

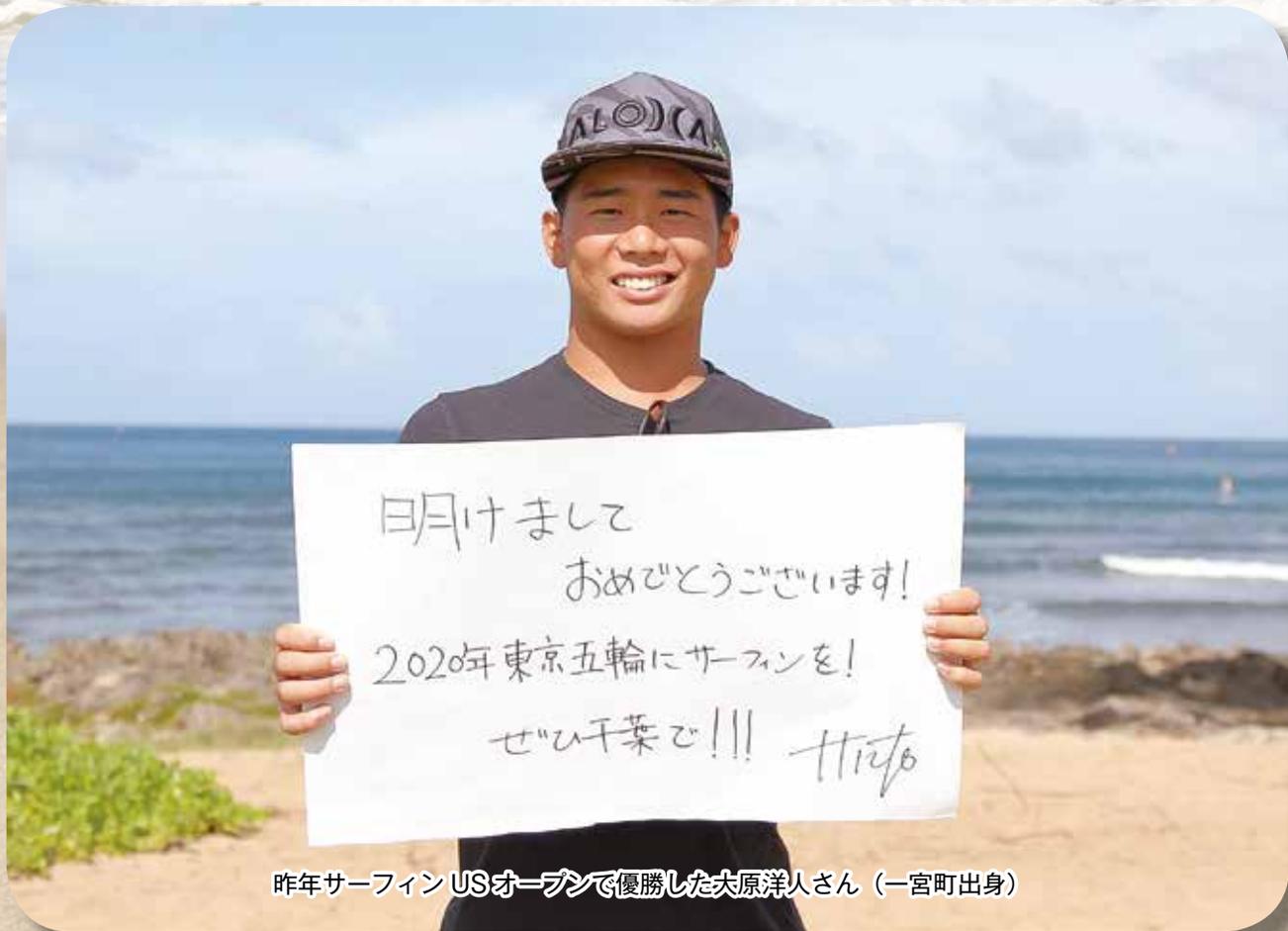
平成28年 1 月号

発行 千葉県長生郡一宮町
編集 一宮町役場まちづくり推進課
電話 0475 (42) 2111 (代)
人口 12,469 人 (- 5 人)
男 6,135 人 (+ 2 人)
女 6,334 人 (- 7 人)
世帯数 5,128 世帯 (+ 3 世帯)
面積 22.97 k m²
※平成 28 年 1 月 1 日現在
() 内は前月比

ホームページ

<http://www.town.ichinomiya.chiba.jp>

一宮
いちのみや



昨年サーフィンUSオープンで優勝した大原洋人さん（一宮町出身）

2020年東京五輪の追加種目として国際オリンピック委員会にサーフィンが提案されました。一宮町は県内の太平洋沿岸地域 15 市町村と連携し、千葉県での開催を目指しています。

平成28年 新春 対談



一宮町長
玉川 孫一郎



一宮町議会 議長
島崎 保幸

明けましておめでとうございませう。新春にちなんで、町長と議長に昨年を振り返りながら、新年の抱負などを語っていただきました。

災害に強いまちづくり

町長 明けましておめでとうございませう。一宮町の昨年を振り返りながら、新年についてお話をしたいと思います。

まず、昨年10月から一宮川のかもめ橋下流にて、護岸かさ上げ工事がスタートしました。これは平成29年度までの予定で、

議長 明けましておめでとうございませう。

津波対策として、保安林の中での土壘かさ上げ工事が、平成25年度から27年度までの予定で進められ、ほぼ終了しました。残る工事は一宮川の護岸かさ上げと海岸につながる道路のかさ上げですね。

町長 はい。それにより津波対策が完了します。

道路のかさ上げは、千葉県が平成27年度から測量に入っています。それぞれ早急に完了していただけるよう千葉県と協議してまいります。

今年から建設に入り、平成29年4月に開園予定です。

これにより、受け入れ可能な園児が90人増加します。

議長 若い世代の方が結婚、妊娠、出産、育児に対し、より前向きに考えることができるようになるには、まずは受け入れ態勢の充実が望まれていると思います。

今回のこども園の整備により、ひとつの大きな問題がクリアされたところですが、もうひとつの大きな問題である、産婦人科医の減少問題はどうのような状況ですか。

町長 これは長生郡市7市町村で協議しておりますが、減少している産婦人科医を増やしていかなければなりません。今後、医師会とも相談し、広域連携を進めてまいります。

地域産業が元気なまちづくり

町長 一宮町の基幹産業である農業ですが、一宮町は昭和40年代から長らくトマト王国でした。しかし、近年JAグリーンウエーブでのトマトの出荷が年間100万ケースを割る年もあり、なかでも一宮町の生産量が減っているようです。

