

平成16年

 広報

7

むつざわ

No.435

発行 睦沢町役場

〒299 - 4492

千葉県長生郡睦沢町下之郷1650 - 1

☎ 0475 - 44 - 1111(代)

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

✉ soumu@town.mutsuzawa.chiba.jp



Contents

上手に利用しましょう介護保険サービス	P 2
合併協議会	P 3
共同生活舎こだま誕生 /	P 4
社協だより / ほか	
動物は次のことに注意して適切に飼いましょう / ...	P 5
俳句 / ほか	
知っておきたい健康の話	P 6 ~ 7
まんすりーむつざわ	P 8 ~ 9
公民館だより	P10
資料館だより	P11
総合運動公園だより	P12
くらしの情報 / 日曜・休日当番医ほか	P13 ~ 15

ごみゼロ運動

早朝からの作業でも、各地区の皆さんは
疲れを見せず、ごみゼロ運動に一生懸命！
きれいな環境は、気持ちの良いものです。



上手に利用しましょう！

介護保険サービス

介護保険制度がスタートして、4年が経過し、本町においても認定者数が増えてきています。

本町では、平成16年4月末現在、266人の方が介護保険の認定を受けています。高齢者（65歳以上）における要介護認定者のしめる割合が13%以上となってきました。そのうち57人の方が介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）等の施設に入所しています。



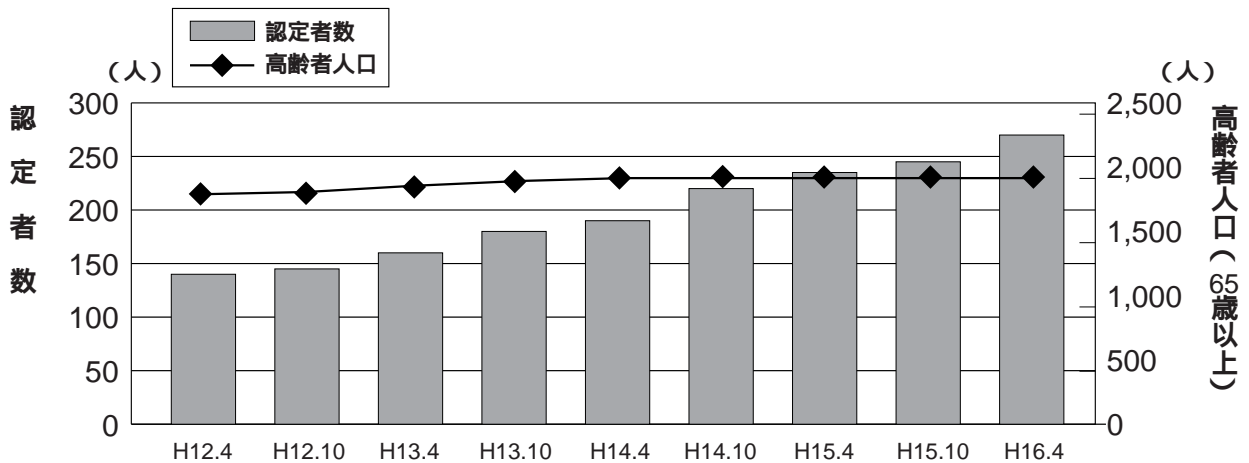
- ホームヘルパーとお散歩へ -

また、介護給付費についても月に約3千万円となってきました。

介護保険は、陸沢町が保険者で介護給付は、国、県町の負担金と40歳以上の方の保険料が財源となり運営されている制度です。



介護保険認定者の推移



要介護認定者の内訳

要支援	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	計
21	84	55	38	34	34	266

(平成16年4月現在)

介護保険のサービスは、家庭での自立した生活を送るためのさまざまなサービスがあり、必要や目的に応じて利用することができませんが、必要以上のサービスを利用することにより、心身の状態が悪化してしまう可能性もあります。

介護保険のサービスは、サービス提供事業者との契約の範囲内でおなわれまので、自分に必要なサービスが何であるかをよく理解したうえで利用することを考えましょう。

事業者は、苦情をいわれたからといってサービスの提供を拒否することはできませんので、苦情や不満がありましたら遠慮や我慢をしないで、きちんと申し立てましょう。

高齢者等の介護について不安や困っていることがありますしたら、町福祉衛生課(☎44 2504)若しくは、在宅介護支援センター陸沢園(☎44 2525)にご相談ください。

第10回合併協議会の概要

今回の協議会では、協議事項9件について話し合われました。協議概要等は次のとおりです。



都市計画事業の取扱い（継続）

都市計画道路事業、公営駐車場管理、土地区画整理事業などについては、現行どおり新市に引継ぐ。

駅前広場管理、建築確認申請事務などについては、合併時までには調整する。

大型建築物指導要綱に基づく事前協議については、合併時までには再編するなどの調整方針について、多くの意見が出され継続協議となりました。

議員定数及び任期の取扱い

小委員会からの報告を受け協議した結果、合併特例法（在任特例・定数特例）を適用することで決定したが、多くの意見が出され継続協議となりました。

総務関係事業の取扱い

情報公開制度・個人情報保護制度については、合併時までには調整する。

行政改革については、行政改革大綱及び実施計画を新市において策定し推進するなど原案のとおり決定されました。

財務関係事業の取扱い

新市における予算（当初・補正）の編成については、編成の時期は「茂原市」の例による。新市における会計については、次により設置するものとする。

- ① 7市町村及び長生郡市広域市町村圏組合でそれぞれ設置している一般会計は、新市において統合し、一般会計を設置する。
- ② 7市町村の国民健康保険事業特別会計、老人保健特別会計及び介護保険事業特別会計は、新

市においてはそれぞれ統合し設置する。

新市における指定金融機関等については、指定金融機関、指定代理金融機関、収納代理金融機関とも7市町村で異なるため、合併時までに調整するなど原案のとおり決定されました。

