

平成31年 1 月号

発行 千葉県長生郡一宮町  
編集 一宮町役場秘書広報課  
電話 0475 (42) 2111 (代)  
人口 12,490 人 (+ 4 人)  
男 6,202 人 (+ 15 人)  
女 6,288 人 (- 11 人)  
世帯数 5,413 世帯 (+ 11 世帯)  
面積 22.97 k㎡

※平成 31 年 1 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

謹賀新年



TOKYO 2020



開催会場



# 新春あいさつ



一宮町長  
馬淵昌也

跡地をテナントに貸し出し、駅前地区における経済活動の更なる活発化を促す予定です。

教育関係では、引き続き、いわゆるアクティブ・ラーニングの原理と実践について、学校での研修を深めてゆきます。小・中における英語教育に力を入れるため、英語ネイティブの教員を2名に増やしました。町主催の英会話教室も好評で、参加者の英語学習の意欲を高めています。また、下校時の不審者の接触から生徒を守るため、新たな下校のシステムを模索中です。子どもさん方を危険にさらさないため、各種の施策を組み合わせて対応します。

今年は、幕末期の一宮藩主で、のちに町長をつとめられた加納久宜公の没後100周年となります。公の遺訓を記した石碑の建立や、講演など、公の業績をしのぶ催しを実施する予定です。

福祉関係では、いちのみや保育所の増設工事、小学1年生のフッ化物洗口などを実施する予定です。防災については、一時避難場所や避難所のあり方などを全町的に考えて方策を立ててゆくために、検討委員会で議して頂きます。

最後に、町民の皆さまのご多幸をお祈りして、わたくしからの新年のご挨拶といたします。

いては県の方で調査費がつくなど、インフラ整備の課題も、大きく前進しています。南総一宮線バイパスについても、県と緊密な連携をとっています。

当町で行われる世界的イベント、東京オリンピックサーフィン競技の開催まで、残り1年半となりました。本体は組織委員会の所管で、町はサポーターとの位置づけです。レガシーとして釣ヶ崎に1haの自然公園を整備しますが、底地の造成は県が今年度中に行う予定です。その上に設ける多目的施設については、町の担当で、現在詳細設計段階です。機

一宮町の皆さま、新年あけましておめでとうございます。昨年は、わたくしの任期も二年目に入り、色々施策が具体化されてきた一年でした。中でも大きなことは、上総一ノ宮駅東口の建設が実現の運びになったことです。千葉県から工事費の補助を頂き、2月中に着工予定。2020年オリンピック前に完成。供用の予定です。この30年来の大事業実現のためお力をお貸しください。た皆さまにまずは御礼申し上げます。東口以外にも、神門踏切拡幅は現在千葉県とJR東日本の間で協議中、グリーンラインの一宮延伸につ



# 新春あいさつ



一宮町議会 議長  
小安博之

新年、明けましておめでとござ  
います。

皆さま方におかれましては、平成  
31年の新春をお健やかにお迎えるの  
こと、心よりお慶び申し上げます。

昨年10月に実施されました議会議  
員一般選挙において14名の議会議員  
が選出され、11月の臨時議会での議  
長選挙に於いて、議員各位の温かい  
ご推挙を頂き、議会議長の要職に就

かせて頂くことになりました。責任  
の重さに身の引き締まる思いであり  
ます。

二元代表制の一翼を担う議会が行  
政運営の監視機能を発揮すると共  
に、町の課題解決に向けて議論を尽  
くし、活発な議会活動が展開される  
よう努力して参ります。

さて、今年は平成最後の年となり  
ます。天皇の退位日を4月30日にす

ることが閣議決定されており、翌日  
の5月1日に皇太子殿下が新天皇に  
即位され、新元号が施行されます。

是非とも新元号の日本が、様々な  
山積する問題を克服し、平和で明る  
い国となる様願うものです。

我が町では、サーフィン競技が行  
われる東京オリンピックもいよいよ  
来年の夏に迫り、その準備も加速し  
ます。会場となる釣ヶ崎海岸の会場

整備、長年の懸案であった上総一ノ  
宮駅東口は、県の援助を得て本年中  
にその工事が着工します。

駅東口、駅東側広場及び、危険性  
が指摘されている神門踏切の拡幅を  
含めた、上総一ノ宮駅周辺の整備は、  
町発展の重要な要素であり、充分な  
検討が必要と考えます。

その他、議会及び町民からの強い  
要望がなされているものとして、津  
波発生時の避難路として有効となる  
べき東西方向の道路整備、地域高規  
格道路茂原一宮道路（長生グリーン  
ライン）の早期完成、県道南総一宮  
線（一宮バイパス）の国道128号  
線への接続等々、引き続き町と協議  
しながら早期実現に向け取り組んで  
いきたいと思っております。

以上、私なりの大きな課題と認識  
しているものを述べましたが、昨年  
11月からスタートした議会の各議員  
が、それぞれの立場及び考えをもつ  
て議論し、より良い町の実現に結び  
付けたいと思っております。

結びとして町議会が皆さまに信頼  
されるよう努力することをお誓いす  
ると共に、本年が皆さま方にとりま  
して、幸多き年であることをご祈念  
申し上げます、新年に際してのご挨拶と  
いたします。

## 一宮町の歴史特集

### 「加納家と一宮」

#### ⑩ 加納久徴と一宮

一宮藩第2代藩主・加納久徴（1813～64）については広報2月号で紹介した通りですが、彼が一宮に「形」として残したものを少しご紹介しましょう。

#### ① 萌黄緘胴丸（町指定、玉前神社所蔵）

平安末期の武将・上総広常が源頼朝の武運長久を願って甲冑を玉前神社に奉納したという故事から、久徴が奉納した甲冑です。かつて戦乱で玉前神社が炎上した際に、広常が奉納した甲冑も失われたことを嘆いた久徴が奉納したといえます。

#### ② 高藤山城古蹟の碑（町指定）

上総広常の居館伝承が残っていたこの城跡に石碑を建立したのも久徴です。おそらく、彼が石碑を建立していなければ、この伝承は忘れ去られていたことでしょう。

#### ③ 洞庭湖（記念碑は町指定）・市兵衛堀

洞庭湖は灌漑用に久徴によって作られた貯水池で、天保15年（1844）に記念碑が建立されました。市兵衛堀は加納家臣の岩堀市兵衛に因んで名づけられた水路で、天保年間に洞庭湖から町内へ向かって作られました。

