

広報ながら

9

No.456

2020.9.18 発行

実るほど頭を垂れる稲穂かな

マイナンバーカードを健康保険証として 利用するための申込受付が始まりました

〈令和3年3月(予定)から利用開始〉



1 マイナンバーカードを カードリーダーにかざす

カードの顔写真を機器で確認します。
※顔写真は機器に保存されません。



2 オンラインであなたの 医療保険資格を確認!

マイナンバーカードのICチップにある
電子証明書により医療保険の資格をオン
ラインで確認します。

利用申込はカンタン!



マイナンバーカードを健康保険証
として利用するためには、登録が
必要です。
登録の申込は、マイナポータル*で
できます。

ここをクリック!

(*) 子育てや介護をはじめとする
行政手続の検索やオンライン申請
がワンストップできたり、行政か
らのお知らせを受け取ることができ
る自分専用のサイトです。



マイナンバー(12桁の数字)は使いません!



マイナンバーカードの健康保険証
利用には、ICチップの中の「電子
証明書」を使うため、マイナンバー
(12桁の数字)は使われません。

医療機関や薬局の受付窓口でマイ
ナンバーを取り扱うことはありませんし、ご自身の診療情報がマイ
ナンバーと紐づけられることもあ
りません。

ICチップには、受診歴や
薬剤情報などの個人情報
は記録されません。

どんないいことが? 6つのメリット

POINT1 健康保険証として ずっと使える!

マイナンバーカードを使
えば、就職や転職、引越
しても保険証の切替えを
待たずにカードで受診で
きます。



※医療保険者への加入の届出
は引き続き必要です。

POINT2 医療保険の資格確認が スピーディに!

カードリーダーにかざせ
ばスムーズに確認がで
き、医療保険の資格医療
機関や薬局の受付におけ
る事務処理の効率化が期
待できます。



POINT3 手続きなしで限度額 以上の一時的な支払 が不要に!

限度額適用認定証がなく
ても、高額療養費制度に
おける限度額以上の支払
が免除されます。



※自治体独自の
医療費助成等については
書類の持参が必要です。

POINT4 健康管理や医療の 質が向上!

マイナポータルで、2021
年3月(予定)から自分の
特定健診情報を、2021年
10月(予定)から自分の
薬剤情報を確認できるよ
うになります。

※特定健診情報の確認は、医療
保険者によって開始時期が
異なります。

本人が同意をすれば、初
めての医療機関等でも、
今までに使った薬剤情報
や特定健診情報が医師等
と共有できます。

POINT5 医療保険の事務 コストの削減!

医療保険の請求誤りや
未収金が減少するなど、
医療保険者等の事務処理
のコスト削減につながり
ます。



POINT6 医療費控除も カードで便利に!

マイナポータルを活用し
て、ご自身の医療費情報
を確認できるようになり
ます(2021年10月予定)。
また、2021年分所得税
の確定申告から、医療費
控除の手続で、マイナ
ポータルを通じて自動入
力が可能になります。



※町ではマイナンバーカードの発行を希望する方へ写真を撮ってカード申請の
お手伝いをしていますので、希望する方はお問い合わせください。



元長柄町議会議員 安藤 衛氏 旭日単光章を受章

安藤氏は、昭和58年から平成11年までの4期16年間、町議会議員を務められ、町の発展と住民福祉の向上に多大な貢献をされました。

その功績が認められ、8月1日の叙勲において旭日単光章を受章されました。

問い合わせ先 総務課 庶務秘書係 ☎35-2111



令和2年度地籍調査推進員が委嘱されました

8月28日、8名の方に町長から地籍調査推進員の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、次のとおりとなります。地籍調査事業へのご理解とご協力をお願いします。

大字名	小字名
榎本	本合・八反目・大沼・房谷・年切
小榎本	全域
長富	
鴉谷	
立鳥	
高山	
大庭	初崎・堀ノ下・台ノ下・下神門 上神門・熊ノ谷・扇田・京田 坂下・房谷・上房谷・勝藏谷



[敬称省略] (後列左から) 前田義寛 (小榎本)・佐久間時夫 (鴉谷東部)・宮崎一信 (長富)・金子健一 (鴉谷西部)
(前列左から) 葛岡秀一 (立鳥)・近藤清美 (榎本)・清田町長・山形正 (高山)・三橋一之 (大庭)

問い合わせ先 建設環境課 管理地籍係 ☎35-2114

温かいご支援をありがとうございます

昨年の台風15号からの一連災害に対して、多くの方から支援金をいただいています。

ご支援をいただいた法人・団体を紹介します。(右記)

法人・団体名 (敬称略、順不同)	
一般社団法人 千葉県建設業組合長生支部	方南銀座商店街振興組合
法人・団体以外にも多くの個人の方からご支援をいただいています。 多数の善意をありがとうございます。	

なお、支援金のほかに、ふるさと応援寄附金においても多くの支援をいただいています。

これらの支援金等は、災害支援のための財源として大切に活用し、1日も早い復旧に向けて精一杯取り組んで参ります。

問い合わせ先 企画財政課 財政係 ☎35-2110

インフルエンザ予防接種 費用助成のお知らせ

インフルエンザの発症や重症化を防ぐことを目的として、予防接種費用の一部を助成します。対象者には9月末に予診票を個別通知しますので、内容をご確認ください。ご不明な点は、健康福祉課までお問い合わせください。

実施期間：10月1日(木)～令和3年1月15日(金) こどもは1月31日(日)まで
(年末年始等の休診日を除く)

こども	対象者	助成回数	助成金額
	生後6か月以上13歳未満	2回	1回3,000円
	13歳以上の中学生	1回	3,000円

契約医療機関で接種する場合は送付された予診票を使用し、町に申請する必要はありません。

契約医療機関以外で接種する場合は町が発行した予診票は使用できません。接種する医療機関の予診票を使用し接種し、支払い後、申請書に書類を添えて健康福祉課窓口へ提出してください。申請期限は令和3年2月26日(金)まで。申請方法については健康福祉課までお問い合わせください。

- 注 意**
- ・こどもに対するインフルエンザの予防接種は任意接種となります。接種開始年齢やアレルギーの有無等かかりつけ医とご相談の上、接種を検討してください。
 - ・期間中に生後6か月になる方にはお知らせを送付しますので、希望される方は健康福祉課までご連絡ください。
 - ・12歳で1回目の接種をした場合は、13歳になった後でも2回目の接種をすることができます。ただし13歳になってから1回目の接種をした場合は、1回のみ接種となりますのでご注意ください。
 - ・保護者以外の方が同伴される場合は、指定の委任状が必要です。委任状が必要な方は、事前に健康福祉課窓口までお越しください。(委任状がない場合は、接種ができません。)

高齢者

対象者 接種日に町に住民登録のある次の①か②のいずれかに該当し、接種を希望する方
①満65歳以上の方(昭和30年12月31日以前生まれの方)
②満60歳以上65歳未満の方であって、心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極端に制限される程度の障がいをもつ方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいをもつ方

