

広報 ちょうなん

2025

5

第574号



主な内容 — Contents —

- 戸籍に氏名のフリガナが記載されます 3
- 町のこれからを担う NEW FACE!! 4
- 新規地域おこし協力隊 隊員紹介 5

今月の表紙 — Cover —

今月の表紙は、長南小学校の入学式の様子です。式の雰囲気緊張しながらも、担任の先生の呼名に上手に返事ができました。

2 頁でも町内各所の入学・入園式の様子を紹介しています。



～「ただいま、おかえり」～心のふるさと長南



ちょうなん

News News News



新 しい生活に ワクワクドキドキ 入学・入園式

4月は町内各所で入学式や入園式が行われました。
長南保育所の入園式にはちょな丸が登場し、子どもたちを喜ばせてくれました。

7日は専門学校マーキュリー、8日は長南中学校、9日は長南小学校で入学式が行われ、新しいランドセルや制服姿などに成長が感じられました。

13日に行われた長生学園幼稚園の入園式では、町内在住者の入園は3名のみでしたが、在園児も参加してお祝いしてくれました。

入学・入園された皆さん、おめでとうございます。



長南小学校



長南中学校



長南保育所



長生学園幼稚園

令和7年度 入学・入園児

4月 4日	長南保育所	17名
4月 7日	専門学校マーキュリー 情報コミュニケーションカレッジ	72名
4月 8日	長南中学校	25名
4月 9日	長南小学校	35名
4月13日	長生学園幼稚園	9名 (うち3名が町内在住)



マーキュリー情報コミュニケーションカレッジ

桜 満開! 春爛漫 さくらまつり

4月5日と6日に野見金公園で第11回長南さくらまつりが開催されました。会場ではのみがね会によるダイナミックな猪の丸焼きや長南ドライブインのお花見弁当など、長南町ならではのグルメが提供されていました。ステージでは、和太鼓や吹奏楽団の演奏などで、訪れる人を楽しませてくれました。

桜の開花に合わせての開催のため、タイミングが難しいお祭りですが、今年はちょうど満開と重なり、ベストタイミングでの開催となりました。



満開の桜の下での吹奏楽団の演奏

町の人口 - Population -

- 人口 7,002人 (−26人)
 - 男性 3,502人 (−14人)
 - 女性 3,500人 (−12人)
- 世帯 3,154世帯 (−3世帯)

※令和7年4月1日現在
()内は前月比

【3月中の動き】

- 出生 0人
- 死亡 13人
- 転入 27人
- 転出 40人



Chonan town
65.51km²



春の全国交通安全運動 出動式が開催されました!



4月6日にショッピングプラザ・アスモで、春の全国交通安全運動出動式が行われ、平野町長が長生郡市を代表してあいさつをしました。

4月6日～15日までの10日間、長南町交通安全協会役員の協力のもと、本町でも春の全国交通安全運動が実施されました。

町民の皆さんも、交通安全には十分注意しましょう。



スローガン「青だけど 自分の目でみて たしかめて」



4月17日に長南中学校で交通安全教室が実施されました

戸籍法の一部改正により、令和7年5月26日以降

戸籍に氏名のフリガナが記載されます

これまで、氏名のフリガナは戸籍に記載されていませんでしたが、この法改正の施行により、新たに氏名のフリガナが戸籍に記載されることとなりました。

5月以降、本籍地の市区町村から
戸籍に記載される予定の氏名のフリガナの通知が届きます。



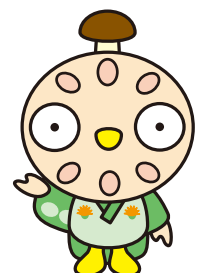
戸籍制度
マスコットキャラクター
「コセキツネ」

- 通知されたフリガナをまず確認してください
- 誤っている場合は届出をしてください
- マイナポータルでオンライン届出ができます

長南町が本籍の方については、7月以降の通知を予定しています。発送の日程が決まり次第、広報およびホームページでお知らせします。



詳しくは
こちら



問い合わせ 税務住民課 戸籍年金係 ☎ 46-2118

町のこれからを担う／ NEW FACE!!

4月1日付で5名の新規採用職員が入庁しました。今月号ではそんなフレッシュな
新人職員たちを紹介します！



税務住民課
税務係
鈴木

趣味

▶ 音楽鑑賞、筋トレ

町内の好きなスポット

▶ 笠森観音

日々学んで成長し、
信頼される行政サービスの提供します。



健康保険課
保険係
鬼島

趣味

▶ スーパー銭湯に行くこと

町内の好きなスポット

▶ 笠森観音

ふるさと「長南」と
町民づくりに寄り添い
日々精進してまいります



ガス課
供給保安係
田中

趣味

▶ 愛車でドライブ

町内の好きなスポット

▶ 長生グリーン
ライン

ガス課員として
町に貢献できる様
頑張ります。



福祉課
福祉児童係
伊坂

趣味

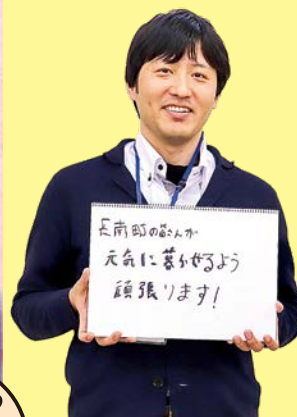
▶ 料理

町内の好きなスポット

▶ 仲間と泊まる学校
ちょうなん西小

町民の方々が暮らし
やすい町づくりを
目指して、頑張ります！

力を合わせて頑張ります！



福祉課(兼)
健康保険課
保健師 **葛谷**

趣味

▶ 岩盤浴、サウナ、
旅行

町内の好きなスポット

▶ 野見金公園

長南町のみなさん
元気に暮らせるよう
頑張ります！



新規地域おこし協力隊 隊員紹介



4月より新しく伊藤快斗さんが地域おこし協力隊に着任し、4月1日に委嘱状が平野町長より手渡されました。

伊藤隊員の今後の活躍が期待されますね！

伊藤隊員
Instagram▶



地域おこし協力隊のきっかけ

この度、4月より長南町地域おこし協力隊に着任しました、伊藤快斗です。

私はこれまで東京藝術大学で「彫刻」を学び、粘土からはじめ、木材を用いた制作を続けてきました。木と向き合う中で日本各地に受け継がれる木工技術に強く惹かれ、長南町にある大谷家具製作所で指物家具を学ぶことをきっかけに、この町に移住を決めました。

「作ること」はもちろん、作り手としての精神性や暮らしとの結びつきを大切にしたいと考えています。自らの技術を深めるとともに、地域の魅力ある文化や素材を活かし、表現の幅を広げていけたらと思っています。

自然豊かな地で、美術と伝統を繋ぐ

今後は、指物の技術を活かした作品制作に取り組みながら、アーティストとしての視点で長南町の自然や文化を再解釈した発信をしていきたいと考えています。

また、地域資源を活かしたワークショップや展示などを通して、町内外の人と繋がる場づくりにも挑戦していく予定です。将来的には、古道具やプロダクト、美術作品など扱う小さなギャラリーや工房の立ち上げも視野に入れています。

