



町の財政状況P2~3

むつざわな人P4

長生都市合併協議会 /
選挙期日前投票 / 俳句P5

社協だより / 年末の防犯・防火対策P6

Health! Health! Health!.....P7

心を元気に~ストレス解消!

まんすりーむつざわP8~9

くらしの情報 / 日曜・休日当番医ほかP13~15

よっちょれ
よっちょれ

みんなで総踊り

10月25日(土)農林商工まつりの前夜祭として行われた『むつざわよさこいフェスティバル2003』の一場面。全チームと観客が入り交じた総踊りの様子。

みなさんまだまだ踊り足りなかったようで、アンコールまで出ました!!

P 8 ~ 9 に関連記事



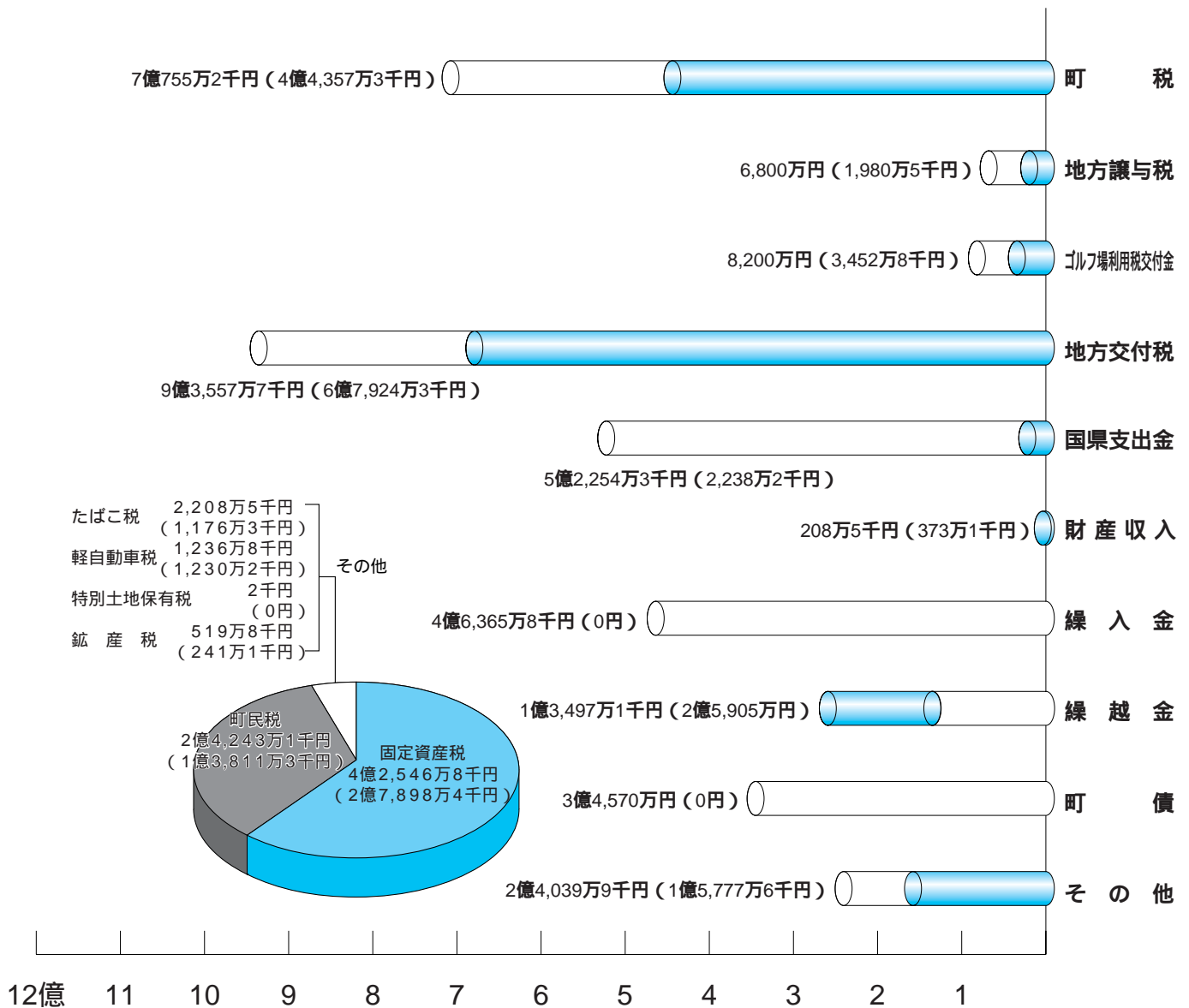
予算の執行状況 政 状 況

がどのように使われているかを知っていただくため
(今回は平成15年度上半期(15年9月30日現在)です。)

一般会計

歳 入

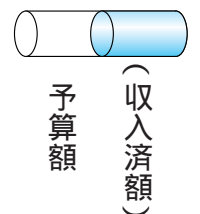
予算額 35億 248万5千円
 収入済額 16億2,008万8千円
 収入率 46.3%(昨年 - 2.6%)
 繰越予算額含む



特別会計

(単位：千円)

会計区分	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	715,202	309,486	271,371
老人保健	766,062	343,750	296,201
農業集落排水	409,322	48,146	62,051
介護保険	387,039	168,493	156,497



