



町報きよなん

KYONAN

8

Aug 2024
No.673



有害鳥獣被害対策の取り組み

地域おこし協力隊 小池 貴久

現状と課題

昨年度の町内の捕獲頭数は、イノシシ1,252頭、シカ886頭、キョン398頭、ニホンザル100頭、アライグマ94頭、ハクビシン33頭でした。捕獲頭数から生息数を算出することはできませんが、県の発表資料によると毎年増加傾向にあるそうです。以前から問題とされている耕作放棄地に加え、手入れのされていない森林や管理の行き届いていない家屋の増加も、生息域拡大の原因となっています。

人口減少と少子高齢化という問題に直面している鋸南町では、捕獲の新たな担い手の確保が必要ですが、地域全体での取り組みもより一層必要です。これまでどおり捕獲従事者による罠の設置に加え、定期的な草刈りによる餌場や隠れ処の縮小、侵入防止柵の設置、追い払い活動、森林の間伐、空き家対策など、捕獲従事者以外の方にもできることがたくさんあります。周囲の方々と協力して対策を進めましょう。

町内の有害鳥獣捕獲状況

単位：頭

	サル	シカ	イノシシ	ハクビシン	キョン	アライグマ	合計
R 5	100	886	1,252	33	398	94	2,763
R 4	79	677	621	28	272	43	1,720
R 3	94	727	637	33	27	48	1,566
R 2	104	716	1,127	47	182	62	2,238
R 1	122	764	855	37	153	37	1,968



有害鳥獣対策実施隊



主な被害内容

イノシシ

今年に入り「庭が掘り返された」、「道路脇が崩された」、「イノシシを初めて近くで見た」といった話を町民の方々から聞く機会が増えています。

田畑では稲穂のなぎ倒し、イモ類や葛の根などの掘り返し、住宅地ではアスファルト道路の路肩、住居の家庭菜園、庭木や生垣の下などが掘り返される被害が増えています。さらに、掘り返された斜面が土砂崩れを起こし道路が塞がれるという事態も起きています。



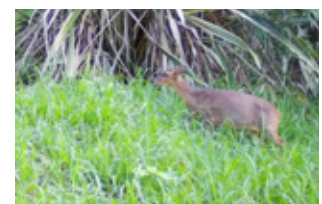
▲罠にかかったイノシシ



▲サルの囲い罠の設置

シカとキョン

各々の頭部の高さに合う草や葉、花などの食害があげられます。また、イノシシが掘り返した水仙の球根をシカが食べるという連携の被害がみられ、独特なキョンの遠吠えは聞いた人を不快にさせています。



▲庭の中で目撃されたキョン

その他

さまざまな要因により野生獣の生息域が変化し、頻繁に住宅地へ姿をみせるようになってきました。

農地では、枇杷をニホンザルとカラス、その他の果実をハクビシン、とうもろこしをアライグマに荒らされたといった被害報告があります。

それと、鋸南町では有害鳥獣に指定されていませんが、タヌキやアナグマによる食害もみられます。

ここ数ヶ月の間に、クマによる被害、キョンの生息域拡大に関するテレビのニュースや新聞記事をご覧になった方が多いかと思います。全国レベルで有害鳥獣による被害は拡大し深刻な問題になっています。

安房鋸南剣友会大活躍

6月16日に安房郡市小中学生剣道選手権大会が開催され、学年別個人戦で5人が入賞しました。

入賞者(敬称略)

3年生男子の部

優勝	おかもと だいち	鋸南小3年
準優勝	とさ ゆずき	鋸南小3年
3位	たむら やまと	鋸南小3年

6年生女子の部

準優勝	とさ ひまり	鋸南小6年
-----	--------	-------

中学生女子の部

優勝	ふたむら はづき	鋸南中1年
----	----------	-------



▲出場した選手

6月30日に第70回長狭剣道大会が開催され、準優勝を果たしました。



▲出場した選手

出場選手(敬称略)

