

いちごやか

お料理たのしいね!

7月27日、28日、8月2日、3日にファミリー料理教室が開催されました。
216人が参加し、大盛況でした。



平成29年 9 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
電話番号 0475 (42) 2111 (代)
人口 12,378 人 (-12人)
男 6,095 人 (-19人)
女 6,283 人 (+7人)
世帯数 5,184 世帯 (-10世帯)
面積 22.97 k m²
※平成 29 年 9 月 1 日現在
() 内は前月比
ホームページ
<http://www.town.ichinomiya.chiba.jp>



ココロチーズと栗の煮込みハンバーグ・枝豆ごはん

米	2合
枝豆	120g
合挽き肉	300g
玉葱	200g
バター	15g
卵	1個
ピザチーズ(細切り)	60g
プロセスチーズ	60g
こしょう・ナツメグ	少々
バター	15g
しめじ	1P
マッシュルーム	50g
甘栗(むいてあるもの)	40g
ケチャップ	大さじ6
中濃ソース	大さじ2
酒	大さじ1
醤油	小さじ1

- 枝豆はさやから出し、さっと茹でて湯を切る。ごはんを炊く。
- 玉葱はみじん切り、ペーパータオルに包んで水気を切り、耐熱ボールに入れる。バターをとこるところにのせてレンジ600Wで5分加熱する。ラップをはずし、冷ましておく。プロセスチーズは5ミリ角に切る。
- ボールに合挽き肉、こしょう、ナツメグ、②の玉葱、プロセスチーズ、ピザチーズを加えてよくこねる。4～5等分してハンバーグの型に整え、サラダ油(分量外)を敷いたフライパンで焼いて取り出す。
- ③のフライパンで出た肉汁を残して、こげ部分を拭き取る。ここにバターを熱し、しめじ、マッシュルームを炒めAを加えて煮立たせ、少しトロミがつくまで煮詰める。③のハンバーグを加えて煮込む。
- 炊き上がったごはんは枝豆を混ぜ、型抜きして皿に盛り、④のハンバーグをソースとともに盛りつける。

カッテージチーズのサラダ

グリーンリーフ	80g
ベビーリーフ	1/2袋
赤パプリカ	1/8個
ホールコーン	50g
カッテージチーズ	適宜
ドレッシング	50cc

- 野菜はすべて洗う。グリーンリーフは食べやすい大きさにちぎる。パプリカは長さを半分に切り、せん切り。
- グリーンリーフ、ベビーリーフ、パプリカを合わせてサラダスピナー(水切り器)で水切りし、皿に盛り、ホールコーンと桃のホエースカッシュで作ったカッテージチーズを散らす。
- 食べる直前にドレッシングをかける。

桃のホエースカッシュ

牛乳	500ml
レモン	1個
桃のジャム	大さじ4～5
サイダー	500ml
ミントの葉	適宜

- レモンを搾り、大さじ2杯分のレモン汁を取る。
- 鍋に牛乳を沸かし、沸騰直前に火を止め、レモン汁をまわし入れて、ゆっくりかき混ぜる。分離してきたらザルに厚手のクッキングペーパーを敷いてこす(カッテージチーズと乳清(ホエー)ができる)。
- ホエーは粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
- グラスに桃のジャム大さじ1を入れ、ホエーを半分位入れ、サイダーを注ぎ、ミントの葉を飾る。

※ココロチーズと栗の煮込みハンバーグ、桃のホエースカッシュ…レシピ制作 料理家 小山浩子

食育講座 ファミリー料理教室開催!
～ カルシウムたっぷりランチプレート～
主催：一宮町食生活改善会



今年も夏休みの7月27日、28日、8月2日、3日の4日間、小学生と保護者を対象として、ファミリー料理教室を開催しました。参加者は216人と大盛況でした。

今回はカルシウムの摂取は成長期に必要なことを伝え、普段の料理に乳製品を使う方法を紹介しました。

牛乳を温め、レモン汁を入れて分離させ、カッテージチーズと乳清(ホエー)を作る理科の実験のような作業に、皆真剣に取り組んでくれました。子どもたちが好きなハンバーグにもチーズをたっぷり使い、デミグラスソースも手作りしました。

今回の献立と参加された子どもたち、保護者の感想文を紹介します。献立の分量は4～5人分です。

一宮小四年 石井 佑菜

ハンバーグのやわらかさとチーズの小さなとろけが、とてもおいしかったです。これで4回目だけど、とてもうまくなったといえます。5回目も来てもっとうまくなりたいです。いっしょのグループになった知らない人もなかなよくなって、友だちもふやせるので、来年も友だちがふやせたらいいなと思います。



▲メインのハンバーグをこねる作業です。みんなでコネコネ楽しそう!

一宮小三年 藤井 海静

ごはんをつくるのが、こんなに大変ということがわかりました。おいしかったです。



▲チーズを切ります。手を添えてもらいながら頑張ります。

東浪見小二年 まつばら ここ

ハンバーグをつくるのが、すごくたのしかったです。カッテージチーズは牛乳とレモン汁でつくれることをはじめてしました。



▲さあ 牛乳を分解するよ～分離するところをよく見てね。

一宮小一年 はなざとりの

おりょうりをつくったのが、たのしかったです。じぶんをつくったので、おいしかったです。みんなでそうじたのも、たのしかったです。

保護者 内田 昌代

牛乳からカッテージチーズと乳清(ホエー)が出来るなんて驚きでした。家でもやってみようと思いました。ハンバーグのソースに栗を入れるアイデア凄いです。子どもたちの一生懸命な表情、ワイワイ楽しく食事をしている姿を見る事ができて良かったです。

保護者 佐藤 幸子

家の手伝いだと怖くて持たすことができない包丁を、料理教室では一歩引いて見守っていました。

大人もハラハラドキドキ、親子とも少し成長できた1日となりました。



▲皆、頑張りました。いただきます!

