



むつぎわ



青少年サマーキャンプ

8月1日～3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4～6年生の児童64名が参加し、大自然の中でのラフティングや登山、テントでの共同生活など貴重な体験をしました。

主な内容

- P2～3 ……9月1日は防災の日です
- P4……………ワークショップ参加者募集
- P5……………水痘ワクチンのお知らせ
- P7……………ヘルスケア
- P8……………生涯学習だより
- P9……………資料館だより
- P11～13 ……くらしの情報

9月1日は防災の日です 災害から身を守るために準備しましょう

9月1日は、関東大震災が
発生した日(大正12年)で
あるとともに、暦の上では
二百十日に当たり、台風シー
ズを迎える時期でもありま
す。また、防災の日が閣議で
了解された前年には「伊勢湾
台風」により、戦後最大の
被害(死者4700人、行
方不明者401人、負傷者

3万8917人、全半壊・流
失家屋15万3893戸等)を
被ったことなども制定の契機
となつています。
地震や台風などによる災害
は、日本中どこでも起こり得
るものです。
防災の日を機会に「陸沢町
地震・洪水・土砂災害ハザ
ドマップ」を活用し、災害に

対する備えや心構えを家族や
地域で話し合うとともに、災
害から自分たちの身を守るた
めの対策を考えましょう。
【家族で話し合うこと】
・自宅近辺の危険個所の確認
・災害時の緊急連絡先
・避難場所や避難経路 など

地震への備え

①住まいの点検

●**家屋やブロック塀などの点
検・補強**
ブロック塀の倒壊や瓦の落
下などの危険がないか点検
し、危険がある場合は補強な
どを行いましょ。

●**家具などの転倒防止**
地震などで、多くの人が負
傷する大きな原因は家具の転
倒や落下です。家具やテレビ
などの固定はもちろんのこ
と、配置を変えるだけでも被
害を軽減できます。また、ガ

ラスの飛散防止フィルムを張
ることで避難時、負傷する恐
れが軽減できます。
※大地震などの災害時は、道
路の損壊などにより、車での
移動が困難となる場合があります。
災害の規模が大きくな
れば治療を受けることが出来
ない場合も考えられますの
で、なるべくケガをしないよ
う住まいでの危険を減らすこ
とが大切です。

②非常備蓄品・非常持ち出し 品の準備

●食料、水などの備蓄

食料、水は最低一人3日分
を用意しましょう。また、年
に一度は賞味期限などの確認
をしましょう。

●非常持ち出し品の準備

非常持ち出し袋はリュック
などの背負えるものにし、両
手が使えらるようにしませ
う。家族構成に合わせ、最低
限必要なものを準備し、いつ
でも持ち出せる場所に配置し
ましょう。

全国瞬時警報システム 【Jアラート】

Jアラートは、大規模な地
震や他国からの武力攻撃など
対処に時間的余裕のない緊急
事態が発生した場合、そうし
た情報を国が人工衛星を通じ
て町に送信し、町の防災行政
無線を自動的に起動させ、町
民の皆様に瞬時に伝達するシ
ステムです。

震源が近い地震や直下型地
震が発生した場合、緊急地震
速報が間に合わないことがあ
ります。
警報の種類
このシステムで防災行政無
線から放送される警報の種類
は次のとおりです

町では、すでにこのシステ
ムの整備が完了しており、緊
急情報を受信した場合、防災
行政無線から警報が放送され
ます。
深夜でも警報は鳴ります
防災行政無線を自動的に起
動させるシステムのため、有
事の際には、深夜など時間帯
を問わず、警報が放送されま
す。

- 国民保護事態
- ゲリラ攻撃情報
- 航空攻撃情報
- 弾道ミサイル攻撃情報
- 大規模テロにおける警報

その他防災事態
緊急地震速報
(震度5弱以上の揺れが想
定される場合)

※実際の震度が4以上を記
録した場合は震度速報が流れ
ます。

人の手を介さず、コンピュー
タが制御していますので、誤
報が放送される可能性があり
ます。この場合、誤報である
ことを伝える放送が流れま
す。

- 大津波警報
- 土砂災害警戒情報
- 気象等の特別警報

(持ち出し品の例)

