

平成16年

広報

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)

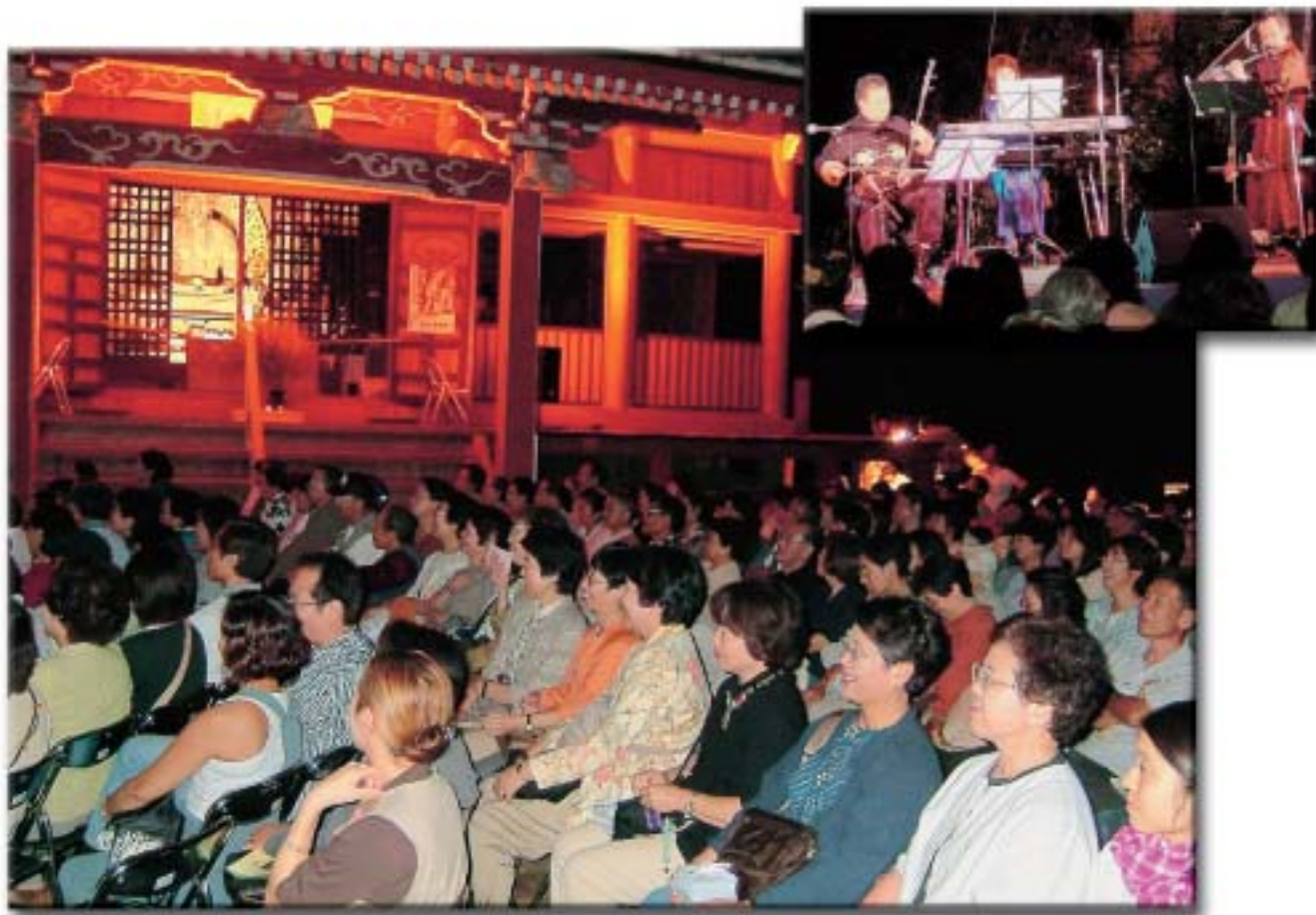
URL <http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp>

✉ soumu@town.mutsuzawa.chiba.jp

10

むつざわ

No.438



Contents

もっと気軽にスポーツを楽しみませんか？P2~3
睦沢町地域総合型スポーツクラブ(仮称)	
合併協議会の概要P4
入園・入所 申し込み P5
社会福祉協議会平成15年度事業報告と決算 P6~7
新しい英語指導助手ジョン先生を紹介します/ほか	... P8
天然ガス爆破事故防止のために/ほか P9
まんすりーむつざわP10~11
知っておきたい健康の話P12
公民館だよりP13
資料館だよりP14
総合運動公園だよりP15
くらしの情報/日曜・休日当番医/ほかP16~19

胡弓と観夕の夕べ

妙楽寺の境内で、懐かしくも深い思いに誘われる胡弓の調べ。

これは、睦沢町教育委員会の主催により9月12日(日)に、文化財普及活用事業アンサンブルコンサートとして行われました。

日本、中国の伝統文化競演に心を和ませる参加者の皆さん。

悠久の音色と共に、秋の夜は深まります。



もっと気軽に、 スポーツを



楽しみませんか？



睦沢町総合型地域
スポーツクラブ
(仮称)

設立準備委員会が
発足しました！

平成12年9月に文部科学省が、国民の半数以上が週1回スポーツに親しむことを目的に、総合型地域スポーツクラブの育成を盛り込んだ「スポーツ振興計画」を打ち出しました。

町教育委員会でも スポーツ潜在人口の掘り起こし 運動部活動の一貫教育指導の確立 世代間で楽しめるスポーツの普及を実現するため、総合型地域スポーツクラブを設立し、これまで以上に気軽にスポーツを楽しむことや、地域の連携を深めることのできる環境を整備しようと計画しています。現在の設立準備委員会は、体育協会、体育指導委員、関係機関を中心としたメンバーにより構成され、昨年9月より会議を開催し基本となる事項を話し合っています。



総合型スポーツクラブとは、その地域に住んでいる人なら、年代、性別に関係なく誰もが参加できる、自主運営型スポーツクラブで少子高齢化社会の急激な進展や生活の利便性に伴う日常的な身体活動の減少から健康的なスポーツ社会の現実が求められています。

その為に、誰もがそれぞれの体力や年齢、技術、興味、目的に応じて「いつでも・どこでも・だれとでも・いつまでも・スポーツに親しむことができる。」これが総合型地域スポーツクラブです。皆さんも一緒に総合型地域スポーツクラブをつくってみませんか!!

総合型地域スポーツクラブ
があれば、こんなことが実現できます！



多世代

子どもから高齢者まで、年齢、性別に関係なく誰でも楽しめます。



一貫指導

初級者から上級者まで一貫した指導を受けられます。



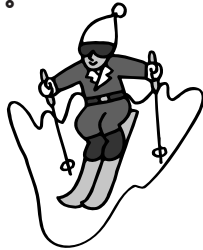
自主運営

ボランティアによる自主運営を基本として、クラブに自分たちの意見を反映できます。



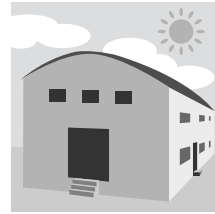
サービスの多様化

会員は、負担金を払うことによっていろいろなサービスが受けられます。



活動の拠点

町のスポーツ施設や学校のスポーツ施設を有効的に利用できます。コミュニティの場としても活用できます。



- 認定証をいただきました -



左から店長 平賀 郷子さん、駅長 田邊 守さん
副店長 香焼 圭子さん



- 新鮮で良質な品揃えです -

TBSラジオ
永六輔の土曜ワイド
10月2日(土)
正午頃、
つどいの郷で
番組内、「道の駅週末情報」
公開生放送決定

「つどいの郷むつざわ」が
8月9日(月)に、国土交通
省の「道の駅」に認定されま
した。県内では、16番目の道
の駅の誕生です。
つどいの郷では、消費者の
皆さまに喜ばれる品揃えをも
つとくに、季節ごとの新鮮な
野菜等を常にご用意していま
す。今後はますます、豊かなに
ぎわいの場として是非ご利用
くださいませよう、お待ちし
ております。

