

睦沢

広報 むつざわ
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



もくじ

地域の目を養いましょう	P 2
手数料を改正します	P 3
Health 人 Health 心 Health	P 4
新たな障害福祉サービス	P 5
まんすりーむつざわ	P 6～7
くらしのカレンダー	P 8～9
公民館だより／ほか	P 10～15

生き生き先生と遊んだよ

—睦沢幼稚園 1月24日(火)—

おじいちゃん、おばあちゃんから教わる昔ながらの楽しい遊びに、子ども達は夢中です。

(関連記事は、P7)

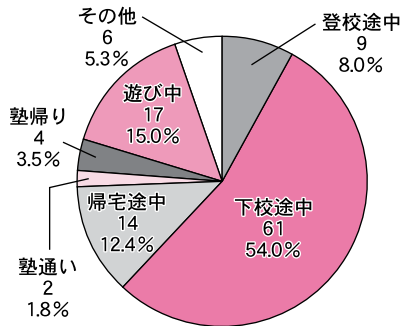
●子どもを犯罪から守るため●

『地域の目』を養いましょう

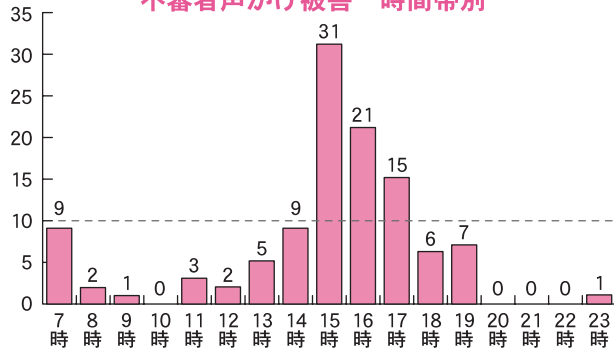


日常生活の中で、子どもを見守ってください
(写真は、下校する生徒に声をかける森川善三郎さん)

平成16年 千葉県内
不審者声かけ被害時の態様別



平成16年 千葉県内
不審者声かけ被害 時間帯別



- 不審者に声を掛けられたり、追いかけられたら
- ☆逃げ出す
- ☆「助けて」など大声で叫ぶ
- ☆防犯ブザーを鳴らす
- 不審者を見かけたら
- ☆大人にすぐ知らせる

どうやって守ればいいのか？

子ども達へお願い

登下校時等の子どもに対する犯罪がとりざたされている。昨今、子どもを犯罪から守るためには保護者の皆さん、学校関係者の方々はもちろんのこと、地域にお住いの皆さんのご協力も大切になります。また、日頃から子ども達自身に「自分たちの身は自分で守る」ことを身につけさせることも大切です。

犯罪に関するご連絡先は
一宮幹部交番 ☎44-2121
茂原警察署 ☎22-01110

保護者の方へお願い

不審者の声掛けから難を逃れた手段としては、「その場から逃げ出した」が最も多いことから日頃からお子さんに、「不審者と遭遇した場合には、「その場からすぐ逃げ出す」ことや「抵抗する」ことを教えることが大切です。

地域の皆さんへお願い

被害から子ども達を守る一番の力は「地域の目」です。日常の様々な場面（ゴミ出し、屋外の清掃、買い物、犬の散歩等）で子ども達を見守っていただくことが大切です。地域の皆さんによる「見守り活動」にご協力ください。

防犯ボランティアも活動しています

町内の小・中学校の児童、生徒が安全な登下校を行うため、地域住民の皆さんのご協力により、パトロールや交差点等での指導、安全確保などとともに「声をかけあう」運動を展開しています。

☆街頭啓発にご協力いただける方は防犯ボランティアの腕章を付けていただき、登下校の時間帯にお宅の最寄りの場所での街頭啓発をお願いします。

※防犯ボランティアにご協力いただける方は左記までお問い合わせください。

睦沢町教育委員会社会教育課
(中央公民館) ☎44-0211



登校する土陸小学校生徒

防犯ボランティアの声

田邊 廣昭さん(長楽寺)
「子ども達の登校時間に合わせて、防犯ボランティア活動に参加するようにしています。これだけ物騒な事件が頻発しているのですから、こうした活動にはできるだけ協力していきたいですね。」

森川 善三郎さん(大谷木)
「うちの畑に沿った道が通学路になっています。日頃から下校途中の子ども達が見せると「おかえり」と声をかけています。」

皆さんの日常生活の少しの間を子ども達への見守りにあてていただくことは、防犯への大きな効果になります。無理のない範囲でのご協力をお願いします。



4月1日から

住民票などの
手数料を改正します

町で発行する住民票の写しなどの証明手数料が4月1日から改正になります。これまで手数料1通につき**200円**を、**300円**に変更します。

なお、郵送で証明書を請求する場合は、**4月1日**消印分から改正後の手数料となります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

