

たん暖たてやま

2

広報/たてやま
平成4年2月号(毎月15日発行) No.491
発行/館山市役所市長公室 〒294 館山市北条1145-1
電話 22-3111

●2月1日の人口/総人口54,834(-15)
男26,411(+4) 女28,423(-19) 世帯数19,587(+18)
()内は前月比



シリーズ 市民

若潮マラソン
市民最高齢
12ページで紹介

目島豊久さん

「毎日が火の元警報発令中」

春の火災予防運動

シリーズ 市民 11

記録や順位は関係なし
マイペースで走るのが楽しい



ふさ子さんはグラウンドゴルフ、豊久さんはゲートボール。互いに趣味は違うが、仲良し夫婦

無理をしないで、楽しんで走るのがコツなんです……。だから、私が走るのには競争ではなくて、楽しみなんです。
この若潮マラソンも、10*の部に12回連続出場になります。最初はやっぱり、記録や順位も楽しみですね。第1回大会で5位に入賞したのが、61歳でした。

第2回も6位入賞で、このときの記録が、45分20秒でベスト記録です。でも今は、記録や順位は関係なし、ただマイペースで走るだけ。それが楽しいんです。ワハハハ……。
走るようになったきっかけですか。58歳のときだったかな。膝が痛くなって、階段も上がれない状態になりました。いろいろ治療もしましたが良くならない。それで、エーイ逆療法だつて、走ってみたんです。そうしたら、だんだん痛みがとれてきて……。それからですね。
走るとは、子供の頃から好きだった。生まれたところが山の中だったから、ごく自然にね。いま、若潮走友会に入っていて、いろいろな大会に出場したりしているんです。トレーニングは、もう年ですから、毎日というわけにはいきませんが、朝5時頃から走りだして、約1時間走ります。1*5分のペースで11*位ですね。それで走るたびに、ラップタイムをとって、日記につけるんですね。それを見れば体調の善し悪しが、すぐわかり

ます。
体には、気をつけているんです。健康なら、地域のために働けるし、まわりの人にも迷惑をかけない。だから、走ることは健康のためにも思っているんです。走っていると、雑念がなくなるんですね。習字も毎日やりますけど、これも同じです。今の世の中、何もかも忘れて、1つのことに夢中になる時間が、必要だと思いますよ。
館山は、気候が温暖で住むには楽ですね。だけど、観光地として生きていくのなら、その方面に力をいれないと……。それから総合病院もほしいですね。人生、健康が一番ですから。
PROFILE
目島豊久(北条・72歳)
静岡県大仁町出身。館山測候所など氣象庁に37年間勤務。館山若潮走友会所属の市民ランナーとして活躍、12月のホノルルマラソンをめざす。趣味は書道、ゲートボール。奥さんのふさ子さんと二人暮らし。



「ヤレヤレ、完走だ!」結果は53分11秒でした

さ わ や か 講 演 会



「山下さんちの物語」 女性問題入門編

女流講師 宝井琴桜先生

仕事、結婚、出産に前向きにとりくむ女性を主人公に、男女雇用機会均等法や育児休業法をユーモアたっぷりに解説する創作講談「山下さんちの物語」。

昨年に引き続き、女流講師の宝井琴桜さんを講師に迎え、女性の自立や権利など女性問題をテーマに一席……。しばし耳をかたむけてみませんか。

日時/3月18日(水)●午後1時30分~4時

会場/コミュニティセンター

受講料/無料

申し込み/電話で市中央公民館(☎23-3111)へ。

受付は2月24日(月)から始まります。

定員は申し込み先着120人まで。

生 涯 学 習 講 演 会



「日はまだ昇る」を中心に 世界の中の日本

大学教授 渡部昇一先生

貿易摩擦や急激な高齢化、労働力不足などの問題を抱える日本。世界の中で日本は、どのような未来をたどるのか。

海外経験の豊富な渡部昇一先生(上智大学教授)が、政治や経済学者とは異なる発想から、日本の未来を語ります。

日時/3月7日(土)●午後1時~3時

会場/市民センターホール

入場料/無料。予約はいりません。

お気軽にご来場ください。

毎日が 火の元警報 発令中

3月1日から7日まで、春の火災予防運動

「毎日が 火の元警報 発令中」を全国統一標語に、3月1日から7日まで1週間、春の全国火災予防運動が始まります。平成3年中の市内の火災は、発生件数で2年に比べ5件ほど減少しました。しかし、今年に入ってからひんぱんに火災が発生しています。これから春先にかけては1年で最も火災が発生しやすい季節です。すべてを一刻にして奪ってしまう恐ろしい火災から、尊い生命や大切な財産を守るため、火災予防運動を機に職場や家族で話し合い、防火の習慣を一人ひとりが身につけましょう。



火災発生37件 六百四十万円が灰に

昨年の市内における火災の発生件数は37件で、前年に比べ5件減りました。しかし、過去5年間の平均が37.2件であることから特に少なくなったというわけではありません。