助成金額 1回3,000円

実施方法 接種を希望する契約医療機関に直接予約をしてください。
1月に接種希望の方、契約医療機関以外で接種希望の方は、必ず接種前に健康福祉課へご相談ください。ご相談後、契約医療機関以外で接種可能となった場合の実施期間は10月1日～12月31日(年末を除く)です。

特定健康診査（健康診査）の日程について

新型コロナウイルス感染症拡大を防止するために、会場内を密にしない対策として、今年度は**実施日及び受付時間を地区ごとに指定**します。

指定日時以外に来られた場合は、受診できないことがありますので、都合の悪い方は事前にご連絡ください。

なお、**健診巡回バスにつきましては、運行を中止**しますのでご了承ください。



実施日		受付時間・対象地区		
		12:45~13:10	13:15~13:40	13:45~14:10
9月	30日(水)	力丸・千代丸・山根・飯尾	別所・大加場・下味庄	上味庄・国府里
10月	1日(木)	船木・八反目・上野	入地宮前・西山	山之郷
	2日(金)	中野台・六地藏	道脇寺	長柄山
	3日(土)	追分・味庄団地	皿木	進栄団地・ふる里村
	8日(木)	榎本・長富	徳増	小榎本・桜谷
	9日(金)	鶴谷東部・鶴谷西部	立鳥・針ヶ谷東部	針ヶ谷西部
	13日(火)	日吉団地・高山・大庭	不動・日の宮・長柳・田代	月川
	14日(水)	辺田・三沢	篠網・稲塚・吹谷	金谷・刑部団地

※健診当日は、検温・マスクの着用と会場内での手指の消毒をお願いします。

※個別健診を希望される方は、9月上旬に送付された問診票に同封の実施医療機関一覧表を確認の上、ご自身で医療機関に予約し、受診してください。

問い合わせ先 税務住民課 国保年金係 ☎35-2113

長柄町企業等応援給付金

1. 趣旨

新型コロナウイルス感染症の拡大により、大きな影響を受けた中堅企業、中小企業その他の法人等及びフリーランスを含む個人事業者（以下「中小企業者」という）に対して、事業の継続を支える為の給付金を給付します。

2. 給付額

売上が前年同月（令和2年1月から令和2年12月のうち任意のひと月）と比較して、事業収入の減少率に応じた金額を給付します。なお、申請は1事業者につき1回限りです。

前年同月比の事業収入減少率	給付額
25%以上 50%未満	5万円
50%以上	10万円

問い合わせ先 産業振興課 商工観光係 ☎35-4447

祝

米寿 おめでとうございます

今月米寿を迎えた皆さん

小出 英司 さん
佐久間 みさ子 さん
伏見 正夫 さん 他1名

広報ながら発行月に、米寿（数え88歳）を迎えられる方々を紹介します。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間お名前だけの掲載とさせていただきます。

問い合わせ先 企画財政課 広報統計係 ☎35-2110



ぷりヴェーと！ながら 第9号

【執筆】
ヴァイオリンとロシアをこよなく愛す
千葉大学法政経学部
4年 松本明華



在日ロシア連邦大使館を訪問しました

7月28日、長柄町、千葉県スポーツコンシェルジュ、千葉大学から代表者がロシア大使館を訪問することになり、私も同行しました。大使館内部はなかなか入ることができません。金属探知機のゲートを通り体温測定をした後、重厚な趣の室内に案内されたときには背筋が伸びました。大使館内には、ロシアの伝統工芸品である「ホフロマ塗」や「マトリョーシカ」が飾られており、サンクトペテルブルクを訪れた日を思い出しました。

応接室では文化担当参事官のイーゴリ・チトフさん、専門職員のダリア・スハレワさんが対応してくださいました。チトフさんは流暢な日本語でお話してください、長柄町に興味を持ってくださいました。

これからの交流に関わる、とても大きな一歩でした。



チトフ氏（中央）とスハレワ氏（左）。
撮影のためマスクを外しています。

チトフ氏が長柄町を訪問しました

8月7日、大使館訪問をきっかけに、チトフ参事官と同夫人が視察のため訪問され、清田町長を表敬しました。チトフ参事官は、2020年東京大会が来年に延期され、またロシア連邦のスポーツ環境が厳しい状況にある中、長柄町が引き続きフェンシングチームのホストタウンとして受け入れを表明していること、またホストタウンに決定後、町内小学校でのフェンシング体験やロシア料理の給食などの文化交流プログラムを実施したことについて感謝の意を表明されました。清田町長は、オリンピックは子どもたちをはじめ、町民が他文化に触れるまたとない機会であり、今回のご縁をきっかけにロシア連邦との交流を進めていきたいと意欲を示しました。

その後、チトフ参事官は、フェンシングチームの合宿地となる予定のリソルの森メディカルトレーニングセンター、長生ファームの農場、塩田記念病院、長柄ダムを視察されました。また、町が千葉大学とともに健康寿命延伸を目指す「生涯活躍のまち」で持続可能なまちづくりに取り組んでいることに興味を示されていました。

今後も在日ロシア連邦大使館やロシア連邦フェンシング協会などの関係者と連携し、ホストタウンを通じた国際交流の推進と地域活性化を図ります。



今月のロシア語♪

Как дела? (カック ジェラ) 元気?

Спасибо, хорошо. (スパシーヴァ、ハラショー) ありがとう、元気です。

この返答は様々あります。来月ご紹介いたします。

回答はかんたん便利なインターネット回答、または郵送で！

令和2年国勢調査を実施します



国勢調査
2020



- 国勢調査は、2020年（令和2年）10月1日現在、長柄町に、3か月以上住んでいる、住み続ける予定のすべての人及び世帯が対象です。

※住民登録の有無に関わらず、現に住んでいることが要件となります。

- 国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、調査員は必ずマスクを着用し、ソーシャルディスタンスに配慮します。また、接触機会を減らすため、下記のとおりみなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

- 9月14日頃を目途に、調査員がご自宅を訪問して調査票をお配りします。配布の際に、世帯の代表者（世帯主等）及び男女別の世帯員数をお聞きします。インターホン越しで用件がすむ場合は、調査票は郵便受けに入れるなどし、調査員と対面しない場合もあり得ます。

※調査票の配布時期は、早まる場合もありますのでご理解をお願いします。

- 回答は、10月7日までに、できる限りインターネット回答、または郵送回答でお願いします。

- 10月7日までにインターネット回答または郵送回答が確認できない場合は、調査員が回答の確認を兼ねて回収にお伺いします。（10月中旬まで）

インターネット回答期間

調査票（紙）での回答期間

9/14 (月) → 10/7 (水) 10/1 (木) → 10/7 (水)

■ 調査票は機械処理しますので、調査票への記入には必ず鉛筆または黒のシャープペンシルをご使用ください。

■ 調査票をご提出後、内容の確認のため役場からお電話または担当職員がご自宅を訪問する場合があります。（10月中旬～11月下旬）

国勢調査については、「国勢調査2020総合サイト」をご覧ください。

<https://www.kokusei2020.go.jp/>



問い合わせ先 長柄町役場 企画財政課 広報統計係 ☎0475-35-2110

総務省・千葉県・長柄町

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

令和2年4月分から令和3年3月分までの国民年金保険料は、月額16,540円です。

保険料は日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます。また、クレジットカードによる納付やインターネット等を利用しての納付、便利でお得な口座振替もあります。

