



町報きよなん

KYONAN 8

Aug 2025
No.685





鋸南町

ふるさと納税



令和6年度 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附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附をいただきました。

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・きょなん」への温かい応援をお待ちしています。

寄附件数 **1,938件** 前年度比+437件

寄附金額 **51,438,777円** 前年度比+9,898,088円

人気の返礼品

第1位



▲釣り船乗船補助券
提供：株式会社萬栄

第2位



▲房州びわ
提供：鋸南枇杷組合

第3位



▲鰻のかば焼き
提供：日本DSSフーズ株式会社

寄附金の活用事例

- ・デイサービス特殊浴槽
- ・観光宣伝備品(みかえりちゃん着ぐるみ)
- ・保育所備品(抗菌避難車)
- ・ダム周辺苗木・球根
- ・中央公民館や鋸南中学校、小学校の図書

寄附金使途内容の内訳

使い道の項目	金額(円)
保健・福祉・医療	6,784,777
教育の充実	8,699,000
地域活性化・住環境整備	10,814,000
町長におまかせ	25,141,000
合計	51,438,777

寄附者からのメッセージ

・千葉は農産物も海産物も豊富な上に都心にも近い優れた県だと思っています。特に鋸南町は自然豊かで大好きです。ずっと良い町でいられますように、がんばってください。

・夏休みにいつもお邪魔しております。落ち着いた雰囲気が好きです。少しでもお役に立てれば幸いです。

・これからも鋸南町で美味しいお米を作り続けてください。

・お米も海産物もおいしい鋸南町にまた遊びに行きます。

・美味しいびわを毎年楽しみにしています。



令和6年度 企業版ふるさと納税の実績報告

企業版ふるさと納税とは？

地方公共団体が実施する地方創生プロジェクトに対して、企業が寄附を行った場合に、法人関係税から税額控除する制度です。

町では、この制度を活用して企業の皆さまから寄附を募り、「第2期鋸南町まち・ひと・しごと創生総合戦略」に掲げる取り組みを推進しています。

ご寄附いただいた企業

法人名	代表者名	所在地	寄附対象事業	寄附金額
東亜警備保障株式会社	代表取締役 岩崎 美知也	館山市	道の駅推進事業	100,000円
キミデン工業株式会社	代表取締役 内山 博	君津市	情報発信事業	非公開
株式会社間宮電気工業	代表取締役 福島 佳孝	南房総市	道の駅推進事業	非公開

ふるさと納税申込方法

パソコンやスマートフォンでの申込み

3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



◀一休ふるさと納税



ふるさと納税のお礼の品を募集します

寄附促進と特産品のPRにつなげるため、新たなお礼の品を随時募集しています。

興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

問合せ先

総務企画課企画財政室 ☎55-4801



▲猪 祥永さん

インターハイ出場

B&G鋸南スイミングクラブで日々練習をしている拓大紅陵高校水泳部主将の猪 祥永選手(中佐久間区)が、7月19日～21日に埼玉県で行われた関東高等学校水泳競技大会兼インターハイ予選会に出場し、4×100mフリーリレーで標準記録を見事突破し、インターハイの出場権を獲得しました。

猪選手は「海洋センターで水泳を始めて15年、両親・家族・コーチなど多くの方に支えてもらってここまで来られました。恩返しのために頑張ってきます」と語っています。

インターハイは8月17日から広島県で行われます。

千葉県B&Gスポーツ大会で総合優勝

7月6日に町B&G海洋センターを会場に、千葉県B&Gスポーツ大会水泳競技の部が行われ、千葉県内の海洋センター所在自治体代表の小学生から高校生までの60名が日頃の練習の成果を競い合いました。町からは日々水泳教室に参加している30名が出場し、総合優勝を成し遂げました。



