

夏の思い出！盆踊り大会！



8月2日、3日と旧フットボールパーク特設会場におきまして、長生村盆踊り大会実行委員会主催による「第6回盆踊り大会」が開催されました。

両日ともに大勢の人が会場に訪れ、大人から子どもまで、色とりどりの浴衣を着て踊る姿は、日本の夏を象徴するような、とても素晴らしいものでした。

3日には、歌謡ショーやくじ引き大会の抽選会も行われ、おおいに盛り上がりました。



1等当選！おめでとうございます

主な内容

新農業委員を紹介します・長生村産業まつり出店者募集 …	2～ 3P
お知らせ 敬老ながいき祭りの開催 ……………	4～ 7P
村のニュース・ひろば……………	8～ 9P
健康だいいち 9月の保健センター事業……………	10～11P
生涯学習情報 第3回長生・海を歩こう大会開催のお知らせ…	12～13P

人口と世帯

■人口

男 7,475人(+1)

女 7,513人(0)

転入31人 転出34人

出生11人 死亡 7人

計 14,988人(+1)

■世帯数

5,400戸(+2)

8月1日現在・（ ）内は先月比

新農業委員を紹介します

農地と担い手を守り

力強い農業を

つくるかけ橋

◇農業委員の仕事

◎優良農地の確保と有効利用

農地の売買や賃貸借、転用など許可業務・遊休農地の発生防止・解消、無断転用防止のパトロール・優良農地の確保と有効利用にむけた取組み。

◎農地利用集積と

担い手への支援

地域農業の構造改革・認定農業者等担い手への利用集積・経営の支援。

◎地域の世話役農業者の

公的代表としての活動

農業委員会は、農地法や農業経営基盤強化促進等法令に定められた事務を行う行政委員会の組織です。農業・農業者に正確な知識情報を積極的に収集提供し、地域の農政活動に取組めます。

◎農地に関する問い合わせ

農業委員会

☎ (32) 4742



3番 木藤 敏明
(鷲)



2番 田中 清志
(新 田)



1番 鈴木 定
(南 部)



会長 秋葉 和夫
(新屋敷)



7番 麻生 善信
(数 塚)



6番 古山 吉之
(小泉北部)



5番 今井 國夫
(七井土)



4番 木島 幹夫
(昭 和)



11番 大橋 正男
(南中瀬)



10番 山田 健稔
(新屋敷)



9番 内山 武夫
(大 村)



8番 矢部 忠雄
(信 友)



15番 長谷川 肇
(金 田)



14番 片岡 成男
(蟹 道)



13番 森 近夫
(大坪西部)



12番 小高 陽一
(岩 沼)

◇任期 平成20年7月20日から平成23年7月19日

『長生村産業まつり』出店者募集！

＜長生村産業まつりについて＞

村内で生産される農産物等を広く一般に紹介するとともに、生産者、商工業者及び消費者の交流を通じて住民の地域産業に対する理解を深めることを目的とします。

＜長生村産業まつりに出店してくれる人を募集します＞

学校、自治会、PTA、クラブ、友人同士等の団体、また個人での出店も可能です。出店受付数は4ブースで先着順とさせていただきます。

なお、出店内容が産業まつりの趣旨に添わないものにつきましては申込みができない場合もあります。

◇出 店 条 件

(1) 11月2日（日）午前9時～午後3時の間出店できる団体・個人（責任者は20歳以上）。

(2) 出店品目は模擬店・飲食物・加工品（飲食物・加工品は地元産を利用すること）とし、酒類の販売は禁止。

(3) 飲食物を販売する場合、必ず保健所に申請すること。

(4) 産業まつりの会場外での販売は行わないこと。

(5) 1ブースの大きさは2間×2間（仮テント半分の大きさ）。

(6) 使用する電気・プロパンガス等はすべて出店者において準備・負担する。

(7) 生じたゴミについては産業まつり終了後、旧役場庁舎跡地へ集積しますので各団体において移動すること。

(8) 準備物の搬入は当日の午前9時までに、撤収は午後3時以降に行う。

◇申 込 方 法

長生村産業まつり実行委員会事務局（産業課）へ、9月26日（金）までに申し込みください。（先着4ブースをもって締め切ります。）申込書は産業課にあります。（FAX不可）



