

御宿

O N J U K U

平成13年



1月

2001 第449号
千葉県御宿町役場



夢と希望に満ちた
門出を祝う成人式

祝・成人

二十一世紀を築く新たな決意



二十一世紀という新しい時代とともに、新成人七十六人（男四十三名、女三十三人）が、人生の第二ステージに力強く踏み出します。

新成人の門出を祝う成人式が、一月十三日に町公民館において開催され、色鮮やかな振り袖やスーツ姿の成人者が集まりました。

希望に満ちた新成人に対し、井上町長は、「夢に向かってやり遂げようという強い意志と情熱を持って、何事にも挑戦してみてください」と激励。

その祝辞を受け、男性では浅野雄輝さんが、女性では大石晴海さんが、新世紀における新たな決意を述べ、皆さんの無限の可能性を秘めた力が、会場を包み込んでいました。

高度情報化という二十一世紀社会において、皆さんそれぞれが、どのように活躍されるかが期待されます。





最高の笑顔を見せてくれた2人
成人式終了後、お酒でも飲みに行くのでは・・・



久しぶりに再会した友人や恩師との会話では、
近況報告や思い出話で盛りあげました



記念撮影前の様子
和やかな雰囲気でもまれていました

町民が支える自治体消防



無火災の誓い

平成13年町消防団出初式

阪神・淡路大震災から今年で六年が経過しました。最近では、有珠山の噴火や伊豆諸島の大震災など、各地で大災害が発生し、大きな被害を受けたことは、記憶に新しいところがあります。

このようななか、町では、計画的な消防施設の整備や自主防災組織の発足・育成を推進し、災害に強い町づくりに向け、積極的に取り組んでいきます。

また、町消防団においても、永石団長を中心に積極的な防災・防火活動を実施しており、夷隅広域消防御宿分署との連携を図りながら、さらなる防災体制の強化に努めているところです。

一月七日に行われた御宿町消防団出初式では、過去の反省を振り返るとともに、二十一世紀という新たな時代に向け、地域防災における決意と志気の高揚を図りました。また、防災・防火ポスター展における表彰式もあわせて行われ、布施小学校（三年）の君塚亜子さんをはじめ五名の小学生が表彰されました。

お年寄りから子どもまで住民一人一人が防災活動に関心をもち、また、相互に手を取り合いながら、安心して暮らせる地域防災体制の充実が期待されます。



防災・防火ポスター展表彰

御宿町長賞

布施小学校三年 君塚 亜子

御宿町消防団長賞

御宿小学校六年 清水 雄太

御宿町教育委員会教育長賞

岩和田小学校五年 石渡 悠乃

夷隅郡市広域市町村圏事務組合

消防本部消防長賞

御宿小学校六年 井上 智明

夷隅郡市危険物安全協会会長賞

布施小学校五年 石井 達也

(敬称略)

町民一人一人がつくる 地域防災の輪



安心して暮らせる町づくりの中心となる御宿町消防団の出初式が、平成十三年一月七日に須賀多目的広場で行われました。

団旗の入場で始まった出初式では、団員総勢二百名が参加し、ポンプ操作や小隊訓練が行われ、日ごろの訓練の成果を存分に披露しました。

井上町長は、「郷土防災の

要として、住民の期待に応え、無火災を目指してください」と激励。

消防団員も、防災・防火活動へ新たな決意を誓いました。

また、消防活動における功労者の表彰式も行われました。表彰者は次のとおりです。

平成十三年

御宿町消防団出初式表彰者

千葉県知事功労章

本部指導部長 君塚 利男

千葉県知事精勤章

第二分団分団長 鈴木 雅浩

第十分団副分団長 大地 洋夫

夷隅支庁長章

第四分団分団長 石井 光弘

第六分団分団長 井上 一郎

第七分団分団長 根本 典正

千葉県消防協会長精勤章

第一分団分団長 中村 高志

第三分団分団長 式田 清一

千葉県消防協会

夷隅支部長特別功労章 若山 重樹

千葉県消防協会

夷隅支部長功労章 石井 敏継

第十分団分団長

千葉県消防協会

夷隅支部長精勤章

第二分団副分団長 高梨 勝

第七分団副分団長 松本 菊夫

第六分団部長 鈴木 克己

御宿町長功労章

第一分団部長 市原 功

第二分団班長 伊藤 文夫

第三分団班長 藤江 洋

第四分団班長 渡辺 辰也

第六分団班長 浅野 和弘

第七分団班長 斎藤 浩

第八分団班長 吉野 長

第八分団班長 君塚 克己

第十分団班長 柴燈 正夫

第十分団班長 井上 美行

御宿町消防団長精勤章

第一分団班長 井上 暢之

第三分団班長 斎藤 博久

第四分団班長 神定 浩明

第七分団班長 渡辺 学

第二分団班長 秋葉 秀一

第二分団班長 嶋田 武志

第八分団班長 吉野 博

第八分団班長 君塚 和成

第十分団班長 大地 徳夫

第十分団班長 吉野 民夫

御宿町消防団長特別功労章

第二分団班長 水谷 和男

第二分団班長 小山 宗二

第二分団班長 滝口 清

第二分団班長 新井 裕二

第二分団班長 三木 和久

第八分団班長 白鳥 一宏

第八分団班長 吉田 和幸

第八分団班長 吉野 健一

第八分団 吉野 昭

(敬称略)

