



広報

交通安全宣言の町  
非核平和宣言の町  
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

# むつざわ



平成26年  
6  
No.554



『一本集中、最後まであきらめない』を合言葉に  
テニスダブルスで全国大会優勝！

鈴木校長

中村 楓香さん

鈴木 心菜さん

市原町長

### 主な内容

- P2.....各種健診(検診)のご案内
- P3.....区長さんを紹介  
します
- P4.....地区懇談会を開  
催します
- P5～7...路線バスの停留  
所が延長！

# 祝 千葉県民史上初!!

土陸小学校4年生(3月時)中村 楓香さん、大原小学校4年生(3月時)鈴木 心菜さんがテニス全国大会のダブルスで優勝!



鈴木心菜さん(いすみ市)



中村楓香さん(下之郷区)

3月30～31日に、全国の子選を勝ち抜いた170ペアが参加した『第13回全国小学生ソフトテニス大会』が白子町で開催され、女子4年生以下の部にて、いすみ市のテニスクラブ所属、睦沢町立土陸小学校4年生(3月時)中村 楓香さん(下之郷区)、いすみ市立大原小学校4年生(3月時)鈴木 心菜さん(いすみ市)がダブルスで優勝をしました。

また、同テニスクラブ所属、睦沢町立土陸小学校4年生(3月時)田中 あさひさん(上之郷区)がベスト32と好成績を収めました。



田中あさひさん(上之郷区)

## ★各種健診(検診)のご案内

検診名	対象者	内容	料金	通知・申し込み等
①特定健康診査 メタボリックシンドロームに着目した健診	昭和50年3月31日以前に生まれた国民健康保険加入者。ただし、人間ドックで受ける方は除きます。	問診、身体計測、診察、心電図、眼底検査、血圧測定、尿検査(糖、蛋白)	集団 1,000円 個別 2,000円	対象の方には全員通知します
②若者健康診査	30歳～39歳の希望者(加入保険を問わず)	血液検査(脂質、肝機能、血糖、貧血、尿酸値、腎機能検査)	集団 無料 個別 無料	昨年受診された方には通知します(新規申し込み可)
③後期高齢者健康診査	後期高齢者医療保険加入者(健診当日75歳以上すべての方、65歳から74歳で一定の障害認定をされた方)ただし、人間ドックで受ける方は除きます。	問診、胸部エックス線検査	無料	昨年受診された方、新規75歳の方には通知します
④結核検診	昭和25年3月31日以前に生まれた方	問診、胸部エックス線検査	500円	希望された方には通知します(新規申し込み可)
⑤肺がん検診 (胸部エックス線検査)	昭和25年4月1日～昭和49年4月1日生まれの方	血液検査	500円	
⑥前立腺がん検診	検診当日において50歳以上の男性	血液検査(B型・C型)	無料	当日申し込み可
⑦肝炎ウイルス検診	昭和50年3月31日以前に生まれ、過去に検査を受けたことがない方			

### ★集団健診 ①～⑦の健診(検診)

実施日 6月25日(水)～7月2日(水)の日曜日を除く7日間

会場 農村環境改善センター

### ★個別健診 ①特定健康診査 ②若者健康診査 ③後期高齢者健康診査

実施期間 6月～9月までの期間

原則として集団健診で実施しますが、健診期間中に受けられない場合は、町が委託した医療機関で個別に受けることができます。

ただし、受診券発行のため事前に申し込みが必要になります。

★集団健診期間中に、結核検診・肺がん検診(胸部エックス線検査)、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診を同日に受けることができます。

★申し込み・問い合わせ 健康福祉課 国保健康班 ☎(44)2506



区長さんを  
紹介します

16名の区長の皆さんは、各区の町行政に対する要望を取りまとめるなど、町民の皆さんと行政をつなぐ大切な役割を担っています。  
各地区の代表としてご尽力いただく皆さんをご紹介します。  
(敬称略)



副会長 (小滝区)  
古山 武夫



会長 (上之郷区)  
中村 義徳



森区  
上田 雄二郎



佐貫区  
渡邊 和喜



妙楽寺区  
永野 芳和



大上区  
久保田 完治



北山田区  
平賀 浩



大谷木区  
森川 長一郎



下之郷区  
高橋 清



長楽寺区  
田邊 誠



上市場区  
石井 實



うぐいす里区  
森 茂



川島区  
大瀧 宰



寺崎区  
市原 重光



岩井区  
鷺沢 和男



河須ヶ谷区  
伊原 満

前区長の皆さん  
ありがとうございました。  
各地区発展のために、  
ご尽力いただきました。  
(敬称略)

河須ヶ谷区	伊原 邦雄
上市場区	幸治 孝明
寺崎区	市原 久美
北山田区	久我 政史
大谷木区	市原 善昭
長楽寺区	中村 正明
佐貫区	高橋伊佐雄
妙楽寺区	坂地 澄夫
大上区	高橋 昭夫



# みなさまのご意見お聞かせください 町長と語る地区懇談会を開催します!

直接町民と町長との対話を通じ、町政への理解を深めていただくとともに、みなさま方からいただく貴重な意見や提言を今後の町政に反映させていくため、今年度も下記の日程のとおり地区懇談会を開催します。

