

# ▶▶▶ お知らせ

## くりくりブックのおはなし会を開催

生涯学習課 ☎(32)5100

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。

今月のテーマは「雨のおくりもの」です。雨の多い季節になりましたが、みんなで絵本や紙芝居を読んで、雨のひとつときを楽しみましょう。

**と き** 6月18日(土)午前10時30分から

**と ころ** 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。

**参加人数** 20名(電話受付先着順)

**参加方法** 6月15日(水)までに生涯学習課(文化会館)へお電話でお申し込みください。

※新型コロナウイルス感染予防対策として、換気を行い会場のスペースを広くとっております。

また、ご来場の際にはマスク着用をお願いいたします。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になる場合がありますので、予めご了承ください。

## 住宅リフォーム事業補助金

産業課 ☎(32)2114

村では、村内施工業者により住宅のリフォーム工事を行う村民に対して費用の一部を補助します。リフォーム工事をお考えの人は、以下の内容を確認のうえ、産業課へ申請してください。

### 補助対象者

以下の要件を全て満たしている人。

- ①長生村内の当該対象住宅に居住し、かつ、住民基本台帳に記録されていること
- ②世帯全員が村税を完納していること
- ③当該年度内に工事を完了すること
- ④対象となるリフォーム工事について、村で実施している他の制度による補助金等を受けていないこと
- ⑤交付確定の日から10年以上継続して対象住宅に居住及び住所を有すること

### 補助対象工事

- ・長生村内に本店を有する法人または個人事業主が工事を行うもの
  - ・工事金額が20万円以上のもの(消費税を除く)
  - ・建物の内外装の改修工事、玄関・居室・台所・浴室及びトイレ等の改修工事
- ※併用住宅の場合は、個人住宅部分のみ対象とし、共用部分は床面積を按分し算出します。

**補助金額等** 補助率 工事費の10%(千円未満は切り捨て)  
補助金額 限度額20万円

**事前申し込み期限** 6月10日(金)

- 必要書類**
- ・長生村住宅リフォーム補助金交付申請事前申込書
  - ・見積書等(工事内容及び予定額がわかるもの)
  - ・委任状(代理申し込みの場合)

### 注意事項

- ・一住宅につき1回限りです。
- ・施工中及び施工後の申請は認められません。
- ・事前申込者の補助予定額が予算の範囲を超えた場合は、公開抽選を行います。抽選会の実施の有無は通知します。
- ・事前申し込み後、補助対象者には、長生村住宅リフォーム補助金交付申請書を提出していただきます。(申請書は産業課窓口及び村ホームページで入手できます。)





4月末の本村人口が29人増えて、13801人となりました。転入77人、転出37人、死亡12人、そして出生は1人でした。

ここ数年、高齢化が進み死亡数が出生数を大幅に上回り、昨年度199人がお亡くなりになり、生まれた子どもは47人で、初めて50人を切りました。

村では、高校3年生までの医療費助成などの子育て支援、結婚新生活支援、3世代同居近居住宅支援など、数々の少子化対策を行っています。なかなか実を結びません。

タンス内の黒の礼服が葬儀ばかりで、結婚式に着る機会がほとんどありません。毎年のように好調を伝えてきた本村へのふるさと納税が、昨年度5億2200万円余りと令和2年度の半分になって

しまいました。

県内で伸びた市町の返礼品を調べると、本村の主力である米や海産物が、より安く、量も多く提供されていました。

本村は返礼品の質はもちろん、村の紹介、職員の対応、私からの電話など、寄附者の気持ちに寄り添って対応しています。昨年、ふるさと納税で本村を知ったご夫婦が船橋市から一松地区に移住されました。

ふるさと納税の寄附金は、子育て・教育支援、高齢者福祉、産業振興、環境整備などに使われる貴重な財源です。村外に住む役場職員からも寄附をいただいておりますが、村民の皆様もぜひ村外にお住まいの親戚、お友達や会社の同僚などにお声掛けをしていただき、長生村ふるさと納税がまた右肩上がりとなるよう、ご協力をお願いいたします。



