



主な内容

- 令和7年度当初予算 … 2
- 生涯学習教室生徒募集 … 7
- 暮らしの便利帳を発行 … 9
- 木造住宅耐震化費用補助 … 16

村の人口

- 人口 13,229人 (-32)
- 世帯数 6,081世帯 (-10)
- 転入20人 転出35人 出生4人 死亡21人

※3月1日現在 ()内は前月比

【表紙】 あいさつ運動標語・ポスターコンクール受賞作品 (P5 審査結果)

長生村役場

〒299-4394 千葉県長生郡長生村本郷1番地77 ☎0475(32)2111 (代表)
【開庁時間】 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)

令和7年度当初予算

一般会計 **68億1,500万円**
(前年度比 3.1%減)

特別会計

・国民健康保険・・・**14億2,650万円**
(前年度比14.1%減)

・介護保険・・・**14億6,820万円**
(前年度比 3.3%増)

・後期高齢者医療・・・**2億2,680万円**
(前年度比 1.3%増)

公営企業会計

・下水道事業・・・**11億1,051万円**
(前年度比 9.0%減)

一般会計：村の基礎的な行政サービスを行うための会計

特別会計：国民健康保険税などの特定の収入をもって、特定の事業を行うための会計

企業会計：独立採算の原則により特定の事業を管理するための会計

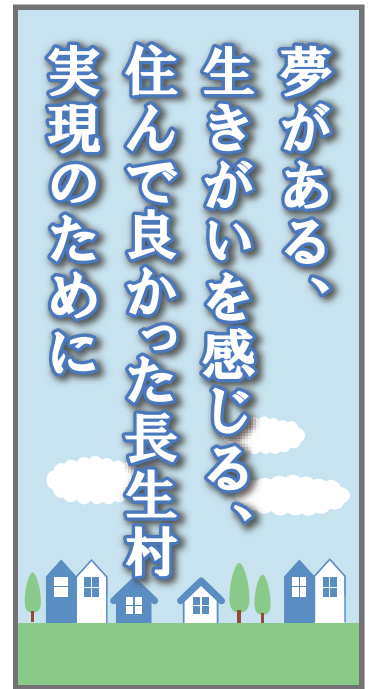
問 企画財政課

☎ 0475(32)4743

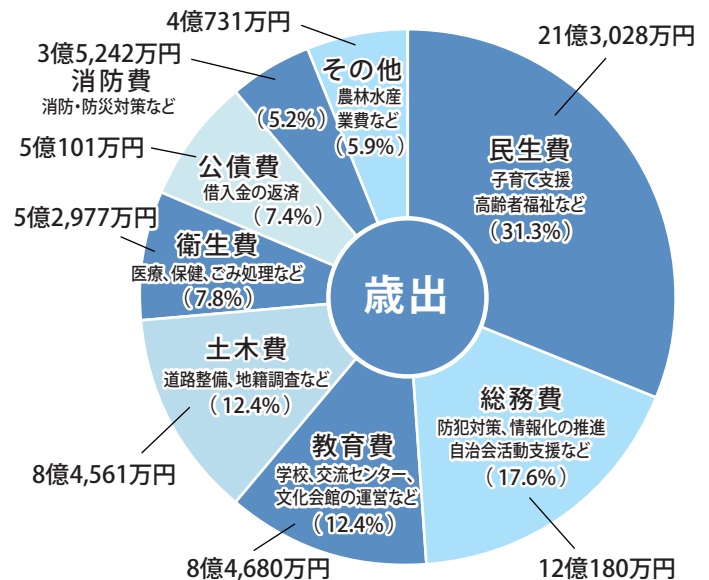
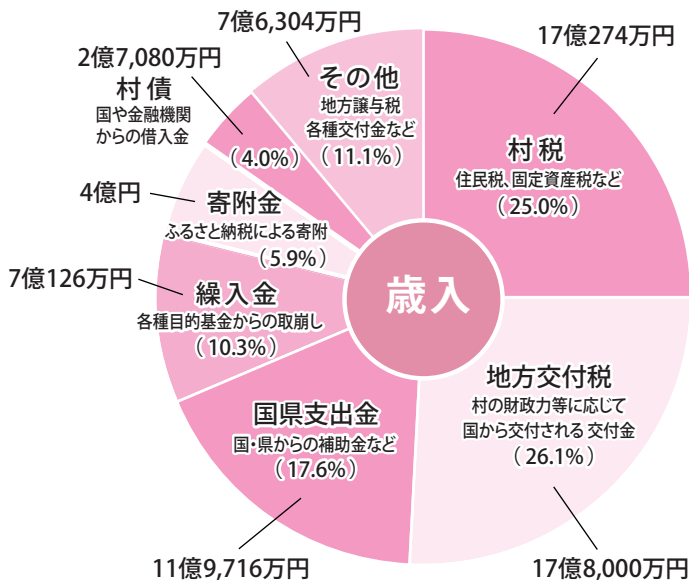
村の令和7年度予算総額は11億4,701万円、このうち一般会計予算額は68億1,500万円で、給食施設整備事業の進捗による工事費の減が影響し、前年度と比べ2億2,100万円(3.1%)の減額となりました。

