

広報ながら

3

No.438

2019.3.19 発行

卒業



3月9日、長柄中学校で卒業証書授与式が行われました。

4月7日（日） 千葉県議会議員選挙の投票日です

投票時間 7:00から20:00まで

◆投票日当日、仕事やレジャーで投票に行けない方は、期日前投票または不在者投票ができます。

○期日前投票・不在者投票期間

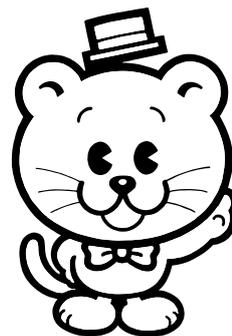
3月30日（土）～4月6日（土）の土日を含む毎日

○期日前投票・不在者投票時間

8:30～20:00

○期日前投票・不在者投票場所

役場 1階 町民ギャラリー



◆最近、引越された方へ

平成30年12月29日以降、現住所地の千葉県内市町村に転入届を提出された方は、

①転入前の住所が千葉県外である場合

→今回の千葉県議会議員選挙の投票はできません。

②転入前も千葉県内の市町村に住所を有していた場合

→原則として、転入前に3か月以上住み続けた住所地の選挙区で投票ができます。

※千葉県内のいずれかの市町村に3か月以上住み続け、以降、継続して千葉県内に住所があることが必要です。

この場合、市区町村で発行される「引き続き県内に住所を有することの証明書」を提示するか、投票所において「引き続き県内に住所を有することの確認の申請」をする必要があります。

また、あらかじめ転入前に3か月以上住み続けた住所地の選挙管理委員会から投票用紙等を取得し、現住所地の選挙管理委員会では不在者投票を行うこともできます。

詳しくは、選挙管理委員会にお問合せください。

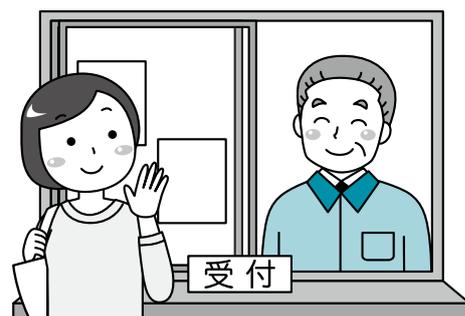
問い合わせ先 長柄町選挙管理委員会 ☎35-2111

役場宿日直業務を民間委託します

4月から、夜間宿直業務のほか、土日、祝日等の日直業務についても民間委託することになりました。

庁舎警備、戸籍届出等の受領、火葬許可証の発行、緊急連絡等の職員への取り次ぎ等は、警備員が行うこととなります。

皆様のご理解とご協力をお願いします。



問い合わせ先 総務課 庶務秘書係 ☎35-2111

人事行政運営等の状況を公表します

1. 職員の任免及び職員数の状況

(1) 職員数 (各年4月1日現在)

部 局	職 員 数	
	平成30年	平成29年
町 長	96人	96人
教育委員会	11人	11人
議 会	2人	2人
農業委員会	1人	1人
合 計	110人	110人

(2) 採用・退職者数 (平成29年度)

採用者 7人	退職者 2人
--------	--------

3. 職員の勤務時間その他の勤務条件の状況 (平成30年4月1日現在)

勤務時間	8:30~17:15
休 憩	12:00~13:00

2. 職員の給与の状況

・一般職

区 分	平成30年	平成29年
平均年齢	39.1歳	38.5歳
平均給料月額	300,166円	294,593円
平均給与月額	350,148円	346,520円

・技能労務職

区 分	平成30年	平成29年
平均年齢	55.5歳	54.5歳
平均給料月額	268,033円	266,600円
平均給与月額	268,033円	274,598円

※「平均給与月額」とは、給料月額に扶養手当、住居手当、時間外手当などの諸手当の額を合計したものの。

4. 職員の分限及び懲戒処分の状況 (平成29年度)

職員の分限処分の状況※	降任0人	免職0人	休職1人	降給0人
職員の懲戒処分の状況	戒告0人	減給0人	停職0人	免職0人

※「分限処分」とは、一般職の公務員で勤務実績が良くない場合や、心身の故障のためにその職務の遂行に支障があり、又はこれに堪えない場合などその職に必要な適格性を欠く場合、職の廃止などにより公務の効率性を保つことを目的としてその職員の意に反して行われる処分のこと。

5. 職員のサービスの状況

(1) 年次休暇の状況

(平成29年1月1日~平成29年12月31日)

平均使用日数	9.0日
消 化 率	23.3%

(2) 育児休業及び部分休業の状況 (平成29年度)

	育児休業取得者	部分休業取得者
男性職員	0人	0人
女性職員	5人	0人

6. 職員の研修及び勤務成績の評定の状況 (平成30年度)

職員研修では、新規採用職員研修、中級職員研修、係長研修、課長研修などのほか、外部研修機関による専門的研修を行っています。

また、職員の執務について定期的に能力や実績などに関する勤務成績の評定を行い、その評定結果に基づき、昇給や昇任などを行っています。

7. 職員の福祉及び利益の保護の状況 (平成30年度)

職員の健康管理状態を把握し、健康障害や疾病の早期発見を行うため、定期健康診断を行っています。

(1) 千葉県市町村職員互助会

地方公共団体が共同して職員のために実施する厚生制度に併せて、会員の相互共済により、福祉増進の事業等を行っています。(公費負担金：H29年度 134千円、H30年度 141千円)

(2) 町職員互助会 (協会)

職員の会費を原資として、職員の福利厚生を図るため、各種事業への助成や会員相互の祝い金、見舞金等の給付事業を行っています。

8. 公平委員会における業務の状況

(1) 勤務条件に関する措置の要求 措置要求件数

H28年度

0件

H29年度

0件

(2) 不利益処分に関する不服申立て 措置要求件数

0件

0件

長柄町職員の給与等を公表します

職員の給与は、地方公務員法に基づき、町議会の審議を経て町の条例で定められています。
みなさんに広く内容を知っていただくため、職員に支給される給与や人事について公表します。

◆総括

資料：平成30年地方公務員給与実態調査
定員管理調査

(1) 人件費の状況（普通会計決算）

区分	住民基本 台帳人口 (30.1.1)	歳出額 A	実質 収支	人件費 B	人件 費率 B/A	(参考) 28年度の 人件費率
	人	千円	千円	千円	%	%
平成 29年度	7,150	4,063,327	153,412	858,871	21.1	20.3

(2) 職員給与費の状況（普通会計決算）

区分	職員数 A	給与費				一人当 り給与費 B/A
		給料	職員手当	期末・勤 勉手当	計 B	
	人	千円	千円	千円	千円	千円
平成 29年度	102	352,088	51,557	139,004	542,649	5,320

(注) 1 職員手当には退職手当を含みません。
2 職員数は、平成29年4月1日現在の人数です。

◆職員の平均給与月額、初任給等の状況

(1) 職員の平均年齢、平均給料月額および平均給与月額の状況 (平成30年4月1日現在)

①一般行政職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
長柄町	39.1歳	300,166円	350,148円
千葉県	41.3歳	312,096円	405,061円

②技能労務職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
長柄町	55.5歳	268,033円	268,033円
千葉県	53.9歳	320,721円	380,638円

(注) 1 「平均給料月額」とは、平成29年4月1日現在における職員の基本給の平均です。

2 「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などのすべての諸手当の額を合計したものです。

◆一般行政職の級別職員数等の状況

(1) 一般行政職の級別職員数の状況（平成30年4月1日現在）

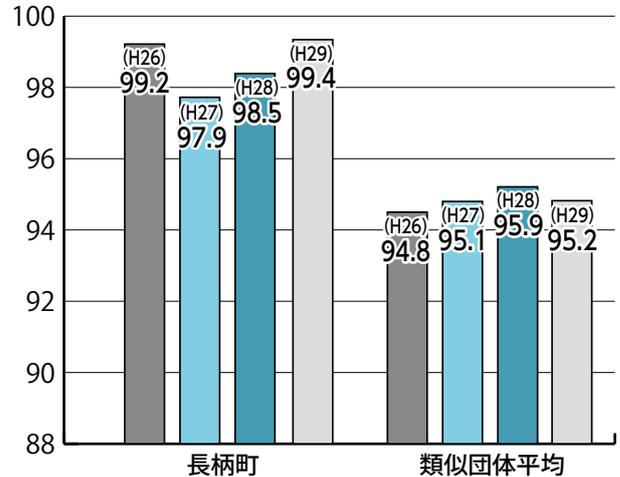
区分	標準的な職務内容	職員数	構成比
7級	課長、局長、主幹	9人	12.7%
6級	課長補佐、副主幹	4人	5.6%
5級	主査	14人	19.7%
4級	係長、主査補	9人	12.7%
3級	副主査	12人	16.9%
2級	主事	14人	19.7%
1級	主事、主事補	9人	12.7%

