



町報きよなん

KYONAN

11

November 2024

No.676



長野県

辰野町



長野県辰野町は、鋸南町と友好都市提携をして35年を迎えます。
今後、さまざまな分野で交流を行い、両町の友好を深めていきます。



辰野町

◆辰野町のプロフィール

辰野町は、日本の地理的中心に位置し、総面積の約87%が森林となっており、天竜川の支流により作られた谷筋には田園風景が広がる水と緑に囲まれたまちです。

面積	169km ²
人口	18,078人(10月1日時点)
特産品	りんご、マツタケ、日本酒
観光	ほたる童謡公園、蛇石の里、日本中心の標 など

◆友好都市への歩み

辰野町と鋸南町の交流は、昭和42年8月に辰野町羽場青年会と鋸南町青年会との交流会から始まりました。

山と海の町ということで鋸南町で海水浴やハイキング、辰野町でスキー等を行い、交流を深めました。

その後も交流を重ね、平成元年11月、鋸南町と友好都市提携調印式が行われ、その際、鋸南町・辰野町友好都市宣言が行われました。

辰野町との交流

◆JA上伊那辰野支所で特産品PR

毎年11月開催の「JA祭」はコロナ禍により一時中断となっていました。令和4年度から再開しました。

辰野町内の生産者団体などと一緒に、干物や珍味などの鋸南町の特産品を販売しています。

鋸南町の特産品は、当日の正午には売り切れるほど好評で、鋸南町の特産品を求めて来場する町民もいます。



◆辰野町の特産品を販売

平成30年までは、鋸南町農業祭に併せて「ほたるの里特産品フェア」と題して、辰野町の特産品を販売してきました。

その後は、12月に開催される道の駅保田小学校開校記念祭でフェアを開催し、辰野町のりんご、はちみつ、おやきなどを販売しています。



おやきとりんごは特に人気が高く、開始早々、売り切れてしまうことも。

ふるさと納税で辰野町の特産品を！

辰野町が好き“辰野町を応援したい”という想いを形にできるのが「ふるさと納税」です。

長い伝統と豊かな自然に恵まれた辰野町は魅力的な特産品や新鮮な食材の宝庫です。

ぜひご活用ください。

辰野町は 全国で唯一「辰」の字がつくまち

2024年の干支「辰」。この「辰」の字が使われているのは、全国の自治体で辰野町だけです。この辰年・辰野町にちなんだ様々なイベントが開催されました。

辰年イベント

◆辰年ロゴのお披露目

1月4日、辰野町役場で「辰年セレモニー」を行いました。

セレモニーでは辰年・辰野町を広く周知するためにロゴをお披露目。広報誌やチラシに掲載したり、辰年記念ポロシャツに活用しています。

辰年ロゴは全6種類。辰野町ホームページにも掲載していますので、ぜひご覧ください。



お披露目された辰年ロゴ全6種

その他にも武居町長による「辰」の字を揮毫したポスターを役場正面玄関に掲示

◆辰年缶バッジガチャの設置

辰年ロゴを使った缶バッジのガチャを設置しました。

缶バッジは全5種類となっており、その他にシークレットも入っています。

ガチャは1回100円となっており、売上は令和6年1月能登地方災害義援金として辰野町赤十字奉仕団を通じて寄付をしています。

3月5日に設置してから辰年缶バッジガチャの売上個数が1万個を達成し、義援金額が100万円になりました。



設置されたガチャは2基

役場エントランスと町民会館に設置



◆2000年辰年タイムカプセル開封 2024年辰年記念イベント

2000年に埋設した当時小中学生だった生徒の作文と公募した作文が計1892通、辰野町を映したビデオが入ったタイムカプセルを開封しました。

また、2024辰年を記念して静岡県浜松市佐久間町の「佐久間竜神保存会」による佐久間竜神の舞を披露していただきました。



▲「佐久間竜神保存会」による、「佐久間竜神の舞」の様子



【記事に関する問い合わせ】

辰野町役場

まちづくり政策課まちづくり係

☎0266-41-1111 (代)

※本記事は、辰野町役場まちづくり政策課ご協力のもと作成しました。



辰野町
たけい やすお
武居 保男 町長

鋸南町との交流は、両町の青年団による交流から始まりました。平成元年の友好都市提携、平成10年には災害時における相互連携協定を締結するなど、いっそうの交流と連携を深めてまいりました。

