

# KYONAN 7

July 2023  
No.660





# 暑い夏に向けて 熱中症対策をしよう！

熱中症は、暑さや湿度などにより、体内の水分や塩分バランスが崩れ、体温調節が上手くできずに、体温の上昇やめまい、立ちくらみ、手足のしびれ、頭痛、吐き気等の症状を引き起こします。

## 熱中症を引き起こす3つの要因

### 要因① 環境

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・日差しが強い
- ・閉め切った屋内
- ・エアコンの無い部屋
- ・急に暑くなった日

### 要因② からだ

- ・高齢者や乳幼児、肥満の方
- ・低栄養状態
- ・風邪での脱水状態
- ・二日酔いや寝不足といった体調不良

### 要因③ 行動

- ・激しい筋肉運動や、慣れない運動
- ・長時間の屋外作業
- ・水分補給できない状況

熱中症を引き起こす可能性があります！

## 熱中症の3つの段階

熱中症の重症度は次の表のようにおおむね3段階に分かれます。

重症度	I度	II度	III度
症状	めまい、立ちくらみ 筋肉痛、足の筋肉がつる 大量の発汗	頭痛、気分の不快 吐き気、嘔吐 ぐったりした感じ	意識障害 全身のけいれん 高体温(全身が熱くなる)

## 熱中症が疑われる時の対応

「意識がない、もしくは意識がはっきりしていない」場合はすぐに救急車を要請しましょう。また、救急車が到着するまでの間に現場での応急処置も必要となります。

### 意識がある場合

- ・安全で涼しい場所への移動
- ・服を緩め、体を冷やす  
(首やわきの下・太ももの付け根)
- ・意識がはっきりしている場合、電解質を適量含んだ冷えた飲料を自分で飲む

### 意識がない場合

- ・救急車を呼ぶ
- ・安全で涼しい場所への移動
- ・服を緩め、体を冷やす  
(首やわきの下・太ももの付け根)
- ・無理に水は飲ませない

## 熱中症予防のポイント

### ①室温や湿度を下げましょう

- ・エアコンや扇風機を上手に活用しましょう。
- ・カーテンや日よけシートで窓際の日差しを遮りましょう。
- ・室温が28℃、湿度が70%を超える場合は要注意です。



### ②こまめに水分補給をしましょう

- ・のどが渇く前からこまめに水分補給をする習慣をつけ、大量に汗をかいた時には適度に塩分も補給しましょう。
- ・いつでもどこでも水分補給ができるように、飲み物を持ち歩きましょう。



### ③外出時には日傘や帽子を使いましょう

- ・日光が直接皮膚へ当たらないようにし、休憩中は帽子を脱いで、汗の蒸発を促しましょう。
- ・暑い時間帯の外出は避け、外出した場合にはこまめに休憩を取りましょう。



### ④休息をとりましょう

- ・疲れている時は熱中症にかかりやすくなります。蒸し暑く寝苦しい夜は、エアコンを使うなどして、湿度を50%から60%に保つよう調整しましょう。触るとひんやりと感じる素材の敷きパッドや、汗の不快感を軽減する乾きやすい麻や綿の寝具、パジャマの利用も効果的です。
- ・昼間も疲れを感じたら、涼しい場所で休息をとるようにしましょう。



### ⑤栄養をとりましょう

- ・暑い夏こそ一日三食、主食・主菜・副菜をそろえ、バランスよく食べましょう。
- ・熱中症予防に有効な栄養素はビタミン、ミネラル類です。暑い夏を乗り切るために、特にビタミンB1、カリウム、クエン酸を含む食材を積極的に取りましょう。調理面ではスープにしたり、油で炒めたり、野菜は皮付きで食べると効率よく栄養をとることができます。巻末にレシピを掲載しています。ぜひお試しください。



## ≡ 熱中症警戒アラートご存知ですか？

「熱中症警戒アラート」は、熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとっていただくよう促すための情報です。

### ●発表の基準と方法

町では、気象観測所の暑さ指数（WBGT）が33℃以上となる予報が発表された場合、当日の午前中に「防災行政無線」および「防災安心メール」などでお知らせします。

### ●暑さ指数

熱中症を予防することを目的としたもので、体の熱収支に与える影響の大きい湿度、日射・輻射など周辺の熱環境、気温の3つを取り入れた指数です。

問合せ先 保健福祉課健康推進室 ☎55-1002

## 令和4年度 豊かなまちづくり寄付金(ふるさと納税)の実績報告

自主財源の確保と産業振興のため、ふるさと納税を募って町外からの寄付者へ返礼品を贈呈しています。

昨年度も全国の皆さんから多くのご寄付をいただきました。

皆さんのご支援に感謝するとともに、引き続き「第2のふるさと・きよなん」への温かい応援をお待ちしています。

### 寄付実績

寄付件数 **923件**

寄付金額 **21,266,056円**

使い道の項目	金額(円)
保健・福祉・医療	3,344,556
教育の充実	2,527,000
地域活性化・住環境整備	6,703,000
町長におまかせ	8,691,500
合計	21,266,056

