

# たん暖たてやま

720

平成18年  
6月1日号



▲行事に参加した親子のみなさん

## シリーズ 市民

239

「いちごもおいしいかったし、お友だちにたくさん会えてうれしかった」

市では昨年、市内の子どもと子育て家庭を行政・地域など社会全体で応援することにより、子育てしやすいまちと実感できるように、平成21年度までの5年間の計画「館山市次世代育成支援計画・たてやまっ子シャイニングプラン」を策定しました。

この計画に基づき今年度から社会福祉課内に子育て支援室を設置し、育児サークルなどの活動を支援し、催しなどをタイアップして開催します。今回は14組30人が参加した「親子で楽しむいちごの日」。大戸でいちご狩りを営む鈴木光雄さんの好意で、営業の終了したハウスを借りました。参加したちびっ子たちは「おいしい」といちごを食べるのに夢中。

### PROFILE

子育て応援クラブ「まあぶる」自身も子育て中のお母さんたちが集まり設立した、子育て中の親子を応援するボランティア組織。代表の落合紀代美さんは「はじめての企画でみんなに楽しく過ごしてもらえ、うれしい。これからも子育ての役に立つ企画を実施していきたいので、多くの人に参加していただきたいですね」と話しています。

問合せ/子育て支援室（☎2213496）



## シリーズ 館山の戦争遺跡② 幕末の海防



▲大房岬御台場図

江戸時代の長い鎖国の間、日本は世界史の大きな潮流から取り残されてきました。18世紀にインドを植民地としたイギリスは、さらに東アジアの制海権を確保するため、日本沿岸への出没が相次ぐようになりました。このような状況に対処する

ため幕府は、文政8（一八一五）年、外国船打払い令を出し、鎖国を守ることを目的に、外国船を撃退しようとしています。東京湾入口の鏡ヶ浦（館山湾）では、天保13（一八四二）年に

海軍警備の担当が武州忍藩にかわり、大房岬（南房総市富浦町）に大規模な台場が築かれました。弘化4（一八四七年）には、北条の鶴ヶ谷に陣屋が移され、北条海岸にも大砲が据えられました。また、館山藩も高の島に砲台を設置したと伝えられています。一方アメリカは、生糸と茶を輸入するため中国との貿易を重視し、また、北太平洋の捕鯨船のための寄港地とするため、日本の鎖国が大きな障害となっていました。



▲北条陣屋で使われていた陣鐘

市立博物館の休館日  
6月5日、12日、19日、26日  
7月3日、10日、18日、24日、31日



▲海陸御固絵図

年の日米和親条約により、下田・箱館の2港開港などが決められました。そして、安政5（一八五八）年、日米修好通商条約の締結により鎖国の体制は完全に崩れ去り、嘉永6年に岡山藩の担当に替わった館山周辺の海岸警備の体制も、大幅に縮小されました。

# 今年も花火大会に

## 「にっぽん丸」寄港

### 横浜までの館山市民クルーズも実施

8/8



昨年の写真コンクール入賞作品(安藤十三男さん)

にっぽん丸と水中花火(館山湾花火大会)

3月に引き続き、商船三井客船(株)所有の客船「にっぽん丸」(総トン数2万1千903t、船客定員532名)が、8月8日(火)の館山湾花火大会当日、館山湾に5回目の寄港をします。花火大会への寄港も4回目数を数え、館山の「夏の風物詩」となりました。

今回は、館山湾花火大会を観覧するワンナイトクルーズ。午前11時に横浜港を出港し、午後2時ごろ鏡ヶ浦にその美しい姿を現します。クルーズを主催する商船三井

昨年の写真コンクール最優秀賞作品(吉田金造さん)



客船「にっぽん丸」観光写真コンクール作品募集

館山湾の夏の風物詩となった「にっぽん丸」の館山湾花火大会寄港を記念した写真コンクールを開催します。応募規格/カラープリント四ツW四ツ(デジタル写真不可) 応募規定・締切/1人2点まで、8月31日(木)必着 作品送付先/館山商工会議所内 客船等歓迎委員会事務局 〒294-8691 館山市八幡821 ☎22-8330(直通)

