



町報

きよなん

2020

1

No.618



新年のご挨拶／平成30年度決算の概要

子ども会「冬のお楽しみ会」

復興と飛躍の年、直往邁進



鋸南町長

白石 治和

謹んで年始のご挨拶を申し上げます。
昨年は思いもよらぬ災害に見舞われ、皆様におかれましてはそれぞれ、皆様に御迷惑をおかけしたことを存じます。平素は、町行政の推進に格別のご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

未だかつて経験したことのない

風水害は、町全体をブルーシートで埋め尽くし、長年住み慣れた家々のみならず、当たり前であった普段の生活、先人が残してくれた心安らぐ景観など、私たちのかけがえのない財産を一瞬のうちに奪い去ってしまいました。誰もが自然の猛威には、人間の力は無力であるということを感じ知らされたことでしょうか。

発災後、多くの被災された方々が不安を抱えながら生活する中で、全国からの支援物資、人的支援、義援金など心温まるご支援の数々は、大きな励みであり、明日の力強い希望となりました。
今後の復旧、復興に向けて、その厳しさを改めて、実感しているところではございますが、一日も早く以前の平穏な日常を取り戻すため、町民と職員が力を合わせ、全力で取り組み、災害に強いまちづくり、安心・安全な地域生

活の実現など、災害への対応を優先させつつも、町政が停滞するところがないよう新しい人の流れをつくり、元気にぎわいのあるまちづくりに努めて参る所存です。

町の集客の拠点である都市交流施設・道の駅保田小学校は、昨年3月末に過去最高の年間90万人を超えましたが、昨年の災害で施設本体も被災し、風評被害もあいまって、その影響は計り知れませんが、一刻も早くお客様をお迎えできるように、早期の復旧工事の完了を目指しております。

同施設は、当初目標であった、人が結び付き、にぎやかなまちを目指すというビジョンを着実に現実化しており、今後は、更なる魅力向上を図り、継続的にこの地域に関わる「関係人口」に着目し、当町の特性を活かした元気なまちづくりに邁進していきます。

本年も例年同様、花まつりとし

て、第一章「水仙まつり」を2月2日まで、第二章「頼朝桜まつり」を3月8日まで、最終章「桜まつり」を4月12日まで実施し、新春から早春にかけて花のラリーで観光の皆様をお迎えします。

期間中には、1月11日に佐久間ダム公園、1月12日に江月水仙ひろばにて、イベントを開催します。3月7日には保田川頼朝桜の里 竹灯籠まつりが行われ、期間中は佐久間ダム公園でライトアップを行います。

本年は、復興元年と位置付け、復興と飛躍に向け、直往邁進していきます。なお一層のご支援、ご指導を賜りますよう、お願い申し上げます。

結びにあたり、本年が皆様にとって、健康で飛躍の年となりますことを心から祈念し、年頭のご挨拶とさせていただきます。

新年あけまして

幸多き年を願って

おめでとうございます



鋸南町議会議長

青木悦子

新年にあたり一言、ご挨拶申し上げます。

町民の皆様には、平素から議会に対し、温かいご支援と多大なるご協力を賜りましたことに心から感謝申し上げます。

昨年の度重なる台風と豪雨により被災され、不自由な生活を余儀なくされ、新春の幕開けをいつもどおりにはお迎えになれな

い方が未だ多くいらつしやることを思い、新年を手放しでは喜ぶわけには参りません。

議会においても4月に議会議員選挙が執行され、議会は新たな顔ぶれとなりました。5月の臨時議会において、議長に選出いただいたのも束の間、6月には現職議員を失い、9月・10月の未曾有の災害では、議場が被災し使用できない混乱の中での9月定例会を乗り切り、10月臨時会及び12月定例会では、災害関連の補正予算等を議決し、結果、予算額は通常年間予算の倍以上の97億5千万円を超える額となる等、多事多難な年となりました。

本年は、まず町民と行政、議会がワンチームとなり、町の復興に力を注がねばなりません。それも現状に回復させるのではなく、旧にも増した復興を目指さねばならないと決意を新たにしているところでございます。

被災された家屋の復旧に対するご援助はもとより、道路や河川等の生活環境インフラの復旧、生業の基礎を失われた方へのご支援、被災ごみの処理等、やるべき問題が山積してはいますが、一つ一つ片付けていくことにより、必ずやゴールは見えて参ります。

昨年本欄では「鋸南町誕生60周年という節目の年に、令和という新たな時代へ漕ぎ出しますが、平成から引き継がれた急速な少子高齢化による人口減、基幹産業の低迷による地域活力の衰退等、町の抱える諸問題が消えるわけではありません」と議会としての問題の提起をしました。