長南町の豊かな自然、温かい人々の中で、学びながら表現し、貢献していけたらと思っています。どうぞよろしくお願いいたします！



伊藤隊員が手がけた作品

地域と行政のパイプ役

区長の皆さんを紹介します

町からの連絡事項や地域の皆さんの意見や要望などを取りまとめて町へ伝える区長の皆さんが決まりました。



◎区長会長

○地区会長(敬称略)

担当区	氏名
小沢・報恩寺・美原台区	永嶋 秀俊
岩撫・竹林・茗荷沢区	鈴木 正利
水沼区	八代 豊裕
山内区	嶋野 正幸
市野々区	○宇野澤 昇
佐坪区	○渡邊 健司
下芝原区	○花崎 弘治
上芝原区	谷川 敬一
下豊原区	山田 徹
上豊原区	前田 進
地引区	芳本 貞幸
小生田区	齊藤 俊章
給田区	麻生 俊章
中原区	今井 治男
小野田区	田邊 正和
今泉・本台区	鶴岡 文吉
岩川区	◎川崎 康正
又富・棚毛区	梅田 道夫
千田区	麻生 誠一
関原・千手堂区	加藤 与嗣治
須田・米満区	湯原 治己
笠森・深沢区	今井 謙二
長南区5	○小柴 弘崇
長南区4	齊藤 昇正
長南区3	鹿倉 講一
長南区2	神代 和則
長南区1	佐久間 重光

情報公開制度・個人情報保護制度の公開実績

令和6年度の公開状況は下表のとおりです。

また、個人情報の保護に関する法律に基づく開示などの請求はありませんでした。

実施機関	件数		(内 訳)				
	請求	申出	公開	部分公開	非公開	不存在	その他
町長	2	4	4	1	0	1	0

情報公開制度

町が保有する行政文書を町民の皆さんの請求に応じて公開し、町政に対する理解と信頼を深め、町民参加による開かれた行政の実現を目指しています。

個人情報保護制度

町が保有する個人情報を適切に管理し、開示、訂正、削除などを求める権利の保障と保護により、町民の皆さんに信頼される町政を進めてまいります。

▶ 附属機関等の会議の公開に関する状況

令和6年10月から施行された「長南町附属機関等の会議の公開等に関する要綱」に基づき、附属機関等の会議の公開状況を公表します。

※令和6年10月15日から令和7年3月31日までの回数

会議の開催方法	会議を開催した回数
公開で開催	7回
一部非公開で開催	—
非公開で開催	1回 ※個人情報保護のため

問い合わせ 総務課 総務係 ☎ 46-2111



令和7年度 笠森霊園墓所の使用者を募集します



申込資格 長南町に住所を有する世帯主であること、または、長南町に5年以内に居住する見込みのある世帯主の方

申込期間 5月1日(木)～5月14日(水)
8時30分～16時30分

申込場所 笠森霊園管理事務所

申込方法 笠森霊園墓所申込書に必要事項を記入し、添付書類を添えて提出してください。
なお、居住見込みの方は、5年以内に長南町に居住することを明記した旨の誓約書の添付が必要となります。

※申込書を提出する際の添付書類：住民票(本籍が記載された発行後3ヶ月以内のもの)

その他 申込資格者ご本人がお手続きできない場合は、成人の親族に限り代理人となれます。
ただし、代理人によるお手続きの場合は申込者と代理人の関係がわかる書類(戸籍謄本など)のほか、代理人本人であることを証明する書類(運転免許証、健康保険証など)が必要です。
なお、募集の結果、希望墓所が重複した場合には、抽選とさせていただきます。

抽選日時 5月20日(火) 10時

抽選場所 笠森霊園管理事務所

問い合わせ(申込先) 笠森霊園管理事務所 ☎46-2115

募集する墓所の数

- 普通墓所 408 区画
- 芝生墓所 38 区画
- 特殊墓所 32 区画

奨学基金制度のご案内

長南町奨学基金は、高等学校、高等専門学校、特別支援学校の高等部、大学または専修学校(高等課程および専門課程)で学ぶ人を対象とした、町が実施する貸与型の奨学金制度です。能力があるにもかかわらず経済的な理由で修学が困難であると認められた場合、予算の範囲内で奨学基金の貸し付けを行います。

※学生本人に貸与し、学生本人が返還していくことになります。有効かつ計画的に利用しましょう。

申込みの機会は
年2回(前期・後期)
あります



申込期日 7月4日(金)まで
※9月貸付開始

**貸付額
(月額)**

問い合わせ
教育課 学校教育係 ☎46-3398

区分	高等学校	高等専門学校 短期大学	大学
月額	2万円以内	2万5千円以内	3万円以内

令和
7年度

特定健康診査・ 後期高齢者健康診査のご案内

～年に1度！今年も特定健診・後期高齢者健康診査の時期になりました～

長南町国民健康保険では、生活習慣病を予防するため40歳以上の長南町国民健康保険被保険者の方を対象に、特定健康診査および特定保健指導を実施しています。また、後期高齢者医療制度に加入している方は、千葉県後期高齢者医療広域連合からの委託を受けて後期高齢者健康診査を行います。

特定健康診査・特定保健指導とは

特定健康診査は、一般の健診と比べて生活習慣病の原因になるメタボリックシンドロームの発見・予防に力を入れた健診です。生活習慣病とは、食生活・運動不足・喫煙・飲酒などが原因で引き起こされ、日本における三大死因の「がん・脳卒中・心臓病」を発症させるリスクが非常に高い病気です。

特定保健指導は、健診結果でメタボリックシンドロームのリスクがあると判定された方を対象に、生活習慣病の予防や改善を目的とした保健指導です。

積極的に特定保健指導を受けて生活習慣を改善し、生活習慣病を予防しましょう。

ちよな丸ポイント
100P対象



区 分		特定健康診査	後期高齢者健康診査
対象者		・長南町国民健康保険の被保険者 ・40歳以上74歳までの方	・後期高齢者医療制度の被保険者 (一定の障害があると認定された65歳以上の方を含む)
内 容		■身体測定 … 身長、体重、おなか周りから肥満などがいないかを調べます。 ■血圧測定 … 血圧の状態から、高血圧や動脈硬化などの危険がないかを調べます。 ■尿 検 査 … 尿中の糖やたんぱくの有無から、糖尿病の危険や腎臓などの異常がないかを調べます。 ■診 察 … 医師による聴診などを行います。 ■血液検査 … 血液を採取し、脂質と糖の値で動脈硬化の進み具合や糖尿病の有無、また肝機能の異常がないかを調べます。 ■眼底検査 ■心電図検査 ■貧血検査 ■尿酸検査(血清クレアチニン検査)(1回)	
日 程	集団	5月7日(水)～10日(土)、12日(月)、13日(火)、24日(土)	
	個別	5月14日(水)～12月25日(木)／契約医療機関をご予約のうえ受診	
会 場	集団	長南町保健センター	
自己負担金	集団	1,000 円	無 料
	個別	2,000 円	無 料

