



## 一緒に遊ぼう

7月5日に一松小学校で「おじいちゃん、おばあちゃんいっしょにあそぼう集会」が開かれ、子どもたちとお年寄りが一緒になってゲートボールや、ビー玉などを楽しみました。普段お年寄りが簡単そうにやっているゲートボールも、実際にやってみると難しいようで、子どもたちにはまっすぐ打つのも大変なようでした。

# 交通事故のない村を目指して

## 夏の交通安全運動重点目標

1. 子どもと高齢者の交通事故防止
2. シートベルトとチャイルドシートの着用の徹底
3. スピードの出し過ぎ・飲酒運転など危険な運転の防止

8月20日（火）まで、夏の交通安全運動が全国一斉に実施されています。

8月は村内の交通量が大変増加します。夏は交通事故が年間を通してもっとも多い季節です。夏休み中ということもあり、子どもは外出の機会が増え、解放感により気が緩みがちです。そのために、事故に遭う可能性も高くなります。家庭では子どもに交通安全の指導を実施するとともに、子どもの模範となるよう交通ルールを守った行動をとりましょう。

また、夏もお酒を飲む機会が多くなります。お酒を飲んだら絶対に車を運転してはいけません。そして、お酒を飲んだ人に運転させたり、その車に同乗したり、運転する人にお酒を勧めることは絶対にしないようにしましょう。

「交通安全対策協議会」・「交通安全母の会」といった団体をご存知でしょうか？

村では、このような団体が交通安全を呼びかけています。年4回の全国交通事故防止運動の参加や街頭啓発、見通しの悪い交差点などの草刈りを、年間を通して行っています。今年も一宮町の花火大会が開催される8月3日には、一松海水浴場入り口交差点付近でおしほりを配布しながら、いねむり運転の防止を訴える「おしほり作戦」を実施します。

また、「長生村土建組合」でも村でお願いしているものの他に、危険箇所の草刈りをボランティアで積極的に行ってくれています。

人任せでは交通安全は実現しません。私たち一人ひとりが交通ルールとマナーを守り、交通事故のない安全な村にしていきたいと思います。

下絵写真：南部地先の保育所入口



見通しの悪い交差点の草刈りをする  
対策協のみなさん



国道128号七井土地先で行った、シートベルト着用  
推進キャンペーン

# 8

## もくじ

- 3 交通事故のない村を目指して
- 4 8月は道路ふれあい月間です
- 6 ▶▶▶ お知らせのページ
- 8 村のできごといろいろ
- 10 健康コーナー
- 12 みんなの広場
- 16 中央公民館コーナー
- 18 文化会館コーナー
- 20

お知らせ

長生村のHome page

<http://www.vill.chosei.chiba.jp/index.asp>



## みんなの 笑顔



# 8月は道路ふれあい月間です



住民要望を組み入れ、整備箇所を検討するスタッフ

現在、村が管理している道路は955路線、道路延長は326kmもあります。このうち舗装してある道路は256・1kmで、歩道の延長は20kmです。村の管理する道路における舗装率は、平成14年4月1日現在で78・5%となっています。

今年度も、人にやさしい「みちづくり」を目指して整備を進めています。地域に密着した生活道路は、整備できる道路幅に制約があります。そこで、前年度から通学路について試行的に車道と歩行者ゾーンの区分を図りながら整備を進めています。これからもご理解とご協力をお願いします。



歩行者ゾーンの区分が施された通学路

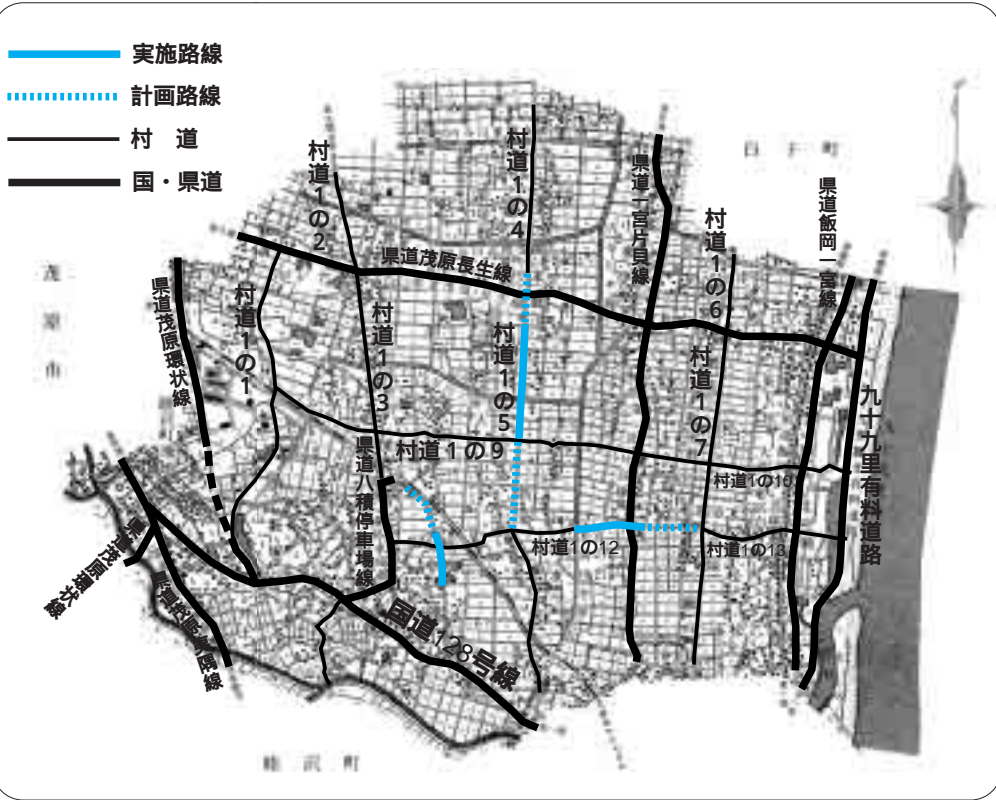


小枝切りに協力ください

今年度は、舗装新設工事6路線1、460m、舗装修繕工事1路線500m、道路改良工事3路線440m、道路排水整備工事5路線980m、交通安全施設整備工事（自歩道設置）3路線360mを予定しています。

## 地域に密着した生活道路の整備

- 実施路線
- ⋯⋯⋯ 計画路線
- 村道
- 国・県道



## 現在村が実施中の主な交通安全対策事業

**村道1の5号線**  
大村地先から県道茂原長生線までの1、350m区間と、大村地先から新地地先までの830m区間に、歩行者自転車道の設置を平成10年度から平成16年度までの計画で、「バリアフリー」歩行者空間ネットワークの整備として国の補助を受け実施しています。

