



おおたき

=平成27年=

2015/7

NO.562



編集・発行 / 大多喜町役場 ☎298-0292 千葉県夷隅郡大多喜町大多喜93 ☎0470-82-2111

インターネットホームページ <http://www.town.otakichiba.jp/> E-mail: info@town.otakichiba.jp

広報おおたきは町のホームページでもご覧いただけます。

◆主な内容◆

- 消防操法審査会……………P6
- 7/1(水)海洋センターのプールがオープン……………P8
- 無人ヘリコプターによる水稻航空防除……………P10
- けんこうカレンダー……………P16

私が一番！いただきまーす！！

(西中学校体育祭 関連記事 7ページ)

◎まちのわだい

農業の可農性

町の基幹産業の1つである農業。私たちが毎日美味しい食事をとることができるのも、農家のみなさんのおかげ。TPPや後継者問題も懸念されていますが、活動や工夫しだいで希望がある。農業の未来に希望を抱き、次世代につながる取り組みをする方々をご紹介します。

【第4期中山間地域等 直接支払制度について】

町では、第4期中山間地域等支払制度の活用を希望する団体を募集をします。

中山間地域等支払制度とは、農業生産条件の不利な中山間地域等において、集落等を単位に、農用地を維持・管理することを目的とする事業です。

<参加要件>

- ・老川・西畑地区で集落単位での参加ができること。
- ・5年間継続して農業生産活動を行えること。

その他農地の傾斜率、面積、年齢要件、参加期限等がありますので詳しくは役場産業振興課（☎82-2176）までお問い合わせください。



▲一致団結で整備した土手でスマイル



▲ヒガンバナを植栽する様子



「傾斜地もなんのその」 故郷への思いが原動力

中山間地域に元気な風を送り込む方々がいいます。山と平地の間にあり、水路・農道・傾斜地などを整備する「中山間地域等直接支払制度」を活用する町内4地区の皆さん。今回は、地域の方々と草刈りや季節の花々を植栽している小沢又地区の活動にスポットを当てました。

農業と景観保護の融合

「豊かな自然を自分達の手で守り、動物対策を講じつつ観光農業へと拡大できたらと願っています」と話すのは代表の米本さん。小沢又地区では15人から20人前後のメンバーで、地域内の草刈りや農道の補修、用排水路の清掃作業を行っています。事業を活用した理由は相互応援で休耕地をなくすことや、圏央道の開通で養老溪谷へアクセスしやすく観光客が増加しているため。傾斜地

に芝桜、水仙、ヒガンバナを植えて観光客に「見てきれいな、歩いて楽しい」と喜んでもらえる景観を生み出しています。

課題もあるけれど…

「有害鳥獣と後継者不足が大きな課題」。しかし、メンバーの皆さんに諦めの表情はありません。土手にはシカ柵が施され、山と農地の境界周辺は動物進入対策として念入りに草刈りを行っているそうです。後継者不足の問題は長期的に考えなければなりません。活動には写真に写っていない若いメンバーも参加しています。ほかにも課題はありますが、「毎年草刈りをしていけると徐々に草が少なくなってきた」と手ごたえを感じ、眼差しに、手入れのされた色とりどりの花に囲まれる未来の小沢又の姿が映っていました。

今年もきつと豊作

「地域の人が丹精して作った作物を喜んでほしい。『安心できる食材を食卓へ』を基本にして、生産者として販売する喜びを味わうのが楽しみ」と、農業と地域の未来を本気で考え、行動する小沢又の皆さん。行政の一方的な押しつけではなく、今回のような地域内部分発の盛り上がりこそが「町の誇り」と言えるのではないのでしょうか。今ある可農性を一歩ずつ進むことで、地域の可能性も広がっています。



有害鳥獣問題

有効活用で希望の光を灯す



▲イノシシチャーシュー入りの里山らーめん

町民を悩ますイノシシやシカなどの有害鳥獣被害。この問題に「捕獲イノシシ肉の食用利活用」で地域振興に新たな風を吹き込む方たちがいます。彼らを通して見える有害鳥獣問題の「今」をお届けします。

安全な食肉加工は職人技の結晶

活動のきっかけは「役場から話があった時、町全体のためになるならやろうと思った」と笑顔で振り返る池田さん（写真左上）と江澤さん（同右下）。池田さんはかつて養豚業を営み家畜に精通しているため、事業において殺菌処理、血抜き、処理中についてしまうわずかな毛の除去など、安全に多くの食べられる部位を得るノウハウを存分に発揮しています。「お客さんに食べてもらうものだから、絶対に失敗できない」と鋭い眼差しでイノシシに向き合います。

妥協しないフットワーク

26年度に解体されたイノシシは111頭。その搬入から加工まで全般に携わる江澤さんも、事業に欠かせない存在です。いつ捕獲されるか分からないイノシシに、休みなく常に対応してくれることで、不安定な供給を補い取引先の信頼に大きく貢献しています。

大多喜町にある加工場には、茂原市と市原市で捕獲されたイノシシも運ばれるため頭数も多く、1頭が80kg以上の場合もあります。負担もある仕事ですが「自分には関係ない」と切り捨てることなく、「町のため」にたゆまぬ努力を続ける方々の存在。イノシシ加工肉の魅力は、味だけでなくその後ろにある地域の力なのかもしれません。

「いただきます」までには紆余曲折も

有害鳥獣は難しい問題です。大切に育てる農作物が被害に遭った時の無念さ、夜道で遭遇した時の恐怖は容易に想像できますが、命ある動物である有害鳥獣。動物愛護法をはじめ鳥獣保護法、食品衛生法、放射能検査など食肉加工を行うには十分に考慮すべき多くの問題をクリアしなければいけません。

どこにも負けない可農性

食肉加工した肉は、道の駅たけゆらの里おおたきで販売されています。池田さんのアドバースが光るいのししメンチ、イノシシチャーシューがのった限定品の「里山らーめん」は人気商品です。イノシシ被害は減ってくれるのが一番。共生や棲み分けの方法も必要かもしれません。しかし、被害を利活用に変換する力、「町のためならやるしかない」という確たる想いを通して、町のエネルギーを再発見し、可農性を感じずにはいられません。町としても可農性を可能性で終わらせないために、共に考え、協力してまいります。



