

祝新春 昇る朝日に願いを込めて

元日の朝、一松海岸に初日の出を拝むために、たくさんの方が集まりました。

また、毎年恒例となっている怒涛いなさ太鼓による初打ちも行われ、集まった人たちは、太鼓の力強い音色を聴きながら、昇る朝日に新年の無事を祈りました。



【朝日を背景に初打ち】



【今年は美しい日の出が見れました】

駅東側駐輪場に屋根が出来ました

通勤通学などで八積駅を利用している人の利便性向上のため、駅東側駐輪場に屋根を設置しました。

屋根は約70メートルにわたり、約120台の自転車などを停めることができます。12月から利用開始となりました。



【みなさんぜひご利用ください】

移動交番開設場所・時間

○尼ヶ台総合公園

2月 8日(月)午後1時30分～午後3時

2月14日(日)午後1時30分～午後3時

※交通事故の発生や気象状況によって変更となる場合もありますので、詳細については茂原警察署までお問い合わせください。

茂原警察署 地域課 移動交番係

☎(22)0110

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

茂原市八千代1-5-4 (茂原消防署のうら)

☎(24)1010

子ども急病電話相談

☎局番なしの#8000 (プッシュ回線・携帯電話)

ダイヤル回線からは 043(242)9939

毎日午後7時～午後10時

編集後記

早いもので、今年も1ヶ月が過ぎましたが、まだまだ寒い日が続き、寒さが苦手な私には厳しい季節です。八積保育所で行われた村長の一日所長に同行し、取材させてもらいました。パワフルな子どもたちに圧倒されながらも、昼食を一緒に食べた、しりとりをしながら遊んだり楽しい取材でした。(H・I)

日曜開庁日 2月28日(日)

住民票の写しの発行や村税納付などの業務を午前8時30分～午後5時まで役場庁舎にて実施しています。

村税等は納期限内に納めましょう！今月は…

- 固定資産税 第4期
- 国民健康保険税 第8期
- 介護保険料 第8期
- 後期高齢者医療保険料 第8期

の納期限となっております。納め忘れのないようにしてください。

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

(休日当番は午前9時～午後5時まで)

月 日	一宮地区	茂原地区内科系	茂原地区外科系
2月 7日	津谷クリニック 0475(32)5645	輪沢外科内科クリニック 0475(34)2496	宍倉病院 0475(24)2171
2月11日	よねもと整形外科 0475(40)1065	鶴澤医院 0475(34)2008	三枝医院 0475(25)2203
2月14日	長島医院 0475(42)8800	清水三郎医院 0475(25)0776	鎗田整形外科医院 0475(24)8686
2月21日	いちのみやクリニック 0475(42)1616	山之内病院 0475(25)1131	宍倉病院 0475(24)2171
2月28日	K・Iクリニック 0475(42)7575	大木医院 0475(23)2546	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。※救急患者が優先となります。中央消防署指揮情報係 ☎(24)0119へお問い合わせください。

今月のゴミ収集日

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。

広報

ちようせい

平成28年2月号

No. 448

祝 長生村成人式

【主な内容】

確定申告はお早めに
平成28年消防出初式
平成28年長生村成人式
臨時保育士等の登録者募集
2P
7P
8P
10P

新成人を祝って

1月10日、文化会館で「平成28年長生村成人式」が行われました。女性は華やかな振り袖姿、男性はスーツや袴などに身を包み、大人たちの仲間入りに目を輝かせていました。

人口	14,705人(+11)	転入	40人
男	7,271人(+3)	転出	25人
女	7,434人(+8)	出生	5人
世帯数	5,832世帯(+4)	死亡	9人
1月1日現在()内は前月比			



確定申告は

3月15日(火)が申告期限です!!

お早めに

所得税の確定申告とは

所得税の確定申告は、毎年1月1日から12月31日までの1年間に生じた、すべての所得の金額とそれに対する所得税の額を計算し、申告期限までに確定申告書を提出して、源泉徴収された税金や予定納税で納めた税金などとの過不足を精算する手続きです。

申告受付期間

2月16日(火)～3月15日(火)
午前9時～正午、午後1時～午後4時
※土、日曜日および2月28日(日)の日曜開庁時は申告受付を行います。

申告受付会場

総合福祉センター2階(役場庁舎西側)
手順

- ①階段を上り、申告者控室前の番号札(午前8時に用意します)をお取りください。
- ②番号をお呼びするまで、申告者控室でお待ちください。

ご注意ください

●譲渡所得や太陽光発電設備による電力の売却収入の確定申告および消費税の申告をされる場合など、内容が複雑な申告は茂原税務署で申告相談、受付をおすすめします。役場で申告する際には、必ず事前に税務署

●申告が必要な人

【所得税】

- ①事業所得や不動産所得、土地や建物、株式等の譲渡所得などがある人
 - ②個人年金等の雑所得や一時所得、配当所得などのある人
 - ③給与所得者の場合
・給与収入の金額が2千万円を超える人
・給与を2カ所以上から受けている人
・給与・退職所得以外の所得の合計額が20万円を超える人
・医療費控除などを追加する場合や年の途中で退職して年末調整が済んでいない人
 - ④年金所得者の場合
・公的年金等の収入金額が400万円を超える人
- ※右記に当てはまらない人でも所得税の還付を受けるための申告書を提出することができます。
- ⑤住宅借入金等特別控除を受ける人
 - ⑥租税特別措置法の適用を受ける人