多くのおみなさまのご参加をお待ちしております。

	開催日	時間	地区	場所名
1	6月 1日(日)	午後 5時～	大 谷 木	大谷木区民センター
2	6月 21日(土)	午後 5時～	北 山 田	北山田青年館
3	6月 22日(日)	午前 10時～	妙 楽 寺	妙楽寺区民センター
4	6月 22日(日)	午後 1時半～	佐 貫	佐貫区民センター
5	6月 29日(日)	午前 10時～	森	森青年館
6	6月 29日(日)	午後 2時～	寺 崎	寺崎やすらぎの家
7	7月 5日(土)	午後 1時半～	大 上	大上区民センター
8	7月 6日(日)	午前 9時～	小 滝	小滝青年館
9	7月 6日(日)	午後 1時半～	川 島	川島区民センター
10	7月 6日(日)	午後 4時～	長 楽 寺	長楽寺区民センター
11	7月 13日(日)	午前 10時～	うぐいす里	うぐいす里コミュニティセンター
12	7月 13日(日)	午後 1時半～	岩 井	岩井区民センター
13	7月 13日(日)	午後 4時～	上 之 郷	上之郷区民センター
14	7月 19日(土)	午後 1時半～	上 市 場	上市場区民センター
15	7月 19日(土)	午後 6時～	下 之 郷	下之郷区民センター
16	7月 20日(日)	午前 11時～	河 須 ケ 谷	河須ヶ谷区民センター

問い合わせ 役場総務課 政策企画班 ☎ (44) 2501





# 茂原駅～道の駅つどいの郷むつざわ

## ※平日のみ運行

茂原駅南口	6:32	8:05	9:55	11:15	12:36	14:00	15:30	17:18	18:30	20:15
茂原車庫前	6:33	8:06	9:56	11:16	12:37	14:01	15:31	17:19	18:31	20:16
ガス会社(茂原市)	6:34	8:07	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
落合橋	6:35	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
早野新田	6:36	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
東茂原	6:37	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
日立正門	↓	8:08	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
茂原中央病院入口	↓	8:09	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
双葉電子前	6:38	8:10	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
八千代	↓	↓	9:56	11:16	12:37	14:01	15:31	17:19	18:31	20:16
早野北原	↓	↓	9:57	11:17	12:38	14:02	15:32	17:20	18:32	20:17
早野十字路	↓	↓	9:58	11:18	12:39	14:03	15:33	17:21	18:33	20:18
やなぎつぼ	↓	↓	9:59	11:19	12:40	14:04	15:34	17:22	18:34	20:19
中の島入口	↓	↓	10:00	11:20	12:41	14:05	15:35	17:23	18:35	20:20
中の島幼稚園前	↓	↓	10:01	11:21	12:42	14:06	15:36	17:24	18:36	20:21
中の島小学校入口	↓	↓	10:02	11:22	12:43	14:07	15:37	17:25	18:37	20:22
中の島公園入口	↓	↓	10:03	11:23	12:44	14:08	15:38	17:26	18:38	20:23
中の島公園	↓	↓	10:04	11:24	12:45	14:09	15:39	17:27	18:39	20:24
沢尻橋	↓	↓	10:05	11:25	12:46	14:10	15:40	17:28	18:40	20:25
大芝	6:39	8:11	10:06	11:26	12:47	14:11	15:41	17:29	18:41	20:26
合同資源前	6:39	8:12	10:06	11:26	12:47	14:11	15:41	17:29	18:41	20:26
七井土	6:40	8:13	10:07	11:27	12:48	14:12	15:42	17:30	18:42	20:27
伊勢化学	6:42	8:15	10:09	11:29	12:50	14:14	15:44	17:32	18:44	20:29
新地台	6:43	8:16	10:10	11:30	12:51	14:15	15:45	17:33	18:45	20:30
陣小屋	6:43	8:16	10:10	11:30	12:51	14:15	15:45	17:33	18:45	20:30
北川橋(睦沢)	6:44	8:17	10:11	11:31	12:52	14:16	15:46	17:34	18:46	20:31
寺崎	6:44	8:17	10:11	11:31	12:52	14:16	15:46	17:34	18:46	20:31
南川橋	6:45	8:18	10:12	11:32	12:53	14:17	15:47	17:35	18:47	20:32
双葉電子睦沢工場	6:46	8:19	10:13	11:33	12:54	14:18	15:48	17:36	18:48	20:33
久保入口	6:46	8:19	10:13	11:33	12:54	14:18	15:48	17:36	18:48	20:33
川島	6:47	8:20	10:14	11:34	12:55	14:19	15:49	17:37	18:49	20:34
三角屋前	6:48	8:21	10:15	11:35	12:56	14:20	15:50	17:38	18:50	20:35
上市場神社前	6:48	8:21	10:15	11:35	12:56	14:20	15:50	17:38	18:50	20:35
上市場	6:49	8:22	10:16	11:36	12:57	14:21	15:51	17:39	18:51	20:36
睦沢中学校前	6:50	8:23	10:17	11:37	12:58	14:22	15:52	17:40	18:52	20:37
下之郷	6:51	8:24	10:18	11:38	12:59	14:23	15:53	17:41	18:53	20:38
長生不動尊	6:52	8:25	10:19	11:39	13:00	14:24	15:54	17:42	18:54	20:39
睦沢役場前	6:52	8:25	10:19	11:39	13:00	14:24	15:54	17:42	18:54	20:39
上之郷	6:53	8:26	10:20	11:40	13:01	14:25	15:55	17:43	18:55	20:40
睦沢公民館入口	6:54	8:27	10:21	11:41	13:02	14:26	15:56	17:44	18:56	20:41
睦沢中央公民館	6:55	8:28	10:22	11:42	13:03	14:27	15:57	17:45	18:57	20:42
中之橋	6:57	8:30	10:24	11:44	13:05	14:29	15:59	17:47	18:59	20:44
道の駅つどいの郷むつざわ	7:00	8:33	10:27	11:47	13:08	14:32	16:02	17:50	19:02	20:47



