

令和4年 6 月号

発行 千葉県長生郡一宮町
編集 一宮町役場企画広報課
電話 0475 (42) 2111 (代)
人口 12,554 人 (+170人)
男 6,233 人 (+113人)
女 6,321 人 (+57人)
世帯数 5,809 世帯 (+170世帯)
面積 22.99 km²
※令和4年5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



感動・最高 一宮中学校体育祭

応援合戦や競技に全力で取り組む生徒たち、わずかな準備期間でしたが息ピッタリの演技でした。

～風水害編～

【問合せ】総務課 ☎(42) 2112

3. 複数の避難先の確認や事前準備をしておく

①複数の避難先、避難経路の確認

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、指定避難所だけでなく、親戚や友人宅など複数の避難先を事前に決めておき、避難経路を確認しましょう。

②避難が困難な場合は迂闊に外へ出ない

屋外への避難が困難な場合は自宅に留まり、2階以上の部屋へ避難しましょう。

③日頃から備えを！

停電になってもあわてないよう、懐中電灯や電池式ラジオなどの防災グッズを常備しましょう。

災害の備え
チェックリスト



4. 気象情報や防災情報を入手する

①気象情報などの入手

◆NHKのデータ放送

チャンネルをNHKに合わせ、dボタンを押すと、気象情報のほか、避難指示などの災害時緊急情報が表示されます。



押すだけ簡単！
NHK データ放送

②防災情報などの入手

◆全国避難所ガイド (防災アプリ)

防災行政無線の放送をプッシュ通知でお知らせします。いつでも受け取った内容を確認することができます。

全国避難所ガイド



◆防災行政無線

避難指示などの防災情報を、防災行政無線の屋外スピーカーと戸別受信機から発信します。

戸別受信機は停電時にも使えるよう、電源（電池）も用意しておきましょう。

◆一宮町安心・安全メール

避難指示などの緊急時情報をはじめ、防災・防犯情報をEメールで送信します。ぜひ、ご登録ください。登録は、[t-ichinomiya@sg-m.jp]へ空メールを送信してください。

一宮町
安心・安全メール



◆千葉県防災ポータルサイト

避難情報や河川水位情報、雨量情報などの情報を公開しています。

千葉県防災ポータルサイト 🔍

◆Yahoo! 防災速報 (アプリ)

避難指示などの緊急情報に加えて、地震・豪雨・津波などの情報を入手することができます。

Yahoo!防災速報 🔍

Yahoo!防災速報



◆電話応答サービス

防災行政無線の聞き逃しを防ぐため、放送内容を電話で確認できるサービスを行っています。【放送内容確認ダイヤル】0475-40-0550

※4回線までは重なっても利用できますが、それ以上の場合は通話中となりますので、改めてお掛け直してください。

防災特集記事
6月

災害から身を守るために

今月から隔月で防災に関する情報を特集して紹介します。

近年多発する風水害に対して、避難するタイミングや災害時に危険な箇所を知っておくためのポイントをお知らせします。

災害は一瞬にして、尊い生命や家屋などの貴重な財産を奪うなど、甚大な被害をもたらします。水害や土砂災害に巻き込まれないために、一人ひとりが身を守れるように備えておきましょう。

1. 警戒レベル4（避難指示）で全員避難！

危険な場所では、警戒レベル3で高齢者等は避難、**警戒レベル4で全員避難！**これを徹底してください。

洪水や土砂災害の発生の恐れがある場合は、避難すべき方について「洪水浸水想定区域」や「土砂災害警戒区域」を対象に、防災無線などで避難情報を発信します。自宅や職場の災害リスクをあらかじめ確認しておいてください。

(例) 洪水浸水想定区域を対象に、警戒レベル3 高齢者等避難を発令。

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	行動を促す情報
5	災害発生又は切迫	命の危険 直ちに安全確保！	緊急安全確保※1
< 警戒レベル4までに必ず避難！ >			
4	災害のおそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示(注)
3	災害のおそれあり	危険な場所から高齢者等は避難※2	高齢者等避難
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水・高潮注意報(気象庁)
1	今後気象状況悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報(気象庁)

2. 災害の恐れがある危険な箇所を知る

ハザードマップで危険な箇所を知る

洪水により浸水の恐れがある箇所や土砂災害警戒区域に指定された箇所は、**一宮町洪水・土砂災害ハザードマップ**で公開しています。また、今後、土砂災害警戒区域の指定に向けた調査が予定される箇所(基礎調査予定箇所)については、**ちば情報マップ**で公開しています。お住まいの近くに危険な箇所がないか確認しましょう。

※ハザードマップが必要な方は総務課までお越しください。



このハザードマップで浸水や土砂災害の恐れがない箇所(白色)でも想定規模を超える降雨があった場合などに被害が発生する可能性があります。



一宮町の歴史特集
「上総広常の
実像を探る(14)」

今回は、広常が謀殺された状況についてみていきましょう。『愚管抄』(慈円(1155~1225)作、承久2年(1220)頃成立)、『鎌倉年代記』(元弘元年(1331)頃成立)という史料の記述内容をまとめると状況は次のとおりです。

寿永2年(1183)12月22日、広常は梶原景時(1200)と双六を打っていたところ、梶原が盤の上をさりげなく越え、広常の首をかき切りました。その首は頼朝の前に差し出され、広常の子・能常も死亡したとされます(討ち取られたのか、自害したのかは不明)。

こののち広常の縁戚は縁坐という形で所領を没収されます。ただ、広常の娘が嫁いでいた小笠原長清、平時家は縁坐を免れています。

この謀殺は先述したように頼朝が「穢れ」としていることから、幕府の御所内(大倉御所か)で行われたとみられます。しかし梶原が広常を殺した太刀を洗ったとされる場所(写

真)は伝広常屋敷跡の近くにあるため、上総氏屋敷内で広常の謀殺が行われた可能性も否定できません。ただ上総氏屋敷内で当主の広常の謀殺が成功できるとは考えにくく、ひょっとしたら御所内で広常が謀殺されたのち、広常の屋敷を梶原らが攻撃し、そののちに太刀を洗った、という構図も考えられなくはありません。しかしその場合でも広常の家臣らが討ち取られたという記述や伝承はないため、上総氏屋敷には能常があり、そこで能常が討ち取られたもしくは自害したという可能性も推測されます。



▲太刀洗の水
神奈川県鎌倉市。2018年10月
筆者撮影。広常を切った景時が
ここで刀を洗ったという。

真相は不明ですが、いずれにせよ上総氏は当主と後継者を失い、衰退することになります。

【問合せ】教育課 (学芸員 江澤一樹)
☎(42)1416

町長コラム

No.71



一宮町長
馬淵 昌也

私は、町長就任以前は大学教員で、中国の儒教や仏教などについて研究していました。昨年末、しばらくぶりに儒教に関する研究論文を執筆しました。町長就任以降、就寝前に少しずつ読み進めていた本からの情報が一定程度集まったので、論文にまとめました。二本執筆しましたが、いずれも今年中に学術専門誌上に公刊される予定です。

執筆作業の中で、世の中の変化というものを感じました。それは、ネットの情報網の発達です。以前私が大学にいた頃は、大学や研究機関に所属していなければ、研究に必要な専門資料を目にする機会がませんでした。関連の諸資料は大学や研究所の図書館に所蔵されており、そつした機関に所属する人だけが利用でき、そうでない人は全く接することができなかったのです。

ところが、今は違います。世界中の各国で、歴史資料はもちろん、研究書や研究論文もオンラインで閲覧できるようになっています。ものによっては無料で、有料でも比較的安く手に入ります。そしてそれは、データで存在するので、所蔵に場所も取らず、どこでも利用できます。

