

御 ONJUKU 宿

No.528

2月
2007.平成19年



- 2 海と山の子交流会(冬季)
- 4 おんじゅくの介護 47
- 6 まちの出来事



雪降る
ゲレンデ

心

に刻もう
かけがえのない

友情
を

夏の交流から半年。久しぶりの再会を果たした御宿中学校1年生による海と山の子交流会（冬季）が、1月24日から26日までの3日間にわたり野沢温泉村で行われました。

今回で32回目となるこの交流会では、生徒61名、総勢68名が野沢温泉村を訪れ、例年よりも雪が少ない様子でしたが、御宿では経験のできない雪国での生活や環境を学ぶほか、生徒同士は雪遊びやスキーを通じてさらに友情を深めました。





朝5時に出発した御宿中学校1年生の一行は、約7時間バスに揺られ、野沢温泉村に到着しました。

夏から半年間、メールなどで連絡を取り合っていた友達同士は、久しぶりに顔をあわせ、手を振りながら、「元気にしてたー?」と、とてもうれしそう。初日は雪が降っていたものの、暖冬もあって今年の野沢温泉村の景色はいつもと違う様子でしたが、御宿中学校の生徒にとっては銀世界での生活はとても楽しいものとなりました。

スキーを経験したことがある生徒も多く、スキー教室では「キヤー」と悲鳴をあげながらも何とか滑りきってしま

うところはさすがです。さらに雪に慣れたところで、野沢温泉中学校の生徒と一緒にスキーや宝探しなどの交歓会も行われ、野沢温泉のPTAの方が用意してくれた「キノコ汁」の郷土料理が冷えた体を温める最高のおやつとなりました。

また、野沢温泉中の生徒によるスキージャンプやスキー滑走のデモンストレーションも行われ、初めて見るスキー競技に御宿中の生徒は拍手で友人を讃えました。

野沢温泉村の景色や味は生徒の大切な思い出となり、この交流での体験は大きな財産になったことでしょう。3日間お世話になった方々や友人との別れを惜しみながら、野沢温泉村を後にしました。



野沢温泉村 合併 50 周年を迎える



昭和31年に現在の野沢温泉村が誕生しました。これまで雪国ならではのスキー教師交換交流や村民交流のほか、平成10年には長野五輪の会場にも選ばれるなど、国際親善も手掛けてきました。

