

むつざわ

10
No.474



も く じ

長生郡市合併協議会報告・・・・・・・・・・ P 2

高齢者インフルエンザ予防接種／

幼保一体化に伴う入園・入所事前説明会・・・・・・・・ P 3

社協だより／俳句・・・・・・・・・・ P 4

ヘルスケア・・・・・・・・・・ P 5

むつざわフォトニュース・・・・・・・・ P 6～7

くらしのカレンダー・・・・・・・・ P 8～9

社会教育・資料館だより・・・・・・・・ P 10～11

くらしの情報ページ・・・・・・・・ P 12～15

睦沢の自然、悠久の歴史、 幻想的な音色に包まれて

～胡弓と観月の夕べコンサート～

9月2日(日)に妙楽寺で、文化財普及のためのコンサートが境内いっぱいの人場者を迎えて行われました。今回で5回目の開催となりましたが、毎回多くの方が、境内いっぱいに来場されます。

会場では、重要文化財の大日如来坐像や杉の巨木がライトアップされ、中国の伝統的な楽器、二胡などによる日本の歌曲の演奏も心に残るものでした。

長生郡市合併協議会報告

(第9回)

合併協議会は休止に

9月10日(月)に開催された第9回長生郡市合併協議会で、会長である茂原市長から合併協議会の休止が報告されました。

合併協議会は、第8回終了時点で56項目すべての協議が終了しておりましたが、長生村の離脱表明を受け、その後の協議会が中止になるなど協議が中断していました。

第9回協議会で 報告のあった事項

1. 第8回長生郡市合併協議会以降の経緯について

第8回長生郡市合併協議会終了後の動きは次のとおりです。

○8月10日

長生村長から合併協議会離脱の表明を受け、市町村長及び協議会議長の打合せ会議を開催し、長生村を除く1市5町で合併協議を進めること、これに伴う合併協議会規約の変更を各市町村の臨時議会に諮ることが決定される。

○8月17日

長生村で臨時議会が開催され、規約変更の議案が可決される。

○8月20日

本町ほか茂原市、一宮町、長柄町、長南町で臨時議会が開催され、一宮町を除く各議会は規約変更議案を可決。一宮町議会では否決される。

○8月21日

白子町で臨時議会が開催され、規約変更議案が否決される。

○9月6日

合併協議会正副会長会議が開催され、今後の協議会のあり方について協議が行われ次のことが決定される。

○長生郡市合併協議会は休止する。

○事務局は9月末を目途に職員体制を解く。

○協議会に係る会計については9月末をもって精算する。

○9月10日

第9回長生郡市合併協議会が開催され、正副会長会議で決定された3つの内容について報告が行われる。

2. 平成19年度長生郡市
合併協議会予算決算見込み

歳入

予算

3、430万2千円

収入済額

3、219万8、329円

主な収入

・市町村負担金

茂原市810万円

町村各270万円

・県補助金

789万1千円

歳出

予算

3、430万2千円

支出済額

2、169万8、075円

主な支出

運営費

会議費

・委員報酬、会議録作成等

約231万9千円

事務費

・県職員給与、備品等

約1、075万7千円

・事業費

・新聞折込、印刷製本費等

約862万2千円

歳入歳出差引残額

1、050万254円は、負担割合により戻入されます。

各市町村長の意見

○56項目すべての協議が終了している中で、休止は非常に残念だが、将来の合併のための道筋を付けていくことが責任の一端と考えている。

○長生村の離脱は想定されていたが、準備会で1団体が離脱しても残った団体が協議を継続していくという意思統一がされたことは残念である。いずれまた合併問題は起こらざるを得ないと思っている。協議会を残しておくことは有意義である。

○残念な結果であるが、弁明弁解をしてもしかたない。申し訳ないという気持ちである。

○議会との調整を図り、今後も合併を推進していきたい。正副会長会議で、休止にするかあるいは私共皆の責任を取るべきであること提案したが、結果休止ということで決まったので責任を取るということを取下げた。今後も責任を持って取組んでいきたい。

○それぞれの立場、考え方の中でベストを尽くした。結果的に休止となったが将来に結びつく良い形の審議期間であった。

○合併は避けて通れないとの考え

で臨んだ。56項目の協議全部が済んだ中でこのような事態を招いたことは非常に残念。私共の責任は大きいと考えている。

委員の意見

○休止となることに疑問を感じたが、首長の意見を聞いて理解した。

○前回は協定項目を2、3残してダメになり、茂原市議会の都合に合ったような観念があった。56項目が決まったが新市議会で決めることも多くあり、市名同様茂原市のわがままが通るという1つのバロメーターである。

○議長会から首長へ申し入れすることから始まったが、本来ならば首長間で話し合わなければいけない問題であった。やらな、できないという理由をはつきりしていただきたい。憤りを感じている。

○前向きに合併ありきで進んできたはず。協定項目すべてが整ってもダメになった。わがままを捨てて1つの目標に向かって皆が揃わないとできない。

長生郡市合併協議会は9月30日をもってその活動を休止し、今後、協議会の庶務的な内容は茂原市役所合併担当課において行うことになりました。

高齢者インフルエンザ 予防接種が始まります。

実施期間

10月1日(月)～12月31日(月)

対象者

1. 65歳以上の方(実施期間内に65歳になる方)
 2. 60歳～64歳で、心臓、腎臓または呼吸器系の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される方
 3. 60歳～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方
- ※いずれも接種を希望する方

