



町報

# きよなん

2022

12

No. 653



**1番ゲートを狙い撃ち！**

千葉県ゲートボール連盟鋸南支部



# 笑って楽しく頭と身体を動かし、生涯現役

町の高齢化率は昨年10月1日時点で48.5%と全国平均の約1.7倍となり、介護保険制度認定者・給付額も年々増加しています。介護保険認定を受ける主な要因は脳梗塞、認知症、筋・骨格系疾患です。

町では、これらを予防するため、介護予防活動として「笑って楽しく頭と身体を動かす会」や「健幸ポールウォーキング」に取り組んでいます。その成果もあり、介護保険認定を受けた方の筋・骨格系疾患の割合が平成30年から国の平均を下回っています。

## 笑って楽しく頭と身体を動かす会

平成18年から、各地域で「笑って楽しく頭と身体を動かす会」を実施しています。現在では、地区リーダーが中心となり18団体が脳活性化トレーニングや運動などに取り組んでいます。

### ●田子の会 しおや 塩谷とみ子さん(本郷)にインタビュー



▲塩谷さん

田子の会では、11年以上にわたり介護予防活動を続けています。今年5月には長年の活動が評価され、町から表彰状をいただきました。

近年ではコロナ禍で、思うように活動できませんでしたが、仲間と協力し、活動を継続しています。

活動内容は、お手玉やリズム体操、ストレッチなどに楽しく取り組んでいます。どなたでも大歓迎ですので、パワー全開の「田子の会」にぜひ参加してみてください。



▲脳活性化トレーニング

## 健幸ポールウォーキング

東日本大震災をきっかけに、平成24年から避難所まで歩く力を養うために、ポールウォーキングを始めました。

ポールを持って歩くと背筋が伸びて正しい姿勢になり、上半身を大きく動かすため、効果的な有酸素運動ができます。保田中央海岸や亀島区民会館、役場、中央公民館を会場に開催しています。

### ●渡 わた 由紀子さん(中原)にインタビュー



▲渡さん

私がポールウォーキングを知ったのは、8年前に開催された介護予防教室がきっかけです。それから毎日、仲間と鋸山の麓や海岸を季節の変化を見ながら2～3時間程歩き、健康維持に努めていました。

最近では、膝が人工関節になってしまいましたが、改めて歩くことの大切さがわかりました。ポールウォーキングがなければ、もっと早く人工関節になっていたかもしれません。ぜひ皆さんもポールウォーキングをやってみませんか。



▲ポールウォーキング

活動予定は毎月20日発行の町報きよなんおしらせ版に掲載しています。各地域で活動していますので、ぜひ気軽にご参加ください。

手軽なスポーツで身体を動かそう！

## 千葉県ゲートボール連盟鋸南支部の活動を紹介

ゲートボールは5人1組のチームで、ボールをスティックで打ち、ゲートを通させたり、ゴールのボールに当てることで総得点数を競うスポーツです。

千葉県ゲートボール連盟鋸南支部長の渡邊廣二さんわたなべひろじ（上佐久間）にインタビューしました。



渡邊さん▶

### ●どんな活動をしているの？

大帷子運動場や堤ヶ谷ゲートボール場で毎週水曜・土曜の午後に練習しています。年に数回、大会にも出場し、40年以上活動を続けています。

### ●メンバーの皆さんは？

男8人、女3人の11人で活動しています。平均年齢は約80歳です。発足当初は100人以上のメンバーがいたと思われませんが、高齢化により少なくなってきていますね。

### ●やりがいは？

チームワークやコミュニケーションが大切なスポーツですね。一打一打で状況が変わるので、メンバーと力を合わせて、頭を使いながら常に次の展開を考えてプレーしています。集中力や作戦がとても大事なんです。作戦どおりに行くと気持ちがいいですね。

足腰を使うので健康維持にも役立っているんですよ。

### ●これまでの受賞歴は？

正直なところ、数えきれないほど大会で入賞しているんですよ。県のシニア大会で優勝したこともありますし、JAの大会では11連覇したこともありました。



▲プレーの様子

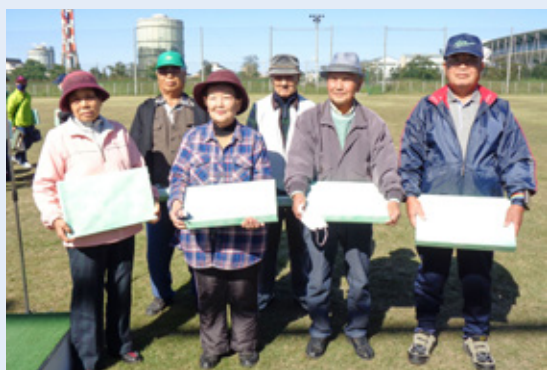


▲メンバーの皆さん

### ●町民の皆さんに一言

ゲートボールは手軽に始められるスポーツで、頭も使います。一緒にプレーしませんか。道具は貸し出しますので、ルールも一緒に覚えましょう。どなたでも大歓迎ですので、気軽に遊びに来てください。

## 鋸南支部の皆さんが大活躍！ 千葉県シニアスポーツ大会で3位入賞



10月26日に開催された千葉県シニアスポーツ大会（ゲートボール）で3位に入賞しました。

この大会は11チームが出場し、上位3チームは来年に愛媛県で開催される全国健康福祉祭「ねんりんピック」への出場権を手に入れました。

### 入賞したメンバー

前列左から高橋久子さんたかはしひさこ（大六）、安西良子さんあんざいりょうこ（横根）、  
おおたけまもるおたけまもる（本郷）、わたなべひろじわたなべひろじ（上佐久間）、後列左か  
ら石井和夫さんいしいかずお（市井原）、高橋實さんたかはしみのる（大六）