# 道の駅つどいの郷むつざわ～茂原駅

※平日のみ運行

道の駅つどいの郷むつざわ	5:53	7:10	8:45	10:35	11:55	13:20	14:40	16:10	17:55	19:10
中之橋	5:54	7:11	8:46	10:36	11:56	13:21	14:41	16:11	17:56	19:11
睦沢中央公民館	5:55	7:12	8:47	10:37	11:57	13:22	14:42	16:12	17:57	19:12
睦沢公民館入口	5:56	7:13	8:48	10:38	11:58	13:23	14:43	16:13	17:58	19:13
上之郷	5:57	7:14	8:49	10:39	11:59	13:24	14:44	16:14	17:59	19:14
睦沢役場前	5:58	7:15	8:50	10:40	12:00	13:25	14:45	16:15	18:00	19:15
長生不動尊	5:58	7:15	8:50	10:40	12:00	13:25	14:45	16:15	18:00	19:15
下之郷	5:59	7:16	8:51	10:41	12:01	13:26	14:46	16:16	18:01	19:16
睦沢中学校前	6:00	7:17	8:52	10:42	12:02	13:27	14:47	16:17	18:02	19:17
上市場	6:01	7:18	8:53	10:43	12:03	13:28	14:48	16:18	18:03	19:18
上市場神社前	6:02	7:19	8:54	10:44	12:04	13:29	14:49	16:19	18:04	19:19
三角屋前	6:02	7:19	8:54	10:44	12:04	13:29	14:49	16:19	18:04	19:19
川島	6:03	7:20	8:55	10:45	12:05	13:30	14:50	16:20	18:05	19:20
久保入口	6:04	7:21	8:56	10:46	12:06	13:31	14:51	16:21	18:06	19:21
双葉電子睦沢工場	6:04	7:21	8:56	10:46	12:06	13:31	14:51	16:21	18:06	19:21
南川橋	6:05	7:22	8:57	10:47	12:07	13:32	14:52	16:22	18:07	19:22
寺崎	6:06	7:23	8:58	10:48	12:08	13:33	14:53	16:23	18:08	19:23
北川橋(睦沢)	6:06	7:23	8:58	10:48	12:08	13:33	14:53	16:23	18:08	19:23
陣小屋	6:07	7:24	8:59	10:49	12:09	13:34	14:54	16:24	18:09	19:24
新地台	6:07	7:24	8:59	10:49	12:09	13:34	14:54	16:24	18:09	19:24
伊勢化学	6:08	7:25	9:00	10:50	12:10	13:35	14:55	16:25	18:10	19:25
七井土	6:10	7:27	9:02	10:52	12:12	13:37	14:57	16:27	18:12	19:27
合同資源前	6:11	7:28	9:03	10:53	12:13	13:38	14:58	16:28	18:13	19:28
大芝	6:11	7:28	9:03	10:53	12:13	13:38	14:58	16:28	18:13	19:28
双葉電子前	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	18:14	19:29
東茂原	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	18:15	19:30
早野新田	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	18:16	19:31
落合橋	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	18:17	19:32
茂原中央病院入口	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
日立正門	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓
ガス会社(茂原市)	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	18:19	19:34
沢尻橋	6:13	7:30	9:05	10:55	12:15	13:40	15:00	16:30	↓	↓
中の島公園	6:14	7:31	9:06	10:56	12:16	13:41	15:01	16:31	↓	↓
中の島公園入口	6:15	7:32	9:07	10:57	12:17	13:42	15:02	16:32	↓	↓
中の島小学校入口	6:16	7:33	9:08	10:58	12:18	13:43	15:03	16:33	↓	↓
中の島幼稚園前	6:17	7:34	9:09	10:59	12:19	13:44	15:04	16:34	↓	↓
中の島入口	6:18	7:35	9:10	11:00	12:20	13:45	15:05	16:35	↓	↓
やなぎつぼ	6:19	7:36	9:11	11:01	12:21	13:46	15:06	16:36	↓	↓
早野十字路	6:20	7:37	9:12	11:02	12:22	13:47	15:07	16:37	↓	↓
早野北原	6:21	7:38	9:13	11:03	12:23	13:48	15:08	16:38	↓	↓
八千代	6:22	7:39	9:14	11:04	12:24	13:49	15:09	16:39	↓	↓
茂原駅入口	6:22	7:39	9:14	11:04	12:24	13:49	15:09	16:39	18:20	19:35
茂原駅南口	6:25	7:42	9:17	11:07	12:27	13:52	15:12	16:42	18:23	19:38



# 稲作体験活動



## 瑞沢小学校田植え

4月23日(水)に瑞沢小学校で稲作体験活動(田植え)を実施しました。  
佐貴季寄保存会と児童による、町無形民俗文化財の「佐貴季寄」が披露されました。



## 花園小学校田植え

4月24日(木)に瑞沢小学校5年生16名と、新宿区立花園小学校5年生30名の児童が合同で、山田会(上之郷山田谷地区)指導により、田植えを実施しました。昼食を総合運動公園の多目的広場で一緒に食べ、縄跳び等の軽スポーツを楽しみました。終わりにうめ丸くんと一緒に記念撮影をしました。



## 熱意あふれる計画等の発表!

平成26年度地域活性化住民提案事業の審査会が開催されました。





# 地域の♡絆♡を深める 出張予防教室!

平成25年度より、地域へのお出張予防教室を開催しています。

各地区の集会場や区民センター等の身近な場所に気軽に集まり、生きがいづくりや、仲間づくりを推進しています。

介護予防を実施し、出来る限り健康でいきいきとした生活を送ることができ、要支援・要介護状態にならないように予防します。

また、同じ地域で暮らす住民同士が、日常的な交流や親睦を深める地域コミュニティーの形成を目的としています。

★対象者：実施主体の活動地域に居住するおおむね 65 歳以上の方

★場 所：各地区の集会場、区民センター

★回 数：月 1 回程度

★内 容：軽度の運動や体操、口腔体操、簡単なゲームやレクリエーション、創作活動、歌、おしゃべり等楽しい時間が過ごせます。

現在、介護予防推進員を中心に、活発に活動している 3 地区をご紹介します。

## 上市場げんき会（上市場）

と き：毎月第 2 火曜日  
時 間：9 時半～ 11 時半  
場 所：上市場区民センター



みんなで元気に体操!!

