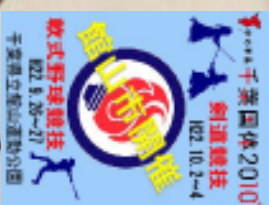


だん暖たてやま

3 / 1

●2月1日の人口/総人口50,811 (-39)
男24,489 (-23) 女26,322 (-16)
世帯数22,129 (-20) ()内は前月比



市民 地域で伝承する御船歌が市の文化財に指定
しーえ 園囃子保存会・新井御船歌保存会のみなさん



申し込みがはじまります

平成20年度 総合検診・各種検診

5月から、総合検診と各種検診がはじまります。総合検診（特定健診・後期高齢者健診・がん検診など）の日程は、表のとおりです。

検診の対象者がいる家庭には、年間検診案内を郵送します。同封の「年間検診申込書」で、年間の検診が一括で申し込めます。

問合せ／健康課（☎23-3113）



▼平成20年度 総合検診（特定健診・後期高齢者健診・がん検診など）の日程 （受付時間／7:00～9:00）

地区	月日	会場	対象地区
豊房	5月8日(木)	コミュニティセンター	東長田、西長田、出野尾、岡田、大戸、館川、神余全地区、畑
豊房 館山	5月9日(金)	コミュニティセンター	南条、飯沼、古茂口、山萩、作名、笠名、大賀、里見
館山	5月13日(火)	コミュニティセンター	岡沼、柏崎、宮城、西原
館山	5月14日(水)	コミュニティセンター	上町、仲町、楠見、上須賀
館山	5月15日(木)	コミュニティセンター	真倉、下町
館山	5月16日(金)	コミュニティセンター	青柳、西の浜
館山 館野	5月19日(月)	コミュニティセンター	新井1・2・3・4、稲、腰越、広瀬
館野	5月20日(火)	コミュニティセンター	大網、安布里、山本1・2・3、国分
富崎 神戸	5月21日(水)	コミュニティセンター	富崎全地区、香取、中郷、西町
神戸	5月22日(木)	コミュニティセンター	川坂、上郷、中里、松岡、竜岡、犬石
神戸	5月23日(金)	コミュニティセンター	佐野、藤原、谷藤原、洲宮、茂名、布沼
西岬	5月27日(火)	コミュニティセンター	波左間、坂田、洲ノ崎、西川名、伊戸、根本、坂足、小沼、坂井
西岬 北条	5月28日(水)	コミュニティセンター	香、塩見、浜田、早物、見物、加賀名、鶴ヶ谷、新鶴ヶ谷
九重 北条	5月29日(木)	コミュニティセンター	蘭、水玉、大井、田村、相賀、滝ノ谷、横枕、田辺、江田、神明町
九重 北条	5月30日(金)	コミュニティセンター	寶貝、南台、北台、清水、安東、二子、渚、上野原
北条	6月3日(火)	コミュニティセンター	八幡
北条	6月4日(水)	コミュニティセンター	六軒町1・2・3・4・5・6・7、北条海岸
北条	6月5日(木)	コミュニティセンター	新宿、湊、三軒町
北条	6月6日(金)	コミュニティセンター	南町、高井
北条	6月10日(火)	コミュニティセンター	長須賀1・2・3・4・5・6・7・8
船形	6月11日(水)	若潮ホール	堂の下、東、仲宿、西、大塚
船形	6月12日(木)	若潮ホール	根岸、川名、川名岡、柳塚
那古	6月13日(金)	若潮ホール	東藤、宿、寺赤、大浜、中浜、桜ヶ丘、稲原、小原
那古	6月16日(月)	若潮ホール	大芝、辻、芝崎、川崎
那古	6月17日(火)	若潮ホール	正木上、正木下、正木向、正木岡、西郷、亀ヶ原

申し込みは3月31日(月)までに

平成20年度に実施する総合検診、各種検診の申し込みを受付けます。3月上旬に郵送する「年間検診申込書」に必要事項を記入し、同封の返信用封筒に入れ郵送してください。

総合検診（特定健診・後期高齢者健診、肝炎ウイルス検診、胃がん検診、前立腺がん検診）の申込締切は、3月31日（月）です。その他の検診

特定健診がはじまります

平成20年度の総合検診から、今までの基本健康診査（血圧・血液検査など）が「特定健診」に変わります。この「特定健診」は、健康保険の保険者が実施するよう



必須です！

腹囲測定

については、随時、本紙でお知らせしますが、できるだけ年間検診申込書で、まとめて申し込んでください。
年間検診申込書が届かない、追加で検診を申し込みたい、申し込んだ検診をキャンセルしたいなどの場合は、健康課へ問い合わせてください。
申込書の記入方法は、下図のとおりです。

に法律で義務付けられているため、現在加入している健康保険ごとに実施されます。このため、館山市が実施する「特定健診」は、館山市国民健康保険加入者と健康保険未加入の生活保護世帯しか受けられなくなります。社会保険の被保険者や被扶養者は、加入している健康保険組合に問い合わせてください。
がん検診（胃がん、前立腺がん）と肝炎ウイルス検診は、健康保険の種類に関係なく、従来どおり総合検診会場で受けられます。

年間検診申込書の記入例

※受診を希望する検診欄に番号または○印を記入し、切り取って返信用封筒で送付してください。
※氏名欄には、世帯員のうち検診の対象となる20歳以上の女性と40歳以上の男性が記入されています。（2月15日現在の住民登録による）
※**が記載されている検診は、受診できません。

平成20年度 年間検診申込書					世帯コード							
住所 館山市北条〇〇〇					電話番号 必ず記入 22-〇〇〇〇							
氏名	総合検診				乳がん検診		子宮がん検診	大腸がん検診	骨粗しょう症検診	女性のための健康づくり検診	歯周疾患検診	
	特定健診	後期高齢者健診	肝炎ウイルス検診	胃がん検診	前立腺がん検診	超音波検診						マンモグラフィ検診
館山太郎			○		○	**	**	**	○	**	**	○
館山花子	○		**	○	**	**	①	①	○	**	**	**
館山二郎	**				○	**	**					

