

No. 497

2004.平成16年

10月

お

宿

ONJUKU.



-特集-

老いてなお充実

中学校校舎建設工事が着工
台風22号の爪あと

御宿町の高齢化率（人口のうち六十五歳以上を占める割合）は、十月一日現在で三三・八%、県内で上位の高齢化率です。

そんななか、町では様々な福祉施策を展開し、高齢者が生きがいを持つて生活できるよう支援しています。

今回は、「いつまでも元気でハッラツと」、誰もが思うそんな生き方を実践されている方々を紹介します。

-特集-
老いてなお充実

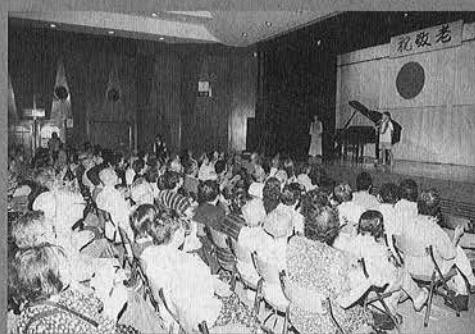
輝いてますね、

非常口

その笑顔



第50回御宿町敬老会を開催 70歳以上の方に記念品を贈呈



約300人の参加者があった敬老会

今年で50回を数えた敬老会が御宿町公民館大ホールで9月15日（水）に行われました。

御宿町には70歳以上の方が2,095人、うち90歳以上が118人いらっしゃいます。町からは70歳以上の方々に記念品を贈呈、地区社会福祉協議会からは、90歳以上の方々に記念品を贈呈しました。

敬老会では、真木順子さんと一緒に歌をうたったり、ボランティアの皆さんによる演芸を観賞。笑い声が絶えない楽しい敬老会になりました。

100歳を記念して 長寿記念品を贈呈



内山さん宅にて

御宿町では今年度に100歳を迎える方が2人いらっしゃいます。

新町にお住まいの内山千代さんと上布施にお住まいの吉野はつさんです。町では長寿のお祝いとして、井上町長から記念品を贈呈。また、国からの記念品を夷隅健康福祉センター長が代理で贈呈しました。

なお今年度、御宿町にお住まいの100歳以上の方は4人になりました。

(H16.10.1)



存在感のある生活

特別養護老人ホーム外房では、一人ひとりのニーズにあつたサービスを提供するため、「存在感のある生活」を基本理念に、様々な取り組みを行っています。

これは、施設全体で一律の日課を設けることなく、また流れ作業のような業務を行わないというもの。

「この時間はお風呂です」、「この時間はうたを歌います」など、決め事のない生活を送れるようにし、散歩をしたい人、トランプをしたい人、新聞を読みたい人など、一人ひとりの個性や生活リズムに沿ったケアを実現しています。

また、小さな共用空間（自宅の居間をイメージ）を造ったことで、利用者の交流活性化につながっているといいます。



デイサービスセンターには、要望に応じてパチンコやカラオケなどが設置されています

有料老人ホーム「ラビドール御宿」のホールで演奏会

ラビドールホール（御宿台）では、各週の月曜日に、「ラビドールコーラスクラブ」による演奏会が行われています。

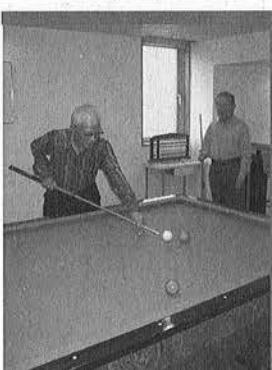
このコーラスクラブは、ラビドールにお住まいの方で歌が好きな方々が集まって結成されたグループで、指導者に斎藤芳子さん（新町在住）を招き、楽しく歌をうたわれています。

まず、準備体操として体を動かしながら発声練習。体を動かしながら発声することで声が出やすくなるそうです。約十五分準備発声をした後、「月の沙漠」、「ふるさと」など十曲を熱唱。歌い終わると、皆さんからは笑顔がこぼれています。

「歌うのって楽しいね」…。
そんな声が聞こえてきました。



11月5日（金）には、ラビドールで文化祭が行われます



囲碁や陶芸、絵画、書道など多くの同好会が活発な活動を行っています。写真は随時楽しむことができるビリヤード

**ラビドール御宿
支配人 松尾 知典さん**
ラビドール御宿には様々な同好会が結成されています。ご入居者様には「安心・安全・そして快適」さを提供していますが、自主運営の同好会やアスレチックジム・ビリヤード等のご趣味をお楽しみいただけることも元気の活力源になっていると思います。ラビドール御宿で豊かなご生活をお送りいただき、いつまでもお元気でと願っています。



軽い運動ができるアスレチックジム

**特別養護老人ホーム外房
施設長 北村 悅さん**

1人ひとりが個性を生かしながら、決め事のない生活を送り、社会のなかで自分という存在が位置づけられる。お客様の気持ちをくみとり、ニーズに合ったサービスを提供していくことが重要だと思います。今後も家庭的な生活空間のなかで個人を尊重し、生きがいのある生活を提供していくたいと考えています。



