

広報

# ちょうなん

平成18年  
(2006年)

10月号 第351号

天高く  
掛け声響く  
秋祭り

## 主な内容

協働啓発用品貸与.....	2
教育長・教育委員就任.....	3



# みんなが進める住みよい町づくり 協働啓発用のベストを活用ください



熊野の清水公園に  
花を咲かせよう  
その思いが行動に

熊野の清水公園の花壇に9月12日（火）、地元の皆さんが花の種を蒔きました。

この活動は『公園を訪れた方に気持ちよく過ごしてもらいたい』との思いから地元の皆さんが行ったものです。このような活動は、なかなか行政だけではできませんが、地域住民の協力を得ることで環境美化や子どもたちの安全を見守る防犯など、地域の問題や町の課題に取り組むことができます。

町内でも、さまざまな活動を行う人が増えてきましたので、協働啓発用品としてベストを用意しました。皆さん！ご利用ください。

## 協働の活動にベストを貸与

住みよい町づくりのために活動している方、あるいはこれから活動したいと考えている方に協働啓発用のベストをお貸しします。

### 対象団体

- ・住民への防犯意識の啓発や環境美化の啓発、交通安全の啓発を行う団体
- ・長南町に在住や在勤、在学する者により構成された団体
- ・無報酬の活動であること（町長が認めた場合は除く）

### 貸与の条件

- ・活動中にベストを着用していただきます。
- ・活動中は傷害保険が適用されます。  
（町が事前に活動内容を把握しているものに限りです）
- ・ベストの貸与を受けたい団体は、事前に「長南町協働用品貸与申請書兼受領書」と「活動計画書」を提出していただきます。  
（申請書と活動計画書を参考にベストを貸与します）

### 受付日時

10月10日（火）から随時受け付けします。  
8時30分～17時15分  
（土曜、日曜、祝日を除く）

### 申請方法

申請書と活動計画書を提出のこと  
（申請書類は企画財政課に用意してあります）  
\*ベストの貸与は10月下旬を予定しています。

### 問い合わせ（申請先）

企画財政課（深山・松崎） ☎ 46-2113



## 新教育委員会教育長に

片岡義之さんを任命



前教育長江澤一夫さんの教育委員会委員の残任期間の後任として、片岡義之さん（山内）が10月1日付けで教育委員会委員に就任し、10月2日付けで教育長に任命されました。

## 新教育委員会委員に

白井美喜夫さんが就任



任期満了となった教育委員会委員の東條吉伸さんの後任として、白井美喜夫さん（坂本）が10月1日付けで就任いたしました。

### ○一定以上の所得がある人の自己負担割合が変わりました

70歳以上または老人保健で医療を受ける人のうち、一定以上の所得者（夫婦2人世帯の場合は、年収520万円以上。単独世帯の場合は、年収383万円以上）は、医療機関に支払う自己負担割合が引き上げられました。

9月30日まで  
**2割**



10月1日から  
**3割**

### ○出産育児一時金が増額されました

被保険者が出産したときに受けられる出産育児一時金の支給額が、現行の30万円から35万円に引き上げられました。

9月30日まで  
**1児につき  
300,000円**



10月1日から  
**1児につき  
350,000円**

### ○高額医療費の自己負担限度額が変わりました

同じ人が同じ月内に、同一の医療機関に支払った自己負担額の合計が高額になった場合、申請をして認められると自己負担限度額を超えた分は高額医療費として支給されます。今回の改正で10月1日から下表のようになります。

#### 70歳未満の人

区 分	過去12カ月間に1世帯での高額医療費の支給回数	
	3回目まで	4回目以降
一 般	80,100円＋ 医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算	44,400円
上 所 得 位 者 （※1）	150,000円＋ 医療費が500,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算	83,400円
住 民 税 非課税世帯	35,400円	24,600円

（※1）基礎控除後の総所得金額などが670万円を越える世帯。

#### 70歳以上の人

区 分	外来 （個人単位）	外来＋入院 （世帯単位）
一 般	12,000円	44,400円
一 定 以 上 所 得 者	44,400円	80,100円＋ 医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算（4回目以降の場合44,400円）
低所得Ⅰ（※2）	8,000円	24,600円
低所得Ⅱ（※3）		15,000円

（※2）同一世帯の世帯主および国保の被保険者（老人保健では、世帯全員）が住民税非課税の人。

（※3）同一世帯の世帯主および国保の被保険者（老人保健では、世帯全員）が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円）を差し引いたときに0円となる人。

問い合わせ

住民課（岩崎） ☎ 4 6 - 2 1 1 9



交通安全対策のメッセージを町長へ伝達

## 全国キャラバン隊が 交通事故防止を呼びかけ

交通安全母の会と交通安全協会の皆さん、そして保育所の子供たちが出迎えるなか、交通安全全国キャラバン隊が9月1日（金）に来庁し、町長に内閣府特命担当大臣からの交通安全対策のメッセージを伝達しました。

このキャラバン隊は社団法人全国交通安全母の会連合会主催により結成され、8月16日（水）から9月12日（火）まで各地を訪問し「みんなですすめる交通安全」をスローガンに交通事故防止を呼びかけました。

茂原警察署管内の今年1月からの9月20日までの人身事故件数は861件（前年対比38件増）、死亡者数は16人（前年対比9人増）と、かなり増加していますので、交通事故には十分気を付けましょう。