『第6回かかしコンテスト』作品募集

産業まつり実行委員会では、今年も「かかしコンテスト」を行います。個人またはグループで、ユニークなかかしを作ってみませんか。

◇かかしの大きさ 概ね高さ2m・幅1.5m以内で、竹・わら・発泡スチロール・古着等を利用し作成したものとし、ます

◇搬入受付 10月27日（月）午後1時～午後3時までに長生村文化会館前で行います

◇展示期間 10月27日（月）～11月2日（日）まで

◇展示場所 産業まつり会場周辺

◇審査日 10月27日（月）

◇審査 審査 ユニークさと出来映えを総合的に審査し、各種の賞を授与します

◇表彰日 11月2日（日）産業まつり開会式にて行います

※作品の搬入・撤去については出展者が行うこととしますが、出来ない場合は事務局まで申し出てください

◇申込方法 長生村産業まつり実行委員会事務局（産業課）へ、10月10日（金）までに申し込みください。申込書は産業課にあります。（FAX可）



昨年の最優秀作品
（高根学童保育所作成）

◇長生村産業まつり出店者募集・かかしコンテストに関する問い合わせ

長生村産業まつり実行委員会（産業課） ☎（32）2114 FAX（32）1486

敬老ながいき祭りの開催

多年にわたり社会につくされてきた高齢者を敬愛し、長寿をお祝いするため毎年、敬老の日に式典を実施してきましたが、今年度から「敬老ながいき祭り」として各種の催し物でお年寄りの皆さまに楽しんでいただくため開催します。

- ◇と き 9月15日（月・敬老の日） 午前9時30分～正午
- ◇ところ 長生村体育館
- ◇問い合わせ 福祉課 ☎（32）2112
- ◇催し物 ゲームコーナー・クイズコーナー・脳のトレーニング教室体験コーナー・体のチェックコーナー・社会福祉協議会コーナー
- ◇販 売 模擬店コーナー
- ◇無償配布 紅白饅頭・保育園児の絵入うちわ



ボランティアの募集

9月15日（月・敬老の日）に開催します「敬老 ながいき祭り」のお手伝いをしてくださる人を募集します。

- ◇と き 9月15日（敬老の日） 午前8時30分～午後3時頃まで
- ◇ところ 長生村体育館
- ◇内 容 催し物コーナーのお手伝い
- ◇受付期限 9月8日（月）
- ◇問い合わせ 福祉課 ☎（32）2112



敬老祝い品を贈ります

永年、社会のためにつくされた高齢者を敬い、長寿を祝うために村から祝い品を贈呈します。

- ◇対 象 81歳（昭和2年1月1日～昭和2年12月31日生まれ）
88歳（大正9年1月1日～大正9年12月31日生まれ）
90歳以上（大正7年12月31日以前生まれ）の人であって
平成20年9月1日現在、長生村に居住する人
- ◇祝い品 ながいき村お買い物券
- ◇配布期間 9月9日（火）～30日（火）
- ◇問い合わせ 福祉課 ☎（32）2112

*祝い品については、各地区の民生委員がお届けいたします。

両総土地改良区の 総代選挙が行われます

任期満了による両総土地改良区
総代選挙を、次のとおり執行する
予定です。

◇選挙期日

9月17日(水)

◇投票できる人

両総土地改良区組合員の人

◇立候補届出期間及び場所

9月10日(水) 及び11日(木)

午前8時30分から午後5時まで

役場3階会議室

◇立候補できる人

昭和58年9月18日以前に生まれ

た人で両総土地改良区組合員の人

※立候補届出用紙は選挙管理委員

会にあります。

◇問い合わせ

長生村選挙管理委員会(総務課内)

☎ (32) 2111

自衛官を

募集します

防衛省では、次のとおり自衛官を
募集しています。

※応募資格・条件を満たしていれ
ば、各種募集種目の併願受験は可能
です。

○防衛大学校学生(推薦)

高卒(見込含) 21歳未満の者

※高等学校長の推薦等が別途必要

受付期間

9月5日(金) ～ 9日(火)

○防衛大学校学生(一般)

高卒(見込含) 21歳未満の者

受付期間

9月8日(月) ～ 30日(火)

○防衛医科大学校学生

高卒(見込含) 21歳未満の者

受付期間

9月8日(月) ～ 30日(火)

○看護学生(看護師)

高卒(見込含) 24歳未満の者

受付期間

9月8日(月) ～ 30日(火)

◇入(校)隊

平成21年4月上旬

※看護学生は3月下旬から4月上旬

◇問い合わせ

自衛隊千葉地方協力本部
茂原地域事務所

☎ (25) 0452

地域行動計画の

進捗状況を公表します

長生郡市次世代育成支援対策地域
行動計画の進捗状況を公表します。

この計画は、広域的なサービス提
供の観点から次代を担う子どもが健

やかに生まれ、育成される環境を整
備するため長生郡市の市町村が合同
で策定しました。平成21年度の目標
設定にあたっては、利用者のニーズ
や関係データを基に算出しました。

なお、計画を円滑に推進するため
平成18年5月に学識経験者・一般住
民17人からなる長生郡市次世代育成
支援対策地域協議会を設置しまし
た。今後この目標に向かって行政
と地域住民が連携を図りながら取り
組んでいきます。

