

広報むつざわ

No.657

1月
January 2023



睦沢町青少年相談員連絡協議会主催
サイエンスモノづくり教室



11月27日(日)に町青少年相談員連絡協議会主催「サイエンスモノづくり教室」を開催。参加者の子どもたちが、使用済みのコーヒー殻やカイロなどを使用したエコな染物体験やスイーツづくりを通して、状態変化や化学反応など自然科学現象を身近に感じながら、学び・楽しみました。



むつざわ地域応援券【有効期限：2月15日(水)】 ※町内店舗でご利用できます



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

もくじ

新年町長のあいさつ

新しい民生委員・児童委員の皆さんを紹介します／確定申告のお知らせ／
町職員の給与状況を公表します／二十歳になったら国民年金

毎月25日防災の日です



アプリ「マチイロ」

マチイロ
まちを明るくするアプリ

...and more

迎春

「町制施行40年を契機に更なる飛躍」

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

皆様には、健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年一昨年に続いて、新型コロナウイルス感染症の見通しが不透明な中ではありましたが、ワクチン接種事業では、多くの皆様にご理解をいただき新たな変異株への対応として、集団接種も予定どおり終えることができました。

また、11月に開催しました農林商工まつりをはじめ、これまで中止が続いたイベントなども感染対策を行いながら、再開することができましたことは、ひとえに皆様方のご理解とご協力の賜物であると衷心から感謝するところでございます。

経済面では、世界情勢の不安定が続き、エネルギーや食料品等の物価高騰に歯止めが利かない状況となっておりますが、そのような中で地域経済の活性化と生活者支援の観点から、町内で使える商品券（むつざわ地域応援券）を町民全員にお配りさせていただきまし

た。加えて厳しい経営環境に置かれている町内事業者への支援も実施いたしました。引き続き感染対策に取り組みながら、町民の皆さまが健康で活気のある生活が営めるよう努力してまいります。

新たに迎えた本年は、第2期睦沢町まち・ひと・しごと創生総合戦略に基づき、人口減少対策の新規事業として若者・子育て世代の移住・定住の受け皿となる住宅地の分譲に向け、整備を行います。

また、交通安全整備として、県道茂原夷隅線の整備に伴い連結する町道上市場関戸線の道路改良事業の促進を図ってまいります。

なお、現在役場脇に建設中の「みどりの広場」につきましては、令和6年度の全面供用開始に向けて整備を進めておりますが、令和5年度中に町民の皆様を限定とした開放期間を設ける予定でありますので、健康づくりの場、子どもの遊び場、憩いの場としてご利用いただけます。

防災面では、昨年は幸いにも台風などの大



睦沢町長
田中 憲一

きな自然災害に見舞われることはありませんでしたが、気を緩めることなく、防災アプリの普及に努めると共に、各地区の自主防災組織の充実に向け支援を行うなど、引続き防災に強いまちづくりを目指してまいります。

本町は昭和58年に町制が施行され、令和5年4月1日で40周年の節目の年を迎えます。先人の功績に敬意を表すると共に、40周年記念事業を通して町民の皆さまと共に祝いし、更なる発展に向け邁進してまいる所存であります。

結びに、本年が皆様にとって、幸多き年となりますよう、心よりお祈り申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

新しい民生委員・児童委員の

皆さんを紹介します

任期満了に伴い、民生委員・児童委員が12月1日付けで厚生労働大臣と千葉県知事から委嘱されました。

委員の任期は3年です。

民生委員は、それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、社会福祉の増進に努める方々で、「児童委員」を兼ねています。

児童委員は、地域の子どもたちが元気に安心して過ごせるように子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・支援などを行います。

また、2名の「主任児童委員」は、民生児童委員と一体となり、地区を担当する児童委員の活動の援助、協力を行います。特に福祉関係機関や教育関係機関との連絡連携をとるなどのパイプ役として活動します。

新しい委員22名は、次のとおりです。

(敬称略・) 内は担当区域等



会長 鈴木 壽一
長楽寺
(中央団地)



副会長 中村 方則
上市場
(4～7、13、18、20 番組)



今関 和男
佐貫
(上姥神、下姥神、丸ヶ谷、森の谷)



高井 仁
佐貫
(上沢、中里、一ノ堰、赤根久、馬場)



海老根 千代子
妙楽寺



柳川 朝子
大上
(碓上、碓下、飯沢、房谷)



中村 美代子
大上
(部田・原鎌水・杉山・大上団地)



宮崎 輝雄
大谷木、北山田



中村 和枝
下之郷
(上根方、下根方)



中村 祐和
下之郷
(上宿、下宿、古宿)



中村 治喜
上之郷



田邊 裕常
森、長楽寺
(中央団地除く)



佐藤 威徳
上市場
(14～17 番組)



近藤 史郎
川島
(うぐいす里)



池田 好子
川島
(11～14、16、18～20 番組)



鵜沢 晴美
川島
(1～10、17 番組、上市場の一部)



市原 文夫
寺崎



中村 やす子
土睦地区
(主任児童委員)



藤原 雪枝
瑞沢地区
(主任児童委員)



関 麻衣子
小滝、河須ヶ谷、岩井



海老根 明美
上市場
(9～11、22 番組)



田中 敬子
上市場
(1～3、8、12、19、21、23 番組)

前民生委員・

児童委員の皆さん

地域のために、ご尽力いただきありがとうございました。

ございました。

(今回退任された方々)

(敬称略)

