町制施行30周年

きれいな水　豊かな土　支えあう人の和で築く　ふるさと　むつざわ

広報 むつざわ

平成25年
6
No.542

交通安全宣言の町
非核平和宣言の町
むつざわ

瑞沢小学校と新宿区立花園小学校の交流活動「田植え体験」（関連記事 P9）

主な内容

P2 ……各種健診（検診）のご案内
P3 ……区長さんを紹介します
P4 ……第18期青少年相談員の皆さん
P5 ……『リバーサイドタウン』現地見学会を開催
P6・7……地籍調査を実施します
P16・17 …くらしの情報

おめでとうございます
旭日小綬章受章

春の叙勲勲章伝達式が5月7日（火）千葉県庁で行われ、御園生正美前町長が旭日小綬章を受章され、5月13日（月）には、皇居宮殿「春秋の間」で拝謁の栄に浴されました。

御園生氏は、昭和47年に村議会議員に初当選し、5期20年にわたり議会議員としてご活躍され、この間議長、副議長等の要職を歴任し、議会の円滑な運営に尽くされました。また、平成13年から平成24年までの11年間は睦沢町長として重責を担われ、併せて31年間にわたり、町政の発展と住民福祉の向上に貢献された功績が認められ、この度の受章となりました。

町内のゴルフ場と災害時の協定を結びました

町は、3月にデイスターゴルフクラブ、5月に房総カントリークラブと「災害時における一時避難場所としての使用に関する協定」を締結しました。

この協定により、両ゴルフ場を民間協力の一時避難場所として位置付け、大規模災害が発生する恐れのある時で周辺の住民の避難に緊急を要する場合などにゴルフ場の承諾により施設を使用できることになりました。

問い合わせ
役場総務課　総務班
☎(44)2500

✻いよいよ始まります！各種健診（検診）のご案内

健診の種類	対象者	検査項目	料　金	通知・申し込み
①特定健康診査 メタボリックシンドロームに着目した健診	40～74歳の睦沢町国民健康保険に加入されている方が対象です。（30～39歳の希望者する方にも実施します） ただし、人間ドックを受ける方は除きます。	問診、身体計測、医師の診察、血圧測定、血液検査（脂質、肝機能、貧血、血糖、腎機能）、尿検査、心電図検査、眼底検査	集団1,000円 個別2,000円	40～74歳の方には全員通知します （30～39歳の昨年受診された方には通知します。新規申し込み可）
②後期高齢者健康診査 生活習慣病の早期発見 早期治療に着目した健診	75歳以上の後期高齢者医療保険加入者、および65歳以上で認定された方が対象です。人間ドックを受ける方は除きます。		集団　無料 個別　無料	昨年受診された方、新規75歳の方には通知します （新規申し込み可）
③結核検診	昭和24年３月31日以前に生まれた方（平成25年度中に65歳以上になる方）	問診、胸部エックス線検査	無　料	希望調査で希望された方には通知します （新規申し込み可）
④肺がん検診	昭和24年４月１日～昭和48年４月１日生まれの方	問診、胸部エックス線検査	５００円	
⑤前立腺がん検診	検診当日において50歳以上の男性	血液検査	５００円	
⑥肝炎ウイルス検診	昭和49年３月31日以前に生まれた方（平成25年度中に40歳以上になる方）で、過去に検査を受けたことがない方	血液検査（Ｂ型・Ｃ型）	無　料	当日申し込み可

★集団健診　①～⑥の健診（検診）
　実施日　６月24日（月）～７月１日（月）の日曜日を除く７日間
　会　場　農村環境改善センター

★個別健診　①特定健康診査　②後期高齢者健康診査
　実施期間　６月～９月までの期間

原則として集団健診で実施しますが、健診期間中に受けられない場合は、町が委託した医療機関で個別に受けることができます。ただし、受診券発行のため事前に申し込みが必要になります。

★集団健診期間中に、結核検診・肺がん検診（胸部エックス線検査）、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診を同日に受けることができます。