◇基本理念 『ひとりじゃないよ
みんなで育てる未来に輝く 子ども
たち』

◇基本目標 地域における子育て支
援、母性と乳幼児等の健康の確保及
び増進、子どもの心身の健やかな成
長に向けた教育環境の整備、子育て
を支援する生活環境の整備、職業生
活と家庭生活との両立の推進、子ど
もの安全の確保、要保護児童への対
応などきめ細かな取り組みの推進
※下表中の事業は国指定の14事業の
うち実施されたもののみを掲載して
います。

※表の施設箇所数は、実際に存在す
る施設数を表すものではなく、時間
区分ごとに必要とされる対象施設数
の総数を表しています。

※表中定員の数値は、1日あたりの
サービス利用人数を表しています。

◇問い合わせ 福祉課
☎ (32) 2112

事業名	平成19年度 実施市町村	平成19年度(実績)		平成21年度(目標)	
		定員(人)	施設	定員(人)	施設
平日保育系事業(公立)					
通常保育	全市町村	2,370	-	3,129	-
延長保育 (前・後延長30分)	茂原市・一宮町 睦沢町・長南町	426	13	336	13
放課後児童健全育成事業					
定員(児童数)		612	19	695	23
うち1～3年生利用数	全市町村	530	19	620	23
乳幼児健康支援一時預かり事業 (病後児保育)施設型	茂原市・白子町	14	2	14	2
一時保育事業	茂原市・一宮町・長生村	16	4	31	6
地域子育て支援センター事業	茂原市	0	2	-	3

長生農業フォーラム 2008の開催

「長生農業の活性化」をテーマに、農産物のブランド化や地域農業の活性化への取り組みについて、講演と事例発表を行います。

併せて、長生郡市農林業功労者表彰式、地域農産物の展示・即売会もあります。

どなたでも参加できます。参加費は無料です。

◇とき 10月8日(水)

午後1時15分～午後4時50分

◇ところ 長生村文化会館

◇内容

①講演会「高付加価値農産物による、今後の農業活路について」

講師 福井栄治氏(日本ベジタブル&フマイスター協会理事長)

②事例発表

③農産物の展示・即売

◇参加申込み

産業課へ9月19日(金)までに申し込んでください

◇問い合わせ 産業課

☎(32) 2114



「リサイクルフェア長生」 出店者募集

◇とき 10月19日(日)

午前9時30分～正午

※雨天の場合10月26日(日)

◇ところ 長生クリーンパーク

(茂原市下永吉2101番地)

◇募集期間 9月1日(月)～12日

(金)(当日消印有効)

※応募者多数の場合は、抽選とさせていただきます。

◇募集要領

・出店者は長生郡市内居住者に限ります

・出店物は原則として、日常生活における不用品、リフォーム作品等とします

※営業上の商品は出店物としない
・食べ物及び生き物は、出店できません

◇募集区画 100区画(出店料は無料です)

◇応募方法

応募は往復はがきで、1家族又は1団体1通に限定いたします

◇記入事項

・往信(表)

・往信(裏)

②住所(団体の場合は所在地)

③氏名(団体の場合は団体名、代表者名) ※ふりがなをつけること

④電話番号または携帯番号

⑤主な出店物(具体的に)

・返信(表) 返信先

①郵便番号

②住所(団体の場合は所在地)

③氏名(団体の場合は団体名、代表者名)

・返信(裏) 何も記入しないでください

※必ず募集期間内にお送りください。

※応募数が区画数を超えた場合は抽選となります。なお、抽選結果につきましては、返信はがきにて通知いたします。

◇応募先・問い合わせ

〒297-0035

茂原市下永吉2101番地

長生郡市広域市町村圏組合 環境衛生課 管理係

☎(23) 4944

FAX (26) 1113

犬・猫の不妊・去勢手術

普及助成事業を実施します

◇助成金額 手術費用のうち

5,000円

◇応募期間 9月20日(土)～26日

(金)【※切当日消印有効】

◇手術実施期間 利用券の交付を受けた後、平成20年12月26日まで

◇対象動物 飼い犬・飼い猫

※その他応募に関する詳しい内容は

千葉県獣医師会ホームページ

<http://www.cpvma.com/>

または、役場下水環境課窓口にて配布のパンフレットをご覧ください

◇問い合わせ

社団法人 千葉県獣医師会

☎043 (232) 6980

財団法人 千葉県動物保護管理協会

☎043 (214) 7814

フィリピンの家庭料理を

一緒に学びませんか

フィリピン出身の主婦の人にご協力いただき祖国の家庭料理教室を開催します。

◇とき 10月4日(土)

午前9時から正午まで

◇ところ 文化会館 調理実習室

◇対象者 20歳以上の人

◇内容 メヌド(フィリピン風肉じゃが) ルンピア サリワ(生

春巻き) トゥルン(春巻きの皮

でバナナを巻いて揚げたもの)