その他/入賞作品の著作権は主催者に帰属します。 ※入選作品は、作品展示会や観光PRなどに活用します。

### 船上からの花火～横浜へ船旅 館山市民クルーズ

8月8日(火)	16:00	乗船受付
	19:30	花火大会
	21:00	館山停泊
8月9日(水)	6:00	館山出港
	10:00	横浜下船

《申込み・問合せ》

- 鏡浦自動車(株) ☎27-5311
- コスモ観光(株) ☎23-7353
- (株)ジェットストリームトラベル ☎22-5930
- ナギレン観光 ☎22-5796
- 日東観光 ☎22-0113
- 房日観光 ☎25-5552
- トラベルサポートちば ☎23-6786
- まもるトラベル ☎24-8510
- 東京湾観光開発(株) ☎0439-65-1459

客船(株)では「船上から見る水中花火の迫力は圧巻で、乗客から好評を博しており今年もツアーを企画しました」と話しています。

また、館山港から乗船し、船から花火大会を観覧した後、9日早朝出港し横浜までの船旅を楽しむ、「館山市民クルーズ」も企画されています。クルーズの日程や申込みは、上記の各旅行事業所まで照会ください。 市では今後も、客船・帆船など多様な船舶の寄港による地域活性化を推進する、館山港を中心とした「海辺のまちづくり」に取り組みしていきます。 問合せ/海辺のまちづくり推進課(☎22-3606)

### 定期監査 今後も適正な予算執行を要望

監査事務局では、定期監査と財政援助団体監査を行い、その監査結果を平成17年4月27日付け館山市監査告示第2号で公表しました。 監査結果は、市のホームページでも見ることができ、概要は次の通りです。 監査の対象/〔定期監査〕 経済環境部(商工課・農水産課・環境保全課)、建設部(建設課・都市計画課・下水道課)、港湾観光部(観光立市推進課・海辺のまちづくり推進

課)、会計課、農業委員会事務局、教育委員会(庶務施設課・学校教育課・スポーツ課・生涯学習課・博物館・図書館・中央公民館・市立の各幼稚園)、市民福祉部(市立の各保育園) 【財政援助団体監査】館山商工会議所、館山観光まつり実行委員会 監査委員/宮 健一、小沼 晃 監査期間/平成17年12月20日～平成18年3月17日 監査場所/館山市監査事務局

### 市議会をインターネットで生中継

館山市議会では、6月定例会から、インターネットによる本会議の生中継を開始します。 6月15日(木)に予定の行政一般通告質問から、市のホームページよりアクセスできます。 問合せ/議会事務局(☎22-3527)



### 総理大臣が書状を贈呈

先の大戦で戦地などに派遣され、戦時衛生勤務に従事された旧日本赤十字社看護看護婦・旧陸海軍従軍看護婦(慰労給付金受給者は除く)に対して、内閣総理大臣名の書状が贈呈されます。 請求書は、市社会福祉課にあります。

問合せ・請求書送付先/〒100-8926 東京都千代田区霞ヶ関2-1-2 総務省大臣官庁管理室業務担当(☎03-5253-5182)

### 可燃性大型ごみの受入れ中止

清掃センターの工事に伴い、破碎処理を必要とする畳、木製家具、布団、草木などを処理することができないため、これらの受入れを中止します。 受入れ中止期間は、6月14日(水)から6月19日(月)までです。破碎を必要としない普通の可燃ごみは、通常どおり受入れます。 問合せ/市清掃センター(☎23-3033)

### 6月中に提出して 児童手当の現況届

児童手当を受けている人は、6月中に「現況届」を提出してください。 この届けは、児童手当を受けている人の前年の所得や養育の状況などを把握するもので、引き続き手当を受けられるかどうかを決める大切な届出です。対象者には、個別に通知します。 平成18年1月2日以降に転入した人は、平成18年1月1日に住んでいた市町村から平成

