



もくじ

平成16年度決算報告／ほか・・・・・・・・・・P2～3

高齢者福祉計画・介護保険事業計画・・・・・・・・・・P4

Health★Health♥Health・・・・・・・・・・P5

アスベスト含有家庭用品の処理について／ほか・・・・P6～7

教育委員会・町職員人事異動／ほか・・・・・・・・・・P8

まんすりーむつざわ・・・・・・・・・・P9

公民館だより／ほか・・・・・・・・・・P10～15

## 北部地区 農業集落 排水処理施設 完成

—睦沢町農業集落排水事業第6区処理区—  
(寺崎・大谷木・北山田地区)

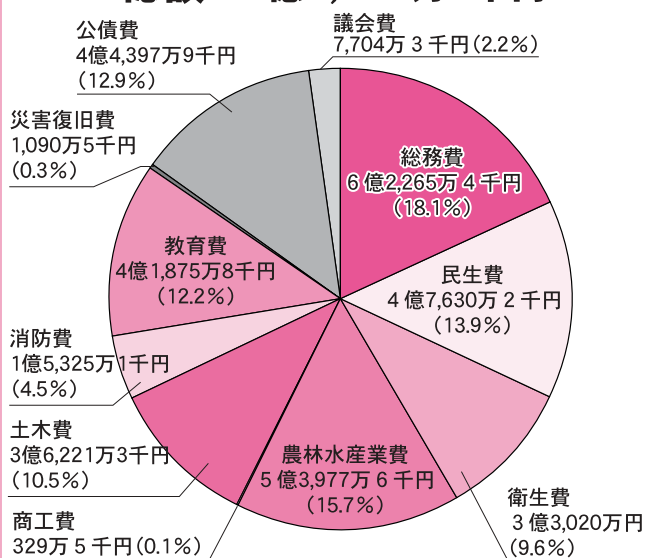
公共水域の水質保全や公衆衛生の向上を目的とて、北部地区農業集落排水処理施設が完成しました。(関連記事はP3)

# 平成16年度 決算報告 (見込み)

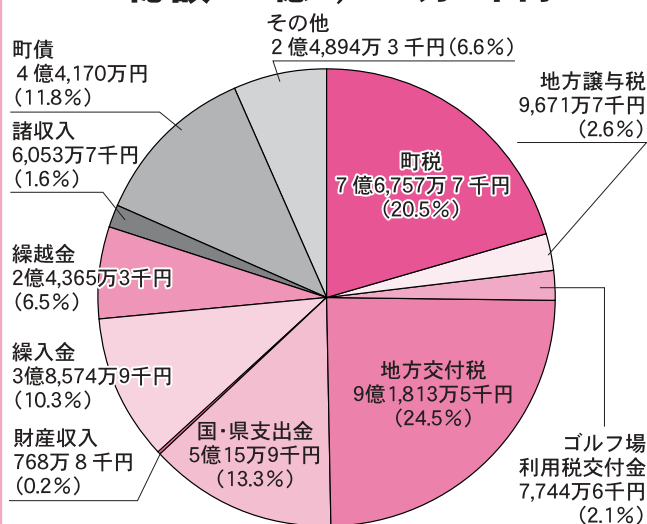


皆さんが納めた税金や国・県からの交付金はどうに使われたのでしょうか？  
その内容をお知らせします。※この決算報告（見込み）の額は千円未満四捨五入してあります。

## 歳 出 (前年度比 1.5 %増) 総額 34億3,837万6千円



## 歳 入 (前年度比 3.2 %増) 総額 37億4,830万4千円



平成16年度一般会計歳出総額は、34億3,837万6千円と前年度の33億8,796万1千円を5,041万5千円（1.5%）上回りました。

主な支出は、教育施設整備基金への積立、児童福祉から老人福祉に至る各種福祉施策の実施、基本健康診査等に係わる経費、広域堆肥センター建設及び農道の整備に関する経費、緊急地方道路整備事業（町道「下之郷寺崎線」改良工事）に関する経費などです。

### 歳出の部

平成16年度一般会計歳入総額は、37億4,830万4千円と前年度の36億3,161万4千円を1億1,669万円（3.2%）上回りました。

町税、地方譲与税、国・県支出金、繰入金、諸収入、町債が増額となりました。

### 歳入の部

町 税	皆さんからいただいた町民税、固定資産税、軽自動車税などです。
地 方 譲 与 税	自動車重量譲与税、地方道路譲与税、所得譲与税で、国から交付されたものです。
ゴルフ場利用税交付金	町内3か所のゴルフ場利用者数に応じて県から交付されたものです。
地 方 交 付 税	国から交付されたものです。
国 ・ 県 支 出 金	国や県から支出された各事業の補助金などが主です。
財 産 収 入	基金利子や土地売り払い収入などです。
繰 入 金	特別会計と基金からの繰入金です。
繰 越 金	前年度からの繰越金です。
諸 収 入	町預金利子や各施設の利用料などです。
町 債	町が借りたお金です。
そ の 他	その他の交付金や分担金・負担金、使用料及び手数料などです。

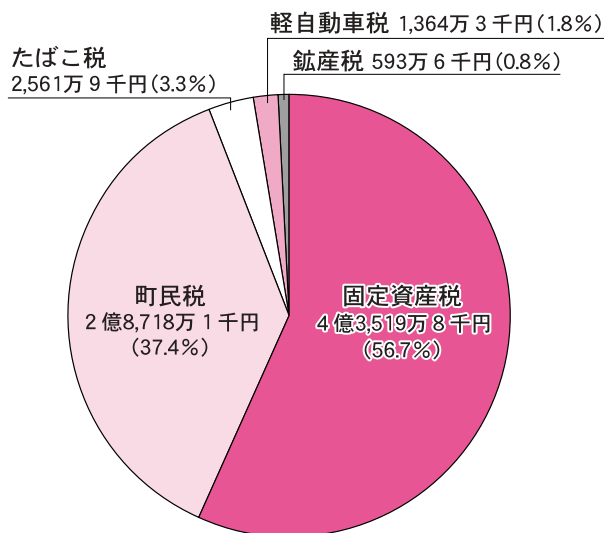
## 特別会計決算

会 計	歳 入	歳 出
国 保 会 計	7億7,726万8千円	7億3,085万円
老人保健会計	7億3,431万円	7億1,505万3千円
集落排水会計	3億2,114万円	3億1,648万8千円
介護保険会計	4億3,591万3千円	4億1,436万円