## 災害に備える 総合防災訓練

11月6日に総合防災訓練として、大地震発生を想定したシェイクアウト訓練や避難訓練を行いました。

避難訓練終了後、鋸南中学校で陸上自衛隊による救出や安房郡市消防本部鋸南分署による救急処置の展示訓練が行われました。



▲災害対策本部の設置訓練



▲陸上自衛隊と安房消防鋸南分署による救出訓練

## 鋸南中学校職場体験学習

11月10日、11日に鋸南中学校2年生が職場体験学習を行いました。3年ぶりの実施となり、生徒たちは働く目的や意義を理解し、自らの生き方を考えることができました。



▲ドラッグストアでの商品の陳列



▲プールの清掃

## 地域おこし協力隊に三浦幸子さんを委嘱

11月1日に地域おこし協力隊として、東京都台東区出身の三浦幸子さんを委嘱しました。

三浦さんは町の自然の豊かさに感銘を受け、地域おこし協力隊に応募されました。今後は、農業振興担当として耕作放棄地対策や特産品の発掘などに取り組みます。

三浦さんは「町の伝統を受け継いできた地域の皆さんに感謝を伝えながら、自分も修行したい。」と意気込みを語りました。



三浦さん▶

## 山野井賢司さんが総務大臣表彰を受賞



▲山野井さん

行政相談委員の山野井賢司さん(小保田)が総務大臣表彰を受賞し、11月16日に表彰状の伝達式が行われました。

山野井さんは、平成21年4月から13年間にわたり行政相談委員を務め、その業績が認められたため受賞されました。

山野井さんは「今後とも、相談者の心に寄り添い行政との架け橋となるよう努めたい。」と話しました。

行政相談では、行政への意見や要望、困りごとなどの相談を無料で受け付けますので、ぜひご利用ください。

**日時** 1月13日(金) 午後1時~3時

**場所** ボランティアセンター

**問合せ先** 総務企画課総務管理室 ☎55-4801

## 川崎誠人さんが社会人野球日本選手権大会に出場

芝台出身の川崎誠人さんが所属する社会人野球チーム、「航空自衛隊千歳(北海道)」が社会人野球日本選手権大会に出場しました。

惜しくも1回戦で敗れましたが、川崎さんは「とても貴重な経験になった。また出場できるよう、練習を重ねたい。」と話しました。

川崎さん▶



## 鈴木修さんが千葉県乳牛共進会で入賞



▲「オーエスファーム オーサム ハツピー エクストリーム ET」号  
写真提供:デーリィマン社

10月25日に千葉県乳牛共進会が開催され、鈴木修さん(大六)が第3部で出品した「オーエスファーム オーサム ハツピー エクストリーム ET」号が優等賞1席(1位)に輝きました。

鈴木さんは「丹精込めて育ててきた乳牛が評価されて嬉しい。来年は関東共進会が千葉県で開催されるので、出場を目指して頑張りたい。」と話しました。



▲鈴木さん



## 齋藤ウタさんが千葉県老人クラブ連合会白寿賞を受賞

さいとう  
齋藤ウタさん（本郷）が千葉県老人クラブ連合会から白寿賞を授与されました。

今年で99歳を迎えた齋藤さんは、本郷長寿会で30年以上にわたり老人クラブ活動に熱心に取り組まれたことが評価され、受賞されました。

齋藤さんは「この年齢まで老人クラブ活動が続けられているのは、家族や地域の仲間のおかげ。これからも頑張りたい。」と話しました。

齋藤さん▶



## ちばアクアラインマラソン2022



11月6日に「ちばアクアラインマラソン2022」が開催され、町からはフルマラソンで9人、ハーフマラソンで1人が参加しました。

地域間交流を目的に設けられている地域振興枠には、町内で勤務する三堀隆男さん（田町）<sup>みほりたかお</sup>と中村真吾さん（館山市）<sup>なかむらしんご</sup>が出場しました。

