

たん暖だてやま 2018 6 / 15



「消防団初の女性消防部発足」
新入団員11人が活動スタート



館山市国民健康保険

第2期データヘルス計画

問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)
市民課 (☎ 22 - 3428)

市では、生活習慣病の発症・重症化予防のため、健診・医療・介護のデータ分析や第1期計画に基づく取り組みを踏まえ、平成35年度までに取り組む保健事業をまとめた「第2期データヘルス計画」を策定しました。



平均寿命

男性 79.5 歳 女性 86.0 歳
生活習慣病に関連する疾患も死因の主な要因に

医療費

1人あたり 25,275 円
総医療費の 41.0% を生活習慣病が占める

生活習慣病

保有者率は 39.2%
千葉県平均を上回っている

生活習慣病を予防するために

40歳になったら 特定健診を受診!

市でも、文書や電話、家庭訪問などで皆さんの受診を後押しするほか、生活習慣改善のための保健指導や健康教室など、受診後のサポートもさらに充実させます。

生活習慣病を予防するために!

特定健診を 医療機関で

個人での受診に比べて
3割程度の自己負担で受診可能!

6/14 ~
12/21

問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)

4月に発送した「総合検診個人票」が手元にある人は、市への申し込みは不要です。

右表の医療機関に直接予約の上、「個人票」と保険証、料金を持参して受診してください。

「個人票」がない人は健康課に連絡してください。
(社会保険加入者は対象となりません)

医療機関名	電話番号
あいクリニック	29 - 5535
青柳内科クリニック	22 - 2500
赤門整形外科内科	22 - 0008
安房地域医療センター	25 - 5120
伊賀整形外科クリニック	22 - 1180
太田整形外科医院	28 - 5500
亀田ファミリークリニック館山	20 - 5511
貴家医院	22 - 3323
九重鈴木医院	22 - 9131
小林病院	27 - 3811
鈴木内科クリニック	22 - 8880
たてやま循環器内科外科	20 - 1102
館山病院	23 - 5030
つじ泌尿器科クリニック	20 - 5556
西岬診療所	29 - 0030
野原皮膚科内科医院	22 - 0333
原クリニック	24 - 5711
北条病院	23 - 1966

実施できる医療機関が増えました!

市外の医療機関は
ホームページでご確認ください。



種別 (料金)	内容
特定健診 (2,600円)	身長、体重、腹囲測定(特定健診のみ)、 尿検査、血圧測定、問診、医師の診察、 血液検査など
後期高齢者健診 (無料)	

熱中症 に気をつけましょう!

問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)

熱中症は、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまくできずに、体内に熱がこもった状態をいいます。子どもや高齢者は特に注意しましょう。

※詳しくは、厚生労働省ホームページ、「熱中症関連情報」をご覧ください。



熱中症の症状

- ・めまい、立ちくらみ、手足のしびれ、頭痛、吐き気、倦怠感など
- ・重症になると意識消失、けいれんなどを起こし、場合によっては死に至る

熱中症の予防

- ・扇風機やエアコンを上手に活用しましょう。
- ・帽子や日傘を使用し、通気性の良い衣服を選びましょう。
- ・のどが渇かなくても、こまめに水分を摂りましょう。

子宮頸がん検診 (検診車) の受診を!

申込み・問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)

～ 女性なら誰でもかかる可能性のある病気 ～

「前がん病変」や、ごく初期のがんを発見できます。何も症状が出ていない今こそ、受診しましょう。

日時/7/3(火) 13:15～14:15、7/18(水) 9:15～11:00、12:45～14:30

場所/コミュニティセンター 料金/頸部 700円、頸体部 1,500円

対象/20歳以上の女性で、昨年度に市の「子宮頸がん検診」を受けていない人

※医療機関での検診から変更する場合は、健康課に連絡してください。

※7/18(水)は「骨粗しょう症検診」の対象の人と一緒に受診できます。詳しくは問い合わせてください。



妊娠・出産・育児について学びます
パパ友・ママ友 作りませんか?

