

広報



交通安全宣言の町
非核平和宣言の町
むつしわ

きれいな水 豊かな土 支えあう人の和で築く ふるさと むつしわ

むつしわ



平成26年
7
No.555

最優秀賞

第2分団第3部 (大谷木・北山田)



主な内容

- P2 ……平成 26 年河川功労者表彰
- P3 ……虫歯 0 のお友達を紹介
- P4・5 ……路線バス一部時刻表変更
- P6 ……臨時特例給付金の受付について
- P12 ……生涯学習だより

上之郷 中村 和宏氏

平成26年

河川功労者表彰

5月26日(月)、東京都砂防会館にて開催された河川功労者表彰式の中で、公益社団法人日本河川協会より、長年にわたる瑞沢川の河川愛護活動が認められ、中村和宏氏(上之郷)が平成26年河川功労者として表彰されました。

中村氏は、本町を流れる二級河川一宮川水系瑞沢川において堤防の草刈りをはじめ、河川環境の整備に御尽力され、この度の表彰となりました。



第38回消防第5支団操法大会

睦沢町役場職員駐車場

消防第5支団(睦沢町)の操法大会が6月8日(日)に開催されました。

操法大会は、火災を想定した一連の消火作業をいかに迅速かつ的確に行うかを競います。町内にある10部の消防団が、日頃の訓練の成果を競い合いました。

大会結果

団体の部

最優秀賞

第2分団第3部

(大谷木・北山田)

優秀賞

第3分団第4部

(小滝・河須ヶ谷・岩井)

優良賞

第2分団第1部

(森・長楽寺・上之郷)

第3分団第3部 (上市場)



個人賞

小型ポンプ操法の部

最優秀指揮者

第2分団第1部

最優秀1番員

第3分団第4部

最優秀2番員

第2分団第3部

最優秀3番員

第2分団第3部

市原 大嗣

小高 怜

石井 貴宏

内山 純一

ポンプ車操法の部

最優秀指揮者

第3分団第3部

最優秀1番員

第3分団第3部

最優秀2番員

第3分団第3部

最優秀3番員

第3分団第3部

最優秀4番員

第1分団第1部

最優秀指揮者

古山 雅敏

最優秀1番員

平井 昭弘

最優秀2番員

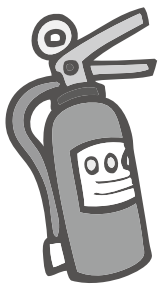
佐貫田敬博

最優秀3番員

香焼 隆平

最優秀4番員

柳川 勝



虫歯0のお友達を紹介します!

5月26日に行われた町3歳児健康診査で虫歯のなかったお友達です。
ご家族からコメントをいただきました。



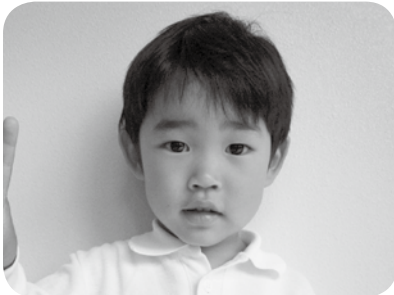
たかぬき そうたろうくん
これからも歯磨き頑張ろうね。



たかぬき こじろうくん
食べたら歯をみがこうね。



わたなべ あゆむちゃん
ずっとむし歯0でいこうね!



かなお りくうくん
これからもムシバイキンやつつけようね!



おしだ しゅうまくん
一緒に歯みがき♡むし歯ゼロ!!



いしい ももかちゃん
ずっとむし歯がなく過ごせるといいね。



みやざき ゆうたくん
これからもピカピカの歯でようね!!



たなべ けいとくん
キレイな歯でカッコ良くなってね!



すぎもり ひろおきくん
歯磨き頑張ったね。これからもピカピカ元気な歯でいてね。



むらすぎ ひなちゃん
毎日歯みがきを頑張ろうね♡



あきば おうきくん
元気! ニコニコ! ピカピカ歯!



おぐら かずまくん
これからもピカピカの歯でようね!