17年分の所得証明書を取り寄せて提出してください。 国民年金以外の年金に加入している人は、受給者本人の健康保険証の写しが必要です。

### 支給年齢が拡大

児童手当法の改正により、支給対象児が小学6年生までになり、所得制限も引き上げられました。 新たに児童手当を受給する児童の保護者は、認定請求の



手続きが必要です。9月30日までに受け付けたものに限る、特例的に4月1日(または支給要件に該当した日)にさかのぼって支給されます。 問合せ/社会福祉課(☎22-3496)

「ごみ指定袋取扱店」に、次の店舗が追加になりました。 北条地区/ファミリーマート館山北条店

専門医による

女性のための健康相談

女性は、各年代において様々な健康問題に悩まされ、時には日常生活に支障をきたす場合もあります。

安房健康福祉センターでは、女性が健康で充実した生活を送れるように「女性のための健康相談」を開催します。

相談場所は、安房健康福祉センターです。相談は無料ですが、事前予約が必要です。

◎女性医師による健康相談  
相談内容／更年期症状に関

する悩み、閉経後の体のこと、月経のことなどの心配事。

相談日／6月19日、8月21日、10月16日、12月18日、2月19日(いずれも月曜日)

相談時間／午後2時～4時  
◎整形外科専門医による健康相談

相談内容／骨粗しょう症や関節痛、腰痛など女性特有の整形外科疾患の相談。

相談日／7月21日、11月17日、3月16日(いずれも金曜日)

20歳以上が対象

今年から、子宮がん検診の対象を、20歳以上の女性に拡げました。

子宮頸がんは、20歳代の若年層で急激に増加しています。頸がんは、性感感染症の病原体の一つである「ヒトパピローマウイルス」の感染が、発がんに関係があることがわかっています。

若い時期から検診を受けることが大切です。  
日時／①7月8日(土)午前



相談時間／午後1時～2時

◎泌尿器医師による健康相談  
相談内容／尿失禁予防や症状のことなど、女性特有の泌尿器疾患の相談。

相談日／9月20日、1月17日(いずれも水曜日)

相談時間／午後2時～4時  
問合せ・予約／安房健康福祉センター地域保健福祉課(☎22-4511)

子宮がん(集団)検診

9時から11時、午後1時から2時②7月19日(水)午前9時から11時、午後1時から1時30分  
場所／コミュニケーションセンター  
対象／6月1日現在20歳以上の女性

料金／子宮頸部検診600円、子宮頸体部検診1千200円。生活保護世帯の人(証明書が必要)は無料。

締切／6月13日(火)  
問合せ・申込／健康課(☎23-3113)



ほら、そこにも悪質商法⑤ 送り付け商法

注文していないのに商品が届き、代金を請求される

自宅に雑誌が郵送されてきた。注文した覚えがないし、名前も聞いたこともない業者からだったので、そのまま放置していると、2週間後に1年分の購読代金を請求する手紙が届いた。消費者は商品を受け取った以上、購入しなければならぬと勘違いし、業者とのトラブルを避けたいという思いから、代金の支払いをしてしまうトラブルが発生しています。送られてくるのは本や名簿などが多いようです。



「対応のポイント」

①注文していない商品が送られてきたら、受け取りを拒否する。(郵便・宅配便可能)  
②受け取ってしまったら、商品が送付された日から14日間または、業者に商品の引き取りを請求した場合は、その請求日から7日間は保管する義務があります。

また、商品が身近にあることが不快だったり、後日のトラブルが心配だったら、料金着払いで業者に返送する方法もあります。

③代金を支払うと注文してなくても、買ったことになってしまいます。購入の意思がなければ、支払いをしてはいけません。

問合せ／企画課市民相談・協働グループ(☎22-3114)

【もしも被害にあったら・・・相談はこちらまで】

千葉県消費者センター ☎047-434-0999

相談時間9:30～16:00(土・日除く、12:00～13:00除く)

千葉県警察本部相談サポートコーナー ☎043-227-9110

相談時間 8:30～17:15(土・日除く)

館山市役所市民相談室消費生活相談窓口 ☎22-3199

相談日 毎月第1・3木曜日 9:00～16:00



図書館だより⑫

館山市図書館(☎22-0701)