歳入では、前年度より国民健康保険特別会計が7,297万8千円、老人保健特別会計が1,618万3千円、農業集落排水事業特別会計が712万9千円、介護保険特別会計が3,855万4千円の増額となっています。

歳出では、前年度より国民健康保険特別会計が6,228万7千円、老人保健特別会計が900万1千円、農業集落排水事業特別会計が978万6千円、介護保険特別会計が2,687万8千円の増額となりました。

## 町税の構成比



町税全体で、前年度より919万5千円の増で、主に固定資産税、町民税、たばこ税が伸びております。

## 北部地区 農業集落排水処理施設 完成

### —陸沢町農業集落排水事業第六区処理区—

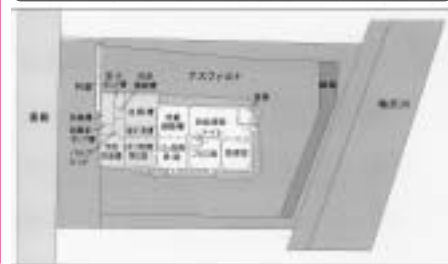
#### 施設利用世帯分布



北部地区  
農業集落排水処理施設



配置図



施設内で、汚水処理過程の説明を受ける第六処理区建設促進協議会（大谷木・北山田・寺崎）の皆さん。



北部地区農業集落排水処理施設通水式が、10月1日（土）に行われました。

この施設は、寺崎、大谷木、北山田地区で生活排水が農業排水路や河川に流入することによる水質汚濁の防止や生活環境の改善を目的として、平成13年度から建設が進められました。

この施設では、地元125世帯の生活排水を集めて浄化します。

式典には、関係受益者をはじめ多くの皆さんが参列されました。



町では、高齢者  
保健福祉計画。  
介護保険事業計画  
を策定します。

介護保険制度がスタートして5年半が経過しました。介護サービス量や保険料が適当かどうか、3年ごとに介護保険事業計画の見直しを行なっています。

本年度、平成18年度から平成20年度までの第3期事業計画を策定します。

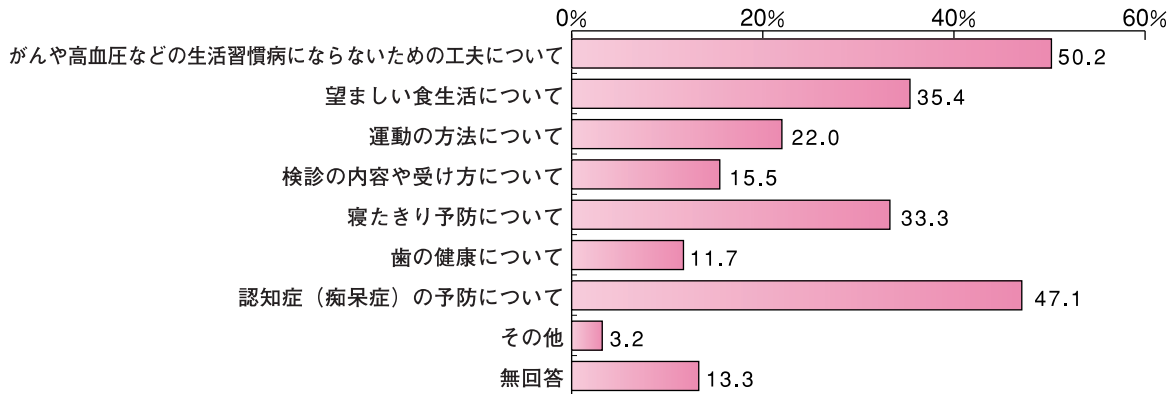
町では、介護保険事業計画の見直しに伴い、高齢者の実態を把握し、意見・要望を計画に反映させることを目的に、町内に在住する元気な高齢者（65歳以上）1千人（無作為抽出）及び要支援、要介護1の認定を受けた高齢者を対象にアンケートを実施しました。