第15・16回 合併協議会の 概要



第15回協議会報告事項2件、協議事項5件、第16回協議会報告事項3件、協議事項8件が提案されました。協議概要等は次のとおりです。



第15回合併協議会の概要

調整事項の調整結果

市町村民税（法人）や税金の前納報奨金、乳幼児医療費助成事業など30の調整項目が報告されました。

住民説明会の概要

7・8月に各市町村で実施された、住民説明会の概要が報告されました。

合併の期日（その2）

合併の期日は、平成17年3月22日とする。以上の調整内容に対し様々な意見が出され、採決の結果否決となりました。

農業委員会の委員の定数及び任期の取扱い・議会の議員定数及び任期の取扱い

合併の期日が否決となったため、採決をとらず次回以降の継続協議となりました。

地域自治組織の取扱い

地域住民の声を反映した、きめ細かなまちづくりを推進するため、旧市町村単位に地域自治区を設け、地域協議会を設置する。なお、設置については、地域自治区設置に関する協議のとおりとする。

具体的な調整内容

1. 地域自治区の設置期間については、合併の年度から10年間とする。

2. 地域協議会

(1) 地方自治法第138条の4第3項に基づく附属機関とする。
(2) 地域協議会の設置に関する

ることについては、地域自治区設置に関する協議のとおりとする。

3. 住居表示に地域自治区名称を冠する。

以上原案のとおり決定されました。

町・字名の取扱い（継続）

町・字の区域及び名称については、従前のとおりとする。

新市住居表示の参考例

長生市陸沢区下之郷 番地

以上原案のとおり決定されました。

第16回合併協議会の概要

調整事項の調整結果の修正

第15回合併協議会で報告された調整事項の調整結果（その1）については、協議会委員から特に修正を要する意見はなく、調整結果のとおり承認されたことが報告されました。

調整事項の調整結果（その2）

国民健康保険事業の取扱い、使用料・手数料等の取扱い、保育事業の取扱いなど19の調整項目について報告がありました。

国民健康保険税	新市		陸沢町	
	医療分	介護分	医療分	介護分
所得割	8.50%	1.30%	5.05%	1.00%
資産割	-	-	25.00%	5.00%
均等割（人）	21,000円	11,000円	20,000円	5,500円
平等割（世帯）	24,000円	-	20,000円	5,000円

ゴミ袋料金	新市	陸沢町（郡内）
20ℓ	35円	-
30ℓ	55円	62円
40ℓ	70円	-

合併の期日（その2）

合併の期日は、平成17年4月18日とする。

以上の調整内容に対し様々な意見が出され、採決の結果否決となりました。

これを受け、市町村長及び議長との会議が開かれ協議した結果、協議会は当分の間休会となりました。

よって、本日提案された農業委員会の委員の定数及び任期の取扱い他6件の協議事項は、取下げとなりました。

今後は、この対応を図るため、市町村長、議長及び特別委員長の会議を開催することとなりました。

取り下げられた協議事項

- ・ 農業委員会の委員の定数及び任期の取扱い（継続）
- ・ 議会の議員定数及び任期の取扱い（継続）
- ・ 各種団体への補助金、交付金等の取扱い（継続）
- ・ 一部事務組合等の取扱い（その2）（継続）
- ・ 財産の取扱い（継続）
- ・ 一部事務組合等の取扱い（その3）
- ・ 新市建設計画原案について

合併に関するアンケート
住民の意思を把握するため、長生郡市7市町村の18歳以上の住民1万人を対象に、合併の是非についてアンケートを実施する。（実施時期未定）

入園・入所 申し込み

睦沢幼稚園

来年度の幼稚園入園申し込みの受付をします。

入園を希望するご家庭の方は、印鑑をお持ちのうえ、学校教育課または睦沢幼稚園へ申し込んでください。

(申し込み用紙は、学校教育課または睦沢幼稚園にあります)

入園対象児

3歳児

平成13年4月2日～平成14年4月1日生

4歳児

平成12年4月2日～平成13年4月1日生

5歳児

平成11年4月2日～平成12年4月1日生

受付期間

10月18日(月)～22日(金)

申し込み先(問い合わせ先)

学校教育課(役場3階) ☎44-2509

または睦沢幼稚園 ☎44-0050



平成17年度入園希望者の体験入園

睦沢幼稚園では、平成17年度に入園を希望するお子さんの体験入園を実施いたします。

と き

平成16年10月14日(木) 午前10時～午前11時

平成16年10月15日(金) 午前10時～午前11時

*いずれか1日

内 容

保育参観と一部の活動に親子で参加(希望者)

申し込み方法

幼稚園に直接電話でお申し込みください。

☎44-0050

受付期間

平成16年10月4日(月)～6日(水)

午前9時～午後5時

対 象

平成17年度に睦沢幼稚園に入園を希望する幼児(上記の入園対象児と同じ)

睦沢保育所



保育所は、児童福祉法に基づく児童福祉施設で、日々保護者の委託を受け保育に欠ける乳児・幼児をお預かりし、家庭に代わって保育を行うことを目的としています。

町では、平成17年度新規入所児を次のとおり受付します。入所を希望される方は、印鑑をお持ちのうえ、役場福祉衛生課または睦沢保育所へお申し込みください。申し込み用紙は、役場福祉衛生課または、睦沢保育所にあります。(途中入所を考えている方についても、この期間にお申し込みください。)

入所対象児

0歳(生後6か月)～5歳児

受付期間

10月18日(月)～22日(金)

申し込み先(問い合わせ先)

役場福祉衛生課 ☎44-2504

または睦沢保育所 ☎44-0046

保育所では、子育て支援策として延長保育・一時保育(出産や病気、病人の介護などによって保育ができない家庭のお子さん)など行っています。



社会福祉協議会 平成15年度事業報告と決算

【概要】

平成15年度の基本方針に基づいて、一人一人が安心して、幸せに暮らせる地域福祉実現のため、福祉サービスの向上に努めました。

平成15年度の主な事業

- 地域ぐるみ福祉ネットワーク
- 事業の推進
- 給食サービス
- 各種交流会
- 小学生夏休みボランティア体験講座
- ホームヘルプサービス事業
- 訪問介護事業(介護保険)
- 訪問介護事業(介護保険外)
- 軽度生活援助事業
- 心身障害者(児)ホームヘルプサービス事業
- 居宅介護支援(ケアプラン)事業
- 心配ごと相談所の開設12回
- 善意銀行貸付事業
- 福祉機器貸出事業

ゆうあい陸沢号貸出事業
移動入浴事業
陸沢町住民福祉大会の開催
シルバー人材センター
などです。会員の皆様のご協力で大きな成果をあげることができました。

ありがとうございました

(8月1日～8月31日)

匿名 1, 319円

この善意は、町の社会福祉増進のため大切にさせていただきます。

貸借対照表(一般会計)

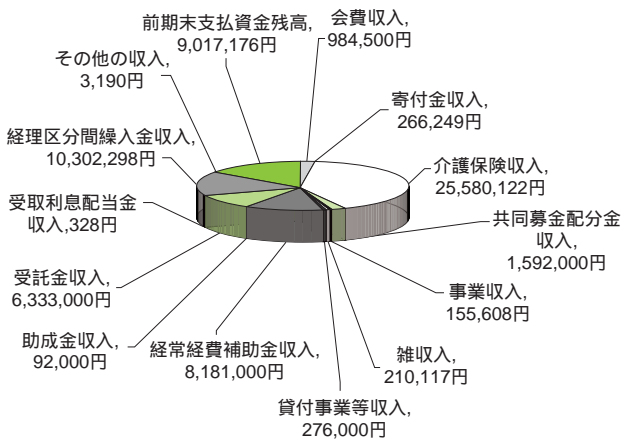
平成16年3月31日現在

(単位:円)