◀左から中村さん、三堀さん、一般枠で参加した鈴木務さん（竜島）<sup>すずきつとむ</sup>

## 青少年相談員連絡協議会主催の芋掘り体験

10月23日に青少年相談員連絡協議会主催で、子どもたち31人がサツマイモを収穫しました。

子どもたちが収穫したサツマイモは相談員が焼き芋にして参加者に提供しました。

子どもたちは「たくさん収穫できて楽しかった。」と喜んでいました。

収穫の様子▶



## 鋸南町CHガーデニング倶楽部に 素敵な寄せ植えを設置していただきました



役場庁舎北側玄関前に鋸南町CHガーデニング倶楽部（代表：齋藤三十代さん）から、素敵なペコニアの寄せ植えを設置いただきました。

同倶楽部は、平成27年から役場正面玄関前など、さまざまな場所へ寄せ植えを設置しています。

役場へお越しの際は、ぜひご覧ください。

◀設置されたペコニアの寄せ植え

## 辰野町で鋸南町物産展が大盛況

11月12日に友好都市・長野県辰野町で開催されたJA上伊那辰野支所独自イベントに鋸南町物産展を出展しました。

3年ぶりの販売となった会場には、干物を目当てに多くの方が訪れました。

12月10日には、都市交流施設・道の駅保田小学校で「たつの特産品フェア」を開催しますので、ぜひご来場ください。

物産展の様子▶



## 陸上自衛隊空挺レンジャー帰還式



▲学生たち

11月15日に空挺レンジャー発祥の地である保田神社で陸上自衛隊の学生空挺レンジャー訓練の帰還式が行われました。

学生達は、約1か月間、岩井袋野球場を前線基地に、野山や沢に分け入るなどの過酷な訓練を耐え抜き、帰還しました。

レンジャー訓練は昭和33年に保田神社を拠点に開始された歴史があり、今年度は、来年2月から3月にかけて2部隊の訓練が予定されています。



## 教育の日の行事

11月19日に鋸南中学校で鋸南町教育の日の行事として、表彰式や小中学生による発表が行われました。

### ●教育委員会表彰受賞者 【功績】（敬称略）

鈴木瑠華（鋸南中3年）【第67回全日本中学校通信陸上競技大会千葉県大会 砲丸投げ 優勝】

庄司美咲（鋸南中3年）【第61回全国学生書道展 大賞】

川名結月（木更津高校1年）【第72回全国学生書道展半紙の部 大賞】

北見汐（京都教育大学1年）【第16回千葉県高等学校総合体育大会 サッカー女子の部 優勝】

### ●見返り美人アートフェスタ受賞者（敬称略）

市原市以南の小中学校20校から216点の応募があり、厳正な審査の結果、16点が入賞しました。

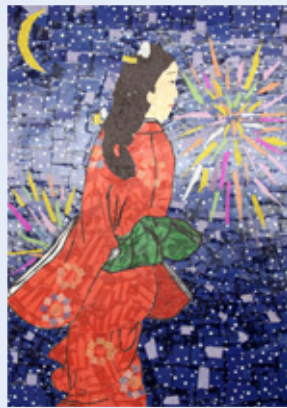
#### 小学校の部

6校から57点の応募

##### 町長賞

にしぎきこね  
西崎心音

（鋸南小5年）



#### 中学校の部

14校から159点の応募

##### 町長賞

しらかわよしみ  
白川良美

（昭和中1年）



賞名	受賞者	学校名
議会議長賞	むらかみりお 村上理桜	白浜小5年
教育長賞	なかだみのり 中田美希	保田しおさい学校5年
審査員特別賞	にしおりゆうあ 西尾劉空	鋸南小5年
	まえだあきなり 前田彬成	白浜小5年
佳作	さいとういろは 西藤彩葉	鋸南小4年
	あきやませんり 秋山千鯉	天津小湊小5年
	いまいりお 今井莉緒	鋸南小6年

賞名	受賞者	学校名
議会議長賞	すずきだいあ 鈴木大雅	富津中2年
教育長賞	いちかわあすか 市川明香	国分寺台中3年
審査員特別賞	すぎいとらのすけ 杉井虎之介	富山中1年
	たけつくとあ 武次音空	富津中2年
佳作	わたりゆうま 渡悠真	鋸南中1年
	ごみまゆこ 五味麻有子	国分寺台中1年
	はやしかりん 林夏鈴	有秋中1年

### ●鋸南小6年生の「持続可能な鋸南町」の発表



町の将来像「みんなでつくる三ツ星のふるさと・鋸南」の実現のため、町をPRする「季節カレンダー」の作成や海岸清掃の実施など6つのテーマに沿って提案しました。

### ●鋸南中3年生の合唱



3年生2クラスが、鋸南中学校文化祭「湧心祭」の合唱コンクールで発表した「群青」、「青い鳥」を披露しました。



## 旧佐久間小学校の利活用に関するアンケートにご協力を

町では、旧佐久間小学校跡地の利活用方法の検討を進めており、その一環として町内在住の中学生以上の方を対象にアンケートを実施します。

このアンケートは、皆さんから跡地の利活用に関する考えをお聞きし、今後の活用案検討の参考とするものです。皆さんのご協力をお願いします。



旧佐久間小学校跡地

### 調査方法

#### ①アンケートフォーム

<https://logoform.jp/f/PwCt6>



◀こちらからもアクセスできます

5分程度で回答できる  
簡単なアンケートです

#### ②紙媒体のアンケート(佐久間地区のみ配布)

回覧に同封するアンケート用紙に記入し、老人福祉センター「笑楽の湯」または役場2階総務企画課に備え付けの回収箱に投函してください。

※佐久間地区の方は①または②いずれかの方法でご回答ください。

調査期間 1月9日(月)まで

問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

## 鋸南町活性化・持続化のための生涯学習アンケート

町社会教育委員では、美しい町を長く続くようにしたい、さらに元気な町にしたいと考えています。

今後の社会教育への取り組みの参考とするため、アンケート調査を実施します。

回答は、次のアンケートフォームからご回答ください。皆さんのご協力をお願いします。

### アンケートフォーム

<https://forms.office.com/r/yQjqsyqPrR>



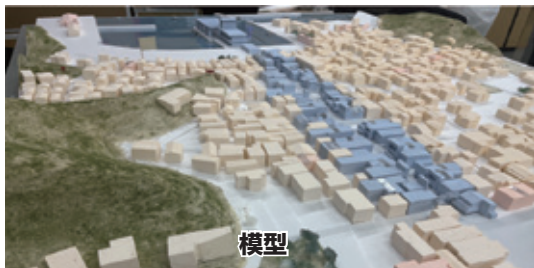
◀こちらからもアクセスできます

調査期間 1月15日(日)まで

問合せ先 教育課生涯学習室 ☎55-2120

### 首都圏大学連携鋸南プロジェクト 「みんなで作る勝山模型」の展示

町報10月号でお知らせした「勝山模型」は12月7日から道の駅保田小学校で展示します。ぜひ、皆さんの意見をお聞かせください。



模型

展示日時 12月7日(水)～12月23日(金)

