

12

むつざわ

No.440



Contents

平成16年度上半期予算の執行状況	P2~3
備えあれば憂いなし	P4
年末の防犯対策	P5
合併浄化槽の維持管理きちんと 行ってますか? / ほか	P6~7
クリスマスイルミネーションコンテスト 参加者募集 / ほか	P8
知っておきたい預金保護制度の新しいしくみ / 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

心豊かな触れ合い

瑞沢地区世代間交流会 瑞沢小学校

「手に水を付けてにぎるとお米がつかないよ。」

丁寧に教えてもらいながら、一生懸命におむすび作り。

おじいちゃん、おばあちゃんの優しさ、豊かな知識に子ども達は明るく素直に応えます。

世代を越えた楽しい触れ合いは、心にぬくもりを運びました。



予算の執行状況

政 状 況

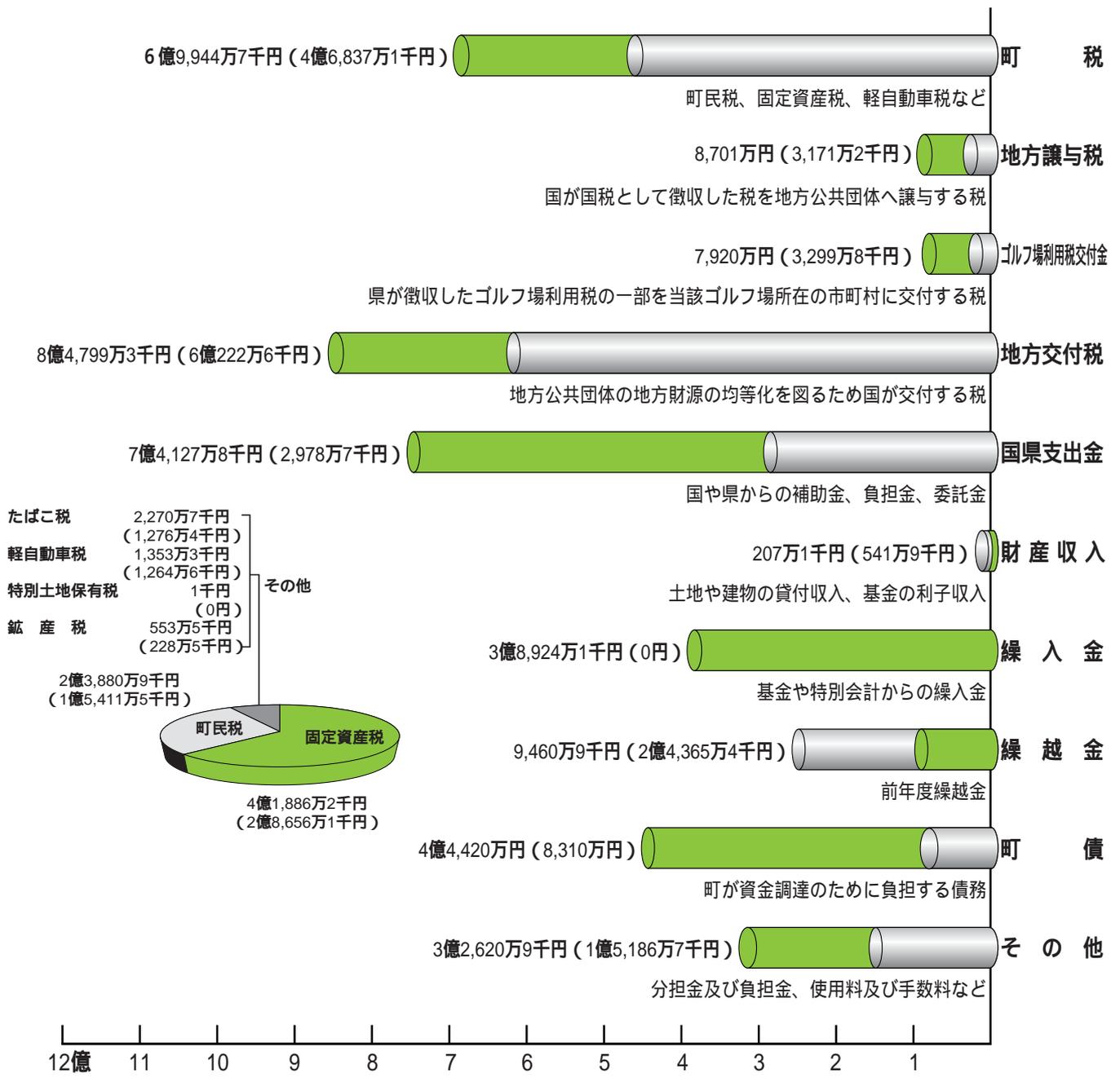
がどのように使われているかを知っていただくため
 (今回は平成16年度上半期(平成16年9月30日現在です。))



一般会計

歳 入

予算額 37億1,125万8千円
 収入済額 16億4,913万4千円
 収入率 44.4% (昨年比 1.9%)
 繰越予算額含む



特別会計

(単位: 千円)

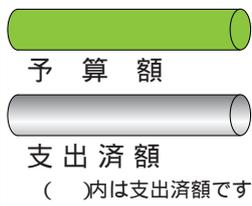
会計区分	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	687,596	311,742	304,244
老人保健	735,035	297,891	307,048
農業集落排水	342,000	69,200	54,471
介護保険	473,379	204,388	170,231

老人保健特別会計については、一般会計から振り替えにより、10,000千円運用しています。

一般会計

歳出

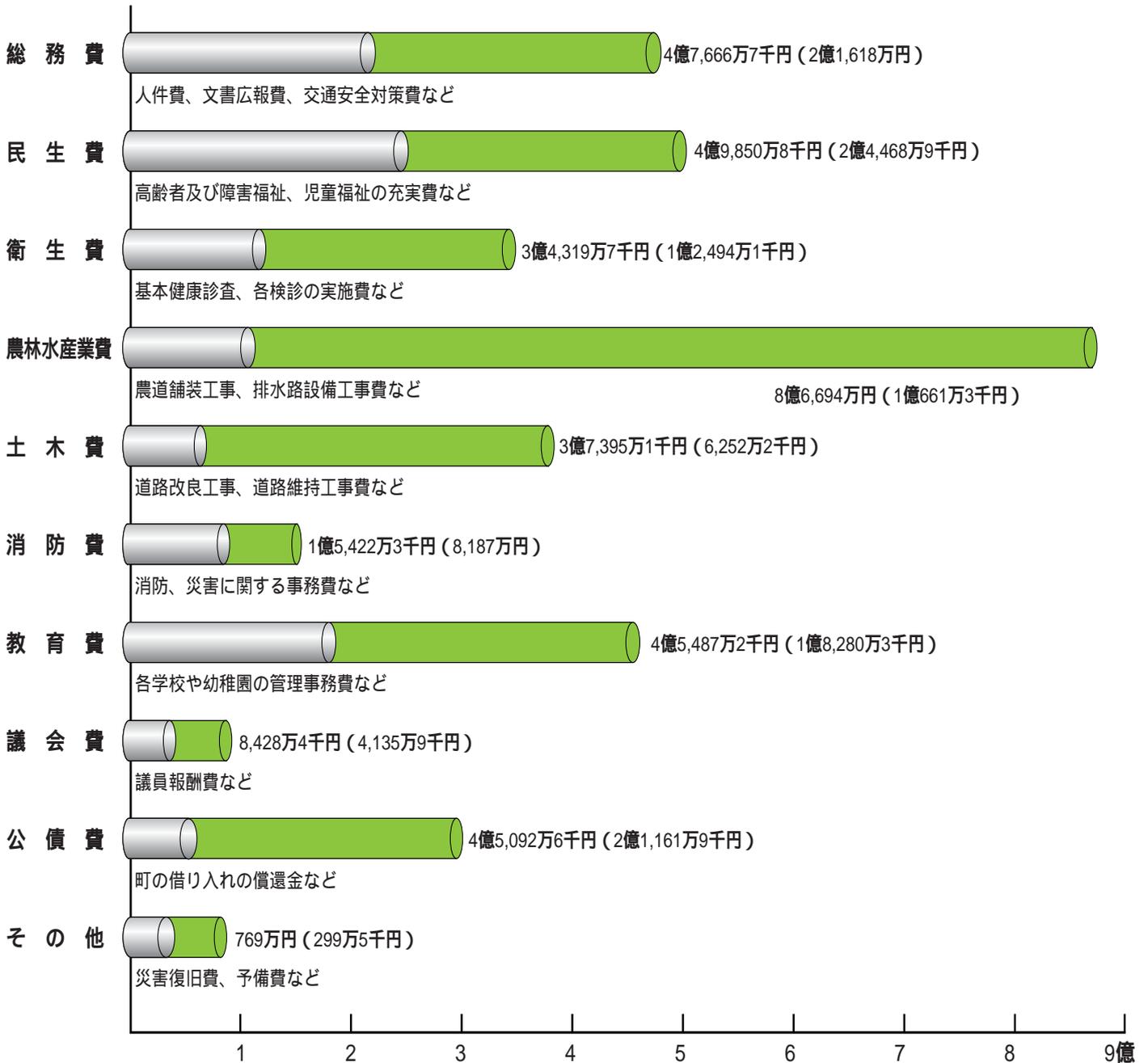
予算額 37億1,125万8千円
 支出済額 12億7,559万1千円
 支出率 34.4%
 (昨年比 0.5%)