こんなに草が茂っていました

## 雑草と格闘

### 野見金公園草刈

2月に皆さんに植樹していただいたアジサイもだいぶ大きくなりました。また、桜の木も植えた当時よりも幹が太くなり、着実に大きく育っています。

9月3日（日）にボランティアの皆さんの協力で、アジサイと桜の木の周りの雑草刈りをしました。気温も高く、晴れの日が続いたこともあり、山一面に丈の長い草が茂っていましたが、木を傷つけないように鎌で丁寧に草を刈っていききました。ご協力いただいたボランティアの皆さんありがとうございます。

## 自然の不思議と素晴らしさ

### B & G 「海洋体験セミナー」



マングローブの森をバックに  
セミナーで知り合った友達と（高橋さん右端）

自然を親しみ理解し、自然を大切にすることを目的としたB & G 海洋体験セミナーが8月22日（火）から26日（土）まで沖縄県で開催され、長南海洋クラブ員の田邊仁康さん（西小学校6年生）と高橋なつきさん（豊栄小学校6年生）が参加しました。



カヌーに乗って楽しかったよ  
（田邊さん）

な体験を毎日しました。シュノーケリングをしたとき、いろいろな魚を見ることができた海は、とてもきれいでした。また、マングローブの観察もしました。マングローブは根っこが土からたくさん出ていて不思議だなと思いました」と、このセミナーから自然の素晴らしさと不思議さを学びました。



## お年寄りに 喜ばれる

### 寿祥会舞踊を披露

敬老の日を前にした9月6日（水）に蔵持上青年館で、舞踊のグループ『寿祥会』の皆さんが地域内のお年寄りを招待し、日ごろの練習の成果を披露しました。

寿祥会は、今から2年前の平成16年9月に『いつまでも健康で過ごせるように』との願いから舞踊の会を結成し、毎月3回青年館で練習に励んでいます。

老人施設や町の一人暮らしのお年寄りを励ます会、いきいきサロンなどでも踊りを披露し、お年寄りに喜ばれています。



練習の成果を披露

## はじめまして どうぞよろしく

2学期から新しい英語の指導助手が長南町に着任しました。名前はベンジャミン・デビスさん、アメリカ合衆国マサチューセッツ州の出身です。日本に来るのは3回目ですが、住むのは初めてだそうです。そこで、いくつか質問をしてみました。

**Q、長南町の第一印象は？**

A、静かな場所が好きなので、この町は静かできれいで、東京からも近いので好きです。

**Q、今、夢中になっているものは？**

A、哲学、武道、旅行です。日本や長南町のことは何でも知りたいです。文化のことに興味があります。

何にでも興味津々なベンジャミン先生。毎日の授業も「教えるのは難しいけれど、楽しい」と話してくれました。



今日もベンジャミン先生の  
楽しい授業が続きます

## 昔ながらの「おだかけ」

今では珍しくなってしまった「おだかけ」。町内でもわずかですが残っています。

「だいたい、乾かす期間は晴れの日が続いて3・4日、長くても一週間位で雨の日もしまわないでこのままにしておきます。やはり、天日で乾かしたほうが、美味しいお米が取れますよ」と、取材に行った水沼地先で作業をしていた人が教えてくれました。

今はコンバインであっという間に稲を刈り、乾燥させてしまいます。昔ながらの作業とこの風景が、いつまでも残っていくといいですね。

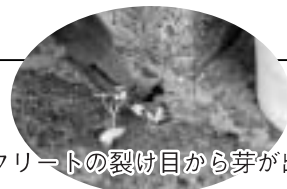


昔は、辺り一面  
この風景だったんですね

## ど根性きゅうり

in水沼

最近、ニュースで「ど根性」シリーズが話題になることがあります。大根やメロンなど…。びっくり！長南町にもありました。8月21日に情報をいただき行って見ると、そこにはきゅうりが！コンクリートのわずかな隙間から芽を出し、高さ170cm程までに生長していました。20cm位の食べごろの実を2本つけ、花が6つ咲いていました。水をかけ、液体肥料をやり生長を見守っています。収穫されたきゅうりはどんな味がしたのでしょうか。



コンクリートの裂け目から芽が出て生長



# ご長寿 おめでとうございます

今年度中に100歳を迎える風戸ナツさんと竹之内てるさんに9月21日（木）、内閣総理大臣からの祝状と記念品が長生健康福祉センター長から手渡され、町からも記念品を贈りました。



風戸ナツさん（米満）

65歳のとき、神主になるための講習で1カ月ほど東京で過ごし、若い人の中に混じっての勉強は大変でした。あれから30年、95歳まで神主を務めました。今は膝が少しいけませんが、元気です。



竹之内てるさん（豊原）

100歳まで生きる秘訣は、食べ物に気を付ける、よく寝る、手足を動かすの三つです。家族と同じ食卓を囲むことができ、長生きできることに感謝します。

長年にわたり、社会に貢献してこられた高齢者を敬愛し、長寿を祝う「敬老の日」を前にした9月5日と6日に100歳以上、95歳、90歳を迎えられた長寿の方々を町長と助役が訪問し長寿祝い金を贈りました。また、80歳と85歳を迎えられた方々には、区長の皆さんを通じて贈りました。