企画関係事業の取扱い

総合計画については、新市建設計画を基本に新たに策定する。総合計画の実施計画については、行政運営の指標とするため合併後新たに策定する。

政策の調整については、合併時までに「茂原市」の例により調整するなど原案のとおり決定されました。

コミュニティ施策の取扱い

防犯灯管理事業については、合併時までに調整し、新市に引き継ぐ。

交通安全事業について

交通安全計画を策定し、新計画に基づき各事業を実施する。市（町）内循環バス事業については、現行どおり新市に引き継ぐなど原案のとおり決定されました。

姉妹都市・国際交流事業

姉妹都市・友好都市交流については、新市に引き継ぐ。なお、実施方法等については合併後調整する。

国際交流については、合併時までに実施方法を調整し新市に引き継ぐなど原案のとおり決定されました。

男女共同参画事業の取扱い

男女共同参画事業については、合併後速やかに、「茂原市」の例により調整するなど原案のとおり決定されました。

保育事業の取扱い

保育所については、地域の実情を考慮し現行どおり新市に引き継ぐ。

保育料については、合併時までに調整する。

延長保育料については、受益者負担の観点から徴収することとする。

保育時間については、原則として平日は午前8時から午後4時まで、土曜日は午前8時から正午とする。土曜日の保育方法については、地域の実情を考慮し現行のままとする。

保育料の減免については、2人以上同時入所の減免は現行

どおりとし、第3子以降の保育料の減免については、「茂原市」の例により新市に引き継ぐ。

給食については、国の方針に基づき、3歳未満児については完全給食、3歳以上児については副食給食とする。

保育所送迎バス利用料については、受益者負担の観点から徴収する。送迎バスの委託方法や実施地域、料金については合併時までに調整するなど原案のとおり決定されました。

第12回長生郡市合併協議会
1、とき 7月12日（月）
午後1時30分から

2、ところ 茂原市役所市民室

第13回長生郡市合併協議会
1、とき 7月29日（木）
午後1時30分から

2、ところ 睦沢ゆうあい館

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。

詳しくは長生郡市合併協議会事務局にお問い合わせください。

☎ 25 7588



— 共同生活舎 —
こだま誕生

地域にぬくもいを

北山田にNPO法人こだまによる共同生活舎が誕生しました。

これは、地域の中で空き家になった古民家を再生し、福祉事業として「地域の皆さんを初め、だれもが気兼ねなく集まれる場所」を、こだまスタッフの思いが形になったものです。

お問い合わせ ☎ 44 2665

こだまスタッフの声

こだまスタッフ

近藤 けい子さん

高齢社会の中で、暮らしやすい地域のためにまず、年代、障害の隔てなくデイサービスを開いていきたいとの思いから事業準備をすすめてきました。

ここにきて地域の皆さん、スタッフの協力でようやく準備が整いました。今後は、地元はもちろん近隣市町村を含めたデイサービスから始め、交流が整えば、文化・芸術・伝承行事も行えるようにと考えております。一步一步、地域を大切にしたい事業を心がけます。



- 広々とした内装 -

☎ 44 1777 または
☎ 44 2514

7月7日(水)、8日(木)農村環境改善センターにおいて、おむね60歳から65歳の方を対象に網戸の張替え講習会(無料)を開催します。網戸を持参することができ、これを機に技術を習得して見ませんか? 詳しい内容、お申し込みにつきましては、町社会福祉協議会内睦沢町シルバー人材センターまで。また、各ご家庭からの仕事もお待ちしています!

網戸の張替え講習会開催

シルバー人材センターからのお知らせ

社協だより

ありがとうございます

(4月1日~5月31日)

きくよし親睦会

150,911円

すし処 14,100円

匿名 5,000円

匿名 5,000円

この善意は、町の社会福祉増進のため大切にに使わせていただきます。

町職員募集

町では、平成17年度採用職員を次のとおり募集します。

職種・採用予定人数 一般行政初級 若干名
栄養士 1名

受験資格

一般行政職

昭和49年4月2日~昭和62年4月1日までに生まれた方

栄養士

昭和49年4月2日~昭和60年4月1日までに生まれた方で栄養士の資格を有する方及び平成17年3月31日までに資格取得見込みの方

申込書の配布 7月8日(木)から
役場総務課で配布

受付期間 8月2日(月)~13日(金)まで

試験日 9月19日(日)

試験会場 睦沢町役場

問い合わせ先 役場総務課 ☎44-2500

サマーフェスティバル「ふれあいデー」

保育所に遊びに来ませんか!

睦沢保育所では、地域子育て支援の一環として、次のとおり施設を開放します。

とき 7月31日(土)

午前8時40分

11時30分

ところ 睦沢保育所

☎ 44 0046

内容 年齢別の活動と保育参観、歯科衛生士の指導

と相談 人形劇「ピノキオ」



歯磨き指導に参加する方は歯ブラシをご持参ください。

- お父さん、お母さんも一緒に楽しく! -



動物は次のことに
注意して適切に
飼いましょう！



- 1 動物には、飼い主が分かるよう、名札などをつけましょう。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法律で義務付けられています。万一逃げ出した場合の発見にも役立ちます。
- 2 動物は責任をもって終生飼いましょう。動物を虐待したり捨てたりすると、法により罰せられることがあります。
- 3 犬やねこが飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探しましょう。飼い主探しの方法を紹介しますので下記までお問い合わせください。
- 4 犬やねこがみだりに繁殖しないように、不妊・去勢手術などの措置に努めましょう。
- 5 子犬や子ねこを新しい飼い主に譲る場合は、離乳前に母親から引き離さないでください。
- 6 犬やねこに、公の場所や人の敷地内で排泄させるような迷惑行為はやめましょう。犬の運動と排便はしつけにより分けることが可能です。犬の正しい飼い方・しつけ教室を開催しておりますのでお問い合わせください。
- 7 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。
- 8 ねこは屋内で飼いましょう。他人への迷惑を防止したり、病気や交通事故等の危険から守ることができます。