さまざまな分野において町発展に大きく貢献された方々を表彰

一月四日、御宿小学校にて、新年祝賀式が行われ、町表彰規定により、八名の方々が表彰を受けられました。

この表彰は、永年にわたり、町内の各分野におきまして活動され、町の発展にご尽力された方々の功績を讃え、表彰するものです。

永きにわたり 建設行政に尽力

高見 康一郎氏
永年にわたる建設行政への功績により、秋の叙勲におかれまして勲四等瑞宝章の栄に浴されました。



永きにわたり 地域防災に尽力

元御宿町消防団長

秋葉 一哲氏

永きにわたる自治体消防への功績により、秋の叙勲におかれまして勲六等单光旭日章の栄に浴されました。



地方自治発展に 大きく貢献

元町議会議長

佐藤 高二氏

永きにわたる地方自治の振興発展に対します功績により、十一月三日に千葉県知事表彰を受賞されました。



交通安全対策に 大きく貢献

大原交通安全協会副会長

増田 誠次氏

永きにわたる交通安全対策に対します功績により、十一月三日に千葉県知事表彰を受賞されました。



住民の健康増進に 大きく貢献

前食生活改善会会長

石井 一恵さん

永きにわたる地域住民の健康増進に対します功績により、十月十七日に千葉県知事表彰を受賞されました。



また、町職員として二十年勤続され、地方自治の振興発展に尽力された多賀孝雄氏と鈴木郁夫氏、植田千津子さんが表彰されました。

青色申告制度施行五十周年 記念茂原税務署長感謝状

三矢 信義氏
松本 光一郎氏

永年にわたる青色申告の普及・育成と、税務行政の円滑な運営に対する功績により、十一月十五日に茂原税務署長より感謝状を受賞されました。

平成十二年度 交通安全功労者

優良運転者 表彰

【交通安全功労者交通指導員】

【優良運転者】

- | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|----------|---------|---------|---------|---------|--------|--------|---------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 金井 昌司さん | 江澤 洋一郎さん | 君塚 征男さん | 岩瀬 信泰さん | 井上 幸子さん | 鈴木 和子さん | 新井 清さん | 巽 彰宏さん | 樋口 庄一さん | 市東 隆さん | 高階 正さん | 中尾 育男さん | 千葉 敏衛さん | 瀧谷 重雄さん | 瀧谷 育代さん | 山中 一郎さん |
|---------|----------|---------|---------|---------|---------|--------|--------|---------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|

中学生の税に関する作文

優秀賞

千葉県納税貯蓄組合総連合会奨励賞
長夷納税貯蓄組合連合会会長賞



『生活を
支えてくれている税金』
御宿中学校三年 石田 藍子

私が、税金の使われ方を知ったのは、学校の授業の時です。

それまでは、税金がどれだけ生活を支えてくれているかなど考えたこともありませんでした。買い物をした時に、消費税を払っているにもかかわらず、税金のことを考えたことがないことを、少し恥ずかしく感じました。そこで、自分の生活の中での税金の使われ方について考えてみると、たくさんありました。義務教育の九年間は、不自由なく学校に通えることも税金のおかげです。

また、道路や公共施設なども安全で使いやすい状態になって

います。警察官や消防士などの公務員の人たちが、私たちに何かあった時に対処してくれることも税金のおかげだと思います。他にも私たちの生活が、安全で生活しやすい社会にするために、いろいろなことに税金は使われています。

私が、最も助けられていることは医療面です。私は三才の時から小児喘息で病院に通っています。こんなに病院に通っているのだから治療費にはお金がかかっているだろうなと思っていました。そこで、親に聞いてみたところ「小児慢性疾患治療研究事業」という事業によって、医療費から医療保険を除いた自己負担分は、税金で支払われていることを知りました。

この事業は、私のような喘息を持つ子供の家族の経済的な負担を軽減し、健全な育成を促進し、慢性疾患についての医療の普及に大切なもので、各都道府県が国の補助を受けて実施して

いるものだとということが分かりました。

この事業を知り、こんなことにまで税金が使われていることが分かり感謝しています。いつもあたり前のように医者に診察してもらって薬をもらっていたけれど、税金に助けられていることにもっと早く気付けばよかったと思います。昔、何回も薬を飲み忘れたり、落としてなくしたりしていた自分を反省して、今ではきちんと飲んでいます。

今のようないきな不景気でも、私のような子供のために医療費を助けてくれている税金。早く病気を治して、私の分の税金が、他の患者の人にまわしてあげられるようになりたいです。

私たちの生活を支えてくれている税金。もし、税金がなくなってしまうたら、どうなるか考えてみました。世の中の仕組みが乱れてしまい、私のような子供も病院に通えなくなってしまうし、公共施設や学校もなくなってしまうのではないかと思います。そんな事は考えるだけで恐ろしいです。

これからは、税金のことにいてたくさんの方を理解してあげたいと思います。

確定申告がはじまります

【申告受付のお知らせ】

| 内容 | 日時 | 会場 | 持参するもの |
|-----------------------------------|--|------------------|---|
| 町税務課職員による申告の受付 | 2月16日(金)から3月15日(木)まで(土曜・日曜日を除く)午前9時から12時まで午後1時から4時まで但し、午前中の受付人数が多いときは午後になる場合があります。 | 御宿町役場保健センター2階会議室 | 印鑑、源泉徴収票など収入のわかるもの、昨年の申告書類の控、生命保険・損害保険料の支払証明書など。還付の場合は本人の口座番号が必要です。 |
| 税理士・茂原税務署・町税務課の合同による受付。税理士の無料申告相談 | 2月22日(木)午前9時30分~12時午後1時~4時 | 同上 | 同上 |

