

# しらこ

No.435

### 町の人口

人口 13,058人(-4)  
男 6,460人(-3)  
女 6,598人(-1)  
世帯数 4,712世帯(+2)  
2008.1.1現在 ( )内は前月比

### 編集・発行

白子町役場総務課

☎0475-33-2111

〒299-4292

千葉県長生郡白子町関5074-2



## 二十歳の響き

成人をお祝いして、1月13日(日)、青少年センターで成人式が行われました。晴れ着に身を包んだ新成人の皆さんは友人や恩師と久しぶりに再会し、話に花が咲いていました。

平成と共に生きてきた今年の新成人は166名。式典では5名の新成人が成人を迎えての抱負や、これまで支えてくれた家族や恩師、友人への感謝の思いなどを述べました。

また、新成人の石田充志さんが和太鼓の演奏を披露。(写真中央が石田さん)プロを目指しているという石田さん。勇壮な和太鼓のリズムは会場を訪れた人の心に響き渡りました。

### もくじ 主な内容



- 確定申告の日程など……………2
- 国保・年金……………6
- つれづれの記……………8
- 九十九里浜の詩……………9
- お知らせ……………12
- くらしのこよみ・休日当番医……………14

# 住民税・所得税・消費税の申告受付が始まります

**混雑が予想されますので申告はお早めに！**

◎申告期間 / 2月18日（月）～3月17日（月）（土・日曜日は除く）

◎受付時間 / 午前9時～午後4時まで

◎会場 / 役場 第5会議室（3階）

◎日程



月 日	曜日	対象地区	月 日	曜日	対象地区
2月18日	月	全 地 区	3月 3日	月	白 湍 地 区
19日	火	全 地 区	4日	火	全 地 区
20日	水	関 地 区	5日	水	関 地 区
21日	木	南白亀地区	6日	木	南白亀地区
22日	金	白 湍 地 区	7日	金	白 湍 地 区
25日	月	関 地 区	10日	月	関 地 区
26日	火	南白亀地区	11日	火	南白亀地区
27日	水	白 湍 地 区	12日	水	白 湍 地 区
28日	木	関 地 区	13日	木	全 地 区
29日	金	南白亀地区	14日	金	全 地 区
			17日	月	全 地 区
地区ごとに受付日を設定 していますので、右の地区 一覧を参照ください。		関 地 区	南白亀地区	白 湍 地 区	
		北高根、関、福島、 南日当、北日当	浜宿、牛込、 剃金、五井西	古所、五井東、八斗、 鷲、中里、幸治	

## 所得税の申告が必要な方

- 1 平成19年1月から12月までに農業などの事業所得、不動産所得、配当所得、利子所得、一時所得などの所得があった方で、所得金額が所得控除の合計金額よりも多い方
- 2 土地や建物や株式などを売って譲渡所得等のある方
- 3 給与所得があり次に該当する方
  - ・平成19年中の給与収入金額が2,000万円を超える場合
  - ・給与などの支払いを2か所以上から受けている場合
  - ・給与所得以外の所得が20万円を超えている場合
- 4 給与所得者で次に該当する方(確定申告により納めた所得税が戻る場合もあります。)
  - ・平成19年中に退職し、その後就職しなかったため、年末調整を受けなかった方
  - ・雑損控除、医療費控除、寄付金控除等を受ける方
  - ・住宅借入金(取得)等特別控除を受ける方
- 5 一定金額を超える公的年金・私的年金等を受けている方
- 6 税務署から確定申告書が送付された方

## 住民税(町・県民税)の申告が必要な方

次に該当する場合は住民税の申告が必要です。

- 1 平成20年1月1日現在、町内に住所があり所得税の申告が不要な方。  
(前年中、所得がなかった方でも国民健康保険税の軽減措置、国民年金保険料の免除・保育所入所・児童手当等の申請所得証明等を受けるには申告が必要です。)
- 2 給与所得者で次に該当する場合
  - ・勤務先から給与支払報告書が提出されていない方(すでに年末調整をされている場合は源泉徴収票を税務課へ提出してください。)
  - ・給与所得以外の所得があった方(20万円以下でも住民税の申告は必要です。)
- 3 年金収入のみで所得税を源泉徴収されていない方でも、配偶者控除、社会保険料控除、生命保険料控除などの所得控除を受けようとする方
- 4 遺族年金や障害年金などの収入がある方(障害者自律支援法の施行に伴うため)
- 5 白子町外に居住する者の扶養になっている方
- 6 町から住民税の申告書等が送付された方