▲飛び込みの様子

安房郡市小中学生剣道選手権大会

6月15日の富浦体育館にて、安房郡市小中学生剣道選手権大会が行われました。

この大会は、学年別個人戦で4年生男子の部に出場した、岡本 大地 選手(中原区)が優勝、田村 大和 選手(中佐久間区)が3位に入賞しました。

剣道の体験会を行っています。興味がある方はぜひご参加ください。

日にち 8月1日、5日、8日、19日、22日

時間 午後6時30分～

場所 海洋センター 体育館
※動きやすい服装でご参加下さい



▲前列左から田村さん、岡本さん



青少年健全育成標語 優秀作品発表！

青少年育成鋸南町民会議では、町内の小中学生から「あいさつ運動の推進」「望ましい生活習慣の確立」「環境美化の推進」にかかる標語の募集を行いました。今年度は、136点の応募をいただき、その中から入賞作品が決定しました。今年度の最優秀、優秀作品は次のとおりで、最優秀作品は看板を作成し、小中学校及び中央公民館に掲示します。

あいさつ運動推進の標語

最優秀作品

あいさつは 僕の心の 栄養剤

鋸南中3年 齋藤 八雲 さいとう やくも

優秀作品

元気よく あいさつする子 鋸南の子

鋸南小3年 福原 蒼彩 ふくはら あおい

あいさつで 広がる友の輪 地域の輪

鋸南小4年 広瀬 宗 ひろせ そう

あいさつは 心をつなぐ 合言葉

鋸南中2年 二村 葉月 ふたむら はづき

望ましい生活習慣の確立の標語

最優秀作品

朝ごはん ステキな一日の 始まりだ

鋸南小6年 野村 茉矢 のむら まや

早起きは たくさんいいこと あるかもね

鋸南中3年 中臺 翔 なかだい しょう

優秀作品

朝ご飯 今日のしあわせ 第一号

鋸南小5年 佐藤 優南 さとう ゆうな

早寝早起き 体のリズム 整えよう

鋸南中1年 御世梅 鉄芯 ごぜん め かつしん

環境美化活動推進の標語

最優秀作品

捨てるより いかせそのゴミ 資源ゴミ

鋸南小5年 鈴木 碧音 すずき りおん

優秀作品

ごみひろい みんなでまもる きょなんのしぜん

鋸南小1年 川名 日和子 かわな ひなこ

エコ活動 未来へ繋げる 第1歩

鋸南中1年 御世梅 鉄芯 ごぜん め かつしん

ポイ捨てを 無くして目指そう きれいな町

鋸南中2年 井上 咲希 いのうえ さき

地域力創造アドバイザーを委嘱



▲本田 勝之助 さん

6月25日付けで本田屋本店有限公司 代表取締役 本田 勝之助さんほんだ かつのすけを地域力創造アドバイザーとして委嘱しました。

本田さんは「鋸南町で活動できる機会をいただき大変嬉しい。まずは町の方々の声を聴かせていただき、地域製品の開発を基軸とした循環経済モデルを構築のための支援をしていきたい。」と意気込みを語りました。

若い力で地域を元気に！地域おこし協力隊が着任

7月1日付けで地域おこし協力隊として、埼玉県出身の塩崎 雄士郎^{しおさき ゆうしろう}さんを委嘱しました。

塩崎さんは、今年3月に大学を卒業したばかりで、今後は移住定住対策担当として、お試し居住施設の整備の企画、移住体験会や体験交流事業の企画・運営などに新しい視点で取り組んでいきます。

塩崎さんは、「空き家の活用を中心に移住者の増加や地域資源を活かした体験型プログラムの企画に取り組みたい」と語りました。



▲塩崎 雄士郎さん

社会を明るくする運動で啓発キャンペーンを実施



▲啓発キャンペーンの様子

7月5日に道の駅 保田小学校にて「犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう」と題し、啓発キャンペーンを実施しました。

「社会を明るくする運動」は、国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

Hondaビーチクリーン活動を実施



▲ビーチクリーン活動の様子

7月9日に千葉県Honda Cars 主催のもと、「素足で歩ける砂浜を次世代へ」をスローガンに保田中央海水浴場において、Hondaビーチクリーン活動を実施しました。

当日は、Hondaグループの従業員、地域の方々、町職員、約300名が参加し、手作業でのゴミ拾いに加えて、ATV（4輪バギー）を使用し、約610kgのゴミを回収することができました。

