

広報

ちようなん

平成18年
(2006年)

11月号 第352号

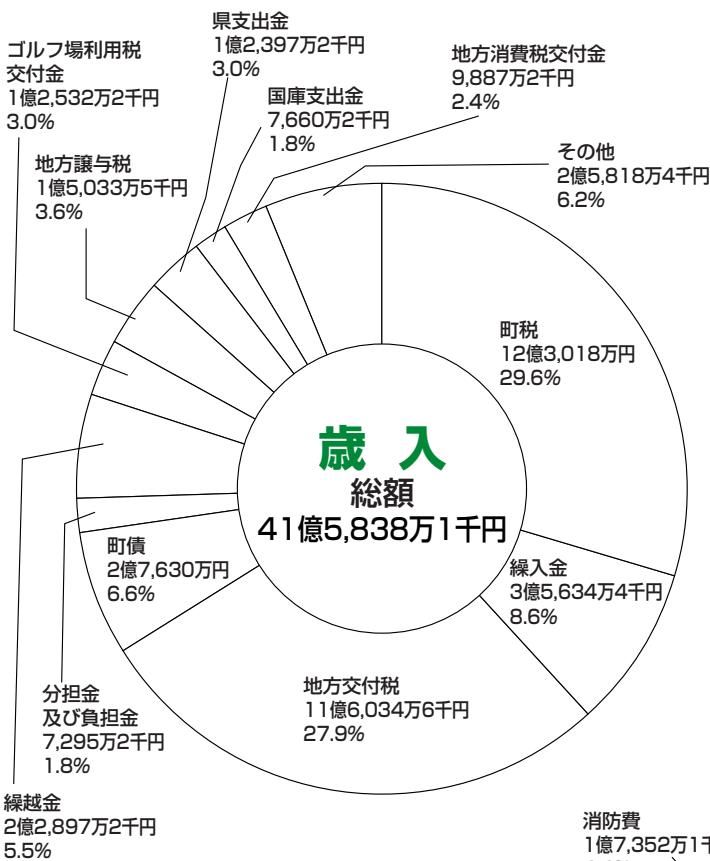
ひとつでも
多く入れと
カゴめがけ

主な内容

| | |
|--------------|---|
| 平成17年度決算 | 2 |
| 合併処理浄化槽設置に補助 | 5 |

決算の概要

平成17年度の一般会計のほか、各特別会計などの決算がまとまりました。決算は、税金などの収入がいくら入り、それがどのように使われたかをまとめた『町の家計簿』です。平成17年度に町が使ったお金（歳出額）と皆さんが納めた税金や国・県からの補助金など（歳入総額）、町の財政状況についてお知らせします。



用語の説明

町税 町民の皆さんから納めていただく税金です。

繰入金 基金を取り崩し、一般会計に繰り入れるお金です。

地方交付税 町が一定水準の事業を行えるよう、財政力に応じて国から配分されるお金です。

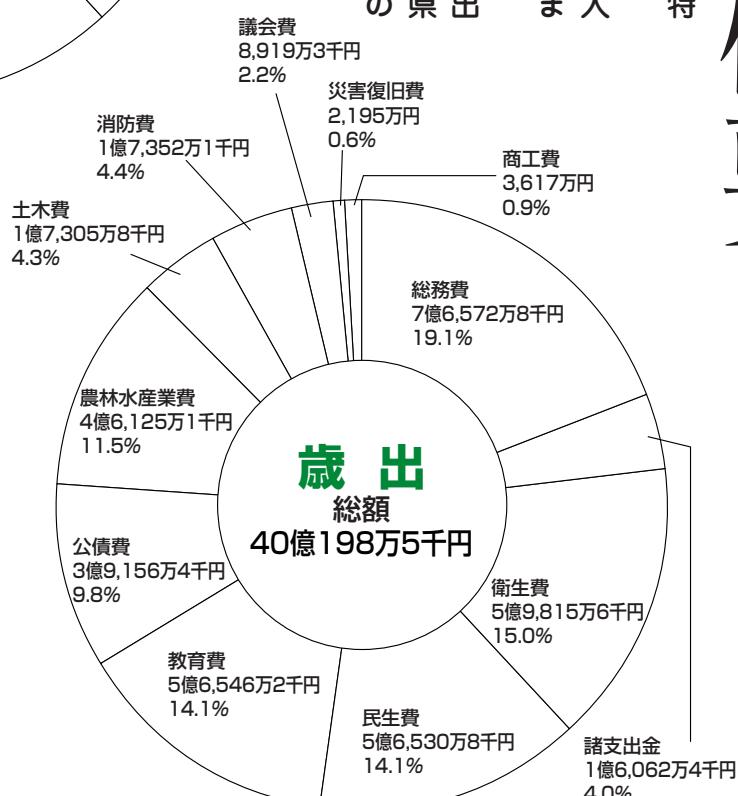
町債 国や金融機関から借り入れるお金です。

国県支出金 特定の事業に対して、国や県から交付されるお金です。

公債費 借り入れたお金の返済金です。

諸支出金 普通財産取得費（土地・建物）や各基金への積立金です。

財政調整基金 災害などの不測の事態などの出費に備え、積み立てているお金です。



歳出の内容を見る場合には、行政目的別、あるいは性質別に分類できますが、行政目的別の分類でみますと、総務費では、職員や議員の人事費、役場庁舎の管理、広報紙の発行、野見金・熊野の清水公園の整備など、水道やゴミ処理、予防注射など、健康で衛生的な生活のための衛生費では、5億9,815万6千円で、全体の7億6,530万8千円で、全体の15%を占め、年々増加傾向にあります。