このように見ていくと、久徴は郷土の歴史に大変造詣があり、かつ領内の治世に尽力した人物といえます。彼の功績は今の私たちに「遺産」として残され、語り継がれているのです。



▲ 春の洞庭湖の風景（撮影：秘書広報課）

### 【問合せ】

教育課

☎ (42) 1416

## 町長室からこんにちは

No.31



一宮町長  
馬淵 昌也

日本社会の高齢化が話題になって久しいものがあります。特に地方では深刻で、高齢化率は軒並み30%を超えています。最近では、2040年というものも取りざたされています。2040年にはいわゆる団塊ジュニアの方々がすべて高齢者となるのだそうです。そこで高齢化による社会保障の負担が一層重くなるのではないかと、いわれているのです。

しかし、一方で、色々な集まりで地方の首長や学者の方々のご意見を伺っていると、地方では、高齢化はさらに進むとしても、心配する必要はない、というご意見があります。すでに人口減と高齢化にさらされている地方では、実は高齢者の皆様が大変お元気で、医療費や介護関係支出も、安定して推移しているというのです。地方の高齢者の方々は、自立の精神に富んでおられ、生涯現役の気概で暮らしておられるので、今も心配ないし、将来も心配ない、というわけです。

そして、困るとすれば、東京など大都会でしょう、というのにも皆さま一致した意見です。手厚い公的サービスが期待されることに、サポートを必要とされる方が集まる、ということでしょう。

そこで、一宮町のことを考えてみると、わが町には、お元氣な先輩方が大勢いらっしゃいます。つくも会は400名もの会員を擁するそうです。郡市の高齢者スポーツ大会で17連覇の快挙を成し遂げておられます。シニアの皆様を中心とする文化活動も、各種工芸品の製作や芸能関係など大変活発で、文化祭や芸能音楽祭などでは、その作品・出し物の質と量に圧倒されます。日常的交通安全や防犯活動、またコミュニケーション活動においても、町の各地区で旺盛な活動を展開して下さっています。

一宮町の場合、高齢者の医療費や介護関連支出も伸びは鈍化しており、数字の面でも一宮のご年配の方々の力強さが裏打ちされています。介護保険では、新しい計画で、保険料の標準月額を近隣で唯一、100円値下げした実績もあります。

こうした中で、新元号公布の年を迎えてわたくしがお願したいのは、一宮町のシニアの皆様は、これからパワフルにお過ごし頂きたいということです。笑顔のあふれる長生きのまち一宮を、さらに元氣にするため、一緒に進んでまいりましょう！

## いよいよ、みんなの思いが、メダルへ

■問合せ 都市環境課 ☎(42)1430

2020年に東京で開催されるオリンピック・パラリンピック競技大会の入賞メダルに、不要になった小型家電に含まれるリサイクル材が活用されます。

東京2020組織委員会が主催するこの取り組みに、全国の自治体が、小型家電の回収で協力することになり、町もプロジェクトへ参加することになりました。2020年以降も持続可能な、リサイクルの促進に繋がることも期待しています。

なお、町では携帯電話・スマートフォンのみ回収します。

### ◆受付期間

平成31年春頃まで（予定）

### ◆回収場所

役場1階に回収ボックスを設置します。

（受付時間 午前8時30分から午後5時15分）

### ◆主催

東京2020組織委員会・環境省・日本環境衛生センター・NTTドコモ・東京都

## ゴミ出しのルールを守って！

■問合せ 都市環境課 ☎(42)1430

ゴミの集積所は、住民の生活環境を良好に保つために欠かせない施設であり、日々の管理や清掃は、その集積所を使用する利用者の方々の相互協力により行われています。

指定袋に入れていなかったり、収集日が違うゴミが出されたりすることが最近多くなっています。そうしたルール違反となるゴミが集積所に出された場合は、そのゴミを出した

人の代わりに区長さんなどが処理することになります。

ゴミを出す時は、「ゴミと資源の分け方・出し方（ゴミカレンダー）」を参考に、ルールを守って出すようにしましょう。

「ゴミと資源の分け方・出し方」は、長生郡市広域市町村圏組合のホームページでご確認いただくか、役場2階の都市環境課で配布しています。

## 加納家・一宮藩にまつわる資料・情報を探しています

■問合せ 教育課 ☎(42)1416

2019年は最後の「一宮藩主・加納久宜公が亡くなってから、100年の節目を迎えます。

教育委員会では、江戸時代に一宮地域を治めた加納家と一宮藩についての調査・研究を平成28年度から継続して行っています。

加納家・一宮藩にまつわる資料を探しています。

ご提供いただいた資料、うかがったお話の内容の扱いには、十分配慮します。

その他一宮の歴史に関わる情報も大歓迎です。

皆さんからの情報提供をお待ちしています。



## 夕方の音楽放送時間が変わります

■問合せ 総務課 ☎(42)2112

防災行政無線による音楽放送を、日没の早くなる11月から1月にかけては、夕方4時に行っていました。

2月1日から定時の夕方5時に変更して放送します。

また、町から貸与している防災行政無線の戸別受信機は停電時でも乾電池で動く仕組みになっています。

乾電池を入れていない場合や、切れ

ている場合は停電時に情報が入らない状況が生じてしまいます。

万一に備え定期的に乾電池の状態を確認し交換をしてください。

※電池が切れている場合、放送終了後に「ピー」という長い音、または「ピーピーピー」と繰り返し音が鳴ります。

## 千葉県身体障害者福祉協会理事長表彰を受賞

問合せ 福祉健康課 ☎(42)1431

平成30年11月20日に千葉市の青葉の森公園芸術文化ホールで開催された第50回千葉県身体障害者福祉大会において、一宮町障害者福祉会での活動の功績がたたえられ、渡邊春子さんと赤間清子さんが千葉県身体障害者福祉協会理事長表彰を受賞しました。



▲ 前列左から赤間さん、渡邊さんと中村会長

## 手作り味噌を作りませんか？ ～公民館教室募集～

問合せ 教育課 ☎(42)1416

味噌作りの体験をしてみませんか。自分で作った味噌の味は格別です。

◆とき 3月1日(金)

