

平成28年 8 月号

発行 千葉県長生郡一宮町  
編集 一宮町役場まちづくり推進課  
電話 0475 (42) 2111 (代)  
人口 12,397 人 (+10人)  
男 6,097 人 (-3人)  
女 6,300 人 (+13人)  
世帯数 5,126 世帯 (+6世帯)  
面積 22.97 k㎡  
※平成28年8月1日現在  
( )内は前月比

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

# 一宮

いちのみや






## はまぐりづくしの1日に

7月16日は一宮海岸で南九十九里はまぐり祭りが開催され、はまぐり拾いやバーベキューに約3,000人が参加しました。


# 総合目標「健康寿命の延伸」「生活習慣

# 病予防と重症化予防の徹底」


## 5つの取組み分野

	分野1 糖尿病を中心とした生活習慣病予防	分野2 食育の推進
幼年期 0～6歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活リズムの確立期です。早寝、早起きをし、朝食をきちんと食べる習慣をつけましょう。</li> <li>身体を使った遊びをしましょう。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事のマナーを身につけ、出来ることから手伝わせましょう。</li> <li>保護者は子どものおやつの適量を知り、食事の前にはお腹が空くようにしましょう。</li> </ul>
学童期～思春期 7歳～18歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>早寝、早起きをし、朝食をきちんと食べることの大切さを理解しましょう。</li> <li>テレビ・ゲームは時間を決め、身体を動かす機会をつくりましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の身体と食べ物について知り、食事の量やおやつについて理解し、食品選びが出来るようになります。</li> <li>食事作りに参加しましょう。</li> </ul>
青年期～壮年期 19歳～39歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>学業・仕事・子育てなどで多忙になり、健康管理がおろそかになりがちです。</li> <li>適正体重を知り、自分の身体に合った食事や運動を実践しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>適正体重を知り、自分の身体に合った食事や運動を実践しましょう。</li> <li>塩分や脂肪の摂り過ぎに注意。</li> <li>飲酒は20歳以上、お酒を飲む方は、適量を守り、休肝日を設けましょう。</li> </ul>
中年期 40歳～64歳	<ul style="list-style-type: none"> <li>男女ともに、体の変化が始める時期です。</li> <li>年に1回は健康診査を受け、自分の体の状態を知り、食事、運動などの生活習慣を見直しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>次世代に食事のマナー、食文化を伝えましょう。</li> </ul> 
高齢期 65歳～	<ul style="list-style-type: none"> <li>骨量、筋力が落ちてくる時期です。</li> <li>年に1回は健康診査を受け、自分の体の状態を知り、生活習慣を見直しましょう。</li> <li>筋力低下を予防しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>適正体重を知り、低栄養にならないように、自分の身体に合った食事や運動を実践しましょう。</li> <li>次世代に食事のマナー、食文化を伝えましょう。</li> </ul> 


### 分野3 がん予防

- 年に1回は、がん検診を受けましょう！
  - 検診の結果、精密検査が必要になった場合は必ず受診しましょう。
  - がん予防のため、バランスの良い食事と、適度な飲酒、禁煙、適切な体重維持をしましょう。
- 

### 分野4 歯・口の健康

- 食べたら歯をていねいにみがきましょう。
  - フッ化物入り歯磨き剤や補助具（歯間ブラシや糸ようじ等）を使用しましょう。
  - 幼児の保護者は、仕上げみがきをしましょう。
  - 定期的に歯科健診を受け、むし歯や歯周病予防をしましょう。
- 

### 分野5 こころの健康（自殺対策計画）

- 睡眠による休養を十分にとりましょう。
  - こころの健康に関心を持ち、悩んだときは相談しましょう。
  - こころの健康を保つことで、自殺の抑止にもつながります。「自殺対策基本法」に基づき、町でも自殺の抑止に努めていきます。
- 

## 一宮町健康増進計画・食育推進計画を策定しました

この計画は「すべての町民が健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会」の実現をめざし、町の現状から国、県の施策を踏まえた上で、取り組むべき課題を明確にし、町民の総合的な健康づくりを推進するものです。

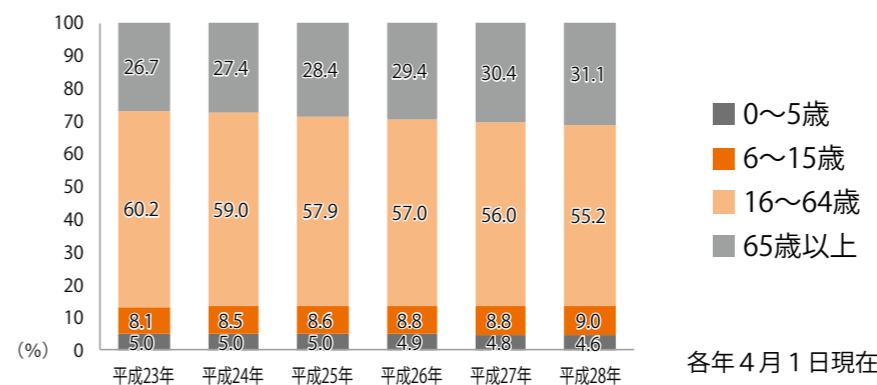
健康寿命は日常生活が自立し、制限無く生活できる期間をあらわします。平均寿命を延ばすだけでなく、自立した生活を送ることが出来る健康寿命を延ばす事が重要です。

この計画は「すべての町民が健やかでこころ豊かに生活できる活力ある社会」の実現をめざし、町の現状から国、県の施策を踏まえた上で、取り組むべき課題を明確にし、町民の総合的な健康づくりを推進するものです。

