

# PDF たん暖たてやま

725

平成18年  
8月15日号



夏の館山は海辺が元気  
手作りビーチバレーボールコートに若者が熱中

花と海 心やすらぐ千葉の旅  
ちばデスティネーションキャンペーン



平成19年2月1日  
～4月30日

シリーズ  
市民

244

館山でのビーチバレーは、良い思い出になりました。

『海岸に来たらコートが見えたので、利用できるか聞いたところ、自由に使ってください。利用料もかかりませんが、使った後にアンケートの協力をお願いします』という話だったので、監視所本部で簡単な受付を済ませた後、みんなでバレーを楽しみました。コートが設置されている場所は少ないので、館山に来てビーチバレーができてなんて予想もしていなかった。とても良い思い出になりました。今日帰りますが、またみんなと来て利用したいですね』



と話すのは学生時代のサークル仲間。海水浴に来ていた佐倉市の松井貴美子さん。  
市では「館山湾を活用した海辺のまちづくり」の一環として、多くの市民や来訪者に、館山の財産である海や砂浜に親しんでもらい、ビーチスポーツによる「賑わい空間の創出を図ることを目的に、北条海岸南突堤脇の砂浜に、7月15日から今月31日までの期間限定でビーチバレーボールコート(2面)を試験的に開設しています。  
ネットは学校での役割を終えたものを使用し、ラインは消防車の布製ホースをリサイクルするなど、コートを手づくりで完成させました。  
今回の取り組みは、ビーチスポーツと館山の海辺の自然環境との組み合わせが、地域の活性化につながる可能性を探るとともに、海辺の通年的な利用を図る調査も兼ねて実施したもので、利用状況やアンケート結果を今後の海辺(ビーチ)の活用の参考にしていきます。  
問い合わせ/海辺のまちづくり推進課(☎22-3606)

## 観光たてやま魅力再発見! 12 ちばデスティネーションキャンペーン 1

### 18年ぶり「蒸気機関車D51」 JR内房線・木更津駅～館山駅で運行!

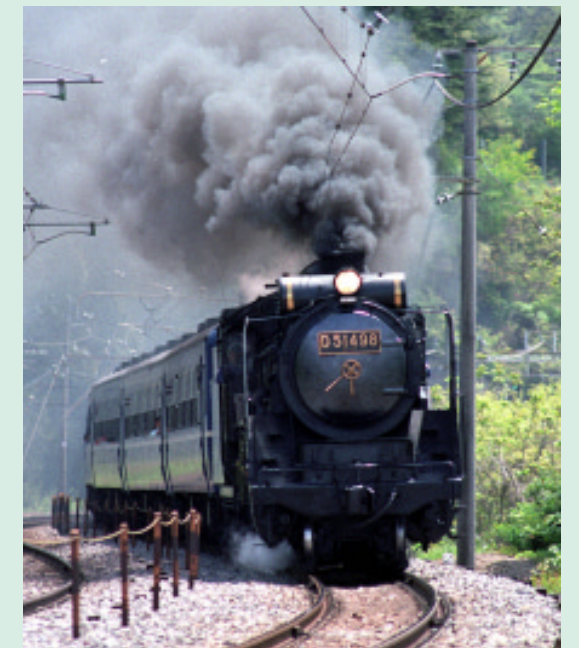
デスティネーションキャンペーンとはDestination(目的地・行き先)とCampaign(宣伝)を結びつけた合成語。地方自治体や地元観光関係者とJR6社等が協力して実施する大型観光キャンペーンで、来年2月から4月にかけて千葉県では初めて「ちばデスティネーションキャンペーン」として開催されます。

このキャンペーンは、テレビCM「そうだ、京都へ行こう」といったフレーズでも知られている、JRと各地域がタイアップして、旅行地を集中的にPRする全国最大のキャンペーン。期間中「デゴイチ」の愛称で親しまれている蒸気機関車(SL)のD51-498号がJR内房線の千葉～木更津～館山間で運行されます。現在でも熱烈なファンが多いその雄姿が、千葉県内では18年ぶりに、内房線・JR館山駅にお目見えします。

「デゴイチ」の愛称で知られるD51-498号は、JR東日本高崎支社(高崎車両センター高崎支所)に配置されている車両で、1940年生まれ。498号機は1988年に復元され、JR東日本の臨時列車やイベント列車として活躍しています。

SLの運行は、キャンペーンに合わせた催しとして、2月1日(木)に千葉～木更津間(片道)、2月3日(土)・4日(日)・10日(土)・11日(日)・12日(月・祝)に木更津～館山間(往復)を運行します。(運行時間は未定。復路(上り)はディーゼル機関車による牽引)

全席指定で、通常の指定券同様に運行の1ヶ月前からみどりの窓口などでチケットが販売される予定です。



D51-498号(写真:JR東日本提供)

### 昔懐かしい「お宝」を探しています!

館山市と館山市観光協会では、同キャンペーンに向けて、関係団体などと連携して、様々なイベントやツアーなどを企画しています。現在、SLの運行に合わせて、「鉄道グッズ」展示会の開催などを計画しています。昔の鉄道グッズや昭和時代の館山駅周辺の写真など、レトロなお宝などを探しています。

問合せ先/館山市観光立市推進課(体験交流センター)☎22-2544



# 災害に備えて

## 地震や津波へ対応を

### 防災を家庭内で話し合い、十分な備えを

9月1日は防災の日、昨年は福岡県西方沖、千葉県北西部、宮城県沖を震源とする地震により大都市を中心に被害が発生し、千葉県北西部を震源とする地震でも震度4を記録し、内房線や館山自動車道など交通機関が一時的にストップしました。今年も、3月にパキスタンで発生した大地震や、館山市ではじめて避難勧告を発令した4月12日の集中豪雨など、世界各地で大きな災害が発生しています。

房総半島を含む南関東では、今後30年にマグニチュード7クラスの地震が、70%の確率で発生すると予測されています。災害はいつ発生するかわかりません。日頃から災害に対する備えや発生時の対応の確認事項などをお知らせしますので、家庭内でよく話し合ってください。  
問合せ/社会安全課(☎22-39954)