◇参加費 800円

◇募集人員 16人(定員になり次第

締め切り)

◇受付 9月6日(土)～12日

(金)まで※休館日を除く

中央公民館窓口で午前9時～午後

5時まで

※電話での受付はいたしません

◇問い合わせ

中央公民館

☎(32) 3770



○国民年金保険料の免除制度があります

日本に住む20歳以上60歳未満の人は、国民年金に加入することが義務付けられています。

国民年金の保険料は14,410円/月(平成20年度)ですが経済的理由等で保険料を納めることが困難な場合には、ご本人の申請手続きによって、保険料の納付「免除(一部納付)」又は「猶予」される制度があります。

免除制度は次の3種類です。

(1) 免除(全額・一部納付)申請

本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が全額、又は一部が免除されます。

(2) 若年者納付猶予申請

30歳未満の人で、本人、配偶者の前年の所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。

(3) 学生納付特例申請

学生の人で、本人の前年の所得が一定額以下の場合に、保険料の納付が猶予されます。

※保険料免除の承認を受けた期間は、保険料を全額納付したときに比べ受け取る年金額が少なくなります。このため、これらの期間は10年以内であれば、あとから保険料を納付すること(追納)ができますので、その際には住所地を管轄する社会保険事務所へお問い合わせください。

○国民年金に関する電話での問い合わせ先が、平成20年8月4日から変わりました。

◇問い合わせ

千葉国民年金電話センター

☎ 043 (203) 5600

◇受付時間 午前8時30分～午後5時15分
(土・日・祝日12月29日～1月3日を除く)

日本下水道協会千葉支部「下水道排水設備工事責任技術者」の資格有効期限が平成21年3月31日の人は、登録更新の手続きが必要です。手続きをしなかった場合は資格を喪失しますので、お早めに手続きをしてください。

◇受付期間 9月5日(金)～25日(木)

◇申請書類 登録住所へ郵送

◇問い合わせ 下水環境課

☎ (32) 2494

日本下水道協会千葉支部事務局(千葉市下水道総務課内)

☎ 043 (245) 6112

下水道排水設備工事責任技術者の登録更新

海岸一斉清掃を

実施します

九十九里海岸の環境美化を目的に一松海岸周辺の一斉清掃を次のとおり実施します。

どなたでも参加できますので、たくさんの方のご協力をお願いします。

◇とき 9月21日(日)

午前9時～午前11時(雨天中止)
※中止の場合は、午前8時に防災行政無線で放送します

◇集合場所 一松海水浴場駐車場

◇集合時間 午前9時

◇作業内容 海岸のごみ回収

(軍手、回収袋は事務局で用意します)

◇問い合わせ

下水環境課

☎ (32) 2494

福祉のしごと就職フェア・

inちば

千葉県福祉人材センターでは、福祉施設等に就職を希望する人を対象に、「福祉のしごと就職フェア・inちば」を開催します。

内容は、求人のある社会福祉施設・事業所との個人面談や福祉職の専門家による相談会を行い、福祉人材の確保と就労をサポートします。

◇とき 9月27日(土)

午後1時～午後4時

◇ところ 幕張メッセ国際会議場

千葉市美浜区中瀬2-1(JR京葉線海浜幕張駅から徒歩5分)

◇参加方法 参加費無料

当日、直接会場へお越しください

◇問い合わせ

千葉県福祉人材センター

☎ 043 (248) 1294

<http://www.chikakenshakyu.com/>

自殺予防

いのちの電話

自殺予防のいのちの電話(フリーダイヤル)事業を実施しています。

◇期間 平成20年4月1日～以降

平成21年3月まで毎月10日実施

◇時間 午前8時～翌11日午前8時(24時間無料)

◇電話番号 0120(738)556

◇相談内容 自殺に関する相談・死にたい・死のうと思っている・生きている意味がないと思う・周囲にこのような人がいるとき等

◇千葉いのちの電話事務局

〒260-0012

千葉市中央区本町3-16 C-Dビル

URL <http://www.chiba-net.or.jp/~chiba/>

Eメール ichiba@chiba-inochi.jp

〒260-0012

千葉市中央区本町3-16 C-Dビル

URL <http://www.chiba-net.or.jp/~chiba/>

Eメール ichiba@chiba-inochi.jp

村のニュース

夏休み子どもキャンプ大会開催！

in新潟県妙高市国立妙高青少年自然の家



相談員に料理を教わりました



おいしく炊けたかな？

8月2日(土)から4日(月)にかけて、「夏休み子どもキャンプ大会」が開催されました。このキャンプ大会は青少年相談員連絡協議会の主催で、小学生46人、中学生(ジュニアリーダー)27人が参加しました。今年は新潟県妙高市の国立妙高青少年自然の家でキャンプをしました。テントに宿泊し、飯ごう炊爨、ハイキング、キャンプファイヤーなどを通して、普段は経験のできない共同生活を学びました。



