

令和2年 7 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 12,312 人 (- 9 人)
男 6,065 人 (- 4 人)
女 6,247 人 (- 5 人)
世帯数 5,425 世帯 (+ 3 世帯)
面積 22.97 k㎡
※令和2年7月1日現在

() 内は前月比

ホームページ

<https://www.town.ichinomiya.chiba.jp/>

一宮
いづのみや

上総一ノ宮駅
Kazusa-Ichinomiya Station

念願の東口がオープン！

7月1日、JR上総一ノ宮駅東口が供用を開始しました。
初日から多くの方がご利用され、町に新しい流れが生まれました。



TOKYO 2020



開催会場



▲ GSS センター授業風景 (中学校2学年)



3か月に及ぶ臨時休業を解除し、6月1日から段階的に各小中学校で授業を再開しました。学校では、再開に向けて次のような対策を実施しました。

■健康管理の徹底

児童生徒と教職員に健康観察カードを配付し、毎朝体温を測り、だるさや息苦しさがないかなどをチェックしています。

■分散・時差通学登校

3密を防ぐため、小学校では、地区別登校を実施。中学校では、クラスごとに時間をずらして登校しました。

■消毒・清掃の徹底

児童生徒の下校後、教職員全員で、校内の消毒を徹底して行いました。また、児童生徒も一生懸命清掃に取り組んでいます。

■授業時数の確保

○東浪見小学校
一日の生活時間を有効活用し、1コマ45分で7時間授業を確保

○一宮小学校

児童の中にはバス通学をしていることもあり、登下校の時間を変更せず、1コマ40分で7時間授業を確保

○一宮中学校

1コマ40分で7時間授業を確保



▲ 手指の消毒をします



▲ 毎朝、健康観察表を提出します

その他に、夏休み期間を8月1日から23日までと短くし、授業時数を確保します。また、運動会や体育祭などの行事については、開催方法など協議した上で、実施の判断をしていきます。

■3密対策の取組み

換気を徹底して行い、教室もできるだけ児童生徒の距離がとれるように机を配置しました。一宮中学校では、GSSセンターや体育館を利用して授業を実施しました。給食では、全員が前を向いて食べるなど、さまざまな3密対策に望みました。

なお、今後、長期間に及ぶ臨時休業になった場合に備え、中学校では、才



▲ 歌う、聴くだけが音楽じゃないよ



▲ オンライン学習の体験

オンライン学習の体験を行いました。今まで経験したことのない中での学校再開となりましたが、教職員や児童生徒たちの新型コロナウイルスに負けない気持ちが強く感じられました。

【問合せ】 教育課 ☎(42)4574



▲ 放課後、教職員全員で校内の消毒



▲ 体育館での授業風景（中学校3学年）

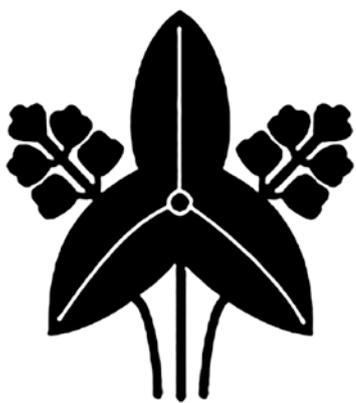


観明寺の四脚門は町内に残る最古の建造物といわれ、昭和52年（1977）に町の指定文化財に指定されています。

観明寺は天台宗の寺院で天平6年（734）に行基（668～749）によって開山され、慈覚大師（794～864）の中興と伝えられています。明治時代初期頃まで、玉前神社の別当寺の地位にありました。

四脚門は切妻造で屋根はかつては茅葺であったといいますが、現在は茅葺型式の銅板屋根となっています。正確な建立年代は不明ですが、正面の臺段に堀氏の「沢瀉紋」の家紋があることから、江戸時代初期頃と考えられます。堀氏は寛文十二年（1672）から約30年間、一宮本郷村（現在の一宮町字一宮の大部分）を治めており、この山門は堀氏の寄進によるものとも言われています。

平成25年（2013）に修復工事が行われ、現在地に移設されました。



▲ 立ち沢瀉紋

【問合せ】

教育課

☎(42)1416

(教育委員会 江澤一樹)

町長コラム

No.48



一宮町長 馬淵 昌也

田舎のほうが、はるかにのびのびできるのです。

また、田舎では、食糧などの調達に困ることも少なくて済みます。自らが生産者でなくても、地元でかなり容易に、新鮮・安価で、美味な農産物を味わうことができます。一宮の場合は、海産物も加わります。都会のように、流通が滞ることにより、品薄が生じ、価格も高騰して入手に手間取るということはありません。

映画館をはじめ、田舎に無いものはたくさんありますが、コロナ禍の中でこうした田舎の生活の素晴らしさが、再認識されました。

そして、テレワークで仕事ができるのであれば、田舎に住んでも、差し支えはありません。一宮に即していえば、1時間から1時間半で東京まで行けるので、出社の必要が出た時も困りません。

政府も、今後の国の政策として、今回のコロナ経験をふまえて、国民の地方への生活拠点移動を促す政策をとるそうです。このチャンスを見逃さず、一宮町も、田舎の魅力を力強く発信して、新たな移住者を大勢お迎えできるようにしたいと思います。

新型コロナウイルス感染症が蔓延してから、「stay home」のスローガンとともに、自宅中心で過ごすことが、提唱されました。仕事についても、できる限り「テレワーク（遠隔地での労働）」を取り入れて、通勤せず、自宅での仕事に切り替えるように、呼びかけられました。

現在、新型コロナウイルス感染者の増加は、比較的緩慢で、徐々に日常の活動へと戻りつつあります。しかし、「新しい生活様式」に象徴されるように、これからは、新型コロナウイルスなどの感染症に気をつけながら暮らすことが必要になる、といわれています。

こうした中で、私が改めて感じたのは、一宮町のような田舎の暮らしの快適さです。

自宅で過ごす、といっても、都会では、比較的狭い集合住宅が多く、庭もなく、公園も少なく、外出して気散じをすることもままありません。しかし、田舎は家が広めで、庭付きが多いので、屋外アクティビティを行うことが可能です。集合住宅に住んでも、間取りに余裕があり、外には、田んぼや里山や海岸などの広大な自然環境があります。同じ自宅周辺で過ごすといっても、都会と田舎では大きく違います。



▲ 風船爆弾打ち上げ基地跡
(一宮 6-35 付近)

令和2年(2020)はまだ半年しか経っていませんが、この年は歴史上名を残す年となるでしょう。新型コロナウイルスのパンデミック、それに伴う東京オリンピックの延期。どれも未曾有の出来事であり、いまだ終息の見通しもたつていません。これからどのくらいかかるかわかりませんが、私たちはこの脅威を克服していかなくてはなりません。