### 災害の「備え」は万全ですか

- ① 家族で次の内容を確認しましょう
  - ・家の中でどこが一番安全か
  - ・避難場所・避難路の確認
  - ・非常持出袋の置き場所確認
  - ・家族の役割分担確認
  - ・落ち合う場所の確認
  - ・安否情報を取り次いでもらう遠方の親戚や知人の確認
  - ・災害伝言ダイヤルなどの確認
- ② 避難場所の確認
  - ・家にいるときの避難場所のほか、よく出かける場所での被災を考え、2〜3箇所おぼえておきましょう。
- ③ 家の中の家具など
  - ・家具類の転倒防止対策を
  - ・扉や棚などのガラス飛散防止
  - ・特に危ないのは冷蔵庫やピアノ
  - ・棚の荷物の落下防止を
  - ・消火器の設置を
- ④ 家や外周りの補強を
  - ・家の土台、柱、屋根、家の塀などの点検、補強
- ⑤ 非常持出品の準備
  - ・衣類・洗面用具・医薬品類・小物道具類・水、食糧・赤ちゃん用品などのうち、必要なものをひとまとめにして用意しておく。自身は必要最小限にとどめ、避難を考え、できるだけ軽くしておく。



▲自主防災組織の訓練(江田区)

### 自主防災組織の重要性

阪神や新潟の震災でも、災害直後は、隣近所の助け合いにより多くの人命が救助されています。現実には、行政や防災機関の活動が被災地すべてで開始するまでにはかなりの時間がかかります。こ

のため、災害時の初期活動として町内会や区で自主防災会が重要な役割を果たしますが、館山市における結成率は70.3%となっています。平常時は防災の講習会、訓練の実施、危険箇所、避難場所の把握、避難ルートや防災機材の点検などの活動をします。災害時は災害情報の収集、伝達や出火防止と初期消火、近所の人の避難誘導や被災者の救出・救護などを行います。防災会で行う訓練などの活動に積極的に参加し、災害時に備えましょう。

トンの処理能力がある浄水機を10台保有しています。しかし、防災無線も設置して20年を経過するなど、各施設や装置の老朽化が進んでいます。災害時に「災害対策本部」が設置される市庁舎本館も、建築後45年を経過し、大地震が発生した際は甚大な被害が起きると予想されます。このため、建物が使用不能となった場合は、菜の花ホールに本部を設置することとし、今後防災拠点の耐震性のある市庁舎4号館に移転する検討を行っています。

### 災害協定の締結

市は、平成17年度に災害時の避難生活が長期化した場合に備え、館山市旅館組合と「一時避難所」の覚書を交わし、市内14カ所のホテルや施設等と「津波一時避難ビル」の協定を締結しました。

また、今年度、市内の主な店舗と、物資の供給協定や、千葉県石油協同組合館山鋸南支部と「石油類燃料の供給」協定を締結しました。これらは、市民の理解と協力で相違に進んでいます。いつ発生するかかわらない災害に備え、

### 防災無線の補完的情報伝達

事前に出来ることをやっておくことが、防災対策です。市民や観光客などの来館者に「安全・安心」が与えられるよう、今後も各種災害協定の締結を推進していきます。

### 防災無線をデジタル化へ更新

昭和60年から地震・津波対策として整備を行った既存の防災行政無線システムが、耐用年数をはるかに経過したため老朽化による不具合が多発しています。平成18年度から平成26年度までの予定で、デジタル防災行政無線への更新整備を行います。3期計画で、1期は津波用と避難所、2期は既存の建て替え、3期が増設になります。

平成18年度は、最適な無線システムの構築のため、電波伝搬調査を含むデジタル防災行政無線施設的设计業務を委託しました。



▲防災行政無線

### 津波への対応

津波は、一昨年のスマトラ沖地震の大被害を見ればわかるように、たいへん恐ろしいものがあります。館山市は長い海岸線を有し、海に面する地域が多いため、津波には注意しなければなりません。関東大震災(19



▲元禄地震の津波の大きさを表示(北条海岸)

### 9月1日に実施

## 今年の合同防災訓練は西岬地区

9月1日(金)防災の日、午前9時から11時ごろまで、西岬小学校校庭で第27回館山市合同防災訓練を行います。

今回の訓練は、関東大震災クラスの大地震発生を想定したもので、初期消火訓練、炊き出し・給食訓練、応急救護訓練、水道施設復旧訓練などを行います。見学は自由ですが、十分な駐車場の用意ができません。



▲昨年の訓練(館野地区)

### 防災に関する方針

市では、災害に対して次の方針で施策を推進します。

- 1 防災協定締結の推進
  - ・遠隔都市との相互応援協定や物資等の供給協定、津波一時避難ビルの協定締結を一層推進します。
- 2 自主防災組織の強化
  - ・組織率100%を目指し、未結成の町内会等への助言をする

### 家庭内備蓄を推進

市ではこのような「備え」をしています。新潟県中越地震の例を見ても、災害が起ると十分な対応は取れませんが、まずは自分自身と家族を災害から守ることが重要です。最悪な事態を想定し、最低3日以上の備蓄を行い、災害に備えてください。



私たちの暮らしに家計があるのと同じように、市には予算というものがあります。予算を中心にした市の行政活動を「財政」と呼んでいます。この財政事情の公表は、市の財政がどのように運営され、どのような状況にあるのかを知ってもらうためのものです。5月末の平成17年度決算の概況と平成18年度の予算の状況についてお知らせします。

問合せ／財政課(☎22-3291)



# 昨年度の決算の概況と今年度の予算

平成17年度  
決算の概況

平成17年度一般会計予算の歳入総額は、154億4千453万円でした。歳出総額は150億224万円で、歳入歳出差し引き額は、4億4千229万円です。この差し引き額が、今年度に繰り越されることになりませんが、この中には、道路・河川災害復旧事業などの財源として、既に使いみちが決められている8千625万円が含まれていますので、実質的には3億5千604万円が今年度に繰り越されることとなります。

1世帯あたり  
26万7千円の負担

歳入の37.7%を占める市の歳入総額は、総額で58億1千977万円です。内訳は、固定資産税が最も多く、26億6千417万円。次いで市民税が21億2千35万円などとなっています。

## 平成18年度一般会計予算

市の予算は、一般会計と特別会計に分かれており、市民生活に直接関係が深い、道路の補修や福祉に必要な基本的な予算を一般会計予算と呼んでいます。

今年度の一般会計予算は、当初予算では、歳入歳出とも149億3千200万円でしたが、6月の市議会定例会および7月の臨時市議会にて2千530万円の減額補正を行い、149億670万円となりました。これは、議員報酬の改正などによる減額、宇田排水路整備事業や今年4月の豪雨で被災した児童遊園トイの撤去事業の増額などによるものです。また、昨年度の医療費が確定したことに伴い、国民健康保険特別会計お