**村道1の12号線**  
宮ノ台地先から向原地先までの650m区間に道路の拡幅に併せて、歩行者自転車道の設置を平成10年度から平成17年度までの計画で、県の補助を受け実施しています。

## 村道2の14号線

岩沼地先からJR八積駅までの1、050m区間に道路の拡幅に併せて、歩行者自転車道の設置を平成11年度から平成18年度までの計画で県の補助を受け実施しています。

みなさんのご協力をいただきながら整備を進めています。これからも工事に関して、住民のみなさんのご理解とご協力をお願いします。

## その他の交通安全対策事業としては

カーブミラー設置、ガードレール・ガードパイプの設置、道路標識立て替え、道路標示（十字路・T字路マーク）、子供とびだし注意など看板設置、各小中学校や保育所の交通安全教室での指導のバックアップ、集団登下校用の安全旗購入などさまざまな対策をしています。

をしていただけるようよろしくお願いします。

いざというときに、消防自動車や救急車などがスムーズに通行できるように普段からご協力をお願いします。

## 側溝の清掃について

台風シーズンを迎える前に、側溝の清掃をしておきたいですね。今まで同様に各自治会で清掃をお願いします。建設課では側溝の蓋上げ機の貸し出しをします。また、土砂などの片付けも対応しますので連絡してください。☎(32)2116

## カーブミラーについて

カーブミラーは、あくまでも交通安全のための補助的なものですから、見通しの悪い交差点などでは、必ず自分の目で安全確認を行い、通行しましょう。『自分が気をつけよう』といった素直な気持ちで大切に、長生村から交通事故をなくしましょう。

## 村からの三つのお願い

### 道路にのみみ出た

樹木について  
私有地に植えられた樹木の枝などが、「道路にはみ出し通行に支障をきたす」カーブミラーや道路標識にかぶって見づらくなるなどの苦情が役場に寄せられています。

このような箇所は、所有者の責任において処理

## 交通災害共済の受付開始

交通災害共済は、会員である住民が会費を出し合い、万が一交通事故にあわれた場合に見舞金を支払う住民相互の共済制度です。  
8月は一斉加入推進月間です。ぜひこの機会にご家族そろって加入することをお勧めします。

**加入できる人**  
申し込みをする市町村に住んでいる人  
の住民に扶養されている人で、申し込みをする市町村以外に住んでいる人（例えば、東京に下宿している学生など）  
**共済期間** 9月1日から翌年の8月31日まで  
**会費** 年間1人700円  
**対象となる事故** 自動車やオートバイなどによる人身事故で、原則として自動車安全運転センターから交通事故証明書が発行された事故

**交通事故にあつたとき** 交通事故があつたら、ただちに警察署に届け出て、後日、自動車安全運転センターから交通事故証明書を発行してもらえようようにしてください。

ておいてください  
**申し込み** 8月30日（金）まで、総務課で受け付けています。  
なお、9月1日以降も随時受け付けます  
**見舞金の額**  
死亡見舞金 150万円  
障害見舞金 入院、通院日数に応じて2万から50万円  
身障見舞金（1級又は2級） 障害見舞金のほかに50万円  
交通遺児見舞金 1人につき10万円  
**問い合わせ** 総務課  
☎（32）2111

## 児童扶養手当の受給者の皆様へ

8月から児童扶養手当制度が変わります。従来から児童扶養手当を受給している人も再度、制度の趣旨をご理解ください。現況届を記入する前に、ご一読ください。  
**児童扶養手当の趣旨**  
離婚などにより、母親が1人子どもを育てながら働き、子どもと生活をするために必要な収入を得ることは大変なことです。このような家庭の生活の安定と

していただき。  
**問い合わせ** 住民課  
☎（32）2115

自立を促すためにみなさんが収めた税金をもとに、児童扶養手当として母子家庭に支給しています。  
離婚しても、父親として児童に対する扶養義務があり、養育費を支払う義務があります。父親から養育費を受けている人は、それだけ家計の収入が増えますので、児童扶養手当の一部をご遠慮いただく場合もあります。  
**適正な受給のための調査**  
児童扶養手当は貴重な税金をもとに支給しています。このような趣旨を踏まえ、申請・受給は定められた方法に従って正しく行ってください。現況届など各種の書類を提出していただいているところですが、今回の改正により新たに養育費などに関する申告書を提出していただく場合もあります。これは児童扶養手当法第28条に基づき提出をお願いするものです。  
提出いただいた資料だけでは児童扶養手当を適正に支給するためには必要な事項について確認が取れない場合は、調査をさせて頂くことがあります。これは児童扶養手当法第29条に基づき、行うことができるものです。例えば、受給資格があるのか（同居している人や生計を維持している人の有無な

ど）、または収入の状況などについて質問をしたり調査したり、書類の提出を求めたりすることがあります。具体的には、住居の賃貸借契約書の写しや預金通帳などを見せていただくなど、みなさんのプライバシーに立ち入らざるを得ない場合がありますが、この点につきましては十分ご理解ください。  
このような質問や調査の結果につきましては、秘密を厳守いたしますのでご安心ください。  
**支給の停止と3年以下の懲役**  
質問や調査に応じていただけない場合は、児童扶養手当法第14条に基づき、手当額の全部又は一部を支給しないことがあります。また、必要な書類などを提出していただけない場合は、児童扶養手当法第15条に基づき、手当の支払いを差し止めることがあります。  
さらに万が一、偽りの申告により不正な手段で手当を受給した場合には、児童扶養手当法に基づき、支払いした額を返還していただきます。（児童扶養手当法第23条）  
3年以下の懲役、又は30万円以下の罰金に処せられることがあります。（児童扶養手当法第35条）  
**問い合わせ** 健康福祉課  
☎（32）2112

## 住民票コードが發送されます

住民基本台帳ネットワークシステムの稼働に伴い、8月下旬に村から住民のみなさんに住民票コードが郵送されます。8月31日までに住民票コードが郵送されなかつた場合には、住民課までご連絡ください。

この住民票コードは、全国共通で国民一人ひとりに重複しないようランダムに振られた11桁の数字です。このため一族において番号は順番になっておりません。  
今後、行政機関への届出・申請の際に住民票コードを求められることがありますので、大切に保管