居間的空間には自然に人が集まり、相互のコミュニケーションが図られています



私たちの健康は私たちの手で



新町老人クラブの皆さん。食生活改善会が用意した試食品「たっぷり野菜の豆腐たれかけ」に「さっぱりしておいしいね」と満足そうな様子

御宿町食生活改善会は、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、健康づくりの普及活動を行っている団体です。十月十二日には、新町区と高山田区の老人クラブ例会で薄味料理（減塩）を紹介しました。例会では、「減塩調理法」や「食べ方の工夫で減塩」など、大きなパネルを使ってわかりやすく説明。

参加者からは、「いいことを教えていただけてよかったです。いつも、いいやいやで済ましてしまうけど、これを機にちゃんとやります」と話してくれました。



新町会館にて



浜九十九会会長
佐久田 みまささん

郷里御宿町の住民になつたのは二十年前。当時、「つれあい」を亡くし独居生活であつた兄は、私と同居二年後、看護の甲斐もなく、は、健康、友愛、奉仕であるために大勢の方が加入されることを期待します。

十一月十日、第三十三回全国老人クラブ大会が千葉で開催されます。各地域で活動している全国の仲間のリーダー約五〇〇〇人が集結し、老人クラブのさらなる発展を願い、熱い研修を行うとのこと。私も代表で参加。他県、他町村の活動を学習し、御宿町老人クラブの今後の発展のために貢献しようと考えています。

「怒るな、転ぶな、風邪ひくな」を肝に銘じて

浜老人クラブ九十九会、会員は五十一人で、毎月の定例会では町老連理事会での会議事項を「お知らせ版」としてコピーして配布。誕生会、語り合い、歌や踊りで楽しく一日を過ごします。

私は思う「人と人とのふれあいは、食べることから始まる」と。たとえ「一個のおにぎり」、「一杯の素うどん」でも、同じものを同じ場所で食べることにより

仲間意識としての連帯感が生まれる。これが私の持論であります。

老人はまず健康が第一。福祉の恩恵に感謝しながら寝たきりゼロを目指し、「怒るな、転ぶな、風邪ひくな」。

この言葉を肝に銘じて、残された人生は自分に出来るボランティア活動を生甲斐に、一日一日を楽しく、悔いのない人生でありたいと考えています。

く他界しました。八十三歳、その兄の年齢をはるかに超えた私。夫亡く、子無く、したがつて孫もなしの独居老人八十七歳です。生涯大学に通学。老人の生き方、地域とのふれあいなどを学習。「ボランティア活動で地域の担い手になろう」、そう心に決めて、浜老人クラブ九十九会の会長になりました。

町の人口八二六九人のうち七十歳以上が二〇九五人と多く、御宿町は他の町村に比べて老人クラブへの加入率が低い。老人クラブの活動の目的をよく理解され、活力ある長寿社会を作りました。

町では老人の健康づくり、仲間づくりを目的に、高齢者スポーツ大会、囲碁・将棋の会、配食、ふれあい会食など配慮され、また今年も敬老会が盛大に挙行されました。

「良好な環境と調和した夢を育む学校づくり」の第一歩



御宿中学校校舎改築工事の安全祈願祭が、10月11日に御宿中学校グラウンドで行われました。

御宿中学校校舎建設事業が始まりました。平成十六年度と十七年度の一か年での完成を予定しており、生徒の安全確保を図りながら工事を進めていきます。

中学校校舎建設

これまでの経過

御宿中学校校舎が建設されたのは昭和三十二年で、今から四十八年前のこと。平成十年度から二か年にわたりたつて建物の耐力度を調査したところ、危険建物という位置づけがなされました。

その後、教育施設建設委員会が提示した「良好な環境と調和した夢を育む学校づくり」に基づき、平成十四年度から二か年で基本設計、実施設計業務に取り組みました。

校舎建設（本体）に係る費用は、建築・機械設備・電気設備総額で十億五一九二万円となりました。

中学校校舎建設の工程

| | |
|-----------|------------------------------------------|
| 平成16年10月～ | 生徒等の安全確保のため、校舎建築場所の周囲を仮囲いします。 |
| 平成16年12月～ | 災害等に強い校舎を造るため、基礎（杭）工事（長さ8mの杭の打込み）を行います。 |
| 平成17年3月～ | 校舎本体（躯体）工事 |
| 平成17年10月～ | 室内クリーニング（生徒、職員が旧校舎から引っ越しす前に、新校舎全体を清掃します） |
| 平成17年12月 | 校舎本体完成予定及び引越し（3学期から新校舎で学習するため、引越しを行います） |
| 平成18年1月～ | 今後の施設整備のため、旧校舎の解体、整地工事を行います。 |

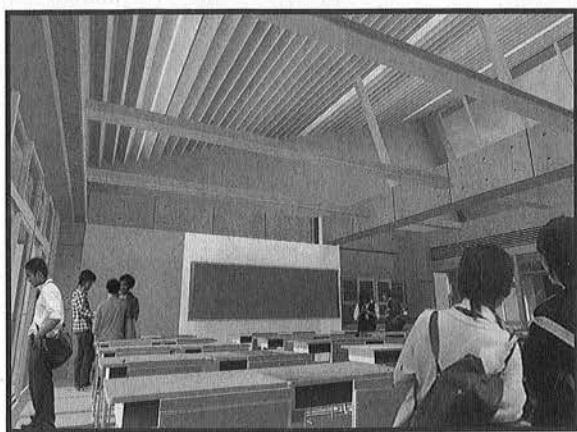
※お願い 正門（国道128号側）が工事車両の進入路となるため、生徒の出入口を西門（スクールゾーン・町道0202号線側）とするため、朝夕の登下校等、車の運転には十分注意してください。また、中学校にお越しの際にも、西門を利用してください。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

