

きれいな水 豊かな土 支え合う人の和で築く ふるさと むつざわ

むつざわ

平成22年

8

No.508

📍 広報



も く じ

児童扶養手当が父子家庭にも支給されます／
 児童扶養手当・特別児童扶養手当現況届提出の時期・ P 2
 年金記録回復に伴う遅延加算金の支払い・・・ P 3
 貸金業法改正／介護予防講演会／野焼き禁止／
 町職員募集／戦没者遺児慰霊友好親善事業ほか・ P 4～5
 むつざわフォトニュース・・・ P 6
 ヘルスケア・・・ P 7
 生涯学習だより・・・ P 8
 資料館だより・・・ P 9
 国保だより・ねんきんななちゃん・・・ P 10
 暮らしの情報ページ・・・ P 11～13
 暮らしのカレンダー・・・ P 14

みんなの願い事 ^{かな} 叶うといいね!

7月7日(水)、睦沢こども園で、七夕まつりが行われました。

園児は、五色の短冊にしたためた、それぞれの願いをきれいに笹竹に飾りました。

先生から織姫星と彦星の伝説について聞いた後は、5歳児の「きらきら星」の合奏、最後は全員で「七夕様」を合唱しました。

みんなの元気な歌声がお空に届くといいですね。

10月1日を基準日に

国勢調査が実施されます!



交通安全宣言の町 非核平和宣言の町 むつざわ



8月1日から児童扶養手当が父子家庭にも支給されます

ひとり親家庭に対して自立を支援するため、平成22年8月1日から父子家庭の父にも児童扶養手当が支給されます。

児童扶養手当を受給するためには申請が必要です。

平成22年11月30日までに必ず手続きをしてください。

児童扶養手当とは？

父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない子どもを養育する家庭（ひとり親家庭）の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として、支給される手当です。

父子家庭の支給要件は？

次の①から⑤のいずれかに該当する子どもについて、父がその子どもを監護し、かつ、生計を同じくしている場合に支給されます。

- ① 父母が離婚した子ども
- ② 母が死亡した子ども
- ③ 母が一定程度の障害の状態にある子ども
- ④ 母の生死が明らかでない子ども

⑤ その他（母が一年以上遺棄している子ども、母が一年以上拘禁されている子ども、母が婚姻によるなどで懐胎した子どもなど）

手当額（月額）は？

受給資格者（ひとり親家庭の父や母など）が監護・養育する子どもの数や受給資格者の所得等により決められます。

- 児童一人の場合
 - 全部支給 41,720円
 - 一部支給 41,710円
- 児童2人以上の加算額
 - 2人目 5,000円
 - 3人目以降一人につき 3,000円

父子家庭の方の受給手続きについて

児童扶養手当を受給するためには、役場健康福祉課へ申請が必要です。

- 申請の時期についての取り扱い
 - ① 既に父子家庭としての支給要

件に該当している方は、平成22年8月1日より前でも申請ができます。

②平成22年11月30日までに申請いただくと、次の取り扱いとなります。

・平成22年7月31日までに支給要件に該当している方は**11月30日までに申請すれば「8月分」から支給されます。**

・平成22年8月1日以降、11月30日までに支給要件に該当した方は**11月30日までの申請であれば、「要件に該当した日の翌月分」から支給されます。**

※8月～11月分が支給されるのは12月です。

○11月30日を過ぎると、「申請の翌月分」からの支給になります。

問い合わせ

役場健康福祉課
福祉介護班
☎44-2504

児童扶養手当・特別児童扶養手当

現況届提出の時期です

★受付期間★

児童扶養手当

8月2日（月）

～8月31日（火）

特別児童扶養手当

8月11日（水）

～9月10日（金）

※児童扶養手当、特別児童扶養手当の受給者または、支給停止の方は、期間中に現況届を提出してください。

※この届は、前年の所得と現在の扶養の状況等を確認するためのものなので、支給停止になっている方も必ず提出してください。

※現況届の用紙等は役場健康福祉課から受給者へ郵送します。

児童扶養手当・特別児童扶養手当の制度

児童扶養手当

児童扶養手当は、父母の離婚などで、父または母と生計を同じくしていない子どもを養育する家庭の生活の安定と自立の促進に寄与し、子どもの福祉の増進を図ることを目的として支給される手当です。

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当は、家庭で介護されている心身に障害のある児童（20歳未満）の福祉の増進のため、その生活に寄与することを目的として、児童の父母または養育者に対して支給されるものです。

※児童扶養手当・特別児童扶養手当ともに所得制限があります。

申請は、必要書類をそろえて役場健康福祉課で手続きをしてください。必要書類は家庭状況により異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ

役場健康福祉課 福祉介護班
☎44-2504



年金記録の回復に伴って年金（時効特例給付）が支払われた方に 物価上昇分の加算金（遅延加算金）が支払われます

平成22年4月30日から「遅延加算金法」が施行されました。

趣 旨

- 年金時効特例法（平成19年7月施行）により、年金記録の回復に伴って年金（過去5年よりも以前の分）をさかのぼってお支払いしています。
- 今回の遅延加算金法は、当時の年金（時効特例給付）が現在価値に見合う額になるよう、物価上昇相当分を遅延加算金としてお支払いするものです。

