

# たん暖たてやま

722

平成18年  
7月1日号



「住まいで悩んでいませんか？」  
無料建築相談会を開催している千葉県建築設計事務所協会安房支部のみなさん

訂正とお詫び 6月15日号、親子写生大会受賞者紹介記事で、小学生の部受賞者の山本大樹くんを館野小6年と紹介いたしました。正しくは九重小6年でした。訂正のうえお詫びいたします。



▲建築士による相談

「設計事務所に来ていただくのは敷居が高いと思いますので、協会の社会貢献事業として無料相談を始めました。住宅の事で困っている事、疑問に思っている事、耐震などの相談を行っています。家の設

シリーズ 市民 241 「住宅について困っている事や疑問 私たちがお答えします」

計図などの図面や写真などがあると詳しく相談に応じられます。資格を持った地元の建築士が中立の立場で対応します。住宅の事でお悩みの人はぜひ、この相談会を利用ください。安房支部研修部長の鈴木尚広さん

### PROFILE

千葉県建築設計事務所協会安房支部による建築無料相談会

毎月第2水曜日(祝日の場合は翌日)午後1時から5時まで、館山市役所・鴨川市役所を会場に実施しています。会員2人1組で、木造住宅の簡易耐震診断や欠陥住宅など、家の建築に関する全般について相談に応じています。

簡易耐震診断は、精密な耐震診断が必要かどうかの事前調査で、建築確認申請時の図面または壁の位置がわかる平面図が必要になります。簡易耐震診断を希望する場合、相談日の1週間前まで、他の内容についても前日までに予約が必要です。

問合せ・申込み/都市計画課(☎22-3640)



### シリーズ 館山の戦争遺跡③ 布良海軍望楼

外国との交渉で、強力な軍艦を派遣し、その武力を後ろ楯に、交渉を有利に進めることを「砲艦外交」といいます。黒船来航による幕末の開国は、その成功例として有名です。明治時代の日本に、黒船と同じような衝撃を与えたのが、明治24(一八九一)年、東京



▲布良阿由戸浜から海軍望楼跡を望む(昭和6年)



▲布良海軍見張所地下壕

湾に來航した清の軍艦「定遠」と「鎮遠」です。当時の我が国に、同様の、最新鋭の巨艦はありませんでした。明治新政府は欧米の近代国家に肩を並べるため、「富国強兵策」を推進し、朝鮮半島の権益をめぐって、清国(今の中国)と対立していました。明治27(一八九四)年、日清戦争が始まる直前、全国の海岸の要所に望楼が設置され、沿岸の監視体制がとられました。望楼とは、陸上と艦船との信号、海上の監視などを行った海軍施設で、東京湾口の館山では、布良に設置されていました。



▲海上保安庁第3管区海上保安部白浜通信局

布良海軍望楼は、第一次世界大戦終了後の大正10(一九二一)年に廃止されましたが、太平洋戦争開戦後の昭和17(一九四二)年、同じ場所に電波探信儀(レーダー)を備えた布良海軍見張所が置かれました。戦後は、海上保安庁第3管区海上保安部白浜通信局として、船の安全航行のための施設となっています。

市立博物館の休館日  
7月3日、10日、18日、24日、31日  
8月7日、14日、21日、28日(本館のみ休館、8月中分館は開館します)



免除制度が利用しやすくなります

国民年金保険料

老齢基礎年金は、公的年金(国民年金・厚生年金・共済年金など)の納付期間が原則として25年(30ヶ月)以上ないと受け取る事ができません。国民年金保険料を納めていないと、納付期間に算定できないばかりか、事故や病気で万一の場合に、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できなくなることがあります。7月から、新たに保険料の「4分の1納付制度」や「4分の3納付制度」などが加わり、より利用しやすくなりました。