▲「町のためならやるしかないと思った」



▲たけゆら猪どんぶり膳



▲真空パックの機械を使います



▲「ぜひ一度食べてみてください」

より効率的で効果的な行財政運営を推進します(第4次行政改革大綱策定)

町では、厳しい財政事情の中で、地方分権や多様化する行政需要に的確に対応し、より良い行政サービスを実現するため、これまで3次に渡り行政改革を推進してきました。

このたび、平成27年度から平成31年度までの5年間で計画期間とする「第4次大多喜町行政改革大綱」を策定しました。

今後は、この大綱に基づき、限られた財源と人員のもとで、より効率的かつ効果的な行財政の運営を図るため、より一層の行政改革に取り組んでいきます。

1 推進期間

平成27年度～平成31年度

2 基本方針

第4次行政改革では、次の4つを基本方針としています。

(1) **効率的で効果的な行財政運営の推進**
多様化する行政需要や地方分権に対応するため、事務事業の見直しを行うとともに、計画に基づいた事務事業の執行など、限られた財源と人員のもとで、効率的かつ効果的な行財政運営の推進に努めます。

(2) 健全な財政基盤の確立

厳しい財政事情を踏まえた上で、各施設使用料を見直して適切な受益者負担を求めるとともに、税外収入の増加対策を図り、新たな財源確保と安定的な財政基盤の確保に努めます。

(3) **多様化する行政需要に対応できる人材の育成**
多様化する行政需要や地方分権に的確に対応していくには、職員の人材育成が必要不可欠であることから、時間外勤務の縮減等職員の福利厚生を向上させ、職員がより良い心身の状態で業務が遂行できる環境の整備に努めるとともに、職員研修制度を充実させ、職員の能力を向上させていきます。

(4) **住民と行政の協働によるまちづくりの推進**
個性的かつ魅力的なまちづくりを進めていくために、住民と行政の連携の必要性がますます高まっています。

住民と行政が協働したまちづくりを推進していくには、情報提供を進めて行政の持つ情報と考え方を積極的に住民に説明し、行政への関心を高めてもらうとともに、住民と行政の交流と相互理解、さらに住民参加へと展開していくよう努めます。

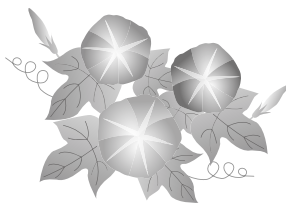
3 行財政効率化推進計画

行政改革大綱の基本方針に基づき、行政改革の目標を実現するための具体的な推進項目として、行財政効率化推進計画を策定しました。

推進項目については、次の全18項目を推進します。

3 職員の意識改革と人材育成

- (1) 時間外勤務の縮減
- (2) 職員の人材育成、政策能力向上



2 経費の節減合理化等財政の健全化

- (1) 使用料の適正化
- (2) 税外収入の増
- (3) ごみ処理手数料等の見直し
- (4) 有収率の向上
- (5) 基金の資金運用
- (6) 各種補助金の見直し
- (7) 遊休町有財産の利活用
- (8) 施設管理計画の策定
- (9) 町営住宅の管理運営方法の検討

1 事務事業の見直し

- (1) 委託業務の見直し
- (2) 業務手順書の整備
- (3) 入札事務の充実



4 町民参画と協働の推進

- (1) 各種審議会への公募委員及び女性委員の登用
- (2) 積極的な行政情報及び新たな情報発信方法の検討
- (3) 介護ボランティア支援制度の創設
- (4) パブリックコメント制度の実施

4 計画の見直し及び進行管理

毎年度、進捗状況について管理し、進捗が計画よりも遅れているものについては、ヒアリングを行い、進行管理の徹底を図ります。

また、各年度の進捗状況については、ホームページや町政資料コーナーにて公表します。

5 その他

行政改革大綱と行財政効率化推進計画の内容については、町ホームページと役場中庁舎1階の町政資料コーナーでご覧いただけます。

※本大綱に対するご意見がありましたら、総務課文書広報係までご連絡ください。

問合せ 総務課 文書広報係

☎ 82-2111 (内線217)

田んぼの先生 園児たちが田植えに挑戦



▲「どろんこだよ！」
僕たちみたいに元気に苗も育ててね

5月22日(金)、小田代地先でみづば保育園、つぐみの森保育園、木更津市なの花保育園の園児たちによる田植えが、NPO法人大多喜みらい塾主催により開催されました。この活動は、農業の大切さや食育についての学習が目的で、園児たちは地域のボランティアの方々の手ほどきを受け田植えに挑戦。

町保育園では「人間は食べて育つから、食べ物が入るまでの過程を学ぶことはとても重要。幼児期に体験すること、大人になっても記憶に残ると思います。また、なの花保育園との交流でお友達がが増えて、園児たちがとてもうれしそう。」と話していました。

ジュニアスポーツクラブ・キンボールスポーツ教室開講



大多喜町スポーツ推進委員連絡協議会が主催となり、小学生を対象としたジュニアスポーツクラブと、中学生以上を対象としたキンボールスポーツ教室が5月23日(土)に始まりました。

総元体育館を会場に、町内の小学生29名と大人6名が参加し、国際武道大学キンボール部の学生を講師として、誰でも簡単にできるキンボールやレクリエーションを楽しみました。

次回は、7月11日(土)に行います。

マイレール いすみ鉄道 106 いすみ鉄道友の会総会



平成27年度いすみ鉄道友の会の総会が5月12日(火)に大多喜町役場で開催されました。

いすみ鉄道友の会では、鉄道沿線美化ボランティアや菜の花の播種を行うなど、いすみ鉄道の健全な運営について側面から協力し、地域住民の声を鉄道経営に反映させマイレール意識の高揚を図っています。

現在、会員数は個人会員332人・企業団体27団体です。

いすみ鉄道を応援いただける方の入会をお待ちしております。

問合せ いすみ鉄道友の会事務局(企画財政課内) ☎82-21112



消防操法審査会

5月24日(日)、多目的広場で消防操法審査会が開催されました。
各隊とも練習の成果を発揮し、機敏な動作を見せていました。
結果は、最優秀賞をポンプ車操法の部と小型ポンプ操法の部の両方を第1分団第1部が獲得しました。



▲最優秀賞を獲得した第1分団第1部

上位成績

【ポンプ車操法の部】

- 最優秀賞** 第1分団第1部
(筒森・大田代・小田代・葛藤)
優秀賞 第4分団第5部
(田丁、紺屋、鍛冶、泉水、栗山)
敢闘賞 第5分団第3部 (台、高谷)