(注) 1 長柄町の給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。
2 標準的な職務内容とは、それぞれの級に該当する代表的な職務です。

(2) 昇給への勤務成績の反映状況

人事評価制度を導入し、昇給へ反映させています。

(3) ラスパイレス指数の状況



(注) ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の地方公務員の給与水準を示す指数です。

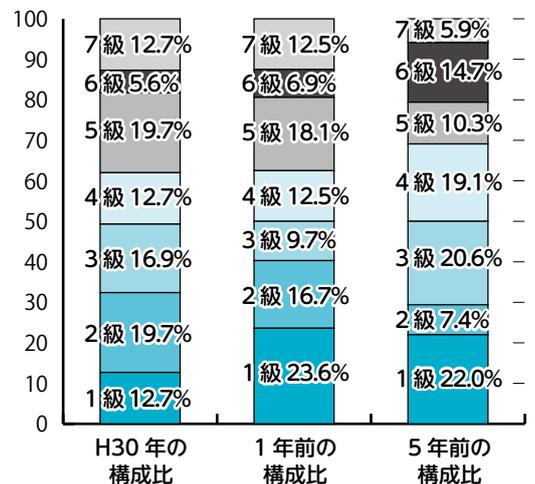
(2) 職員の初任給の状況（平成30年4月1日現在）

区分	長柄町	千葉県	国	
一般行政職	大学卒	179,200円	185,800円	179,200円
	高校卒	151,500円	151,500円	147,100円

(3) 職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

(平成30年4月1日現在)

区分	経験年数			
	10年～14年	15年～19年	20年～24年	
一般行政職	大学卒	256,333円	311,750円	362,250円
	高校卒	該当なし	280,767円	333,325円



◆職員の手当の状況

(1) 期末手当・勤勉手当

長柄町	国
1人当たり平均支給額 (平成29年度) 1,331千円	-
(平成28年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 2.60月分 1.80月分 (1.45月分) (0.85月分)	(平成29年度支給割合) 期末手当 勤勉手当 2.60月分 1.80月分 (1.45月分) (0.85月分)

(注) () 内は、再任用職員に係る支給割合です。

(2) 退職手当 (平成30年4月1日現在)

支給率	長柄町		国	
	自己都合	勸奨・定年	自己都合	早期・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分	47.709月分	47.709月分
その他の加算措置	定年前早期退職特別措置 (2~20%加算)		定年前早期退職特別措置 (2~45%加算)	

(3) 地域手当 (平成29年度決算)

支給実績 (支給率3%)	11,865千円	職員1人当たり平均支給年額	106千円	支給率 (平成30年4月1日現在)	0%
--------------	----------	---------------	-------	-------------------	----

(4) 特殊勤務手当 (平成30年4月1日現在) 手当の種類は次の3種類ですが、平成29年度の支給実績はありません。

手当の名称	主な支給対象職員	主な支給対象業務	左記職員に対する支給単価
伝染病防疫作業従事手当	同左の作業に	感染症に汚染されている区域で行う患者の看護等	日額2,000円以内
危険作業手当	従事したもの	足場の不安定な高所で行う作業等	日額2,000円以内
行路病人及び死亡人取扱手当	同左の取扱をしたもの	行路病死亡人の収容処理作業	日額2,000円以内

(5) 時間外勤務手当 (平成29年度決算)

支給実績	9,403千円	職員1人当たり平均支給年額	97千円
------	---------	---------------	------

(6) その他の手当 (平成30年4月1日現在)

手当名	内容及び支給単価	国の制度との差異	支給実績 (平成29年度決算)
扶養手当	・子 10,000円 ・特定期間の加算 1人 5,000円 ・子以外の扶養親族 6,500円	同じ	8,750千円
住居手当	・借家の場合 (家賃12,000円を超える) 家賃の額に応じて支給 (最高27,000円)	同じ	3,595千円
通勤手当	・自家用車等を利用する場合、通勤距離に応じて支給 (片道2km以上)	異なる (使用距離区分)	8,725千円
管理職手当	・課長、局長 56,000円 ・課長補佐 28,000円	異なる	8,400千円
宿日直手当	・一回につき 4,200円	-	2,537千円

◆特別職の報酬等の状況 (平成30年4月1日現在)

給料月額等									
給料	町長	788,000円	期末手当	町長	(平成30年度 支給割合)	退職手当	町長	(算定方式) 給料月額×在職月数×35/100	(支給時期) 任期ごと
	副町長	639,000円		副町長	4.40月分		副町長		
報酬	教育長	577,000円	議会議長	議会議長	(平成30年度 支給割合)	議会議長	議会議長	給料月額×在職月数×20/100	任期ごと
	副議長	237,000円		副議長	4.40月分		副議長		任期ごと
	議員	214,000円		議員			議員		任期ごと

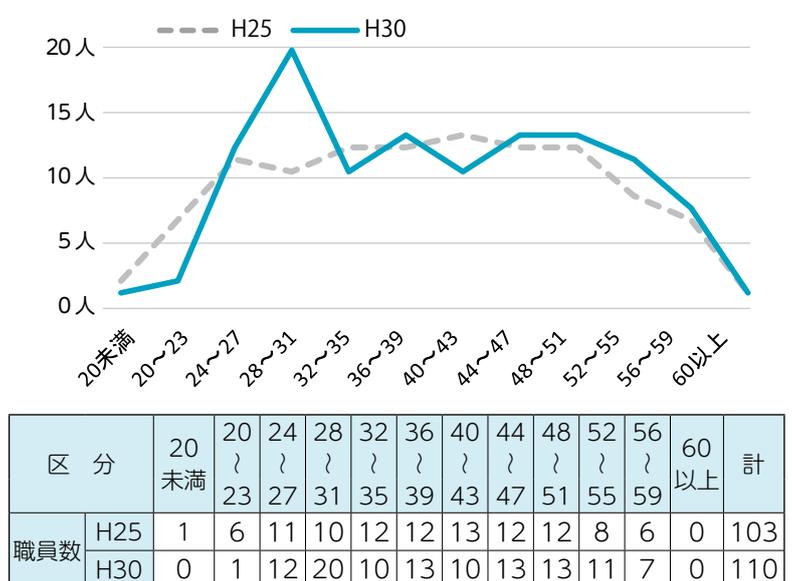
◆職員数の状況

(1) 部門別職員数の状況 (各年4月1日現在)

区分	部門	職員数		対前年 増減数	
		平成29年	平成30年		
普通会計部門	一般行政部門	議会	2	2	0
		総務	20	21	1
		税務	7	8	1
		農林水産	9	8	▲1
		商工	1	1	0
		土木	8	7	▲1
		民生	35	35	0
		衛生	9	9	0
	計	91	91	0	
	教育部門	11	11	0	
公営企業等 会計部門	下水道	1	1	0	
	その他	7	7	0	
	小計	8	8	0	
合計		110	110	0	

(注) 1 職員数は一般職に属する職員数です。
2 []内は、条例定数の合計です。

(2) 年齢別職員構成の状況 (平成30年4月1日現在)



固定資産の縦覧について

町では1月1日現在の固定資産を次のとおり縦覧します。

- 縦覧期間** 4月1日(月)から5月7日(火)まで 8:30から17:00まで (土・日曜日、祝日を除く。)
- 縦覧場所** 役場 税務住民課 課税係 窓口
- 縦覧できる人** 長柄町に所在する土地または家屋に課する固定資産税の納税者
(土地または家屋のいずれか一方のみの納税者は、縦覧も土地価格等縦覧帳簿または家屋価格等縦覧帳簿いずれかになります。)
- 縦覧する内容** **土地価格等縦覧帳簿** 所在、地番、地目、地積、価格
家屋価格等縦覧帳簿 所在、家屋番号、種類、構造、床面積、価格
- 縦覧に必要なもの** 納税通知書または課税明細書
いずれも提示できない場合は身分証明書(免許証等)により町が課税の有無を確認します。