表変更のお知らせ

どいの郷むつざわ～茂原駅線』の時刻表の一部が変更となりました！

茂原駅～道の駅つどいの郷むつざわ

新

茂原駅南口	6:32	8:05	9:25	11:15	12:36	14:00	15:30	17:18	18:30	20:15
茂原車庫前	6:33	8:06	9:26	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	↓	↓	9:26	11:16	12:37	14:01	15:31	17:19	18:31	20:16
早野北原	↓	↓	9:27	11:17	12:38	14:02	15:32	17:20	18:32	20:17
早野十字路	↓	↓	9:28	11:18	12:39	14:03	15:33	17:21	18:33	20:18
やなぎつぼ	↓	↓	9:29	11:19	12:40	14:04	15:34	17:22	18:34	20:19
中の島入口	↓	↓	9:30	11:20	12:41	14:05	15:35	17:23	18:35	20:20
中の島幼稚園前	↓	↓	9:31	11:21	12:42	14:06	15:36	17:24	18:36	20:21
中の島小学校入口	↓	↓	9:32	11:22	12:43	14:07	15:37	17:25	18:37	20:22
中の島公園入口	↓	↓	9:33	11:23	12:44	14:08	15:38	17:26	18:38	20:23
中の島公園	↓	↓	9:34	11:24	12:45	14:09	15:39	17:27	18:39	20:24
沢尻橋	↓	↓	9:35	11:25	12:46	14:10	15:40	17:28	18:40	20:25
大芝	6:39	8:11	9:36	11:26	12:47	14:11	15:41	17:29	18:41	20:26
合同資源前	6:39	8:12	9:36	11:26	12:47	14:11	15:41	17:29	18:41	20:26
七井土	6:40	8:13	9:37	11:27	12:48	14:12	15:42	17:30	18:42	20:27
伊勢化学	6:42	8:15	9:39	11:29	12:50	14:14	15:44	17:32	18:44	20:29
新地台	6:43	8:16	9:40	11:30	12:51	14:15	15:45	17:33	18:45	20:30
陣小屋	6:43	8:16	9:40	11:30	12:51	14:15	15:45	17:33	18:45	20:30
北川橋(睦沢)	6:44	8:17	9:41	11:31	12:52	14:16	15:46	17:34	18:46	20:31
寺崎	6:44	8:17	9:41	11:31	12:52	14:16	15:46	17:34	18:46	20:31
南川橋	6:45	8:18	9:42	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	9:43	11:33	12:54	14:18	15:48	17:36	18:48	20:33
久保入口	6:46	8:19	9:43	11:33	12:54	14:18	15:48	17:36	18:48	20:33
川島	6:47	8:20	9:44	11:34	12:55	14:19	15:49	17:37	18:49	20:34
三角屋前	6:48	8:21	9:45	11:35	12:56	14:20	15:50	17:38	18:50	20:35
上市場神社前	6:48	8:21	9:45	11:35	12:56	14:20	15:50	17:38	18:50	20:35
上市場	6:49	8:22	9:46	11:36	12:57	14:21	15:51	17:39	18:51	20:36
睦沢中学校前	6:50	8:23	9:47	11:37	12:58	14:22	15:52	17:40	18:52	20:37
下之郷	6:51	8:24	9:48	11:38	12:59	14:23	15:53	17:41	18:53	20:38
長生不動尊	6:52	8:25	9:49	11:39	13:00	14:24	15:54	17:42	18:54	20:39
睦沢役場前	6:52	8:25	9:49	11:39	13:00	14:24	15:54	17:42	18:54	20:39
上之郷	6:53	8:26	9:50	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	9:51	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	9:52	11:42	13:03	14:27	15:57	17:45	18:57	20:42
中之橋	6:57	8:30	9:54	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	9:57	11:47	13:08	14:32	16:02	17:50	19:02	20:47



路線バス一部時刻

JR 茂原駅への乗継調整のため、6月23日(月)より『道の駅つ

道の駅つどいの郷むつざわ～茂原駅

新

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



臨時特例給付金の受付について

平成26年5月号の広報に掲載した、臨時特例給付金（臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金）の受付方法等についてお知らせします。

【申請方法】

申請手続きに必要な書類については、支給対象者へ6月下旬に送付いたします。

必要事項を記入し、同封されている返信用封筒での申請、または、役場1階臨時特例給付金専用窓口にて申請してください。

【申請受付窓口】

7月1日～31日（土、日、祝を除く）午前9時～午後5時

臨時特例給付金専用窓口（役場101会議室）

8月1日～10月1日（土、日、祝を除く）午前9時～午後5時

役場 健康福祉課

【問い合わせ】

役場 健康福祉課

☎（44）2504（臨時福祉給付金）

☎（44）2506（子育て世帯臨時特例給付金）

厚生労働省相談窓口（専用ダイヤル）

☎0570（037）192



交通安全教室を開催

— こども園・土睦小学校 —



6月2日（月）にこども園で、6月5日（木）に土睦小学校で交通安全教室が開催されました。茂原警察署の警察官、町交通安全対策協議会の皆さんの指導のもと、正しい道路横断の方法などを教わりました。



土睦小学校

こども園

第64回 “社会を明るくする運動”