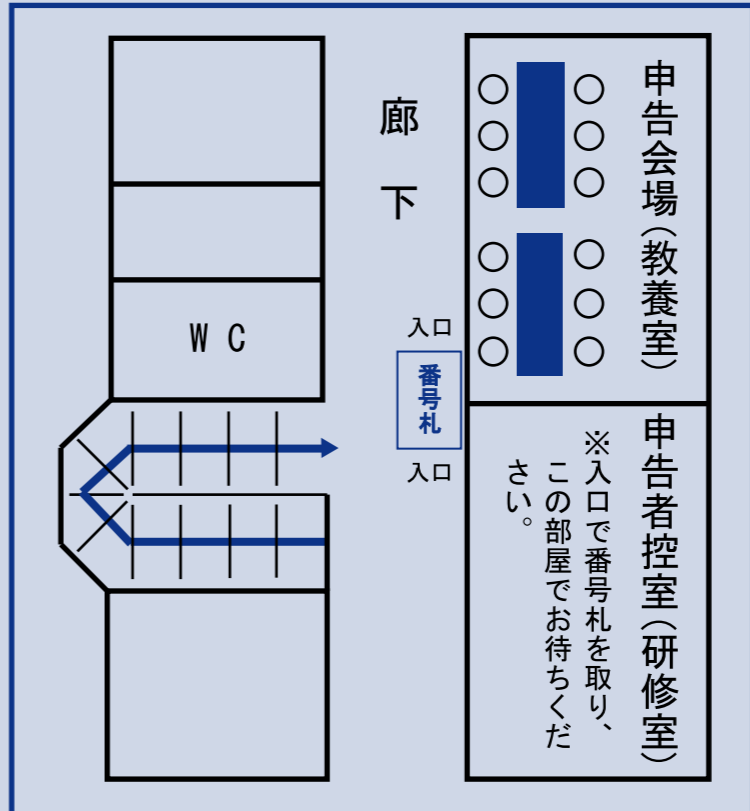
【村民税】

- 平成28年1月1日現在、長生村に居住し、次の事項に該当する人
- ①事業所得や不動産所得などがあり確定申告の必要のない人
 - ②公的年金以外に所得がなく、社会保険料などの控除を受けようとする人
 - ③家族の扶養者になっていない人
 - ④村外に居住している家族などに扶養されている人
 - ⑤障害者年金や遺族年金を受給している人
- ※障害者年金や遺族年金は課税対象外のため、年間の受給額が役場に通知されませんので申告されない場合、未申告扱いとなります。
- ⑥給与所得者のうち、次のような人
・勤務先から長生村役場へ給与支払報告書が提出されていない人
・給与所得以外に20万円以下の所得があった人
- ・年の途中で退職し、その後就職していない人(所得税の確定申告をする人は除く)
- ※国民健康保険税や後期高齢者医療制度の軽減措置、税関係証明書の発行、福祉関係の所得判定の基礎資料となるものがありますので所得がない人でも申告が必要です。

●申告に必要なもの

- ①申告書
- ②事業所得、不動産所得がある人は収支内訳書
- ③給与、年金、報酬がある人は源泉徴収票(コピー不可)
- ④株式等に係る譲渡所得および配当所得がある人は支払通知書、株式の年間取引報告書
- ⑤国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料などの支払金額のわかるもの
- ⑥国民年金保険料、国民年金基金掛金の支払証明書
- ⑦生命保険料、地震保険料の支払証明書
- ⑧障害者控除を受ける人は障害者手帳・療育手帳または障がい者控除対象者認定書(注1)
- ⑨医療費控除(注2)を受ける人は医療費、介護保険施設等利用料の領収書(補てん金がある人は補てん金額がわかる書類)
- ⑩還付金振込先の口座番号(本人名義)
- ⑪印鑑(シヤチハタ不可)

総合福祉センター2階案内図



で申告相談を行ってください。申告内容によっては受付をお断りする場合があります。

●青色申告決算書の作成相談は役場では受付できませんのでご了承ください。

●例年、申告期限3月15日(火)が近づく大変混雑しますので、早めに申告を済ませることをおすすめします。

●役場では申告期限後の所得税の確定申告受付はできません。

農業所得者の皆様へ

税務課では、今年も「簡単・便利 なちようめん」(100円)を作成しました。税務課窓口、申告受付会場に用意してありますので、購入される場合は税務課職員に申し出てください。

税務相談



住宅借入金特別控除について

居住年	住宅区分	控除期間	控除率	各年の控除限度額
平成26年4月 ～ 平成31年6月	一般の住宅	10年	1%	40万円
	認定住宅	10年	1%	50万円

住宅ローンなどを利用して、住宅用家屋を新築、取得または増改築等をし、次の事項に該当するときは、住宅借入金等特別控除として所得税が差引かれます。一定のバリアフリー改修工事や省エネ改修工事も増改築等の対象となります。

住宅借入金等特別控除を受ける要件

- ① 新築または取得の日から6カ月以内に入居し、適用を受ける各年の12月31日まで引き続き居住していること
- ② この控除を受ける年分の合計所得金額が3千万円以下であること
- ③ 法務局で不動産登記されていること
- ④ 家屋の床面積（登記面積）が50㎡以上でその2分の1以上が居住用であるもの
- ⑤ 金融機関や公庫などの住宅ローンを利用し、その返済期間が10年以上の分割返済であること
- ⑥ 居住した年とその前後2年の計5年間に居住用財産を譲渡した場合の長期譲渡所得の課税の特例などを受けていないこと

必要書類

- ⑦ 所有者の住民票の写し
- ⑧ 金融機関などから発行された住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書

医療費控除について



総所得金額等	医療費控除額(ただし、控除額の上限は200万円)
200万円以上	支払った医療費 - 保険などにより補てんされる金額 - 10万円
200万円未満	支払った医療費 - 保険などにより補てんされる金額 - (総所得金額×5%)

平成27年1月1日から12月31日までの1年間に支払いをした医療費が対象となります。

領収書またはレシートの原本が必要で、

※購入品名の記載のないレシートは購入した品名を記載してください。記載のない場合は、原則として対象外です。

☆医療費控除の対象となるもの

- ① 医師または歯科医師による診療費や治療費
- ② 治療または療養に必要な医薬品の購入費
- ③ あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師・柔道整復師による施術費
- ④ 入院の際の部屋代や食事代
- ⑤ コルセットなどの医療用器具等の購入代やその賃貸料で通常必要なもの
- ⑥ 医師による治療に必要な義手、義足、松葉杖、義歯などの購入費
- ⑦ 出産に伴う一般的な費用(定期検診や検査の費用、通院費用など)
- ⑧ 電車・バスなどの公共機関による通院費
- ⑨ 介護保険の施設・居宅サービスの自己負担金
- ※事業所の発行する領収書に医療費控除の対象金額が記載されていません。
- ⑩ 傷病によりおおむね6カ月以上寝たきりで医師の治療を受けている場合に、必要があると認められたおむつ代
- ※「おむつ使用証明書」もしくは福祉課が発行する「おむつ使用の確認書」が必要となります。

