

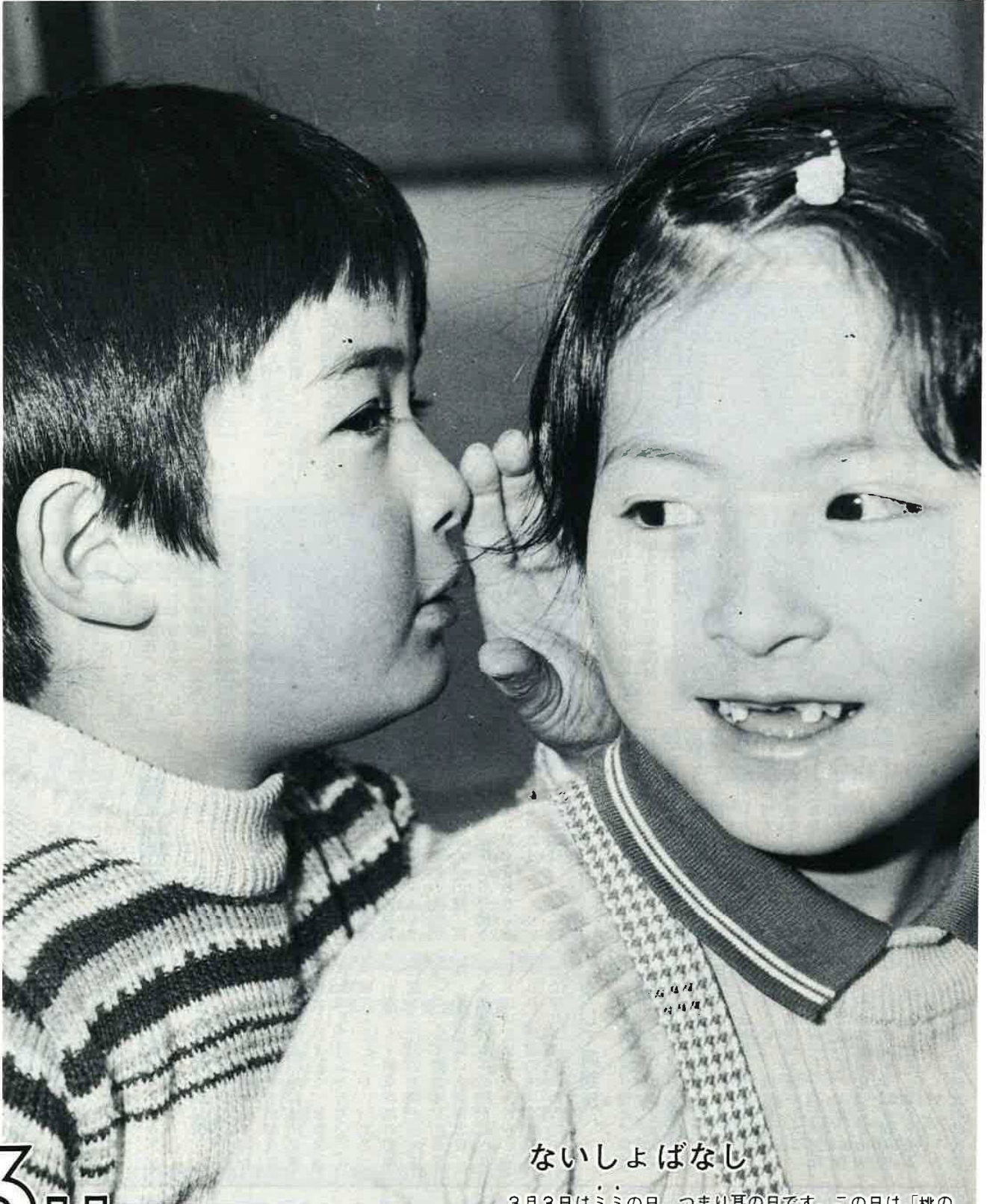


広報みづ

市の人口		
(2月1日現在)		
世帯	14,428	(+4)
人口	56,086	(-29)
男	27,635	(-27)
女	28,451	(-2)

昭和56年3月5日 第107号

編集 富津市役所 〒299-16 千葉県富津市湊260 電話 (0439) 67 0511



3月号

ないしょばなし

3月3日はミミの日、つまり耳の日です。この日は「桃の節句」であると同時に「耳を大切にしよう」「耳の悪い人々とを理解しよう」というキャンペーンの日でもあります。

佐貫城の調査始まる

中世の遺構を探る

築城から が解まで 四百余年の歴史を訪ねて

永い間、地元の人たちから調査と保存が叫ばれてきた佐貫城跡は、ようやくその要望が実って、県による調査が始められました。

この調査は、測量と一部発掘を行い、その大要を説明しようとするものです。結果が発表されるまでにはまだ時間がかかりますが、調査が始められたというだけでも意義があります。