食料品、飲料水、懐中電灯、応急医薬品、ラジオ、貴重品、衣類、タオル、生理用品など

※赤ちゃん、お年寄りなどのいる家庭では、それぞれ必要なものを用意しましょう。

大地震はいつ発生するかわかりません。あらゆる場面を想定して準備しましょう。(時間帯、季節、場所等)

台風・集中豪雨への備え

地震と違い、台風や集中豪雨などの風水害は、被害が出るまでに時間的余裕がありません。注意を怠らず対策しましょう。

① 気象情報への注意

テレビやラジオから放送される気象情報に注意し、不要不急の外出は控えましょう。また、大雨の時などは、防災行政無線の屋外子局の放送が聞こえない時があります。ご家庭の個別受信機に故障が無いかチェックし、停電に備え電池も確認しましょう。

② 住まいや所有地の点検

● 住まいの点検

風で飛ばされる可能性のあるものは屋内に入れたり、固定するなど対策しましょう。また、排水溝や雨どいは日頃から清掃しておきましょう。

● 所有地の点検

樹木が枯れていると風によ

り倒れる時があります。特に近くに住居などの構造物がある場合には被害を避けるため、あらかじめ伐採するなどしておきましょう。

③ 浸水・土砂災害への注意

山などの急傾斜地の近くにお住まいの方は、土砂災害警戒情報等の気象情報に特に注意が必要です。町では、土砂災害警戒情報が出た時には、防災無線でお知らせします。危険箇所にお住まいの方は、早めに避難をしてください。また、過去に浸水したことのある場所にお住まいの方も早めの避難をお願いします。

④ 雷・突風への注意

豪雨のときに雷や竜巻などが発生する場合があります。

● 竜巻から身を守るには

竜巻の恐ろしさは、巻き上



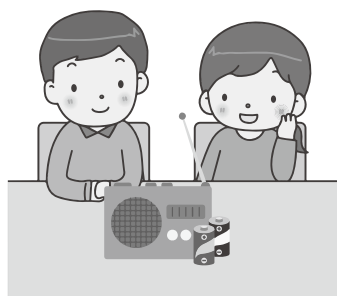
防災行政無線「戸別受信機」の適正管理のお願い

防災無線は電波を受信して聞かれています。設置する際は、次のことに注意してください。

1. なるべく外に近いところに置く。

(例) 窓際、玄関など
2. 電化製品の近くに置かない。

(例) 携帯電話、子機についている電話、テレビ、冷蔵庫など
停電などに備えて、非常用の電池が入っています。電池



は古くなると液もれの恐れがあります。定期的に確認し取り替えてください。なお、防災無線は貸し出しているものですので、劣化による故障以外は修理費を負担していただきます。液もれによる故障も修理費を負担していただくことになりま

問い合わせ
役場総務課 総務班

☎(44) 25500



一緒に考えよう

ワークショップ参加者募集

上市場 魅力づくりプロジェクトはじまります！

自分たちでつくる
まちの未来

町では、地域再生と健康づくりを一体化したまちづくりの計画である「地域再生・健幸のまちづくり計画」を平成25年度に策定し、上市場周辺の再生を主要施策の1つとして位置付けています。

今年度より上市場地区を通る**県道茂原夷隅線(県道85号)**周辺の整備、及び睦沢町の健幸まちづくりに向けて、町民が主体的に活動する魅力ある取り組みと歩きたくなる「みちづくり」について、日本や世界の事例を交えながらワークショップ形式で検討します。

睦沢町をもっと魅力的にしたい！まちなかで活動してみたい！新たな仲間と出会いたい！そんな想いをお持ちの方はぜひご参加ください。全6回のワークショップに参加できる個人・団体を募集します！

第1回 10月9日(木)

時間 午後7時～9時半
テーマ 睦沢町・上市場の魅力と課題
場所 農村環境改善センター(予定)
参加費 無料
募集締め切り 9月18日(木)

<全開催予定日>

- ① 10月9日(木)
- ② 10月23日(木)
- ③ 11月13日(木)
- ④ 11月27日(木)
- ⑤ 12月18日(木)
- ⑥ 平成27年1月22日(木)