さて、今年(2020)は昭和20年(1945)の終戦から75年目の年です。戦争を経験された方が少なくなり、この歴史を風化させずに、後世にしっかりと伝えていかなくてはなりません。今回から2回にわたり、一宮町と太平洋戦争について綴っていきます。

一宮町の歴史特集 特別編 戦後75年 一宮町と太平洋戦争(上)

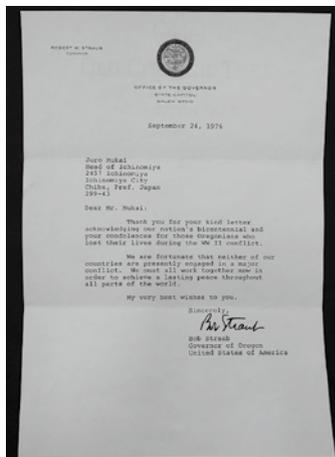
風船爆弾

一宮町と戦争の歴史を語るうえでまず思い浮かぶのが風船爆弾でしょう。風船爆弾は日本陸軍の秘密兵器で直径約10mの気球に爆弾を吊り下げ、アメリカ本土を攻撃する兵器でした。昭和19年(1944)11月から翌年3月にかけて、一宮と勿来(福島県いわき市)、大津(茨城県北茨城市)の3か所の基地から打ち上げられました。合計で約9000個が打ち上げられ、約3000個がアメリカ本土にたどり着いたといわれており、オレゴン州では民間人名が犠牲になりました。

一宮海岸に築かれた基地は円形のコンクリート台が数基築かれ、その一部には風よけのために高さ約20mの暴風壁が造られたといえます。その基地にむかって、物資の運搬用に上総一ノ宮駅から引き込み線(線路)がひかれました。この線路の建設には地元住民の方も「勤労奉仕」として従事したといえます。戦後、打ち上げ基地の土台部分のコンクリートは破壊され、地元の人々が持つて帰りました。そのうち

の一つが、現在町教育委員会で保管されています。

昭和51年(1976)、時の向井十郎一宮町長はオレゴン州知事に宛てて、犠牲者への哀悼の文書を送りました。その後同州のストラウヴ知事から感謝の返信があり、現在その資料も教育委員会で保管されています。



▶ オレゴン州知事からの返書

本土決戦への準備

戦局が悪化する中、一宮を含めた九十九里沿岸でも本土決戦にむけた準備が進められました。昭和19年7月には「本土沿岸築城実施要綱」が定められ、九十九里浜や鹿島、八戸等に陣地の構築が命じられました。

昭和20年2月には本土決戦のために編成された陸軍第147師団歩兵第426連隊が一宮に配属され、洞庭湖周辺に指揮所壕や砲台が築かれました(※現在は私有地のためこれらの戦跡は見学できません)。防空壕掘りや砲

台の基礎作りには、風船爆弾への引き込み線作り同様、地元住民の方が「勤労奉仕」として従事しました。

一宮海岸の陸軍廠舎

開戦以前から、一宮海岸北側には陸軍の演習場である廠舎がありました。実弾演習のほか、太平洋に面していたため、遊泳演習もあつたそうです。この廠舎は戦後まもなく火災にあい、焼失したといえます。

ちなみにこの廠舎は左の写真のように、絵葉書として発行されていました。廠舎の内部の写真の他洗面所までもが絵葉書になっています。



▲ 海岸にあった陸軍廠舎

(次号へつづく)

【問合せ】教育課 ☎(42)1416
(教育委員会 江澤一樹)

【国保・後期・介護】

新型コロナウイルス感染症の影響による保険料(料)の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により一定程度収入が下がった方は、保険料(料)の減免を申請により受けられる場合があります。

■保険料(料)の減免対象期間

令和元年度分と令和2年度分の保険料(料)で、令和2年2月1日から令和3年3月31日までの納期限が設定されているものが、減免の対象です。

■保険料(料)の減免の対象となる方

- ①保険料(料)を全額免除
 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または治療に1ヶ月以上かかるなど重篤な傷病を負った世帯の方
- ②保険税(料)を全額免除または一部を減額

新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少が見込まれる世帯の方
 保険税(料)が減免される具体的な要件については、次の全てに該当する世帯です。

注：介護保険料については(2)は除きます。

申請にあたっては、収入を証明する書類が必要です。

- (1) 事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、前年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
- (2) 前年の所得の合計額が1000万円以下であること
- (3) 収入減少が見込まれる種類の所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

【問合せ】

○国民健康保険税および後期高齢者医療保険料の減免について

住民課 ☎(42)1423

○介護保険料の減免について

福祉健康課 ☎(42)1431

※詳細な内容や申請様式については、町ホームページをご確認ください。

【国保・後期】

新型コロナウイルス感染症に感染した方等に対する傷病手当金の支給について

新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱等の症状があり、感染が疑われる方で、その療養のために労務に服することができなかった国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者は、申請により傷病手当金が支給される場合があります。(ただし、休職中にお勤め先から給与等の支払いを受けている場合、傷病手当金の全部もしくは一部の支給が制限されることがあります。)

■支給の対象の方

次の全てに該当する方となります。

- ①お勤め先から給与の支払いを受けている方で、新型コロナウイルスに感染、または発熱等の症状があり、感染が疑われる方
- ②感染または感染の疑いにより、その療養のために労務に服することができず、その期間が3日間を超える方
- ③労務に服することができない期間に対する給与の支払いを受けられない方

■支給額

直近の継続した3月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×(3分の2)×(労務に服することができない期間の日数÷3日間)

■対象期間

令和2年1月1日から9月30日の間で労務に服することができない期間(ただし、入院が継続する場合は最長1年6か月まで)

【問合せ】 住民課 ☎(42)1423

※詳細な内容や申請様式については、町ホームページをご確認ください。

新型コロナウイルス感染症の影響により納税が困難な方へ
徴収猶予の「特例制度」のご案内

新型コロナウイルスの影響で事業などの収入に相当の減少があった方のうち、一時に納付・納入を行うことが困難である場合は、最長1年間、地方税の徴収猶予を受けることができますようにしました。

申請にあたって担保の提供は不要で、猶予期間中は当該税目に対する延滞金を免除します。猶予期間中における分割納付など、状況に応じて計画的に納付いただくことも可能です。

町ホームページにも掲載しています。

<http://www.town.ichinomiya.chiba.jp/curashi/tax/25.html>

【問合せ】 税務課 ☎(42)2114

特定外来生物『オオフサモ』の駆除について

近年、町では特定外来生物『オオフサモ』の発生が確認されています。オオフサモは水草として地下茎を伸ばし分布を広げています。その性質から、水路の流れを妨げ大雨が降った際、水があふれ農業被害の発生や、町の排水機場に影響が及ぶ恐れがあります。