助成額

2. 500円を上限に助成いたします

※各契約医療機関で定めた接種料金から2,500円を差し引いた金額を医療機関の窓口でお支払いください。
(ただし、接種料金が2,500円未満の場合は全額助成となります。)



申し込み・問い合わせ

福祉衛生課健康衛生係

☎ 44-2506

対象の方には、9月末に個別に通知します。転入等で通知の届いていない方、60歳～64歳で対象となる方は、お問い合わせください。

幼保一体化に伴う

入園・入所

事前説明会

町では平成20年4月から、従来の幼稚園・保育所を連携し、更に子育て支援を併せ持つ、新しい施設の設置を進めています。

つきましては、施設の概要、運営などについてみなさまのご理解をいただくため、説明会を開催します。

とき 11月11日(日)

午前9時～

ところ

対象 農村環境改善センター
平成20年度睦沢幼稚園・睦沢保育所へ入園・入所を希望する乳幼児の保護者等

※希望される方は、託児も行いますのでご利用ください。

問い合わせ

教育委員会学校教育課

☎ 44-2509

役場福祉衛生課

☎ 44-2504



第27回農林商工まつり&よさこいフェスティバル2007開催

地域農林商工業の展示や即売、発動機の展示・実演も行われます。

ステージおよびメイン会場では、てっちゃん太鼓・ヒロ ダンス・勝見太鼓・カラオケ・ひかり太鼓・中学生による吹奏楽・エレキバンド等が随時披露されます。



とき 10月21日(日)
午前9時～

ところ 総合運動公園

当日は、豚汁やおにぎり・ポン菓子等の無償配布も行われます。

また、妙楽寺梅クラブのみなさんのご協力をいただき、長い太巻寿し作りに挑戦できます。

多くの方々のご参加をお待ちしています。

午後1時から、県内15チームによるよさこいフェスティバル2007が開催されます。

よさこい踊り終了後、花火を打ち上げます。



※午後2時～4時30分までよさこい踊り(流し踊り)のため公民館前の道路が一部通行止めになります。

問い合わせ

睦沢町農林商工まつり実行委員会事務局

☎ 44-2505 (役場振興課内)

行政相談週間

10月15日(月)～21日(月)

毎日の暮らしの中で、国の仕事(例えば、年金、医療保険、労災保険、登記事務、道路、生活衛生、窓口サービス)などについて、苦情や要望はありませんか。

行政相談は、みなさんからのご意見等を受けて、その解決の促進を図るものです。

本町では、毎月第2水曜日に人権相談と併せて行政相談員による相談を行っています。相談は無料で秘密は守られますので、お気軽におたずねください。

なお、今月は、左記のとおり、行政相談週間にあわせての実施となります。

行政相談

(人権相談もあわせて行います)

とき 10月17日(水)

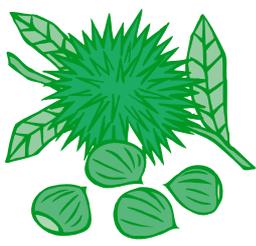
午後1時～4時

ところ 農村環境改善センター

問い合わせ

役場総務課 ☎ 44-12500

役場住民課 ☎ 44-12503



社協だより

心豊かな世代間交流

夕涼み会

世代間交流夕涼み会が8月18日(土)、瑞沢小学校校庭で瑞沢地区社会福祉協議会の主催により開催されました。

瑞沢小学校児童と地域のみなさんが昔ながらの遊びを通じて、世代間の交流を深めました。

ベーゴマ、ほおずき作り、竹馬などの遊びの他、ぜんぜんご踊りやビンゴゲームなどで、楽しいひとときを過ごしました。



募集

登録ホームヘルパー

町社会福祉協議会では、登録ホームヘルパーを若干名募集いたします。募集要件は左記のとおりです。

1. ホームヘルパー1級または2級資格取得者
 2. 介護福祉士資格取得者
 3. 看護師、准看護師
- ※1～3のいずれかに該当する方で普通自動車運転免許取得者

※登録ヘルパーの活動については時間給及び活動費が支給されます。

問い合わせ

町社会福祉協議会事務局

☎ 44-12514



町選挙管理委員会からのお知らせ

選挙管理委員会を9月2日に開催し、睦沢町議会議員

一般選挙の執行日を**12月23日(日)**に決定しました。

※今回の一般選挙から定数が14人になります。

問い合わせ

町選挙管理委員会
(役場総務課内)

☎ 44-12500



俳句

白い月残して梅雨の明けにけり
 ごまぶりの駆けこみ寺や筆筒下
 ゆらゆらと天を刷くなり今年竹
 ふんわりと暑い日に咲く花芙蓉
 岬まで続く限りの花野かな
 掌に稲穂の重みたしかめり
 たわわにぞレモンの実る夏の庭
 字童の追はれ追れて稲雀
 刈り後を焼きて黒々米所
 木々渡る風に声あり秋の暮
 紅木榎終の一輪二輪裏庭に
 人も居ぬ刈田のっべり日が溜まる
 震災忘八十路半の誕生日
 ひと夏の思い出秘めて貝となり

鈴木 基次郎
 須田 ひろし
 野村 善之
 野村 信子
 河野 悦子
 海保 照
 中嶋 重厚
 山本 阿以
 津川 小汀
 葵 かける
 田邊 きわ子
 加藤 秀子
 篠田 とみ
 小高 いわお