## 消費税の申告が必要な方

- 1 平成17年中の課税売上高が1,000万円を超えている事業者の方
- 2 税務署から消費税申告書を送付された方
  - ・取引の内容が記載された帳簿や請求書等により消費税の計算を行いますので、確定申告と併せて消費税の申告もお願いします。
  - ・消費税の課税事業者になると、その年の所得税がゼロや赤字でも消費税の確定申告が必要です。また、消費税の確定申告をすることで還付を受けられることもあります。(本則課税制度適用者のみ)
  - ・平成19年分の消費税の申告・納付期限は平成20年3月31日(月)です。



## 申告に必要なもの

- 1 印鑑（認印可 シャチハタは不可）
- 2 給与所得者及び年金所得者は源泉徴収票の原本（コピーは不可）
- 3 事業所得者は収支内訳書または収入金額及び必要経費を記録したもの  
※昨年申告をされた方は、昨年の収支計算書の控え  
※農業所得を申告される方は、土地改良費の領収書又は納付金額を記録したもの
- 4 生命保険料や地震保険料の支払証明書
- 5 国民年金・農業者年金支払者は支払ったことが確認できる書類（国民年金保険料の証明書、領収書又は記帳されている通帳）
- 6 所得税が還付される方は本人の通帳等（還付先口座がわかるもの）

### ◇その他

- ・医療費控除の申告をする場合は、領収書、保険者と保険金等で補填された金額等を、医療を受けた人、病院ごとなどに整理してから持参してください。
- ・住宅借入金等特別控除または雑損控除を受ける方で、必要な書類、詳細等は、税務署または税務課までお問い合わせください。
- ・譲渡や株式所得、雑損控除等など複雑な内容の方は税務署での申告をお願いします。
- ・茂原税務署では2月18日以前でも給与所得者、年金受給者の還付申告の受付をしています。なお、確定申告期間中（2月18日～3月17日）の休日（土・日曜日）は業務を行いませんのでご注意ください。
- ・身体障害者手帳の交付を受けていない方でも、65歳以上で「白子町障害者控除対象者認定書交付要綱」に基づき身体障害者に準じると認定された場合は、町が発行する「障害者控除対象者認定書」により障害者控除（特別障害者控除）が受けられます。  
※判定基準日は当該年12月31日で、保健福祉課（介護保険係）で認定書を交付します。

## 申告時の注意点 税制改正により変更となっていますのでご注意ください。

### 平成19年分の所得税から適用される主なもの

- 1 定率減税の廃止
- 2 税率構造と税率の改正  
税源移譲により4段階（10%・20%・30%・37%）の税率から6段階（5%・10%・20%・23%・33%・40%）に細分化されました。
- 3 地震保険料控除の創設および損害保険料控除の廃止  
(1) 地震保険料控除の創設  
損害保険料控除を改組し、地震保険契約に係る地震等損害部分の保険料等の全額（最高5万円）を所得控除する地震保険料控除が創設されました。  
(2) 損害保険料控除の廃止および経過措置  
地震保険料控除の創設により、従来の火災保険、傷害保険等の損害保険料控除は平成18年12月末をもって廃止となりました。ただし、経過措置として平成18年12月31日以前始期の保険期間10年以上の満期返れい金がある保険契約（積立型保険契約、年金払積立傷害保険等）は、従前の損害保険料控除が適用されます。
- 4 寄付金控除の改正  
寄付金控除の対象となる金額が、総所得金額等の40%（改正前30%）相当額に引き上げられました。

問い合わせ 役場税務課 ☎33-2111  
茂原税務署 ☎22-2166

## 所得税・消費税の確定申告相談の日程

### ○年金受給者・新規住宅取得者のための申告指導相談

月 日	会 場	時 間
2月 6日(水) 8日(金) 13日(水)	茂原市総合市民センター	9:30~12:00 13:00~16:30 (受付15:30まで)
2月 7日(木)	いすみ市役所(岬庁舎)	

### ○確定申告出張相談

月 日	会 場	時 間
2月19日(火) 20日(水)	い す み 市 役 所	9:30~12:00 13:00~16:30
2月21日(木) 22日(金)	勝 浦 市 役 所	(受付15:30まで)