お達者な95歳の方を紹介します。  
**夫婦で長生き  
ギネスブックに載るのが目標**  
加藤武夫さん（関原）

家の周りをよく散歩します。毎日だと疲れてしまいがちですが、怠ってしまくと歩けなくなってしまうので、

**健康の秘訣は**

**腹から声を出すこと**

松崎固さん（地引）

毎日歩くことを心がけています。ケガをしないことが第一。そして、何でもよく食べること。二週間に一度、お医者さんが往診に来てくれて、『百歳まで大丈夫』と太鼓判を押してくれています。

一年前から古書の詩に節を付けています。毎日、毎日良い節が思い浮かばないか考えていますが、なかなかうまくいきません。しかし、もう

**仲間との語らいに  
楽しいときを過ごす**

藤平與七さん（市野々）



少しで完成です。毎朝、家の前の山に向かって、腹から声を出して自作の節を吟じていますが、詩吟は難しいですね。



盆栽の草取りや手入れをしています。たまには押し車を押して家の周りを歩いたり、買い物に出かけたりもします。

デイサービスを利用していると仲間と出会います。耳も遠くなく、普通に会話が出来ますので、いろいろな話をして一日を楽しく過ごしています。

# 歴史夜話

『功名が辻』9月3日放送の「北

条攻め」では、豊臣秀吉の関東平定が描かれていました。着々と天下統一を進める秀吉、しかし、小田原城を拠点として関東の大半を支配する北条氏はあくまで抵抗していました。天

## 長福寿寺の禁制文書と制札

長南の戦国時代が終った日、

原城を包囲したのです。そして、7月にはとうとう小田原城が陥落し、秀吉の全国統一はほぼ完了しました。ところで、この頃の房総は里見氏の勢力圏を除いて北条氏の傘下であり、長南城の武田豊信はじめ房総諸将は北条軍として参戦していました。しかし、小田原城包囲中の豊臣

軍本隊から豊臣家臣の浅野長政や徳川家臣の本多忠勝らの別働隊が出陣すると、房総の諸城は次々と陥落していきます。

さて、三途台の長福寿寺には1組の制札と文書が残されています。どちらも文面は同じで、総大将の秀吉が自軍の兵に対して寺や住民への暴

秀吉の関東平定では、このような文書や制札が大量に発行されていますが、これらは寺院や地元民を味方に取り込むことで敵地での戦闘を有利に進め、また、敵降伏後の占領政策を順調に進めるためなどの戦略によるものと考えられます。

おそらく長福寿寺門前にこの制札が立てられてまもなく、長南城は落城し、長南の戦国時代は終わったと思われるわ



長福寿寺の制札（町指定文化財）

\*制札…禁令などを書いて寺社や道端などに立てた札

（町資料館 風間俊人）

## ちやうなん文芸

モンベ履き十九で嫁ぐ終戦日	小林 茂子	巡り来る平和を祈る終戦日	堀越みよ女
虞美人草自刃の寵姫しのばせし	佐久間タツ子	地獄見し熱き記憶や敗戦日	山内 青山
虞美人草咲けば雷雨が跳ね返る	丹治 信雄	ひなげしの君も老いたり同期会	渡辺 茫子
虞美人草花の命は風まかせ	鶴岡 少官	物うさに返事もせでで虞美人草	今関 久女
豊かさを見つめなおすや終戦日	福原 而今	生と死を分けたと話す終戦日	今井 盟仙
喜寿過ぎて玉音思う終戦日	藤田 房枝	虞美人草衿足小さき泣き黒子	遠藤みつ子

くびじんそう  
「虞美人草」

ヨーロッパ原産の越年草。別名「ひなげし」。高さ50センチ余りで初夏に花を開く。花は4弁で色は朱・紅・白・紫などがある。楚王・項羽の寵姫・虞氏が死後、化してこの花になったとして虞美人草の名がある。

「終戦日」

昭和20年8月15日、日本はポツダム宣言を無条件受諾し、天皇はラジオを通して太平洋戦争終戦の宣言を国民に伝えられた。この日を「終戦記念日」としてわが国の再建を誓った。（記・今関）

それは  
もつたないない！

最後の一粒まで  
いただけよう



ご飯を残すことは、とてもお行儀の悪いこと。お米の一粒一粒には作ってくれた農家の人の思いが込められています。だからこそ、最後の一粒までありがたくいただきます！



# 暮らしの情報

## お知らせ

平成18年度下水道排水設備工事  
責任技術者試験実施について

日本下水道協会千葉県支部は、今年度の下水道排水設備工事責任技術者試験を実施します。

試験日 平成19年2月4日(日)

試験会場 後日通知(千葉市内で実施予定)

試験資格 修学歴・職歴により下水道排水設備工事に

関する一定の経験年数などを有する者

申込書配布期間

10月13日(金)～11月2日(木)

申込受付期間

11月1日(水)・2日(木)

申込書の配布場所と受付場所

・役場建設課

・日本下水道協会千葉県支部事務局(千葉市下水道

総務課内)

問い合わせ

建設課(吉井)