1回目 午前8時30分～  
2回目 午後1時～

◆ところ

東浪見コミュニティセンター  
調理実習室 (東浪見小前)

◆定員 各回 15人

◆参加費 2500円(当日集金)

おつりのないようお願いします。  
◆申込 2月4日(月)から8日(金)  
午前10時30分から午後5時  
中央公民館窓口

・申込時に午前・午後どちらかの欄に丸をつけてください。

※抽選で参加者を決めます。  
先着順ではないのでご注意ください。

当選者の方には後日郵送にて発送させていただきます。

## 色々なクイズに挑戦し市町村交流！ ～少年の日・地域のつどい大会～

問合せ 教育課 ☎(42)1416

「長生地区少年の日・地域のつどい大会」(長生地区青少年相談員連絡協議会主催)が、平成30年11月18日に長柄町日吉小学校体育館で開催され、「長生地区クイズ王決定戦」を行いました。53人の子どもたちが各市町村考案の色々なクイズに挑戦し、市町村交流をしました。この催しは、次代を担う青少年が、スポーツやゲーム等を通して、相互の親睦と友情を深め、青少年としての自覚と誇りを高める目的で毎年開催されています。

今回は各市町村の小学生8チームが、クイズに挑戦。一宮町は今回、白子町との合同チームとなり、熱戦をくりひろげた結果、見事準優勝しました。また、開式閉式時には、各



▲ 一宮町・白子町合同チーム

## 平成30・31・32年度(追加)長生郡市広域市町村圏組合入札参加資格審査申請の受付

問合せ 長生郡市広域市町村圏組合事務局総務課工事管理室 ☎(23)0107

◆申請方法 郵送による

◆受付期間 2月18日(月)から3月8日(金) 必着

◆申請書の提出先

T297-0035  
千葉県茂原市下永吉2101

長生郡市広域市町村圏組合 事務局  
局総務課工事管理室

◆有効期間

平成31年6月1日から平成33年5月31日まで

◆申請様式等

長生郡市広域市町村圏組合ホームページから様式等をダウンロードして作成

## 障害者控除対象者認定書を交付します

身体障害者手帳の交付を受けていない方でも、次の要件をすべて満たす方で、申請により認定された方は確定申告時に障害者（特別障害者）控除が受けられます。（申告の対象となる年の12月31日のお身体の状態で判定します。）

①65歳以上の精神または身体に障害

■問合せ 福祉健康課 ☎(42)1431

のある方で、精神障害者保健福祉手帳や身体障害者手帳等の交付を受けていない方。

②介護認定時の身体の障害・認知症の状態が一定の基準に該当する方。  
※該当すると思われる方は、福祉健康課へ申請してください。

## 皆で軽スポーツを体験しました！ ～軽スポーツ教室～

■問合せ 教育課 ☎(42)1416

平成30年度軽スポーツ教室（町スポーツ推進委員主催）が、平成30年12月2日にGSSセンターで開かれ、25人が軽スポーツを体験しました。軽スポーツとは、子どもからお

ろは茂原市発祥のスポーツで、ビニール製のボールを使用する為、安全性が高く幅広い年齢層でも楽しめます。

町スポーツ推進委員は、今後も軽スポーツの普及活動等に努力して参ります。

年寄りまで、誰でも気軽に楽しめるスポーツであり、今回はファミリーバドミントンとタッチバレーボールを行いました。ファミリーバドミントンは、通常のバドミントンよりもラケットのシャフトが短く、手のひらで打つようにプレーができ、シャトルもスポンジに羽をつけているので、スピードが抑えられ、スマッシュも禁止なので、初めての人もラリーが続きます。タッチバレーボー



## お知らせ

## 一宮町介護保険運営協議会委員の募集について

■問合せ・応募先 福祉健康課 ☎(42)1431

FAX ☎(40)1056  
メールアドレス kaigo@town.ichinomiya.chiba.jp

一宮町介護保険運営協議会は、介護保険事業や高齢者福祉事業にかかわる介護保険料や保険給付などの介護保険事業計画の策定を始め、介護に関する様々な事項の協議を行っています。

今回募集する委員の皆さんには、町民（介護保険被保険者）の立場からのご意見をいただくことを目的としています。

### ◆応募資格

町内に住所を有し、平成31年4月1日現在において満40歳以上で、平日の昼間に開催する会議に出席できる人

◆募集人数 2名

◆委員の任期 3年

（4月1日～2022年3月31日）

### ◆応募締切日

2月13日（水）※当日消印有効

### ◆応募方法

保健センター内の福祉健康課介護保険係窓口、または町ホームページの「一宮町介護保険運営協議会委員応募申込書」に必要事項を記入の上、持参・郵送・FAXまたはメールで提出してください。

### ◆選考結果発表

郵送により本人に通知します。

### ◆その他

①提出された申込書は返却しません。  
②申込書に記載された情報は、審査の目的のため以外には使用しません。（情報非公開）

## 千葉県最低賃金が改正されました

■問合せ 千葉労働局労働基準部賃金室 ☎043(221)2328

茂原労働基準監督署 ☎(22)4551

「千葉県最低賃金」が平成30年10月1日から時間額895円（従来の868円から27円引上げ）に改正されました。

詳しくは、千葉労働局労働基準部賃金室が最寄の労働基準監督署へお問い合わせください。

## 所得税の確定申告・住民税の申告はお早めに！

■問合せ 税務課 ☎(42) 2114

今年も確定申告の時期となりました。申告は正しい課税のための大切な手続きです。忘れずに申告しましょう。

受付期間・時間	2月18日(月)～3月15日(金) 午前9時～午前11時30分 午後1時30分～午後4時
受付会場	茂原税務署、町保健センター3階 ※住民税申告の方は、保健センター会場のみです。
必要なもの	<input type="checkbox"/> マイナンバーカードまたは個人番号を確認できる書類 <input type="checkbox"/> 運転免許証等の本人確認書類（ご家族など代理の方がお持ちになる場合は、写しの添付が必要です（表・裏）） <input type="checkbox"/> 印鑑 <input type="checkbox"/> 金融機関口座番号のわかるもの（申告者本人分） <input type="checkbox"/> 平成30年中の収入がわかるもの <ul style="list-style-type: none"> <li>・給与所得の源泉徴収票・公的年金の源泉徴収票</li> <li>・農業・営業・不動産などの所得がある人は収支内訳書、収入と経費が分かる帳簿等</li> </ul> <input type="checkbox"/> 平成30年中に支払った各種控除額を証明する書類 <ul style="list-style-type: none"> <li>・国民年金保険料、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料等の領収証等</li> <li>・生命保険料、地震保険料の控除証明書</li> <li>・障害者控除を受ける人は、障害者手帳、障害者控除対象者認定証（※1）            ※1 障害者手帳の交付を受けていない場合でも、65歳以上で身体の障害または認知症の状態が一定の基準に該当すると町が認定した方は、「障害者控除対象者認定書」を交付します。認定書の発行については、福祉健康課介護保険係（☎(42) 1431）にお問合わせください。</li> <li>・医療費控除を受ける人は、平成30年分医療費控除の明細書、医療費通知</li> <li>・寄付金控除を受ける人は、領収書・受領書</li> </ul>