午前9時～午後5時

展示場所 道の駅保田小学校 まちのギャラリー

### 町報きよなん 有料広告募集

種類	サイズ	掲載料
1種	縦45mm×横85mm	5,000円
2種	縦45mm×横174mm	10,000円
3種	縦94mm×横85mm	10,000円

申込み・問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

### 安房地域の解体工事お任せください

建物全体から部分的な解体まで

**安心** **丁寧** **親切**

- ・倉庫・物置
- ・プレハブ小屋
- ・庭石・ブロック塀
- ・カーポート
- ・樹木の撤去まで

**AA(株)安房解体**

お見積り・ご相談は無料です。土日祝日も対応できます。 館山市館山41-6

[TEL]0470-28-5205 [HP]<https://awakaitai.com/>

広告

## あなたの力が必要です 鋸南町職員採用試験&lt;&lt;追加募集&gt;&gt;

令和5年4月1日採用予定の職員採用試験を行います。

職種	募集人数	受験資格
保育教諭職	1人	昭和62年4月2日以降に生まれた者で、保育士及び幼稚園教諭の資格を有する者または令和5年3月31日までに資格取得見込の者
保健師職	2人	昭和62年4月2日以降に生まれた者で、保健師の資格を有する者または令和5年3月31日までに資格取得見込の者
社会福祉士職	1人	昭和62年4月2日以降に生まれた者で、社会福祉士の資格を有する者または令和5年3月31日までに資格取得見込の者

試験日・場所 1月22日(日) 役場  
 受付期間 12月5日(月)～1月6日(金)まで  
 申込書の配布・受付場所 総務企画課 ※郵送は1月6日(金)消印有効  
 ※申込書は町ホームページでダウンロードできます。 問合せ先 総務企画課総務管理室 ☎55-4801

## 年末年始のごみ・し尿の収集

- ごみ 12月30日(金)まで業務を行います。  
 問合せ先 大谷クリーンセンター ☎57-2646
- し尿 12月28日(水)まで業務を行います。年末は混み合いますので、早めにお申し込みください。  
 問合せ先 堤ヶ谷クリーンセンター ☎55-0329  
 ※年始は1月4日(水)に業務を開始します。



## 千葉で食べよう！プレミアム食事券キャンペーン

食料品価格の高騰の影響などを踏まえ、県内の消費喚起のため、「千葉で食べよう！プレミアム食事券キャンペーン」を実施しています。詳しくは県ホームページをご覧ください。

期間 2月28日(火)まで

販売する食事券 ①認証店及び確認店：プレミアム率20% (1セット12,000円分の食事券を10,000円で販売)

②認証店：プレミアム率25% (1セット12,500円分の食事券を10,000円で販売)

食事券購入方法 スマートフォンアプリ「LINE」によるオンライン購入(電子クーポンのみ)

## ●参加飲食店の募集

参加要件 県内の飲食店感染防止対策認証事業  
 認証店または飲食店感染防止基本対策確認店

応募から利用までの流れ 県ホームページから

応募し、応募結果通知後、インターネットで「店舗専用QRコード」を印刷してレジ横等に設置してください。設置が完了したら、食事券の利用が可能となります。売上金は口座振込です。

※参加費用、売上金の振込手数料等は無料です。

問合せ先 千葉で食べよう！プレミアム食事券  
 キャンペーン事務局 ☎0570-052-120 (利用者向け)  
 ☎0570-052-080 (飲食店向け)



◀千葉で食べよう！プレミアム食事券キャンペーン  
 (県ホームページ)

## あの子もこの子もきょうなんの子

～11月20日までの届出分～ おめでとうございます

お名前	生年月日	ご両親	地区	わが子へのメッセージ
ふくはら とおま 福原 遙真	R4.9.26	裕也・美咲 (第1子)	田町	元気に大きく育ててね!!
かわな さくと 川名 朔叶	R4.10.20	潤・祐加 (第1子)	田町	元気よく健康に育ててね



## 水仙まつり 一足早い春の訪れを

開催期間 **12月10日** (土) ~ **2月5日** (日)

写真コンクールやQRスタンプラリー、佐久間ダム公園でのライトアップを行います。新春の香りをお楽しみください。

### 水仙写真コンクール

期間中に町内で撮影した水仙の写真が対象です。詳しくは保田駅前観光案内所にお問い合わせください。

申込期間 2月28日(火)まで

問合せ先 保田駅前観光案内所 ☎55-1683

### ぐるっと水仙QRスタンプラリー

町内7か所に設置されているスタンプポイントを回ってQRコードを読み取り、隠れた文字を集めて応募すると、抽選で特産品が当たります。先着200人にオリジナルトートバッグをプレゼントしますので、ぜひご参加ください。

問合せ先 地域振興課まちづくり推進室 ☎55-1560



## 循環バスの臨時便運行 循環バスで花まつりへ

花まつりに合わせ、臨時便を運行します。この機会に循環バスで出かけてみませんか。

運行期間 1月1日(日) ~ 3月12日(日)