- 令和7年度の特定健康診査・後期高齢者健康診査の問診票は、4月中旬にお送りしています。
(施設入所中の方、あらかじめ町に発送の中止を申し出している方は除いています)
- オレンジ色の封筒でお送りしていますが、届いていない場合は下記までご連絡ください。
- 同一年度内に人間ドックを予定されている方(受診された方)は、人間ドックの基本検査に特定健康診査が含まれるため、特定健康診査・後期高齢者健康診査は受けられません。

事業所に お勤めの方へ お願い

長南町国民健康保険加入の方で、事業者健診・職場健診を受診された方は町の特定健診を受診する必要はありませんが、受診率向上のためお手数ですが健診結果のコピー提出にご協力ください。健診結果を町に提出していただくことで特定健診を受診したとみなされます。

問い合わせ 健康保険課 保 険 係 ☎46-2119(特定健康診査)
健康管理係 ☎46-3392(後期高齢者健康診査)



令和
7年度

带状疱疹予防接種に関する お知らせ

令和7年度より带状疱疹予防接種の定期接種が開始します。任意予防接種に対する費用助成は、助成方法を変更し、令和7年度についても引き続き実施します。

定期接種、任意接種の対象となるのは、下記の方のうち、**今までに一度も带状疱疹予防接種を受けたことのない方**(予防接種を行う必要があると医師が認めた場合は対象となります)です。

- 定期接種の対象の方には、**5月中に予診票を郵送**します。
- 任意接種の対象の方には、個別の通知はいたしません。**ご希望の方には予診票を発行しますので、町健康保険課へご連絡ください。**

令和7年4月1日からは
町が発行する
予診票が必要です!



定期接種対象者

町内に住所があり、**年度内**に65、70、75、80、85、90、95、100歳となる方

※令和7年度のみ100歳以上の方も対象

※60歳から64歳で免疫機能に障害がある方(身体障害者手帳1級相当)も対象となりますので、希望する方はお問い合わせください。

任意接種対象者

町内に住所があり、**接種日**に年齢が50歳以上で定期接種に該当しない年齢の方

【助成方法】

ワクチン名	回数	助成金額
シングリックス(組換えワクチン)	2回	10,000円/回
乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」(生ワクチン)	1回	4,000円

※予診票を医療機関に提出し、接種が完了した方が助成の対象となります。

※**助成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。**

※接種を見合わせた時の費用(予診料)等は、ご本人の負担となります。

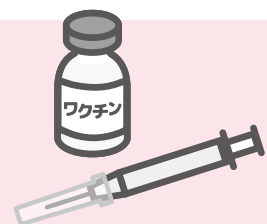
※任意接種について、令和6年度までは償還払いで接種費用の助成を実施していましたが、令和7年度からは、町が発行した任意接種予診票を使用し、委託医療機関で接種した場合、助成額を引かれた額を医療機関窓口でお支払いいただく方法に変更となります。

▶▶ 令和7年3月31日までに 带状疱疹予防接種を受けた方へ

償還払いの申請を行う必要がありますので、町健康保険課へご連絡ください。

2回目を4月1日以降に接種する場合、町が発行した予診票が必要となります。

健康保険課窓口で**1回目の償還払い申請をする際に、2回目の予診票を発行**します。



問い合わせ 健康保険課 健康管理係 ☎46-3392



愛の献血ありがとうございました

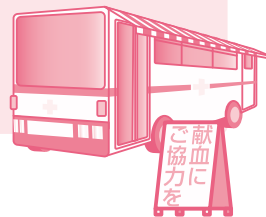
千葉県赤十字血液センターから移動献血車が来町し、献血が行われました。

◆3月28日(金)

長南町保健センター 30人

ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。
次回、保健センターでの献血は8月を予定しています。
今後も引き続き、献血のご協力をお願いいたします。

問い合わせ 健康保険課 健康管理係 ☎46-3392



献血キャラクター

けんけっちゃん

赤十字活動資金へのご協力をお願いします

日本赤十字社は、「人のいのちと健康、尊厳を守る」ことを使命として、災害時の医療救護活動や救援物資の配布、いのちを救う救急法等の普及、赤十字ボランティアの育成等、人道的活動に取り組んでいます。

長南町には、日本赤十字社千葉県支部から災害救援物資や被災された方々のために、毛布や日常生活用品をいただいています。

これらの人道的活動は、皆さまからお寄せいただく活動資金によって支えられています。

5～6月は赤十字社資募集運動月間になっていますので、区長さんを通じて1世帯500円を目安に赤十字活動資金へのご協力をよろしくお願いします。

問い合わせ 社会福祉協議会 ☎46-3391



日本赤十字社
公式マスコットキャラクター
ハートラちゃん

中央公民館1階に 図書コーナーを新設しました



新たに中央公民館1階に図書コーナーを設置しました。

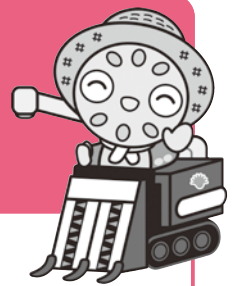
新刊や人気作、児童書など、多彩なラインアップを取り揃え、皆さまが気軽に閲覧できる環境を整えました。ぜひこの機会にご利用いただき、読書をお楽しみください。

引き続き2階の図書室もご利用いただけます。

問い合わせ 中央公民館 ☎46-1194



農業機械の修理にかかる費用を補助します



農業従事者の皆さまの支援を目的として、農業機械の修理に係る費用を一部補助する制度を開始しました。これにより、機械の修理や整備に係る経済的な負担を軽減し、農業経営の安定化を図ります。

対象者	<ul style="list-style-type: none"> ●長南町在住の方 ●借入地を含め、1ha以上耕作をされている方 ●町税を滞納していない方
対象機械	農業用機械(軽トラック・フォークリフト等農作業以外にも応用できるものを除く)
補助率	修理にかかる費用の3分の1(上限額20万円)
備考	5万円以上の修理費用が対象です

農業機械の修理を検討されている皆さま、この機会にぜひご活用ください。



問い合わせ 産業振興課 農地保全係 ☎46-3397

地域農業の将来像を示す「地域計画」を策定しました



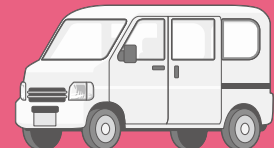
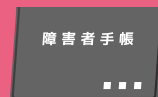
令和6年度に実施したアンケートや、座談会でいただいたご意見を取りまとめ、3月に地域計画を策定しました。この計画と目標地図を活用し、今後の地域農業の効率化を図っていきます。