先鋒	とさ ひまり	鋸南小6年
次鋒	たむら やまと	鋸南小3年
中堅	おかもと だいち	鋸南小3年
副将	とさ ゆずき	鋸南小3年
大将	おかもと なおき	鋸南小6年
補員	いしい えま	那古小3年

千葉県B&Gスポーツ大会で総合優勝

7月13日に千葉県B&G連絡協議会主催による千葉県B&Gスポーツ大会が開催されました。

鋸南町B&G海洋センターの水泳教室に通う小学生から高校生までの18人が出場しました。それぞれの選手が自己記録を更新して上位入賞し、見事総合優勝を勝ち取りました。



▲出場した選手

「あいさつ運動推進標語」最優秀作品

あいさつは みんなをつなぐ 愛言葉

鋸南小6年 だいご さな 大胡 沙奈さん

最優秀となった大胡さんの作品は中央公民館前の看板に掲示してあります。

暑さに負けず、この夏も「あいさつ」と「早寝・早起き・朝ごはん」を忘れずに実行していきましょう。

大胡さんと標語作品▶



大塚製薬株式会社との包括連携協定を締結



▲左から大塚製薬（株）ニュートラシューティカルズ事業部首都圏第一支店伊東支店長、白石町長

7月5日に大塚製薬株式会社と包括連携協定を締結しました。

この協定は、同社の知見を活かした町民の健康づくりや食育の推進、青少年育成や教育振興、スポーツの推進、災害時における協力を目的とするものです。

白石町長は「当町の保健衛生行政に大きな味方を得たと感じている。様々な分野において連携を深めていきたい。」と話しました。

見返り俳句塾【夏季作品】

NHK俳句7月号佳作

旧姓の「堀田」なつかし風薫る

滝口照影

朝日俳壇・佳作

上人の静かな語り夏衣

安西和彦

毎日・房総分園佳作

つばくらめ当所もなしにシャッター街 保泉孟史

毎日・房総分園佳作

手付かずの瓦礫を縫って鯉のぼり 川崎一美

山吹のみのなく咲けり牀の母 富永里美

活き活きと鮎泳ぐごと踊り串 黒川清和

片蔭や忍者ごつこの帰り道 戸倉美和子

微の香の考の手帳の癖の文字 川崎保子

どこいった糸くずほどの目高の子 諏訪明子

梅ニキロ漬けてひと日を使い切る 田村洋子

竹の皮宇宙の力かりて落つ 保泉溪子

頬張りし鮎ゆつたりと舟下り 福原富貴子

選者吟

草笛のずつと鳴らずに鳶の声 東 國人

安房勝山駅郵便局が開局

7月16日、郵便局と駅が一体運営する
あわかつやまえきゆうびんきょく
「安房勝山駅郵便局」が開局しました。

開局式で白石町長は、「郵便局という社会
インフラと駅という公共交通インフラが合
体した。新しい社会スタイルを確立させ、駅
と郵便局を盛り上げたい。」と話しました。



▲開局式の様子

B&G財団主催 海ごみについて考えるワークショップ



▲ワークショップの様子

6月1日にB&G財団主催で海ごみについて
考えるワークショップが中央公民館で行われ、
小学生を中心に50人が参加しました。

実際に海岸でごみを拾い、そのごみについ
て調査・発表し、秋に行われる2回目のワーク
ショップまでに海ごみを減らすために自分が
できることを宣言しました。

身体の

痛み

違和感

不調

ありませんか。

新規開業致しました。よろしくお願いします。

親切・丁寧をもっと！！
低料金にて施術いたします！！

秋山訪問はり・きゅう・整体院

秋山裕宏 鋸南町竜島275

TEL:090-8981-7890



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

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/>

鋸南町第10期高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画を策定

基本理念

ともにつながり支え合う、いきいきあんしん・鋸南町

急速な少子化・高齢化等により社会が大きく変化する中で、ふるさと「鋸南町」をこどもや孫に紡ぎ続けるため、老人福祉法により鋸南町第10期高齢者保健福祉計画・第9期介護保険事業計画を一体的に策定しました。地域共生社会の実現を目指すとともに、近年多発する異常気象などの自然災害における被害や感染症等に対しても、いつまでも安心して暮らせる地域を目指します。

