

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

9月
September 2023
No.665

冒険の旅に出かけよう！
青少年サマーキャンプ



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

災害に備えて／9月10日から16日までは「自殺予防週間」です／狂犬病予防注射について
令和6年4月から保育料が変わります／睦沢こども園 園内見学・入園申し込み
毎月25日は防災の日です

...and more



アプリ「マチイロ」

マチイロ
まちを好きになるアプリ

9月1日は「防災の日」、8月30日から9月5日までは「防災週間」です。また、今年に関東大震災から100年を迎えます。近年、毎年のように地震や風水害による大きな被害が全国で発生しています。災害はいつ・どこで起こるかわかりません。今一度、自宅周辺の危険な場所や避難所、情報収集の方法などをあらかじめ把握し、災害に対する意識を高め、いざという時に素早く行動できるよう備えましょう。

避難情報、ご存知ですか

町から、次の避難情報が発令された地域にいる人は、速やかに避難してください。

警戒レベル	避難情報	
5	災害発生 又は切迫 	※1 警戒レベル5『緊急安全確保』 すでに安全な避難ができず命が危険な状態です。必ず発令される情報ではないため、この情報の発令を待ってはいけません。
～ 警戒レベル4までに必ず避難！～		
4	災害の おそれ高い 	※2 警戒レベル4『避難指示』 危険な場所から全員避難しましょう。
3	災害の おそれあり 	※3 警戒レベル3『高齢者等避難』 避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人は、危険な場所から避難しましょう。また、高齢者等以外の人にも必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

緊急情報の入手手段を確認しましょう

町ホームページ



気象庁「キキクル」



千葉県防災ポータル



川の防災情報



睦沢町災害対策コーディネーター連絡会を開催しました

町には、災害時の救援・救助など地域の防災活動において、地域と行政、ボランティア組織との連絡調整を担う、「災害対策コーディネーター」が34名登録されています。

7月13日(木)コーディネーター相互のネットワーク化と連携体制を図る連絡会を開催しました。会議終了後、講師を招き「身近に出来る応急手当」の研修を行い、実際にグループごとに応急措置の方法を学びました。



イベント

第40回歴史学講座 「防災士がみた睦沢町の関東大震災」

今年に関東大震災から100年。現在でも震災などの自然災害が頻発しています。本講座では、関東大震災の時代に生きた人たちがこの大災害にどのように立ち向かったのかを探ります。講師の今井富雄氏は、県立高校、近隣市町村小学校で講演を行うなど学校防災教育にも力を入れています。

時 9月16日(土) 13:30～15:00

所 町中央公民館 2階視聴覚室

講師 今井富雄氏 (睦沢町文化財審議会会長)

問い合わせ 町歴史民俗資料館 ☎(44)0290



小学校で講演を行う今井富雄氏

災害に備えて

防災の日

防災週間

ハザードマップの活用

ハザードマップを利用して、まず、自宅周辺にある避難場所を地図で確認しましょう。そして、いざという時、慌てないように、実際に歩いて確認することが大切です。

地図を持ち、危険な場所を記入していきましょう。



防災アプリの活用

災害情報や防災行政無線の情報がスマートフォン等で確認できる防災アプリを開設しています。QRコードからダウンロードし、外出先からでも情報を確認することができます。また、あらかじめ登録しておくことで家族間の安否情報の確認もできます。



iPhone用QRコード

Android用QRコード

※受信地域選択を「睦沢町」に設定してください。

家庭での備え

家庭での備えとして、避難時にすぐ持ち出す必要最低限の「非常持ち出し品」や、救援物資が届くまでの最低3日程度の「備蓄品」を備えましょう。

非常時持ち出し品 (とっさの場合に持ち出せるようにリュックサックにつめておきたい)

- | | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|--|--|--|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 現金 | <input type="checkbox"/> 食品 | <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | | | |
| <input type="checkbox"/> 保険証 | <input type="checkbox"/> アメ・チョコレート | <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | | | |
| <input type="checkbox"/> 預金通帳 | <input type="checkbox"/> 栄養補助食品 | <input type="checkbox"/> 乾電池・モバイルバッテリー | | | |
| <input type="checkbox"/> 印鑑 | <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> ライター・マッチ | | | |
| <input type="checkbox"/> 下着・靴下・タオル | <input type="checkbox"/> 厚手の手袋・マスク | <input type="checkbox"/> カッター | | <input type="checkbox"/> 免許証 | <input type="checkbox"/> 缶切り |
| <input type="checkbox"/> レジャーシート | <input type="checkbox"/> 防寒用ジャケット・雨具 | <input type="checkbox"/> 携帯用カイロ | | <input type="checkbox"/> 救急箱・除菌シート・消毒液 | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 胃腸薬・便秘薬・持病の薬 | <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン | <input type="checkbox"/> ヘルメット・防災ずきん | | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ | |

備蓄品 (少なくとも3日は自力で生活できるように準備)