☎ 46-3393

## 労働力調査にご協力を

労働力調査は、国の経済政策や雇用対策に役立てることを目的としています。

総務省が毎月末公表している『完全失業率』は、この調査をもとに発表されています。

◆調査対象は笠森地区の一部の世帯です。

◆調査員が調査票を持って、ご自宅にお伺いしますので、ご協力をお願いします。

問い合わせ

千葉県総合企画部統計課

☎ 043-2223-2220

## 「千葉県最低賃金」が

時間額687円に改正

千葉県内の事業所で働くすべての労働者(パート、アルバイトなどを含む)やその使用者に適用される地域別最低賃金「千葉県最低賃金」が、

10月から改正されました。

問い合わせ

## 赤い羽根共同募金 ～地域の福祉 みんなで参加～

戦後の荒廃が残る昭和22年に始まりました共同募金運動も皆さんに支えられ、今年で記念すべき60年を迎えます。

本年は、千葉県共同募金会から町社会福祉協議会に1,279,000円の配分金をいただきました。この配分金は、子ども会連合会のクリスマス会や地域いきいきサロン事業、寝たきり老人重度障害者への紙おむつ支給事業などの資金の一部として、身近な活動に使われます。

10月1日から10月31日の間に区長さんや役員さんを通じて、募金にお伺いしますので、1世帯あたり、赤い羽根共同募金に500円、歳末助け合い募金に100円で合計600円のご協力をお願いします。

また、法人募金などのご協力もお願いします。

問い合わせ

町社会福祉協議会(河野)

☎ 46-3391



## 10月は「労働保険 適用促進月間」

農林水産業の使用労働者5人未満の個人事業を除く事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)に加入することが法律で義務づけられています。

労働保険は、働く人が労働災害を被ったり失業したときに所定の保険給付を行う制度です。パートタイム労働者や派遣労働者についても一定の要件により雇用保険が適用されます。

未手続事業の事業主は、早期に加入手続きをしてください。

問い合わせ

千葉労働局労働保険徴収課

☎ 043-221-4317

## ★ 10月の納税 ★

納期限：10月31日(火)

### 固定資産税(第3期)

- ◆納め忘れのないようにお早めに。
- ◆口座振替をご利用の方は、預貯金残高の確認をお願いします。
- ◆納税は口座振替が便利です。





## 募集

## 米粉パンをつくらう



食生活改善協議会では「健康ひろば」で、町の米を使った『米粉パン』の調理講習会を開催します。

ご家族での参加もお待ちしておりますので、希望の方はお申し込みください。

日時 11月3日(金)

1回目 9時30分～

2回目 11時30分～

場所 保健センター

栄養指導室

持ち物 エプロン・三角巾

定員 各回20人(定員になり次第、締め切ります)

申込期日 10月20日(金)まで

問い合わせ(申込先)

保健福祉課健康管理係

(御園生)

☎ 46-3392

## 成人歯科健康診査

歯周病の予防と早期発見を目的に歯科健康診査を実施します。

健診を希望する方は、お申し込みください。

対象者 40歳以上の方

(平成18年4月1日現在)

実施日 11月7日(火)8日(水)

受付時間 13時15分～14時15分

場所 保健センター

費用 500円

内容 歯科医師による口腔内健診 個別の歯科指導

申込期日 10月20日(金)まで

問い合わせ(申込先)

保健福祉課健康管理係(藤江)

☎ 46-3392

## トレッキング参加者募集!

山歩きが好きな方や足に自信のある方はぜひご参加ください。

日時 11月12日(日)

場所 足和田山(山梨県南都留郡鳴沢村)

対象 町在住・在勤者

(親子も可)

参加費 3,500円

定員 40人

申込期間 10月10日(火)～

31日(火)

申込方法

申込書は海洋センターにありますので、参加費を添えてお申し込みください。



問い合わせ(申込先)

海洋センター(白井)

☎ 46-2860

## 刃物研ぎと警備業講習

高齢者の雇用や就業機会の促進のために技能講習を行います。

刃物研ぎ(剪定はさみなど)

日時 10月27日(金)・28日(土)

10時～16時

\*2日間参加できる方

定員 20人

申込期日 10月20日(金)まで

警備業務(交通誘導・施設警備など)

日時 11月15日(水)

10時～16時

定員 25人

申込期日 11月10日(金)まで

両講習ともに

場所 農村環境改善センター

対象者 概ね60歳以上

\*定員になり次第、締め切ります。

問い合わせ(申込先)

町社会福祉協議会

シルバー人材センター(村杉)

☎ 46-3391

## 経営革新塾受講者募集

業績を向上させようと前向きに考えている中小企業や自営業者を支援するための中小企業新事業活動促進法が制定されました。この法令に基づき、経営革新に取り組む中小企業や自営業者を対象に、知事に承認される経営革新計画づくりを行います。

日時 10月25日(水)～11月22日(水)までの水曜日と金曜日(計8回)

18時～21時

場所 プラザヘイアン茂原

講師 経営革新計画の知事承認に実績のある中小企業診断士

受講料 5,000円

定員 30人

申込期日 10月24日(火)まで

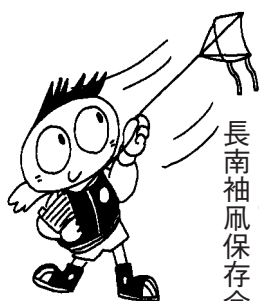
問い合わせ(申込先)

陸沢町商工会(松本)

☎ 44-0112

## 一ツ松海岸で凧あげ大会(第12回)

長南袖凧保存会



日時 11月26日(日)

雨天の場合は中止

長南町役場保健センター前に10時集合(終了は15時ごろ)

場所 一ツ松海岸

申込期日 11月8日(水)まで

申込用紙は中央公民館に用意してあります。

参加要件 子供から大人まで(小学生以下は保護者同伴)