主なものは下記のとおりです。

種 類	単 位	改正前	改正後
<ul style="list-style-type: none"> ・住民票（除票を含む）の写し ・戸籍の附票（除票を含む） ・外国人登録に関する証明 ・埋、火葬に関する証明 ・身分に関する証明 ・印鑑登録証明書 ・納税及び公課に関する証明 ・所得及び資産に関する証明 ・その他の証明 	1枚につき	200円	300円
<ul style="list-style-type: none"> ・土地及び家屋の評価等に関する証明（評価証明書など） ・世帯全員の住民票の写し 	1枚につき （1枚増すごとに）	200円 （50円）	300円 （50円）
<ul style="list-style-type: none"> ・公簿、公文書及び公函等の閲覧、照 hands 手数料 （住民基本台帳一覧表の閲覧など） 	1人1種類30分 ごとに （30分未満の端数は） （30分に切り上げる）	200円	300円

問い合わせ ☎役場住民課44-2503・役場税務課44-2502

『土地所在地順一覧表』を閲覧される方へ

現在ご利用いただいております『土地所在地一覧表』の閲覧サービスにつきましては、プライバシー保護の観点から、平成18年3月31日をもちまして終了させていただきます。

※4月1日以降は、法務局で閲覧してください。

問い合わせ 役場税務課☎44-2502



あなたのところは、健康ですか？



保健師 藤生 智子

現代生活において、誰もが複数のストレスを持っていると言われます。

3月は年度末を迎え、忙しい日々を送っている方や、4月からの新しい生活の準備に追われている方もいるかと思えます。人は、何かを集中し終えた時、「気が抜けた」「ホッとした」などよく口にします。何かに集中することは大切ですが、それが悪いストレスになっている場合は身体にはよくありません。

悪いストレスは、多くの病気と関連があることがわかって

きました。その中で特にストレスと関係がはっきりしているものは、心身症といわれます。胃潰瘍はストレスと関係がある代表的な疾患です。そのほか、過敏性大腸症候群・自律神経失調症も心身症の一種です。また、最近多いうつ病もストレスなどによって脳内の神経が上手く伝わらないためにおこります。

【うつ病について】

うつ病は、気分がふさぎ込んで憂うつになったり、無気力な状態が続く、日常生活に支障をきたしてしまう病気です。気分の落ち込みや、それによる不調が2週間以上続く場合は、単なる「気分の落ち込み」とは思わず、精神科や心療内科を受診しましょう。

もし、家族や友人、会社の同僚がうつ病で悩んでいたとしたら、頑張りたくても、頑張れないうつ病の方にとって「頑張ってください!」という励ましの言葉は逆効果です。外出や運動は無理に進めず、ゆっくり休ませてあげましょう。

〈どんな人がなりやすい?〉

- ・几帳面な人 ・完璧主義の人 ・向上心が強い人 ・努力家
- ・気配りしすぎの人 ・他人の目や考えが気になる人

〈症状〉 気分の落ち込みやそれによる不調が2週間以上続く場合は、心療内科等を受診しましょう

(ころの症状)	(身体症状)
<ul style="list-style-type: none"> ・つまらない、寂しい、気が滅入り何事も楽しめない ・やる気がでない、何事もおっくう ・自信がなくなった、何かするにも不安で失敗しそう ・考えがまとまらない、判断力が低下した ・自分がつまらない人間に思える ・自分を責める ・苦しくて生きていても仕方がないと思う 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体がだるく、疲れやすい、眠れない、食欲がない ・動悸、胸に圧迫感や息苦しさをを感じる ・吐き気、嘔吐、胃痛、便秘、下痢、腹痛がある ・よく汗をかく、ほてり、手足のしびれる感じ ・頭痛、頭重感、めまい、首や肩のこり ・目が疲れる、ちょっとした音が気になる

ポジティブ思考のための4か条

1 肩の力を抜いてリラックス

がんばりすぎてもよい結果が出るとは限らない。ときには肩の力を抜いて、心の負担をとり除こう。

2 ストレスは早めに解消

趣味や旅行、映画鑑賞、スポーツなど、普段の生活とはちがった楽しみを持って、上手に気分転換をはかろう。

3 もっとコミュニケーションをとろう

なんでも相談できる友人や職場の同僚、そして温かく見守ってくれている家族とのコミュニケーションを大切にしよう。

4 その日の疲れはその日のうちに

疲れはためないことが第一。気持ちのよい入浴やたっぷり睡眠をとるなど、その日の疲れはその日のうちにとろう。



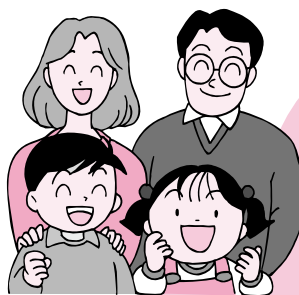
【ストレスは感じ方で違うもの】

ストレスには、いいストレス・悪いストレスがありますが、あくまでも主観的なものです。同じ状況でも、それをストレスと感じるかどうかは、人によってまちまちだからです。例えば、仕事で時間が切迫してきた時、それをストレスと感じる人もいれば、逆にやる気が高まる人もいます。どちらかに決めるのは、その人その人です。