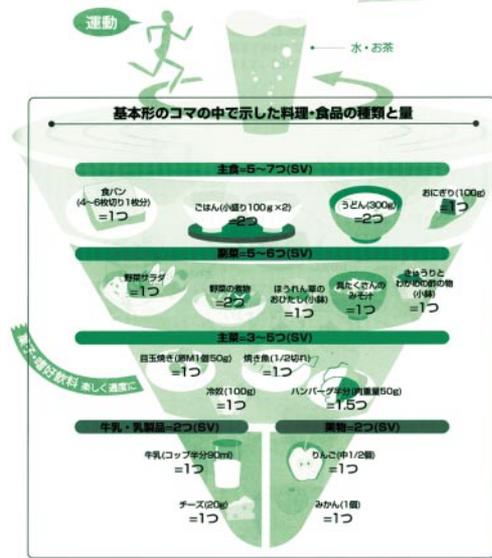
食事バランスガイドで、自分の食生活を見直そう！

管理栄養士 中村 智美

近年、がん、心臓病、脳卒中、糖尿病などの生活習慣病の増加が大きな健康課題となっています。栄養・食生活においては、加工食品や外食のとり過ぎ、男性の肥満や若い女性のやせ過ぎなどがみられ、正しい食生活についての認識が低下していると考えられています。食事バランスガイドを活用して食生活を見直してみましょう。

◎食事バランスガイドとは？

- ・ 1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかについて、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループの料理や食品をバランスよくとれるよう、それぞれの1日の目安量と数をコマの形のイラストで分かりやすく示したものです。
- ・ 食事バランスガイドのコマは、「適量でバランスのよい食事」「十分な水分摂取」「菓子・嗜好飲料は楽しく適度に」「適切な運動」をしているとコマが安定して回転＝バランスのよい状態であることを示しています。また、バランスが悪くなるとコマが不安定になりコマが倒れてしまうことを表現しています



◎主食は毎日欠かさず、

副菜は主菜の倍食べよう

1日5～7つ(SV)が設定されている主食の穀類は、身体を動かす大切なエネルギー源です。毎食欠かさずとりましょう。また、野菜や海藻類などを中心とした副菜は、主にビタミン・ミネラル・食物繊維の供給源で不足しがちな栄養素です。1日5～6つ(SV)を目安に毎食2つ(SV)程度とることを心がけましょう。そして、1日3～5つ(SV)が設定されている主菜はたんぱく質の供給源として大切ですが、食材や料理によっては食塩や油脂の過剰摂取につながります。とり過ぎないように注意し、主菜も肉、魚、卵や大豆製品などをバランスよく選ぶことが重要です。牛乳・乳製品は1日2つ(SV)が目安です。日本人は慢性的にカルシウムが不足しているのが現状です。強い骨と丈夫な身体をつくるためにカルシウムの多い食品を毎日欠かさずとりましょう。果物は、その栄養素を摂取するだけでなく、食後のデザートにするなど食事の楽しみにつながります。毎日2つ(SV)とりましょう。

◎1日分の適量を把握しましょう

「食事バランスガイド」の基本型の摂取エネルギー量は、約2200kcalを想定しています。年齢や性別、1日の活動量による分類を参考に、自分にとって適切な食事の目安量を把握し、適度な「つ(SV)」分の料理を選ぶようにしましょう。

対象者別エネルギー量

- 6～9歳の子ども、身体活動量の低い女性、高齢者の女性：1600～1800kcal
- ほとんどの女性、身体活動量の低い男性、高齢者の男性：2000～2400kcal
- 12歳以上のほとんどの男性：2600～2800kcal

1日の適量の把握(対象別、料理区分別)

※単位：つ(SV)

エネルギー(kcal)	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
1600	4～5	5～6	3～4	2	2
1800	4～5	5～6	3～4	2	2
2000	5～7	5～6	3～5	2	2
2200	5～7	5～6	3～5	2	2
2400	5～7	5～6	3～5	2	2
2600	7～8	6～7	4～6	2～3	2～3
2800	7～8	6～7	4～6	2～3	2～3

※量の単位は日常的な料理の量を目安とした新しい単位「つ(SV)」を用いています。例えば、ごはん軽く1杯を「1つ(SV)」と数えます。SVとはサービング(食事提供量の単位)の略です。

◎定期的な自己チェックと適度な運動が大切

「食事バランスガイド」では、1日単位で望ましい食事のとり方を表していますが、エネルギー摂取やその他の栄養素の過不足に関しては、さらに長期的な調整を行っていくことが必要です。体重や腹囲のサイズを日常的に計測する習慣を身につけ、自己チェックしていくことも大切です。また、1日の活動量が少ない人は食事量を減らすだけでなく、運動をする習慣を身につけましょう。

“百聞は一見に如かず”

～中学生海外交流事業 inシンガポール～

今年で17回目となる睦沢町中学生海外交流事業が、8月15日から20日に実施されました。睦沢中学校生徒14名が、姉妹校であるシンガポールのベティ校を訪問しました。

生徒たちが体験した感動を、生徒たちの作文からお伝えします。

○歓迎会を開いてくれました。体育館には歓声が響き渡り、その賑やかさに圧倒されました。華やかな踊りや勇ましい剣術をみたり、吹奏楽団の素晴らしい演奏をきいたりしました。そして私たちは、睦沢中学校校歌を歌い、南中ソーランを踊りました。緊張しましたが、終わった後の盛大な拍手がとても嬉しかったです。



ベティ校のみなさんと一緒に

○ホームステイは、家族と楽しく過ごせた反面、言葉が通じなくて苦労したこともあります。しかし、家族の方が繰り返し丁寧に話しかけ、身振り手振りで私たちに理解させようとしてくれました。私も辞書で調べるなど一生懸命にコミュニケーションを図る努力をしました。違う国の人と共に生活して、初めて言葉（英語）の重要性がわかり、とてもよい経験になりました。