一宮小六年 高梨 恵里

最後のファミリー料理教室! みんなで協力してとてもおいしくつくれました。たまねぎで目がいたくなったりいろいろあつたけどいい思い出です。今回はチーズを多く使ったため、チーズが嫌いなお父さんが食べられるか不安でしたが、完食していたので良かったです。いろいろなことを知ることができました。みんなで作るのは楽しい!!ありがとうございました。



▲町長参戦! 仕上げをお願いします

東浪見小五年 内山 綾也

サラダがおいしくて4皿も食べてしまいました。牛乳の分離がおもしろく、推進員さんに「たんぱく質は酢に入れると固まるよ」と教えてもらいました。また来たいです。

一宮町の歴史特集
「一宮町の文化財⑨」
東浪見寺本堂

軍荼利山の麓から、約200段の階段を登ると、仁王門と仁王像が参拝者を出迎えます。そこからさらに先に進むところにあるのが、今回ご紹介する町指定有形文化財「東浪見寺本堂」です。

東浪見寺は、聖徳太子が軍荼利夜叉明王の像を彫刻して安置したのが開基と伝わり、大同年間(806~810)に行基(668~749)が東国を訪れた際に再刻したものが現在の本尊だと伝わっています。

江戸時代、九十九里沿岸で地曳網漁が盛んに行なわれるようになると、漁業と結びついた信仰として江戸や三浦半島、奥州方面など遠方からの寄進者が多くなり、隆盛をきわめました。

明治以前は「軍荼利堂」と呼ばれ、神仏分離令のため、明治2年(1869)に「東大社」と改称、昭和16年(1941)に現在の軍荼利山東浪見寺となりました。

本堂の向拝(屋根の中央の張りだし部分)の彫刻や建物内部の組物は織



▲ 東浪見寺本堂

細に仕上げられています。建立年代は向拝正面の扁額に「享保八年癸卯年五月廿八日(1723年)の刻印があることから、同時代かそれ以前の建築とみられます。

毎年1月28日に行われている軍荼利祭りでは、本尊の「木造軍荼利明王立像」(県指定有形文化財)が公開されます。午前・午後の2回護摩焚きが行われ、午後の護摩焚きの前には天狗が登場します。

【問合せ】 教育課 ☎(42)1416

新農業委員が決まりました

【問合せ】 農業委員会 ☎(42)1428

任期満了に伴い、新農業委員が7月20日に就任しました。平成28年の法改正に伴い、これまで選挙で選ばれていた委員が、議会の同意を得て、町長から任命されました。

委員の任期は、3年間(平成32年7月19日)です。

(敬称略・番号は議席番号)



▲ 会長 (6番)
峰島 誠



▲ 職務代理 (3番)
田中 博



▲ (1番)
小池 達



▲ (2番)
石井 理永蔵



▲ (4番)
関 順一郎



▲ (5番)
井桁 繁

町長コラム

No.15



一宮町長
馬淵 昌也

は自覚されなかったのではないかと、ということですが。

一宮から東浪見にかけて、町中・農村部を問わず、名家に多くの人々が訪れ、詩酒の会などを開いていたそうです。今でもそうした応酬の名残が各家に文化財として残されています。

こうした名家の文化活動は、戦後になると下火になってゆきました。ただ、そうした名家を中心とする民間での活動の記憶が鮮明なだけ、行政による文化活動サポートが、文化振興に不可欠だという認識が、逆に生まれにくくなったのではないかと思っています。

もちろん、「過去の一宮町においては、政争が激しく、政権交代のたびにそれまでの政策が反故になってきた。それで、様々な施設などの建設が他の市町村よりも遅れてしまったのだ」というようなことも、しばしば指摘されています。しかし、わたくしの私見では、上に述べたような逆説的要因も関わっていたのではないかと思います。

いずれにせよ、現状の一宮町に文化関係の施設の充実や文化活動に対するサポートが必要不可欠であることは間違いありません。過去に活発な文化活動が行われていたという歴史があればこそ、それに恥じないように、今後、文化活動の振興のために力を注いでゆこうと思っています。

一宮町の課題のひとつに、文化関係施設の充実ということがあります。一宮町は、近隣市町村に比べると、文化関係の施設が貧弱です。たとえば、睦沢町には郷土資料館があり、広大な運動公園があります。長生村には文化会館があり、音楽ホールとともに図書館もあります。それに比べると、一宮町の状況は残念なものです。こうした文化活動の拠点となる施設の充実が、町が取り組むべき課題として目の前に立ちだかっています。

ところで、こうした状況はどうして出てきたのでしょうか。実は、一宮町は、都市的発展は近隣に比べて早く、江戸期以降活発な経済・文化活動が開かれてきました。明治以降も、名づけての別荘地として、貴顕の土が集った場所です。文化財の残存状態は、近隣に比べて圧倒的に多いそうです。だとすると、一宮地域がもともと持っている文化活動に対する目線の高さに比べて、現在の文化施設の貧弱な状況が不可解な落差に感じられます。

そこで、最近思いついたことがあります。過去の一宮には、大きな勢力家何軒もあり、各家の当主が名士を集めて私邸で文化活動を展開していたと伺っています。その、私的な回路での文化活動が盛んであったため、かえって行政による文化活動振興が必要だと

新設！農地利用最適化推進委員が選任されました

【問合せ】 農業委員会 ☎(42)1428

農地利用最適化推進委員は、耕作放棄地の解消や、農地の集積などを推進するため、農業委員会法の改正により、新設されました。

8月7日付けで、農業委員会が8人を委嘱しました。任期は農業委員と同じです。

- 委員 関作一
担当 第1区域(綱田、釣、枇杷畑、権現前区)
- 委員 河野一郎
担当 第2区域(大村、岩切、新熊区)
- 委員 吉田茂
担当 第3区域(矢畑、稻荷塚、原、新浜区南部)