*平成12年中に土地・建物の売却など譲渡所得があった方は、2月22日(木)の「出張申告相談」を是非ご利用ください。
*平成12年中に住宅を新築(取得)した方、年の途中で退職し年末調整を受けていない方、支払い医療費が10万円(又は所得の5%のどちらか低い方)を超えた場合など、所得税の還付対象となる場合がありますので、ご相談ください。

所得税の確定申告は2月16日から3月15日までですが、その前に次のとおり申告説明会を実施しますのでご利用下さい。

【所得税・事業税・住民税の共同説明会】

| 日 | 時 | 会場 |
|---------|-----------|----------|
| 2月5日(月) | 午後1時30分から | 勝浦市役所 |
| 2月6日(火) | 4時まで | 茂原市市民体育館 |

【持参するもの】
申告書、収支内訳書、決算書及び計算器具。

【サラリーマンの方の『住宅ローン控除』還付申告説明会】

平成12年中に、住宅ローン等を利用してマイホームを取得(増改築を含む)された方を対象として、住宅借入金等特別控除の計算や申告書の作成についての説明会を行います。

| 日 | 時 | 会場 |
|----------|------------------------------|--------------|
| 2月14日(水) | 午前の部 9時30分開始 午後の部 1時30分開始 | 茂原市 市民室(ホール) |

【持参するもの】
源泉徴収票、住民票、登記簿謄本、借入金年末残高証明書、請負(売買)契約書、印鑑、筆記具、計算器具。
●還付金受取金融機関の口座番号(×モ)も必要です。(増改築の方は書類が多少異なります)

※問合せ先 茂原税務署個人課税第一部門 ☎0475-22-8356

見直しましょう! 『子どもの生活習慣』

御宿町保健推進会は、生涯を通じた健康づくりのため、住民福祉課・保育所・小中学校が連携した活動をはじめ、11年目を迎えました。

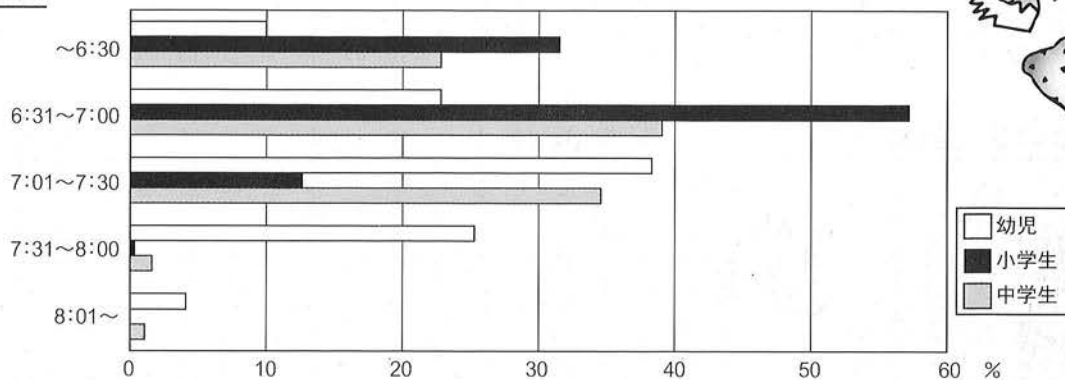
近年、子ども達を取り巻く社会環境や生活様式は大きく変わってきました。それに伴い、子ども達の生活習慣も変化し、様々な問題点がみられるようになりました。

