



暮らしの

便利帳

長生村

2025
年度版

長生村ガイド



6

防災・救急



12

届出・証明



17

税金



21

保険



23

福祉



24

健康



30

子育て・教育



32

生活・環境



40

生活ガイド



45



車のトータルショップ

技術力とお客様目線のサービスで選ばれています



民間車検場

メンテナンス

キズ・ヘコミ
修理

自動車
販売

頼れる車のトータルアドバイザー



日ごろの点検から修理、保険相談までおまかせください
車に関するあらゆるご要望にお応えします

車検

自動車修理

钣金塗装

新車・中古車販売

当社は、損害保険ジャパン株式会社 あいおいニッセイ同和損害保険株式会社 代理店です。
安心して钣金などの修理はおまかせください。

房総スズキ販売有限公司 糸井自動車

〒299-4333 千葉県長生郡長生村七井土 1530-1

TEL 0475-32-3553 FAX 0475-32-3771

営業時間 月曜～金曜：8時～18時まで
土曜：8時～17時まで
日曜・祝日：9時～17時まで(留守番対応)

ホームページは
こちら! ➡



糸井自動車 長生村

検索



村長あいさつ

この度、株式会社サイネックスとの公民連携により「長生村暮らしの便利帳」を発行いたしました。

本便利帳は、役場での各種手続きや生活・保健情報、防災情報なども掲載した実用性の高い情報誌となっています。暮らしの情報源として、日常生活の困り事や緊急時の際に役立てていただければ幸いです。

発行にあたり、ご協力いただきました株式会社サイネックスをはじめ、広告を掲載していただきました事業者や関係団体の皆さまに心より感謝申し上げます。



長生村長
おだか よういち
小高 陽一



長生村 暮らしの便利帳 2025 Index

Chosei Village Life Guide Book 2025

広 告

石塚整骨院

健康保険適用可

(骨折・脱臼の際は医師の同意が必要)

施術時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

AM 8:00~11:30 ● 休 ● ● 休 ● ●

PM 2:00~6:00 ● 休 ● ● 休 ● ●

鍼・灸 (予約必要)

長生村信友 1949-7

☎ 0475-32-6130

NORIMOTO

株式会社 紀元製作所

精密金属プレス加工・電子部品組立



長生村薮塚字柳前1027-6

TEL 0475-32-3881

FAX 0475-32-3884

紀元製作所

検索



1 村長あいさつ

2 Index

4 Life Cycle Index



長生村ガイド

6

6 長生村ってこんなまち

7 長生村マップ

8 長生村の特産品

10 長生村SHOP MAP

11 長生村のイベント



防災・救急

12

12 災害から身を守るために

12 ハザードマップとガイドブック

13 防災情報入手方法

14 長生村避難場所等一覧

16 急病のとき



届出・証明

17

17 届出

18 印鑑登録

19 マイナンバーカード
(個人番号カード)

20 各種証明書発行(手数料)



税金

21

21 税金の種類・納期

22 税の仕組み・納税の方法



保険

23

23 国民健康保険(国保)制度

23 後期高齢者医療制度

広 告

相続

遺言

ケアプランの作成

遺言の執行

終活の支援

成年後見

任意後見

ご逝去後の諸手続

出張相談を承ります(初回相談は無料) お気軽にお問合せください

行政書士事務所
社会福祉士事務所
居宅介護支援事務所

しあわせの空

長生きであることに しあわせ よろこび あんしん
を感じられる生活をサポートします

☎ 0475-36-3751

〒299-4341 長生村宮成 2555 番地 1



ご相談から業務完了までご自宅に伺って対応いたします ご高齢者のお困りごとのトータルサポート



福祉

24

- 24 介護保険制度
- 25 サービス利用までの流れ
- 26 介護予防・日常生活支援総合事業
- 27 障がい者福祉
- 28 生活保護について
- 28 緊急通報装置貸与事業について
- 28 福祉カー貸付事業について
- 29 福祉タクシー事業について
- 29 外出支援サービス事業について



健康

30

- 30 各種検(健)診
- 31 骨髄移植ドナーへ助成金の交付
- 31 健康ポイント事業



子育て・教育

32

- 32 子育て支援
- 35 子どもの予防接種
- 36 保育事業
- 37 乳幼児健康診査
- 38 教育



生活・環境

40

- 40 ごみ
- 41 上水道
- 42 下水道・浄化槽
- 43 住宅補助
- 43 農業委員会
- 44 結婚支援
- 44 移住・定住支援



生活ガイド

45

- 45 医療機関リスト
- 46 健康チェックと元気法

UD FONT

見やすいユニバーサルデザイン
フォントを採用しています。

広告

OKAMOTO GREEN

造園工事・外構工事・土木工事
舗装工事・下水道工事

株式会社 岡本グリーン

千葉県知事許可(般-7) 27070号

千葉県長生郡長生村岩沼1774
TEL 0475(32) 1609

舗装工事 解体工事
土木建築工事
宅地造成工事一式請負

利 株式会社 狩野建設

千葉県知事許可(特-6)第023415号

〒299-4325 千葉県長生郡長生村一松丙2559

TEL 0475-32-1533
FAX 0475-32-1534

広告

ながいき司法書士事務所
法務大臣認定司法書士 酒井 將治

地域の皆様のお困りごとや、手続きのサポートをさせていただきます。

お問合せ先
0475-36-6880

相続 遺言 不動産登記
相続放棄 養育費 家庭問題全般

初回相談無料(30分程度)
事前相談により土曜・日曜 対応可能
〒299-4345 長生村本郷 5380-33

門口行政書士事務所

頼れる街の法律家
その手続きは
門口におまかせください

TEL 0475-32-6259
FAX 0475-32-6259

〒299-4336 長生村岩沼44-13

【主な業務】
○相続・遺言等
○会社・法人の設立
○農地法の許可等
○各契約書等の作成

当事務所 JR八旗駅 徒歩10分



Life Cycle Index

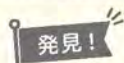
ライフサイクルインデックス

☞のマークの場合には村役場に届出が必要です

☞ 赤ちゃんが
生まれたら

出生届…P17

生まれた日から
14日以内に届出



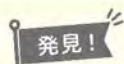
わたしのまちの
ユニバーサルデザイン

自動ドア



荷物で両手が
使えなくても
大丈夫

車いすの方や荷物を両手に持って
いる方でも楽に出入りできます。



わたしのまちの
ユニバーサルデザイン

多目的トイレ



高齢者や障害のある方、お子さま
連れなど誰でも利用できます。

戸籍の届出・各種登録は
村役場へ届け出てください



生活

- ごみ…P40
- 上水道…P41
- 下水道…P42

☞ 結婚したら

婚姻届…P17

届け出た日
から効力

結婚

- 戸籍…P17
- 住民登録…P18
- 結婚新生活支援
事業補助金…P44



☞ 村内で住まいが
変わったら

転居届…P18

引っ越しした日から
14日以内に届出

☞ 村内へ引っ越し
してきたとき

転入届…P18

引っ越ししてきた日から
14日以内に届出



☞ 村外へ引っ越し
していくとき

転出届…P18

引っ越し日の
14日前から届出

壮年

- 税金…P21
- 国民健康保険…P23
- 各種健(検)診…P30

広 告

環境に貢献しています

一般貨物輸送・倉庫業
ドライバーを募集!

株式会社 倉庫サービス

千葉県長生郡長生村七井土1715-2
TEL 0475-32-5385
FAX 0475-32-5386
E-mail souko5386@if-n.ne.jp

Intertek
UKAS
ISO 9001:2015 認証取得
ISO 14001:2015 認証取得

誕生

- 国民健康保険…P23
- 児童手当…P33



育児

- 予防接種…P35
- こども園…P36
- 乳幼児健康診査…P37

教育

- 小・中学校…P38
- 学童保育所…P39



成人

- 税金…P21
- 国民健康保険…P23



緊急時

- 防災…P12



広告

一般注文住宅・設計・施工・リフォーム

有限会社 木島建設

千葉県知事許可（般-4）第 029220 号

健康・快適住宅システム
高機密・高断熱・高耐震工法



長生村一松戊 692

TEL 0475-32-2502
FAX 0475-32-3279



老後

- 後期高齢者医療制度…P23
- 介護保険制度…P24
- 地域包括支援センター…P26



家族が
亡くなったら
死亡届…P17

死亡の事実を知った日から
7日以内に届出



必要な方
印鑑登録…P18



教養の豆知識 SDGsとは？

持続可能な開発目標 SDGs とは

持続可能な開発目標(SDGs:Sustainable Development Goals)とは、2001年に策定されたミレニアム開発目標(MDGs)の後継として、2015年9月の国連サミットで加盟国の全会一致で採択された「持続可能な開発のための2030アジェンダ」に記載された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない(leave no one behind)」ことを誓っています。SDGsは発展途上国のみならず、先進国自身が取り組むユニバーサル(普遍的)なものであり、日本としても積極的に取り組んでいます。





長生村 つてこんなまち

長

生村は、千葉県の房総半島九十九里浜に面し、東京都心から約60km、千葉市から約30kmの距離にあり、昭和28年11月3日に八積村、高根村、一松村の3村が合併して誕生しました。面積は28.25km²、人口は令和6年4月1日現在では1万3,417人となっています。気候は太平洋の黒潮による影響を受けて、年間を通して温暖です。交通は、西部から南部にかけて国道128号とJR外房線が通っており、村内にはJR八積駅があります。千葉駅まで約45分、東京駅までは京葉線直通で約1時間20分と、首都圏への交通利便性に恵まれた立地条件にあります。また、美しい海岸一帯は県立九十九里自然公園内にあり、首都圏の海浜レクリエーション地として知られ、夏季には海水浴客やサーファーで賑わいます。

村のシンボル



村章

村の木



ラカンマキ

村の花



ハマヒルガオ

長生村イメージ
キャラクター



太陽くん



広告



NEMOTO

ネモト運送 有限会社

「運ぶ技術」と「届ける気持ち」

人と物が信用で 繋がる未来

ネモト運送有限会社

検索

〈本社〉

〒299-4336

千葉県長生郡長生村岩沼 777-1

TEL 0475-32-1117

FAX 0475-32-3113



長生村マップ



尼ヶ台総合公園



長生村のスポーツと憩いのスポット。総面積10.5ヘクタールの広大な敷地に、野球場やテニスコートを備える。自然の地形を活かした散策路も人気。

所 長生村本郷5366-1

問 ☎0475-32-0997(公園管理事務所)

長生村文化会館



図書室、プラネタリウム、ホールなどを備えた複合施設。プラネタリウムの上映スケジュールは公式サイトで確認しよう。

所 長生村岩沼2119

問 ☎0475-32-5100

長生村交流センター



どなたでも気軽に立ち寄れる「ふれあいルーム」や「子育てルーム」がある、長生村の新しい顔。楽しく過ごせる多世代の交流拠点。

所 長生村岩沼874-1

問 ☎0475-32-3770

広告



ありがとう

一人一人のニーズに合った
オリジナルの保険を考えます。
お客様に寄り添い誠意を持って
接することをモットーにしています。



保険募集代理店 相馬 緑

【取扱保険会社】

アフラック生命保険
オリックス生命保険
メットライフ生命

☎0120-541-731

携帯 090-4139-9202

長生村本郷 7445-1



株式会社 諸岡組

土木工事業

とび土工事業

建築工事業

舗装工事業

管工事業



〒299-4345

千葉県長生郡長生村本郷4496

☎ 0475-32-1969

☎ 0475-32-0843

✉ morookagumi@aria.ocn.ne.jp

建設業

千葉県知事許可(般-3)第9143号

産業廃棄物収集運搬業 千葉県知事許可 第1200044547号

長生村の特産品



長生村ガイド



アイガモ農法によるお米

アイガモを田んぼに放して雑草や害虫を食べてもらふ農法で、田植えから稲刈りまで農業を使わない、「ちばエコ農産物」に認定されたお米です。オーナー制によるアイガモの放鳥や稲刈り体験も実施しています。



ながいきそば

長生村では、遊休農地の解消を目的として、蕎麦の栽培が行われています。長生村の名前から名づけられた「ながいきそば」は、栽培期間中農薬不使用、みつ蜂交配で作られた蕎麦です。オーナー制による種まき、収穫、蕎麦打ち体験も実施しています。



長生(ながいき)トマト

トマト栽培に適した九十九里の温暖な海洋性気候と土壌で栽培された、身がしまって糖度が高く日持ちの良いトマトです。



はちみつ

温暖な気候に恵まれ自然豊かな長生村では、四季折々に咲く花々をミツバチが元気に飛び回り、美味しいはちみつが作られます。オーナー制による養蜂体験も実施しています。

広告



長生農業協同組合

金融・共済・営農・経済の事はお気軽にご相談ください。



ながいき
ななちゃん

【高根支所】

☎ (0475) 32-2216

【南部営農購買センター】

☎ (0475) 42-4343

【農産物直売所 ながいき市場】

☎ (0475) 44-6800

【セレモニーサービスセンター】

☎ (0475) 32-2383

<https://www.ja-chosei.or.jp/>



太巻寿司



昔から祭りなどお祝い事があると作られる郷土料理で、色々な絵柄を巻き込んだ、食べてもおいしく見た目にも楽しめる巻寿司です。

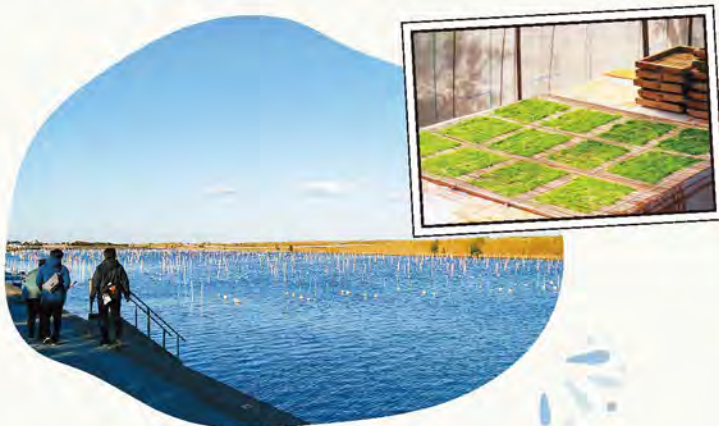


ナガラミ(ダンベイクサゴ)

7月から8月に九十九里浜で獲れる巻貝で、地元では塩ゆでで食べるのが定番。酢の物としてキュウリやワカメと和えて食べると、噛むほどに磯の香りが広がります。

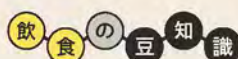
青のり

「千葉県ブランド水産物・地域特産水産物」に指定された長生村の青のりは、新年を祝うお雑煮には欠かせません。天日干しにする工程はすべて手作業で、収穫量が限られるため希少価値の高い名産品になっています。



なめろう(アジのタタキ)