要申込
定員50名

ワークショップ申込方法

応募用紙に必要事項を記入し、持参・郵送・電子メールかのいずれかでお申込みください。
 ※応募用紙は役場総務課政策企画班窓口にあります。また、町ホームページからもダウンロードできます。

問い合わせ・申し込み

睦沢町 総務課 政策企画班 ☎ 44-2501 FAX 44-1729 Mail: kikaku3@town.mutsuzawa.chiba.jp

主催：睦沢町 協力：studio-L

水痘ワクチンのお知らせ

～水痘ワクチンが平成26年10月から定期予防接種になります～

今まで任意接種（予防接種法の対象ではないが、希望者が自費で受けることができる予防接種）だった水痘（水ぼうそう）ワクチンが、平成26年10月1日から定期予防接種になります。

水痘は、水痘・帯状疱疹ウイルスによって引き起こされる、発疹を伴う感染力の強い病気で、5歳までに約80%の子どもがかかるといわれています。水痘ワクチンの予防効果は、水痘ワクチンを1回接種することで水痘にかかる割合を80%程度、重症化をほぼ防ぐことができるといわれています。

定期予防接種対象者や接種方法等は以下のとおりです。

水痘ワクチンの接種対象者・接種方法等について	
対 象 者	1～2歳児
接 種 方 法	3か月以上の間隔をおいて、合計2回皮下に接種 【注意】1回目の接種が3歳未満であり、2回目の接種が3歳以上となる場合、2回目の接種は任意接種となります。
標準的な接種期間	1歳～1歳3か月までに初回接種を行い、追加接種は初回接種終了後6か月～1年の間隔をおいて2回目を行う。
経 過 措 置	3～4歳児を対象に1回接種を行う。(平成27年3月31日まで)
接 種 費 用	無料(平成26年10月以降接種分)
そ の 他	○既に水痘にかかったことがある児童は対象外となります。 ○任意接種として既に水痘ワクチンを受けたことがある場合は、接種を受けたものとみなします。 ※平成26年10月以前に対象とされる児童は、感染するリスクが高いため接種を差し控えないでください。(接種する場合は自費となります)

※個別案内を9月下旬に予定しています。

問い合わせ 役場健康福祉課 国保健康班 ☎(44)2506

陸沢町公有地活用事業

提案事業者を募集します

町では、町内佐貫地先に所有している土地（普通財産）について、事業者等から事業計画や価格（地代）等の提案を受け、貸付または売却を行います。

この事業は、民間の活力に満ちた事業計画、土地利用、施設整備及び管理運営を求めるものです。

■対象となる土地

位 置	千葉県長生郡睦沢町佐貫4番 他387筆
面 積 (公簿)	666.358㎡
地 目	山林 他
現 況	山林 他

詳しくは、町ホームページをご覧ください。

HP <http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp>

問い合わせ

chiba.jp

役場総務課 政策企画班
☎(44)2501





この運動は、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、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない地域をつくることを目的に活動しています。

7月の、社会を明るくする運動の強化月間にあわせ、町推進委員、保護司会、更生保護女性会、茂原警察署の職員など総勢36名が参加し、7月19日(土)に、上之郷むつざわマーケットプレイスにて、本活動への理解と参加を呼びかけました。

社会を明るくする運動
街頭キャンペーンを実施



町更生保護女性会は、毎年恒例の絵がみ制作を行い、町内にお住まいの独り暮らしの高齢者の方々へ暑中見舞いとして、民生児童委員を通じてお届けしました。

夏らしい野菜・果物・花など多くの画材を持ち寄り、はがきと向かい合いながら、一枚一枚心を込めて書き上げました。

お届けした絵がみから、会員の気持ちや少しでも受け取っていただければ幸いです。

「絵がみ」で暑中見舞いを
睦沢町更生保護女性会

インターネット公売を開催します

平成26年度第5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 9月25日(木)午後1時～
10月9日(木)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 10月17日(金)午後1時～19日(日)午後11時
- 最高価申込者の決定 10月20日(月)午前10時
- 買受代金納付期限 10月27日(月)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 —