- | | | |
|--|----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 食品(レトルト食品、アルファ米、缶詰など) | <input type="checkbox"/> カセットコンロ | |
| <input type="checkbox"/> 飲料水(一人1日3リットル程度) | <input type="checkbox"/> ラップフィルム | |
| <input type="checkbox"/> 給水用ポリタンク・給水袋 | <input type="checkbox"/> 洗面用具 | |
| <input type="checkbox"/> ティッシュペーパー・ウェットティッシュ | <input type="checkbox"/> 工具セット | |
| <input type="checkbox"/> 紙皿・紙コップ・割り箸 | <input type="checkbox"/> ビニール袋 | |
| <input type="checkbox"/> マスク | | |

乳幼児・高齢者がいる家庭

オムツ

粉ミルク
液体ミルク

常備薬

女性の場合

生理用品

家庭での備蓄 (ローリングストック法)

いざという時のための備蓄品。消費期限や保管する場所などの管理は大変なものです。そこでおすすめなのが、「ローリングストック法」です。

日用品や食品を少し多めに買い置きし、古いもの(消費期限、賞味期限が近いもの)から日常的に消費し、減った分を買い足して補充する方法です。

普段使いのものと備蓄品を区別しなく、いざという時に期限切れといった失敗ありません。



(オレンジリング)

認知症サポーター ステップアップ講座開催

誰もが安心して暮らし続けることができる町を目指し、「認知症サポーター養成講座」を受講済みの方を対象に認知症の方への接し方をさらに一歩深く学び、地域での活動に活かしていただくための講座を開催します。

100ポイント
たまります!

- とき** 9月15日(金) 13:30~15:30
- 対象者** 認知症サポーター養成講座受講済みの方 (オレンジリングを持っている方)
- ところ** 睦沢町役場3階 302会議室
- 講師** ・市原裕邦氏
「まごころ訪問看護リハビリステーション
代表取締役(理学療法士)(介護支援専門員)」
・町包括支援センター職員
- 持ち物** 筆記用具・飲み物
- その他** 動きやすい服装でお越しください
- 申し込み** 電話または役場福祉課窓口へお申し込みください
- 問い合わせ** 町地域包括支援センター (福祉課内)
☎(44)2531



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** 9月26日(火)・29日(金)
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

50ポイント
たまります!



※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

女性のためのがん検診

子宮頸がんは25歳から急増し、30~40歳代の女性で増加傾向にあるがんです。がんになる原因は、HPV(ヒトパピローマウイルス)で性交渉によって感染します。HPVは女性の約80%が生涯のうち一度は感染すると言われてます。HPVに感染しても、ほとんどの場合は自然に排除されますが、ごく一部のケースで数年~数十年かけて子宮頸がんを発症します。検診を受ける事で、がんになる前の段階を見つけることができます。

昨年度は606人が町の検診を受け、要精密検査となった人が数人いました。また、過去3年間で子宮がんと診断された人がいました。

乳がんは30歳から増加し、40~50歳代のがん死亡原因の1位です。乳がんが進行すると、リンパ節や骨、肺、肝臓などの臓器にがん細胞が転移し、命を脅かすようになります。乳がんを早期発見し、治療することで乳房を温存しながら、わずかの切除手術でがんを取り除くことも可能です。

昨年度は811人が町の検診を受け、精密検査の結果、乳がんまたは乳がんの疑いがあると診断された方がいました。

子宮がん・乳がんは、早期発見・早期治療をすることで、治る可能性が高い病気です。初期のうちには自覚症状がないことが多く、定期的に検診を受けることが大切です。また、精密検査が必要となった場合は、必ず医療機関を受診しましょう。

検診	対象者	負担金	日にち	
子宮がん検診 (子宮頸部細胞診)	20歳以上の女性	500円	10月6日(金)、 8日(日)、 18日(水)	
乳がん検診	マンモグラフィ 検査	500円	10月19日(木) ~21日(土)	
	超音波検査			40~49歳、 60歳以上の女性
				30~39歳、 50~59歳の女性

今年度は
日曜日に検診が
受けられます!

- 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。
- 受付時間は案内通知をご確認ください。(日時指定制)

※年齢は令和5年4月1日現在

※個別検診も実施しています。希望される方は、役場健康保険課 健康推進班までお申し込みください。

- 検診期間** 令和6年2月29日(木)まで
- 負担金** 各3,000円
- 検診場所** 長生郡市内の医療機関 (子宮がん5か所、乳がん6か所)
- 問い合わせ** 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506



100ポイント
たまります!