### 寄付金の使い道

- ・ 鋸南中学校に高鉄棒を設置
- ・ 社会教育バスの購入
- ・ 中央公民館や鋸南中学校、小学校の図書  
の購入
- ・ 佐久間ダム周辺植栽用苗木・球根の購入
- ・ 佐久間ダムトイレ屋根の修理



▲寄付金で購入した社会教育バス



▲寄付金で中学校に設置した高鉄棒

### 寄付者からのメッセージ

寄付者から寄せられたメッセージを抜粋して紹介します。

・この夏、幼馴染み3人で出身校の保田小に宿泊しました。地元のお店で夕食をいただきました。懐かしくて新しく、とても癒されました。ふるさとが元気でありますように。

・鋸南町の農業や漁業を応援しています。今年も美味しい野菜を楽しみにしています。

・夏になったらまた遊びに行きます。返礼品のビールも美味しい。今年もあと何回か頼むと思います。

・昨年も房州びわを申し込み、送っていただきました。とても美味しかったです。今回も期待しています。

・鋸南町の人、地域の温かさに感謝しております。また、釣り船事業者さんのサービスに楽しみが尽きません。これからもよろしくお願います。



## 返礼品の紹介

ふるさと納税において人気の品を紹介します。



▲房州びわ  
提供事業者: 鋸南枇杷組合



▲釣り船乗船補助券  
提供事業者: 株式会社萬栄



▲鰻のかば焼き  
提供事業者: 日本DSSフーズ株式会社



▲干物セット  
提供事業者: 提灯屋干物店

### 返礼品提供事業者

株式会社萬栄にインタビュー

寄付件数 183件

#### ●ふるさと納税に参加したきっかけは？

人口減少が進む町で何か地域貢献できることはないかと思った時、ふるさと納税返礼品登録の案内があり、参加をしました。

#### ●ふるさと納税に提供している品は？

釣り船乗船補助券を出品しています。釣りが初めての方から常連の方まで、県内外から多くの申し込みをいただきます。

#### ●今後の展望は？

釣りをきっかけに全国の方へ鋸南町の魅力を発信できたらいいと思っています。

### 返礼品登録事業者を募集しています

寄付促進と特産品のPRにつながるため、新たなお礼の品を随時募集しています。

#### 登録されている品の例

米、干物、野菜、果物、花卉、酒類、菓子、宿泊補助券、工芸品など

◀返礼品登録の詳細  
(町ホームページ)



## ふるさと納税申込方法

町出身者や知人へ魅力ある特産品のPRにご協力を

### パソコンやスマートフォンでの申込み

2種類のポータルサイトから申込みいただけます。



◀ふるさとチョイス



◀楽天ふるさと納税



### 郵送・窓口での申込み

町ホームページより寄付金申込書をダウンロードし、申込みください。寄付金納付手続きについては、申請後に案内を郵送します。

### 問合せ先

総務企画課企画財政室 ☎55-4801

## 青少年善行表彰

6月3日に中央公民館で青少年育成鋸南町民会議による青少年善行表彰の表彰式が開催され、今年4人に表彰状と記念品が贈られました。

### 表彰者

しばた そうすけ  
柴田 蒼助さん(木更津総合高校1年)

こみかど そうし  
小見門 総司さん(木更津総合高校1年)

下校中、車の交通の妨げになっていた中学生に声をかけ車が通れるように誘導しました。

わたり こうせい  
渡 煌晟さん(鋸南小5年)

登校中に拾った千円札を交番に届け、拾得物の権利を放棄し寄付をしました。

あじろ  
網代 ゆいさん(鋸南小3年)

自分の髪の毛を小児がんの治療で脱毛を経験している子どもたちのために寄付をしました。



▲左2人目から表彰式に出席した渡さん、網代さん



表彰式後、町防災対策監<sup>いしばしてつひと</sup>石橋哲人氏による「地域での避難について考える」をテーマに講話がありました。

地域の代表が一同に集まり、今後の活動に役立つ貴重な時間を共有でき、中身の濃い交流会となりました。

◀講師の石橋防災対策監

## 530運動へのご協力ありがとうございました



5月27日に、恒例の530運動が実施されました。朝早くから多くの町民の皆さんにご協力いただき、7トンものごみが回収できました。今後も「ごみを捨てない、捨てさせない」を合言葉に、町の環境美化とリサイクル推進にご協力をお願いします。