## 25年間納めれば国民年金はやめてもいいの？

**Q** 私は20歳から45歳まで25年間、国民年金の保険料を納めましたので、もうやめたいのですがいいでしょうか。

**A** 国民年金は25年納めたからといってやめることはできません。25年というのは、老齢基礎年金を受けるための最低限の期間であり、そこでやめてよいということはありません。

国民年金制度は、職業に関係なく20歳から60歳になるまでの働く世代全員が保険料を納め、その時のお年よりの年金を支えていく仕組みです。60歳になるまでは国民年金に必ず加入し、保険料を納めることは国民の大切な義務となっています。

国民年金に加入し保険料を納めることを怠ると、万が一事故や病気で障害者になっても、障害基礎年金を受けられないことがあります。

ちなみに25年納付の年金額と40年納付の年金額を計算してみましたので比較してみてください。勤労収入のなくなった時のあなたの自身のためにも、40年間、完納をしてください。

25年納付の場合	
$804,200円 \times \frac{25年 \times 12月}{40年 \times 12月}$	502,600円
40年納付の場合	
$804,200円 \times \frac{40年 \times 12月}{40年 \times 12月}$	= 804,200円

この例は、平成14年度の年金額で計算してあります。

## 結婚50年をお祝いします

村では「敬老の日・老人福祉週間」の事業のひとつとして、結婚50周年（金婚式）を迎えるご夫婦をお祝いします。今年も9月上旬に、中央公民館で結婚50年記念祝賀式を行う予定です。

対象となるご夫婦は、昭和27年9月1日～昭和28年8月31日までに婚姻届を出し、共に健在で村内にお住まいの人です。該当すると思われる人は8月15日（木）までに

## 放送大学の学生募集

放送大学は、テレビ・ラジオを通じて、自宅で学習する正規の大学です。1科目でも入学できます。

**「教養学部」**  
前科履修生 大学卒業を目指すコース  
選科履修生 1年間在学するコース

**「大学院」**  
修士全科生 修士課程を修了して「修士（学術）」の取得を目指すコース  
修士科目生 1学期間（6カ月）在学し、学習・研究したい科目を選択し1科目から履修するコース

役場健康福祉課へご連絡ください。  
なお、住所が長生村にあり本籍が村外の場合については、婚姻年月日を確認するため戸籍謄本が必要となりますので持参してください。  
**問い合わせ** 健康福祉課  
☎（32）2112

科目履修生 1学期間（6カ月）在学するコース  
募集期間 8月15日（木）まで  
募集期間 「大学院」  
修士全科生 修士課程を修了して「修士（学術）」の取得を目指すコース  
修士科目生 1学期間（6カ月）在学し、学習・研究したい科目を選択し1科目から履修するコース  
募集期間 修士全科生「9月1日（日）～9月14日（土）」  
修士科目生「8月15日（木）まで」  
**問い合わせ** 〒226-18586 千葉市美浜区若葉2丁目11番地 放送大学千葉学習センター  
☎ 043（2998）4367  
Fax 043（2998）4386

# 村のできごと いろいろ

## お宝をゲット!

海水浴場の安全祈願に続いて、午後から海の家組合主催の宝さがしが行われました。強い風が吹いていましたが、開始前からたくさんの方が集まりました。みんな開始の合図と同時に埋められている番号札を夢中になって探していました。



みんな夢中になって探していました



## 海水浴場オープン!

7月14日に一松海水浴場で今シーズンの海の安全を祈願して海開きの式典が行われました。この日は風が強く吹いていましたが晴天に恵まれ、青空のもとでの海開きとなりました。今年も地元の一松海水浴場で、夏の日楽しい思い出をたくさん作ってください。

## 1000チームが 熱戦を展開

7月7日に第10回長生村長杯ミニサッカー大会が、尼ヶ台総合公園野球場で開かれました。県内の32団体から、小学1年生19チーム、2年生31チーム、3年生42チーム、おかあさんたちのレディース8チームの計100チームが参加し、5人制フットサルの試合が行われました。野球場の外野に設置された10コートで、マリンスの子どもたちを初め参加チーム全員がミニゲームを楽しみ、元気よく堂々とゲームをしていました。



縦じまが長生村のマリンスの子どもたち



初優勝を果たした長生エンジェルスのみなさん

## 長生エンジェルス 優勝おめでとう

6月8日、9日に八積小体育館を主会場として、平成14年度TEPCO長生ミニバスケットボール春季大会が行われました。参加した長生、夷隅、安房、山武、香取地区の男女計32チームはそれぞれに熱戦を繰り広げ、女子決勝では「長生エンジェルス」と茂原市の「東郷MBC」の対戦となり、24対19で長生エンジェルスが初優勝を遂げました。エンジェルス選手は「力を合わせて勝ち取った優勝です。これからの私たちの自信と誇りになります」と話していました。

## 信友が4連覇

6月16日に第22回第6支団(長生村)消防ポンプ操法大会が尼ヶ台総合公園で行われ、第1分団第5部(信友)が4年連続で最優秀賞を獲得しました。その他の成績は次のとおりでした。

また、7月7日に郡市の操法大会が茂原市公設市場で行われ、村の代表として村大会で優勝した第1分団第5部と第3分団第4部(大坪西、蟹道、一松新屋敷)が出場しました。成績は第1分団第5部が3位、第3分団第4部が5位と健闘しました。



公設市場での郡市操法大会

## 団体賞



最優秀賞 第1分団第5部(信友)



優秀賞 第3分団第2部(宮ノ台・昭和)

## 個人賞



最優秀1番員  
矢部久広(信友)



最優秀指揮者  
矢部泰光(信友)



最優秀3番員  
石井政春(大坪西)

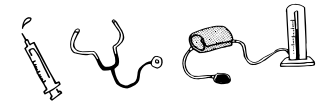


最優秀2番員  
田中賢一(蟹道)



優良賞 第3分団第4部(蟹道・大坪西・一松新屋敷)

# 健康コーナー



このページの問い合わせ 保健センター ☎ 32-6800



仕上げみがきをしっかりと(二歳児教室より)

## 保健衛生推進員の活動報告

私たち保健衛生推進員は、年5回の3歳児健診時に手づくりおやつ配布を行っています。ご家庭でも作りたくなるような簡単でしかもヘルシーな手づくりおやつを試食していただいています。子どもたちは健診後のおやつに大満足です。