今回、町内の幼児から中学生までの家庭に生活状況調査を依頼し、結果をまとめましたので、これから3回のシリーズで報告します。

※調査時期：平成12年7月 対象者：幼児（2歳児・保育所児童）180名、小学生378名、中学生187名

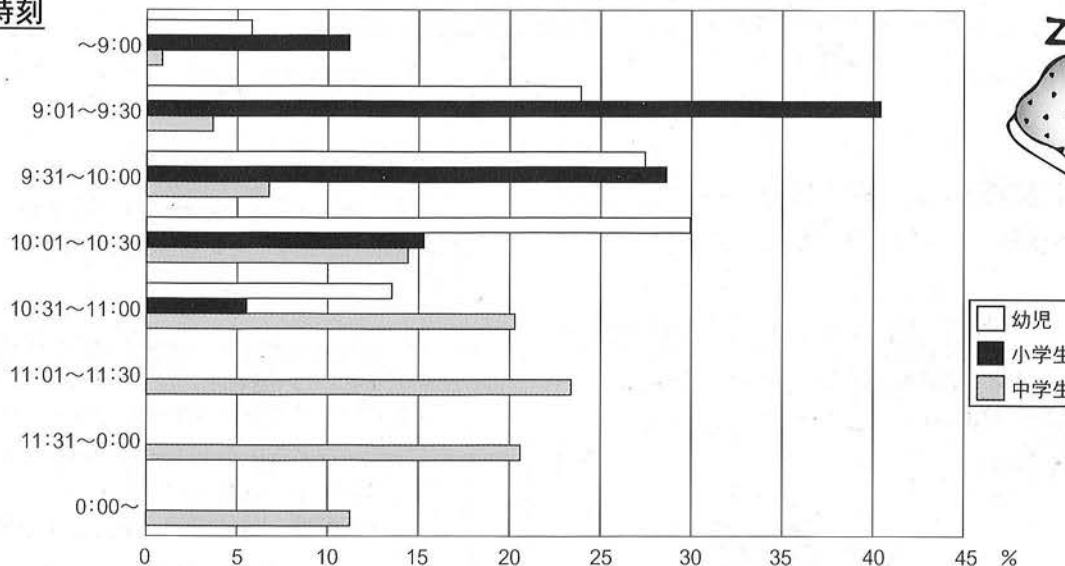
その① 夜型生活をしていませんか？

● 起床時刻



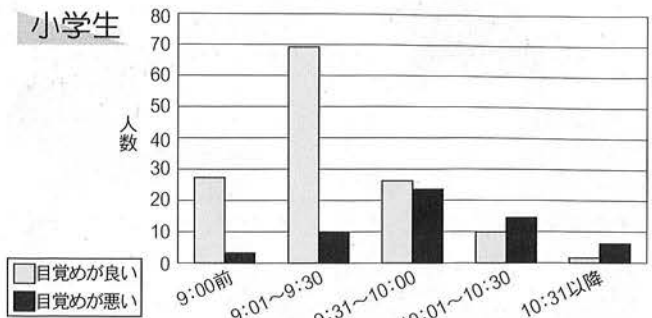
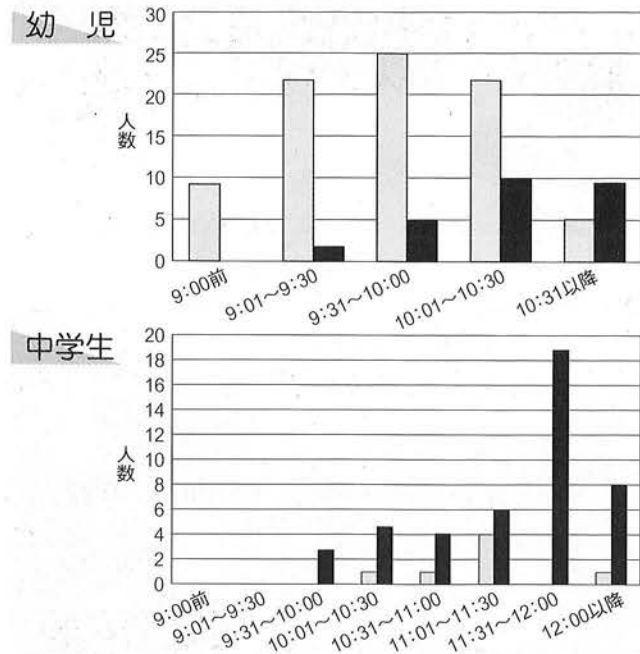
☆小学生の起床時刻が早い傾向にあるのに比べ、幼児や中学生は遅くなっていることがわかります。頭がスッキリした状態で授業にのぞむには、起床してから2時間くらいが必要といわれています。

● 就寝時刻



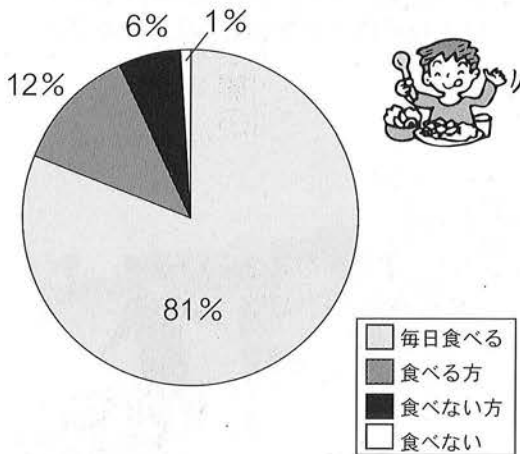
☆幼児の約4割が10時以降に就寝していました！ これには、親の生活時間が大きく影響していると思われます。また、中学生では半数以上の生徒が11時以降に就寝しています。交友関係や興味・関心など、生活の範囲が拡大する時期ですが、学習や部活などの日課も増え、自由な時間が作りにくくなっていることも考えられます。

● 就寝時刻と目覚めの関係 ※朝の目覚めが「良い」子と「悪い」子の就寝時刻の比較（「やや悪い」は除く）

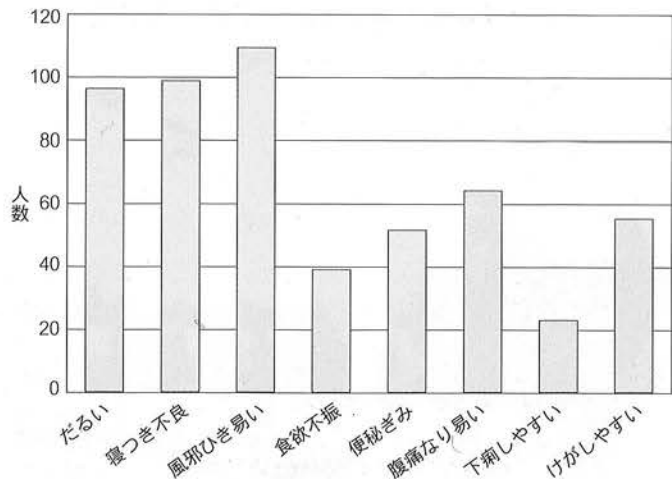


☆就寝時刻が遅くなるほど、目覚めが悪い子どもが多くなります。幼児の中には、10時過ぎに寝ても「目覚めが良い」と答えている人がいますが、これは起床時刻も遅いためと思われます。中学生では、「目覚めが良い」と答えている子どもは1割に満たず、ほとんどの生徒が「少し眠い」「目覚めが悪い」と答えています。

● 朝食について (全体)



● 体調について (全体)



今回の調査から、子ども達の生活のリズムが夜型傾向になっていることがわかりました。

これが、「朝スッキリ起きられない→食欲がない→なんとなく体調がすぐれない」といった悪循環のもとになっているのではないのでしょうか。



保護者の方のご意見 (保育所)