★6/19～7/3まで、特別整理期間のため休館

館山市図書館では、6/19(月)より7/3(月)まで、特別整理期間のため休館とさせていただきます。

今回の特別整理期間では、図書館システムの入替および蔵書点検を行います。新しい図書館システムの導入により更なる利便性を図るとともに、蔵書点検を行うことでより使いやすい図書館作りを図っていきます。

長期の休館となり、利用者の皆さんには大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。この期間は移動図書館「わかしお号」の運行も休みますので、スケジュールを5月15日号広報で確認ください。

★開館時間延長のお知らせ

6月から10月の毎週木曜日および7/21から8/31の間、開館時間を6時まで延長いたします(休館日を除く)。学校や仕事帰りなどのちょっとした時間にもどうぞご利用下さい。

▽図書館司書から今月のお勧め本

『暮らしに生かす旧暦ノート』 鈴木充広 河出書房新社

ぼっしゅ 芒種、夏至といった二十四節気や、入梅、半夏生などの雑節は、四季の移り変わりを感じさせてくれるもの。そしてこれらは、「暦」と深く結びついています。「旧暦」「新暦」といいますが、その違いはどこにあるか知っていますか？知っているようでよくわからない「旧暦」について、また旧暦と深いかわりを持つ月の話など、暦についての話題が満載の一冊です。



6・7月の休館日

6/5、12、19～30  
7/1～3、10、17、18、24、28、31

6、7月のおはなし会

幼児向け 6/2、7/7 (10:30から)  
児童向け 6/3、10、17日 (14:00から) 7/8、15、22日

★晴れ、曇り、雨 天気・気象の本あれこれ

「天変地異のメカニズム」 大宮信光 かんき出版  
「NHKニュース おはよう日本」 お天気歳時記 田代大輔 日本放送出版協会  
「季節の366日話題辞典」 倉嶋厚 東京堂出版  
「お天気おじさんへの道」 泉麻人 講談社  
「楽しい気象観察図鑑」 武田康男 草思社

6月15日は県民の日 施設の無料開放情報

6月15日(木)は県民の日です。昭和58年に、県の人口が500万人を突破したのを記念して、昭和59年に「県民の日」と定められました。

県民の日になんで、市や県の施設が無料で開放されます。開放される施設は表のとおりです。予約などの詳細は、直接、各施設へお問い合わせください。

施設名	所在地	連絡先	時間	備考
市営弓道場	北条402-2	22-3696	9:00～21:00	要予約、個人使用のみ
市営弓道遠的射場	出野尾547	22-3696	9:00～17:00	要予約、個人使用のみ
市営市民運動場	正木4304-2	27-4220	9:00～17:00	要予約、個人使用のみ
市営温水プール	湊288-89	22-5519	10:00～17:00	個人使用のみ
市営西岬市民体育館	見物65	29-1370	9:00～21:00	要予約(受付は月・水・金)
市立博物館	館山351-2	23-5212	9:00～16:30	
県立安房博物館	館山1564-1	22-8608	9:00～16:30	
館山運動公園 野球場・少年野球場	藤原300	28-1340	9:00～17:00	要予約、1団体2時間まで
テニスコート			9:00～22:00	
体育館(アリーナ)			9:00～22:00	共同利用のみ無料

市内民間施設の割引情報

海中観光船たてやま	波左間1009-10	29-1800	9:00～15:30	中学生以上1,250円、小学生650円
-----------	------------	---------	------------	---------------------

市営住宅の入居者

市営住宅の入居者を募集します。入居を希望する人は、申込み用紙に必要事項を記入して、6月30日(金)までに手続きをしてください。入居資格/市内に住所

たは勤務地があり、住宅に困っていることが明らかでない人。収入が基準以内で、市税の滞納がない人。入居時期/8月上旬(予定) 問合せ/都市計画課施設係 (☎22-3610)



外国の文化に触れてみよう  
小学5・6年生を対象に国際キャンプ

外国人キャンプリーダーとキャンプに参加しませんか。外国のことを勉強したり、料理に挑戦しながら、外国の文化に触れてみましょう。日程/7月8日(土)〜9日(日)1泊2日 場所/清和県民の森ロッジ 村(君津市)

