

# こども園 七夕の集い



広報

# ながら

**No.370** 平成25年7月19日発行

人口と世帯数  
(平成25年7月1日現在)

人口	7,718人(- 6)
男	3,858人(+ 3)
女	3,860人(- 9)
世帯数	2,938世帯(+ 2)
	( )内は前月比



発行・編集／長柄町役場総務課 ☎0475-35-2111 〒297-0298 千葉県長生郡長柄町桜谷712番地  
長柄町ホームページ <http://www.town.nagara.chiba.jp/>



## 平成 25 年度地籍調査推進員が委嘱される

地籍調査事業の円滑な推進を図ることを目的として、6月21日付けで、4名の方に町長から委嘱状が交付されました。

今年度の地籍調査事業の実施区域は、皿木の全部、長柄山の一部、山之郷の一部、六地藏の一部となっていますので、対象区域の土地所有者のみなさんには推進員活動にご協力をお願いします。



佐久間義一氏 (追分) 倉田正一氏 (追分) 成嶋町長 矢代孝氏 (皿木) 古谷年勝氏 (長柄山)

## 自衛官募集相談員に式田三公氏が委嘱される

式田三公氏(上野)が6月1日付けで町長・自衛隊千葉地方協力本部長から自衛官募集相談員に委嘱されました。

自衛官募集相談員は、自衛官志願者に関する情報の提供や、地方協力本部が行う募集のための一般的広報活動を援助していただける方です。



成嶋町長 式田三公氏 自衛隊千葉地方協力本部長 阿部 智氏

## 平成 26 年 4 月 1 日 付け 採用 の 職員 を 募集 し ます

### 【採用予定人員】

- 一般行政職(初級) …… 若干名
- 土木職(初級) …… 若干名
- 保育士 …… 1名

### 【受験資格】

#### 一般行政職

昭和60年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。

#### 土木職

昭和58年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。ただし、土木または測量に類する資格を有することを条件とします。

#### 保育士

昭和58年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた方で、保育士・幼稚園教諭

両方の資格を有する方又は平成26年春季までに資格取得見込みの方。

### 【試験日及び試験会場】

期 日 9月22日(日)

会 場 長柄町役場

### 【受付等】

#### 申込書の配布

7月中旬から長柄町役場2階 総務課 総務企画班で配布します。

※ 郵送を希望する場合は、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書きし、A4サイズの返信用封筒に郵便番号、住所、氏名を記入し120円切手を貼り付け同封してください。

#### 受付期間及び時間

7月30日(火) から8月16日(金) まで  
平日の9時から17時まで

## 農業委員による農地パトロールを行います！

農地の所有者を含めて違反転用者には厳しい措置がとられます。

農業委員会では、7月1日から9月30日までの期間を農地パトロール強化月間として農業委員が農地の利用状況や違反転用などを防止するため、町内全域の監視活動を行います。

許可を受けずに無断で農地を転用した場合や、転用許可に係る事業計画どおりに転用していない場合には、農地法に違反することになり、工事の中止や原状回復命令がなされる場合があります。(農地法第51条)

また、3年以下の懲役や300万円以下(法人は1億円以下)の罰金に処せられることがあります。(農地法第64条～69条)

農地は無断で転用できません。農地転用(農地を農地以外の用途に供する場合)される方は、農地転用の許可申請書を農業委員会へ提出されるようお願いします。

問い合わせ先 農業委員会 ☎35-4447

## ～不法投棄防止のために～

長柄町では産業廃棄物や一般廃棄物の不法投棄が多発している中、町内の美化及び自然環境保全のため、「不法投棄ゼロ！」を掲げて日々活動している長柄町不法投棄監視員がいます。

ごみは各自でルールを守って適切に処分しましょう。

もし、不審者や不審車両を発見した場合は警察へ連絡してください。



※月1回行っている不法投棄定期監視パトロールの様子

問い合わせ先 茂原警察署 ☎22-0110 長柄駐在所 ☎35-3106  
日吉駐在所 ☎35-3100 事業課 地域整備班 ☎35-2114

## 特定外来生物が増えています

特定外来生物とは、在来の生物を捕食する等、生態系に害を及ぼすもので、カミツキガメ、アライグマ、ブラックバスなどの生物を指します。哺乳類、鳥類、爬虫類、両生類、魚類、昆虫類、無脊椎動物、植物などの中から指定されます。

### ～特定外来生物の問題点～

- ★強い生命力により、在来生物の住みかを奪う
- ★病原菌を持っている可能性があり、その菌の蔓延の危険
- ★在来生物との配合による、雑種の誕生
- ★在来生物の絶滅

### ～在来生物を守るために～

- ☆特定外来生物を持ち込まない
- ☆無許可者への譲渡販売の禁止
- ☆野外へ放たない
- ☆地域で守る(迅速な駆除、通報)

長柄町の豊かな自然環境を維持するため、皆様のご協力をお願いします。

※ 現在長柄町で問題となっている特定外来生物

・オオキンケイギク(植物)

・アライグマ(哺乳類)



詳しい特定外来生物情報については環境省HPをご覧ください。

また、長柄町役場HPにも情報掲載しておりますのでご覧ください。

問い合わせ先 事業課 地域整備班 ☎35-2114

## 8月の保健・栄養事業のお知らせ

事業名	実施日	時間	対象者	場所
学童クラブ 食育と料理教室	8日(木) 9日(金)	9:30~13:00	学童クラブに通っている児童	保健センター
食生活改善推進員研修会	22日(木)	10:00~13:30	食生活改善推進員	
乳児相談	23日(金)	生後4か月児 受付時間 9:45~10:00 生後7か月児、12か月児 受付時間 10:30~10:45	<生後 4か月児>平成25年4月生まれの乳児 <生後 7か月児>平成25年1月生まれの乳児 <生後12か月児>平成24年8月生まれの乳児 ※その他希望者(生後13か月以内の乳幼児) ※対象者には、個別通知します。	
3歳児健康診査 1歳6か月児健康診査	26日(月)	<3歳児> 受付時間12:50~13:00 <1歳6か月児> 受付時間13:00~13:10	<3歳児> 平成22年4月、5月生まれ <1歳6か月児> 平成23年12月生まれ、平成24年1月生まれ	
ヘルスアップ教室 開講式	28日(水)	10:00~12:00	40~74歳までの町民の方 詳細は下記をご参照ください。	

問い合わせ先 住民課 健康福祉班 ☎35-2414

## 長柄町ヘルスアップ教室のご案内

町では、健康づくりに興味のある方を対象に、長柄町ヘルスアップ教室を開催しております。5月の健診で生活を見直そうかな?と思った方、健康づくりに興味のある方、ぜひご家族・ご友人をお誘い合わせのうえ、ご参加ください。