※譲渡所得（不動産・株等）、雑損控除などの、高度な判断を要する確定申告は、茂原税務署にご相談し、申告してください。

### ●医療費控除について（平成29年分確定申告から手続きが変わりました）

領収書の提出のかわりに『医療費控除の明細書』を提出することになりました。申告時には、『医療費控除の明細書』を記入して来てください。なお、経過措置として平成31年分までは従来どおり領収書の添付によることもできます。

※明細書を提出した方は、領収書を5年間自宅で保存し、税務署から求められたときは提示、提出する必要があります。

※医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付すると、明細の記入を省略できます。

○医療費控除は年間所得が200万円以上の方は医療費が10万円を超えた場合、200万円未満の方は年間所得の5%を超えた場合が対象です。

○おむつ代の医療費控除は、医師の発行した「おむつ使用証明書」が必要ですが、2年目以降の方で要介護・要支援認定を受けていて寝たきり、尿失禁などの要件が介護認定資料で確認できる方は、町で発行する証明書を「おむつ使用証明書」に代えることができます。

○医療費控除の特例（セルフメディケーション税制）

スイッチOTC薬（医療用と同じ成分を含む市販薬）を購入した場合、1万2千円を差し引いた額（8万8千円を限度）を医療費控除とすることができます。検診や予防接種、人間ドックなど健康増進の一定の取組を行っていることが前提で、結果通知の写しや領収書の添付が必要です。従来の医療費控除と併用はできません。

## ●マイナンバーの記載が必要です。

マイナンバー制度が導入され、税務署に提出いただく申告書などにも「個人番号（マイナンバー）の記載」および「本人確認書類の提示または写しの添付」が必要です。ご家族など代理の方がお持ちになる場合は、写しの添付が必要です（表・裏）。

本人確認書類（①または②のいずれかをご持参ください。）

① マイナンバーカード（個人番号カード）

② 番号確認書類の写し + 身元確認書類

※番号確認書類…通知カード、住民票（マイナンバーの記載があるもの）など

※身元確認書類…運転免許証、公的医療保険の被保険者証、パスポートなど



## ●こんな人は申告が必要です。

平成31年1月1日現在一宮町に住所がある人で、次にあてはまる人は申告が必要です。

営業・不動産・農業などの所得があった人

給与所得者で次にあてはまる人

・給与収入が2千万円を超えている人

・勤務先で年末調整していない人、2か所以上の勤務先から給与をもらっている人

・給与所得や退職所得以外の所得の合計が20万円を超える人

（※給与や退職所得以外の所得が20万円以下の人は、所得税の確定申告は不要ですが、住民税の申告は必要です。）

公的年金を受給している人で、次にあてはまる人

・公的年金収入が400万円を超える人

・公的年金以外の所得がある人

（※年金収入が400万円以下で年金以外の所得が20万円以下の人は所得税の確定申告は不要ですが、住民税の申告は必要です。）

医療費控除や雑損控除・寄付金控除など各種控除を追加する人

## ●収入がない方も住民税の申告を必ずしましょう。

扶養されていない未収入の方、遺族年金・障害年金のみを受給されている方は必ず申告してください。国民健康保険や後期高齢者医療保険制度等に加入している方は軽減になる場合があります。

## ●消費税の申告は茂原税務署でお願いします。

消費税の相談、申告は茂原税務署でお願いします。

### ～配偶者控除および配偶者特別控除の改正～

税制改正により、配偶者控除及び配偶者特別控除の取扱いが変わりました。

平成31年度の住民税から適用されます。

①配偶者控除額…納税義務者の合計所得金額が1千万円を超える場合には、配偶者控除の適用を受けることができません。（改正前：納税者の合計所得金額の制限無し）また、900万円を超える場合には、控除の金額が所得に応じて段階的に変わります。

②配偶者特別控除額…対象となる配偶者の合計所得金額が38万円超123万円以下となりました。（改正前：38万円超76万円未満）なお、納税義務者の合計所得が900万円を超える場合は、控除額が所得に応じて段階的に変わり、合計所得が1千万円を超えると適用されません。

## もっともっと知ってほしい児童養護施設・施設で暮らす子どもたち

～CAP（子どもへの暴力防止）の視点から考える～

### CAP（キャップ）とは

Child Assault Preventionの頭文字をとったもので「子どもへの暴力防止」という意味です。子どもへの人権意識を高め、さまざまな暴力から自分の大切な心と体を守る力を引き出すプログラムです。

セミナーでは、CAPの理論を軸として、児童養護施設とはどんなところか、またそこで暮らす子ども達への理解、地域のおとなとしての私達一人ひとりに出来る事などを、2時間のワークショップ形式で学びます。終了後、一宮学園の協力を得て、希望者には施設内見学を予定しています。

◆とき 2月3日（日）午前9時45分～午前11時45分

◆ところ 児童養護施設 一宮学園

◆参加方法 ☎・FAX 043 (279) 9232 ✉ cap2017chiba@gmail.com

※申込書は役場1階 福祉健康課 子育て支援係にあります。

【問合せ】 CAPグループ千葉県連絡協議会（滝川） ☎ 043 (279) 9232

## 今年の収穫祭 ～一宮ネイチャークラブ～

今年も皆で丹精こめて育てた緑米を無事に収穫することができ、平成30年12月2日（日）松子の田んぼで収穫祭が行われました。寒空の下、子ども会からも大勢の参加があり賑やかな収穫祭でした。例年好評の餅つきや豚汁、稲わらのしめ縄作りなどを楽しむうちに体もポカポカに。初参加の方からは、緑米のおにぎりを一口食べただけで「今までで一番甘くて美味しい!!」という声が聞かれました。松子の生き物に夢中になっている子どものママは、「ここに来ると心が和む」とやさしい笑顔を見せてくれました。松子での貴重な自然との触れ合いが行事を通じて広まっていく事は、私たち一宮ネイチャークラブの喜びであり、これからも松子の生き物たちを残して行きたいという気持ちを強くさせてくれます。海も里山もあるのが一宮の良さ、ぜひ身近な里山にも足をのばしてみてください。



<次回行事予定> 2月16日（土）早春の森の生き物観察・焼き芋

【問合せ】 代表：吉田 ☎(42)6784 事務局：矢澤 ☎(42)7388

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!!