- 委員 園岡利夫
担当 第4区域(1~7、8-1、1-2区)
 - 委員 齋藤繁雄
担当 第5区域(9-1、1-2、10区)
 - 委員 片岡誠
担当 第6区域(12、13、14、17区、新浜区北部)
 - 委員 鶴岡昭治
担当 第7区域(11、15、16区)
 - 委員 細谷俊夫
担当 第8区域(宮原、船頭給、新地、海岸区)
- (敬称略、カッコ内は担当地区)

長生農業フォーラム2017 開催のお知らせ

【問合せ】 長生農業事務所 改良普及課 ☎(42)1771

長生地域では、多彩でバランスのとれた生産で「長生・ながいきブランド」として首都圏に農産物を提供しています。今後の長生農業の発展と活性化に向けて、「新しい視点で、地域おこし」をテーマに講演と事例発表を行います。

- ◆ とき 10月20日(金)午後1時~
- ◆ ところ 睦沢町ゆづあい館
- ◆ 主催 長生農業フォーラム実行委員会
- ◆ 申込み 一宮町役場・産業観光課

一宮町子ども・子育て支援事業計画の平成28年度の進捗状況を公表します

【問合せ】福祉健康課 (42) 1415

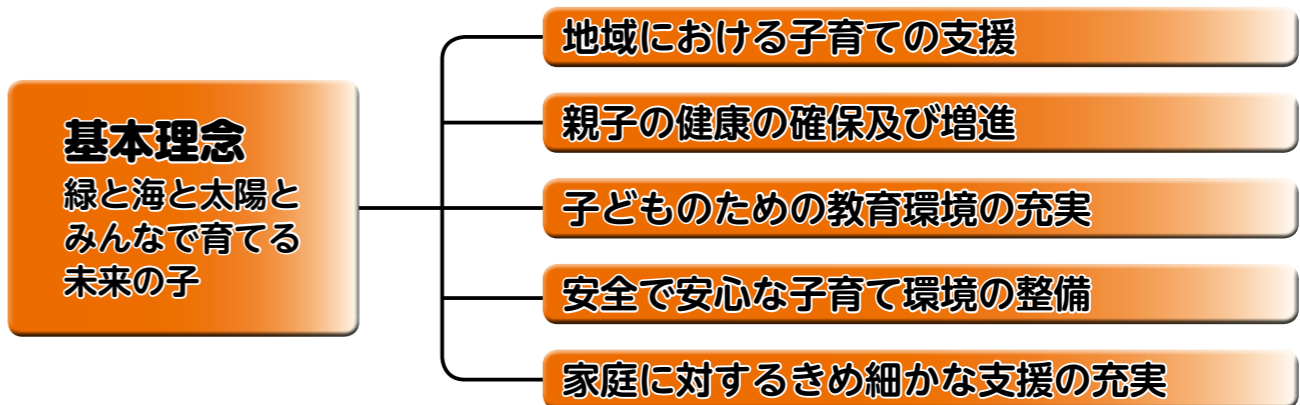
町では、これまで長生郡市の市町村合同で策定した「長生郡市次世代育成支援対策地域行動計画」に基づき、各種の子育て支援施策を展開してきました。

平成27年度からは、子ども・子育て支援法に示された基本指針に即り、「子ども・子育て支援事業計画」を各市町村で策定し、事業を継続しています。

今回は「一宮町子ども・子育て支援事業計画」の平成28年度における進捗状況をお知らせします。

今後も進捗状況の把握、各事業の評価・点検を行ってまいります。

◆一宮町子ども・子育て支援事業計画 施策体系



◆幼児期の学校教育・保育の見込量及び確保策

	計画目標		入所児童数
	最終年度 (平成31年度)	平成28年度	平成28年度末
1 見込量 (平成25年度二一ズ調査から推計)	368	434	
2 計画提供量 (合計)	390	340	392
提供内容	公立一宮保育所 (平成29年度民営化・こども園化)	170	150
	公立東浪見保育所 (平成28年度民営化・こども園化)	80	70
	公立原保育所	60	82
	私立愛光保育園	80	90

◆地域子ども・子育て支援事業の見込量及び実績

事業名	計画目標 (見込量)		平成28年度実績		実施内容
	実施か所数	年間延べ人数	実施か所数	年間延べ人数	
1 地域子育て支援拠点事業	実施か所数	2か所	実施か所数	2か所	愛光保育園に加え東浪見こども園においても事業開始、平成29年度からは一宮どろんこ保育園でも実施
	年間延べ人数	3,120人	年間延べ人数	856人	
2 妊婦健康診査	年間延べ件数	1,232件	年間延べ件数	925件	引き続き14回の健診を助成
3 乳児家庭全戸訪問事業	年間延べ件数	88件	年間延べ件数	76件	引き続き新生児のいる全家庭を保健師が訪問
4 一時預かり事業	実施か所数	3か所	実施か所数	4か所	町内全ての保育施設で実施
	年間延べ人数 (受入可能数)	2,080人	年間延べ人数	168人	
5 延長保育事業	実施か所数	3か所	実施か所数	3か所	一宮保育所・愛光保育園 (短時間のみ)・東浪見こども園で実施、平成29年度からは全施設で実施
	年間延べ人数	48人	年間延べ人数	88人	
6 病児保育事業	実施か所数	1か所	実施か所数	2か所	白子町酒井医院に加え、いすみ市外房こどもクリニックとも契約し、2か所で実施
	年間延べ人数 (受入可能数)	1,726人	年間延べ人数	216人	
7 放課後児童健全育成事業	実施か所数	3か所	実施か所数	3か所	一宮小学校内の一室を整備し、平成29年度から一宮に3か所、東浪見に1か所設置し実施
	登録者数	107人	登録者数	126人	