（下記に主な実態調査の内容を掲載してあります）

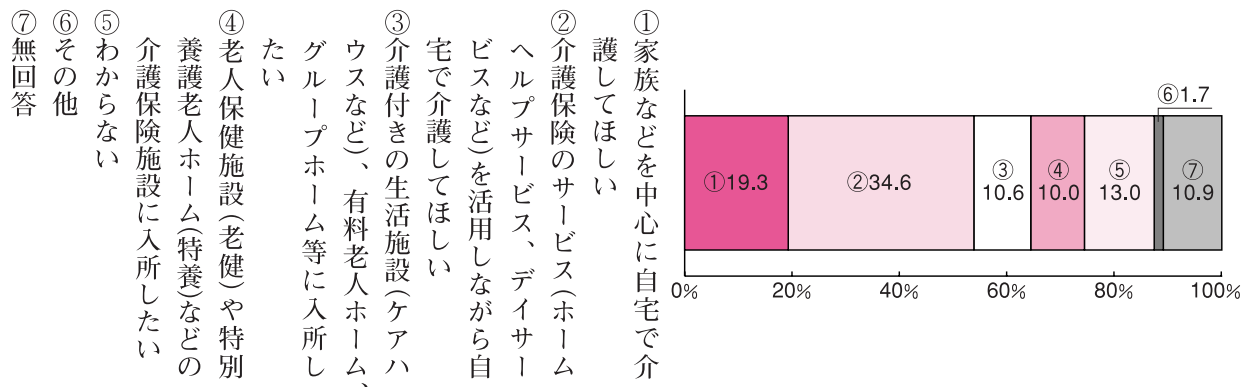
※実態調査結果報告書は福祉衛生課窓口で閲覧できます。

65歳以上高齢者（調査）

健康について、どのようなことが知りたいですか。

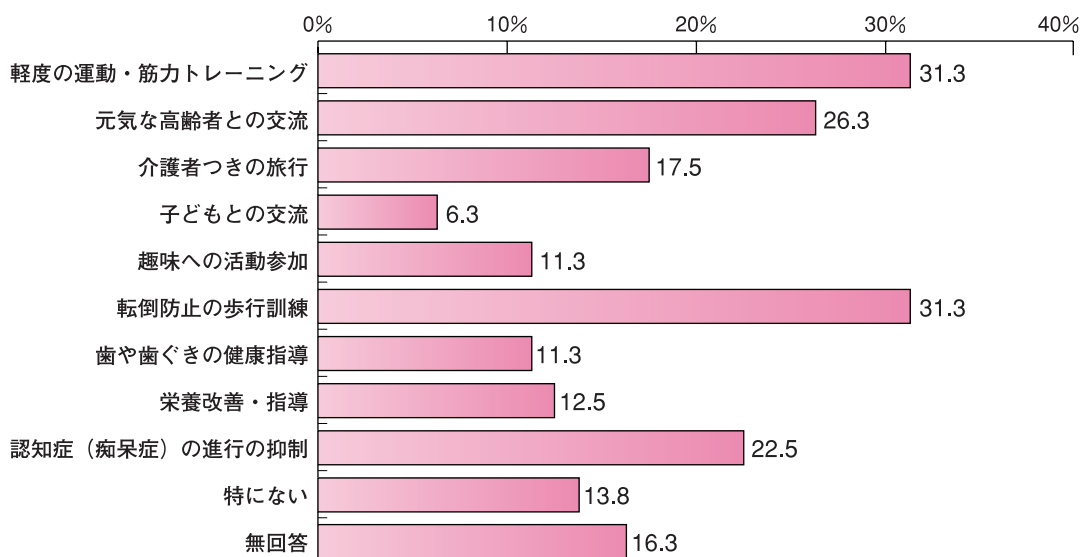


あなたご自身の介護が必要になった場合、どのようにしたいとお考えですか。



要介護認定者（調査）

平成18年度から次のようなサービスが実施された場合、利用したいですか。



このアンケート結果等を参考に、各種事業のサービス量を見込み、高齢者保健福祉計画推進委員会にはかり平成18年度からの介護保険料を算出していく予定となっています。



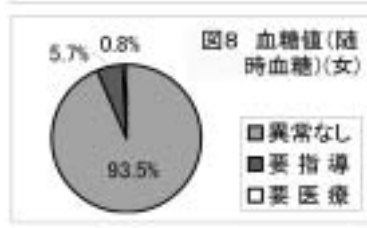
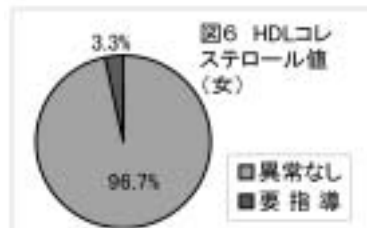
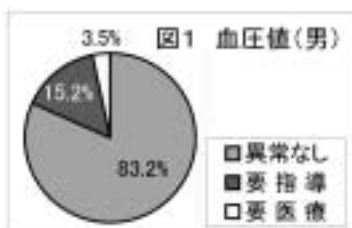
## メタボリックシンドロームにご用心！

保健師 芝崎江美子



メタボリックシンドロームとは、内臓に脂肪がつく内臓脂肪型肥満があり、さらに「血圧が高い」「血糖値が高い」「中性脂肪が高い・HDL（善玉）コレステロールが低いなどの脂質異常」のうち、2項目以上が重なった状態のことです。メタボリックシンドロームは、バランスの悪い食生活、運動不足、ストレス、飲酒・喫煙など不健康な生活習慣が原因で起こりますが、早期の段階では自覚症状がありません。放っておくと動脈硬化を進行させ、心臓病や脳卒中へとつながり命にかかわる場合もあります。メタボリックシンドロームを大きな氷山にたとえると、高血圧、糖尿病、高脂血症などの病気は、氷山から水面に出た一つの山のような状態で、投薬などの治療は単に山を削るにすぎません。運動習慣や食生活の改善により水面下にある氷山全体を溶かすことが重要です。

さて、今年の基本健診の結果を見てみましょう。図1から図10は、メタボリックシンドロームの危険因子でもある「血糖値」「中性脂肪値」「HDLコレステロール値」「肥満」についてまとめました。肥満・肥満傾向は男女共に3割以上です。その他は「要指導」「要医療」が男性に多くみられます。



## ◎メタボリックシンドロームを予防しましょう！

### ①バランスのとれた食事

- ・1日3食、規則正しく食べる
- ・主食・主菜・副菜をそろえる
- ・ゆっくりかんで腹八分目
- ・夕食の時間を早めに
- ・夕食では、高脂肪、高エネルギー食を避ける

### ②運動習慣

- ・仕事や家事の合間に意識してからだを動かす
- ・あと1000歩多く歩く
- ・週に2回、30分以上運動する

### ③生活習慣

- ・禁煙を実行
- ・お酒は適量（1日1合）
- ・十分な睡眠をとる
- ・趣味やリラックスタイムでストレス解消

生活習慣病の発生や重症化の予防には運動習慣を身につけることや食生活の改善が欠かせません。睦沢町の高齢化率も25%を超え4人に1人が65歳以上です。元気で長生き、これからは健康寿命を伸ばす時代！将来に向けて活動的な85歳を目標にしましょう。

④ 血糖値  
空腹時血糖 110 mg/dl 以上

③ 血圧値  
最高血圧 130 mmHg 以上  
最低血圧 85 mmHg 以上

② 中性脂肪値（トリグリセライド）  
150 mg/dl 以上、HDLコレステロール値 40 mg/dl 未満の両方またはいずれか

① 内臓脂肪型肥満  
ウエスト周囲径（へその高さの位置）を測定  
男性 85 cm 以上  
女性 90 cm 以上

◎チェックしてみてください！  
へメタボリックシンドロームの診断基準へ

# アスベスト含有家庭用品の処理について

① 家庭からアスベスト含有家庭用品を捨てる場合には、分解せず、そのままの状態では捨てるなど飛散させないようにしてください。

② 飛散性のアスベストが使用された製品（表の42. 石綿灰）を廃棄物として捨てる場合は、水などで湿らせて飛散しないようにした上で、ビニール袋で二重に梱包するなど、作業時にも飛び散らないようにお願いします。