電話番号を必ず記入

★肝炎ウイルス検診
平成15年度以降に市の検診を受診した人は、**が記入されています。

2月15日現在の館山市国民健康保険加入状況などから記載しています。2月16日以降に加入した人は、その旨を欄外に記入し、○印を記入し申し込んでください。

★乳がん検診
受診する病院番号を必ず記入してください。
①安房医師会病院
②亀田クリニック（鴨川市）
③館山病院

★子宮がん検診
受診する病院番号などを必ず記入してください。
①集団（車） ②貴家医院
③清川医院 ④青木医院
⑤ファミリー産院
⑥亀田クリニック（鴨川市）
⑦勝山クリニック（鋸南町）

総合検診

申し込みは3月31日（月）まで

検診は2会場です

総合検診の会場は、コミュニティセンターと若潮ホールの2会場です。西岬・神戸・富崎・豊房・館野・九重・館山・那古地区には、送迎バスを運行する予定です。

個人票を忘れずに

検診を申し込んだ人には、4月下旬に検診個人票を郵送します。検診当日は、健康保険証と検診個人票を必ず持参してください。

また、混雑を避けるため、できるだけ指定日に受診してください。

特定健診で腹囲測定を実施

「特定健診」は、生活習慣病の発症を予防するための健診で、腹囲測定が必須項目となっています。

対象／40歳から74歳の人（平成21年3月31日現在）

内容／【基本的な健診（全員）】腹囲測定、身長体重測定、尿検査、血圧、血液検査（糖・血清脂質・肝機能）、問診、医師の診察。

【詳細な健診（前年度の結果から医師が必要と認められた人）】貧血、心電図、眼底検査。

後期高齢者健診

対象／健診受診日現在75歳以上の人全員

内容／特定健診とほぼ同じ。腹囲測定・詳細な健診は実施しません。

介護予防健診

自分では気づきにくい虚弱、低栄養、運動器の機能低下などの危険性を早期に発見

▼特定健診・後期高齢者健診の対象年齢と健康保険

年齢	健康保険の種類		被保険者		被扶養者	
			本人	配偶者	配偶者	その他
40～74歳	地域住民が加入	館山市国民健康保険	○	○	○	○
		政府管掌健康保険	×	×	×	×
	職場で加入（社会保険）	健康保険組合	×	×	×	×
		共済組合	×	×	×	×
		船員保険	×	×	×	×
健康保険未加入の生活保護世帯			○			
75歳以上	健診受診日現在75歳以上の人全員			○	(後期高齢者健診)	

し、要介護状態にならないように日常生活へのアドバイスや予防対策をするために実施します。

対象／健診受診日現在65歳以上の人で、総合検診（特定健診、後期高齢者健診、肝炎ウイルス検査、胃がん検診、前立腺がん検診のいずれか）を申し込んだ人

総合検診会場であわせて検査できます

健康保険の種類に関係なく受診できます。

▼胃がん検診

バリウムを飲み、レントゲンを撮ります。この検診のみの受診もできます。

対象／40歳以上（平成21年3月31日現在）

▼前立腺がん検診

PSA血液検査（前立腺腫瘍マーカー）で行います。直腸内触診や超音波検査と違い、負担の軽いものです。この検診のみの受診もできます。

対象／50歳以上の男性（平成21年3月31日現在）

▼肝炎ウイルス検診

C型肝炎ウイルス検査、B型肝炎抗原検査を採血して行います。肝臓がんなどの

検査項目／問診（25項目の

基本チェックリスト質問表）、身長体重測定

※基本チェックリスト質問表から選定した特定高齢者候補者に該当する場合は、理学的検査（視診・触診・打聴診・反復唾液嚥下テスト）、心電図、貧血検査、血清アルブミン検査を実施します。

原因の多くを占める、ウイルス性肝炎の感染の有無を知ること、必要な治療が可能になります。この検診のみの受診もできます。

対象／40歳以上で受診機会を逃した人（平成20年5月8日現在）

▼結核・肺がん検診

胸のレントゲンを撮ります。申し込みは必要なく、対象者全員に受診票を郵送します。この検診のみの受診を希望する人は、総合検診会場では受診できません。各地区集会所などで受診してください。日程は、4月1日号お知らせします。

対象／40歳以上の人（平成21年3月31日現在）

各 種 検 診

乳がん検診

受診医療機関／安房医師会病院、亀田クリニック（鴨川市）、館山病院

日程／9月中旬～10月頃

対象／【超音波検診（エコー検診）】30歳代奇数年生まれの女性（昭和53、51、49、47、45年生）、40歳代偶数年生まれの女性（昭和42、40、38、36、34年生）
【マンモグラフィ検診】40歳以上で奇数年生まれの女性（昭和43、41、39・・・年生）