ふるさと納税返礼品  
アイガモ農法によるお米

## 図書室だより

### 今月の新刊



剣持麗子のワンナイト推理  
新川帆立 著



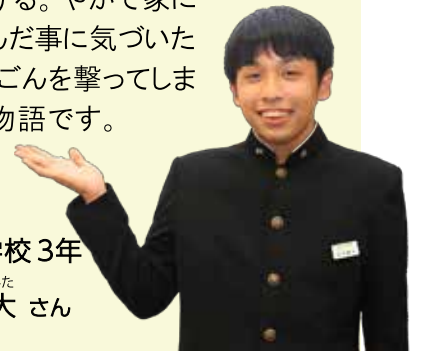
アンパンマンとたけとんぼまん  
やなせたかし 作

中学生のコレ読んでみ!



ごんぎつね  
新美南吉 著

ある日、ぎつねのごんは、兵十が魚を捕っているのを見つけ、イタズラ心で魚を逃がしてしまふ。十日ほど後、兵十の母は亡くなった。ごんは魚を逃がした後悔から栗などを兵十の家に届け続ける。やがて家に忍び込んだ事に気づいた兵十は、ごんを撃ってしまうという物語です。



長生中学校3年  
石井 順大 さん

月の王  
馳星周 著

名著の話 僕とカフカのひきこもり  
伊集院光 著

マスカレード・ゲーム  
東野圭吾 著

かみはこんなにくちやくちやだけど  
ヨシタケシンスケ 著

奇跡  
林真理子 著

風の神送れよ  
熊谷千世子 作

※その他の新刊情報については文化会館ホームページをご覧ください。  
URL [chosei-bunkahall.jp](http://chosei-bunkahall.jp)

問い合わせ 文化会館 ☎(32)5100

## 村ふおと

みんなが撮った長生村での  
たからもの  
写真を紹介しす



### 田植え

特産アイガモ米の田植えが始まり  
あとは、豊作をアイガモ達に託すだけ

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  
広報ちょうせいに載せてみませんか?

### ●応募方法

以下の注意事項をご覧のうえ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、メールをお送りください。

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。

僕の夢は、礼儀正しく、スポーツ  
や勉強など色々な事が出来る人  
になりたいです。そのため、地域の  
人にあいさつをしたり、家に帰ってス  
ポーツや勉強をしたりしてはげ  
みたいです。



八積小 6年  
さいとう ゆうや  
齊藤 裕也さん

ぼくのゆめ  
わたしのゆめ



高根小 3年  
ふるやま あかり  
古山 明加梨さん

わたしはのう家になりたいです。  
理由は、わたしがそだてた、やさ  
やくだ物を売って、それを買って  
れた人にやさしくやくだ物を大  
きくなってほしいし、え顔にな  
ってほしいからです。

### 尼ヶ台湿生植物園花だより

生涯学習課 ☎(32)5100

## 6月の花【ハナショウブ (アヤメ科アヤメ属)】

5月下旬から6月頃になるとノハナショウブの園芸種であるハナショウブ(花菖蒲)が咲きはじめます。紫、青、桃、白などの多様な花色や覆輪、絞り、大輪の花などの形にも多彩な変化がみられ、多くの種類に分けられます。

ハナショウブ(花菖蒲)の栽培は、江戸時代中頃から本格的に始まったとされていますが、各地で最盛期には数百の品種が育てられたようです。今でも、その地域に因んで江戸系、伊勢系、肥後系に分けられています。

アヤメやカキツバタとの見分け方としては、花びら(花弁)の元に黄色の菱形模様が入ることや、葉の太い主脈が表に一本、裏に二本突出しているのが特徴的です。日当たりのよい湿地を好んで生育します。