◎ 一般家庭で使われており、かつ、一般廃棄物として排出される可能性がある、アスベスト含有家庭用品については、経済産業省ホームページ（アドレス：<http://www.meti.go.jp/press/20050912006/20050912006.html>）に、詳細なリストが掲載されていますので、参考にしてください。



## 問い合わせ先

環境省大臣官房廃棄物・

リサイクル対策室廃棄物対策課

☎03-3581-3351

千葉県環境生活部資源循環推進課廃棄物対策室

☎043-223-2685

睦 沢 町 環 境 課

☎44-2515

## ※経済産業省より公表されたアスベスト含有家庭用品（表）

	製 品 名	製造・輸入 開始年	製造・輸入 終了年
1	床材、壁紙	1954	2002
2	システムバス・ユニットバス・浴室ユニット等	1970	2004
3	水栓金具、排水栓	1949	2000
4	ガス用の配管、圧力調整器等	1971	2005
5	ファンヒーター（ガス・石油）	1970	2000
6	ストーブ（ガス・石油・電気）、パネルヒーター	1960	2002
7	給油・暖房ボイラ	1968	2002
8	温水機器（給油、風呂、電気温水器）	1968	2005
9	アイロン	1957	1990
10	オーブントースター、トースター、ロースター	1957	1991
11	オープンレンジ（電気、ガス）	1968	1991
12	キッチン、システムキッチン	1964	2004
13	クッキングカッター	1978	1997
14	ジューサー・ミキサー	1974	1997
15	黒板ふきクリーナー	1975	1995
16	照明器具、スタンド、蛍光灯安定器	1963	2005
17	健康器具（乗馬型フィットネス、マッサージいす）	1980	2004
18	除湿乾燥機	1996	2001
19	食器洗い乾燥機	1970	1980

	製 品 名	製造・輸入 開始年	製造・輸入 終了年
20	洗濯機	1967	2005
21	衣類乾燥機、電気乾燥機	1973	1984
22	掃除機、セントラルクリーナー	1971	2000
23	ソーラーシステム蓄熱槽	1980	1985
24	電気こたつ、電気あんか、足温器	1961	1990
25	コンロ、電気コンロ	1946	1992
26	電気ポット	1957	1986
27	冷蔵庫	1953	2005
28	ドリルドライバー、電気かんな	1969	2001
29	ヘアドライヤー、ヘアカーラー	1958	1985
30	ミシン用フットコントローラー	1964	1993
31	エアコン	1991	2003
32	自転車（ブレーキ）	1946	2005
33	ＯＨＰ、スライド映写機	1968	1974
34	写真用引伸機	1979	2005
35	耐火金庫	1966	1994
36	浄化槽	1973	1988
37	換気扇	1976	1992
38	防熱板	1981	1990
39	タオル蒸し器	1963	1966
40	電気炊飯器	1957	1980
41	電気鍋	1960	1972
42	火鉢用付属石綿灰（電気・ガス）	1956	1966
43	電磁調理器	1978	1980
44	暖房いす	1968	1969
45	トイレ（衛生器具、温水洗浄便座）	1962	2004
46	単相２線３０Ａアンプ		
47	ガラス製まほうびんの中びん	1961	1991

## 全国一斉「女性の人権ホットライン」

### 相談日の開設

夫による妻への暴力やセクハラ、ストーカー等の女性をめぐる各種の人権問題について「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、全国一斉に人権擁護委員が「女性の人権ホットライン」を通じて、相談に応じることになりました。

千葉県女性の人権ホットラインでは、次のとおり相談に応じますので、どうぞお電話ください。

と き 11月20日（日）  
午前10時～午後5時

#### 対応者

千葉県人権擁護委員連合会  
女性人権擁護委員（弁護士を含む）  
☎043-247-9922

#### 問い合わせ

千葉県人権擁護委員連合会事務局  
（千葉地方法律局人権擁護課内）  
☎043-247-3555

## 11月は動物による危害防止対策強化月間です。

動物は下記の事項に注意して適切に飼いましょう。

- ①動物には飼い主が判るよう名札を付けましょう。
- ②犬の登録と狂犬病予防注射を必ず受けさせましょう。
- ③飼い犬の放し飼いはやめましょう。
- ④ねこは、屋内で飼いましょう。
- ⑤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。
- ⑥犬やねこに、公の場所や他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。  
運動と排泄はしつけにより分けることは可能です。（睦沢町ポイ捨て行為の防止に関する条例適用）
- ⑦飼い主がいない犬やねこには、おやみにエサを与えないようにしましょう。
- ⑧フニ・ヘビ・サルなどの危険な動物を飼う場合は保健所長の許可が必要です。
- ⑨動物を飼えなくなった場合、新しい飼い主を探しましょう。

問い合わせ：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  
県庁衛生指導課 ☎043-223-2627  
環境課 ☎44-2515



## 教育委員会

教育委員会委員長

小川 澄 氏

職務代理者

飯塚 倉平 氏

委員

近藤みち子 氏

委員(新任)

石井 利行 氏

教育長(新任)

市原 享 氏



石井 利行 氏  
(岩井)

10月1日に行われた教育委員会会議で、小川澄氏が委員長に再任され、飯塚倉平氏が職務代理者に選任されました。

また、9月30日で久保田格郎委員、久我遵正委員(教育長)が退任され、新たに石井利行氏・市原享氏が9月議会会で教育委員の同意を得て、10月1日付で新委員に就任されました。市原享委員は、教育委員会会議で教育長に任命されました。

## 教育長就任あいさつ



市原 享 氏  
(寺崎)