### 臨時便時刻表 大崩～保田駅前折り返し運行



バス停	赤バス		青バス	
	発	着	発	着
大崩	13:40	14:45	11:00	11:45
湯沢	13:43	14:42	11:03	11:42
小保田	13:49	14:36	11:09	11:36
すこやか前	13:57	14:28	11:17	11:28
保田中央	13:58	14:27	11:18	11:27
保田駅前	14:00	14:25	11:20	11:25

### 菱川師宣記念館特別展

あいじつそう

## 襲日荘100年 大正時代

### 保田を愛した歌人や画家たち

菱川師宣記念館では、大正時代に保田に移り住んだ石原純、原阿佐緒、金森南耕、山内多門の4人の交流を軸に彼らの資料を多数紹介する特別展を開催しています。この機会にぜひご来館ください。

開催期間 2月5日(日)まで

入館料 一般大人500円

(町内者は200円)

問合せ先 菱川師宣記念館

☎55-4061



▲石原純と原阿佐緒

## 県立安房特別支援学校館山聾分校

### 幼稚部の入学者募集

1月13日まで入学に関する相談を受け付けています。

**応募資格** 平成29年4月2日から令和2年4月1日までに生まれた聴覚に障害のある幼児、言葉などの遅れがみられる幼児

**募集定員** 3～5歳児でそれぞれ若干名

**必要書類** 願書、身体障害者手帳または療育手帳もしくは障害を有することを証明する診断書、返信用封筒

**募集期間** 2月1日(水) ~ 13日(月)

**選考日** 2月22日(水)

**入学者発表** 3月3日(金)

**応募・問合せ先** 県立安房特別支援学校館山聾分校

☎27-2490

## マイナンバーカードの申請は年内までに！

マイナポイントの対象となる  
マイナンバーカードの申請期限(役場窓口)は  
**12月28日(水)まで**

マイナポイントの申込期限は令和5年2月末です。直前は混み合いますので、お早めに手続きをお願いします。

**役場窓口での手続きの流れ** ①個人番号カード交付申請書がある方は、申請書を提出してください。申請書がない方は、本人確認書類を提示してください。

②顔写真を職員が撮影し、終了です。

**マイナンバーカードの受け取り** 申請から1か月後に交付通知はがきを送付しますので、役場税務住民課に申請者本人がはがきを持参してお越しください。

**問合せ先** 税務住民課住民保険室 ☎55-2112

## 中央公民館に新しいサークルができました

中央公民館に新たに2つのサークルが創設されました。随時、会員を募集していますので、気軽にお問い合わせください。

サークル名	活動日	時間	活動内容	会費
油絵サークル(杏)の会 ※1月から活動開始	第1・3金曜 第2・4土曜	金曜13:30～16:00 土曜 9:30～12:00	油絵	1回1,000円
きよなんミニドローンの会	第4土曜	13:00～15:00	ドローン操作	月1,000円

**問合せ先** 中央公民館 ☎55-4151

## 冬の感染症を防ぎましょう

今冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時流行する可能性が高いと言われていいます。また、感染性胃腸炎も流行する季節ですので、徹底した予防に努めましょう。

## ●感染症予防のポイント

## 小まめな手洗い

帰宅時やトイレ使用后、調理の前後、食事の前など、石けんを使って30秒以上、丁寧に洗いましょう。

## マスクの適切な着用

屋内にいるときや会話の際に人との距離を十分に保てないときは、マスクを着用しましょう。

## 抵抗力を高める

十分な睡眠とバランスの良い食生活、適度な運動や水分補給を心がけましょう。

## 適切な湿度管理と小まめな換気

空気が乾燥するとウイルスが空気中に漂いやすくなるため、室内の湿度を50%から60%に保ちましょう。寒くても小まめに換気しましょう。

## 予防接種

予防接種で、リスクを減らしましょう。乳幼児や高齢者、基礎疾患がある方などは、かかりつけ医にあらかじめ相談しましょう。

## 生ものはしっかり加熱

感染性胃腸炎を防ぐため、加熱が必要な食品は85℃から90℃で90秒以上加熱して中心部まで火を通しましょう。調理器具などは使用後にすぐ洗い、熱湯で1分以上の加熱消毒や家庭用消毒液で小まめに消毒しましょう。