計画期間 第10期高齢者保健福祉計画
第9期介護保険事業計画 } 令和6年度から令和8年度までの3年間

高齢者保健福祉計画

老人福祉法に基づき策定され、高齢者の健康と福祉の増進を図るために定めた計画です。

介護保険事業計画

介護保険法に基づき策定され、介護保険の保険給付を円滑に実施するために定めた計画です。

基本目標と主な関連施策

●基本目標1 地域で見守りつながり支え合う きよなん

◆包括ケアの推進

地域包括支援センターの機能の強化をおこないます。また、認知症ケアの推進を図るため、認知症サポーター養成講座の開催やチームオレンジ(認知症の方と支援者をつなぐ仕組)の設立をおこないます。

◆支え合うまちづくりの推進

介護保険制度では対応できない生活支援ニーズに対し、社会福祉協議会のボランティアによる食ボラ(配食サービス)、カーボラ(福祉有償運送)等のサービスを提供し、自宅での生活を支えます。

●基本目標2 高齢者がいきいきと活躍する きよなん

◆介護予防・日常生活支援総合事業の推進

従来からの一般高齢者を対象とした地区コミュニティセンターでの介護予防の場に加え、訪問ボランティア活動(ちょこボラ)、健康維持デイサービス(ミニデイサービス)、短期(3～6カ月)集中リハビリテーションなど多様な事業を整備し、本人の心身の状態に合った介護予防活動を展開します。

●基本目標3 要介護状態になってもあんしん きよなん

◆安心介護の保障

介護サービスを安定的に確保するため、介護人材の育成・確保を働きかけます。



問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

※計画は町ホームページまたは保健福祉課窓口でご覧いただけます。



◀詳しくはこちらから

鋸南町第5次障害者基本計画・第7次障害福祉計画・第3次障害児福祉計画を策定

基本理念

『里愛』でともにつながり、支え合うまち・きょなん

障害のある人もない人も、地域に暮らす誰もがともに安心して暮らせるまちづくりを進めるため、鋸南町第5次障害者基本計画・第7次障害福祉計画・第3次障害児福祉計画を策定しました。

人と人、人と資源が世代や文化を超えてつながり、年齢や性別、障害の有無などに関わらず、すべての人が孤立せずに安心して、その人らしい生活を送ることが出来る社会を目指します。