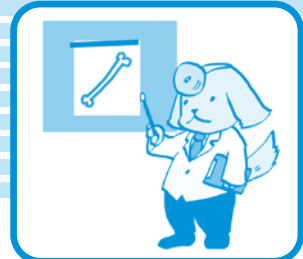
実際の公売財産をご覧ください。

ご予約は不要です。

- とき 9月29日(月)～
10月3日(金)

- ところ 役場税務住民課

ヘルスケア Health Care



保健師 石丸 恵理

胃がん・大腸がん検診を受けましょう

10月22日(水)から胃がん・大腸がん検診が始まります。

※昨年受診された方には問診票を通知します。

新たに検診を希望される方は、**9月26日(金)まで**にお申し込みいただければ、10月上旬に案内書をお届けします(検診当日まで申し込み可能です)。

対象者

40歳以上(平成26年4月1日現在の年齢)

(他で受診機会のある方、経過観察・治療中の方は除きます)。

《胃がん・大腸がん検診日程》

日 程	10月22日(水)、23日(木)、24日(金)、25日(土)、27日(月)、28日(火)、29日(水)の7日間
受付時間	午前7時半～9時半
自己負担金	各500円 ※がん検診推進事業対象者は大腸がん検診が無料になります。対象の方には無料クーポン券を送付します。

検査の方法と注意事項

胃がん (胃部X線間接撮影)

バリウムと発泡剤を飲み、胃の様子をいろいろな方向から最低7枚の写真を撮って検査します。検査の時間は4～5分程度です。

大腸がん (便の潜血反応検査)

2日間の便を採便スティックに採り、血液が混ざっていないか調べる検査です。検査容器は事前に配布します。

注意事項：生理中、痔出血の明らかなきは正しく検査できません。

がんの動向

平成24年度にがんで亡くなった人は36万963人で、死亡総数の28.7%を占めており、日本人の死因の第1位となっています(図1)。

また、部位別死亡率の順位は、男性が肺、胃、大腸、肝臓、膵臓の順となっており、女性が大腸、肺、胃、膵臓、乳房の順となっています。

平成24年度に町でがんで亡くなった方は22名です(図2)。

胃がんで1名、大腸がん(結腸がん)で3名の方が亡くなっています。この数は、決して少なくありません。がんは早期に発見して治療すれば100%近く完治します。定期的に検診を受け、がんの早期発見・早期治療に努めましょう。

●がんは1981年から死因の第1位で、最近では総死亡の約3割を占める

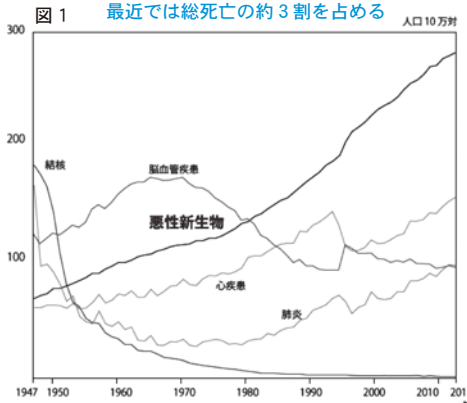
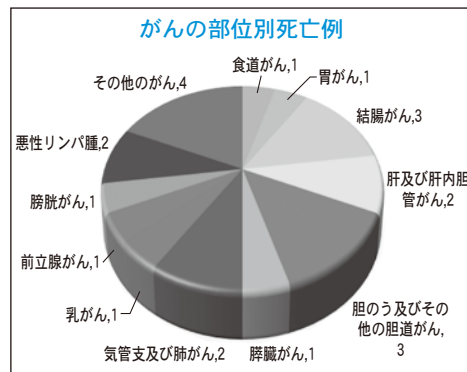


図2 ●厚生労働省「人口動態統計」2012(確定数)●



こんな人は要注意!