キャンプファイヤーの様子

社会福祉協議会に車椅子が寄贈されました

7月25日(金)、伊勢化学工業株式会社労働組合から長生村社会福祉協議会に車椅子が寄贈されました。これは社会福祉に貢献したいとの事で、長生郡市内すべての市町村へ贈られました。今後、この車椅子は長生村で行われる各種事業の際に役立てられます。社会福祉協議会では、車椅子の貸し出しも実施しておりますので、ご利用ください。 ☎(32) 3391



寄贈された車椅子と久我会長

今年も大漁！無料観光地曳網漁

7月から8月にかけて無料観光地曳網漁が行われました。今年もたくさんの人が参加しました。



大漁めざし、いざ大海原へ



いろんな魚が大漁でした

平和大行進が長生村を訪問

7月24日(木)国民平和大行進が長生村役場に来庁しました。

当日は猛暑の中、平和を願い大勢の人が参加され、行進が行われました。



調査員・指導員の紹介



日向正年
(指導員)



鶴岡清壽
(調査員)



高山庸一郎
(調査員)



串形 茂
(調査員)



森 良重
(調査員)

統計調査を行います

○平成20年住宅・土地統計調査(基準日:10月1日)
5年に一度の住宅・土地統計調査が行われます。

◇調査内容 居住環境の整備状況・防災などの住宅性能・土地の有効利用などです

◇調査結果 皆様の豊かな住生活を実現するための資料となります

◇調査対象 村内の約5分の1の世帯を統計上の抽出方法で選定されます

◇調査期間 9月中旬〜10月上旬

◇問い合わせ 企画財政課 ☎(32) 4743

私たちが調査に伺います。
ご協力よろしくお願いします。



大塚 雄大くん
高根 小
4年

ぼくの夢は、とこ屋さんになることです。そして、じいちゃんみたいに、大会でうしろするぐらいのぎじゅつを身につけたいです。みんなをすてきにカットしたいと思います。



スポーツ少年団全国表彰

長生村スポーツ少年団が(財)日本体育協会からその功績を認められ、全国表彰されました。長生村スポーツ少年団は昭和57年に発足し、現在は軟式野球、ミニバスケットボールが登録されており、スポーツの振興、青少年の健全育成に貢献しています。

ぼくのゆめ わたしのゆめ

私の夢は、警察官になって、日本を平和な国にすることです。みんなが、やっていい事とやってはいけない事の区別をし、悪い事件が一つもおこらず、みんなを笑顔いっぱいにしたいです。



武田 萌華さん
— 松 小
5年

八月の句抄

俳句クラブ



第目を風渉りゆく秋立つ日
白百合の活けある部屋に通さるる
夏木立青春の日の風の中
蜩の時折聞え山の屋
鬼灯や風に夫のせ二人なる
稲穂波人は孤独に弱きもの

市原 正子
河野 富子
野澤沙と志
三枝 幸江
米倉 安糸
御園 英子

9月の保健センター事業

日	曜	事業予定	受付時間
1	月	おしゃべりひろば(0歳児専用)	9:30~11:30
2	火	三種混合予防接種	13:10~13:45
4	木	1歳6カ月児健診(H19.1,2,3月生)	13:00~14:00
		2歳児歯科健診(H18.4,5,6月生)	14:30~14:45
5	金	健康相談	9:00~11:30
		運動教室	9:00~ 9:30
8	月	おしゃべりひろば	9:30~11:30
9	火	ポリオ予防接種	13:10~13:30
11	木	ウォーキング教室	9:00~ 9:30
17	水	BCG予防接種(H20.5月生)	13:20~13:30
18	木	乳児健診(H19.9,H20.2,5月生)	9:00~10:30
22	月	おしゃべりひろば	9:30~11:30

◇問い合わせ 健康推進課
健康指導係(保健センター)
☎(32) 6800

○身体障害者相談員
齋藤和雄 ☎(32) 1809
矢沢小一郎 ☎(32) 1337

麻しん風しん予防接種対象者(第1期…生後12月~24月未満、第2期…小学校就学前1年間、第3期…中学1年生で集団接種ができなかった人、第4期…高校3年生に相当する年齢の人)で、まだ接種していない人は早めに接種しましょう。接種実施機関は、次の村内3医療機関です。
◇長生診療所・長生八積医院・津谷クリニック
詳細は、対象者に通知しています。

麻しん(はしか)風しんの予防接種を受けましょう

身体障害者・知的障害者相談員の紹介

障害者相談員とは、身体障害並びに知的障害をお持ちの方々へ福祉施策のより一層の充実を図るためこれらの方々との相談に応じ、必要な指導、助言をしていただく目的で県から委嘱を受けている人のことをいいます。
長生村では、身体障害者相談員2名、知的障害者相談員1名が委嘱を受け相談を受付けています。相談ごとのある人は、次の連絡先までお気軽にご相談ください。