平成16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。
 金額は千円未満四捨五入



町の財産



備えあれば 憂いなし



—10月8日 台風22号で決壊した
大谷木調整池—

屋外では・・・
建物や塀などから離れる。
落下物や倒れやすい物に注意してください。
車はゆっくり左側に寄せる！
建物や電柱などを避けて止め、ラジオで地震情報を確認してください。

揺れが収まってきたら

火の元を確認！
ガスもれはないか、出火していないかを確認してください。
万一、火災が発生してしまつたら、ひとりで消火しようとせずに大声で隣り近所に助けを求めましょう。天井に燃え移ってしまったら、避難してください。
山間部にお住いの方は・・・
山崩れの危険性がありますので、早めに避難態勢を取りましよう。

避難場所に向かう時

荷物はリュックで！
荷物はなるべく少なく、両手が使えるリュックに入れると便利です。
普段から非常持ち出し袋を用意しておきましょう。
車は使わない！
道路の混乱を防ぐため、徒歩で移動しましょう。通行止めになっていることもあります。避

身の安全を確保する！
急いでテーブルや机の下に潜りましょう。その際には、座布団やクッションなどで頭の保護をします。身辺に何もないとときには、手のひらを下向きにして、頭を手で覆います。
慌てて外に飛び出さない！

地震が発生したら

10月23日(土)に新潟県中越地域で大規模な地震災害が発生し、多数の死者、負傷者が出ました。本町でもいつこのような事態が発生しても不思議ではありません。備えあれば憂いなしの教訓どおり今いちど防災について考えてみましょう。

大規模災害の発生直後から、行政による救援活動が開始されるまでの間、地域住民は自分自身の身を守ると同時に、災害弱者に対してもできる限りの手助けをすることが求められます。

避難路は複数確認しておくといでしょう。

助け合いが大事！
近所のお年寄りや体の不自由な方、ケガ人などの災害弱者には声をかけ、みんなで助け合いましよう。災害弱者のいる家庭では、早めの避難が大切です。

日頃から避難場所を確認！
家庭で「いざ」という時の行動・避難場所・連絡方法を話し合っておきましょう。

自然災害は、いつどこで発生するか予測できません。「もしも」のときを想定して、具体的なその対策を考える必要があります。

阪神・淡路大震災後にとつた、あるアンケートでも「何もできなかった」と答えた人が4割もいたそうです。人は恐怖感をいだと、とっさに身動きがとれなくなったり、パニックにおちいつたりしがちです。いざというときに冷静に行動できるかどうかが生死を左右することもないとは言えません。普段から防災意識を高めて、非常時に慌てないようにしましょう。

避難所、非常持ち出し袋の中身、避難の心得などは、陸沢町防災マップに記載されていますのでご参照ください。

非常時持ち出し品

貴重品類	印鑑、預金通帳、現金、健康保険証など
食料品	缶詰、レトルト食品、ドライフーズ、栄養補助食品、調味料、スープ、チョコレート、のどあめ、梅干しなど
飲料水	水(1人1日あたり3リットル)、粉ミルク
衣類・寝具	毛布、タオルケット、寝袋、上着、下着、タオルなど
救急医薬品	常備薬、胃腸薬、傷薬、絆創膏、包帯、生理用品など
その他	携帯ラジオ、懐中電灯、電池、ライター、ティッシュ、トイレトペーパー、ヘルメット、洗面用具、ポリ袋、ビニールシート、簡易食器など



年末の防犯対策

大掃除、仕事納め等と慌ただしく、つい気も緩みがちなこの季節は犯罪の増加する季節でもあります。思わぬ被害に遭わないためにも、気を引き締めて防犯対策を心がけましょう。



「車内に、貴重品は置かないように」

陸沢町内では、犯罪発生件数の37件の内窃盗犯が9割以上を占めています。内訳としては、車上狙いが最も多く、空き巣、忍込みなどが後につきます。

車上狙い対策

駐車時の心がけ

自動車内の金品を狙った「車上狙い」が増加傾向、短い時間でも必ずドアをロックし、貴重品等は車内に置いたままにしないことが大切です。

空き巣対策

ちょっとした間だからが…危ない

短い外出の時間が最も狙われています。例えば、お宅の近くの集積所までゴミを出しに行く時、ちょっと近所の田んぼや畑にでかける時などみなさんは戸締まりを確認していますか？「ちょっとした間だから」と「つい鍵かけをおこたう、これはとても危険です。」「すぐ帰るから」という気持ちのほかに「まだ周囲が明るいから安心」という気持ちがついはたらいってしまうものですが、空き巣狙いの泥棒が一番活動する時間は、午前10時～午後4時の間となっています。外出時の戸締まりの確認は、玄関や部屋の窓を含めしっかりとしたいものです。

また、鍵を主要な入口に2つ付けたり、夜間に効果抜群の光や音を利用した防犯機器を設置することで、泥棒が心理的に嫌う環境を作ることでも防犯に役立ちます。

詐欺対策

電話で身内を装ってお金等を要求する詐欺にご注意を。各犯罪についてのご連絡は、

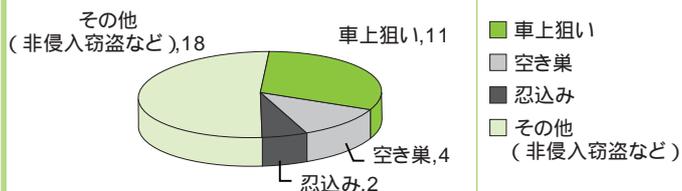
一宮幹部交番 ☎42 2121
 茂原警察署 ☎22 0110まで

長生郡市内での犯罪の発生状況、2,052件(平成16年1月～8月末現在)の内、陸沢町においては37件と、最も少ない発生状況となっています。でも、油断は禁物です。犯罪にはいつでも遭遇するかわかりません。日頃からの防犯対策を今いちど見直してみましょつ。



罪種別	凶悪犯 (強盗など)	粗暴犯 (暴行など)	窃盗犯 (空き巣など)	その他 (詐欺など)	合計
市町村					
茂原市	5	57	1,170	239	1,471
一宮町	2	10	90	14	116
陸沢町	2	0	35	0	37
長生村	0	2	135	24	161
白子町	3	3	80	7	93
長柄町	0	4	78	15	97
長南町	0	2	63	12	77
計	12	78	1,651	311	2,052