悪いストレスをなるだけ溜めないようにして、毎日気持ちよく過ごしたいですね。

福祉衛生課からお知らせです

新たな障害福祉サービスが開始されます



「障害者自立支援法」が4月1日から施行されます。

これまで別々であった障害者へのサービスが一元化されるほか、利用者負担も見直されるなど障害保健福祉サービスが変わります。

○利用者負担

原則1割の利用者負担と食費などの実費負担が必要となります。ただし、月額負担上限額が設定されるほか、所得の低い方には各種の軽減措置があります。これらの軽減措置を受ける場合には、福祉衛生課で申請手続きを行ってください。

現在、障害保健福祉サービスを受けている方は、3月31日までに利用者負担額の見直し手続が必要です。

問い合わせ

役場福祉衛生課 ☎ 44-2504

サービス内容	移行時期	移行手続き
居宅支援サービス	4月1日から	平成18年4月から9月までは、「みなし支給」が適用される。 なお、精神障害者については、3月31日までに新たに支給決定が必要。
施設支援サービス	10月1日から	現在施設を利用している方は、施設が新サービスに変わっても平成24年3月までは利用可。（支給決定は必要）
更生・育成医療・精神通院公費負担医療	4月1日から	3月31日までに、みなし支給認定が必要。

シルバー人材センター 会員募集



シルバー人材センター会員による作業

60歳から70歳の健康で就労意欲のある方を対象に会員を募集します。
豊富な知識・経験・技能を生かしてみませんか。

申し込み・問い合わせ

町社会福祉協議会内の
睦沢町シルバー人材センター

☎44-2514または☎44-1777

※シルバー人材センターでは技術の向上・取得のためシニアワークプログラム(技能講習会)を行っております。

俳句

凍み豆腐吊られ干されて妻恋郷
立春の光に向きて俳諧人
アネモネはクリスタルガラスに映えにけり
春立つや障子を開けて部屋広し
内庭に太き氷柱やなぞてみる
雪あかり障子の外に誰かいる
起き抜けの素足噛みつく凍て廊下
雨の音根で聴いてみる名草の芽
手すさびの一人綾取り春炬燵
遠景に富士しつかりと春立つ日
おでん煮る誰かが来そうな厨かな
節分会善男善女人の波
暖房に嬰子眠りや籠の中
早春や仔牛のあまへ眺ねはねる
雲遠く風の抜けゆく桔野かな
名無し草春の息吹でよみがえり

小 篠 加 田 尾 田 葵 海 津 須 野 野 河 中 山 鈴
高 田 藤 辺 手 中 保 川 田 村 村 野 嶋 本 木
い と 秀 き 岳 久 か 小 ひ 善 信 悦 重 阿 基
わ み 子 わ 城 子 ける 照 汀 し 之 子 子 厚 以 次 郎

大上区・瑞沢小学校が 知事賞・千葉県道路協会長賞を受賞！

1月27日に千葉県道路協会主催の平成17年度道路功労者等に対する表彰が行われ、睦沢町では大上区が永年にわたり、区長を中心に県道大多喜一宮線及び県道夷隅瑞沢線の路肩等の除草作業を年2回毎年実施している事と区域内の県道の歩道整備や道路改良に区民一丸となり取り組んできた功績により知事賞を受賞されました。

瑞沢小学校は、平成6年3月から環境美化と道路愛護ボランティア精神を養うため、通学路を中心に年2回瑞沢クリーン作戦と題し、ゴミ拾いを行ってきた功績により平成15年の日本道路協会道路功労者表彰に続き、今回千葉県道路協会道路協会長賞を受賞されました。



左から 長生地域整備センター所長 吉野 昭 生
(敬称略) 大上区長代理 鈴木 治 夫
瑞沢小学校長 中村 一 男
建設課長 宮崎 登身雄

綺麗な地域 づくり活動



ゴミ拾いを行う上市場老人クラブの皆さん



ゴミ拾いを行う大上クラブの皆さん

大上クラブの皆さんの美化奉仕活動として県道夷隅・瑞沢線のゴミ拾いが1月30日(月)に行われました。

当日参加した約20名の皆さんにより空き缶等、300kgのゴミが集められました。

また、上市場老人クラブの皆さんの美化奉仕活動として上市場一ツ川橋から富貴薬橋間のゴミ拾いが1月28日(土)に行われました。

当日は、約20名の皆さんによりゴミはきれいに片づけられました。

ご協力いただいた皆さん、ご苦労さまでした。

体験

子供ゴルフ教室



軽快なスイングでナイスショット

睦沢町体育協会主催によるゴルフ教室が2月12日(日)に開催されました。

これは、子ども達に性別や年代にこだわらず楽しめるゴルフの面白さや、プレーを通して人とふれ合うことの大切さを学んでもらいたいとの趣旨から開催されています。

この日も、子どもたちは指導を受けたポイントを確認しながら、かごいっぱいのボールがなくなるまでスイングを続けていました。

※教室に関する問い合わせは
総合運動公園

☎ 44-1651

活き活き先生と遊んだよ

睦沢幼稚園で1月24日(火)に『活き活き先生と遊ぼう』が開催されました。

これは、保護者や上之郷老人クラブの皆さんに活き活き先生になっていただき、園児達にこま回し、お手玉等の昔ながらの遊びを教えていただくものです。

園児達は、なれない遊びに最初はとまどっていましたが、おじいちゃん、おばあちゃんをはじめとした活き活き先生の優しく丁寧な指導もあり、みるみる上達。多くの皆さんとふれ合い、いろいろな遊びを経験した園児達からは笑顔がこぼれていました。