◇問い合わせ
健康推進課 健康指導係
(保健センター)
☎(32) 6800

◇改正内容
・保護者が住民税所得割を課税されている場合の自己負担額が、通院1回・入院1日につき300円になります。課税されていない場合は無料です。
・対象となる乳幼児の保護者に所得制限を設けます。(限度額は児童手当の特例給付と同じです。)
詳しい内容等については後日通知します。

乳幼児医療費助成制度が改正になります

○知的障害者相談員
田中ひろ子 ☎(32) 1851
※詳しくは、お問い合わせください。
◇問い合わせ
健康推進課 障害者支援係
(福祉センター内)
☎(32) 6810

募集

「元気です」は初めてのお誕生日を迎えるお子さんを紹介するコーナーです。
保護者のご連絡をお待ちしております。(多数の場合抽選)

- 対象…平成19年10月生
- 申込期間…9月1日(月)~5日(金)
- 掲載予定…10月号
- 申込先

総務課 広報広聴係

☎ 32-2111
FAX 32-1194

ゆりか 優里花ちゃん(七井土)



平成19年9月7日生
父 鈴木永充さん、母 美千代さん
ケンカをしてもおねえちゃんが大好き。靴をはいて、歩けるようになりました。

りょうた 亮太ちゃん(蟹道)



平成19年9月5日生
父 東間健二さん、母 美穂さん
水遊びが大好きで、一人でもよく遊んでいます。歩くことも上手になりいつも元気いっぱいです。

元気です

内臓脂肪を減らしましょう！



今月の担当は
小高です

日本人に「肥満」が増えていきます。平成16年国民健康・栄養調査によると、成人男性の約30・9%、成人女性の約22・7%が肥満の状態にあるといわれています。

肥満とは、男女とも「BMI（体格指数）」が25以上の場合を指します。BMIは身長と体重から算出されますが、これが25以上の人は、ほとんどの場合体脂肪が多すぎる状態になっています。

※BMI＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）
体につく脂肪は、「皮下脂肪」「内臓脂肪」に分けられます。特に内臓脂肪は健康への悪影響が大きく、動脈硬化や糖尿病等の生活習慣病の原因になります。

切ですが、体重の5%を減らすだけで血糖値や血中脂質値、血圧などが改善されることが分かっています。

○ダイエットのポイント

男性は女性に比べて肥満の割合が高く、全ての年代で肥満の男性の割合は増え続けています。また女性の場合、間食や運動不足といった生活習慣の乱れが生じやすい30～40代、閉経を迎える50歳以降で肥満になりやすいと言われています。それぞれのダイエットのポイント、図をご覧ください。

○ダイエットを長く続けるために

「生活習慣病を予防・改善する」という目的をしっかりと持ち、やる気を維持しましょう。運動を続けて筋肉量を保つことは、転倒などの予防にも役立ちます。短期間での成果にこだわらず、ゆっくり取り組んでみましょう。

●やる気を高める



健康診断等の結果を見直して、健康状態や問題点を把握する。ダイエット中は、こまめに体重などを量ると励みになる。

●食べすぎを防ぐ



加齢とともに基礎代謝が落ちるため、若いころと同じ量をたべると太ってしまいがち。「よくかんで食べる」工夫をする。

●筋肉を落とさない



筋肉が落ちると、基礎代謝が低下して太りやすくなるため、適度な運動が大切です。

●つらい思いをしない



無理な食事制限や激しい運動は、精神的にもつらく、挫折しやすい。

保健衛生推進員の活動報告

4月から新しく推進員になられた方々を、先月に引き続き、紹介いたします。



高橋雅子
(中之郷)



齋藤登美枝
(新屋敷)



細矢朱美
(小橋)



矢部優子
(上の原)



東條直美
(高塚・獺台)



井桁典子
(向原)



小高絵理
(原・小泉南部)



野口千波
(小泉北部)



加藤朋子
(高谷原)



学ぶ&楽しむ

自然観察会を開催

中央公民館では、次のとおり自然観察会を開催します。裏磐梯の雄大な自然を満喫しませんか。皆さんの参加をお待ちしております。

◇と き 10月6日(月)～7日(火)

◇ところ

福島県会津若松市 鶴ヶ城

耶麻郡北塩原村 五色沼

◇内 容 1日目に鶴ヶ城を見学し、2日目に五色沼周辺をガイドの説明を受けながら、約2時間程度の自然観察を行います。

◇参加費 15,000円

◇交通手段 中央公民館バス

◇募集人員 40人

(最少催行人員 20人)