<対象者> 40~74歳までの町民の方

<参加費> 3,000円(9回全て参加する場合)

※今年から運動講座の開催回数が増えましたが、料金は据え置きです

※栄養・運動講座は1回のみ参加も可能です(栄養:1回500円 運動:1回1,000円)

※運動講座に参加された方は、日本メディカルトレーニングセンター(旧日本エアロビクスセンター)の施設を1日利用できます

※主治医から運動を禁止されている方は、運動講座には参加できません



	開催日	時間	実施内容	定員	実施場所
スケジュール	① 8/28(水)	10:00~12:00	開講式	30名	保健センター
	② 9/5(木)	10:00~11:30	運動講座	30名	日本メディカルトレーニングセンター
	③ 10/8(火)	10:00~11:30	運動講座	30名	日本メディカルトレーニングセンター
	④ 10/25(金)	10:00~13:00	栄養講座	30名	保健センター
	⑤ 11/11(月)	10:00~11:30	エアロビクスクリニック院長 しみず まさひこ 医学博士清水正比古先生ご講演	50名	長柄町役場
	⑥ 11/16(土)	10:00~11:30	運動講座	30名	日本メディカルトレーニングセンター
	⑦ 12/13(金)	10:00~13:00	栄養講座	30名	保健センター
	⑧ 1/23(木)	10:00~11:30	運動講座	30名	日本メディカルトレーニングセンター
	⑨ 2/5(水)	10:00~12:00	閉講式	30名	保健センター

問い合わせ先 住民課 健康福祉班 ☎35-2414 保険住民班 ☎35-2113



## ◎国民年金には、障害への保障があります◎ **ご存知ですか？** [障害基礎年金]

国民年金の加入中に初診日※1がある病気やけがで、障害認定日※2に、1級または2級の障害の状態になったとき、支給されます。ただし、60歳以上65歳未満で日本国内に住んでいる間に初診日があれば、加入をやめた後の病気やけがによるものでも支給されます。

※国民年金法の障害等級と身体障害者手帳の等級の判定基準は違うため、身体障害者手帳の等級では判断できません。

### ●ことばの説明●

※1) 初診日…障害の原因となった病気やけがについて、初めて病院で診療を受けた日のことです。

※2) 障害認定日…障害の程度を定める日のことです。障害の原因となった傷病の初診日から1年6か月たった日か、それ以前に症状が固まった日になります。症状が一進一退するような障害の場合、1年6か月たった日に障害等級に該当しなくても、65歳までに重くなれば、事後重症による障害基礎年金が請求できます。そのときの条件は老齢基礎年金の繰り上げをしていないことです。

### ●受給するための要件●

初診日のある月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間（免除・猶予・若年者納付猶予期間・学生納付特例期間を含む）の合計が全被保険者期間の3分の2以上あれば受給できます。

（初診日が平成28年3月31日以前にあるときは、特例として初診日の前々月までの直近の1年間に保険料の未納がなければよいことになっています。）

初診日後に保険料を納めたとしても受給要件を満たすことができませんのでご注意ください。

※20歳前に障害になった方は、20歳から支給されます。しかし、保険料を納付した期間がないため、本人の所得制限があります。保険料の納付要件は問われません。

### ●障害基礎年金の年金額

1級…983,100円      2級…786,500円

受給者に生計を維持されている子（18歳になった3月31日までの子、20歳未満で婚姻をしていない1・2級の障害ある子）がいる場合は子の加算額があります。

・1・2人目の子…1人につき226,300円      ・3人目以降の子…1人につき75,400円

※平成23年4月から、障害基礎年金の受給権を得たあとに、子が生まれた場合も届出により障害基礎年金の額に子の人数に応じた額が加算されることとなりました。

### ●裁定請求の手続き・問い合わせ先

手続き先・相談窓口は、初診日に加入していた年金の種類によって異なります。

①初診日に国民年金に加入していた場合…役場住民課保険住民班

②初診日に厚生年金に加入していた場合…千葉年金事務所又は茂原分室（茂原市役所1階）

③初診日に共済年金に加入していた場合…共済組合

④初診日に会社員・公務員に扶養されていた場合…千葉年金事務所又は茂原分室（茂原市役所1階）

### ●持ち物

・年金手帳      ・障害手帳・療育手帳等（所持している方）

※初診日を事前に確認してからお越しください。

※申請するにあたり、過去の年金保険料納付記録、病歴（通院歴）等を確認させていただきます。

**問い合わせ先 千葉年金事務所 ☎043-242-6320**  
**住民課 保険住民班 ☎35-2113**

## 障害基礎年金を受給されている方へ

### ～現況届等の提出を忘れずに～

障害基礎年金を受給されている方（旧障害福祉年金から移行した方か、20歳前からの障害により受給している方）には、日本年金機構から7月上旬に現況届・受給権者所得情報が郵送されています。

障害状態の確認が必要な方には、届出に診断書用紙がついていますので、医師に診断書の記入及び証明を受けてください。

※届出をしないと、所得が未申告である場合は10月以降の年金の支給が止まってしまうことがありますので、必ずご提出ください。

**提出期限**…届出用紙に必要事項をご記入のうえ、7月31日（水）までに役場住民課保険住民班までお願いします。

**問い合わせ先 住民課 保険住民班 ☎35-2113**

# 8月 ながらこども園 子育て支援センターカレンダー

日(sun)	月(mon)	火(tue)	水(wed)	木(thu)	金(fri)	土(sat)
				1 身体計測 9:00~14:00 あそびの広場 9:00~16:00	2 乳幼児救急法指導 10:00~11:00	3
4	5	6	7 おはなし広場 10:00~	8	9 リトミック教室 10:00~11:00	10
あそびの広場 9:00~16:00						
11	12	13	14	15	16	17
あそびの広場 9:00~16:00						
18	19	20	21 おはなし広場 10:00~	22 誕生会 10:30~	23 リトミック教室 10:00~11:00	24
あそびの広場 9:00~16:00						
25	26	27	28	29	30	31
あそびの広場 9:00~16:00						