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

毎年7月は、“社会を明るくする運動”強調月間です。

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの改善更生について理解を深め、それぞれの立場においてチカラを合わせ、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。

犯罪や非行が生まれるのは、地域社会であり、また、罪を償い、改善更生を果たす場もまた地域社会にほかなりません。罪を犯した人も非行のある少年も、いずれは改善更生して社会に復帰し、地域社会の一員として、より良い社会の実現を担うこととなります。

本運動は、地域社会に根ざし、広く地域住民の理解と共感を得られるような活動を全国各地で展開しようとするものです。



インターネット公売を開催します

平成26年度第3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 7月7日（月）午後1時～
7月22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 7月29日（火）午後1時～31日（木）午後11時
 - 最高価申込者の決定 8月1日（金）午前10時
 - 買受代金納付期限 8月8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

一下見会

実際の公売財産をご覧ください。
ご予約は不要です。

- とき 7月14日（月）～
7月18日（金）
- ところ 役場税務住民課



わが家の愛犬・愛猫写真コンクール

作品募集

“わが家の愛犬・愛猫の写真に
コメントを付けて応募ください。”

優秀作品 15 点を 9 月に行われる動物愛護週間イベント会場に展示し、協会理事長表彰式を行います。また、優秀作品のうち何点かは協会機関誌に掲載させていただきます。

※ **応募作品**：応募者の飼育している犬・猫の写真 3 枚までとし、しつけ等適正飼育についてのコメント(400 字原稿用紙 1 枚以内)を添えたものを対象とします。

写真サイズは、L 判(通称サーブス判)とし、全ての写真の裏面に住所・氏名・電話番号を記載してください。

※ **応募資格**：県内に在住する者(プロ、アマ、年齢は問いません。)

※ **応募期間**：7 月 1 日から 8 月 31 日(必着)までとします。

※ **応募作品は原則としてお返しできません。**

※ **応募作品の送付先**

〒260-0001 千葉市中央区都町 463-3
公益財団法人 千葉県動物保護管理協会
TEL.043-214-7814 FAX.043-214-7818

地域活性化住民提案事業

むつざわ ゆめ花火 2014

むつざわの夜空にメッセージと共に“花火”を打ち上げませんか

むつざわを愛する会ではこの度、商工会青年部が主催する「納涼盆踊り大会」のひと時をお借りして、夏の思い出に残るイベント「ゆめ花火」を企画し、開催することにしました。

結婚、出産、金婚式、還暦、米寿などのお祝い事、入学、卒業、就職、成人、お子様やお孫様の成長、また、家族や友達へのお礼や励ましなどのメッセージを花火に乗せて、むつざわの夜空に打ち上げます。

◆ **打上日時** 8 月 9 日(土)午後 8 時位(予定)

【雨天・荒天等の場合は 8 月 10 日(日)に順延】

◆ **打上場所** 睦沢総合運動公園付近

◆ **申込期間** 7 月 5 日(土)～7 月 22 日(火)

※先着 5 名様で締め切らせて頂きますのでご了承下さい。

◆ **協賛金** 1 口 10,000 円のご協賛となります。原則として、お一人様、一口まで。
(中止の場合は返金いたします。)

詳しくは下記の連絡先までお問い合わせください。

問い合わせ むつざわを愛する会 ゆめ花火実行委員会事務局

☎ 090 (6792) 7384 FAX 0475 (43) 1030

☎ <http://mutsuzawagood.jimdo.com/>

第 8 回 むつざわ観光まつりが開催されました!

5 月 31 日(土)に町観光協会主催による第 8 回むつざわ観光まつりが開催され、長い太巻き寿司作りや、お相撲さんによる餅つきなど様々なイベントが行われました。



『今年、サマージャンボ宝くじ史上最高額の 1 等・前後賞合わせて 6 億円!』

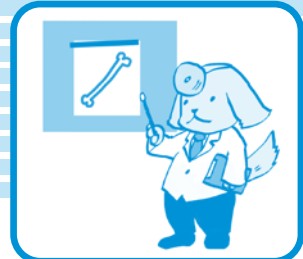
1 等 4 億円 × 26 本 (発売総額 780 億円・26 ユニットの場合)
前後賞 各 1 億円 × 52 本 (発売総額 780 億円・26 ユニットの場合)

発売期間 7 月 4 日(金)～7 月 25 日(金) 抽選日 平成 26 年 8 月 5 日(火)

