

たん暖たてやま

2013

3 / 15



お知らせ
市職員の給与・定員管理の状況を公表
路線バスを利用しましょう

シリーズ

市民 日本選手権や国体の水泳競技で活躍する
白井早弥 さん

市職員の給与・定員管理の状況

平成24年4月1日現在の市職員の給与の概要と、「館山市行財政改革方針」等による市職員の定員管理の状況についてお知らせします。これは、市ホームページでも公表しています。
問合せ／総務課（☎22-3953）

地方公務員の給与は、地方公務員法により、生計費や国・県・他の市町村の給与、民間企業従業員の給与などを考慮して定められています。館山市職員の給与は「給料」と「職員手当」からなります。

給与の内容

毎月決まって支給される給料の他に、実績に応じて支給される時間外勤務手当や臨時に支給されるいわゆるボーナスなどの手当があります。

▼毎月決まって支給
給料／職務の種類や内容に応じて給料表に定める額（基本給）
扶養手当／扶養親族のある職員に支給
住居手当／借家などに住んで家賃を支払っている職員に支給

通勤手当／電車、バス、乗用車などで通勤する職員に支給
その他／管理職手当

▼実績に応じて支給
時間外勤務手当／通常の勤務時間を超えて勤務したときに支給
特殊勤務手当／著しく危険、不快、不健康、困難その他特殊な勤務に従事したときに支給
その他／夜間勤務手当や宿日直手当など

▼臨時に支給
期末・勤勉手当／民間企業のボーナスに相当する手当
退職手当／職員が退職するときに支給

人件費の状況

平成23年度普通会計に占める人件費の状況は、表①

①人件費の状況（普通会計決算）

住民基本台帳人口 (平成24年3月31日現在)	49,677人
23年度歳出額(A)	165億6,969万3千円
実質収支	9億5,298万7千円
人件費(B)	30億7,515万8千円
人件費率(B/A)	18.6%
(参考)	
22年度の人件費率	18.0%

のとおりです。人件費には特別職に支給する給料、報酬などを含んでいます。（注）普通会計は、各市町村の財政を比較するために財政統計上用いられる会計区分です。館山市では、一般会計と学童災害共済事業特別会計が該当します。）

②職員給与費（普通会計決算）

23年度職員数(A)	368人
給料	13億3,073万6千円
職員手当	1億8,952万3千円
期末勤勉手当	4億6,098万7千円
計(B)	19億8,124万6千円
1人当たり給与費(B/A)	538万4千円

▼職員給与費
平成23年度普通会計決算での職員給与費の状況は、表②のとおりです。
職員手当には、退職手当は含まれていません。

▼平均給料と平均給与
給与月額、月々支給される給料と職員手当（期末、勤勉手当、退職手当を除いたすべての手当の合計です）

③平均給料・平均給与（平成24年4月支給分）

職種	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	41歳 0か月	314,910円	362,528円
技能労務職	47歳 9か月	308,707円	338,171円
教育職	37歳 1か月	281,799円	291,979円

教育職とは、幼稚園教諭のことです。（表③参照）

※特記事項 給与の減額の状況

区分	対象職員	減額率等	期間
給料月額	全職員	3～5%	平成22年4月1日～平成25年3月31日
管理職手当	8級、7級及び6級の一部	【8級】1万円減額【7級及び6級の一部】5千円減額	
住居手当	月額1万2千円を超える家賃を支払っている職員	支給額より5千円減額	
期末勤勉手当における役職加算割合	期末勤勉手当について役職加算の対象となる職員	50%	

市役所の受付時間（開庁時間）は午前8時30分から午後5時までです。
問合せ／総務課（☎22-3953）

▼職員の新任給
初任給及び経験年数ごとの給料月額表は表④のとおりです。

④職員の新任給及び経験年数別給料月額(平成24年4月1日現在)

区分	初任給	経験年数 10年	経験年数 15年	経験年数 20年
一般	173,436円	257,376円	295,070円	342,554円
行政職	140,165円	該当者なし	271,872円	296,685円
技能	140,165円	該当者なし	該当者なし	269,592円
労務職	135,897円	該当者なし	該当者なし	該当者なし

一般行政職の 級別職員数

給与条例に基づく給料表の級区分による職員数です。技能労務、委員会、税務、看護保健、医療技術、企業、保育の各職員は含みません。標準的な職務内容

⑥特別職の報酬等(平成24年4月1日現在)

区分	給料・報酬月額	退職手当(任期毎支給)
市長	695,300円	695,300円×在職月数×0.35
副市長	625,500円	625,500円×在職月数×0.25
議長	405,000円	期末手当
副議長	366,000円	○平成23年度支給割合
議員	342,000円	3.95月分

※市長・副市長に係る給料月額を、平成22年1月1日から平成25年3月31日までの間、市長は15%、副市長は10%減額。
※期末手当の率を3.90に減額。期間は市長・副市長については平成22年1月1日から平成25年3月31日まで、議長以下職員については平成23年6月1日から平成25年3月31日まで。

特別職の報酬等

⑤一般行政職の級別職員数(平成24年4月1日現在)

区分	標準的な職務内容	職員数(人)	構成比(%)
1級	主事	14	5.7
2級	主事	50	20.4
3級	副主査・主任主事	65	26.5
4級	係長・主査	36	14.7
5級	副主幹	16	6.5
6級	副課長・主幹	29	11.9
7級	課長	27	11.0
8級	部長・参事	8	3.3
計		245	100.0

欄は、各級の主な職名です。(表⑤参照)

⑧特殊勤務手当

区分	全職種
職員全体に占める手当支給職員の割合	4.5%
支給対象職員1人当たり平均支給年額	29,667円
手当数	4
手当の種類	
行旅死亡人等取扱手当、消毒作業等従事手当、危険箇所作業従事手当、災害復旧作業等従事手当	

⑦時間外勤務手当

区分	支給総額
23年度	7,348万5千円
職員1人当たり支給額	22万4千円
22年度	1億176万3千円
職員1人当たり支給額	28万3千円

職員手当
期末・勤勉手当は、民間企業のボーナスに相当するものです。
退職手当は、一部の市を除き、県内各市町村が同一の支給率です。(平成24年4月1日現在)
なお、館山市では、地域手当の支給はありません。

⑩扶養手当、住居手当、通勤手当

館山市	国
【扶養手当】 ○配偶者 13,000円 ○配偶者以外の扶養親族1人 6,500円 ○16～22歳までの子の加算 1人 5,000円	同左
【住居手当】 ○借家(家賃12,000円を超えた場合) 家賃の額に応じて22,000円を限度に支給	
【通勤手当】 ○電車・バスの利用 6か月定期券代等を全額支給 ○乗用車等を利用 使用距離に応じて2,000円から32,330円を支給	

⑨期末・勤勉手当、退職手当

館山市	国
【期末・勤勉手当】 ○23年度支給割合 期末手当 2.60月分 勤勉手当 1.35月分 (再任用1.45月分 0.65月分) ・1人当たり平均支給額 1,247千円 ○加算措置の状況 職制上の段階、職務の級等による加算措置: 役職加算(2.5～10%)	同左
【退職手当】 (支給率) 自己都合 勤奨・定年 継続20年 23.50月分 30.55月分 継続25年 33.50月分 41.34月分 継続35年 47.50月分 59.28月分 最高限度額 59.28月分 59.28月分 ○その他の加算措置 ・定年前早期退職特例措置(2～20%加算) ・1人当たり平均支給額(23年度) 自己都合 560万6千円 勤奨・定年 2,869万1千円	
・1人当たり平均支給額 データなし ○加算措置の状況 職制上の段階、職務の級等による加算措置: 役職加算(5～20%) 管理職加算(10～25%)	