房総半島沿岸発祥の郷土料理で、地元で獲れた新鮮なアジの頭と尾などを取り除き、生姜やシソ、味噌などを混ぜて包丁で叩き皿に薄くのばします。粘り気のある食感が特徴の料理です。



注目しよう！食べ物のこと

安全・安心な食べ物を選ぶには

私たちは毎日いろいろな食べ物を食べていますが、「どこで」「だれが」「どのように」作ったか、食べ物を見ただけではわかりませんね。私たちがお店で売っている食品を買うときに安心して選ぶようにするため、食品の袋や容器には「消費期限(しょうひきげん)」や「賞味期限(しょうみきげん)」、そのほかにも、アレルギー表示や食品添加物(しょくひんてんかぶつ)の表示など、さまざまなマークや情報が表示されています。食品表示の見かたを覚えておくと、食品を買ったり選んだりする時にとても役に立ちます。自分が食べているものが、どんなものかわかれば安心ですね。



長生村 SHOP MAP

長生村ガイド

- 🛒 食料品雑貨 1 ~ 20
- 🍽️ 飲食店 21 ~ 51
- 👗 衣料品店 52 ~ 55
- 🏠 その他 56 ~ 58

食料品雑貨	住所
1 Yショップ馬場商店	金田2232-2
2 旬の里かねだ(直売所)	金田3026-1
3 コメリハード&グリーン長生店	金田3140
4 オートアールズ長生店(カー用品)	金田3165
5 ケーズデンキ長生店	金田3181
6 ベイシア長生店(スーパー)	金田3237
7 小関酒店	七井土1386-3
8 DCM長生店(ホームセンター)	七井土1492-1
9 ナフコ茂原長生店(ホームセンター)	七井土1506-1
10 味来夢(弁当)	七井土1512-6
11 長生村農産物直売所コメール	七井土1868-6
12 ヤックスドラッグ長生店	七井土1898-4
13 くんぷう(パン)	水口864-41
14 Yucatan Berry(いちご直売)	宮成2592-1
15 菓子工房Nana彩(洋菓子)	小泉401
16 (有)菊池商店(うなぎ)	一松丙251
17 丸島漬物店	一松丙2935
18 木島肉店	一松戊3193-1
19 HANAP(はちみつ)	入山津803-1
20 人舟(パン)	入山津803-2

飲食店	住所
21 麵処 新月	金田2162-3
22 旬菜(食堂)	七井土1391-10
23 なおの樹(居酒屋)	七井土1408-1
24 居酒屋 田中	七井土1412
25 みりの食堂	七井土1473
26 彩花楼(中華)	七井土1489-13
27 喜多方ラーメン坂内	七井土1506-1
28 Ancora Pizza Napoletana(ピザ)	七井土1690-4
29 ハレルヤカフェ	七井土1690-5
30 田舎家長生店(とんかつ)	七井土1725
31 ほおじろ(ラーメン)	七井土1746
32 湖月(和食・ラーメン)	七井土1903
33 聖徳(和食・中華)	北水口633-5
34 きらく食堂	岩沼824-2
35 かぼちゃハウス(レストラン)	岩沼2014
36 韓料理店 ビービーゴ	宮成2158-28
37 えびのや氷菓(かき氷)	小泉194-1
38 居酒屋すずき	一松乙45-2
39 KUSA.喫茶 自家焙煎coffee+pan.	一松乙1987-14
40 みんなのおむすび モモカフェ。	一松丙4355-1

41 fato.(カフェ)	一松丁174
42 いっぱい屋夢浮(居酒屋)	一松丁3218
43 寿し文	一松丁3433
44 風生庵(とんかつ)	一松丁3646
45 居料理や(居酒屋)	一松丁3655-3
46 sachi-ta(タコス)	一松戊1340
47 三本松(居酒屋)	一松戊3205-2
48 99GARDEN(ステーキ)	一松戊3217
49 寿司重	一松戊3451-38
50 らーめん・ふくみ(中華)	一松戊3451-141
51 椎の木(イタリアン・インドカレー)	驚580

衣料品店	住所
52 ワークマンプラス長生七井土店	七井土1384-3
53 千葉洋品店	本郷2577
54 もりかわ(洋品)	一松乙2029
55 まつや衣料品店	一松戊3252-2

その他	住所
56 BUB RESORT(グランピング)	金田2811
57 ダイナミックゴルフ茂原	岩沼2013
58 スパ&リゾート九十九里 太陽の里	一松戊3445

※所在地番番と実際の場所が異なる場合があります。
※令和7年1月現在

広告

有限会社 日昭設計
(公社)千葉県建築士事務所協会 会員
(一社)千葉県建築士会 会員

(本社)長生郡長生村一松373
☎ 0475(32)3701
FAX 0475(32)0909
(支店)千葉市緑区あすみが丘1-1-8
ピアブルックビル303

プラスアルファのインテリア

i+Q インテリア・アルファ

長生郡市で内装リフォームのことならお任せください!

天井・壁・クロス

床・CF・たたみ

ふすま・障子

カーテン・防犯フィルム

お気軽にお電話下さい!

TEL 0475-32-3083
FAX 0475-32-3177

千葉県長生郡長生村本郷 5341-6

有限会社 **フカヤマ商店**

廃車・不動産・事故車
古い車・故障車

などお車買取いたします。
お引き取りにもお伺いいたします。

即現金買取!!
ぜひ一度ご相談ください。

TEL 0475-32-2755
千葉県長生郡長生村本郷 5618-2
〔営業時間〕8:00 ~ 12:00 / 13:00 ~ 17:00
日・祝 休み
※月曜も店休の場合があります。事前にお問合わせください。



長生村のイベント



4月 桜のライトアップ

桜の開花時期に尼ヶ台総合公園にて実施しています。池の水面に映るライトアップされた桜は絶景です。

7・8月 観光地曳網

夏の海水浴シーズンに一松海岸で開催。九十九里浜の伝統漁法である地曳網を無料で体験できるため、県内外から訪れる大勢の方で賑わい、ファミリーに大人気のイベントです。



10月 岩沼の獅子舞

県指定無形文化財の「岩沼の獅子舞」は、元和7年(1621)から約400年の歴史を持つ雄壮なものです。梯子の上で獅子が曲芸を見せる「乱玉の舞」は見事で、遠方から見物に来る人たちも少なくありません。

10月 ちょうせい子ども祭り

会場となる交流センターには出店が立ち並び、遊びや創作、体験コーナーなど、毎年たくさんの来場者で賑わう子どものためのお祭りです。

11月 長生むら文化祭

踊りや唄、写真、俳句、書道など、村民の日ごろの活動成果が発表されます。茶道や囲碁体験も実施されます。

11月 ながいきフェスタ

村一番の大きな祭りです。ステージイベント、近隣で収穫されたいろいろな特産物の販売やおいしいグルメが楽しめる屋台が並びます。体験イベントも大人気です。

1月 御的神事

1月4日に一松神社で行われる御的神事は、その年の吉凶を占う珍しい行事です。宮司が神殿から15m離れた的に向かって4本の矢を放ち、その当たった場所と矢の走り具合を見て、その年の運勢と稲作の豊凶がわかるというものです。

広告

新車・中古車販売

Aristy
株式会社 アリスティー

ローン・クレジット各種
車検代行・JUメンバーシップ



〈本店〉

長生村七井土1744-2

TEL 0475-32-5542

FAX 0475-47-4434

〈ポケット店〉

長生村七井土1725-2

TEL 0475-36-3420

FAX 0475-36-3421

民間車検場 自動車販売・修理・钣金

株式会社 小高モータース



千葉県長生郡長生村岩沼1765-4

☎ (0475) 32-2237 (代)

FAX (0475) 32-4445



法華宗(本門流)
一松山 本興寺



永代供養・ペット供養

毎月第3日曜お経セラピー(法話会)を行っています

TEL 0475-32-1428

長生村一松丙301

本興寺 長生村

検索





防災・救急

災害から身を守るために

≫総務課消防防災係 ☎0475-32-2111

【自助】 + 【共助】 + 【公助】

大規模災害時には、役場や消防、警察、自衛隊の活動には限界があります。災害から命を守るには、まずは「自分の命は自分で守る」＝【自助】と、「自分たちの命は、自分たちで守る」＝【共助】が大切であり、その自助・共助と「県や役場、消防などの取組」＝【公助】が一体となることで地域の防災力を向上させることができます。

- 日頃から、地域の危険箇所を把握する。
 - 家屋の耐震化、家具や家電の転倒防止対策をする。
 - 3日分以上の飲料水や食料、生活必需品を備蓄し、非常持ち出し袋を用意しておく。
 - 家族で災害時の安否確認方法や避難所、避難路を確認する。
 - 近所と声を掛け合い、避難や救助活動を行う。
 - 自力では避難が困難な方を支援する体制を地域で協力してつくる。
- 以上のことを踏まえて、日頃より防災に備えましょう。

防災・救急

ハザードマップとガイドブック

≫総務課消防防災係 ☎0475-32-2111

村では、「ハザードマップ（「津波」及び「洪水」）」と「防災ガイドブック」を作成しています。皆さんの防災対策へご活用ください。

◆ 配布物

- ① 長生村津波ハザードマップ
- ② 長生村洪水ハザードマップ
- ③ 長生村防災ガイドブック

◆ 配布場所

役場庁舎（総務課及び住民課）、文化会館、交流センター



【ハザードマップ】



【防災ガイドブック】



広告

大昌建設株式会社

千葉県知事 許可（特-4）第 55666 号
千葉県知事 許可（般-4）第 55666 号

大昌建設は独自に開発した特殊重機を駆使して
高所法面施工に強みを持つ会社です



（本店）長生郡長生村金田 2695
（本社）茂原市高師 8-2

TEL 0475-36-7700
FAX 0475-36-7300

（建設機械の設計・製造・修理）

有限会社 マシン商会 長生村宮成 3541-2
TEL 0475-32-3934



ENEOS灯油・軽油配達致します。

ENEOS株式会社 長生給油所

ENEOS (有)井下田商店



千葉県長生郡長生村七井土 1372

☎ (0475) 32-2223
FAX (0475) 32-5192

土木・舗装・造園工事一式

佐 豊 佐瀬商事

千葉県知事許可（般-4）第22826号

長生村北水口630-1

☎ 0475-32-2130
FAX 0475-32-6266

●長生村防災アプリ

防災に関する情報を視覚的に取得できる防災アプリを運用しています。アプリでは、気象情報やハザードマップ、避難情報発令、避難所開設状況等のさまざまな災害関連情報を配信します。



防災アプリ「HAZARDON(ハザードン)」をアプリストアまたは二次元コードからスマートフォンなどへインストールし、長生村を地域登録してご利用ください。

● 長生村防災行政メール

避難情報や気象情報、災害情報などに関する情報をメール配信しています。登録用メールアドレス宛てに空メールを送信して登録してください。情報料・登録料は無料です。ただし、メール受信に伴う通信料は個人負担となります。



●登録用メールアドレス:
bousai.chosei-vil@raiden.ktaiwork.jp

● 長生村防災ポータル

防災に関するさまざまな情報が確認できます。村ホームページに掲載している防災情報を取りまとめているサイトです。



- Yahoo !

災害時の緊急情報等はYahoo!の地域情報で配信しています。長生村を地域登録してご利用ください。配信された情報はYahoo!防災アプリでも確認できます。



● 長生村公式SNS

災害時等の緊急情報や防災行政無線の音声放送内容を文字情報として配信しています。村の公式アカウントをフォローしてください。



@chosei



 X



@chosei info

 Facebook

@chosei info



◆ Instagram (災害時等の緊急情報のみ)



@chosei info



● 防災行政無線

万が一の災害時に、いち早く住民の皆さんへ情報を伝えるために、村内に防災行政無線を設置しています。親局の他に32基の子局を設置し、外部スピーカーによる音声放送で情報を伝達します。



廣 告

園壽米社有限公司

千葉県知事許可(般-3)第31765号



土木工事 造園工事



千葉県長生郡長生村岩沼607

☎ 0475-32-1400 FAX 0475-32-3787

● エリアメール・緊急速報メール

避難情報などの緊急性が高い災害情報を多くの人へ迅速に提供するため、docomoの「エリアメール」、au(KDDI)、softbank、楽天モバイルの「緊急速報メール」に対応しているスマートフォン等へ、一斉に配信します。事前の登録は不要で、受信は無料です。

配信される主な情報

気象庁が配信する緊急地震速報や津波警報、国や地方公共団体が配信する災害・避難情報、国民保護に関する情報等

● 千葉県防災ポータルサイト

千葉県内の防災気象情報、地震・津波情報、緊急情報、避難情報などを掲載しています。また、「じぶん防災」という災害予防・災害対策を学ぶことができるコンテンツも用意されています。



<https://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/>

● 川の防災情報(国土交通省)

行政から発表される洪水予報や避難情報のほか、観測所等の地図情報、水害リスクライン、ライブカメラ画像などの川の状況など、河川に関するさまざまな防災情報を提供しています。



<https://www.river.go.jp/index>

長生村避難場所等一覧

総務課消防防災係 ☎0475-32-2111

● 緊急避難場所

切迫した災害の危険から身を守るために避難する場所です。

No.	施設名	所在地
1	スパ&リゾート九十九里 太陽の里	長生村一松戊3445 (一松海水浴場入口)
2	一松小学校	長生村一松丁573
3	高根小学校	長生村本郷1297
4	八積小学校	長生村金田2660
5	長生中学校	長生村岩沼1634
6	長生村文化会館	長生村岩沼2119
7	長生村役場	長生村本郷1-77
8	長生村保健センター	長生村本郷1-77

No.	施設名	所在地
9	長生村総合福祉センター	長生村本郷1-77
10	長生村尼ヶ台総合公園	長生村本郷5366-1
11	一松北部 コミュニティセンター	長生村鷺507
12	城之内築山公園	長生村一松丁2379-1
13	竜宮台築山公園	長生村一松丙2101-2
14	長生広域消防本部 長生分署	長生村宮成2579-1
15	長生村交流センター	長生村岩沼874-1
16	㈱合同資源	長生村七井土1545-1
17	ハッピー・サイエンス・ ユニバーシティ(校舎棟)	長生村一松丙4427-28

広 告

Resource 資源 + Chemistry 化学 ▶▶▶ New Future 新しい未来



天然ガス事業
Natural gas



ヨウ素事業
Iodine



ヨウ素
化合物事業
Iodine
compound



ヨウ素
リサイクル事業
Iodine
recycle

ヨウ素、ヨウ素化合物、ヨウ素リサイクルの事業でヨウ素のトータルソリューションを提供し、天然ガス事業で地域のくらしや産業に貢献していきます



株式会社 合同資源
GODO SHIGEN CO., LTD.