鋸南町議会といたしましては、今年こそが新たな時代への再出発と考え、一日も早い復興と諸問題の解決による町の活性化を最重要課題として、地方自治の両輪としての立場から町当局とともに力を注いで参る所存です。

議会が担う最も重要な役割は、町民の声を適切かつ速やかに町政に反映させることであり、年4回開会する定例議会では、予算・条例案等の審議のほか、執行部に対する一般質問を行っており、その審議や質問を通じて皆様の声を反映させていくとともに、その実現に向けて全身全霊、努力して参ります。

災い転じて福となすということわざがありますが、本年が、町民の皆様方にとって幸多き一年となることをご祈念いたしまして、年始のご挨拶いたします。

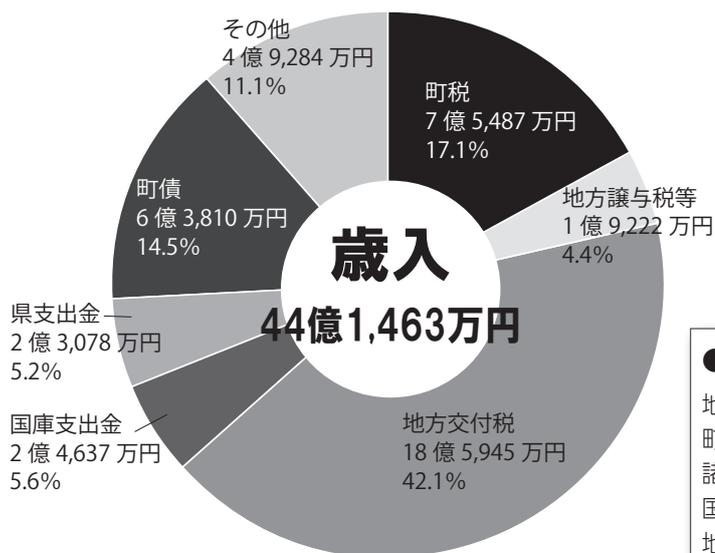
平成30年度決算の概要

平成30年度決算が、12月13日の定例議会で承認されました。町が実施するさまざまな事業は、皆さんが納めた税金や国・県からの支出金、町債などを財源として行っています。皆さんの生活のためにどのように活用されたのか、決算の概要をお知らせします。

一般会計

福祉や教育、道路整備などを行うための基本的な経費の会計

平成30年度一般会計決算は、歳入総額が44億1,463万円、歳出総額が42億5,428万円でした。前年度と比較すると、歳入は1億3,957万円、3.3%の増、歳出は2億1,077万円、5.2%の増となりました。



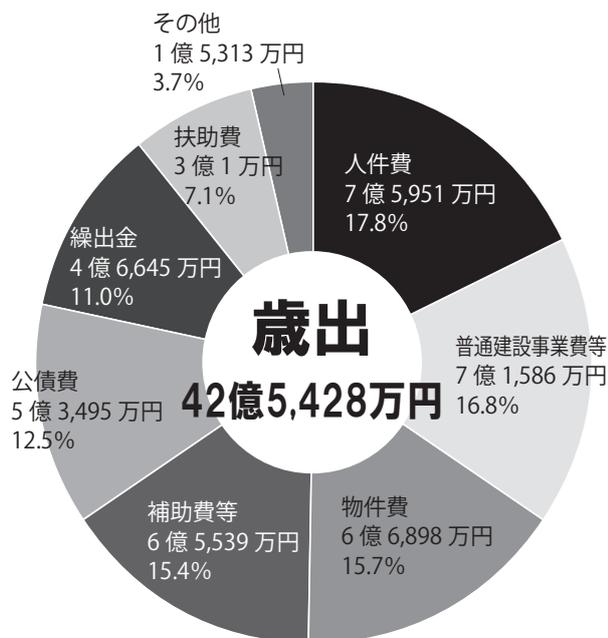
依存財源 71.8% / 自主財源 28.2%

町税の徴収実績

区分	収入済額	徴収率
町民税	3億1,967万円	99.1%
固定資産税	3億4,903万円	98.6%
軽自動車税	2,471万円	98.3%
町たばこ税	5,383万円	100%
入湯税	110万円	100%

●用語の解説

地方交付税……… 国税の一部を国が町に交付する税
 町税……… 町民税、固定資産税など町に納付される税金
 諸収入ほか……… 施設の使用料、住民票や証明書の交付手数料など
 国・県支出金……… 国や県から交付されるお金
 地方譲与税など……… 地方譲与税、地方消費税交付金など
 町債……… 施設の建設等のために国などから借り入れるお金