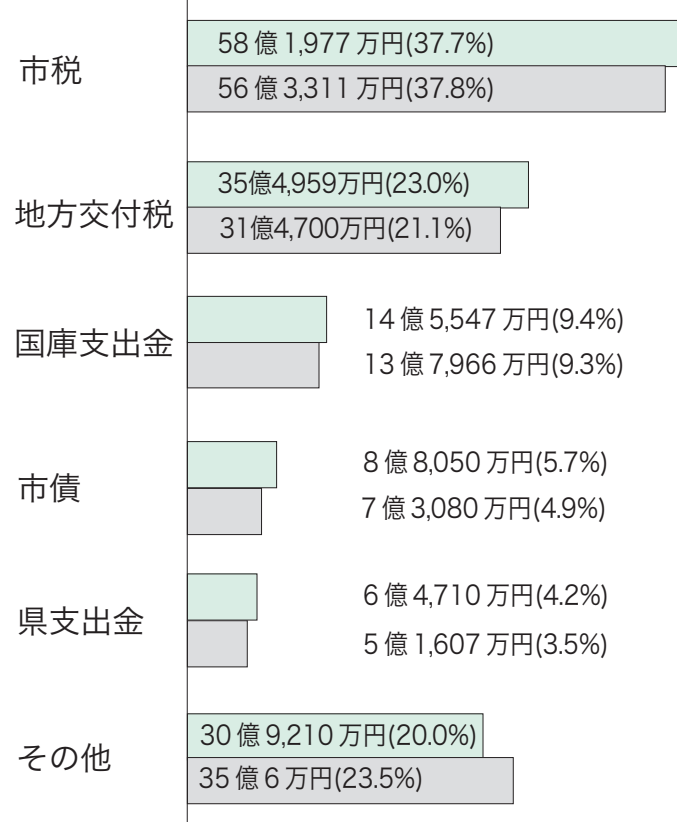
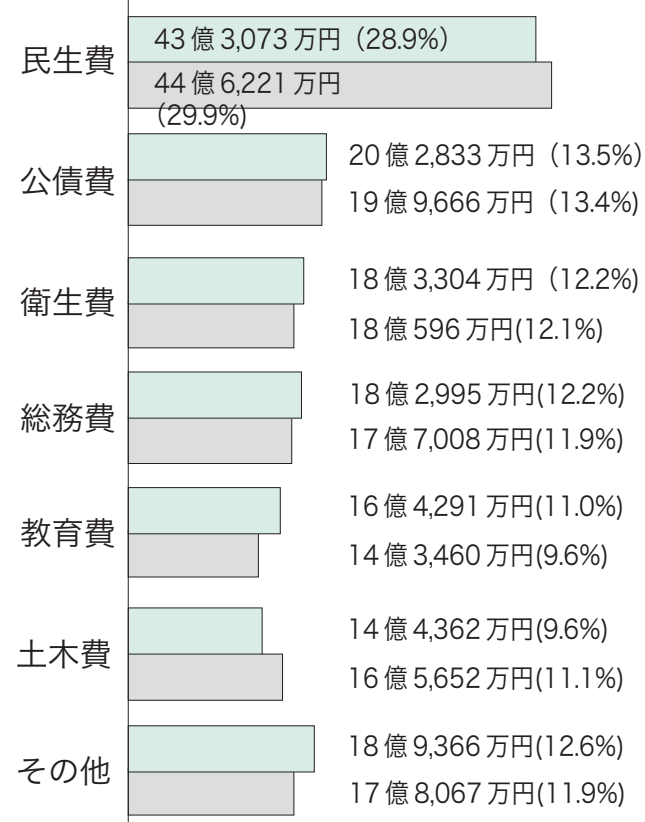
**市民の負担と市の支出**

1人あたりの使われたお金	約29万4千円
1人あたりの負担した市税	約11万4千円
1世帯あたりの使われたお金	約69万円
1世帯あたりの負担した市税	約26万7千円

人口51,023人 世帯数21,781世帯  
(平成18年3月末現在)

よび老人保健特別会計の予算を見直し、国民健康保険会計への繰入金、老人保健特別会計からの繰入金をそれぞれ減額補正しました。

市では、昨年10月に「行財政改革プラン」を策定し、行財政改革に積極的に取り組んでいます。今年度の一般会計予算は、将来的に財政の健全化を図ることを目的とした緊縮型の予算となっており、なお実質的な財源不足額(約9億円)を財政調整基金の取崩しと他の基金からの借り入れで賄うこととなっていることから、さらに改革を推進し、実質的な単年度での収支の均衡を早急に回復することが必要となっています。



## 特別会計

特別会計は、一般会計と区分され、特別の目的をもって独立採算で運営される事業です。昨年度の歳入、歳出の決算の概況と、今年度の予算は表のとおりです。

今年度予算は、昨年度の医療費が確定したこと、国民健康保険と老人保健の補正を行いました。

国民健康保険/今年度の国民健康保険は、当初予算59億4千795万円から歳入、歳出それぞれ2億1千343万円を減額し、総額57億3千452万円となりました。主な補正は、歳出は、医療費

都市計画税・入湯税はこのように使われています。使用みちが特定されている税金を「目的税」といい、館山市では都市計画税と入湯税があります。

都市計画税は、法で許可を受けた都市計画事業に充てるものと定められています。市で実施中の都市計画事業は、都市計画道路・船形館山港線、公共下水道事業などがあります。

▼特別会計 17年度決算見込と平成18年度予算 (7月補正後)

会計名	17年度決算見込			18年度予算	
	歳入	歳出	差引	当初予算	7月補正後
国民健康保険	54億7,949万円	51億7,904万円	3億45万円	59億4,795万円	57億3,452万円
老人保健	55億170万円	54億6,126万円	4,044万円	56億8,346万円	56億6,729万円
介護保険	35億8,785万円	34億7,269万円	1億1,516万円	35億8,964万円	35億8,964万円
学童災害共済事業	90万円	87万円	3万円	165万円	165万円
下水道事業	8億6,881万円	8億6,743万円	138万円	8億5,918万円	8億5,918万円

※千円単位四捨五入

▼市債の内訳

衛生費	65億9,919万円
土木債・公営住宅債	59億7,638万円
臨時財政対策債・減税補てん債など	42億1,591万円
教育債	9億8,446万円
商工・農林水産業債	2億5,910万円
消防・災害復旧債	1億4,506万円
総務・民生債	1億2,528万円

市債とは、多額の資金を必要とする事業に対して、国や銀行から借り入れるお金です。昨年度は8億8千50万円を借り入れ、市債の現在高は183億538万円です。

## 市債の現在高

老人保健/今年度の老人保健は、当初予算56億8千346万円から歳入、歳出それぞれ1千617万円を減額し、総額56億6千729万円となりました。

※千円単位四捨五入



## 北京五輪に向けて オープンウォータースイミングレース開催



先月16・17日、北条海岸を会場に日本水泳連盟が主催するスタート直後の選手(OWSジャパンオープン)