尾手忠信
長谷豊
石井康枝
鈴木一郎
加藤通洋
田辺義央
吉野公一
齊藤肇
中村年江
米倉一英
石井資浩
倉田眞佐子
伊原弘幸
長谷川正文

令和4年分

確定申告についてのお知らせ

茂原税務署

申告書の作成・送信は国税庁ホームページから



確定申告 検索

確定申告書等作成コーナーなら簡単に確定申告ができます！

確定申告書等作成コーナーなら簡単に確定申告ができます！

※ご利用には、マイナンバーカードの読み取りに対応したスマートフォンおよび「マイナポータル」アプリのインストールが必要です。



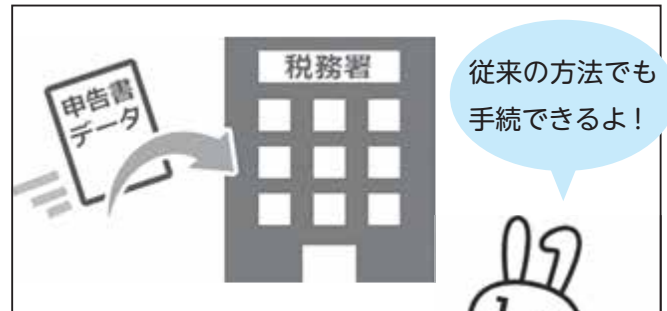
- ① 「マイナンバーカード方式（2次元バーコード）」を選択



- ② 画面上に2次元バーコードを表示



- ③ スマホで「マイナポータル」アプリを起動し、画面に表示された2次元バーコードおよびマイナンバーカードを読み取る



- ④ ログイン後、確定申告書等作成コーナーで作成・送信

所得税および復興特別所得税・贈与税・個人消費税の申告書作成会場の開設期間

開設期間	会場	時間
2月1日(水)～3月15日(水) ※土、日および祝日を除きます。	茂原税務署 2階会議室	【相談受付】 8:30～16:00まで(提出は17:00まで) 【相談】 9:00～17:00まで

- 確定申告書作成のために来署される場合は、上記期間または次頁無料申告相談期間にお越しください。なお、会場が混雑している場合には、受付を早めに締め切ることがありますので、お早めにお越しください。
- 確定申告に必要な書類およびマイナンバーに係る本人確認書類（マイナンバーカードなど）の原本または写しをご持参ください。
- ご来場の際は、マスクを着用のうえ、入口などでアルコール消毒液による手指の消毒にご協力いただき、できる限り少人数でお越しください。

令和4年分確定申告書の提出期限および納付期限

申告の種類	提出期限	納付期限	振替納付日※
所得税及び復興特別所得税	3月15日(水)	3月15日(水)	4月24日(月)
贈与税	3月15日(水)	3月15日(水)	
個人事業者の消費税 及び地方消費税	3月31日(金)	3月31日(金)	4月27日(木)

※預貯金口座からの振替納税を利用されている方は、「振替納付日」欄の日に口座振替となります。

税理士による無料申告相談～申告書を作成して提出できます～ 前頁申告書作成会場のほか、以下の日程で相談会を実施しますので、是非ご利用ください。

期間	会場	相談時間
2月6日(月)～2月8日(水)	茂原税務署 2階会議室	9:00～16:00まで 【受付:15:00まで】
2月9日(木)	いすみ市岬公民館	9:30～16:00まで 【受付:15:00まで】
2月10日(金)	いすみ市役所大原庁舎	
2月13日(月)	大多喜町役場中庁舎保健センター	
2月14日(火)	勝浦市役所庁舎	

- 譲渡所得(土地、建物および株式などの譲渡)のある方や所得金額が高額な方、相談内容が複雑な方(住宅ローン控除適用1年目を含む)は、ご遠慮ください。
- 混雑状況などにより、受付を早めに終了する場合がありますのでご了承ください。
- 確定申告に必要な書類、計算用具、筆記用具およびマイナンバーに係る本人確認書類(マイナンバーカードなど)の写しなどをご持参ください。
- 医療費控除を受ける場合は、事前にご自宅で明細書を作成して、ご持参ください。

医療費控除を受けるための手続きがかわりました!

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した。(領収書の提出は不要となりました。)

- ※1 医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります。
(税務署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。
(医療費通知は、健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」などです。)



(注) 平成29年分から令和元年分までの確定申告については、医療費の領収書の添付または提示によることもできます。

申告書にはマイナンバーの記載が必要です!

確定申告を税務署へ提出する際は、`毎回、マイナンバーの記載と本人確認書類(番号確認書類および身元確認書類)の提示または写しの添付が必要です。



睦沢町職員の給与状況を公表します

地方公務員の給与は、「地方公務員法」により一般家庭の生計費、国や他の地方公共団体の職員の給与、民間企業従業員の給与、その他の事情を考慮して決めることになっています。令和 4 年度の町職員・特別職の給与状況をお知らせします。詳細については、年度末に町ホームページに掲載します。

職員給与費の状況 (令和 3 年度普通会計決算)

職員数	A	97 人
給与費	給料	288,690 千円
	職員手当	48,300 千円
	期末・勤勉手当	110,425 千円
1 人当	計 B	447,415 千円
1 人当たりの給与費	B/A	4,613 千円

特別職の報酬等

区分	報酬等
町 長	788,000 円
副町長	639,000 円
教育長	577,000 円
議 長	284,000 円
副議長	237,000 円
議 員	213,000 円

職員の平均給与月額

(令和 4 年 4 月 1 日)

職 種		平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職員	睦沢町	40.0 歳	302,406 円	344,385 円
	千葉県	40.3 歳	303,451 円	406,013 円
技能労務職員	睦沢町	46.5 歳	230,550 円	247,635 円
	千葉県	53.4 歳	301,594 円	360,660 円

一般行政職の級別職員数

(令和 4 年 4 月 1 日)

区 分	標準的な職務内容	職員数	構成比	参 考 (構成比)	
				1 年前	5 年前
7 級	課長・主幹	10 人	15.9%	14.7%	16.4%
6 級	副 課 長	4 人	6.3%	8.8%	9.8%
5 級	主 査	8 人	12.7%	11.8%	11.5%
4 級	主 査 補	12 人	19.0%	16.2%	16.4%
3 級	副 主 査	7 人	11.1%	5.9%	18.0%
2 級	主 事	15 人	23.8%	30.9%	13.1%
1 級	主 事 補	7 人	11.1%	11.8%	14.8%

年次休暇 令和 3 年度の取得状況

平均取得日数 11.4 日

消化率 30.7%

育児休暇 男性 0 人

女性 4 人

職員の任免および職員数に関する状況

(1) 採用・退職者数 (令和 4 年度)

