



広報

# むつざわ

2024

7

No.675



## 鵜澤 智教育長が 再任されました

令和6年第2回議会定例会で、町議会の同意を得て、鵜澤 智氏が教育長に再任されました。

### 陸沢町職員採用試験のご案内

町では、令和7年4月1日採用予定職員の採用試験を次のとおり予定しています。

詳細は、広報むつざわ8月号と町ホームページに掲載します。

#### 募集職種

一般行政 初級(若干名)

保育教諭(若干名)

#### 第1次試験

9月22日(日)

#### 第2次試験 ※第1次試験合格者のみ

10月中旬以降

#### 受付期間

7月下旬～8月13日(火)

### 急募 町会計年度任用職員を募集

今年度採用の会計年度任用職員を次のとおり募集しています。

#### 募集職種

保育教諭(フルタイム・2名)

保育補助(フルタイム・1名)

介護認定調査員(週3日勤務・1名)

大型バス運転手(週3日勤務・1名)

詳細は、町ホームページに掲載しています。ご興味のある方は、左記までお問い合わせください。

#### 問い合わせ

役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

## 第48回 第5支団消防操法大会

消防団は、火災をはじめ、さまざまな災害が発生したとき、いち早く現場に出動し、安全かつ適正な災害活動ができるように、日ごろから訓練を重ねています。6月9日(日)、迅速で的確な行動と消防用機械器具の操作技術を競う「第48回第5支団消防操法大会」がみどりの広場にて開催されました。

訓練の成果を実演することにより、消防団員の技術の向上と、団員相互の連携を図りました。今回の大会は、中学生ボランティアに運営のお手伝いをしてもらい、長生郡市広域市町村圏組合消防長や各地区の区長さんなど大勢のご来賓の方の前で、日ごろの訓練の成果を披露しました。本大会は第2分団第2部(下之郷)が見事最優秀賞に輝きました。



### 1. 表彰

	部名	地区名
最優秀賞	第2分団第2部	下之郷
優秀賞	第3分団第3部	上市場
優良賞	第3分団第1部	寺崎
	第2分団第3部	大谷木・北山田



### 2. 個人賞 (小型ポンプ操法の部)

	部名	氏名	地区名
最優秀指揮者	第2分団第2部	小高 弘輝	下之郷
最優秀1番員	第2分団第2部	中村 隆寛	下之郷
最優秀2番員	第2分団第2部	中村裕太郎	下之郷
最優秀3番員	第2分団第2部	小高 徳靖	下之郷

### 3. 個人賞 (ポンプ車操法の部)

	部名	氏名	地区名
最優秀指揮者	第3分団第3部	今井 雅浩	上市場
最優秀1番員	第3分団第3部	大谷 浩平	上市場
最優秀2番員	第3分団第3部	村杉 博志	上市場
最優秀3番員	第3分団第3部	中山 大輔	上市場
最優秀4番員	第3分団第3部	佐貫田敬博	上市場

(敬称略)



## 自転車用ヘルメット購入費用の一部を補助します

自転車乗車時のヘルメットの着用を促進させるため、自転車用ヘルメット購入費用の一部を補助します。

### 【補助対象者】(下記のすべてを満たす方)

- ・町内に住所を有する(住民登録をしている)方
- ・令和6年7月1日から令和7年3月31日までにヘルメットを購入した方
- ・暴力団関係者ではない方
- ・世帯全員が町税などを滞納していない方

### 【補助金額】

- ・1人1個 購入費用の2分の1  
(ただし、上限1,500円で1人1回限り)
- ※100円未満の端数が生じたときは、その端数は切り捨てる。

### 【申請書類】

- ・睦沢町自転車用ヘルメット購入費補助金交付申請書兼請求書
- ・領収日、領収金額および品名・品番などの記載のある領収書など
- ・申請者本人であることが確認できる身分証明書(運転免許証、健康保険証など)
- ・口座が確認できる書類の写し
- ※申請書類はホームページからダウンロード可能です。

### 【補助対象ヘルメット】

- ・安全基準の認証マークがついている「新品」のもの
- ※JISマークは対象外です。
- ※未使用品を含む中古品は対象外です。
- ※オークション・個人売買・譲渡品は対象外です。
- ※インターネットで購入したのも対象となります。

### ○安全基準

- ・SGマーク(一般財団法人製品安全協会の安全認証)
- ・JCFマーク(公益財団法人日本自転車競技連盟の安全認証)
- ・CEマーク(欧州連合の欧州委員会の安全認証)
- ・GSマーク(ドイツ製品安全法の安全認証)
- ・CPSCマーク(米国消費者製品安全委員会の安全認証)



問い合わせ 役場総務課 行政管財班 ☎(44)2516

年会費  
700円

## 交通災害共済

～家族そろってご加入を～

交通災害共済は、利益を目的としない住民相互の共済制度で、公共団体が運営している安心、有利な制度です。年間700円の掛金で交通事故にあった場合に最高150万円の見舞金が支払われます。ご家族そろって加入することをお勧めします。

**年会費** 一人700円

**共済期間** 令和6年9月1日～令和7年8月31日

**見舞金の対象となる事故**

自動車、オートバイ、自転車などによる人身事故で自動車安全運転センターから交通事故証明書が発行された事故

### 見舞金の額

- ・死亡見舞金 150万円
- ・障害見舞金  
(入院・通院実日数に応じて)2万円～50万円
- ・身障見舞金(身体障害等級1級または2級)50万円
- ・交通遺児見舞金 遺児一人につき10万円
- ※睦沢こども園、睦沢小学校、睦沢中学校の児童・生徒の希望者は、すでに6月1日から集団会員として加入していますので、重複しないようご注意ください。

問い合わせ 役場総務課 庶務秘書班 ☎(44)2500

## 犯罪のない社会に向けて

7月は、“社会を明るくする運動”強調月間です。また、再犯防止などについての関心と理解を深めるための再犯防止啓発月間です。

社会を明るくする運動を睦沢町推進委員会では、小・中学生による作文コンテストや街頭キャンペーンを睦沢町保護司会や更生保護女性会などの関係団体と協力し、実施する予定です。

この機会に本運動についての社会的意義をご理解いただき、犯罪のない幸福な社会づくりにご協力ください。

### 社会を明るくする運動とは・・・

すべての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築くための運動です。

詳しくは、特設ウェブサイトをご覧ください。▶



## 健康診査・がん検診未受診の方は、契約医療機関で個別に受診ができます

受診を希望される方は、受診券が必要になりますので、お問い合わせください。

※**集団健診・人間ドックなどを今年度受診された方・受診される予定の方は、重複して受診することはできません。**

健診(検診)名	内容	対象者 ※各種健診(検診)により年齢 基準日が異なります	実施 医療機関	受診者 自己負担金	実施期間
若者健康診査	血圧、身体計測、 診察、心電図、採 血、尿検査など	20歳(R6.4.1現在)～ 39歳(年度内)	長生郡市内 51医療機関	2,000円	12月25日まで (一部医療機関 は令和7年3月 31日まで)
特定健康診査		年度内40歳以上の 国民健康保険加入者		2,000円	
後期高齢者健康診査		後期高齢者医療保険加入者		無料	
ピロリ菌検査	採血	特定健康診査を同日受診した 方で、過去にピロリ菌検査や 除菌治療していない方	500円		
肺がん検診	胸部X線	40歳以上	お問い合わせ ください	500円	
結核検診		65歳以上		無料	
肝炎ウイルス検診	採血	40歳以上の過去に検査を 受けていない方		無料	
前立腺がん検診	採血	50歳以上の男性		500円	
乳がん検診	マンモグラフィ検査	40歳以上の女性	長生郡市内 6医療機関	3,000円 (無料クーポン 券以外)	令和7年 2月28日まで
	超音波検査	30～39歳の女性			
子宮がん検診	子宮頸部細胞診	20歳以上の女性	長生郡市内 7医療機関	3,000円 (無料クーポン 券以外)	
歯周疾患検診	問診、口腔内検査 検査結果説明など	20・30・40・50・60・70歳	くが歯科医院 陸沢歯科医院	1,000円	令和7年 1月31日まで

