

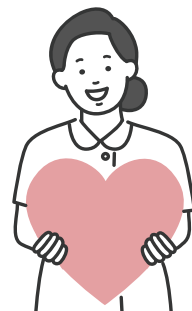
骨髄移植ドナーへ助成金を交付します

健康推進課 ☎0475 (32) 6800

村では、白血病などの血液疾患の治療に必要となる骨髄・末梢血幹細胞提供者（ドナー）の増加や提供しやすい環境の推進を図るため、ドナー及びドナーが就業している事業所に助成金を交付します。

助成金額 ドナーの方：骨髄等提供のための通院・入院1日につき2万円（上限7日間）
就業事業所：付与したドナー休暇（特別休暇）1日につき1万円（上限7日間）

助成の条件、添付資料等詳細については、村ホームページをご覧ください
くか、健康推進課までお問い合わせください。



令和5年4月から休日在宅当番医体制が変更

長生郡市広域市町村圏組合 医療民生課 ☎0475 (20) 2899

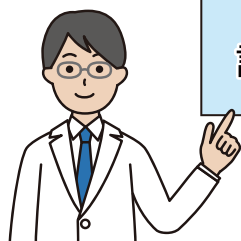
現 在

長生郡市全体で
内 科 系：1医療機関
外 科 系：1医療機関
一宮地区：1医療機関
計3医療機関体制



令和5年4月以降

長生郡市全体で原則
内科系：1医療機関
外科系：1医療機関
計2医療機関体制



医療資源の少ない長生郡市において、休日在宅当番医体制を継続していくために体制を変更させていただきます。

自転車利用者のヘルメット着用が努力義務となります

総務課 ☎0475 (32) 2111

令和5年4月1日より施行される改正道路交通法により、全ての自転車利用者について乗車用ヘルメットの着用が努力義務となります。

これまでは13歳未満の子供を対象に保護者が着用させるよう努めなければならないとされていましたが、今後は年齢を問わず自転車に乗る全ての人を対象となります。

自転車乗車時の交通事故では、ヘルメットを着用することで致死率や重篤な後遺症を大幅に減少させることができます。

大切な命を守るため、自転車を利用する際は必ず乗車用ヘルメットを着用しましょう。



マイナンバーカードの 臨時交付

住民課 ☎0475 (32) 2115

臨時交付日はマイナンバーカードの交付のみとなります。

交付時間は午前8時50分から正午までです。
住民課へ電話にて事前予約を行ってください。

臨時交付日 3月11日(土)

交付窓口 住民課

持参するもの

- 交付通知書(はがき)⇒ご自宅に届きます。
- 通知カード⇒紛失された場合は「紛失届」を提出してください。
- 本人確認書類⇒運転免許証等、顔写真付きのものは1点、顔写真のないもの(健康保険証、介護保険証、年金証書など)は2点



オンラインによる転出届と 転入予約サービス開始

住民課 ☎0475 (32) 2115

令和5年2月6日から全国の市区町村において、マイナポータル(政府運営の行政手続きオンライン窓口)を通じ転出届等を行うサービスが開始されました。

このサービスを利用して転出届を行った方は、転出元市区町村役場への来庁が原則不要となり、また、転入届を行うための来庁予約をすることができます。来庁予約をした方は、マイナンバーカードを持参のうえ、必ず転入先市区町村役場で転入届を行ってください。

【利用できる方】

- ・電子証明書が有効なマイナンバーカードをお持ちで、日本国内での引越しをする方

【手続きの対象の方】

- ・ご自身または同一世帯の引越し

※手続きの詳細は、デジタル庁ホームページをご覧ください。



長生村公式SNS



一宮川流域を 特定都市河川流域に指定

千葉県河川整備課 ☎043 (223) 3446

あらゆる関係者が協働する「流域治水」の取り組みをさらに推進するため、令和元年の豪雨で甚大な被害を受けた一宮川流域(茂原市、一宮町、睦沢町、長生村、長柄町、長南町の全部または一部)を、令和5年10月1日付けで特定都市河川流域に指定します。

指定されると、流域内の面積1000平方メートル以上の宅地開発、土地の舗装・締め固めなどの雨水の浸透を阻害する行為にあたって、浸水リスクを増やさないための施設の設置および知事の許可が必要になります。