【小型ポンプ操法の部】

- 最優秀賞** 第1分団第1部 (筒森、大田代、小田代、葛藤)
優秀賞 第3分団第1部 (黒原、三又、久我原)
敢闘賞 第5分団第2部 (小土呂)
努力賞 第2分団第2部 (三条、田代、弓木)

技能賞 (敬称略)

【ポンプ車操法の部】

- | | | |
|------------|---------|-------|
| 指揮者 | 第1分団第1部 | 佐川 貴浩 |
| 1番員 | 第4分団第5部 | 常住 豊 |
| 2番員 | 第1分団第1部 | 佐川 申治 |
| 3番員 | 第1分団第1部 | 中村 和也 |
| 4番員 | 第4分団第5部 | 小野 将幸 |



【小型ポンプ操法の部】

- | | | |
|------------|---------|-------|
| 指揮者 | 第3分団第1部 | 村杉 健 |
| 1番員 | 第1分団第1部 | 福嶋 岳夫 |
| 2番員 | 第1分団第1部 | 黒川 正裕 |
| 3番員 | 第3分団第1部 | 佐久間崇之 |



西中学校

仲間がいるから頑張れる ～中学校体育祭～

5月23日(土)に、大多喜中学校と西中学校で体育祭が開催されました。勝利に向かって一生懸命に頑張る生徒たち。この日のために練習を重ね、汗と涙の結晶である白熱の競技、素晴らしい演技、はじける笑顔は全ての人たちを魅了しました。

大多喜
中学校

9月26日(土)・27日(日) 大多喜お城まつり開催



大多喜お城まつり実行委員会総会が開催され、第41回大多喜お城まつりの開催日が決定しました。詳しい内容は追ってお知らせします。

開催日 9月26日(土) 前夜祭(光アート展)

27日(日) 本祭(武者行列、パレードなど)

大多喜お城まつり実行委員会は、各種団体より推薦をいただいた27名の委員の皆様で構成されています。(敬称略)

委員長	平林 昇
副委員長	苅込 孝次
〃	高橋 喜彦

○問合せ 大多喜お城まつり実行委員会事務局(役場産業振興課内) ☎82-2176

7月1日(水)から海洋センターのプールがオープンします

期間: 7月1日(水)から8月30日(月)まで

※7月5日(日)はB & G水泳県大会のため、終日利用できません。

夜間のプールは、上記期間の毎週木曜日と土曜日です。

時間: 午前は9時から11時50分まで。午後は1時から4時50分まで。

夜間は午後5時30分から9時までです。

注意事項

- ① 小学校2年生以下のお子さんは1人で遊泳できません。
必ず保護者がプールサイドで付き添いをお願いします。
- ② 遊泳中は、水泳帽子を着用してください。
- ③ Tシャツ等を着用しての遊泳はできません。
ラッシュガードの着用は遊泳可能です。
- ④ メガネをかけての遊泳、ネックレス類を付けての遊泳はできません。
- ⑤ おむつを付けている乳幼児は、プールサイドに設置してある家庭用プールをご利用ください。
水遊び用パンツ(おむつ)を付けていても大プール、小プールでの遊泳はできません。

料金: 以下の表のとおりです。

時間	区 分	町 民	町民以外
午前	中学生以下1人	50円	200円
	その他1人	150円	300円
午後	中学生以下1人	50円	200円
	その他1人	150円	300円
夜間	16歳以上のみ	200円	450円

※団体料金は、海洋センターへ直接お問い合わせください。

○問合せ 海洋センター ☎82-2462



春の全国交通安全運動キャンペーン ～ルールむし しん号むしは わるいむし～

5月12日(火)、春の全国交通安全運動出動式が中央公民館で開催され、町内25団体88人が参加しました。出動式の後、船子交差点付近において啓発活動として、信号待ちのドライバーに交通安全を呼びかけました。



▲啓発物を配布して呼びかけをしました

「おおたき元気いきいき体操」で私もあなたも地域も元気に!!

町内では、中野本村生活改善センター、筒森もみじ館のそれぞれの会場で、週1回、住民の方々の自主活動として「おおたき元気いきいき体操」が行われています。

「おおたき元気いきいき体操」とは、地区の集会所など歩いて行ける身近な会場で、一定の講座を修了した運動サポーターさん支援のもと、歌いながら体操を行うものです。この体操は6種類の筋力運動で構成され、持久力、柔軟性、筋力、バランス力を総合的にのばすことができるとされており、高知市や印西市をはじめとした全国で効果をあげている運動を参考にしたものです。

参加者からは、「家にいるよりも調子がいい」「歩くのが少し楽になった」「週に1度の楽しみになっている」などと嬉しい声があげられています。



▲会場に到着したら出席簿に記入して自分が使うバンドとおもりを持ち、準備をします



▲運動前に健康チェックをします



▲専用のバンドに重りを入れて、それぞれの体力に合ったおもりで負荷をかけて行うので安心かつ効果的です



▲親しみのある仲間同士、体操の合間には笑顔があふれます



▲体操の後は、サポーターさんによる認知症予防などに効果のある楽しいレクリエーションが行われます

中野区、筒森区以外でもこの活動を開始する予定の区があり、住民同士の心と体の健康づくり運動が広がっています。

○問合せ 健康福祉課 保健予防係 ☎82-2168（内線264）

無人ヘリコプターによる水稻航空防除を実施します

良質米の生産を効率的に行うため、薬剤飛散の少ないラジコン操作による無人ヘリコプターを使用した水稻航空防除を実施します。防除予定地域および周辺の方々は、次のことに十分注意していただきますようご協力をお願いします。

○実施日 7月21日（火）、22日（水）

○防除開始予定時刻 午前5時頃から ※天候不順により当日実施できない場合は順延となります。
（防災行政無線と広報車により放送します。）

○実施地域 21日 西畑地区：笛倉・百鉢・平塚
総元地区：黒原・三又・久我原
上瀑地区：横山・台・田代
22日 総元地区：石神・大戸・部田・堀之内・八声
大多喜地区：西部田
上瀑地区：小土呂（市部を除く）・高谷・峯之越