例年に比べ、今年は積雪量が少ないようですが、全国中学校スキー大会や全日本スキー選手権大会（アルペン技術系）などの大きな大会も開催されています。

4月から 要介護状態区分が 変わります！

おんじゅくの 介護【47】

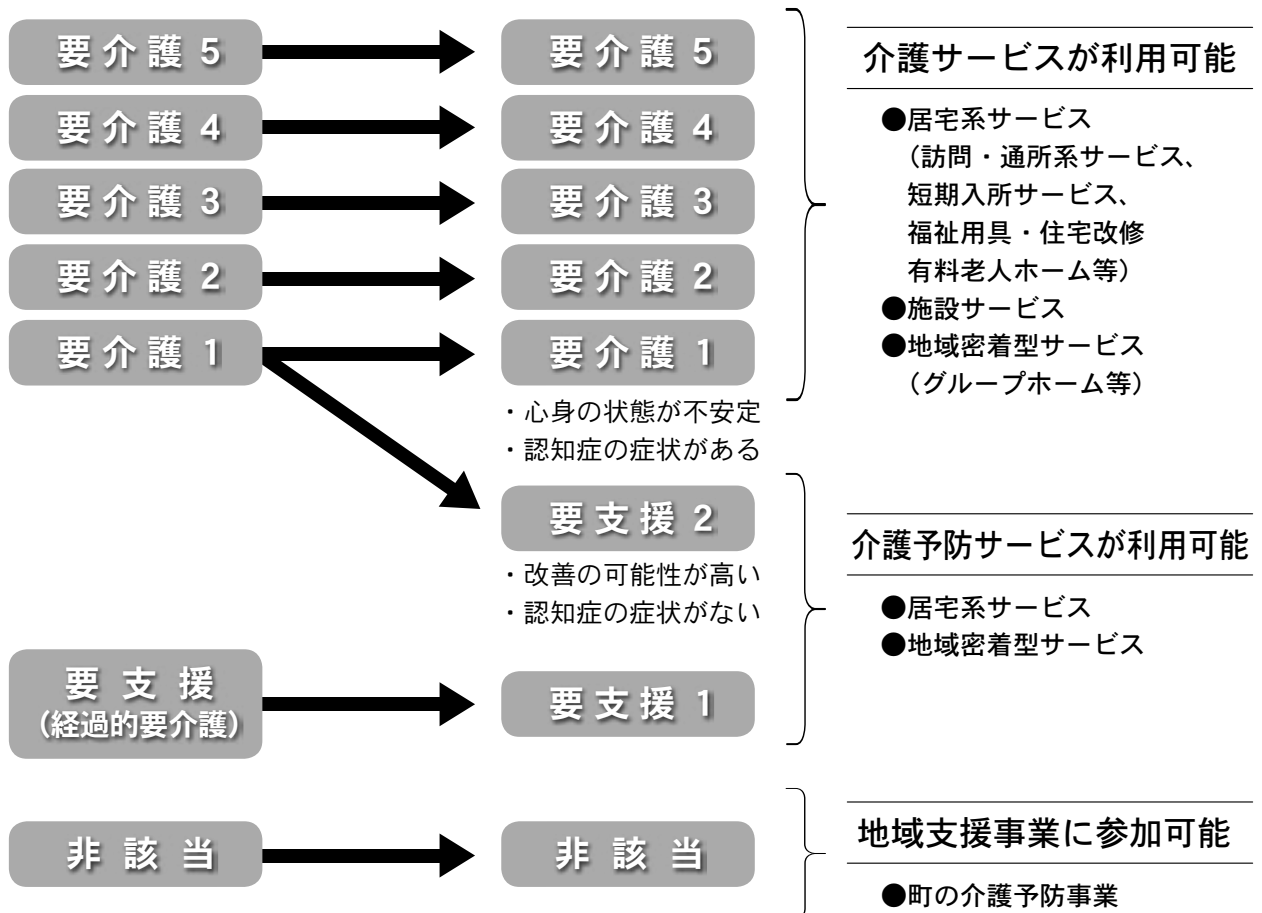
介護保険制度改正に伴い、要介護状態の区分が変更になります。

これまでの「要介護1」を要介護1と要支援2にわけ、従来の「要支援（経過的要介護）」を「要支援1」として、要介護状態区分を6段階から7段階に変更します。（下図参照）

要介護1から5に判定された方は介護保険の介護サービスが利用でき、要支援1・2に判定された方は自立や状態の改善を目的とした介護予防サービスの利用ができます。非該当（自立）と判定された方は町の地域支援事業の介護予防事業に参加できます。

【これまでの要介護状態区分】

【平成19年4月から】



★「要介護1」…心身の状態が不安定で状態の改善を目的とした介護予防サービスを利用することが難しい状態。

★「要支援2」…介護予防サービスを利用すると状態の維持・改善の可能性の高い状態。

【お問い合わせ】

役場・保健福祉課 介護保険係 電話（68）6716 内線216～218

平成19年度 各種健康診査等の実施について

町では、老人保健法等に基づき下記の健康診査及びがん検診を実施しています。

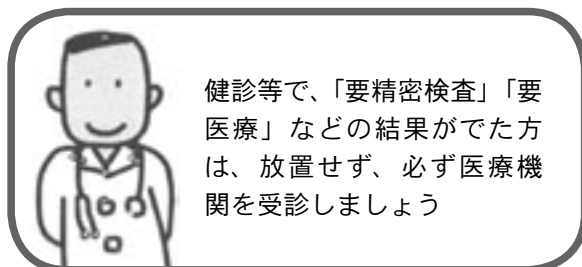
前年度に町で健診等を受診した方、及び検診状況調査により町での受診を希望された方には、事前に問診票を送付しますので、日程をご確認のうえ受診してください。

なお、その他の方で町の健診等を受診する方は、事前に保健福祉課までお申し込みください。

健診等の種類	対象年齢	徴収金額	実施予定時期と内容
胃がん検診	40歳以上	1,000円	4月実施予定 造影剤（バリウム）使用によるレントゲン撮影
基本健康診査	40歳以上	1,000円 ※70歳以上無料。	5月実施予定 血液、尿検査、医師診察（打聴診）等
乳がん検診	30歳以上	1,000円	7月実施予定 〔30歳代〕・・・超音波検査 〔40～50歳代〕・・・マンモグラフィ（レントゲン） 検査と超音波検査の交互検診 *平成19年度は、50歳代の方が超音波検査、40歳代の方はマンモグラフィ検査です。 〔60歳以上〕・・・マンモグラフィ検査
子宮がん検診	20歳以上	1,000円	8月実施予定 子宮内の細胞を採取し検査
胸部（結核・肺がん）検診	40歳以上	無料 （喀痰検査のみ1,000円）	10月実施予定 胸部レントゲン撮影
大腸がん検査	40歳以上	500円	10月実施予定 2日間便を採取し検査

