

住もうむつざわ 行こうむつざわ 「新しいまちのかたち」がここにある

平成28年



広報

むつざわ

9

交通安全宣言の町
非核平和宣言の町

No.581



青少年 サマーキャンプ



7月29日(金)から31日(日)に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)で実施しました。

小学5、6年生の児童32名が参加し、テントに宿泊し、自分たちで食事を作り、富士山でのトレッキング、富士川でのラフティングを行うなど、普段とは違う貴重な体験をしました。



広報むつざわ 9

CONTENTS

3 町長就任のごあいさつ

4 特集1「減災」に取り組みましょう!
防災マニュアル

6 PICKUP NEWS

8 お知らせ陸沢

～町からの大切なお知らせ～

- 9月の農業講習会等のお知らせ
- 傾聴ボランティア養成講座
- 不妊講演会を開催します

11 ヘルスケア

12 特集2

「房総」を楽しもう

14 EVENTinformation

15 資料館だより

16 国保だより・ねんきんななちゃん

17 暮らしの情報

表紙/青少年サマーキャンプの様子

●WEBサイトのご案内

「広報 むつざわ」は陸沢町のWEBサイトでもご覧になれます。
<http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp/chousei/kouhou/kouhousi/>

●編集・発行/陸沢町総務課 総務班

●編集協力・印刷・製本/三陽メディア株式会社

※本紙の記事及び写真、イラストの無断転載を禁ず

ありがとうございます

7月19日伊藤文生様から、町に
200,000円のご寄附が
ありました。

町発展のために有効に活用させて
いただきます。

町長就任のごあいさつ

町長就任にあたり、一言ごあいさつ申し上げます。

先の町長選挙におきましては、無投票当選という形で、引き続き二期目の町政の舵取りを務めさせていただくことになりました。

改めてその責任の重大さに身の引き締まる思いであるとともに、町民皆様から寄せられた信頼と期待に因應するため、新たな決意と情熱をもって本町の更なる魅力アップを図る政策の実現に向けて全力で取り組んでまいれる所存です。

一期目では、『選択と集中』により目まぐるしく変化していく社会情勢に応じたスピード感のある町政運営を懸命に取り組んでまいりました。

- ・ 地籍調査の実施
- ・ 若者定住型賃貸住宅「リバーサイドタウン」の建設



- ・ 上市場魅力づくりプロジェクト「ワークショップ」の開催

「睦沢町健康のまちづくり基本条例」の制定

・ スマートウェルネスタウンの拠点となる道の駅「つどいの郷むつざわ」が国の重点「道の駅」に選定

・ 若者定住型住宅分譲地「パークサイドタウン」

・ 再生可能エネルギーの地産地消を進めるための地域電力会社の設立等

これら様々な施策を進めることができたのはひとえに、皆様のご愛顧ご協力によるものであり、この場をお借りしまして改めて深く感謝申し上げます。まちづくりを推進するためには、行政主体ではなく、広く町民皆様と一緒に考え、一緒に悩むことが大切であると考え、『協働のまちづくり』を常に念頭に置き、毎年欠かさず各地区で「町長と語る地区懇談会」を実施してきました。

二期目となるこれからの四年間につきましても、多くの方からのご意見を真摯に受け止め、第一期での成果と課題を踏まえ、公約として掲げた5つの重点政策を確実に推進してまいります。

5つの重点政策推進構想とその主な内容

① 小学校再編

- 生徒数減少による複式学級の解消
- コミュニティ・スクールの導入

② 多機能拠点「むつざわスマートウェルネスタウン」

- 農業と道の駅による持続可能な生産販売体制づくり
- 大学、住民、民間、行政等多様な連携
- 先進予防型のまちづくり

③ スポーツツーリズム

- 総合型地域スポーツクラブに対する運営の支援
- 他分野との連携によるプログラムを開発し実施
- むつざわスポーツプロモーションを開設

④ 地域再生

- 上市場魅力づくりプロジェクト
- むつざわふるさと応援隊

⑤ 地域エネルギーシステム

- (株)CHIBA むつざわエナジー事業の推進
- 地域への資金環境を生む



初登庁にて(7月29日)

現在、少子高齢化に伴う子育て支援や介護・医療など本町における課題は山積しております。今後も皆様と足並みを揃え、本町ならではの新しい取り組みや、地域の特性を活か

した施策を展開し、町の目指すべき将来像である『住もうむつざわ 行こうむつざわ 「新しいまちのかたち」がここにある』を実現するため、引き続きご理解とご支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

結びに、まだまだ厳しい暑さが続きますので、お体には十分お気を付けていただき、健康で明るい毎日をお過ごしください。お祈りし、二期目の就任のご挨拶といたします。

睦沢町長 市原 武



9月1日は「防災の日」です。

8月30日～9月5日は「防災週間」です。

「減災」に取り組みましょう! 防災マニュアル

地震や津波などの自然災害は避けることが難しく、被害をなくすことも非常に困難ですが、被害を少しでも減らすこと「減災」は可能です。

日頃から備蓄などの備えや防災訓練に参加するなど、災害から自分や家族を守るために「減災」に取り組みましょう。



4月の熊本地震で倒壊した家屋(益城町)

阪神大震災の経験者らに聞いてみた 意外に役立つ品

キッチン用のラップは体に巻き付

大地震発生後、本格的な救援活動が開始されるまでには3日ほど見ておく必要があるといわれます。その間をしのぎ、避難所や自宅などで過ごすには、次頁の一覧にあるような「必需品」は不可欠です。「あると便利な品」も参考にしてください。

けると止血や防寒に、食器にかぶせて食べ終わったらラップだけ捨てれば、断水で食器が洗えなくても衛生的です。粘着テープは散乱したガラス片などを取り除くのに有効です。また眼鏡やコンタクトレンズが必要な人は、震災で眼鏡が割れる可能性があるがあるので、前に使っていたものを、予備の眼鏡として取っておくと良いでしょう。

大地震 避難生活の必需品 食料は3日分必須 水・常備薬忘れずに

「減災」に取り組みましょう!