対象/小学5・6年生 定員/20人(申込多数の場合は抽選) 申込方法/はがきに、国際キャンプ参加希望の旨と住所氏名、性別、生年月日、保護者氏名、電話番号、学校名、学年を記入し郵送してください。 締切/6月19日(月)必着 参加費/1千800円程度(傷害保険料含む) ※6月26日(月)午後4時から、保護者同伴の説明会を開催します。



問合せ/申込/〒294-8601 北条1-45-1 企画課国際交流担当(☎22-3147)



▲昨年の国際キャンプ

自分の体力年齢を知ろう!  
市民体力・運動能力測定会

市体育指導委員 連絡協議会などでは、「自分の体力を知ろう」と反復横とびや上体起こしなどの種目を行う「市民体力・運動能力測定会」を開催します。 日時/6月25日(日)午前8時30分 集合/午前8時45分 開会式/午前9時 測定開始 場所/船形小体育館 参加資格/小学生以上の健康な人 種目/小学生から64歳握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅跳び 【65歳以上】握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行 参加費/1人100円(当日受付で徴収) 持ち物/筆記用具、飲み物、汗拭きタオル、着替え、体育館用シューズ、保険証の写し

申込方法/ハガキに「市民体力・運動能力測定会希望」とし、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入し申し込んでください。(電話申込可) 締切/6月12日(月) 問合せ/申込/〒294-8601 北条1-45-1 スポーツ課(☎22-3696)

申込方法/①代表者の氏名・住所・電話番号、②参加希望者全員の氏名・年齢(学年)・性別を、Eメール(egoranz@awac.jp) または電話で申込

問合せ/申込/〒294-8601 北条1-45-1 企画課国際交流担当(☎22-3147)

▼募集内容

住宅名	戸数	場所	構造	間取り	家賃	敷金
笠名	1	館山海上技術学校付近	準耐火2階建	2DK	7,000円 ~12,400円	21,000円 ~37,200円
萱野	1	国分地内	準耐火2階建	2DK	9,800円 ~19,600円	29,400円 ~58,800円
那古	1	海岸通り	中層耐火4階建	3DK	17,300円 ~38,100円	51,900円 ~114,300円
真倉	1	城山付近	中層耐火3階建	3DK	21,600円 ~47,400円	64,800円 ~142,200円

※家賃、敷金は今年度の入居者の最高金額と最低金額です。実際の家賃は、入居者ごとの世帯の収入で決定します。次年度以降の家賃も、前年中の所得に基づき入居者ごとに算定します。

フラメンコに親しもう

親子フラメンコ教室

全国学生フラメンコ連盟OGと市民サークルヒラソルのメンバーが講師となり、親子のためのフラメンコ教室を開催します。 日時/6月25日、7月9日

30日、8月6日(全4回)いずれも日曜日の午後1時30分から2時30分まで 場所/北条小プレイルーム

文化活動に助成金の支援

(財)土屋文化振興財団では、伝統芸能や音楽、演劇などの文化活動を行っている個人や団体に助成金を支給し、活動を支援しています。 助成対象/個人は、県内在

住か、活動の場が県内であること。団体は、責任者及び団体構成員の半数以上が県内在住か、活動の場が県内で、かつ3年以上活動していること。個人、団体とも事業の会計、経理

が明確であること。 助成分野/基礎医学、伝統芸能、技芸、音楽、演劇、絵画、工芸、彫刻、スポーツ。 助成金/1件100万円以内 応募方法/8月1日までに

所定の用紙に必要事項を記入し応募先まで。 問合せ/応募先/〒271-0092 松戸市松戸1-281-092 (財)土屋文化振興財団(☎047-364-3689)



問合せ/申込/〒294-8601 北条1-45-1 企画課国際交流担当(☎22-3147)