日本年金機構では、未納期間のある方に対し、電話、文書、訪問により早期に納めていただけるよう案内を行っています。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は延滞金が課されるだけでなく、**納付義務のある方（被保険者本人、配偶者及び世帯主）の財産を差し押さえることがあります。**

保険料の納付が困難な場合は、免除・猶予制度がありますので、国保年金係へご相談ください。

問い合わせ先 税務住民課 国保年金係 ☎35-2113 日本年金機構 千葉年金事務所 ☎043-242-6320

国民年金基金からのお知らせです

国民年金基金は、自営業者やフリーランスの方々が、ゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乘せる公的な年金です。

60歳以上65歳未満の方や海外に居住されている方で、国民年金に任意加入されている方も加入できます。

基本は終身年金なので、生涯にわたって年金を受け取ることが出来ます。

支払った掛金は全額、社会保険料控除の対象となり、所得税や住民税が軽減されます。



問い合わせ先 全国国民年金基金千葉支部 ☎043-221-6370

令和2年度 歳末たすけあい事業年越し支援金について

今年も歳末たすけあい運動で町民の皆様からお寄せいただいた募金を、年越し支援金として、安心して新しい年を迎えられるよう、高齢者世帯（独居含む）の方・準要保護世帯等・低所得世帯の方に配分します。

申請を希望される方は、地区担当民生委員児童委員または長柄町社会福祉協議会へご相談ください。

※いずれの対象においても、生活保護を受けている方は対象となりません

【申請受付期間】

10月1日（木）～10月30日（金）

【申請書提出先】

各地区の民生委員児童委員または長柄町社会福祉協議会

審査の結果、対象とならない場合もあります。金額は、募金額・申請数により決定します。

※1世帯あたり5,000円を上限とします。

配分決定した方には、12月下旬に地区担当民生委員児童委員または長柄町社会福祉協議会を通じて配分します。

	対 象	注意事項
1	独居高齢者世帯 【令和2年12月31日現在満85歳以上の方】	昭和10年12月31日以前生まれの方
2	85歳以上の者がいる高齢者（満65歳以上）のみの世帯	昭和10年12月31日以前生まれの方
3	準要保護世帯または母子・父子世帯（家族全員が住民税非課税）（中学3年生までの子どもを養育している方）	住民税非課税証明書の添付
4	低所得世帯の方（家族全員が住民税非課税）※世帯分離していても同居する方も含まれます。	住民税非課税証明書の添付

問い合わせ先 長柄町社会福祉協議会 ☎30-7200

9月は「健康増進普及月間」と「がん征圧月間」です

健康増進普及月間とは

生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙など個人の生活習慣改善の重要性について、一人ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進することを目的に定められた月間です。

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命の延伸～



がん征圧月間について

がんと、その予防についての正しい知識の徹底と早期発見・早期治療の普及のための活動が全国的に行われます。

がんは早期発見・治療がとても大切です。がん検診を受診し、要精密検査と判定された場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。

町では、健康の維持・増進やがんの早期発見・早期治療のため、健康ポイント事業やがん検診を実施しています。

ご自身の健康管理のために、ぜひご利用ください。

令和2年度 子宮頸がん・乳がん検診の個別検診について

対象者 子宮頸がん検診：20歳以上の方
乳がん検診：30歳以上の方
(エコー検診：30～39歳・マンモグラフィ検診：40歳以上)

料金 3,000円

実施期間 9月1日～令和3年2月28日（休診日除く）

実施場所 契約医療機関（詳細はお問い合わせください）

受診までの流れ ①健康福祉課健康管理係に申し込みを行い、必要書類を受け取ります。

※検診の種類によっては受診できない場合があります。

詳細は下記の注意事項をご確認ください。

- ②医療機関に予約を入れます。
- ③必要書類を持って、医療機関で検診を受診します。
- ④検診結果が町から通知されます。

注意事項 以下の項目に該当する方は検診を受診できません。

・治療中の方 ・自覚症状のある方 ・妊娠中の方（エコー検診を除く）

※マンモグラフィ検診のみ、以下の方も受診できません。

・授乳中の方 ・シャントチューブやペースメーカーの入っている方



無料クーポン券の対象となる方は、個別検診も無料で受診できます。

●子宮頸がん検診：20歳 ●乳がん（マンモグラフィ）検診：40歳

詳細は8月末にクーポン券の対象となる方に通知しましたので、ご確認ください。

観光イベント情報

○月曜テニス教室

初心者の方も安心してご参加ください。

日 時 9月28日(月)・10月5日(月)・12日(月)
19日(月)・26日(月)

午前の部 10:00~12:00

午後の部 13:00~15:00

場 所 都市農村交流センターテニスコート

参加費 一人1回(2時間)500円

募集対象 どなたでも



○秋の星空講座

秋の星空と天体望遠鏡による天体観測

開催日時 10月24日(土) 19:00~21:00

参加費 大人500円 子ども300円 未就学児100円

募集定員 30名(予約制)

※雨天・曇天時は室内プログラムを行います。



上記イベントは、新型コロナウイルス等の感染症対策で、状況により中止する場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先 都市農村交流センター ☎35-0055

有害鳥獣8月分 捕獲実績

有害鳥獣名	捕獲数	令和2年度 累計
ハクビシン	5	48
アライグマ	11	116
イノシシ	45	157
ニホンジカ	0	2

イノシシ駆除 実施のお知らせ

近年、イノシシ等による農作物への被害が多発しています。町では被害を最小限に食い止めるため、猟友会の協力を得て、銃器によるイノシシの合同駆除を実施します。

当日は、安全に万全を期していますが、事故防止のため入山する際は、十分気をつけてください。

- 1 実施予定日 10月11日(日)・18日(日) 雨天中止
- 2 時 間 8:00 から 16:00 頃まで
- 3 実施予定区域 桜谷・山根・山之郷・長柄山・針ヶ谷・徳増・鴫谷・高山・大庭・刑部・金谷 他

★駆除員(猟友会員)は、次の装備を身に着け活動します。

- 有害鳥獣駆除の水色の腕章
- オレンジ色のジャケット等目立つ格好

※駆除を実施するか否かは駆除実施日の午前中に防災行政無線で放送します。また、駆除が終了した場合も同様に防災行政無線で放送します。

問い合わせ先 産業振興課 農林振興係 ☎35-4447

農業振興地域整備計画の変更（農業振興除外） 申請手続きについて

農業振興地域制度の概要

町では、農業振興地域の整備に関する法律に基づき、農業振興地域整備計画を策定し、将来にわたって農業のために利用していくべき土地を「農用地域」と定め、優良農地の確保・保全に努めています。

農業振興地域整備計画の変更（農振除外）

農用地域内については、農地として確保するという観点から、原則農地以外に利用することができません。やむを得ない理由により他の目的に利用する場合には、あらかじめ農用地域から除外するための手続きが必要になります。