地域の皆さんの駆除のご協力をお願いいたします。



【問合せ】

産業観光課

☎(42)1428

胸部レントゲン検診のお知らせ

町の皆さんの安全と、新型コロナウイルス感染症のまん延を防止するために延期していた胸部レントゲン検診を実施します。

対象の方は、ぜひ受診してください。

■日時

8月24日(月) から26日(水)

大切なお願い

密集・密接を防ぐため、会場に入る事の出来る人数に限りがありますので、それぞれの地区の受付時間を厳守してください。

■場所

保健センター

※例年、各地区集会所などで実施していましたが、日程変更により地区会場に対応できる検診車の手配ができないため、保健センターのみで実施します。

■その他

※対象者で過去3年間に受診された方と、令和2年4月1日現在40歳の方に受診票を送付します。その他ご希望される方は、電話または窓口でお申し込みください。

【問合せ】

福祉健康課

☎(40)1055

健康診査の種類	対象者	一部負担金	内容
胸部エックス線検査 (結核検診)	64歳以上の方	無料	胸部X線間接撮影
胸部エックス線検査 (肺がん検診)	40～63歳の方	500円	

※対象年齢は、令和2年3月31日現在の年齢となります



学童支援員・補助員を募集

町内の学童わんぱくクラブで働いていただける支援員・補助員を募集しています。

■勤務時間

- ・月～金曜日
- 午後2時から午後7時
- ・土曜日、学校休業日

午前7時30分から午後7時

※シフト勤務により1日3時間～5時間程度

※学校長期休業日(夏休み等)のみの勤務も可

■勤務条件

- ・時給 925円～
- ※社会保険(健康保険・厚生年金)の加入なし。勤務時間により雇用保険の加入あり。
- ※距離に応じて通勤費支給あり

■勤務内容

- ・学校終了後の子どもたちの保育(遊びや生活を通して児童の健全育成や生活指導)
- ・子どもたちの使用する場所の清掃
- ・保育日誌や出席簿の記入等の事務

■応募資格

- ・特に必要としませんが、子育て支援に熱意のある方
- (放課後児童支援員認定資格をお持ちの方はお知らせください。)

■勤務場所

- ・一宮学童保育わんぱくクラブ(一宮小学校内)
- ・東浪見学童保育わんぱくクラブ(東浪見小学校内)

■申込方法

- ・履歴書に写真添付のうえ提出してください。
- ※履歴書は返却しません。

【問合せ】子育て支援課 ☎(42)1415

認知症予防教室を開催 ～参加者募集～

65歳以上の方を対象に、認知症の理解と予防を目的とした教室を開催します。『誰でも』、『気軽に』、『毎日できる』脳を元気にするための生活の工夫やトレーニングを一緒に学びませんか？

■対象者

- ①下記のチェックリスト項目で1点以上の方
- ②下記チェックリストが0点でも、認知症予防に興味のある方

※すでに認知症と診断されている方はこの教室の対象にはなりません。

■開催期間 7月～令和3年2月(全12回)

■募集人員 15人

■申込期限 7月31日(金)まで

※定員になり次第受付を終了させていただきます。定員を超えた場合、新規参加者を優先します。

※教室生になつた方には、後日教室の詳細日程をお知らせします。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止により、延期または中止する場合があります。

【問合せ・申込先】

福祉健康課
介護保険係(地域包括支援センター)
☎(40)1055

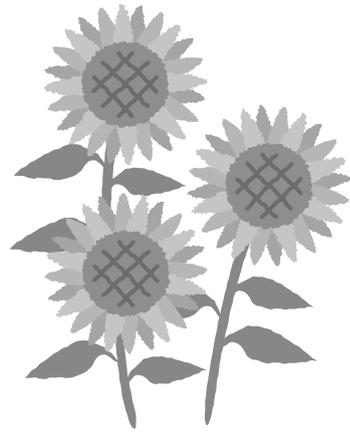
認知症予防のチェックリスト

- ①周りの人から『いつも同じ事を聞く』などの物忘れがあると言われますか？
はい(1点)・いいえ(0点)
- ②自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか？
はい(0点)・いいえ(1点)
- ③今日は何月何日かわからない時がありますか？
はい(1点)・いいえ(0点)

観光協会新役員決定！

このたび、観光協会にて役員改選があり、次のとおり会長、副会長が決定しました。

会長 鷓沢 清永
副会長 長谷川 洋一
中村 新吾
吉野 健史



会長挨拶

このたびの定期総会におきまして、理事各位のご推薦を受け観光協会会長という重責を前期に続き負うことになり、その責務の重大さを改めて感じているところであります。

さて、昨今の新型コロナウイルス感染症の影響により、一宮町だけでなく、日本全国、ひいては世界中が甚大な被害を受け、大きな危機に直面しています。しかし、日本におきましては国民の一致団結の元、緊急事態宣言発令期間を終え、今、新しいステージへ進もうとしています。来年へ延期された東京2020大会

に向け、一宮町が一つになり、活気を取り戻していかなくてはなりません。

本年におきましては、花火大会をはじめ、海水浴場の設置、恒例のはまぐり祭り、観光地曳網、燈籠流しも全て中止とし、大変厳しい状況ですが、町行政と協力し、皆様方と町観光業及び経済の回復・発展を目指し、努力していく所存でございます。なにとぞご指導・ご鞭撻賜りますようお願い申し上げます。

一宮町観光協会

会長 鷓沢 清永

海水浴場の開設を中止します

例年夏に開設している一宮海水浴場は、新型コロナウイルス感染症の影響により、十分な人数のライフセーバーを確保することが出来ず、監視体制の確立が困難であるため、今年は開設を中止します。

【問合せ】

産業観光課 ☎(42)1427

夏のイベントを中止します

夏恒例となつていた次にあげるイベントは、来訪客に対し、万全な新型コロナウイルス感染症防止策を施すことができないため、今年は中止します。

- ・一宮町納涼花火大会
- ・南九十九里はまぐり祭り
- ・観光地曳網
- ・一宮川燈籠流し
- ・上総国一宮まつり

【問合せ】

産業観光課 ☎(42)1427

病児保育の利用について

病児保育事業の対象年齢を小学校3年生までに引き上げました。

病児保育は、病気の回復期にある児童を一時的に預かることで、保護者の子育てと就労の両立を支援する事業です。町では、酒井医院（白子町）と外房こどもクリニック（いすみ市）に事業を委託しています。