資産の部		負債の部	
科目	金額	科目	金額
流動資産	19,246,359	流動負債	2,677,341
預貯金	14,039,693	未払金	2,307,591
未収金	5,206,666	預り金	369,750
固定資産	1,000,000	固定負債	11,483,990
基本財産	1,000,000	退職給与引当金	11,483,990
基本財産特定預金	1,000,000	全社協退職給与引当金	9,926,270
その他の固定資産	28,105,923	共助会退職給与引当金	1,557,720
車輛運搬具	1,873,187	負債の部合計	14,161,331
器具及び備品	267,289	純資産の部	
ソフトウェア	791,227	基本金	1,000,000
福祉積立預金	12,746,671	第1号基本金	100,000
善意銀行積立預金	1,682,379	第4号基本金	900,000
善意銀行貸付金	405,000	その他の積立金	14,429,050
退職共済預け金	10,340,170	福祉基金積立金	12,746,671
		善意銀行積立金	1,682,379
		次期繰越活動収支差額(うち当期活動収支差額)	18,761,901 6,283,684
		純資産の部合計	34,190,951
資産の部合計	48,352,282	負債及び純資産の部合計	48,352,282

収入の部

総額 62,993,588円



収入の部

- 会費収入 各世帯からご協力いただいた会費
- 寄付金収入 福祉のためにと住民から寄付された収入
- 介護保険収入 訪問介護・ケアプラン作成料収入
- 共同募金配分金収入 前年度実績に基づく県共同募金会からの配分金
- 事業収入 自動販売機設置手数料収入・給食サービス・在宅福祉用具利用料収入
- 雑収入 退職者一時預金・事務取扱手数料
- 貸付事業等収入 善意銀行償還金
- 経常経費補助金収入 町からの補助金
- 助成金収入 県からの助成金
- 受託金収入 町・県社協からの受託金
- 受取利息配当金収入 貯金利息
- 経理区分間繰入金収入 他の経理区分からの繰入金収入
- 前期未支払資金残高 前年度繰越金
- その他の収入 退職共済預け金返還金

シルバー人材センター会員募集



- シルバー人材センターによる作業 -

シルバー人材センターでは、大型免許を取得されている方を募集しています。

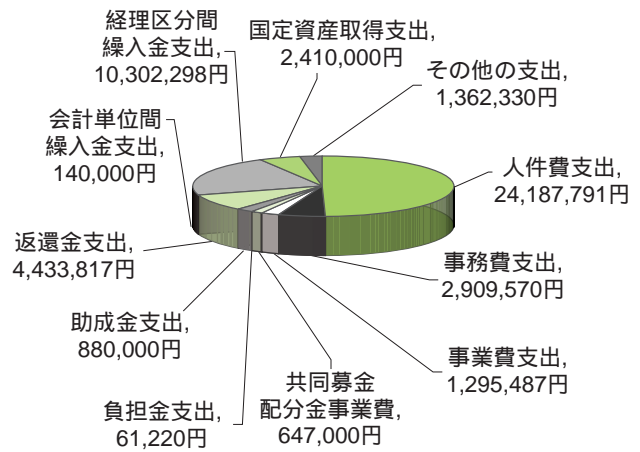
概ね60歳から70歳の健康且つ就労意欲のある方、お待ちしております。

お申込み及び詳しい内容は、町社会福祉協議会内、睦沢町シルバー人材センターにお願いします。

☎44 1777 又は
☎44 2514 まで

支出の部

総額 48,628,343円



- 支出の部
- ・ 人件費支出 常勤職員・パート・登録ヘルパーに係る人件費支出
 - ・ 事務費支出 地域ぐるみ福祉ネットワーク事業・企画広報事業・心配ごと相談事業・入浴介護事業に係る支出
 - ・ 共同募金配分金事業費 福祉団体助成金・歳末たすけあい事業・福祉交流会・住民福祉大会等
 - ・ 貸付事業等支出 善意銀行貸付金
 - ・ 助成金支出 福祉活動校、ボランティアグループ、地区社協への助成金

成年後見制度 個別相談会の開催について

【内容】

判断能力が不十分なためにお金の管理ができなかったり、悪質な商法の被害にあってしまう方の財産を守り、生活を支援する成年後見制度の利用について、弁護士、司法書士、社会福祉士がペアとなって法律と福祉の両面から個別に相談に応じます。

【とき】 10月17日(日)

午前10時～午後4時

【ところ】 千葉県社会福祉センター

5階

【相談料】 無料

【定員】 70名

(定員になり次第締切)

【申し込み・問い合わせ先】

千葉県後見支援センター

☎ 043 204 6012

FAX 043 204 6013

精神保健家族教室

【内容】

講演

「知ってほしいうつのこと」
「家族の理解と対応」

【講師】

ポプラクリニック院長
鈴木 秋彦 先生

【とき】

10月21日(木)
午後2時～3時30分

【ところ】

長生合同庁舎 3階

【参加対象】

うつ病の方の家族

【問い合わせ先】

長生保健福祉センター
(長生保健所)

☎ 22 5167
地域保健福祉課

新しい英語指導助手

ジョン先生を紹介します



陸沢町の印象は、「緑が多く、虫がいっぱいいてびっくりしました。また、町の人たちが大変親切です。」と語っていました。そして瓦屋根が「きれい」と大変気に入った様子。お祭りや、坐禅など色々なことに参加してもっと陸沢のことを知りたいそうです。

ジョン先生は、2学期から主に英語科の指導助手として、中学校に勤務します。
 小学校では、絵カードなどを使い、英語に親しみが持てるような指導を行います。
 幼稚園・保育所では、子どもたちと英語あそびなどをします。

町の英語指導助手として親しまれていたダン先生が7月に退職したため、後任としてスライティス・ジョン先生が7月末に着任しました。
 ジョン先生はロサンゼルス出身の25歳。大学では心理学を専攻していました。
 趣味は旅行、ギターを弾くこと。盆栽、鯉にも興味があります。スポーツでは、カンフーやサーフィンをする。日本の武道にも挑戦してみたこと。

ジョン先生から一言
 『アメリカ文化も紹介したいです。みなさんにもアメリカに行つて、日本だけでなく外を見て欲しいです。』

介護者教室開催



- 介護者教室の様子 -

特別養護老人ホーム陸沢園で町の委託事業による介護者教室が7月11日(日)に開催されました。

午前中は、町の福祉衛生課職員による高齢者の生活支援についての講演が行われました。

はじめに、陸沢町の介護保険の現状を話していただいた中で高齢化率も24・5%と高く、高齢者のみの世帯や一人暮らしの高齢者が増加していることも有り、今年4月末現在、65歳以上で8人に一人は介護保険の申請をしていて、実際にサービスを受けている方は全体の11・2%いるそうです。

次に高齢者を支えるサービスとして町独自の高齢者福祉サービスで皆さまによく利用されているのが、自立の方のデイサービス(ミニデイサービス)や配食サービス、紙オムツ支給事業等で参加者からは、「初めて聞いて大変参考になったし今後が少し安心に思えてきた」との声が聞かれました。

午後からは、排泄のお世話というところでオムツの交換、便器の当て方、ポータブルトイレの介助の仕方について実技を行いました。

まず、お年寄りの状態に合わせた排泄の仕方を考え、できるだけ自分の持つていける力を引き出す。例えば、尿もれをするからとすぐオムツをしてしまうのではなく少し余裕を持つてトイレまで誘導してみる等、常にお年寄りの気持ちになつてお世話をすることが大切だと思います。

男性の参加者から「オムツ交換を初めて行つてみて大変さがわかり、今まで妻に任せつきりだったが、これからは少し手伝わなくては」との声が聞かれました。

また、参加者の皆さんには介護されるお年寄りの体験もしていただき、介護されるといふ気持ち(すまないやはずかしい、辛い等)を知っていただくことはとても有意義でした。

行政相談週間

10月18日(月)～24日(日)

行政相談は、国の仕事やNTTなど特殊法人の仕事(例えば、年金、医療保険、労働災害、登記事務、道路、郵便、行政窓口サービスなど)に対するみなさんからの苦情や意見・要望を受けて、その解決の促進を図ります。