◀清掃活動の様子



## 南房総市朝夷青少年健全育成剣道大会で3連覇

5月28日に4年ぶりとなる第14回南房総市朝夷青少年健全育成剣道大会が開催され、安房鋸南剣友会から小学生の部2チームと中学生の部1チームが出場しました。

小学生の部ではAチームが見事優勝し、大会3連覇を達成。Bチームは低学年ながらベスト8という素晴らしい成績を収めました。

中学生の部では1人少ないハンデがありながらも3位入賞と大健闘しました。



▲出場した安房鋸南剣友会の選手

### 出場選手(敬称略)

Aチーム	先鋒	岡本直樹	鋸南小5年
	中堅	土佐日葵	鋸南小5年
	大将	二村葉月	鋸南小6年
Bチーム	先鋒	土佐柚幹	鋸南小2年
	中堅	田村大和	鋸南小2年
	大将	岡本大地	鋸南小2年
	補欠	石井詠麻	那古小2年
鋸南中	先鋒	土佐幹人	鋸南中1年
	大将	二村龍成	鋸南中3年

## ミニバスさざ波大会で大活躍

5月27日、28日に開催された、第36回TOMIURAさざ波大会千葉県選考会安房支部代表予選会に鋸南バジャーズが出場し、男子の部で優勝、女子の部で準優勝の成績を収めました。

男女ともに6月25日、7月1日、2日に開催される第3回TOMIURAさざ波大会千葉県予選会へ出場します。



▲男子の部優勝の鋸南バジャーズ選手



▲女子の部準優勝の鋸南バジャーズ選手

## 県スポーツ少年団空手道前期交流大会で入賞

5月21日に開催された第26回千葉県スポーツ少年団空手道前期交流大会に小澤瑠希奈さん(鋸南中2年)が<sup>おざわ</sup>出場し、準優勝の成績を収めました。

小澤さんは、各種大会において上位入賞の常連である一方、鋸南中学校野球部に在籍し、紅一点のレギュラーとしても活躍しています。

今後の活躍が楽しみです。

小澤さん▶



## さつまいもの苗植え体験



6月4日に青少年相談員の活動の一環として、さつまいもの苗植え体験が行われました。

当日は、町内の親子及び相談員50人が参加し「どろんこになったけど、楽しかった」と感想がありました。

10月には今回植えたさつまいも掘りと焼き芋体験が予定されています。

◀ 苗植えの様子

## 鋸南枇杷組合のびわを皇后陛下に献上

6月5日に開催された献上枇杷選果式で鋸南枇杷組合の「大房」が皇后陛下への献上品に選ばれました。

生産者の<sup>おおごともひこ</sup>大胡朋彦さん(芝台)は「冬の寒波の影響で枯れた木もあったが、最終的には良い枇杷ができたので良かった」と話しました。

鋸南枇杷組合の「大房」▶





## 山野井賢司さんが総務大臣感謝状を受賞



3月末に行政相談委員を退職された山野井賢司さん（小保田）に総務大臣感謝状が贈呈されました。

山野井さんは平成21年4月から14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「14年の経験を活かし、地域コミュニティの場に耳を傾け寄り添っていききたい。」と話しました。

◀左から白石町長、山野井さん、  
千葉行政監視行政相談センター甲賀所長

## 国民健康保険・後期高齢者医療保険にご加入の皆さんへ

### 国民健康保険

**保険証の発送** 8月から使用できる保険証を7月下旬に世帯主の方へ送付します。70歳から74歳の方は、自己負担割合が保険証に記載されています。

**保険料納入** 7月13日(木)から発送  
納期 普通徴収:年8回(7~2月の各月)  
特別徴収:年6回(年金支給月)

※世帯主が国保に加入していなくても、家族が加入している場合には世帯主あてに送付します。

**限度額認定証** 有効期限は7月末までです。8月以降も利用する場合には、更新手続きが必要です。手続きは保険証が必要となります。

※認定証を提示しなかった場合でも、申請により「自己負担限度額」を超えた額が払い戻されます。

**保険料の変更** 町の保険料率は県標準保険料率に比べ低く、近年は財政調整基金(貯金)を取り崩して料率を据え置き、加入者の負担を抑えてきました。

安定的な財政運営を行うためにも、今年度から保険料率を改正することとしました。

#### ○変更後の保険料率

区分	医療保険	後期高齢者	介護保険
所得割	5.69%	2.48%	1.97%
均等割	25,700円	15,000円	13,700円
平等割	16,500円	-	-
限度額	650,000円	220,000円	170,000円