全額免除制度  
一部納付(免除)制度

今年度の保険料は、月額1万3千860円です。

収入が少ない人や、失業などにより保険料を納めることが困難な人には、申請免除制度があります。7月から、全額免除、「2分の1納付(半額免除)」に加え、「4分の1納付(4分の3が免除)」、「4分の3納付(4分の1が免除)」ができました。



▼一部納付する場合の  
保険料月額(平成18年度)

1/4納付 (3/4免除)	3,470円
1/2納付 (半額免除)	6,930円
3/4納付 (1/4免除)	10,400円

対象/①本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定の基準額以下である人。②平成17年以降に失業、倒産、事業の廃止、天災などにあった人。③障害者または寡婦であって、前年の所得が125万円以下の人。④生活保護法による生活扶助以外の扶助を受けている人。⑤特定障害者に対する特別障害給付金を受けている人。

ねたきり老人・障害者世帯  
火災警報器の設置に助成

火災発生時の避難などに支障をきたす恐れのあるねたきり老人のいる世帯や重度の障害児者のみの世帯は、所得状況によって、火災警報器を設置する場合に助成や給付を受けられる場合があります。

対象となるのは、ねたきり老人のいる世帯では、生活保護を受けている世帯か市民税非課税世帯の人です。重度の

障害児・者(身体障害者手帳1・2級、療育手帳A・B)のみの世帯やこれに準ずる世帯では、その世帯の所得状況によって一部自己負担により、給付を受けられます。設置できる火災警報器にも条件があります。

問合せ/社会福祉課(☎22-3492)、高齢者福祉課(☎22-3489)

平成18年度農作業標準賃金

農作業委託の参考にお知らせします。

問合せ/農業委員会事務局(☎22-3539)

区分	標準賃金	備考
水田作業	6,000円	1日あたり ※実労働時間8時間
畑作業	5,500円	
果樹収穫	5,500円	

◆トラクター・耕運機による耕運料金

区分	ほ場整備水田	従前の水田	備考
水田耕起	15,000円		①10アールあたり
くれ返し	※30アール整	23,000円	②人付耕運深度
代かき	田を基準とする		15cm以上

◆機械刈取等料金

区分	料金	備考
バインダー	8,000円	①10アールあたり
コンバイン	16,300円	②人付 ③結束用縄を含む
ハーベスタ	8,000円	10アールあたり
機械植え	7,000円	
育苗	800円	成苗1箱あたり

▼世帯構成別の所得基準のめやす

世帯構成	全額免除	一部納付		
		1/4納付	1/2納付	3/4納付
4人世帯 (夫婦、子ども2人)	162万円	230万円	282万円	335万円
2人世帯 (夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円

は納付書などの基礎年金番号のわかるもの、②印鑑(本人が署名する場合は不要)、③失業などを理由とするときは「雇用保険受給資格者証」、「雇用保険被保険者離職票」の写し、離職者支援資金の「貸付決定通知書」の写しなどを市民課(保険年金係へ提出(郵送可))。 ※一部納付(一部免除)制度は、保険料の一部を納付することにより、残りの納付が免除となる制度です。一部保険料を納付しなかった場合は、その期間の一部免除が無効(未納と同じ)となります。

若年者納付猶予制度

失業や就職が困難で保険料の納付が困難な20歳代の方は、若年者納付猶予制度が利用できます。保険料免除制度と同様の手続きで審査しますが、世帯主の所得審査を必要としないため、その分、審査基準が緩やかになっています。審査は、「申請者本人」と「申請者の配偶者」のそれぞれの前年所得を基準に判定されます。手続きに必要なものは、免除制度と同じです。

法定免除制度

障害基礎年金(1級・2級)を受けている人や、生活保護法による生活扶助を受けている人は、届出により保険料が免除されます。年金証書などを持参し、届出をしてください。

学生納付特例制度

各種学校の学生も、修業年限が1年以上ある課程に在籍している場合は対象になります。手続きには、学生証などが必要です。

▼将来の年金額は?