鋸南町の特産品である干物や水仙は、町民からほしい人気があり、ブースを出展するとたちまち完売してしまうほどです。

今後も文化、教育、スポーツ、災害対策などさまざまな分野で交流を深め、更なる友好関係を築いてまいります。

杉田和信さんに人権擁護委員を委嘱



10月1日付けで、新たに杉田和信さん(上佐久間)が人権擁護委員として法務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱した民間のボランティアの方で、地域の中で人権思想を広め、人権侵害が起きないように見守り、相談や広報啓発など積極的な活動を行っています。

悩みごとや要望等ございましたら「心配ごと相談」と合同で、特設相談所を(2か月に1回)ボランティアセンターで開設していますので、お気軽にご相談ください。

房日新聞杯ジュニアサッカー大会 3年生の部で鋸南FCが準優勝

10月6日に第13回房日新聞杯ジュニアサッカー大会の3年生の部が行われ、鋸南FCが準優勝しました。

大会には14チームが参加し、予選を2戦全勝で勝ち上がり、準々決勝・準決勝と無失点で勝ち上がりましたが、惜しくも決勝戦で敗れてしまい準優勝となりました。



安房郡市PTAバレーボール大会

9月29日に安房郡市PTA連絡協議会主催の第42回安房郡市PTAバレーボール大会が開催されました。

16チームが参加し、鋸南小・鋸南中PTA合同チームは予選リーグを1位で突破し、決勝トーナメントに勝ち上がりました。

準決勝では、房南小中チームから第1セットを先取したものの、惜しくもフルセットの末、涙をのみました。チームの大健闘に応援席も大いに盛り上がりました。



鋸南町剣友会 スポーツ教室を開催



鋸南町剣友会は9月29日に鋸南中学校で第81回スポーツ教室を行いました。

参加者は館山市・鴨川市・南房総市・鋸南町の小学生と指導者130人で、基本・試合・稽古の各錬成を行い、汗を流しました。

山賀雅仁選手が400勝達成

9月24日に岐阜競輪場で開催された「長良川鵜飼カップ（GⅢ）」の最終日で上佐久間出身の山賀雅仁選手（君津市在住）が1着となり、平成14年8月にデビューして初勝利を飾ってから、およそデビュー 22年で通算400勝を遂げました。

400勝を決めた山賀選手は「デビューした時から考えると、こんなに早く勝てるとは思わなかったし、この舞台で走っているのも想像がなかった。400勝なんて、テレビで見ている人たちの世界だと思っていたので。色々な人の支えがあったのでここまでやってこれたと思います。ただ、これは通過点だと思うし、500勝を目指してまだまだ頑張ります。」と次への目標を語りました。



ふるさとの偉人「醍醐新兵衛」のマンガ完成



▲「房総捕鯨の祖 醍醐新兵衛 ～ツチンボの来る夏～」

B&G財団の補助を受け、鋸南町の偉人「醍醐新兵衛」をテーマにした「房総捕鯨の祖 醍醐新兵衛 ～ツチンボの来る夏～」のマンガが完成しました。マンガは96ページ、資料編17ページで、新兵衛が仲間たちと勝山でツチクジラ漁を起こすストーリーです。ご希望の方に、中央公民館と菱川師宣記念館で一人につき1冊配布しています。ふるさとの歴史をぜひ、マンガで知ってください。

あの子もこの子もきょなんの子

～10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
くりはら しんのすけ 栗原 辰之助	R6.10.2	洋一・仁美（第2子）	町	元気に健やかに育ってね！
ささき りひと 佐々木 李人	R6.10.4	翔平・彩華（第2子）	本郷	産まれてきてくれてありがとう。

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/>

労働安全衛生法関係法令の改正

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月から職場での化学物質規制が大きく見直しされました。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご確認ください。

ホームページ
QRコード▶



問合せ先 事業者のための化学物質管理無料相談窓口

☎050-5577-4862

祝100歳！敬老の日の記念品を贈呈

「敬老の日」の記念行事として、90歳以上の方々に
お祝いの記念品を贈呈しました。

また、今年新たに100歳を迎えられた5人の方には、内閣総理大臣からのお祝い状と記念品をお届けしました。

今年度、90歳以上の方は、男性90人、女性295人の合計385人、うち100歳以上の方は男性1人、女性9人の計10人でした。

100歳を迎えられた方

いしい まさる 石井 勝さん(両向) よしだ たみ 吉田 多未さん(上佐久間)
さんべい まさお 三瓶 正雄さん(本郷上) わたなべ まさし 渡邊 仁さん(大六)
まえだ ときこ 前田 時子さん(吉浜)