◇申込場所 長生村中央公民館

※電話での申込みはできません

◇受付期間 9月7日(日)～14日(日) ※休館日を除きます

午前9時～午後5時まで

◇問い合わせ

中央公民館 ☎ (32) 3770



スポーツイベント

グランドゴルフ大会の開催

村体育指導委員の主催で「グランドゴルフ大会」が開催されます。

どなたでも気軽に参加できます。

◇と き 9月20日(土)

午前8時30分集合

※雨天の場合は9月21日(日)に開催します。

◇ところ ニヶ台総合公園

◇募集内容

子ども・大人とも個人戦

◇参加費 120円(保険料)

◇申込締切 9月13日(土)

◇申し込み・問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100

歩け歩け大会参加者募集

標高599メートルの「高尾山」からの眺望は、都心の超高層ビルを中心に関東平野を見渡す絶景のパノラマ。北に奥秩父連山・日光連山、南に丹沢山塊、天候の良い日には富士山の姿もくっきりと見ることができます。紅葉を楽しみながら散策してみませんか。

なお、昨年申し込みをされ抽選に漏れた人は優先いたします。

◇と き 11月15日(土)

中央公民館前 午前7時出発

午後6時到着予定

◇ところ

東京都八王子市「高尾山」

◇定 員 45名(村内在住・在勤者)

◇参加費 1,500円(保険代等)

◇申込方法

記入例を参考に往復ハガキで生涯学習課へお申し込みください。

1枚で、2人まで申し込みます。

(2人分の住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入してください。)

◇申込締切 9月30日(火) 必着

◇主 催

村体育協会 レクリエーション部

◇問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100

申込はがきの記入例

50 往信	299-4336 長生村生涯学習課 行内	長生村若沼2-1-9	返信用はがきの裏は、記入しないでください
50 返信	〇 〇 〇 〇 様	長生村〇〇〇番地	※二人で申し込む場合は、二人の住所・氏名・年齢・勤務先・電話番号を記入してください

村民歩け歩け大会参加

第3回長生・海を歩こう大会開催

村体育協会主催による長生・海を歩こう大会を開催します。

長生村の恵まれた自然と豊かな海に親しみ、人と人との交流を深めながら、歩くことの楽しさと、心と体のバランスのとれた健康づくりをしませんか。

当日はトマト、味噌汁の無料配布、また、お楽しみ抽選会などの催し物があります。参加資格、年齢制限などはありません。

◇と き 10月13日(月・体育の日)

◇集合場所 一松海水浴場

◇コース 白子町八斗海岸までの往復約6キロメートル

◇参加費 300円(保険料等)

※当日ご持参ください。

◇申込締切 9月28日(日)

◇申し込み・問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100

第1回長生村体育協会チャリティーゴルフ大会開催

村体育協会では、長生・海を歩こう大会の開催及び青少年のスポーツ活動の支援を目的として、チャリティーゴルフ大会を開催します。多数の賞品を用意しておりますので、皆さんのご参加をお待ちしています。

※毎年10月に開催される村体育協会ゴルフ部主催の村民親善ゴルフ大会は、長生村体育協会チャリティーゴルフ大会に変えて実施いたします。

◇と き 10月2日(木)※雨天決行

◇ところ 大多喜カントリークラブ

◇参加費 14,000円

◇募集人員 200名(50組)

◇申込締切 9月21日(日)

◇申し込み・問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100

生涯学習情報

図書室だより



今月の新刊

タイトル	著者名
片づけられない女のためのこんどこそ！片づける技術	池田 暁子
ハリー・ポッターと死の秘宝上・下	J. K. ローリング
むしたちのおまつり	久住 卓也
冬の陽炎	梁 石日
フラワーズ	谷村 志穂
早刷り岩次郎	山本 一力
錦	宮尾 登美子
恐竜館 一原寸大	富田 幸光
ほんとうの環境問題	池田 清彦

今月の一冊

似たものの言葉のウソ！ホント？

梅津 正樹 編著

御霊前と御仏前、不倫と浮気、利子と利息、和牛と国産牛、震度とマグニチュード、漫画とコミック…。2つの違いはなに？知ってるつもりで、以外に知らない日本語の落とし穴。似て非なる言葉130項目の使い方、意味を解説。



おはなし会と『歌って楽しむ絵本の世界』のお知らせ

読み聞かせボランティア「くりくりブック」によるおはなし会と、わらべ歌などを歌います。親子で一緒に参加してみませんか。

◇と き 9月23日(火・秋分の日)
午後2時30分～

◇ところ 文化会館 和室

◇対 象 幼児から小学生向けです

◇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

読み聞かせボランティア「くりくりブック」は独立行政法人国立青少年教育振興機構子どもゆめ基金の助成を受けて活動しています。



ホールイベント

長生村自主事業

『サンリオドリームミュージカル』
～ハローキティのドリームエンジェル～

◇と き 9月28日(日)