お手玉もだんだん上手になりました

活き活き先生から
子ども達へ

飯塚 源吾 さん(上之郷)

子ども達とふれ合うことで、私達も元気になれます。これからもこうした会には参加して行きたいと思います。

小高 知枝 さん(上之郷)
田中 正子 さん(上之郷)

今日、熱心にいろいろな遊びに取り組んだように、子ども達にはこれからも志を大切に、何事にも粘り強く取り組んでほしいと思います。
また、人とのふれ合いの中で、相手を思いやる心も育んで行っていたきたいと思います。



あやとりを丁寧に教えていただきました

『今堰の里山で遊ぼう!』と『鎮守川・鳴戸川水路清掃』



農村自然環境整備事業睦沢地区維持管理運営組合主催で、2月12日(日)に上市場今堰周辺の里山整備と鎮守川及び鳴戸川の水路内ごみ清掃がありました。

上市場今堰周辺で、里山の枯葉などを集めた後、間伐材を使って階段の腐った木などの補修をし、子どもたちは椎茸の駒打ち体験をしました。

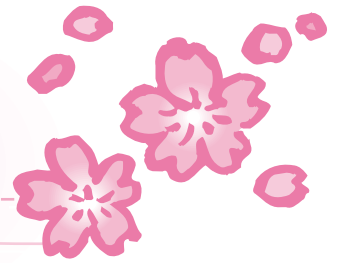
鎮守川と鳴戸川の水路清掃では、2トトラック1台分のごみが集まりました。また、鎮守川で「川はらい」もあり、鯉をはじめ10種類以上の生物が観察されました。鯉やうなぎなどの姿が見えると、大人からも子どもからも歓声があがりました。



写真(右)川はらいの様子

(左)みんなで椎茸の原木を担いで里山を上ります

カレンダー



※注意 このカレンダーの予定は4月分の予定です

木

金

土

	<p>上旬 寺崎やすらぎの森 さくらまつり</p> <p>6~15 春の全国交通安全運動</p> <p>1~5/1 固定資産税（土地・家屋等帳簿の縦覧）</p>		<p>1</p> <p>固定資産税 （土地・家屋等帳簿） 縦覧開始～5/1</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>幼稚園</p>	<p>6</p> <p>入学式（睦沢中）</p> <p>2コース 粗大ゴミ</p>	<p>7</p> <p>入学式（土睦小・瑞沢小）</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>8</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>（改セ）</p>	<p>13</p> <p>2コース 資源ゴミ</p>	<p>14</p> <p>ポリオBCG予防接種（改セ） 13:00～13:15</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>15</p> <p>PTA総会（睦沢中）</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>（改セ）</p>	<p>20</p> <p>法律相談 10:00～正午</p> <p>2コース もえないゴミ</p>	<p>21</p> <p>PTA総会（瑞沢小）</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>22</p> <p>PTA総会（土睦小）</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>登録</p>	<p>27</p>	<p>28</p> <p>PTA総会（幼稚園）</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>29</p> <p>みどりの日</p>

4

2006 月分

くらしの

日

月

火

水

- **ゴミ収集コース** 1コース ■ 大上、妙楽寺、佐貫、森、長楽寺、上之郷、下之郷、大谷木、北山田
2コース ■ 寺崎、川島、うぐいす里、上市場、小滝、河須ヶ谷、岩井
- 睦沢診療所 / 44-2236 ● 公立長生病院 / 34-2121 ● 睦沢町役場 / 44-1111
- 夜間急病診療所（午後8時～午後11時まで） / 24-1010 ● 火災の問い合わせ / 25-4411
- (公) は中央公民館、(資) は歴史民俗資料館、(運) は総合運動公園、(ゆ) はゆうあい館、
(改セ) は農村環境改善センター

2

3

もえるゴミ

4

入所式（保育所）

5

一学期始業式
（小中学校・幼

9

10

もえるゴミ

入園式（幼稚園）

11

1コース
もえないゴミ

遊びの広場（改セ）
10:00～13:00
心配ごと相談（改セ）
13:00～16:00

12

行政・人権相談
13:00～16:00

16

17

もえるゴミ

18

1コース
資源ゴミ

19

健康栄養相談
10:00～11:30

23

24

もえるゴミ

狂犬病予防注射と登録

25

1コース
粗大ゴミ

狂犬病予防注射と登録

26

狂犬病予防注射と

30

● 楽しい各教室開催中です! ●

押し花教室

四季折々の自然に咲く花の美しさをいつも身近に楽しめる様に、加工して保存できる押し花。

皆さんも押し花を通して、自然の美しさや大切さに触れてみませんか？



美しい押し花が作られます

園芸講座

菊花は秋に家庭の庭や、いろいろな催し物を色彩鮮やかに彩ってくれます。幾種の菊花を、自分で咲かせてその美しさを味わってみませんか？

18年度講座にぜひ、ご参加ください。



美しい菊花の数々

3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)	5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)	9:00
ザ・ペンチャーズ(バンド)	4日(土)・11日(土)・18日(土)	18:00
睦沢読書の会	10日(金)・24日(金)	13:30
睦沢陶芸クラブ	19日(日)・26日(日)	9:00
ヨーガサークル	2日(木)・9日(木)・16日(木)・23日(木)	14:00
ひかり太鼓	1日(水)・8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)	13:00
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)・26日(日)	13:30
フラワーアレンジメントサークル	1日(水)・8日(水)・15日(水)	9:00