○対象病害虫 イモチ病・もんがれ病・カメムシ類

○使用農薬 アミスターレボンSE



【実施当日のお願い】

＜公衆衛生について＞

- ・監視員の指示に従い、散布地域には入らないでください。
- ・自宅周辺で散布が行われているときは、屋外に出ないようにしてください。
- ・洗濯物を屋外に出さないでください。
- ・池で金魚などを飼っている場合は、水をかけ流すか、覆いをするなどの対策をしてください。
- ・散布日には、水田用水を止めておいてください。
- ・散布終了後、すぐに水田に立ち入らないでください。
- ・児童、生徒については散布終了後、防災無線を聞いてから登校してください。

＜車両などについて＞

- ・散布中やむなく通行する場合は、監視員の指示に従ってください。
- ・散布中は、区域内及び周辺道路に駐車しないで車庫に入れるか、シートで覆ってください。
- ・万が一、農薬が付着したときは、早急に洗い流してください。

＜家畜類飼育農家・養蜂家の方へ＞

- ・農薬が付着したと思われる草は、21日間、与えないでください。
- ・蜜蜂群はなるべく事前に散布地区外に移動してください。やむなく定着する場合は巣門を閉めるか、シートなどで覆いをするなどの対策をしてください。なお、蜂箱内の温湿度に注意してください。

【万が一、人体に農薬がかかったと思われる場合】

＜目＞

- ・すぐにきれいな水で最低15分間洗浄したあと、眼科医の手当てを受ける。
- ・コンタクトレンズを使用している場合は、固着していない限り、取り除き洗浄する。

＜皮膚＞

- ・汚染された衣類、靴などを速やかに脱ぐ。

- ・付着した農薬を拭き取るか、あるいは水で洗い流してから石鹸を使ってよく洗い落とす。
- ・外観の変化があり、痛みが続く場合には、医師の手当てを受ける。

＜吸入＞

- ・直ちに空気の新鮮な場所に移動し、速やかに医師の手当てを受ける。

航空防除により農薬がかかってしまい、医師の診察を受ける場合は、役場産業振興課へお知らせください。

○防除当日実施本部 7月21日（火）、22日（水）いずれも旧総元小学校を予定しています。

○問合せ 大多喜町航空防除協議会（役場産業振興課内） ☎82-2176（内線273）
夷隅郡市植物防疫協会 ☎62-2421

8月から介護保険制度が一部改正されます

一定以上の所得がある方の介護保険サービスの利用者負担が変わります



65歳以上で一定以上の所得がある方は、8月1日利用分から利用者負担が2割に変更されます。これにあわせて、7月中に要介護認定を受けている人全員に負担割合（1割または2割）が記載された「介護保険負担割合証」を送付します。

8月1日以降は、利用している介護サービス事業所などに介護保険被保険者証と一緒に提示してください。

1か月の利用者負担には上限額（高額介護サービス費）があります。2割負担となった場合でも全員の負担が2倍になるわけではありません。

介護保険の「一定以上の所得がある方」とは、次の①②両方にあてはまる場合です。

①本人の合計所得金額が160万円以上の方

②同一世帯の65歳以上の方が本人しかいない場合で、「年金収入＋その他の合計所得金額」が280万円以上、2人以上の場合はその合計が346万円以上

※合計所得金額とは…収入から、公的年金控除・給与所得控除・必要経費を控除した後で、基礎控除（38万円）・人的控除などの控除をする前の所得金額のことです。

施設入所時の食費・部屋代の負担軽減の基準が変わります

所得が低い方（本人及び世帯全員が町民税非課税者）であれば、介護保険負担限度額認定証の交付が受けられましたが、8月1日以降有効な認定証は、次のいずれかに該当する場合、交付されなくなります。

- (1)預貯金などが1,000万円（配偶者がいる場合は2,000万円）を超える場合
- (2)世帯分離している（住民票上世帯が異なる）配偶者が町民税課税者である場合

交付要件の変更に伴い認定証の交付が受けられない場合、施設サービスを利用した際の食費・部屋代（居住費・滞在費）の負担軽減が受けられなくなります。

ゴミゼロ運動へのご協力ありがとうございました



今年もゴミゼロ運動へ多くの方々にご協力いただきました。地域の皆さんによる自主的な活動に心より感謝いたします。

収集したゴミの量は約1.7トンで、集められたゴミの6割が缶やビンでした。これらは資源として再利用されます。

皆様と共に清潔な住みよい町づくりに努めていきたいと思っておりますので、今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

○問合せ 環境水道課 環境係
☎82-2067（内線282）

家庭用生ごみ処理機購入に補助金をご活用ください

町では、「家庭用生ごみ処理機」を購入して、生ごみを堆肥として利用する方に購入費の一部を補助しています。ごみの減量化と堆肥化による有効利用促進のために補助金をご活用ください。

助成の対象	助成金額	助成の上限
家庭用の機械式ごみ処理機	購入価格の2分の1	15,000円 (100円未満の端数は切り捨て)

※1世帯につき1台のみ助成になります。

助成は次の要件を全て満たすことが条件です。

- (1) 大多喜町に住所があり、その世帯で生ごみ処理機を使用する方
 - (2) 生ごみ処理機を常に良好な状態で維持管理できる方
 - (3) 堆肥化及び減量化された生ごみを、自己の責任において処理することができる方
- 詳しいことは、お問い合わせください。

問合せ 環境水道課 環境係 ☎82-2067（内線282）

税金は納期内に納めましょう

7月は、固定資産税第2期及び国民健康保険税第1期の納付月です。7月31日（金）期限内の納付をお願いします。

納税は便利な口座振替をご利用ください。申込手続は、ご希望の町内金融機関、郵便局の窓口で行うことができます。納付書により納付される方は、役場、金融機関、郵便局、コンビニエンスストアでの納税をお願いします。

※納税が困難な方は、開庁日の午前8時30分から午後5時までに
ご相談ください。

○問合せ 税務住民課 収納対策係 ☎82-2122



ごみの適正な出し方にご協力を！

町では、ごみの減量化と再資源化等循環型社会への対応を促進するため、分別による収集を実施しています。

各ご家庭に配布をいたしました「ごみの正しい出し方」に掲載の分別収集品目等を参考に、ごみの適正な出し方にご協力をお願いします。

詳しいことは、お問い合わせください。

○問合せ 環境水道課 環境センター係 ☎83-0331



◀ 焼却処分されるプラスチック容器包装。ごみを適正な出し方することで再資源化できます。収集されたプラスチック容器包装の約4割が焼却処分、約6割が再資源化されています。