〒299-4333 千葉県長生郡長生村七井土1545番地1

TEL.0475-32-1111 FAX.0475-32-1115 <https://www.godoshigen.co.jp>

● 指定一般避難所

災害発生時に被災された方が一定期間、避難生活を送るための施設です。

No.	施設名	所在地
1	一松小学校	長生村一松丁573
2	高根小学校	長生村本郷1297
3	八積小学校	長生村金田2660
4	長生中学校	長生村岩沼1634
5	長生村文化会館	長生村岩沼2119
6	長生村保健センター	長生村本郷1-77
7	長生村総合福祉センター	長生村本郷1-77
8	長生村尼ヶ台総合公園	長生村本郷5366-1
9	一松北部 コミュニティセンター	長生村鷺507
10	長生村交流センター	長生村岩沼874-1

● 指定福祉避難所

要配慮者が避難するための避難所です。

No.	施設名	所在地
1	長生村文化会館	長生村岩沼2119
2	長生村保健センター	長生村本郷1-77
3	長生村総合福祉センター	長生村本郷1-77
4	長生村交流センター	長生村岩沼874-1

● 一時滞在施設

帰宅困難者や車中泊者等のための一時的な滞在施設です。

No.	施設名	所在地
1	スパ&リゾート九十九里 太陽の里	長生村一松戊3445 (一松海水浴場入口)
2	(株)ダイナム千葉長生店	長生村本郷7351
3	ハッピー・サイエンス・ ユニバーシティ	長生村一松丙4428-66 (グラウンド)

● 民間一般避難所

指定一般避難所を補い、災害の規模に応じて開設する施設です。

No.	施設名	所在地
1	ハッピー・サイエンス・ ユニバーシティ	長生村一松丙4428-1 (講堂兼体育館)

● 民間福祉避難所

指定福祉避難所での生活が困難であり、より専門性の高いサービスが必要とする要配慮者の方を受け入れるための施設です。

ここには直接避難することはできませんので、ご注意ください。

No.	施設名	所在地
1	(福)愛の友協会	長生村金田2133
2	(福)徳生会まきの木苑	長生村七井土1789-1
3	(福)長生会だるまさん	長生村宮成3496
4	(一社)はぐネット長生	長生村本郷6926-1
5	(特非)母里子ネット	茂原市六ツ野3798-3



防災・救急



AED設置場所(公共施設)

令和7年3月現在、AEDを設置している公共施設は下記のとおりとなります。

施設名	設置場所	台数	所在地	連絡先
長生村役場	1階 会計課	1	長生村本郷1-77	0475-32-2111
長生村保健センター	事務室	1	長生村本郷1-77	0475-32-6800
長生村文化会館	事務室	1	長生村岩沼2119	0475-32-5100
長生村交流センター	事務室	1	長生村岩沼874-1	0475-32-3770
長生村尼ヶ台総合公園	事務室	1	長生村本郷5366-1	0475-32-0997
長生村体育館	事務室	1	長生村岩沼1701	0475-32-1144
一松北部コミュニティセンター	集会室	1	長生村鷺507	—
長生中学校	職員室	1	長生村岩沼1634	0475-32-2101
八積小学校	職員室	1	長生村金田2660	0475-32-1101
高根小学校	職員室	1	長生村本郷1297	0475-32-1103
一松小学校	職員室	1	長生村一松丁573	0475-32-1102
八積こども園	玄関	1	長生村金田2727	0475-32-1107
高根こども園	職員室	1	長生村本郷6937	0475-32-2109
一松こども園	職員室	1	長生村一松丁530-1	0475-32-1106
八積学童保育所(八積小学校地内)	職員室	1	長生村金田2660	0475-32-7760
高根学童保育所(高根小学校地内)	管内・学校教室	2	長生村本郷1297	0475-32-7110
長生村ふれあい館	事務室	1	長生村一松丙3704	0475-32-7751

急病のとき

こども急病電話相談

受診した方が良いのか、様子をみても大丈夫なのか、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。

◆ プッシュ回線・携帯電話
局番なしの **#8000**

◆ ダイヤル回線
☎043-242-9939

◆ 相談日時 毎日午後7時から翌午前8時まで

こどもの救急

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の参考にする情報を提供しているホームページです。

対象年齢は生後1か月から6歳までのお子さんです。

◆ 公益社団法人日本小児科学会 こどもの救急
<http://kodomo-qq.jp>



夜間・休日診療

長生都市夜間急病診療所

◆ 所在地 茂原市八千代1-5-4
◆ 電話 0475-24-1010
◆ 診療科目 内科、小児科
◆ 診療時間 午後7時45分～午後10時45分
(年中無休)

休日在宅当番医は、長生都市広域市町村圏組合ホームページでご確認ください。

<https://choseikouiki.jp/kyuujitsutouban/>

また、広報ちょうせい及び当日の新聞朝刊でも確認できます。

午後11時以降の診療については、テレホン案内でご確認ください。

◆ 夜間急病診療テレホン案内

☎0475-24-1011

◆ 対応時間 午後7時～翌午前6時

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。

◆ 救急安心電話相談

☎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)

◆ 対応時間 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



届出・証明

届出

» 住民課住民係 ☎0475-32-2115

● 戸籍・住民記録

窓口における本人確認について【本人確認書類】

戸籍や住民基本台帳に関する届出の際には届出人の本人確認ができる書類(運転免許証やマイナンバーカードなどの顔写真付きのものは1点、健康保険資格確認書や介護保険証などは2点)をご持参ください。

● 戸籍に関する届出

種類	届出期間	届出人	お持ちいただくもの
出生届	生まれた日を含め14日以内	父・母	● 出生届書(出生証明書) ● 母子健康手帳
婚姻届	届出した日に効力を生じる	夫・妻になる方	● 婚姻届書(届書証人欄に成人2名の署名が必要) ● 本人確認書類
離婚届	【協議離婚】 届出した日に効力を生じる	夫・妻	● 離婚届書(協議離婚の場合は届書証人欄に成人2名の署名が必要) ● 本人確認書類 ※ 調停離婚は調停調書の謄本、裁判離婚は審判書または判決書の謄本と確定証明書
	【調停・裁判離婚】 調停成立、審判確定、判定確定の日から10日以内	申立人または訴えを提起した人	
死亡届	死亡の事実を知った日から7日以内	親族・同居者等	● 死亡届書(死亡診断書または死体検案書)

※押印は任意となっております。

※届書は消えるボールペン等で記入しないでください。

※土日、祝日に届出をする場合はあらかじめ平日にご連絡ください。不備があるとお預かりした日付で受理できない場合がありますので、平日に事前審査をしていただくことをお勧めします。



届出・証明

住民基本台帳に関する届出

種類	届出期間	届出人	お持ちいただくもの
転入届	転入をした日から14日以内	本人または世帯主 (別世帯の方、代理人のときは委任状が必要です)	● 転出証明書またはマイナンバーカード (海外からの転入は旅券(入国日が確認できるもの)) ● 本人確認書類 ● 外国籍の方は在留カード
転出届	転出をする前、または転出をした日から14日以内		【共通】 ● 本人確認書類 【転出】 ● 印鑑登録証(登録者のみ) ● 介護保険被保険者証(加入者のみ) ※マイナンバーカードを利用して、マイナポータルから転出の手続きをすることで、転出地への来庁が不要となります。
転居届 (村内の異動)	転居をした日から14日以内		【転居・国外転出】 ● マイナンバーカード ● 外国籍の方は在留カード ● 介護保険被保険者証(加入者のみ)
世帯変更届 (世帯主変更・世帯分離・合併)	変更があった日から14日以内		

※土日、祝日等は転入届出等の受付はできません。

印鑑登録

▶▶ 住民課住民係 ☎0475-32-2115

長生村に住民登録している15歳以上(意思能力を有しない方を除く)の方は1人1個に限り印鑑を登録することができます。

印鑑登録証明書は、個人の財産に関わる重要な書類となるため登録手続きは本人による申請が原則となります。

本人が申請する場合

登録をする印鑑、本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど顔写真付きのもの)が必要です。

※写真付きの本人確認書類がない場合、即日の登録はできません。村から送付される照会書を期限内に回答・持参してからの登録となります。

● 印鑑

大きさが1辺の長さ8mmの正方形に収まる印、25mmの正方形に収まらない印、ゴム印、外枠が欠けている印、同一世帯で同じ印影と思われる印鑑は登録できません。

代理人が申請する場合

登録する印鑑、代理人の本人確認書類が必要です。

※即日での登録はできません。申請後に登録者本人宛に照会書を郵送しますので、本人が記入した回答書を期限内に持参してからの登録となります。

※回答書は必ず本人が記入してください。

● 印鑑登録証明書の発行

役場窓口で印鑑登録証明書を申請する場合は、印鑑登録証が必要です。

また、マイナンバーカードを利用してコンビニエンスストアのマルチコピー機(キオスク端末)の「行政サービス」より暗証番号を入力して取得することもできます。



●手数料

印鑑登録証交付料:300円

●印鑑登録証の再交付

すでに印鑑登録している方が、印鑑登録証を紛失した場合や登録している印鑑を変える場合は、再登録の手続きが必要となります。手続きは新規登録と同じになりますが、再登録手数料がかかります。

●印鑑登録の廃止

申出により印鑑登録を廃止することができます。印鑑や印鑑登録証の紛失または盗難にあった時は廃止申請をしてください。
※死亡や転出などがあった場合は、自動的に印鑑登録は抹消されます。

マイナンバーカード(個人番号カード)

▶▶住民課住民係 ☎0475-32-2115

マイナンバーカードは、身分証明書として利用できるほか、カードのICチップに搭載された電子証明書をういて、e-Tax(国税電子申告・納税システム)などの電子申請が行えます。また、マイナポータルを使って様々なサービス利用、申し込みが可能になります。

●申請方法

通知カードまたは個人番号通知書に同封された「個人番号カード交付申請書」に顔写真を貼付し、必要事項を記入の上、地方公共団体情報システム機構に郵送するか、パソコンやスマートフォンなどを利用したWEB申請もできます。また、住民課窓口で申請のお手伝いをしておりますので、事前に予約をいただき本人確認書類を持参の上、ご来庁ください。

※申請から交付までは、日数を要します。

※交付申請書の再発行もできます。



マイナンバーカード
総合サイト

●受取り

交付通知書(はがき)が届きましたら、交付通知書に記載された必要書類を持参の上、ご来庁ください。窓口では、本人確認、暗証番号を設定し、カードの交付をいたします。

●有効期限

発行から10回目の誕生日(18歳未満は5回目の誕生日、外国籍で在留期限のある人は在留期限まで)

●手数料

初回発行:無料

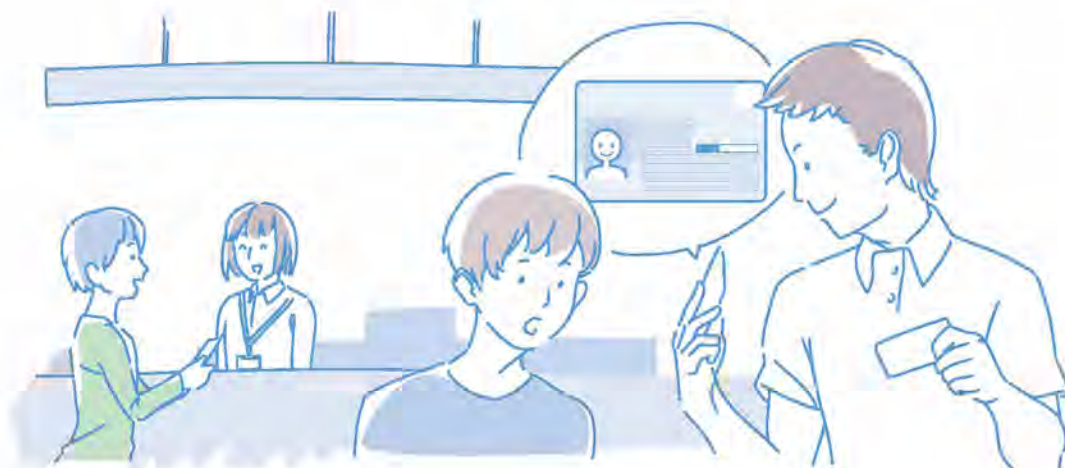
再交付:1,000円

(特急発行の場合は2,000円)

※特急発行とは

特急発行対象者がマイナンバーカードの交付申請を行うと、原則1週間でご自宅にマイナンバーカードが郵送される制度です。

対象者は村ホームページにてご確認ください。



届出・証明

各種証明書発行(手数料)

● 戸籍・住民票関係の発行

▶▶ 住民課住民係 ☎0475-32-2115

窓口に来られた方の本人確認書類をご持参ください。

本人以外の方が請求(申請)される場合は、委任状などが必要となる場合があります。

証明書の種類	手数料	備考
住民票の写し	1通 300円	● 申出により続柄、本籍、マイナンバー、住民票コードを入れることができます。提出先に詳細を確認し請求してください。
住民票記載事項証明書	1通 300円	● 本人又は同一世帯の方が請求できます。別世帯の方、代理人の請求は委任状が必要となります。
印鑑登録証明書	1通 300円	● 印鑑登録証を必ずお持ちください。
戸籍全部事項証明書(戸籍謄本) 戸籍個人事項証明書(戸籍抄本)	1通 450円	● 戸籍に記載されている本人等(その配偶者、父母、子等直系卑属)が請求できます。代理人が請求する場合は委任状が必要となります。
除籍全部事項証明書(除籍謄本) 除籍個人事項証明書(除籍抄本) 改製原戸籍謄本・抄本	1通 750円	
戸籍の附票の写し	1通 300円	
戸籍届出受理証明書	1通 350円	● 戸籍の届出を行った届出地で発行します。
戸籍記載事項証明書	1通 350円	
身分証明書	1通 300円	● 本籍地の市区町村で発行します。
改葬許可証	無料	【持ち物】改葬許可申請書
【広域交付】戸籍証明書	1通 450円	● 戸籍に記載されている本人等(その配偶者、父母、子等直系卑属)が請求できます。代理人及び顔写真付身分証明書をお持ちでない方は請求できません。
【広域交付】除籍証明書	1通 750円	

※住民票の写し及び印鑑登録証明書については、マイナンバーカードを利用したコンビニ交付が可能です。

マルチコピー機(キオスク端末)の「行政サービス」より「利用者証明用電子証明書(数字4桁)」の暗証番号を入力して取得することができます。

● 交付に必要な書類—本人確認書類—

- 運転免許証・マイナンバーカード等の顔写真付きの書類は1点
 - 資格確認書・年金手帳・年金証書等の書類は2点
- (有効期限の定めがある書類については、有効期限内のものに限ります)

広 告

登記・測量・設計・農地転用等各種申請

江澤 土地家屋調査士事務所

土地家屋調査士 江澤 義光
土地家屋調査士 江澤 崇裕



〒299-4345 長生郡長生村本郷 808
TEL : 0475-32-1657
FAX : 0475-32-1659





税金

住みよい環境のもとで生活するために、村税の果たす役割は重要です。

皆さんが納める税金は、福祉、教育、土木など村のさまざまな「行政サービス」の向上を図るための財源として重要な役割を果たしています。

税金の種類・納期

税務課 ☎0475-32-2113

● 村税等納期限一覧表

税務課 ☎0475-32-2113 住民課保険年金係(後期) ☎0475-32-2115 福祉課介護保険係(介護) ☎0475-32-6809

◆ 納め忘れにご注意ください

納期 区別	4月 (4月30日)	5月 (5月31日)	6月 (6月30日)	7月 (7月31日)	8月 (8月31日)	9月 (9月30日)	10月 (10月31日)	11月 (11月30日)	12月 (12月25日)	1月 (1月31日)	2月 (2月末)	3月 (3月31日)
固定資産税	1期			2期					3期		4期	
軽自動車税		全期										
村県民税			1期		2期		3期			4期		
国民健康保険税				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
後期高齢者医療保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	
介護保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	

◎ 村税等の納付は便利な口座振替で!