本町では、毎月第2水曜日に人権相談と一緒に行政相談を行つていきます。今月は、行政相談週間に合わせて左記のとおり行います。

相談は無料で秘密は厳守します。気軽に相談してください。

行政相談

(人権相談も併せて行います)
 とき 10月20日(水)
 午後1時～4時

ところ 農村環境改善センター

総務省千葉行政評価事務所
 の行政相談苦情110番でも相談を受け付けていますので、ご利用ください。

天然ガス爆発事故防止のために！

千葉県では、主に山武・長生・夷隅などで、天然ガスがわき出るいわゆる「上ガス」が古くから知られています。7月末に起こった九十九里いわし博物館の爆発事故も「上ガス」が原因ではないかと考えられています。

県内で産出される天然ガスの成分は、一酸化炭素などの有害物質は含まれません。また、無色無臭で空気より軽い（空気のほぼ半分の軽さ）という性質があります。そして空気と一定の割合（約5%～15%）で混ざったとき、火気に触れると爆発する可能性があります。

「上ガス」がわき出ている室内にたまらなければ爆発にはつながりませんが、万が一に備えて、事故防止に努めてください。屋外でわき出している場合は、すぐに拡散して薄まりますが、密閉した部屋や人の出入りがない倉庫などにガスが入ると、上部にたまる事がありますので、注意が必要です。建物の基礎のそばや床下などからわき出してくる「上ガス」については、密閉構造の部分があるとガスがたまる可能性がありますので、次のような対応をお願いします。

納戸や押し入れなど居室以外

の部分や、非常に気密性の高いお宅の場合には、定期的に窓等をあけ、換気を十分に行いましょう。（換気扇を使用すると電気機器のスイッチ操作による火花で爆発する危険性があります。）

倉庫、機械室などの普段人が出入りしない場所については、管理者の方が、意識的に換気をするよう努めてください。

基礎杭を使っている建物や地階部分がある建物の場合、まず建物のまわりで実際に「上ガス」がわき出しているか調べてみてください。（ガス検知器で測定する方法が確実ですが、雨が降った後や水まき後の水溜まりなどを利用して見つけることもできます。）なお、地階部分がある場合は、床下だけでなく壁のすき間、ひび割れからもガスが入ってくる可能性がありますので、ガス検知器を使った測定やガス漏れ警報機の設定を検討してください。

町では、千葉県からガス検知器を借り受けますので、不安な方はお申し出ください。

お問い合わせ

役場環境課

☎44 2515

役場総務課

☎44 2500

廃棄物の不法投棄防止、

野外焼却禁止について

最近、町内各所で廃棄物の不法投棄が多発しています。廃棄物の不法投棄は環境を破壊する許す事のできない行為です。

町環境課では、巡回パトロールを実施しておりますが、きれいな環境を保つためには、一人一人が日常的に不法投棄に感心を持ち、捨てられない、捨てさせないようにすることが大切です。

また、廃棄物の野外焼却は原則禁止されていますので、家庭ゴミは、指定日にゴミ集積所に出してください。

なお、廃棄物の不法投棄や野外焼却を見つけた場合は、左記まで連絡をお願いします。

連絡先

役場環境課

☎44 2515

東上総県民センター 地域環境保全課

☎26 6731

茂原警察署

☎22 0110

俳句

稲刈りに子育てしのぶ 今も旬
新涼や栄螺飯食ぶ房洲路
白壁蔵一望稲穂のうねるなか
魂鎮む森に包まれ秋の蝉
風に乗る祭太鼓の音近し
耳鳴りのいつしか消えて秋の風
鬼平も芋名月愛で酒を酌む
芽ぶく菜に秋立つ今朝の露おりて
名月や胡弓の調べ山の寺
とうきびを取りたる後の秋の風
澄みわたる五合目の御来光赤富士に
コスモスの葉先に風のうまれけり
笈鐘は田面に消えて翳雲
二学期やココロ丸い字の便り
秋風や横断歩道の縞たしか

政成 一子 秀子 藤子 加藤 久子 篠田 中子 田中 基次郎 鈴木 久子 高木 久子 須田 高子 河野 悦子 野村 善子 野村 信子 海保 信子 山本 阿以 津川 小汀 葵川 かける



左上から(敬省略)睦沢教育長 久我 遵正、
長生地域整備センター次長 三輪 秀朗、
睦沢町長 御園生正美、
瑞沢小学校教頭 飯島 正、
瑞沢小学校6年生 久保田 碧、
千葉県道路協会会長支部長(白子町長) 林 和雄

瑞沢小学校 道路愛護 団体奨励金を授与

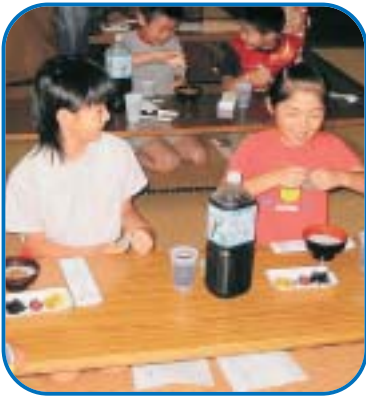


瑞沢小学校は十年間、通学路を中心にゴミ拾いを行い、道路愛護に顕著であったため平成15年8月7日(土)に日本道路協会から道路功労者表彰を受賞されました。受賞後も道路愛護思想の普及に顕著であるため、千葉県道路協会より道路愛護団体奨励金が授与されました。児童及び関係者の皆さん、誠におめでとうございます。



心の教室

— チャレンジ ザ 坐禅・上之郷 長昌寺 — Monthly Mutsuzawa



- 坐禅の後は、
ゆったりと朝粥を
いただきます -



夏の涼しい早朝、8月24日(火)に上之郷長昌寺で社会教育課主催によるチャレンジザ坐禅が開催されました。これは、日頃の忙しい生活の中にあつて坐禅を体験し、ゆとりを持つ時間の中で集中力を養い、日常生活



- 慣れない坐禅に緊張 -



- 坐禅中の警策です -

を豊かに送っていただけるようにとの主旨から開催されました。当日は、子どもから大人まで幅広い年代層の約20名の参加者が坐禅に参加し、柳、桂嶽、両住職の「日常生活の中でこうして自分を見つめ直す時間は大切です。また、お子さんはご両親に対し素直な感謝の気持ちを持っていただきたい。」との法話に静かに耳を傾けていました。

第25回農林商工まつりおつざわよさこいフェスティバル2004がやってくる



- 今年もあります！
農林商工まつり名物長～太巻寿司作り -

○農林商工まつり
・新鮮な農畜産物や商工製品の展示と販売。
・踊りや囃子などの郷土芸能、睦沢中学校吹奏楽や太鼓の演奏・道化師の出演。
・豚汁や紅白餅・巻寿司などの無償配布
・フリーマーケット
○よさこいフェスティバル
県内外の約20チームが衣装や踊りに工夫を凝らし、よさこい踊りが繰り広げられます。会場は、運動公園内の通路を前進しながら踊る「流し踊り」と特設ステージで踊る「舞台踊り」とがあります。また、人前結婚式も行われます。

とき 10月24日(日) 午前9時～午後5時
ところ 町総合運動公園



- 白熱したよさこいフェスティバル2003の様子 -

町観光協会では、この度よさこいの町オリジナル曲「よいやさ睦沢」を製作しました。曲は、軽快なリズムで、曲の中に睦沢中学校の校歌も組み入れられています。
現在、よさこい踊りの会「睦沢鳴子会」で曲に合せた踊りを特訓中で、10月24日の農林商工まつりよさこいフェスティバルで初披露することです。
なお、「よいやさ睦沢」のCD

よさこいオリジナル曲
「よいやさ睦沢」

田んぼの学校」
第6回稲刈り体験参加者募集
農村自然環境整備事業により整備された水田で古代米稲刈りを行います。
古代米を使った楽しいお昼も用意してありますので、皆さんご参加ください。
とき 10月17日(日) 午前9時
ところ 上市場今堰ため池 (奥の水田)
持参するもの 鎌、くわ、帽子、タオル
主催 農村自然環境維持管理運営組合
問い合わせ 役場振興課 ☎44 2505