子宮がん検診

頸部検診は全員、体部検診は、医師診察・問診で必要ならのみ行います。50歳未満で不正出血がある人は、施設検診を選択してください。

対象／平成20年7月1日現在20歳以上の女性

▼集団検診（車検診）

日程／7月2日（水）、7月12日（土）

場所／コミュニティセンター

▼施設検診

日程／8月～9月頃

受診医療機関／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（鴨川市）、勝山クリニック（鋸南町）

※乳がん・子宮がん検診を亀田クリニックで受診する場合は、健康課で料金を徴収します。

大腸がん検診

一次検査は簡単な検便（便潜血検査）です。

対象／平成20年10月1日現在40歳以上の人

日程／10月頃

場所／各地区公民館で容器を回収

骨粗しょう症検診

腕のレントゲン撮影により、骨密度を測定します。

対象／昭和13、18、23、28、33、38、43年生まれ的女性

日程／11月頃

場所／コミュニティセンター

女性のための健康づくり検診

骨粗しょう症検診と合わせて血液検査、尿検査、血圧測定を行ないます。

対象／昭和48、53、58年生

まれの女性

日程／11月頃

場所／コミュニティセンター

歯周疾患検診

主に歯周ポケットを診査し、出血や歯石の有無、歯肉の腫れ、歯槽骨（歯を支えている骨）の状況を調べます。また、口腔清掃状況についても診査、判定します。

対象／昭和43、33、23、13年生まれの人

日程／9月～10月頃

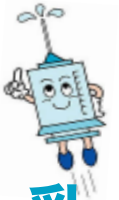
場所／委託歯科医院で個別検診（7月の広報に掲載予定）

各種検診料金

生活保護世帯の人は無料で受診できますが、証明書の提示が必要です。

検診項目		料金（見込み）
総	特定健診	基本的な健診 40～64歳 1,300円 65～74歳 700円
		詳細な健診 600円
合	後期高齢者健診（75歳以上）	全員無料
	介護予防健診	無料 ★65～74歳で特定高齢者候補になった場合は600円
	胃がん検診	74歳以下 900円 ※75歳以上 400円
	前立腺がん検診	74歳以下 400円 ※75歳以上 200円
診	肝炎ウイルス検診	74歳以下 600円 ※75歳以上 300円
	結核・肺がん検診	全員無料
	結核・肺がん検診	全員無料
乳がん検診	超音波検診	900円
	マンモグラフィ検診	1,100円
子宮がん検診	集団（車）	頸部 700円 頸体部 1,500円
	施設（病医院）	頸部 2,000円 頸体部 3,000円
大腸がん検診		300円
骨粗しょう症検診		300円
女性のための健康づくり検診		1,200円
歯周疾患検診		1,200円

※平成21年度は、74歳以下と同一料金になります。



乳幼児・中高生の予防接種

乳幼児・中学生・高校生を対象にした予防接種を行います。
 予防接種には、市保健センター（コミュニティセンター2階）で行う「集団接種」と、市が委託している各医療機関で個人で行う「個別接種」があります。対象年齢になった人には、個人通知をします。転入などで通知が届かない人は、健康課までご連絡ください。

料金／無料

持ち物／母子健康手帳、予防票、体温計、筆記用具
 問合せ／健康課（☎23-3113）

◎注射を受ける前に◎

- ①予防接種は、健康な状態で受けることが原則です。風邪などの諸症状がおさまり病気が治ったように見えても、一定期間あけることが大切です。
- ②当日の体温が37・5度以上の人は受けられません。
- ③当日、母子健康手帳がないと受けられません。
- ④体温は、接種会場で測定するので、体温計を持参してください。
- ⑤前もって冊子『予防接種と子どもの健康』を読み、予防接種を十分理解したうえで受けてください。
- ⑥予防接種を受けられない人、注意して受けなければならぬ人については、冊子に詳しく掲載されています。
- ⑦ポリオ、BCG、麻しん風しん混合のそれぞれの予防接種を受けた後、4週間は他の予防接種は受けられません。
- ⑧三種混合、日本脳炎の予防接種を受けた後、1週間は他の予防接種は受けられません。

集団接種

▼ポリオ

小児マヒ予防のための飲むワクチンです。

- 日程／表のとおり
- 場所／保健センター
- 受付／午後1時15分～2時
- 対象年齢／生後3か月～満7歳5か月
- 受け方／41日以上の間隔で2回服用
- 個人通知対象者／平成19年7月3日～平成20年1月2日生まれ（3月発送予定）

※対象年齢にあり、まだ2回を完了していない人や転入などで通知が届かない場合は、会場へ

ポリオの日程

第1回	第2回
4月2日(水)	6月4日(水)
4月4日(金)	6月6日(金)
4月10日(木)	6月17日(火)
4月11日(金)	6月18日(水)

ですので、投与前後30分は飲食を避けてください。

▼BCG

- 日程／表のとおり
- 場所／保健センター
- 受付／午後1時15分～2時
- 対象年齢／生後3か月～5か月
- ※生後6か月になると、市の集団接種は受けられません。各自で医療機関での接種となり料金がかかります。
- 受け方／直接BCG接種
- 個人通知対象者／各月の実施日に生後3か月を迎える人。

※生後3か月になると三種混合とポリオの通知が届きます

▼平成20年度個別接種を実施する医療機関

医療機関名	電話番号	①	②	③
館山病院	22-1122	○	○	○
赤門整形外科内科	22-0008	○	○	
青木医院	22-3805	○	○	
梅園内科医院	22-4670	○	○	
遊佐医院	22-2576	○	○	○
黒川医院	22-0520	○	○	
和田眼科医院	22-5331	○	○	○
野原皮膚科内科医院	22-0333	○	○	○
清川医院	23-7731	○	○	
本多医院	23-6630	○	○	
小林病院	27-3811	○	○	○
西岬診療所	29-0030	○	○	○
九重鈴木医院	22-9131	○	○	○
たてやま友愛クリニック	20-1200	○	○	○
原クリニック	24-5711	○	○	○
鈴木内科クリニック	22-8880	○	○	○
たてやま循環器内科外科	20-1102	○	○	○
北条病院	23-1966	○	○	○
貴家医院	22-3323	○	○	○
ファミリー産院	24-1135	○	○	○
太田整形外科医院	23-2318	○	○	○
山田医院	27-2002	○	○	○
亀田ファミリークリニック館山	20-5511	○	○	○

が、BCGを優先して受けてください。

BCGの日程

4月18日(金)
5月20日(火)
6月20日(金)
7月18日(金)
8月20日(水)
9月19日(金)

個別接種

接種場所／委託医療機関
 個人通知対象者／対象月に個人通知

①三種混合(百日咳、ジフテリア、破傷風)ワクチン

対象年齢／生後3か月～満7歳5か月

接種方法／【第1期初回】20日から56日までの間隔で3回接種 【第2期追加】第1

②麻しん風しん混合ワクチン

4月1日から、麻しん風しん予防接種の受け方が変わります。詳細は「耳より情報」をご覧ください。

対象年齢／【第1期】生後

期初回3回目終了後1年～1年半の間に1回接種
 ※三種混合予防接種は事前に接種計画を立て、接種間隔を守りましょう。

※百日咳、ジフテリア、破傷風のうち1つまたは2つの疾患にかかった場合は、三種混合ワクチンの接種が可能になりました。百日咳にかり、破傷風・ジフテリア二種混合ワクチンの接種を希望する場合は、任意接種（全額自己負担）となります。

麻しんが流行っています ～対象年齢になったら麻しん、風しんの予防接種を受けましょう。～

近年、一度予防接種を受けたことがある人が、接種後数年を経過し、麻しんや風しんを発症する例が多数報告されています。これは、一度の予防接種では、発症に対する十分な免疫が得られなかったため、または接種後、年を経て免疫が低下したためと考えられています。今までまったく麻しんや風しんの予防接種をしていない人は、任意接種（自費）することをおすすめします。