○ベティ校の生徒たちは、とても明るく積極的でした。英語にはなまりがあり通じないこともあったけど、日に日に相手の言いたいことがわかるようになってきました。

○幻想的にライトアップされた噴水に、レーザー光線で私たちの名前とメッセージが映し出されたときには、とても感動しました。



みんな笑顔で過ごすことができました

○10月にシンガポールの生徒が来たときは、私たちが親切にしてもらったように温かく迎えてあげたいと思います。そして、海外研修での経験をもとに積極的にかかわるとともに、日本文化の素晴らしさをたくさん知ってもらえるようにしたいと思います。

第11回水防訓練

一宮川流域治水環境対策協議会、千葉県河川協会長生支部、長生地域整備センター主催の水防訓練が8月4日（土）に一宮川第一調節池（鶴枝遊水公園多目的広場）で行われました。

この訓練は、水害に備え、水防技術の向上及び水防の重要性を再認識するためのものです。

訓練には、199名が参加し、土のう作りをはじめ、積み土のう工法、月の輪工法、表シート張り工法を学びました。



月の輪工法の練習

楽しかったカレークッキング

(睦沢保育所)

園庭の花壇で栽培したナス・ピーマンの他、夏野菜を使い5歳児そら組の子どもたちが、カレークッキングに挑戦しました。

各家庭から持参したエプロン、三角巾、マスクを身につけ、手をきれいに洗ってから順番に野菜を切って、炒めました。子ども達は、慣れない包丁を使い、真剣に取り組んでいました。炒めている時には、「わー、いい匂い」と歓声があがりました。

また、カレーのほかにデザートの一いごのフルーチェも作り、楽しみにしていた昼食では、自分達で作った達成感をかみしめながら「おいしいね!」と笑顔でたくさん食べていました。

▶ネコの手で慎重に…



◀大きなお口で「いただきます」

メタボリックシンドロームはこう予防する!

睦沢町健康づくり講演会が、8月20日(月)に農村環境改善センターで開催されました。

筑波大学准教授の久野譜也先生を講師に迎え、心筋梗塞や脳梗塞の危険性を高める複合型リスク症候群のメタボリックシンドロームに焦点をあて、運動による予防・改善について講話をいただきました。

『運動は、ジョギングやウォーキング、エアロバイク等の有酸素運動とスクワットや上体おこしなどの筋力トレーニングが必要であること。その場合、自分の体力にあったプログラムで行う事が大切。また、運動はわざわざ時間を作らなくても通勤や家事の合間にできる』と話され、簡単な筋トレも紹介し、体験しました。

当日は200名の参加者で会場は満席となり、みなさん熱心に聴き入っていました。



講師の久野譜也先生。ためになる講話でした。

稲作体験学習

瑞沢小学校児童による稲刈りが9月10日(月)に行われました。5月に植えた稲は、台風の影響で倒れてしまっていたのですが、地元ボランティアのみなさんの指導により、稲を起こし刈り取りを行いました。児童達はこの米作りを通し、稲の生長や収穫の喜びを体験し、食の大切さを勉強しました。収穫されたお米は、年末の収穫祭で餅つきに使用されます。



◀倒れた稲を起こすのも大変です

11 2007
月分

くらしのカレンダー



※注意 このカレンダーは11月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
<p>●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</p> <p>●睦沢診療所 / 44-2236 ●公立長生病院 / 34-2121 ●睦沢町役場 / 44-1111</p> <p>●火災の問い合わせ / 25-4411 ●夜間急病診療所 (午後8時~午後11時まで) / 24-1010</p> <p>●(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</p>				1 創作美術展~4日 (公)	2 もえるごみ 二種混合予防接種 (土睦小)	3 第12回文化財保護 ボランティア活動 (資)
4 陶芸教室 (公) 13:00~ 大人の絵画講座 (公) 13:30~	5 もえるごみ	6	7 もえるごみ	8 2コース 資源ごみ 遊びの広場 (改セ) 10:00~13:00	9 もえるごみ 親子ふれあい教室 (運) 10:00~11:30	10 太巻き寿司教室 (公) 9:00~
11 書道教室 (公) 9:30~ 刃物研ぎ (つどいの郷) 9:00~15:00	12 もえるごみ	13 1コース もえないごみ 修園旅行 (幼稚園)	14 もえるごみ 行政・人権相談 (改セ) 13:00~16:00 園庭開放 (保育所) 9:30~11:00	15 2コース もえないごみ 健康栄養相談 (改セ) 10:00~11:30	16 もえるごみ	17 絵本の読み聞かせ (公) 15:00~
18 大人の絵画講座 (公) 13:30~	19 もえるごみ	20 1コース 資源ごみ 乳児相談 (改セ) 13:30~15:00	21 もえるごみ 三種混合・BCG予防接種 (改セ) 13:00~13:20	22 法律相談 (要予約) 10:30~12:30	23 もえるごみ	24 料理教室 (公) 13:30~ 押し花教室 (公) 13:30~
25 歩け歩け大会 (運) 書道教室 (公) 9:30~ 絵画教室 (公) 9:30~ フラワーアレンジメント教室 (公) 13:30~ 刃物研ぎ (つどいの郷) 9:00~15:00	26 もえるごみ	27 1コース 粗大ごみ	28 もえるごみ 男性料理教室教室 (公) 9:00~ 1歳半・3歳児健診 (改セ) 12:45~ 園庭開放 (保育所) 9:30~11:00	29	30 もえるごみ 固定資産税第4期納期限 国民健康保険税第4期納期限 ポリオ予防接種 (改セ) 13:00~13:20	

