

むつざわ



も く じ

- 浄化槽を設置しましょう・・・・・・・・・・ P 2
- 介護保険料の改定について・・・・・・・・ P 3
- 所得税予定納税/法務局の移転ほか・・・・ P 4
- けんこう ♡ Health ♡ 健康・・・・・・・・ P 5
- 社会福祉協議会H17年度事業報告と決算・・・・ P 6
- とれたて!むつざわニュース・・・・・・・・ P 7
- くらしのカレンダー・・・・・・・・・・ P 8～9
- 公民館・資料館・総合運動公園だより・・ P 10～12
- くらしのページ・・・・・・・・・・ P 13～15

手をあげて、 横断歩道をわたります

幼稚園交通安全教室

《P 7に関連記事》

特定地域合併処理浄化槽整備事業

浄化槽を設置しましょう！

町民のみなさんの快適な生活と公共用水域の水質保全を目的に、平成14年度から町が浄化槽を設置するとともに維持管理も実施しています。



○この町に設置するの？

- ・「町の工事」として、浄化槽本体と放流管を設置します。
- ・浄化槽本体及び放流管(町設置部のみ)は町の財産となります。(工事中工前に、町と土地所有者で土地使用貸借契約書を交わします)
- ・浄化槽施工業者は入札で決定します。
- ・設置する浄化槽のメーカー、機種については、施工業者が選定します。(補助対象の浄化槽で、放流水BOD 10 mg/l以下のもの)

○個人の費用負担は？

浄化槽工事中工前に、「町の工事費」の負担分として、325,000円を納付していただきます。

増高工事により増高経費が生じたときは、工事完了後に納付していただきます。
増高工事↓標準工事以外の特別な工事(ポンプ槽の設置、浄化槽の上を駐車場として使用する場合の補強工事、擁壁設置等)

○個人で工事するものは？

- ① 流入管及び、家屋内の工事(トイレ、台所の改修等)については、個人で業者を選定し、直接工事を依頼してください。
- ② 浄化槽本体設置及び放流管工事をするために、支障となる植木・構造物・配管(ガス、水道を除く)の撤去・移設を行ってください。
- ③ ブロー及びポンプ槽用の電源が無い場合には、電源(コンセント)を所定の箇所に設置してください。

○維持管理はどうなるの？

設置者から使用料金をいただくながら、浄化槽(ブロー等含む)と放流管(町設置部)を町で維持管理していきます。

保守点検年3回、清掃(污泥引抜き)、法定検査(第7条、第11条)、浄化槽・ブロー等の修繕を行います。

○使用料金及び使用開始後の個人負担は？

使用料金について

- 1ヶ月の基本料金(税込み)は、世帯割1,050円と人数割1人当り525円の合計となり、2ヶ月に一度個人指定の口座より引落しさせていただきます。
- (例) 4人家族の場合
1ヶ月の使用料金 1,050円 + 525円 × 4人 = 3,150円となります。
- 浄化槽にかかる電気料金(ブロー、ポンプ槽等)
増高工事で設置した施設(ポンプ槽等)については、修繕費を個人で負担していただきます。

○事業対象条件

- ① 農業集落排水事業の対象区域(川島久保及び寺崎の一部、北山田の一部、大谷木の一部)を除く町全域で、放流先が道路側溝等公共用地に接続している宅地。

- ② 浄化槽を設置する住宅が専用住宅であること。

- ③ 住民票が睦沢町にある方、もしくは浄化槽使用開始までに住民票を移す方。

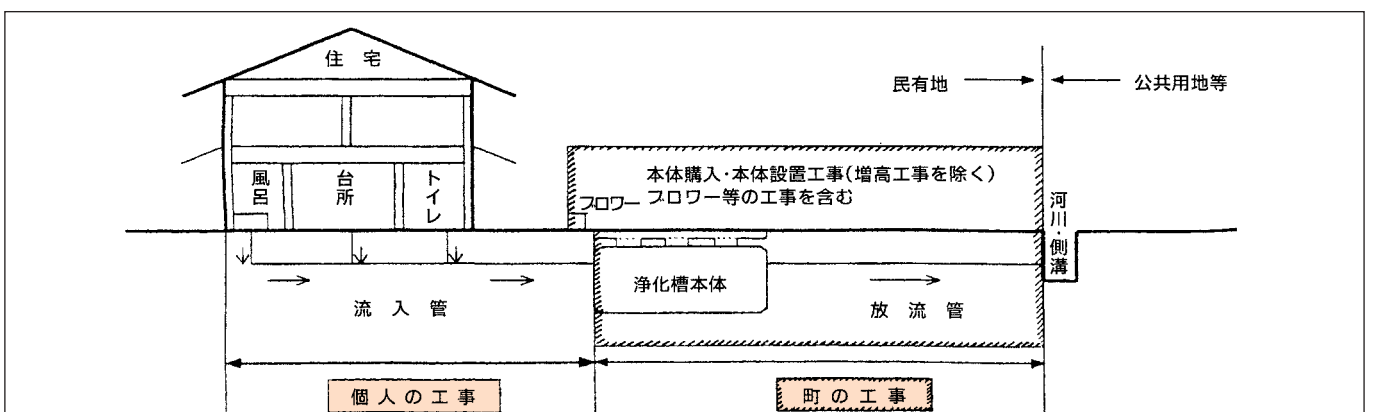
- ④ 町で設置した放流管へ、雨水管は接続出来ません。

その他、協議により決定します。条件によっては、本事業での設置をお断りする場合もありますので、ご了承ください。

浄化槽は、町が設置するため、事務処理の都合上、設置までに2〜3ヶ月程度かかりますので、新築、増改築の予定のある方は、お早めにご相談ください。

問い合わせ

環境課集落排水整備係
☎ 44-2515



介護保険料が 改定になりました

介護保険制度は公費と40歳以上の方の保険料を財源として運営され、3年ごとに見直しが図られます。

平成18年4月の介護保険制度の改正に伴い、保険料は、現在の5段階から6段階に設定することになりました。

また、平成18年度からは、陸沢町で行なう在宅福祉事業(地域支援事業)についても保険料を財源の一部として実施します。

65歳以上の方 (第1号被保険者)