第6次長生村総合計画前期基本計画の施策を推進し、各事業の実現に向けた予算編成を行いました。

また、子育て支援をはじめ、保健衛生や農業への支援などの事業に引き続き取り組み、住んで良かったと思えるまちづくりを目指した予算配分となっています。



一般会計における歳入・歳出の内訳



一般会計 住民1人当たりの一般会計歳出予算額 **513,603円**

予算額を人口13,269人(令和7年1月1日現在)で割って算出

住民1人当たりの各種事業における一般会計歳出予算額をお知らせします。

子育て支援
高齢者福祉などに
160,546円



道路整備、
地籍調査などに
63,728円



消防、防災対策
などに
26,560円



防犯対策、情報化の推進
自治会活動支援などに
90,572円



医療、保健、
ごみ処理などに
39,925円



農業振興などに
19,787円



学校、交流センター、
文化会館の運営などに
63,818円



村の借入金の返済に
37,758円



その他、議会運営経費、
商工観光などに
10,909円



第6次長生村総合計画前期基本計画に基づく主な事業

基本目標1 産業が活性化し、活力に満ちたにぎわいのある村

農業生産基盤の整備

産業課 ☎0475(32)2114

●用排水路整備事業【一部拡大】・・・8,332万円

農業経営の安定化を図るため、土地改良団体などが実施する用排水路整備の助成及び内谷川支線の維持管理を行います。

農林業生産の振興

産業課 ☎0475(32)2114

●生産目安達成推進事業・・・1,198万円

米価を安定させるため、主食用米の過剰生産を抑制し、飼料用米などの新規需要米の生産に取り組む農家を支援します。



基本目標2 誰もが健やかに、生きがいをもって暮らせる村

保健予防対策の充実

健康推進課 ☎0475(32)6800

●健康診査事業・・・5,904万円

受診者の利便性を図るため、乳がん検診、子宮がん検診において個別検診を実施します。



高齢者生活支援の充実

福祉課 ☎0475(32)2112

●福祉タクシー事業・・・2,344万円

高齢者や障がい者のほか、70歳以上で免許を自主返納した人、妊産婦の活動範囲を広げるため、タクシー料金を1回1,500円まで助成します。



●高齢者補聴器購入費用助成事業【新規】・・・30万円

聴力機能の低下により日常生活に支障のある高齢者に対し、補聴器の購入に要した費用の一部を助成します。

基本目標3 みんなで次世代の夢を育む村

結婚の支援

企画財政課 ☎0475(32)4743

健康推進課 ☎0475(32)6800

●少子化対策重点推進事業【新規】・・・100万円

結婚・出産・子育てに対する関心を持ってもらうため、10代から20代までの若年層を対象に、乳幼児を持つ家族とのふれあい体験会を実施します。



子育て家庭支援

子ども教育課 ☎0475(32)0111

●卒業記念アルバム作成費用補助事業・・・190万円

様々な要因から小中学校の卒業アルバムの作成費用が高騰していることから、購入者の負担を軽減するため1人につき1万円の作成費用補助をします。



教育施設の充実

子ども教育課 ☎0475(32)0111

●給食施設整備事業・・・1億6,663万円

老朽化した学校給食施設を共同調理場として、給食センター化することに伴い、配膳室の整備工事などを行います。



就学支援の充実

子ども教育課 ☎0475(32)0111

●奨学金等貸付事業・・・1,677万円

高校・大学などに入学、進学する生徒のうち経済的理由により、修学が困難な人に対して奨学金の貸付を行います。



基本目標4 豊かな自然に囲まれ、魅力にあふれた住みたくなる村

住環境の保全

まちづくり課 ☎0475(32)2116

●木造住宅耐震化促進事業【新規】・・・664万円

村内の木造住宅の耐震化率向上を図るため、耐震化に係る補助事業などを実施します。



道路の整備

まちづくり課 ☎0475(32)2116

●橋りょう長寿命化事業・・・4,540万円

老朽化した橋の修繕、架け替えを実施します。



交通安全対策の充実

まちづくり課 ☎0475(32)2116

●交通安全対策事業・・・594万円

歩行者の安全を確保するため、通学路にグリーンベルト（歩行者通行帯）や危険交差点に車止めを設置します。



経営方針 持続可能な行財政運営を行う村

住民ニーズへの対応

住民課 ☎0475(32)2115

税務課 ☎0475(32)2113

●コンビニ交付の利用促進事業【新規】・・・309万円

コンビニ交付の利用促進及び行政サービスの向上を図るため、コンビニ交付の証明書の手数料を、100円(200円/1件)引き下げて交付します。

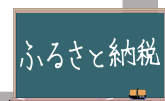


財政の健全化

企画財政課 ☎0475(32)4743

●ふるさと応援寄附金事業・・・3億9,589万円

全国に長生村のファンを作るため、寄附者へ返礼品として村特産品を贈呈し、広報活動を実施します。



特別会計の主な事業

国民健康保険特別会計

住民課 ☎0475(32)2115

●特定健診・特定保健指導事業 ・・・2,446万円

国民健康保険加入者の生活習慣病対策として特定健診・特定保健指導などを実施します。

介護保険特別会計

福祉課 ☎0475(32)6809

●介護予防・日常生活支援総合事業・・・2,170万円

高齢者が住み慣れた地域で生活を継続できるように、通所・訪問サービス事業を実施します。

●一般介護予防事業・・・655万円

地域の支え合い体制づくりのため、気軽に通える介護予防教室や、地域ボランティアによる高齢者などのゴミ出し支援を実施します。



公営企業会計の主な事業

下水道事業会計

下水環境課 ☎0475(32)2494

●下水道整備事業・・・2億4,500万円

下水道の整備を進め、浄化センターの長寿命化計画に基づき下水処理場の改築更新を実施します。



あいさつ運動標語・ポスターコンクール審査結果

長生村青少年育成会では、あいさつを通じて人と人とのキズナを深め、地域社会の活性化を図り、笑顔あふれる明るく住みよい村づくりを目標として、あいさつ運動を推進しています。

あいさつについて考え、意識を高めるきっかけとして、児童・生徒の皆さんから標語・ポスターを毎年募集しています。令和6年度の審査結果は次のとおりです。受賞された皆さん、おめでとうございます。また、応募されたポスター（全作品）は、交流センターの太陽ストリート及びロビーに4月末まで展示していますので、ぜひご覧ください。

問合せ 長生村青少年育成会事務局（文化会館） ☎0475(32)5100



標語の部



長生村長賞

高根小6年 渡邊 美穂里さん みおり

あいさつで 生まれた笑顔に 金メダル



優秀賞

- | | | |
|-------|-----------------------------|--------------------------|
| 一松小4年 | 狩野 <small>あさひ</small> 旦陽さん | 『 にこにこ あいさつ 心もわらう 』 |
| 高根小4年 | 若菜 <small>りょうた</small> 陵汰さん | 『 うれしいな あいさつするのも されるのも 』 |
| 八積小5年 | 千本 <small>ゆめ</small> 結夢さん | 『 元気よく 互いにあいさつ 心和む 』 |
| 八積小5年 | 滝澤 <small>なぎさ</small> 凧彩さん | 『 あいさつは みんなの笑顔の 種をまく 』 |
| 一松小5年 | 中村 <small>そう</small> 奏さん | 『 あいさつは 地いきのみんなの 心をつなぐ 』 |
| 長生中1年 | 塚本 <small>ともき</small> 大喜さん | 『 あいさつで つながる心 長生村 』 |
| 長生中1年 | 中村 <small>さき</small> 咲希さん | 『 あいさつで 広がる笑顔 輝く日 』 |
| 長生中2年 | 坂本 <small>ゆうだい</small> 湧大さん | 『 あいさつで こころの光を 満開に 』 |

ポスターの部



長生村議会議長賞

高根小6年 江沢 芽有梨さん めあり



長生村教育長賞

高根小6年 右京 絢莉さん しゅり



優秀賞

- | | | | | | |
|-------|-----------------------------|-------|----------------------------|-------|---------------------------|
| 一松小1年 | 佐々木 <small>けいと</small> 奎斗さん | 八積小3年 | 藤井 <small>ゆえ</small> 結英さん | 一松小5年 | 片岡 <small>りお</small> 莉愛さん |
| 一松小1年 | 米倉 <small>ふうか</small> 芙香さん | 高根小4年 | 神馬 <small>れあ</small> 伶朱さん | 高根小6年 | 鵜澤 <small>み</small> なる美さん |
| 高根小2年 | 酒井 <small>りあ</small> 莉愛さん | 一松小4年 | 中村 <small>みさき</small> 心咲さん | 八積小6年 | 森田 <small>ひいな</small> 雛さん |

※令和7年3月現在の学年です

2/18
Tue

尼ヶ台総合公園野球場が新しくなりました

1月から実施していた野球場ラバーフェンス改修工事が完了しました。工事期間中、利用者の皆さんにはご理解とご協力をいただきありがとうございました。新しくなった野球場をぜひご利用ください。



※利用に係る問い合わせは、
公園内管理事務所へ
☎0475 (32) 0997

スポーツ振興くじ助成事業について

村では、スポーツ振興くじ助成事業を活用し、野球場の改修工事を実施しました。

この助成事業は、独立行政法人日本スポーツ振興センターが、スポーツくじ(WINNER、toto、BIG)の収益を財源として、地方公共団体などが実施するスポーツ施設の整備などに対して助成を行い、スポーツ環境の整備を推進しています。



3/1
Sat

長生村生涯学習振興大会が開催されました

「第24回長生村生涯学習振興大会」が文化会館で開催されました。この大会は、村民が一堂に会し生涯学習に関する認識を深めることを目的としています。

式典では、あいさつ運動のポスター・標語の優秀作品で20人が表彰され、また、スポーツや文化活動で功績のあった人や団体への功労表彰が行われ、長生中から29人と14団体、高根小から13人、一松小から19人、八積小から20人が表彰されました。学校活動だけでなく、学校外活動での活躍が多くみられました。

式典後、記念講演として、2016リオデジャネイロオリンピック女子レスリングで金メダルを獲得した登坂絵莉さんによる、レスリングのルール解説や日本代表としての生活、ドーピング検査の裏話のほか、現役引退後行っている子どもたちにスポーツの楽しさを伝える活動について、楽しいトークショーが行われました。質問タイムでは、観客と触れ合いながら会場を盛り上げていました。



スポーツ功労表彰の様子
高根小6年 江沢芽有梨さん



登坂絵莉さんの
トークショーの様子

3/11
Tue

3/13
Thu

中学校・小学校卒業式 ～希望を胸に新たな門出～

3月11日に長生中学校で、3月13日に3小学校で卒業証書授与式が行われました。

今年の卒業生は、長生中100人、八積小31人、高根小33人、一松小20人で、卒業生たちは堂々と胸を張り、先生方や保護者、来賓の方々に見守られながら学び舎を巣立っていきました。