陸沢町内窃盗犯35件(罪種別)



浄化槽の維持管理 きちんと行っていますか？

～ 浄化槽は維持管理が大切です ～

浄化槽の維持管理は

なぜ必要？

下水道と同程度の処理性能を持つ合併処理浄化槽、しかし使い方を誤ったり、維持管理を適切に行わないと、放流水の水質が悪化したり、悪臭が発生してしまうことになり、逆に生活環境を悪くする原因となってしまいます。

維持管理の内容は…

浄化槽の維持管理は、保守点検、清掃、法定検査にわかれます。これらは、浄化槽法でそれぞれ定期的に実施することが義務づけられています。

・保守点検

浄化槽のいろいろな装置が正しく働いているかどうか点検します。

装置や機械の調整、修理、スカムや汚泥の状況を確認し、清掃時期の判定や消毒剤の補充をします。

家庭用浄化槽は4か月に1回以上行うように定められています。

・清掃

浄化槽に流れ込んだ汚水は、

沈殿、浮上や微生物の働きにより浄化されます。この時に汚泥やスカムといった泥の固まりができます。

これらが溜まりすぎると浄化槽の機能に支障をきたし、処理が不十分になったり悪臭の原因になったりします。

そこで、汚泥やスカムを引抜き、装置や機械を洗浄、清掃する作業を行います。

・法定検査

浄化槽が適正に維持管理され、本来の浄化機能が十分に発揮されているかどうかを検査します。

7条検査 浄化槽を使いはじめ
てから6か月経過後
2か月以内に行いま
す。

11条検査 7条検査終了後、毎
年1回定期的に行い
ます。

これらの検査は、浄化槽法で、必ず受けなければならぬことになっています。



個人が設置した浄化槽も

町が管理します！

個人が設置した合併処理浄化槽を町へ寄付することにより、使用料を納めるだけで維持管理はすべて町が責任をもちて行いますので安心してご使用できる制度です。

寄付該当要件

浄化槽が適正に管理され、正常に機能していることが要件で、次の書類が必要となります。

既設浄化槽維持管理委託申請書

浄化槽法第7条検査結果通知書又は第11条検査結果通知書

合併処理浄化槽保守点検記録表

し尿（浄化槽汚泥）汲取り手数料領収書（最新のもの）

寄付審査方法

書類検査と浄化槽本体及び器具の検分を行い総合的に判断し、結果を通知します。

寄付の申し込み

審査で合格した浄化槽は、

既設浄化槽維持管理承諾書及び受納書が交付され寄付行為が成立します。

使用料金等

寄付された浄化槽は、使用料金をいただきながら浄化槽の維持管理を行います。

使用料金 1か月（税込み）
世帯割 1,050円

人数割 1人当り525円
2か月に1度徴収します。

たとえば、4人家族の場合…
1か月の使用料金は
世帯割 1,050円と
人数割 2,100円の

合計 3,150円となります。

申請書は役場環境課集落排水整備係にあります。ご不明な点等ありましたら、☎44 2515（直通）までお問合せください。



資源として使う

リサイクル(再生利用)

一度製品としてつくられたものは、できるだけ長く使うことが大事ですが、どうしても繰り返し使うことのできないものは、別の製品をつくるための原料としてリサイクル(再生利用)します。資源ゴミは、素材別にリサイクルされるので、資源回収に出す場合は、それぞれの分別のルールをきちんと守りましょう。

ペットボトル

キャップをはずし水洗いしてから、必ずつぶして、緑色の専用ネットへ。なお、♻️のマークが付いている飲料用に限ります。

ペットボトルは、事務用品や衣類、カーペット、コンテナなどさまざまなもののほか、近年では、新しいペットボトルにリサイクルされています。

リサイクルできるカン・ビン・ペットボトルは飲料、食料用に限りません。(ソース・食用

油類は除きます。) また農業等

を入れたり、再利用したものはリサイクルできません。

包装等の紙類

ダンボール・紙バック・新聞・雑誌類・その他の紙製容器包装(包装紙・空箱・紙袋など)は紐でしばって出してください。これらは再生紙や断熱材などに生まれ変わります。

衣類

洋服、和服は中古衣料として海外へ輸出されるものもあるので、ボタン等はそのままつけて出しましょう。

毛布・タオルケット・シーツなどは、工業用雑巾(ウエス)や反毛(フェルト)などの繊維の原料として利用されます。

包装等の紙類や衣類については、回収日が雨の日には、濡れないように透明なビニール袋等で中身が見えるように出してください。

その他

発泡スチロール容器は、洗ってスーパーの店頭回収に参加してください。

ビン

キャップをはずし、水洗いしてから、透明ビン・茶色ビン・その他の色ビンごとにコンテナへ。ビールビンや一升ビンは、販売店に返却してください。

空きビンは、砕いて新しいビンやタイル・ブロックや建築材などの原料となります。

じゅんかんがた スリーアール 循環型社会と3R

リサイクル(Recycle) 編

リサイクル リデュース リユース
Recycle・Reduce・Reuse で 3R
(再生利用) (廃棄物の発生を抑制) (再使用)

リサイクルな暮らし度チェック!!

- Q1 ゴミ出し、分別のルールや集収日を知っていますか。
a よく知っている b だいたい知っている c 知らない
- Q2 過剰包装をことわっていますか。
a いつも b ときどき c しない
- Q3 包装紙やチラシの裏を再利用していますか。
a している b ときどき c しない
- Q4 洗剤やシャンプーなど「詰換え用製品」を使っていますか。
a できるだけ b たまに c 使わない
- Q5 ビンやカン、牛乳パックの回収に協力していますか。
a いつも b ときどき c しない
- Q6 買い物には、「マイバック」を持っていますか。
a いつも b ときどき c しない
- Q7 再生紙を使った製品を選んで使っていますか。
a できるだけ b たまに c 使わない
- Q8 このマークを知っていますか。
a 全部知っている b 3つ以上知っている c 知らない

判定方法

a = 5点 b = 3点 c = 0点
で計算します

合計が

38点以上

リサイクルの達人!

あなたは地球にやさしい人です



28点以上

敢闘賞

これからもできる行動を続けていきましょう



18点以上

もう少しがんばって

新たな目標を立て、行動しましょう



それ未満

もっとがんばって

ちょっとした心がけでできることもあるはずですよ。



町職員の人事異動

() は旧職名

農業委員会

農業委員会事務局 局長

米倉 行雄

(企画財政課主幹・合併協議会勤務)

振興課

振興課課長補佐

小高 利啓

(農業委員会事務局 局長)

振興課主幹

関 裕司

(企画財政課主事・合併協議会勤務)

クリスマス
イルミネーションコンテスト

参加者募集

町観光協会では、冬の夜を色鮮やかに演出するクリスマスイルミネーションコンテストの参加者を募集します。
参加を希望される方は、下記の方法で申し込んでください。

応募資格 町内の各家庭などに飾り付けられたクリスマスイルミネーション。

申込み締切日 12月15日(水)

申込み方法 町観光協会事務局(役場振興課内 ☎44 2505)まで

審査日 12月下旬

表彰 審査の結果、優秀な作品5点に楯と賞金を授与します。

長生郡市合併協議会
廃止

昨年の8月20日に設置され、一年余にわたり16回の協議会を重ねてきましたが、この9月10日の協議会を最後に休会となり、9月24日には茂原市議会において協議会離脱の決議が全会一致で可決されました。

この離脱表明を受け、各町村において検討した結果、協議会の廃止はやむなしとの結論にいたり、10月13日の市町村長会議において長生郡市合併協議会の廃止が確認されました。

