

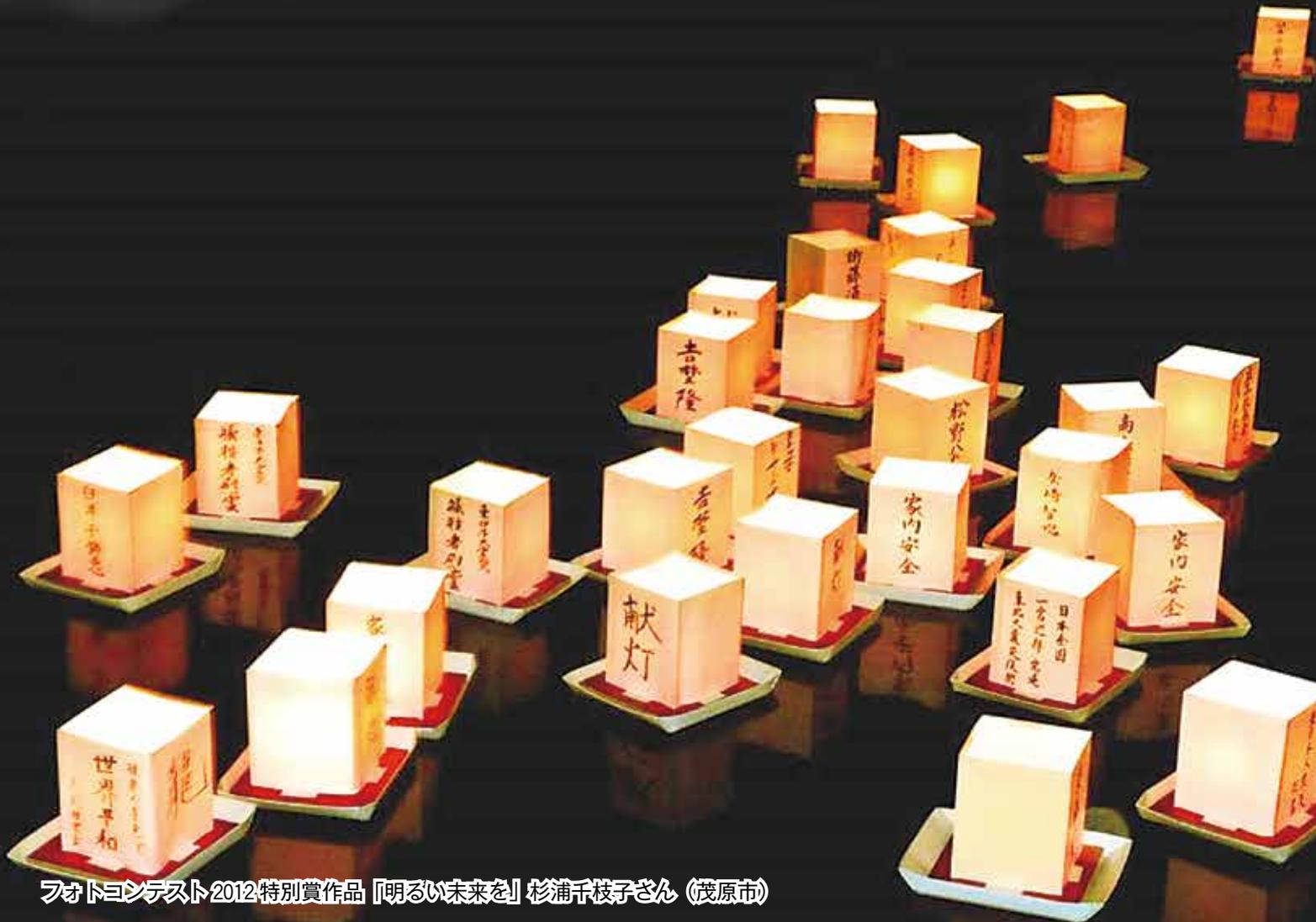
一宮

いちのみや

平成25年 9 月号

発行 千葉県長生郡一宮町
編集 一宮町役場総務課
電話 0475-42-2111 (代)
人口 12,476 人 (-9人)
男 6,126 人 (-5人)
女 6,350 人 (-4人)
世帯数 4,969 世帯 (-1世帯)
面積 23.02 km²
※平成25年9月1日現在
()内は前月比

ホームページ
<http://www.town.ichinomiya.chiba.jp>



フォトコンテスト2012特別賞作品「明るい未来を」杉浦千枝子さん(茂原市)

中学生ホームステイを実施!!

一宮町・長生村・白子町合同の中学生海外交流研修が8月1日から10日までの10日間、オーストラリアでおこなわれ、一宮中学校からは、8人の生徒が参加しました。

ホームステイ体験をして

私は、この夏、オーストラリアへホームステイに行くという、とても貴重な体験をしました。
一宮中学校 三年B組 吉田芽生

10日間オーストラリアで過ごして思ったことは、英語をもっと上手に話せるようになったということ。自分の話す英語が相手に理解してもらえたときはとても嬉しかったのですが、まだまだ思うように伝えることができないので、もっと英語を勉強しなければいけないと思いました。

ホームステイ先のホストファミリーは、とても温かく私たちを迎え、家族のように接してくださいました。朝食は主にトーストとシリアルで、昼のお弁当はサンドイッチとリンゴとお菓子、夕食はお肉とジャガイモ料理でした。テーブルに並べられた料理は、とても量が多くて、最初見たときはとても驚きました。オーストラリアのスーパーマーケットに売っているものも、日本とは違って何でもキングサイズでした。牛乳やオレンジジュースの容器はパックではなく、10リットルほど入る大きいボトルでした。

オーストラリアの美しい人々や素晴らしい景色にふれることができ、たいへん有意義な研修旅行でした。また、機会があれば、オーストラリアを訪ねたいと思います。

みんな一緒に楽しく勉強!!

初めてのサマースクール

7月30日から4日間、一宮小学校と東浪見小学校の4、6年生を対象に、初めてのサマースクールを開催しました。会場は、中央公民館と東浪見小学校で、141人が参加しました。

学力向上と、夏休み中の学習習慣を作る目的で、先生その他、大多喜高校と長生高校の生徒、教員志望の大学生たちが、子どもたちと一緒に問題を解いて、アドバイスをしました。「みんなと勉強ができて楽しい」、「説明は難しいが、自分自身の勉強になる」と、小学生も先生役のボランティアも充実した時間を過ごしました。



▲お兄さん、お姉さん先生と勉強中
(上：東浪見小・右：公民館)



練習の先に勝利が見えた!