そのような状況で、昨年若手農家が28年ぶりに国庫補助事業を受け、1000㎡あたりトマト30tを生産できる大規模な施設を、役場下の県

子どもたちの元気な声が聞けるまちづくり

町長 愛光保育園の新園舎は、定員80人で昨年4月からスタートしました。そして東浪見こども園も、現在建設中で今年4月から開園します。

一宮こども園は、運営者を選考し、



▲ 着実に進む一宮川の護岸かさ上げ工事

道沿いに建設中です。

議長 私は施設野菜農家であり、昭和58年に国庫補助事業を受け、当時としては画期的な、太陽光を入れやすい、ダッチライイト型ガラス温室を造り、トマトとメロンを生産しています。

出荷組合長も経験しましたが、トマトの値段は、残念なこと何十年もほとんど変わりません。ですから、利益を上げるには、生産量を増やすことはもちろん、多様な販売方法の検討や栽培技術の向上にこれまで以上に、取り組まなければなりません。

現在、一宮町におけるトマトの平均生産量は、1000㎡あたり10tから15tほどだと思えます。1000㎡あたり30tの生産が実現できれば、後に続く若手農家は増え、トマト王国一宮が復活すると思えます。

また、それだけの収量となると、家族経営では難しいので、雇用が必要となります。農業が会社経営の形になっていくと思えます。

町長 私もぜひそのような感じと願っています。

日本の農業は家族経営が多く、休みなく働いている農家が多いと思えます。人件費を支払って、利益を出し、日曜、祭日は休める農業になればと考えています。

観光面では、昨年7月に一宮海岸広場をオープンし、子どもたちが遊べる場所ができました。

また、釣ヶ崎海岸広場や一宮海岸有料駐車場の整備により、首都圏から来るサーファーが増えています。

一宮海岸有料駐車場の有料駐車台数は、昨年も3万9000台を超えました。収益を積み立て、海岸を整備するための目的で設置した「魅力ある海岸づくり基金」は3年間で2300万円となる見込みです。

3年間試行実験を実施しましたが、平成28年度から一宮海岸有料駐車場を正式な有料駐車場とし、利用者が要望している駐車場の舗装、シャワーを設置し、駐車場の利用者を迎えたいと思っています。

一方、釣ヶ崎海岸広場は、満車で



▲大成功に終わったウミガメ会議

も80台であり、利益を得るのは難しいということと、一宮町で盛んであるオリピック競技になるであろうサーフィンの練習場所として、無料開放を考えています。

そして、この海岸で練習した子どもたちが、東京オリピックでメダルを取ればと、夢は広がります。

昨年9月に行われた第2回九十九里トライアスロンに2144人が参加し、雨天ではありましたが、観戦者も1万3000人と、2年連続で日本最大規模の大会となりました。参加者のアンケートでは、「来年もぜひ参加したい」という声が72%もありました。

今年は一宮川の護岸工事がありますが、現在千葉県と協議中で、ぜひ第3回も行いたいと思いますので、

する店舗数を商工会が約200店舗集めたことが、一番の理由と考えています。

この店舗数であれば、一昨年も実施した10%のプレミアム率であっても、購入したいという声が町民から出ており、せっかく盛り上がった商店街の火を消さないように、ぜひ今年も引き続きプレミアム商品券事業を続けたいと考えています。

その他、昨年は子育て応援として中学生以下のお子さん1600人へ5000円のプレミアム商品券の配布などをいたしました。

また、先ほど議長がおっしゃった地方創生上乗せ交付金ですが、一宮町の小学6年生全員にタブレットを配布し、電子授業をするなどを目的に、千葉県では最高額の6000万円をいただきました。満額をいただいたのは、千葉県の中で一宮町だけでした。

オリピックサーフィン 競技会場の誘致

町長 昨年6月22日に、東京オリピック組織委員会から、追加種目を26種目から8種目に絞る発表がありました。それを受け、一宮町で盛んなサーフィンを追加種目にも選んでもらう良い手立てはないかと、サーフィン業組合長である鶴沢清永議員

と相談し、サーフィンが盛んな市町村へ「サーフィンの東京五輪正式種目を応援する首長連合」参加を呼びかけました。

予算は必要なく、フェイスブックによる応援メッセージと一緒に1万人のビーチクリーンを行うという活動で、東京にある日本オリピック委員会の記者クラブで記者会見をさせてもらいました。

8月3日には一宮町出身の大原洋人選手が「USオープン」で日本人として初優勝を遂げ、サーフィンの追加種目を応援する見事な追い風となりました。

そして、9月28日に東京オリピック組織委員会から、国際オリピック委員会に追加種目として、サーフィンを含め、5種目を提案する発表がありました。

その発表を受け、外房15市町村と千葉県サーフィン連盟4支部に呼びかけ、「2020年東京五輪・パラリンピックサーフィン競技会場の誘致に係る要望書」を、千葉県知事に提出しました。

全国では、宮城県、静岡県、神奈川県、福島県も会場誘致に名乗りをあげています。

千葉県も、今後は森田知事を先頭に関係市町村と連携して、外房地域での開催を目指して全力で誘致して

よろしくお願いいたします。

議長 海岸有料駐車場は、3年前の試行実験開始にあたり、議会でもいろいろと議論がされました。一宮町に来られる方から、整備してない場所でも、お金をいただくのはいかなものかなど、いろいろな意見がありました。3年間の試行実験を経て、利用料金で利用者からの要望整備ができるようになったということは、海岸有料駐車場試行実験は成功であったと思います。今後、駐車場を整備して、正式に海岸有料駐車場を開設することは良いと思います。

議会としても観光の顔である海岸の整備は望むところであり、地元住民の利便性を考慮しながら、海岸がきれいに整備されることを望みます。

町長 長年の懸案であった東浪見土地区画整理事業も関係者の協力を得て、ついに解決いたしました。これは町民と議会の皆様のご理解とご協力のおかげと、この場をお借りして深く感謝いたします。

議長 東浪見土地区画整理事業は、議会でも長年の懸案事項であり、解決できたことは私も議会も本当に喜んでいます。

また、昨年は「地方創生」という新しい事業に、一宮町は積極的に取り組む、プレミアム商品券事業も好

いくと聞いています。外房地域の中でも、一宮町が会場となれば一宮町の発展は計り知れないものです。私にできることは全力で行っていく所存であり、今後の状況を的確に把握し、必要であれば、議員の力もお借りし、吉報を勝ち取りたいと思います。

