

2010

6 / 1

たん暖たてやま



●5月1日の人口/総人口50,200 (23)
 男 24,188 (42) 女 26,012 (▲19)
 世帯数 22,435 (63) ()内は前月比

お知らせ
 ・応援します！高齢者の生きがいづくり

シラキ
市民 第19回全国高等学校剣道選抜大会男子剣道部

今 房総の風となり この一瞬に輝きを

ゆめ半島
千葉国体
 2010

軟式野球 H22.9.26-27 *千葉県立船山運動公園*
 剣道 H22.10.2-4

子ども手当

受給のための手続きの確認を

4月から子ども手当制度が始まりました。対象となる子どもがいる場合は、受給のための手続きの確認を行ってください。

児童手当の対象だった子どもがいる人／児童手当から子ども手当に自動的に移行した人は、6月に現況届の提出が必要です。これま

で市から児童手当を受給していた人で、手続きが必要な人については、個別に通知しますので、必要な書類を確認の上、期日内に手続きをしてください。

中学2、3年生の子どもがいて何も手続きをしていない人／新たに子ども手当の支給対象になる子どもが



いる人は、認定請求または額改定請求の手続きが必要です。9月末までに手続きをしないと、4月にさかのぼっての支給（出生や4月以降の転入は除く）を受

けられません。まだ手続きをしていない人は、期限内に必ず手続きをしてください。

転入した人や子どもが生まれた人／転入や出生の場合は、手続きをした日の翌月分からは支給の対象になります。手続きが遅れると手当を受け取れない期間が発生する場合がありますので、早めに手続きをしてください。なお、公務員の場合は勤務先で手続きをしてください。

■支給の確認は通帳で

平成22年2、3月分の児童手当、4、5月分の子ども手当を6月10日（木）に支給する予定です。個別通知は行わない予定です。通帳で金額を確認してください。

※4月分からの子ども手当は対象児童1人当たり一律月額1万3千円です。

提出・問合せ／こども課
(☎22-3496)



守ろう!電波のルール

総務省では、6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動や不法無線局の取り締まりを強化します。

ルールを守らない不法な無線局は、テレビ・ラジオ放送、携帯電話などの身近なものから、警察・消防・救急用無線などの人命に関わる重要な無線に対して混信・妨害を与えるなど、私たちの生活や安全を脅かします。

安全で豊かな社会を実現するために、電波はルールを守り、正しく使いましょう。

問合せ／関東総合通信局（不法無線局による混信・妨害 ☎03-6238-1939、テレビ・ラジオの受信障害 ☎03-6238-1945、地上デジタル放送の受信相談 ☎03-6238-1944）

補助金の受付を開始

住宅用太陽光発電システム設置

市では、住宅用太陽光発電の普及・促進を図るため、平成21年度から実施している住宅用太陽光発電システム設置への補助について、平成22年度の申請受付を開始します。詳しい要件については環境課へ問い合わせてください。

補助対象者／市内の自ら

居住する住宅を対象とする発電システムを新たに設置するか、未使用の発電シス

テムが設置された住宅を購入し、余剰電力を電力会社へ販売する契約を締結する人

補助対象設備／4月1日以降に着工した設備

補助金の額／太陽光発電システムの出力1キロワットあたり2万円、最大8万円まで

※太陽電池の最大出力に2万円を掛けた額（千円未満切り捨て）が補助金にな



ります。

受付開始日／6月1日

(火)

問合せ／環境課 (☎22-3352)

市県民税第1期の納期限は6月30日（水）です。
問合せ／税務課納税推進室 (☎22-3257)

日本脳炎予防接種を実施

平成17年5月30日から積極的勧奨を差し控えていた日本脳炎の定期予防接種について、第1期の標準年齢（3歳から7歳5か月まで）

の人を対象に、新ワクチン（乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン）による接種を再開します。

ただし、今年度はワクチン供給量を考慮して、今年度3歳になる幼児の初回接種について積極的勧奨を行います。

また、すでに第1期の標準年齢に達している人で接種を希望する場合は、予約票を郵送しますので、医療機関へ予約してから健康課へ連絡してください。

なお、積極的勧奨の差し控えが続いたことにより接種機会を逸した人や、第II期の標準年齢（9歳から12歳まで）の人の接種については、現在、国で検討中です。国からの通知があり次第お知らせします。

日本脳炎予防接種についての詳しい情報は、国

▼日本脳炎予防接種の実施医療機関

	医療機関名	電話番号
1	天野クリニック	20 - 5955
2	安房地域医療センター	25 - 5111
3	太田整形外科	23 - 2318
4	亀田ファミリークリニック館山	20 - 5511
5	貴家医院	22 - 3323
6	清川医院	23 - 7731
7	九重鈴木医院	22 - 9131
8	小林病院	27 - 3811
9	鈴木内科クリニック	22 - 8880
10	たてやま循環器内科外科	20 - 1102
11	たてやま友愛クリニック	20 - 1200
12	山田医院	27 - 2002
13	西岬診療所	29 - 0030
14	野原皮膚科内科医院	22 - 0333
15	原クリニック	24 - 5711
16	ファミリー産院	24 - 1135
17	北条病院	23 - 1966
18	和田眼科医院	22 - 5331