※令和6年度より子宮がん検診の実施医療機関に、育生医院と作永産婦人科が追加になりました。

申込み・問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

国民健康保険・後期高齢者医療制度へ加入している皆さんへ

## 新しい保険証をお送りします

現在お使いの保険証の有効期限は、7月31日までです。

新しい保険証を7月中旬に、簡易書留郵便でお届けします。

8月1日以降医療機関などに受診する際は、新しい保険証をお使いください。

※配達時に不在の場合は「郵便物等お預かりのお知らせ」が置かれますので、その際は郵便局へお問い合わせください。

**会社の健康保険などに加入したら、国保の資格喪失手続きが必要です**

会社の健康保険などに加入した場合は、国民健康保険の資格喪失手続きをしてください。

届け出が遅れてしまうと、保険税(料)を二重に支払う場合があります。

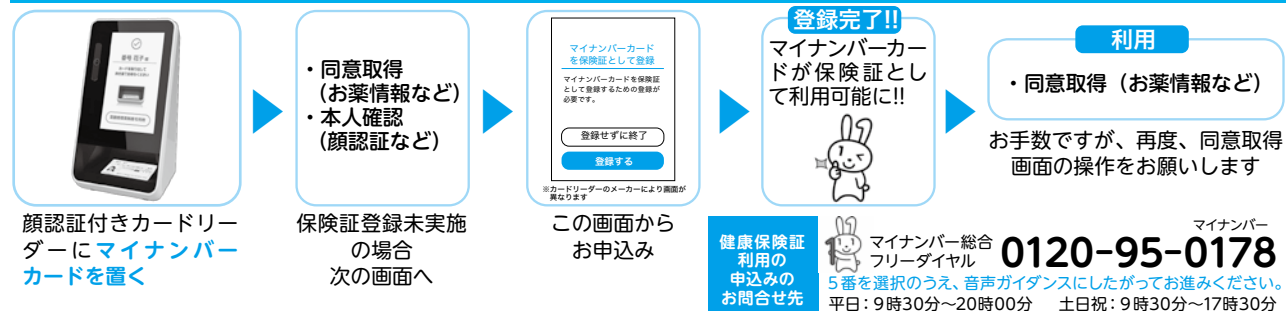
**【届出に必要なもの】** 会社の健康保険証、国保の保険証、マイナンバー通知カード、顔写真付き身分証明書

## マイナンバーカードを健康保険証として利用しよう!

マイナンバーカードの保険証利用の申込みは **医療機関の** 受付でもOK!!

当日その場でも  
いいのね♪

マイナンバーカードを医療機関にお持ちいただくだけで  
健康保険証として利用するための申込み手続きや、実際に利用いただくことが可能です!



# 国民健康保険税の改正を行いました

令和6年度の国民健康保険税について税率などを見直し、また法律改正により課税限度額の引上げおよび軽減措置の拡充がされ、次のとおり改正を行いました。

## 税率・額の改正内容

区分	医療分		支援分		介護分	
	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
所得割	8.40%	9.90%	2.50%	2.90%	2.30%	据置き
均等割	26,000円	据置き	12,000円	13,000円	15,000円	据置き
平等割	22,000円	据置き				
賦課限度額	650,000円	据置き	220,000円	240,000円	170,000円	据置き

## 均等割額および平等割額の軽減の改正内容

区分	軽減判定に係る世帯の所得	
	改正前	改正後
7割軽減	43万円+{10万円×(給与所得者などの数-1)}以下	据置き
5割軽減	43万円+(29万円×被保険者などの合算数)+{10万円×(給与所得者などの数-1)}以下	43万円+(29.5万円×被保険者などの合算数)+{10万円×(給与所得者などの数-1)}以下
2割軽減	43万円+(53.5万円×被保険者などの合算数)+{10万円×(給与所得者などの数-1)}以下	43万円+(54.5万円×被保険者などの合算数)+{10万円×(給与所得者などの数-1)}以下

※給与所得者などの数・・・一定の給与所得者(給与収入55万円超)または公的年金等の支給(65歳未満の方は60万円超、65歳以上の方は12.5万円超)を受ける方の合算数。

※被保険者数には、擬制世帯主(国民健康保険の被保険者でない方が世帯主となっている者)を含みません。

## ○国民健康保険税の計算方法

国民健康保険税は、医療費などに使われる「医療保険分(以下医療分)」と、後期高齢者医療制度を支えるための「後期高齢者支援金分(以下支援分)」と介護保険制度を支えるための「介護保険分(以下介護分)」の合計によって算出されます。

$$\text{国民健康保険税} = \text{医療分 (0~74歳)} + \text{支援分 (0~74歳)} + \text{介護分 (40~64歳)}$$

「医療分」・「支援分」・「介護分」について次の①～③を合計して計算します。

- ①【所得割】世帯の被保険者の所得により計算
- ②【均等割】被保険者一人につき計算
- ③【平等割】一世帯につき計算(医療分のみ)

問い合わせ 役場税務住民課 税務班 ☎(44)2502

参加者  
募集中!

## 「健康貯きん(筋)クラブ」 体験会を開催します

50ポイント  
たまります!

と き 7月23日(火)または26日(金) 10:45~12:05

と ころ 町農村環境改善センター

内 容 筋力トレーニング、有酸素運動(ウォーキング、ポールウォークなど)

持 ち 物 タオル、水または麦茶など

対 象 者 20歳以上で町内在住者、医師の指示で運動制限のない方

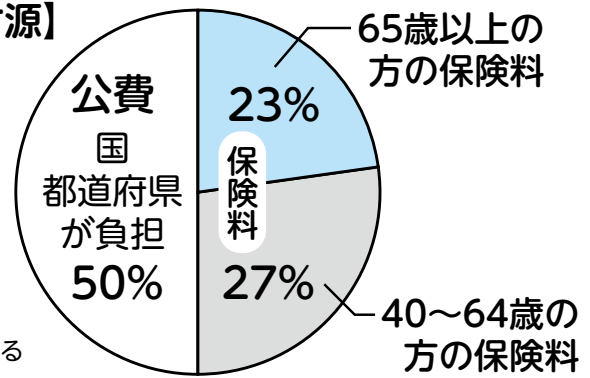
参 加 費 無料

※運動のできる服装でお越しください。

申込み・問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506



## 【介護保険の財源】



## 第1号被保険者（65歳以上の方）の介護保険料

介護保険料は本人と世帯の課税状況や所得に応じた負担になるように13段階に分かれます。

所得段階	対象者	負担割合	保険料 (月額)	保険料 (年額)
第1段階	世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方・生活保護の受給者	×0.285	1,425円	17,100円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円以上120万円以下の方	×0.485	2,425円	29,100円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、合計所得金額+課税年金収入額が120万円以上の方	×0.685	3,425円	41,100円
第4段階	本人が住民税非課税(世帯内に住民税課税者がいる場合)で、合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	×0.9	4,500円	54,000円
第5段階 (基準額)	本人が住民税非課税(世帯内に住民税課税者がいる場合)で、第4段階以外の方	×1.0	5,000円	60,000円
第6段階	本人が住民税課税で合計所得金額が120万円未満の方	×1.2	6,000円	72,000円
第7段階	本人が住民税課税で合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	×1.3	6,500円	78,000円
第8段階	本人が住民税課税で合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	×1.5	7,500円	90,000円
第9段階	本人が住民税課税で合計所得金額が320万円以上420万円未満の方	×1.7	8,500円	102,000円
第10段階	本人が住民税課税で合計所得金額が420万円以上520万円未満の方	×1.9	9,500円	114,000円
第11段階	本人が住民税課税で合計所得金額が520万円以上620万円未満の方	×2.1	10,500円	126,000円
第12段階	本人が住民税課税で合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	×2.3	11,500円	138,000円
第13段階	本人が住民税課税で合計所得金額が720万円以上の方	×2.4	12,000円	144,000円

※第9期所得段階別保険料(令和6年度~8年度の基準額 月額5,000円)