① 自宅や職場での備え

備蓄・家具の転倒防止・家屋の耐震化など



② 正しい知識

第一に自分の命を守るための行動をしましょう。



まずは自助、次に共助

③ 防災訓練への参加

避難訓練等に積極的に参加しましょう。参加した際には避難経路などを再確認しましょう。



一番大切なことは、日頃の備えです。日頃から減災について考え、家族でよく話し合い、いざというときのために備えをしておきましょう。

備蓄品

在宅避難に備えましょう。日常・非日常時どちらも大活躍
ローリングストック (ROLLING STOCK) のススメ

●ローリングストックって何？

ローリング + **ストック** = **ローリングストック**

回転すること。転がること。蓄えておくこと。貯めておくこと。消費と買い足しをくりかえし、蓄えておくこと。

つまり…、日常生活の中で使う食材を多めに常備して使いながら、いざという時のために備えるという考え方です。

普段から食べ慣れている物を食べて、安心したい。そのためには非常時の「買い占め」より日常の「ローリングストック」をおすすめします。

その1 ストックする食材

水、インスタント(即席麺)、レトルト食品、おかずになる缶詰、インスタント味噌汁や粉末スープ、乾物(昆布、するめ、鰹節)、調味料

その2 ローリングの仕方

POINT まず始めに、ストック食材を普段買う量より多めに買いましょう

POINT 古いものから順に使っていき、ほぼ半分になったら補充しましょう。

補充！ → 使う → 補充！ → 使う

常にストック食材が多めにある状態をキープしながら循環させるので、賞味期限切れの無駄がなくなります！ ストック食材を積極的に使いましょう！



防災訓練への参加

10月16日(日)に大雨による土砂災害を想定した避難訓練を実施します。多くの方の参加をお願いします。詳しくは、次号(10月号)に掲載いたします。

●家族が離ればなれになったときの連絡方法を確認

〈家族との連絡方法〉

災害用伝言ダイヤル「171」

被災者が安否メッセージを「登録」し、それを一方が「聞く」という「声の伝言板」です。

ご利用方法

171 にダイヤル

音声ガイダンスによるご案内

録音は**1**、再生は**2**

音声ガイダンスによるご案内

被災地の方はご自宅の番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。

市外局番 市内局番 お客様番号
0XXXX - XXXX - XXXX

音声ガイダンスによるご案内

ガイダンスに従い、録音(再生)

非常持ち出し品

災害時に必要なものは持ち出しやすい場所に置いておきましょう。

■必需品

〈食料〉

インスタント・レトルト食品

簡易食料(カンパンなど)

缶詰(缶切りなしで開けられるもの)

〈飲料水〉

3日分(目安は1人1日3リットル)

〈応急医療品〉

消毒液、傷薬

常備薬、持病薬

脱脂綿、ばんそうこう、包帯など

〈照明・情報〉

懐中電灯

携帯ラジオ

乾電池(予備)

携帯電話充電器

〈日用品〉

ライター

小型ナイフ

〈清潔維持用品〉

タオル

テッシュ・ウエットティッシュ

生理用品など

〈衣類など〉

下着、くつ下

セーターやジャンパー類

軍手

ヘルメット

〈貴重品〉

現金(小銭も)

印鑑

預金通帳

身分証明書の写し など

〈乳幼児用品(赤ちゃんのいる家では)〉

ミルク

ほ乳瓶

紙おむつ など

■あると便利な品

〈食料品〉 チョコレートやキャラメル(糖分補給) / 調味料(塩・脱水防止、酢・疲労回復)

〈飲料〉 砂糖の少ない飲料(甘い飲料はのどが渇きやすくなるため)

〈医薬品など〉 とげ抜き、目薬など

〈日用品〉 ウエットティッシュ(止血、清浄など) / 油性ペン(連絡、伝言など)

粘着テープ(散乱ガラス除去など) / タオル(止血、防寒など) / ビニールシート(防寒、防水など)

キッチン用ラップ(止血、防寒など)、アルミはく / ポリタンク(生活用水運搬、トイレなど)

ごみ袋(防水、荷物運搬など) / ライター(防寒、救助信号など) / スリッパ、洗面用具

使い捨てカイロ / カセットコンロ / 紙コップ、紙皿 / 予備の眼鏡

これからも住み続けるために

わが家の耐震



耐震診断、耐震改修に関する支援制度等をご活用ください!

■ 耐震診断とは

阪神・淡路大震災において、木造住宅の倒壊率は古い住宅ほど高く、老朽化や耐震壁の少なさ、または、配置等バランスのわるさが倒壊の要因であるといわれています。

「耐震診断」は、建物がもつ構造状態を評価し、耐震性能を判定することです。

■ 耐震改修とは

耐震診断の結果、改修が必要と判断された住宅の補強計画をたて改修工事を行います。

改修は、基礎・はり・柱・筋かいの補強、耐力壁の増加、屋根の軽量化など様々な方法あります。所有者の要望などを設計者と十分に協議して、改修工事を行うものです。

睦沢町住宅耐震診断・耐震改修等事業補助金

昭和56年5月31日以前に着工された旧基準の住宅が対象となります。

◆ 耐震診断

一戸建て住宅(一般診断) 限度額 8.6万円(1戸あたり)

一戸建て以外の住宅 限度額 40万円(2,000円/㎡以内を限度)

◆ 耐震改修・建替

住宅(マンションを除く) 限度額 50万円(32,600円/㎡以内を限度)

問い合わせ 睦沢町役場 まちづくり課 事業管理班 ☎(44)2507



PICK up
NEWS 1

第66回 “社会を明るくする運動”



街頭キャンペーンを行いました!

社会を明るくする運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない安心・安全な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

7月は、本運動の強化月間として、推進委員の方々のほか、保護司会や更生保護女性会の皆様など総勢34名が参加し、7月16日(土)に、むつざわマーケットプレイスと道の駅つごいの郷むつざわにて、買い物に訪れた方へポケットティッシュや啓発グッズを配布しました。

当日は、茂原警察署生活安全課のご協力により移動交番も開設され、本活動への理解と参加を呼びかけていただきました。また、町のマスコットキャラクターうめ丸くんも駆けつけ、子どもたちの注目を浴びていました。今後とも皆様のご理解とご協力をお願いします。



PICK up NEWS 2

第52回千葉県消防操法大会



7月23日(土)に千葉県消防学校屋外訓練場で第52回千葉県消防操法大会が開催され、長生支部代表として第2分団第2部(下之郷)が小型ポンプ操法の部に出場しました。
結果は努力賞でした。これで町、長生支部そして県大会が終わり、選手のみなさん、関係者のみなさん本当にお疲れ様でした。



PICK up NEWS 3

「まちの未来は 私たちがつくる」

睦沢中学校の2年生が社会科の授業で「10年後の睦沢町をどのように変えていったらいいか」を課題として、熱心な議論を行いました。事前に、睦沢町の自然や産業、少子高齢化社会の状況等を自分達で調べました。