平成18年度の介護保険料の額は、平成18年度から平成20年度までの陸沢町で必要な介護サービス費用により基準額を設定し、決定されます。

また、平成17年の税制改正の影響を受けた方は、平成18、19年度においては、緩和措置により保険料を設定しています。納め方は、年金の受給額により、「特別徴収」と「普通徴収」に分かれます。

特別徴収

年金受給額が年額18万円以上の方は、年金(年6回)から差し引かれます。

平成18年度の介護保険料額は、8月上旬に「介護保険料額決定通知兼特別徴収開始通知書」を各個人あてに郵送いたします。※平成18年度からは、障害年金、遺族年金受給者も年金より天引きします。

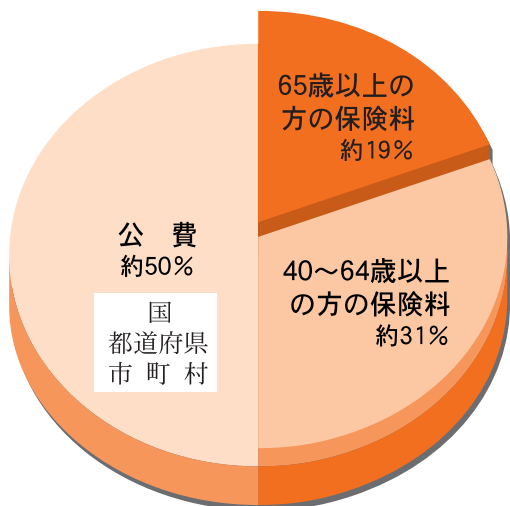
普通徴収

年金受給額が年額18万円未満の方は、年額を6期(回)に分けて納付書で納付となります。

平成18年度の納付書は、7月上旬以降に各個人あてに郵送します。
※次の場合は納付書での納付となります。

- 年度途中で65歳到達の方
- 年度途中で本町へ転入の方
- 年度途中で収入申告の変更を行なった方
- 年金が一時差し止めになった方(現況届の未提出等)
- 老齢福祉年金受給者

介護保険の財源



所得段階別保険料

区分	対象者	保険料額(年額)
第1段階	・老齢福祉年金受給者であり、かつ、市町村民税非課税者 ・生活保護法の被保護者	21,000円
第2段階	・市町村民税世帯非課税者であり、かつ、課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の者	21,000円
第3段階	・市町村民税世帯非課税者であり、第2段階以外の者	31,500円
第4段階	・市町村民税本人非課税者	42,000円
第5段階	・市町村民税課税者(合計所得金額200万円未満)	52,500円
第6段階	・市町村民税課税者(合計所得金額200万円以上)	63,000円

● 保険料基準額(年額)

第4段階 42,000円
※税制改正により、保険料段階が第4段階、第5段階に上がった方は緩和措置がとられます。

今回の見直しにより、所得の少ない方に考慮し、より所得に応じた額になるように所得段階を細分化しましたので、ご理解をお願いします。

また、介護保険料を納めないでいると、滞納した期間に応じて保険給付が制限される場合がありますので、納め忘れや滞納にご注意ください。

40歳から64歳の方 (第2号被保険者)

加入している医療保険より、保険料が決定されますので、介護保険料については、医療保険者にご確認ください。

● 介護保険制度や介護保険料についての問い合わせ
役場福祉衛生課(庁舎1階)

学校歯科医 吉田浩先生 瑞宝双光章受章



令夫人とともに天皇陛下に拝謁されました。

吉田先生は、学校保健のみならず、地域医療の向上にも努力され、平成13年度には、文部科学大臣表彰も受賞されています。

昭和35年から本町の小・中学校の学校医として多くの児童・生徒の学校歯科保健の管理指導を献身的に尽くされた吉田浩先生が春の叙勲において「瑞宝双光章」を拝受され、5月12日に皇居「豊明殿」にて、



石井行政相談委員

行政相談委員石井宣子さんに感謝状贈呈

総務省千葉行政評価事務所長感謝状

5月19日にオークラ千葉ホテルで開催された「平成18年度行政相談委員全体会議」で、本町行政相談委員の石井宣子さんに千葉行政評価事務所長から感謝状が贈呈されました。国や特殊法人などへの行政相談活動に特に尽力した委員に対して贈られるもので、本年度は県内行政相談委員143人のうち、11人に贈呈されました。

平成18年分所得税予定納税 第1期分の納期限は 7月31日(月)です。



【予定納税額の納付】

口座振替を利用していらっしゃる方は、納期限(平成18年7月31日(月))に指定の金融機関の口座から自動的に納付されます。納期限の前までに口座の残高確認をお願いします。

その他の方は、納期限までに最寄りの金融機関(銀行等・郵便局)又は所管の税務署の窓口で納付してください。

※ご注意

納付が期限に遅れますと、期限の翌日から納付される日まで延滞金がかかりますので、ご注意ください。

【納付には便利な「口座振替」または、「電子納税」をぜひご利用ください】

◎「口座振替」のご利用については、税務署に用意してある「預貯金口座振替依頼書兼納付書」を送付依頼書に必要事項を記入し、押印のうえ、税務署又はご利用されている金融機関にご提出ください。

なお、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」については、左記の国税庁のホームページからダウンロードすることもできます。

◎「電子納税(e-Tax)」の利用手続きについては、左記の「e-Taxホームページ」でご確認ください。自宅や事務所のインターネット等を利用して納付ができる大変便利なシステムです。「電子申告も併せて、ご利用ください。」

