

広報ながら

9
No.504
2024.9.19発行



道の駅ながらにて、新米祭りが開催されました。
長柄町の美味しい新米を求めて、たくさんの方々に販売しました。

第61回長柄町一周駅伝大会を開催します！



昨年に引き続き、下記コース図のとおり長柄町一周駅伝大会を開催しますので、町民の皆さまのご理解、ご協力をお願いします。

なお、開催に伴い、事前にコース上に看板を設置しますので、併せてよろしくお願いします。



開催日時 12月15日(日) 10:00 スタート(雨天決行)

※申込み等の詳細については、追ってお知らせします。



※この活動は、独立行政法人日本スポーツ振興センターからのスポーツくじの助成金を受けています。

スポーツくじ



問い合わせ先 生涯学習課(公民館) ☎ 35-3242

長柄町スポーツ大会開催のお知らせ

下記の日程で町スポーツ大会を開催します。町民の皆さまがスポーツに取り組み、頑張っています。ぜひ大会の様子を見学や応援に行きませんか？



各種目の開催期日

種目	開催日(10月)	時間	雨天の場合	予備日(10月)	会場
軟式野球	6日(日)・13日(日)	9:00～	中止	20日(日)	町営野球場
少年野球	6日(日)・13日(日) 20日(日)	9:00～	中止	なし	長柄中野球場
弓道	12日(土)	14:00～ 15:00	実施	なし	町民体育館2号館
インディアカ	13日(日)	9:00～	実施	なし	町児童体育館
テニス	13日(日)	9:00～	中止	20日(日)	町営テニス場
グラウンドゴルフ	13日(日)	13:00～	中止	15日(火)	金谷農村公園
ソフトボール	14日(月・祝)	9:00～	中止	なし	町営野球場



長柄町スポーツ大会

ソフトボール大会参加チーム募集

期 日 10月14日(月・祝) 雨天中止
会 場 町営野球場(予定)
対 象 町内在住者：18歳以上(男女問わず)
参加費 無料
申込期限 9月29日(日)



問い合わせ先 生涯学習課(公民館) ☎ 35-3242

祝 米寿 おめでとうございます

今月米寿を迎えられる方

鈴木 昶子 様(榎本)、加藤 英子 様(金谷)
鈴木 禮子 様(国府里)、尾高 禎之 様(榎本)
林 隆司 様(刑部)、倉田 米子 様(長柄山)
花嶋 安美 様(長富) ほか2名

広報ながらの発行月に米寿を迎えられる方々を紹介いたします。
今後、米寿を迎えられる方に取材のお願いに伺いますので、ご協力をお願いします。

空き家バンクに登録しませんか

役場ロビーに相談ブースを開設しています。
町内に未活用の空き家・空き地をお持ちの方は、
移住定住コーディネーターにご相談ください。

開設日時：月・水・金(祝日を除く)
9:30～15:30

問い合わせ先 企画財政課 企画広報統計係 ☎ 35-2110

定額減税しきれないと見込まれる方への 給付金（調整給付金）のご案内

物価高に賃金上昇が追い付いていない現状を踏まえて、国民の負担を緩和するための一時的な措置として、令和6年分所得税及び令和6年度個人住民税所得割の定額減税が行われます。

その際、定額減税しきれないと見込まれる方に対し、当該上回る額の合算額を基礎として1万円単位で切り上げて算定した額を給付します。

給付対象者

以下の要件(①②)を2つとも満たす方が対象です。

①令和6年分所得税が課税される方、または令和6年度住民税所得割が課税されている方

②定額減税により減税しきれないと見込まれる方

ただし、令和5年分所得税に係る合計所得金額が1,805万円を超える方及び令和6年度分個人住民税所得割額に係る合計所得金額が1,805万円を超える方は除きます。

給付額

所得税分控除不足額

所得税の定額減税可能額は、3万円×(本人+扶養人数)で算定します。

定額減税可能額－令和6年分推計所得税額＝ 所得税分控除不足額 . . . I

住民税分控除不足額

住民税の定額減税可能額は、1万円×(本人+扶養人数)で算定します。

定額減税可能額－令和6年度分住民税所得割額＝ 住民税分控除不足額 . . . II

調整給付額 = I + II (1万円単位で切り上げ)

手続き

給付対象者には、8月下旬に「確認書」を郵送しました。ご確認いただき、必要事項を記載し、必要書類添付のうえ、提出してください。

提出期限は、**10月31日(木)**(※当日消印有効)です。

《注意事項》

「定額減税しきれないと見込まれる方への給付金(調整給付金)」を装った「振り込め詐欺」や「個人情報」の詐取にご注意ください。

問い合わせ先 税務住民課 課税係 ☎ 35-2112

10月は廃乾電池の収集があります

日吉・水上地区 10月11日(金) 長柄地区 10月16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

低所得世帯支援給付金 (新たに住民税非課税等となる世帯)のご案内

エネルギー・食料品価格等の物価高騰による負担増を踏まえ、令和6年度新たに住民税非課税等となる世帯への支援として給付金を支給します。

※令和5年度低所得世帯支援給付金(7万円)、令和6年度低所得世帯支援給付金(10万円)の対象となった世帯は対象外となります。

対象世帯

令和6年6月3日時点で長柄町に住民登録があり、令和6年度新たに住民税非課税となった世帯、または令和6年度新たに住民税均等割のみ課税となった世帯

※住民税が課税されている者の扶養親族等のみで構成される世帯を除く。

支給額

1世帯あたり10万円

※同一世帯に18歳以下の児童が含まれる場合1人あたり5万円を追加で給付します。

手続き方法

対象の世帯へ8月中旬に給付内容等を記載した確認書を町から送付しましたので内容を確認し返送してください。

※世帯の中に令和6年1月2日以降に転入した方がいる場合は確認が必要となります。

詳しくは、問い合わせください。

提出期限

10月4日(金) 必着



問い合わせ先 福祉課 福祉係 ☎ 35-2414

10月15日(火)から10月21日(月)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、皆さまの生命や健康、財産を守るため、建物の敷地や構造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。

なお、新築時は適法でもその後の改修や用途(使い方)の変更により違反になってしまう場合がありますので改修などの際には事前に建築士などに相談しましょう。



問い合わせ先 建設環境課 管理地籍係 ☎ 35-2114



高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症 予防接種費用助成のお知らせ

インフルエンザ・新型コロナウイルス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よくご確認ください、接種を受けるまで大切に保管してください。

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
対象者	①満65歳以上の方 (昭和34年12月31日以前生まれの方)	①満65歳以上の方 (昭和35年4月1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有する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有する方	
助成金額	3,000円を上限に助成	11,300円を上限に助成
	生活保護受給者は接種に要した費用の全額	
助成回数	実施期間中1回	
実施期間	10月1日～令和7年1月31日	10月1日～令和7年3月31日
	年末年始等の休診日を除く	
助成方法	契約医療機関に予診票を提出し、接種を行った方は、助成金額を差し引いた金額を直接医療機関でお支払いください。	
注意事項	・1月に接種を希望の方、契約医療機関以外で接種を希望の方は、必ず接種前に健康保険課へご相談ください。 ・契約医療機関以外の場合、実施期間は10月1日～12月31日です。	契約医療機関以外で接種を希望の方は、必ず接種前に健康保険課へご相談ください。
	満65歳になる前に接種した場合、助成は受けられません。	

問い合わせ先 健康保険課 健康推進係 ☎ 35-2115

こどもの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、内容をよくご確認ください。ご不明な点は、福祉課までお問い合わせください。

対象者	生後6か月～中学3年生
助成金額	3,000円を上限に助成 ※接種費用が助成金額以下の場合は、支払い金額が助成金額となります。
助成回数	13歳未満 2回 13歳以上 1回
実施期間	10月1日～令和7年1月31日(年末年始等の休診日を除く)
助成方法	契約医療機関に予診票を提出し、接種を行った方は、助成金額を差し引いた金額を直接医療機関でお支払いください。 契約医療機関以外で接種を行った方は、償還払いとなります。一旦、医療機関に接種料金を支払い、領収書を添付して福祉課に申請してください。申請期限は令和7年2月28日までです。

問い合わせ先 福祉課 子育て支援係 ☎ 35-2414

就学時健康診断を実施します

令和7年4月に小学校へ入学するお子さんを対象に、次の日程で「就学時の健康診断」を行います。

対象のご家庭には事前に通知書をお送りしますので、指定の学校へお子さんを連れてお越しください。(詳細は、後日お届けする通知書をご確認ください。)



○長柄小学校

日時 11月18日(月) 午後
対象 長柄地区に住所を有する方

○日吉小学校

日時 10月21日(月) 午後
対象 日吉地区・水上地区に住所を有する方

長柄っ子学力向上チャレンジ検定料補助事業



町では、受検機会の拡大と学習意欲の向上を図ることを目的とし、町立小・中学校に在籍する児童及び生徒の保護者に対し、児童生徒が受検する英語検定、漢字検定、数学検定の検定料をそれぞれ年1回全額補助します。

本年度の準会場(長柄中学校)での開催日程は下記のとおりです。

検定の申し込みをされた方は、領収書の写しを添えて受検日の前日までに補助金の申請をお願いします。

準会場(長柄中学校)の日程

○小学校・中学校 合同開催

【英語検定】 令和7年1月18日(土)
【漢字検定】 令和7年1月25日(土)

