

# 御 ONJUKU 宿

No.610

5月

2013.平成25年



- P 2～4 「食べる・生きる・活かす」食生活に関する取り組み
- P 5 地域の活力 NPO 法人「おんじゅくDE元気」
- P 6、7 まちのできごと、農業委員会委員 等
- P 8、9 情報公開制度の運用状況、国民健康保険について 等

写真：「布施っ子田んぼ」への田植え

食  
べる

生  
きる

活  
かす

ほんの少しの工夫から  
健全な食生活へ

食事は生きていく上で誰もが必ずしなくてはならない行為であり、健康な身体をつくるための食生活は1日、1日の積み重ねによって形成されます。適度な運動、栄養バランスなどいつもの生活を少し見直すだけで、より健康的な生活を送ることができます。

自分や家族の食生活を見つめ直し、どのような食生活が望ましいのか、考え、実践してみませんか？

◆食生活改善会

御宿町食生活改善会は町との協働により、地域住民の食生活の改善、疾病の予防及び健康保持増進を図り、明るい家庭生活を確立することを目的とした活動を行っています。

自己の知識を高め、住民への啓発活動に生かせるよう、大学教授や歯科衛生士を招いた講演や、栄養バランスの良い献立を作るためのグループワーク、視察・研修などを定期的に行っています。

また、親と子の料理教室の開催や、子どもたちを対象とした紙芝居を使った食育講習会、調理実習を行い、幼いうちから食に関心を持つてもらうとともに、鶴亀くらぶ、老人クラブを対象とした試食品の提供や、調理実習を開くなど、年齢に応じて必要な栄養をバランスよく摂取してもらうための啓発活動を行っています。



▲食生活改善会による保育所食育講習会

「医食同源」という言葉があるように、食と健康には密接な関わりがあることが知られています。また近年は、がん、心臓病、糖尿病などの生活習慣病が健康問題として大きな課題となっており、その予防のために日々の生活の改善はますます重要となっています。

町では、住民の皆さんの健康の維持・増進のために様々な事業を実施しています。広報5月号では「食と健康」にスポットをあてて紹介します。



## ◆ヘルシーサークル

生活習慣病は日本人の死亡原因の約3分の1を占めると推計され、また最近では「メタボリックシンドローム」が脳卒中や心臓病を引き起こす動脈硬化等の原因となることが知られるようになり、平成20年度から国民健康保険や健康保険組合等の各保険者（医療保険の運営者）が40歳以上の方を対象に、メタボリックシンドロームに着目した特定健診や特定保健指導を行っているところです。

町では、特定保健指導等により改善したより良い生活習慣を継続

してもらうため、特定保健指導修了者を対象にヘルシーサークルを実施しています。

血圧、体重、腹囲測定をはじめ、B&G海洋センター体育館や、町パークゴルフ場を利用した運動実習、簡単にできるヘルシーで美味しいメニューを学ぶ調理実習などを行っています。

1年を通して参加し、定期的に自分の血圧、体重を把握すること  
で、「少し気をつけよう」の気持ちを持つことができ、良い生活習慣を続けてもらうためのサークルです。

## ◆男の料理教室

最近では、男性タレントや男性料理研究家のレシピ本がベストセラーとなり、「弁当男子」という言葉が流行するなど、料理に興味を持つ男性が増えていきます。また、家庭における福祉や、自分の健康、家族の健康のために、日頃の食事について考え、備えることが重要となっています。

町社会福祉協議会では、60歳以上の男性が自分で健康の維持増進ができ、栄養や、衛生管理の意識を高め、自宅での生活に活かせるよう、「男の料理教室」を

開催しています。

料理が得意な方はもちろん、今まで炊事をほとんどしたことのない方でも参加できるようなプログラムで、毎回季節や流行に合わせた栄養・健康に関する講習や、調理実習を行っています。

参加者の中には、今まで家庭で炊事をしていなかったが、教室に参加することで食に興味を持ち、スーパーに買い物に行き、食べる物を自ら選んだり、食事の準備を家族と一緒にしたりするようになった方もいます。