問い合わせ 御宿町教育委員会 ☎ 68-2514



校舎棟建設規模の概要

- ・校舎棟 延床面積 4,844 m² (鉄筋コンクリート造、一部鉄骨造)
- ・普通教室 7室、多目的室 1室、特別室 (メディアギャラリー、図書室、視聴覚室、コンピューター室、会議室、技術室、調理室など)



ゆとりが感じられる普通教室

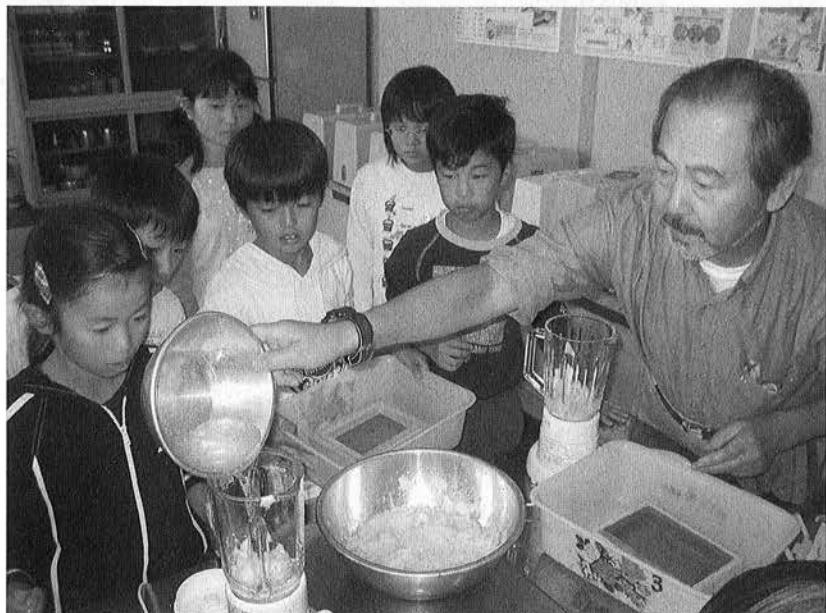


地域交流が可能な多目的室



生徒の自己学習を促すメディアギャラリー
(多様な学習形態や展示発表等を可能にする空間)

牛乳パックは2~3日水につけ、さらに30分ほど煮た後、ミキサーでかくはんします



「秋の訪れを感じながら、伊勢えび汁を味わえる」と参加者も満足な様子



歩行距離約11.1キロ 御宿駅からハイキング

JR東日本の主催による「御宿月の沙漠ハイキング」が、10月23・24日の2日間にわたり開催されました。御宿で行われるのは今回で3回目。御宿駅から記念塔に行き、記念館から海岸を通って、御宿台中央公園、岩の井を通る約3時間のハイキングコースです。

参加者の特典としては、記念館の入場割引や伊勢えび汁が味わえる休憩所を用意するなど、御宿を満喫できる内容が盛り込まれ、なかには「伊勢えび汁が食べたくて」という参加者もいたほど。「町なか散策」という観光スタイルが好評のようです。

今月の花 「孔雀草」

牛乳パックから紙を再生 布施小でリサイクル体験

布施小学校では、4年生の総合的な学習の時間に環境教育として、千葉県環境学習アドバイザーの永島輝代さんを招き、「気軽にできるリサイクル 牛乳パックを用いた紙すき」を行いました。

授業は、ちぎった牛乳パックをミキサーで細かくし、枠に流し込んだあと水分を吸い取って自然乾燥させるというもの。永島さんからの提案を生かし、このあと児童は作ったハガキにメッセージを書き込み、地域に向けてリサイクルへの働きかけを行うほか、町文化祭に出展する絵はがきを作成すること。児童は、ものを最後まで使うことやリサイクルの大切さを、体験のなかから学びました。

岩和田ブルーサンダースの5連覇を阻止した小川ファイヤーズ



秋季軟式野球大会 優勝は小川ファイヤーズ

秋季軟式野球大会が、10月3日と17日にB&Gグランドで行われ、小川ファイヤーズが優勝しました。

ここ数年、岩和田ブルーサンダースの連覇が続いているため、久しぶりの優勝に笑顔がこぼれる小川ファイヤーズのメンバー。東隅支部秋季野球大会での活躍が期待されます。



ヤーコンに続き 学校給食でサザエカレー

ふれあい給食のときに出されたサザエカレー

学校給食にサザエカレーが登場しました。サザエは御宿産を使用。御宿小、岩和田小、御宿中学校で各25キロのサザエが使われました。地元の产品が学校給食に出されたのはヤーコンに次いで2種類目となります。千葉県产品は千葉県民で消費しようと言われていますが、今後も地元产品を取り入れた学校給食に注目です。



全日本学生ライフセービング大会 御宿海岸での開催は3年連続

第19回全日本学生ライフセービング選手権大会が、10月16・17日に中央海岸で行われました。御宿での開催は3年連続7回目になります。会場となる海岸には台風22号により、竹などが流れついていましたが、迅速な対応により漂着物を撤去。選手は安全な環境のもと、全力でレースに集中することができました。



男女ともに日本体育大学が優勝しました

各小学校で運動会 声援を背にハッスル!!