昨年の損害額はおよそ六百四十万円で、大きな火災もなく、前年に比べ約4分の1と大幅に減少しました。

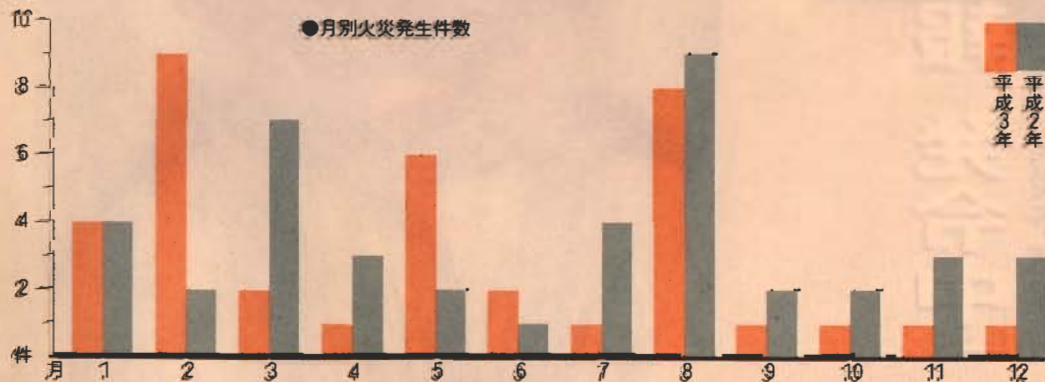
依然多いたき火の不始末

火災の種別をみると、建物15件、林野3件、船舶2件、車両1件、その他火災(枯れ草など)16件となっています。また主な火災原因は、たき火などによる延焼11件、たばこの火の不始末8件、ガスこんろによるもの5件などの順になっています。

たき火やあぜ焼きなどをして、ちよつとした油断や不注意から延焼してしまつた、というようなケースが依然として多いようです。

春先に火災は集中 これから危険な季節

「火災は、冬から春先に多い」といわれています。昨年の月別



火災発生状況によると、館山市の場合も1月から3月は夏場とならんで火災の多い季節になっています。特に2月は年間発生件数37件のうち、最高の9件も

の火災が発生しました。さらに雨が少なかったこともあり、今年1月だけですでに7件の火災が発生し、この時期に火災が多いことを裏付けています。この季節に火災が発生しやすいのは、空気が乾燥して物が燃えやすくなっていること、強風の日が多いこと、あぜ焼きやたき火をしたり、ストーブなど暖房器具を使用する機会が多いなどの要因と結びついているから

です。しかし、わたしたちが注意を配ることで火災は未然に防ぐことが可能なはず。身の回りに火災発生原因となる状況がないか再点検し、1件でも火災を減らしましょう。

3月1日早朝に サイレンを吹鳴

みなさんの防火意識を高めるため、3月1日(日)午前6時に各地区消防団がサイレンを鳴らします。火災と間違えないようご注意ください。

あぜ焼きは 「火入れ届け出」を

春に向けて、病害虫駆除のため、農家などの水田のあぜ焼き、雑草地などの火入れが多くなります。あぜ焼きなどによる火が

周囲の森林に燃え移り火災となつた例もあります。

森林または森林の周囲1キロメートルの範囲で火入れをする場合は、法律や館山市火入れに関する条例に基づき、市役所(農水産課)に届け出をすることが必要です。許可なく火入れすると、森林法により罰則が適用されることとなります。また、多量の煙などを出す場合は、事前に消防署にも連絡してください。

火の用心7つのポイント

火災のほとんどは、ほんの少しの油断や不注意から発生しています。「火の用心7つのポイント」を守って防火に心がけましょう。

- (1)寝たばこやたばこの投げ捨てはしない
- (2)こどもは、マッチやライターで遊ばせない
- (3)風の強いときは、たき火をしない
- (4)天ぷらを揚げるときは、その場を離れない
- (5)家のまわりに燃えやすいものを置かない
- (6)ふるの空きさをしない
- (7)ストーブには、燃えやすいものを近づけない

お年寄りやこどもを 火災から守ろう

昨年は、幸い市内で火災による犠牲者はありませんでした。しかし、平成3年には、全国では1944人もの人々が火災で亡くなっています。そのうち約半数が65歳以上のお年寄りとなっています。さらに高齢化社会が進むにつれ、犠牲者が急増することが懸念されます。お年寄りやこども、体の不自由な人を火災から守るため、次の点に注意してください。

- (1)「魔の2階」といい、火災での犠牲者は2階で多く、お年寄りやこども、体の不自由な人たちの部屋はできるだけ出口の近い1階にしましょう。
- (2)お年寄りには枕もとやトイレなど手の届く場所に呼び鈴などを置いておきましょう。
- (3)お年寄りの部屋のガスの元栓や電気器具などは就寝前に家族が確認をしましょう。
- (4)お年寄りやこどもを家に残して外出するときは近所に声をかけておきましょう。
- (5)ひとり暮らしのお年寄りの家庭は、普段から近所と話し合い、いざというときに備え、協働体制をとっておきましょう。

119番からお願い 通報は、まず落ち着いて!