後期高齢者医療の障害認定について (65歳から74歳の方へ)

後期高齢者医療保険は75歳からの加入ですが、下記に該当する障害がある方はご本人の選択により後期高齢者医療制度に加入することができます。74歳までであれば、いつでも脱退することもできます。

1. 障害年金 1級・2級を受給している方
2. 身体障害者手帳 1級～3級
4級（音声、言語、下肢機能障害）をお持ちの方
3. 療育手帳 ④の1・④の2・Aの1・Aの2をお持ちの方
4. 精神障害者保健福祉手帳 1級・2級をお持ちの方

後期高齢者医療保険制度に加入すると・・・

- ・それまで加入していた国民健康保険、健康保険組合、共済組合などを脱退します。
- ・医療機関にかかる時の自己負担は、1割です。
ただし、現役並みの所得がある場合は3割です。

〈申請に必要なもの〉

- ・国民年金・厚生年金保険年金証書、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など 障害の程度がわかるもの
- ・印鑑

○問合せ 税務住民課 保険年金係 ☎82-2122

「児童手当」現況届

提出期限 6月30日

児童手当を受給されている方は、毎年6月に現況届の提出が必要です。

提出期限は6月30日（火）です。対象者の方へお配りした現届は6月分（10月支給分）以降の児童手当を引き続き受給できるかどうかを確認するための重要な手続きとなりますので、必ず期限内の提出をお願いします。提出されない場合は、6月以降の手当が受けられなくなります。

また、受給者の所得額により受給額が制限されます。

《現況届に必要な添付書類》

○受給者の健康保険被保険証の写し

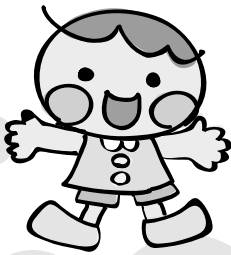
○別居監護申立書（児童と住所が異なる場合）

※児童の属する世帯全員の住民票の添付が必要です。

○児童手当用所得証明書（1月1日以降に本町に転入された方）

○問合せ 子育て支援課

☎ 82-2152



戦没者等のご遺族の皆さまへ 特別弔慰金の受付が始まりました

戦後70周年に当たり、戦没者等のご遺族に弔意の意を表するため支給される第10回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の受付が開始されました。

1 支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日（基準日）において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受ける方（戦没者の妻や父母等）がない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

- ①平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- ②戦没者等の子
- ③戦没者等の(1)父母、(2)孫、(3)祖父母、(4)兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

④上記(1)から(3)以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

2 支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債

3 請求期間

平成30年4月2日まで
請求期間を過ぎると第10回特別弔慰金を受けることができなくなりますので、ご注意ください。

4 請求受付窓口

役場 健康福祉課 社会福祉係
☎ 82-2168

子育て通信 ①6

おやつを考えよう♪

子どもたちが毎日楽しみにしているおやつ。幼児期の子どもにとって、おやつは第4の食事といわれるほどとても大切です。家庭でのおやつのとりを振り返ってみませんか？

おやつはどうして必要なの？

子どもは活動量が多く発育期なので、たくさんの栄養素が必要になりますが、子どもの胃や腸は小さくて機能も未熟です。そのため、1日3回の食事ではとりきれない栄養素をおやつで補う必要があります。

おやつ目安

0歳：おやつはまだ必要ありません。離乳食と母乳・ミルクをしっかり飲ませましょう。

1～2歳：約100～150kcal

3～5歳：約150～200kcal

* 保育園では、1～2歳児は午前と午後の2回、3～5歳児は午後に1回食べています。

おやつ3つのポイント

- ①量……食事の妨げにならないように量は少なめに子どもの片手の手のひら分が目安です。
- ②時間……1日1～2回、時間を決めておやつと食事の間は2時間以上空けて、夕食後には食べないようにしましょう。
- ③内容……おやつは食事の一部です。
菓子やジュースに偏らないようにしましょう。

簡単！手作りおやつ ～マカロニきなこ～

<材料1人分>		1人分約60kcal
マカロニ	8g	
きなこ	4g	
砂糖	3g	

<作り方>

- (1)マカロニを茹でる。
- (2)きなこに砂糖を混ぜ、茹でたてのマカロニをよく和える。

○問合せ 子育て支援課 ☎82-2152 つぐみの森保育園 ☎83-1411 みつば保育園 ☎82-5530

大多喜町地域包括支援センターだより 96

地域で暮らす、高齢の皆さまを介護・福祉・健康・医療等、様々な面から総合的に支えます。



(左から) 社会福祉士 青木
介護支援専門員 吉野
看護師 佐久間
介護支援専門員 関
保健師 松本

～医療・福祉・介護の相談なら地域包括へ

高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を続けられるよう、総合的・包括的な役割を担うのが地域包括支援センターです。5名の専門職がそれぞれの専門性を活かし、様々な関係機関と連携・協力しながら高齢者の生活を支えています。

「足腰が悪くなり、よく転ぶようになったので寝たきりにならないか不安」「近所の1人暮らしの高齢者が最近体調を崩しているようだ」など、高齢者本人に限らず、家族、近所の方などの相談を受け、適切なサービスが利用できるよう支援します。

相談は役場窓口や電話でもお受けしますので、お気軽にご相談ください。

○問合せ 地域包括支援センター（健康福祉課 介護保険係）☎82-2168（内線267）



7月～8月

けんこうカレンダー

(保健事業予定表)

●申込み・問合せ●

健康福祉課 保健予防係
☎ 82-2168(内線 263～265)