計画および目標地図は窓口およびQRコード(町ホームページ)で閲覧が可能です。詳しくは、下記問い合わせへご連絡ください。



問い合わせ 産業振興課 農地保全係・農業委員会 ☎46-3397

障害者手帳などをお持ちの方へ 軽自動車税の減免



身体障害者手帳など(療育手帳、戦傷病者手帳および精神障害者保健福祉手帳を含む)をお持ちの方が軽自動車を所有している場合、または同一世帯で身体障害者手帳などをお持ちの方のために軽自動車を使用する場合は、申請により軽自動車税を減免することができます。

申請期限

5月30日(金)まで

申請時に必要なもの

- 身体障害者手帳
- 運転免許証(マイナ免許証)
- 車検証
- 個人番号カード(通知カード)

問い合わせ(申請先) 税務住民課 税務係 ☎46-2118

認知症サポート医から認知症を学ぼう！

～認知症学習会のお知らせ～

『認知症ってどんな病気？』『将来、認知症になったらどうしよう』『認知症かな？』『家族の対応に困っている』など、サポート医から認知症を理解する学習会を開催します。認知症の人や家族が地域で安心して暮らせるために、まずは認知症を正しく理解し、改善できることがあるのか、何ができるのかを一緒に考えていきませんか？参加希望の方は下記までご連絡ください。

ちょうなん
ポイント
対象事業
20P

日 程 5月14日(水)・6月18日(水)・7月16日(水)・8月20日(水)
9月17日(水)・10月15日(水)・11月19日(水)・12月17日(水)
令和8年1月21日(水)・2月18日(水)・3月18日(水)

時 間 15時～16時(事前申込) **場 所** 保健センターホール **参加費** 無料

認知症サポート医による個別相談会

『認知症かも？』『受診した方がいいの？』『受診はしているけど今のままでいいの？』など、もの忘れや認知症が心配な方やご家族の生活上の困りごとを、長南町認知症サポート医に個別に相談できます。相談希望の方は下記までご連絡ください。

相談料
無料

問い合わせ(申込先) 福祉課 包括支援センター ☎46-2116

おしゃべり茶会 5月の日程

ちょうなん
ポイント
対象事業
20P

おしゃべり茶会は、地域の高齢者の方、その家族、地域の皆さんが集い気軽に交流のできる場所です。

まきば

会 場 子育て交流館(給田 498-4) **日 時** 5月13日(火) 14時～

内 容 お手玉で遊ぼう！、おしゃべり **参加費** 無料

問い合わせ まきば ☎47-1056 ※奇数月の第2火曜日で行います



井戸端会議

会 場 大森ストアー(長南 386) **日 時** 9時30分～12時(事前に電話で確認してください)

内 容 井戸端会議、クラフトかご・ブローチ作り

参加費 200円(材料費) **問い合わせ** 大森 ☎46-0611



気呼の会

会 場 風の家(米満 349) **日 時** 5月22日(木) 13時30分～

内 容 気功、太極拳の呼吸法で楽しくリラックス **参加費** 100円

問い合わせ 風戸 ☎22-0439



古民家交流会

会 場 古民家クリニック長南(関原 59) **日 時** 5月21日(水) 13時30分～

内 容 心と身体をつなぐヨガ、草餅を食べよう **参加費** 100円

問い合わせ 加納 ☎090-1035-4335



問い合わせ 福祉課 包括支援センター ☎46-2116



上野秀樹先生



長南町認知症サポート医の 認知症見立て塾

第46回

先月号に引き続き、認知機能障害が認められるようになった時の考え方をお話ししましょう。もの忘れなどの認知機能障害の程度を判定した後に、その原因を検討します。認知機能障害の原因を考える上で大切なのは、ある人の認知機能障害の原因はひとつではないということです。たとえばアルツハイマー型認知症と診断されている人のもの忘れの原因はアルツハイマー型認知症だけではないのです。もの忘れなどがある人がいたら、その原因をすべて見いだすことが重要になります。

原因は2種類に分類されます。改善可能なものと改善が難しいものです。アルツハイマー型認知症や血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などは、脳の神経細胞が機能低下、減少してしまうために生じてくる認知症です。現在の医学では、減少してしまった脳の神経細胞を再生することはできないので、これらは改善が難しい原因になります。神経細胞が減少してしまうことで認知機能障害を生じてくる認知症に関しては、病状を進行させないことが重要になります。これについては、後ほどお話ししましょう。

原因のうちで重要なのは、改善可能なものになります。適切な介入でももの忘れなどの認知機能障害の改善が見込めるからです。順番にご紹介しましょう。

最初に検討すべき改善可能な認知症の原因は、うつ状態です。最初に私がもの忘れ外来を始めたのは、東京都立松沢病院に勤務していた2004年のことでした。以来20年間でたくさんの認知症の人を診療していく中で、うつ状態への支援がとても大切であることに気がつきました。私のもの忘れ外来を受診する人の約8割の人に、ごく軽度から重度まで様々な程度のうつ状態が合併しています。うつ状態では、気分の落ち込みや意欲の減退、食欲の低下、閉じこもりなどが認められることがあります。高齢の方では、気分の落ち込みや意欲の減退などが目立たず、だるさやめまい、動悸やしびれなど不定愁訴が目立つことがあります。こうした訴えの身体的原因が見つからないことが特徴です。また意欲の減退などの症状が目立たず、イライラや焦燥感が強く、攻撃的になったり、落ち着かない言動が目立つ激越型うつ病と呼ばれるタイプのうつ状態が認められることもあります。

うつ状態への対応ですが、どうしてうつ状態になってしまったのかをひもといていきます。うつ状態になるきっかけがあったのかどうか、これまでの生活の様子や出来事、周囲の環境を詳しく聞き取ります。本人を深く理解して、本人の立場に立って考えることが重要です。また、まれに甲状腺機能低下症などの身体疾患でうつ状態となることもあるので、採血検査なども必要になります。身体疾患の状況も含めて、認知症の人を深く理解して、生活の支援に結びつけていきます。認知機能障害が軽度で、うつ状態も軽度であれば、認知行動療法や褒め日記を書くなどの方法が有効です。認知行動療法はカウンセリングのひとつですが、自習することもできる方法です。認知行動療法や褒め日記に関しては稿を改めてご紹介したいと思います。一見してうつ病のように見えないことも多いため、見逃されてしまうことが多い激越型うつ病については、精神科薬物療法が必要になることも多く、精神科がベースのもの忘れ外来の受診をお勧めします。



『長南袖風と蔵の中のみんなの宝物』



募集

長南オープンゴルフ大会 出場者を募集します！



町スポーツ協会主催の第24回長南オープンゴルフ大会を開催します。

- 開催日** 6月5日(木) **会場** 長南カントリークラブ **募集人員** 80人程度
- 参加資格** 町在住、在勤者 **競技方法** 新ペリア方式 18ホールストロークプレー
- 参加費** 3,000円/人
※申し込み時に納入してください。なお、キャンセルの場合は返金いたしません。
- プレー費** 10,900円(税込)〈乗用カート、昼食・ワンドリンク付〉※売店利用は各自精算
- 申込方法** 町公民館窓口で申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。
※電話での申し込み受付はいたしません。
※4人1組を原則としますが、3人以下の申し込みも受付します。
ただし、その際の組み合わせは、主催者一任とします。
- 申込期間** 5月8日(木)～20日(火)
- 受付時間** 8時30分～17時(町公民館で受付します)
- その他** 郡民スポーツ大会選手選考会を兼ねています。