問い合わせ

役場環境課	☎	44 - 2515
長生健康福祉センター（長生保健所）	☎	22 - 5167
動物愛護センター	☎0476 - 93 - 5711	
動物愛護センター東葛飾支所	☎04 - 7191 - 0050	

電動生ゴミ処理機購入時に
助成があります

毎日出る生ゴミは、電動生ゴミ処理機を上手に使うことで肥料にするなど生ゴミを活用しましょう。

電動生ゴミ処理機を購入した場合、町からの助成があります。助成については下記のとおりとなります。

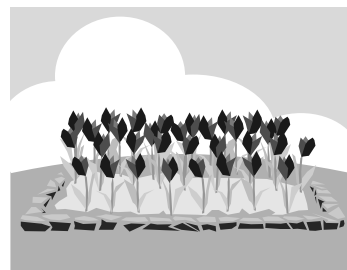
なお、コンポスターへの助成は廃止となりました。

電動生ゴミ処理機助成金

最高20,000円まで

問い合わせ 役場環境課

☎44 - 2515



俳句

失職の庭にゆらゆら 雨の蝶
 燦然と輝く日の出明易く
 回覧の背戸みち十葉花明り
 子に教へ子に教はるる竹落葉
 つゆ晴れ間畑につくやポツポツと
 仏像の気をいただいて青田径
 紫陽花や白にはじまり七変化
 夏の月心癒して旅終わる
 蝶追つて裸足でかけ出す孫二歳
 託卵の子探しあくぬる不如帰
 辣菲のにはひ残れるガラス瓶
 燕の子口一文字親を待つ
 新緑香く吾が拍動に触れてみむ
 嬉しさは海ほほづきの小籠盛り
 花柚子の香しい日や婚成りて
 名水を掬ひこぼすや苔の花
 早苗饗や酌する人の指太し

葵 津 山 海 野 野 河 須 小 鈴 尾 田 久 篠 加 田 政
 川 本 保 村 村 野 田 高 木 手 中 我 田 藤 辺 成
 かける 小 阿 信 善 悦 ひ り お 基 岳 久 久 と 秀 一
 汀 以 照 子 之 子 ひろし いわお 次郎 城 子 子 み 子 行

平成15年度 個別健康メニュー提案事業

～健康づくり～



栄養士 中村 智美

知っておきたい

健康

の話

個別健康メニューとは
千葉県が「生活習慣病・寝たきり予防」を目的に計画した事業です。内容は食事調査や体力測定の結果をもとに、個別指導を行い、個人の生活背景の違いや考え方に合わせた「個別健康メニュー」が提示されます。

このメニューにそって参加者が自己の健康管理を継続的にこなせるよう参加者に「健康ノートちば」が発行されます。健康運動指導士・栄養士・保健師のアドバイスを受けながら、自分で健康づくりを実践するものです。

町では平成15年度は54名の方が参加しました。

- ・男性14名
- ・女性40名
- ・参加者平均年齢58歳

食事調査の結果から

食事調査は、栄養のバランスやビタミン・ミネラルの摂取状況や食習慣などについて初回と5か月目の2回実施をしています。

カルシウム【グラフ1参照】

国民栄養調査では、日本人に唯一不足している栄養素ですが、今回の調査では、平均が1日の所要量を3割近く上回り約780mgです。(2回ともに平均約780mg)また、カルシウムのとり方には個人差が大きく、グラフ1のとおりです。一番少ない方で250mg、一番多い方で1636mgと6倍近いひらきがあります。

鉄分【グラフ2参照】

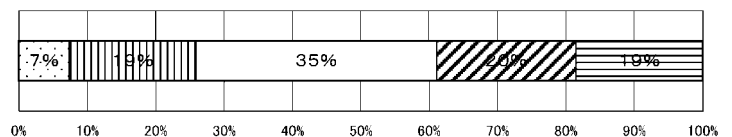
5か月目の調査では、7割以上の方が不足し、平均が9.3mgです。(初回は8割近くが不足)鉄分はカルシウムと違い、意識的に行っている方は少ないようで、エネルギー摂取が不足している方のほとんどに鉄分不足がみられます。

食物繊維【グラフ3参照】

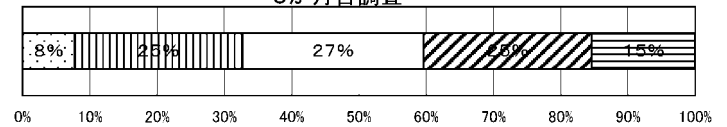
初回の調査では、9割以上の方が不足しており、5か月目の調査では、少し増えていますが、依然として不足の状態です。平均が1日の目標値の約8割しか満たしておらず、16.2gでした。意識しないと、なかなか摂取しにくい栄養素といえそうです。また、食物繊維を多く含む野菜や豆類からの摂取量を増やすことや主食に麦や玄米などを混ぜるなど積極的に摂取する工夫も大切なようです。

グラフ1

カルシウムの摂取状況<1日の所要量600mg>初回調査



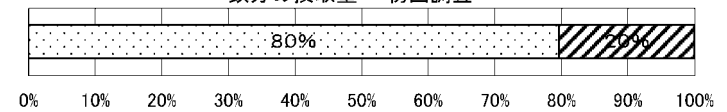
5か月目調査



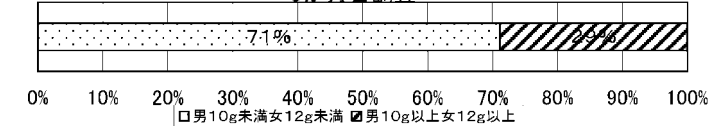
□200~399mg □400~599mg □600~799mg ■800~999mg □1000mg以上