## 長生特別支援学校中学部・高等部作業学習製品展示・販売会

◆とき 2月15日（金）午前10時から午後3時

◆ところ 茂原ショッピングプラザ アスモ 1階センターコート

◆内容 中学部・高等部の作業学習製品の展示・販売、学校紹介の展示

【問合せ】 千葉県立長生特別支援学校 ☎ (42) 2470

## ぐるっと長生フェスタ2019

ノルディックウォークで一足早い春の訪れを in 長柄

◆とき 3月2日（土）午前9時から午後3時

◆ところ 長柄ダム周辺（スタート・ゴール地点） ※10km程度のウォーキングが可能な方

◆参加費 3,000円（当日徴収、昼食代等）、ストックレンタル料500円（希望者のみ）

◆定員 150人（要予約・先着順）

◆申込方法 2月1日（金）から受付

事務局へ持参または郵送、FAX（申込用紙は町HPからダウンロードできます）

【申込み・問合せ】 長生地域観光連盟事務局（長生村産業課内） ☎ (32) 2114 FAX (32) 1486

## 治療と仕事の両立支援

がんや難病で治療しながら仕事を継続する労働者のために両立支援が始まっています。治療を受けながら仕事を続けるために困っていることがあれば、まずはお相談ください。

◆対象者 がん、脳卒中、心疾患、糖尿病、その他難病を抱える労働者

◆とき 平日午前9時から午後4時

◆費用 無料

【問合せ】 千葉産業保健総合支援センター ☎ 043 (202) 3639

## 教育講演会

社会福祉法人九十九会では、誰もが安心して暮らせる地域づくりを目指し、教育、文化、福祉の情報発信の場として、地域社会のエネルギーを高めていくこと、また、子どもを取り巻く様々な問題を中心にすえながら、講演会にいらっしやった方々の子育てに対する不安や悩みを少しでも軽減できるように努めていくことを目的とし、毎年教育講演会を開催しています。

◆とき 3月2日(土) 午後1時30分から3時30分(午後1時開場)

◆ところ 睦沢ゆうあい館(睦沢町上之郷 1654-1)

◆講師 いわむらかずお氏

◆演題 絵本、自然、子ども

※入場無料。保育あり(事前につくも幼児教室 ☎(44)1214へ要予約)

【問合せ】 榎の木学園 ☎(44)1212

## 防災訓練を兼ねた紅葉を見ながらのハイキング

宮原区自主防災会(露崎会長)は平成30年11月24日に避難訓練を兼ねたハイキングを実施しました。宮原集会所から一宮橋を渡り、西に向かい、関東台よりGSSセンター脇を通り、細田の池、そして伊豆半島の天城隧道に似た暗いトンネルを通り、本給の望洋公園、その後、創作の里で休憩しました。午後からは大正・昭和の別荘地跡の老女子、追手を廻り、午後2時30分ごろに宮原集会所に元気に帰り着きました。今回も緊急用に搬送車を用意しましたが、飲料とお弁当などを運んでいただくのみで緊急事態はありませんでした。今後も東日本大震災の教訓を忘れずに生活したいと思います。



▲ハイキングの様子(望洋公園にて神代臣磨さん撮影)

## 自衛官候補生募集

防衛省自衛隊では、自衛官候補生(男子、女子)の募集を下記のとおり実施しています。

	願書締切	採用試験日	入隊予定時期	試験会場	最寄駅
男子	1月28日(月)	2月3日(日)	3月下旬 ~4月上旬	木更津駐屯地	J R木更津駅
	2月25日(月)	3月3日(日)		習志野駐屯地	新京成線習志野駅
	3月4日(月)	3月9日(土)		習志野駐屯地	新京成線習志野駅
女子	2月25日(月)	3月3日(日)		習志野駐屯地	新京成線習志野駅

◆採用人数に達した時点で受付を締め切ることもありますので、早めの受験をお勧めします。

◆応募資格: 18歳以上33歳未満の方(ただし、入隊予定月の3ヶ月後の末日現在、33歳に達している方は入隊できません。)

※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)

茂原市町保3-217 シティビル2階 ☎0475(25)0452



## 入浴特化型デイサービス新規開設につき 従業員募集!

平成31年2月  
OPEN!

### 介護スタッフ

給与: 月給23万円  
要件: 介護福祉士・社会福祉士・  
介護支援専門員のいずれかの  
資格をお持ちの方

### 看護師(パートスタッフ)

要件: 正看・准看・保健師・助産師のいずれかの  
資格をお持ちの方  
時給: 1,200円~1,300円まで  
勤務: 月曜~金曜の2日以上  
ア) 9時~13時まで  
イ) 9時~17時までの2時間以上



おとわデイサービス(準備室: いすみ市岬町鴨根 461-1)

Tel. 0470-62-6227

http://blog.livedoor.jp/care\_otowa/

詳しくはお電話にて  
お問い合わせください

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料相談をご利用ください

# B型肝炎訴訟 (給付金請求) について

**無料電話相談**      **無料来所相談**

**完全予約制 ☎0120-013-621** 平日 9:00~18:00 **随時受付中**

実績 相談件数3,800件以上 給付金受領済み800件以上

弁護士法人  
プレシマス総合法律会計事務所  
弁護士 栗原亨一(あいば こういち) 東京弁護士会所属 登録番号35029

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A [営業時間] 平日 9:00~18:00  
☎TEL 03-5363-6333 ☐E-mail: info@precious-law.jp  
☐FAX 03-5363-6334 ☐http://precious-law.jp/