【ハナショウブの群落】

長生・尼ヶ台湿地植物を守る会



保健師だより

# オーラルフレイルを 予防しましょう



担当 片岡

オーラルフレイル(口の衰え)とは、口腔機能(噛む・飲み込む・話す)が低下し、食の偏りなどが生じた状態のことです。この状態をそのままにしていると食事がとりにくくなることで低栄養状態を招き、健康寿命を縮めることにつながってしまいます。

## 低栄養による

### 筋力の低下に注意

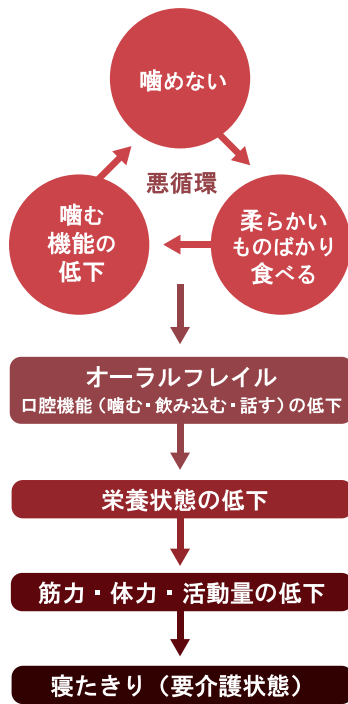
食欲の低下や噛む力が弱くなるなどの口腔機能の低下により、食事が食べにくくなるなどの理由から徐々に食事が減り、身体のエネルギー源となるたんぱく質が不足している状態のことを低栄養状態といいます。入れ歯が合わない、かみ合わせが不安定などの口腔内のトラブルがある場合は、歯科医師へ相談し口腔内の環境を整えましょう。

▼口腔機能の衰えを防ぐために、口腔機能の些細な低下に気を付けながら、バランスの良い食事をよく噛んで食べましょう。  
▼たんぱく質(肉・魚・大豆食品・卵)やエネルギーとなる食品(ごはん・パン・めん類など)を意識してとりましょう。

### 誤嚥性肺炎に注意

オーラルフレイルなどで飲み込む力が低下すると、唾液や食べ物などと一緒に口の中の歯周病菌などの細菌が誤って

て気管に入り、肺が炎症を起こす「誤嚥性肺炎」のリスクが高まります。誤嚥性肺炎の発症には、栄養状態不良や免疫機能の低下なども関係しているといわれていますが、口の中の清潔が十分に保たれず、汚れている状態の場合には肺炎の原因となる細菌がより多く増殖している状態となるため、誤嚥性肺炎のリスクが高まります。▼誤嚥性肺炎の予防には、歯や口の中をきれいに保つことが重要です。



## 6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 【R2.10・11・12月生】 時間指定(午後)
	2歳児歯科健診 【R2.1・2・3月生】 時間指定(午後)
7~11日 13・14日	胸部(肺がん・結核)検診 時間指定(終日) ※11日のみ午前
17日	肺がん(喀痰)検診容器回収 時間指定(午前)
21日	乳児健診 【R3.6・11月、R4.2月生】 時間指定(午後)
23~25日 27~30日	特定健康診査・前立腺がん検診 若者健診・肝炎ウイルス検診 時間指定(午後)

### 健康増進事業

日	内容・受付時間
1日	ノルディックウォーキング教室 9:00~9:30

### 子育て教室

日	内容・受付時間
3日	離乳食教室 9:15~9:30
6日	おやこあそびくらぶ 【0歳・妊婦専用】 10:00~11:00
20日	おやこあそびくらぶ 【1歳~未就学児】 10:00~11:00