る、2つの大きなオープンウォータースイミングレースが開催され、700人を越えるスイマーが参加、館山の夏の幕開けを飾りました。

この競技は、プールで行われる競泳とは違い、海上に設置されたブイをまわってゴールのある海岸に帰ってくるもので、陸上競技でいうとマラソンに似ています。プールでは速いスイマーも、海では勝てるとは限らず、泳力のほか、経験、精神力、自然との戦いが求められる競技



館山国際オープンウォータースイムレース

です。一九九一年からは世界選手権の公式種目に採用され、再来年の北京オリンピック

ピック正式種目にも決まりました。

大会の会場となった北条海岸「鏡ヶ浦」は波が穏やかでオープンウォータースイミングに適した海水浴場であることから、競技者向けの

## 夢は大リーグ 小学生が少年野球でアメリカ遠征

IBA少年軟式野球国際交流協会の海外遠征でこの夏、アメリカに派遣される6選手が出発前、鈴木宗平千葉県少年野球連盟理事長に伴われ、役所を訪れ、辻田市長を敬



訪れたのは、北条スターズの立倉涼くん(捕手)、斉藤貴大くん(投手)、鈴木祥一くん(内野手)、神子貴哉くん(外野手)、那古ニユースターズの鈴木巧くん(投手)、館山リトルエンジェルの小林勇志くん(内野手)6選手。市長から「館山の代表として頑張って下さい」と激励を受けた6人は、「アメリカの人と仲良くしてきたい」できれば勝ちたい」と元気に答えていました。

## 里見を生かしたまちづくりを 館山・南総里見発見トーク～文化庁長官と千葉県知事の八犬伝放談～を開催



先月25日、南総文化ホール大ホールで河合雄文化庁長官と堂本暁子千葉県知事を招き、「館山・南総里見発見トーク」を開催しました。文化庁長官と千葉県知事の八犬伝放談として、「南総里見八犬伝」を辻田市長を交えた3人で語り合いました。

河合長官は中学生の時に八犬伝を読破されたことや、堂本知事が来春のちばディスティネーションキャンペーンでは八犬伝を生かしたいとの話には、会場からも反響の声が起こっていました。

トーク終了後、2人には、手づくり甲冑をまとった小学生から花束を贈呈され、大変喜んでいただきました。

その後のステージで河合長官は、半澤美緒子さんの伴奏で得意のフルートを披露。最後には会場と合唱で一体となった「みかんの花咲く丘」「里の秋」を演奏しました。

## 男女共同参画市民意識調査を実施

市では、男女が対等なパートナーとしてあらゆる分野に参画し、お互いに尊重し、責任を分かち合うことのできる社会を目指し、男女共同参画を推進しています。このたび、男女共同参画施策を推進する上での基礎資料とするため、初めての市民意識調査を実施します。

出し、郵送方式で実施します。調査票が届きましたら、回答の上、同封の返信用封筒にて返信してください。

なお、この調査は無記名回答とし、結果は統計的に処理するため、個人情報漏洩などご迷惑をおかけすることはありません。調査結果は、

広報および市ホームページでお知らせします。

調査対象/市内在住の20歳以上の男女1千人  
抽出方法/住民基本台帳より層化無作為抽出法  
調査方法/郵送による配布および回収  
調査時期/9月7日～22日  
問合せ/秘書広報課男女共同参画係(☎22-3135)

調査は、市内在住の20歳以上の男女1千人を無作為に抽



千葉県南総文化ホールおよび館山市コミュニティセンター利用者用の駐車場は、最近利用者以外の駐車が多く、催しの時などに駐車場が不足する事態になっています。施設が使われていない夜間に駐車している車も多く、従

## 南総文化ホール コミュニケーションセンター 駐車場の夜間閉鎖

来から夜間閉鎖している市駐車場の閉鎖時間と同様に、南総文化ホール北側の駐車場も、入口と小ホールの裏側2ヶ所を先月から閉鎖しています。閉鎖時間は、午後9時30分から翌日の午前8時までです。

## いい本あるある!

### 移動図書館「わかしお号」

### 9月の巡回場所

問合せ/館山市図書館(☎22-0701)

9月	時間	駐車場
	10:20~11:00	純真保育園前
5	11:10~11:30	温水プール前
	13:45~14:00	稲原集会所前
20	14:10~14:25	崖観音下
	14:40~15:40	船形小学校 (船形地区公民館前)
5	12:40~13:10	那古小学校
20	12:40~13:10	那古小学校
5	12:40~13:10	那古小学校
	14:40~15:40	那古小学校
20	10:10~10:25	光風苑前
	10:35~11:05	大賀自衛隊官舎
6	11:15~11:30	香浅間神社
	13:40~14:00	西岬東地区公民館
6	14:20~15:40	館山小学校
21	12:40~13:10	館山小学校
6	12:40~13:10	西岬小学校
21	14:10~15:30	西岬小学校
12	9:50~10:20	房南保育園
	10:35~11:05	大田区立養護学校
	11:15~11:35	安房神社鳥居前
	13:25~13:45	相浜漁協前
26	14:00~14:30	中里ワークホーム
	14:40~15:40	神戸小学校
12	12:40~13:10	富崎小学校
12	12:40~13:10	富崎小学校
26	14:40~15:40	富崎小学校
13	10:20~11:00	館野保育園
	13:20~13:35	腰越延命院前
	13:45~14:00	九重駅前
27	14:00~14:20	安房医師会病院保育所
	12:40~13:10	館野小学校
13	14:40~15:40	館野小学校
13	14:40~15:40	九重小学校
27	12:40~13:10	(九重保育園)
14	12:40~13:10	神余小学校
28	14:40~15:40	豊房小学校
	13:30~14:00	豊房幼稚園
28	12:40~13:10	豊房小学校
	13:10~13:30	豊房幼稚園

※雨や風の強い日は、巡回を中止することがあります。

## 新築・増築した家屋調査

税務課では、新築または増築した家屋を対象に、固定資産税や都市計画税算定の基となる家屋の調査を行います。

調査員は、「固定資産評価補助員証」を携帯しています。

調査時間は、100㎡(約30坪)の新築家屋で、約30分です。

留守がちな場合は、電話予約もできます。予約の際は調査希望日時、家屋の建築場所、所有者氏名、住所、電話番号をお知らせください。

問合せ・予約/税務課資産係(☎22-3261)