## 学校・保育所における 食生活に関わる取り組み

家庭での食事はもちろん、学校や、保育所での給食も子どもたちの重要な「食」の場となっています。

安全・安心、バランスの良い給食を生徒・児童へ提供するための事業や、子どもたちの健康な食生活をサポートするための事業を紹介します。



写真①、② 御宿小学校 給食の様子  
「給食は学校で作っていて、温かくておいしい！」と教えてくれました。

### ◆各種検査

・小児生活習慣病検査

(対象) 小学校4年生、中学校1年生)

将来起こり得る生活習慣病の予防を目的とし、生活習慣病の危険性を学び、日常生活上の問題を改善するために行っています。栄養指導、健康指導も検査とあわせて行っています。

・放射性物質検査

東日本大震災による原子力発電所の事故を受け、定期的に給食で使う食材の放射性物質を検査し、安全な給食を提供しています。

・給食調理室細菌検査、消毒

定期的に検査・消毒を行うことで調理室を清潔に保ち、食中毒の発生を防いでいます。

### ◆食育に関する取り組み

・親子給食会

子どもが食べている給食を、保護者に知ってもらおうと共に、栄養指導を行っています。

・「地産地消」御宿の食材を給食へ

地元でとれた食材を子どもたちにも知ってもらうため、毎年1回給食でさざえカレーを出して



います。

自分で育てた野菜を使って 御宿小学校では、各学年、学校の畑やプランターに野菜を植え、自分で育てた野菜を自分で調理する実習をしています。1年生はサツマイモの茶巾絞り、6年生は御宿タコスをつくる予定です。



### 栄養士さんにききました



御宿小学校 栄養教諭  
高橋 斉代先生

☆好き嫌いなく給食を食べてもらうための工夫は？

給食の栄養メヤ、豆知識を給食の時間に放送することで給食に興味を持ってもらえるようにしています。また、切り方や味付けを変えることで苦手な食材でも食べやすいようにしています。

☆給食センターでなく、学校でつくる給食について

給食センターで調理した給食を学校に運ぶ場合では、実際に学校に足を運ばないと、子どもたちの姿を見ることができません。生の声を身近に聞けることが魅力です。また、温かい食事を出せることも利点ですね。

地域の活力 ①  
**地域と人とを元気にするプログラムを！**

NPO法人 おんじゅくDE元気

今年度の広報では、魅力あるまちづくりのために活動する人を取り材し、紹介していこうと思います。5月号ではNPO法人「おんじゅくDE元気」の体と心の元気プログラムに参加してきました。



自然の岩がくりぬかれたトンネル。その先には美しい海岸が広がっています。この写真は御宿町内のある場所で撮影されたものですが、どこで撮られたものかわかりますか？

「御宿の美しい海岸」といえば、らくだ像の立つ、白い砂浜を浮かべる人が多いと思います。しか

し小浦海岸（上段写真）をはじめ、小波月、大波月と御宿には多くの景勝地があります。NPO法人「おんじゅくDE元気」では、そんな里山・里海をはじめとした御宿の豊かな地域資源をフル活用し、地域住民、あるいは御宿に観光にきた方の健康で活力のある生活と福祉の増進を目的としたプログラム（＝体と心の元気プログラム）を企画・実施をしています。

◆おんじゅくトレイル

「トレイル」とは踏みならされてきた小道を意味し、平成21年度から平成23年度に実施した地域資源活用事業（おんじゅくウエルネス計画）において、雑木林や海岸の岩場・砂浜の中をめぐるコースが整備されました。現在では、コースの維持や整備等は地元ボランティアの協力を得ながら行っています。

中央海岸をめぐるコースや、小浦海岸の絶景が望めるコース等、「御宿ならでは」の魅力が溢れています。また、普段は見上げる

メキシコ記念塔を上から眺められるコースもあり、いつもと違った御宿も発見できます。

おんじゅくDE元気ではそんな御宿の魅力のつまったコースを利用したトレイルウォーキングや、トレイルランニングを開催しています。自然あふれるコースをめぐるながら体を動かしてみませんか？美しい風景に出合えたときの感動はひとしおです。