※ 対象年齢は平成19年12月31日を基準としています。

- 現在医療機関で治療中又は経過観察中の方は、各種健診等の受診をご遠慮ください。
 - * 基本健診では、心臓病、脳卒中、高血圧、腎臓病、高脂血症、痛風、糖尿病で治療中の方（薬を服用している方も含みます。）
 - * がん検診では、当該検診の検査対象部位の疾患で治療中または経過観察の方
- 生活保護を受給している方の徴収金は、免除となりますのでお申し出ください。
- 詳しい日程については、後日配布します「保健事業予定表」をご参照ください。
- 前年度実施しました前立腺がん検診の予定は未定です。



【お問い合わせ・連絡先】
保健福祉課保健事業班
TEL. 68-6717（直通）

鬼は外！福は内！



御宿保育所で節分の豆まきが行われました。子供たちは小さな手で持てるかぎりの豆を持ち「鬼は外、福は内」と大きな声を出しながら鬼めがけて力いっぱい投げました。力のない子供が投げると思っただけで油断していた鬼は、本当に痛がっている様子。

今は食べる豆の数がまだまだ少なく、物足りないと思っている子供たちもいるようですが、元気で良い子にしていれば、少しずつ増えてくるので楽しみにしていってくださいね。

ま ち の 出 来 事

Town Report

第32回夷隅郡市一周駅伝大会

～御宿中、町チームから区間賞4人～



大多喜町をスタートし、約25km離れたゴールを目指す第32回夷隅郡市一周駅伝大会が2月11日に行われました。

この大会はロドリゴ駅伝とも呼ばれ、一本のタスキを8人の走者でつなぐものです。御宿町公民館がゴール地点となり、ラストスパートをやるアンカーには沿道から大きな声援がおくられ、活気あふれる大会となりました。

32チームが参加し、そのうち中学校の部では石井大揮くん、伊藤将成くん、一般の部で御宿町チームの石井達也さん、石井雄介さんの4名が郡を抜くスピードで区間賞を獲るほか、御宿町チームが3位に入賞しました。



公民館で開催された成人式

24日(水) ～ 26日(金)
海と山の子交流会(冬季)

「石井光楓の軌跡」

18日(木) ～ 4月17日(火)
月の沙漠記念館企画展

8日(月)
成人式

7日(日)
御宿町消防団出初式

【1月】

町の動き

五倫文庫読書週間 コンクール



財 団法人五倫文庫による第6回読書週間コンクールが行われ、1月14日に町公民館でその表彰式が開かれました。

町内の小・中・高校生を対象に読書に関するポスター、作文、標語を募集したところ、538点の応募作品がありました。作品の審査は難しかったようですが、多数の作品から44点が入賞し、各部門の最高賞である五倫賞には以下の児童、生徒が選ばれました。

