町制施行30周年

広報むつざわ

きれいな水　豊かな土　支えあう人の和で築く　ふるさと　むつざわ

平成26年
2
No.550

祝　成　人　～平成25年度　成人式～

1月12日（日）に睦沢ゆうあい館で成人式が開催されました。今年は、69名が成人を迎え、52名が式に出席しました。二十歳の門出を迎えられた皆さんのご活躍を期待します。

主な内容

P2～3 ……健幸むつざわロードレース大会
P4 ……平成26年消防出初式
P4 ……学校等問題調査検討委員会 第２次意見書を提出
P5 ……巡回バスの運行を終了します
P6～7 ……申告相談を行います
P11……生涯学習だより
P12……ヘルスケア
P14……資料館だより
P15～17……くらしの情報

睦沢町制施行３０周年記念事業

「健幸むつざわロードレース大会」が開催されました

平成25年12月15日（日）総合運動公園周辺を会場に、シドニーオリンピック女子マラソン金メダリスト高橋尚子さんを特別ゲストに迎えて開催されました。

当日は天候に恵まれ、ギャラリーを含め1,700名余りの方が集まり、11部門に925名の方々が健脚を競うとともに、近隣市町村からマスコットキャラクターが声援に駆けつけ、心に残る大会となりました。

たくさんのランナーが集まりました（写真は中学生・一般の部のスタート直後）

よ～い　ドン！

特別ゲスト　高橋尚子さん

サンタのかっこうをしたうめ丸くん

豪華景品が当たったじゃんけん大会

駆けつけたマスコットキャラクターたち

健幸むつざわロードレース大会結果

各部門の１位から６位までの入賞された方を紹介します

①小学校入学前（４～６歳）親子　０．７km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	10	大川　蒼翔	一宮町	2:49
2	20	大塚　琢磨	長南町	2:58
3	9	山口　真央	茂原市	3:08
4	12	越智　大耀	茂原市	3:10
5	98	関　　優太	勝浦市	3:12
6	84	稲生　リン	大網白里市	3:14

②小学１～３年生　男子　１．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	262	桐生　辰吉	千葉市	3:42
2	257	齋藤　博人	千葉市	3:44
3	213	八子　一帆	千葉市	3:49
4	205	麻生　洸晴	千葉市	3:54
5	263	魚見隆一郎	千葉市	3:58
6	268	森川　亮祐	白子町	4:00

③小学１～３年生　女子　１．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	307	菅原　凜香	千葉市	3:50
2	309	佐藤　美樹	千葉市	3:51
3	315	長谷川瑠海	いすみ市	4:03
4	305	大川　心愛	一宮町	4:03
5	349	西山　心町	千葉市	4:05
6	348	松田　一花	鴨川市	4:05

④小学４～６年生　男子　１．５km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	459	桐生　竜馬	千葉市	4:44
2	406	菅原慎之介	千葉市	4:52
3	469	塚原　侑琉	市原市	4:53
4	413	鎗田　大輝	いすみ市	4:55
5	460	桐生真之介	千葉市	4:57
6	466	内田定一郎	埼玉県	4:58

⑤小学４～６年生　女子　１．５km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	551	加藤　花梨	茨城県	4:51
2	555	仲田さくら	千葉市	4:59
3	519	中村　美空	長南町	5:17
4	513	内田　めい	長生村	5:18
5	554	林田　明莉	白子町	5:18
6	542	関　　優月	大多喜町	5:19

⑥中学生　男子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	608	鈴木　崇也	勝浦市	17:21
2	611	松田　　翼	市原市	17:51
3	610	所　　倖平	いすみ市	18:34
4	609	中村　秀斗	いすみ市	18:49
5	604	鵜沢　正樹	いすみ市	19:49
6	607	鈴木　理朗	勝浦市	20:17

⑦中学生　女子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	715	宗條　未来	市原市	17:55
2	702	鵜沢　美奈	いすみ市	18:06
3	713	佐久間遥妃	市原市	18:21
4	712	森岡　夏生	千葉市	18:27
5	704	長島　瑠華	白子町	18:32
6	708	小髙　美音	大多喜町	19:36

⑧一般４０歳未満　男子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	829	中村　優河	いすみ市	16:47
2	881	葛窪　千晴	市原市	17:00
3	801	鈴木　識士	一宮町	17:28
4	832	菰田　祐司	いすみ市	17:29
5	852	堤　　卓也	いすみ市	17:33
6	884	佐藤　圭亮	千葉市	17:44

⑨一般４０歳未満　女子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	908	並木　千夏	いすみ市	20:24
2	910	原田　知子	長生村	21:48
3	928	古川　栄里	大網白里市	22:07
4	915	中村　友美	いすみ市	23:10
5	920	城丸　廣容	茂原市	23:17
6	912	矢澤　育子	一宮町	24:04

⑩一般４０歳以上　男子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	1060	所　　繁雄	茂原市	16:47
2	1015	椎名　喜光	千葉市	17:07
3	1103	市東　　勝	東京都	17:39
4	1058	竹内　将夫	市原市	18:09
5	1098	内田　定男	埼玉県	18:18
6	1006	上野　　彰	睦沢町	18:22

⑪一般４０歳以上　女子　５．０km

順　位	ゼッケン	氏　名	住　所	タイム
1	1231	森岡　恵子	千葉市	21:47
2	1224	遠藤　明美	茂原市	22:23
3	1238	森岡加寿子	長生村	23:26
4	1234	鈴木　浩美	茂原市	24:40
5	1204	酒井　弘子	茂原市	24:50
6	1201	押田　優子	睦沢町	25:03