ただし、除外するためには、次の要件すべてを満たす必要があります。

- ・農用地域以外に代替すべき土地がないこと。
- ・農業上の効率的かつ総合的な利用に支障を及ぼすおそれがないこと。
- ・担い手等、農地の利用集積に支障を及ぼすおそれがないこと。
- ・土地改良施設の有する機能に支障を及ぼすおそれがないこと。
- ・土地改良事業等の工事完了後、翌年から起算して8年を経過していること。

上記以外にも次の事項に留意願います。

- ・他の法令に基づく許認可等（農地法に基づく農地転用など）を得られる見込みがあること。
- ・隣接土地利用者、地元住民等の同意を得ることができること。

令和2年度農業振興地域整備計画変更（農振除外）の受付

〈申請締切日〉 後期：10月2日（金）

〈必要提出書類〉 ※お問い合わせください。なお、申請にあたり計画の内容等を事前にご相談ください。

〈受付場所〉 産業振興課 農林振興係

電気柵等設置に係る経費の一部を補助します

町では、有害鳥獣による農作物被害を防止するために電気柵を設置する場合、その経費の一部を補助します。

補助制度の概要

■補助対象事業 補助金の交付の対象となる事業は、次の要件全てに該当していること。

- ・農業収入のある方が、有害鳥獣被害防止対策として、農地等に電気柵を設置する事業
- ・電気柵を設置する農地等の面積が1,000㎡以上あること。

■補助対象者 補助金の交付の対象となる方は、次の要件全てに該当している方とし、1回限りとする。

- ・町内に住所を有し、かつ居住していること。
- ・町税を完納していること。（課税されている全世帯員）
- ・年度内に電気柵の設置が完了すること。

■補助対象経費

- ・電気柵の購入経費。ただし、国や県の補助の適用を受けるものは除く。

■補助金額

- ・補助対象経費の3分の2 限度額10万円

（注）補助金申請書の提出は、電気柵を購入する14日前までにしてください。

10月15日(木)から10月21日(水)は、違反建築防止週間です

建築基準法では、建物の安全性を確保し、皆さんの生命や健康、財産を守るため、建物の敷地や構造などに関する様々な基準を定めています。

建物を建てる場合は、建築基準法などの法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。

この機会に、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなどの点検を検討してください。



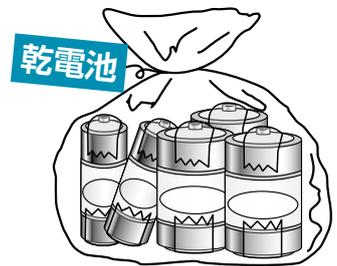
問い合わせ先 建設環境課 管理地籍係 ☎35-2114

10月は、廃乾電池の収集があります

日吉・水上地区 10月9日(金) ・ 長柄地区 10月21日(水)

使用済みの乾電池を透明の買物袋などに入れて「乾電池」と表示し、「資源ゴミ(燃えないゴミ)の集積所」へ午前8時30分までに出してください。古紙類と同時に収集しますので、ビン・カン・ペットボトル等の下や陰にならないように注意してください。

なお、充電式電池は電器店等の回収ボックスへ入れ、リサイクルにご協力ください。



問い合わせ先 建設環境課 生活環境係 ☎35-2114

ごみの分別にご協力ください

スプレー缶・カセットボンベの出し方

スプレー缶・カセットボンベは、穴開け時の事故や収集車や処理場での爆発事故防止のため、中身を使い切って穴を開けずに、資源ゴミの日専用ネット袋(黄色)に入れてください。(カン専用・ペットボトル専用ネット袋と同様に集積所に設置します。)

※中身が使い切れない場合はご相談ください。

資源ゴミの日専用ネット袋(黄色)へ

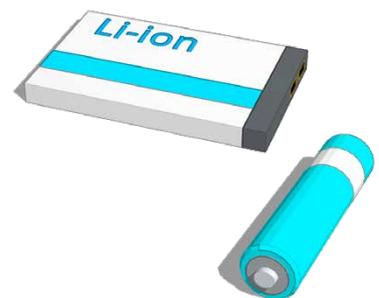
♻️マークがついているスプレー缶及びカセットボンベ



小型充電式電池の出し方

不燃ゴミなどに混入したリチウムイオン電池が原因による、収集車及びリサイクル施設での発煙・発火トラブルが全国的に増加しています。

リチウムイオン電池などの小型充電式電池は、電器店等のリサイクルボックスにお出しください。(リサイクルボックス設置店は、長生郡市広域市町村圏組合のホームページでご確認いただけます。)



皆様のご理解、ご協力をお願いします。

問い合わせ先 長生郡市広域市町村圏組合 環境衛生課 ☎23-4944

—新型コロナウイルス感染拡大に対する新たな取組み—

ICT環境整備事業補助金をご活用ください

新型コロナウイルスの感染拡大防止を目的として、オンライン教育やテレワーク、遠隔医療、見守り活動といった新たな生活様式の実現に向け、ICT（情報通信技術）環境を整備した方に補助金を交付します。
※制度施行日（7月13日）以降のパソコン等の購入、契約が対象です。

日常生活支援事業 1世帯につき1回限り

【対象者】町民もしくは町内に本社を有する法人及び個人事業者

【対象事業】パソコンやタブレット、ルーター、データ回線終端装置の購入費、光回線工事費の合計額が3万円以上（消費税を除く）

【補助額】対象事業の合計額の70%（上限10万円）

※新規の購入はもちろん、買い替えや買い増しも対象とします。



ワーケーション等支援事業 1事業者につき1回限り

【対象者】町内に本社を有し、ワーケーション環境（環境施設やリゾート施設が余暇を過ごしながらかけるようICT環境を整備するもの）に取り組む法人もしくは町外に本社を有し、サテライトオフィス（法人の本社から離れた場所に新たな事業所を設け、ICT環境を整備するもの）を新設する法人

【対象事業】パソコンやタブレット、ルーター、データ回線終端装置、プリンタ、テレビ会議用ツール等の機器購入及び賃借、光回線や電話回線、電気配線の工事費、机や椅子等の備品購入及び賃借、照明や空調、セキュリティ等の設備導入費の合計が30万円以上（消費税を除く）

【補助額】対象事業の合計額の70%（上限100万円）※サテライトオフィスについては、既に対象者が保有する建物内の整備は除きます。（新規の購入もしくは賃借が対象）

申請書等は、ホームページからダウンロードしてください。 [長柄町 ICT環境整備事業補助金](#)

申請にあたり、いくつかの要件がありますので、必ず事前にご相談ください。

問い合わせ先 企画財政課 企画政策係 ☎35-2110

第55回 長柄町文化祭の中止のお知らせ

令和2年度における第55回長柄町文化祭は、新型コロナウイルスによる感染症が拡大している状況を受け、来場者及び関係者の健康と安全面を考慮した結果、公演会・演芸発表会・作品展示を中止することに決定しました。楽しみにしておりました皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解賜りますようお願いいたします。

第60回 長柄町一周駅伝大会の中止のお知らせ

12月20日（日）に開催を予定しておりました、「第60回長柄町一周駅伝大会」は、新型コロナウイルス感染症の拡大が終息に至っていない状況と、昨年大雨による駅伝コースの災害復旧工事が、大会開催までに、安全に走行できる状況にならないため、「中止」と決定いたしました。