子ども達の就寝時刻が遅くなり、目覚めの悪さにつながっていることがわかりました。

親の生活リズムの影響を一番受けやすい時期ですが、核家族や共働きが増加し、夕食や就寝の時間が遅くなってしまいう家庭も多いのではないのでしょうか・・・。

早寝、早起きを心がけ、子ども達の健康的な生活リズムをつくっていききたいものだと思います。

家族みんなで早寝、早起き型の生活リズムを心がけ、心地よい目覚めと快適な一日を！



御宿アラカルト

1月



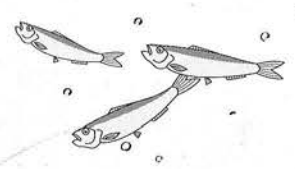
御宿では、菜の花が咲きはじめ、春の訪れを感じさせます



合格



高校受験を控え、真剣な表情で授業を受けている御宿中学校3年生のみなさん



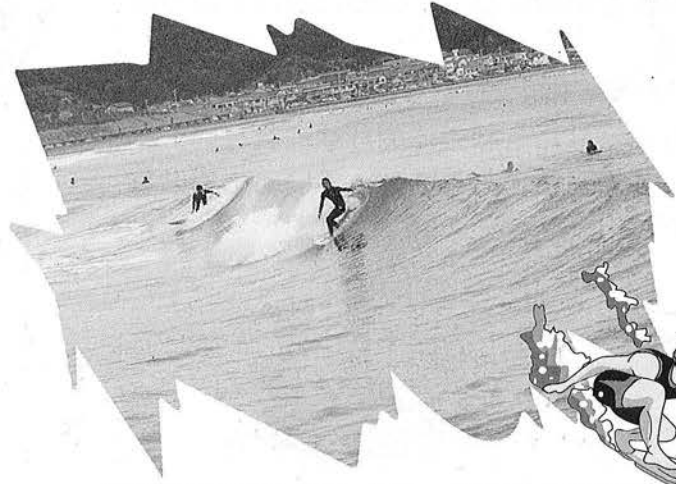
御宿漁港では、イワシ釣りを楽しむ人々で賑わっています



たこを大空高く上げるため、夢中になって走り出す岩和田保育所のみんな



寒さも忘れて、元気いっぱいサッカーを楽しんでいる子どもたち



冬でもたくさんのサーファーが集まっています



公民館ニュース



試食してみましょう

現代を健康に生きる

【料理教室】

現代を健康に生きることは、私たちにとって永遠の課題です。

「病気になる前に食生活を改善し、健康で自己実現をし、充実した生涯を送りたい」という共通の願いを持つ教室です。

関野先生の指導のもと、月一回、十九名の教室生は男女

共学で、現在の自分たちの食生活を見つめ直し、どう改善するかを具体的な料理を通して学んでいます。

そして、世界中の食べ物が手に入るようになった今、何をどう食べたらいいかを選択する力をつけたいと思っています。



紙いっぱい元気よく

個性豊かな作品 できたよ

【習字教室】

第一・第三の日曜日の午前十時、教室に子どもたちが集まってくると、たちまち、にぎやかになります。

しかし、先生の一声で、学年ごとの課題に練習開始です。書く早さや文字の大きさ等、一人ひとりみんな違います。作品に朱書きで大きなマルをつけてもらって、ニッコリするのはみんな同じ。

初めて毛筆で文字を書いた一年生や二年生も、十一月の文化祭には、個性豊かな作品を発表することができました。

「子どもって、素直な字を書きますね。ぐんぐん上達していきます。」と先生も満足顔です。

御宿お達者自慢 ⑦

ひ孫の幸せを願って



吉野 はまさん 九十七歳 実谷

な財産なのでしよう。

「はまさんの今一番の楽しみは何ですか」と伺ったところ、ひ孫さんが毎週帰って来てくれるとのこと。悩みを聞いたり、それに対して助言をしたり、また、食事をとったりするなど、一緒に過ごすことに楽しみを感じられているようです。

最後の質問です。

「はまさんの願いは何ですか」それは、ひ孫が幸せになつてくれることだそうです。



今年で九十八歳を迎えられる吉野はまさんは、吉野家の畑仕事の先生で、天気の良い日は、畑に行つて意欲的にアドバイスされています。

また、家族のなかで、野菜の出来を比べたりされてはいますが、やはり、はまさんが作られた野菜には、かなわないそうです。「昔ながらの生活の知恵」は、二十一世紀という新たな時代を迎えても、失うことのない大切

—特集—
おんじゅくの介護 ⑯

住宅改修により
自立した生活を支援



浴室に手すりを取り付けた例

介護保険では、要支援・要介護の認定を受け、自宅で療養している方が、より安全で快適な日常生活が送れるよう、『住宅改修費支給』という制度があります。住宅改修は、住み慣れた自宅で自立を促す大きな支えとなります。

今回のシリーズ「おんじゅくの介護⑯」では、在宅介護を支援する住宅改修について、ご紹介いたします。

住宅改修

介護保険制度では、手すりの取り付けをはじめ、屋内外の段差の解消や床材、さらには扉、便器の取り付けの変更など住宅改修に要した費用を保険給付の対象としています。

★Aさんは：廊下の床板を滑りにくい材質に変え、手すりを取り付けて寝室から居間まで歩くようになりました。

★Bさんは：和室を床張りにして車椅子の動きが良くなりました。

★Cさんは：つまづきやすかった廊下から部屋の入り口の段差をなくしました。

★Dさんは：内開きで狭かったトイレのドアを外開きに変え、便器も和式から洋式に変えたので奥さんはとても介護しやすくなりました。

このような部分的な住宅改修においても、介護する人や介護を受ける人の身体的負担を軽減し、危険を少なくするだけでなく、ご本人の自信や意欲につながり、自立に向け

てもう一歩進めることができます。

昨年未までの介護保険制度による住宅改修費の支給の申請は十三件でした。

数万円の手すりの取り付けから三十万円を超えるいくつもの改修の組み合わせなど規模によりその費用は違いますが、介護保険制度では、住民改修に要した費用について、一旦立て替え払いをしてもらい、その費用の九十％を一括で払い戻します。