勇魚会俳句【令和7年春・夏編】

新句会勇魚の浜の初蝶来	池田 勝
春の畑鋤くたび土の笑ひけり	田村 洋子
恋の猫アランドロンの瞳もち	笹生 君雄
青き空平等にありこどもの日	川崎 一美
鯉のぼり風を呑み込みしなりをり	宇都宮 圭子
ネモフィラの青き湖へと夏の蝶	川崎 みどり
くせつ毛もチャームポイント梅雨に入る	戸倉 美和子
吉凶を占ふ如く枇杷を選る	保泉 溪子
寝転んで浜昼顔と会話かな	黒川 良夫
シーグラス小瓶に夏を閉じ込めて	富永 里美
何もかも放り出したり大昼寝	川崎 保子
青田風背番号「3」は不滅です	黒川 清和
選者吟 青葉風和尚の弾きしジャズピアノ	東 國人

あの子もこの子もきよなんの子

～7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
小島 綾人 こじま あやと	R 7. 6.26	竜一・香菜子（第1子）	田町	元気に大きく育ってね!

羽アリを見たら! 

特定現況検査(蟻害・腐朽)も承っております。

(株)リプラ・エ営

ネズミ・スズメバチ・害虫ご相談承ります

本社 千葉県鴨川市江見西真門384-3 ☎0120-16-0158

リプラエ営 検索 

やめましょう! ごみのポイ捨て

町では、環境美化推進に関する条例を制定し、ポイ捨て禁止の啓発やパトロールを行っています。

人目のつきにくい場所や道路沿いでは、ごみのポイ捨てが多く見られます。清潔で美しい町を維持していくためにも、ごみのポイ捨ては絶対にやめましょう。

サマージャンボ宝くじ

宝くじ公式サイトでネット購入!



令和6年度町施設の利用状況

道の駅きよなん

利用者数 23,139人(前年度比2,408人増)

買い物や食事が楽しめる観光物産センター、観光案内所を設置しています。観光案内所内のギャラリーでは年数回、写真の展示会などを開催しています。

佐久間ダム公園キャンプ場

利用者数 193人(前年度比108人減)

料金収入 111,000円(前年度比62,000円減)

5月から11月末まで開設しています。最近人気のキャンプを近場で体験することができます。

料金 1張1泊1,000円

中央公民館

利用者数 41,976人(前年度比5,142人増)

料金収入 1,634,355円(前年度比153,375円減)

子育て広場や図書室、多目的ホールなどさまざまな用途で利用できます。

公民館主催教室では数多くの教室を開催しています。

菱川師宣記念館

利用者数 7,896人(前年度比957人増)

料金収入 3,216,981円(前年度比474,862円増)

菱川師宣と浮世絵を紹介する施設です。

9月15日まで「～南総里見八犬伝～ 曲亭馬琴とその時代」を開催しています。

料金(町内) 200円

B&G海洋センター

利用者数 40,373人(前年度比8,150人増)

料金収入 11,490,027円(前年度比2,162,007円増)

子どもから大人まで多様なプール教室を開催しています。健康増進のためプールやアリーナで運動しませんか。

料金(町内) プール 大人400円 子ども200円
アリーナ(1時間) 全面1,100円 半面550円

都市交流施設・道の駅保田小学校

利用者数 894,249人(ようちえん含む)

売上高 647,420,000円(税抜、テナントは含まない)
(前年度比81,513,000円増)

直売所「きよなん楽市」や飲食店、温浴施設に加え、附属ようちえんには、雨でものびのびと遊べるプレイカフェなどがあります。

バーベキューハウス佐久間小学校

利用者数 325人(前年度比78人減)

料金収入 214,000円(前年度比44,600円減)

面倒な火おこしと片付けはスタッフが行います。道具類を有償で貸し出しもしています。食材と飲み物をご持参ください。

老人福祉センター「笑楽の湯」

利用者数 22,959人(前年度比4人減)

料金収入 10,079,850円(前年度比346,400円減)