ファミリー学級

対象/妊婦とその家族

離乳食作りを学びたい親子

場所/コミュニティセンター

申込締切/開催日の3日前まで

申込み・問合せ/健康課 (☎ 23 - 3113)

	日時	内容	持ち物
食事	7/11(水) 13:00～15:30	① 妊婦さんと家族の“バランスの良い食生活” ② “普段の献立を取り分けた”離乳食作り&試食 ③ みそ汁の塩分測定 ④ 先輩ママとの交流 ※離乳食作りを学びたい親子も参加可能 (別室で赤ちゃんを預かります。親子でどうぞ)	【各日共通】 母子健康手帳、 筆記用具 【7/11】 エプロン、バンダナ みそ汁(盃1杯分) (赤ちゃん参加時) バスタオル、おむつ、 おんぶひも など
育児	9/2(日) 9:00～12:00	① 妊娠中の注意点 ② 出産後の母子保健サービス ③ 赤ちゃん人形で実習(着替え・沐浴など) ④ 「元気な広場」を見学	

8/8(水)
館山湾花火大会

館山夕日棧橋に150組

“渚の駅”たてやま

展望デッキに40組

抽選で
無料開放!



応募・問合せ／

〒294-0036 館山 1564-1 観光みなと課 (☎ 22-2544)

応募方法・締切／往復はがきの「往信用裏面」(白紙面)に、

- ① 観覧希望場所(“棧橋”または“展望デッキ”)
- ② 1組4人までの氏名・年齢(3歳以上は1人としてカウント)
- ③ 代表者の住所・電話番号を記入の上、7/2(月)必着で応募先まで

※応募は「往復はがき(124円)」に限定し、1組1枚まで

※応募者多数の場合は抽選。重複応募者は、抽選対象から除外

主な注意事項／

- “観覧場所のみ”の提供(イスや駐車場の用意はありません)
- 棧橋内にトイレはなく、禁酒・禁煙。展望デッキ内は禁煙
- 観覧は着座のみとし、三脚等の使用はできません
- その他詳しい内容は、当選通知に記載します

花火大会準備と客船「にっぽん丸」接岸のため、
棧橋内への入場を規制します。

8/7(火)18:00～9(木)6:00

入場時

ご協力ください

花火大会
観覧環境整備協力金

～協力金の主な使いみち～

- 警備員の配置
- 仮設トイレの設置

親子 フラメンコ教室

参加無料

第24回を迎える「フラメンコフェスティバル」を
応援する市民団体「エスペランサ館山(市川久夫会長)」
では、フラメンコを気軽に楽しんでもらうため、今年
も「親子フラメンコ教室」を開催します。

- 日時／① 7/22(日) 10:30～12:15
②③ 7/29(日)、8/5(日) 10:40～12:10
④ 8/10(金) 12:00～16:00

講師／全国学生フラメンコ連盟卒業生の皆さん

場所／コミュニティセンター3階 軽運動室等

募集人員／親子など15組30人

対象／H30.4.1現在で5歳以上の幼・保育園児、小学生とその保護者で、全4回の教室と8/11(土)
のフェスティバルに参加できる人

申込方法／Eメール・FAXで、①代表者の住所・氏名・電話番号、②参加者の氏名・年齢(学年)・
性別を申込み先まで。 ※7/6(金)締切

申込み・問合せ／エスペランサ館山事務局(担当:飯田)

(☎ 090-1432-7648、FAX 22-6560、syougaiaku@city.tateyama.chiba.jp)





移動図書館「わかしお号」

7月の巡回場所



問合せ/図書館 (☎ 22 - 0701)