そこで、佐貫城がどのような経緯をたどってきたか、今回はその歴史をふりかえってみました。

今回の調査は、「調査」といって、県内にある中近世城跡確認

の形式や立地から中世の城郭の特色をもっています。特に

の低いものを、本丸、二の丸・土塁・空堀・曲輪などがよく残り、二の丸を突進して、から本丸に通じる土橋は重要な価値をもっているといわれます。

今回の調査は、このうち、本丸と土塁・石積み・土橋を重点として、二五〇平方メートルの面積について行い、ト

城下町佐貫という地

— 一國一寺の安国寺も —

佐貫城跡と印旛郡酒々井町にある本佐貫城跡の二遺跡が対象になりました。

佐貫城跡は、西にのびた丘陵の先端部に位置し、築城

の形や立地から中世の城郭の特色をもっています。特に本丸、二の丸・土塁・空堀・曲輪などがよく残り、二の丸を突進して、から本丸に通じる土橋は重要な価値をもっているといわれます。

二五〇平方メートルの面積について行い、ト

二五〇平方メートルの面積について行い、ト

二五〇平方メートルの面積について行い、ト



(説明を聞く文化財審議会委員)

レンチ工法によって城の遺構がどのような配置であったかを知ろうとするものです。

佐貫城というと、皆さんは阿部氏の城だと思われがちですが、佐貫城の歴史は、阿部氏支配の時代からさらに

選ばれましたが、上総安国寺の地として選ばれたのは、この佐貫でした。

興亡四百余年の歴史が

戦国時代から重要な所領

武田氏から里見氏へ

この時から時代は下つて百年、足利幕府の勢いがようやく衰えるとともに、応仁の乱を境として、世は群雄割拠の戦国時代に入りま

そして阿部氏へ

上総に勢力を張るとともに佐貫城も武田氏の手に入り、久留里城・環城・竹岡の造海城とともに、武田の重要な拠点となりました。その後、武田氏に代わって里見氏が上総の勢力を増すようになると、上総の諸城は次つぎに里見氏のものとなり、里見義弘は自ら佐貫城主を名乗るようになります。一五五〇年ごろのことです。

家康の勢力下に

織田信長の全国制覇によ

注目された重要な土地でしたから、佐貫城が築かれたことも、決して不思議ではないでしょう。

このように阿部氏の時代は

永かつたのですが、それ以前に、佐貫城には武田・里見・内藤・松平二家・柳沢と、幾多の変転の歴史があったことを忘れてはならないでしょう。その後さらに明治から現在まで百十年、佐貫城跡は若干の耕地を除いて、ほとんど荒れるにまかされていきました。幸い宝永七年の佐貫城絵図があり、それによっておよその輪郭を知ることができるもの

佐貫城悲話

明治維新の変革は、今では考えられないほど大きく、全国は手当り次第にとりつぶされました。殊に三河以来の徳川譜代の大名として、最後まで佐幕派に組み、禄高は少ないながら江戸城中での席次の高さを誇った阿部氏の

三カ年計画で整備

飯野陣屋濠跡も

飯野陣屋は、平地に構築されたためか、周囲に堀と土塁をめぐらした整然とした陣屋で、後世そのたたずまいの美しさから、日本三陣屋の一つに数えられたほどのものです。昭和四十二年、この陣屋の堀跡は、県史跡文化財に指定され、現在に至っていますが、この堀の清掃整備が、県と市の共同事業として、今年度から三カ年計画で始められています。

堀が文化財に指定されているというは少なく、それほど原形をよくとどめている美しい堀です。しかし、多年にわたる土砂の流れ込みや落葉のたい積で、水も濁り、流れも悪く、土塁上の樹木も徒長して、せっかくの美しい史跡でありながら荒廃の感じが漂っていました。

今回の事業は、この浅くなり、水も濁ってきた堀をさらい、水流を良くし、堀を覆う樹木も整枝して、景観を一新しようとするものです。ほぼ正方形に区切られた、全長約一、五〇メートル、市四メートルのこの堀が、清らかな水をたたえ、涼しげな樹木の影を落してよみがえるとき、それはどんなにかすばらしい市民のいのちの場となることでしょう。