利用を希望する未登録の方は、申請書を子育て支援課に提出してください。

■病児保育所「ラッコッコ」

医療法人社団酒井医院内

■病児保育室「パウルーム」

医療法人社団嗣業の会外房こどもクリニック内

【問合せ】

子育て支援課 ☎(42)1415



「被災住宅修繕緊急支援事業補助金」と「災害救助法による応急修理」の受付を終了します

昨年の台風第15号・第19号・10月25日の大雨で被災した住宅の屋根や外壁などの修繕工事に対する補助金と、災害救助法による応急修理の申請受付を8月31日で終了します。補助金などの申請を検討されている方は、早めの手続きをお願いします。

また、すでに補助金を申請し、修繕工事が完了した方は、速やかに実績報告書の提出をお願いします。

■申請受付締切

8月31日（月）まで

■実績報告書提出期限

令和3年2月26日（金）まで

※期限までに工事が完了しない方はご相談ください。

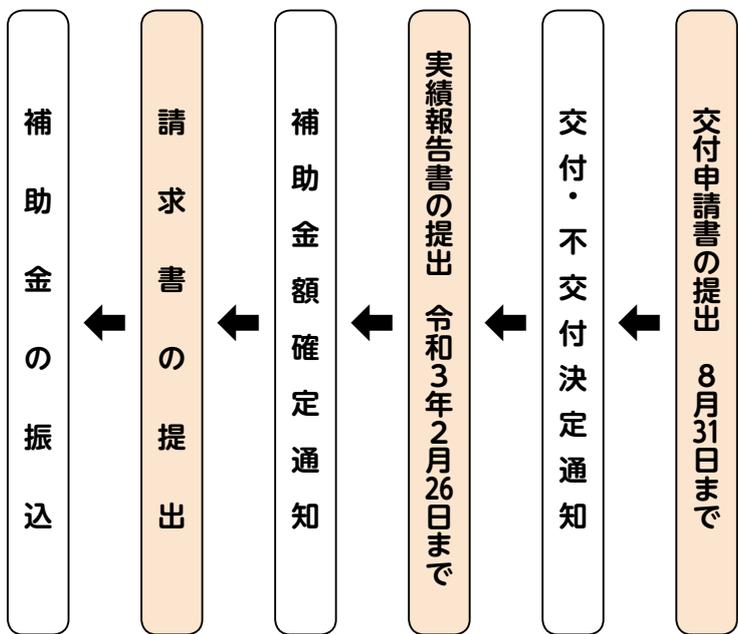
■補助対象

- ・ 補助金額は、補助対象工事費の20%（上限50万円）
- ・ 被災時点でその住宅に自らが居住していること
- ・ 屋根や外壁など日常生活に欠かせない部分の修繕であること
- ・ 町税などの滞納がないこと
- ・ 別荘、空き家、店舗などは補助対象外です

■補助金申請フロー

詳細につきましては、町ホームページ、
<https://www.town.ichinomiya.chiba.jp/machizukuri/207/118.html> または令和元年12月第1週の回覧で配布した資料をご覧ください。

※申請書などは町ホームページからダウンロードしていただくか、都市環境課で配布しています。
 ※色付き部分が申請者の手続きです。



■必要書類

すでに修繕工事が完了している方も補助の対象となります。申請の際は、左記の申請書類と実績報告書類のすべての書類をご用意ください。

申請時	実績報告時
① 住宅の応急修理申込書（一部損壊）兼一宮町被災住宅修繕緊急支援事業補助金交付申請書（第1号様式） ② 資力に係る申出書（第2号様式） ③ 修繕工事予定箇所のカラール写真 ④ 罹災証明書の写し ⑤ 世帯全員の町税の納税証明書 ⑥ 世帯全員の住民票の写し ⑦ 修繕工事の見積書の写し（工事箇所を明示してください） ⑧ 耐震性等の向上に資する補修確認書（第4号様式）	① 実績報告書（第8号様式） ② 契約書の写し ③ 領収書の写し ④ 修繕工事完了後の状況がわかるカラール写真 ⑤ 請求書（第10号様式）

【問合せ】都市環境課 ☎(42)1430

ジャンボタニシ防除にご協力ください

暖冬の影響により、町内でジャンボタニシ(和名: スクミリンゴガイ)の発生が例年に比べ多くなっています。

ジャンボタニシは暖かくなると活動をはじめ、柔らかい小さい苗(4葉期まで)を食害します。

町では防除のひとつとして、貝密度の低減を目的とした方法をご紹介します。

水稲農家の皆さん、ぜひお試しください！

【問合せ】

産業観光課 ☎(42)1428

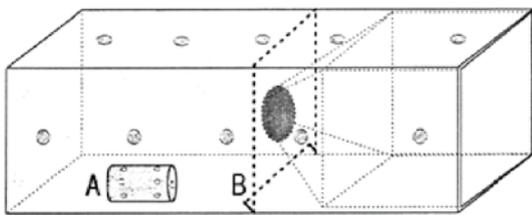


スクミリンゴガイのトラップ

角型2Lのペットボトル(表面に径2mmの穴)の先端と15cm付近を切断する。これを逆さにペットボトル本体に差し込む。内部入り口(径35mm)に接するようにOHPシートを垂らす。

A(フィルムケース): 表面に2mm程度の穴を数個あけ、中に鯉の餌(スイミー、日本ペットフード社製)10gを入れる。

B(OHPシート): ボトル内径よりやや小さく切り、下辺を5mm程度内側に折り曲げ、その上面を入口より僅かに内側に接着剤で貼り付ける。



内部入り口←

提供: 農研機構九州沖縄農業研究センター

コロナ禍の災害に備えて

新型コロナウイルス感染症が終息していない中、地震や水害などが発生した場合を想定し、避難場所や家族との連絡方法など避難に必要な行動をあらかじめ確認しておくことが大切です。

災害時に開設する避難所では、避難者が過密状態にならないようにスペースの確保やパーティション(間仕切り)の設置、十分な換気などの対策を行います。大勢の人が集まると感染のリスクが高まります。発生時の状況に応じて落ち着いた行動をとり次のことを心掛けましょう。

○避難とは「難」を避けることです。安全な場所にいる人まで避難場所に行く必要はありません。

○自宅が安全な場合は自宅の中でより安全な場所に行く「自宅避難」をする。

○避難先は町が指定する避難所だけではありません。安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。

○感染を防ぐため、可能な場合はマスク、消毒液、体温計を持参する。
○手洗いや咳エチケットを徹底する。

【問合せ】 総務課 ☎(42)2112

「わかりやすい予算説明書」を発行します

令和2年度版「わかりやすい予算説明書」をご希望の方にお配りします。配付を希望される方は、役場3階総務課財政係でお渡しします。

また、電子データもホームページに掲載していますので、ご覧ください。

【問合せ】 総務課 ☎(42)2112

特別定額給付金の申請
はお済みですか

町では、特別定額給付金の申請を受け付けています。申請は8月18日までですので、お忘れのないよう申請してください。

■申請方法

町が5月に郵送した申請書に記入し、必要書類を添付の上、同封の返信用封筒により返送

■必要書類

①本人確認書類

(マイナンバーカード、運転免許証、保険証等の写しのいずれか1つ)

