



「長生村ふれあい館」が完成しました



地域のコミュニティ活動の拠点施設として利用できるように、旧JA長生一松支所の建物を改装して、「長生村ふれあい館」を設置しました。地域や各種団体などの活動の場としてご利用ください。

◎長生村ふれあい館利用案内

◇所在地 長生村一松丙3704

◇施設内容 ホール100㎡ 和室10畳 調理実習室15㎡

◇利用時間 午前9時から午後9時まで

◇休館日 12月29日から翌年1月3日まで

◇利用申込 午前9時から午後5時までふれあい館（☎ 32-7751）で受付、利用日の3カ月から2日前までに申し込んでください

◇利用料金 1時間につき300円（免除有）

◇問い合わせ 福祉課 ☎ 32-2112

主な内容

人事異動・平成18年度下半期決算	2～ 3P
お知らせ 狂犬病予防注射を実施します	4～ 5P
村のニュース 入学式・入所式	6～ 7P
ひろば 青少年相談員を紹介します	8～ 9P
健康だいいち 5月の保健センター事業	10～11P
生涯学習情報 村民親善ゴルフ大会	12～13P

—人口と世帯—

■人口
 男 7,440人(+ 4)
 女 7,556人(0)
 転入95人 転出80人
 出生 6人 死亡17人
 計 14,996人(+ 4)

■世帯数
 5,323戸(+12)

4月1日現在・（ ）内は先月比

役場・学校職員の人事異動

(4月1日付)

- ◇異動等
 - ◇会計管理者 古川 光美 (収入役室主幹)
 - ◇税務課長 田邊 渡 (建設課長)
 - ◇建設課長 古山 誠 (生涯学習課長)
 - ◇生涯学習課長 小倉 健寿 (総務課主幹)
 - ◇広域市町村圏組合派遣 田中 英助 (税務課主幹)
 - ◇企画財政課主幹 鈴木 幸江 (企画財政課課長補佐)
 - ◇税務課主幹 河野 雄嗣 (生涯学習課主幹)
 - ◇下水環境課主幹 芝崎 和弘 (住民課主幹)
 - ◇生涯学習課主幹 野口 康宏 (下水環境課主幹)
 - ◇企画財政課課長補佐 田中 喜宣 (建設課主幹)
 - ◇住民課課長補佐 長谷川 浩一 (産業課主幹)
 - ◇企画財政課副主幹 矢部 裕明 (企画財政課主査)
 - ◇福祉課副主幹 渡辺 孝平 (福祉課主査)
 - ◇生涯学習課副主幹 芝崎 信幸 (生涯学習課主査)
 - ◇税務課主査 安生 哲也 (下水環境課主査)
 - ◇産業課主査 山本 薫 (総務課主査)
 - ◇建設課主査 秋葉 幸彦 (産業課農林水産係長)
- ◇総務課広報広聴係長 御園 直樹 (生涯学習課主任主事)
- ◇税務課課税係長 今井 徹 (税務課収税係長)
- ◇健康推進課健康指導係長 池 礼子 (健康推進課主任保健師)
- ◇建設課管理係長 大屋 博稔 (建設課主任主事)
- ◇下水環境課環境係長 諸岡 和代 (健康推進課副主査)
- ◇生涯学習課文化振興係長 古山 栄子 (健康推進課健康指導係長)
- ◇産業課副主査 麻生 文字 (健康推進課副主査)
- ◇会計課副主査 鈴木 澄子 (収入役室副主査)
- ◇一松小学校調理員 伊東 陽子 (長生中学校調理員)
- 保育所関係
 - 一松保育所
 - ◇一松保育所所長代理 古市 明美 (八積保育所)
 - 正林 トミ (八積保育所)
 - 高根保育所
 - ◇高根保育所所長代理 酒井 和子 (一松保育所)
 - 木島 重子 (八積保育所)
 - 芝崎 晴美 (八積保育所)
 - 佐瀬 宣子 (八積保育所)
 - 野口 昌代 (八積保育所)
 - 八積保育所
 - ◇八積保育所所長代理 中村 弘子 (高根保育所)
 - 千葉奈緒子 (高根保育所)
 - 峰島 洋子 (高根保育所)
- 新規採用
 - 丸山 弘子 (健康推進課保健師)
 - 大野香代子 (健康推進課介護支援専門員)
 - 麻生 保枝 (長生中学校調理員)
 - 高尾 公子 (高根小学校調理員)
- 退職者 ご苦労さまでした
 - 渡邊 隆夫 (税務課長)
 - 鶴澤三喜雄 (福祉課副主査)
- 学校職員
 - 転出職員
 - ◇八積小
 - 内田 達也校長 (茂原市教委教育部)
 - 関 智子 (鶴枝小)
 - 渡部 雅代 (五郷小)
 - 小倉久美子 (東部小)
 - 平野はるみ (東部小)
 - ◇一松小
 - 高山 栄子校長 (豊岡小学校)
 - 内山 清恵 (日吉小)
 - 森 きく江 (茂原小)
 - ◇高根小
 - 唐鎌 修教頭 (県教育庁学校保健課)
 - 三上 幸子 (五郷小)
 - 今関 孝二 (城西小)
 - 渡邊 京子 (萩原小)
 - 田上 朋子 (白潟小)
 - ◇長生中
 - 米本 恵一教頭 (東上総教育事務所)
 - 渡邊 和枝 (富士見中)
 - 海老根道昭 (大原中)
 - 吉野 京子 (白子中)
 - 大塚 猛 (東中)
- 転入職員
 - ◇八積小
 - 篠田 孝行校長 (県総合教育センター)
 - 吉野 幸子 (長者小)
 - 小幡 哲子 (東郷小)
 - 柿澤 梨沙 (本納小)
 - 佐々木有紀子 (新規採用)
 - 河野 雪江 (茂原小)
 - ◇一松小
 - 中村 一男校長 (瑞沢小)
 - 中村 君子 (高根小)
 - 山口亜希子 (新規採用)
 - ◇高根小
 - 市東 洋子教頭 (中の島小)
 - 岡澤 利枝 (増穂北小)
 - 寺岡 明文 (五郷小)
 - 若月のり子 (新治小)
 - 原田 浩子 (二宮小)
 - ◇長生中
 - 土橋 和三教頭 (西陵中)
 - 白井恵美子 (長柄中)
 - 唐鎌 弥生 (南中)
 - 鎗田 美幸 (東中)
 - 伊原 隆行 (富士見中)
 - 井下田靖之 (一宮中)
 - 小林 昌子 (辰巳台中)
 - ◇学校教育課主幹
 - 佐川 和弘 (県総合教育センター)
 - ◇退職者 ご苦労さまでした
 - 齋藤勢貴子 (八積小)
 - 金網 文字 (長生中)
- 市原 剛志 (白子中)
- ◇学校教育課主幹 富田 泰宏 (布施小学校長)