なお、払い戻しできる限度額は十八万円です。

申請資格

介護保険制度による住宅改修費の支給を受けようとする方は、自宅で療養し、また要支援・要介護の認定を受けていることが前提です。

※認定審査中でも申請は可能ですが、非該当（自立）と判定された場合は、支給申請は認められないことになります。

※入院中の方で、退院後の在宅療養介護のための改修を希望される場合は、介護保険係までご相談ください。

申請方法

手順①

改修の前に、必ず担当ケアマネージャーに相談をしてください。また、その際にリハビリスタッフや建築士、住宅リフォームの専門家などに相談することで、機能的で安全な無駄のない改修計画を立てることもできます。

手順②

改修工事着工の前に役場の介護保険係に連絡し、必要書類（左表）を確認してください。申請には改修前の写真が必要になりますので必ず撮っておいてください。

手順③

工事終了後に申請を行ってください。

必要書類

1. 「居宅介護（支援）住宅改修費支給申請書」
2. 住宅改修に関する意見書
3. 住宅所有者の住宅改修に関する承諾書（本人所有の場合は不要）
4. 改修前後の写真
5. 改修に要した費用の支払い領収書及びその明細書

わたしたちがんばっています

和気あいあいの集い

—波月読書会—

私たちは主に、県中央図書館内の「十冊文庫」の目録より選んだ本を読み、他に文学散歩、ビデオ鑑賞、交流会などをを行っています。

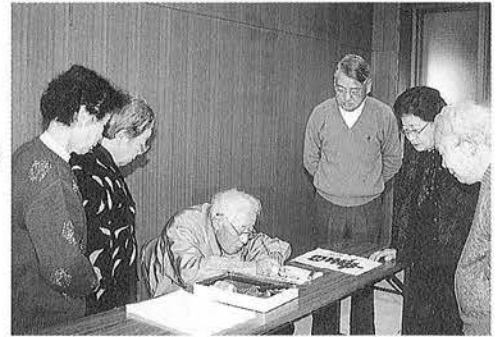
を持ち、読後の感想には、深い感動、充実感等を味わい、最近の世界情勢、多発事件等も交えて話し合います。

昭和五十五年、春頃より活動を始め、当時を知るのは二人のみに。しかし文学に造詣深く、人生経験も豊かな方々で十一名。

より、有意義な老後をと、和やかな集いを楽しんでいます。



言葉の表現を巡って会話がはずみます



生涯学習の喜びを満喫

—書道クラブ—

書道クラブは、公民館主催教室の三年間を無事終了した書道好きな同志の集まりです。

講師の佐藤先生からは、書を通じ、若い頃の楽しかったこと、つらかったこと等のエピソードを何回もお聞きしました。その話しの端々に先生の人生観がにじみ出ており、書を学ぶと同じに生き方を教えられるます。

書を生涯の友として、心の豊さを養い、初心を忘れることなく、末長く勉強していきたいと思えます。

先生には、教室の時から現在に至るまで十余年、熱心な指導を受けています。

わたしは消防団の応援団

君塚一雄氏(須賀)が

町消防団に五十万円を寄付



地に出動し、被害を最小限に止める郷土防災の要であると感じたことに加え、自宅近くで行われている夜間の消防操法訓練を見たときに住民の一人として何かできることはないかと考え、今回、寄付をさせていただきますました。

私は、消防団の応援団です。」とのことでした。

消防団では、昨年度分については、消防操法訓練時に使用するビデオカメラを二台購入させていただき、郡市消防操法大会へ出場する各分団が使用し、大変効果を上げています。

なお、本年度分については、防寒着二十三着を購入したほか、各分団庫に防犯用センサー付強力ライトを設置する予定です。

大変ありがとうございます。

去る昨年十一月二十七日に、須賀の君塚一雄氏から御宿町消防団に五十万円の寄付がありました。これは、平成十一年度に続き二度目の寄付になります。

ご本人にお話を伺ったところ、「きつかけは、平成十一年十月二十七日の大雨で、須賀区の国道沿いが増水による被害を受けたときに、消防団が出動していたのを見て、消防団は、火災の時だけでなく、大雨や強風、がけ崩れ等の災害に半ボランティアで一斉に被災

トピックス



二十一世紀に向けたそれぞれの想いを
 潜の火祭り

21世紀に向けた夢や希望が、白い砂浜に設置された5基の大焚松の炎とともに、大空高く無限に広がっていく『潜の火祭り』が、大晦日、御宿海岸で行われました。

井上町長は、「観光関係、諸団体と連絡を密にし、御宿町の自然との共生、歴史を継承した魅力ある観光地づくりを推進していきます」と挨拶。その後町長をはじめ、一般公募で選ばれた方々が、大焚松に点火されました。