※詳しくはホームページをご覧ください。

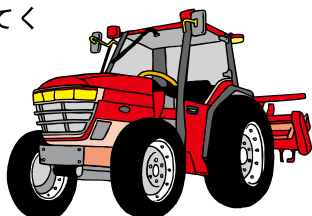


小型特殊自動車は ナンバー登録が必要

税務課 ☎0475 (32) 2113

乗用装置のあるトラクターやコンバインなどの小型特殊自動車は、軽自動車税(種別割)の対象となり、公道を走行しなくてもナンバープレートの交付を受ける必要があります。

小型特殊自動車を取得した場合は、役場税務課で登録の手続きをしてください。



軽自動車の名義変更 廃車はお早めに

税務課 ☎0475 (32) 2113

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日時点の軽自動車等の所有者に課税されます。月割りでの課税や還付はありませんので、軽自動車等の名義変更、廃車等に関する手続きは4月1日までにを行うようにしてください。

例) 4月2日に名義変更や廃車の手続きを行い、軽自動車等を手放しても、4月1日の所有者に1年分の軽自動車税が課税されます。



農地を貸したい方はご相談ください

産業課 ☎0475 (32) 2114

農地を必要とする方に貸し付ける農地を探しています。

農業からのリタイアを考えている、相続した農地の管理に困っているなど、様々な事由により貸したい農地がある方は、産業課または公益社団法人千葉県園芸協会(農地中間管理機構)にご相談ください。園芸協会が産業課と協力して農地の受け手を探します。

また、農地の借り受けを希望する場合もご相談ください。

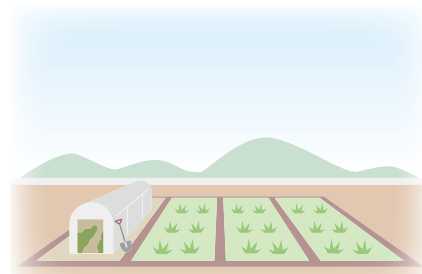
賃料の徴収、支払いは園芸協会が行います。

地域の農地の一定割合を園芸協会に貸す場合や、個人が一定の要件を満たす場合、協力金の交付が受けられます(別途申請が必要)。

問合せ

■農地の貸借に関すること 産業課 ☎0475 (32) 2114

■制度に関すること (公社)千葉県園芸協会農地部 ☎043 (223) 3011



バナー広告 募集

長生村公式ホームページの有料バナー広告を募集します

1枠1ヵ月
5000円

長生村役場 総務課

☎0475 (32) 2111

詳しくはホームページへ▶▶

長生村 バナー



LONG AND LIVE
ながく いそいそと 千葉県長生村

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎043-312-3246

結婚相談所 ムスベル

創立31周年真学舎

個別スタイルでじっくり学習

学年	時間	月4回	月8回
中学	90分	8,000円	16,000円
小学	60分	5,000円	10,000円

0475-22-8141

茂原市谷本
2128-1

令和5年度版「ゴミと資源の分け方・出し方」

下水環境課 ☎0475(32)2494

長生郡市広域市町村圏組合が作成した「ゴミと資源の分け方・出し方」(通称 ゴミカレンダー)を、自治会を通じて3月に配布します。また、次の公共施設でも配布します。

○役場庁舎(玄関ホール、下水環境課窓口) ○文化会館 ○交流センター ○保健センター
○福祉センター ○駅コミュニティセンター

収集コースごとに作成されていますので、ゴミカレンダーの左上に記載のコース番号をよく確認してください。

長生村1コース(主に八積地区)

金田、七井土、水口、北水口、藪塚、岩沼、信友、六ツ野飛地

長生村2コース(主に高根地区)

本郷、宮成、小泉、中之郷、曾根、岩沼飛地、一松飛地甲

長生村3コース(主に一松地区)