- ・食事で塩分をたくさんとっている。
 - ・野菜や果物をあまり食べない。
 - ・たばこを吸っている。
 - ・お酒をよく飲む。
 - ・ベーコンやハム、ソーセージなどの加工肉をよく食べる。
 - ・太っている。
- がん検診を定期的に受けることも大切ですが、がんにならないような生活を心がけることも大切です。

申し込み・問い合わせ
健康福祉課 国保健康班
☎(44) 2 5 0 6

(平成24年度千葉県衛生統計年報より)



生涯学習だより

中央公民館
総合運動公園

☎(44)0211
☎(44)1565

9月の休館日

1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
※図書室のみ利用が可能です。15日(月)は祝日のため全館休館です。

健幸むつざわ ロードレース大会開催

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。

とき 11月30日(日)
午前9時～

ところ 町総合運動公園周辺

当日は、トークショーも予定しています。
なお、参加には申し込みが必要です。
詳しくは、中央公民館までお問い合わせください。

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、チャリティーゴルフ大会を開催します。

とき 10月10日(金)

ところ 房総カントリークラブ大上ゴルフ場

参加費 15,000円
(プレー費・昼食・パーティー・賞品・参加賞)

募集人員 160名(40組)
申込締め切り 9月25日(木)
問い合わせ
町体育協会(陸沢ふれあいスポーツクラブ内)
☎(44)1565

《天文教室》 みんなで見よう 夜空を見よう

とき 9月5日(金)
午後7時～

ところ 中央公民館

対象 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。
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、あらかじめご了承ください。
※なお、10月の天文教室は、10月8日(水)に皆既月食を観察します。

俳句

老鶯や樹々襞深き屋敷山
目まわり片言しやべりに親の笑む
宮薙ぎを終えて汗ぬぐ青田風
行く夏に名残り惜しむか油ぜみ
赤蜻蛉山羊の背中で小休止
ふりさうな梅雨空の下鉛紙めて
テキストは常より重く夏季講習
うつる世に変わらぬメロデー蝉しぐれ

加藤 秀子
篠田 とみ
中村 正芳
高師 正年
河野 悦子
中村真砂雄
葵 かける
平賀 雅芳

平成26年度原爆被爆二世健康診断の実施

県では、原爆被爆二世に対する健康診断を実施します。

1. 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
2. 実施期間
平成27年2月28日まで
3. 申込期限
平成27年1月31日必着
4. 申込方法
受診を希望される方の住所・氏名・生年月日・電話番号及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いたします。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。

申し込み・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

「燃えるごみ専用袋」 訪問販売に注意!

燃えるごみ専用袋は、長生郡市広域市町村圏組合と契約を結んだ販売店でなければ販売できません。また、販売店以外の者が販売することは、違法行為となります。

販売員等がご家庭や商店、事業所等へ行くことはありません。

そのようなことがありましたら、長生郡市広域市町村圏組合環境衛生課まで連絡をお願いします。

問い合わせ

長生郡市広域市町村圏組合環境衛生課
☎(23)4944

催し物案内

特別展「陸沢町の芸術家」

町には豊かな自然があり、美しい風土の中で芸術家が創作活動を続けてきました。この特別展では、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）、小原由紀子氏（陶芸）の作品を紹介しています。

（写真）の作品は小岩井節一氏作の千手観音立像で、繊細な彫りで千手を表現しています。千手観音は十一面四十二臂（ひ）とって11面の顔と42本の手があるのが一般的ですが、この作品には400本あまりの手が付いています。小岩井氏は、「手の数は、この大きさの像での限界に挑戦した」といいます。

と き 9月7日（日）まで



（写真 小岩井節一氏「千手観音立像」）

第12回観月の夕べコンサート

文化財の保存と活用のため、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、ヴァイオリン、チェロ、キーボードの洋楽器にソプラノ独唱と和の篠笛が加わるコンサートです。

と き 9月14日（日）午後7時～

チケット 2,000円

完全前売で、公民館などで発売をしています。当日券はありません。当日は、チケットをお持ちの方を公民館駐車場からバスで送迎します。



（写真 昨年の観月の夕べコンサート）

特別展「陸沢町の芸術家」展示品紹介②

齊藤登男氏作「涼炉（りょうろ）」

涼炉は本来煎茶道で使用する湯を沸かす道具で、構造は七輪と同じで炭を入れ、正面に空気を取り入れる穴「風門」があります。作者は「陶芸の道を志したころから縄文土器に親近感を持っています」と語り、この作品にも縄文土器をイメージして溝や縄文をほどこして、素朴さと力強さを表しています。