119番は消防本部の指令台に直結し、通報と同時に消防車や救急車が現場へ出動します。

しかし、通報のなかには、非常事態のなかで急ぐあまり、十分に内容が伝わらないこともあります。

119番に通報すると、職員が次の順序で尋ねます。あわてず、落ち着いて答えてください。

- (1)火事ですか、救急ですか。
- (2)場所はどこですか、目標になるものはありますか。
- (3)何が燃えていますか。
- (4)あなたの住所、氏名、いまかけている電話は何番ですか。

119番は、すぐに受話器を置かないで

119番はダイヤルを回して3〜5回呼出ブザーが鳴らなければ消防本部の指令台につながりません。電話がつながらないからといって、すぐに受話器を置かないで少し待ってください。

火災の問い合わせ

119番は、火災や救急などの通報専用の緊急電話です。火災が発生すると119番を使い問い合わせる人がいますが、その間に別の火災や救急が発生しても、通報ができないなど大事につながりかねません。

火災などの問い合わせは、館山消防署(一般加入電話) ☎22-22233 にかけてください。



館山バイパス 市内5.4キロメートルが全線開通

紅白のテープがカットされ、くす玉が割れます。そのあとヤシの木が植えられた南欧風の景観と満開の菜の花を横目に、市内4中学校のプラスバンドを先頭に、大パレード。沿道では幼

児・児童も大声援。

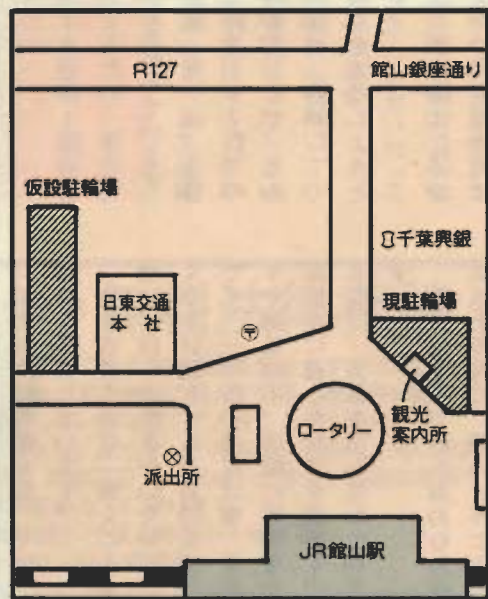
先月22日(水)に行われた国道127号館山バイパス開通式の1コマです。

これは、県道富津館山線(館山高校地先)から国道128号線

まで延長1キロメートルの完成によるものです。

地域の幹線道路として、昭和50年に着工された、このバイパスは、今回の部分供用により、館山市内5.4キロメートル全線が通行できることになりました。

これに結ぶ道路網の整備にあわせ、新たなパイプとして期待されます。



ご利用ください 館山駅前仮設駐輪場が完成

館山駅前に、約280台収容の自転車用の仮設駐輪場が完成しました。

場所は、日東交通本社ビル北側の市有地で、駅まで100メートル以内の便利なところです。

歩行者の安全確保と駅前美化のため、観光案内所脇の駐輪場と合わせ、この仮設駐輪場を、ぜひご利用ください。

【駐輪場利用上のお願】

- * 自転車はきちんと並べて置きましょう。
- * 自転車には、住所氏名を書き、必ずカギをかけましょう。盗難等については、市では責任を負いません。
- * 長期間、駐輪したままの場合、廃棄物として撤去することもあります。
- * 一日以上駐輪する場合は、仮設駐輪場に置いてください。
- * 仮設駐輪場から、道路に出るときは、左右の安全確認をしてください。



館山若潮マラソン大会 3464人が競う

「海と花で景色はいいし、このコースは走りやすいですね。それに、沿道の応援がとても多かったです。運営も良いのでとても気持ちよく走れました」と遠来

のランナーも絶賛。第12回館山若潮マラソン大会は、先月26日(日)に市民運動場を会場に、花の咲く海岸線をコースに開かれました。



様々なランナーに給水所も大忙し

ベリンハム市のランナーに国際友好市民証が贈られた



姉妹都市ベリンハム市からデビッドさんとマークさんも特別参加。フルマラソンと10キロに分かれ、3464人が健脚を競いました。この大会は、87人が裏方として、大会運営にあたってくれました。沿道の応援も大きな励みです。ご協力ありがとうございました。



ご主人さまお願い! ボクのふんは持ち帰ってネ

ワン、ボクは犬のボチ。最近みんなから、苦情がいつぱい聞こえてきて、今チヨッピリゆううつなんだ。ボクたちが公園や海岸を散歩して、あちこちにふんをして困るっていうんだよ。でもそれはボクたちの責任でなく、ご主人さまが、気をつけてくれないと……。

ボクたちは散歩が大好き。だって運動しないとストレスがた……。ワン。

だって、食欲は出ないし健康に悪いんだよ。普段つながらているから、散歩のときは本当によれしいんだ。だからボクたちの仲間、散歩中にふんをするのが習慣になってしまっただよ。ご主人さま、ボクたちをつれて散歩に出かけるときは、ビニール袋や小さなスコップを持ち歩き、ふんを責任もって処理してほしいんだ。それしないと、ボクたち大きな顔して散歩できないよ。だって、みんながこわい顔してにらむし、公園や海岸はいつもきれいにしなきゃあ……。

市民のひろば

「市民のひろば」への投稿をお待ちします。毎日の暮らしのヒント、身近な意見などを400字以内にまとめてお送りください。電話でもけっこうです。あて先は、北条1145-1、市役所市長公室広報係です。