②振込口座確認書類

「金融機関名、口座番号、口座名義人(カナ)が分かる通帳やキャッシュカードの写し」

■申請期限

8月18日(火)まで

【問合せ】

企画課 ☎(42)2113

任期付き職員(保健師)
を募集します

■応募資格

- ①保健師であること
- ②運転免許証を所有していること
- ③パソコン業務ができること

※年齢の上限はありません。

※町内在住か否かは問いません。

■募集人員 1人

■選考方法

書類及び面接により選考

■応募方法

①履歴書(写真添付)

②資格証の写し

※福祉健康課に提出してください。

※履歴書は返却しません。

■受付期間

7月31日(金)まで

【問合せ】

福祉健康課 ☎(42)1431

令和2年度南房総広域
水道企業団職員採用

■募集職種

機械職(初級)

■予定人数

1名

■1次試験

9月20日(日)

■試験会場

南房総広域水道企業団
大多喜浄水場
(夷隅郡大多喜町小谷
松500)

■申込期間

7月27日(月)から8
月11日(火)まで
(郵送の場合は8月11
日(火)消印有効)

※詳細は受験案内や南房総広域水道
企業団ホームページでご確認ください。
さい。

※受験案内、試験申込書などは、南
房総広域水道企業団ホームページ
からダウンロードできます。

【申込み・問合せ】南房総広域水道
企業団業務課総務班

〒298-0228
夷隅郡大多喜町小谷松500

☎0470(82)5651
ホームページ
<http://www.m-sui.jp/>

そうだんごと

人権行政相談

- とき 8月6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
※新型コロナウイルス感染予防
などの理由により中止となっ
た場合は、町ホームページで
お知らせします。

【問合せ】
総務課 ☎(42)2112

町長室開放日

新型コロナウイルス感染防止
のため、中止します。町長にご
相談などがある方はお問い合わせ
ください。

【問合せ】
秘書広報課 ☎(42)2175

弁護士による法律相談

- とき 8月18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
※新型コロナウイルス感染防止
などの理由により中止となっ
た場合は、町ホームページで
お知らせします。

【問合せ】
総務課 ☎(42)2112

長生郡市広域市町村圏組合職員を募集します（令和3年度採用）

職 種	採用予定人数	受 験 資 格
消 防	5名程度	(1) 隔日勤務及び交替勤務に従事できる方 (2) 年齢等 ・平成8年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。 ・救急救命士の資格を有する方は、平成6年4月2日以降に生まれた方で、学歴を問いません。 (3) 身体的条件 ・消防職務遂行上支障がないこと。
土木技術	若干名	・平成3年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。
電気技術	若干名	・平成3年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。 ・電気事業法に規定する電気主任技術者（第1種、第2種又は第3種）の資格を有する方は、昭和61年4月2日以降に生まれた方で、学歴を問いません。

■受付期間 7月27日（月）から8月11日（火） 平日の午前9時から午後5時

■申込書 ・配布場所：事務局総務課 〒297-0035 茂原市下永吉2101 ☎（23）0107
消防本部総務課 茂原市茂原598 ☎（22）0119

※郵送により申込書（受験票）を請求する場合は、郵便番号、住所、氏名を明記し、切手（120円）を貼った返信用封筒（定型外240mm×332mm）を同封の上、事務局総務課へ送付してください。

・配布期間：7月6日（月）から8月11日（火） 平日の午前9時から午後5時

■申込手続 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、事務局総務課へ直接お持ちください。郵送での受付はできません。

■試験日 第1次試験（筆記）

9月20日（日）午前10時（受付時間 午前9時から9時30分）

■会 場 長生郡市広域市町村圏組合管理棟（茂原市下永吉2101）

【問合せ】 事務局総務課 ☎（23）0107

九十九里地域水道企業団職員を募集します

九十九里地域水道企業団では、令和2年度山武郡市職員合同採用試験により職員採用試験を次のとおり行います。

■募集人員

技術職（土木）初級 2名 技術職（化学）上級 1名

■受験資格

技術職（土木）初級

・平成4年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。

技術職（化学）上級

・平成4年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。

・平成11年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学（短期大学を除く。）を卒業した方（令和3年3月までに卒業見込みの方を含む。）

■受付期間

7月27日（月）から8月11日（火）

■試験実施日

9月20日（日）

■試験会場

千葉県立東金高等学校

■受付・問合せ先

九十九里地域水道企業団総務課庶務班

〒283-0802 東金市東金769-2 ☎0475（54）0631

E-mail：syomu@kyusuiki.jp

※詳細については、九十九里地域水道企業団のホームページ（<http://www.kyusuiki.jp>）でご確認ください。

✿すまいる介護コーナー✿

8月から「けんこう運動教室」「東浪見けんこう運動教室」(対象65歳以上)を再開します。新型コロナウイルスの感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密(密集・密接・密閉)」を避けるなどの『新しい生活様式』が求められています。

★教室に参加される方は、次のことを確認または注意してご参加ください。

- マスク着用・体調管理
 - *必ずマスクを着用してください。マスクの着用がない場合は参加できません。(マスクはご自身で用意してください。)
 - *自宅で体温を測ってください。平熱より高いとき、37.5℃以上のときは参加できません。
 - *熱がある、咳が出る等の風邪症状や体調不良があるときは参加できません。(一緒に住んでいるご家族に同様の症状がある場合も参加できません。)
 - *過去14日間以内に熱や風邪症状があった場合も参加できません。
- 参加前後の手洗い・手指消毒
 - *会場に着いたら、手洗い・手指消毒をしてください。(会場に用意してあります。)
 - *帰宅後も手洗いをしましょう。
- その他
 - *水分補給のための水分はご自身で用意してください。
 - *他の利用者さんと話す時には、1メートル以上の距離を置いて、マスクをして会話をしましょう。
 - *日々の体調管理に気をつけ、感染拡大防止をしていきましょう。