### ○税理士会が行う小規模納税者の方などのための無料申告相談

月 日	会 場	時 間
2月18日(月) 19日(火)	茂 原 市 役 所	9:30~12:00 13:00~16:00 (受付15:00まで)
2月19日(火) 20日(水)	い す み 市 役 所	
2月21日(木) 22日(金)	勝 浦 市 役 所	
2月25日(月)	大 多 喜 町 役 場	
2月26日(火)	いすみ市役所(岬庁舎)	

※小規模納税者の方の所得税・消費税、年金受給者・給与所得者の方の所得税の申告を対象としています。  
(ただし、土地・建物・株式等の譲渡所得のある方を除きます。)

☆源泉徴収票等の確定申告に必要な書類・筆記具・印鑑をご持参ください。

国税庁ホームページ「**確定申告書等作成コーナー**」で  
所得税・消費税の確定申告書が作成できます。

国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>

また、作成した申告書情報を利用して**電子申告(e-Tax)**することもできます。  
平成19年分の所得税の申告を、**本人の電子署名と電子証明書**を利用して**電子申告**  
**する場合、所得税額から5,000円(所得税額を限度)を控除することができます。**  
詳しくは、e-Taxホームページをご覧ください。<http://www.e-tax.nta.go.jp>

国保

## 国保税の納め忘れにご注意を！

平成20年4月 保険者証を更新します

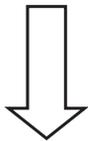
国民健康保険税の滞納が何期か続くと、有効期限の短い**短期被保険者証**が、1年以上滞納すると**資格証明書**が交付されます。くれぐれも納め忘れに注意してください。

滞納のない世帯には、**保険者証・高齢受給者証（70～74歳の方）・限度額適用標準負担額減額認定証（申請のあった方）**を郵送します。

- 1 納期を過ぎても納めないと督促状が送られます。



- 2 滞納が何期か続くと**短期被保険者証**が交付されます。



有効期限が2か月しかありません。



- 3 1年以上滞納すると**資格証明書**が交付されます。

お医者さんにかかったときは窓口で全額自己負担します。

後日、役場住民課窓口で申請すると国保から払い戻しされます。



### 納付が難しいときは相談を



特別な事情で保険税の納付が困難なときには、申請により保険税を分割して納付できる場合があります。

どうしても納付が難しいときには滞納のままにしないで、早めに住民課へご相談ください。

年金

国民年金保険料の納付は  
口座振替が便利でお得です！

口座振替が開始されるまで2か月程度かかります。お申し込みはお早めに！

- 安心！ 自動引落しで納め忘れの心配がありません
- 便利！ 金融機関等に行く手間と時間が省けます
- 簡単！ 一度の手続きで済み、手数料もかかりません
- お得！ 早割・前納と割引があります

□引落方法

(次の4種類から選んでお申し込みください。)

- 1年度分の前納(4月～翌年3月分)
- 6か月分の前納(4月～9月分、10月～翌年3月分)
- 早割(当月末日振替)
- 毎月(翌月末日振替)

□手続場所

金融機関または郵便局、社会保険事務所

□必要なもの

- 年金手帳または納付書
- 預(貯)金通帳
- 預(貯)金通帳届出印

注意

口座の残高不足で引落できなかった場合は割引がなくなります。(毎月の口座振替に切り替わります。)

特に、初めて1年度分の前納を申し込まれた方は13か月分(3月分+4月分～翌年3月分)、または6か月分の前納を申し込まれた方は7か月分((3月分+4～9月分)、または(9月分+10月分～翌年3月分))の保険料が引落されるので、残高不足にはご注意ください！

社会保険庁からのお知らせ



ねんきん特別便

「ねんきん特別便」は、ご本人の基礎年金番号に記録が結び付くと思われる方に昨年12月から今年3月までにお送りし、4月から10月までに全ての方々にお送りします。

「ねんきん特別便」は社会保険庁に記録されている住所にお送りするため、住所変更の手続きがお済みでない場合、お手元にお届けできません。住所の変更・訂正はご自身による手続きが必要です。下記の窓口で手続きをお願いします。

- 国民年金第1号被保険者・・・白子町役場住民課国保年金係
- 厚生年金加入者 } 厚生年金加入者の方の
- 国民年金第3号被保険者 } お勤め先の社会保険担当者
- 年金受給者・・・千葉社会保険事務所(または茂原分室)