当日は、小雨が降っていたものの、たくさんの方が訪れ、勢いよく燃え上がる大焚松に願いを書きこんだ木札を投げ込み、新年の願いを託しました。

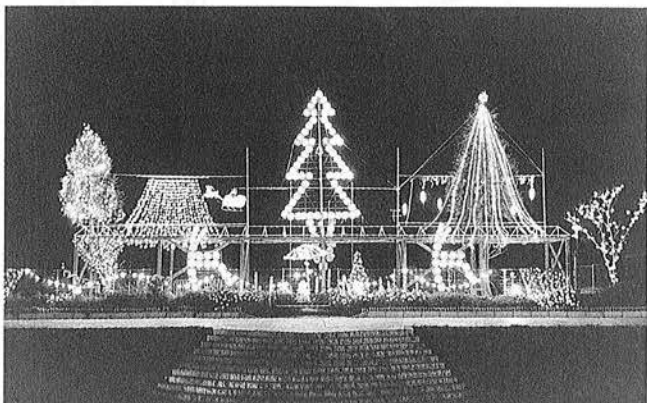
また、旅館組合や民宿組合、海岸売店組合、飲食店組合、さらには、商工会青年部、青団連の皆さんのご協力により、郷土料理や地酒などを無料配布し、訪れた皆さんに心あたたまるおもてなしをしました。

潜の火祭りは、御宿の郷土文化として、定着してきているイベントの一つとなっています。

御宿ウォーターパーク内において、12月16日から1月10日までの間、住民の皆さんをはじめ、訪れた方々に、夢と感動をあたえるイルミネーションを設置しました。

このイルミネーションは、観光と環境課の職員がデザインし、設置したもので、色とりどりの電球がラクダや傘など、様々な形となって御宿の夜を照らしていました。

夢と感動の
 イルミネーション
 を設置



月の沙漠記念館入館者 40万人を達成



月の沙漠記念館の入館者が、開館10年目にして、40万人に達しました。

40万人目の入館者は、長野県上田市の会社役員、飯島恒徳、直子夫妻で、御宿は初めてとのこと。

テレビでは、よく見たことがあります、まさか、自分が記念すべき入館40万人目になれるとは…」とびっくりされていました。

長野県は、海がないので、御宿のような海のある町にここがいたという飯島さん。「これを機に、今度は家族そろって、遊びに来たいです。」とうれしそうに話されました。



御宿ゆうもあくらぶ

全国表彰



昨年の十二月二日(土)、東京都千代田区・虎ノ門ホールにて、三十七周年記念「小さな親切」運動全国フォーラムが開催され、御宿ゆう・もあくらぶが、その功績をたたえられ、表彰を受けました。御宿ゆう・もあくらぶは、昭和三十五年に発足し、昨年は四十周年という記念すべき年を迎えました。

「できる親切はみんなでしょう。それが社会の習慣となるまで」をスローガンに「小さな親切」運動の実行者の発掘や一円玉募金、さらには、空き缶や空き瓶拾いなど、様々な活動を展開してきました。今回の表彰は、御宿町「小さな親切」運動の会にとって、誇りとなる受賞でした。

こつしょうしょう 『骨粗鬆症について』

健康ワンポイント

■骨粗鬆症とはどんな病気か

骨がちょうど大根に、すが入ったようにスカスカになり、骨折しやすい状態になることです。骨の密度が粗くなることは、年齢とともに誰にでもおこることですが、骨折は寝たきりの原因の第2位でもあります。食事や生活で骨を丈夫にするあるいは、骨の老化を遅くすることができますので普段の暮らしを見直すことが予防の第一歩です。

■こんな症状は要注意

- 背中や腰が痛くなる。
- 腰や背中が曲がってくる。
- 身長が縮んでくる。
- ちょっとしたはずみで骨折してしまった。

骨粗鬆症の初期には自覚症状があまりありませんが、椅子から立ち上がるときに腰が痛んだり、ふとんの出し入れに背中が痛くなったら注意が必要です。

■女性の方は特に注意してください

骨粗鬆症は女性に多い病気です。女性の骨はもともと男性より細い上、妊娠、出産、授乳を通して体内のカルシウムは不足しがちです。また、閉経後は、妊娠出産に備えて骨を強化する役割を果たしていた女性ホルモンが急激に減少するからです。そのため、骨粗鬆症の発生率は、男性の8倍にもなります。

■骨を丈夫にするには

- ① カルシウムをたっぷり摂りましょう。牛乳、小魚、海藻など。
- ② 適度な運動をしましょう。太陽の光にあたると、骨の吸収をよくするビタミンDをたくさん作ることができます。
- ③ お酒の飲みすぎ、タバコの吸い過ぎ、インスタント食品の食べ過ぎに注意。
- ④ 過度なダイエットはやめましょう。

■骨折を防ぐ日常生活のポイント

- 室内の整理整頓。
- ポケットに手を入れない。
- 家の中の照明は明るく。
- カーペットのたるみを直す。など

骨粗鬆症になると、ちょっと転んだだけでも骨折することが多く見られます。室内の整理整頓などの工夫や心がけて安全性が増します。

年金 Q&A

保険料を納めないまま40歳になりましたが、今から納めても年金を受け取ることができますか？

Q 保険料を納めないまま40歳までできてしまいました。

今から納め始めても年金を受け取ることができないので、保険料は掛け捨てになってしまうのですか。年金を受け取るために何か方法はないですか。

A 国民年金では60歳までに受給資格期間を満たせない方のために、60歳以降も65歳まで任意加入することができます。あなたの場合は、60歳までは20年あり、年金の受給要件である25年にはあと5年足りないわけですから、60歳以後も引き続き国民年金に加入して保険料をおさめていけば大丈夫です。