受章おめでとうございます
―平成26年消防出初式―

1月11日（土）、茂原市民会館で長生郡市広域市町村圏組合による消防出初式が開催されました。

式典では、日頃の消防活動の功労を認められ、第5支団（睦沢町）からも多くの団員やその夫人が受章しました。

（敬称略）

千葉県消防協会長表彰

☆精勤章

石井　充生（第1分団副分団長）
小髙　喜仁（第2分団副分団長）
佐藤　広志（第3分団副分団長）

☆精勤章

長谷　智治（1－1団員）
魚地　宏至（1－2団員）
鈴木　清之（1－3部長）
磯野　武憲（2－1班長）
吉野　和宏（2－2部長）
米倉　英希（2－3団員）
宮﨑　健一（3－1班長）
麻生　久伸（3－2団員）
佐貫田　紘行（3－3団員）
中村　充伸（3－4団員）

管理者表彰

☆功労章

今関　拓郎（1－3団員）
中村　勉（2－3団員）

千葉県消防協会長生支部長表彰

☆功労章

中村　年孝（1－1団員）
酒井　浩之（1－3団員）
中村　好宏（2－1団員）
吉野　修啓（2－1団員）
兼澤　光明（3－1団員）
古山　義裕（3－4部長）

千葉県消防協会長生支部長表彰　功労章
中村　年孝氏

団長表彰

☆精勤章

小川　圭介（1－2団員）
小髙　一洋（2－2団員）
麻生　智之（3－2団員）

☆優良部

第2分団第2部

内助功労表彰

☆千葉県長生地域振興事務所長内助功労章

中村　朋美（夫　中村　優　3－3団員）

☆団長内助功労章

中村　由里（夫　中村　年孝　1－1団員）
宮﨑　育美（夫　宮﨑　弘誠　3－1部長）

睦沢町学校等問題調査検討委員会　教育委員会に第2次意見書を提出

学校等問題調査検討委員会の市原会長より平成25年12月20日に教育委員長へ意見書が提出されました

岡田教育委員長　　市原享会長

学校等問題調査検討委員会は23名の委員で構成され、本町における小・中学校およびこども園に係る諸問題の調査検討、将来への望ましい教育環境のあり方について様々な意見を基に協議が進められています。

第２次意見書内容

『睦沢中学校の技術・家庭科棟について』

睦沢中学校の技術・家庭科棟については、昭和43年７月竣工で築45年が経過し、かねてから改修の必要性がいわれてきたところであります。

また、平成22年に行った耐震診断においても改築（建て替え）を視野に入れた補強計画が望ましいとの結果が出ており、早急に対応を図る必要があると考えるものであります。

なお、建て替えまたは改修においては、現在の生徒数及び校内各施設の配置等から位置及び面積などを充分考慮し対応を図られたい。

問い合わせ　睦沢町学校等問題調査検討委員会事務局（教育課学校教育班）☎(44)2509

巡回バスの運行を終了します

平成26年3月31日(月)をもって、睦沢町町民巡回バスの運行が終了になります

今後の公共交通手段については、以下の２つの制度をご利用くださいますよう、お願いします。

① 睦沢町路線バス利用促進事業

路線バス利用者の方へ運賃の2分の1を補助します

対象となる方

睦沢町内に住所を有し、路線バスを利用する方

補助対象路線

・茂原駅～睦沢中央公民館　・一宮駅～大多喜車庫

補助内容

定期券または回数券の２分の１相当額を補助します

問い合わせ

役場総務課　政策企画班　☎(44)２５０１

② 睦沢町福祉タクシー事業

タクシー利用1回につき最大2,000円を助成します

対象となる方

・65歳以上の住民税が非課税の方で、家族の支援を受けることができない方
・自主的に自動車運転免許を返納した住民税が非課税の方で、家族の支援を受けることができない方
・腎臓機能障害で透析治療を受けている方
・身体障害者手帳１・２級の方、または視覚、下肢もしくは体幹に障害がある方
・療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
・要介護２以上の認定を受けている方
・妊産婦（母子健康手帳の交付を受けている方で、出産後２か月までの方）
・その他町長が認めた方

助成内容

・助成額　利用1回につき最大2,000円（ただし、利用料金100円未満の端数は利用者負担となります）
・利用可能なタクシー会社　町が協定を結んだタクシー会社（平成26年１月１日現在23社）
・利用シート数　年間最大72シート（1シート2,000円）
　※ただし、妊産婦については最大34シートになります。

申請・問い合わせ

役場健康福祉課　福祉介護班　☎(44)２５０４

睦沢町町民巡回バスについては、平成13年9月の運行開始以来、利用率の低迷が続き、随時見直しを行ってまいりましたが、改善が見込まれないことから、平成26年3月31日をもって、やむを得ず終了とさせていただきます。

今まで皆様にご利用いただきありがとうございました。

行　い　ま　す

相談期間	2月17日（月）～3月17日（月）※土日を除く
受付時間	午前9時～正午、午後1時～4時
会場	農村環境改善センター
問い合わせ	役場税務住民課税務班　☎(44)2502

所得税の確定申告と住民税の申告

◎確定申告が必要な方

・事業所得や不動産所得、譲渡所得などがある方
・給与、退職所得以外の所得金額の合計が20万円を超える方や給与を2か所以上から受け取っている方
・公的年金などの収入があり、所得税が源泉徴収されている方

◎住民税の申告が必要な方

・給与収入がある方で、雑損控除や医療費控除、寄付金控除、住宅借入金等特別控除、政党等寄付金特別控除などを受けることができる方
・平成25年中に勤務先で年末調整を受けなかった方
・勤務先から町に給与支払報告書を提出されていない方
・課税証明書や非課税証明書等の必要な方
・国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している方、国民年金保険料の減免申請をする方

※所得税の申告をする方は、住民税の申告は不要です。

※公的年金等の収入が400万円以下で、これ以外の所得が20万円以下の方は申告が不要となっていますが、医療費控除、保険料控除、寡婦(夫)控除を受ける場合など、還付になるケースでは申告をおすすめします。

平成26年度から適用の主な住民税変更点

給与所得控除の改正

その年中の給与等の収入金額が1，500万円を超える場合の給与所得控除額については、245万円の上限が設けられます。（給与収入金額が1，500万円を超える場合、一律245万円を控除）