グラフ2

鉄分の摂取量 初回調査



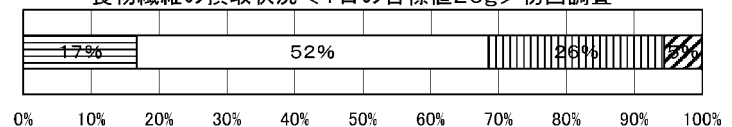
5か月目調査



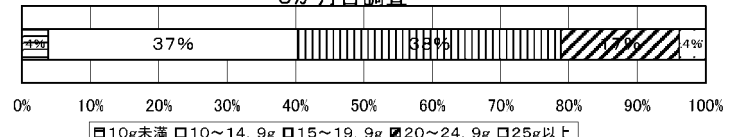
□男10g未満女12g未満 ■男10g以上女12g以上

グラフ3

食物繊維の摂取状況<1日の目標値20g>初回調査



5か月目調査



□10g未満 □10~14.9g □15~19.9g ■20~24.9g □25g以上

体力測定の結果から

体力測定についても、初回と5か月目の2回実施をしています。

「健康体力年齢」では、平均58歳の年齢相応の結果です。

身体組成による体脂肪の平均は、初回と5か月目の測定では、ほとんど現状維持しています。

開眼片足立ちによって転倒の危険性をみる「平衡性」では、平均で4秒、「柔軟性」をみる長座体前屈では、平均1cm、「筋力」をみる上体起こしでは、平均1回とそれぞれ少しずつ良くなっています。しかし、全身持久力（自転車エルゴメーター）、筋力（上体起こし）、柔軟性（長座体前屈）については、年齢平均より劣る方が多く見られ、全身持久力、腹筋の弱さや体の硬さが目立ちます。日頃の運動（ストレッチなども含む）の習慣の有無が結果に出てきているのではないのでしょうか。

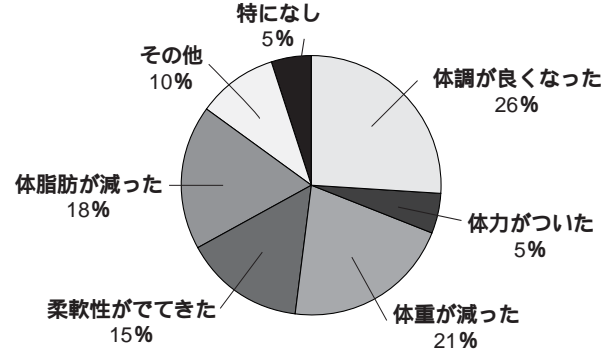
アンケートの結果から

【グラフ4より】

参加者に事業についてのアンケートを実施しました。「体調が良くなった」、「体重・体脂肪が減った」など93%の方が身体面においてよい変化を感じているようです。



【グラフ4】 身体面について



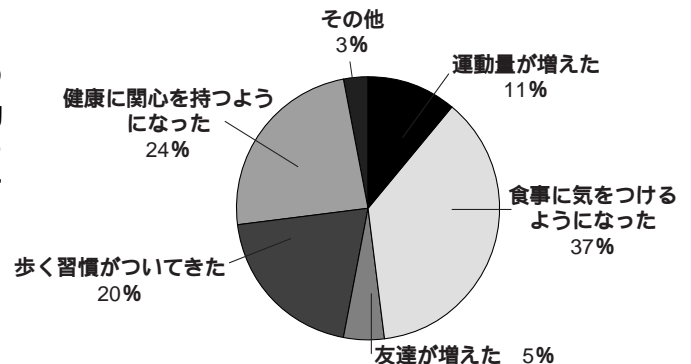
- 真剣に体力測定 -

【グラフ5より】

「食事に気をつけるようになった」37%、「歩く習慣がついてきた」20%、「健康に関心を持つようになった」、「運動量が増えた」など食生活面や生活の中に運動が定着してきていたり、食生活への気配りなど健康への関心も高まってきているようです。



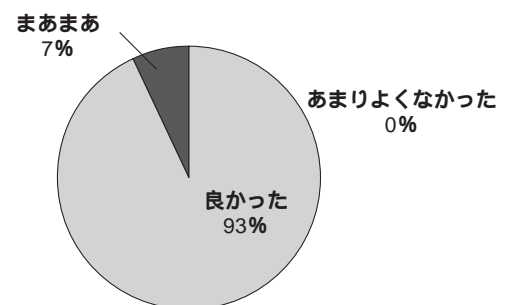
【グラフ5】 生活面について



【グラフ6】 個別健康メニューに参加してどうでしたか？

【グラフ6より】

個別健康メニューに参加してどうでしたか」という質問に対して「参加して良かった」が93%を占め、「良くなかった」と答えた方はいません。



- よく伸びます -



6か月間の長期に渡り参加した方からは「健康・食事等の自己管理が大切」、「継続した達成感がある」、「記録を継続していきたい」など健康は自分で作り、まもる意識が高まったように感じます。

食事や健康に関する正しい知識を持ち、元気で長生きできるように私たちは町の健康づくりを皆さんと協力しながら進めていきたいと思えます。

まちがきれいになりました!

- ごみゼロ運動実施 -



- うわあ～こんなの捨ててあるよ～ -



- よーし きれいにするぞ! -

集められたゴミは、町全体
で4,200kgでした。
ご協力いただきました皆さん、
ありがとうございました。

陸沢町内でも各地区皆さんの協力の下
に道路や公園、空き地などに捨て
られているゴミを収集できま
した。

この運動は、ゴミの散乱防止と再資源
化促進を目的として関東一円で、毎年行
われています。

5月30日(日)にごみゼロ運動が行われ
ました。

まちがきれいになりました
ごみゼロ運動実施



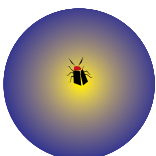
- こんな所にも空カンが! -

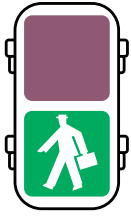


- こんなに集まったよ -



- ダンプ何台分ものゴミが集まりました -





交通安全教室実施



- おまわりさんのお話真剣 -

交通安全教室が行われました。土睦小学校で5月27日(木)、睦沢幼稚園で6月8日(火)に交通安全教室が行われました。これは、子どもたちに交通安全対策への意識を日頃から持つてもらい事故を未然に防げるよう計画されたものです。