健康こ・ら・む

今月のテーマ

睦沢町は糖尿病が多い？

保健師：藤生 智子

健診の結果はいかがでしたか？
町の集団特定健診（国民健康保険加入者対象）が6月13日から21日の8日間、農村環境改善センターで実施されました。

健診受診率県内上位

毎年、千葉県国民健康保険団体連合会で分析された特定健診・特定保健指導等実施結果状況表では、町の健診受診率は県内で令和3年度3位、4年度2位と受診率はとても高く、睦沢町は健診に対する意識が高い傾向にあります。

結果はワースト1位の項目も

しかし健診結果をみると、血糖値がとても高い傾向にあり、県内でも令和3年度においては県内ワースト1位となっていました。
ご自身の健診結果を今一度見返してみてください。

血糖検査の項目は、HbA1c（ヘモグロビンエーワンツー）や「空腹時血糖」または「随時血糖」です。

この値が高いと糖尿病の恐れがありますので、基準値を外れ

受診が必要な方は、早めの受診をお勧めします。

糖尿病は自覚症状がないまま全身の血管や神経を傷つけ、失明や腎臓病、心臓病、脳卒中などの深刻な病気を引き起こす要因になります。（広報むつざわ7月号健康こらむ「本当は怖い糖尿病」をご覧ください）

重症化すると医療費も膨大に

1人あたりの医療費（国民健康保険）の令和3年度速報値では睦沢町が1番高く、令和4年度の内訳では、**1位が糖尿病**となっています。

すでに治療中の場合は、自己判断で治療を中断せず、重症化しな

○ 1人当たり医療費・市町村別マップ（令和3年度）
【速報値】



（令和4年度）

順位	医療費 (国保の入院+外来)
1位	糖尿病
2位	関節疾患
3位	統合失調症
4位	慢性腎臓病 (透析あり)
5位	高血圧症
6位	不整脈
7位	肺がん
8位	脳梗塞
9位	脂質異常症
10位	大腸がん

（資料：KDB国保データベースシステム）

いよつにすることが大切です。

よく噛んで糖尿病予防

虫歯、歯周病、歯の喪失やそれ以外の歯・口腔の疾患により、よく噛めない野菜などの摂取が少なくなる一方、脂質や総エネルギー量が増え、生活習慣病のリスクが高まること指摘されています。

よく噛むことで満腹感が早期に得られ食事を抑えられることや血糖値を下げるインスリンというホルモンがしっかりと分泌され、糖尿病の予防になります。

特定健診の質問項目に「よく噛んで食べる時の状態はどれにあてはまりますか」とありますが、「噛みにくいことがある」「ほとんど噛めない」と回答している割合が県の平均よりも町の方が高い傾向にありました。

大人の歯は28本（親知らずを加えると32本）よく噛める本数は18本から20本といわれています。入れ歯でも差し歯でも20本の歯を保持し、糖尿病の予防をしましょう。

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、友人などの周囲が連携し、一緒について行くなどで、専門家への相談を促しましょう。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はありませんか。

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。あなたの周りにいるたくさんの人が、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。

④心の電話相談 ☎0475(44)0022 (365日・24時間) 相談できます。

千葉県いのちを支えるSNS相談
登録専用QRコード ↓

④千葉いのちの電話 ☎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)

④千葉県いのちを支えるSNS相談窓口 <https://www.pref.chiba.lg.jp/kenzu/kokoro/inotisns.html>

相談期間 令和6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）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）



精神疾患でお悩みのご家族の皆様へ ～家族会のご案内～

日常生活の悩みや将来への不安をかかえながら過ごしている精神障害をお持ちの方のご家族を対象に、体験談や悩みを話し合う場を設けています。お気軽にご参加ください。

○定例家族会

とき 毎月第3金曜日 13：30～15：30

ところ ふれあい広場ひびき会議室

○おしゃべりサロン

とき 毎月第1土曜日 14：00～16：00

ところ 茂原市総合市民センター

問い合わせ 長生郡市精神障害者家族会「ひびき」
☎(25)4175 (NPO法人ふれあい広場ひびき内 江澤秀夫)

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。

愛犬に動物病院などで毎年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

広告枠



幼児さん・小学生大募集!!

学研 睦沢教室

学習コース 算数・国語・英語

学習日 火曜・金曜

指導者 小高 美知代

教室住所 睦沢町上之郷188-10

電話番号 090-7287-0810 / 0475-43-0925



教室の情報は↑

教員40年の経験を生かして指導します。
無料体験実施中! お気軽にお問合せ下さい。



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

お客様の希望に添えるように細かく丁寧な仕事を心がけています

TEL 0470-87-9939 FAX 0470-87-9959

千葉県いすみ市坪町桑田1508-2

いすみ市 藤美建装 検索

広告枠

今月の俳句



見上げたる空に輝く銀杏の実

(小川 澄)

各種相談窓口

●健康栄養相談

血压測定、体脂肪測定、健康指導、食事指導など

時 9月19日(火)

受付：10:00～11:30

所 町農村環境改善センター

場 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 9月28日(木)