### ミルクチーズおこのみ焼き(2人分)

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>&lt;材料&gt;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがいも・・・小3個</li> <li>・いか・・・60g</li> <li>・ねぎ・・・1/4本(25g)</li> <li>・桜えび・・・5g</li> <li>・とろけるチーズ・25g</li> <li>・牛乳・・・25cc</li> <li>・塩、こしょう・・・少々</li> <li>・油・・・少々</li> <li>・紅しょうが・・・適量</li> <li>・焼きのり・・・適量</li> </ul> <p>(タレ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・しょうゆ・・・大さじ2</li> <li>・ソース・・・大さじ1</li> </ul> | <p><b>&lt;作り方&gt;</b></p> <p>じゃがいもはすりおろし、ふきんにつつんで水をきる。</p> <p>いかはたんざく切り、ねぎは小口切りにする。</p> <p>、桜えび、チーズ、牛乳、塩、こしょうをよく混ぜ、油をひいたフライパンでこんがり焼く。</p> <p>焼けたら、ソースをかけ、のり、好みて紅しょうがをかける。</p> |
|--|---|

1人分 エネルギー 225Kcal

## 今月の健康相談

とき 8月2日(金)  
16日(金)

受付 午前9時～11時30分

内容 血圧測定・血糖検査・尿検査・尿中塩分測定・みそ汁塩分測定・保健指導・栄養指導など

2日は、運動指導も行います。

## 健診と予防接種

ツベルクリン  
とき 8月6日(火)  
受付 午後1時～1時45分

三歳児健診  
(H11年4月・5月生)  
とき 8月7日(水)  
受付 午後1時～1時45分

判定とBCG(6日)のツベルクリン接種者)  
とき 8月8日(木)  
受付 午後1時～1時45分

乳児健診  
(H13年8月・H14年1月・4月生)  
とき 8月28日(水)  
受付 午後1時30分～2時30分

結核精検  
とき 8月26日(月)・27日(火)

受付 午前9時30分～11時30分/午後1時～3時

暗蔽容器配布  
とき 8月27日(火)  
時間 午前9時～11時  
30分/午後1時～3時30分

容器の回収は、9月2日(月)午前9時から正午まで保健センターで行います。

今月の、おしゃべりひろばは1日(木)と19日(月)で、午前9時～正午までです。

## 保健師だより



今月の担当は池です

# 「うつ」について 正しく理解しよう

### うつの仕組み

心と体の関係は、とても密接です。身体が病気になることも弱ってしまったり、心の状態がすぐれないために身体に異変が起きたりすることもしばしばです。

こうした状態が長く続き、より深刻になって日常生活に支障をきたしたり、社会的ルールにも適応できなくなってくると、鬱病がもじれません。

鬱病になる原因は、はっきりと解明されていませんが、脳内の神経伝達物質の変調によって起こると考えられます。

悲観の悪循環・自責の悪循環が大敵

人は悩み事や将来に不安を抱くと憂うつになり、気分が滅入ります。でも楽しいことがあると、パツと気分が晴れて、元気になる。心は常に変化しているのです。病気が将来への不安はすべてが悲観的に見えてきます。そのために憂うつな気分が続く、さらに弱

った心が悲観的な考え方を引き起こし憂うつな気分がひどくなります。この悪循環から逃れられなくなってしまうのです。

この悲観の悪循環と自責の悪循環こそ、「うつ」の大敵です。悲観的に考えたり、今日は体調がすぐれないと思ったり、物事はすべて二面性があるのだと思いつかべてください。悲観的に物事を見るのは、まったく逆の見方があります。そう考えて、肯定的な面を一つひとつ言葉に出してみるのもよいでしょう。いろいろな事に完璧を目指さず、これくらいで良いだろ、「自分分はここまでやった」と自分を誉めてあげることも必要です。自分を大切にすることが一番です。気分が晴れるような手近にできる趣味を持つことから始めてみてはいかがでしょうか。

うつになりにくい食生活 「うつ病」と診断した場合、それぞれに応じて薬を処方します。

### 「うつ」の症状チェックポイント

- 悲観的になり、罪悪感を持つ。
- 早期に目覚めたり、夜眠れなくなる。
- 午前中に調子が悪くなることが多い。
- 腰痛など身体の痛みや不調を頻りに訴える。
- 落ち着きがなく、イライラすることも多い。
- 食欲がない。
- 物事に対する興味がなくなる。
- 非現実的で悲観的な妄想にとらわれる。
- 新しいことを覚えられなくなる。
- 窓を締め切ったまま閉じこもりたがる。

これらの症状が頻繁に見られる場合で、検査で内科的な疾患が見つからない場合は、心療内科や精神科など専門医に相談してください。

うつ病に多いケースとして脳の神経伝達物質であるセロトニンが少なくなり、意欲が落ちたり、イライラ感をコントロールができなくなるため、このセロトニンを増やす薬を投与することがあります。このセロトニンの材料となるのが肉に含まれるアミノ酸のトリプトファンで、それを神経細胞に取り込むのにコレステロールが重要な役割を演じていると考えられています。

また、愚痴をこぼすことで心のつらさが洗い流されることもあります。少しづつ愚痴をこぼしましょう。時には長めの休憩を取って距離を置いて自分や仕事を眺めてみることも必要です。

# ちようせい 取材編

広報 取番外編



**1点いただき** ワールドカップ日本代表の鈴木隆行選手のように、足をいっぱい伸ばしキーパーを交わしてゴール。



**準備はOK!!** 操法大会では、各部とも演技開始前の用具の配置には神経をとがらせ慎重に！慎重に！



武井 悠歩くん  
八 積 小  
3 年

僕の夢は、プロ野球せん手です。りゆうは、今夜プロ野球が、テレビでやっててそれを見てあのホームランやヒットを打ちたいからです。松井みたいに打てればいいと思っています。

## 僕の夢 私の夢



東間 千明さん  
一 松 小  
3 年

わたしのゆめは、かんごふさんになって、いろんな人のめんどろを見たりして楽しい話や、おもしろい話をして、さいごには、元気でたいいんしてほしいからです。



## 私が生けました



田辺 成子さん  
(金 田)

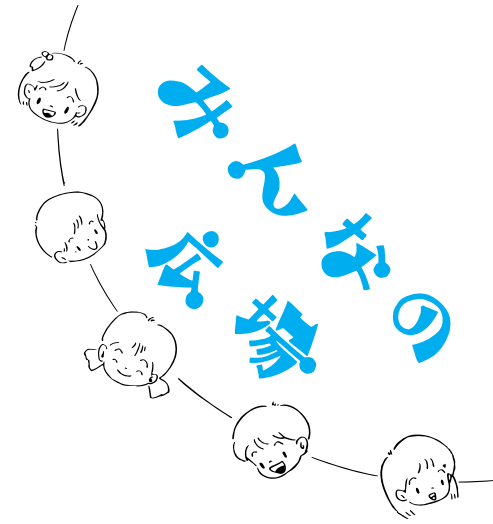
ひまわり、トルコキキョウ、ライデン木の3種類の花材を使い、生け込みました。今回は小さめの丸い花器を使用したことにより、全体のバランスを取るのに苦労しました。枝をいっぱいつけていたライデン木を、思いついてカットしたことに涼しさを出すことが出来たと思います。中央のひまわりは私の気持ちを見わし、おあらかさをアビ