## 佐貫いくっぺ会（佐貫）

と き：毎月 1 回  
時 間：9 時半～ 11 時半  
場 所：佐貫区民センター



みんなで食べる昼食会

## 上之郷好会友会（上之郷）

と き：毎月第 2 火曜日  
時 間：9 時～ 11 時  
場 所：上之郷区民センター

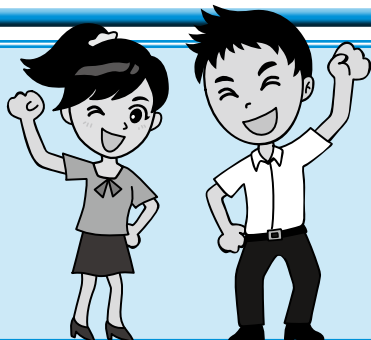


健口体操で健康美人

今後は他の地区でも活動を開始し、町全域に拡大していきたいと考えています。皆様、お誘い合わせの上、奮ってご参加ください。

問い合わせ：地域包括支援センター（役場 1 階健康福祉課内）

☎（44）2531



町では、節電対策および地球温暖化防止活動の一環としてクールビズを 10 月 31 日（金）まで実施します。

期間中は、ノーネクタイ、ノージャケットによる軽装（クールビズ）で業務を行いますので、ご理解をお願いします。

また、役場で開催する会議等に参加される場合も、「クールビズ」の実施にご理解をいただき、軽装でお越しく下さい。

クールビズを  
実施中です



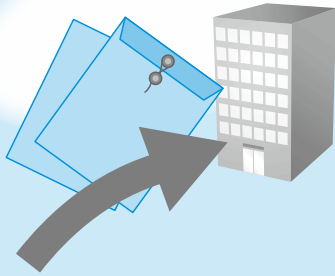
平成26年  
7月1日(火)

## 経済センサスー基礎調査 商業統計調査を実施します

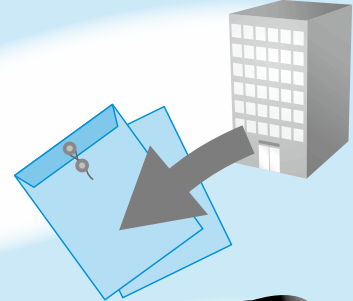
この統計調査は、事業所の事業活動及び企業の企業活動の状態を調査し、事業所母集団データベース等の母集団情報を整備するとともに、事業所および企業の産業、従業者規模等の基本的構造を全国のおよび地域別に明らかにすることを目的として実施します。

### 6月下旬

統計調査員が記入依頼および調査票の配布にお伺いします。



7月1日より調査票を受け取りに再度お伺いしますので、お渡しください。



パソコンを使用してオンラインでもご回答いただけます。

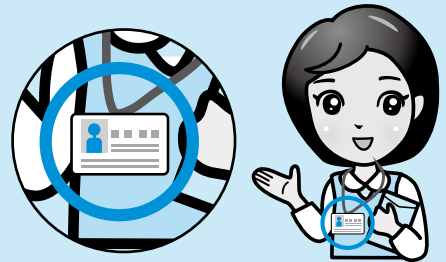


### 調査員には「統計調査員証」が交付されています。

統計調査の調査員は、都道府県知事によって任命された地方公務員で、「調査員証」を必ず携行しています。

政府の統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。

不審に思われた場合には「調査員証」の掲示を求めるか、役場総務課政策企画班まで問い合わせください。



問い合わせ 役場総務課 政策企画班 ☎(44)2501

## 子育て支援活動として 新入生に手作りプレゼント

睦沢町更生保護女性会

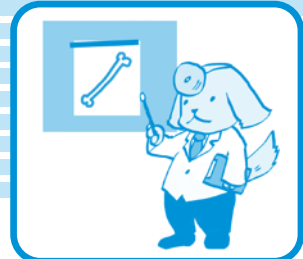
4月9日(水)土睦小学校・瑞沢小学校の入学式が行われ、更生保護女性会員から、新一年生一人ひとりへ「手作りのコップ入れと手縫い雑巾」をプレゼントしました。

毎年恒例の行事となっており、新入生の「どうもありがとうございます」という元気な声が心に響き、会員一同やる気と元気をもらいました。

今後も、子育て支援や社会を明るくする運動など、会員一同、心を一つにして明るいまちづくりのお手伝いができるよう頑張っていきたいと思っております。



# ヘルスケア Health Care

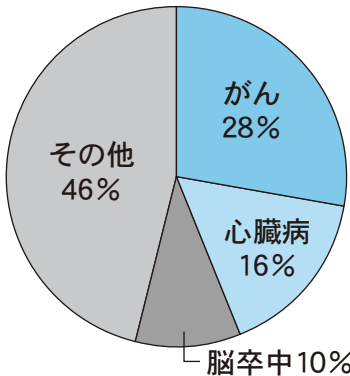


保健師 田中 葉子

## 生活習慣病を健診で見つけましょう

日本人の死亡原因の5割以上を占めているのが、がんや心臓病、脳卒中といった生活習慣病です。生活習慣病は長年にわたる運動不足や食べ過ぎ、喫煙などの不健康な生活習慣が原因です。

日本人の死亡原因



「平成24年人口動態統計」より

**自分の生活習慣をチェックしましょう** (一つでもあてはまる方は生活習慣病予備群の可能性がります)

- この1年で体重の増減が±3kg
- 歩く時間が1日1時間以内
- 週3回以上寝る2時間以内に夕食を摂る
- 同年代の同性に比べ歩く速度が遅い
- お酒は毎日飲んでいる
- 週に3回以上朝食を抜くことがある
- 他の人と比べて食べる速度が早い
- 毎日たばこを吸っている
- 睡眠だけでは休養が十分に取れていない