このたび、永きにわたり教育長として数々の功績を残されました、久我遵正氏の後任として、10月1日付けで教育長を拝命いたしました。

今、少子化、高齢化社会の到来、情報化、国際化の進展など、急激に変化する社会環境の中で、家庭での教育力の低下等、子どもを取り巻く環境の変化への対応や、余暇の拡大による人々の価値観の多様化により生涯学習への期待と要望がよせられております。このような中、町の教育振興のため、地域や、家庭との連携を図り、将来の睦沢町を担う豊かな心と、心身共に健やかな子ども達の育成のため、学校教育の充実と、生涯学習、青少年の健全育成、国際化社会への対応、スポーツの推進、地域文化の振興等に誠心誠意努力する所存でございますので町民皆様方のあたたかいご支援とご鞭撻を賜りますようお願いいたします。

## 町職員の人事異動

敬省略(一)は旧職名

### 町長部局(10月1日付け)

#### 税務課

課長兼課税係長

鈴木 定男(税務課長)

#### 主事

宮崎 則彰(振興課主事)

#### 福祉衛生課

#### 課長

長谷 茂子(福祉衛生課長補佐)

社会福祉協議会  
事務局長(併任)

#### 建設課

#### 課長

宮崎 登身雄(福祉衛生課長)

### 社会福祉協議会

(10月1日付け)

#### 社会福祉協議会事務局

#### 事務局長

小高 佐和子(税務課長補佐  
兼課税係長)

## いい歯の日



— 11月8日 —



11月8日はいい歯の日です。町では、虫歯・歯周病予防と歯みがきの習慣をつけてほしいという目的で9月に幼稚園と中学校で歯科指導を行いました。子どもの仕上げみがきは小学校3年生まで必要です。歯肉炎は子どもの3人に1人の割合でかかっています。80歳まで20本の歯を保てるように歯みがきの習慣をつけましょう。

### 俳句

中秋の満月に妻何祈る  
松ヶ枝を抜けて和むよ月今宵  
点滴の粒を通して秋の空  
美しき今年の月見幻想に  
雨蛙我もよろこび秋の雨  
朝寒や滾るやかんの恋しかり  
すね齧りすねて因太し唐辛子  
秋深み淡藍色の遠嶺雲  
おもむろに煙草取り出す秋の夜  
自家米と積みて鉸前虫ららら  
少子化や親子でかがやく運動会  
曾孫達に祝品賜る敬老日  
帝草朝に夕に露光る  
蟬の急がぬ歩み枯れゆけり  
空蟬のつかむ力は夢追いか

鈴木 基次郎  
山本 阿以  
中嶋 重厚  
野村 信子  
野村 善之  
河野 悦子  
須田 ひろし  
津川 小汀  
葵 かける  
加藤 秀子  
篠田 とみ  
田辺 きわ子  
尾手 岳城  
田中 久子  
礎 石

宝くじ助成事業で太鼓購入  
大上ふるさと運動の会



平成17年度コミュニティ助成事業を受け、大上ふるさと運動の会では御囃子長胴太鼓2台（1.2尺）、締太鼓四丁掛8台、当り鉦がね、篠笛、パチなどを購入しました。

この助成事業は、全国自治宝くじ普及広報事業を財源として、コミュニティ活動の促進を図ることを目的に行われている事業です。

今後、大上ふるさと運動の会では太鼓や笛などを活用し、郷土伝統芸能の後継者を育成するとともに、地域のコミュニティ活動の活性化と自主的な地域運営に向けたさまざまな取り組みを進めることとしています。



睦沢中学校  
学校給食文部科学大臣表彰受賞

正夫 正 文 遵 園山 我 御古 久  
 長 校 長 町中 学 長 沢中 学 長 沢中 学 長 睦 睦 前  
 去る9月8日(木)に第56回  
 全国学校給食研究協議大会が  
 青森県で開催され、睦沢中学  
 校が学校給食文部科学大臣賞  
 を受賞しました。  
 この賞は、給食施設の衛生  
 管理を適正に実施し、積極的  
 に学校給食を活用した食に関  
 する指導に取組んでいる学校  
 等が表彰されます。  
 今年度は、全国で67団体と  
 個人30名が表彰されました。



— 写真左のにこやかな久保田周治さん —



— 椅子に座り、にこやかな海老根つるさん —



また、この度百歳以上、女性3名、白寿(99歳)、男性1名、卒寿(90歳)、男性5名、女性18名、米寿(88歳)、男性12名、女性28名、喜寿(77歳)男性33名、女性51名の方々へ町からお祝金が贈られました。

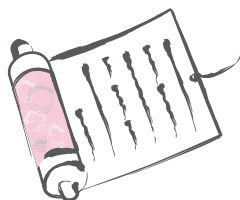
久保田周治さん（大上）、海老根つるさん（上市場）のお二人がこの度百歳を迎えられました。これに際し、内閣総理大臣から祝状及び記念品が贈呈されました。

祝状等は、10月7日(金)に  
お二人をお祝いに訪問した、  
長生健康福祉センター所長及  
び睦沢町長から手渡されまし  
た。

10月1日(土)午後1時30分  
から公民館で、古文書学習法  
のひとつとして人名と数字を  
覚えて帳簿を読む方法などを  
紹介しました。

講師は、歴史民俗資料館学  
芸員久野一郎。参加者20名。

第23回歴史学講座  
「江戸時代古文書の学習法」





— 華麗なフラダンスを披露する皆さん —

## ふるさと芸能発表会

ふるさと芸能発表会が、9月25日(日)にゆうあい館で開催されました。  
当日は、町民の皆さんが日頃から練習されている成果を存分に発揮して会場を沸かせました。

## 写真撮影会

**とき** 12月3日(土)  
**ところ** 町中央公民館バスで  
☆東京都 新宿御苑  
神宮外苑 銀杏並木方面  
**費用** 1,000円  
昼食は各自負担  
**募集人員** 15名  
**参加資格** 町内在住又は勤務されている方及び町写真クラブ員

## 創作美術展2005

**とき** 11月3日(木)～6日(日)  
**ところ** 公民館・ゆうあい館

趣味として楽しみ創られた作品を展示します。  
町内の多くの方々のすばらしい作品をぜひご覧ください。

## 11月のクラブ行事・その他

団体名	活動日	時間
歌謡芸愛好会(バンド)	6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)	9:00
ザ・ペンチャーズ(バンド)	5日(土)・12日(土)・19日(土)	18:00
睦沢読書の会	11日(金)・25日(金)	13:00
睦沢陶芸クラブ	20日(日)・27日(日)	9:00
ヨーガサークル	3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)	14:00
ひかり太鼓	2日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)	13:00
ひまわりクラブ	3日(木)	10:00
押し花サークル	12日(土)	13:30
絵手紙サークル	13日(日)・27日(日)	13:30