★申し込み・問合わせ　**健康福祉課　国保健康班**　☎(44)２５０６

区長さんを紹介します

16名の区長の皆さんは、各地区の町行政に対する要望を取りまとめるなど、町民の皆さんと行政をつなぐ大切な役割を担っています。

各地区の代表としてご尽力いただく皆さんをご紹介します。

（敬称略）

会長（上市場区）
幸治　孝明

副会長（小滝区）
古山　武夫

大上区
髙橋　昭夫

妙楽寺区
坂地　澄夫

佐貫区
髙橋　伊佐雄

森区
上田　雄二郎

長楽寺区
中村　正明

上之郷区
中村　義德

下之郷区
髙橋　清

大谷木区
市原　善昭

北山田区
久我　政史

寺崎区
市原　久美

川島区
大瀧　宰

うぐいす里区
森　茂

河須ケ谷区
伊原　邦雄

岩井区
鵜沢　和男

前区長の皆さんありがとうございました。

各地区発展のために、ご尽力いただきありがとうございました。

（敬称略）

森区　石井　源之助
川島区　小﨑　守
うぐいす里区　井上　薫

《第18期青少年相談員の皆さん》

任期満了に伴い、4月1日付けで千葉県知事と睦沢町長から、新しく20名の方が青少年相談員として委嘱されました。

これから3年間、地域の青少年相談員活動に尽力される皆さんを紹介します。（敬称略）

会長
渡邉浩三
（大上）

副会長
安藤正人
（川島）

副会長
髙橋有美
（川島）

福浦康広
（大上）

石井浩
（妙楽寺）

宮﨑洋一
（佐貫）

田中和志
（森）

渡邉賢司
（長楽寺）

麻生喜久夫
（上之郷）

飯塚史美代
（上之郷）

米倉真仁
（下之郷）

鈴木綾子
（下之郷）

米倉利成
（大谷木）

内山純一
（北山田）

金尾修
（寺崎）

川﨑文貴
（上市場）

久我麻紀
（上市場）

古山和之
（小滝）

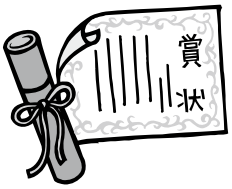
伊原由紀
（河須ヶ谷）

長谷川博一
（岩井）

17期青少年相談員の皆さん、ありがとうございました。

平成16年4月から9年間、青少年相談員として青少年育成に貢献された、山﨑重良氏（大上）に「千葉県知事感謝状」が贈呈されました。

また、平成19年4月から6年間活躍された、飯塚和博氏（北山田）、鵜澤さと子氏（上市場）、河野謙治氏（岩井）、篠田幸雄氏（佐貫）、田中憲一氏（上市場）、に「千葉県環境生活部長感謝状」が贈呈されました。



睦沢町若者定住型賃貸住宅『リバーサイドタウン』現地見学会を開催します

場　所　睦沢町上之郷字女ヶ堰
『リバーサイドタウン』建設地

日　時　6月16日（日）
午前10時～午後３時

問い合わせ　役場総務課　政策企画班　☎(44)２５０１

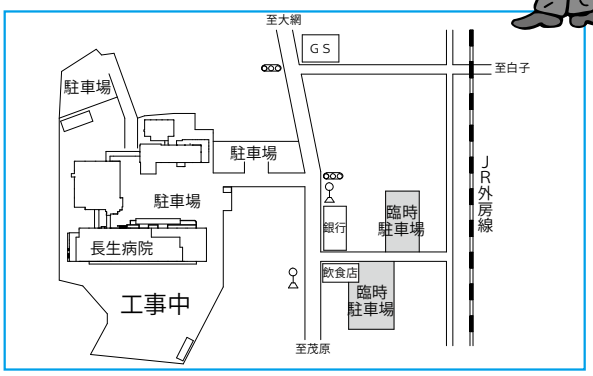
長生病院増築工事に伴う臨時駐車場の利用について

長生病院では、救急処置室等の整備拡充並びに老朽化している管理棟の機能移転のため、敷地内南側の駐車場に救急棟･管理棟の増築工事をおこなっています。

そのため、敷地内の駐車スペースが少なくなり、利用者の皆様には大変ご迷惑をおかけいたします。警備員の誘導に従い臨時駐車場をご利用いただけますようお願い申し上げます。

問い合わせ

公立長生病院　☎(34)２１２１㈹



地域活性化住民提案事業

地籍調査を実施します

本町では平成25年度から地籍調査を実施します。

地籍調査は、土地を所有する方々に土地の境界立会いをしていただきます。今年度立会いをお願いする方には、調査に先立ち地籍調査事業の説明会を開催します。

今年度の実施地域はこのページ下の地籍調査実施地域図のとおり予定をしています。

地籍調査とは？

土地一筆ごとについて、所有者の方々に立会いをしていただきながら、「所有者」「地番」「地目」を調査し、「境界」を確認して測量を行い、その結果から地図および簿冊を作成することをいいます。

地籍調査の必要性

現在、登記所にある公図や登記情報には、明治時代に測量の専門家でない一般の人々の手によって作成されたものが多く残っています。

また、長い年月を経て土地の利用形態も変わっていることから、公図と現地が合致しない場合もみられ、そのことから境界トラブルの原因ともなります。

地籍調査のメリット

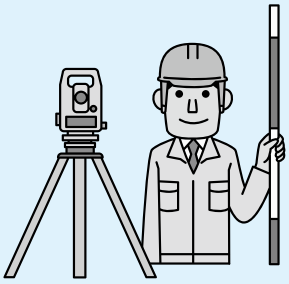
地籍調査を実施することで主に次のようなメリットがあります。

○隣接する土地所有者同士の土地に関するトラブルの未然防止と土地取引の円滑化

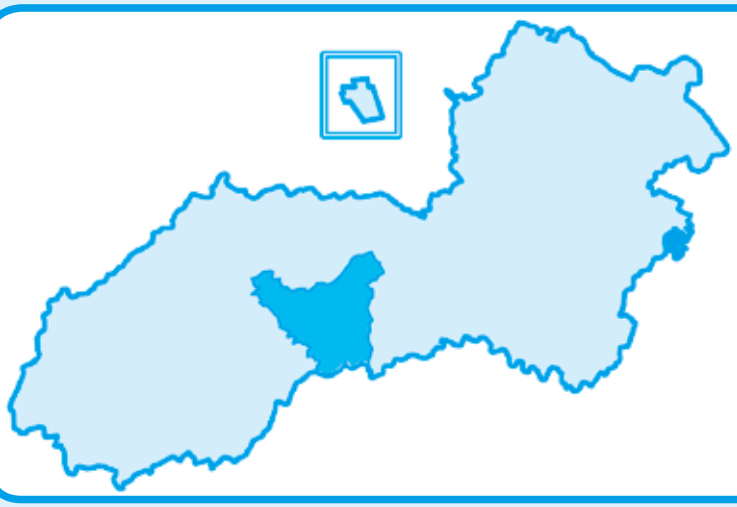
○災害復旧の迅速化

○固定資産税の課税の適正化

○土地所有者の費用負担なしで境界を確認できる



平成25年度　地籍調査実施地域図



大　上

字　日ノ子台、沢田、竹ノ谷、飯沢寺ノ下、飯沢川田、堰ノ下、大猿田、小猿田、南谷、飯沢谷、下原、下中原、上新田、部田向、房谷、房谷前、知光坊、遠門、小谷、堰ノ上、坂下、管ノ谷、弥婦川、堂屋敷、宮ノ脇、西門向、地蔵道、上原、中川間、屋敷部田、椎ノ木下、切川戸、川向、杉山、殿部田、滝端、市場部田、越里、長町、ヤブ、王子、外原、坪六