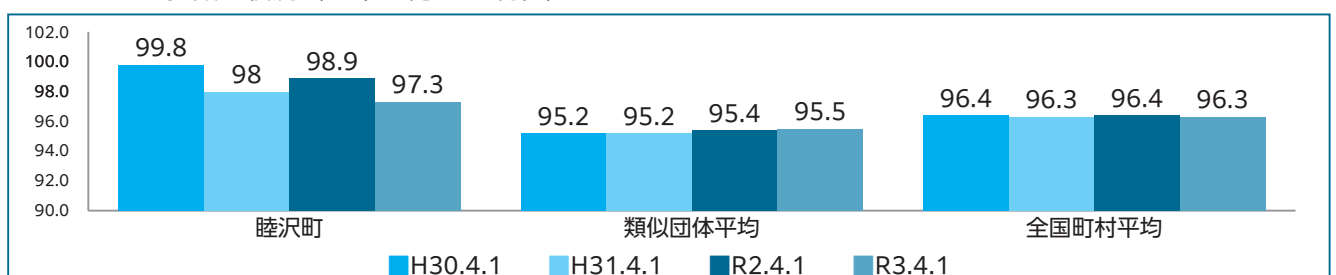
採用者 10 人、退職者 11 人

このほか、任期付職員および再任用職員を採用しています。

職員の分限および懲戒処分状況 (令和 3 年度)

休職 6 人 減給 1 名 降任、免職、降給、戒告、停職による処分はありません。

ラスパイレス指数の状況 (各年 4 月 1 日現在)



※ラスパイレス指数とは、全地方公共団体の一般行政職の給料月額を同一の基準で比較するため、国の職員数（構成）を用いて、学歴や経験年数の差による影響を補正し、国の行政職俸給表（一）適用職員の俸給月額を 100 として計算した指数。

健康こ・ら・む

今月のテーマ

「腸活」で健康に過ごしましょう

保健師：藤生 智子


近年、腸内の環境が健康に大きく影響していることがわかってきました。「腸活」はバランスのよい食生活、適度な運動をし、腸内環境を整えることです。

私たちの大腸には、1,000種類、100兆個以上の腸内細菌が生息しています。顕微鏡で腸内を覗くと、植物が群生しているように細菌が集まってお花畑のように見えることから「腸内フローラ」とも言われています。

この「腸内フローラ」には3つの菌が関わっており、相互に影響しバランスを保っています。体に良い働きをする「善玉菌」、体に悪い働きをする「悪玉菌」、どちらにも属さない「日和見菌」に分けられます。

これらは年齢とともに変化し、高齢になると「善玉菌」が減り、「悪玉菌」が増えることもわかっています。「腸内フローラ」は、体調や年齢、ストレス、抗生物質などの副作用で日ごとに変化し、すぐ崩れてしまうので、毎日の食生活や便の状態をチェックするようにしましょう。

代表的な腸内細菌

	善玉菌	悪玉菌	日和見菌
代表的な菌	・乳酸菌 ・ビフィズス菌など	・大腸菌 ・ウエルシュ菌 ・ブドウ球菌など	・連鎖球菌など 
機能	腸内を酸性に保つ	毒性物質を作り出し、腸内をアルカリ性にする	善玉菌、悪玉菌のうち優勢な菌と同じ働きをする
理想的な割合	2割	1割	7割

●腸内環境のチェック

腸内環境がどうか悪いかを知る最も簡単な方法は、便を観察することです。

善玉菌が多いと、色は黄色から黄色がかった褐色で臭くなく、形状はバナナ状に柔らかいです。逆に悪玉菌が多いと、黒っぽい便で悪臭がします。

●腸内フローラを整えよう

善玉菌は腸内で発酵活動をしています。一方、悪玉菌は腐敗活動をしています。

善玉菌は、乳酸や酢酸などを作り出し、腸内を弱酸性に保ちます。

腸内が酸性に傾くと悪玉菌は増えなくなり、毒性物質は作られなくなります。外から入る悪玉菌のほとんどはアルカリ性の環境を好むので、仮に腸内に侵入しても酸性の多い環境であれば悪玉菌は死滅します。毎日の食生活に善玉菌を取り入れるようにしましょう。

●善玉菌を増やす方法

善玉菌は腸内に住み着くことにはないとされているのでヨーグルトや乳酸菌飲料など、善玉菌を多く含む食品を毎日続けて摂取するといいでしょう。腸に届く前に胃酸で死滅しないヨーグルトを摂取してもいいでしょう。

さらに、野菜類、果物類、豆類などに多く含まれるオリゴ糖や食物繊維を摂取することで、大腸まで消化吸収されることなく達し、腸内に元々ある善玉菌へエサを優先的に与えて増やすという方法もあります。

年末年始は生活リズムも乱れ、暴飲暴食になりがちです。今年が腸の健康に気をつける年にしてはいかがでしょうか。

「腸活」にいい食べ物

食物繊維を多く含む食べ物

オリゴ糖を多く含む食べ物

乳酸菌を多く含む食べ物



根菜類 きのこ さつまいも バナナ 玉ねぎ 大豆 ヨーグルト 納豆

年末年始も新型コロナウイルス感染拡大防止対策の徹底を

これからの冬休みや年末年始にかけて、旅行や帰省などで長距離の移動や、大人数での会食などの機会が増えます。感染拡大防止と社会経済活動の両立のため、引き続き「基本的な感染防止対策」の徹底についてご理解ご協力をお願いします。

基本的な感染対策の徹底

- ・マスクの正しい着用、手洗いや消毒などの手指衛生
- ・十分な換気
寒くてもこまめに窓を開け換気しましょう
- ・人との距離の確保
目安は2m。近距離で会話する時はマスクを着用しましょう