社会教育だより

《町民歩け歩け大会》

横浜港周辺を会場に、臨港線の跡地を活用した散策路、汽車道・馬車道・元町・港を一望できる公園・赤レンガ倉庫などを、ゆつくり散策しながら楽しむコースです。

とき 11月25日(日)

行き先 横浜市方面

参加費 1,000円

(保険料・通行料)

定員 40名

参加を希望される方は、参加費を添えて、中央公民館へお申し込みください。10月16日(火)から申し込みを受け付けます。定員になり次第受け付けを終了します。

問い合わせ 中央公民館



《創作美術展開催》

公民館の各教室やサークルおよび一般参加により創作美術展を開催します。日頃から錬磨された技術と、制作者の思いが込められ、素晴らしい作品が展示されます。

とき 11月1日(木)～4日(日)

ところ 中央公民館・ゆうあい館
展示品 書道・絵画・人形・パッチワーク・陶芸・押し花・生け花・絵

手紙・洋裁・その他

※ 11月3日(土)午前10時から、中央公民館内さつきの間で、誰でも参加できる、お茶会無料体験があります。

おつきわ寄席

落語やマジック、漫談の楽しい寄席演芸を開催します。めったに生では見ることができない江戸の寄席演芸を堪能しましょう。

とき 11月18日(日)
午後2時開演

ところ ゆうあい館

出演 桂 米 助
三遊亭 春 馬
ふじい あきら

入場料 一般 2,000円
高校生以下 1,000円

前売り開始 10月13日(土) 午前8時30分～

問い合わせ 中央公民館

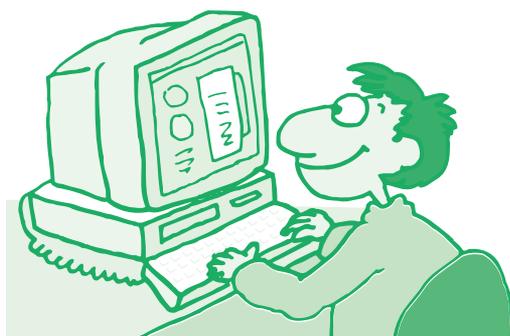


昨年の創作美術展

中央公民館
総合運動公園
☎ 44-11565
☎ 44-10211

☆公民館パソコン教室

『パソコン入門』



内容 パソコン操作が初めての方を対象に、電源の入れ方や切り方、文書の作成とEメール送信などの基本操作を実際のパソコンを使いながら勉強します。

とき 11月11日(日)

18日(日)

午前9時～午後4時

全2回

ところ 中央公民館

参加費 1,000円

定員 8名

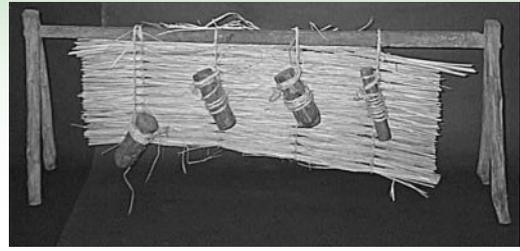
受付 10月6日(土)～

問い合わせ 中央公民館

今月の休館日

1日(月)
8日(月)
15日(月)
22日(月)
29日(月)

俵編み機



俵編み機

収穫された稲は脱穀と調整を経て、かつては俵に詰められて出荷された。この俵を編むことも農家の重要な仕事だった。菰編み台に菰槌をくくりつけたヒモをかけ、交互に振り分けながらワラを編み込んでいく。のちには機械的に工夫されたものも出てきたが、当館所蔵の俵編み機は古い姿を残す貴重品である。1階展示室で常設展示されている。

●岡澤長生家の墓所・屋敷跡と井戸

現在開催中の特別展の作者岡澤長生は1899（明治32）年の浅草生まれ、家庭の事情で父親の実家の下之郷池田で暮らすこととなった。土睦尋常小学校を卒業して父親から漢文初歩などの家庭教育を受けたあと16歳の1915（大正4）年、上京して逋信省通信生養成所の試験に合格して以後東京で生活することとなったが、毎年のお盆や彼岸には帰省して、墓参りは欠かさなかったという。先祖

の墓には特別な思いがあったのかもしれない。写真1は長生が描いた昭和38年秋彼岸の下之郷池田の岡澤家墓所で、画中には「故山秋晴南無大慈大悲観世音菩薩」と書かれている。しかし東京に居を構えた長生は自宅の近くの寺に墓所を移して写真2のように墓所の現況は跡地になったが、絵中右下に描かれた石塔は今も現存している。

長生の屋敷は、その後人手にわたって建物も現存しない。現在は写真3のように畑になっているが、そのころ使われた井戸が残っている（写真4）。東京では長生の息子の康夫氏が家を継ぎ、今回の特別展に長生の遺作を提供していただいた。