☆子どもの事業☆

行事名	日時	☆受付時間	場 所	対 象 者
乳幼児相談	7/ 1	☆ 9:30 ～ 11:00	保健センター	乳幼児とその保護者（対象月の平成 26 年 6 月、11 月、平成 27 年 2 月生まれの方には個別に通知します）
	8/ 5			乳幼児とその保護者（対象月の平成 26 年 7 月、12 月、平成 27 年 3 月生まれの方には個別に通知します）
1 歳 6 か月児健診	8/20	☆ 13:15 ～ 13:45	保健センター	平成 26 年 1 月 1 日～平成 26 年 2 月 28 日生まれの方
3 歳児健診		☆ 13:30 ～ 14:00		平成 24 年 1 月 1 日～平成 24 年 2 月 28 日生まれの方
二種混合	7/30	☆ 13:45 ～ 14:30	保健センター	※ 対象となる方には別途通知します。
	8/ 6			
おひさまキッズ (集団)	7/31	13:30 ～ 15:30	保健センター	成長発達で心配のある乳幼児とその保護者
おひさまキッズ (個別のみ)	8/28			
赤ちゃん計測会	7/23	9:30 ～ 11:30	保健センター	生後 1 ～ 2 か月のお子さんとその家族 (対象者の方には個別に通知します)
離乳食教室	8/ 7	10:00 ～ 11:30	保健センター	乳幼児(平成 27 年 1 月、2 月生まれ)と その保護者

☆大人の事業☆

行事名	日時	☆受付時間	場 所	対 象 者
健幸倶楽部	毎週火曜日	10:00 ～ 11:30 13:30 ～ 15:00	保健センター	健康づくり教室に参加されていた方
リズムウォーキング教室	毎週水曜日	14:00 ～ 15:00	旧総元小学校 体育館	健康づくりに興味のある方

☆高齢者の事業☆

行事名	日 時		場 所	対 象 者
からだいきいき塾	7/10・31	10:00 ～ 11:30	老人福祉センター	事前に申し込まれている方
	8/7・28			
大人の脳トレ教室	7/2・10・16・23・30	14:00 ～ 15:45	老人福祉センター	事前に申し込まれている方
	8/6・20・27			

石橋 ^{りく}陸 さん
 大多喜小学校
 3年



「消ぼう士」

ぼくのゆめは、消ぼう士です。家族と車にのっているときに、消ぼう士が火事になっている家を水で消しているところを見たことがあります。ぼくもかっこいい消ぼう士になりたいです。



磯野 ^{るな}留那 さん
 大多喜小学校
 3年



「アイス屋さん」

わたしのゆめは、アイス屋さんです。おきやくさんがよろこんでくれるアイスを作りたいです。トッピングしたり色々な味のアイスを作ったりして、おいしく食べてほしいです。

平成 27 年度 第 2 回千葉県警察官採用試験

＜一次試験＞ 9月20日（日）

＜採用予定数＞

警察官 A（男性 45 人程度、女性 10 人程度）

警察官 B（男性 140 人程度、女性 15 人程度）

＜受付期間＞

7月3日（金）から8月14日（金）まで

＜問合せ＞

勝浦警察署警務課 ☎ 73 - 0110 または、お近くの交番・駐在所にご連絡ください。

平成 27 年度 海上保安大学校・海上保安学校 採用試験

＜試験案内等配布開始日＞ 6月17日（水）

＜試験種別＞

- ・海上保安学校 船舶運航システム課程、情報システム課程、海洋科学課程、航空課程
- ・海上保安大学校 大学校

＜第 1 次試験＞

- ・海上保安学校 9月27日（日）
- ・海上保安大学校 10月31日（土）、11月1日（日）

＜問合せ＞ 勝浦海上保安署 ☎ 73 - 3999、73 - 4999

おめでとう7月生まれ

- 誕生日の思い出に（3歳までのお子さん）
- 掲載希望者は誕生日の2カ月前までに御連絡ください。 ☎ 82-2111



小畑 ^{りんか}凛花ちゃん [2歳]
 （紺屋）（浩樹さん・めぐみさんの長女）

（ママからの一言）
 健康に成長してくれて、ありがとう！笑顔で登園し、楽しんでくれているので、とても嬉しいです。これから家族みんなでたくさん思い出を作っていこうね。 パパとママより



四倉 ^{こよみ}暦美ちゃん [2歳]
 （葛藤）（敦さん・絵美子さんの次女）

（ママからの一言）
 いつも笑顔で元気いっぱい。
 これからもたくさん笑って、泣いて、健やかに育ってね。

「かむ子・のびる子・元気な子」 料理コンクールの実施について

外食の機会の増加や加工食品への依存の増加など食生活が多様化する中で、幼児期からの規則正しい食生活と丈夫な歯でゆっくりかむことへの習慣づくりを奨めるため「健康かみかみ弁当」の作品を募集し、優秀なものを選びこれを普及します。

主催 千葉県歯科衛生士会

応募資格 千葉県内に在住・在勤・在学されている方。コンクール当日（11/29）に参加可能な方。

応募方法 所定の応募用紙にお弁当2人分の献立を記入のうえ、自分で作ったお弁当1個分の写真を添えて応募してください。

締切り 9月18日（金）

※問合せはFAXで千葉県歯科衛生士会へ

【FAX】043-241-9903

【HP】<http://www.chiba-dha.net>

サマージャンボ宝くじ (2015年市町村振興宝くじ)

ご購入は、是非「千葉県内」の宝くじ売り場で！！ 今年のサマージャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて7億円。サマージャンボミニ7,000万と同時発売。

発売期間 7月8日(水)～7月31日(金)

発売方法 全国の宝くじ売り場
※通信販売でも購入できます。

抽選日 8月11日（火）

発売単価 1枚300円

『この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。』

ピア宮敷で納涼祭開催

ピア宮敷の納涼祭「ピアフェスタ」を開催します。模擬店、楽しいイベントが盛りだくさんです。皆さま、ぜひお出ください。

日時 7月25日（土）16時～19時（※雨天中止）

場所 障害者支援施設ピア宮敷（いすみ市岬町岩熊138-10）

問合せ

ピア宮敷（担当：斉藤・浅野） ☎87-9631

戦没者遺児の皆さんへ

日本遺族会では戦没者遺児による慰霊友好親善事業への参加者を募集しています。

慰霊友好親善事業とは、先の大戦において父等を国に捧げた戦没者の遺児が、亡き父等の眠る地に赴き、慰霊追悼を行うとともに、現地の方々との友好親善を深めることを目的としたものです。

実施地域 旧ソ連、フィリピンほか

参加費 10万円

参加資格 戦没者の遺児

日程などの詳細、お問い合わせは日本遺族会事務局へ ☎03-3261-5521

毒物劇物取扱者試験の実施について

願書受付

・持参 7月2日(木)・3日(金)
9:30～11:30、13:00～16:00

千葉県教育会館304会議室
(千葉市中央区中央4-13-10)