『ねんきん特別便』専用出張受付

とき 2月5日(火) 3月19日(水)  
10:00～16:00  
ところ 茂原市役所 市民室

年金の請求や変更手続きなど、  
一般の年金相談はお受けできません。

お送りした年金記録に記載漏れや誤りがないか十分ご確認いただき、ねんきん特別便と年金証書をご持参のうえご利用ください。ご本人以外が来所される場合は、ご本人が署名捺印した委任状のほかに来所される方の身分証明書(免許証等)をご用意ください。

◇ねんきん特別便に関する問い合わせ

「ねんきん特別便専用ダイヤル」 ☎0570-058-555

I P電話、PHSからは03-6700-1144

◇専用出張受付に関する問い合わせ ☎043-242-6320 千葉社会保険事務所

圏央道の話題をよく耳にするようになりました。

正式名称を『首都圏中央連絡自動車道』といい、慢性的な都心の渋滞の緩和策として進められ、都心を大きく取り巻くように作られる高速道路です。千葉県内では、木更津・茂原・東金を経て、成田で東関東道へ、茨城県ではつくばで常磐道、埼玉県では久喜で東北道、鶴ヶ島で関越道、東京都の八王子で中央道、そして神奈川県の高老名で東名道へとそれぞれの高速道と結ばれる計画になっています。

全長は300kmもある広大なものですが、供用が開始されているのはまだ全体の4分の1程です。県内は木更津・茂原間28.4kmの内7.1kmが昨年3月に開通し、残り区間も2年後の平成22年春までの開通を目指し、急ピッチで工事が進められています。また、茂原・東金間21.6kmも同じ

く平成22年春の開通が予定されており、これによって長生・山武地域の道路網が大きく変わります。白子町は直接通過しませんが、最も近いインターチェンジは外房有料道路の出入口近くの新治地区に予定されている茂原北インターで町役場から15分程で行けることになりま

す。並行して進められている本納と白子海岸を結ぶ『白子バイパス』が完成すれば、より近くなるはずですが、都市と地方の格差が拡大し続けている昨今ですが、地方の活性化にはまだまだ道路整備は必要です。「車が少なくから道路はこの程度でよい。」のではなく、道路を良くして車も産業も人も都市から地方へ分散させなければ、格差是正などできるはずがありません。

今、大きな話題となっている道路特定財源議論もあまりにも地方を軽視したものに思

えます。確かに、今のようながソリンや軽油の大幅な値上がりは消費者には大きな負担ですが、道路を利用する者が道路づくりの財源を負担するのは受益者負担の原則からしても当然です。都市の道路が整備されたからもうそろそろほかの目的に使おうという発想は、地方に住んだことのない者の理論であり、ましてや政党の選挙目的の争点として利用するなど論外です。税の一部は町道のような生活圏道路の財源としても使われていることを認識していただきたいと思

います。とかく計画より遅れるのが定説となっている道路づくり。財源と用地の確保に理解を得ることが何より不可欠。地域発展に結びつく安全な道路は今後も計画どおりに作りたいと思

うものです。

町長 林 和 雄

### みんなが使う道だから 道路を大切に使いましょう

◇道路に張り出した樹木の枝、風・雪などによる倒竹木の恐れはありませんか？  
道路に伸びて張り出している枝や雑草、風・雪などによる倒竹木は、交通の妨げになり事故の原因にもなりかねません。大変危険ですので土地の所有者(管理者)は自主的に伐採やせん定を行いましょ

◇道路に物など置いていませんか？  
歩道や路肩に物などを置くと、歩行者や緊急車両(救急車・消防車)の通行の妨げとなります。道路上の利用はやめましょ

◇道路を汚していませんか？  
機械等についた泥は取り払ってから走行ましょ。農地等からの飛砂は道路上に堆積し、通行の妨げや側溝等の水の流れを阻害する原因にもなります。土地の所有者(管理者)は飛砂防止対策を行いましょ。水路等の清掃時の土砂を路肩に置くと、道路排水不良で水溜りができて通行の妨げとなるだけでなく、舗装の寿命にも影響を及ぼすのでやめましょ。