## 一宮町の現状

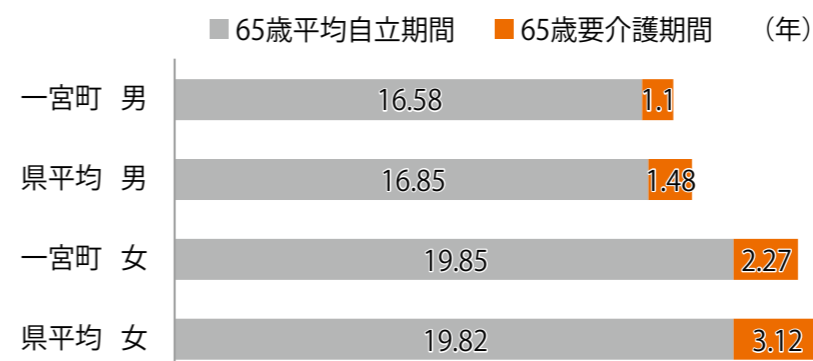
### 年齢別人口構成の推移

高齢化が進み、16歳～64歳人口が減少しています。0歳～15歳人口は、微増となっています。子どもを産み育てやすい環境づくりと、高齢者が元気で生活できる健康づくりが必要になります。



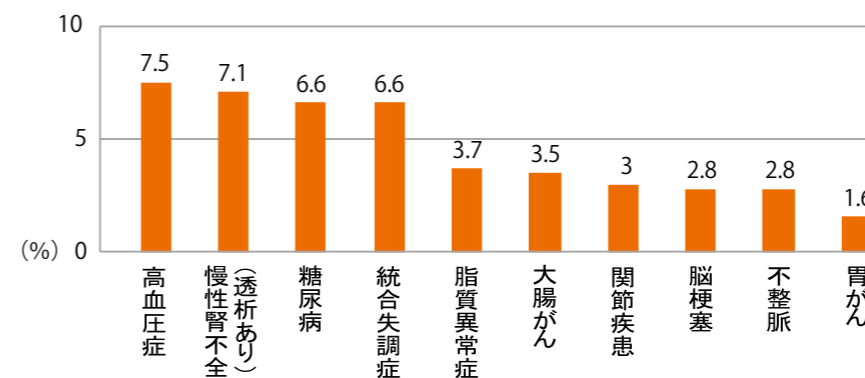
### 平均自立期間と要介護期間

現在65歳の方が、介護保険を利用せずに自立して生活できる期間と、介護を必要とする期間です。県平均と比べると要介護期間は短くなっています。平均自立期間を延ばすことが大きな目標となります。



### 国保医療費の状況

平成26年度の医療費総額（入院＋外来）に占める疾病別割合では、高血圧、慢性腎不全（透析あり）、糖尿病で全体の20%を占めます。若いうちからの生活習慣の改善、病気の早期発見、治療で重症化を防ぎましょう。



### ご長寿おめでとございます



▲ 麻生なつさん

100歳を迎えられた麻生なつさん(海岸)のもとを町長が訪問し記念品を贈呈しました。いつまでもお元気で過ごしてください。

### 涼を感じる松子の夏 ～一宮ネイチャークラブ～

小暑を過ぎた7月10日、青々とした稲が広がる松子で、水生生物観察会とザリガニ釣り大会が行われ、子ども達の元気な声が響き渡りました。田んぼの脇を流れる松子川では、カワナ、タニシ、シジミ、ヨシノボリ、ヘビトンボなどを観察しました。

むせかえるような草いきれのなか、川に足を浸せばひんやりした水が暑さを忘れさせてくれます。ザリガニ釣りは、夏の間、まだ楽しめます。ぜひ涼を感じに足を運んでみてください。

#### 【問合せ】

矢澤 ☎(42)7388 大川 ☎(47)4959



### まちづくりニュース

#### あなたの「一宮ものがたり」を募集します！

「大正・昭和の一宮ものがたり」を残す会では、今年度「一宮ものがたり」を発刊する予定です。明治・大正・昭和の日々のできごとや風景の文章を募集しています。おじいちゃんやおばあちゃんから聞いたお話など、投稿していただく方の年齢は問いません。

400字詰め原稿用紙5枚以内、年内刊行を目指していますので10月31日までにご連絡をお待ちしています。また、一宮町のイラスト・古い写真も募集しています。ご自宅まで伺うことも可能です。

#### 【問合せ】

「大正・昭和の一宮ものがたり」を残す会・坂野雪枝  
☎(42)3367  
住所 宮原545-2

#### 子育ておしゃべりサロン

子ども園って、最近よく聞くけど実際はどんな所？保育所や幼稚園と何が違うの？今まで知ったかぶりをしてたけど、本当はよくわかっていないかも…。子ども園について、138子育てネットワーク流にわかりやすく説明しながら、みんなで楽

しくおしゃべりします♪  
◆とき 9月16日(金) 午前10時30分～正午  
◆ところ 中央公民館・和室  
◆参加費 無料

#### 子育て講座「愛着の絆」

乳幼児期の関わりが、子どもの脳や心の発達に重要な役割を促します。親と子どもが愛着の絆を形成していく過程を、具体例やワークシヨップを交えながら、わかりやすく学びます。子育て当事者はもちろんですが、子育て支援関係者にもおすすめの講座です。毎日の子育てのヒントが、たくさんつまっています。