日程	時間	巡回場所
3 (火)	9:50 ~ 10:10	船形こども園・船形地区公民館
	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
4 (水)	9:50 ~ 10:05	光風苑前
	10:15 ~ 10:30	風のさんぽ道
	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
10 (火)	9:50 ~ 10:10	安房神社鳥居前
	10:25 ~ 10:55	大田区立館山さざなみ学校
	11:15 ~ 11:30	ふれあいショップ平砂浦
	12:40 ~ 13:20	房南こども園
	13:30 ~ 14:00	安房特別支援学校
	14:05 ~ 14:30	中里ワークホーム
	14:40 ~ 15:40	房南学園
11 (水)	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
12 (木)	10:30 ~ 11:00	小林病院 (船形)
	12:40 ~ 13:10	豊房小学校
	13:10 ~ 13:40	豊房幼稚園
	13:50 ~ 14:05	豊房地区公民館
	14:30 ~ 15:40	神余小学校
毎週木曜日は 19:00 まで開館 (通常は 9:00 ~ 17:00) 休館日/月曜日・毎月第4金曜日		

渚の教室 貝殻フォトフレーム作り



日時/ 7/14 (土)

① 9:30 ~ 11:30 (主に小学生を対象)

② 13:30 ~ 15:30

場所/ “渚の駅” たてやま 海辺の広場

定員・参加費/それぞれ 30人・500円

申込締切/ 7/12 (木)

※定員になり次第、締め切ります。

申込方法/希望時間・氏名・年齢・電話番号を、
電話で申込み先まで。

申込み・問合せ/観光みなの課 (☎ 22 - 3606)

オリンピック

メダリスト に学ぼう水泳教室

申込み・問合せ/スポーツ課

(☎ 22 - 3696、FAX 23 - 3115)



シドニーオリンピック 200m背泳ぎ 銅メダリストで、「館山スイミング大使」の佐々木美樹 (旧姓: 中尾) さんから、水泳の楽しさや“上手に泳ぐコツ”を楽しく学ぼう!

日時/ 7/21 (土) 10:00 ~ 12:00

場所/市営 25m 温水プール

対象/小4 ~ 6年生 (先着 30人)

参加費/当日集金 300円 (保険料等含む)

持ち物/水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、着替え

申込方法/スポーツ課で配布する「参加申込書」に必要事項
を記入の上、7/6 (金) までに、FAX・Eメール・持
参のいずれかで申込み先まで。



税理士による **税金相談** (予約制)

日時 / 7/10・8/14・9/11(火)
10:00～12:00、13:00～15:00

場所 / 法青会館 (北条 1491)

相談内容 / 税金全般に関すること

予約・問合せ / 千葉県税理士会館山支部
担当：長谷川 (☎ 23 - 4132)

司法書士による **法律相談** (予約制)

日時 / 7/28・8/25・9/29 (土)
10:00～12:00、13:00～15:00

場所 / コミュニティセンター 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
(☎ 043 - 204 - 8333) ※月～土 9:00～17:00

建築士による **建築相談**

日時 / 7/1 (日) 13:00～16:00

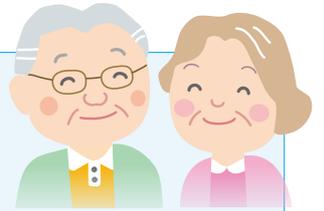
場所 / イオンタウン館山 フードコート入り口

相談内容 / 住宅補助制度・耐震診断など

持ち物 / 建物の平面図や現状写真など

問合せ / 千葉県建築士会安房支部
担当：支部長 白井 (☎ 090-3087-2818)

年金額は
据え置き



今年度は年金額の改定は行われず、昨年度と同額となります。

日本年金機構から6月上旬に発送される「年金振込通知書」で確認してください。

問合せ / ねんきんダイヤル
(☎ 0570 - 05 - 1165、
☎ 03 - 6700 - 1165)

7/10(火)まで
労働保険の年度更新

申告・納付は各労働基準監督署、最寄りの金融機関を通じてお早めに手続きしてください。

なお、保険料の申告には電子申請を、納付には口座振替が便利です。

問合せ / 千葉労働局 労働保険徴収課
(☎ 043 - 221 - 4317)