# 20年の歳月を経て…

## 郡界道路全面開通



大網白里町清水の交差点から海岸線へ向かう道路、通称「郡界道路」が、昭和62年整備開始以来、20年の歳月を経て全面開通しました。

郡界道路は大網白里町と白子町にかかる東西約3kmの道路で、国道128号線と県道30号線をつなぐ幹線道路として整備が進められてきました。最後の整備区間であった県道30号線と旧県道の間、180

mの拡幅工事が完了し、昨年12月28日（金）から一般供用が開始されました。

同日、大網白里町、白子町、千葉県、警察などの関係者が出席し、大網白里町四天木の同道路上で開通式が行われました。式典では堀内大網白里町長が、長年待ち望んだ開通の喜びを述べ、林町長、大多和議長たちによるテープカットが行われました。（写真）

## 九十九里浜の詩

### 第一〇二回

#### 内谷川・ふとん籠(かご)・見学

南白亀川の支流・内谷川の大規模な改修工事が着々と進んでいます。関地区「高聖橋」下流の広々とした流れと整然たるコンクリート護岸は、心安らぐ風景であると同時に地域の人々にとって「安心」の証（あかし）でもあります。

当時の桑名藩の実高十四万石の内、六万石（一五一ヶ村）が越後（新潟県）の石高ですが、日記は米どころ新潟の人々の厳しい水との闘いが、江戸時代から続けられていることを教えてくれます。



拡幅成った内谷川

白子町に移り住んで二十八年、野生動物との出会いを楽しみに内谷川周辺の早朝散歩を日課としてきました。その間、災害時の緊急避難道、橋の架け替え、排水施設などの工事がくり返されましたが、最も関心を持ったのは、傾斜のきつい法面の一部が崩れた際に施された金網の籠（かご）に大小の石の入った「ふとん籠」による護岸工事です。

仕事で、今から百六十年前に桑名藩（三重県桑名市）の武士が支領・新潟県柏崎市で十年間書き続けた日記を読んでいます。その中に「ふとん籠」がたびたび出てきます。

当時、越後平野を流れる河川はしばしば決壊し、田畑は簡単に流され、稲は全滅、百姓は年貢どころか喰うにも事欠きました。復旧工事に用いられたのが木材や粗朶（そだ）、竹籠に石を詰めたる「ふとん籠」でした。これが内谷川にも用

いられています。

日本列島は丘陵、平野、湿地など多様な環境に人間が手を加え長い年月をかけて作り上げた伝統的な自然環境―農業生態系が主です。しかし、私たちが暮らしの安全と便利を求めることで失われてゆく自然は少なくありません。

とりわけ機械の力で大規模な構造物を一体的に作り、飛躍的に強度が増す土木技術が歓迎される今、伝統的な自然環境保全は難しい課題です。

地元の古老は内谷川のシジミやシラス時代を懐かしみながらも、安全な生活環境が確保された喜び、「新しい内谷川」の景観を絶賛しています。「ふとん籠」は侵食被害の激しい一松海岸などでも見ることが出来ます。単独では侵食を抑え込むには力不足ですが、新しい土木技術と組み合わせる研究や新たな設置法の試みが進んでいるのだと思われれます。いつも期待しながら見学しています。（高橋昭彦）

『九十九里浜の詩』のURLは  
<http://www4.ocn.ne.jp/~ec333eca/>



# 一句の周辺

渡邊澄子

つつがなく歳寿を迎へる除夜の鐘  
 近くの寺院やテレビの中継による除夜の鐘が響いてくる。歳寿を迎へた幸せをかみしめながら年来るの感慨にひたっている。くる年も恙無い一年でありますように。

永井美代子

温暖化阻止と僅かに厚着して  
 地球温暖化対策は今最も世界的な課題として議論され、又対策が取られつつある。暖房の設定温度を一つ下げて、一枚加えた厚着は作者が今出来る最もやさしい対策でもあり、何よりもその心が尊い。

秋葉晴耕

# まちの展覧会

shirako gallery



南白亀小 二年 ゆあさ ゆい  
 たての中心をそろえ、一文字一文字、ていねいに書けました。



関小 三年 久保征敬  
 ほくは、ねん土でりゅうがすおおしるを作りました。りゅうは、しるに、いんせきがあちたよつな十字のしるしなごきをつくりました。りゅうは、自分が生きているかぎり、しるにいろんなしるしやあなを作ります。