議長 一宮町がサーフィンのオリピック会場となれば、若者の定住促進や一宮町の進んでいないインフラ整備も早急に整備されていくと思えますが、いかがですか。

町長 オリピック会場となれば、一宮町でこれまで進んでいない長生グリーンライン、県道南総一宮線、あるいは上総一ノ宮駅東口開設などのインフラ整備は進んでいくと考えています。

子どもたちの夢を実現するためにも、ぜひ一宮町をサーフィンのオリピック会場にしてほしいと考えています。

今年も一宮町の一層の飛躍に向けて取り組んでまいりますので、皆様の温かいご支援、ご協力をお願い申し上げます。



▲4月に完成予定の東浪見こども園

評でした。また、平成27年度上乗せ交付金では、県内一番の結果だったと伺い、担当職員に感謝いたします。

町長 国は、地方が自立し、人口減少に歯止めをかけるため雇用創出などをメニューとした「地方創生」という事業を打ち出しました。

町と商工会は国から交付された約5000万円のうち、約1900万円をプレミアム商品券事業とし、40%のプレミアム率で、販売数4000セットを昨年6月に売り出しましたが、早朝より並んでいただき、早々と売り切れました。

人気の理由として、40%のプレミアム率も大きいと思いますが、販売

議長 2016年の内申の年は、形が明らかになってくる。「実が固まっていく」など、これまで目の見なかったことが形になって現れてくる、また、これまでの頑張りが形になっていく年だということを感じました。

町民の皆様も、これまで頑張ってきたことをさらに継続して、今年花開かせていただきたいと思います。

議会も車の両輪として、町の発展、活気あふれる町づくりに取り組んでまいります。今年もよろしくお願ひ申し上げます。

▼サーフィン US オープンで優勝した一宮町出身の大原洋人さん





ジュニアスクールにはじける笑顔
 快晴で迎えた12月20日、テニス部初の試みジュニアテニススクールが始まりました。一宮小、東浪見小の4年生以上の児童18人(この日は2人欠席)が約2時間にわたってテニスプレーヤーへの第一歩を元気いっぱい踏み出しました。このスクールは10回のシリーズで毎週日曜日に開催されます。



ジュニアの大会は勝敗よりも笑顔第一
 12月12日、小学生以下を対象とした一宮バドミントンジュニア大会を初開催。一宮町バドミントン部だけでなく、茂原のクラブからの参加もあり、大変盛り上がる大会となりました。選手みんないい経験となったようで、これからの練習にも一段と力が入るに違いありません。



MINTのみんなは一流プレーに熱視線
 船橋市と一宮町との毎年恒例のミニバス交歓会が一宮町GSSセンターで行われ、11月28日は船橋市と地元チームによる交歓試合、翌29日は市立船橋高校のバスケットボール部選手によるクリニックが行われました。高校トップレベルのプレーはMINT KIDSメンバーの成長にいい刺激となりました。



剣道の町・一宮にはこの笑顔がよく似合う
 11月29日、大網白里アリーナで行われた第15回梅澤杯少年剣道大会、4年生男子の部に出場した少年剣道部(尚武会)の長谷川結生選手は、36人がエントリーして行われた予選リーグを勝ち上がり、決勝トーナメントでみごと第3位に入賞しました。剣道一宮の面目躍如です。



大人になってもこの野球魂は忘れない
 一宮町少年野球部は11月に行われた東総地区と南房総地区の2つの大会で優勝と準優勝という成績を収めました。まさに、房総半島の東半分を制覇という輝かしい成績。加えて各大会ともMVPや優秀選手賞、打撃賞などを個人賞も獲得。房総球児の誇りともいえるべき大活躍を見せてくれました。

スポーツを真ん中に

NPO法人 一宮町体育協会 ニュースフラッシュ 平成28年1月発行 Vol.102

合気道部/一宮少年野球クラブ/ウオーターマリンスポーツ部/空手道部剛柔流/空手道部和道会/グラウンドゴルフ部/剣道部/ゴルフ部/少年剣道部尚武会/少年サッカー部ウイングスFC/柔術部/ソフトボール部/テニス部/バスケットボール部ミントキッズ/バドミントン部/ママさんバレーボール部/野球部/エンジョイススポーツクラブ/企画広報部/事業部/施設管理部/事務局

NPO法人一宮町体育協会 憲章
 一宮町体育協会は、町の体育スポーツ団体を統括・代表します。町のスポーツの発展を図り、行動します。町民の健康維持・増進、体力向上に努めます。健康をテーマとしたまちづくりを推進します。健康寿命日本一の町の実現を目指します。

NPO一宮町体育協会 検索

ぼくたちだってアスリート 幼児体操教室「ニコリ」始まる!
 エンジョイススポーツクラブでは、4月から新しいメニューとしてキッズを対象にした体操教室を開設する予定です。それに先立ち1月から体験教室を開催します。日本体育協会のインストラクターが講師の幼児体操教室、ぜひ体験してみてください。教室内容はリズム体操、柔軟体操、マット運動、運動遊びなどです。講師はいすみ市や睦沢町で多くの教室を受け持つ吉野万智子先生です。対象：年中クラス(4~5才)のお子さま
 開催日時：1月30日(土)、2月13日(土)、3月5日(土)
 時間：15時30分~16時30分
 場所：GSSセンター
 料金：無料
 締め切り：各開催日1週間前
 募集人数：先着15人
 *水筒とタオル、着替えなどを持参してください。また、教室は基本的に裸足ですが、お子さまの様子に合わせて体育館シューズをお持ちください。
 問合せ & 申込：
 nicori.ichinomiya@gmail.com
 電話：09078219296(斉藤)
 *申し込み時はお名前、連絡先、希望日(複数可)を連絡ください。

たまひよ組
 あんよ前のベビーとママ、妊婦さんを対象にみんなでお茶をしながらゆつくり活動しています。
1月ベビー・ママ・お友達交流会
 東日本大震災から5年を目前にし、あの時、赤ちゃんと一緒にいたママや妊婦さんはどうやって過ごしたのかなど、先輩ママをお招きし、お話をいただきます。
 また、2月には保健師さんをお招きし、ベビーの防災対策についてお話をいただきます。
とき 1月28日(木) 午前10時30分~正午
ところ 中央公民館 和室
参加費 300円
申込み・問合せ マミーウェイ・富澤 050(5577)1335 mommyway.ichinomiya@gmail.com

わいわいカフェ
 ぐいっちゃんのお誕生日会
とき 2月20日(土) 午前10時30分~正午
ところ 中央公民館 大会議室
参加費 親子1組 500円
持ち物 (お茶・お菓子・ケーキ付) お子さんの上履き、赤ちゃんへのバースデーカード
 ※申込み不要
申込み・問合せ 138knet@gmail.com