皆さんも、日本三陣屋の一つといわれた陣屋と、数少ない濠跡指定の意義を再確認し保存にご協力くださるようお願いいたします。

城が、無惨なとりこわしに会ったことは想像に難くないでしょう。

佐貫城の終末には一つの悲話があります。攻め寄せ薩長の軍に対して、主戦論と非戦論が激しく対立し、大方の藩士たちが主戦論に傾いている中に、ただ一人非戦論を唱えた家老の相場助右衛門がいました。

相場は剣の達人であるばかりでなく、時代の先を見ることのできた聡明な人で、やがて徳川幕府は滅び藩政はくつがえることを、時代の流れとして受けとっていたのです。

しかし、相場の存在は、藩士たちにとって裏切りとしか映らず、相場切るべしの声は次第に藩内にひろがり、下城を待ち受けた藩士たちによって大手門附近で殺されました。

一つの契機に

このたびの調査によって何が解明されるかわかりませんが、一つの契機なることは事実でしょう。私は、これは、この調査の結果を待ち望むとともに、さらに第

相場の死によって藩内の非戦論はなくなり、これが、佐貫城の悲しい終末に拍車をかけることになったのだともいわれています。

もしい相場の死がなかったら、佐貫城の終末はもっと違ったものになったのではと仮定することもできます。しかし現実、大きな時代の波は容赦なく佐貫城をのみ込んで行きました。

二次、第三次の調査が行われることを期待したいと思えます。

これを機会に、郷土の史蹟に対する関心を少しでも深めていただければ、佐貫城跡調査の意味はさらに大きなものになるでしょう。市内には、まだ発見されていない埋蔵文化財がたくさんあります。土地を開発しようとするときは、事前に教育委員会社会教育課に申し出られるようご協力ください。



一部整備の終わった堀跡

注 日本三陣屋というのは長州徳山・越前敦賀・上総飯野の陣屋のことです。

飯野の陣屋のことです。長州徳山・山口県徳山市で毛利氏の支藩。外様。越前敦賀・福井県敦賀市で譜代。陣屋は敦賀郡東浦村にあります。

子供のしつけ



朝、新聞を開くと、きまつて非行による事件が取り上げられています。真相については様々は形で専門家の論議が交わされています。

あるお医者さんは、胎教の重大性を説き、その影響は、おとなになっても持続すると言っていますが、それはそれとして、家庭教育のあり方にも大きな課題があり、物心のついた子供のしつけの問題も挙げられて

家庭の教育は、まず自分

きまます。

そこで、私は私なりに親として考えたことを述べてみようと思います。まず、家庭の主権者が妻が自らを正さなければなりません。年寄りを無視するような態度、学校のしつけ方を抗議する考え、子供の言いなりになる無

定義な甘やかし、そのくせ世間態を考えての勉強の押しつけ、友だちや遊びの制限、無理な進学、このような、子供の自由や適性を無視したあり方、非行に追い込むのではなからうかと思われのです。

解放されて自由に明るく友だちと遊ぶ子供らしい子供。その子供たちが、間違った行為に走るでしょうか。親は、世間態ばかり気にせず、適正な将来設計を考えたしつけに留意したいものです。

身正すことに始まります。昔から「子供を見れば親の人格がわかる」と言いますが、子供は親の鏡です。「よく学びよく遊ぶ」それが子供の姿です。正しいしつけからは、親を尊ぶ心が育ち、正しい思考力から成績もよくなるでしょう。

なるでしょう。市内には、まだ発見されていない埋蔵文化財がたくさんあります。土地を開発しようとするときは、事前に教育委員会社会教育課に申し出られるようご協力ください。



「ご厚意ありがとうございます」

◎青木嘉一郎さん(南丸和建材社)から、佐貫小学校の校庭・環境整備のために植木と造園工事、佐貫中学校へリコピーなど学校備品の充実に、多額の寄付をいただきました。

◎社会福祉のために役立てたいと、次の方々から寄付がありました。
▽篠木流貫恵津会から金八二〇三八円を。

▽平野よきさん(大堀)から金三、〇〇〇円
▽川口武さん(東京都中野区中央)から金五、〇〇〇円を
▽市役所建設部職員一同から金九六〇円を
▽君津信用組合職員一同から金七九二円を

入選者は3人の小学生
隠れた善行見聞記募集に

市民憲章推進協議会の公衆道徳部会で募集した「隠れた善行見聞記」は、選考の結果次の方が入選しました。
入選作品は今月から三回にわたり紹介します。

責任感の強い
森山君

私たちの生活には、だれもがしなければならぬことがたくさんあると思います。

私は、今まで「みんながやらなければならないことを、私だけがやるのは損だ」「わたしがやらなくたってきつとだれかがやってくれるだろう」という考え方が強く、言われないと行動になかなか移せませんでした。