### 後期高齢者医療保険

**保険証の発送** 8月から使用できる保険証(うす茶色)を7月末までに送付します。医療保険料の見直しについてお知らせがありますので、同封のリーフレットをご確認ください。

**保険料納入** 7月14日(金)から発送  
納期 普通徴収:年8回(7~2月の各月)  
特別徴収:年6回(年金支給月)

### 所得の申告を忘れずに

保険料は、加入者の前年中の所得により計算されるため、所得のなかった人や遺族・障害年金のみを受給している人も申告が必要です。

20歳以上の世帯の方全員が申告をしないと、所得が一定以下の世帯に適用される保険料の軽減などを受けられませんのでご注意ください。

問合せ先 税務住民課住民保険室 ☎55-2112

## 住宅取得奨励金交付制度の拡充

### 新築住宅に最大400万 中古住宅に最大200万

9月1日から、住宅取得奨励金交付制度が拡充されます。新築住宅の補助上限額の引き上げ、中古住宅も新たに交付制度の対象となります。詳しくはお問い合わせください。

**補助対象要件** 15年以上居住する意思を持って取得した住宅に住居を定め、かつ、当該住宅所在地が住民基本台帳に記録され、生活実態があること。

#### 新築住宅

- ・住宅を新築または、建設後1年以内で、未使用の住宅
- ・居住用面積が70㎡以上の住宅
- ・併用住宅は、延床面積の2分の1以上が居住面積であること



#### 中古住宅

- ・昭和56年6月1日以後に建設され、建設後1年を経過している住宅の購入
- ・建物登記がされている住宅
- ・居住用面積が70㎡以上の住宅
- ・併用住宅は、延床面積の2分の1以上が居住面積であること
- ・3親等以内の親族から購入したものでないこと

加算等	新築住宅		中古住宅	
	50歳未満	50歳以上	50歳未満	50歳以上
補助基本額	200万円	90万円	80万円	50万円
配偶者加算	60万円	30万円	30万円	20万円
子育て加算(18歳未満につき)	30万円 (最大3人)	30万円	30万円 (最大3人)	30万円
町内建設業者により建設	50万円	50万円	-	-
補助率	5分の1	5分の1	2分の1	2分の1
補助上限額	400万円	200万円	200万円	100万円

問合せ先 建設水道課建設環境室 ☎55-2133

#### 道路に樹木や雑草が張り出していないですか？

道路に張り出した樹木や雑草などは、交通事故の原因や通行している自動車などに傷つけてしまう恐れがあります。

安全確保のために、適正な管理をお願いします。

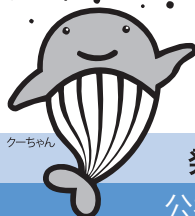
## サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

## サマージャンボミニ3千万円

(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円

**7月4日** 2種類同時発売!

発売期間 7/4(火)~8/4(金)

公益財団法人千葉県市町村振興協会



# 鋸南町・安房消防職員採用試験

町の未来をつくる人材を募集します

## 申込書などの配布・受付場所

鋸南町:鋸南町総務企画課

安房消防:安房郡市消防本部総務課

※申込書は町ホームページからダウンロード  
することができます。

## 試験日

1次試験 9月17日(日) 館山市立館山中学校

2次試験 11月中予定

## 受付期間

7月24日(月)～8月7日(月)まで

平日午前8時30分～午後5時15分

※郵送の場合は8月7日(月)消印有効

**採用時期** 令和6年4月1日

**鋸南町職員** 問合せ先 総務企画課総務管理室 ☎ 55-4801

職種	募集人数	受験資格
一般行政職 (初級)	4人	昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた者で、学歴を問わない。
土木技術職 (初級)	1人	昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた者で、学歴を問わない。
保健師職	1人	昭和58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6年3月31日までに資格取得見込の者。

**安房郡市広域市町村圏事務組合職員** 問合せ先 安房郡市消防本部総務課 ☎ 22-2902

職種	募集人数	受験資格
消防職	2人	平成7年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた次のすべての要件を満たす者で、学歴を問わない。 【身体要件】 ・身体健全で四肢機能が正常であること。 ・言語明瞭で十分発音できること。 ・視力は、矯正視力を含み、両目で0.8以上であること。 ・聴力は、左右とも正常であること。