※この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



ヘルスケア Health Care



保健師 藤生 智子

肝臓いたわってますか? ~アルコールと肝臓~

ビールのおいしい季節になりました。適度な飲酒は、ストレスを発散させたり、1日1合程度の飲酒は冠動脈疾患（狭心症・心筋梗塞）のリスクを下げるとも言われています。適量であれば、まさに百薬の長なのかもしれません。

しかし、この適量を超えると体への悪影響が増します。

肝臓は「沈黙の臓器」といわれ、症状が出た時には、かなり進行した病態になりかねません。

肝臓が障害を起こすには、ウイルスや偏った食事、薬剤等、さまざまな原因がありますが、肝機能障害の一つである脂肪肝はアルコールの飲みすぎにより発症するものが多いです。

脂肪肝の発生頻度

一般人口の	20~30%
肥満例の	60~70%
糖尿病の	70~80%
大量飲酒者の	90~100%

肝臓のはたらき(巨大な化学工場)



肝臓は体の右上腹部にあり、およそ2,500億個の細胞が集まった人の体の中でもっとも大きい臓器で、その重さは成人では1.2~1.5kgもあります。

そのはたらきは

1. アルコールなどの解毒作用
2. 胆汁の産生をして、脂肪の消化吸収を助け、胃や腸の働きを高めます。
3. 代謝機能（糖分や脂肪分等を合成・分解・貯蔵）から栄養をコントロールします。
つまり肝臓は「肝心要」ともい

われるように、体の中で巨大な化学工場の役割を担い、要らないものの処理と必要なものの変換を行っています。

アルコール性脂肪肝になるしくみ

アルコールが体の中に入ると肝臓では分解して最終的には排出されます。また中性脂肪を合成し、体の隅々に運びます。この合成のピークはアルコールを飲んでから12時間後。合成された中性脂肪が肝臓から体の各部へ運ばれずべてなくなるまでに12時間かかると言われています。

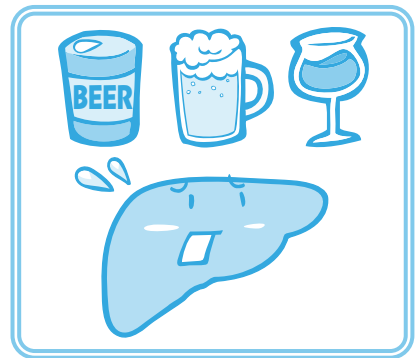
毎日アルコールを飲むと次々と中性脂肪が合成されて、この処理能力を超えてしまい、脂肪肝になってしまう訳です。

アルコールだけではなく、糖分や脂肪分などを多く食べても同じく脂肪肝を起こしやすい原因になります。

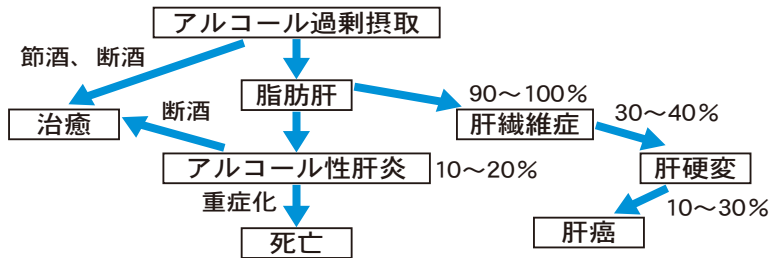
過度の飲酒を長年続けると・・・肝臓はポロポロに

脂肪肝の自覚症状は全くありません。

1日3~5合以上のお酒を1週間飲み続けた場合、肝機能は低下します。さらに1日3合以上のお酒を常に飲む習慣のある人では、10年で5人に1人、15年で過半数が脂肪肝よりも悪化した肝硬変になると言われています。



アルコール性肝疾患の経過



適量は?

1日に飲むお酒の量の目安は二日酔いにならない程度...ではありません。

日本酒であれば2~3合程度。これを単位に置き換えると、適量は**2~3単位**。下図でみると、ビール1本(633ml)とワイン1/3(240ml)飲んだら合計2単位となります。

お酒1単位を覚えて考えて飲みましょう。宴席で1合(1単位)まででは寂し過ぎるという方は、その分休肝日を多くして調整しましょう。

酒1単位	ビール	清酒	ワイン	ウイスキー水割り	焼酎お湯割り
種類 ▶					
容量 ▶	1本(633ml)	1合(180ml)	1/3本(240ml)	シングル2杯、ダブル1杯(60ml)	0.6合(110ml)