☆医療費控除の対象とならないもの

- ① 住民健診や人間ドックなどの健康診断の費用
- ※健康診断の結果、疾病が発見され引き続き治療をした場合は、控除の対象となります。
- ② 予防接種の費用
- ③ 医師などに対する謝礼金、親族に対する付添料
- ④ 疾病の予防や健康増進のための医薬品(特定保健用食品など)
- ⑤ 健康維持、疲労回復のための、あん摩マッサージ指圧師などによる施術費
- ⑥ 入院の際の身の回り品(寝巻きや洗面具など)
- ⑦ 本人や家族の都合により個室に入院した際の差額ベッドの費用
- ⑧ 容ぼうを美化するための費用(美容整形など)
- ⑨ 通常の眼鏡などの購入費
- ※医師による治療を要することが記載された処方せんへの添付があれば控除の対象となります。
- ⑩ 自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車場の料金
- ⑪ 通院する際のタクシー代(やむを得ない場合を除く)



申告書の作成は

「確定申告書等作成コーナー」で国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」では、画面の案内に従って金額等を入力することにより、申告書などを作成することができます。印刷すればそのまま税務署に提出することができます。(所得税・消費税・贈与税確定申告書、青色申告決算書・収支内訳書などが作成できます。) また「確定申告書作成コーナー」を利用していただく、e-tax用の申告データを作成することができ、作成したデータを簡単な操作によって、自宅等から電子申告(e-tax)することもできます。ぜひご利用ください。

e-taxのご利用に際しては、開始届出書の提出、電子証明書の取得、ICカードリーダーライタの購入など事前準備が必要です。詳しくはe-taxホームページをご覧ください。

【国税庁ホームページ】
<http://www.nta.go.jp>
 【e-taxホームページ】
<http://www.e-tax.nta.go.jp>

問い合わせ
 税務課 ☎ (32) 2113
 茂原税務署 ☎ (22) 2166

介護保険 × 確定申告

社会保険料控除

介護保険料は、その納付した全額が、社会保険料控除の対象となります。

※ただし、年金からの天引き（特別徴収）で納付している場合は、年金受給者本人の所得控除となるため、その親族等が控除として申告することはできません。

障害者控除

身体障害者手帳等の交付を受けていない人でも、要介護（支援）認定を受けており、かつ「身体（知的）障がい者に準ずる」と認定された人については、障害者控除および障害者扶養控除の対象となります。

【対象者】

65歳以上の介護保険要介護（要支援）認定者のうち、寝たきりや認知症および身体の障がいにより日常生活に支障のある人で、介護認定時における「障害高齢者自立度」および「認知症高齢者自立度」により審査します。

【手続き】

障がい者控除対象者認定申請書に記入、捺印のうえ、提出してください。

申請書はホームページおよび福祉課に備えてあります。

医療費控除

介護保険の居宅サービスや施設サービスの利用者負担金は、一部医療費控除の対象となります。

【対象となるサービス等】

下表のとおりです。ただし、高額介護サービス費および利用者負担額助成金を受給した場合には、支払った額から受給した額を差し引いた額が控除対象となります。

問い合わせ

福祉課 介護保険係
☎（32）6809



医療費控除対象サービス一覧（主なサービス）

		医療費控除対象金額
居宅	医療系	<p>自己負担額と食費、滞在費の自己負担額</p> <p>※特別な食事、居室にかかる費用を除きます。 ※保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった額も控除対象となります。</p>
	福祉系	<p>自己負担額</p> <p>医療系サービスと一緒に利用していることが前提です。 保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった額は控除対象になりません。</p>
喀たん吸引	自己負担額の10分の1 居宅サービス計画に位置付けられ、医療系サービスと一緒に利用していないことが前提です。	
施設	<ul style="list-style-type: none"> 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） 地域密着型介護老人福祉施設 	<p>自己負担額と食費、居住にかかる自己負担額の合計の2分の1</p> <p>※特別な食事、居室にかかる費用を除きます。</p>
	<ul style="list-style-type: none"> 介護老人保健施設 介護療養型医療施設 	<p>自己負担額と食費、居住にかかる自己負担額</p> <p>※特別な食事、居室にかかる費用を除きます。</p>
おむつ	おむつ代の医療費控除を受けるには、1年目は医師が発行した「おむつ使用証明書」の添付が必要です。また、要介護（支援）の状態にあり、医療費控除を受けるのが2年目以降の場合は、村が発行する確認書を添付することで医療費控除の申請ができます。詳しくは、福祉課介護保険係にお問い合わせください。	

（※1）（※2）には、条件がありますのでお問い合わせください。

平成28年 消防出初式 第六支団（長生村）から31人が表彰されました



【凜とした雰囲気の中で出初式が開式】

1月9日、茂原市民会館で長生郡市広域市町村圏組合主催による「平成28年消防出初式」が行われました。式典では、第六支団（長生村）から31人の消防団員などに日頃の消防活動への尽力を称えて、賞状と記念品が贈呈されました。