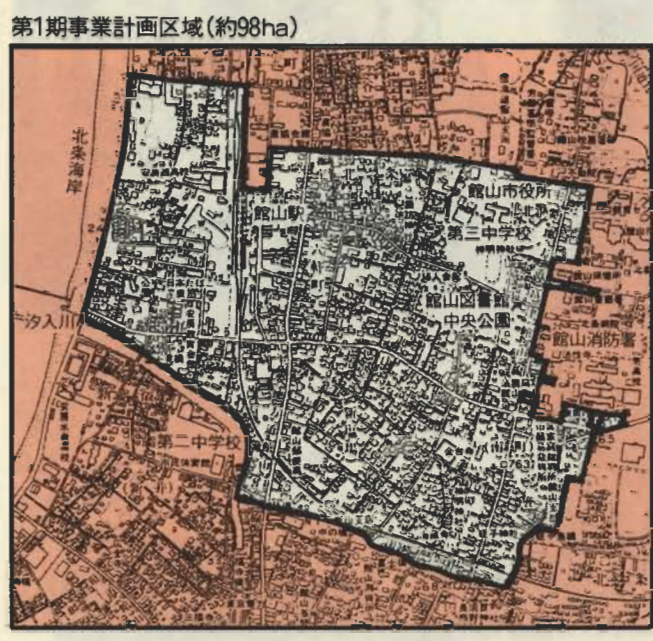
お知らせ

新築 真倉市営住宅の入居者(18戸)を募集

現在建設中の真倉市営住宅の入居者を募集します。入居開始は5月1日です。入居希望者は3月13日(金)までに、市建設課へ申し込んでください。

【真倉市営住宅の案内】
所在地/上真倉2296の1
構造・間取り/鉄筋コンクリート造3階建て、全18戸3DK B(4.5、6、6帖、台所、浴室)

●公共下水道第1期事業の縦覧



館山市公共下水道第1期の事業計画を決定するため、事業計画(案)の縦覧を行っています。この事業計画(案)は、全体計画の区域(約1197㌔)のうち、第1期事業として、北条地区の一部の区域(約98㌔)で公共下水道事業を実施しようとするものです。
縦覧期間は、2月10日(月)から23日(日)まで、縦覧時間は午前8時30分から午後5時まで。土曜、日曜、祝祭日も縦覧します。縦覧場所は市役所3階の下水道室(☎22213111内線235)です。

2月は平成3年度固定資産税・都市計画税の第4期分の納期月です。未納になっている市税や国民健康保険税を完納しましょう。

「館山市高齢者働く会」生きがいと仲間づくりに働いてみませんか

「館山市高齢者働く会」では、会員を募集しています。高齢者働く会は、働くことを通じて自らの生きがいや仲間づくりを目的とする公共的な団体です。一昨年の発足以来、草刈りや測量助手、店舗の雑務など高齢者に適した仕事を数多く引き受け、実績を積み重ねています。
市内に住んでいるおおよね60歳以上の人で、働いてみようという意志のある人は働く会まで連絡をください。
働く会の事務所(☎2319677)は、市老人福祉センター1内にあります。

3月2日から縦覧 固定資産の課税台帳

固定資産の課税台帳をお見せします。この台帳は、土地、家屋、償却資産の状況や、評価額を明らかにしたもので、平成4

年度の固定資産税や都市計画税の課税の基礎になります。自分の資産とその評価額を確認してください。

縦覧期間/3月2日(月)から23日(月)まで(第二土曜日、土曜日の午後、日曜日、祝日を除く)です。

農業委員会からお知らせ

3月の現況届まで 経営移譲年金の受給者は 名義変更を忘れずに

農業者年金の経営移譲年金を受給している人と平成3年4月1日から現在までに裁定されている人は、3月の現況届までに諸名義の変更が必要です。

現況届に農業委員会長の押印をする際には、必ず諸名義の変更を確認します。このため、これらの変更を忘れず、現況届に押印できないばかりか、支給停止になりかねません。

- (1) 農業者年金基金から、平成3年3月31日までに裁定された人全員に送付されます。現況届に必要な諸名義
- (2) 転作奨励金申請名義
- (3) 農業所得納税申告名義
- (4) 土地改良区組合員名義

2月23日(日)から3月8日(日)までお見せします。

1月1日現在の申請によって、選挙人名簿の調整を行いましたので、この期間中に、自分の名が登録されているか確認してください。8時30分から午後5時まで、市役所2階の選挙管理委員会でお見せします。この名簿に載っていないと、投票ができなくなります。

お問い合わせは、市農業委員会事務局(☎22213111内線236)へどうぞ。

「いのぼり」の寄贈を

市では、今年のゴールデンウィークも城山公園山頂に、みなさんから寄贈していただいた「いのぼり」をあげます。押し入れに眠っている「いのぼり」や不用になった「いのぼり」がありましたら、ぜひ寄贈してください。大きさは問