### 生活習慣病の予防にはまず健診を受けましょう

町では特定健診が始まります。この健診は血液・尿検査、診察等により生活習慣病を調べ、メタボリックシンドロームに着目した健診です。

メタボリックシンドロームは内臓のまわりに脂肪が必要以上につき、高血糖、脂質異常、高血圧のリスクが重なった状態をいいます。この状態が続くと血管が弾力性を失ったり壁が厚くなったりして、詰まったり破れやすくなります。これが「動脈硬化」です。動脈硬化は心臓病や脳卒中、腎臓病など命にかかわる病気の原因となります。

この機会に健診を受け、自分の健康状態を知り、メタボリックシンドロームを予防・改善しましょう。

### メタボリックシンドロームの予防・改善の第一歩

#### 食事

1日に食べたものを記録するなど、食事の振り返りからはじめましょう。

#### 運動

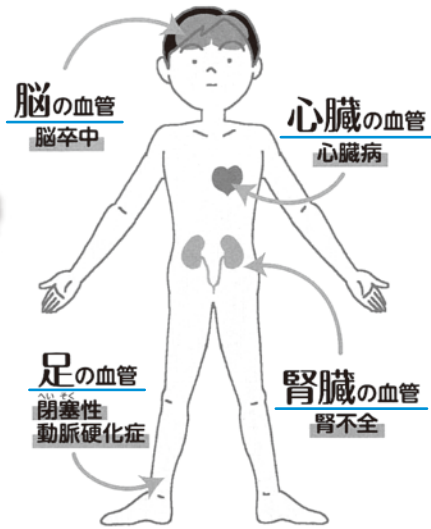
掃除や散歩、階段の昇り降りなど、日常の中で体を動かすことを意識しましょう。

#### 禁煙

喫煙は血管を収縮させ、血流を悪くし、血圧が上がり血管に負担がかかります。まずはやめる意思を持ちましょう。

動脈硬化が進行すると...

とくに進行しやすい血管



### メタボリックシンドロームの判定基準は

<p><b>腹囲</b></p> <p>男性 85cm 以上</p> <p>女性 90cm 以上</p> <p>(内臓脂肪面積男女とも 100cm<sup>2</sup> に相当)</p>	<p><b>内臓脂肪の蓄積</b></p> <p>2項目以上が該当</p>	<p>1 高血糖</p> <p>空腹時血糖値 110mg/dl 以上 または HbA1c(NGSP) 値 6.0%以上</p>
	+	<p>2 脂質異常</p> <p>中性脂肪値 150mg/dl 以上 かつ/または HDL コレステロール値 40mg/dl 未満</p>
		<p>3 高血圧</p> <p>収縮期血圧値 130mmHg 以上 かつ/または 拡張期血圧値 85mmHg 以上</p>

判定! 内臓脂肪の蓄積に加えて上記①~③のうち

1項目以上が該当 ↓ **メタボ該当**    該当なし ↓ **メタボ非該当**

2項目以上が該当 ↓ **メタボ予備群**





## ～使ってみませんか? 後発（ジェネリック）医薬品～

### 後発（ジェネリック）医薬品とは

新薬の特許期間が過ぎたあとに新薬と同じ有効成分で製造した薬のことです。新薬に比べて開発費を抑えられるため、安価に作ることが出来ます。

### 有効性・安全性について

品質・有効性・安全性は、新薬と同等であると厚生労働省が認めており、薬事法に基づいた厳正な審査を経た上で流通している安全性の高い医薬品です。

### 後発（ジェネリック）医薬品の処方を受け方

まずは、かかりつけの医師・薬剤師に相談してみましょう。医療機関で後発（ジェネリック）医薬品を希望する旨を伝えるか、窓口で希望カードを提示しましょう。

### 新薬の約半分の価格

お薬の価格は、新薬の2～7割程（平均すると5割程）と言われています。

ご自身の負担を減らすだけでなく、医療費を減らすことにつながります。高血圧や糖尿病などで継続的に服薬している方や複数の薬を服用している方は、薬代を減らす効果が特に大きくなります。

今年度から国民健康保険の方には、後発（ジェネリック）医薬品に変えた場合、お薬代が月額300円以上安くなる方に対して、その安くなる金額を通知する「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」を送付いたしますので、参考にしてください。

### ☆ご注意ください☆

**後発（ジェネリック）医薬品に変更できない場合もあります！**

処方せんに後発（ジェネリック）医薬品への「変更不可」の医師の署名があるときは変更できません。

また、治療状況やほかの薬との飲み合わせ等によって使用できない場合もありますので、必ず医師や薬剤師とご相談願います。



## 任意加入被保険者の方の保険料納付は口座振替で！

国民年金の被保険者期間は20歳から満60歳までですが、下記該当の方は60歳以降でも申出により任意で加入して保険料を納めることができる任意加入制度があります。

- ・60歳までに老齢基礎年金の受給資格期間（25年）を満たしていない
- ・納付済期間が40年より少ないため老齢基礎年金を満額受給できない場合であって、厚生年金・共済年金に加入していない

この申出については、月々の保険料を確実に円滑に納付いただくため、原則、口座振替をお申込みいただくようになります。

なお、正当な理由がある場合には、現金で納付することもできます。

### ＜口座振替によらない正当な事由とは＞

- ① 預金口座を有していない場合
- ② 資格を喪失するまでの期間の保険料を前納する場合
- ③ その他①、②に準ずる事由により口座振替によらない正当な事由があると認められる場合

### ＜窓口での手続き＞

任意加入の資格取得申出書を提出される際に、口座振替申出書もしくは口座振替ができない旨の申出書の提出が必要です。（口座振替ができない旨の申出書の様式は任意の様式でかまいません）

上記に関する詳しいお問い合わせは

「千葉年金事務所」 ☎043 (242) 6 3 2 8  
までお願いします。

# 生涯学習だより

中央公民館  
総合運動公園

☎(44)0211  
☎(44)1565

6月の休館日  
2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)  
※ 図書室のみ利用が可能です。