## 温水プールが臨時休館

両施設では、施設利用者の支障にならないよう、施設利用者以外の使用をやめるよう呼びかけています。

問合せ/千葉県南総文化ホール(☎22-11811)、中央公民館(☎23-3111)

フリーダイビング日本選手権開催のため、9月9日(土)・10日(日)は、温水プールが全日休館となります。

問合せ/スポーツ課(☎22-3696)

## 平成18年第3回市議会定例会の 招集予定日は9月6日(水)です



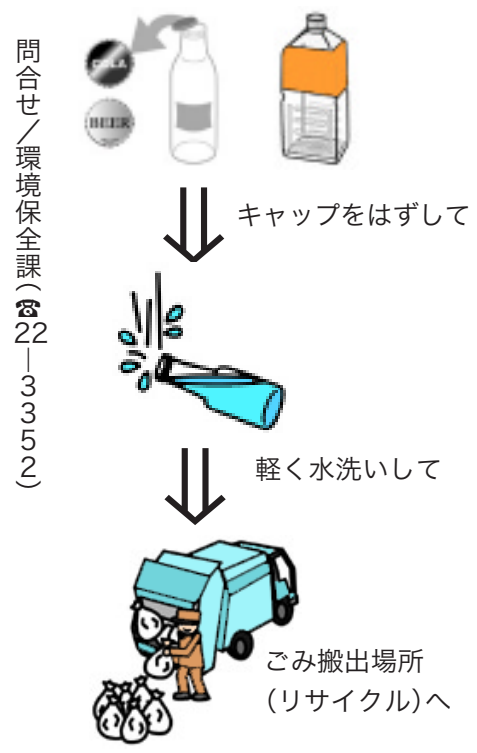
## 子宮がん(施設)検診

今年から、子宮がん検診の対象が20歳以上の女性に広がりました。  
 頸がんは、ヒトパピローマウイルス(性感染症の病原体)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。  
 対象/6月1日現在20歳以上の女性  
 検診期間/10月2日(月)から11月4日(土)  
 契約医療機関/貴家医院 清川医院 青木医院、ファミール産院、亀田クリニック(亀田ファミリールクリニック館山)は受けられません、勝山クリニック  
 料金/頸部2千円(頸体部実施の場合は3千円)。生活保護世帯の人(証明書が必要)は無料です。  
 ※亀田クリニックで受診する場合は、検診前に健康課に料金を支払います。

## 牛乳やバターなどを使ったオリジナル料理 牛乳お料理コンクール



応募資格/県内在住の高校生以上の人。応募は1世帯1人とし、応募点数は制限なし。  
 応募方法/応募用紙か便箋に①料理名、②材料名、③4人分の分量、④材料費(2,400円以内)、⑤作り方、⑥所要時間(1時間)、⑦郵便番号、⑧住所、⑨氏名、⑩性別、⑪電話番号、⑫年齢、⑬職業を記入し、郵送かFAXで応募先まで。  
 締切/9月15日(金)当日消印有効  
 問合せ・応募先/〒260-0014 千葉市中央区本千葉町13-1 本千葉ビル 千葉県牛乳普及協会「牛乳乳製品利用料理コンクール」係 ☎043-224-4839、FAX043-224-4823



問合せ/環境保全課 ☎22-3352

## シリーズ 環境Q&A⑦

### ペットボトルのキャップは燃せるゴミ、容器はリサイクルへ キャップは必ずはずして!

市では皆さんの家庭から出されたガラスびん・ペットボトル及び白色トレイは容器包装リサイクル法によるリサイクルをします。びん・ペットボトルは出す前に王冠、アルミキャップやプラスチック製のキャップなどのふたをはずして、軽く水洗いしてから出して下さい。王冠、アルミキャップなどの異物が混入しているリサイクルできません。  
 王冠、アルミキャップなどは金属類の日に、プラスチック製のキャップは燃せるごみの日に出して下さい。  
 白色トレイは、洗って乾かしてから袋に入れて出して下さい。柄や色のついたトレイやカップ麺の容器などは、リサイクルができないため、燃せるごみとして指定袋に入れて出してください。  
 ペットボトルは金属類と同じ日、白色トレイはガラス類と同じ日が出ますが、金属類、ガラス類とは別の透明か半透明の袋に入れて出してください。



## 地震や台風がテーマ 防災ポスターコンクール

内閣府では、防災意識をより一層高めるため、「第22回防災ポスターコンクール」を開催します。  
 テーマ/地震・津波・台風・豪雨などの自然災害を対象にした「防災」に関するもの  
 部門/①幼児・小学1〜4年生の部 ②小学5〜6年生の部 ③中学生・高校生の部 ④一般の部  
 申込方法/電話かハガキで健康課へ申込み。  
 締切/8月31日(木)  
 問合せ・申込み/健康課 ☎23-3113

用紙/A3判以上A2判以下の大きさの画用紙またはケント紙  
 応募締切/10月20日(金)当日消印有効  
 問合せ・応募先/〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-42-14 28 山崎ビル7階 第22回防災ポスターコンクール事務局 ☎03-3980-8683

## 体重を減らしたい・コレステロールが気になる 体すっきり血液サラサラ教室

体重を減らしたい人、コレステロール・中性脂肪を減らしたい人を対象にした「体すっきり血液サラサラ教室」の参加者を募集します。  
 日程・内容/表のとおり  
 場所/コミュニケーションセンター  
 対象/69歳以下の人で、検診などで肥満や高コレステロールで要注意を受けた人、この教室に関心のある人。ただし、受講経験のある人は不可  
 定員/30人 (先着順)  
 申込期間/8月25日(金)〜9月13日(水)  
 ※初回の講演会のみでも参加できます。  
 問合せ・申込み/健康課 ☎23-3113

▼日程と内容

日程	内容
9月27日(水) 13:15~	講演「生活習慣病~肥満と高コレステロールがまねくこと~」たてやま循環器内科外科 渋谷益宏先生
10月23日(月) 13:15~	見直そう!食生活① 「食生活改善の基本を学ぶ」
10月30日(月) 13:15~	見直そう!食生活② 「何をどれだけ食べたなら良いの?」
12月5日(火) 13:15~	健康運動指導士による 「運動と健康づくり」
1月24日(水) 9:15~	臨床心理士による 「心も体もすっきりと」
2月13日(火) 9:15~	見直そう!食生活③ 「食生活改善の応用を学ぶ」、まとめ