3月の城山公園茶室の 雁月庵月釜は 22日(日)です お気軽にどうぞ

お気軽にどうぞ・無料法律相談

市の主催で、弁護士による法律相談を開きます。法律がわからなくて困る、土地や家の争いに悩んでいる、離婚や相続などのもめごとに苦勞しているなど、どんなことでも結構です。相談を希望する人は、あらかじめ内容を、市役所1階の市民相談室(☎22-3111 内線263)へご連絡ください。相談は無料ですが、市内に住所のある人に限ります。
日時：2月28日(金) 午後1時から4時まで
場所：市民センター第1会議室

いません。寄贈していただける人は、4月23日(木)までに、市商工観光課(☎2213111 内線291)へご連絡ください。職員が引き取りに伺います。

相談コーナー

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相談下さい。
土曜日は正午まで(日曜・祭りと第2・4土曜は休みます)

●心配ごと

(一) 一般相談員による相談
日時/毎週火曜日
午前10時~午後3時
(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~3時
対象/一般相談員の相談を受けた人、1日4人まで
場所/市民センター1
問合せ/社会福祉協議会
☎2315068

●結婚

日時/毎月第1、第3日曜日
午前10時~午後4時
場所/市民センター1
問合せ/社会福祉協議会
☎2315068

●児童

学校生活・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/市福祉事務所

●市民

日時/毎日
午前9時~午後5時
場所/市役所市民相談室

●年金

厚生年金など
日時/3月19日(金)
午前10時~午後3時
場所/市役所

●消費生活

商品のサービスや苦情
日時/3月5日(木)
3月19日(木)
場所/市役所市民相談室

●家庭教育

ことば、生活習慣、登校拒否、非行、性、いじめの相談など
日時/月曜~金曜日
午前9時~午後4時
場所/中央公民館
問合せ/☎2313111

●交通事故相談

電話でもできます。
日時/毎日
午前9時~午後5時
場所/安房支庁
問合せ/☎2217111

●身障・精薄

日時/毎月第4火曜日
午後1時~3時
場所/身障 伊賀病院
精薄 田村第二病院
申込/市福祉事務所福祉係に必ず事前に申込をしてください。

●知っておきたい福祉の制度

重度痴呆性老人 介護手当の支給

市では、家庭で重度の痴呆性老人を介護している人の負担を軽減するため、重度痴呆性老人介護手当を支給しています。
【対象となる人】
●重度痴呆性老人…痴呆のため、家庭での日常生活において、常時介護の手が必要な状態が6ヵ月以上続いている人で、今後もその状態が続くことが医師の診断より認められ、市長が定める基準に適合する満65歳以上の人。
●介護者…次にあてはまる人で、現に重度痴呆性老人を常時介護している人。
(1) 同居の親族
(2) 2親等以内の親族
(3) その他市長が特に認めたる者
【支給金額】月額11,700円
くわしくは、市福祉事務所福祉係(☎22-3111 内線272)へどうぞ。



年金と国保

国保ガイド

被扶養者の認定基準が変わりました

被用者保険の被扶養者の認定基準が、平成4年1月1日から変更になり、配偶者や親・子供などの条件はありますが、収入が①60歳以上の人または障害者は、年金などの年間収入が百六十万円未満、②60歳未満の人では、百二十万円未満になりました。

養者に認められています。国民健康保険のうち、退職被保険者の被扶養者の認定についても同じです。

このような被用者保険は、健康保険、船員保険、国家公務員等共済組合、地方公務員等共済組合、私立学校教職員共済組合のことをいいます。一般的には社会保険といわれています。

現在、国民健康保険に加入している人で、この認定基準の変更により、被扶養者に該当する

と思われる人は、被用者保険の加入手続きをしてみたいかがでしょうか。被扶養者が増えても会社などに勤めている人の給料から差し引かれる保険料は増えません。

国民健康保険から被用者保険の被扶養者になると、国保税がなくなるほか、入院時の自己負担が3割から2割に軽減されます(老人保健対象者を除く)。さらに、財政状況の良好な保険者(事業主)では、付加給付とい

って、病院の窓口で支払った自己負担の一部が還付される特典がある場合もあります。

この被用者保険への加入手続きには、所得を証明する書類、戸籍謄本、保険証などの書類が必要ですが、また、加入手続きを済ませ、保険証が戻ってきたら、市役所市民課にその保険証と国民健康保険証を持参して、国民健康保険の脱退手続きをしてください。脱退手続きをしないと、後で国保税が還付されるもの、二重に保険料を支払わなければなりません。くわしくは市民課国保係へどうぞ。

年金相談室

年金の支払いが遅れているが

問い 私は数年前から、老齢基礎年金を受給しています。今までは、とどこおりなく支払いを受けてきましたが、今回は年金の支払通知がなく、年金を受給できません。どうしてでしょうか。

答え 現況届を提出(郵送)しましたか。国民年金を受給している人は、社会保険庁に「国民年金受給権者現況届」を提出することになっています。

この届けは、生存の確認、住所、資格の把握など、あなたが引き続き年金を受けていくための大切な届けです。これを忘れて、期限までに提出しないと、年金の支払いが遅れたり、差し止めになったりします。