地籍調査の流れ

①説明会

実施地域の土地所有者の方々を対象に、事業内容等の説明を行います。

②一筆地調査（現地調査）

土地一筆ごとについて、土地所有者等の立会いのもと、「所有者」「地番」「地目」、「境界」の確認を行います。

③地籍測量

段階を踏んで、一筆ごとに正確な測量を行い、面積を測定し、それを基にした原図を作ります。

④成果の閲覧

一筆地調査と地籍測量により作成した「地籍簿」と「地籍図」の案を土地所有者等に確認していただき、誤りを訂正する機会を設けます。

⑤登記所に送付

「地籍簿」と「地籍図」の写しが登記所に送られます。登記所では土地登記簿が書き改められ、地籍図が備え付けられます。

お願い

地籍調査には、土地所有者みなさんのご理解とご協力が必要となりますので、立会通知等が届いた際には、ご協力をよろしくお願いします。

国土交通省地籍調査Webサイト　**http://www.chiseki.go.jp/index.html**

問い合わせ　役場地域振興課　地域整備班　☎（44）２５２２

土睦小学校で交通安全教室を開催しました

土睦小学校で、４月26日（金）に全校児童を対象に交通安全教室を開催し、茂原警察署の警察官、また町交通安全対策協議会の皆さんの熱心な指導のもと、模擬道路を使い、１、２年生は交差点の渡り方や歩道の歩き方などを教わりました。３年生以上は自転車の点検方法、交差点の通行や道路の横断方法等を学びました。

平成25年度地域活性化住民提案事業の審査会が開催されました

４月25日(木)に、地域活性化住民提案事業の審査会が開催され、企画書の提出があった11団体が出席し、各団体から創意工夫に満ちた提案の発表がありました。

申請団体（順不同）

- 睦沢まちなか元気会
- むつざわ遊休農地解消協議会
- 妙楽寺梅の会
- 睦沢町商工会女性部
- 睦沢町まっ白い広場運営委員会
- 道の駅つどいの郷むつざわ商品開発グループ
- むつざわを愛する会
- 睦沢べっぴん会
- メルヘンの会
- うめ丸応援団
- ふるさと収穫祭かかし祭り実行委員会

クールビズを実施中です

町では、節電対策および地球温暖化防止活動の一環としてクールビズを左記の期間で実施します。期間中は、ノーネクタイ、ノージャケットによる軽装（クールビズ）で業務を行いますので、ご理解をお願いします。

また、役場で開催する会議等に参加される場合も、「クールビズ」の実施にご理解をいただき、軽装でお越しください。

期　間　10月31日(木)まで

6月は「動物の正しい飼い方推進月間」です

次のことに注意して、動物を適切に飼いましょう。

○動物を飼う前に、動物を飼うことのできる環境であるかどうか、責任を持って最後まで飼えるかどうか、よく考えましょう。

○動物が原因となる感染症を予防するために注意を払いましょう。また、過剰なふれあいは控え、動物にさわったら必ず手を洗いましょう。

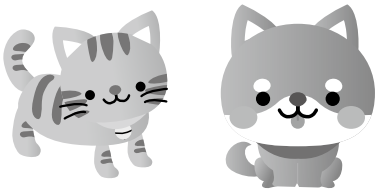
○動物には、迷子札やマイクロチップをつけるなどして飼い主が分かるようにしましょう。犬の首輪には、登録鑑札と狂犬病予防注射済票をつけることが狂犬病予防法で義務づけられています。
なお、万が一、登録鑑札および注射済票が脱落した場合に備えて、首輪に連絡先、電話番号、飼い主氏名を書いておきましょう。

○犬の放し飼いは禁止されています。犬を運動させる場合は、犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。

○猫は屋内で飼いましょう。猫による他人への迷惑を防止でき、また、病気や交通事故等の危険から猫を守ることができます。

○犬や猫に公の場所や他人の敷地内で排泄(はいせつ)させるような迷惑行為はやめましょう。

○犬・猫には、排泄場所等のしつけを行いましょう。



○望まれない子犬・子猫を増やさないために、不妊去勢措置をしましょう。

○やむを得ない事情によりどうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。見つからない場合でも、絶対に動物を捨てずに、事前に保健所・動物愛護センターに相談してください。

問い合わせ

長生健康福祉センター（保健所）
☎(22)５１６７
千葉県動物愛護センター
☎0476(93)５７１１
(財)千葉県動物保護管理協会
☎043(214)７８１４
役場地域振興課　生活環境班
☎(44)２５１５

瑞沢小学校と新宿区立花園小学校の交流活動

４月23日（火）に瑞沢小学校５年生９名と新宿区立花園小学校５年生27名の児童が一緒に山田会（上之郷山田谷地区）指導による田植え体験を行いました。その後、運動公園多目的広場で軽スポーツを楽しみました。
この交流活動は、今年で４回目になります。

耕作放棄地の解消を支援します

耕作放棄地は、雑草や病害虫の発生、有害鳥獣のすみかになるなど様々な問題の原因となっています。そこで国や県では耕作放棄地を再生する場合、一定の要件を満たせばその取組に助成金を交付しています。

○再生作業（草刈り、抜根、土づくり等）に対し、10アールあたり75,000円またはかかった経費の２分の１を助成します。

○用排水施設・農道などの整備に対し、かかった費用の２分の１を助成します。

また、集落での再生作業ボランティア（耕作放棄地応援団）の支援もあります。
詳しい内容は役場地域振興課　産業振興班☎(44)２５０５
または県農村環境整備課（☎047(223)２８６２）まで問い合わせください。