また、睦沢町役場の職員がゲストティーチャーとして参加し、「むつざわスマートウェルネスタウン計画」などの町の基本施策についての講話を行いました。生徒からは「住みよい町づくりの施策」や「二人の町民としてできること」について、多くの意見が交わされ、各自の考えを深めていました。



お知らせ陸沢

町からの大切なお知らせです

Information mutsuzawa

開催 9月の農業講習会等を 開催します

農業振興を目的に、農産物や加工品の生産・販売の拡大と品質向上、更には売上向上に結びつけるための農業講習会等を下記のとおり開催します。新たな農産物の栽培や加工品の製造に関心のある方など、多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

農業塾(第3回)

○講義 「秋冬野菜の病害虫対策と農薬を使用しない管理方法」

○実習 「薬剤の正しい作り方と散布のツボ、資材を利用した防除方法」

○日時 9月21日(水)午後1時半～4時半
○場所 役場3階会議室及び周辺圃場

農業の基礎知識や栽培方法を講義と実習を通して学ぶ農業塾第3回では、秋植えの花類の栽培管理を学びます。農業者の方、これから農業に携わろうと考えている方などなたでも参加できます。

※申込みが必要です。(定員30名)

※当日は、作業のしやすい服装、靴でご参加ください。

※申し込み締め切り 9月13日(火)

申込み・問い合わせ

役場まちづくり課政策班

☎(44)25501



建築

違反建築防止週間です。

10月15日(土)から21日(金)までは、違反建築防止週間です。この週間には、公開の建築パトロールが実施されます。

建築基準法では、建物の安全性を確保し、私たちの生命や健康、財産を守るため、建築の敷地や構造などに関するさまざまな基準を定めています。

建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。

また、工事が完了したときは、その建物が法令に基づき安全なものであるか検査を受けましょう。

この機会に、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなどの点検を検討してください。よろしくお願いいたします。

問い合わせ

役場まちづくり課 事業管理班

☎(44)25507



禁止

野鳥の飼養は適正に

メジロ、ホオジロをはじめとする野鳥は、その捕獲・飼養が、「鳥獣の保護および管理ならびに狩猟の適正化に関する法律(鳥獣保護管理法)」により厳しく規制されています。

野鳥を愛がん飼養(ペット)目的で捕獲することは、千葉県では許可していません。

野鳥を捕獲するには、鳥獣保護管理法による特別な許可を受けるか、狩猟が認められている鳥であれば、狩猟で捕獲することはできますが、千葉県では、保護の観点から愛がん飼養(ペット)目的とする許可はしておりません。

また、狩猟をするためには狩猟免許と狩猟者登録が必要が必要です。

鳥獣保護管理法に違反して捕獲・輸入した鳥を売ると・買(つ)くとも違法です。許可を受けて捕獲した野鳥は、市町村の登録が必要です。

千葉県以外で捕獲の許可を受けた野鳥を千葉県で飼養するには、お住まいの市町村で飼養登録をする必要があります。登録した鳥には、飼養登録票(書類と足環式の両方)の表示が義務づけられています。

また、足環は取り外してはいけません。

鳥獣保護管理法に違反した場合は、1年以下の懲役または100万円以下の罰金等に処せられることがあります。違法捕獲や違法飼養などを見かけた場合は、左記連絡先まで御一報ください。

〈連絡先〉

千葉県自然保護課 ☎043(2)23(2)2972

長生地域振興事務所 ☎(26)6731

役場産業振興課生活環境班 ☎(44)25515



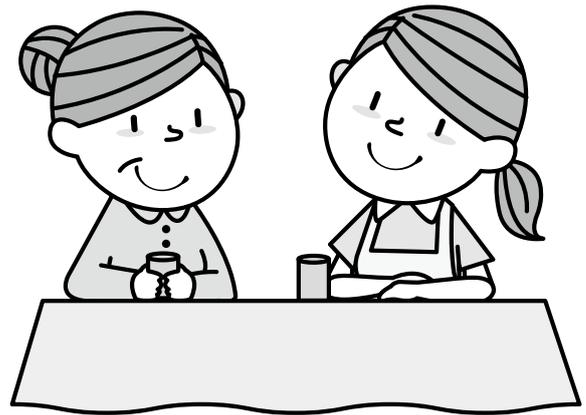
募集 | 傾聴ボランティア養成講座

～あなたの聴く力が周りの人の心を元気にします～

人は思っていることを話すと心が軽くなるといわれています。
講座では、相手に安心感を与え、信頼関係を築く聴き方を学びます。
この講座で学んで傾聴ボランティア活動を始めてみませんか？

- と き** 10月4日(火) 午前10時～午後5時
と ころ 睦沢町農村環境改善センター
内 容 講義、演習
①よい聴き手になるために (傾聴の基本)
②実際の活動事例にふれる
講 師 特定非営利活動法人ホールファミリーケア協会
シニア・ピア・カウンセラー 山田豊吉氏
定 員 36人
受講料 無料

申込み・問い合わせ 町社会福祉協議会 ☎(44)2514



受付 | 平成28年度臨時福祉給付金および障害・遺族基礎年金 受給者向け年金生活者等支援臨時福祉給付金について

平成28年度臨時福祉給付金および
障害・遺族基礎年金受給者向け年金
生活者等支援臨時福祉給付金の申請
受付を次のとおり行います。

対象と思われる方には、申請書を
郵送しますので申請をしてください。

申請受付期間

9月1日(木)～11月30日(水)

申請場所

役場福祉課 窓口(郵送可)

福祉給付金を受給された方は対象外
となります。
支給額
1人につき 30,000円

問い合わせ

役場福祉課 福祉介護班

☎(44)2504

●平成28年度臨時福祉給付金 対象者

平成28年1月1日時点で、本町に
住民票がある方で、平成28年度の住
民税が非課税の方
※課税者に扶養されている方は対象
外となります。

支給額

1人につき3,000円

●障害・遺族基礎年金受給者向け 年金生活者等支援臨時福祉給付金 対象者

平成28年度臨時福祉給付金の対象
者のうち、障害基礎年金または遺族
基礎年金を受給している方

※高齢者向け年金生活者等支援臨時



9月10日から16日までは『自殺予防週間』です

日本における、平成27年の自殺者数は24,025人。交通事故で亡くなった人は4,117人。自殺で亡くなる人は、交通事故で亡くなる人の約6倍で、これは深刻な社会問題となっています。

自殺は、本人にとっても、周りの人にとっても、この上ない悲劇です。その悲劇を防ぐために、あなたの力を少しだけ貸してください。

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」ことから始めてみましょう

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・相談者につなぎ」ましょう

うつ病などの心の病気が疑われる場合は、早めに医療機関やカウンセラーなど専門家への相談が大事です。本人を理解してくれる家族、友人などの周囲と連携して、専門家への相談と一緒にいくなどによって促しましょう。そして引き続き「寄り添い」じつくりと「見守り」ましょう。

今悩みを抱えている方へ

♥心身の不調を感じたり不安があったら、ひとりで抱え込まないで!