## 若潮ファミリースポーツ教室 18年9月の活動予定 問合せ/スポーツ課 ☎22-3696

種目	対象	活動日	時間	会場
エアロビクスダンス	誰でも	12、26日(火)	19:00~20:15	若潮ホール
バレーボール	小学生以上	4日(月)	19:00~20:45	市民体育館
ソフトバレーボール	小学生以上	11日(月)	19:00~20:45	市民体育館
卓球	小学生以上	13、27日(水)	19:00~20:45	市民体育館
バドミントン	小学生以上	6、20日(水)	19:30~21:15	市民体育館
ジョギング・ウォーキング	誰でも	8、22日(金)	19:00~20:00	南総文化ホール前
グラウンドゴルフ	誰でも	4、11、25日(月) 2日(土)	13:00~15:00 10:00~11:30	中央公園
バウンドテニス	小学生以上	25日(月)	19:00~20:45	第三中学校体育館
水泳	成人	1、8、15、22、29日(金)	15:30~16:30	温水プール
ヒップホップダンス	誰でも	8、22日(金)	19:00~20:30	若潮ホール
キッズサッカー	就学前の親子	10、24日(日)	16:30~18:00	市民運動場
女子フットサル	中学生以上の女性		※雨天時17:00~	※市民体育館
軟式野球	小学生以上	10(日)、23日(土)	10:00~12:00	館山小学校校庭
ヨット(予約制:申込終了)	小学生高学年以上	9、23日(土)	9:00~11:30	水産高校ヨットハーバー
ソーシャルダンス	誰でも	5、12、19、26日(火)	13:00~16:00	豊津ホール
		6、13、20、27日(水)	13:00~16:00 19:00~21:00	若潮ホール
		1、29日(金)	19:00~21:00	
健康体操	誰でも	4、11、25日(月)	14:00~15:30	若潮ホール
歌声広場	誰でも	5、19日(火)	10:00~11:00	若潮ホール

※8月19日(土)15:00から北条海岸で「海辺で遊ぼう!スポーツの広場」を開催します。4人制ビーチバレーボール、ビーチフラッグス、サンダルとばし、スイカ割り大会などを予定。どなたでも参加できますのでぜひお越しください。  
 ※このスポーツ教室は、会員になればいつでも好きな時に何種目でも参加できます。また、主催者の都合や天候により内容などが変更になることがあります※活動場所、時間が変更になっている種目があります。ご注意ください。  
 ※ヨットは予約制で、今年度は定員に達しました。※会員には市内スポーツ店などで有効な特典があります。  
 ※若潮ファミリースポーツ教室は、教育委員会生涯学習課主催「子ども市民大学」の対象教室になっています。



# 運動が苦手でも速くなれる！ ジュニア陸上教室

館山市陸上競技協会では、「ジュニア陸上競技教室」を開催しています。既に春季を終了し、今回は秋季分を募集します。



運動が苦手でもコーチが走り方を教えるほか、個人の能力に合わせて、段階的に指導します。

日時／9月2、9、23日、10月7、14日(毎週土曜日)時間はいずれも午前9時30分から午前11時30分まで  
場所／北条小学校グラウンド  
指導／館山市陸上競技協会会員  
対象／小学3年生から6年生  
定員／80人程度  
参加料／600円(保険料)  
申込方法／ハガキに「陸上教室希望(秋季)とし住所、氏名、学校名、学年、性別、電話番号を記入して、〒294-0813 南房総市谷向150 三芳小学校内 宇畑直樹まで。  
(春季に通年参加で申込んだ場合は不要)  
問合せ／スポーツ課(☎22-3696) または三芳小学校宇畑(☎36-2013)



## ポイント介護保険 61

### 介護保険料② 40歳から65歳以上の人(第2号被保険者)

介護保険は、40歳以上の人が納める保険料と公費(国、県市の負担)で運営されています。また、65歳以上の人(第1号被保険者)の保険料と40歳から64歳までの人(第2号被保険者)の保険料では納付方法等が異なります。  
今回は第2号被保険者の保険料についてお知らせします。

#### 《介護保険料》

国民健康保険や他の健康保険など、加入している各医療保険の保険料算定方法によって決められます。

#### 《保険料の納め方》

医療保険の保険料とあわせて納めます。

#### 《保険料を納めないでいると...》

災害など特別な事情で支払えない場合を除き、第1号、第2号被保険者ともに、滞納期間に応じて以下のような措置がとられます。

#### 1年以上滞納

介護にかかる費用をいったん全額自己負担し、申請により後から保険給付分(9割)が支払われます。

#### 1年6ヶ月以上滞納

保険給付の一部または全部が一時差し止めになります。さらに滞納が続くと、滞納分を保険給付の金額より、差し引くことがあります。

#### 2年以上滞納し、時効になった場合

サービスを利用するときに、保険料未納期間に応じて利用者負担が1割から3割に引き上げられたり、高額介護サービスが受けられなくなります。  
問合せ／高齢者福祉課高齢対策係(☎22-3487)



# 子ども市民大学

## 9月のプログラム

問合せ／生涯学習課(☎22-3698)

日 時	プログラム(会場等)	定員・対象	問合せ先	コース
毎日曜日 祝日	10:00~ 甲冑を着よう (観覧料として小中学生80円、一般150円)	入館者	館山市立博物館 ☎23-5212	しろやまコース 信
2日 (土)	14:00~ おはなし会	小学生 60人	館山市図書館 ☎22-0701	ぶんがくコース 孝
3日 (日)	9:30~ 南房総貝がら探検隊②	幼稚園生以上 20人	安房博物館 ☎22-8608	かがみがうらコース 智
9日 (土)	13:30~ 将棋教室	小学生以上	館山市中央公民館 ☎23-3111	わんぱくコース 悌
	14:00~ おはなし会	小学生 60人	館山市図書館 ☎22-0701	ぶんがくコース 孝
16日 (土)	10:30~ プラネタリウム一般公開 「ズームアップ【月】月の発見」	一般 200人	大房岬少年自然の家 ☎33-4561	たいぶさコース 仁
	13:30~ パネルシアター実践教室	小3以上 20人	館山市中央公民館 ☎23-3111	わんぱくコース 悌
23日 (土)	14:00~ おはなし会	小学生 60人	館山市図書館 ☎22-0701	ぶんがくコース 孝
	14:00~ 安房学講座 「電子レンジを科学する」	一般 60人	安房博物館 ☎22-8608	かがみがうらコース 智
24日 (日)	10:00~ ガーデニング (参加費 1,575円)	一般50人 小3以下大人同伴	館山野鳥の森 ☎28-0166	鳥となかよしコース 義
30日 (土)	13:30~ 将棋教室	小学生以上	館山市中央公民館 ☎23-3111	わんぱくコース 悌
	14:00~ おはなし会	小学生 60人	館山市図書館 ☎22-0701	ぶんがくコース 孝
~3日 (日)	9:00~16:30 企画展 「安房の郷土芸能」	一般	安房博物館 ☎22-8608	かがみがうらコース 智
1日 (金)	10:30~ おはなし会(幼児向け)	60人	館山市図書館 ☎22-0701	