安房健康福祉センター（安房保健所）では、平日に検査を受けられない人のために休日エイズ検査を実施します。

感染したのではないかと思われる日から、3か月以上経過してから検査を受けてください。結果は、1〜2時間後に判明します。

検査は無料・匿名で受けられます。プライバシーは

守られますので、安心して利用してください。

日時／6月6日（日）、11月28日（日）両日とも午前10時〜正午

場所／安房健康福祉センター

申込み・問合せ／安房健康福祉センター健康生活支援課（☎22-4511）

休日エイズ検査（予約制）



立感染症研究所感染症情報センターのホームページ（<http://idsc.nih.go.jp/disease/JEncephalitis/index.html>）に掲載しています。

●日本脳炎ワクチン（乾燥細胞培養日本脳炎ワクチン）対象年齢／第1期初回・追加（3歳から7歳5か月まで）

受け方・回数／【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

通知方法／【今年度3歳になる人】3歳になった翌月の月上旬に市から通知します。【3歳から7歳5か月までの人】希望者は医療機関へ予約してから健康課へ連絡してください。後日通知します。

問合せ／健康課（☎23-3113）

労働保険料の申告・納付はお早めに

年度更新の手続きは、平成21年度の概算保険料を精算する「確定申告」と、平成22年度の見込み保険料（概算保険料）を申告するものです。

申告・納付は、最寄りの金融機関を通じて、早めに手続きを行いましょう。

問合せ／千葉労働局労働保険徴収課（☎043-221-4317）



応援します！ 高齢者の生きがいづくり



■シルバー人材センターを支援

市では、シルバー人材センターに対し支援をしています。

シルバー人材センターは、定年退職者などの高齢者に、そのライフスタイルに合わせた「臨時的かつ短期的またはその他の軽易な就業」を提供するとともに、ボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加を通じて、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現と、地域社会の向上、活性化に貢献しています。おおむね60歳以上の方が入会できます。

主な仕事／①軽作業の分野（草刈り、草取り、清掃、商品の発送）、②外務の分野（広報紙の発送、チラシの配布）、③サービスの分野（犬の散歩、植木の水やり、蛍光灯の取り替え）、④管理の分野（自転車の整理）、⑤技能の分野（植木の手入れ、網戸・障子・フスマの張り替え、ペンキ塗り、簡単な補修、出張の着付け、美容）、⑥事務の分野（一般事務、筆耕、宛名書き）

問合せ／（社）館山市シルバー人材センター（☎27 - 2799）

…入会説明会を開催中…

シルバー人材センターでは、入会を希望する人を対象に、入会説明会を開催しています。説明会では、センターの目的、働く仕組み、安全で適正な就業などについて事務局から1時間程度説明した後、入会を受け付けます。

日時／偶数月の第3水曜日、9:30～

場所／若潮ホール

対象／市内在住のおおむね60歳以上の人

持ち物／筆記用具、顔写真（2.5 cm×3 cm程度）1枚、会費（2,000円）、認印、官製はがき1枚、郵便局の通帳（センターからの振り込み用）

■老人福祉センターを運営

市では、高齢者の健康の増進、教育の向上とレクリエーションのための活動の場として、老人福祉センターを運営しています。センターは湊と出野尾の2か所に設置され、老人クラブ活動や囲碁、将棋、民謡などの趣味クラブなどの活動の場として利用されています。

設備／【湊】大和室（200～250人）1室、和室（30～40人）3室、男女浴室、図書室など【出野尾】和室・集会教養娯楽室（50人）、男女浴室など

開館時間／9:00～16:00

休館日／毎週月曜日、国民の祝日の翌日、年末年始（12月29日～1月3日）

利用料／市民で満60歳以上の人・老人クラブ会員の人は無料、市民で満60歳未満の人は150円、市外居住者は300円、小学生以下は無料

問合せ／【湊】館山市老人福祉センター（☎22 - 5234）【出野尾】館山市出野尾老人福祉センター（☎23 - 4405）

高齢者等配食サービスの利用料が450円に変更となります

市の配食サービスは、平成9年1月に開始して以来、現在まで1食あたりの利用料を300円で提供してきました。しかし、現在の1食あたりの食材料や調理にかかる費用を考慮し、見直しを行った結果、このたび利用料を変更することになりました。

変更後の利用料は1食あたり450円で、7月配食分から変更になります。ただし、市民税非課税世帯と生活保護世帯については、今までどおり1食300円では変更はありません。

問合せ／福祉課（☎22 - 3487）

…高齢者等配食サービスとは？…

調理が困難な高齢者に昼食を配達しながら、安否確認を行うサービスです。月曜から金曜まで（年末年始を除く）の希望する曜日に業者が配達します。

対象者／老衰、心身の障害、傷病などの理由により食事の用意が困難な高齢者や心身障害者で、近隣に扶養義務者が居住していなかったり、居住していても食事の提供が受けられない状況にある高齢者や心身障害者のみの世帯

利用料（1食あたり）／【6月分まで】300円【7月分から】450円

※市民税非課税世帯、生活保護世帯については今までどおり300円です。

千葉県警察官採用試験



平成22年度第2回千葉県警察官採用試験を実施します。

募集期間／7月1日(木)～8月10日(火)

試験日／【第1次】9月19日(日)

【第2次】10月中旬～下旬

最終合格発表／12月中旬

採用予定者数／【警察官A男性】70人程度【警察官B男性】115人程度【警察官B女性】35人程度

問合せ／館山警察署警務課 (☎23-0110)

介護員養成研修

2級課程



介護員2級養成研修を開催します。応募者の中から書類選考により24人が受講生となります。

受講期間／【講義】7月3日(土)～10月17日(日)の毎週日曜日と隔週土曜日【実習】10月18日(月)～11月19日(金)期間中5日間【修了】11月27日(土)