◆とき 9月27日(火) 午前10時30分～正午  
◆ところ 中央公民館・和室  
◆講師 子山でも家庭支援センター センター長 柴田敬道さん  
◆参加費 無料  
※事前申込み不要  
※託児はありませんが、キッズスペースもご用意していますので、お子様連れでもどうぞお気軽にお出かけください♪  
【問合せ】 138子育てネットワーク・藤井 ☎090(7720)6070  
✉ yssm-f@softbank.jp

### 一宮町、長生郡で他を圧倒。体協活動の成果を誇示。

## 郡民体育大会、7連覇達成！



長生村を主舞台に熱戦が繰り広げられた第57回長生郡民体育大会、7月24日に幕となりました。今年の大会も一宮町チームが終始リードを奪い、9競技で優勝、4競技で準優勝、4

競技で3位になるなど23競技中17競技でポイントを獲得。最終的には2位の長生村に9点の大差をつけて総合7連覇を果たしました。一宮町は我が体育協会の選手を中心に、他町村には見られない層の厚いチームづくりが功を奏し、7年間、長生郡の頂点に君臨しています。今後も体育協会が中心となってレベルアップを果たしながら町民の健康づくりに邁進します。

### 千葉県で、全国で・・・ 今、尚武会(少年剣道部)が熱い！

#### ● 第23回青雲塾剣誠会館長杯争奪近隣少年剣道大会(10日)



古河市三和健康ふれあいスポーツセンターで行われたこの大会には、9都県から123団体約1500人が参加。松崎音和選手(第3位)、菊池香凜選手(敢闘賞)、鶴澤香里選手(敢闘賞)が大活躍でした。

催されたこの大会、一宮尚武会では2チームを編成して出場しました。その結果、菊池香凜選手(6年)、長谷川結生選手(5年)、下村拓海選手(5年)、井口颯選手(6年)、河野皓太選手(5年)で構成したAチームは第5ブロックでベスト16となり、みごと敢闘賞を獲得、会の歴史に素晴らしい足跡を記しました。

#### ● 第32回タッチヤング千葉県少年柔道・剣道大会(22日)



千葉県警察主催の大会に一宮尚武会は茂原警察署チームとして出場。1回戦、2回戦、準決勝と強豪チームを破って決勝に進出。決勝は全国トップクラスの上の台剣友会の選手で固めた連覇中の千葉西警察署チームと対戦。1対1の大接戦となったものの代表戦で惜敗、準優勝となりました。

#### ● 平成28年度全国少年少女武道(剣道)錬成大会(23日・24日)



全国から900を越すチーム約5000人の少年少女剣士が集まって日本武道館で開

### 周辺市町村のテニスフリークが 町営コートで交流ラリー！



7月17日のテニスコートでは4面全てテニスクラブのイベントとなりました。4番コートは午前中いっぱいジュニアスクール。低学年クラスも、高学年クラスも著しく進歩しています。一宮中学校には硬式テニス部がないので、町の

テニスクラブとして恒久的な対策を考えなければいけない時期です。いっぽう1番コートから3番コートまでは恒例の練習会(午後12時半からは4番コートも)。長生村、睦沢町、いすみ市、茂原市、市原市など周辺のテニスフリークが約50人が集まって、午後4時半近くまで楽しいゲームに熱中していました。勝敗や順位は全く度外視した試合練習に徹したイベントですが、いつもやっている相手ではない人たちとゲームをするのはなかなか刺激的。試合経験の少ない人には格好の企画と評判です。

スポーツを真ん中に



### NPO法人 一宮町体育協会 ニュースフラッシュ 平成28年8月発行 Vol.109

合気道部/一宮少年野球クラブ/ウオーターマリンスポーツ部/空手道部剛柔流/空手道部和道会/グラウンドゴルフ部/剣道部/ゴルフ部/少年剣道部尚武会/少年サッカー部ウイングスFC/柔術部/ソフトボール部/テニス部/バスケットボール部ミントキッズ/バドミントン部/ママさんバレーボール部/野球部/エンジョイスポーツクラブ/企画広報部/事業部/施設管理部/事務局

**NPO法人一宮町体育協会 憲章**  
一宮町体育協会は、町の体育スポーツ団体を統括・代表します。町のスポーツの発展を図り、行動します。町民の健康維持・増進、体力向上に努めます。健康をテーマとしたまちづくりを推進します。健康寿命日本一の町の実現を目指します。

NPO一宮町体育協会 検索

### 町民グラウンドゴルフ大会 参加者募集！

親子仲良くグラウンドゴルフ、を合言葉に町民大会の参加者を募集中です。広々としたグラウンドで1球に熱中すると親子の会話もきっと弾みます。期日：10月9日(日)

雨天の場合は10日(祝)  
会場：一宮町営野球場  
参加資格：一宮町在住の小学生(5年生・6年生)及び参加生徒の保護者(生徒のみの参加も可)  
募集人数：小学生30人先着  
総数トータル70人先着  
参加費：無料  
申込締切：9月15日  
申込先：一宮町教育委員会(☎42-1416)

### 7月の「ニコリ」レポート



片付けも子どもたちが行っているように子どもたちが主体的に動ける環境づくりもしていきます。俊敏性や空間認識能力などたくさんの要素を含んでこの時期の子どもにとって最強のトレーニングが鬼ごっこです。(9月の教室予定は10日と24日、GSSセンターです)

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。

一宮町の歴史特集  
「一宮町ゆかりの人々③」  
上総廣常(？～1183)  
上総廣常

「一宮町ゆかりの人々」第3回は「上総廣常」を紹介します。

上総廣常は謎の多い人物です。ただ安房(千葉県南部)で再起を図ろうとした源頼朝が最も頼りにした人物であり、そして頼朝の挙兵を成功に導いたのは廣常が味方したからだと言っても過言ではありません。