しかし、今では違います。「わたしがやらなければ、だれがやるのだろう。このことをやったらみんなのためになるのだろうか」という考え方が変わりました。いえ、変わ

善行見聞記・作文紹介

① 善行見聞記の作文紹介
つたのではなく、ある友達の行動によって変えられたのです。

その友達とは、クラスでもあまり目だたないおとなしい森山君のことです。

勉君は、六年生になって委員会を決めるとき、自分から立候補して給食委員会に入りました。

給食委員会は全校の給食の後片付けが主な仕事です。二階から食かんをおろしたり、コンテナの中に食かんや食器をきちんと入れたり牛乳の入れ物を整理したりする大へんな仕事です。一生けんめい仕事をしても昼休み中かかってしま



入選した 碓井真智子さん (竹岡小6年)

す。そして「自分から給食委員会に入ったのだから委員長になるよ」と、進んで委員長になり、一日もかかさず後片付けに昼休み給食室へ出かけ

生活改善をテーマ
入選標語きまると

生活改善を広くすすめて行くために、標語募集を行いました。次の13点が優秀として選ばれました。(敬称略)

- ・簡素化はわたしのまの合
- ・見栄すてて地域ぐるみのむ
- ・節約は豊かなまちの基礎づ
- ・小久保 八木下幸子 (佳作)
- ・二間塚 山田 喜一
- ・簡素化で築けゆりのある

- ・暮らし
- ・挙って簡素化そろうて実行
- ・見直そうまだある無駄を簡素化で
- ・ミエとムダまだある無駄を簡素化で
- ・八幡 田嶋 義一
- ・見栄よりも心と心の隣組
- ・慶弔は物より金より真心で
- ・小久保 渡辺ふみ子
- ・我が家から心がけよう生活改善
- ・中 鈴木 正子
- ・簡素化で真心厚く気は軽く
- ・簡素化をきめて親しきおつき合い
- ・小久保 渡辺勢津子
- ・見栄はらずこの手で守ろう
- ・わが暮らし



短歌

- 待避線の錆びしレールに水霜の溶けつつ光るしろがね色に 小泉 豊一
- 時雨きて渋滞をせる車の列ワイパーのみが動きてをりぬ 鳥海 タケ
- 夕茜・時染めていわし雲流る空を雁渡りゆく 平野みき
- 世話できず友に頼み鉢植えの菊の大輪咲に描く 桐谷 登起
- 半年の丹精込めたる菊の花出品しをり君津製鉄所に 牧野 ゆき
- はからずも優等賞の札つきて展示されをりわが細菊に 相沢 まき



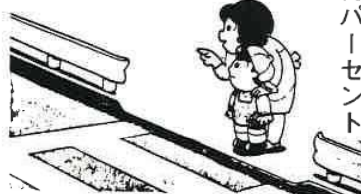
富士

上総富士

写真提供 中山英樹氏

富士山の雄大な姿はどこから見ても美しい。東京湾ごしに富士市から望む姿は、ただこの時期の富士は、厳しさを加えてまた格別。

入學・入園する前に、正しい歩行や安全な横断が出来るよう、きめられた通学通園路を、お子さんといっしょに歩いて教えておきましょう。



早く慣れよう通学路

もうすぐ新学期です。新しく入学・入園する児童を交通事故から守りましょう。昨年内で起きた事故は一八八件でした。そのうち、一

二歳以下の子供の事故は三件もあり、全体の一八パーセントを占めていますが、その中でも「とび出し」事故が多く、一二件もありました。

東京にこの橋ができたのは明治六年、万世橋が最初で、わがわが石工を長崎から呼んで造ったと記されています。明治二十年には皇居の二重橋も造営され、明治後期から昭和の初めにかけて、めがね橋はたくさん造られていきました。

旧県道がつくられた明治中期ごろ架けられたのではないかとされていますが、これも年代ははっきりしません。こうした外来文化が、なぜ早く市内にとり入れられたのか、いつだれによって造られたのか一切わからないにしても、それが現実にそこにあるという動かし難い事実は、歴史の隠れた重みとなって迫ってくるではありませんか。

(写真は佐貫のめがね橋)



これと同じようなめがね橋が、旧県道湊鴨川線の更和と数馬の境にあります。

佐貫牛房谷川が本流の染川に注ぐあたり、県道佐貫鹿野山線の上手に、牛房谷川に架かる石造りの橋があります。人々はめがね橋と呼びます。このような造りの橋は元来日本にはなく、寛永十一年(一六三四)中国僧知定によって造られた九州長崎のめがね橋が最初で、この橋はいま、国の重要文化財として長崎名所の一つになっています。