大会を楽しみにされていた皆様には心よりお詫び申し上げます。次回の大会が盛大に開催できるよう準備してまいりますので、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

第39回 町民ゴルフ大会の中止のお知らせ

町民ゴルフ大会は、新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、参加者及び関係者の健康と安全面を考慮した結果、中止することに決定しました。

大会を楽しみにされていた皆様には心よりお詫び申し上げます。次回の大会が盛大に開催できるよう準備してまいりますので、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

問い合わせ先 生涯学習課（公民館） ☎35-3242

～介護予防～スマイルながらだより 第48号

山之郷地区のご紹介

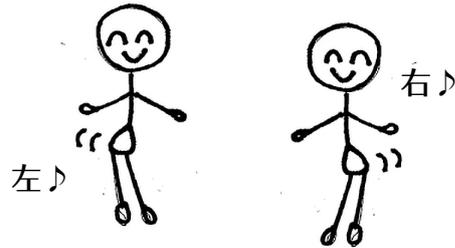
【7月の山之郷地区のプログラム】

- ① 健康チェック
- ② 準備体操
- ③ 手指体操
- ④ 脳トレーニング
- ⑤ くねくね体操・転倒予防体操
- ⑥ 歌（ふるさと）

参加者数13名 推進員4名の
計17名で実施しました。

【くねくね体操のご紹介】

身体を曲などに合わせながら左右に自由に動かす
体操で、マスクをしながらでも簡単にできます!!



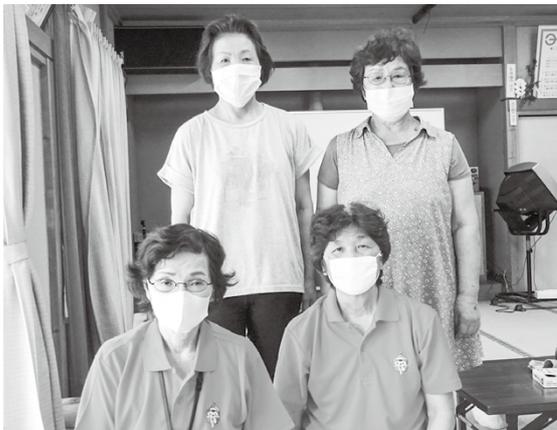
山之郷地区は6月から教室を再開しました。

マスクをしながらの体操なので、身体に負担のないよう推進員の皆さんが色々メニューを考案し、軽めの体操（くねくね体操）や脳トレを行いました。夏の時期に加えマスクをしての教室でしたが、皆さん楽しく行うことができました。

山之郷地区は男女ともに参加があり、とても活気があります。ぜひ、ご参加ください。

介護予防推進員のご紹介 ～山之郷地区担当～

コロナ対策で推進員の皆さんも
マスクを着用して実施しています！



左上：岸本 よし子さん（山之郷）
右上：林 美恵子さん（山之郷）
左下：清田 洋子さん（高山）
右下：長嶋 洋子さん（高山）

山之郷地区の介護予防出張教室を担当してくれている推進員は左の写真の4名の方です。

清田洋子さん、長嶋洋子さん、林美恵子さんは平成27年から活動し、たくさんの地区に出向き、体操や脳トレを教えてくれています。

岸本よし子さんは山之郷地区の教室の参加者でしたが、令和元年から推進員として活動されています。

山之郷地区の教室は、平成26年5月27日から開催し、約6年間継続して実施しています。「継続は力なり」と言う言葉のとおり、月1回でも長い期間継続することが健康の秘訣です！

10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	2	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
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21 おはなし広場 10:00	22	23 リトミック教室 10:00~11:00	24
25	26	27 つくって遊ぼう 10:00~11:00	28	29	30	31



お知らせ



- ☆今年、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、子育て支援センターからのこども園運動会への参加は見合わせます。
- ※全ての行事は、こども園以外の施設で行いますので、お間違えのないようお願いします。
- ※今後、新型コロナウイルスの状況により行事が変更になることもありますので、ご承知おきください。

『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。

工事中のお問い合わせ先 ながらこども園 携帯 ☎070-4463-8094



10月の保健事業のお知らせ



事業名	実施日	受付時間	対象者	場所
乳児相談	1日(木)	4・5か月児受付時間 9:30～9:50 7・8か月児受付時間 9:50～10:10 12・13か月児受付時間 10:10～10:30	4・5か月児 令和2年4月、5月生まれ 7・8か月児 令和2年2月、3月生まれ 12・13か月児か月児 令和元年8月、9月生まれ	保健センター

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により個別相談に切り替える場合があります。

問い合わせ先 健康福祉課 健康管理係 ☎35-2414

水道週間ポスター・標語コンクール作品募集

県民の皆さんに水道への理解をより深めていただくため、水道週間（令和3年6月1日から7日まで）に向けて、「水の大切さ」や「くらしを支える水道水」などをテーマに、ポスター・標語作品を募集します。

入賞者には賞状および記念品を、また、ご応募いただいた方全員に参加賞を贈呈します。

応募資格 県内に在住または通学している方

募集区分 ①幼児の部 ②小学生低学年の部 ③小学生高学年の部 ④中学生の部 ⑤一般の部

応募規格・応募方法

ポスター：四つ切（38cm×54cm）の画用紙に描いた絵画などで、「水の大切さ」や「水の有効利用」に関連した標語を入れたものを郵送で応募

（「幼児の部」は標語を入れなくても可）

標語：ハガキまたはEメールで応募

※応募の際は、①郵便番号・住所 ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④電話番号 ⑤校（園）名 ⑥学年 を記入