4月から、予防接種の対象者が変わります

麻しんの流行を防ぐために、13才（中学1年）と18才（高校3年にあたる人）にも麻しん、風しん混合予防接種を実施します。なるべく4～6月中旬に接種しましょう。

麻しん、風しん混合ワクチンの対象者(接種時期)

1歳	5歳	10歳	15歳	18歳
第1期 生後12か月から24か月未満	第2期 小学校就学前の1年間（幼稚園年齢）	第3期 中学1年の1年間	第4期 高校3年にあたる年の人	

平成20年4月から対象になる人

※3期、4期は平成20年4月から5年間の予定

問合せ／健康課
☎23-3113

麻しんってどんな病気？

麻しんは「はしか」とも呼ばれる急性熱性の感染症です。約10日の潜伏期の後にカタル症状（鼻汁、咳、結膜充血、めやになど）と共に38℃以上の発熱が起こります。全身性の発疹と高熱が5日くらい続きます。飛沫感染または飛沫咳感染（空気感染）で、感染力はきわめて強いです。

麻しんの予防接種を受ければ、90%以上がかからなくてすむといわれています。

風しんってどんな病気？

風しんは、発疹や発熱を伴う感染症（飛沫感染）です。1才から小学校低学年にかかる人が多い感染症です。子どもだけにかかる感染症ではなく、大人がかかると重症化することが多く注意が必要です。

毎年、初春から初夏に流行します。

12か月～24か月未満【第2期】
平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ（小学校就学前の1年間）【第3期】平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ（中学1年生の1年間）【第4期】平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれ（高校3年生などの1年間）

接種方法／それぞれ1回接種
※麻しん・風しんのどちらにかかった場合は、混合ワクチンの接種が可能となりました。単抗原ワクチン接種を希望する場合は別に予約票を発行します。

③日本脳炎ワクチン

対象年齢／【第1期】3歳～7歳5か月【第2期】9歳～12歳

受け方／【第1期初回】6日から28日までの間隔で2回接種【第1期追加】第1期初回終了後おおむね1年後に1回接種【第2期】1回接種

※国の勧告を受け、現行の日本脳炎ワクチン接種の積極的な勧奨は行っていません。流行地域への渡航など日本脳炎に感染する恐れが高く、特に接種を希望する場合は、健康課へ連絡してください。

相互乗り入れ制度

千葉県は、市外の医療機関でも予防接種を受けられる「千葉県内定期予防接種相互乗り入れ制度」を実施しています。通常、予防接種は、住所がある市町村で受けますが、県内の相互乗り入れ接種協力医療機関であれば、市外でも受けられます。

対象／市外にかりつけ医がいる人。やむを得ない事情で市内で予防接種を受けることが困難な人。

対象となる予防接種／①三種混合（百日咳、ジフテリア、破傷風混合（DPT））予防接種、②麻しん風しん混合（MR）予防接種、③単抗原麻しん予防接種、④単抗原風しん予防接種、⑤日本脳炎予防接種、⑥結核（BCG）予防接種

接種方法／県内の「定期予防接種相互乗り入れ制度」を受け入れている病院で、市が発行する予防接種予約票で接種できます。

実施医療機関は、千葉県医師会ホームページ（<http://www.chiba.med.or.jp>）で確認ください。

「保健推進員の活動」

ご存知ですか？

保健推進員は市民の健康と幸せを願い、健康で明るい家庭生活の確立のため、地域の健康づくりの身近な相談相手として、日々活躍しています。

問合せ／健康課（☎23-3113）

地区ごとに委嘱されている保健推進員は、市内全体で146人います。任期は3年で、町内会長から推薦を受け、市長が委嘱します。

保健推進員は、市が実施する母子保健、老人保健、食生活改善についての研修会で、健康に関する知識を学び、学んだことを市民へ伝えていきます。



▲「食育教育奨励賞」を受賞

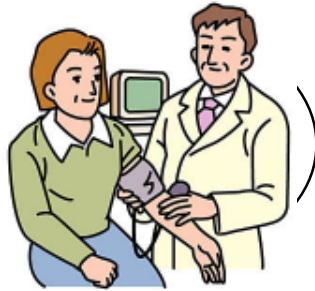
市では、小児期からの生活習慣病対策を実施しています。その一環として中学生を対象に、保健推進員による食育授業（ヘルスサポーター21事業）を平成14年度から実施しています。その予防対策の効果があらわれ、各方面で注目されています。

これまでも市の保健推進員の活動は高く評価されてきましたが、本年度、学校保健と保健推進員の協働による生活習慣病予防の地道な取組が認められ、安房地域食育フェア2007で「食育教育奨励賞」を受賞しました。

現在、保健推進員は全て女性で、任期は今年の3月末日までです。4月からは新しい推進員が地域の健康づくりを目指して活動を開始します。

こんな活動をしています

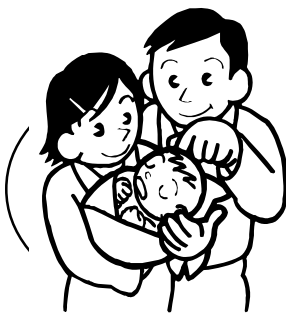
総合検診PR、協力



乳幼児や高齢者の家庭訪問等



こんにちは、赤ちゃん訪問(2か月児訪問)



おやこ食育教室、離乳食学級、幼児学級等への協力



ヘルスサポーター21事業（生活習慣病予防教室）開催



郷土料理「おらがごっつお（我が家のごちそう）」の伝達





▶「おらがごっつお」の伝承



▶手軽にできる運動の講習会



▶中学校での食育授業



▶食事バランスガイドでおやつを取り方を伝授

保健推進員の活動のひとこま

館山の推進員の活動は 県内でもトップレベル



▲館山市保健推進協会の鈴木静子会長

保健推進員として地域の代表として、誇りを持って活動してきました。長く推進員をやっていますが、地区の人たちとの交流が、自分の勉強にもなりました。「ヘルスサポート21事業」が始まり、中学生、高校生も対象に活動できるようになり、学生と交流できるようになって楽しかったですね。

委嘱替えのときには、区長さんをお交えて懇談会を開催して、次期の活動に生かしています。館山市の保健推進員の活動は、質・量ともに県内でトップクラスなんです。

任期の3年は、あつという間に過ぎてしまいます。個人情報取り扱いに気をつかうこともありますが、推進員の仲間になって、楽しく、地域の人とのふれあいを大事に活動してもらいたいですね。