団体名	活動日	時間
咲友会(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)	19:00
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)・28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
町碁会	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・フラ[A](フラダンス)	9日(木)・23日(木)	13:00
ラウレア・フラ(フラダンス)	4日(土)・18日(土)	19:00
社交ダンスサークル	2日(木)・7日(火)・9日(木) 14日(火)・16日(木)・21日(火) 23日(木)・28日(火)	13:00
ペイントHRO(トールペイント)	15日(水)	9:30
アンサンブル・ラメール(室内楽演奏)	7日(火)・21日(火)	9:00
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	4日(土)・11日(土)・18日(土)	13:30
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
コスモスダンス(社交ダンス)	4日(土)・11日(土)・18日(土)・25日(土)	13:00

3月の教室と事業

教室・事業	時間	日程
パソコン相談室	9:00	5日(日)
陶芸教室	13:00	5日(日)
成人絵画講座	13:30	5日(日)・19日(日)
太巻き寿司教室	9:00	11日(土)
書道教室	9:00	12日(日)・26日(日)
パッチワーク教室	13:30	12日(日)
本の読みかきせ おはなし"もこもこ"	10:00	18日(土)
絵画教室	9:30	19日(日)
男性料理教室	9:00	22日(水)
睦和大学	10:00	22日(水)
料理教室	13:30	25日(土)
押し花教室		
フラワーアレンジメント教室	13:30	26日(日)

公民館だより

☎ 44-0211

3月の休館日

6日(月)
13日(月)
20日(月)
27日(月)

資料館だより

☎44-0290

第5回
ふるさとに親しむ古文書講座
「天保期の改革組合村」
 1月21日(土)午後1時
 30分から、公民館で。講師は川村優氏(歴史学者・千葉県郷土史研究連絡協議会会長)。睦沢町に伝わる古文書「五か村申合」「御取締書」などを使って江戸時代天保期改革組合村の様子を語りました。



川村優氏による講演

由来は詳しくは判らないが、「屋台」「昇殿」「鎌倉」「神田丸」「七丁目」の五つの囃子で五囃子という。これに、「成田」「かけ違い」「馬鹿囃子」を加えて、曲は八曲伝承される。大上五囃子は睦沢町で現在まで伝承されている数少ない囃子として重要で、昨年10月6日付で指定文化財となりまし

た。大上ふるさと運動実行委員会(若菜文雄会長)を保持団体として、地域の祭礼等で随時上演されるほか、「伝統発表会」、「ふるさと芸能発表会」などでゆかい館で上演されます。



大上五囃子 昨年の様子



月院舎何丸俳句「松島」



松花翁新盆奉燈句集

新指定文化財紹介② 大上五囃子 (無形民俗文化財)

催し物の案内

企画展『第3回館蔵名品展』

山越阿弥陀図、鈴木英華「房総の春」「お祭り野郎」、不破小狸「治まる御代」など絵画。月院舎何丸俳句「松島」、尾崎紅葉俳句「新年梅」など書跡。益子焼山水土瓶、三巴紋牡丹蒔絵耳盥、柄鏡など工芸品。江戸時代の子どもの産毛とへその緒、迷子札など有形民俗資料といった当館所蔵各分野の名品を公開しています。



山越阿弥陀図

とき ~3月26日(日)

企画展『第3回館蔵名品展』ギャラリートーク

企画展を担当した学芸員が展示解説をします。

とき 3月5日(日)午後2時から

収蔵品紹介(50)

嘉市の迷子札

迷子札は子どもに身につけさせて、迷子になったとき大人が見て家に帰るようにした札。この迷子札にはオモテ面に月を見上げるウサギの図が彫られているが、裏面には「横浜吉田町二丁目上総屋民蔵伴嘉市」という刻銘があり、持ち主は横浜吉田町二丁目にある上総屋というお店の民蔵の息子で嘉市という子どものものであることが判る。黄銅製で重さ10グラム。縦47cm、ヨコ32cm。この資料は、鉄太郎の迷子札とともに3月26日(日)まで企画展「第3回館蔵名品展」展示している。



オモテ

ウラ

起名庵俳諧関係資料(上市場)

起名庵一世の橘金波(1804年~1887年)は岡山県出身で、江戸で著名な俳人となつたあと千町村(現在茂原市)の河野家の養子となり、起名庵を創始し、一宮の玉前神社境内に芭蕉句碑を建立するなど活躍した。起名庵二世大雅(1848年~1917年)は北山田の人で本名を飯塚兵庫といい、一世金波から起名庵の雅号と俳書などを譲り受け、句歴五十年の間に多くの俳句を作つた。