まちびんごニュース
 138knet@gmail.com

2015年ふるさと10大ニュース
 町では、職員の投票により、ふるさと10大ニュースを選定しました。

⑩	「一宮ぼっくん」着ぐるみ、ボラ初お披露目	10月
⑨	東浪見こども園園舎建築着工	7月
⑧	平成26年度第2回職員採用試験 応募総数141人	1月
⑦	第2回99トライアスロン開催	9月
⑥	東浪見こども園運営法人決定	2月
⑤	個人番号(マイナンバー)の通知が始まる	10月
④	一宮商業高校野球ベスト16	7月
③	大原洋人さんサーフィンのUSオープン優勝	8月
②	ウミガメ会議開催	11月
①	プレミアム商品券プレミアム率過去最高4割発売	6月

田んぼの1年 ~一宮ネイチャークラブ~
 一緒に田植えをした子ども会のメンバーも加わり、12月6日、松子の田んぼはにぎやかな収穫祭となりました。会員で一宮小学校6年の小林香一朗さんに1年を通しての感想を聞いてみました。
 『ネイチャーに入ってまだ1年。学んだ事がたくさんある。春、機械を使わずにとても小さなお米の苗を田んぼに一つ一つ丁寧に植えた。「おいしいお米になってくれるかな?」と思いながら。夏、暑い中みんなで草刈りを何度も繰り返した。秋、稲刈りやおだかけをして、ついに待ちに待った収穫祭。この時に食べたお米は、すごく美味しかった。自分で作った物を収穫する喜び、自然にある物を使って物を作る知識。いろいろなことを教えてもらった。これからも僕は、ネイチャークラブで活動していきたい。』
 Facebook『一宮ネイチャークラブ』
【問合せ】
 矢澤 ☎(42)7388 大川 ☎(47)4959

作文コンテストで最優秀賞を受賞!
 第65回「社会を明るくする運動」千葉県作文コンテストで、一宮小学校6年の尾形依里香さんが、県内最優秀賞の県推進委員会委員長賞(県知事賞)を受賞しました。
 この作文コンテストは、社会を明るくする運動の一環として、日常の家庭生活や学校生活の中で体験したことを基に、犯罪・非行のない地域社会づくりについて考えたことを書くものです。

税の標語で表彰
 11月13日に開催された平成27年度納税表彰式で、「税の標語」の部で、一宮小学校6年の西田虎大朗さんの作品が優秀作品として、茂原税務署長から表彰されました。



「税の種 僕らの未来に 花がさく」



7 Ichinomiya

所得税の確定申告・住民税の申告はお早めに！

■ 問合せ 税務住民課 ☎(42) 2114

今年も確定申告の時期となりました。申告は正しい課税のための大切な手続きです。忘れずに申告しましょう。

受付期間・時間	2月16日(火)～3月15日(火) 午前9時～午前11時30分 午後1時30分～午後4時30分 ※消費税の申告書・所得税の還付申告書の提出は、茂原税務署で只今受付中です。
受付会場	茂原税務署、一宮町保健センター3階会議室 ※住民税申告の方は、一宮町保健センター会場のみです。
必要なもの	<ul style="list-style-type: none"> 申告書、印鑑、計算機、筆記用具 金融機関口座番号のわかるもの(申告者本人分、還付申告の方) 平成27年中の収入が分かる書類(源泉徴収票、事業・農業・不動産の収支内訳書など) 平成27年中に支払った控除証明書・領収書(生命保険料、地震保険料(旧長期損害保険料含む)、国民年金保険料、寄附金、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、医療費(※1)など) 身体障害者手帳、障害者控除対象者認定書(※2) <p>※1 医療費控除 医療費控除は医療費を一定額以上支払った場合に受けられ、総所得金額などによって異なります。総所得金額が200万円以上の方は10万円を超えた場合で、200万円未満の方は医療費が総所得金額などの5%を超えた場合が対象です。 平成27年中に実際に支払ったものに限って控除の対象になります。申告時には、合計金額を算出して来てください。なお、保険金などで補てんされた金額は差し引いてください。 おむつ代の医療費控除を初めて受ける方は、医師の発行した「おむつ使用証明書」が必要となりますが、2年目以降からは、要介護・要支援認定を受けていて寝たきり、尿失禁などの要件が介護認定資料で確認できる方については、町で発行する「障害者控除対象者認定書」を「おむつ使用証明書」に代えることができます。</p> <p>※2 障害者控除対象者認定書 身体障害者手帳の交付を受けていない65歳以上で身体の障害または、認知症の状態が一定の基準に該当すると町が認定した方は、確定申告により税の障害者控除を受けられる「障害者控除対象者認定書」を交付します。 ○上記認定書の発行については福祉健康課介護グループ(☎42-1431)へお問い合わせください。</p>
所得税確定申告が必要な方	<ul style="list-style-type: none"> 給与収入が2000万円を超えている方 給与所得や退職所得以外の所得の合計額が20万円を超える方 2ヶ所以上から給与をもらっている方 事業所得のある方
住民税申告が必要な方	<ul style="list-style-type: none"> 所得のある方で、所得税のかからない方 給与をもらっている方で、給与以外の所得が20万円以下の方

※譲渡所得(不動産・株など)、雑損控除・贈与税などの、高度な判断を要する確定申告は、茂原税務署へご相談し、申告してください。

体を動かすって楽しいね！ ～少年の日・地域のつどい大会～

「長生地区少年の日・地域のつどい大会」(長生地区青少年相談員連絡協議会主催)が、11月22日に茂原市市民体育館で開かれ、105人の子どもたちがスポーツを楽しみました。この催しは、スポーツを通じて友情と親睦を深め、体力作りをする目的で毎年開催されています。

今回は小学生16チームが、ファミリーバドミントンに挑戦。4人1チームで熱戦をくりひろげた結果、一宮町から出場した「ラッキーチーム」が優勝。「いっちゃんチーム」が準優勝しました。



▲「ラッキー・いっちゃん」チームやったね！

特技やスキルを生かしながら 活躍中のママたちが大集合！！

12月5日、ママによるワークショップフェスタ実行委員会主催の「ママフェス」が行われました。ワークショップやバランスボールエクササイズ、親子でチャリーディング体験ができ、午後からは、雑誌「Mart」専属モデル加藤幸子さんのトークショーがあり、盛り上がりました。



▲加藤幸子さん(中央)