100歳を迎えた方にインタビュー

今年、3月21日の誕生日で100歳を迎えた渡邊 仁さん(大六) ～これからもお元気で～

健康の秘訣・・・

いろいろな会合に出向いて、人の話をよく聞いて、自分の考えをまとめるように心がけています。新しい人との出会い、あいさつや会話が健康に結びついていると思います。

また、毎朝コップ1杯の水と、みそ汁・納豆・海苔・かつおぶしの朝食、散歩、体操、たわしマッサージは毎日欠かさず続けています。



人生の中での最大の思い出・・・ 皇居での勤労奉仕

昭和22年に立ち上がった旧保田町の青年団に所属し、昭和24年に団長に就任しました。その時、約30人の仲間とともに皇居で2泊3日の勤労奉仕ボランティアとして除草作業を行いました。作業終了後に昭和天皇にお目にかかり、直接御礼のお言葉を頂戴したことを76年経った今でも鮮明に覚えています。



▲昭和天皇にお声がけをいただく青年団の皆さん(中央が渡邊さん)

金婚式おめでとうございます

10月17日に結婚50周年を迎えられた12組のご夫婦にお祝いの記念品を贈呈しました。

いいた ゆきお かつみ 飯田 幸夫さん・勝美さん(本郷浜)

いしい まもる しげこ 石井 守さん・茂子さん(本郷浜)

おだか かつたろう かずよ 小高 勝太郎さん・和代さん(両向)

かねき ふみお いくよ 金木 文雄さん・幾代さん(中佐久間)

くさか てつや ちえこ 日下 哲也さん・千恵子さん(竜島)

しまの たけお きよこ 島野 武男さん・清子さん(両向)

すずき かずお まさみ 鈴木 和男さん・昌美さん(仁浜)

とみなが つとむ ひろこ 富永 勉さん・廣子さん(本郷)

とみなが のぶじ りよこ 富永 信司さん・利代子さん(両向)

はやかわ こういちろう ちえこ 早川 孝一郎さん・千恵子さん(中佐久間)

はらだ まさあき としこ 原田 正明さん・敏子さん(本郷)

ふくはら みつお よ 福原 三男さん・けさ代さん(竜島)

※五十音順

映画「神と恩送り、」上映会



▲登壇いただいた出演者の皆さま

10月12日に中央公民館で東京都足立区と鋸南町で撮影が行われた映画『神と恩送り、』の上映会が開催され、121人が来場しました。

上映後は、出演者によるトークショーや劇中歌を担当した天野花さんの「光の方へ」の生歌唱もあり、温かな雰囲気の中、終演となりました。

この映画は「第16回日本映像グランプリ2024」にもノミネートされており、今後が期待される作品となっています。

「頼朝まつり」5年ぶりの開催

10月14日に鋸南町源頼朝観光推進実行委員会主催の頼朝まつりが開催されました。

道の駅保田小附属ようちえんでは、「甲冑^{かっちゅう}展示と試着体験」、「竜島区木遣子、御船歌保存会による歌披露と源平餅投げ」が行われ、大盛況でした。

また、「頼朝ガイドツアー」、「頼朝ハイキング」も同日に行われ、参加者の方々はガイドの方の説明を聞きながら、源頼朝に所縁のある地を巡りました。



▲御船歌披露の様子



▲甲冑^{かっちゅう}試着体験の様子

見返り俳句塾【秋季作品】

毎日新聞・房総文園佳作	保泉孟史
古里の涼気詰めたと書添へて	安西和彦
朝日新聞・朝日俳壇佳作	川崎保子
今年酒地震 ^{ない} 乗り越ゆる能登杜氏	富永里美
頬に受く風こち良き今朝の秋	福原富貴子
泥だらけの亡父の仕事着西瓜喰ぶ	川崎みどり
新米や一合増して塩むすび	黒川百世
こすもすの花占いはいつも「好き」	川崎一美
焼き栗や今日の気分はパリジェンヌ	保泉溪子
縁に座し俳句談義となる良夜	黒川清和
栗をやくけむりの中に夫の貌 ^{かお}	田村洋子
読みかけのページに挟 ^{はさ} むねこじやらし	戸倉美和子
天高し臍丸 ^{へそ} 出しの逆上り	東 國人
自然薯 ^{じねんじょ} や屈 ^{かか} んで立つて腹這 ^は って	
選者吟	
毬栗や恩師は黄泉へ旅立ちぬ	