一般会計

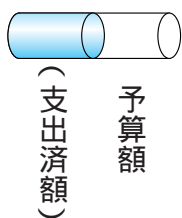
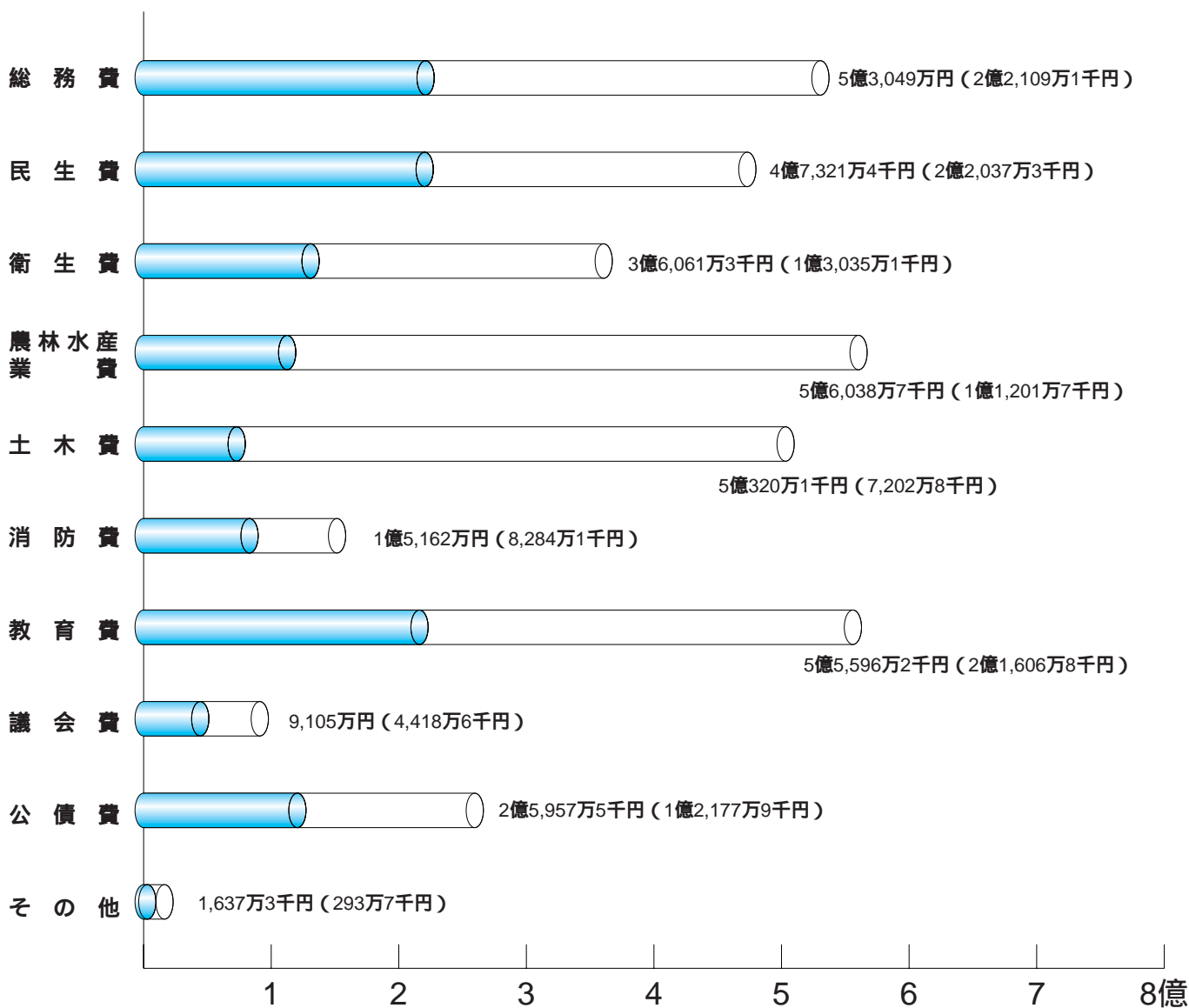
歳出

予算額 35億 248万5千円
 支出済額 12億2,367万1千円
 支出率 34.9%
 (昨年+1.9%)

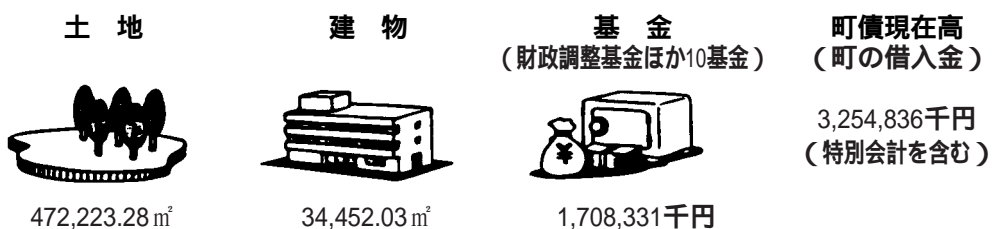
平成15年度上半期

町の財

みなさんが納めた税金や、国や県からの補助金などに、町では年2回予算の執行状況を公表しています。



町の財産



第88回二科展

文部科学大臣賞受賞

『夏の終わり'03』

吉野 毅



この作品は、東京都美術館で開催された「第88回二科展」に出品され、彫刻の部で「文部科学大臣賞」を受賞した作品です。

この彫刻の作者である、吉野毅氏にお会いして、お話を伺いました。

吉野氏にお会いするまでは、彫刻家と言うと、「寡黙で少々話しくいのは・・・」と、内心不安でしたが、とても気さくで、やさしい話し方をする方で、色々な話を聞かせていただきました。

プロフィール

吉野氏は上之郷に生まれまして。お母さんが油絵を少し描いていた影響で、子供の頃から絵を描くことが好きだったそうです。

長生高校では美術部に籍を置き、高校3年生になった時、彫刻家になることを決意。本格的な受験勉強を始め、一年浪人して東京芸術大学彫刻科に進みました。

大学では、平成13年度の文化勲章受章者でもある淀井敏夫先生のもとで彫刻を学び、首席で卒業されました。また、山岳部に在籍し、登山を通して自然の造った造形物のすばらしさを実感したそうです。

大学卒業後は、助手として大学に残り、研究を重ねながら、二科展を中心に、グループ展、個展などで作品を発表していったそうです。

その頃の彫刻界はヨーロッパから新しい解釈の彫刻がどんどん紹介されていて、吉野氏も現代イタリア彫刻の影響を強く受けたそうです。しかし、研修のために行ったヨーロッパで、日本の風土と、その風土によって培われる感性の違いを実感し、学生時代に古美術研修旅行で無頓着に歩いた、奈良・京都のお寺に無性に行ってみたくなったそうです。石の文化と木の文化の違い

吉野 毅 (上之郷) 略歴

昭和18年生まれ
千葉県美術会常任理事、二科会評議員
今年、芸術・文化の部で教育功労者表彰を受けた
受賞

- ・第53回二科展初出品で特選、第67回二科展ローマ賞、第70回二科展会員努力賞などを受賞。
- ・卒業制作展では、サロン・ド・プランタン賞、安宅賞を受賞。

出展
・現代美術選抜展(文化庁主催)、千葉県秀作美術展(県立美術館)、二科展など

個展
・ギャラリーせいほう、高島屋など
パブリックコレクション
・千葉県立美術館、八街市役所、千葉公園(シベリア強制抑留死没者慰霊碑)、都立大塚病院、鹿児島市祇園之州公園(フランシスコ・ザビエル上陸記念碑)など