「行財政改革プラン」及び「行財政改革方針」による定員管理の状況

▼部門別職員数の状況と主な増減理由（各年4月1日現在）

部門	区分	職員数		対前年増減数	主な増減理由	
		23年	24年			
普通会計部門	一般行政部門	議会	4	4	0	
		総務企画	72	69	▲3	情報関係業務見直しによる減等
		税務	21	22	▲1	納税部門見直しによる増
		民生	77	77	0	
		衛生	50	50	0	
		農林水産	18	18	0	
		商工	14	14	0	
		土木	41	40	▲1	港湾業務見直しによる減
	計	297	294	▲3	<参考>人口1万人当たり職員数 59.18人	
	教育部門	75	73	▲2	幼稚園欠員不補充による減	
小計	372	367	▲5	<参考>人口1万人当たり職員数 73.88人		
公営企業等	下水道	9	9	0		
	その他	22	21	▲1	国保事業見直しによる減	
	小計	31	30	▲1		
合計		403	397	▲6	<参考>人口1万人当たり職員数 79.92人	
		[450]	[450]			

(注) 1 職員数は一般職に属する職員数である。
2 []内は、条例定数の合計である。

▼平成17年4月1日～平成25年4月1日における定員管理の数値目標(行財政改革方針)

平成17年4月1日	平成25年4月1日	純減数	純減率
455人	400人	55人	12.1%

▼定員管理の数値目標の年次別進捗状況(実績)の概要(各年4月1日現在)

部門	区分	平成17年	18年	19年	20年	21年	22年	23年	24年	18～24年	(参考)数値目標
		計画始期	1年目	2年目	3年目	4年目	5年目	6年目	7年目	計	
一般行政	職員数	345	335	317	304	304	300	297	294		
	増減		▲10	▲18	▲13	0	▲4	▲3	▲3	▲51	
教育	職員数	82	77	75	77	73	76	75	73		
	増減		▲5	▲2	2	▲4	3	▲1	▲2	▲9	
公営企業等	職員数	28	30	31	31	31	30	31	30		
	増減		2	1	0	0	▲1	1	▲1	2	
計	職員数	455	442	423	412	408	406	403	397		400
	増減		▲13	▲19	▲11	▲4	▲2	▲3	▲6	▲58 (105.5%)	▲55

(注) 1 (%)内の数値は、数値目標に対する進捗率を示す。
2 増減は、各年の欄にあっては対前年比の職員増減数を、計の欄にあっては計画1年目以降現年までの職員増減数の累計を示す。

平成9年度からの定員適正化計画(第1期から第3期まで)において、平成17年度までに83人を削減し、職員数455人となりました。その後、さらなる職員数の削減目標を掲げた「行財政改革プラン」およびプランを補足するため平成20年度に策定した「行財政改革方針」および第4期定員適

▼適正な定員管理でスリムな行政体を目指します
住民福祉の向上につながる、スリムな行政体を目指します。そのために、「行財政改革方針」で定めた目

正化計画(平成21年度～25年度)に基づき、平成24年度までに58人を削減し、職員数397人となりました。

標に向かって、第4期定員適正化計画に基づき、適正な定員管理を進めます。また、民間の活力を活用

したり、職員の知識や能力を高めることで、様々な課題に取り組んでいきます。

市有地を売却します

市が保有する土地を、予定価格（最低売却価格）設定による一般競争入札で売却します。購入を希望する人は、入札参加申込みの手続きを行ってください。詳細は、市ホームページおよび管財契約課で配布する「市有地の一般競争入札案内書」に掲載しています。

入札申込場所／管財契約課（市役所2号館1階）
 入札日時／5月9日（木）午後1時30分
 入札会場／市役所2号館2階会議室
 物件／図・表のとおり
 現地説明会／4月17日（水）午後1時30分
 問合せ／管財契約課（☎ 22-3296）



物件番号	所在地	地目	用途地域	実測面積
1	北条 2966 番、2982 番、2983 番、2984 番、2985 番、2986 番	宅地	商業地域	857.38 m ²

地デジ 館山竜岡テレビ中継局・館山南テレビ中継局から放送開始

地上デジタル放送「館山竜岡テレビ中継局」および「館山南テレビ中継局」は、3月29日（金）から放送を開始します。以下に示す受信可能予想範囲で、おおむね地上デジタル放送を受信できます。

地上デジタル放送を受信するには、地上デジタル放送対応のUHFアンテナと受信機が必要です。

なお、下図範囲内の新たな難視地区で衛星セーフティネットを利用している世帯には、今後の受信方法について別途お知らせします。

問合せ／NHKふれあいセンター（☎ 0570-00-3434）、関東総合通信局放送部放送課（☎ 03-6238-1944）

放送局名	リモコンチャンネル
NHK 総合	1
NHK 教育	2
千葉テレビ	3
日本テレビ	4
テレビ朝日	5
TBSテレビ	6
テレビ東京	7
フジテレビ	8

▼館山竜岡テレビ中継局 受信可能予想範囲



▼館山南テレビ中継局 受信可能予想範囲



MAPDATA : AlpsMAP (C)Mapion Mapion

色の付いている範囲内が、受信可能予想範囲です。

ただし、中継局方向が見通せないなどにより、受信できない場合があります。

子ども医療費の助成

新4年生に受給券を送付

4年生からは入院のみ対象

助成の対象となる人には、4月1日から使える若草色の「子ども医療費助成受給券」を3月末に送付します。小学校4年生からは、助成内容が「入院のみ」になりますので、使用の際は注意してください。期間の過ぎた受給券は、こども課へ返却してください。また、加入医療保険や

住所、氏名、家族構成、所得状況など、届け出をしてある内容に変更があったときは、変更届を提出してください。小学校4年生から中学校3年生までの子どもがいる人で、申請が済んでいない人は、3月29日(金)までに、こども課へ申請してください。この日までに申請

した人は、平成24年8月1日までさかのぼって助成が受けられます。それ以降に申請した場合は、助成資格が申請日からになりますので、注意してください。

なお、日本スポーツ振興センターの災害共済給付の対象となる負傷・疾病では、子ども医療費の助成を受けることができません。給付を受けた場合には精算が必要になります。

問合せ／こども課 (☎22-3496)

環境保全公社の名称が変更

公益法人制度改革関連法の施行に伴い、4月1日(月)から、名称を「一般財団法人館山市環境保全公社」に変更します。

なお、業務内容(し尿くみ取り)に変更はありません。

問合せ／環境保全公社 (☎22-6021)

第1回介護家族会のごぼう

お花見&お弁当試食&栄養の話

春らんまんの季節に、配食サービスのお弁当を試食しながら、介護について語り合いませんか。新規参加者も大歓迎です。

日時／4月10日(水) 正午〜午後2時(受付午前11時30分)

場所／湊老人福祉センター

※いす席で行います。

参加費／500円(お弁当代)

対象／家族介護をしている人、または経験した人

定員／15人程度

申込締切／4月5日(金)

※送迎を希望する人は、申込み時にお知らせください。

申込み・問合せ／地域包括支援センターたてやま

(☎25-7191、FAX 25-7192)



シリーズ 地球環境を守るために ③9

自然観察から始まるエコロジー

今回は、身の回りにある自然を見つめることから始められる自然保護活動についてのお話です。

現在、日本各地で、地域の身近な自然を見つめる観察会を通して自然の営みを学び、理解する喜びを共有することによって、自然保護教育へとつなげていく活動が行われています。

1951年に設立された「日本自然保護協会」では、自然観察会を自然保護教育の手段として位置づけ、1978年から自然観察指導員の養成講習会を開いてきました。今までに2万5千人以上の人が受講し、各地でボランティアリーダーとして活躍しています。

協会では、生物の採集・分類が中心であった旧来の生物教育の風潮に対し、自然保護教育のためには、捕まえて正確な種名を識別するのではなく、自然のしくみの中で、生物がどうやって暮らしているかを観察する自然認識が大事であるという理念のもと、生物多様性の回復・維持を目標に活動を実施しています。

私たちの住む館山市の周辺でも、野山に生息する野鳥や動植物などの観察や、海岸への漂着物を観察・収集するビーチコーミングなどの活動を通して、自然に親しみ、自然保護の意識を育む活動を行っている団体があります。また、南房総国立公園内では、県や環境省からの委嘱を受けて、定期的に自然保全地域内や自然公園区域内を巡回・観察し、公園の適切な利用の声かけや、自然環境の異常などの報告を行う自然保護指導員・自然公園指導員といった方々も活躍されています。

まずは自然に対する好奇心を持って、自然観察会に参加してみるのがよいかもしれません。

問合せ／環境課 (☎22-3352)

いい本あるある!