一斉清掃にご協力を

「ごみをつくらない、出さない、散乱させない」をテーマに町民全員による町内の一斉清掃を実施します。皆様のご協力をお願いします。

日時 12月1日(日) 午前8時～ ※雨天中止

収集ごみ 可燃物、缶類、ビン類、ペットボトル、ビニール、プラスチック類、不燃物に分別し、指定のごみ置き場に出してください。

その他 ・粗大ごみや家電製品は出さないでください。
・各地区では、区長等の責任者の指示に従ってください。

問合せ先 ごみゼロ運動推進協議会

(建設水道課建設環境室内) ☎55-2133

年末し尿収集作業に関するお願い

年末は汲み取り依頼が多いため、すべての依頼を行うためには、地域の皆さんの協力が必要です。年末までの収集は12月10日(火)までに申込みをお願いします。

※それ以降の申込みは、年明けになる場合があります。

問合せ先 鋸南地区環境衛生組合 ☎55-0329

夜間エイズ検査

安房保健所では、12月1日の世界エイズデーに合わせて、「夜間エイズ検査」を無料・匿名で実施します。梅毒・クラミジア等の性感染症も併せて検査が可能です。

日時 12月2日(月) 午後5時～6時

場所 安房保健所(安房健康福祉センター)

検査内容 血液検査:HIV、梅毒、B型肝炎

尿検査:クラミジア、淋菌

その他 ・結果は2週間後に判明します。

・保健所で検査を受ける場合、感染したのではないかとされる日から、3か月以上経過してから受けてください。

・尿検査(クラミジア・淋菌)を受ける場合、最後の排尿から1時間以上空けて検査を受けてください。
また、生理中は正しい結果が得られないことがありますので、クラミジア、淋菌の検査を希望される方は、日程をご検討ください。

・12月の日中検査(午前9時30分～10時30分)は12月2日、16日に行います。(要予約)

申込期限 11月29日(金)

※申込の電話は、平日午前9時～午後5時の間で受付

申込み・問合せ先 安房保健所(安房健康福祉センター)

☎22-4511

再就職セミナーについて

再就職を支援するため、千葉県ジョブサポートセンターの相談員によるセミナー、相談会を実施します。

開催日 12月6日(金)

時間 【セミナー】午前10時～正午

【相談会】午後1時30分～4時

※相談会はセミナー参加者のみ対象。

場所 館山市コミュニティセンター 第二集会室
(館山市北条740-1)

対象 就職活動でお悩みの方(在職、求職中は問いません)

申込方法 電話でお申込みください(事前予約制)

問合せ先 地域振興課まちづくり推進室 ☎55-1560

「家庭の日」、「少年の日」をご存知ですか？

「家庭の日」「少年の日」を契機として、家庭や地域を通して今まで以上に青少年の健全育成を図るものです。

毎月第3日曜日は「家庭の日」

家庭は青少年の人格形成に最も基本的な役割を果たす場です。家族の語らいや活動を通して親子がふれあい、社会全体で明るく健康な家庭づくりを心がけましょう。

毎月第3土曜日は「少年の日」

関係機関や団体、地域住民等が一体となって青少年を非行から守り健全育成のための活動を実践するとともに、青少年自身も社会の一員としての自覚を高めましょう。

青少年育成鋸南町民会議・鋸南町教育委員会

問合せ先 中央公民館 ☎55-4151

予約制乗合ワゴンの利用実績

9月30日(月)まで実証運行を実施した予約制乗合ワゴンの利用実績がまとまりましたのでお知らせします。

お客さま並びに乗降場所の設置等に協力いただいた関係者の皆さまには御礼申し上げます。

今後、利用実績やアンケート結果などを踏まえ、地域公共交通の整備を進めてまいります。

	利用人数	運賃収入	一日あたり 利用人数	事業費
R5	460人	207,250円	3.83人	13,187,390円
R6	508人	198,250円	4.13人	13,412,490円
合計	968人	405,500円	3.98人	26,599,880円