受付14:00～15:00

所 町農村環境改善センター

場 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。

場 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 9月6日(水) 13:30～15:00

9月20日(水) 13:30～15:00

所 町中央公民館

場 茂原警察署 ☎(22)0110

●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

●行政書士電話相談会

時 9月24日(日) 9:00～12:00

※ご相談は、相談対応行政書士に直接お電話をお願いします。都合の悪い場合は、別の日に電話でご相談をお受けします。

相談内容および対応者

●相続・遺言、成年後見、農地法関係
今関 雄一 ☎(43)0202

●入管・国際業務

宮岡 到 ☎(36)6969

場 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

●行政・人権相談

時 9月13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。

場 役場総務課 庶務秘書班

☎(44)2500

●法律相談

時 9月8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

場・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。

場 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 6,662人 (-14)

男性 3,271人 (-5)

女性 3,391人 (-9)

●世帯数 2,823世帯 (-1)

令和5年7月31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
文岡 豊菜摘	せな 世那	女	7月4日
小谷 修平美幸	かのん 奏音	女	7月19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
河野 道子	87	上之郷	6月27日
村杉 榮	94	佐貫	7月4日
古山 千代枝	94	大上	7月16日
宇野 昭子	96	大上	7月19日
吉野 豊	79	大上	7月21日
小高 惣藏	87	上之郷	7月22日
市村 文子	88	下之郷	7月28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 睦沢町総合運動公園

スポーツフェスタ

2023.09.24 SUN

10:00-16:30

参加
無料

～いろいろなスポーツを体験しよう！～ ※小雨決行



SDGs大多喜学園 (esDGz.OTAKI.EXE)



一般社団法人日本フラインクディスク協会



ラウンドネット履商



勇清塾



弓道 行モンストレーション



剣道 行モンストレーション



柔道 行モンストレーション



KITCHEN CAR

JEF千葉 サッカースクール
※対象: 幼児～小学生

予約制

バスケットボール クリニック
※対象: 幼児～

予約制

かけっこ チャレンジ
※対象: 小学生

予約制

その他スポーツ体験

- ・アルティメット
- ・ウィッフルボール
- ・スパイクボール
- ・スポーツチャンバラ
- ・テニス
- ・合気道護身術教室

むつざわミニマルシェ

※10:00～16:00
韓国料理やアルゼンチン料理から
かわいいデザートまで
なんでも揃う
キッチンカ
などが集結!

デモンストレーション

(弓道/剣道/極真空手)
測定会
スタジオレッスン体験
パワープレート体験

■は事前予約制

△ パークむつざわ 睦沢町総合運動公園
〒299-4413 千葉県長生郡睦沢町上之郷 1565
TEL: 0475-44-1565 <http://park-mutsuzawa.com>

イベントの詳細、
ご予約はこちらから→



千葉県誕生150周年記念長生地域行事を実施します

令和5年は、本県が誕生してから150年の節目の年です。長生地域では、これを記念して、2つの行事を開催します。

①いきいき長生・にいほる文化祭

長生地域内の廃校を活用して、地域の文化、歴史、自然などが体感できる文化祭形式のイベントを開催します。

地元の企業や飲食店などによる特産品・飲食物の販売に加えて、ものづくり体験や地元の企業などの職業体験、バーチャルサイクリング体験など、楽しいイベントが盛りだくさん!

- ◆日時 10月7日(土) 10:00～15:00
- ◆会場 茂原市立旧新治小学校 (茂原市下太田150)
- ◆アクセス JR本納駅または臨時駐車場からシャトルバスで約7分
- ◆参加方法 予約不要、入場無料

②毎日の運転にやさしさ

チャレンジ・ザ・ドライブ in 長生

「エコドライブ・安全運転」の見える化を体験できるイベントを開催します。

お貸しする「専用タグ」と専用の「スマートフォンアプリ」により、楽しみながら、客観的に安全運転技術を確認できます。上位入賞者には豪華賞品をプレゼントします!

- ◆対象 長生郡市内に在住・在勤している方 (先着500名)
- ◆参加方法 ホームページ内の応募フォームからお申し込みください。
- ◆募集期間 9月30日(土)まで
- ◆実施期間 12月1日(金)～12月31日(日)

問 県民の日長生地域実行委員会事務局 (千葉県長生地域振興事務所企画課) ☎(22)1610

※①②ともに、詳細・最新情報は ホームページを必ずご確認ください。



イベント

特別展「生誕100周年鈴木重男 絵画展－時代を生きたある人生－」12月3日(日)まで

鈴木重男は1923(大正12)年、瑞沢村(現 睦沢町)生まれ。画題は少年時代や東京時代、戦中、戦後を生きた人生の体験画などです。鈴木の記録絵画は、大正から平成までの時代や生活の変化を絵と説明文で表現した記憶遺産でもあります。この特別展は生誕100年を記念し、「おれの絵は心の絵だよ」と語った絵画や手記で詩情豊かな鈴木の心の軌跡をたどります。



房総カントリーの桜

睦町歴史民俗資料館 ☎(44)0290

イベント

天文教室

～秋空の名月を観測しよう～
9月16日(土) 19:00～20:45



9月のテーマ

「天体望遠鏡で月を見てみよう」

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。



睦町中央公民館天体観測室
☎(44)0211

9月の公民館・歴史民俗資料館の休館日

4日(月)、11日(月)、18日(月・祝)、25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。

睦沢町伝統芸能の紹介動画を公開しました!