問い合わせ先 税務住民課 課税係 ☎35-2112

転入・転出・転居される方は届出が必要です

3月、4月は進学や就職などで転入・転出が多くなる時期です。住所を移される方は、速やかに届出をしてください。

届出の種類	届出の時期
転入届 (町外から長柄町に引っ越したとき)	引っ越した日から14日以内
転出届 (長柄町外へ引っ越すとき)	引っ越し先が決まったら速やかに
転居届 (長柄町の中で引っ越したとき)	引っ越した日から14日以内

※転入届には転出証明書が必要です。前住所地の市区町村役場で転出手続きを済ませてください。

窓口に来た方の本人確認を行います。運転免許証など、公的機関が発行した顔写真付きの身分証明書をお持ちください。お持ちでない方は、健康保険証・年金手帳など2点での確認になります。代理の方が届出する場合は、本人からの委任状が必要です。マイナンバーカード又は通知カードの記載事項を変更しますので、忘れずにお持ちください。

問い合わせ先 税務住民課 戸籍係 ☎35-2113

有害鳥獣2月分捕獲実績

有害鳥獣名	捕獲数	平成30年度累計
ハクビシン	4	80
アライグマ	24	212
イノシシ	22	450
二ホンジカ	0	4

問い合わせ先
産業振興課 農林振興係 ☎35-4447



入札結果

事業名	長柄町新公民館建設に伴う 地質調査業務(予備調査)
業務場所	長柄町桜谷地先
入札日	2月28日
契約金額	2,160,000円
契約業者	関東天然瓦斯開発(株)

問い合わせ先
総務課 行政管財係 ☎35-2111

荒井 良次 氏

千葉県産業廃棄物関係事業功労者表彰 を 受章

1月24日に開催された第18回千葉県廃棄物適正処理推進大会において、永年にわたり不法投棄監視員としてご活躍いただいている荒井良次氏（山之郷）は、その功績が認められ、この度、千葉県産業廃棄物関係事業功労者千葉県環境生活部長章を受章されました。

※不法投棄監視員とは、町内で不法投棄がされていないか普段から監視し、定期的に町と合同パトロールを行い不法投棄の防止、抑止をしている方のことです。



中学生ボランティアへ感謝状を贈呈しました

教育委員会では、平成30年度の中学生ボランティアの皆さんに感謝の意を表し感謝状を贈呈しました。

ボランティアの皆さんには、子ども会・公民館などの生涯学習関係事業の中や福祉事業の中で活動していただきました。事業もスムーズに進められ、参加した町民の方々からも、中学生の熱心な活動に感謝したいとの言葉をいただいております。

ボランティア活動は、社会貢献とともに、「自分のできることをして自分自身も向上する」という考え方に変わってきています。中学生ボランティアの皆さんも、今回のボランティア活動を通して、自分自身の向上に活かしていただきたいと思います。

中学生ボランティアの皆さん

青木紀樺、高鍋ゆい、高山シャイリイ、新美奈々美、安田羽妙、吉橋要、米倉初実、秋元天良、荒川絵麻、大野紫苑、関瑠美、宮崎こころ、米本侑花、渡辺浩平、池澤恵恋、金坂拓実、木嶋菜々、鈴木梨心、高橋瑞希、田坂晃大、永嶋なつ、三橋一輝、本吉純也、山本桃夏、石井蕾、木村このは、佐久間礼奈、関航太郎、武田佑樹、野崎萌、花澤那奈、蒔田智代、井上瑠偉、大和久翔央、岡田壮斗、風戸海里、多賀千紘、谷脇琴、鶴岡美咲、藤井大貴、藤平恵利花、細野名月、前橋力、山本采奈、若菜千聖、荒井嘉乃、今井涼菜、鶴澤拓巳、岡戸珠海、加藤未華、草野和真、小泉環太、齋藤友也、鈴木理世、仲村大智、長谷川海斗、古谷一真、蜜石紗彩、目良龍杜、山越然、山崎南奈、吉橋蒼 以上62名（順不同 敬称略）（内、当日体調不良により欠席者がありました。）



犬の集合注射を行います



狂犬病は人間を含むすべての哺乳類に感染し、いまだ有効な治療法がない為、発症すると高い確率で死に至ります。

犬の所有者は厚生労働省の定めるところにより、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。(狂犬病予防法第5条)

予防注射は必ず受けましょう。

※飼い犬がすでにいない場合は登録抹消手続きが必要となりますので、ご連絡ください。

平成31年度狂犬病予防集合注射日程

実施日	実施会場	実施時間
4月16日(火)	長柄町役場	9:00～9:30
	皿木青年館	9:50～10:20
	山之郷 平川商店前	10:40～11:10
	旧JA長生長柄支所	11:30～12:00
4月17日(水)	長柄町役場	9:30～10:00
	神崎商店米倉庫(旧昭栄中前)	10:20～10:50
	刑部 梅乃木荘	11:10～11:40
4月21日(日)	長柄町役場	9:00～11:00

問い合わせ先 建設環境課 生活環境係 ☎35-2114

スプレー缶・カセットボンベの 廃棄方法について

近年、スプレー缶・カセットボンベの穴あけによる事故、ゴミ収集車やゴミ処理場での火災や爆発事故が発生しています。

そのため、次の方法で排出をお願いします。

- ①スプレー缶・カセットボンベは「資源ゴミ」の日に出してください。
- ②スプレー缶・カセットボンベは中身を使い切って、穴を開けずにスプレー缶・カセットボンベ専用ネット袋(黄色)に入れてください。
※ネット袋については資源ゴミの日にカン専用・ペットボトル専用ネット袋と同様に集積所に用意します。
※中身の残っているものについては長生郡市広域市町村圏組合環境衛生課にご相談ください。
※ガスボンベや消火器(スプレータイプは可)は出せません。

ペットボトルのキャップ・ラベルの分別に ご協力ください

- ①ラベルとキャップをとってください。
- ②軽く水洗いしてください。
- ③「資源ゴミ」の日にはペットボトル専用ネット袋(緑色)に入れてください。
※つぶす必要はありません。食料、飲料用に限ります。対象外のペットボトル、卵のパック、農薬等を入れたもの、再利用したペットボトルは燃えるゴミになります。

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
長柄町役場 建設環境課 生活環境係 ☎35-2114

平成31年度町設置型浄化槽整備事業について

町設置型浄化槽整備事業は、4月1日(月)から、受付予定です

■事業の内容

この事業は、町が事業主体となり合併浄化槽を設置し、使用者が町へ使用料金を納めることにより維持管理を行う(内容は※参照)事業です。(農業集落排水事業対象区域・町営住宅・ふる里村は対象外となります。)

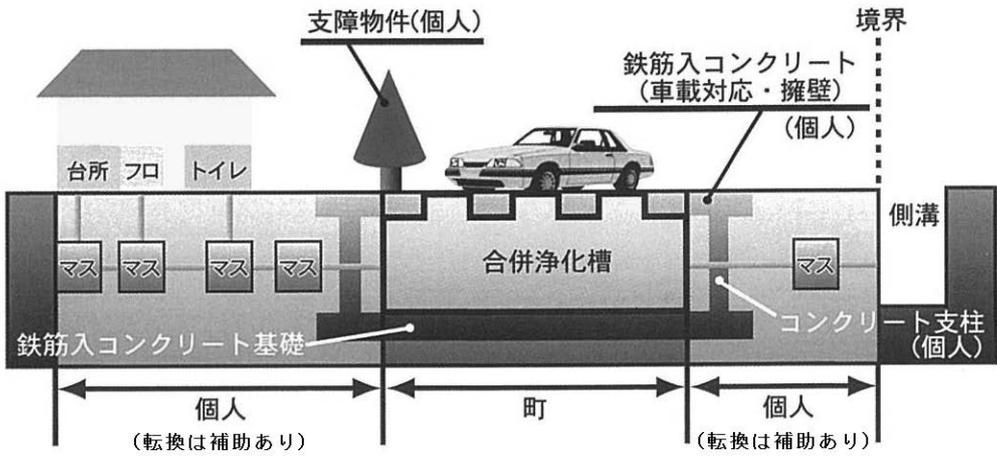
※参照 使用者から徴収した使用料は、以下の維持管理に充てられています。

- ①保守点検業務(年4回:機械の点検・調整、スカム・汚泥の状況確認、消毒剤の補充)
- ②法定検査(年1回:水質等の検査や保守点検・清掃が適正に行われ、正しく機能しているかを公的に検査する。)
- ③清掃(槽内にたまった汚泥の引き抜きなどを行う。)
- ④消耗品の交換や修繕(ただし、使用者が自己責任で破損させた場合やブローアの交換は使用者の負担となります。)