社会福祉や児童福祉などの民生費では、全体の14.1%を占めています。教育運営や学校建設などの教育費は、全体の14.1%を占め、横ばい状態です。また、性質別の経常分類でみてみますと、

歳入総額41億5,838万1千円
歳出総額40億198万5千円
前年度比22.6%減

町長や職員給料、議員や各委員報酬などの人件費は、12億456万1千円で、町税とほぼ同額であることがうか

特別会計など

| 会計名 | 収入額 | 支出額 |
|----------|-----------------|--------------|
| 国民健康保険 | 8億6,418万6千円 | 8億4,450万6千円 |
| 老人保健 | 12億6,885万3千円 | 12億5,994万1千円 |
| 介護保険 | 7億4,128万8千円 | 7億2,247万2千円 |
| 笠森靈園事業 | 8,567万8千円 | 7,612万8千円 |
| 農業集落排水事業 | 2億2,759万2千円 | 2億2,564万5千円 |
| ガス事業 | 収益的 5億1,691万1千円 | 5億1,235万7千円 |
| | 資本的 5,760万円 | 1億3,587万1千円 |

町民一人当たりに使われたお金

394,634円

(前年度比)
(104,783円減)

町税の内訳

| | (前年度比) |
|-------|--------------------------|
| 固定資産税 | 7億7,418万5千円 (4,904万3千円減) |
| 町民税 | 3億7,467万8千円 (468万7千円増) |
| たばこ税 | 5,030万8千円 (377万8千円減) |
| 軽自動車税 | 1,901万2千円 (33万6千円増) |
| 鉱産税 | 1,199万7千円 (52万7千円増) |

町の財産

土地 807,360m²
建物 39,313m²
積立金 25億3,999万4千円
(1人当たり25万円の預金)

町の借入金

71億6,285万8千円
(1人当たり70万6千円の借金)

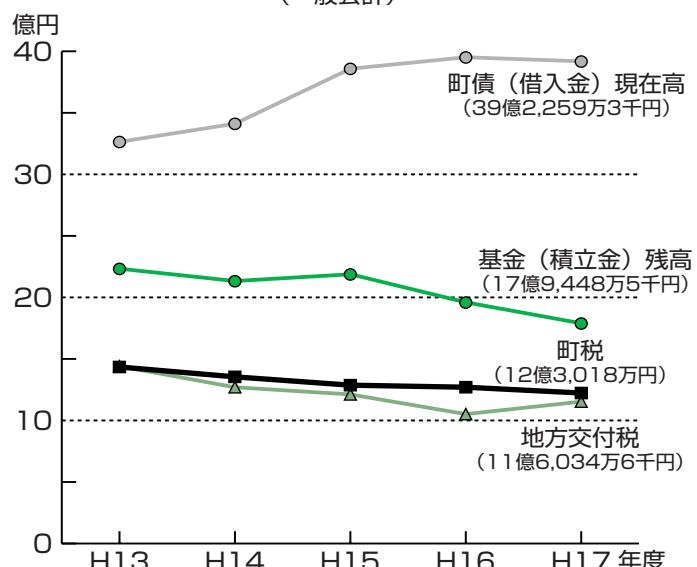
* 1人当たりの算出は平成18年3月31日現在の人口(10,141人)です

平成17年度に実施した主な事業

| | |
|-------------------|-----------|
| 熊野の清水公園整備事業 | 4,425万6千円 |
| 巡回バス運行事業 | 1,575万4千円 |
| 出産祝金支給事業 | 350万円 |
| 児童手当 | 3,026万円 |
| 住民検診など予防対策事業 | 2,395万円 |
| 乳児健診など母子保健推進事業 | 1,284万3千円 |
| がん検診など老人保健推進事業 | 2,659万円 |
| 環境美化作業など環境保全対策事業 | 5,066万3千円 |
| 農道整備事業 | 3,181万9千円 |
| 道路整備事業 | 5,753万6千円 |
| 子どもの夢を育む事業 | 500万円 |
| 中学校施設整備事業 | 1億428万1千円 |
| わくわく体験クラブなど社会教育事業 | 314万3千円 |
| 町民体育祭など社会体育事業 | 418万6千円 |

町税などの推移

(一般会計)