[1回目] 開場 午前10時30分

開演 午前11時

[2回目] 開場 午後2時

開演 午後2時30分

◇入場料 1階：1,000円／2階：500円

◇主 催 長生村／長生村教育委員会

◇問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100



©'76,'93,'99,'01,'02,'08 SANRIO APPROVAL No.P2207153

エリック&E-ジャム・バンド コンサート

◇と き 9月15日(月・敬老の日)

[1回目] 開場 午前10時30分

開演 午前11時

[2回目] 開場 午後2時30分

開演 午後3時

◇入場料 前売割引料金 1,200円

当日料金 1,800円

◇主 催 キッズスクール

◇問い合わせ

キッズスクール ☎ 0470 (87) 9087

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のでお電話でお問い合わせください。

団体以外の上映は、祝日等の指定日のみとなります。

☆「秋の星座」・「よもやま学園天文部 秋の星空編」

○一般上映を行います

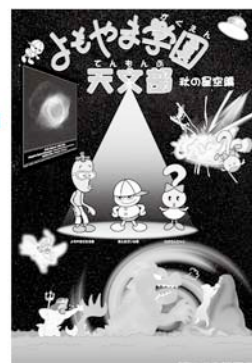
9月15日(月・敬老の日)・23日(火・秋分の日)

は一般の人を対象に上映いたします。

◇上映日時 午後1時30分 午後3時30分

◇問い合わせ

文化会館 ☎ (32) 5100



図書室休室します

9月16日(火)～22日(月)まで蔵書点検のため図書室を休室します。この期間は図書の貸出は行いませんので、ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いします。

なお、図書の返却は返却箱(玄関前)にお願いします。

9月の主な行事予定

日	曜	事業名	時間	場所
6	土	長生中学校体育祭	8:30	長生中学校
15	月	敬老ながいきまつり	9:30	長生村体育館
17	水	議会定例会(予定)	9:30	役場議場
21	日	海岸一斉清掃	9:00	一松海岸
27	土	各保育所体育祭	9:00	各保育所
28	日	役場日曜窓口開設日	8:30	役場庁舎

●役場日曜窓口開設日 9月28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

9月1日は

村・県民税、

国民健康保険税、介護保険料

後期高齢者医療保険料

の納付月です

9月の公共施設休館日

◇村体育館・武道館・弓道場・薮塚球技場

1日(月)・15日(月)(第1・3月曜日)

◇文化会館・中央公民館

1日(月)・8日(月)・16日(火)・17日(水)・22日(月)・24日(水)・29日(月)

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
9・7	鈴木医院 42-3111	宮山医院 22-4873	穴倉病院 24-2171
9・14	清水医院 42-2950	吉田医院 34-3045	菅原病院 25-1171
9・15	長生診療所 32-3303	鈴木医院 22-2630	本納整形外科内科 34-5091
9・21	長生八積医院 32-3282	東部台医院 22-2455	長生病院 34-2121
9・23	津谷クリニック 32-5645	わだ内科クリニック 20-3150	鎗田整形外科医院 24-8686
9・28	よねもと整形外科 40-1065	聖光会病院 35-5151	君塚病院 25-1811

※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。

こども急病電話相談 実施：千葉県

お子さんの急な病気で心配なとき、看護師・小児科医が電話でアドバイスします。※実施日 毎日 時間 19時～22時

#8000(プッシュ回線・携帯電話)・☎ 043(242)9939(ダイヤル回線)

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

9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 3日	資源ゴミ 3日	粗大ゴミ 3日
粗大ゴミ 17日	燃えないゴミ 10日	資源ゴミ 10日
資源ゴミ 24日	粗大ゴミ 24日	燃えないゴミ 17日

※燃えるゴミの収集日は、全コース火、木、土曜日です。

前日や夜間に出不さないで収集日の午前8時30分までにしてください。
「20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。

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	9月11日(木) 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(祝日の場合は翌日)	総合福祉センター ☎ 32-3391
◎人権相談	9月 8日(月) 午前10時～午後3時	総合福祉センター ☎ 32-2112
◎結婚相談	9月21日(日) 午前11時～午後3時	コミュニティセンター ☎ 32-3134
◎住民法律相談	9月16日(火) 午後1時～午後4時(要予約)	総合福祉センター ☎ 32-2111
◎法律相談	9月19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	9月 8日(月) 午前10時～午後3時(要予約)	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	千葉地方法務局茂原支局 ☎ 24-2188
◎子育て相談	9月5日(金) 8日(月) 午前9時～正午、午後1時～午後4時	一松保育所 ☎ 32-1106
◎交通事故相談	9月18日(木) 午前10時～午後3時(受付は午後2時30分まで)	総合福祉センター ☎ 32-2116

※住民法律相談・行政相談の予約は、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20年9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。