町内の各小学校で運動会が行われました。生徒は応援に駆けつけた皆さんとの声援を受けながら競技に熱中。親子で協力し合う競技も行われるなど、楽しい運動会になりました。

台風 22号

—今年の台風で最大級

強い勢力をもつた台風22号が、房総半島を直撃しました。町は10月9日の深夜から、土砂崩れ等に対する警戒を続け、早朝6時に災害対策本部を設置。町内各地で河川の増水や土砂崩れ等の報告があり、御宿小学校やB&G海洋センターを避難場所として開設。住民に対し自主避難を呼びかけました。

台風22号は、9日の午後8時ごろに関東地方を通過しましたが、御宿町に大きな爪あとを残しました。

役場前の町道0105号線から西井寺に向かうトンネル前の崖崩れ



砂が流されて地形が変わってしまった記念館前の砂丘高付近



高山田大宮前地先の水路

御宿海岸に打ちあがった漂着物



町道0109号線(天の守)の崖が崩れました



久保地先の清水川が増水

台風22号の置き土産

御宿海岸に打ち上げられた竹などを撤去

台風22号による記録的大雨は、河川を増水させました。その影響で、御宿の海岸一帯に大量の竹や木材が流れ着きました。漂着物のほとんどが竹で、どのような経路で打ち上げられたかは明確ではありません。

10月16・17日には中央海岸では全日本学生ライフセービング大会が予定されていたため、12・13日の2日間にわたり宿泊業組合・観光協会理事の皆さんと役場職員などで中央海岸の漂着物を撤去。17日には町民清掃で海岸の漂流物撤去を呼びかけ、浜海岸と浦中海岸、岩和田海岸の清掃を行いました。

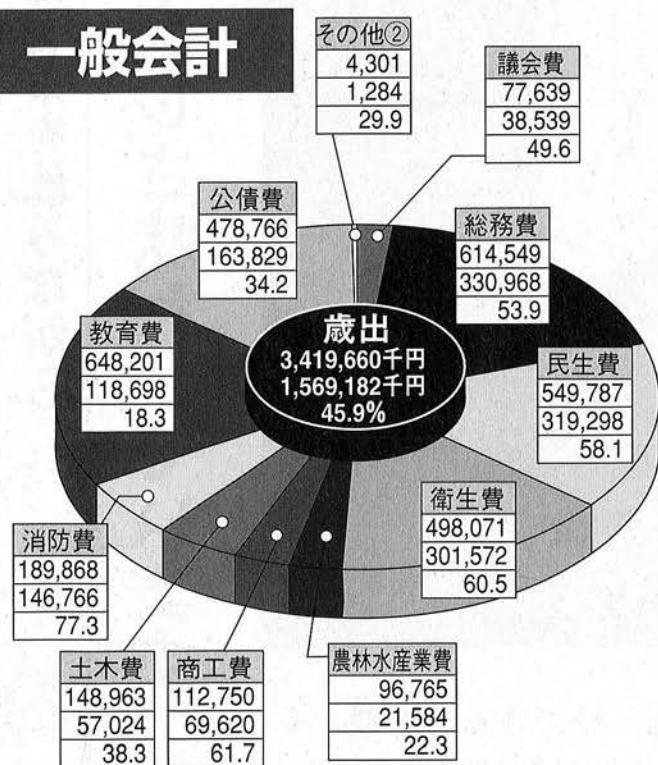


浦中海岸の様子

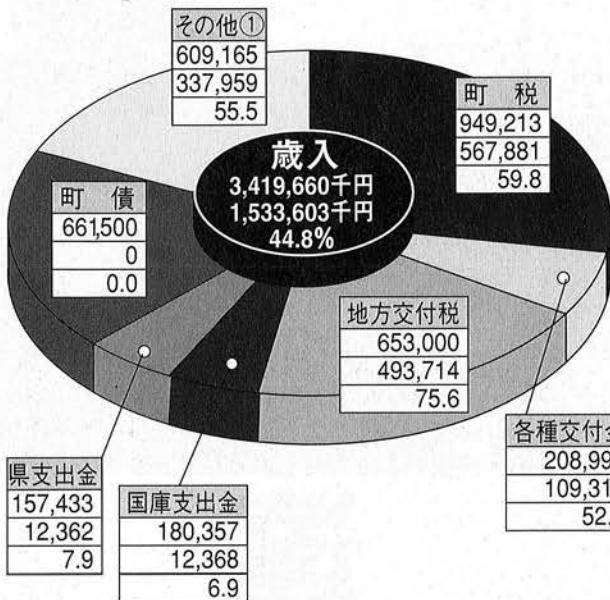
財政状況の公表

町民の皆さんに町の財政状況を知っていただくため、毎年2回、町の財政状況を公表しています。今回は、平成16年度の9月末現在の状況をお知らせします。

一般会計



| 科目名 |
|-------------|
| 予算現額(千円) |
| 収入・執行済額(千円) |
| 収入・執行率(%) |



町債の現在高

(単位:千円)

| | |
|--------------|-----------|
| 上水道関係 | 970,642 |
| 廃棄物処理関係 | 629,780 |
| 道路・河川・公営住宅関係 | 502,474 |
| 観光施設関係 | 77,224 |
| 消防関係 | 57,537 |
| 教育施設関係 | 19,212 |
| 漁港施設関係 | 17,920 |
| 災害復旧 | 33,214 |
| 庁舎建設 | 431,017 |
| 臨時財政対策債 | 506,700 |
| その他の | 312,022 |
| 合計 | 3,557,742 |