8月 けんこう運動・東浪見けんこう運動教室の日程

☆3密を避けるため、対象地区の教室のみご参加ください。また、予約制で行いますのでご了承ください。定員に達した場合、次の開催日に優先的にご予約を受け付けます。

教室名	対象地区	日程	内容	時間	定員	予約開始日
けんこう運動教室 【会場】 保健センター	1～17区・船頭給・新地・海岸・宮原・新浜(一宮住所)	17日(月)	元気アップ体操	① 13:00～14:00 (受付 12:45～)	20人	8月11日(火)
				② 14:30～15:30 (受付 14:15～)	20人	
		26日(水)	貯筋体操	① 13:00～14:00 (受付 12:45～)	20人	8月19日(水)
				② 14:30～15:30 (受付 14:15～)	20人	
		31日(月)	元気アップ体操	① 13:00～14:00 (受付 12:45～)	20人	8月24日(月)
				② 14:30～15:30 (受付 14:15～)	20人	
東浪見けんこう運動教室 【会場】 東浪見コミュニティセンター	東浪見地区・新浜(東浪見住所)	6日(木)	元気アップ体操	10:00～11:30 (受付 9:45～)	10人	7月30日(木)
		25日(火)	リズム体操	10:00～11:30 (受付 9:45～)	10人	8月18日(火)

※けんこう運動教室は、①または②のいずれかをご予約ください。

【問合せ・予約受付】 地域包括支援センター ☎ (40) 1055 (8:30～17:15(平日))

自衛官等募集

防衛省・自衛隊では、自衛官（男子、女子）の募集を左記のとおり実施しております。

募集種目	防衛大学校学生		自衛官候補生	一般曹候補生	航空学生 (パイロット)	防衛医科大学 校看護科学生	防衛医科大学 校医学科学生	防衛大学校学生		募集種目		
	一般	総合選抜						推薦				
18歳以上21歳未満の者で高卒者（見込含） 又は高専3年次修了者（見込含）で成績 優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修 め、学校長が推薦できる者	9月5日～ 9月11日 （締切日必着）	9月26日・27日	10月30日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	修学年限4年 卒業後約1年で3等陸・海・空尉	18歳以上21歳未満の者で高卒者（見込含） 又は高専3年次修了者（見込含）	7月1日～ 10月7日 （締切日必着）	7月1日～ 10月22日 （締切日必着）	9月26日 1次：9月26日 2次：10月31日・11月1日	1次：10月16日 2次：11月25日	令和3年4月上旬	修学年限4年 卒業後約1年で3等陸・海・空尉
18歳以上23歳未満の者で高卒者（見込含） 又は高専3年次修了者（見込含） (空) 18歳以上21歳未満の者で高卒者（見込含） 又は高専3年次修了者（見込含）	7月1日～ 9月10日 （締切日必着）	1次：9月22日 2次：10月17日～22日 3次：(海) 11月20日～12月16日 (空) 11月14日～12月17日	1次：10月9日 2次：(海) 11月11日 (空) 11月6日 最終合格：令和3年1月19日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	入隊後約6年で3等海・空尉	18歳以上33歳未満の者（32歳の者は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない者）	7月1日～ 10月7日 （締切日必着）	7月1日～ 10月22日 （締切日必着）	1次：10月17日 2次：11月28日・29日	1次：11月13日 最終合格：令和3年2月5日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	修学年限4年 看護師免許取得後卒業 卒業後約1年で3等陸・海・空尉
18歳以上34歳未満の者	7月1日～ 9月11日 （締切日必着）	1次：9月18日～20日 2次：10月9日～10月14日 ※いずれか1日を指定されます。	1次：10月2日 最終合格：11月6日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9か月経過以降選考により3等陸・海・空曹	18歳以上33歳未満の者（32歳の者は、採用予定月の1日から起算して3ヶ月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない者）	7月1日～ 9月11日 （締切日必着）	7月1日～ 10月22日 （締切日必着）	1次：10月24日・25日 2次：12月9日～11日 (指定する1日)	1次：11月26日 最終合格：令和3年1月22日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9か月経過以降選考により3等陸・海・空尉
18歳以上で国家免許資格等を有する者 (資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)	7月1日～ 9月11日 （締切日必着）	試験時にお知らせします。	試験時にお知らせします。	令和3年3月下旬～ 4月上旬	入隊後3ヶ月で2等陸・海・空士	18歳以上33歳未満の者（32歳の者は、採用予定月の1日から起算して3ヶ月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない者）	7月1日～ 9月11日 （締切日必着）	7月1日～ 10月22日 （締切日必着）	1次：10月24日・25日 2次：12月8日～12日 (指定する1日)	1次：11月25日 最終合格：令和3年1月22日	令和3年3月下旬～ 4月上旬	階級は指定しない 所定の教育訓練終了後、予備自衛官として任用

※ 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）

〒250452 茂原市町保3-1-217 シニイビル2階



▲ HP



▲ YouTube



▲ Twitter

夏の交通安全運動実施について

■期間

7月10日(金)から19日(日)

■運動のローガン

『交差点 命のきけんが かくれんぼ』

■運動の重点目標

◇子供と高齢者の交通事故防止

ドライバーは、子どもと高齢者の歩行者や自転車利用者を見かけたら、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。

◇自転車の安全利用の推進

(ちばサイクルールの広報)

千葉県が定めた「千葉県自転車条例」、「ちばサイクルール」に基づく交通ルールとマナーを守り自転車事故を防止しましょう。

◇飲酒運転の根絶

飲酒運転は犯罪です。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、自転車も含めて飲酒運転は絶対にやめましょう。

【問合せ】

都市環境課

☎(42)1430

あなたとみんなの命を守る

ちばサイクルール

～千葉県自転車安全利用ルール～

自転車に乗る前のルール

- ① 自転車保険に入ろう
- ② 点検整備をしよう
- ③ 反射器材を付けよう
- ④ ヘルメットをかぶろう
- ⑤ 飲酒運転はやめよう

自転車に乗る時のルール

- ① 車道の左側を走ろう
- ② 歩いている人を優先しよう
- ③ なから運転はやめよう
- ④ 交差点では安全確認しよう
- ⑤ 夕方からライトをつけよう

一宮ネイチャークラブ

今年もたくさんホタルが

今年のホタル観察会はコロナ禍で中止となりました。

それにも関わらず大勢の方が訪れ、二百匹近くもの乱舞に「いっせいに点滅して感激!」「わーすごい!」の声が。みんな、初夏の風物を楽しんでいました。

松子地区は、一宮でも数少ないゲンジボタルの生息地です。用水路には幼虫のえさのカワナも生息し、絶滅危惧種ゲンジボタルの小さな命を支えています。



一宮町の財産として多くの皆さまと共に大切にしたい環境です。ゲンジボタルは6月中旬までですが、7月までヘイケボタルもいくらか見ることが出来ます。

【問合せ】

吉田 ☎(42)6784

小池 ☎(42)8142

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!