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

有料広告スペース

有料広告スペース

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 7月の活動予定

種 目	対 象	活 動 日 時		会 場	
合気道	小学生以上	2日、9日、23日、30日	月曜日	19:00～20:30	第三中学校柔道場
		5日、12日、19日、26日	木曜日		
ウォーキング	小学生以上	6日、20日	金曜日	19:00～20:00	南総文化ホール前
卓球	小学生以上	11日、25日	水曜日	19:30～21:15	市民体育館
バドミントン	小学生以上	4日、18日	水曜日	19:30～21:15	市民体育館
グラウンドゴルフ	小学生以上	4日、11日、18日、25日	水曜日	12:30～15:30	中央公園
水泳（高校生は除く）	18歳以上	6日、13日、20日、27日	金曜日	15:30～16:30	温水プール
社交ダンス	小学生以上	2日、9日、23日、30日	月曜日	13:00～15:00	若潮ホール
		4日、11日、18日、25日	水曜日		
健康体操	小学生以上	5日、12日、19日、26日	木曜日	13:30～15:00	若潮ホール
タップダンス	小学生以上	3日、17日	火曜日	19:30～20:45	若潮ホール
リズム&ストレッチ	小学生以上	10日、24日	火曜日	19:30～20:45	若潮ホール
健身ストレッチ	小学生以上	13日、27日	金曜日	9:30～10:10	若潮ホール
気功	小学生以上	13日、27日	金曜日	10:20～11:30	若潮ホール
ヨット（予約制）	小学5年以上	4日、11日、18日、25日	水曜日	17:30～19:30	館山総合高校ヨットハーバー
マリンスポーツ体験（予約制）	小学5年以上	1日	日曜日	10:00～12:00	館山総合高校ヨットハーバー

お知らせ

- *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・問い合わせは、お気軽に事務局（☎080-5085-2241）まで連絡してください。
- *今年度のヨット教室、マリンスポーツ体験教室の募集は終了しました。
- *わかしおホームページ URL <http://spowan.com/>