国税庁ホームページ
<http://www.nta.go.jp>

e-Taxホームページ
<http://www.e-Tax.nta.go.jp>

法務局が移転します

法務局一宮支局と茂原出張所が統合・移転し、7月18日(火)から、千葉地方法務局茂原支局になります。

睦沢町・一宮町・長生村の会社・法人に関する登記事務は順次コンピューターで処理します。コンピューター化による主な変更事項は次のとおりです。

- ・登記簿謄本、抄本に代わり「登記事項証明書」を発行します。
- ・登記簿閲覧制度は廃止し、「登記事項要約書」を発行します。

問い合わせ

千葉地方法務局一宮支局

☎ 42-3515

新庁舎

千葉地方法務局茂原支局

茂原市高師1836番地1

☎ 24-2188

“社会を明るくする運動”にご協力を

社会を明るくする運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と少年を犯した人たちや非行をした人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。この運動は、法務省で毎年7月を強調月間として展開されていて、本年度で56回を迎えます。皆さんの積極的なご協力をお願いします。

生活習慣病の芽は子どものときにつくられる

保健師 田中 葉子

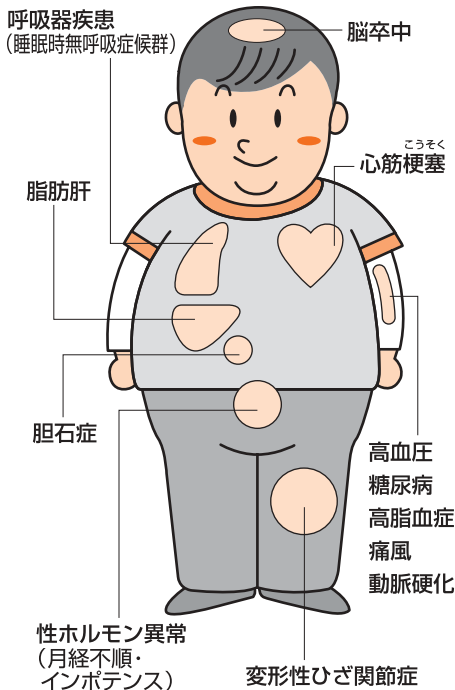
生活習慣病とは食生活、運動、休養、飲酒など、さまざまな生活習慣の要因が影響して起こる病気の総称です。具体的には以下のような病気があります。

- がん ●高血圧 ●糖尿病
- 肥満 ●高脂血症 ●歯周病
- 動脈硬化による心臓病や脳血管障害
- 骨粗しょう症 ●高尿酸血症
- アルコール性肝炎など

これらの病気は、どれか一つが発症するのではなく、お互いに合併して発症することが多いのです。特に、高血圧、糖尿病、高脂血症などは合併しやすく、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こし、死に至る危険もあります。

肥満は万病のもとと言われるように肥満に伴って起こりやすい病気は多くあります。

肥満に伴って起こりやすい病気

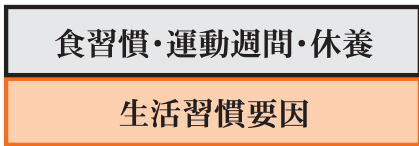


肥満度チェック

$$\text{肥満度}(\%) = (\text{実測体重} - \text{標準体重}) \div \text{標準体重} \times 100$$

$$\text{※標準体重}(\text{kg}) = 22 \times (\text{身長m})^2$$

やせ：-15%以下、ふつう：-15%~15%、肥満：15%以上



病原体・有害物質・事故・ストレス・加齢・遺伝子異常

生活習慣を予防するためには、子どものときからの健康的な生活習慣をつくっていくことが大切です。

夏休み後に肥満児が増えている

下記のグラフは同じ児童の平成14年から17年までの夏休み前後の肥満度を比較したものです。どの年も夏休み後に肥満児が増加している傾向にあります。

長い夏休みは睡眠時間や食事内容、間食のとり方が乱れ、戸外での活動が少なく不規則になりがちです。

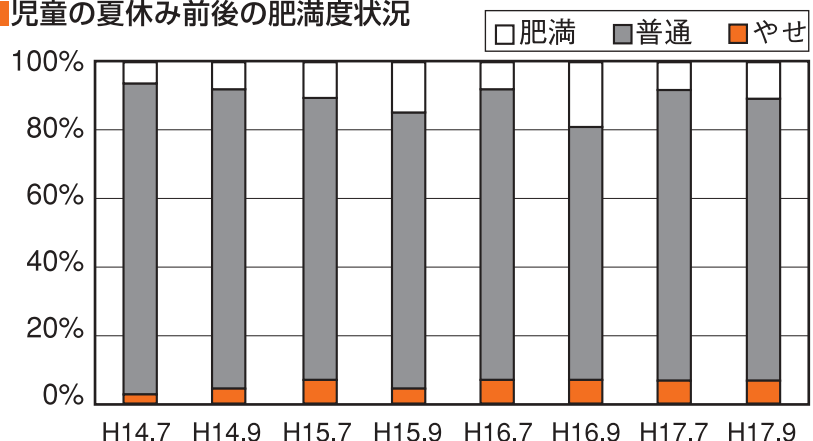
夏休み明けの体重増加を予防するために右上のポイントを実行しましょう。

夏休みの過ごし方のポイント

1. 朝は必ず家族と一緒にご飯を食べる。
2. 午前中の涼しい時間に宿題を済ませる。
3. ゲームの時間を決める。
4. プールや運動教室など体を動かすことに積極的に参加する。
5. お手伝いを決めて実行する。
6. 夏休みだからといって寝る時間を遅くせず早寝早起きを心がける。
7. ジュース、アイス、おやつの買いだめをしない。



児童の夏休み前後の肥満度状況



社協だより

* 社会福祉協議会

平成17年度事業報告と決算

〈概要〉

平成17年度の基本方針に基づいて、一人一人が安心し、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17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
- ◎ 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・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
- ◎ しあわせ号貸出事業
- ◎ 移動入浴事業
- ◎ 福祉作文・標語の表彰
- ◎ 紙おむつ支給事業
- ◎ 敬老祝賀会開催