## 俳句

ベビーカーの子の前に咲くチューリップ  
制服の少しくずれて風薫る  
柏餅大ぶりの葉の味噌の餡  
閉づるもの開くものあり花菖蒲  
五区観桜陽焼の笑顔揃い踏み  
紫の色鮮やかにあやめ咲き  
耕や胸辺にたたむ日の小風  
大空を一人占めたの鯉のぼり  
鮒鯉の恋きこえる葦のなか

中村真砂雄  
海保 照  
河野 悦子  
葵 かける  
平賀 雅芳  
高師 正年  
加藤 秀子  
篠田 ともみ  
中村 正芳

## 《町スポーツ推進委員が選任されました》

町スポーツ推進委員の伊原隆行さん(河須ヶ谷)の退任に伴い、新たに田嶋典子さん(上市場)が選任されました。

伊原隆行さんは平成18年から町スポーツの振興に御尽力いただきました。ありがとうございました。

また、後任の田嶋典子さんは、バスケットボールを得意とされ、豊かな経験を生かして、各行事での活躍が期待されます。

## 《子どもたちの学習コーナー》

6月15日(日)から中央公民館資料整理室を子どもたちの「自主学習の場及び読書活動推進の場」として小学生・中学生・高校生に無料で開放いたします。広場には、机・椅子を設置し、子どもたちに読ませたい本や学習に関する図書を揃えてありますので、学習する場所として利用できます。

なお、学習コーナーの開放時間は、中央公民館図書室の開館時間とします。

## 《天文教室》

～みんなで夜空を見よう～

と き 6月13日(金) 午後7時～

と ころ 中央公民館

対 象 幼児から大人まで

満月を観測テーマとした、観望会を実施いたします。

なお、申込は不要です。

※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。



## 第40回睦沢町民ゴルフ大会開催のご案内

日 時 6月6日(金) 集合時間各スタート30分前には受付を終了

場 所 房総カントリークラブ房総ゴルフ場東コース ☎43-0111

申込方法 下記大会地区委員へご連絡下さい。

参加資格 町内在住者および町内勤務者、町内出身者とします。

郡民体育大会ゴルフの部への参加資格は、町内居住者となります。

主 催 睦沢町体育協会ゴルフ部／後 援 睦沢町体育協会／大会会長 久保田 洋之

大会地区委員(連絡先)

海老根 正 明	妙 楽 寺	小 高 喜 仁	上 之 郷	香 焼 寿 行	上 市 場
篠 田 英 作	佐 貫	斉 藤 隆 雄	下 之 郷	小 高 健 二	〃
久保田 洋 之	大 上	中 村 裕 一	〃	米 倉 達 雄	大 谷 木
斉 藤 善 昭	〃	鎌 田 弘 司	小 滝	今 関 豊	北 山 田
村 杉 秀 樹	長 楽 寺	麻 生 浩	川 島	関 充 宏	川 島
古 山 義 久	寺 崎	露 崎 和 夫	ニュータウン	鶉 沢 弘 之	〃
永 見 喜 美 雄	上 之 郷	斉 藤 和 美	妙 楽 寺		



## 催し物案内

### 特別展 「睦沢町の芸術家」

睦沢町は豊かな自然があり、この美しい風土の中で芸術家がはぐくまれてきました。この特別展では、睦沢町にゆかりがある堀越保二氏（日本画）、小岩井節一氏（仏像彫刻）、中村次雄氏（洋画）、下川吉博氏（洋画）、齊藤登男氏（陶芸）、小原由紀子氏（陶芸）の6人の作品を紹介します。

と き

6月14日(土)  
～9月7日(日)



(写真 中村次雄氏「バラ」)

### 特集陳列 「鈴木重男・心の情景」

鈴木重男さんが自身の半生を思い出して描いた「心の絵」を展示しています。

その作品のひとつ「収穫物を売りに行く」は昭和の初め、瑞沢尋常高等小学校の農業の授業で、畑で採れた農産物を学校の近くに売りに出たことを描いたもので、「市価よりも割安にしたのでよく売れました」と語りました。



(写真 「収穫物を売りに行く」)

### 常設展示品紹介 36 「ランプ」

灯油を入れた容器に口金を付け、木綿糸のヒモを通して燃料にひたし、もう一方に火を灯しました。燃焼効率と風よけのために炎を覆う火屋（ほや）を取り付け、光を反射させる笠を付けました（写真1）。灯油は、おもに灯火用として利用されたことからこの名があります。資料館一階で展示中。

(写真 ランプ)



## 21世紀への遺産

206

### 柏木二飛曹機不時着④(北山田)

今から69年前の1945（昭和20）年6月5日朝、北山田地区に零戦が墜落した。この事件については本誌で過去3回わたって記し、情報提供を呼びかけた。このたび新たな知見が加わったので報告する。

第二次大戦末期の1945（昭和20）年、関東地方には毎日のように連合国軍機による空襲があった。この状況のなかで、6月5日朝8時45分、茂原海軍航空隊基地の零戦4機が上空哨戒に発進したが、「雲高低ク哨戒ヲ断念ス」として引き返し、9時に帰着した。柏木盈衛二等飛行兵曹機はその15分のあいだに北山田地区堀井谷の山林中に不時着し機体が炎上して、柏木二飛曹は戦死した。以上のことは、第252航空隊の「飛行機隊戦闘行動調査」に記されている（写真1）。

(写真1) 252空「飛行機隊戦闘行動調査」

機銃弾の葉莖が発見されたことで墜落地点が確定され（写真2）、新聞にも報道された。

幸治さんは柏木二飛曹の出身地と遺族も探して4月7日、日光市に墓参が実現した（写真3）。

出迎えてくれた柏木二飛曹の妹の加藤チイさんは、「当時、兄が戦死した場所は知らされず、今ではじめて知った。私は兄のことをいつも心に留めているが、兄は世間から忘れられていた。しかし死後69年たって、兄はやつと浮かばれたような気がする」と語った。