計画期間 第5次障害者基本計画 令和6年度から令和11年度までの6年間

第7次障害福祉計画・第3次障害児福祉計画 令和6年度から令和8年度までの3年間

障害者基本計画

障害者基本法に基づき策定され、障害者施策の基本方向を総合的、体系的に定めた計画です。

障害福祉計画

障害者総合支援法に基づき障害福祉サービス・地域生活支援事業の事業量やその確保について定めた計画です。

障害児福祉計画

児童福祉法に基づき障害児通所支援・障害児相談支援の事業量やその確保等を定めた計画です。

●障害者基本計画の施策目標

目標1：啓発・広報の充実

目標2：保健・医療の充実

目標3：生活支援サービスの充実

目標4：教育・育成の推進

目標5：雇用・就業の促進

目標6：学習・スポーツ、まちづくり活動

目標7：生活環境の充実

●障害福祉計画の施策目標

目標1：自己選択・自己決定ができる環境づくり

目標2：ライフステージに応じたサービス提供体制の強化

目標3：地域生活移行の推進と就労支援の強化

●障害児福祉計画の基本目標

目標1：専門性の高い療育の促進、支援体制の整備

目標2：家族支援の強化と地域社会への参加・包容の推進

関連施策

①相談体制の充実

すべての住民を対象とする、「断らない包括的な相談支援」等、地域生活課題に対応できるよう努めます。

②居住の場への支援の充実

施設からの退所者、病院からの退院者の受け皿として、グループホーム等の確保に努めます。

③特別支援教育の推進

教職員・特別支援教育支援員・町の保健福祉部門などが連携し、特別支援教育を推進していきます。

④権利擁護の推進

家庭・地域での虐待や金銭搾取などに対する防止ネットワークの強化に努めます。



問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

※計画は町ホームページまたは保健福祉課窓口でご覧いただけます。



◀詳しくはこちらから

通勤・通学支援助成金の対象者を追加募集

転出抑制と移住促進のため、公共交通機関を利用して遠距離通勤・通学する方に助成金を交付します。

限度額 10万円

助成額は定期券等の使用が証明できる期間を対象に決定します。

対象者 次のすべてに該当する方

共通 ・本町に居住し、住民登録がされていること
・申請者及び世帯員全員に町税等の滞納がないこと
・JR安房勝山駅または保田駅、ハイウェイオアシス富楽里から片道67km(蘇我駅以北)以上の定期乗車券を購入して通うこと

通勤 町外の事業所等に雇用されている65歳未満の方

※通勤先からの通勤費支給有無を問わず期間に応じて交付します。

通学 大学、短期大学、高等専門学校、専門学校等に在学している18歳以上30歳未満の方

応募方法 応募用紙に必要事項を記入し、メールや郵送で提出してください。

※応募用紙は、町ホームページや総務企画課窓口で配付しています。

募集締切 9月30日(月)

その他 助成者は、アンケートやSNSによる町のPR等にご協力いただきます。

応募・問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801
電子メール:kikakuzaisei@town.kyonan.chiba.jp

令和6年度物価高騰対応重点支援給付金

物価高騰による負担増を踏まえ、令和6年度分の住民税が「非課税」または「均等割のみ課税」世帯に対し、1世帯あたり10万円を給付します。また、対象世帯で18歳以下の児童を扶養されている世帯に、児童1人あたり5万円を加算給付します。

対象と思われる世帯には7月下旬に確認書を送付しています。

対象 令和6年6月3日時点で鋸南町に住民登録があり、世帯全員の令和6年度住民税が「非課税」または「均等割のみ課税」の世帯(令和5年度物価高騰対応重点支援給付金の対象世帯(未申請、受給辞退の方も含む。)、未申告の方がいる世帯を除く。)

こども加算の対象 平成18年4月2日から令和6年10月31日までに生まれた児童

定額減税補足給付金(調整給付)

物価高の国民負担を緩和するため、デフレ脱却のための国の一時的な措置として、納税者及び同一生計配偶者または扶養親族1人につき4万円(令和6年分の所得税から3万円、令和6年度分の個人住民税所得割から1万円)の定額減税が実施されます。

その中で、定額減税しきれないと見込まれる方を対象に、定額減税補足給付金(調整給付)を支給します。対象者には8月中旬に確認書を送付します。

対象 令和6年1月1日時点で町に住民登録があり、定額減税の対象で、定額減税しきれないと見込まれる方(前年の所得が1,805万円以下の方)

各給付金共通事項

申請期限 令和6年10月31日

問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

詳しくはこちらから▶
(国税庁定額減税特設ページ)



中央公民館のトイレ改修に伴う利用停止のお知らせ

8月1日(木)から12月28日(土)まで館内のトイレがご利用できません。工事期間中は、仮設トイレ及び道の駅のトイレをご利用ください。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ先 中央公民館 ☎55-4151