受章者は以下のとおりです。

（敬称略）

千葉県知事表彰

○功労章

支団本部長
村杉 貴博（金田）

千葉県知事表彰

○精勤章

第3分団第4部
石井 政春（大坪西部）

千葉県消防協会会長表彰

○精勤章

第2分団第3部
海老根 好宏（新田）

防災危機管理部長表彰

○防災危機管理部長章

第1分団副分団長
金坂 雄一（岩沼）

第1分団第2部
荻野 和幸（七井土）

第3分団第2部
石井 勇（宮ノ台）

第3分団第4部
鶴沢 芳満（蟹道）

長生郡市広域市町村圏組合 管理者表彰

○功労章

第1分団第5部
小高 秀介（信友）

第2分団第4部
石川 知典（中之郷）

千葉県消防協会長生支部長表彰

○功労章

第1分団第1部
芝崎 徹也（金田）

第1分団第5部
矢部 晃久（信友）

長生郡市広域市町村圏組合 消防団長表彰

○精勤章

第1分団第2部
高橋 良和（七井土）

第2分団第4部
木島 克之（中之郷）

第3分団第1部
貝塚 弘知（向原）

長生郡市広域市町村圏組合 消防団長表彰

第1分団第5部
藍 明子（中之郷）

第2分団第4部
藍 明子（中之郷）

千葉県長生地域振興事務所長 内助功労表彰

第3分団第5部
小高 るり子（蟹道）

第3分団第5部
中村 幸子（鷺）

長生郡市広域市町村圏組合消防団長 内助功労表彰

第3分団第5部
中村 幸子（鷺）



【代表謝辞を述べる村杉支団本部長】

今年170人が大人の仲間入り
新成人を祝う式典

1月10日、文化会館で「平成28年長生村成人式」が開催され、当日は170人のうち124人の新成人が式典会場に集まりました。

式典では、小高村長から新成人に、「これから社会の一員として自覚を持ち、責任ある行動をとってほしい」と式辞が述べられました。

新成人を代表して田中幹也さんは、今まで育ててくれた親や、支えてくれた人々への感謝の気持ちと、新成人としてのこれからの決意を語り



【晴れ着で記念撮影】



【田中幹也さん】

ました。

また、矢部朱梨さんが、村民憲章の宣言を行いました。

式典終了後は、中央公民館講堂で懇親会が行われ、懇親会には新成人以外にも、中学時代の恩師も招待されていま

した。久しぶりの再会に、思い出話や近況報告など話は尽きないよう、懇親会終了後も会場の内外に残って話をしている人が大勢見られました。



【矢部朱梨さん】



【久しぶりの再会】



【自撮りで記念撮影】



【中学時代の恩師と一緒に乾杯】

長年の環境美化活動を表彰
佐瀬 忠男さん（北水口）

12月25日、長年にわたり村の環境美化活動に尽力された佐瀬忠男さんに小高村長より表彰状が贈られました。この表彰は、3年以上にわたって環境美化に努めた人に贈られるもので、佐瀬さんは平成17年から10年間、村の不法投棄監視員を務められました。



【佐瀬忠男さん】

24時間テレビから福祉車両寄贈
福祉サービスに活用

12月10日、日本テレビ放送網株式会社において、24時間テレビ福祉車両の贈呈式が行われました。

贈呈式では、公益社団法人24時間テレビチャリティ委員会から長生村へ福祉車両が寄贈されました。

この福祉車両は、障がい者や高齢者を対象とした送迎サービス事業や、車いす使用者を介護する家族などを対象とした短期貸付事業のために使われます。



【寄贈された福祉車両】

そばオーナーのそば打ち体験
ながいきそば倶楽部

12月20日、中央公民館講堂で、ながいきそば倶楽部（小倉一夫会長）主催、ながいき集落営農組合（木島敬二代表理事）協力によるそばオーナーのそば打ち体験が行われました。

そば打ち体験は午前と午後の2回に分けて行われ、参加したオーナーは90人でした。

参加したみなさんは、初めに講師による実演を見学してから、そば打ちをスタート。

そば打ちの経験がない人が多かったようで、そば粉を練るのも、生地をのばすのも苦



【慎重にそばを切りました】



【講師の実演を熱心に見学】

勞をしているようでした。

講師の指導を受けながら、何とか無事にそば打ちを終えたオーナーたちは、自分で打ったそばをお土産に持ち帰りました。

村長が一日保育所長に就任
また一緒に遊ぼうね

12月に村内の3保育所で、小高村長が一日保育所長を務めました。

16日は一松保育所でクリスマス会が行われ、クリスマスツリーの点灯スイッチを村長が入れました。また、サンタクロースから園児たちにクリスマスプレゼントが手渡されました。



【サンタさんからプレゼント（一松保育所）】

18日の八積保育所では、村長と一緒にミニクリスマスツリー作りを行いました。子どもたちは、工夫しながら、ミニクリスマスツリーをきれいに飾り付けました。



【村長と一緒にミニクリスマスツリー作り（八積保育所）】

22日の高根保育所では、外で運動会を行い、追いかけて入れや、お遊戯、リレーなど



【一生懸命走りました（高根保育所）】



【みんなで準備体操（高根保育所）】

を一緒に行いました。

どの保育所でも行事終了後は一緒に昼食を食べ、楽しい一日は終了となりました。



【みんなそろっていただきます（一松保育所）】

国民年金保険料をお得に納めましょう

住民課
千葉年金事務所
☎(32) 2115
☎043(242) 6320

国民年金保険料を前納や口座振替を利用して納付すると割引があります。

納付方法

現金で前納される人は、毎年4月に送付される納付書にて納期限までに納付してください。

口座振替で前納される人は、4月中旬頃に届く「国民年金保険料口座振替額通知書」で口座から振替される金額を確認し、預金残高にご注意ください。平成28年度前納の口座振替日は、5月2日(月)です。

口座振替の申込方法

口座振替申出書に必要事項を記入・押印(金融機関の届出印)し、最寄りの年金事務所または金融機関窓口へ提出(郵送可)してください。※平成28年度4月分から前納を開始したい場合は、2月29日(月)までに手続きが完了している必要があります。

口座振替の注意点

・すでに口座振替で前納されている人は、再度のお申し込みの必要はありません。(ただし、口座振替の引

	1ヵ月分割引額	6ヵ月分割引額	1年分割引額	2年分割引額
翌月末納付	—	—	—	—
当月末振替(口座振替のみ)	50円	300円	600円	1,200円
6ヵ月前納(現金納付)	—	760円	1,520円	3,040円
6ヵ月前納(口座振替)	—	1,060円	2,120円	4,240円
1年前納(現金納付)	—	—	3,320円	6,640円
1年前納(口座振替)	—	—	3,920円	7,840円
2年前納(口座振替のみ)	—	—	—	15,360円