を強く実感したと言われました。
淀井先生からみて

吉野君のつくる抑制をきかせた女性像は、飛鳥仏や天平仏に一脈通じる簡潔なフォルムをもっているように思う。フランス近代彫刻やイタリア彫刻の影響を受けた作品とはちがう、独自の具象表現の追求の結果として、日本の古仏に通じるフォルムを獲得したのではないかと私は思う。この度の作品(夏の終わり'03)は、永年のテーマと制作の中で「静の中の動」を見事に結実させた傑作となっています。
文化功労者 淀井 敏夫
文化勲章受章者



右の略歴にあるように、県内・県外各地にパブリック・コレクションがあります。ぜひ、実際に作品を見に行ってみてください。

また、二科展は毎年9月頃に行われ、吉野氏は、毎回出品しています。

第4回長生都市合併協議会

第4回長生都市合併協議会を次のとおり開催します。

1. とき 12月10日(水)午後1時30分～
2. ところ 長南町役場分館第1会議室

合併協議会は傍聴することができますが、会場の都合で人数は限られます。

第4回会議では、傍聴席を50席用意いたします。傍聴を希望する方は、会議開始15分前までにお出でください。

会議等の内容等については、協議会だより、協議会ホームページ、町ホームページをご覧ください。

協議会だよりは、毎月1日に新聞折込で、各ご家庭に配布しています。また、各市町村役場でも受け取ることができます。

詳しくは長生都市合併協議会事務局にお問合せください。

☎ 0475(25)7588

第3回長生都市合併協議会が開催されました



協議会の様子

11月10日(月)ホテル一宮シーサイドオーツカで、第3回合併協議会が開催されました。

委員42人が出席し、報告事項4件、協議事項6件について話し合われました。

今回の協議事項は、次の6件です。

- 協議第14号 合併の方式について
- 協議第15号 新市の名称について
- 協議第16号 新市の事務所の位置について
- 協議第17号 新市建設計画策定小委員会運営に関する申し合わせ事項について
- 協議第18号 議会議員・農業委員会委員の定数及び任期等検討小委員会運営に関する申し合わせ事項について
- 協議第19号 議会議員・農業委員会委員の定数及び任期等検討小委員会への付託事項の変更について

詳しくは、12月1日発行の協議会だよりをご覧ください。

俳句

日の子坂こえた嫁御も老い笑窪
海峽の潮鳴り止まず月の夜
ここへ来て我がふるさとの秋の暮
菊花展一茎にして千の花
小春日や少女ひらりと一輪車
夫も子もなくて一人の秋灯
文化の日怒涛の続く九十九里
足袋ぬぎてやつと自分に戻りけり
縹雲溪谷の底なる露天風呂
孫娘の黒髪羨し見吾の木の葉髪
語るほど温み伝わる夜長かな
ひと雨に色をもらひし貝割菜
紅葉旅思ひ出つつみ帰路に着く
背戸落葉漬け石一つめんこくて
小六月北風もまだ吹かず過ぐ
みなさんからの投句と身近な情報をお待ちしています。

尾加藤岳 篠田中秀 田中高久み 小田高久み 須田きわ子 海保ひろし 山本阿照 葵本阿以 津川小汀 野村信子 野村善之 鈴木基次郎 政成一郎

選挙期日前の投票手続きが
大幅に簡素化されます。

「不在者投票」から

「期日前投票」へ

12月1日から施行

公職選挙法の一部が改正され、新たに「期日前投票制度」が創設されました。

不在者投票用封筒がなくなります。

今までは、不在者投票用封筒に投票用紙を入れ、封筒に署名し投票していましたが、

期日前投票では投票用紙を直接投票箱に投票します。

12月21日

町議会議員選挙及び町農業委員会委員選挙の投票日です。

告示の日は投票できません。

投票期間は、告示の翌日から選挙期日の前日までとなります。

指定病院等での不在者投票は今までと同じです。

問い合わせ
町選挙管理委員会

☎ 44 2500

社協だより

シルバー人材センター シニアワークプログラム

(技能講習会)



庭木の刈り込み

9月24日(水)、26日(金)庭木の手入れ講習会を総合運動公園にて開催しました。庭木の手入れの方法の基礎安全面についての講習を受け、講師と共に庭木の刈り込みを上手に仕上げました。

ありがとう

1ございました。

(10月1日~31日)

(敬称略)

きくよし 11,022円
 匿名 5,000円
 匿名 5,000円

この善意は、町社会福祉の増進のため大切に使用させていただきます。

土睦地区社会福祉協議会

友愛訪問

9月29日(月)に一人暮らしのお年寄りを対象に区社協役員、土睦小学校の児童の協力で友愛訪問が実施されました。小学生が育ててくれた千日紅の鉢植えがメッセーヂを添えて手渡されました。みなさん笑顔と共にとても喜んでくれました。



贈られた千日紅を持って

瑞沢地区社会福祉協議会

世代間交流会

瑞沢小学校児童3、4年生の「地域のお年寄りと仲良くなるう」を目的とした総合的な学習の時間に地域のお年寄り30名が参加しました。児童達に迎えられた後、給食と一緒に食べながら楽しいひとときを過ごし、大玉転がし、こま回しなどの「昔の遊び」を行ったり、最後は各地区ごとに分かれ「昔の瑞沢」の様子等、限られた時間でしたが交流を深めることができました。



大玉転がし「早く、早く！」



年末の防犯・防火対策

◆防犯対策

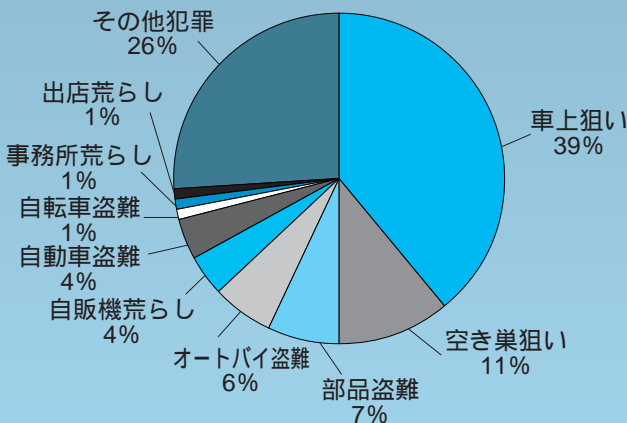
年末・年始の忙しい季節は、犯罪が多様化する季節でもあります。現在、睦沢町でも車上狙い、空き巣狙いが多発しています。お出かけの際には、戸締まりの確認、車内に金品等を置かないなど、ほんの少しの注意が防犯対策の第1歩となります。日頃から、しっかりとした防犯対策を心がけましょう。