ジビエマルシェ出店者募集

10月26日(土)に佐久間ダム公園都市・農村交流広場内で開催するジビエマルシェ出店者を募集します。

料金・区画

①鋸南町内在住または鋸南町内に店舗がある方
1区画1,000円

②上記以外の方 1区画2,000円

※1区画 2m×3m 申込みはこちらから▶



募集期限 9月20日(金)まで

問合せ先 地域振興課まちづくり推進室 ☎55-1560

予約制乗合ワゴン実証運行終了のお知らせ

令和5年10月から実施している予約制乗合ワゴンの実証運行は、9月30日(月)で終了します。

利用いただいたお客さま並びに協力いただいた関係者の皆さまに、御礼申し上げます。

今後、利用実績やアンケート結果などを踏まえ、予約制乗合ワゴンの本格運行に向けた検討を進めてまいります。なお、令和5年度(令和5年10月2日～令和6年3月29日まで)の実績は次のとおりです。

運行実績

利用人数	運賃収入	運行日数	1日あたり 利用人数
460人	207,250円	120日	3.83人

事業費

事業費	財源内訳	
	国交付金※	一般財源
13,187,390円	12,053,000円	1,134,390円

※令和5年度のみ総務省「過疎地域発展支援交付金」を活用

問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

結婚50周年記念をお祝いします！

町では結婚50周年を迎えられるご夫婦に対し、記念品を贈呈しています。該当される方は、ご連絡ください。

対象者 昭和49年9月1日～昭和50年8月31日の間に結婚されたご夫婦

申込期間 8月30日(金)まで

申込み・問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

親の会「だいじょうぶ」

日時 8月18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」

内容 亀田ファミリークリニック医師のお話

「我が子の事を理解するために」

対象 学校が苦手な子どもを持つ保護者 参加費 無料

申込み・問合せ先 親の会「だいじょうぶ」

「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▶



紙芝居で見る「市部瀬の惨劇」

5月の献花式には大勢の皆さまにお集まりいただき、無事に終えることができました。今回は朗読会と紙芝居を行いますので、ぜひお越しください。

開催日 8月18日(日)～30日(金) ※月曜休館

場所 道の駅きよなん 観光案内所

朗読会と紙芝居の上演日

8月18日(日)、24日(土)、25日(日)、29日(木)

上演時間 各日午後2時～2時25分(予定)

問合せ先 明日の鋸南町を考える会

岡村 ☎080-5049-1485

おやこdeオペラ「ヘンゼルとグレーテル」
～0歳でもOK!みんなが楽しめる歌芝居～

8/18日 14:00開演
小ホール

13:00～ロビーイベント開催
(ミラクルハーブづくり)

全席自由
大人1,600円
小学生以下1,000円
※3歳未満は保護者1名につきお子様1名まで膝上無料

千葉県南総文化ホール ☎0470-22-1811
房日新聞 ☎0470-25-5552 宮沢書店 ☎0470-23-7771

8月は経済産業省主唱の
電気使用安全月間です！

濡れ手は
使わない時は
OFF!

電気は正しく安全に使いましょう！

わたしたちは
電気保安要キャー

関東電気保安協会 KDH 協賛

サマージャンボ宝くじ

宝くじ公式サイトでネット購入!

大腸がんは早期発見・早期治療でほぼ治る病気です ～ 9月、10月に大腸がん検診を実施します！～

大腸がんにかかる人・死亡する人は男女ともに年々増えており、男性の10人に1人、女性の12人に1人が生涯のうちに発症すると言われています。

大腸がんの罹患率は50代から年齢が上がるにつれ高くなり、男性の方が女性より大腸がんにかかる人（罹患数）や、死亡数がともに2倍ほど高いのが特徴です。女性の大腸がんの死亡率は1位となっており、罹患率も年々増加しています。