起名庵三世松花(1868年~1956年)は本名を松崎喜三郎といい、上市場で足袋仕立て業を営んだ。二世大雅から起名庵を引き継ぎ、房総を代表する俳人として各地の俳友と交流を結んだ。この松崎松花の遺族から、起名庵旧蔵資料が寄贈された。このなかには起名庵三世松花翁新盆奉燈句集のほか、起名庵一世以来の伝来と思われる月院舎何丸俳句「松島」も含まれ、房総の俳諧関係資料として貴重な資料となっている。これらの資料は、3月26日(日)まで企画展「第3回館蔵名品展」で展示している。

(久野一郎・資料館学芸員)

総合運動公園だより

☎44-1565

3月の休館日

6日(月)
13日(月)
20日(月)
27日(月)

第6回睦沢ゆうあいマラソン（睦沢町ゆうあいマラソン実行委員会主催）が2月5日（日）、総合運動公園をメイン会場に開催されました。

このゆうあいマラソンは、健康増進の他、親子のふれあい、参加者の交流を目的として開催されています。

当日は、4歳～6歳の親子0.6km、小学校1,2年生による親子1kmのコース他、小学校高学年の1.5km、2km、3km、中学生、一般の5km、最長10kmの各コース16部門で参加者512名が健脚を競いました。



親子マラソンで快走する皆さん



関東大会で優秀賞 高井くん

高井聖也君（瑞沢小6年）
関東大会で優秀賞！

1月7日（土）第27回日本剣道少年団研修会関東地区大会（体験・実践発表会）が千葉明德高校で行われました。

睦沢練心会の高井聖也君は、小学生の部に県代表として参加、「最後まで」という題でこれまで剣道を通して経験してきたことを発表し、東京都を除いた関東6県と山梨県の代表の中でみごと優秀賞（2位）を受賞しました。

3月のクラブ等定期練習日

日曜日	9:00	睦沢ウイングス（ソフトボール） ソフトテニスクラブ（第2・4）
	13:00	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
	13:30	太極拳クラブ
	18:00	少年柔道クラブ
		睦沢アウレッツ（ミニバス） 睦沢アウルス（バスケット）
	18:45	練心会（少年剣道）
20:00	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）
	19:30	ヒロ・ダンス・トゥループ（洋舞）
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）

木曜日	18:00	睦沢アウレッツ（ミニバス）
	18:45	練心会（少年剣道）
	20:00	剣友会（剣道） 青年バレー
金曜日	10:00	わかば会（女性ソフトテニス）
	18:00	練心会（少年剣道）
	19:30	バドミントンクラブ
土曜日	9:00	睦沢フットボールクラブ
		睦沢ウイングス（ソフトボール） 瑞沢ブレイブス（瑞沢小体育館）
		睦沢テニスクラブ
	18:00	睦沢アウレッツ（ミニバス） 睦沢アウルス（バスケット） 少年柔道クラブ
		18:45
	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（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。

3月の教室開催日

幼児親子運動教室	9:00受付開始	4日（幼児リズム運動教室と合同練習）・11日（発表会）
幼児リズム運動教室	9:00受付開始	4日（幼児親子運動教室と合同練習）・11日（発表会）
軽スポーツ教室小1	16:00～17:00	3日・17日
軽スポーツ教室小2	17:00～18:00	3日・17日
軽スポーツ教室小3	18:00～19:00	1日・8日・15日
卓球教室	10:00～12:00	5日・12日・19日・26日
ウエルネス教室	13:30～15:00	3日・10日・17日・24日



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、①納付書 ②預貯金通帳 ③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をお願いします。

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（☎043-242-6328）へお願いします。

月日	茂原地区		一宮地区
	内科系	外科系	
3・5	長生内科神経内科医院 24-7752	宍倉病院 24-2171	清水医院 42-2950
12	大木医院 23-2546	山之内病院 25-1131	長生診療所 32-3303
19	宮山医院 22-4873	菅原病院 25-1171	津谷クリニック 32-5645
21	鈴木医院 22-2630	長生病院 34-2121	長生八積医院 32-3282
26	吉田医院 34-3045	君塚病院 25-1811	よねもと整形外科 40-1065

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) ☎24-1010
 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
 ※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
 ☎24-10119

『第6回一宮川流域委員会』 が開催されます

地域の意見を反映した「川づくり」を行うため、県では「第6回一宮川流域委員会」を開催します。

と き 3月24日(金)
午前10時～正午

ところ 長生合同庁舎
4階大会議室

定員 「傍聴者」30名程度
(当日先着順)

問い合わせ

長生地域整備センター
調整課 ☎24-4524

『あなたです。火のあるくらしの見はり役』

平成18年春季全国火災予防運動が3月1日(水)から3月7日(火)まで全国一斉に実施されます。皆様のご家庭でも火の取り扱いに十分注意してください。

1. 家のまわりには燃えやすいものを置かない
2. 寝たばこやたばこの投げ捨てをしない。
3. てんぷらを揚げるときは、その場を離れない。
4. 風の強いときは、たき火をしない。
5. 子どもには、マッチやライターで遊ばせない。
6. 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。
7. ストープには、燃えやすいものを近づけない。