○中学校 単独開催

【英語検定】 9月28日(土)
【漢字検定】 10月12日(土)
【数学検定】 11月9日(土)



- ・準会場の定義として、受検者が10名に満たない場合は開設できません。
- ・学習塾等で検定を受検される方も対象となります。
- ・申請書の用紙は学校教育課にあります。(領収書をお持ちください。)
- ・受検日を過ぎた検定については受付できません。

問い合わせ先 学校教育課 学校教育係 ☎ 35-2437

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

令和6年4月分から令和7年3月分までの国民年金保険料は、**月額16,980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く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(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、保険係へご相談ください。



問い合わせ先 健康保険課 保険係 ☎ 35-2115

日本年金機構 千葉年金事務所 ☎ 043-242-6320



第36回長柄農林商工まつり 開催のお知らせ



町内産の新米や新鮮な農林産物、地元の素材を使った加工品の販売をはじめ、お楽しみ抽選会など楽しいイベントが盛りだくさんのまつりです。

イベントエリアでは長柄中学校による吹奏楽演奏、エイサー護光琉による沖縄伝統芸能の演舞や鼓蝶会による華麗な演舞を披露します。ぜひご来場ください。

開催日 11月3日(日)
時間 9:00～14:00
場所 町役場駐車場



問い合わせ先 産業振興課 商工観光係 ☎ 35-4447

観光・商工イベント情報

○月曜テニス教室

初心者の方も安心してご参加ください。

開催日 10月7日(月)、14日(月・祝)、
21日(月)、28日(月)

午前の部(初級者向け) 10:00～12:00

午後の部(中級者向け) 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 1人1回(2時間)500円

募集対象 どなたでも

○ダンススクール (ヒップホップダンス・ブレイクダンス)

初心者の方も安心してご参加ください。
当日参加OK。

開催日時 10月12日(土)、26日(土)
14:00～15:00

場所 都市農村交流センター
管理棟1階ホール

参加費 1人1回1,000円

募集対象 どなたでも(20名まで)

○長柄ダムエンジョイウォーキング

ストレッチ体操や長柄ダム周遊道路を元気に楽しく10kmウォーキングします。

開催日時 10月12日(土)
9:30～12:30頃(集合9:20)

参加費 300円

募集定員 20名(要予約)

募集対象 小学4年生以上

※歩きやすい服装、靴でご参加ください。

タオル、飲料などは各自でご用意ください。

○星空講座

土星と250万光年彼方の大銀河を見よう!!

開催日時 10月26日(土)
18:00～20:00

場所 都市農村交流センター
管理棟1階ホール・駐車場

参加費 大人(中学生以上)500円 小学生300円
未就学児100円

募集定員 20名(要予約)

※天候または講師の都合により中止になる場合があります。

問い合わせ先 都市農村交流センター ☎ 35-0055



自転車利用者の ヘルメット着用努力義務化について

令和5年4月から、自転車を利用する際にはヘルメットの着用が努力義務化されました。ヘルメット非着用時の致死率は、着用時と比べて約3倍も高くなります。自転車を運転する方はもちろん、小さなお子さんなどを同乗させる場合も、ヘルメットを着用させるよう努めましょう。

また、幼児・児童が自転車を運転する際は、保護者がヘルメットを着用させるよう努めましょう。

問い合わせ先 総務課 行政管財係 ☎ 35-2111

第56回ふれあいながら文化祭を開催します



◎ふれあいながら演芸発表会

開催日時 10月27日(日) 9:30～15:30
内 容 演芸、コーラス、フラダンス、ハーモニカ、
ブラックシアター、ミニコンサートなど
会 場 公民館(ながランホール) 講堂



◎作品展示と実演

開催日時 ①11月1日(金) 13:00～16:00
②11月2日(土) 9:00～16:00
③11月3日(日) 9:00～15:00
内 容 自主サークルやこども園、小中学校、学童クラブによる作品
書道、生花、俳句、絵画、写真、陶芸、手芸、編物、かご、押し花、茶道など
会 場 公民館(ながランホール)・武道館

◎公演会

開催日時 11月4日(月・祝) 14:00～15:30
内 容 お笑い、ものまね、歌謡ショー(予定)
会 場 公民館(ながランホール) 講堂

◎俳句大会

開催日時 11月9日(土) 9:00～15:00
内 容 俳句の発表及び表彰式
会 場 公民館(ながランホール) 講義室



問い合わせ先 生涯学習課(公民館) ☎ 35-3242

令和3年5月20日から

警戒レベル

4

避難指示で必ず避難

避難勧告は廃止です

警戒レベル	新たな避難情報等		これまでの避難情報等
5	 災害発生 又は切迫	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難！>~~~~			
4	 災害の おそれ高い	ひなんしじ <b>避難指示</b> ※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	 災害の おそれあり	こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難</b> ※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	 今後気象状況 悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。  
 ※2 避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令されることになります。  
 ※3 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、  
すでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。  
**警戒レベル5緊急安全確保の  
発令を待ってはいけません！**

**避難勧告は廃止されます。**  
これからは、  
**警戒レベル4避難指示**で  
**危険な場所から全員避難**  
しましょう。

避難に時間のかかる  
**高齢者や障害のある人は、**  
**警戒レベル3高齢者等避難**で  
**危険な場所から避難**  
しましょう。



ひなん  
「避難」って  
何すれば  
いいの？

小中学校や公民館に行くことだけ  
が避難ではありません。  
「避難」とは「難」を「避」けること。  
下の4つの行動があります。



### 行政が指定した避難場所 への立退き避難

自ら携行するもの  
・マスク  
・消毒液  
・体温計  
・スリッパ 等

小・中学校  
公民館

### 安全な親戚・知人宅 への立退き避難

普段から災害時に避難  
することを相談して  
おきましょう。  
※ハザードマップで安全か  
どうかを確認しましょう。

親戚・知人宅

普段から  
どう行動するか  
決めておき  
ましょう

### 安全なホテル・旅館 への立退き避難

通常の宿泊料が必要  
です。事前に予約・  
確認しましょう。  
※ハザードマップで安全か  
どうかを確認しましょう。

ホテル  
旅館

### 屋内安全確保

ハザードマップで以下の  
「3つの条件」を確認し  
自宅にいても大丈夫かを  
確認する必要があります。  
■ 想定最大浸水深

※土砂災害の危険がある  
区域では立退き避難が  
原則です。

ここなら安全！

「3つの条件」が確認できれば浸水の危険があっても自宅に留まり安全を確保することも可能です

① 家屋倒壊等氾濫想定区域に入っていない  
(入っていると…)

流速が速いため、  
木造家屋は倒壊する  
おそれがあります

地面が削られ家屋は  
建物ごと崩落する  
おそれがあります

3~4階	5m~10m未満 (3階床上浸水~4階軒下浸水)
2階	3m~5m未満 (2階床上~軒下浸水)
1階	0.5m~3m未満 (1階床上~軒下浸水)
1階床下	0.5m未満 (1階床下浸水)

③ 水がひくまで我慢でき、  
水・食糧などの備えが十分  
(十分じゃないと…)

水、食糧、薬等の確保が困難になる  
ほか、電気、ガス、水道、トイレ等の  
使用ができなくなるおそれがあります

※①家屋倒壊等氾濫想定区域や②水がひくまでの時間(浸水継続時間)はハザードマップに記載がない場合がありますので、お住いの市町村へお問い合わせください。

豪雨時の屋外の移動は車も含め危険です。やむをえず車中泊する場合は、浸水しないよう周囲の状況等を十分に確認して下さい。

# 令和5年度 「健康とくらしの調査」集計結果

町では「生涯活躍のまち」の取組の一環として、平成28年から「健康とくらしの調査」を実施しています。この調査は、高齢者の方の健康状態や暮らしの様子を把握することで、どのような方が寝たきりや認知症になりやすいのか等を調べるのが目的です。調査結果は、介護保険事業計画策定に役立つ重要な資料として活用するとともに、町の健康寿命の延伸、介護予防・地域づくりに活用していきます。

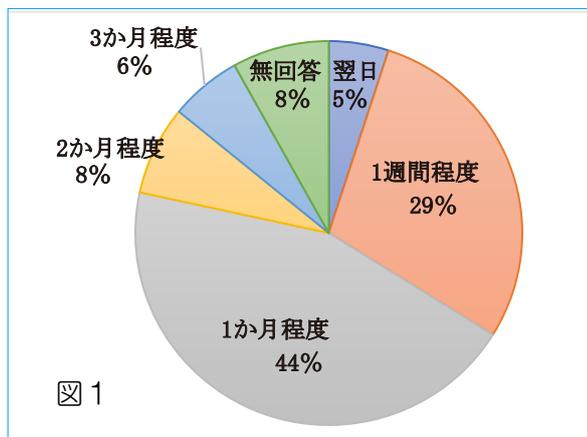
今年度も調査票を郵送予定ですので、ご協力をよろしくお願いいたします。

## 【令和5年度 調査実施の概要】

調査対象者	65歳以上で要介護認定を受けていない者(令和5年9月21日時点)
対象者数	2,373人
調査方法	郵送法
調査期間	令和5年11月13日～12月4日
回収結果	1,489人(62.7%)

## 【介護保険の申請から利用について】

Q 介護が必要になった場合、申請してから何日くらいで介護サービスの利用ができるようになりますか。



A 介護保険を申請した後、要介護度によって料金やサービスが変わるため、要介護度を調べます。要介護度を出すために訪問調査や主治医の意見書が必要になり、利用するまでに時間がかかります。