※これは有料広告です

## ✿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「事前に知っておきたい老年症候群について」のお話の第3回です。

### 誤嚥（ごえん）・嚥下（えんげ）障害

～食事中にむせるようになったら要注意～

加齢とともに、嚥下に関わる筋肉や反射が低下していきます。食事中によく咳き込んだりむせたりするのは、嚥下機能低下の可能性にあります。脳梗塞や脳出血などを発症すると、嚥下障害を起こしやすくなります。

本来食道へ入るべき食べ物が気管に入り込んでしまうことを誤嚥と呼び、気管に詰まると窒息することもあります。肺に細菌が入って誤嚥性肺炎を起こす場合もあります。誤嚥しにくい姿勢や食事内容を工夫し、口の中を清潔に保ち、呼吸や発音、舌や口のトレーニングで、嚥下障害の予防や改善ができます。

**嚥下（えんげ）** ⇒ 口の中のものを飲み込み、胃に送ること

**誤嚥（ごえん）** ⇒ 口から入ってきた飲み物や食べ物、唾液などが食道に入らずに気管に入ること

### かゆみ・掻痒感（そうようかん）

～低体温や脱水にも注意～

おむつや金属、洗剤、植物などによる接触性皮膚炎で起こるケースが多く、ほかに脂漏性皮膚炎、白癬（はくせん）、などの場合もあります。その他、腎不全、肝疾患、糖尿病によるかゆみ、薬剤による薬疹でも現れます。

皮膚は加齢とともに老化し、表皮や真皮が薄くなり、その下にある結合組織も密度や弾力を失って体温保持能力が低下するため、低体温になりやすくなります。また、汗腺の数も減少するので体温調整がうまくいかなくなり、脱水を起こしやすくなります。

### 白癬（はくせん）⇒

白癬とは皮膚糸状菌と呼ばれるカビによって引き起こされる感染症。

身体のさまざまな場所に生じる可能性があり、かゆみや皮膚の変化などの症状が起こる。



※老年症候群とは、加齢に伴う心身の機能低下で、診察や介護を必要とする症状や徴候の総称です。

【問合せ】 地域包括支援センター ☎ (40) 1055

## そ う だ ん ご と

### 人権行政相談

◆とき 2月7日（木）  
午後1時30分から  
午後4時

◆ところ 保健センター 3階

◆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 2月14日（木）  
午後1時30分から午後5時

※要予約 1人30分

【問合せ】

秘書広報課 ☎ (42) 2175

### 弁護士による法律相談

◆とき 2月19日（火）  
午後1時30分  
から午後3時30分

◆ところ 保健センター 3階

◆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

スポーツを真ん中に

合気道部 / 一宮少年野球クラブ / ウォーター  
マリンスポーツ部 / 空手道部剛柔流 / 空手道  
道楽会 / 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 / 日本障害者サーフィン協会 / 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  
ンジョイスーツクラブ (総合型地域スポーツ  
クラブ) / 運営本部 (総合企画委員会・広報部・  
企画部・事業部・事務局)



NPO法人  
**一宮町体育協会**  
**ニュースフラッシュ**

2019年1月発行 Vol.138

NPO一宮町体協 検索



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。

▼2018年1月号

**隔田川から浅草・浅草寺へ、年末の下町情緒をたっぷり、**  
人気観光客も、心も体も暖かくなる、  
冬の楽しみ方へ。

**テニスコートから花巻まで、**  
楽しい思い出が輝く日々、  
みどころ満載でプロップ盛り!

**2017年のグランプリは若下さんと池田さん。**  
一宮町アスリートオブザイヤー2017、表彰式開催。

**楽しいこと、始まってます。**  
一宮町体育協会には楽しいことがいっぱい!  
元気の素、健康創造  
いっしょにやってみよう!

**水戸橋公園へ梅見の秋。**

**新年を迎える準備中!**

**「笑顔」に年齢の壁はなかった。**

**グラウンドゴルフ町民大会で**  
最高の記録を知った!

**ジュニアトーナメントに**  
元気の体とほしりを生かす!

もった街の中へ、もった人の中へ。2019年、NPO法人一宮町体育協会が変わります。スポーツは一部の人だけのものではなく、健康を願うみんなのもの。今年、一宮町体育協会が動きまわります。

**秋から冬へ、フルスロットルで駆け抜けろ!**

**今年、栄冠はたれに輝く。**  
一宮町アスリートオブザイヤー2018推薦受付中

▼2018年12月号

**2018年。**  
たくさんのドラマが生まれ、  
数えきれない出会いがありました。  
苦しいこと、悔しいこと、  
楽しいこと、うれしいこと、  
哀しいこともありました。  
これこそアスリートの勲章です。  
そしてそのすべての思いが  
向上への糧となり、  
協会史を彩るものとなります。  
**スポーツは**  
いつも、どんな時でも、  
みんなの真ん中にいてくれる。  
**さあ、2019年。**

**野球で広がるふれあいの輪。**  
町民の絆、絆を深める活動が盛り上がる!

**ちよと道場、お江戸で小粋に花見ウォーク。**

**国内最大級の国際サーフィン大会**  
QS600を主催、  
大会の成功をバックアップ!

**「第40回千歳旗争奪少年剣道大会」**  
出場決定! 自然体で  
闘争心を持って  
全力で闘おう!

**市原ジュニアカップ**  
出場決定! 自然体で  
闘争心を持って  
全力で闘おう!

**「真の勇闘」**  
自然体で闘争心を持って  
全力で闘おう!

**グラウンドゴルフ経験教室**  
参加者募集!

**元気の素、グラウンドゴルフを体験しませんか?**

**親さがエネルギー、MINT KIDSの活躍が爽やか。**

**夏の汗は**  
君たちの  
勲章だ!!

**南房総の海と山を堪能。**  
エンジョイスーツが行く街、海、山。

**9年連続開催の「若下さん」**  
59回目町民大会終了!

**「タチハレ」**  
一宮町アスリートオブザイヤー2018推薦受付中!

**オッパにも大活躍!!**  
小学生、中学生の空手キッズが  
全日本選手権へ、関東大会へ!

**「真の勇闘」**  
自然体で闘争心を持って  
全力で闘おう!

**「真の勇闘」**  
自然体で闘争心を持って  
全力で闘おう!

過去一年分、2018年の一宮町体育協会ニュースフラッシュのページです。2018年もいろいろなアスリートが、いろいろなところで、いろいろなスポーツに挑み、活躍しているのがわかります。