今後、各議会で協議会廃止議案を議決することになります。

俳句

天寿終ゆ亡父の忌近し蜜柑熟れる
夜勤の友と秋夕の焼けを見別れる
励ましの掛声高く鳥渡るも
人気の遠浅の海冬か眠るめ
天災の怖さ残つて山裂けて下を
実石榴の腰のつと裂けてやむ
小春日や四方の鳥声かける
侘び助に池より舞ふかける
都鳥の地にうや低く舞ふかける
父祖の盛やうや低く舞ふかける
野路菊を山に活けて土間整ふ
行高秋の川の流れに夕日かな
天高し光の公の書院跡か
山茶花のうて礎とならむ秋の日に
つぐのうて礎とならむ秋の日に

小尾田篠加葵津山野野河中須鈴田

高手中田藤川本村村野島田木辺

い岳久と秀か小阿信善悦重ひ基き
わ城子み子汀以子之子厚し郎子

長生・夷隅 中核地域支援センター

『ひなた 茂原市長尾2527番地3』

誰もが ありのままに その人らしく地域で暮らすことができる ことを実現するために千葉県が設置している相談窓口です。

子どもからお年寄りまで、年齢や障害を問わず困りごとの相談とひとりひとりの人権を守るための活動を行います。

内容 だれでも、いつでも相談をお受けします。

たらいまわしはいたしません。

安心して暮らしていくために、不安や不都合があったらご相談ください。福祉のサービスも使って暮らしのお手伝いをします。

安心して暮らしていくための地域のネットワーク作り(地域の福祉力を合わせる)をします。

社会的に不利な立場にある人の人権を守る活動を行います。

問い合わせ ☎・FAX 22-7859

知っておきたい預金保護の新しいしくみ

平成17年3月末までは当座預金・普通預金・別段預金の全額が保護されますが、平成17年4月からは「無利息・要求払い・決済サービスを提供できること」という3条件を備えた決済用預金が全額保護、その他の預金保険対象預金（利息のつく普通預金や定期預金など）は1千万円までの元本その利息が保護されることとなります。

平成17年3月までは、当座預金、普通預金、別段預金については、引き続き全額保護されます。



平成17年4月以降は、全額保護される決済用預金（1）を除き、預金者一人あたり、一金融機関に元本1千万円までとその利息が保護されます。

（1）「決済用預金」とは、「無利息、要求払い、決済サービスを提供できること」という3条件を備えた預金で当座預金や利息の付かない普通預金が該当します。

		平成14年4月～平成17年3月	平成17年4月～
預金保険対象商品	当座預金 普通預金 別段預金	全額保護	利息がつかない等の条件を満たす決済用預金は全額保護
	定期預金 定期積立 ビッグ ワイド等	合算して元本1千万円までとその利息等を保護【1千万円を超える部分は、破たん金融機関の財政状況に応じて支払われます。（一部カットされることがあります。）】	
対象外商品	外貨預金 譲渡性預金 ヒット等	保護対象外 【破綻金融機関の財政状況に応じて支払われます。） （一部カットされることがあります。）】	

預金保険制度に関する問い合わせ 預金保険機構 ☎03-3212-6029

警察から皆さまへご協力をお願い



『犯罪捜査にご協力を』

指名手配被疑者の検挙にご協力を!

警察では、特に重大な犯罪を行って逃走中の指名手配被疑者をリストアップし、これらの犯罪者を逮捕するために、全国警察の総力を挙げて追跡調査を行うこととしております。

そのためには、町民の皆さんのご協力が是非とも必要です。

指名手配被疑者によく似た人を見かけたなど指名手配容疑者に関する情報はどんなささいなことでも結構です。是非とも警察に通報いただきますようお願いします。

「事件かな?」と思ったら迷わず110番を!

被害にあったときは必ず届出を!

『事業主の皆さまへ』

外国人の不法就労防止にご協力を!

「短期滞在」の在留資格での労働や不法滞在の労働など、法的に認められていない不法就労が問題になっています。外国人の不法就労にご協力ください。

雇用できない外国人

不法入国者・不法上陸者・在留期間が超過した外国人等

雇用できない外国人を雇った場合は、3年以下の懲役若しくは200万円以下の罰金の適用を受けます。

連絡先 ☎110番又は茂原警察署 ☎22-0110
一宮幹部交番 ☎42-2121



- 楽しい会話と美味しいおむすび -

瑞沢地区世代間交流会が、10月13日(水)に町社会福祉協議会の主催により瑞沢小学校3、4年生を対象に開催されました。これは、『地域のお年寄りや仲良くなるう』を目的とした「総合的な学習の時間」の授業に参加し世代の交流を行っているもので2回目となりました。稲作体験学習で収穫した新米で一緒におむすびを作り、給食をとものにいただきました。

その会食の際には、昔の瑞沢小学校の様子や戦争体験話などを興味深く聞いていました。

また、昭和初期の表彰状や通知票を見せてもらうと現在のとの違いに驚いていました。



- 昔の表彰状に興味津々 -

加藤 重夫 さん(佐貫)

この交流会で、瑞沢小学校3年生、4年生の子ども達に元気をいただきました。

皆さんこれからも協力しあって、これからの日本の社会を支えていってください。

おじいちゃん
おばあちゃんから
子どもたちへ

また、昔の学校の話もおもしろく教えてくれました。

来年も元気で交流会に参加していただき、いろいろ教えてもらいたいです。

瑞沢小学校3年生 今関 竣多 くん

僕は、中村タケさんとおむすび作りでペアーを組みました。教わりながら、自分たちで作ったおむすびはとても美味しかったです。

おじいちゃん
おばあちゃんと
触れ合って

瑞沢小学校4年生一同

おむすびを三角に作るのが難しかったです。おばあちゃん達は、あつという間に形の良いおむすびを作ってびっくりしました。



- 楽しい稲刈です -

田んぼの学校

古代米の稲刈



陸沢町長杯争奪
少年柔道大会開催

総合運動公園

- 大健闘、陸沢少年柔道クラブのメンバー -

町総合運動公園を会場に、10月17日(日)陸沢町長杯争奪少年柔道大会が開催されました。近隣市町村から14団体が集まり団体戦と個人戦で争われました。町内では陸沢少年柔道クラブが次の結果となりました。

団体の部
第3位 陸沢少年柔道クラブ

個人の部
5~6年生45kg以上
準優勝 高原 雄太 くん

選手・保護者の皆さんお疲れ様でした。来年も上位入賞目指してがんばってください。



上市場 今堰ため池の奥の水田で5月に植えた古代米の稲刈りが行われました。

参加した子ども達は、地元の方に教わりながら鎌を使った稲刈りとおだかけを体験しました。

一生懸命に汗を流した後は、古代米のおにぎりを参加者の皆さんでほおばり、穏やかな秋の一日を満喫しました。

名前を付けてください!

STホースファーム



- 可愛いポニーの赤ちゃん -

STホースファーム(上之郷)で大人気の乗馬コーナーで活躍中のポニーのピッキーに、めすの赤ちゃんが生まれました。

ポニーの赤ちゃんは外敵から身を守るため生まれてすぐに立ち上がりませす。今回の赤ちゃんも元気に柵の中を走ったり、お母さんの乳を飲んだりしています。

この可愛い赤ちゃんに、皆さんの考えた名前を付けてください。

応募

〒299 4492

睦沢町下之郷1650 1

睦沢町役場振興課

ハガキで12月24日(金)までに申し込んでください。



- 楽しく元気を届けます! -
カラオケ愛好会の皆さん

元気を届けます!