国民健康保険被保険者証（保険証）の一斉更新を行います

現在使用している保険証は、7月31日で有効期限切れとなります。

新しい保険証は7月下旬に簡易書留で郵送します。

有効期限が過ぎた保険証はハサミを入れるなど、各自で処分をお願いします。返却の必要はありません。

新しい保険証が届いたら内容を確認してください

世帯主宛てにご家族の分をまとめて郵送しますので国保加入者全員分の保険証が届いているか、また住所や氏名、生年月日などに誤りがないかご確認ください。

既に会社の健康保険等に加入している場合

就職や家族の扶養になり会社の健康保険等に加入している場合は、国民健康保険の資格喪失手続きが必要です。

届出に必要なもの：会社の健康保険証・印かん

限度額（減額）適用認定証の申請もお早めに

限度額（減額）適用認定証も有効期限が、7月31日までとなっています。

既に交付されている方には、申請用紙を新しい保険証に同封しますので再度申請をお願いします。



保険証の紛失に注意しましょう

紛失による保険証の再交付が増えています。医療機関にかかる場合は保険証の提示が必要となりますので、一人ひとりがしっかりと管理し、大切に使いましょう。



国民年金保険料の納め忘れがある皆様へ

・過去10年以内に国民年金保険料の納め忘れのある方は、お申込みにより、平成24年10月から平成27年9月までの3年間に限り、国民年金保険料を納めることができる期間が、過去2年から10年に延長（後納制度）されました。

※ただし、既に老齢基礎年金を受給している方や、65歳以上で受給資格のある方は納めることができませんのでご注意願います。

後納制度のメリット

- ・2年以上前の保険料を納めることにより、
- 1. 将来受け取る年金額が増額となります。
- 2. 年金受給資格に満たない方でも、資格が得られる可能性があります。

お申込みから納めていただくまでの手順

- ① 日本年金機構へ申込書の送付依頼をします。（日本年金機構HPからも取得できます。）
- ② 年金事務所から申込書が送付されます。
- ③ 申込書に必要事項を記入のうえ、年金事務所に提出します。

※年金加入期間の確認のため、戸籍謄本等が必要な場合があります。

- ④ 年金事務所において申込書の審査・承認などを行います。

※審査には、お時間がかかることがありますので、期限に余裕をもってお申込みください。

- ⑤ 納付書により金融機関・コンビニ等で納めてください。

お問い合わせは

『国民年金保険料専用ダイヤル』へ

・ ☎ 0570 (011) 050

050（一部）の電話、070の電話からおかけになる場合は下記へ

・ ☎ 03 (6731) 2015

お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

問い合わせ 役場健康福祉課 国保健康班 ☎ (44) 2506

催し物案内

特別展「陸沢町の芸術家」

陸沢町に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、陸沢町にゆかりがある堀越保二氏（日本画）、中村次雄氏（洋画）、下川吉博氏（洋画）、小岩井節一氏（仏像彫刻）、齊藤登男氏（陶芸）、小原由紀子（陶芸）の作品を紹介いたします。

（写真）の作品は下川吉博氏の作品で、作者は「門司港の倉庫街を見に行ったとき、『いいな』と思い創作しました。単純ではない壁の色に、歴史や生活の匂いを感じてほしいです。」と語っています。



（写真 下川吉博氏作「昼下がり」）

第10回 陸沢町伝統芸能発表会

伝統芸能は長い歴史の中で生まれ、今日の世代に守り伝えられてきた貴重な文化財です。

次世代に残すために、陸沢町に伝わる佐貫季寄（町指定無形民俗文化財）、大上五囃子（同）、妙楽寺ぜんぜんご、上市場八坂神社子ども囃子が上演されます。今年は茂原市の黒戸の獅子舞（写真）が特別出演の予定です。

とき
7月12日（土）
午後1時
ところ
陸沢ゆうあい館



（写真 「黒戸の獅子舞」）

特別展「陸沢町の芸術家」展示品紹介① 堀越保二氏作「淡雪烏鷺」

稲刈りが終わり間もなく冬を迎える晩秋、淡雪の降る蒭田にカラスとサギがいる情景を描いた日本画で、烏鷺の取り合わせは古く描かれてきたテーマです。

作者の堀越保二氏は、「サギは蒭田によく来るし、カラスも水の残る田んぼの昆虫を食べに来ます。少なくなりましたが、それでもまだこういう風景が見られます」と語っています。

（写真 堀越保二氏作「淡雪烏鷺」）



妙楽寺ぜんぜんご

ぜんぜんごは、かつては瑞沢地区で広く演じられたが、今では妙楽寺地区にしか伝わっていない貴重な芸能である。前後に行きつ戻りつしながら踊ることから「ぜんぜんご」と呼ばれ、堤防や道ができた時に、その無事を願って踏み固める地固めの歌謡という。（写真）は妙楽寺地区在住の鈴木重男さんが描いた絵で、画中に「昭和55年ごろカゴメ谷林道完成祝いで踊った」との書き込みがある。