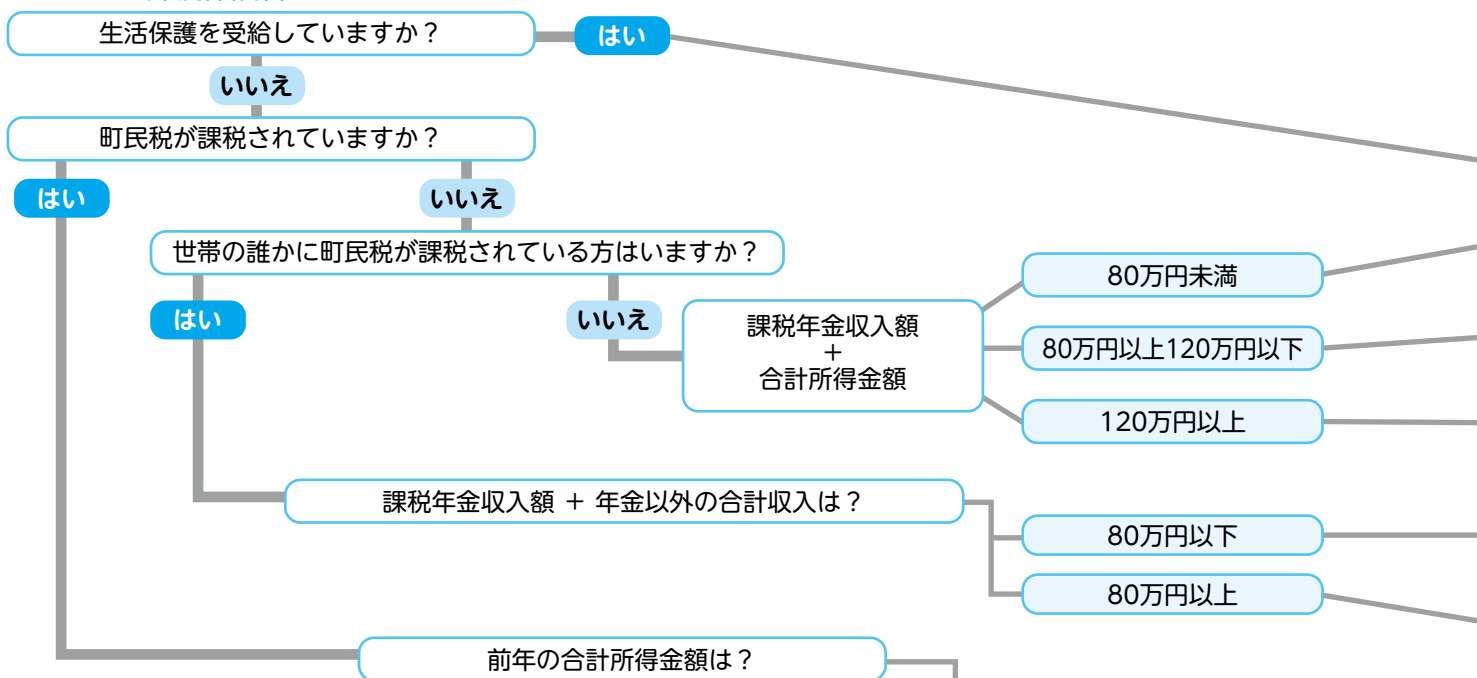
# 介護保険料が変わりました

介護保険は、介護が必要な人を社会全体で支えあう制度で、40歳以上の方が加入者(被保険者)となって保険料を納めています。その保険料や税金を財源とし、病気や加齢で介護や支援が必要となったときに、費用の一部を負担することで介護サービスを受けることができます。40歳以上の方が納める介護保険料は国や町からの公費とともに重要な財源となっています。

40歳から64歳までは医療保険の保険料に介護保険分も含まれていますが、65歳になった月からは介護保険料は単独で納めます。

介護が必要になった時に安心して充実したサービスを利用できるよう保険料の納付にご理解とご協力をお願いします。

## あなたの介護保険料は？



## 介護保険料の納め方

(保険料の納付方法は年金の受給額に応じて決められています)

対象となる年金受給額 年額18万円以上

はい

### 特別徴収

年金が年額18万円以上の方

↓  
年金から差し引かれます  
年6回ある年金の定期支払の際に受給額からあらかじめ差し引かれます

いいえ

### 普通徴収

年金が年額18万円未満の方  
町が送付する納付書や口座振替で納めます

※年金が年額18万円以上でも普通徴収(納付書)で納めることがあります  
・年度途中で65歳になった場合・他市町村から転入した場合・保険料の所得段階が変更になった場合など

問い合わせ 役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576



# 令和6年度後期高齢者医療制度の保険料が決まりました

## ○令和6年度の後期高齢者医療制度の保険料について

被保険者一人当たり平均保険料額は、全国平均で月額7,082円となる見込みです。

(令和4・5年度の6,575円から507円(7.7%)増加)

## ○保険料の決め方

令和6年度の後期高齢者医療制度の保険料率については、以下のとおりです。

年間保険料額(限度額73万円)<sup>※1</sup> =

均等割額

一人当たり

43,800円

+

所得割額

賦課のもととなる所得金額

×9.11%<sup>※2</sup>

※1 限度額の引き上げに伴う保険料の急増に配慮し、2年かけて段階的に引き上げ(令和6年度に75歳に到達して被保険者となる方を除く)

令和6年度:73万円、令和7年度:80万円

※2 令和5年中の賦課のもととなる所得金額が58万円(年金収入211万円相当)以下の場合、令和6年度の所得割率が8.45%となります。

## ○保険料の均等割額の軽減について

軽減判定所得基準(世帯主の被保険者と世帯主の総所得金額等の合計)	軽減割合	軽減後の均等割額
43万円+10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下の場合	7割軽減	13,140円/年
43万円+(29.5万円×世帯内の被保険者数)+10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下の場合	5割軽減	21,900円/年
43万円+(54.5万円×世帯内の被保険者数)+10万円×(給与・年金所得者の数-1)以下の場合	2割軽減	35,040円/年

## 【令和6年度の制度改正について】後期高齢者医療制度ガイドブック

入院時の食事代について、令和6年6月1日より次のとおり変更されます。

所得区分	食事代は1食当たり、 居住費は1日当たり の金額	療養病棟以外 (入院時食事 療養費の支給)	療養病床 (入院時食事 療養費の支給)		医療の必要性が高い場合	
		食事代	食事代	居住費	食事代	居住費
現役並みの所得者・一般		490円 <sup>※2</sup>	490円 <sup>※3</sup>		490円 <sup>※2</sup> 230円 <sup>※3</sup>	
非市町村民 課税世帯	区分Ⅱ	230円	230円	370円	230円	370円 <sup>※4</sup>
	長期入院該当	180円			180円	
	区分Ⅰ	110円	140円	0円	110円	
老齢福祉年金受給者	110円		0円		0円	

※1 長期入院該当の認定には、申請が必要です。申請月から過去12か月の区分Ⅱの入院日数が91日(後期高齢者医療制度に加入する前の保険分も含む。)以上となった場合、申請月の翌月から該当します。

※2 特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方は280円

※3 一部医療機関では450円

※4 特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方は0円

## ○令和6年度千葉県後期高齢者医療広域連合コールセンターの開設について

コールセンターについては、以下のとおりです。

**電話番号** 0570-082070

**開設日** 令和6年6月3日から令和7年3月31日まで(予定)

※終了日については、令和6年度の国の補助金の状況により決定しますので、現時点では予定になります。

**受付時間** 8:30から17:15まで(土日祝、年末年始は除く)

**対応業務** ・マイナンバーカードと健康保険証の一体化の推進などに関する問合せ対応  
・後期高齢者医療保険料の算定方法などに関する問合せ対応

問い合わせ 千葉県後期高齢者医療広域連合 ☎043(216)5011  
役場健康保険課 保険班 ☎(44)2576





## ガス料金の改定【値上げ】のお知らせ

### 11月検針分から

長南町営ガスでは、人口の減少や地球環境などの影響に伴うガス販売量の減少、原材料費の高騰により厳しい経営状況が続いており、経営改善に向けたコスト削減などの取組に努めて参りましたが、現行料金の維持が困難となったことから、令和6年11月検針分より値上げを実施させていただくこととなりました。

これからも皆さまに安心・安全にガスをご利用いただけますよう、より一層サービスの向上と保安の安定に努めてまいりますので、何卒ご理解いただけますようお願いいたします。

適用区分	1か月使用量		現行料金 (A)	新料金 (B)	比較 (B) - (A)
A	0㎡~25㎡まで	基本料金	396円	726円	330円
		基準単位料金	86.39円	98.97円	12.58円/㎡
B	26㎡~250㎡まで	基本料金	407円	737円	330円
		基準単位料金	85.95円	98.53円	12.58円/㎡
C	251㎡~	基本料金	462円	792円	330円
		基準単位料金	85.73円	98.31円	12.58円/㎡

#### ◆一世帯(家庭用) 当たりの1か月平均使用量における料金比較(税込)

平均使用量	現行料金	新料金	増加額
50㎡/月	4,704円	5,663円	959円

#### ◆新料金の適用時期

- 9月30日以前から継続してご利用いただいているお客さま  
※10月の検針分までは現行料金、それ以降に発生する料金(11月検針分)から新料金が適用
- 10月1日以降にガスのご利用を開始されるお客さま  
※10月の検針分から新料金が適用

問い合わせ 長南町ガス課 経理営業係 ☎(46)3401

## 長生広域・職員採用試験

長生郡市広域市町村圏組合職員を募集します(令和7年度採用)