問い合わせ 教育課(町中央公民館) ☎46-1194

募集

長南町バレーボール大会 出場者を募集します！



- 日時** 6月22日(日) 8時30分～
- 会場** 町体育館
- 競技方法** 男女混合9人制(女子3人以上)
- 参加資格** 町在住・在勤者(中学生以上)
- 参加費** 1チーム1,000円
- 申込期日** 6月7日(土)まで
- 申込方法** 海洋センターへ備えてある申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

※6月7日(土)19時30分より町体育館にて抽選会を実施します。

なお、参加費は抽選会の際に集金いたしますのでご準備ください。

問い合わせ 教育課 生涯学習係 ☎46-3398



相談

わが家の耐震相談会を開催します



地震は私たちの生活に甚大な影響を与える災害となり、昭和 56 年以前に建てられた木造住宅は耐震機能が不足している可能性があります。まずは耐震診断を実施し、現在の耐震性能を把握することが重要です。

町では、以下の日程で耐震相談会を実施します。

- 日 時** 5 月 24 日(土) 9 時 30 分～12 時
- 場 所** 長南町役場 庁舎 2 階 第 1 会議室
- 内 容** 木造住宅の耐震について、建築士が無料で相談にお答えします。
- 持 物** 自宅の写真や図面、住まいの状況が分かる資料
- 申 込** 5 月 21 日(水)までに電話または建設課窓口にて申込(要予約)
- そ の 他** 補助制度がありますので、設計や工事等を実施する前に補助金の申請をする必要があります。対象となる要件等については、建設課都市計画係までお問い合わせください。

問い合わせ 建設課 都市計画係 ☎46-3394

募集

＼手話を話してみたい、学びたい方を募集中!／ 令和7年度 長生郡市手話奉仕員 養成講座(前期)

聴覚障害者の生活に関連する福祉制度や日常生活の中での手話表現について、教材を用いながら学べる、養成講座を開催します。
受講を希望される方は、お気軽にご利用ください。



- 実施期間** 6 月 27 日(金)～令和 8 年 2 月 6 日(金)(予備日含む)
全 27 回 18 時 30 分～20 時 30 分 ※修了条件有り
- 会 場** 茂原市総合市民センター
- 対 象 者** 長生郡市管内在住または在勤で、手話奉仕員養成講座(前期)を終了していない人
- 募集人数** 20 名 ※定員になり次第締切
- 募集期間** 5 月 15 日(木)～6 月 5 日(木)
- 目 的** 聴覚障害者の生活および関連する福祉制度についての理解と認識を深めるとともに、手話で日常会話を行うのに必要な手話語彙、および手話表現技術を習得する。
- 申込方法** ホームページから申込み(www.chibadeaf.jp)または申込書を郵送
福祉課窓口にて申込書が設置されていますので、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ (社福)千葉県聴覚障害者協会 千葉聴覚障害者センターコミュニケーション課 養成係
☎043-308-6373



お知らせ
移動交番を開設します

日時

中央公民館

・5月13日(火) 10時～11時30分

笠森観音 町宮駐車場

・5月15日(木) 13時30分～15時

問い合わせ

茂原警察署 移動交番係

☎ 22-00110



お知らせ
令和7年度
千葉県調理師試験のご案内

試験日
10月25日(土)

試験場所

幕張メッセ 国際会議場

千葉市美浜区中瀬一丁目一番

願書の受付期間および受付場所

5月19日(月)から

5月23日(金)までの5日間

(※受付期間内消印有効)

住所が県内にある方は住所地を管轄

する保健所へ、住所が県外にある方

は健康福祉部健康づくり支援課へ、

簡易書留郵便で提出ください。

受験願書の配布

4月7日(月)から(土日、祭日は除く)

千葉県長生保健所

(長生健康福祉センター)

お知らせ
行政書士電話相談会

日時

5月18日(日) 9時～12時

相談内容

・相続全般に関する事

・遺言に関する事

・農地法関係手続に関する事

※掲載の日に都合が悪い場合は、別の日に電話で、ご相談をお受けします。

問い合わせ

千葉県行政書士会 長夷支部

地区無料相談担当 今関雄一

☎ 43-0202

お知らせ
紹介
ポリテクセンター君津の

紹介

ポリテクセンター君津は厚生労働

省所轄の公共職業訓練施設です。

求職中の方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

の職業訓練や在職中の方のためのスキ

ルアップセミナーを実施しています。

内容

詳細については

ホームページを

ご覧ください。

場所

君津市坂田428

ポリテクセンター君津

問い合わせ

ポリテクセンター君津訓練課

☎ 0439-5716313



催し
長南ビブリオカフェ

日時

5月31日(土)

13時30分～15時

場所

ちようなん西小 図書室

(長南町佐坪1348-1)

参加費

無料

持ち物

あなたの紹介したい本

問い合わせ

長南ビブリオカフェ実行委員会(今井)

☎ 090-1104415485



長南ビブリオカフェ
Facebookページ



清掃とリフォームの事ならお任せ!

企業や施設の清掃、ご家庭のクリーニングまで
「キレイ」を追及するスタッフが丁寧に対応いたします



株式会社 **ななえ商事** 千葉南事業所

☎ 090-3209-5434

長生郡長南町竹林

長南・茂原地区で清掃現場多数
地元の雇用を重視し、随時募集しています
若者から高齢の方まで積極採用中!



— 信頼と巧みな技術をもってお応えします —

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

信頼
と
実績

有料広告

有料広告



催し 大地とつながろう！ハスの植え付け体験会

長南町の特産物のハスを一緒に植え付けてみませんか？農薬や肥料を使わない蓮田は生き物の宝庫！秋には、植えたハスの収穫体験もあります。

ハスの植え付けは、泥を掘って大きなハスを丸ごと植え付けます。泥は大人の膝上までありますので小さいお子様は大人の方が一緒に入ってください。虫や魚をとって観察したい人は、網や虫かごを持ってきてください。シャワーはありませんが、井戸水で身体を流せます。

日時 5月10日(土)
10時～12時30分

持ち物 着替え、飲み物、帽子、タオル

汚れていい服で来てください。

参加費

子ども 無料
大人 500円

申し込み

自然農縁 草と虫(細田)

✉ kusamus63@gmail.com

☎ 40-5750

留守電の時はお名前と電話番号を残してください。



催し

第33回(令和7年度第2回)東千葉メディカルセンター市民公開講座

日時 5月15日(木)
15時～16時(14時45分開場)

場所 東千葉メディカルセンター2階講堂
(東金市丘山台3-6-2)

演者 東千葉メディカルセンター
センター長 岩立康男 医師

演題

必見！「認知症予防の極意」

参加方法

事前申込不要です。

当日会場にお越しください。

問い合わせ

東千葉メディカルセンター
事務部 総務課
☎ 50-11199(代)