東日本大震災からの復興に係る財源確保のため個人住民税の均等割の標準税率が上がります

平成26年度から平成35年度までの間、個人の県民税の均等割の標準税率（1，000円）に、500円を加算した額とされました。

また、個人の町民税の均等割の標準税率（3，000円）に500円を加算した額とされました。

これにより、個人住民税の均等割の標準税率は1，000円引き上げられ、年額5，000円（改正前4，000円）とされました。

申告相談を

役場税務住民課では、申告書の記入の方法がわからない方などを対象に申告相談を行います。帳票類を整理し、扶養・配偶者等控除対象者の所得状況を確認し、正しい申告をしましょう。

なお、譲渡所得などの複雑な申告は税務署へご相談ください。

※茂原税務署においても、土日・祝日を除き申告相談を行っています。

地区割日

※対象日以外でも土日を除き、相談を受けます。

と　き	対象地区
2月20日（木）	大　上
2月21日（金）	妙楽寺
2月24日（月）	佐　貫
2月25日（火）	森・長楽寺・大谷木・北山田
2月26日（水）	上之郷・小滝
2月27日（木）	下之郷・河須ケ谷・岩井
2月28日（金）	寺崎
3月　3日（月）	川島・うぐいす里
3月　4日（火）	上市場

申告に必要なもの

○当日会場に持ってくるもの

①印鑑

②平成25年中の収入のわかるもの（給与の源泉徴収票、給与支払明細書、公的年金源泉徴収票等）

③控除を受けるための書類（生命保険料や地震保険料などの控除証明書、国民年金の領収書、医療費の領収書、障害者手帳、障害者控除認定書等）

※65歳以上の高齢者で障害者手帳をお持ちでない場合でも、睦沢町障害者控除対象者認定書交付要綱に基づき認定をされた場合は対象となります。詳しくは健康福祉課へお問い合わせください。

申告簡易フローチャート

※この表で判断できない場合は、税務住民課にお問い合わせください。

住宅ローン控除の適用期限の延長と控除限度額の拡充

住宅ローン控除の適用期限（平成25年12月31日）が平成29年12月31日まで4年間延長されます。

消費税率引上げに伴う税負担の増加による影響を平準化する観点から、特例的な措置として、所得税の住宅ローン適用者（平成26年から平成29年までの入居者）について、所得税の住宅ローン控除可能額のうち所得税から控除しきれなかった額を次の控除限度額の範囲内で個人住民税から控除します。

居　住　年	現行～平成26年3月	平成26年4月～平成29年12月
控除限度額	所得税の課税総所得金額等の5%（最高97,500円）	所得税の課税総所得額の7%（町民税4.2%、県民税2.8%）（最高136,500円）

※平成26年４月から平成29年12月までの欄の金額は、住宅の対価の額または費用の額に含まれる消費税等の税率が８％または10％である場合の金額であり、それ以外の場合における控除限度額は所得税の課税総所得金額等の５％（最高９万7,500円）とします。

申　告　Q&A

Q 申告書が送付されてきたときは必ず申告しなければいけないのですか。また、申告書が送付されてこないときは申告しなくてもいいのですか。

A 所得や扶養などの状況は毎年同じとは限りません。また、収入や控除が前年と変わらない場合でも法律の改正により申告が必要となる場合もあります。申告書送付の有無だけで判断せず税務住民課へ確認してください。

Q 申告書に添付する源泉徴収票を紛失してしまいましたが、どうしたらよいですか。

A 源泉徴収票を紛失した場合は、必ず勤務先や年金支払機関等から再発行してもらってください。会社が解散および廃業して再発行できない場合以外は、原則的に源泉徴収票の添付のない申告書を受け付けることができません。なお、公的年金の場合は、茂原市役所１階の千葉年金事務所茂原分室で再発行できます。

Q 年金収入のある親を養っているが、扶養控除を受けることができますか。

A 扶養控除を受けるには、扶養親族の年間合計所得が38万円以下でなくてはなりません。この場合、年金収入のことですので、所得の計算方法が65歳未満と65歳以上で異なります。

Q 夫の扶養に入っている妻でパート収入が95万円ですが申告の必要はありますか。

A 給与収入が95万円の場合は所得に直すと30万円になり、所得税は課税されません。しかし、住民税は所得割と均等割があり、夫の扶養に入っていても、28万円を超える所得があって扶養する人がいない場合は均等割がかかります。したがって、勤務先からパート収入に関する給与支払報告書が町に提出されていない場合は、住民税の申告をする必要があります。

Q 医療費控除を受けたいが、10万円を超えないと対象にならないのですか。

A 医療費控除は、医療費を一定額以上支払った場合に受けられ、総所得金額等によって異なります。総所得金額が、200万円以上の方は、医療費が10万円を超えた場合で、200万円未満の方は、医療費が総所得金額等の5％を超えた場合が対象です。なお、給付金の補てんがあった場合は、それぞれの治療にかかった医療費からそれぞれの補てん金を差し引き、合算した額が対象になります。

また、生計を同一にしていれば、同居していない家族の医療費も控除対象にできます。

■問い合わせ

役場税務住民課　税務班　☎(44)２５０２

インターネット公売を開催します

平成25年度第８回インターネット公売（差押財産）を開催します。

町税の収納率の向上と納税の公平を保つため、滞納者から差し押さえた財産を、ヤフー株式会社が運営するインターネットオークションを利用して公売し、滞納町税に充てます。

○参加申込期間　２月13日（木）午後１時～25日（火）午後11時
○参加資格　20歳以上でYahoo! JAPANのIDのある方
○公売財産　ホームページに掲載
○公売方法　せり売り
○公売場所　ヤフー株式会社が運営する公売オークションサイト
○入札期間　３月４日（火）午後１時～６日（木）午後11時
○最高価申込者の決定　３月７日（金）午前10時
○買受代金納付期限　３月14日（金）午後２時半まで