一宮中女子剣道部、関東大会出場

一宮中学校剣道部女子チームは、長生郡市、県中学校総合体育大会を勝ち抜き、県代表として、第38回関東中学校剣道大会に出場しました。

8月12日に前橋市ALSOKぐんまアリーナを会場に、強豪48校が3校ごとにおこなう予選リーグで、一宮中は、結城中学校(茨城)と旭中学校(神奈川)と対戦。惜しくも決勝トーナメントには進めませんでした。が、正々堂々と爽やかな戦いぶりでした。出場に際して、ご支援いただいた皆さまに感謝申し上げます。



△強敵にもひるまず戦った剣道部女子チーム

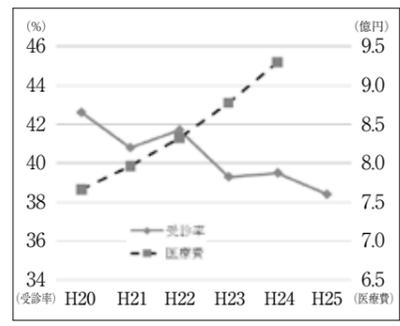


△オペラハウスをバックに記念撮影!!

特定健康診査の受診率低下

6月におこなわれた特定健康診査の受診率は38・4%で、「広報いちのみや7月号」の特集で掲載した国民健康保険医療費の増加に反比例し、年々低下しています。

国民健康保険医療費と特定健康診査受診率の比較



厚生労働省は、「メタボリックシンドローム」と判定された人の医療費がその他の人に比べ、平均で年約9万円高くなっているとする調査結果をまとめています。

特定健康診査はメタボリックシンドローム(内臓脂肪型症候群)を重視した生活習慣病予防のための健診です。メタボリックシンドロームになると、糖尿病や高血圧、高脂血症の一步手前の段階でも、動脈硬化を早め、心臓病や脳卒中などといった命にかかわる病気を招きます。健診を受けて早期に見し、改善することが大切です。

9月は食生活改善普及運動月間です!!

健康寿命をのばそう!!

「健康日本21」(第2次)では、生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底により、単なる長寿ではなく健康寿命の延伸をめざしていくこととしており、そのためには生活習慣の改善、特に食生活の改善が重要です。

毎日プラス1皿の野菜を! 野菜の摂取目標は1日350gです。

日本人は1日約280gの野菜を摂っています。1日にあと+70gの野菜を食べること、朝食をしっかりと食べることで健康寿命を延ばしましょう。



野菜不足は、あとトマト半分で!
じつは日本人はけっこう野菜を食べています。しかし、生活習慣病の観点からは350gが推奨量。ですからあと70gだけ足りないというわけです。トマトなら半分、野菜炒めなら半皿分、難しい量ではありません。できれば、朝食や夕食にプラスするのがコツです。

温野菜なら、不足70gも食べやすい
あと小皿ひとつ分の野菜は、生野菜だけでなく、温野菜もおすすめします。スープでも煮ものでも。忙しい時はレンジでチン!で。野菜そのものの味や食感も変化するので、食事自体が豊かになります。



血糖検査(ヘモグロビンA1c) 要注意者割合ワースト5

順位	市町村名	割合 (%)
1位	長生村	82.7
2位	白子町	81.4
3位	館山市	80.8
4位	一宮町	80.5
5位	睦沢町	77.6

平成23年度の特定健康診査の結果をみると、受診者の8割が血糖検査で血糖値が正常より高いという結果でした。この結果は県内52市町村中でワースト4位になっています。

また、中性脂肪の値も、県内ワースト6位です。

血糖検査異常なしは全体の2割!?

健診を受けられなかった方へ
まだ、間に合います!!

今年度特定健康診査を受診されていない方は、12月末まで医療機関での個別健診を受けることができます。対象は、国民健康保険に加入されている40歳以上の方です。住民課または福祉健康課までご相談ください。

なお、現在医療機関受診中の方も特定健康診査を受けることができます。

糖尿病の合併症

「しめじ」もあれば、「えのき」もある

- ① しめじ: 神経の症状 手足のしびれ、こむら返り
- ② えのき: 壊疽 足が腐る
- ③ め: 目の症状 網膜症→失明
- ④ うそっちゅう: 脳卒中
- ⑤ じ: 腎臓の症状 腎症→透析
- ⑥ よけつせい: 虚血性心疾患 狭心症、心筋梗塞

朝食を抜いたり、夕食を食べすぎてしまふ、食事と食事の間隔が空きすぎなど不規則な生活で血糖があがりやすくなります。

高血糖状態が続くと血管が傷つき、目や腎臓などの身体中の器官に問題が起ります。血糖値は一度下がっても生活習慣が乱れるとまた上がってしまう、放っておくと合併症を起こしてしまうことがあるので、医療機関を定期的に受診し、血糖値をコントロールすることが大切です。

怖い!合併症

Welcome 平成25年度栄養教室生募集 ~ 食生活改善推進員になりませんか? ~

- 内容 食生活改善推進員を養成するための講座で、管理栄養士、保健師の指導により、食生活や運動など健康づくりについての講義や実習をおこないます。
- 応募資格 (1) 町内に住所を有する方 (2) 食生活改善推進員としてのボランティア活動を希望し、下記の日程で4日間受講できる方
- 日程 平成25年11月15日(金)・12月12日(木)・平成26年1月15日(水)・2月14日(金) 各日とも午前9時~13時
- 問合せ 福祉健康課 ☎(40)1055



何で放っておくの? ある糖尿病患者さんの気持ち

痛くもかゆくもない病気なんかにかまっていられない。何も症状がないんだから大丈夫だろう...

食事療法: 食欲との戦いがつらい
運動療法: 面倒で続かない
時間がなくてできない

あなたのもとにサイレントキラー(症状が現れないまま進行し、致命的な合併症を引き起こす病気)が...

もともと早く生活習慣を見せよよかった。ちゃんと病院に行っておけばよかった。

後悔先に立たず
取り返しのつかないことになってしまいました。

糖尿病の予防方法は?

- ・栄養バランスを心がけ食べ過ぎに気を付けましょう。
- ・一口30回噛んでゆっくり食べましょう。
- ・無理のない適度な運動も取り入れましょう。
- ・生活の中でこまめに動くことを意識しましょう。
- ・規則正しい生活習慣を意識して整えましょう。

問合せ
住民課 ☎(42)1423
福祉健康課 ☎(40)1055

ファミリー料理教室開催!