眠れない、食欲が出ない、疲れがとれないなど、いつもと違う心身の不調を感じたり、学校や仕事、家族、健康のことなどで不安があったりしていませんか。

そのようなときは、決して一人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。



●陸沢町心の電話相談 ☎(44)0022 専門相談員が無料で相談に応じます

相談時間：午前10時～12時 午後1時～3時

相談日：9月は6日(火)、8日(水)、12日(月)、16日(金)、20日(火)、23日(金)、26日(月)、29日(木)その他の月は広報に掲載

●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)

講演 不妊講演会を開催します

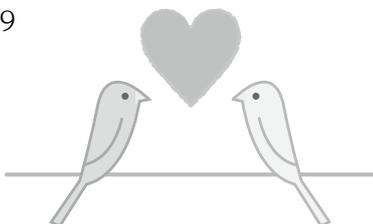
- と き 10月16日(日) 午前10時～正午
- と ころ 長生合同庁舎 4階大会議室 茂原市茂原1102-1
- 対象者 不妊に悩む方または関心のある方
- 定 員 50名 (※定員超過の場合、先着順)
- 内 容 講演「不妊治療と上手につきあうための基礎知識」
講師 亀田総合病院 不妊生殖センター長
川井 清考 氏
- 参加費 無料
- 申込方法 長生健康福祉センター(長生保健所)へ直接FAX
または電話にてお申し込みください。
お申し込みの際は、代表者氏名・参加人数・電話番号・
お住まいの市町村名を記入またはお伝えください。

申込締切 10月3日(月)

申込み・問い合わせ

長生健康福祉センター(長生保健所)

☎(22)5167 FAX(24)3419



実施 原爆被爆二世健康診断を実施します

- 県では、原爆被爆二世に対する健康診断を実施します。
- 対象者 原爆被爆者の実子で、県内に住所を有し、受診を希望される方
- 実施期間 平成29年2月28日(火)まで
- 申込期限 平成29年1月31日(火)
(必着)
- 申込方法 受診を希望される方の住所
・氏名・生年月日・電話番号および

被爆者である親の住所・氏名・生年月日・被爆者健康手帳番号を書いて、郵送で申し込んでください。
受診書等は後日送付します。
なお、検査の種類によっては一部自己負担が生じることがあります。
申込み・問い合わせ
〒260-8667 (住所省略可)
千葉県健康福祉部健康福祉指導課被爆者援護班
☎043(223)2349



● **がん検診Q&A 第2弾** ～胃がん・大腸がん検診を受診しましょう～ ●

今回は、広報4月号でお送りしたがん検診Q&Aの第2弾として、10月に行われる胃がん・大腸がん検診についてです。

＜胃がん検診編＞

Q1.胃がん検診を行えば、必ずがんは見つかりますか？

A. 胃がんは発生すると胃壁に凹凸が出来るため、レントゲンで見つかりやすいがんです。ただし、ごく初期のがんや胃の部位によっては発見が難しいものもあります。定期的に検診を受け、早期発見につなげましょう。

Q2.胃がん検診で、レントゲンの放射線被曝が心配です。

A. 胃バリウム検査ではレントゲンを使用するため、被曝を心配する方も多いでしょう。放射線そのものは、体には蓄積されません。胃バリウム検査で浴びる放射線の量は0.6ミリシーベルトとされており、がんの誘発など人体に影響を及ぼす可能性は0とは言えません。しかしながら、がん検診を受診せずのがんを放置してしまうよりも、がん検診を受け、がんを発見できることの方が有益であると考えられています。

Q3.バリウム検査が苦手です。毎年検査を受けなければなりませんか？

A. 胃を撮影する関係上、レントゲン検査ではバリウムを飲む必要があ

ります。最近では、味や量が工夫されて飲みやすくなりました。がんの種類によっては発育が非常に早いものがあり、1年前の検診で異常がなくても安心できない場合があります。毎年、検診を受けてください。

＜大腸がん検診編＞

Q4.便を調べて恥ずかしい。ずっと検査を受けていませんが、大腸がんで亡くなるリスクって高いの？

A. 大腸がんで亡くなる方は、日本人のがん死亡数の第3位です。食の欧米化などにより近年は大腸がんにかかる方が増えており、第2位の胃がんを超えるのではないかとされています。便を提出し、便潜血検査を受けるだけで、大腸がんの死亡率は60～80%下がるとされています。年一回検診を受けることが大切です。

Q5.痔を患っている場合、便潜血を受けると大腸がんだと診断されてしまいますか？

A. 「便潜血検査で陽性＝大腸がん」と診断されるわけではなく、精密検査を受けるよう指示が出されます。また、痔でも必ずしも陽性になるわけではありません。もし陽性

となった場合でも、「痔だから陽性になった」とは思い込まずに、必ず精密検査を受けてください。

Q6.検診の日程と生理が重なってしまいました。検査を受けられませんか？

A. 生理中の場合、大腸からの出血が判別がつかない可能性があります。本町では、下記の日程の他に大腸がん検診予備日を設けていますので、お問い合わせください。

☆**がんは、早期発見・早期治療が大切です！**

検診で要精密検査となった場合は、必ず精密検査を受けましょう。「要精密検査＝がん」とは限りません。また、症状がない、健康だからといった理由で精密検査を受けずにいると、がん検診で見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。多くのがんは、早期発見できれば完治する可能性は高いと言われています。

他にも検診について疑問がありましたら、役場健康保険課までお問い合わせください。

＜参考＞日本医師会ホームページ
<https://www.med.or.jp>

平成28年度胃がん・大腸がん検診のご案内

町では、以下のとおり胃がん・大腸がん検診を実施します。

検診	日程	受付時間	自己負担金	内容
胃がん検診	10月12日(水)～19日(水) ※16日(日)を除く	午前 7:30～9:30	各500円	問診、胃バリウム検査
大腸がん検診				問診、便潜血反応検査

〈対象〉40歳以上の方(平成28年4月1日現在の年齢) ※昨年度受診者、新規対象者(40歳)の方には受診案内をお送りします。

新たに検診を希望される方は、下記までお申し込みください。

申込み・問い合わせ **役場健康保険課 健康保険班** ☎(44)2506





特集2

房総を満喫!!