「かさをかぶったおじろうさん」

白湯小2年 市原里香

じいさまが、おじろうさまにかさと自分の手ぬぐいをかけてあげたようすがじょうずに描けました。

牧野まゆみ

いたゞきしなめらかなペン賀状書く  
 濯ぎもの竿いっばいに霜日和

小高利子

老の身も元気な声で初笑  
 若水を両手に満し四方の拜

秋葉晴耕

去年今年町を貫く南白亀川  
 青海苔のふくよかなりし封を切る

永井美代子

温暖化阻止と僅かに厚着して  
 初電話介護の姉へ励ましを

鵜澤洋州

ならわしや雑煮は男の作るもの  
 長年の雑煮作りやなれてきし

佐藤信夫

ゆるやかに時移りゆく除夜の鐘  
 香煙の冬空にのぶ泉岳寺

今井春夫

静けさに孫の一声屠蘇の春  
 穏やかな千尋の海や初句会

大橋収司

悠久の南白亀の流れ淑気満つ  
 凪ぐ海をめでつ楽しむ初句会

緑川美代子

孫二十才祖母は傘寿の屠蘇を祝く  
 窓近く白砂松涛初句会

片岡幹男

来ぬといふ子の名も書いて祝筈  
 七草やゆきつゞけ四十年

渡邊澄子

つつがなく歳寿を迎へる除夜の鐘  
 賽銭の飛び散る人波初詣

新井田美沙緒

箸触れてこゝろ溶け合ふ闇夜汁  
 大黒の使者とか干支の白ねずみ

金井道子

初日の出太平洋のご真中  
 背を正しまだ老いはせぬ古稀の春

片岡昭男

鳥の影に弾む初景色  
 平凡という幸せのお正月

緑川清子

はりきりて句帳忘れし初句会  
 傘寿まで生きんと思ふシクラメン

鵜澤洋州 選

# 今年も地域を守ります — 消防団出初式 —



1月12日(土)、消防団の出初式が行われ、長年消防活動に尽くされた消防団員に表彰が行われました。(写真左) 主な受賞者は下記のとおりです。

- ◇千葉県知事表彰  
分団長 吉井行宏
- ◇千葉県消防協会長表彰(精勤賞)  
副分団長 鶴澤 清  
団員 小川英樹
- ◇防災対策監表彰(防災対策監章)  
副分団長 白鳥健一

消防団員は、火災時の消火活動だけでなく、台風や地震などの災害時にも地域住民の命や財産を守るために活動しています。

消防団員はいざという時に備えて、それぞれ仕事をもちながら、日頃から定期的に訓練や機器の点検なども行っています。春から夏にかけて行われる操法訓練はよく知られていると思いますが、そのほかにも規律訓練や中継消火訓練など行っています。

昨年の秋には、AED(自動体外式除細動器)を使い、人命救助の訓練を行いました。(写真右)



## 2月 おいしく減塩! 白身魚の紙包み揚げ

●材料	
白身魚	4切れ
塩	小さじ1/2
酒	大さじ2
椎茸	6個
みつば	1把
水溶き小麦粉	少々
揚げ油	適量
レモン	1/2個



- 作り方
- ① 白身魚は2つにそぎ切りし、塩・酒をふって下味をつけます。
  - ② 生椎茸は石づきを除いて薄切りにし、みつばは3~4cmの長さに切ります。
  - ③ 20cm角くらいのオープンシートを8枚用意し、それぞれ中央に①を1切れずつのせ、②を等分に添えます。ふくさ包みのようにしてきっちり包み、巻き終わりに水溶き小麦粉を塗ってはりつけます。
  - ④ 170~175℃の揚げ油に③を入れ、1~2回返ししながら紙がふくれて少し焦げるまで3~4分揚げます。
  - ⑤ 油をきって器に盛り、レモンを添えます。

## 身に付けましょう! 塩分控えめ調理テクニック

日本人は塩分を摂り過ぎていると言われています。特に、高血圧の方や、家族に高血圧症の人がいる、糖尿病、肥満、心臓や腎臓に病気のある方は食生活にも気をつけましょう。

しかし、やたらと減塩するのは食欲を減退させ、食事の楽しみを損ねてしまいます。そこで「塩分控えめの調理テクニック」を身に付けて、薄味でもおいしい食事になるように工夫してみましょう。



- ### 塩分控えめの調理テクニック
- ①調味料は計量して使う
  - ②香味野菜や香辛料で風味をプラスする
  - ③新鮮な素材を使い、適温で食べる
  - ④だしの旨みをきかせる
  - ⑤酢やかんきつ類の酸味を上手に利用する
  - ⑥材料の表面に味をつける