以上、①②③④は町が業者に委託し、料金を支払っています。

使用料の算定例:使用料金を2ヶ月に一度徴収します。1ヶ月の料金算定は基本料金1,000円と人数割1人当たり500円の合計に消費税率を乗じた金額になります。

例:一般住宅の場合(4人家族1ヶ月分)
基本料金.....1,000円
人数割(500円×4人).....2,000円
1ヶ月の使用料金.....3,000円 ※別途消費税



■工事費用負担区分

・個人分担金 5人槽:100,000円 7人槽:120,000円 10人槽:150,000円

■浄化槽設置に関連する補助金一覧

【排水処理装置補助金】

浄化槽設置の際、放流先につなげられない関係で排水処理装置を設置する場合

補助対象	補助率	限度額
蒸発拡散装置	該当経費の2分の1以内	5人槽 250,000円
		7人槽 350,000円
		10人槽 500,000円
排水溝への放流ポンプ装置 浄化槽本体と別の槽を設け30万円を超えるもの	該当経費の2分の1以内	200,000円

【転換補助】既設の単独浄化槽及び汲み取り式から合併浄化槽へ転換する場合も補助があります。

観光・商工イベント情報

○長柄ダム・桜鑑賞エリアのライトアップ

3月30日(土)～4月7日(日)

18:00～20:00

桜の開花状況により点灯期間が

前後する場合があります。



○月曜テニス教室

開催日時 3月25日(月)、4月1日(月)、8日(月)、

15日(月)、22日(月)

午前の部 10:00～12:00

午後の部 13:00～15:00

参加費 1回500円



○長柄ダム周辺エンジョイウォーキング

桜吹雪の下、春を感じながら約10kmを歩きます。

開催日時 4月13日(土) 9:30～12:30頃(集合9:20)

参加費 1人300円

募集定員 20名(予約制・先着順)

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。



○親子昆虫講座

カブトムシ幼虫の飼育と観察のお話(カブトムシ幼虫、飼育容器付)

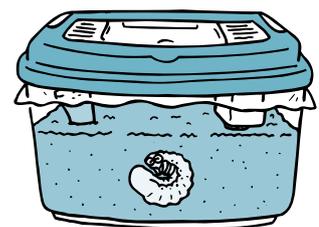
開催日時 4月28日(日) 10:00～12:00(集合9:50)

参加費 親子2名1組で1000円

※大人1名と子ども2名での参加は2組分の料金となります。

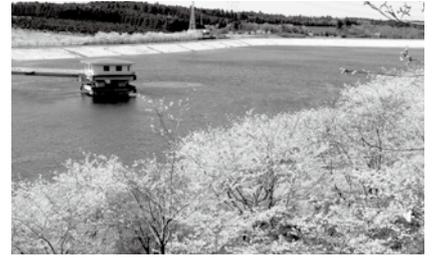
募集定員 20名(10組)(予約制・先着順)

募集対象 小学生以上の子供とその保護者(未就学児は要相談)



長柄ダム桜まつり 2019 & 第13回千葉和太鼓まつりを 開催します!

日時 3月31日(日) 9:00～16:00(桜まつり)
10:00～ (和太鼓まつり)
場所 都市農村交流ターミナル・都市農村交流センター(桜まつり)
ロングウッドステーション(和太鼓まつり)
入場 無料



長柄ダム周辺に植えられた約3,200本の桜が咲き乱れる中、特産品の販売や、ながランとのじゃんけん大会、餅投げ、よさこい演舞など楽しい催し物が盛りだくさん。また、湖畔のロングウッドステーションでは和太鼓10チームが5時間に及ぶ迫力ある演奏を繰り広げます。



問い合わせ先 長柄ダム桜まつり実行委員会事務局(産業振興課内) ☎35-4447

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等(電気柵、金網柵、ワイヤーメッシュ柵)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、農地等に電気柵等を設置する事業であること。
- ・ 電気柵等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)
- ・ 年度内に電気柵等の設置が完了すること。

■ 補助対象経費

- ・ 電気柵等の購入経費。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、電気柵等を購入する14日前までにしてください。

問い合わせ先 産業振興課 農林振興係 ☎35-4447

短期人間ドック・脳ドック助成のお知らせ

国民健康保険と後期高齢者医療の被保険者の健康づくりを応援するために、短期人間ドック・脳ドック助成事業を実施しています。（※どちらか一方の選択となります。）

また、助成を受けるためには事前の申請が必要です。

利用資格	<p>次の条件をすべて満たした方に年1回助成します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 前回の助成から6か月经過している方で、同一年度内に助成利用が無い方 ・ 納期限が到来している国民健康保険税・後期高齢者医療保険料を完納している世帯の方 ・ (国民健康保険の場合) 1年以上加入している35歳以上の方 <p>※同じ年度内に町で実施している特定健康診査(健康診査)を受診した場合は、短期人間ドックの助成対象とはなりませんのでご注意ください。</p> <p>※脳ドックの場合は次の条件も必要です</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 助成を受ける年の特定健康診査(健康診査)を受診された方か、それに同等と認められる健診の結果(例:パート先等での健診)を提出された方
契約医療機関	<p>(短期人間ドック) 君塚病院・宍倉病院・鈴木医院・宮本内科医院・吉田医院・リソルクリニック・睦沢診療所・千葉労災病院・亀田健康管理センター・亀田幕張クリニック</p> <p>(短期人間ドック・脳ドック) 公立長生病院・山之内病院・帝京大学ちば総合医療センター・浅井病院・ちば県民保健予防財団総合健診センター</p> <p>※検査項目・オプション検査については各医療機関へお尋ねください。</p>
助成金額	<p>総検査費用額の7割相当額(上限5万円)</p> <p>※自己負担額はドックの種類、オプション検査により異なります。</p>
利用方法	<p>(1) 医療機関で受診予約をしてください。</p> <p>(2) 税務住民課国保年金係に印鑑、保険証、医療機関のドック予約票など(オプション内容の分かるもの)をお持ちになり利用券の交付を受けてください。 申請書は役場窓口にあります。町ホームページからも取得できます。 ※検査日の2週間前までに申請してください。</p> <p>(3) 交付を受けた利用券を受診の際に医療機関へ提出し、自己負担額をお支払いください。</p>
その他	<p>短期人間ドックの結果は、医療機関から受診者だけでなく長柄町にも提供され、特定健康診査を受けた者として取り扱うことをあらかじめ同意してください。また最終的に特定健康診査部分の結果は匿名化され国へ報告されます。</p>

問い合わせ先・申込み先 税務住民課 国保年金係 ☎35-2113

長柄町ゲートボール 会員募集!