◆問い合わせ

NPO法人

「おんじゅくDE元気」事務局

御宿町浜2143・2

クアライフ御宿1F

☎0470・68・6320  
HP <http://onjuku-de-genki.org/>



▲地元ボランティアによるコース整備

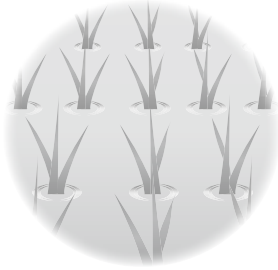


少し肌寒く感じる5月2日。農家の方の協力のもと、今年も布施小学校5年生による「布施っ子田んぼ」への田植えが行われました。

農業体験を通じ、地域の方とのコミュニケーションや、作付けから刈り取りまで自ら行い、「食べる」ことの大切さを学ぶことを目的として始められた行事です。

田の中へ足を入れ、農家のおじさん、おばさんのアドバイスをを受けながら、ひとつひとつ丁寧に苗を植える児童たち。冷たい水と土の感触を楽しんでいるようでした。

秋には稲刈りも予定しているそう。美味しいお米、楽しみですね！



## 土と水と いのちの恵み

布施小学校 稲作体験・田植え



## ゴールデンウィーク 青空市

4月27日から5月6日まで、月の沙漠記念館前で町観光協会による青空市が開催されました。

地元でとれた新鮮な野菜や、アジやサンマの干物が焼ける香ばしいにおいに誘われて、多くの人で賑わっていました。

また、4日、6日には我らがエビアミーゴも登場。会場を大いにわかせました。

## 御宿中学校体育館

### 竣工式

昨年度に完成した御宿中学校体育館、柔剣道場の竣工式が4月24日に行われ、設計、建設に携わった(株)榎本建築設計事務所及び京成建設(株)へ感謝状が授与されました。竣工式の後、町議会議員、区役員、教育関係者による施設の視察が行われました。

また、5月11日には一般開放も行われ、新しい体育館が町民の方にも披露されました。



危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章受章

藤岡 徳夫さん

平成25年度春の叙勲受章者が4月29日に発表され、藤岡徳夫さんが瑞宝単光章を受章されました。

危険業務従事者叙勲は、警察官、自衛官、消防官など、危険性の高い業務に精励した方を対象としており、藤岡さんは永きにわたり警視庁、とりわけ刑事部に勤められたことが高く評価され、このたびの受章となりました。



新たに農業委員が選出されましたので紹介します。

農業委員会は、地域の農業者の代表として、優良農地の確保、農地の効率的な利用のあっせん、争議の防止、農地事情の改善等、地域の農業の発展に関する業務を行っています。

委員の構成は、町農業委員会の選挙による委員が6名、町議会推薦による委員が2名、いすみ農業協同組合からの推薦委員が1名、わかしお農業共済組合からの推薦委員が1名となっています。農業経営の安定化に向けた農地の適正管理が期待されます。

新規農業委員



《会長・公選委員》  
井上 秀樹 (久保)



《副会長・公選委員》  
佐藤 正一 (上布施)



《共済推薦委員》  
石井 勇 (上布施)



《議会推薦委員》  
大地 達夫 (上布施)



《議会推薦委員》  
伊藤 博明 (久保)



《公選委員》  
吉野 操 (実谷)



《公選委員》  
君塚 和義 (実谷)



《公選委員》  
井上 文雄 (上布施)



《公選委員》  
嶋田 敏通 (久保)



《農協推薦委員》  
高橋 金幹 (上布施)

※席番順 敬称略

太陽光発電・オール電化・エアコン  
リフォーム・地デジテレビ・家電

PANA  
**CLAIR** シーズ あきば  
御宿町新町312  
TEL 68-2157

店長の  
秋場 秀一です！

買ったあともおまかせください！  
「即日訪問」で安心サポート

ブログで私たちの仕事を紹介中 ▶▶▶ オール電化 御宿町 検索

在宅介護でお困りの事が御座いましたらご相談ください。  
お手伝いさせていただきます。

スタッフも募集しています。

ケアプラン作成・訪問介護  
**NOAH** (のあ)