平成18年度下半期 長生村の家計簿

みなさんが納めた税金、国や県からの交付金などがどのように使われているかを知っていただくために、村では年2回予算の収入・支出状況をお知らせいたします。今回は平成18年度下半期（19年3月31日現在）です。

◇問い合わせ 企画財政課 ☎ 32-4743 E-Mail kikaku@vill.chosei.chiba.jp

●収入 予算現額 40億5,392万円 収入済額 40億7,760万円 (100.58%)

収入項目	内容	収入済額	予算現額
◆税金	みなさんが村に納めた税金	14億7060万 (15億4810万)	
村民税	所得に応じた所得割と均等割で課税	6億4146万 (7億725万)	
固定資産税	土地、家屋、償却資産を所有している人に課税	7億1552万 (7億2607万)	
その他	軽自動車税、たばこ税など	1億1362万 (1億1478万)	
◆地方交付税	村の財政力に応じて国から交付されるお金	11億7295万 (12億894万)	
◆各種交付金 譲与税等	国から譲与・交付されるお金	4億4870万 (4億6568万)	
◆国・県支出金	事業など特定の目的の財源として国や県から交付されるお金	2億6765万 (1億9471万)	
◆使用料・手数料	証明書などの発行手数料や村の施設の使用料など	8422万 (8220万)	
◆負担金および分担金	事業を行うにあたって、関係のある人が負担するお金	8856万 (8649万)	
◆借入金	大きな事業を行うために借り入れられるお金（村債）	2億4460万 (2億1100万)	
◆昨年度の残金	前年度から繰り越されるお金（繰越金）	2億1455万 (2億1455万)	
◆その他	財産収入、寄付金、繰入金、諸収入など	6209万 (6593万)	

●支出 予算現額 40億5,392万円 支出済額 36億3,527万円 (89.7%)

支出項目	内容	支出済額	予算現額
◆民生費	老人福祉や児童福祉、保育所の運営など福祉全般に使ったお金	8億3683万 (7億6857万)	
◆衛生費	予防接種や検診・環境美化などに使ったお金	7億3126万 (7億486万)	
◆総務費	村の総括的な事業に使ったお金	5億7386万 (5億2444万)	
◆土木費	道路や水路、公園などの整備に使ったお金	5億7964万 (4億6258万)	
◆教育費	学校運営や文化会館・中央公民館など教育全般の事務、業務に使ったお金	5億1699万 (4億7615万)	
◆公債費	大きな事業を行うために、借り入れられたお金の返済金	3億3553万 (2億7265万)	
◆消防費	災害救助活動や消防団活動、防災施設の整備に使ったお金	2億5467万 (2億1951万)	
◆農林水産業費	農林業や、水産業に使ったお金	1億1039万 (9938万)	
◆その他	議会運営費や商工費などに使ったお金	1億1475万 (1億713万)	

●特別会計の状況（特別な目標を達成するための独自会計）

会計区分	予算現額	収入済額	収納率	支出済額	執行率
国民健康保険：村が運営する医療制度	14億1,871万円	13億6,177万円	96.0%	12億8,309万円	90.4%
老人保健：お年寄りのための医療	11億7,934万円	10億4,830万円	88.9%	9億8,432万円	83.5%
公共下水道事業	5億6,950万円	4億 840万円	71.7%	3億9,774万円	69.8%
介護保険：介護が必要なお年寄りの保険	7億 509万円	6億9,665万円	98.8%	6億2,918万円	89.2%