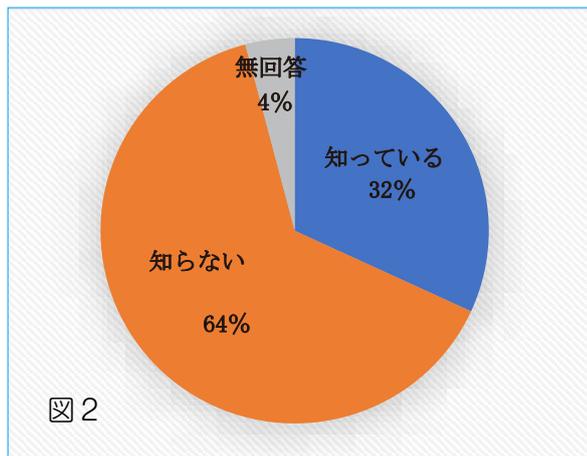
1か月程度で利用できると認識している方が多いようですが、実際は窓口で申請してから要介護度が確定するまで2か月以上かかる場合があります。

早めの申請をお勧めしますが、急きょ必要になった場合は、地域包括支援センターにご相談ください。



## 【生活支援について】

Q 生活支援おたすけ隊を知っていますか。



A 「おたすけ隊とは」

地域住民の皆さんが20分程度お手伝いして、高齢者等が抱える「ちょっとした困りごと」を解決する取り組みです。(無料)

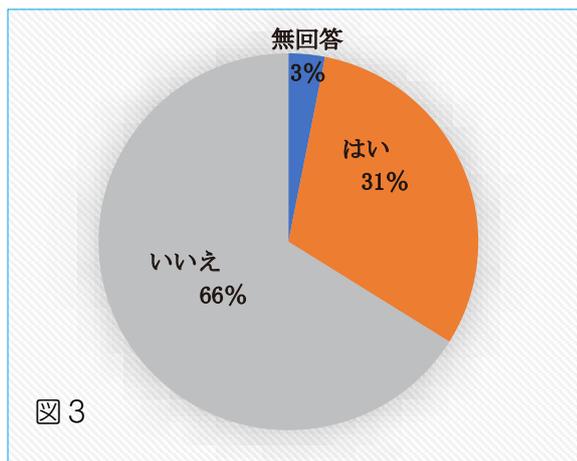
### 【できる作業】

- ・換気扇、照明器具、エアコンの掃除、蛍光灯の交換・玄関周りの草取り、ゴミ出し、季節家電の入れ替え・重い物の移動

### 【できない作業】

- ・お助け隊が運転する車で、利用者と買い物や病院へいくこと、買い物の代行、急な依頼

Q (「知らない」と回答した方(945人)に質問。)「生活支援おたすけ隊」を利用したいですか。

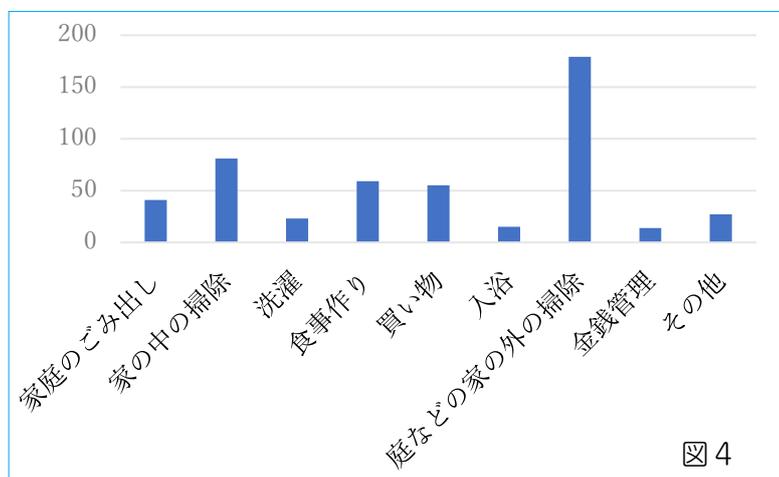


知らないと回答した方(945人)に、利用したいか聞いたところ「はい」は31% 「いいえ」は66%、「無回答」は3%の結果となりました。

年齢別では年齢が高い人ほど割合が高くなっています。



Q 現在の日常生活の家事で困っていることはありますか。



A

日常生活の家事で困っていることを挙げてもらったところ、1割を超えたのは「庭などの外の掃除」12.1%のみで、以下1割未満で「家の中の掃除」5.5%、「食事作り」4.0%が続いています。

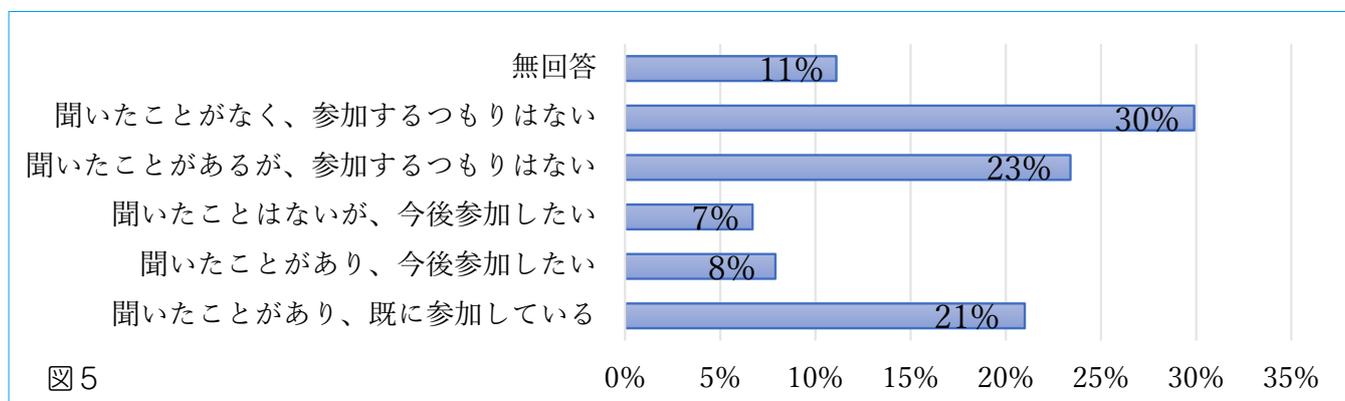
年齢別では、多くの項目で「85歳以上」の割合が占める結果となりました。

困っている原因としては、「身体の不調」47.5%、「家族の状況」23.9%、「心の不調」22.5%の結果となりました。

20分程度であればお手伝いできることもありますのでご相談ください。

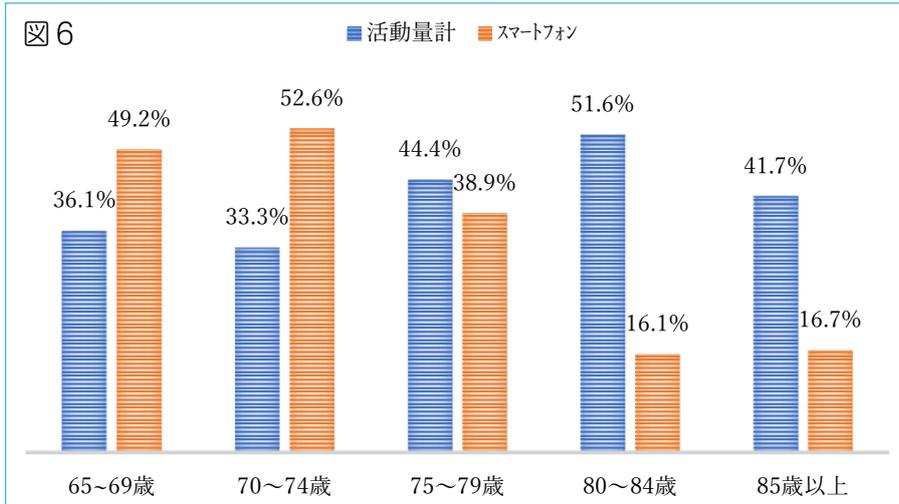
## 【健康ポイント事業について】

Q 健康ポイント事業の理解度・参加希望について



健康ポイント事業の周知度は、聞いたことがある人は半数以上、参加している(したい)人は3割半ばを占めています。参加者の年齢層としては、介護予防教室に参加している年齢層(80~84歳)の方が多く、「聞いたことがあるが、参加するつもりがない」と最も多く答えた年齢層は現役で活動している65~69歳の方が多い結果となりました。

## Q 健康ポイント事業に参加する場合、活動量計(※1)とご自身のスマートフォンどちらで参加したいですか。



75歳前後で活動量計とスマートフォンがはっきり分かれています。



今後(健康ポイント事業へ)参加したいと回答した方(215人)に参加方法を聞いたところ、全体では「活動量計(※1)」は40%、「スマートフォン」は40.9%と拮抗しています。

年齢別にみると、74歳以下では「スマートフォン」、80歳以上では「活動量計」が多数を占める結果となりました。

現時点で、健康ポイント事業に参加している、または参加したいと回答した方525人に、今後ポイントを付けて欲しいものを挙げてもらうと「特定健診」21%、「がん検診」18.7%、「講演会や住民フォーラムの出席」12.0%と、健診やフォーラムで約半数の希望がありました。令和5年度から健診ポイントも付与することになり、さらにポイントを貯めやすくなりました。(※1)活動量計とは…体に身につけて、運動量を計測する機器