睦沢町に伝わる4つの伝統芸能「佐貫季寄(睦沢町指定無形民俗文化財)」「大上五囃子(睦沢町指定無形民俗文化財)」「妙楽寺ぜんぜんご」「上市場八坂神社お囃子」の記録保存を目的とした紹介動画を、睦沢町YouTubeチャンネルにて公開しました。

それぞれの伝統芸能保存団体の活動により、現在まで伝えられてきた睦沢町の貴重な文化財を、ぜひご覧ください。本編30分版とダイジェスト3分版の2種類があります。



イベント

まっ白いひろば開催

9月9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。

- ⑦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
- ⑧無料(初回参加時保険料100円)
- ⑨弁当、飲み物、着替え、ヘルメット、ぬれても良いはき物
- ⑩まっ白い広場事務局 ☎(44)2289

子どもの可能性は無限大!



走り方教室

9月10日 開催決定!

一回知れば運動がもっと楽しくなる♪
秘密のトレーニングで、1日で足が速くなる!?

足の速さは才能じゃない!

足を速くするヒントは色々な体の動かし方を体験し自分の得意な動作を覚えることです!

「出来た!」「速くなった!」と達成感を経験し色々な練習方法で子どもをやる気にします!

- ① 9:30～10:30(年長)
- ② 10:45～11:45(1・2年生)
- ③ 12:00～13:00(3・4年生)
- ④ 13:15～14:15(5・6年生)



料金 ¥500(子ども1人)

ところ アリーナ(体育館)

定員 各クラス20名予定(申込み順)

申し込み 窓口・電話・LINEにて当日まで募集中



パークむつざわHP



公式LINE

持ち物 水分補給できるもの、運動できる服装、タオル等、室内シューズ

問い合わせ パークむつざわ 睦沢町上之郷1565 ☎(44)1565

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

- ・自由見学会…普段のデイサービスの様子が見学できます。
- ・介護相談…認知症に関する相談コーナーを設置し、専門職が相談に応じます。
- ・認知症に関する資料を提供します。

とき 9月22日(金) 13:15～15:15

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 10名(要申込) 参加費 無料



※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過ごしましょう。
※入室時の検温・マスク着用など感染対策にご協力をお願いします。
※ボランティアさん募集(3名まで)

道の駅
コラム

2023.7.10

海外からのエンジニア研修

このたび、道の駅では、独立行政法人国際協力機構（JICA）の研修を実施しました。

テーマは“耐久性（resilient）のあるエネルギー自立タウン”です。

参加されたエンジニアは、アルバニア、エジプト、エルサルバドル、ドミニカ、フィジー、モンテネグロ、ラオスのエネルギー分野、環境分野、建築デザイン等の専門分野の方々（計7名）でした。

スマートウェルネスタウンの事業やエネルギー活用の仕組み、運営体制や資金調達など、興味深く研修を行いました。



前回のコラムではバイオマス発電の種類と発電方法をご紹介しましたが、今回はこのバイオマス発電の大きな特徴とメリットをお伝え致します。

■バイオマス発電のメリットとは

- ・発電施設が太陽光のように天候に左右されないため、発電量の安定性が高い
- ・本来は捨てるはずの廃棄物が有効活用できる。
- ・CO₂の増減が実質ゼロになる

この実質ゼロの意味ですが、バイオマス発電で資源を燃やす時にはCO₂が発生しますが、そのCO₂は資源となった植物が成長する間に吸収したものです。つまり、実質的にはCO₂の発生量は±0ということになります。この考え方のことをまた「カーボンニュートラル」ともいいます。

このように地球に特にやさしいとされるバイオマス発電ですが、以下のような課題もあります。

こんにちは！ CHIBAむつざわエナジー通信です。
世の中に急速に普及されつつある再生可能エネルギーには様々な種類がありますが、その中でも、特に地球にやさしいと言われているバイオマス発電についてのマメ知識を前回に引き続きみなさんにお知らせしたいと思います。

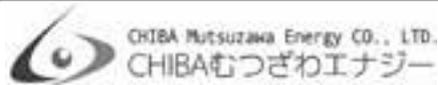
～地球にやさしいバイオマス発電のメリットとは～

■バイオマス発電の課題点

- ・製造コストが高い
- ・発電所を建設する時に臭い等の公害で発電場所や地域住民の理解を確保する事が困難な場合もある
- ・鳥インフルエンザ等で鳥自体の数が急激に減ると、原料となる鶏ふん量が減ってしまい、発電量等にも影響

このような課題点もありますが、再生可能エネルギー利用率を高める国のエネルギー基本計画を背景に、改善方法を考える等バイオマス発電普及のための補助金等の促進も行われています。

脱炭素社会を実現しようとする流れのなかで、今後バイオマス発電の市場は更に拡大すると考えられていますので、ますます注目され、よりみなさんの身近なエネルギー資源となるといいですね。