公民館クラブの翠月会に入して10年になります。毎月1回第2水曜日の午前10時からのお稽古が待ちどおしいほど楽しみです。先生やクラブ員のみなさんと一緒に工夫しながら稽古するのがとても楽しいです。

緑とひまわりの黄色が良い色合いを出し、涼しさを表現しながらバランスの取れた作品に仕上げるのができたと思っています。

全体的には、ライデン木のつけてみました。

ールしています。また、トルコキキョウを根締めに使って、やさしさというアクセントもつけてみました。



## まんがで選挙を考える カッコ悪い!

ヨギ トモコ



## 写真

さしあげます  
広報に掲載した写真  
さしあげます  
総務課広報広聴係  
☎32-2111

人口と世帯人口	
男	7,280人 (-1)
女	7,337人 (+9)
計	14,617人 (+8)
世帯数	
	4,844戸 (+13)

7月1日現在・( )内は先月比

この欄へ掲載を望まない人は、届出時に窓口へお申し出ください。

おくやみ申し上げます		
亡くられた人	年齢	地区
酒井 亥九生	90歳	一松新敷
齋藤 いま	92歳	高根新敷
古山 吉則	76歳	小泉北部
刈込 和二郎	67歳	七井土
鶴岡 須美子	90歳	南中瀬
森 翠	82歳	南中瀬
鈴木 六治	94歳	南中瀬
比佐 とし子	69歳	市ヶ谷

すこやかな成長を	
猪瀬 豪斗	親 弘 地区
千葉 愛恵	陽介 南 高 地区
瀬戸 龍之介	郁彦 市ヶ谷
中村 愛花	哲史 驚
小林 拓斗	勝久 北水口
志田 祥太郎	昌樹 信友
大橋 健汰	康博 向原
古川 球英	隆 宮ノ台
岩崎 水姫	修 新田
上畑 拓樹	政治 岩沼
細谷 くるみ	英司 大坪東



作ってみよう!

## 今月の料理



講師の高師さん

### 牛肉シューマイ

#### 材料

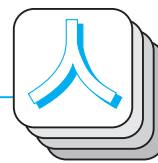
- ・シューマイの皮・・・30枚
- ・牛挽肉・・・300g
- ・塩・こしょう・・・少々
- ・れんこん・・・80g
- ・長ねぎ・・・5cm
- ・生姜汁・・・小さじ1
- ・片栗粉・・・大さじ4
- ・水・・・50cc
- ・醤油・・・大さじ1
- ・砂糖・・・小さじ2
- ・ごま油・・・小さじ1
- ・オイスターソース・・・大さじ1
- ・ママレード・・・大さじ2
- ・キャベツ・・・葉2枚
- ・醤油・・・適宜
- ・練辛子・・・適宜

エネルギー328kcal たんぱく質17.8g 脂肪12.7g

#### 作り方

レンコンは5mm角に切り、酢水にさらし、熱湯でさっとゆでる。長ねぎはみじん切りにする。挽肉に塩、こしょうを振ってよく練る。Aを加えてさらに練り、をを加え混ぜる。シューマイの皮でを当分に包み、ママレードを塗る。キャベツをざく切りにし皿に敷き、を離して置き、蒸気の上がった蒸し器に入れ、布巾をかけ蓋をし、強火で10～13分蒸す。蒸しあがったら皿ごと取り出し、辛子醤油を添える。

## シリーズ



## 人の気持ちを大切にしたい

# 市原育也さん



いちはら・いくや 昭和11年7月13日、大原町生まれ。現在、新田に在住。平成元年から9年間、農業委員を務める。平成5年から長生村結婚相談所で相談員を務め、平成13年5月から結婚相談所の所長を務める。また、平成13年1月から長生村農産物直売所施設利用組合の組合長を務める。

「結婚相談所の事業は平成5年から行っています。私は設立されたときから相談員をやっています。人の世話をするのが好きなので、この仕事を引き受けました」と話すのは、長生村結婚相談所の所長を務める市原育也さん(新田)です。

「現在結婚相談員は、男6人、女6人の計12人で構成されており、主に結婚相談所の開設やふれあいパー

ティーの企画、運営などを行っています」と相談所の仕事について話します。「設立当時はふれあいパーティーをPRするのにも苦労でした。パーティー開催のチラシを作って相談員みんなで茂原駅や八種駅などに行き手渡しで配ったものでした」と設立当時の苦労を話してくれました。「相談員をしていて一番うれしいのは、結婚したと

また、11月にはパーベキユーでのふれあいパーティーも計画しています」と話します。

「おかげさまで直売所も好評です。自分たちの作ったものを、直接皆さんに渡そうという気持ちを持って行っています。『生産者の顔が見える』というのが直売所の特徴です。そういった点で安心感があるのでし

ようか、野菜を買うなら直売所、という人も多いようです。組合員も増えてきていい意味で競争心も出てきました。この調子を維持していきたいですね」と直売所について話します。「どちらでも常に人対人の仕事です。性格も違えば、考え方も違います。お互いを理解しあい気付かないところを埋めるような気持ちを持っていないと、うまく行かないですね」と市原さんはこれからも人の気持ち



白馬岳の山頂にて

3、000m近い山頂に立つ人の影が反対側から沸き立つ雲のスクリーンに映し出され、古代宗教画に描かれていた天使の輪が頭部を包むように見える珍しい現象なので。翌日、主目的の鍾温泉を目指して杓子岳や鍾ヶ岳を越えていきます。途中多くの楽しい出会いや会話がありました。鍾温泉は高山で日本一の湯量を誇り、20畳ほどの露天風呂はすべて人の手を加えない自然の中にありました。満天の星空は、天の川がくっきり見え、流れ星が現れるたびに歓声が上がっていました。

## 心に残る旅

### 偶然に出会った ブロッケン現象

大木一寛(新田)

私は山歩きが好きで、就職するとすぐに会社の山岳部に入部しました。友人たちと毎年10回程度は山に行きます。そのなかで印象深いのは平成10年8月21日から24日にかけて、鍾温泉に出かけたときのことでした。八種駅から上り電車に乗り込み、新宿駅から特急アルプスで、白馬駅に到着。

さらにバスに揺られて猿倉に向かいます。猿倉が登山口ですので、ここからは自分の足が頼りです。白馬尻から大雪渓になり、雪上をアイゼンを装着して黙々と進みます。やがて白馬岳山頂に到着。山頂で偶然ブロッケン現象に出会いました。沈もうとしている太陽の斜めから降り注ぐ光をすかし、

