

## 包括支援センター だより

## ボランティア活動について

ボランティア活動と聞いて何を思いますか？

ボランティアと聞いて、人それぞれのイメージがあると思います。

様々な活動をボランティアに位置付けていることが多く、明確な定義は難しいですが、一般的には「自発的な意思に基づき他人や社会に貢献する行為」を指してボランティア活動と言われています。

国内外では大きな災害をきっかけにボランティア支援の広がりを得て、ボランティアへの関心が高まっていると言われています。しかし、日常生活の制約の中で思いがあっても活動に至らない人が多いのが現状です。

ほんの少しでも良いのです。「道路のゴミを拾った」「バスで具合の悪そうな人に席を譲った」「迷っている人に道を教えた」等、自分がしたいと思い行動したことが社会的な課題を解決することにつながれば立派なボランティア活動と言えるでしょう。

少しのことで活動する人が増えていくことで「優しく暮らしやすい地域づくり」につながっていきます。

## ながいき学校

地域包括支援センターでは、健康寿命を延ばすための教室を月替わりで実施しています。令和7年2月まで、毎月教室を行いますので、内容をご確認の上、お申し込みください。

教室名	実施日	内容	申込期間
お口の健康教室	6月 4日(火) 6月11日(火)	お口の健康は重要です。お口の機能の衰えが全身の衰えへつながってしまいます。衰えを予防するために、お口のケアと機能やトレーニング方法を学びましょう。	5月1日(水) ～5月14日(火)
いきいき100歳体操教室	7月 9日(火) 7月16日(火)	筋力やバランス力を向上させる体操を行います。何歳になっても健康に過ごすために体を動かしましょう。	6月3日(月) ～6月14日(金)
人生会議・終活教室	8月 6日(火) 8月20日(火)	人生会議を知っていますか？自身の人生の振り返りになります。エンディングノートを記入してみましょう。	7月1日(月) ～7月12日(金)

**活動時間** 午後1時30分～午後3時

**ところ** 長生村保健センター 2階 多目的ホール

**利用料** 1回 200円

**定員** 20人(定員を超えた場合は抽選となります)

**申込方法** 申込期間中に電話または窓口でお申し込みください。

※送迎が必要な人で、送迎を希望する場合には、申込み時にご相談ください。

問合せ

地域包括支援センター  
☎0475(32)6865

## こころの悩みを相談してみませんか

### #いのちSOS

■NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

専門の相談員が、必要な支援策などについて一緒に考えます。

☎0120-061-338 おもい ささえる

<https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>



### よりそいホットライン

■(一社)社会的包括サポートセンター

どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法をさがします。

- ・暮らしの悩みごと ・悩みを聞いて欲しい方
- ・DV、性暴力などの相談をしたい方 ・外国語による相談をしたい方 など

☎0120-279-338 つなぐ ささえる

<https://www.since2011.net/yorisoi/>



24時間対応

NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

## 生きづらびっと

「生きづらびっと」では、SNSやチャットによる自殺防止相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動等へのつながりも行います。

### LINE

@yorisoi-chat



### Webからの相談

<https://www.lsystem.org/web>



### チャット

<https://yorisoi-chat.jp/>



# 村長へのご意見箱を設置しています

より良い行政サービスを提供するために  
みなさんからの村政に対するご意見・ご要望をお寄せください。

設置場所 ①役場ロビー ②保健センター ③文化会館 ④交流センター ⑤駅コミュニティセンター

令和5年度ご意見数 52件

駅のトイレを  
使いやすく  
してほしい

プラネタリウムで  
●●が観たい!

●●は  
■■のように  
改善した方  
が良いと思う

※寄せられたご要望等は検討させていただきます。  
回答を希望する場合は、氏名と住所を記入してください。

※村政とは関係のない内容や個人・団体<sup>ひぼう</sup>を誹謗・中傷するような内容は固くお断りします。

ご意見箱

## 図書室だより

ホススメ



『ここはすべての夜明けまえ』  
間宮 改衣(著)

ホススメ



『ちいさなねこ 第88刷』  
(こどものとも絵本)  
石井 桃子(作)

『ヒポクラテスの悲嘆』

中山 七里(著)

『板上に咲く

MUNAKATA:Beyond Van Gogh』

原田 マハ(著)

『夏空(東京湾臨海署安積班)』

今野 敏(著)

『おもしろすぎる山図鑑』

ひげ隊長(著)

『危険・有毒虫図鑑

刺された! 噛まれた!』

平坂 寛(著)

『ふしぎなたけのこ 第77刷』

(こどものとも絵本)

松野正子(作)

※他の新刊情報は文化会館ホームページをご覧ください。

問 文化会館 ☎0475(32)5100

長生村文化会館

検索





村ふおと



『桜とボク』  
まめ造  
春の訪れだワン!



『春だワン!ダフル!』  
コンちゃん  
散歩にいい季節となりましたね。



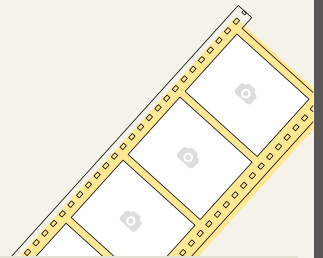
『春風のあいま』  
アオちゃん

蜂たちが、  
春風のあいまに  
花から花へと飛んでる..  
可愛いですね



『八積駅にて』  
石井一雄

小雨降る八積駅のホームから  
濡れた桜越しに  
電車を撮りました。



掲載写真  
募集中

散歩中に見つけた景色、村のイベント写真、  
自慢のコレクション、お子さんやペットなど、  
長生村で撮った写真を載せてみませんか?