たとえば、大正年間に日本で編纂された仏教の大蔵経は、全100巻で、以前は大変高価なものでした。しかし、今では誰でも無料で、いつでもどこでも読めるのです。

つまり、現在は、大学や研究所に所属しなくても、全くの素人でも、本格的に研究の作法さえ心得れば、自分の家においても、一級の研究が進められる環境が整いつつある、ということなのです。今回、私も、全く町から出ないで論文を完成させました。

もちろん研究作法は必要です。学術研究では、客観性や確実性を備えたいので、議論を立てることは許されません。現在ネット上に氾濫しているような、「こうだったら面白いな」とか、「こうだったらいいな」的な推定は、認められません。従って、そこには一定の専門性を持った先達からの指導が必要になるでしょう。

とにかくすごい時代になりました。こういう時代であればこそ、本当に有効な知のあり方とはどういうものなのか、各人が自問しながら、この恵まれた環境を利用してゆくことが必要だと、痛感した次第です。

第21期青少年相談員のご紹介

千葉県では、社会全体で青少年の成長を支え、守り育てていくことを目的に青少年相談員を設置しています。

県内では約4,000人の青少年相談員が、地域の特色を生かした青少年健全育成活動を展開しています。

今回、任期満了のため、千葉県知事と一宮町長から新たに20人が委嘱されました。

《青少年相談員の主な活動》

1. 青少年の体験活動の促進
各種スポーツやキャンプなどの野外活動・文化活動を通して体験学習
 2. 青少年健全育成の普及啓発
 3. 社会環境浄化促進活動事業
非行防止パトロールなど
 4. 青少年に関する相談および助言・指導
 5. 各種青少年団体などとの連携・協力
- 主催事業
・ターザニアであそぼう ほか

《青少年相談員の活動実績》

担当地区	氏名
1区・2区	関 祐 一 郎
3区・4区	渡 辺 義 人
5区・6区	田 口 由 理 子
7区の1・7区の2	齋 藤 文 彦
8区の1・8区の2	丸 島 ひ と み
9区の1・9区の2	笹 川 剛
10区	金 澤 卓
11区・12区	牧 野 智
13区・14区	渡 邊 久 展
15区	齊 藤 良 斉
船頭給	小 林 康 成
新地	伊 藤 通 康
16区・海岸	佐 竹 ま ゆ み
新浜	藤 井 幸 恵
宮原	高 橋 克 佳
網田・釣・枇杷畑	川 崎 広 樹
大村・権現前	小 安 正 敏
原・稻荷塚・矢畑	小 関 義 則
新熊・岩切	今 井 徹
17区の1・17区の2	古 山 美 穂

●各種団体事業への協力

- ・子ども会キャンプ活動
- ・軽スポーツ教室 ほか

【問合せ】

教育課 ☎(42) 1416

町の学校施設を開放します

今年度に町立小中学校施設(体育館・グラウンド)の利用を希望する団体を募集します。

学校施設開放とは、学校の運動施設を学校教育に支障がない範囲で、住民の皆さんに開放する事業です。利用に当たっては事前に登録や許可が必要です。

◆登録資格 成人を含む10人以上の団体(町内在住・在勤者)

◆申込期限

7月6日(水)午後5時

◆申込方法

団体名、利用を希望する学校施設・曜日・時間帯を、電話またはFAXでご連絡ください。

◆説明会

7月13日(水)午後7時から、

中央公民館生活研修室で説明会を行います。利用希望団体は必ず出席をお願いします。

【問合せ】

教育課 ☎(42) 1416

FAX (42) 1424

納涼花火大会中止のお知らせ

今年の二宮町納涼花火大会は、新型コロナウイルス感染症の影響により、地元の皆さんや来場される方々の安全を第一に考え、中止することとしました。

例年多くの来場があり、国が求めるイベントなどの開催に必要な感染対策の実施が困難であるとの結論にいたりしました。

大会を楽しみにされていた方々には大変残念ではありますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

【問合せ】

一宮町観光協会事務局(産業観光課内)
☎(42) 1427

納付が始まります

●保険料を納める方は

一宮町に住民票のある65歳以上の方（住所地特例の方を含む）に納めていただきます。また、年度の途中での転入や65歳到達の方は、月割（当該事由の前日の属する月の分から）で保険料を納めていただきます。

●介護保険料の算定方法

基準額（60,000円）は、一宮町の介護サービス給付に必要な費用から算定したものです。一人ひとりの年間介護保険料は、収入や所得、世帯状況によって決められた割合を基準額に乗じたものです。

●令和3～5年度介護保険料

所得段階	対象になる方	基準額	調整率	所得段階別の保険料
第1段階	●生活保護受給者の方 ●老齢福祉年金受給者で、世帯全員が町民税非課税の方 ●世帯全員が町民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	60,000円 (年額)	× 0.3	18,000円/年
第2段階	世帯全員が町民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の方		× 0.5	30,000円/年
第3段階	世帯全員が町民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円超の方		× 0.7	42,000円/年
第4段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが本人は町民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方		× 0.9	54,000円/年
第5段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが本人は町民税非課税で、前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の方		× 1.0	60,000円/年
第6段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方		× 1.2	72,000円/年
第7段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方		× 1.3	78,000円/年
第8段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方		× 1.5	90,000円/年
第9段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上の方		× 1.7	102,000円/年

Q5 なぜ年金から保険料を差引くのですか？

保険料を納める方法は介護保険法の規定があり、年金からの差し引き（特別徴収）が第一順位になっています。これは高齢の方が金融機関などで納付する手間を省き、収納関係経費を抑え、確実な収納を行うために法律で決められています。

そのため、年金から差し引きできる場合には自動的に特別徴収になります。（手続きは必要ありません。）
また、ご希望があっても納付書で納める普通徴収に変えることはできません。

Q6 私は年金から引かれていません。なぜですか？

保険料は年金からの差し引き（特別徴収）が基本ですが、次のような場合には特別徴収になりません。納付書を郵送しますのでお支払いください。なお、支払い忘れのない口座振替のご利用をお勧めします。

- (1) 65歳になり、基礎年金などを受給しはじめてから約半年未満の方
- (2) 一宮町へ転入されて間もない方
- (3) 年金の現況届が必要な方で、提出が遅れた方
- (4) 年金を担保に借入れをしている方
- (5) 年金の受給額が年間で18万円未満の方
- (6) 老齢基礎年金を繰り下げているため、年金を受給していない方