～ 米粉で作る夏休みのランチ ～

一宮町食生活改善会



真夏の恒例行事となりました「ファミリー料理教室」を8月2、7、8日の3日間開催しました。猛暑の中でしたが、135人の小学生と保護者が保健センターに集まり、楽しく調理実習をおこないました。今年も産業観光課と連携をして「長生地域米及び米粉消費拡大推進事業」と食育活動の一環として、実施しました。

米粉を使ったカレーは、市販のルーを使わなくても失敗なく美味しく作れ、苦手な野菜を克服できたという喜びの声もありました。

焼きまんじゅうは、生地をこねてあんを包んで、友だちと楽しそうに取り組んでいました。是非ご家庭でもチャレンジしてみてください。今回の献立と参加された子どもたち、保護者の方の感想文を紹介します。

参加者の感想



東浪見小一年 あべ せれな
なつやさいかレーをつくりました。おいしかったです。おうちでもつくりたいです。おとつとにたべさせたいです。



全員集合!! 推進員から説明をします!

一宮小二年 わたなべ りお
班のみんなでおいしいカレーを作って、すぐたのしかったです。おうちでもおあさんとつくってみたいです。またらいねん、どんなお料理を作りたいのか、たのしみです。

一宮小三年 慎 蓮水
今日は包丁の使い方や野菜の切り方を教えてもらいました。家に帰ってお母さんのお手伝いをしようと思いましたが、自分で作ったカレーはとってもおいしかったです。今度、家でも作ってみたいです。とても楽しかったです。また来年も来たいです。



一番楽しいところは、米粉の焼きまんじゅう作り。こねて、丸めて...

一宮小四年 北見 果鈴
いつものカレーは、カレールーを使うけど、カレー粉を使って作った。味



おいしそうにできました。みんなで、いただきます!

一宮小五年 古林 矢登
男子5人でやったけど、自分なりにできたので、大成功だと思います。カレーの中にはいろいろな野菜があったけど、おいしく食べられていい勉強になりました。けがをした人もいたけれど、2時間半集中でき、最高点だと思います。

- 米粉の夏野菜カレー**
- 材料 6人分
- ごはん(1人分) 150g
 - バター 10g
 - にんにく 1かけ
 - 牛挽肉 200g
 - 玉葱 大1個
 - 人参 100g
 - じゃがいも 250g
 - なす 1本
 - 赤・黄パプリカ 各1/2個
 - トマト 中2個
 - カレー粉 大さじ2
 - 塩 小さじ1/2
 - こしょう 少々
 - 水 300cc
 - ローリエ 2枚
 - ブイヨン 2個
- A (ウスターソース 大さじ2, ケチャップ 大さじ2, 醤油 大さじ1)
- B (米粉 大さじ3, 水 大さじ3)

- 1個分エネルギー458キロカロリー**
- 作り方
- ① ご飯を炊く。
 - ② にんにくはみじん切り。玉葱は縦半分に切ってから、根を落とし、高さを半分に切り、薄切り。人参は1センチ角切り。
 - ③ じゃがいもは2センチ角切りにして水にさらす。
 - ④ なすはヘタを落とし、縦1/4に切ってから、1センチ幅に切り、水に放す。
 - ⑤ パプリカは1センチ角に切る。
 - ⑥ トマトは湯むきして、1センチ角切り。
 - ⑦ 鍋にバターを入れて、にんにく、玉葱を炒める。
 - ⑧ 牛挽肉とカレー粉を加え、挽肉をほぐしながら炒める。
 - ⑨ 野菜を全部入れ、塩、こしょうを振り、野菜がしんなりするまで、底から返すように炒めながら煮る。
 - ⑩ 水とローリエ、ブイヨンを加え、蓋をして中火で10分煮る。
 - ⑪ この間にAとBをそれぞれ合わせておく。
 - ⑫ 野菜が柔らかくなったら、Aを入れて全体を大きく混ぜる。
 - ⑬ Bをまわし入れ、混ぜながらとろみをつける。
 - ⑭ 皿にご飯を盛り、カレーをかける。
 - ⑮ 福神漬けを適宜添える。
- カレー粉の量は好みで!

- モロヘイヤのスープ**
- 材料 6人分
- モロヘイヤ 1束
 - ベーコン 2枚
 - 卵 2個
 - 水 5カップ
 - コンソメ 2個
 - 塩・こしょう 少々

- 1人分エネルギー71キロカロリー**
- 作り方
- ① モロヘイヤは細い茎ごと葉を摘み、サクサク刻む。ベーコンは5ミリ幅に切る。
 - ② 鍋に水を入れ、沸騰したらコンソメとベーコンを入れる。
 - ③ コンソメが溶けたらモロヘイヤを加え、塩、こしょうで調味する。
 - ④ 溶き卵をまわし入れ、大きくかき混ぜてひと煮立ちしたら火を止め、カップに盛る。

- 米粉の焼きまんじゅう**
- 材料 6個分
- 生地
- 米粉 95g
 - 片栗粉 30g
 - 湯 180ml
 - 砂糖 25g
 - サラダ油 小さじ2
- こしあん 75g
- 白ゴマ 大さじ2
- ゴマ油 大さじ1

- 1個分エネルギー159キロカロリー**
- 作り方
- ① こしあんは6等分にし、丸めておく。
 - ② ボールに米粉と片栗粉を合わせて、沸かした湯を一気に入れ、ヘラですぐに混ぜ合わせる。熱いうちに、砂糖とサラダ油を加え、粉気がなくなるまで練って合わせる。
 - ③ テーブルの上に生地を置き、なめらかになるまで練っていく。(打ち粉は片栗粉)
 - ④ 生地を棒状にし、6等分にし、こしあんを包み丸く扁平に形を整える。表になる方に水をつけ、ゴマをつける。
 - ⑤ フライパンにゴマ油を熱し、ゴマのついた方から蓋をして弱火で焼く。返して裏面も焼く。

東浪見小六年 小安 佑奈
夏野菜カレーがとってもおいしかったです。もちは外がちよっとコゲていて、中はモチモチでとってもおいしかったです。家でも自分で作ってみようと思った。ファミリー料理教室に参加してよかった。

一宮小保護者 高橋 雅子
この教室に姉妹で参加できるのは今年で最後になりました。米粉を使ったレシピもたくさん覚えられました。今回の夏野菜カレーは、いつも食べられないナスも美味しく食べる事ができました。焼きまんじゅうも香ばしく焼けたので美味しかったです。

東浪見小保護者 太田 総江
今日はハラハラドキドキ、初めて包丁を使う息子を見守りながらの料理教室、楽しく体験させていただきました。米粉を使った料理はともにおいしく、家庭でも試してみたいレシピ!自分で作ったからか、息子もすっかり野菜を食べてくれて嬉しく思います。また、これから積極的にお手伝いをしてもらおうと思います。