天然温泉で町外からも多くの方にご利用いただいています。貸切風呂もあります。

料金(町内) 大人300円 子ども150円

元名採石場跡地

利用件数 45件(前年度比13件減)

料金収入 7,543,000円(前年度比1,207,000円減)

映画作品をはじめ、ミュージックビデオやCM等、様々な撮影やイベントで利用されています。



▲道の駅保田小附属ようちえん プレイカフェ

鋸南町公共交通アンケートを実施します！

町民の皆さんの生活実態や移動の方法、公共交通に関する利用意向、将来の方向性などについてご意見をお伺いし、これからの公共交通のあり方を検討するため、アンケートを実施します。

郵送でアンケートが届いた方は、調査へのご協力をお願いします。

調査時期 令和7年8月中旬～8月下旬

調査対象 無作為に抽出した18歳以上の町民2,000人
高校生(15歳～18歳) ※高校生相当の年齢の方も含む

回答方法

- ①アンケート用紙に直接記入して回答(郵送回答)
- ②インターネットによる回答(Web回答)

問合せ先 町地域公共交通活性化協議会事務局
(総務企画課内) ☎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、保健福祉課までご連絡ください。

対象者 昭和50年9月1日～昭和51年8月31日までに結婚されたご夫婦

申込期限 8月21日(木)まで

申込み・問合せ先 保健福祉課福祉支援室 ☎50-1172

日本遺産候補地域「鋸山」に関するアンケートのお願い

富津市と共同で鋸山の日本遺産認定に向けた地域活性化事業を実施しています。町民の皆さんに鋸山への関心や理解を深めていただくことを目的にアンケート調査を実施します。鋸山の日本遺産認定のため、ご協力をお願いします。

調査期間 8月1日(金)～31日(日)

対象 町在住の方

回答方法 二次元コードからお答えください

問合せ先 教育委員会教育課生涯学習室 ☎55-4151



ディスコダンスエクササイズ教室の開催

懐かしいディスコソングに合わせて楽しく体を動かしてみませんか？ぜひ、ご参加ください。

開催日 8月26日(火)、9月30日(火)、10月28日(火)

時間 午後1時30分～3時 ※1日のみの参加可能

場所 保健福祉総合センター「すこやか」

対象 町在住の方

参加費 無料

講師 健康運動指導士 澁谷 理恵 先生

申込み・問合せ先 地域包括支援センター ☎50-1173

オルカ鴨川FC VS ハリマアルビオン戦

第3回 Kamogawa BLUE Fes'同日開催！！

今年もオルカの試合と一緒に約30店舗がスタジアムを盛り上げます！

多くのご来場をお待ちしております。

日程 9月7日(日)

時間 午後3時～

場所 鴨川市陸上競技場

費用 無料 ※一部エリアを除く

詳しくはオルカ鴨川FC公式ホームページをご覧ください。

<https://www.orcakamogawafc.com/>

涼しい部屋の無料提供開始 道の駅保田小学校

道の駅保田小学校でクーリングシェルトアの無料提供を開始しました。誰でも無料、予約不要で出入り自由です。読書やPC作業等にご利用ください。

時間 営業時間の午前9時～午後5時まで開放

費用 無料 ※事前予約不要



秋山住宅管理社

一言でいうと便利屋です

塗装から除草・草刈り・掃除・片付け・網戸張替等

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/>

ええ町やなぁ みかえリズムームアップ



皆さんから教えていただいた活動や取り組みをご紹介します

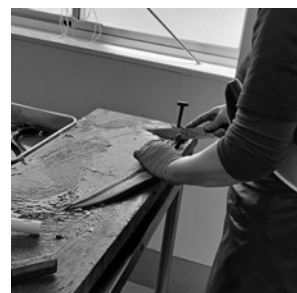
うなぎ養殖で地域を元気に！ 南総里見うなぎ本舗

豊かな自然と地域への想いから生まれた南総里見うなぎ本舗（日本DSSフーズ株式会社）。親会社（東海建設株式会社）とは畑違いの事業に挑戦する原動力となったのは、令和元年房総半島台風でした。「休耕田を利用して、被災した地域を再び活性化させたい。」という想いが、鰻の陸上養殖という形で実現しました。