◆防火対策

昨年度(平成14年4月~平成15年3月)の睦沢町内の放火件数(不審火含む)は、12件にも及びました。日頃から、地域一帯となつて空家の管理、枯れ草の刈り取りなど、放火を未然に防ぐご協力をお願いします。また、家庭での火の取り扱いにも十分注意しましょう。不審者を見かけた方は、一宮幹部交番 ☎ 2121 睦沢町役場 ☎ 44 2500 までご連絡をお願いします。

睦沢町内刑法犯発生件数(68件)

H15.1月~8月



種別	件数
車上狙い	26
空き巣狙い	7
部品盗難	5
オートバイ盗難	4
自販機荒らし	3
自動車盗難	3
自転車盗難	1
事務所荒らし	1
出店荒らし	1
その他犯罪	17
合計	68



「ストレスの経験がまったくない!」なんていう人はおそらくいないのではないのでしょうか。そのくらい誰にとってもストレスは身近なものです。ストレスは仕事や人間関係のトラブル、家庭の問題など外からの刺激を受けたときに起こる心身への悪い影響のことをいいます。このように強いストレスが長く続くと、「うつ病・不安障害・心身症」などの心の病気や、「頭痛・下痢・便秘」などの自律神経系の症状が現れたりもします。「高血圧・糖尿病・動脈硬化・がん」などの生活習慣病も、ストレスが一因です。まさにストレスは万病のもとと言えるでしょう。

こうしてみるとストレスは悪者のようですが、実はストレスにも善玉と悪玉があります。たとえば目標を達成しなければならぬというストレスがあっても「頑張るぞ~」と前向きな気持ちになれるなら、それは善玉のストレスです。逆に実現不可能な課題や過度な負担は悪玉のストレスになります。人によってストレスの受け止め方は異なり、ストレスに強い人や弱い人もいます。また、心身の状況によってストレスの度合いも変わってきます。ストレスをなるべく悪玉にしない工夫が必要ですね。適度なストレスは充実感や満足感を得るために欠かせないものなのかもしれません。

心の不調は早めに相談しましょう

病気になるたり、けがをするのと同じように、心の調子を崩すことは誰にでもあります。体調の悪い時は病院に行ったり、薬を飲んだり、休養したりするのに、心の不調があるときは「ひとりで悩んでいるだけ」という人が多いようです。症状を悪化させないよう、不調が続くときは早めに受診しましょう。

心の不調については、精神科(精神神経科・神経科・メンタルクリニックなど)や、心療内科が主な診療科となりますが、カウンセリングを受けるなど、信頼できそうなところに相談してみるのもよいでしょう。町の健康相談もご



保健師 芝崎江美子

利用ください。

ストレスと上手につきあって健康アップしましょう。

何よりも休養すること

疲れがたまった状態では、仕事や家庭の充実はありません。休息や休暇を上手にとり、心身を十分に休ませ明日への英気を養いましょう。

食事は心身の活力源

忙しいからといって食事を適当にすませてはいませんか。栄養ドリンクやサプリメントは補助的な効果はあっても食事の代わりにはなりません。バランスのよい食事をきちんととることは、生活のリズムを整え、ストレスへの抵抗力を高めることにつながります。食事の大切さをもう一度見直し、心にも栄養補給をしましょう。家族や親しい仲間とおいしく楽しい食事を心がけてください。

運動でストレス解消

ストレスを受けても、健康状態が良く、体力のあるときは、ストレスは軽く感じられるものです。運動には丈夫な心と体をつくるほかにも、ストレス解消のための効

果が期待できます。

たとえば、体を動かすと血行がよくなり、脳に新鮮な血液が流れるので頭がすっきりし気分転換になります。また、適度な運動は神経や筋肉の緊張をほぐし体をリラックスさせてくれます。さらに、心地よい疲れは快適な睡眠につながります。スポーツクラブや運動教室などでの仲間との交流もストレス解消に効果的です。町でも仲間づくりと健康アップのための運動教室や健康教室をたくさん開催していますので、ぜひ参加してみてください。

十分な睡眠は特効薬!

毎日十分な睡眠がとれていますか。「睡眠時間が足りない・ぐっすり眠れない」という状態は心身に悪影響をもたらしてしまいます。睡眠時間は人それぞれなので、いっぱい寝ることよりも、一日の疲労回復のためにぐっすり眠ることが大切です。

さあ、心の悩みは一人で抱え込まず、早く楽になりましょう。

心のストレスチェック表

1	家庭内でのいろいろな問題があった	
2	仕事において、多くの変化があった	
3	日ごろから楽しみにしている趣味などが無い	
4	いつも実践している運動などが無い	
5	気分が沈みがちで、ゆううつである	
6	ささいなことに腹が立ち、イライラする	
7	仕事をやる気がなくなり、疲れやすい	
8	人に会うのがおっくうで、なんでもめんどうくさい	
9	前日の疲れがとれず、朝方から体がだるい	
10	寝つきが悪く、夢を見ることが多い	
11	朝、気持ちよく起きられずに、気分が悪い	
12	頭がすっきりしなく、頭重感がある	
13	肩こりや背中、腰が痛くなることがある	
14	食欲がなくなり、しだいに体重が減ってきた	
15	腹が張り、下痢や便秘を交互に繰り返す	
16	目が疲れたり、めまいや立ちくらみがある	
17	急に息苦しくなったり、胸が痛くなる	
18	手足が冷たく感じたり、汗をかきやすい	
19	よく風邪をひくが、治りにくく長引く	
20	医者診察を受けたら気のせいだといわれた	

初台関谷クリニック式(一部改変)