飲食の機会は感染リスクが高まります

- ・飲食は長時間・大声を避け、会話時はマスクを着用しましょう
- ・人数が多くなる場合には特に注意が必要です。

コロナワクチンの早期接種を

- ・併せてインフルエンザワクチンの接種もお願いします。

体調不良の時は安静に

- ・風邪症状等あるときは、外出せず安静に過ごしましょう。

新型コロナワクチン接種状況

12月12日現在のオミクロン株対応ワクチン接種状況です。

	全体 ※12歳以上 (6,222 人)
接種完了者	2,479 人
接種率	39.8 %

問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44) 2506

新成人の
皆さんへ

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったとき、病気や事故で障害が残ったとき、家族の働き手が亡くなったときに、働いている世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

国民年金は20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられており、20歳になると日本年金機構から国民年金加入のお知らせが届きます。

国民年金のポイント

◆将来の大きな支えになります

国民年金は20歳から60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため、安定していますし、年金の給付は生涯にわたり保証されます。

◆老後のためだけのものではありません

国民年金には老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。
障害年金は、病気や事故で障害が残った時に受け取れます。また、遺族年金は加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（子のある配偶者や子）が受け取ることができます。

国民年金の保険料

国民年金第1号被保険者の1か月当たりの保険料は16,590円です（令和4年度）。

なお、まとめて前払い（前納）すると、割引が適用されるのでおトクです。

学生納付特例制度

学生の方は、ご本人の前年所得が一定以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される制度です。

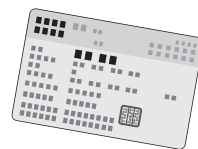
申請の際には、在籍期間の確認できる学生証または在学証明証が必要です。

納付猶予制度

学生でない50歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される制度です。

問い合わせ ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165

～会社から保険証を受け取ったときは～ 国民健康保険を喪失する届出を忘れずに！



町の国民健康保険に加入されている方が、就職などで会社の健康保険に加入した・家族の健康保険の被扶養者となったときは、国民健康保険を喪失（やめる）する手続きが必要です。

新しい健康保険への加入によって、自動的に国民健康保険の資格を喪失することにはなりません。

喪失の手続きをしないままでは、会社の健康保険と国民健康保険の両方に加入している状態になりますので、健康保険料と国民健康保険税を二重に支払うことになります。

忘れずに届出を行いましょう。

【届出に必要なもの】

- ・会社の健康保険証
（加入した方全員分）
- ・国民健康保険の保険証
（返還）
- ・身分証明書

保険証の再発行について

保険証を紛失し再発行する方が増えています。

保険証には、大切な個人情報に記載されていますので、紛失しないようご注意ください。

万が一、紛失した場合は、本人確認のできる身分証明書をお持ちになり、役場健康保険課窓口で保険証の再発行申請をしてください。

問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎ (44) 2576

4月から休日在宅当番医体制 が変更になります

現 在

長生郡市全体で

内科系：1 医療機関

外科系：1 医療機関

一宮地区：1 医療機関

計3

医療機関体制

4月以降

長生郡市全体で原則

内科系：1 医療機関

外科系：1 医療機関

計2

医療機関体制

医療資源の少ない長生郡市において、休日在宅当番医体制を継続していくために体制を変更させていただきます。

問い合わせ 長生郡市広域市町村圏組合
医療民生課 ☎ 0475 (20) 2899

「健幸貯きん（筋）クラブ」 参加者募集中！ 体験会を開催します

と き 1月24日（火）、27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。

むつざわさん歩
50ポイント
貯まります！



申し込み・問い合わせ

役場健康保険課 健康推進班 ☎ (44) 2506



●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 1月 5日(木) 10:00~11:30
 1月10日(火) 13:30~15:00
 1月25日(水) 10:00~11:30

所 町中央公民館

☎茂原警察署 ☎(22) 0110

●行政書士電話相談会

- 相続全般の関すること
- 遺言に関すること
- 農地法関係手続に関すること

時 1月15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

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 985円~

資 格 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

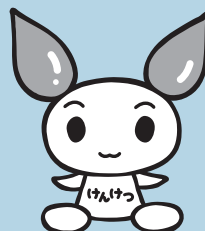
問い合わせ 睦沢ふれあいスポーツクラブ ☎(44) 5211

※受付時間 9:00~17:00 (月曜休み)

『きっと誰かが、だったら私が』
 ~はたちの献血キャンペーン~ 《1月1日~2月28日》

「はたちの献血」キャンペーンは、献血者が減少しがちな冬の季節に安定供給を確保するため、「はたち」の若者を中心に行っているものです。

広く皆さまに献血に関する理解と協力を求めるとともに、継続的な推進を図るため毎年1月~2月に実施しています。



問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44) 2506

10月28日
 長柄町 吉野文夫様から
 町に一万円のご寄附がありました。
 町防災・減災のために有効に活用させていただきます。

ありがとうございます

廃乾電池回収ボックス設置のお知らせ

廃乾電池の回収日が年間で3日と少ないため、役場ロビーと公民館ロビーに廃乾電池回収ボックスを設置しました。充電式電池や乾電池以外は捨てないようお願いします。



※充電式電池は電器店等の回収ボックスへお願いします。

問い合わせ 産業建設課 生活環境班 ☎(44) 2515

広告枠

長生村七井土に
結婚相談所 がオープンしました!



【お試し検索】



結婚したい!して欲しい!

Maco結婚相談所

☎ AD460587@nlcc.jp

ホームページはこちら▶▶▶

まずはお電話を **070-4318-6878**

—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

信頼
 と
 実績

広告枠

今月の俳句

登校の自転車が行く息自し

(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 1月24日(火)

受付：10：00～11：30

所 町農村環境改善センター

個 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

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 1月26日(木)

受付 14：00～15：00

所 町農村環境改善センター

個 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。

所 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

●行政・人権相談

時 1月11日(水)

13：00～16：00

所 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。

個 役場総務課 庶務秘書班

☎ (44) 2500

●法律相談

時 1月13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

個・所 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。

所 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 6,747人 (-9)

男性 3,305人 (±0)

女性 3,442人 (-9)

●世帯数 2,811世帯 (+3)