おまわりさんを始めとして、町交通安全対策協議会の交通指導員の皆さんの協力で、各教室とも子どもたちは和気あいあいとしながらも交通安全対策の説明を真剣に聞き入り、実際に模擬道路を歩行し交通安全への意識を高めていました。



- 右、左よ〜く確かめて、渡ります -

交通安全教室実施

田んぼの学校

— 古代米を植えよう —

5月23日(日)に、市場今堰で農村自然環境整備事業維持管理運営組合主催の第6回古代米の田植えが行われました。

当日は朝から肌寒い陽気でしたが、集まった30人の子供たちは、元気いっぱい素足で田んぼに入り、指導を受けながら田植えを熱心に行いました。

田植えの後にはお楽しみみのウナギのつかみ取りです。静かな田植えとは一転、堰き止めた水路の中を子ども達は、「うわぁ、つかみにくいよ」と大はしゃぎで、ウナギを追いかけっていました。



- ていねいに植えていきます -



- ウナギ、こっちにもいるよ! -

その後、参加者はたき火の周りを囲み、昨年収穫された古代米のおにぎりを、おいしくほおばり、「新米も食べてみたいね」と秋の収穫を心まちにしています。



公民館だより

町中央公民館
図書室情報



「本を読むと若くなるとか、美しくなるとか」いわれませんが、読書が心の健康に役立ち優れた本といっしょに、心を豊かに働かせる人は自信のある顔立ちに、なるのかもしれない！
町公民館の図書室には、たくさんのお書を揃え、住民の生活の一助に、図書とふれあう時があればと、読書コーナーも設けて、お待ちしております。

平成16年度 長生都市公民館合同作品展のお知らせ

- ・とき 平成16年7月16日(金) ~ 19日(月)
午前9時~午後4時
(但し最終日は午後2時まで)
- ・ところ * 茂原市役所市民室 (絵画・写真部門)
* 茂原中央公民館ギャラリー (書道部門)
- ・入場無料
日頃から公民館を中心に、創作活動に励むサークルの方々の作品を一堂に集めた力作揃いの作品展です。茂原にお出かけの際には、ぜひお立ち寄りください。



7月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
陶芸教室	13:00	4日(日)
太巻き寿司教室(1年目の方)	9:00	10日(土)
天文教室	19:00	
書道教室	9:00	11日(日) 25日(日)
茶道教室	9:00	11日(日)
パッチワーク教室	13:30	
睦和大学	10:00	13日(火)
料理教室	13:30	24日(土)
押し花教室	13:30	
絵画教室	9:30	25日(日)
フラワーアレンジメント教室	13:30	
男性料理教室	9:00	28日(水)
リーダー講習会	9:00	3日(土)
パソコン	自由学習	9:00 4日(日)
	エクセル講習	9:00 9日(金)

家族でいっしょに、ニモを探しに行く旅に出てみませんか!
とき 7月24日(土)
午前の部 10時~
午後の部 2時~
ところ ゆうあい館
入場料 前売券500円(当日券あり)
受付 中央公民館



7月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
咲友会(民踊)	3日(土)・10日(土)・17日(土)	9:00
寿扇会(日舞・新舞踊)	3日(土)・17日(土)	19:30
民謡クラブ	10日(土)	11:00
フラワークラブ	21日(水)	9:30
詩吟クラブ	14日(水)・28日(水)	13:30
洋裁クラブ	13日(火)・27日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	7日(水)・21日(水)	9:30
カラオケ愛好会	3日(土)・10日(土)・17日(土)	18:30
町碁会	17日(土)	13:00
町将棋会	18日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	3日(土)・17日(土)	19:00
成人書道クラブ	4日(日)	13:30
草木染め	4日(日)	14:00
手編クラブ	10日(土)・24日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	17日(土)	13:00
生け花サークル	3日(土)・17日(土)	18:30
着付けサークル	3日(土)・24日(土)	13:30
ふれあいダンス(社交ダンス)	3日(土)・10日(土)・17日(土)	19:00
ワヒネ・フズA【フラダンス】	8日(水)・22日(水)	13:00
ワヒネ・フズB【フラダンス】	3日(土)・10日(土)・17日(土)	19:00
社交ダンスサークル	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)	13:00
ペイントHIRO(トールペイント)	7日(水)・21日(水)	9:00
アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	8日(水)・22日(水)	9:00
友の会(フラダンス)	11日(日)・25日(日)	14:00
フォークダンスサークル	7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	13:30
民謡クラブ	10日(土)・17日(土)	14:00
押し花サークル	10日(土)	13:30
東扇会(日舞)	7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	13:00
琴美会(大正琴)	1日(水)・15日(水)	10:00
ダンスンボ(社交ダンス)	3日(土)・10日(土)・17日(土)・24日(土)	13:00
歌謡芸愛好会(バンド)	4日(日)・11日(日)・18日(日)・25日(日)	9:00
ザ・ベンチャーズ(バンド)	3日(土)・10日(土)・17日(土)	18:00
睦沢読書の会	9日(金)・23日(金)	13:00
睦沢陶芸クラブ	18日(日)・25日(日)	9:30
ヨーガサークル	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)	14:00
写真クラブ	10日(土)	

☎44-0211

5月の休館日

10日(月)

17日(月)

24日(月)

31日(月)

第9回 「よろいを着て戦国武将」
 5月3日(月)午後1時30分
 ら、本物と同じくらい重さのよ
 ろい(複製で資
 料館所蔵)を着
 て戦国武将に
 なった気分を
 体験しました。
 参加者22人



よろいを着た母子

5月29日(土)、公民館バスで
 陸沢町内の文化財を探访する
 一回目。県指
 定重要文化
 財「木造大日
 如来坐像」
 (妙楽寺)な
 ど瑞沢地区
 の文化財を
 訪ねました。
 参加者23人