・郵送 6月22日(月)～6月26日(金)※当日消印有効

千葉県健康福祉部薬務課審査指導班宛（千葉市中央区市場町1-1）

試験日時 8月7日（金）

試験会場 千葉経済大学（千葉市稲毛区轟町3-59-5）

集合時間 13時

問合せ 千葉県健康福祉部薬務課 ☎043-223-2618

善意の心をありがとうございます

《大多喜町ふるさとづくり寄附金（5月分）》

申込件数 618件

申込金額 29,904,000円

・なお、ホームページには寄附を公表してもよいという方の氏名を掲載しています。こちらでもご覧ください。

《社会福祉協議会福祉基金》

・匿名(3件) 5,200円

《2015年ネパール地震救援金》

・鈴木 政雄 様（押沼）

3,000円

・大多喜町役場募金箱

3,133円

《東日本大震災義援金》

コレット商事(有)

取締役 岩瀬秀子 お客様216名 様

町長日誌（5月）

27日	26日	24日	23日	20日	19日	17日	14日	13日	12日	9日	8日
通常総会	町営住宅入居者選考委員会 たけゆらの里農産物直売組合	国民健康保険運営協議会 老川地区開発協議会総会 町消防団消防操法審査会 法要	本多忠勝・忠朝公400周年忌 西中学校体育祭 町国際交流協会総会 議会定例会5月会議	総会 町ボランティア連絡協議会	千葉県市町村長会議	長柄町合併60周年記念式典	町商工会第55回総代会 町防災会議	一般国道465号整備促進期 成同盟会総会 BELCA賞表彰式（役場中 庁舎） 町商工会女性部第32回通常部 員総会	成田空港活用協議会総会 いすみ鉄道友の会総会	春の全国交通安全運動出動式 上瀑地区区長会意見交換会	夷隅地区保護司会定期総会

INFORMATION

インフォメーション

募 集

幼児水泳教室 参加者募集

幼い頃から水に慣れる習慣を身につけると同時に、水難事故防止を促進します。

期日 7月11日から8月22日までの毎週土曜日（8月15日はお休み）全6回

時間 午後2時から3時まで（集合は1時30分）

場所 海洋センタープール

対象 町内在住の幼児又は、町内保育園に通園している園児（4月2日現在5歳以上の未就学児）

定員 20名

負担金 3,000円

申込書 保育園通園児には保育園から申込書が配布されます。大多喜町のホームページからもダウンロード可能。

申込み開始 6月21日（日）から
問合せ 海洋センター ☎82-2462

小学1・2年生対象の
ジュニア水泳教室 参加者募集

水泳技術の向上、水難事故防止の普及が目的です。

期日 7月11日から8月22日までの毎週土曜日（8月15日はお休み）全6回

時間 1年生 午後3時から4時まで（集合2時50分）

2年生 午後4時から5時まで（集合3時50分）

場所 海洋センタープール
定員 1年生25名、2年生25名
負担金 3,000円
申込書 各小学校から申込書が配布されています。大多喜町のホームページからもダウンロード可能。

申込み開始 6月21日（日）から
問合せ 海洋センター ☎82-2462

小学3～6年生対象の
スイミング道場 参加者募集

水泳技術の向上、水難事故防止の普及を図ることを目的とし、少しでも泳げるように練習します。

期日 7月15日～8月19日までの毎週水曜日 全6回

時間 午後6時30分から8時まで（集合は6時25分）

定員 40名

場所 海洋センタープール

負担金 3,000円

申込書 各小学校から申込書が配布されています。大多喜町のホームページからもダウンロード可能。

申込み開始 6月21日（日）から
問合せ 海洋センター ☎82-2462

アクアビクス教室参加者募集

アクアビクスは、水中でリズムに合わせて楽しく運動を行います。肩こり・腰痛・膝などに不安をお持ちの方にもお薦めの

スポーツです。

期日 7月18日（土）～8月22日（土）

8月15日を除く毎週土曜日（全5回）

時間 17時30分～18時30分まで

定員 30名

場所 海洋センタープール

対象 町内在住・在勤・在学の18歳以上の方

負担金 1,500円

申込み開始 6月27日（土）から
問合せ

海洋センター ☎82-2462

「楽しいふるさと創る会」
会員スタッフ募集

5月（GW）に開催した「第2回・養老溪谷音楽祭」に引き続き、秋には、新企画として「養老溪谷芸術祭」を企画しています。

また、定期公演「老川・演日祭」（生演奏大道芸）なども含め、大小様々なイベントを開催しています。

楽しい地域、楽しい大多喜、楽しい町を楽しいみんなと一緒に創りましょう。

問合せ ☎080-2677-4649
小泉まで

お 知 ら せ

平成28年度園芸農産関係事業

認定農業者等が対象となる新「輝け！ちばの園芸」産地整備支援事業や強い農業づくり交付金など各種事業の取組希望調査を実施します。

規模拡大等により事業をお考えの方がおりましたら、7月8日（水）までに産業振興課までお問合せください。

問合せ

産業振興課 ☎82-2176

有料広告を募集しています

町では「広報おおたき」と「大多喜町ホームページ」に掲載する有料広告を募集しています。

事業所、企業、お店のPRにご利用ください。

○広報おおたき 下1段／1回……………10,000円

下2分の1段／1回……………5,000円

○ホームページ 1枠／1か月……………6,000円

○問合せ 総務課 文書広報係 ☎82-2111





国民年金保険料免除等の申請について

平成27年度の免除等の受付は平成27年7月1日から開始され、平成27年7月分から平成28年6月分までの期間を対象として審査を行います。

また、平成26年4月から法律が改正されて、2年1カ月前の月分まで遡って免除申請をすることができるようになりました。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたために未納期間を有している方は、一度ご相談ください。

○問合せ 税務住民課 保険年金係 ☎82-2122（内線251）
千葉年金事務所 ☎043-242-6320

新刊紹介

- ・ EPITAPH東京 恩田 陸 著
- ・ 火花 又吉 直樹 著
- ・ 利休の間 加藤 廣 著
- ・ 深山の桜 神家 正成 著
- ・ 親の家の片づけ 決定版 安東 英子 著

おすすめ本

70からはやけっぱち 野際 陽子 著

大切にしているのは、楽しむ心を忘れないこと。79歳の女優・野際陽子が、仕事や趣味の絵に、美と健康維持に、楽しみながら奮闘する日々を綴る。スポーツドクターとの対談も収録。『毎日が発見』連載に加筆し書籍化。