補助費は、広域消防費負担金や社会福祉協議会への補助金などの増加により、4億1,878万1千円で、前年度に比べると1,235万3千円の増です。

借り入れた資金の返済の公債費は、3億9,156万4千円です。今後も中学校建設などに伴い、返済額は増加傾向に向かいます。

特別会計に支払われる繰出金は、3億9,356万7千円です。農業集落排水事業の元金返済などにより、前年度に比べると1,478万6千円の増です。

熊野の清水公園整備事業や道路整備事業など、その効果が資本形成となつたために支払われる投資的経費は、11億1,390万7千円です。

ふれあい町民ツアーアイコン

町民の交流を図り、親睦を深める機会として、10月22日（日）町民ツアー参加者177人は、四万温泉に向けて一泊二日の旅に出発しました。

紅葉の始まった榛名湖畔では榛名山をバックに記念撮影をし、その後、四万の病を治すといわれる靈泉に浸かり、日ごろの疲れを癒しました。

翌日は、東洋のナイアガラと呼ばれる吹割の滝を訪れ、たくさんのお土産と思い出を抱え家路に着きました。



吹割の滝



抽選会で賞品をゲット



吹割の滝をバックに



おいしい！



いっぱいお土産を買ったよ

長谷川利雄さん

市民ツアーハーは、参加者同士の親睦を深めることが出来るから、良いと思います。紅葉は今ひとつでしたが、みんないい感じで、ここに来られたから良かつたです。



佐久間てるさん

友達が急に病気になってしまい、一緒に来られなかつたのが残念でしたが、バスの中ではガイドさんが、すごく良くしてくれました。ずっと町民ツア一に参加していますが、もう歳だから、今回でそろそろ卒業しようと思っているんですよ。



人権擁護委員に石井敏夫さん

皆さんお気軽に相談ください。
（ふざくいにじめん）

人権擁護委員の任期満了に伴い10月1日付けで桐谷昭吾さんにかわり、石井敏夫さん（市野々）が法務大臣から人権擁護委員として委嘱されました。

相談日 11月は7日と17日
(月によつて相談日が変更
ますので、広報ちようなん
生活カレンダーで確認して、
ださい)
場所 時間 10時～15時
町中央公民館

防災意識の向上を! 第11回町防災訓練

一昨年の新潟県中越地震の発生は記憶に新しく、日ごろからの防災意識が、『いざ』というとき冷静に行動できるかの分かれ目になります。

今年度の防災訓練は、防災意識を高めるために千葉県の協力を得て、防災講話と講演を行います。

災害はいつ襲ってくるかわかりません。この訓練に参加して、突然の災害に備えましょう。

第1部 基本訓練

第2部 講演会
防災講話 「自助・共助・公助」の基本理念に立った防災活動について・千葉県
講演 災害時における救援活動について
特定非営利活動法人千葉レスキューサポートバイク

日 時 12月3日(日)
場 所 9時(雨天実施)
農村環境改善センター

問い合わせ
総務課（江澤）
46-2111

秋の上州路 写真で綴る

榛名山



池田みや子さん
御園生富美子さん
大塚とし子さん

仲間たちとふれあって、楽しかったです。同年代と昔話をしました。家にいるとあまり話をしないけれど今回、大勢の人と話が出来て良かったです。



鈴木邦秀さん

宿の周りを散策してみました。そして、近くのダムの方まで行つてきました。この散策を出来たのが一番よかったです。見学する場所がもう少しあった方がいいですね。



生き物に大切な水 きれいに流そう



東小学校6年生
永野和大さん

合併処理浄化槽設置に補助

合併処理浄化槽を設置する方には、町独自の上乗せ補助を行い、推進を図っています。

汲み取り便所や単独処理浄化槽を使用のご家庭は、補助金を利用して合併処理浄化槽の設置を検討されてはいかがでしょうか。

【注意】

- ・農村集落排水事業処理区域は補助対象外です。
- ・補助対象建築物は、処理対象人員が10人以下の専用住宅や店舗併用住宅などです。

| 設置区分 人槽 | 新築・増改築に伴う設置 | 汲み取り便所からの転換設置 | 単独処理浄化槽からの転換設置 |
|------------|-------------|---------------|----------------|
| 5人槽 | 270千円 | 371千円 | 585千円 |
| 7人槽 | 270千円 | 417千円 | 648千円 |
| 10人槽 | 270千円 | 520千円 | 774千円 |

問い合わせ 生活環境課（吉野） ☎ 46-2114

感性を豊かにする体験

こどもの夢を育む事業

町では、子どもたちの夢や生きがいにつながる体験や芸術鑑賞などに取り組むため、『こどもの夢を育む事業』として各学校に80万円の補助をしています。

9月27日（水）には、西小学校に東京フィルハーモニー交響楽団を招きました。

この機会に地域住民の皆さんにも聞いてもらおうと呼びかけたところ、「児童よりも多いのでは？」と思うくらい地域の方が来校し、「中学生にも聴かせてあげたかった」「胸にジーンときて、感動で涙が出たよ」と演奏の素晴しさを話しました。

また、10月12日（木）には、東小学校に各小学校の児童

各小学校の児童が一堂に集まつたサッカー教室

4つの小学校の児童が集まつたことで、体育館もグラウンドも活気あふれかえりました。



児童数を超える地域の皆さんが音楽鑑賞に来校



交通安全の映画鑑賞をする参加者

高齢者同士の ふれあいを大切に

地域交流事業

心身の健康増進や地域の65歳以上の高齢者同士のふれあいの場を提供することを目的とした、一回目の地域交流事業を町社会福祉協議会が10月13日（金）に行いました。

参加者は午前中、町内の旧跡・史跡や熊野の清水公園などを見学し、午後からは場所を中央公民館に移して昼食を取り、カラオケやゲームなどのレクリエーションをして、一日楽しく交流をしました。

また、この日は交通安全の映画を見て、交通ルールを守ることの大切さを学びました。



刈り取りの仕方を教わり、さっそく体験

好奇心いっぱい

自然体験

古代稲の観察と刈り取り体験を通して自然を大切にする心が芽生えれば、NPO法人千葉自然学校は10月14日（土）に吉野新さん（下小野田）の田んぼで自然体験教室を行いました。