募集期間 令和3年1月31日（日）まで（消印有効）

問い合わせ・応募先 県企業局総務企画課 TEL 043-211-8365

Eメール suidouweek63@mz.pref.chiba.lg.jp

千葉県水 63 回作品募集

検索

毒のあるキノコや山菜による食中毒に注意しましょう

毎年9月から11月にかけて、毒のあるキノコや山菜を食べたことによる食中毒が多く発生しています。

キノコ狩りや山菜採りに出掛ける方は、次の点に注意しましょう。

○食用のキノコや山菜と確実に判断できないものは、絶対に「採らない!」「食べない!」「売らない!」「人にあげない!」

○体調が悪くなったら、速やかに医療機関を受診しましょう

○園芸用の鑑賞植物の誤食にも注意しましょう

○次のような言い伝えは誤りです

・柄（え）が縦に裂けるキノコは食用である。→柄が縦に裂ける毒キノコもあります。

・毒キノコは派手な色をしている。→色と毒の有無は、関係ありません。

・虫が食べるキノコは人間も食べられる。→毒キノコを食べる虫もいます。

・毒キノコは塩漬けやナスと一緒に煮れば食べられる。→科学的な根拠はありません。

☎ 各健康福祉センター（保健所）または県衛生指導課（食品衛生県民ダイヤル）☎043-221-6000

千葉県消防学校防災研修センター実施講座

千葉県消防学校では、地域防災力の向上のため、さまざまな講座を実施しています。

地域防災リーダー基礎コース

【地震・津波編】

10月10日（土）13時30分～15時30分

対象：自主防災組織の方 会場：③

地域防災リーダー基礎コース【総合】

10月17日（土）9時30分～16時30分

対象：自主防災組織の方 会場：③

消防防災活動コース【実技訓練】

10月24日（土）9時30分～16時00分

対象：自主防災組織の方 会場：①

高層マンションの防災講座

【地震・風水害編】

11月7日（土）13時30分～15時30分

対象：一般の方 会場：③

シニア世代の防災講座

11月14日（土）13時30分～15時30分

対象：一般の方 会場：③

まち歩き防災マップ作成コース

11月28日（土）13時30分～15時30分

対象：自主防災組織の方 会場：②

※対象については目安です。防災に関心のある方のご参加をお待ちしています。

※感染症の状況により、講座内容の変更や中止の可能性がありますので、あらかじめ御留意ください。

会場 ①千葉県消防学校（市原市菊間（きくま）783-1）②千葉県西部防災センター（松戸市松戸558-3）③さわやかちば県民プラザ（柏市柏の葉4-3-1）

定員 各24名（「消防防災活動コース」のみ15名）（申込多数の場合抽選）

※感染防止対策のため通常より定員を減らして実施します。

申込方法 申込用紙に必要事項を書いて、ファクスまたはEメール

※申込用紙は、ホームページからダウンロードできます。

締め切り おおむね実施の1週間前

※詳しくはホームページをご確認ください。

☎ (株) 総合防災ソリューション
(千葉県防災研修事業受託者)

TEL 0436-63-5438

FAX 0436-63-5439

Eメール chibakensyu@dpsol.co.jp

千葉県消防学校 防災研修センター 検索

暮らしの情報

暮らしに役立つ情報をお届けします

「第44回千葉県移動美術館」のお知らせ～成田市～

成田市文化芸術センター スカイツウングャラリーで、県立美術館の収蔵作品の中から、「近代日本を代表する作家から成田市ゆかりの作家まで」をテーマに、洋画・日本画・彫刻・書・版画・工芸などの名品約50点を展示します。また、成田市ゆかりの作家「篠崎（しのざき）輝夫（てるお）」の情緒あふれる風景画などの特集展示もあります。

日時 9月29日（火）～10月11日（日）9時～17時

会場 成田市文化芸術センター スカイツウングャラリー
（JR成田駅から徒歩1分、京成成田駅から徒歩2分）

☎0476-20-1133

入場料 無料

休館日 10月5日（月）

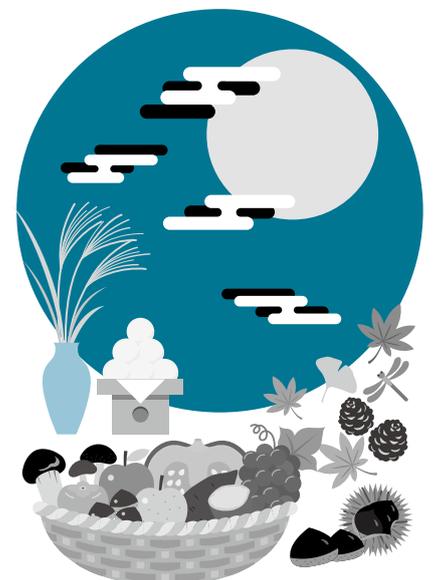
☎ 県立美術館 ☎043-242-8311

※この期間に合わせ、成田市立図書館内の特設コーナーでも「篠崎輝夫」の作品に関する書を展示します。詳しくは、お問い合わせください。

〈成田市立図書館

☎0476-27-2000（直通）

☎0476-27-4646（自動応答）〉



第38回「目の愛護デー」 電話無料相談

日時：10月11日（月・祝日）
午前9時～午後4時

相談電話：043-242-4271（当日のみ）
千葉県眼科医会会員が目の健康について
の相談にお答えします。

※事前申し込み不要

☎ 千葉県眼科医会事務局 ☎0436-26-5567

動物の遺棄・虐待は犯罪です

動物の遺棄の連絡が寄せられています。動物の遺棄・虐待は犯罪です。また、不幸な命を生み出さないよう飼いや、飼い猫の不妊去勢をしましょう。

・愛護動物を遺棄・虐待した場合 100万円以下の罰金

・愛護動物を殺傷した場合 2年以下の懲役または200万円以下の罰金

☎ 建設環境課生活環境係 ☎35-2114

行政書士による電話無料相談会

日時 10月18日（日）
午前10時～午後4時

相談内容

- ・持続化給付金、家賃支援給付金など給付金・補助金に関すること
- ・相続手続きと遺言書作成
- ・農地法・宅地開発手続き
- ・成年後見制度
- ・各種契約書と内容証明郵便の作成
- ・法人設立に関すること
- ・在留資格など国際業務に関すること
- ・建設業など各種許認可申請に関すること

☎ 千葉県行政書士会会長夷支部
支部長 今関雄一 ☎0475-43-0202

※コロナウイルス感染拡大の影響により、今回は電話にてご連絡いただき、相談内容に合わせて支部長よりご紹介する担当相談員へお電話していただき、ご相談することといたします。

ご存じですか？労働委員会 ～個別的労使紛争のあっせん～

10月は「個別労働紛争処理制度」周知月間です千葉県労働委員会では、個々の労働者と使用者の間で生じた解雇、パワハラ、労働条件の不利益変更などの労働関係のトラブルについて、労働委員会の委員が間に入って、双方の歩み寄りによる円満な解決を目指す「個別的労使紛争のあっせん」を行っています。

あっせんは無料で、労働者、使用者どちらからでも申請できます。あっせんを希望される方は、お気軽にお問合せください。

問い合わせ・申請先

千葉県労働委員会事務局（千葉県庁南庁舎7階）☎043-223-3735

入札結果

事業名 町道1297号線道路災害復旧工事（道第200号）
対象箇所 長柄町山根地先
入札日 8月24日
契約金額 37,950,000円
契約業者 中部興産（株）

事業名 農免道路災害復旧工事（502/426）
対象箇所 長柄町刑部地先
入札日 8月24日
契約金額 5,060,000円
契約業者 （有）黒須商会

事業名 農業用排水路災害復旧工事（502/426）
対象箇所 長柄町針ヶ谷地先
入札日 8月24日
契約金額 1,650,000円
契約業者 （株）三橋土木

事業名 農道舗装工事
対象箇所 長柄町小榎本外4地先
入札日 8月24日
契約金額 5,830,000円
契約業者 中部興産（株）

事業名 長柄町民体育館1号館災害復旧工事
対象箇所 長柄町錦谷870番地
入札日 8月24日
契約金額 35,365,000円
契約業者 （有）吉橋建設

問い合わせ先
総務課 行政管財係
☎35-2111

今年ハロウィンジャンボ宝くじは1等・前後賞合わせて5億円！

今年もハロウィンジャンボミニと同時発売

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や地域住民の福祉向上のために使われます。

ご購入は、ぜひ“千葉県内”の宝くじ売り場で！

発売期間／9月23日（水）から10月20日（火）まで 抽せん日／10月27日（火）

発売単価／1枚300円 ※インターネットでも購入できます。

等級	ハロウィンジャンボ		ハロウィンジャンボミニ	
	当せん金	本数	当せん金	本数
1等	3億円	11本	1,000万円	50本
1等の前後賞	1億円	22本		
1等の組違い賞	10万円	1,089本		
2等	500万円	22本	5万円	2,000本
3等	100万円	1,100本	1万円	500,000本
4等	1万円	220,000本	300円	5,000,000本
5等	3,000円	1,100,000本		
6等	300円	11,000,000本		