- よいやさ -
睦沢 CD版

版を発売しています。
・価格 1,200円
・販売場所 神崎文具店
つどいの郷むつざわ
役場振興課
問い合わせ先 町観光協会事務局
☎44 2505

こねこちは赤ちゃん教室



- ミルクをあげるのって大変 -

夏休みの最終日、8月31日（火）に睦沢中学校1、2年生を対象とした福祉衛生課主催によるこねこちは赤ちゃん教室が開催されました。これは、思春期における保健教育として、乳児とふれ合う機会をつくり、「思いやる心」、「命の大切さ」、「両親への愛情」など豊かな人間性を育むとともに、将来にむけての父性、母性を育てることを目的としています。当日、参



- 離乳食を試食 -

離乳食を食べくらべてみて、手作りのほうが市販のものよりおいしいです。お母さんは大変だと思いました。

植山 湊さん

授乳を経験しましたが、赤ちゃんで、かわいいとあらためて思いました。

長谷川 友美さん

赤ちゃんとふれ合って

加した中学生は赤ちゃんへの授乳から妊婦疑似体験、離乳食の試食を通して赤ちゃんのかわいらしさ、ご両親が経験した育児の大変さをあらためて実感したようです。

夏休み子ども料理教室



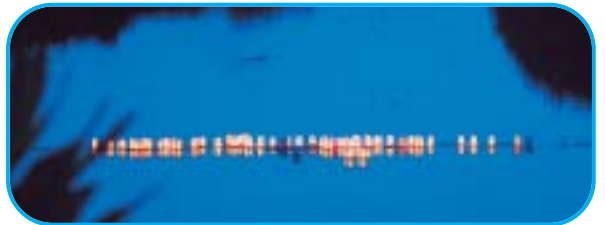
夏休み子ども料理教室が、8月18日（水）に福祉衛生課主催の主催で開催されました。これは、子ども達にバランスよく食べることの大切さを学んでもらい、食事を自分で管理できるように努めてもらいたいとの主旨から計画されました。当日の調理実習では、てきばぎと手際の良い子、ゆっくり慎重に取り組む子、わきあいあいと楽しく調理ができました。



- おいしくできたかな? -

灯ろう流し

川島区 川瀬橋



- 灯ろうが、次々と流れ、光の連なりとなって願いを運んでいきます -

夏の風物詩である灯ろう流しが8月21日（土）、川島区川瀬橋で行われました。この催しは、川島いきいきふるさとづくり実行委員会が中心となり、平成12年度から始められたものです。昨年は、雨のため中止だったせいか1年越しの思いを込めた灯ろうもあり大勢の人が集まり、盆踊、ジャンケン大会などでにぎわいました。



- 楽しいイベントににぎわう会場 -

みたま祭り開催

- 中央公民館 -



思いを込めた玉串奉納



終戦記念日の8月15日（日）睦沢町自衛隊協力会（郷友会）・遺族会の共催により、日清・日露・太平洋戦争で亡くなられた、町内戦没者329名の霊を慰めるためのみたま祭りが厳肅の内に挙行されました。あいにくの雨に見まわれながらも、ご遺族の方をはじめ多くの皆さんが参加され、玉串奉納では戦争という辛い記憶を次の世代へ残し二度と同じことを繰り返してはならないという皆さんの思いが伝わってきました。

「上手に健康ダイエット！」

平成16年度基本健康診査の結果が皆さんのお手元に届きました。さて、あなたはどうでしたか。

町では要指導者を対象に、健診結果に基づいた食生活指導を一人一人に行いました。全体的な傾向として、脂質や糖、貧血などで要指導・要医療になった人が多かったようです。また、肥満を指摘された人もいました。肥満が問題となるのは、体のさまざまなところに負担をかけ、生活習慣病を促進してしまうからです。まさに健康の敵と言えますね。そこで、今月は肥満について考えてみたいと思います。

肥満とは？

体に余分な脂肪がたまった状態をいいます。原因は食べ過ぎと運動不足にあります。使うエネルギー量に比べ、食べたり飲んだりする摂取エネルギー量の方が多いため、脂肪が蓄積され肥満となってしまうのです。肥満はBMI〔体格指数 = 体重kg ÷ 身長(m)²〕で示され「22」が最も理想とされています。町の健診では「25」以上を肥満とし、その出現率は男性26.9%、女性20.6%です。(図1)

さらに、健診結果をみるとBMIの数値が上昇するにしたがって、体脂肪率や血圧、コレステロール・中性脂肪の平均値が上昇していることがわかります。(図2)



保健師 芝崎江美子

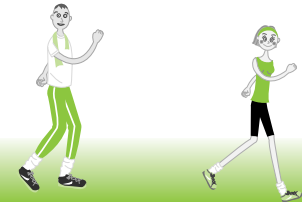


図1 肥満(BMI25以上)出現率

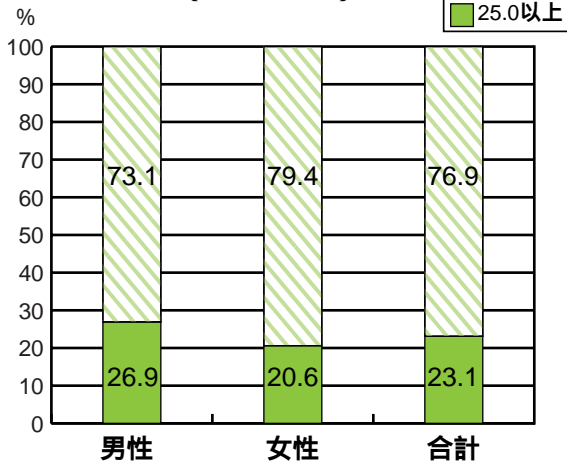
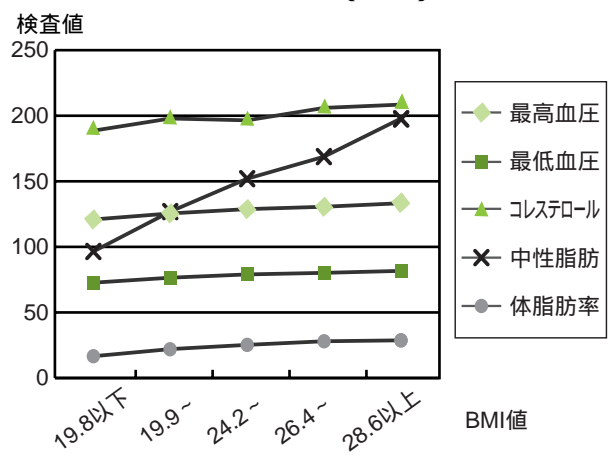


図2 BMI値と検査値(平均)の比較



ダイエットのポイント

さて、今やダイエットブームです。外見やスタイルを気にしてダイエットに飛びつく女性も少なくありません。書店に並ぶダイエット本の多くは、画一的な方法で自分に一番合ったダイエット法とはいえません。また、複雑なカロリー計算を実行するのは、なかなか難しいものです。肥満の原因も様々ですから、まずは、自分の食生活を振り返り、肥満の原因を知ることから始めてください。これは決して難しいことではありません。自分が実際に食べた内容を書き出し、何が摂り過ぎか、不足なのかを分析します。町の健康栄養相談を活用して栄養士に見てもらっても効果的です。そして、自分のタイプを見つけましょう！ 主食食べ過ぎ型 アルコール飲み過ぎ型 間食・甘いもの摂り過ぎ型 脂肪摂り過ぎ型 運動不足型 あなたは ~ の、どのタイプですか？ 肥満の原因がわかったら、これまでの生活習慣を見直し、意識して改善に努めましょう。絶食や欠食など無茶な減量は、体調を崩したり、リバウンド現象を招きやすく、かえって体脂肪を増加させてしまいます。バランスのよい食事と運動を毎日の生活の中に取り入れ、無理せずゆっくと月1~2kgくらいのペースで減量しましょう。

自己目標を立て努力している人からは「体重が減った、体脂肪が減った、検査数値が良くなった」という声が、たくさん聞かれました。自分の健康は自分で守り・つくるのが大事です！ 今日からあなたも頑張ってください。