（写真 齊藤登男氏作「涼炉」）



上市場八坂神社子ども囃子

上市場八坂神社は伝えによると、天文3（1534）年4月に上市場にはやり病が蔓延したので、地区内の旧家の屋敷神を勧請し一同で崇敬することとしたという。現在の社殿は、嘉永2（1849）年に建てられた。ここには「波を彫ったら日本」といわれた「波の伊八」の3代目が彫った見事な「波に龍」の彫刻がある。

お宮に獅子頭（写真1）が残っているもので、かつては獅子舞があった可能性もある。この獅子頭は、昭和20年代末ごろのものと思われる史料に以下の記述がある。祭礼の当日早朝、神社の役を務める人がお供の者を引き連れて捧げ持つて本社境内の正面に仮設した御仮殿に詣でて玉串を供え、ここに獅子頭を捧げた後、社前に帰り社殿を右回りに一周したのちに元の場所に獅子頭を安置する儀式が行われていたという。

ここに伝わるお囃子は八坂神社の大人の氏子が伝えてきたが、今は子供たちが伝えている。本

21世紀への遺産

209

来、大太鼓2、小太鼓5の7人編成で、曲の途中に早替わりで交代するのが特徴。曲はスワ、七丁目ヤグルマなどがあり、お祭りなどで元気な太鼓の音が聞かれる。今年も7月6日の例大祭前の1週間、毎日1時間練習してお宮に奉納された。さらに7月12日に、ゆうあい館で実施された伝統芸能発表会でも披露された（写真2）。今月28日（日）、ふるさと芸能発表会でも披露される。



（写真2 今年の伝統芸能発表会で披露された上市場八坂神社子ども囃子）



（写真1 お宮に残されている獅子頭）





正しく知って医療費を大切に 医療費適正化について考えてみましょう

わたしたちが病院などの窓口で支払っているのは、医療費の一部で、残りは医療保険が負担しています。

医療費は、近年高い状態が続いていますが、理由もなく増えているではありません。

医療費適正化について考えてみましょう。

医療費適正化の4つのポイント

1. かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは、日ごろから家族ぐるみで診療や健康管理をしてくれる身近な医師のことです。

病歴や体質などを把握したうえで、すばやく適切な対応をしてもらえます。また、検診などの結果を報告すれば、日ごろの生活習慣の改善点などのアドバイスがもらえます。

2. 重複受診を見直しましょう

軽い病気で複数の医療機関にかかることや医療機関を変えることは、その都度初診料を支払い、同じような検査や処置が行われて費用がかかります。

さらに、投薬や注射などを繰り返すことで、からだへの負担や副作用も心配されます。

3. 診療時間内に受診しましょう

休日や診療時間外の受診は、緊急の場合以外はやめましょう。時間外治療は、本来の診療費のほかに別料金も加算されてしまいます。また、急病人の治療に支障をきたす恐れもあります。日ごろから自分や家族の健康状態を知っておきましょう。

4. 薬を正しく使いましょう

体調がすぐれないとき、薬はとても頼りになる存在です。ただし、適切な用量・用法を守ってこそその薬です。自分の判断で量を加減したり中止したりすると、薬が効かなかったり、からだにも悪影響を与えます。指示された用量・用法を守って正しく使いましょう。



再就職するまでの年金加入は？

Q. 私は現在勤めている会社を辞め、2ヵ月後に新しい会社に勤めることが決まっています。年金はどちらの会社でも厚生年金に加入となりますが、その間の2ヵ月間は国民年金に加入しなければならないのでしょうか？

また、国民年金保険料を2ヵ月分だけ納めても掛け捨てにはなりませんか？

A. たとえ2ヵ月分であっても、保険料を納めた期間は将来もらえる年金のうち、老齢基礎年金の年金額の計算に算入されますので、掛け捨てになることはありません。

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方は、必ず国民年金に加入しなければなりません。前の会社を退職した際には、お住まいの市区町村役場の国民年金担当窓口で加入手続きをしてください。

※もし、扶養している配偶者がいる場合には、その配偶者の方も手続きをして国民年金保険料を納めていただくことになります。また、再就職後も扶養に入るようでしたら、健康保険の扶養手続きとともに国民年金の「第3号被保険者」の届けを新しい会社を通じて届出するようになります。