## 図書券が当たるよ

### クイズなんでも ちょうせい

#### 問題

8月が一斉加入推進月間の災害共済はなんですか？みんなで加入しましょう。

- 1、交通災害共済
- 2、労働災害共済

**応募方法** はがきに答えの番号、広報ちょうせいに対する意見を記入して応募してください。

**応募先** 〒299-4394 長生村本郷1-7-7 長生村役場総務課広報広聴係  
**締め切り** 8月15日

**賞品** 抽選で3人に、図書券を差し上げます。

**先月の答え** 2、宝さがし

**当選者** 渡辺 智子さん、島田 麻未さん  
根里 豊敏さん



### 長生歩こう会

#### 8月の例会案内

今回は、夏の日差しを避けながら森林浴を兼ねて高尾山を中心に歩きます。登りはケーブルカーを利用、多少のアップダウンはありますが、奥高尾、紅葉台から一丁平まで行きます。帰りは琵琶滝コースをゆっくり下る予定です。足元はすべりにくい靴、あれば杖持参で参加願います。帰宅してから体重計が楽しみなダイエットコースです。

当日は茂原駅集合ですので、ご注意ください。

とき 8月18日(日)

午前6時30分 茂原駅集合  
午前6時42分 快速乗車(ホリデーバス利用、京玉線1200円)  
ケーブルカー(470円)  
コース 高尾山頂駅 高尾山頂 紅葉台 一丁平 琵琶滝コースを下山(約3時間 距離約10km)

対象 村民  
参加費 会員無料、会員以外200円(保険代、その他)  
ケガなどの保障は保険の範囲以内とします。  
持ち物 お弁当・雨具・保険証・その他



各地区から集まった代表選手たち

### 剣道大会の結果報告

第27回長生村剣道大会が6月22日に村体育館で行われました。この大会は、長生郡市、夷隅郡市、山武郡市、市原市、鴨川市の小・中学校生83チーム395人の剣士が参加し、熱戦が繰り広げられました。

結果は、次のとおりです。

- 小学生男子の部**  
優勝 茂原武道館A  
準優勝 練心館市原道場A  
第3位 茂原武道館B  
敢闘賞 市原中央道場

証・その他  
締め切り 8月10日(土)  
申し込み・問い合わせ  
早川正和 ☎(32) 57559

会員は欠席者のみ必ず連絡をお願いいたします。

6月の例会は、大東駅・大東崎灯台・長者町・清水観音・三門駅。約15kmでちょっとハードなコースでした。

登りのきつい灯台は地元の人たちの手植えの草花に迎えられ雄大な眺望を楽しみ、夷隅川河口から長者町の街並みを歩き公民館隣の野球場の芝生で昼食予定のところが雨が降り出し、公民館のご好意で一部屋をお借りして休息。坂東札所の清水観音に向いました。写真は清水寺の近くの「音羽の森」で写したものです。



音羽の森で写したものです。

#### 小学生女子の部

- 優勝 茂原武道館A  
準優勝 茂原武道館B  
第3位 市原中央武道館  
敢闘賞 長生剣心会

#### 中学生男子の部

- 優勝 茂原市立東中学校  
準優勝 横芝町立横芝中学校  
第3位 東金市立東金中学校  
敢闘賞 一宮町立一宮中学校

#### 中学生女子の部

- 優勝 横芝町立横芝中学校  
準優勝 成東町立東中学校  
第3位 岬町立岬中学校  
敢闘賞 長生村立長生中学校

### 知っていますか

#### 少年の日・家庭の日

毎月第3土曜日は、「少年の日」少年の日とは、青少年関係機関や団体、地域住民などが一体となって青少年を非行から守り、健全育成のための活動を実践することにも、青少年自身も社会の一員として自覚を高める日です。  
毎月第3日曜日は、「家庭の日」家族の語らいや活動を通して親子がふれあい、社会全体で明るく健康な家庭づくりを心がける日です。

### 青少年の悩みごと合同相談

青少年や家族の悩みごとなどについて、教育、警察、児童相談などの各相談機関が合同で相談に応じています。

とき 毎月第3水曜日  
午前10時～午後4時

内容 青少年に関する悩みごと全般(主に学齢期以上)

対象者 県民一般(特に限定していません)

#### 相談方法

#### 面接相談

千葉県青少年女性会館(千葉市稲毛区天台6-5-2)  
千葉都市モノレール「スポーッセンター」駅下車

#### 電話相談

☎ 043(2223) 2330  
☎ 043(2223) 2288

#### ファックス相談

Fax 043(2251) 0849

#### 問い合わせ

県庁県民生活課  
☎ 043(2223) 2330

## 七月の句抄

### 俳句クラブ



- 初桃を夫の仏間に供へけり  
山開き幣濡色を裏返す  
合歡の花抱かれし嬰の深眠り  
まるき背を割って飛び立つ天道虫  
老鶯のおのが餅にこゑかさね  
手の甲に廻りて飛べり天道虫  
一りんの百合の香満つる仏間かな  
囀はれて合鴨青田に放さるる  
朝ひかりトランベットの純白き花  
沈む日の雲の片片梅雨晴れ間  
昼寝覚電話のベルに返事して  
床の間の一輪整ふ夏座敷  
梅漬けて母やれやれと腰のはす  
凌霄花炎ゆる葺町城下町  
青田地に白染め抜きの鷺模様  
夏至の陽の昇りつめたる愁ひかな  
滴りて浸蝕するき隠れ岩  
一羽翔け雨呼ぶ沼の通し鴨  
またひとつ持葉の増ゆる梅雨じめり  
村医院落ち物注意つばめの巢
- 井下田きよ  
石川和香子  
市原 正子  
井上 道子  
植草 泰子  
鶴澤よしえ  
海津やすは  
片岡 篤美  
河野 富子  
久我 久子  
三枝 幸江  
杉浦 千代  
中島てる子  
中村 英子  
根本 よし  
野沢沙と志  
柳田 芳子  
御園 英子  
矢部 甲子  
米倉 安奈

休館日  
5日と19日  
は、体育館・武道館・弓道場・数珠球技場は、休館(休場)です。

### 家庭教育相談

気軽においでください  
開設日 2日・9日  
16日・23日・30日  
午前9時～午後4時  
ところ 中央公民館  
2階相談室  
電話での相談にも応じます。  
☎(32) 4067