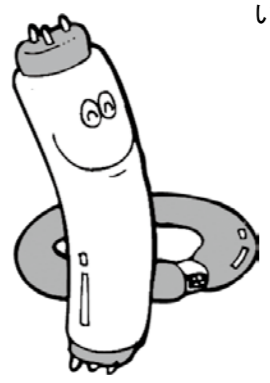
※ 割引額は、平成27年度の保険料額を基にした目安額となりますので、実際の金額とは異なる場合があります。

家庭用LED照明器具購入費用の一部を補助します

村では、LEDの普及を促進し、電力使用量の削減および温室効果ガスの排出抑制を図るため、一般家庭において使用される、LED照明器具、LED電球の購入費用の一部を補助いたします。

なお、申請は一世帯につき1回限りです。

家庭用LED照明器具、LED電球の購入をお考えの人は、次の内容を確認のうえ、産業課へご相談ください。



補助対象者

次の要件を全て満たしている人
①村内に居住し、住民登録をされていること

②自らが居住する住宅に設置する目的でLED照明器具等を購入した人

③申請日において、村税を完納していること(課税されている全世帯員)

産業課 ☎(32) 2114

補助対象経費

購入・設置・交換費用の合計が5千円以上のもの(消費税を除く)

補助金額等

【補助率】購入費用等の2分の1以内。ただし、千円未満の端数が生じた場合500円未満は切り捨て、500円以上は500円とします。

【補助金額】限度額7万5千円

【交付方法】村内小売業者において購入または設置工事をしたときは補助金額を現金で支給します。

村外小売業者において購入または設置工事をしたときは長生村商工会が発行する「ながいき村お買物券」を補助金相当額交付します。

補助申請期間

平成28年3月25日(金)まで受付。※予算が無くなり次第、受付を終了します。



臨時保育士・保育支援員の登録者を募集

健康推進課 ☎(32) 6800

村の保育所では、臨時保育士・保育支援員(保育士の補助者)の登録者を募集しています。採用については、保育士・保育支援員に欠員が生じた場合、登録していただいた人に面接等を行い採用します。

賃金

【臨時保育士】日給8525円(時給1100円)

【保育支援員】時給900円

資格

【臨時保育士】保育士資格を有する人および今年度内に保育士資格取得見込みの人

【保育支援員】子育て経験者で、60歳以下の人

【保育士証】保育士証(保育士資格を有する人のみ)

【必要書類】履歴書・保育士証(保育士資格を有する人のみ)

【申し込み】健康推進課(保健センター)に必要書類をご持参ください。

勤務時間

【臨時保育士】午前7時30分から午後7時の内7時間45分以内

※短時間でも相談に応じます。

【保育支援員】午前7時30分から午後7時の内5時間以内

休日 土日・祝日・年末年始

勤務場所 村内の保育所

放射線量の測定結果について

下水環境課 ☎(32) 2494

村では、福島第一原発事故を受けて定期的に村内の保育所、小学校、中学校など計9施設の大気中放射線量を測定しています。

1月13日の測定結果は、最高値が毎時0.07マイクロシーベルトでいずれの測定場所も「放射能汚染に対処する特別措置法」に基づく基準

値(毎時0.23マイクロシーベルト)よりも低い数値ですので、校庭等を通常に利用して差し支えないと判断されます。詳しくは、村ホームページをご覧ください。
<http://www.vill.chosei.chiba.jp/>

福祉タクシーをご存じですか?

福祉課 ☎(32) 2112

村では、障がい者および高齢者等の社会活動の範囲を広め、生活利便性の向上を図るため、障がい者および高齢者等がタクシーを利用した場合、その料金の一部を助成しています。

利用できる人 村内に住所を有する在宅の重度障がい者および高齢者のみの世帯等(日中高齢者のみならず)を含む

※具体的な要件の確認は福祉課までお問い合わせください。

【助成内容】タクシー利用料金の半額(※ただし限度額1500円まで)

を助成します。利用回数は年間48回

までです。ただし、通院により人工透析療法を受けている人(外出支援サービス利用者を除く)は、年間144回まで利用できます。

【利用方法】助成を希望される人は、まず利用登録が必要ですので、福祉課へ申し込みをしてください。その際、助成金の振込先口座を確認できる通帳等が必要です。

登録後にタクシーを利用したときは、一旦料金の全額を支払い、後日その領収書を添えて福祉課へ助成申請をしてください。村で審査のうえ登録時に指定された口座へ助成金を振り込みます。

「村民親善ゴルフ大会」参加者募集

文化会館 ☎(32) 5100

村体育協会ゴルフ部では、村民親善ゴルフ大会を開催します。皆様の参加をお待ちしております。

とき 3月16日(水)

・午前9時集合

・午前9時45分スタート

ところ 一の宮カントリー倶楽部

東コース(乗用カート・セルフプレー)

参加費 3千円

※別途プレー費8300円(食事付)

定員 10組(40名)

参加申込先 長生村体育協会事務局(文化会館内)

図書室だより

今月の新刊

死はこわくない	立花 隆
天下人の茶	伊東 潤
早春賦	山口 恵以子
天平の女帝 考謙称徳	玉岡 かおる
まんがで読む万葉集 ・古今和歌集・新古今和歌集	吉野 朋美
きみはうみ	西 加奈子
ゆき	きくち ちき
暗号クラブ 6	ベニー・ワナー

今月の一冊

光のない海 白石 一文著

建材会社の社長・高梨修一郎は、取引先の紛飾決算による経営危機に翻弄され、事態の收拾を図るとともに引退を考えはじめる。彼の脳裏に浮かぶのは怒涛のように過ぎ去った日々の記憶・・・。



ぼくの夢は、けいさつの白バイ
たいいんになることです。かっこ
いい白バイののって、パトロール
したり、交通ルールをおしえたり
します。長生村をじこのない安全
な村にしたいです。



八積小 3年
たかなか はやと
高仲 颯斗さん



一松小 5年
すずき まゆ
鈴木 真結さん

私の夢は、保育士になることで
す。理由は小さい子と遊ぶ事が大
好きだからです。いつか、自分が
通っていた、一松保育所で先生と
して、働きたいです。

ぼくのゆめ わたしのゆめ

一月の句抄

俳句クラブ

内房線窓に初富士手合わせり
(ほんやりと窓から見る富士の山に癒されます。テロなきことを祈りながら。)
押野 三枝子

初明り厨の窓に手を合わせ
(元日の朝、ぞう煮を作るため厨に行くときと東の窓に朝日がさして見えました。毎朝見る光景ですが元日は特別の太陽に見えます。今年一年の健康と安全をと手を合わせ祈りました。)
野澤 沙と志