- 瑞沢小学校内の宇野八十八
 頌徳碑と二宮金次郎像前 -

背面全面に菊の花の付いた亀
 甲地が覆って、下の方には雀と
 思われる2羽の鳥が飛んでい
 る。直角縁で、やや緑の太い単
 圈を持ち、中央には龜形の鈕が
 付いている。直径4・8cm、重
 さ120gの小型の鏡である。
 穿孔が二つあることから、本品
 も信仰の対象として架けられ
 て、礼拝されたことがわかる。



きつかきつこうじそうじゃくきよう
 - 菊花亀甲地双雀鏡 -

もう60年ちか
 くも前のこと
 ですが、確か
 に目の青い人
 形で、高さは
 30センチくら
 い。靴を履い
 て足を伸ばし



- アメリカ人形
 歓迎の様子 -

トピックス

歴史民俗体験講座1

陸沢町の文化財探訪1

「瑞沢地区」

収蔵資料紹介(33)

陸沢町指定有形文化財(工芸品)

菊花亀甲地双雀鏡

5月の催し物

常設展「陸沢の歴史と民俗」

陸沢町の歴史や文化を通史的に紹介。県指定の平安仏3体、鷯羽神社祭礼写真、町指定無形民俗文化財十日祭の供器や祭礼用具、昭和30年ごろの祭礼の写真など。

とき 7月11日(日)まで。

企画展

資料館友の会主催

「福の神がやって来た！」

博物館見学会

恵比寿・大黒など房総の「福の神」を紹介。

陸沢公民館バスで博物
 館や美術館を見学。要申

とき 7月17日(土) ~ 9月26日(日) 付開始。会員外の方の参加も可。

とき 8月22日(日)

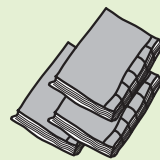
第7回房総古文書紀行 「藤田嗣治と千葉県」

- その妻登美(とみ)への手紙をめぐる -

千葉県の歴史を古文書で語る新趣向の歴史講座。
 申込不要、直接会場へ。

講師 加藤時男氏(千葉県文書館古文書調査員)

とき 7月17日(土)



土陸小学校の青い目の人形②(上市場)

昭和2年、日米関係を心配したアメリカ人宣教師が、友好のために一万体以上のフランク人形を日本に贈った。人形は青い目の人形と呼ばれて全国の小学校などに配られ、土陸小学校にも来て歓迎されたことは前号でも述べた。この人形について、終戦前後に土陸国民学校で先生をされていた久我敏子さん(上市場)からお話を聞いた。

第二次世界大戦が始まったころ、対米関係の悪化から多くの学校で青い目の人形が焼かれたりして捨てられた。しかし土陸小学校の青い目の人形は大切に保管されて、戦争を生き抜いた。この人形がその後どうなったか、ご存知の方はお知らせいただきたい。(資料館学芸員・久野一郎)

総合運動公園だより

☎44-1565

7月のクラブ等定期練習日

日曜日	9:00	睦沢ウィングス(ソフトボール) ソフトテニスクラブ(第2、4)
	13:00	海洋クラブ 睦沢テニスクラブ(硬式)
火曜日	10:00	エアロジムクラブ(柔道場)
	13:30	卓球クラブ 太極拳(剣道場)
	18:00	少年柔道クラブ アウレッツ(ミニバス)
	18:45	練心会(少年剣道)
水曜日	20:00	睦沢アウルス(バスケット) 剣友会(剣道)
	10:00	エアロビクス友の会 わかば会(女性ソフトテニス)
	13:30	太極拳(剣道場)
木曜日	19:00	鳴子会(よさこい踊り) ヒロ・ダンス・トゥループ(洋舞) フットサル(室内サッカー)
	10:00	ひまわりクラブ(育児サークル) わかば会(女性ソフトテニス)
	18:00	アウレッツ(ミニバス)
金曜日	18:45	練心会(少年剣道)
	20:00	青翔クラブ(バスケット) 剣友会(剣道) 青年バレー(睦沢中体育館)
	10:00	わかば会(女性ソフトテニス)
土曜日	18:45	練心会(少年剣道)
	19:30	バドミントンクラブ
	9:00	睦沢フットボールクラブ(第1、3)
		睦沢ウィングス(ソフトボール) 瑞沢ブレイブ(瑞沢小)
	18:00	アウレッツ(ミニバス)
		少年柔道クラブ
20:00	練心会(少年剣道)	
	みなの会(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)	

上記のクラブに興味がある方は、定期練習を見学してください。
また、入部希望の方は、各クラブに直接お申し出ください。

第6回睦沢町長杯争奪小学生剣道大会開催

6月6日(日)に総合運動公園で睦沢町長杯争奪小学生剣道大会が開催され、県内から強豪チームが集まり熱戦がくりひろげられました。

大会結果は、女子の部で睦沢練心会Aチームが3位の好成績を収めました。

睦沢練心会

Aチームメンバー

大将 田中 美帆さん
中堅 谷井枝里子さん
先鋒 田中美由紀さん



- 白熱した試合！ -



海の回記念 イベント開催

総合運動公園では、この7月18日(日)に海の日を記念してフリーを無料で開放いたします。
また、当日上之郷女ヶ堰では、ヨット・カヌーの試乗会と艇庫周辺のコミ拾いを予定しています。お友達やご家族をお誘い合わせの上ご参加ください。



プールの夜間開放について

7月・8月は、毎週水・金曜日、時間はいずれも午後6時から9時までプールの夜間開放を行います。夜間ご利用される方は、原則として高校生以上とさせていただきます。



7月の教室開催日

エアロビ教室	9日(金)、23日(金)	19:30 ~20:30
高齢者いきいき教室	15日(木)	13:30 ~15:30
トレーニング教室	4日(日)、18日(日)	9:00 ~15:00
水泳教室(小学4~6年生)	1日(木)、8日(木)、11日(日)、15日(木)、18日(日)、22日(木)、25日(日)、29日(木)	18:00 ~19:00
女性水泳教室	7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)	10:00 ~11:00