移動図書館
「わかしお号」

4月の巡回場所

問合せ／館山市図書館
(☎ 22 - 0701)

4月	時間	巡回場所
16	9:50~10:10	船形こども園前
	10:20~11:00	純真保育園前
	11:10~11:30	温水プール前
	12:40~13:20	那古小学校
	13:30~13:50	稲原集会所前
	14:10~14:30	崖観音下
	14:40~15:50	船形小学校 (船形地区公民館)
17	10:10~10:25	光風苑前
	10:35~11:05	大賀自衛隊官舎
	11:15~11:30	香浅間神社
	12:40~13:20	西岬小学校
	13:45~14:10	西岬地区公民館
	14:30~15:50	館山小学校
23	9:40~10:10	房南こども園
	10:25~10:55	大田区立館山さざなみ学校
	11:10~11:30	安房神社鳥居前
	12:40~13:20	神戸小学校
	13:30~14:00	安房特別支援学校
	14:05~14:30	中里ワークホーム
24	14:40~15:10	ふれあいショップ平砂浦
	10:00~10:40	館野保育園
	10:50~11:20	元気な広場
	12:40~13:20	九重小学校 (九重こども園)
	13:30~13:45	腰越延命院前
	13:55~14:25	九重駅前
	14:40~15:50	館野小学校
25	12:40~13:10	豊房小学校
	13:10~13:30	豊房幼稚園
	14:30~15:40	神余小学校

※雨や風の強い日は、巡回を中止することがあります。

火・水・木・金曜日に試行している開館時間の延長(午後8時まで)は、3月29日(金)で終了します。

4月からは、毎週木曜日に午後8時まで開館します。



知っていますか? 「成年後見制度」

認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力の不十分な人は、不動産や預貯金などの財産管理をしたり、介護・福祉サービスを利用するための手続きや契約などをすることが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であっても、判断ができずに契約を結んでしまい、訪問販売や振り込め詐欺などの被害に遭う恐れもあります。このような判断能力の不十分な人を守り、支援するのが成年後見制度です。

成年後見制度には、本人の判断能力が不十分になってから家庭裁判所に後見人などを選任してもらう「法定後見制度(後見・保佐・補助)」と、本人がまだ判断能力があるうちに自分で後見人を決めておく「任意後見制度」があります。

後見人は、本人の利益を考えながら、本人を代理して契約をしたり、本人が行った不利益な法律行為を取り消したりすることで支援します。

■利用したいときは?

成年後見制度を利用するためには、家庭裁判所への申し立てが必要です。

■申し立ては誰ができるの?

申し立てできるのは、本人、配偶者、親族などですが、申し立てる人がいない場合は、親族などに代わり市役所が申し立てることになります。

▼問合せ

高齢者福祉課	☎ 22 - 3487
社会福祉課	☎ 22 - 3492
地域包括支援センターたてやま (担当地区:北条・館野・九重・那古・船形)	☎ 25 - 7191
地域包括支援センターなのはな (担当地区:館山・豊房・西岬・神戸・富崎)	☎ 22 - 1350

無料相談

■司法書士による相談会(予約制)■

千葉司法書士会では、無料の法律相談会を開催します。

日時／4月27日(土)、5月25日(土)、6月29日(土) 各日とも10:00~12:00、13:00~15:00

場所／コミュニティセンター2階談話室

相談内容／土地建物の不動産権利登記、相続、クレジット・サラ金のトラブル、多重債務など

予約・問合せ／ちば司法書士総合相談センター
(平日10:00~17:00 ☎ 043 - 204 - 8333)

平成25年度前期技能検定

等級／1級、2級、3級
 (一部職種)、単一等級
 職種／52職種88作業
 ※詳細は千葉県職業能力
 開発協会ホームページ
 (http://www.chivada.
 or.jp)に掲載しています。
 受検資格／原則として各
 職種とも所定の実務経験が
 必要
 受検手数料／【実技】
 1万6千500円【学科】
 3千100円
 受付期間／4月8日(月)
 ～19日(金)
 試験日程／6月5日(水)
 ～9月10日(火)の間の指
 定する日
 合格発表日／【3級職種
 (金属熱処理を除く)】8
 月23日(金)【1級、2級、
 単一等級、3級(金属熱処
 理)】10月4日(金)
 問合せ／千葉県職業能力
 開発協会技能検定課(☎5043
 296-1150)

平成25年度春
 青年海外協力隊・シニア海外ボランティア
 体験談&説明会

青年海外協力隊・シニア海外ボランティアの
 制度や内容についての説明会を行います。

ボランティアには技術系・医療系・教育系・
 農業系・スポーツ系など、さまざまな職種があ
 ります。皆さんも参加してみませんか。

詳しくはホームページ (http://www.jica.
 go.jp/volunteer/) をご覧ください。

日程／表のとおり

参加費／無料

申込み／不要

※当日、直接会場へお越しください。

問合せ／JICAボランティア募集選考窓口
 (☎03-6261-0264)



▼体験談&説明会の日程

		日時	場所
青年海外協力隊	千葉会場	3月28日(木) 18:00～	千葉市生涯学習センター大研修室
	船橋会場	4月11日(木) 19:00～	フェイスビル5階 きららホール
シニア海外ボランティア	千葉会場	3月28日(木) 18:00～	千葉市生涯学習センター大研修室
	船橋会場	4月11日(木) 15:30～	フェイスビル5階 きららホール

※この他にも会場はあります。

市立博物館を臨時開館

市立博物館は、3月25日(月)、4月1日(月)、
 4月8日(月)に、桜の開花に
 あわせて臨時開館します。

問合せ／市立博物館 (☎23
 -5212)



生活サポート情報⑤
 海外に所在する無登録業者による
 FX取引等の勧誘にご注意!

金融商品取引法に基づく登録を
 受けていない海外所在の業者が、
 インターネット上に日本語のホー
 ムページを開設するなど、外国為
 替証拠金取引(FX取引)や有価
 証券投資の勧誘等を行っている例
 が見受けられます。海外業者が、
 日本居住者を対象に金融商品の取
 引を行うには、原則、金融商品取
 引法上の登録が必要です。登録を
 受けずに勧誘を行う場合、金融商
 品取引法違反となります。関東財
 務局では、海外無登録者に警告書
 を発出し、注意喚起を行っていま
 す。警告を無視する悪質な業者に
 注意してください。
 (アドバイス)
 1. 海外無登録業者とはかわら
 ないことが重要です。
 2. 資金の持ち逃げ等の被害にあ
 う可能性もありますので、注意し
 ましょう。取引報告が虚偽である
 可能性もあり、資金を持ち逃げさ
 れた場合、業者への追求は困難と
 なります。
 3. 国内の規制を守らず、ハイリ
 スクの商品を提供する業者に、注
 意しましょう。国内では、レバレッ
 ジ規制が強化され、平成23年8月
 より想定元本が証拠金の25倍まで

に規制されました。海外では、数
 百倍まで買える業者もあり、ハイ
 リスク・ハイリターンを好む顧客
 を相手に、国内のレバレッジ規制
 潜脱行為を行っています。
 4. アフィリエイト広告に注意し
 ましょう。アフィリエイト広告や
 雑誌等で海外無登録FX広告をみ
 かけますが、こうした広告行為も
 店頭デリバティブ取引の媒介行為
 に該当し、金融商品取引法違反行
 為(無登録営業)に該当する可能
 性があります。