## 【運動機能低下者割合の経年変化】



### 【運動機能低下者割合とは?】

以下5項目のうち3項目以上当てはまる人の割合。

- ①階段を手すりを使わず昇ることができない。
- ②椅子からつかまらず立つことができない。
- ③15分位続けて歩くことができない。
- ④過去1年で転んだ経験が1度または何度もある。
- ⑤転倒に対して不安である。

女性は2019年から2022年にかけて増加しており、コロナ禍で町の介護予防教室が休止した事が大きく影響し、運動する機会が減った事で低下者割合が増加したと推測されます。

また2022年では、外出頻度が減少した事で「転倒の経験」は減少する結果となりました。

逆に男性は、コロナ禍の影響を受けず経年的に見ても横這いで推移しています。男性の場合、介護予防教室に参加される方は女性に比べて少なく、活動の変動に大きく影響しなかったと考えられます。

運動機能は老化とともに筋肉が減少することで低下します。町では重りを使用した体操を週1回行い転倒予防強化に取り組んでいます。筋力低下が気になる方は町の重りの体操(いきいき♪ながら体操)をお勧めします。

## 【認知症リスク者割合の経年変化】

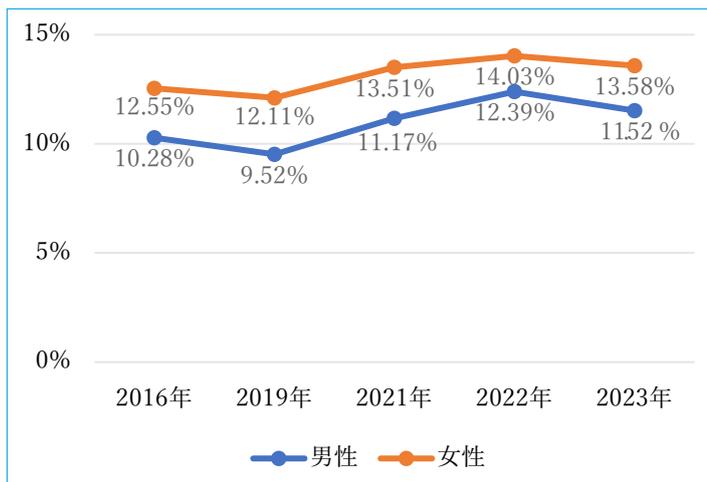


図8から男性も女性も増加傾向にあります。認知症になる前から予防することが大切です。

### 【認知症リスク者割合とは】

以下の項目から算出される得点が7点以上の人の割合。

1. 年齢75歳以上。
2. 収入のある仕事をしていない。
3. 現在治療中、または後遺症のある病気（糖尿病）がある。
4. うつ傾向・うつ状態。
5. 物忘れが多い。
6. あなたの心配事や愚痴を聞いてくれる人がいない。
7. スポーツグループに参加していない。
8. バスや電車を使って1人で外出できない。
9. 自分で食事の用意ができない。
10. 自分で請求書の支払いができない。
11. 年金などの書類が書けない。
12. 新聞を読まない。
13. 病人を見舞わない。

認知症リスク者割合は、2016年から2019年にかけて減少しましたが、2019年以降は増加傾向にあります。

「3. 糖尿病」「4. うつ病」「5. 物忘れが多い」「7. スポーツの会非参加」「12. 新聞を読まない」の項目が増えた事で全体的に認知症リスクが増加しました。

認知症リスクの改善対策として、就労支援、男性の糖尿病対策、移動支援により外出の促進を図る、社会参加促進、新聞などの読み物の促進が効果的であると思われます。

## 健康とくらしの調査のまとめ

- ① コロナ禍の影響で運動機能の低下が見られましたが、2023年は徐々に改善してきています。このまま介護予防教室や畑仕事を継続し日頃から身体を動かすよう努めましょう。
- ② 認知症リスクとして、「糖尿病のリスクアプローチ」「外出の手助け」「新聞を読む」などの支援を行うとリスクを軽減できると思われます。自身の生活を見直し、悪化しないよう自己管理をしっかり行いましょう。
- ③ 介護保険の申請をした場合、結果が出るのに2か月以上かかることがあります。介護保険はデイサービスなど予防として利用することも可能ですので、早めに相談をしましょう。

出典：一般社団法人  
日本老年学的評価研究機構 (JAGES)

問い合わせ先 福祉課 地域包括支援センター ☎ 30-6000

## 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
大腸がん検診	3日(木) 4日(金) 29日(火) 30日(水)	9:00 ~ 11:30	40歳以上の男女	保健センター

※詳細は対象者へ個別通知しています。

※感染症の拡大状況や災害により、変更となる場合があります。

問い合わせ先 健康保険課 健康推進係 ☎ 35-2115

## 防災訓練について

災害は、いつ、どこで起きるかわかりません。いざというときに適切な対応をとるためには、日ごろの備えを再確認し、災害時の行動力の向上を図ることが必要です。そこで、自らの身を守るための防災訓練を次のとおり実施します。



### 【日時】

10月26日(土)9:00～13:00

### 【対象者】

長柄町在住の方

### 【場所】

役場庁舎前駐車場及び福祉センター駐車場

### 【訓練内容】

- ・千葉県危機管理政策課による防災に関する講演
- ・初期消火訓練
- ・AEDを使用した救命訓練



その他にも、防災VRや災害用伝言ダイヤルの体験なども行いますので、防災訓練に参加、見学したい方は、総務課行政管財係までご連絡ください。

## 金属類盗難の多発について

金属類の高騰に伴い、以下のものなどの盗難が多発しています。



### 銅線(ケーブル)



### グレーチング(側溝の蓋)



### 水道の蛇口、メーター



### ガードレール



### ◎盗難被害に遭わないために

- 建設現場や道路工事現場に、電線、鉄(銅)板等の資材を置いたままにしない。できる限り当日に搬入するなど、狙われやすい環境を排除する。
- 防犯カメラや照明器具の設置、警備員を配置するなどして定期的な巡回・確認を行う。
- 敷地内の草刈りを定期的に行い、道路からの見通しを良くする。

などの、防犯対策をとりましょう。

「深夜に太陽光発電所に侵入する者がいた」などの情報提供や、万が一、盗難被害に遭ってしまった方は、110番又は、[茂原警察署\(0475-22-0110\)](tel:0475-22-0110)へ連絡してください。

## 児童手当の対象等が拡大されます

10月以降の児童手当については、支給年齢の引き上げと所得制限の撤廃により、所得に関係なく18歳まで支給します。

現在児童手当の支給を受けていない方で、18歳（高校3年生の年代）までのお子さんを養育している場合は、申請が必要です。

対象の世帯へ制度改正のお知らせを送付しましたので内容を確認してください。

【提出期限（郵送・窓口）】9月30日（月）（消印有効）



	拡充前（6年9月分まで）	拡充後（6年10月分以降）
対象者	中学校修了までの国内に住所を有する児童（15歳到達後の最初の3月31日まで）	高校生年代までの国内に住所を有する児童（18歳到達後の最初の3月31日まで）
所得制限	所得限度額あり	所得制限なし
手当月額	3歳未満一律 : 15,000円	3歳未満
	3歳～小学校修了まで 第1子、第2子 : 10,000円 第3子以降 : 15,000円	第1子、第2子 : 15,000円 第3子以降 : 30,000円
	中学生一律 : 10,000円	3歳～高校生年代
	所得制限以上 : 5,000円 (特例給付)	第1子、第2子 : 10,000円 第3子以降 : 30,000円
支給回数	年3回（2、6、10月）	年6回（2、4、6、8、10、12月）

## 乳児相談のお知らせ

乳児相談は、お子さんの成長発達を確認し、これからも元気に育っていくことを願い、必要に応じて適切に支援するために実施しています。

子育てに関する悩みや不安などお気軽にご相談ください。

（対象となるご家庭には個別に通知しています。）



日にち	10月16日（水）		
場所	保健センター		
対象者	4・5か月児	7・8か月児	12・13か月児
	令和6年3・4・5・6月 生まれ	令和5年12月、令和6年 1・2・3月生まれ	令和5年7・8・9・10月 生まれ
受付時間	10:00～10:20	9:30～9:50	10:30～10:50
内容	身長・体重・頭囲・胸囲測定・育児・栄養・歯科相談など		

※台風の影響で延期となった8月28日（水）の乳児相談は、上記日程に変更しました。

# 令和6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さまからお寄せいただいた募金を、在宅の高齢者世帯・準要保護世帯等・ひとり親世帯・低所得世帯へ配分します。

支援金を希望される方は、長柄町社会福祉協議会へ申請してください。

対象世帯		注意事項
①	独居高齢者世帯 (令和6年12月31日時点で満85歳以上(★1)の方)	■世帯分離・二世帯住宅・離れ住宅は同一世帯として扱います。
②	満65歳以上(★2)の高齢者世帯であり、かつ満85歳以上(★1)の方がいる世帯 (家族全員が住民税非課税世帯)	■②、③、④の世帯の方は世帯員全員が住民税非課税であることが条件です。
③	準要保護世帯または、ひとり親世帯(中学3年生までの子どもを養育している世帯) (家族全員が住民税非課税世帯)	■住民税非課税証明書の添付は必要ありません。 ただし、社会福祉協議会が長柄町へ申請内容と課税状況等を確認することに同意していただきます。
④	低所得世帯 (家族全員が住民税非課税世帯)	■令和6年1月2日以降に長柄町に転入された世帯は、転入前の自治体で非課税証明書を取得し、申請書と併せて提出してください。