今回の参加者が、6月中旬に泥んこになりながら田植えをした古代稲には、1本の穂に約80粒の米がついていることを確認した後、「ストレス発散だ！」と小学校4年生は威勢良く稲刈りにチャレンジ。昼食には、古代米のおにぎりをほおばり、好奇心をくすぐられた一日でした。

ウコン湯はあつたかーい

ウコンまつり

白い秋ウコンの花が咲きはじめた9月30日（土）、長南ながいきウコン生産組合が小生田地先でウコン祭りを開催しました。

ウコンの茎や葉を干したものと煮出した足湯は「湯から出た後、いつもでも温かいですね」とウコンの効能に体験者は驚いていました。

ウコン製品や地元の生産団体の直売もあり、会場は賑わいました。



珍しいウコンの切花を買い求める来場者

待ちきれない おいしさ

枝豆まつり

長南産の枝豆を味わってもらおうと、第5回長南町枝豆まつりを東部営農組合が10月14日（土）に芝原地先で開催しました。

会場では多くの観光客が50cmの紐に一本でも多く縛ろうと四苦八苦していました。

また、地産地消と食育を促



「ひとつでも多くの枝豆を縛るわよ」



ゆでた豆をさやから出すのは「あちっ」

進している「まめっこくらぶ」では、43人の親子が枝豆まつりで抜いてきた豆を使い、保健センターで枝豆ごはんや枝豆モンブランを調理しました。

自分たちで収穫した豆を茹で、待ちきれず調理の途中で豆をつまみ食いしてしまって。試食のときには「おいしい」と格別の味わいででした。

ふしぎ

不思議 へぼろ地蔵



この植物の地下茎を採取

すか。さんは信じま
取れている
来事。皆さ
といこの
不思議な出

ていました」その声の主は、長南滝ノ内に建つ地蔵尊の軒下にある数珠のように束ねられた植物の球根を、いぼに「取れますように」と念じながらこすり付けていたところ、いつの間にか無くなっていたと言います。

春にニラのような葉が伸び、可憐な桃色の花を付ける植物の地下茎を、地元の皆さんのが採取して数珠にし、地蔵尊に奉納しています。

すぐには取れると、いうことはないですが、気付いたときには、すぐにいっぽが取れることがあります。



もらいに来る人が後を絶たない球根



長南町自然薯生産組合

おいしさに自信あり 組合員が丹精込めた自然薯

いで欲しいと要望があるほど人気の品です。

イベントで販売している立派な自然薯に圧倒されて、通り過ぎる方もいらつしやるようですが、試食品が用意されていますので、ぜひ味わってみましょう。組合長が言うように、すりおろされた薯は、箸で持ち上がるほど弾力性があります。

町おこしにつなげている17人の組合員は、「長南町産自然薯」と明記し、自信を持って販売しています。

しあわせの 人輪

神経質な薯
いも

「長南町の自然薯を食べたことがあるかい？香り、色、腰の強さ、コクが最高だよ」と言うのは、自然薯生産組合長の加藤忠夫さん（今泉）。毎年2月中旬になると、ムカゴを病害虫を防ぐ特別な網室で1年間育てて種薯にし、2年目には、半分に割った細長い筒の中に種薯を入れて、約90cm（約500g）の自然薯に育てるといいます。

この間、一番気をつけることは、無菌の状態の土壤を保つこと。神経質な自然薯だからこそ、管理の難しさに常

に知識を身につけ、組合員同士で年に2回、栽培している畑を巡回して技術向上を図っているほどです。

それでもムカゴから見事な薯に生長して、商品となるのは6割だそうです。

イベントで大盛況

秋分の笠森靈園での直売を皮切りに、11月の長南フェスティバルまでの各種イベントで、作付けの90%を販売してしまったといいます。

買い求める方は「粘りが強く、味が忘れられません」と言う常連。お昼過ぎには完売してしまい、品切れになら



お昼過ぎには品切れにならぬほど好評
(枝豆まつりでの販売の様子)

*自然薯を育ててみたい方は、組合員が指導しますので、JA長生長南支所（電話46-1223）までお申し出ください。

ちようなん

歴史夜話

米満地区には「米満横穴墓群」という、130基を超える大規模な古墳時代の墓群が見つかっています。平成9年には町道改良工事に伴い10基の発掘調査が行われました。この

「トンボ玉」と呼ばれるガラス製の身具です。トンボ玉とは色ガラス玉に異なった色ガラスを埋め込んで模様を描いた装身具です。米満横穴墓群から出土したものは深い海のような紺碧のガラス玉に、リング状の白いガラスが3個埋め込まれています。

米満横穴墓のトンボ玉

（シルクロードを渡つた技術）

したが、それでも崩落した土砂の下からヒスイやメノウの勾玉や水晶の切子玉、色ガラスの玉などの装身具をはじめ、さまざまな遺物が出土しました。

中でも目をひいたのが、勾玉など多くはすでに持ち去られてしまつています。

元前15～16世紀の古代バビロニア、エジプトにまでさかのぼると考えられています。その後、西アジア～地中海地方に広がり、紀元前5世紀ごろには古代中国へも伝わりました。日本では5世紀以降の古墳などから出土しています。