お詫び

広報6月号で小学生水泳教室の開催日のところで17日(木)・24日(木)が記載されていませんでした。深くお詫びし、訂正いたします。

卓球教室	11日(日)、18日(日)、25日(日)	10:00 ~12:00
軽スポーツ教室小1	2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)	17:00 ~18:00
軽スポーツ教室小2	2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)	18:00 ~19:00
軽スポーツ教室小3	7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)	18:00 ~19:00
幼児リズム運動教室	3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土)、31日(土)	9:00 ~12:00
幼児親子運動教室	2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)	10:00 ~11:00
ウエルネス教室	2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)	13:30 ~15:00

5月の休館日

10日(月)
17日(月)
24日(月)
31日(月)

なるほど

老保だより

老人保健医療受給者の方で、
世帯員全員が住民税非課税の方は、
限度額適用・標準負担額
減額認定申請をすることにより、
次のとおり
自己負担（一部負担金）の
軽減が受けられます。

入院または入院予定の方につきましては、認定証を病院の窓口へ提示することにより、通常同一月内の入院の限度額40,200円（食事代1日780円）から低所得の方は24,600円（食事代1日650円、過去1年間の入院が90日を超える場合は1日500円）、低所得の方は15,000円（食事代1日300円）となります。

外来のみの方は、かかった費用の1割又は2割の負担ですが、認定証を病院の窓口へ提示することにより、自己負担額が1か月に8,000円を超える分が高額医療費となり還付されます。

- ・低所得 世帯全員が住民税（町県民税）非課税の方
- ・低所得 世帯全員が住民税（町県民税）非課税で1人の収入がそれぞれ65万円以下の方

申請に必要なもの

保険証・老人医療受給者証・印鑑

詳しくは、住民課保険年金係 ☎44-2503へ
問い合わせください。

教えて！



ねんきん

ななちゃん

国民年金には
保険料の免除制度があります

長い人生には、事故や病気などで働けず、収入がないために国民年金保険料を納められないことがあるかもしれません。こんなときのために国民年金には、保険料の免除制度があります。

この免除制度には保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の半分を納めることによって残りの半分が免除される「半額免除」がありますが、いずれも一定の基準に該当した場合に認められます。

免除の承認を受けるためには役場住民課保険年金係で手続きが必要です。申請して該当した場合には、申請の前月分から6月分までが承認されます。7月から翌年6月まで1年分の承認を受けようとする場合は毎年8月末まで（7月から受付をはじめます）に年金手帳・印鑑をお持ちになり、申請の手続きをしてください。

なお、免除の承認を受けた期間は保険料の未納期間とはなりませんが、将来、老齢基礎年金を受ける際には、納めた場合の3分の1（全額免除）または3分の2（半額免除）の年金額として計算されます。免除を受けた期間から10年以内であれば、あとから納めることができますので、納められるようになったときは社会保険事務所へご連絡ください。

学生の方には「学生納付特例制度」がありますので、上記の免除制度を受けることができません。

免除の該当基準

世帯構成	全額免除	半額免除
標準4人世帯 (夫婦と子2人・子の1人は16歳以上23歳未満)	年収 260万円程度	年収 424万円程度
2人世帯	159万円程度	271万円程度
単身世帯	100万円程度	150万円程度

あくまでもモデルケースですので、目安として参考にしてください。

募 集

保健師募集

町では、保健師を下記のとおり募集します。

採用予定人員 1名

受験資格 昭和44年4月2日以降に生れた方で、保健師の資格を有する方。

受付期間 7月5日(月)～7月30日(金)

問い合わせ 役場総務課
☎44-2500

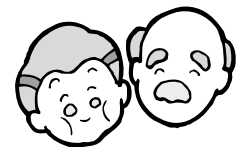


平成16年度 第1回介護者教室

と き 7月11日(日)
午前10時～午後3時
ところ 睦沢園
デイサービスセンター

テーマ
「高齢者の生活支援」
「寝たきり老人の介護の仕方」
ご希望の方は、7月3日(土)までに電話でお申込ください。

問い合わせ
睦沢園デイサービスセンター
☎0475-44-2525



7月11日は、
参議院議員通常選挙投票日です！

投票時間 午前7時～午後8時
投票方法 千葉県選挙区選挙
候補者名を書いて投票
してください。
比例代表選挙
候補者名または政党名
を書いて投票してくだ
さい。

選挙当日、仕事やレジャーで投票にいけない方は、期日前投票または、不在者投票ができます。

と き 6月25日(金)
～7月10日(土)
午前8時30分～午後8時
問い合わせ 町選挙管理委員会
☎44-2500

サマージャンボ宝くじ (2004年市町村振興宝くじ) 1等・前後賞合わせて3億円 2等も1億円

発売期間 7月12日(月)～30日(金)
発売方法 全国の宝くじ売場
抽 選 日 8月10日(火)
発売単価 1枚300円
宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。



東京ドイツ村 睦沢町民無料入園デー

東京ドイツ村では、日頃の愛顧に感謝して、下記のとおり「睦沢町民無料入園デー」(期間中)を実施させていただきます。

と き 8月5日(木)～15日(日)
午前9時～午後5時
ご入園は午後4時までとさせていただきます。

問い合わせ
東京ドイツ村
☎0438-60-5511

平成16年度 警察事務職員(初級・中級) 採用試験

受験案内配布開始 7月9日(金)
受付期間 8月2日(月)
～8月13日(金)
試験日時 9月26日(日)
試験会場 千葉市内を予定
問い合わせ
千葉県警察本部警務課任用係
☎0120-764032
(月曜日～金曜日
午前8時30分～午後5時)

オストメイト

(人工肛門・人口膀胱造設者)
社会適応訓練講習会のお知らせ

と き 7月14日(水)
ところ 茂原支庁内(市民室)
茂原市道表1
内 容 補後1 装具展示相談コーナー
正午～午後1時と休憩時間
講演と質疑応答
午後1時～午後4時
対象者 県内のオストメイトとその家族及び医療関係従事者

