

募集 小・中学校の先生募集～講師等登録説明会のご案内～

東上総教育事務所講師等登録説明会

と き 9月5日(土)

- 東上総会場 <受付>午前8時～午後8時20分
<説明会>午前8時20分 <面接>説明会実施後～午前11時
- 東金・岬会場 <受付>午前9時～午後9時20分
<説明会>午前9時20分 <面接>説明会実施後～正午

ところ ●東上総教育事務所 1階研修室(茂原市八千代2-10)
●東金市役所 4階会議室(東金市東岩崎1-1)
●岬公民館 2階研修室(第3・4研修室)(いすみ市岬町長者22)

対象者 ●新規で講師(臨時的任用職員または会計年度任用職員・養護教諭・事務職員・令和9年度採用スクールサポートスタッフ)として学校職員を希望している人

- 東上総教育事務所管内(山武・長生・夷隅地区)へ勤務可能な人
※小・中学校教諭の免許がない人でも、勤務可能な職があります。
ご相談ください。

詳しくは、千葉県ホームページをご確認ください。

問 東上総教育事務所 管理課 ☎0475(23)2848



お知らせ

第14回 原爆の絵展

原爆被災地及び戦争に関するパネル展示やビデオ上映などを行います。

と き 8月15日(土)、8月16日(日)

ところ 長生村交流センター 講堂

主 催 長生原爆の絵展実行委員会

後 援 長生村、長生村教育委員会

問 ☎090(3094)0321



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薬田1508-2

| いすみ市 雇 入 組 員 | 戸 籍 地

広告枠

広告枠

木のここと、お困りではありませんか?



ご相談・見積もり無料

円林業

〒298-0225 大多喜町新田102-2

☎080-6772-1154



のざわ伐採

ご自宅等でお困りの木を切ります
ご連絡お待ちしております

TEL 090-5527-5262

メール nozbassai08@gmail.com

千葉県夷隅郡大多喜町部田143 代表 野澤



広告枠

家を守る 塗職人

まずは
お見積もりを
ご依頼下さい

私たちの社名である
「fine」に込められた

“優れた”技術で、お客様の“満足のいく”仕上がりをお約束します。

fine
株式会社ファイン

外壁塗装 屋根塗装

☎0475-47-4755

https://www.fine-paint.work

〒299-4301 千葉県長生郡一宮町一宮2995-2 1F (一宮商工会館となり)



広告枠

お知らせ

燃えるごみ専用袋のデザインが変更となります。

旧デザイン



新デザイン



- ごみの出し方を分かりやすくするため、多言語表記を加えたデザインに変更します。
 - 旧デザインの袋は、引き続き使用することができます。
 - 価格や枚数に変更はありません。
 - 旧デザインの在庫がなくなり次第、8月から順次、新デザインが店頭に並びます。
- ※燃えないゴミ専用袋のデザインの変更はありません。

問 長生郡市広域市町村圏組合 環境衛生課 ☎0475 (23) 4944

8月は経済産業省主唱の電気使用安全月間です!

プラグはコンセントから抜いて
定期的に乾いた布などで拭きましょう



関東電気保安協会

KDH

お知らせ

行政書士無料相談会

と き 8月9日(日) 午前10時～午後2時
ところ 長生村文化会館 1階会議室
※マスクの着用をお願いします。

相談内容

- 相続の手続き
- 遺言書の作成
- 成年後見制度(法定後見、任意後見)
- 不動産
- 空き家相談
- 外国人雇用手続き
- 在留資格の相談



問 千葉県行政書士会会長夷支部 村山
☎090 (9131) 3384

各種相談

相談内容	とき	相談時間	ところ	連絡先
育児相談	8月3日(月) 8月17日(月)	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	8月10日(月)	午前10時～午後3時 (要予約)※1	福祉センター	☎0475(32)2112
行政相談	8月12日(水)	午前10時～午後3時 (要予約)※1	福祉センター	☎0475(32)2111
住民法律相談	8月17日(月)	午後1時30分～ 午後4時30分 (要予約)※2	福祉センター	☎0475(32)2111
心配ごと相談	随時(要予約)※1		福祉センター	☎0475(32)3391

※1. 当日の予約はできません。

※2. 開催日と同じ月の最初の開庁日から役場総務課☎0475(32)2111で受付します。

自分に合った水分補給をしましょう



夏の暑さが厳しくなると、熱中症や脱水症状のリスクが高まります。体内の水分が体重に占める割合は、小児は70～80%、成人は60%、高齢者は50%と年齢を重ねるとともに減少します。水分が不足すると、脳梗塞や心筋梗塞などのリスクも高まります。これを防ぐためには、適切な水分補給が欠かせません。ここでは、上手な水分補給のコツを紹介します。