御宿町 岩和田 1056 電話 60-3868

# 平成24年度 御宿町情報公開制度の運用状況

情報公開制度は、行政に対して住民等からの公開請求に応じて、原則すべての情報を公開する制度です。  
平成24年度における情報公開制度の運用状況は、9件の情報公開請求と1件の申出があり、4件を公開、4件を部分公開し、2件の取り下げがありました。

## (1) 請求(申出)の状況 平成24年4月1日～平成25年3月31日

請 求		申 出		合 計	
4人	9件	1人	1件	5人	10件

※1 請求 請求権者からのもの(条例第5条)

※2 申出 請求権者以外及び平成12年3月31日以前の情報

## (2) 情報公開請求(申出)者別内訳

区分	請求者等の区分	件数
請求	町内に住所を有する者	2
	町内に事務所を有する個人・法人・団体	
	町内に存する事務所等に勤務する者	
	町内に存する学校に在学する者	
	利害関係人	2
申出	請求権者以外	1
	平成12年3月31日以前の情報	
合 計		5

## (3) 処理状況

区 分	処理状況					合 計 (件)
	公 開	部分公開	非公開	取下げ	不存在等	
請 求	4	3		2		9
申 出		1				1
合 計	4	4		2		10

## (4) 実施機関別内訳

実 施 機 関		請 求	申 出	合 計
町 長	保健福祉課	2		2
	企画財政課	1		1
	産業観光課	1		1
	税務住民課		1	1
教育委員会		3		3
選挙管理委員会		1		1
農業委員会		1		1
合 計		9	1	10

## 個人情報保護制度における開示等請求状況

自己の情報の確認や、事実の誤りに対して訂正ができるよう、町で取り扱っている個人情報について、開示や訂正等の請求ができます。

平成24年度(平成24年4月1日～平成25年3月31日まで)における御宿町個人情報保護制度の開示、訂正等の請求はありませんでした。



### ◇消防団統一訓練の実施

4月22日に、町消防団恒例の団統一訓練を行いました。この訓練は、消防団員が一堂に会し、規律訓練や小隊訓練を実施することにより、消防団員の士気の高揚を図るものです。

また、夷隅支部消防操法大会に出場する第一分団(高山田区・久保区)、第二分団(新町区・六軒町区)が、広域消防御宿分署員に、消防操法の特別訓練を受けました。あいにくの雨でしたが出場団員は、一生懸命に訓練し操法技術の向上に努めました。

### ◇防災資機材を自主防災会に配備

ハロゲン照明、発電機を各自主防災組織に配備しました。平常時は消防分団の夜間訓練、秋の祭典、区の行事等で、また、災害など非常時には避難所での非常電源、照明等として活用されます。





## 国民健康保険の届出について

国民健康保険の資格に変更等があった場合は、必要な書類等をご持参のうえ、役場保健福祉課に届出しましょう。



### ☆国保に入るとき

事 由	必 要 書 類 等
他の市町村から転入してきたとき	前住所地の転出証明書、印鑑
職場の健康保険をやめたとき	退職証明書等社会保険を喪失したことが分かる書類、印鑑
子どもが生まれたとき	母子手帳、印鑑
生活保護を受けなくなったとき	保護廃止（停止）決定通知書の写し、印鑑

※国民健康保険税は届出をした月分からではなく、資格を取得した月分から納めることになります。届出が遅れると、その時点まで遡って納めていただくことになりますので早めに届出をしましょう。

### ☆国保をやめるとき

事 由	必 要 書 類 等
他の市町村に転出するとき	国民健康保険被保険者証、印鑑
職場の健康保険に加入したとき	国民健康保険被保険者証、社会保険の被保険者保険証、印鑑
被保険者が死亡したとき	国民健康保険被保険者証、印鑑 ※葬祭者の方には葬祭費の支給があります。会葬礼状又は葬儀の領収書及び振込口座がわかるものをお持ちください。
生活保護を受けるようになったとき	国民健康保険被保険者証、保護決定(変更)通知書の写し、印鑑

※国民健康保険の資格がなくなってから、国民健康保険の被保険者証を使用して医療を受けた場合は町が負担した医療費を返還していただきます。資格を喪失した際は早めに届出をして正しい被保険者証を使うようにしましょう。