国際交流員をご紹介します！

Happy to make your acquaintance!
クリスと呼んでください！



秘書広報課 国際交流員
クリストファ ソト

はじめまして。私は役場の秘書広報課に配属されたクリストファ・ソトと申します。今後皆様にお世話になります。私はアメリカのカリフォルニア州出身で、ブレアという市から参りました。ブレアを御存じない方がいらっしやると思います。私はよくドイツ・ノースランドの近くにあると説明いたします。ブレアでは四季がなく、時間が止まりそうな環境です。こんな不思議で、綺麗なブレアから来日いたしました。

そして、一宮町に到着すると、私の第一印象は「豊か」と「心地がいい」でした。平成26年に岡山大学に短期間留学をしたのですが、恥ずかしながら一宮町を知らずにイメージを想像して心の準備をいたしました。しかし、一宮町を目にすると、大変感動いたしました。特に一宮町の花火大会を拝見した際、一宮町に関わることに非常に興味を持ちました。私は一宮町の文化と歴史を学ばば学ばほど、より深い町と感じました。

町の恵が輝きます。私の経験は未熟ですが、一期一会を心がけ、今後の出会いも期待しております。その為、今後皆様と仲良くさせて頂いて、皆様の話を拝聴するのを希望しております。そして、機会があれば、恐れずに英語でも日本語でも声をかけてくださいませ。

自己紹介より自分の希望発表になってしまいました。話を元に戻り、自己紹介を続けたいと思います。私の好物は抹茶とメロンで、趣味は読書とテニスです。そしてサーフィンも挑戦したいと思っております。私の好きな番組は吉本新喜劇です。私は意外な弱点も持っておりますが、また今後お知らせいたします。どうぞよろしくお願いたします。

【国際交流に関する問合せ】
秘書広報課 ☎(42)2175

千葉大学とアリストテレス大学の皆さんが研究活動を行いました！

8月9日から4日間、千葉大学とギリシャのアリストテレス大学の学生による研究活動「グローバル・スタディ・プログラム」が町内で行われました。

今回の活動では、一宮商業高校の生徒による町内案内や町民との交流経験をふまえ、文化相互間の理解を深める方法等について研究が行われました。

当日は、両大学の学生24人が一宮町を訪れ、国際色豊かな4日間となりました。



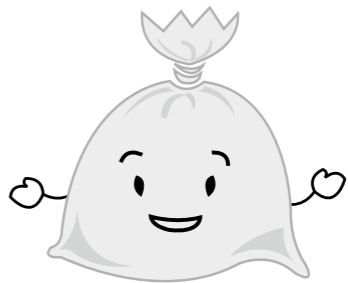
「ゴミ出しのルールを守って！」

■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、収集日に違うゴミが出されることが最も多くなっています。

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。

平成30年度 東浪見こども園(幼稚園)の入園願書配布及び受付を行います

■問合せ 東浪見こども園 ☎(36)7726

◆願書配布期間

10月23日(月)～11月2日(木) 午前10時～午後3時

※園内見学や説明を希望される場合は、事前に電話予約をお願いします。

◆申込受付・面談

11月9日(木)午後2時～3時

◆願書配布・受付場所

東浪見こども園内

秋の全国交通安全運動実施中

■問合せ 都市環境課 ☎(42)1430

◆期間

9月21日(木)～9月30日(土)

◆運動のスローガン

身につけよう命のお守り 反射材

◆運動の重点目標

◇高齢者の交通事故防止

ドライバーは高齢者の歩行者や自転車利用者を見つけたら、スピードを落とすなど思いやりを持った運転をしましょう。

◇夕暮れ時と夜間の歩行者・自転車乗用中の交通事故防止

交通混雑や視認性の低下などによる重大事故等の発生が懸念される夕暮れ時や夜間の交通事故を防止するため、早朝や夕方、夜間外出時における歩行者・自転車利用者は反射材を着用し、自動車運転者は夜間の対向車や先行車がない状況における走行用前照灯(ハイビーム)を使用し十分気をつけましょう。

◇自転車の安全利用の推進と子どもの事故防止

自転車は、歩道での並進や一時不停止、無灯火等危険な走行はやめましょう。

また、急な飛び出しをせず左右の確認や横断歩道を渡るなどして事故にあわないようにしましょう。

◇飲酒運転の根絶

飲酒運転は重大事故を引き起こす要因であり、「これくらいなら」、「少しの距離だから」という気持ちは捨てて飲酒運転は絶対にしないようにしましょう。



就学時健康診断のお知らせ

■問合せ 教育課 ☎(42)4574

平成30年度に小学校へ入学する子ども(平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ)を対象に、各小学校で就学時健康診断を行います。詳しくは、10月上旬に送付する案内で確認してください。

新成人のお祝い

■問合せ 教育課 ☎(42)1416

新成人の門出をお祝いする式典を開催します。ぜひご参加ください。

◆とき 平成30年1月7日(日) 午前10時30分～(受付 午前10時～)

◆ところ 中央公民館 大会議室

◆対象 平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれ ※一宮町に住所のない方も参加できますので、お問い合わせください。

第30回「腎臓病を考える会」講演会

■問合せ 特定非営利活動法人千葉県腎臓病協議会 ☎043(2)564661

CKD(慢性腎臓病)について学びます。

◆とき 10月29日(日) 午後1時～午後3時30分

◆ところ 京葉銀行文化プラザ6階 櫛の間 (JRR千葉駅 徒歩3分)