—むつざわカラオケ愛好会—
川島 睦沢園を慰問—

は10月31日(日)に、「カラ

オケで今まで以上に元気に健康になっていただければ。」との目的から川島睦沢園に、ボランティアによる慰問を行いました。「慰問先の皆さんが明るい顔で笑ってくれたり、一緒に歌ってくれたり、元気になっていただけたことが、やりがいですな。」と愛好会の皆さんはこの日も精力的に、活動しました。大勢の入園者の皆さんもカラオケ愛好会の皆さんの歌に手拍子で応えたり、一緒に口ずさむなど、なごやかなひとときを過ごしました。

第3回江戸の大名庭園「小石川後楽園」見学

歴史民俗資料館の企画で、10月16日(土)、水戸光圀ゆかり

の小石川後楽園を見学しました。大泉水を中心に稲田や梅園、竜田川など日本のな景色を写す日本庭園でありながら、円月橋や西湖堤など中国風の景色を取り入れた名園で、国の特別史跡と特別名勝に二重指定されています。

参加者43人



- 円月橋前で -



- 小石川後楽園入口で -

健康チャレンジ教室 農村環境改善センター



- 楽しくクッキー作り -

睦沢保育所の子ども達が10月21日(木)に健康チャレンジ教室でクッキー作りを体験しました。これは、福祉衛生課の主催により幼児期からの食事への関心を高めることを目的として行われました。

子ども達は、町の栄養士によるバランスの良い食事の勉強会の後に、お楽しみのクッキー作りに取りかかりました。

どの子ども達も興味いっぱい型抜きに挑戦し、保健栄養推進員の皆さんにより焼き上げられたクッキーをおいしくほおばっていました。



元気に!もちつき



睦沢幼稚園で11月5日(金)にもちつきが行われました。

当日は、上之郷老人クラブのみなさん、千産干消事業推進を目的とした役場振興課の協力で幼稚園児達は、元気に楽しくもちつきを行いました。

この日つかれたもち米は、上之郷在住の田中 正さん、中村昭信さんのご厚意により睦沢幼稚園に寄附いただいたものです。

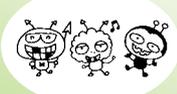
園児達は、自分達でついたおもちを美味しく口に味わっていました。



- 元気よくもちつき! -

睦沢幼稚園

インフルエンザに



気をつけよう！



知っておきたい

健康

の話

保健師 藤生 智子

こんにちは、毎日寒い日が続きますがお元気ですか？今年の10月より町の保健師としてがんばっています藤生(ふじおい)智子です。皆さんの健康づくりのよきパートナーになれたらと思っています。よろしくお願ひします。今月は、毎年12月から3月上旬にかけて多くの人がかかるインフルエンザについてお話しします。

インフルエンザとは？

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスの感染によっておこる病気です。突然の発熱(38~40度)で始まりますが、ほかの「風邪」に比べて、全身の症状の強いことが特徴です。

高熱、頭痛、体のだるさ、寒気、吐き気、筋肉痛などが急激に襲います。発熱は、通常3~7日間続き、健康な成人であれば一週間ほどで治癒に向かいますが、インフルエンザウイルスは熱が下がっても体内に残っているため、他人にうつす恐れがあります。流行を抑えるために一週間は安静を保つことが大切です。

インフルエンザと風邪の違い

	風 邪	インフルエンザ
原 因	ラノウイルスなどのウイルス クラミジア、マイコプラズマ 細菌、寒冷刺激	インフルエンザウイルス
感染力	感染力は弱く、 ウイルスは徐々に増える	感染力が強く、ウイルスが気管の粘膜で急激に増加する。
主な症状	のどの痛み 鼻がムズムズする 水のような鼻水 くしゃみや咳、腰痛	38度以上の発熱 頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状 鼻水 のどや胸の痛み、下痢や腹痛
流 行	徐々に感染力が広がっていく	短期間に膨大な人に感染する
死亡率	ほとんど変化なし	65歳以上の高齢者の死亡率が高まる
その他の 症 状	発熱もあるがインフルエンザ ほど高くなく、重症化すること はめったにない。	肺炎などを併発し、重症化することが多い。 短期間に小児から高齢者まで感染が広がる。

なぜインフルエンザが怖いのか？

インフルエンザにかかると重症の場合、肺炎や脳炎・脳症などの合併症を伴い、死に至る場合があるからです。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は注意が必要です。脳炎・脳症を併発すると吐き気や嘔吐する、意識がもうろうとする、けいれんを起こすなどの症状がみられます。すぐに医療機関を受診してください。

予防方法

- 1 流行前に予防接種を受ける。
- 2 流行期には人ごみを避ける。
外出時にはマスクを着用しましょう。
- 3 外出後は、うがい、手洗いをする。
口の中や手についたウイルスを除外しましょう。

4 室内の湿度を保つ。

ウイルスは乾いた空気が大好き。活発になりやすくなります。加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。
5 体力を保つ。
バランスのとれた食事・休養・睡眠・適度な運動をするなどに心がけ、体の調子を整えましょう。

予 防 接 種 を ！

現在、インフルエンザの予防接種は、希望者だけの任意接種ですが、インフルエンザにかかりにくくしたり、かかったとしても軽くすむためにも予防接種を受けることをお勧めします。

ワクチンの接種は13歳未満のお子さんは1~4週間の間隔において2回の接種が必要とされています。これは今までの病気に対する抵抗力が低いからです。(13歳以上は1~2回です)なお、接種回数についての最終的な判断は、医師の決定に従ってください。

*インフルエンザの予防接種成分には鶏卵・鶏肉に由来したものが含まれます。アレルギーのある方は医師にご相談ください。

高齢者のインフルエンザ予防接種については、65歳以上の方と対象となる方にはすでに案内を通知しておりますが、町では10月1日から12月31日までの期間において自己負担額1000円で受けることができます。

これからの流行期をむかえる前にぜひ接種を検討してみてください。

高齢者の予防接種について、また予防接種間隔等についてなどのお問い合わせは、役場 福祉衛生課 ☎44-2056 まで。

成人式

陸沢町教育委員会では、平成16年度の成人式を次のとおり挙行します。

対象者 陸沢中学校を平成12年3月に卒業した方または陸沢町民で昭和59年4月2日～昭和60年4月1日生まれの方
 とき 平成17年1月9日(日)
 ところ 陸沢ゆうあい館

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～午後1時15分

式典会場には家族席もありますのでご家族の方は、新成人をお祝いください。

創作美術展 2004 盛会裡におわる

公民館や地域で、日頃みんなで苦慮しながら創作している、素晴らしい成果品を展示して、皆さんに見ていただき、さらに腕前が上達できるよう願い、多くの作品が出展されました。また、たくさんの方々が訪れ、会場が大いに盛り上がりしました。



- 創作美術展の様子 -

公民館体験講座 『七宝焼き教室』(3)

個性あるおしゃれを楽しむ。自分で作ったペンダントや、イヤリング、指輪で、ちよつとどこかへお出かけの時や、おしゃれをしてみたい時に付けて変わった自分を見つけてみませんか？

とき 1月29日(土) 午後1時30分～午後4時30分
 ところ 中央公民館 会議室
 対象 町在住または勤務の人
 募集人員 20名 要申し込み
 参加費 2,000円程度

12月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
交友会(民謡)	4日(土)・11日(土)・18日(土)	9:00
寿扇会(日舞・新舞踊)	4日(土)・18日(土)	19:30
民謡クラブ	11日(土)	11:00
フラワークラブ	15日(水)	9:30
詩吟クラブ	8日(水)・22日(水)	13:30
洋裁クラブ	14日(火)・21日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	1日(水)・15日(水)	9:30
カラオケ愛好会	4日(土)・11日(土)・18日(土)	18:30
町暮会	18日(土)	13:00
町将棋会	19日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	4日(土)・18日(土)	19:00
成人書道クラブ	5日(日)	13:30
手編クラブ	11日(土)・25日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	18日(土)	13:00
生け花サークル	4日(土)・18日(土)	18:30
着付けサークル	4日(土)・25日(土)	13:30
ふれあいダンス(社交ダンス)	4日(土)・11日(土)・18日(土)	19:00
ワヒネ・フズA【フラダンス】	9日(木)・23日(木)	13:00
ワヒネ・フズB【フラダンス】	4日(土)・11日(土)・18日(土)	19:00
社交ダンスサークル	2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)	13:00
ペイントHIRO(トールペイント)	1日(水)・15日(水)	9:00
アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	9日(木)・23日(木)	9:00
友の会(フラダンス)	12日(日)・26日(日)	14:00
フォークダンスサークル	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)	13:30
民謡クラブ	11日(土)・18日(土)	14:00
東扇会(日舞)	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)	13:00
琴美会(大正琴)	2日(木)・16日(木)	10:00
ダンスタンポポ(社交ダンス)	4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)	13:00
歌謡芸愛好会(バンド)	5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)	9:00
ザ・ベンチャーズ(バンド)	4日(土)・11日(土)・18日(土)	18:00
陸沢読書の会	10日(金)・24日(金)	13:00
陸沢陶芸クラブ	19日(日)・26日(日)	9:30
ヨーガサークル	2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)	14:00
ひかり太鼓	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)	14:00
ひまわりクラブ	2日(木)	10:00
押し花サークル	11日(土)	13:30
絵手紙サークル	12日(日)・16日(木)・26日(日)	13:30