奈良の正倉院には多数のトンボ玉とともに、トンボ玉の製法書や材料が伝わっています。このようにトンボ玉とその製作技術は、地中海世界

（中国という壮大なシリクロードを悠久の時を経て伝えられたものといえるでしょう。

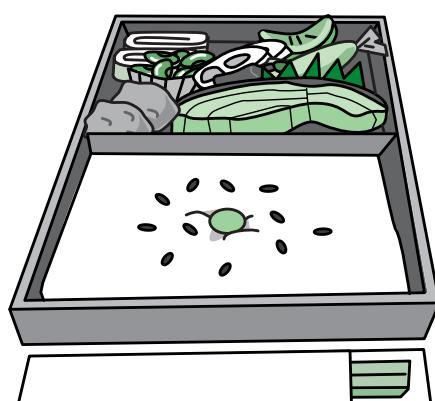


米満横穴墓群から出土したガラス製の装身具のトンボ玉

それは
もつたいたいなや！

使い捨ての代表選手の割り箸は、手軽で便利。日本全国で一年間に約250億膳が消費されると120m²の家、17,000戸に相当します。

資源を大切にし、ゴミを減らすためにも割り箸の使い方を見直してみませんか？



ちようなん文芸

台風の進路に一喜一憂し
台風や恙無く去り黄金波
空蟬のすがる古木や常緑樹
黄金田に台風前のコンバイン
台風のそれて落ち着き梅千茶
曾孫去る台風去りて静けさよ
小林 茂子

佐久間タツ子
丹治 信雄
鶴岡 少官
渡辺 芳子
山内 青山
空蟬や鉄扉の鍛の深む裡
空蟬をおのれに重ね八十路生く 今井 盟仙
空蟬や過去振り向かず旅立ちぬ 遠藤みつ子

（記・今井）

「空蟬」

地下に数年生息していた蝉の幼虫は、やがて成長して夏、地上にはい出て、背を割り皮を脱ぎ成虫となる。その抜け殻のことである。

「台風」

熱帯低気圧の一種で、大きな空気の渦巻きである。暴風雨はその渦巻きの中心付近が強い。南洋や南シナ海などに発生し、夏から秋にかけて起き、特に210日・220日前後が多い。

（記・今井）

お弁当を買つたとき
割り箸をもらひますか？



暮らしお情報

お知らせ

生ゴミ処理機購入に補助

家庭用生ゴミ処理機を設置した場合、一世帯当たり1回限りにつき、限度額の範囲内で購入価格の半額を補助します（100円以下切捨）。

補助対象者
町内に住所がある方で、一世帯当たり1回

個人情報を守るために
住民基本台帳法の改正が11月1日から施行され、住民基本台帳の一部の写しの閲覧が制限されます。
今後、ダイレクトメールの発送を目的とした営業活動などの閲覧はできません。

住民課（古市）
☎ 46-2119

補助金の限度額（半額補助）

コンポスト
EMポリバケツ

1基2,500円（2基まで）
2個1セットで2,000円（2セットまで）

電気式生ゴミ処理機
15,000円（1基まで）

11月15日から2月15日までは狩猟期間です。野外で活動される方はご注意ください。

狩猟はじまる

狩猟者はマナーを守り、事故がないよう安全な狩猟を心がけましょう。

補助金の交付申請
生ゴミ処理機の領収書と印鑑、郵便局以外の口座番号を持参し、申請してください。

問い合わせ（申請先）
生活環境課（糸井）
☎ 46-12114

狩猟者はマナーを守り、事故がないよう安全な狩猟を心がけましょう。野鳥の捕獲や飼養は法律で禁止されています。狩猟や特別な許可を受けた場合以外は、捕獲や飼養することができません。野鳥の保護にご協力ください。

問い合わせ
長生病院

公立長生病院
耳鼻咽喉科外来
診療日の変更
☎ 043-223-2972

問い合わせ
千葉県自然保護課
☎ 043-223-2972

問い合わせ
千葉県赤十字センター
☎ 34-2121

愛の献血
ありがとうございます
千葉県赤十字センターから
移動献血車が来町し、献血が
行われました。

ご協力いただいた皆さん、
ありがとうございます。（敬称略）
9月12日
日本プレシジョンキャスチング株式会社
15人

社
エ
ー
シ
ー
フ
レ
ッ
ク
ス
株
式
会
社
14人
9月27日

消さないで あなたの心の 注意の火

11月9日（木）～11月15日（水）
秋季全国火災予防運動

空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節をきました。

火の元には、十分注意しましょう。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

—3つの習慣・4つの対策—

3つの習慣

- 寝たまでは、絶対にやめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、**住宅用火災警報器**を設置する。
- 寝具や衣類、カーテンからの火災を防ぐために、**防炎品**を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、**住宅用消火器**などを設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、**隣近所の協力体制**をつくる。

★11月の納税★

納期限：11月30日（木）

町県民税（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。



農業者のみなさん 農業者年金に加入しましょう

○農業に従事している方は誰でも加入できます

20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している方。配偶者や後継者など家族農業従事者も加入できます。