山水を引き込み、水質・酸素濃度・温度を細やかに管理された自社池では、一匹一匹の鰻が、無投薬で大切に育てられています。餌の量や飼育グループ分けは鰻たちの状態を観察しながら調整する徹底ぶりです。

丁寧に手捌き・調理されて急冷凍されたこだわりの逸品は、町内スーパーや道の駅保田小学校の他、オンラインでも購入することができます。町のふるさと納税の返礼品にもなっており、「肉厚蒲焼き」と「うなむすび」が特に人気を集めています。

社長の平田 康裕さんの口から何度も聞かれる「地元のために」という言葉は、事業が単なるビジネスに留まらず、地域への深い愛情に根差していることを示しています。養殖の水を農地や水耕栽培と絡める循環型モデルの構築という大きな展望も、雇用拡大と結びつく町への愛に満ち溢れています。



イメージキャラクターの「うなぎょん」は店長の黒川友美さんのデザイン ▶



恒例のビーチクリーン 安房鋸南ゆるっとClean Up部

持続可能な地球の環境を守るため活動している安房鋸南ゆるっとClean Up部（鋸南ゼロウェイストを目指す会）。毎月17日を「ゆるっとい～な♪Clean Upの日」として町内の海岸清掃を呼びかけて、プラスチック等の人工物を拾っています。参加予約は不要なので、熱中症の対策をして、手袋持参でご参加ください。8月は今年も宝探しイベントを企画されています。

公式LINEに登録すると開催連絡を受けとることができます。

～8・9月の活動スケジュール～

宝さがしビーチクリーンアップ

海岸をきれいにしながらお宝をゲット！

日時 8月17日（日） 午前8時30分～10時

集合 竜島海岸（源頼朝上陸の碑前）

ワールドクリーンアップデー

世界中で一斉に地球を清掃する企画にあわせて実施。17日ではなく21日です。

日時 9月21日（日） 午前8時30分～10時

場所 元名海岸全域



▲通学前に掃除をする中学生の姿も



まちの情報募集中

皆さんの活動や、とりくみのことを取材させてください。

●地域おこし協力隊

（広報・広聴担当）

楠木かおり

kouhou@town.kyonan.chiba.jp



地域おこし協力隊通信



今回は、現役の中で一番ベテランの小池隊員に、最近の活動を教えてもらいました！

問合せ先 地域おこし協力隊(広報・広聴担当) 楠木かおり
E-Mail kouhou@town.kyonan.chiba.jp



▲小池 貴久隊員
有害鳥獣対策担当

新型コロナウイルス感染症の特例措置で任期を今年の11月末まで延長しましたが、1年以上前に、ある作業をしていた両肘と左肩を続けて負傷。騙し騙し活動していましたが、気合と根性だけではどうにもならず、これ以上悪化させないために今春から負傷箇所のリハビリを始めました。回復まで時間が掛かることもあり、残りの任期は、捕獲以外のことや地域活性化につながる動きをしています。

3月下旬に、道の駅保田小学校のイベントで、猪のラードを用いた手作り石鹸の講座と、害獣のツノやキバを加工した装飾品の試験販売を実施。4月は、調査に使用しているドローンの免許の限定解除で用途が広がったことと、罾の見回りに使う通信機器の自作を視野に、第二級陸上特殊無線技士の免許を取得。それと、退任後を見据えて、環境や地域振興に関する研修や過去の人脈の再構築などで遠方に出かける機会が増えました。今後はそういったスキルやノウハウを活かして、地域創生に関わっていくつもりです。

鋸南病院だより【第50回】特定健診で健康を守りましょう！

40歳から74歳までの方で医療保険に加入している方は、特定健診を受けることができます。

特定健診は、生活習慣病の予防や早期発見に役立つ大切な機会です。血圧や血糖値、コレステロールなどの検査を通じて、ご自身の健康状態を把握し、将来の健康リスクを減らすことができます。

町では、

- ①集団健診(鋸南町役場や保健福祉総合センター「すこやか」など)
- ②施設健診(鋸南病院など、個別の医療機関)