※詳しくは町ホームページをご覧ください。
（http：//www.town.mutsuzawa.chiba.jp）

・公売参加予定の方は、ホームページ上の「睦沢町インターネット公売ガイドライン」をお読みください。
・都合により中止の場合があります。

問い合わせ

役場税務住民課　税務班　☎(44)２５０２

－下見会－

実際の公売財産をご覧ください。

ご予約は不要です。

○と　き
２月17日（月）～21日（金）

○ところ
役場税務住民課

風しん予防接種公費助成は３月末までです！

町では、風しん予防接種に対して費用の一部を助成しています。

妊婦が妊娠早期に風しんにかかると、先天性風しん症候群と呼ばれる病気により、心臓病、白内障、聴力障害などの障害を持った赤ちゃんが生まれる可能性があります。予防接種を希望される方は早めに申請をお願いします。

1．助成実施期間　3月31日（月）まで

2．助成金額　風しんワクチン　3,000円
麻しん風しん混合ワクチン　5,000円

3．対象者　20歳から49歳までの方で
①妊娠を予定または希望している女性
②妊婦の夫
※町に住民登録がある方
（妊婦の方は接種できません。また、接種前1か月、接種後2か月の避妊が必要です）

4．接種方法　町が契約した医療機関による個別接種

5．手続き　健康福祉課国保健康班の窓口で申請後、希望する医療機関に予約し受診してください。

6．その他　契約医療機関以外で接種を受けた方は、償還払いでの対応となります。領収書と印鑑、振込先がわかる書類、および接種済み確認ができる書類（接種済証など）をご持参のうえ、役場健康福祉課国保健康班窓口で手続きをお願いします。

問い合わせ　役場健康福祉課　国保健康班　☎(44)２５０６

介護技術教室の開催について

在宅で介護に携わる方や興味関心のある方にぜひ役立たせていただきたい内容です。
介護をするのも同志、不安や苦労を語り合いの時間もあるのでぜひご参加ください。

1．とき　2月5日（水）午後1時半～3時半

2．ところ　農村環境改善センター

3．募集人数　20名程度

4．内容　①講義「リハビリテーション介護の基本とポイント」
②実技演習「基本動作の介助」※起き上がり、立ち上がり・車いすの移乗動作
講師：長生病院理学療法士　高橋豊　吉田幸司
③介護者交流会　④福祉用具の展示・住宅改修相談

5．参加費　無　料

6．申し込み・問い合わせ　地域包括支援センター（役場1階）　☎(44)２５３１

「糖尿病予防のための健康講座」

○治療中の方、関心のある方など、どなたでも参加できます。
○毎回、講座内容が異なります。各回のみの参加もできます。

	第１回	第２回	第３回
とき	2月26日（水） 9：30～13：00	3月4日（火） 13：30～15：30	3月16日（日） 9：30～12：00
内容	＊講話 「糖尿病を知る！」 ＊ヘルシークッキング （会場：農村環境改善センター）	＊講話 「食事のバランスチェック」 ＊簡単エクササイズ （会場：農村環境改善センター）	＊むつざわ健幸ウォーク参加 家族や仲間と一緒に、楽しく歩きましょう！ （会場：総合運動公園）
用意するもの	参加費300円（食材費） エプロン　三角巾 手拭きタオル　電卓	運動しやすい服装と運動靴 飲み物　タオル	運動しやすい服装と運動靴 飲み物　タオル

申し込み・問い合わせ　役場健康福祉課　国保健康班　☎(44)２５０６

睦沢町制施行30周年記念事業

こころの健康講演会

町では、自殺予防対策事業の一環として、『こころの健康講演会』を開催します。

今回は『突撃！隣の晩ごはん』でおなじみのヨネスケ（桂　米助）さんをお招きし、芸能活動を通じて体験、克服してきたことを話題に入れながら、明るく笑いのある講演をお届けします。

ヨネスケさん

と　き　　**２月16日（日）　午後１時半～**
ところ　　**睦沢ゆうあい館**
入場料　　**無　料**
問い合わせ　役場健康福祉課　国保健康班　☎(44)２５０６

ひとり親家庭等児童入学祝金の支給について

町では、ひとり親家庭等児童の入学時の費用を軽減し、併せて児童を激励することを目的として児童の入学に際し、その養育者に祝い金の支給を行います。

対象となる児童は、この３月１日現在において町内に住所を有し、引き続き町内に居住の見込の者で、この４月から小・中学校および特別支援学校の小・中学部に入学する満18歳未満のひとり親家庭等の児童・生徒です。

申請は２月21日（金）までにお願いします。

問い合わせ　役場健康福祉課　福祉介護班　☎(44)２５０４

自衛官を募集　防衛省では、次のとおり自衛官等（一般幹部候補生・予備自衛官補）を募集しています

募集種目		応募資格	受付期間	試験期間	合格発表	入（校）隊	待遇・その他
一般幹部候補生	一般要員（陸・海・空自衛官）	20歳以上26歳未満大学院卒（修士課程修了）者は28歳未満（細部はお問い合わせください）	2月1日㈯～4月25日㈮「締切日必着」	１次試験：5月10日㈯筆記試験・11日㈰（11日は操縦適性検査（飛行要員希望者））	１次：5月30日㈮本人宛に通知	平成27年3月下旬から4月上旬	初任給：214,900円・修士課程修了者の場合232,000円・大学院卒者等の場合235,800円（平成25年4月1日現在）
	飛行要員（海・空自衛官）			２次試験：6月10日㈫～13日㈮のうち指定する日	２次：「飛行要員」のみ6月30日㈪「海上」7月4日㈮「航空」		
				３次試験：7月7日㈪～「海上・航空自衛隊の飛行要員２次試験合格者」のみ	最終：陸上、海上自衛隊：8月1日㈮航空自衛隊：9月5日㈮		
予備自衛官補	一般公募	18歳以上34歳未満	1月8日㈬～4月2日㈬「締切日必着」	１回：4月11日㈮～15日㈫のうち１日を指定します	１回：5月16日㈮	合格者：採用候補者名簿に記載され上位者から順次採用予定者となります	身分：非常勤特別職国家公務員訓練手当：日額7,900円（招集訓練参加日数分）
	技能公募	18歳以上で別に示す国家資格等を有する者（細部はお問い合わせください）					