問合せ／関東財務局証券監督
 第1課(☎048-13-3952)・
 社会安全課(☎25-5775)

【消費生活についての相談はこちらまで】

千葉県消費者センター ☎047-434-0999
 相談時間 9:00～16:30(日・祝祭日除く)
 市役所社会安全課消費生活相談窓口
 ☎25-5775
 相談日 毎月第1・3木曜日 9:00～16:00

路線バスを利用しましょう

問合せ/企画課 (☎ 22 - 3163)

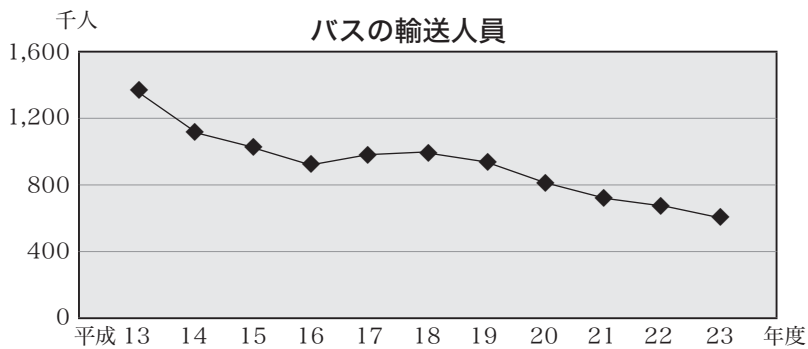
市内の路線バスは、館山日東バス(株)とジェイアールバス関東(株)の2事業者により、9路線運行されています。

路線バスは、自家用車の運転ができない人などにとっては極めて重要な交通手段です。しかし、近年は自家用車の普及や少子化社会の影響を受け、多くの路線で利用者が年々減少しています。

市内の路線バスは、市民の通勤・通学、通院などのために重要な、広域のかつ幹線的な路線です。運行で赤字が出た場合は国・県・市の公費で補っていますが、財政状況が厳しい中、このまま利用者が減少し続けると、バス路線を維持することが難しくなっていきます。

▼市内の路線バスの概要

事業者	路線名	起点・終点 (経由地)	公的支援状況	往復便数 (平日)
館山日東バス(株) ※館山鴨川線の一部は鴨川日東バス(株)	館山鴨川線	館山駅・亀田病院 (鴨川駅東口)	国・県補助	8
	千倉線	館山駅・平館車庫 (九重駅前)	国・県補助	6
	市内線	館山航空隊・なむや<小浜> (館山駅前)	国・県・市補助	23
	豊房線	館山駅・安房白浜 (豊房)	市補助	4.5
	丸線	館山駅・川谷<細田> (三芳病院前)	市補助	6
	平群線	館山駅・平群車庫 (三芳病院前)	市補助	4
	観光棧橋線	館山駅西口・渚の駅たてやま	—	2
ジェイアールバス関東(株)	南房州本線	館山駅・安房白浜 (安房神戸)	国・県補助	16
	洲の崎線	館山駅・安房白浜 (坂田・伊戸・安房自然村)	—	15



資料提供：市内バス事業者

バス輸送人員は10年前に比べて半分以下になっているんだね。



■バスを積極的に利用しましょう

今は路線バスを必要としない人でも、車を運転しなくなったり、家族が通勤・通学するようになるなど、将来的に路線バスが必要な生活環境にならないとも限りません。バス路線を維持していくためにも、皆さんの日常の交通手段を少し見直してみましょう。



例えば…

いつもマイカーで通院しているけど、運動にもなるし、今日は路線バスで行ってみよう。

今日は、子どもの塾の送り迎えに、マイカーではなく路線バスを利用して、子どもと一緒に公共交通について考えてみよう。

今日は、会合でお酒が出るかもしれない。帰りはマイカーは使えないので、朝は路線バスで通勤しよう。

…など、皆さんもできることから始めてみませんか？

4月8日から 犬の登録と 狂犬病予防集合注射



4月8日(月)から、市内各地区で飼い犬の登録受付と狂犬病の予防注射を行います。

生後91日以上の子犬は、生涯に1回登録が必要です。また、狂犬病予防注射は、毎年4～6月の間に受けさせましょう。動物病院で狂犬病予防注射をした場合は、環境課に届け出が必要です。

日程・会場／表のとおり

※会場には、犬を制御できる人が来てください。
※雨天の場合は延期することがあります。延期の場合は、各会場に、延期になる旨の貼り紙を掲示します。

費用／【登録済みの犬】 3,350円(注射手数料2,800円、注射済票交付手数料550円) **【新規の犬】** 6,350円(登録手数料3,000円、注射手数料2,800円、注射済票交付手数料550円)

問合せ／環境課 (☎ 22 - 3352)

危険物取扱者試験

試験日／6月2日(日)

会場／県立館山総合高等学校

受験料／甲種 5,000円、乙種 3,400円、丙種 2,700円

出願方法／郵送または電子申請により(財)消防試験研究センター千葉県支部まで。
※詳細は(財)消防試験研究センターのホームページ (<http://www.shoubo-shiken.or.jp>) に掲載しています。

問合せ／安房郡市消防本部予防課 (☎ 22 - 2234)

■試験のための受験者講習会

講習日／4月25日(木)

会場／コミュニティセンター

料金／6,100円(受講料3,500円、テキスト代2,600円)

※乙種第4類の問題集は別売り。(1,400円)

■願書配布・講習会受付

期間／4月4日(木)～15日(月)

※土・日曜日を除く。

場所／安房郡市消防本部予防課

▼犬の登録・狂犬病予防集合注射の日程

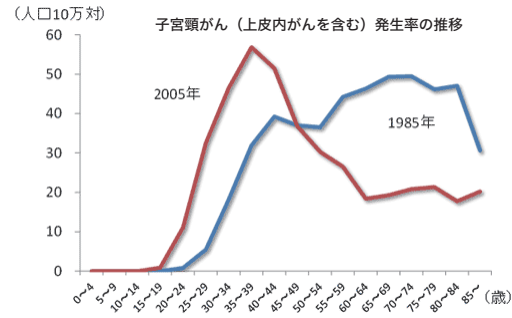
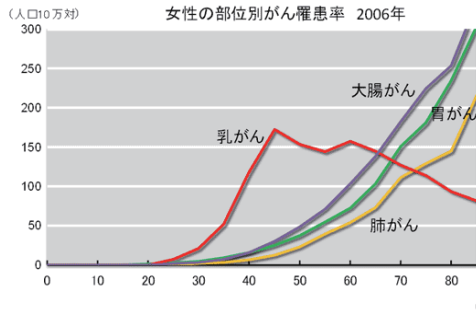
日程	時間	会場
4月8日 (月)	9:30～10:00	神戸地区公民館
	10:10～10:25	小塚大師前
	10:35～10:50	神余青年館
	11:05～11:15	佐野青年館
	11:30～11:40	富崎地区公民館
	12:45～13:10	藤原集会所
	13:20～13:35	布沼集会所
	13:50～14:05	西岬地区公民館分館(旧西地区)
	14:15～14:25	洲崎神社
	14:35～14:40	坂田海岸公衆トイレ前
14:50～15:10	西岬地区公民館(旧東地区)	
4月10日 (水)	9:30～9:40	畑青年館
	9:55～10:05	古茂口青年館
	10:15～10:25	山萩集会所
	10:35～11:00	豊房地区公民館
	11:10～11:25	青柳区民館
	11:35～11:50	真倉神明神社
	13:00～13:20	第二中学校正門前
	13:30～14:00	宮城プール
	14:10～14:30	笠名神明神社
	14:40～14:55	香集会所
4月11日 (木)	9:30～9:45	西青年館脇広場
	9:50～10:05	大塚区子供遊び場
	10:10～10:25	若潮ホール海側駐車場
	10:35～10:50	船形農業倉庫
	11:00～11:25	那古寺
	11:35～12:05	那古小学校体育館前
	13:10～13:35	八幡青年館
	13:45～14:05	市営温水プール駐車場
	14:15～14:45	高井農業倉庫(跡地)
	14:55～15:10	神明町神明神社
4月12日 (金)	9:30～9:45	国分北集会所
	9:55～10:10	館野地区公民館
	10:20～10:35	山本青年館
	10:45～11:15	南総文化ホール 第1駐車場
	11:25～11:40	長須賀来福寺
	12:50～13:05	北条海岸中村公園
	13:15～13:30	西の浜コミュニティ会館
	13:40～14:05	岡沼農業倉庫
	14:15～14:40	館山神社
	4月15日 (月)	9:30～10:00
10:10～10:35		国道127号沿三角地 (おどや正木店脇旧道)
10:45～10:55		亀ヶ原八幡神社
11:10～11:25		広瀬積迦寺
11:35～11:55		田辺日枝神社
13:05～13:15		大井集会所
13:25～13:45		九重地区公民館
13:55～14:10		安東だぶら踏切そば 旧ゲートボール場
14:20～14:35		腰越集会所