舞台公園で遊ぼう！

とき 10月9日(水)
午前10時30分～午前11時30分
内容 舞台公園を掃除(ゴミ拾い)
した後、季節の遊びや外遊びを楽しみます。

子育てママ限定！座・井戸端会議

とき 10月23日(水)
午前10時30分～正午
内容 先輩ママさん達から、いろんな情報を直接聞いてお楽しみ！

わいわいカフェ

とき 10月29日(火)
午前10時30分～正午
内容 ミニミニ運動会、親子おんぶ競争、借り物競争、スプーンリレー、パン食い競争、かけっこなど

ハロウィンパレード

とき 10月31日(木)
午前11時～30分程度
内容 Trick or treat! 仮装して、役場の周辺をパレードします！

参加費 300円(保険料、お菓子代)
申込締切 10月26日(土)

よちよち組

よちよち歩きはじめたお子さんと公園遊びをしよう。
とき 10月18日(金)
午前10時30分～正午
内容 お好きな時間に自由にどうぞ

たまひよ組

あんよ前のお子さんとお母さんを対象に毎月テーマを決めて、お茶をしながら雑談をします！
10月「いろいろなオムツを交換しよう」
他のメーカーのオムツも買ってみよう！赤ちゃんと合わなかったらどうしよう！そんなことありませんか？

雨の恋しい里山の水源地

7月初めの梅雨明けから8月下旬まで、一宮にまとまった雨は降りませんでした。日照りと猛暑で地面はカラカラ。松子近辺の堰の水位もみるみる下がって、ついに8月7日(立秋)に、洞庭湖はカラッポになりました。



▲水の無くなった洞庭湖

車椅子の寄贈

宮原区の立石さん



▲寄贈いただいた2台目の車椅子

先月に引き続き、宮原区の立石和美さんから、「車椅子(1台)」を寄贈していただきました。立石さんのご厚意に感謝を申し上げます。

ぶどう狩りを体験しました

一宮保育所の年長・年中児が15区御園生義雄さんからぶどう狩りに招待してもらいました。みんな大喜びで初秋の味を楽しみました。

猛暑はプールで楽しく



▲こんなに泳げるようになったよ！
小学校1、2年生を対象に、夏休みを利用して、泳ぐ楽しさを教える水泳教室を開催しました。8月5日から5日間、29人が参加して、一宮小学校の先生とスポーツ推進委員の丁寧な指導で、泳ぎの苦手な子どもたちもすっかり上達。最終日までには、バタ足が出来るようになり、中には、クロールで25mも泳げるようになった子もいました。

安全に工事進行中



▲工事の進む一宮小体育館(内部)
一宮小学校の体育館は、7月から来年2月末の完成をめざし、改修工事を進めています。この工事が完了すると、町内小・中学校の耐震化がすべて終了します。また、一宮小学校は、非常時の避難場所になっており、いざという時には安心して使えるようになります。



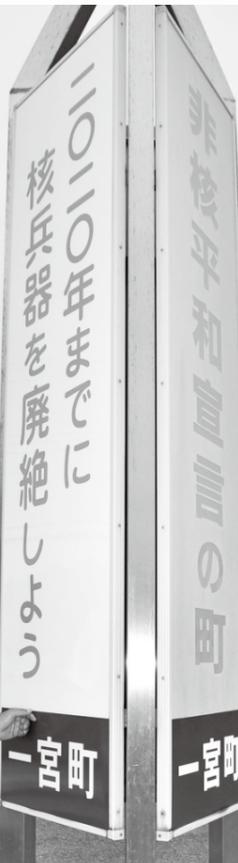
▲甘くておいしい

核兵器は絶対悪

一宮町長 玉川 孫一郎
8月4日から6日まで広島市で開催された第8回平和市長会議(会長 広島市長)総会に出席してまいりました。

核兵器のない平和な世界の実現を目的に世界の都市が連帯する平和会議は、広島市と長崎市の提唱により設立され、現在157か国5712の都市が加盟し、加盟都市の人口は10億人を超えています。総会は4年に一度開催されており、私が初めて参加したのは、今から4年前の平成21年の第7回平和市長会議総会でした。当時の日本国内の加盟都市数は、366で全国市町村の約20パーセントにすぎませんでしたが、現在は78パーセントの1360まで拡大しています。核兵器のない平和な世界の実現を

現を目指す市民の輪は、確実に広がっています。平和市長会議では、加盟都市の市民、NGO等と連携して、2020年までの核兵器廃絶を目指す「2020ビジョン」の積極的な展開を図っています。2020年は、平均年齢が78歳を超えた被爆者に一人でも多く「核兵器のない世界」を見ていただくために定めた目標年次です。平和記念式典で平和宣言を読み上げた松井広島市長は「終生にわたり心身を苛み続ける原爆は、非人道兵器の極みであり、絶対悪だ」と指摘しました。核兵器廃絶を実現するための最も効果的な方法は、世界のすべての国が核兵器の製造、保有、使用等を全面的に禁止する「核兵器禁止条約」を締結することです。唯一の被爆国である日本や各国政府が核兵器禁止条約締結に向けた交渉を即時に開始するよう、私たち市民の側から力を合わせて世論を盛り上げていきたいと思っております。



長生郡市次世代育成支援対策地域行動計画（後期）の 平成 24 年度の進捗状況を公表します

■問合せ 福祉健康課 ☎(42)1431

長生郡市では、平成 22 年 4 月に次代を担う子どもが健やかに生まれ、育成される環境を整備するため、平成 22 年度から 26 年度までの 5 年間の計画期間とした「次世代育成支援対策地域行動計画（後期）」を策定し、その実現に向け取り組んでいます。

平成 26 年度の目標設定にあたっては、利用者のニーズや関係データを基に算出しました。

なお、計画を円滑に推進するため学識経験者・一般住民 19 人からなる長生郡市次世代育成支援対策地域協議会を開催し進捗状況の確認をおこなっています。

今後もこの目標に向かって行政と地域住民が連携を図りながら取り組んでいきます。

基本理念

「ひとりじゃないよ
みんな育てる
未来に輝く
子どもたち」

1. 地域における子育ての支援
2. 母性と乳幼児等の健康の確保及び増進
3. 子どもの心身の健やかな成長に向けた教育環境の整備
4. 子育てを支援する生活環境の整備
5. 職業生活と家庭生活との両立の推進
6. 子どもの安全の確保
7. 要保護児童への対応などきめ細かな取り組みの推進