※ 納期限が土日・祝日の場合、翌平日が納期限となります。

※ 納期限を過ぎても納付が確認できない場合は、督促状が送付されます。期限内の納付にご協力ください。

※ 村税等の納付には、便利で確実な口座振替をぜひご利用ください。

※ 原則、給与所得がある方の「村県民税」は、毎月の給与より特別徴収されます。

※ 「村県民税」・「国民健康保険税」・「後期高齢者医療保険料」・「介護保険料」で要件に該当する方は、年金(支給月)からの特別徴収となります。

● 税に関する証明書の発行

窓口に来られた方の本人確認書類をご持参ください。

本人以外の方が請求(申請)される場合は、委任状などが必要となる場合があります。

● 交付に必要な書類－本人確認書類－

● 運転免許証・マイナンバーカード等の顔写真付きの書類は1点

● 資格確認書・年金手帳・年金証書等の書類は2点

(有効期限の定めがある書類については、有効期限内のものに限ります)

※ 住民税課税証明書については、マイナンバーカードを利用したコンビニ交付が可能です。

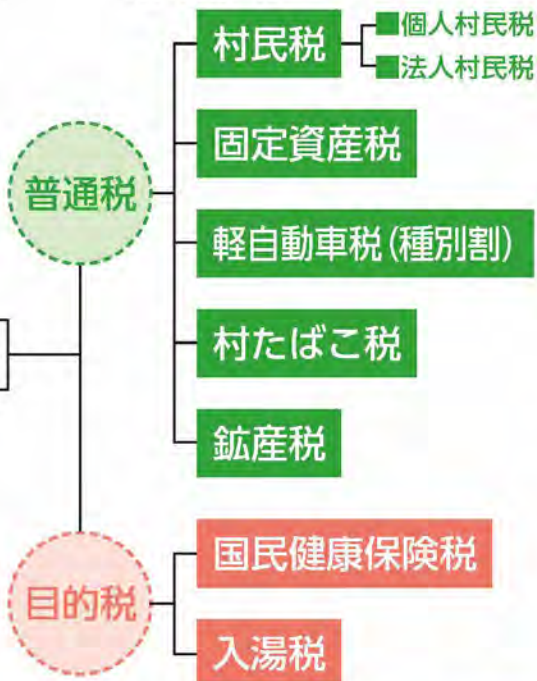
マルチコピー機(キオスク端末)の「行政サービス」より「利用者証明用電子証明書(数字4桁)」の暗証番号を入力して取得することができます。



税金

● 村税の仕組み

村税は、使い道が限定されていない「普通税」と、使い道が定められている「目的税」に分かれます。



村税は、自主的に納期限内に納めるのが原則です。納期限内に納めましょう。

村税を納付できないときは…

災害や病気、失業などで納税が困難なときに、納税の猶予などを受けられる場合があります。詳しくは、税務課へお問い合わせください。

滞納したまましていると、財産の差押えなどの処分を受ける場合もありますので、注意してください。

● 納税の方法

村から納付書を郵送します。
以下の方法により、期限内に納付してください。

1 村役場、各金融機関窓口にて納付

2 コンビニエンスストアにて納付

※納付書1枚当たり30万円を超えるものはコンビニエンスストアでは納付できません。

※納期限を過ぎた納付書は使用できません。

3 QRコードによる納付

※納付書に印字されている地方税統一QRコードまたは納付番号等(eL番号)を利用して、スマホやパソコンを使って「地方税お支払いサイト」より納付ができます。

※納期限を過ぎた納付書は使用できません。

4 口座振替で納付

口座振替を利用すると、納期限日に預金口座から自動的に引かれるため大変便利です。

● 指定金融機関・収納代理金融機関

長生農業協同組合、千葉銀行、京葉銀行、千葉興業銀行、房総信用組合、ゆうちょ銀行、りそな銀行、みずほ銀行、中央労働金庫

● 申込方法

「口座振替依頼書」を記入の上、金融機関にてお申込みください。

依頼書は役場税務課、金融機関窓口にて備えてあります。

● 必要なもの

各金融機関にお問い合わせください。

納税のご相談は… >> 税務課収税係 ☎0475-32-2113





保険

国民健康保険(国保)制度

» 住民課保険年金係 ☎0475-32-2115

国民健康保険(国保)制度とは

会社などの各種健康保険に加入されていない方が、病気やけがをしたとき、安心して医療を受けることができるよう、普段から加入者みんなで保険税を出し合い、必要な医療費に充てようという助け合いの制度です。

●こんなときは届出を

国民健康保険制度に加入するとき、脱退するときは、住民課へ14日以内に届出をしてください。

令和6年12月2日から健康保険証の新規発行が終了していますので、健康保険証を利用登録したマイナンバーカード(マイナ保険証)を提示してください。なお、マイナンバーカードをお持ちでない方は、「資格確認書」を提示してください。

	「こんなとき」具体例	必要なもの
国民健康保険制度に加入するとき	他市区町村から転入したとき	● 転出証明書(転入手続きをしてください)
	職場の健康保険をやめたとき (退職時・任意継続保険脱退時)	● 職場の健康保険をやめた証明書
	子どもが生まれたとき	● 母子健康手帳
	生活保護を受けなくなったとき	● 保護廃止決定通知書
国民健康保険制度を脱退するとき	他市区町村へ転出するとき	● マイナ保険証(資格確認書)
	職場の健康保険に加入したとき	● マイナ保険証(資格確認書) ● 加入した健康保険の被保険者証(資格確認書)
	死亡したとき	● マイナ保険証(資格確認書) ● 葬儀費用の領収書、会葬礼状など ● 預貯金通帳(喪主または相続人) ● 印鑑
その他	高額療養費／高額医療・高額介護合算療養費を受けるとき	● マイナ保険証(資格確認書) ● マイナンバーがわかるもの(マイナンバーカードまたは通知カードなど) ● 支給申請のお知らせ ● 預貯金通帳

※届出の際は、本人確認書類(運転免許証・マイナンバーカードなど)と個人番号が分かるものをお持ちください。

後期高齢者医療制度

» 住民課保険年金係 ☎0475-32-2115

75歳以上(一定の障がいがある方は65歳以上)の方を対象とする医療制度です。

現役世代と高齢者世帯の負担を明確化し、公平で分かりやすい制度としています。

制度の運営は都道府県単位で行われることにより、財政の安定化が図られております。

◆ 制度の仕組み

千葉県後期高齢者医療広域連合が運営主体となり、保険料の賦課・医療の給付・被保険者の認定等を行っております。村は、申請や届出の受付・資格確認書等の引渡し、保険料の徴収等を行っております。

◆ 被保険者となる方

- 加入の手続きは必要ありません。
- 75歳の誕生日当日から加入します。
- 誕生日までに、後期高齢者医療制度の資格確認書を村から送付します。

●こんなときは届出を

	「こんなとき」具体例	必要なもの
後期高齢者医療制度 を脱退するとき	県外に転出するとき	● マイナ保険証(資格確認書)
	死亡したとき	● マイナ保険証(資格確認書) ● 葬儀費用の領収書、会葬礼状など ● 預貯金通帳(喪主または相続人) ● 印鑑
その他	高額療養費／高額医療・高額介護合算療養費を受けるとき	● マイナ保険証(資格確認書) ● マイナンバーがわかるもの(マイナンバーカードまたは通知カードなど) ● 支給申請のお知らせ ● 預貯金通帳



保険



福祉

介護保険制度

福祉課介護保険係 ☎0475-32-6809

みんなで支えあう制度です

介護保険制度は、市区町村が保険者となって運営しています。40歳以上の皆さんは、加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護が必要になったとき、費用の一部を支払ってサービスを利用できる仕組みです。

介護保険に加入する方(被保険者)

介護や支援が必要と認められたら、介護保険のサービスが利用できます。

- 保険料を納めます。
- サービスを利用するため、要介護認定の申請をします。
- サービスを利用し、利用料を支払います。

第1号
被保険者
65歳
以上の方

第1号被保険者は、原因を問わず介護や日常生活の支援が必要になったとき、市区町村の認定を受け、サービスを利用できます。

介護保険料

年金が年額18万円以上

年金が年額18万円未満など

特別徴収

年金の定期支払いの際、保険料が天引きされます。

普通徴収

送付される納付書や口座振替で、保険料を納めます。

第2号
被保険者
40歳以上
65歳未満の方

第2号被保険者は、加齢が原因とされる病気(特定疾病)により介護や支援が必要となったとき、市区町村の認定を受け、サービスを利用できます。

介護保険料

加入している医療保険の保険料に上乗せして納めます。

要介護認定の申請・
保険料の納付

被保険者証の交付・
要介護認定

市区町村(保険者)

介護保険制度の運営は、市区町村が行います。

- 制度の運営
- 要介護認定
- 被保険者証・負担割合証の交付
- サービスの確保と整備

地域包括支援センター

介護予防や地域の総合的な相談の拠点として、設置されています。

- 介護予防ケアマネジメント
- 総合的な相談・支援
- 権利擁護、虐待の早期発見・防止
- ケアマネジャーへの支援

社会福祉士



主任ケアマネジャー

保健師

介護報酬の支払い

サービスの提供

利用料の支払い

サービス事業者

利用者に合ったサービスを提供します。

- 指定を受けた社会福祉法人、医療法人、民間企業、非営利組織などが提供

広告

TIC 有 限 公 司 トラスト保険センター

東京海上日動火災保険(株) 東京海上日動あんしん生命保険 明治安田生命保険 代理店

土日も営業

保険のみなおし窓口

保険相談！なんでも！受けます



千葉県長生郡長生村七井土 1476-1

国道128号線 DCM 長生店(ケーヨーデイツー長生店)近く

☎0120-000-398

営業時間 9:00 ~ 18:00 (定休日: 祝祭日 予約可)

高齢者介護や障がい者支援に関する福祉のサービスは、わたしたち愛の友協会にお任せください



ユニット型特別養護老人ホーム 長生き邑 (定員50名)

- ・ 障害者支援施設 セルフ・しんゆう
- ・ 障害者支援施設 モア・しょうえい
- ・ ユニット型特別養護老人ホーム 長生き邑 (ながいきむら)
- ・ 居宅介護支援 モルゲンケアプラン

社会福祉法人 愛の友協会

ご相談・お問合せ 愛の友協会 ☎
月曜日～土曜日 8:30～17:30
☎0475-32-2587
千葉県長生郡長生村金田2133

サービス利用までの流れ

福祉課介護保険係 ☎0475-32-6809

サービスを利用するためには、市区町村に申請して「介護や支援が必要である」と認定されることが必要です。

申請



福祉課に認定の申請をしてください。申請は、本人または家族のほか、成年後見人、地域包括支援センター、またはケアマネジャーなどに代行してもらうこともできます。

申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書(村で用意します)
- 介護保険被保険者証(第1号被保険者の場合)
- ※申請書には主治医の氏名、医療機関名などを記入します。主治医がいない場合は窓口にご相談ください。
- ※40～64歳の第2号被保険者は、特定疾病に該当する場合のみ、申請することができます。

認定



認定調査

認定調査員がご自宅等へ訪問し調査します。

主治医の意見書

医師から介護を必要とする原因疾患などについての記載を村から医療機関へ依頼します。

審査・判断

認定調査結果、主治医意見書をもとに、介護認定審査会で「要介護状態区分」を判定します。

結果通知



要介護状態区分は以下の8段階で区分されます。区分により利用できるサービスの種類・上限が異なります。

要介護1

要介護2

要介護3

要介護4

要介護5

要支援1

要支援2

非該当

※施設入所を希望する方は、施設へ直接申込

居宅介護支援事業所へ
ケアプラン作成を依頼

地域包括支援センターへ
ケアプラン作成を依頼

サービスの利用

- 在宅サービス
- 地域密着型サービス
- 施設サービス

広告

株式会社 支庵



デイサービスセンターかしま

長生村一松丁2447-1

TEL 0475-47-3723 FAX 0475-47-3701

居宅介護支援事業所かしま

●介護サービス利用相談

●ケアプラン作成

長生村一松丁2447-13

TEL 0475-32-5577 FAX 0475-32-5571

安心と、安全と、信頼の介護
社会福祉法人 長生会
デイサービスセンター だるまさん
グループホーム だるまさん
ケアプラン だるまさん

介護は



ご高齢者の自立を目指します。一緒に働きましょう!!
お問合せ・介護のご相談はお気軽にお電話下さい。

TEL/0475-30-0123

長生村宮成 3496

http://daruma-3.com/



社会福祉法人徳生会 特別養護老人ホーム

まきの木苑

特別養護老人ホーム デイサービス ショートステイ
ケアハウス 居宅介護支援事業所



安らぎある日々をご利用者に

長生村七井土1789-1

TEL 0475-30-0707

FAX 0475-30-1234



介護予防・生活支援サービス事業

●要支援1・2の人、介護予防・生活支援サービス事業対象者などが利用できます。

	サービスの種類	サービスの内容
生活に合わせた柔軟なサービス	訪問型サービス	介護予防を目的として、掃除、洗濯等の日常生活上の支援や健康に関する短期的な指導など、ホームヘルパーや理学療法士、作業療法士などが訪問してサービスを行います。
	通所型サービス	介護予防を目的として、デイサービスセンターでの入浴や排泄、食事などの日常生活上の支援や、社会福祉協議会での運動レクリエーション、保健・医療の専門職による短期的な指導、住民主体の通いの場の提供を行います。

●地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で暮らしていくことを支援します。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員、看護師が配置されており、それぞれ保健医療・福祉・介護の専門性を活かし、相談・活動を行っています。

総合相談

高齢者の生活上の困りごとについて、広く相談を受け、解決や改善に向けた助言・対応をします。

権利擁護

高齢者虐待や認知症に伴う権利侵害、成年後見制度の活用など、高齢者が抱える生活上の問題について相談を受け、安心して生活ができるように支援します。

包括的継続的ケアマネジメント

高齢者が関わるさまざまな関係機関と連携を深め、ネットワークを作って高齢者の生活を支えます。介護保険サービスを計画するケアマネジャーの活動を支援します。

介護予防支援・介護予防ケアマネジメント

要支援認定者や事業対象者について、心身の課題を見極め、具体的な目標を定めて介護予防に関する支援計画を作成します。

一般介護予防事業

高齢者への介護予防知識の普及啓発や、住民運営の通いの場の充実、地域においてリハビリテーション専門職等を活かした自立支援に向けた取り組み等を行います。

これからもこの街で暮らしていきたい



サービス付き高齢者向け住宅 あすなろの家



入居者募集中!