### 各種相談

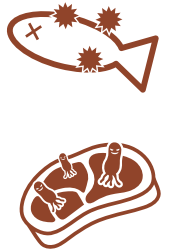
随時受付中

- ・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 ☎(32)6800

# 気を付けよう！食中毒



梅雨に入ると、ジメジメと蒸し暑く、高温多湿となるこの時期。このような環境では、サルモネラやカンピロバクターなどの細菌による食中毒が増加します。

「令和3年食中毒発生状況(厚生労働省)」によると、食中毒の発生場所は飲食店に次いで多いのが家庭です。

また、「コロナ禍で利用することが多いテイクアウト食品も、ちよつとしたことで菌が増殖してしまいます。「我が家で作った食事は安全」と過信せず、家でおいしく安全な食生活を送るために食中毒の予防法をしっかり身に付けましょう。

## 食中毒予防の3原則

- ① 菌をつけない
- ② 菌を増やさない
- ③ 菌をやっつける

食中毒を防ぐには、調理や食事の前後に手指を石けんでよく洗う、まな板などの

調理器具を熱湯消毒して「菌をつけない」ことが大切です。また、購入した食品や残った料理は、放置せずに冷蔵・冷凍して「菌を増やさない」、十分に加熱して「菌をやっつける」ことを心掛けましょう。

## シーン別食中毒予防

### 【テイクアウト】

「コロナ禍で利用する人が増えていますが、調理してから食べるまでの時間が長くなると、食中毒を起す菌が増えるリスクが高くなります。デリバリーを利用したときも、料理が届いたら時間を置かず、すぐに食べることが大切です。

### ★予防ポイント

- ▼ 持ち帰る際は、保冷バッグや保冷剤を使用し、テイクアウトした店を出たら、寄り道せずにまっすぐ家へ帰る。
- ▼ 常温で放置せず、持ち帰ったらすぐに食べる。

▼ すぐに食べない場合は冷蔵庫に入れ、食べるときに再加熱する。

▼ 加熱不十分の肉は、十分に加熱してから食べる。

### 【お弁当】

しっかりと冷まして詰め、食べるまで冷やして保管することが大切です。職場に電子レンジがある場合は、食べる際に温めましょう。

また、おにぎりを握る際に手指に傷があると、そこからおにぎりへ菌が付いてしまうため、ラップなどを使って握りましょう。

### ★予防ポイント

- ▼ 食材は中心まで十分に火を通す。前日の残り物も再加熱する。
- ▼ おかずやごはんは、しっかりと冷ましてから分けて詰める。
- ▼ 保冷剤や保冷バッグを活用し、冷やして保管する。
- ▼ 果物や生野菜は、別の容器に入れる。

## 介護予防教室の紹介 あじさい会 (入山津自治会)

今回は、入山津自治会で活動している介護予防教室の「あじさい会」へ取材に行ってきました。

あじさい会は、毎月第1木曜日に一松北部コミュニティセンターで、午前9時30分から11時30分までの2時間、会員15人で活動しています。

主な活動内容は、運動指導士による体操ですが、「コロナ禍になる前は、季節のイベント毎に食事会をしたり、日帰りのバス旅行なども企画していたそうです。

この日は、なのはな体操で準備運動をした後にビニールボールを使った運動をしていて、皆さん大盛り上がりで笑いあいがらパスをつなげていました。

笑顔で和気あいあいとした雰囲気の中、参加者は、「先生の指導が良く、参加するとネジがしまるようで身体が軽くなる。」「気軽に来られて楽しい。」教室に通うことが人とのかわりと外に出る良い機会になっている。」と話されていて、毎月の活動を楽しみにしているとのことでした。



■ 参加を希望する人は福祉課地域包括支援センターまで ☎(32)6865

ながいき学校参加者募集

地域包括支援センターでは、健康寿命を延ばすための教室を月替わりで実施します。10月以降も教室がありますので、気になる教室があればぜひご参加ください。

7月「フレイル予防教室」

とき

7月4日(月)・11日(月)・25日(月)

申し込み期間

6月1日(水)～14日(火)

「フレイル」とは日本語で「虚弱」という意味です。健康でいるためには運動・栄養・社会参加が大切です。

8月「人生会議」

とき

8月8日(月)・22日(月)・29日(月)