一松、一松甲、一松乙、一松丙、一松丁、一松戊、入山津、驚

問合せ 下水環境課 ☎0475(32)2494

長生郡市広域市町村圏組合環境衛生課 ☎0475(23)4944



家電リサイクル法により適正に処理しましょう

下水環境課 ☎0475(32)2494

家電リサイクル法対象家電製品は、リサイクルすることが義務づけられています。

廃棄するときは、必ず決められた方法で処理してください。処理方法は、次の3通りです。

①家電販売店に依頼する

製品を購入した販売店または、新たに買い換えをする販売店に、リサイクル料金と運搬料金を支払い、引き取ってもらう。

②自分で指定引取場所へ持ち込む

郵便局でリサイクル料金を振り込んでから、指定引き取り場所に直接持ち込む。

③販売店に依頼できず、自分で指定引取場所へ持ち込めない場合

郵便局でリサイクル料金を振り込んでから、長生一廃許可組合 ☎0475(33)7676に収集運搬(有料)を依頼する。

対象家電製品 エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機

指定引き取り場所

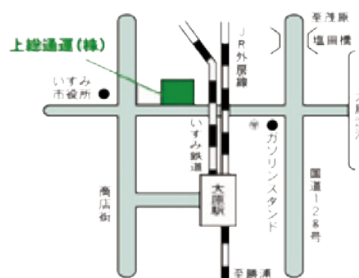
南総通運(株) 長柄町山根1193-1

☎0475(30)7333



上総通運(株) いすみ市深堀360-3

☎0475(62)0181



一宮聖苑組合人事行政運営等の状況

地方公務員法第58条の2の規定により、令和3年度における一宮聖苑組合の人事行政運営等の状況を公表します。

◇問合せ 一宮聖苑組合事務局 ☎ 0475(42)1430

1. 職員の任免の状況(令和3年度)

採用者数	退職者数
0人	0人

2. 人事評価の状況

職員の能力や勤務態度を評価する「能力・態度評価」と、目標を設定して仕事の実績を評価する「業績評価」の2つの評価により人事評価を行っています。

3. 職員の給与の状況(一般行政職員の平均給与月額等について)

	平均年齢	平均給与月額	= 給料	+	諸手当
令和3年4月1日現在	43.5歳	282,399円	246,600円	+	35,799円
令和4年4月1日現在	42.8歳	272,566円	237,600円	+	34,966円

4. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

開始時刻	午前8時
終了時刻	午後4時45分
休憩	正午～午後1時

5. 職員の分限及び懲戒処分の状況(令和3年度)

分限処分	降任0人	免職0人	休職0人	降給0人
懲戒処分	戒告0人	減給0人	停職0人	免職0人

6. 職員のサービスの状況

年次休暇の状況

平均使用日数	消化率
7.8日	19.5%

(令和3年4月1日～令和4年3月31日)

育児休業及び部分休業の状況(令和3年度)

	育児休業取得者数	部分休業取得者数
男	0人	0人
女	0人	0人

7. 職員の福祉及び利益保護の状況

福利厚生(令和3年度)

種 類	決算額・内容
千葉県市町村職員共済組合による福利共済事業	2,548,124円(共済組合に対する負担金) 短期給付(健康保険)、長期給付(年金関係)など
千葉県市町村職員互助会による福利厚生事業	2,664円(互助会に対する負担金) 出産費助成、弔慰金の給付、各種保健事業など
職員の健康管理に関する事業	12,813円(生活習慣病予防検査2人) 問診、血圧、血液、尿、心電図、胃部X線検査、身長、体重、視力、聴力、腹囲、胸部X線検査

公務災害補償(令和3年度)

加入団体	対象件数
地方公務災害補償基金	0件

公平委員会における業務の状況(令和3年度)

内 容	対象件数
勤務条件に関する措置要求	0件
不利益処分に関する不服申立て	0件

お知らせ 3月1日～8日は「女性の健康週間」

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごすことを目指し、毎年3月1日～8日を「女性の健康週間」と定め、女性の健康に関する知識の向上と女性を取り巻く健康問題への関心の喚起を図るための国民運動として展開しています。

女性はそれぞれのライフステージに応じてホルモンの影響を受け、心身に大きな変化がおこります。そのため、年齢によって注意したい病気や症状が異なります。女性ホルモンによる心身の変化を知り、長い人生を健康に過ごせるよう、上手にセルフケアをしましょう。

「女性の健康週間」をきっかけに、気になっている症状などがあれば、産婦人科の受診や村の健康相談を活用しましょう。

また、長生村では女性のがん検診や骨粗鬆症予防検診を実施しています。詳しい検診日程は広報紙等でお知らせします。ぜひご利用ください。

問 長生村役場健康推進課 ☎0475(32)6800

お知らせ 令和4年度「女性の健康週間」県民公開講座

女性の健康週間に合わせて女性の健康づくりを推進するため、「月経随伴症状」を含めたヘルスケア」をテーマに、県民公開講座として期間限定の動画配信を行います。

この講演を通して、女性の健康づくりについて考えてみませんか。視聴はパソコンやスマートフォン、タブレット端末でも可能です。ぜひ、この機会にご覧ください。

※視聴は無料ですが通信料がかかります。通信料は視聴する方の負担となりますので、予めご了承ください。

と き 3月1日(水)～31日(金)