## 町民バドミントン大会

とき 2月10日(日) 8:30集合  
ところ 国民体育館  
申込み 大会当日、会場で受付  
問い合わせ  
生涯学習課 ☎33-2111(内422)

## 子育て相談室

核家族化や少子化が進むとともに、女性の社会進出や地域社会の絆が薄れるなど、子どもや家庭を取り巻く環境は大きく変化しています。また、児童虐待やいじめなど、子どもの心身に深刻な影響を及ぼす問題も増え、不安が多いなかで、安心して子育てができるように子育ての悩みなど身近な相談室を町内保育所に設置しています。お気軽にご相談ください。

☆白湯保育所 ☎33-3183  
☆関保育所 ☎33-3981  
☆南白亀保育所 ☎33-3339

## 更年期からの健康づくり

更年期は男女を問わず訪れます。男女それぞれの更年期を正しく理解し、上手につきあい充実した生活に繋げましょう。

とき 2月13日(水)14:00~16:00  
受付13:30

ところ 健康づくりセンター

内容 講座

「更年期を上手に乗り切るために  
~女と男の生き方・心構え~」

参加費 無料

申込み・問い合わせ

保健福祉課保健係 ☎33-2111(内501)

## 裁判員制度 説明会

~あなたも裁判員~

2009年5月までにスタートする裁判員制度について、千葉地方検察庁より講師を迎え説明会を行います。

とき 2月9日(土) 10:00~12:00

ところ 青少年センター 視聴覚室

参加費 無料

定員 50名

申込み・問い合わせ

生涯学習課 ☎33-2111(内422)

## 傍聴しませんか

南白亀川流域委員会

とき 3月10日(月) 13:30~16:00  
ところ 大網白里町保健文化センター  
3F ホール  
テーマ 川づくりに対するこれまでの取り組み  
南白亀川上流部事業再評価  
出席者(委員) 学識経験者、住民代表、  
関係市町村長等  
問い合わせ 長生地域整備センター  
調整課 ☎24-4524

## 放送大学4月入学生募集

◇教養学部

科目履修生(6か月で希望科目履修)  
選科履修生(1年間で希望科目履修)  
全科履修生(4年以上で学位取得)

◇大学院

修士科目生(6か月で希望科目履修)  
修士選科生(1年間で希望科目履修)

受付期間 2月29日(金)まで

資料請求・問い合わせ

放送大学千葉学習センター

☎043-298-4367

## 住民検診調査書を提出してください

町では、1月1日現在で住民登録をしている男性30歳以上・女性18歳以上の方のいる世帯に「平成20年度住民検診調査書」をお送りしています。

この調査は、各種検診の対象者を把握するためのものですので、町の検診を希望されない方も必ず提出して下さるようお願いいたします。

締切り 2月15日(金) 消印有効

提出先 健康づくりセンター

問い合わせ 保健福祉課保健係 ☎33-2111(内500・501)

## 乳幼児医療費助成の申請はお済みですか？

町では、住民登録をしているお子さんが医療機関にかかった場合、保険診療による医療費の一部を助成しています。この制度を利用するには乳幼児医療費助成受給券が必要になりますので、まだ申請されていない方はお早めに保健福祉課保健係(健康づくりセンター)で手続きをしてください。

対象 4歳未満児の通院及び入院

満4歳から小学校就学前の幼児の入院

自己負担 入院は1日、通院は1回につき200円

(但し、父母の住民税課税状況により無料になる場合があります)

出生・転入の方は1か月以内に申請すれば、有効期間を出生日・転入日まで遡ることができます。1か月を過ぎると申請日以降からの助成になります。

問い合わせ 保健福祉課 保健係 ☎33-2111(内500)

## 犬の正しい飼い方・しつけ方教室 (実技講座)

とき 3月1日(土) 12:30~16:00

ところ 長生合同庁舎 駐車場 (茂原市茂原1102-1)

定員 20組程度(飼い犬同伴)

飼い犬同伴条件

生後3か月以上で、登録及び平成19年度狂犬病予防注射接種済みであること。飼い主が制御できないほど暴れたり、他の犬に咬み付いたりする犬はご遠慮ください。

内容 犬の基本的なしつけ方について

講師 財団法人 千葉県動物保護管理協会派遣訓練士等

受講料 2,000円(テキスト・傷害保険料)