## 夜間救急・休日救急

### 安房医師会病院 ☎25-5111

安房医師会病院では、年間365日24時間体制で、救急患者を受け入れています。病院内には、初期診療施設として、安房都市夜間急病診療部(午後7時~午後10時・年中無休)が設置されています。

安房医師会病院以外の夜間救急は、次のとおりで、夜間待機施設として、午後5時から翌朝8時まで診療します。

【休日】は休日当番医です。【休日・夜間】は、休日当番医で夜間救急も行います。

### 9月

1日(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎04-7097-1221	16日(土) 赤門整形外科内科(市内) ☎22-0008
2日(土) 鋸南病院(鋸南町) ☎55-2125	17日(日) 館山病院(市内) ☎22-1122 【休日・夜間】
3日(日) 東条病院(鴨川市) ☎04-7092-1207 【休日・夜間】	18日(月) 富山国保病院(南房総市) ☎58-0301 【休日・夜間】
4日(月) 富山国保病院(南房総市) ☎58-0301	19日(火) 東条病院(鴨川市) ☎04-7092-1207
5日(火) 鋸南病院(鋸南町) ☎55-2125	20日(水) 小田病院(鴨川市) ☎04-7092-1128
6日(水) 赤門整形外科内科(市内) ☎22-0008	21日(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎04-7092-2231
7日(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎04-7092-2231	22日(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎04-7097-1221
8日(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎04-7097-1221	23日(土) 鋸南病院(鋸南町) ☎55-2125 【休日・夜間】
9日(土) 小田病院(鴨川市) ☎04-7092-1128	24日(日) 館山病院(市内) ☎22-1122 【休日・夜間】
10日(日) 赤門整形外科内科(市内) ☎22-0008 【休日・夜間】	25日(月) 富山国保病院(南房総市) ☎58-0301
石渡医院(鴨川市) ☎04-7095-3011 【休日】	26日(火) 東条病院(鴨川市) ☎04-7092-1207
11日(月) 富山国保病院(南房総市) ☎58-0301	27日(水) 小田病院(鴨川市) ☎04-7092-1128
12日(火) 東条病院(鴨川市) ☎04-7092-1207	28日(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎04-7092-2231
13日(水) 小田病院(鴨川市) ☎04-7092-1128	29日(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎04-7097-1221
14日(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎04-7092-2231	30日(土) 鋸南病院(鋸南町) ☎55-2125
15日(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎04-7097-1221	

症状によっては対応できない場合もあります。判断できない場合は、当日の夜間待機施設か安房都市消防本部(☎22-2233)へ問い合わせください。

※都合により、当番医が変更になる場合があります。

安房医師会病院の小児科の診療は、毎週日曜日の9:30~16:00に、救急のみ診察します。祭日は、不定期ですのでお問合せください。他の時間帯は、内科医による初期診療です。



# こんなことあんなこと 相談案内 お気軽にどうぞ!

相談はすべて無料です。(結婚・介護相談以外は、土曜日曜祝日は休みます)  
 秘密は厳守されますからお気軽にご相談ください。

<h3>心配ごと</h3> <p>(一般相談員による相談)              日時/毎週火曜日(祝日の場合は翌日)              午前10時～午後3時</p> <p>(専門相談員による相談)              日時/毎月第1、第3火曜日              午後1時～午後3時</p> <p>対象/一般相談員の相談を受けた人、              1日4人まで</p> <p>場所/市役所4号館              問合せ/社会福祉協議会(☎23-5068)</p>	<h3>乳幼児</h3> <p>◎乳児健診              日時/9月13日(水)              対象/4か月児              受付/午後1時30分～2時30分</p> <p>◎乳児相談(1歳未満の乳児)              日時/9月4日(月)              受付/午前9時30分～10時30分</p> <p>◎1歳6か月児健康診査              日時/9月7日(木)              対象/平成17年2月生まれ児              受付/午後1時20分～1時40分</p> <p>◎3歳児健康診査(3歳6か月児)              日時/9月28日(木)              対象/平成15年3月生まれ児              受付/午後1時20分～1時40分              ※場所は保健センター(☎23-3113)</p>	<h3>介護</h3> <p>介護(予防)についての悩み、相談              日時/月～金曜日は9:00～17:00              土曜日は9:00～12:00</p> <p>場所/地域包括支援センター              たてやま(長須賀196 ☎25-7191)              なのはな(長須賀102-1 ☎22-1350)</p>																						
<h3>人権相談</h3> <p>日時/毎週水曜日 午前10時～午後4時              ※祝日の場合は前日または後日              場所・問合せ/千葉地方法務局館山支局              人権相談室(☎22-0620)</p>	<h3>結婚</h3> <p>日時/毎月第1、第3日曜日              午前10時～午後4時</p> <p>場所/市役所4号館              問合せ/社会福祉協議会(☎23-5068)</p>	<h3>児童</h3> <p>家庭関係・養育問題など              日時/毎日 午前8時30分～午後5時              場所/家庭児童相談室(☎22-3496)</p>																						
<h3>行政相談</h3> <p>国など、行政への苦情や意見、要望              日時/9月13日(水)午前10時～午後3時              場所/市民相談室              問合せ/市民相談室(☎22-3199)</p>	<h3>建築相談</h3> <p>木造住宅の簡易耐震診断など              日時/9月13日(水)午後1時～午後5時              場所/市役所3号館2階会議室              ※簡易耐震診断は平面図(壁入り)を持参              してください。事前申込みが必要です。              申込み・問合せ/都市計画課計画係              (☎22-3640)</p>	<h3>●9月の古紙・紙パック収集日</h3> <p>午前8時30分までに出してください</p> <table border="1"> <tr> <th>地区名</th> <th>古紙</th> <th>紙パック</th> </tr> <tr> <td>館山</td> <td>3日(日) 19日(火)</td> <td>21日(木)</td> </tr> <tr> <td>北条</td> <td>10日(日) 28日(木)</td> <td>7日(木)</td> </tr> <tr> <td>那古・船形</td> <td>8日(金) 24日(日)</td> <td>14日(木)</td> </tr> <tr> <td>西岬富崎</td> <td>7日(木) 21日(木)</td> <td rowspan="2">27日(水)</td> </tr> <tr> <td>神戸</td> <td>4日(月) 18日(月)</td> </tr> <tr> <td>豊房</td> <td>5日(火) 22日(金)</td> <td rowspan="2">14日(木)</td> </tr> <tr> <td>館野・九重</td> <td>6日(水) 20日(水)</td> </tr> </table>	地区名	古紙	紙パック	館山	3日(日) 19日(火)	21日(木)	北条	10日(日) 28日(木)	7日(木)	那古・船形	8日(金) 24日(日)	14日(木)	西岬富崎	7日(木) 21日(木)	27日(水)	神戸	4日(月) 18日(月)	豊房	5日(火) 22日(金)	14日(木)	館野・九重	6日(水) 20日(水)
地区名	古紙	紙パック																						
館山	3日(日) 19日(火)	21日(木)																						
北条	10日(日) 28日(木)	7日(木)																						
那古・船形	8日(金) 24日(日)	14日(木)																						
西岬富崎	7日(木) 21日(木)	27日(水)																						
神戸	4日(月) 18日(月)																							
豊房	5日(火) 22日(金)	14日(木)																						
館野・九重	6日(水) 20日(水)																							
<h3>無料法律相談</h3> <p>弁護士が相談に応じます。あらかじめ予約と相談内容をご連絡ください。先着8人で締め切ります。              相談日/9月22日(金)              場所/コミュニティセンター              予約開始/9月15日(金)午前9時から              問合せ/市民相談室(☎22-3199)</p>	<h3>家庭教育</h3> <p>生活習慣、登校拒否、非行の相談など              日時/月～金曜日 午前9時～午後4時              場所/中央公民館              問合せ/☎23-3111</p>	<h3>●9月の古紙・紙パック収集日</h3> <p>午前8時30分までに出してください</p>																						
<h3>精神保健</h3> <p>不眠、イライラ、対人関係、認知症などの心配              日時/9月5・12・19・26日(火)              場所/安房健康福祉センター              申込み/☎22-4511(予約必要)</p>	<h3>身障・知的障害</h3> <p>日時/身障障害:毎月第1火曜日              知的障害:毎月第4火曜日              午後0時30分から</p> <p>場所/身障障害:伊賀整形外科クリニック              知的障害:田村病院              申込み・問合せ/社会福祉課に必ず事前に              申込んでください。(☎22-3492)</p>	<h3>交通安全</h3> <p>電話でもできます              日時/毎日 午前9時～午後4時30分              場所/南房総県民センター安房事務所内              問合せ/☎22-7132</p>																						
<h3>市民生活</h3> <p>市民生活あれこれ、お気軽にどうぞ              日時/毎日 午前9時～午後5時              場所・問合せ/市民相談室(☎22-3199)</p>	<h3>消費生活</h3> <p>商品やサービスについての苦情、相談              日時/9月7日(木)・21日(木)              午前9時～午後4時              場所・問合せ/市民相談室(☎22-3199)</p>	<h3>年金</h3> <p>厚生年金など(予約制)              日時/9月21日(木) 午前10時～午後3時              場所/館山市役所 定員/50人              予約受付開始日/9月1日(金)              予約方法/電話または市民課保険年金係窓口で相談希望者の氏名、生年月日、住所、基礎年金番号、相談の概要などを申し出て下さい。              問合せ/市民課保険年金係(☎22-3418)</p>																						