Q7 【納付書でのお支払】口座振替の申込み方法は？

申込み用紙は、福祉健康課または町内の指定金融機関の窓口にあります。

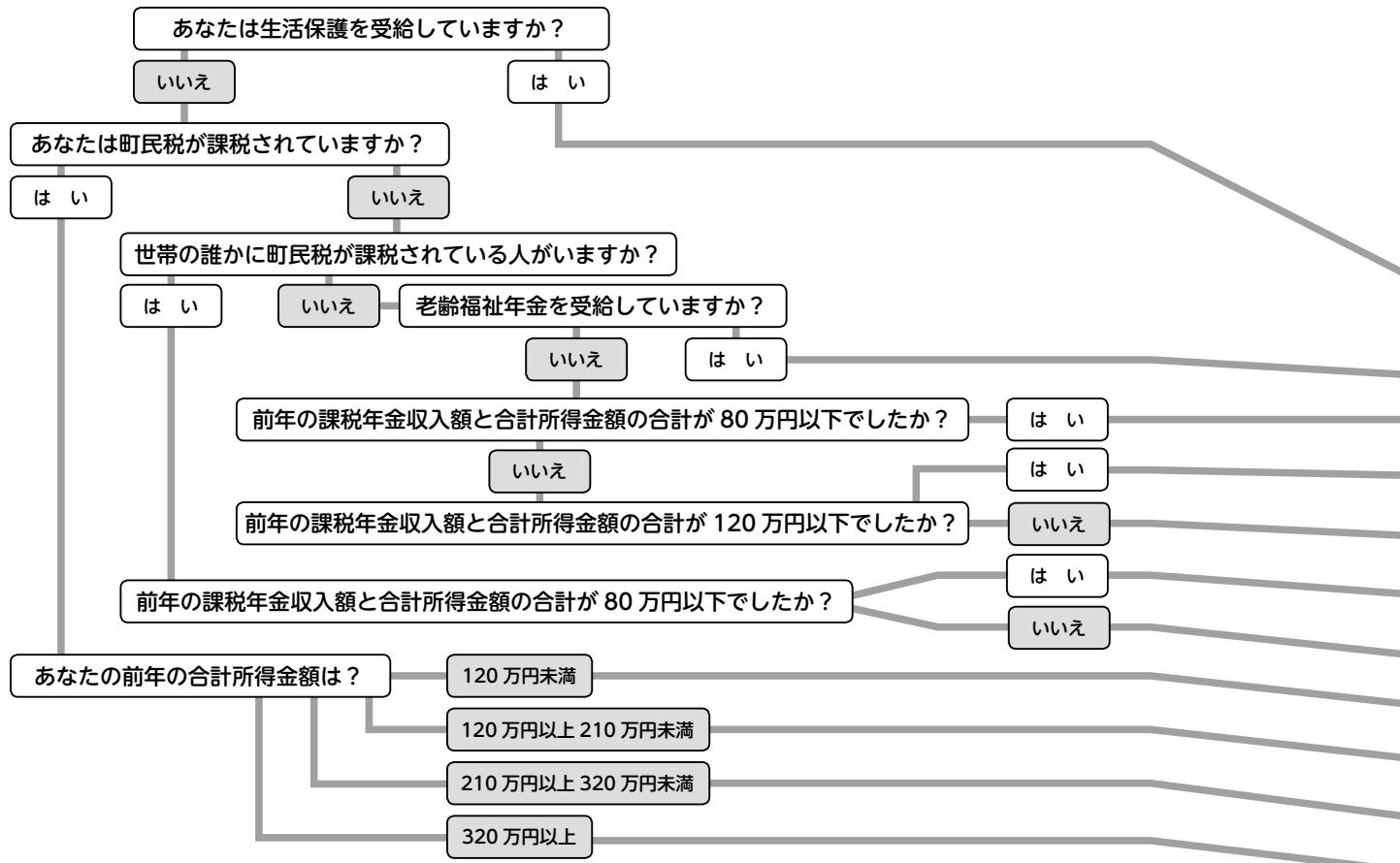
申込み方法は、「預金通帳」「通帳届出印」をお持ちになり、お取引のある金融機関の窓口で「口座振替依頼書」にご記入のうえ、お申し込みください。口座振替開始は、申込月の翌月以降になります。

Q8 滞納するとどうなるのですか？

保険料は、すべての被保険者で負担するものです。特別な事情がないのに保険料の滞納が続く場合は、サービス利用時の費用の全額負担や介護サービスが受けられなくなります。介護が必要になったときに困らないためにも月々の保険料を滞納しないようにしましょう。

令和4年度 介護保険料の

●あなたの介護保険料は



※「合計所得金額」とは収入から必要経費に相当する金額（収入の種類により計算方法が異なります。）を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除（所得から差し引かれる金額）をする前の金額です。
 ※老齢福祉年金は、明治 44 年 4 月 1 日以前に生まれた方が対象です。

教えて!! 介護保険料

Q1 なぜ保険料を負担するのですか？

介護保険制度は、老後における最大の不安である介護の問題を国民の皆で支える制度です。高齢者自身にも現役世代にも負担し合ってもらい、必要な介護サービスを提供しようとするものです。国・県・町も財政負担していますが、約 23%が高齢者の保険料でまかなうことになっています。

Q2 自分は元気だから介護保険は必要ないと思うのですが？

健康に自信のある方でも、病気やけがなどで急に筋肉が衰えてお身体の自由が利かなくなることがあります。また、高齢になると階段でつまづき骨折したり、認知症を発症したりすることもあります。自立した生活が出来なくなり支援が必要になったとき、みんなで支えあうために介護保険はあります。

Q3 65 歳からすぐ保険料を払うのですか？

健康保険に加入している 40 歳から 64 歳までの方は、加入している医療保険料と合わせて介護保険料を支払っています。65 歳になった月からは、医療保険料とは別に支払うことになります。

Q4 65 歳になりましたが、すぐに年金から徴収されますか？

年金から介護保険料を差引くことを「特別徴収」と呼んでいます。特別徴収をするためには半年から 1 年程の準備期間が必要です。準備が整いましたら、特別徴収開始通知書または介護保険料決定通知書において、お知らせします。それまでの間は、お送りした納付書または口座振替によりお支払いください。

【後期高齢者医療制度】
新しい保険証と保険料額決定通知書を送付

◆後期高齢者医療窓口負担割合の見直し
10月1日から、医療機関などの窓口で支払う医療費の自己負担割合が、現行の「1割」または「3割」に、新たに「2割」が追加されます。

令和4年9月30日まで		令和4年10月1日から	
区分	自己負担割合	区分	自己負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者等	1割	一定以上所得のある方	2割
		一般所得者等	1割

◆今年度は被保険者全員に後期高齢者医療被保険者証を2回送付
・1回目 7月下旬
(8月1日～9月30日まで使用)

・2回目 9月下旬
(10月1日～令和5年7月31日まで使用)
※1回目の送付時に、窓口負担が2割になる方の判定ができないため、2回送付します。
※2割負担についての詳しい内容は、広報9月号および2回目の保険証送付時にチラシを同封しますのでご確認ください。
※後期高齢者医療被保険者証は、『簡易書留』で郵送します。郵便配達員が直接手渡しするため、不在の場合は、受け取り方などを「不在連絡票」で確認し、忘れずに受け取ってください。

◆後期高齢者医療保険料額決定通知書

普通徴収保険料額決定通知書・納入通知書は7月中旬に、特別徴収保険料額決定通知書は7月下旬に送付します。

◆限度額適用・標準負担額減額認定証

申請により、3割負担の保険証をお持ちの方には「限度額適用認定証」が、住民税非課税世帯の方には、「限

度額適用・標準負担額減額認定証」が交付され、医療機関に提示すると自己負担限度額や入院時の食事代が引き下げられます。
※7月末日まで有効の認定証をお持ちの方で8月以降も該当する方は、保険証と一緒に認定証を送付します。

【問合せ】住民課 ☎(42)1423

【国民健康保険】
新しい保険証を送付

8月1日からの国民健康保険被保険者証を7月下旬に「簡易書留」で郵送します。郵便配達員が直接手渡しするため、不在の場合は、受け取り方などを「不在連絡票」で確認し、忘れずに受け取ってください。

また、保険証と一緒に、「ジェネリック医薬品希望シール」を同封します。ジェネリック医薬品への切り替えの意思を手軽に伝えることができるシールですので、保険証や薬の手帳などに貼って、ぜひご利用ください。

◆保険証の確認を！

社会保険に加入したときなど、保険証に異動があった場合は、住民課で忘れずに手続きをしてください。

また、会社を退職したときなども「14日以内」に国民健康保険への加入手続きが必要です。届出が遅れると保険料もさかのぼって納付する必要があります。

◆限度額適用認定証を申請により交付

高額な外来診療を受けるときや入院するときに、限度額適用認定証を提示すると、ひと月あたりの医療機関の窓口での支払い(保険適用分)が自己負担限度額までになります。現在、認定証の交付を受けている方で、引き続き必要な方も8月1日以降に申請をしてください。