一緒に「ゲートボール」しませんか。

毎週火曜日、桜谷多目的広場で行っています。

「軽い運動で楽しく健康増進」皆さんお越しく下さい。



問い合わせ先 会長 坪田 090-1810-8496

祝

米寿 おめでとうございます



高吉志けさん（山根）

元気な声と笑顔が素敵な高吉さん。
近くに住む娘さんをはじめ、家族
が良くしてくれること、また、ご近
所さんともお茶を飲んだりしながら
親交を深めておられるとのこと「一
番幸せだと思えるのよ」と、おっしゃ
られていました。

健康の秘訣を伺うと、畑仕事やニ
ワトリの世話をして体を動かすこと
だと教えていただきました。

今月米寿を迎えた皆さん

柴崎 光江さん（刑部）

小出 美子さん（長富）

他1名

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ま
す。今後、米寿を迎えられる方のお宅
に伺いますので、ご協力をお願いします。

問い合わせ先 企画財政課 広報統計係 ☎35-2110

第38回 長柄町民ゴルフ大会参加者募集

町民相互の親睦と健康づくりを目的に、町民ゴルフ大会を開催しますので、皆さんご参加ください。

開催日：5月14日（火）

コース：ミルフィーユゴルフクラブ

参加費：1名 3,000円（パーティー・賞品代）

※参加申込みについては、事務局までご連絡ください。

プレー費：個人精算 1名 7,000円（セルフプレー・昼食付）

※ドリンク等その他は、別途、個人精算となります。

参加資格：長柄町民であること（プロは除く）



申込み・問い合わせ先 生涯学習課（公民館） ☎35-3242

平成31年4月から町内在住・在勤者限定

FUNDACION
Real Madridレアルマドリード公式
サッカースクール

千葉長柄校にU-6 教室開校！



アルビンスポーツパークを拠点にしているレアルマドリードの公式サッカースクールが、無償のサッカー教室を開講します。

受講内容 基礎的体力の増強と積極的思考力が身に付くサッカートレーニング

練習日時 毎週木曜日17：50～18：50（平成31年4月4日から）

場所 アルビンスポーツパーク（長柄山522）

参加資格 長柄町在住もしくは保護者が町内在勤の5歳から6歳の未就学児（平成31年4月時点）

無償内容 入会金・受講料・スポーツ障害保険はすべて無料

服装 動きやすい服装

問い合わせ先 レアルマドリード・ファンデーション・フットボールスクール千葉長柄校 担当：飯生
☎・FAX:03-6679-2254 Email:info@gfm-real.com



キラッと ながらさん No.14

蒔田さんは横浜市出身で大卒1年目の23歳。経営者になる夢を叶えるため、長柄町で兼業農家をしている叔父さんのお宅でお世話になりながら農業経営の勉強をしています。
※写真はネギの苗です。

農業経営者 蒔田 雄也さん（味庄）

——横浜から移住されて新規就農されたと聞きました。

大学で経営学を専攻していたので、卒業後には何か経営してみたいと考えていました。大学2年の終わり頃に「需要が高まっていて供給が減っているのは何か」と考えた結果、農業が良いのではないかと思い始めました。ただ、就農するには通常、農地や農機具の準備に多額の初期投資が必要になりますが、私の場合は兼業農家をしている叔父（蒔田 梅雄 氏）が長柄町にいたので、叔父のお宅でお世話になりながら農業を始めることができました。また、長柄町葱生産組合の皆さんからネギの栽培について教えていただいたり、池澤加工の社長さんから畑や倉庫の紹介をしていただいたおかげで、当初予定していた倍以上の規模の農地を管理できています。

——昨年はどんなものを作ったのですか？

大豆、枝豆、さつまいも、落花生を作りました。

——1年でそんなに作ったなんて凄いですね。

実は、最初にトウモロコシを作って大失敗しました。農業の知識がなかったことで草を生やしてしまい、その結果、アワノメイガという虫がトウモロコシに入り込んで中身をすべて食べられてしまいました。大きな損失になりましたが、自分の甘さを改める良いきっかけになりました。

——今日は3人で作業しているのですね。

地元から友人2人が手伝いに来てくれました。4月から友人と一緒に暮らしながら3人で農業をしていきます。まずは、営農法人の立ち上げを目標に頑張っていこうと思っています。



4月から3人で農業経営を行います。



トラクターで畑を耕す蒔田さん。落花生を植える予定とのこと。

昨年4月に農家要件が緩和され、新規就農しやすくなりました。

耕作面積:30アール以上
(自作、小作合算で)
農業従事日数:150日/年以上

蒔田さんも栽培した大豆は町の特別奨励作物です。

補助金額:300円/kg
(品種は、「ふくゆたか」が好ましい。)

新規就農については農業委員会、各種補助金については産業振興課へ問い合わせください。

町農業委員会・産業振興課 ☎ 35-4447

介護予防出張教室だより 第30号

田代地区

【開催日時】 毎週月曜日 10:00~11:30

【場 所】 田代公民館

【参加者】 6名

1月のプログラム

1. 健康チェック
2. 準備体操
3. いきいき♪ながら体操（おもりの体操）
4. 整理体操
5. 脳トレ・歌



おもりの体操の様子

今回は田代地区で行っている「おもりの体操」を紹介します。

いきいき♪ながら体操 筋力運動（10回限度）

①腕を前に上げる



肩の高さまで上げる。4秒間でゆっくり持ち上げ、4秒間でゆっくり下ろす。

②腕を横に上げる



肩の高さまで上げる。4秒間でゆっくり持ち上げ、4秒間でゆっくり下ろす。

③椅子の立ち上がり



胸の前で手を組み、背もたれにもたれた姿勢をとる。8秒間でゆっくり立ち上がり、8秒間でゆっくり座る。

④膝を伸ばす運動



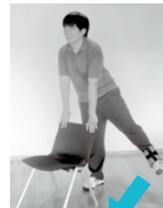
膝を伸ばす。つま先を起こす。4秒間でゆっくり持ち上げ、4秒間でゆっくり下ろす。

⑤脚の後ろ上げ運動



脚を後ろに上げる（30cm位）。4秒間でゆっくり持ち上げ、4秒間でゆっくり下ろす。

⑥脚の横上げ運動



脚を横に上げる。4秒間でゆっくり持ち上げ、4秒間でゆっくり下ろす。

【参加者の声】

- ・ みんなで集まると楽しい。
- ・ 足の筋力がついて転ばなくなった。
- ・ 続けることが大切だなと感じました。



田代地区の参加者を大募集します！

毎週月曜日の10時から田代公民館にて「おもりの体操」を行っています。自宅から歩いて通える場で介護予防の体操を行う事が運動機能維持・向上のために必要です。田代地区の皆さん、参加してみませんか。参加希望者はご連絡ください。

よい歯のコンクール、8020運動普及標語 大募集!!

6月の「歯の衛生週間」にちなんで、よい歯のコンクールを行います。
また、8020運動普及標語も募集します。

よい歯のコンクール

開催日時 5月16日(木) 9:30 集合

会場 茂原市保健センター

＜応募資格＞

高齢者 【下記①～③の全ての条件に満たした方】

①平成31年4月1日現在、町内在住の80歳以上

②完全に治療されている自分の歯（かぶせた歯・さし歯でも可）が20本以上

③歯並び・噛み合わせが良好で、口の中がきれいに清掃されている

親子

平成30年4月～平成31年3月までの間に3歳児健診を受けた幼児とその父親または母親（幼児はむし歯のない子で親は治療済みの歯でも可）

＜応募方法＞電話で申込み

＜応募締切＞4月19日(金) まで



8020運動普及標語

＜応募基準＞

歯科疾患（むし歯および歯周疾患）の予防に関するもの

＜応募資格＞

長生郡市に在住、在勤在学者

＜応募方法＞

住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を記入

＜応募締切＞

4月19日(金) 健康福祉課へ必着
(郵送または直接窓口受付可)

申込み・問い合わせ先 健康福祉課 健康管理係 ☎35-2414

長柄町青少年相談員野外活動のつどい (スキー教室)

町青少年相談員主催による「青少年の野外活動のつどい(スキー教室)」が2月22日～24日新潟県シャトー塩沢スキー場で開催され、町内の小学生37名が参加しました。

当日は、大半の子どもが初めてのスキー体験でしたが、午後には多くの子どもたちが滑れるようになりました。短い期間でしたが、友情と親睦を深めることができました。

青少年相談員は、青少年の健全育成を目指して事業を計画していますので、今後とも皆様のご協力をお願いします。



問い合わせ先 生涯学習課(公民館) ☎35-3242

特別児童扶養手当・児童扶養手当について

特別児童扶養手当

身体、知的または精神に重度・中度の障害がある20歳未満の児童を養育している方に支給されます。

【注意事項】

- ・ 公的年金との併給もできますが、児童が自分の障害を理由とする年金を受給できる場合は除きます。
- ・ 児童が児童福祉施設等に入所している場合は対象外になります。
- ・ 児童ではなく父母などに支給されます。

支給条件

- ・ 1級(重度) = 療育手帳④、A・身体障害者手帳1、2級
 - ・ 2級(中度) = 療育手帳Bの一部・身体障害者手帳3級または4級の一部
- ※手帳がなくても該当する場合があります。
また、上記の手帳の級でも診断書の内容で手当等級が変わる場合があります。
- ・ 所得が一定未満であること。(所得制限あり)