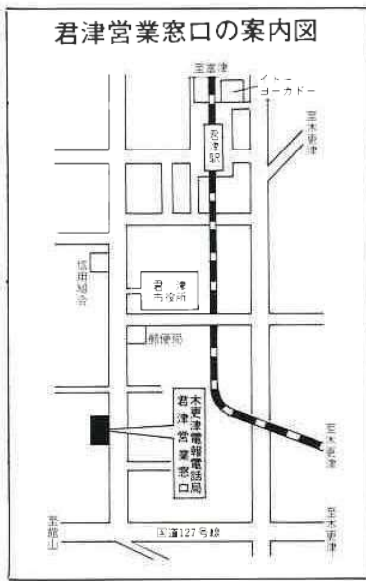
こうしたことは、今後郷土史家の研究を待つとして、その寸分の狂いもない石積み、よほどの名工の手になったものと思われ

「新しい窓口」誕生

3/10から天羽地区が対象に

公社電話の新規申し込みや、移転・料金問い合わせの取り扱い窓口が、3月10日から一部変わります。

電話の普及に合わせて、利



が扱っていた区域が分割されて、一部を君津営業窓口が受け持つわけですが、高津市では、天羽地区(市内局番67・68・69局の範囲)がこの窓口扱いとなります。

天羽地区にお住まいの方は、公社電話に関する一切の受付がこの新しい窓口になります。天羽地区にお住まいの方は、問合わせ電話番号 0552991 電話料金について 052992

注意ください。 ◎営業窓口のあらまし 名称 木更津電報電話局業務

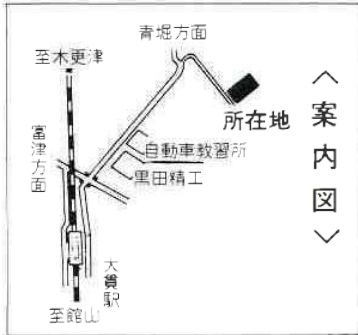
問合わせ電話番号 0552991 電話料金について 052992

所在 君津市本師八八三 営業開始 3月10日午前9時 主な取り扱い業務 新規申し込み・移転・電話についての相談や 問い合わせ

市営新小原団地

32戸の入居者募集

- 住宅概要
 - 場所 千種新田一
 - (大貫駅から徒歩十五分)
 - 戸数 三二戸
 - 規模 三DK・バストイレ
 - 家賃 二万円の予定
 - (他に共益費有り)
- 募集受付
 - 三月二十三日～三十日
- 申し込みに必要な書類
 - ・市営住宅入居申し込み書
 - (用紙は建設部・富津・大佐和出張所にあります)
 - ・源泉徴収票か所得証明書(所得者全員)
 - ・住民票(入居者全員)
 - ・納税証明
- 選考方法
 - 申し込み書による適格者に、公開抽選の日時と場所を通知します。
 - 入居申し込み・問い合わせ
 - 必要な書類を整え、建設部管理課(六七一三)一～二一か富津・大佐和出張所へ。
- 申し込み資格
 - ・市内に居住、勤務の方
 - ・同居親族が一名以上、又は同居しようとする親族がある方(婚姻の予約者・事実上の夫婦)
 - ・入居者全員の収入が収入基準に合い、家賃、共益費を支払える方
 - ・現在、公営住宅に入居していない方
 - ・市内居住の二二万円以上の税込み月収のある連帯保証人のいる方。



〈案内図〉



人権擁護委員に高梨氏

人権擁護委員として峰上地区を担当されていた飯島新吉氏が辞められ、後任として、高梨正吾氏(豊岡)が任命されました。今後、皆さんの人権問題についてご活躍ください。

国保日より

4月1日から保険証が黄色から藤色に

4月1日から、保険証が変わります。現在、皆さんが使用している保険証(黄色)は、3月31日で作らなくなります。4月1日からは新しい藤色の保険証に変わり、同時に保険証の番号も、大幅に変更します。4月1日以降に診察を受ける方は、必ず新しい保険証を医療機関の窓口で提示してください。保険証の交換は、次の日程で行います。忘れずに交換しましょう。当日は、現在使っている保険証(黄色)と印鑑をご持参ください。