※限度額適用認定証は保険税の未納がある世帯には発行されませんのでご注意ください。

【問合せ】住民課 ☎(42)1423

防災訓練実施日のお知らせ

防災訓練を、10月2日に予定しています。詳細については決まり次第、お知らせします。

【問合せ】総務課 ☎(42)2112

8月から介護保険負担限度額認定更新申請開始

◆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、市町村民税非課税世帯など一定の要件を満たす方については、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。

◆認定条件

利用者負担段階	所得の状況	預貯金など資産の状況
1	生活保護受給者の方など	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下
2	高齢福祉年金受給者の方 前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円以下の方	単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下
3-①	前年の合計所得金額＋年金収入額が80万円超120万円以下の方	単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下
3-②	前年の合計所得金額＋年金収入額が120万円超の方	単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下

◆申請手続

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更新のお知らせと申請書を7月上旬に送付します。すでにご手続きを願います。なお、新たに申請をする方は福祉健康課窓口に手続きをしてください。

◆申請に必要な書類

1. 申請書
2. 金融機関等照会に対する同意書
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）

【問合せ】

福祉健康課 ☎(42)1431



町税の納付は口座振替が便利です

口座振替の手続きをすると、納め忘れがなく、金融機関などへお出かけいなくても納税ができて大変便利です。

◆ご利用いただける町税

町県民税、固定資産税、国民健康保険税、軽自動車税

◆申込手続

口座振替依頼書に必要事項を記入して、「町税の納付書」「預金通帳」「通帳届出印」をお持ちになって直接金融機関へお申し込みください。

◆ご利用いただける金融機関

- ① 千葉銀行
- ② 長生農業協同組合
- ③ 房総信用組合
- ④ 中央労働金庫
- ⑤ 京葉銀行
- ⑥ 千葉興業銀行
- ⑦ みずほ銀行
- ⑧ りそな銀行
- ⑨ ゆうちょ銀行

※①から⑧の金融機関については、

町指定の口座振替依頼書（役場税務課にあります）で申し込みをしてください。⑨ゆうちょ銀行については、ゆうちょ銀行備え付け用紙（自動払込利用申込書）で申し込みをしてください。また、備考欄には、『税目（納税する税目）』と『支払い方法（一括か期別）』を記入してください。

※金融機関申し込み後、手続きまで1か月ほどかかりますので、早めの手続きをお願いします。

【問合せ】税務課 ☎(42)2114



第3回一宮町文化財講座

上総広常の実像を探る

「ドラマ」と「史実」の境界線

2022年NHK大河ドラマ

「鎌倉殿の13人」において、上総

広常(??1183)は華々しく

登場し、主人公である北条義時

(1163~1224)の師匠的

な立場で描かれました。そして広

常の死は、ドラマの前半の集大成

として、強い印象を残しました。

今回の講座では、ドラマでの広

常の登場シーンと史実を比較しな

がら、広常の実像に迫ります。

◆とき 7月23日(土)

午後1時30分~(3時終了予定)

◆ところ 中央公民館・大会議室

◆講師 江澤一樹

(教育委員会学芸員)

◆定員 先着50人

※ご来場の際にはマスクの着用

をお願いします。

※入場無料、申込不要

【問合せ】

教育課 ☎(42)1416

いすみ市郷土資料館企画展
町所蔵資料が展示

現在いすみ市で開催中の企画展に、町教育委員会所蔵の資料が展示されています。

興味のある方はぜひ足をお運びください。

◆テーマ

「大筒と陣羽織―資料で見る東上

総の海防と小金原鹿狩―」

◆概要

いすみ地域周辺に伝来した史料

の中から、幕末嘉永期(1848~

54)前後の異国船渡来、海防、開

国および小金原鹿狩に関係する文

書や絵図などを集め、最近の調査

で新たに見つかったものもまじえ

て展示します。

◆とき 7月31日(日)まで

◆開館時間

午前9時~午後4時30分

◆休館日 毎週月曜日

◆ところ いすみ市郷土資料館

(いすみ市弥正93-1)

☎0470(86)3708

◆入館料 無料

◆町貸出資料

一宮藩の海防関係資料

【問合せ】

教育課 ☎(42)1416

神楽師の継承者を募集

上総神楽保存会では、メンバーを募集しています。

年7回、玉前神社境内の神楽殿

で、春祭りや秋の上総十二社祭り

などに合わせて上演します。

興味・関心のある方はお問い合わせ

주세요。

◆対象者

10代から30代の男性

★上総神楽とは?

玉前神社神楽とも。宝永7年

(1710)に玉前神社境内に神楽殿が造営され、神楽を奉納したことに始まると言われています。土師流の神楽を伝授したと伝えられ、現在は保存会によって16種目が演じられています。



【問合せ】

上総神楽保存会会長・森田

☎(42)3109

教育課 ☎(42)1416

水稲病害虫防除を実施

水稲を病害虫から守るため、ラジコンヘリコプターによる農薬散布を行います。

農薬は、環境に充分配慮した、人畜に対し安全性の高いものを使用し、安全使用基準に従って散布しますが、危害防止に万全を期するため、次の事項について、注意・予防措置をお願いします。

また、農薬の飛散防止や効果的な防除のため、早朝から実施します。ご理解とご協力のほどよろしくお願ひします。

◆とき 7月26日(火)

午前4時頃～11時頃

※天候により順延する場合があります。

◆散布区域

綱田区から16区間の水田

◆散布中の注意点

・外出をひかえ、万一、体に農薬が付着した場合は、石けん水で洗い流してください。

・洗たく物は家の中に取り込んでください。

・井戸は、ビニールでふたをしてください。

・家畜、犬、ねこなどを飼っている方は安全が確認されるまで戸外に出さないでください。

・自動車に薬液が付着した場合は、早めに水洗いをしてください。

【問合せ】

一宮町植物防疫協会
(産業観光課内)

☎(42) 1428

ハマグリ・ナガラミを採らないでください

九十九里浜全域には、漁業権が設定されています。

九十九里漁業協同組合では、対象のチョウセンハマグリ(ハマグリ・ゼンナ)・ダンベイキサゴ(ナガラミ)・コタマガイ(ヒラガイ・テブツ)を将来にわたって利用するため、貝の放流などを行い資源の管理に努めています。一般の方がこれらの貝を採ることは、漁業権の侵害になり、法令により処罰されますので注意してください。

【問合せ】

九十九里漁業協同組合

☎0475(76)6171

産業観光課 ☎(42)1428

トマト黄化葉巻病防除対策 支援事業補助金

町の基幹産業の一つであるトマト栽培について、栽培施設(ハウス)に媒介虫の侵入を防ぐ防虫ネットの購入費について補助を行います。

◆対象者

・町内に住所を有し、農業を営む方
・防虫ネットを目合い0.4ミリ以下に変更する方

◆補助内容

目合い0.4ミリ以下の防虫ネットの購入費を補助
※トマトハウスに設置

◆補助金額

防虫ネットの購入に要する経費(税抜)の合計額の1/2以内の額で、1件あたり5万円を上限

◆申請方法

あらかじめ申請が必要です。産業観光課窓口に提出してください。

※申請書などは、産業観光課窓口でお受け取りいただくか、町ホームページから印刷してください。

◆申請期間 12月末日まで

【問合せ】

産業観光課 ☎(42)1428

夏の交通安全運動を実施

県内では、これから迎える夏休みシーズンを前に、暑さなどにより道路利用者の集中力が低下するなど重大事故の発生が懸念されることから、夏の交通安全運動を実施します。

◆期間

7月10日(日)～19日(火)