上総氏は房総平氏の棟梁であり、上総・下総に多くの所領を有し、東国でも最大の勢力を誇っていました。廣常はその上総氏の当主でしたが、廣常の前半生はわからないことが多く、その活躍が確認できるのは頼朝の挙兵の時です。

治承4年(1180年)、平家打倒のため伊豆(神奈川県)で挙兵した頼朝は石橋山の戦いで敗れ、安房に逃れてきます。再起を図った頼朝は廣常や千葉常胤を頼ります。当初、廣常はすぐには参陣しませんでした。隅田川辺りまで頼朝が進軍したところで2万騎の軍勢を率いて参陣します。数に誇張はあるでしょうが、東国有数の大軍勢でした。

頼朝に従った廣常は常陸国(茨城県)の佐竹氏討伐などで功績を挙げ、頼朝の御家人として活躍します。しかし、

無礼な振る舞いが多かったようで、だんだん頼朝から疎まれるようになっていきます。

そして寿永2年(1183年)、廣常は謀反の疑いをかけられ、鎌倉で殺されてしまいます。嫡男は自害、その他一族も処罰され、上総氏は所領を没収され没落します。

翌年、生前に廣常が玉前神社に奉納した鎧の中から頼朝の武運長久を祈願する願文が見つかり、廣常の謀反の疑いは晴れ上総一族は赦免されました。廣常の居館は玉前荘にあったといわれ、高藤山城(一宮町)や大柳館(睦沢町)がその候補として挙げられていますが、明確なことはわかっていません。高藤山城の山頂には江戸時代に一宮藩主・加納久徳が廣常の武功を称えて建立した「古蹟の碑」があります。



▲高藤山城址山頂の「古蹟の碑」

【問合せ】 教育課 ☎(42)1416

8月から介護保険負担限度額認定の算定区分要件が変わります

【問合せ】 福祉健康課 ☎(42)1431

◆介護保険負担限度額認定とは

介護保険施設(特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設)に入所もしくはショートステイの利用をされる場合、市村民税非課税世帯など一定の要件を満たす方は、町へ申請し、介護保険負担限度額認定を受けることにより居住費・食費の自己負担が軽くなります。

◆申請手続き

7月31日現在、介護保険負担限度額認定証の交付を受けている方にはすでに申請書を送付していますが、まだ申請が済んでいない方、新たに申請をする方は福祉健康課窓口で手続きをしてください。

◆申請に必要な書類

1. 申請書
2. 金融機関など照会に対しての同意書
3. 預貯金や有価証券などの写し(名義と口座残高記載ページ)

負担が軽くなる条件

1. 世帯全員が市町村民税非課税であること。(同一世帯でない配偶者(事実婚を含む)も含む。)
2. 本人および配偶者(同一世帯か別世帯に関わらず)の預貯金などの資産が、単身で1千万円(夫婦で2千万円)以下であること。

算定区分要件の変更点

前年の合計所得金額と課税年金収入額に加え、非課税年金(遺族年金、障害年金)を収入として算定する。

町長コラム

No.2



一宮町長 馬淵 昌也

八月から二ヶ月の短期間ですが、無料で行けるバスを運行します。これは、「地方創生事業」の一環として企画されたもので、国の補助金で運行されます。運行の実施に際しては、町内外の運輸事業者の方に委託をします。

当初観光客を海岸部に運ぶことを主要目的としたプランでしたが、担当課職員と実際に車に乗って町中を走り回って検討した結果、町の皆様のご要望の強い、買い物などに便利なコースを加味した形にバージョンアップすることができました。また停留所も各集落・サーフポイントに一つずつを目指して、多めに設定しました。更にその後、担当課職員の努力によって、新地・海岸などの地区も、ルートに加えることができました。

しかし、今回のバス運行では、網田をはじめとして、バスが巡回できない地区も少なくありません。また、運行計画について、もう少し早い時期から町民や議会の皆様と協議を行うべきで

あったと感じています。しかし今まで全くなかったところに、短期間の試験運行とはいえ、バスが走るようになることは私にとっては大きな喜びです。

先般、香取郡東庄町の岩田利雄町長のお話を伺うことができました。岩田町長は、行政の使命は「今そこに住んでいる皆様の幸せを増大することだ」と仰っていました。私は大変共感しました。このバスの試験運行が、更に便利な公共交通システム確立への一歩を記すこととなり、皆様の幸せを増大することに繋がれば、嬉しい限りです。上に記したように、今回の試験運行は足りない点や改善すべき点が多々あることと思います。どうぞ、お一人でも多くの方にお乗りいただき、ご意見やご感想などを町に寄せていただきたいと思います。お寄せいただきたご意見をもとにして、町民の方々のニーズに即した、更に便利な公共交通システムを作り上げてゆきたいと思っています。

児童扶養手当などの金額が変わります

【問合せ】 福祉健康課 ☎(42)1431 ☎(42)1415 (児童扶養手当)

◆児童扶養手当

ひとり親家庭や、親と一緒に生活していない児童を養育する家庭の生活の安定と自立を助け、児童の福祉増進を図ることを目的に支給される手当

◆支給月

8月(4月～7月分) 12月(8月～11月分) 4月(12月～3月分)

◆特別児童扶養手当

家庭で介護されている障害のある児童(20歳未満)の福祉の増進を図り、その生活に寄与することを目的とし、児童の父母または養育者に対して支給される手当

◆支給月

8月(4月～7月分) 12月(8月～11月分) 4月(12月～3月分)