日程

期日	時間	場所	対象地域
3月16日(月)	午前9:30～午前11:30	富津出張所	青木・西川
	午後1:30～午後3:30	仲町公民館	仲町・西町
3月17日(火)	午前9:30～午前11:30	東町公民館	東町・新井
	午後1:30～午後3:30	新町公民館	新町・浜町
3月18日(水)	午前9:30～午前11:30	二間塚公民館	二間塚
	午後1:30～午後3:30	飯野地区公民館(旧飯野小学校跡)	山王・上・下飯野・本郷・前久保
3月19日(木)	午前9:30～午前11:30	青規婦人会館	大堀二区
	午後1:00～午後4:00		大堀一区・大堀五区
3月20日(金)	午前9:30～午前11:00	篠部公民館	川名・篠部
	午後1:30～午後3:30	富津市中央公民館	千種新田
3月23日(月)	午前9:30～午前11:30		小久保
	午後1:00～午後3:30	富津市中央公民館	岩瀬・西大和田
3月24日(火)	午前9:30～午前11:00	農村青少年研修センター	八幡・大野・坪毛
	午後1:30～午後3:30	佐貫青年館	佐貫地区
3月25日(水)	午前9:30～午前11:30	網青青年館	吉野地区
	午後1:30～午後3:30	若入いこいの家(旧老人ホーム)	竹岡地区
3月26日(木)	午前9:30～午前11:30	不入斗公民館	花輪・不入斗・長崎・横山
	午前9:30～午前11:00	相川公民館	相川・梨沢
3月27日(金)	午後1:30～午後3:30	金谷公民館	金谷地区
	午前9:30～午前11:00	天羽漁協本所	萩生地区
3月28日(土)	午後1:30～午後3:30	関豊出張所	志駒・山中
	午前9:00～午前11:00	更和青年館	更和・岩坂・加藤・望井・台原・桜井
3月30日(月)	午前9:30～午後3:00	峰上公民館	塚地区 大川崎 大田和含む
	午前9:00～午後3:00	富津市役所(3階)	湊・教馬・海良・北津・七宮

わんぱく道場

入学期を間近に控え、お母さん方は、今までと違つた心配や悩みを持たれていくのではないのでしょうか。例えば「子供の心身発達が遅れているようだ」、「それを見ていただけの手がかりはないものか」、「学校に入學すれば障害はなくなるのだろうか」、「障害をもつた子供のために、どんな学校があるのだろうか」そして、「そのような学校の様子や入学についての相談をいつだれにしたらよいのか」などさまざまな心配をお持ちではないでしょうか。また、最近問題となっている長欠児をお持ちの方の中には、登校させようと必死になつて、

公共機関に

ご相談を

子供に関する悩み・心配は、つかむことと、学校を休んで、なかんだりして、うらたえ、不安にかられているお父さん、お母さんがいることと思いませんか。子供に訴える理由は、朝に「そのような学校の様子や入学についての相談をいつだれにしたらよいのか」などさまざまな心配をお持ちではないでしょうか。また、最近問題となっている長欠児をお持ちの方の中には、登校させようと必死になつて、

子供が訴える理由は、朝に「そのような学校の様子や入学についての相談をいつだれにしたらよいのか」などさまざまな心配をお持ちではないでしょうか。また、最近問題となっている長欠児をお持ちの方の中には、登校させようと必死になつて、

このように時に親としてすべきことは「なぜ学校へ行かないのか」、「何が子供の登校を妨害しているのか」原因を



顔はとても大切なのです。考えてばかりいず、これらの問題をとりまく背景に何が原因しているのか、子供に何をなすべきか真剣に積極的に考え、学校とも綿密な連絡をとりながら、専門知識をもつ公共機関などに相談し、一日も早く元気に明るく通学できるようにしてあげることが大切です。

4月から時間外保育を実施

保育所での児童の保育時間は、普通午前8時から午後4時までですが、4月から保護者の申請で希望者には、午後6時まで時間外保育が行われるようになります。

時間外保育は、児童の母親や保護者が、労働などのため保育にあたるのができないという家庭のために行われます。

時間外保育を希望される方は入所申請を出した保育所へ申請してください。

時間外保育を受けた場合午後4時より引き続いて午後6時まで保育しますので、6時までに迎えにきていただければよいわけです。土曜日は時間外保育はありませんので従来通り12時までの保育です。

時間外保育をしてもらえるなら家の子供も入所させたいと考えられる方は、福祉事務所へ受付けておられます。印鑑と源泉徴収票か内職証明など勤労している証明書を添え入所申請をしてください。



▲「歌のおばさん」講演
中央公民館で先月7日、市民憲章推進大会が開かれました。当日は「歌のおばさん」として親しまれた安西愛子さんの「近ごろ思うこと」と題した講演も行われました。