「保健推進員って、思ったより楽しい」

1年目は覚えることも多く大変でしたが、2年目以降は、覚えたことを教える余裕ができました。自分のためではなく、人の役に立てればと市とのパイプ役に積極的に取り組みんでいます。

保健推進員になってからは、テレビ番組で生活習慣病などについて見聞きするのにも、関心を持って観るようになりました。

最初は緊張しましたが、新しい仲間もできて、協力してやっていると、楽しくなってきました。推進員は年齢の幅があり、年上の方は上の方の、若い人は若い人のよさがあり、それが学べる。最初はやり慣れない「講師」なども、慣れてしまえば大丈夫。推進員になって、一緒に活動しましょう。(山田公子さん)



▲山田公子さん (北条支部)



▲加藤里美さん (豊房支部)

保健推進員になってみるまでは、どんなものか分かりませんでした。子どもがちょうど中学に入学して、親としてではなく、中学生への食育授業の講師として普段と違った関わり方ができてよかったです。なと思っています。

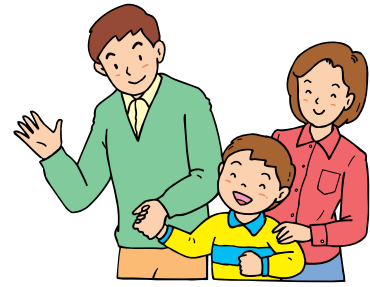
私は、担当地域の方と親しくあいさつをすることを心がけてきました。

保健推進員は、さまざまな年齢層の人がいます。みんな一緒にやって相談しながら楽しく活動することができました。

学校で生徒に教えることも最初はどきどきしますが、構えたりせずに活動してもらいたい。その体験から多くのことを学び、自分にもかえってくるものがたくさんあります。たくさんの人に保健推進員をやってもらいたいと思います。(加藤里美さん)

人生の節目には、年金の届出を！

就職、退職、結婚など人生の節目には、年金にも届出が必要です。届出を忘れると、将来受け取る年金が少なくなったり、もらえなくなってしまう場合があります。届出には印鑑や年金手帳のほか添付書類が必要な場合があります。事前に確認してください。



問合せ／木更津社会保険事務所 (☎0438-23-7615)
 保険給付課 (☎22-3418)、市民課 (☎22-3414)

こんなとき	どうする	届出先
国民年金に加入・種別変更		
20歳になった	国民年金に加入の手続き	第1号被保険者→保険給付課 第3号被保険者→配偶者の勤務先
会社を退職した	国民年金に加入の手続き (被扶養配偶者も同様)	市民課
結婚や退職などで配偶者の扶養になった	第3号被保険者への種別変更の手続き	配偶者の勤務先
配偶者の扶養からはずれた	第3号被保険者から第1号被保険者への種別変更の手続き	市民課
配偶者が会社をかわった	引き続き第3号被保険者となる手続き	配偶者の新しい勤務先
年金手帳をなくした	再交付の手続き	第1号被保険者→保険給付課 第3号被保険者→社会保険事務所
保険料を納める		
口座振替を開始・停止・変更する	口座振替納付(変更)申出書を提出	銀行・郵便局・農協・漁協・信用金庫・信用組合・労働金庫・社会保険事務所
クレジットカード納付を開始・停止・変更する	クレジットカード納付(変更)申出書を提出	社会保険事務所
納付書を紛失した	納付書の再発行	社会保険事務所
保険料を納めることが困難	全額または半額免除等の申請 学生納付特例の申請	保険給付課
年金をもらう		
65歳になった	老齢基礎年金の受給手続き	第1号被保険者期間のみ→保険給付課 第3号被保険者期間を含む→社会保険事務所
障害を持った	障害基礎年金の受給手続き	初診日に第1号被保険者→保険給付課 初診日に第3号被保険者→社会保険事務所 20歳前に障害を持った場合→保険給付課
死亡した	国民年金加入中→遺族基礎年金・寡婦年金・死亡一時金の請求	保険給付課
もらう年金をふやす		
定額以上の保険料を納めたい	付加保険料の手続き 国民年金基金に加入	保険給付課 国民年金基金へ (☎0120-65-4192)
海外に居住する	任意加入の手続き	最終住所地に協力者がいる→保険給付課 最終住所地に協力者がいない→社会保険事務所
60～65歳になるまで	高齢任意加入の手続き	保険給付課

第1号被保険者／自営業者や農漁業などの人とその配偶者や学生、アルバイトの人
 第2号被保険者／会社員や公務員などの厚生年金や共済組合などに加入している人
 第3号被保険者／厚生年金や共済組合などに加入している夫(妻)に扶養されている妻(夫)

4月から後期高齢者医療の保険料が 年金から天引きに

75歳（一定の障害がある人は65歳）以上の人を対象とした後期高齢者医療制度では、平成20年4月から保険料の年金からの天引き（特別徴収）が開始されます。対象者は次の2つの条件を満たす人です。

- ① 被保険者が年額18万円以上の年金をもらっている場合
- ② 被保険者の介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が、年金支給額の2分の1を超えない場合

年金から天引きされる対象者は、4月上旬、賦課総額と各期ごとの納付額をお知らせします。



なお、被用者保険の被扶養者は新たに保険料を負担することになるので、平成20年4月から9月までは保険料負担を凍結し、10月から平成21年3月までは保険料負担を9割軽減します。年金からの天引きは平成20年10月からとなります。

また、年金を受給していないなどの理由で年金からの天引きができない場合は、納付書により納付してもらうことになります。保険料の納期は、7月から翌2月までの各月、年8回となります。

問合せ／保険給付課（☎22-3418）

木更津社会保険事務所の出張年金相談

木更津社会保険事務所による平成20年度年金出張相談の日程は、表のとおりです。年金相談を希望する人は、各月の予約受付開始日以降に、市保険給付課へ申し込んでください。予約をしないと、相談は受けられません。

日程／表のとおり
時間／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／原則相談月の前月初日（表のとおり）。4月分は、3月10日