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！

むつざわエナジー

検索

(フリーダイヤル) 0800-800-5084

ガス料金のコンビニ収納が始まりました

ガス料金につきましては、全国のコンビニエンスストアで納付が出来るようになりました。今まで皆さまがご利用していた金融機関での窓口納付・口座振替に加えて、24時間納付が可能ですので、ぜひご利用ください。

対象のコンビニ

- セブンイレブン
- セイコーマート
- デイリーヤマザキ
- タイエー
- ローソン
- ミニストップ
- ニューヤマザキデイリーストア
- ハセガワストア
- ファミリーマート
- ハマナスクラブ
- ポプラ
- ローソンストア100
- くらしハウス
- スリーエイト
- ヤマザキスペシャルパートナーショップ
- ヤマザキデイリーストア
- 生活彩家
- MMK 設置店



◎ここにバーコードが付いている納付書がコンビニにて支払可能です！（※上記箇所にバーコードが付いていない従来の納付書は、金融機関にてお納め下さい）

問い合わせ 長南町役場 ガス課 経理営業係 ☎(46)3401

Vol.2
シリーズ
睦沢教育

「地域とともにある
学校」づくり

—できる時にできることを
できる範囲で—

休日部活動の地域移行を協議していきます

文部科学省が所管するスポーツ庁・文化庁は、本年度から令和七年度までを改革推進期間と定め、運動・文化芸術部活動の地域連携や地域クラブ活動移行に向けた環境の一体的な整備を学校や自治体に促しています。皆様ご存知のように学校の部活動は、同好の生徒が参加し、学校の教育活動の一環として行われ、スポーツ・文化芸術振興を支えてきました。また、異年齢との交流の中で生徒同士の好ましい人間関係を築いたり、連帯感や責任感、ありのままの自分を肯定する感覚（自己肯定感）をゆっくり培ったりなど、多様な学び・活躍の場としての意義を持っています。しかし、少子化や教員の働き方改革の推進のため、今までどおりの運営体制は難しくなっています。そこで、生徒にとって望ましい環境を構築するという観点に立った部活動の地域移行が促されています。

国や県のこの方針を受け、本町でも睦沢町地域クラブ活動推進協議会を設置し、実情に合った移行までの手順や移行後の環境等を検討しています。

地域移行の仕組みの構築と維持は、参加者・保護者・地域の方々全員のご理解とご協力が不可欠です。よろしく願います。

通学路の合同点検を行いました

七月十日(月)に、長生土木事務所職員、茂原警察署署員、園小中学校各代表職員、同PTA代表、役場担当課職員等で通学路の現地での合同点検を行いました。児童生徒の安全確保をめざす本事業は、平成二十四年度から実施しており、この間、表示看板やカーブミラーの設置、グリーンベルトの塗りなおし等の対応をとってきています。そして上市場地区の歩道の確保に現在取り組んでいる最中です。本年度は、外側線や区画線等の引き直し等を行う予定です。また、状況に応じては、樹木の剪定等をお願いすることもありますので、その際はご協力をお願いいたします。



英語検定・漢字検定受験料の補助を行っています

町では、英語力・漢字能力および学習意欲の向上を図るために、児童生徒が受験する際の検定料の補助を行っています。ぜひご利用ください。

補助金額	対象者	対象検定	
一回につき二千元 (児童生徒一人につき 各年度一回まで)	④ 町内に住所があり 町外の中学校に在 籍している中学生	公益財団法人日本英語検定協会が実施する実用英語技能検定	英語検定
一回につき二千元 (生徒一人につき各年 度一回まで)	① 睦沢小五・六年生 ② 睦沢中学生 ③ 町内に住所があり 町外の小学校に在 籍する五・六年生	公益財団法人日本漢字能力検定協会が実施する日本漢字能力検定	漢字検定

※申請方法は、受験方法により異なりますので詳細はお問い合わせください。

町教育委員会教育課 学校教育班

☎(44)2509

令和6年4月から保育料が変わります

町では、こども園の適正利用や利用者負担を含めた子育て支援のあり方について検討してきました。新たな保育料として、2・3号認定児の標準時間と短時間保育利用者の受益者負担の公平性や経済的支援を考慮し、下記のとおり改定することとしました。

3歳児以上の保育料は無償化の対象となり、現状の給食費・絵本代の集金となる部分についての変更はありません。

通常保育料

(単位：円)

階層	区分	現 行		改定後			
		標準時間	短時間	標準時間	現行との差額	短時間	現行との差額
1	生活保護世帯	0	0	0	0	0	0
2	非課税世帯 ※均等割のみ	0	0	0	0	0	0
3	所得割額 48,600円未満	17,600	13,900	14,900	△ 2,700	13,900	0
4	所得割額 77,101円未満	21,000	16,600	18,600	△ 2,400	16,600	0
5	所得割額 97,000円未満	27,000	21,100	23,100	△ 3,900	21,100	0
6	所得割額 169,000円未満	40,000	29,200	31,700	△ 8,300	29,200	0
7	所得割額 301,000円未満	43,700	31,900	36,000	△ 7,700	34,900	3,000
8	所得割額 397,000円未満	56,100	40,900	44,400	△ 11,700	42,900	2,000
9	所得割額 397,000円以上	73,400	52,900	53,900	△ 19,500	52,900	0