## 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/

## 秋山住宅管理社

一言でいうと便利屋です

小規模塗装から除草・草刈り・掃除・片付けまで

お気軽にご相談ください

〒299-2118 鋸南町竜島275

秋山柳三 TEL:090-1426-5106

## 健康で暮らすために **健診・検診** を受診しましょう

フレッシュ健診、特定健康診査の対象者には、全員に案内を送付します。

そのほかの健診・検診の案内は、過去2年間で受診された方に7月下旬までに送付します。希望される検診の案内が届かない場合は、ご連絡ください。

### 種類・内容

No.	種類	対象者	料金	検査内容	
健康診査 (健診)	①	フレッシュ健診	35～39歳の国民健康保険加入者	600円	【基本健診】 身体測定、尿検査、血液検査、血圧測定、問診、医師の診察など
	②	特定健康診査	40～74歳の国民健康保険加入者	1,000円 (40歳の方は無料)	
	③	後期高齢者健康診査	受診日に75歳以上の方	無料	【詳細健診】 貧血、心電図、眼底検査 ※基本健診で必要とされた方のみ
	④	健康診査	40歳以上の生活保護受給者	無料	
がん検診等	⑤	胃がん検診	35歳以上の方	1,000円 (40・50・60・70歳の方は無料)	胃バリウム造影
	⑥	前立腺がん検診	50歳以上の方 ※前立腺疾患を治療中の方は受診不可	300円	血液検査
	⑦	肝炎ウイルス検診	40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受診していない方	500円 (40・45・50・55・60・65・70歳の方は無料)	血液検査
	⑧	肺がん・結核検診	35歳以上の方	200円 (40・50・60・70歳の方は無料)	胸部レントゲン
	⑨	大腸がん検診	35歳以上の方	200円	便潜血反応検査
	⑩	乳がん検診	30歳以上の女性	エコー 700円 マンモ 800円 (41歳は無料)	30代:エコー 40代以上:マンモグラフィ
	⑪	子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,400円 (21歳は無料)	細胞診
	⑫	骨粗しょう症検診	40、45、50、55、60、65、70歳の女性の方	200円	非利き腕のX線撮影
	⑬	歯周病検診	40、50、60、70歳の方	800円	歯科診察 歯周病検査



# 自分に献身♥総合検診 今年度は複数の健診が同日に受診できます

## スケジュール

種類	令和5年												令和6年			
	5月	6月	7月	8月	9月		10月				11月	12月	1月	2月		
					4日	15日	5日	11日	12日	13日	15日	16日				
①フレッシュ健診																
②特定健診診査																
③後期高齢者健診																
④健康診査																
⑤胃がん検診																
⑥前立腺がん検診																
⑦肝炎ウイルス検診																
⑧肺がん・結核検診																
⑨大腸がん検診																
⑩乳がん検診																
⑪子宮頸がん検診																
⑫骨粗しょう症検診																
⑬歯周病検診																

10月11日(水)～16日(月)は、肺がん・結核検診の地区への巡回があります。

※個別健診の場合の指定医療機関(町内) 勝山クリニック、鋸南病院

町外の医療機関は案内を確認してください。

### 風しん抗体検査無料で受診できます

施設健診・総合検診で血液検査と同時に風しん抗体検査を無料で受けることができます。詳しくはお問い合わせください。

**対象者** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

### がん健診を受診しましょう

がんは、日本人の死因の第1位で、毎年30万人以上の方が、がんで亡くなっています。2人に1人はがんにかかり、3人に1人が亡くなる一方、早期発見・早期治療で治る可能性が高いともいわれています。忘れずに受診しましょう。

申込み・問合せ先 保健福祉課健康推進室 ☎55-1002

## 結婚50周年記念に記念品を贈呈

結婚50周年を迎えられるご夫婦に記念品を贈呈しています。該当する方は、ご連絡ください。

**対象** 昭和48年9月1日～昭和49年8月31日までに結婚したご夫婦

**申込締切** 8月22日(火)

**問合せ先** 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

## 玩具花火の取扱いに注意

これからの季節、玩具花火を使用する機会が多くなります。使用方法を誤ると、大きな事故につながる可能性があります。

ルールやマナーを守り正しい方法で花火を楽しみましょう。

**問合せ先** 安房郡市消防本部予防課 ☎22-2234

## ピアサポートについて学ぼう

～不登校親の会「だいじょうぶ」仲間同士の支え合い～

**日時** 7月23日(日) 午後1時30分～3時30分

**場所** 和田地域福祉センター「やすらぎ」(南房総市和田町)

**内容** ピアサポートについての研修会

**対象者** ピアサポートを学びたい方、関わっている方

**申込み・問合せ先** 「だいじょうぶ」LINEアカウントからお申し込み・お問い合わせください。



◀「だいじょうぶ」LINEアカウントはこちらから

## 富津館山道路の4車線化に向けた都市計画変更に係る概要の縦覧及び公聴会

富津竹岡IC～富浦IC間の4車線化を図るため、都市計画の変更に係る案の概要を縦覧します。意見のある方は、縦覧期間中に公述申出を行い、公聴会で意見を述べるすることができます。