むつざわの里音楽祭・県民芸術劇場
 ニューフィルハーモニーオーケストラ千葉
 『クリスマスコンサート』
 とき 12月5日(日) 午後2時開演
 場所 ゆうあい館
 入館料 一般2,000円 小・中学・高校生1,000円
 優良映画鑑賞会
 藤沢周平原作、山田洋次監督の『たそがれ清兵衛』
 とき 12月19日(日) 午後3時30分から
 場所 ゆうあい館
 費用 500円(シネマクラブ入会費)
 むつざわ地域子ども教室
 四季折々の体験講座2
 『クリスマスツリーづくり』
 とき 12月11日(土) 午後1時30分
 場所 中央公民館 他
 参加費 100円 申込みが必要です。
 四季折々の体験講座『しめ飾りを作ってみよう』
 とき 12月25日(土) 午後1時30分
 場所 中央公民館 他
 参加費 100円 申込みが必要です。

12月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
体験講座(ヨーグルト作り教室)	9:30	4日(土)
陶芸教室	13:00	5日(日)
むつざわの里音楽祭	14:00	
太巻き寿司教室	9:00	11日(土)
天文教室	19:00	
茶道教室	9:00	12日(日)
書道教室		
パッチワーク教室	13:30	19日(日)
パソコン自由学習	9:00	
絵画教室	9:30	22日(水)
陸和大学	10:00	
男性料理教室	9:00	23日(木)
親子パソコン教室(オリジナルカレンダー作り)	13:00	
こども将棋教室	9:30	25日(土)
料理教室	13:30	
押し花教室	9:00	26日(日)
書道教室		
フラワーアレンジメント教室	13:30	

公民館だより

☎44-0211

12月の休館日

- 6日(月)
- 13日(月)
- 20日(月)
- 27日(月)
- 31日(金)

催し物の案内

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、町指定民俗文化財「鵜羽神社十日祭」関係資料ほか
とき ~ 2月6日(日)

第22回歴史民俗学講座 「大塚山馬頭観音縁起を読む」

佐貫森の谷地区の旧家に伝えられる「大塚山馬頭観音縁起」という文書は同地区で奉られている馬頭観音の縁起であることが調査により判明した。今回の講座は、その由来の最終回。

とき 12月18日(土)
講師 久野一郎
(当館学芸員)



- 大塚山馬頭観音像 -

収藏品紹介 (38) 森区道標

タテ16cm、ヨコ23cm、高さ58cmで、山形のついた柱形。銘文は、右面に「経鶴枝村到茂原町 大正九年八月建 森区軍人会 青年会」、正面に「経土陸村 到一之宮町 経瑞沢村 到大多喜町」と刻まれるが、左面には銘文はない。1920年に森の軍人会と青年会が建てたことが判る。資料館外の築山で展示中。収蔵番号559。



- 森区道標 -

鵜羽神社の井戸 (岩井)



- 白蛇形の餅を放す鵜羽神社の井戸 -

岩井という地名は、鵜羽神社の井戸に由来している。縁起によれば、上総国一之宮庄祝郷は、日本武尊が東征のおり、この地に至ったとき、兵士がここで水を飲んだので、その後岩井と改めたところである。この鵜羽神社の井戸が、一宮町東浪見の釣ヶ崎の海につながっていると信仰されている。

鵜羽神社の十日祭で神輿が帰ってきたとき、ワニガタとかシロヘビと呼ばれている白い蛇の形をした餅を境内の井戸のそばに供えて放す。現在、この儀式は野口一友さんが行っている。同地区の海保豊治さんに話を聞いた。

「鵜羽神社の井戸が釣ヶ崎の海につながっていて白蛇が来るという話は、昔からよく聞いています。かつてこの餅は作る家が決まっていたのですが、今では店で作ってもらうこととなり、はじめ上市場の広島屋さんで、現在は田辺屋さんで作ってもらっています」と語った。

鵜羽神社の神様は海の神様で、井戸を通じて白蛇に化身し釣ヶ崎と岩井の鵜羽神社とを交通している。白蛇の形をしたもちを放すことは、神様が海に帰還することを示すものではないかと思う。

(資料館学芸員・久野一郎)

トピックス

第2回睦沢町の文化財探訪 「土陸地区」



- 上市場八坂神社の「波の伊八の籠の彫刻」前にて -

9月25日(土)、上市場の八坂神社と成就院の波の伊八の籠の彫刻、土陸村役場跡地の大銀杏、土陸小学校旧敷地跡、常徳寺の扁額「川島八景」、岩井の妙勝寺本堂となった土陸村役場庁舎など、土陸地区の文化財を見学しました。参加者8人。

刊行物案内

『睦沢町史研究第6号』

睦沢町史の編纂に向けて基礎的研究を積み重ねるために刊行。林夏子「裁縫雑形でみる裁縫のあり方とその変化」睦沢町立歴史民俗資料館所蔵の磯野きみの作品を中心に、「小高昇「睦沢村地名考」の2篇を所収。A5判82頁。資料館で有償頒布(千円)。



総合運動公園だより

☎44-1565

12月の休館日

- 6日(月)
- 13日(月)
- 20日(月)
- 27日(月)
- 31日(金)

第5回 陸沢 ゆうあいマラソン 参加者募集



とき 平成17年1月23日(日)

ところ 陸沢町総合運動公園

参加費 町内中学生以下(無料)
町外小中学生及び一般(保険料500円)

内容

5歳以上小学2年までの男女
親子マラソン

小学3・4年生男女 1,000m

小学5・6年生男女 1,500m

中学生男女 2,000m

一般男女 3,000m

(30歳未満・30歳以上)

・50歳以上男女別)

1,000mコース

5,000mコース



申込方法

町内の小学生で、子ども会に加入している児童は各子ども会へ、加入していない児童は中央公民館へ、また中学生は直接中学校へ1月9日(日)までにお申し込みください。

町外の小中学生及び一般については、参加費を添えて総合運動公園へ1月16日(日)までにお申し込みください。

参加についての問い合わせ先
中央公民館 (担当 鶴岡)

総合運動公園(担当 岡田)

当日は豚汁の無償配布を行います。家族や近所のお友だちとみんなで楽しく走り、いい汗をかいてみませんか。

12月のクラブ等定期練習日

日曜日	9:00	陸沢ウイングス(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 陸沢テニスクラブ(硬式)
火曜日	10:00	エアロジムクラブ
	13:30	卓球クラブ 太極拳クラブ
	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)
	20:00	陸沢アウルス(バスケット) 剣友会(剣道)
水曜日	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	太極拳クラブ
	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)

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(陸沢中体育館)
	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	陸沢フットボールクラブ(第1、3) 陸沢ウイングス(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	みなりの会(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(陸沢中体育館)