部位別罹患率

性別	1位	2位	3位	4位	5位
男性	前立腺	大腸	胃	肺	肝臓
女性	乳	大腸	肺	胃	子宮

出典：国立がん研究センター「全国がん登録罹患データ2019」

部位別死亡率

性別	1位	2位	3位	4位	5位
男性	肺	大腸	胃	すい臓	肝臓
女性	大腸	肺	すい臓	乳	胃

出典：厚生労働省「2023年の人口動態統計」

大腸がんは大腸表面の粘膜から発生する悪性腫瘍で、早期には自覚症状が乏しく、気がつかず進行していることも多く、早期のうちに治療すれば、9割以上が治ると言われています。

早期に大腸がんを見つけるために、大腸がん検診として便潜血検査を行っています。

検診をご希望の方はインターネットまたはお電話（55-1002）でお申し込みください。

申込みフォームおよび
QRコードはこちら▶

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



問合せ先 保健福祉課健康推進室 ☎55-1002

鋸南病院だより【第38回】コロナワクチン接種（自費）のご案内

今年度以降の新型コロナワクチンの接種は、毎年秋冬に1回行う定期接種を予定しています。対象は65歳以上の方などです。

当院では、定期接種の対象者以外の方や定期接種のタイミング以外で接種したい方向けに、任意でのワクチン接種を開始しました。ご希望される方は、お電話もしくは窓口にてご予約ください。

料金 自費診療料金となりますので、お問合せください。

ワクチン ファイザー社 コミナティ RTU筋注用

対象 12歳以上の方

注意 ・前回接種から少なくとも3ヵ月経過した後であることが必要です。

・過去に新型コロナワクチン接種歴のない方は、ご相談になります。

問合せ先 鋸南病院 ☎55-2125



戦国動乱、妙本寺の運命

天文二年（一五三三）、父実義を討たれた里見義堯は、上総の百首（竹岡）に逃れ、相模の北条氏に援軍を頼みました。北条氏綱は里見家につける好機とばかり承諾します。一方、当主である里見義豊は、妙本寺へ進軍し手中に収め、ここで迎え撃ちます。里見家内紛の初戦の決戦場となったのが、妙本寺の戦いでした。

山本太郎左衛門率いる北条水軍が妙本寺へ攻め寄せます。多勢に無勢、義豊は防ぎきれず徐々に後退していきます。そして、義豊方は敗れ、義豊は真里谷武田氏を頼って上総へと落ちていきました。

勝利した義堯は、里見家当主の座につきま。本来なら直系ではなかった義堯ですが、この内紛により彼は表舞台に立つことになりました。のちに里見家を最大の勢力範囲へと拡大し、北条、上杉、武田ら群雄と渡り合った房総の雄が、この里見義堯です。

一年後、勢力を挽回した義豊は、安房へ進攻、義堯は大掛（南房総市）で迎え撃ちました。がすでに勝敗は明らかでした。この犬掛合戦で義豊は討ち死にしました。

北条氏の援軍で勝利したということ、北条氏からの援軍要請が来れば従

うのは当然です。天文四年（一五三五）十月、北条氏の要請で、義堯は正木時茂、時忠兄弟の軍を保田浦から対岸へ出兵させ、自身も見送りのため保田観音寺に宿営しました。

義堯はこの時、二十九歳。武勇だけでなく、学識も優れた人物であったようです。この時、義堯は妙本寺へ足を運びます。かつて、父実義が駐屯していたというだけでなく、日蓮宗の名刹である妙本寺とは、いかなる存在なのか問うてみたい。義堯自身が興味を抱いたことからでしょう。

一方、この時、妙本寺には、戦乱の爪痕から復旧すべく、九州日向（宮崎県）から僧侶門徒の期待を受けて本山妙本寺に上がった俊英なる若き僧がいました。曰く、二十八歳。まだ住職になる前の代官職でした。

里見義堯と曰く、年頃を同じくする二人は妙本寺で対面します。この出会いにより妙本寺の運命が大きく回り始めていきます。（つづく）



▲妙本寺の高台

防災の豆知識 第17回 クラッシュシンдрーム

前3回の番外編として、「クラッシュシンдрーム」についてお話をします。

倒壊した建物や家具等に長時間挟まれていた人が、救出後、容体が急変して亡くなってしまうことがあります。これは、阪神大震災以来、有名になった「クラッシュシンдрーム」によるものです。