# 9月のイベントインフォメーション

(各催物は8月1日現在の情報で掲載しています。主催者の都合により変更になることがあります)

## 館山駅市民ギャラリー

市民のサークル活動などの発表の場として利用できます。  
 問合せ/都市計画課 ☎22-3612

日程	催物名	主催者
8/17～9/4	親子写生大会入選作品展	館山市生涯学習課
9/5～9/18	やわたんまち写真展	全日本写真連盟館山支部
9/19～10/2	陶芸作品展	生涯大学南房学園陶芸科23期

## コミュニティセンター

8月1日現在の申込み分を掲載。  
 主催者の都合により変更になることがあります。  
 問合せ/中央公民館 ☎23-3111

日程	開催時間	催物名	主催者
9/29(金)～10/1(日)	9:00～16:00	館山市環境美化ポスター展	館山市環境保全課

## 南総文化ホール

8月1日現在の申込み分の中より掲載。  
 問合せ/千葉県南総文化ホール ☎22-1811  
 ホームページ <http://www.nanso-bunka.jp>

期日	催物名	使用時間帯	入場方法	主催者
大ホール	2日(土) 田中星児とウミホテル合唱団 合同コンサート	14:00～16:00	無料 (入場整理券)	館山ユネスコ協会 ☎22-1398
	3日(日) 映画「バルトの楽園」	10:30～12:45 14:00～16:15	有料	横芝銀映事務所 ☎0479-82-0012
	22日(金) 映画「不撓不屈」上映会	14:00～16:00 18:00～20:00	有料	(株)ルートピクチャーズ ☎03-5468-6272
小ホール	10日(日) チャリティー歌謡祭	9:00～18:00	無料	房総歌友新風会 ☎46-2561
	30日(土) フルート・チェロ・ピアノの夕べ VOL.4	15:00～16:40	無料	岡本知子 ☎27-2198

8月、夏休みに南総文化ホールで子どもたちの歌声を聴いてみませんか!入場は無料です。

### 南総少年少女合唱団 Wing 10周年記念コンサート

創立10周年を迎え、過去2回演奏旅行で訪問したオーストラリアで国歌よりポピュラーな曲「I am Australian」の合唱は、現地で高い評価を受けました。  
 日時/8月20日(日) 開場13:30 開演14:00  
 会場/千葉県南総文化ホール小ホール  
 主催・問合せ/南総少年少女合唱団 Wing 吉田 (☎22-1690)  
 プログラム/1部 エーデルワイス、ドレミの歌、ディズニーメドレー、世界にひとつだけの花、I am Australian、ソーラン節、よさこいソーラン 2部オペレッタ「ピーターパン」



### 鴨川少年少女合唱団 2006 コンサート & チャリティコンサート

鍵盤ハーモニカを津波の被害を受けたスリランカの小学校に寄贈するチャリティコンサートとして開催します。家庭で眠っている鍵盤ハーモニカをお持ちの方は、当日、会場にお持ちください。  
 日時/8月27日(日) 開場13:30 開演14:00  
 会場/千葉県南総文化ホール大ホール  
 主催・問合せ/鴨川少年少女合唱団高橋 (☎04-7093-0041)  
 プログラム/オープニング よさこいソーラン 第1部ミュージカル「ぞうれっしゃがやってきた」 第2部日本の歌メドレー われは海の子、椰子の実 他 第3部わたしたちの好きな歌より 涙そうそう、旅立ちの日に 他