*最近1か月のうちに思い当たるものに をつけましょう。

の数

5個以下

特に心配はありません。

6~10個

ストレスの蓄積が心配です。上手にストレス解消を。

11~15個

ストレスがたまっているため、休養が必要です。

16個以上

少し危険な状態です。医師に相談しましょう。

むつざわよさこい フェスティバル 2003



「よさこいフェスティバル」
夜祭として行われました。
総数300人による熱気あふ
広げられました。

2003グリーンパラダイス
林業祭 & 第24回睦沢町農林
祭りました。恒例の長~い太
にぎりの無償配布のほか、
ヨーなど、たくさんのイベ
5日(土)が3,000人、また26
場者でにぎわいました。



大賞をとったREDレダ舞神楽(船橋)
一斉になびくオレンジのリボンが
印象的



よく来ていただいています
◀ 木更津かずさ連



睦沢鳴子会 新曲『おかみさんソーラン』



持ち上げても切れません



▶ 沼南こちや連



◀ 軽やかな舞
茂原飛天龍



◀ レッツ美浜”夢”



▶ ヒシツとカッコいい!!
紫音しおん(大網)



の様子(体育館にて)



▶ FORZAフォルザ木更津
この決めポーズ、どこかで
見たような...(笑)



ティアラをつけてお姫様みたい♡
サンマルキュー
アクセスポイント309(松戸)

2003 グリーンパワース in 睦沢

第31回長生農林業祭 & 第24回睦沢町農林商工まつり



10月25日(土)「むつざわ」が、農林商工まつりの前、県内各地から9チーム結ばれるよさこい踊りが繰りまた、26日(日)には、「in睦沢 第31回長生農林商工まつり」が開催され、巻寿司作りや、豚汁、お太鼓、アンパンマンショーなどが催されました。2日(日)には25,000人の来場



もちまきもありました



色々な野菜が売られました



税コーナー



茂原飛天龍『はっ』



太巻寿司作り みんなで



ユンボ体験



睦沢囃子会 とても楽しそうな笑顔



いきいき健康広場の



みすじ会(茂原)



飛翔しぶき(木更津)

公民館だより

☎44-0211

サークル紹介

睦沢読書の会



柳田國男「遠野物語」から読みはじめ、今は宮本常一を読んでいます。読んでいると昔のことを思い出し、音読2割におしゃべり8割で楽しくやっています。

代表 田中けい子

連絡先 ☎44 0557

四季折々の体験講座

クリスマスツリーを作ろうよ

とき 12月13日(土)

午後1時30分

ところ 中央公民館及びイルミネーションイベント会場

(つごいの郷前)

内容 クリスマス飾りづくりと飾り付け

参加費 100円(当日集金)



ツリー作り

成人式

睦沢町教育委員会では、平成15年度の成人式を次のとおり挙行します。

とき 平成16年1月11日(日)

ところ ゆうあい館

日程

受付 午前10時30分～50分

式典 午前11時～45分

記念撮影 午前11時55分～

祝賀会 午後0時5分～1時15分

2004年の新春に成人式を迎えられる皆様方に心からお祝い申し上げます。

なお、式典会場には家族席がありますのでご家族の方は、新成人をお祝いください。

しめ飾りを作ろうよ

とき 12月25日(土)

午後1時30分

ところ 中央公民館

内容 しめ飾りを作ってみよう

参加費 100円(当日集金)

両講座とも小、中学生と保護者が対象ですが、幼児で保護者が付きそう場合は申し込み出来ません。

12月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
咲友会(民踊)	6日(土)・13日(土)・20日(土)	9:00
寿扇会(日舞・新舞踊)	6日(土)・20日(土)	19:30
民謡クラブ	13日(土)	11:00
フラワークラブ	17日(水)	9:30
詩吟クラブ	10日(水)・24日(水)	13:30
洋裁クラブ	9日(火)・23日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	3日(水)・17日(水)	9:30
カラオケ愛好会	6日(土)・13日(土)・20日(土)	18:30
町碁会	20日(土)	13:00
町将棋会	21日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	6日(土)・20日(土)	19:30
成人書道クラブ	7日(日)	13:30
草木染め	7日(日)	14:00
手編クラブ	13日(土)・20日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	20日(土)	13:00
生け花サークル	6日(土)・20日(土)	18:30
着付けサークル	6日(土)・20日(土)	13:30
ふれあいダンス(社交ダンス)	6日(土)・13日(土)・20日(土)	19:00
ワヒネ・フズA(フラダンス)	5日(金)・19日(金)	13:00
ワヒネ・フズB(フラダンス)	6日(土)・13日(土)・20日(土)	19:00
社交ダンスサークル	4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)	13:00
ペイントHIRO(トールペイント)	2日(火)・16日(火)	9:00
アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	11日(水)・25日(水)	9:00
友の会(フラダンス)	14日(日)・21日(日)	14:00
フォークダンスサークル	3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)	13:30
民謡クラブ	6日(土)・13日(土)	14:00
押し花サークル	13日(土)	13:30
東扇会(日舞)	3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)	13:00
琴美会(大正琴)	4日(水)・18日(水)	10:00
ダンス睦沢(社交ダンス)	6日(土)・13日(土)・20日(土)	13:00
歌謡芸愛好会(バンド)	7日(日)・14日(日)・21日(日)	9:00
ザ・ベンチャーズ(バンド)	6日(土)・13日(土)・20日(土)	18:00
睦沢読書の会	12日(金)・26日(金)	13:30
睦沢陶芸クラブ	14日(日)・21日(日)	9:00

むつざわの里音楽祭

とき 12月6日(土)

開場 午後3時30分

開演 午後4時

7日(日)

開場 午後5時30分

開演 午後6時

ところ ゆうあい館

内容 竹野宏一「日本の名曲とイタリアの歌」日向野菜生「クリスマスコンサート」他 音楽グループの出演

詳しくは、パンフレットをご覧ください。

12月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
むつざわの里音楽祭(竹野宏一)	16:00	6日(土)
むつざわの里音楽祭(日向野菜生)	18:00	7日(日)
陶芸教室	13:00	7日(日)
睦和大学	10:00	10日(水)
自然体験学習	9:00	10日(水)
太巻き寿司教室(1年目の方)	9:00	13日(土)
天文教室	19:00	13日(土)
書道教室	9:00	14日(日)
茶道教室	9:00	14日(日)
ペン字教室	13:30	14日(日)
押し花教室	13:30	20日(土)
天文教室(予備日)	19:00	20日(土)
書道教室	9:00	21日(日)
絵画教室	9:30	21日(日)
料理教室	13:30	21日(日)
フラワーアレンジメント教室	13:30	21日(日)
チャレンジカレッジ(こども将棋教室)	13:00	23日(火)
男性料理教室	9:00	24日(水)