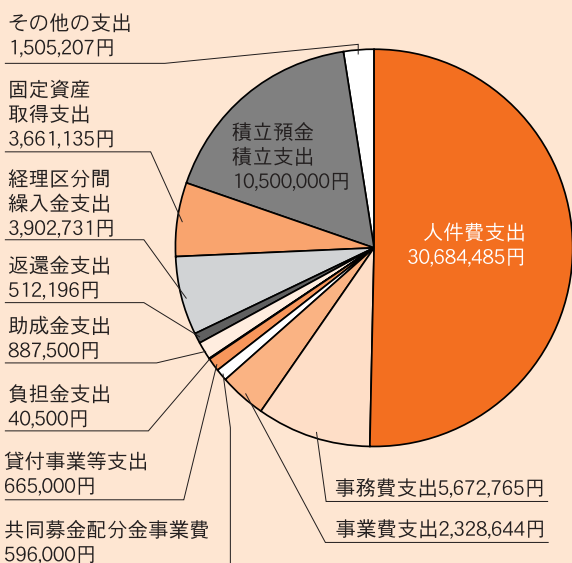
- ◎ 結婚50周年祝賀会開催
- ◎ 放課後児童クラブ事業
- ◎ シルバー人材センター

会員の皆さんのご協力で大きな成果をあげることができました。

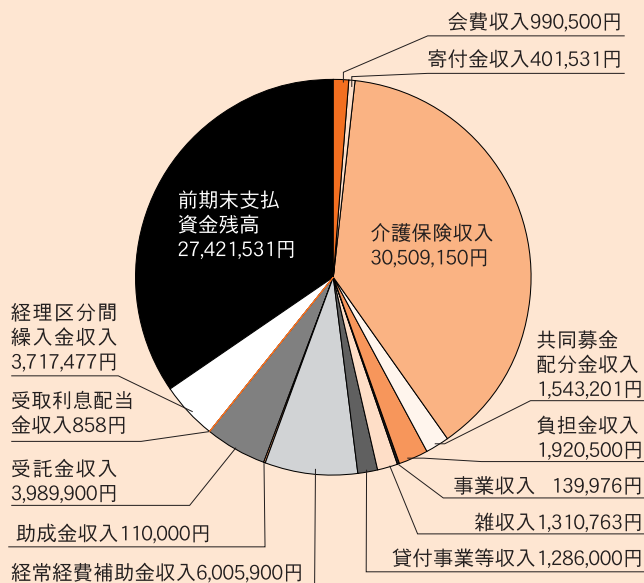
《収入の部》

- ◎ 会費 各世帯からご協力いただいた会費
- ◎ 寄付金 福祉のための住民からの寄付
- ◎ 介護保険 訪問介護、ケアプラン作成料収入
- ◎ 共同募金配分金 前年度実績に基づく県共同募金会からの配分金
- ◎ 負担金 放課後児童クラブ保護者負担金
- ◎ 事業 給食サービス、在宅福祉用具利用料収入
- ◎ 雑収入 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 町からの補助金
- ◎ 助成金 県からの助成金
- ◎ 受託金 町県社協からの受託金
- ◎ 受取利息配当金 貯金利息
- ◎ 経理区分間繰入金 他の経理区分からの繰入金収入
- ◎ 前期末支払資金残高 前年度繰越金

支出の部 総額60,911,356円



収入の部 総額79,347,287円



《支出の部》

人件費 常勤職員・パート・登録ヘルパーに係る人件費支出

事務費 法人運営事業に係る事務費

事業費 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・貸付事業等支出 善意銀行貸付金

助成金 福祉活動校・ボランティアグループ・地区社協への助成金

ありがとうございました。

(5月1日～5月31日)

睦沢町観光協会

30、000円
 寿し処たなかチャリティー
 コンペ 27、000円
 きくよし 9、193円
 つどいの郷むつざわ 3、510円

この善意は、町の社会福祉増進のため大切に使用させていただきます。

みんなで交通事故を防ごう！ ～交通安全教室～

土睦小学校で5月31日(水)、幼稚園で6月6日(火)に交通安全教室が行われました。
茂原警察署員を始めとして、町交通安全対策協議会の交通指導員の皆さんの協力で、正しい自転車の乗り方や危険の少ない道路の歩き方などの指導を受けました。
児童・園児は、楽しみながら積極的に参加していました。



交通安全教室



種の上を間違えないように植えようね

食育 ～落花生を育てよう～

食育の一つとして、5月29日(月)農村環境改善センターで町保健栄養推進員と保育所5歳児(そら組16人)で落花生の種まきを行いました。
野菜を育てることにより、野菜や食べ物に興味を持ち、料理を作る楽しさ、食べる喜びを実感して、野菜嫌い克服のきっかけ作りを図るものです。
保健栄養推進員の説明を聞きながら、初めて植える落花生にみんな楽しそうでした。
この落花生は9月に収穫し、みんなで試食する予定です。

5月31日(水)に土睦小学校で、6月1日(木)に瑞沢小学校で、歯科衛生士による歯科指導を実施しました。
歯垢を赤く染める歯の染め出しをしたり、歯ブラシをコップの中ですすいだりして、歯垢を目で確かめました。児童からは、「臭い」「汚い」と言う声と笑い声が聞こえました。

高学年になるほど歯みがきの仕方が雑になる傾向があるようです。虫歯・歯周病の予



歯科指導の様子



口を横に開いてみんなで歯垢を確認

きれいに磨けていけるかな？

防のためにも食後の丁寧な歯磨きをしましょう。

第27回長生郡茂原市中学校柔剣道大会(参加校10校)が5月20日(土)茂原市民体育館で開催されました。
順調に勝ち進み決勝では、茂原中に前半1勝1敗1分けと接戦でしたが、副将の相模君の豪快な払い腰で1本を取り、大将の田中君も難なく勝ち、3対1で優勝が決まりました。
また同時に行われました個人戦でも3階級で優勝するなど好成績を収めました。
顧問の渡邊先生は、「県大会でも上位を狙います」と更に指導に熱が入っていました。

睦沢中柔道部団体優勝!!