## コロナかなと思う症状があるときは

65歳以上の方、つらい症状がある方、妊婦の方や子どもは、かかりつけの医療機関か、お住まいの近くにある医療機関にまずは電話で相談してください。

相談先に困ったときは、県発熱相談コールセンターへお問い合わせください。

**県発熱相談コールセンター** ☎0570-200-139

県ホームページでは、症状が現れた際のフロー図を掲載していますので、ご覧ください。



## 新春マラソン記録会

第48回鋸南町新春マラソン記録会を開催しますので、奮ってご参加ください。

**日時** 1月8日(日) 午前10時～

(受付午前9時30分～) ※雨天中止

**場所** 鋸南中学校

**対象** 小学生以上

**種別** 1,000m・2,000m・3,000m・4,000m

**申込方法** 当日、会場でお申し込みください。

**その他** ・出走前までのマスク着用、検温、ソーシャルディスタンスの確保にご協力ください。

・当日のコースは、竜島区・大穴区を使用しますが、近隣の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

**問合せ先** B&G海洋センター ☎55-4411

## 消防団出初式

消防団出初式を開催します。表彰式や消防車による一斉放水を予定しています。

**日時** 1月7日(土) 午前10時～

**場所** 鋸南中学校駐車場

※雨天の場合は鋸南中学校体育館で表彰式のみ行います。

### ●消防団による歳末夜警を行います

皆さんに安心して年末を過ごしていただくため、消防団が消防車両で夜警を行います。ご理解・ご協力をお願いします。

**期間** 12月28日(水)～30日(金)

**場所** 町内全域

**問合せ先** 総務企画課総務管理室 ☎55-4801

## もうお済みですか？ 75歳の歯科健診

今年76歳になる方と昨年度の対象者で受診していない方は、無料で歯科健診を受診できます。ぜひ受診しましょう。

**受診期間** 12月28日(水)まで

**健診内容** 歯や飲み込む力などの健診(1人1回)

**受診方法** 医療機関に直接予約して受診してください。対象医療機関は5月に送付した案内をご確認ください。

**受診の際に必要なもの** 被保険者証、受診票

**問合せ先** 税務住民課住民保険室 ☎55-2112

## 味わいハイキング204

### 津森山と水仙・はっさく狩りハイキング

津森山には、金毘羅神社や木花開邪姫、御嶽大神の石碑があり、山頂からは鹿野山や富山を眺めることができます。

**開催日** 1月7日(土) ※雨天の場合9日(月)

**集合** 佐久間ダム公園 午前9時30分

**定員** 50人 **会費** 1,000円(保険代、体験代等含む)

**持ち物** 弁当、飲み物、保険証、雨具

**案内人** 千葉県山岳史研究会 川崎 勝丸 氏

**コース** 佐久間ダム公園9:40発→八雲神社→源氏ヶ谷→津森山→水仙・はっさく狩り→水の台→名残峠→中根→佐久間ダム公園15:30頃着予定

**主催** 鋸南町味わいハイキング

**受付開始日** 12月16日(金) 午前9時～

※定員になり次第締め切ります。

**申込み・問合せ先** 中央公民館 ☎55-4151

## 年末年始は家族の絆で STOP！電話de詐欺

県内では、今年1月から9月までに20億円を超える電話de詐欺被害が発生しています。家族で電話de詐欺対策について話し合ってみましょう。

**留守番電話設定** 電話に出る前に声で相手を確認できます。

**番号表示サービス** 電話に出る前に番号で相手を確認できます。

**迷惑電話対策サービス** 迷惑電話を自動判別して、呼び出し音を鳴らさずにブロックします。

**警告・通話録音機能** かかってきた電話に自動応答し、「通話内容を記録する」とメッセージを流して警告します。

**相談先** 電話de詐欺相談専用ダイヤル

☎0120-494-506

## 救急車は適正に利用しましょう

鋸南分署の救急車は1台と限られています。救急車が本当に必要な方のために、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

### ●救急車を呼ぶか迷ったら

救急車を呼ぶか迷ったときは、救急安心電話にご相談ください。看護師や医師が無料で相談に応じます。

**相談時間** 平日・土曜 午後6時～翌朝6時まで

日曜・祝日等 午前9時～翌朝6時まで

**救急安心電話** #7009 ※小児の場合は#8000

## 1 職員の任免及び職員数に関する状況

### 採用・退職

令和3年度 採用者数	令和3年度中		
	定年退職	普通退職	合計
8人	3人	2人	5人

## 人事行政の運営等の状況

鋸南町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例に基づき、令和3年度の職員の採用や給与、勤務条件などの状況をお知らせします。

問合せ先 総務企画課総務管理室 ☎55-4801

### 部門別職員数

部門	一般行政職	税務職	医療職	福祉職	企業職	技能労務職	教育職	合計
職員数	63人	6人	11人	8人	6人	1人	5人	100人

## 2 職員の人事評価の状況

人事評価を導入し、評価結果は人事管理の参考資料として活用しています。

### 3-1 職員の給与の状況(人件費や平均給料月額、特別職の給料・報酬など)

#### 給与費(令和3年度一般会計決算)

対象職員数	給料	職員手当	期末・勤勉手当	合計	1人あたり
90人	3億1,834万円	3,741万円	1億1,539万円	4億7,114万円	523万円

#### 人件費(令和3年度一般会計決算)

対象職員数	歳出総額	人件費	人件費比率	前年度
93人	48億2,954万円	7億613万円	14.6%	9.4%

人件費は、毎月払われる給料や手当を含む給与と退職金のための負担金の他、健康保険料や年金保険料などが含まれています。

#### 一般行政職の等級別職員数

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	合計
職名	主事・技師		主任主事・主任技師	副主査	主査・室長	室長	課長	
職員数	8人	9人	18人	9人	6人	7人	6人	63人

#### 一般行政職の職員の平均給料月額及び平均年齢

区分	平均給料月額	平均年齢
鋸南町	297,500円	40.2歳
千葉県	305,251円	40.4歳

#### 一般行政職の初任給

区分	大学卒	高校卒
鋸南町	182,200円	154,900円
千葉県	188,700円	154,900円

#### 特別職の給料・報酬・期末勤勉手当

区分	町長	副町長	教育長	議長	副議長	議員
給料・報酬(月額)	553,000円	512,800円	466,400円	270,750円	218,500円	199,500円
期末勤勉手当	4.3月分			2.55月分		

条例により、町長は30%、副町長・教育長は20%、議長・副議長・議員は5%減額後の金額となっています。



### 3-2 職員の給与の状況(一般職の職員手当)

#### 期末勤勉手当

期	期末手当	勤勉手当
6月期	1.275月分	0.95月分
12月期	1.125月分	0.95月分
合計	2.4月分	1.9月分

#### 退職手当

勤続年数	自己都合	勸奨・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
限度額	47.709月分	47.709月分