○少子高齢化時代に強い積立方式の年金

- ・保険料は、自由に設定できます。
 - ・月額20,000円～67,000円

・月額20,000円～67,000円
＊1,000円単位で、農業所得や老後設計に応じていつでも変更できます。

○ 80歳までの保証付きの終身年金

原則65歳から生涯受け取ることができます。仮に80歳前に亡くなられた場合でも、80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金を死亡一時金として支給します。

○ 税金控除対象

支払った保険料は、全額（最高80万8,800円）が社会保険料控除の対象です。

問い合わせ（申込先）

農業委員會事務局（関本） ☎ 46-3396
IA長生長南支所（渡辺） ☎ 46-1223

運動実習（自由参加）
ストレッチ、青竹ふみ体操
フリフリグッパー体操
持ち物　運動できる服装・運動靴（内履き）・タオル・飲み物
問い合わせ

講 師 **歯科衛生士 植草恵子**
対象者 口の中のことや、入
れ歯のことでお悩みの方
参加費 無料
申込期日 開催日1週間前まで
○場所は全て長生合同庁舎
4階大会議室です。
問い合わせ（申込先）
長生保健所健康生活支援課
☎ 221-5167

A black and white line drawing of a woman with a round face, wearing a traditional headwrap with a patterned band. She is holding a baby wrapped in a cloth in a woven basket. The illustration is simple and appears to be a page from a children's book.

地元のこんにゃくを作つて、こんにゃくを作つて、こんにゃくを作つて、
みませんか。

自衛隊生徒の募集

防衛省自衛隊では、中学校卒業予定者を対象に自衛隊生徒を募集します。

身分・待遇 特別職国家公務員
給与(年2回のボーナス支給)
の支給、その他高校卒業資
格を取得
お知らせします)

今回 健康相談は、寒い冬でも自宅でできること、「青竹ふみ体操」を、何も道具を使

わないのでできる「フリフリグ
ッパー体操」を行います。

講演　薬の基本的な飲み方
講師　薬事アドバイザー
対象者　病気の治療で薬を飲んでいる方
日時　12月14日（木）
13時30分～16時
講演　口腔ケア・義歯の手入れ方法



ふるさと産品教室生募集

れをお使いください)
定員 20人
申込期日 11月17日

平成19年4月1日現在、15歳以上17歳未満の男子で、中学校を卒業した者、また日(金)まで

問い合わせ
自衛隊千葉地方協力本部
茂原募集事務所

犬の正しい飼い方・しつけ方
教室（基礎講座）
日 時 12月2日（土）
13時～16時



長生保健所講座

自衛隊千葉地方協力本部
問い合わせ

一日赤十字

家庭看護法講習会



交通事故巡回相談

交通事故に遭った場合、
損害賠償請求などさまざま
な問題が生じます。

被害に遭われた方々の救済
を図るため、専任相談員によ
る交通事故巡回相談を実施し
ます。相談は無料です。お気
軽にご利用ください。

自立して生活できるような、
お世話の仕方や家庭での病人
の介護の方法などの知識と技
術を学びましょう。

日 時 11月21日（火）
10時～15時
場 所 保健センター2階
第3会議室

健やかな老後を過ごすため
に役立つ知識と、お年寄りが
自立して生活できるような、
お世話の仕方や家庭での病人
の介護の方法などの知識と技
術を学びましょう。

講習内容

- ・赤十字についての話
- ・日常生活における介護
(着替え、ベッドからの移動)

日 時 12月4日（月）

10時～16時

場 所 中央公民館

参加費 無料

定 員 20人

申込期日 11月20日（月）まで

その他

- ・活動しやすい服装で参加
してください。
- ・昼食は災害非常食を試食
します。

問い合わせ（申込先）

町社会福祉協議会（河野）

46-3391

日 時 11月13日（月）

問い合わせ（申込先）

域教育フォーラムを開催し
ます。

問い合わせ（申込先）

中央公民館（河野）

46-3391

長生地域教育フォーラム

食は、豊かな人間性をは
ぐくみ生きる力を身に付け
るための基本です。

食の安全性について地域
の人々と考え、長生地域の

食文化や農産物の良さを再
認識するため第2回長生地
域教育フォーラムを開催し
ます。

問い合わせ（申込先）

中央公民館（河野）

46-3391

問い合わせ（申込先）

千葉市中央区千葉港8-15

46-3397

問い合わせ（申込先）

千葉市中央区千葉港8-15

46-3397

問い合わせ（申込先）

千葉市中央区千葉港8-15

46-3397

問い合わせ（申込先）

千葉市中央区千葉港8-15

46-3397

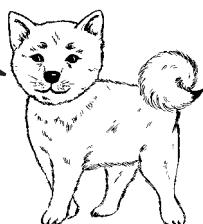
中央公民館の図書室 一時閉鎖

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。

ご不便をおかけしますが、ご協力を
お願いします。

動物危害防止対策強化月間

僕、ワンコです。
11月は、**動物による危害防止対策**
強化月間なんだ。僕たちは、毎日つな
がれていて窮屈な思いをうなづか
れてしまうと、放されてしま
り、人にケガをさせてしま
ないんだ。だから、放して
ないためにも絶対にやめてね。



■排泄物の後始末を必ずしましょう

無料 多重債務110番

総合相談センター
☎ 043-204-8333

九十九祭

株サカモトの商品券をお持ちの方へ

金融、カード、住宅ローンなどによる多重債務者のための無料電話相談を行います。

あしたの国
バザーと体験教室

日時 12月9日(土)・10日(日)