大会結果	
団体決勝	睦沢中3対茂原中1
個人55kg級	時田 遼平
第3位	60kg級
同	佐藤 翔平
優	73kg級
同	勝 高原 雄太
優	90kg級
同	勝 相模 陽
第2位	90kg超級
第3位	古山 智之



睦沢中柔道部のみなさん

カレンダー



※注意 このカレンダーの予定は8月分の予定です

木

金

土

<p>もえるゴミ</p>	<p>3</p> <p>2コース 粗大ゴミ</p>	<p>4</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>5</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>(改セ)</p>	<p>10</p> <p>2コース 資源ゴミ</p>	<p>11</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>12</p>
<p>もえるゴミ</p>	<p>17</p> <p>2コース もえないゴミ</p>	<p>18</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>19</p> <p>絵本の読み聞かせ(公) 15:00~</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>約)</p> <p>改セ)</p>	<p>24</p> <p>初心者ウォーキング教室(運) 9:00~11:30</p>	<p>25</p> <p>もえるゴミ</p>	<p>26</p>
<p>もえるゴミ</p> <p>(改セ)</p> <p>~13:00</p> <p>セ)</p> <p>~13:15</p>	<p>31</p> <p>国民健康保険税第2期分納期限 町・県民税第2期分納期限 遊びの広場(改セ) 受付時間 10:00~13:00</p>		

8

2006 月分

くらしの

日

月

火

水

- (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
- 睦沢診療所/44-2236 ●公立長生病院/34-2121
- 夜間急病診療所(午後8時~午後11時まで)/24-1010
- 睦沢町役場/44-1111 ●火災の問い合わせ/25-4411
- ゴミ収集コース
1コース ■大上、妙楽寺、佐貴、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

1

2

6

陶芸教室(公)
13:00~

7

もえるゴミ

8

心配ごと相談(改セ)
13:00~16:00

1コース
もえないゴミ

9

行政・人権相談
13:00~16:00

13

刃物研ぎ(改セ)
受付時間 9:00~15:00

14

もえるゴミ

15

1コース
資源ゴミ

16

20

園芸講座(公)
13:30~

21

もえるゴミ

22

1コース
粗大ゴミ

23

法律相談(要予約)
10:00~12:00
健康栄養相談(要予約)
10:00~11:30

27

刃物研ぎ(改セ)
受付時間 9:00~15:00

28

もえるゴミ

29

30

1歳6か月健診
受付時間 12:45~
3歳児健診(改)
受付時間 13:00~

教室・サークル紹介

☆成人書道クラブ

と き 第1(日)午後1時30分～

書道はひとりでは長続きしません。自宅で清書した作品をみんなで持ち寄り意見を交わしています。



☆書道教室

と き 第2・4(日)午前9時～11時

小学生たちが、ひらがなや漢字の意味を一緒に考えながら、正しい日本の文字や美しい日本語を楽しく学習しています。



☆公民館体験講座『流しそうめんしましょ。』

と き 7月30日(日)午前10時～午後1時

ところ 中央公民館

内 容 自分で竹の「はし」と「うつわ」をつくり、流しそうめんをツルリと食べましょう。

参加費 300円

定 員 30名 7月1日から募集します

☆『富士登山』

と き 7月23日(日)～24日(月)

内 容 日本一の富士山頂を目指します

主 催 中央公民館

参加費 12,000円

定 員 20名

7月の教室と事業

教室・事業	時 間	日 程
陶芸教室	13:00	2日(日)
成人絵画講座	13:30	2日(日)・16日(日)
太巻き寿司教室	9:00	8日(土)
ジュニア・リーダー講習会		
こども料理教室	9:00	9日(日)
パソコン相談室		
書道教室		
絵本の読み聞かせ	15:00	15日(土)
園芸講座	13:30	16日(日)
料理教室	13:30	22日(土)
押し花教室		
絵画教室	9:30	23日(日)
フラワーアレンジメント教室	13:30	
男性料理教室	9:00	26日(水)

☆こども料理教室

奇数月 第1(日)午前9時～正午

5月7日(日)の教室では、「ころころおむすび」「鳥手羽先のソテー」など、包丁を使わない料理をみんなで協力して作りました。



公民館だより

☎44-0211

7月の休館日

3日(月)
10日(月)
17日(月)
24日(月)
31日(月)

催し物の案内

企画展「むつざわ昔の学校」展

昔の小学校のベル、教科書、校旗、優勝^{のぼり}、卒業証書、卒業記念写真、運動会の写真ほか小学校時代の思い出の絵など当館所蔵の学校関係資料で昔の学校の様子を思い起こします。

と き 7月23日(日)まで

特別展「上総一宮玉前神社神宝展」

一宮町の玉前神社所蔵の宝物を中心に十二社祭関係の神社の神宝を公開。

と き 7月29日(土)～9月24日(日)

入館料 大人のみ300円

特別展「上総一宮玉前神社神宝展」 ギャラリートーク

特別展「上総一宮玉前神社神宝展」を企画した学芸員が展示解説します。

と き 7月30日(日)午後1時30分から

参加費 大人のみ300円

歴史民俗体験講座(4)

第2回「座禅に挑戦」

町内の寺院で座禅を体験します。要申込、1か月前から受け付け。詳細は問い合わせのこと。

と き 8月19日(土)

資料館友の会主催博物館見学会

睦沢公民館のバスで他県の博物館見学。要申込、1か月前から受け付け。友の会会員外参加も可。場所や参加費等、問い合わせのこと。

と き 8月27日(日)

収蔵品紹介 (54)