対象となる方

平成21年4月30日（遅延加算金法の公布日の前日）以前に時効特例給付が支払われた方



請求手続きが必要となります。
※平成22年4月30日から5年以内にご請求ください。

平成21年5月1日（遅延加算金法公布日）以降に時効特例給付が支払われた方、または、これから支払われる方



請求手続きは不要です。※自動的に手続きを行い、お支払いをいたします。

お支払いする遅延加算金の額

- 年金記録の回復により支払われた年金（時効特例給付）の物価上昇相当分が加算金の額となります。
- 具体的な額は、時効特例給付の額や年金の受給を開始された年などによって異なりますので、「千葉年金事務所」にご相談いただきますようお願いいたします。

請求が必要な方の手続き

- 出来る限り簡単に手続きをしていただけるよう、加算金の額を含め、あらかじめ必要な事項を印字したダイレクトメールを一定の要件を満たす方に順次発送しています。
 - 今すぐに手続きをしていただくこともできます。その場合には、千葉年金事務所にご相談いただいた上で、必要な書類を提出（または郵送）していただきますようお願いいたします。
- ※郵送で手続きをされる際に必要となる用紙は、下記のお問い合わせ先からお取り寄せいただくか、日本年金機構ホームページ（<http://www.nenkin.go.jp/>）からプリントアウトしていただきますようお願いいたします。

窓口での手続きの際に、お持ちいただくもの

【年金を受給している方が手続きをされる場合】

- 年金証書、振込通知書など、基礎年金番号・年金コードが確認できるもの

【ご遺族が手続きをされる場合】

- 請求されるご遺族の方に応じた添付書類が必要となる場合がございます。詳しくは「千葉年金事務所」または「ねんきんダイヤル」までお問い合わせください。

遅延加算金詐欺にご注意！

- 年金事務所の職員を装って「遅延加算金をお支払します」とだまし、お金を振り込ませる詐欺事件にご注意ください。
 - ・遅延加算金をATMでお支払いすることは絶対にありません。
 - ・携帯電話を持ってATMへと言われたら遅延加算金詐欺です。
 - ・相手の言った電話番号をうのみにせず、電話番号を確認して関係機関に問い合わせましょう。

問い合わせ 千葉年金事務所 ☎043-242-6328 茂原分室 ☎23-2530
「ねんきんダイヤル」0570-05-1165（平日午前8時半から午後5時15分）
※IP電話・PHSからは03-67001165

貸金業法が大きく変わりました あなたは大丈夫ですか

借りすぎ・貸し過ぎを防ぐため、
6月18日に改正貸金業法が完全施行されました。



【改正のポイント】

- ◎借入総額が「年収の3分の1」を超える場合、新規の借入れが出来なくなります。
 - ◎借入れの際、基本的に「年収を証明する書類」が必要となります。
- ※法律等の詳しい内容は、金融庁HPでご確認ください。

【HP】<http://www.fsa.go.jp/policy/kashikin/index.html>

困ったら、あせらないで、まず相談を！
ヤミ金融からは絶対に借りないで！

相談・問い合わせ

財務省千葉財務事務所 ☎ 043 - 251 - 7830
千葉県県民生活課 ☎ 043 - 223 - 2795

介護予防講演会の実施について

運動はした方がよいとわかっていても面倒でひざや腰が痛いときありませんか。

いくつになっても筋肉はつくられます。この機会に正しい運動方法と効果について学んでみませんか？

と き 8月24日(火) 午後1時半～3時
ところ 農村環境改善センター

内容

- ①講話「手軽な運動で介護予防」
講師：金坂 孝 氏 (健康運動指導士)
- ②体操「みんなで実践！家でもできる軽運動」

参加費 無料

申し込み方法

電話による申し込み

申し込み締め切り

8月18日(水)

※当日は運動できる服装と運動靴で参加してください。

問い合わせ

町地域包括支援センター(役場内)
☎ 44 - 2531



……野焼きは禁止されています！……

【野焼きとは】適法な焼却施設以外で廃棄物(ゴミ)を燃やすことを「野焼き」といい、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」(以下、「廃棄物法」という。)第16条の2で原則として禁止されています。「野焼き」には、地面で直接焼却を行う場合だけでなく、ドラム缶・ブロック囲い・素掘りの穴など法律で定められた基準をみたしていない焼却炉での焼却行為はほとんど「野焼き」に該当します。

【「野焼き」は、なぜいけないのですか?】「野焼き」を行うと、その煙が悪臭や大気汚染の原因となり、周辺の方々にも迷惑となります。また、「野焼き」では焼却温度が200度Cから300度C程度なので、焼却物によってはダイオキシンを発生します。

【例外的に認められる場合】(廃棄法第16条の2第3号、同施行令第14条)

- ☆国や地方自治体の施設管理に必要な場合(河川管理や道路管理を行う河川敷や道路の草刈り)
 - ☆災害の予防、応急対策または復旧のために必要な廃棄物の焼却(災害等の応急対策、火災予防訓練)
 - ☆風俗習慣上または宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却(正月のしめ縄、門松等をたく行事)
 - ☆農業、林業または漁業を営むためにやむを得ない場合(焼畑、畦の草および下枝の焼却)
 - ☆たき火その他の日常生活で通常行われる廃棄物の焼却で軽微なもの(落ち葉たき、キャンプファイヤー)
- ただし、この場合も、必要最小限度とし、風向きや強さ・時間帯・周辺状況に配慮して行ってください。