締切り 2月20日(水)(定員になり次第締切り)

申込み・問い合わせ 長生保健所 健康生活支援課 ☎22-5167

## 長生地域いきいき農業セミナー

農業に興味がある、家庭菜園がうまくいかない、兼業でお米を作っているが本格的にやりたいという方などを対象に、農業基礎講座を開催します。

と き 2月26日(火) 10:00～

ところ 長生合同庁舎 (茂原市茂原1102-1)

内 容 講座 10:00～「お米の作り方」  
お米の一生の理解と上手な米作りのポイント  
13:30～「野菜づくりにチャレンジ」  
おいしい野菜を作るために (まずは土作りを)  
次回以降は実習を中心に行います。稲、野菜以外にも果樹、  
花き等も開催します。

対 象 年齢35歳以上 (原則)

定 員 各講座30名程度

参加費 実費負担 (今回は無料)

申込み・問い合わせ 長生農林振興センター改良普及課 ☎22-1771

## 標準小作料の改訂

農地法の規定により、小作料の標準額が次のとおり改訂されました。

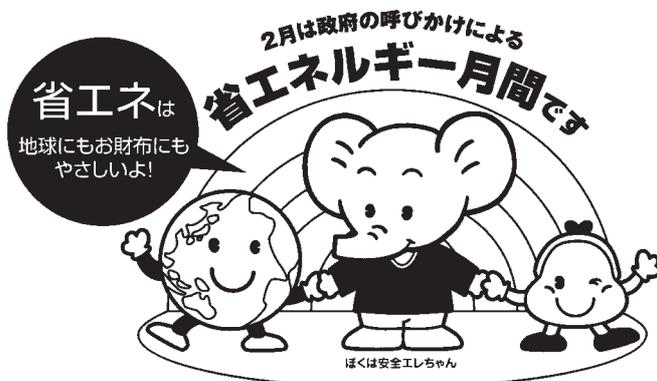
農地の区分	小作料の標準額 (10aあたり)	備 考
田の部 (一律)	19,000円	・土地改良事業施工済みのため本町全域を一律とする。 ・主たる作物を水稲とする。 ・10aあたりの収量を527kgとする。
畑の部 (一律)	6,000円	・土地改良事業施工済みのため本町全域を一律とする。 ・主たる作物を落花生とする。 ・10aあたりの収量を204kgとする。

この標準小作料は平成20年1月1日から適用する。

標準小作料は、農地の貸し手、借り手が話し合いによって小作料を定めるときの目安となるものです。

農地の状況 (圃場の条件、面積の大小等)、作目、生産調整分等により、貸し手、借り手双方で協議し小作料を決めてください。

土地改良水利費の負担は、貸し手、借り手双方で協議し決めてください。  
問い合わせ 農業委員会 ☎33-2111 (内151)



財団法人 関東電気保安協会  
http://www.kdh.or.jp

## シイタケ植菌体験

と き 2月17日(日) 10:00～12:00

ところ 長生合同庁舎  
(茂原市茂原1102-1)

内 容 シイタケ栽培の講習と植菌体験 (5本1組)

定 員 30名

参加費 1,700円 / 1組

申込期間 2月4日(月)～8日(金)

定員になり次第締切り

申込み・問い合わせ

長生農林振興センター改良普及課  
☎22-1771

## 手話教室

と き 3月7日～5月23日の  
毎週金曜日(19:00～21:00)

ところ 茂原市総合市民センター

対 象 手話学習経験のない方

受講料 1,000円

定 員 20名

締切り 2月29日(金)

申込み・問い合わせ

茂原市社会福祉協議会 ☎23-1969

## 悪質商法から身を守る方法

と き 2月13日(水) 13:30～15:30  
(受付13:20)

ところ 社会福祉協議会研修室

内 容 講座「消費者問題・悪質商法から身を守る方法をお伝えします」

定 員 50名

締切り 2月6日(水)

申込み・問い合わせ

白子町地域包括支援センター

☎30-3888

白子町社会福祉協議会

☎33-5746

## しおかぜフェア

と き 2月19日(火) 10:00～16:00

ところ 茂原ショッピングプラザ  
アスモ センターコート

内 容 ・ 中学部・高等部の作業製品の展示・頒布  
・ 長養太鼓の演奏

問い合わせ 県立長生特別支援学校

☎42-2470