## 今月の新刊

タイトル名	著者名	タイトル名	著者名
金田一耕助に捧ぐ九つの狂想曲	赤川 次郎	妖人白山伯	鹿島 茂
水の時計	初野 晴	不撓不屈	高杉 良
斬られ権佐	宇江佐 真理	にぎやかな湾に背負われた船	小野 正嗣
妖恋	北原 亜以子	平成三十年(上・下)	堺屋 太一
子盗り	海月 ルイ	定年学	講談社
夢の封印	坂東 真砂子	パーチメントクラフト	松本 恭子
燃えつきるまで	唯川 恵	おいしい野菜づくり70種	加藤 義松
海を見る人	小林 泰三	どうする山のトイレ・ゴミ	日本勤労者山岳連盟
髭髯呂	諸田 玲子	有事法制のすべて	自由法曹団
チャイ・コイ	岩井 志麻子	生でおいしい水道水	中本 信忠
猫道楽	長野 まゆみ	よくわかる特殊法人改革	並河 信乃
わが集外集	陳 舜臣	やさしい水彩画	西丸 式人
黒喜劇	阿刀田 高	樹上のゆりかご	荻原 規子
月の光	岩橋 邦枝	水彩画プロの裏ワザ	奥津 国道
光る大雪	小檜山 博	「和える」って、たのしい	吉田 勝彦
虫姫	出久根 達郎	はちみつのお菓子	柳瀬 久美子

**リクエスト本**が  
入りました

虹 吉本 ばなな  
さくらえび さくら ももこ  
マダムだもの 小林 さとみ  
空色勾玉 荻原 規子  
虚空の旅人 上橋 菜穂子  
晴子情歌(上・下) 高村 薫  
癒しの歴史人類学 鈴木 七美  
誰のための改革か 内橋 克人

9月5日(木)~12日(木)までの  
8日間、蔵書点検のため図書室を休室  
いたします。ご迷惑をおかけしますが、  
ご協力をお願いします。

## 今月の一冊

**遠藤紀子の布の「ソーシング」**  
遠藤 紀子

ビーズ作りが流行して  
いるように、今年のフ  
ァッションのポイント  
はロマンチック&手作  
り。それなら布で作  
ったソーシングは、  
ジューはいかがしょ  
うか。花のソージ  
ュの作り方を簡  
単に紹介します。

**「ご飯の基本レッスン」**  
幕内 秀夫

「ご飯、味噌汁、漬物を  
基本とし、肉類や油物は  
少なく、風土に合った旬  
のものを食べ続けられ  
れば体が自然と健康に  
なる。」旨い「ご飯食」  
のレシピを満載。

## 夏休み子供映画会 のお知らせ



あの話題作を  
早くも上映!

額に稲妻形の傷。メガネの奥で輝く、好奇心いっぱいの瞳。伝説の魔法使いを両親に持つ孤児にして、魔法学校ホグワーツのヒーロー、魔法使いハリー・ポッターの活躍を描いた物語です。  
題名「ハリー・ポッターと賢者の石」  
とき 8月10日(土)  
1回目 開場 午前9時30分  
開演 午前10時  
2回目 開場 午後1時30分  
開演 午後2時  
入場 無料(事前に整理券を文化会館窓口で受領ください)  
主催 長生村教育委員会  
問い合わせ 長生村文化会館 ☎(32)5100

## ホールのイベント

## 千葉県警察音楽隊の演奏会

県民と警察を結ぶ「音のかけ橋」として、県民から親しまれ愛される音楽隊をモットーとして創設されました。  
とき 9月22日(日)  
開場 午後2時30分  
開演 午後3時  
入場料 無料  
主催 長生村教育委員会  
問い合わせ 長生村文化会館 ☎(32)5100

## Seaside Stock

有名プロミュージシャンなどによるロックコンサート  
とき 8月25日(日)  
開場 午後1時30分  
開演 午後2時  
入場料 2,900円  
入場券販売所  
好音堂・長生村文化会館  
主催 サウンド フォレスト  
後援 長生村教育委員会  
長生村商工会 ☎(32)3568

## プラネタを見て



⑤ 齊藤 麻衣さん(驚)  
教科書にのっていた、夏の  
大三角が確認でき、とても勉  
強になりました。  
⑥ 齊藤 理乃さん(驚)  
たくさんのお話と星の動き  
が見れておもしろかったです。  
わし座というのがあったこと  
初めて知りました。

夏番組  
夏の星座  
「もしも宇宙へ行ったなら」  
入場料 無料  
村民・小学生 1000円  
中学生 2000円  
大人 2000円  
上映時間

日・土	金~火
午後3時30分	午後3時
午後1時30分	午後1時30分

夏休み期間中は休館日を除き  
毎日上映いたします。

## プラネタ リウム

## 文化会館・公民館の休館日

8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30					

休館日



# お知らせ

## 写真コンクールの作品募集

県内の魅力的な観光資源を被写体とした写真を募集します。

**規定及び規格** 1年以内に撮影した自作で、未発表のもの。白黒または、カラープリントの4ツ切判

**応募方法** 作品名(題名)、氏名、年齢、性別、住所、電話番号、勤務先(学校名) 撮影日時・場所を明記したものを作品の裏面に貼り郵送

応募作品は、原則として返却しない。

### 賞の内容

最優秀賞1点 千葉県知事賞(賞状・賞杯・5万円相当の賞品)

優秀賞2点 (社)千葉県観光協会会長賞(賞状・賞杯・3万円相当の賞品)

特別賞27点 各後援団体・企業賞(賞状・5千円相当の賞品)

入選5点 (社)千葉県観光協会会長賞(賞状・5千円相当の賞品)

賞品)

**締め切り** 9月10日(火)必着  
入賞作品の著作権・著作権は、主催者に帰属する。

### 作品の送付・問い合わせ

〒260-0015 千葉市中央区富士見1-12-7 千葉県観光協会  
☎ 043-225-9170

## 心に残る房総の旅 紀行文募集

千葉県観光協会では、県内の観光地で受けたホスピタリティ(もてなし)体験をテーマにした紀行文を募集します。作品の公表、表彰などをとおしてホスピタリティ精神の普及および県内観光地のイメージアップを図ることを目的とします。

**募集する紀行文** 千葉県での旅行(日帰り旅行を含む)で体験し、感銘を受けた「人との出会い」などをテーマとしたもの

### 応募規定

自作で未発表のものに限る。作品には、題名、紀行文(600

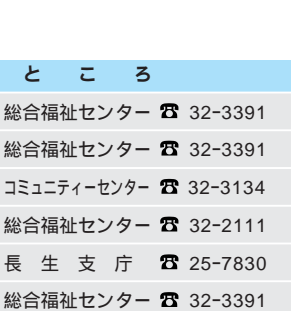
字以内)、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を明記。作品は原則として返却しない。入賞作品の著作権は主催者に帰属する