### 4 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

#### 勤務時間

区分	勤務時間等
勤務を要する曜日	月～金曜日までの週5日間
1日の勤務時間	午前8時30分～午後5時15分 7時間45分(休憩時間除く)
年間総勤務時間	2,015時間

#### 主な休暇制度

種類	日数等	使用実績
年次休暇	20日 (翌年度繰り越し可)	平均5.80日
療養休暇	90日	6件
結婚休暇	1週間	1件
出産休暇	産前産後8週間	3件
育児休暇	1日2回90分	0件
忌引休暇	1日から10日	11件
夏季休暇	6日	平均4.55日
介護休暇	5日	0件

### 5 職員の分限及び懲戒処分の状況

#### 分限処分 休職6人

心身の故障などの場合に不利益処分を行うことで、制裁的な意味合いはありません。

#### 懲戒処分 減給2人

業務命令に従わない場合や規律違反をした場合に不利益処分を行うことです。

### 6 職員の服務の状況

すべての職員は「全体の奉仕者」として公共の利益のために勤務し、職務遂行にあたっては全力を挙げて専念しなければなりません。職員には下表のとおりさまざまな義務が課されています。

区分	該当者数
命令に従う義務	0人
法令に従い、上司の職務命令に従う義務	
信用失墜行為の禁止	1人
信用失墜、不名誉になる行為の禁止	
秘密を守る義務	0人
職務上知りえた秘密の漏洩禁止	
職務に専念する義務	1人
勤務中、注意力を職務に向ける義務	
政治行為の制限	0人
政治活動等の禁止	
争議行為等の禁止	0人
ストライキ等の禁止	
営利企業従事制限	0人
営利を目的とする事業への従事禁止	

### 7 職員の退職管理の状況

退職者の再就職の状況は該当なし。

### 8 職員の研修の状況

区分	受講者数	内容
研修所研修	20人	新規採用職員研修など
各種専門研修	28人	自治研修センターなど
その他研修	59人	人事評価研修など

### 9 職員の福祉及び利益の保護の状況

#### 健康管理等に関する状況

区分	受診者数	内容
定期健診	69人	血圧、計測、血液検査、心電図検査等
人間ドック	18人	



◀詳しくはこちらから  
(町ホームページ)

## 無理のない範囲で節電・省エネにご協力を

冬は、暖房の使用やお風呂の温度を上げたり、日が短くなって照明を長くつけたりするなど、エネルギーの使用量が増える季節です。

エネルギー使用量の抑制や地球温暖化防止のため、節電・省エネにご協力をお願いします。

### ●節電・省エネのポイント

#### エアコン

- ・室温は20度を目安に、重ね着をして、体温を保ちましょう。
- ・フィルターは小まめに掃除しましょう。
- ・室外機の前にはものを置かず、風通しを良くしましょう。

#### 冷蔵庫

- ・設定温度を弱に変更しましょう。
- ・常温保存できるものは冷蔵庫から出して、詰め込みすぎないようにしましょう。
- ・開閉は無駄なく、時間を短くし、冷気を逃さないようにしましょう。

#### お風呂

- ・家族で間をあけずに続けて入浴したり、小まめに浴槽にフタをして、熱を逃さないようにしましょう。
- ・シャワーを小まめに止めましょう。節水型シャワーヘッドも効果的です。

## 鋸南病院だより【第18回】 各科のご案内

鋸南病院では、4つの科で診療を行っています。お体の具合にあわせて、各科の医師が診察しますので、気軽にご相談ください。

診療科	担当医師	診療日
内科	山本、平山、後藤、非常勤医師	平日と第1、3土曜の午前中
外科	金親、非常勤医師	平日の午前中
眼科	横内	毎週木曜 午前10時～11時
循環器系内科	庄司	第3土曜の午前中

問合せ先 鋸南病院 ☎55-2125

## SDGsを学ぼう！⑮

### 15 陸の豊かさを守ろう

目標15は、陸上や淡水地域の生態系がもたらす自然の恵みを持続可能な形で利用できるようにするという目標です。私たちの生活は、山や川、海などの自然と、そこで生きるたくさんの生物に支えられています。人間の生活が豊かになる一方で、生物多様性を守る自然の破壊が進んでしまっています。

#### ●どんな問題があるの？

世界の森林の消失面積は年間520万ヘクタールと言われており、日本の国土の約14%にあたる森林が1年間で消失しています。また、世界の生物の消失数は年間4万種と言われており、1975年の観測当時から、絶滅のスピードが40倍にも達しています。



#### ●すぐにでも私たちができることは？

- ・植林活動や森づくりに参加してみる
- ・ティッシュペーパーやトイレトペーパーなど、紙の無駄使いをしないように心がける
- ・環境に配慮した製品を選ぶようにする



## 勝山藩主からいただいた刀

江戸時代、勝山地区を治めていたのは譜代大名酒井氏で石高一万二千石でした。房総半島は江戸のお膝元なので、一万石ほどの小藩ですが、徳川家に古くから仕えていた信頼できる譜代大名がいくつも配置されていました。酒井家も徳川家が松平家と名乗っていたところから仕え、酒井忠勝は三代将軍家光の頃、幕府大老にまでなった名君です。その息子忠朝がなぜか廃嫡（跡継ぎを取り消され勘当）されて、安房国下佐久間村田子台に移り住み、失意の内に亡くなります。これには諸説あり、今でも廃嫡の原因は謎とされています。