【創作美術展 2004】開催

公民館教室、各サークル団体及び一般参加の方々が、日頃技を磨いた力作・秀作が多数展示されます。

ひとつひとつに作者の思いが込められた素敵な作品を、どうぞご覧ください。

多くの方々のご来館をお待ちしております。

と き 10月31日(日)~11月3日(水)

と ころ 睦沢ゆうあい館及び
公民館ロビー

会館時間 午前9時~午後5時
(11月3日(水)のみ午後3時)

展 示 品 書道、絵画、人形、陶芸、押し花、
生け花、洋裁、パッチワーク、絵
手紙、その他

*11月3日(水)には、午前10時から、お茶会無料体験があります。どうぞお気軽にご参加ください。



- 思いの込められた作品の数々 -

楽しい各教室開催中! 親子パソコン教室

中央公民館では毎月楽しい各教室を開催しています。親子パソコン教室では、わかりやすい先生の指導でやさしく、楽しくパソコン操作を学べます。



- パソコンを使ってうちわ作り -
7月25日(日)

10月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
書道教室	9:00	3日(日)
陶芸教室	13:00	
パッチワーク教室	13:30	9日(土)
太巻き寿司教室	9:00	
天文教室	19:00	17日(日)
茶道教室	9:00	
書道教室	9:00	23日(土)
絵画教室	9:30	
パッチワーク教室	13:30	27日(水)
押し花教室	13:30	
料理教室	13:30	10/31(日)~11/3(水)
男性料理教室	9:00	
創作美術展		

10月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
咲友会(民謡)	2日(土)・9日(土)・16日(土)	9:00
寿扇会(日舞・新舞踊)	2日(土)・16日(土)	19:30
民謡クラブ	9日(土)	11:00
フラワークラブ	20日(水)	9:30
詩吟クラブ	13日(水)・27日(水)	13:30
洋裁クラブ	12日(火)・26日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	6日(水)・20日(水)	9:30
カラオケ愛好会	2日(土)・9日(土)・16日(土)	18:30
町暮会	16日(土)	13:00
町将棋会	17日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	2日(土)・16日(土)	19:00
成人書道クラブ	3日(日)	13:30
手編クラブ	9日(土)・23日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	16日(土)	13:00
生け花サークル	2日(土)・16日(土)	18:30
着付けサークル	2日(土)・23日(土)	13:30
ふれあいダンス(社交ダンス)	2日(土)・9日(土)・16日(土)	19:00
ワヒネ・フズA【フラダンス】	14日(水)・28日(水)	13:00
ワヒネ・フズB【フラダンス】	2日(土)・9日(土)・16日(土)	19:00
社交ダンスサークル	7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	13:00
ペイントHIRO (トールペイント)	6日(水)・20日(水)	9:00
アンサンブル・ラメール (室内楽演奏)	14日(水)・28日(水)	9:00
友の会(フラダンス)	17日(日)・24日(日)	14:00
フォークダンスサークル	6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)	13:30
民謡クラブ	9日(土)・16日(土)	14:00
東扇会(日舞)	6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)	13:00
琴奏会(大正琴)	7日(水)・21日(水)	10:00
ダンスンボボ(社交ダンス)	2日(土)・9日(土)・16日(土)・23日(土)	13:00
歌謡芸愛好会(バンド)	3日(日)・17日(日)・24日(日)	9:00
ザ・ベンチャーズ(バンド)	2日(土)・9日(土)・16日(土)	18:00
睦沢読書の会	8日(金)・22日(金)	13:00
睦沢陶芸クラブ	17日(日)・24日(日)	9:30
ヨーガサークル	7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水)	14:00
ひかり太鼓	6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水)	14:00
ひまわりクラブ	7日(水)	10:00
押し花サークル	9日(土)	13:30
絵手紙サークル	24日(日)	13:30

☎44-0211

10月の休館日

4日(月)
10日(日)
体育祭実施の場合
11日(月)
体育の日
18日(月)
25日(月)

資料館だより

☎44-0290

催し物の案内

特別展『東上総の古代考古資料展』
と き 10月16日(土)~11月21日(日)
入場料 一般300円・高校生以下100円

第22回歴史学講座
『大塚山馬頭観音縁起を読む』
と き 10月23日(土)午後1時30分~
ところ 中央公民館
講 師 久野 一郎(当館学芸員)
内 容 佐貫森の谷地区に伝わる馬頭観音の由来記を読む。
申し込み不要、直接会場へ

第9回文化財保護ボランティア
と き 10月30日(土) 午前9時~
ところ 妙楽寺
内 容 国指定文化財の妙楽寺大日如来坐像周辺の清掃、学芸員による解説、住職講話。
申し込み不要、直接会場へ

第6回文化財強調週間指定文化財写真パネル展
と き 10月31日(日)~11月3日(水)
ところ 中央公民館
内 容 睦沢町所在の国県町指定文化財をパネルで紹介。

第2回国登録文化財・重要文化財への旅
11月13日(土)に実施予定でした標記の講座は平成17年2月19日(土)に変更となります。

トピックス

千葉県史料研究財団近現代史部会の

旧村役場文書調査

8月3日と24日、千葉県史の編纂のため当館所蔵の旧村役場文書の調査にきました。この日の調査は目録作成と撮影。県史に活用され、歴史研究のための利用が可能な状態になりました。



- 特別な機材を使って写真撮影 -

薬屋や医者が各種の薬品を分類して収納する専用のタンスで、薬筆筒ともいう。生薬の原料を薬研(本紙前号で紹介)で粉末にして紙袋に分け収納した。多くの小引き出しがあり、表面に薬品の名前を書いた紙を貼り付けた。資料館一階で展示中。
(収蔵番号153
1/分類番号B
ツ03001)

収蔵品紹介 (36) 「薬籠」



- 展示されている薬籠 -

時が7時ごろ、空襲のあいだ防空壕に隠れていた。そのあと近くの田んぼに肉体が落ちる音を聞いた。この地点は大多喜一宮線と東村へのT字路から250ヤード離れている。この発見者は、パラシュートが開いていなかったと父親に話した。村人がポーンナス飛行士を掘り出すと、すでに死んでいた。落下の衝撃は、稲が20フィートも飛ばされているほどだった。22455



からT字路のあたりを望む。1945(昭和20)年8月15日、下之郷に英国海軍ポーンナス中尉が墜落し、パラシュートが開かなかったことで亡くなった。戦後、GHQが調査に来て報告書が作られ、機密解除後アメリカ国立公文書館で公開された。今では日本の国立図書館でマイクロフィルム複写が見られる。ポーンナス中尉は、墜落したあと間もなく近所の人に発見された。報告書によると、この発見者は「1945年8月15日朝6時

下之郷に墜落死した英国軍機搭乗員

21世紀への遺産

90

部隊の兵隊が埋葬のために遺体を持ち去り、500ヤード南の土陸村の道端に葬った。墓は村人によって世話されている」とある。事件は、事件性なしとして終結した。
戦争の歴史の事実を事実として記録するため、この事件を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

10月の休館日

4日(月)
10日(日)
11日(月)
18日(月)
25日(月)

体育祭実施の場合
体育の日



—平成14年度 町民体育祭玉入れの様子—

平成16年度
町民体育祭開催

とき

平成16年10月10日(日)
小雨決行(予備日なし)
選手集合 午前8時30分
開会式 午前9時

ところ

町総合運動公園多目的広場

実施の場合は午前6時に煙火及び防災無線でお知らせします。また、雨天等中止の場合もお知らせします。

当日は、誰でも参加できるオープン参加種目や、大鍋で作る豚汁を沢山ご用意いたします。ぜひ、ご家族、お友達をお誘い合わせの上ご参加ください。

オープン参加種目

パン食い競争 (40人)
もつと上品に
目指せ!
ホールインワン(親子3人)
引っぱれ!おっぺせ!
(80人)