問合せ先 総務企画課企画財政室 ☎55-4801

フラワーアレンジ教室

お正月をテーマにフラワーアレンジ教室を開催します。
ご自身でアレンジした花で新年を迎えてみませんか。

日時 12月13日(金) 昼の部 午後1時30分～3時
夜の部 午後7時～8時30分

講師 植松 愛 氏

募集人数 昼の部20人 夜の部12人

参加費 2,500円 **持ち物** 花切りバサミ

受付開始日 11月15日(金) 午前9時～

申込み・問合せ先 中央公民館 ☎55-4151

日本赤十字千葉県支部 救急法講習会

日時 11月26日(火) 午後1時30分～3時30分

場所 中央公民館 2階 和室

講師 日本赤十字社千葉県支部指導講師

君津市赤十字奉仕団 委員長 林 和子 氏 他

内容 心肺蘇生とAEDの使い方、新聞紙を使用した
帽子・スリッパ・器などの代用品作成

募集人数 町民限定10人(先着順)

申込方法 電話でお申込みください。

申込み・問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

令和7年度幼稚園入園の受け付け

対象 ①年長児：平成31年4月2日から令和2年4月1
日生まれの幼児(現在、幼稚園に入園していない幼児)

②年少児：令和2年4月2日から令和3年4月
1日生まれの幼児

申込方法 対象者には、申請書類を送付しますので、
入園を希望される方は必要事項を記載し、幼稚園
へ提出してください。

申込期間 11月21日(木) ～ 12月13日(金)

●一日体験入園

見学や在園児と一緒に体操、戸外遊び等の体験が
できます。対象者には直接通知します。

日時 11月21日(木) 午前10時～11時10分

申込み・問合せ先 鋸南幼稚園 ☎55-2321

会計年度任用職員募集

町では、次のとおり会計年度任用職員を臨時募集
します。

①清掃作業員 1人

業務内容：窓口業務、施設内清掃作業 他

勤務場所：老人福祉センター（笑楽の湯）

応募資格：普通自動車運転免許(AT限定可)

②介護支援専門員 1人

業務内容：介護予防支援計画の策定及び給付管理 等

勤務場所：保健福祉総合センター（すこやか）

応募資格：介護支援専門員の資格及び普通自動車運
転免許(AT限定可)

※各職種とも、勤務時間等ご相談に応じますので、
その他条件についてはお問い合わせください。

問合せ先 保健福祉課 ☎55-1002

マイナ保険証を利用しましょう

12月2日以降、現行の健康保険証は廃止されます。マイナンバーカードを保険証として利用する「マイナ保険証」をご使用ください。

【国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方】

12月1日時点でお手元にある保険証は有効期限まで使用できます。期限が切れるまでは、破棄せず保管してください。

【マイナ保険証の利用登録】

登録はマイナポータルや医療機関、役場税務住民課などで行うことができます。

【保険証廃止後の対応】

12月2日以降、新規発行は行いません。保険者が切り替わった場合や住所、負担割合等に変更があった場合は「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を交付します。

・マイナ保険証の利用登録をしている方

保険の資格情報が分かる「資格情報のお知らせ」を交付します。医療機関等でマイナ保険証が認識されなかった場合、マイナンバーカードと一緒に窓口に提示してください。

・マイナンバーカードを持っていない方、マイナ保険証の利用登録をしていない方

保険証の代わりとして利用できる「資格確認書」を交付します。

【職場の健康保険などに加入している場合】

取り扱いやお知らせの発送時期などが異なる場合があります。詳しくは、勤務先や加入している健康保険の保険者にお問い合わせください。

問合せ先 税務住民課住民保険室 ☎55-2112

動物による危害防止対策強化月間

11月は「動物による危害防止対策強化月間」です。次のことに注意して、動物による事故や迷惑を防止しましょう。

- 人が犬にかまれる事故が、昨年度は県内で223件発生しました。
 - ・飼い犬が人を噛んだ時は保健所へ届け出し、噛んだ犬が狂犬病の疑いがないかどうか獣医師の検診を受けさせることが重要です。
 - ・犬を飼う場合には、事故を起こさないようなしつけをすることが重要です。
 - ・犬の放し飼いは禁止されています。散歩は犬を制御できる人が、短い引綱で行いましょう。
- 狂犬病は発症するとほぼ100%死亡する恐ろしい病気です。