【燃えるゴミを処分する方法は?】

- ☆法の基準を満たしている焼却炉で焼却してください。(詳しくは下記の問い合わせ先に)
- ☆家庭からの廃棄物は、種類に応じ「燃えるゴミ」、「粗大ゴミ」として処分してください。
- ☆事業場から出る産業廃棄物は、廃棄物処理を許可された業者に委託してください。



【罰則はありますか?】

「廃棄法」により5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金(法人は1億円以下の罰金が併科)です。

問い合わせ 茂原警察署生活安全課 ☎ 22 - 0110
東上総県民センター地域環境保全課 ☎ 26 - 6731
役場地域振興課 生活環境班 ☎ 44 - 2515

町職員募集

町では、平成23年度採用職員を募集します。

職種・採用予定人数

- ・一般行政職 初級 若干名
- ・認定こども園教諭兼保育士 1名

受験資格

- ・一般行政職
昭和55年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた方
- ・認定こども園教諭兼保育士
昭和50年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた方で、資格を有する方または、平成23年春季までに資格取得見込の方

申込書の配布 役場総務課にて配布

受付期間

8月2日(月)
～8月13日(金)

試験日

9月19日(日)

試験会場

睦沢町役場

問い合わせ

役場総務課 総務班 ☎44-2500



平成22年度 戦没者遺児による 慰霊友好親善事業の参加募集のご案内

財団法人日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象に父等の戦没した14の旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的に実施します。また、本年度は事業実施20周年記念事業として「洋上慰霊」を実施します。

参加資格

事業を実施する国および地域での戦没者遺児の方

参加費 80,000円

実施国及び地域

旧満州、旧ソ連、西部ニューギニア、中国、東部ニューギニア、フィリピン、トラック諸島、パラオ諸島、ソロモン諸島、ボルネオ・マレー半島、ミャンマー、インド、マリアナ諸島、マーシャル諸島

洋上慰霊

沖縄・小笠原方面各海域

申し込み・問い合わせ

財団法人日本遺族会 事業課事業係
☎03-3261-5521

平成22年度 第4回差押財産のインターネット公売の開催

町税の収納率の向上と納税の公平を保つため、滞納者から差し押さえた財産を、ヤフー株式会社が運営するインターネットオークションを利用して公売し、滞納町税に充てます。

- ▼参加申込期間 8月3日(火)午後1時～8月18日(水)午後11時
- ▼参加資格 20歳以上でYahoo! JAPANのIDのある方
- ▼公売財産 ホームページに掲載
- ▼公売方法 せり売り
- ▼公売場所 ヤフー株式会社が運営する公売オークションサイト
- ▼入札期間 8月24日(火)午後1時開始
8月26日(木)午後11時終了
- ▼最高値申込者の決定 8月27日(金)午前10時
- ▼買受代金納付期限 9月7日(火)午後2時半まで

※詳しくは町ホームページをご覧ください。

(<http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp>)

○公売参加予定の方は、ホームページ上の「睦沢町インターネット公売ガイドライン」をお読みください。

○都合により中止の場合があります。

■平成22年度 第2回(平成22年5月)公売結果

売却区分 No.	物件名称	見積価格(円)	落札価格(円)
睦沢22-2-01	雑種地 千葉県長生郡睦沢町大上	1,990,000	3,000,000

問い合わせ 役場税務住民課 税務班 ☎44-2502

— 下見会 —

実際の公売財産を見ていただくため下見会を実施します。事前予約は不要です。

▼とき

8月9日(月)
～8月13日(金)
午前9時～午後5時

▼ところ

役場税務住民課



第29回長生支部消防操法大会

～長南町陸上競技場 6月27日(日)～



ポンプ車操法 第3位優良賞 第3分団第3部(上市場)の皆さん

6月27日(日)、長南町陸上競技場において、第29回長生支部消防操法大会が実施されました。
消防第5支団(睦沢町)を代表し、ポンプ車操法の部で第3分団第3部(上市場)、小型ポンプ操法の部で第3分団第4部(小滝・河須ヶ谷・岩井)が出場し優秀な成績を収めました。

大会結果

団体

ポンプ車操法の部(全出場隊8)

第3位優良賞

第3分団第3部(上市場)

小型ポンプ操法の部(全出場隊10)

第5位

第3分団第4部

(小滝・河須ヶ谷・岩井)

個人

ポンプ車操法の部

最優秀4番員

第3分団第3部

内山裕介



最優秀4番員
内山裕介さん(上市場)



第3分団第4部(小滝・河須ヶ谷・岩井)の皆さんの演技

「ゆかいなかかしと私たち」 コンテスト開催中

8月8日(日)まで、町総合運動公園多目的広場で、とてもユニークな、かかしのコンテストが行われています。

会場には現在20体以上のかかしが出版されており、来場者の方による人気投票が行われています。

どのかかしも作者のアイデアと気持ちがかもつていて、ついつい見入ってしまう力作。

投票結果は8月8日(日)、同会場で行われる納涼盆踊り大会で発表されるそうです。



うめ丸くんと殿様の共演!