当日、選手集合場所にて受付しご参加下さい。

10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
	13:30	卓球クラブ 太極拳
	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	10:00	睦沢アウルス(バスケット) 剣友会(剣道)
	13:30	エアロピクス友の会 わかば会(女性ソフトテニス)
	19:00	太極拳
		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)

木曜日	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)
	18:45	練心会(少年剣道)
金曜日	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)
	18:45	練心会(少年剣道)
土曜日	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) 瑞沢ブレイブス(瑞沢小体育館)
		18:00
	18:45	練心会(少年剣道)
20:00	みな会の会(女性バレー) バレー愛好会 剣友会(剣道) エアロピクス友の会(睦沢中体育館)	

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。

10月の教室開催日

幼児親子運動教室	1日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)	10:00~11:00
ウエルネス教室	1日(金)、15日(金)、22日(金)	13:30~15:00
エアロビ教室	8日(金)、22日(金)	19:30~20:30
高齢者いきいき教室	14日(木)	13:30~15:30
トレーニング教室	3日(日)、17日(日)	9:00~15:00

卓球教室	3日(日)、31日(日)	10:00~12:00
軽スポーツ教室小1	1日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)	17:00~18:00
軽スポーツ教室小2	1日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)	18:00~19:00
軽スポーツ教室小3	13日(水)、20日(水)、27日(水)	18:00~19:00
幼児リズム運動教室	2日(土)、16日(土)、23日(土)、30日(土)	9:00~12:00

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税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かかりますし、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

国民年金保険料の納付は
お近くの金融機関や郵便局そして、
コンビニエンスストアで！

国民年金保険料は社会保険庁から送られてくる納付書で、お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアなどで納めてください。お住まいの市区町村に関係なく、全国どこの窓口でも大丈夫です。

また、保険料の納付には、一度手続きすればあとは手間いらずの口座振替が便利です。口座振替の手続きは、納付書 預貯金通帳 通帳届出の印鑑をご用意のうえ、口座をお持ちの金融機関などでお願います。

国民年金保険料の納付ができるところ

- ・銀行
- ・信用金庫
- ・信用組合
- ・農協
- ・漁協
- ・労働金庫
- ・社会保険事務所
- ・コンビニエンスストア

市区町村の国民年金係では納付や口座振替の手続きはできません。

納付書に関するお問い合わせは、千葉社会保険事務所(☎043 - 242 - 6327)へお願いします。



第17回
腎臓病を考える会

「糖尿病性腎症に対する移植医療」と「血管を守る抗酸化の食事」二題の講演会と患者体験談、医療相談会を下記により開催いたします。腎臓病、糖尿病、移植に関心のある方ならばどなたでも参加できます。

記

と き 平成16年10月31日(日)

午後1時～4時

ところ ばるるプラザ千葉

内容 講演 第17回

「腎臓病を考える会」

「血管を守る

抗酸化の食事」

「糖尿病性腎症に

対する移植医療」

医療相談会、

患者の体験談

参加費、無料

問い合わせ

特定非営利活動法人

千葉県腎臓病協議会

☎043 - 256 4661



町では、住宅の修繕や増改築を行う場合、町内の施工業者をあっせんしています。また、希望により金融機関への修繕工事資金のあっせんも行っており、融資を受けた場合、その利子の一部を補給します。

資金融資あっせん額

住宅修繕工事費用の80%に相当する額で30万円以上160万円以下

利子補給

年1%を超過する利子分

融資のあっせんを受けられる方

・年間の総収入額が800万円以下の方

・町内の業者に依頼する方

取扱金融機関 長生農協陸沢支所、千葉銀行一宮支店、房総信用組合一宮支店

なお、前記の要件を満たしていても金融機関の融資条件により融資が受けられない場合があります。

申し込み・問い合わせ 役場振興課商工観光係 ☎44 2505

千葉県立障害者高等技術専門校訓練生募集のお知らせ

本校は、自立を目指して就職しようとする障害のある方で、職業訓練の受講を希望する人を下記のとおり募集しております。

1 身体障害のある方を対象とした職業訓練

訓練科目		定員	訓練期間
情報技術科	DTP・Webデザインコース	10名	1年
	福祉社環境デザインコース	10名	1年
情報事務科	PCビジネスコース	10名	1年
	PC会計コース	10名	1年
	PC事務コース	10名	6か月

2 知的障害のある方を対象とした職業訓練

訓練科目		定員	訓練期間
基礎実務科	基礎実務コース	20名	1年
	短期実務コース	5名	6か月

3 応募期間等

区分	1年コース (4月入校)	6か月コース	
		4月入校	10月入校
入学願書受付期間	平成16年10月18日(月) ～11月16日(火)	平成16年12月16日(木) ～平成17年1月24日(月)	平成17年7月20日(水) ～8月18日(木)
入校選考日	平成16年11月30日(火)	平成17年2月3日(木)	平成17年9月1日(木)

4 問い合わせ

千葉県立障害者高等技術専門学校 ☎043 - 291 7744

日曜・休日当番医

(診療時間 午前9時～午後5時まで)
(変更になる場合もあります)

月日	茂原地区		一宮地区
	内科系	外科系	
10・3	金坂医院 22-4885	菅原病院 25-1171	秋場医院 42-3323
10	清水三郎医院 25-0776	山之内病院 25-1131	岡田眼科医院 42-3529
11	大昔根マタニクリニック 22-2561	高田整形外科医院 22-0111	鈴木医院 42-3111
17	イナリミヤクリニック 24-8987	長生病院 34-2121	内山医院 42-2062
24	武田メディカルクリニック 20-1910	穴倉病院 24-2171	清水医院 42-2950
31	茂原中央病院 24-1191	鎗田整形外科医院 24-8686	長生診療所 32-3303

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 電話案内 ☎24-1011 午後7時～翌午前6時まで

長南町ガス配管士 及びガス責任技術者 資格試験

平成16年度長南町ガス配管士及びガス責任技術者の資格試験が行われます。

案内文の配布及び願書受付

10月1日(金)～15日(金)

試験日

ガス配管士 11月10日(水)

ガス責任者 11月11日(木)

試験会場 長南町農村環境改善センター(農事研修室)

申し込み・問い合わせ

長南町役場ガス課

☎46 - 3401 (直通)

ご存じですか? 検察審査会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害にあったが、検察官がその事件を起訴してくれないのはどうも納得できない。そのような不満をお持ちの方は、遠慮なくご相談ください。

問い合わせ

千葉地方裁判所内

千葉検察審査会事務局

☎043 - 222 - 0165

オータムジャンボ宝くじ

(2004年新市町村振興宝くじ)

1等・前後賞合わせて2億円

発売期間 9月27日(月)

～10月12日(火)

発売方法 全国の宝くじ売場

抽選日 10月15日(金)

発売単価 1枚 300円

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。



業者の自主取組による オートバイのリサイクル開始!

この10月1日から、廃棄二輪車のリサイクルがスタートします。これはオートバイの国内メーカー4社と輸入業者が中心となって自主的に取り組んでいくリサイクルシステムです。

オートバイを廃棄処分する場合、「廃棄二輪車取扱店」のステッカーのある販売店または「指定取引窓口」までお持ち込みください。なお、リサイクル料金の負担が必要となります。

問い合わせ

二輪車リサイクルコールセンター

☎03 - 3598 - 8075

県立学校開放講座募集! - 県立一宮商業高校 -

と き 11月15日(月)

～19日(金)

午後6時～9時

ところ 県立一宮商業高校

内容 word等の操作方法

申し込み・問い合わせ

県立一宮商業高校 開放講座係

☎42 - 4520

くらしの情報

鴨川シーワールド 3,000万人達成記念!