家族や愛犬を守るため狂犬病予防接種を行いましょう。犬の登録と狂犬病予防接種は、法律に定められた飼い犬の義務です。
- 猫は屋内で飼いましょう。糞尿や鳴き声による被害を防止でき、感染症等の危険から猫や人を守ることができます。また、地域猫活動等で屋外にいる飼い主のいない猫の世話をする場合には、特に過度のふれあいは避け、かまれたりひっかかれたりしないように注意しましょう。
- トラ、サル、タカ、ワニ、マムシなどの危害を加える恐れのある危険な動物(特定動物)は、法律で原則飼うことが禁止されています。

問合せ先 安房保健所(健康福祉センター) ☎22-4511
 千葉県動物愛護センター ☎0476-93-5711
 公益財団法人千葉県動物愛護管理協会
 ☎043-214-7814

11月は児童虐待防止月間・女性に対する暴力をなくす運動の期間

こんなことしていませんか？これらは児童虐待にあたります。

身体的虐待

- たたく・ける・投げ落とす
- 激しく揺さぶる
- やけどなどを負わせる
- おぼれさせる など



性的虐待

- 子どもへの性的行為
- 性的行為を見せる
- ポルノグラフィの被写体にする など

ネグレクト

- 家に閉じ込める
- 食事を与えない
- ひどく不潔にする
- 自動車の中に放置する など

児童相談所
 虐待対応ダイヤル
☎189

※近くの児童相談所につながります

心理的虐待

- 言葉による脅し・無視
- きょうだい間での差別的扱い
- こどもの目の前で家族に対して暴力をふるう など

体罰や暴言などの児童虐待はこどもの成長や発達に深刻な影響を及ぼします。

DVは身体的な暴力とは限りません。

身体的暴力



- なぐる・ける・つねる
- 物を投げつける
- 刃物で脅す など

精神的暴力



- 大声で怒鳴る
- 人前でバカにする
- 行動を監視する など

経済的暴力



- 生活費をわたさない
- 勝手に借金をつくり、返済を強制する など

性的暴力



- 性行為を強要する
- 避妊に協力しない
- 見たくないのにアダルトビデオを見せる など

悩みを誰に相談していいかわからない…などお困りごとがあれば保健師・看護師が相談に乗ります。

問合せ先 保健福祉課健康推進室 ☎55-1002

中央公民館② 子育て広場

～ちびっこあつまれ～

あかるくたのしくげんきよく！みんなが笑顔で集える場所

『子育て広場』は就学前の乳幼児と保護者の方が、遊びながら楽しくふれあい、子ども同士のかかわりや保護者同士の交流を深め、育児の情報交換や悩みをお話できる場所です。

お母さんが寂しくなった時、お友達を作りたい時、ぜひ遊びに来てください！



▲子育て広場

子育て広場では毎週木曜日、「えいごであそぼ！」「健康づくり教室」「親子で遊ぼうなかよし広場」、楽器リズム運動や手遊びの「お楽しみ箱」などのイベントを行っています。

また、年に2回「子ども服交換会」を実施し、多くの方にご利用いただいています。



▲いきいき学級とコラボ
「お楽しみ箱」



▲ミニミニ運動会



▲健康教室



▲子ども服交換会

子育て広場のイベントは、町報だけでなく、町ホームページやLINEでもお知らせしていますので、ぜひご覧ください。

問合せ先 中央公民館 ☎55-4151

ホームページQRコード▶



建築板金 有限会社アツマ

屋根・外壁のトラブルお任せください。

営業内容 ・屋根工事 ・樋工事 ・外装工事

・スレート、折板工事 ・リフォーム工事

〒299-2223 南房総市高崎1263-3

板金工場 TEL:0470-57-3397

東 裕之 TEL:090-2541-1131

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



健康ヨガ教室を開催します

季節の変わり目は体調を崩しやすいため、リラックスして呼吸を整えるためにヨガを体験しませんか。11月は「免疫力を高めたい 呼吸法と腸活ヨガ」をテーマに次のとおり開催しますので、ぜひご参加ください。

日 程 11月19日(火) 午後1時30分～3時

内 容 「呼吸を整えましょう～免疫力を高めたい呼吸法と腸活ヨガ～」ヨガ実践

講 師 ヨガインストラクター YUMI先生

会 場 保健福祉総合センター「すこやか」 1階 集団指導室

対象者 65歳以上の町内在住の方

持ち物 飲み物、動きやすい服装、室内靴、ヨガマット(貸し出しあり)