現況届の用紙は、誕生日(1日生まれの人)は誕生日の前月の初めに社会保険庁から、本人あてに送付されます。

この用紙に必要事項を記入し、市役所市民課で証明を受けてから、社会保険庁に提出してください。

現況届の用紙を紛失したときは、市民課に予備の用紙がありますので利用してください。

なお、年金を受けられるようになった日から、1年を経過していない人は、現況届を提出する必要はありません。

住所や支払機関を変更したときも届出を

住所や支払機関を変更したときは、住所、支払機関変更届を社会保険事務所に提出してください。届出が遅れると、年金の支給が遅れることがあります。

変更届の用紙は市民課にあります。



ねんきん ななちゃん



室町前期の基準塔 香の宝篋印塔



一般の人々が、お墓に墓石を建てるようになるのは江戸時代の中頃(17世紀末)、だいたい元禄という時期からです。それよりも古い時代は、武士や村の有力者など、ごく一部の人が建てていませんでした。

中世にまでさかのぼる古い墓石は、五輪塔のように4段ほど石を積み重ねたものが一般的です。その中でも笠の四隅が大きくなり突き出し、上に相輪と呼ばれる棒状の石が立つ形式のものは、宝篋印塔と呼ばれています。

もともと宝篋印塔というのは、宝篋印陀羅尼経という経巻を納めたことに由来する塔の名です。それが鎌倉時代中期頃から、石造の墓碑・供養塔として用いられるようになり、五輪塔と並んで日本の中世を代表する石塔になりました。

安房でも武士階級を中心に室町時代に普及します。宝篋印塔は、笠の四隅の変起が垂直に近いほど古いといわれます。市内では、安東の千手院にあるものが最も古いと考えられ、その形

式から南北朝時代のものとして市の指定文化財になっています。

しかし宝篋印塔は石を積み重ねていくことから、完全な形で残っていることは少ないものです。もし完全な形で残り、しかも塔に年号が刻んであれば、その時代の基準になる塔として非常に貴重なものといえます。

そうした意味から、年号があり、完全な形を残す宝篋印塔として安房郡内で最も古いものは、西河の香地区(字城の腰)にあります。室町時代前期の応永8年(一四〇一)に造られたもの

市立博物館で、2月8日(土)から3月15日(日)まで、第8回地区展を開催しています。

今回は市中部の北条地区を紹介しています。北条地区は、寛永15年(一六三八)に北条藩が置かれ、明治以降は安房郡の政治経済の中核として発展し、大正時代に安房北条駅の開業により大きく発展した地区です。さらに多くの文化人も交流し、活躍したところでもあります。

この地区展では、北条地区に伝わる文化財などを通じて、郷土の歴史の移り変わりを紹介します。なお、毎年シリーズで開催してきました地区展は、今回で完結です。

入館料/一般・高校生百五十円(八十円)、小・中学生八十円(五十円)……(内は20人以上の団体料金)

休館日/毎週月曜日と祝日の翌日

救急当番医

2月23日(日)	山口外科胃腸科(内・外・小児)	館山23-3531
	亀田総合病院(内・外・小児・産婦)	鴨川 2-2271
3月1日(日)	高尾医院(内・外・小児)	館山27-2527
	清川整形外科(内・外・小児)	館山23-7033
	東条第二病院(産婦)	鴨川 2-2138
3月8日(日)	佐々木内科医院(内・外・小児)	館山22-1748
	金子医院(内・外・小児・産婦)	千倉44-0152
3月15日(日)	平野医院(内・外・小児)	館山27-2283
	館山病院(内・外・小児・産婦)	館山22-1122
3月20日(金)	赤門整形外科内科(内・外・小児)	館山22-0008
	鴨川国保病院(内・外・小児・産婦)	鴨川 7-1221

こんにちは保健推進員です。



保健推進員は
このバッジをつけています

今日は乳児相談の日。

黒川紗弥加ちゃん(生後4ヵ月・市内大賀)は、
お母さんの美和さんに抱かれてコミュニティセンターへ。
相談が終わったところで保健推進員さんといっしょに写真を撮らしたり。
「かわいいね!」おもわず笑みがこぼれてしまいます。
毎月4、10ヵ月児を対象に行われる乳児相談では、
保健推進員のみなさんが体重や身長測定をはじめ、
身近な相談相手として活躍しています。