陶然として老犬や福寿草
(十七才の老犬です。名前はあかね、牝犬です。目も見えず、耳も聞こえず生きていくだけの犬ですが、ダンボールの箱の中で気持ち良さそうに眠っている安らかな姿を見るといじらしくなります。がんばれ！あかね！)
鶴澤 よしえ

初雀上総の畑に湧き出でし
(正月晴れた朝に犬を散歩させていたら、刈り残された田畑から突然大量の雀が飛び立ったのに驚いて一句作りました。)
吉澤 和夫

新葉の大根注連の清々し
(新年を迎え神棚を清め、そのメ繩の青くピンと張った姿が清々しく感じました。)
小川 博寿

軽スポーツ体験会開催

村体育館でミニバレーボー
ル、ファミリィバドミントン
の体験会を開催します。一人
でも参加できますのでお気軽
にお越しください。みなさん
の参加をお待ちしています。
とき 2月13日(土)
2月27日(土)
午後7時~午後8時30分

村体育館
指導者 長生村スポーツ推進
委員会
問い合わせ 文化会館
☎(32) 5100



元気です!



堀口 莉胡 ちゃん(0才)
父 堀口 賢さん(北中瀬)
母 実穂さん
今はまだ寝転んでばかりの
私だけど、早く兄ちゃんと遊
びたいな~

「元気です!」募集

「元気です!」は、村内在
住で満5歳までのお子さん
を紹介するコーナーです。
お気に入りの写真が撮れ
ましたら、ぜひお寄せくだ
さい。

お子さんの写真と住所、氏
名、生年月日、親の名前、電
話番号、40字程度のコメント
を添えて、総務課広報係
2111へご連絡く
ださい。

●申込方法

村長出張記【18】



1月もアツという間に終わ
り、すでに2月に突入しまし
た。12月、1月と元気をもら
う行事が続きましたのでご披
露します。

12月6日、18日、22日には
それぞれ一松、八積、高根3
保育所の一日所長として招か
れ、クリスマス会、ツリーの
手作り、ミニ運動会と工夫を
こらした大歓迎を受けました。
帰りに、廊下に整列した子
どもたちとハイタッチしなが
ら玄関に向かうと、「また来
てね。」の大合唱。ホワっと
した気持ちと子育て支援の更
なる充実を決意しました。

1月10日は成人式。対象者
の数も参加者も郡内一番です。
表紙の写真のように大変華
やかでした。

代表謝辞の田中幹也さんと
は、「後は頼むぞ。」と熱い
握手を交わしました。

1月11日は、私が就任して
から始めた新春賀詞交歓会。
村内外、各界の方々にご参
加いただき、また今年も森衆
議員、石井参議院議員に
は、国会開会中にもかかわらず
ご臨席賜り、「小高村政の
さらなる発展を。」とエール
を頂きました。

1月12日から18日にかけて
は、社会福祉協議会が行って
いる「ふれあい事業」に参加
している高齢者の皆さんに、
村長室に来ていただきました。

これは12月のクリスマス会
にサンタさんとして訪問した
際、約束したことで、約70人
の方がいらっしやいました。
皆さん元気で顔ツヤも良く、
「この年?」になって初めて入
りました。」との声や、「お
出かけ支援をお願い。」との
要望もいただき、しっかりと約
束いたしました。



【園児とハイタッチ】

くりくりブック
おはなし会のお知らせ

今月のテーマは「おはなし
とわらべ歌あそび」です。
2月のおはなし会は、いつ
もの「わらべ歌あそび」(は
ないちもんめ)です。大人も
子どもも、手に手を取って、
楽しいゲームです。
もうそこまで来ている春に
向かって、楽しい時間もち
ませんか。

とき 2月27日(土)
午前10時30分

ところ 村文化会館 和室

対象 幼児から小学生向け
です。大人も参加できます。
読み聞かせボランティア「く
りくりブック」による親子で
楽しめるおはなしをします。

問い合わせ 文化会館
☎(32) 5100



♪おしゃべりひろば♪

9:30~11:30
3日(水) 5日(金) 8日(月)
10日(水) 12日(金) 22日(月)
24日(水) 26日(金) 29日(月)

9:30~11:30, 13:00~16:00
2日(火) 9日(火) 16日(火)
23日(火)

☆0歳児専用☆ **9:30~11:30**
1日(月) 15日(月)

おしゃべりひろばとは？

就学前のお子さん、親御さん同士の交流を目的に保健センター2階を開放しています。



火曜日は午後も開放します。

日	曜	事業予定	受付時間
3	水	ママパパ教室3コース①	13:15~13:30
4	木	3歳児健診【対象者:H24年10, 11, 12月生】	13:00~14:00
5	金	健康相談	9:00~11:30
12	金	ウォーキング教室	9:00~ 9:30
13	土	ママパパ教室3コース②	13:15~13:30
17	水	離乳食教室	9:15~ 9:30
18	木	乳児健診【対象者:H27年2, 7, 10月生】	9:00~10:30
23	火	胃がん健診	7:30~ 9:30
24	水	胃がん健診	7:30~ 9:30
25	木	胃がん健診	7:30~ 9:30
26	金	胃がん健診	7:30~ 9:30
27	土	胃がん健診	7:30~ 9:30

ママパパ教室参加者を募集します

赤ちゃんが元気に生まれ育つことを願って、ママパパ教室を行います。マタニティヨガや歯科指導、パパの妊婦体験等を実施しますので、初妊婦さんはもちろんのこと、経産婦さんやパパも進んで参加してください。