※あそびの広場の時間帯が変更になる場合がありますので、支援センターだよりと併せて、ご確認ください。

## 講習会

### ★乳幼児救急法指導

8月2日(金) 10:00~11:00  
心肺蘇生法やAEDの使い方を消防士の方に教えていただきます。いざという時に、あわてず対処できるように受講しましょう！

## 体験入園

### ★防災訓練

9月3日(火) 10:00~11:00  
こども園のお友達と一緒に  
防災訓練に参加しませんか？



## 一時保育

月~金曜日(祝日を除く。)  
9:00~17:00  
利用開始日の2週間前までに申請書を提出してください。  
緊急の場合はご相談ください。

## 育児相談

月~金曜日(祝日を除く。)  
9:00~15:00  
電話でもご相談をお受けしています。

## 歯科指導教室の様子

6月11日に歯科指導教室が開催されました。乳幼児の歯の健康と衛生についてのお話や歯ブラシの選び方、正しい歯磨きの仕方や仕上げ磨きの方を教えていただきました。

★食べた後磨く習慣をつけることが虫歯予防の第一歩！毎食後、食べた後磨くことが大切です。

★しっかり噛んで食べることで、顎の発達を促します。

★おやつのだらだら食べは虫歯になりやすいので、時間と量を決めて食べるようにしましょう。



『支援センターだより』を発行しています。役場・公民館に置いてありますので、ご覧ください。

問い合わせ先 住民課 健康福祉班 ながらこども園 ☎35-3102

## 特定健康診査のお知らせ

長生郡市内の契約医療機関で、

**8月31日(土)まで受診することができます!**

**対象者** 長柄町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方

**費用** 2,000円

**お持ちするもの** 保険証、受診券及び問診票(白色)

※結核・肺がん検診(胸部レントゲン)、前立腺がん検診(PSA)、肝炎ウイルス検査も特定健診で併せて受診できます。

※あらかじめ受診希望医療機関へ予約のうえ、受診してください。健診結果は受診した医療機関から説明されます。

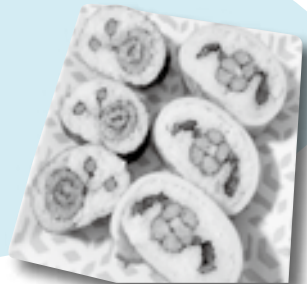


問い合わせ先 住民課 保険住民班 ☎35-2113

## 公民館教室紹介

公民館では、主催教室・サークルなどさまざまな活動が行われています。今月は公民館の主催教室である太巻寿司教室を紹介します。

(有)長柄さくらの郷の方を講師に迎え郷土料理である太巻寿司を習いました。みなさん熱心に講師の方々の指導を受けてそれぞれ華やかな太巻寿司が出来上がりました。



## 文化財講座

江戸時代より茂原に伝わる「鯛ちょうちん」を作ります。

中には口ウソクが灯せるようになっています。短冊に夢・希望を書いてみませんか。

**日時** 9月12日(木)  
13:30～16:00

**場所** 長柄町公民館

**参加対象** 一般成人の方

**参加費** 材料代  
(200円程度)

**申込方法** 公民館窓口で  
申込書に記入  
してください。



## 第54回

## 長柄町一周駅伝大会

### 参加チーム募集

**期 日** 12月15日(日)  
10:00 スタート(小雨決行)

**会 場** 長柄町役場庁舎前(スタート・ゴール)

**区 間** 6区間(26.8km)

**チ ー ム** 1チーム最低6名

**参 加 費** 町外一般……6,000円  
高等学校……2,000円  
中学校……無料  
町内一般……無料



※当日不参加の場合でも参加費は返金できませんので、ご了承ください。

**申込期間** 7月23日(火)から12月4日(水)まで

問い合わせ先 教育課 生涯学習班(公民館) ☎35-3242



# 観光・商工イベント情報

## ○家族連れで大にぎわい「ラク・レマンプール」

<生命の森リゾート> 問い合わせ先 ☎35-3333 (受付時間 9:00~18:00)

スイスのレマン湖をモチーフにした全長130mの雄大な森の中のリゾートプールで、遊泳ゾーン、飛び込み台、幼児用プールがあります。

最高の景色の中で、1日ゆっくり過ごして、夏の楽しい思い出を！！

日 時 7月20日(土)~9月1日(日)【無休】9:00~17:00

料 金 中学生以上1,500円、子ども(4歳~小学生)700円、3歳まで無料



## ○みんなの気持ちは光と共に・・・「ランタンパレード」を行います！

<LONGWOOD STATION> 長柄町山之郷67-1 問い合わせ先 ☎30-7788

明かりを灯して、素敵な時間を一緒に演出してみませんか？

当日は、ペットボトルで作成したランタンを持って、長柄ダムの湖畔をパレードします。

参加したお子様には、ドリンク&すいとんを振る舞います。

日 時 8月18日(日)

16:00からランタン制作

18:00からパレードスタート



## ○千葉プロレス「KAIENTAI-DOJO」がやってくる！

<KAIENTAI-DOJO事務局> 問い合わせ先 ☎043-214-6960

ロングウッドステーションの動く絵時計下ブース内の特設会場に千葉プロレスがやってきます。鍛えあげた肉体のぶつかり合いを是非、ご覧ください。

なお、当日はご当地演歌歌手『ふじの みさ』さんの歌謡ショー(13:20から)も行われます。

日 時 8月18日(日) 14:00 ゴング！

料 金 リングサイド/4,000円、自由席/3,000円

高校生/500円、中学生以下無料。

## ○夏テニスコート開放

<都市農村交流センター> 問い合わせ先 ☎35-0055

8月31日まで、8:00~18:00までテニスコートをご利用頂けます。

## ○月曜テニス教室

日 時 月曜日(7月29日、8月5日、12日、26日)

午前の部 10:00~12:00 午後の部 13:00~15:00

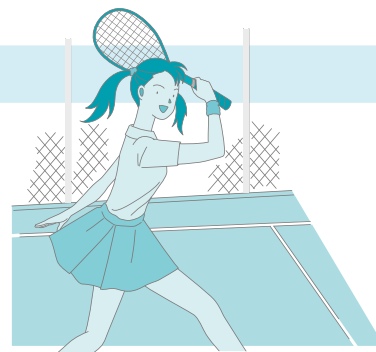
場 所 長柄町都市農村交流センター(ロビー集合)

講 師 テニスインストラクター 鐵和子氏

対 象 各回10名程度

参加費 1人1回(2時間)500円

持ち物等 テニスシューズ、運動に適した服装、ラケット持参(有料レンタルあり)



問い合わせ先 長柄町観光協会事務局(事業課産業振興班) ☎35-4447



# 観光・商工イベント情報

## ○昆虫ドーム（予約不要）

日 時 開園中～8月中旬 9：00～17：00

内 容 ドーム内に放たれたカブトムシやクワガタ、ザリガニ（池あり）を探したり、観察したり、捕まえたりと子供の自由研究や日記の作成に大好評です。捕まえた昆虫は、お買い求めいただけます。