事業名	平成 24 年度実施市町村	平成 24 年度（実績）		平成 26 年度（目標）	
		定員(人)	施設(か所)	定員(人)	施設(か所)
平日保育系事業（公立）					
通常保育	全市町村	2,216		2,574	
延長保育(前・後延長 30分)	全市町村	181	20	533	20
【一宮町の状況】 公立：一宮保育所（定員 120 人）…延長保育実施（朝 7：00～7：30、夕 6：00～7：00） 東浪見保育所（定員 60 人）、原保育所（定員 60 人） 私立：愛光保育園（定員 60 人）					
放課後児童健全育成事業					
定員（児童数）	全市町村	828	31	892	29
うち 1～3 年生利用数	全市町村	674	31	775	29
【一宮町の状況】 一宮小学校（定員 50 人、うち 1～3 年生利用 45 人） 東浪見小学校（定員 30 人、うち 1～3 年生利用 8 人）					
病児・病後児保育	茂原市、長生村、一宮町、白子町	6	2	18	3
【一宮町の状況】 病気のため保育所に通所できないが、保護者が就労等で家庭で看られない児童の保育を、白子町の酒井医院に委託し実施しています。					
一時保育事業	全市町村	23	8	41	8
【一宮町の状況】 保育所入所前の生後 6 ヶ月から就学前までの児童を対象に、保護者が病気や冠婚葬祭などで、一時的に保育できなくなった場合に、一宮保育所と愛光保育園で受け入れしています。					
地域子育て支援センター事業	茂原市、長柄町、一宮町		4		3
【一宮町の状況】 子育て家庭を対象に、親子の交流の場を提供し、育児相談などの子育て支援事業を実施する愛光保育園に補助をおこなっています。					

注 1) 上記事業は国指定の 13 事業のうち実施されたもののみを掲載しています。その他事業については一宮町ホームページに掲載してあります。

注 2) 上表の施設か所数は、実際に存在する施設数を表すものでなく、時間区分ごとに必要とされる対象施設数の総数を表しています。

注 3) 上表中、定員の数値は、1 日あたりのサービス利用人数を表しています。



一宮町体育協会 ニュースフラッシュ 平成 25 年 9 月発行 Vol.73

ゴルフ部/野球部/ママさんバレー部/バスケットボール部/卓球部/少年剣道部/剣道部/テニス部/少年野球部/ソフトボール部/グラウンドゴルフ部/バドミントン部/合気道部/空手道部和道会/空手道部剛柔流/柔術部/少年サッカー部/ウォーターマリンスポーツ部/エンジョイススポーツクラブ/部活動支援室

一宮町体育協会 検索



少年野球部 日ハム旗南総予選で優勝！

6月23日から7月15日にかけて平成 25 年度日ハム旗南総地区予選が行なわれました。一宮町少年野球部では 5 年生以下の選手 16 人で出場し、6月23日の 1 回戦は茂原ドリームズを 3 対 1 で下し、7月13日の準決勝では白子・長生連合チームを 7 対 4 で下しました。そして 7月15日の御宿少年野球クラブとの決勝戦は、2本のホームランとヒット、フォアボールをうまく絡めて効果的に得点を上げ、投げては被安打 3、奪三振 8 に抑え、5 対 1 で快勝しました。残念ながら山武代表チームとの決勝には惜敗し県大会出場を逃しました。

楽しい一日を！ 町民グラウンドゴルフ大会 出場者募集！

日時：平成 25 年 10 月 13 日（日）
*雨の場合は 14 日に延期
場所：一宮町町営野球場
参加費：無料
参加資格：一宮町在住の希望者
募集人数：80 人（先着順）
申込：教育委員会（TEL.42-4576）
申込締切：9月30日
（定員になり次第締め切ります）

本ニュースへのお問合せは体協 企画広報部・荒木（電話 42-8575 / E-メール taikyo-ichinomiya@chiba.email.ne.jp）までお願いいたします。

猛暑に負けず、パワー全開！ 大人も子供もアスリートは、元気はつらつ。



エンジョイススポーツクラブ、 ウォーキングで あじさいの咲く多古町へ

7月7日（日）、北総の多古町を流れる栗山川沿いのあじさい公園から日本寺を巡る約 3 時間のコースを楽しんできました。参加者は主に 70 歳代が中心で、目的地までは町民バス・いちのみや号にゆられ、それぞれのペースで風渡る水田地帯からあじさいが咲く丘陵の寺へと歩を進め、景色や古刹の風情をゆったりと楽しみました。

茂原バドミントン夏季大会



8月18日、茂原市民体育館で開催され、一宮町ジュニアチームが大活躍をしました。大会は 17 チームが参加の一般の部（団体戦）とシングルのジュニアの部で開かれました。一宮ジュニアは小学生ばかり女子 3 人が出場、全員予選を通過。対戦相手は全て中学生という決勝トーナメントでは、全員堂々と互角に戦いました。
女子 A クラス（上位レベル）
■中山知都香選手（一宮小 6 年）
準々決勝で準優勝選手と対戦、フルセットの末惜敗のベスト 8。
女子 B クラス（下位レベル）
■安藤加奈選手（一宮小 5 年）
3 勝して見事、準優勝に輝きました。
■佐々木実花選手（一宮小 3 年）
小学 3 年生で決勝トーナメント進出

柔術部、米軍基地で合同練習



8月16日、柔術部では米軍横田基地内にある柔術チームと合同練習を行いました。ゲートを通ればそこはアメリカ、いつもと違う相手、言葉も通じない相手に最初は戸惑いながらも練習が始まればみんな真剣、帰りに基地内のフードコートで好きなものを食べ、貴重な体験が出来ました。

空手道部剛柔流国際交流レポート



空手道部剛柔流では 7月30日に一宮町中央公民館で、カリフォルニアからお客様を招いて国際交流を行ないました。まずは空手の体験レッスン。その後、部員みんなで形と組手の模範演武を披露。後半はグループに分かれてプチ英会話レッスンで交流を深めました。

東総少年サッカー夏季大会で 少年サッカー部高学年クラス準優勝



予選（7/28）■2 戦 2 勝（対ヴェール菅田 7 対 0 / 対朝陽ブルー 7 対 0）
決勝（8/4）■1 勝 1 敗で準優勝（対クレシエンテ成東 0 対 3 / 対みず穂ジャガー 3 対 1）



祈
健
康

8月16日の灯籠流し。涼やかな風が水面を渡る夏の夜、たくさんの灯籠が健康と平和を祈って流され、ひととき大きな体協の灯籠も浮かびました。

市民農園利用者募集中

町では、平成25年6月1日から市民農園を開設したところの利用者が順調に増えていきます。まだ空きがありますので、自然とふれあいながら、おいしい野菜を作ってみませんか。

- ◆ところ 7区・1 県営住宅北側1区画 50㎡
- ◆大きさ 1年間6000円
- ◆使用料 ※平成25年度は1ヶ月500円
- ◆貸付期間 1年間（毎年4月1日～3月31日）
- ◆更新可 ※更新可
- ◆申込方法 役場産業観光課に農園借受申込書を提出してください。申込書は町ホームページにも掲載しています。