申し込み期間

7月1日(金)～14日(木)

終活についてマイナスなイメージはありませんか。自分の人生の振り返りにもなる大切な事です。

9月「認知症予防教室」

とき

9月5日(月)・12日(月)・26日(月)

申し込み期間

8月1日(月)～15日(月)

運動・栄養・口腔の観点から、正しい認知症予防について学びましょう。

活動時間 午前9時30分～午前11時30分

ところ 長生村保健センター

2階 多目的ホール

利用料 200円

問い合わせ

地域包括支援センター ☎(32)6865

2022年度国税庁経験者  
(国税調査官級)募集

適正かつ公平な賦課及び徴収の実現を我々と一緒に目指してみませんか。

人事院では、30歳以上の社会人経験者を対象とした「国税庁経験者採用試験(国税調査官級)」を実施しています。

試験の概要については下記のとおりです。

興味のある人は、東京国税局総務部人事第二課試験係までお気軽にお問合せください。

**試験概要** 2022年度の試験概要については、令和4年7月以降に人事院及び国税庁ホームページに掲載される予定です。

※試験概要等の詳しい情報は、東京国税局ホームページ「採用関係お役立ちリンク」をご確認ください。 採用関係お役立ちリンク集

問い合わせ

東京国税局総務部人事第二課試験係

☎ 03(3542)2111



ひとりで悩まないで  
相談から解決へ

法務局の職員や法務大臣から委嘱された人権擁護委員が、いじめや嫌がらせ、虐待、差別や偏見など困りごとについて相談に応じます。相談は無料で秘密は守ります。(電話で事前予約をお願いします。)

○常設相談所(法務局) ☎(24)2188

とき 毎週月曜日 午前9時～午後4時

ところ 千葉地方法務局茂原支局

○特設相談所(長生村) ☎(32)2112

とき 毎月第2月曜日

午前10時～午後3時

ところ 総合福祉センター2階相談室

○みんなの人権110番

ナビダイヤル ☎0570(003)110

○子どもの人権110番

フリーダイヤル ☎0120(007)110

○女性の人権ホットライン

ナビダイヤル ☎0570(070)810

2022年度税務職員募集

適正かつ公正な賦課及び徴収の実現を我々と一緒に目指してみませんか。

税務職員は、国税局や税務署において、税務のスペシャリストとして法律・経済・会計等の専門知識を駆使して適正な課税を維持し、また、租税収入を確保するための事務を行います。

受験資格

①令和4年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者(平成31年4月1日以降に卒業した者が該当。)及び令和5年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者

②人事院が上記①に掲げる者に準ずると認める者

申し込み方法

インターネット申し込み

人事院ホームページ上の申し込み専用アドレスをご利用ください。

受付期間

6月20日(月)午前9時から6月29日(水)受信有効まで

受験案内交付期間

5月6日(金)から6月29日(水)まで  
午前9時から午後5時まで(土曜日及び日曜日除く。)

受験案内交付場所

東京国税局または最寄りの税務署若しくは人事院各地方事務局(所)

人事院ホームページからもダウンロードすることができます。

試験日

第一次試験 9月4日(日)