鏡ヶ浦クリーン作戦

7/4（水） 18:00～19:00

問合せ／環境課（☎22-3354）
観光みなと課（☎22-3346）

海水浴シーズンに向けて、『鏡ヶ浦クリーン作戦』を実施

沖ノ島・新井・北条・八幡・那古・船形の海岸をブロックに分けて実施します。ごみ袋は市で用意しますが、軍手などは各自でご用意ください。

有料広告スペース

有料広告スペース



子ども市民大学

7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 (参加費など)	定員・対象	申込み	問合せ・コース
1(日)	9:30 ～ 16:00	沖ノ島探検隊 Part I	小3～6年生 30人	要	中央公民館 ☎ 23 - 3111 悌
1(日)	9:30 ～ 12:00	親子写生大会 in アロハガーデンたてやま	保育園児～中 学生とその保 護者	要	生涯学習課 ☎ 22 - 3698 忠
1・15(日) 16(月) 28(土)	8:20 ～ 13:30	コーステアリング 【～中学生】4,700円、【高校生～】5,000円	小3以上10人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房岬自然の家 ☎ 33 - 4561 仁
7(土)	10:00 ～ 12:00	簡単！燻製作り体験 (1,600円)	15人 (小学生以下 保護者同伴)	要	館山野鳥の森 ☎ 28 - 0166 義
7・14 (土)	14:00 ～ 14:30	おはなし会	【7日】 小学生30人 【14日】 小学生女子20人 (小3以下保護者同伴)	不要	図書館 ☎ 22 - 0701 孝
14(土)	9:30 ～ 11:30	渚の教室 貝殻フォトフレーム作り (p5参照)		要	“渚の駅” たてやま ☎ 22 - 3606 信
14(土)	19:00 ～ 20:30	岬のナイトツアー 森の生きもの 【～小学生】800円、【中学生～】1,000円	30人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房ビジターセンター ☎ 33 - 4551 仁
14・28 (土)	14:00 ～ 16:00	こども将棋道場	小学生	不要	中央公民館 ☎ 23 - 3111 悌
15(日)	19:00 ～ 20:00	キャンプファイヤー (500円)	30人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房ビジターセンター ☎ 33 - 4551 仁
21(土)	10:00 ～ 12:00	オリンピックメダリストに学ぼう水泳教室 (p5参照)		要	スポーツ課 ☎ 22 - 3696 礼
21(土)	18:30 ～ 21:30	ウミホタル& 夜の海の生き物観察ツアー (3,000円)	15人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房岬自然の家 ☎ 33 - 4561 仁
21(土)	19:00 ～ 20:30	岬のナイトツアー 闇夜の昆虫 【～小学生】800円、【中学生～】1,000円	30人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房ビジターセンター ☎ 33 - 4551 仁
22(日)	10:45 ～ 15:45	フィッシングリバーウォーク 【～中学生】4,700円、【高校生～】5,000円	小3以上10人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房岬自然の家 ☎ 33 - 4561 仁
22・29 (日)		親子フラメンコ教室 (p4参照)		要	生涯学習課 ☎ 22 - 3698 忠
26(木)	13:30 ～ 16:00	紙すき和紙と絵手紙づくり (250円)	小3～6年生 20人	要	中央公民館 ☎ 23 - 3111 悌
28(土)	10:00 ～ 15:00	木彫り小鳥を作ろう (1,100円)	15人 (小学生以下 保護者同伴)	要	館山野鳥の森 ☎ 28 - 0166 義
28(土)	19:00 ～ 20:30	岬のナイトツアー 海のいきもの 【～小学生】800円、【中学生～】1,000円	30人 (小学生以下 保護者同伴)	要	大房ビジターセンター ☎ 33 - 4551 仁
7/28(土) ～ 9/24(月)	9:00 ～ 16:45	収蔵資料展「美しいもよう」 【小中高年生】100円、【大人】200円		不要	博物館 ☎ 23 - 5212 信
7/14(土) ～ 8月下旬	10:00 ～ 13:30 12:30 ～ 16:00	サンゴに出会えるスノーケリング体験 浅いコース・深いコース 午前の部・午後の部 (開催日は団体HPで確認) 【小学生～大人】3,500円 (小3以下保護者同伴3,000円)	小学生～大人 各10人 (小3以下 保護者同伴)	要	たてやま・ 海辺の鑑定団 ☎ 24 - 7088 智
31(火)	10:00 ～ 11:30	なつやすみ宿題大作戦 ～調べよう！たてやまのこと～ (100円)	小学生 30人	不要	図書館 ☎ 22 - 0701 孝

館山駅市民ギャラリー

問合せ/都市計画課 ☎ 22 - 3610

日程	展示内容	展示団体
7/2(月)～7/31(火)	観光写真の展示	館山市観光みなと課

元気な広場

(自由に遊べる屋根付き公園)

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

「館山市ファミリーサポートセンター」についてのお問い合わせ・登録は、「元気な広場」まで、気軽に連絡してください。

対象者：乳幼児とその保護者、妊婦
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

ハッピーファミリー (子育てに関する ミニ講座・座談会)	日程	開催時間	場所	対象	内容
	7/10(火)	10:30～11:30	元気な広場	希望者	トイレトレーニングの話 ※事前申込要
	7/11(水)	10:00～11:00	元気な広場	希望者	身体計測、育児・栄養・歯科相談

7月の出張子育てひろば	5日、12日、19日、26日(木) 10:00～15:00 船形こども園	6日(金) 9:30～13:00 九重地区公民館	”房南こども園”出張はじめます 30日(月) 10:00～15:00
-------------	---	-----------------------------	---------------------------------------

子育てサロンどんぐり

問合せ/館山市社会福祉協議会 ☎ 23 - 5068

子育てサロンどんぐり (子どもと一緒に工作をしたり、 歌ったり、おしゃべりしましょう)	日程	開催時間	場所	対象
	7/19(木)	10:00～11:30	館山地区公民館 (1階和室)	0歳児から未就学児までとその保護者