毎月2回実施

平成20年度は、社会保険事務所の年金相談のほかに、社会保険労務士による年金相談を実施します。相談は月2回の予定で、今後の日程は、本



（月）受付開始。定員に達し次第、受付を終了します。
予約受付時間／平日午前8時30分～午後5時

予約方法
／電話か保険給付課窓口で受け付けます。その際、相談者の氏名、生年月日、住所、基礎年金番号、相談の概

平成20年度年金相談の日程	
年金相談日	予約受付開始日
4月17日（木）	3月10日（月）
5月15日（木）	4月1日（火）
6月19日（木）	5月1日（木）
7月17日（木）	6月2日（月）
8月21日（木）	7月1日（火）
9月18日（木）	8月1日（金）
10月16日（木）	9月1日（月）
11月20日（木）	10月1日（水）
12月18日（木）	11月4日（火）
1月15日（木）	12月1日（月）
2月19日（木）	1月5日（月）
3月19日（木）	2月2日（月）

要、電話番号を伝えてください。
問合せ／保険給付課（☎22-3418）

社会保険労務士による年金相談

紙各月15日号で毎月お知らせします。

相談は予約制です。相談を希望する人は、予約開始日以降に市保険給付課へ申し込んでください。

相談日／4月10日（木）、24日（木）
時間／午前10時～午後3時
場所／館山市役所
定員／各日10人

予約受付開始日／3月10日（月）

予約方法／電話または保険給付課窓口で相談希望者の氏名、生年月日、住所、基礎年金番号、相談概要など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。

問合せ／保険給付課（☎22-3418）

ベリンハム市との交流 姉妹都市締結から50周年

館山市とベリンハム市（アメリカ合衆国ワシントン州）が、1958年（昭和33年）7月11日に姉妹都市関係を結んでから、今年で50周年を迎えます。

ベリンハム市とは、半世紀にわたり文化、教育、スポーツなど様々な分野で幅広い交流が行われてきました。海外都市との姉妹都市締結

としては、千葉県内では初めて、全国でも11番目であり、国内での姉妹都市交流の先駆者的な役割を果たしてきました。

交流の写真を 探しています

市は、姉妹都市50周年記念事業実行委員会を設立し、来年度開催予定の記念事業の準備を進めています。実行委員会では、市民の皆さんが持っているベリンハム市との交流を記録した写真を集め、記念事業に活用したいと考えています。

写真を持つている人は、写真の裏面に住所、氏名、連絡先、撮影日時、場所、写真の説明を記載し、市企画課へ持参またはご連絡ください。

問合せ／〒294-8601
北条1-145-1 企画課
（☎22-3163）

洲崎婦人消防隊 可搬消防ポンプを貸与

「安全で安心なまちづくり」を目指す館山市は、宝くじの普及広報事業費を財源とした（財）日本消防協会の「女性消防隊による安全で災害に強い地域づくり推進事業」を活用し、可搬消防ポンプやヘルメットなどの消防資器材を購入、洲崎婦人消防隊に貸与しました。

市役所4号館駐車場で行われた貸与式では、金丸市長が

「火災をはじめ、あらゆる災害に備えて、有事の際には有効に活用して欲しい」と鈴木



▲貸与された可搬消防ポンプ



▲安房高剣道部

3月に開催される全国高校剣道選抜大会と選抜高校野球

安房高剣道部・野球部が健闘を誓う

全国の舞台でがんばります



▲安房高野球部

大会への出場が決まった県立安房高等学校の剣道部と野球

部が青木寛校長らと市役所を訪れ、金丸市長に出場を報告しました。金丸市長が「日本中の安房高OB、県南の人々が、皆さんの活躍を喜び、期待しています」と激励すると、剣道部の米村浩司主将は「自分たちが頑張れるのも地域の皆さんの応援のおかげです。優勝めざしてがんばりたい」、野球部の岩澤寿和主将は「たくさんの人に支えられて野球ができる。どんなときもそれを忘れずに、恩返しできるようにがんばります」と晴れの舞台での健闘を誓いました。



▲実際に放水を行う洲崎婦人消防隊のみなさん

澄隊長へポンプなどが引き渡されました。鈴木隊長は、「心を新たに、地域防災活動に励みます」と話し、早速、実際に放水を行い、ポンプの操作方法などを学びました。平成元年に、日中の男子不足を留守を預かる家庭の主婦らで補おうと結成された洲崎婦人消防隊の隊員数は、現在20人。自主防災組織として、定期的に放水試験を行ったり、年末特別警戒や地元消防団と連携した訓練などを行い、地域防災のリーダーとして活躍しています。

問合せ／社会安全課（☎22-3442）

ニューヨーク在住のシルト夫妻 市内全小学校へAEDを寄附

市教育委員会は、館山市出身で現在ニューヨーク在住の田村シルト芳子さんと夫のティム・シルトさんからAED（自動体外式除細動機）の寄附を受け（11台、30万円相当）、市内の全小学校へ設置しました。

シルト夫妻には、以前から市内の小中学校へ楽器や液晶プロジェクトターなどを寄附していたため、今回の寄

附によって、行事のたびに中学校から借用していたAEDが全小学校に配備されました。

教育委員会は、市内全小学校の教員を対象に、AEDの使用方法などを学ぶ普通救命講習会を開催しました。今後講習会などを実施し、万一の事態に備えていきます。

問合せ／教育総務課（☎22-3685）

平成18年度の決算書を閲覧

安房郡市広域市町村圏事務組合

安房郡市広域市町村圏事務組合の平成18年度決算書が閲覧できます。同組合は、安房の4市町で構成し、館山市は8億7千81万1千円の負担金を支払いました。

組合の仕事は、①市町村圏の振興整備に関する計画の策定及び連絡調整、②粗大ごみ処理施設の設置、管理及び運営、③火葬場の設置、管理及び運営、④消防事務（消防団

事務を除く）及び救急業務、⑤関係市町の職員の共同研修及び統一採用試験、⑥特別養護老人ホームなどへの一部助成、⑦地域救急医療、⑧ごみ処理広域事業に係る調査及び連絡調整です。

閲覧場所／市役所玄関ロビー広報ボックス
問合せ／安房郡市広域市町村圏事務組合（☎22-5633）

「市民の意見を聞く会」の開催結果

市長が市民の目線に立つて、広く皆さんから意見を聞き市政運営の参考にしようとして、昨年6月から11月まで市内各地で18回の「市民の意見を聞く会」を開催し、727人の参加がありました。その中で出された意見のうち、対応可能な項目については、速やかに対応しました。