館山市保健推進員

健康・た・い・す・き

保健課通信

3

館山市民生部保健課
電話 23-3113~4

保健推進員のみなさん

氏名	担当地区	電話	氏名	担当地区	電話	氏名	担当地区	電話
館山地区								
松下 玲子	新井ノ1	22-3455	石井 悦子	長ノ8	23-5161	青木 昌代	上郷・竜岡・松岡	28-1389
鈴木 和子	新井ノ2	23-2188	山田 博子	八幡	22-7270	里島 博子	中里・犬石	28-0453
安西 吉子	新井ノ3	22-0225	青木美知代	八幡	23-6735	小栗 恵子	犬石	28-0181
桑島恵伊子	下町	22-2401	長嶋 京子	八幡	22-5306	富士 京子	佐野	28-2351
伊東 直子	仲町	22-8372	二見スエ子	八幡	22-3697	仲村 延枝	藤原	28-1143
秋山 きの	上町	22-1374	高松 聡子	湊	22-6119	島田美津江	谷藤原・茂名	28-1346
押元 きみ	楠見	23-1700	石井八重子	湊	22-6927	渡邊かとり	洲宮	28-1596
鈴木 文子	上須賀	22-5810	若月ツヤ子	湊団地	23-4162	佐野美江子	布沼	28-1170
小松 禮子	上須賀	22-2303	高尾つる江	高井	22-7566	富崎地区		
石井美代子	真倉	22-3949	福岡富美子	上野原	23-4181	勢見ひろ子	神田町	28-0354
市毛ヨシイ	真倉	23-7134	那古地区			吉田 慶子	本郷	28-0569
桐岡 雪江	真倉	22-6267	小藤 美恵	東藤	27-5888	勢見三枝子	向	28-0715
齋藤 禮子	青柳	22-6972	大原 利子	宿	27-3856	平山 富美	松崎	28-1602
秋山 美重	青柳	22-4195	福永 陽子	寺赤	27-2855	村田としえ	二斗田	28-1255
中村 榮子	青柳	22-7487	羽山 陽子	浜	27-3369	豊房地区		
川江 利子	西ノ浜	22-5417	矢田 弘子	大芝	27-5392	安田 敏枝	東長田	22-6421
鈴木 かね	西ノ浜	22-5359	石橋 朱美	辻	27-2834	鈴木 明美	西長田	22-8485
北見 邦子	岡沼	23-0884	松本きく江	芝崎	27-2840	山口 節子	出野尾・岡田	22-6752
利彦 久子	西原	22-3832	三平 則子	川崎	27-3032	西田 宏子	大戸	22-5569
竹澤 節子	柏崎	23-0975	竹下 純子	正木向・上・下	27-3678	平島 好江	南条	23-0600
山井可津子	宮城	22-2651	角田 宣子	亀ヶ原・西郷	36-2103	安田 英子	古茂口・飯沼	22-6245
戸田 裕子	宮城	22-3374	仁科とみ子	正木岡・稲原・小原	27-5463	黒川 良井	山萩	23-3696
佐藤ミヨ子	笠名	23-2047	船形地区			前田 愛子	作名	23-2681
菅野とき子	笠名	22-3341	石井さと子	堂ノ1	27-2310	山川 つや	畑	23-5540
寺田 和子	大賀	23-2787	鈴木 廣子	堂ノ2	27-4592	峯木 貴久	神余	28-1546
山口 重子	里見	23-6358	杉田 克枝	堂ノ3	27-5654	長田 朝生	神余	28-0741
北条地区			安田ヒナ子	東	27-2305	館野地区		
砂谷三代子	南町	22-6984	川名 笑子	仲宿	27-5451	浅野 彌生	大網	23-7234
中山 通代	南町	22-1983	川間 松代	西	27-4030	石井 昭子	安布里	23-4770
三平 歌子	南町	22-3017	今氏 房子	根岸	27-3063	岸田サチ子	安布里	23-6781
米澤 とみ	神明町	22-0464	前川 安子	根岸	27-4495	山岸久美子	山本1	22-4713
大古 ちよ	神明町	22-2872	半田 澄江	川名	27-3250	鎌田 繁子	山本2	22-6542
山本ユキエ	神明町	22-2561	西森 和枝	川名岡	27-3044	豊田美代子	山本3	23-0368
齋藤 はる	新宿	22-0560	三平 和子	大塚	27-2331	土屋三四子	国分北	23-0805
笠井 美恵	三軒町	22-0716	藤枝 慶子	柳塚	27-5641	小倉美代子	国分中	22-7553
石井 久子	鶴ヶ谷	22-6342	斎藤 晴美	柳塚	27-5144	行縄 光子	国分南	23-0521
近田 愛子	新鶴ヶ谷	22-7597	西岬地区			湯澤 宏子	稲	22-4411
池田テルヨ	渚	22-4316	山口 和江	香	29-0647	鈴木 弘美	腰越	36-2688
出山ゆき子	六ノ1	22-7155	飯沼 愛子	塩見	29-0234	高山みつ江	広瀬	36-2453
青木 通江	六ノ2	22-2694	岩本 多喜	浜田	29-0802	青木 京子	萱野団地	23-1891
小島 照子	六ノ3	22-1625	仲村 静子	早物	29-1476	九重地区		
林 みち代	六ノ4	22-3550	安西 澄子	見物	29-0925	伊東 信子	宝贝	22-9557
河合すみ江	六ノ5	22-1898	鈴木 節子	加賀名	29-0406	小柴 利子	南台・北台・清水	22-9638
鈴木 英江	六ノ6	22-3526	佐野 みよ	波左間	29-0359	須藤 洋子	安東	22-9917
染谷多恵子	六ノ7	22-4576	鈴木 静子	坂田	29-0141	今井 敏子	二子	22-9808
菊井 玲子	北条海岸	22-2781	田邊 祐子	洲崎	29-0018	渡邊 七子	圃	22-9693
斎藤 聡子	長ノ1	23-3248	安田 春子	西川名	29-0497	篠塚恵美子	水玉	22-9355
小幡すゝ子	長ノ2・4	22-4589	吉田 洋子	伊戸	29-1082	石井 正代	大井	22-9555
青木 雅子	長ノ3	22-2578	西郷かつ子	根本・坂足・小沼	29-0927	高梨 環	田村・相賀・滝ノ谷	22-9386
澤田 和子	長ノ5	23-1747	山田かおる	坂井	29-0454	加藤 房子	横枕・田辺	22-9504
大井 歌子	長ノ6	22-3401	神戸地区			久保田富美	江田	36-2177
大井 光子	長ノ7	23-0396	長田智恵子	香取・中郷	28-1268			
			小澤満里子	西町・川坂	28-0167			