主催 睦沢町商工会女性部

俳句

龍の中赤子の眠る夏座敷
梅雨空や眉ほどの月出おくれ
夏あざみの刺もちて生る鮮やかさ
梅酒かく琥珀に澄むや齢古れば
恋文を匿し持つ子やさくらんぼ
虹の輪を眼下に高度三千フィート
濃緑の肩にざしりと梅雨最中
背戸の風避暑地と思ふ生家かな
蝸牛物言ひたげに角を出す
白南風や声のびやかに少年僧

田邊 きわ子
加藤 秀子
篠田 とみ
須田 ひろし
中村 真砂雄
河野 悦子
海保 照
山本 阿衣
津川 小汀
葵 かける

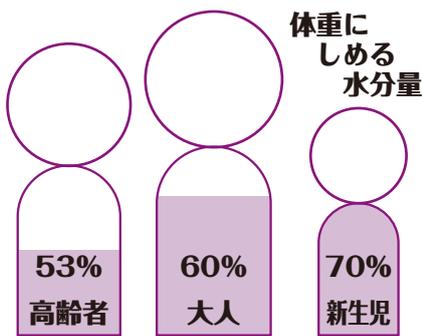
へルメケア

健康な暮らしのために 看護師 加藤典子

暑い夏、脱水症や、熱中症に気をつけて

体の水分足りていますか？

暑い日が続いています。こまめに水分補給をしていますか。人間の体は体重の約60%は水分で出来ています。新生児は70%。高齢者は53%とも言われています。水分は、血液や細胞間液として体温調節をしたり、代謝や栄養素の運搬、老廃物の排泄や浸透圧の調整をして人間の生命維持には欠かせない役割を担っています。



身体は平熱から2度熱が上がると体調不良を起こします。そのため水分は体温を一定に維持する大切な役割をしています。しかし健康であれば、体内に水分が留まる事はありません。常に新しい水分と入れ替わり汗や尿によって排泄されています。生きるためには水分の補給が毎日必要なのです。汗をかかないし活動量も少ないからと水分補給をおざなりにしていませんか。知らぬ間に失われる水分(不感蒸泄)は1日700~900mlと言われています。

喉の渇きは 脱水のシグナル

体液(水や電解質)が不足した状態を脱水症と呼びます。成人だと体重の2%の水分が失われると強い喉の渇きや、尿量が少なくなります。更に症状が進むと食欲減退や頭痛、めま

い、吐き気、倦怠感などが見られ汗も出なくなりやすくなります。特に高齢者は、元々体内の水分が少ないのに、排尿を心配し水分を控える方も多く、喉の渇きに鈍感なため、脱水症になりやすくなります。尿量が減ったり、口唇や皮膚の乾燥、夏でも脇の下が乾燥している時は脱水が進んでいる証拠です。日頃からこまめに水分を摂るようにしましょう。食事以外に1日1200mlを目安にした方がいいです。

体から出ていく水分と入る水分 (ml/日)

水分の排泄量		水分の摂取量	
尿	1000 ~ 1400	飲料水	1000 ~ 1200
便	200	食物中の水分	1000
不感蒸泄	700 ~ 900	代謝水分	200 ~ 300
合計	1900 ~ 2500	合計	2200 ~ 2500

※食物の中のおおよその水分量=食事の総量g x 0.6
 ※代謝水分とは糖質・脂質・たんぱく質が体内で分解されるときに最終的に産出される水です。

熱中症は湿度が問題

人間は汗をかいて水分を蒸発させ、熱を体外へ放出しています。湿度が高いと汗が出て蒸発しにくくなり体温が下がらな

くなります。熱中症は高温多湿での運動や労働でなる方が多いのですが、汗をかく機能が衰えている高齢者は室内でも熱中症になる事が多いです。

熱中症の対応としては体温を下げる事と水分と塩分補給です。木陰やクーラー等涼しい場所



の太い血管が通っているところを水で冷やしたり、身体に水を吹きかけ、うちわや扇風機で気化熱によって冷やす方法もあります。飲み物は水分のみだと塩分濃度が希釈されるため、スポーツドリンクや味噌汁や塩気のあるスープも有効と言われています。

暑い夏、早め早めの水分補給で元気に乗りきりたいですね。

熱中症の傾向と対策！

I度 (軽度)

めまいがする
立ちくらみ
汗をふいても出てくる
こむら返り

- 水分と塩分を補給
- すずしい場所で休む

II度 (中度)

体がだるい
頭がガンガン痛い
吐き気がする
判断力 / 集中力が低下

- 水分と塩分を補給
- 足を高くして休む
- 自分で水分補給できなければ病院へ

III度 (重度)

体温が高い
意識がない / ケイレン
返事がおかしい
まっすぐ歩けない

- すぐに救急車を呼ぶ
- 冷やす(首、わきの下、足の付け根)

生涯学習だより

中央公民館
☎ 44-0211
総合運動公園
☎ 44-1565

8月の休館日

2日 (月)
9日 (月)
16日 (月)
23日 (月)
30日 (月)

社協だより

社会福祉協議会
☎ 44-2514

みんなで流しそうめん

竹のお箸と器を自分で作り、涼しげに流れるそうめんを「つるり」と食べてみましょう！

とき 8月1日(日)

午前10時～

ところ 中央公民館

参加費 300円



町民体育祭の開催

とき 10月11日(月)

ところ 総合運動公園

多目的広場

多くの方が競技に参加できるように、様々な種目の実施を予定しています。

詳細は改めてお知らせします。

平成22年度成人式

とき 平成23年1月9日(日)