通所型サービスC事業を開始しました

地域包括支援センターでは、10月から亀田総合病院理学療法士の指導のもと、すこやかを会場に毎週水曜日、通所型サービスC事業を開始しています。通所型サービスCとは、個別プログラムに沿って、3～6ヶ月間、集中的に個別でリハビリテーションを行います。対象者は次のとおりですので、希望の方は地域包括支援センターにご相談ください。

対象者 基本チェックリスト該当者、要支援1・要支援2の要介護認定者

※他の通所型サービスやリハビリテーションを利用していない方。



申込み・問合せ先 地域包括支援センター ☎50-1173

鋸南病院だより【第41回】予防接種についてのお知らせ

【新型コロナワクチン】

令和6年からは65歳以上を対象とした年1回の定期接種となっています。

接種料金 ・65歳以上の方 自治体の助成金により、自己負担5,500円

・64歳以下の方 15,400円

接種期間 令和7年3月31日まで *予約不要

火曜日と金曜日の午後4時～4時45分に行っています。

【インフルエンザ】

接種料金 ・65歳以上の方 自治体の助成金により、自己負担2,400円

・64歳以下の方 3,900円

接種期間 12月31日まで *予約不要

受診された際に受付で予診票を受け取り、記入いただければ診察時に接種が可能です。

それぞれのワクチンの接種間隔について

当院では、副反応が出ることもあるため1週間程度あけて接種することを推奨しています。

問合せ先 鋸南病院 ☎55-2125



戦国動乱、妙本寺の運命4

房州逆乱で金谷城から脱出した日我は、岩井周辺を転々とし、心身ともに打ちのめされた逆境下で執筆したのが、「いろは字」という書物です。これは、東西日本の様々な言葉や語句の読みや意味を記した、いわば辞書です。貴重な書物が焼失してしまった中、多くの門徒や宗門修行者への教化普及のため、日我は心をくだきました。また「一流相伝大事 私」など上人として弟子たちに伝えおくべき大事を書き残しました。こうして日我は、動乱の中、妙本寺の教えを残すことに心血を注いだのです。

その後、里見義堯は、上杉、武田など戦国群雄とも関係を持ち、北条を牽制しつつ、勢力を拡大、久留里城まで進出しました。日我は、里見義堯とももちろん、義堯の奥方とも親密な付き合いを続けました。

永禄十一年（一五六八）義堯の奥方が亡くなった際には、「正蓮」という法名を贈り、石塔を建て、妙本寺で法要を行っています。奥方もたいへん信心深く、その手紙を、日我は終生大事にしていたそうです。

天正二年（一五七四）六月一日、里見

義堯は亡くなりました。六十八歳でした。日我は、奥方と同じように義堯に「唯我」という法名を送り、出会いから四十年以上におよぶ御重恩に報いるため、百日間の法要を行っています。義堯は生前、禅宗を改めることはありませんでしたが、日我にとつて、義堯は法華信仰の上で、深くつながっていると感じていました。だからこそ、日蓮宗の法名、法要で送りたかったのでしょう。日我は、この時の記録を「唯我尊霊百日記」としてまとめました。

保田の石工に「唯我」の石塔を造らせ、「正蓮」の石塔と一緒に並べて、妙本寺裏の御石山の峰に建て、日々供養したそうです。法要の日々の中、中秋の名月を見て、こんな句を詠んでいます。「へだつとも 心のそらに照る月のひかりは同じ ながめなるらん」。その後、日我は義堯の一回忌・二回忌、十三回忌まで法要を行っています。



▲「いろは字」

防災の豆知識

第20回

台風のお話

今年も台風シーズンが終わりに近づきました。今回は「台風の終わり」について注意すべき事項をお話したいと思います。

「台風」は、熱帯低気圧のうち、東太平洋域で最大風速が18m/sを超えた物を言います。「熱帯低気圧」は、海水が蒸発し、蒸発した水蒸気が雨や雲となる水滴に変わる時に発生する潜熱をエネルギー源として上昇気流を発生させ、成長します。したがって、台風や熱帯低気圧の成長には、暖かい海水が必要となります。台風が海水温26℃以下の地域まで北上すると急速に勢力が減退し、上陸しても、水蒸気が無いのでやはり衰えます。