場所／介護老人保健施設 赤門なのはな館

受講料／60,000円(テキスト代を含む)

申込方法／受講申込書を持参または郵送により提出してください。

※受講申込書は赤門整形外科内科、赤門なのはな館の受付カウンターと慶勝会管理部にあります。

申込締切／6月14日(月)当日消印有効

申込み・問合せ／〒294-0034 沼1604 医療法人社団慶勝会管理部 (☎25-7300)

動物の正しい飼い方推進月間

6月は「動物の正しい飼い方推進月間」です。次のことに注意して、動物を適切に飼いましょう。

◎動物を飼う前に、動物を飼うことができる環境であるかどうか、よく考えましょう。

◎ペットショップなどで動物を選ぶときは、世話の方法やかかりやすい病気など、特徴を確認しましょう。

◎動物に起因する感染症を

予防するために注意を払いましょう。また、過剰な接触は控え、動物に触つたら必ず手を洗いましょう。

◎動物には、迷子札やマイクロチップをつけるなどして飼い主が分かるようにしましょう。特に、飼い犬については、首輪などに登録鑑札と狂犬病予防注射済票をつけることが狂犬病予防法で義務付けられています。

◎犬の放し飼いは禁止されています。犬を運動させる場合は、犬を制止できる人が短い引き綱で行いましょう。

◎猫は屋内で飼いましょう。猫による他人への迷惑を防止でき、また、病気や交通事故などの危険から猫を守ることもできます。

◎公の場所や他人の敷地内で、犬や猫に排泄させるような迷惑行為はやめましょう。犬や猫には、排泄場所などのしつけをすることができます。

◎適正に飼うことができない子犬・子猫を増やさないために、不妊去勢措置をし

ましょう。

◎動物は責任を持って最後まで面倒を見ましょう。どうしても飼えなくなった場合は、新しい飼い主を探してください。見つからない場合でも、絶対に動物を捨てずに、動物愛護センターなどに相談してください。

◎愛護動物を虐待したり、捨てたりすると、法律により罰せられる場合があります。

◎犬や猫の引き取りには、生後91日以上の子犬や子猫は1頭につき2千円、生後91



日未満の子犬や子猫は1頭につき400円の手数料が必要です。

◎動物は「命あるもの」です。人と動物との共生に配慮して接しましょう。

問合せ／環境課(☎22-3352)、安房健康福祉センター(☎22-4511)

内容／全部で 100 講座。メニューの中から好きな講座を選んでください。

対象／市内在住・在勤・在学の 10 人以上の市民グループ

開催日時／午前 9 時から午後 9 時までの間で、1 講座につき 1 時間以内（国民の祝日、年末年始は除く）

※市民ボランティアが講師の場合はこの限りではありません。

会場／市内（公民館、集会所、学校など）

※会場の確保、当日の進行は申込者側で行ってください。

講師料／無料

※市民ボランティアが講師の場合は、教材費などが必要になる場合があります。

申込方法／希望日の 20 日前までに各担当課または生涯学習課に申請書を提出してください。申請書は生涯学習課にあります。また、市のホームページからダウンロードすることもできます。

その他／営利を目的としたり、個別の相談・要望など、出前講座の趣旨に合わない場合は実施できないことがあります。

◆市民ボランティアが講師のメニュー

No.	講座内容	No.	講座内容
101	サンゴが生きている東京湾	121	語り（民話・地域の歴史など）
102	珊瑚水（沼サンゴ層）	122	紙芝居
103	ウミホタル観察会	123	わらべうた
104	海岸浴のすすめ	124	童謡
105	南房総 海からの贈り物	125	「家族の癌と困難を乗り越えるお嫁さん術」
106	沖ノ島 海底縄文遺跡	126	車椅子フォークダンス・レクダンス
107	生け花指導	127	介護について（家庭介護）介護者教室
108	尺八入門講座	128	生き方・暮らし方（自分らしい生き方）
109	着物についての歴史・産地・着付け方	129	認知症を支える家族の生き方
110	折り紙	130	絵手紙
111	食育・健康「食は命・楽しい食事」	131	茶道
112	生活習慣病予防のための食育教室	132	華道
113	スペイン語入門	133	和紙押絵
114	オリジナル絵本作り	134	調理
115	子育て講座（子育て支援）	135	手話
116	生活の中のカタカナ語	136	太極拳
117	房総の民話（房州弁も可）	137	気功
118	読み聞かせを主としたお話会	138	予知防犯「あなたの家が被害に遭わないために！」
119	読み聞かせ	139	宙（星座）の名前
120	パネルシアター	140	館山で初めて星に名前がついた人のお話

※市民ボランティアが講師のメニュー（No.101～140）については、生涯学習課（☎ 22 - 3698）にお問い合わせください。

様々なジャンル
全部で 100 講座



市職員・市民ボランティアがおじゃまします！

生涯学習出前講座 **でまえ・いっしょ**



生涯学習出前講座「でまえ・いっしょ」は、市職員や市民ボランティアが講師となって出向き、講座を開く制度です。皆さんの学習活動にお役立てください。

今年度は、市職員が行う講座が60講座、市民ボランティアが行う講座が40講座で、計100講座を用意しています。

問合せ/生涯学習課 (☎ 22 - 3698)