式典 午前11時

ところ 陸沢ゆうあい館

対象者 陸沢中学校を平成18年

3月に卒業した方、または陸沢

町民で平成2年4月2日から平

成3年4月1日生まれの方

※11月上旬に対象者の皆さんに

式典の招待状をお送りします。

坐禅体験

住職から手の合わせ方や足の組み方などの指導を受け、鐘の合図とともにびんと背を伸ばし、坐禅に取り組んでみましょう。

とき 8月29日(日)

午前7時半～

ところ 弘行寺(下之郷)

参加費 100円



《地域福祉交流会を 開催しました》

6月30日(水)、むつぎわ福祉交流センターに、くが歯科医院の院長先生とスタッフの皆さんを招き、「歯の健康講話と高齢者の口腔ケア(歯科衛生)」についてお話しいただきました。

毎食後の歯磨きや定期的な歯垢の除去は虫歯や歯周病の予防となり、また入れ歯の手入れは熱湯や研磨剤の入っている歯磨き粉を使用しないなどの方法を教えていただきました。

「かむことは唾液の分泌と消化吸収につながり、ボケ防止になる。」など、参加した26名は、毎日健康に過ごすためには歯が大切であることを学びました。

《福祉車両を寄贈》

片岡君江様より、福祉車両(スロープ付き軽自動車)と車いすが町社会福祉協議会へ寄贈されました。

「社会福祉に役立てて欲しい」という趣旨でいただいた福祉車両は、しあわせ号貸出事業で使わせていただきます。社会福祉へのご協力ありがとうございました。



《結婚50周年記念 祝賀会対象者調査》

今年結婚50周年を迎えるご夫婦を調べています。

対象者は、昭和35年9月1日～昭和36年8月31日までの間に結婚し、ご夫婦とも健在で町内に在住の方です。

該当する方は、9月10日(金)までに地区の民生児童委員または、町社会福祉協議会まで連絡ください。

ありがとうございました

(6月1日～30日 敬称略)

陸沢町体育協会ゴルフ部

匿名 30,000円

匿名 10,000円

匿名 15,000円

匿名 6,900円

この善意は、町社会福祉増進のため大切に使用させていただきます。



資料館だより

開館時間／午前9時～午後4時半 ☎44-0290

8月の休館日 2日(月)・9日(月)～16日(月)・23日(月)・30日(月)

特別展「1973年千葉若潮国体とその時代」 展示品紹介①

千葉若潮国体記念章

前回の千葉県の国体「千葉若潮国体」の記念章は、開催の前年の1972(昭和47)年8月17日、意匠が決定し、当時の大蔵省造幣局に製造委託されて15万個が作られた。デザインは日展文部大臣賞受賞者の彫刻家の藤野天光で、制作にあたり「健康こそしあわせなり。もはや世界はひとつなり。世界観を持った力強い若者を表現した」との言葉を残している。藤野は千葉若潮国体で8メートルの大作モニュメント「輝く太陽」も制作し、県立美術館建設にも尽力したが、国体の翌年1974(昭和49)年12月に死去した。



若潮国体の記念章

写真の記念章は、睦沢村役場からの炬火リレーの随走者だった人から寄贈された。タテ・横約3cm。

収蔵品紹介 91

盆灯籠

8月といえばお盆。お盆は、「盆と正月」といわれるくらい日本人にとってなじみが深く、先祖の霊を迎える年中行事。この盆灯籠は森地区で使用され、高さ45cmほどの木製。ただいま、資料館2階の平常展示コーナーで展示中。



盆灯籠

1973(昭和48)年9月30日、天津小湊町の清澄寺で採火された火は「心の火」、佐原市の香取神宮のは「力の火」、千葉県とものは「太陽の火」と呼ばれ、これらが千葉市役所まで運ばれつにされた。出発式のと県内全市町村を順次リレーし、秋季大会開会式前日、県庁に入り、10月14日に千葉県総合運動場陸上競技場に到着した。

リレー走者は男女を問わず、通過市町村で編成し、二区間の編成は15名で、隊列は炬火保持者を先頭に予備トーチを持つ炬火副保持者、大会旗の小旗を持つ隊長と12名随走者が続いた。二区間の走行距離は最長で2km、速度は時

資料館臨時休館のおしらせ

館内整理のため、歴史民俗資料館を8月10日(火)から15日(日)の6日間、臨時休館します。休館中の連絡先は、睦沢町立中央公民館(☎44-0211)の歴史民俗資料館担当にお願いします。



当時の睦沢村役場前を走る千葉若潮国体の炬火リレー

催し物案内

特別展

「1973年千葉若潮国体とその時代」

今年、千葉県で2度目の国体が開催される。前回の国体は1973(昭和48)年に千葉若潮国体として開催された。今年、国体開催記念のため、1973年の千葉若潮国体とその時代を表す大会記念章

のほか、炬火リレーの写真、炬火伴走者の鉢巻き・ランニングシャツ・トランクス・ワッペンなどを展示。

とき 8月28日(土)

～11月14日(日)



▲1973(昭和48)年10月、千葉若潮国体の入場行進

第8回観月の夕べコンサート

文化財の保存と活用のため、妙楽寺で国指定重要文化財の大日如来坐像などをライトアップして、中国民俗楽器の演奏。

とき 9月23日(木・祝)