内 容 我慢してない？月経関連の悩み
～セルフケアから薬での治療まで～

講 師 小川 真里子 先生
(東京歯科大学市川総合病院 産婦人科 准教授)

視聴方法 千葉県産科婦人科医学会ホームページをご覧ください。

問 (一財)千葉県産科婦人科医学会 ☎043(239)5473



募集 ティーボール教室を開催

3市(大網白里市・東金市・茂原市)野球協会主催による「ティーボール教室」の参加者を募集します。

ティーボールは、バッティングティーにボールを乗せ、止まっているボールを打つスポーツで野球の入門にはうってつけです。気軽に野球を体験してみませんか。



と き ①3月19日(日)
午前9時30分～午前11時

②4月1日(土)
午後1時30分～午後3時

ところ ①大網白里市北今泉多目的広場
(大網白里市北今泉955-1)
②茂原市富士見公園南側
多目的広場
(茂原市東郷字富士見2078)

対 象 年長～小学3年生

参加費 無料

申込み 不要

(当日、会場へお越しください)

問 東金市野球協会 担当：行木

☎080(2395)0389

(土・日 午前9時～午後5時)

Mail: 99seaturtle@gmail.com

お知らせ 3月は自殺対策強化月間 ～大切ないのちを守りましょう～

国では、例年、月別自殺者数の最も多い3月を自殺対策強化月間と定めています。

3月は、就職や転居など生活環境が大きく変わり、人間関係などのストレスや家庭の悩みなどからうつ病などのこころの病気を引き起こし、自殺者数が増加する傾向があります。



〇こころの病気を予防するためにストレスを上手に発散させましょう。

- ・入浴は、全身の血行を良くして心身の緊張をほぐします。ぬるめのお湯にゆっくりつかってリラックスしましょう。
- ・日中の生活リズムを整え、十分な睡眠時間を確保しましょう。
- ・趣味や旅行、スポーツを思いきり楽しみ、嫌なことを忘れる時間を持ちましょう。

嫌なことを忘れるためにお酒を飲んで気分を和らげようとする人がいますが、一時的に気分を晴らすだけで酔いがさめるとかえって落ち込み、徐々に酒量が増え、アルコール依存のリスクが高められてしまいます。

お酒は適量を心がけ楽しみながら飲みましょう。

〇「眠れない」「急に泣きたくなる」「不安・イライラ感が強い」などは、こころのSOSのサインです。悩みごとは、一人で抱え込まないで、早めに周囲の人や専門機関に相談しましょう。

大切な人が、悩みを抱えていることに気づいたら、「大丈夫？」と声をかけ、話を聴いて、相談窓口を紹介してあげてください。

・長生村健康推進課(保健センター)では、保健師によるこころの健康相談を随時行っています。(要予約) ☎0475(32)6800

・千葉いのちの電話 ☎043(227)3900

・「こころの耳」働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト ▶▶

・LINE「こころのほっとチャット」友だち追加 ID検索 @kokorohotchat



募集 自衛官等を募集します

防衛省・自衛隊では、予備自衛官補、幹部候補生及び一般曹候補生を募集しています。
詳しくはお問い合わせください。 問 自衛隊茂原地域事務所 ☎0475(25)0452