主要事業

- ・ 幼稚園園舎建設工事 1億9,564万円
- ・ 土地購入 (元名採石場跡地) 1億1,002万円
- ・ デジタル戸別受信機購入 7,076万円
- ・ 老人福祉センター貸切風呂建築工事 6,883万円
- ・ トンネル補修工事 (内宿トンネル) 3,571万円

●用語の解説

人件費……… 職員の給料や議員などへの報酬
 扶助費……… 生活保護や障がいのある人への支援費用など
 物件費……… 光熱水費や通信費、消耗品費、機器の使用料など
 補助費等……… 各団体への補助金など
 普通建設事業費等……… 道路や学校などの公共施設の建設費用
 繰出金……… 特別会計に支出する経費
 公債費……… 町債の返済金
 その他……… 道路や公共施設の補修、基金への積立金など

町民1人当たりの負担額
9万6,518円

町民1人当たりに使われた金額
54万3,956円



特別会計

特定の事業を行うために、一般会計と区別して処理する会計

区分	歳入額	前年度比	歳出額	前年度比
国民健康保険	12億4,835万円	18.1%減↓	11億9,439万円	16.3%減↓
後期高齢者医療	1億2,929万円	3.8%増↑	1億2,675万円	4.3%増↑
介護保険	13億8,556万円	2.4%増↑	13億3,371万円	4.9%増↑

国民健康保険特別会計は、平成30年度から県と市町村が一体となって運営することとなり、歳入総額が2億7,525万円、歳出総額が2億3,313万円、昨年度より縮小されました。

企業会計

地方公営企業法の適用を受ける水道事業・病院事業の会計

項目		水道	病院
収益的収入及び支出	収入	5億2,816万円	8,442万円
	支出	4億5,962万円	1億1,114万円
資本的収入及び支出	収入	6,300万円	1,296万円
	支出	2億1,818万円	1,967万円

公営企業は、町民の皆さんからいただいている診療代金や水道料金を主な財源として運営しています。

公営企業会計は、「収益的収支」と「資本的収支」に分かれており、「収益的収支」は、日常の経営に要する収支、「資本的収支」は施設の建設や改良に要する収支となっています。

町債現在高の状況

区分	年度末現在高
一般会計	44億4,900万円
水道事業	11億8,956万円
病院事業	8,108万円
合計	57億1,963万円

町民1人当たりの借入金額 73.1万円

町有財産の状況

区分	年度末現在高	前年度比
土地	516,399㎡	282,073㎡増↑
車両	53台	2台増↑
出資による権利	14億9,039万円	0万円
建物	40,497㎡	1,092㎡増↑
基金	13億6,522万円	8,931万円増↑
証券	20万円	0万円

健全化判断比率と資金不足比率

指標名 (内容)	本町の比率	早期健全化基準
実質赤字比率 (一般会計などの赤字の割合)	実質赤字なし	11.25%
連結実質赤字比率 (全会計の赤字の割合)	実質赤字なし	16.25%
実質公債費比率 (年間の借入返済額の割合)	13.7%	25%
将来負担比率 (将来に負担が見込まれる負債の割合)	56.8%	350%

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」では、5つの財政指標が設けられており、この指標が左記の基準値を超過した場合には、財政健全化のための計画策定や地方債の発行制限などが求められます。平成30年度決算に基づく算定の結果、本町は早期健全化基準と財政再生基準のいずれにおいても基準を下回りました。

指標名 (内容)	区分	本町の比率	経営健全化基準
資金不足比率 (公営企業会計ごとの資金不足額の割合)	水道事業	資金不足なし	20%
	病院事業	資金不足なし	20%

●問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎ 55-4801

千葉県 B&G海洋センターバレーボール大会

11月23日、「千葉県B&G海洋センターバレーボール大会」が開催されました。この大会は、県内12市町のB&G海洋センターの交流と親睦を目的とするもので、各市町の予選会を突破した強豪が集まりました。

町からは、SMILEチームが代表として参加しましたが、優勝常連チームと同リーグとなり、惜しくも予選敗退となりました。参加した選手は、強敵との手に汗握る熱戦に「強いチームと対戦出来て楽しかった」と話しました。