蓄についての提案、防災行政無線が聞こえないなどの苦情と増設要望など。

市民課窓口の混雑や対応に関する苦情、市職員の意識改革への提案など。

「多目的観光棧橋」建設に関して環境や市の財政への影響に対する疑問、周辺施設の利活用や地域振興に役立てるための提案など。

「地域医療」小児医療・高齢者医療・介護保険事業に対する要望や安房医師会病院をはじめとした救急医療体制についての要望など。

【観光振興】

海をはじめとした自然環境・神社仏閣・農林水産資源などを活用した観光振興策の提案やDCKキャンペーンの反省や提案など。

「排水対策」雨水排水に関する水害対策への要望や生活排水に関する要望など。

【防災施策】

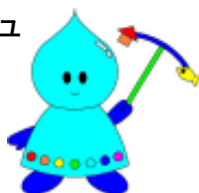
災害時避難場所の増設や備

【市職員】

問合せ／企画課（☎22-163）

下水道 水も地球も リフレッシュ

供用開始から 3年以内に接続を



市は、市の財産であるきれいな海や川を守り、美しい自然にふさわしい街づくりや、快適で過ごしやすい居住環境をつくり、更には観光の発展を促進させるために公共下水道の整備を推進しています。

公共下水道供用区域内に住んでいる人で、まだ公共下水道に接続していない人は、すみやかに接続してください。公共下水道への接続は、供用開始区域となってから3年以内に行うのが原則です。接続には、各家庭での排水設備工事費の負担を伴いますが、ご協力をお願いします。

接続工事は市指定工事店で

供用開始3年以内の接続工事には、補助金の交付制度があります（ただし、新築は対象外）。排水設備工事は、市指定の業者で行います。詳細は、下水道課へ問い合わせてください。

問合せ／下水道課（☎22-3661）

参加団体募集!

第12回 しおさいコンサート

「第12回しおさいコンサート」に参加する合唱団や合唱サークルを募集します。

各団体ごとに曲目を発表し、最後に館山市民オーケストラの伴奏で合同合唱を行います。

公演日時／6月15日(日)
午後1時開演

場所／千葉県南総文化ホール 大ホール

演奏時間／1団体8分以内
参加費／1団体5千円と参加者1人あたり1千500円を参

加人数分

※高校生以下で個人参加の場合
合は無料

合同合唱曲／『レクイエム』より(モーツァルト作曲)、ふるさと

締切／3月31日(月)

申込方法／「しおさいコンサート参加希望」とし、団体

名、参加人数、代表者、代表者住所、電話番号を明記し、ハガキかFAXで申し込んでください。

問合せ・申込み／〒294-0

予備自衛官を募集

館山募集事務所は、予備自衛官を募集しています。

普段は社会人や学生であっても、災害時などには自衛官として社会のために貢献する新しい制度です。公募には、一般公募と語学や情報処理などの技能を身につけた技能公募があります。

応募資格／自衛官未経験者

(自衛官であった期間が1年未満の人も含む。)

【技能公募】18歳以上で、保有する技能に応じ53歳から55歳未満の人

【一般公募】18歳以上34歳未満の人

受付期間／4月14日(月)まで(必着)

試験日／4月19日(土)、20日(日)、21日(月)のいずれか1日を指定。

処遇内容／教育研修手当

(月額)7千900円
研修日数／

【技能公募】2年以内に10日
【一般公募】3年以内に50日

問合せ／防衛省自衛隊千葉地方協力本部館山募集事務所
(☎22-0385)



超高速ジェット船の塗り絵

3月30日まで季節運航中

客船等歓迎委員会(会長:鈴木保)は、館山と伊豆大島・下田を結ぶ超高速ジェット船「セブンアイランド」(所有運航:東海汽船(株))の



▲超高速ジェット船

季節運航(2月2日~3月30日)にあわせて、『超高速ジェット船「セブンアイランド」塗り絵作品』を募集します。

塗り絵の用紙は、みなとまちづくり課(市役所本館3階)と館山市観光協会(JR館山駅)で配布しています。

応募期間／2月25日(月)~3月31日(月)

問合せ・提出先／みなとまちづくり課(☎22-3606)

あわ夢まつりのボランティアスタッフ

あわ夢まつり実行委員会(委員長松苗禮子)は、6月8日(日)に千葉県南総文化ホールで開催される「あわ夢まつり」のボランティアスタッフを募集します。

役割(人数)／①裏方スタッフ(舞台監督・照明・音響など10人)、②表方スタッフ(受付・案内・会場・配食

など20人)、③保育ボランティア(保育資格・看護師資格を持つている人5人)

条件／①6月7日(土)午前10時から午後4時、6月8日(日)午前9時から午後5時

時まで協力できる人。②年齢は問いません。中高生可。③無報酬です。

申込方法／ハガキに希望する役割と住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入して申し込んでください。

締切／4月30日(水)

問合せ・申込み／〒294-0

045 北条1922-6

松苗禮子(☎22-6790)



ほら、そこにも悪質商法 24

消火器の悪質訪問販売・点検にご注意！

最近、各地で悪質な消火器の訪問販売や訪問点検による被害が多発している。市内でも同様の被害が報告されています。不適切な点検を行う業者の口は巧妙で、高額で消火器を販売したり不適切な点検を行い高額の金額を請求したりします。

「対応のポイント」

女性やお年寄りしかいない日中などに、「消防署の方から来ました」とか、「法が改正されて一般家庭にも消火器の設置が必要ですよ」と、設置義務のない一般家庭に言葉巧みに高額な消火器を販売します。

- ・ 消防署では、消火器の斡旋・販売や点検は一切行いません。
- ・ 法律では一般家庭に消火器の設置義務はなく、また消火器を点検する義務もありません。(ただし、消火器の有効期限切れにはご注意ください。)
- ・ 不要な購入や点検は、はつきりと断りましょう。

※不適切な点検や高額請求をする点検業者が、居直ったり、脅迫的な言動に出た場合は、近くの警察署、消防署に通報してください。
※消火器の点検は、消防設備士または消防設備点検資格者に依頼しましょう。