催し パソコン・スマホよろず相談会

日時 5月7日(水) 9時～11時30分
5月14日(水) 9時～11時30分
5月21日(水) 9時～11時30分
5月28日(水) 9時～11時30分

※最終受付 11時

会場 長南町役場 1階 相談室

相談内容

・パソコンやスマホの操作方法
・スマホのアプリの使い方

・画面に変な表示が出た時の対応
・パソコンやスマホの調子が悪い等
相談は無料です。お気軽にお越しください。

問い合わせ

長南町役場 総務課
☎ 46-2112

催し

**アトリエか猫の
素敵なバッグ展
◎同時開催
『新作椅子発表』
ご予約会**

小さな発見をモチーフにして絵柄をデザイン、ポップでお出かけが楽しくなるアトリエか猫のバッグや小物。
大谷家具製作所が『ずっと座っていたい』くつろぎの新作椅子を発表します。

日時 5月14日(水)～25日(日)
11時～17時(25日は15時)

定休日 月・火曜日

入場料 無料

場所 大谷家具ギャラリー工芸館
(長南町長南 1280-1)

問い合わせ

大谷家具製作所
☎ 47-3530



ちよなこみ食堂

4月に全戸配布した「ちよなこみ食堂」のチラシはご覧になっていただけでしたか。

4月の交流広場では、新聞紙で世界にひとつしかない自分だけの「かぶ」と「こいのぼり」を作りました。カレーを食べながらのおしゃべりも笑顔がいっぱいでした。

5月以降もボランティアスタッフが楽しい遊びと美味しい食事を準備して皆さんをお待ちしています。

開設日時・申込締切日

● 5月24日(土) 10時30分～14時

場所 農村環境改善センター

申込締切 5月19日(月)

● 6月7日(土) 10時30分～14時

場所 中央公民館 講堂

申込締切 6月2日(月)

***食堂利用時間** 12時～13時30分

対象者・利用料金

幼児から高校生まで無料

(小学生までは保護者同伴)

大人 300円

《お米やお野菜(じゃがいも、玉ねぎ等)を提供していただける方も大募集しています！》

問い合わせ(申込)先

社会福祉協議会 ☎ 46-33391



インスタ
フォローしてね



ちやうなん 歴史夜話

長南開拓記 (75)

～「新しい秩序」の下に～

ここまで、長生地方で見つかっている、奈良・平安時代の集落跡について話してきました。当地方の発掘調査件数は少なく、これらが当地方の実態をどの程度表しているのか未知数のところはありますが、とりあえず、ここで概要を少しまとめてみたいと思います。

まず、古墳時代後期から奈良・平安時代にかけて、堅穴住居跡がまとまって検出している遺跡は、前回までにお話しした中原遺跡（茂原市猿袋）があります。こうした事例は、隣接する山武地方などに見られる拠点的な集落に比べて規模が小さいように見えますが、同様の性格を帯びていると考えられ、中原は海岸平野に接続する砂堤上にあることから、海岸平野への進出拠点としての性格を持っていたのかもしれない。

また、部分的な発掘調査ではありましたが、川島本村遺跡（睦沢町川島）も古墳後期～奈良・平安時代の堅穴住居跡の存在が、少なくとも十数軒確認されています。立地的には中原と同じく海岸平野との接続部であり、同様の性格を持っていた可能性も考えられます。根畑遺跡（長南町芝原）も古墳後期～奈良・平安と連続する集落跡ですが、中原と比較すると遺構密度が散漫であり、拠点集落であるかは、やや微妙と言えます。

そのほか、奈良・平安時代の堅穴住居跡が見つかっている遺跡は、川島遺跡（長南町坂本）、能満寺古墳（長南町芝原）、和合遺跡（茂原市長尾）、宮島遺跡（茂原市石神）、徳増下谷遺跡（長柄町徳増）、針ヶ谷遺跡（長柄町針ヶ谷）、下町裏遺跡（睦沢町下之郷）などがあります。このうち、和同開珎のように特殊な遺物が出土している針ヶ谷は、一般集落ではない可能性が高く、ここでは除外することとします。さて、これらの遺跡は、堅穴住居跡が一軒ないし数軒程度の検出であることが共通しており、こうした住居が点在する景観は、むしろ当地方では普遍的であったのかもしれない。もちろん、奈良時代には「国郡里制」という行政単位が確立していたので、一見、散漫に見える景観であっても、律令国家の機構にしっかりと組み込まれたものであったのでしょう。

朝廷

天皇・太政官等からなる中央政府。

国

現在の都道府県に相当。「上総国」「下総国」等。中央政府から派遣された国司が統治。

郡

国の下の行政単位。「長柄郡」「埴生郡」等。古墳時代の国造などの地方豪族が郡司として統治。

里（郷）

当初は50戸単位で「里」を編成し、里長が統治。霊亀元（715）年に「郷」と改称された。

（町資料館

風間俊人）

大化の改新以降、朝廷は律令制による地方行政の仕組みを順次整備していった。「国郡里制」は、大宝元（701）年に制定された『大宝律令』の中で、正式に定められた。

図書室へGO!



購入図書を紹介します
今月のおすすめ



「遊園地ぐるぐるめ」

山中青田遊園地、愛称<ぐるぐるめ>を舞台に繰り広げられる、来園者6組と園内を巡回するピエロの様々な人間模様を描いた本屋大賞常連の青山美智子とミニチュア写真家の田中達也による、8篇の連作短編集。

問い合わせ

中央公民館 ☎46-1194

書籍名	著者
遊園地ぐるぐるめ	青山美智子/田中達也
願わくば海の底で	額賀滯
月収	原田ひ香
星の教室	高田郁
逃亡者は北へ向かう	柚月裕子
ゆふすげ	美智子
あざらしカフェ すいぞくかんのきゅうじつ	うよ高山/ ナカオマサトシ
ぷ	たなかひかる
オフロケット	ザ・キャビンカンパニー
美術館にいったみた	赤木かん子/ 宇佐江みつこ
ぼくと目の見えない内田さんがであったはなし	赤木かん子/濱口瑛士
ともだちってどんなひと?	赤木かん子/濱口瑛士
地震がきたらどうすればいいの?	赤木かん子/mitty