募集種目		応募資格	受付期間	試験期間	合格発表	入隊(校)等	待遇・その他
予備自衛官補	一 般	18歳以上34歳未満	①1月10日 ～4月6日	①4月8日～23日 ※いずれか1日を指定 ②9月23日～10月9日 ※いずれか1日を指定	①5月31日 ②11月9日	教育訓練開始時期は、令和5年7月以降	【身分】 所定の教育訓練終了後、予備自衛官として任用 【教育訓練招集手当】 月額8,500円
	技 能	18歳以上で国家免許資格等を有する人(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)	②6月1日 ～9月21日 ※①で採用予定数に達した場合、②は実施しない場合あり。				
幹部候補生	一般要員 (大卒程度)	22歳以上26歳未満の人(20歳以上22歳未満は大卒見込)修士課程修了者等(見込)は28歳未満の人	①3月1日 ～4月14日 ※音楽要員除く ②3月1日 ～6月15日 ※飛行要員除く	①1次:4月22日・23日 (23日は海・空飛行要員のみ) 2次:5月26日～6月1日 3次(海・空飛行要員のみ) (海)6月22日～26日 (空)7月15日～8月3日 ②1次:6月24日 2次:8月1日～7日	①1次:5月19日 2次(海・空飛行要員のみ) (海)6月15日 (空)6月19日 最終: (陸)7月6日 (海)7月14日 (空)8月25日 ②1次:7月21日 最終:9月21日	令和6年3月中旬～4月上旬	入隊後約1年で 3等陸・海・空尉 (院卒試験合格者は2等陸・海・空尉)
	一般要員 (院卒者)	20歳以上28歳未満の人 修士課程修了者等(見込)					
		歯 科 ・ 薬剤科	専門の大卒(見込)20歳以上30歳未満の人(薬剤科は20歳以上28歳未満の人)		①1次:4月22日 2次:5月26日～6月1日 ②1次:6月24日 2次:8月1日～7日	①1次 :5月19日 最終: (陸)7月6日 (海・空)7月14日 ②1次 :7月21日 最終:9月21日	
一般曹候補生		18歳以上33歳未満の人(32歳の方は採用予定月の末日現在で33歳に達していない人)	①3月1日 ～5月9日 ②7月1日 ～9月5日 ③9月6日 ～11月30日 ※①②で採用予定数に達した場合、③は実施しない場合あり。	①1次:5月19日～28日 2次:6月17日～7月2日 ②1次:9月15日～24日 2次:10月14日～11月5日 ③1次:12月9日～14日 2次:令和6年1月6日～14日 ※いずれか1日を指定	①1次 :6月8日 最終:7月20日 ②1次 :10月5日 最終:11月24日 ③1次 :12月22日 最終: 令和6年1月29日	令和6年3月下旬～4月上旬 ※上記の他に設定する場合あり。	入隊後2年9ヵ月経過以降選考により 3等陸・海・空曹

各種相談

相談内容	と き	相談時間	ところ	連絡先
子育て相談	3月 6日(月) 3月20日(月)	午前 9時～正午 午後 1時～午後 3時	一松こども園	☎0475(32)1106
人権相談	3月13日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)※1	総合福祉センター	☎0475(32)2112
行政相談	3月13日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)※1	総合福祉センター	☎0475(32)2111
住民法律相談	3月20日(月)	午後 1時～午後 4時 (要予約)※2	総合福祉センター	☎0475(32)2111
消費生活相談	月～金(祝日を除く)	午前 9時～午後 5時	相談員による電話相談	☎090(4436)8884
心配ごと相談	随時(要事前予約)		総合福祉センター	☎0475(32)3391
結婚相談	随時(要事前予約)		社会福祉協議会内 結婚相談所事務局	☎0475(32)3391

※1. 人権相談、行政相談、心配ごと相談は、当日の予約はできません。
※2. 住民法律相談の予約は、開催日と同じ月の最初の開庁日午前8時30分から役場総務課 ☎0475(32)2111で受け付けます。

保健師だより こころの健康のために

卒業・入学・就職・人事異動等、社会的な変化が多い春先は、自分でも気づかいうちに「こころの不調」を抱えやすいものです。

人によって現れ方は異なりますが、「気分が落ち込んで、何をするのも憂うつ」「体がだるくて、やる気が起きない」「不安感や焦燥感を覚えて、ソワソワと落ち着かない」「常に緊張が取れず、頭痛や肩こりが悪化」等という症状が現れることがあります。

いろいろな変化に対応できず、知らないうちにエネルギーを消耗してしまうこともあります。



ストレスを防ぐために

生活していく上でストレスは避けては通れませんが、蓄積してしまうことは問題です。

緊張や憂うつさなどが増してきたら、生活を見直してみることも必要です。



◆休憩時間をしっかり

暖かくなり出掛ける予定を入れる場合、たとえ楽しい予定であっても、非日常な出来事は「変化」でストレスになることがあります。予定を入れる際は、前後に必ず休息を取れるようにしましょう。



◆変化を多く求めない

春は環境の変化の多い時期です。それに加えて、自ら変化(習い事やダイエット等)を加えると、知らないうちにこころが不調を感じる場合があります。

まずは睡眠・食事をしっかり取ってリラックスできる時間を増やし、心身の疲れを取ることを優先しましょう。



◆デジタルツールから離れましょう

スマートフォン・タブレットなどの電子機器はとても便利ですが、常に一緒に生活では脳を休めることができません。

就寝前の決まった時間は触れないようにするなどして、質の良い睡眠で脳を休めるようにすると良いでしょう。



担当 小高

3月の保健センター事業

検(健)診

日	内 容	受付時間
2日	1歳6か月児健診 【R3.7・8・9月生】	時間指定(午後)
	2歳児歯科健診 【R2.10・11・12月生】	時間指定(午後)
28日	乳児健診 【R4年3・8・11月生】	時間指定(午後)