千葉県道路公社が管理運営する有料道路の通行が、下記のとおり、全車種、終日無料となります。

無料期間 9月1日から10月31日までの土・日及び祝日
(対象日21日)

対象路線 6路線

東総有料道路、鴨川有料道路、千葉外房有料道路、
東金九十九里有料道路、銚子新大橋有料道路、銚子連絡道路

※房総スカイライン有料道路は無料通行措置実施中。

※九十九里有料道路は津波対策事業のかさ上げ工事により、平成28年4月から平成29年3月まで通行止め。

※各路線の詳細については千葉県道路公社HPをご覧ください。

<http://www.chiba-dourokousha.or.jp/roads/index.html>



問い合わせ 千葉県商工労働部観光誘致促進課

☎043(223)2412



県内の鉄道と路線バスの一部が乗り降り自由になる



サンキュー♥ちばフリーパス



販売金額 大人3,900円、小人1,950円

発売期間 8月1日(月)～11月19日(土)

利用期間 9月1日(木)～11月20日(日)
うち連続する2日間

販売場所 市川～千葉、舞浜～蘇我、船橋法典～南流山、本千葉、成田、
成田空港、空港第2ビル、松戸～天王台の各駅のみどりの
窓口及び指定席券売機

※フリーエリアを含むびゅう旅行商品とセットで購入する場合にのみ、首都圏のびゅうプラザでも購入できます。

※一部、お取扱していない箇所もあります。

フリーエリア内の対象路線

●鉄道 千葉県内のJR線、小湊鉄道線、いすみ鉄道線、銚子電鉄線

●バス 小湊鐵道バス、九十九里鐵道、千葉交通、ジェイアールバス関東、
鴨川日東バス、館山日東バス、天羽日東バス の指定路線

※販売場所にはご注意ください。

問い合わせ 千葉県商工労働部観光誘致促進課

☎043(223)2412



睦沢 遊ぶ 体験 食べる おすすめ情報

第10回 いきいき長生

むつざわ観光まつり

楽しいイベントがいっぱい!

～M-1グランプリ～
むつざわ食のコンテスト

とき 9月22日(木・祝)
午前9時半～午後2時半

ところ 町総合運動公園多目的広場

主催 町観光協会

問い合わせ ☎(44)2505



※写真はイメージです



みんなで
楽しく

健幸ウォーク



【むつざわ★まちロゲ】は、限られた時間内に景色を楽しんだりお店に立ち寄ったりしながら町の中を走ったり歩いたりして設定されたチェックポイントを巡ってポイントを稼ぎ、獲得点数で順位を競うゲームイベントです。

開催日 10月1日(土) 午前9時～午後3時半
※少雨決行、雨天中止

競技エリア 睦沢町および周辺の市町村
参加費 人 2,000円、小・中学生 1,000円
持ち物など詳細はウェブサイトをご覧ください。
<http://6238.jp/machiroge/>

問い合わせ machiroge@6238.jp



町内各地区を皆さんと一緒に歩く「みんなで健幸ウォーク」を実施しています。今回は、7月7日(木)の夕方に実施した下之郷地区3km夕涼みコースを紹介します。

当日は、30代から70代の方が40名参加しました。初参加の方は6名で、夕方の涼しい時間を楽しく歩きました。

参加者に「みんなで健幸ウォーク」に参加したきっかけを伺うと、8割ほどの方が広報・防災無線や友人等に誘われて参加しています。また、今回夏場のウォークを夕方に実施したことについて伺うと、夕方で少し涼しくなって歩きやすい、日没までの時間が長いので良いと答えた方は8割ほどいました。

みんなで健幸ウォークは、各地域にウォーキングの自主グループができるきっかけとなることを目標としています。このウォークに参加して、各地域にウォーキングの輪を広げましょう。目指せ1日9000歩!

●みんなで健幸ウォークの開催

とき 9月15日(木)
午前9時半集合

ところ 道の駅つどいの郷むつざわ

内容 約3kmのコースを歩きます

- ・体調を整えて参加してください。
- ・必ず薬を飲んでから参加してください。
- ・雨天の場合は、9月29日(木)に延期となります。



問い合わせ 役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506

EVENT

information
催し物・イベント情報

時	とき	所	ところ	対	対象	定	定員	¥	参加費・利用料	内	内容	講	講師
持	持参するもの	☒	メールアドレス	申	申し込み					問	問い合わせ		

ウエストへるス塾体験会参加者募集

時 9月7日(水) 午前9時半~11時半

所 農村環境改善センター

内 筋力トレーニング、有酸素運動(エアロバイクまたはステップ等)

持 タオル、水または麦茶等

対 20歳以上で町内在住者、医師の指示で運動制限のない方

※運動のできる服装でお越しください。

申・問 役場健康保険課 健康保険班 ☎(44)2506



成田空港親子見学バスツアー

小学校高学年(4年生から6年生)とその保護者を対象に、通常では見られないランプコントロールタワーなど、成田空港及び周辺施設を見学します。

時 柏駅発 10月22日(土) 8:30~17:00

千葉駅発 10月30日(日) 9:00~16:30

茂原駅発 11月12日(土) 8:30~17:00

木更津駅発 11月26日(土) 8:30~17:00

所 成田空港、航空科学博物館、成田ゆめ牧場

¥ 無料(昼食付)

定 各回20組40名(申込多数抽選)

申 はがきに、希望する出発地、小学生(4年生から6年生)とその保護者(1通につき小学生と保護者各1名ずつ)の氏名・年齢と郵便番号、住所、自宅及び携帯の電話番号を書いて郵送

当選者には、10月11日(火)までに参加証を郵送します。

9月27日(火)必着

問 〒260-0026 千葉市中央区千葉港4-3-301

成田空港活用協議会事務局 ☎043(306)2411

町体育協会チャリティーゴルフ大会開催

町体育協会では、町民のスポーツ推進、健康増進を目指してチャリティーゴルフ大会を開催します。

時 10月14日(金)

所 房総カントリークラブ房総ゴルフ場

¥ 15,000円(プレー費・昼食・パーティー・賞品・参加賞)

定 160名(40組)

申 9月30日(金)まで

問 町体育協会(睦沢ふれあいスポーツクラブ内)