オープンウォータースイムレースを開催

海の日を記念して、北条海岸を会場に「OWS ジャパンオープン2006館山」と「第10回館山国際オープンウォータースイムレース」が開催されます。

★OWS ジャパン・オープン2006館山

開催日時/7月16日(日)午前9時競技開始 競技種目/①個人の部(男女別10km)②リレーの部(1km×4人、大学対抗男女別) 参加資格/2006年度(財)日本水泳連盟の競技者登録完了者で、OWS競技10km以上の完泳実績がある人。団体(チーム)も同様に、団体登録が完了していること。 申込方法/6月30日(金)までに、所定の用紙に申込金の受領書のコピーを添えて大会本部に申し込む。(必着、消印有効) 申込金/①個人の部:10,000円 ②リレーの部:1チーム12,000円 問合せ・申込/大会本部:〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館内 (財)日本水泳連盟(☎03-3481-2306、HPアドレスhttp://www.swim.or.jp/)

★第10回館山国際オープンウォータースイムレース

開催日時/7月17日(祝日)午前9時競技開始 競技種目/①個人の部(男女別1km、3km):24才以下、25~34才、35~44才、45~54才、55~64才、65才以上の6区分 ②リレーの部(800m×4人):4人の合計年齢が119才以下、120~139才、140~159才、160~179才、180~199才、200才以上の6区分。男女混合可。 参加資格/定期的に練習し、エントリー種目を完泳する能力がある人 申込方法/6月14日(水)までに、所定の用紙にてEメールまたは郵送で申し込む。(必着、消印有効) 申込金/①個人の部:1km5,000円、3km8,000円(中高生は3,000円)②リレーの部:1チーム12,000円(中高生のチームは6,000円) 問合せ・申込/〒277-0054 柏市南増尾1-2-1 柏洋スイマーズ内 千葉県水泳連盟マスターズ委員会(☎04-7173-0410、FAX04-7173-4552、Eメール:ows-chiba@hakuyo-s.net)



自衛官2等陸・海・空士を募集

今年度の自衛官2等陸士、2等海士、2等空士を募集します。  
募集期間や隊別の採用予定人数などは表のとおりです。  
男子の志願受付は、各募集

▼自衛官の募集内容

	募集期	募集期間	隊別	採用予定人数	採用時期
男子	第2次	7/1~9/30	陸自	288	7~9月
			海自	258	
			空自	262	
	第3次	10/1~12/31	海自	100	10~12月
			空自	80	
	第4次	1/1~3/31	陸自	4,474	平成19年1~4月
海自			900		
空自			1,400		
女子	第2次	8/1~9/8	陸自	500	平成19年3~4月
			海自	80	
			空自	148	

※採用予定人数は、実施段階で変更になる場合があります。

卒業程度以上の学力を有し、欠格要件がない人。  
試験時期/志願受付時に指定。  
試験種目/筆記試験(国語、数学、社会及び作文)、口述試験、適正検査、身体検査。  
問合せ/自衛隊千葉地方連絡部館山募集事務所(☎22-0385)

市営50mプール(宮城)の監視員

職種/プール監視員兼作業員  
期間/6月28日~9月3日  
募集人員/若干名  
資格/10メートル以上の泳力がある人  
年齢/18歳(高校生不可)  
以上30歳未満  
賃金/時給915円  
勤務時間/午前6時30分~午後7時15分のうち8時間週40時間以内  
締切/6月20日(火)  
問合せ・申込/スポーツ課(☎22-3696)

明るい選挙啓発ポスターと標語

県選挙管理委員会と明るい選挙推進協議会では、明るい選挙の推進に役立つポスターと標語作品を募集します。  
◎ポスターの部  
内容/明るい選挙の推進を表すもの。  
資格/自由(ただし、1人1点とし自作のもの)  
画材/描画材料は自由  
サイズ/45cm×30cmのものから55cm×40cmのものまで。  
注意/作品の裏側右下に住所、氏名(ふりがな)、年齢を記入する。  
◎標語の部  
内容/きれいな選挙の推進を表すもの。  
資格/小学生、中・高校生、一般(ただし、1人2点以内とし自作のもの)  
字数/20字以内  
注意/適当な大きさの短冊1枚につき1点を記入。作品の左側に、児童・生徒は市町村名、学校名、学年、氏名(ふりがな)を、一般は住所、氏名(ふりがな)、年齢を記入する。  
各部門の審査/市選挙管理委員会・県選挙管理委員会及び明るい選挙推進協議会で審査し、優秀作品を選出します。  
なお、応募作品は返却しません。また、入賞作品の著作権は主催者に属し、作品は自由に使用します。その際、作成者の市町村名、学校名、学年、氏名を公表します。  
締切/ポスター、標語とも9月8日(金)  
問合せ・応募先/市選挙管理委員会(☎22-3523)