このページでは、体協本部情報と体協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。お問合せは体協 広報部・荒木(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ごあんない

楽しく安全な遊びをしながら、お子さんの成長のお手伝いをします。  
入所前の親子の皆さん、お気軽にいちのみや保育所にお申込みください。

【予約・問合せ】

いちのみや保育所  
☎ (42) 2514

映画会・誕生会に

親子でいらっしゃいませんか？

映画会

◆とき 2月20日(水)  
午前10時から

◆内容

『泣いた赤おに』他

誕生会

◆とき 2月28日(木)  
午前10時から

※要予約(月～金曜日)

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。

◆とき 午前9時から午後3時  
(月～金曜日)

※予約不要

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

午前10時から午前11時  
(午前9時45分から受付)

2月5日(火) 15組

『保育所のおともだちとあそぼう』

2月19日(火) 15組

『たのしいひなまつり』

※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。

子育て相談室「コアラ組」

◆とき 2月1日(金)  
午前10時から正午

※要予約(月～金曜日)

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。

子どもたち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。

【2月のテーマ】『おに』

「おにはそと～ふくはうち～♪」  
2月3日は節分！みなさんの中  
にはおこりんぼおに、なきむし  
おに、くいしんぼうおに…どん  
なおにがいますか？節分にちな  
んでおにが登場する絵本を集  
めてみました。絵本の中から  
いろいろなおにをさがして  
みてください。

お子さまがグッとくる1冊を  
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」

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時から午後3時 予約は要りませんが、登録をしていただきます。

(ランチタイム正午から午後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。

○ みゆき先生のリトミック(1歳から) 2月8日(金) 午前10時30分から

○ ベビー&ママヨガ(0歳児から) 2月15日(金) 午前10時30分から

○ まねっこ保育園(1歳から) 2月26日(火) 午前10時30分から

【予約・問合せ】 子育て支援館「おおぞら」 ☎ (42) 7424

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

○ ベビマクラブ 2月13日(水) 午前10時30分から 参加費300円(初回のみオイル代500円)  
手から伝わる愛情アタッチメントで赤ちゃんとのコミュニケーションを育みましょう。※要予約

○ たまひよ部(毎月1回開催) 2月28日(木) 午前10時30分から 参加費300円(お茶お菓子付き)  
テーマ「ベビーとの防災を考える」東日本大震災を振り返り、災害や子連れの避難について一緒に考えましょう。

【イベントに関する問合せ】 マミーウェイたまひよ部 ☎ 050(3577)1335 ✉ tamahiyo@mommyway.net

【支援室に関する問合せ】 東浪見こども園 ☎ (36) 7726

## 傾聴ボランティア養成講座

一宮町ボランティアセンターでは、地域で話す機会の少ない高齢者宅や高齢者施設を定期的に訪問し、話し相手となる傾聴ボランティアを育成することで、地域住民による支え合いのまちづくりの推進に寄与することを目的に、平成 30 年 12 月 1 日（土）、8 日（土）の 2 日間にわたり傾聴ボランティア養成講座を開催しました。

今年度は NPO 法人日本傾聴ボランティア協会 事務局長の山田豊吉先生をお呼びして、基礎編、フォローアップ編の講座を実施し、初めて傾聴について講座を受けられる方、現在傾聴ボランティアとして活動中の方の多くに御参加をいただき学びの多い研修会となりましたので、その様子をご紹介します。

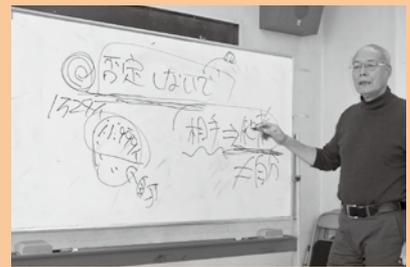
### 1 日目（基礎編）

#### ◎傾聴の基本 ～傾聴とはどのようにすることか～

- ・「聞く」と「聴く」の違い  
聞く（hear）ただ漠然と話を聞いている  
聴く（listen）一生懸命、注意深く耳を傾けて聴く

- ・傾聴とは（Active Listening：アクティブ リスニング）  
良好な人間関係、信頼関係をつくる基本

- ①自分の五感をフルに使い、深い思いやりと温かい心で、相手の話を一生懸命、聴くこと。
- ②「聴いている」ということが、相手に伝わる様に聴くこと
- ③相手に対し、積極的な興味と関心を持って、話を聴くこと
- ④相手をプラスに評価しながら聴くこと



▲ 講師 山田豊吉先生



▲ よい聴き手とは？意見を出し合う

よい聴き手となるには、自分から見た他者である相手のことを多様な価値観があることを理解し、対等・並立の存在であると認める基本的な人間観を持って相手に向き合うことが大切であることを学びました。

その他にも、話すことの大切さ、傾聴の基本的な心構え等についてお話していただきました。

### 2 日目（フォローアップ編）

#### ◎活動上の疑問・困りごとについて考える Q & A



現在活動中のボランティアが経験した困った出来事、疑問について、まずは参加者二人一組で意見を出し合い考えてみる時間を設け、発表。

その後、質問に先生より回答、説明をしていただきました。

- 疑問・困りごとの例
- ・話しかけても相手が何も答えてくれない
  - ・会話の糸口に小道具を持参してもいい？

#### 参加者の声

- ・傾聴の勉強をする中で共感という言葉の難しさを感じていたが、相手を否定せず存在を肯定的に認める気持ちが大切という言葉聞き、自分の中でとても納得でき理解することが出来たように思う。
- ・傾聴で相手にお話ししていただくことが相手の方の生きる自信にもつながるといった話もあり、自分にとってもやりがいがある活動だと改めて感じました。
- ・疑問・困りごとに対して丁寧に答えていただき、そのような対応の仕方、考え方があるのかと目から鱗が落ちる気分でした。



# 保健センターだより



## ◎ インフルエンザを予防しましょう ◎

インフルエンザは、一般的なかぜとは違い、インフルエンザウイルスに感染することでおこる病気です。特に子どもや高齢者は抵抗力が弱く、重症化するおそれがあるため注意が必要です。