◆市職員が講師のメニュー

★は小・中学校でも利用できます。

分類	No.	講座名	担当課	分類	No.	講座名	担当課
市政	1	行財政改革の取り組み	行革財政課 ☎ 22 - 3235	福祉	31	国民年金講座	保険給付課 ☎ 22 - 3418
	2	広報紙・学校新聞づくり★	秘書広報課 ☎ 22 - 3121		32	長寿高齢者医療制度について	保険給付課 ☎ 22 - 3418
	3	国際交流講座★	企画課 ☎ 22 - 3163	観光	33	館山の観光について★	商工観光課 ☎ 22 - 3346
	4	館山市総合計画の概要	企画課 ☎ 22 - 3163	消費生活	34	悪質商法にご用心	社会安全課 ☎ 25 - 5775
	5	たてやまのNPO	社会安全課 ☎ 22 - 3142	産業	35	館山の農業・水産業について★	農水産課 ☎ 22 - 3396
	6	男女共同参画	企画課 ☎ 22 - 3163		36	農業委員会の仕事とは	農業委員会 ☎ 22 - 3539
	7	情報公開制度とは	総務課 ☎ 22 - 3218		37	農地転用のあらまし	農業委員会 ☎ 22 - 3539
	8	個人情報保護制度とは	総務課 ☎ 22 - 3218		38	館山市の伝統的工芸品「房州うちわ」★	商工観光課 ☎ 22 - 3362
	9	議会の傍聴	議会事務局 ☎ 22 - 3527	環境	39	地球温暖化対策と新エネルギー講座★	環境課 ☎ 22 - 3352
	10	議会って★	議会事務局 ☎ 22 - 3527		40	ごみの減量とリサイクル	環境課 ☎ 22 - 3354
	11	たいせつな選挙★	選挙管理委員会 ☎ 22 - 3523		41	館山市のごみはどう処理するの？★	環境センター ☎ 23 - 3033
	12	館山市の財政事情	行革財政課 ☎ 22 - 3291		42	下水道のはなし★	下水道課 ☎ 22 - 3661
	13	わかりやすい税のはなし★	税務課 ☎ 22 - 3262	建築	43	家を建てる時の手続き	都市計画課 ☎ 22 - 3610
	14	市民課窓口業務	市民課 ☎ 22 - 3414	都市計画	44	都市計画とまちづくり	都市計画課 ☎ 22 - 3640
	15	監査制度のあらまし	監査事務局 ☎ 22 - 3542	教育	45	教育委員会はどんな仕事をするところ★	教育総務課 ☎ 22 - 3685
	16	みなとまちづくり	みなとまちづくり課 ☎ 22 - 3606		46	新学習指導要領について	教育総務課 ☎ 22 - 3694
17	すくすく子育て講座	健康課 ☎ 23 - 3113	47		情報モラルについて考えよう	教育総務課 ☎ 22 - 3694	
18	健康づくり講座	健康課 ☎ 23 - 3113	48		子どもたちの学力向上講座	教育総務課 ☎ 22 - 3694	
19	栄養講座★	健康課 ☎ 23 - 3113	49		スポーツ施策の現状	スポーツ課 ☎ 22 - 3696	
20	生活習慣病予防講座	健康課 ☎ 23 - 3113	50		図書館のおはなし★	図書館 ☎ 22 - 0701	
21	各種健診のはなし	健康課 ☎ 23 - 3113	51		家庭教育について	中央公民館 ☎ 23 - 3111	
防災	22	防災講座★	社会安全課 ☎ 22 - 3442	52	社会教育について	中央公民館 ☎ 23 - 3111	
	23	地震体験講座★	館山消防署 ☎ 22 - 2903	53	公民館って何をするとところ★	中央公民館 ☎ 23 - 3111	
消防	24	防火対策講座★	館山消防署 ☎ 22 - 2903	歴史	54	発掘のはなし★	生涯学習課 ☎ 22 - 3698
救急	25	救急講習	館山消防署 ☎ 22 - 2903		55	文化財ってな～に？★	生涯学習課 ☎ 22 - 3698
	26	障害者の福祉サービス	福祉課 ☎ 22 - 3492		56	戦争遺跡のはなし★	生涯学習課 ☎ 22 - 3698
福祉	27	認知症ってどんな病気？	福祉課 ☎ 22 - 3487		57	甲冑を着よう！	博物館 ☎ 23 - 5212
	28	少子化対策・子育て支援	こども課 ☎ 22 - 3496		58	八犬伝物語★	博物館 ☎ 23 - 5212
	29	介護保険について	保険給付課 ☎ 22 - 3489		特別	59	あの人の話を聞きたい
	30	国民健康保険講座	保険給付課 ☎ 22 - 3428	60		市長と語ろう	企画課 ☎ 22 - 3163


公民館のサークル活動に参加しませんか？ シリーズ『わくわくサークル教室』 参加者募集！


中央公民館では、さまざまなジャンルのサークルが活動しています。『わくわくサークル教室』は、各サークルで活躍している先輩たちが講師になって、長年培った経験や技術を生かし、初心者向けに教室を開催するもので、今回はシリーズの2回目です。


新しい趣味との出会い、新しい仲間との出会い、そんな新しい出会いを期待して、あなたも参加してみませんか？いずれも初心者大歓迎。見学だけでもお気軽にどうぞ！！

申込み・問合せ／中央公民館 (☎ 23 - 3111)




絵画（日本画） 	サークル名 <small>はねず</small> 朱華
	開催日 6月22日、7月13日、27日（原則第2・4火曜日） 時間 10:00～12:00 【サークルから一言】 季節の草花などをスケッチして色鉛筆やパステル、日本画用絵の具を使って作品を制作しています。