職 種	採用予定人数	受 験 資 格
一般行政職	3名程度	※受験資格については、長生郡市広域市町村圏組合のウェブサイトから、試験案内をご確認ください。 ( <a href="https://choseikouiki.jp/recruit/">https://choseikouiki.jp/recruit/</a> )
消防職Ⅰ・Ⅱ	6名程度	
土木技術職	若干名	
電気技術職Ⅰ・Ⅱ	若干名	
機械技術職Ⅰ・Ⅱ	若干名	
化学技術職Ⅰ・Ⅱ	若干名	



**試験日** 第1次試験(筆記) 9月22日(日) 10:00(受付時間 9:00~9:30)

**会 場** 長生郡市広域市町村圏組合管理棟(茂原市下永吉2101)

**申込書配布** ①窓口での配布

- ・配布場所：事務局総務課 〒297-0035 茂原市下永吉2101 ☎(23)0107  
消防本部総務課 茂原市茂原598 ☎(22)0119

・配布期間：7月16日(火)から8月13日(火) 平日の8:30~17:00

②郵送による配布

- ・封筒の表に「職員採用試験申込書請求」と朱書きし、返信用封筒(角形2号の封筒に郵便番号、住所、氏名を明記し、120円分の切手を貼ったもの)を同封のうえ、**事務局総務課宛て**に請求してください。

③ダウンロード

- ・長生郡市広域市町村圏組合のウェブサイトよりダウンロードできます。

**申込手続** 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、事務局総務課へ**簡易書留で郵送提出**してください。

**受付期間** 7月22日(月)から8月13日(火) ※8月13日消印有効

問い合わせ 事務局総務課 ☎(23)0107



## 福祉の総合相談窓口

～どこに相談して良いかわからない時はお気軽にご相談ください～

役場福祉課では、年齢や障害の有無にかかわらず、それぞれの世代が抱える生活上の困りごとや心配事など、どこに相談したらよいか分からない場合の相談を受け付けています。ご本人やご家族に寄り添いながらお話を聴き、必要な支援、制度、関係機関をご紹介します。

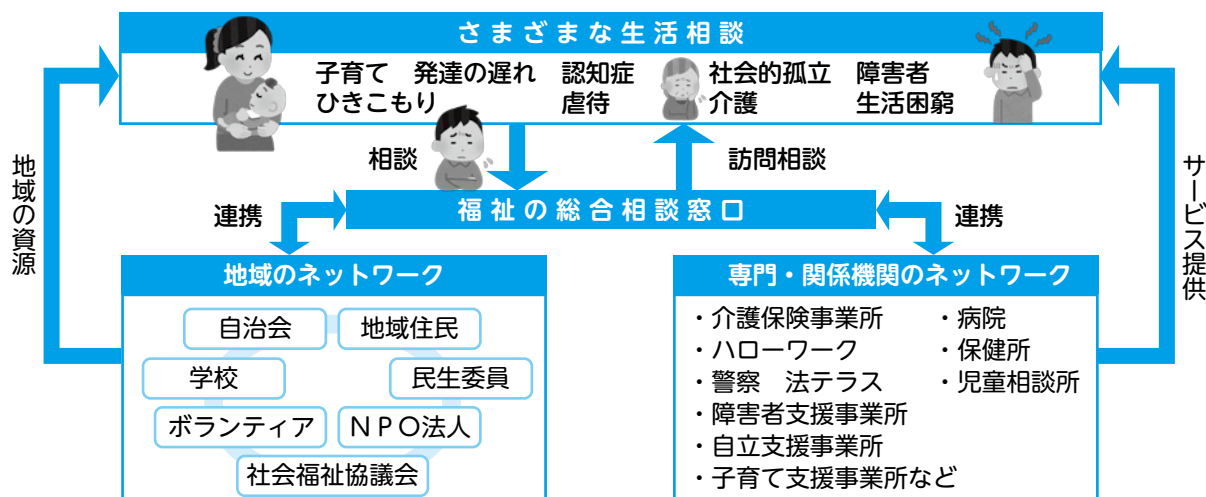
例えば……

- ・「同居の働いていない50代の息子について相談したい」などの親亡き後の心配
- ・ひきこもりの家族がいるがどこに相談したらよいか分からない
- ・「あのおばあちゃんが心配」「ゴミが片付けられない家の住人が心配」
- ・認知症の家族を抱えているが対応に苦慮している
- ・老後に備えて終活に取り組みたいが何から始めたらよいか分からない
- ・コロナ禍で収入が減り、今後の生活が心配
- ・子どもの発達についての悩みや子育てに対する不安

このように、役場福祉課では、ひきこもり、虐待、生活困窮、障害、介護、認知症、子育てについての悩み、DVなどの様々な相談に応じています。

ひとりで悩まず、ささいなことでも、まずは役場福祉課にご相談ください。

あなたの悩みをひとつひとつ整理しながら、一緒に考え、解決に向けてお手伝いします。窓口に来られない方については、訪問し相談に応じます。また、メールでの相談も受け付けています。



問い合わせ 役場福祉課 ☎(44)2531 ✉houkatsu@town.mutsuzawa.chiba.jp

## 重度医療費助成の更新をお忘れなく！

現在お使いの重度心身障害者(児)医療費助成受給券は、7月31日までの有効期限となっています。8月以降も医療費の助成を希望される方は7月中に役場福祉課 福祉班へ申請してください。

※申請書は6月末に郵送しています。

### 重度医療費助成とは？

重度心身障害者(児)の医療費(保険診療分)の自己負担分を助成するものです。助成を受けるには、次のいずれかの障害者手帳をお持ちの方が対象となります。所得制限もありますので詳しくはお問い合わせください。

身体障害者手帳 1級・2級

療育手帳 ④・Aの1・Aの2

精神障害者保健福祉手帳 1級

問い合わせ 役場福祉課 福祉班 ☎(44)2504



## HPVワクチン（子宮頸がん予防ワクチン）キャッチアップ接種は 令和7年3月末で終了します

HPVワクチン定期接種の機会を逃した方は、公平な接種機会を確保する観点から下記の期間中公費で予防接種を受けることができます。

- 対象者** 平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性で、過去にHPVワクチンの接種を合計3回受けていない方 ※対象の方には4月に個別通知を行っています。
- 接種期間** 令和7年3月31日まで ※期間を過ぎて接種する場合、最大約10万円の自己負担がかかります。 ※接種完了まで約6か月かかります。接種を希望する方は、1回目の接種を9月までに開始するよう受けてください。

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578

## 子どもの医療費現物給付対象者を拡大します

高校生等の医療費が8月診療分から「現物給付」（子ども医療費助成受給券の発行）の対象になります。高校生世代のお子さんが子ども医療費助成受給券の発行を受けるには、受給資格の登録申請が必要です。申請手続きに関するお知らせは、該当者に郵送しています。

**対象となるお子さん** 睦沢町に住民登録があり、健康保険に加入している高校1年生から高校3年生（相当する年齢）※学生に限らず、保護者の扶養になっているお子さん

**申請書類** ①子ども医療費助成登録申請書 ②お子さんの保険証のコピー

**申請期限** 6月28日（金）まで

**受給券の発行** 申請期限までに受付した高校生等の子ども医療費助成受給券は、7月中に郵送します。現在、発行されている子ども医療費助成受給券は、有効期限が7月31日までとなっています。新しい子ども医療費助成受給券は7月中に郵送します。

**適正受診にご協力を** 休日・夜間の医療体制を守るために、みなさまのご理解と適正な受診にご協力をお願いします

### ～令和6年7月診療分までの高校生等の医療費について～

医療機関窓口で患者負担額を支払い、領収書を添えて役場福祉課へ助成申請をしてください。申請は受診した翌月以降に行ってください。

※医療費を支払った日の翌日から2年以内まで、複数月をまとめて申請可能

#### 【申請に必要なもの】

学生証のコピー・医療費の領収書の原本・お子さんの保険証のコピー  
保護者名義の通帳またはキャッシュカードのコピー

問い合わせ 役場福祉課 子育て推進班 ☎(44)2578



## 切干し大根のサラダ



**栄養量 (1人分)** ●エネルギー 139kcal ●たんぱく質 3.5g ●脂質 10.8g ●塩分 1.2g

### 材 料（2人分）

切干し大根・・・7g きゅうり・・・1/4本  
干しひじき・・・2g にんじん・・・1/6本  
ハム・・・2枚

A  
マヨネーズ・・・大さじ 1.5  
めんつゆ・・・大さじ 1/2  
白ごま・・・大さじ 1  
酢・・・大さじ 1/2  
鶏ガラスープの素・・・小さじ 1/4  
ごま油・・・小さじ 1/2

### 作り方

- ①切干し大根は水で戻して水気を絞る。
- ②ひじきも水で戻し、サッとゆでて絞る。
- ③きゅうり、にんじんは千切りにし、塩を振って5分おき、水気を絞る。
- ④ハムは半分に切って、短冊に切る。
- ⑤Aの調味料を合わせて、具材と混ぜ合わせ、盛り付ける。

そこで、睦沢町保健栄養推進員協議会では、高血圧症の予防の取り組みの一環として「あいうえお塩分表」を作成しました。ぜひ、塩分表を活用していただいて、塩分の摂り方を見直しましょう。

問い合わせ 町保健栄養推進員協議会事務局 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506

毎月17日は  
「減塩の日」!!