※応募資格年齢は、平成27年4月1日現在（予備自衛官補は平成26年7月1日現在）

問い合わせ　自衛隊茂原地域事務所（千葉地方協力本部）茂原市町保3-217　シティビル2階　☎(25)０４５２

生涯学習だより

中央公民館　☎(44)0211
総合運動公園　☎(44)1565

睦沢町制施行30周年記念 アマチュア無線特別局開局

睦沢アマチュア無線クラブでは、町制施行30周年記念に併せ、アマチュア無線特別局を開局しました。無線交信は、町中央公民館で平成25年10月1日から平成26年3月31日までの期間限定で運用しています。

特別局は、8J130MUTというコールサインを割り当ててもらい全国に町制施行30周年記念事業を発信しています。交信が出来た局とは、記念QSL（交信）カード（うめ丸くんのキャラクター入り）を発行しています。町内で無線の資格をお持ちの方も是非運用してみてください。

また、アマチュア無線は、災害時に電力が遮断されても運用可能な通信手段です。クラブでは今後、町の防災訓練や近隣市町村との連携にも積極的に参加していきたいと考えています。

クラブでは、アマチュア無線の免許をお持ちの方、興味のある方の入会を募集しています。

■問い合わせ
滋野幹雄
☎(43)0313
Eメール　jr1trk@jarl.com

交信風景

QSLカード

俳句

正月の七五三縄つくり幾とし月　中村正芳
初御空雲一片もとどめずに　海保照
宛先の不在と賀状戻り来る　河野悦子
嬰児連れ孫が来てゐる二日かな　中村真砂雄
大寒の湖面を渡る風の音　葵かける
決まらずと充ちたる時間松手入れ　平賀雅芳
松とれて無砂汰の野辺に日が真上　加藤秀子
呼び止めてはずむ話や冬うらら　篠田とみ
北風に負けじと咲きけり枇杷の花　髙師正年

町制施行30周年記念事業「家庭教育学級」を開催

とき　2月9日（日）午後2時～
ところ　睦沢ゆうあい館
内容　作家の石川結貴さんによる「ネット、スマホ時代に生きる子どもとどう向き合うか～学校と家庭で考える「学び」と「育ち」～をテーマとした講演を行います。
※入場は無料です。

■問い合わせ
睦沢町教育委員会
☎(44)0211

《天文教室》～みんなで星空を見よう～

とき　2月21日（金）午後7時～
ところ　中央公民館
対象　幼児から大人まで

木星を観測テーマとした観望会を実施します。
なお、申し込みは不要です。
※悪天候の場合は中止となりますので、予めご了承ください。

■問い合わせ
中央公民館　☎(44)0211

2月の休館日

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)
※ただし、図書室のみ利用が可能です。

ヘルスケア Health Care

「ご存知ですかゲートキーパー」～大切な人を自殺から守るために～

保健師　安齋　博美

自殺が社会的問題に

自殺で亡くなった方の人数は、平成10年から平成23年までは年間３万人を越えており、平成24年は３万人を下回りましたが、これは交通事故で亡くなった方の６倍以上になります。

年齢別では40歳代～60歳代の働き盛りの男性が全体の４割を占めています。また、15～34歳では自殺が死亡の原因の１位となっています。このように自殺は日本にとって深刻な社会問題としてとらえる必要があります。

自殺を選んでしまった人は多くの悩みを抱えており、その原因は「健康問題」が最も多く、次に「経済・生活問題」、「家庭問題」「仕事の問題」の順となっています。これらの背景には、心の病気が潜んでいることも多く、「死にたい」「もう自分はダメだ」と自殺をにおわせる言葉には注意が必要です。

大切な人や身近な人に こんな様子はありませんか？

- ○よく眠れていない
- ○極端に食欲がなく、体重が減ってきた
- ○突然泣き出したりイライラを爆発させるなど、感情が不安定になった
- ○身なりに構わなくなった
- ○お酒の量が増えた
- ○これまで楽しめていたものが楽しめなくなった
- ○原因不明の身体の不調が続いている

これらは心の病気のサインかもしれません。心の悲鳴は、生活のちょっとした行動や気持ちに少しずつ現れてきます。本人は気が付かないことが多く、身近な人や大切な人が「あれ、いつもと様子が違う」「おかしいな」というような周りの人の気づきが大切となります。

誰でも「ゲートキーパー」

「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話しを聞いて、必要な支援につなげ、見守る人です。

◆ゲートキーパーの役割

＜気づく＞

家族や仲間のちょっとした変化に気づくことです。口数が少なくなった、よく眠れていないなど、いつもと様子が違うと感じたら要注意です。

＜声をかける＞

身近な人が悩んでいることに気がついたら、勇気をだして声をかけてみましょう。悩みごとは、なかなか自分から打ち明けにくいものです。

「なんか元気がないけど、大丈夫？」「どうしたの？無理していない？」このようなちょっとした勇気が、悩みを話すきっかけになります。

＜傾聴する＞

本人の気持ちを尊重し、耳を傾けることです。安易な励ましや本人を責めるのではなく、相手が話しやすい雰囲気をつくり、相手の気持ちに寄り添うことが大切です。

＜つなぎ＞

早めに専門家や専門機関につなぐことです。抱えている問題はすぐに解決しないかもしれません。温かくサポートし、適切な専門機関にバトンタッチをしましょう。

＜見守り＞

専門機関につなげた後でも温かく寄り添いながら、じっくりと見守っていきましょう。「いつでもそばにいる」という安心感につながります。

何も特別なことはありません。大切な人を守るためにも誰もがゲートキーパーになれます。

まずは、勇気をだして声をかけることから始めてみませんか。

問い合わせ
役場健康福祉課　国保健康班
☎(44)２５０６

正しく知ろう 柔道整復師(接骨院・整骨院)、鍼灸師のかかり方

柔道整復師（接骨院・整骨院）や鍼灸師（はり・きゅう）に医療保険が使えるのは、一定の条件を満たす場合に限られています。双方による施術は医師の治療に当たるものですが、医師の「治療」に対し、「施術」の呼び名で区別されています。