税についての作文 表彰

国税庁では、毎年「税を考える週間」の広報活動の一環として、中学生を対象に「税についての作文」の表彰を行っています。

今年も館山税務署管内納税貯蓄組合連合会からの募集により、鋸南中学校からは49作品が出品され、次の優秀作品が選出されました。

- 一般社団法人館山青色申告会会長賞
ならた けいすけ
 奈良田 圭亮さん（3年・中佐久間区）
- 鋸南町長賞
おかだ ゆいか
 岡田 結花さん（3年・両向区）

都市交流施設 開校4周年

12月7日・8日、道の駅保田小学校で開校記念祭が開催され、特産品の販売やコンサート、体験教室等が行われました。

台風の影響により「里山市場きよなん楽市」が壊滅的な被害を受け、仮設店舗での営業が続いていますが、この日は、復興を応援しようとする多くのお客様ににぎわいました。



町の中高校生グループ「奏龍会」による祭囃子

陸上自衛隊レンジャー帰還式

11月26日、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。

参加した学生33名は、10月29日からの約1か月間、野山や沢に分け入るなどの過酷な訓練を実施し、無事帰還することができました。

これまで前線基地として使用していた旧佐久間小学校が、台風15号による被災で使用できなくなったことから、今回は大帷子でテントを張り、宿営しました。



町民全員による一斉清掃 ご協力ありがとうございました

12月1日、環境美化の一環として「町民全員による一斉清掃」が実施され、早朝から河川や海岸、道路、公共施設周辺の清掃が行われました。

台風による災害後ということもあり、例年に増して積極的な取り組みをいただき、11.5トンものごみが集められました。

今後も環境美化の推進にご協力をお願いします。

神奈川県相模原市に見舞金

12月6日、白石町長と青木議会議長は、台風19号で大きな被害が発生した神奈川県相模原市を訪問しました。この日は、当町の台風15号による災害支援へのお礼として、町役場管理職一同から本村市長に、町議会から相模原市議会へ、町職員労働組合から相模原市職員労働組合へ、見舞金を手渡しました。



民生委員・児童委員が改選されました

町の民生委員・児童委員が12月1日付けで厚生労働大臣及び千葉県知事から委嘱されました。

任期は、令和元年12月1日から令和4年11月30日までの3年間です。

民生委員・児童委員は地域の皆さんの悩みごとや生活で困ったことなどの相談相手として、また、町とのパイプ役として福祉の向上に務めています。



民生委員・児童委員

本郷浜	川崎 一美	大六	鈴木 昭一	本郷	伊藤 ひろ子
中道台	吉本 まり	小保田	福原 功	田町	三瓶 正次
芝台	山田 恵子	市井原・横根	伊藤 幸夫	竜島	福原文江
中原	川名 操	大崩	高梨 光子	//	森 政幸
本郷上・大帷子上	川名 俊郎	奥山	石田 成明	町	黒川 起志夫
大帷子下・江月	岡村 妙子	上佐久間	三瓶 泰弘	内宿	金木 幸一
元名	篠原 一成	中佐久間	田村 徹夫	仁浜	平島 美貴子
吉浜	渡邊 謙一	両向	黒川 譲	岩井袋	平田 美恵子

主任児童委員

勝山・佐久間地区	山根 廣美	保田地区	宇津木 潤子	(敬称略)
----------	-------	------	--------	-------

「房州電撃!! ライデンマル」 鋸南保育所来所



12月9日、鋸南保育所に房州発のスーパーヒーロー「房州電撃!! ライデンマル」が遊びに来てくれました。

幼稚園預かり保育所のお友達と一緒に、ダンスやジャンケン体操をして楽しい時間を過ごしました。

「みんなの笑顔が見られてうれしいです。」と、ライデンマルからみんなに絵本や塗り絵のプレゼントをいただきました。ありがとうございました。



前澤 友作 様



(一社) 水産土木建設技術センター 様



館山信用金庫 様



日本共産党中央委員会 様



(宗) 真如苑 様



(株) 共立メンテナンス 様



東京綾瀬ライオンズクラブ 様



日本自治体労働組合総連合 様



神栖ライオンズクラブ 様



東京都足立区役所職員一同 様



長野県辰野町 様



(特非) FIELD 様



東京都立日比谷高等学校一水会 様

皆様からの温かいご支援 ありがとうございます

令和元年台風15号・19号の被害に際し、たくさんの方々から義援金・寄付金をお寄せいただきました。いただいた義援金・寄付金は、被災された方の生活支援、町の復旧・復興に活用させていただきます。
(12月13日現在)

- ・義援金 73,302,206円
- ・寄付金 73,832,538円

※紙面の都合上、一部の方のみ掲載させていただいております。



(一社) 伊豆の国市観光協会 様



幸福実現党 様



(一社) 建物診断研究所 様



東京都練馬区職員一同



新日本空調(株) 様



東京都葛飾区立宝木塚小学校 様



千葉県農業協同組合中央会 様



鴨ファイヤ 様



千葉県採石事業協同組合 様



東京葛飾東ライオンズクラブ 様



山賀 雅仁 様



エビハラグループ 様



(株) セシム 様



道の駅保田小学校 様



鋸南町誕生60周年記念事業 町の今昔写真展 開催

本年度は鋸南町誕生から60周年の記念の年となります。

町の昭和初期頃の古い写真、見慣れた現在の写真を並べた写真展を開催します。この機会にぜひご覧ください。

展示場所 中央公民館 ロビー

展示期間 1月8日(水)～3月31日(火)