スポーツを真ん中に

合気道部/一宮少年野球クラブ/空手道部
剛柔流/一宮空手道教室/グラウンドゴルフ部/剣道部/ゴルフ部/サーフィン部/
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/エンジョイスポーツクラブ(総合型地域スポーツクラブ)
運営本部(広報部/企画部/事業部/事務局)



NPO法人
一宮町スポーツ協会
ニュースフラッシュ

令和2年7月発行 Vol.156

一宮町スポーツ協会 検索



NPO法人一宮町スポーツ協会 憲章

一宮町スポーツ協会は、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。

「新しい日常生活」にマッチしたスタイルで暮らしに、再びスポーツシーンが帰ってきた。

<p>コロナ対策協会宣言</p> <p>検温しましょう</p>	<p>除菌しましょう</p>	<p>マスク着用</p>	<p>Social Distance 間隔をあけましょう</p>	<p>換気しましょう</p>	<p>うがいをしましょう</p>	<p>密をさけましょう</p>
--	----------------	--------------	--------------------------------------	----------------	------------------	-----------------

新型コロナウイルス感染症という未だかつて経験したことのない災禍により、生活はもとより、スポーツとそれを取り巻く環境もガラリと変わってしまいました。施設の閉鎖、大会の中止や延期、無観客試合、学校の休校、移動の自粛などの影響で市中からアスリートたちの声が消えてしまいました。それが緊急事態宣言を経て、ようやく感染状況が好転し、公共施設も一部の利用が再開され、スポーツ協会所属のスポーツクラブの活動もアウトドアスポーツから再始動し、6月22日からはインドアでも活動できることとなりました。臨海運動公園ではテニス、少年野球、



グラウンドゴルフ、GSSセンターではエンジョイスポーツクラブの活動が始まっています。とはいえ、新型コロナウイルス感染症の恐怖が消えたわけではなく、これからも感染防止に最大限の努力を払う新しいスタイルで活動を続けなくてはなりません。検温、手洗い、マスク、換気など上記の基本的な感染防止対策のほか、各クラブでの独自の対策を加えて安全に活動できる体制を整えていこうにしましょう。

【独自ガイドライン制定クラブ】

テニスクラブ/少年剣道尚武会/ミニバスケクラブ MINT KIDS/エンジョイスポーツクラブ/バドミントン部/一宮空手道教室/合気道部

家で「テレビ」と「ごろ寝」より 外に出てグラウンドゴルフで健康に!

年会費：8,400円
練習日：毎週火・木・土の午前中
練習場所：臨海運動公園(町営野球場)
問合せ：新村(0475-42-1588)



練習は朝9時から町営野球場で始まります。旗立て当番が会場を準備、部長の挨拶、連絡事項など話した後、ストレッチ。抽選で一組3~4人の組み合わせを決めてスタートです。前半2ゲームを行い、10~15分休憩後、後半2ゲームを行ってラウンドが終了します。各人が成績をスコアカード

に記入、同じ組の人に確認サインをもらい、責任者に提出して11時頃練習が終了します。手洗い、消毒、マスク着用とコロナウイルスに注意して、浜のそよ風もこちよく4ゲームで2500~3000歩は歩きます。一日の練習量としては十分です。グラウンドゴルフの良いところは、ルールが簡単なの

で一日目からでも練習に参加できることです。そのうえ頭も使います。身体も動かします。部員は3月末で29名(男性11名、女性18名)です。平均年齢は77歳です。練習用のクラブとボールは用意して、皆さんのご参加をお待ちしています。

このページでは、協会本部情報と協会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。お問合せは協会事務局(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お知らせ

子どもたちの笑顔あふれるいちのみや保育所では、入所前の親子のみなさんを対象に保育所を開放しています。広いお庭で遊んだり、行事と一緒に参加しませんか？お気軽にお申込みください。お待ちしております。保護者と共に子どもの成長を喜び合い、子育てをサポートします。

【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 8月19日(水)
午前10時から

◆内容

『サラダ十勇士トマトマン』他

誕生会

◆と き 8月27日(木)
午前10時から

※要予約

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おこなっています。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
8月4日(火) 5組

『しゃぼん玉であそぼう』

8月18日(火) 5組

『水あそび』

※内容は変更する場合があります。

※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いたします。保育所入所前のお子さま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 8月7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いたします。子ども達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。

【8月のテーマ】

『夏の自然』

暑い夏がやってきました。自然がいっぱいの夏！虫(カブト虫、クワガタ虫、セミ)や花(ひまわり、あさがお)を見たり触れ合ったりできる季節です。お子さまと一緒に絵本を読んで過ごすというのはいかがでしょうか。

◆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)
※要予約不要

庭を開放しています

保育所の広いお庭で遊びませんか？すべり台・ぶらんこ・ボールや砂場遊び玩具などがたくさんありますよ。

◆と き 午前9時から午後3時
(月～金曜日)

※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。園庭で遊んだり、園児と交流したり出来ます。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・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

○おもちゃの広場

8月5日(水) 午前10時30分から
参加費500円

おもちゃあそびのプロと一緒にグッドトイで遊びましょう。当日のテーマはたまひよ公式LINEでお知らせします。

○たまカフェ

8月27日(木) 午前10時30分から
参加費300円

ベビーと夏をテーマにみんなで楽しくおしゃべりしましょう。イベント終了後はみんなで昼食も食べられます。お弁当ご持参大歓迎です。

【イベントに関する問合せ】 たまひよ部公式LINE ID: @hme3787y

【支援室に関する問合せ】 東浪見こども園 ☎ (36) 7726



知っていますか? 一宮町ボランティアセンター No.71

◇ 一宮町赤十字奉仕団 ◇

赤十字運動月間から、私達奉仕団の活動が始まります。幅広く活動を展開している日本赤十字社を支える資金は、個人や法人から拠出していただく会費と、一般的に拠出いただく寄付金（合わせて社資といいます）によって賄われています。このため1人でも多くの方々に活動を理解していただくことを目的に、日本赤十字社の創立記念日5月1日～1ヵ月間を赤十字月間として、赤十字ボランティアや町内会、自治会の方々が、会費の新規加入と会費納入のお願いに各家庭を訪問します。奉仕団は2人1組となって、商店・医療機関・会社に社資のお願いに伺います。今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から延期となっています。一日も早い収束を願って居ります。

また、近年日本各地で自然災害が多発しており、昨年は台風第15号・台風第19号・豪雨等、大規模災害により県内広い地域が被災しました。被災された皆様への復興を心よりお祈り申し上げます。台風第19号では、多くの方が公民館・その他の施設に避難され、社協職員・町職員・奉仕団と協力し、約米60kg分のおにぎりや味噌汁、漬け物を各避難所へお届けすることが出来ました。近い将来発生が予測される首都直下地震や千葉県東方沖地震等、大規模地震や自然災害への対応が懸念されています。防災・減災への取り組みとして、知識や技術の普及に務め、各地区の自主防災会への協力や、一日赤十字の開催によって町民の皆様に広く奉仕活動を理解していただき、共に協力していただけたら幸いです。