労働保険の更新は、社長の大事な仕事です。

労働保険［ 労災保険 雇用保険 ］の年度更新

平成 25 年度

6／1▶7／10

保険料の納付は、申請により口座振替が可能です。

千葉労働局　労働保険徴収課
〒260-8612
千葉市中央区中央4-11-1　千葉第２地方合同庁舎
☎043(221)４３１７

厚生労働省
年度更新お知らせページ
http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/roudouhoken21/
口座振替お知らせページ
http://www.mhlw.go.jp/bunya/roudoukijun/hokenryou/index.html

新入生に手作りプレゼント

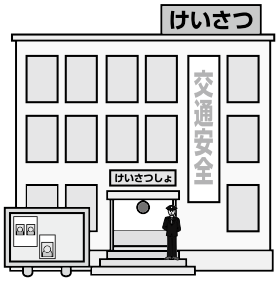
睦沢町更生保護女性会

土睦小学校・瑞沢小学校の新一年生一人ひとりに、更生保護女性会員による「手作りのコップ入れと雑巾」がプレゼントされました。

毎年恒例となっており、「どうもありがとう」というかわいい声に「健やかに大きくなってね」と心から願いました。

今後も、子育て支援を含め、会員が心を一つにして、明るい睦沢町づくりのお手伝いができるよう頑張って行きたいと思います。

千葉県警察では、困り苦しむ方を助け、不安を抱く人々に安心を与えるため、警察本部にあっては警務課犯罪被害者支援室（相談サポートコーナー）に、警察署にあっては警務課に相談を受理（受付）するための総合相談窓口を設置し、寄せられる警察相談に対し、迅速に対応します。



相談窓口の所在地、電話は、次のとおりです。

○千葉県警察本部「相談サポートコーナー」
・住所は、千葉市中央区長洲１丁目９番１号
・電話は、０４３（２２７）９１１０。
　短縮方式による電話は、＃９１１０
・受付は、月曜日から金曜日（祝日・振替休日を除く。）の午前８時半～午後５時15分まで

○茂原警察署
・住所は、茂原市早野新田７番地
・電話は、（２２）０１１０
・受付は、月曜日から金曜日（祝日・振替休日を除く。）の午前８時半～午後５時15分まで

平成25年度千葉県介護支援専門員実務研修受講試験の実施について

○試験日時
10月13日（日）10時～ 12時

○受験資格
医療・保健・福祉分野の有資格者などで一定期間以上の実務経験がある方

○申込書配付期間
6月3日（月）～7月10日（水）

○申込書配付場所
役場健康福祉課、睦沢町社会福祉協議会、千葉県保険指導課、長生健康福祉センター、千葉県社会福祉協議会、千葉県福祉人材センター（JR千葉駅前）

○申込受付期間
6月3日（月）～7月10日（水）最終日消印有効
簡易書留による郵送受付のみ

○問い合わせ先
千葉県社会福祉協議会　介護支援専門員養成班
〒260-8508　千葉市中央区千葉港４－３
☎043(204)１６１０／FAX043(241)５１２１
ホームページ　http://www.chibakenshakyo.com/

生涯学習だより

中央公民館　☎(44) 0211
総合運動公園　☎(44) 1565

町制施行30周年《さつき祭り》

6月2日(日)から9日(日)まで中央公民館ロビーにて開催します。

さつき祭りは、町盆栽会の皆様による丹精込めた作品を展示します。

素晴らしい作品をご鑑賞ください。

問い合わせ先
睦沢中央公民館
☎(44)0211

6月の休館日

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)
※図書室のみ利用が可能です。

社協だより

社会福祉協議会
☎(44) 2514

夏季の放課後児童クラブ補助指導員を募集します

夏休み期間に小学生を対象とした放課後児童クラブの補助指導員を募集します。

募集人員　3名

募集要件
高校卒業以上で25歳位まで

勤務時間
①午前8時～正午
②午後1時～5時
(1、2日目は①または②の勤務とし、3日目は休み)

賃金
1時間当たり　760円

申込方法
町社会福祉協議会へ履歴書を持参してください

申込期限　6月21日(金)
※申し込みが多数の場合は、選考となります。

ありがとうございました

(平成25年4月1日～30日敬称略)

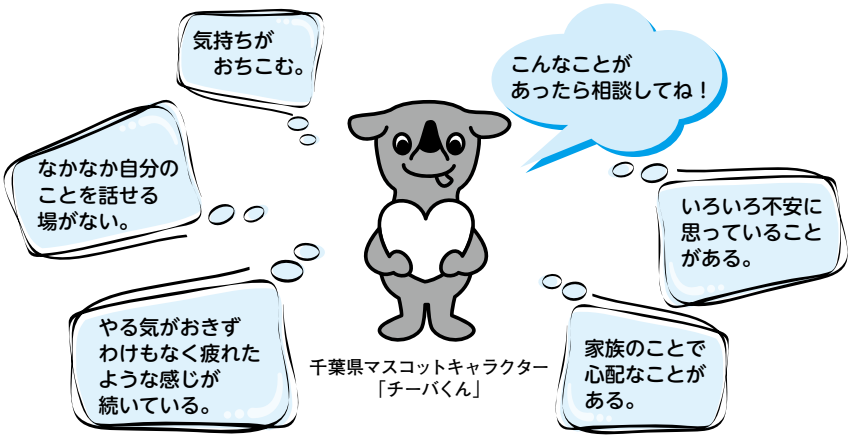
匿名　9,900円

この善意は、町社会福祉増進のため大切に使わせていただきます。

俳句

細雨よし微風なほよし花菖蒲　海保照
花菖蒲人に優しき風生まれ　中村真砂雄
恋ボート中禅寺湖の風優し　河野悦子
青嵐買物籠で足早に　津川小汀
新緑や見合ひの日取り決まりけり　葵かける
畔道に鳴く聲愛し雨蛙　高師正年
花筏蛙をのせて流れ去る　中村正芳
花の母校昭和の学び恋う八十路　加藤秀子
柚の路や四方にひらけて藤の花　篠田とみ