ぜんぜんごの歌詞には「長南の三途台」とか「萩原の行元寺」といった近隣の寺院の名が出てくることや他に類例を見ないので、瑞沢地区で生まれ、この地域にだけに伝えられてきた芸能と思われてきた。

ところが最近注目すべき記事を見かけた。それは「祝！33年ぶりのご開帳―秘仏の鉦彫像が伝える引田の歴史―」と題して、市原市引田の蓮蔵院で県指定文化財「聖観世音菩薩立像」が公開されたときの記事（『シテイライフ』842号・2013年1月19日発行）である。その公開初日に「導師・練り踊り行列」が再現されたとのことで、その

21世紀への遺産

207

練り踊りは「ジエンジエン踊り」ともいわれ、「3歩前に歩き、1歩下がる」という。この踊り方は妙楽寺ぜんぜんごと同様で、「ジエンジエン踊り」という名前も似ているので関係があるかもしれない。

もし、この二つが類似の踊りだとすると、「ぜんぜんご」あるいは「ジエンジエン踊り」といった芸能は、妙楽寺地区と市原市引田地区などに伝わっていることから古い時代には房総半島中部域に広く伝わっていた可能性がある。



（写真 鈴木重男氏作「妙楽寺ぜんぜんご」）



生涯学習だより

中央公民館
総合運動公園

☎(44)0211
☎(44)1565

7月の休館日
7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)
※図書室のみ利用が可能です。
※ただし、21日(月)は祝日のため、全館休館です。

俳句

喜喜として庭駈まはる風かほる
野草地を灯す紅濃き蛇莓
梅雨晴れて千種万草みどり濃し
筍をもらって思うゲートル巻き
青田波庭木萌えたつ碧空に
化粧水替へて梅雨入りの近ずきぬ
麦秋や穂波大きく朝の畑
青梅雨や些細なことに目くじらを

篠田 とみ
加藤 季子
高師 正年
中村 正芳
平賀 雅芳
海保 照
河野 悦子
葵 かける

《公民館の無線LANについて》

中央公民館にて、公衆無線LAN『FREESPOT』をご利用できます。

利用時間 公民館の開館時間

接続方法等 公民館内掲示板

《公民館のインターネット利用について》

中央公民館では、ロビーに設置しているパソコンを、無料で使用できます。
※インターネットを使用することも可能です。

《絵本の読み手ボランティア募集》

毎週木曜日の朝、町内の各小学校にて、絵本の読み聞かせをしています。
絵本は、子ども達の心の発達に良いとされています。

一緒に、絵本の読み聞かせをして、子ども達の笑顔に触れてみませんか。

時間 午前8時～午前8時30分の間で15分間

※詳しい内容等は、お問い合わせください。

《天文教室》

～みんなで夜空を見よう～

とき 7月24日(木) 午後7時～

ところ 中央公民館

対象 幼児から大人まで

天の川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。



むつざわアフタースクール 参加者募集のお知らせ

町教育委員会では、家庭学習の習慣化、基礎学力の向上を図ることを目的にドリル学習を中心としたアフタースクールを開講しています。

とき 毎週土曜日 午前9時から11時

ところ 中央公民館

対象 小学校4～6年生

教材費 3,580円

申込受付は、中央公民館窓口で行っています。



《健幸むつざわ ロードレース大会開催》

とき 平成26年11月30日(日)
午前9時～

ところ 町総合運動公園

「健幸長寿のまちづくり」を推進するため、健幸むつざわロードレース大会を開催します。

本大会は、昨年度、町制施行30周年記念事業として開催しました。町内外の皆様から好評をいただいたことから、今年度も同様にシドニーオリンピック女子マラソン金メダリストの高橋尚子さんを特別ゲストに迎え実施します。

なお、大会参加には申込が必要となります。また、本年度は個人や企業からの協賛も受付していますので、本大会の趣旨に賛同いただき、格別なる協力をお願いします。

詳細な内容は町ホームページをご覧ください。どうか、直接お問い合わせください。

町中央公民館 ☎(44)0211



坦々風ピリ辛うどん

たくさん汗をかいてデトックス効果

材料（4人分）

うどん(ゆで) 4玉、豚ひき肉(赤身) 100g、小松菜 80g、長ねぎ 20g、にんにく 1かけ
 A(豆板醤 小さじ1、しょうゆ 小さじ1、ごしょう 少々)
 B(練りごま 大さじ3、中華スープの素 小さじ1、水 700ml、酒 大さじ2)
 ごま油 小さじ2、牛乳 400ml、しょうゆ 大さじ2、粉チーズ 小さじ2、ラー油 適宜