日程は、上記カレンダーを参照してください。

※準備の都合がある為、予約が必要です。

離乳食教室を開催します

離乳食についての講義・試食(調理実習はありません)や子どもの病気等、この時期に知っておきたいことについて楽しく学びませんか？

対象は生後4〜7カ月児とその家族です。

日程は上記カレンダーを参照してください。

みなさんの参加をお待ちしています。

※準備の都合がある為、予約が必要です。

胃がん検診を受けましょう

胃がん検診を初めて受診する人は、バリウム検査と合わせて、血液検査による「ペプシノーゲン検査・ピロリ菌抗体検査」を実施します。

ペプシノーゲン検査は胃の委縮度を見る検査で、胃がんの発症は、胃の委縮度が高いことやピロリ菌の保有に関連があります。まだ血液検査を受けたことのない人は、ぜひこの機会に受診しましょう。

過去に血液検査を受けたことがある人は、バリウムの検査だけとなります。

胃がんの原因は、ピロリ菌だけではありませんので、ピロリ菌に感染していない人や除菌治療が終わっている人も年に1回は検診を受けましょう。

昨年度受診した人、村の検診を希望している人には、2月上旬に問診票を送付いたします。

申し込みの済んでいない人で、村の胃がん検診を希望する人は、健康推進課までご連絡ください。



健康づくり講演会のお知らせ

背骨の構造や姿勢を保つ筋肉について知り、「歩くことの大切さ」を学ぶ健康づくり講演会を開催します。

とき 2月18日(木)
午後1時30分〜午後3時

ところ 保健センター
2階多目的ホール

テーマ「歩くことの大切さ」
講師 医学博士 河野 俊彦 氏

締め切り 2月5日(金)
申し込み 健康推進課 (保健センター)



保健師だより



今月の担当は 太田です

健康寿命を延ばすために
ロコモティブシンドローム予防

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)略称ロコモは、骨、関節、筋肉や神経で構成される運動器の障がいのために、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。

骨や筋肉の量のピークは、20〜30代といわれ、その後は徐々に低下していきます。

成長期は早寝早起きの習慣をつけ、栄養バランスのとれた食事をとり、健やかな成長を目指しましょう。また、青年期にやせすぎると、骨や筋肉が弱くなってしまいます。

骨や筋肉は適度な運動で刺激を与え、適切な栄養をとることで強く、丈夫に維持されるため「若いから関係ない」ではなく、若い頃からの運動習慣が重要です。

7つのロコチェック
1つでもあてはまる項目があれば運動器の衰えを考慮する必要があります。

- ・片足立ちで靴下がはけない
- ・家の中でつまずいたりすべったりする
- ・階段を上がるのに手すりが必要である
- ・布団の上げ下ろしや掃除機の移動など力のある家事が困難である
- ・2kg程度の荷物を持って歩くのが困難である
- ・15分(約1km)位続けて歩くことができない
- ・横断歩道を青信号で渡りきれない

ロコモーショントレーニング(ロコトレ)
無理をせず、自分のペースで継続していくことが大切です。

ゆっくりと深呼吸するペースで行うと効果的です。

腰や関節の痛み、筋力の衰え、ふらつきといった症状が悪化してきている場合などは

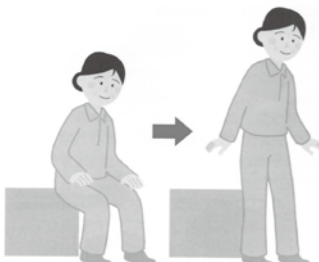
まず医師に相談をしてから行うようにしましょう。

【片脚立ち】
転倒しないように必ずつかまるものがある場所で行いましょう。片脚を床につかない程度に上げます。



【スクワット】

息を吐きながらお尻を下げて、吸いながらゆっくり元の姿勢に戻ります。椅子に座るイメージで、膝は90度以上曲げないようにします。



イラスト：公益財団法人健康・体力づくり事業財団発行「ロコモティブシンドロームってなに？」より

保健衛生推進員活動報告

親子料理教室を開催しました

食育活動の一環として、今春小学校に入学するお子さんを対象に、1月16日、23日の2日間で親子料理教室を開催しました。

今年度のメニューは、今話題の「おにぎらず」と「鶏肉のトマトクリーム煮」「オレオのヨーグルトデザート」の3品です。

保護者と兄弟姉妹のみならずにも参加していただいたので、みんな一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

自分で材料を切ったり、炒



【調理実習の様子】



【頑張って材料を切ります】



【上手にできました】

ぐるっと長生フェスタ2016 参加者募集

ノルディックウォークで一足早い春の訪れをin白子町。

と き 3月5日(土)午前9時30分～午後2時30分

ところ 白子町役場集合(ノルディックウォーク)→内谷川遊歩道→中里中公民館(休憩所)→しらこ桜祭り会場(ご当地キャラと写真撮影・昼食)→ガーベラ団地(施設内見学)→白子町役場(約10km)

参加費 3,000円(当日徴収、昼食、保険代など)

ストックレンタル料 500円(希望者のみ)

定員 140人(要予約、先着順)

申込方法
申込用紙を事務局へ持参または郵送、FAX、メールする(申込用紙は村ホームページからダウンロードできます)

受付期間 2月1日(月)から定員になり次第締め切り

申し込み・問い合わせ 長生地域観光連盟事務局

(茂原市商工観光課内)

☎ (20) 1528
FAX (20) 1604

E-mail
syoukou@city.

mobara.chiba.jp



生涯大学の 生徒を募集

千葉県生涯大学校では学生を募集します。

応募条件 仲間づくり、生きがいくくり、社会参加に興味のある千葉県在住の55歳以上の人

募集期間 2月5日(金)～29日(月)

願書配布場所 生涯大学校各学園、各市町村高齢者福祉担当課、各地域振興事務所、県庁高齢者福祉課、県庁ホームページ

※郵送希望者は、140円切手を貼った返信用封筒(角2)を同封し、下記へ郵送。

郵便送付先 〒260-0801 千葉市中央区仁戸名町666-2 千葉県生涯大学校事務局

問い合わせ 千葉県生涯大学校事務局
☎043(266)4705

体験教室「関宿城下を 歩こう(1日コース)」開催

県立関宿城博物館の周辺を歩いて、江戸時代の関宿藩にゆかりのある史跡や寺院を学芸員が案内、解説します。

と き 3月19日(土)午前10時～午後3時

集合場所 県立関宿城博物館集会所

定員 30人(申込先着順)