(★1) 満85歳以上の方：昭和14年12月31日以前生まれの方

(★2) 満65歳以上の方：昭和34年12月31日以前生まれの方

## 《対象とならない方》

- ・生活保護を受けている世帯(方)
- ・申請時に施設入所中の方や入院中の方
- ・配分時に申請時と家庭環境が変わった方や在宅で生活されていない方

《申請受付期間》 10月1日(火)～10月31日(木)

《申請書提出先》 長柄町社会福祉協議会(長柄町福祉センター)

※受付期間を過ぎた場合、申請書は受理できませんのでご注意ください。  
(郵送の場合は消印有効)



©千葉県共同募金会マスコットキャラクター びわびよ

- ・申請書等を確認の結果、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。)
- ・配分決定した世帯には、12月下旬に年越し支援金として民生委員児童委員または社会福祉協議会から配分します。
- ・申請書に記載された個人情報や添付書類は、本事業の目的以外には使用しません。

問い合わせ先 長柄町社会福祉協議会 ☎ 30-7200

## 歯科検診受診者追加募集

歯科医院で治療・定期検診を受けていない方は、町の検診をぜひ受診してください。

対象者：40歳以上の町民(社会保険等にご加入の方も対象です)

費用：500円(70歳以上、生活保護受給者は無料)

場所：保健センター

内容：歯科医師の診察、歯科衛生士による結果説明・ブラッシング指導

申込み方法：ご希望の日時を選んで、健康保険課窓口または電話でお申し込みください。

10月10日(木) 13:15～13:30、13:30～13:45

10月17日(木) 13:00～13:15、13:15～13:30、13:30～13:45、13:45～14:00

10月24日(木) 13:00～13:15、13:15～13:30、13:30～13:45、13:45～14:00

問い合わせ先 健康保険課 健康推進係 ☎ 35-2115

# 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 おはなし広場 10:00	3	4	5 運動会 (体験)
あそびの広場 9:00 ~ 16:00						
6	7	8	9 誕生会 10:00 身体測定 9:00 ~ 16:00	10 わらべうた教室 10:00 ~ 11:00	11	12
あそびの広場 9:00 ~ 16:00						
13	14 スポーツの日	15	16 おはなし広場 10:00	17	18	19
あそびの広場 9:00 ~ 16:00						
20	21	22 つくって遊ぼう 10:00	23	24	25 リトミック教室 10:00 ~ 11:00	26
あそびの広場 9:00 ~ 16:00						
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。  
 ※行事に参加のみ予約制となります。行事の内容により人数制限をさせていただきます。  
 ※支援センターの各行事に参加される場合は、開始時刻の10分前にお越しください。  
 ※感染症の状況によっては、行事の中止や変更があります。

## 親子で遊ぼう！支援センター

### 体験入園を行います！

#### こども園運動会

10月5日(土)

こども園の運動会で親子でかけっこをしましょう。  
おみやげとペンダントをもらってゴールです。



### はじめて★あーとの様子



次回は11月と3月に開催予定です。  
ぜひ、ご参加ください。

### あそびの広場

月～金曜日(祝日を除く) 9:00 ~ 16:00

支援センターは、子育てを応援しています。

親子、そして子ども・母親同士の交流の場として  
気軽にご利用ください。0歳のお子様でも安心して  
遊べる楽しいスペースになっています。

### 一時預かり

月～金曜日

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。



『支援センターだより』を発行しています。ホームページまたは、役場・公民館にも置いてありますのでご覧ください。

問い合わせ先 ながらこども園 ☎ 35-3102

# 介護予防～スマイルながらだより 第92号

## ごぼう先生が長柄町に来ました!!

7月22日に介護予防推進員向けの研修「大人のための体操健康塾」を実施しました。当日は46名の方に参加していただき、とても楽しく体操を学ぶことができました。



なぜ「ごぼう先生」？

介護の「ご」、予防の「ぼう」で、ごぼう先生と呼ばれています。

大人のための体操健康塾では、物を使用せず座って誰でも出来る簡単な体操を紹介してくれました。

また、自身の経験談や面白話を交えながら、楽しく体操を行いました。

本名 築瀬 寛 (やなせひろし)

1985年7月23日 愛知県岡崎市に誕生

株式会社 GOBOU 代表取締役

日本福祉大学を卒業

28歳で地域密着型デイサービス「リハビリカフェ倶楽部」を開設。

その一方で、ごぼう先生というニックネームで座ったままできる体操を指導。介護事業所での体操コンテンツ指導日本一。講演会・研修会の出演回数は600回を突破。5万人以上の方々と健康体操を行う。



### 【参加者の声】

- ・ごぼう先生の話し方が良く、笑いが絶えなかった。おじいちゃん、おばあちゃんの例を出し親しみやすい。
- ・時間が経つのがあっという間でした。
- ・笑顔で最初から最後までいられて楽しいひとときでした。
- ・言葉をはっきりしていて聞きやすかった。
- ・ビデオで観るよりも実物の方が素敵です。

ごぼう先生、本当にありがとうございました!

問い合わせ先 福祉課 地域包括支援センター ☎ 30-6000

## 乾燥機・粉摺機の使用に際して環境への配慮を!

乾燥機や粉摺機から発生する粉塵や夜間の騒音、粉殻の焼却に対する苦情が寄せられています。

### 【粉塵・騒音対策】

- ・廃塵機の排出口を民家や道路に向けない。
- ・集塵スペースを設け、集塵装置を活用する。
- ・静音運転機能の活用や夜間・早朝の作業を控える。

ご理解・ご協力をお願いします。

### 【粉殻の処分について】

- ・一度に大量の粉殻を焼却しない。

問い合わせ先 産業振興課農林振興係 ☎ 0475-35-4447

## 入札結果

**事業名** 令和6年度石油貯蔵施設立地対策等交付金  
防火水槽新設工事  
**対象箇所** 長柄山地先  
**入札日** 8月21日  
**契約金額** 11,440,000円  
**契約業者** 中部興産(株)

**事業名** 長柄町設置型浄化槽整備工事(その3)  
**対象箇所** 味庄地先  
**入札日** 8月29日  
**契約金額** 1,727,000円  
**契約業者** (有)黒須商会

問い合わせ先 総務課 行政管財係 ☎ 35-2111

## おもな新着図書のお知らせ



## ■ ■ ■ 一般書

書名	著者名	書名	著者名
豊臣仁義 三河雑兵心得 14	井原 忠政	海岸通り	坂崎 かおる
難問の多い料理店	結城 真一郎	たったひとつの冴えない復讐	竹吉 優輔
人質の法廷	里見 蘭	OSO18を追え	藤本 靖
土下座奉行 どげざ禁止令	伊藤 尋也	なぞとき	畠中 恵
古本食堂	原田 ひ香	わたしの知る花	町田そのこ
そのままおいしい野菜の食べ方	食べチョク	茨鬼	吉森 大祐
破碎	クビヨンモ	武田の金、毛利の銀	垣根 涼介
弱った親と自分を守るお金とおトクなサービス超入門	安藤 なつ	あなたを待ついくつもの部屋	角田 光代
助太刀稼業 1 さらば故里よ	佐伯 泰英	赫夜	澤田 瞳子
サンショウウオの四十九日	朝比奈 秋	修羅の国の子供たち	田村 和大
緋あざみ舞う	志川 節子	私の死体を探してください。	星月 渉
ツミデミック	一穂 ミチ	つがいをいきる	松井 久子

## ■ ■ ■ 児童書

書名	著者名	書名	著者名
にんじん	せな けいこ	海面上昇のサバイバル 生き残り作戦 1	ゴムドリ c o.
ゆうびんやのくまさん	フィビ・ウォーゾット	あやし、おそろし、天獄園 銭天堂番外編 2	廣嶋 玲子
ピーターのいす	エズ・ジャック・キーツ	火の鳥 いのちの物語	鈴木 まもる
たんぽぽ	平山 和子	つかめ! 理科ダマン6 みんなが実験に夢中!	シンテフン
子どもに語る日本の昔話 1	稲田 和子 ほか	つかめ! 理科ダマン7 みんなで地球を冒険!	シンテフン
子どもに語る日本の昔話 2	稲田 和子 ほか	おきにいのりのしろいドレスをきてレストランにいきました	高畠 邦生
子どもに語る日本の昔話 3	稲田 和子 ほか	かぜがつかよひ	シゲリ カツヒコ
くまたのびっくりだいさくせん	柴田 ケイコ	どんぐり	たての ひろし



8月8日～9日にかけて、公開講座「ウェルビーイングから考える人口減少時代の地域デザイン」を開講しました。千葉大学・金沢大学・町民の方々16名が受講し、長柄町の特色を生かした、今後の暮らしやすいまちづくりのためのサービスやプロジェクトを考案しました。

「ウェルビーイング（幸福感）」は、「身体的・精神的・社会的に良好な状態であること」を表す言葉です。このウェルビーイングを政策づくりのための目じるしとして利用できるようにしたのが、デジタル庁の「ウェルビーイング指標（または地域幸福度指標）」です。令和5年度全国調査や自治体データをもとに、地域の暮らしやすさを数値化し、ウェブ上で公開しています。