鴨川シーワールドは、去る8月20日(金)開園以来の入場客数が3,000万人を突破いたしました。

つきましては、日頃のご愛顧に感謝し、「3,000万人達成記念」として千葉県にお住まいの方々に、無料ご招待及び入園ご優待を実施することになりました。

どうぞ、ご来園ください。

入園無料日 10月1日(金)

入園料半額日 10月2日(土)

10月3日(日)

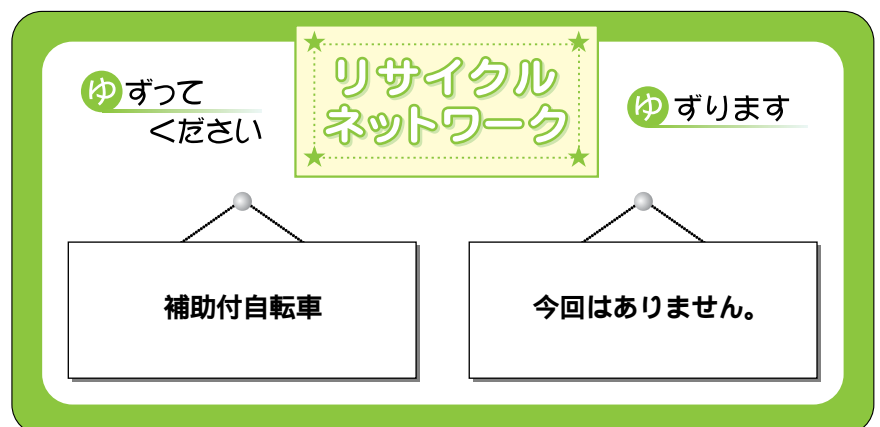
いずれの日も、千葉県にお住まいであることを証明できる物をチケット売り場にてご提示願います。

問い合わせ

鴨川シーワールド

総合企画課

☎0470 - 93 - 4809



- 一般家庭で不要となった物品を無料で「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

心配ごと相談

と き 10月12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 10月12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

乳児健康相談

身体測定や栄養・育児・歯に関する相談を行います。
と き 10月28日(木)
午後1時30分～3時
ところ 農村環境改善センター

子ども相談室

と き 10月28日(木)
午前10時～11時30分
ところ 茂原市総合市民センター
内 容 児童福祉司・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、子どもに対する相談受付
問い合わせ 役場福祉衛生課
☎44 - 2504



出張年金相談

と き 10月27日(水)
受 付 午前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

法律相談

と き 10月21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 10月15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
8日(金)午前9時から電話で予約。

く ら し

ゴミの収集日

1コース
燃えないゴミ...10月12日(火)
資源ゴミ.....10月19日(火)
粗大ゴミ.....10月26日(火)
2コース
粗大ゴミ.....10月7日(木)
資源ゴミ.....10月14日(木)
燃えないゴミ...10月21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30分までに
出してください。

長養祭開催!

と き 10月23日(土)
午前9時30分～午後2時15分
ところ 県立長生養護学校
内 容 遊びの広場、ゲーム、各
作業班などによる催し
物、作業作品展示及び頒
布、PTAバザー等
問い合わせ 県立長生養護学校
☎42 - 2407

第20回長厚祭開催!

-テーマ 新しい風-
と き 11月6日(土)
午前10時30分～午後2時
ところ 長生厚生園
内 容 ・鶴枝小学校音楽部演奏
・祭りばやし
(大上ふるさと運動実行委員会)
・「夏みかん」
(瀬崎&ダンスポーカーユニット)
・もちつき
作品販売
・体験コーナー
(陶芸・砂絵・凧作り)
・模擬店
・バザー
・ゲーム
問い合わせ
社会福祉法人児童愛護会
長生厚生園
☎24 - 2003



結婚 末長くお幸せに

区 名	氏 名
寺 崎	市原 之夫 多美子

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 正人 千鶴	とらい 渡来	男	長楽寺	7/31
中村 好成 由紀	みゆう 美優	女	下之郷	8/9

甲 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区 名	月 日
月崎 二郎	75	川 島	7/5
宇野 かよ	90	大 上	8/3
小高 芳夫	56	上市場	8/8
今関 清良	84	佐 貫	8/12
鶴原 直之	77	上之郷	8/19
中村 博信	55	佐 貫	8/24
高橋 正男	87	佐 貫	8/25
鈴木 政平	82	妙楽寺	8/28
丸山 紘一	64	川 島	8/31

睦沢町の人口と世帯

9月1日現在 ()は前月比
人 口 8,148人 (+5人)
男 3,951人 (-4人)
女 4,197人 (+9人)
世帯数 2,508戸 (+1戸)

ブレイクタイム

行ってきました!
陸沢中学校海外研修
—シンガポール ペティ中学校—



ペティ中学校では、「踊りや演奏のある歓迎式典」「パティック染めの授業参加」「室内ゲーム」「空軍部、陸軍部等の部活動見学」等の歓迎を受けました。ペティ中学校生徒のお世話係の活躍や綿密な計画の下に、心温まる配慮があり、お互いの友情・友好が深まったものと思います。何とか思いが通じるよう懸命に努力している両校生徒たちの姿は頼もしく、この貴重な体験がこれからの人生に生かされるよう切望してやみません。



お詫びと訂正

広報むつざわ9月号9ページ陸沢練心会茂原七夕まつりフェスタ表彰時の記事で飯塚 篤樹くんが、裕樹くんの間違いでした。

また、9月号16ページのプリンセスの記事で、吉野 彩音ちゃんが、絢音ちゃんの間違いでした。

謹んでお詫びし訂正します。



編集後記



今回の陸沢中学校生のシンガポールへの海外研修、また英語の教師としてアメリカから陸沢町に来日されたジョン先生。こうした交流がかけ橋となって、今まで以上に各国の普段の生活や物事に対する考え方、しいてはお互いの文化を尊重しあえるようになれば良いですね。

(K.O)

簡単でおいしい!! イロンママさん



簡単手作りパン

好みで、いろいろな食材をはさんで、
サンドイッチにしてみても良いですね。

材料 10個分

強力粉……………250g
ドライイースト……………6g
砂糖……………大さじ2

ぬるま湯(40℃前後)………170cc
食塩……………小さじ1弱
バター……………大さじ1と1/2

作り方

- ①バターは室温におき、やわらかくしておく。
- ②厚手のビニール袋に、粉、ドライイースト、砂糖、塩を入れてよく混ぜる。次にぬるま湯を加えてビニール袋の上からよくこねる。バターを加え、さらによくこねる。
- ③袋の中で一つにまとまり、生地につやと弾力が出てくれればこね上がり。そのまま袋の上部を軽くしばり、常温で発酵させる。(30~40分程度。1次発酵完了の目安は、粉をつけた指をさしこんでみて指穴が残る状態)
- ④ビニール袋の底と右端を切り離して長方形に広げ、手で軽く押しつけてガス抜きをする。生地を10等分にして、表面がなめらかになるように丸める。裏側に生地をよせて、指でつまんでしっかりとし、オープン皿にのし目を下にして置き、2次発酵させる。発酵完了の目安はひとまわり大きくなればよい。
- ⑤200℃に温めておいたオーブンに入れ、12分程度焼く。途中、6分で様子を見て薄く焼き色がついていたらそのまま、あまり色がついていなかったら10℃上げ、色がつきすぎたら10℃下げる。
※焼き時間を守ることがポイント。焼き上がったたら裏返してみてもげ色がついていればOK!
- ⑥焼き上がったたらすぐ網にとり、あら熱をとる。
※中に具(あんなど)を入れる場合はガス抜きして等分にした生地を丸め直し、10分程度置き、再びガス抜きした生地の中に入れて包み込み2次発酵させる。

1個分 エネルギー 109kcal たんぱく質 3.0g 脂質 1.6g
鉄分 1.1mg カルシウム 5.3mg 塩分 1.5g

今月のプリンセス

中村 ^{あやね}彩音 ちゃん

平成14年10月4日生(上之郷)

父 博文さん♥母 眞喜子さん

暑い中ハッピーにハチマキ姿で待っていてくれた彩音ちゃん。お外で遊ぶのが大好きで、どんなに暑い日でも外に飛び出してってしまう元気っ子です。ボール遊びをしたり、ジャンプをしたり、顔に汗をかきながら動き回っています。犬のムクと散歩に行くのが日課。

何でも食べるし、よく寝て朝早く起きることが元気の秘訣かな?

撮影の合間うちわであおいでくれるという、やさしい一面も♥



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。