支給開始

申請の翌月分から

支給開始

対象児童が20歳となるまで(20歳の誕生日の前日まで)

手当月額(平成31年度)

- ・ 1級(重度) = 該当児童1人につき52,200円
- ・ 2級(中度) = 該当児童1人につき34,770円



児童扶養手当

離婚・死別などによる母子(父子)家庭(これに準ずる家庭)において、児童を扶養している方に支給されます。

支給条件

- ・ 所得が一定未満であること。
 - ・ 所得が一定以上である場合は、手当の全部又は一部が支給停止になります。
 - ・ 次の要件にあてはまる18歳以下(一定の障害があるときは20歳未満)の児童を養育していること。
- (1) 父母が婚姻を解消した児童
 - (2) 父または母が死亡した児童
 - (3) 父または母が重度の障害にある児童
 - (4) 父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童
 - (5) 父または母が引き続き1年以上拘禁されている児童
 - (6) 母が婚姻しないで生まれた児童
 - (7) 父・母とも不明である児童

次のような場合、手当は支給されません

- ・ 児童が日本国内に住所がないとき。
- ・ 児童が児童福祉施設に入所しているとき、または里親に委託されているとき。
- ・ 児童が父または母の配偶者(事実上の婚姻関係も含む)に養育されているとき。
- ・ 父、母または養育者が日本国内に住所がないとき。
- ・ 父または母が婚姻の届出をしなくても事実上の婚姻関係(異性との同居、異性の定期的訪問や生活費の援助など)があるとき。

支給開始

申請の翌月分から

支給開始

児童が18歳に到達した年度末まで(ただし、児童が中度以上の障害の場合は20歳未満まで)

手当月額(平成31年4月から)

- ・ 児童1人の場合 = 42,910円(全部支給)、10,120円～42,900円(一部支給)
- ・ 児童2人の場合 = 児童1人の金額に5,070円～10,140円を加算
- ・ 3人目以降は、児童1人増すごとに3,040円～6,080円を加算

4月から放課後健全育成事業（学童クラブ）の 一時利用を開始します

一時的な就労日時の変更や急な入院、看護など、保護者が児童を家庭で見ることが困難となった場合の緊急時にご利用できるよう、一時利用を開始します。

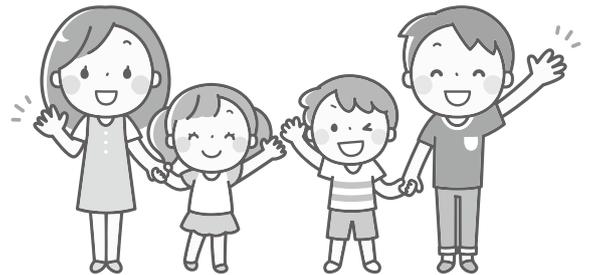
対象児童：町内に住所を有し、各小学校に在籍している児童で、現在学童クラブを利用していない児童
開所日：月曜日から土曜日（日曜日、祝日、8月13日から15日、12月29日から1月3日は除く）

開所時間：平日 放課後から18：30まで
土曜日、学校休業日 7：45から18：30まで

利用上限：月5日まで

利用料：①6時間以内 500円
②6時間を超える場合 1,000円

申請方法：健康福祉課まで申請書を提出してください。



※定員の都合上、利用ができない場合があります。

問い合わせ先 健康福祉課 福祉係 ☎35-2414

4月の保健事業のお知らせ

事業名	実施日	月 齢	生まれ月	場所
○乳児相談	22日(月)	4～6か月児	平成30年11月	保健センター
		6～8か月児	平成30年8月、9月	
		12～14か月児	平成30年3月	
○1歳6か月児健康診査		1歳6か月児	平成29年8月、9月	
○3歳児健康診査	3歳児	平成27年12月、平成28年1月		

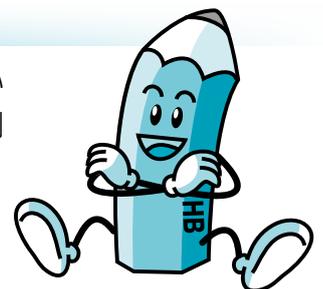
※乳児相談と1歳6か月・3歳児健診は同時に実施します。受付時間、持ち物等の詳細は対象者に個別通知します。

問い合わせ先 健康福祉課 健康管理係 ☎35-2414

就学援助制度のお知らせ

町では、小中学校に就学する児童生徒の保護者のうち、経済的な理由で就学に必要な費用の支出が困難な方に対して、給食費や学用品費などを援助する就学援助制度を設けています。

対象者は、生活保護基準に準じる程度に困窮していると認められる世帯です。援助の相談、申請については学校教育課にお問い合わせください。



問い合わせ先 学校教育課 学校教育係 ☎35-2437

4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 おはなし広場 10:00	4 誕生会 身体測定	5 午前休業	6
あそびの広場 9:00~16:00			あそびの広場 9:00~16:00		あそびの広場 13:00~16:00	
7	8	9	10 ベビーマッサージ教室 10:00~11:00	11	12 リトミック教室 10:00~11:00	13
あそびの広場 9:00~16:00			あそびの広場 9:00~16:00			
14	15	16	17 おはなし広場 10:00	18	19 リトミック教室 10:00~11:00	20
あそびの広場 9:00~16:00			あそびの広場 9:00~16:00			
21	22	23 つくって遊ぼう 10:00	24	25	26 こどもの日の集い 10:30	27
あそびの広場 9:00~16:00			あそびの広場 9:00~16:00			
28	29 昭和の日	30 退位の日				

※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。
 ※4月5日(金)の午前中は、休業としますのでご了承ください。



支援センター活動紹介



おはなし広場

4月3日(水)・17日(水)
10:00
楽しいおはなしがいっぱいです。



※場合によっては日程が変更になることがあります。

あそびの広場

月～金曜日(祝日を除く)
9:00～16:00



誕生会

毎月第1木曜日
10:30
みんなで誕生日をお祝いしましょう。

身体計測

毎月第1木曜日
9:00～16:00



ベビーマッサージ教室

毎月第2水曜日
10:00～11:00
(要予約・5名程度)



リトミック教室

4月12日(金)・19日(金)
10:00～11:00
親子でリズム遊びを楽しみましょう。



※場合によっては日程が変更になることがあります。

一時預かり

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
電話でもご相談を受け付けています。

『支援センターだより』を発行しています。ホームページ、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

全国健康保険協会（協会けんぽ）千葉支部からのお知らせ

【平成31年度の保険料率について】

協会けんぽは、主に中小企業で働く方やそのご家族が加入されている健康保険で、全国に約3,900万人（千葉支部は約96万人）の加入者がいます。

平成31年度の協会けんぽ千葉支部の健康保険料率については、本年3月分（4月納付分）より現状の9.89%から9.81%に引き下げることになりました。一方、介護保険料率（全国一律）については、現状の1.57%から1.73%に引き上げとなります。

☎ 全国健康保険協会(協会けんぽ)
千葉支部 企画総務グループ
☎043-308-0522

【健康診断を受けましょう】

協会けんぽでは、加入者のご家族（40～74歳の被扶養者）を対象に特定健診を実施しています。健診受診に必要な受診券は、4月上旬にご自宅へお送りいたします。

・自己負担額は？

健診機関で受診する場合は1,350円（一部機関は370円）、集団健診で受診する場合は370円となる予定です。（金額は現時点の予定となります。また、消費税の増税等で金額が変わる可能性があります。）詳しくは協会けんぽホームページやパンフレット等をご覧ください。協会けんぽ千葉支部にお問合わせください。

☎ 協会けんぽ千葉支部 健診専用ダイヤル ☎043-308-0525

第26回白子チューリップ祭り

白子町役場東側にある花の広場（52a）はオーナー制で1区画（1.8㎡）に球根60球を1,000円でオーナーになり、植付けや除草などを自分で管理します。また、団体オーナーもあり、5色900球（1万円）でデザインを作り、13㎡の区画に球根を植付けます。