▲野菜もこんなに大きくなりました！

※現住所が確認できる書類を添付してください。

■問合せ 産業観光課 ☎(42)1427

犬・猫の不妊、去勢手術費用の一部を助成します

不幸な犬・猫をなくすために、千葉県獣医師会及び千葉県動物保護管理協会では、動物愛護週間行事の一環として、不妊・去勢手術普及助成事業を実施しています。

- ◆助成金額 5000円の補助が受けられます。（応募多数の場合は抽選となります。）
- ◆応募期間 9月20日（金）～9月26日（木）（※切当日消印有効）

◆応募方法

希望される方は、詳しい資料がありますので、都市環境課までお越しください。

- ◆主催団体 ホームページもご覧下さい。
千葉県獣医師会
<http://www.cpvma.com/>
財団法人 千葉県動物保護管理協会
<http://www.c-animal.jp>

■問合せ 都市環境課 ☎(42)1430

「長生農業フォーラム2013」の開催

多様な担い手づくりに向けて「若手農業者の実践力・けん引力・底力」をテーマに講演、事例発表がおこなわれます。併せて、長生郡市農林業功労者表彰式、地域農産物の展示即売会も実施します。どなたでも参加できます。

- ◆とき 10月24日（木）
午後1時～午後4時45分
- ◆ところ ホテル「二宮シーサイドオーツカ」

■問合せ 産業観光課 ☎(42)1427

◆主催

- 長生農業フォーラム実行委員会
- ◆申込締切日 10月15日（火）
- ◆申込先 産業観光課 ☎(42)1427

あなたに夢を 街に元気を 宝くじ

■問合せ 総務課 ☎(42)2112

矢畑区では、地域の絆を強めるためコミュニティ助成事業を活用して、篠笛、太鼓、太鼓バチ、絆纏、机、提灯等を購入しました。

※コミュニティ助成事業とは、宝くじの社会貢献広報活動として、地域コミュニティ活動の充実・強化等を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に役立てる事業です。
コミュニティ助成事業の活用を希望する団体等は、総務課へお問い合わせください。



「絵本を楽しもう！」

絵本の選び方や読み方を基本から学びませんか？

■問合せ 教育課 ☎(42)4576

いい絵本との出会いは、子どもたちへの最高のプレゼントです。楽しみながら、読み聞かせの基本を学んでみませんか？今回は、絵本の選び方や読み方など、知っておくと役に立つ情報を紹介していきます。

違反建築は止めましょう！

10月11日（金）から10月17日（木）までは、違反建築防止週間です。この週間には、県下一斉公開建築パトロールが実施されます。

建築基準法では、建物の安全性を確保し、私たちの生命や健康、財産を守るため、建築の敷地や構造などに関する

さまざまな基準を定めています。建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。また、工事が完了したときは、その建物が法令に基づき安全なものであるか検査を受けましょう。

5ちゃん5つ時に備えこ！ 城西国際大学公開講座

■問合せ 教育課 ☎(42)4576

城西国際大学が、県内各地で実施している公開講座を、今年も一宮町で開催します。今回のテーマは、「日常・非日常での対処法」です。
・第1回 11月9日（土）
「災害時にも役立つ介護入門」
松下やえ子氏（福祉総合学部福祉総合学科教授）

- ◆第2回 11月30日（土）
「日常生活で役立つ救急法」
深山元良氏（経営情報学部総合経営学科准教授）
- ◆とき 各回午後1時30分～3時
- ◆ところ 中央公民館・生活研修室
- ◆参加費 無料
- ◆申込不要

成人式のおしらせ 新成人のお祝い

■問合せ 教育課 ☎(42)4576

新成人の門出をお祝いする式典を開催します。ぜひご参加ください。

- ◆とき 平成26年1月12日（日）
午前10時30分～
- ◆ところ 中央公民館・大会議室

一宮聖苑組合の平成24年度決算状況と平成25年度予算を公表します

■問合せ 一宮聖苑組合事務局 ☎(42)1430

◆平成24年度決算状況

・歳入 476万8千1百円、歳出 439万2千6百円になり、歳入歳出差引残額は37万5千5百円になりました。

◆財産

・土地 1万4593㎡
・建物 (火葬棟) 37173㎡ (待合棟) 41967㎡
・車両 2台
・基金 4557万7千円

平成24年度決算

歳入	金額(千円)	比率(%)
分担金及び負担金	31,794	66.7
使用料及び手数料	11,675	24.5
財産収入	26	0.1
繰越金	4,113	8.6
諸収入	73	0.1
計	47,681	100.0
歳出	金額(千円)	比率(%)
議会費	201	0.5
総務費	22,952	52.2
衛生費	20,773	47.3
計	43,926	100.0

平成25年度予算

歳入	金額(千円)	比率(%)
分担金及び負担金	30,711	41.1
使用料及び手数料	10,500	14.0
財産収入	1	0.0
繰越金	1,500	2.0
諸収入	2	0.0
繰入金	32,083	42.9
繰入金計	74,797	100.0
歳出	金額(千円)	比率(%)
議会費	207	0.3
総務費	23,440	31.3
衛生費	50,650	67.7
予備費	500	0.7
計	74,797	100.0

そうだんごと

人権行政相談

◆とき 10月3日(木)
午後1時30分～午後4時
保健センター 図書室
◆対象 町内在住または在勤の方
※秘密は守られます。
※予約は不要
総務課 ☎(42)2112

町長室開放日

町民の皆さんが口ごろ感じている町政に対する提言・要望・意見など「生の声」を直接、町長がお聴きします。
◆とき 10月10日(木)
午後1時～午後5時
※要予約 一人30分
【申込み・問合せ】
総務課 ☎(42)2112

弁護士による法律相談

◆とき 10月22日(火)
午後1時30分～午後3時30分
保健センター 図書室
◆対象 町内在住または在勤の方
※要予約
※相談時間は一人20分
【申込み・問合せ】
総務課 ☎(42)2112

お知らせ

町立保育所からのお知らせ

楽しく安全な遊びをしながら、保育所ではお子さまの成長のお手伝いをします。
入所前の親子のみなさん、お気軽に希望される保育所にお申込みください。

親子で遊びませんか?

「一宮保育所親子教室」ひよこ組
育児・栄養相談もおこなっています。ぜひお気軽に遊びに来てください。

◆とき・内容
午前10時～午前11時
10月3日(木) 1才児対象(15組)
新聞紙で遊ぶ
10月17日(木) 2・3才児対象(15組)
くれよん遊び
※要予約
※駐車場10台可能

映画会・誕生会に

親子でいらっしやいませんか?