クラッシュシンдрームは、筋肉の負傷・壊死によって発生した毒性物質（カリウム・ミオグロビン等）が、圧迫からの解放に伴い血流にのって全身に運ばれ、心臓や腎臓等の多臓器不全を起こす症状で、重篤な場合は死に至ります。その兆候としては、

- ① 負傷・挟まれている部位がパンパンに腫れたり、点状に出血が見られる。
 - ② 尿が茶褐色に変色
- 以上の様子が見られたら極めて危険です。また、多くの場合、知覚麻痺や運動麻痺が見られるとの報告もあります。また、特徴として、
- ① 2時間以上挟まれていた場合、発生率が激増する。

② 女性より男性、高齢者より若年者が発生しやすい（筋肉量が多い方が発生しやすい）とも言われています。

対応としては、

① 救出後は、迅速に透析可能な医療機関への搬送

② 飲める範囲で大量（1ℓ以上）の水を飲ませる。（カリウム等の毒性物質の血中濃度を下げるための緊急的措置なので、ミネラルウォーター（硬水）はダメです）

③ 発症の危険性が高く、医療機関への搬送に時間がかかる場合は、状況により止血帯法で血流を抑える。（止血帯法はリスクも高いので最小限かつ血流管理を行う）

発症の危険性を抑えるためにも、周囲の皆さんと協力して努めて、迅速に、救出を行いましょう。逆に、長時間挟まれており、すでに発症の兆候・危険性が高い場合は、急いで救出することなく、先に医療・搬送体制を整えるのを待ってから救助を行いましょう。



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



公式フェイスブック
@kyonanmachi



公式エックス
@kyonan_machi



公式ライン
@kyonanmachi



公式インスタグラム
kyonan_life



メールマガジン
https://www.town.kyonan.chiba.jp/malimaga/

かんたんおいしいレシピ

～夏バテ予防に夏野菜をとろう！～

簡単5分！なすとピーマンのめんつゆ炒め

ナス、ピーマン、トマト、きゅうり、ゴーヤなどの夏野菜は、水分やカリウムを多く含み、熱を持った体を冷やしてくれる働きがあります。また、いろどり豊かな夏野菜に多く含まれるビタミンや抗酸化物質は、体内の活性酸素を除去し、がんの予防や肌の老化予防、紫外線対策にも効果があります。



材料(大人2人分)

ナス……………1本
ピーマン……………1個
ちくわ……………1本
食塩……………ひとつまみ
めんつゆストレート ……大さじ1
ごま油……………小さじ1

作り方

- ① ナスとちくわは縦半分に切って薄切り、ピーマンは細切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、①を加えて炒める。途中で塩を加えしんなりしたらめんつゆを加えて水気がなくなるまで炒める。

栄養価1人分

・エネルギー 49kcal ・たんぱく質2.6g・脂質2.4g
・炭水化物5.7g ・塩分0.7g ・カリウム135mg

提供：健康づくり推進協議会



れん
蓮くん

1歳9か月

関熊 康介さん・由佳さん
第2子 本郷浜区



ぼくはお散歩が大好き！
幼稚園に行くお姉ちゃんをバス停まで送るのが毎日の日課！
たくさん食べていっぱい遊んで大きくなるぞ！

今月の表紙

7月6日にヤマダパラダイスファームほ場で鋸南農学校(農業体験)が開催され、子どもたちはナスやピーマン、トマトを収穫しました。

今回収穫した野菜は、道の駅保田小学校で販売しました。

人の動き 7月1日現在(前月比)

人	口	6,757人(－26人)	出生	1人
うち男		3,289人(－14人)	死亡	10人
女		3,468人(－12人)	転入	9人
世帯数		3,432世帯(－3世帯)	転出	26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。