と、実施場所を選んでいただくことが可能です。

健康上の相談をご希望される方は、別途(保険診療にて)診察や検査も可能ですので、ぜひとも鋸南病院での受診をお勧めします。

健診は予約制ですので、健診のお知らせ(青い封筒)が届きましたら当院へお問い合わせください。

問合せ先 鋸南病院 ☎55-2125



すこやか便り

がん検診を受けましょう！



がんは40年以上、日本の死因の第1位であり、2人に1人が生涯でがんになるといわれています。大腸がんや乳がん、子宮がんは30歳代から、肺がんや胃がんは50歳代から増え始めます。

がんは生活習慣や感染などさまざまな要因でがんになると考えられています。がんを完全に防ぐことは難しいですが、がんに「なりにくくする」ことはできます。

【がんのリスクをへらす生活習慣5つ】

1. たばこを吸わない
2. お酒を大量に飲まない
3. 食生活を見直す
4. 適度に運動する
5. 適正体重を維持する



町では次とおりがん検診を実施しています。希望される方はお早めにお申し込みください。

検診の種類	対象年齢(年度末年齢)	実施期間
乳がん	30歳以上の女性	6/1 ~ R8/1/31
子宮頸がん	20歳以上の女性	6/1 ~ R8/2/28
大腸がん	35歳以上	9/3、9/9、9/30、10/2、10/3、10/5、10/6、10/30
肺がん	35歳以上	9/30、10/2、10/3、10/5、10/6
胃がん	35歳以上	10/2、10/3、10/5、10/6
前立腺がん	50歳以上の男性	10/2、10/3、10/5、10/6

がん予防講演会を開催します！

お電話またはインターネットからお申し込みください。

日時 9月10日(水) 午後2時30分～4時

場所 保健福祉総合センター「すこやか」

内容 「生活習慣で差がつく！医師が語るがん予防のヒント」

講師 鋸南病院院長 山本 大夢 先生

費用 無料

申込期限 9月3日(水)

問合せ先 保健福祉課健康推進室 ☎55-1002

<https://logoform.jp/f/Nwst9>▶



馬琴と八犬伝

安房国を発端として八犬士が波乱万丈な活躍をする「南総里見八犬伝」。曲亭馬琴が二十八年もの歳月をかけて創り上げた江戸時代を代表する大きな物語です。馬琴は貧しい武家の家に生まれました。家を飛び出し、戯作者になるうと、当時の一流作家、山東京伝の門をたたきます。しかし京伝は弟子は取らず、版元の薦屋重三郎を紹介され、馬琴は薦屋の番頭として奉公することになります。ここで戯作に関わる人たちが作品に接し、修練し、戯作者としての基礎を形作っていきます。薦屋重三郎も彼の才能を期待していました。馬琴の下駄屋への婿入りを斡旋したのも京伝と薦屋だったと言います。

その頃、薦屋のもともとう一人、目をかけられていた勝川派の若き浮世絵師がいました。春朗です。薦屋は春朗に黄表紙挿絵や役者絵などで関わらせました。若き馬琴が文を書き、春朗が挿絵を描いた黄表紙が薦屋から出ているのです。

しかし、光るものを感じながら、いまだ個性を出しきれない春朗より、薦屋は写楽と言う無名の絵師を役者絵で大々的にプロデュースします。春朗は

勝川派を飛び出し、絵師としての自分独自の道を追求め続け、やがて北斎と名乗ることになります。

二人が世間に認められ、大いに活躍するようになった時、残念ながら薦屋はすでにこの世にはいませんでした。

「南総里見八犬伝」は、馬琴が、家族や自身の葛藤や挫折、苦悩を経て、最後の3年は目が見えなくなり、息子の嫁に口述筆記させ完成させた、文字通り精魂かけた集大成とも言える作品でした。

菱川師宣記念館では特別展「南総里見八犬伝 曲亭馬琴とその時代」を九月十五日まで開催しています。八犬伝はどうやって生まれたのか。馬琴の盟友の北斎、京伝、華山、写楽、歌麿らの貴重な作品を展示し、八犬伝のさらなる魅力を紹介しています。



