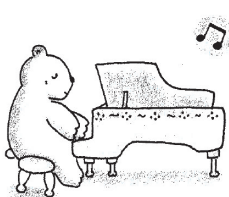


パークむつざわ（睦沢町総合運動公園）

〒299-4413 睦沢町上之郷 1565 ☎(44) 1565

広告枠

キューオングループは創立38年の経験を活かし、国連サミットで採択された「SDGs・持続可能な開発目標」に賛同・基づいた教育事業を展開しています。



「両手で弾ける！」「知っている曲が弾ける！」「人前でも弾ける！」 無料体験実施中

上記3つは、当ピアノ教室の指導方針です。早期から両手弾きに取り組み、知っている曲を人前で弾くことの感動を味わっていたできるようにレッスンします。小学校高学年以上では、自分だけのオリジナルアレンジでのレパートリーづくりにも取り組みます。

～クオリティ&コミュニティ～ 一人ひとりに、Only One! =since1984=

## キューオングループ イデューズ音楽院・睦沢教室

★イデューズ音楽院は、久我塾内に設置されている ピアノ曲集出版実績を持つ、内閣府認可(一社)全日本ピアノ指導者協会・正会員が責任指導するピアノ教室です。

TEL:090-8811-4892 (指導者直通) 睦沢町北山田252・久我塾内(富貴楽橋そば)

※上記でつながらない場合は、TEL:0475-44-0826 (睦沢本社・久我) またはEメールで、Email : kyuongroup9080@gmail.com

## イベント

### まっ白いひろば開催

9月10日(土) 10:00~16:00



9月の遊び(予定)

・竹の伐採&ピザ焼き体験

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。

📍睦沢小学校裏川ベリ(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

📞まっ白い広場事務局

☎(44) 2289

町中央公民館

☎(44) 0211

### まっ白い広場の 公式LINEをはじめました。

当日の開催状況など、情報を掲載しています。



### 9月の公民館・歴史 民俗資料館の休館日

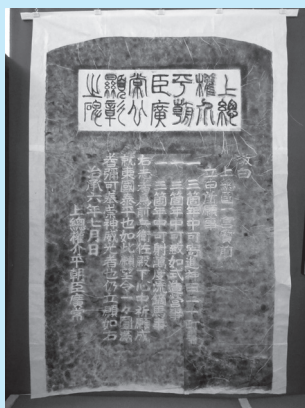
5日(月)、12日(月)、  
19日(祝)、26日(月)

※月曜日の図書返却は、図書返却  
ポストをご利用ください

## アート

### 特別展「源平争乱を生きた上 総広常の時代と伝説」

来年1月8日(日)まで



(画像1) 上総広常顕彰碑拓本

平安時代末期の源平が争った激動の時代に、上総広常は源頼朝に早くから参陣して功績をあげたが、のちに誅殺されました。この特別展では、広常にゆかりのある自治体(いすみ市、一宮町、睦沢町)が協同して、伝説に彩られた悲劇の武将上総広常を紹介します。

(画像1)は一宮町の玉前神社境内にある上総広常顕彰碑拓本で、広常が書いたという願文です。広常が謀殺されたあと、玉前神社の神主たちが「広常在りし日に願ひ事があって甲冑一領を玉前神社へ奉納した」と知らせてきた。頼朝がこれを召し上げて、見ると願文が付いていた。この石碑のオモテ面は、広常のこの願文を記しています。玉前神社に神田の寄進や造営、流鏑馬神事の挙行を約束して源頼朝の出世を願ったもので、出典は『吾妻鏡』寿永3年(1184)正月17日の条にあります。

📍町歴史民俗資料館 ☎(44) 0290

## アート

### 特別展「源平争乱を生きた上総広常 の時代と伝説」ギャラリートーク

9月3日(土) 13:30~



(画像2) 前回のギャラリートークの様子

紙芝居と展示を担当した学芸員が展示の見どころを展示室で解説します。

📍町歴史民俗資料館 ☎(44) 0290

## アート

### 特集陳列

### 「陶芸家小原由紀子絵画展」

11月6日(日)まで



(画像3) 「春うらら」

小原由紀子氏は1992年に齋藤登男氏と共同で夢楽工房を築き、以来精力的に作陶を続けています。日常を丹念に観察して、対象の真の姿を表現します。小原氏の陶芸作品の叙情の原点は、優れた観察眼と構成力によります。このたびの特集陳列では、小原氏の陶芸作品の原点である絵画作品を紹介しします。