◆内容 ①講演会「フレイルと栄養」

講師 さとうクリニック 管理

栄養士 榎浦むつほ先生

②講演会「慢性腎臓病に対する腎臓リハビリテーション」

講師 平山病院 副院長 平山陽先生

③移植体験者の体験談

④医療相談会

◆参加費 無料

※当日受付 定員120人

海岸環境保護活動補助金の募集

■問合せ 都市環境課 ☎(42)1430

町では、平成29年度も県および町が管理する海岸などで、空き缶拾いや清掃などの活動を行う団体を助成する事業を行っています。

◆対象となる事業

【事業例】

- ①砂浜や保安林内などのゴミ拾い
②一宮川の草刈りや、水質浄化運動
③県道飯岡一宮線周辺の花植えなどの環境美化
④砂浜の動植物の保護活動

◆対象となる団体

大塚実海と緑の基金条例第1条の趣旨に賛同し、海岸等の環境保護活動を開始しようとするボランティア団体または既に開始しているボランティア団体が対象です。

◆補助の内容

- ①補助対象経費に対して上限額10万円(但し、補助対象経費が10万円未満の場合は、10万円以内)
②補助金の交付は1団体で年度1回。

◆補助金交付決定までの手続き

町に交付申請書を提出していただき、申請があったものについては、一宮町海岸環境保護活動審査委員会で厳正に審査のうえ交付決定を行います。応募多数の場合など必ずしもご希望に添えないことがありますので、ご了承ください。

◆受付

役場2階の都市環境課で受付をしています。時間は、土日祝日を除く午前8時30分～午後5時までです。

自衛官を募集

防衛省・自衛隊では、次のとおり防衛大学校生および防衛医科大学校生を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日(期間)	合格発表	入(着)校隊	待遇・その他
防衛大学校学生	一般(前期) 高卒(見込) 21歳未満	9月5日~9月29日	1次試験 11月4日・5日 2次試験 12月5日~9日	1次合格 11月22日 最終合格 平成30年1月19日	平成30年 4月上旬	修学年限4年 卒業後約1年で 3等陸・海・空尉
	一般(後期) 高卒(見込) 21歳未満	平成30年1月20日 ~平成30年1月26日	1次試験 平成30年2月17日 2次試験 平成30年3月9日	1次合格 平成30年3月2日 最終合格 平成30年3月16日		
防衛医科大学校学生	医学科学生 高卒(見込) 21歳未満	9月5日~9月29日	1次試験 10月28日・29日 2次試験 12月13日~15日	1次合格 11月29日 最終合格 平成30年2月14日	平成30年 4月上旬	修学年限6年 医師免許取得後 2等陸・海・空尉
	看護学 科学生 高卒(見込) 21歳未満	9月5日~9月29日	1次試験 10月14日 2次試験 11月25日・26日	1次合格 11月10日 最終合格 平成30年2月2日		

※詳しいことは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください。
【問合せ】自衛隊 茂原地域事務所(千葉地方協力本部)
☎0475(25)0452 茂原市町保3-217 シティビル2階

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

今月は町で行っている教室、通所型サービスA(ミニデイサービス)についてのお話です。
この教室は、いつまでも自立した日常生活が送れるように生活機能の維持、筋力向上などを目指す教室です。対象者は下記のとおりです。皆と一緒に、健康維持増進を目指しましょう！
ご希望の方は、下記までお気軽にご相談ください。

【対象者】65歳以上の方で、基本チェックリスト(※)該当者または要支援1または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下さい。

【場所】一宮町保健センター

【内容】軽運動・ストレッチなど

■ご希望の方には、ご自宅まで送迎いたします。

【回数】週1日(火曜日) 午前のクラス 9:30~11:30
午後のクラス 13:30~15:30

【費用】1回200円

※基本チェックリストとは？

日常生活動作、運動機能、栄養状態、口腔機能、外出状況、認知機能、うつ状態であるかの内容を問う25項目の質問で構成されており、生活機能がどの程度低下しているかを判断する指標です。

【問合せ】地域包括支援センター ☎(40)1055

チューリップのオーナーになりませんか

白子町役場東側の花の広場に、家族やお友だちと一緒に色とりどりのチューリップを咲かせてみませんか？

◆募集期間 10月13日(金)まで

◆賛助金 1口 1,000円(60球・1.8㎡)

◆植え付け日

11月11日(土)、12日(日)

※オーナーには区画と球根を買い取り、植付けと除草などの管理を行っていただきます。祭り終了後は花の切り取りや球根の掘り取りが自由に楽しめます。

【問合せ】

白子町花の広場実行委員会事務局

☎0475(33)2115

大切な契約や遺言書は公正証書で！

10月1日(日)~7日(土)の公正証書週間にあわせて、予約制で無料相談所を開設します。秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