塩分量はあくまでも目安です。  
商品によっても塩分量に差があります。






 <b>な</b> 納豆 1パック(50g) 0.6g	 <b>た</b> たらこ 1/2腹(50g) 2.3g	 <b>さ</b> 塩さけ(甘口) 1切れ(80g) 2.2g	 <b>か</b> カップめん 1個 6.6g	 <b>あ</b> 味付のり 小5枚 0.2g
 <b>に</b> 肉まん 1個(80g) 0.7g	 <b>ち</b> チーズ スライスチーズ 1枚(17g) 0.5g	 <b>し</b> シラス干し 大さじ1・1/2(10g) 0.4g	 <b>き</b> キムチ 30g 0.7g	 <b>い</b> いかの塩辛 20g 1.4g
 <b>ぬ</b> ぬかみそ漬け きゅうり 5切れ(30g) 1.6g	 <b>つ</b> ツナ缶(油づけ) 1缶(70g) 0.7g	 <b>す</b> スパゲティ ミートソース 1人前(370g) 3.4g	 <b>く</b> クリームシチュー 1人前(200g) 2.1g	 <b>う</b> うめぼし 1個(10g) 2.2g
 <b>ね</b> 練りもの (さつま揚げ) 1枚(30g) 0.6g	 <b>て</b> 手巻きずし (マグロたたき) 1本(105g) 1.5g	 <b>せ</b> せんべい 1枚(23g) 0.5g	 <b>け</b> ケチャップ チキンライス 1人前(225g) 2.3g	 <b>え</b> 枝豆(冷凍) 60g 0.5g
 <b>の</b> のり佃煮 大さじ1(15g) 0.9g	 <b>と</b> とり五目 炊き込みごはん 1人前(330g) 3.3g	 <b>そ</b> そうめん (乾めん66g) 1人前(200g) 0.7g	 <b>こ</b> コーンスープ 1杯(180g) 1.3g	 <b>お</b> お茶漬(のり) 1袋(6g) 2.2g

## 町保健栄養推進員が「あいうえお塩分表」を作成しました。

町の生活習慣病の中で高血圧症が、30歳代から90歳以上の全年代で一番多い疾病となっています。(令和6年広報3月号「健康こらむ」参照)

## あいうえお塩分表

睦沢町の皆さんが普段よく食べる食品を集めました。  
どれくらいの食塩が含まれているか参考にしてください。

 <b>POINT</b> <b>塩分摂取量の目標(1日分)</b> <1~2歳> 3.0g 未満 <3~5歳> 3.5g 未満 <6~7歳> 4.5g 未満 <8~9歳> 5.0g 未満 <10~11歳> 6.0g 未満 <12~14歳> 男児 7.0g 未満 女児 6.5g 未満 <15歳以上> 男性 7.5g 未満 女性 6.5g 未満 高血圧の方 6.0g 未満 食事摂取基準2020年版より	 <b>わ</b> わかめスープ (インスタント) 1杯(160g) <b>1.6g</b>	 <b>ら</b> ラーメン (しょうゆ) 1杯 <b>7.1g</b>	 <b>や</b> やきとり ねぎま たれ 1本 <b>0.5g</b>	 <b>ま</b> マカロニグラタン (えび・冷凍) 200g <b>1.9g</b>	 <b>は</b> ハンバーグ 1個(200g) <b>1.9g</b>
	 <b>り</b> リゾット 1人前(280g) <b>2.3g</b>	 <b>み</b> みそ汁 1杯(160g) <b>2.2g</b>	 <b>ひ</b> ピザ(ミックス) 1枚(458g) <b>7.9g</b>		
	 <b>る</b> ルー(カレー) 1皿分 <b>2.4g</b>	 <b>ゆ</b> ゆでうどん (乾めん84g) 1人前(250g) <b>1.3g</b>	 <b>む</b> むしかまぼこ 2切れ(25g) <b>0.6g</b>	 <b>ふ</b> フライドポテト M(135g) <b>0.8g</b>	
	 <b>れ</b> 冷凍パスタ (ナポリタン) 1人前(270g) <b>3.1g</b>	 <b>め</b> めんつゆ (ストレート) 100ml <b>3.4g</b>	 <b>へ</b> ベーコンスライス 1枚(18g) <b>0.4g</b>		
	 <b>ろ</b> ロースハム うすぎり 1枚15g <b>0.4g</b>	 <b>よ</b> ようかん(塩) 50g <b>0.2g</b>	 <b>も</b> もずく酢 1個(80g) <b>1.5g</b>	 <b>ほ</b> ポン酢しょうゆ 大さじ1(18g) <b>1.5g</b>	

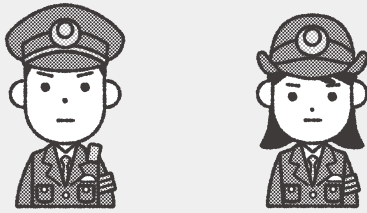
食事摂取基準2020年版より

## 相談

### 移動交番

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。

- ① 各種相談、各種届出受理、防犯・交通安全講話
- ② 7月5日(金) 13:30~15:00  
7月17日(水) 10:00~11:30
- ③ 7月23日(火) 13:30~15:00
- ④ 町中央公民館  
茂原警察署 ☎(22)0110



## 相談

### 多重債務者相談窓口

今年4月から、建設業、自動車運転者、医師の時間外労働の上限規制が適用されています。社会の基盤を支えるこれらの産業、そしてそこで働く人を支えるために、余裕を持たせた工事依頼、荷物の配達日時の指定など、私たち一人ひとりができることがあります。詳しくは、厚生労働省特設サイト「はたらきかたスヌメ」(<https://hatarakikatatasusume.mhlw.go.jp/>)をご覧ください。

- ① 千葉労働局監督課 ☎043(221)2304

新たに時間外労働の上限規制が適用されることになった事業主の皆さま、働き方改革推進支援助成金「業種別課題対応コース」をご活用ください。

- ② 雇用環境・均等室 ☎043(306)1860

## 相談

### 返しきれない借金で悩んでいませんか?

千葉財務事務所では無料の多重債務者相談窓口を開設しています。早めの相談が解決への近道です。必要に応じ法律専門家を紹介します。秘密は厳守します。

- ① 月~金(祝日を除く)  
8:30~12:00、13:00~16:30
- ② 財務省 関東財務局 千葉財務事務所  
多重債務者相談窓口 ☎043(251)7830(直通)  
千葉市中央区椿森5-6-1



## 相談

### 行政書士電話相談会

- ① 7月21日(日) 9:00~12:00

※ご相談は、相談対応行政書士に直接お電話をお願いします。都合の悪い場合は、別の日に電話でのご相談をお受けします。

### 相談内容および対応者

- ① 相続全般に関すること、遺言に関すること、農地法関係手続きに関すること
- ② 千葉県行政書士会 長夷支部  
地区無料相談担当 今関 雄一  
☎(43)0202



## お知らせ

### 今夏取組をお願いします!

#### ～ 全国安全週間 / 熱中症対策について～

今年度も「全国安全週間」が7月1日から7月7日まで実施されます(準備期間:6月1日から30日)。スローガンは、『危険に気付くあなたの目そして摘み取る危険の芽みんなて築く職場の安全』です。

労働災害を少しでも減らし、労働者一人一人が安全に働くことができる職場環境づくりのため、労働災害防止対策の一層の推進をお願いします。

また、熱中症予防対策については、『クールワークキャンペーン』を展開します。

- ① 千葉労働局健康安全課 ☎043(221)4312



ネットでも買える! **サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)  
**サマージャンボミニ同時発売**  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
**7月8日(日)発売!** 発売期間 7/8(日)~8/8(日)  
抽せん日 8/23(日)  
宝くじ公式サイト | 公益財団法人千葉県市町村振興協会 各1枚 300円