長生中学校



一松小学校



高根小学校



八積小学校

令和7年度 生涯学習教室の生徒を募集します

問 生涯学習課(交流センター) ☎0475(32)3770

受付期間 4月1日(火)～4月16日(水) 交流センター窓口・電話申込みは、午前9時から午後5時まで
※4月7日(月)・14日(月)の休館日を除く。

受講資格 村内在住者または村内在勤者。同一教室への連続受講は2年間までとします。

ただし、受講者が中学生以下の場合は制限はありません(小学生ゴルフ教室を除く)。

電話で申込みの場合

交流センター ☎0475(32)3770

希望する教室、受講者名、未成年の場合は保護者名、
年齢、学年、住所、電話番号をお伝えください。

FAX・メールで申込みの場合

FAXの場合は、記載例を参考に必要事項を記入のうえ、
0475(32)1805へ送信してください。

メールの場合は、标题を「生涯学習教室申込」、
本文に記載例を参考に必要事項を記入のうえ、
cho-syogai@vill.chosei.lg.jpへ送信してください。

記載例

令和7年度生涯学習教室申込書
【希望する教室名】〇〇〇教室
【受講者名(フリガナ)】
長生太郎(チョウセイタロウ)
【保護者名】※受講者が中学生以下の場合
長生花子(チョウセイハナコ)
【年齢(学年)】※令和7年4月1日現在で記入
〇〇歳(学年〇年生)
【住所】長生村岩沼〇〇〇〇番地
【電話】〇〇〇〇-〇〇-〇〇〇〇
(日中連絡の取りやすい番号をお願いします)



教室名	対象者	予定回数	開催日等	定員	学習内容	必要なもの等
60歳からの体操教室	60歳以上	20	5月～3月 第1～4火曜うち2回 10:00～11:45 (開講5月20日)	15人	動ける身体づくりを維持、増進します	運動のできる服装、 タオル、飲物、 用具代1,400円 場所：交流センター
小学生ゴルフ教室	小学生	12	5月～11月(8月休) 第2・4日曜 15:20～17:00 (開講5月11日)	10人	ゴルフの基礎を学びます	運動のできる服装、 靴はスニーカーOK、 ゴルフグローブ 施設使用料1回1,000円 場所：ダイナミックゴルフ茂原
そろばん教室	小学生以上	33	5月～3月 第1～4土曜うち3回 13:30～15:30 (開講5月10日)	20人	年3回の検定試験合格に向け、個々に合った指導を行います	9級から級が上がるごとに問題集・ノート・検定料が必要になります 場所：交流センター
小学生剣道教室	小学生	12	5月～11月(8月休) 第2・4日曜 9:00～11:00 (開講5月11日)	10人	剣道の基礎を学びます	運動のできる服装、 タオル、飲物 場所：村武道館
小学生柔道教室	小学生	12	5月～11月(8月休) 第2・4日曜 9:00～11:00 (開講5月11日)	10人	柔道の基礎を学びます	運動のできる服装、 タオル、飲物 場所：村武道館
フォークギター教室	中学生以上	12	5月～11月 第1・4土曜 17:00～18:45 (開講5月3日)	10人	フォークギターの基礎を学びます	ギターは各自ご用意ください ※フォークギターのみ 場所：交流センター
大人の体操教室	成人 (18歳以上)	22	5月～3月 第2・4金曜 19:00～20:45 (開講5月9日)	20人	用具と音楽を用いた健康維持増進のための体操を学びます	用具代 2,200円 場所：交流センター
親子体操教室	1歳～3歳までの こども園等 未入所の親子	22	5月～3月 第2・4金曜 10:00～11:45 (開講5月9日)	10組	親子のふれあいを高めます	教材費 2,200円 場所：交流センター
チョークアート教室	高校生以上	11	毎月第3日曜 14:00～16:00 (開講5月18日)	15人	チョークで季節のモチーフを描きます	1教材2,000円 場所：交流センター

「想いをつなげる本棚」がスタートします

問 社会福祉協議会(総合福祉センター) ☎0475(32)3391

ながいきMURA座談会では“いくつになっても長生村で安心して今の生活を続けていくためには地域で(今、私に)何ができるのか”を話し合っています。

座談会では“小さな本棚から繋がる新しいコミュニティのかたち”の取り組みとなる本棚プロジェクト「想いをつなげる本棚」が4月1日(火)9時からスタートします。

想いをつなげる本棚は、思い出があって捨てたくない、必要な誰かに読んでほしい、そんな本にあなたのメッセージを添えて、必要な誰かに届けるための本棚です。本棚の本は、いつでもどなたでも無償でお持ち帰りできますので、ぜひご利用ください。



寄贈本の受付日 4月20(日)、5月20日(火) 午前8時30分～午後0時30分 本棚設置場所 交流センター1階ロビー

くりくりブック おはなし会を開催

問 生涯学習課(文化会館) ☎0475(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会を開催します。

紙芝居や大型絵本などを使って親子で楽しめます。

今月のおはなし会は「むかしばなしがいっぱい」です。

日本や世界の昔話の絵本や紙芝居をみんなで楽しみましょう。



と き 4月19日(土) 午前10時30分

参加人数 30人(電話受付先着順)

ところ 文化会館和室

参加方法 4月17日(木)までに文化会館へ電話にてお申し込みください。定員に達していない場合は当日も受付します。

対象 幼児から小学生向けです。

大人も参加できます。

問合せ くりくりブック(文化会館) ☎0475(32)5100

図書室だより 新刊情報



『ゆふすげ 歌集』

美智子(著)

『C線上のアリア』

湊 かなえ(著)

『私が選ぶ高齢期のすまい活』

近山 恵子(著)

『まるごとちきゅうレストラン
(PHPにこにこえほん)』

チヨロヒカル(作・絵)

『子ねずみウォルターはのんびりや』

マージョリー・フラック(作・絵)

『チリとチリリさくらのおはなし』

どいかや(作)

問 文化会館 ☎0475(32)5100

こども園の保育士(会計年度任用職員)を募集

問 子ども教育課(保健センター) ☎0475(32)2117

村のこども園では、次のとおり保育士(会計年度任用職員)を募集します。

- 任用期間** 令和7年5月1日(木)～令和8年3月31日(火) ※雇用契約は更新できます。
- 勤務時間** 午前7時30分～午後7時(うち7時間45分) ※応相談
- 勤務日** 月～土曜日(うち週5日) ※土曜日は月1回程度の勤務
- 勤務内容** 保育業務(クラス担任の補助)
- 賃金** 月額 207,400円～228,900円 ※学歴、業務経験により変動
(賞与あり、通勤手当あり)
- 勤務場所** 八積、高根、一松こども園のいずれか
- 募集人員** 若干名
- 必要な免許・資格** 保育士、幼稚園教諭、養護教諭、小学校教諭、保健師、看護師のいずれか
- 募集期間** 4月7日(月)～18日(金)
- 年齢** 昭和50年4月2日以降に生まれた人
- 申込み** 子ども教育課(保健センター内)に履歴書及び資格証の写しをご持参ください(郵送可)。
採用にあたり面接試験を実施しますので、改めて日程調整の連絡をします。



尼ヶ台湿生植物園花だより 4月の花【ミツバツチグリ】(バラ科 キジムシロ属)

問 生涯学習課(文化会館) ☎0475(32)5100

春らしい陽気になってくると、湿生植物園ではミツバツチグリの黄色い小花が咲き始め、4月から5月まで咲き誇ります。

高さ15cm～30cmの多年草で、茎の一部が横に伸び地を這い、花茎は立ち上がり多くの花をつけます。葉はその名のとおり3枚で構成されています。



【ミツバツチグリ】

長生・尼ヶ台湿地植物を守る会

第3子以降 学校給食費無償化制度

問 子ども教育課 ☎0475(32)0111

多子世帯の子育てに対する経済的負担軽減を図るため、第3子以降の義務教育期間における学校給食費について無償化を実施しています。

対象 次の①及び②に該当する人

- ① 小学生以上の子を3人以上扶養している
- ② ①の子のうち、上から3番目以降の子が村立学校で給食の提供を受けている

※詳しくは、村ホームページをご覧ください
いただくか、子ども教育課へお問い合わせください。



【村ホームページ】

暮らしの便利帳を発行しました

村では、㈱サイネックスとの官民協働事業により「暮らしの便利帳」を発行しました。

本便利帳は、役場での各種手続きや生活・保健情報、防災情報などを掲載した実用性の高い情報誌です。3月に自治会加入世帯へ配布したほか、転入者への窓口配布、各公共施設にも配置していますのでご活用ください。