その他

・昼食は各自持参してください。

・凧を持っている方は持参してください。

・送迎は、ゆたか号を利用します。

・自家用車で行かれる方は現地に駐車場があります。

・先着100人にひらひら凧をプレゼントします。

・参加者には参加賞をプレゼントします。

問い合わせ(申込先)

中央公民館(山口)

☎ 46-1194

## 市津湖（長柄ダム）周辺

### ウォーキング大会

「紅葉の美しい長柄ダム周辺を  
ウォークしてみませんか」

日時 11月11日（土）

9時集合（受付8時30分）

集合場所 アウトレットコ  
ンサート長柄横 都市農村  
交流センター前（大会会場）

参加方法 当日、会場で受付  
コース 4 km、9 km、13 km  
コース 各自選択

アトラクション 和太鼓演  
奏・農産物即売会など

持ち物 帽子、水筒（飲み  
物）、お弁当など

問い合わせ

水資源機構千葉用水総合事  
業所総務課

☎ 047-483-0722

## 県立長生高等技術専門校 訓練生募集

### 住宅環境設計科

（4月～3月の1年訓練）

定員 高等学校推薦7人、  
一般8人 計15人

受付 推薦10月2日（月）  
（13日（金））／一般10月25日  
（水）／11月20日（月）

\*雇用保険受給資格者は職  
業安定所相談窓口へ

問い合わせ（申込先）

千葉県立長生高等技術専門校  
☎ 32-2102

## 県立市原高等技術専門校 訓練生募集

平成19年4月入校生

電気工学科 1年コース  
自動車整備科 2年コース

応募資格

平成19年3月高校卒業見込者  
高卒程度の学力を有する者（但  
し自動車整備科は高校卒業者）

定員 電気工学科15人、  
自動車整備科12人

経費 授業料年間115,  
200円、入校料5,650  
円、入校選考料2,200円

\*テキスト、作業服代、検  
定料は別途

応募書類

入校願書（指定様式）  
\*自動車整備科は、高校卒  
業証明書または高校卒業見  
込証明書も提出

応募期間 10月25日（水）  
11月20日（月）

選考日 11月30日（木）

合格発表 12月8日（金）

\*雇用保険受給資格者で公共  
職業安定所から受講指示を受  
けた方は、訓練受講中に基本  
手当、受講手当、通所手当  
（交通費）が支給されます。

## 障害者高等技術専門校訓練生募集

身体障害のある方を対象とした職業訓練

訓練科目	定員	訓練期間
情報技術科	DTP・Webデザインコース 10人	1年
	福祉住環境デザインコース 10人	1年
情報事務科	PCビジネスコース 10人	1年
	PC会計コース 10人	1年
	PC事務コース 10人	6ヵ月

知的障害のある方を対象とした職業訓練

訓練科目	定員	訓練期間
基礎実務科	基礎実務コース 20人	1年
	短期実務コース 5人	6ヵ月

応募期間など

区分	4月入校 1年コース 6ヵ月コース
入校願書受付期間	10月17日（火） ～11月15日（水）
入校選考日（身体）	11月30日（木）
入校選考日（知的）	12月1日（金）

授業料は無料

問い合わせ

茂原公共職業安定所（ハローワーク） ☎25-8609

千葉県立障害者高等技術専門校 ☎043-291-7744

ホームページ <http://www4.ocn.ne.jp/~shogisen/>



ラフェスタ・ミツレミア  
2006

国際クラシックカー大会  
が10月14日～18日に開催さ  
れ、10月17日に長南町を通  
過します。

この大会は、1919年  
（1967年）の間に製造さ  
れた車が東京の明治神宮か  
ら福島県裏磐梯を抜け、栃  
木県のツインリンクもてぎ

を通過し、千葉県内を走行し  
てゴールの神奈川県横浜元町  
を目指す1,000マイル  
（約1,600km）という長い  
道のりを5日間かけて走行す  
る大会です。

参加者には、堺正章、近藤  
真彦、東儀英樹、魔裟斗、西  
田ひかる、木内みどり、飯田  
章、パンツエッタ・ジローラ  
モ（敬称略）などの著名人も  
参加する予定です。沿道から  
の声援が参加者の励みになり  
ますので応援をお願いします。

長南町通過日時

10月17日（火）11時～12時の  
予定

参加車両 127台（予定）

経路 長柄町→岩川→本台  
→米満→「茂原ツインサーキ

## 「法の日」週間

### 無料法律相談

日時 10月17日（火）10時～  
16時（先着70人）

場所 千葉市文化センター  
（9階会議室）

相談内容 法律問題全般

問い合わせ

千葉地方裁判所事務局総務課  
☎ 043-222-0165



## 欠陥建築トラブル

## 無料法律相談

日時 11月18日(土)  
10時～17時

場所 建築会館8階

千葉市中央区中央4丁目8-5  
(フコク生命ビル隣)

相談内容 欠陥建築、契約や請負、瑕疵などの金銭債務トラブル、一般建築相談など

相談方法 弁護士と建築士が面談

申込方法 前日までに電話予約を受け付けます。電話予約なしでも受け付けます

が、予約された方を優先します。

## 問い合わせ(予約先)

千葉県建築相談協議会事務局  
043-225-5575

## 無料耐震相談会

「大事な我が家に住み続けるために」

大規模な地震災害が起こる可能性が指摘されている中、建築物の耐震性の向上が求められています。

県では皆さんが安心して生活できるように既存木造住宅の耐震相談会を行います。

おいしい枝豆の収穫  
枝豆まつり

10月14日(土)