南総文化ホール

5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

7月の休館日/2日、9日、17日、23日、30日

ホームページ <http://www.nanso-bunka.jp>

期日	催物名	開演～終演	入場方法	問合せ
大ホール	15日(日) 南総シネマ倶楽部「未定」 ※上映作品は6月上旬頃決定	未定	未定	千葉県南総文化ホール ☎ 22-1811
	21日(土) バックステージツアー	10:00～12:00	無料 (事前申込要)	千葉県南総文化ホール ☎ 22-1811
	28日(土) 安房母と女性教職員の会	12:35～16:30	無料	安房母と女性教職員の会 ☎ 22-0670
	29日(日) ミュージカル「アルプスの少女ハイジ」	14:30～16:30	前売券:2,200円 当日券:2,500円	(有)劇団東少 ☎ 03-6265-7070
小ホール	1日(日) 石橋美絵ファンクラブのつどい	9:30～18:30	無料	サウンドシグマ内 ☎ 22-9866
	8日(日) フラメンコライブ	14:00～16:00	無料	ペーニャ・ベルデ ☎ 090-3207-8792 (角田)
	14日(土) 永井みゆき「洲崎みれん」新曲発表会	14:00～16:00	全席指定 3,500円	作詞工房「房総」 ☎ 23-6671
	15日(日) 第1回オンガックカラオケ大会館山杯	12:30～16:00	無料	(株)オンガック ☎ 0439-54-1788
	16日(月) となりと仲間たち「カラオケ発表会」	9:00～18:00	無料	となりと仲間たち ☎ 22-9787
	20日(金) なんそう寄席 柳家花緑 夏の夜囃	18:30～20:30	一般:3,500円 高校生以下:1,000円 ペア:6,000円 ※ホール窓口のみ	千葉県南総文化ホール ☎ 22-1811
	21日(土) バックステージツアー	10:00～12:00	無料 (事前申込要)	千葉県南総文化ホール ☎ 22-1811
	22日(日) ヤマハ音楽教室発表会 (JOC・システム個人)	11:00～12:00 13:15～15:50	無料	(株)コンドー楽器 イオンタウン館山センター ☎ 22-5661
	28日(土) 夏の経済講演会	10:00～11:30	無料	水戸証券(株)館山支店 ☎ 20-0310
	29日(日) ヤマハ音楽教室発表会(ピアノ・ ヴァイオリン・フルート・大正琴・木金管・バンドコース)	10:30～13:00 13:45～16:40	無料	(株)コンドー楽器 イオンタウン館山センター ☎ 22-5661

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。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。



7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) 東条病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1207	【休日・夜間】	16(月) 富山国保病院(南房総市) ☎ 58-0301	【休日・夜間】
2(月) 富山国保病院(南房総市) ☎ 58-0301		亀田ファミリークリニック館山(市内) ☎ 20-5520	【休日】
3(火) 鋸南病院(鋸南町) ☎ 55-2125		17(火) 東条病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1207	
4(水) 小田病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1128		18(水) 小田病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1128	
5(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎ 04-7092-2231		19(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎ 04-7092-2231	
6(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎ 04-7097-1221		20(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎ 04-7097-1221	
7(土) 鋸南病院(鋸南町) ☎ 55-2125		21(土) 赤門整形外科内科(市内) ☎ 22-0008	
8(日) 館山病院(市内) ☎ 22-1122	【休日・夜間】	22(日) 館山病院(市内) ☎ 22-1122	【休日・夜間】
中原病院(南房総市) ☎ 47-2021	【休日】	23(月) 富山国保病院(南房総市) ☎ 58-0301	
9(月) 富山国保病院(南房総市) ☎ 58-0301		24(火) 東条病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1207	
10(火) 東条病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1207		25(水) 小田病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1128	
11(水) 赤門整形外科内科(市内) ☎ 22-0008		26(木) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎ 04-7092-2231	
12(木) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎ 04-7097-1221		27(金) 鴨川市立国保病院(鴨川市) ☎ 04-7097-1221	
13(金) 伊藤胃腸科クリニック(鴨川市) ☎ 04-7092-2231		28(土) 鋸南病院(鋸南町) ☎ 55-2125	
14(土) 小田病院(鴨川市) ☎ 04-7092-1128		29(日) 赤門整形外科内科(市内) ☎ 22-0008	【休日・夜間】
15(日) 鋸南病院(鋸南町) ☎ 55-2125	【休日・夜間】	花の谷クリニック(南房総市) ☎ 44-5303	【休日】
		30(月) 富山国保病院(南房総市) ☎ 58-0301	
		31(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)に問い合わせてください。最新の情報は、ホームページで確認してください。