長生郡一宮町船頭給1782-2

TEL. 0475-47-4848

FAX. 0475-30-0588

特定施設 介護保険事業所番号 1276800234

<https://asunaro-kaigo.co.jp>



介護のお悩み、お困りごと等、お気軽にご相談ください。



たいようグループ 【お問い合わせ】

住宅型有料老人ホーム ☎0120-184-815



プラチナプレイス ひかり



長生郡長生村鷺 388-1

☎0475-30-1181 FAX0475-30-1180

株式会社 たいよう

プラチナプレイス ながいき



長生郡長生村七井土 1497-1

☎0475-30-1177 FAX0475-30-1178

株式会社 アクティブサポート

● 障害者手帳は3種類あります。取得についてはお問い合わせください。

身体障害者手帳

身体の機能障がいの種類や程度により、診断書に基づき県の機関で判定されます。

療育手帳

知的な障がいがあり、県の機関で一定の基準に該当すると認められた場合に交付されます。

精神障害者保健福祉手帳

精神障がいのために長期にわたり日常生活または社会生活への制約がある方に交付されます。

こんな時は届け出を！

- 住所、氏名、障がい程度が変更になったとき
- 再認定となったとき
- 本人が死亡したとき

◆ 各手当

障がいのある方及び障がいのある児童を家庭で監護している方に、特別障害者手当、障害児福祉手当、特別児童扶養手当が支給されます。申請が必要です。

◆ サービス一覧

以下の支給・サービスを受けるには申請が必要です。(各種手帳をお持ちでない方もサービスを利用できる場合がありますのでご相談ください) なお、自己負担は原則1割負担ですが、世帯の課税状況によって負担上限額が決められています。詳細はお問い合わせください。

● サービスの種類

補装具、日常生活用具の給付、自立支援医療費(更生医療、育成医療、精神通院医療)の支給、自立支援給付(障害福祉サービス)及び地域生活支援事業、障害児通所給付、各種割引制度(有料道路やNHK等)、重度心身障害者(児)医療費助成制度、軽度・中等度難聴児補聴器購入費助成制度など

障がいに関して困ったときは…長生村障がい者基幹相談支援センター

地域で暮らしている障がい者や家族等が安心して生活できるよう支援します。

◆ 対象者

- 村内にお住まいの障がいのある方(疑い含む)、ご家族、近隣の方など
- 地域の方、福祉事業所等の関係機関など

◆ 相談方法

福祉課障がい者支援係に設置されています。電話、FAX、メール、来所、訪問などご希望に合わせてご相談に応じます。相談は無料です。

● 問合せ先

長生村障がい者基幹相談支援センター
電話:0475(32)6810
FAX:0475(32)6812
メール:syoushien@vill.chosei.lg.jp



福祉

生活保護について

福祉課福祉係 ☎0475-32-2112

資産や能力等すべてを活用してもなお生活に困窮する方に対し、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、健康で文化的な最低限度の生活を保障し、1日も早く自分の力で生活できるように、助長する制度です。

相談は村で受け付けますが、保護の決定実施に関する事務は県が設置している福祉事務所(長生郡の管轄は長生健康福祉センター)となります。



緊急通報装置貸与事業について

福祉課福祉係 ☎0475-32-2112

ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯等で、健康に不安を感じている人を対象として、急病等の緊急時に装置のボタンを押すことで、コールセンターに通報できる装置や火災報知器を貸与しています。

◆ **対象者** 以下のいずれかに該当し、村税の滞納のない世帯

1. 高齢者(65歳以上)のみの世帯
2. 身体障がい者(身体障がい者手帳1～3級に該当)のみの世帯

◆ **利用負担** 住民税の課税状況等を基に算出しています。詳しくはお問い合わせください。

福祉カー貸付事業について

福祉課福祉係 ☎0475-32-2112

心身障がい者及び高齢者等に、福祉カー(車いす仕様車)を無料で貸し出します。利用日の3日前までに、予約申込が必要です。

◆ **対象者** 村内に居住し住所を有する、下記のいずれかに該当する人、団体、施設

1. 心身障がい者(児)及び高齢者並びにその家族
2. 社会福祉団体及び社会福祉施設
3. 社会福祉ボランティア

◆ **貸出期間** 1日以内

※土・日・祝日、年末年始期間(12月29日から1月3日)を除く、午前8時30分から午後5時15分の間

◆ **料金** 無料(ただし、燃料は利用者負担です。使用量を補給し返却してください。)

※福祉カーは他の事業でも使用しており、また、事前に申し出があった人が優先されますので、希望どおりに使用できない場合があります。

※運転者は利用者ご自身で手配または運転をお願いします。

※貸付は車両のみです。車いすは利用者ご自身でご用意ください。



福祉タクシー事業について

福祉課福祉係 ☎0475-32-2112

タクシーを利用しなければ移動が困難な高齢者等や妊産婦へタクシー利用券(チケット)を交付し、タクシーを利用した場合にその料金の一部を助成しています。助成を受けるには事前に登録申請が必要になります。

◆ **対象者** 以下のいずれかに該当する人

1. 65歳以上の者で、自動車運転免許証がなく、家族等の支援(送迎)を受けることができない
2. 65歳以上の者で、自動車運転免許証はあるが、健康上の理由等により運転が難しく、かつ家族等の支援(送迎)を受けることができない
3. 70歳以上の高齢者で自主的に自動車運転免許証を返納した
4. 身体障害者手帳1級、2級または3級の交付を受けている
5. 療育手帳の交付を受けている
6. 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている
7. 要介護認定を受けており、要介護4以上に該当する
8. 腎臓機能障害を有し、人工透析療法を受けている(外出支援サービス利用者を除く)
9. 妊産婦(母子健康手帳の交付を受けており、出産予定日から3か月経過していない)

◆ **交付枚数** 対象者の方の状況により交付枚数が変わります。詳しくはお問い合わせください。

外出支援サービス事業について

福祉課福祉係 ☎0475-32-2112

高齢者のみの世帯などで交通手段が無く、通院などにお困りの方を対象に、長生郡市内の医療機関などへ無償で送迎します。助成を受けるには事前に登録申請が必要になります。

◆ **対象者** 下記のいずれかに該当する村内在住の在宅者で、本人及び家族(同敷地内や近隣にいる家族も含む)等が車を所有、使用しておらず、家族等による送迎ができない人。ただし、座位姿勢で移動が可能な人に限ります。

1. 身体障害者手帳1級または2級の人
2. 療育手帳マルA、マルAの1、マルAの2、Aの1またはAの2の人
3. 精神障害者保健福祉手帳1級または2級の人
4. 65歳以上の高齢者単身世帯または高齢者のみの世帯の人

◆ **送迎が可能な場所** 長生郡市内の医療機関、長生村役場、長生村総合福祉センター、長生村保健センター、JR八積駅、村内の郵便局、長生農業協同組合高根支所

※利用できない例: 買い物や村外の金融機関への送迎など

◆ **利用回数** 年間最大48回(月4回)

◆ **料金** 無料



福祉





健康

各種検(健)診 >> 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800 住民課 ☎0475-32-2115

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。

検(健)診名	対象者(年齢は各年度4月1日時点)	料金	場所
乳がん検診	30歳以上の女性	集団:500円	保健センター
		個別:3,000円	指定医療機関
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	集団:500円	保健センター
		個別:3,000円	指定医療機関
胸部検診(結核検診・肺がん検診)	65歳以上の人	無料	保健センター
	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
大腸がん検診	40歳以上の人	500円	保健センター
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	保健センター
		個別:2,000円	指定医療機関
若者健康診査	30~38歳の人	集団:1,000円	保健センター
		個別:2,000円	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
		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
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
胃がん検診	40歳以上の人	500円	保健センター
歯周病検診	40・45・50・55・60・65・70歳の人	500円	指定歯科医療機関
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

◆ 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1階) ☎0475-32-2115

その他

● 献血

事業内容

献血	移動献血車により村内で実施
----	---------------

● 大人の予防接種

◆ 高齢者インフルエンザ予防接種

◆ 高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種

65歳以上の方または、60歳から64歳で一定の障がいのある方は、秋冬に一部公費負担により予防接種を受けることができます。

◆ 高齢者肺炎球菌予防接種

未接種で、65歳の方は、一部公費負担により予防接種を受けることができます。

◆ 带状疱疹ワクチン費用助成事業

詳しくは、健康推進課へご相談ください。

骨髄移植ドナーへ助成金の交付

➤健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

白血病などの血液疾患の治療に必要となる骨髄・末梢血幹細胞提供者(ドナー)の増加や提供しやすい環境の推進を図るため、ドナーおよびドナーが就業している事業所に助成金を交付します。

◆助成金額 ドナーの方 骨髄等の提供のための通院・入院1日につき2万円(上限7日間)

◆就業事業所 付与したドナー休暇(特別休暇)1日につき1万円(上限7日間)

健康ポイント事業

➤健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

特定健診・がん検診等の受診、介護予防教室への参加、健康づくりに関するイベント・教室への参加をすること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方

◆ポイント付与期間 4月1日~3月31日(年度ごと)

◆参加方法 ステップ1:申請用台紙をもらおう！
ステップ2:ポイントをためよう！
ステップ3:ためたポイントを交換しよう！

医療機関リストはP45に



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)社会的包括サポートセンター

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



健康



子育て・教育

子育て支援

● 妊娠・出産

母子健康手帳の交付

≫ 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

まずは、産婦人科で診察を受け、その後健康推進課(保健センター)で母子健康手帳を受け取りましょう。

◆ 母子健康手帳をもらうには

いつ	産婦人科で妊娠の診断を受けてから
どこで	健康推進課(保健センター)
どうする	妊娠届出書を提出(書類は窓口にあります) ◆ 妊娠届出書記入事項 ● 妊婦ご本人の氏名、住所、生年月日、家族構成 ● 予定日、通院先の産院名 ● 妊娠回数、出産回数 ● 性病、結核に関する健康診断の受診の有無 ● 持病や治療中の病気の有無 ● 飲酒、喫煙習慣の有無 など
持参するもの	マイナンバーカードまたは通知カードの写し

母子健康手帳は、お母さんとお子さんの健康状態や成長を記録する手帳です。大切に保管してください。

妊婦一般健康診査

≫ 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

妊娠の経過や赤ちゃんの発育状況を確認するために、定期的に健診を受けましょう。

母子健康手帳と一緒に渡す「母子健康手帳別冊」の受診券を利用して、最大14回まで一部公費負担で健診を受けることができます。

受診券の利用は、原則として千葉県内の医療機関に限ります。県外で妊婦健診を受診する場合には、立て替え払いにより健診料を助成しますので、事前に保健センターへご相談ください。

妊婦一般健康診査費用助成事業

≫ 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

妊婦一般健康診査を受診した時の自己負担額の内、1回2,000円を上限に最大14回まで助成を受けることができます。出生日から2年以内に申請書・領収書・診療明細書・母子健康手帳・印鑑を持参し、健康推進課へ申請してください。

不妊治療費一部助成事業

≫ 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

◆ 対象者

- 不妊治療をしている法律上の婚姻関係にある夫婦
- 夫及び妻が、申請日の1年以上前から長生村に住所を有し、かつ、居住している方
- 医療保険に加入している方
- 申請時において、村税の滞納がない方

◆ 対象となる不妊治療

- 国内の医療機関で行われる体外受精、顕微鏡受精その他医師が認めた不妊治療

◆ 助成金額

- 該当年度の不妊治療に要する本人負担額とし、同一夫婦について年額10万円を上限とします。(各医療保険で不妊治療費に対して給付がある場合は、給付額を控除した額。千円未満切捨て。)

◆ 申請期限

- 不妊治療が終了した日から6月を経過する日の属する月末まで

産後ケア事業

≫ 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

産後のお母さんが、休息したり、育児の悩みを相談することによって、ゆったりとした気持ちでお子さんの育児ができることを目的とした事業です。

※産後ケア事業には宿泊型・日帰り型・訪問型があります。

対象	①～③の全て該当する人が対象です。 ①長生村に住居登録のあるお母さんとお子さん ②ご家族等から産後の家事や育児などの支援を受けることができないお母さんとお子さん ③心身の不調がある、育児不安が強いお母さんとお子さん ※妊娠8か月頃から申請ができます。 ※詳細は健康推進課へお問い合わせください。
内容	サポートが必要なお母さんとお子さんの生活を、助産師などがご希望を伺いながら支援します。 ● お母さんのケア：休息、健康管理、心身のケア(乳房ケアを含む) ● お子さんのケア：健康管理、沐浴などのケア ● 育児相談、授乳指導など



おめでとう赤ちゃんプレゼント事業

≫健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

赤ちゃんの誕生のお祝いとして「こども商品券」をプレゼントします。

対象者	出生日に長生村に住民登録のある子どもの保護者
商品券金額	第1子及び第2子 10,000円分 第3子以降 20,000円分
配布方法	新生児訪問時

出産・子育て応援給付金事業

≫健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

妊娠期及び新生児期に各50,000円支給します。

乳幼児家庭支援事業

≫健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

乳幼児のいる家庭に対し、ごみ袋を配布しています。

対象者	住民登録のある0～2歳の子どもの保護者
配布物	長生郡市広域市町村圏組合指定 燃えるごみ専用袋30L10枚入りを3袋
配布時期	4月1日～3月31日 ※0歳児は新生児訪問で配布します。

● 手当・助成

子ども医療費助成事業

≫子ども教育課子育て支援係(保健センター) ☎0475-32-2117

0歳から高校3年生までのお子さんが病気やけがで保険診療を受けたときにかかった医療費の全部または一部を助成します。※就学していなくても該当します。

お子さんの出生時または長生村に転入したときに、資格登録手続きが必要です。

自己負担金	通院:1回300円 同月同一医療機関6回目以降無料 入院:1日300円 同月同一医療機関11回目以降無料 調剤:無料 ※村民税所得割非課税世帯は自己負担なし
助成方法	●千葉県内での受診:現物給付 「子ども医療費助成受給券」と健康保険証を医療機関で提示することで、保険適用医療費は上記自己負担金のみでの支払いとなります。 ●千葉県外での受診、受給券を忘れた場合など:償還払い 医療機関で支払った医療費の領収書を子ども教育課窓口へ持参してください。後日、保護者名義の口座に助成金を振り込みます。