◆とき ①10月1日(日)午前10時~午後4時
②10月6日(金)午前9時30分~正午

◆ところ ①茂原公正証役場
②茂原市役所5階505会議室

◆相談内容

公正証書による遺言書、土地・建物の賃貸借、金銭の貸借、子どもの養育費の支払い、任意後見などの契約書の作成。

◆相談員 公証人 磯山 博

【予約・問合せ】

茂原公正証役場 ☎・FAX 0475(22)5959

第35回「目の愛護デー」無料電話相談

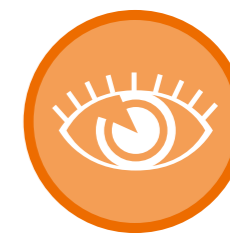
目の健康についての相談に、千葉県眼科医会会員がお答えします。

◆とき 10月9日(月・祝日)午前9時~午後4時まで

◆電話番号 043(242)4271

※予約不要

【問合せ】千葉県眼科医会事務局 ☎0436(26)5567



行政書士による無料相談会

◆とき 10月22日(日)
午前10時~午後4時まで

◆ところ 一宮町中央公民館

※予約不要

※相談手続と遺言書作成、成年後見制度、農地法・宅地開発手続、法人設立に関する事、各種許認可申請に関する事

【問合せ】

千葉県行政書士会長夷支部

☎0475(43)0202

司法書士による無料法律相談会

◆とき 10月7日(土)
午前9時~午後4時まで

◆ところ 茂原市総合市民センター

※予約不要

※不動産の相続・売買・贈与等の不動産登記に関する相談、会社・法人の登記に関する相談、債務整理・成年後見等の法律に関する相談

【問合せ】

千葉司法書士会茂原支部 司法書士

法人最首総合事務所

☎0475(23)5550

一宮学園で映画を観よう！

一宮学園自立支援はじめのいっぽ後援会では、原爆をテーマに、生きること、平和への思いを考えるドキュメンタリー映画「いしぶみ」を上映します。映画を通して児童虐待防止に役立てたいと考えています。

◆とき

10月14日(土)

第一部 【パパママタイム】

午前10時00分~午前10時40分

赤ちゃん・幼児連れの方も安心して観ることができます。
※おむつ替えや授乳のためのお部屋もあります。

第二部 【映画を観て語り合う会】

午後1時~午後5時

映画を観た後に、参加者同士で意見交換をする時間を設けます。是非、この機会に児童養護施設の子どもの困難について知ってください。

◆ところ 児童養護施設 一宮学園体育館

◆料金 入場無料

◆参加方法【当日まで予約可能】

次の①~③のいずれかの方法でお申込みください。お席を確保いたします。

①FAX 0475(42)3545

②電話 080(6635)0977

③E-mail hajimeno.1.2.3po@gmail.com

【予約・問合せ】

一宮学園自立支援はじめのいっぽ後援会事務局

☎080(6535)0977(荒木)

スポーツを真ん中に
合気道部/一宮少年野球クラブ/ウオーターマリンスポーツ部/空手道部剛柔流/空手道部和道会/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/バスケットボール部/バドミントン部/ママさんバレーボール部/野球部/エンジョイススポーツクラブ(総合型地域スポーツクラブ) 運営本部(総合企画委員会/企画広報部/事業部/事務局)

TAIKYO ICHINOMIYA

NPO法人 一宮町体育協会 ニュースフラッシュ
平成29年9月発行 Vol.122

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。



協会の事務所(クラブハウス)がオープン!

8月1日、待望久しかった協会の事務所(クラブハウス)がオープンしました。衣料スペース・シノヤの跡地なので広さは十分。各クラブの打合せや会合に使っていただけることと思います。また、開口部(エントランス)は全面ガラスで大きく、イベントや

住所：一宮町一宮 2777-2 (旧シノヤビル・松濤軒さんの真向い)
電話：0475-42-8575
または080-5195-5264(荒木携帯)



全日本選手権第5位の快挙! 郡民大会総合8連覇の偉業!

去る8月5日、流派をこえて全国の各都道府県大会の優勝、準優勝選手だけで行われた第17回全日本少年少女空手道選手権大会(全少)において、一宮町体育協会空手道部剛柔流有会所属の岩下駿斗選手(一宮小学校)が98選手出場の小学3年男子組手で岐阜代表、大阪代表、埼玉代表を撃破。準決勝で敗れたものみごと第5位という成績を収めました。

第58回長生郡民体育大会において総得点34.5を獲得した一宮町がトップ。みごとに総合8連覇を達成しました。それを受けて8月10日、役場にて馬淵町長への優勝報告会を行いました。当日は、優勝種目のソフトボール、バドミントン、軟式野球から代表者が出席。大場体協会長、小関体協幹事長から馬淵町長、町田教育長に一宮町の各チームの活躍ぶりが披露されました。



日ごろ鍛えた健脚で難コースを踏破!

した。8月27日、町民バス一宮号で総勢22人一路丹沢山塊の東端へ。まずはケーブルカーで中腹の標高680mに建つ阿夫利神社に降り立ち、全員で参拝。ここから富士山展望と相模湾見晴らしの2つのコースに分かれ頂上アタック。全員無事に登頂し、満足感をにじませて一宮町に帰ってきました。次回の郊外イベントは12月3日の予定です。お楽しみに。

お問合せは体協 企画広報部・荒木(電話 0475-42-8575) / Eメール taikyo-ichinomiya@chiba.email.ne.jp までお願いします。

県立長生特別支援学校 後期学校公開

- ◆とき 10月12日(木) 午前9時35分~正午
 - ◆ところ 県立長生特別支援学校 (東浪見6767番地7)
 - ◆内容 学校の概要説明、施設設備や授業の参観
- 【問合せ】
県立長生特別支援学校
☎0475(42)2470

県立長生特別支援学校しおかぜ祭(文化祭)

- ◆とき 10月21日(土) 午前9時30分~午後2時25分
 - ◆ところ 県立長生特別支援学校 (東浪見6767番地7)
 - ◆内容 和太鼓演奏、遊びのスペースを中心とした催し物、作業学習活動の紹介、作業製品の展示・販売、PTAバザーなど
- 【問合せ】
県立長生特別支援学校
☎0475(42)2470

雨降らずとも、生き物たちは… ~一宮ネイチャークラブ~

今年の梅雨は雨がほとんど降らず、ため池の水も底をつきました。松子川も流れるほどの水量はありません。でもタニシ、カワニナ、シジミ、オタマジャクシ、ドジョウ、サワガニ、カワエビ、ザリガニなど、生き物たちは元気です。

7月9日、元気いっぱいの子供たちを迎えて、水生生物観察会とザリガニ釣り大会を行いました。暑い日差しの中、ザリガニをたくさんつかまえて満足顔の子供たち。最後は、みんなでスイカを食べました!