今までは、夏から秋になると海水温が低下するので、日本に近づくと急速に勢力が衰えたり、消滅していました。温暖化の影響で海水温が高い状況が続いているため、台風が接近したり上陸する期間が延びる危険性がありますので、「11月だから台風は来ない」などと単純に考えないでください。

また、「台風」が「熱帯低気圧」や「温帯低気圧」に変化して「消滅終了」したというような表現をする場合がありますが、要注意です。「熱帯低気圧」化は、単純に風速が

規定値以下になったことを意味するだけで、依然、17m/s以下の強風は吹いていますし、状況によっては、強風域や降雨域自体は拡大している可能性もあります。

特に、注意が必要なのは「温帯低気圧」化です。「熱」が「温」になったのでイメージとして穏やかになったような感じがしますが、実態は全く違います。温帯低気圧化とは、台風自体の性質が変化することで、勢力の強弱を示すものではありません。暖かい空気で構成される台風が北の気団と接することで、冷たい空気を取り込み気温差によって成長する低気圧に変質することです。結果として、弱まった台風が低気圧として再成長したり、前線を広く形成・刺激して、台風以上に広範囲な地域に大雨災害をもたらす危険性があります。例えば、富士山のような独立峰から北アルプスのような一連の山脈になるようなものです。激甚性は低下するかもしれませんが、影響域は前線全体に拡大することが意味します。「早く終わってほしい」という願望もあって、イメージ先行で捉えやすいですが、天気予報等の情報は最後までしっかり聞いて、判断するように心がけましょう。



きよなん学校給食レシピ

和食定番の煮物！肉じゃが

11月24日は和食の日です。給食の肉じゃがはおいしいと評判で、とても人気があります。

強火で調理をすると煮える前に水分がなくなってしまいます。また、煮汁が多いと、材料が踊ってしまい、煮崩れの原因に。フタをして水分や調味料が十分にいきわたるようにしましょう。



材料(4人分)

豚こま 50g
じゃがいも 中3個
にんじん 中1/2本
玉ねぎ 中1/2個
干し椎茸 3g
こんにゃく 50g
いんげん 5本
油、酒 各小さじ1
みりん、さとう 各小さじ2
しょうゆ 大さじ1
粒だしや白だし 小さじ1
水 1カップ (戻し汁を合わせて)

作り方

- ① 野菜を適当な大きさに切り、干し椎茸は水で戻す。(戻し汁は捨てないこと。)
- ② 鍋に湯を沸かし、こんにゃくを入れ、あく抜きをする。
- ③ いんげんは、さっと湯通しする。
- ④ 鍋に油を入れ、豚こまを炒める。火が通ったら、じゃがいもを加え、周りがうっすら透明になるまで炒める。
- ⑤ 椎茸→にんじん→玉ねぎ→こんにゃくの順で入れ、炒める。
- ⑥ Aの調味料を加え、弱火～中火で煮る。
- ⑦ いんげんを加えて、水分を飛ばしながら味を絡ませる。(中火～強火)

栄養価 1人分

A ・エネルギー 111kcal ・たんぱく質4.3g・脂質3.5g
・炭水化物18.7g ・食塩相当量0.79g

提供：給食センター



リリは
葵理遙ちゃん

1歳11か月

川名 虎喜・天理さん

第4子 小保田区

いつも「リリ、おいで～」って呼んで可愛がってくれるお兄ちゃん、お姉ちゃんが大好き。3人をよく見てる私は、何でも自分でできるから、洋服を着たり、ハサミでちょっぴりしたりするのも一人でやりたいんだけど、みんなが心配して手伝ってくれるの。だから今はいっぱい甘えてるのよ。そのかわり、ちょっと悲しい気持ちになってる時には私がぎゅーってして笑顔にするの！！



▲左から2番目が葵理遙ちゃん

今月の表紙

10月6日に鋸南幼稚園の運動会が開催されました。

園児たちは、リレーや玉入れなどの競技のほか、一生懸命練習をしたダンスなどを披露。会場内には園児たちの元気な声が響いていました。

人の動き 10月1日現在(前月比)

人	□	6,706人(－20人)	出生	5人
うち男		3,254人(－15人)	死亡	20人
女		3,452人(－5人)	転入	7人
世帯数		3,418世帯(－8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。