令和4年11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
川島 憲悟・香奈	カイト 心紘	男	11月3日
中山 広大・莉央	トリア 虎和	男	11月11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
中村多美夫	80	川島	11月3日
黒崎 高行	80	大上	11月9日
朝比奈 隆	90	川島	11月10日
中村田鶴子	80	上之郷	11月12日
久保田光一	84	上市場	11月12日
森川百合子	71	大谷木	11月13日
仁茂田千恵	89	上市場	11月19日
加藤 文枝	71	佐貫	11月19日
吉岡 とく	100	上之郷	11月26日
中村 義清	100	佐貫	11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。

パークむつざわ トレーニングジム情報

★「ジムパス制度をご存じですか？」 ★「パワープレートをご存じですか？」

- ・GYMパスなら、1ヶ月間(月初から月末)トレーニングジムが使い放題です。
- ・GYMパスなら、1回2時間までご利用いただけます。
- ・GYM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。
- ・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 町内 1,100 円

町外 1,600 円 (各税込)

★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	
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	体験1回無料! ※テニススクールを除く
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

イベント

まっ白いひろば開催

1月14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。

📍陸沢小学校裏川べり(鎮守川脇)

🚗 駐車場は、陸沢小学校正門右側

🎫 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、ぬれても良いはぎ物

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

1月の公民館・歴史民俗資料館の休館日

1月1日(日)～4日(水)までの期間、および毎週月曜日9日(月・祝)、16日(月)、23日(月)、30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。

なお、12月28日(水)～1月4日(水)の休館期間は、盗難防止のため、**図書返却ポストを閉鎖します。**

イベント

特別展「源平争乱を生きた上総広常の時代と伝説」

1月8日(日)まで

平安時代末期の源平が争った激動の時代、上総広常は早くから源頼朝に参陣して戦功を挙げたものの誅殺されました。この特別展では、広常にゆかりのあるいすみ市、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ています。

写真は大田愚溪が書いた上総広常公廟古杉由来です。勝浦市宿戸にある八幡神社跡地上総権介平君碑があり、その場所は広常の霊をまつる通称「兜塚(かぶとづか)」と呼ばれています。上総広常公廟古杉由来はこの碑について書かれた由緒記で、「古杉の下に、俗に広常公の甲冑が埋まっている所と伝える。おそらくその霊魂が留まる所で、ゆえに風雨や雷、兵火などの厄災から逃れられている」とあり、広常が死後も村の守り神として人々の心に生き続けたことがわかります。作者の大田愚溪は江戸時代後期の儒者で、詩をよくしました。

📍町歴史民俗資料館 ☎ (44) 0290



(写真) 上総広常公廟古杉由来

イベント

第25回民俗学講座「日本の郷土玩具」

1月7日(土) 13:30

日本には多くの種類の郷土玩具があります。睦沢町立歴史民俗資料館所蔵の有形民俗資料のなかから郷土玩具を選び、実物を示しながら解説します。

📍町中央公民館

講師 久野一郎氏(千葉県郷土史研究連絡協議会常任理事)

📍歴史民俗資料館 ☎ (44) 0290



イベント

上市場すずかけ公園イルミネーション!

今年も開催中

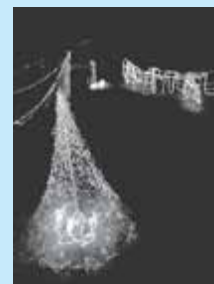
📍場所: 上市場すずかけ公園イルミネーション

(農協睦沢支所隣)

📅 期間: 1月15日(日)まで

🕒 時間: 16:30～23:00

📄 内容: 今年は電飾や期間を増やして華やかに実施しています。御来場の際は温かい服装でお越しください。



皆既月食 睦沢でも欠けていく様子確認

442年ぶりの天体ショー 皆既月食と天王星食

11月18日の夜は、広い範囲で皆既月食が観測され、本町でも月が欠けていく様子が確認できました。この現象に合わせて町中央公民館で開催した天文教室には、120名を超える多くの方が参加。天体望遠鏡前には行列ができ、交代で天体ショーを楽しみました。

1月の天文教室は、町小中学生を対象に1月28日(土)を予定しています。(事前申込制)詳細は、1月上旬に町ホームページなどでお知らせしますので、お楽しみに。

📍町中央公民館 ☎ (44) 0211



「睦沢町エネルギー価格高騰緊急対策支援金」を交付します

長期化するコロナ禍における影響に加え、エネルギー価格の高騰により厳しい経営環境におかれている町内に事業所を有する商工業または農林業を営む者（法人・個人）等の事業継続を支援するため、事業用として購入したエネルギー（燃料・電気・ガス等）経費に対し、支援金を交付します。

対象者

次のすべてに該当する中小企業者等（法人・個人）

- ①令和4年1月1日時点で町内に物の生産やサービスの提供等の事業活動を実施する本店、支店、営業所、事務所等を有し、営利を目的として現に事業活動等を行っていること。
- ②申請日以後も継続して町内で事業を営む意思があること。
- ③申請日以前において町内で営んだ事業に関し、確定申告を行っていること。
（※農林業を営み、農業所得の申告を行っている個人事業主の方も対象となります。）
- ④支援金の交付の対象となる経費が5万円以上であること。

対象経費

対象者が営利を目的として町内で営む事業における直近の確定申告の水道光熱費および燃料費または令和3年分の青色申告若しくは白色申告の水道光熱費および燃料費または、動力光熱費

支援金額

対象経費の30%以内（千円未満切り捨て）
（上限額：法人の場合100万円、個人の場合30万円）

申請書類

- (1) 睦沢町エネルギー価格高騰緊急対策支援金交付申請書
- (2) 支援金算出表
- (3) 交付申請に関する誓約書および同意書
- (4) 交付対象経費を明らかにする書類

【法人の場合】

直近の確定申告書および決算報告書の損益計算書または収支計算書の写し

【個人事業主で青色申告を行っている方】

令和3年分の所得税青色申告決算書の写し

【個人事業主で白色申告を行っている方】

令和3年分の収支内訳書の写し

- (5) 睦沢町エネルギー価格高騰緊急対策支援金請求書
- (6) 申請者名義の振込先口座の通帳等の写し

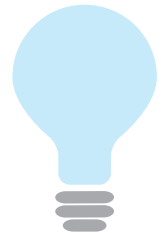
申請期間

2月10日（金）まで（土・日・祝日を除く）

問い合わせ

役場産業建設課

産業振興班 ☎（44）2505



こんにちは！ CHIBA むつざわエナジー通信です。

今冬も引き続き、世界的なエネルギー不足に悩まされていますね。日本でも政府よりの節電への対策や呼びかけが盛んにされている中、世界の節電への対策や意識は一体どうなっているのでしょうか。本日は世界の節電対策の一部をお届けします。