10月に稲刈りを予定しています。

- 【問合せ】
矢澤 ☎(42)7388 小池 ☎(42)8142



そうだんごと

- ### 人権行政相談
- ◆とき 10月5日(木) 午後1時30分 ~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 10月12日(木) 午後1時30分~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 10月17日(火) 午後1時30分 ~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

咲雀会

こんにちは。

私たちは、民舞をとおして伝統芸能を継承し、皆さんに親しんでいただくことや見ていただく方を楽しんでいただけたらと思ボランティア活動に参加をしている咲雀会です。

一宮町ボランティア連絡協議会に登録し、昭和60年4月からボランティア活動を始めました。

特別養護老人ホームやデイサービスセンターなどへ訪問や一宮町社会福祉協議会や一宮町ボランティアセンター主催の行事に参加し民舞を披露したりしています。

見ていただく方を楽しんでいただけるように、喜んでいただけるように曲を選んで活動をさせていただいています。

特に毎年、参加させていただいている一宮町社会福祉協議会と一宮町ボランティア連絡協議会共催のふれあい昼食会では、顔なじみの方にお会いする機会でもあり、皆さん拍手で温かく迎えてくださいます。

暖かな空気に包まれながら、曲合わせ、手拍子をいただきながら、披露させていただく私たちは、民舞の味わいを皆様にお届けできるようにと精一杯の気持ちを込めて踊っています。

これからも私たちの活動が少しでも多くの皆様の元気の素や笑顔の素になれるようにまた、皆様に喜んでいただけるように活動してまいりたいと思います。



第8回一宮町社会福祉大会・第4回一宮町ボランティア福祉フェスティバルを開催します!!

○とき 10月8日(日)

○ところ 一宮町保健センター及び一宮町保健センター駐車場・一宮町役場前駐車場

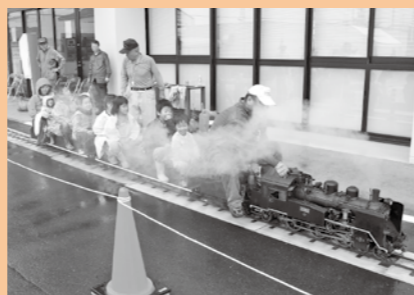
○内容 午前10時 第8回一宮町社会福祉大会開会

一宮町社会福祉協議会表彰

一宮小学校・東浪見小学校・一宮中学校 児童・生徒による福祉作文発表

午前11時 第4回一宮町ボランティア福祉フェスティバル

模擬店販売(焼きそば・豚汁・スイートポテトフライ・菓子パン等)、ミニS L運行など



ボランティアセンターとは?

一宮町ボランティアセンターは、平成24年4月1日に設置され、町民の皆さんのボランティアに対する理解と関心を深め、ボランティアの育成、援助を行うと共にボランティア活動をしたい方とボランティア活動に来てほしい方をつなげたり、ボランティア活動に関する情報提供や活動に関する相談などさまざまな取組みを行っています。

連絡先

社会福祉法人一宮町社会福祉協議会 ☎(42) 3424
一宮町ボランティアセンター FAX(42) 3439



お知らせ

公立いちのみや保育所からのお知らせ

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(旧原保育所)
☎(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 10月18日(水)
午前10時~

◆内容 『どんぐりと山猫』他

誕生会
◆とき 10月26日(木)
午前10時~

※要予約

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。

お天気の良い日は体操(10時前後)もしています。一緒にいかがですか? 10月は「おどるんようび」です。ご一緒にいかがでしょうか?

◆とき 午前9時~午後3時
(土・日・祝日除く)

※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~午前11時
10月10日(火) 15組
『ミニミニ運動会』

10月24日(火) 15組
『おもいほり・おそとであそぼう・お誕生会(10月生まれ)』

※要予約

※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 10月6日(金)
午前10時~正午

※要予約

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~午後3時 予約は要りませんが、登録をさせていただきます。

(ランチタイム正午~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。

○まねっこ保育園(運動会ごっこ)(1歳児~) 10月12日(木) 午前10時30分~

○給食試食会(2歳児~) 10月19日(木) 午前11時~

○育児講座(0歳児~) 10月26日(木) 午前10時30分~

【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~午後3時

今月のイベント

○ベビマクラブ 10月11日(水) 午前10時30分~ 参加費300円(初回のみオイル代500円)
ママの手と赤ちゃんの素肌を通してもっともっと愛情をはぐくんでみませんか?

○たまひよ部(毎月1回開催) 10月26日(木) 午前10時30分~ 参加費300円(お茶お菓子付き)
みんなでワイワイ楽しくおしゃべりしましょう!

【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

保健センター

10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。
詳しくは保健センター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）	11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
地区伝達料理講習会	13日（金）	受付 9：20～9：30	町内在住の希望者 ※お問合せください	
親子ふれあい教室	18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 おやつ教室	20日（金）	10：00～12：00	幼児向けの手づくりおやつ講習会 お子さんはお預かりします（町内在住の方） ※お問合せください	
男性料理教室	25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	26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。	
あそびの広場	2日（月）・3日（火）・4日（水） 5日（木）・6日（金）・10日（火） 12日（木）・13日（金）・16日（月） 17日（火）・19日（木）・23日（月） 24日（火）・25日（水）・27日（金） 30日（月）・31日（火）		9：30～12：00 13：00～16：00 乳幼児と保護者	
	※絵本の読み聞かせ			
	10日（火）10：30～11：30	ボランティア「ゆりかご」		
	25日（水）11：00～11：30	ボランティア「赤とんぼの会」		

けんこう運動教室	2日（月）		65歳以上の希望者（リズム体操）	保健センター
	11日（水）	受付 13：10～13：20	// （貯筋体操）	
	30日（月）		// （お口の健康体操）	
東浪見けんこう運動教室	12日（木）	受付 9：45～10：00	65歳以上の希望者（ワハハ!時間）	東浪見 コミュニティ センター
	23日（月）		// （リズム体操）	