団体名	活動日	時間
咲友会(民謡)	5日(土)・12日(土)・19日(土)	9:00
寿扇会(日舞・新舞踊)	5日(土)・19日(土)	19:00
民謡クラブ	12日(土)	11:00
フラワークラブ	16日(水)	9:30
詩吟クラブ	9日(水)・23日(水)	13:30
洋裁クラブ	8日(火)・22日(火)	9:00
野菊の会(コーラス)	2日(水)・16日(水)	9:30
カラオケ愛好会	5日(土)・12日(土)・19日(土)	18:30
町碁会	19日(土)	13:00
町将棋会	20日(日)	9:00
IT研究会(情報通信)	5日(土)・19日(土)	19:00
成人書道クラブ	6日(日)	13:30
手編クラブ	12日(土)・26日(土)	13:30
太巻き寿司クラブ	19日(土)	13:30
生け花サークル	5日(土)・19日(土)	18:30
着付けサークル	5日(土)・26日(土)	13:30
ふれあいダンス(社交ダンス)	5日(土)・12日(土)・19日(土)	19:00
ワヒネ・フラ【A】(フラダンス)	10日(木)・24日(木)	13:00
ワヒネ・フラ【B】(フラダンス)	5日(土)・19日(土)	19:00
社交ダンスサークル	1日(火)・3日(木)・8日(火) 10日(木)・15日(火)・17日(木) 22日(火)・24日(木)	13:00
ペイントHRO(トールペイント)	2日(水)・16日(水)	9:00
アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	1日(火)・15日(火)	9:00
友の会(フラダンス)	12日(土)	19:00
フォークダンスサークル	2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)	13:30
民謡クラブ	5日(土)・12日(土)・19日(土)	13:30
東扇会(日舞)	2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)	13:00
琴美会(大正琴)	3日(木)・17日(木)	10:00
ダンスタンポポ(社交ダンス)	5日(土)・12日(土)・19日(土)・26日(土)	13:00

## 11月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
創作美術展	9:00	3日(木)～6日(日)
陶芸教室	13:00	6日(日)
成人絵画講座	13:30	6日(日)・20日(日)
太巻き寿司教室	9:00	12日(土)
パッチワーク教室	13:30	13日(日)
おはなし “もこもこ”	10:00	19日(土)
書道教室	9:00	13日(日)・27日(日)
絵画教室	9:30	27日(日)
睦和大学	9:00	5日(土)
料理教室	13:30	26日(土)
押し花教室	13:30	26日(土)
男性料理教室	9:00	23日(水)
リーダー講習会	10:00	26日(土)
フラワーアレンジメント教室	13:30	27日(日)





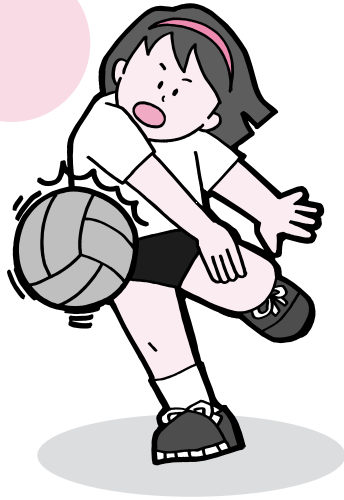
# 総合運動公園だより

☎44-1565

11月の休館日

7日(月)  
14日(月)  
21日(月)  
28日(月)

## スポーツの秋を楽しもう! 総合スポーツ大会開催



町体育協会では毎年開催している総合スポーツ大会の内容を改め「みんなで楽しめる秋のスポーツ大会」を開催します。ぜひご参加ください。

とき 11月13日(日)  
午前8時30分開会式

ところ 総合運動公園

主催 陸沢町体育協会

競技種目

☆グラウンドゴルフ 午前9時

(小学生の部・一般の部)

※雨天の場合20日(日)へ順延

☆ソフトバレーボール 午後1時

(小学低学年の部・小学高学年の部・一般の部)

参加対象 町内の小学生・一般

一組4〜6名

申込方法 申込み用紙に必要事項を記入の上、  
11月6日(日)までにお申込みください。

### 11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	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
	13:30	太極拳クラブ
		少年柔道クラブ
	18:00	陸沢アウレッツ (ミニバス)
		陸沢アウルス(バスケット)
	18:45	練心会 (少年剣道)
水曜日	20:00	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	太極拳クラブ
	19:00	鳴子会 (よさこい踊り)
	19:30	ヒロ・ダンス・トゥループ (洋舞)
木曜日	19:00	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)

木曜日	18:00	陸沢アウレッツ (ミニバス)
	18:45	練心会 (少年剣道)
	20:00	剣友会 (剣道)
金曜日		青年バレー
	10:00	わかば会 (女性ソフトテニス)
	18:00	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)
	13:00	陸沢テニスクラブ
	18:00	陸沢アウレッツ (ミニバス)
		陸沢アウルス(バスケット)
		少年柔道クラブ
	18:45	練心会 (少年剣道)
		みな会の会 (女性バレー)
20:00		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。

### 11月の教室開催日

幼児親子運動教室	10:00~11:00	4日・11日・18日・25日
幼児リズム運動教室	9:00~12:00	5日・12日・19日・26日
軽スポーツ教室小1	16:00~17:00	4日・11日・18日・25日
軽スポーツ教室小2	17:00~18:00	4日・11日・18日・25日
軽スポーツ教室小3	18:00~19:00	9日・16日・23日・30日
卓球教室	10:00~12:00	6日・27日
ウエルネス教室	13:30~15:00	4日・11日・18日・25日
エアロビクス	19:30~20:30	4日・11日・18日・25日



・教えて！



ねんきん

ななちゃん

## 年末調整、確定申告には 社会保険料控除証明書を

所得税法等の一部が改正され、平成17年分の所得の申告から、国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合に1年間に納付した国民年金保険料を証明する書類を添付や提示することが義務付けられました。