代表作「鶴羽神社祭礼図」

特別展「郷愁の画家・岡澤長生」展
ギャラリートーク

特別展を企画した学芸員が作品を前にして魅力や見どころを解説します。

とき 10月27日（土）午後1時30分
講師 久野一郎（当館学芸員）



写真1 岡澤長生家墓所



写真4 岡澤長生家の井戸



写真3 岡澤長生家の屋敷跡



写真2 岡澤長生家墓所跡

催し物案内

特別展「郷愁の画家・岡澤長生」展

睦沢町下之郷で幼少期を過ごし、画家となり、故郷の郡名を号とした岡澤長生。その画風は自由で洒脱だが、郷愁のような寂しさと暖かさも併せ持つ。代表作「鶴羽神社祭礼図」をはじめ、「土陸村下之郷池田の風景」、「睦沢村下之郷池田岡澤家墓所」など故郷を描いた。遺族や関係者が保管する作品を初公開し、孤高にして郷愁深い岡澤長生の世界を展観。

とき ~11月18日（日）
入館料 大人300円（高校生以下無料）

なるほど



国保だより

メタボリックシンドロームとは？

(内臓脂肪症候群)

メタボリックシンドロームは、不健全な生活習慣などによる内臓肥満に加え、高血糖、高血圧、高脂血の3つのうち2つ以上該当すると、メタボリックシンドロームと診断されます。

メタボリックシンドロームが怖いのは、自覚症状がないため、放置しておくとう動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの循環器病を引き起こす原因となります。

不健康な生活習慣を改善しよう！

○普段から体を動かす運動習慣をつけましょう。

○バランスの取れた食生活をしましょう。

肥満が引き起こす病気とは？

脳卒中	脳の血管がおかされる病気。突然発症し死亡するケースや、後遺症を残します。
高血圧	体重の増加により、必要となる血液が増え、心臓や血管に大きな負担がかかります。
高脂血症	血液中に中性脂肪やコレステロールがたまりやすくなります。
糖尿病	脂肪細胞からインスリンの動きを低下させる物質が分泌され、血糖値が高くなります。
脂肪肝	肝臓へ脂肪がたまり、肝硬変へと進化する恐れがあります。
心臓病	心臓に酸素と血液を送る冠動脈の硬化が原因で心筋梗塞や狭心症になる恐れがあります。

健康的な生活が医療費適正化につながります。

医療費が増加する大きな要因が、糖尿病や高血圧などの生活習慣病で、治療に長い時間を要します。

睦沢町1人当たりの保険給付費

平成18年度 1人当たり年間 228,948円

教えて！



ねんきん

ななちゃん

国民年金保険料を納めることが 経済的に困難な20歳代の方へ

若年層（20歳代）の方で、所得が少なく保険料を納めることが困難な方は、若年者納付猶予制度や学生納付特例制度などの保険料の納付が猶予される制度を利用することができます。

若年者納付猶予制度とは？ 学生納付特例制度とは？

若年者納付猶予制度と学生納付特例制度は、所得が少ない若年層（20歳代で学生以外）の方や所得がない学生の方が、将来、年金を受け取ることができなくなることや、不慮の事故等により障害が残ってしまった場合に障害基礎年金を受けることができなくなることを防止するため、本人の申請により保険料の納付が猶予される制度です。

これらの制度には所得審査があり、若年者納付猶予制度は本人と配偶者の所得のみ、学生納付特例は本人の所得のみで判定することになります。

若年者納付猶予や学生納付特例の期間は、老齢・障害・遺族基礎年金を受給するための資格期間には算入されますが、老齢基礎年金の額には反映されません。

そこで、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、これらの制度を受けた期間について、10年以内であればさかのぼって保険料を納めること（追納）ができます。ただし、3年度目以降は、当時の保険料に加算金がつきます。

ご相談・申請は役場住民課まで

☎ 44-2503

月日	茂原地区			一宮地区
	内科系	外科系		
10・7	渡辺医院 27-7733	本納整形外科・内科 34-5091	長生	長生診療所 32-3303
8	三枝医院 25-2203	穴倉病院 24-2171	長生	長生八積医院 32-3282
14	鷺沢外科内科クリニック 34-2496	菅原病院 25-1171	長生	津谷クリニック 32-5645
21	にしざわ内科 20-3777	君塚病院 25-1811	一宮	よねもと整形外科 40-1065
28	大塚内科 23-6121	公立長生病院 34-2121	睦沢	睦沢診療所 44-2236

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せん
消防本部通信指令課へ
お問い合わせください
☎24-10119

白子チューリップ祭り

～チューリップのオーナーになりませんか？～

遊休農地の活用、土に親しむ機会づくり、住民交流の機会のお場づくりを目的に始まった白子チューリップ広場づくり事業も15回目を迎えます。

今年は12種類の球根を用意しています。家族やお友だちと一緒に色とりどりのチューリップを咲かせてみませんか？

募集期間 9月10日(月)～10月19日(金)

賛助金 1口 1,000円

【60球(1色)・1区画1.8㎡】

区画と球根を買い取り、植付けと除草などの管理を行っていただきます。祭り終了後は花の切り取りや球根の掘り取りが楽しめます。

植え付け日

11月10日(土)・11日(日)

申し込み方法

10月19日(金)までに申込用紙に記入の上、賛助金を添えてお申込みください。

※区画数がいっぱいになり次第募集を終了します。

申し込み・問い合わせ

花の広場実行委員会事務局

(白子町役場産業課内)

☎ 33-2111 (内線151)

団体オーナー(模様植え)もあります！

祭りの最終日には、団体模様植えコンテストが行われます。

賛助金 1口 10,000円

(5色900球) 区画数(27口)

楽しい仲間と地域づくり応援講座 (県民NPO講座)

とき 10月21日(日)午後1時～

ところ 木更津市民会館 小ホール

内容 趣味や関心、経験などを生かした身近なことから地域貢献をしている方による講演と、活動団体の発表

講師等 講演 國生美南子 氏(特定非営利活動法人 たすけあいの会ふきのとう副代表)