問 長生村役場 総務課 ☎0475(32)2111

よい歯のコンクール出場者募集

問 健康推進課(保健センター) ☎0475(32)6800

茂原市長生郡歯科医師会主催で、よい歯のコンクールを実施します。

と き 5月22日(木)

集合 午前9時30分

ところ 茂原市保健センター

対象者 4月1日現在80歳以上で、完全に治療されている自分の歯(かぶせた歯、さし歯でも可)が20本以上あり、歯並び・かみ合わせが良好で、口の中がきれいに清掃されている高齢者(同コンクールに出場経験のない人)

申込み 4月17日(木)までに健康推進課へ電話または窓口にてお申し込みください。



8020運動普及標語を募集

問 健康推進課(保健センター) ☎0475(32)6800

8020運動普及のための標語を募集します。

8020運動とは

「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。

応募基準 歯科疾患(むし歯及び歯周疾患)の予防に関するもの

応募資格 長生郡市在住・在勤者・在学者

応募方法 任意様式にて住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入のうえ、健康推進課へ郵送またはご持参ください。

〒299-4394

長生村本郷1-77

応募期限 4月17日(木)



健康ポイント事業に参加しよう！

問 健康推進課(保健センター) ☎0475(32)6800

村では、健康ポイント事業を実施しています。特定健診・がん検診などの受診、介護予防教室への参加、健康づくりに関するイベント・教室への参加で健康ポイントがたまり、たまったポイントは協賛店でサービスが受けられる「ち〜バリュ〜カード」や「記念品(クオカード)」と交換することができます。

※検(健)診について、村で受診した検(健)診に限らず職場や医療機関での検(健)診もポイントの対象です。

対象者 18歳以上で村内に住所のある人

実施期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日(ポイント付与期間)

参加方法

ステップ1 申請用台紙をもらおう！

健康推進課(保健センター)窓口で、長生村ポイント事業申請用台紙を受け取ります。

村ホームページからダウンロードすることもできます。

ステップ2 ポイントをためよう！

ポイント対象事業に参加したり、健康のために取り組む目標を自分でカードに記載し実行することでポイントがたまります。詳細は健康ポイント対象事業一覧をご覧ください。

【健康のために取り組む目標例】

・一食で片手山盛り一杯分の野菜を食べる。・漬物に醤油をかけない。・週二日休肝日を設ける。

ステップ3 ためたポイントを交換しよう！

5ポイントたまると、「ち〜バリュ〜カード」、「クオカード1,000円分」と交換することができます。

ポイントの交換は年度内ひとり1回限りです。

(前年度までに申請したことのある人も、今年度申請することができます。)

詳細は、村ホームページをご覧ください。健康推進課へお問い合わせください。

【村ホームページ】



带状疱疹ワクチン予防接種の助成事業が変更になります

問 健康推進課(保健センター) ☎0475(32)6800

令和7年度から带状疱疹予防接種が定期接種に位置づけられたことにより、次のとおり変更になります。

	定期予防接種	任意予防接種
対象者	①令和7年度に次の年齢を迎える人 65・70・75・80・85・90・95歳の人及び100歳以上の人 ②60歳以上64歳までの人で、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)により 免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをする人 (身体障害者手帳1級相当程度)	50歳以上で定期接種の 対象者以外の人
ワクチン及び 助成額	水痘ワクチン(生ワクチン)・・・【接種回数】1回(1回あたり4,000円) 带状疱疹ワクチン(不活化ワクチン)・・・【接種回数】2回(1回あたり10,000円) ※本事業での助成は1回限りです。	
助成方法	契約医療機関において助成額を差し引いた分を窓口で負担	
予診票	助成事業専用の「带状疱疹予防接種予診票」が必要です。	
予診票等の 申し込み	令和7年5月頃に個別に送付を予定しています。	接種予約をする前に、健康推進課へ電話にてお申し込みください。 

※接種については、かかりつけ医とご相談ください。

※不活化ワクチンの1回目をすでに接種した人は、2回目を接種する前に健康推進課へご連絡ください。

※定期予防接種対象者②に該当する人は、お申し込みが必要になります。

詳しくは、健康推進課へお問い合わせください。

マイナンバーカード 電子証明書の更新はお済ですか

問 住民課 ☎0475(32)2115

マイナンバーカードを利用するためには、カードの有効期限のほか、電子証明書の期限が切れていないことが必要です。

電子証明書は更新が必要です。更新せずに有効期限内が過ぎた場合、機能が使えなくなります。

なお、電子証明書の期限が過ぎた場合でもカード本体の有効期限内であれば更新をすることが可能です。また、更新の手続きの際は暗証番号が必要となります。

マイナンバーカードと電子証明書の有効期限は以下のとおりですので、ご自身のマイナンバーカードの有効期限をご確認ください。



マイナンバーカードと電子証明書の有効期限

	電子証明書	マイナンバーカード本体
18歳以上の人*1	カードの申請から 5回目 の誕生日	カードの発行日から 10回目 の誕生日
18歳未満の人*1	カードの申請から 5回目 の誕生日	カードの発行日から 5回目 の誕生日
外国籍の人*2	在留期間満了の日まで	

*1 令和4年4月から成人年齢が引き下げられたため、令和4年3月までに申請した人は「20歳以上の人」「20歳以下の人」となります。

*2 在留期間のある外国人住民の人が対象となります。

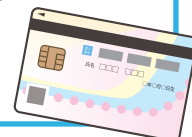
(在留資格が「特別永住者」「永住者」「高度専門第2号」の人は除く)

マイナンバーカードに関する手続きは事前予約制です

以下のマイナンバーカードに関する手続きは、混雑緩和のため事前予約制としています。

住民課(☎0475(32)2115)に連絡のうえ、日時を予約してください。

●マイナンバーカードの交付 ●電子証明書の更新 ●暗証番号の再設定・変更



令和7年度 固定資産税の縦覧及び閲覧

問 税務課 ☎0475 (32) 2113

縦覧について

固定資産税の納税者が、期間中に縦覧帳簿により自己の所有する固定資産の価格と第三者が所有している村内の土地・家屋の価格を比較し、適正かどうか確認できる制度です。

縦覧期間 4月1日～4月30日(土日祝日を除く)

縦覧時間 午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所 役場税務課

縦覧できる人 納税者、代理人

土地を所有する納税者は土地価格等縦覧帳簿を、家屋を所有する納税者は家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます。いずれも縦覧したい物件の所在を確認のうえ申請してください。

※コピー不可

手数料 無料



閲覧について

固定資産税の納税義務者は、所有している資産の価格などが記載されている固定資産課税台帳(名寄帳)の写しを閲覧できます。

なお、納税通知書に同封している「課税明細書」でも課税台帳に登録された内容を確認することができます。

閲覧期間 通年(土日祝日を除く)

閲覧時間 午前8時30分～午後5時15分

閲覧場所 役場税務課

閲覧できる人 納税義務者、代理人、借地・借家人

手数料 4月1日～4月30日までの縦覧期間中は無料



縦覧・閲覧に必要なもの

本人確認ができるもの(運転免許証など)または納税通知書

※代理人の場合は、委任状が必要です。

※借地、借家人の場合は、権利関係を証明する書類が必要です。

千葉県東部家畜保健衛生所
からのお知らせ

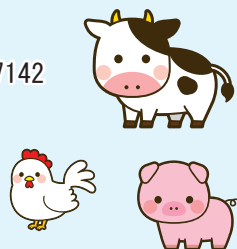
4月1日より、千葉県東部家畜保健衛生所は以下の住所へ移転となりましたのでお知らせします。

住 所 〒289-3182

千葉県匝瑳市今泉7142

電 話 0479 (85) 8900

FAX 0479 (85) 5932

令和7年度 固定資産税の
納税通知書を発送します

問 税務課 ☎0475 (32) 2113

発送日 4月4日(金)

納期限

第1期 令和7年 4月30日(水)

第2期 令和7年 7月31日(木)

第3期 令和7年12月25日(木)

第4期 令和8年 3月 2日(月)