このため、生命保険会社から送付される控除証明書と同様に、1年間に納付した国民年金保険料の額を証明した控除証明書（ハガキ）が、社会保険庁から11月上旬に送付されます。年末調整又は確定申告の手続きの際は必ずこの証明書や領収書が必要になりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

問い合わせ（専用ダイヤル）

☎ 0570-009911



月 日	茂 原 地 区		一 宮 地 区
	内 科 系	外 科 系	
11・3	志 鎌 医 院 22-5105	茂原機能クリニック 25-7755	岡田眼科医院 42-3529
6	大 木 医 院 23-2546	鎗田整形外科医院 24-8686	秋 場 医 院 42-3323
13	茂原中央病院 24-1191	君 塚 病 院 25-1811	清 水 医 院 42-2950
20	長 生 病 院 34-2121	菅 原 病 院 25-1171	長生八積医院 32-3282
23	宮 山 医 院 22-4873	森 川 病 院 25-2510	長 生 診 療 所 32-3303
27	鈴 木 医 院 22-2630	長 生 病 院 34-2121	鈴 木 医 院 42-3111

夜間診療 診療科目 内科・小児科 診療時間 午後8時～11時まで  
 夜間急病診療 茂原市八千代1-5-4（消防署裏） ☎24-1010  
 夜間急病診療 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

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  
 ☎24-1011



## 九十九祭開催

### ● 1日目

**と き** 11月12日(土)  
午前10時～午後2時30分

**ところ** ときわぎ工舎  
睦沢町長楽寺496

**内 容** 自主製品の販売(パン、味噌、ジャム等)等

#### 問い合わせ

ときわぎ工舎 ☎44-2299

### ● 2日目

**と き** 11月13日(日)  
午前10時～午後2時30分

**ところ** 横の木学園  
睦沢町上市場693

**内 容** 楽しく遊べる企画や、福祉について皆さんと考える企画、バザー等

#### 問い合わせ

横の木学園 ☎44-1212

## 『第5回市津湖(長柄ダム)周辺ウォーキング大会』開催

紅葉の美しい長柄ダム周辺をウォークしてみませんか?

**と き** 11月19日(土)  
午前9時集合  
(受付 午前8時30分～)

**ところ** アウトレットコンサート長柄横の都市交流センター前(大会会場)

**参加方法** 当日、会場で受付

**コース** 4kmコース、9kmコース  
及び13kmコース  
各自選択

#### アトラクション等

和太鼓演奏、農産物即売会等

#### 持ち物等

帽子、水筒飲み物、お弁当等は各自で持参

#### 問い合わせ

水資源機構 千葉用水総合事業所  
総務課 ☎047-483-0722

## 自衛隊生徒を募集

自衛隊では、中学校卒業者を対象とした自衛隊生徒(陸、海、空)を募集しています。

#### 1 応募資格

平成18年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で中学校を卒業または卒業見込みの者  
(平成元年4月2日～平成3年4月1日までに生まれた者)

#### 2 受付期間

平成17年11月1日(火)～平成18年1月10日(火)まで  
※締め切り日必着  
願書等につきましては、自衛隊茂原募集事務所で配布しています。

#### 3 試験日

平成18年1月14日(土)  
※試験場は、受験票交付時にお知らせします。

#### 4 身分

試験合格後特別国家公務員となります。

**問い合わせ** 自衛隊茂原募集事務所  
☎25-0452

## 【ジョブカフェちば出張版】

若者ひとりひとりが「自分にピッタリの仕事」に出会えるように、トータルなサポートを展開している「ジョブカフェちば」が茂原市に出張してきます。

**参加費**：無料、事前予約制で定員に達し次第締め切らせていただきますので、お早めにご予約ください。

**と き**：11月10日(木)  
1月20日(金)  
2月10日(金)  
3月1日(水)

**ところ**：茂原駅前学習プラザ  
(JR茂原駅南口サンヴェル6F)

#### 内容・定員

個別相談(各日10名)  
求人案内セミナー(各日20名)

#### 参加対象者

長生郡市・夷隅郡市に在住・在勤・在学の16歳から34歳までの方で、今現在求職活動を行っている方。

#### 申し込み・問い合わせ

茂原市商工観光課 ☎20-1528

## 平成17年度心の健康市民講座のご案内

長生保健所では、一般の方を対象に『心の健康講座』を実施しますのでご参加ください。

#### とき・内容

**11月25日(金) 午後1時30分～3時30分**  
**講演：『今、家族を問い直す』**

**講師**：ちば心理教育研究所長 光元 和憲 氏

**12月7日(水) 午後1時30分～4時**  
**フォーラム：『地域で生活するために』等**

**発言者** ・精神科ユーザー  
・グループホーム『スペースぴあ』  
施設長 木村 潔 氏 他  
**講 話** 中核地域生活支援センター  
長生ひなた所長 渋沢 茂 氏

**ところ** 上記いずれも 長生合同庁舎 4階 大会議室

**定 員** 50名(先着) 受講料 無 料

#### 申し込み・問い合わせ

千葉県長生保健所 ☎22-5167 FAX24-3419

#### 申し込み方法

下記締切までに、電話、FAXでお申し込みください。

11月25日(金)の講演の締切 11月18日(金)  
12月7日(水)のフォーラム等の締切 11月30日(水)

## 相 談

### ●行政・人権相談

**と き** 11月9日(水)  
午後1時～4時  
**ところ** 農村環境改善センター  
**問い合わせ**  
役場住民課 ☎44-2503  
役場総務課 ☎44-2500

### ●心配ごと相談

**と き** 11月8日(火)  
午後1時～4時  
**ところ** 農村環境改善センター  
**問い合わせ** 町社会福祉協議会  
☎44-2514

### ●健康栄養相談

**と き** 11月15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  
**問い合わせ**  
役場福祉衛生課  
☎44-2506

### ●乳児健康相談

身体測定や栄養・育児・菌に関する相談を行います。  
**と き** 11月29日(火)  
午後1時30分～3時  
**ところ** 農村環境改善センター  
**問い合わせ**  
役場福祉衛生課  
☎44-2506