語学・生活習慣 	サークル名 <small>にほん</small> 語教室
	開催日 6月22日、29日、7月6日、13日、20日、27日（原則毎週火曜日） 時間 10:00～12:00 【サークルから一言】 市内在住の外国出身の人に日本語や日本の生活習慣などを教えています。友達作り、ストレス解消に気軽に遊びにきてください。

織物 	サークル名 <small>おり</small> 織の会
	開催日 6月22日、7月13日、27日（原則第2・4火曜日） 時間 9:30～11:30 【サークルから一言】 <small>おり</small> 織り機を使っていろいろな作品を作っています。経験者はもちろん、織り機がない人、初めての人も大歓迎です。

茶道 	サークル名 北条茶道会	【サークルから一言】 お茶の作法を学びながら、お友達作りはいかがですか？男性も大歓迎です。
	開催日 7月1日、15日（原則第1・3木曜日）	
	時間 13:00～16:00	
	サークル名 北条第2茶道会	
	開催日 6月24日、7月8日、22日（原則第2・4木曜日）	
	時間 13:00～16:00	
サークル名 北条第3茶道会	【サークルから一言】 お茶の作法を学びながら、お友達作りはいかがですか？男性も大歓迎です。	
開催日 6月26日、7月3日、17日（原則第1・3土曜日）		
時間 9:00～12:00		

子育て 	サークル名 <small>ひよこ</small> の会
	開催日 6月22日、29日、7月6日、13日、20日、27日（原則毎週火曜日） 時間 10:00～15:00
	【サークルから一言】 メンバーたちと楽しくおしゃべりをしながら友達作りをしませんか？七夕やクリスマス会など、季節の行事も開催しています。

7/18 ~ 19

オープンウォーター スイムレース

『海の日』を記念して、北条海岸を会場に「OWSジャパンオープン2010館山」と「第14回館山オープンウォータースイムレース」が開催されます。
問合せ/商工観光課 (☎22-3346)

■どんな競技なの？

オープンウォータースイミング(OWS)は、海上に設置されたブイをまわって海岸にあるゴールを目指す競技です。プールで行う競泳とは異なり、コースがありません。

種目は5キロ、10キロ、

25キロが主流で、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、潮の流れや波の影響など自然との戦いが求められるスポーツです。

国内では年間、約50もの



大会が開かれ、競技人口は約1万人ほど。海や川などで泳ぐ機会が減っている中、「自然の中で泳ぐ楽しさを見つめ直して欲しい」と日本水泳連盟では期待し

ています。

■なぜ北条海岸で実施するの？

北条海岸は、水面が穏やかで鏡のようであることから別名「鏡ヶ浦」と呼ばれ、OWSに適しています。

■2008北京五輪から正式水泳競技種目に！

OWSは、競泳・飛込・水球・シンクロダイブ・ドスイミングとともに国際水泳連盟(FINA)が承認している5競技種目のひとつで、欧米やオーストラリアではとても人気のある種目



です。

世界水泳選手権では1991年の大会から、夏季オリンピックでは2008年の北京大会から正式種目に採用されています。

OWSジャパンオープン 2010 館山

日時/7月18日(日)

種目/【個人種目】男女別10km【リレー種目】大学対抗男女別1km×4人

参加資格/2010年度(財)日本水泳連盟競技者登録完了者。選手が所属する団体(チーム)も同様に団体登録が完了していること。

※詳細は(財)日本水泳連盟のホームページ(http://www.swim.or.jp/sub2_games/10/ows_01.html)をご覧ください。

締切/6月24日(木)必着

参加費/【個人種目】10,000円【リレー種目】1チーム12,000円

申込み/インターネットまたは携帯サイトから(<http://runnet.jp/>)

第14回館山オープンウォータースイムレース

日時/7月18日(日)~19日(月・祝)

種目/【個人種目】男女別5km・3km・1km
◎24歳以下、25~34歳、35~44歳、45~54歳、55~64歳、65歳以上の6区分【リレー種目】800m×4人(男女混合可)◎4人の合計年齢が119歳以下、120~139歳、140~159歳、160~179歳、180~199歳、200歳以上の6区分【キッズOWS】400mの予定◎12歳以下

日程/【18日】5km【19日】3km、1km、リレー、キッズOWS

※詳細は(財)日本水泳連盟のホームページ(http://www.swim.or.jp/sub2_games/10/ows_02.html)をご覧ください。

参加資格/定期的に練習し、出場する種目を完泳する能力を有する人

締切/6月14日(月)必着

参加費/【5km】8,000円【3km】8,000円【1km】5,000円(中高生は5km、3km、1km全て3,000円)【リレー種目】1チーム12,000円(中高生のみチームは6,000円)【キッズOWS】1,000円

※昨年の5km申込者で、今年も5kmに申し込む人は6,000円となります。

申込み/インターネットまたは携帯サイトから(<http://runnet.jp/>)

資料請求・問合せ/千葉県水泳連盟OWS大会 担当:今井(☎090-1883-3258 FAX04-7132-7711、Eメール imai@wakomail.com)