がん予防特集シリーズ第2弾

子宮がん・乳がんは 自分でも防げる！

問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)

子宮頸がんは20歳代から30歳代に、乳がんは40歳代から50歳代に増えています。自覚症状がないから大丈夫、がんにかかる気がしない、興味がない、などという人は、ぜひ受診を！



(独) 国立がん研究センター がん対策情報センター 平成24年1月20日のデータより

子宮がん・乳がん検診

平成25年度は、平成24年度に市の検診を受けていない人が対象です。

検診は登録制になっています。まだ登録をしていない人は、健康課へ電話してください。

自覚症状のある人は、検診を待たずに、早めに専門医療機関を受診しましょう。

	対象者	方法	日程
子宮がん検診	20歳以上の女性	集団検診 (検診車で受診)	7月30日、31日
		施設検診 (医療機関で受診)	6月～2月
乳がん検診	30歳代・40歳代(クーポン対象者以外)の女性	超音波検査 (エコー)	6月～1月
	40歳代(クーポン対象者)・50歳以上の女性	乳房X線検査 (マンモグラフィ)	

子宮頸がんは“予防できる唯一のがん”です。ワクチンと検診で予防が可能です。乳がんは“自分で見つけることができるがん”です。検診と自己触診法で、早期発見・早期治療がポイントです。



子宮頸がんQ&A

Q：原因はわかっていますか？

A：ヒトパピローマウイルス（HPV）への感染です。HPVはありふれたウイルスで、性交経験がある女性であれば、誰でも感染する可能性があります。子宮頸がんの発症に至るのはごくまれですが、感染後どのような人が子宮頸がんを発症しやすいかは、まだ分かっていません。

Q：予防の方法とは、どんな方法ですか？

A：ヒトパピローマウイルス感染症予防接種（子宮頸がんワクチン）と子宮頸がん検診です。

Q：HPVワクチンは誰が接種できるの？

A：中学1年生～高校1年生相当の年齢の人で、希望する人は、無料で接種できます。

※現在高校1年生で接種が完了しない人、接種したことがない人は、平成25年3月31日までに接種した人に限り、継続して平成25年9月30

日まで無料で接種できます。

Q：HPVワクチン接種によって、すでに感染しているHPVを排除したり、治療することは可能ですか？

A：排除する効果はありません。また、前がん病変（異形成）などの進行を遅らせたり、治癒させる効果もありません。

Q：HPVワクチン接種後も、子宮頸がん検診を受診する必要がありますか？

A：接種による予防効果が期待されますが、全ての発がん性HPVの感染を防ぐことができないため、20歳を過ぎたら定期的な検診が必要です。

Q：がん発病の年代は何歳くらいが多いの？検診が20歳からって早過ぎないですか？

A：近年は、20歳代から30歳代に急増しています。日本では年間9,000人が発症し、約2,700人が死亡していて、女性特有のがんの中では第2位の罹患率です。館山市でも、20歳から受診できます。



高速ジェット船「友」 就航記念特別企画決定！

東海汽船（株）では、これまで運航している高速ジェット船「セブンアイランド夢・愛・虹」の3隻に加え、4月1日から、新たに4隻目の高速ジェット船「セブンアイランド友」の就航を開始します。「セブンアイランド友」を市民の皆さんに広く知ってもらうため、また、日頃のご愛顧に感謝し、館山港から乗船可能な日帰りツアーと宿泊プランを企画しました。ぜひ、この機会に館山港から船旅を計画してみませんか。

①日帰り大島・絶景露天風呂と金目鯛づくし会席

催行日／4月1日（月）～5日（金）

料金／大人 8,800 円、子ども 7,400 円

食事／昼 1 回

コース／大島温泉ホテル（金目鯛づくし会席&露天風呂入浴）、三原山頂口、
波浮港見晴台

定員／各日限定 200 人



▲金目鯛づくし会席

②4/13（土）発 週末1泊2日で2島めぐり 新島&式根島

催行日／4月13日（土） 最少催行人数／100人

料金／大人 22,800 円、子ども 17,000 円（2人以上1室利用の場合）

食事／朝食 1 回、昼食 2 回、夕食 1 回

コース／島民と歩く式根島ウォーキング、絶景白ママ断層ショートクルーズ（天候により中止の場合あり）、温泉入浴券付。新島民宿泊プランまたは式根島民宿泊プランから選択できます。

③4/20（土）発 週末1泊2日で2島めぐり 大島&利島

催行日／4月20日（土） 最少催行人数／100人

料金／大人 22,800 円、子ども 17,000 円（2人以上1室利用の場合）

食事／朝食 1 回、昼食 2 回、夕食 1 回

コース／椿油の生産量日本一を誇る大島・利島を訪れます。お鉢めぐりハイキング（追加料金で観光バス変更プランあり）、利島散策。



▲利島

※最少催行人数に満たない場合や悪天候時はツアーが中止になる場合があります。

※集合場所はいずれも館山港（“渚の駅”たてやま 客船ターミナル）です。

※車でお越しの場合は「渚の駅”たてやま」駐車場をご利用ください。（無料）

※詳しくは、市ホームページや“渚の駅”たてやま、市役所エントランスなどにあるチラシをご覧ください。

予約・問合せ	電話番号
鏡浦自動車（株）	☎ 27 - 5311
コスモ観光（株）	☎ 23 - 7353
J A安房旅行センター	☎ 30 - 9150
（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
まもるトラベル	☎ 24 - 8510

“渚の駅”たてやま 商業施設棟のテナント事業者を募集

市では、「渚の駅”たてやま」に建設を予定している商業施設棟（飲食・物販）でテナントとして出店する事業者を募集しています。

募集要項はみなとまちづくり課と館山商工会議所に設置しており、閲覧が可能です。また、市ホームページからもダウンロードできます。

募集締切／5月8日（水）午後5時（必着）

問合せ／みなとまちづくり課（☎ 22 - 3606）



▲商業施設棟建設予定地

パパママ 学級

4月コースは、6月21日から9月15日に出産予定のパパ、ママとその家族が対象です。参加希望者は、健康課へ申し込んでください。

日程／表のとおり

時間／13:00～16:00

会場／コミュニティセンター

持ち物／母子手帳、筆記用具

申込締切／3月29日(金)