映画会
◆とき 午前10時～
10月8日(火) 東浪見保育所
「ハチ公物語」他
10月16日(水) 原保育所
「どんぐり森へ」他
10月18日(金) 一宮保育所
「きつねとごんご」他

誕生会

◆とき 午前10時～
10月22日(火) 東浪見保育所
10月23日(水) 一宮保育所
10月25日(金) 原保育所
※要予約

庭を開放します

保育所の庭で遊びませんか? すべり台・ぶらんこ・ボールや砂場遊び道具などがあります。お天気の良い日は体操(10時前後)もしています。一緒にいかがですか?

◆とき 午前9時～正午
(土・日・祭日除く)
※予約は不要

【予約・問合せ】

一宮保育所 ☎(42)3211
原保育所 ☎(42)2514
東浪見保育所 ☎(42)2224
※駐車スペースが少ないため、お車での来所は控えてください。
※予約は前日までにお願ひします。

子育て相談室「コアラ組」

子育て中のみなさん、ちょっとした疑問や不安なこと、聞いてほしいことなど、聞いてみたいあんなこと、ありませんか?
保育所では随時、育児栄養相談をお受けしていますが、「コアラ組」は、保育所長等がみなさんのお話しをうかがいます。ぜひお気軽にご相談ください。

◆とき 10月11日(金)
午前10時～正午
原保育所
※予約は前日までに一宮保育所へお願ひします。

子育て支援館「おおぞら」

在宅の親子が安心して遊べる場所「おおぞら」は愛光保育園内にある子育て支援館です。お弁当も食べられますので、ぜひお子さまと一緒に遊びに来てください。

開館時間

月～金曜日 午前9時～午後3時
予約は要りませんが、登録をしていただきます。

(フランチタイム正午～午後1時 食事前に絵本の読み聞かせがあります。)

今月のイベント(要予約)
※予約は1ヶ月前から受け付けます。
○運動会 未就園児リース(予約不要)
10月5日(土)
○おいも掘り
10月下旬を予定
詳細は支援館に張り出します。

【予約・問合せ】

子育て支援館「おおぞら」
☎(42)7424

「ながいきファームフェスタ」開催

乳しほり体験、バター作り体験、ふれあいミニ牧場など、楽しい企画がいっぱい。会場には地元酪農家の牛たちが大集合してコンテストをおこないます! また、『まぎばマーケット』には千葉県産牛乳を使ったチーズやアイスクリームが並びます。ご家族、お友達、お誘い合わせのうえぜひご来場ください。

◆とき 9月29日(日)
午前10時30分～午後3時
(荒天中止)

◆会場 千葉県立茂原樟陽高等学校
◆入場無料
◆問合せ 長生地域畜産振興協議会事務局
(長生農業事務所企画振興課内)
☎(22)1751



原爆被爆二世健康診断を実施します

県では原爆被爆二世に対する健康診断を実施します。原爆被爆者実子で、県内に住所を有する方が対象です。
【申込み】住所、氏名、生年月日、電話番号及び被爆者である親の住所、氏名、生年月日、被爆者健康手帳番号を書いて郵送でお申込みください。
※平成26年1月31日(金)申込締切

【問合せ】
千葉県健康福祉指導課被爆者援護班
☎043(2223)2349

開心の健康市民講座

◆とき 10月4日(金)
午後2時～午後4時
◆会場 長生合同庁舎
◆内容 茂原市茂原1102-1
講演 「気持ちがあになるストレス対処法」
講師 茂原神経科病院診療部長
精神科医師 吉村 健佑 先生

定員超過の場合、先着順となります。
※参加費無料 要予約
【問合せ・申込み】
締め切り 9月27日(金)
長生健康福祉センター
地域保健福祉課 ☎(22)5167

大切な契約書や遺言書は公正証書で!

茂原公正証役場では、10月1日から7日の公証週間にあわせて、無料相談所を開設します。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

◆とき・会場

①10月4日(金) 午前9時30分～正午
茂原市役所 5階 501会議室
②10月5日(土) 午前10時～午後4時
茂原公正証役場

※両日とも予約制
◆相談内容
公正証書による遺言書、土地・建物の賃貸借、金銭の貸借、子どもの養育費の支払いなどの契約書の作成

【予約・問合せ】
茂原公正証役場 ☎(22)5999

無料法律書士相談会

◆とき 10月5日(土)
午前10時～午後3時
◆会場 茂原市総合市民センター
1階会議室2

※予約不要
※債務整理・成年後見等の法律に関する相談、相続・売買・贈与等の登記に関する相談
【問合せ】
千葉県司法書士茂原支部
嶋野定夫司法書士事務所
☎(26)3455

無料行政書士相談会

◆とき 10月14日(月)
午前10時～午後4時
◆会場 茂原市役所市民室
いすみ市岬公民館
おおたきショッピングプラザ
ザオリブ

※予約不要
※相続手続きと遺言書作成、成年後見制度、在留資格など国際業務に関すること
【問合せ】
千葉県行政書士会長東支部
☎(33)30805

一宮町保健センター

※対象者に通知している行事については、掲載していないものもあります。詳しくは保健センターにお問合せください。

10月の行事

問合せ：一宮町保健センター内 福祉健康課 ☎(40) 1055

名称	日程	時間	内容・対象	場所
大腸がん検診 (回収日)	2日(水)	対象者には通知します。		
	3日(木)			
日本脳炎予防接種	8日(火)	受付 13:15 ~ 13:45	対象者には通知します。	
	15日(火)			
けんこう運動教室	10日(木)	受付 13:15 ~ 13:30	65歳以上の希望者 (筋力アップ体操)	一宮町保健センター
	育児相談(予約制)	9:00 ~ 11:00	子育てに関するさまざまな相談	
男性の料理教室	11日(金)	受付 9:20 ~ 9:30	町内在住の希望者 ※お問合せください	
親子ふれあい教室	16日(水)	10:30 ~ 11:30	あそびの教室 0歳児(きょうだいの参加も可)と保護者	
乳児相談	17日(木)	受付 13:15 ~ 14:00	4ヶ月児・7ヶ月児・12ヶ月児 ※7ヶ月のお子さんと保護者には、 あわせて『ブックスタート』があります	
けんこう運動教室	24日(木)	受付 13:15 ~ 13:30	65歳以上の希望者 (お口の健康体操)	
食生活改善会 地区伝達料理講習会	25日(金)	受付 9:20 ~ 9:30	町内在住の希望者 ※お問合せください	
B C G 予防接種	29日(火)	受付 13:00 ~ 13:15	平成25年5月生まれ	
あそびの広場	1日(火)・2日(水)・3日(木) 4日(金)・7日(月)・9日(水) 10日(木)・15日(火)・18日(金) 21日(月)・23日(水)・24日(木) 25日(金)・28日(月)・29日(火) 30日(水)・31日(木)	9:30 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00	乳幼児と保護者	
	※絵本の読み聞かせ 18日(金) 10:30~11:30 ボランティア「ゆりかご」 24日(木) 11:00~11:30 ボランティア「赤とんぼの会」			
健康教室	4日(金)	受付 9:45 ~ 10:00	65歳以上の希望者 (レクリエーション)	東 浪 見 コ ミ ュ ニ テ ィ セ ン タ ー
	29日(火)		65歳以上の希望者 (ゲームでエクササイズ)	

甲冑つくりで 人生のパートナーを!!