☎(44)1565

《天文教室》~みんなで夜空を見よう~

時 9月10日(土) 午後7時~

所 中央公民館

対 幼児から大人まで

「月」を観測テーマとした、天文教室を実施します。天文に関する基礎知識は必要ありません。天文が大好きな方はもちろん、初めてという方も大歓迎です。

観測して気づいたことや疑問に答えてくれる講師もいますので是非ご参加ください。

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。

健幸むつざわロードレース大会開催

時 11月27日(日) 午前9時~

所 町総合運動公園周辺

内 町では、「健幸長寿のまちづくり」の取り組みを推進するため、今年度も、シドニーオリンピック女子金メダリストの高橋尚子さんをゲストに迎え、ロードレース大会を開催します。

多くの方の参加をお待ちしています。なお、参加には申込が必要です。詳しくは、中央公民館までお問い合わせください。

問 中央公民館 ☎(44)0211

ながいきファームフェスタ

時 10月1日(土) 午前10時半~午後3時半(荒天中止)

所 千葉県立茂原樟陽高等学校(茂原市上林283)

内 牛の写生会、ぬり絵コーナー、卵のゲームなど楽しい企画がいっぱいです。

地元の牛の美人コンテストや、地元の農産物やアイス、チーズなどを販売する「まきばマーケット」で楽しんでいただけます。また、牛のコスプレ(牛柄のシャツ等)をして来場された方にプレゼントを用意しています。ご家族・お友達とお誘い合わせの上、是非ご来場ください。

問 千葉県長生農業事務所企画振興課

☎(22)1751



俳句のコーナー

俎の音の響きて今朝の秋	平和願ふ五輪開催広島気	琉金の尾をくねらせて水の中	あの毛虫こんな素敵なドレス持ってたか	山百合の花を数えて歳を知る	涼風や独り住居にむかし唄	日と水に謝辞めて稲穂深垂れに	リオ五輪日本酷暑で夕顔に
(葵 かける)	(中村真砂雄)	(河野 悦子)	(中村 正芳)	(高師 正年)	(篠田 とみ)	(加藤 秀子)	(野村 南舟)



資料館 だより

開館時間 午前9時～午後4時半 ☎(44)0290

《9月の休館日》5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)

催し物案内

企画展「房総の年中行事」

年中行事とは毎年決まった時期に同じ様式で習慣的に行なわれる行事で、1年の節目として重要な意味があります。この企画展では、資料館開館以来30数年間収集した年中行事の資料の中から、初公開のものを含む資料を公開しています。

と き 9月11日(日)まで

第14回 観月の夕べコンサート

妙楽寺境内で国指定重要文化財の大日如来坐像などをライトアップして、二胡、琵琶、揚琴の中国楽器によるコンサートを開催します。チケットは完全前売りで、2000円。公民館などで発売をしています。売り切れが予想されますので、お早めに購入してください。会場に駐車場はなく、バスで送迎します。

と き 9月17日(土)午後7時開演



(写真)一昨年の観月の夕べコンサート

21世紀への遺産 231

千葉県指定無形民俗文化財 「上総十二社祭り」

9月8日、岩井地区の鵜羽神社で御漱祭がおこなわれる。この日、神事があつて神輿が社殿の外に披露され、参拝者は子供を連れて訪れ、神輿の下をくぐった後、甘酒をいただく。鵜羽神社の祭神の鵜茅葺不合命が乳の代わりに甘酒で育てられたとのいわれがあり、この甘酒をいただく子供が元気に育つといわれる(写真1)。この日、一粒でも雨が降ると地元の人「ばあ神様の白髪洗い」という。それは鵜茅葺不合命を育てた乳母の神様が髪を洗うからとされている。

9月10日、鵜羽神社の神輿が一宮町の玉前神社などに渡御する(写真2)。毎年10日に行われることから鵜羽神社側では「十日祭」とよばれ、玉前神社側では「鵜羽神社御迎祭」とよばれている。玉前神社での神事が終わると、神輿は八雲神社に渡御して神事(写真3)を行う。(写真4)はこのとき用いられる供器で、「十日祭」の祭礼とともに町指定文化財になっている。この供器は資料館の企画展「房総の年中行事」で展示されている。

9月13日は玉前神社の例大祭で、上総十二社祭りおよび千葉県指定無形民俗文化財になっている。上総十二社祭りの名は、地元の伝えによると昔、一宮町の釣ヶ崎沖で夜毎に光りを発する8個の玉を得た人の夢に「この玉は玉依姫の霊」とお告げがあり、

玉前神社など6社に8神8個の玉を分納したという。祭りの名は、この6社の12基の神輿が集まったことに由来する。町内の神社では北山田地区の三之宮神社(写真5)と下之郷地区の玉垣神社(写真6)が関係している。

この日、川島地区の氏子が「天狗」などの神役をつとめ、玉前神社や門前で参拝者を祝福する。(写真7)の中央で天狗の面をつけているのが天狗、袴をつけているのが後乗り(寺社奉行脇坂淡路守ともいう)、榊という神役は榊を神輿のように担いで一宮町の町中を練り歩いて榊を配る役である。天狗の役を務めた者には役で使った物を記念にもらう。下駄は玄関の長押の上に架けたりして取っただけで大切にされるという。この下駄も資料館の企画展「房総の年中行事」で展示されている(写真8)。

上総十二社祭りに関係する神社は一宮町に限らず、本町・いすみ市・茂原市に至る広い範囲には及ぶ大規模な祭礼である。



(写真6)上総十二社祭りで玉前神社拝殿前の玉垣神社の神輿



(写真7)天狗・後乗り・榊・後乗りの馬方を務める川島地区の人たち



(写真8)上総十二社祭りの天狗の下駄



(写真5)上総十二社祭りで玉前神社拝殿前の三之宮神社の神輿



(写真4)鵜羽神社十日祭の供器



(写真3)鵜羽神社「十日祭」の八雲神社での儀式



(写真1)鵜羽神社御漱祭で甘酒をいただく



(写真2)鵜羽神社「十日祭」の渡御で玉前神社殿に入る



教えて!



ねんきん

ななちゃん

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。

*カラ期間…老齢基礎年金などの受給資格期間をみる場合に、期間の計算には入れるが、年金額には反映されない期間

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。なお、給与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。

年金相談に関するお問い合わせ

ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165

なるほど!