狂犬病の予防注射を 実施します

平成19年度の犬の集合注射を実施します。登録している場合は、4月下旬に送付された登録確認表に所定の事項を記入のうえ持参してください。なお、未登録の場合は、集合注射実施会場、または役場下水環境課窓口にて用意してあります新規登録用紙・愛犬健康チェック票に記入して登録してください。なお、日程・料金は次の表のとおりです。他市町村で登録をしても、長生村へ転入の届出が済んでいないと、集合注射

表1 集合注射日程表

月日	実施場所	時間
5月8日(火)	尼ヶ台公園管理棟前	9:00~ 9:50
	中之郷自治会館	10:10~10:40
	小泉北部青年館	11:00~11:40
	長生農協高根支所	13:10~13:40
	中央公民館	14:00~15:00
5月9日(水)	入山津自治会館	9:00~ 9:40
	鷺公民館	10:00~10:40
	大根青年館	11:00~11:30
	竜宮台農村共同館	13:10~13:40
	旧長生農協一松支所	14:00~15:00
5月10日(木)	七井土自治会館	9:00~ 9:50
	やすらぎの家	10:10~10:40
	旧信友自治会館	11:00~11:30
	金田自治会館	13:10~13:40
	中央公民館	14:00~15:00
5月16日(水)	長生農協高根支所	9:00~ 9:30
	旧長生農協一松支所	9:50~10:20
	中央公民館	10:40~11:30

表2 登録・注射・注射済票交付手数料表

登録手数料	注射手数料	注射済票	交付手数料	合計
新規	3,000円	2,800円	550円	6,350円
登録済		2,800円	550円	3,350円

は受けられません。事前に下水環境課で手続きをしてください。また、次の場合も集合注射が受けられませんので、獣医師に相談するようお願いいたします。

- ① 重い病気にかかっていることが明らかかな犬
 - ② 過去にフクチンなどによりアレルギーなど異常をおこした犬
 - ③ 犬を押しえられないとき
 - ④ 人を咬んだことがある犬（狂犬病鑑定が済んでいない場合）
- ◇ 問い合わせ 下水環境課

☎ (32) 2494

入院時の医療費負担が 軽減されます

70歳未満の人が入院したとき、平成19年3月までは、自己負担分（医療費の3割または2割）を全額支払い、後から申請により限度額を超え

た分が支給されましたが、平成19年4月からは、「限度額適用認定証」を医療機関に提示することで、入院時の窓口での支払いが限度額までとなります。

◇ 問い合わせ 住民課

☎ (32) 2115

入院前に 申請を 忘れずに!

高額療養費の限度額は所得により3つの区分に分かれていることから、医療機関の窓口でその区分に応じて限度額を適用するため、認定証が必要になります。住民税非課税世帯には、現行の「標準負担額減額認定証」に代えて「限度額適用・標準負担額減額認定証」が一般および上位所得者には、新たに「限度額適用認定証」が交付されます。認定証の交付には申請が必要です。

入院時に医療機関の窓口で提示するものは次のようになります

所得区分	平成19年3月まで		平成19年4月から	
	一般 上位所得者以外の 住民税非課税世帯	保険証	保険証	限度額適用認定証
上位所得者とは、国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額が600万円をこえる世帯に当たります。	上位所得者	保険証	保険証	限度額適用認定証
	住民税非課税世帯	保険証 標準負担額減額認定証	保険証	限度額適用・標準負担額減額認定証

保険税の滞納のない世帯だけに認定証が交付されます

保険税を滞納している人は今までどおり、医療機関の窓口で医療費の3割(3歳未満は2割)を全額自己負担します。

入院時の窓口での支払いが 限度額までになります

入院時に認定証を提示すると、窓口での支払いが下記の限度額までになります。限度額を超えた分は医療機関が国保に請求します。

自己負担限度額（月額）

所得区分	3回目までの限度額	4回目以降の限度額※
一般	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
上位所得者	150,000円+(医療費-500,000円)×1%	83,400円
住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

※過去12カ月間に、ひとつの世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額



**国民年金保険料は
お近くの金融機関や郵便局
そしてコンビニエンスストアで**

国民年金保険料は社会保険庁から送られてくる納付書で、お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアなどで納めてください。お住まいの市区町村に関係なく、全国どこの窓口でも納付できます。

また、保険料の納付には、一度手続きをすればあとは手間いらずの口座振替が便利です。口座振替の手続きは、

- ①年金手帳または納付書
- ②預貯金通帳
- ③通帳届出の印鑑

をご用意のうえ、口座をお持ちの金融機関や郵便局または、社会保険事務所でお願います。

**◎国民年金保険料の納付が
できるところ**

・銀行・漁協・信用金庫・労働金庫・信用組合・農協・郵便局・社会保険事務所・コンビニエンスストア（納付ができるコンビニエンスストアは納付書の裏面に記載されています）

※村の国民年金係では、納付や口座振替の手続きはできません。

※国民年金保険料に関するお問い合わせは、千葉社会保険事務所

☎ 043-242-6327(専用ダイヤル)