本だな



町立図書館
天賞文庫だより
☎82-2459

7月の休館日

6日・13日・21日・
27日・31日
(図書整理日)
※7月から祝日を閉館
します

おはなし会・えいが会

日時：7月19日(日) 午前10時30分から(おはなし会)・午後2時から(えいが会)
場所：大多喜図書館

短歌

空青くせんたく物を干す庭に
昼の淡月高々と見ゆ
母の送りに唱へてくれし婦人部の
和讃聴きつつ涙あふれ来
公園に老ら^{なご}和めり春風の
吹けど子供^{こども}のこゑの絶え^とるて
子の家に飼ひある柴犬老いたれど
訪へば飛びつく見えぬ目なれど
振舞に注意をしつつ暮らす日々
わが残念は余剰にあらず

斎藤 松枝
君塚 とき
尾高 節子
磯野 芳枝
渡辺 美与子

俳句

降りかかる花びら二、三城仰ぐ
畑まで柿若葉道眺めつつ
信濃の春駅の看板旧字体
戦死者のセピアの写真庭若葉
若葉風寺の本堂通り抜け

伊吹 万里
佐川 文子
角田 和也
鋤柄 直紀
塩田 昭子

おおたき文芸

7月

ふみつき
支月

1	水	プール一般開放開始～8月30日(日)まで 海洋センター	(可燃)
2	木	プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	(不燃)
3	金		(可燃)
4	土	B&G水泳選手育成コース 13:30～15:00 海洋センター プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	
5	日	県民の日いすみ鉄道満喫ツアー 子ども習字教室 10:00～ 中央公民館 千葉県B&Gスポーツ大会(水泳の部・カヌーの部) 10:00～ 海洋センター	
6	月	心配ごと相談(日常生活上の相談) 9:00～12:00 福祉センター	(可燃)
7	火		(ペット)
8	水	スイミング道場 18:30～20:00 海洋センター	(可燃)
9	木	プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター ひまわり会 福祉センター	(びん)
10	金		(可燃)
11	土	ジュニアスポーツクラブ、キンボール教室 9:00～ 総元体育館 幼児水泳教室 14:00～15:00、ジュニア水泳教室 15:00～17:00 海洋センター プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	
12	日		(休日受付)
13	月	心配ごと相談(結婚相談・人権相談・行政相談・年金相談・労災・雇用保険相談) 10:00～15:00 福祉センター	(可燃)
14	火	出前保育 10:00～ 上瀑ふれあいセンター	(ペット)
15	水	スイミング道場 18:30～20:00 海洋センター	(可燃)
16	木	プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	(缶類)
17	金		(可燃)
18	土	青少年のつどい町大会 9:00～ 多目的広場(雨天順延) 幼児水泳教室 14:00～15:00、ジュニア水泳教室 15:00～17:00 海洋センター プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター アクアビクス教室 17:30～18:30 海洋センター	
19	日	おはなし会 10:30～ えいが会 14:00～ 図書館	
20	月	海の日	
21	火	出前保育 10:00～ 味の研修館	(ペット)
22	水	スイミング道場 18:30～20:00 海洋センター おもいやりの会 総元地区	(可燃)
23	木	プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	(紙類・衣類)
24	金	ぬくもり給食会 11:30～ 福祉センター 農業委員会 14:00～ 大会議室	(可燃)
25	土	幼児水泳教室 14:00～15:00、ジュニア水泳教室 15:00～17:00 海洋センター プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター アクアビクス教室 17:30～18:30 海洋センター	
26	日	子ども習字教室 10:00～ 中央公民館	
27	月	心配ごと相談(日常生活上の相談) 9:00～12:00 福祉センター	(可燃)
28	火	トットくらぶ 9:30～ みつば保育園	(ペット)
29	水	スイミング道場 18:30～20:00 海洋センター	(可燃)
30	木	プール夜間一般開放 17:30～21:00 海洋センター	(びん)
31	金		(可燃)

ごみ収集日: 可燃⇒可燃ゴミ、紙類・衣類⇒新聞紙・雑誌・ダンボール・衣類等、缶類⇒スチール・アルミ・一斗缶等、
ペット⇒ペットボトル・食用廃油・プラマーク製品、不燃⇒その他不燃ゴミ(ガラス・金属・ポリ容器等)
びん⇒飲用できるびん

人口と世帯

平成27年6月1日現在

人口 9,822人 (－22)
男 4,799人 (－13)
女 5,023人 (－9)
世帯数 3,881世帯 (－7)
()は、前月比

交通事故発生状況

5月中(人身事故件数)

発生件数 2件(13)
死者数 0人(0)
傷者数 2人(18)
()は、1月からの累計

おおたき 119(5月中)

火災件数 2件(4)
救急件数 44件(219)
内訳 { 交通事故 2件(17)
急病 25件(121)
その他 17件(81)
()は、1月からの累計

慶弔(5月届)

出生 5人
死亡 22人

転出入(5月届)

転入 10人
転出 15人

刑法犯認知件数(4月中)

20件(－4)
県内17町村中ベスト4位
()は、前年比

◇当番医の紹介◇

《夜間・日曜・祝日など》
夷隅郡市広域市町村圏
事務組合消防本部
☎80-0119

簡単おすすめレシピ

24

管理栄養士
金坂 直子

「サバ缶ときゅうりの梅肉和え」

材 料 (2人分)

さば水煮缶……………1缶(180g)

きゅうり……………2本

梅肉……………1個分

ごま油……………小さじ1

すりごま(白) ……小さじ2



作り方

- ①きゅうりは薄くスライスする。梅肉はたたいておく。
- ②サバ缶の汁、①の梅肉とごま油を混ぜ合わせる。
- ③①のきゅうりと②を合わせる。きゅうりが少ししんなりしたら、サバ缶を和え、すりごまをかける。

【1人分栄養価】

エネルギー	219kcal
たんぱく質	20.4g
脂質	13.1g
塩分	1.3g

○問合せ 健康福祉課 保健予防係 ☎82-2168



【皿】

大多喜町陶芸クラブ

君塚 昌美さん(田代)



【花のじゅうたん】

大多喜写真同好会

鈴木 由里子さん(平沢)

ギャラリー