日時 11月25日(土)
10時～15時

場所 くりの会
駐車場 坂本小学校跡地

場所 あしたの国まちづくりの会
長南事務所

問い合わせ
あしたの国まちづくりの会
長南事務所

問い合わせ
長南事務所

相談電話
043-243-4144
相談方法
は要予約
問い合わせ
ちば司法書士

相談電話

043-243-4144

相談方法

電話相談。面談

問い合わせ

☎ 44-2299

問い合わせ

☎ 44-1212

問い合わせ

043-243-4144

問い合わせ

11月11日(土)
ときわぎ工舎(陸沢町長楽寺)
10時～14時30分

問い合わせ

☎ 44-2299

問い合わせ

043-243-4144

問い合わせ

☎ 44-1212

問い合わせ

043-243-

楽しく食べようⅡ

町の保育所・小学校・中学校では、1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、最近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きましょう。

体内リズムを整える

朝ごはん

朝ごはんのメリットは、起床から昼食までの間だけに限定されるわけではありません。人間が持つ本来の生活リズムを整えてくれる非常に重要な役目も果たしてくれるのです。

一日の長さは、地球が1回転するのにかかる24時間ですが、人間の体内時計は25時間周期です。このズレ

食べたり、軽い運動をしたりすれば、大腸の活動がさらに促進されて、便通がとてもよくなります。

便通の弊害は腸内環境の悪化だけでなく、肌荒れや食欲不振、痔などさまざまです。食物繊維を多く含む野菜や善玉菌を含むヨーグルトなどを加えた朝ごはん

が続くと、ちょうど海外旅行の時差ボケと同じように、体内リズムが大きくくずれてしまうのです。また、腸の働きは、朝の時間帯に最も活発になります。このときに朝ごはんを

修正してくれるのが、朝

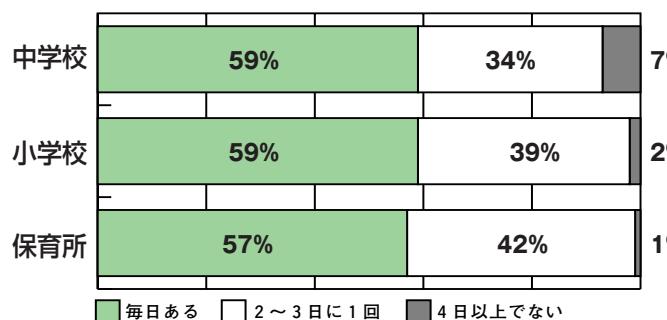
ときのこ、こんにゃくなどの

食物繊維や水分をたっぷり取ることが大切なので、乾物や野菜の煮物、汁物、漬物、ご飯など食物繊維が豊

らうといえます。

快便のためには、野菜や

排便はありますか（長南町）



食生活改善推進員 我が家のおすすめメニュー

かじきのごまドレッシングかけ

〈材料 4人分 1人当たり252kcal〉

| | | | |
|-------------|------|--------|------|
| かじきまぐろ(切り身) | 4切れ | ピーマン | 1個 |
| 塩・こしょう | 各少々 | 赤唐辛子 | 1本 |
| 片栗粉 | 適量 | ドレッシング | |
| 揚げ油 | 適量 | しょうゆ | 大さじ4 |
| れんこん(小) | 1節 | 酢 | 大さじ2 |
| ねぎ | 1/2本 | みりん | 大さじ2 |
| にんじん | 3cm | 砂糖 | 小さじ1 |
| セロリ | 1/2本 | 塩・こしょう | 各少々 |
| 赤ピーマン | 1個 | 白ごま | 大さじ2 |

〈作り方〉

- まぐろは一口大に切り、塩・こしょうをする。
- れんこんは半月またはいちょう切りにし、茹でる。
- ねぎ・にんじん・セロリ・ピーマンは千切りにする。
- 赤唐辛子は種を取り、小口切りにし、ドレッシングの材料に混ぜる。
- かじきまぐろの水気をふき、片栗粉をつけ、油で揚げる。
- 器にれんこんを敷き、揚げたてのかじきまぐろを並べる。千切りの野菜をたっぷりのせ、④のドレッシングをかける。