広告枠

一信頼と巧みな技術をもってお応えします一

藤美建装

一般住宅塗装 / リフォーム工事

お客様のご希望に添えるように細かく丁寧な工事を心掛けています

TEL 0470-87-9939 FAX 0470-87-9959

■千葉県いすみ市岬町桑田1508-2

いすみ市 藤美建装 検索

信頼
と
実績

MUSBELL

あきらめないで！
お気軽にご連絡ください。

うちの子も

結婚

できました！

独身の
お子様の
結婚相談

結婚相談所ムスベル千葉 ☎043-312-3246

広告枠



共助の要 自治会へ 加入しましょう

近年、全国的に災害が増え、地域で支え合うことの大切さが
見直されています

災害時に心強い



いざというとき、個人や家庭で、できることには限りがあります。地域でまとまり、支え合い、助け合うことで、もっと大きな安全・安心に繋がります。

地域の人と交流できる



地域のイベントなどを通して、その地域の人と交流する機会が増えます。また、回覧板がまわってくるので、地域の情報を得られる機会も増えます。

住みやすい村に



誰もが明るく健やかな生活を営むためには、行政や個人の力だけでなく、地域の力が必要不可欠です。自治会に加入してあなたの能力を発揮してみませんか。

加入
申込

自治会への加入は、お住まいの地域の自治会長にお申し込みください。自治会長がわからない場合は申請が必要のため、総務課へお問い合わせください。

問 総務課

☎ 0475 (32) 2111



犬の狂犬病予防集合注射を実施

～狂犬病予防注射(毎年1回)は法律で義務付けられています～

問 下水環境課 ☎0475 (32) 2494

村では、表1の日程で犬の集合注射を行います。すでに村で犬の登録をされている人は、送付されている登録確認票に所定の事項を記入して持参してください。(料金は表2のとおり)

ただし、集合注射会場では新規登録・継続手続きのみの取り扱いとなりますので、他の市町村で登録されている人は、事前に下水環境課の窓口で転入手続きを済ませていないと集合注射は受けられませんのでご注意ください。

なお、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な犬
- ② 過去にワクチンなどによりアレルギーなど異常をおこした犬
- ③ 犬を押さえられないとき
- 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)

表1

日 程		実施場所
4月16日(水)	午後1時30分～	一松北部コミュニティセンター
	午後2時05分～	城之内築山公園
	午後2時40分～	竜宮台築山公園
	午後3時15分～	長生村ふれあい館
4月17日(木)	午後1時30分～	尼ヶ台総合公園駐車場
	午後2時15分～	長生農協高根支所
	午後2時50分～	小泉北部青年館
	午後3時20分～	中之郷自治会館
4月18日(金)	午後1時30分～	七井土自治会館
	午後2時～	やすらぎの家(藪塚)
	午後2時30分～	信友コミュニティセンター
	午後2時55分～	金田自治会館
	午後3時25分～	文化会館駐車場
4月20日(日)	午後1時～	長生村役場駐車場

表2 ※令和7年度より料金が改定となっていますのでご注意ください。

	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	3,150円	550円	6,700円
登録済		3,150円	550円	3,700円

使用済み小型家電のボックス回収について

問 下水環境課 ☎0475 (32) 2494

使用済み小型家電のボックス回収を行っています。回収品目は以下のとおりです。
使用済み小型家電は大事な資源になりますので、ボックス回収によるリサイクルにご協力ください。

- 電話機、ファクシミリ(子機含む) ● デジタルカメラ、ビデオカメラ
- 携帯型/据置型ゲーム機 ● ミニ電子ゲーム ● ハイテク系トレンドトイ ● 電卓 ● 電子辞書
- 電子書籍端末 ● 携帯型ラジオ/テレビ ● 音楽プレーヤー ● 携帯型CD/DVDプレーヤー
- 小型スピーカー ● イヤホン/ヘッドホン ● 補聴器 ● 電子体温計 ● 電子血圧計
- 電動歯ブラシ ● 電気かみそり ● 電気バリカン ● 時計 ● 懐中電灯 ● ハンディファン
- カーナビ ● カーラジオ/ステレオなどの音響機器
- ACアダプタ、ケーブル等の付属品、リモコン、ゲーム用コントローラなど

設置場所 役場ロビー、文化会館

- 注意事項**
- ① 一度ボックスへ投入した小型家電は取り出すことができません。
 - ② 対象サイズは、回収ボックスの投入口(30cm×15cm)に入るものです。
 - ③ 個人情報を含む小型家電は、個人情報を完全に消去し投入してください。
 - ④ 回収ボックスに入らない小型家電は、指定袋に入れ「燃えないごみ」で出してください。
 - ⑤ 乾電池は取り外し、「資源ごみ」または「廃乾電池回収ボックス」に出してください。
 - ⑥ リチウムイオン電池などの充電式電池は、取り外して家電量販店などに出してください。
 - ⑦ リチウムイオン電池などが取り外せない小型家電は、小型家電回収ボックスに入れてください。
 - ⑧ 回収ボックスは施設内に設置していますので、開庁時間内に投入してください。



生ごみ処理機購入費補助金

問 下水環境課 ☎0475 (32) 2494

村では、ごみ減量化対策の一環として、家庭用生ごみ処理機を購入した人に補助金を交付しています。

対象者 次の要件を全て満たしている人

- ① 村内に住所を有し、現に居住していること
- ② 生ごみ処理機により肥料化されたごみを有効利用することができること
- ③ 村税の滞納がないこと
- ④ 過去5年間に同一世帯でこの補助金制度を利用していないこと

補助金額 購入価格(消費税除く)の2分の1以内で、3万円を補助限度額とします。(千円未満切捨て)

例1) 購入価格7万円の場合 → 補助金額は3万円

例2) 購入価格1万5千円の場合 → 補助金額は7千円

対象処理機 電気式生ごみ処理機

申請方法 販売店にて生ごみ処理機を購入後、3ヵ月以内に次の書類を下水環境課へ提出してください。

- ① 申請書兼請求書(印鑑・振込口座の分かるものをご持参ください。)
- ② 領収書(コピー)
- ③ 品質保証書(コピー)
- ④ 村税納税調査同意書

※申請後、購入確認のため、各お宅へ写真を撮りに伺います。

※申請書兼請求書、村税納税調査同意書は、下水環境課窓口または村ホームページから取得できます。

※補助金は予算がなくなり次第終了となります。



【村ホームページ】

合併処理浄化槽の転換費用の補助

問 下水環境課 ☎0475 (32) 2494

村では、公共用水域の水質汚濁防止と快適な生活環境をつくるため、単独処理浄化槽及び汲み取り便所から合併処理浄化槽へ転換する人に対し、一定の条件を設けて補助金を交付しています。

なお、公共下水道供用区域及び整備予定区域内は補助対象から除きます。

補助金額 右表のとおり

申請方法 交付申請書を下水環境課へ提出してください。

※施工前申請となります。

申請前に事前相談をしてください。

工事内容と補助金額

	人 槽	補助額
単独浄化槽から合併浄化槽への転換	5人槽	332,000円
	6～7人槽	414,000円
	8～10人槽	548,000円
撤去費用		180,000円
配管工事費用		300,000円
くみ取り便所から合併浄化槽への転換	5人槽	332,000円
	6～7人槽	414,000円
	8～10人槽	548,000円
撤去費用		100,000円
配管工事費用		200,000円

住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金

問 下水環境課 ☎0475 (32) 2494



村では、家庭における地球温暖化対策の推進に加え電力の強靱化を図るため、住宅用設備等を導入する人に対し、一定の条件を設けて補助金を交付しています。

補助対象設備・補助金額 以下の表のとおり

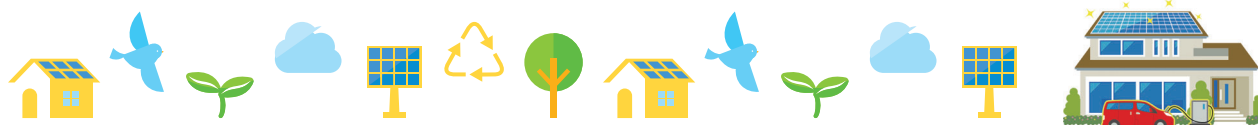
申請方法 交付申請書を下水環境課へ提出してください。

詳細は、村ホームページをご覧ください。か下水環境課までお問い合わせください。

※申請前に事前相談をしてください。



補助対象設備	設備の説明	補助金額
家庭用燃料電池システム (エネファーム)	ガスと空気から電気とお湯を作り出す、エネルギー効率の高い家庭用のシステムです。	停電時自立運転機能あり 上限10万円
定置用リチウムイオン 蓄電システム	夜間などにためておいた電気を昼の電力需要ピーク時に使用したり、災害時に使用したりできます。	上限7万円
窓の断熱改修	夏場の熱流入、冬場の熱流出の主な原因である窓を改修し、断熱化を行います。	補助対象経費×4分の1 (上限8万円)
電気自動車・ プラグインハイブリッド 自動車	バッテリーに蓄えた電気でモーターを回転させて走る自動車です。	住宅用太陽光発電設備及びV2H充放電設備を併設する場合 上限15万円 住宅用太陽光発電設備を併設する場合 上限10万円
V2H充放電設備	電気自動車と住宅の間で相互に電力を供給します。	補助対象経費×10分の1 (上限25万円)