問合せ／商工観光課 ☎22-3362

【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 8:30～17:30 (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33 館山市図書館 (☎22-0701)

3月の休館日

3/3、10、17、24、28、31

☆赤ちゃんにも絵本を—おすすめ絵本のリストを作成

図書館では、赤ちゃんとおうちの方が絵本を通して楽しいふれあいのひとときを持ってほしいと願い、ブックリスト「赤ちゃんのためのおすすめ絵本(0・1・2歳)」を作成しました。どんな本を読んであげたらいいのかわからない、親子で一緒に楽しめる本はないかしら、と思っただけならぜひ参考してみてください。リストは図書館で配布しています。また、赤ちゃんにも図書館利用券を作れます。赤ちゃんと一緒に図書館へどうぞ。

3月のおはなし会

幼児向け 3/7(10:30から)
児童向け 3/1、8、15、22日
(14:00から)



☆登録情報に変更はありますか？

図書館利用券を持っているけど、住所や電話番号の変更手続きはしていない・・・こんな方は、図書館カウンターで変更手続きをお願いします。(インターネットからは住所・電話等の登録情報の変更はできません。なお、メールアドレスとインターネット予約用のパスワードはインターネットからのみ変更可能です)

▽図書館司書から今月のおすすめ本

「桜あそび」 岡村比都美著 WAVE出版

3月のはじめ頃から4月の終わりまで楽しむことができる桜の花。代表的なのは4月上旬に咲く染井吉野ですが、ほかにもさまざまな品種、さまざまな色の桜が花を咲かせているのです。見て楽しむだけでなく、育てて、食べて、作って楽しむこともできる、この本にはそんな桜のあそび方がいろいろ紹介されています。今年の春はいつもと違う視点で桜を楽しんでみませんか？



最近の新作図書より

(◆児童室 ★ティーンズコーナー)

- 『フロイトで自己管理』 齋藤孝/角川書店
- 『銭湯遺産』 町田忍/戎光祥出版
- 『図解・船の科学』 池田良穂/講談社
- 『失われた愛を求めて』
吉井和哉/ロッキング・オン
- 『短歌の友人』 穂村弘/河出書房新社
- 『和菓子のほん』 中山圭子/福音館書店 ◆
- 『親子であそぶたのしいきりがみ』
小林一夫(監修)/池田書店 ◆
- 『ちいさくても大丈夫』
ロベルト・カルロス/集英社 ◆
- 『ほんとはこわい「やさしさ社会」』
森真一/筑摩書房 ★
- 『ウルフィーからの手紙』
パティ・シャーロック/評論社 ★

2月25日、館山地区で伝承されている「柏崎の御船歌」と「新井の御船歌」の二つの御船歌が、市文化財（無形民俗文化財）に指定されました。

現在、市内では3カ所で御船歌が伝承されていますが現在も上演されているのは柏崎と新井だけです。館山市に伝承されてきた風俗習慣のうち、典型的な生活文化の特色を示す財に指定されたものです。

柏崎では國司囃子保存会鈴木木義則会長を、新井では新井船歌保存会（森田富三明奉行）を組織して御船歌を上演し、伝承しています。



▲後継者の育成について意見を交換する両保存会のみなさん

「平成3年に歌方が2人になってしまい、1年間だけ録音したテープを流してお船を曳き回したことがありました。子ども頃は御船歌が早く終わればいいのにも思っていました。テープを流してお船を曳いたのでは味気なく、御船歌はなければならぬと実感しました」と、國司囃子保存会会長の鈴木さん。

「昭和33年頃にお船手が少なくなってしまう、もう歌えないということがありました。それでは祭りができないということで、テープに録音して、それを流してお船を曳き回しました。こんなことではいけないと、今の（保存会）メンバーが集まりました」と新井船歌保存会奉行の森田さん。

二つの御船歌とも、消滅の危機を経験し、かえって、伝承していかなければいけないという意識を強くしています。市文化財の指定を機に、伝承者を特に若い伝承者を増やしていかなければならないと決意を新たに、練習の内容などについて意見を交換しています。



館山の戦争遺跡⑫
洲崎第一砲台跡
その3

洲崎第一砲台など砲塔砲台の建設は、旧陸軍と旧海軍の協働により実現しました。

陸軍は、まず海軍の動力式砲塔を学習することから始めたといえます。動力式の砲を装備するのは、はじめての経験でした。

旧海軍の大型砲塔は、動力を水圧で得ていました。そのため砲塔砲台には、駆動用の水圧を発生させる発動機、蓄



▲洲崎第一観測所跡に残る半地下式の施設跡

力機（コンプレッサー）などが必要でした。

洲崎第一砲台の砲塔は、東京湾要塞の最前線にあることから、敵艦の砲弾の命中と約1トンの巨弾発射時の反動にも耐えることができるように、3.5メートルもの厚さの鉄筋コンクリートで覆われた構造でした。

砲塔の地下部の深さは13.8メートルで、1メートルの厚さの間仕切りにより、各部屋が設けられました。戦闘配置時、180発の砲弾が備蓄され、砲塔の旋回・大砲の上下の動き・発射は、水圧コックの開閉により行われました。

敵の艦船をみつけるための観測所は、砲台の西方、伊戸の坊の山、西川名の前山、洲崎の御手洗山の3カ所に設けられました。観測所には、地下式または半地下式のコンクリート施設がつくられ、88式海岸射撃機が据えつけられました。

昭和6（1931）年、洲崎第一砲台の試験射撃が実施され、設計者の浄法寺朝美氏は当時の様子を、「発射の火焰・物凄い爆風・巨大な砲身の振



▲洲崎第一砲台跡に残る構築物（平成14年5月撮影）

動・大島水域への着弾と反跳の水煙など、今でも眼前に彷彿とすると『日本築城史』に記しています。

昭和9年、砲台が置かれた台地上にスギなどの常緑樹を植え、周辺の山林に連なるよう偽装工事がおこなわれ、洲崎第一砲台は完成しました。しかし当時、戦術や航空機など兵器の進歩が急速に進んでいたなかで、完成時にはすでに旧式化していました。

洲崎第一砲台の建設には、多大な手間と日数がかかりましたが、実戦には使われたことがなく、昭和20年の終戦後、米軍により破壊されました。

市立博物館の休館日

3月3日、10日、17日、24日、31日



再生紙