情報公開条例

平成18年度実績

情報公開条例および個人情報保護条例に基づく平成18年度の請求件数を公表します。

- 文書公開 0件
- 個人情報の開示請求 0件
- ◇問い合わせ 総務課

☎ 32-2111

**春の全国交通安全
運動を実施**

運動を実施

○油断せず いつも心に初心者マーク
○青だけど車はわたしを見てるかな
をスローガンに、5月11日（金）から20日（日）まで、春の全国交通安全運動が実施されます。この時期、

新入学児童にとっては、入学から間もなく、通学などの交通、生活環境が変わることで、事故の発生が予想されます。また、高齢化の進展により高齢者事故の割合が高く、中でも歩行中に事故が多発しています。

県民一人ひとりが交通ルールの遵守と正しいマナーを実践し、事故防止を図ることを目的としています。

- 運動の重点目標
- 1.子どもと高齢者の事故防止
- 2.飲酒運転の根絶と速度超過など悪質・危険な運転の防止

3.自転車の安全利用の推進

4.後部座席を含むシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

◇問い合わせ 建設課

☎ (32) 2116

**恩給欠格者の
みなさまへ**

みなさまへ

いわゆる恩給欠格者、戦後強制留者、外地等からの引揚者の「ご本人」に、あらためて慰藉の念を表すため、内閣総理大臣名の「特別慰労品」を贈呈しています。

過去に内閣総理大臣名の書状等を受けた人、書状等の請求をしなかつた人も対象です。

請求書は、福祉課の窓口においてあります。

資格要件などのお問い合わせは、次の独立行政法人平和祈念事業特別

基金まで。(月)金、午前9時15分～午後5時15分

○無料電話

☎ 0120(234)933

○ホームページ

<http://www.heiwa.go.jp>

**ことばの教室
新設しました**

新設しました

今、子ども一人ひとりに応じた、きめ細かな教育が進められています。その一つに「ことばの教室」があり、本年度、一松小学校に新設されました。八積小、高根小の児童も利用できます。

ことばの教室では、このような指導をしています。

○正しい発音に導きます。

○ことばの発達を促します。

○人前でも、自信を持って話ができます

るような気持ちを育てます。

これらの目標を達成するために、主として個別での指導を行います。

※言葉の発音などでお悩みの人はご相談ください。

◇問い合わせ 一松小学校

☎ (32) 1102

**有害鳥獣の捕獲を
行います**

行います

農作物や家畜への被害また、ごみ集積所などが荒らされる被害の対策として、次のとおりクラスとドバトの捕獲を行いますので、ご協力をお願いいたします。

◇とき 5月19日(土)、6月2日(土)

◇ところ 一宮川河口鳥獣保護区を

除く村内全域

◇問い合わせ 下水環境課

☎ (32) 2494

桜咲く4月 希望に満ちあふれて 入学式・入所式



新入生の入場です（長生中）

長生中学校の入学式が4月6日に、各小学校の入学式が9日に行われました。

今年の新1年生は、中学校151人、小学校は八積54人、高根51人、一松27人の132人が入学されました。

中学生は凛々しく少し大きめの制服を着て緊張気味の様子でした。

小学生は静寂した体育館の中、元気に大きな声でお返事ができました。

また、各保育所では、4月4日に入所式が行われ、集団生活への第1歩を踏み出しました。



ちょっと緊張（一松小）



教室で説明を聞きます（高根小）



在校生から歓迎の言葉（八積小）



元気にお返事（一松保育所）

村のニュース



井桁商工会会長から封筒が手渡されました

窓口用封筒が寄贈されました

住民課の窓口などで使われる封筒が新しくなりました。今まで使われていた茶色の封筒ではなく、長生村商工会より寄贈された封筒が4月から使われるようになりました。

これは、地域企業の育成発展という目的と、村の財政状況改善の一助となればという商工会の願いがこめられています。

封筒には、今までの物とは違い、村からのお知らせ以外にも、新たに村内業者5社分の広告が印刷されています。



新たに寄贈された封筒

長生村の魅力再発見、ウォークラリー

長生村青少年相談員連絡協議会主催の「第10回長生村ウォークラリー大会」が、晴天のもと3月18日に行われました。

今年の参加者は1才から65才まで21チーム、97人。村体育館をスタートして中央公民館や三嶋神社、清泰寺などおよそ6kmのコースをおよそ3時間かけて歩きました。

各コースの優勝チームは以下のとおりです。

- ・たらこコース：スーパーチルドレンチーム
- ・くまさんコース：山本チーム



元気にスタート!