New

木造住宅の耐震診断費・耐震改修工事費の一部を補助します



問 まちづくり課 ☎0475(32)2116

村では、木造住宅の耐震化を促進するために、木造住宅の耐震診断費、耐震改修工事費の一部を補助します。

木造住宅耐震診断費補助金

対象の住宅 次の要件を全て満たすこと

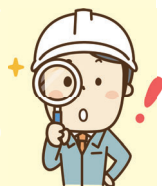
- ① 村内において平成12年5月31日以前に建築された、または着工されたもの
- ② 一戸建ての木造住宅（居住部分が2分の1以上の併用住宅を含む）
- ③ 在来軸組工法により建築され、地上2階建て以下のもの

対象者

- ① 補助金の交付対象となる木造住宅に自ら居住し、所有していること
- ② 本補助金交付を今まで受けていないこと
- ③ 村税などを滞納していないこと

補助金額

耐震診断費用の2/3（上限8万円）



木造住宅耐震改修費補助金

対象の住宅

耐震診断により耐震性が低いと判定された住宅

対象者 次の要件を全て満たすこと

- ① 補助金の交付対象となる木造住宅に自ら居住し、所有していること
- ② 本補助金交付を今まで受けていないこと
- ③ 村税などを滞納していないこと

補助金額

耐震改修工事費用の4/5（上限115万円）



受付期間

4月14日（月）～12月19日（金） ※土日祝日を除く

※いずれも契約の前にお申し込みください。

募集期間内であっても、補助金交付予定総額が予算額に達した場合、受け付けを終了します。



こころの悩みを相談してみませんか

#いのちSOS

■NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

専門の相談員が、必要な支援策などについて一緒に考えます。

☎0120-061-338 おもい ささえる

<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>



よりそいホットライン

■（一社）社会的包摂サポートセンター

どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法をさがします。

- ・暮らしの悩みごと
- ・悩みを聞いて欲しい方
- ・DV、性暴力などの相談をしたい方
- ・外国語による相談をしたい方 など

☎0120-279-338 つなぐ ささえる

<https://www.since2011.net/yorisoi/>



24時間対応

NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

生きづらびっと

「生きづらびっと」では、SNSやチャットによる自殺防止相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動などへのつながりも行います。

■LINE

@yorisoi-chat



■Webからの相談

<https://www.lsystem.org/web>



■チャット

<https://yorisoi-chat.jp/>





お知らせ 犬のしつけ方教室を実施します

犬のしつけ方教室基本講座



無料・予約必要(先着10人)・犬同伴不可
犬の正しい飼い方、しつけ方について知っていただくための教室です。

日程① 4月24日(木)、5月22日(木)、6月26日(木)
受付時間：午前9時30分～午前10時
講習時間：午前10時～正午

ところ 動物愛護センター本所(富里市御料709-1)

内容 犬の本能と習性・しつけ方法の講義
モデル犬によるデモンストレーション

日程② 4月8日(火)、5月13日(火)、6月10日(火)
受付時間：午後1時～午後1時30分
講習時間：午後1時30分～午後3時30分

ところ 動物愛護センター東葛飾支所(柏市高柳1018-6)

内容 犬の本能と習性・しつけ方法の講義

犬のしつけ方教室実技講座



有料(3,300円)・予約必要(先着5人)・犬同伴可

日程① 4月24日(木)、5月22日(木)、6月26日(木)

ところ 動物愛護センター本所(富里市御料709-1)

日程② 4月23日(水)、5月28日(水)、6月25日(水)

ところ 動物愛護センター東葛飾支所(柏市高柳1018-6)

問合せ・申込み 千葉県動物保護管理協会 ☎043(214)7814

犬のしつけ方動画配信



犬のしつけ方について知っていただくため、YouTubeを通じて希望者に動画を配信しています。

千葉県動物愛護センターHPのちば電子申請システム「犬のしつけ方教室(基礎講座)動画配信の申し込み」からご応募ください。



犬と猫との出会いの場



県民の方が飼っている犬猫の新しい飼い主さんを探しています。詳細をよくお読みになり申請してください。

※マッチングは両者間でメールにて調整していただきます。



飼い主募集中!! 譲渡事業



千葉県動物愛護センターが収容している譲渡対象の成犬及び成猫について、適正に最後まで飼っていただける方を募集しています。平日個別に対応しますので、希望される方は事前に来所日時をご予約ください。譲渡には条件があります。

詳細は千葉県動物愛護センターホームページをご確認ください。



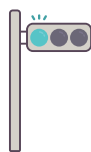
お知らせ 令和7年 春の全国交通安全運動が実施されます

今年のスローガン

「青だけど 自分の目で見て たしかめて」



入学・入園を迎えるこの時期は、子どもに関係する交通事故が増加する傾向にあります。そこで、子どもたちに交通社会の一員としての自覚と基本的な交通ルールやマナーを身に付けさせるとともに、運転者は歩行者に対する保護意識をより一層醸成するなど、一人ひとりが交通ルールを遵守し、正しい交通マナーを実践し、交通事故の防止に努めましょう。



運動期間 4月6日(日)～4月15日(火)までの10日間

運動重点目標 ① 子どもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
② 歩行者優先意識の徹底とシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
③ 飲酒運転やながら運転などの悪質・危険な運転の根絶
④ 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

各種相談

相談内容	とき	相談時間	ところ	連絡先
育児相談	4月15日(火) 4月22日(火)	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	4月14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	4月 9日(水)	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	4月21日(月)	午後1時30分～午後4時30分 (要予約)※2	総合福祉センター	☎0475(32)2111
心配ごと相談	随時(要予約)※1		総合福祉センター	☎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。

令和7年度 各種検(健)診のご案内

村では、各種検(健)診を予定していますので、ご自身の健康維持のため積極的に受診してください。

年齢の基準日は、令和7年4月1日です。ただし、特定健康診査、後期高齢者健康診査、若者健康診査、肝炎ウイルス検査の年齢基準日は、令和8年3月31日です。

申込み・問合せ

<各種検(健)診について>

健康推進課(保健センター) ☎0475(32)6800

<特定健康診査、後期高齢者健康診査について>

住民課(役場庁舎) ☎0475(32)2115



検(健)診名	対象者	料 金	場 所	日 程
乳がん検診	30歳以上の女性	集団: 500円	保健センター	4月15日、16日、17日、18日、19日、21日、5月13日
		個別: 3,000円	指定医療機関	集団検診終了後、個別検診通知が届いてから各自で予約した日
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	集団: 500円	保健センター	4月16日、17日、19日、21日、5月13日
		個別: 3,000円	指定医療機関	集団検診終了後、個別検診通知が届いてから各自で予約した日
胸部エックス線検診(結核検診)	65歳以上の人	無料	保健センター	6月2日、3日、4日、6日、7日、9日、11日、7月10日
胸部エックス線検診(肺がん検診)	40～64歳の人	500円		
喀痰検査	胸部エックス線検診受診者のうち喫煙指数600以上の希望者	500円	保健センター	6月2日、3日、4日、6日、7日、9日、11日、7月10日 喀痰容器回収日: 6月16日、7月14日
大腸がん検診	40歳以上の人	500円	保健センター	大腸がん検査容器配布: 5月23日、24日、26日 大腸がん検査容器回収: 6月2日、3日、4日、6日、7日、9日、11日、7月10日
特定健康診査	国民健康保険加入者 40～74歳までの人	集団: 1,000円 個別: 2,000円	保健センター 指定医療機関	《集団検(健)診の実施日》 6月23日、24日、25日、26日、27日、28日、30日、7月1日、2日 《個別検(健)診の実施期間》 6月1日～12月25日
若者健康診査	30～38歳の人	集団: 1,000円 個別: 2,000円	保健センター 指定医療機関	
後期高齢者健康診査	75歳以上の人	集団: 無料	保健センター	* 指定医療機関で特定健康診査または後期高齢者健康診査を受診する人は、前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査を同時に受診できます。前立腺がん検診のみまたは肝炎ウイルス検査のみの受診を希望する人は、保健センターでの受診となります。
		個別: 無料	指定医療機関	
前立腺がん検診	50歳以上の男性	集団: 500円	保健センター	
		個別: 500円	指定医療機関	
肝炎ウイルス検査	40歳以上で過去にB型肝炎、C型肝炎ウイルスの検査を受けたことがない人	集団: 無料	保健センター	
		個別: 無料	指定医療機関	