◆特別障害者手当

精神または身体に著しい重度の障害があるために、日常生活において常時特別の介護が必要な20歳以上の在宅障害者に支給される手当

◆支給月

8月(5月～7月分) 11月(8月～10月分) 2月(11月～1月分) 5月(2月～4月分)

◆障害児福祉手当

精神または身体に障害を有する20歳未満の児童の福祉の増進を図ることを目的とし、その児童に対して支給される手当

手当の種類	平成28年度4月からの金額
特別児童扶養手当(1級)	51,500円
特別児童扶養手当(2級)	34,300円
特別障害者手当	26,830円
障害児福祉手当	14,600円

手当の種類	平成28年度4月からの金額
児童扶養手当(全部支給)	42,330円
児童扶養手当(一部支給)	42,320円～9,990円
児童数による加算	平成28年度8月から
児童数が2人の場合	(全部支給) 10,000円 (一部支給) 9,990円～5,000円
児童数が3人以上の場合(1人につき)	(全部支給) 6,000円 (一部支給) 5,990円～3,000円

◆支給月  
8月(5月～7月分) 11月(8月～10月分) 2月(11月～1月分) 5月(2月～4月分)

各手当を受給している方には、個別に通知しますので、8月中旬に現況届を提出してください。

臨時福祉給付金が支給されます

問合せ 福祉健康課 ☎(40)1055

平成28年度臨時福祉給付金

消費税の増税に伴い、所得の低い方へ支給します。

◆対象者

平成28年度分の町民税が課税されない方

◆給付額

対象者1人につき3千円

◆障害・遺族年金受給者向け給付金

「一億総活躍社会」の実現に向け、低年金受給者へ支給します。

◆対象者

平成28年度臨時福祉給付金の対象者で、障害基礎年金や遺族基礎年金

■問合せ 福祉健康課 ☎(40)1055

などを支給している方 ※高齢者向け給付金(3万円)を受給した方は対象外。

◆給付額

対象者1人につき3万円

◆申請方法

8月末頃、給付対象と思われる世帯に申請書を郵送します。ご記入のうえ、窓口までお持ちください。添付書類などは同封のご案内をご覧ください。

○受付期間 9月1日(木) ~ 12月1日(木)

○受付窓口 役場1階会議室

健診、まだ間に合います！

■問合せ 税務住民課 ☎(42)1423 福祉健康課 ☎(40)1055

個別健診を！

6月に行った集団健診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。

◆自己負担額 国民健康保険加入者 2千円 後期高齢者医療加入者 無料 ※ご注意ください

◆実施期間 12月28日(水)まで

合併処理浄化槽への転換に補助が出ます

■問合せ 事業課 ☎(42)1430

現在使用している汲取槽や単独処理浄化槽を合併処理浄化槽に転換する費用の一部を補助しています。

◆補助額 汲取槽から合併処理浄化槽 34万円 単独処理浄化槽から合併処理浄化槽 42万円

◆その他 申請などの詳細については、町ホームページをご覧ください。事業課までお問い合わせください。 http://www.town.ichinomiya.chiba.jp/kurashi/kankyo/mizu/yokasohyojoi.html ※着工前の申請になります。着工してしまった場合は対象になりませんのでご注意ください。

省エネ設備の設置に補助が出ます

■問合せ 事業課 ☎(42)1430

再生可能エネルギーの導入促進を図るため、住宅用省エネルギー設備の設置費用の一部を補助しています。

◆補助要件(主な内容) ・居住または居住を予定している町内の住宅に発電システムを設置すること

◆補助対象者(主な内容) ・町内に住所がある方(設置完了時に住民登録する場合を含む)

◆太陽光発電システム http://www.town.ichinomiya.chiba.jp/machizukuri/207/5.html

◆省エネルギー設備

http://www.town.ichinomiya.chiba.jp/machizukuri/207/4.html ※着工前の申請になります。着工してしまつた場合は対象になりませんのでご注意ください。

自然を守るついで!! 一宮海岸・一宮川堤防の一斉清掃

■問合せ 事業課 ☎(42)1430

トライアスロン大会を開催するにあたり、「一宮川等流域環境保全推進協議会」、「長生地地区九十九里海岸クリーン対策協議会」および「一宮川をきれいにする会」の3団体による清掃活動を合同で行います。

◆参加方法 海岸の清掃 ・一宮川等流域環境保全推進協議会 ・長生地地区九十九里海岸クリーン対策協議会

◆川堤防の草刈り ◆集合場所 現地集合・解散になります。(申し込み後、当日までに集合場所を連絡します。)

◆受付 8月26日(金)までに事業課に事前申し込み

◆その他 堤防の草刈りは、草刈機を持参できる方の参加とさせていただきますのでご注意ください。

◆主催団体 一宮川をきれいにする会

◆補助額

Table with 2 columns: 種類 (Type) and 補助額 (Subsidy Amount). Rows include 太陽光発電システム (1kWあたり3万円 上限10万5千円), 家庭用燃料電池システム (エネファーム) (10万円), 定置用リチウムイオン蓄電池システム (10万円), エネルギー管理システム (HEMS) (1万円), 電気自動車用充給電設備 (5万円).