保険料が免除、または納付猶予が承認された期間は、老齢基礎年金を受けるために必要な期間(25年間)に入ります。年金額を計算するときは、保険料を全額納付した期間に比べ、全額免除期間は3分の1、4分の1納付(4分の3免除)期間は2分の1、2分の1納付(半額免除)期間は3分の2、4分の3納付(4分の1免除)期間は6分の5として計算されます。

▼追納できる

免除が承認された期間は、老齢基礎年金額が保険料を納めた場合よりも少なくなります。将来受け取る年金額が少なならないよう、免除や納付猶予された期間の保険料は、10年以内に納付することができます。この場合、承認された期間が属する年度から起算して3年度目以降に納付する場合は、経過した年数に応じた一定の加算額が加わります。

全国行政相談委員協議会長表彰を受賞



行政相談委員の鈴木久代さんが、(社)全国行政相談委員協議会会長表彰を受賞しました。これは、業績が顕著な行政相談委員に対して行われるもので、今年度は県内で3人受賞しました。

「お茶の間博物館」音声版を作成



ボランティアグループ「麦の会」では、本紙に掲載された『お茶の間博物館』の音声版を作成し、先着100人に無料で配布します。

これは、昭和60年4月から今年3月までに掲載された中から選んだ51の内容を、3巻1組としてカセットテープに録音したものです。配布を希望する人は、社会福祉協議会へ申し込んでください。

夏休み期間中は  
休まず開館

温水プールは毎週月曜日が休館日となっていますが、夏休み期間中の月曜日(7月24、31日、8月7、14、21、28日)は開館します。7・8月の開館時間は、午前10時から午後8時までです。

なお、祝日の翌日が休館日となるため、7月17日(月)の海の日が開館し、翌18日(火)が休みとなります。

問合せ/スポーツ課(☎22-3696)

問合せ・申込み/社会福祉協議会(☎23-5068)



親と子のよい歯・高齢者のよい歯のコンクール

食後、すぐに歯を磨きます

林さん親子が安房歯科医師会会長賞を受賞

安房歯科医師会、安房郡地域医療協議会主催の「親と子のよい歯のコンクール」と「高齢者のよい歯のコンクール」が、先月8日、コミュニティセンターで開催されました。コンクールには、館山市、鴨川市、南房総市から30組の親子と5人の高齢者が参加しました。

診査の結果、親と子の部で林まゆ美さんと愛実ちゃんが、高齢者の部で関千代子さんが



▲安房歯科医師会長賞を受賞した林さん親子

市の最優秀賞を受賞しました。更に、林さん母子は、安房歯科医師会会長賞を受賞し、7月に行われる県コンクールに、安房郡市の代表として参加します。

林さんは「食後、すぐに歯を磨くことを心がけています。最初に子どもに磨かせて、私が仕上げをします。日頃からお茶をよく飲んだり、おやつを食べたらうがいをするようにしているのが良いのかも



れません」と話していました。入賞者は次のとおり。(敬称略)

【親子の部】  
最優秀賞/林まゆ美・愛実  
優秀賞/小山内佐知子・彩水  
優良賞/山本三奈・海輝

【高齢者の部】  
最優秀賞/関千代子  
優秀賞/須藤八夫  
優良賞/横溝さきみ

クリーンアップキャンペーンを開催

毎年、北条海岸でキャンプストア(海の家)を開設し、今年で53回目を迎える立教大学広告研究会では、より多くの市民との交流や地域貢献をはかるため、クリーンアップキャンペーンの開催を企画しました。

13日(日)  
集合時間/午後3時  
作業時間/午後3時30分  
から4時30分  
集合場所/立教学生キャン  
プストア  
清掃場所/北条海岸(軍手  
を持参してください)  
問合せ/立教大学広告研究  
会 飛田翔(☎080-5544  
-2278)

「地産地消」推進の一環として、今年も南無谷びわ組合の協力により、館山市及び南房総市学校給食組合では、もぎたてのびわ5千870食分(「大房」サイズ)が献立に登場しました。