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578

2・3号認定の時間外保育料

登降園の時間（7：30～8：00、16：00～16：30）の無料は無くなるとともに、下記のとおり改定となります。

項目	保育時間	単位	現行単価	改定後単価	備考
(月額) 1か月当たり	7：30～8：00 16：00～19：00	30分	500円/月	1,500円/月	※最高額の設定は 無くなり、利用 分が負担額とな ります。
(日額) 1回当たり	7：30～8：00 16：00～19：00	30分	50円/回	100円/回	

※2・3号認定児（保育標準）については、18：30～19：00までの時間が時間外保育に当たる時間となり負担額が発生します。

問い合わせ こども園 ☎(44)0050

睦沢の子育て支援

問い合わせ こども園 ☎(44)0050

【園庭開放】

9月6日(水)
9：50～11：00
20、27日(水)
9：50～11：30



【おはなしの広場】

9月6日(水)
11：00～11：30



【わくわく広場】

9月13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13日(水)
11：00～11：30
対象 0～5歳児の子育てにかかわるご家族の方

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

睦沢こども園 園内見学・入園申し込み

睦沢こども園では、来年度（令和6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、園内見学および入園申し込みの受け付けを行います。

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。

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2日（月）～6日（金）

とき

10月12日（木）

内容

受付 9：45

開始 10：00

・園での生活についての話
見学 10：30

持ち物 室内用の靴、外靴を入れるビニール袋

※感染症の流行状況によっては、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。

入園対象児

1号認定

(従来の幼稚園)

平日の9：00から13：30まで教育活動を行う。

- ・3歳児～5歳児
(平成30年4月2日生～
令和3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11日（月）から

入園申し込み受付期間

10月12日（木）～31日（火）

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。



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

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。地元の小学生を見守ってくれる方、一緒に楽しく遊んでくれる方からのお問い合わせをお待ちしています。

応募資格 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 睦沢町放課後児童クラブ（睦沢小学校内）

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



第64回 長生郡民体育大会

総合成績第4位



ゴルフ競技

第64回長生郡民体育大会が、一宮町を主会場として6月18日から7月30日までの期間行われ、長生郡内各スポーツ施設で熱い戦いが繰り広げられました。

今年度から新規オープン競技として、パラリンピックで採用されたボッチャが7月30日に開催されたほか、7月2日に長生村体育館弓道場で開催の弓道、7月7日に一宮カントリークラブで開催のゴルフ、7月9日に一宮町振武館剣道場で開催の剣道の3競技で本町が見事に優勝。弓道は4連覇、剣道は3連覇、ゴルフは9大会ぶりの優勝となりました。3競技の優勝カップは、中央公民館ロビーに展示しています。

大会全体の結果は、3競技で優勝、2競技で準優勝、2競技で第3位となり(成績表掲載)、総合成績は第4位となりました。

なお、長生郡民体育大会で優勝した各競技の選手が、千葉県民体育大会に長生郡を代表して参加します。

第64回 長生郡民体育大会成績表

No.	種目	男女別	順位
1	ソフトテニス	男	2
2	バドミントン	男	4
		女	3
3	ゴルフ		1
4	卓球	男	2
5	剣道		1
6	バレーボール	女	5
7	バスケットボール	男	4
8	ソフトボール		3
9	クレ射撃		4
10	弓道		1
11	グラウンドゴルフ		4
12	ボッチャ		オープン

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

090-4722-4725 受付: 平日9時~12時

代表: 中村 方則 副代表: 香焼 正利 事務局: 小林 かおり

※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。

らくま クッキングメモ

材料 (2人分)

- 切り干し大根…………… 15g
- 棒寒天…………… 1/2本(4g)
- カットわかめ…………… 3g
- 水…………… 1/2カップ
- 酢…………… 大さじ1
- 砂糖…………… 大さじ1/2
- しょうゆ…………… 小さじ1/2
- ごま油…………… 小さじ1/2
- 白いりごま…………… 大さじ1
- 焼きのり…………… 全型1枚(3g)

いろいろ乾物の和え物



栄養量(1人分) ●エネルギー69kcal ●蛋白質2.3g ●カルシウム103mg ●食物繊維4.5g ●塩分0.6g

作り方

- ①切り干し大根ははさみで食べやすく切り、棒寒天は小さくちぎる。ポリ袋に合わせ入れ、わかめと水を加えてよく振って混ぜ、空気を抜いてしっかりと水に浸す。
- ②乾物が軟らかく戻ったらポリ袋の端を切り、水気を絞る。
- ③調味料を混ぜ合わせ②をしっかりと和える。
- ④最後にごまと細かくちぎったのりを加えて混ぜる。