トライアスロンで交通規制がかかります

問合せ まちづくり推進課 ☎(42)1427

9月24日(土)に九十九里トライアスロンが開催されます。大会当日は一宮海岸周辺の交通規制を行いますので、皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。なお、エントリーやお申し込みは、大会ホームページにて随時掲載いたします。

◆大会ホームページ www.99t.jp



わかりやすい予算説明書の予約を受け付けます

問合せ 総務課 ☎(42)2112

平成28年度版「わかりやすい予算説明書(町では今年こんな仕事をします)」を発行します。

昨年度まで全戸配布していましたが、経費節減などを図るため、今年度からは希望される方への配付とさせていただきます。

せていただきます。配付を希望される方は、予約をお願いします。また、電子データもホームページに掲載しますので、ぜひご覧ください。

芸術文化の祭典 ～一宮町総合文化祭～

問合せ 教育課 ☎(42)1416

芸術文化、芸能活動の発表の場として、総合文化祭(芸能と音楽を楽しむ会・文化祭)を開催します。あわせて、文化祭の一般参加作品を募集します。ぜひご参加ください。

芸能と音楽を楽しむ会

◆とき 10月23日(日) 午前8時45分～午後2時

◆ところ GSSセンター

◆とき 11月5日(土) 午前9時30分～午後4時30分

◆ところ GSSセンター

◆とき 11月6日(日) 午前9時30分～午後3時30分

軽自動車税の課税誤りがありました

問合せ 税務住民課 ☎(42)2114

町は、平成22年度から今年度までに登録された9人分のトラクターなどの小型特殊自動車(農耕用)延べ30台に対して誤った額で課税していました。

これにより、軽自動車税1台あたり800円から1,200円、合計25,200円を過大に徴収していました。

対象者に対して課税誤りについて説明し、謝罪を行うとともに過去5年分の納付分を税額修正し還付を行いました。納税者および町民の皆さんにお詫び申し上げます。今後は、システムの見直しや、登録時の確認を徹底して再発防止に努めてまいります。



そうだんごと

人権行政相談

◆とき 9月1日(木) 午後1時30分～午後4時

◆ところ 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。 ※予約不要

問合せ 総務課 ☎(42)2112

町長室開放日

町民の皆さんが「町長」を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 9月8日(木) 午後1時～午後5時

※要予約 一人30分

問合せ まちづくり推進課 ☎(42)2113

弁護士による法律相談

◆とき 9月20日(火) 午後1時30分～午後3時30分

◆ところ 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 一人20分

問合せ 総務課 ☎(42)2112

お知らせ

町立保育所ニュース

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。

入所前の親子の皆さん、お気軽に希望する保育所にお申し込みください。

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～

9月14日(水) 原保育所

『トナルドダックの防火訓練』他

9月16日(金) 一宮保育所

『ころぼっか』他

誕生会

◆とき 午前10時～

9月21日(水) 一宮保育所

9月29日(木) 原保育所

※要予約

庭を開放しています

保育所の庭で遊びませんか? すべり台・ぶらんこ・ボールや砂場遊び玩具などがあります。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～午後3時 (土・日・祝日除く)

※予約不要

親子で遊びませんか?

原保育所親子教室「ひよこ組」 育児・栄養相談も行っています。

【予約・問合せ】

一宮保育所 ☎(42)3211

原保育所 ☎(42)2514

※駐車スペースが少ないため、お車でのお来所は控えてください。 ※予約は前日までにお申し込みください。

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、ぜひお子さん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。

(ランチタイム正午～午後1時 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。

○英語で遊ぼう(6ヶ月以上)

9月7日(水) 午前10時30分～

持ち物 飲み物

○リトミック(1歳以上)

9月16日(金) 午前10時30分～

持ち物 飲み物

【予約・問合せ】

子育て支援館「おおぞら」

☎(42)7424

# 知っていますか? 一宮町ボランティアセンター No.15

## みずほ会

私たちは、一宮町社会福祉協議会で行っている配食サービス事業（高齢者宅へのお弁当を作って配達）のお弁当作りを行っているボランティアグループです。

平成10年8月から中央公民館の調理室で活動を始めました。

結成当初からメンバーの入れ替えはあるものの現在10人で活動を行っています。

お弁当作りをするにあたっては、「今度のメニューは何にしようか」、「だんだん暑くなってくるし、食欲も落ちるからね」、「この季節、薬味を効かせたり、さっぱりしたものがいいんじゃないの。」などと話し合いながら、それぞれが長年の主婦の経験を活かし、季節感もありながら、食欲の湧くようなお弁当作りを目指しています。

特に配食サービスを利用されている皆さんは、高齢者の独り暮らしや高齢者世帯なので、年齢とともに食事にも簡素になりがちかもしれません。

そこで、他の人が作る食事をとることで日頃、自分では買わないような食材が使われている料理を食べることが食事の楽しみにつながったり、自分では作らないようなメニューを口にする事でタンパク質やカルシウムなど不足しがちな栄養素を補ってもらえるのではないかと考えています。

健康のためには、食事と運動は欠かせないものです。

食欲を増進させて健全な食生活を守り、丈夫な体を作ることが、健康長寿につながると思います。

配食サービスを利用される皆さんの健康づくりの一端を食事づくりからお手伝いできるように、今後もこの活動を頑張っていきたいと思っています。

調理をするのが好きな方、ぜひ一緒に活動してみませんか。



## 第3回一宮町ボランティア福祉フェスティバル

◆とき 10月1日(土) 午前9時45分～午後2時

◆ところ 保健センター、保健センター前駐車場

楽しい催しがいっぱい!! 皆様のご来場をお待ちしています。

### ボランティアセンターとは?

一宮町ボランティアセンターは、平成24年4月1日に設置され、町民の皆さんのボランティアに対する理解と関心を深め、ボランティアの育成、援助を行うと共にボランティア活動をしたい方とボランティア活動に来てほしい方をつなげたり、ボランティア活動に関する情報提供や活動に関する相談などさまざまな取組みを行っています。