### 案の概要の縦覧

**縦覧期間** 7月28日(金)～8月14日(月)

午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)

**縦覧場所** 千葉県都市計画課

役場3階 建設水道課建設環境室

### 公聴会の開催

**日時** 9月3日(日)午後1時30分

(受付開始 午後1時)

※公述の申し出が無い場合は中止となります

**場所** 中央公民館 2階 講座室

**公述人の資格** 町内に住所がある方及び利害関係のある方(法人を含む)

**公述申出方法** 申出書に住所、氏名等を記載し、意見の要旨を添えて、提出先まで持参又は郵送してください。なお公述申出書の様式は、縦覧場所で配布しています。

**提出先** 役場3階 建設水道課建設環境室

〒299-2192 鋸南町下佐久間3458

**公述申出書の提出期間** 7月28日(金)～8月14日(月)  
(当日消印有効)

**公述人の選定** 希望者が多い場合は抽選になります。  
(結果は本人に通知します)

**問合せ先** 千葉県都市計画課 ☎043-223-3376

建設水道課建設環境室 ☎55-2133



2023年10月中旬オープン

# 新規 オープニング スタッフ募集

<b>時間</b>	8:00～15:00 9:00～15:00 10:00～16:00 週2日からOK	<b>時給</b>	1,100円
<b>勤務地</b>	道の駅保田小学校横 ・鋸南幼稚園跡地	<b>研修</b>	2023年6月～順次開始
		<b>待遇</b>	交通費支給、まかない補助、車通勤OK

勤務日・勤務時間は「応相談」

とんかつ さい **かつ菜** なのほほみ

TEL: ご応募＆お問い合わせはこちら **0439-27-1298**

# 立川志らく 独演会

出演 立川志らく・春風亭昇吉・立川志ら門

2023年 **10月14日(土)** 14:00

千葉県南総文化ホール (大ホール)

■料金 全席指定(消費税別)  
4,000円 3,500円 ※未就学児入場不可

春風亭昇吉  
立川志ら門

千葉南総文化ホール ☎0470-22-1811  
新白洲株式会社 ☎0470-25-5552  
安房商店 ☎0470-23-7771  
鴨川駅前観光案内所 ☎04-7092-0086  
カンフェティチャットセンター ☎0120-240-540

チケット  
お取り寄せ!!

主催 伊豆山 TEL: 048-872-1113(平日:11時～17時) (後援) 房日新聞社/館山市観光協会/鴨川市観光協会



## 地域おこし協力隊 活動紹介



隊員名 ほりこしみな 堀越美奈

担当業務 農業振興

活動時期 令和3年1月～令和5年11月

### 隊員になったきっかけは？

鋸南町へは観光でよく来ていて移住に興味を持ちました。

以前から農業に興味があり、移住相談時に地域おこし協力隊募集の案内を受け応募しました。

### 現在やっていることは？

農家さんの元で食用ナバナやピーマン、パプリカの育苗などさまざまな野菜の栽培方法について勉強をしています。

また、農業事務所主催のセミナーや農業の経営技術の見学会にも参加しています。

パプリカの育苗▶



◀食用ナバナ収穫の様子

### 今後の目標は？

今年の11月から新規就農します。

これまで一般的な野菜や季節限定で人気の枝豆や落花生の栽培方法も学びました。

今後は農協出荷の品目や、施設栽培のパプリカを中心に知識を深め、道の駅保田小学校直売所と農協出荷を両立しながら、観光農園で落花生掘り体験等をして稼げる農業を目指したいです。

耕作放棄地を減らし、綺麗な農地を維持しながら好きな仕事を始められるので嬉しく思います。

## 10月からA I オンデマンド交通(予約制乗合ワゴン)の実証運行をスタートします

町では、持続可能な公共交通網を実現するため、A I (人工知能) を活用して予約・配車等を行う予約制乗合ワゴンの実証運行を実施します。

このA I オンデマンド交通は、決まった時間に決まったルートを実行する路線バスや、自由な時間に自由な場所で乗降ができるタクシーとは異なり、乗りたいときにスマートフォンアプリまたは電話で予約し、乗降ポイントの間を乗合で送迎するサービスです。