### 《インフルエンザとかぜの違い》

- インフルエンザ：毎年1月～2月に流行のピークを迎えます。38度以上の突然の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節・筋肉の痛みなどの全身症状です。中には高熱がでないタイプのインフルエンザもあるため、症状に筋肉痛・倦怠感・頭痛・下痢・嘔吐・腹痛などがある場合はインフルエンザの可能性があるので、医療機関を受診しましょう。
- かぜ：特に流行シーズンはなく、一年をとおしてひきます。鼻水やのどの痛みなどの局所症状です。



### 《インフルエンザの感染経路》

- 飛沫（ひまつ）感染：感染した人の咳やくしゃみなどのしぶきを、健康な人が口や鼻から吸い込むことで感染します。
  - 接触感染：感染した人が、インフルエンザウイルスのついた手で触れたものに、健康な人が後から触れることで間接的にウイルスに感染します。
- \*咳やくしゃみなどの飛沫は、半径1mから2mも飛ぶと言われています。

### 《インフルエンザにかからないためには》

- ☆外出後は手洗い、うがいを忘れずに。  
15秒以上かけて、流水・石けんで手を洗いましょう。指や爪の間、手首まで洗いましょう。
- ☆インフルエンザが流行している時は、人が多く集まる場所への外出を避けましょう。  
どうしても出かけなければならない時には、マスクをつけましょう。
- ☆十分な休養とバランスのよい食事を心がけましょう。
- ☆加湿を心がけましょう。  
空気が乾燥することで粘膜も乾燥し、ウイルスがつきやすくなるため、湿度50～60%の理想的な加湿を心がけましょう。



## 1月のレシピ バナナヨーグルトパンケーキ



### 一宮町食生活改善会

1人分 70kcal  
塩分 0g

〈材料〉	〈1枚分〉
バナナ	2本
卵	1個
ヨーグルト	100g
ホットケーキミックス	150g
メープルシロップ	適宜

### 〈作り方〉

- ① バナナ1本分は5mmの厚さに輪切りする。
- ② ボウルに卵とヨーグルトを入れて泡だて器でよく混ぜ、残りのバナナ1本をざっくりと潰して加える。ホットケーキミックスを加え、ゴムベラでさっくりと混ぜ合わせる。
- ③ テフロンのフライパンを温めて②を流し入れ、表面に①を並べて蓋をして4分焼く。裏返したら蓋をして3分焼く。
- ④ 食べやすい大きさに切り、お好みでメープルシロップをどうぞ

### しっとりとしたパンケーキです。

市販のカップ入りのヨーグルトは100g前後、ホットケーキミックスの小袋も150gの品が多いようです。量りを用意しなくても手軽にできますよ！  
ぜひお試しくださいね♪



# 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い合わせください。



## 2月の行事

【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）	7日（木）	9：00～11：00	子育てに関するさまざまな相談	保 健 セ ン タ ー	
男性料理教室	13日（水）	受付 9：20～9：30	町内在住の希望者 ※お問合せください		
乳 児 相 談	14日（木）	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。		
2歳児歯科健診	15日（金）	受付 13：00～13：15	平成28年10月～11月生まれ		
1歳6ヶ月児健診		受付 13：15～14：00	平成29年5月～7月生まれ		
親子ふれあい教室	20日（水）	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		
食生活改善会 地区伝達料理講習会	21日（木）	受付 9：20～9：30	町内在住の希望者 ※お問合せください		
パパママ料理教室	26日（火）	受付 9：20～9：30	小学生以下の子どもの保護 者の料理教室		
あそびの広場	1日（金）・4日（月）・5日（火） 6日（水）・8日（金）・12日（火） 13日（水）・18日（月）・19日（火） 21日（木）・22日（金）・25日（月） 26日（火）・27日（水）・28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 6日（水）11：00～11：30 ボランティア「赤とんぼの会」 22日（金）10：30～11：30 ボランティア「ゆりかご」				
けんこう運動教室	6日（水）		65歳以上の希望者（ワハハ!時間）		保 健 セ ン タ ー
	18日（月）	受付 13：10～13：20	// （作品づくり）		
	27日（水）		// （貯筋体操）		
東浪見けんこう運動教室	5日（火）	受付 9：45～10：00	65歳以上の希望者（リズム体操）	東 浪 見 コ ミ ユ ニ テ ー セ ン タ ー	
	20日（水）		// （筋力アップ体操）		



※カレンダーは2月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土	
<div style="background-color: orange; padding: 10px; text-align: center;"> <b>確定申告</b>                      2月18日(月)～3月15日(金)                      忘れずに申告しましょう!!                 </div>						1 2コース 燃えないゴミ 3コース 資源・乾電池 ゴミ 子育て相談室[コアラ組]	2 燃える ゴミ
3 節分祭 町の図書室休 休 長生八積医院 ☎(32)3282	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	
10 町の図書室休 休 津谷クリニック ☎(32)5645	11 町の図書室休 休 長島医院 ☎(42)8800	12 燃える ゴミ	13	14 燃える ゴミ 町長室開放日	15 1コース 資源・乾電池 ゴミ 2コース 粗大ゴミ	16 燃える ゴミ 連続講座 「加納家と一宮④」	
17 町の図書室休 休 よねもと整形外科 ☎(40)1065	18	19 燃える ゴミ 法律相談 親子教室[ひよこ組]	20	21 燃える ゴミ	22 1コース 燃えないゴミ 2コース 資源・乾電池 ゴミ 3コース 粗大ゴミ	23 燃える ゴミ	
24 休 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			

●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。

- 固定資産税(第4期)
- 国民健康保険税(第8期)
- 介護保険料(第8期)
- 後期高齢者医療保険料(第8期)

**2月28日(木)**

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(中央消防署のうら)

・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(消防署裏) ☎(24)1010

夜間急病診療テレフォン案内 ☎(24)1011(19:00～翌朝6:00)



TOKYO 2020



HOST VENUE

みんなの輝き、つなげていこう。

Unity in Diversity

東京2020オリンピック競技大会  
2020年7月24日～8月9日

東京2020パラリンピック競技大会  
2020年8月25日～9月6日



TOKYO 2020



HOST VENUE