12月の休館日

1日(月)
8日(月)
15日(月)
22日(月)
27日(土)
31日(水)

12月の催し物

常設展「睦沢の歴史と民俗」

睦沢の歴史や民俗を通史的に紹介。県指定文化財の平安仏3体。昔の消防用具。民俗資料「鶺鴒神社の十日祭関係資料」「ホウジャリ」、絵馬、江戸あねさま人形など。

と き 11月29日(土)～2月8日(日)

収蔵資料紹介(28) 武人埴輪の模型



武人埴輪の模型

この埴輪は模型です。本物は群馬県太田市飯塚町から出土した6世紀代のもので、国宝に指定され上野の東京国立博物館に所蔵。この模型は4年前に寄贈されましたが、最近の資料登録作業により紹介できるようにしました。資料館の築山で展示中。

トピックス

国指定重要文化財の旅

国指定重要文化財といえはわが国の文化史上トップレベルの文化財です。

10月11日(土)、長生郡市内の国指定重要文化財を見学に行きました。まず本町妙楽寺の国指定重要文化財「木造大日如来坐像」、次に大多喜町の県立総南博物館に保管されている一宮玉前神社所有の国指定重要文化財「梅樹双雀鏡」、長南町報恩寺の国指定重要文化財「木造阿彌陀如来坐像」と続き、午後は長南町の国指定重要文化財「笠森寺観音堂」と国指定天然記念物「笠森寺自然林」、長柄町眼蔵寺の国指定重要文化財「弘長四年在銘の梵鐘」、茂原市鶴枝にある国指定天然記念物「鶴枝ヒメハルゼミ発生地」を見学しました。参加者34人。



国指定重要文化財「笠森寺観音堂」にて

第21回歴史学講座 「大塚山馬頭観音 由来記」



▶ 講座の様子

10月25日(土)午後1時30分から公民館にて。佐貫の森の谷地区には「大塚山馬頭観音由来記」が伝えられて、これは同地区の観音講で祭っている馬頭観音像と関係があることが判明しています。昨年に引き続きこの由来記を読み、森の谷の馬頭観音の縁起をさぐりました。講師は当館学芸員久野一郎。参加者15人。

21世紀への遺産

山神様

(岩井)

妙勝寺山門右上の山に山神様がある。この話を地元岩井の石井秀敏さんに聞いた。

「昔、この山で屋根の葺き替えのための萱を採っていた。私の家は山の萱刈りの管理をしていましたので、私は母親から言われて毎月28日の朝に山神様をお参りをし、周囲を掃除してアオキの葉に赤飯を上げていました。山神様は寺のもので、今も寺で山神講をやっています。掛軸とか拝むものはありませんが、妙勝寺の檀家20軒ぐらいの回りで番当番を決めて、ご馳走を作って集まります。昔のご馳走は野菜や魚の煮付けと酒

でした。以前は、正・5・9月の28日の午前に行っていたが、行事がいろいろあつて忙しいので、今は6月の第1日曜日に寺に集まります。当番は大変だから手のかからないようにしています。午前中は寺の草刈りを行い、午後からお祭りです。ずっと以前は山にみんなで上がって手を合わせていましたが、今は上がらず代表だけが上がって、その他の者は下で手を合わせるだけになりました。代表だけが行くようになったのは昭和25、26年ごろからでしょうか」という。

(資料館学芸員・久野一郎)



妙勝寺右上にある
山神様

総合運動公園だより

☎44-1565

12月の休館日

1日(月)
8日(月)
15日(月)
22日(月)
27日(土)
31日(水)

12月のクラブ等定期練習日

日曜日	9:00	ソフトボールクラブ	
		ソフトテニスクラブ(第2、4)	
		海洋クラブ	
火曜日	13:00	睦沢テニスクラブ(硬式)	
	10:00	エアロジムクラブ(柔道場)	
		卓球クラブ	
	13:30	太極拳(剣道場)	
	18:00	少年柔道クラブ	
		アウレツ(ミニバス)	
		18:45	練心会(少年剣道クラブ)
		19:30	鳴子会(よさこい踊り)
20:00		睦沢アウルス(バスケット)	
水曜日	10:00	エアロビクス友の会	
		わかば会(ソフトテニス)	
	13:00	太極拳(剣道場)	
木曜日	10:00	ひまわりクラブ	
		わかば会(ソフトテニス)	
	18:00	アウレツ(ミニバス)	
		18:45	練心会(少年剣道クラブ)
	20:00	青翔クラブ(バスケット)	
		剣友会(剣道)	
金曜日	10:00	わかば会(ソフトテニス)	
		エアロジムクラブ(柔道場)	
	19:30	エアロビクス友の会(剣道場)	
土曜日	9:00	睦沢フットボールクラブ(第1、3)	
		アウレツ(ミニバス)	
	18:00	少年柔道クラブ	
		18:45	練心会(少年剣道クラブ)
	20:00	みな会の会(女性バレー)	
		バレー愛好会	
剣友会(剣道)			
		エアロビクス友の会(睦沢中体育館)	

上記のクラブに興味のある方は、定期練習を見学に来てください。入部希望の方は、各クラブの代表の方と直接お話しください。

12月の教室実施日

卓球教室	14日(日)	10:00
軽スポーツ教室小1	5日(金)、12日(金)、19日(金)	17:00
軽スポーツ教室小2	5日(金)、12日(金)、19日(金)	18:00
軽スポーツ教室小3	3日(水)、10日(水)、17日(水)	18:00
幼児リズム運動教室	6日(土)、13日(土)	9:00
乳幼児親子運動教室	5日(金)、12日(金)	10:00
ウエルネス	5日(金)、12日(金)、19日(金)	13:30
エアロビ教室	5日(金)、19日(金)	19:30
いきいき教室	11日(木)	13:30
トレーニング教室	7日(日)、21日(日)	9:00
New みんなで楽しめるスポーツ講座:ゴルフ編	7日(日)、14日(日)、21日(日)	13:30

第3回

睦沢町長杯・睦沢町議会議長杯争奪少年柔道大会開催!!