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。

12月の教室開催日

幼 児 親 子 運 動 教 室	3日(金)、10日(金)	10:00 ~11:00
ウエルネス 教 室	3日(金)、10日(金)、17日(金)、 24日(金)	13:30 ~15:00
エアロビ教室	10日(金)、24日(金)	19:30 ~20:30
高 齢 者 いきいき教室	9日(木)	13:30 ~15:30
トレーニング教室	5日(日)、19日(日)	9:00 ~15:00
みんなで楽しむ スポーツ講座: ゴルフ編	5日(日)、12日(日)、19日(日)	13:30 ~16:00

卓 球 教 室	5日(日)、12日(日)	10:00 ~12:00
軽スポーツ 教室小1	3日(金)、10日(金)	17:00 ~18:00
軽スポーツ 教室小2	3日(金)、10日(金)	18:00 ~19:00
軽スポーツ 教室小3	1日(水)、8日(水)、15日(水)	18:00 ~19:00
幼 児 リ ズ ム 運 動 教 室	4日(土)、11日(土)	9:00 ~12:00

● 教えて！ ●



ねんきん

ななちゃん

年金制度改正のお知らせについて

国民年金法等の一部を改正する法律が平成16年10月から施行され、厚生年金保険料率の改定、国民年金または厚生年金保険老齢年金等の年金額の改定など年金制度の一部が改正されることになりましたが、次の点にご留意ください。



(1) 国民年金の保険料は平成17年3月分まで13,300円に変更ありません。

厚生年金の保険料は、法律改正により平成16年10月分より現行の13.58%から0.354%引き上げられ、13.934%となりましたが、国民年金の保険料は平成17年3月分までこれまでどおり13,300円となっております。

(2) 平成17年3月分までは、法律改正による年金額の変更はありません。

国民年金または厚生年金保険の老齢年金等の年金額については、今回の法律改正によりそれぞれ新しい年金額に改定され、給付されることとなりましたが、平成16年10月分から平成17年3月分までの老齢年金等については、特例措置によって法律改正による年金額の変更はありません。

なるほど

老保だより

老人保健で医療を受ける人

老人保健制度とは、高齢者がお医者さんにかかるときの負担を軽くし、安心して医療を受けられるようにするための制度です。



対象となる人

老人保健で医療を受けるのは、次の人です

- ・ 昭和7年9月30日以前に生まれた人
- ・ 75歳以上の人
- ・ 一定の障害のある65歳以上の人

昭和7年10月1日以降に生まれた人は、現在加入している医療保険で医療を受け、75歳（一定の障害のある人は65歳）になったら、老人保健で医療を受けます。

なお、老人保健で医療を受けるのは誕生日の翌月からです。ただし、誕生日が月の初日（1日）の人はその月から対象となります。

75歳（一定の障害のある人は65歳）になったら

75歳（一定の障害のある人は65歳）の誕生日を迎えたら、14日以内に市区町村の担当窓口へ届け出て、「医療受給者証」と「健康手帳」の交付を受けましょう。

国保の加入はそのまま続きます

老人保健で医療を受けるようになって、国保の資格はそのまま続きますので、保険料は今までどおり納めてください。



ほかの市区町村の病院や老人ホームの施設などに長期入院・入所して住所を移す場合も、引き続き今までの市区町村の国保の被保険者となります。

お医者さんにかかるとき

お医者さんにかかるときは、保険証といっしょに必ず「医療受給者証」と「健康手帳」を窓口へ提示してください。



- 保険証
国保の被保険者であることを証明します。
- 医療受給者証
老人保健制度で医療を受ける資格があることを証明し、自己負担割合が記載されています。
- 健康手帳
健康管理に役立つ情報が記載されていて、健康診査などの記録に使われます。

医療機関で支払う費用

かかった費用の1割を負担します。ただし、一定以上所得者は2割負担となります。



医療受給者証を忘れずに

医療受給者証には自己負担割合（1割または2割）が明記されていますので、窓口で提示しないと、1割負担の人でも一律2割負担になります。

差額がある場合は申請して認められると、あとで支給される形になります。

くらし

障害者・高齢者の人権・法律110番

とき 12月9日(木)
午後1時～4時

相談方法

臨時電話 (☎043 227 9100)
による相談。

ただし、前日までに千葉県
弁護士会(☎043 227 8431)
に電話で申し込まれた方は弁護
士会で無料面談。

内容

障害者・高齢者に関する人権問
題、法律問題(財産、金銭、家
庭問題等)

問い合わせ

弁護士法人房総法律
☎043 225 1461

新潟県中越地震災害義援金の受付

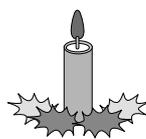
10月23日に、新潟県中越地方を震源として最大震度6強の連続地震が発生し、震源地などを中心とした、多くの人的被害や家屋の倒壊などの住家被害をもたらしました。

この被災者に対し日本赤十字社及び共同募金会では、義援金を受け付けていますのでご協力をお願いします。

受付期間 12月27日(月)まで

受付窓口 町社会福祉協議会(改善センター内)
(日赤陸沢町分区、共同募金会陸沢町分会)

問い合わせ ☎44 - 2514



冬の全国交通安全運動実施
12月10日(金)～31日(金)
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ょう!

公立長生病院で脳ドックを開設

公立長生病院では、16年10月に導入した最新鋭のMRI装置(磁気共鳴断層撮影装置)を使用し、画像による診断を主とする簡易脳ドックを開設しました。

簡易脳ドックによる検査の対象は、脳(MRI)、脳血管、頸部血管(MRA)で撮影終了後、脳外科の医師により総合判定・説明が行われます。

なお、ドックは完全予約制となっていますので詳しくは下記にお問い合わせください。

問い合わせ 公立長生病院医事課
☎34 2121

工業統計調査にご協力を!

経済産業省では、毎年12月31日現在で「工業統計調査」を県、市区町村を通じて実施します。

これらは、製造業を営む事業所を対象に工業の実態を明らかにすることを目的としています。

調査結果は、国や県、市区町村が行う産業振興政策などの各種施策を決める基礎資料として広く利用されています。

調査をお願いする事業所には今年も12月中旬から1月にかけて調査員がお伺いしますので、ご協力をよろしくお願ひいたします。

対象 : 製造業を営む事業所

調査内容 : 経営組織、従業者数、
製造品出荷額、
原材料使用額など

問い合わせ : 千葉県総合企画部統計課
☎043 223 2226



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) 消防本部通信指令課へお問い合わせください ☎24 - 0119

月日	茂原地区		一宮地区	
	内科系	外科系		
12・5	東部台医院 22-2455	山之内病院 25-1131	秋場医院 42-3323	
12	粒良医院 25-8580	君塚病院 25-1811	鈴木医院 42-3111	
19	宮本内科医院 22-3770	鎗田整形外科医院 24-8686	清水医院 42-2950	
23	ポプラクリニック 23-3111	森川病院 25-2510	内山医院 42-2062	
26	渡辺医院 27-7733	長生病院 34-2121	津谷クリニック 32-5645	
31	吉田医院 34-3045	長生病院 34-2121	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 夜間急病診療所 電話 ☎24-1011 午後7時～翌午前6時まで

平成16年度心の健康市民講座

長生保健所では一般住民の方を対象に「心の健康市民講座」を実施いたします。

是非、ご参加くださいますようお願い申し上げます。

と き 12月6日(月) 午後2時～4時

ところ 長生合同庁舎 4階大会議室

講演 「現代社会の心の悩みへの対処法について」

茂原神経科病院長 高瀬 直子氏

と き 12月24日(金) 午後1時30分～3時30分

ところ 長生合同庁舎 4階大会議室

講演 「不登校から見えてくる子ども達の今の姿」

ちば心理教育研究所所長 光元 和憲氏

と き 平成17年1月20日(木) 午後1時30分～4時

ところ 長生合同庁舎 4階大会議室

フォーラム「地域で生活するために」

発言者・精神科ユーザー 石田 守氏

長柄町保健福祉課 主任保健師 十枝 英理氏

こころのボランティア ちば代表 小野 双葉氏

講演 地域生活支援センターパンプキンハウス 中村 美穂子氏

申込先 長生保健所 ☎22 5 1 6 7 FAX22 3 4 1 9

主催 千葉県長生保健所

その他詳細につきましては長生保健所までお問い合わせください。

長生・夷隅子どもタウン ミーティングの開催について

千葉県が、子ども・子育ての環境、それを支える地域社会をよりよくするための計画「次世代育成支援アクションプラン」を立てるに当たって地域の人、大人も子どもも一緒に考えていこうということになりました。