画像は「春うらら」という作品で、あたたかい日差しの原っぱで親猫と子猫が昼寝をしている様子をやわらかな色彩とタッチで表現した作品です。

📍町歴史民俗資料館 ☎(44) 0290

## イベント

### 第1回文化財現地説明会「緒方 淳男中尉機墜落地」史跡説明会

10月15日(土)



(画像4) 緒方淳男中尉機墜落地

1945(昭和20)年2月17日、陸軍下館航空基地所属の緒方淳男中尉が連合軍機との空中戦で睦沢町内に墜落しました。この事実は多くの人々に目撃され、詳細に調査されました。この説明会では、「緒方淳男中尉機墜落地」の史跡としての価値の高さを解説します。現地に駐車場はありません。資料館に集合後、公民館バスで現地に行きます。参加には申し込み必要で、実施1か月前から申し込み受付。

📍町歴史民俗資料館 ☎(44) 0290

## 狂犬病予防注射の接種について

狂犬病予防法で「犬の所有者は予防注射を毎年1回受けさせなければならない」とあり、同法で「犬に予防注射を受けさせず、または注射済票を着けなかった者」は20万円以下の罰金となっています。

狂犬病ウイルスは、人間を含むすべての哺乳類に感染し、感染すると死に至る恐ろしいウイルスです。

愛犬に動物病院等で毎年1回予防注射を受けさせ、役場で首輪に付ける注射済票と玄関に貼る犬マークのシールを受け取り、正しく飼育しましょう。

**問い合わせ** 役場産業建設課 生活環境班 ☎ (44) 2515



※写真はイメージとなります。



出典：次世代エネルギーパークガイドブック 経済産業省資源エネルギー庁

こんにちは!CHIBA むつざわエナジー通信です。

みなさんは、「次世代エネルギーパーク」という言葉を耳にした事がありますか？

【次世代エネルギーパーク】とは、経済産業省が認定した、次世代のエネルギーに関する国民

理解の増進を図ることを目的とした「見学・体験型」の普及啓発施設になります。睦沢町にある、「むつざわスマートウェルネスタウン」も認定施設となっているんですよ。

本日はCHIBA むつざわエナジーと同じ千葉県内にあります、見学可能な施設をいくつかご紹介したいと思います。

この機会に、施設を訪れてエネルギーに関する理解を深めてみてはいかがでしょうか。



施設名	見学の内容	申し込み方法	所在地	問い合わせ先
むつざわスマートウェルネスタウン	施設全体の紹介ののち、ガス発電機等をご覧ください。	団体を対象に見学受入 電話による予約 (0475-36-7400)	千葉県長生郡睦沢町森2番1	むつざわスマートウェルネスタウン・道の駅・つどいの郷 電話番号： 0475-36-7400
千葉県立現代産業科学館	風力発電の風車や高温岩体発電システム、燃料電池の模型を展示しています。また、「先端技術への招待」では、太陽電池や燃料電池の実験装置をご覧ください。そのほか、屋根に設置された太陽電池パネル(336枚)の発電量を随時モニターで確認できるようになっています。	個人：予約は不要です 団体：電話による予約	千葉県市川市鬼高1-1-3  (JR本八幡駅・下総中山駅より徒歩15分/京葉道路・京葉市川ICより自動車5分)	普及課 電話番号 047-379-2005
J&T環境株式会社 千葉リサイクルセンター、千葉バイオガスセンター	千葉リサイクルセンター： ガス化溶融炉の見学 千葉バイオガスセンター： バイオガス製造施設の見学	電話 ※案内人の予定がつかないため、お断りする場合があります。	千葉県千葉市中央区川崎町1	千葉事業本部管理部 電話番号 043-262-4716

## むつざわふるさと応援隊 REPORT

睦沢町の皆さん、こんにちは。千葉工業大学の磯野研究室です。

例年に比べ暑さが続いておりますが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

我々は、皆さまが普段目にしている景色やその景色に抱いている思い・考えを解析することで、睦沢町への愛着や魅力を見つけていこうと考えています。

先日、睦沢町に訪問させていただいた際に、自転車を借りサイクリングコースを巡りながら睦沢町が誇る自然や観光スポットの写真を撮らせていただきました。

実際に睦沢町を周って見て、色鮮やかな稲や山に囲まれた田園風景がとても印象に残りました。

今後も睦沢町の魅力発見のために現地調査に赴きたいと思っておりますので、よろしくお願いたします。



7月上旬撮影

↑山に囲まれながらも、空が広く開放感が感じられた佐貫地区の風景

# 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」

睦沢マーケットプレイスに新たに**カスミ睦沢店**がオープン！  
9月より、お買い物の送迎先はカスミに変更になります。  
お買い物にお困りの方、ぜひ一度「でかけっCAR」に試乗してみませんか？