◆運動のスローガン

『自転車も ルールを守る ドライバー』

◆運動の重点目標

・自転車の安全利用の推進
・飲酒運転や速度超過など悪質危険な運転の根絶
・子どもや高齢者を始めとする歩行者の安全確保
・後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

【問合せ】

都市環境課 ☎(42)1415

胃がん検診を安全に受けていただくために

町では7月6日～8日に40歳以上の方を対象に胃がん検診を実施します。次の方には通知を送ります。

- ① 過去3年間で受診歴のある方
- ② 今年度すでに申し込みをされている方
- ③ 令和4年4月1日現在40歳の方

①～③に該当せず、受診を希望される方は福祉健康課までお申し込みください。

この検診は、バリウムを飲んだ後、レントゲン撮影を行います。そ

のため、表に該当する項目がある方は、町の集団胃がん検診を受けることができません。該当する方は、胃

の検診について主治医とよくご相談ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、検診を延期または中止する場合があります。

【問合せ・申込み】

福祉健康課 ☎(40)1055

【胃がん検診安全基準】 以下の方は町での集団検診を受けられません	
①	現在妊娠中の方、またその疑いがある方
②	バリウム製剤に対し過敏症の既往歴のある方
③	過去2か月以内に大腸ポリープを切除された方
④	過去1年以内に開腹手術や整形外科の手術をされた方
⑤	過去1年以内に心筋梗塞や脳梗塞を発症したことがある方
⑥	腸閉塞の既往のある方
⑦	1年以内に憩室炎と診断され治療を受けたことがある方
⑧	便秘症で3日以上排便がない方
⑨	腎臓病（人工透析）などで水分制限を受けている方
⑩	自力で立位を保持することや、撮影台の手すりを自分でつかむことが困難な方
⑪	ペースメーカー使用の方で主治医の確認がない方
⑫	普段から食べ物や飲み物が飲み込みにくい、むせやすい方 以前にバリウムの誤嚥があった方
⑬	体重120kg以上の方

暮らしの手続き

電話相談会

◆主催 千葉県行政書士会 長夷支部

◆とき 6月19日(日)午前10時～正午

◆相談内容

相続手続き・遺言書作成、農地法・宅地開発手続き、成年後見制度(法定後見、任意後見)、各種契約書と内容証明郵便の作成、法人設立、建設業、風俗営業など各種許認可申請

※内容により、後日事務所にて面談でのご相談に応じます。

【問合せ・電話相談】

千葉県行政書士会 長夷支部
相談員 行政書士 廣沢千聡
☎(36)3751

「千葉いのちの電話」第34期 ボランティア相談員募集

「千葉いのちの電話」は自殺予防のため、裾野の広い自殺予防活動を行っています。そのために傾聴を基本の姿勢として、時には自殺まで思慮するほどの精神的危機にある人に

寄り添い、対等な人間としてかわりを持ち支え合う相談活動をしています。

このたび、第34期ボランティア相談員を募集します。いのちの電話の活動に関心を持ち、ご協力いただける方の応募をお待ちしています。

◆応募資格

- ① 年齢20歳以上(令和4年4月現在)
- ② 資格・経験不問
- ③ 基礎研修講座と宿泊研修に出席できること

◆研修期間 令和4年10月～令和6年2月

◆受講料 有料

◆申込締切 9月9日(金)当日消印有効

【問合せ・申込み】

社会福祉法人 千葉いのちの電話
事務局(月～金 9時～17時)
☎043(222)4416
FAX 043(227)6911

学童保育補助員募集

町内にある学童保育わんぱくクラブでは一緒に働いていただける補助員を募集しています。

◆勤務時間

- ・学校登校日
午後2時30分～6時
- ・長期休業日
午前8時～午後1時
午後1時～6時

※シフト勤務により週3日程度

◆勤務条件

- ・時給 960円～
- ※社会保険の加入なし

◆勤務内容

- ・長期休業期間中の子どもたちの保育（遊びや生活を通じた児童の健全育成のための生活指導）
- ・子どもたちの使用する場所の清掃
- ・保育日誌や出席簿の記入などの事務

◆応募資格

- ・子育て支援に熱意のある方（放課後児童支援員認定資格をお持ちの方、教員・保育士資格をお持ちの方は、お知らせください。）

◆勤務場所

- ・一宮学童保育わんぱくクラブ（一宮小学校内）
- ・東浪見学童保育わんぱくクラブ（東浪見小学校内）

◆申込方法

- ・履歴書に写真添付のうえ提出してください。

※履歴書は返却しません。

【問合せ】

子育て支援課 ☎(42) 1415

あなたが届ける命のバトン ～献血のお願い～

病気やけがによる手術などの際には、輸血が必要な場合がありますが、血液は未だ人工的に作ることや長期の保存ができず、輸血に必要な血液の確保は「献血」によって支えられています。病気やけがなどで輸血が必要な患者さんの尊い生命を救うため、「献血」のご協力をお願いします。

◆対象者

16歳～69歳（ただし、65歳以上の方については、60歳から64歳ま

でに献血経験のある方に限る）のうち、当日の問診結果などを踏まえた採血基準に適合する方

◆と き

7月29日（金）
受付 午前10時から11時45分
午後1時から4時

◆ところ

保健センター

【問合せ】

福祉健康課 ☎(40) 1055

一宮ネイチャークラブ 『松子の田んぼの田植え』

5月3日、松子の田んぼで、古代米（緑米）の田植えが行われました。昨年、一昨年は、コロナ禍のため大勢で集まって田植えをすることができませんでしたが、今年には状況が少し改善したので、子ども会も参加して賑やかな田植えとなりました。子どもが中心となって田植えをした田んぼでは、30センチおきに印をつけたロープを少しずつつ動かしながら、一歩一歩前に進んで苗を植えていきます。気がつくやあとという間に田植えが終わりました。



田植えの終わった初夏の田んぼには、シユレーゲルアオガエルやオオヨシキリの声が響きます。松子川にゲンジボタルやハイケボタルの光が輝くのもあと少しです。

【問合せ】

増田 ☎090(8045)0606
小池 ☎070(4027)7098
Facebook「一宮ネイチャークラブ」で検索してください。
会員募集中！

2022年度税務職員募集

税務職員は、国税局や税務署において、税務のスペシャリストとして法律・経済・会計などの専門知識を駆使して適正な課税を維持し、また、租税収入を確保するための事務を行います。

- ◆**受験資格**
- 令和4年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者(平成31年4月1日以降に卒業した者)および令和5年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者
 - 人事院が右記1に掲げる者に準ずると認める者

- ◆**申込手続**
- 申込方法
インターネット申込み(人事院ホームページ上の申込専用アドレスをご利用ください。)
 - 受付期間
6月20日(月)午前9時から29日(水)【受信有効】

3 受験案内交付期間

6月29日(水)まで

(土曜日および日曜日を除く。)

受付時間 午前9時から午後5時

4 受験案内交付場所

東京国税局または最寄りの税務署もしくは人事院各地方事務局(所)

※人事院ホームページからもダウンロードできます。

◆**試験日**

第1次試験：9月4日(日)

第2次試験：10月12日(水)から21日(金)の期間内で指定された日時

【問合せ】

東京国税局総務部人事第二課試験係
☎03(3542)2111 内線2162

2022年度国税庁経験者(国税調査官級)募集

人事院では、30歳以上の社会人経験者を対象とした「国税庁経験者採用試験(国税調査官級)」を実施しています。なお、採用後は、税務大学校において約3か月の研修後、各国税局(国税事務所)が管轄する税務署に配属され、国税調査官または国税徴