赤ちゃんからお年寄りまで 健康づくりのパートナー

「まるまる太って、元気そうね」と赤ちゃんのいる家庭を訪問



みなさん、あなたの地区を担当している、保健推進員を知っていますか。保健推進員は、赤ちゃんからお年寄りまで、文字どおり生涯を通じて、健康づくりのお手伝いをし、市の保健業務と家庭をむすぶパイプ役として活躍します。今回の保健課通信は、市内で活躍している保健推進員をご紹介します。健康に関するどんな相談でも、あなたの地区の推進員に、気軽にご相談下さい。

「健康は自分でつくり、自分で守る」分かっているつもりでも実行はなかなか難しいものです。しかし病気になる前から健康のありがたさを実感しても遅いのです。日頃から定期的に検診を受けたり、栄養バランスを考えたり、生活など、家庭や地域から健康づくりの輪を、広げることが大切です。

保健推進員は、市民のみならずの健康づくりの身近かな相談相手として、昭和59年4月に誕生しました。それぞれの町内会を単位に、担当区域を受け持ち、地域住民の健康の相談に応じています。任期は3年で、現在の推進員は、来年3月まで活躍します。

乳幼児健診や総合検診、健康相談などのお手伝いや食生活の改善など、みなさんの身近かな相談相手として、健康づくりのパートナーです。活動の主なものを紹介します。どうぞ、ご相談ください。

家庭と市をむすぶ 家庭訪問

「こんにちは、赤ちゃんはよくお乳を飲んでいますか」と生後2カ月の赤ちゃんを持つ家庭を訪問し、4カ月乳児相談のお知らせ

「そとで寝かせてね」乳児相談で身体計測



お年寄りのいる家庭を訪問、身近な情報を保健課に連絡します

また、その地区のお年寄りの様子など、見たり聞いたりした身近かな情報を保健課に連絡したり、成人病予防のための健康相談や健康教育、総合検診の受診を呼びかけたりします。

保健推進員から報告された、より早い、確かな情報をもとに保健婦は、おたきりのお年寄りのいる家庭や育児に悩んでいるお母さんを訪問し、適切なアドバイスを行います。

地域の保健活動の担い手として、また市民と保健課とのパイプ役として、保健推進員は、がんばっています。



「がんばって…」健康まつりのコンピューター体力診断に協力

このように保健推進員の家庭訪問は、地区の健康づくりを進める重要なパイプ役となります。身近かな人がいっしょです各種健診や健康相談総合検診を始め、各種健診や健康相談・健康教育などには、いつも保健推進員がいっしょです。利用するみなさんの側にすれば、身近かな人がいてくれるという安心感が生まれ、気軽に参加できます。市民のみならず、ひとりでも多く健康づくり事業に参加できるように努めています。



「おはようございます。総合検診受ければ安心ですものね。」

健康づくりに役立つ バランス食の講習



「簡単なのね。これならだれでもできるわ。バランス食の講習」

健康づくりは、毎日の食生活が大切です。保健推進員は、調理実習などで学んだことを、自

分の地域へ持ち帰り、近所の公民館や集会所で、さらに多くの人たちに伝達講習をします。伝達講習に参加したみなさんから、「栄養のバランスを考えた調理が、こんなに手軽にできるんですね」と大変、喜ばれています。

新しい知識を学ぶ 研修会への参加

保健推進員は、活動の範囲が大変広いので、知識もそれだけ多く必要とされます。このため市は、いろいろな勉強の機会を設けて受講してもらっています。今年度は3回の研修会を実施し、保健所、医師会、歯科医師会、保健婦、栄養士の指導のもとに、みなさんに伝達するための栄養の知識、体のしくみなどを、常に新しい知識を学んでいます。

気軽に声をかけて

このほか、たくさんの方の健康づくり事業に、いろいろ幅広く協力しています。それぞれの町内を単位に、147人の保健推進員は、市民の健康づくりのパートナーとして活動しています。体のことが気になる、年寄りがかかえて不安、今度子供が

地域に密着した 保健推進活動を願って

館山市保健推進協議会会長 秋山きの

家族みんなが、健康で長生きできたら…それは素晴らしいことです。そして、それが家庭から地域に広がっていくのが、私の夢であり、みなさんの願いでもあると思います。私たちが保健推進員は、市の委嘱を受け、地域住民と市とのパイプ役として、赤ちゃんからお年寄りまで生涯を通じての健康づくりを、お手伝いする活動をしています。

その範囲は大変広いのですが、各種健診（検）診の受診勧奨も大切な仕事です。「一緒に受診しませんか」そんな一言が人と人の関係を深め、健康で明るい地域づくりにつながると思っています。私たちは、地域に密着した保健推進活動をめざし、みなさんと明るい笑顔でふれあい、誠意をもってこの活動に励みたいと考えております。



保健推進協議会会長 秋山きのさん

どうか、医師会、歯科医師会、町内会など地域団体や行政機関のご指導をお願いいたします。