※連絡先を必ず明記してください。

明るい選挙

啓発ポスター・標語を募集

県選挙管理委員会と明るい選挙推進協議会では、明るい選挙の推進に役立つポスターと標語の作品を募集します。

【ポスター】

内容／明るい選挙の推進を表すもの

応募資格／自由（ただし、1人1点とし自作のもの）

画材／自由

サイズ／画用紙の4つ切り（542mm×382mm）、8つ切り（382mm×271mm）もしくはそれに準じる大きさ

応募上の注意／作品の裏側右下に、住所、氏名（ふりがな）、年齢を記入してください。

【標語】

内容／きれいな選挙の推



進を表すもの、棄権防止の呼びかけを表すもの

応募資格／小学生、中学生、高校生、一般（ただし、1人2点以内とし自作のもの）

字数／20字以内

応募上の注意／適当な大きさの短冊を使用し、1枚につき1点を記入してください。児童、生徒は作品の

左側に市町村名、学校名、学年、氏名（ふりがな）を、一般は住所、氏名（ふりがな）、年齢を記入してください。

【ポスター・標語共通】
審査／市選挙管理委員会、県選挙管理委員会および明るい選挙推進協議会で審査し、優秀作品を選出します。なお、ポスター、標語とも応募作品は返却しません。また、入賞作品の版權は主催者に属し、作品は主催者が自由に使用しま

す。使用の際には作成者の市町村名、学校名、学年、氏名を公表します。
賞／入賞者に賞状と副賞を贈呈します。

応募締切／9月10日（金）
その他／作品には「公明選挙」、「公正選挙」の語句を使用しないでください。また、特定の政党や候補者を表現した内容は避けてください。

応募・問合せ／市選挙管理委員会（☎22-3523）

子どもゆめ基金助成事業

第31回青少年国際交流キャンプ

富士山麓のキャンプ場で、全国から集まる日本人

青少年と外国人青少年が活動・生活を共にし、国際感覚を身に付け、言葉を越えた交流を深めます。

期間／8月4日（水）～8日（日）4泊5日

場所／山梨県立本栖湖青少年スポーツセンター

内容／富士登山、本栖フレンドパーク、キャンプファイヤー、野外炊飯、ア

ンダースタースリーピングなど

費用／【東京発】5万2千円

対象／小学4年生～中学3年生

定員／日本人100人、外国人30人

応募締切／7月7日（水）

説明会／【東京会場】6月26日（土）午後3時30分～午後5時 国立オリンピック記念青少年総合セ



ンター センター棟401号室（渋谷区代々木神園町3-1-1） ☎03-3469-2525

資料請求・問合せ／（財）国際青少年研修協会（☎03-6459-4661）

有料広告スペース

縦 45 ミリメートル
横 85 ミリメートル
8千円

有料広告スペース

縦 45 ミリメートル
横 85 ミリメートル
8千円

館山市長杯争奪

館山婦人バレーボール大会

市では、第19回館山市長杯争奪館山婦人バレーボール大会の参加チームを募集しています。9人制バレーボールのルールで、トーナメント方式により争います。

市内に勤務する既婚の女性（ただし、30歳以上は独身者も可）②大会に出場して試合のできる健康な人

参加費／1チーム3千500円

日時／6月27日（日）午前9時～

場所／県立館山運動公園体育館

申込方法／申込用紙をスポーツ課に提出してください。

※申込用紙はスポーツ課にあります。

申込締切／6月11日（金）

応急手当夏期講座

亀田総合病院では、いざという時に役に立つ、応急手当夏期講座を開催します。

日時／7月3日（土）9:00～15:00

場所／亀田総合病院教育棟3階研修室

内容／【講義】水難事故について、日射病について、救急法【実技】止血法、包帯法

準備するもの／動きやすい服装、筆記用具、昼食・飲み物

※病院内にローソンがあります。

会費／1,000円（資料代・材料費を含む）

定員／25人

※10人未満の場合は中止します。

申込方法／氏名、年齢、住所、連絡先を電話でお知らせください。



申込締切／6月19日（土）

申込み・問合せ／亀田総合病院継続学習センター（日曜・祭日以外、9:00～17:00 ☎04-7099-1165）

北条地区公民館

里山ウォーキング

自然を満喫しながら体力づくり！健康で、山歩きの好きな人を募集します。

日程／表のとおり

集合時間／午前8時30分

集合場所／コミュニティセンター南口玄関

講師／佐藤宏武氏

参加費／400円（保険料）

対象／一般成人

定員／25人（応募多数の場合は抽選）

▼里山ウォーキング日程

日時	行き先
6月27日（日） 8:40～12:30	てんばいえん 天拝園
11月28日（日） 8:40～12:30	小松寺
1月23日（日） 8:40～15:00	花嫁街道
2月27日（日） 8:40～12:30	をくづれ 大崩