航空中央資料館 航空機隊戦闘センター



(写真3) 柏木二飛曹の墓



(写真2) 柏木二飛曹機不時着地遠望





## カプチーノ風ゼリー

シナモンをきかせた大人の味！

### 材料（4人分）

粉ゼラチン 10g、水（ゼラチン用） 大さじ4  
 ①（牛乳 300ml、生クリーム 100ml、砂糖 40g）、  
 インスタントコーヒー 大さじ3、シナモン（粉） 少々

### ●作り方

- ①水にゼラチンを入れ混ぜておく。
- ②鍋に①を入れ混ぜ、沸騰直前まで加熱し、火を止め、①のゼラチンを加えて溶かし、1/4は上の泡用に取り分けておく。
- ③残りの3/4にインスタントコーヒーを加えて溶かし、ボウルに入れ、そのひとまわり大きいボウルに水を入れてその中にボウルごと漬けて粗熱をとりながら混ぜ、とろみが少しいたら器に流し入れて冷やす。
- ④取り分けた②は泡立て器で泡立て、③のゼリーが固まったら上にそっと流し入れ冷やし固める。
- ⑤上にシナモンをふりかける。

**1人分栄養量** エネルギー 230kcal / たんぱく質 6.4g / 脂質 14.3g  
 カルシウム 113mg / 食塩相当量 0.1g



## 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		一宮地区	
	内科系	外科系		
6・1	宮山医院 ☎(22)4873	宍倉病院 ☎(24)2171	一宮 藤島クリニック ☎(47)3056	
8	すだ内科医院 ☎(24)7717	塩田記念病院 ☎(35)0099	一宮 よねもと整形外科 ☎(40)1065	
15	吉田医院 ☎(34)3045	鎗田整形外科 ☎(24)8686	一宮 秋場医院 ☎(42)3323	
22	鈴木医院 ☎(22)2630	公立長生病院 ☎(34)2121	睦沢 睦沢診療所 ☎(44)2236	
29	山之内病院 ☎(25)1131	三枝医院 ☎(25)2203	一宮 K・Iクリニック ☎(42)7575	

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

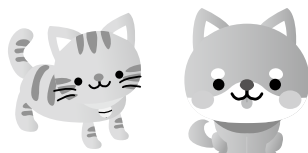
## 6月は「動物の正しい飼い方推進月間」です

次のことに注意して、動物を適切に飼いましょう。

- 動物を飼う前に、動物を飼うことのできる環境であるかどうか、責任を持って最後まで飼えるかどうか、よく考えましょう。
- 動物が原因となる感染症を予防するために注意を払いましょう。また、過剰なふれあいは控え、動物にさわったら必ず手を洗いましょう。
- 動物には、迷子札やマイクロチップをつけるなどして飼い主が分かるようにしましょう。犬の首輪には、登録鑑札と狂犬病予防注射済票をつけることが狂犬病予防法で義務づけられています。なお、万が一、登録鑑札および注射済票が脱落した場合に備えて、首輪に連絡先、電話番号、飼い主氏名を書いておきましょう。
- 犬の放し飼いは禁止されています。犬を運動させる場合は、犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。
- 猫は屋内で飼いましょう。猫による他人への迷惑を防止でき、また、病気や交通事故等の危険から猫を守ることができます。
- 犬や猫に公の場所や他人の敷地内で排泄（はいせつ）させるような迷惑行為はやめましょう。
- 犬・猫には、排泄場所等のしつけを行いましょう。
- 望まれない子犬・子猫を増やさないために、不妊去勢措置をしましょう。
- やむを得ない事情によりどうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。見つからない場合でも、絶対に動物を捨てず、事前に保健所・動物愛護センターに相談してください。

### 問い合わせ

長生健康福祉センター（保健所）  
 ☎(22)5167  
 千葉県動物愛護センター  
 ☎0476(93)5711  
 (財)千葉県動物保護管理協会  
 ☎043(214)7814  
 役場地域振興課 生活環境班  
 ☎(44)2515



## くらし

## ●ゴミの収集日

## ☆1コース

燃えないゴミ … 6月10日(火)  
資源ゴミ …… 6月17日(火)  
粗大ゴミ …… 6月24日(火)

## ☆2コース

粗大ゴミ …… 6月5日(木)  
資源ゴミ …… 6月12日(木)  
燃えないゴミ … 6月19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

## 開設場所・日時

## ○町中央公民館駐車場

6月9日(月)午前10時～11時  
6月18日(水)午後2時～3時

## ○役場駐車場

6月20日(金)午前10時～11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)0110(代表)

## ●まっ白いひろば開催

と き 6月14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、ヘルメット

## 問い合わせ

中核地域生活支援センター  
長生ひなた ☎(22)7859  
町中央公民館 ☎(44)0211

## ●交通事故巡回相談

交通事故に遭うと損害賠償請求など様々な問題が生じます。県では被害に遭われた方の救済を図るため、巡回相談を実施します。ただし、調停中・裁判中の相談についてはお受けできません。

と き 6月13日(金)

午前10時～午後3時(受付は午後2時半まで)

ところ 役場101会議室

問い合わせ 役場総務課 総務班 ☎(44)2500

## ●あなたが救える命があります。献血にご協力を！

と き 7月3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

輸血に不可欠な血液は、長期保存できませんので、年間を通じた継続的な献血が不可欠です。献血は身近なボランティアです。命を救う愛の献血にみな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)2506

## ●県立長生特別支援学校 前期学校公開

と き 6月17日(火)、18日(水)

午前10時～午後2時まで参観できます。

ところ 県立長生特別支援学校(一宮町東浪見6767-7)

内 容 本校の概要説明

施設設備や授業の様子の参観

問い合わせ ☎(42)2470(担当 細井・永野)

## ●加入者ご家族(被扶養者)への特定健診のお知らせ

協会けんぽでは、加入者ご家族(40～74歳の被扶養者)に特定健診を実施しております。

健診費用の一部(6,520円)を助成しておりますので、ご家族の健康チェックのため、毎年度1回受診しましょう!! なお、受診券はこれまで加入者ご本人(被保険者)の勤務先へ送付していましたが、平成26年度も平成25年度と同様に加入者ご本人の住所に直送することになりました!