町有財産の状況

(単位:千円)

| | |
|------------------|--------------------------|
| 土地 | 1,301,885m ² |
| 建物 | 35,988m ² |
| 出資による権利 | 39,519 |
| 財政調整基金 | 102,960 |
| 減債基金 | 30,571 |
| 地域福祉基金 | 10,839 |
| 開発基金 | 1,725 |
| 中山間ふるさと保全対策基金 | 7,275 |
| 土地開発基金 | 6,000(預金) 29,000(預託金) |
| 学校建設基金 | 185,063 |
| コミュニティ拠点整備資金貸付基金 | 7,200 |

※各種交付金とは、地方譲与税、利子割交付金、ゴルフ場利用税交付金、地方消費税交付金、自動車取得税交付金、地方特例交付金等です。

※その他①は、使用料及手数料、財産収入などです。

※その他②は、災害復旧費、予備費です。

特別会計

| 会計名 | 歳入 | 歳出 |
|--------|-----------|-----------|
| 国民健康保険 | 861,825 | 861,825 |
| | 382,634 | 404,182 |
| | 44.4 | 46.9 |
| 老人保健 | 1,111,114 | 1,111,114 |
| | 509,982 | 508,465 |
| | 45.9 | 45.8 |
| 介護保険 | 443,640 | 443,640 |
| | 243,050 | 203,029 |
| | 54.8 | 45.8 |

企業会計

| 会計名 | 収入 | 支出 |
|------|---------|---------|
| 水道事業 | 243,687 | 297,328 |
| | 123,778 | 97,512 |
| | 50.8 | 32.8 |

※水道事業会計については、収益的収入・支出です。

友達とお茶を飲みながら

話す楽しさ味わっています。



「お達者慢」

第44回

君塚 ひでさん (87歳)

大正6年8月12日生まれ (久保)

「近所の皆さんやお友達が仲良くしてくれて楽しく過ごしています」と元気そうなひでさん。祭りを見るのが大好きだそうです。

「天
ちがいいねえ」と
秋の日差しに目を
細めながら話してくれたの
は、久保にお住まいの君塚
ひでさん。

週に三回、通院されていますが、まだまだお元気な八十七歳、食事の支度から、掃除、洗濯など、日常生活はすべてこなされています。「食べ物の好き嫌いはないんですけど、病院から制限されていますから」と毎日の食事にも気を使っているそうです。

ひでさんは、これまで敬老会への参加のほか、小学生と一緒に給食を食べる「ふれあい給食」に参加するなど、積極的に活動されていましたが、今年は「少し休憩」とのこと。

「体が丈夫だったら、もつと町の行事にも参加できるし旅行にも行けたけど、もう年だからね」と残念そう。今は、友達とお茶を飲みながらの会話が楽しいと、うれしそうに話してくれました。

【9月】 町の動き

5日(日)

・町消防団と実谷区自主防災会合同の防災訓練

・アクアライン海ほたるで観光キャンペーン

12日(日)

伊勢えび祭り

14日(火)

ふれあい農業
(稲刈り)

15日(水)

町敬老会

17日(金)

・第3回定例会
・御宿保育所運動会

25日(土)

御宿小、岩和田小・
保育所運動会



大盛況だった伊勢えび祭り

町民の皆さんとともに築く 開かれた行政を推進



御宿町長 井上七郎

近年、少子・高齢化や環境問題、IT革命など社会がめまぐるしく変化する中で、地方分権は着実に進展し、地方の裁量・自由度が増え、地方行政の役割は、多様化・高度化しています。

町では、「簡素で効率的な行政システム」を確立するため「行政改革大綱」を作成し、計画的に行政改革に取り組んできました。この大綱は、社会情勢やニーズの変化に対応するため三年ごとに見直しを行つております。現在、十七年度から十九年度までを計画年次とする第三次改訂版を作成しています。

また、財政面では、今後数年の間に、国の進める「三位一体の改革」により、税制、財政制度などが大幅に改正されることが予想され、地方行財政は、大きな転換期を迎えており、さらなる行政改革の推進は、極めて重要な課題となっています。

次期大綱は、これらを背景に住民懇談会等で住民の意見を聞きながら、社会情勢に柔軟に対応したスリムで健全な財政運営を図り、町民の皆さんとともに築く開かれた行政を推進していくと考えています。

町づくり 提案 39

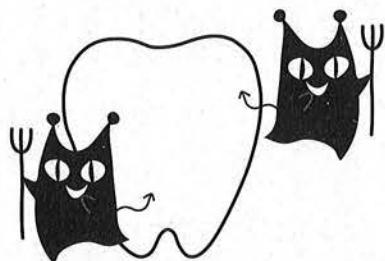
11月8日は、「いい歯の日」。そこで今回は、歯周病についてご紹介します。皆さんのお口の健康にお役立てください。