連絡先 **社会福祉法人一宮町社会福祉協議会** ☎(42) 3424  
**一宮町ボランティアセンター** FAX(42) 3439



一宮町ボランティアセンターキャラクター「一宮ボックン」

## 今年もウミガメがやってきた

6月11日、一宮海水浴場でアカウミガメの今年初上陸を確認しました。

1週間後の18日の上陸では、今年初の産卵を確認し、7月4日現在で、5ヶ所で産卵を確認しています。産卵場所には囲いをして見守りながら調査活動を行っています。

例年、上陸産卵は8月まで、子ガメが誕生して海へ旅立つのは10月までになります。死骸の漂着については2件で、調査団体(エルナ)によりオスのアカウミガメとメスのアカウミガメでどちらも未成熟個体であることがわかりました。

☆一宮ウミガメを見守る会ではウミガメに関する情報や調査に協力してくれる方を募集しています。

【問合せ】一宮ウミガメを見守る会 ☎090(18007)71369  
 ✉kamekemi777@yahoo.co.jp



## 資格がなくなり更新するので、早めの更新を

下水道排水設備工事責任技術者の資格有効期限が平成29年3月31日の方は、登録更新の手続きが必要です。手続きをしなかった場合は資格を喪失しますので、お早めに手続きをしてください。

### ◆受付期間

9月1日(木)～9月14日(水)

### ◆申請書類

登録住所へ郵送

### ◆更新講習会受講日

11月10日(木)・16日(水)

※いずれか1日

### ◆更新講習会会場

千葉市民会館

(千葉市中央区要町1-1)

### 【問合せ】

千葉県下水道協会事務局

(千葉市役所下水道経営課内)

☎043(245)6112

詳しくは、千葉県下水道協会ホームページをご覧ください。

<http://www.jswa-chiba.jp/>

## 不妊治療と上手につきあうための基礎知識

不妊について正しく理解しませんか。ぜひご参加ください。

◆とき 10月16日(日)

午前10時～正午

### ◆ところ

長生合同庁舎 4階大会議室

(茂原市茂原1102-1)

◆対象者 不妊に悩む方または関心のある方

### ◆講師

亀田総合病院 不妊生殖センター長

川井清孝先生

### ◆参加方法

10月3日(月)までに電話で申込み

### ◆参加費

無料

### ◆定員

50人(定員超過の場合先着順)

### 【問合せ・申込み】

長生健康福祉センター(長生保健所)

地域保健福祉課

☎225167

## 無料相談します

行政書士会長夷支部では左記のとおり無料相談を行います。

◆とき 9月25日(日)

午前10時～午後4時

### ◆ところ

中央公民館 講義室

### ※予約不要

◆相談内容 遺言、相続、金銭、離婚など

### 【問合せ】

行政書士会長夷支部・二階堂

☎(44)4622



名称	日程	時間	内容・対象	場所
マタニティ教室(第1回目)	1日(木)	受付 13:15 ~ 13:30	妊婦およびその家族	保健センター
マタニティ教室(第2回目)	8日(木)	受付 9:45 ~ 10:00	妊婦およびその家族	
育児相談(予約制)	9日(金)	9:00 ~ 11:00	子育てに関するさまざまな相談	
食生活改善会 地区伝達料理講習会	14日(水)	受付 9:20 ~ 9:30	町内在住の希望者 ※お問い合わせください	
マタニティ教室(第3回目)		受付 13:15 ~ 13:30	妊婦及びその家族	
親子ふれあい教室	15日(木)	9:30 ~ 10:30	あそびの教室 1歳児(きょうだいの参加も可)と保護者	
		10:45 ~ 11:45	あそびの教室 0歳児(きょうだいの参加も可)と保護者	
2歳児歯科健診	16日(金)	受付 13:00 ~ 13:15	平成26年6月生まれ	
3歳児健診		受付 13:15 ~ 14:00	平成25年4月~6月生まれ	
乳児相談	28日(水)	受付 13:15 ~ 14:00	4ヶ月児・7ヶ月児・12ヶ月児 ※7ヶ月児と保護者の方には、あわせて「ブックスタート」があります。	
あそびの広場	2日(金)・5日(月)・7日(水) 12日(月)・13日(火)・14日(水) 21日(水)・23日(金)・26日(月) 27日(火)・29日(木)・30日(金)		9:30 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00 乳幼児と保護者	
	※絵本の読み聞かせ 7日(水) 11:00~11:30 ボランティア「赤とんぼ」 13日(火) 10:30~11:30 ボランティア「ゆりかご」			

けんこう運動教室	5日(月)	受付 13:15 ~ 13:30	65歳以上の希望者(物づくり体験)	保健センター
	15日(木)		// (ワハハ!時間)	
	27日(火)		// (筋力アップ体操)	
東浪見けんこう運動教室	7日(水)	受付 9:45 ~ 10:00	65歳以上の希望者(筋力アップ体操)	東浪見 コミュニティセンター
	30日(金)		// (元気アップ体操)	

### 【今月の検診】

肺がん(喀痰)検診	6日(火)	受付 8:45 ~ 10:00	検診の通知は40歳以上の方で ①今年度胸部レントゲン検診質問項目で喫煙指数(1日喫煙本数×年数)が600以上の方 ②昨年の喀痰検診を受診した方に送付します。詳細は、保健センターまでお問い合わせください。
	7日(水)		

## 保健センターだより

### ◎ お子さんの事故に気をつけましょう ◎

幼児期のお子さんの死亡原因の第1位は「不慮の事故」です。子どもの事故の内容は年齢によって特徴がありますが、多くの事故は、家族などの周りの人の注意や環境づくりによって防ぐことができるものです。