1 のどが渇く前に飲む

高齢者はのどの渇きを感じるセンサーの働きが低下しているため、日常的に水分不足のリスクにさらされています。のどの渇きを感じたときには、すでに体は脱水に近い状態です。おすすめは、コップ1杯(約200ml)の水分を1日7、8回に分けて飲むことです。起床後、食事時、入浴後などタイミングを決めていると摂取しやすいです。

2 カフェインを含む飲料、アルコール飲料を控える

カフェインはお茶やコーヒーなどに含まれます。カフェイン・アルコールには利尿作用があり、体内の水分を外へ排出してしまいます。そのため、日常的には水やノンカフェインのお茶で水分補給を行うことがおすすめです。ただし、腎臓病や心疾患などで医師から水分制限を指示されている人は飲水量に注意が必要です。

3 適切な飲み物を選ぶ

体液は水分と塩分からできているので、水やノンカフェインのお茶だけで水分補給をすると体液が薄まる場合があります。1日3食の食事をきちんと摂取できていれば、必要な塩分は摂取できていることが多いですが、炎天下でダラダラ汗をかくような状況であれば、スポーツドリンクでの水分補給が必要なこともあります。スポーツドリンクには塩分と糖分が含まれていますが、商品によって糖分を多く含むものもあるので過剰摂取に注意が必要です。

体調が良くないと感じたら、まずは水分不足を疑っても良いかもしれません。日頃から適切な水分補給を心がけましょう。



担当 若菜



8月の保健センター事業

検(健)診

日	内 容	時 間
6日(木)	3歳児健診 [R5年4・5・6月生]	午後 時間指定
25日(火)	乳児健診 [R7年8月、R8年1・4月生]	午後 時間指定

その他

日	内 容	時 間
17日(月)	献血	9:30～12:00

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。

問合せ 健康推進課 ☎0475(32)6800



暑い時期のフレイル予防について

〈夏に起こりやすいフレイルのリスク〉

夏の暑さと湿気で体に負担がかかると、「外出が減る→食欲が出ない→低栄養→筋力低下→やる気や活動量の低下→弱る」といった悪循環が起こります。夏バテ状態が長く続くと、フレイル(心身が衰えた状態)を引き起こしやすくなります。

〈夏のフレイルを予防しましょう〉

○運動 ※暑い日は我慢せずに空調を使用しましょう。

- ・日が落ちている早朝や夜の時間帯にウォーキングをしましょう。
- ・涼しい環境で、スクワットやかかと上げなどのちょっとした筋力トレーニングやラジオ体操をしましょう。

○食事

- ・1日3食規則正しく食べましょう。
- ・米やパンや麺類などの主食だけではなく、タンパク質や野菜など、バランスの良い食事を意識しましょう。
- ・食欲がない時は、酸味や辛みのアクセントをつけてみましょう。
- ・暑くて調理がおっくうな時は、豆腐や缶詰、魚肉ソーセージや納豆など、すぐに食べられるものを活用しましょう。

○人とのつながり

- ・暑さでひきこもりがちになると人との交流が減り、孤立しやすくなります。直接会わなくとも、電話や手紙で定期的なコミュニケーションをとることはフレイル予防に効果があるとされています。



まだまだ暑い日が続きますが、暑さと上手に付き合いながら、いつまでも元気に過ごしましょう。

問 福祉課 地域包括支援センター(福祉センター) ☎0475(32)6865

文化会館にベビーケアルームを設置しました

文化会館ロビーにベビーケアルーム「mamaro(ママロ)」(おむつ替え、授乳用スペース)を設置しました。ママもパパも赤ちゃんも安心して過ごせる完全個室のベビーケアルームです。

※「赤ちゃん太陽くん」が目印です。





ベビーケアルーム mamaro

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。



をご利用ください



保健センターと
文化会館
にあります



地名には、暮らしや歴史、自然と深く関わる由来があります。
この特集では、地名に込められた意味や物語を紹介します。
地名を通して、ふるさとの魅力を再発見してみませんか。

大坪(おおつぼ)

昔の大坪村は、石高^{こくだか}155石、戸数38戸と一松郷としては大きい村に属していたことが約160年前の古文書に見出すことができる。

大坪の「坪」を字源で見ると地の平かなる所の義とある。

九十九里浜の成因にみるように、この辺りは南北にのびる砂堆^{さたいきゅう}丘上に位置し、西の方の低温地帯(七村堰などの)と比較してみるといかにも大きな高い平地に見られたのだろう。そこで人々は大坪と呼称したことだろう。

蟹道(かにみち)

米搗^うき蟹と呼ばれたコガニが河原に幾万匹と群がっていた。赤い弁慶蟹が小径を足ばやによこぎってた。

…こんな風景は戦前まで一松海岸でよく見うけたものだった。だから蟹の道-カニミチと誰いとはなしに集落の名前まで固定化したという説と、もう一つは神道^{かみのみち}説とがある。住吉さまと三嶋さまのお神輿が神の馬を先頭に勇ましくお浜下りをする道。つまり神様の道-神の道という説とが考えられる。今日でも古老はカニミチをカンミチと訛^かっていつている。