臨床心理士による『こころの健康相談』



・こんな時、1人でかかえこまず、相談してみてはいかがでしょう。
・個別に、ゆっくりお話を伺います、いっしょに考えていきましょう。
・場合によっては、関係機関をご紹介します。

相談日　10：00～14：00　**予約制**

6月	6日（木）・20日（木）	11月	7日（木）・21日（木）
7月	4日（木）・18日（木）	12月	5日（木）・26日（木）
8月	1日（木）・29日（木）	1月	16日（木）・30日（木）
9月	5日（木）・19日（木）	2月	6日（木）・20日（木）
10月	3日（木）・17日（木）	3月	6日（木）・20日（木）

【ご予約、お問い合わせ】　長生健康福祉センター（保健所）地域保健福祉課
☎0475(22)5167

なるほど！ 国保だより

あなたの食生活①
正しく知って医療費を大切に

食事は何よりバランスが大切

健康的な食生活の基本は、バランスのよい食事を規則正しく摂ることです。過食や偏食はやめましょう。

【食卓の基本をそろえましょう。】

主食　ごはん、パン、麺類、主に炭水化物の供給源

主菜　魚や肉、主にたんぱく質の供給源

副菜　野菜主体のおかずでビタミンやミネラルの供給源

汁物　みそ汁やスープ（具を多めにしましょう）

【食事バランスを保つポイント】

・１日３食を守る。

食事回数を減らすと体質が変わり肥満にもつながります。朝食を重視しましょう。

・いろいろな食材を食べる。

偏食による摂取栄養の過不足が出ないように、さまざまな品目を食べましょう。

・腹八分目を心がける。

ゆっくりよく噛み、食べ過ぎに注意しましょう。就寝前の夜食も肥満のもとです。

・脂肪の摂りすぎに注意しましょう。

動物性脂肪の摂りすぎで、血液の脂肪異常が増えています。脂肪は上手に摂りましょう。

【脂肪には２種類あります】

脂肪には脂質異常につながる飽和脂肪酸と逆に血流を促す不飽和脂肪酸とに分けられます。飽和脂肪酸の多い肉やバターなどを控え、不飽和脂肪酸の多い青背の魚や植物油などを摂りましょう。

【脂肪の摂りすぎを抑えるポイント】

・洋食から和食にシフトする。

洋食に比べて、高脂肪のメニューが少ない和食を増やしましょう。

・調理法を工夫しましょう。

蒸す、煮る、網焼きなどにし、油やバターの使用を減らしましょう

・間食を見直しましょう。

脂肪分の多い菓子を果物に変えるなどしてみましょう。

日本年金機構では、国民年金・厚生年金の現役加入者の皆さんに「ねんきん定期便」をお送りしています。

「ねんきん定期便」とは、

これまでの年金加入記録を確認いただき、年金制度に対する理解を深めていただくことを目的として、

・これまでの年金加入期間と年金加入履歴
・加入実績に応じた年金見込額
・これまでの年金保険料の納付額
・月ごとの年金保険料の納付状況

などの年金に関する情報を定期的にお知らせするものです。

「ねんきん定期便」は、毎年誕生月（１日生まれの方は誕生月の前月）にお送りしますので、記載されている年金記録を確認いただき、同封の回答票にて、回答をお願いします。（年金記録に「もれ」や「誤り」がない場合には、回答いただく必要がない場合もあります）

皆さんの大切な年金記録を正しいものにするため、「ねんきん定期便」による年金記録の確認に、ご協力をお願いします。

なお、内容に関する照会は、下記専用ダイヤルにお電話されるか、お近くの年金事務所・年金相談センターにお越しください。

『ねんきん定期便専用ダイヤル』

☎０５７０－０５８－５５５

（ＩＰ電話、PHSからは　☎03-6700-1144）

受付時間	月～金曜日	９：００～２０：００
	第２土曜日	９：００～１７：００

祝日および12月29日～１月３日はご利用いただけません。

最寄りの年金事務所

『千葉年金事務所　茂原分室』

〒297-0028

茂原市道表１番地　茂原市役所１階

問い合わせ　役場健康福祉課　国保健康班　☎(44)２５０６

ヘルスケア Health Care

～新たな国民病～　慢性腎臓病（ＣＫＤ）予防

保健師　芝崎江美子

〈慢性腎臓病（ＣＫＤ）とは〉

腎臓は、老廃物を体の外に排出したり、体の水分を調節したり、血圧をコントロールしたり、さまざまな働きをする大切な臓器です。慢性腎臓病（ＣＫＤ）とは、腎臓の障害や腎機能低下により生ずる腎臓病のことで、慢性腎臓病患者は成人の８人に１人と推測され、身近な病気として新たな国民病といわれています。

初期には自覚症状がないため、気づかないうちに進行し、「むくみ・だるさ」などの症状があらわれたときには、人工透析が必要になることもあります。また、慢性腎臓病は心筋梗塞や脳卒中を起こしやすくなるともいわれています。