その忠朝の子忠国は、忠朝の悲運を憂いた叔父忠直（忠朝の弟）から一万石ほど分けられて大名となり、父ゆかりの地の藩主として安房勝山藩が誕生したのです。

以後、勝山藩主酒井氏は江戸時代を通じて、十代二百年間勝山を治めました。

勝山藩は小藩ですので、天守のあるような城は無く、政務を司る陣屋が平地に建てられました。現在の八幡山を背にして勝山港通りの南側の住宅街一帯が陣屋跡です。港通りは陣屋の堀を埋めた道です。この堀の前あた

りは今でも城町と言われます。

少し入った横丁にある生稻家には先祖から伝えられた大小の刀が残されています。大雨になると陣屋方面から勾配により大量に流れてくる雨水を大どぶ（外堀）に流すため、生稻家のお隣の渡辺家（旧沼平旅館）がお互いの敷地を折半して溝を掘り、大雨の被害を防いだそうです。それを勝山藩の殿様が聞きおよんで感激し、そのお礼に、刀をいただいたと伝えられます。殿様から直々にいただいた刀として代々大切に守り伝えてきました。

その刀は、勝山藩の貴重な歴史資料として大切に保存していただきたいと、生稻家の生稻一芳さんから資料館に寄贈されました。



▲勝山藩主からの刀

## 健康通信

### 良い睡眠で心も身体も健康に

睡眠障害は、うつ病などの心の病気だけではなく、高血圧や糖尿病のリスクを高めることが明らかになっています。

平成30年度に安房保健所が安房地域の働く世代を対象に行った調査では、睡眠による休養を十分にとれていないと回答した方が、国や県よりも多い状況です。

また、昨年度の町の総合検診の生活習慣では、睡眠不足と回答した方が24・1%で、県は22・5%でした。

最近では、新型コロナウイルス感染症の影響で生活環境が大きく変化し、睡眠について悩む方が増えていると言われています。

良眠のポイントは「寝つきがよい」、「ぐっすり眠る」、「寝起きすっきり」の3点です。

肉体疲労はもちろん、脳のように目に見えない部分に蓄積した疲労を取り除くことは睡眠の大きな効果です。次のことを参考にしてみてください。

・就寝3時間前に夕食を済ませ

ましよう。夕食と朝食までの間は10時間程度空けることが理想です。

・温かい飲み物を飲みましよう。白湯、生姜湯、カモミールティーなどがおすすめです。

・38℃くらいのぬるめのお湯で入浴し、リラクゼーションをましよう。

・食事はバランスよく摂りましよう。乳製品や大豆、バナナ、ピーナッツ、卵は良眠に効果的と言われています。

・休日の生活サイクルを整えましよう。

・お酒の飲み過ぎは、浅い眠りの原因となります。飲み過ぎには注意ましよう。

眠れない日が2週間以上続く、日中に強い眠気が続く、睡眠中に息が止まっていると家族等に指摘されたことがある場合は、医療機関を一度受診してましよう。

医療機関の敷居が高いと感じる方は保健福祉総合センター「すこやか」の保健師・看護師に気軽に相談してください。

# かんたんおいしいレシピ

## ブロッコリーのツナマヨ和え

ブロッコリーは便通を整える食物繊維や抗酸化作用を持ち、活性酸素を取り除くビタミンC、ナトリウムを体外に排出し高血圧予防に役立つカリウムを多く含む栄養満点な野菜です。体の調子を整えるのに必要な栄養をたくさん含んでいるので、これからの季節におすすめです。



### 材料(2人分)

- 卵…………… 1個
- ブロッコリー…… 1/2株
- ツナ缶…………… 1/2缶
- マヨネーズ …… 大さじ1.5
- しょうゆ…………… 小さじ1/4
- 塩こしょう …… 少々

### 作り方

- ① ゆで卵を作り、殻をむいて8等分に切る
- ② ブロッコリーを小房に分け、塩ゆでする。
- ③ ゆでたブロッコリーとツナ、マヨネーズ、しょうゆを混ぜ合わせ、塩こしょうで味を調える。
- ④ 最後にゆで卵を混ぜ合わせて器に盛りつける。



ブロッコリーは栄養価が失われにくい電子レンジで調理するのもおすすめです。

提供：健康づくり推進員協議会

## わんぱく登壇



むぎあき  
麦秋くん  
1歳5か月

乾 岳史さん 第3子 市井原区

畑や田んぼが大好きで、お姉ちゃんやお兄ちゃん、ワンちゃん、猫ちゃん、鶏たちといつも遊んでるんだ。

農具にも興味津々で、早くお手伝いできるようになるといいな。



## 火災に注意しましょう

これからの季節は、暖房器具の使用が増え、空気の乾燥や強風など火災が起こりやすい条件が揃います。

身近な火の用心として、ストーブ、こんろ、たばこなどは、外出や就寝でその場を離れる前に、確実に消火したことを確認しましょう。

## 人の動き 11月1日現在(前月比)

人	□ 7,006人 (-11人)	出生	3人
うち男	3,383人 (-2人)	死亡	10人
女	3,623人 (-9人)	転入	8人
世帯数	3,456世帯 (-9世帯)	転出	12人

誌面で掲載した記事は、中止や内容が変更となる場合がありますのでご了承ください。