●作り方

- ①にんにくはみじん切りに、長ねぎは半分をみじん切りにし、残りは小口切りにする。小松菜は茹でて3cm長さに切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、みじん切りのにんにく、長ねぎを炒め、香りを出しひき肉を加える。ひき肉の色が変わったら、Aを加える。
- ③鍋にBを入れて煮立て、牛乳を加え、しょうゆで味をととのえる。
- ④うどんは熱湯でほぐし③に入れて温め、器に盛り付ける。上に②のひき肉、①の小松菜、残りの長ねぎをのせる。
- ⑤粉チーズをふり、お好みでラー油をかける。

1人分栄養量 エネルギー 445kcal / たんぱく質 18.1g / 脂質 15.9g / カルシウム 187mg / 食塩相当量 2.9g



月日	茂原地区		一宮地区	
	内科系	外科系		
7・6	東部台医院 ☎(22)2455	穴倉病院 ☎(24)2171	長生 長生診療所 ☎(32)3303	
13	聖光会病院 ☎(35)5151	君塚病院 ☎(25)1811	一宮 長島医院 ☎(42)8800	
20	ポブラクリニック ☎(23)3111	菅原病院 ☎(25)1171	長生 長生八積医院 ☎(32)3282	
21	宮本内科医院 ☎(22)3770	本納整形外科 ☎(34)5091	一宮 清水医院 ☎(42)2950	
27	粒良医院 ☎(25)8580	公立長生病院 ☎(34)2121	長生 津谷クリニック ☎(32)5645	

消防本部通信指令課へお問い合わせください。
 ☎(24)0119



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。

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

自衛官を募集

防衛省自衛隊では、次のとおり自衛官を募集しています。

募集項目	応募資格	受付期間	試験期日(期間)	合格発表等	入(校)隊	待遇・その他
航空学生 (パイロット)	高卒(見込含) 21歳未満	8月1日 ～9月9日	1次試験:9月23日	1次試験:10月10日	27年3月下旬 から4月上旬	入隊後約6年で3 等海・空尉(幹部)
			2次試験:10月18日～23日	2次試験: (海)11月12日、(空)11月7日		
一般曹 候補生	18歳以上 27歳未満		3次試験:11月15日～12月18日	最終合格27年1月21日		
自衛官 候補生	男子 平成27年3月高等 学校等卒業予定者	8月1日～9月9日	受付時に お知らせします。	試験後にお知らせします		約3ヶ月の教育終 了後2等陸・海・ 空士に任用
	女子	8月1日～9月9日		11月7日		
	男子	年間を通じて 行っています		試験後にお知らせします		

※応募資格年齢は、平成27年4月1日現在 ※詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせ下さい。
 自衛隊 茂原地域事務所 (千葉地方協力本部) ☎0475(25)0452 茂原市町保3-217 シティビル2階



くらし

●ゴミの収集日

☆1コース

燃えないゴミ … 7月8日(火)
資源ゴミ …… 7月15日(火)
粗大ゴミ …… 7月22日(火)

☆2コース

粗大ゴミ …… 7月3日(木)
資源ゴミ …… 7月10日(木)
燃えないゴミ … 7月17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

7月2日(水)午後2時～3時
7月28日(月)午前10時～11時

○役場駐車場

7月14日(月)午前10時～11時
7月22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)0110(代表)

●まっ白いひろば開催

とき 7月12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

●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時半～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

●九十九里地域水道企業団職員採用試験のご案内

九十九里地域水道企業団では、平成26年度山武郡市職員合同採用試験により職員採用試験を次のとおり行います。

募集人員

・一般行政職 上級1名 ・技術職(化学) 上級1名 ・技術職(土木) 初級2名

受験資格

①一般行政職上級及び技術職(化学) 上級

・昭和58年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。

・平成5年4月2日以降に生まれた方で学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)を卒業した方。(平成27年3月までに卒業見込みの方を含む。)

②技術職(土木) 初級

・昭和60年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。

受付期間 7月29日(火)～8月15日(金)

試験実施日 9月21日(日)

試験会場 千葉県立東金高等学校

受付・問い合わせ

九十九里地域水道企業団総務課庶務班 〒283-0068 東金市東岩崎2番地3
☎0475(54)0631 E-mail:syomu@kyusuiki.jp

※詳細については以下のホームページでご確認ください。

九十九里地域水道企業団 <http://www.kyusuiki.jp>

●長生郡市広域市町村圏組合職員採用試験を実施します

試験日 第1次試験(筆記)※職種により試験日が異なりますので、ご注意ください。

・土木技術職、電気技術職 9月7日(日)午前10時(受付:午前9時から9時半)