収官に任用されます。興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

◆**試験概要**

7月以降に人事院および国税庁ホームページに掲載予定

【問合せ】

東京国税局総務部人事第二課試験係
☎03(3542)2111 内線2162



東京国税局ホームページ
【採用関係お役立ちリンク集】

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎043-312-3246

結婚相談所 ムスベル

これは有料広告です

そうだんごと

人権行政相談

- ◆とき 7月7日(木) 午後1時30分から4時
- ◆ところ 保健センター 小会議室
- ◆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

- 町民の皆さんが日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 7月14日(木) 午後1時30分から5時
 - ※要予約 1人30分

【問合せ】

企画広報課 ☎(42)2113

弁護士による法律相談

- ◆とき 7月19日(火) 午後1時30分から3時30分
- ◆ところ 保健センター 小会議室
- ◆対象 町内在住または在勤の方
※要予約 1人20分

【問合せ】

総務課 ☎(42)2112

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止する場合は、町ホームページでお知らせします。

ひとり親世帯に生活支援特別給付金を支給（国制度）

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、子育ての負担の増加や収入の減少、食費などの物価高騰の影響を受けて大きな困難が生じているひとり親世帯に対し、「低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」を支給します。

◆対象者

①令和4年4月分の児童扶養手当が支給される方

②公的年金等を受給しており、令和4年4月分の児童扶養手当が全額停止されている方

③令和4年4月分の児童扶養手当は受給していないが、新型コロナウイルスが原因で収入が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

◆給付額

児童1人当たり一律5万円

◆申請・支給方法

①に該当する方は申請不要で、6月29日に支給します。
②、③に該当する方は申請が必要ですので、お問い合わせください。

【問合せ】

子育て支援課 ☎(42) 1415

あなたの就職をサポートします！

ポリテクセンター君津 受講生募集のお知らせ

ポリテクセンター君津は国が設置・運営する公共職業訓練施設です。求職者の方々が再就職に必要な専門的な知識や技能を習得するための職業訓練を行っています。

募集科	① CAD / 機械加工科9月生（6か月訓練） ② 産業機械オペレーション科9月生（4か月訓練）
内容	① 金属加工の仕事に必要な CAD ソフト・工作機械の使い方を無料で学びます。 ② 荷役機械・建設機械に関する8つの資格が無料で取得できます。
募集締切	7月21日（木）
対象	離転職中および離転職を考えている方
場所	ポリテクセンター君津（君津市坂田428）
見学会日時	6月21日（火）13:00～16:00
申込先	TEL: 0439(57)6313（訓練課） 募集中のコースにつきましては HP をご参照ください。 https://www3.jeed.go.jp/kimitsu/poly/



自衛官等募集

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	入隊(校)	待遇・その他
航空学生 (パイロット)	(海) 高卒(見込含) 23歳未満 (空) 高卒(見込含) 21歳未満	7月1日～9月8日	1次試験: 9月19日	1次合格: 10月7日	令和5年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後約6年で 3等海・空尉(幹部自衛官)
			2次試験: 10月15日～20日	2次合格: (海)11月9日 (空)11月4日		
			3次試験: (海) 11月18日～12月14日 (空) 11月12日～12月15日	最終合格: 令和5年1月17日		
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満	7月1日～9月5日	1次試験: 9月15日～18日 のうち指定される1日	1次合格: 10月3日	令和5年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9か月 経過以降選考により 3等陸・海・空曹
			2次試験: 10月8日～23日 のうち指定される1日	最終合格: 11月15日		
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満	年間を通じて 行っています。 (令和5年3月高等学校等卒業予定者は7月1日～)	受付時にお知らせします。	試験後にお知らせします。	※上記ほかに設定する場合があります。	所用の教育を経て、3か月後に2等陸・海・空士

※ 詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください。

自衛隊 茂原地域事務所（千葉地方協力本部）

☎(25)0452 茂原市町保3-217 シティビル2階



HP



twitter

スポーツを真ん中に

合気道部／一宮少年野球クラブ／空手道部
剛柔流／一宮空手道教室／グラウンドゴルフ部／剣道部／ゴルフ部／サーフィン部／少年剣道部尚武会／少年サッカー部ウイングスFC／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／野球部
エンジョイススポーツクラブ(総合型地域スポーツクラブ)
運営本部(広報部／企画部／事業部／事務局)



NPO法人
一宮町スポーツ協会
ニュースフラッシュ

令和4年6月発行 Vol.179

一宮町スポーツ協会 **検索**



NPO法人一宮町スポーツ協会 憲章

一宮町スポーツ協会は、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バックアップします。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。

コロナ対策 協会宣言

- 検温をします
- 手洗い・除菌をします
- マスクをします
- 間隔を開けます (Social Distance)
- 換気をします
- うがいをします
- 密をさげます

初心者限定

元気な日常へのエントランス
テニス体験教室 参加者募集中
期日:7月3日(日) 一宮町営テニスコート

テニスをやったことがない人、その昔やったことがあるけど長くやってなかった人を対象にテニス体験教室を開催します。小さなお子様がいるからと二の足を踏む必要もありません。クラブメンバーがお預かりして、コート脇で遊

時間：9:00am～12:00am
会場：一宮町営テニスコート
会費：300円(保険代含む)
募集人数：20名(最小催行人数10名)
応募資格：町内外の高校生以上
応募締切：6月30日(これ以前でも定員になり次第締切)
主催：一宮町テニスクラブ(一宮町スポーツ協会加盟)

ばせて面倒を見るので安心してテニスに集中できます。コーチ役は優しいクラブメンバー。参加賞はヨネックス提供のレアなグッズ。クラブ入会希望の方には入会金(1000円)がゼロになる特典付きとお得もいっぱい。

- * ラケットない方にはクラブをご用意いたします。
- * 当日は運動のできるウェア、シューズでおいでください。
- * 飲み物、タオルは各自ご持参ください。

6月30日 申込締切

【応募方法】 氏名・住所・年齢・電話番号を明記して以下までお申し込みください。
荒木 (lucky99ers@gmail.com / 080-5195-5264)



町内初のスポーツ体験デー
第1回エンジョイスportsの日
(予定は変更になることがあります)

総合型地域スポーツクラブ「エンジョイススポーツクラブ」を運営する一宮町スポーツ協会が主催するスポーツ体験デーです。運動習慣をつけることは健康の源。この機会にぜひスポーツに触れてみてください。

期日：10月8日(土)
時間：午前9時～午後3時
会場：GSSセンター・振武館・臨海運動公園(サッカー・グラウンドゴルフ・テニス)
種目：硬式テニス・グラウンドゴルフ・サッカー・合気道・剣道・バドミントン・タッチバレー・太極拳・ボッチャ
募集人員：100名(町内外の小学生以上)
応募締切：9月30日(定員になり次第締切)
参加費：300円
参加賞：ロングスポーツタオル
主催：NPO 法人一宮町スポーツ協会
お問合せ：スポーツ協会・久我 0475-42-3919

10月8日(土)
エンジョイスportsの日

小学生の頂点へ駆け上がる。一宮空手道教室選手が奮闘!