申込み・問合せ／健康課 ☎ 23-3113

▼パパママ学級 4月コースの日程

期日	内容	持ち物
4月5日 (金)	妊娠と分娩、妊娠期に必要な生活のリズム～赤ちゃんの抱き方イメージ・おっぱいマッサージ～	個人通知があった人は同封のアンケート
4月16日 (火)	離乳食にも活かせる！食事の秘訣、育児にも役立つバランスメニューの紹介	エプロン、三角巾、少量の味噌汁、食事の記録用紙
4月23日 (火)	妊娠中～乳幼児期の歯の健康～、歯科無料健診（希望者のみ・要予約）、ブラッシング指導、「元気な広場」見学ツアー	歯ブラシ、手鏡、タオル、空の紙パック(1ℓ)
4月28日 (日)	出産時に知っておきたい心と体の準備、出産後の生活での注意点、人形を使っての実習	ズボン着用またはバスタオル、テキスト
5月1日 (水)	親子のふれあいの大切さ、乳児とのふれあい、出産を体験した先輩ママからのアドバイス～うまうま学級と同時開催～	テキスト

館山ファミリースポーツクラブ “わかしお” 定期スポーツ教室 25年4月の活動予定

種目	対象	活動日	時間	会場
健康ストレッチ&気功	小学生以上	5日、12日、19日、26日(金)	9:15～11:30	若潮ホール
合気道	小学生以上	4日、11日、18日、25日(木)	19:00～20:30	第三中学校柔道場
ウォーキング&ハイキング	小学生以上	5日、19日(金)	19:00～20:00	南総文化ホール前
ソフトバレー・バレーボール	小学生以上	1日、15日、22日(月)	19:30～21:00	市民体育館
卓球	小学生以上	10日、24日(水)	19:30～21:15	市民体育館
バドミントン	小学生以上	3日、17日(水)	19:30～21:15	市民体育館
野球塾	お休み			
グラウンドゴルフ	小学生以上	10日、17日、24日(水)	12:30～15:30	中央公園
水泳(高校生は除く)	18歳以上	5日、12日、19日、26日(金)	15:30～16:30	温水プール
ヒップホップダンス	小学生以上	土曜、日曜(不定期)		渡辺ダンススタジオ
軟式野球	小学生以上	6日(土)	8:00～10:00	館山小学校校庭
ソーシャルダンス	小学生以上	6日、13日、20日、27日(土)	13:00～15:00	豊津ホール
		3日、10日、17日、24日(水) 4日、18日(木)	13:00～15:00	若潮ホール
健康体操	小学生以上	11日、25日(木)	13:30～15:00	若潮ホール
タップダンス	小学生以上	2日、16日(火)	19:30～20:45	若潮ホール
リズム&ストレッチ	小学生以上	9日、23日(火)	19:30～20:45	若潮ホール
セルフリフレクソロジー	小学生以上	12日(金)	13:30～14:30	若潮ホール
クッキング(予約制)	小学生以上	14日(日)	13:00～16:00	コミセン2階調理室
ヨット(予約制)	小学校5年生以上	3日、10日、17日、24日(水)	17:30～19:30	館山総合高校ヨットハーバー

*クッキングの希望者は、電話で指導者の宮本 ☎ 27-5408 まで、お申し込みください。

(毎月1日から活動日前日までの各日午前8:00～午前10:00まで受け付けています。)

*ヒップホップダンス希望者は、事前に電話で指導者の渡辺 ☎ 090-3499-4384 まで、活動日の確認をお願いします。

*ヨットの希望者は、電話で指導者の鈴木 ☎ 080-6800-1395 まで、お申し込みください。(新規会員優先で先着6名限定)

*館山ファミリースポーツクラブ “わかしお” では、随時会員を募集しています。

入会希望の方・問合せは、お気軽に事務局 ☎ 080-5085-2241 までご連絡ください。

*悪天候等により、教室を休む場合がありますので、ご了承ください。

お知らせ



子ども市民大学 4月のプログラム

プログラムの内容については各問合せ先まで

日	時	プログラム (参加費等)	定員・対象	問合せ先	事前申込み	コース
通年 (休館日を除く)	9:00 ～ 16:45	市立博物館本館・渚の博物館・館山城の常設展示 (観覧料として小中高生 150 円【市民 80 円】、一般 300 円【市民 150 円】 ※渚の博物館は無料)	入館者	館山市立博物館本館 ☎ 23 - 5212	不要	しろやま・ なぎさコース ☎
13 日 (土)	10:00 ～ 14:00	ピザ焼き体験 (参加費 1,500 円)	30 人	館山野鳥の森 ☎ 28 - 0166	要	鳥となかよし コース ☎
	13:00 ～ 16:00	こども将棋道場	小学生以上	館山市中央公民館 ☎ 23 - 3111	不要	わんぱく コース ☎
	14:00～	おはなし会	小学生 30 人	館山市図書館 ☎ 22 - 0701	不要	ぶんがく コース ☎
20 日 (土)	10:00 ～ 15:00	森を突き進み探検だ！ 大房岬探検隊 (参加費 1,000 円)	小学生 30 人	大房少年自然の家 ☎ 33 - 4561	要	自然となかよし コース ☎
	14:00～	おはなし会	小学生 30 人	館山市図書館 ☎ 22 - 0701	不要	ぶんがく コース ☎
4月20日(土) ～ 6月9日(日)	9:00 ～ 16:45	新収蔵資料展 「あたらしい資料のご紹介」 (本館常設展観覧料)	入館者	館山市立博物館本館 ☎ 23 - 5212	不要	しろやま・ なぎさコース ☎
27 日 (土)	10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 15:00	簡単！ 燻製作り体験 (参加費 1,500 円)	一般 30 人 (小 3 以下 保護者同伴)	館山野鳥の森 ☎ 28 - 0166	要	鳥となかよし コース ☎
	13:00 ～ 16:00	こども将棋道場	小学生以上	館山市中央公民館 ☎ 23 - 3111	不要	わんぱく コース ☎
	14:00～	おはなし会	小学生 30 人	館山市図書館 ☎ 22 - 0701	不要	ぶんがく コース ☎
27 日(土) 28 日(日) 29 日(月)	9:30 ～ 12:00	大房スペシャルツアー！！ 海で遊ぼう！ 磯の生き物発見ツアー！ (参加費 1,500 円)	一般 25 人 (小学生以下 保護者同伴)	大房少年自然の家 ☎ 33 - 4561	要 (各日 申込み)	自然となかよし コース ☎

春の市民茶会

日時／4月7日(日) 10:00～15:00

場所／城山公園茶室「雁月庵」

料金／一服 300 円

主催／館山市茶道連盟

問合せ／生涯学習課

(☎ 22 - 3698)



有料
広告

有料広告スペース

有料広告スペース

有料広告スペース

4月のイベントインフォメーション

※ 各行事は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

問合せ/都市計画課 ☎ 22 - 3612

日程	催物名	主催者
3/19(火)～4/8(月)	観光写真の展示	館山市商工観光課
4/9(火)～4/22(月)	館山市あちこちフォト散歩	館山写真連盟
4/23(火)～5/20(月)	オーシャンフェスタ館山展	館山市スポーツ課

元気な広場

(自由に遊べる屋根付き公園)

館山市ファミリー・サポート・センター登録説明会

日時：4/10(水) ①10:00～ ②13:30～

ホームページ <http://genkinahiroba.littlestar.jp>

対象者：乳幼児とその保護者
開館時間：午前9時～午後5時
休館日：土曜日、祝日、年末年始

問合せ/元気な広場 ☎ 23 - 3114

	日程	開催時間	場所	対象	内容
ハッピーファミリー (子育てに関する ミニ講座・座談会)	3/24(日)	10:00～15:00	元気な広場	希望者	「みんなで楽しもう!元気な広場」パネルシアター“にやにゆによ”他 (プレママ大歓迎です!)
	4/24(水)	10:30～11:30	元気な広場	希望者	身体計測、育児・栄養・歯科相談 (毎月開催)
	4/22(月)	10:30～11:30	元気な広場	希望者	一緒に楽しもう!わらべうた

南総文化ホール

4月の休館日/1日、8日、15日、22日、30日

2月15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	問合せ
大ホール	7日(日) 演歌塾・丸山 第11回チャリティカラオケ 交流発表会	9:00～18:00	無料	演歌塾・丸山 ☎ 46-2561
	14日(日) 家庭倫理講演会	13:30～15:10	1,000円	家庭倫理の会房総 ☎ 36-4728
	28日(日) 南総ファミリーコンサート2013	14:00～16:00	無料	新日鐵君津吹奏楽団 ☎ 0439-50-2888 (内線 4394)
小ホール	14日(日) さわやか合唱交歓会	13:30～16:00	無料	コール・カメラリア ☎ 47-2912
	28日(日) 第31回つばみのコンサート	13:30～16:00	無料	三平宣子 ☎ 27-5034

携帯電話教室 スマホ(スマートフォン)って何?どう使うの?