【今月の検診】

大腸がん検診（回収日）	5日（木） 6日（金）	対象者には通知します	<p>検診の通知は、</p> <p>①今年度初めて対象となった40歳の男女</p> <p>②過去3年間の検診で1回以上受診をした方</p> <p>③今年度の検診の申込みをした方に送付いたします。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合せください。</p>
-------------	----------------	------------	---

保健センターだより

◎ 体を動かそう! ◎

=プラス10（テン）のすすめ=

毎日、いまより10分多く体を動かすこと（プラス10）で、動脈硬化を防ぎ、健康寿命を伸ばせることが分かっています。通勤や仕事、家事の合間をこまめに利用して、体を動かす習慣を身につけましょう。

- ◎通勤を自転車に ◎駅まで歩く ◎歩いて買い物へ ◎階段の上り下り
- ◎テレビをみながら体操 ◎電車やバスでは立つ ◎雑巾がけなど、家事をしっかり

一日の歩数が多い人ほど、HDL（善玉）コレステロールの数値が高いという結果が報告されています。HDLコレステロールが高くなれば、LDL（悪玉）コレステロールも低くなります。運動は、会話しながらできる程度の強さから始めましょう。生活の中で積極的に体を動かす機会をみつけて、今よりも体を動かしていきましょう。

健康チェックで安全に体を動かそう

- ☆運動を始める時は体調をチェックして、少しでも具合が悪いときは中止します。持病のある人は、医師に確認してから始めましょう。
- ☆運動前後の準備体操や整理体操は、けがの予防と疲労回復に役立ちます。忘れずに行いましょう。

日本脳炎定期予防接種対象者の方へ ～日本脳炎ワクチン不足のお知らせ～

昨年発生した熊本地震の影響により、化学及血清療法研究所が製造販売する日本脳炎ワクチンが一定期間供給を停止しており全国的に入荷しづらい状況となっています。（出荷再開時期：平成30年1月予定）

町でも日本脳炎ワクチンの不足が心配されることから、定期接種第1期初回（2回接種）の未接種者を優先して実施することがありますので、ご了承ください。（標準接種年齢は3～4歳です）

なお、定期接種で定められている年齢の上限が近づいている場合は、この限りではありません。また、医療機関の予防接種予約が取りにくい状況が続くことが予想されますので、かかりつけの医療機関と相談の上、接種をお願いします。 【問合せ】 保健センター ☎（40）1055

9月のレシピ

梨ときゅうりの中華風サラダ

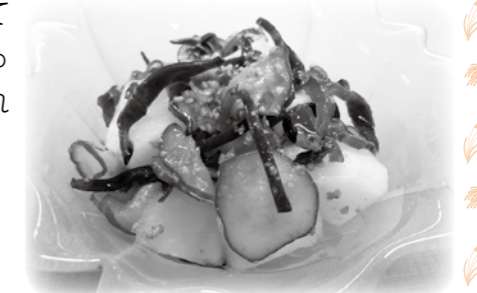
1人分 72キロカロリー

材料	4人分
梨	1個
きゅうり	1本
塩	少々
きくらげ	4g
白すりごま	大さじ2
酢	大さじ1
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/4
ごま油	大さじ1

〈作り方〉

- ① きゅうりは薄い輪切りにして、塩をふって軽くもんでおく。
- ② きくらげは水でもどしてせん切りにし、さっと茹でて湯を切る。
- ③ 梨は4等分にして、皮、芯を除き、縦半分になり、7～8ミリ幅のいちょう切りにする。
- ④ ボールにAを合わせて梨、水気を絞ったきゅうり、きくらげを入れて和える。

旬の梨を使って、サラダはいかがでしょう。和えると水分が多く出ますので、きゅうり、きくらげの水気はしっかり切ってください。





※カレンダーは10月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 燃えるゴミ	4	5 燃えるゴミ 人権行政相談	6 2コース 燃えないゴミ 3コース 資源・乾電池 子育て相談室「コアラ組」	7 燃えるゴミ
町の図書室休						
休 K-Iクリニック ☎(42)7575						
8 第4回一宮町ボランティア福祉フェスティバル	9	10 燃えるゴミ 親子教室「ひよこ組」	11	12 燃えるゴミ 町長室開放日	13 1コース 粗大ゴミ 3コース 燃えないゴミ	14 燃えるゴミ
休 睦沢診療所 ☎(44)2236	町の図書室休 休 いちのみやクリニック ☎(42)1616					
15 防災訓練 第4支団秋季訓練	16	17 燃えるゴミ 法律相談	18	19 燃えるゴミ	20 1コース 資源・乾電池 2コース 粗大ゴミ	21 燃えるゴミ 一宮小運動会
町の図書室休						
休 清水医院 ☎(42)2950						
22	23	24 燃えるゴミ 親子教室「ひよこ組」	25	26 燃えるゴミ 心配ごと相談	27 1コース 燃えないゴミ 2コース 資源・乾電池 3コース 粗大ゴミ	28 燃えるゴミ 一宮中やまゆり祭
休 藤島クリニック ☎(47)3056						
29 第20回上総国さすが市 芸能と音楽を楽しむ会	30	31 燃えるゴミ				
休 長生診療所 ☎(32)3303						

●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。

- 町 県 民 税 (第3期)
- 国民健康保険税 (第4期)
- 介護保険料 (第4期)
- 後期高齢者医療保険料 (第4期)

10月31日(火)

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 (茂原消防署のうら)

・診療科目 内科・小児科・診療時間 20:00～23:00

※20:00前の急病などは、消防本部☎(24)0119へ

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
PARALYMPIC GAMES
HOST VENUE