国民健康保険は、加入者が保険税を出し合い、病気やけがなどのときに、安心して治療が受けられる助け合いの制度です。医療費のおもな財源に、みなさんの納めている保険税が使われています。保険税を納期内にきちんと納め、国民健康保険が健全に運営できるようにご協力をお願いします。また、医療費の節約のために日ごろから健康づくりや上手な受診を心がけましょう。

各様式や制度の説明などは、町ホームページからダウンロードできますのでご活用ください。

【問い合わせ】保健福祉課医療保険係  
☎0470-68-6717



ほたる観察会

県いすみ環境と文化のさとセンター内の小川で繁殖しているゲンジボタルを観察します。

▼日時

6月8日(土)、9日(日)  
19時15分～20時  
(小雨決行)

▼集合場所

県いすみ環境と文化のさとセンター

▼定員

20名(申込先着順)

▼申込方法

電話、ファックス、来所

▼申込・問い合わせ

県いすみ環境と文化のさとセンター

☎いすみ市万木20050)

☎0470-86-5251

FAX 0470-86-5252

HP <http://www.isumi-sato.com/>

バックヤードツアー

「博物館探検隊」

普段入る事が出来ない博物館のバックヤードを研究員がご案内します。

▼対象

3歳以上(小学生以下は保護者同伴)

▼日時

6月15日(土)  
11時～13時30分

▼定員

15名(申込先着順)

▼申込方法

当日博物館受付にてお申し込みください。

▼入場料

県民の日のため無料

▼会場・問い合わせ

県立中央博物館分館海の博物館  
(勝浦市吉尾123)

☎0470-76-1133

HP <http://www.chiba-muse.or.jp/UMIHAKU/>

千葉県立夷隅特別支援学校  
体験学習のお知らせ

夷隅特別支援学校では、6月から9月にかけて体験学習を実施します。

▼内容

就学前児・児童生徒…  
各学部の学習へ参加  
保護者・学校見学、授業  
参観、就学・教育相談等

▼日時

・高等部  
6月25日(火)、26日(水)  
9時～11時50分

▼お問い合わせ

・中学部  
7月2日(火)、3日(水)  
9時～11時50分

▼お問い合わせ

・小学部  
9月12日(木)、13日(金)  
9時～11時30分

▼お問い合わせ

☎0470-86-4111  
(担当 青木)

オリジナルTシャツ



お店のユニホームに…  
気のあった仲間で…  
スポーツサークルで…

作ってみませんか?

詳細はお気軽にお問い合わせください

セブンユニホーム白衣全品15%OFF/1枚～お取り寄せ

せきとく

勝浦店

快適衣料でイキイキ!  
勝浦市勝浦 76 番地  
電話 73-0401  
水曜日にも営業中です。

県立勝浦若潮高校指定制服取扱店

少人数の家族葬から社葬までおまかせください

やすらぎの  
セレモニーホール

御宿法輪閣



寺院葬も自宅葬も経験豊かなスタッフが対応いたします

アスカ ☎0470-60-2711 御宿町須賀1629-1

広告募集中

町では、「広報御宿」に有料広告を掲載しています。  
店舗・企業の宣伝や求人募集などに是非ご利用ください。

- 料金 / 1回1枠町内7,500円 町外9,000円  
(6ヵ月継続申込者は1回につき500円割引)
- サイズ / このスペースの大きさ
- 申込・問い合わせ 企画財政課 TEL68-2512

編 集 後 記

NPO法人おんじゅくDE元気さんの取材に行ってきました。

タウントレイルコースの維持管理のボランティアに参加したのですが、地元で育った私も知らない、とても美しい御宿の海を案内して頂きました。カラーの写真でご紹介できないのが残念なくらいです。

(鶴岡)

人の動き ※住民基本台帳人口数

■7,975(+19) 男 3,789 女 4,186  
世帯数 3,624 (平成25年4月30日)

御宿分署の出動状況

■火災発生件数 1 救急件数 37  
平成25年4月中  
御宿分署 ☎80-0136

交通事故発生状況

■発生件数 2 死者数 0 傷者数 2  
(平成25年1月1日～4月30日現在)