### ●1歳6か月児健康診査

身体測定や歯科、内科健診と栄養、育児に関する相談を行います。  
**対 象** 平成16年3月～5月生まれ  
**と き** 11月25日(金)  
午後12時45分～1時受付  
**ところ** 農村環境改善センター  
**問い合わせ**  
役場福祉衛生課 ☎44-2506

### ●3歳児健康診査

身体測定や歯科、内科健診と栄養、育児に関する相談を行います。  
**対 象** 平成14年6月～8月生まれ  
**と き** 11月25日(金)  
午後1時～1時15分受付  
**ところ** 農村環境改善センター  
**問い合わせ**  
役場福祉衛生課 ☎44-2506

### ●法律相談

**と き** 11月21日(月)  
午前10時～正午  
**ところ** 役場1階町民相談室  
◎ 要予約 先着6名まで  
◎ 相談時間 1人20分  
◎ 相談料 無 料  
**申し込み・問い合わせ**  
役場総務課 ☎44-2500  
**と き** 11月18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  
※11日(金)午前9時から電話で予約

### ●労災保険制度全般の相談を受け付けます。

財団法人 労災保険情報センター(RIC)では、厚生労働省の委託を受けて労災保険制度全般のご相談をお受けしています。  
相談は無料で秘密は厳守いたします。お気軽にご相談ください。  
**問い合わせ**  
(RIC) 財団法人  
労災保険情報センター千葉事務所  
**受付時間**  
午前9時～正午、午後1時～5時  
フリーダイヤル  
☎0120-634-874

## く ら し

### ゆりの木ギャラリー『谷川 裕光 作品展』

☆谷川氏は、成東町在住。こころの中に浮かびあがる世界を油彩と木版に表現してみました。  
**と き** 12月16日(金)まで  
午前9時～午後4時30分  
※土、日曜日、祝日は休館ですが連絡をいただければお開けします。  
**ところ** 檣の木学園  
睦沢町上市場693  
**問い合わせ**  
檣の木学園 ☎44-1212

## ゴミの収集日

#### ☆1コース

燃えないゴミ… 11月 8日(火)  
資源ゴミ… 11月15日(火)  
粗大ゴミ… 11月22日(火)

#### ☆2コース

粗大ゴミ… 11月 5日(土)  
資源ゴミ… 11月10日(木)  
燃えないゴミ… 11月17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分までに出示してください。

### 誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区 名	月日
福浦 康広 ゆう子	わなか 和南花	女	大上	9/11
石井 利浩 順子	ゆうと 優都	男	下之郷	9/18
下野 義尚 浩子	きら 輝星	女	上市場	9/25

睦沢町の人口と世帯  
10月1日現在 ( )は前月比  
人 口 8,044人 (－12人)  
男 3,909人 (－7人)  
女 4,135人 (－5人)  
世帯数 2,517戸 (－2戸)

### 結婚 末永くお幸せに

区 名	氏 名
上市場	川崎 文貴 由紀子
上市場	東條 克彦 絵里
川島	安谷屋 勝 瞳
長楽寺	中村 敦 恵子

### 弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区 名	月日
藍 勇	65	川島	9/5
木村 愛	74	佐貫	9/9
江澤 以し	106	長楽寺	9/13
市原 喜美	90	寺崎	9/16
露崎 久	81	上市場	9/17
奥山 恭子	85	長楽寺	9/19
若菜 亮	87	大上	9/19
高貫 きく	74	大上	9/22
宮崎 俊子	90	寺崎	9/22

## ブレイクタイム



▲▼ふるさと芸能発表会



## 福祉作文・福祉標語を ご覧ください

町社会福祉協議会では、小学生と中学生の福祉作文と福祉標語（小学生のみ）町役場1階町民ホールと公民館ロビーに11月8日～30日まで掲示しますので、ぜひご覧ください。

## 編集後記

今年は、梅雨の時期に雨が少なかったせいか、いわゆる『秋晴れ』が少なかった気がします。気温が下がるのも遅かったようで、日光では10月中旬にほぼひと月遅れで初霜がおりたそうです。冬の寒さは苦手ですが、やはり四季があってこそ風情のある日本。この異常気象は心配ですね。

(A・T)



## ベジタブルチャウダー

### 材料(4人分)

スライスベーコン.....2枚	スープ.....600ml
玉ねぎ.....1/2個	塩小さじ.....2/3
ミックスベジタブル...120g	こしょう.....少々
バター.....大さじ1	パセリ.....みじん切り
小麦粉.....大さじ3	クルトン.....5g
スキムミルク.....60g	

### 作り方

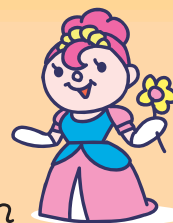
- ①鍋にバターを熱し、さいの目切りした玉ねぎを、色つかない程度に炒め、さらに、1cm幅に切ったベーコンを加えて炒める。
- ②①の火を止め、小麦粉をふり入れてよく混ぜ、スープで溶いたスキムミルクを加えて、鍋底が焦げないように混ぜながら再び火にかける。沸いてきたらミックスベジタブルを加えて塩、こしょうで調味し、パセリとクルトンをあしらう。

1人分栄養量 エネルギー177kcal たんぱく質8.2g 脂質7.1g  
カルシウム178mg 塩分1.3g

カルシウム補給になるスープです。



## 今月のプリンセス



田中 あさひちゃん

平成15年9月11日生（上之郷） 父与志男さん♥母裕子さん

初めて覚えた言葉は「ジャイアン」というほどドラえもののアニメが好きなあさひちゃん。ビデオを自分で入れて観ています。ジャイアンが出てくると大喜び！

ジャイアンよりも大好きなのがお姉ちゃん。お姉ちゃんがいるとお昼寝も忘れて、おまごとや、かけっこをして遊んでいます。

最近はどんぐり拾いに夢中です。特に帽子のついたどんぐりがお気に入り。毎日拾って、おもちゃの車の中に集めています。



プリンス・プリンセス募集！ ☆掲載ご希望の方は総務課総務係まで。☎44-2500