検(健)診名	対象者	料 金	場 所	日 程
骨粗鬆症予防検診	30・35・40・45・50・55・ 60・65・70歳の女性	500円	保健センター	7月18日、19日
胃がん検診	40歳以上の人	500円	保健センター	令和8年1月21日、22日、 23日、24日、2月17日
歯周病検診	20・25・30・35・40・45・ 50・55・60・65・70歳の人	500円	指定歯科医療機関	令和7年5月1日～ 令和8年3月31日
妊婦歯科健康診査	村内に住所を有する 妊婦	無料	指定歯科医療機関	妊娠期間中～出産後1年間

献血はラブラッドアプリをご利用ください

献血カードと献血手帳の新規発行及び更新は、令和8年1月4日(日)で終了します。

これまで献血記録などを記すため、献血カードや献血手帳をご利用いただいていたが、デジタル化社会の実現に向けた社会情勢に対応するため日本赤十字社では、「ラブラッドアプリ」の利用を進めています。アプリの利用で、これまで以上に利便性の高いサービスが受けられるようになります。

インターネットで「ラブラッド」と検索するとアプリの詳細がわかり、アプリをダウンロードすることができます。

● 詳しくは、日本赤十字社ホームページへ ▶▶▶



アプリのダウンロード



iPhone



Android



※Apple及びAppleロゴは米国及びその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。
App StoreはApple Inc.のサービスマークです。
※Google Play 及び Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。



令和7年度 保健センター事業予定表を配布しています

令和7年度の各種検(健)診、教室などをお知らせする「保健センター事業予定表」を配布しています。ぜひ、毎月発行される「広報ちょうせい」と一緒にご活用ください。

配布場所 ● 保健センター窓口 ● 役場庁舎1階ホール ● 総合福祉センター ● 文化会館 ● 交流センター

4月の保健センター事業

検(健)診

日	内 容	受付時間
16日(水)・17日(木) 19日(土)・21日(月)	乳がん・子宮頸がん検診	時間指定
15日(火)・18日(金)	乳がん検診	時間指定
22日(火)	乳児健診 【R6年4・9・12月生】	時間指定

問合せ 健康推進課 ☎0475(32)6800

各種相談

随時受付中

- 心と体の健康相談 ● 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。



包括支援
センター
だより

令和7年度の教室について

住み慣れた家で元気に暮らせるために、フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう。健康な状態と介護が必要な状態の間が「フレイル(虚弱)」です。高齢になるにつれ、筋力や心身の活力が低下し、フレイルになりやすくなりますが、フレイルに早く気づき適切な対応をすれば健康な状態に戻ることができます。日頃より「運動」「栄養と口腔ケア」「社会参加」「健康管理」をプラスして取り組むことで予防になります。いくつになっても元気で若々しく健康を保つため、できることを続けましょう。

地域包括支援センターでは、65歳以上の人を対象に、健康寿命を延ばすための教室を実施しています。



ながいき学校 ～年間予定表～

問合せ

地域包括支援センター
☎0475(32)6865

ながいき学校は、令和7年6月から令和8年2月まで月替わりの教室を行いますので、内容をご確認のうえ、お申し込みください。

教室名	実施日	内 容	申込期間
お口の健康 教室	6月 3日(火) 6月10日(火)	お口の機能は食べる・飲む・話すといった生活の要です。日頃のお手入れが肝心ですので口腔ケアやトレーニングを学びましょう。	5月1日(木) ～5月14日(水)
お薬の 教室	7月 8日(火) 7月15日(火)	薬の副作用への不安や、薬の種類が多すぎて飲み忘れや間違いはありませんか？健康管理のため薬剤師よりお薬の管理を学びましょう。	6月2日(月) ～6月13日(金)
人生会議・ 終活教室	8月 5日(火) 8月19日(火)	終活や人生会議を学び、自身の振り返りをしていませんか？エンディングノートを記入して終活の1歩を始めてみませんか。	7月1日(火) ～7月14日(月)
ボッチャ体験 教室	9月 9日(火) 9月16日(火)	ボッチャは年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に楽しめるスポーツです。スポーツを通じた交流は介護予防につながります。	8月1日(金) ～8月14日(木)
お口の健康 教室	10月14日(火) 10月21日(火)	お口の機能は食べる・飲む・話すといった生活の要です。日頃のお手入れが肝心ですので口腔ケアやトレーニングを学びましょう。	9月1日(月) ～9月12日(金)
糖尿病予防 教室	11月11日(火) 11月18日(火)	糖尿病予防のために自分自身の生活習慣を振り返り、改善点を一緒に考えてみませんか。改善していくことが介護予防になります。	10月1日(水) ～10月14日(火)
いきいき100歳 体操教室	12月 2日(火) 12月 9日(火)	筋力やバランス力を向上させる体操です。何歳でも健康に過ごすために体を動かしましょう。	11月4日(火) ～11月14日(金)
栄養バランス 教室	令和8年 1月13日(火) 1月20日(火)	高齢になると粗食になり、たんぱく質やエネルギーが不足しがちです。高齢期こそしっかり栄養を取る必要がありますので、栄養士よりバランスの良い食事を学びましょう。	12月1日(月) ～12月12日(金)
ちょこっと 運動教室	令和8年 2月10日(火) 2月17日(火)	家事の合間など、隙間時間でできる運動を学び、自宅での運動習慣を身につけましょう。	令和8年 1月5日(月) ～1月16日(金)

活動時間 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

利用料 1回 200円

定 員 20人(定員を超えた場合は抽選となります)

申込方法 電話または窓口でお申し込みください。

※送迎が必要な人で、送迎を希望する場合には、申込み時にご相談ください。

自分でできるよ教室

自宅での過ごし方や現状の課題、今後の目標について作業療法士・管理栄養士・歯科衛生士の専門職との面談を通じて見つけていく教室です。自分に合った運動や健康管理方法を知り「好きなことを続けたい！こんな自分でいたい！」を実現できるようにしましょう。

- 対象者** 事業対象者・要支援1.2の人
実施日 毎週水曜日 午後1時30分～午後3時30分
全12回の教室です。
定員 5人
利用料 無料
送迎 あり 希望者をご相談ください。
連絡先 地域包括支援センター ☎0475(32)6865



問合せ

地域包括支援センター
☎0475(32)6865

保健師だより

～HSP(繊細さん)を知っていますか？～

HSPとは、“Highly Sensitive Person”の略で、「非常に繊細な人」を指します。最近では、多くの本が出版されています。HSPは、性格的特性のひとつであり、5人に1人がHSPと言われています。様々なことに敏感に反応してしまうため、生きづらさやストレスを感じやすい傾向にあります。

HSPの特徴は？

- 物事を深く考える（考えすぎてしまう）
 - 過剰に刺激を受けやすい
（音や光、においなどの環境からの刺激に対し敏感）
 - 共感しやすい、感受性が豊か
（他人の言動や感情への共感性が高い）
 - 些細なことにも気づく
（空気を読みすぎて疲れてしまう）
- などがあります。