長生・夷隅の地域の人たちの意見を聴くために、堂本知事を招いて開くのがこのタウンミーティングです。

長生・夷隅地区では特に「子どもの意見」を中心に考えます。

みなさんが千葉県の計画作りに参加するチャンスです。

ぜひご参加ください。

と き 12月4日(土)

午後2時～5時

ところ 茂原農業高等学校

「文化ホール」

対象者 子どもから大人まで全市町村民

費用 無料

申し込み・問い合わせ

長生夷隅中核地域生活支援センター ひなた

☎22 - 7 8 5 9

平成16年12月は医師・歯科医師・薬剤師届、看護職員従事者届出、歯科衛生士及び歯科技工士業務従事者届の時期です。

医師・歯科医師・薬剤師は、免許を有する方、看護職員、歯科衛生士及び歯科技工士で平成16年12月31日現在県内で就業している方は、それぞれ平成17年1月15日までに管轄の保健所への届出をしてください。

問い合わせ

長生健康福祉センター

(長生保健所) 総務企画課

☎22 - 5 1 6 7



募集

住宅用太陽熱高度利用システム 補助制度応募受付中

補助対象者

集熱器の総面積75㎡までのソーラーシステムを設置される方

補助金額

集熱器の総面積に応じた補助金が受けられます。

「補助金額の目安・・・6㎡で10万円、75㎡で約125万円」
(補助額は、ソーラーシステムの型式により差が生じます)

募集期間

10月1日から平成17年2月21日(月)まで

なお、住宅以外の建物に設置する場合も対象となる場合がありますので、詳しくは下記までお問い合わせください。

問い合わせ

財団法人新エネルギー財団太陽熱利用部

〒102 - 8555 東京都千代田区紀尾井町3番6号

☎03 5275 9566 <http://www.nef.or.jp>

相 談

行政・人権相談

と き 12月8日(水)
午前10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14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 12月14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

子ども相談室

と き 12月16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 - 2 5 0 4

出張年金相談

と き 12月22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 12月22日(水)
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17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 - 7 8 3 0

10日(金)午前9時から電話で予約。

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24日(金)
午後1時30分~3時

く ら し

ゴミの収集日

1コース

燃えないゴミ...12月14日(火)
資源ゴミ.....12月21日(火)
粗大ゴミ.....12月28日(火)

2コース

粗大ゴミ.....12月2日(木)
資源ゴミ.....12月9日(木)
燃えないゴミ...12月16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(水)まで、
年始は1月5日(水)から収
集します。

『千葉県最低賃金』が

平成16年10月1日から
時間額 678円(従来は677円)
に改正されました。

千葉県内の事業場で働くすべて
の労働者(パート、アルバイト等
を含む。)及び、その使用者に適
用される地域別最低賃金『千葉県
最低賃金』が改正されました。

この最低賃金額には、精・皆勤
手当、通勤手当、家族手当、賞与、
時間外手当、深夜手当などは含ま
れません。

なお、『千葉県最低賃金』のほ
かに定められている産業別最低賃
金がありますのでご注意ください。

最低賃金について、詳しく
は、千葉労働局労働基準部賃金室
(☎043 221 2328)が最寄の
労働基準監督署へお問い合わせ
ください。

問い合わせ

24時間テレフォンサービス
☎ 043 221 4700

建設現場で働く方々の退職金
は、安全・確実・有利な、
「建退共制度」をご利用ください。

【建設事業主のみなさまへ】

申し込み手続きは簡単です
経営事項審査で加点されます
掛け金は全額非課税で国が一
部を補助します

【建設現場で働くみなさまへ】

建退共の手帳を持っていますか?
事業主が変わっても退職金
は通算して計算されます。

問い合わせ 建退共千葉県支部

☎ 043 246 7379

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
金尾 修 純子	ゆうり 悠里	男	寺崎	9/25
古山 義朗 明奈	くれあ 紅麗愛	男	上市場	10/9
中島 光男 はる奈	つばさ 翼	男	川島	10/11
小山 貴弘 陽子	ゆうせい 優晴	男	川島	10/17

結婚 末長くお幸せに

区名	氏名
寺崎	金尾 泰行 真澄

睦沢町の人口と世帯

10月1日現在 ()は前月比
人口 8,146人 (-1人)
男 3,951人 (+4人)
女 4,195人 (-5人)
世帯数 2,509戸 (+2戸)

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
笹川 スイ	79	佐貫	10/3
小高 正男	89	上市場	10/6
幸治 勤	91	上市場	10/13
小高 清子	78	下之郷	10/14
相川 隆雄	88	大上	10/27
中村 美津	79	長楽寺	10/30
露崎 清一	79	上市場	10/31
金尾 義雄	91	寺崎	10/31

ブレイクタイム



楽しい世代間交流会の場面



編集後記



朝晩の空気も冷たく澄んで、気がつけばもう師走。

年間でもこの師走は、大掃除、職場のつき合い等と忙しく、せわしない時節ですが、人は心にゆとりがない時、失敗や様々な災難に遭うと言われることもあります。

そう言うことにならないためにも、忙しい時ほど、少し心にゆとりを持った自己管理が大切に思われます。これは年末だけでなく、年間をしっかりと楽しく過ごすためのコツかもしれないですね。

この1年間、余裕なく、ドタバタと過ごしてしまった私は、反省すべきところが多々...

皆さんにとって今年は、どのような年だったでしょうか？たまにはゆとり、ご家族、ご友人と来年への思いをはせつつ振り返ってみるのも良いですね。



(K.O)

簡単でおいしい!! エプロンママさん



ごまクッキー

鉄分・カルシウムの補給に、黒糖と黒ごまが入ってます。



材料 約20枚分

薄力粉.....200g	ベーキングパウダー.....小さじ3/1
無塩バター.....100g	黒砂糖(粉末).....60g
黒煎りごま.....大さじ1	卵黄(または全卵1/2個).....1個
バニラエッセンス.....少々	

作り方

- ①薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるいにかける。
- ②ボウルに室温で柔らかくもどしたバターを入れ、泡立て器でクリーム状になるまで練る。
- ③②に黒砂糖を2~3回に分けて加え、よく混ぜる。
- ④③に卵黄を加えてよく混ぜ、バニラエッセンスと黒ごまを加えて混ぜる。
- ⑤④に①のふるった粉、こねないようにゴムべらでさっくりと混ぜ合わせる。
- ⑥⑤を手で軽く押さえて1つにまとめ、ラップに包んで冷蔵庫で約1時間休ませてから生地を平らにのばし、好みの型に抜き、170℃のオーブンで12~15分焼く。

1枚分 エネルギー 94kcal 蛋白質1.2g 脂質5.1g
カルシウム 18mg 鉄分 0.2mg

今月のプリンセス

松崎 琳 ちゃん

平成14年12月25日生(寺崎)

父 宗臣さん♥母 由美さん

あめを手にしてごきげんの琳ちゃん。3人きょうだいの末っ子で、お姉ちゃんやお兄ちゃんの姿を見ているせいか、とっても器用。折り紙で紙飛行機を折ることや、お絵かきが得意!鉛筆も上手に持てるんです。

アンパンマンが大好きで、ビデオに合わせてちょっと照れながらお歌を披露してくれました お菓子もアンパンマンの絵がついているものがお気に入り。一度気に入ったものはなかなか飽きません。



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。