👉歯周病は立派な生活習慣病です

成人期に歯を失う一番の原因是歯周病です。歯周病は悪い生活習慣によって起こる生活習慣病の1つです。(中高年だけではなく、5~14歳までの子どもの4割近くが歯周病の初期段階である歯肉炎にかかっていると言われています)歯周病の大半はプラーク(歯垢)が原因で発症します。日ごろから自分の歯や歯肉の健康状態を知り、プラークの付着を防ぐセルフケアを身に付けて、歯周病予防に努めましょう。(糖尿病や喫煙も歯周病を悪化させる原因になります)

👉こんな症状があぶない!~歯周病危険度チェック~

- 歯ぐきがピンク色ではなく、赤色をしている
- 歯ぐきがはれている
- 歯ぐきから血が出ることがある
- だ液がねバネバしている
- 歯が浮く感じがしたり、むずむずしたりする
- 歯が長くなったと感じる
- 口臭がある
- かたいものが噛みにくい
- 歯ぐきを押すと膿が出る
- 歯がぐらつく



👉これらは、歯周病の症状です。身体からのこれらの危険信号に注意を払い、気付いたら早めに治療をすることが大切です。

👉歯周病にならないための生活習慣を

- ☆バランスの良い食事を(糖分・脂肪の摂取が多く、ビタミン・ミネラル・食物繊維などが不足しがちな人は歯周病にかかりやすい)
- ☆禁煙を心がける(ハビスモーカーは口の中がヤニで汚れているうえ、血液循環が悪くなるため、歯周病にかかりやすい)
- ☆ストレスや疲れをためない規則正しい生活を(ストレスや疲れは身体の免疫力を落とし、歯周病になりやすくなる)
- ☆歯ぐきマッサージをする(歯ぐきの血行をよくすることで歯周病予防)
- ☆毎食後のはみがきを(磨けないときは、せめてうがいだけでも行いましょう)
- ☆年に一度は、かかりつけ医で定期検診を受けましょう



保健師
今野江利子

健康ワンポイント

『歯周病を予防しよう!』

今月の表紙

(財)五倫文庫では、布施小学校でドイツの絵本「ぼうぼうあたま」の紙芝居を行っています。「ぼうぼうあたま」とは、ドイツのしつけの仕方が描かれている絵本です。「家庭や学校の道徳、しつけ教育の参考に、地域の先生」の活動の一環として、ただ文字を読み上げるのではなく、子どもたちに質問をしながら展開される紙芝居。紙芝居を演ずる櫻井先生は、「ぼうぼうあたまは、楽しみながらしつけを身につける絵本、より多くの子どもたちに伝えたい」と話されていました。

人の動き

■ 8,261人（-2）男3,954人 女4,308人
世帯数3,303 (平成16年10月1日)

御宿分署の出動状況

■ 火災件数0 (4) 救急件数31 (302) (平成16年9月中)
() 内は1月からの累計

交通事故発生状況

■ 発生件数21 死者数0 負傷者数29
(平成16年1月1日～10月19日現在)

町民バス利用状況

■ 乗客人数178 (1,710) (平成16年9月中)
() 内は1月からの累計

ダムの貯水状況

■ 貯水率100% 有効貯水量579,000m³
(平成16年10月20日現在)

100% ※この広報紙は、古紙配合率100%の再生紙を使用しています。

台風二十二号により御宿海岸に流れ着いた竹などを撤去するため、町民清掃を行いました。どのくらいの人気が集まつたろうか、数えてはいませんが、多くの人（私の予想以上）が海岸で漂着物の撤去を行いました。個々の力が集まつたときの「頼もしさ」を感じながら、約二時間半の作業を終えました。（S）

編集後記

※兼題とは、俳句の題のこと

【御宿俳壇】

兼題
花野

俳句愛好会

一步づつ花野が癒す杖の先
見たときが咲いているとき曼珠沙華
一花だに摘まず老人花野去る
居酒屋の打ち水に濡れ葛の花
大海に身を乗り出して新松子
乱れ萩くくるに紐の届かざる
借りし手のなんと不器用栗をむく
旅果ての雲ながれゆく蕎麦の花

嵯峨通惠
岩崎玲子
鶴岡千恵
岡本千恵
河崎徳治
大曾根利枝
大谷仲
河崎康代
岡山守

台風や意志あるごとく狙ひをり
万木城の径を灯して曼珠沙華
サロベツの花野を胸に途中下車
小説を読了しては夜の長し
白砂を歩み汐の香今朝の秋
川越えて視野の広がる花野かな
窓際を流れゆくなり夏出水
いわし雲かしがふる里ありにけり

福菌千鶴子
桜谷敬藏
菊地武夫
秋葉喜美江
姫野千晴
岩田明
石田ゆき緒

評 第1句目は、散策する花野に作者の生甲斐の感性が見えます。第2句目、客観的で細かい詩情が見えて良いと思います。第3句目は、花野をゆく老人の別の心情が見えています。(石田)

お知らせ

11月は「ちば国保月間」

11月は「ちば国保月間」です。国民健康保険は、加入者が保険税を出し合い、病気や怪我などのときに安心して治療が受けられる助け合いの制度です。また、出産時や人間ドックなどの給付も受けられます。そして、これらの医療費や給付の主な財源に、皆さんの納めている保険税が使われています。保険税を納期内にきちんと納め、国保が健全に運営できるようご協力をお願いします。