試食コーナー

枝豆抜き取り体験収穫

参加費 500円

地元農産物の直売

場所 東部営農組合(芝原)

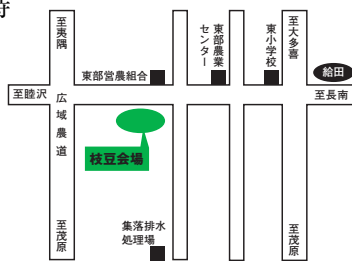
時間 9時～15時

雨天の場合は  
10月15日(日)

問い合わせ(主催)

東部営農組合

☎47-0872



日時 10月29日(日) 10時～  
場所 茂原市役所1階市民室  
日時 11月19日(日) 10時～  
場所 白子町青少年センター  
内視聴覚室

専門家が、住宅の図面を基に簡易耐震診断(要予約)を行います。

その他耐震に関する情報や模型の展示、パンフレットなどの配布を行います。

## 問い合わせ(予約先)

長生地域整備センター  
建築宅地課  
☎24-4286

若者の就職のお手伝い  
ジョブカフェちば出張版

茂原市では就職のための個別相談と求人案内セミナーを開催します。

期 日 10月12日(木)、11月17日(金)、11月18日(木)

場 所 茂原駅前学習プラザ  
(JR茂原駅南口サンヴェル6階)

内容・定員 個別相談・各日8人 求人案内セミナー・各日25人(定員になり次第、締め切ります)

対象者 長生郡市・夷隅郡市に在住・在勤・在学の15歳から34歳までの方で、今現在就職活動を行っている方。  
参加費 無料

日時 10月21日(土)  
9時30分～14時15分  
場所 千葉県立長生養護学校(二宮町東浪見6767-7)  
内容 遊びの広場、作業作品の展示・頒布、PTAバザーなどの展示

問い合わせ(申込先)  
茂原市商工観光課  
☎20-1528

## 長養祭

日時 10月21日(土)  
9時30分～14時15分  
場所 千葉県立長生養護学校(二宮町東浪見6767-7)  
内容 遊びの広場、作業作品の展示・頒布、PTAバザーなどの展示

## 問い合わせ

千葉県立長生養護学校(宇津木)  
☎42-2470

## 長厚祭

日時 11月4日(土)  
10時30分～14時30分  
場所 長生厚生園  
内容 作業班作品出店・販売、バザー、模擬店(茂原ライオンズクラブさんの焼そば他)、もちつき、イベントなど

## 問い合わせ

長生厚生園(水野)  
☎24-2003

## 中央公民館図書室

## 購入図書リスト



こんちゅうの本  
ABCの本  
ハリガネムシ  
ブスの瞳に恋してる  
間宮兄弟  
ハルとナツ  
anego  
ニッポンを解剖する  
焼身  
まっすぐに。  
流れ星が消えないうちに  
甲斐武田一族  
少年裁判官ノット  
中国農民調査  
納村公子・梶田雅美訳  
講談社  
講談社  
吉村萬志  
鈴木おさむ  
江國香里  
橋田寿賀子  
林真理子  
養老孟司  
宮内勝典  
青木あさみ  
橋本紡  
柴辻俊六  
井垣康弘  
陳桂棟・春桃著

中央公民館の図書室  
一時閉鎖

図書室への電算管理システムの導入準備のため、11月1日(水)～14日(火)の期間、図書室を一時閉鎖いたします。ご不便をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

## 問い合わせ

社会教育課(山口)  
☎46-1194

## 楽しく食べようⅡ

町の保育所・小学校・中学校では、一学期に食生活についてのアンケートを実施しました。この結果を含め、現代の子供たちの課題について、家庭だけでなく地域で考えていきましょう。

# こんなにすごい！

# 朝ごはんパワー

たとえばスポーツ選手は、トレーニングや試合に挑む前に、軽いランニングやストレッチをして体を十分温めておきます。こうすることで体の動きがスムーズになり、プレー中のケガを防ぐことにもつながるといわれています。これを「ウォームアップ」と呼んでいますが、睡眠中に下がった体温を上昇させる効果を持つ

朝食は、まさに脳と体のウォームアップなのです。

脳を働かせるための唯一の栄養素がブドウ糖です。ブドウ糖は、脂肪のように体内にたつぷりと蓄えておくことができません。また、子どもは大人よりも胃袋が小さいため、一度の食事で補給されるブドウ糖の量も少ないのです。

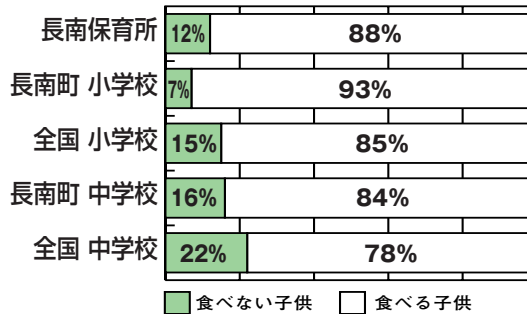
前日の夕食で摂取したブ

ドウ糖は睡眠中にすべて消費され、朝、目覚めたときには、どんな人でもエネルギー不足の状態になっています。このため、朝ごはんを取らなければブドウ糖が補給されず、脳の働きが鈍くなり、集中力や作業能力、学習能力が著しく低下してしまうのです。