入 園 料 3歳以上200円



## ○流水プール&幼児プール（予約不要）

日 時 開園中～9月1日（日） 9：00～16：00

内 容 流るるプールは、お子様だけでなく大人にも大人気です。幼児プールも完備されていますので、小さなお子様も安心して水遊びを楽しめます。お友達やご家族みなさんで是非、お越しください。

料 金 大人600円、中・高校生400円、3歳以上300円

※水温が低かったり、悪天候などの場合は、臨時に休業する場合があります。



## ○夏休みコテージ宿泊ファミリープラン

日 時 開催中～9月1日（日） ※土曜日、8月11日（日）～15日（木）の期間を除く。

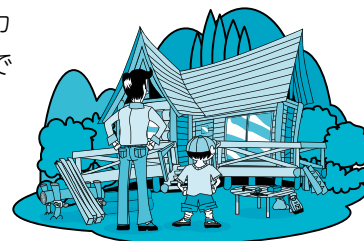
内 容 コテージ（ログハウス）1棟を3名以上でご利用頂きますと、プールの利用券付きのお得な宿泊プランです。この他にもバーベキューでお腹を満たしたり、昆虫ドームでカブトムシを捕まえたり、子供と一緒に夏休みの思い出作りは、これで決まりです。

料 金 大人4,000円、子ども3,000円

※野外のイベントは、雨天等の場合は中止となります。

予約不要と記載のあるもの以外は、前日の午前中までにご予約ください。

休館日は木曜日です。また、天候が極めて悪いとき等は、臨時に休館することがあります。



## ○第4回アートクラフト縁日が開催されます！

<かずさアカデミアパーク> 木更津市かずさ鎌足2-3-9 問い合わせ先 ☎0438-20-5489

千葉県最大級の屋内クラフトイベント（昨年度集客数2,500名）が、木更津市の『かずさアカデミアパーク』で開催されます。

“作って、遊んで、学んで”をテーマに親子で楽しめるイベントですので、ご家族お揃いでお越しください。

日 時 8月17日（土）～18日（日）9：30～16：00

内 容 木工、手芸などのクラフト体験

出展作家の作品展示、販売（75ブース予定）

場 所 木更津市かずさ鎌足2-3-9 かずさアカデミアパーク

入 場 料 無料（ただし、各体験コーナーでの体験料は別途）

協 力 NPO法人みんなの森の村 長柄町六地藏344-2 ☎35-5086



## 夏の交通安全運動実施 ～ だいじだね おさきにどうぞの おもいやり ～

7月20日（金）から31日（火）まで夏の交通安全運動が実施されます。

この時期は、夏休みに入った子どもたちが解放感から誘発される事故や、夏の行楽シーズンによる交通量の増加など、交通事故が多発すると予想されます。皆さんも日頃から、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践することを習慣付け、交通事故防止に心がけましょう。

また、運動期間中は町交通安全協会の協力により町内3か所の交差点で17時から18時まで街頭指導を実施いたします。



### 重点目標

1. 子どもと高齢者の交通事故防止
2. 自転車の安全利用の推進
3. 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
4. 飲酒運転の根絶

## 8月から『特別警報』の発表を開始します

気象庁はこれまで、大雨や津波、高潮などにより重大な災害の起こるおそれがある時に、警報を発表して警戒を呼びかけていました。より甚だしい大雨や大きな津波等が予想され、重大な災害による危険性が高まっていることをお知らせし、特別な警戒を呼び掛けるために、新たに「特別警報」を発表します。特別警報の対象とする現象は「東日本大震災」、我が国の観測史上最高の潮位を記録した「伊勢湾台風」等が該当します。

特別警報が出た場合、お住まいの地域は数十年に一度しかないような非常に危険な状況にあります。屋外の状況や、避難指示・勧告等に留意し、ただちに命を守るための行動をとってください。

また、大雨等の被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとることがあなたや家族の命を守ります。

特別警報の詳細は、気象庁ホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>



問い合わせ先 気象庁銚子地方気象台防災業務課 ☎0479-23-7705

## 地域安全ニュース

### 車上ねらいの注意

確実に施錠し、貴重品は

持ち出さじょう

車上ねらいの被害が多発しています。茂原警察署管内の車上ねらいの発生件数は、5月末現在104件となっています。

また、自動車盗・自転車盗も昨年に比べ増加しています。これからの行楽シーズンには、海水浴場やキャンプ場などでの被害にもご注意ください。

車上ねらいの被害に遭うと、現金などの経済的な損失はもちろんのこと、運転免許証や保険証などに記載された個人情報や犯人の手に渡り、二次犯罪に利用されるかもしれません。

○短時間でも、車から離れるときは、必ず鍵を掛けましょう。

○車内に貴重品などを置かないようにしましょう。

○防犯機器を取り付けましょう。

万一、被害に遭ってしまった場合には、警察に通報をお願いします。

また、キャッシュカードが盗まれた場合は、金融機関への連絡を忘れずに！



# ヘルスメイト通信 (食生活改善推進員)



## 食 と 防災

～研修会を開催しました！～

5月30日の研修会では、町の防災計画について総務企画班長と防災担当から、町での備蓄品や避難場所についてお話を伺いました。防災の対策としては“事前防災”を重視し家庭用備蓄を「3日分程度」とのことです。被害を最小限に抑えるためにも、私たち一人ひとりが日頃の備えの重要性を認識するとともに、自助(個人)、共助(地域)、公助(行政)が一体となることが、町全域の防災力の向上につながると思いました。日頃からの心構えが必要ですので、家庭でも一度話し合ってみてはいかがでしょうか。



防災グッズの説明に、真剣に耳を傾けていました。

食生活改善推進員 萩原かおる

実習した料理を紹介します♪

## 《あり合わせすいとん》



(器)：地震で食器が壊れてしまった時に使える紙製の器です。衛生的に使うため、ポリ袋をかけて使い、ポリ袋は使い捨てにする。

### 材料<4人分>

豚薄切り肉……………	80g	薄力粉……………	100g
大根……………	50g	牛乳……………	80～100cc
しめじ……………	1/2パック	水……………	4カップ
人参……………	40g	だしの素……………	適宜
かぼちゃ……………	60g	塩……………	小さじ1
※野菜はあるものを利用		しょうゆ……………	小さじ1

### 作り方

- ①豚肉と野菜は食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に水を入れ、沸騰したら豚肉と野菜、しめじを入れる。
- ③ポリ袋に薄力粉と牛乳を入れ、よく混ぜる。
- ④②の野菜が煮えたら、③のすいとんの袋のはしをハサミで切りそこからすいとんの生地を絞り出す。
- ⑤すいとんに火が通り浮かんできたら、塩・しょうゆで味を整える。