※表中の当せん本数は、発売総額が以下（発売計画額）のとおりとなった場合

【発売計画額】ハロウィンジャンボ・330億円（11ユニット）

ハロウィンジャンボミニ・150億円（5ユニット）

町では、公益財団法人千葉県市町村振興協会から「ハロウィンジャンボ宝くじ」の収益金の配分を受けています。令和元年度は、これらの収益金を「子ども医療費助成事業」の財源の一部に活用させていただきました。

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

なから俳句

八月誌上句会(投句順)

今月のお題

- ① 新涼
- ② 一字折込み「野」
- ③ 朝顔
- ④ 鬼灯(ほおずき)

白井 徳郎

- ① 新涼やトランペットの音のやわき
- ② 野の道を秋の陽背なに子ら帰る
- ③ 朝顔の雫滴る濡れた色
- ④ ほほづきの根つながらりして世を暮らす

高山 美津子

- ① 新涼の空の青さよ澄みにけり
- ② ひそと咲く野菊にも似てわが暮らし
- ③ 路地に咲く朝顔深き空のいろ
- ④ 母の真似して鬼灯を飾りけり

清水 健治

- ① 新涼の夜風に添ふや琴の音
- ② 過ぎ去りし日々は梅無し花野ゆく
- ③ 朝顔の終の一花や長屋門
- ④ 鬼灯を鳴らす老女や幼な顔

大野 史恵

- ① 新涼や今朝散策の空仰ぎ
- ② 山村の秋めく気配野の小道
- ③ 大輪の朝顔庭に皆愛でる
- ④ 鬼灯を鳴らしたわむれ友を恋つ

山崎 清風

- ① お若いと言われ新涼歩く気
- ② 野良猫にとらと名付けて夏座敷
- ③ 丹精の朝顔塀に彩どられ
- ④ 鬼灯や寂しさだけがつのる齡

白鳥 紅星子

- ① 鯉の緋の色鮮かに涼新た
- ② 三密を避けて長柄野虫すだく
- ③ 廃校を知らぬ朝顔次次に
- ④ 鬼灯の音色に遠き日のありぬ

伊藤 照子

- ① 新涼や聞こえてくるよ風の声
- ② 蜻蛉追つ子らの声散り野は広し
- ③ 朝顔や日々の挨拶窓越しに
- ④ 鬼灯を鳴らし得意な女の子

角田 揚子

- ① 新涼の海に白帆の船一つ
- ② 野薔薇好きおしやべりが好き母あます
- ③ 朝顔や色よい返事書くことに
- ④ 想へども恋には遠し鬼灯や

花嶋 安美

- ① 皆去りてほつと一息涼新た
- ② 野紺菊忠霊塔に一札す
- ③ 朝顔や挨拶交す垣根越し
- ④ 庭の端に網鬼灯の朱の明かり

山根 義弘

- ① 秋涼し草刈る手にも力入る
- ② 野天風呂頭にタオル雨月なり
- ③ 妻植えし朝顔五輪咲き誇り
- ④ 鬼灯や日に翳すれば朱に染めし

星野 唯次郎

- ① 新涼や江の島沖に漣さ出でぬ
- ② 炎屋や夢の野球は無冠なり
- ③ 朝顔に眠る気まなこで挨拶す
- ④ 幼子の瞳の奥にほおずきか

渡辺 みのる

- ① 新涼や雄鶏の声高らかに
- ② 負けん気の野球少年カナ燃ゆ
- ③ 朝顔や明白咲く色を怠らす
- ④ あれ程に鬼灯鳴らすこだわりは

公民館図書室

新着図書のお知らせ

一般書

書名	著者名
チーム・オベリベリ	乃南 アサ
サキの忘れ物	津村 記久子
風を結う 針と剣 縫箔屋事件帖	あさの あつこ
虜囚の犬	榎木 理宇
オフマイク	今野 敏
大江戸火籠改	夢枕 獏
鼠異聞 上・下	佐伯 泰英
陽眠る	上田 秀人
コロナ黙示録	海堂 尊
来世の記憶	藤野 可織
法廷遊戯	五十嵐 律人
そこにはいない男たちについて	井上 荒野
希望の峰 マカルー西壁	笹本 稜平

書名	著者名
食王	楡 周平
いちねんかん しゃばけシリーズ	畠中 恵
捨て猫のプリンアラモード 下町洋食バー高野	麻宮 ゆり子
ブラックウェルに憧れて	南 杏子
悪霊じいちゃん風雲録	輪渡 颯介
断罪 悪は夏の底に	石川 智健
生きる!	嵐山 光三郎
図書館の子	佐々木 譲
ヴァルキリー	安生 正
Sが泣いた日 地検のS	伊兼 源太郎
毒島刑事最後の事件	中山 七里
ミライヨウム	水沢 秋生
そこに無い家に呼ばれる	三津田 信三
猫を棄てる 父親について語るとき	村上 春樹
夏井いつきの日々是「肯」日	夏井 いつき
幻のオリンピック 戦争とアスリートの知られざる闘い	NHKスペシャル取材班
女性の一生	大日向 雅美

児童書

書名	著者名
みんなでウイルスとたたかおう!	エロイーズ・マグレガー
山犬物語	五条 一馬
スイマー	高田 由紀子
雨ふる本屋と雨かんむりの花	日向 理恵子
ミオととなりのマーメイド 7 ねらうは深海のトロフィー!	ミランダ・ジョーンズ
つめかみおぼけ	よしむら あきこ
つかまえた	田島 征三
ムーミンやしきのすがたの见えないおきやくさま	フィリップ・ヴィーデルンド
ラストで君は「まさか!」と言う 夏の物語	PHP研究所
ラストで君は「まさか!」と言う 消えない噂	PHP研究所
はつめいたいかい	サラ・オギルヴィー

書名	著者名
からだのなかのびっくり事典 もっと!ざんねん?はんぱない!	こざき ゆう
いただきます凶鑑 食べもの“ペロっと”まるわかり!	山本 謙治
ステラとカモメとプラスチック うみべのおそうじパーティー	イジー・バートン
ひみつだからね	軽部 武宏
かしたつもり×もらったつもり	北村 裕花
小学生のうちに読んでおきたい名作101 1話5分!	齋藤 孝
インカ帝国天空の都 マジック・ツリーハウス	メアリー・ポーブ・オズボーン

問い合わせ先 生涯学習課(公民館) ☎35-3242

各種相談日程

【 町 】

心配ごと相談	9月23日(水)・10月20日(火)・11月20日(金)	10:00~15:00	福祉センター ☎35-0260
人権相談	12月21日(月)・2月22日(月)	10:00~15:00	〃
	●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。		
行政相談	9月23日(水)・11月20日(金)・1月20日(水)	10:00~15:00	福祉センター ☎35-0260
	●行政に関する苦情・相談です。		