自覚症状が出てからでは遅いため、早い段階で見つけ、適切な治療や生活習慣の改善で進行を抑えることが重要です。

〈今年から健診受診者全員に腎機能検査を実施します!〉

①血清クレアチニン検査

クレアチニンは老廃物の一種で腎機能が正常に働いている場合は尿中に排泄されます。血液中のクレアチニンの量が高い場合は腎機能の低下が疑われます

②糸球体ろ過量（ｅＧＦＲ）

腎臓の老廃物を排泄する能力を示す数値です。糸球体ろ過量はクレアチニン値をもとに年齢・性別から計算した数値です。

この機会に、ぜひ健診を受け、ご自分の健康状態を確認しましょう。

〈慢性腎臓病（CKD）予防のポイント〉

慢性腎臓病の発症には、生活習慣が深く関わっています。規則正しい生活習慣や食生活、腎臓に負担をかけないような生活が大切です。

①肥満を予防し、適正体重を維持する
②ウォーキングなど積極的に体を動かす
③ストレス解消と休養
④禁煙と節酒を心がける
⑤血圧と血糖値を正常に保つ
⑥塩分や脂肪の取り過ぎに注意する
⑦適度な水分補給、排尿を我慢しない
⑧必要以上に薬を服用しない

〈健診を受けましょう！〉

町の国民健康保険に加入している40～74歳の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した特定健診、75歳以上の方には生活習慣病予防と早期発見・早期治療を目的とした後期高齢者健診が始まります。さらに、国民健康保険に加入の30歳～39歳の方も希望により健診を受けることができます。若い方の健康管理は将来の生活習慣病予防につながりますので、積極的に受診することをお勧めします。

町では、多くの方々に健診を受けていただきたいと願い、健診内容をさらに充実させ、腎機能検査の他にも、今年は眼底検査、心電図検査、貧血検査を全員に実施します。もちろん、治療中の方も受けることができます。

また、健診結果で基準値を超えた方には、保健師や栄養士が生活習慣改善のための保健指導を個別で行なっています。生活習慣病を予防することは、医療費の伸びを押さえ、保険料（税）の節約になるというわけです。

健康は家族みんなの宝です。健康で長生き、健幸長寿のまちづくりを一緒に目指しましょう！

申し込み・問い合わせ
役場健康福祉課　国保健康班
☎(44)２５０６

資料館だより

開館時間　午前9時～午後4時半　☎(44)0290

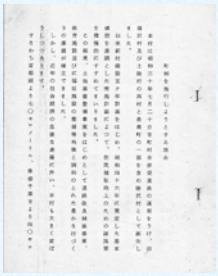
6月の休館日　3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)

催し物案内

町制施行30周年記念企画展「睦沢が町になって30年」

と　き　9月22日（日）まで

1983年4月1日に睦沢が村から町になって、今年で30周年。町制施行にともなって作成された公文書（写真）や当時の新聞記事をはじめ、これまで本町が歩んだ30年の歴史を示す貴重な資料を紹介します。



（写真　旧睦沢村役場の公文書「町制を施行しようとする理由」）

企画展「睦沢が町になって30年」ギャラリートーク

展示を担当した学芸員が展示品の見どころを解説します。

と　き　6月15日（土）
午後1時30分

（昨年の企画展ギャラリートーク）

企画展「睦沢が町になって30年」展示作品紹介②
河野功町長時代の町長室にあったウスアカヤマドリの剥製（はくせい）

ウスアカヤマドリはキジの仲間で、オスには長い尾羽がある。日本の固有種で、名前は有名だが野外で出会うことは少し困難な貴重種。この個体（写真１）は千葉県中部地域以南に生息する特徴をもつもので、茨城県にいるヤマドリとは異なる。じつは、この剥製（はくせい）は河野功町長時代の町長室にあったもので、町長室で睦沢町の歴史を見ていた（写真２）。このたびの企画展「睦沢が町になって30年」で展示。

（写真1　ウスアカヤマドリの剥製）

（写真2　故河野町長の右上に見える）

資料館築山の植物㉓　ドクダミ

強い臭気があるが、毒を抑える「毒溜（どくだ）み」の意味からその名がついた。開花期に地上部を乾燥させたものは生薬（しょうやく）として十薬（じゅうやく）（または重薬（じゅうやく）とも）といい、煎じて飲むと利尿や動脈硬化に効果があるといわれ、どくだみ茶は商品化もされている。

（写真　資料館築山のドクダミ）

21世紀への遺産 194

睦沢町制施行の経緯②

1983（昭和58）年4月1日、睦沢村が町制を施行して睦沢町になって今年で30周年。

町制施行の前年、1982（昭和57）年10月13日、町制施行の件が睦沢村議会に提案されて議決され、これを受けて11月8日、その申請書が県地方課へ提出された。12月17日、千葉県議会で議案第10号「睦沢村を町とすることについて」が議決された。

翌1983（58）年1月10日、知事より千葉県指令第1558号として、4月1日から睦沢町とする旨の指令を受領した。2月15日、村を町とする処分が自治省告示第17号として官報告示された。そして4月1日、町制が施行され、千葉県下で46番目の町になった。

町制施行とガス事業の供給開始を記念して4月8日午前11時から睦沢中学校体育館で記念式典が開かれた。来賓には千葉県知事、国会議員をはじめとし、町内の名士、ガス関係者など合わせて230人が参列して盛大に挙行された。

記念式典と同日の午前10時から、中央公民館となりの長南町営ガス睦沢供給所で点火式がおこなわれた。神職による神事の後、睦沢町長、長南町長ほか4名により点火された。

このころのことを思い出して、村杉廣子さん（岩井地区）は、「ガスになって本当に便利になったという記憶があります。しかも、そのガスは遠い外国からの輸入品ではなく私たちが住む場所の地下から出る自前のエネルギーなので安心です」と語った。