村内の6カ所に設置されました

避難地案内板が設置されました

村内6カ所に避難地案内板が設置されました。これは、財団法人日本宝くじ協会の助成を受けて、今年の1月に設置されたものです。

案内板は、村内在住者だけでなく、観光で訪れた人にも避難所の場所がわかるように、現在地や目印となるような建物などが表示されています。

海岸沿いの通りや国道などに面する場所に設置されています。

ひろば



総務部長
中川 広
一松



副会長
高仲 重和
八積



副会長
深山 博
一松



総務部
麻生 涼子
高根



総務部
高梨 学
高根



総務部副部長
木島 修一
一松



会長
遠山 吉明
一松



体育部副部長
森 茂雄
高根



体育部長
下田 和俊
一松



総務部
野口 昌代
八積



体育部
矢部 泰光
八積



体育部
矢部 久広
八積



体育部
稲垣 泰道
高根



文化広報部副部長
石川 知典
高根



文化広報部長
根本 秀
八積



体育部
伊藤 正章
八積

◎第16期青少年相談員を紹介します

青少年相談員とは、青少年健全育成のため千葉県知事並びに長生村長より委嘱された有志活動者です。主な活動としては、春に長生村のすばらしさを再発見し親子・友達のふれあいを深めることを目的に開催する「長生村ウオーキング大会」、夏には、小学6年生を対象として開催している「夏休み子どもキャンプ大会」、その他「子ども祭り」「親子綱引き大会」等多方面にわたり活動しています。

4月1日に千葉県知事・長生村長からの第16期青少年相談員委嘱状交付式を終え、6人のメンバーが入替わり19人の相談員活動がスタートしました。第15期青少年相談員でご退任されました6人の方々におかれましては、大変ご苦勞様でした。これから、この顔ぶれで新たな長生村青少年相談員活動を行ってまいりますので、みなさんにご承知していただきたく、これからの活動行事につきましてもご協力をよろしく願っています。

ひろば



鵜澤 慶子さん
高根 小
5年

わたしの夢は、ファッションデザイナーです。理由は、きれいな洋服を作って、まちの人たちに着てもらいきれいになってもらいたいからです。いつか自分で作った洋服も着てみたいです。

ぼくのゆめ わたしのゆめ

わたしの夢は、パティシエです。お母さんといっしょにクッキーを作って楽しかったからです。ゆめがかなったら、たくさんの人に私のケーキやクッキーを食べてほしいです。



丸 由美さん
八積 小
5年

女性ボランティア募集

青少年相談員連絡協議会では、「子どもキャンプ大会」のお手伝いをしていただける女性ボランティア(経験・年齢は問いません)を募集しています。夏休みに子どもたちと楽しい思い出を作りませんか。

◇とき 8月18日(土)~20日(月)

◇ところ 静岡県御殿場市「国立中央青少年交流の家」

◇募集人員 若干名

◇募集期間

5月31日(木)まで

◇問い合わせ

文化会館 ☎ 32-5100



昨年のキャンプより



文化広報部
早川 浩二
八積



文化広報部
鈴木 好
一松



文化広報部
御簾納 秀俊
八積

四月の句抄

俳句クラブ



連れだちて夫婦の摘める蓬かな 植草 泰子
散歩の途中、蓬の柔らかな緑にひかれ、何となく摘んでしまいました。穏やかな日差しの中のひとときでした。

コエンザイムQ10買へり四月馬鹿 鵜沢よしえ
何をしてもこの年令で若返る筈はないのに、売り上手にのせられて買ってしまった化粧品、今日は四月一日の万愚節でした。

故郷の母なる大地草萌ゆる 河野 富子
春つらら久方に帰郷すれば大地は緑に萌えて元氣澆刺幸せでありますように。

桜咲く閻魔大王孤独なる 刈込 照子
桜満開の東京で、閻魔大王は誰も見向きもしないで、その様子が、あまり孤独なので目にとまりました。

扁額や寺に音なき蝶の屋 高野みさお
寺の山門は入母屋造りで、二重構造の屋根を持ち正面に、宗胡の額を掲げた荘厳な姿を見ることができました。

春愁や気だるき音の掛時計 三枝 幸江
一人留守をしている時、柱時計がゆっくり鳴りました、ゆつたりとほっとした瞬間でした。

※俳句クラブではクラブ員を募集しています。
問い合わせ 御園 ☎ (32) 0756

健康だいいち

5月の保健センター事業

日	曜	事業予定	受付時間
7	月	おしゃべりひろば (0歳児専用)	9:30~11:30
8	火	三種混合	13:10~13:45
14	月	おしゃべりひろば	9:30~11:30
15	火	ポリオ (BCG接種済の者)	13:10~13:30
		BCG	13:45~13:55
16	水	ウォーキング教室	9:00~ 9:30
17	木	三歳児健診 H16.1.2.3月生	9:00~10:30
18	金	健康相談・運動教室	9:00~11:30
21	月	おしゃべりひろば	9:30~11:30
25	金	ママパパ教室1-1	13:15~13:30
29	火	転倒予防教室	9:30~10:00
31	木	乳児健診 H18.5.10,H19.1月生	9:00~10:30



転倒予防教室の様子

**5歳児発達相談を
実施します**

平成13年4月2日~平成14年4月1日生まれのお子さん(村外の保育所、幼稚園などに通園中または在宅)のなかで5歳児発達相談を希望する人は検査用紙を配付します。

希望者は5月11日(金)までに保健センターへ検査用紙を取りにきてください。村内の保育所に入所中のお子さんには、保育所を通して検査用紙を配付しています。

◇問い合わせ 健康推進課

健康指導係(保健センター)