こども急病 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時から翌朝6時までです。
電話相談 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)

救急歯科・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

有料広告スペース

有料広告スペース

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ので、お気軽にご相談ください。

心配ごと

- ◎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
- ◎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／一般相談員の相談を受けた人
場所／市役所4号館
問合せ／社会福祉協議会 (☎ 23 - 5068)

人権・登記相談

- ◎人権相談
日時／月～金 8:30～17:15
- ◎登記相談(所有権移転・抵当権抹消など)
日時／火・木曜日 9:30～15:30(予約制)
【共通】
場所・問合せ／千葉地方法務局館山支局
(☎ 22 - 0620)

行政相談

- 国など、行政への苦情や意見、要望
日時／7月19日(木) 13:30～16:00
場所・問合せ／市民相談室
(☎ 22 - 3199)

市民生活

- 市民生活あれこれ、お気軽にどうぞ
日時／月・水曜日(祝日を除く)
9:00～12:00、13:00～17:00
場所・問合せ／市民相談室 (☎ 22 - 3199)

消費生活

- 商品やサービスの契約に伴う苦情、相談
日時／毎週木曜日(祝日を除く) 9:00～16:00
場所・問合せ／社会安全課 (☎ 25 - 5775)

交通事故

- 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)

年金(予約制)

- ◎厚生年金(老齢・遺族)の請求
日時／8月23日(木) 10:00～15:00
場所・定員／市役所・25人(先着順)
予約受付開始日／7月23日(月) 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(配偶者分も)・請求の内容・電話番号を予約先まで。
予約・問合せ／市民課 (☎ 22 - 3418)
- ◎上記以外の相談・問合せ
木更津年金事務所 (☎ 0438 - 23 - 7616)

乳幼児

- ①乳児健康診査(4か月児)
日時／7月13日(金)
受付／13:30～14:30
- ②乳児相談(1歳未満の乳児)
日時／7月20日(金)
対象／1歳未満の乳児と保護者
受付／9:30～10:30
- ③1歳6か月児健康診査
(H28.12生+H29.1生)
日時／7月5日(木)
受付／13:10～13:30
- 【①～③共通】
場所・問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)
- ◎育児相談(乳幼児)
日時／7月11日(水)
受付／10:00～11:00
場所／元気な広場 (☎ 23 - 3114)
問合せ／保健センター (☎ 23 - 3113)

児童・生徒

- ◎児童預かりについての相談、登録
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)
- ◎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)
- ◎いじめ相談(小・中学生)
日時／月～金曜日 10:00～18:00
場所・問合せ／いじめ相談室
(☎ 0120 - 105 - 783)
- ◎不登校支援(小・中学生)
日時／月～金曜日 9:00～14:00
場所・問合せ／教育支援センター
(☎ 22 - 1732)

家庭教育

- 生活習慣、不登校、非行の相談など
日時／月～金曜日 9:00～16:00
場所・問合せ／中央公民館 (☎ 23 - 3111)

精神保健(予約制)