・一般行政職、消防職 9月21日(日)午前10時(受付:午前9時から9時半)

会場 長生郡市広域市町村圏組合管理棟(茂原市下永吉2101番地)

受付期間 7月29日(火)から8月15日(金) 平日の午前9時～午後4時半

申込手続 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、事務局総務課へ提出してください。

郵送での受け付けは出来ません。

申込用紙は、事務局総務課及び消防本部総務課窓口において7月中旬から配布する予定です。

職種	採用予定人数	受験資格
一般行政	若干名	・平成元年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。
消防	6名程度	(1)隔日勤務及び交替勤務に従事できる方。 (2)年齢等 ・平成2年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。 ・救急救命士の資格を有する方は、昭和63年4月2日以降に生まれた方で、学歴を問いません。 (3)身体的条件 ①身長：男性160cm以上、女性155cm以上 ②体重：男性55kg以上、女性45kg以上 ③視力：矯正視力を含み両眼で0.7以上かつ、一眼でそれぞれ0.3以上であること。赤色、青色及び黄色の色彩の判別ができること。 ④聴力：左右とも正常であること。 ⑤身体：職務遂行上支障がないこと。
土木技術 ※1	若干名	・昭和62年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。
電気技術 ※2	若干名	・昭和62年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。 ・電気事業法に規定する電気主任技術者(第1種、第2種又は第3種)の資格を有する方は、昭和50年4月2日以降に生まれた方で、学歴は問いません。

※1 土木技術職は、主に、水道等の工事設計、監督、施設維持管理及びこれらに関する業務等を担当します。

※2 電気技術職は、主に、各種施設等の電気設備の保安管理及びこれらに関する業務等を担当します。

問い合わせ 長生郡市広域市町村圏組合 事務局総務課 ☎(23)0107



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

役場地域振興課(消費者ホットライン)
☎(44)2505

●行政・人権相談

と き 7月9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 7月11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

梅雨に入り、湿気が多いこの季節、天気の良い日は大変うれしく思います。太陽の下で布団を干した夜はふかふかの布団で気持ちよく寝ることができます。

さて、夏がすぐそこまできておりますが、ここ数年全国各地では最高気温の更新がされております。暑さによる熱中症には十分注意をし、元気に夏を過ごしましょう。 K.A

●乳幼児健康相談

と き 7月24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 身体計測や栄養、
育児相談



問い合わせ

役場健康福祉課 国保健康班
☎(44)2506

●健康栄養相談

と き 7月18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

●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 7月4日(金)、10日(木)、
16日(水)、22日(火)、28日(月)
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

誕 生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
江澤 広太知代	貫太 ^{かんた}	男	長楽寺	5/5
相馬 誠利絵	陽人 ^{はると}	男	大上	5/25



弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
海老根 久子	91	妙楽寺	5/3
山本 アキ	90	北山田	5/9
長谷川 正徳	81	岩井	5/10
小堀 フミヨ	97	川島	5/12
市原 利雄	90	寺崎	5/12
市原 年明	71	寺崎	5/17
家田 きく	101	大上	5/30

陸沢町の人口と世帯

人 口 7,429人 (-19人) 男 3,586人 (-8人)
世帯数 2,708戸 (-6戸) 女 3,843人 (-11人)
5月末現在()は前月比



8 2014 月分 暮らしのカレンダー

※注意 このカレンダーは8月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	5 園庭解放 (こ) 9:50~11:00 おはなしの広場 (こ) 11:00~11:30	6 行政人権相談 13:00~16:00	7	8 法律相談 10:30~12:30	9
10	11	12 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	13	14	15 健康栄養相談(改せ) 10:00~11:30	16
17	18 1歳6か月児健診(改せ) 2歳児歯科健診(改せ) 3歳児健診(改せ)	19	20 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	21 乳幼児健康相談 (改せ) 受付 14:00~15:00	22	23
24 日曜開庁日 (一部窓口)	25	26 園庭解放 (こ) 9:50~11:00	27	28 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	29	30 歴史学講座「睦沢町の関東大震災史料を読む」 13:30~15:00(賃)
31						

●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



睦沢キッズキャンプ



5月31日(土)、6月1日(日)に町中央公民館で、小学校4年生対象のキッズキャンプを開催しました。参加した28名の児童は、飯ごうで炊飯し、テントに泊まる等の普段とは違う共同生活を体験しました。

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