けさ固め

この10月19日(日)町総合運動公園を会場に第5回睦沢町長杯・睦沢町議会議長杯争奪少年柔道大会が開催されました。近隣市町村より11団体が集まり団体戦(睦沢町長杯)と個人戦(睦沢町議会議長杯)で争われました。睦沢少年柔道クラブの結果は次のとおりです。

【団体の部】
第3位 睦沢少年柔道クラブA

個人の部については、準決勝まで残れませんでした。



睦沢少年柔道クラブA

選手・保護者の皆様本当に疲れ様でした。来年も上位入賞目指して頑張ってください。

第4回

睦沢ゆうあいマラソン

開催!!

とき

平成16年2月1日(日)

詳細等については、次回広報むつざわにて記載予定です。



なるほど

国保だより

医療費を大切に！

近年、人口の高齢化に伴う慢性の成人病の増加とともに医学・薬学の開発によるコスト増などいろいろな要因で医療費が大幅に増え続けています。医療費の増加は、これを負担する国保の財政を苦しくし、みなさんの納める保険料の値上げにもつながります。国保を守り育てるために、ひとりひとりが適切な受診に心がけ、ムダな医療費を少しでも減らすよう心がけましょう。

医療費を減らすためにできることは？

重複受診はやめよう

検査や処置をやり直すため医療費のムダ使いに

家庭医をもとう

病歴や体質などを把握してくれているので、治療効果も上がります

なるべく診療時間内の受診を心がけましょう
急患の場合は別として、時間外は加算料金がつかますし、お医者さんの負担にもなります

定期的な健康診断

病気の早期発見、早期治療に心がける

毎日の健康管理に気をつけよう

食事、睡眠、運動など規則正しい日常生活を

教えて！



ねんきん ななちゃん

年金相談はどこに行ったらいいのでしょうか

Q そろそろ年金を受ける年齢になりましたので、年金が確かに受けられるか、どのくらいの額になるか知りたいのですが、どこに聞いたらいいのでしょうか。

A 加入していた年金制度によって、ご相談先が異なります。

加入していた年金制度	相談先
・国民年金の第1号被保険者期間のみの方	住民課保険年金係
・国民年金の第3号被保険者期間のある方 ・国民年金と厚生年金に加入していた方 ・厚生年金に加入していた方	千葉社会保険事務所
共済年金については、加入していた共済組合へご相談ください。	

国民年金の第1号被保険者

自営業、農家、学生など国民年金保険料を納める方

国民年金の第3号被保険者

厚生年金（会社員）や共済組合（公務員）に加入している方に扶養されている配偶者



日曜・休日当番医

（診療時間 午前9時～午後5時まで）
（変更になる場合があります）

月日	茂原地区		一宮地区	
	内科系	外科系	内科系	外科系
12・7	宮山医院 22-4873	森川病院 25-2510	津谷クリニック 32-5645	
14	鈴木医院 22-2630	高田整形外科医院 22-0111	長生八積医院 32-3282	
21	吉田医院 34-3045	山之内病院 25-1131	よねもと整形外科 40-1065	
23	大塚マタニティクリニック 22-2561	宍倉病院 24-2171	長島医院 42-8800	
28	大塚内科 23-6121	菅原病院 25-1171	睦沢診療所 44-2236	
31	鶴澤医院 34-2008	森川病院 25-2510	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時まで
茂原市八千代1-5-4（消防署裏） ☎24-1011
夜間急病診療所テレフォン案内 ☎24-1011 午後7時～翌午前6時まで

工業統計調査にご協力を！

工業の実態を明らかにするため製造業を営む事業所を対象として毎年12月31日現在で、工業統計調査を実施しています。

12月中旬から1月にかけて調査員が伺いますのでご協力をお願いします。

問い合わせ
県庁統計課

☎ 043 - 223 - 2226
2227

国土交通省等所管の国有財産(道路・水路)の管理について

10月1日から佐貫地内の国有財産であった道路(赤道)及び水路(青道)等の財産管理等を町で行うこととなりました。

なお、詳細につきましては、役場建設課にお問い合わせください。
☎44 - 2507

法務局からのお知らせ 年末の登記申請等は お早めに！

例年、12月になりますと登記申請が増加し、窓口が混雑することが予想されます。

登記の申請及び登記簿の謄本(または、登記事項証明書)や印鑑証明書等の交付請求はなるべくお早めに提出されますようお願いいたします。

なお、年内の事務終了日(12月26日(金))間近に登記申請をされますと、年内に処理できない場合もありますので、お早めに申請されますよう、重ねてお願いいたします。

平成15年度原爆被爆者二世健康診断の実施について

厚生労働省の委託事業として、原爆被爆者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。なお、受診希望者が多数の場合は、昨年度未受診者を優先します。

〔実施期間〕9月1日～

平成16年3月10日

〔申込期限〕平成16年2月15日

〔申込方法〕はがき等に「健康診断希望」と明記の上、受診する方の住所・氏名・電話番号・生年月日・被爆者である親の氏名・住所・被爆者手帳番号を記入して郵送してください。

受診医療機関は後日送付します。なお、検査の種類によっては一部自己負担額が生じることがあります。

〔申込・問い合わせ〕

〒260-8667

千葉市中央区市場町1-1

千葉県健康福祉部社会福祉課
援護恩給室

☎043 - 223 - 2349

パソコンメーカーによる 家庭系パソコンの回収・ リサイクルが開始

平成15年10月1日から家庭用のパソコンの回収・リサイクルが始まりました。

10月1日以降に購入したパソコンを廃棄する場合は、メーカーなどが無償で回収することとなりました。10月1日以前に購入したパソコンを廃棄する場合は、各メーカーが定めた回収資源化料金を支払うことにより回収が行なわれます。回収手続きなどについては、各メーカーにお問い合わせください。

なお、家庭用のパソコンについては、現在、長生郡市広域市町村圏組合で粗大ごみとして回収しており、今後も粗大ごみとして搬出することはできませんが、資源の有効利用、ごみ減量化のためにもメーカーなどによる回収・リサイクルシステムにご協力をお願いします。