子どもを守ろう 「地域の力」で

最近子どもを狙った犯罪が多発しています。これらの犯罪は子どもだけの力では防ぐことが難しく、地域の力で守っていくことが必要であると思います。

そこで多くの地域住民が一堂に会して子どもの安全を考え、今後の取り組みについて具体的に考える場として左記のとおり開催しますのでご参加ください。

と き 3月18日(土) 午後1時～

ところ 長生村文化会館ホール

内容 講師 茂原警察署生活安全課長
齋木 浩一氏

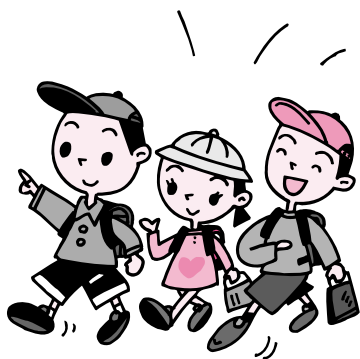
対象者 関心のある方どなたでも

その他 駐車場に限りがありますので乗り合わせの上ご来場ください。

主催 長生郡市社会連絡協議会

問い合わせ 東上総教育事務所

☎23-8126



平成18年度 前期技能検定が行われます

技能検定は労働者の有する技能を国の定める基準により都道府県が検定し、これを公証する制度で、その目的は技能者の技能習得意欲を増進させるとともに技能の向上を図り、我が国産業の発展に寄与しようとするものであり、職業能力開発促進法に基づき、年2回実施しております。

等級 1級、2級、3級(一部職種)及び単一等級
技能検定職種 (40職種72作業)

園芸装飾、造園、金属熱処理、粉末冶金
機械加工、放電加工、金属プレス加工
鉄工、建築板金、工場板金、仕上げ ほか

受験資格 原則として各職種とも所定の実務経験が必要です。

受験手数料 実技 11,500円～15,700円
学科 3,100円

受付期間 4月4日(火)～14日(金)

試験実施日程 6月12日(月)～9月10日(日)の間の指定する日

合格発表日 3級職種(金属熱処理及び写真を除く)

8月28日(月)発表

1級・2級・単一等級・3級

10月3日(火)発表

お問い合わせ先 千葉県職業能力開発協会 技能検定課
☎043-296-1150



相 談

●行政・人権相談

と き 3月8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 3月14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 3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
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・歯に関する相談を行います。
と き 3月29日(水)
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



●法律相談

と き 3月22日(水)
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 3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
☎25-7830
※10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… 3月14日(火)
資源ゴミ… 3月25日(土)
粗大ゴミ… 3月28日(火)

☆2コース

粗大ゴミ… 3月 2日(木)
資源ゴミ… 3月 9日(木)
燃えないゴミ… 3月16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ささないで収集日の午前8時30分までに出してください。

『フレイフレイ・テレフォンちば』 にご連絡ください

『フレイフレイ・テレフォンちば』では、仕事と家庭との両立を支援するため、育児・介護・家事代行のサービス等に関する地域のご利用者に合った具体的な情報を相談員が「ワンポイントアドバイス」を加えて、電話で無料提供しています。

問い合わせ

(財)21世紀職業財団千葉事務所
☎043-225-2020
※相談日は月曜日～金曜日(祝日除く)
午前9時30分～午後4時30分

平成18年度『内閣府青年国際交流事業』 参加者の募集

内閣府では、日本と世界各国の青年との交流を通して、相互理解と友好を深め、広い国際視野と国際協調の精神を身に付けた次代を担うにふさわしい青年を育成するため、青年国際交流事業を実施しています。

1. 募集内容

- ①国際青年育成交流 ②日中、日韓青年親善交流
③世界青年の船 ④東南アジア青年の船

2. 要 件 18歳～30歳までの一般的な教養があり、
交流活動を円滑に行える語学力がある方

3. 募集期間 2月27日(月)～3月28日(火)

4. 県選考会 4月12日(水)

5. 申し込み・問い合わせ

県庁県民生活課青少年室 ☎043-223-2330

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
渡邊 泰充	たかと 太河斗	男	川島	12/28
鈴木 俊明	ひろと 大 翔	男	大上	1/1
中村 優朋美	こころ み 心 美	女	上市場	1/13
田邊 幸生	たいし 大 志	男	上市場	1/17
中村 武則	ことみ 心 美	女	上市場	1/18

結婚 末永くお幸せに

区名	氏名
大谷木	荒木直也 恵
上市場	鶴見忠士 雅 恵

睦沢町の人口と世帯	
2月1日現在 ()は前月比	
人口	8,007人 (-6人)
男	3,900人 (+2人)
女	4,107人 (-8人)
世帯数	2,516戸 (+1戸)

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
時田 利行	85	川島	1/4
鶴澤 武	91	川島	1/6
古山 義浩	49	上市場	1/11
相馬 徳蔵	77	川島	1/12
鈴木 弥一	77	妙楽寺	1/23
田口 ミヨ	87	上之郷	1/25
久良持 敏雄	77	小滝	1/26
中村 定男	55	下之郷	1/28
鈴木 一逢	67	上之郷	1/29