資格登録申請に必要なもの

- お子さんの資格確認書またはマイナポータルの資格情報画面を提示してください。(健康保険情報がわかるもの)
(出生時は後日提出で可)

児童手当

≫子ども教育課子育て支援係(保健センター) ☎0475-32-2117

高校卒業まで(18歳になって最初の3月31日まで)のお子さんを養育している方(原則、父母の所得を比べて高い方)に支給します。

◆ 支給額

児童の年齢	児童手当額(1人あたり月額)
3歳未満	15,000円 (第3子以降は30,000円)
3歳以上	10,000円 (第3子以降は30,000円)

◆ 支給時期

毎年4月、6月、8月、10月、12月、2月の15日(15日が休日の場合は直前の金融機関営業日)にそれぞれ前月分までの手当を支給します。

(例)4月の支給日には2月から3月分の手当を支給します。

必要なもの

- 請求者名義の振込口座のわかる通帳またはキャッシュカードの写し
- 請求者の資格確認書またはマイナポータルの資格情報画面を提示してください。(健康保険情報がわかるもの)

※お子さんと別居の方は、他に書類が必要な場合があります。

※公務員の方は勤務先で手続きをしてください。

未熟児養育医療給付

≫健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

出生時の体重が2,000g以下など、身体の発育が未熟なまま生まれ、医師が入院治療を必要と認めたお子さんにかかる医療費の一部を公費で負担します。

助成は、指定医療機関での治療に限り、所得に応じて自己負担があります。



子育て・教育

●ひとり親家庭の支援

▶子ども教育課子育て支援係(保健センター) ☎0475-32-2117

ひとり親家庭等医療費の助成

18歳の年度末までの児童をもつひとり親家庭の親や養育者、及びその児童(子ども医療費助成優先)が医療機関等で保険診療を受けた場合の医療費の一部を助成します。助成を受けるためには、事前に資格の認定を受ける必要があります。(児童扶養手当の全部支給停止と同水準の所得制限があります。)

児童扶養手当

父または母と生計を同じくしていない18歳の年度末まで(児童の心身に一定の障がいがある場合は20歳未満)の児童をもつ母または父、または父母に代わってその児童を養育している人及び父または母に重度の障がいのある家庭の母または父等に支給されます。手当は認定を受けると、認定請求をした月の翌月分から支給されます。

受給者または同居の扶養義務者の所得により、手当が全部又は一部支給停止になることがあります。

⚠ 手当が支給されない場合

支給対象に該当しても、子どもが児童福祉施設に入所したとき、または請求者及び児童が公的年金(老齢福祉年金を除く)を受けるときなど手当が支給されない場合があります。

母子・父子・寡婦福祉資金

ひとり親家庭や寡婦の方が経済的に自立して、安定した生活を送るため、就学支度資金などの福祉資金の貸し付け相談を行っています(県事業)。

貸付の種類

- 修学資金(高校～大学)
- 事業開始資金
- 事業継続資金
- 技術習得資金
- 修業資金
- 就職支度資金
- 住宅資金
- 転宅資金
- 就学支度資金
- 結婚資金
- 生活資金
- 医療介護資金

●子育て応援！チーパス事業

▶子ども教育課子育て支援係(保健センター) ☎0475-32-2117

千葉県では、子育て家庭を応援する優待カード「チーパス」を配布し、「子育て応援！チーパス事業」を実施しています。

子育てを応援する「チーパスの店」(協賛店)でこのカードを提示すると、お店独自のサービスを受けることができます。



サービスの例

- 〇〇円以上お買い上げで、〇%割引
- 毎週〇曜日はポイント〇倍
- お子様に景品をプレゼント
- おむつ交換場所の提供 など

「チーパスのお店」は専用ホームページ「チーパススマイル」から検索することができます。

<https://chi-pass-smile.pref.chiba.lg.jp/>



また、各都道府県で実施されている子育て応援パスポート(千葉県の場合、チーパス)事業は共通展開されており、他都道府県でも右のロゴマークの協賛店でチーパスを提示するとサービスを受けることができます。



電子版「チーパス」もご利用ください！

令和3年4月、電子版「チーパス」がスタートしました。パソコン・タブレット、スマートフォンから専用ホームページ・LINE(千葉県公式より)「チーパス・スマイル」で利用登録をすることで使用できます。スマートフォンやタブレット端末に表示した電子版「チーパス」を協賛店で提示するだけでお得なサービスを受けることができます。紙のチーパスを忘れたときにも利用できますので、ぜひご利用ください！



子どもの予防接種

>> 健康推進課(保健センター) ☎0475-32-6800

予防接種は種類により受ける時期・回数などが定められています。下記の表を参考に、接種スケジュールをたてて、受け忘れないようにしましょう。(このほかにも、任意で行う予防接種があります)

◆ 定期接種

予防接種の種類		接種回数	標準的な接種期間		対象年齢 (法律で定められている期間)	接種間隔
ロタウイルス	1価	2	2回	初回接種は生後2か月～14週6日まで	生後6週0日～24週0日まで	27日以上の間隔をおいて
	5価	3	3回		生後6週0日～32週0日まで	
B型肝炎		3	1回目	生後2か月～9か月の前日まで	1歳の誕生日の前日まで	27日以上の間隔をおいて
			2回目			1回目の接種から139日以上の間隔をおいて
			3回目			
小児の肺炎球菌		4	初回3回	生後2か月～7か月の前日まで	生後2か月～5歳の誕生日の前日まで	27日以上の間隔をおいて(2歳の誕生日前日まで)
			追加1回	生後12か月～15か月の前日まで		生後12か月以降に、初回接種終了後60日以上の間隔をおいて
5種混合 (ジフテリア、百日せき、破傷風、ポリオ、Hib)		4	1期初回3回	生後2か月～7か月の前日まで	生後2か月～7歳6か月の前日まで	20日以上の間隔をおいて
			1期追加1回	初回接種終了後6～18か月の間隔をおいて		第1期初回接種(3回)終了後、6か月以上の間隔をおいて
BCG(結核)		1	1回目	生後5か月～8か月の前日まで	1歳の誕生日の前日まで	
MR (麻しん・風しん)		2	1期1回	右記に同じ	生後12か月～2歳の誕生日の前日まで	
			2期1回	右記に同じ	5歳以上7歳未満で、かつ小学校就学前の1年間	
水痘		2	1回目	生後12か月～15か月の前日	生後12か月～3歳の誕生日の前日まで	3か月以上の間隔をおいて(標準的には6か月～12か月まで)
			2回目	1回目終了後6か月～12か月の間隔をおいて		
日本脳炎		4	1期初回2回	3歳～4歳の誕生日の前日まで	生後6か月～7歳6か月の前日まで	6日以上の間隔をおいて(標準的には6日～28日まで)
			1期追加1回	4歳～5歳の誕生日の前日まで		初回接種終了後6か月以上の間隔をおいて(標準的にはおおむね1年経過後)
			2期1回	9歳～10歳の誕生日の前日まで	9歳以上13歳未満	
2種混合 (ジフテリア・破傷風)		1	1回	11歳～12歳の誕生日の前日まで	11歳以上13歳未満	
HPV (子宮頸がん)	2価	3	3回	中学1年生の1年間	小学6年生～高校1年生相当年齢の女子	1か月の間隔をおいて2回目、1回目から6か月の間隔をおいて3回目
	4価					2か月の間隔をおいて2回目、1回目から6か月の間隔をおいて3回目
	9価	2	2回			6か月の間隔をおいて2回
		3	3回			2か月の間隔をおいて2回、1回目から6か月の間隔をおいて1回

◆ 任意接種

予防接種の種類	接種回数	標準的な接種期間	対象年齢 (法律で定められている期間)	接種間隔
おたふくかぜ	2	1回目	生後12か月～3歳の誕生日の前日まで	
		2回目	5歳以上7歳未満で、かつ小学校就学前の1年間	
こどものインフルエンザ	2	2回	生後6か月～13歳未満	2週間～4週間程度の間隔をおいて(標準的には4週間)
	1	1回	13歳以上の中学生 中学3年生と同一世帯に属する高校1年生相当～65歳未満	



子育て・教育

● こども園の入園について

こども園とは

保育と教育、地域の子育て支援機能を担う新しい子育て支援施設です。

生後6か月からのお子さんをお預かりし、3歳～就学前のお子さんについては、就労等の条件に限らずすべてのお子さんが入園できます。

また、地域の子育て支援施設としての役割も併せ持つため、お子さんがまだ入園されていない親御さんが、子育ての相談などで利用することもできます。(要予約)

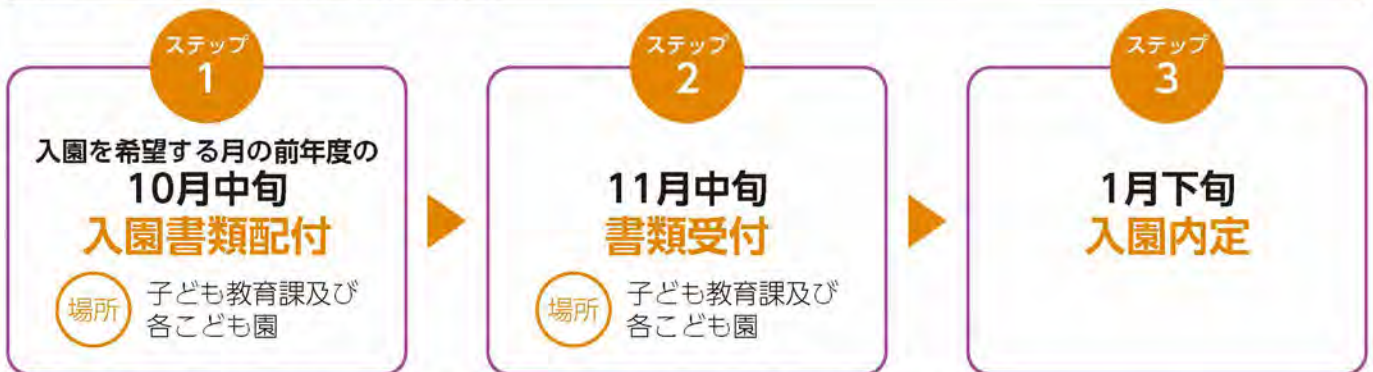
相談以外でも、入園前のお子さんを持つ親子の交流の場として、園庭等を開放しています。利用される場合は、事前に各園にご連絡ください。

村のこども園一覧

名称	住所	定員	電話番号
八積こども園	長生村金田2727	150	0475-32-1107
高根こども園	長生村本郷6937	120	0475-32-2109
一松こども園	長生村一松丁530-1	90	0475-32-1106

※村内に私立の幼稚園等はありません。

入園までの流れ(新年度入園受付)



詳しくは、広報ちょうせい10月号・11月号及びホームページでお知らせします。

なお、受付終了後に、都合により途中入園を希望される場合の入園相談は随時行っております。入園を希望する月の前月の10日までに子ども教育課に申請してください。

※園の体制や定員状況により、入園できない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

● ことばの教室

お子さんのことばについて、発音のあやまり等がある場合、小学校に上がる前の早い時期に気をつけてあげることで改善が期待できます。指導が必要と思われるお子さんについては、専門の相談員がアドバイスをを行います。

- ◆ 対象 こども園の年長児で、ことばの発音に不安のあるお子さん
- ◆ 日時 月1回 指導日時は個別に指定
- ◆ 場所 こども園



医療機関で受ける健診

乳児一般健康診査

母子健康手帳別冊の医療機関委託乳児健康診査受診票を利用して、県内の医療機関で健診を受けることができます。

県外で受診する場合は、立て替え払いになります。申請などの手続きについては健康推進課へお問い合わせください。

対象	生後3～6か月・9～11か月の乳児
場所	県内の医療機関(かかりつけ医)
内容	- 小児科医師の診察 - 身長、体重測定、頭囲、胸囲

村で受ける健診

村で実施する健診年間日程は、「保健センター事業予定表」に載っています。予定表は健康推進課窓口で配布しています。

乳児健診

対象者へは、個別に案内を郵送します。

対象	生後4か月・7か月・12か月
場所	長生村保健センター
内容	- 小児科医師の診察 - 身長、体重測定、頭囲 - 保健相談 - 歯科相談 - 栄養相談 ※7か月児のみ 絵本の読み聞かせ(ブックスタート)があります。

1歳6か月児健診

対象者へは、個別に案内を郵送します。

対象	1歳6か月児(1歳6か月～8か月児)
場所	長生村保健センター
内容	- 身長、体重測定、頭囲 - 内科診察 - 歯科診察 - フッ化物塗布(希望者のみ)、歯科相談 - 保健相談 - 栄養相談

2歳児歯科健診

対象者へは、個別に案内を郵送します。

対象	2歳児(2歳3か月～5か月児)
場所	長生村保健センター
内容	- 歯科診察 - フッ化物塗布(希望者のみ)、歯科相談 - 栄養相談(希望者のみ)

3歳児健診

対象者へは、個別に案内を郵送します。

対象	3歳児(3歳2か月～3歳4か月児)
場所	長生村保健センター
内容	- 身長、体重測定 - 尿検査 - 内科診察 - 歯科診察 - フッ化物塗布(希望者のみ)、歯科相談 - 保健相談 - 栄養相談 - 育児相談 - 視力検査 - 屈折検査 - 聴力検査(自宅で実施)



子育て・教育



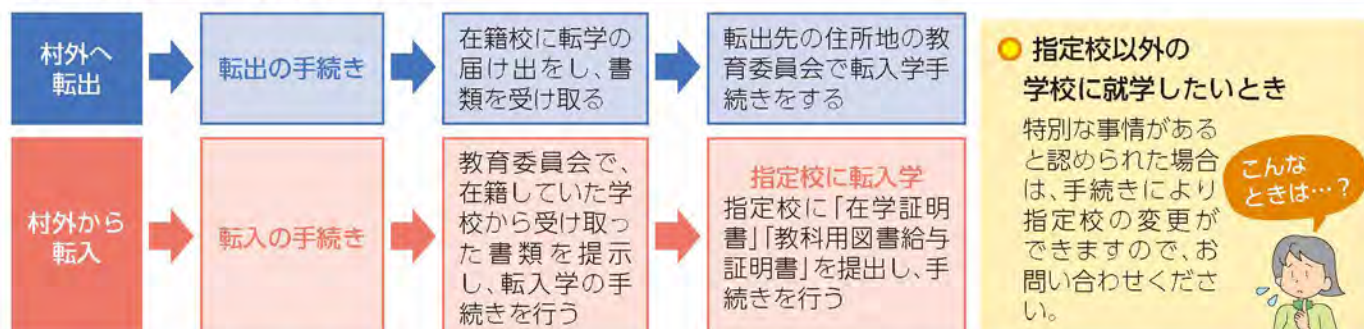
教育

● 小・中学校に関する手続き

▶▶ 子ども教育課学校教育係(役場2階) ☎0475-32-0111

村内に住所がある児童・生徒は教育委員会が指定する小・中学校に入学します。

引っ越した時の手続きの流れ



在籍の学校から受け取る書類



※指定校とは、児童・生徒の住所の属する通学学区により、教育委員会が指定する学校です。

こんなときは…?