子育て教室

日	内 容	時 間
6日	おやこあそびくらぶ 【0歳・妊婦専用】	10:00～11:00 (出入り自由)
13日	おやこあそびくらぶ 【1歳～未就学児】	10:00～11:00 (出入り自由)
17日	ベビーマッサージ教室	13:30～15:00 (受付 13:15～13:30)

健康増進事業

	内 容	時 間
14日	ノルディックウォーキング教室	9:30～11:30 (受付 9:00～9:30)

その他

日	内 容	時 間
23日	献血	9:30～12:00

各種相談

随時受付中

- ・こころと体の健康相談
- ・栄養相談
- ・子育て相談

ひとりで悩まず、健康推進課へご相談ください。

健康推進課 ☎0475(32)6800



保健衛生推進員だより

目の健康づくりを心がけましょう



年齢を重ねると、視力が低下したり、白内障や緑内障、加齢黄斑変性など目の病気にかかる人が増えてきます。

また、最近ではパソコンやスマートフォンの画面を長時間見続けることによって、目の乾きを感じるドライアイや疲れ目を訴える人も増えていて、年齢にかかわらず、目が不健康になりがちです。

こんな症状に注意しましょう

- ・目が疲れていると感じる
- ・目が乾いていると感じる
- ・目やにが出る
- ・目がかすむ
- ・視力が低下してきた
- ・ものが見えにくくなってきた
- ・肩がこりやすい

疲れ目が慢性化すると、目の症状だけでなく、頭痛や肩こりなどが現れる場合もあります。

このような症状が現れた時は、まずは目の使い過ぎを避け、しっかり目を休ませる、目の周りを温めて血行を良くするなど目の健康を保つように心がけましょう。

目の健康維持のために

◆目を休ませる

パソコンの画面を見ながらの作業は、1時間続けたら10分間休憩するなど、こまめに目を休ませるようにします。

少しの時間でもまぶたを閉じて光を遮ったり、まばたきをゆっくり繰り返す目のストレッチを行ったり、目を労わるようにしましょう。

また、睡眠は目の疲労回復にとっても重要です。1日6～7時間はしっかりと睡眠をとり、目の疲れをとるようにしましょう。



◆目にやさしい食材をとる

目の健康を保つため、特に重要とされる栄養素について紹介します。

【ビタミンA】

- ・目の機能や健康を保つ働きがあります。
- ・目の網膜にある光を感じる物質を作るために不可欠です。

<多く含む食品例>うなぎ、レバー、にんじんやかぼちゃ等の緑黄色野菜等



【ビタミンB1】

- ・視神経を正常に保つ働きや疲れ目を和らげる働きがあります。

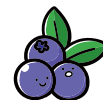
<多く含む食品例>玄米、豚肉、マグロ、サバ等



【アントシアニン】

- ・青紫色の色素に含まれていて、ビタミンAと同じく、目の網膜にある光を感じる物質を作る働きがあります。

<多く含む食品例>ブルーベリー、ぶどう、なす等



【ルテイン】

- ・目の網膜を守る働きがあります。

<多く含む食品例>ブロッコリー、ほうれんそう、とうもろこし、卵黄等



目の健康は、生涯に渡って守り続けたいものです。もし、目に何らかの異常を感じたり症状が改善しない場合は、早めに眼科を受診するようにしましょう。



介護予防教室の紹介

はまゆう会（北中瀬自治会）

会員

募集中



参加者からは、「先生のおかげで身体が良くなり、一緒に活動ができると嬉しい」「肩が上がるようになった」との声が聞かれました。



今回は、北中瀬自治会で活動している「はまゆう会」へ取材に行ってきました。

はまゆう会は、毎月第2水曜日の午前9時30分から午前11時に「北中瀬自治会館」で活動しています。

主な活動内容は、運動指導士の先生による健康体操ですが、輪投げをしたり、自宅でも出来る健康活動として、けん玉の貸出しも行っています。

この日は、呼吸筋ストレッチや筋力トレーニングなどが行われ、先生の丁寧で分かりやすい説明により、健康に良い運動方法を学びながら元気に身体を動かしていました。昨年10月に行われた体力測定では、体力年齢診断の結果が、皆さんとても良かったとのことでした。