## 今月の俳句



五十余年幾度も訪はむ水芭蕉  
 杜鵑老のお喋り過去ばかり  
 青田道声掛け休む爺と婆  
 夏の雲川辺を駆ける子供達

(河野 悦子)  
 (中村真砂雄)  
 (葵 かける)  
 (小川 澄)

### 各種相談窓口

#### ●健康栄養相談

血圧測定、体脂肪測定、健康指導、食事指導など

- 時 7月23日(火)  
受付 10:00~11:30
- 所 町農村環境改善センター
- 問 役場健康保険課 健康推進班  
☎(44)2506

#### ●行政・人権相談

- 時 7月10日(水)  
13:00~16:00
- 所 役場3階 305会議室  
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 役場総務課 庶務秘書班  
☎(44)2500

#### ●心の電話相談

心に悩みを抱えている方は、ご相談ください。ひとりで悩まず相談しましょう

- 問 直通電話☎(44)0022

#### ●法律相談

- 時 7月12日(金)  
10:30~12:30
- 所 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
- 問 申 役場総務課 庶務秘書班  
☎(44)2500



#### ●乳児健康相談

身体計測、栄養・育児相談、歯科相談

- 時 7月25日(木)  
受付 14:00~15:00
- 所 町農村環境改善センター
- 問 役場福祉課 子育て推進班  
☎(44)2578



#### ●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。

相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください

- 問 役場産業建設課 産業振興班  
(消費者ホットライン)  
☎(44)2505

## Population 人のうごき(睦沢町の人口)

- 人口 6,589人 (+4)  
 男性 3,233人 (-1)  
 女性 3,356人 (+5)
- 世帯数 2,823世帯 (±0)

令和6年5月31日現在

#### ●おくやみ ご冥福をお祈りします

亡くなった人	年齢	区名	月日
矢澤 富美子	91	上之郷	4月30日
加藤 秀雄	99	川島	5月4日
長谷川 富和	94	岩井	5月14日
久我 勝三郎	98	上市場	5月22日
朝比奈 時子	88	川島	5月23日

掲載については事前に掲載希望の確認を行っています。

## 地籍調査を実施します

睦沢町では地籍調査を実施しています。地籍調査では、土地を所有する皆さまに一筆ごとに、立会いをしていただき、「地番」「地目」「境界」を確認し、測量を行います。その結果を基に地図および簿冊を作成します。今年度、立会いをお願いする地域は次のとおりです。

### 令和6年度実施地域

下之郷地区の一部

(原田、月代台、寺田、坊ノ谷、清水谷、大坊谷、蓑ヶ谷、小脇、池田、白旗、中島、沢田、藤沢、御堂前、石川、上敷、薬師堂、根方、下原、上橋)

大谷木地区の一部

(風呂屋、関戸、川原、芳畑、山ノ神、上川台、上川崎、西ノ台、来光、長沢、銭ヶ谷、熊戸、坂口、姥ヶ谷、新地)

昨年度立会いが終了した地域については、今年度成果の閲覧をしていただく期間(20日間)を設けます。対象の方へは通知文を送付しますので、この期間内に確認をお願いします。

### 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は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、そのことが境界トラブルの原因にもなりかねません。

### 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
- 固定資産税の課税適正化
- 土地所有者の費用負担なしで境界確認が可能

### 地籍調査の流れ

#### ①地籍調査内容を周知

実施地域の土地を所有する皆さまへ、地籍調査の内容を記載した資料を送付します。



#### 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」の案を土地所有者など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、土地を所有する皆さまのご理解とご協力が必要となりますので、立会通知などが届いた際には、ご協力をよろしくお願いいたします。また、地籍調査により設置した杭(基準杭や立会により設置した杭)は、抜いたり動かしたりしないように注意をお願いします。

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 役場産業建設課 建設班 ☎(44)2522





## 「むつざわスマートウェルネスタウン住宅」入居者募集

**申込期間** 7月1日(月)から7月31日(水)まで

※当日消印有効

- 入居資格**
- ①世帯の合計月額収入が月額家賃の4倍以上であり、月額所得が487,000円以内であること
  - ②世帯要件として次のいずれかに該当する方であること
    - A. 子育て世帯 同居者に18歳未満の方、または妊娠している者がいる方
    - I. 新婚世帯 配偶者(婚姻の予約者を含む)を得て5年以内の方
  - ③募集住宅の住民で組織する組合(自治組合下部組織)へ加入すること
  - ④入居後5年以上定住すること
  - ⑤入居後に住民票をむつざわスマートウェルネスタウン住宅のある住所へ異動すること

**募集要項の詳細・入居申込方法** 町ホームページに掲載している「むつざわスマートウェルネスタウン住宅入居者募集のご案内」をご確認のうえお申し込みください

### 住宅プラン

住宅タイプ	戸数	延床面積	庭の面積	月額家賃
テラスハウス (子育て・新婚世帯向け)	1	71㎡	9㎡程度	55,000円



### 入居までの流れ

申込受付	7月1日(月)～7月31日(水)
入居資格審査	8月上旬
入居希望者向け説明会・抽選	8月中旬
入居手続き	8月下旬
入居	10月1日(火)以降

現地見学は7月1日(月)以降の平日(9:00～17:00)で随時受け付けます

問い合わせ 役場企画財政課 企画班 ☎(44)2501

## 2024年夏休み つどいの寺子屋(第三弾) 実施決定!!

昨年度大好評であった、道の駅むつざわが実施する、みまもり型自習室「つどいの寺子屋」を今夏も実施いたします。今年度は、さらにバージョンアップし、元大手塾エリアリーダー齊藤先生に加え、茂原市拠点の学習塾StudyBaseの先生方が見守り役となっていただけることになりました。

勉強計画の立て方、効率の良い勉強のコツなど、先生からのアドバイスももらえます。各自、宿題やテキストを持参してください。休憩時間には、お仕事紹介など将来について楽しく考える、お楽しみ企画も実施! 詳細は道の駅むつざわホームページへ!



▲道の駅むつざわ  
併設交流施設 つどいのハコ

**実施日時** 8月26日(月)～9月1日(日)

午前の部 9:00～12:00 午後の部 13:00～16:00

**場 所** 道の駅むつざわ つどいのハコ

**対 象 者** 中学生

**参 加 料** 1回(午前の部のみ/午後の部のみ参加) 1000円  
1日(午前・午後両方参加) 1800円

主催:むつざわスマートウェルネスタウン(株)(道の駅運営会社)  
共催:StudyBase  
協力:睦沢町教育委員会



▲齊藤恒平 先生



▲StudyBase  
ひかぴー(ひかる先生)

町商工会青年部主催

# 納涼盆踊り大会、今年も開催決定!!

8/4日  
17:00~



今年も納涼盆踊り大会を開催します。盆踊りのほかにも睦沢中学校吹奏楽部の演奏や和太鼓のパフォーマンス、ラムネ早飲み競争、豪華景品が当たる大抽選会など盛り沢山の内容となっています。町民の皆さまのお越しをお待ちしています。

所 町総合運動公園 多目的広場(上之郷1565) ※悪天候の場合は、5日(月)に順延します。

問 町商工会 ☎(44)0112

## お知らせ

### ピア宮敷納涼祭

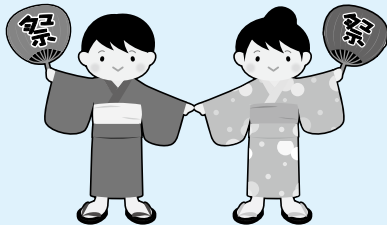
#### 『ピアフェスタ』開催のお知らせ

ピア宮敷の納涼祭を開催します。  
模擬店、楽しいイベントが盛り沢山です。  
皆さま、ぜひおいで下さい。

時 令和6年7月27日(土)  
16:00~19:00(雨天中止)

所 障害者支援施設  
ピア宮敷(いすみ市岬町岩熊138-10)

問 社会福祉法人 土穂会  
ピア宮敷(小幡・溝上)  
☎(87)9631



## お知らせ

### 小学生初心者 水泳教室

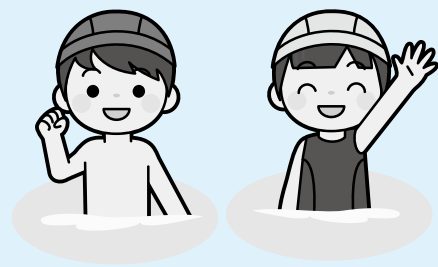
時 7月23日~8月29日(火・水 全10回)  
1~2年生:AM 9時30分~10時30分  
3~6年生:AM10時40分~11時40分

人 各クラス30名程度

費 睦沢ふれあいSC会員 2,500円

申 後日 学校をとおしてリーフレットを配布するので要項をご覧ください。

問 睦沢ふれあいスポーツクラブ  
☎44-5211(不在の場合あり)



## おはやし保存会会員募集

### 上市場八坂神社お囃子保存会

上市場の「おはやし保存会」は2021年に発足し、毎月の定例練習会及び地域の祭礼や町のイベント等に多数参加活動しています。更なる活動域を広げる為会員募集します。

#### 募集内容

年齢、性別、居住地域、経験有無 全て不問! 無料!