☎(32) 6800

**ながいき教室を
開催します**

いつまでも元気に長生きしていたくために、日常生活の中でできる運動や体操についての教室を開催します。

◇対象者 65歳以上の人

◇とき・ところ

5月22日(火)・小泉北部青年館

5月23日(水)・金田 行

堂

午前10時から11時30分

◇内容

健康チェック(血圧測定)・転倒予防のためのいきき体操

◇締め切り 5月11日(金)

◇申し込み・問い合わせ

健康推進課 介護保険係(福祉センター)

☎(32) 6810

保健センター窓口にて平成19年度保健センター事業予定表が
ありますのでご利用
ください

募集

「元気です」は女の子と男の子を紹介するコーナーです。初めてのお誕生日を迎えるお子さんの保護者のご連絡をお待ちしています。(多数の場合抽選)

- 対象…平成18年6月生
- 申込期間…5月1日(火)~8日(火)
- 掲載予定…6月号
- 申込先

総務課 広報広聴係

☎ 32-2111

FAX 32-1194

せいや
聖矢ちゃん(信友)



平成18年5月5日生
父・野上 淳一郎 母・絹代さん
お外が大好きです。ママとお散歩が日課。パパに遊んでもらうのが楽しみです。

くるみ
來未ちゃん(一松新屋敷)



平成18年5月29日生
父・酒井 洋樹、母・明美さん
お兄ちゃんが大好きです。お兄ちゃんのまねをしてバンザイができるようになりました。

元
気
で
す

保健師だより

健康ウォーキングのすすめ



今月の担当は 横塚です

普段から運動不足を感じながらも、なかなか運動ができない、または続けられないという人も多いのではないのでしょうか。そこで、手軽にできるウォーキングからはじめてみませんか？

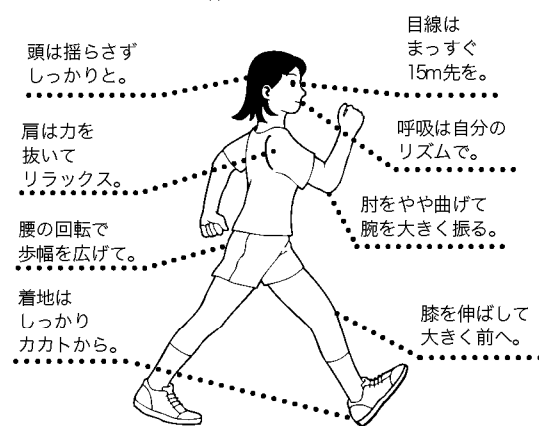
①ウォーキングの効果

①肥満の予防・解消

体内の脂肪を燃焼させるのに効果的なのは、有酸素運動です。ウォーキングも水泳やサイクリング、ジョギングなどと同じく有酸素運動になります。時間としては15分以上たった時点から脂肪の燃焼率も上がってくるので、少なくとも25分以上は続けることが効果的

理想のフォームで歩こう

歩幅をやや広げるつもりで早く歩く。それが効果のある全身を使ったウォーキングの基本。ただガラガラ歩いているだけでは運動効果は得られない。望ましい歩き方の基本知識をしっかりと持ち、自分にあった早くて美しい、しかも疲れないウォーキングフォームを身につけよう。楽しいウォーキングはそこから始まる。



②老化防止・骨粗鬆症の予防

歩くことは全身の筋肉をきたえ、血液循環を良好にします。また、足の裏からの刺激は脳の働きを活発にさせたり、気分が爽快になったりと、脳全体の働きを活発にしてくれます。

③ウォーキング教室の結果

参加希望者は健康推進課健康指導係 ☎(32) 6800までご連絡ください。

気になりますか？コレステロール

健康のパロメーターの1つであるコレステロール値。コレステロールは、脂の一種なので水にはとけません。そこで、たんぱく質とくっつくことによって血液にとけ、体中に運ばれています。この時にくっついたたんぱく質の種類によって働きや性質が異なり、HDL(いわゆる善玉)コレステロールやLDL(いわゆる悪玉)コレステロールと呼び分けられています。コレステロール自体はまったく同じものです。

中総コレステロール値が低い(血液100mlあたり160mg以下)人はそうでない人に比べて死亡率が高いことが知られています。コレステロール値が低いから死亡率が高くなるわけではない、たとえば、感染症やがん、肝疾患、貧血の人は血中総コレステロール値が低くなります。そのためコレステロール値が低い人で死亡率が高くなると考えられています。

コレステロールは、人間が生きていくうえでなくてはならないもので、体の中でつくられています。また、食事からもコレステロールを摂取しています。コレステロール値が高い場合、心筋梗塞など虚血性心疾患の発生率が増加する可能性があります。反対に、血

コレステロールの摂取基準

(1日あたり)

- 男性 18歳以上 750mg未満
- 女性 18歳以上 600mg未満
- ※妊婦、授乳婦も600mg未満。

◎体内での合成量

体重50kgの人で一日あたり600〜650mg生産されています。



イベント情報

第5回人間ばん馬大会

長生村人間ばん馬大会実行委員会では、今年も「人間ばん馬大会」を実施します。迫力のレースをぜひ会場で見てください。みなさんの応援をお待ちしています。

◇とき 5月3日(憲法記念日)