七五三、おめでとう！～七歳児合同祝～

4月に小学生になる子どもたちをお祝いする、七歳児合同祝を11月15日に開催しました。

元気のいい94人の子どもたちが参加して、明るく和やかな雰囲気で行われました。最後はいっちゃんと一緒に、みんな笑顔の楽しい記念撮影でした。



3・11の教訓をく防災講演会く

問合せ 総務課 ☎(42)2112

東日本大震災からまもなく5年が経過しますが、被災地では復興に向けた取り組みが続いており、現在も全国に18万人の方が避難生活を余儀なくされています。



▲奇跡の一本松(保存後) 提供 陸前高田市

◆とき 2月13日(土) 午後1時30分

◆ところ ホテル一宮シーサイドオーツカ 研修棟4階

◆講師 陸前高田市 戸羽 太 市長

◆講演テーマ 「陸前高田の復興状況と課題、そして希望ある未来へ」

◆参加費 無料



▲陸前高田市 戸羽 太 市長

戸羽市長は市長就任1ヶ月後に震災が発生し、壊滅的な被害を受け、混乱のなか指揮を取り、対応されました。震災直後から現在に至るまでの復興の歩みや現状など実際のお話を聞ける貴重な機会です。どなたでも参加できますのでお問い合わせの上、ご参加ください。

介護保険運営協議会委員を募集

問合せ 福祉健康課 ☎(42)1431

一宮町介護保険運営協議会は、介護保険事業や高齢者福祉事業にかかわる介護保険料や保険給付などの介護保険事業計画の策定を始め、介護に関するさまざまな事項の協議を行っています。

◆応募資格 保健センターの窓口または町ホームページの「一宮町介護保険運営協議会委員応募申込書」に必要事項を記入の上、持参・郵送・FAXまたはメールで提出して下さい。

◆選考結果発表 郵送により本人に通知します。

◆その他 ①提出された申込書は返却しません。 ②申込書に記載された情報は、審査の目的のため以外には使用しません。(情報非公開)

◆応募資格 町内に住所を有し、4月1日現在、満40歳以上で平日の昼間に開催する会議に出席できる方

◆委員の任期 3年

◆応募締切日 2月10日(水) ※当日消印有効

手作り味噌を作りますか? 公民館教室募集

問合せ 教育課 ☎(42)4576

味噌作りを体験しませんか。自分で作った味噌の味は格別です!

◆とき 3月4日(金)

1回目 午前8時30分

2回目 午後1時

◆ところ 東浪見コミュニティセンター

◆定員 各回 15人

◆参加費 2500円(当日集金)

◆申込み 2月1日(月)

※申込みの際に通知用のハガキ(表書きに本人の住所氏名記載)をお持ちください。

あなたも認知症サポーターになりませんか

申込み・問合せ すまいるサポートセンター ☎(40)1055

養成講座受講者募集!

町では、認知症になっても安心して暮らせるまちを、住民の手によってつくっていくことを目指し、認知症サポーターの養成を行います。

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。周囲の方々の理解やちょっとした手助けがあれば、住み慣れた自宅で穏やかに生活を続けることができます。そのためには、地域の皆さんの支えが必要です。

この機会に、まず認知症のことについて、正しく知ることから初めてみませんか?

認知症サポーターとは?

「認知症サポーター養成講座」を受けた方が「認知症サポーター」になります。認知症を正しく理解してもらい、偏見をもたず、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者になっていただき、自分のできる範囲で活動・支援するのが主な活動です。例えば、「家族や友人にその知識を伝える」、「認知症になった人やその家族の気持ちを理解するよう努める」ことなどもサポーターの活動です。

◆とき 2月29日(月) 午後1時30分

(午後1時15分受付)

◆ところ 保健センター

◆内容 認知症の基礎知識、サポーターとしてできることなど

◆講師 すまいるサポートセンター職員・千葉県認知症ケア専門士会会員

◆受講料 無料

◆定員 30人(先着順)

◆申込期限 2月22日(月)



なお、認知症サポーター養成講座受講者には、「認知症の人やその家族を支援します」という意思を示す目印として、オレンジリングをお渡しします。

認知症サポーター養成講座の受講を希望される方は、すまいるサポートセンターまでお申し込みください。

「芸は身を助ける」大道芸の仕事く教育講演会く

問合せ 教育課 ☎(42)1416

大道芸の仕事を通して自分自身の人生観を語ります。

◆とき 2月6日(土) 午後1時30分

◆ところ 中央公民館 大会議室

◆講師 三雲いおりさん (パフォーマー・一宮町在住)

◆主催 一宮町教育委員会、一宮町PTA連絡協議会、一宮町教職員研究協議会

◆参加費 無料

地球温暖化のことを子どもたちに伝えてく一宮町チャレンジクラブ

問合せ 教育課 ☎(42)4574

一宮町チャレンジクラブでは、町の将来を担う子どもたちに地球温暖化のことを教えていただける方を募集しています。

活動は毎月第2・第4土曜日、18

夕方のチャイムの時間が変わります

問合せ 総務課 ☎(42)2112

防災行政無線による音楽放送は、11月から1月までは、夕方4時に行っていました。2月1日から定

時の夕方5時に変更して放送します。

選挙管理委員会からのお知らせ

問合せ 一宮町選挙管理委員会 ☎(42)2112

5月25日任期満了に伴う一宮町長選挙の日程が決定しました。

◆期日前投票日 5月11日(水)

◆投票日 5月15日(日)

◆告示日 5月10日(火)

一宮町汚水適正処理構想のパブリックコメントを実施します

汚水適正処理構想とは

全市町村を対象に策定される汚水処理に関する総合的な構想です。地域の特性やニーズに即した適切な整備手法を配置するため、市町村が素案を作成し、都道府県が取りまとめるものです。

平成26年度に国土交通省、環境省、農林水産省により新たな作業方針が示されたことを受け、千葉県において汚水処理構想を見直すことから、町でも汚水適正処理構想(案)を作成しています。

このたび、一宮町汚水適正処理構想の案がまとまりましたので、これを公表し、皆さんからのご意見をおうかがいするパブリックコメントを実施します。

一宮町汚水適正処理構想(案)

- 一宮町汚水適正処理構想では、厳しい財政状況にあること
・公共下水道事業が未着手であり、早期整備(10年間)が困難であること
・農業集落排水施設および合併処理浄化槽における汚水処理人口普及率が80%を超えており、合併処理浄化槽で整備を進める方が効率的であること