町民バス利用状況

■乗車人数 152人  
平成25年4月中

ダムの貯水状況(平成25年5月1日現在)

■貯水量 569,000m<sup>3</sup>  
貯水率 98.3%

町浄水場の水質検査

■平成25年4月30日 採水の検査結果  
放射性セシウム 『不検出』

慶弔 (平成25年4月届出)

■出生 4 死亡 5

俳句愛好会【おんじゅく俳壇】  
今月の兼題【花祭り】

連れ添ふて母と御堂へ花祭り  
荒波の昨日に変わる葉種風  
親鴨に寄り添ふ子鴨若葉風  
いつの間に親をはぐれし磯遊び  
存在感示して咲けり山桜  
富士望む三浦半島春盛り  
ひたすらに句座にのぞめば笹鳴けり  
古の源氏を祝ふ花祭り  
園児らの声甲高し花の朝

桜谷 敬蔵  
堺 陸子  
澤崎 幸子  
佐藤きよみ  
佐藤志保子  
菊池 武夫  
大曾根利枝  
本吉美絵子  
本吉 愛

●磯遊びⅡ春の季語です  
●句座Ⅱ俳句会のこと  
●花Ⅱ花は春の季語で桜を意味します  
●胡蝶Ⅱ蝶々のことです

甲斐の桃見わたす限り花は花  
浮き雲や梢の上の五月晴れ  
夏空へつづく白波九十九里  
多摩川の風を楽しむ胡蝶かな  
初音して波音近き小松原  
鶴岡とく路  
金子 澄子  
松村 全  
小野 玲子  
岡本 俊康

☆低価格(密葬・家族葬・直葬等)  
☆保冷庫にてご遺体のお預かり  
病院のお迎えからご葬儀・法事まで

小ホールも  
ございます

もしも...の時は  
(有)藤ライフサービス



いすみ市つつた4250 TEL 64-0070  
☎0120-64-0071

手づくりの味

お弁当・オードブル・祝・仏事用の  
仕出しも承ります《配達可能》

庄兵卫

☎0120-101443 七福天入口  
TEL 63-0053 FAX 63-9177

# 6月 June タウンカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ○特定計量器定期検査 10:30~15:00 (公民)	4 ○特定計量器定期検査 10:30~15:00 (公民)	5	6	7 ○健康運動教室 14:00~15:00 (B&G)	8
9	10	11 ○乳児相談 13:30~15:00 (保健)	12	13	14 ○健康運動教室 14:00~15:00 (B&G)	15
16 ○サンデーオープン 9:00~12:00 ○町民清掃	17	18	19	20 ○家庭教育相談 9:00~11:00 13:00~15:00 (公民)	21 ○健康運動教室 14:00~15:00 (B&G)	22 ○救急法講習会 9:00~12:00 (B&G)
23 ○第46回夷隅支部 消防操法大会 (いすみ市文化とス ポーツの森)  /30	24 ○乳がん検診 マンモグラフィのみ 9:00~15:00 (保健)	25 ○乳がん検診 マンモグラフィのみ 9:00~15:00 (保健)	26 ○乳がん検診 マンモグラフィ、エコ 9:00~15:00 (保健)	27 ○乳がん検診 マンモグラフィ、エコ 9:00~15:00 (保健)	28 ○子育て相談 10:00~11:30 (御児)  ○献血 ○健康運動教室 14:00~15:00 (B&G)	29

(保健) ⇒町保健センター (公民) ⇒公民館 (B&G)⇒町B&G海洋センター (御児) ⇒御宿児童館

## 自転車安全利用五則

自転車は「車両」であり、道路交通法が適用されます。携帯電話やヘッドホン等を使用しながらの運転、無灯火、傘をさしながらの運転は禁止されています。

自転車に乗る時は交通ルールを守り、事故に遭わない、起こさない運転を心掛けましょう。

- ① 自転車は車道が原則、歩道は例外
- ② 車道は左側を通行
- ③ 歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- ④ 安全ルールを守る
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用



いすみ警察署