カメラ散歩

市民スキー教室
今年は片品スキー場で先月7日から10日、市民スキー教室が開かれ、初心者48名が参加しました。



巻きずし講習会
お米を食べようという運動に、婦人会の皆さんが参加しての巻きずし講習会（2月22日・4日、中央公民館で）
どんな様子が出てくるかな？



小久保ダム貯水開始

昭和53年6月に着工した小久保ダムが完成し、貯水を始めました。

天羽地区3カ所に広報無線

放送開始は4月1日から
防災・緊急避難用として、天羽地区にも広報無線子局の建柱工事をしてきましたが、4月1日から放送を開始することになりました。
子局（マスト）の位置は、市役所・竹岡老人憩いの家敷地内（旧養老院）・金谷の荒戸海岸地先の3カ所です。
子局の増設目的は防災のためですが、時報と行政に関するお知らせの定時放送が、富津・大佐和地区と同じ時間帯で流れます。
定時放送時間
○時報（チャイム）
午前6時30分・11時50分・午後6時
○お知らせ
午前8時30分・午後3時30分
※広報無線は、同一周波数を13市町村で共用しているために、定時放送以外は人命にかかわるなどの緊急の場合のほかは放送できないことになっています。ご協力ください。

告知板

相談日 (3月分)

- ▷人権行政・心配ごと・土地建物相談
午前10時～午後3時
- ▷出張所
富津出張所
中央公民館（特設）
本庁和室
富津出張所
大佐和出張所
本庁和室（特設）
- ▷不動産無料相談
午前10時～午後3時
本庁和室
- ▷結婚相談（敬称略）
本庁和室10時～3時
相談員 右濑万寿枝 三田みつ 市民相談係 市民相談係 玉利 房子
- ▷交通事故相談
本庁和室 10時～3時
3月9日・4月10日
- ▷消費生活苦情相談
18日 10時～12時大佐和出張所
1時～3時富津出張所
富津出張所職業相談室
- ▷漁民転業相談 10時～12時
3月19日・4月
- ▷農地相談 10時～3時
16日・30日 富津出張所
17日・31日 大佐和出張所

公民館だより(3月分)

- ▷詩吟教室（敬称略）
19日 午後1時30分～4時
講師 伊藤静風
- ▷市民コーラス
20日 午後1時30分～4時
講師 長谷屋初枝
- ▷絵画教室
15日 午前10時～午後5時
講師 堀田若男
- ▷茶道教室
26日 午前9時30分～12時
講師 安井五重
- ▷さくら婦人学校修了式
30日 午前9時45分～
▷高齢者教室修了式
25日 午前10時～
◎通達教室・手芸教室は休み

市職員募集

募集人員 一名
職種 用務員
勤務先 市中央公民館（小久保）
資格
申し込み先 3月20日まで
応募書類を直接本人がおい

身障者を対象に 県職員を募集

身体に障害をもたれる方を対象に千葉県職員の採用試験が行われます。

＜願書受付＞
3月7日～3月20日
＜試験日・試験会場＞
4月19日 県議会議事堂
＜受験資格＞
○県内に居住、自力での通勤職務遂行可能な方
○1級から4級までの身体障害者手帳を受けた方
○20歳から40歳（職種により年齢制限あり）までの方で活字印刷文の出題に対応できる方
＜職種＞
一般事務、児童相談員、検査技師、農業改良普及員、農業、畜産、水産の各助手
＜募集人員＞
一般事務＝若干名 その他の職種＝各1名
＜問い合わせ先＞
受験手続や受験資格など詳しくは県人事委員会事務局任用第一係 ☎0472-29-3713にお問い合わせください。

国民金融公庫 50万円まで進学資金を融資

国民金融公庫では、高校・大学などに進学するために必要な入学料や授業料、下宿の敷金など、進学資金の融資を行います。

○限度額 一世帯50万円以内
○返済 修業年限以内
○利息 年8・8パーセント

○申込期限 4月30日
○ご希望の方は最寄りの金融機関（銀行・信用金庫・信用組合・農協・漁協）の窓口で、お気軽にご相談ください。

●今月号は、紙面の都合により「スポットライト」を、休ませていただきます。

●乳児健康診断 受付時間…1:00~1:30

期日	場所・対象
4月15日	本庁和室
16日	保健センター (旧母子センター)
17日	富津出張所 55年11・12月生れ

●乳児健康相談 時間…10:00~3:00

期日	場所・対象
4月8日	保健センター (旧母子センター)
9日	本庁和室 6カ月~12カ月児
10日	富津出張所

●母親学級 時間…1:30~3:30

期日	場所・対象
4月13日	保健センター (旧母子センター)
22日	妊婦3カ月~
30日	7カ月の初妊婦

●3種混合 (百日ぜき・ジフテリア・破傷風)