問合せ先 中央公民館 ☎ 55-4151

昭和6年の勝山港▶



鋸南町まちづくりアンケートを実施します

町では、令和3年度からのまちづくりの指針となる「鋸南町総合計画」の策定を進めています。

今月下旬から来月中旬にかけて「町がこれまで取り組んできた施策に対する満足度」や「今後特に力を入れてほしい取り組み」等について、皆様の考えをお聞きし、新たな総合計画の策定等に当たっての重要な基礎資料とすることを目的としてアンケート調査を実施します。皆様のご協力をお願いします。

調査時期 1月20日(月)～2月14日(金)

調査対象 町内にお住まいの全世帯

調査方法 ・区長による配布・回収
・一部郵送による配布・回収
※町報おしらせ版1月20日号と一緒に配布します。

問合せ先 総務企画課企画財政室
☎ 55-4801



復旧・復興関連予算

10月に専決処分を行った補正予算(第6号)、12月議会で議決された補正予算(第7号)の主な復旧・復興関連予算を紹介します。

なお、補正後の一般会計の予算総額は97億5,305万円となりました。

補正予算(第6号)

住宅応急修理委託(一部損壊)(一部損壊の住家の応急修理)…1億2,870万円/住宅応急修理補助金(一部損壊の住家の修理支援)…2億5,730万円/被災住宅修繕緊急支援事業補助金(一部損壊の住家の修繕支援)…6億8,600万円

補正予算(第7号)

災害廃棄物処理委託(災害で発生したゴミの処理)…11億181万円/損壊家屋撤去業務委託(半壊以上の家屋の解体撤去)…11億5252万円/強い農業・担い手づくり総合支援交付金(被災農業者支援型)(農業用ハウスなどの撤去、修繕、再建支援)…7億2,000万円/道路災害復旧工事(町道10箇所の復旧工事)…1億4,300万円/林道施設災害復旧工事(林道3箇所の復旧工事)…4,780万円/庁舎復旧工事(本庁舎及び車庫の復旧工事)…4,301万円

あの子どもこの子どもきょうなんの子

～12月17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
やまぐち あやと 山口 綾斗	R1.11.28	健太・真弓(第1子)	中道台	元気にすくすく育てね



催し

安房地区社会教育振興大会

日時 2月1日(土) 午後2時～4時10分 ※入場無料

会場 町立中央公民館 多目的ホール

内容 ・教育講演

「スポーツが地域を変える瞬間」

～オルカ鴨川FCの挑戦～

講師:オルカ鴨川FC GM 北本 綾子 氏

(元なでしこJAPAN(日本女子代表))

・実践発表

①奏龍会(中高生等)による祭囃子

②BOSO娘によるライブパフォーマンス

問合せ先 鴨川市教育委員会 ☎04-7094-0515



出会い応援サポーター主催 出会い応援交流会

独身男女の出会いの場として交流会を開催します。皆さまのご参加をお待ちしております。

日時 2月8日(土) 午後6時～

場所 さなぶり(保田70-1)

会費 男性5,000円 女性2,500円

対象 [男性]20歳～40歳代前半までの独身の方、
町に居住または勤務している方

[女性]20歳～40歳代前半までの独身の方

募集人数 男性10名、女性10名

※アルコールを召し上がる方は車でのご参加はご遠慮ください。

問合せ先 地域振興課農林水産振興室 ☎55-4805

てんぐす病枝払い・環境美化活動

佐久間ダム公園周辺の景観を守るため、てんぐす病枝払いと倒木撤去作業、清掃活動を行います。皆様のご協力をお願いします。

日時 2月2日(日) *小雨決行

午前8時30分～正午

※午後も継続できる方はお願いします

場所 佐久間ダム公園 *暁観音前集合

持ち物 ノコギリ、手袋、ヘルメット、作業のしやすい服装

その他 ・燃料、ごみ袋、昼食は主催者側で用意します。

・安全対策のためヘルメットを着用してください。

※お持ちでない方には貸し出します(先着10名)。

主催 佐久間ダム湖観光生産管理組合・千葉鋸南日本花の会

問合せ先 佐久間ダム湖観光生産管理組合 ☎55-8115

金高 丈夫 ☎55-8202 重田 恒久 ☎55-1187

募集

男女共同参画地域推進員

県では、地域に根差した男女共同参画社会を目指し、広報・啓発活動を行う「千葉県男女共同参画地域推進員」を募集しています。

南房総地域では、袖ヶ浦市、木更津市、君津市、富津市、南房総市、館山市、鴨川市、鋸南町の7市1町で活動を推進しています。

男女共同参画社会づくりに興味のある方、地域で活動したい方はお気軽にお問い合わせください。

任期 4月(委嘱日)～令和4年3月31日の2年間

活動内容 ・会議への参加(月1回程度)