大多喜町お城まつり実行委員会と大多喜城手づくり甲冑会では、「婚活!! 手づくり甲冑教室」の参加者を募集します。

◆**と き** 平成25年12月 ~ 平成26年5月(6ヶ月間)
月2回の講習

◆**人 数** 男女25人(45歳までの独身者)

◆**費 用** 3万円程度(甲冑の材料代)

【問合せ】
大多喜町お城まつり実行委員会事務局(大多喜町役場産業振興課内)
☎0470(82)2176

平成25年度後期技能検定試験

千葉県職業能力開発協会では、平成25年度後期技能検定の申し込みを受け付けます。

◆**受付期間** 10月7日(月) ~ 18日(金)

◆**試験日** 12月4日(水) ~ 2月16日(日)の間の指定する日

※等級、職種については、お問い合わせください。

【問合せ】
千葉県職業能力開発協会技能検定課
☎043(296)1150

「GOFESTA」のご案内

◆**と き** 10月12日(土)
午前10時30分 ~ 午後2時

◆**と ころ** 一宮学園グラウンド
一宮389

◆**内 容** 模擬店、ステージパフォーマンス、抽選会など
社会福祉法人児童愛護会
長生厚生園 ☎(24)2003

◆**と き** 10月19日(土)
午前9時30分 ~ 午後2時25分

◆**と ころ** 県立長生特別支援学校
東浪見6767-7
長養太鼓演奏、おもちゃ図書館、バザーなど

◆**内 容** 県立長生特別支援学校
☎(42)2470

白子チューリップ祭り

チューリップのオーナーにならませんか

◆**募集期間** 10月18日(金)まで

◆**賛助金** 一口1000円から

◆**植付日** 11月9日(土)
11月10日(日)

【問合せ】
花の広場実行委員会事務局
(白子町役場産業課内)
☎(33)2115

**第31回「目の愛護デー」
電話 無料相談**

千葉県眼科医会員の健康についての相談にお答えします。

◆**と き** 10月14日(月・祝日)
午前9時 ~ 午後4時

◆**相談電話**
☎043(242)4271(当日のみ)

※予約不要

【問合せ】
千葉県眼科医会事務局
☎043(275)2354

「全日本小中学生ダンスコンクール」で銀賞受賞!!

8月28日に渋谷公会堂(東京都)で第1回「全日本小中学生ダンスコンクール」が開催され、予選を通過した東京、神奈川、千葉など1都9県の40チーム(総勢520人)の出場者がそれぞれ息のあったキラのあるダンスを披露しました。

この全国大会に「プリモイバレエスタジオ」(一宮町一宮)の生徒達9人が「中学生の部」で出場し、決選に挑みました。約9割がヒップホップ系のダンスの中、バレエ要素のジャズダンスを披露しました。演目である「恋する乙女」にふさわしい華麗な演技で、見事に銀賞を受賞しました。

今回のダンスコンクールの結果は、BSスカパー(BS241)で放送予定です。

【放送日時】
◆**と き** 9月22日(日)
午後8時30分 ~ 午後9時30分





※ カレンダーは10月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
		1 仏滅	2 大安	3 赤口	4 先勝	5 先負
				人権行政相談 親子教室「ひよこ組」		原保育所運動会 長生郡市障害者スポーツ大会
6 仏滅	7 大安	8 赤口	9 先勝	10 友引	11 先負	12 仏滅
休 清水医院 ☎ 42-2950				町長室開放日	親子教室「コアラ組」	第8回一宮の魅力ある海岸づくり会議
13 大安	14 体育の日 赤口	15 先勝	16 友引	17 先負	18 仏滅	19 大安
休 長生診療所 ☎ 32-3303	休 長生八積医院 ☎ 32-3282			親子教室「ひよこ組」		
20 赤口	21 先勝	22 友引	23 先負	24 仏滅	25 大安	26 赤口
第2回グリーンアップウォーキング大会 渚のファーマーズマーケット 休 津谷クリニック ☎ 32-5645		法律相談		長生農業フォーラム2013		
27 先勝	28 友引	29 先負	30 仏滅	31 大安		
芸能と音楽を楽しむ会 一宮川河ロククリーン事業 休 よねもと整形外科 ☎ 40-1065	愛宕祭り					

休: 休日当番医 (9:00 ~ 17:00) ※ 変更する場合があります。中央消防署指揮情報係 ☎ 24-0119 へお問合せください。

10月のごみ収集日

1. コース (1区 ~ 10区)		2. コース 11区 ~ 17区・ (船頭給・新地・宮原・海岸)		3. コース (綱田・東浪見・新浜)	
粗大ごみ	第2金曜日 11日	燃えないごみ	第1金曜日 4日	資源ごみ	第1金曜日 (ビン、缶、ペットボトル、他) 4日
資源ごみ	第3金曜日 (ビン、缶、ペットボトル、他) 18日	粗大ごみ	第3金曜日 18日	燃えないごみ	第2金曜日 11日
燃えないごみ	第4金曜日 25日	資源ごみ	第4金曜日 (ビン、缶、ペットボトル、他) 25日	粗大ごみ	第4金曜日 25日

☆燃えるごみの収集日は全コース火、木、土曜日です。

今月の納期 期日までに納めましょう。

町・県民税 (第3期)

国民健康保険税 (第4期)

後期高齢者医療保険料 (第4期)

介護保険料 (第4期)

10月31日(木)

こども急病電話相談

ブッシュ回線の固定電話からは

局番なしの⇒#8000

直接おかけの場合は⇒☎043-242-9939

相談日時は、毎日夜間 19時 ~ 22時

なお、緊急・重症の場合は迷わず「119」へ

夜間急病診療所

☎24-1010 (茂原消防署のうら)

・診療科目 内科・小児科・診療時間 20:00 ~ 23:00

夜間急病診療テレフォン案内

☎24-1011 (19:00 ~ 翌朝6:00)