チューリップ祭り期間中は、どなたでも自由に鑑賞でき、4月7日には新鮮な農産物の直売等のイベントが行われます。

期 間：3月30日(土)～4月7日(日)
※イベントは

4月7日(日)10:00～15:00

場 所：白子町花の広場（白子町役場東側）白子町関5074-2

内 容：花の販売、地元農産物の直売、野だて、各種模擬店、音楽&太鼓演奏、フォークダンス、ミックストレーニング、団体模様替えコンテスト、保育園児のお絵描き展示会、エアバルーン 他

☎ 白子町花の広場実行委員会事務局（白子町産業振興課内）
☎33-2115

第6回 円覚寺 花まつり

日 時 4月7日(日)10:00～15:00

場 所 円覚寺（徳増738）

内 容 お釈迦様のご生誕を祝い、甘茶のお接待をします。お子様にはスピードくじ・駄菓子があります。（無料）

その他 どなたでも時間内に自由に参加できます。

☎ 080-5499-2399(住職:三田)

暮らしの情報

暮らしに役立つ情報をお届けします

『食育体験活動（梨作り）4月（受粉体験）&アウトドアクッキング』

期 間：4月20日(土)～21日(日)
1泊2日

場 所：栃木県芳賀郡芳賀町

対 象：小学2年生～中学3年生

定 員：20名(最小催行人員10名)

内 容：食育体験講座、梨の受粉体験、アウトドアクッキング（火起こし、薪割り）道草ハイキング

集 合：新宿駅・大宮駅・宇都宮駅
※途中乗車も可能です。

締切り：4月12日(金)

参加費：新宿駅集合解散

小学生 7,000円

中学生 8,000円

大宮駅集合解散

小学生 6,000円

中学生 7,000円

宇都宮駅集合解散

小学生 5,000円

中学生 5,000円

お問い合わせ・資料請求先

（公財）国際青少年研修協会

☎03-6417-9721 ☎03-6417-9724

✉info@kskk.or.jp

〒141-0031

東京都品川区西五反田7-15-4

第3花田ビル4階

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎訴訟 （給付金請求）について

無料個別相談会

日程・会場

4/13

(土)

茂原市 長生教育会館
小会議室

完全予約制

☎0120-013-621
（ご予約受付時間）平日9:00～18:00

個別面談なので、他の方と顔を合わすことはありません。

対象者

昭和16年7月2日～
昭和63年1月27日生まれ
※ご遺族の方も給付金請求できます

給付金

50万円～3,600万円
※病態に応じて給付金等の内容が異なります

弁護士費用

着手金・相談料 無料
成功報酬制 ※訴訟実費別途

弁護士法人 弁護士 豊庭 亨一「あいば こういち」東京弁護士会所属 登録番号35029
プレシャス総合法律会計事務所

東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A 【営業時間】平日 9:00～18:00
☎TEL 03-5363-6333 ☎E-mail:info@precious-law.jp
☎FAX 03-5363-6334 ☎http://precious-law.jp/

無料電話相談も
同時受付中！お気軽にお電話下さい。

労災職業病なんでも相談会

日時 4月20日(土)13:00~15:00
 会場 千葉市中央コミュニティセンター
 対応者 弁護士・労働安全衛生管理者・ソーシャルワーカー他
 費用 無料
 その他 予約不要・当日受付

☎ 千葉中央法律事務所
 ☎043-225-4567



2019年度労働基準監督官（国家公務員）採用試験のご案内

労働基準監督官は安心して働ける職場環境の実現を任務とする専門職の国家公務員です。

受付期間(インターネット申込による)
 3月29日(金)9:00~4月10日(水)
 ※受信有効
 第1次試験日 6月9日(日)
 第2次試験日 7月16日(火)、17日(水)、18日(木)の指定された日

☎ 千葉労働局労働基準部監督課
 ☎043-221-2304
<http://www.mhlw.go.jp/general/saiyo/kantokukan.html>

第20回千葉県衛生研究所公開講座70周年記念講演会

日時 4月13日(土)
 場所 ホテルプラザ菜の花
 千葉市中央区長洲1-8-1

内容

(1)講座「いつまでも健康でいるためには？」

講師 技監・医学博士 佐藤 真一

(2)講座「細菌性食中毒にご中意！」

講師 細菌研究室室長 横山 栄二

入場料 無料

申込締切り 4月10日(水)

問い合わせ・申込み先

千葉県衛生研究所
 ☎043-266-6723 FAX043-265-5544
 e-mail:eikenkoho@mz.pref.chiba.lg.jp

自衛官等募集

防衛省では、次のとおり自衛官等を募集しています。

募集種目	応募資格	受付期限	試験期間	合格発表	入(校)隊	待遇・その他
予備自衛官補	一般公募	18歳以上 34歳未満の方	4月20日(土)~24日(水)のうち 指定する1日	5月17日(金)	採用候補者 名簿に記載 され上位者 から順次採用 予定者となり ます。	【身分】 非常勤特別職国家公務員 (所定の教育訓練終了後、 予備自衛官として任用) 【訓練手当】 月額7,900円(2018年参考)
	技能公募	18歳以上で別に 示す国家資格 等所有する方(資格 により55歳 未満までの方)				
幹部候補生	一般要員	22歳以上26歳 未満の方 大学院卒(修士 課程修了)の方は 28歳未満	1次試験 5月11日(土)・12日(日) 2次試験 6月11日(火)~14日(金)の うち指定する日 3次試験 (飛行要員で2次試験を合格 された方のみ) 海:7月8日(月)~7月12日(金) 空:7月13日(土)~8月1日(木)	1次試験 6月3日(月) 2次試験 (飛行要員のみ) 海:7月1日(月) 空:7月5日(金) 最終合格 陸:7月26日(金) 海:8月2日(金) 空:8月30日(金)	2020年3月 下旬から 4月上旬	【身分】 特別職国家公務員 【初任給】 223,100円 修士課程修了者等 242,200円 大学院卒者等 244,200円 歯科・薬剤科 244,200円 (2018年1月1日現在) 注:学歴・職歴等により異 なります。
	飛行要員 (海・空のみ)		1次試験 5月11日(土) 2次試験 6月11日(火)~14日(金)の うち指定する日	1次試験 6月3日(月) 最終合格 陸:7月26日(金) 海・空:8月2日(金)		
	歯科・薬剤科		専門の大卒(見 込含)20歳以上 30歳未満の方 (薬剤科は28歳 未満の方)	1次試験 5月25日(土) 2次試験 6月26日(水)~7月1日(月) のうち指定する1日		
一般曹候補生	18歳以上 33歳未満の方	5月15日(水) (締切り必着)	1次試験 5月25日(土) 2次試験 6月26日(水)~7月1日(月) のうち指定する1日	1次試験 6月7日(金) 最終合格 7月26日(金)	2020年 3月下旬から 4月上旬	【身分】特別職国家公務員 【初任給】167,700円 (2018年1月1日現在) 注:学歴・職歴等により異 なります。

※詳しくは自衛隊千葉地方協力本部茂原地域事務所までお問い合わせください。

☎ 自衛隊千葉地方協力本部茂原地域事務所 ☎25-0452

広報ながらに 広告を出しませんか

掲載料 ・1号広告(縦5cm×横18cm)10,000円
 ・2号広告(縦5cm×横9cm)5,000円
 申込締切 広報発行日の30日前
 申込方法 企画財政課窓口又は電話で連絡
 申込先 企画財政課広報統計係 ☎35-2110

カリス学院 - 1対1の完全個別指導 -

小学生から高校生まで、一人ひとりの実力に合わせて指導しています。

授業料(中学生)60分 2,880円

長柄町鶉谷902-1(長柄こども園となり)