去る4月29・30日、県総合スポーツセンターで開催された第22回千葉県小学生空手道選手権大会で一宮空手道教室の選手が大健闘し団体優勝の3選手を含めて6選手が関東大会へ、個人優勝の2選手が晴れの全国大会へと駒を進めました。



関東大会出場の右から岩佐夏帆美(小6)・小高よつは(小6)・酒井渚(小5)の各選手



関東大会出場の右・神馬朱桜選手 関東大会、全国大会出場(小2)と、関東大会、全国大会出場の平田紗楽選手(小1)の左・神馬李桜選手(小4)

このページでは、協会本部情報と協会加盟クラブから報告された情報をもとに最新の活動ニュースをお届けしています。お問合せは協会事務局(電話 050-1573-0543 / Eメール taikyo-ichinomiya@chiba.email.ne.jp)までお願いします。

お 知 ら せ

公立いちのみや保育所からのお知らせ

子どもたちの笑顔あふれるいちのみや保育所では、入所前の親子の皆さんを対象に保育所を開放しています。広いお庭で遊んだり、行事と一緒に参加しませんか？お気軽にお申し込みください。(新型コロナウイルス感染拡大防止などの理由により中止する場合があります。)

【予約・問合せ】

いちのみや保育所

☎(42)2514

映画会

親子でいらっしゃいませんか？

◆と き 7月20日(水)
午前10時から

◆内 容
『わたしのワンピース』ほか

子育て相談室「コアラ組」

◆と き 7月1日(金)
午前10時から正午
※要予約(月～金曜日)

園庭開放

町内4か所の保育施設で園庭を開放しています。詳しくは各施設にお問い合わせください。

親子で遊びませんか♪

いちのみや保育所

親子教室「ひよこ組」

育児・栄養相談・看護師による身体計測も行っています。ぜひお気軽に遊びに来てください。

◆と き 7月5日(火) 5組
7月19日(火) 5組
午前10時から11時
(午前9時45分から受付)

◆と き 『水であそぼう』

※要予約(月～金曜日)
※駐車場10台可能
※お申込みは前日までにお願いします。
保育所入所前のお子さんでしたらどなたでもご参加いただけます。



絵本の貸出をしています

保育所入所前の親子の皆さんを対象に絵本の貸出をします。

子ども達は絵本が大好きです。絵本は子どもの成長には欠かせないものです。『小さい頃に見た絵本は一生の宝物。』

【7月のテーマ】

『夏がきた』

キラキラした太陽、青い空。暑い夏がやってきます！海、プール、夏祭り、花火など…夏は楽しいことがいっぱい！

今月はそんなワクワクするような夏の絵本をたくさん集めてみました。ぜひ、はらっぱ文庫に探しに来てください。

◆と き 午前9時から午後4時
(月～金曜日)

◆と ころ はらっぱ文庫
(いちのみや保育所玄関ホール)
※予約不要

子育て支援館「おおぞら」

入園前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。園庭で遊んだり、園児と交流したりできます。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時から午後3時

今月のイベント(要予約)

◆リトミック

7月19日(火) 午前10時から

※イベント参加申込みはQRコードからご予約ください。感染状況により中止する場合があります。

【問合せ】 子育て支援館「おおぞら」 ☎(40) 1033



ブログはこちら



イベント申込みはこちら

子育て支援室「しおかぜ」

東浪見こども園内にある子育て支援室「しおかぜ」では、在宅の親子向けに毎月イベントを開催しています。絵本やおもちゃのご用意もありますので、お気軽にご来館ください。

利用時間 月～金曜日 午前9時から午後3時

今月のイベント

◆「おもちゃのひろば：おもちゃ美術館がやってくる」 7月13日(水) 午前10時30分から正午

東京おもちゃ美術館のグッドトイで遊びましょう！

おもちゃコンサルタントがいろいろな遊び方を教えてくれます。

※お弁当の持参も大歓迎です。

※要予約

【イベントに関する問合せ】 Mommy way たまひよ部 ☎050(3577)1335
www.mommyway.net/free/tamahiyo

【支援室に関する問合せ】 東浪見こども園 ☎(36)7726



✿ すまいる介護コーナー ✿ 介護の情報を皆さんに発信していきます

今回は「ミニデイサービス」についてのお話です。

新型コロナウイルス感染拡大により私たちの生活様式・状況は大きく変わりました。コロナ禍で外出する機会や他人との交流も減り、家に居る時間が増えています。

家で動かないことで体力の低下にも繋がり、怪我や転倒のリスクが増加します。気軽に身体を動かせる「ミニデイサービス」を利用して、みんなでお喋りしながら一緒に体操をして楽しい時間を過ごしませんか。

◇こんな方におすすめ！

- ・介護認定を受けるほどではないが、デイサービスのような運動ができる場所に通いたい…。
- ・どんな運動をすればいいのかわからない、1人で続けられるか不安…。
- ・交通手段がなくて地域の教室に参加できない…。
- ・家にこもりがちで一日中1人でいることが多い…。 などの方にはおすすめです。

希望者にはご自宅まで送迎します。 専門の介護予防運動指導士などが丁寧に運動を教えてくれ、看護師も常駐しているので簡単な体調面の相談もできます。

コツコツ毎日続けることにより筋力維持に繋がり健康増進にもなります。みんなで健康維持増進を目指しましょう！

◇対象者

- ・65歳以上の方で基本チェックリスト該当者
- ・(要介護認定) 要支援1. 2の方

※対象かどうかご不明の場合は、下記までお問い合わせください。

※現在町では2か所ミニデイサービスの場所を設けています。時間帯や曜日などご自身の予定に合わせて選択してください。(基本的に選択した所に継続して通っていただきます。)



★楽トレ倶楽部★

内 容：軽運動・ストレッチ
日 時：週1回(金曜日)
9:30～10:30
場所：フィットネス・エクспレス3030一宮
(白山7-2)
参加費：1回 200円

★はつらつ教室★

内 容：軽運動・ストレッチ
日 時：週1回(火曜日)
午前の教室：9:30～11:30
午後の教室：13:30～15:30
場所：保健センター
参加費：1回 200円

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、人数制限をしています。ご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。

●高齢者の介護に関する相談やお困りのことがありましたら、地域包括支援センターにお気軽にご相談ください。
【相談・問合せ】地域包括支援センター ☎(40)1055



保健センターだより



健康ポイント事業のお知らせ

～ 皆さんの健康づくりを応援します ～

健康への意識が高まり、健康寿命の延伸を目的に、「健康ポイント事業」を実施します。運動や健診の受診など、健康づくりに取り組むことでポイントを獲得し、50ポイント以上たまると、県内の協賛店でサービスが受けられる「ち～バリュ～カード」を交付します。ポイント事業に参加して、ご自身の健康づくりにお役立てください。

【対象】 18歳以上の町民の方

【実施期間】

令和5年3月31日(金)まで

【参加方法】

ステップ1 申請用台紙をもらいましょう！

福祉健康課(保健センター)窓口で配布しています。

ステップ2 ポイントをためましょう！

ポイント対象事業に参加したり、健康のために取り組む目標を自分で申請用台紙に記載し、実行することでポイントがたまります。

ステップ3 「ち～バリュ～カード」と交換しましょう！

50ポイント以上たまると、交換することができます。ポイントの交換は、年度内にひとり1回限りです。

※協賛店やサービスの内容は、ホームページ(<https://chi-value.com>)をご覧ください。



主なポイント付与対象の取り組み

1. 健康チャレンジメニュー

健康目標の3か月継続達成で、10ポイント

(健康目標の例) ○朝食を抜かない。 ○毎日、ラジオ体操を行なう。

○毎日、8,000歩以上歩く など

2. イベントメニュー

特定健診、人間ドック、職場健診などの受診で、各10ポイント

介護予防教室、糖尿病予防教室などの各種教室への参加で、各10ポイント

献血(保健センター実施分)で、20ポイント

その他、公民館活動に参加などで、10ポイント

詳しくは、福祉健康課までお問い合わせください。 ☎ (40) 1055

元気ちば!健康チャレンジ事業『ち～バリュ～の店』に協賛していただけるお店を募集します。

協賛していただけるお店は、千葉県健康福祉部健康づくり支援課までご連絡ください。

☎ 043 (223) 2661

脳いきいき教室 (認知症予防教室) を開催します！

☆認知症の理解と予防を目的とした教室を開催します。

☆『誰でも』、『気軽に』、『毎日できる』脳を元気にするための生活の工夫やトレーニングを一緒に学びませんか？

☆定員に達した場合、次回の開催日に優先的にご予約を受付ます。(次回8月開催予定)