本年度は一宮町が東南ブロック会議の当番となっていますが、開催できるか心配です。



▲ 炊き出し研修会



▲ 指導技術等研修会



▲ ボランティア福祉フェスティバルでの一日赤十字の開催

心配ごと相談

一宮町社会福祉協議会では、日常生活上の相談に応じ、適切な助言や援助を行う窓口として、心配ごと相談所を開設しています。秘密は守られますのでお気軽にご相談ください。

と き	毎月第2・第4木曜日	午前9時から正午まで（※祝祭日の場合ありません）
と ころ	一宮町社会福祉協議会	
対 象	町内在住の方	
【問合せ】	社会福祉協議会 ☎ (42) 3424（予約不要）	

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り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



一宮町ボランティアセンターキャラクター
「一宮ボックン」



保健センターだより



◎ 食中毒を予防しましょう ◎

夏は食中毒に注意しましょう。食中毒は、飲食店などで食べる食事だけでなく、家庭での食事でも発生しています。家庭での食中毒予防のポイントは、次の6つです。

① 食品の購入

- ・生鮮食品（肉、魚）や冷凍食品は最後に買い、消費期限の表示があるものは必ずチェックしましょう。
- ・肉や魚などは汁が他の食品に付かないように、ビニール袋などに分けて包み、購入したら、寄り道せずにまっすぐ持ち帰りましょう。

② 家庭での保存

- ・生鮮食品は、帰ったらすぐに冷蔵庫へ入れましょう。冷蔵庫の詰めすぎに注意し、冷蔵庫の温度は10度以下、冷凍庫の温度は-15度以下に維持しましょう。

③ 下準備

- ・調理前に石けんで丁寧に手を洗い、調理中も生肉や魚、卵を触ったら手を洗うようにしましょう。また、野菜などの食材を流水できれいに洗いましょう。（カット野菜もよく洗いましょう。）
- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し、自然解凍は避けましょう。使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さないようにしましょう。

④ 調理

- ・加熱は十分にしてください。目安は、中心部分の温度が75度で1分間以上の加熱です。

⑤ 食事

- ・盛り付けの食器は清潔なものを使いましょう。また、食事を長時間室温に放置しないようにしましょう。

⑥ 残った食品

- ・時間が経ち過ぎていたり、少しでも怪しいと思ったら、思い切って捨てましょう。
- ・保存するときは、清潔な器具、容器を使い、温め直すときも十分に加熱しましょう。



7月のレシピ



中華サラダ

1人分 133kcal

蛋白質 4.4g

塩分 1.4g

〈材料〉 〈2人分〉

もやし	1/2袋
きゅうり	1/2本
人参	1/4本
ハム	2枚
① 醤油	大さじ1
砂糖	大さじ1
米酢	大さじ1
ごま油	大さじ1

〈作り方〉

- ① 人参は千切りにしてサッとゆで、もやしもサッとゆでる。（水にさらさない）
きゅうりとハムは千切りにする
- ② ①を混ぜ合わせタレを作る
- ③ ①に②を加えよく混ぜ合わせる。30分くらい味を馴染ませる。

きゅうりをキャベツや水菜に替えたり、ハムを、ツナ缶、カニカマ、かまぼこ、スクランブルエッグ、チーズなどのお好きなたんぱく質を組み合わせてください。

暑い夏には、鍋で茹でずに電子レンジで加熱してもよいですね！
万能ダレとして色々楽しんでみてくださいね

一宮町食生活改善会



保健センター

8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。
 新型コロナウイルス感染予防対策のため、延期または中止となる場合があります。
 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	19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
親子ふれあい教室 ※予約制(各教室10人まで)	24日（月）	9：30～10：30	あそびの教室 1歳児(きょうだいの参加不可)と保護者	
		10：45～11：45	あそびの教室 0歳児(きょうだいの参加不可)と保護者	
育児相談（予約制）	27日（木）	9：00～11：00	子育てに関するさまざまな相談	
乳 児 相 談	28日（金）	当面の間中止	4ヶ月児 7ヶ月児 12ヶ月児	
2歳児歯科健診	31日（月）	中 止	平成30年4月～5月生まれ	
1歳6ヶ月児健診		当面の間中止	平成30年11月～平成31年 1月生まれ	
あそびの広場	3日（月）・4日（火）・5日（水） 6日（木）・7日（金）・11日（火） 12日（水）・13日（木）・14日（金） 17日（月）・18日（火）・20日（木） 21日（金）		9：30～12：00 13：00～16：00 乳幼児と保護者	
	※絵本の読み聞かせはお休みです			
けんこう運動教室	P14 「すまいる介護コーナー」 参照			保健センター
東浪見けんこう運動教室 (場所:東浪見コミュニティセンター)				東 浪 見 コ ミ ュ ニ テ ィ セ ン タ ー

【今月の検診】

胸部レントゲン検査	24日（月） 25日（火） 26日（水）	検診の通知は、下記の方に送付します。 ①初めて検診の対象となった40歳の男女（令和2年4月1日現在の年齢） ②過去3年間の検診で1回以上受診をされている方 ③今年度の検診の申込みをした方 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い合わせください。
-----------	----------------------------	--



※カレンダーは8月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
						1 燃えるゴミ
2 まちの図書室休 当 清水医院 ☎(42)2950	3	4 燃えるゴミ 親子教室「ひよこ組」	5	6 燃えるゴミ 人権行政相談	7 2コース 燃えないゴミ 3コース 資源ゴミ 子育て相談室「コアラ組」	8 燃えるゴミ
9 当 藤島クリニック ☎(47)3056	10 まちの図書室休 当 長生診療所 ☎(32)3303	11 燃えるゴミ	12	13 燃えるゴミ 心配ごと相談	14 1コース 粗大ゴミ 3コース 燃えないゴミ	15 燃えるゴミ
16 まちの図書室休 当 長生八積医院 ☎(32)3282	17	18 燃えるゴミ 法律相談 親子教室「ひよこ組」	19	20 燃えるゴミ	21 1コース 資源ゴミ 2コース 粗大ゴミ	22 燃えるゴミ
23 当 津谷クリニック ☎(32)5645	24 小中学校始業式	25 燃えるゴミ	26	27 燃えるゴミ 心配ごと相談	28 1コース 燃えないゴミ 2コース 資源ゴミ 3コース 粗大ゴミ	29 燃えるゴミ
30 当 よねもと整形外科 ☎(40)1065	31					

●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)

当：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.mcishikai.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 2 期)
- 国民健康保険税 (第 2 期)
- 介護保険料 (第 2 期)
- 後期高齢者医療保険料 (第 2 期)

8月31日(月)

こども急病電話相談

ブ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)