また、医療費の節約のために日々から健康づくりや上手な受診を心がけましょう。

■上手なお医者さんのかかり方

①お医者さんのかけもち、重複受診はやめましょう。

検査・処置・注射・薬などを最初からやり直すために、医療費のムダ遣いにつながります。

②できるだけ診療時間内に受診しましょう。

急病の場合はともかく、時間外の診療は加算料金が発生します。

③かかりつけ医をもちましょう。

病歴や体質などを把握しているので、効果的な治療を受けられます。

④お医者さんを信頼し、指示を守りましょう。

薬の服用のしかたなど、指示を守ることが病気の早期完治につながります。

⑤薬をたくさんほしがるのはやめましょう。

余分な薬は医療費のムダ遣いに

なるうえ、身体にも悪影響を与えることがあります。

⑥健康診断を受けましょう。

定期的に町で実施している集団健診や人間ドックなどを受けて、早期発見・早期治療を心がけましょう。

■問い合わせ 住民課 ☎ 68-6695

募集

自衛隊生徒を募集

中学校卒業者を対象とした自衛隊生徒(陸・海・空)を募集します。

■応募資格 平成17年4月1日

現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校を卒業した方、または卒業見込みの方(昭和63年4月2日~平成2年4月1日までの間に生まれた方)

■受付期間 平成16年11月1日(月)
から平成17年1月11日(火)
(締切日必着)

■試験日 平成17年1月15日(土)
(試験場は受験票交付時にお知らせします。)

■身分 特別職国家公務員

■待遇 給与(月152,300円)・ボーナス(年間4.4か月分)が支給されます。

※一般の高校と同様の教育を受けることができ高校卒業資格が得られます。教育期間を終了すると、各種部隊で専門的な知識や技術を生かし、部隊の中核として活躍します。

■問い合わせ

自衛隊茂原募集事務所

☎ 0475-25-0452

障害者高等技術専門校訓練生を募集します

身体障害のある方

①情報技術科、情報事務科

知的障害のある方

②基礎実務科

■応募期間 領書受付期間は1年コースが11月16日まで。6か月コースは、4月入校が12月16日から平成17年1月24日まで。10月入校が平成17年7月20日から8月18日まで。

■授業料 無料

■問い合わせ 千葉県立障害者高等技術専門校

☎ 043-291-7744

試験

千葉県警察官試験

■試験の職種

①警察官A 昭和49年4月2日以降に生まれた男女

②警察官B 昭和49年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた男女

■案内配布開始日

11月12日から。受付期間は、11月29日~12月10日

■試験日 平成17年1月15日

■案内・申込書配布場所

東上総県民センター夷隅事務所(大多喜町猿橋14)

☎ 82-2211

■申込み・受付け

千葉県人事委員会事務局任用課(県庁南庁舎6階)