焼き野菜のヨーグルトディップ

焼き野菜をさっぱりヨーグルトディップにからめて

材料 (4人分)

(ヨーグルトディップ)
プレーンヨーグルト 300g A(すりごま(白) 大さじ2、味噌 大さじ2、砂糖 大さじ1)

長芋 120g、なす 2本(160g)、ピーマン 2個(60g)、赤ピーマン 2個(60g)、しいたけ 4枚

●作り方

- ①長芋はよく洗い皮をむき半月切り、なすはへたを切り、ピーマンは縦半分に切り種を取り、しいたけは石突を切る。
- ②中央のグリルでこんがり焼く。
- ③プレーンヨーグルトは水気をよく切り、Aを混ぜ合わせる。
- ④②の野菜を食べやすく切って器に盛り付け、③のソースを添える。

1人分栄養量 エネルギー 139kcal / たんぱく質 6.7g / 脂質 5.5g / カルシウム 169mg / 食塩相当量 1.2g



月日	茂原地区		一宮地区	
	内科系	外科系		
9・7	精澤医院 ☎(34)2008	穴倉病院 ☎(24)2171	一宮 藤島クリニック ☎(47)3056	
14	清水三郎医院 ☎(25)0776	本納整形外科 ☎(34)5091	一宮 K・Iクリニック ☎(42)7575	
15	すだ内科医院 ☎(24)7717	鎌田整形外科医院 ☎(24)8686	長生 長生診療所 ☎(32)3303	
21	豊栄元氣クリニック ☎(40)4884	君塚病院 ☎(25)1811	長生 長生八積医院 ☎(32)3282	
23	大木医院 ☎(23)2546	塩田記念病院 ☎(35)0099	長生 津谷クリニック ☎(32)5645	
28	上茂原診療所 ☎(25)2510	公立長生病院 ☎(34)2121	一宮 よねもと整形外科 ☎(40)1065	

消防本部通信指令課へお問い合せください。
☎(24)0119

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。

日曜・休日当番医

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(学生)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(着校)隊	待遇・その他
防衛 大学校 学生	推薦 高卒(奨込金)21歳未満 (高等学校長の推薦 書が必要です。)	9月5日 ～9月9日	9月27日-28日	10月31日	平成27年 4月上旬	修業年限4年 卒業後1年で 3職種(海・空制)
	総合選	9月5日 ～9月9日	1次試験: 9月27日 2次試験: 11月1, 2日	1次: 10月17日 最終: 11月28日		
	一般 (推薦)	9月5日 ～9月30日	1次試験: 11月8, 9日 2次試験: 12月9-13日	1次: 11月28日 最終: 27年1月20日		
	一般 (推薦)	27年1月21日 ～27年1月30日	1次試験: 27年2月28日 2次試験: 27年3月13日	1次: 27年3月9日 最終試験: 27年3月20日		
防衛 医科 大学校	医学科 学生	高卒(奨込金)21歳未満	1次試験: 11月18-28日 2次試験: 12月17日-19日	1次: 12月9日 最終試験: 27年2月18日	平成27年 4月上旬	修業年限8年 専攻科卒業後 2年(海・空)
	理学科 科学生	高卒(奨込金)21歳未満	1次試験: 10月18日 2次試験: 11月20日又は30日	1次: 11月14日 最終試験: 27年2月6日	平成27年 4月上旬	修業年限4年 専攻科卒業後 3年(海・空)

※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ください。
自衛隊 茂原地域事務所 (千葉地方協力本部) ☎(26)0462 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 … 9月9日(火)
資源ゴミ …… 9月16日(火)
粗大ゴミ …… 9月23日(火)

☆2コース

粗大ゴミ …… 9月4日(木)
資源ゴミ …… 9月11日(木)
燃えないゴミ … 9月18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

9月10日(水)午後2時～3時
9月19日(金)午後2時～3時

○役場駐車場

9月16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 9月13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

●障害者雇用促進就職面接会

公共職業安定所では、障害者(身体、知的、精神)の方を対象とした就職面接会を開催します。

とき 10月16日(木)
午後1時～午後4時

ところ 千葉ポートアリーナ

事前に申し込みが必要です。

申込締切 9月26日(金)