特定非営利活動法人こだま

特定非営利活動法人子ども館ゆめのたまご

定員 100名(当日先着順)

問い合わせ 千葉県環境生活部NPO活動推進課

☎ 043-223-4147

東京湾周辺地域、千葉・房総地域における

高速道路料金割引社会実験

アクアラインで ETC割引を実施中

東京湾アクアラインや富津館山道路などがさらに利用しやすくなっています。

ETC車を対象に、通行料金を割引する社会実験を実施します。

対象車両：ETC車

割引内容

● 9月25日(火)～10月28日(日)

浮島IC・首都高速道路～東関東道・新空港道(富里、成田、大栄、佐原香取、潮来、新空港)、千葉東金道路(山武成東、松尾横芝)のIC間の料金を「湾岸ルート料金+500円(普通車の場合)程度」に割引します。

(終日割引)

例：浮島IC～新空港IC

4,820円⇒2,850円

● 10月29日(月)～実験終了日(未定)

房総地域における「時間帯割引」実施富津館山道路、圏央道、東京湾アクアライン連絡道「通勤割引5割引」(6～9時、17～20時) 富津館山道路、圏央道 「深夜割引3割引」(0～4時)

詳しくは、次のお問合せ先でお聞きになるか、またはホームページをご覧ください。

問い合わせ

NEXCO東日本お客さまセンター

【ナビダイヤル】0570-024-024

(24時間受付)

【PHS・IP電話のお客さま】

03-5338-7524

ホームページ

<http://www.driveplaza.com/dp/ETC>



薬と健康の週間

10月17日(水)～23日(火)は「薬と健康の週間」です。

医薬品は次のことに注意し、正しく取り扱きましょう。

- ①不安なことや分からないことがあるときは、医師や薬剤師に相談しましょう。
- ②使用上の注意をよく読み、用量・用法を守りましょう。
- ③日光、高温、湿気を避けて保管しましょう。
- ④子どもの手の届かない所へ置きましょう。

問い合わせ

長生健康福祉センター総務企画課
☎ 22-5167

人間だから、できること。 愛の献血にご協力を!!

と き 10月15日(月)
午前10時～12時
午後1時15分～4時

ところ 農村環境改善センター
※現在、千葉県では輸血用血液が大変不足しております。
命を救う愛の献血にみなさんのご協力をお願いします。

オータムジャンボ宝くじ (2007年新市町村振興宝くじ)

ご購入は、千葉県内の発売所で!
1等・前後賞合わせて2億円
発売期間 10月1日(月)～19日(金)
抽選日 10月24日(水)

この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。



高齢者の再就職をめざす 介護員(ホームヘルパー) 2級養成講座

と き 11月13日(火)～平成20年
2月8日(金)のうち24日間
午前9時～午後5時

ところ 茂原市総合市民センター
※実習等は近郊市内の各施設等

対象 60歳代で全日参加できる方
定員 40名(応募者多数時は抽選)
受講料 無料(健康診断料等は実費)
申し込み方法

往復はがきに氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記入し郵送

締め切り 10月15日(月)必着

申し込み・問い合わせ
(社)千葉県シルバー人材センター
連合会
〒260-0013
千葉市中央区中央3-9-16
☎ 043-227-5112

「赤十字救急法フェスタ 2007」開催

1人でも多くの県民の方々に「健康・安全」の知識と技術を学んでいただく機会です。

と き 10月27日(土)
午前9時～午後4時

ところ
千葉県総合スポーツセンター・体育館
千葉市稲毛区天台町285

内容
◎救急法コンテスト
◎災害時対応レース
(当日申し込みもできます)
◎ガイドライン2005に基づいた心肺蘇生法・AEDの体験コーナー
◎災害時に高齢者を支援するために役立つ簡単な技術の体験など

問い合わせ
日本赤十字社千葉県支部救護福祉課
〒260-8509 千葉市中央区千葉港4-1
☎ 043-241-7531
FAX 043-248-6812
メール chibasibu@mvp.biglobe.ne.jp

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

夫による妻への暴力、セクハラや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12日(月)～16日(金)
午前8時30分～午後7時
11月17日(土)・18日(日)
午前10時～午後7時

対応者 千葉県人権擁護委員連合会
女性人権擁護委員
千葉地方法務局
人権擁護課職員

相談電話
☎ 0570-070-810

問い合わせ
千葉県人権擁護委員連合会事務局
(千葉地方法務局人権擁護課内)
☎ 043-247-3555

千葉県立長生高等技術専門校 訓練生募集

科目 住宅環境設計課
定員 15名
(高校推薦7名、一般8名)

受付
・推薦10月1日(月)～12日(金)
・一般
10月24日(水)～11月19日(月)
※雇用保険受給資格者は職業安定所相談窓口へ

申し込み・問い合わせ
千葉県立長生高等技術専門校
〒299-4332 長生村金田2811
☎ 32-2102
<http://www.pref.chiba.lg.jp/gisen/chousei/>

相 談

●健康栄養相談

と き 10月16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

●行政・人権相談

と き 10月17日 (水)
午後1時～4時

と ころ 農村環境改善センター
相談は無料で、秘密は守られます。
お気軽にご相談ください。

問い合わせ
役場住民課 ☎ 44-2503
役場総務課 ☎ 44-2500

●法律相談

役場法律相談

と き 10月24日 (水)
午前10時30分～午後0時30分

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 10月19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