「三之宮神社の祭礼にて」

昭和10年代ごろの写真と思われる。写っているのは三之宮神社の祭礼で集まっている氏子の皆さん。



お願い

写真を寄贈してください

資料館では、睦沢町の出来事や行事、暮らしの様子などを写した写真を集めています。資料館の展示や調査研究などに活用します。

21世紀への遺産

睦沢中学校の全国中学校卓球大会優勝



(写真:1972年9月11日 睦沢中学校にて、全国中学校卓球大会優勝祝賀会)

1972年8月、睦沢中学校チームが、第3回全国中学校卓球大会で男子は優勝、女子は第三位に入賞した。当時の「広報むつざわ」昭和47年9月1日号によると、「男女とも予選リーグを3勝無敗で勝ち進み、決勝トーナメントでも順調に実力を発揮し、男子は決勝で北海道代表の札幌八条中学を三対二で破り初優勝。女子は準決勝で栃木県代表の前年優勝校野木中学に3対0で敗れはしたものの全国第三位になった」

とある。これらのトロフィーが中学校に残されていることがわかった。男子の優勝トロフィーは、高さ66・5cmで、銘文に「第3回全国中学校卓球大会優勝男子の部 昭和47年8月19日於中野体育館 読売新聞社」とある。このとき授与された賞状も関係者によって保管されていた。それには「あなた方のチームは第三回全国中学生卓球大会において全員一致協力し日頃の練習の成果をいかに発揮頭書の優秀な成績を収めましたのでこれを賞します」とある。ここに掲載した写真は、翌月11日に中学校でおこなわれた祝賀会である。トロフィーや賞状は、7月23日(日)まで開催中の企画展「むつざわ・昔の学校」展で展示している。

(資料館学芸員・久野一郎)

総合運動公園だより

☎44-1565

第8回町長杯争奪

小学生剣道大会開催

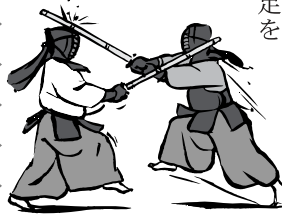
とき

7月16日(日)午前9時から

ところ

町総合運動公園アリーナ

地元の小学生剣士たちの活躍を見に足を
お運びく
ださい。



会員募集

睦沢アウレツは随時会
員を募集しています。一緒
にバスケットを楽しませ
んか。



TEPCO長生ミニバスケットボール大会



優勝おめでとう

大活躍!!

睦沢アウレツ

(ミニバス)

TEPCO主催の長生ミニバスケットボール大会が6月3〜4日行われ、睦沢アウレツが男女ともに予選リーグを勝ち抜き、茂原市民体育館での決勝トーナメントに進出しました。とくに女子チームは、決勝進出し山武から参加のチームを43対17で圧勝し、見事に優勝しました。

クラブ活動紹介

みなのか (バレーボール)

ママさんバレーボールチーム「みなのか」は総合体育館で毎週土曜日の夜8時より練習をしています。チームの練習は多少厳しいですが「試合で勝つ」を目標に30年継続するチームです。

バレーボールに興味のある方、体を動かしてみたい方、一度見学に来てください。

若い仲間をお待ちしています。

活動時間 毎週土曜日
午後8時～



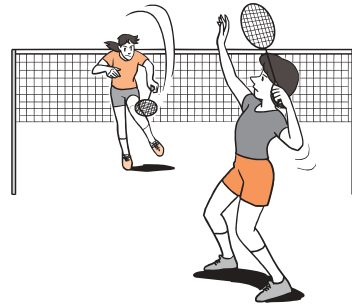
バドミントンクラブ

バドミントンの好きな人が集まって和気あいあいとした雰囲気の中、いい汗を流しています。

毎年夏に開催される郡民大会に参加し、昨年は5位の成績でした。

技術向上をはかりながら自分の健康維持に努めて、「楽しく！」をモットーに活動しています。

バドミントンをやってみたい方(初心者歓迎)を大募集しています。



7月の教室開催日

幼児親子運動教室	木曜クラス	9:30~10:30	6日・13日・20日・27日
	金曜クラス	10:00~11:00	7日・14日・21日・28日
幼児リズム運動教室	土曜日	9:00~12:00	1日・8日・15日・22日・29日
ジュニアスポーツ1年	金曜日	16:00~17:00	7日・14日・21日・28日
ジュニアスポーツ2年	金曜日	17:00~18:00	7日・14日・21日・28日
ジュニアスポーツ3年	水曜日	18:00~19:00	5日・12日・19日・26日
卓球教室	土曜日	13:00~15:00	1日・8日・15日・22日・29日
ウエルネス教室	金曜日	13:30~15:00	7日・14日・21日・28日
アクアビクス&水中ウォーキング教室	金曜日	10:00~11:00	7日・14日・21日・28日
小学生初心者水泳教室	水・金曜日	9:00~12:00	26日・28日

7月の休館日

3日(月)
10日(月)
17日(月)
24日(月)
31日(月)

なるほど

国保だより

睦沢こくほ No.6
—水で自ら老化予防—



教えて！



ねんきん

ななちゃん

国民年金保険料の 免除制度が変わります

「多段階の一部納付（免除）制度」
が平成18年7月からスタート

国民年金の保険料は、月額13,860円（平成18年度）ですが、経済的な理由等で保険料の納付が困難な場合は、「保険料の全額免除または一部納付制度」をご利用ください。

これらの制度をご利用いただく場合はご本人、配偶者、世帯主の前年所得がそれぞれ一定の基準額以下であることが条件です。

一部納付する場合の月々の保険料額（平成18年度）は次のとおりです。

- ・4分の1納付 → 3,470円
- ・2分の1納付 → 6,930円
- ・4分の3納付 → 10,400円

一部納付制度は、一部納付額をお支払いされなかった場合、一部免除が無効となるため、受給資格期間に含まれず将来の老齢基礎年金の額にも反映されません。

また、万が一の時の障害基礎年金や遺族基礎年金を受給できない場合もありますので、必ず一部納付額をお支払いください。

申請は、役場住民課窓口まで。



月日	茂原地区		一宮地区
	内科系	外科系	
7・2	茂原中央病院 24-1191	公立長生病院 34-2121	長生八積医院 32-3282
9	長生内科神経内科医院 24-7752	菅原病院 25-1171	津谷クリニック 32-5645
16	金坂医院 22-4885	穴倉病院 24-2171	よねもと整形外科 40-1065
17	公立長生病院 34-2121	武田メディカルクリニック 20-1910	長島医院 42-8800
23	宮山医院 22-4873	君塚病院 25-1811	睦沢診療所 44-2236
30	大木医院 23-2546	鎗田整形外科医院 24-8686	岡田眼科院 42-3529