参加を希望する方は福祉課地域包括支援センターまで ☎0475(32)6865

村人
紹介

今回ご紹介するのは、長生村初のいちご園Yucatan Berryを営む、都築ゆかりさんです。

都築さんは、国際協力で発展途上国の農業・農村開発を支援する仕事をしていたのですが、自分で農業経営を試してみたいと考え、令和2年3月に退職し、農業大学校と長生農業独立支援センターの農業研修で生産技術や農業経営を学び、令和4年9月にいちご園Yucatan Berryを開業しました。

農業経営者として新たな人生をスタートさせた都築さん。減農薬で有機肥料を使用しているため、病害虫対策などに苦労されながら、忙しくも充実した日々を過ごしています。

今後の計画については「規模を拡大して飲食店とのコラボや加工品販売などの6次産業化や観光農園を開きたいです。また、地域ブランドとして『Chosei Strawberry Village』を作りたいです。そして国内外から研修生を受け入れて、就農に興味がある人への手助けができればと考えています」とのことです。

「お客さんから美味しいと言ってもらえると、とても嬉しく生産者になった喜びを実感します。空の青さや夕焼けのきれいさ、自然の変化を感じられることや二度と同じものには出会えないいちごの育成など、すべてが楽しいです」と笑顔で話してくれました。



Yucatan Berry (ユカタンベリー)

【所在地】長生村宮成2592-1

かおり野、紅ほっぺ、おいCベリー、やよいひめの4種類のイチゴを栽培。ながいき市場(茂原市六ツ野)と宮成のハウス前で販売し、ふるさと納税の返礼品にもなっています。



つづき
都築 ゆかりさん



図書室だより

今月の新刊



『審議官 隠蔽捜査9.5』

今野 敏(著)



『おにのしょうがっこう』

山田 マチ(作)

『名探偵のままでいて』

小西 マサテル(著)

『ぼくはなににいろ』

黒田 小暑(著)

『文藝春秋
昭和・平成・令和傑作選』

『恩送り』

麻宮 好(著)

『ジャングルジム』

岩瀬 成子(作)

中学生の
コレ読んでみ!

青春
ゲシュタルト崩壊

九井 とまと(著)



高2の朝葉は、部員の仲を取りもつ毎日を過ごすうちに本音を飲みこむことに慣れ、自分の意見を見失っていた。それを同級生の聖に知られてしまう。でも彼は「疲れたら休んでもいいんじゃないねえの」と言って朝葉を学校から連れだした。聖の隣で笑顔を取り戻した朝葉は、自分の本音を見つけはじめる。

長生中 3年

なかむら ゆき
中村 優姫さん



問合せ 文化会館 ☎0475(32)5100

村ふおと

みんなが撮った長生村での
写真を紹介します



【一松1号突堤の初日の出】

大変穏やかな日で風も波もなく、一松1号突堤にはサーファーや初日の出を見にきた人がいました。

<投稿者> るさぼん



【大関】

洄は、水鳥が集まる憩いの場所です。

<投稿者> アオちゃん



掲載写真募集中！

散歩中に見つけた景色
村のイベントに参加した写真
自慢のコレクション
我が家のアイドル(お子さんやペット)など…
長生村で撮った写真を
広報ちようせいに載せてみませんか？

●応募方法

①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル
⑥ひとことを記入し、メールで応募ください。

mail: taiyo-kun@vill.chosei.lg.jp
総務課広報広聴係まで ▶▶▶▶



●注意事項

・公序良俗に反しないこと・政治宗教団体、営利目的の投稿不可・添削あり・著作権、肖像権、プライバシーなど第三者の権利を侵害しないこと
※広報紙に掲載できなかった写真は、村ホームページ、村SNSで紹介する予定です。

私の夢は、動物園の飼育員さんになることです。なぜかという、動物のお世話をして、みんな元気に大きくなってほしいからです。人にも動物にも優しくして、一緒に遊びたいです。



八積小 3年
たきざわ なぎさ
滝澤 凜彩さん



高根小 1年
まつうら そう
松浦 蒼さん

ぼくは、こんちゅうはかせになりたいです。
どうしてかという、むしには、いつぱいしかけがあるからです。こんちゅうをつかまえるのがたのしいからです。

ぼくのゆめ わたしのゆめ

今月の一句

俳句クラブ

初日の出 地球のまるさ 九十九里

(二松海岸に行くと、地球の丸さがわかる所です。宇宙の不思議ですね。)