参考：栄養と料理2011年6月号から



## 栄養ワンポイント情報♪

「減塩テープ」で、家庭のみそ汁の塩分濃度を測定してみませんか？

「減塩テープ」は住民課健康福祉班で、配布しています。

又、みそ汁・吸物(約50～100ml)ご持参いただければ測定いたします。





# 祝 米寿 おめでとうございます



佐久間 トラさん (鶴東)  
大正15年7月23日生

福祉センターで月2回行われるミニデイと自治会内のお年寄りで構成された「鶴谷古里会」で季節ごとに行くお花見会などが何よりも楽しみとのこと。好き嫌いなく何でも食べるが特にうなぎが好き。健康の秘訣は、自作の梅ジュースとシソジュースを飲むことという佐久間さん。



本吉 てるさん (長柄山)  
大正15年7月22日生

週3回デイサービスに行くことと近所に住む友達と親戚が遊びに来てくれることが楽しみ。最近足腰が弱くなってきたため、洗濯をしている間に手押し車を押して家の前を20～30分かけて歩くことが日課とのこと。好きな食べ物は牛丼とお寿司という本吉さん。

広報「ながら」の発行月に米寿(数え88歳)を迎えられる方々を紹介し、今後、米寿を迎えられる方のお宅にお伺いさせていただきますので、ご協力をお願いします。

## 交通災害共済加入のお知らせ

交通災害共済は、利益を目的としない住民相互の共済制度で、公共団体が運営している安心・有利な制度です。年間700円の掛金で、交通事故にあった場合に最高150万円の見舞金が支払われます。ご家族そろっての加入をお勧めします。詳しくは、自治会を通じて配布したパンフレットをご覧ください。

年会費 700円

共済期間 平成25年9月1日から平成26年8月31日までの1年間

見舞金の対象となる事故 自動車やオートバイなどによる人身事故で、自動車安全運転センターから交通事故証明書が発行された事故

- 見舞金の額
- ・死亡見舞金……150万円
  - ・傷害見舞金……2万円～50万円(入院・通院実日数に応じて)
  - ・身障見舞金……50万円(身体障害等級1級又は2級)
  - ・交通遺児見舞金…遺児1人につき10万円

申込期日 8月21日(水)まで

- 注意事項
- ①長柄中学校生徒の一部(希望者)と、ながらこども園の園児・小学校の児童(全員)は、すでに6月1日から団体会員として加入していますので、重複しないようご注意ください。(重複しての加入はできません。)
  - ②パンフレット・申込書は、自治会に加入されている方は自治会長から配布されます。自治会に加入されていない方は、役場総務課総務企画班(2階)までお願いします。

問い合わせ先 総務課 総務企画班 ☎35-2111

### 公民館 図書室

おもしろな  
新着図書のお知らせです。



#### 一般書

書名	著者名
家族写真	荻原 浩
ときぐすり	畠中 恵
風屋敷の告白	藤田 宜永
歳月がくれるもの	田辺 聖子
クローズアップ	今野 敏
東京バビロン	新堂 冬樹
来春まで	諸田 玲子
くるすの残光	仁木 英之
余命1年のスタリオン	石田 衣良
医者に殺されない47の心得	近藤 誠

#### 児童書

書名	著者名
雨がしくしく、ふった日は	森 絵都
あかちゃんぐまはなにみてたの?	アシュリー・ウルフ
あめあめふれふれねずみくん	上野 紀子
まみてて	宮西 達也
しあわせなら名探偵	杉山 亮
4こうねんのぼく	ひぐち ともこ
ぼくんだもん!	磯 みゆき
あぶらぜみのあぶちゃん	タダ サトシ
はしるのだいすき	わかやま しずこ
おやすみ	やまわき ゆりこ

第59回青少年読書感想文の課題図書の本を購入してあります。好きな本を読んで、感想文を書いてみてください。

問い合わせ先 教育課 生涯学習班(公民館) ☎35-3242

# 自衛官を募集

防衛省自衛隊では、次のとおり自衛官を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期日	試験期間	合格発表等	入(校)隊	待遇・その他
航空学生 (パイロット)	高卒(見込含) 21歳未満	8月1日～ 9月6日	1次試験 9月21日	1次試験 10月4日	平成26年 3月下旬～ 4月上旬	入隊後約6年で3 等海・空尉(幹部)
一般曹候補生	18歳以上 27歳未満		2次試験 10月12日～17日	2次試験 (海)11月6日 (空)11月1日		
			3次試験 11月9日 ～12月12日	最終合格 26年1月22日		
自衛官 候補生	男子 平成26年3月 高等学校等 卒業予定者	7月1日～	受付時に お知らせします	試験後に お知らせします		約3カ月後の教育 終了後2等陸・海・ 空士に任用
				女子 18歳以上 27歳未満		
男子	年間を通じて 行っています	試験後に お知らせします				

※ 応募資格年齢は、平成26年4月1日現在

※ 詳しくは自衛隊茂原地域事務所お問い合わせください。

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

## 今年のサマージャンボは1等・前後賞合わせて5億円! 好評の2000万サマーも同時発売!

ご購入は、ぜひ“千葉県内”の宝くじ売り場で!

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい街づくりに使われます。

発売期間 8月2日(金)まで

抽せん日 8月13日(火)

発売場所 宝くじ売場

※ 通信販売でも購入できます

発売単価 1枚300円

※ 表中の当せん本数は、発売総額が下記  
(発売予定額)のとおりの場合

【発売予定額】

- ・サマージャンボ・780億円  
(26ユニット)
- ・2000万サマー・270億円  
(9ユニット)

等級	サマージャンボ	2000万サマー
1等	3億円 26本	2,000万円 450本
1等の前後賞	1億円 52本	10万円 900本
1等の組違い賞	10万円 2,574本	
2等	500万円 52本	5,000円 270,000本
3等	100万円 2,600本	300円 9,000,000本
4等	1万円 260,000本	
5等	3,000円 2,600,000本	
6等	300円 26,000,000本	
サマーバケーション賞	10万円 26,000本	

問い合わせ先 公益財団法人千葉県市町村振興協会 ☎043-311-4162

## 入札結果

先に行われた、入札の結果をお知らせします。

業務名	日吉小学校校舎外壁改修工事
場所	長富地先
入札日	5月24日
契約金額	8,190,000円
契約業者	有限会社 吉橋建設

業務名	平成25年度地籍調査業務
場所	長柄山の一部・皿木・山之郷及び六地蔵の一部
入札日	6月18日
契約金額	116,550,000円
契約業者	一般社団法人 長生郡市地籍調査協会