国保だより

正しく知ろう! 接骨院・整骨院、はり・きゅう、 マッサージのかかり方

接骨院・整骨院、はり・きゅう、マッサージで健康保険が使えるのは、一定の条件を満たす場合に限定されています。

【接骨院・整骨院で健康保険が使える場合】

外傷性のけがの場合に限られます。

単なる肉体疲労や肩こりなどは健康保険対象外となります。

●接骨院・整骨院で健康保険の対象となる症状

ねん挫、打撲、挫傷(肉離れ)、骨折・脱臼の応急手当

【はり・きゅう、マッサージで健康保険が使える場合】

医師の同意書または診断書が必要です。

●はり・きゅうで健康保険の対象となる症状

神経痛、リウマチ、五十肩、腰痛症などの慢性的な痛みのある病気

●マッサージで健康保険の対象となる症状

筋肉麻痺や関節拘縮などで医療上マッサージを必要とする場合

～柔道整復師が行う施術内容について

調査を実施しています～

町では、医療費の適正な支出のため、整骨院や接骨院で施術を受けた方のうち、長期にわたる受診や3部位以上の受診、同月内の頻回受診等された方に対して、負傷部位や負傷した状況、受診日数、一部負担金の支払い額等の施術内容の確認のため、文書による照会を行っております。

日頃から受診日の記録や領収書を保管していただき、照会があった場合には、回答にご協力をお願いします。

問い合わせ

役場健康保険課 健康保険班

☎(44)2506



く
ら
し
の
情
報



かぼちゃのきんぴら



- 材料(4人分)**
- かぼちゃ 1/4個(240g)
 - にんじん 1/2本(70g)
 - ピーマン 1個(30g)
 - サラダ油 小さじ2
 - 酒 小さじ2
 - しょうゆ 小さじ2
 - 白ごま 小さじ2



【1人分栄養量】……………
 エネルギー 99kcal
 食塩相当量 0.5g
 ……………

作り方

- ①かぼちゃ、にんじん、ピーマンは千切りにする。
 - ②フライパンにサラダ油を熱し、にんじんをさっと炒め、かぼちゃを加え、酒をふり入れ蓋をし、かぼちゃに火が通ったらピーマンを加える。
 - ③しょうゆで味を調えて、器に盛り付け、白ごまをふる。
- ※お好みで七味唐辛子をかけてもおいしく召し上がれます。

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			
9/4	大塚内科	☎(23)6121	穴倉病院	☎(24)2171	一宮 藤島クリニック	☎(47)3056
11	鶴沢外科内科クリニック	☎(34)2496	君塚病院	☎(25)1811	一宮 清水医院	☎(42)2950
18	金坂医院	☎(22)4885	三枝医院	☎(25)2203	睦沢 睦沢診療所	☎(44)2236
19	清水三郎医院	☎(25)0776	穴倉病院	☎(24)2171	一宮 秋場医院	☎(42)3323
22	鶴澤医院	☎(34)2008	塩田記念病院	☎(35)0099	長生 長生診療所	☎(32)3303
25	渡辺医院	☎(27)7733	公立長生病院	☎(34)2121	長生 長生八積医院	☎(32)3282



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

子ども急病電話相談
 午後7時～翌午前6時 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	機関名等	電話番号等
停電・電線の断線等	東京電力※1	☎0120(99)5552 ☎043(370)4586(有料)
ガス	長南町役場ガス課	☎(46)3401
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・倒竹等	まちづくり課 事業管理班(役場)	☎(44)2507
防災情報	総務課総務班(役場)※2	☎(44)2500

※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。



くらし

●山武長生夷隅地域リハビリ講演会のお知らせ

テーマ：「全日本女子バレーボール選手の障害と予防」～ロンドン五輪銅メダルからリオへ～
 講師 藤田 耕司 先生
 千葉メディカルセンター
 (旧川鉄千葉病院)整形外科
 全日本女子バレーボールチームドクター
 スポーツ医学センター長
 と き 10月15日(土)
 午後3時～4時半
 ところ 茂原市民会館
 申込 どなたでも参加できます。
 (事前登録不要)
 参加 参加費無料(先着1000名)

問い合わせ

公立長生病院 総務課 大木
 ☎(34)2121 (代表)

●ゴミの収集日

□1ヨース

燃えないゴミ…… 9月13日(火)
 資源ゴミ……… 9月20日(火)
 粗大ゴミ……… 9月27日(火)

□2ヨース

粗大ゴミ……… 9月 1日(木)
 資源ゴミ……… 9月 8日(木)
 燃えないゴミ…… 9月15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

- 中央公民館
9月29日(木) 午後1時半～3時
 - つどいの郷むつざわ
9月24日(土) 午前10時～11時半
 - むつざわ観光まつり
9月22日(木) 午前9時～午後2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 ☎(22)0110

●秋の生き生きフェア

長生・夷隅都市の福祉施設による販売会です。加工食品・パン・木工・手芸品・花苗など
 と き 9月10日(土)～11日(日)
 午前10時～午後8時
 ところ 茂原ショッピング
 プラザアスモ
 主催 長生・夷隅地区福祉施設
 連絡協議会

問い合わせ

社会福祉法人 児童愛護会
 長生厚生園 ☎(24)2003

●JA介護員初任者研修会

(旧ホームヘルパー2級)
 期 間 10月9日(日)～
 平成29年2月5日(日)
 (講義・実技演習・施設実習など17.5日間)
 ところ JA山武都市本所 他
 受講料 62,000円(テキスト代含む)

問い合わせ

JA長生 生活購買部福祉センター
 ☎(20)1888 FAX(24)5117

●オータムジャンボ宝くじ
(2016年新市町村振興宝くじ)

今年のオータムジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて5億円
 ご購入は、ぜひ“千葉県内”の宝くじ売り場で!
 発売期間 9月26日(月)～10月14日(金)
 抽せん日 10月21日(金)
 発売単価 1枚300円
 この宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

●まっ白いひろば開催

と き 9月10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、土睦小学校正門右側

問い合わせ

まっ白い広場森林開発隊事務局
 ☎(44)2289(松本)
 中央公民館 ☎(44)0211

15種類
76,000本

白子チューリップ祭り

チューリップのオーナーになりませんか?

花の咲く明るく住みよいまちづくりにご協力していただけるオーナーを募集します

遊休農地の活用、土に親しむ機会づくり、住民交流の場づくりを目的に始まった白子チューリップ広場づくり事業も、みなさんのご理解とご協力により、今回で24回目を迎えます。

今年も15種類の球根を用意しております。白子町役場東側の花の広場に、家族やお友だちと一緒に色とりどりのチューリップ76,000本を咲かせてみませんか?