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	10:30 頃
瑞沢地区	9:50 ~	10:30 頃	11:10 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！

くらしの足むつざわ 090-4722-4725

## 睦沢の 子育て支援

【おはなしの広場】

9月7日(水)

11:00 ~ 11:30

※対象は未就園の親子となります。

申し込み・問い合わせ

睦沢こども園 ☎ (44) 0050



【園庭開放】

9月7日(水)  
9:50~11:00  
21日(水)  
9:50~11:30



【わくわく広場】

9月14日(水)  
受付 9:45 開始 10:00  
内容  
8、9月生まれの誕生会  
粘土遊びを楽しもう  
(汚れてもいい服でお越しください。)  
※要申し込み



【子育て座談会】

9月14日(水) 11:00~11:30  
テーマ  
「お子さんの寝る時間」  
～寝かしつけや悩みについてお話ししましょう～  
対象  
0~5歳児の子育てにかかわるご家族の方



### 材料 (2人分)

あじ	2尾
塩	少々
こしょう	少々
小麦粉	適量
カレー粉	適量
にんにく	1/2片
玉ねぎ	中1個
にんじん	1/2本
セロリ	1/2本
オリーブ油	適量
A { 酢	60ml
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1

## あじのエスカベージュ



栄養量 (1人分)

●エネルギー 257kcal ●カルシウム 102mg ●食物繊維 4.0g ●塩分相当量 1.5g

### 作り方

- あじは3枚におろし、一口大に切って塩を振る。
- 玉ねぎ、にんじん、セロリは、千切りにする。
- Aを混ぜ合わせる。
- フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくのみじん切りを焦げないように炒め、香りが出たら②をソテーする。しんなりしたら火を止め、③を加えてマリネ液を作る。
- ①はこしょうをして小麦粉・カレー粉を混ぜた粉にまぶす。熱したフライパンにサラダ油を入れ、皮を下にして焼く。
- 火の通ったアジに④をかけ、そのまま冷蔵庫で冷やす。  
※冷蔵庫で一晩寝かせることで味がなじみます。

# 睦沢こども園 入園申し込み・園内見学

睦沢こども園では、来年度(令和5年度)入園を希望される、0歳児(入園時に生後6か月を経過する乳児)から小学校就学前のお子さんを対象に、入園申し込みの受け付けおよび園内見学会を行います。

現段階で、来年度途中に、保護者の方の職場復帰や求職等により入園をお考えの方も、この期間に必ずお申し込みください。

## 入園対象児

### 1号認定

(従来の幼稚園)

平日の午前9時から午後1時30分まで教育活動を行う。

・3歳児～5歳児

(平成29年4月2日生～  
令和2年4月1日生)

### 2号・3号認定

(従来の保育所)

保護者が仕事や出産の前後および病気などにより、家庭で保育ができない場合にお預かりし、教育・保育活動を行う。

・0歳児(生後6か月を経過した乳児)～5歳児



## 入園申し込み受付

書類配布、申し込み受付場所

役場福祉課 子育て推進班

書類配布開始

9月12日(月)から

入園申し込み受付期間

10月13日(木)～31日(月)

8:30～17:00

※土日祝日は除きます。

申し込みに必要なもの

- ①子どものための教育・保育給付認定申請書
- ②入園申し込み書
- ③就労証明書等お子さんを保育できないことを証明する書類(2号・3号認定のみ)

・入園申し込み書類は、すべてそろえて窓口にお持ちください。

就労証明書等、足りないものがある場合は受付できません。ご注意ください。

・2号・3号認定申し込みは、入園にあたり、保育に該当するか書類により審査があります。

・申し込みの書類は睦沢こども園ホームページからダウンロードすることができます。



## 園内見学

申し込み受付場所

睦沢こども園 事務室

園内見学受付期間

10月3日(月)～7日(金)

とき

10月13日(木)

受付：9:45

園での生活についての話：

10:00～

園内見学：10:30～

持ち物 室内用の靴、外靴を入れるビニール袋

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、体験入園は実施しません。園内見学は、初めて睦沢こども園をご利用になる保護者の方を対象とさせていただきます。また、状況によって中止になる場合があります。ご理解、ご協力をお願いします。