▲八犬伝犬の草紙 犬塚信乃

防災の豆知識 第29回

台風に備えましょう

- 台風の季節になりました。台風は、予測することができ、正しく備えることで被害発生を抑えることができる自然災害です。正しく備えて、安全を守りましょう。
- ①雨や風が吹く前に家の外の備えをしましょう。
- ②戸外のはつとめて取り込み、風で飛ばされそうなものは固定しましょう。
- ③窓や雨戸はしっかりと閉め、必要に応じて補強をしましょう。
- ④側溝や排水口は掃除して詰まらないようにしましょう。
- ⑤家の中の準備をしましょう
- 窓ガラスが割れると危険です。飛散防止フィルムやテープでガラスの飛散を防止しましょう。
- 停電に備えてバッテリーの充電や電池交換をしておきましょう。
- 水の確保をしましょう。飲料水だけでなく、トイレなどの生活用水確保のため浴槽等に水をためておきましょう。
- 少しでも良いので、調理の必要がない食品も準備しておきましょう。
- ③避難の準備をしましょう
- 避難場所・経路を確認しておきましょう。
- 非常持出し（貴重品等）は、リュック等で窓の少ない場所に置いておきましょう。
- 事前に家族と連絡手段等を確認しておきましょう。
- ④こまめに台風情報や「警報・注意報」を確認しましょう。
- ⑤不要不急な外出は避け、危険な場所へは近づかないようにしましょう。
- 増水した川・用水路、冠水した道路、海岸線などは危険です。絶対に近づかないようにしましょう。
- 家や自動車のドアの開閉は突風で挟まれる危険性が高いです。また、強風時は無理に外に出ないで、建物内で過ごしましょう。
- 最後に、事前の避難は有効ですが、つとめてブレーカーを落としてください。また、対策・準備は、周囲の方のためにも必要です。放置することで、他人に対する凶器に代わってしまうものが多数あります。



かんたんおいしいレシピ

ズッキーニのチーズピカタ

ズッキーニはきゅうりのような見た目ですが、カボチャの仲間です。緑色のズッキーニは油を使って加熱するとコクのある味わいになります。黄色のズッキーニは生でも食べやすく、さっぱりとした味わいが特徴です。カロリーが低く、夏バテ予防に効果のあるカリウムを多く含むため、夏におすすめの食材です。



材料(大人2人分)

ズッキーニ …………… 200g(小一本)
小麦粉……………適量
卵……………1個
粉チーズ……………大さじ1
塩・こしょう ……………少々
油……………大さじ2
ケチャップ……………適量

作り方

- ① ズッキーニは1cm幅の輪切りにし、小麦粉をまぶす。(ポリ袋に入れてよく振る)
- ② 卵をボウルに割入れ、よく溶いたら粉チーズ、塩・こしょうを加えてよく混ぜ合わせる。
- ③ フライパンに油を熱し、①を②にくぐらせ、フライパンに並べ、弱火で焼き色がつくまで焼く。
- ④ ひっくり返して、蓋をして3分程度蒸し焼きにする。
- ⑤ 器に盛りつけ、ケチャップを添える。

栄養価1人分

・エネルギー 157kcal ・たんぱく質6.6g・脂質9.9g
・カリウム400mg ・塩分0.9g

提供：健康づくり推進員協議会



さくと
咲翔くん

1歳4か月

田村 良介さん・千晴さん
第1子 両向区

僕はプール遊びが大好き！
最近はいろんなことに興味津々で、たくさんおしゃべりするんだ！
毎日とっても楽しいよ！



今月の表紙

7月12日に勝山地区で祭礼が行われ、各地区の屋台が鋸南町役場に集まりました。仁浜区では神輿が担がれ、大いに盛り上がりを見せていました。

人の動き 7月1日現在(前月比)

人 □	6,579人 (-11人)	出生	1人
うち男	3,188人 (+1人)	死亡	8人
女	3,391人 (-12人)	転入	14人
世帯数	3,413世帯 (-5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。