※12日 (金) 午前9時から予約受付
(電話のみ)

「目の愛護デー」 電話無料相談

目の健康に関する相談に千葉県眼科医会会員がお答えします。

と き 10月8日 (月)
午前9時～午後5時

相談電話番号
☎ 043-242-4271
※事前申し込み不要

問い合わせ
千葉県眼科医会事務局
☎ 043-275-2354



平成19年度 長生保健所難病相談

と き 10月31日 (水)
午後2時～

と ころ 長生合同庁舎1階
長生保健所クリニック室

対象疾患 膠原病と診断されている方、手のこわばり・関節の痛み等で悩んでいる方

内 容 個別相談 (予約制)
ミニ講演会「膠原病の最新情報」

講 師 国立病院機構下志津病院
医師 末石 真 氏

※事前に電話でお申し込みください。

申し込み・問い合わせ
長生健康福祉センター
健康生活支援課
☎ 22-5167
FAX 24-3419

くらし

ゴミの収集日

☆1コース

燃えないゴミ…10月9日 (火)
資源ゴミ………10月16日 (火)
粗大ゴミ………10月23日 (火)

☆2コース

粗大ゴミ………10月4日 (木)
資源ゴミ………10月11日 (木)
燃えないゴミ…10月18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。

県立長生特別支援学校 第25回潮風祭 (旧長養祭)

と き 10月20日 (土)
と ころ 県立長生特別支援学校

内 容

- 小学部 遊びを中心とした催し物 (体育館)
- 中学部・高等部 作業学習を中心とした頒布活動や催し物、作品展示、学校紹介、PTAバザー、長養太鼓ほか

※教育相談も受け付けています。

問い合わせ
県立長生特別支援学校 丈六
☎ 42-2470

景観まちづくりセミナーの開催

県では景観について考えるセミナーを開催します。

と き 10月14日 (日)
と ころ 茂原市役所1階市民室

申し込み・問い合わせ
千葉県公園緑地課景観づくり推進室
☎ 043-223-3279
FAX 043-222-6447

誕生 おめでとうございます

親の名	子の名	性別	区名	月日
森川 明彦 優子	マイ 真衣	女	大谷木	7/29
山本 守正 輝美	シオン 清音	男	上市場	8/5
関野 洋史 絵里那	ウタ 詩	男	大上	8/12
阿部倉 光謙 麻衣	ユナ 優奈	女	上市場	8/25

睦沢町の人口と世帯

8月末現在 () は前月比

人 口	7,792人 (+3人)
男	3,796人 (+6人)
女	3,996人 (-3人)
世帯数	2,539人 (+7戸)

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
伊原 ミカ	88	河須ヶ谷	8/9
市原 絹子	57	寺崎	8/14
櫻井 洋一	65	川島	8/17

ブレイクタイム

睦沢町中学生海外交流事業から



シンガポールのシンボル
マーライオンの前でパチリ

睦沢保育所・カレークッキングから



お兄さん、お姉さんの作ったカレー
はおいしいな♪

編集後記

まだ、暑い日が続きますが、風はだんだん秋らしくなってきましたね。私はこの季節の変わる時期が好きで、毎回なぜかワクワクしています。

広報編集の仕事に携わって、改めて日本語の難しさを痛感し、自分の言葉に関する知識の乏しさに情けなくなりました。伝えたいことがあっても、うまい言葉が見つからず、国語辞書を片手に悪戦苦闘です。

『読書の秋』、ポキャブラリーを増やすためにも、まずは本を一冊読んでみようかなと思います。

(A.M)

クッキングメモ

いわしのパン粉焼き

材料 (4人分)

いわし	4尾	こしょう	少量
粒マスタード	大さじ2	生パン粉	大さじ4
小麦粉	大さじ4	パン粉	大さじ1
溶き卵	20g	パセリみじん切り	大さじ1
塩	小さじ2/5	粉チーズ	少量
セロリの薄切り	2本	塩、こしょう	各少量
きゅうりのせん切り	1/2	レモンのくし切り	4切れ
レモン汁	大さじ1		

● 作り方

- ①いわしは三枚におろし、小骨を取り、軽く塩、こしょうを振る。
- ②いわしの身のほうに粒マスタードを塗り、小麦粉、溶き卵、パン粉ミックスを順にまぶす。
- ③天板に並べ、200℃のオーブンかオーブントースターで焦げ目がつくまで10分くらい焼く。
- ④セロリは薄切りにして冷水に放しパリッとさせる。きゅうりは薄い短冊に切り、セロリと混ぜ、レモン汁、塩、こしょう少々であえる。
- ⑤皿に盛り合わせ、レモンを添える。
- ⑥いわしにトマトソースやウスターソースなどをかけていただく。

1人分栄養量 エネルギー234kcal 塩分1.1g たんぱく質15.9g
脂質13.8g カルシウム96mg



今日のプリンス

宮崎 塁士くん

平成17年9月24日生(寺崎) 父 悠平さん ♥母 彩さん



とっても元気で、走るのが速い塁士くん。人見知りも全然なく、「はたらくるま」という歌を踊りながら歌ってくれました。

今は何でも興味を持っていて、ママと一緒に料理もします。ケーキも一緒に作れちゃうそうです。とてもやんちゃな塁士くんだけど、自分のごはんを分けてくれたり、優しい一面もあります。

おしゃべりも上手で、お別れの時もきちんとあいさつしてくれました。

「活発すぎて、ケガだけが心配」というママ。取材中もずっと走り回っていましたよ。



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