午後7時開演

チケットは2,000円(完全前売)。8月21日(土)から公民館などで予約・発売受付。当日券、立ち見席はありません。会場には一般の駐車場はありません。公民館駐車場からチケットをお持ちの方をバスで送迎します。



▲昨年の観月の夕べコンサート

千葉若潮国体炬火リレー①

1973(昭和48)年、本県で初めての国体、「千葉若潮国体」が開催された。これに先立ち、県内の各市町村を通過する炬火リレーが行われた。

清澄寺・香取神宮・千葉県とものは国体の3か所で採火した炬火を千葉市役所に集火し、千葉県民の火として、千葉市から県内全市町村を巡回し、千葉県総合運動場陸上競技場までリレーすることにより、この大会の意識を高め、県民あげて若潮国体に参加する喜びと大会を成功させる決意をあらたにするものという。

21世紀への遺産 160

速12km。リレー隊の前には、連絡車・広報車・パトカー・白バイが先導し、リレー隊の後には指導車・本部車2台・救護車2台が続く大行列だった。

この炬火リレーは、長生郡には1973(昭和48)年10月4日に入り、睦沢村(当時)にももたらされ、若者たちによって高く掲げられた炬火が村内を縦走した。この写真は本誌1973(昭和48)年11月号に掲載されたもの(続く)。



健康づくり絵画の募集について

千葉県国保連合会では、日常生活から健康づくりに対する意識を高めることを目的として、健康増進ポスターを作成します。

それに伴い、ポスター用の「健康づくり絵画」を募集します。詳細は下記のとおりです。

1. テーマ 健康づくりに関すること
(食事・運動・休養・喫煙・飲酒等)
2. 対象者 県内在住または就学中の小学生以下
3. 応募規定 作品は個人作品で未発表のもの
用紙は4ツ切画用紙を縦長に使用
文字は入れない
作品の裏面に必ず学校名、学年、氏名(ふりがな)を記入
4. 締切日 9月3日(金) 必着
※下記の提出先まで郵送するか、持参してください。
5. 提出先 〒263-0016
千葉市稲毛区天台6丁目4番3号
千葉県国民健康保険団体連合会
事業課保健事業係
6. 入賞作品 最優秀賞 1名
優秀賞 2名
入選 15名
参加賞 全員
7. その他 作品の著作権は千葉県国保連合会に帰属します。
作品は応募者に返却します。
最優秀作品はポスター用に再校正します。

「健康づくり絵画」についてのお問い合わせは
千葉県国民健康保険団体連合会
事業課保健事業係

☎ 043 - 254 - 7355



教えて!

ねんきん

ななちゃん

今から、将来の年金額を増やす 2つの方法

自営業の方をはじめ、国民年金に加入して保険料を納めている方が、将来受け取る年金額を増やしたい場合には、次の2つの方法があります。

①付加年金

国民年金の定額保険料に月額400円の付加保険料をプラスして納めると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされて受け取ることができます。付加保険料を納めた際の老齢基礎年金は、1年間に付加保険料を納付した月数×200円が上乗せされます。

付加年金の申し込み手続きは、役場健康福祉課の窓口で受け付けます。

②国民年金基金

国民年金基金は、自分の将来設計にあわせて年金の型と口数を選択し、受け取り額を決めることができます。掛け金は年金の型と口数のほかに、加入時の年齢と性別によって決まります。

なお、国民年金保険料を納めている方でも、農業者年金に加入している方や任意加入の方は国民年金基金に加入することはできません。

国民年金基金についてのお問い合わせは、 千葉県国民年金基金

☎フリーダイヤル 0120 - 65 - 4192
ホームページ

<http://www.chibakikin.or.jp>

※付加年金と国民年金基金の両方に加入することはできません。

問い合わせ 役場健康福祉課 国保健康班 ☎ 44 - 2506



みょうがやしその香りを効かせた寿司飯でさっぱりと 焼きあじの姿寿司

材料(4人分)

あじ …………… 2尾
塩 …………… 小さじ1/3
米 …………… 2合
《合わせ酢》
A 酢 …………… 大さじ4
砂糖大さじ1・塩小さじ2/3
みょうが(みじん切り)
…………… 2本分
しその葉(みじん切り)
…………… 6枚分
B 白ごま …… 大さじ1
スライスチーズ …… 2枚
しょうがの甘酢漬け
…………… 30g

作り方

- ①あじはせいごを取って三枚におろし、小骨を取る。塩をふって10分置き、水気を拭いて焼いておく。
- ②かために炊いたご飯に、みょうがを加えたAをふりかけ、全体をきるように混ぜてBを散らし、軽く混ぜる。
- ③ラップを広げ、中央に①のあじの皮目を下にして置き、半分に切ったスライスチーズを重ね、②の寿司飯の1/4量を棒状にまとめたのせ、ラップで全体を包み、きつめに押さえて形を整える。少し置いてからラップごと切り分け、ラップをはずして器に盛り、しょうがの甘酢漬けを添える。