・地域事業の実施(年2回程度)

*ワークショップの開催や中学校での啓発活動など

募集期間 2月28日(金)まで

その他 交通費支給。性別不問、お友達同士の応募も歓迎します。

問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

土曜日開催・予約不要のお仕事さがし

ジョブサポートin たてやま 2019

安房3市1町とハローワーク館山が連携し、安房地域の企業と求職者とのマッチングイベントを開催します。

雇用保険受給中の方は、求職活動実績にカウントされます。

日時 2月1日(土) 午後1時30分～4時

(受付 午後1時～3時30分)

会場 館山商工会議所(館山市八幡)

対象 安房地域(館山市・南房総市・鴨川市・鋸南町)のお仕事を探している方

内容 各企業(20社程度)ブースでの個別企業説明・個別採用面接など

※参加企業情報は館山市ホームページに掲載

参加方法 事前申し込み不要。事前にチラシ裏面の参加申込書に必要事項を記入して当日お持ちいただくと便利です。

※チラシは役場地域振興課、ハローワーク館山で配布(町ホームページからダウンロード可)

問合せ先 ハローワーク館山 ☎22-2236

館山市雇用商工課 ☎22-3136



『令和元年分公的年金等の源泉徴収票』 が発送されます

今月中旬頃、日本年金機構から令和元年中の源泉徴収票が順次発送されます。確定申告に必要ですので、大切に保管をお願いします。

万が一、紛失された場合には、再発行が可能です。ただし、再発行には数日程度お時間がかかりますので、予めご了承ください。

問合せ先 木更津年金事務所 ☎0438-23-7616

あなたの年金 簡単便利なねんきんネットで!

「ねんきんネット」は、ご自身の年金についての情報をパソコンやスマートフォンから手軽にいつでも確認できるサービスです。



●ご自身の年金記録の確認ができます

ご自宅のパソコンやスマートフォンで、いつでも最新の年金記録が確認できます。

【年金記録の一覧表示画面】

年金加入履歴や保険料納付額、年金見込額などを一覧形式で確認できます。

【年金記録照会画面】

各月の年金記録を表示しており、特にご確認いただきたい年金記録をカラーで分かりやすくご案内しています。

●簡単に年金見込額が計算できます

現在と同じ条件で60歳まで年金制度に加入し続けるという条件を自動設定し、簡単に見込額を試算することができます。

また、ご自身で様々な条件を設定いただくことで、将来受け取る老齢年金の見込額を試算できます。

問合せ先 ねんきんダイヤル ☎0570-058-555

(ねんきん定期便・ねんきんネット専用)

ねんきんネットホームページ http://www.nenkin.go.jp/n_net/

館山税務署 申告書作成会場の開設

期間 2月17日(月)～3月16日(月)

※土日及び2月24日(月)を除く

時間 午前9時～午後5時(受付 午前8時30分～午後4時)

※混雑する場合、受付を早めに締め切ることがあります。

また、混雑の状況によっては長時間お待ちいただくこともありますので、ご了承ください。

会場 館山税務署(館山市北条)

問合せ先 館山税務署 ☎22-0101

税理士による

小規模納税者のための無料申告相談

小規模納税者の方の所得税及び復興特別所得税・個人消費税、年金受給者並びに給与所得者の所得税及び復興特別所得税の申告(土地、建物及び株式などの譲渡所得並びに山林所得のある場合を除く)を対象に無料申告相談を開設します。

申告書等を提出するのみの場合は、税務署へ送付してください。

開設日・会場

2月4日(火) 館山市コミュニティセンター(館山市北条)

2月5日(水) 鴨川市役所(鴨川市横渚)

2月6日(木) 南房総市千倉保健センター(南房総市千倉)