問合せ 事業課 ☎(42)1430

から、現行構想で位置づけている単独公共下水道を取りやめ、市内全域を既設の農業集落排水施設および個別処理(合併処理浄化槽を設置)とし、今後は合併処理浄化槽の整備促進に注力することとしました。
※詳細は町ホームページをご覧ください
だけます。URLアドレス
http://town.ichinomiya.chiba.jp

応募対象者

町内在住の方、事業者

パブリックコメント募集期間

1月20日(水)～2月12日(金)

「意見提出用紙」の様式

- 1. 事業課の窓口に置いてあります。
2. 町ホームページでダウンロードできます。

提出先 役場事業課

いただいたご意見の取り扱い

- 1. 提出いただいたご意見などの概要とそれに対する考え方などについて、ホームページなどにより一定期間公表します。
2. ご意見の内容以外(住所・氏名・電話番号など)は公表しません。
3. 個々のご意見に直接は回答しません。
4. 提出いただいたご意見の原稿などは返却しません。

ごみ減量学習会

「ごみ処理施設の見学や住民が集まる集会などで、長生郡市内のごみ処理の現状、分別、減量方法などの説明をする学習会を行います。」

内容

申請者の要望に沿って決定
例：ごみの減量について
ごみの排出方法

長生郡市のごみ量の推移

①地域の自治会館などで開催する場合

◆とき 午前9時～午後5時

(30分～1時間程度)

※平日のみ

会場および当日の運営

会場の手配や会場の借上げ費用、参加者への案内、当日の準備や進行などについては、主催者側が行います。

※会場は長生郡市内のみ、個人の住宅では開催しません。

②長生クリーンパークで行う場合

◆とき 午前9時～午後5時

(1～2時間)

◆ところ 長生クリーンパーク

(茂原市下永吉2101)

◆申込方法

①広域市町村圏組合環境衛生課に電話し、日時・参加人数・内容などを伝えてください。

②申込書に必要事項を記入し、環境衛生課に提出してください。

※申込書は役場事業課にあります。
【問合せ】
長生郡市広域市町村圏組合
環境衛生課 ☎(23)4944

千葉県内で110番をかけること、千葉県警察本部通信指令室につながります。千葉県警察では、皆さんからの通報内容を聞きながら、同時に警察署やパトカーなどに無線で手配をしていますので落ち着いてお話しください。

110番は社会の安全を守る緊急電話です!!

それ以外のご相談・お問い合わせは、千葉県警察本部相談サポートコーナーまたは最寄りの警察署、交番、駐在所へお願いします。
【問合せ】
千葉県警察本部相談サポートコーナー
☎043(227)9110

しおかぜフェア開催

◆とき 2月18日(木)
午前10時～午後3時

◆ところ 茂原ショッピングプラザ
アスモ階センターコート

◆内容 中学部・高等部の作業製品の展示・販売

【問合せ】
長生特別支援学校 ☎(42)2470

そうだんごと

人権行政相談

◆とき 2月4日(木)
午後1時30分～午後4時

◆ところ 保健センター 図書室

◆対象 町内在住または在勤の方

※秘密は守られます。

※予約不要

【問合せ】
総務課 ☎(42)2112

町長室開放日

町民の皆さんが「町」を感じている町政に対する提言・要望・意見など「生の声」を直接、町長がお聴きします。

◆とき 2月10日(水)
午後1時～午後5時

※要予約 一人30分

【問合せ】
まちづくり推進課 ☎(42)2113

弁護士による法律相談

◆とき 2月18日(木)
午後1時30分～午後3時30分

◆ところ 保健センター 図書室

◆対象 町内在住または在勤の方

※要予約 一人20分

【問合せ】
総務課 ☎(42)2112

お知らせ

町立保育所ニュース

楽しく安全な遊びをしながら、保育所ではお子さまの成長のお手伝いをします。

入所前の親子の皆さん、お気軽に希望する保育所にお申し込みください。

映画会・誕生会に親子でいらっしやいませんか?

映画会

◆とき 午前10時～

2月9日(火) 東浪見保育所 「ためきの糸車」他

2月17日(水) 原保育所 「ホシガリ姫の冒険」他

2月19日(金) 一宮保育所 「鬼の子とゆきんぎょ」他

誕生会

◆とき 午前10時～

2月23日(火) 東浪見保育所

2月24日(水) 一宮保育所

2月25日(木) 原保育所

※要予約

庭を開放しています

保育所の庭で遊びませんか? すべり台・ぶらんこ・ボールや砂場遊び玩具などがあります。お天気の良い日は体操(10時前後)もしています。一緒にいかがですか?

◆とき 午前9時～午後3時

(土・日・祭日除く)

※予約不要

親子で遊びませんか?

原保育所親子教室「ひよこ組」育児・栄養相談も行っています。ぜひお気軽に遊びに来てください。

◆とき・内容 午前10時～午前11時

2月2日(火)(15組)

お正月あそび

「オニのおめんをつくろう」

2月16日(火)(15組)

「ポカポカうんとあそび」

◆ところ 原保育所

※要予約

※駐車場10台可能

子育て相談室「コアラ組」

◆とき 2月12日(金)

午前10時～正午

◆ところ 一宮保育所

※要予約

絵本の貸出をしています

保育所入所前の親子の皆さんを対象に絵本の貸出をします。

子どもたちは絵本が大好きです。絵本は子どもの成長には欠かせないものです。小さい頃に見た絵本は一生の宝物。

2月のテーマ「ふゆの世界」

ゆきの少ない一宮町ですが、絵本の中の雪や氷の世界を楽しんでみては? 寒くても心がほっこりあたたかくなるような絵本もピックアップしています。ぜひ、保育所の絵本をご家庭でも楽しんでみてください。

◆とき 午前9時～午後3時

【問合せ】

子育て支援館「おおぞら」

☎(42)7424

◆ところ 各保育所玄関ホール
※予約不要
【予約・問合せ】
一宮保育所 ☎(42)3211
原保育所 ☎(42)2514
東浪見保育所 ☎(42)2224

※駐車スペースが少ないため、お車でのお来所は控えてください。

※予約は前日までお願いします。

子育て支援館「おおぞら」

在宅の親子が安心して遊べる場所「おおぞら」は愛光保育園内にある子育て支援館です。お弁当も食べられますので、ぜひお子さんと一緒に遊びに来てください。

開館時間 月～金曜日 午前9時～午後3時

予約は要りませんが、登録をしていただきます。

(フランチタイム正午～午後1時 食事前に絵本の読み聞かせがあります。)

今月のイベント(要予約)

※予約は1ヶ月前から受け付けます。

○豆まき(2,3歳児)

2月3日(水) 午前10時～

○リトミック(1歳児)