（写真）のガスタンクは現在でも中央公民館のとなりにあり、今でもガス供給に活躍している。

（写真　供給が開始されたころの公民館わきのガスタンク）

豚しゃぶ　ヨーグルト味噌ソースがけ

ヨーグルトと味噌の相乗効果で豚肉の味を引き立てます

材料（４人分）

豚もも肉
（しゃぶしゃぶ用）　240g
ミニトマト　８個
水菜　120g　長ねぎ　60g
さけるチーズ　60g

〈ヨーグルト味噌ソース〉
Ⓐ
- プレーンヨーグルト　100g
- 味噌　小さじ２
- 砂糖　小さじ１
- ゆずこしょう　少々

●作り方

①豚肉はお湯にくぐらせ火を通し、水に取り水気を切る。
②ミニトマトは半分、水菜は5cm長さに切り、長ねぎは5cm長さの細切りにする。さけるチーズはさいておく。
③Ⓐの材料を入れよく混ぜソースを作る。
④器に②の野菜、さけるチーズ、豚肉を盛り付け、③のソースをかける。

1人分栄養量　エネルギー 185kcal／たんぱく質18.7g／脂質8.5g
カルシウム202mg／食塩相当量1.0g

日曜・休日当番医

診療時間　午前9時～午後5時
※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)0119

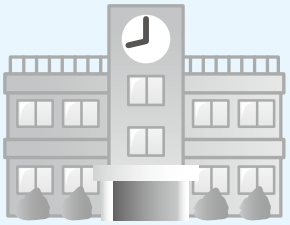
月日	茂原地区 内科系		茂原地区 外科系		一宮地区		
6･2	金坂医院	☎(22)4885	宍倉病院	☎(24)2171	一宮	秋場医院	☎(42)3323
9	大塚内科	☎(23)6121	宍倉病院	☎(24)2171	一宮	清水医院	☎(42)2950
16	すだ内科医院	☎(24)7717	鎗田整形外科医院	☎(24)8686	長生	長生診療所	☎(32)3303
23	長生内科神経内科医院	☎(24)7752	公立長生病院	☎(34)2121	長生	長生八積医院	☎(32)3282
30	茂原中央病院	☎(24)1191	三枝医院	☎(25)2203	長生	津谷クリニック	☎(32)5645

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
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

千葉盲学校オープンスクール・サマースクールのお知らせ

見え方で悩んでいる、困っている方や保護者の方、視覚障害のあるお子さんに関わる仕事の方など、地域の多くの方を対象に、盲学校の授業見学や補助具の体験、教材教具の紹介等を行います。参加費は無料です。皆さまのご参加をお待ちしています。

◎オープンスクール
日時　6月29日（土）
午前9時10分から
内容　授業参観およびミニ集会
締め切り　6月21日（金）



◎サマースクール
日時　7月30日（火）
幼児児童生徒と、その保護者、担任を対象に体験授業等
7月31日（水）
関係者に視覚障害理解講座や教材等の紹介。
※両日とも午前9時半から
締め切り　7月8日（月）

申込　電話、FAX、郵送またはE-mailでお申し込みください。

申し込み・問い合わせ
千葉県立千葉盲学校
〒284－0001
千葉県四街道市大日　468－1
☎043（422）0231
FAX 043（424）4592
✉chiba-sb@chiba-c.ed.jp

くらし

●ゴミの収集日

☆１コース
燃えないゴミ　… 6月11日(火)
資源ゴミ　…… 6月18日(火)
粗大ゴミ　…… 6月25日(火)

☆２コース
粗大ゴミ　……6月6日(木)
資源ゴミ　…… 6月13日(木)
燃えないゴミ　… 6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時半までに出してください。

●移動交番を開設します

茂原警察署が安全で安心な生活のお手伝いをさせていただきます。

内　容
各種相談、各種届け出受理、防犯・交通安全講話

開設日時・場所
○町中央公民館駐車場
６月８日(土)、19日(水)
午前10時～ 11時半
21日(金)
午後２時～３時半

問い合わせ
茂原警察署　地域課　移動交番係
☎(22) ０１１０(代表)

●まっ白いひろば開催

と　き　６月８日（土）
午前10時～午後４時
※荒天、河川の増水等により中止の場合あり

ところ
土睦小学校裏川べり(鎮守川脇)
駐車場は、土睦小学校校庭です。

内　容　穴を掘る･火をおこす･川あそび・物を作る等一人ひとりがやりたい事を遊び・チャレンジしていく自由な広場・遊び場です。

参加費　無料

持ち物　弁当、着替え、ヘルメット

問い合わせ
中核地域生活支援センター
長生ひなた　☎(22) ７８５９
町中央公民館　☎(44) ０２１１

皆様のご意見おきかせください
ー町長と語る『地区懇談会』を実施しますー

うぐいす里区
と　き　６月23日（日）
午後１時半～３時
ところ　うぐいす里コミュニティセンター

川島区
と　き　６月23日（日）
午後３時半～５時
ところ　川島区民センター

●献血は、心と命のボランティア

と　き　７月３日（水）
午前10時～正午
午後１時15分～４時

ところ　農村環境改善センター

本県では輸血用血液が不足しています。命を救う愛の献血にみなさんのご協力をお願いします。

問い合わせ
役場健康福祉課　国保健康班
☎(44) ２５０６

●県立長生特別支援学校　前期学校公開

と　き　６月18日（火）、19日（水）
午前10時～午後２時まで参観できます。

ところ　県立長生特別支援学校（一宮町東浪見6767－7）

内　容　本校の概要説明　施設設備や授業の様子の参観

問い合わせ
☎(42) ２４７０（担当：細井・永野）

●初心者のためのパソコン講座
～ワープロを使ったデザイン～

と　き　７月27日（土）～ 28日（日）
午前９時30分～午後３時30分

ところ　千葉県立一宮商業高等学校

対　象　一般成人

定　員　25名（定員を超えた場合は抽選）

受講料　1,000円

申込方法　はがきに、氏名・性別・住所・年齢・電話番号を記入のうえ郵送にてお申し込みください。

締　切　６月28日（金）当日消印有効

申し込み・問い合わせ
千葉県立一宮商業高等学校「県立学校開放講座」係
〒299-4301　一宮町3287
☎(42) ４５２０

相　談

●健康栄養相談

と　き　６月14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　６月20日（木）
受付時間　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、育児相談、栄養相談、歯科相談
問い合わせ
　役場健康福祉課
　国保健康班
　☎(44) ２５０６