なお、昭和30年4月1日以前に生まれた方については、65歳までに25年を満たせなければ70歳まで任意加入することができます。

おんじゆく

俳壇

やぐら紐む火祭りを待つ年の夜

大谷 伸

落暉いま大きく赦す冬木立

小野 玲子

ローカルの駅に寒夜の小座布団

鶴岡 徳治

冬早し心構へのなきままに

岡田まさし

潮匂ふ句座に和めり忘年会

河崎 康代

シクラメン終の棲家とはなやいで

福園千鶴子

涛音にほかに音なき小春かな

伊藤たけ志

磯の香が沁みつくほどの日向ぼこ

秋葉喜美江

紅椿海の蒼さの深みゆく

嵯峨 通恵

枯芦のうねりの中に日の落ちぬ

伊藤 信雄

これほどに実をつけずともピラカンナ

田中 泰子

新そばの幟はためく老舗かな

桜谷 敬蔵

助六の赤きともしび菊香る

岩田 明

山鳩の庭に降り立つ冬日かな

田辺 致孝

朝寒の松のこずえにかかる雲

姫野 千晴

冬支度もはや薪つむこともなく

土井 久恵

極月の町騒路地より路地に消ゆ

石田ゆき緒



おしらせ

ご存知ですか 検察審査会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害に合い、警察や検察庁に訴えたが、検察官がその事件を起訴してくれない。このような不満をお持ちの方のために検察審査会があります。お気軽にご相談ください。費用は無料で、秘密は固く守られます。

問合せ先 千葉地方裁判所内 千葉検察審査会事務局
千葉市中央区中央 4-11-27
☎043-222-0165

本邦に永住帰国された中国残留邦人等
(いわゆる引揚者、残留孤児、残留夫人等)の方々へ

平成8年4月から、永住帰国された中国残留邦人等の方々に対し、国民年金の特例措置が実施されました。この特例措置により中国等の地域に残留していた期間のうち、昭和36年4月以降で20歳以上60歳未満の期間が、保険料免除期間の対象とされ、国民年金の額に反映されます。(ただし、手続きが必要です)

また、その期間について年金保険料の追納ができますが、追納は5年間の追納期限内に行わなければなりません。

平成7年4月1日以前に帰国された方は、追納期限が平成13年3月31日になりますので、追納を希望する場合は、お早めに手続きを行ってください。

問合せ先 役場住民福祉課 内線218
千葉県健康福祉部社会福祉課
☎043-223-2346

家庭問題を考えるシンポジウムの開催

テーマ 「親子関係の危機管理と父親の役割」
日時 平成13年2月17日(土) 午後1時～5時
場所 JR千葉駅ビル6階 ベリエホール 参加費 無料
問合せ先 千葉ファミリー・カウンセリング・ルーム
☎043-227-4716

生き生きシンポジウムの開催

テーマ 「障害者(児)」が共に生きる地域社会を
どう実現していくか
日時 平成13年2月25日(日) 午後1時から4時
場所 茂原市役所市民ホール
問合せ先 つくも幼児教室 ☎0475-44-1214

＜お詫び＞

特集号34ページのその他「運輸省御宿航空標識所」の電話番号に誤りがありましたので訂正し、お詫びいたします。

誤/68-3923 → 正/68-2654

募集

市町村立中学校非常勤講師の募集

募集教科 技術、家庭、美術
応募資格 上記教科の中学校普通免許状を有する満63歳未満の方
募集期間 平成13年3月31日まで随時受付
報酬 授業1時間につき、2,830円(平成12年度)
申込先等 市販の履歴書に必要事項、所有免許状を明記の上、〒298-0212 夷隅郡大多喜町猿稻14
県教育庁夷隅地方出張所管理課まで郵送してください。応募後は、登録し、必要に応じて採用します。

平成13・14年度 千葉県消費生活モニターの募集

「消費生活モニター」制度とは、一般の消費者に対する情報提供のお手伝いや消費生活に関するアンケート調査の協力など、消費者と行政のパイプ役として、積極的に活動していただくというものです。

応募資格 千葉県内に在住する20歳以上の方 100名
任期 平成13年4月1日～平成15年3月31日まで
業務内容 アンケート調査の協力、情報誌の配布活動等
申込先等 〒260-8667(住所省略可)
平成13年2月28日(必着)までに、千葉県環境生活部県民生活課消費者行政班へ所定の申込用紙をお送りください。
☎043-223-2296
申込用紙は、町農林水産商工課にあります。

平成13年度第1学期放送大学(教養学部)学生募集

募集学生 全科履修(大学卒業を目指すコース)
選科履修(1年間在学するコース)
科目履修(6ヵ月在学するコース)
出願締切 平成13年2月15日(木)
問合せ・資料請求先 〒261-8586 千葉市美浜区若葉2丁目11番地
放送大学千葉学習センター
☎043-298-4367



【編集後記】

広報係になって、まもなく二年が経過しようとしています。職場の先輩方をはじめ、町民の皆さんに支えられ、なんとか頑張っています。

二十一世紀を迎え、私も新たな気持ちで取り組んでいきますので、宜しくお願いします。

(S)

| 町民バス利用状況(12月) | |
|---------------|-----------------|
| 乗車人数 | 380人(朝) (1,346) |
| | 234人(昼) (796) |
| 計 | 614人 (2,142) |

()内は平成12年1月からの累計です

かけがえのない資源「水」
「水」は大切に...

1月22日現在

●ダム貯水率 98.3%
●有効貯水量 569,000m³

建設水道課上水道事業班

◇お知らせ◇ 御宿広報で使用した写真及び広報保存用カバーをお分けします。ご希望の方は、役場企画財政課広報係までご連絡下さい。なお、保存用カバーについては、数に限りがありますのでお早めにご連絡下さい。(先着順)