受付時間 午前9時30分～午後3時30分

※混雑する場合、受付を早めに締め切ることがあります。

問合せ先 館山税務署 ☎22-0101

アキ・パーソナルジム 12月オープン



男性 1時間1,500円

女性 1時間1,100円

中・高生 1時間700円

営業日 火～土曜日

*日曜日 完全予約

営業時間 9:30～22:00

アキ・パーソナルジム 代表 秋山定輔
鋸南町竜島930-2 ☎090-8478-6573

デイサービス 調理員募集

【勤務時間】 8:20～17:20

勤務日応相談

【勤務日数】 週2～3日

【日給】 8,000円

【応募方法】 履歴書(写真貼付)を郵送またはご持参ください。

詳細はお気軽にお問い合わせください。

〒299-1902 安房郡鋸南町保田560

社会福祉法人鋸南町社会福祉協議会 TEL50-1174

トピックス

地域の力は素晴らしい！

奥山地区では、平成23年から八房^{やぶさ} ^{みのる} 賞さんがリーダーとなり、奥山公民館を会場に笑って楽しく頭と身体を動かす「笑はっはの会」を月に1回実施しています。会場の屋根にはブルーシートも張られていますが、「集まり、話しをしないと、みんな具合が悪くなってしまう！」と、被災直後には仲間の様子を見舞い、11月5日から活動を再開しています。道路の損壊のため、寒い中30分かけて参加される方もいます。健康を維持し、ともに復興をめざしましょう！



研修会にご参加ありがとうございました

11月15日、教育委員会の高齢者学級との共催で、「誰もが迎える`もしもの時`今から考えておきたいこと」をテーマに亀田総合病院在宅診療科部長の大川 薫先生を講師に迎え研修会を開催しました。

台風からの復旧に向け、忙しい最中でしたが、38名の参加があり、「大変良かった」との感想が寄せられました。



お知らせ ～認知症予防講演会～

認知症は誰にでもおこり得る病気で、85歳を過ぎると2人に1人の割合で発症すると言われています。町の介護保険の認定を受けている高齢者の4割以上は認知症です。

認知症は特効薬がありません。認知症という病気を知り、予防に取り組むことが大切です。

テーマ これって認知症？
～認知症の診断・治療・予防最前線～

日時 1月18日(土) 午前10時～正午

場所 中央公民館 2階 講座室

講師 東条メンタルホスピタル認知症疾患医療センター長 金井 重人氏

●申込み・問合せ先 地域包括支援センター (保健福祉課内) ☎ 50-1172

*この講演会は10月に予定していましたが、台風の影響により1月に延期になりました。



金井 重人氏

新介護
福寿草

町では財政収入の確保と地域産業の振興を図るため、町報きょなんと町ホームページに掲載する広告を募集しています。町ホームページは3月にリニューアルします。掲載をご希望の方は総務企画課までご連絡ください。

●問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎ 55-4801

安房の頼朝伝説⑤

今回は頼朝と馬についての伝説の紹介です。竜島に上陸した頼朝が、現在の江月地区で名馬を献上され、その馬を「池月」と名付けたと言います。江月は池月がなまって地名となつたそうで、馬がいた場所は小字で馬ノ住と言われています。

長狭（鴨川市）へ出た頼朝は、そこから和田方面へ南下します。和田の山間部、上三原地区に、礎森という所があります。通りかかった頼朝は、田の中に一頭の名馬を見つけます。家来に捕らえさせ、愛馬とし、これを「磨墨」と名付けました。

池月は池に映る月のように美しい姿の馬、磨墨は墨のように漆黒の馬だったと伝わります。

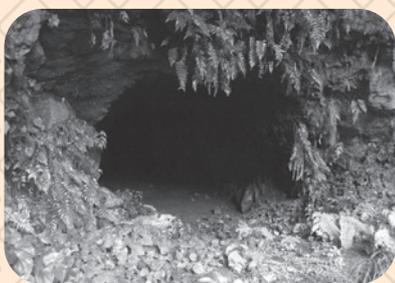
実はこの二頭、源平合戦で大活躍する名馬です。その後、池月は頼朝から佐々木高綱へ与えられ、磨墨は梶原景季へ与えられます。この名馬二頭にまたがった佐々木と梶原が、平家追討の合戦で、川を泳いで先陣を競うのが、有名な宇治川の先陣争いの名場面なのです。

さて、実は礎森の手前の太夫崎を通りかかった時にも、頼朝は一頭の名馬を手に入れています。現在の道の駅・鴨川オーシャンパークの国道を

挟んで山側に、波切不動があります。その脇を流れる川が名馬川、橋を名馬橋と言います。頼朝はこのあたりで馬のひづめ跡を見つけ、家来に探させると、洞窟の中に一頭の名馬を見つけました。野山を駆け回って引き締まった体格の悍馬です。さっそく捕らえさせ、体を洗わせた川が名馬川と名付けられたそうです。馬のいた洞窟、駒穴は今もあります。そして頼朝はこの馬を「太夫黒」と名付けました。