【保険医療の対象となる場合】

柔道整復師による施術は、保険医療の対象となる場合と対象外の場合があります。主に打撲や捻挫、骨折、脱臼などは対象となり、単なる肉体疲労や肩こりなどの場合は自己負担となります。

また、鍼灸師による施術の場合、医師が必要であると認め、医師の同意書または診断書を提出することが条件となります。

具体的には次のような病気や症状が医療保険の対象となります。

○神経痛 ○五十肩 ○リウマチ ○頸腕症候群 ○腰痛症 ○頚椎捻挫後遺症　など

柔道整復師・鍼灸師にかかるときは、次の点に注意しましょう

○何が原因で負傷したのかをきちんと話しましょう。外傷以外の原因の場合は、医療保険を使うことはできません。
また、交通事故など第三者行為で医療保険を使う場合は、必ず役場健康福祉課へご連絡ください。

○同一の負傷について、同時期に医師に重複してかかることはできません。ただし、負傷の状態の確認のために定期的に医師の検査を受ける場合や、継続して施術が必要かについて確認するために対診して施術することは可能ですので、そのような場合は医師の指示を得てその旨を申し出ください。

年金の請求をお忘れではありませんか？

1．年金の加入期間が25年未満の方

・年金の加入期間が25年未満でも、カラ期間と合わせて25年以上あれば年金が受け取れます。
・生まれた年などにより、25年未満でも年金を受け取れる場合があります。

2．年金の受け取り開始を66歳以降に繰り下げている方

・70歳になっても、年金は自動的には支払われません。年金の受け取りを始めるためには、年金の請求が必要です。

3．厚生年金の加入期間のある65歳以上の方

・「老齢厚生年金」と「老齢基礎年金」の2種類の年金が受け取れます。片方の年金だけを受け取っている方は、受け取っていない年金についても、あらためて請求を行ってください。
・片方の年金の受け取り開始を繰り下げている方は70歳になるまでに請求を行ってください。

4．厚生年金の加入期間のある方で「65歳になってから年金を受け取ろう」と思っている方

・厚生年金の加入期間が1年以上あるなどの要件を満たす方に対して支払われる「特別支給の老齢厚生年金」については、65歳になる前に請求しても、年金額が減らされることはありません。速やかに請求を行ってください。

5．60歳以上で、会社にお勤めの方

・現在、会社にお勤めの方も、年金を受け取る資格を満たしている場合は、請求の手続きを行ってください。
・給与の額などに応じて年金の支払額の調整が行われる場合がありますが、全額停止の場合を除き、年金を受け取ることができます。

上記に関する詳しいお問い合わせは
ねんきんダイヤル　☎0570－05－１１６５
までお願いします。

問い合わせ　役場健康福祉課　国保健康班　☎(44)２５０６

催し物案内

企画展「江戸の彫工 名人島村圓鉄」

江戸時代の中ごろ、島村圓鉄という彫工が関東地方各地を遍歴して寺院や神社の欄間などの彫刻を彫り、名人といわれました。圓鉄は「波の伊八」こと武志伊八郎信由の三代前の師匠筋の人で、その活躍の時代は伊八よりも百年ほど前です。今から20年ほど前、一宮町の観明寺から圓鉄の作品が寄贈されて以来調査が進められ、作品の全容が判明しました。このたびの企画展で初めて所蔵の全作品を公開します。

とき　開催中～2月23日（日）

写真　手挟彫刻「牡丹図」・松田嵩範氏撮影

企画展「江戸の彫工 名人島村圓鉄」ギャラリートーク

展示を企画した学芸員が、作品の見どころと魅力を解説します。

とき　2月15日（土）午後1時半

写真　ギャラリートークの様子

企画展「江戸の彫工 名人島村圓鉄」作品紹介②　島村圓鉄作　手鋏彫刻「蓮図」

島村圓鉄は江戸彫工島村家初代俊元の長男で、元禄から享保ごろにかけて活躍しました。この「蓮図」は、風に吹かれると柔らかく揺れる蓮の花と葉の質感が絶妙な曲面として表されている名品で、現代人の眼で見ても見事な彫刻です。

写真　「蓮図」・松田嵩範氏撮影

21世紀への遺産 202

欄間彫刻「大舜図」

観明寺の本堂は現在のものに建て替えられる前は木造で、建物の各所に彫刻があったと思われ、現在の本堂にもその一部だった地獄極楽欄間（一宮町指定文化財）が付いている。

「大舜図」は観明寺本堂の彫刻の一部で、寄贈当初は分割された状態だったため、当初は別々の作品として、それぞれ「象図」（写真1）、「人物図」（写真2）として展示されたことがあった。

このたび詳しい調査をしたところ、この2点は一体のもの（写真3）だったことが発見され、題名を再検討して「大舜図」とした。

『二十四孝』は中国の元の時代に編さんされた書物で、親孝行に優れた人物24人を取り上げている。日本にも伝来し、登場人物が御伽草子や寺子屋での教材になったほか、神社仏閣の彫刻にもなって、江戸時代の人々にはよく知られた内容だった。

大舜はこの『二十四孝』に出てくる人物で、親孝行を尽くしたおかげか、あるとき大舜が耕作をしていると、象が来て田を耕し、鳥が田の草を取ってくれて助けてくれた。この彫刻は、その様子を表している。のちに大舜は、そのとき国を治めていた堯から、天子の位を譲られたという。