フレイクタイム

陸沢ゆうあいマラソンで快走



お詫びと訂正

広報陸沢2月号2ページの(8)職員手当の状況ア、期末・勤勉手当及び退職手当の表中の退職手当について下記のとおり誤りがありました。謹んでお詫びし訂正いたします。

区分	陸沢町			国		
	支給率	自己割合	勤奨・定年	支給率	自己割合	勤奨・定年
退職手当	勤続20年	21.0月分	27.3月分	勤続20年	21.0月分	27.3月分
	勤続25年	33.75月分	42.12月分	勤続25年	33.75月分	42.12月分
	勤続35年	47.5月分	59.28月分	勤続35年	47.5月分	59.28月分
	最高限度額	59.28月分	59.28月分	最高限度額	59.28月分	59.28月分
	その他の加算措置 定年前早期退職特別措置 (2%~20%加算) 退職時特別算給 1号給			その他の加算措置 定年前早期退職特別措置 (2%~20%加算)		

(注)退職手当は、千葉県市町村総合事務組合の退職手当条例で支給率が定められています。

区分	陸沢町			国		
	支給率	自己割合	勤奨・定年	支給率	自己割合	勤奨・定年
退職手当	勤続20年	21.0月分	28.0875月分	勤続20年	21.0月分	28.0875月分
	勤続25年	33.75月分	43.335月分	勤続25年	33.75月分	43.335月分
	勤続35年	47.5月分	60.99月分	勤続35年	47.5月分	60.99月分
	最高限度額	60.0月分	60.99月分	最高限度額	60.0月分	60.99月分
	その他の加算措置 定年前早期退職特別措置 (2%~20%加算) 退職時特別算給 1号給			その他の加算措置 定年前早期退職特別措置 (2%~20%加算)		

(注)退職手当は、千葉県市町村総合事務組合の退職手当条例で支給率が定められています。

ゆうあい館の休館について

ゆうあい館の廊下等のアスベスト除去工事のため、4月より工事終了まで休館します。ご迷惑をおかけしますが、御協力をお願いします。

編集後記

気温の変動が大きく体調を崩しやすい季節ですが、皆さん風邪などひいていませんか？ 厳しい寒気の中で開催された陸沢ゆうあいマラソン。参加されたランナーの皆さんのさわやかで、元気の良い走りはまさに健康そのものでした。日頃から、適度な運動を心がけることは体の免疫力向上に良いそうです。私自身、寒さも手伝って運動不足が気にかかる今日この頃。急にマラソンとはいきませんが、自分に合った適度な運動を日頃から実践して元気に春を迎えたいと思います。(K.O)



らくろま!! クッキングメモ



混ぜずし

材料(4人分)

ごはん.....640g	B	だし汁...2カップ	さやえんどう.....40g
A 酢.....大さじ2		しょうゆ 大さじ2	油揚げ.....2枚
砂糖.....小さじ2	砂糖.....大さじ1	卵.....2個	塩.....少量
塩.....少量	酒.....大さじ2	レンコン.....80g	みりん.....小さじ2
かんぴょう.....20g	だし汁...大さじ2	酒.....大さじ2	紅しょうが.....少量
ニンジン.....80g	C 酢.....大さじ2	砂糖.....大さじ1	
干しいたけ.....2枚	塩.....少量		

型抜きをとると、見た目も楽しいお寿司になりますよ。

● 作り方

- 炊きたてのご飯にAの合わせ酢をかけてずし飯を作る。
- かんぴょうは塩(分量外)でもみ洗いし、たっぷりの水を加えてやわらかくなるまで煮て、水気をきり、1cm幅に切る。
- ニンジンは2~3cm長さのせん切り、油揚げは油抜きし、椎茸は水でもどしてせん切りにする。
- Bを合わせた中で②③を煮合わせる。
- レンコンは皮をむいて薄い輪切りにし、Cを合わせた中で煮て、そのままつけておく。
- 卵は塩、みりんを加えて溶き混ぜ、いり卵にする。
- さやえんどうは、塩を加えた熱湯でゆでて細く切る。
- ずし飯に④⑤を混ぜて器にもり、⑥⑦と紅しょうが、刻んだ焼き海苔をあしらって仕上げる。

1人分栄養量 エネルギー428kcal たんぱく質10.7g 食物繊維3.7g 塩分1.9g



今月のプリンス

とわ 小高 永遠くん



平成16年3月1日生(上市場) 父直樹さん♥母さゆりさん

ちょっとやんちゃな永遠くん。カメラを向けるとあちこちへ逃げ回っていました。

テレビの『魔法戦隊マジレンジャー』に夢中で、自分でビデオをつけて何度も見ている。変身ポーズも得意!

それに演歌も好きで、おばあちゃんと一緒に手拍子しながら聞いているそう。おばあちゃんがやっているよさこい踊りも一緒に踊ります。

好きな飲み物は炭酸ジュース。「ぶはあ〜」と、とってもおいしそうに飲みます(笑)。



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