◆ **就学費用のことで困っているとき**
経済的な理由などで就学が困難と認められる児童・生徒の保護者の方へ、世帯の収入額に応じ学用品費などの一部を援助します。

◆ **学校生活・就学に不安があるとき**
子ども教育課ではいじめ、不登校、就学での悩みなどについて、教育相談を随時行っています。

広告

インターネット利用、先進型教育システム導入、
自宅学習(パソコン・タブレット)も可!

長生個別指導塾

- ★小・中学生(5教科)、高校生(3教科)
- ★完全個別制で、全教科を低価格で学べる
- ★進度差を配慮し、**自ら学ぶ力**を育成する
- ★説明(わかる) ⇒ ドリル(できる) ⇒ 応用(使える)
- ※学校の予習・復習、テスト対策、不登校対策

随時生徒募集中! 無料体験いつでも可!



<https://tyousei.net>

☎0475-47-3567

長生村水口864-45



●学童保育所

▶子ども教育課子育て支援係(保健センター) ☎0475-32-2117

学童保育所とは

保護者等が就労等により昼間家庭にいない小学生児童に、放課後等の生活の場を提供し、児童の健全な育成を図ることを目的とした施設です。

村内学童保育所一覧

名称	所在地	電話番号
八積第1学童保育所	長生村金田2660 (八積小敷地内)	0475-32-7760
八積第2学童保育所	長生村金田2660 (八積小敷地内)	0475-32-7760
高根第1学童保育所	長生村本郷1294 (高根小敷地内)	0475-32-7110
高根第2学童保育所	長生村本郷1297 (高根小校内)	0475-32-1131
一松学童保育所	長生村一松丙3704 (長生村ふれあい館)	0475-32-7751

入所するには

- ◆ **対象** 村内在住又は村立小学校在学の小学校1年生から6年生
- ◆ **開所時間** 登校日:小学校下校時～19時
土曜日・学校休業日:7時30分～19時
- ◆ **休所日** 日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

- ◆ **入所申込み** 毎年10月～11月頃、翌年度分の入所申込みを受け付けます。
詳しくは、広報ちょうせい10月号・11月号及び村ホームページでお知らせします。
年度途中の入所申込みは随時子ども教育課で受け付けています。

- ◆ **申請書類**
 - 学童保育所入所申請書
 - 保護者等の就労等を確認する書類

◆保育料

- 通年入所保育料

区分	月額保育料
1年生～3年生	10,000円
4年生～6年生	5,000円

- 長期休業中入所保育料

長期休業日		特別保育料 (通年入所・月額保育料に加算)	短期入所保育料 (長期休業中のみ入所)
春休み	4月	1,100円	2,300円
	7月	3,200円	6,400円
夏休み	8月	8,000円	1～3年 18,000円 4～6年 13,000円
	12月	1,400円	2,900円
冬休み	1月	800円	1,700円
	3月	2,000円	4,000円

※保護者がひとり親家庭等医療費を受給している場合など、学童保育料の減免を受けられる場合があります。





ごみ

» 下水環境課 ☎0475-32-2494

●ごみの出し方

ごみカレンダーのとおり分別し、指定の収集日にルールを守って正しく出しましょう。

●ごみの分別方法

可燃ごみ、不燃ごみは、指定の袋を使用して、ごみステーションに出してください。ビン、カン、ペットボトル及びスプレー缶・カセットボンベは、資源ごみの日に、ごみステーションに配置されるコンテナ・ネット袋に入れてください。

ごみの分別方法の詳細は、ゴミカレンダー（ゴミと資源の分け方・出し方）をご確認ください。長生村役場、文化会館、交流センター、長生村コミュニティセンターで配布しています。また、村ホームページからもご確認ください。

●ごみの収集日

ごみは決められた日の朝8時30分までにごみステーションに出しましょう。

	1コース (八積地区)	2コース (高根地区)	3コース (一松地区)
不燃ごみ	第1水曜日	第2水曜日	第3水曜日
粗大ごみ	第3水曜日	第4水曜日	第1水曜日
資源ごみ	第4水曜日	第1水曜日	第2水曜日
可燃ごみ	全コース 毎週火・木・土曜日		

環境衛生センターへの直接搬入

- ◆ 搬入場所 茂原市下永吉2101
☎0475-23-4944
- ◆ 搬入時間 平 日 8時30分～11時45分
13時00分～16時00分
土・祝日 8時30分～11時45分
日曜日及び年末年始は休場
- ◆ 料金 20kgにつき374円(税込)



家電リサイクル4品目

エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機は家電リサイクル法に基づきリサイクルされます。廃棄する際は、リサイクル料金・収集運搬料金を支払い、家電小売店などに引取りを依頼するか、ご自身で指定引取場所に持ち込んでください。

●小型家電の回収

長生村役場及び文化会館に、小型家電回収ボックスを設置しております。デジタルカメラや小型ゲーム機等の小型家電の回収を行っています。

- 回収品目は『ゴミと資源の出し方・分け方(保存版)』をご確認ください。
- 一度投入したものは返却できません。
- 電池等は取り外してください。
- 回収ボックスに入らない小型家電は、従来通り指定袋に入れ不燃ごみとして出してください。(回収ボックス投入口:30cm×15cm)



回収ボックス



● 電池の捨て方

乾電池は資源ごみとして年3回収を行っています。
回収日についてはゴミカレンダーでご確認ください。
また、村内の公共施設、コンビニエンスストアに廃乾電池回収ボックスを設置し回収も行っています。
充電式電池は、電器店等の回収ボックスへお願いします。

● 生ごみ処理機購入費補助金

生ごみ処理機購入費補助金

家庭から排出される生ごみの減量化を図るために電気式生ごみ処理機の購入に対する費用の一部を補助しています。

◆ 補助金額

種類	補助金額	摘要
電気式 生ごみ処理機	購入金額の2分の1で30,000円が上限	1世帯1基/ 5年度毎

◆ 申請手続き

領収書、印鑑、通帳(振込先がわかるもの)、保証書をお持ちになり、下水環境課で申請の手続きをしてください。

◆ 対象者

- 村内に住所を有し、かつ居住していること
- 村税を滞納していないこと。
- ごみ処理機により肥料化したごみを有効利用できること。

上水道

上水道のお問い合わせは長生郡市広域市町村圏組合水道部へお問い合わせください。

☎0475-23-9481

引越し、名義変更、料金の支払などは、東計電算茂原営業所へお問い合わせください。

☎0475-27-3888

水道管の異常を発見したときは、長生郡市広域市町村圏組合水道部維持課へお問い合わせください。

☎0475-23-9491

水まわりでお困りの場合は長生郡市管工事協同組合(長生郡市広域市町村圏組合水道部指定給水装置工事業者)へお問い合わせください。

☎0475-24-9900



生活・環境

下水道使用料(公共下水道)

公共下水道の使用できる地域にお住まいで、公共下水道に接続しており、利用されている方は使用料を収めていただきます。

使用料は、汚水排水量に基づいて計算しています。水道水や井戸水の使用形態により、算定方法が異なります。

◆ 水道水のみを使用している場合

水道水の使用水量が汚水排水量となります。

◆ 井戸水のみを使用している場合

使用人数により算定したものが汚水排水量となります。事業所などで、メーターが設置されている場合は、計量した水量が汚水排水量となります。

◆ 水道水と井戸水を使用している場合

それぞれの使用水量を合算したものを汚水排水量とします。

井戸水を使用しているご家庭などで人数の変更があった場合や、使用を中止したときは、届出が必要になります。

公共下水道への接続は長生村下水道排水設備指定工事店へ

公共下水道が整備されたら、速やかに接続してください。公共下水道に接続・使用開始する場合には、長生村下水道排水設備指定工事店が申請から工事までを行いますので、長生村下水道排水設備指定工事店へお申し込みください。工事店の一覧は、下水環境課窓口で配布しています。また、村ホームページからもご覧いただけます。

なお、工事費については、数社より見積もりを取ることをお勧めします。

● 合併処理浄化槽設置事業費補助金

合併処理浄化槽を設置する人に対し、一定の条件を設けて補助金を交付しています。

補助金額

	人槽	補助金額
(1)単独処理浄化槽から合併処理浄化槽	5人槽	332,000円
	6～7人槽	414,000円
	8～10人槽	548,000円
(1)の撤去費用		180,000円
(1)の配管費 ※建替えを伴う場合補助なし		300,000円
(2)くみ取り便所から合併処理浄化槽	5人槽	332,000円
	6～7人槽	414,000円
	8～10人槽	548,000円
(2)の撤去費用 ※建替えを伴う場合補助なし		100,000円
(2)の配管費用 ※建替えを伴う場合補助なし		200,000円
※転換後、金田・七井土・岩沼・信友地区の生活排水処理施設に接続する場合	転換補助のみ	120,000円

※令和7年1月現在

補助金の対象外となる場合

- 下水道事業計画区域内
- 継続的に使用すると認められない住宅(例:別荘)
- 賃貸人の同意が得られない借家
- 浄化槽法第5条第1項の設置届又は建築基準法第6条第1項の建築確認を受けずに設置する場合
- 村税等を滞納している場合
- 販売を目的とした住宅(例:建売住宅)
- 賃貸を目的とした住宅(例:アパート等)
- 職員立会いの中間検査、完了検査を受けていない場合



長生郡市での水道のお困りごとなら、株式会社 みなり にお任せください。20年以上の実績がございます。お見積もり無料です。



- ・上下水道工事・給排水工事
- ・トイレ、洗面台、キッチン、ユニットバス
- ・水廻りリフォーム工事
- ・給湯器、エコキュート工事

株式会社 みなり

千葉県長生郡長生村藪塚607
TEL 0475-32-6217
FAX 0475-32-6539



株式会社 諸岡設備工業

給排水・衛生工事
冷暖房・空調設備 設計施工
浄化槽設備

千葉県長生郡長生村一松733-2

TEL 0475-32-2560

FAX 0475-32-0644

Green 有限会社 ぐりーん興業

建設業 農林業許可(特-3)第30970号
産業廃棄物収集運搬業 農林業許可 第1200032498号

- 土木工事一式(設計・施工)
- 解体工事 ● 下水道工事
- 産業廃棄物収集・運搬処理
- 長生村排水設備工事



千葉県長生郡長生村一松乙2067-24

TEL 0475-32-2337

FAX 0475-32-3444

E-mail: green-k@iaa.itkeeper.ne.jp

住宅補助

●住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金 >> 下水環境課 ☎0475-32-2494

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ます。

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有 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)

●住宅リフォーム補助金

>> 産業課 ☎0475-32-2114

村民の生活環境の向上に資するとともに、住宅関連産業を中心とする村内産業の活性化を図るため、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。

◆対象

村内の施工業者により20万円以上の住宅のリフォーム工事を行う予定で、要件を全て満たしている人。

施行中及び施工後の申請はできません。申し込みには期限があり、事前申請が必要です。

※詳細はお問い合わせください。

◆補助額

補助対象工事費の10/100(千円未満の端数は切り捨て)で、20万円を限度とします。

※一住宅につき1回限りです。

農業委員会

>> 農業委員会事務局 ☎0475-32-4742

●農地の権利の移動、権利の設定、転用

農地を耕作目的で売買、贈与、賃借等(権利の設定・移転)をする場合には、農地法第3条許可申請により農業委員会の許可を受ける必要があります。これらの許可を受けない売買、贈与、賃借は効力が生じません。

農地の転用は、農地の権利移動を伴わない転用(農地法第4条)、農地の権利移動を伴う転用(農地法第5条)の2通りあります。

農地転用の許可要件には、立地基準(農業生産への影響等を考慮)、一般基準(申請目的実現の確実性等を考慮)があり、周辺農地の営農条件に支障きたす場合や資産保有目的の場合は転用は認められません。

●農地の賃借

農地法第3条での賃借以外に、地域計画の法定化に伴い、農地中間管理機構を経由した賃借の方法もあります。農地の貸付または借受を希望する場合はご相談ください。



生活・環境

広告

A.R.I. 塗装工芸

エアールアイ

“何を塗るかより
誰が塗るかが大重要”

① 丁寧な施工
② 安心の月々施工
③ マナー・アフターフォローも

〓 長生郡長生村を中心に活動! /

電話 ☎0475-44-6851
FAX ☎0475-44-6852

営業時間 8:00 ~ 20:00 定休日 不定休
長生村曾根 429-6
info@ari-tosou.com

つながりを大切に!!

CHERISH THE CONNECTIONS!