1人分栄養量	エネルギー / 392kcal	たんぱく質 / 17.8g	脂質 / 6.1g
	カルシウム / 109mg	食塩相当量 / 2.1g	

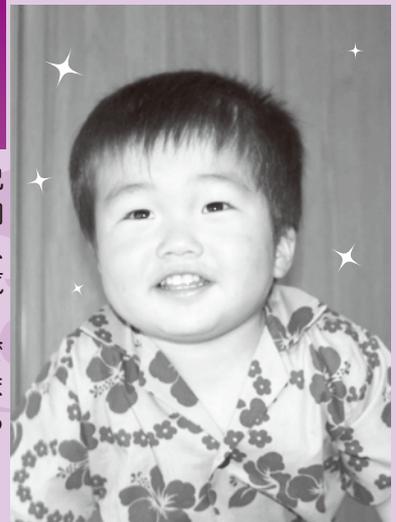
今月の

プリンス



山根 拓実くん

平成20年7月22日生(佐賀)
父/茂夫さん ♥ 母/道子さん



とっても明るく元気な拓実くんは、こども園に通っている大好きなお兄ちゃん(年中)を近所のバス停まで送るのが日課。お兄ちゃんのように園服はありませんが、少しでも近づきたい拓実くん。帽子を被り、トーマスのリュックを背負って、長靴を履き「にいに！いってらっしゃい」と元気に見送り1日がスタート！

天気のよい日は、庭でちょうちょうを追いかけたり、お家のプールでジャブジャブ水遊び。ダンスも好きで、音楽に合わせてリズム良く踊ります。春に観たミッキーのパレードがお気に入り、お家の中を踊りながら周り『拓実くんパレード』で楽しませてくれます♪

◆プリンス・プリンセス募集！掲載ご希望の方は総務課総務班まで ☎44-2500◆

月・日	茂原地区		一宮地区	
	内科系	外科系		
8・1	ポブラクリニック 23-3111	宍倉病院 24-2171	一宮 藤島クリニック 47-3056	
8	山之内医院 25-1131	鎗田整形外科医院 24-8686	一宮 清水医院 42-2950	
15	茂原中央病院 24-1191	菅原病院 25-1171	長生 長生診療所 32-3303	
22	大塚内科 23-6121	公立長生病院 34-2121	長生 長生八積医院 32-3282	
29	鶴沢外科内科クリニック 34-2496	三枝医院 25-2203	長生 津谷クリニック 32-5645	

☎24
11
01
0

（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。

日曜・休日当番医

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

納涼盆踊り大会 ～町商工会青年部主催～

毎年恒例の町商工会青年部主催「納涼盆踊り大会」が開催されます。

当日は、盆踊り、うちわによる抽選大会、花火の打ち上げなど、たくさんのイベントが行われます。

と き 8月8日(日)
午後5時～

ところ 総合運動公園多目的広場

問い合わせ

町商工会 ☎ 44-0112



● 広域市町村圏組合の所有地を ● 一般競争入札で売却します！ ●

● 【所在地番】

● 茂原市千沢字細田835番3

● 茂原市千沢字細田842番1

● 茂原市千沢字細田842番2

● (旧北消防署跡地)

● 【地目】宅地

● 【公簿面積】 1,077.67㎡

● ※売買契約は実測面積

● ※当該地にある建物等の解体および撤去の条件付売却

● 【募集要項の配布・入札参加申込み】

● 8月9日(月)～23日(月)

● 午前8時半～午後5時

● (土・日を除く)

● 【入開札日】 9月9日(木)

● 【募集要項の配布・申し込み・問合せ】

● 長生郡市広域市町村圏組合事務局

● 総務課

● ☎ 23-0107

● FAX 24-1144



売却予定地



自衛官を募集

防衛省自衛隊では、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	試験期日(期間)	合格発表等	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	8月1日 ～9月10日	1次試験 9月23日	1次試験 10月8日	23年 3月下旬 ～4月上旬	入隊後約6年で 3等海・空尉(幹部)に任官	
			2次試験 10月16日 ～21日	2次試験 (海)10月16日 (陸)11月4日			
			3次試験 11月13日 ～12月16日	最終合格 11月10日			
一般曹候補生	18歳以上 27歳未満	8月1日 ～9月10日	1次試験 9月18日	1次試験 10月1日	23年 3月下旬 ～4月下旬	入隊後2年9月 経過以降、選考 により3等陸・ 海・空曹に昇格	
			2次試験 10月7日 ～14日	最終合格 11月10日			
自衛官 候補生	男子	平成22年度 3月高等学校 等卒業予定者	8月1日 ～9月10日	受付時にお知 らせします。	試験後お知ら せします。	23年 3月下旬 ～4月下旬	約3ヶ月の教育 終了後2等陸・ 海・空士に任用
	女子	18歳以上 27歳未満	8月1日 ～9月10日	9月26日 ～29日	11月11日		
	男子	18歳以上 27歳未満	年間を通じて 行っています	受付時にお知 らせします。	試験後お知ら せします。		

相談

●健康栄養相談

とき 8月20日(金)
午前10時～11時半
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
役場健康福祉課 国保健康班
☎44-2506

●乳幼児健康相談

とき 8月31日(火)
受付 午後2時～3時
ところ 農村環境改善センター
内容 身体計測や栄養、育児相談
問い合わせ
役場健康福祉課 国保健康班
☎44-2506

●行政・人権相談

とき 8月18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 役場総務課 総務班
☎44-2500

●法律相談

とき 8月17日(火)
午前10時半～午後0時半
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 総務班
☎44-2500