野菜も一緒に取れる
ので、ヘルシーなメニ
ューです。

磯野好美さん（竹林）

写真

表紙の



町民体育祭を10月1日（日）に町陸上競技場で開催し、子どもたちが競技に参加しました。

午後からは、あいにくの雨模様で中止になってしまった競技もありましたが、参加者全員がスポーツの秋を楽しみました。

（管理栄養士 御園生）

生活力レンダー 11月1日~12月9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. |
|---|--|--|---|--|--|--|
| | | | ・町民文化祭 中央公民館 計量記念日 | 1 | 2 | ・長南フェスティバル2006 野球場 保健センター 9:00~14:00 十三夜 文化の日 |
| ・文化祭 芸能発表会 中央公民館 | 6 立冬 | ・行政・人権・心配ごと相談 中央公民館 10:00~15:00 ・みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30~11:30 ・成人歯科健康診査 保健センター 13:15~14:15 | 7 | 8 | ・健康相談 蔵持青年館 (13:30~14:30) 棚毛青年館 (15:00~16:00) ・子育て教室 中央公民館 10:00~ | 3 一の酉 |
| ・結婚相談 農村環境改善センター 9:00~11:30 | 12 | ・乳児相談 | ・なかよしひろば 長南幼稚園 9:30~11:30 | 14 七五三 | ・ヘルスアップ教室 保健センター 9:30~11:30 | 10 世界平和記念日 |
| ・熊野の清水祭 (雨天決行) 熊野の清水公園 (佐坪地先) 9:00~14:00 | 19 | 20 | ・交通事故巡回相談 保健センター 10:00~15:00 ・1歳6ヶ月・3歳児 健康診査 ・みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30~ 11:30 | 21 | ・健康相談 保健センター (9:30~11:30) 水沼会館 13:30~14:30 | 16 二の酉 |
| 26 | 27 三の酉 | ・BCG・ポリオ | ・みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30~11:30 | 29 | ・びよびよひろば 保健センター 10:00~12:00 | 24 25 |
| 3 人権週間 | 4 | ・すこやか2歳児教室 保健センター 10:00~13:00 ・みんなで遊ぼう 長南保育所 9:30~ 11:30 | 5 大雪 | 6 | ・行政・人権・心配ごと相談 中央公民館 10:00~15:00 12/1 歳末助け合い運動 | 1 2 |
| 18. 10. 1 現在 人口 10,086(− 5) 男 4,905(− 3) 女 5,181(− 2) 世帯 3,127(+ 3) 面積 65.38km ² () 内は前月比 | 11月3日 5日 12日 19日 23日 26日 12月3日 | 大曾根マタニティクリニック 武田メディカルクリニック 三枝医院 茂原中央病院 志鎌医院 長生内科神経内科医院 宮本内科医院 | 22-2561 20-1910 25-2203 24-1191 22-5105 24-7752 22-3770 | 鎌田整形外科医院 君塚病院 高田整形外科医院 本納整形外科・内科 武田メディカルクリニック 菅原病院 山之内病院 | 24-8686 25-1811 22-0111 34-5091 20-1910 25-1171 25-1131 | ※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。 |

町の状況

18. 10. 1 現在

人口 10,086(− 5)
男 4,905(− 3)
女 5,181(− 2)
世帯 3,127(+ 3)
面積 65.38km²
() 内は前月比

あ
な
が
き

日曜・休日当番医

診療時間 9時~17時

| 月 日 | 内 科 系 | 外 科 系 |
|--------|---------------|-----------|
| 11月 3日 | 大曾根マタニティクリニック | 鎌田整形外科医院 |
| 5日 | 武田メディカルクリニック | 24-8686 |
| 12日 | 三枝医院 | 君塚病院 |
| 19日 | 茂原中央病院 | 25-1811 |
| 23日 | 志鎌医院 | 高田整形外科医院 |
| 26日 | 長生内科神経内科医院 | 22-0111 |
| 12月 3日 | 宮本内科医院 | 本納整形外科・内科 |

夜間急病診療所

診療科目／内科・小児科
茂原市八千代1-5-4(消防署裏) 24-1010
診療時間／20時~23時まで
夜間急病診療所テレフォン案内 24-1011(19時~翌午前6時まで)

皆さんはどのような秋を過ごしていますか。芸術の秋? それとも、スポーツの秋? やっぱり食欲の秋ですか? 私は食欲の秋です! この季節は、なぜだか食べ物が美味しいですよね! 毎日、朝・昼・晩とモリモリご飯を食べています。食べるだけではいけないので、散歩をしてみました。すると、日ごろ、気が付かなかった建物や花、木々が見つかりました。毎日を忙しく過ごしていると、周りの風景などは気にしませんよね。ふと立ち止まって辺りを見回すと、新しい何かが発見できるかもしれませんよ! (白鳥)

みんなの広場

交通安全ポスターコンクール

茂原警察署長賞



豊栄小学校 6年生 風戸千夏さん

茂原交通安全協会会長賞



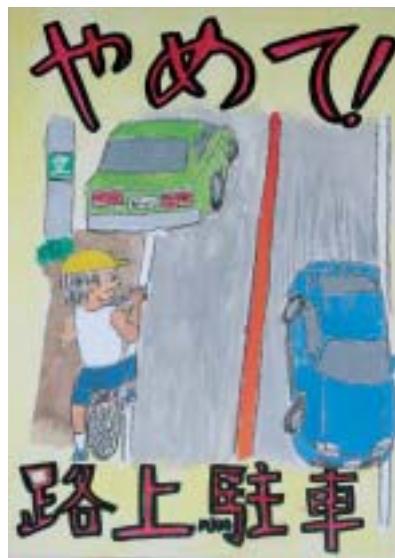
東小学校 1年生 岩崎大翔さん

長南町長賞



長南中学校 2年生 嶋野実穂さん

長南町交通安全協会会長賞



長南小学校 3年生 野口雄斗さん

交通安全教育の一環として小中学生を対象に交通安全ポスターを募集しました。344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11月1日（水）から4日（土）正午まで中央公民館に展示します。

● 朝生和貴くん
虫が大好きだからムシキング博士

● 神明友子ちゃん
お花がきれいだからお花屋さん

● 志鎌ななかちゃん
いいにおいがするからパン屋さん

● 吉野なつかちゃん
いいにおいがするからケーキ屋さん

大きくなつたらなりたいものは
(順不同)



まともたち