下の表は、幼児期に起こりやすい事故と、その予防について書かれています。家の中を再点検し、事故防止に努めましょう。

#### 1~4歳に起こりやすい事故

起きやすい事故	予防のポイント
転落・転倒	●ベランダや階段などからの転落 箱、家具など踏み台になるようなものをベランダや窓際に置かない
やけど	●炊飯器や加湿器の蒸気にさわる ●アイロン、ストーブにさわる ●ポット、鍋をひっくり返す ストーブ、アイロン、ポット、鍋などやけどの原因となるものに子どもがふれないようにする/ストーブなどには安全柵をつける
溺れる	●浴槽に落ちる、水遊び わずかな水でも残し湯はしない/お風呂場を外鍵をかける/水遊び時はライフジャケットをつける・目を離さない
誤飲・中毒・窒息	●医薬品、化粧品、洗剤、コイン、豆などを誤って飲む 危険なものは子どもの目にふれない手の届かない場所にかたづける/ピーナッツなど乾いた豆類をたべさせない
交通事故	●道路への飛び出し 手をつないで歩く/三輪車に乗る・自転車に乗せる時はヘルメットをつける

引用：厚生労働省 健やか親子21パンフレット

また、保健センターでは、お子さんの救命救急講座を開催します。お子さんの突然の病気や事故のときの対応について学びます。皆さんのご参加をお待ちしています。

◆とき 10月7日(金) 午前10時~午前11時30分(前日までにお申し込みください)

◆ところ 保健センター 【申込み・問合せ】保健センター(40-1055)



## 8月のレシピ

### 一宮町食生活改善会

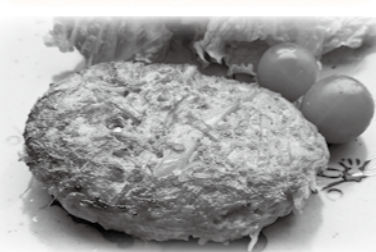
#### 人参バーグ

1人分 232キロカロリー

材料	4人分
合挽き肉	300g
人参	300g
にんにく	1かけ
ウスターソース	大さじ1
小麦粉	大さじ2
塩	小さじ1/2
サラダ油	大さじ1
サニーレタス	適宜
ミニトマト	8個

#### 〈作り方〉

- ① 人参は細いせん切り、にんにくはすりおろす。
- ② サニーレタス、ミニトマトは洗って水気を切り、サニーレタスは食べやすい大きさにちぎる。
- ③ ボールにAの材料を全て入れ、よくこね、4等分し、ハンバーグの型に整える。
- ④ フライパンに油を熱し③のハンバーグを並べ、ふたをして焼く。片面に良い焼き色がついたら返して焼く。焦がさずに火が通るように火加減に注意する。
- ⑤ 皿にサニーレタス、ミニトマトを添え、ハンバーグを盛る。



人参と挽肉が同量入り、パン粉も使わずヘルシーなハンバーグです。ソースを練りこんであるので、何もかけずに食べられます。人参をなるべく細いせん切りにすることがポイントですので、大変だったらスライサーやせん切り器を使ってもいいですね。夏休みにぜひチャレンジしてみてください!





※ カレンダーは9月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
				1 <b>燃えるゴミ</b> 人権行政相談	2 <b>2コース燃えないゴミ</b> <b>3コース資源ゴミ</b> 子育て相談室「コアラ組」	3 <b>燃えるゴミ</b> 上総国一宮まつり
4	5	6 <b>燃えるゴミ</b> 親子教室「ひよこ組」	7	8 <b>燃えるゴミ</b> 町長室開放日	9 <b>1コース粗大ゴミ</b> <b>3コース燃えないゴミ</b>	10 <b>燃えるゴミ</b> 町の図書室休
町の図書室休 休 藤島クリニック ☎(47)3056						
11	12	13 <b>燃えるゴミ</b> 上総十二社祭り	14	15 <b>燃えるゴミ</b> 定例議会	16 <b>1コース資源ゴミ</b> <b>2コース粗大ゴミ</b>	17 <b>燃えるゴミ</b> 一宮海岸清掃 一宮川堤防の草刈作業
休 清水医院 ☎(42)2950						
18	19	20 <b>燃えるゴミ</b> 法律相談	21	22 <b>燃えるゴミ</b>	23 <b>1コース燃えないゴミ</b> <b>2コース資源ゴミ</b> <b>3コース粗大ゴミ</b>	24 <b>燃えるゴミ</b> 九十九里トライアスロン
町の図書室休 休 睦沢診療所 ☎(44)2236	町の図書室休 休 秋場医院 ☎(42)3323			町の図書室休 休 長生診療所 ☎(32)3303		
25	26	27 <b>燃えるゴミ</b> 親子教室「ひよこ組」	28	29 <b>燃えるゴミ</b> 心配ごと相談	30	
休 長生八積医院 ☎(32)3282						

●ゴミ収集コース

**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～新熊・新浜)

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にお問い合わせするか、茂原医師会のホームページ (www.mcshikai.com) をご確認ください。  
(休日当番医は、緊急の患者さんが対象です。緊急でないときは、翌日かかりつけのお医者さんに受診してください。)

今月の納期

期日までに納めましょう。

- 国民健康保険税 (第3期)
- 介護保険料 (第3期)
- 後期高齢者医療保険料 (第3期)

**9月30日(金)**

こども急病電話相談

プ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 19:00～翌朝6:00  
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  
※20:00前の急病などは、消防本部☎(24)0119へ  
夜間急病診療テレフォン案内 ☎(24)1011 (19:00～翌朝6:00)