## 問い合わせ

入園申し込み受付：役場福祉課

子育て推進班

☎(44) 2578

園内見学：睦沢こども園

☎(44) 0050



## 大規模災害時等における相互協力に関する協定を締結しました 7/25(Mon)

東京電力パワーグリッド株式会社、むつざわスマートウェルネスタウン株式会社、株式会社 CHIBA むつざわエナジーの3社と睦沢町において「大規模災害時等における相互協力に関する協定」を締結しました。

地震や風水害などで広範囲の長期停電が発生した際に、道の駅むつざわ つどいの郷を電力復旧拠点として活用することで、町民の豊かな生活の実現や、町全体の防災力の強化に繋がります。

「大規模災害時等における相互協力に関する協定」締結式  
東京電力パワーグリッド株式会社 むつざわスマートウェルネスタウン株式会社  
株式会社CHIBAむつざわエナジー 睦沢町



# Time Line MUTSUZAWA

## 第58回千葉県消防操法大会

7/30(Sat)

千葉県消防学校屋外訓練場で第58回千葉県消防操法大会が開催され、長生支部代表として第3分団3部（上市場）がポンプ車操法の部に出場しました。

結果は努力賞でした。これで町、長生支部そして県大会が終わり、選手のみなさん、関係者のみなさん本当にお疲れ様でした。



## 睦沢小学校に新しい遊具が完成

株式会社松崎組様から、子どもたちが楽しく遊べるようにと、ジャングルジム1基、うんてい1基、シーソー2基の遊具を寄附していただきました。

また、既存のうんていの再塗装もしていただきました。

学校では早速、子どもたちに遊び方を教え、子どもたちは休み時間になると、新しい遊具で楽しそうに遊んでいます。

大切に使用させていただきます。ありがとうございました。



## 編集後記

毎日暑い日が続いています。近年、局地的な豪雨や雷が発生するというニュースをよく耳にします。

9月1日は防災の日です。自然災害はいつ発生するか予測できません。各自宅で、日頃から災害への備えをしっかり行いましょう。

## 「青少年を健全に育てる運動」 7/29 (Fri) 県下一斉合同パトロール

パトロールは、本町の青少年が学校の休業期間を含む夏に犯罪被害や事故に巻き込まれないよう、また、非行が発生しないよう「愛のひと声運動」を推進するため、青少年相談員連絡協議会、子ども会育成連絡協議会、町PTA連絡協議会から参加していただき、少人数単位、密を避けて、町内の公園、道の駅、コンビニなどを巡回し、児童・生徒に声かけをしました。





# 10<sup>2022</sup> 月の 暮らしのカレンダー

※注意 このカレンダーは10月分の予定です

日	月	火	水	木	金	土	
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>♥心の電話相談専用ダイヤル</b>            ☎ (44) 0022 (24時間対応)         </div>					1
2	3 <b>もえるゴミ</b>	4	5 <b>もえるゴミ</b>	6 <b>2コース粗大ゴミ</b>	7 <b>もえるゴミ</b>	8	
9	10 <b>もえるゴミ</b> スポーツの日	11 <b>1コースもえないゴミ</b> 子宮がん検診	12 <b>もえるゴミ</b> ●行政・人権相談 13:00～16:00	13 <b>2コース資源ゴミ</b> 乳がん検診	14 <b>もえるゴミ</b> ●法律相談 (要予約) 10:30～12:30	15 子宮がん検診	
16	17 <b>もえるゴミ</b>	18 <b>1コース資源ゴミ</b> ●健康栄養相談 10:00～11:30	19 <b>もえるゴミ</b>	20 <b>2コースもえないゴミ</b> ●みんなで健康ウォーク 9:30集合 (川島農事集会所)	21 <b>もえるゴミ</b>	22	
23 日曜開庁日(一部窓口)	24 <b>もえるゴミ</b>	25 <b>1コース粗大ゴミ</b>	26 <b>もえるゴミ</b>	27 ●乳幼児健康相談(改せ) 14:00～15:00	28 <b>もえるゴミ</b>	29	
30	31 <b>もえるゴミ</b>	●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					

## 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	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		
9月4日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	一宮町	清水医院	42-2950
9月11日	大木医院	23-2546	きたじまクリニック	26-7050	長生村	長生診療所	32-3303
9月18日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	長生村	長生八積医院	32-3282
9月19日	ポプラクリニック	23-3111	三枝医院	25-2203	一宮町	よねもと整形外科	40-1065
9月23日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	一宮町	長島医院	42-8800
9月25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～翌6:00 / 局番なしの#8000 / ダイヤル回線からは ☎043242)9939