是非この機会にお買い物や通院などにご利用いただき、多くのご意見をお聞かせください。

**運行エリア** 町内全域

**運行形態** 複数の乗客の相乗りにより乗降予約のあった乗降ポイント間を最も効率的なルートで運行

**乗降ポイント** 自宅、鉄道駅、公共施設、医療機関、商店など町が指定した目的地

**運行期間** 10月2日から令和6年3月29日までの平日のみ

**運行時間** 午前9時～午後4時

**利用料金** 500円

**走行車両** 中型ミニバン(乗車定員13名) 1台

**運行事業者** 日東交通株式会社

**配車システム提供事業者** モネ テクノロジーズ MONET Technologies 株式会社(ソフトバンクとトヨタ自動車などによる共同出資会社)

利用者登録や利用方法等は、決まり次第、町報等でお知らせします。

**問合せ先** 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

## 元気にカラダを動かしましょう！！

「椅子に座って楽しく音楽に合わせてエクササイズ」をテーマに健幸エアロビ教室を開催します。お誘いあわせの上、是非ご参加ください。

**日時** ①7月31日(月)午後1時30分～3時  
②8月29日(火)午後1時30分～3時  
③9月26日(火)午後1時30分～3時

**会場** 保健福祉総合センター「すこやか」1階集団指導室

**内容** 「椅子に座って楽しく音楽に合わせてエクササイズ(エアロビクス)」

**講師** 健康運動指導士 澁谷 理恵 氏

**対象** 65歳以上の方

## 「地域リハビリ教室」の開催について

腰や膝が痛くても、可能な限り、身体を動かすことが重要です。

「運動をしたいが腰痛や膝関節痛があり自信がない、身体を動かすことが億劫になってきた」と思っている方にお勧めです。是非ご参加ください。

**日時** 7月19日(水)  
午後1時30分～3時30分

**場所** 大帷子下コミュニティセンター

**講師** 亀田総合病院 理学療法士  
佐伯 考一 氏、下出 雅仁 氏



※各教室の参加前の体温測定、参加時のマスクの着用にご協力をお願いします。

## 介護保険の認定を受けていない方へ 基本チェックリストの返信をお願いします

皆さんに生涯現役で楽しく元気にお暮らしいただくために、介護保険の認定を受けていない75歳～79歳の方に6月中旬に基本チェックリストを郵送しましたので返信をお願いします。

**期限** 7月31日(月)

**申込み・問合せ先** 地域包括支援センター ☎50-1172

## 鋸南病院だより【第25回】 小児向けの予防接種

小児向けの予防接種をここ数年中止していましたが、住民の皆さんの要望を受け、今年度から再開しました。電話もしくは窓口にて予約を受け付けています。

### 対象となる予防接種

4種混合、ポリオ、麻疹風疹混合、日本脳炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、水痘、B型肝炎、ロタ

**問合せ先** 鋸南病院 ☎55-2125



## 鋸山の霞の碑

鋸山の日本寺境内に江戸時代の俳人長谷川馬光の「引おろす鋸山の霞かな」の句碑があります。馬光は葛飾派といふ俳諧流派の名家、其日庵二世で、寛延四年（一七五二）五月一日に亡くなっています。その句碑は鋸山麓の房総葛飾派の重鎮である元名村の岩崎児石、金谷村の鹿尾らが、ぜひ鋸山に建立したいと願い、馬光の五十回忌を記念し、建立にこぎつけたものです。

碑文は葛飾派其日庵三世の溝口素丸に揮毫を依頼し、寛政二年（一七九〇）に完成、四月一日に建碑式が催され、この時、一門の小林一茶（二十八歳）も参加したと言われます。

さて、ここで疑問がわきます。馬光五十回忌は一八〇〇年であり、十年も前倒したのはなぜか。そして命日は五月一日なのに、四月一日にしたのはなぜか。そのかきとなるのは、同年五月に上梓された記念句集「霞の碑」の加藤野逸が記した序文にあります。

野逸は天明五年（一七八五）に師の素丸から其日庵を受け継ぎ、四世となっていた人物で、この建碑式にも尽力した人です。その序文を意識すると、

「馬光先生が鋸山を詠んだ句を日本寺に建てたいと、私は常々願っていたが、

険阻な鋸山へ大石を揚げるのは容易ではないとあきらめていた。しかし去年秋頃私が当地を訪れた時、麓の児石や鹿尾らがしきりに催促し、地元の同志ら力を合わせて、五十回忌を今年に取り越し、本当は五月一日だが、四月一日に建碑が行われた。碑面は七十九歳の素丸老師が揮毫し、導師は日本寺東永大和尚がとり行った。」