申込み・連絡先 [ たくさんの申し込みお待ちしております ]

お囃子保存会事務局 村杉 文子 ☎090-3513-1008



## イベント まっ白いひろば開催

- 時** 7月13日(土) 10:00~16:00  
一人ひとりがやりたい事をチャレンジしていく自由な  
広場・遊び場です。  
※荒天、河川の増水時は中止します。
- 所** 睦沢小学校裏川べり(鎮守川脇)  
駐車場は、睦沢小学校正門右側
- 費** 無料(初回参加時保険料100円)
- 持** 弁当、飲み物、着替え、ヘルメット、  
ぬれても良いはき物
- 問** まっ白いひろば事務局 ☎44-2289



公式LINE



## 募集 練心会(少年剣道)

- 時** 毎週火曜、金曜、土曜の  
18:30~20:30
- 所** 睦沢町総合運動公園 剣道場
- 象** 幼稚園児から中学生
- 費** 小学生 月2000円  
幼稚園児・中学生 年2000円  
入会金1000円
- 練心会は小学生を中心とした剣道クラブです。指導者のレベルの高い指導も受けられます。是非一度練習を見に来てください。
- 問** ☎44-5211

## 資料館からのお願い

文化財保護と資料館展示のため、古文書や古い記録、写真、手紙、絵葉書、地図、書画の掛け軸などの情報を集めています。不要と思っても、捨てる前にお知らせください。昔のこと、幼いころの記憶などをお話しいただける方も、ご連絡ください。



古文書や古い記録

## イベント 浴衣着付け体験会

- 睦沢町立中央公民館で浴衣の着付け体験を実施します。  
着付け体験後、浴衣を着たまま盆踊り大会に参加できます。
- 時** 8月4日(日)  
※盆踊り大会延期の場合も、本体験会は4日に開催
- 象** 睦沢町内出身の中・高・大学生の男女  
中学生は帰宅時、保護者の迎えが可能な方
- 定** 女性10名 男性5名
- 費** 無料
- 所** 睦沢町立中央公民館 1階 ロビー
- 持** キャミソール、ステテコ、タオル2本、洗濯ばさみ  
履物(下駄・サンダル・スニーカーなど何でも大丈夫です。)  
浴衣を持参する方:浴衣、帯、小物類(浴衣はレンタル品も  
ございます。)
- 申** 7月6日(土)から、公民館で受付します。(電話でも可)  
※定員になり次第、受付終了
- 問** 睦沢町立中央公民館 ☎44-0211  
詳細は町のHPをご覧ください。



## 募集 令和6年度睦沢中学校職場体験学習の 事業所などの募集について

睦沢中学校では、勤労体験を通して働くことの意義を学び、人とのコミュニケーション能力を高めることなどを目的に、町内事業所などでの職場体験学習を実施しています。

本年11月13日(水)、14日(木)に2年生全員がそれぞれの希望する場所で体験をさせていただきます。

つきましては、この体験をお願いする事業所などを募集しています。

受け入れ可能な事業所、商店などがありましたら、7月28日(日)までに下記へご連絡ください。

業務内容などを確認の後、依頼をさせていただきます。

なお、昨年度に受け入れをいただいた事業所などには、引き続きお願いをさせていただきます。

**問** 教育課生涯学習班 ☎44-0211

## 7月の公民館・歴史民俗資料館の 休館日

1日(月)、8日(月)、15日(月)、  
22日(月)、29日(月)

※月曜日の図書返却は、図書返却ポストをご利用ください。

# 2024年 睦沢町総合運動公園プール

営業期間：7月2日(火)～8月31日(土)



下記の日程はご入場できません

7/2(火)～5(金) 9:00-11:50  
7/9(火)～12(金) 9:00-11:50

※睦沢小学校、中学校の水泳授業の為



営業時間



9:00～11:50  
13:00～16:50

※睦沢小学校、中学校の水泳授業の為

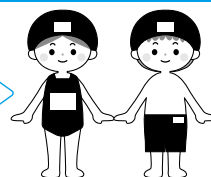
※スィムキャップは必須です



		町内	町外
一般	午前の部	220円	440円
	午後の部	330円	660円
小中学性	午前の部	110円	220円
	午後の部	160円	320円
学齡前幼児	午前の部	無料	110円
	午後の部	無料	160円

保護者の方も入水し、  
お子様から目を離さないでください。

年長さんまで  
幼児プールに  
入る時は保護  
者さまも一緒  
に入水してく  
ださい。



小学生  
1年生から3年生  
まで25mプール  
に入る時は保護  
者さまも一緒に入  
水してください。

※保護者=18歳以上の方が対象です。  
スタッフが年齢確認を行う場合がございます。



〒299-4413  
千葉県長生郡睦沢町上之郷1565  
TEL: 0475-44-1565  
FAX: 0475-44-2025



HP



公式LINE



Instagram

## 熱中症を予防しましょう！

今年度から熱中症警戒アラートの一段上の情報の熱中症特別警戒アラートが発表されます。発表されたときは、こまめな休憩や水分補給などの基本的な熱中症対策をしてください。さらに、エアコンを使用したり、外出や運動は控えるなど、より一層熱中症に注意した行動をとってください。

本格的な暑さになる前に、エアコンの試運転をしておくなど、準備しておきましょう。

また、町では熱中症特別警戒アラートが発表されたときのみ町内4か所に指定したクーリングシェルターを開放しますので、ご利用ください。(※)

※クーリングシェルターの詳細は、広報むつざわ5月号 P11をご確認ください。  
環境省公式LINEでは、熱中症警戒アラートなどの発表を配信しているので、ぜひ下記のQRコードから読み取って友達追加をしよう！



環境省公式LINE

	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
状況	気温が著しく高くなることにより、熱中症による人の健康に係る被害が生ずる恐れがある場合	気温が特に著しく高くなることにより、熱中症による人の健康に係る <b>重大な</b> 被害が生ずるおそれがある場合
発表基準	暑さ指数(WBGT)が33以上になるとき	暑さ指数(WBGT)が35以上になるとき
発表時間	前日18時および当日7時頃	前日18時および当日7時頃

暑さ指数とは気温や湿度などをもとに推計した暑さの予測値

町でも、熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラートが発表された時には、防災無線や町公式LINEで周知します。

問い合わせ 役場健康保険課 健康推進班 ☎(44)2506



# 睦沢の子育て支援

問い合わせ こども園 ☎(44)0050

## 【園庭開放】

7月3日(水)  
9:50~11:00  
17、24、31日(水)  
9:50~11:30



## 【おはなしの広場】

7月3日(水)  
11:00~11:30



## 【わくわく広場】

7月10日(水)  
受付 9:45  
開始 10:00  
内容 ・7月生まれの誕生会  
・水遊びを楽しもう  
※濡れてもよい服装や着替えをお持ちください。  
※要申し込み



## 【ベビーマッサージ・ママヨガ講習会】

7月12日(金)  
受付 10:20  
開始 10:30  
対象 町内在住の0歳の親子、先着10組  
持物 バスタオル、水分補給できるもの  
※動きやすい服装でお越しください。  
※要申し込み



## 放課後児童クラブ指導員募集

睦沢町放課後児童クラブでは、指導員を募集しています。睦沢町の小学生を見守ってくれる方、一緒に遊んでくれる方からのお問い合わせをお待ちしています。

- 応募資格** 年齢：20歳以上 要普通自動車運転免許  
※児童クラブ、学童保育の勤務経験がなくても大丈夫です
- 時給** 1,100円～
- 勤務時間** 月～金の放課後 14:30～18:30  
小学校休業日 8:00～18:30  
※シフトなどは要相談
- 勤務場所** 睦沢小学校内放課後児童クラブ
- 問い合わせ** 睦沢ふれあいスポーツクラブ ☎(44)5211  
※受付時間9:00～17:00 月曜休み

## 小中学校は、夏季休業中に学校閉庁日を設けます

教職員の健康増進と休暇取得促進を図るとともに、省エネルギー対策を行うため、次の期間を学校閉庁日とします。



**学校閉庁期間**  
8月13日(火)～16日(金)

緊急時の問い合わせは、下記をお願いします。  
町教育委員会教育課 学校教育班  
☎(44)2509

## 令和6年度 第1回「保育のしごと就職フェスタ」ご案内

ちば保育士・保育所支援センターでは、子どもに関わる仕事に興味がある方を対象に、「保育のしごと就職フェスタ」を下記のとおり開催します。

保育士などの求人のある施設・事業所などの採用担当者との個別面談・相談の場を提供することで、保育士人材などの確保と就労を支援します。

- と き** 7月28日(日) 11:00～15:00
- と ころ** ホテルポートプラザちば 千葉市中央区千葉港8-5
- 参加方法** 事前予約不要、直接会場へお越しください。(参加費無料、履歴書不要)
- 問い合わせ** 社会福祉法人千葉県社会福祉協議会 ちば保育士・保育所支援センター(担当:浅井、平野)  
☎043(306)1468または1469 HP: <https://www.chibahoiku.net/>

広告枠

相続登記義務化、始まりました!!  
出張相談、無料です!!