※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け付けています。

移動交番	役場 10月7日(水) 役場 10月20日(火)	13:30~15:00 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等の連絡も受け付けます。		健康福祉課 ☎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	地域保健福祉課までお問い合わせください。	(予約制)	
こころの健康相談	地域保健福祉課までお問い合わせください。	14:00~16:00(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木曜日	10:00~16:00(登録制)	
エイズ・感染症・肝炎検査(無料)	[即日検査] 毎月第1・3火曜日	13:00~14:00(予約制)	地域保健福祉課 ☎22-5167
	[夜間検査] 偶数月 第3火曜日	17:30~19:00(予約制)	
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(有料)	毎週火曜日(第5週を除く)	9:00~11:00	
家庭児童相談	月曜日~金曜日	9:00~17:00	
母子父子自立支援	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	専用電話 ☎22-5565
障がい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。

病気の豆知識

「脳動脈瘤について」



塩田記念病院
脳神経外科
石和田幸弘医師

脳動脈瘤とは脳の血管にできたコブが風船のように膨らんだ状態です。これが破裂すると、くも膜下出血という恐ろしい病気になり、この病気になった方の半数以上は命の危険にさらされたり、社会復帰ができないような後遺症を残したりします。

脳動脈瘤は全人口の2~6%と比較的多く存在し、高血圧や喫煙、遺伝などが原因のひとつと言われています。通常、破裂していない脳動脈瘤(未破裂脳動脈瘤)があるだけでは症状が出ませんので、CTやMRI検査を受けて発見されることがほとんどです。未破裂脳動脈瘤の破裂率は年間約1%であり、大きな動脈瘤ほど破裂率が高い傾向があります。一般的に5mm以上の動脈瘤は未破裂の状態でも治療がおすすめされますが、年齢、性

別、動脈瘤の部位、大きさ、形状などの情報からこれまでの研究データを元にそれぞれの破裂率を推定することができます。

脳動脈瘤の治療には、開頭手術で動脈瘤を外側から処理するクリッピング術と、血管内手術で動脈瘤を内側から処置するコイル塞栓術があります。従来、クリッピング術が主流でしたが、近年、バルーン(風船)やステント(筒)を併用した血管内手術の技術進歩によりコイル塞栓術での治療件数が増加しております。血管内手術の最大の利点は数mmの小さな傷で治療ができ、体への負担が少ないことです。

当院では昨年12月より最新鋭の血管撮影装置(Canon製 Alphenix Biplane)を導入しておりますが、この装置には高精細モードが搭載されており画質が向上したため、より密で効果的な治療が、より安全に行えるようになりました。脳動脈瘤の検査や相談を希望される方は当院を受診していただければ幸いです。

医療法人 **SHIODA**
塩田記念病院
TEL 35-0099

編集後記

稲刈りお疲れ様でした。最近、稲藁を小さな家のように積んだ「藁ぼっち」を見かけなくなりましたね。こどもの頃、田んぼの真ん中で藁ぼっちによじ登って見上げた空の青さは格別でした。表紙の写真を撮影しに行き、牧歌的な風景を懐かしく思いました。(M)

お詫びと訂正

広報ながら8月号で7月の有害鳥獣捕獲実績を、ハクビシン7、アライグマ6、イノシシ12と記載しましたが、正しくはハクビシン10、アライグマ15、イノシシ37です。お詫びして訂正します。

人口と世帯数

9月1日現在

人口	6,770人(-1)
男	3,424人(+3)
女	3,346人(-4)
世帯数	2,959世帯(+10)
8月中の動き	
転入	19人
転出	16人
出生	1人
死亡	5人

今月の納税のお知らせ

国民健康保険税 第3期
介護保険料 第3期
後期高齢者医療保険料 第3期
納付期限は、9月30日(水)です。納め忘れないようご注意ください。
※口座振替申込みの方は、納付期限の前日までに口座の残高確認をお願いします。



管理栄養士おすすめレシピ③(副菜:ビタミン編)

季節野菜と油揚げのミルク煮



毎月19日は食育の日

6回シリーズ

免疫力をアップしましょう!

ビタミンは体の成長を助けたり、健康を維持したりするために重要な栄養素です。また、ビタミンが不足すると疲れやすくなったり、食欲が落ちたりします。普段から積極的にビタミンを摂取することで、免疫力を高め、風邪を引きにくい身体づくりやストレスへの抵抗力を高めることができます。不足しがちなビタミンですが、夏バテ対策にも効果がありますので、積極的に摂取しましょう。

【材料/4人分】

- チンゲン菜……………280g
- 油揚げ……………1枚(40g)
- 人参……………1/2本(60g)
- A 牛乳……………300ml
- 塩……………小さじ1/3
- 酒……………大さじ1
- しょうゆ……………小さじ2

◆作り方◆

- ①油揚げは熱湯をまわしかけ油抜きし、せん切りにする。チンゲン菜は4cm長さに切り、人参は短冊切りにする。
- ②鍋にAと人参を入れて煮立て、弱火で約5分煮る。
- ③中火にし、油揚げとチンゲン菜を加え、さらに煮込み仕上げにしょうゆを加え、ひと煮立ちさせ盛り付ける。

★「食事をおいしく、バランスよく」をテーマに、9月1日～30日までの1か月間は「食生活改善普及運動」実施期間です。

☆1人分の栄養価 エネルギー 118Kcal、たんぱく質 6.5g、脂質 6.5g、ビタミンA 240μg、食塩相当量 1.1g

問い合わせ先 健康福祉課 健康管理係 ☎35-2414

各公共施設の 休館日

- 町公民館 9/23(水)・28(月)・10/5(月)・12(月)・19(月)・26(月)※利用制限あり。詳細については電話でお問い合わせください。(☎35-3242)
- 町福祉センター 当面の間休館となります。
- 都市農村交流センター 9/24(木)・10/1(木)・8(木)・15(木)・22(木)・29(木)

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、家で様子をもても大丈夫か等をアドバイスします。

- 相談時間 毎日夜間 19:00～翌6:00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)

救急安心電話相談

救急車を呼ぶか迷ったら#7009へご相談ください。

相談受付日時

- 月曜日～土曜日 18:00～23:00
- 日曜日・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク 9:00～23:00

電話番号

プッシュ回線・携帯電話 #7009
ダイヤル回線・IP電話・PHS ☎03-6735-8305

日曜・休日当番医案内

診療時間は 9:00～17:00までです。

救急患者の方が優先となります。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
9/20	穴倉病院(24)2171	穴倉病院(24)2171
9/21	聖光会病院(35)5151	清水三郎医院(25)0776
9/22	宮本内科医院(22)3770	菅原病院(25)1171
9/27	鈴木医院(22)2630	公立長生病院(34)2121
10/4	渡辺医院(27)7733	穴倉病院(24)2171
10/11	鷺沢外科内科クリニック(34)2496	三枝医院(25)2203
10/18	大塚内科(23)6121	穴倉病院(24)2171
10/25	金坂医院(22)4885	公立長生病院(34)2121

長生都市夜間急病診療所案内

- 診療科目:内科・小児科 受付時間:19:45～22:45
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