また、体温も上がらないので、だるさや眠さを強く感じるようになります。

このような状態では、午前中の授業の内容が頭に入っていないのは当たり前。力も入らないため、体育では思わぬケガにつながりかねません。逆に、朝ごはんを取ればブドウ糖は活発に供給され、やる気の源とされる体内物質ベーター・エンドルフィンの分泌も促されて、集中力や記憶力がアップするのです。

### 朝ごはんを食べないことのある子どもの割合



どんなに忙しく、あまり食欲がわかなくても、一口サイズのサンドイッチやおにぎり、バナナ・ヨーグルトなど、一品でもよいので必ず毎朝食べましょう。

(管理栄養士 御園生)

## 表紙の写真



秋の気配を感じるようになった9月10日(日)、神輿を担ぐ掛け声が久原地区(下豊原区)の山々にこだまし、秋祭りが盛大に行われました。

神輿が練り歩く様子は、今日、見かけることが珍しくなりました。このような地域の伝統行事は残していきたいですね。

### 食生活改善推進員

### 我が家のおすすめメニュー

## マッシュかぼちゃのビーフロール

〈材料4人分 1人当たり274kcal〉

かぼちゃ 400g サラダ油 大さじ1  
牛もも薄切り肉 300g (A)しょうゆ 大さじ2  
塩 少々 (A)みりん 大さじ2  
小麦粉 大さじ2

### 〈作り方〉

- ① かぼちゃは種とわたをとって、ところどころ皮をむき、ひと口大に切る。これをラップに包んで電子レンジで約5分加熱し、熱いうちにフォークなどでつぶす。
- ② ①のかぼちゃに塩を加え混ぜ、牛肉の枚数に合わせて等分し、広げた牛肉にのせて包み込む。
- ③ ②に薄く小麦粉をまぶし、フライパンにサラダ油を熱して入れる。ときどきころがしながら中火で焼き、全体に焼き色がついたら、Aに水大さじ2を混ぜて回し入れ、からめる。食べやすい大きさに切って、皿に盛る。



簡単に出来るので、お弁当にもおすすめです。  
相澤愛子さん(長南)



# 生活カレンダー 10月1日～11月11日

巡回バスは月～金曜日(祝日除く)運行

日 Sun.	月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.
<ul style="list-style-type: none"> <li>町民体育祭 町陸上競技場 8:15(開会式) (雨天の場合は10月8日)</li> </ul> 共同募金 法の日 <div>1</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>三種混合</li> </ul> <div>2</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>行政・人権・心配ごと相談 中央公民館 10:00～15:00</li> <li>みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30～11:30</li> </ul> <div>3</div>	<div>4</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マタニティークラス 保健センター 9:30～16:00</li> </ul> <div>5</div>	十五夜 <div>6</div>	<div>7</div>
<ul style="list-style-type: none"> <li>結婚相談 農村環境改善センター 9:00～11:30</li> </ul> 寒露 <div>8</div>	体育の日 <div>9</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>すこやか2歳児教室 保健センター 10:00～11:30</li> <li>なかよしひろば 長南幼稚園 9:30～11:30</li> <li>子育て教室 中央公民館 9:30～14:00</li> </ul> 目の愛護デー <div>10</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者教室 中央公民館 10:00～12:00</li> </ul> <div>11</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康相談 熊野下集会所 (新和コミュニティセンター 市野下ファミリーセンター) 13:30～14:30 15:00～16:00</li> </ul> <div>12</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>いきいき教室 保健センター 9:30～11:30</li> <li>無料法律相談(10/20) 予約開始 9:00～ ☎25-7830</li> </ul> <div>13</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>枝豆まつり (雨天の場合は10月15日) 東部宮農組合(芝原)</li> </ul> 鉄道の日 <div>14</div>
<div>15</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>麻しん・風しん 混合ワクチン</li> </ul> <div>16</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人権・心配ごと相談 中央公民館 10:00～15:00</li> <li>みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30～11:30</li> <li>乳児相談</li> </ul> 貯蓄の日 <div>17</div>	<div>18</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヘルスアップ教室 保健センター 9:30～11:30</li> </ul> <div>19</div>	<div>20</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「童話」読み聞かせ つどいの会 中央公民館 15:00～16:00</li> </ul> <div>21</div>
<ul style="list-style-type: none"> <li>町民ツアー 四万温泉</li> </ul> <div>22</div>	<div>23</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30～11:30</li> </ul> 国連の日 <div>24</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>三種混合</li> </ul> <div>25</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康相談 (新和コミュニティセンター) 13:30～14:30 大下青年館 15:00～16:00</li> </ul> 原子力の日 <div>26</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>びよびよひろば 保健センター 10:00～12:00</li> </ul> 読書週間 <div>27</div>	<div>28</div>
<div>29</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BCG・ポリオ</li> </ul> <div>30</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30～11:30</li> </ul> <div>31</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>町民文化祭 中央公民館</li> </ul> 計量記念日 <div>11/1</div>	<div>2</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>長南フェスティバル2006 野球場 保健センター 9:00～14:00</li> </ul> 十三夜 文化の日 <div>3</div>	<div>4</div>
<ul style="list-style-type: none"> <li>文化祭 芸能発表会 中央公民館</li> </ul> <div>5</div>	<div>6</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>行政・人権・心配ごと相談 中央公民館 10:00～15:00</li> <li>みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30～11:30</li> <li>成人歯科健康診査 保健センター 13:15～14:15</li> </ul> 立冬 <div>7</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者教室 中央公民館 10:00～12:00</li> </ul> <div>8</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康相談 (蔵持青年館 棚木青年館) 13:30～14:30 15:00～16:00</li> <li>子育て教室 中央公民館 10:00～</li> </ul> <div>9</div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>すこやか2歳児教室 保健センター 10:00～11:30</li> <li>無料法律相談(11/17) 予約開始 9:00～ ☎25-7830</li> </ul> <div>10</div>	世界平和記念日 <div>11</div>