4年ぶりの開催 青少年サマーキャンプ

7月23日(日)～24日(月)に、4年ぶりとなる町青少年相談員連絡協議会主催の青少年サマーキャンプを国立中央青少年交流の家（静岡県御殿場市）で開催しました。

今年度は、町内の小学5・6年生の児童に加え、中学1・2年生も参加対象とし実施。参加者は、2日間の活動の中で、青少年サマーキャンプ恒例の富士川でのラフティングツアーや野外炊事、富士山周辺の施設見学、郷土料理のほうとうを堪能するなどし、普段とは違う貴重な体験をしました。

参加者からは、「はじめての体験ができたこと」「みんなと来られたこと」「違う学年（上級生）の子と仲良くなれたこと」など多くの良かったことの感想がありました。



Time Line T L M MUTSUZAWA

浴衣を着て、盆踊り大会に行こう

睦沢町立中央公民館で、浴衣の着付け体験会を開催

8月6日(日)に睦沢町立中央公民館で浴衣の着付け体験会を開催しました。

この企画は、町青少年相談員で副会長として活躍されている安谷屋 瞳さん（川島）から、普段着に着物を取り入れている中で、子どもたちにも和装の魅力を体験させてあげたいとの思いを聞き、コロナ禍で減少した生涯学習事業の回復にもつながると考え、町内の女性陣や公民館の茶華道教室に参加する高校生にスタッフとしてお手伝いいただき実施したものです。

体験会では、冒頭安谷屋さんから「浴衣は日本の伝統的な文化なので、気軽に触れていってほしい。」と参加者へ思いを伝え、その後、参加者は先頭の講師の着方を見ながら、それぞれの鏡の前で着付けを進めていき、おはしよりの作り方、衣紋の抜き方など基本的な浴衣の着方や好みや雰囲気にあわせた帯の締め方のアレンジなどを教わりました。



講師の安谷屋 瞳さん（川島）



だいぶ助けてもらっていた参加者もいましたが、皆楽しそうで、今回の経験が自分で着られるという自信になる講習でした。

この体験会は、当日町商工会青年部で主催する納涼盆踊り大会へ浴衣で参加できることをコンセプトに実施。着付け体験後、参加者は、浴衣のまま盆踊り大会へ、久しぶりに実施された町の恒例行事を素敵な浴衣姿で楽しみ思い出を作りました。



ありがとうございます 7月18日
白石管工事株式会社代表取締役 白石健司様から
企業版ふるさと納税として町に百一十万円のご寄附がありました。
まち・ひと・しごと創生事業に有効に活用させていただきます。

「青少年を健全に育てる運動」

～千葉県下一斉合同パトロール実施～

令和5年度「青少年を健全に育てる運動」の一環として、千葉県下一斉合同パトロールを7月28日(金)に実施しました。

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、PTA連絡協議会から参加をいただき、社会教育委員を含めて、共同で町内の公園や道の駅、コンビニなどを巡回し、児童・生徒に声かけをし、地域の補導活動、環境浄化活動の啓発としました。



編集後記

毎日暑い日が続きます。最近では局地的な激しい雷雨が発生したというニュースをよく目にします。9月1日は防災の日、自然災害はいつ起こるか予測ができません。日頃から災害への備えをしっかり行いましょう。



10月分 2023

くらしのカレンダー

※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
1	2 もえるゴミ ●固定資産税第3期納期限 ●国民健康保険税第3期納期限 ●介護保険料第3期納期限 ●後期高齢者医療保険料第3期納期限	3	4 もえるゴミ	5 2コース粗大ゴミ ●みんなで健康ウォーク 9:30集合 (川島農事集会所)	6 もえるゴミ 子宮がん検診	7
8 子宮がん検診	9 もえるゴミ スポーツの日 ●陸沢町制施行40周年記念式典	10 1コースもえないゴミ	11 もえるゴミ ●行政・人権相談 13:00~16:00	12 2コース資源ゴミ	13 もえるゴミ ●健康栄養相談(改セ) 10:00~11:30 ●法律相談 10:30~12:30	14
15	16 もえるゴミ	17 1コース資源ゴミ	18 もえるゴミ 子宮がん検診	19 2コースもえないゴミ 乳がん検診	20 もえるゴミ	21
22 ●日曜開庁(一部窓口)	23 もえるゴミ	24 1コース粗大ゴミ	25 もえるゴミ	26 ●乳幼児健康相談(改セ) 14:00~15:00	27 もえるゴミ	28
29	30 もえるゴミ	31	<ul style="list-style-type: none"> ●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 (改セ)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	
9月3日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171
9月10日	聖光会病院	35-5151	三枝医院	25-2203
9月17日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171
9月18日	大多和医院	33-6111	おゆみの中央病院茂原クリニック	25-7755
9月23日	宍倉病院	24-2171	宍倉病院	24-2171
9月24日	藤島クリニック	47-3056	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※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。