**締め切り** 9月30日(月)当日消印有効

### 作品の送付・問い合わせ

(社)千葉県観光協会  
〒260-0015 千葉市中央区富士見1-12-7 ☎ 043-225-9170

応募作品の中から最優秀1点、優秀1点、入選3点を決定し、賞状及び旅行券を授与します。その他に、応募者の中から抽選で観光施設招待券をプレゼント。また、応募者全員に参加賞として記念品及び千葉県観光マップなど観光資料を送付する。



住民法律相談の予約は、当月分を毎月第1月曜日午前9時から役場総務課 ☎ 32-2111で、長生支庁での法律相談の予約は今月に限り、第1金曜日午前9時から長生支庁においてそれぞれ電話で受け付けします。

## ☎ 役場の電話番号

総務課 32-2111	健康福祉課 32-2112	税務課 32-2113	産業課 32-2114	住民課 32-2115
建設課 32-2116	教育委員会 32-2117	都市計画課 32-2493	下水環境課 32-2494	総合福祉センター 32-3391
収入役室 32-4741	農業委員会 32-4742	企画財政課 32-4743	議会事務局 32-4744	保健センター 32-6800

## 風しんの予防接種 経過措置者について

昭和54年4月2日から昭和62年10月1日までの間に生まれた人で、まだ風しんの予防接種を受けていない人はいませんか?

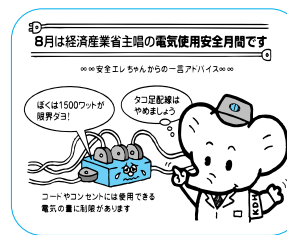
風しんは妊娠初期の妊婦がこの病気にかかると先天性異常児が生まれる心配があります。このような異常児の出生を防ぐため、平成6年度までは中学生女子を対象に予防接種が行われてきました。しかし、中学生女子だけに風しんの予防接種をしても幼児、小学生、中学生以上の男子の風しんの予防はできませんので、5年から10年おきに流行する風しんは、妊婦にとってとても不安です。

そこで、平成7年4月1日から、今までの中学生女子への接種から幼児への接種と中学生男女全員の

接種に変わりました。しかし、接種の時期を改めたことにより昭和54年4月2日から昭和62年10月1日までの間に生まれた人はいまだに未接種者が多いようです。

今回、昭和54年4月2日から昭和62年10月1日までの間に生まれた14歳以上22歳未満の人は、平成15年9月30日までに予防接種を受けるように法律が改正されました。ただし、任意接種のため費用は自己負担になります。

**問い合わせ** 保健センター  
☎ 32-6800



## アドバイス事業 参加者募集

村の結婚相談所では、ふれあいパーティーなどを開催し出会いの場を提供しています。この事業をより実のあるものとするために、男女ともに積極性を身につける必要があります。そこで村内独身者を対象とし、交際について男女が望むことや結婚観などについてアドバイスをを行います。

とき 9月29日(日)午後1時30分

ところ 長生村文化会館

募集人員 40人

### 内容

既婚者を交えた意見交換会  
結婚相談員による個別面談

締め切り 9月17日(火)

申し込み・問い合わせ 産業課  
☎ 32-2114

## 各種相談

相談内容	とき	ところ
心配ごと相談	毎週月曜日 午前10時~午後3時	総合福祉センター ☎ 32-3391
人権相談	8月19日(月) 午前10時~午後3時	総合福祉センター ☎ 32-3391
結婚相談	8月18日(日) 午前11時~午後3時	コミュニティーセンター ☎ 32-3134
住民法律相談	8月19日(月) 午後1時から(要予約)	総合福祉センター ☎ 32-2111
法律相談	8月9日(金) 午後1時~午後4時(要予約)	長生支庁 ☎ 25-7830
行政相談	8月19日(月) 午前10時~午後3時	総合福祉センター ☎ 32-3391

## 夜間急病診療所

診療科目 内科・小児科 診療時間午後8時~午後11時  
消防署裏 ☎ 24-1010  
夜間急病診療所テレフォン案内  
☎ 24-1011 午後7時~翌午前6時まで

今月は

# 県村民税・国保税 介護保険料の納付月です

## 日曜祭日当番医

診療時間  
午前9時~午後5時

月・日	一宮地区	茂原地区内科系	茂原地区外科系
8・4	鈴木医院 42-3111	宮山医院 22-4873	長生病院 34-2121
8・11	長生八種医院 32-3282	鈴木医院 22-2630	山之内病院 25-1131
8・18	よねもと整形外科 40-1063	吉田医院 34-3045	茂原機能クリニック 25-7755
8・25	長島医院 42-8800	東部台医院 22-2455	森川病院 25-2510
9・1	睦沢診療所 44-2236	粒良医院 25-8580	長生病院 34-2121
9・8	岡田眼科医院 42-3529	渡辺医院 27-7733	高田整形外科医院 22-0111

# 村の美術館



一松小  
(5年生)

あじさいの花の色をひとつずつ細かく塗りわけるところが大変でした。



米倉佐織さん



高根小  
(6年生)

ランプの光っている感じを表現するのが難しかったです。



田名網ひかりさん



長生中  
(3年生)

ジャポニスム時代のゴッホの気持ちになって、北斎の赤富士をかきました。



森 仁美さん



## トリトマ

ユリ科、シャグマユリ属  
多年草の草花。南アフリカに30~70種が自生し、日本へは明治の中期に渡来した。性質は極めて強健で、耐寒性もある。長い花茎(50cmから100cm)の先端に黄橙色の細い円筒状の花を下向きにたくさんつける。つぼみが開花すると色が変化する。日当たりが良ければ土壌の性質を特に選ばない。  
(撮影地：岩沼)

志 穂ちゃん(市ヶ谷)



平成13年8月24日生  
父・鶴岡一也、母・友代さん

テーブルやソファの上に登るのが大好き。たまにうまく登れずに落ちこちて頭をぶつけることも。

みな美ちゃん(岩沼)



平成13年8月3日生  
父・東間忠義、母・公代さん

伝い歩きも上手になり、今にも歩き出しそうです。大好きなお兄ちゃんとの遊びを楽しんでいます。

## 編集後記

梅雨が明けて、毎日暑い日が続いています。この季節はちょっとしたことで汗が出てきます。特に私は暑がりなので、取材に行っても活動している人たちよりも汗をかいているということがよくあります。早く涼しい季節になってもらいたいと思っているのは私だけでしょうか。(い)

元  
気  
で  
す