HSPは、何らかの病気・障がいというより、誰しもが持っている「気質」と考えるのが適切です。「薬などを使って治療する」というよりは、「日常生活の中でどう付き合っていくか」が重要です。考え方や環境、周囲の意識を変えるなどの工夫で過ごしやすいくなります。



担当 大野

対処方法は？

- ありのままの自分を受け止める。
（自分の気持ちに寄り添う）
- 自分が何に敏感・苦手なのかを知る。
- 自分にとってのこころのよりどころを作る。
- 無理のない範囲で刺激に慣れる。
- 人との距離を保つ。
- スルーすることを覚える。
（相手の言動に振り回されない）
- こころの境界線を意識する。

HSPであることから、結果的にうつ病や適応障害になることもあります。日常生活に支障が出てくるようであれば、早めにカウンセリングや専門機関へ相談し、自分にあった治療や対処法を行いましょう。

保健センターでは、こころの健康相談を随時行っています。また、障がい者基幹相談センターでも相談を受けています。お気軽にご相談ください。

<保健センター> ☎0475(32)6800

<障がい者基幹相談支援センター> ☎0475(32)6810



長生村長 小高 陽一

別れの季節でもある3月が、アツという間に過ぎ去りました。

3月11日が長生中学校、13日が3小学校のそれぞれの卒業式、22日は3こども園の卒業式でした。

私は長生中学校、一松小学校、八積こども園に出席しましたが、どこもたくさんの方の保護者に見送られ、立派に巣立って行きました。そして、子どもたちよりも先生方や保護者の涙にもらい泣きしてしまいました。

そして4月に入り、新年度がスタートします。

この広報254ページにありますとおり、令和7年度予算総額は、110億4701万円です。各種事業に取り組んでいくことになります。

私が村長に就任した平成24年度の予算と比較すると、

平成24年度と令和7年度予算の比較

会計種別	平成24年度	令和7年度
一般会計	44億100万円	68億1,500万円
国民健康保険	17億6,130万円	14億2,650万円
介護保険	9億5,910万円	14億6,820万円
後期高齢者医療保険	1億1,770万円	2億2,680万円
下水道事業	8億630万円	11億1,051万円

加入者が減少している国民健康保険以外は、増額となっています。

ただ一般会計は、その年の主要事業により増減します。平成26年度は津波避難施設建設費7億6850万円があり、令和2年度は交流センター建設事業費10億5426万円があり、令和7年度は110億4701万円です。

また、介護保険と後期高齢者医療保険の予算は、年々増えています。誰もが病気になる恐れはありますが、気を付ける事で健康寿命を延ばすことが出来ますので、健康増進のため保健センターや福祉センターにご相談ください。



長生村公式ホームページ

バナー広告募集

平均HPアクセス数 25,000件/月

1枠1ヵ月
3,000円

県内
最安値

イベント
告知

会社の
PR



【申込み】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



ベビーケアルーム

mamaro

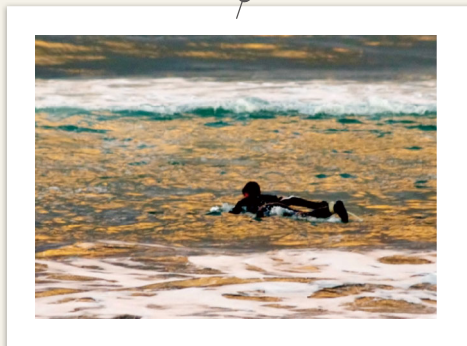
をご利用ください

授乳も おむつ替えも 離乳食だって

mamaro (ママロ) はママやパパ、赤ちゃん、家族のみんながリラックスできる完全個室のベビーケアルームです。



保健センター
にあります

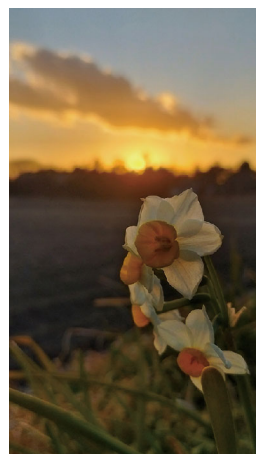


『黄金色の波』 投稿者 ジイチャンエール

夕方海岸沖、大きな雲に暁が反射して波を彩って不思議な風景です

掲載写真 募集中

散歩中に見つけた景色、村のイベント写真、自慢のコレクション、お子さんやペットなど、長生村で撮った写真を載せてみませんか？



『自宅付近』

投稿者 ルサポン

自宅近くの休耕田を入れてスイセンと夕陽を撮りました。



『大関堰にて』

投稿者 しばちゃん

いつもの散歩道！日々変わり行く風景を楽しんでいます。

●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、総務課広報広聴係へメールでご応募ください。
mail: taiyo-kun@vill.chosei.lg.jp



メール作成QR

《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SNSで紹介する予定です。

今月の一句

俳句クラブ

カタログで 選ぶバッグや 春を待つ 刈込 照子
(久方振りのカタログで選んだ茶色のバッグ。春が来たらお出かけにと思い新しいバッグを求めました。)

福は内 戦の国へ 投げようか 石川 青子

(世界の戦争はやみません。豆で鬼を追出したいです。)

子は如何に 任地の雪の 中にゐて 鵜沢 よしえ
(北陸に住む子はこの大雪の中どうしているのでしょうか。心配です。)

下萌や 免許更新 済ませくる 植草 泰子

(枯草の下から青い芽吹き、大地の力を感じながら、今回が最後になるであろう運転免許の更新を済ませほっと一息「まだ大丈夫」自分に言い聞かせる瞬間でした。)

ふるさとほ 細道ばかり 野水仙 栗木 加奈

(道路事情は大変良くなりましたが、私の故郷は町道の他は車一台の細い道ばかりです。しかし小径の水仙の花に慰められるのです。)





広報
ちょうせい
4月号
1日発行

発行
長生村
〒299-4394
千葉県長生郡長生村本郷1-77

編集
総務課広報広聴係

FAX ☎
0475-21194

27/26
Wed

陸上自衛隊高等工科大学 入校者を激励

4月から陸上自衛隊高等工科大学に入校する
渡邊永遠さん(驚)の激励会が行われました。

渡邊さんは激励会で
「防災部の活動に隊員の方
が講師として来てくれた
のが興味を持ったきっかけ」と語り、将来隊員
として活動していくことに意欲的でした。



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

7日(月)、21日(月) ※第1・3月曜日

文化会館・交流センター

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)、30日(水)

日曜開庁日

4月27日(日) 午前8時30分～正午

住民票の写しの発行、マイナンバーカードの交付(予約制)、村税納付
等を役場庁舎で実施します。

村税等の納期限

4月30日(水)

■固定資産税 第1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	内科系	外科系
4月 6日(日)	睦沢診療所 0475(44)2236	栄倉病院 0475(24)2171
4月13日(日)	聖光会病院 0475(35)5151	菅原病院 0475(25)1171
4月20日(日)	もといハッピークリニック 0475(36)3537	栄倉病院 0475(24)2171
4月27日(日)	ポブラクリニック 0475(23)3111	公立長生病院 0475(34)2121
4月29日(火)	宮本内科医院 0475(22)3770	菅原病院 0475(25)1171

当番医は変更になる場合があります。※救急患者が優先

☎中央消防署指揮情報係 ☎0475(24)0119

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 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：全コース 火、木、土曜日



広報ちょうせい に 広告を掲載してみませんか？

地域を絞った
情報発信

地域での
知名度
向上

申込み・問合せ

長生村役場総務課

☎0475(32)2111

詳しくはホームページをご覧ください

長生村 有料広告



1枠1回
5,000円



移動交番

村内の開設場所

- 文化会館
- 交流センター
- 尼ヶ台総合公園

※日程は県警ホームページへ▶▶

☎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

実施 千葉県

☎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)

受付時間 毎日午後7時～翌午前8時

救急安心電話相談

実施 千葉県

医療機関を受診するか迷ったとき、救急車を呼ぶか迷ったときにご相談ください。

☎局番なしの#7119(プッシュ回線・携帯電話)

☎03(6810)1636(ダイヤル回線)

受付時間

平日・土曜 午後6時～翌午前8時

日曜・祝日・年末年始 午前9時～翌午前8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】

マチイロ