募集期間 9月1日(木)～10月14日(金)

賛助金 1口 1,000円【60球(1色)・1区画1.8㎡】

オーナーには、区画と球根を買い取り、植付けと除草などの管理を行っていただきます。祭り終了後は花の切り取りや球根の掘り取りが自由に楽しめます。

植え付け日 11月12日(土)・13日(日)

申込先 花の広場実行委員会事務局(白子町役場産業課内)

☎(33)2115

10月14日(金)までに申込用紙に記入の上、賛助金を添えてお申込みください。なお、区画数(685口)がいっぱいになり次第募集を終了させていただきますのでご了承ください。
 球根は、数に限りがありますので、ご希望に添えない場合はご容赦ください。

●団体オーナー(模様植えコンテスト)もあります!

赤・白・黄・桃・紫の5色900球を使ってデザインをつくり、13㎡の区画に植え付けしていただきます。来年の春にデザインのとおりに咲いてくれるかどうか楽しみます。祭りの最終日には、団体模様植えコンテストも行われます。

◇1口 10,000円(5色900球) 区画数(27口)※申込用紙に記入の上、賛助金を添えてお申込みください。



相 談

●健康栄養相談

と き 9月30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、
健康相談、食事指導など
問い合わせ
役場健康保険課 健康保険班
☎(44)2506

●乳幼児健康相談

と き 9月15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、栄養・育児相談、
歯科指導
問い合わせ
役場健康保険課 健康保険班
☎(44)2506

●行政・人権相談

と き 9月14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

●法律相談

と き 9月9日(金)
午前10時半～正午
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
申込み・問い合わせ
役場総務課 総務班
☎(44)2500

編集後記

今月号は、「防災」を特集しました。
記事を作成しながら改めて日頃からの
備えの重要性を再認識しました。ぜひ今
回のご覧いただき、参考にさせていただき
ればと思います。(N.F)

●千葉司法書士会茂原支部 無料法律相談会

と き 10月1日(土)
午前10時～午後3時
ところ 茂原市総合市民センター
2階研修室1
○ 予約不要
○ 債務整理、成年後見等の法律に
関すること
○ 相続、売買、贈与等の登記に
関すること
問い合わせ
千葉司法書士会茂原支部
(司法書士安井恵一事務所)
☎(27)1487
月～金 午前9時～午後5時

●公証役場無料相談所を開設

大切な契約や遺言書は公正証書で!
と き ①10月1日(土)
午前10時～午後4時
②10月7日(金)
午前9時半～正午
(両日とも予約制)
ところ 茂原市役所 503会議室
相談員 茂原公証役場
公証人 磯山 博
問い合わせ
茂原公証役場
☎(22)5959

●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
により弁護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
役場産業振興課
(消費者ホットライン)
☎(44)2505



●行政書士による 無料相談会

と き 9月25日(日)
午前9時半～正午
ところ 睦沢町中央公民館
相談内容
○ 相続全般に関すること
○ 遺言に関すること
○ 農地法関係手続きに関すること
○ 成年後見制度に関すること
○ 各種許認可申請に関すること
など
※ 事前申し込み不要
問い合わせ
千葉県行政書士会長夷支部
相談員 今関 雄一
☎(43)0202

お誕生おめでとう

親の名	子の名	性別	区名	月日
三上 徹 朋未	乃彩	女	上之郷	7月14日
河野 友貴 美幸	ツツキ 樹	男	川島	7月21日
石川 貴將 佑果	笑那	女	川島	7月21日

(結婚) 未永くお幸せに

区名	氏名
上市場	高橋 博典・茜

おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
松田 美智子	74	上市場	7月 6日
松崎 敏郎	79	下之郷	7月 8日
松崎 とよ	95	上之郷	7月16日
中村 一夫	90	下之郷	7月21日

睦沢町の人口と世帯

人口	7,282人	(-1人)
男	3,506人	(+1人)
女	3,776人	(-2人)
世帯数	2,744世帯	(+5世帯)

7月末現在()は前月比





※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 ●こども園運動会(こ) ●園庭開放(こ) 9:50~12:00
2 ●ふるさと芸能発表会 9:30~	3 もえるゴミ	4 ●園庭開放(こ) 9:50~11:30	5 もえるゴミ ●心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	6 2コース 粗大ゴミ	7 もえるゴミ	8
9	10 もえるゴミ 体育の日	11 1コース もえないゴミ ●心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00 ●園庭開放(こ) 9:50~11:30	12 もえるゴミ ●胃がん・大腸がん検診 (改せ) 10/19まで (10/16を除く)	13 2コース 資源ゴミ ●みんなで健康ウォーク (佐貫区民センター) 9:30集合	14 もえるゴミ ●法律相談 10:30~12:30 ●体験入園(こ) ●園庭開放(こ) 9:50~11:30	15 ●結婚50周年記念 祝賀会(交流センター) 11:30~
16 ●避難訓練 9:00~12:00	17 もえるゴミ	18 1コース 資源ゴミ ●わくわく広場(こ) 10:00~11:00	19 もえるゴミ ●行政・人権相談 13:00~16:00	20 2コース もえないゴミ ●乳幼児健康相談(改せ) 受付14:00~15:00 ●心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	21 もえるゴミ	22
23 ●日曜開庁日 (一部窓口)	24 もえるゴミ ●心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	25 1コース 粗大ゴミ ●園庭開放(こ) 9:50~11:30	26 もえるゴミ	27	28 もえるゴミ ●健康栄養相談 (改せ) 受付10:00~11:30	29
30	31 もえるゴミ ●町・県民税第3期納期限 ●国民健康保険税第4期納期限 ●大腸がん検診予備日(改せ)					

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~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 (改せ)は農村環境改善センター (こ)はこども園

ブレイクタイム

「こぢやの向日葵」



上市場揚水組合と営農準備委員会の助けを借りて、上市場こぢや倶楽部で「こぢやの向日葵」と銘打って小さな向日葵畑を作りました。

場所は「上市場こぢや倶楽部」のはす向かいの、ニュータウンに通じる小路沿いです。

上市場を通り掛かった際は寄ってみてください。

睦沢町マスコットキャラクター

「うめ丸くん」

LINEスタンプ第一弾!

うめ丸くんのかわいいいぐさや表情のLINEスタンプができました。



ダウンロード方法!

- ①LINEのスタンプ検索で「うめ丸」と入力!!
- ②直接URLにアクセス
<http://line.me/S/sticker/1135801>