相続手続き つぐみ司法書士事務所

不動産登記 代表司法書士 宮田祐志

商業登記 経験豊富な司法書士が  
親身にお話いたします



☎0475-36-2344

事務所:長生郡一宮町東野34番地9



一信頼と巧みな技術をもってお応えします一

# 藤美建装

信頼  
と  
実績

一般住宅塗装 / リフォーム工事

お客様のご希望に添えるように細かく丁寧な工事を心掛けています

TEL 0470-87-9939 FAX 0470-87-9959

■千葉県いすみ市岬町桑田1508-2

いすみ市 藤美建装 🔍検索

広告枠



## 5/17 租税教室を開催しました！

睦沢小学校6年生を対象に、租税教室を開催しました。

税務住民課の職員が講師となり「なぜ税金は必要なのか」、「おもな税金の種類と仕組み」について学びました。

児童達からは、「税金の大切さについてよく分かった。」「税金は身近なところで役に立っていること分かった。」などの感想がありました。



## 5/19 (第26回)田んぼの学校「古代米田植え」を開催しました！ (農村自然環境整備事業睦沢地区維持管理運営組合主催)

上市場地区「今堰」奥の水田で「古代米田植え」を開催しました。

町外からも大勢の人が来場し、参加者の方々は、泥だらけになりながらも、普段なかなか体験することのできない田植えを楽しんでいました。

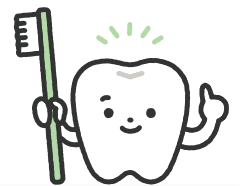
10月には、「古代米稲刈り」が実施されます。皆さまのご参加をお待ちしています。



## 5/29 ゼロ むし歯0のお友達を紹介します！

睦沢町3歳児健康診査でむし歯のなかったお友達です。

ご家族からコメントをいただきました。



**かたおか りこちゃん**

必ず、歯みがきをする時に仕上げを一緒にやるよう心がけています。



**おだに あまねちゃん**

毎日自分でみがいて、仕上げもがんばったね(^^)！



**かわしま あおばくん**

これからも歯みがき頑張ろうね。

## 5/16 うぐいす里防犯パトロール隊に感謝状を贈呈

うぐいす里コミュニティセンターにて、うぐいす里防犯パトロール隊に感謝状を贈呈しました。うぐいす里防犯パトロール隊は、平成26年5月から令和6年3月までの間、児童生徒の登下校の見守り活動を行ってきました。長きにわたりご尽力いただき、ありがとうございました。



## 5/19 チャリティー募金をいただきました

ゆうあい館で行われた【睦和会 チャリティーフェスティバル（うめ丸募金）】にて睦和会よりチャリティー募金をいただきました。

町の行政推進のため、有効に活用させていただきます。また、当日は睦和会や協賛団体、スペシャルゲストの方々により舞踊などが披露され、来場者を魅了し、温かい交流の場となりました。



## 5/23 高齢者のよい歯のコンクール「8020賞」を受賞

茂原市保健センターで茂原市長生郡歯科医師会が主催する「高齢者のよい歯のコンクール」が行われ、本町より武井克嘉<sup>かつよし</sup>さん(80歳)が参加し、「8020賞」を受賞いたしました。

おめでとうございます。

このコンクールでは、80歳以上で自分の歯が20本以上あり、心身ともに健康な方が対象となります。



## 5/24 睦沢町災害対策コーディネーター連絡会を開催しました

町には、災害時の応援・救助や地域の防災活動で、地域と行政、ボランティア組織との連携調整を担う、千葉県認定の「災害対策コーディネーター」が43名登録されています。相互の連携を図る連絡会が開催され、スキルアップ研修では毛布などを使った手作り担架による負傷者の搬送方法について学びました。



## 5/30 睦沢こども園交通安全教室開催～正しい横断歩道の渡り方を学びました～

睦沢こども園で5歳児を対象に交通安全教室を開催しました。

当日は茂原警察署、町交通安全対策協議会の皆さんの指導のもと、道路の歩き方についての講和を聴き、その後実際に外にでて横断歩道の渡り方を体験し、交通ルールについてたくさんのお話を学びました。



### 編集後記

表紙のアジサイ（上之郷アジサイ園）を撮影していると、葉に隠れていたカエルを見つけました。

熱中症などに気を付け、楽しい夏をお過ごしください。





8月分

くらしのカレンダー

※注意 このカレンダーは8月分の予定です

日	月	火	水	木	金	土
				1 2コース 粗大ゴミ	2 もえるゴミ	3
4	5 もえるゴミ	6	7 もえるゴミ	8 2コース 資源ゴミ	9 もえるゴミ ●法律相談 10:30~12:30	10
11 山の日	12 もえるゴミ 振替休日	13 1コース もえないゴミ	14 もえるゴミ ●行政・人権相談 13:00~16:00	15 2コース もえないゴミ	16 もえるゴミ	17
18	19 もえるゴミ	20 1コース 資源ゴミ	21 もえるゴミ ●乳児健康相談(改せ) 14:00~15:00	22	23 もえるゴミ	24
25 ●日曜開庁日 (一部窓口)	26 もえるゴミ	27 1コース 粗大ゴミ ●健康栄養相談(改せ) 10:00~11:30	28 もえるゴミ ●1歳6か月児健診(改せ) 2歳児歯科健診(改せ) 3歳児健診(改せ)	29	30 もえるゴミ	31

- 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 ●公共長生病院/(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)中央公民館 (資)歴史民俗資料館 (運)総合運動公園 (ゆ)ゆうあい館  
(改せ)農村環境改善センター (こ)こども園

♥心の電話相談専用ダイヤル  
☎ (44) 0022 (24 時間対応)

日曜・休日当番医

月日	医療機関名			
	内科系		外科系	
7月7日	宮本内科医院	22-3770	穴倉病院	24-2171
7月14日	ポプラクリニック	23-3111	三枝医院	25-2203
7月15日	むなかたクリニック	44-5155	菅原病院	25-1171
7月21日	もといハッピークリニック	36-3537	穴倉病院	24-2171
7月28日	渡辺医院	27-7733	公立長生病院	34-2121

診療時間/ 9:00 ~ 17:00 ※変更になる場合もあります。救急の患者さんが優先となりますので、ご了承ください。  
消防本部へお問い合わせください。☎(24)0119  
夜間急病診療所/ 診療科目: 内科・小児科/ 受付: 19:45 ~ 22:45/ 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/ 19:00 ~ 翌6:00  
こども急病電話相談/ 19:00 ~ 22:00/ 局番なしの #8000 / ダイヤル回線からは ☎043(242)9939



災害時の緊急連絡先

情報の種類	機関名	電話番号
停電・電線の断線など	東京電力※1	☎ 0120(99)0007 ☎ 03(6375)9803(有料)
ガス	長南町役場ガス課	☎ (46)1675
水道	長生郡市広域市町村圏組合 水道部維持課	☎ (23)9491
電話線の断線	NTT 東日本	☎ 113(局番なし) ☎ 0120(444)5113
火災・救急	消防	☎ 119
事件・事故	警察	☎ 110
道路への倒木・倒竹など	役場産業建設課建設班	☎ (44)2522
防災情報	役場総務課行政管財班※2	☎ (44)2516

※1 停電情報は東京電力ホームページでも確認できます。  
※2 住民の方への情報提供は睦沢町情報配信メール、緊急速報メール、防災行政無線を利用して行います。  
防災行政無線の放送内容は ☎ (44) 2533 で確認できます。