北条小学校(校長諸岡研、児童数76人)1年2組では、みんなびわが大好き。先生から「へその方がむくときれいにむけます」とむき方を教わり、大きく口を開けてびわをほおぼっていました。

「地産地消を推進」今年もびわ給食を実施

給食組合では今後も、地産の食材を生かした献立を用意し、「地産地消」を推進します。

問合せ/館山市及び南房総市学校給食組合(☎22-5050)

「平久里川流域懇話会」会議資料と会議録を公開



平久里川流域整備計画作成のため開催している「平久里川流域懇話会」の会議資料と会議録を閲覧できます。  
日時/7月10日(月)から7月28日(金)  
土日祝日を除く  
午前8時30分から17時15分まで  
閲覧場所/市建設課、安房地域整備センターなど  
問合せ/安房地域整備センター調整課(☎22-4341)

ほら、そこにも悪質商法⑥

架空請求・不当請求

ハガキ・電話・メールなどで、利用した覚えのない利用料や登録料などを一方的に請求してきます。中には裁判所などの公的機関名をかたるケースもあります。

※今年の5月に館山市内で次のような事例がありました。「国民健康保険庁」という実在しない公的な団体を装って発送されたハガキが届きました。

督促状 国民健康保険負担割合変更のお知らせ

年金未納期間がある方、住民税等の未納がある方等は国民健康保険証の無期限停止 預金口座の差し押さえ等が執行されるので、至急連絡するようお願いいたします。

国民健康保険庁

「対応のポイント」

- ①身に覚えのない、ハガキや電話などの請求には、これ以上個人情報を知られないよう、問い合わせ、抗議等は一切せず、無視する。
  - ②情報料等の請求の場合、利用していないければ、お金は払わない。
  - ③少額訴訟を悪用した裁判所からの訴状の場合は、消費者センターなどに相談する。
  - ④電話での脅しなど悪質な場合は、警察へ連絡する。
- 問合せ/企画課市民相談・協働グループ(☎22-3142)

【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⑬

館山市図書館(☎22-0701)

もうすぐ夏休みがやってきます。夏休みの宿題に頭を悩ませたときには、図書館へどうぞ。ヒントになる資料をそろえてお待ちしております。

★読書感想文

本年度も、青少年読書感想文全国コンクールの課題図書の出借をしています。貸出期間は1週間、延長はできませんのでご了承下さい。課題図書については、館内に掲示してあるポスターをご覧ください。

読書感想文コンクールには、課題読書のほかに自由読書の部門もあります。自分のお気に入りの一冊で感想文を書いてみてはいかがでしょうか。図書館でもおすすめの本を紹介しているブックリストを用意していますので、参考にしてみてください。

★開館時間延長しています

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時まで延長しています。

▽図書館司書から今月のおすすめ本

『自由研究図鑑 身近なふしぎを探検しよう』

有沢重雄 文 月本佳代美 絵 福音館書店

夏休みに読書感想文とならんで頭を悩ませることといえば、自由研究のテーマではないでしょうか。この本には、身近な自然や町の様子、家にあるものなどから得られる自由研究のヒントがたくさん詰まっています。テーマ選びのポイントや計画の立て方といった自由研究の進め方についても書かれています。図書館での参考資料の探し方も載っているので、困ったときにはきっと役に立つはず。自由研究に悩む子どもばかりでなく、大人にとっても知的欲求を刺激されること間違いなしの一冊です。



7・8月の休館日

7/1~3、10、17、18、24、28、31  
8/7、14、21、25、28

7月のおはなし会

8月のおはなし会はお休みします  
幼児向け 7/7(10:30から)  
児童向け 7/8、15、22日  
(14:00から)