申し込み・問い合わせ

ハローワーク茂原

☎(25)8609

●ながいきファームフェスタ

とき 9月27日(土)

午前10時半～午後3時

ところ 茂原樟陽高等学校

内容 牛の美人コンテスト、卵のゲーム、ぬり絵など楽しい企画がいっぱいです。

問い合わせ

長生農業事務所企画振興課

☎(22)1751

●第5回秋の生き生きフェア

長生・夷隅郡市の福祉施設による販売会です。

とき 9月6日(土)～7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

いすみ学園

☎0470(86)3412

●なかよし動物フェスティバル

とき 9月20日(土)

午前10時～午後3時

ところ 千葉県動物愛護センター
(富里市御領709-1)

内容 動物愛護教室、動物愛護紙芝居、地元特産品販売 他

問い合わせ

千葉県動物愛護センター

☎0476(93)5711

●16種類77,000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22回目を迎えます。

今年も16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77,000本を咲かせてみませんか?

募集期間 9月1日(月)から10月17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8日(土)・9日(日)

10月17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、1.3㎡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。

申し込み・問い合わせ

花の広場実行委員会事務局(白子町役場産業課内) ☎(33)2115

相 談

●健康栄養相談

と き 9月19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

役場地域振興課(消費者ホットライン)
☎(44)2505

●行政・人権相談

と き 9月10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12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

●乳幼児健康相談

と き 9月25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

●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 9月5日(金)、12日(金)、
18日(木)、24日(水)、30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

●千葉司法書士会茂原支部 無料法律相談会

と き 10月4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
(嶋野定夫司法書士事務所)
☎(26)3455
月～金 午前9時半～正午、
午後6時～7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3日(金)
午前9時半～正午
②10月4日(土)
午前10時～午後4時

ところ ①茂原市役所
501会議室
②茂原公証役場

相談員 茂原公証役場
公証人 中村敏夫
◎両日とも予約制

問い合わせ

茂原公証役場
☎(22)5959

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人 年齢 区名 月日

大河原 清夫	78	大谷木	7/3
返町 美子	74	川 島	7/4
中村 貞子	66	上之郷	7/17
野口 茂	86	妙楽寺	7/25
宮崎 もよ	84	岩 井	7/26
伊丹 一夫	72	小 滝	7/28
佐藤 きみ	97	川 島	7/30

編 集 後 記

9月号から広報むつざわを担当することになりました。わかりやすく、読みやすい広報紙をみなさんにお届けできるよう努めていきたいと思っております。(A. M)

誕 生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
中村 好成 由紀	いおり 伊織	男	下之郷	7/13
仲村 淳史 麗奈	りおな 莉緒奈	女	川 島	7/15
田邊 良春 ちはる	みちやす 道康	男	長楽寺	7/18
湯浅 貴之 友紀	こうた 剛汰	男	北山田	7/24

結 婚 未永くお幸せに

区名	氏 名
下之郷	田中 優也・麻美

陸 沢 町 の 人 口 と 世 帯

人 口 7,439人 (- 1人) 男 3,588人 (- 4人)
世帯数 2,720戸 (+ 2戸) 女 3,851人 (+ 3人)
7月末現在()は前月比



10 2014 月分 暮らしのカレンダー

※注意 このカレンダーは10月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	7	8	9	10 法律相談 10:30~12:30	11
12	13 体育の日	14 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00 園庭解放(こ) 9:50~11:00	15	16 乳幼児健康相談(改セ) 受付 14:00~15:00	17 健康栄養相談 10:00~11:30	18
19	20	21 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00 わくわく広場(こ) 10:00~11:00	22 胃がん・大腸がん 検診(改セ) ~10/29まで (10/26除く) 受付7:30~9:30 行政人権相談 13:00~16:00	23	24	25 第14回ふるさとに 親しむ古文書講座 (資)
26 日曜開庁日 (一部窓口)	27	28	29 心の電話相談 10:00~12:00 13:00~15:00	30	31 国民健康保険税 第4期納期限 町・県民税第 3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



むつざわ遊休農地解消協議会が植えた
ひまわりがきれいに咲きました。
(小滝信号交差点)

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