●交通事故巡回相談

　交通事故に遭うと損害賠償請求など様々な問題が生じます。
　県では被害に遭われた方の救済を図るため、巡回相談を実施します。
　ただし、調停中･裁判中の相談についてはお受けできません。
と　き　６月14日（金）
　　午前10時～午後３時
　　(受付は午後2時半まで)
ところ　役場101会議室
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け付けで、内容により司法書士に直接相談することもできます。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
　(消費者ホットライン)
　☎(44) １１１１

●法律相談

と　き　６月14日（金）
　　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４名まで
　◎　相談時間　1人30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

●心の電話相談

　心の悩みを抱えている方は、ご相談ください。
　専門の相談員が無料で対応します。
と　き　6月3日(月)、11日（火）、19日（水）、28日（金）
　　午前10時～正午、
　　午後１時～３時
直通電話　☎(44) ００２２

●不動産登記相談

　相続登記などの不動産登記について、司法書士による登記相談を受け付けます。※要予約　相談は無料で、秘密は守られます。
と　き　月曜日～金曜日（祝日除く）午前9時～11時、午後1時～3時
　◎相談時間　１人１時間程度
　◎対　　象　町内にお住まいの方
　◎相談方法　電話相談・来庁相談
申込方法
　電話で希望日時をお知らせください。
　司法書士と日程調整後、町から相談日時をお知らせします。
問い合わせ　役場総務課　総務班　☎(44) ２５００

●行政・人権相談

と　き　６月12日（水）
　　午前10時～午後３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

お誕生　おめでとうございます

親の名前		子の名	性別	区名	月日
安谷屋	勝瞳	尚人（ナオト）	男	川島	4/20
森川	健司由美	煌司（コウシ）	男	上之郷	4/24

弔　おくやみ申し上げます

亡くなった人		年齢	区名	月日
宇野	佐一	88	大上	4/6
今関	與明	87	佐貫	4/17
鵜沢	重夫	84	川島	4/22

結　婚　末永くお幸せに

氏名	区名
土井　勇士・亮子	小滝
齋藤　豊・志乃	上市場

お詫びと訂正

　広報むつざわ５月号にて下記のとおり誤りがありましたのでお詫びして、訂正いたします。
誤　中村　睦朗
正　中村　陸朗

睦沢町の人口と世帯

人　口　7,421人（－20人）　男　3,588人（－10人）
世帯数　2,651戸（－　3戸）　女　3,833人（－10人）
４月末現在（　）は前月比

7 2013月分 くらしのカレンダー

※注　意　　このカレンダーは７月の予定です

日	月	火	水	木	金	土
	1 もえるゴミ 住民税第１期納期限 特定、後期高齢者健診、結核、肺がん、前立腺がん。肝炎ウイルス健診(改セ)	2	3 もえるゴミ 献血（改セ） 10：00～12：00 13：15～16：00	4 2コース粗大ゴミ	5 もえるゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	6
7	8 もえるゴミ	9 1コースもえないゴミ 園庭開放(こども園) ９：50～11：00 おはなしの広場（こども園） 11：00～11：30	10 もえるゴミ 日本脳炎予防接種(改セ) 行政人権相談 10：00～16：00	11 2コース資源ゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	12 もえるゴミ 法律相談 10：30～12：30	13 第9回睦沢町伝統芸能発表会(資) 13：00～
14	15 もえるゴミ 海の日	16 1コース資源ゴミ わくわく広場(こども園) 10：00～11：00	17 もえるゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	18 2コースもえないゴミ 乳幼児健康相談(改セ) 14：00～15：00	19 もえるゴミ 健康栄養相談(改セ) 10：00～11：30	20
21	22 もえるゴミ	23 1コース粗大ゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	24 もえるゴミ	25	26 もえるゴミ	27
28 日曜開庁日 （一部窓口）	29 もえるゴミ 心の電話相談 10：00～12：00 13：00～15：00	30	31 もえるゴミ 固定資産税 第２期納期限 国民健康保険税 第１期納期限			

●**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、河須ケ谷、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～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

ブレイクタイム

4月26日(金)瑞沢小学校で稲作体験活動が行われました。

編集後記

満開の桜もいつしか葉桜となり、新緑の色増すさわやかな季節となりました。

さて、先月号に掲載した新入生の皆さんは少しずつ新しい生活に慣れてきたところではないでしょうか？先日、交通安全教室の様子を撮影しに行った際、新１年生のいきいきとした元気な姿を見ることができました。これからの学校生活で、数多くの経験とともに大きく成長していく町の子ども達の姿がとても楽しみです。私も、数多くの経験の中、自己能力の向上を怠らず、成長に努めていきたいと改めて考えました。　K.A

◆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㈹　URL http://www.town.mutsuzawa.chiba.jp　✉kikaku@town.mutsuzawa.chiba.jp
PRINTED WITH SOY INK 大豆インク使用　広報「むつざわ」は環境にやさしいインクで、印刷されております。