マイナンバーカードの申請・受取には本人の来庁が必要ですが、役場開庁時間にお越しいただくのが困難な方を対象に、時間外申請・受取を行っております。

必ず前日の17時までにご予約（※当日予約不可）をお願いします。

▶電話予約・問い合わせ
税務住民課 戸籍年金係
☎46-2118

Chonan 2025

18





※行事予定については変更となる場合があります。ご了承ください。

日 Sun.	月 Mon.	火 Tue.	水 Wed.	木 Thu.	金 Fri.	土 Sat.
				1 ・園庭・園舎開放 長生学園幼稚園 9:30～11:30	2 ・びよびよひろば 保健センター 10:00～12:00	3 ・子ども祭り in 長南 中央公民館 10:00～14:00 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7 ・特定健康診査等 保健センター	8 ・園庭・園舎開放 長生学園幼稚園 テーマ 「ハンカチのたたみ方」 9:30～11:30 ・歴史教室 中央公民館 13:30～15:30	9	10
11	12 ・特定健康診査等 保健センター	13 ・園庭開放 長南保育所 9:30～11:30 ・スマホ教室 中央公民館 13:30～15:30	14 ・紙工作教室 中央公民館 9:30～12:00 ・認知症学習会 保健センター 15:00～16:00	15 ・園庭・園舎開放 長生学園幼稚園 9:30～11:30 ・心配ごと相談所 中央公民館 13:30～16:30	16	17 ・中学校運動会 ・えいご教室 中央公民館 [A] 9:30～10:30 [B] 10:40～11:40 ・園庭開放 長生学園幼稚園 9:30～14:30 ・野菜園芸教室 中央公民館 13:30～16:30
18	19 ・健活クラブ(体験会) 保健センター 9:10～10:40～13:20～ ・民謡教室 中央公民館 13:00～15:00	20 ・園庭開放 長南保育所 9:30～11:30	21	22 ・園庭・園舎開放 長生学園幼稚園 テーマ 「折り紙あそび」 9:30～11:30 ・高齢者教室 中央公民館 13:30～15:30	23	24 ・わが家の耐震相談会 長南町役場 9:30～12:00 ・園庭開放 長生学園幼稚園 9:30～14:30 ・特定健康診査等 保健センター
25 ・こどものづくり教室 中央公民館 9:30～11:30 ・健康運動教室 中央公民館 9:30～10:30	26 ・そば打ち教室 中央公民館 9:30～13:30	27 ・園庭開放 長南保育所 9:30～11:30	28	29 ・園庭・園舎開放 長生学園幼稚園 9:30～11:30	30 ・乳児相談	31 ・園庭開放 長生学園幼稚園 9:30～14:30

5月の納税

納期限は
6月2日(月)です



軽自動車税(全期)

- ・納め忘れのないようお早めに。
- ・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。
- ・口座振替のほか、コンビニ等でも、納付できます。

【延滞金】

納期限内に納付した方との公平性を保つため、納期を過ぎて納付された場合には、法律により計算した額の延滞金が課されることとなります。

日曜・休日当番医

*当番医は変更に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。

診療時間 9時～17時 *救急患者の方が優先されます。

月 日	内 科 系	外 科 系
5月 3日	長生診療所 32-3303	南洲会長生クリニック 32-1821
4日	山之内病院 25-1131	栄倉病院 24-2171
5日	鶴澤医院 34-2008	菅原病院 25-1171
6日	大木医院 23-2546	聖光会病院 35-5151
11日	藤島クリニック 47-3056	菅原病院 25-1171
18日	渡辺医院 27-7733	栄倉病院 24-2171
25日	清水医院 42-2950	公立長生病院 34-2121

夜間急病診療所 ☎24-1010
内科・小児科 20時～23時
(受付19時45分～22時45分)
テレフォン案内 ☎24-1011
(19時～翌朝6時)

救急安心電話相談 #7119
平日・土曜日 18時～翌朝8時
日曜・祝日 9時～翌朝8時
ダイヤル回線 ☎03-6810-1636

こども急病電話相談 #8000
19時～翌朝8時(毎日)
ダイヤル回線 ☎043-242-9939



地域おこし協力隊 箱石こと No.5 & 6 箱ちゃん 発掘記



地域おこし協力隊主催の移住相談会に出展してきました！

3月16日、旭市地域おこし協力隊の皆さんが発起人を務めた「ちば合同移住相談会」が東京・有楽町の東京交通会館で開催されました。長南町、旭市をはじめ、県内計6自治体の移住・定住促進を担う地域おこし協力隊やNPO法人が集い、それぞれのアピールポイントを説明します。途中、参加者全体に向けたプレゼンテーションの時間もあり、長南町はアンカーを務めました。

当日は16人の移住希望者にご参加いただき、大いに盛り上がりを見せた相談会でした。千葉県や長南町には、人を惹きつける魅力があるようです。一方、訴求力のある言葉でその魅力を説明するのは難しく、今一度、町の現状や魅力を再発掘する必要があると感じました。もうすぐ移住して一年になりますが、まだ知らないことが山のようにあります。無知な私には、皆さんのお力添えが必要です。

今年度は、空き家・空き店舗活用、移住定住促進により力を入れつつ、町の魅力・資源を再確認すること、町民の皆さんのニーズをできる限り確認することに力を入れていきたいと思えます。本年度もよろしく願いいたします。



全体プレゼンの様子。皆さん、各自治体の発表を真剣なまなざしで聞いています。発表について、好評の声をいただきました。

相談無料
要領子参加!

地域おこし協力隊企画

“やっぱり”自然豊かで住みやすい“まち”千葉県

ちば合同 移住相談会

東京オフィス2025年第145回ふるさと暮らしセミナー

2025 3/16 日

11:00~14:30

会場：ふるさと回帰支援センター
セミナールームC
東京都千代田区有明2-10-1/東京交通会館9F

参加自治体	当日スケジュール
香取市地域おこし協力隊	11:00~ 各ブースにて移住相談
長南町地域おこし協力隊	12:00~ 地産プレゼン/PRタイム
栄町地域おこし協力隊	13:00~ 移住相談
旭市地域おこし協力隊	14:30 Close
長南町 NPO法人ふるさとネット	
館山市地域おこし協力隊/NPO法人おせっかい	

お問い合わせ
(一社) 旭市観光振興協会・旭市移住サポートセンター・旭市地域おこし協力隊
0478-62-7537 / asahi-hakko@asahi-city.jp
認定NPO法人ふるさと回帰支援センター（共催）
ちば移住支援センター / 080-7806-8677

ちば合同移住相談会には県内6自治体の協力隊・NPO法人が参加し、大いに盛況となりました。

使わせていただける空き家探しが本格始動します！

今回は2本立てです。新年度も始まってしばらく経ち、具体的な活動方針も定まってきました。

上の記事にも書いたとおり、今年度は町民の皆さまのニーズを把握しつつ、空き家・空き店舗活用、移住定住促進に取り組んでいきたいと考えています。特に空き家活用については、協力隊任期終了後にも引き続き取り組んでいく課題であり、起業後、私の事業の核となる存在でもあります。

今の課題として、長南町に興味を持っている方々は多くいる一方、すぐに住むことができる住宅がないこと、宿泊施設に乏しいことがあげられます。事業を興そうとしているものの、店舗テナントがない、というご相談もありました。また、空き家の管理をご負担に感じている方、放置された空き家に不安を覚える方もいらっしゃいます。

そこで、本格的に空き家を所有する、管理なさっている方々にアプローチするため、町内を回りたくと考えています。実は昨年度から一部実施していたのですが、まとまった時間が取れずにいました。今年はまず、ここに重点を置いていきます。