問い合わせ
福祉衛生課 ☎44-2504

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		
7・4	志 鎌 医 院 22-5105	君 塚 病 院 25-1811	鈴 木 医 院 42-3111	
11	長生内科神経内科医院 24-7752	穴 倉 病 院 24-2171	内 山 医 院 42-2062	
18	長 生 病 院 34-2121	鎗田整形外科医院 24-8686	秋 場 医 院 42-3323	
19	鈴 木 医 院 22-2630	長 生 病 院 34-2121	清 水 医 院 42-2950	
25	宮 山 医 院 22-4873	菅 原 病 院 25-1171	よねもと整形外科 40-1065	

夜 間 診療科目 内科・小児科 診療時間 午後8時～11時まで
急 病 茂原市八千代1-5-4(消防署裏) ☎24-1011
診 療 所 夜間急病診療テレフォン案内 ☎24-1011 午後7時～翌午前6時まで

相 談

行政・人権相談

と き 7月14日(水)
午後1時～4時
ところ 農村環境改善センター

心配ごと相談

と き 7月13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

と き 7月13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 7月22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 ☎44-2500

と き 7月16日(金)
午後1時～4時
ところ 東上総県民センター
申し込み・問い合わせ
東上総県民センター
☎25-7830
9日(金)午前9時から電話で
予約。

出張年金相談

と き 7月22日(木)
受 付 9時～
ところ 茂原市役所市民室
先着60名まで
問い合わせ
千葉社会保険事務所
☎043-242-6327

子ども相談室

と き 7月22日(木)
午前10時～午後3時
ところ 茂原市総合市民センター
内 容 児童福祉士・児童相談
員・心理判定員等による
しつけや言葉、非行、障
害などの、子どもに関す
る相談受付
問い合わせ
役場福祉衛生課
☎44-2504

家庭児童相談所の ご案内

長生健康福祉センターでは、児童福祉の向上を図るため、センター内に「家庭児童相談室」を設置し、専門的立場から家庭における児童養育等について、下記のとおり相談に応じておりますので、身近な相談機関として気軽にご利用ください。

と き 午前9時～午後5時
月曜～金曜日
(祝祭日及び年末年始はお休み)

ところ 長生合同庁舎長生健康福祉センター内
内 容 親子関係、不登校、生活習慣、非行など
対 象 乳幼児から18歳未満までの子ども・保護者
問い合わせ
長生合同庁舎長生健康福祉センター
☎22-5167

く ら し

ゴミの収集日

1コース

燃えないゴミ... 7月13日(火)
資源ゴミ..... 7月20日(火)
粗大ゴミ..... 7月27日(火)

2コース

粗大ゴミ..... 7月1日(木)
資源ゴミ..... 7月8日(木)
燃えないゴミ... 7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朝8時30分までに
出してください。



結婚 末長くお幸せに

区 名	氏 名
大谷木	高橋 達夫 みどり
上市場	露崎 典久 直美
寺 崎	金尾 年洋 亜弥

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区 名	月 日
中村 勤	80	上之郷	5/9
中村 三郎	83	上市場	5/22
三田 芳江	70	上市場	5/23
中村平治郎	80	上市場	5/27
小高 七子	68	下之郷	5/27

睦沢町の人口と世帯

6月1日現在 ()は前月比
人 口 8,153人 (-11人)
男 3,966人 (-11人)
女 4,187人 (0人)
世帯数 2,510戸 (-5戸)

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区 名	月 日
長谷川賢司 美代子	たける 文琉	男	川 島	5/7
日向野秀二 理恵子	りさ 里紗	女	佐 貫	5/8

ブレイクタイム



交通安全教室で



- 仲良く横断の練習中！ -

お詫びと訂正

広報むつざわ6月号18ページ募集欄の社会福祉法人愛の友協会の電話番号が32 - 2 5 7 8とありますが電話番号32 - 2 5 8 7の誤りです。深くお詫びし、訂正します。



編集後記



もうすぐ七夕がやってきます。急がしい日常生活のひとつ、きれいな星空に願いを託してみるのも良いのではないのでしょうか？

願いといっても純粋に個人的なもの、知り合いの成功を祈るもの、家族の健康を願ったり、いろいろですね。1つ1つ願いは違いますが、叶うよう自分にできる努力をすることの大切さは共通しているように思われます。

身近な例をあげれば、陸沢町役場野球部の県大会出場！部員の努力と支えてくれた、皆さんの願いが少し早く叶いました。(K.O)



簡単でおいしい!!

エプロンママさん



新生姜ごはん

*香いよい新生姜で、さっはいいただけます。
ちりめんじゃこで、カルシウム補給。

材料 8人分

米…3合 A (酒…大さじ2) 新生姜…小1片 (約20g)
醤油…大さじ1) ちりめんじゃこ…30g

作り方

- ①米を洗い、30分浸水しておく。
- ②炊飯器に米とAを入れ、水を3合の目盛りまで加えて炊く。
- ③ちりめんじゃこは熱湯をかけ、余分な塩気を抜く。
生姜は皮をむき、せん切りにし、熱湯をさっとかける。
- ④炊き上がったご飯に③を混ぜ合わせる。

1人分

エネルギー 215kcal たんぱく質 5.2g
脂 質 0.7g 塩 分 0.6g
カルシウム 23mg

今月のプリンセス



古山 ^{ありさ} 侑沙 ちゃん

平成14年7月19日生(北山田)

父 明正さん♥母 みさ子さん

ほうれん草が大好きな侑沙ちゃんは病気知らず。一度も病院に行ったことがない元気っ子です!

お歌が大好きで、おうちの近くの工事の音だって侑沙ちゃんにとっては楽しいメロディ。リズムよく両手を叩きながら、「ガガガー」と楽しそうに歌います。

チルドレン募集! 対象: 広報発行月に誕生日を迎える2歳以下のお子さん。
掲載ご希望の方は総務課総務係まで。