建碑は地元の高い要望だったようです。そして前倒しは大師匠、溝口素丸の高齢を考えて早めたとも考えられますが、日本寺も大きく関わっていた気がします。この時、羅漢造立事業の真ただ中、住職は東永でしたが、発願者の愚伝は隠居で健在でした。

江戸や房総の富裕層に浸透していた葛飾派の俳人らが、おそらく大挙して集まるだろうこの一大イベント開催は、日本寺の羅漢PRにもなると愚伝は考えたのではないのでしょうか。



▲長谷川馬光の句碑

## 防災の豆知識

### 第5回 大雨災害の備え

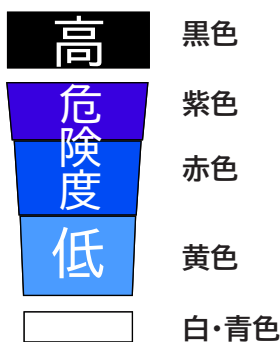
これから雨の季節を迎えます。ここ数年、大雨による災害をよく聞きませんか？

その感覚、正しいです。

一九七六年から10年間で1時間に50ミリ以上の強雨をもたらした平均回数は、174回でしたが、二〇一〇年代は251回と1.4倍に増加しています。これは、温暖化の影響と思われるため、今後増加傾向は継続するものと思われます。また、鋸南町の各河川のように、小さい川は、降雨の影響で急激に増水する危険があります。

気象庁の防災情報提供サービ「キキクル」を知っていますか？サイトにアクセスすると、その時点における土砂災害・洪水災害・浸水害の危険性が地図上に表示されます。地図は、お住まいの地域等を拡大して表示することもできます。危険度は色分けされていますが、簡単に言うとな次のとおりです。

#### キキクルの危険度例



白・青：安全  
 黄色：注意（避難場所・経路・要領の確認をしましょう）  
 赤色：警戒（高齢者等避難指示、いつでも避難できるように準備をしましょう）  
 紫色：危険（避難指示）  
 黒色：災害切迫（ただちに生命を守る行動をとってください）となりませす。  
 町としても、この情報を基に避難指示等の警報を発令しています。皆さんもハザードマップとともに自分の状況を確認して、避難の準備・実施の参考にしてください。

# かんたんおいしいレシピ

## 豚肉とオクラのごまみそ炒めレモン風味

夏の暑さに負けないために、熱中症予防に有効とされる栄養素に注目した献立です。豚肉は疲労回復に必要なビタミンBを含み、レモンはクエン酸が含まれます。汗で失われやすいカリウムなどのミネラルは今の時期、オクラなどの夏野菜をとるのがおすすめです。



### (材料) 2人分

- 豚薄切り肉…………… 120g
- オクラ…………… 6本
- エリンギ…………… 1本
- ごま油……………少々
- すりごま……………大さじ1
- みそ……………小さじ2
- しょうゆ……………小さじ1
- レモン果汁……………大さじ1

### 作り方

- ① 豚肉、エリンギは食べやすい大きさに切る。オクラは塩をふって板ずりし、ガクをとって斜め切りにする。
- ② みそを小さじ2の水で溶き、しょうゆも混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにごま油をひき、豚肉を炒め、色が変わったらオクラ・エリンギを加える。火を弱め蓋をして蒸し焼きにする。
- ④ オクラに火が通ったら、②を加え、すりごまも加えて炒め合わせる。
- ⑤ 最後にレモンを加えて混ぜ合わせ、皿に盛り付ける。

提供：健康づくり推進員協議会



こたろう  
虎太郎くん

1歳5か月

栗原 洋一さん・仁美さん  
第1子 町区

電車とおさかなを見るのが大好き。水族館では、両手をバタバタ動かして走り回って全身で喜ぶよ。

最近、すべり台の楽しさにも目覚めたよ。

良く食べて、良く遊んで、良く寝て、もっと大きくなるからね！



### 今月の表紙

5月28日に岩井袋運動場で消防団の中継訓練が実施されました。

消防車から中継送水を受けて放水体制を確立するための連携力強化を目的に毎年実施しています。

### 人の動き 6月1日現在(前月比)

人	□ 6,939人 (-11人)	出生	1人
うち男	3,366人 (-8人)	死亡	10人
女	3,573人 (-3人)	転入	16人
世帯数	3,477世帯 (+2世帯)	転出	18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。



ホームページ  
https://www.town.kyonan.chiba.jp/



公式フェイスブック  
@kyonanmachi



公式ツイッター  
@kyonan\_machi



公式ライン  
@kyonanmachi



公式インスタグラム  
kyonan\_life