●応募方法

①住所 ②氏名 ③年齢 ④ペンネーム ⑤タイトル ⑥ひとこと  
を記入し、総務課広報広聴係メールでご応募ください。  
mail: taiyo-kun@vill.chosei.lg.jp



《注意事項》○公序良俗に反しないこと ○政治宗教団体、営利目的の投稿不可 ○添削あり ○著作権、肖像権、プライバシーなど第三者の権利を侵害しないこと  
※広報紙に掲載できなかった写真は、村SNSで紹介する予定です。

今月の一句

俳句クラブ

春大根 土の香付きで 貫いけり 齋木 ひろみ

(おとなりさんから「今抜いたばかりよ」と、泥つきの大根を一本  
頂きました。新鮮な葉をした大きな大根。さっそく大根煮でも..  
と思いました。)

ポストまで リハビリコース 花菜風 鶴沢 よしえ

(だんだん歩けなくなるのでなるべく歩く様にして。ポストま  
で丁度よい距離で往復十五分がんばって歩いている。)

うららかや 軽めの靴を 試し履き 植草 泰子

(暖かい日差しに誘われる様にショッピングに軽そうな靴に目が  
止まり試し履きです。)

咲き満ちて 河津桜の 影深き 刈込 照子

(白子の河津桜を見て花の厚さがびっしりと詰まっていてその影が道  
に影を落としている。)

辛夷咲く 終活ノートは まだ白し 栗木 加奈

(人生の仕舞もいつ来るか、終活ノートを思い立ち用意しました。  
反面まだまだの気持ちも強く、まだノートは白きまま、丁度辛夷  
の花が咲き出しました。)



～薬が不足しています～

現在、全国的に薬が不足しており、医療機関や調剤薬局においても薬の入荷が非常に困難な状況です。

皆さまには大変ご迷惑をおかけしますが、咳止め等の薬を処方できない場合もございます。ご理解をいただきますようお願いいたします。

問合せ

長生郡市広域市町村圏組合  
医療民生課  
☎0475(20)2899



6月30日(日)は長生村長選挙及び  
長生村議会議員補欠選挙の投票日です

任期満了(7月16日)に伴う長生村長選挙が6月30日(日)に行われます。また、2名の欠員が生じている長生村議会議員についても同日に補欠選挙を実施します。投票は、あなたの意思を村政に伝える大切な権利です。棄権せず必ず投票しましょう。

立候補予定者説明会の開催について

村長選挙及び議会議員補欠選挙の立候補予定者への説明会を次の日程で開催しますので、関係者の出席をお願いします。

とき 5月24日(金) 午後1時30分

ところ 役場3階会議室

内容 ①立候補届出等の手続きについて  
②選挙運動について など



今月の公共施設休館日

村体育館・武道館・弓道場・藪塚球技場 6日(月)、20日(月) ※第1・3月曜日  
文化会館・交流センター 1日(水)、7日(火)、8日(水)、13日(月)、20日(月)、27日(月)

日曜開庁日

5月26日(日) 午前8時30分～正午

住民票(写)の発行、マイナンバーカードの交付(予約制)、村税納付等を役場庁舎で実施します。

村税等の納期限

5月31日(金)

■軽自動車税 全期

※口座振替を利用されている人は、残高不足にならないようご注意ください。

休日当番医

月日	内科系	外科系
5月 3日(金)	茂原中央病院 0475(24)1191	塩田記念病院 0475(35)0099
5月 4日(土)	君塚病院 0475(25)1811	菅原病院 0475(25)1171
5月 5日(日)	あまが台ファミリークリニック 0475(36)7011	宍倉病院 0475(24)2171
5月 6日(月)	山之内病院 0475(25)1131	聖光会病院 0475(35)5151
5月12日(日)	三上クリニック 0475(30)3733	菅原病院 0475(25)1171
5月19日(日)	牧野医院 0475(24)2222	宍倉病院 0475(24)2171
5月26日(日)	鈴木医院 0475(22)2630	公立長生病院 0475(34)2121

当番医は変更になる場合があります。※救急患者が優先

☎中央消防署指揮情報係 ☎0475(24)0119

今月のゴミ収集日

1コース(八積地区)	2コース(高根地区)	3コース(一松地区)
燃えないゴミ 1日	資源ゴミ 1日	粗大ゴミ 1日
粗大ゴミ 15日	燃えないゴミ 8日	資源ゴミ 8日
資源ゴミ 22日	粗大ゴミ 22日	燃えないゴミ 15日

燃えるゴミの収集日：全コース火、木、土曜日

移動交番

村内の開設場所

- ・交流センター
- ・文化会館
- ・尼ヶ台総合公園

日程

千葉県警察ホームページにある茂原警察署の開設予定表をご覧ください。



千葉県 移動交番

検索

☎茂原警察署 移動交番係 ☎0475(22)0110

夜間急病診療所

診療科目 内科・小児科

受付時間 午後7時45分～午後10時45分

ところ 茂原市八千代1-5-4

☎0475(24)1010

■夜間急病診療テレフォン案内

午後7時～翌午前6時 ☎0475(24)1011

こども急病電話相談

☎局番なしの#8000 (プッシュ回線・携帯電話)

☎043(242)9939 (ダイヤル回線・IP電話)

受付時間 毎日午後7時～翌午前8時

スマートフォンからも広報ちょうせいを閲覧できます。QRコードからアプリのダウンロードが必要です。



【iOS】

【Android】