消防本部通信指令課へ
お問い合わせください
☎24-10119

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

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
夜間急病診療所テレフォン案内 ☎24-1011 午後7時～翌午前6時まで

**無人ヘリで農薬散布を
実施します**

とき

7月17日(月)、18日(火)
(悪天候の場合順延)

散布の際、天候状況などにより農薬が飛散する可能性があります。市場に出荷する作物を田の隣接する場所まで栽培している場合は左記の事項に注意してください。
1、収穫間近の場合は散布前に収穫が可能か検討してください。

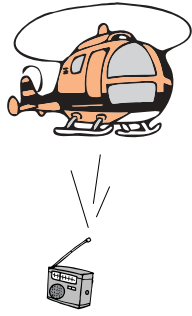
2、農薬がかかった場合は収穫時期を遅らせることも有効な対策です。

3、近隣の田に農薬散布をしてもらいたくないときは、田の耕作者と十分な話し合いをお願いします。

※なお、個人で農薬散布する時も近隣に飛散しないよう十分気を付けて散布してください。

問い合わせ

役場振興課 ☎44-25505



自衛官を募集

防衛庁では、次のとおり自衛官を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期間	試験期間	合格発表	入(校)隊	待遇・その他
航空学生 (パイロット)	高卒(見込含) 21歳未満の者	8月1日から 9月8日まで	1次 9月23日 2次 10月14~19日 3次 11月12日 ~12月8日	1次 10月6日 2次 11月2日 最終 平成19年 1月26日	19年3月下旬 ~4月上旬	入隊後約6年で 3等海・空尉
一般曹候補学生	18歳以上 24歳未満の者	8月1日から 9月8日まで	1次 9月16日 2次 10月8日 ~10月13日	1次 10月2日 最終 11月8日	19年3月下旬 ~4月上旬	教育期間約2年 終了後 3等陸・海・空曹
曹候補士	18歳以上 27歳未満の者	8月1日から 9月8日まで	1次 9月16日 2次 10月7日 ~10月13日	1次 10月2日 最終 11月15日	19年3月下旬 ~4月上旬	入隊後約3年経過 以降選考により 3等陸・海・空曹
2等 陸・海・空士	男子 平成19年3月 高等学校卒業 予定者	8月1日から 9月8日まで	9月16日以降 のうち1日を 予定	試験時 お知らせします。	19年3月下旬 ~4月上旬	陸上(技術系を 除く。)は2年、 陸上(技術系)・ 海上・航空は 3年を1任期(以 降2年を1任期)
	女子 18歳以上 27歳未満の者		9月24・25日	11月17日		
	男子 18歳以上 27歳未満の者	年間を通じて 行っています	受付時 お知らせします。	試験時 お知らせします。	採用予定通知書 でお知らせします。	

応募資格条件を満たしていれば、各種募集種目の併願受験は可能です。

問い合わせ 自衛隊茂原募集事務所
☎0475-25-0452

作物を栽培している方へ

作物栽培に使用される農薬は、食品衛生法で残留農薬基準値が定められています。今まで残留農薬基準は、一部の農薬・作物に設定されていましたが、5月29日から全ての農薬・作物に基準値が設定されました。(ポジティブリスト制度)

残留農薬の基準値を超えた作物は、販売等が禁止されます。

問い合わせ 役場振興課 ☎44-2505

**サマージャンボ
宝くじ**

(2006年市町村振興宝くじ)

1等・前後賞合わせて3億円

発売期間 7月13日(木)~8月1日(火)

抽選日 8月11日(金)

※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ています。



森林組合合併について

県内の森林組合は10月31日を合併日として準備をすすめています。合併後、長生森林組合は市原支所の長生事業所となります。

合併の目的などを記載したパンフレットが役場振興課にありますので組合員の方はご確認ください。

問い合わせ
長生森林組合 ☎24-3546

俳句

鉢植を庭に移せば花数多
良く笑ひ寝返る嬰子夏座敷
カブリツキ心惑わす桃熟るる
山彦は男の声なり青芒
伝道師避ける葉隠れ鉄線花
梅雨晴間泥跳ねとばし草野球
ザックリと小玉西瓜に刃を入れぬ
梅雨宣言雨の中行く隅田川
豌豆飯又かと言ひつつお替りす
青芒出合に鳴くや行々子
梅雨晴や筑波山頂くつきりと
草笛や仲よし小よしの下校道
風に乗る村一番の祭笛
木橋一つ越へて涼風加はれり
夏つばめせせらぎとどく歩道明かし
万緑の静けさにあり退避壕

尾手岳 田辺きわ子 小高いわお 鈴木基次郎 山本阿以 海保重厚 中嶋信子 野村善之 野村信子 須田ひろし 河野悦子 津川小汀 葵川かける 加藤秀子 篠田とみ 田中久子

相 談

●行政・人権相談

と き 7月12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 7月11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

●法律相談 役場法律相談

と き 7月20日(木)
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
東上総県民センター法律相談

と き 7月21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
※14日(金) 午前9時から
電話で予約

●健康栄養相談

と き 7月20日(木)
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

と き 7月20日(木)
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

くらし

ゴミの収集日

☆1コース

燃えないゴミ… 7月11日(火)
資源ゴミ… 7月18日(火)
粗大ゴミ… 7月25日(火)