ウェルビーイング指標は、現行の地方創生（デジタル田園都市国家構想）における指針となっています。しかし、長柄町をはじめとした小規模市町村ではデータが不足しており、今年度に私の属する研究チームが追加調査を行う予定です。



## ALT（外国語指導助手）の先生を紹介します

ALT（外国語指導助手）は、Assistant Language Teacherの略で、「生きた英語」を子どもたちに伝えるため、英語担当教諭と協力して授業を進めていくことが役割です。

今年の4月から町立小中学校及びながらこども園と一緒に英語教育を行っているALTをご紹介します。



氏名：William Nguyen  
（ウィリアム ニュエン）  
出身：オーストラリア

### ☆先生から一言

オーストラリアでの生活で経験した冒険や見識を共有することで、楽しく魅力的な英語体験を提供したいと思っています。

ALTとして働くことは、日本文化に浸ることができ、とてもやりがいがあります。

一日の中で一番好きなのは、生徒と昼食を共にすることです。



氏名：Emely Tupas  
（エミリー トウパス）  
出身：フィリピン

### ☆先生から一言

私は、教え子たちに対して常に効果的かつ効率的に指導を行うこと、先生方や地域社会との健全な関係を築くことを目指しています。





# 地域おこし協力隊 しこつーしん

## Vol.4 製材の現場・潜入レポート～前編～

みなさま、こんにちは！

地域おこし協力隊の武田史子（たけだ しこ）です。

前回の「伐採」に続き、今回は、その伐った木を、家などに使える材料にする「製材」の現場に行ってきました！

取材にご協力いただいたのは、友次製材所の宮田剛志さん。

私たちが徳増にログハウスを建てた際、自分たちで伐採した木を持ち込んで、柱や梁を作っていたいただいた大恩人です！

製材所に一歩足を入れると、大量の、さまざまなサイズの柱・板などの山！山！山！

これは、市場や現場で仕入れた木を、1年ほどかけて自然乾燥しているのですって。

水分が飛んで縮むのを見越して、仕上がりに、かなり大きめに作られています。



作業場には、圧倒的な存在感の機械が鎮座！

実際に使うところを、見せていただけることに。

この時は、皮がついたままの木を、家づくりに使うサイズの板に、スライスしていきます。機械を操る宮田さんは、



まるで坑道を駆るインディ・ジョーンズ！ただし、巨石が転がってくる…のではなく、巨大なノコギリの刃が待ち構え、木を正確に薄くスライスしていきます。大胆に見えて繊細な作業！

と、ここで、問題発生！？

宮田さん、何度もスライスした木の表面を撫でては、チョークで印をつけ、またスライス…を繰り返します。中の一部が腐っていて、販売する材としては使えないため、使える部分まで切っているのだそう。

木は1本1本形が違い、いびつだったり、反っていたり。

その中から、いかに効率よく使える材を切り出すか、が職人の知識・技・経験にかかっています。

宮田さんいわく、製材の仕事は「適材適所」。やんちゃな暴れん坊もいれば、静かなおとなしい子も。

年輪(年齢)によっても、本当に木は1本1本キャラが違う。それを「誰でも使える」ように変身させ、工務店などを通して、家などの建築物を作る橋渡しをしているんですね。言葉を使う仕事に携わってきましたが、改めて、適材適所の「材」って、木だったんだ！と目からウロコでした。

お仕事中にも関わらず、1時間のつもりが2時間半ほどお邪魔し…記事も1回では収まらず（笑）。

現場を見せてくださった宮田さん、本吉伸男さん、ありがとうございました！

というわけで、次回は後編！「材を作るだけじゃない!?製材のこれから」に続きます。



問い合わせ先 産業振興課 農林振興係 ☎ 35-4447

## 食中毒に気をつけましょう ～食中毒予防パレードを実施しました～



7月9日から9月30日の期間、食中毒警報が発令されています。

8月は「食品衛生月間」となっており、食中毒予防啓発活動の一環として、8月8日に長柄町食品衛生協会による「食中毒予防パレード」が行われました。

食中毒予防のポイントは細菌を「つけない」「ふやさない」「やっつける」です。手洗いをしっかりするなど、食中毒をおこさないように気をつけましょう。

問い合わせ先 健康保険課 健康推進係 ☎ 35-2115

## 農地の管理（草刈り）してありますか？



作付けをしていない農地は、定期的な草刈りをしないと、有害となる虫や鳥獣の温床となるなど、周辺の農地に悪影響を及ぼします。

長柄町地域農業推進協議会では、耕作放棄地の解消を目的に、農地の除草作業を請け負います。

費用は㎡あたり8円です。

例：1反歩（約1,000㎡）あたり8,000円

※対象は農地になります。

※ぬかるみ等で現場条件が悪い場合は実施できないこともあります。

問い合わせ先 長柄町地域農業推進協議会（事務局 産業振興課） ☎ 35-4447



## ふれあいながらこどもまつりを開催しました



7月21日、公民館で「ふれあいながらこどもまつり」を開催しました。多くの子どもたちが来館し、遊びコーナーのスーパーボールすくいや魚釣り、ボウリングなどで楽しんでいる様子がみられました。

暑い中、青少年相談員と読み聞かせボランティアの皆さまに運営のご協力をいただき、ありがとうございました。



## ながらホール からお知らせ

ながらホールの和室をキッズルームとして開放しています。お友達作りや、お話の場として使ってみませんか？

図書スペースには一般図書のほか、楽しく読み聞かせができる大型絵本や、キッズ用の読書スペースがあります。授乳室には、おむつ交換台と水道も完備していますので、お気軽にご利用ください。

時間：9：00～12：00

曜日：毎週火曜日、水曜日

使用料：無料

🌸 9月の開放予定日 9/25

🌸 10月の開放予定日 10/1、2、8、9、16、22、23



図書スペースでDVDの貸出しを行っています。

1回につき、5枚までを2週間貸出しできます。

なお、上映会などは著作権上禁止となっておりますので、人数を集めた鑑賞等は、ご遠慮ください。

問い合わせ先 生涯学習課（公民館） ☎ 35-3242

事務局(産直広場太陽)  
☎ 47-3711

## 千葉司法書士会茂原支部 無料法律相談会

### ◆日時

10月5日(土) 10:00～12:00、  
13:00～15:00

### ◆場所

茂原市総合市民センター 会議室1  
(茂原市町保13-20)

### ◆相談内容

- ・不動産の相続、売買、贈与等の登記に関すること
- ・会社、法人の登記に関すること
- ・債務整理、成年後見等の法律に関すること

※無料相談会。予約不要です。

☎ 千葉司法書士会茂原支部  
司法書士 宮田 祐志  
☎ 0475-36-2344

## 令和6年度「全国労働衛生週間」 について

令和6年度「全国労働衛生週間」が10月1日から10月7日まで実施されます。

全国労働衛生週間は、労働者の健康管理や職場環境の改善など「労働衛生」に関する国民の意識を高め、職場の自主的な活動を促して労働者の健康を確保することを目的に毎年実施されており、今年度のスローガンは、「推してすすみんな笑顔の健康職場」です。

誰もが快適で健康に働ける職場づくりへのご協力をお願いいたします。

☎ 千葉労働局健康安全課  
☎ 043-221-4312

## 調停手続相談を実施します

千葉地方・家庭裁判所 千葉一宮調停協会では、民事・家事調停委員(弁護士及び司法書士を含む。)による調停手続相談を実施いたします。

調停とは、裁判所の調停委員が問題解決のため、紛争を抱えた当事者の間に入り、話し合いにより解決を図っていく制度です。

離婚・養育費・相続・扶養などの家庭内の悩み事や、金銭・土地・建物・交通事故などの悩み事等でお困りの方は、解決の糸口を見つけてみませんか。

### ◆相談日

10月20日(日) 10:00～12:00、  
13:00～15:00

### ◆時間

10:00～15:00(1件あたり30分程度)

☎ 東千葉メディカルセンター  
事務部総務課  
☎ 50-1199(代)  
東千葉メディカルセンター HP ▲



## ご存じですか?労働委員会

### ～雇用のトラブル まず相談～

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い合わせください。

☎ (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

## 行政書士による無料相談会

### ◆日時

10月12日(土) 10:00～16:00

### ◆場所

茂原会場 茂原ショッピングプラザアスモ  
いすみ会場 いすみ市岬ふれあい会館  
大多喜会場 おおたきショッピングプラザオリブ

### ◆相談内容

相続手続きと遺言書の作成、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、法人設立に関する事、在留資格など国際業務に関する事、建設業など各種認可申請に関する事  
※予約制ではありません。

☎ 千葉県行政書士会 長夷支部  
竹村(茂原会場) ☎ 090-3211-5208  
浦田(いすみ会場) ☎ 0470-80-3123  
今関(大多喜会場) ☎ 0475-43-0202

## 秋のながらマルシェ

地元生産者が育てた秋の農産物としてイチジク・落花生の販売や、新米の試食、キッチンカーの出店など、農と食を満喫できるイベントです。また、野外ミニコンサートも実施しますので、ぜひ遊びに来てください。

### ◆開催日

10月12日(土) 13日(日)

### ◆時間

9:30～14:30

### ◆場所

都市農村交流ターミナル  
☎ ながらマルシェ実行委員会

# 暮らしの情報

暮らしに役立つ情報をお届けします

## あなたの就職をサポートします!

### ♪ポリテクセンター君津 受講生募集のお知らせ♪

求職者の方々が再就職に有利となる専門的な知識や技能を習得するための職業訓練を無料で行っていきます。

### ◆募集科

- ①テクニカルメタルワーク科(溶接・荷役コース) 11月生(6か月訓練)
- ②CAD/機械加工科 12月生(6か月訓練)

### ◆内容

- ①製造業で役立つアーク溶接を主とした金属加工のスキルに加え、フォークリフトなど荷役機械の操作を学びます。
- ②金属加工の仕事に必要なCADソフト・工作機械の使い方を学びます。

- ◆受講料 無料(テキスト代のみ自己負担1～2万円程度)

### ◆募集期間

- ①9月24日(火)まで
  - ②10月22日(火)まで
- ※お申し込みは管轄ハローワークへ

### ◆対象

離職中または転職を考えている方

### ◆見学会日時

毎週火曜日 13時～

※お申し込みはお電話で。

☎ ポリテクセンター君津

☎ 0439-57-6313(訓練課)



## 第26回東千葉メディカル センター市民公開講座

### ◆日時

10月17日(木) 15:00～16:00  
(14:45受付開始)

### ◆場所

東千葉メディカルセンター2階講堂  
(東金市丘山台三丁目6番地2)

### ◆演者

東千葉メディカルセンター  
耳鼻咽喉科 医長 伊藤 江里奈医師

### ◆演題

耳が聞こえにくいと認知症になりやすい!?