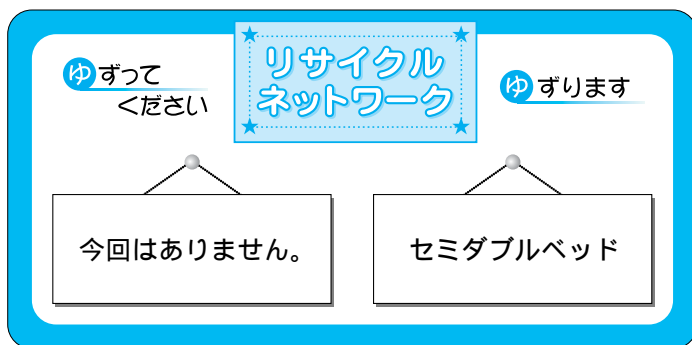
問い合わせ

(社)電子情報技術産業協会

☎03 - 5282 - 7685

<http://www.pc3r.jp>

役場環境課 ☎44 - 2515



一般家庭で不要となった品物を無料で「ゆずります」「ゆずってください」の情報をお待ちしています。

不要品を提供していただける方、不要品希望者とも町にお申し込みください。

申し込み・問い合わせ

役場環境課(庁舎2階) ☎ 44 - 2515

FAX 44 - 1729

相 談

行政・人権相談

と き 12月10日(水)
午前9時～午後3時
ところ 農村環境改善センター

心配ごと相談

と き 12月9日(火)
午後1時～4時
ところ 農村環境改善センター

健康栄養相談・ 介護家族健康相談

と き 12月16日(火)
午前10時～11時30分
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

法律相談

と き 12月18日(木)
午前10時～正午
ところ 役場町民相談室
申し込み・問い合わせ
要予約
役場総務課 ☎44 - 2 5 0 0

と き 12月19日(金)
午後1時～4時
ところ 長生地域県民センター
申し込み・問い合わせ
12日(金)午前9時から電話で
予約。長生地域県民センター
(長生支庁内) ☎25 - 7 8 3 0

乳児健康相談

身体計測や栄養・育児に関する
相談を行います。
と き 12月25日(木)
午後1時30分～3時
ところ 農村環境改善センター

く ら し

ゴミの収集日

1コース

燃えないゴミ...12月9日(火)
資源ゴミ.....12月16日(火)
粗大ゴミ.....12月27日(土)

2コース

粗大ゴミ.....12月4日(木)
.....12月29日(月)
(1月の振替として)

資源ゴミ.....12月11日(木)

燃えないゴミ...12月18日(木)

燃えるゴミの収集日は、月・
水・金曜日です。
なお、燃えるゴミの年末収集
は、12月29日(月)まで、年始は
1月5日(月)から収集します。



平成15年度

心の健康市民講座のご案内

茂原保健所では一般住民の方を
対象に「心の健康市民講座プログ
ラム」を実施します。

ぜひ、ご参加ください。

と き 12月22日(月)

午後2時30分～

4時30分

(講演)「中高年の精神保健について」

と き 平成16年1月23日(金)

午後1時30分～4時

(フォーラム)「地域で生活するために」

ところ 長生合同庁舎

定員 50名

受講料 無料(交通費等は自己負担)

実施1週間前までに電話・郵

便・FAXでお申し込みください。

定員となり次第締め切ります。

申し込み先

茂原保健所

〒297-0026

茂原市茂原1102-1

☎ 22 - 5 1 6 7

FAX 24 - 3 4 1 9

冬の全国交通安全運動開始

冬の全国交通安全運動が、12月
10日～31日まで行われます。

千葉県は、依然として全国で高
い死傷者数を有することから、こ
の年末は、例年になく違法運転取
締に力を入れます。

日頃から、交通マナーを守ると
共に飲酒運転は、絶対にやめまし
よう。

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	区名	月日
三橋 雄介 寿美	かのん 花音	川 島	9/28
野田 信行 栄美	さいせい 偲生	小 滝	10/5
川島 勉 なをみ	いくみ 育巳	河須ヶ谷	10/7
藤平 一利 みゆき	あおい 葵衣	川 島	10/13
中村 光雄 広子	ふうか 楓香	下之郷	10/18

甲 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
柴田 幸男	70	長楽寺	10/5
大兼 信一	62	上之郷	10/8
佐久間徳二	85	下之郷	10/9
村杉 勇夫	77	上市場	10/10
山崎 房子	83	川 島	10/10
田中 隆	86	上市場	10/13
松橋 文子	64	小 滝	10/29

睦沢町の人口と世帯

11月1日現在 ()は前月比
人 口 8,179人 (-3人)
男 3,986人 (-2人)
女 4,193人 (-1人)
世帯数 2,498戸 (+2戸)

〒299 - 4492
千葉県長生郡睦沢町下之郷1650-1
☎ 0475 - 44 - 1111(代)
Homepage
http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp
E-mail address
soumu@town.mutsuzawa.chiba.jp

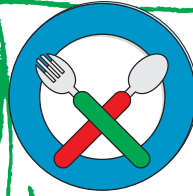


編集後記

日がどんどん短くなり、朝、晩の空気がキーンと冷たくなってきました。気づけばもう12月。広報を担当してから、当月の広報を作りながら、翌月の広報の記事も探し、年中師走という感じます。

ゆっくり広報づくりの勉強をする間もなく、広報作成を手がけているのですが、「習うより慣れる」ということわざもあります。日々前進していきたいと思います。

(A.T)



簡単でおいしい!! エ プロンママさん

保健栄養推進員

ごま団子 おすすめメニュー



作り方

こしあんを10等分にし、丸める。

ボールに白玉粉と砂糖を入れ、水をすこしづつ加えながら、こね混ぜる。

耳たぶくらいの固さになったら10等分にし、生地を手のひらで押し延ばし、中心にあんをのせ、まわりから包み込むようにして丸める。

バットなどに白ごまをひろげ、まんべんなくごまがつくように団子を転がす。

120度くらいの低温でゆっくり揚げる。上がってきたら取り出して、油を切る。

材料(10個分)

- 白玉粉.....180g
- こしあん.....150g
- 砂糖.....大さじ1
- 白ごま.....1/2カップ
- 水.....適宜
- 揚げ油.....適宜

1人分

- エネルギー:183kcal
- 鉄分:1.0mg

手作りおやつにいかがでしょうか。

むつぞわ's チルドレン



たいよう 鶴岡 大耀くん

平成14年12月9日生(川島)
父 照久さん♥母 丈さん

お兄ちゃんの大耀くん。お兄ちゃんが走っているだけで「きゃっきゃっ」と大喜び。

今は何にでも興味津々で、大好きな音の出るおもちゃで遊んでいたかと思ったら、ママにだっこをねだったり、蛍光灯をじーっと見つめたり・・・。音に合わせて、歌だって歌えるよ!「あー、あー」