2月24日(水) 午前10時30分～

○まねっこ保育園(1歳児)

2月25日(木) 午前10時～

【予約・問合せ】

子育て支援館「おおぞら」

☎(42)7424

保健センターでは、日々健康づくりに取り組んでいる方の体験談を『私の健康法』というテーマで掲載します。今回は、糖尿病予防に取り組まれている方の体験談をご紹介します。

『できることをこつこつと』

船頭給区 金澤 大 (71歳)

若い時の暴飲、暴食がたたりに、42歳くらいから職場の健診で尿糖プラスとなりましたが、何も注意せず放置していました。

50歳の時に、以前住んでいた市の保健センターの所長となり、職場の保健師に強引に勧められ、市内の内科医師に相談することになりました。

当時は、身長168cm、体重68kgありました(標準体重62kg)。血糖値は正常値でしたが、食後1時間の尿糖がプラスであったため、糖尿病予備軍であると言われました。

医師から1200kcalの指示があり、食事のことを勉強して、実行しました。夕食はごはんを食べずに、野菜中心のおかずを食べるようにしました。材料を計って作るということを行っているうちに楽しくなり、料理が趣味になりました。

また、自宅から職場までの4kmを歩いて通勤するようにしました。その結果、体重が8kg減り、医師からも誉められました。

その後は、1400kcalの指示になり、指示カロリーの食事療法を実行し、歩くことも継続して、薬の内服はしないで、血糖値のコントロールができました。体重も60kgで維持することができました。

以前住んでいた市の糖尿病教室で、専門職ではありませんが、自分の経験を基に4年間、講師を務めました。

退職後、平成19年に一宮町に引っ越してからは、毎日、川沿いを2時間ウォーキングしていましたが、昨年の9月に自転車で転倒して肋骨を骨折してしまい、ウォーキングができなくなった日が続いた時は、血糖値が高くなりました。そんな時にテレビで階段1段の昇降が体に良いということを知り、現在、実行しています。

毎食後、左右の足100回ずつ交互に1時間行っています。外を眺めながら、気持ちよく行えます。雨でも運動ができること、無理なくどこでもできることが良いと思います。

また、昨年の夏には、自宅で測定できる血糖値センサーを購入し、測定しています。毎日、食事と運動の内容・血糖値の結果を記録することで、食事と運動の内容で血糖値の変化が分かり、生活を振り返ることができます。

今でも、階段1段を昇降する運動を毎食後行うこと、食事は1500kcalの食事を自分で作り食べています。今は目分量で作れるようになりました。ごはんだけは、毎回計り、毎食210gにしています。夕食の時のお酒はやめられないので、夕食はごはんを食べずに、おかずだけにしています。

現在も服薬は全くしていません。自分の健康を維持できることが楽しくなり、続けられています。

糖尿病予防は、悪くならないうちに、できることをやっておくことが大切です。

これからも、頑張っって継続していきます。



▲ 階段の昇降運動をしている金澤さん

皆さんも、金澤さんの体験談を参考に、できるところから健康づくりに取り組みましょう。健康づくりの体験談を募集しています。皆さんに紹介したい体験談がありましたら、保健センターにご連絡ください。

【問合せ】 保健センター ☎(40)1055



保健センターだより

◎ 糖尿病ってどんな病気? ◎

糖尿病とは?…インスリン(血液中の糖を筋肉や肝臓などに取り込み、血糖をさげるホルモン)の作用が十分でないために、糖がうまく使われず、血糖値が高くなっている状態のことです。遺伝子や病気、薬剤が原因で発症するものなどもありますが、過食、運動不足、肥満、ストレスなどの生活習慣や加齢などが原因で発症する「2型糖尿病」が糖尿病全体の95%を占めるといわれています。

糖尿病の代表的な自覚症状…軽症のうち、自覚症状がみられないことがほとんどです。

健診などで「血糖値が高い」「糖尿病予備軍」という指摘を受けても、自覚症状がみられないため、放置してしまう方も多いようです。しかし、血糖値が高いまま過ごしていくと、尿の量が多くなる・のどが渇いて水分をたくさん飲む・体重が減る・疲れやすくなるなどの症状の他、次のような合併症が起こる可能性が出てきます。

糖尿病性網膜症 →目が見えづらくなり、症状が進むと失明のおそれもあります

糖尿病性腎症 →腎臓の動きが悪くなり、血圧の上昇や体のむくみ、症状が進むと腎不全などの重篤な状態になり、人工透析になる方もいます。

糖尿病性神経障害 →神経が障害され、手足のしびれ、ほてり、痛みが現れたりします。また、足の感覚が麻痺して、傷などに気づかずに放置してしまうと、足に潰瘍ができたり、さらに悪化すると足を切断することになる場合もあります。

血糖値が高い状態が続くと、さまざまな症状が現れ、重篤になる可能性のある病気ですが、年に1度は健診を受けて自分の体の状態を知ること、生活習慣を見直して健康的な生活を送ることで、状態が改善したり、悪化を防いだりできる病気です。自分は大丈夫などと思わずに、生活習慣を見直してみませんか?



1月のレシピ



福豆ごはん

1人分 310キロカロリー

材料	4人分
米	2合
昆布	5センチ
福豆	40g
酒	大さじ1
塩	小さじ1



〈作り方〉

- ① 米をとぎ、普段よりやや多めに水を計量し、切り込みを入れた昆布を浸しておく。
- ② 福豆は香ばしくなるまで、から炒りする。
- ③ 炊飯器に酒、塩を入れ、全体を混ぜて福豆をのせて、普通に炊く。
- ④ 炊き上がったたら昆布を取り出し、全体をさっくりと混ぜる。

もうすぐ節分ですね!

豆まきで使う福豆を、炊き込んだごはんです。福豆をフライパンなどでじっくり焦がさないように乾煎りすると香ばしさアップ!