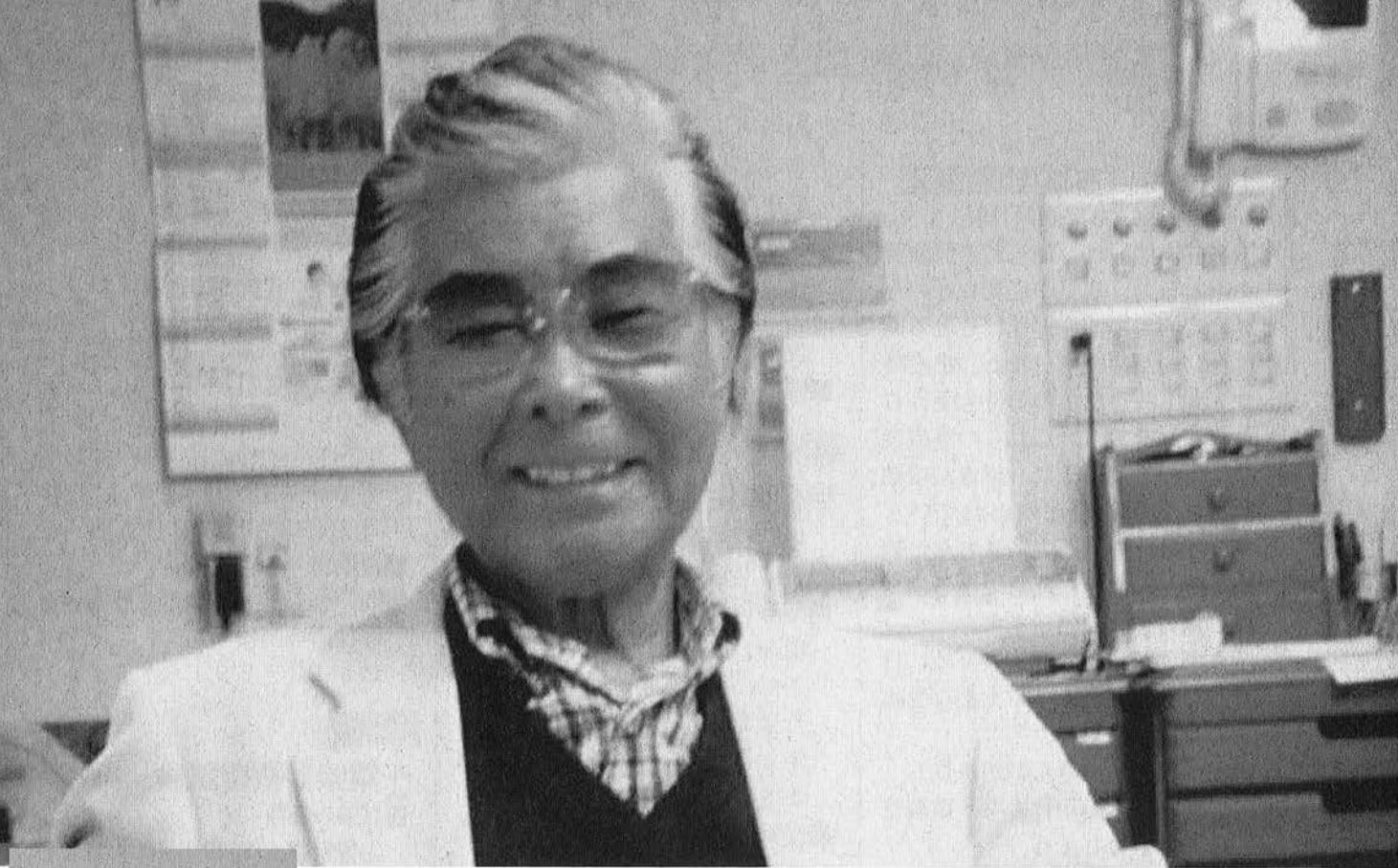
☎ 043-223-3713

※警察本部警務課任用係(フリーダイヤル☎ 0120-764032)、県内の各警察署、交番、駐在所でも申込・受付を行います。

慶弔

よろこび

| 御宿台 | 御宿台 | 御宿台 | 実谷 | 実谷 | 六軒町 | 新町 | 新町 | 新町 | 久保 | 久保 | 久保 | 9月届男5 | 9月届男2 | |
|--------------|--------------|---------------|--------------|------|------|------|-----|-----|------|-----|------|-------|-------|------|
| 樽本 | 田中 | 川名 | 渡邊 | 君塚 | 山川 | 西川 | 寺田 | 須賀 | 君塚 | 加藤 | 柴原 | おぐやみ | よろこび | |
| たるもの | たなか | かわな | わたなべ | きみづか | やまかわ | にしかわ | てらだ | すが | きみづか | かとう | しばはら | おぐやみ | よろこび | |
| 徳榮 | 偉致 | 武男 | みつ | たか | 政造 | みよ子 | 修 | 柳治 | 萬次 | 美美子 | たなか | おぐやみ | よろこび | |
| とくえい | ひさし | たけお | みつ | たか | まさぞう | みよこ | おさむ | りゆう | まんじ | ふみこ | かわしま | おぐやみ | よろこび | |
| に窓口で申し出ください。 | ご希望の方は、届出のとき | 控えることができますので、 | 慶弔欄については、掲載を | 84 | 86 | 79 | 88 | 80 | 89 | 69 | 47 | 76 | 81 | 83 |
| | | | | | | | | | | | | | | 計11名 |
| | | | | | | | | | | | | | | 計2名 |



住人

座右の銘

君塚 一雄さん(須賀)

良心は捨てない

「良心を捨てたるごとき塵
五つ川面を海へ黙々旅す」
これは、自宅から清水川
を眺めているときに感じた
ことを短歌にしたもので、
毎日新聞の房総文園で佳作
入選しました。

私は、「清水川シルバー
リフレッシュクラブ」を結
成して、週に二回ほど自費
で購入したボートに乗り、
清水川周辺の清掃に取り組
んでいます。

清掃作業ではヘドロの除
去やアシの刈り取り、空き
缶、テレビ、自転車などを拾
い、その名のとおり私たち
の心と身体をリフレッシュ
していきたいと思います。

また、趣味であります俳
句や短歌、エッセイ、書、
絵にも力を入れていてこうと
考えています。

つてますが、まだ水底に
ストーブや自転車、バイクな
どの大物が沈んでいる状態
です。これらも、近いうちに
引上げなければなりません。

現在、清水川シルバーリ
フレッシュクラブとして作
業しているのは高齢者四人。
無理をせずに河川清掃を行
い、その名のとおり私たち
の心と身体をリフレッシュ
していきたいと思います。

夷隅地域グリーン・ ブルーツーリズム推 進大会の開催

解決するため、魅力ある自
然や歴史などを活用した催
しを実施します。

広域の窓

近年、農山漁村を
取り巻く環境は、担
い手の減少、高齢化
など厳しい状況にあ
ります。これらの課題を

- 問い合わせ 夷隅地域農林業振興協議会事務局
- 電話 0470-821-2213
- 住所 〒299-5192 千葉県夷隅郡御宿町須賀1522 ホームページ: <http://www.town.onjuku.chiba.jp/>
- 内容 ①農林水産物の直売 (屋外) ②夷隅地域の再発見写真展 (屋内) ③郷土芸能 (ホール) ④講演会「再発見した田舎の魅力と家族の絆」等。
- 講師は、(株)テレビ東京「田舎に泊まろう!」の大島信彦氏