☆2コース

粗大ゴミ… 7月 6日(木)
資源ゴミ… 7月13日(木)
燃えないゴミ… 7月20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。

平成18年度「県立学校開放講座」

パソコン入門

と き 7月22日(土)、23日(日)、29日(土)
午前9時30分～午後3時30分
ところ 県立一宮商業高等学校
定 員 一般成人 30人
受講料 1日500円
申込方法 往復はがきに住所・氏名・年齢・
電話番号・性別を明記し、下記ま
で郵送
申込先 〒299-4301 一宮町一宮3287
千葉県立一宮商業高等学校
「県立学校開放講座」係
☎42-4520
締 切 7月14日(金) 当日消印有効

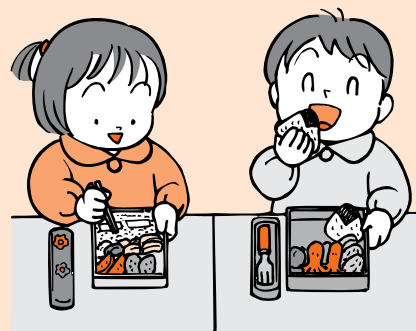
睦沢平和写真展

核兵器や戦争の悲惨さ、
平和の大切さを伝えます。

と き 7月30日(日)
ところ 中央公民館
ロビー他
内 容 被爆、戦争実相
等の写真の展示

問い合わせ

睦沢原水協
☎43-0162



「かむ子・のびる子・元気な子」 料理コンクール

幼児期からの規則正しい食生活と丈夫
な歯でゆっくり噛むことの習慣づくりのため、
「健康かみかみ弁当」の作品を募集します。
申し込み方法

応募票に2食分の献立を記入し、お弁
当1個分の写真を添えて、返信用封筒(80
円切手貼付)を同封の上、郵送してください。
※応募票は千葉県歯科衛生士会にFAX
で申し込むか、ホームページから印刷

締め切り 8月31日(木)

問い合わせ(FAXで)

千葉県歯科衛生士会
FAX 043-241-9903
URL <http://www.chiba-dha.net>

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
田中 憲一 弘美	あこ 愛香	女	上市場	5/13
古山 真 由加利	ゆきや 幸哉	男	北山田	5/14
中村 充明 智美	まき 麻希	女	上之郷	5/23

結婚 末永くお幸せに

区名	氏名
上市場	久我 芳史 さとえ
佐貫	高橋 均 澄子

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
田邊 けい	97	妙楽寺	5/2
久我 欣吾	78	上市場	5/3
久我 吉宏	69	上市場	5/14
大兼 知巳	48	上之郷	5/14
川添 富男	70	川島	5/17
伊丹 よね	83	上之郷	5/20
河野 昇	83	岩井	5/22

睦沢町の 人口と世帯

6月1日現在
()は前月比
人 口 7,946人
(-13人)
男 3,864人
(-13人)
女 4,082人
(±0人)
世帯数 2,519戸
(-4戸)

フレイクタイム

6月4日(日) 上市場今堰で農村自然環境整備事業維持管理組合(中村勇会長)主催の第8回田んぼの学校が開催されました。

当日は、たくさんの子どもが集まり、地元老人クラブの指導のもと、古代米の田植えを行いました。

作業後には、ウナギのつかみ取りやボートの乗船を楽しみました。



秋の稲刈りが楽しみだね



うなぎつかまえた!!

編集後記

暑かったり、寒かったり、また、寝冷えをしたりと体調を崩すことの多いこの季節。

私はどうかというと、おかげさまで至って健康です。

病は気からと言うように、気のゆるみから体調を崩すことが多いように感じます。

ストレスにより免疫機能が低下すると一説では言われているようです。

上手なストレス発散で健康な毎日を!(T・K)

らくま!! クッキングメモ

牛乳+ビタミンB2で髪の傷み予防

ウナギ豆腐のわさび風味

材料(4人分)

ウナギの蒲焼き	1/2匹分(100g)	日本酒	小さじ1
にんじん	20g	和風だしの素	小さじ1/2
しいたけ	2枚	塩	小さじ1/3
みつば	20g	醤油	小さじ1/3
サラダ油	小さじ1	だし汁	1カップ
牛乳	3/4カップ	醤油	小さじ1
卵	4個	本みりん	小さじ2
《用意するもの》		片栗粉	小さじ2
14cm×11cm×4.5cmの流し缶		水	大さじ11/2
		わさび	少々

● 作り方

- ①ウナギは余分なタレを拭き取り、1cm幅に切る。
- ②にんじん、しいたけは千切りにし、みつばは3cmくらいの長さに切る。
- ③フライパンにサラダ油をひき、にんじん、しいたけ、みつばを炒め、冷ましておく。
- ④溶きほぐした卵に温めた牛乳とAを合わせ、布ごしし、①と③を加える。
- ⑤流し缶に④を入れ、弱火で20分ほど蒸し、真ん中に竹串を刺して、何もついてこなければできあがり。
- ⑥流し缶から出し、切り離す。
- ⑦だし汁に醤油とみりんで味付けをし、沸騰したら水溶き片栗粉を加える。
- ⑧⑥を食べやすく切って器に盛り、⑦をかけてわさびをのせる。

1人分栄養量 エネルギー203kcal たんぱく質13.7g 脂質13.1g
塩分1.3g カルシウム112mg コレステロール273mg

今月のプリンセス

とらい 匠 渡来くん



平成16年7月31日生(長楽寺) 父正人さん♥母千鶴さん

まったく人見知りをしない渡来くん。ニコニコ素敵な笑顔でお出迎えしてくれました。

納豆ご飯が大好物。毎日食べても飽きません。

公園に行って走り回ったり、おじいさん、おばあさんと一緒に畑仕事(のマネ)をしたり、動くことが大好き。

テレビよりも、お姉ちゃんと一緒に演歌に合わせて自作の踊りを踊っているほうが好きなんだそうです(笑)。



プリンセス・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