- 眠れない、イライラ、気分が沈む、対人関係の悩み、認知症の心配など
日時／7月 3日(火) 13:30～15:00
18日(水) 15:30～17:00
24日(火) 14:30～16:00
場所・申込み／安房健康福祉センター
(☎ 22 - 4511)

障がい者

- 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・問合せ／安房健康福祉センター
(☎ 23 - 6900、FAX 23 - 6694)

高齢者・介護

- 高齢者の生活相談や権利擁護、介護とその予防についての悩みなど
日時／9:00～17:00
※(土)は12:00まで
場所・問合せ／
地域包括支援センター
たてやま (☎ 25 - 7191)
(担当地区：北条・那古・船形)
なのはな (☎ 22 - 1350)
(担当地区：館山・西岬・神戸・富崎)
いちご (☎ 28 - 4115)
(担当地区：豊房・館野・九重)

住宅・建築相談

- 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、リフォーム工事など
日時／7月5日(木) 13:00～16:00
場所／若潮ホール 第1会議室
【要予約】開催日の1週間前まで
(予約がない場合は開催しません)
申込み・問合せ／建築施設課
(☎ 22 - 3751)

●7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

地区名	古紙・紙パック
館山	5・19(木)
北条	10・24(火)
那古	2・16(月)
船形	9・23(月)
西岬	14・28(土)
神戸	13・27(金)
富崎	3・17(火)
豊房	11・25(水)
館野	12・26(木)
九重	

- 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。
- 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)

館山市消防団初となる女性消防部が組織され、団員11人が入団し、5月の新入団員訓練で本格的に活動をスタートしました。

訓練では、消防活動の基礎となる規律訓練をはじめ、災害時を想定した炊き出し訓練を行いました。

川名まひろ部長は「吉野団長の『館山を災害に強いまちにしたい』という熱い思いに共感したメンバーが集まりました。皆が主婦なので、有事の時は家庭を優先しながらも避難所でのお年寄りや子どものサポート、炊き出しなどで活動できればと思います。年内にはAED普及員の講習を



炊き出しセットに着火する川名部長



規律訓練「右へならえ」

受けてたいです」と意気込みを話してくれました。

女性消防部は、地区の分団には属さず、団本部の指揮下に配置され、活動範囲は市内全域です。火災や大雨時の警戒巡視などの出動はなく、主に防災啓発活動や応急救護の取得や指導、団活動の広報を想定しています。

吉野隆志団長は「近年、全国の消防団で女性団員の割合が増えている。防災活動に男女は関係ない。女性の視点を生かした活動を期待している」と話しました。

平成30年度の消防団は、女性消防部11人を含む新入団員30人を加え、団員総数337人で館山市の安全安心のために活動します。

わかしお定期スポーツ教室



総合型地域スポーツクラブ

館山ファミリースポーツクラブ“わかしお”の紹介

総合型地域スポーツクラブ「館山ファミリースポーツクラブ“わかしお”」では、「いつでも・どこでも・だれでも・いつまでも」を合言葉に、子どもから大人まで、幅広い世代の方々に楽しんでいただけるクラブづくりを目指しています。

今回は、「卓球教室」を紹介します。

～種目紹介～ 【卓球】

初心者から経験者までゲーム形式で、ケガのないように楽しく活動しています。

気軽に卓球を楽しみたい初心者の方大歓迎です。正しい基礎をマスターしたい、クセを解消したい方もどうぞ。

皆さんでワイワイ楽しみながらレベルアップを目指しましょう。見学もできますよ。

- ▶日時：第2・4水曜日 19:30～21:15
- ▶場所：市民体育館（第二中学校）
- ▶対象：小学生以上
- ▶持ち物：室内シューズ、飲み物、汗拭きタオル、あればラケット
- ▶申込み：申込み不要です。直接体育館にお越しください。



※各教室の活動状況について

毎月15日号の広報又は“わかしおホームページ” (<http://spowan.com/>) で確認してください。

問合せ先：館山ファミリースポーツクラブ“わかしお”事務局 携帯電話：080-5085-2241