問い合わせ先 総務課 財政管財班 ☎35-2110

# おしらせ

## 九十九里地域水道企業団職員採用試験を実施します

九十九里地域水道企業団では、平成25年度山武郡市職員合同採用試験により職員採用試験を次のとおり行います。

### 募集人員

- ・一般行政職 上級 1名
- ・技術職(土木) 上級 1名
- ・技術職(電気) 上級 1名

### 受験資格

- ・昭和57年4月2日から平成4年4月1日までに生まれた方で、学歴を問わない。
- ・平成4年4月2日以降に生まれた方で学校教育法に基づく大学(短期大学を除く。)を卒業した方。(平成26年3月までに卒業見込みの方を含む。)

**申込書受付** 平成25年7月30日(火)～8月16日(金)

**試験実施日** 平成25年9月22日(日)

**問い合わせ先** 九十九里地域水道企業団総務課庶務班  
〒283-0068 東金市東岩崎2番地3

☎0475-54-0631

E-mail: syomu@kyusuiki.jp

※詳細については以下のホームページでご確認ください。

九十九里地域水道企業団 <http://www.kyusuiki.jp>

## 未来と自分が輝くシゴト。千葉県警察官募集

### 試験職種

- ◆警察官A(男性:65名程度 女性:10名程度)
- ◆警察官B(男性:100名程度 女性:20名程度)

**受付期間** 8月16日(金)まで

**第一次試験** 9月22日(日)

### 問い合わせ先

千葉県警察本部警務課 0120-764032(午前9時から午後17時まで(平日のみ))

茂原警察署 警務課 ☎22-0110(内211)

## 不妊に関する講演会のお知らせ

不妊に悩んでいる方、これから妊娠出産を考えている方等を対象とした専門医師による講演会です。

**日時** 平成25年10月20日(日)10時～12時

**場所** 千葉県長生合同庁舎  
(千葉県茂原市茂原1102-1)

**内容** 講演「～自然妊娠の効率を高めるには～」

**講師** 亀田総合病院  
不妊生殖センター長 己斐秀樹氏

**対象者** 不妊に悩む方、これから妊娠・出産を考えている方等(無料・要予約)

**締め切り** 10月10日(木)※定員超過の場合、先着順。

**申し込み先** 千葉県長生健康福祉センター(長生保健所)  
地域保健福祉課 ☎22-5167

## 長生郡市広域市町村圏組合職員採用試験を実施します

**試験日** 第1次試験(筆記)9月22日(日)

**会場** 長生郡市広域市町村圏組合管理棟

**受付期間** 7月30日(火)から8月16日(金)

※ただし、土日は除きます。

9時～16時30分

**申込手続** 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、事務局総務課へ提出してください。

申込用紙は、事務局総務課及び消防本部総務課窓口において7月中旬から配布する予定です。

職種	採用予定人数	受験資格
一般行政	若干名	昭和63年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。
消防	6名程度	(1)隔日勤務及び交替勤務に従事できる方。 (2)年齢等 ・平成元年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。 ・救急救命士の資格を有する方は、昭和62年4月2日以降に生まれた方で、学歴を問いません。 (3)身体的条件 ①身長:男性160cm以上、女性155cm以上 ②体重:男性55kg以上、女性45kg以上 ③視力:矯正視力を含み両眼で0.7以上かつ、一眼でそれぞれ0.3以上であること。赤色、青色及び黄色の色彩の判別ができること。 ④聴力:左右とも正常であること。 ⑤身体:職務遂行上支障がないこと。
土木	若干名	昭和61年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。
電気	若干名	昭和61年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方で、学歴を問いません。

### 問い合わせ

長生郡市広域市町村圏組合 事務局総務課

☎23-0107





## おしらせ

## 知っていますか？建退共制度

建退共制度は、中小企業退職者共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

**加入できる事業主：建設業を営む方**

**対象となる労働者：建設業の現場で働く人**

**掛金：日額310円**

## ★特長

- ◎国の制度なので安全、確実、申し込み手続きは簡単です。
- ◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ◎掛金の一部を国が助成します。
- ◎掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上金額非課税となります。
- ◎事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。
- ◎自社の福利厚生に便利な提携施設の割引サービスが利用できます。

## † 建退共制度の特例措置のお知らせ †

建退共では、地震等により災害救助法が適用された皆様に対し、各種手続の特例措置を実施しております。

ホームページ「建退共」に、制度説明用動画、Q&Aなど建退共制度の知りたい情報が記載されています。ぜひ、アクセスしてご覧下さい!!

建退共

検索

※詳しいことは、建退共千葉支部へお問い合わせ下さい。

☎043-246-7379

簡単管理
全額非課税
掛金助成

退職金は、国の制度を賢く活用

# 中退共

小企業  
職金  
共済制度

「中退共」で  
検索!

<http://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/>

(独) 勤労者退職金共済機構  
中小企業退職金共済事業本部  
TEL (03) 6907-1234

ちゅうたくくん きょうちちゃん

## 「チャレンジ起業」講座生募集！！

長生農業事務所では、直売所等での農産加工販売で所得向上を目指したい農業者を対象にプロによる実習・講義を中心とした起業講座を開催します。

第1回は、平成25年9月25日（水）です。募集の締め切りは9月上旬までとさせていただきます。

**問い合わせ先** 長生農業事務所 ☎22-1771

## 返しきれない借金で悩んでいませんか？

千葉財務事務所では、無料の債務相談窓口を開設しています。専門相談員が電話や来所で相談を受け、必要に応じ法律の専門家に引継ぎを行っています。秘密は厳守します。まずはお電話ください。

**受付時間** 月～金（祝祭日を除く）

8時30分～正午、13時～16時30分

**連絡先** 財務省 千葉財務事務所 債務相談窓口

☎043-251-7830（直通）

千葉高齢・障害者雇用支援センターの  
事業主等への支援業務のお知らせ

## ●高齢者雇用に関する事業主への支援

高齢者等の雇用の安定を図ることを目的に、事業主の方に雇用安定事業に基づく給付金を支給しています。千葉高齢・障害者雇用支援センターでは、助成金の支給に係る申請書の受付等を行っています。

## &lt;高齢者雇用安定助成金&gt;

- 高齢者活用促進コース
- 高齢者労働移動支援コース

## ●障害者雇用納付金制度に基づく助成金

障害者を新たに雇い入れたり、障害者の雇用を継続するために、障害者の雇用に配慮した職場環境を整備したり、職場への適応や仕事の習熟のためのきめ細かい指導を行うなど、適切な雇用管理をするための費用の一部を助成しています。

## &lt;助成金一覧&gt;

- 障害者作業施設設置等助成金
- 障害者福祉施設設置等助成金
- 障害者介助等助成金
- 職場適応援助者助成金
- 重度障害者等通勤対策助成金
- 重度障害者多数雇用事業所施設設置等助成金
- 障害者能力開発助成金