◎標語の部

小学生 佐藤 克彦（布小5年）
中学生 渡辺 雄也（御中1年）
高校生 植村 恵里（勝高3年）

◎ポスターの部

小学生 幸保 友果（岩小6年）
中学生 花澤さやか（御中2年）

◎作文の部

小学生 植村 梨世（布小5年）
中学生 松田 理歩（御中1年）

保育所及び児童館 代替職員登録の申し込みを受付けます

保育所及び児童館に勤務する職員が出産等により休暇を要する場合の代替職員は、あらかじめ登録された方の中から採用しています。

平成19年度の登録を次のとおり受付けますので、希望者は必要書類を持参のうえ保健福祉課窓口でお申込ください。

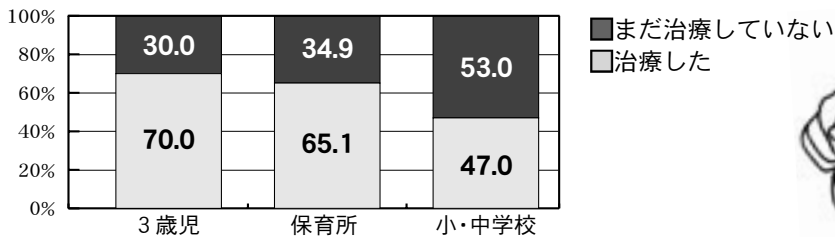
登録の有効期間	平成19年4月1日から平成20年3月31日まで
職種と勤務地	保育士・調理員 : 岩和田保育所又は御宿保育所 児童厚生員 : 岩和田児童館又は御宿児童館
資格要件	保育士 : 保育士資格を有する者 調理員 : 調理師資格を有する者もしくは、民間施設等での調理経験3年以上の者 児童厚生員 : 保育士資格を有する者もしくは、民間児童施設等での勤務経験3年以上の者
受付期間	平成19年3月26日（月）午後5時まで
必要書類	登録申込書（※）、履歴書、資格証の写し ※登録申込書は町HPからダウンロードできます。
申込・問合せ先	保健福祉課保健事業班（TEL 68-6717）

保健推進会だより

「御宿町の子どもたちの 歯の健康を考えよう!」 No.2

今回は、子ども達の歯科検診結果から、各年代ともに、むし歯の保有率が高いことをお知らせしました。今回は『むし歯の治療状況』についてお知らせします。

御宿町の子ども 「むし歯の治療状況」



※3歳児は平成17年度、その他は平成18年度のデータ

きちんと、
治療しましょう!



ご覧のとおり、2～3人に1人は、まだむし歯を治療していないという状況です。「痛みがないから」「歯医者に行くのを嫌がるから」と治療を先のばしにしていると、むし歯はどんどん進行してしまいます。また乳歯のむし歯は、その後の永久歯や歯並び、また全身の健康にも影響を及ぼします。そのままにしておかないで、歯科医に相談しましょう。

早期発見・早期治療が大切です!

いすみ鉄道のあり方を考える意見交換会 意見発表者募集

いすみ鉄道のあり方について、いすみ鉄道再生会議意見交換会で、意見発表をしていただける方を募集します。

【開催日時等】平成19年4月27日(金) 13:30～ いすみ市大原文化センター

【応募資格】町内に在住する15歳以上の方

【募集人員】4名(勝浦市、いすみ市、大多喜町、御宿町から公募します。)

※申込み多数の場合は、意見発表申込書に基づき選考します。

【締め切り】平成19年3月15日(木) 必着

【申込み方法】「いすみ鉄道再生会議意見交換会」意見発表申込書(※)に発表したい意見等必要事項を記載の上、郵送・FAX・Eメールで申し込んでください。

※詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.town.onjuku.chiba.jp/>

【申込み・問い合わせ】企画財政課 企画係 TEL 68-2512 FAX 68-2913

「生活習慣病予防習慣について」

健康
ワンポイント

👉 2月1日から7日は「生活習慣病予防週間」です。

生活習慣病とは、良くない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気で、健康を阻害するだけでなく、国民医療費にも大きな影響を与えています。良くない生活習慣の積み重ねは、メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）を招き、脳卒中や心筋梗塞などの命にかかわる生活習慣病を引き起こしますが、これは生活の中で適度な運動、バランスの取れた食生活、禁煙を心がけることで予防することができます。

👉 メタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満）とは？

以下の①及び②に該当する場合、メタボリックシンドロームであるといえます。

① ヘそまわりで測定した腹囲が以下の数値以上である。

男性：85cm 以上
女性：90cm 以上

② 次のうち2つ以上当てはまる項目がある。

血圧：収縮期(最大)血圧が 130mmHg 以上 または/かつ 拡張期(最小) 血圧が 85mmHg 以上
脂質：中性脂肪値が 150mg/dl 以上 または/かつ HDL コレステロール値が 40mg/dl 未満
血糖：空腹時の血糖値が 110mg/dl 以上

👉 メタボリックシンドロームの改善・予防の生活習慣を心がけましょう。

運動を習慣づけよう

- 日常生活の中で積極的にからだを動かす。

日常生活での消費エネルギー量のめやす (10 分間)

内 容	消費エネルギー量
料理・食事	14Kcal
身じたく	15Kcal
電車などで立つ	20Kcal
ゆっくりした歩行	22Kcal
家庭菜園・草むしり	30Kcal
自転車（普通の速さ）	36Kcal
急ぎ足	45Kcal
掃除・ぞうきんがけ	45Kcal
布団の上げ下ろし	45Kcal
階段をのぼる	75Kcal