石川 青子

蒼天に 白梅蕊を 解き放つ

(厳しい寒さのなか蒼天が続く白梅の蕊がふくらみ始め、自然の力に感動させて元気をもらいました。)

植草 泰子

甘く煮る 冬至南瓜は 外国産

(二人暮らしなので四切程の南瓜を買求めた。でもふつくと煮上がり、ゆずと合わせて冬至の一晚を過ごしました。)

刈込 照子

寒の入り 春はすぐ近くにありや

(寒さも増して来た今日この頃ですが、寒が過ぎると待ちどおしい春が来ます。)

長谷川 弘

買初や 年賀はがきの 不足分

(そんなに年賀はがきも来ないだろうと思っていたのに、出さない人達から何人も頂いてしまった。あの人もこの人もお元気で何よりでした。)

鶴澤 よしえ

議会定例会3月会議開催のお知らせ

議会定例会3月会議は、3月6日(月)から開催の予定です。
傍聴の際はマスクを着用してください。
なお、発熱等の症状がある場合は傍聴をご遠慮ください。



新しい消防車が引き渡されました

2月15日、第6支団第3分団第4部(新屋敷・大坪西部・蟹道地区)の消防団に、長生郡市消防本部から新しい消防車が引き渡されました。
引き渡しを受けた団員たちは、地域防災への思いを新たに誓うとともに、早速放水の訓練を行いました。



救急車が新しくなりました

2月4日、長生郡市消防本部長生分署に新しい救急車が納車されました。
オゾン発生器が設置され、感染対策に対応し、より安全に病院へ搬送できるようになりました。



今月の公共施設休館日

村体育館・武道館・弓道場・藪塚球技場 6日(月)、20日(月) ※第1・3月曜日
村文化会館・交流センター 6日(月)、13日(月)、20日(月)、22日(水)、27日(月)

日曜開庁日

3月26日(日) 午前8時30分～正午

住民票(写)の発行、マイナンバーカードの交付、村税納付等を役場庁舎で実施しています。

村税等の納期限

3月31日(金)

■国民健康保険税 第9期

※口座振替を利用されている人は、残高不足にならないようご注意ください。

休日当番医

月日	一宮地区	茂原地区内科系	茂原地区外科系
3月 5日	長生八積医院 0475(32)3282	穴倉病院 0475(24)2171	穴倉病院 0475(24)2171
3月12日	長生診療所 0475(32)3303	山之内病院 0475(25)1131	三枝医院 0475(25)2203
3月19日	よねもと整形外科 0475(40)1065	穴倉病院 0475(24)2171	穴倉病院 0475(24)2171
3月21日	長島医院 0475(42)8800	すだ内科医院 0475(24)7717	菅原病院 0475(25)1171
3月26日	いちのみやクリニック 0475(42)1616	牧野医院 0475(24)2222	公立長生病院 0475(34)2121

当番医は変更になる場合があります。※救急患者が優先

問 中央消防署指揮情報係 ☎0475(24)0119

今月のごみ収集日

1コース(八積地区)	2コース(高根地区)	3コース(一松地区)
燃えないごみ 1日	資源ごみ 1日	粗大ごみ 1日
粗大ごみ 15日	燃えないごみ 8日	資源ごみ 8日
資源ごみ 22日	粗大ごみ 22日	燃えないごみ 15日

燃えるごみの収集日：全コース 火、木、土曜日

移動交番

■村交流センター

3月 3日(金) 午後1時30分～午後3時
3月28日(火) 午前10時～午前11時30分

■村文化会館

3月13日(月) 午後1時30分～午後3時

■尼ヶ台総合公園

3月 8日(水) 午前10時～午前11時30分
3月23日(木) 午前10時～午前11時30分

※事件事故の発生や気象状況によって変更になる場合があります。

問 茂原警察署 移動交番係 ☎0475(22)0110

夜間急病診療所

診療科目 内科・小児科

受付時間 午後7時45分～午後10時45分

ところ 茂原市八千代1-5-4

☎0475(24)1010

■夜間急病診療テレフォン案内

午後7時～翌午前6時 ☎0475(24)1011

こども急病電話相談

☎局番なしの#8000 (プッシュ回線・携帯電話)

☎043(242)9939 (ダイヤル回線・IP電話)

受付時間 毎日午後7時～翌午前6時

スマートフォンからも広報ちょうせいを閲覧できます。
QRコードからアプリのダウンロードが必要です。



【iOS】



【Android】