株式会社 小倉工業

千葉県知事許可(般-5)第56315号

内房・外房工事をメインに
外構・エクステリア工事をしています

TEL/FAX 0475-44-6676
長生村本郷5380-99

土木・建築 外構・エクステリア

有限会社 高拓商事

千葉県知事許可(般-4)第47982号
長生村下水道排水設備指定工事店

〒299-4341 長生村宮成2593-2
TEL 0475-32-3307 FAX 0475-32-3816

● 農地に関する相談

農地に関してご相談のある場合はお問い合わせください。

結婚支援

● 結婚新生活支援事業補助金

▶ 企画財政課企画係 ☎0475-32-4743

結婚に伴う新生活を経済的に支援し、新婚世帯に対して新居の住居費用(住宅取得・リフォーム・賃借)や引越費用、家具・家電購入費用の一部を補助します。

◆ 補助対象世帯

- 交付申請時点で、夫婦の双方または一方が村内に住所を有すること。
- 婚姻届を受理された日の、夫婦双方または一方の年齢が50歳未満であること。
- 交付申請時点において、夫婦の所得を合算した金額が750万円未満であること。
- 本補助金の交付を受けたことがないこと。
- 交付申請時点において、各種税の滞納がないこと。
- 暴力団員及びその関係者でないこと。

◆ 補助金額

- 補助限度額…1世帯当たり70万円。ただし、年齢及び所得要件に応じて変動あり。
- その他詳細はお問い合わせください。

移住・定住支援

● 多世代住宅支援事業補助金

▶ 企画財政課企画係 ☎0475-32-4743

親等または子の世帯のいずれか、または、その全部の世帯が村外から転入し、多世代で同居または近居をする人を対象に、住宅取得等費用の一部を補助します。

◆ 補助対象世帯

- 親等及び子世帯のいずれか、またはその全部が村外から村内に転入し、村外から村内に転入する親等若しくは子の世帯のいずれか、またはその全部が交付申請書の提出日前1年の間において、村の住民基本台帳に記録されていないこと。
- 補助金の交付決定のあった日から継続して10年以上多世代同居または近居をする予定であること。
- 多世代同居または近居をする世帯全員がこの補助金の交付を受けていないこと。
- 多世代同居または近居をする世帯全員が各種税の滞納がないこと。
- 多世代同居または近居をする世帯全員が暴力団員またはその関係者でないこと。

◆ 補助金額

- 補助対象経費の2分の1の額とし、新築または中古の住宅の取得に係るものは50万円、増築または住宅のリフォームに係るものの場合は30万円を限度とします。

※上記のほかに加算条件あり。

その他詳細はお問い合わせください。





医療機関リスト

(令和7年1月現在)

かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

病院・医院等

名 称	所在地	電話番号
長生八積医院	長生村金田2583	0475-32-3282
南洲会長生クリニック	長生村七井土1678-1	0475-32-1821
あまが台ファミリークリニック	長生村本郷7293	0475-36-7011
津谷クリニック	長生村宮成2947-6	0475-32-5645
長生診療所	長生村一松1281-1	0475-32-3303
もといハッピークリニック	長生村一松乙2005-47	0475-36-3537

歯科医院

名 称	所在地	電話番号
七井土歯科クリニック	長生村七井土1532-5	0475-32-2488
古山歯科医院	長生村岩沼2578	0475-32-0010
ながの歯科医院	長生村本郷1-148	0475-32-7878
木島歯科医院	長生村一松戊759	0475-32-0887

その他

名 称	所在地	電話番号
石塚整骨院	長生村信友1949-7	0475-32-6130

広 告

内科・腎臓内科・呼吸器内科
循環器内科・消化器内科・形成外科

長生診療所



診療時間 9:00~12:00 / 15:00~18:00
休診日 水曜日・土曜午後・日曜・祝日

☎0475-32-3303

長生村一松1281-1
(一松小学校そば)

医療法人社団祐門会

長生八積医院

長生八積医院は、地域の人々に親しまれ、
信頼される医院を目指しています。



☎0475-32-3282

〒299-4332
千葉県長生郡長生村金田2583

診療時間 9:00 ~ 12:00 / 14:30 ~ 17:30
休診日 水曜日・日曜日・祝日

MOTOI HAPPY CLINIC

内科・小児科・外科

もといハッピークリニック

院長 元井 敏江

往診承ります!!

月～土 8:00 ~ 12:00 / 15:00 ~ 18:00
※水曜と木曜と土曜の午後は往診となります。



TEL0475-36-3537
長生村一松乙 2005-47

健康チェックと元気法



疲れやストレスがたまっていると、さまざまな体の不調が現れてきます。
少しの工夫と心がけで症状を予防・改善しましょう。

目が疲れる

原因 パソコンや読書による
目の使いすぎ

目がしょぼしょぼする、乾きやすい、光がまぶしい、目がかすむ、目の奥が痛い、目が充血するなどの症状がでたら、目が疲れている証拠。

予防法 姿勢を正してときどきの休息を

文字を読むとき、目と書類の間は30cmが理想。パソコンのディスプレイとの距離は、座ったときに背筋を伸ばし、手を伸ばすとその指先が画面に触れるくらい(40cm以上)がベスト。

改善法1 即効性のあるこめかみへの刺激

改善法2 ツボマッサージ

目尻にあるツボ「瞳子りょう」から、耳に向けてなでるようにマッサージ。

瞳子りょう



改善法3 目にいい食べ物

- 眼精疲労には目のビタミンといわれるビタミンA (チーズ・ウナギ・にんじん・ブロッコリーなど)
- 視神経の働きを高め、疲れにくくするビタミンB群 (豚や牛のレバーなど)
- 充血を防ぎ、目をリフレッシュさせるビタミンC (柑橘類・ブロッコリー・ジャガイモなど)
- 目の機能改善には、アントシアニンやルテイン (ブルーベリーやほうれん草、キャベツ、そばなど)

肩や首がこる...

原因 姿勢の悪さや血行不良

長時間のデスクワークや夏場の冷房が筋肉の収縮や血行不良を招き、肩こりを一層悪化。仕事のストレスや胃腸の不調による場合も。

予防法 筋肉を緊張させない工夫を

- 正しい姿勢を心がけて
- 体の緊張や精神的な緊張からくる肩こりには深呼吸を
- ストレスには休息と睡眠を。お昼休みの15分程度の仮眠も効果的。

改善法 筋肉をほぐし、血行をよくする

- ツボを刺激...後頭部の頭蓋骨のへり、首の中心から4cmほど外側の左右を両手の親指で押す
- 肩こりに効く食べ物...豚肉やうなぎ、豆類、玄米、レバー、かつおなど。



手足が冷える

原因 運動不足やストレス

予防法 体を冷やさない工夫を

冬は衣類対策で暖かさを逃さない。夏には冷房対策を。体を芯から温める半身浴も効果的。冬は40℃、夏は38～39℃くらいのぬるま湯で汗がでるまでゆっくりと。

改善法 血行改善と自律神経の正常化

血行をよくする背伸び運動や軽い筋トレ

足にたまりがちな血液を循環しやすくするのが背伸び運動。足を少し開いて立ち、つま先立ちするようにかかとを上げ下げするだけ。足が温かく感じられるまで繰り返します。冷え性を根本的に改善するには、脂肪を減らして筋肉をつける。テレビを見ながらでもできるダンベル体操や足のスクワットを1日10分でも続けましょう。



自信を持って「健康」だと言えますか？

ストレス・疲労蓄積度チェック
自分の体の状態を把握しよう

① 家族から見た最近1ヶ月の疲労・ストレス状況

ほとんどない=0点、時々ある=1点、よくある=3点で評価し、合計点を
出してください。(判定の難しい項目は「ほとんどない」にします)

	状 態	点 数
1	イライラしているようだ	
2	不安そうだ	
3	落ち着かないようだ	
4	ゆううつそうだ	
5	体の調子が悪そうだ	
6	物事に集中できないようだ	
7	ずることに間違いが多いようだ	
8	強い眠気に襲われるようだ	
9	やる気が出ないようだ	
10	へとへとのようだ(運動後をのぞく)	
11	朝起きたとき、疲れが残っているようだ	
12	以前と比べて疲れやすいようだ	

② 家族から見た最近1ヶ月の働き方と休養

当てはまる項目に○印をつけ、その数を出してください。

	状 態	○ 印
1	ほとんど毎晩、午後10時以降に帰宅する※	
2	休日も仕事に出かけることが多い	
3	家に仕事を持ち帰ることが多い	
4	宿泊を伴う出張が多い	
5	仕事のことで悩んでいるようだ	
6	睡眠時間が不足しているように見える	
7	寝つきが悪かったり、夜中に目が覚めたりすることが多いようだ	
8	家でも仕事のことが気にかかって仕方がないようだ	
9	家でゆっくりくつろいでいることはほとんどない	

※夜勤等の勤務形態の場合は、家を出てから帰るまでの時間が14時間以上であることを目安にしてください。

風邪

原因 直接の原因はウイルス

風邪の原因の90%以上はウイルスの感染によるもの。免疫力の低下は、栄養バランスの崩れ、睡眠不足、喫煙、疲労、ストレスが原因です。

予防法 風邪のウイルスを寄せつけない

- 免疫力を高める・・・卵、豆腐、魚などの高タンパクの食べ物、旬の野菜や果物でビタミン、水分を積極的にとる。
- ウイルスを洗い流す・・・外出後は必ずうがいや手洗いを。できれば洗顔まで。
- マスクをする・・・外出時はもちろん、寝るときにも効果的。
- 体を冷やさない・・・体が冷えると、のどや鼻の血行が悪くなり、粘膜の抵抗が弱まってウイルスに感染しやすくなります。温かくすることを心がけましょう。
- 部屋の温度を調節・・・暖房で乾燥した部屋は、ウイルスの温床。加湿器や室内に洗濯物を干して調節を。



便秘

原因 腸の調子を狂わせる生活習慣

食物繊維の不足によるもの、ストレス・不規則な生活が引き起こす胃腸の運動異常によるもの。便意そのものを感じにくくなったり、筋力が落ちると内臓下垂になり、腸の運動が弱くなります。

予防法 便秘解消のポイント

- 朝の排便習慣をつける
- 起き抜けに1杯の水や牛乳を飲む
- 下腹部のマッサージで腸の動きを助ける
- 便意を感じたらがまんしない
- できるだけ体を動かす
- バランスのよい食事をする
- 便秘に効く食べ物・・・玄米、果物、卵の花(おから)、海藻、野菜、乳製品、油脂など



頭痛

頭痛の種類

- 風邪や二日酔いによるもの
- 慢性的頭痛
 - 偏頭痛
 - 緊張型頭痛
- 脳の異常が原因

※命に関わる場合もあるので、激しい痛みや、続く痛みの場合は医師に相談しましょう。



偏頭痛

症状 側頭部がズキンズキン痛む

痛くなる前に目がチラついたり、吐き気や嘔吐を伴うことも。

改善法

- 冷やす・・・痛む部分を冷たいタオルや氷枕で冷やす。
- 圧迫・マッサージ・・・こめかみをマッサージしたり、押さえて血管を圧迫すると痛みがやわらぎます。
- 安静・睡眠・・・暗い静かな部屋で安静にして痛みを治まらせたり、適度な睡眠をとること。
- マグネシウムをとる・・・緑黄色野菜、葉もの野菜、ごまなど。サプリメントの利用もいいでしょう。

緊張型頭痛

症状 しめつけられるように痛む

後頭部から首筋にかけて、鉢巻でしめつけられるような感じ。重く押さえつけられるような感じで痛む。

改善法 リラックスして血行をよくする

- こりが原因の場合は温める
こりの部分を使い捨てカイロや、熱いお湯でしぼったタオルを当てて温める。38～40℃くらいのお湯に10分程度浸かる入浴も効果的。
- 慢性頭痛に効くツボ



百会

左右の耳を結んだ線の中心。頭のてっぺん。

天柱・風池

後頭部の髪の毛の生え際の左右に対になっている「風池」、やや内側に「天柱」。

【判定】

1の点数と2の該当個数から疲労蓄積度を出してください。

		①の合計点数	
		10点未満	10点以上
②の該当個数	3個未満	A	C
	3個以上	B	D

※糖尿病や高血圧症等の疾患がある場合は、判定が正しく行わない可能性があります。

判定	仕事による疲労蓄積度		判定が「A」なら、それほど疲労はたまっていません。「B」はだいぶお疲れ気味です。休養をとり、ストレス解消に努めましょう。「C・D」は、かなり疲れがたまっています。必要に応じて上司や医療機関への相談、受診をおすすめします。
	A	B	
	低いと考えられる	やや高いと考えられる	
	高いと考えられる		
	非常に高いと考えられる		

※本人の評価と家族の評価は異なる場合があります。

Check!

運動不足チェック

運動不足チェック(40代基準)

以下の項目に1つでも当てはまれば、運動不足の兆しと見ていいでしょう。

	日常生活の中のチェックポイント	チェック
1	靴ひもを結んだり、靴下をはくときに苦痛する	
2	ズボンやスカートのウエストがきつくなった	
3	背中に手が回りにくくなった	
4	床のものを拾うとき、必ずしゃがむようになった	
5	少しの荷物でも重く感じられ、荷物を持たないことが多い	
6	立ったり座ったりするとき、支えがほしくなる	
7	階段を下りるとき、足を踏みはずしそうで、必ず手すりにつかまる	
8	よく物につまづく	
9	階段を昇ったり、急いで歩くと息切れや動悸がする	
10	歩くのが億劫で、外出してもできるだけ歩かないように乗り物を使う	

編集後記

「長生村 暮らしの便利帳」は、長生村にお住まいの皆さんへ、村の行政情報をお届けするとともに、地域企業の発展につなげることを目的として発行しました。

また、住民の皆さんに、より利便性の高い情報源としてご利用いただけるよう、官民協働事業として長生村と株式会社サイネックスとの共同発行としました。

「長生村 暮らしの便利帳」は、地域の各団体および事業者の皆さんのご協力により、行政機関への設置はもとより、長生村の全世帯へ無償配布することができました。あらためて心より厚くお礼申し上げます。

■「長生村 暮らしの便利帳」に掲載の行政情報は、令和7年1月現在の情報を掲載しています。社会情勢の変動等により内容が変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。行政情報の内容・手続き等で不明な場合は、各担当課までお問い合わせください。

■掲載されているスポンサー広告は、暮らしの情報としてご活用ください。広告内容については株式会社サイネックスにお尋ねください。

発行

長生村／株式会社サイネックス



長生村HP



サイネックスHP

制作

株式会社サイネックス 東京本部
〒102-0083 東京都千代田区麹町5-3
TEL.03-3265-6541(代表)

広告販売

株式会社サイネックス 千葉支店
〒260-0028 千葉県千葉市中央区新町24-9
TEL.043-238-8280

※掲載している広告は、令和7年2月1日現在の情報です。



見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。

無断で複写、転載することはご遠慮ください。

QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

長生村 暮らしの便利帳

令和7年3月発行

リゾート開発 ★ 大型事業用物件

創業明治 28 年

(株) 細谷商店 企業グループ

株式会社 サンビーチライフ

代表取締役 細谷 興屋

宅建免許 千葉県知事 (12) 6537 号

社団法人 全国宅地建物取引業保証協会員

社団法人 千葉県宅地建物取引業協会員

〒299-4325

千葉県長生郡長生村一松丙 4336-1

TEL 0475-32-5700

FAX 0475-32-5724

E-mail : hosoya.okiie@silk.plala.or.jp

内科

糖尿病内科

小児科

皮膚科



医療法人社団 緑晴会

あまが台ファミリークリニック

当院では、患者さんに健康と安心を提供するため
スタッフ一丸となって診療に取り組んでいます



糖尿病の検査は5分で
結果が分かります



国家資格を持つ管理栄養士
による食事療法



乳幼児健診は
専用時間帯あり

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:50 ~ 12:00 (受付 8:45 ~ 11:45)	○	○	休	○	○	●	休
14:14 ~ 15:15 乳幼児健診 / ワクチン (1歳未満)	○	※注	休	○	※注	休	休
14:30 ~ 18:00 (最終受付 17:30)	○	○	休	○	○	休	休

●：土曜日の診療時間は 9:00 ~ 13:00
(受付 8:45 ~ 13:00)

※注：火、金曜日の 14:15 ~ 15:15 の時間はワクチン、
乳幼児健診専用になっています。(要電話予約 当日予約 OK)

TEL 0475-36-7011

千葉県長生郡長生村本郷 7293

P 42台あり あまが台ファミリークリニック 検索



院長 細田 俊樹

〈略 歴〉医療法人社団 カレスアライアンス日鋼記念病院
北海道家庭医療学センター
亀田総合病院 家庭医療科
さんむ医療センター総合診療科