突然、箱石が訪ねてくることがあるかもしれません。皆さまご多忙だと存じ上げますが、ご挨拶だけでもさせていただけると嬉しく思います。



空き家探し中には名札・腕章を着用しています。

●地域おこし協力隊
【箱石】
SNS QRコード▶



食育推進員のレシピ

キャベツシュウマイ



地元で採れる食材を使ったレシピを紹介します。

★春キャベツ

晩春から初夏にかけて出回る春キャベツは、葉の巻きがゆるく、みずみずしくて甘く、食感がやわらかいのが特徴です。また、芯もやわらかいので、薄切りにして、サラダにしても美味しいです。

そして、キャベツは収穫時期によって選び方が異なります。春キャベツは、鮮やかな緑色で、葉がふんわりとして、大きめの割に軽いもの、冬キャベツは、葉がしっかりと巻かれていて、重みがあるものを選びましょう。

調理時間
30分

栄養価(1人分[5個])

- エネルギー …543kcal
- たんぱく質 …… 21.0g
- 脂質 …………… 14.7g
- 炭水化物 …… 69.0g
- 食塩相当量 …… 2.6g

材料(2人分)

- | | | |
|-----------------------|---|-------------------------------|
| キャベツ ……5枚
(100g) | A | 砂糖 ……小さじ1 (3g) |
| 塩 ……小さじ1/10
(0.5g) | | 酒 ……大さじ1 (15g) |
| たまねぎ ……1/2個
(100g) | | しょうゆ ……大さじ1/2 (9g) |
| 片栗粉 ……大さじ1
(9g) | | ごま油 ……大さじ1 (12g) |
| 豚ひき肉 ……200g | | 鶏がらスープの素
……………小さじ1 (2.5g) |
| | | おろししょうが
……………小さじ1/2 (2.5g) |
| | | コーン …………………20g |

作り方

- ① キャベツは千切りにし、塩を振り、5分おき、塩を洗い流して、絞っておく。たまねぎは、みじん切りにし、片栗粉をまぶす。
- ② ボウルに豚ひき肉、A、①のたまねぎを入れてよく混ぜる。
- ③ ②を10等分(1個35g程度)にし、丸く形を整え、①のキャベツをまぶし、コーンをのせて、軽く押しこむ。
- ④ フライパンに③をのせた耐熱皿を入れ、沸騰した湯を200ml程度入れ、10分蒸し、火を止めて3分蒸らす、もしくは、耐熱皿に③をのせ、ふんわりとラップをし、電子レンジで500W8分加熱する。

毎月17日は
「減塩の日」

食塩の摂りすぎは、生活習慣病の要因となります。“適塩”を心がけましょう!

1日の食塩摂取目標量(成人) 男性:7.5g未満/日 女性:6.5g未満/日 高血圧の方:6g未満/日



桜満開! 野見金公園

あとかき 皆さんお久しぶりです。以前広報を務めていた安藤です。4月の異動で再び広報担当となりました。3年ぶりの広報、なかなか勘が戻らず四苦八苦で5月号を作成しました。今年度は新人広報の鶴岡との2人体制で、役立つ情報をお届けしていきますので、よろしくお願いします。(安藤・鶴岡)

ちょうなんのアイドルでは
町内の保育所と幼稚園の
年長組さんを
毎月紹介しています

大きくなったら
なりたいものは
何ですか?

ちょうなんの
★ア★イ★ド★ル★



絵を描くのが好きだから

絵描きさん

になりたい!

まつざき ゆい
松崎 優結くん



飛行機の操縦をしたいから

パイロット

になりたい!

い で がみ ひかる
井手上 暉くん





長南町跡地活用プロジェクトレポ

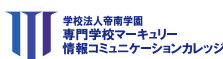


旧豊栄小学校
専門学校マーキュリー
情報コミュニケーション
カレッジ 令和4年4月～

今月号のテーマ
MICC
2025年度スタート

この度、入学式を迎え更に新規職員も増えたことで当校では新しいスタートを切りました。わが専門学校マーキュリー情報コミュニケーションカレッジには、専門知識が豊富な先生や趣味が多彩な先生など様々な人たちが在籍しています。はじめてのことに緊張されている新入生の皆さんは、きっとここ長南町の四季折々にふれることや先生方からの刺激を受けることで大きく成長することでしょう。

さて、当校では今年度もオープンキャンパスが開催されます。毎月開催しますので興味がある方はぜひご参加ください。詳しい日程は当校のHPをご覧ください。



学校法人南学園
専門学校マーキュリー
情報コミュニケーションカレッジ



問い合わせ
☎28-3500
9時～17時(平日のみ)

旧西小学校
ちょうなん西小
平成30年7月～

今月号のテーマ
西小カフェ、
とんかつ始めました!

こんにちは! ちょうなん西小です。
西小カフェでは新メニューのとんかつランチが加わりました! とても甘みがあるおいしい千葉県旭市特産、日の出ポークを使用しております。
ぜひお召し上がりください!



仲間と泊まる学校
ちょうなん西小
CHONAN-NISHISHO Since1896



問い合わせ
☎0120-154-244
10時～17時

旧長南小学校
長南集学校
平成31年4月～

今月号のテーマ
パソコン、スマホ教室
開催中

スマホ・パソコン教室 生徒募集中!

5月開校クラス

13時30分～ 第一・第二・第四 金曜日開校!	13時～ 第一・第二・第四 火曜日開校!
パソコンコース 5月 パソコン基本の(き) 6月 クラウドの理解を深めよう 7月 安心ネット生活始めませんか? レッスン&よろず相談 1回 1,100円	スマホコース 5月 明日誰かに話したくなるスマホの知っておきたいこと 6月 使いこなそう Googleマップ 7月 繋がる世界 SNSとYouTube レッスン&よろず相談 1回 1,100円

長南集学校



問い合わせ
☎36-2820
9時～18時

旧長南幼稚園
竹の駅ちょうなん
令和3年9月～

今月号のテーマ
生ごみから
堆肥を作ろう!

家庭のゴミ、長南町のゴミの削減にもつながる、竹コンポストにトライしてみませんか?

竹もりの里では、地元の竹を有効活用するひとつとして、竹粉をコンポストの基材として販売しています。



微生物の力による発酵で、夏場なら1週間で生ごみが消えていきます。熟成した堆肥は家庭菜園や畑の肥料として循環していきます。

ご興味ある方は、竹の駅ちょうなんへお問い合わせください。



株式会社 UNION.CO.,LTD
ユニオン産業

問い合わせ ☎47-4348
営業時間は要問い合わせ

長南東小学校スタジオ・竹の駅ちょうなんは、隔月掲載になります。問い合わせは下記までお願いします。

越後屋 長南東小スタジオ
☎47-1911 [9時～18時(土日祝除く)]

5月の
ドローンスクール
受講スケジュール

●5月16日(金)～18日(日) 国家ライセンス資格習得コース
●5月27日(火)～29日(木) 民間ライセンス資格習得コース