期日	場所・対象
4月1日	市民会館
8日	富津出張所分館
15日	中央公民館

<対象>53年7月1日~12月31日生れ

●麻しん (はしか) 3種混合受付

期日	場所・対象
4月1日	本庁保険衛生課 富津・峰上・関豊出張所 保健センター (旧母子センター)
4月2日 3日	本庁保険衛生課

<対象>麻しん=54年9月1日~9月30日生れ、18カ月~72カ月児の未接種者も受付します。母子手帳、印かんを持参のこと
3種混合=9カ月~24カ月未満の接種希望の方は接種費用3,600円と母子手帳・印かんを持参しお申し込みを。
24カ月以上は集団接種の対象者で個人通知になりますから申し込み必要はなく、費用も無料です。

年金だより

国民年金保険料値上げ

4月から4,500円に!!

国民年金の保険料が、4月から4,500円になります。

国民年金は、受給者が年々増加し、また支給される年金額も引き上げられるなど、多額の費用が必要になって来ています。昭和54年度には全国で1兆4千億円もの年金が支払われました。と同時に、皆さんの負担する保険料も引き上げを余儀なくされています。

年をとって働けなくなったり、けがや病気で障害者になってしまった、ご主人をなくして母子世帯になってしまったというときに、加入者の生活を安定させるために年金は役立っています。

加入者の皆さんにとって、保険料の引き上げは大変でしょうが、安定した老後のために、保険料の納付にご協力ください。

●一般健康相談 時間…9:00~3:00

期日	場所・対象
3月23日	本庁和室 一般市民
24日	大佐和出張所 富津出張所
4月2日	本庁和室 保健センター (旧母子センター)
	富津出張所



ほけん

●妊婦検診 時間…1:30~2:30

期日	場所・対象
3月16日	母子センター 一般妊婦

●ポリオ生ワク 受付時間…1:15~1:45

期日	場所・対象
4月3日	市民会館
10日	富津出張所分館 第1回目
17日	中央公民館

<対象>55年4月1日~9月30日生れ
該当を過ぎても48カ月までの未接種者は実施します。

●妊婦健康相談 時間…9:30~3:30

期日	場所・対象
4月6日	保健センター 一般妊婦 (旧母子センター)

※ 母子手帳の交付を受けていない方は当日にかかりセンターで交付いたしますので相談とあわせてご利用ください。

自分で作る自分の健康

健康づくりは

一日20分の運動で

健康づくりは、自然に備わっている私たちが、とかく「健康」をおろそかにしがち。これではいけません。なぜならば健康は、自然に備わっているのではなく私たち自身が作りだすものだからなのです。そしてこの健康づくりには、欠くことのできないものが三つあります。それは栄養、運動、休養の三つです。これらのバランスが適度に組み合わされたときに「健康」だと言えます。

健康づくりは、自然に備わっている私たちが、とかく「健康」をおろそかにしがち。これではいけません。なぜならば健康は、自然に備わっているのではなく私たち自身が作りだすものだからなのです。そしてこの健康づくりには、欠くことのできないものが三つあります。それは栄養、運動、休養の三つです。これらのバランスが適度に組み合わされたときに「健康」だと言えます。

健康づくりは、自然に備わっている私たちが、とかく「健康」をおろそかにしがち。これではいけません。なぜならば健康は、自然に備わっているのではなく私たち自身が作りだすものだからなのです。そしてこの健康づくりには、欠くことのできないものが三つあります。それは栄養、運動、休養の三つです。これらのバランスが適度に組み合わされたときに「健康」だと言えます。

健康づくりは、自然に備わっている私たちが、とかく「健康」をおろそかにしがち。これではいけません。なぜならば健康は、自然に備わっているのではなく私たち自身が作りだすものだからなのです。そしてこの健康づくりには、欠くことのできないものが三つあります。それは栄養、運動、休養の三つです。これらのバランスが適度に組み合わされたときに「健康」だと言えます。

健康づくりの運動ができるようになったら次の運動に挑戦

- ◎高齢者むき
 - 一日20分の健康づくり運動
 - 歩く 1200m ~ 1300m 一分
 - 体操 4分
- ◎忙しい人むき
 - ジョギング 12分
 - 体操 5分
 - 早足歩き 18分
 - 体操 6分
- ◎忙しく外でできない人
 - その場でかけ足 10分
 - 体操 10分
 - ◎スポーツを楽しみながら
 - 軽スポーツ 20分~30分
 - 体操 5分