写真２　当初「人物図」と名付けられた

写真１　当初「象図」と名付けられた

写真３　２つが一体のものと判明した「大舜図」

豚肉と白菜の重ねチーズ蒸し焼き

材料（４人分）

豚もも肉(うす切り)　240ｇ
こしょう　少々
白菜　1/4個(500ｇ)
クレソン　20ｇ
塩　小さじ1/3
スライスチーズ　4枚(72ｇ)
オリーブオイル　小さじ1

●作り方

①豚肉は塩、こしょうをふり、スライスチーズは半分に切り、白菜の間に交互に挟む。
②フライパンにオリーブオイルを熱し、①を入れて、蓋をし中火から弱火で10分程度蒸し焼きにする。ひっくり返し、さらに10分焼き、切り分ける。
③器に盛り付け、フライパンに残ったソースをかけ、クレソンを添える。

※白菜は根元を付けたまま肉とチーズを挟んで焼くとひっくり返しやすい。

1人分栄養量　エネルギー 178kcal／たんぱく質18.1g／脂質9.4ｇ
カルシウム175mg／食塩相当量1.1g

日曜・休日当番医

診療時間　午前9時～午後5時
※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。
消防本部通信指令課へお問い合わせください。
☎(24)0119

月日	茂原地区 内科系		茂原地区 外科系		一宮地区		
2･2	吉田医院	☎(34)3045	菅原病院	☎(25)1171	一宮	長島医院	☎(42)8800
9	山之内病院	☎(25)1131	三枝医院	☎(25)2203	一宮	いちのみやクリニック	☎(42)1616
11	茂原中央病院	☎(24)1191	宍倉病院	☎(24)2171	一宮	K・Iクリニック	☎(42)7575
16	大木医院	☎(23)2546	塩田記念病院	☎(35)0099	睦沢	睦沢診療所	☎(44)2236
23	鈴木医院	☎(22)2630	公立長生病院	☎(34)2121	一宮	秋場医院	☎(42)3323

夜間急病診療所
◎診療科目／内科・小児科　診療時間／午後８時～ 11時
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　午後７時～翌午前６時

くらし

●ゴミの収集日

☆１コース

燃えないゴミ…… 2月11日(火)
資源ゴミ …… 2月18日(火)
粗大ゴミ …… 2月25日(火)

☆２コース

粗大ゴミ…… 2月 6日(木)
資源ゴミ …… 2月13日(木)
燃えないゴミ…… 2月20日(木)

※燃えるゴミの収集日は、月、水、金曜日です。
ゴミは前日や夜間に出さないで収集日の午前8時半までに出してください。

●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　容
各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話

開設日時・場所
○町中央公民館駐車場
2月7日（金）、18日（火）
午前10時～ 11時
2月25日（火）
午後2時～ 3時

※事件事故の発生、気象状況により変更となる場合もあります。

問い合わせ
茂原警察署　地域課　移動交番係
☎(22) 0 1 1 0

●まっ白いひろば開催

と　き　2月8日（土）
午前10時～午後４時
※荒天、河川の増水等により中止の場合あり

ところ
土睦小学校裏川べり（鎮守川脇）
駐車場は、土睦小学校校庭です。

内　容　穴を掘る・火をおこす・川あそび・物を作る等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。

参加費　無料

持ち物　弁当、着替え

問い合わせ
中核地域生活支援センター
長生ひなた　☎(22) 7 8 5 9
町中央公民館　☎(44) 0 2 1 1

●献血は、心と命のボランティア

と　き　2月27日（木）
午前10時～正午
午後１時15分～ 4時

ところ　農村環境改善センター

本県では輸血用血液が不足しています。命を救う愛の献血に皆さんのご協力をお願いします。

問い合わせ
役場健康福祉課　国保健康班
☎(44) 2 5 0 6

●成年後見制度研修会

県民や福祉関係者を対象に、お笑い芸人との掛け合いなどを通して、おもしろおかしく成年後見制度の概要や職務を学び、制度の利用促進を図ります。

と　き　3月1日（土）
午後1時20分～ 4時05分

ところ　千葉市生涯学習センター（JR千葉駅東口か北口から徒歩8分）

定　員　300名（先着順）

申込方法　各社会福祉協議会で配布している申込書をFAXかE-mailで送信（申込書は県社会福祉士会のホームページ（http://www.cswchiba.com/）からも入手できます）

締め切り　2月20日（木）

参加費　500円

申し込み・問い合わせ
県社会福祉協議会千葉県後見支援センター
☎043(204) 6 0 1 2
FAX043(204) 6 0 1 3
✉smile@chibakenshakyo.com

●県立長生特別支援学校「しおかぜフェア」

と　き　2月19日（水）
午前10時～午後3時

ところ　茂原ショッピングプラザ「アスモ」センターコート

内　容　中学部・高等部の作業製品の展示・販売、長養太鼓の演奏（午前11時～）

問い合わせ
県立長生特別支援学校
☎(42) 2 4 7 0

●初心者のための日曜大工講座

日曜大工等に関心がある方に、建築科の実習家屋を教材として住宅の構造を学び、併せて電動工具や手工具の安全な使い方、木材加工のポイント等を学びます。

と　き　2月15日（土）　午後1時～ 4時

ところ　東金高等技術専門校

募　集　20名（先着順）

申込方法　電話による申し込み

受　付　2月3日～ 14日　午前9時～午後5時

その他　受講料無料、実技作業はありません

問い合わせ　県立東金高等技術専門校　☎0475(52) 3 1 4 8

相　談

●健康栄養相談
と　き　2月14日（金）
　　午前10時～11時半
ところ　農村環境改善センター
内　容　血圧測定、体脂肪測定、健康指導、食事指導など
問い合わせ
　役場健康福祉課　国保健康班
　☎(44) 2506