■フランス

- ・病院などを公共施設の暖房設備を19度に設定
- ・公共の建物のトイレではお湯の利用を停止
- ・公務員が勤務時間中に高速道路を使用する際には130kmから110kmに速度を制限
- ・パリの一等地のイルミネーション広告を1:00～6:00まで消灯
- ・一般企業の在宅勤務の検討要請



■ドイツ

- ・病院などを公共施設の暖房設備を19度までに設定、廊下や玄関では暖房を使用しない
- ・温水プール（個人所有）の天然ガスまたは電気による加熱の禁止
- ・店舗の出入り口ドアの常時開放の禁止
- ・電飾看板の点灯は16～22時の間のみ

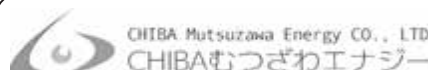


今年のヨーロッパは、いつもより暗くて寒い冬になりそうですが、エネルギー面での節約努力が世界でもやはり急務とされている事がわかりますね。

皆さまも引き続き節電にご協力いただけます様、よろしくお願いたします。

[省エネポータルサイト](#) [検索](#)

※日本経済産業省の省エネ取り組み情報はこちら



[むつざわエナジー](#) [検索](#)

お申込み、料金診断はお近くの代理店、またはホームページへ！
（フリーダイヤル）0800-800-5084

「人間力」「社会力」の育成と生涯にわたる幅広い学び
公開研究会を盛大に開催！ — 小学校編 —

シリーズ
「睦沢教育」 Vol.3

園小中一貫教育公開研究会の開催

十月二十五日(火)に、睦沢小学校、睦沢中学校を会場として、教職員対象の園小中一貫教育の公開研究会を行いました。県下各地から百名を超える参加があり、午前中は、小学校と中学校に分かれての授業公開、午後は、全体会を行いました。

今月号では、小学校会場での授業公開と全体会について紹介します。

人間力・社会力の育成をめざす授業

園小中一貫教育のよさの一つは、こども園、小学校、中学校が、同じ目標をめざすことによる高い目標の達成にあります。睦沢町では、0歳から十五歳までの十五年間で、豊かな人間力・社会力の育成をめざしています。人間力・社会力とは、健全な社会の担い手に相応しい町民としての資質です。具体的には、地域の特徴やよさは、人々の努力や工夫によって支えられていることを理解し、自分らしさを発揮し、進んで地域の活動に参加しようとする態度を養います。授業においては、地域の方をゲストティーチャーとして迎え、地域づくりの活動を行います。

三年生では、睦沢町の特産物の生産者をゲストティーチャーとしてお招きし、睦沢町のよさについて考え、広めるための学習を行いました。



や取材活動を通して、会の方々の願いや思いを理解するとともに、「鮭の回帰する南限の町睦沢」をアピールしたり、川の環境を改善したりするための学習を行いました。

《参加者の感想より》

○この町には、温かく接してくれるゲストティーチャーがたくさんいることを肌で感じ、素敵だと思いました。

○町民と子どもたちの交流は、本町にも取り入れたいです。ゲストティーチャーの方に、「完全ボランティアですか?」と聞いたところ、「はい、私たち自身が勉強させていたでいるので!」と、前向きな言葉。温かなつながり、関係性は本当に素晴らしいですね。

○子どもを大切に思う多くの方々のお気持ちを感銘しました。ここまでつくり上げた努力は本当に素晴らしいです。この町の子もたちは幸せですね。

こども園と小学校を円滑に接続する授業

園小中一貫教育のよさの二つ目は、こども園、小学校、中学校の円滑な接続にあります。

その一例として、五歳児と小学校一年生の交流を、年四回実施しています。今回は、ペアになり、授業体験を行いました。五歳児が小学校入学に向けて不安を感じることなく、自信や期待を高めることが目的です。

《参加者の感想より》

○小学校で最初に学習する「姿勢」「鉛筆の持



ち方」「鉛筆で線をなぞる」「1〜5までの数を数える」「数の大きさ比べ」を体験しておくことはとても有意義であると考えます。園児をサポートする一年生の姿が立派で、頼もしく感じました。園児だけでなく、一年生にも良い学習になっていると感じました。

全体会での発表と講演

全体会では、研究や授業の内容について発表した後、「社会力」という言葉をつくられた筑波大学名誉教授の門脇厚司先生からご講演をいただきました。社会力とは、「人が人となつたり、社会をつくる力」であり、社会力の低下を食い止めるには、「地域の多くの人々の協力を得て、子どもと大人の直接的な交わり、触れ合い、話し合い、共同作業などの機会を増やすことに尽きる。」というお話がありました。



園小中一貫教育に関する参加者の感想

○しっかり一貫性をもたせた教育のすごさ、大変さ、素晴らしさを感じました。

○0歳から十五歳まで途切れることのない教育の素晴らしさを感じました。

○十五年間を見据えた綿密な計画、取組が素晴らしいです。このカリキュラムで育った子どもたちの将来が楽しみです。

○こども園から積み重ねた中学三年生の様子を見て、今育っている子どもたちがもっと豊かな町にしてくれるのではと思うと、とても楽しみです。

(文責 睦沢小学校校長 久我英治)

むつざわふるさと応援隊活動 REPORT

睦沢町の皆さん、こんにちは！千葉工業大学の磯野・鎌田研究室です。

11月3日(木)の秋晴れの空の下で開催された「睦沢町農林商工まつり」に磯野研究室・鎌田研究室も参加させていただきました。コロナの影響でなかなか研究室のメンバー揃っての現地での活動が難しい状況にありましたが、この場を活用して「睦沢町の景観やまちづくりについて、住民の皆さんの意見を聞いてみたい！」と思い、アンケートをさせていただきました。