応募締切／6月16日（水）

申込み・問合せ／北条地区公民館（午前9時～午後5時）☎24-1515

館野地区公民館

切り絵講座・編み物講座

■切り絵講座（全3回）

七夕にちなんだ切り絵の作品を作ります。

日時／6月16日（水）、23日（水）、30日（水）各日とも午前9時30分～午前11時30分

場所／館野地区公民館

講師／柴崎有二氏（切り絵サークル講師）

持ち物／筆記用具、定規（10～30cm程度のもの）、

のり

参加費／1千円（道具・紙代）

定員／10人

申込締切／6月11日（金）

■編み物講座（全2回）

レースで花瓶敷やコースターを編みます。

日時／6月21日（月）、28日（月）両日とも午前9時30分～午前11時30分

場所／館野地区公民館

講師／安部正子氏（編み物サークル講師）

持ち物／かぎ針（レース用8号0・90mm）、はさみ

参加費／400円（糸代）

定員／20人

申込締切／6月16日（水）

申込み・問合せ／いづれも館野地区公民館（月・水・金）☎23-6480

※定員になり次第締め切る場合があります。



☆21日から28日まで図書館は休館します

館山市図書館では、6月21日(月)より28日(月)まで、特別整理期間のため休館いたします。この間は、お店の棚卸しにあたる「蔵書点検」を行います。書物の虫干しの意味を持つ「曝書(ばくしょ)」ともいいますが、図書館にあるすべての資料について一冊ずつ機械でバーコードを読み取り、コンピュータのデータと照合させ、本が所定の位置にあるか、なくなっている資料がないか調べます。不明資料や間違っただけで棚に戻されている資料などは、図書館員の目と頭と体を使って、棚の後ろや奥まで確認し、正しい状態に直していきます。また、破損している資料がないかも確認し、あれば修理等を行います。これらの作業が済んだら、開館日に向けて書架の整理をします。利用者の方には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、休館中でもインターネットでの蔵書検索や所蔵資料の予約は通常どおり行えますが、貸出は29日(火)以降となりますのでご了承ください。また、資料の返却は玄関横の返却ポストをご利用ください。

6月のおはなし会・わらべうたの会

幼児向け 6/4 (10:30 から)
 児童向け 6/5,12,19 (14:00 から)
 わらべうたの会 6/11 (10:30 からと 11:00 から)



●今月のおすすめ

『おまめの豆本づくり』柴田尚美 著 / 白泉社

雨が多くて家の中で過ごすことも多い時期、図書館で借りてきた本も読んでしまったし、さて、何をしよう…そんな時には、自分で本を作ってみるのも楽しいのではないのでしょうか。手のひらに載るほどの可愛い豆本や、豆本を収めるための箱まで、作り方がていねいに紹介されています。ひとりでじっくり作ってもよし、誰かと一緒に作ってもよし、晴れ間がのぞくまでの間に、自分だけの小さな本を作ってみませんか。



『おまめの豆本づくり』

「だん暖たてやま」に広告を掲載しませんか

平成22年度に発行する広報「だん暖たてやま」に掲載する広告を募集します。

市内全世帯を対象に発行される広報を、商店や事業所などの宣伝・PRにご活用ください。

問合せ/秘書広報課 (☎ 22-3121)

だん暖たてやまへの広告の掲載は1号単位で、広告の大きさは3種類あります。

色は黒と青の2色刷です。

■大きさと広告料(1号あたり)

① 縦45ミリメートル、横85ミリメートル / 8千円

② 縦45ミリメートル、横174ミリメートル / 1万6千円

③ 縦94ミリメートル、横85ミリメートル / 1万6千円

(いずれも市外の事業者については5割増し)

■広告掲載場所 / 2色刷りページの下2段

■募集期間 / 随時募集

■割引制度 / 長期の広告掲載には割引制度あり

※応募件数が、募集する広告の枠数(①の大きさの広告4枠分)を超えた場合には、市



の規定する方法により、掲載する広告を決定します。

※募集期間終了後は、広告枠に空きがある場合は随時申込を受け付けます。

※広告の内容などにより、掲載できない場合があります。

応募の方法や広告原稿の作成方法、提出方法など詳細については、市ホームページに掲載します。

<http://www2.city.tateyama.chiba.jp/>

ほら、そこにも悪質商法 49 前払い型生前契約による葬儀サービスに係るトラブル

近年、葬儀サービスに対する消費者ニーズは多様化し、自らの葬儀についてあらかじめ考え準備しておくという消費者ニーズも増えています。こうした中、前払いした契約の中途解約についての消費者トラブルが寄せられています。葬儀サービスを消費者がよく理解し、トラブル防止に努めることが求められています。

【チェックポイント】

- ① どのような方法がよいか、よく検討し、不要であると思う勧誘や、内容が十分理解できない勧誘などは、きつぱりと断る勇氣を持つようにしましょう。
- ② 安心して納得のいく葬儀を行うためには、生前契約に限らず、自分が望む葬儀のかたちや準備方法などを家族に伝えるとともに、家族が希望する葬儀のあり方について意見を聞いたりするなど、よく話し合ひましょう。
- ③ 生前契約を選択する場合には、説明や契約の際、家族も同席し、納得いくまで説明を聞きましょう。
- ④ 契約内容等をよく確認し、納

得してから契約し、契約内容を書面で残すようにしましょう。
⑤ 生前契約に関しては、履行が数十年も先になることが想定され、消費者が合理的な選択をするための仕組みは何もないため、葬儀に関する情報収集に努めるようにしましょう。



問合せ／社会安全課 (☎ 23-3142)

【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 9:00～16:30 (日・祝祭日除く)

市役所市民相談室消費生活相談窓口 ☎ 25-5775

相談日 毎月第1・3木曜日 9:00～16:00

知って得する

健康目より情報 67

標語 【広げよう 「噛む」 から始まる 健康づくり】 口腔保健週間 6月4日(金)～6月10日(木)

生活習慣病は、毎日のライフスタイルを管理することで予防できます。とくに、自分の歯で一生しっかり「噛む」習慣は、生活習慣病や認知症予防に直結することが解明されつつあります。80歳になっても20本以上、自分の歯を保ちましょう！「8020(ハチマル・ニイマル)」が合言葉です！

★「噛む」ことの効果…ひと口30回を目安に

- ① 肥満予防
- ② 味覚の発達・・・「噛む」＝「味わう」
- ③ 言葉の発音が明瞭になる・・・顔面全域の発達や口腔内が正常に発達します。
- ④ 脳の発達・・・脳細胞の代謝や活動が活発になり、脳への血液循環が良くなります。
- ⑤ 歯周病・がん予防・・・唾液の分泌が促進され、歯の清掃効果が生まれます。また、唾液には食品中の発がん性物質を抑制する効果もあります。
- ⑥ 胃腸の働きを促進