『大人も子ども』も自由研究

『おとなの自由研究』  
デイリーポータルZ編集部 アспект  
『科学あそびだいき』  
(第1集~第3集)』  
科学読物研究会(編) 連合出版  
『わたしの名字はどこから来たの?』  
(調べるっておもしろい!)』  
十日市晃子 アリス館  
『科学実験キット&グッズ大研究』  
赤羽根充男・池田圭一・櫻井昭三 東京書籍



中学生を対象に  
1日パパ&ママ体験

夏休みに中学生を対象に、一足早くパパとママを体験できる、思春期ふれあい体験学習を開催します。かわいい赤ちゃんと直接触れ合うことで、命の尊さを知り、健全な思春期を迎えられるよう応援します。

日時／8月4日(金) 午前9時30分から午後4時まで  
場所／コミュニティセンター  
対象／市内中学生(男女を問いません)

内容／「午前の部」講義「思春期の心と体の変化」ビデオ「赤ちゃんの素晴らしい命を知りましょう」体験学習「妊婦疑似体験、赤ちゃん人形を抱っこなどの練習」  
「午後の部」体験学習「本物の赤ちゃんとの触れ合い」交流会「赤ちゃんの母親と妊婦との交流」講義「命の大切さ」  
定員／40人(申込多数の場合は午後の部のみ8月10日に



再度実施します)  
申込方法／各中学校で配布する申込書を郵送するか、電話で申し込んでください。  
締切／7月14日(金)  
問合せ・申込み／〒294-0045 北条740-1 健康課(☎23-3113)

日本語を学び交流を深めよう  
日本語入門教室

中央公民館では、日本語をもっと学びたい、日本の伝統や習慣などを知り交流を深めたいという外国人を対象に、『日本語入門教室』を開催します。

日時／7月19日(水)〜全8回 毎週水曜日 時間はいずれも午前9時30分〜11時  
場所／コミュニティセンター  
講師／サイモン・メットカフ(市国際交流員)

対象／市内在住または在勤で英語の話せる外国人。  
定員／15人(応募多数の場合は抽選)  
参加費／教材費など実費徴収  
締切／7月12日(水)  
問合せ・申込み／中央公民館(☎23-3111)

図書館夏休み子ども講座

開講日・講座名・講師/下記のとおり  
時間／13:30~15:30  
対象／小学生(親子参加可)  
定員／各講座30人  
場所／市図書館  
締切／7月21日(金)  
問合せ・申込み／市図書館(☎22-0701)

【和装本をつくろう】  
開講日／7月27日(木)  
内容／オリジナルの本作り  
持ち物／スティックのり  
【ゲッチョ先生の生物の正体探し!! ~海の宝物 骨・貝・種】  
開講日／8月11日(金)  
講師／盛口満氏  
内容／海で拾った生物の正体を探す(大人のみでも可)  
【かがくであそぼう!】  
開講日／8月16日(水)  
講師／田村ぼくと氏  
内容／家にあるものを使っての実験

図書館の仕事体験しよう!  
夏休みに1日図書館員

図書館では、夏休みに1日図書館員として、図書館の仕事体験してみたい小学校5・6年生を募集します。

期間／8月1日(火)〜4日(金)、8日(火)〜10日(木)の7日間。  
勤務時間／午前9時〜午後3時30分(弁当持参)  
仕事内容／図書の返架、図書の整理、カウンターの仕事など。  
定員／28人



申込開始／7月11日(火)  
申込方法／図書館へ直接電話で申し込んでください。2人1組での申し込みも可。1日4人先着順。  
問合せ・申込み／市図書館(☎22-0701)

**Introductory Japanese Classes**  
The Tateyama Community Center is holding a series of introductory Japanese classes from July targeting foreign residents who want to learn more Japanese, about Japanese lifestyle, culture, and customs and who wish to deepen exchange.  
Date: From July 19<sup>th</sup> (Wed), eight lessons.  
Time: All lessons are on Wednesdays from 09:30 to 11:00.  
Contact Simon Metcalfe at Tateyama City Hall for details. TEL(0470)24-3147