スマートフォンの基本操作(通信無し)、iモードとスマートフォンの違いなどを学びます。

日時/4月17日(水) 10:30～12:00 場所/館野地区公民館

講師/ドコモショップ館山店出張講師

持ち物/筆記用具 ※スマートフォンを持っている人は持参してください。無い人には貸し出します。

参加費/無料 定員/15人(先着順)

申込締切/4月10日(水)

申込み・問合せ/館野地区公民館(月・水・金 8:30～17:15 ☎・FAX 23-6480)



夜間救急・休日救急

**安房地域
医療センター**
☎ 25 - 5111

安房地域医療センターでは、年間 365 日 24 時間体制で、救急患者を受け入れています。
安房地域医療センター以外の夜間救急・休日救急の当番医は次のとおりです。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。

4 月 【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。

- | | |
|--|--|
| 1 日(月) 富山国保病院 (南房総市) ☎ 58 - 0301 | 17 日(水) 小田病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1128 |
| 2 日(火) 東条病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1207 | 18 日(木) 伊藤胃腸科クリニック (鴨川市)
☎ 04 - 7092 - 2231 |
| 3 日(水) 小田病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1128 | 19 日(金) 鴨川市立国保病院 (鴨川市)
☎ 04 - 7097 - 1221 |
| 4 日(木) 伊藤胃腸科クリニック (鴨川市)
☎ 04 - 7092 - 2231 | 20 日(土) 赤門整形外科内科 (市内) ☎ 22 - 0008 |
| 5 日(金) 鴨川市立国保病院 (鴨川市)
☎ 04 - 7097 - 1221 | 21 日(日) 鋸南病院 (鋸南町) ☎ 55 - 2125 【休日・夜間】 |
| 6 日(土) 鋸南病院 (鋸南町) ☎ 55 - 2125 | 22 日(月) 富山国保病院 (南房総市) ☎ 58 - 0301 |
| 7 日(日) 平野眼科 (市内) ☎ 27 - 3636 【休日】 | 23 日(火) 東条病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1207 |
| 東条病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1207 【休日・夜間】 | 24 日(水) 小田病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1128 |
| 8 日(月) 富山国保病院 (南房総市) ☎ 58 - 0301 | 25 日(木) 伊藤胃腸科クリニック (鴨川市)
☎ 04 - 7092 - 2231 |
| 9 日(火) 鋸南病院 (鋸南町) ☎ 55 - 2125 | 26 日(金) 鴨川市立国保病院 (鴨川市)
☎ 04 - 7097 - 1221 |
| 10 日(水) 赤門整形外科内科 (市内) ☎ 22 - 0008 | 27 日(土) 赤門整形外科内科 (市内) ☎ 22 - 0008 |
| 11 日(木) 伊藤胃腸科クリニック (鴨川市)
☎ 04 - 7092 - 2231 | 28 日(日) 館山病院 (市内) ☎ 22 - 1122 【休日・夜間】 |
| 12 日(金) 鴨川市立国保病院 (鴨川市)
☎ 04 - 7097 - 1221 | 29 日(月) 山本医院 (南房総市) ☎ 44 - 0899 【休日】 |
| 13 日(土) 小田病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1128 | 鴨川市立国保病院 (鴨川市)
☎ 04 - 7097 - 1221 【休日・夜間】 |
| 14 日(日) 館山病院 (市内) ☎ 22 - 1122 【休日・夜間】 | 30 日(火) 東条病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1207 |
| 15 日(月) 富山国保病院 (南房総市) ☎ 58 - 0301 | |
| 16 日(火) 東条病院 (鴨川市) ☎ 04 - 7092 - 1207 | |

※都合により、当番医が変更になる場合があります。

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郡市消防本部(☎ 22 - 2233)へ問い合わせてください。

**こども急病
電話相談**

受診したほうが良いかどうか、電話でアドバイスします。受付時間は毎日午後 7 時から午後 10 時までです。
相談/固定電話(プッシュ回線)・携帯電話から(☎# 8000)、ダイヤル回線から(☎ 043 - 242 - 9939)

**歯科・
口腔外科**

交通事故、スポーツなどによる口腔、顎顔面の外傷などの診療を、夜間・休日も行います。
問合せ/佐々木歯科・口腔顎顔面ケアクリニック(☎ 24 - 8001)