豆は柔らかく炊き上がりますので、食べやすくなります。

一宮町食生活改善会

名称	日程	時間	内容・対象	場所
男性の料理教室	3日(水)	受付 9:20 ~ 9:30	町内在住の希望者 ※ お問い合わせください。	保健センター
2歳児歯科健診	5日(金)	受付 13:00 ~ 13:15	平成25年10月~11月生まれ	
1歳6ヶ月児健診		受付 13:15 ~ 14:00	平成26年5月~7月生まれ	
育児相談(予約制)	15日(月)	9:00 ~ 11:00	子育てに関するさまざまな相談	
親子ふれあい教室	17日(水)	9:45 ~ 10:30	あそびの教室 1歳児(きょうだいの参加も可)と保護者	
		10:45 ~ 11:45	あそびの教室 0歳児(きょうだいの参加も可)と保護者	
乳児相談	19日(金)	受付 13:15 ~ 14:00	4ヶ月児・7ヶ月児・12ヶ月児 ※7ヶ月児と保護者の方には、あわせて「ブックスタート」があります。	
B C G 予防接種	23日(火)	受付 13:00 ~ 13:15	平成27年9月生まれ	
あそびの広場	1日(月)・3日(水)・4日(木) 8日(月)・10日(水)・12日(金) 18日(木)・22日(月)・24日(水) 25日(木)・26日(金)・29日(月)		9:30 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00 乳幼児と保護者	保健センター
	※ 絵本の読み聞かせ 26日(金) 10:30 ~ 11:30 ボランティア「ゆりかご」 ボランティア「赤とんぼの会」による絵本の読み聞かせはお休みです。			
けんこう運動教室	8日(月)	受付 13:15 ~ 13:30	65歳以上の希望者(物づくり体験)	保健センター
	26日(金)		// (筋力アップ体操)	
東浪見けんこう運動教室	4日(木)	受付 9:45 ~ 10:00	65歳以上の希望者(レクリエーション)	東浪見 コミュニティセンター
	18日(木)		// (ゲームでエクササイズ)	

保健センター

なかよし会

なかよし会は、きれいな町づくりを目的に平成12年11月に結成し、活動をしているボランティアグループです。

活動の一部をご紹介します。

町民の皆さんの中にも、参加された方、観戦に行かれた方もいらっしゃると思いますが、昨年9月26日に開催された九十九里トライアスロン2015の会場周辺の草刈りを大会前に行ったり、天候にもよりますが年に4回~6回一宮海岸の清掃を行ったりしています。

私たちが活動を始めたばかりのころに比べ、海岸周辺のゴミも減ってきているように感じられ、一宮町に住んでいる方や一宮海岸に遊びに来る人たちの地元に対する愛情や自然を思いやる心の表れなんだろうと感じ、私たちも活動にますます熱が入ります。

現在のメンバーは、45人(男性24人・女性21人)で、一宮町ボランティア連絡協議会や一宮町ボランティアセンターに登録をし、私たちとは違う活動をされているグループの皆さんとも、交流を図りながら、一宮町社会福祉協議会の行事(町内の独り暮らしの方を招いて行われるふれあい

昼食会など)のお手伝いや一宮町ボランティア福祉フェスティバルにも参加し、仲間づくりの楽しさを感じているところです。

新年を迎え、気持ちも新たに今までの活動に取り組むとともに、今後は、花壇の整備などゴミ拾いや草刈以外の活動にも参加し、一宮町が今よりもっときれいになるようお手伝いのできたらいいなと思っています。



ボランティアセンターとは?

一宮町ボランティアセンターは、平成24年4月1日に設置され、町民の皆さんのボランティアに対する理解と関心を深め、ボランティアの育成、援助を行うと共にボランティア活動をしたい方とボランティア活動に来てほしい方をつなげたり、ボランティア活動に関する情報提供や活動に関する相談などさまざまな取組みを行っています。

連絡先 社会福祉法人一宮町社会福祉協議会 ☎(42) 3424
一宮町ボランティアセンター ☎(42) 3439





なごいせ

と長生フエスタ2016

ノルディックウォークで一足早い春の訪れをin白子

◆とき 3月5日(土)
午前9時30分 ~ 午後2時30分

◆コース 白子町役場集合↓内谷川遊歩道↓中里公民館↓しらこ桜祭り会場↓ガーベラ団地↓白子町役場(約10km)

◆参加費 3000円
(昼食代など)
ストックレンタル料 500円(希望者のみ)

◆定員 140人
(要予約・先着順)

◆申込方法 2月1日(月)から受付事務局へ持参または郵送、FAX(申込用紙は町ホームページからダウンロードできます)

◆申込み・問合せ
長生地域観光連盟事務局
(茂原市商工観光課内)
☎(20)1528
FAX(20)1604

いちのみや 広報カレンダー



2
2016



※ カレンダーは2月の予定です。

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 燃えるゴミ 親子教室「ひよこ組」	3 節分祭	4 燃えるゴミ 人権行政相談	5 2コース燃えないゴミ 3コース資源ゴミ	6 燃えるゴミ 教育講演会
7 町の図書室休 津谷クリニック ☎(32)5645	8	9 燃えるゴミ	10 町長室開放日	11 燃えるゴミ 町の図書室休 よねもと整形外科 ☎(40)1065	12 1コース粗大ゴミ 3コース燃えないゴミ 子育て相談室「コアラ組」	13 燃えるゴミ 防災講演会
14 休 長島医院 ☎(42)8800	15	16 燃えるゴミ 親子教室「ひよこ組」	17	18 燃えるゴミ 法律相談	19 1コース資源ゴミ 2コース粗大ゴミ	20 燃えるゴミ 加納久宜公墓参会
21 町の図書室休 いちのみやクリニック ☎(42)1616	22	23 燃えるゴミ	24	25 燃えるゴミ 心配ごと相談	26 1コース燃えないゴミ 2コース資源ゴミ 3コース粗大ゴミ	27 燃えるゴミ
28 休 K-Iクリニック ☎(42)7575	29	確定申告 2月16日(火)～3月15日(火) 忘れずに申告しましょう!!				

●ゴミ収集コース

1コース (1区～10区) **2コース** (11区～17区・船頭給・新地・宮原・海岸) **3コース** (綱田～新熊・新浜)

休：休日当番医(9:00～17:00)※変更する場合があります。中央消防署指揮情報係☎(24)0119にお問い合わせするか、茂原医師会のホームページ(www.mcshikai.com)をご確認ください。
(休日当番医は、緊急の患者さんが対象です。緊急でないときは、翌日かかりつけのお医者さんに受診してください。)

今月の納期

期日までに納めましょう。

- 固定資産税(第4期)
- 国民健康保険税(第8期)
- 介護保険料(第8期)
- 後期高齢者医療保険料(第8期)

2月29日(月)

こども急病電話相談

プッシュ回線の固定電話からは局番なしの⇒#8000
直接おかけの場合は⇒☎043(242)9939
相談日時は、毎日夜間 19:00～22:00
なお、緊急・重症の場合は迷わず「119」へ

夜間急病診療所

☎(24)1010(茂原消防署のうら)
・診療科目 内科・小児科・診療時間 20:00～23:00
※20:00前の急病などは、消防本部☎(24)0119へ
夜間急病診療テレフォン案内 ☎(24)1011(19:00～翌朝6:00)