☎0475(35)5689 お気軽に電話ください

ながら俳句

二月の句会より

梅まつり俳句吟行会
(2月16日)によせられた句

梅見から香り運んで妻帰る

佐久間文夫

紅梅に置き土産かなわたばづし

板橋末理子

梅の里遠目に真白き槍穂高

前田芳子

梅まつり競う乙女の晴れ姿

横山吉太郎

駅降りて香りに引かれ梅の里

横山道子

寒空にふくいくとして梅の香や

松野繁

凜と咲く梅うらやまし病む吾は

武内克二

バチ捌く小さな手あり梅まつり

武内詩子

梅花祭野点の香り天満宮

香川律子

城跡の苔むす大樹や梅香る

白木三枝子

老梅の光輝く花帽子

小倉文雄

好天に友と散策梅開く

関則子

早咲きの白梅庭に凜として

山崎香織

銀婚に植樹の白梅今盛り

山崎光枝

見事なる生命の森梅まつり

湯田幸樹

梅の香に誘われ今日も庭仕事

林大子

紅梅のあまい香りに集う鳥

三枝新一

鎮魂に復興あゆみ郷の梅

川嶋朗敬

ひと粒のぬくもり恋し梅つぼみ

田中武典

鳥啼いてさがす眼の先梅開く

時田功

やわらかな日差しを浴びて里の梅

清田勝利

ガラス越し梅を見ながら明日の日は

前川雅英

梅香る響く和太鼓知らせかな

本吉敏子

受験の日朝の小道は梅開花

佐川和弘

会員の句

大野史恵

満開の白梅庭を愛で通り

角田揚子

純白の香りに包まれ梅見かな

白井徳郎

寄り合ふて老いの語らひ梅見かな

山根義弘

孫囲み爺婆挙り梅まつり

清水健治

癒されて梅に一礼して去りぬ

花嶋安美

町誇るリソルの苑の梅香る

山崎清風

快晴の日和賜わる梅まつり

白鳥紅星子

梅の香に夜風が誘ふ縄暖簾

星野唯次郎

道真をはるかに偲び梅祭り

伊藤照子

満二十才形ばかりの梅見酒

渡辺みのる

梅幾輪古木なれども誇らしく

公民館教室紹介

今月は、公民館主催教室のこども英語教室を紹介します。この教室は、毎月第1、3土曜日の午前中に開催しています。講師のクリステータ先生の英語の質問に英語で答えたり、歌ったりゲームをしながら楽しく英語を学んでいます。



公民館図書室

おもな
新着図書の
お知らせです。



一般書

書名	著者名
永田町小町バトル	西條 奈加
木曜日子ども	重松 清
月虹の夜市 日本橋船宿あやかし話	折口 真喜子
指揮権発動	笹本 稜平
W県警の悲劇	葉真中 顕
ふたたび嗤う淑女	中山 七里
つくもが笑います	富中 恵
駒音高く	佐川 光晴
逃げろ、手志朗	吉森 大祐
年金だけでも暮らせます	荻原 博子

児童書

書名	著者名
よわむしトトといのちの石 どうぶつのかぞく アフリカゾウ	如月 かずさ
えらいこっちゃんのいちねんせい	ゆーち みえこ
ゆきのひのだんまりうさぎ	安房 直子
ディアガール	ホリー・ハタム
かあちゃん取扱説明書	いとう みく
105にんのすてきなしごと	マーク・シーモント
おもいのたけ	田島 征三
やぎこ先生いちねんせい	ななもり さちこ
かんぺきなこども	マチュー・モデ
ゆきよるに	いもと ようこ

各種相談日程

【町】

心配ごと相談	3月20日(水)・4月22日(月)	10:00~15:00	福祉センター ☎35-0260
人権相談	4月22日(月)・5月20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	3月20日(水)・5月20日(月)	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 4月4日(木)	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

血をさらさらにする薬とは？



塩田記念病院 循環器内科 後藤耕策 医師

外来診療をやっている中で、「血をさらさらにする薬を飲んでいるので納豆は食べてはいけないのですか？」や「血をさらさらにする薬を何種類も飲まないといけないのですか？」といった質問をよく受けることがあります。今回は血をさらさらにする薬についてお話ししたいと思います。

血をさらさらにする薬とは、医学的には抗血小板薬と抗凝固薬の二つに分かれます。この2つの薬は病気によって使い分けをしています。ごくごく簡単に説明しますと抗血小板薬は動脈など血流の速い血管で、抗凝固薬は静脈など血流の緩やかな血管で血のかたまりを抑えるために使用されています。例えば心筋梗塞や狭心症と言われた方は、アスピリン・プラビックス・エフィエント(いずれも抗血小板薬)などの薬を飲んでいる方がほとんどではないでしょうか。これは冠

動脈という流れの速い動脈で血のかたまりができるのを防ぐ目的です。一方でワーファリン・イグザレルト・リクシアナ・エリキュース(いずれも抗凝固薬)などを飲んでいる方は不整脈があると言われた方が多いかと思えます。心房細動という不整脈では心臓の中で血流が停滞して血のかたまりを作りやすいと言われており、それを防止するために抗凝固薬を飲む必要があるのです。そのため血をさらさらにする薬を1つ飲んでいても、他の病気を予防するために別の種類の血をさらさらにする薬を飲まなければならない場合もあるのです。ただしここで取り上げた薬は一例でして、薬のアレルギーや相互作用の関係などで、他の薬を使用する場合も多々あります。最後に、納豆との相性が悪い薬についてですが、抗凝固薬の中のワーファリンという薬に限られます。ワーファリン以外の血をさらさらにする薬を飲んでいる方は納豆を自由に食べても構いません。

簡易な説明でしたがお分かりいただけましたでしょうか。何か分からないことがあれば是非かかりつけ医に相談して聞いてみてください。

医療法人 SHIODA
塩田記念病院
TEL 35-0099

編集後記

東日本大震災から8年が経ちました。その頃のことを思い出すと、今がとても幸せに思えます。

4月1日には新元号が公表されます。次の時代が平穏になることを切に願いますし、人の力で防げる部分は、役場職員としても個人としても頑張りたいと思います。(貝塚)

人口と世帯数

3月1日現在

人口 7,065人(-5)
男 3,604人(±0)
女 3,461人(-5)
世帯数 2,996世帯(+6)

2月中の動き

転入 22人 転出 22人
出生 1人 死亡 6人

今月の納税のお知らせ

固定資産税 第1期

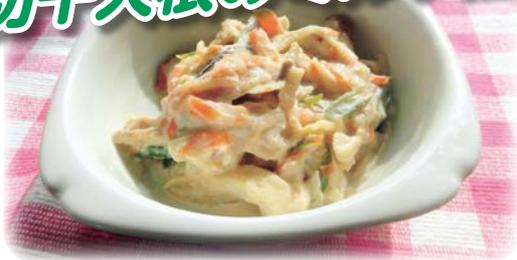
納付期限は、5月7日(火)です。納め忘れないようご注意ください。

※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。



ヘルスメイトおすすめ！健康レシピ

切干大根のミルク煮



ワンポイントアドバイス

牛乳を使って作る切干大根の煮物は、牛乳のやさしい甘さとコクで少量の調味料で美味しく、子どもから高齢者まで召し上がれます。和食で不足しがちなカルシウムがとれるだけでなく、少ない塩分でも満足感のある味わいが楽しめるので減塩にもつながります。

☆栄養量(1人分) エネルギー 132kcal たんぱく質 6.7g
脂質 5.4g カルシウム 171mg 食塩相当量 1.0g

◆作り方◆

- ①切干大根はさっと水洗いし、水気をきっておく。
※水で戻した切干大根を牛乳で煮ると柔らかくなりすぎるので、軽くもみ洗いする。
- ②人参、しいたけはせん切り、ちくわとさやいんげんは斜め薄切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、①と②をいれて炒める。
- ④③の中に、Aを加え水分がなくなるまで煮詰め器に盛る。

【材料/4人分】

- 切干大根…………… 40g
- 人参…………… 20g
- しいたけ…………… 2個
- ちくわ…………… 2本
- さやいんげん…………… 20g
- サラダ油…………… 小さじ1
- A { 牛乳…………… 400ml
- 和風だしの素…………… 小さじ1
- しょうゆ…………… 小さじ1

問い合わせ先 健康福祉課 健康管理係(長柄町食生活改善健康づくり推進委員会 事務局) ☎35-2414

各公共施設の休日

- 町公民館 3/22(金)・25(月)・4/1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
- 町福祉センター 3/22(金)・25(月)・4/1(月)・8(月)・15(月)・22(月)
- 都市農村交流センター 3/22(金)・28(木)・4/4(木)・11(木)・18(木)・25(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
4/7	宍倉病院(24)2171	宍倉病院(24)2171
4/14	鵜澤医院(34)2008	三枝医院(25)2203
4/21	宍倉病院(24)2171	宍倉病院(24)2171
4/28	清水三郎医院(25)0776	公立長生病院(34)2121
4/29	公立長生病院(34)2121	きたじまクリニック(26)7050
4/30	宍倉病院(24)2171	宍倉病院(24)2171

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