有料広告スペース

有料広告スペース

有料広告スペース

有料広告スペース

有
料
廣
告

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。秘密は厳守されますからお気軽にご相談ください。

<h2>心配ごと</h2> <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) 10:00～15:00</p> <p>◎専門相談員による相談 日時／毎月第1、第3火曜日 13:00～15:00 対象／事前に一般相談で予約をした人 場所／市役所4号館 問合せ／社会福祉協議会 (☎ 23 - 5068)</p>	<h2>乳幼児</h2> <p>◎乳児健診 (※) 日時／4月17日(水) 対象／4か月児 受付／13:30～14:30 場所・問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)</p> <p>◎乳児相談 日時／4月11日(木) 対象／1歳未満の乳児と保護者 受付／9:30～10:30 場所・問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)</p> <p>◎1歳6か月児健康診査 (※) 日時／4月4日(木) 対象／平成23年9月生まれ児 受付／13:10～13:30 場所・問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)</p> <p>◎3歳児健康診査 (3歳6か月児) (※) 日時／4月25日(木) 対象／平成21年10月生まれ児 受付／13:10～13:30 場所・問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)</p> <p>◎育児相談 日時／4月24日(水) 対象／乳幼児と保護者 受付／10:30～11:30 場所／元気な広場 (☎ 23 - 3114) 問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113) ※健診票が届かない場合は健康課まで連絡してください。</p>	<h2>障害者</h2> <p>障害があることで差別や不利益な扱いを受けた場合などの相談 日時／月～金曜日 9:00～17:00 場所／安房健康福祉センター 問合せ／安房健康福祉センター (☎ 23 - 6900、FAX 23 - 6694)</p>																						
<h2>人権相談</h2> <p>日時／毎週水・木曜日 10:00～16:00 ※予約は不要です。 ※祝日などの場合は法務局まで問い合わせください。 相談／全国共通人権相談ダイヤル (☎ 0570 - 003 - 110) 場所・問合せ／千葉地方法務局館山支局 (☎ 22 - 0620)</p>		<h2>介護</h2> <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 場所・問合せ／地域包括支援センター たてやま (担当地区：北条・那古・船形・館野・九重 ☎ 25 - 7191) なのはな (担当地区：館山・西岬・神戸・富崎・豊房 ☎ 22 - 1350)</p> <p>◎健康相談・生活相談 日時／4月11日(木)13:30～15:00 場所・問合せ／老人福祉センター (湊) (☎ 22 - 5234)</p>																						
<h2>行政相談</h2> <p>国など、行政への苦情や意見、要望 日時／4月10日(水)・17日(水)・24日(水) 13:30～16:00 場所・問合せ／市民相談室 (☎ 22 - 3199)</p>		<h2>住宅・建築相談</h2> <p>住宅・建築に関すること、木造住宅の簡易耐震診断、耐震補強、リフォーム、バリアフリーなど 日時／5月15日(水) 13:00～16:00 (受付は15:00まで) 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。事前申込が必要です。 申込み・問合せ／都市計画課 (☎ 22 - 3610)</p>																						
<h2>市民生活</h2> <p>市民生活あれこれ、お気軽にどうぞ 日時／月・水・木・金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00 場所・問合せ／市民相談室 (☎ 22 - 3199)</p>	<h2>児童</h2> <p>◎虐待・家庭関係・養育問題などの相談 日時／月～金曜日 8:30～17:00 場所・問合せ／家庭児童相談室 (☎ 22 - 3133)</p> <p>◎児童預かりについての相談、登録 子どもを預かってほしい人と預かることのできる人が登録し、相互援助活動を行います 日時／日～金曜日 9:00～17:00 場所・問合せ／ファミリー・サポート・センター (元気な広場内 ☎ 23 - 3114)</p>																							
<h2>消費生活</h2> <p>商品やサービスの契約に伴う苦情、相談 日時／4月4日(木)・18日(木)9:00～16:00 場所・問合せ／社会安全課 (☎ 25 - 5775)</p>		<p>●4月の古紙・紙パック収集日 午前8時30分までに出してください</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>地区名</th> <th>古紙・紙パック</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>館山</td> <td>4日(木) 18日(木)</td> </tr> <tr> <td>北条</td> <td>9日(火) 23日(火)</td> </tr> <tr> <td>那古</td> <td>1日(月) 15日(月)</td> </tr> <tr> <td>船形</td> <td>8日(月) 22日(月)</td> </tr> <tr> <td>西岬</td> <td>13日(土) 27日(土)</td> </tr> <tr> <td>神戸</td> <td>12日(金) 26日(金)</td> </tr> <tr> <td>富崎</td> <td>2日(火) 16日(火)</td> </tr> <tr> <td>豊房</td> <td>10日(水) 24日(水)</td> </tr> <tr> <td>館野</td> <td>11日(木) 25日(木)</td> </tr> <tr> <td>九重</td> <td>11日(木) 25日(木)</td> </tr> </tbody> </table> <p>◎古紙は新聞、雑誌、ダンボールに分けて搬出場所へ出してください。 ◎雨でも収集します。濡れないようにビニールなどで覆ってください。 ◎紙パックは洗って切り開き、束ねて出してください。 問合せ／環境課 (☎ 22 - 3354)</p>	地区名	古紙・紙パック	館山	4日(木) 18日(木)	北条	9日(火) 23日(火)	那古	1日(月) 15日(月)	船形	8日(月) 22日(月)	西岬	13日(土) 27日(土)	神戸	12日(金) 26日(金)	富崎	2日(火) 16日(火)	豊房	10日(水) 24日(水)	館野	11日(木) 25日(木)	九重	11日(木) 25日(木)
地区名	古紙・紙パック																							
館山	4日(木) 18日(木)																							
北条	9日(火) 23日(火)																							
那古	1日(月) 15日(月)																							
船形	8日(月) 22日(月)																							
西岬	13日(土) 27日(土)																							
神戸	12日(金) 26日(金)																							
富崎	2日(火) 16日(火)																							
豊房	10日(水) 24日(水)																							
館野	11日(木) 25日(木)																							
九重	11日(木) 25日(木)																							
<h2>交通事故</h2> <p>電話でも相談できます 日時／月～金曜日 9:00～16:30 場所・問合せ／安房地域振興事務所内 (☎ 22 - 7132)</p>	<h2>家庭教育</h2> <p>生活習慣、不登校、非行、発達障害の相談など 日時／月～金曜日 9:00～16:00 場所・問合せ／中央公民館 (☎ 23 - 3111)</p>																							
<h2>年金(予約制)</h2> <p>厚生年金(老齢・遺族)の請求 日時／4月24日(水) 10:00～15:00 場所／館山市役所 定員／30人(先着順) 予約受付開始日／4月5日(金) 8:30～ 予約方法／電話で、請求者の氏名、生年月日、住所、基礎年金番号、請求の内容、電話番号を申し出てください。 ※配偶者の基礎年金番号なども用意してください。 予約・問合せ／市民課 (☎ 22 - 3418) ※老齢・遺族年金の請求以外の相談や問合せは木更津年金事務所(☎ 0438 - 23 - 7616)まで。</p>	<h2>精神保健(予約制)</h2> <p>不眠、イライラ、対人関係、認知症などの心配 日時／4月2日(火)・17日(水)・23日(火) 2日は13:30～15:00、 17日は15:30～17:00、 23日は14:30～16:00 場所・申込み／安房健康福祉センター (☎ 22 - 4511)</p>																							

「日本ナショナルチームに入って
国際大会に出場したい」

セントラルスポーツクラブ館
山所属の白井早弥香さんは、兄
が水泳をしていたことがきっかけで、3歳から水泳を始めて以
来、ずっと続けています。

白井さんの専門種目は、背泳
ぎの100mと200mで、昨年の千葉
県中学校総合体育大会では、こ
の2種目を制覇、全国中学校水
泳競技大会に出場して、100mで
上位入賞を果たしました。また、
国民体育大会でも活躍し、千葉
県代表として貢献しました。

現在、100mの自己ベストは、
1分3秒58で、自己ベストを更
新するたびに、両親が喜んでく
れるので、練習にも熱が入りま
す。練習では、背泳ぎを中心に、
1回で約2時間、7〜8kmを泳
ぎますが、「目標の達成にはあ



練習に励む白井さん

たりまえのこと」と、頼もしい
言葉が返ってきました。

先月23日・24日には、「第54
回日本選手権水泳競技大会（25
m）」に、得意の背泳ぎ（100m・
200m）で出場し、全国のトップ
スイマーと競い合い、100mでは
B決勝に進出して大健闘しまし
た。

白井さんは、3月12日に思い
出がたくさん詰まった館山二中
を卒業しました。高校に進学し
て、またひとつ上の新たな目標
にチャレンジします。

担任の安部吉弘先生は、「白
井さんは、笑顔を絶やさない明
るい性格で、いつも周囲を和ま
せてくれました。高校入学後も、
学習と水泳の両立に努力を忘れ
ず、夢をかなえてほしい」と、
卒業にあたりエールを送りまし
た。

将来の目標について白井さん
は、「まずはインターハイでメ
ダルをとりたいです。それと、
日本ナショナルチームに入って、
国際大会に出場したいです」と、
笑顔で話してくれたその瞳は、
しっかりと将来を見据え、オリ
ンピック出場を夢見ていました。



館山クッキング大使
川上文代の

地産地消レシピ



今回は、館山では初春に旬を迎える
「セロリ」のレシピを紹介します。
シャキッとした歯ごたえをお楽し
みいただけたと思います。
ぜひお試しください。（川上）

No. 7

セロリの梅肉和え

川上先生のブログ → <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

材料

セロリ	…1本
梅肉	…大さじ1
みりん	…大さじ1
塩	…小さじ1/3
ゆで卵	…小さじ1/2

館山クッキング大使・川上文代
先生の地産地消レシピでは、今
回紹介したセロリ料理のほか、
「レタス・なばな・そら豆・い
んげん・いちじく・さば」を使っ
た料理もあります。参考にして
ください。



作り方

1. セロリは軽く筋を取り、5mmの厚さで小口切りにする。塩（小さじ1/2）をまぶして塩もみし、洗って水分を取る。
2. みりんは、600ワットの電子レンジで20秒加熱して、アルコール分を飛ばし、梅肉と混ぜる。
3. 1と2を和えて器に盛り付け、裏ごししたゆで卵を飾る。

ワンポイントアドバイス

セロリと梅肉でさっぱりした和え物なので、お肉料理などの箸休めに最適です。
ゆで卵のコクで、まるやかになり、彩りも美しくなります。

※その他のレシピは、市のホームページ（農水産課）に掲載していますので、アグリッシュたてやま、館山市地産地消推進店
とあわせてご覧ください。 問合せ/農水産課 (☎22-3396)