### ◆参加方法

事前申込不要です。  
当日会場にお越しください。

長生村文化会館（駐車場有り）

◆参加費

無料

◆参加申込

産業振興課 ☎0475-35-4447

◆申込締切 10月23日（水）

☎ 長生農業事務所改良普及課  
☎0475-22-1771

ふれあいながら文化祭  
第67回長柄町俳句大会のご案内

◆日時

11月9日（土）  
9:30 受付 10:00 開催

◆場所

公民館（ながランホール）

◆兼題

(1) 小春 (2) 落花生 (3) 自由句

◆投句締切

投句用紙に記入のうえ、9月30日（月）必着をお願いします。

◆会費

1,000円 お弁当代含む

◆その他

・投句用紙は公民館ロビーにあります。  
・投句のみの参加もできます。

◆投句先

〒297-0214 長柄町長富394-1  
花嶋 安美 ☎090-7205-5527

東金文化会館、晶光堂（茂原ショッピングプラザアスモ2階）、茂原市生涯学習課、電子チケット teket

◆その他

小中高生ペアチケットプレゼント実施中。詳しくは

<https://mobarasymphony.com>

☎0475-23-0084 佐藤

物流が変化している2024年今後の農産物販売について語ろう！  
長生農業フォーラム2024の開催

「農産物販売の新たなホライズン～未知の市場を切り開く勇気～」をテーマに、物流の変化が起きている2024年の中で様々な販売を実施している生産者の講演や農産物の流通・マーケティングの専門家を交えたパネルディスカッションが行われます。

併せて長生郡市農林業功労者表彰式、地域農産物の展示即売会、作業軽減ストレッチ講座、特産品抽選会も実施されます。

どなたでも参加できます。ぜひ足をお運びください。

◆日時

11月19日（火） 12:00～16:00

◆場所

◆場所

茂原市総合市民センター（茂原市町保13-20）

- ・秘密は守られます。
- ・直接会場にお越しください。
- ・感染症の状況によっては中止とすることがあります。

☎

千葉地方・家庭裁判所一宮支部

☎0475-42-3531

千葉地方裁判所事務局総務課庶務係

☎043-333-5236

千葉家庭裁判所事務局総務課庶務係

☎043-333-5302

茂原交響楽団

第26回ファミリーコンサート

◆日時

10月6日（日）14:00 開演

◆会場

東金文化会館大ホール

◆曲目

チャイコフスキー 幻想序曲「ロメオとジュリエット」 ビゼー 歌劇「カルメン」第1組曲、2組曲 他

◆指揮

吉田 悟

◆料金

前売券800円、当日券1,000円

◆販売先

## 介護ミニコラム 第3回

### 「安心のある生活」

普段から食生活や適度な運動をするなどの健康に配慮し、病気を予防することが非常に重要です。町では各種検診を実施しており、病気の早期発見やご自身の健康管理の一助としていただければと思います。

なお、介護予防教室などの事業を展開し、高齢者サポートの中心的な役割を担っているのが、「地域包括支援センター」です。専門の職員が高齢者の福祉・介護・保健・医療など幅広くご相談に応じます。些細なことでも結構ですので、お気軽にお越しください。

いつでも相談できる安心のある生活は、心にゆとりが生まれます。



問い合わせ先 健康保険課 保険係 ☎35-2115

## 清掃スタッフ募集

○時給 1,078円～ ※交通費支給  
※時給は変更する場合があります。詳細はお問合せください。

○勤務時間 ① 9:00～15:00

(シフト制) ② 9:00～12:00

○勤務場所 千葉市少年自然の家

ご応募される方は下記までご連絡ください。

(株)市原美装 TEL 0436-24-5857

担当：松岡 FAX 0436-24-5275

一信頼と巧みな技術をもってお応えします一

# 藤美建装

一般住宅塗装 / リフォーム工事

お客様のご希望に添えるように細かく丁寧な工事を心掛けています

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

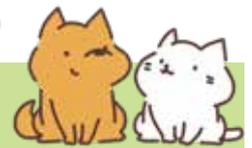
■千葉県いすみ市岬町桑田1508-2

いすみ市 藤美建装 🔍検索





## 千葉県動物愛護センター動物愛護事業



### 1 犬のしつけ方教室基礎講座 無料・予約必要（先着10名）・犬同伴不可

犬の正しい飼い方、しつけ方について知っていただくための教室です。

会場	動物愛護センター本所（富里市御料709-1）
講習時間	10:00～12:00（受付時間9:30～10:00）
日程	10/24（木）、11/28（木）、12/26（木）
連絡先	0476-93-5711

会場	動物愛護センター支所（柏市高柳1018-6）
講習時間	13:30～15:30（受付時間13:00～13:30）
日程	10/8（火）、11/12（火）、12/10（火）
連絡先	04-7191-0050

### 2 犬のしつけ方教室実技講座 有料・予約必要（先着5名）・犬同伴可

会場	動物愛護センター支所（柏市高柳1018-6）
受付時間及び講習時間	予約時に決定
日程	10/23（水）、11/27（水）
連絡先	043-214-7814（千葉県動物保護管理協会）

会場	動物愛護センター本所（富里市御料709-1）
受付時間及び講習時間	予約時に決定
日程	10/3（木）、11/7（木）、12/5（木）
連絡先	043-214-7814（千葉県動物保護管理協会）

### 3 飼い主募集中!!（譲渡事業）

当センターが収容している譲渡対象の成犬及び成猫について、適正に最後まで飼って頂ける方を募集しています。

平日個別に対応いたしますので、希望される方は、事前に来所日時のご予約をお願いします。

また、右記のとおり譲渡会を開催します。

会場	動物愛護センター支所（柏市高柳1018-6）
日程	10/27（日）
時間	13:00～16:00
連絡先	043-214-7814（千葉県動物保護管理協会）

なお、譲渡には条件があります。詳細は当センターHPをご確認ください。

<https://www.pref.chiba.lg.jp/aigo/kainushi-bosyu-honsyo.html>

<https://www.pref.chiba.lg.jp/aigo/kainushi-bosyu-shisyo.html>

問い合わせ先（公財）千葉県動物保護管理協会 ☎ 043-214-7814

## 広報ながら8月号お詫びと訂正

2ページ、「第65回 長生郡民スポーツ大会成績表」の記事に誤りがありました。

正しくは下記のとおりです。お詫び申し上げますとともに訂正します。

(誤)			(正)		
個人			個人		
種目	成績	氏名	種目	成績	氏名
グラウンドゴルフ	準優勝	石井 照子(大津倉)	グラウンドゴルフ	準優勝	篠田 政子(大津倉)
グラウンドゴルフ	第3位	篠田 政子(大津倉)	グラウンドゴルフ	第3位	石井 照子(大津倉)

## ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

## ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円  
9月17日(火) 2種類同時発売!

発売期間 9/17(火)～10/17(木)

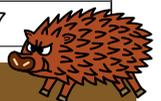
公益財団法人千葉県市町村振興協会

## 有害鳥8月分捕獲実績

有害鳥獣名	捕獲数	令和6年度累計
ハクビシン	3	40
アライグマ	44	330
イノシシ	101	287
シカ	0	7
キョン	2	7

問い合わせ先

産業振興課 農林振興係 ☎ 35-4447



# なから俳句

八月の句会より

今月のお題  
・残暑・西瓜  
・一字折込み刃・当季雑詠

かぶりつく井戸の西瓜や里の景  
流星の一刀両断槍穂高  
新札の中に新涼目覚めけり  
秋暑し孫も真似する肘まくら  
正眼に構え媼の西瓜割  
軍刀の錆びたるままや敗戦忌  
渡辺 みのる