この馬は、その後、弟の源義経に与えられます。源平合戦の一の谷の戦いのハイライトに、鴨越えの逆落峻な崖を、義経軍が騎馬のまま駆け下って奇襲する名場面です。この時、義経が乗っていたのが太夫黒でした。

源平合戦で大活躍し、後世まで語り継がれた三頭の名馬は、伝説を信じれば、実に房州産だったわけですね。



太夫黒のいた駒穴

健康通信

喉のONLINE

不愉快な症状の一つとして喉のつかえがあります。つかえは呼吸でも食べ物でも現れることがあります。中には日常生活の注意で予防できることもあります。

● ストレス・食道は口から入った物を蠕動運動によって胃に送り込みますが、心身のストレスがあると自律神経のバランスが崩れ、喉や食道の動きが悪くなって、喉のつかえ感を引き起こすことがあります。更年期の自律神経失調でも見られる症状の一つです。ストレスを溜め込まないようにゆとり休息する時間を設け、十分な睡眠をとることが大切です。

● 胃酸の逆流・食べ物一度にたくさん食べたり、脂肪分の多い食事をしたり、アルコールを飲んだりすると、胃酸の逆流を防ぐ食道下部の筋肉がゆるみやすくなります。胃酸は強い酸性なので逆流すると食道や喉の粘膜に炎症が起き、自覚症状として喉のつかえを感じるようになります。胃酸の逆流予防には、早食いや食べ過ぎをやめ、ガードルなど締め付ける衣類の着用

や、前かがみで腹部を強く圧迫することなどを避けましょう。夜は脂肪の多い食事や食べ過ぎを避け、アルコールや炭酸飲料は控えるにしましょう。

● ウイルスや細菌の感染、アレルギー・鼻や口からウイルスや細菌、カビに感染すると、喉のつかえ感や胸やけを感じたり、アレルギーによる気管の炎症によっても喉のつかえがあらわれることがあります。体力をつけて感染症を予防することが大切です。

もちろん、日常生活で気を付ければ軽減できるつかえ感だけでなく、病気の症状として喉のつかえが現れることもあります。神経性胃炎、胃食道逆流症（GERD）、逆流性食道炎、咽頭炎、扁桃炎、気管支喘息、うつ病、食道や咽喉のがんなどが喉のつかえで気づく病気の代表です。

喉のつかえは日常生活で予防したうえで、症状が出た場合には早めに医療機関を受診し、病気の有無を確認しましょう。





スズキのソースがらめ

地元で捕れたスズキを使った地産地消レシピです。

作り方

- ①しょうがをすりおろし、スズキに下味をつける。
- ②小麦粉と片栗粉を混ぜ合わせ、スズキにまぶす。
- ③②のスズキを175℃くらいの油でからりと揚げる。
- ④Aの調味料をフライパンに入れて混ぜながら軽く煮立てる。
- ⑤④に揚げたスズキを入れてからめる。
- ⑥⑤をお皿に盛り付け、白ごまをふる。

材料（4人分）

- スズキ切り身・・・50g×4切
- しょうが・・・少々
- 小麦粉・・・大さじ1強
- 片栗粉・・・大さじ1強
- 揚げ油・・・適量
- ウスターソース・・・大さじ2
- しょうゆ・・・大さじ1/2
- 酒・・・大さじ1/2
- 砂糖・・・小さじ1
- 水・・・大さじ1強
- 白ごま・・・小さじ1

アレンジ

- ・Aの調味料におろしたしょうがを少し入れるとしょうがの効いたソースになります。
- ・サバなどで作ってもおいしいです。



レシピ提供：学校給食センター



れんと
蓮人くん
1歳

関口 貴宏さん 第1子 竜島区

10ヶ月から一人で歩けるようになったんだ。いまでは靴を履いてママ・パパと手をつないでお散歩するのが楽しみ。どなたにあっても手を振ってニコニコ笑顔でご挨拶できるよ。人見知りってなんだろな。音楽を聴いたり、踊ったり、おいしいものを食べたり、人生にはハッピーがいっぱいだね。



今月の表紙

発災から4か月。町中のブルーシートも少しずつ修繕が進み、日常が取り戻されつつあります。そんな中、12月8日に子ども会の「冬のお楽しみ会」でもちつきが行われ、子どもたちの「よしよ！」と元気な掛け声が響き渡りました。

人の動き 12月1日現在(前月比)

- 人 □ 7,687人 (△21人)
- うち男 □ 3,702人 (△8人)
- 女 □ 3,985人 (△13人)
- 世帯数 □ 3,634世帯 (△11世帯)