●消費生活相談

悪質商法の被害や契約上のトラブル、商品の知識など消費生活に関する相談を受け付けます。
相談は電話による受付で、内容により司法書士に直接相談することもできます。消費生活について困っていることやわからないことなどありましたら、お気軽にご相談ください。
相談は無料で、秘密は守られます。
問い合わせ
役場総務課 総務班
☎44-1111

●交通事故無料相談

対象 交通事故にあわれた方
相談方法
電話相談
毎週月～金曜日(祝日除く)
相談先・問い合わせ
(社)日本損害保険協会
☎043-284-7955

くらし

●ゴミの収集日

☆1コース
燃えないゴミ…8月10日(火)
資源ゴミ…8月17日(火)
粗大ゴミ…8月24日(火)
☆2コース
粗大ゴミ…8月5日(木)
資源ゴミ…8月12日(木)
燃えないゴミ…8月19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分までにしてください。



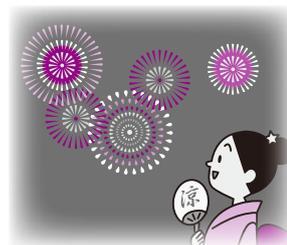
●手話学習会の開催

長生郡市の方を対象に、手話学習会を開催します。
とき 9月1日～11月24日
(毎週水曜日)
午前9時半～11時半
ところ 茂原市総合市民センター
対象 手話経験のない方
定員 20名
受講料 1,000円
主催 茂原市聴覚障害者協会
申し込み締切 8月25日(水)
申し込み・問い合わせ
茂原市社会福祉協議会
☎23-1969
FAX 23-7444
茂原市聴覚障害者協会 平野
FAX 25-9888

●千葉県生涯大学校外房学園作品展示会

開催のご案内

千葉県生涯大学校外房学園では、学生が日常の学習を通じ習得した特技や趣味を生かした作品を一堂に展示し、各科の学習内容とその成果を公開する展示会を開催します。
とき 8月20日(金)～23日(月)
午前10時～午後4時
ところ 千葉県生涯大学校外房学園本校舎、陶芸科教室 茂原市小簗319-1
入場料 無料
問い合わせ
千葉県生涯大学校外房学園
☎25-8228



編集後記

皆さん、連日、夏真っ盛りですね。お体にはくれぐれもご留意ください。さて、西日本の豪雨や宮崎の口蹄疫等、大問題が起きては、人々を苦しめています。

人間の力の及ぶ範囲は限られますが、皆さんは困難をどう乗り越えていますか？

個人的には、ささやかな努力の果ては、ご先祖さまからお知恵を授けていただかないのかなと思ったりもします。

まもなく、お盆を迎えますが、皆さんはご先祖様をどう迎えられるか？ (Y. S)

誕生 おめでとうございます

親の名前	子の名前	性別	区名	月日
高梨 教之 幸子	ヒナタ 陽	男	下之郷	6/14

結婚 末永くお幸せに

区名	氏名
上之郷	中村 友祐・さゆり

弔 おくやみ申し上げます

亡くなった人	年齢	区名	月日
久我 恆充	78	川島	6/5
永野 堯	81	妙楽寺	6/19
山崎 秋夫	77	大上	6/28
佐貫田耕作	88	上市場	6/29

睦沢町の人口と世帯

人口 7,580人 (-6人) 男 3,664 (-4人)
世帯数 2,600戸 (+1戸) 女 3,916 (-2人)
6月末現在()は前月比

※注意 このカレンダーは9月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
			1 もえる ゴミ 2学期始業式 (こども園・小中学校) BCG・三種混合予 防接種 (改セ) 受付 13:00～13:20	2 2コース 粗大ゴミ	3 もえる ゴミ	4
5	6 もえる ゴミ	7 園庭開放 (こども園) 9:50～11:00 おはなし広場 (こども園) 11:00～11:30	8 もえる ゴミ 行政・人権相談 13:00～16:00	9 2コース 資源ゴミ	10 もえる ゴミ 健康栄養相談 (改セ) 10:00～11:30	11
12	13 もえる ゴミ	14 1コース もえないゴミ わくわく広場 (こども園) 10:00～10:40	15 もえる ゴミ	16 2コース もえないゴミ	17 もえる ゴミ ポリオ予防接種 (改セ) 受付 13:00～13:20	18 第28回歴史学講座 「西門堰水論史料を 読む」(資) 13:30～15:00 絵本の読み聞かせ (公) 10:00～10:30
19	20 もえる ゴミ 敬老の日	21 1コース 資源ゴミ 法律相談 10:30～12:30 園庭開放 (こども園) 9:50～11:00	22 もえる ゴミ	23 秋分の日 第8回観月のタペ コンサート(妙楽寺) 19:00～20:30	24 もえる ゴミ お母さん・お父さん 学級1回目(改セ) 9:30～12:00	25
26 日曜(一部窓口) 開庁日 ふるさと芸能発表会 (ゆ) 9:00～15:00	27 もえる ゴミ	28 1コース 粗大ゴミ	29 介護・後期保険料第 3期分納期限	30 固定資産税第3期納期限 国民健康保険税第3期納期限 乳幼児健康相談(改セ) お母さん・お父さん学級2回 目(改セ) 9:30～14:00		

●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

●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

●(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

♪プレイクワイム

こども園 七夕まつり



きらきら星の合奏 練習の成果ができましたね。



かわいい短冊をお願いを書きました。