●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。
　相談は電話による受付で、内容により司法書士に直接相談することもできます。困っていることやわからないことなどありましたら、お気軽にご相談ください。
　相談は無料で、秘密は守られます。
問い合わせ
　役場総務課（消費者ホットライン）
　☎(44) 1111

●行政・人権相談
と　き　2月12日（水）
　　午後1時～4時
ところ　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。
問い合わせ
　役場総務課　総務班
　☎(44) 2500

●乳幼児健康相談
と　き　2月20日（木）
受　付　午後2時～3時
ところ　農村環境改善センター
内　容　身体計測、育児相談、栄養相談
問い合わせ
　役場健康福祉課　国保健康班
　☎(44) 2506

●法律相談
と　き　2月14日（金）　午前10時半～午後0時半
ところ　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
申し込み・問い合わせ
　役場総務課　総務班　☎(44) 2500

●心の電話相談
　心の悩みを抱えている方は、ご相談ください。
　専門の相談員が無料で対応します。
と　き　2月7日（金）、13日（木）、19日（水）、25日（火）
　　午前10時～正午、午後1時～3時
専用電話　☎(44) 0022

●不動産登記相談
　相続登記などの不動産登記について、司法書士による登記相談を受け付けます。※要予約　相談は無料で、秘密は守られます。
と　き　月曜日～金曜日（祝日除く）　午前9時～11時、午後1時～3時
　◎相談時間　1人1時間程度　◎対象　町内にお住まいの方
　◎相談方法　電話相談・来庁相談
申込方法
　電話で希望日時をお知らせください。
　司法書士と日程調整後、町から相談日時をお知らせします。
問い合わせ　役場総務課　総務班　☎(44) 2500

●行政書士による無料相談
と　き　2月23日（日）　午前9時～11時半
ところ　町中央公民館
内　容　○相続全般に関すること　○遺言に関すること
　　○農地法手続きに関すること　○成年後見に関すること
　　○各種許認可申請に関すること
問い合わせ
　千葉県行政書士会長夷支部　無料相談担当　今関雄一
　☎(43) 0202
※その他、お気軽にご相談ください。
※予約制ではありません。

お誕生　おめでとうございます

親の名前		子の名	性別	区名	月日
古市	浩隆 佳奈	颯太（ソウタ）	男	川島	11/26
山﨑	匠悟 早紀	虹輝（コウキ）	男	大上	11/29
古山	和彦 麻美子	楓（カエデ）	女	小滝	12/9

弔　おくやみ申し上げます

亡くなった人		年齢	区名	月日
市原	正子	86	寺崎	12/2
田中	昌敏	90	上市場	12/5
時田	佳枝	73	川島	12/8
田邉	静子	58	上市場	12/10
戸谷	綾子	79	川島	12/11
阿部	龍三郎	83	上市場	12/21
相馬	大典	85	佐貫	12/22
久我	吉明	89	川島	12/24
大塚	はま江	88	川島	12/27
渡邉	泉	88	佐貫	12/31

編　集　後　記

　2～3ページの記事のとおり、健幸むつざわロードレース大会が開催され、町内外から大勢の方々が集まりました。私は走ることが得意ではありませんが、運動不足を薄々感じています。自分の健康（幸）のため、少しずつまずは歩くことからコツコツと始めてみたいと感じました。　N．M

睦沢町の人口と世帯

人　口	7,401人（＋12人）	男	3,570人（＋ 5人）
世帯数	2,671戸（± 0戸）	女	3,831人（＋ 7人）

12月末現在（　）は前月比

3 2014月分 くらしのカレンダー

※注意　このカレンダーは３月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 もえるゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	4 園庭開放（こ） ９：50～11：00 おはなしの広場(こ) 11：00～11：30	5 もえるゴミ	6 2コース粗大ゴミ	7 もえるゴミ	8 第15回能楽鑑賞会「能『葛城』と狂言『鎌腹』」（資）
9	10 もえるゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	11 1コースもえないゴミ わくわく広場（こ） 10：00～11：00	12 もえるゴミ 行政人権相談 13：00～16：00	13 2コース資源ゴミ	14 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	15 第18回考古学講座「考古資料から学ぶ」 13：30～（資）
16	17 もえるゴミ	18 1コース資源ゴミ 心の電話相談 10：00~12：00 13：00~15：00	19 もえるゴミ 修了証書授与式(こ)	20 2コースもえないゴミ 乳幼児健康相談（改セ）	21 もえるゴミ 春分の日	22
23 日曜開庁日 （一部窓口）	24 もえるゴミ	25 1コース粗大ゴミ 園庭開放(こ) ９：50～11：00	26 もえるゴミ 心の電話相談 10：00~12：00 13：00~15：00	27	28 もえるゴミ	29
30	31 もえるゴミ 国民健康保険税 第９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、河須ケ谷、岩井
●**睦沢診療所／(44)2236**　●**公立長生病院／(34)2121**　●**火災の問い合わせ／(25)4411**
●**夜間急病診療所**（午後８時～11時まで）／**(24)1010**
●(資)は歴史民俗資料館　(改セ)は農村環境改善センター　(こ)はこども園

ブレイクタイム

商工会女性部では12月の第１月曜日を「町内主要道路脇空き缶拾いの日」とし、平成25年12月２日(月)に活動が行われました。集まったごみは60kgありました。皆さんポイ捨てはやめ、きれいなまちをめざしましょう。

路線バスご利用の方へ 運賃の２分の1を補助します

町内在住の方は対象となりますので、ぜひお申込みください。

問い合わせ
役場総務課　政策企画班
☎(44) ２５０１

◆広報むつざわ　発行：睦沢町役場　〒299-4492　千葉県長生郡睦沢町下之郷1650-1
☎0475-44-1111㈹　URL http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp　✉kikaku@town.mutsuzawa.chiba.jp
PRINTED WITH SOY INK 大豆インク使用　広報「むつざわ」は環境にやさしいインクで、印刷されております。