詳しい内容は、独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構 千葉高齢・障害者雇用支援センターへお問い合わせ下さい。  
〒261-0001

千葉市美浜区幸町1-1-3 ハローワーク千葉5F

☎043-204-2901 ☎043-204-2904

# 健康アラカルト

保健師 大胡真弓

## がんを予防しましょう ～生活編～

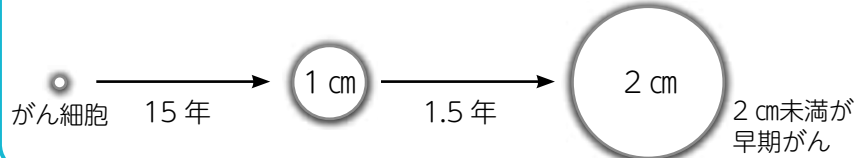
現在、男性の約2人に1人、女性の約3人に1人ががんにかかっています。自分は大丈夫と思っていませんか？誰もが、がんになる可能性があります。がんを予防するためには生活習慣と食事がとても大切です。今回は生活編をご紹介します。

### がんとは？

人間の身体は多くの細胞から出来ています。その細胞が何らかの原因で傷つき、がん細胞となり身体の中で増え続ける事によって正常な細胞が機能しなくなる病気です。

### 定期的な受診が必要なわけは？

1つの細胞が1cmのがんになるのは15年かかります。しかし1cmのがんが2cmになるのに必要な期間はわずか1.5年です。去年の検診では発見されなかったがんが、今年発見される可能性は大いにあります。



### がんを予防するための生活習慣 9か条

- ① **タバコは吸わない** タバコには発がん性物質がたくさん含まれています。
- ② **タバコの煙をできるだけ避ける**  
人が吸っている煙を吸うことを受動喫煙といい、受動喫煙は直接タバコを吸うより有害物質が多く含まれています。
- ③ **お酒はほどほどに**  
一日の目安：日本酒1合、ビール中瓶1本又は500ml缶1本、ワイングラス2杯です。  
飲酒量が多いほど、食道がんや肝臓がんになるリスクが高くなります。休肝日を設け身体に負担をかけないようにしましょう。
- ④ **適度に運動** 毎日できる運動を継続することが大事です。例) 外出時は出来るだけ歩く。階段を使うなど。
- ⑤ **体重維持** 体重増加は生活習慣病のリスクを高めます。体重増加は現在の体重から5kg未満に抑えましょう。
- ⑥ **休養** 疲労やストレスを貯めず、疲れた時は無理をせずゆっくり休みましょう。
- ⑦ **感染予防と治療** 免疫力が下がると、がんに限らず様々な病気になりやすくなります。
- ⑧ **定期的ながん検診**  
がんは自覚症状がほとんどありません。がん検診を定期的に受ける事が早期発見につながります。
- ⑨ **身体の異常に気付いたら、すぐに受診を**  
自覚症状は身体からの危険信号です。少しの症状でも受診しましょう。

問い合わせ先 住民課 健康福祉班 ☎35-2414

### 利用できる金融機関

- ・長生農協
- ・千葉銀行
- ・千葉興業銀行
- ・京葉銀行
- ・みずほ銀行
- ・りそな銀行
- ・房総信用組合
- ・市原市農協
- ・ゆうちょ銀行

町県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税及び介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付は、口座振替が便利です。

この制度を利用すると、左記の金融機関の預貯金口座から振替によって納税することができますので、大変便利です。

新たに口座振替を希望される場合は、預貯金先金融機関または役場総務課税務班に「口座振替依頼書」を提出してください。

「口座振替依頼書」は、役場総務課税務班、長生農協の町内各支所、町内のゆうちょ銀行（郵便局）に備え付けてあります。長柄町ホームページからもダウンロードできます。（ダウンロード様式での申し込みは、ホームページ内の注意事項をご覧ください。）

納税義務者ごとに申し込みが必要になりますのでご注意ください。

# 納税

には

安心便利な

口座振替

を

## 今月の納税のお知らせ

- ・ 固定資産税 第2期
- ・ 国民健康保険税 第1期
- ・ 介護保険料 第2期
- ・ 後期高齢者医療保険料 第1期

納付期限は、7月31日(水)です。納め忘れのないようご注意ください。

※口座振替申し込みの方は、納付期限の前日までに口座の残高確認をお願いします。

# なから俳句

六月の句会より

高橋美代子

紫陽花の白さ残して夕くれる  
骨休み梅雨空眺め言ひ訳に  
「早ヨ食べて」割れて知らせる

畑キャベツ

孫四人無心に遊ぶひでり梅雨

大野史恵

キャベツ添え卓上飾る朝の膳  
公園の涼しさ求め遊歩道  
七変化大輪色彩り映ゆる今朝

梅雨入りの小雨混りの山煙り

前田やえ

虫喰いて地図をみるよな

初夏の夕孫を相手の砂遊び  
田植機の音ひびかせて時代かな

梅雨入りにほっと一息かわらず  
鳴く

福田寿満子

黒潮の恵み豊かな露地キャベツ  
どくだみのけなげに咲きし

遊歩道

夢乗せて機体煌く梅雨晴間  
喜寿迎え友揃い来て梅雨に入る

山崎清風

キャベツ畑不意に湧き出す  
白き蝶

紫陽花のしずくと遊べ陽の光

朝顔を一鉢買うに迷いけり

角田揚子

大皿にフレッシュユサラダ  
キャベツ盛る

青蛙一句作りて遊びけり  
トマト苗陽気に育ち七センチ  
幸運を語る母みて梅雨半ば

伊藤照子

キャベツ採りその場でかじる  
甘さかな

遊園地駆けまわる子に若葉風  
梅雨入りし青から白へ空かわる  
あじさいの咲く道通る二人つれ

渡辺みのる

われもまたきざみキャベツを  
買つ一人

水鉄砲遊びざかりの子等誘つ

万緑や楽団乗せたローカル線  
雑用に追わるるもよし

梅雨じめり

## 病気の豆知識

頸の病気：頸椎症性脊髄炎（頸髄症）、  
頸椎後靱帯骨化症、頸椎椎間板ヘルニア

今回は整形外科の頸（首）の病気についてお

話しします。背骨のことを脊椎といいます。頸の脊椎を頸椎といいます。脳から続く太い神経を脊髄といいます。頸にある脊髄が頸髄です。脳と同様に大切で傷つき易い脊髄は脊椎の作る骨のトンネルで守られていますが、トンネルの内部が狭くなり脊髄が圧迫、障害されると様々な症状が出現します。表題はその代表的な疾患です。原因は多少異なりますが、症状、治療法に大きな違いはありません。生まれつきトンネルが狭い人や、余分な骨ができ易い人などがこれらの病気にかかり易いといわれています。