保険料 50円(別途昼食代1,000円)

申込方法 2月19日(金)午前9時から電話で申し込み。

申し込み・問い合わせ
県立関宿城博物館
☎04(7196)1400



体験活動ボランティア活動 スキルアップ講座を開催

これからのボランティア活動では、障がいのあるなしに関係なく、誰もが活動できる場を作っていくことが一層大切になります。

そこで、ボランティア活動者やボランティア活動に関心のある人を対象に「主体的にかかわること」「お互いに学びあうこと」などをあらためて確認するため、講義だけでなくワークショップを交えて学びます。

と き 3月6日(日)午後2時～午後4時

ところ さわやかちば県民プラザ

内容 「体験活動ボランティア活動スキルアップ講座～新しい価値観を想像する～」

講師 伊藤達也氏(東京藝術大学美術学部特任助教)

定員 50人(申込多数の場合抽選)

申込方法 往復はがきに、講座名、住所、氏名、返信用宛先を書いて郵送または県民プラザ総合受付に申し込み。ホームページからの申込みも可。

締め切り 2月14日(日)必着

申し込み・問い合わせ 〒277-0882 柏市柏の葉4-3-1 さわやかちば県民プラザ事業振興課 **☎**04(7140)8611

URL
<http://www.pref.chiba.lg.jp/pbkmp/>



今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]

【村文化会館・中央公民館】1日(月)、8日(月)、12日(金)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

第40回教育講演会を 開催します

社会福祉法人九十九会と睦沢町教育委員会の共催により教育講演会を開催します。

と き 2月13日(土)午後1時30分～午後3時30分

ところ 榎の木学園体育館

内容 長谷川満氏による講演会「自信とやる気を引き出す！自己肯定感を育てる親子関係の作り方！」

入場料 無料

※事前予約は不要ですが保育を利用される場合は予約が必要です。

保育予約・問い合わせ
つくも幼児教室

☎(44)1214



「第24回僕らはみんな 生き生き展」を開催

長生・夷隅郡市の福祉施設、特別支援学校が一堂に会し、展示販売会を実施することにより、地域の人たちにハンディキャップを持つ人達への理解を深めてもらうことを目的として「僕らはみんな生き生き展」を開催します。

と き 2月21日(日)～24日(水)午前10時～午後8時

ところ 茂原ショッピングプラザ アスモ

内容 各施設作業作品(加工食品、手芸、木工品、花苗など)の販売

主催 長生・夷隅地区福祉施設連絡協議会

問い合わせ 障害者支援施設 みずほ学園 **☎**0470(76)4321

借金問題は 解決できます

千葉財務事務所では無料の債務相談窓口を開設しています。

相談内容により解決のための助言を行い、必要に応じ法律専門家を紹介します。秘密は厳守します。

受付時間 月曜日～金曜日(祝祭日を除く)午前8時30分～正午、午後1時～午後4時30分

問い合わせ 財務省千葉財務事務所債務相談窓口 **☎**043(251)7830

「相続登記はお済みですか月間」 無料相談会を開催

千葉司法書士会では、会所属の司法書士が相続(登記)に関する相談を無料で受ける「相続登記はお済みですか月間」の無料相談会を開催します。

開催期間 2月1日(月)～29日(月)

相談会場 ご希望の千葉司法書士会所属司法書士の事務所

相談料 無料

予約 ご希望の司法書士と連絡を取り打ち合わせにより決定(司法書士会の所属司法書士の連絡先は、司法書士会のホームページで確認できます)

問い合わせ 千葉司法書士会事務局
☎ 043(246)2666

URL
<http://chiba.shihoshokai.or.jp/>

歴史学講座「日本刀の鍛錬と 装剣金工」を開催

1月30日(土)から開催中の千葉県新指定文化財展では、千葉県指定無形文化財保持者「刀匠・松田次泰の世界」を紹介しています。これに関連して、過去に日本刀関連で無形文化財の指定を受けた「日本刀鍛錬-石井昭房-」および「装剣金工-安藤薩雄の技-」の記録映像上映会を行います。

と き 2月11日(木)午後1時30分～午後3時

ところ 県立中央博物館

定員 150人(当日先着順)

問い合わせ 県立中央博物館
☎043(265)3111

支障木・危険木伐採について 知る研修会を開催

県では森林所有者、その他木材搬出作業・伐採作業を行う人を対象に研修会を開催します。参加費は無料です。

と き 3月2日(水) 午前10時～午後3時

ところ (1)座学 長柄町公民館講堂
(2)実演等 現地(長柄町内)※雨天時は長柄町公民館内で実施

定員 40人

申込締切 2月26日(金)

服装・持ち物等
昼食・温かく汚れてもよい服装・作業靴・軍手・ヘルメット・筆記用具・双眼鏡等(任意、見学時使用)

申し込み・問い合わせ
千葉県北部林業事務所

☎0475(82)3121



「しおかぜフェア」を 開催します

千葉県立長生特別支援学校では中学部、高等部の作業学習製品展示、販売会を開催します。

と き 2月18日(木)午前10時～午後3時

ところ 茂原ショッピングプラザ アスモ1階 センターコート

内容 長生特別支援学校中学部・高等部の作業学習製品の展示・販売、学校紹介の展示

問い合わせ
長生特別支援学校 **☎**(42)2470

各種相談

相談内容	と き	相談時間	ところ	連絡先
心配ごと相談	2月 1日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)	総合福祉センター	☎ (32) 3391
子育て相談	2月 8日(月) 2月23日(火)	午前 9時～正午、午後 1時～午後 4時	一松保育所	☎ (32) 1106
人権相談	2月 8日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)	総合福祉センター	☎ (32) 2112
行政相談	2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
住民法律相談	2月15日(月)	午後 1時～午後 4時 (要予約)	総合福祉センター	☎ (32) 2111
結婚相談	2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、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で受付ます。

2月は省エネルギー月間です!

関東電気保安協会 <http://www.kdh.or.jp/>