## 町の状況

18.9.1 現在  
 人口 10,091(－8)  
 男 4,908(+3)  
 女 5,183(－11)  
 世帯 3,124(－2)  
 面積 65.38km<sup>2</sup>  
 ( )内は前月比

## 日曜・休日当番医

\*都合により、変更する場合があります。  
 消防本部通信指令課 ☎24-0119へお問い合わせください。

診療時間 9時～17時

月 日	内 科 系	外 科 系
10月 1 日	大塚内科 23-6121	本納整形外科・内科 34-5091
8 日	にしざわ内科 20-3777	武田メディカルクリニック 20-1910
9 日	清水三郎医院 25-0776	山之内病院 25-1131
15 日	大木医院 23-2546	菅原病院 25-1171
22 日	イナリミヤクリニック 24-8987	長生病院 34-2121
29 日	金坂医院 22-4885	穴倉病院 24-2171
11月 3 日	大曽根マタニティクリニック 22-2561	鎗田整形外科医院 24-8686
5 日	武田メディカルクリニック 20-1910	君塚病院 25-1811

### 夜間急病診療所

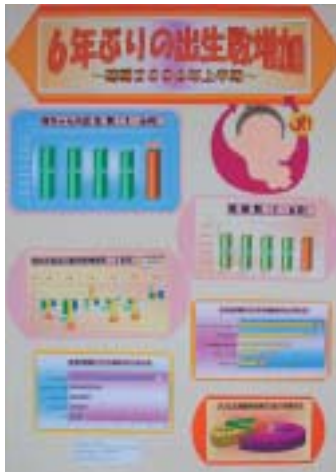
診療科目／内科・小児科 診療時間／20時～23時まで  
 茂原市八千代1-5-4(消防署裏) ☎24-10110  
 夜間急病診療テレフォン案内 ☎24-10111 (19時～翌午前6時まで)

## あ亡がき

95歳と100歳の方々に話を伺う機会がありました。いろいろお話を伺っていると、『お元気』ということ以外に共通することがありました。それは、「好き嫌い無く、何でもよく食べる・適度な運動をする・無理をしない」です。なるほど…これが長寿の秘訣ね!と思いつつ、つつい無理をして、偏った食事を、運動不足になっている私たち。一つぐらい心当たりはありませんか?人生一度きり、今日から生活習慣を見直して元気で楽しく過ごしていきたいですね。(白鳥)

# みんなの広場

## 町長賞



6年ぶりの出生数増加  
～速報2006年上半年～

鈴木恭平さん（長南中学校 3 年生）

## 統計グラフコンクール

### 町長賞



アンケート ゲームについて  
富田 拡さん（豊栄小学校 6 年生）

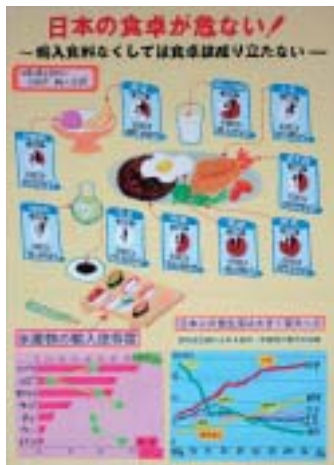
## 議長賞



私達の食生活

関本 彩花さん（東小学校 6 年生）

## 議長賞



日本の食卓が危ない！  
～輸入食料なくしては食卓は成り立たない～

高橋友紀奈さん（長南中学校 2 年生）  
高橋眞理奈さん

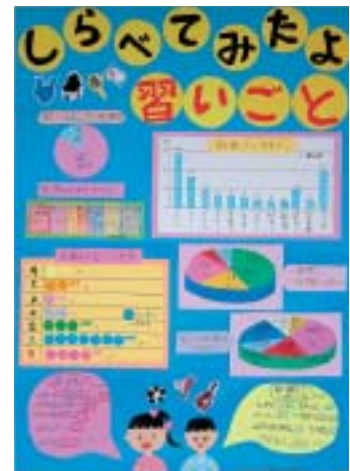
## 校長会長賞



ますます進む長南町の少子化

伊藤千恵さん（長南小学校 5 年生）  
白井遥野さん

## 校長会長賞



しらべてみたよ 習いごと

伊藤愛さん（長南小学校 3 年生）

夏休みに小学生と中学生がさまざまな視点から観察や調査をした結果をグラフにまとめました。147点の応募作品の中から、優秀作品を紹介します。これらの作品は12月1日(金)正午から12月5日(火)正午まで中央公民館に展示します。

## 先生

- 渡邊 眞波ちゃん
- 教えてあげたいからエレクトーンの先生
- 今井 綾乃ちゃん
- かわいいからアクセサリー屋さん
- 楽しいからエレクトーンの先生
- 川崎 美穂ちゃん
- いろいろな魚がみたいから魚屋さん
- 田中 勇丞くん
- 大きくなったらなりたいものは

（順不同）



運動会で上手に演奏するよ！