症状は、一般的には手指、腕、肩甲骨あたりのしびれや痛みなどから始まり、字が書きにくい、ボタンが掛けづらいといった上肢の運動障害、さらに進行すると手すりがないと階段を降りられない、思うように脚が出ない、脚ががくがくするなどの歩行障害、尿が近い、出にくい、残尿感がある、切れが悪いなどの排尿障害を呈するようになります。重要な症状は、上肢下肢の運動障害や排尿障害です。脊髄が圧迫されても痛みを伴わないことも珍しくありません。

治療は、しびれや痛みだけの段階では、余程激しい痛みでない限り、飲み薬や牽引などの理学療法で対処します。明らかな運動障害や排尿障害が出現したら手術療法を考慮します。手術は頸の前から行う方法と、後から行う方法があります。どちらも手術手技が確立された安全性の高い方法です。手術で全ての症状が跡形もなく消失するというわけにはいきませんが、多くの場合改善が期待できます。お箸が持てなかった人が持てるようになることや、歩行できなかった人が歩いて退院することも珍しくありません。放っておくと手遅れになり、寝たきりになってしまうこともあります。お心当たりの方は是非専門医にご相談ください。

医療法人 **SHIODA**  
**塩田記念病院**  
TEL 35-0099

塩田記念病院副院長  
整形外科  
塩田 匡宣

外来診療のご案内  
月（午前）火・水・木・金・土（午前）受付時間 8:30~11:30 13:30~16:30

役場・その他  
公共施設  
電話案内

	名称	電話番号
総務課	総務企画班（選挙管理委員会）	35-2111
	財政管財班	35-2110
	税務班	35-2112
	議会班（議会事務局）	35-2438
住民課	保険住民班	35-2113
	地域包括支援センター	30-6000
	健康福祉班	35-2414
	なからこども園	35-3102

	名称	電話番号
事業課	産業振興班（農業委員会）	35-4447
	地域整備班	35-2114
教育課	学校教育班	35-2437
	学校給食センター	35-2003
	生涯学習班・公民館	35-3242
	福祉センター	30-7200
	都市農村交流センター	35-0055

### 各公共施設の休館日

町公民館 7月22日(月)、29日(月)、8月5日(月)、12日(月)、19日(月)  
 町福祉センター 7月22日(月)、29日(月)、8月5日(月)、12日(月)、19日(月)  
 都市農村交流センター 7月、8月 無休



## 各種相談日程

### 【 町 】

心配ごと相談	7/22(月)・8/1(木)・12(月)・20(火)	10:00～15:00	福祉センター ☎35-0260
人権相談	7/22(月)・8/12(月)・20(火) ●いじめ ●扶養相続等の家庭問題 ●いやがらせ等の悩みごとに関する相談です。	10:00～15:00	//
行政相談	8/12(月) ●行政に関する苦情・相談です。	10:00～15:00	//

※心配ごと相談・人権相談・行政相談については、相談日に限り電話でのご相談も受付しています。

移動交番	長柄町役場	7/30(火)	10:00～11:30	茂原警察署地域課 ☎22-0110
子どもの虐待などの相談	児童福祉法が改正されて相談先が広がりました。 児童相談所や福祉事務所に加え、身近な市町村の窓口が子どもに関するあらゆる相談や虐待の疑いなどの連絡もお受けいたします。			住民課 健康福祉班 ☎35-2414

### 【長生健康福祉センター：茂原市茂原1102-1 長生合同庁舎内】

不妊相談	奇数月 第4火曜日	14:45～16:00(予約制)	地域保健福祉課 ☎22-5167
こころの健康相談	偶数月 第2・4月曜日(精神保健福祉相談)	14:00～16:00(予約制)	
	第3火曜日(老人)	14:00～15:00(予約制)	
臨床心理士による こころの健康相談	毎月 第1・3木曜日	10:00～12:00(予約制) 13:00～14:00(予約制)	
精神障害者社会復帰事業 (デイケアクラブ)	毎月 第2・4木曜日	10:00～14:00(登録制)	
エイズ相談 HIV等抗体検査	第1・3火曜日(HIV抗体検査のみ即日判定 可能、ただし夜間検査は除く)	13:00～14:00	
	偶数月 第3火曜日	17:30～19:00	
性感染症検査	毎月 第1・3火曜日	13:00～14:00	
肝炎ウイルス検査	毎月 第1・3火曜日	13:00～14:00	
骨髄バンクドナー登録受付	毎月 第1火曜日	10:00(予約制)	
腸内細菌検査	第1・2・3・4火曜日	9:00～11:00	
家庭児童相談	月曜日～金曜日	9:00～17:00	
母子自立支援	月曜日～金曜日	9:00～17:00	
DV相談	来所相談:火曜日(予約制) 電話相談:月曜日～金曜日	9:00～17:00	
障害のある人への差別に 関する相談	月曜日～金曜日	9:00～17:00	専用電話 ☎26-1510

※該当日が祝日・振替休日の場合は実施しません。※詳細については電話でお問い合わせください。

## こども急病 電話相談

夜間、お子さんの具合が急に悪くなったときに、看護師や小児科医が電話でお子さんの症状を伺い、すぐに医療機関で受診した方が良いか、家で様子をみても大丈夫かなどをアドバイスします。

相談時間 毎日夜間  
19:00～22:00まで

電話番号 #8000  
(プッシュ回線・携帯電話)  
☎043-242-9939  
(ダイヤル回線・#8000をご利用いただけない場合)

## 日曜・休日当番医案内

診療時間は9:00～17:00までです。

日曜・休日当番医は、変更となる場合があります。  
中央消防署指揮情報係(☎24-0119)へお問い合わせください。

月/日	茂原地区	
	内科系	外科系
7/21	粒良医院 (25) 8580	塩田記念病院 (35) 0099
7/28	東部台医院 (22) 2455	公立長生病院 (34) 2121
8/4	大塚内科 (23) 6121	菅原病院 (25) 1811
8/11	聖光会病院 (35) 5151	菅原病院 (25) 1811
8/18	山之内病院 (25) 1131	鎗田整形外科医院 (24) 8686

### 長生都市夜間急病診療所案内

- 診療科目:内科・小児科 診療時間:20:00～23:00まで  
茂原市八千代1-5-4(消防署裏) ☎24-1010
- 夜間急病診療テレフォン案内 19:00～翌6:00 ☎24-1011