午前10時スタート

◇ところ 長生フットボールパーク隣接特設会場(昨年と同じ場所)

◇問い合わせ

長生村人間ばん馬大会事務局

事務局長 吉久 ☎ 32-5065

文化会館 ☎ 32-5100



参加者も応援も全力です



学ぶ&楽しむ

おはなし会を開催します

図書室と読み聞かせボランティア「くりくりブック」による親子で楽しめるおはなし会を行います。



◇とき 5月5日(こどもの日)

午後2時30分から

◇ところ 文化会館和室

◇対象 どなたでもおいください(大人のみでも構いません)ただし内容は幼児~小学校低学年向けとなっております

◇定員 40人(先着順)

◇申し込み 当日10分前より和室で受付、事前の申し込みは必要ありません

◇問い合わせ

文化会館 ☎ 32-5100



スポーツイベント

村民親善ゴルフ大会開催

村体育協会ゴルフ部主催の村民親善ゴルフ大会次のおり開催します。みなさんの参加をお待ちしています。

◇とき 6月6日(水)

集合時間 午前8時40分

◇ところ 長南カントリークラブ

◇参加費 3,000円(乗用カートセルフプレー)

※プレー費、食事代は自己負担

◇定員 10組(定員になり次第締め切り)

◇申し込み

文化会館

☎ 32-5100

◇問い合わせ

高橋

☎ 32-2426



村民親善卓球大会開催

村体育協会主催の卓球大会を次のおり開催します。一人でも参加できますのでお気軽にお申込みください。みなさんの参加をお待ちしています。

◇とき 6月17日(日)

集合時間 午前8時30分

◇ところ 村体育館

◇試合方法 団体戦 一般のみ

(シングルス4・ダブルス1)

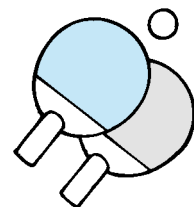
個人戦・中学生・一般・壮年(女子のみ)

※トーナメントを原則とする。

◇申し込み・問い合わせ

文化会館

☎ 32-5100



プラネタリウム

団体予約制(10人以上)のみの上映となります。団体以外の一般の上映は、祝日のみとなります。

◇番組内容

○春の星座紹介 おおぐま座、こぐま座、うしかい座、りょうけん座、おとめ座、からす座、しし座、かに座、うみへび座などの紹介。

○ぼくたち惑星8兄弟 太陽先生と惑星の生徒たちが、惑星の数、惑星の名前の覚え方、惑星のグループ分けなど太陽系について授業で学びます。

◇一般上映を行います

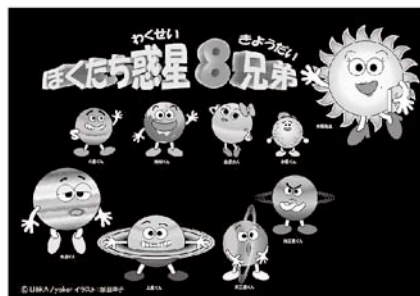
4月29・30日は祝日により、一般の人を対象に、上映いたします

◇上映開始時間

午後1時30分・3時30分

◇問い合わせ

文化会館 ☎ 32-5100



惑星について学べます

生涯学習情報

図書室だより



今月の新刊

タイトル	著者名
青に候	志水 辰夫
風は山河より 第4巻	宮城谷昌光
ミハスの落日	貫井 徳郎
奇跡の船「宗谷」-昭和を走り続けた海を守り神-	桜林 美佐
ぼくの手はきみのために	市川 拓司
恋七夜	安部龍太郎
このベッドのうえ	野中 柊
楽老抄 2 あめんぼに夕立	田辺 聖子
風姿恋伝	唯川 恵
年に一度、の二人	永井するみ
巨船ベラス・レトラス	筒井 康隆
小学五年生	重松 清
なわとび千夜一夜	林 真理子
風は山河より 第5巻	宮城谷昌光

今月の1冊

今晚のおかず365日

浜このみ

「今晚何にしよう」と、毎晩の献立に悩むあなたにお助けのレシピ集。月ごとに1週間単位で月曜日から日曜日までのおかず7品が、料理カード式に見開きで紹介されており、見やすい上に、週単位にバランスよい献立づくりの参考になるのがうれしい。作り方が簡単なものも、忙しい主婦にはうってつけ。フライパンで作る簡単ピザや、食べやすく見ても楽しい役立つアイデア満載。



文化会館ホールイベント

第6回あったかコンサート ～創団10周年を記念して～

ハーモニーウィンズによる吹奏楽演奏会

◇とき 5月13日(日)

開場 午後1時30分

開演 午後2時

◇入場料 無料

◇主催

吹奏楽団ハーモニーウィンズ

◇問い合わせ

鍋井 ☎ 32-5714

長生高校の定期演奏会

長生高校吹奏楽部による演奏会

◇とき 6月10日(日)