また、この道路の両側に「蟹道〇〇」という小字^{こあざ}が22も長々と連なっているのもめでたい神の道説の裏付けとして考えられないだろうか。

出典 長生村地名物語(平成13年一部改定再版)

ぼくのゆめ わたしのゆめ



わたしのゆめは、おいしゃさんになることです。

どうしてかという、おばあちゃんがびょうきになったときに、すぐにたすけてあげることができるからです。

高根小 1年

い げ た れ い ゆ

井下田 令初さん



わたしのしょう来のゆめは、ケーキやです。りゅうは、ケーキがすきだからです。みんながえがおになるためにおいしいケーキをつくってあげたいです。いちごケーキをつくりたいです。

一松小 3年

せんごく さ き

仙石 咲葵さん





みんなが撮った
たからもの
長生村での写真を
紹介します。

『ハスの花見ごろです』

投稿者 ジイちゃんエール

尼ヶ台公園湿地池のハスの花



『大関堰』

投稿者 ひげちゃんば

赤ちゃん太陽さんと紫陽花



『昼と夜の境界線』

投稿者 月夜母

田舎っていいと思います、ハイ



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、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。

応募方法

応募フォームまたはメールで、住所・氏名・ペンネーム・
タイトル・ひとこと(30字以内)を記入してご応募ください。
Mail: taiyo-kun@vill.chosei.lg.jp

専用応募
フォーム



メール作成は
こちら



＜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を含め、応募された写真は村SNSでも紹介されます。

今月の
一句

俳句クラブ

紫陽花やご仏前にも 茶の間にも 鵜沢 よしえ

庭の紫陽花がきれいに咲き始めました。早速ご仏前に、
そして、玄関にも茶の間にも、家中紫陽花だらけになりました。

モネの絵の日傘の強い日の光 長谷川 弘

モネの絵を見て感じたことを書きました。

嘘つかぬ鏡を前に 更衣 植草 泰子

暑さと共に夏服を取り出し、着たり脱いだり、写す鏡は正直です。
歳なりの自分を感じました。

十葉の 八重咲き占める 裏の庭 石川 青子

八重の白い花がたくさん咲いて、まるで花園でした。

葉桜やジャージの似合う 散歩道 斎木 ひろみ

青々と葉をつけた桜の木の下は、
涼しくてすっかり散歩道になっています。



長生村公式SNS登録者募集中!

村政情報、イベント情報、災害時等の緊急情報などさまざまな情報をお届けします。ぜひご登録ください。



広報ちょうせい読者アンケート

より良い紙面づくりのために、皆さんのご意見・ご感想をお聞かせください。

アンケートの回答方法

専用フォームからご回答ください。▶▶▶▶



今月の公共施設休館日

村体育館・武道館・弓道場・藪塚球技場
3日(月)、17日(月) ※第1・3月曜日

文化会館・交流センター
3日(月)、10日(月)、12日(水)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

※交流センターの「学習室」と「ふれあいルーム」は、休館日(年末年始を除く)の午後4時30分から午後9時まで開放しています。

村税等の納期限

8月31日(月) ■ 村・県民税 第2期
■ 国民健康保険税 第2期
■ 介護保険料 第2期
■ 後期高齢者医療保険料 第2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
8月 2日(日)	牧野医院 0475(24)2222	穴倉病院 0475(24)2171
8月 9日(日)	よねもと整形外科 0475(40)1065	菅原病院 0475(25)1171
8月11日(火)	三上クリニック 0475(30)3733	塩田記念病院 0475(35)0099
8月16日(日)	もといハッピークリニック 0475(36)3537	穴倉病院 0475(24)2171
8月23日(日)	東部台医院 0475(22)2455	公立長生病院 0475(34)2121
8月30日(日)	鈴木医院 0475(22)2630	穴倉病院 0475(24)2171

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 5日	資源ゴミ 5日	粗大ゴミ 5日
粗大ゴミ 19日	燃えないゴミ 12日	資源ゴミ 12日
資源ゴミ 26日	粗大ゴミ 26日	燃えないゴミ 19日

燃えるゴミの収集日:全コース 火、木、土曜日



ゴミの分け方・出し方を簡単に検索できます。▶▶▶



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10時45分～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 月～土:午後7時～翌午前8時
日曜祝日:午前8時～翌午前8時(24時間対応)

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
または ☎043(216)3668 (プッシュ回線・携帯電話)
☎043(216)3668 (ダイヤル回線)

受付時間 24時間365日対応

スマートフォンからも
広報ちょうせいを閲覧できます。



マチイロ



【iOS】



【Android】