第二次試験 10月12日(水)から10月21日(金)までのうち指定された日時

※試験概要等の詳しい情報は、東京国税局ホームページ「採用関係お役立ちリンク集」をご確認ください。

問い合わせ

東京国税局 総務部 人事第二課 試験係 ☎03(3542)2111

人事院国家公務員試験 採用関係お役立ちリンク集



広告枠

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

有料広告募集中

詳しくは村ホームページをご覧ください。



村ホームページ QRコード

## 自衛官を募集します

防衛省・自衛隊では、次のとおり自衛官等を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日(期間)	合格発表等	入隊(校)	待遇・その他
航空学生 (パイロット)	(海)高卒(見込含) 23歳未満 (空)高卒(見込含) 21歳未満	7月1日(金)～ 9月8日(木)	1次 9月19日(月)	1次 10月7日(金)	令和5年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後約6年で3等海 ・空尉(幹部自衛官)
			2次 10月15日(土)～20日(木)	2次 (海)11月9日(水) (空)11月4日(金)		
			3次 (海)11月18日(金)～ 12月14日(水) (空)11月12日(土)～ 12月15日(木)	最終合格 令和5年1月17日(火)		
一般曹候補生	18歳以上33歳未満	7月1日(金)～ 9月5日(月)	1次 9月15日(木)～18日(日) のうち指定される1日	1次 10月3日(月)	令和5年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後2年9か月経過 以降選考により3等 陸・海・空曹
			2次 10月8日(土)～23日(日) のうち指定される1日	最終合格 11月15日(火)		
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	年間を通じて 行っています。 (令和5年3月 高等学校等卒 業予定者は7 月1日(金)～)	受付時にお知らせします。	試験後にお知らせ します。	※上記の他 に設定する 場合があります。	所用の教育を経て、 3か月後に2等陸・海 ・空士に任用

【ホームページ】



【Twitter】



詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください。

**問い合わせ** 自衛隊 茂原地域事務所(千葉地方協力本部) ☎0475(25)0452  
茂原市町保3-217 シティビル2階

## 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	6月 6日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)※1	総合福祉センター	☎(32)3391
子育て相談	6月13日(月) 6月30日(木)	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	6月13日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)※1	総合福祉センター	☎(32)2112
行政相談	6月13日(月)	午前10時～午後 3時 (要予約)※1	総合福祉センター	☎(32)2111
住民法律相談	6月20日(月)	午後 1時～午後 4時 (要予約)※2	総合福祉センター	☎(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
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	☎(32)3391

※1. 心配ごと相談、人権相談、行政相談は、当日の予約はできません。

※2. 住民法律相談の予約は、当月分を毎月第1月曜日の午前9時から役場総務課☎(32)2111で受け付けます。



# 議会定例会6月会議開催のお知らせ

議会定例会6月会議は、6月8日(水)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。



## アイガモオーナーイベント 放鳥式を開催

5月15日に南部アイガモ農法研究会(会長 田中弘)が主催するアイガモオーナーズクラブの放鳥式が開催されました。当日は、50組210人のオーナーが参加され、およそ60羽のヒナが水田に放されました。

南部アイガモ農法研究会が栽培している、減農薬のコシヒカリは村内のこども園や小中学校の給食で提供されており、村の子どもたちの食育にも活かされています。



【愛犬と一緒に参加】



【一斉に放鳥】

## 日曜開庁日 6月26日(日)

住民票の写しの発行やマイナンバーカードの交付、村税納付などの業務を**午前8時30分～正午まで**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・・・

### ○村・県民税 第1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
6月5日	睦沢診療所 0475(44)2236	宍倉病院 0475(24)2171	宍倉病院 0475(24)2171
6月12日	あまが台ファミリークリニック 0475(36)7011	鶴澤医院 0475(34)2008	清水三郎医院 0475(25)0776
6月19日	藤島クリニック 0475(47)3056	宍倉病院 0475(24)2171	宍倉病院 0475(24)2171
6月26日	清水医院 0475(42)2950	鈴木医院 0475(22)2630	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は、全コース火、木、土曜日です。

## 移動交番開設場所・時間

### ○尼ヶ台総合公園

6月6日(月)午後1時30分～午後3時  
6月28日(火)午後1時30分～午後3時

### ○交流センター

6月22日(水)午後1時30分～午後3時

※事件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。

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  
受付時間 午後7時45分～午後10時45分  
茂原市八千代1-5-4 (中央消防署のうら)  
☎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

## 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～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。右記QRコードからアプリのダウンロードが必要です。



【iOS】

【Android】