7月1日 ダイヤ改正で増便  
東京と館山を結ぶ『高速バスなのはな号』

1時間に1本運行に

JRバス関東と日東バス(株)では、共同運行している、白浜から館山駅を経由し東京駅日本橋口を結ぶ高速バス路線のダイヤ改正を7月1日に行います。これまでに比べ1日3往復増便し、計13往復、1時間に1本運行されます。

市内の停留所は九重駅、南総文化ホール、館山駅。南房総市のとみうら枇杷倶楽部、ハイウェイオアシス富楽里でも乗降車できます。料金は、館山市内と東京駅まで、片道普通運賃が2千300円、往復割引で4千400円となります。(小児運賃は大人運賃の半額)



館山・東京線運行時刻表

<b>上り 館山駅発</b>
6:00,7:00,8:00,9:00,10:00,11:00,12:00,13:00,14:00,15:00,16:00,17:00,18:00
<b>下り 東京駅発</b>
9:20,10:00,11:00,12:20,13:20,14:20,15:20,16:20,17:20,18:20,19:20,20:20,21:20

※太字は白浜発着のバスで九重駅、南総文化ホールで乗降車できます。時間は館山駅の時間より、九重駅で±17分、南総文化ホールで±10分。館山駅と東京駅間を2時間23分で結びます。

問合せ・予約先(予約制:座席指定)  
●JRバス関東館山支店(高速バス専用) (☎22-1889)  
●館山旅行センター (☎22-6907)  
●高速バス案内センター (☎03-3844-1950)  
●日東交通(株) (☎22-0113)  
※利用には乗車券の購入が必要です。  
乗車日の1ヶ月1日前の午前10時から発売

もっと得する  
健康耳より情報 24

夏本番にむけて  
水分補給は忘れずに!

~水や麦茶などで効果的な水分補給を~

■どのくらいの量が必要?  
1日に人間の体からは尿や汗などで合計、2リットルから2.5リットルもの水分が失われています。一方、食事などから摂取する水分は約1.2リットルだとすると、飲料水として必要な個人差もありますが約1.3リットル必要になります。運動した後は、多目の水分の摂取が必要です。

■何を飲むのがいいの?  
水、ミネラルウォーターや麦茶、運動時は、スポーツドリンクなどもよいでしょう。1時間以内の運動なら水で、1時間を越えるなら0.2%程度の塩分が必要となり、2時間以上の運動では、疲労を遅らせるために糖質を補給します。  
但し、糖分の多いドリンクは吸収に時間がかかるうえ、一時的に運動能力を低下させるので、運動中は糖濃度が2~2.5%のドリンクが理想的です。市販のジュース類は10~13%、スポーツドリンクは5~8%のものが多く、水やミネラルウォーターで薄めて飲みましょう。スポーツドリンクを過信して、普段からガブガブ飲み続けることは、糖分を取りすぎてしまうので要注意です。

夏は気温が高くなるため、体温が上昇します。そのため身体は汗をかいて、体温調節をします。水分を補給しないと、脱水や熱中症を引き起こす危険性が高まります。効果的に水分を摂取し、暑い季節の身体の健康を守りましょう。  
問合せ/健康課 ☎23-3113

■どうやって飲むのがベスト?  
1日1リットルの水を飲むといっても、一度に飲んでしまえば効果がありません。喉はうるおっても胃に負担がかかり、ばててしまいます。1回200ml程度を何度かに分けるのが理想的です。こまめな水分補給が健康のカギを握っています。

■子どもの場合は?  
必要な水分量は、体重1kgあたり乳児は125~150cc、幼児は90~125cc、学童期50~90ccです。学校に持参する水筒などでのお勧めは水や麦茶で、スポーツドリンクやジュースは糖分が多く含まれているため、生活習慣病予防の点からも控えましょう。

スポーツ時の水分補給は、時間の長さや強度により水や麦茶を主体にし、スポーツドリンクは適度に薄めて使用しましょう。