語りとジャズ「南総の風」

「南総里見八犬伝」の物語を、語りを中心に音楽と踊りで綴ります。2部は「安房」をテーマとしたジャズ組曲が披露されます。  
公演日時/平成18年6月24日(土) 15時開演  
会場/千葉県南総文化ホール大ホール  
演出/出演者/1部 南総里見八犬伝 伏姫と八房 語り/柴山ゆきえ 2部 ジャズ組曲NANSO 大原保人スパートリオ+竹内直、脚本・演出/高岡良樹  
入場料金/全席自由 一般4千円、学生3千円、親子ペア6千円  
主催/(財)千葉県文化振興財団 共催/千葉県南総文化ホール(ケイミックス・東京舞台照明・文化放送開発センター共同事業体)  
後援/千葉県、館山市教育委員会、東日本旅客鉄道(株)千葉支社  
協力/(株)ベル・ヴォア  
問合せ/(財)千葉県文化振興財団(☎043-222-0077)



舞台上で八犬伝を語る

公民館講座参加者を募集

館野地区公民館を会場に講座を開催します。  
◎漢方入門  
日時/6月14日(水)午前10時~正午  
講師/海老原由江氏  
参加費/500円  
持ち物/筆記用具  
定員/20人  
◎染色を楽しむ(全2回)  
日時/6月16・23日(金)午後1時~3時  
講師/佐生慶子氏  
持ち物/エプロン、ゴム手袋、にぎりバサミ(和バサミ)  
参加費/1,000円  
定員/20人  
問合せ・申込/館野地区公民館(月・水・金の午前9時~午後5時 23-6480)

もっと得する 健康耳より情報 23

歯や口の健康を 『ごちそうさま おはしをブラシに 持ちかえる』

『8020運動—80歳になっても、20本以上自分の歯を保つこと』を達成し、健康で豊かな生活を目指しましょう。

予防には  
・歯みがきに加え、デンタルフロスなどを使って歯と歯ぐきの手入れを習慣化することが重要です。  
歯垢のたまりやすいところ  
歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目、奥歯のかみ合わせ

歯のお手入れの道具  
◆歯ブラシによる歯垢(プラーク)コントロール  
毛先をきちんとあて、軽く小刻みに動かす。  
◆デンタルフロス  
歯ブラシが通らない、歯と歯の間に付着している歯垢をかき出す。  
◆歯間ブラシ  
歯と歯の間で少しすき間のあるところなどに通す。



歯や口の健康を保つことは、食事や会話を楽しむなど、豊かな人生を送る基礎となるものです。  
歯を失う主な原因は、むし歯や歯周病です。歯周病は単なる口の病気ではなく、全身の病気(心臓病、糖尿病、肺炎など)と深い関係があります。また、喫煙する人や糖尿病の人、ストレスを受けている人などは歯周病になりやすいといわれ、早めの予防が大切です。  
問合せ/健康課(保健センター) ☎23-3113

在宅で無料の歯科検診が可能

高齢者の口腔ケアは、誤えん性肺炎を予防します。  
そしゃく力が落ちたり、口の中でもぐもぐしてむせたりしているうちに、飲み込むタイミングがずれてしまふ「誤えん」を引き起こします。食べたあとにむせる、咳や痰が出る、食事に時間がかかる、声に変化する、発熱を繰り返す…などの症状が出たら、誤えん性肺炎が疑われます。症状のある人は、まず専門医へ受診を、また、在宅での歯科検診も開催します。

対象:体が不自由なために歯科医院を受診できない人。年齢不問。(総入れ歯でも口腔ケアは必要です)  
スタッフ:歯科医師と歯科衛生士、保健師  
検診内容:口腔内の検診や義歯の調整、応急処置、ブラッシングなど  
検診日:平成18年6月15日、7月20日、9月21日、11月16日、平成19年1月18日 各木曜日  
申込み:健康課まで