※ 性別・年齢・体重などにより消費エネルギーには差異があるので、大まかな目安とと考えてください。

- 徒歩や自転車を積極的に利用する。
- 休日はごろ寝せず、趣味やスポーツなど好きなことに熱中する。

食生活を改善しよう

- 1日3食、規則正しく食べる。朝食や昼食を抜かさない。
- 腹八分目を心がけ、ゆっくりよくかみ食べすぎない。
- お菓子や甘いものを控え、買い置きをしない。
- 外食をする場合は単品メニューを避け、副菜のついた定食を選ぶ。
- お酒を飲む場合は、つまみに野菜中心の低エネルギーのものを選び、飲んだあとにラーメンなどを食べない。飲みすぎず、早めに切り上げる。

禁煙しよう

- 喫煙本数を減らすことや、軽いものに変えるのではなく、キッパリやめる。

自分で健康管理をしよう

- 年に1回は必ず健診を受け、健診結果をしっかりとチェックする。
- 体重・ウエスト周径を定期的に測定する。
- 生活改善がすすまない場合は、かかりつけ医や町保健師・栄養士に相談する。

～ 1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～ 良い生活習慣は気持ちがいい！
平成 18 年度「生活習慣病予防週間スローガン」

ペットのことならお任せください

犬のとこや

予約制 ペットホテルも承ります

御宿町新町443 tel.0470-68-4894

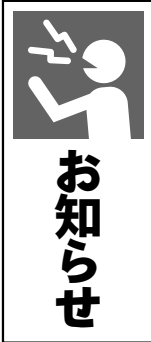
☆病院よりご遺体の搬送
☆保冷庫でのお預かり



藤ライフサービス

TEL.64-0070 フリーダイヤル 0120-64-0071
いすみ市にたつた 4 2 5 0

ONJUKU 情報 INFORMATION



マンション管理 基礎セミナー

管理組合、居住者などを対象に、円滑なマンション管理を行うための無料のセミナーを開催します。

▼日時 3月25日(日) 13時～16時

▼会場 松戸市民劇場(JR常磐線松戸駅から徒歩5分)

▼内容

○マンション管理標準指針とみらいネットについて

○マンション管理標準指針に基づく建物維持管理

▼定員 50人(申込先着順)

▼申込方法 郵便番号、住所(棟・室番号明記)、マンション名、氏名(ふりがな)、電話番号、参加人数を書いて

フアックスで申し込み(電話申込可)

▼申込先 住まい情報プラザ

TEL 043-223-3266

FAX 043-223-0003

▼問い合わせ

千葉県居住宅課

TEL 043-223-3229

ふれあい福祉機器展

高齢の方や障害のある方などが、より安全で安心して暮らしやすい生活を送れるように、介護に関する福祉機器の展示や最新の情報を提供する第1回目の展示会です。

▼日時 3月10日(土)・11日(日) 10時～16時

▼内容

○最新の福祉機器の展示(福祉車両、移動機器、ベッド用品、入浴用品、介護予防用品など)

○介護福祉関係施設、介護事

業者、NPOやボランティア団体などの事業紹介

○福祉機器・住宅改修相談コーナーの開設(福祉用具の専門家、リフォーム・建築の専門家が応じます)

○「最新の福祉用具とその正しい使い方」をテーマとする特別セミナー 3月11日(日) 13時～15時30分 定員30人(申込先着順)

※セミナーの申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

○福祉作業所の作品展示即売会

▼参加費 無料

▼会場・問い合わせ

〒270-1151 我孫子市本町3-1-2 けや

きプラザ内 千葉県福祉ふれあいプラザ ふれあい福祉機器展実行委員会

TEL 04-7165-2886



募集

技能五輪千葉県地方大会

平成19年度に千葉県を主催

ひな人形特選市 開催中

国道128号線勝浦市墨名交差点際 / 電話73-2876

暖「こてらんねえ！」 肌着あります!

テレビ「ひだまり」/「もちはだ」暖房肌着/グンゼ「暖暖(だんだん)」等、ちょっと値段はするけど、締め付けず暖か、縫製も良く、着心地は抜群の肌着を揃えました。

せきとく

快適衣料でイキイキ!
勝浦市勝浦 76 番地
電話 73-0401
水曜日でも営業中です。

勝 浦 店

県立勝浦若潮高校指定制服取扱店

場として技能五輪全国大会が開催されます。この予選会として行われる千葉県地方大会に参加する選手を募集します。

▼参加資格 昭和59年1月1日以降に生まれた方で、事業主または学校長、訓練施設長の推薦があること

▼種目 旋盤、フライス盤、構造物鉄工、曲げ板金、自動車板金、抜き型、機械組み立て、電子機器組み立て、工場電気設備、洋裁、家具、建具、左官、タイル張り、広告美術、フラワー装飾

or.jp/
HP <http://www.chivada.com>

▼参加費 15,700円 (洋裁は、13,000円)