当日は秋晴れで、町内外問わず沢山の方にアンケートにご協力いただき、ご回答くださった皆さん、本当にありがとうございました。実際に自分達の取り組みの先にある皆さんの顔を直接拝見して、色々な話を聞くことができたこと、温かく接していただいたこと、とても嬉しく大きな刺激になりました。

アンケートを含めた今年度の成果はまた場を改めてご報告できればと思っています。



千葉工業大学ブースの様子



活気あるステージのパフォーマンス



地元の特産品が並ぶブースの賑わい

道の駅コラム

★ハッピーハロウィン！～今年で3回目～

- ・このたび、道の駅では、つどいのハコも活用してもらい、10月30日(日)にハロウィンイベントを実施しました。
- ・SWT住宅の自治会の子供たちを中心に、お気に入りの衣装で各住宅の他に、道の駅にも訪問してもらい、お菓子を片手に喜んでもらいました。きっと、子供たちにとって楽しい思い出の一頁になったのではないのでしょうか。
- ・道の駅は、リニューアルして3年が経ちましたが、コロナ禍で外出機会が減った皆さんが、さらに利用していただくために、イベントなどを通じて、親しんでもらう場づくりが出来ればと考えています。
- ・引き続き、創意工夫を重ねて、皆さんをおもてなしのサービスでお迎えしますので、是非、足を運んでみてください。



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した。

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？

「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

月曜日は一緒に
おでかけしましょう！



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

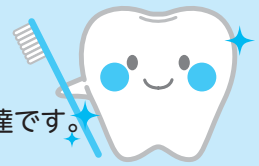
代表：中村 方則 副代表：香焼 正利 事務局：小林 かおり

090-4722-4725 受付：平日9時～12時

※受付時間以外は伝言を残してください。翌日午前中に折り返します。



むし歯^{ゼロ}のお友達を紹介します!



11月30日に行われた睦沢町3歳児健康診査でむし歯のなかったお友達です。

ご家族からコメントをいただきました。



やまもと あかね ちゃん
ずっと歯みがきをがんばりま
す。



ほそや ひなた くん
これからも歯みがきががんばろ
うね



ほそかわ きら くん
毎日歯みがき頑張ります!!



小松菜入りつくね団子の甘酢あん

作り方



- ①小松菜は茹でて水気をきり、1/3は細かく切る。残りは4cmに切り、別にしておく。
- ②鶏ひき肉はボウルに入れ、粘りが出るまで練り、細かく切った小松菜・Aを加えて混ぜ合わせる。12等分の小判型にし、サラダ油を熱したフライパンで両面をよく焼く。
- ③赤ピーマンは半分に切って種を取り、千切りにする。
- ④鍋にBを入れて火にかけ、とろみがついたら③を加える。
- ⑤別にしておいた小松菜を皿に敷き、②を盛り④をかける。

材料 (4人分)

鶏ひき肉	300g
小松菜	300g
長ねぎ	1本
赤ピーマン	2個
塩	小さじ 1/3
A	
生姜汁	少々
酒	大さじ 1
小麦粉	大さじ 1
サラダ油	大さじ 1
酢	大さじ 4
砂糖	大さじ 4
B	
醤油	大さじ 2
片栗粉	大さじ 1
水	150ml

※赤ピーマンのかわりにパプリカや人参でも構いません。

栄養量 (1人分) ●エネルギー 242kcal ●蛋白質 13.2g ●食物繊維 11.3g ●塩分相当量 1.8g

睦沢の 子育て支援

【園庭開放】

1月11日(水)
9:50~11:00
25日(水)
9:50~11:30



【おはなしの広場】

1月11日(水)
11:00~11:30



【わくわく広場】

1月18日(水) 受付 9:45 開始 10:00

内容 ・1月生まれの誕生会 ・体を動かして遊ぼう

※親子共に、動きやすい服装でお越しください。

※(必要な方は) 上靴、水分補給できる物 ※要申し込み

【子育て座談会】

1月18日(水) 11:00 (わくわく広場終了後)

~皆さんで、子育てのことについて、楽しく話しましょう~※家庭教育支援チームとの合同開催になります。

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)
※予約不要

問い合わせ 睦沢こども園 ☎ (44) 0050

問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎ (44) 2514

北山田区民センター 落成式が行われました

11月19日(土)に北山田区民センターの落成式が行われました。

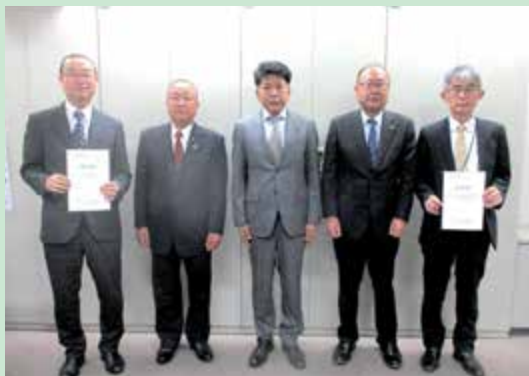
旧北山田青年館は昭和50年に建設され、区の集いや地域の交流の場として重要な役割を担ってきましたが、老朽化が進んだことにより、一般財団法人自治総合センターが実施するコミュニティセンター助成事業を活用し、建て替えを行いました。

新たな区民センターが整備されたことで、災害時における区民の更なる安全・安心が確保され、区民センターを核とした様々な活動において、ほかの団体等の模範になることが期待できます。



二級河川一宮川水系 瑞沢川・長楽寺川の河川改修事業早期完成に関する要望活動を行いました

11月30日(水)、千葉県庁にて睦沢町長および瑞沢川・長楽寺川河川改修促進協議会から、千葉県に対し両河川事業の早期完成について要望書を提出しました。



令和4年度第2回総合教育会議

町教育委員会は、12月1日(木)に開催された「令和4年度第2回総合教育会議」に出席しました。令和5年度の学校教育の充実、こども園の管理運営、生涯学習とスポーツの振興および文化財の保護などについて、町長と協議しました。