開場 午後1時

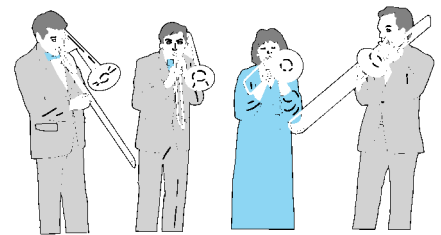
開演 午後1時30分

◇入場料 無料

◇主催 長生高校吹奏楽部

◇問い合わせ

長生高校 ☎ 22-3378



BIGスタジオ カラオケ選手権

◇とき 6月17日(日)

開場 午前8時30分

開演 午前9時

◇入場料 無料

※出演を希望される人は主催者までお問い合わせください。

◇主催 ミュージックBIGスタジオ

◇問い合わせ

ミュージックBIGスタジオ

☎ 35-1191

第43回 県老連特選演芸会

◇とき 6月20日(水)

開場 午後0時30分

開演 午後1時30分

◇内容 鎌田英一民謡ショー

◇入場料 1,700円

◇問い合わせ

長生村社会福祉協議会

☎ 32-3391



5月の主な行事予定

日	曜	事業名	時間	場所
3	木	長生村人間ばん馬大会	10:00	長生フットボールパーク隣接特設会場
6	日	ファームランド開園式	9:00	ファームランド
13	日	アイガモ放鳥式	10:30	役場
26	土	八積小学校運動会	8:30	八積小学校
26	土	高根小学校運動会	8:45	高根小学校
26	土	一松小学校運動会	9:00	一松小学校
27	日	ゴミゼロ運動	8:00	全村
27	日	役場日曜窓口開設日	9:00	役場庁舎

●役場日曜窓口開設日 5月27日 日曜窓口は基本的に第4日曜日の午前8時30分～午後5時。住民票の写しの発行や村税納付などの業務を役場庁舎にて実施しています。

◇問い合わせ 住民課 ☎ 32-2115
税務課 ☎ 32-2113

今月は軽自動車税
の納付月です

5月の公共施設休館日

◇村体育館・武道館・弓道場・藪塚球技場
7日(月) 21日(月) (第1・3月曜日)

◇村文化会館・中央公民館

1日(火)・2日(水)・6日(日)・7日(月)・
8日(火)・9日(水)・10日(木)・14日(月)・
21日(月)・28日(月)

各種相談

村長相談室、人権相談、行政相談、心配ごと相談は原則として予約制です。

相談内容	とき	ところ
◎村長相談室	5月 9日(水) 午後1時～午後5時	村長室 ☎ 32-2111
◎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	5月14日(月) 午前10時～午後3時	総合福祉センター ☎ 32-2115
◎結婚相談	5月は実施いたしません	コミュニティセンター ☎ 32-3134
◎住民法律相談	5月21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	5月18日(金) 午後1時～午後4時(要予約)	東上総県民センター ☎ 25-7830
◎行政相談	5月14日(月) 午前10時～午後3時	総合福祉センター ☎ 32-2111
◎人権相談	毎週月曜日午前9時～午後4時	千葉地方務局茂原支局 ☎ 24-2188
◎子育て相談	5月11日(金) 28日(月) 午前9時～正午、午後1時～午後4時	一松保育所 ☎ 32-1106

※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、東上総県民センターでの法律相談の予約は、当月分を毎月第2金曜日午前9時から東上総県民センターにおいてそれぞれ電話で受け付けます。

平成19年5月1日発行 編集・発行：長生村役場総務課 〒299-4394 千葉県長生郡長生村本郷1-77 ☎ 0475-32-2111

この広報は再生紙を使用しています。

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
5・3	長生診療所 32-3303	にしざわ内科 20-3777	山之内病院 25-1131
5・4	岡田眼科医院 42-3529	わだ内科クリニック 20-3150	鎗田整形外科医院 24-8686
5・5	秋場医院 42-3323	宮山医院 22-4873	菅原病院 25-1171
5・6	鈴木医院 42-3111	金坂医院 22-4885	長生病院 34-2121
5・13	陸沢診療所 44-2236	鷺沢外科内科クリニック 34-2496	武田メディカルクリニック 20-1910
5・20	清水医院 42-2950	大塚内科 23-6121	君塚病院 25-1811
5・27	長生八積医院 32-3282	宮本内科医院 22-3770	穴倉病院 24-2171

※日曜祭日当番医は変更となる場合があります。

消防本部通信指令課 ☎ 24-0119へお問い合わせください。

夜間急病診療所

☎ 24-1010 茂原消防署のうら

診療科目 内科・小児科 診療時間 午後8時～午後11時

夜間急病診療テレフォン案内の時間

☎ 24-1011 午後7時～翌午前6時まで

5月のゴミ収集日

1コース (八積地区)	2コース (高根地区)	3コース (一松地区)
燃えないゴミ 2日	資源ゴミ 2日	粗大ゴミ 2日
粗大ゴミ 16日	燃えないゴミ 9日	資源ゴミ 9日
資源ゴミ 23日	粗大ゴミ 23日	燃えないゴミ 16日

※燃えるゴミの収集日は、全コース火、木、土曜日です。

前日や夜間に出さないで収集日の午前8時30分までに出してください。
「19年度版ゴミと資源の分け方・出し方」ごみのカレンダーは役場
下水環境課、文化会館、中央公民館、保健センターにあります。