▼申込方法 参加申込書を記入し、必要書類を添えて郵送

▼受付期間 4月3日(火)～13日(金)消印有効

▼参加申込書配布場所・申込先・問い合わせ

〒261-0026 千葉市美浜区幕張西4-1-10 千葉県職業能力開発協会
TEL 043-296-1150

編 集 後 記

海山交流に参加した中学生に感想を聞いたところ、「温泉も多くて、食べる物も美味しい。スキーもすごく楽しかった。思ったより時間がかからなかったの、また行ってみたい」と野沢温泉村を本当に満喫したようです。

私も20年ほど前に参加しました。当時は高速道路も整備されていなく、12時間くらいバスに揺られ、車酔いがひどかったことも思い出しますが、楽しく過ごしたことが一番の思い出です。当時も今も温かい野沢温泉村の方々のおかげで御宿中の生徒は思い出がたくさんあります。(石井)

人の動き

■ 8,170人(+12) 男 3,876人 女 4,294人
世帯数 3,378 (平成19年1月31日)

御宿分署の出動状況

■ 火災件数 0 救急件数 40
平成19年1月中

交通事故発生状況

■ 発生件数 3 死者数 0 負傷者数 3
(平成19年1月1日～31日現在)

町民バス利用状況

■ 乗車人数 165
平成19年1月中

ダムの貯水状況

■ 貯水率 100% 有効貯水量 579,000m³
(平成19年1月20日現在)

慶弔 (1月届)

■ 出生 2 死亡 6

俳句愛好会【御宿俳壇】

兼題(福寿草) ※兼題とは、俳句の題のこと

かばかりの狭庭のなずな独り膳
三日はや轍を残して子ら発てり
隙間風ときをり海の匂ひ来し
大空にアンテナ伸ばす芽吹山
冬日濃く波の音来し駱駝の像
福寿草しばらく朝の日差しかな
水くる、今朝凜として福寿草
寂聴の法話に生きん去年今年
発芝居弁慶を見てつと唸り

嵯峨 通惠
鶴岡 徳治
福蘭 千鶴子
小野 玲子
岡本 俊康
岡田まさし
秋葉喜美江
大谷 仲
岡山 守

評

第1句目、一坪ほどの庭に育てたなずなを味わう独りくらしの質素なお正月。第2句目、折角見えた子供たち3ヶ日をも居ず、帰京する昨今の忙しさ。第3句目、海辺の生活に思わぬ匂い。(石田)

とめどなき自問自答や冬ごもり
ベランダの晴れていっぱい干蒲団
初春の願ひもこめて一と日かな
海に出て見る遠くして初景色
福寿草良きことあると思ひをり
置き替えて厨の窓の福寿草

大曾根利枝
押元 益枝
姫野 千晴
菊池 武夫
桜谷 敬蔵
石田ゆき緒

ドコモ・ソフトバンクから同じ番号でauに変えられる!

お手続きはカンタン♪ その場ですぐにお申し込いただけます。

auショップ大原

お問合せ
お待ちしております。

TEL 0470-60-1200 定休日/月曜日

いすみ市日在648-1(国道128号沿い) 営業時間/10:00~19:00

通話可能エリア
さらに拡大!

auは御宿町実谷、御宿台でも使えます!

光回線[Bフレッツ]提供地域拡大中!

光・ADSL接続契約受付中!!

初期設定無料サービス オリジナルドメイン承ります

<http://www.bii.ne.jp/>

インターネットサービスプロバイダ

房総インターネット株式会社

☎ 0470-60-3300 御宿町御宿台219-3



平成19年3月25日(日)~4月1日(日)

お魚ウィークス & 月の沙漠童謡大会

場所：月の沙漠記念館前広場
メインイベント：3月25日(日)

御宿の春は「お魚ウィークス&月の沙漠童謡大会」で毎年賑わいます。

メインイベントの3月25日は、カジキマグロの吊るし切りをはじめ、するもん汁の無料配布、お魚つかみ取りコーナーやヘリコプターでの遊覧飛行を行うほか、童謡大会も開催します。

また、青空市も4月1日まで開催しますので、ご家族・ご友人と一緒に是非ご来場ください。