睦沢まち散歩(文化財巡り)を開催

10月27日(木)、町社会福祉協議会では町内の文化財を巡る「睦沢まち散歩」を開催し、29名が参加しました。上市場在住の香焼正利氏を案内役に迎えて、諏訪神社(上之郷)、鶴羽神社(岩井)、三ノ宮神社(北山田)、八幡神社(川島)の4か所を巡り、秋晴れに輝く景色の中を散策しました。現地では町学芸員の山口文氏、元町学芸員の久野一郎氏の解説により新たな発見や驚きがあり、魅力ある文化財をじっくりと鑑賞する楽しさを体験することができました。



来年度も開催を予定しています。ぜひご参加ください。

問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎(44)2514

Time Line MUTSUZAWA

なかむら こういち
中村 幸一 氏

IBKO 第1回国際空手道選手権型シニアの部優勝!!



なかむら こういち
中村幸一氏(長楽寺)が、11月13日(日)に東京で開催されたIBKO第1回インターナショナルコンベンション空手道選手権型シニアの部において、優勝されました。決勝戦では、5月に開催された全日本空手道選手権大会の優勝者とあたり、大会前に腰を痛め、痛み止めを飲んでの出場でしたが、相手のしなやかな型に対し、堂々と落ち着いた型で臨み、見事リベンジを果たしての優勝でした。

睦沢小学校 5 年生 収穫祭を盛大に開催

12月2日(金)に、5年生児童による収穫祭が行われました。

第一部では、総合的な学習の時間の「わが町の稲作」の学習のまとめとして、ゲストティーチャーでお世話になった山田会の方々、JAの方々、地域コーディネーター、睦沢町教育委員会の方々をお招きしての学習発表会が行われました。

どのグループも、パワーポイントを使い、わかりやすく発表しました。

収穫祭の最後には、睦沢町に伝わる伝統芸能の一つの「妙楽寺ぜんぜんご」を妙楽寺ぜんぜんご保存会が披露しました。

これは地固めの踊りとも呼ばれ、足のステップが前後に進んだり、戻ったりすることから「ぜんぜんご」と呼ばれています。

披露の後は体験会も行われ、子ども達は保存会の方に教わりながら、輪になって皆で楽しく踊りました。

米づくりも伝統芸能も、地域の人々が伝え繋いできた大切なものであり、共に未来へと継承すべきものであると身体で感じられた一日となったと思います。



『親子で楽しむ絵本の読み聞かせとクリスマスコンサート』開催

12月3日(土)に絵本の読み聞かせボランティアおはなし「もこもこ」と子育てサークルむつつこの主催による『親子で楽しむ絵本の読み聞かせとクリスマスコンサート』が開催されました。

当日は約80名の未就学児とその保護者の皆さんが参加。会の前半では、おはなし「もこもこ」による絵本の読み聞かせや紙芝居、パネルシアターを楽しみました。また、後半では、長生出身のトランペッター中島愛実さんとピアニスト小高千晃さんのデュオによるお子様に人気な曲中心のコンサートを実施し、会場を盛り上げました。

今回、企画したのは子どもたちが動き回っても騒いでも大丈夫なクリスマス会。会場は、終始優しい雰囲気になっていました。



編集後記

あけましておめでとうございます。

初詣皆さんは何をお願いしましたか。一年の無事と平安を祈る方が多いと思います。

新しい年が皆さんにとって幸せな一年でありますように願っています。

本年もよろしく願いいたします。

睦沢小学校 マラソン大会

12月7日(水)に、睦沢小学校で校内マラソン大会が行われました。マラソン練習、大会を通して、運動に親しむ態度の育成、体力の向上はもちろん、目指す児童像の一つ、「目標に挑戦し、成長を喜べる子」の実現を目指しました。

子どもたちは、練習してきた成果を発揮して、寒さに負けず、一生懸命に走りました。





2023 2月分 暮らしのカレンダー

※注意 このカレンダーは2月分の予定です

日	月	火	水	木	金	土
♥心の電話相談専用ダイヤル ☎ (44) 0022 (24時間対応)			1 もえるゴミ	2 2コース 粗大ゴミ	3 もえるゴミ	4
5	6 もえるゴミ	7	8 もえるゴミ ●1歳6か月児健診(改せ) ●2歳児歯科健診(改せ) ●3歳児健診(改せ) ●行政・人権相談 13:00~16:00	9 2コース 資源ゴミ ●みんなで健康ウォーク 9:30集合(むつざわ福祉交流センター)	10 もえるゴミ ●法律相談 10:30~12:30	11 建国記念の日
12	13 もえるゴミ	14 1コース もえないゴミ	15 もえるゴミ	16 2コース もえないゴミ	17 もえるゴミ	18
19	20 もえるゴミ	21 1コース 資源ゴミ ●健康栄養相談 10:00~11:30	22 もえるゴミ ●乳幼児健康相談(改せ) 14:00~15:00	23 天皇誕生日	24 もえるゴミ	25
26 日曜開庁日(一部窓口)	27 もえるゴミ	28 1コース 粗大ゴミ ●国民健康保険税第8期納期限 ●介護保険料第8期納期限 ●後期高齢者医療保険料第8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			

日曜・休日当番医

月 日	医療機関名					
	内科系		外科系		一宮地区	
1月1日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	長生村	長生八積医院 32-3282
1月2日	むなかたクリニック	44-5155	菅原病院	25-1171	一宮町	清水医院 42-2950
1月3日	大木医院	23-2546	菅原病院	25-1171	一宮町	K・Iクリニック 42-7575
1月8日	渡辺医院	27-7733	三枝医院	25-2203	一宮町	藤島クリニック 47-3056
1月9日	公立長生病院	34-2121	きたじまクリニック	26-7050	長生村	長生診療所 32-3303
1月15日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	一宮町	よねもと整形外科 40-1065
1月22日	安藤医院	33-2211	公立長生病院	34-2121	一宮町	長島医院 42-8800
1月29日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171	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 ~ 翌6:00 / 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。