大西瓜三千円の札ついて  
りんご剥く刃先は唄にのるごとく  
パリ五輪に酔ひてフワフワ昼寝かな  
山口 光子

戦争が又にじり寄る秋暑し  
進む音の涼味や西瓜食ふ  
いかづちの天割り地割る豪雨かな  
山崎 清風

草むしる農婦の背に残暑の陽  
横井土を出れば西瓜の性終る  
年老いて帯も浴衣も古りにけり  
川嶋 幸子

西瓜下げ重さに耐えぬわが断  
夏休みスマホイヤホン二刀流  
友からの絵手紙嬉し夏見舞い  
松本 芳子

畑仕事首に手拭い残暑かな  
親友の西瓜そろそろ届くころ  
青葉闇太刀はするごとく闇を切る

照れくさや西瓜提灯いざたまえ  
山頂で小さくジャンプ天の川  
刀掛け躍りの向こう涼新た  
山根 義弘

したたかな残暑の雨の心地よさ  
西瓜だき座り心地の様子見る  
目つむりて聴く声遠し風の盆  
森 しげる

古びたる鏝にほふ残暑かな  
引水にぐるりと回る西瓜かな  
軽トラの荷台に遊ぶ盆の竹  
大野 史恵

朝夕や穏やかなれど秋暑し  
西瓜割り午後のひととき皆笑顔  
男の子刀遊びや日盛に  
安藤 みさ江

被爆地の黒の開襟残暑かな  
刀剣の刃に映る秋の月  
夏の日に産声高しオンライン  
小出 美千代

楽しみは日に日に太る西瓜かな  
一刀の気合で割らむ大南瓜  
みそはきを小束に結びて美しく  
武内 克一

温暖化残暑いつ来る待ちに待つ  
病室に西瓜のハガキ届きたる  
夏の夜や軒豪快朝迎え  
花嶋 安美

大西瓜四つ割先ずはご近所へ  
大谷の歓声炎ゆる二刀流  
月今宵万葉仮名の書に浸る

## 自衛官等募集中!!

防衛省・自衛隊では、次のとおり防衛大学校学生及び防衛医科大学校学生等を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日	合格発表等	入隊(校)時期	待遇・その他
防衛大学校学生	一般 18歳以上21歳未満の者 (自衛官は23歳未満) 高卒者(見込含)又は 高専3年次終了者 (見込含)	10月17日 まで	1次試験:11月2日 2次試験:11月30日 ~12月4日	1次:11月20日 最終合格: 12月27日		修学年限4年 卒業後1年で3 等陸・海・空尉
防衛医科大学校学生	医学科 学生 18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)又は 高専3年次終了者 (見込含)	10月9日 まで	1次試験:10月19日 2次試験:12月11日 ~13日	1次:11月28日 最終: 令和7年1月30日	令和7年 4月上旬	修学年限6年 医師免許取得 後、2等陸・海・ 空尉
		10月2日 まで	1次試験:10月12日 2次試験:11月23日・ 24日	1次:11月7日 最終: 令和7年2月4日		修学年限4年 看護師免許取得 後、卒業後約1 年で、3等陸・ 海・空尉
自衛官候補生	18歳以上33歳未満	年間を通じ て行ってい ます。	受付時にお知らせ します。	試験後にお知らせ します。	令和7年 3月下旬~ 4月上旬	所用の教育を 経て、3か月後に 2等陸・海・空 士に任用

※ 詳しくは自衛隊茂原地域事務所までお問い合わせください。

自衛隊 茂原地域事務所(担当:芝原、太田)

☎ 25-0452

茂原市町保3-217 シティビル2階



<自衛官募集HP><自衛官募集X(旧Twitter)>

## 各種相談日程

【 町 】

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

※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。

子どもの虐待などの相談	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。	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】

精神保健福祉相談	偶数月第2火曜日、毎月第3金曜日	14:00～16:00(予約制)	地域保健福祉課 ☎ 22-5914
	奇数月第3火曜日	14:00～15:00(予約制)	
エイズ・性感染症・ 肝炎検査(無料)	[即日検査] 毎月 第1・3火曜日	13:00～13:30(予約制)	健康生活支援課 ☎ 22-5166
	[夜間検査] お問い合わせください。	お問い合わせください	
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、休日、休前日、休前々日を除く)	9:00～11:00	総務企画課 ☎ 22-5167
家庭児童相談	月曜日～金曜日	9:00～17:00	地域保健福祉課 ☎ 22-5914
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：(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

### 「ぼんやりする」という病気

脳神経外科 医師 金岡 杏純

「主人が最近、ボーとして、言ったことも覚えてないの。認知症でしょうか」

外来でこのような相談を受けることがあります。もちろん、認知症の場合もありますが、中には「てんかん」という病気が隠れていることがあります。てんかんは子供に多い病気というイメージがあるかもしれませんが、実は、小児と高齢者の二峰性で高齢者にも多い病気です。また、100人に1人が発症すると言われており、決して珍しい病気ではありません。

てんかんの典型的な症状はけいれんです。けいれんは手足や体全体が自分の意志とは関係なく突っ張ったり、ガクガク震えたりする状態で、数秒～数分程度持続します。ただ、すべてのてんかんがけいれんを伴うわけではなく、中にはけいれんが出にくいタイプの

てんかんがあります。「側頭葉てんかん」というてんかんは高齢者に多いてんかんの一つで「1点を見つめてぼんやりする」「口をもごもごする」「手をもごもごさせる」などの症状(発作)が出るのが特徴です。こうした症状は数分程度持続し、発作時の記憶がないため、認知症と誤診される場合もあります。

てんかんは抗発作薬(抗けいれん薬)の治療で7割の方が、発作が抑制されますが、残りの3割は複数の薬を内服しても発作がコントロールされない難治性てんかんとなります。難治性てんかんの中には手術により発作消失・改善が期待できるものもあり、特に側頭葉てんかんは手術での発作消失は8割以上と言われて

います。上記のような症状に心当たりがある方はぜひ一度ご

医療法人

SHIODA

塩田記念病院

TEL 35-0099

相談ください。

## 編集後記

今月号から広報ながらの担当となりました。以前も広報を担当しており、広報ながらNo.463は自分が初めて発行した記念すべき広報ながらでした。しかし、初っ端から表紙の写真がブレているのでは?とかなりの方からご指摘をいただき、あらためて見ると確かにピンボケしていました。今回は、頑張ってピントを合わせていきたいと思っております。皆さんよろしくお祈りします。(行方)

## 人口と世帯数

9月1日現在

人口	6,252人	- 12
男	3,171人	+ 2
女	3,081人	- 16
世帯数	2,954世帯	+ 2

### 8月中の動き

転入	16人	転出	24人
出生	2人	死亡	8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(月)です。納め忘れの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。



食生活改善健康づくり推進員のおすすめ!

# かんたん健康レシピ

## 旬の野菜で手軽に美味しい

### ゆうりん「油淋なす」



#### ここがポイント♪

なすが「しんなり」するまで油でじっくり炒めるのがポイントです。酸味が適度に効いていて、残暑厳しい中でも食がすすみやすい味付けです。もっと手軽にするには、油で炒めたなすを市販の麺つゆにつける「焼びたし」もあります。この場合はなす以外にピーマンやかぼちゃなどでも美味しくできますよ。なすを大量消費できるレシピ、いかがですか？

#### <材料/大人2人分>

なす.....中2本	にんにく.....5g
サラダ油.....大さじ2	酢.....大さじ1
白ネギ.....1/4本	砂糖.....大さじ1
★ 水.....大さじ1	鶏ガラスープの素・小さじ1/8
しょうゆ.....大さじ1	ごま油.....小さじ1

#### ◆作り方◆

- ①なすは縦半分（厚みがある場合はさらに縦半分）にし、斜めの切込みを入れて5cm厚さの半月切りにする。ポウルで5分程度水にさらして水分をよく絞る。
- ②白ネギはみじん切り、にんにくはすりおろす（チューブの場合は2cm）。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、①を入れて油でしんなりするまでよく炒める。
- ④★の材料をまぜ、③を入れてからめてから、ごま油を加えて香りをつけ、火を止める。

#### ◆栄養価/1人分

エネルギー	194kcal	炭水化物	11.6g	たんぱく質	1.9g
脂質	15.6g	食物繊維	2.0g	食塩相当量	1.2g

問い合わせ先 健康保険課 健康推進係（食生活改善健康づくり推進員会事務局） ☎ 35-2115

#### 各公共施設の 休館日

町公民館  
町福祉センター  
都市農村交流センター

9/24(火)・30(月)・10/7(月)・15(火)  
詳細については電話でお問い合わせください。(☎35-3242)  
毎週月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)、12月29日～翌年1月3日(☎30-7200)  
毎週木曜日 ※詳細については電話でお問い合わせください。(☎35-0055)

#### 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等をアドバイスします。

相談時間 毎日夜間 19:00～翌8:00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#7119へご相談ください。

##### 相談受付日時

- 月曜日～土曜日 18:00～8:00(翌朝)
- 日曜日・祝日・年末年始・ゴールデンウィーク 9:00～8:00(翌朝)

##### 電話番号

プッシュ回線・携帯電話 #7119  
ダイヤル回線・IP電話・PHS ☎03-6810-1636

#### 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
9/22	君塚病院 (25)1811	公立長生病院 (34)2121
9/23	すだ内科医院 (24)7717	菅原病院 (25)1171
9/29	いちのみやクリニック (42)1616	きたじまクリニック (26)7050
10/6	長島医院 (42)8800	穴倉病院 (24)2171
10/13	大木医院 (23)2546	菅原病院 (25)1171
10/14	茂原中央病院 (24)1191	おゆみの中央病院茂原クリニック (25)7755
10/20	牧野医院 (24)2222	穴倉病院 (24)2171
10/27	もといハッピークリニック (36)3537	公立長生病院 (34)2121

#### 長生郡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