## 【特定健診とは?】

メタボリックシンドロームに着目した健診です。検査内容は、腹囲の計測・血圧・脂質・空腹時血糖・肝機能・尿検査等で、生活習慣病の予防を目的とした健診です。

## 【どうやって受診するの?】

加入者ご本人の住所に送付する受診券と健康保険証で受診していただきます。

## 【どこで受診するの?】

健診機関の一覧および集団健診の日程や会場を協会けんぽのホームページに掲載しております。

## 【自己負担額は?】

平成26年度・・・個別健診で1,180円【一部の健診機関では500円】、集団健診で500円です。

## 【その他】

加入者ご本人には「生活習慣病予防健診」を実施しています。勤務先にご案内をお送りしておりますので、申込方法等については協会けんぽにお問合わせください。

問い合わせ 全国健康保険協会(協会けんぽ)千葉支部  
企画総務グループ ☎043(308)0522





# 相 談

## ●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け付けで、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 6月11日(水)  
午前10時～午後3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

## ●法律相談

と き 6月13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

## 編集後記

5月も終わりとなり、新緑の色増すさわやかな季節となりました。

さて、4月・5月と町内各田んぼでは田植え作業が行われておりました。

私たちが普段食べているお米は、こうした多くの農家の方々のおかげでおいしくいただけています。今年もおいしい町自慢のお米ができて上がるのがとても楽しみです。 K.A

## ●乳幼児健康相談

と き 6月19日(木)  
受付時間 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

## ●日本脳炎予防接種

と き 6月4日(水)、11日(水)  
受付時間 午後0時45分～1時15分まで  
ところ 農村環境改善センター

### 問い合わせ

役場健康福祉課 国保健康班  
☎(44)2506

## ●心の電話相談

と き 6月3日(火)、11日(水)、  
19日(木)、27日(金)  
午前10時～正午、  
午後1時～3時

専用電話 ☎(44)0022

## 誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
村杉 謙一 優子	こうき 幸樹	男	森	4/3
武井 祐樹 智子	なぎさ 渚紗	女	上之郷	4/3
大河原 幹晴 恵	ゆうや 有哉	男	大谷木	4/16
渡邊 健佑 美保	みなみ 翠南	女	佐 貫	4/16
市原 大嗣 真理	えいと 瑛斗	男	大谷木	4/16

## 結婚 末永くお幸せに

区名	氏名
河須ヶ谷	榑原 雅之・奈都美
上市場	香焼 隆平・美奈

## ●健康栄養相談

と き 6月20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

## ●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

## 弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
吉岡 久雄	71	上之郷	3/31
秋葉 千代子	85	大 上	4/11
江澤 ふみ	94	長楽寺	4/20
柳川 嶺	94	佐 貫	4/29

## 陸沢町の人口と世帯

人 口 7,448人 (+56人) 男 3,594人 (+32人)  
世帯数 2,714戸 (+26戸) 女 3,854人 (+24人)  
4月末現在( )は前月比



# 7 2014 月分 ぐらしのカレンダー

※注意 このカレンダーは7月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
		1 特定、後期高齢者健診、結核、肺がん、前立腺がん、肝炎ウイルス検診(改セ)～7/2まで	2 もえるゴミ	3 2コース粗大ゴミ 献血(改セ) 10:00～12:00 13:15～16:00	4 もえるゴミ 心の電話相談 10:00～12:00 13:00～15:00	5
6	7 もえるゴミ	8 1コースもえないゴミ 園庭解放(こ) 9:50～11:00 おはなしの広場(こ) 11:00～11:30	9 もえるゴミ 日本脳炎予防接種(改セ)	10 2コース資源ゴミ 心の電話相談 10:00～12:00 13:00～15:00	11 もえるゴミ	12 第10回伝統芸能発表会 13:00～15:00(ゆ)
13	14 もえるゴミ	15 1コース資源ゴミ わくわく広場(こ) 10:00～11:00	16 もえるゴミ 心の電話相談 10:00～12:00 13:00～15:00	17 2コースもえないゴミ	18 もえるゴミ 健康栄養相談(改セ) 10:00～11:30	19
20	21 もえるゴミ 海の日	22 1コース粗大ゴミ 心の電話相談 10:00～12:00 13:00～15:00	23 もえるゴミ	24 乳幼児健康相談(改セ)受付 14:00～15:00	25 もえるゴミ	26
27 日曜開庁日(一部窓口)	28 もえるゴミ 心の電話相談 10:00～12:00 13:00～15:00	29	30 もえるゴミ	31 固定資産税第2期納期限 国民健康保険税第1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)は中央公民館 (資)は歴史民俗資料館 (運)は総合運動公園 (ゆ)はゆうあい館 (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**

**目指せ優勝！3月開催全国大会(表紙掲載)に続き8月の全国大会へ出場決定！**



表紙に掲載されている『第13回全国小学生ソフトテニス大会』で優勝した中村 楓香さん、鈴木 心菜さんペアが、4月29日(火)に開催した『全国小学生ソフトテニス千葉県予選会』にて見事準優勝をし、8月に大分県で開催される全国大会へ出場決定！

**路線バスご利用の方へ  
運賃の2分の1を補助します**

町内在住及び町内へ通勤・通学している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