平均咀嚼回数(可食部10gあたり) ～「料理別咀嚼回数ガイド」より				
バナナ	ご飯	たくあん	にんじんスティック	いわしの丸干し
7回	41回	59回	100回	194回

★よく噛んで食べるための工夫

- ① 噛みごたえのある食品を・・・乾物、海草、弾力のあるものを
- ② 食材は大きく切る・・・それほど硬くない食材でも大きく切ればかまないと飲み込めない
- ③ 飲み物で流し込まない・・・飲み物に頼らず、よく噛めば飲み込みやすくなる。

★噛み癖などにも注意

噛み癖(いつも右側の奥歯で噛んでいる等)、歯ぎしり、くいしばりなどがあると、歯がすり減る、歯ぐきやあごを痛めるといった問題も生じます。また、口呼吸は口の中を乾燥させるため、唾液の効果が発揮されなくなります。いずれも歯科医院へご相談されることをお勧めします。

問合せ／健康課 ☎ 23-3113

シリーズ
市民
321 「優勝できたのは一生の思い出し」

剣道選抜大会は3月27、28日の両日、愛知県春日井市で開催され、安房高校男子剣道部が見事優勝しました。同部の平成17年の全国高校総体での優勝は記憶に新しいところですが、春の選抜大会での優勝は今回が初めてとなります。「優勝を狙って獲れるようなチーム作りをしてきた結果、選手一人一人の自覚により達成できた」と所正孝監督は言い、選手活躍に目を細めます。「全国選抜で優勝できたのは一生の思い出」というのは佐藤弘隆君。これまでの部活で辛かった思い出を聞くと、多くが「1年生当時、秋の新人戦準決勝敗退後の2か月間の稽古」と口を揃えます。「敗退を悔しがった先輩達との猛稽



▲高校総体予選に向け稽古にも熱が入ります

古が連日続いた」と柳村勇一君。剣道部は現在、部員数57人とかなりの大所帯ですが、「伝統ある部で、様々な方々の思いが詰まった素晴らしい環境」と工藤悦孝君は言います。部員は、所監督、渡邊秀幸顧問、小幡裕之顧問の3人の指導者のもと、高校総体への出場に向け稽古に励んでいます。

試合や稽古で見る彼らからは、一寸の隙も見せない張り詰めた緊張感が漂いますが、面をはずせば素顔は高校生。礼儀正しさと歯切れの良い受け答えには爽やかさを感じます。所監督の彼らに対する評は「熱心。穂積輝君は「文系の選抜クラスに所属し、勉強にも励んでいる」とまさに文武両道。上村亮太君は他の仲間たちを「皆剣道一筋」と言います。さらに「仲間であり、良きライバル」と言うのは大貫大輔君。選抜大会では自称「チームの秘密兵器だった」と言う千葉雅大君は兄で主将の千葉由樹君と兄弟で日々競い合います。主将である由樹君は、予選前に「高校総体へは必ず行く」と決意を熱く語ってくれました。



シリーズ
館山湾の洞窟遺跡⑤

安房神社洞窟遺跡
(その1)

館山市大神宮の安房神社は、平安時代の『延喜式』に安房国筆頭の大社として記されるなど、古くから格式の高い神社です。

時代をさかのぼる8世紀のはじめには、朝廷が安房国安房郡を全国でも8か所



▲発見された当時（昭和7年）の安房神社洞窟遺跡

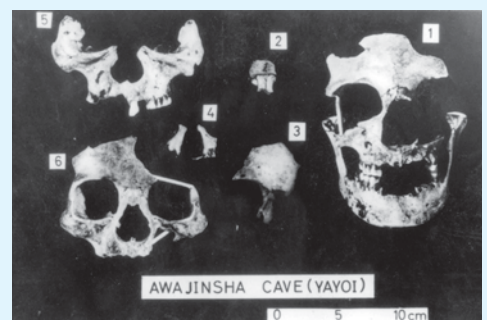
しかなかった神郡としました。そして、平久里川から南側の館山市内と南房総市白浜町の一部が、安房神社の所領となったのです。

その安房神社の南側には、吾谷山とよばれる丘陵地がひろがり、この前面に、海岸に向かって雛壇状に段丘が形成されています。

安房神社洞窟遺跡は、丘陵地と海岸段丘を区切る海食崖の先端につくられた海食洞窟で、標高約22・5mと、館山湾の洞窟遺跡を特徴づける高所にあります。

しかし、安房神社にお参りをして、残念ながらこの洞窟を見ることはできません。地中に埋没しているからです。

この遺跡の発見の契機は、昭和7（1932）年、関東大震災の復旧工事として参籠所の改築に伴い、井戸の掘削工事が行われたことでした。地表下約



▲安房神社洞窟遺跡出土人骨（鈴木尚氏提供）

1mのところでも偶然に洞窟が発見され、洞窟内の堆積土の中から、人骨や土器など見つかったのです。

洞窟の発見直後、安房神社からの要請で、当時内務省神社局に勤務していた大場磐雄氏によって緊急の発掘調査が行われ、特徴ある画一的な抜歯がある人骨が多数出土した遺跡として注目されました。

市立博物館の休館日
6月7日、14日、21日、28日
県民の日（15日）は無料開館
します。