☆新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止する場合があります。

～対象者～

- ・65歳以上 ・下記のチェックリスト項目で1点以上の方
- ・下記のチェックリストが0点でも認知症予防に興味のある方 ・2日間の日程で両日参加できる方

◇◇認知症予防のチェックリスト◇◇

- ①周りの人から『いつも同じことを聞く』など物忘れがあるとされていますか？ はい(1点)・いいえ(0点)
- ②自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか？ はい(0点)・いいえ(1点)
- ③今日は何月何日か分からない時がありますか？ はい(1点)・いいえ(0点)

【会場】保健センター・【定員】15名

日 程	内 容	時 間	予約開始日
7月12日(火)	簡易認知症機能検査 ストレッチ・コグニサイズなど	9:30～11:30	6月28日(火)
7月26日(火)	ストレッチ・筋力トレーニング、コグニサイズ・歩行 運動など	9:30～11:30	

【問合せ・予約受付】地域包括支援センター ☎(40) 1055

* 予約受付時間 午前8時30分から午後5時15分(平日のみ)

まちの図書室から ～新着図書紹介～

書 籍 名	著 者	出 版 社	出 版 年
夏の体温	瀬尾まいこ	双葉社	2022年
燕は戻ってこない	桐野夏生	集英社	2022年
霧をはらう	雫井脩介	幻冬舎	2021年
母を燃やす	アヴニ・ドーシ	早川書房	2022年
ぼく モグラ キツネ 馬	チャーリー・マッケジー	飛鳥新社	2020年
スマホ危機	石川結貴	文藝春秋	2021年
踏切の世界	CHOKKY	天夢人	2021年

ほか

※まちの図書室の休館日は裏表紙のカレンダーをご覧ください。

【問合せ】 まちの図書室 ☎(42) 7799

保健センター

7月の行事

※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。
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期または中止する場合があります。
詳しくは福祉健康課にお問い合わせください。

【問合せ】 福祉健康課（保健センター） ☎ (40) 1055

名称	日程	時間	内容・対象	場所
育児相談(予約制)	1日(金) 20日(水)	9:00～11:00	子育てに関するさまざまな相談	保健センター
親子ふれあい教室(予約制)	19日(火)	9:30～10:30	あそびの教室(定員10人) 1歳児(きょうだいの参加不可)と保護者	
		10:45～11:45	あそびの教室(定員10人) 0歳児(きょうだいの参加不可)と保護者	
乳児相談	22日(金)	対象者には別途通知します。		
あそびの広場	4日(月)・5日(火)・6日(水)・7日(木)・8日(金)・11日(月) 12日(火)・13日(水)・14日(木)・15日(金)・21日(木) 25日(月)・26日(火)・27日(水)・28日(木)・29日(金)	9:30～12:00 13:00～16:00 乳幼児と保護者		
献血	29日(金)	10:00～11:45 13:00～16:00	希望者(ご協力をお願いします)	

【今月の検診】

胃がん検診	6日(水) 7日(木) 8日(金)	対象:40歳以上の男女 内容:バリウムによるレントゲン撮影	検診の通知は ①令和4年4月1日現在40歳の方 ②過去3年間の検診で1回以上受診をした方 ③今年度の検診の申込みをした方に送付します。 ①～③以外の方で、受診をご希望の場合は保健センターまでお問い合わせください。	保健センター
骨粗しょう症予防検診	26日(火) 27日(水)	内容:超音波による骨密度測定および結果説明	令和4年4月1日現在で20歳、25歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性にお知らせします。 詳細は保健センターまでお問い合わせください。	

7月 けんこう運動教室の日程

☆3密を避けるため、対象地区の教室のみご参加ください。また、予約制で行います。

定員に達した場合、次回の開催日に優先的にご予約を受け付けます。

☆新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止する場合があります。

教室名	対象者	日程	内容	時間	定員	予約開始日
けんこう運動教室 【会場】 保健センター 【対象】 65歳以上	1～17区・船頭給・新地・海岸・宮原・新浜(一宮住所)	4日(月)	慢性痛予防と介護予防体操	①13:00～14:00(受付12:45～)	20人	6月27日(月)
				②14:30～15:30(受付14:15～)	20人	
		14日(木)	筋力バランスアップ体操	①13:00～14:00(受付12:45～)	20人	7月7日(木)
				②14:30～15:30(受付14:15～)	20人	
		28日(木)	ニコニコ体操	①13:00～14:00(受付12:45～)	20人	7月21日(木)
				②14:30～15:30(受付14:15～)	20人	
東浪見けんこう運動教室 【会場】 東浪見コミュニティセンター 【対象】 65歳以上	東浪見地区・新浜(東浪見住所)	1日(金)	元気アップ体操	10:00～11:30(受付9:45～)	10人	6月24日(金)
		21日(木)	音楽療法	10:00～11:30(受付9:45～)	10人	7月14日(木)

※けんこう運動教室は、①または②の時間いずれかでご予約ください。

【問合せ・予約受付】 地域包括支援センター ☎ (40) 1055

*予約受付時間 午前8時30分から午後5時15分(平日のみ)



※カレンダーは7月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
					1 2 コース 燃えないゴミ 3 コース 資源ゴミ 子育て相談室「コアラ組」	2 燃える ゴミ
3	4	5 燃える ゴミ 親子教室「ひよこ組」	6	7 燃える ゴミ 人権行政相談	8 1 コース 粗大ゴミ 3 コース 燃えないゴミ	9 燃える ゴミ
まちの図書室休 当 長生八積医院 ☎ (32) 3282						
10	11	12 燃える ゴミ	13 活性肥料の無料配付 場所：北部 クリーンプラント	14 燃える ゴミ 町長室開放日	15 1 コース 資源ゴミ 2 コース 粗大ゴミ	16 燃える ゴミ
当 長生診療所 ☎ (32) 3303						
17	18	19 燃える ゴミ 法律相談 親子教室「ひよこ組」	20 小中学校終業式	21 燃える ゴミ	22 1 コース 燃えないゴミ 2 コース 資源ゴミ 3 コース 粗大ゴミ	23 燃える ゴミ 文化財講座
まちの図書室休 当 よねもと整形外科 ☎ (40) 1065	当 長島医院 ☎ (42) 8800					
24 当 いちのみやクリニック ☎ (42) 1616	25	26 燃える ゴミ	27	28 燃える ゴミ 心配ごと相談	29	30 燃える ゴミ
31 当 K・Iクリニック ☎ (42) 7575						

●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)

当：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、長生郡市広域市町村圏組合 (<https://choseikouiki.jp/kyuu-jitsutouban/>) 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。

固定資産税(第2期)
国民健康保険税(第1期)
介護保険料(第1期)
後期高齢者医療保険料(第1期)

8月1日(月)

夜間急病診療所

☎ (24) 1010

診療科目：内科・小児科
受付時間：
19:45～22:45
茂原市八千代1-5-4
(中央消防署裏)

テレフォン案内
☎ (24) 1011
(19時～翌朝6時)

救急安心電話相談

#7009

医療機関を受診するか
救急車を呼ぶか迷った
ときにご相談ください。
平日・土曜日
18時～翌朝6時
日曜・祝日
9時～翌朝6時
ダイヤル回線
☎ 03 (6735) 8305

こども急病電話相談

#8000

お子さんの急な病気で
心配なとき、看護師や
小児科医が電話でアド
バイスします。
毎日
19時～翌朝6時
ダイヤル回線
☎ 043 (242) 9939