

ひと・ゆめ・みらい 地域で創る魅力の郷 南房総

ホームページアドレス <http://www.city.minamiboso.chiba.jp>

南房総市 情報推進課 TEL0470-33-1003 FAX0470-20-4596 平成20年10月23日発行

日	曜	行 事
1	土	◇灯台記念日 計量記念日 ◇南房総市教育の日強調期間 ~16日 文化祭(白浜フローラルホール) 9:00~16:00
2	日	ふるさと美化運動(和田地区) 北三原地区さわやかスポーツ大会 (和田地区)旧北三原小 8:30~ 文化祭 (丸山公民館・丸山児童体育館・三芳農村環境改善センター) 9:00~16:00
3	月	●文化の日 文化祭(丸山公民館・丸山児童体育館) 9:00~15:00 文化祭 (白浜フローラルホール・三芳農村環境改善センター・富山公民館) 9:00~15:30 南三原地区運動会(和田地区)南三原小 9:00~
4	火	
5	水	◇一の酉 三芳保健福祉センター開放(おひさまくらぶ) 10:00~11:30
6	木	
7	金	◇立冬
8	土	文化祭(千倉公民館) 9:00~17:00 第6回市民環境大学(千倉保健センター) 13:30~15:00 おはなし会(千倉図書館) 14:00~14:45
9	日	◇秋季全国火災予防運動 ~15日 第2回南房総市千倉地区親善ソフトボール大会 (千倉総合運動公園ほか) 8:00~ 文化祭(千倉公民館) 9:00~15:30 文化祭(とみうら元気倶楽部) 9:00~16:00
10	月	
11	火	◇世界平和記念日
12	水	
13	木	献血(市役所別館1) 10:00~11:45/13:00~15:30

日	曜	行 事
14	金	
15	土	◇七五三 文化祭(和田コミュニティセンター・和田公民館) 12:00~16:00 南房総市教育の日講演会ほか(和田中学校) 13:45~15:40
16	日	文化祭(富浦体育館) 9:00~14:30 文化祭(和田コミュニティセンター・和田公民館) 9:00~15:00 第3回南房総市軽スポーツ大会(丸山中学校) 13:30~
17	月	◇二の酉
18	火	
19	水	三芳保健福祉センター開放(おひさまくらぶ) 10:00~11:30
20	木	献血(富山支所) 10:00~11:15
21	金	
22	土	◇小雪 第7回市民環境大学・閉講式(千倉保健センター) 13:30~15:30
23	日	●勤労感謝の日 南房総市青少年つどい大会(丸山体育館) 9:00~ 新穀感謝祭・庖丁式奉納(高家神社) 11:00~ 八幡神社(寺庭)祭礼(千倉地区)~25日
24	月	振替休日
25	火	富山保健福祉センター開放(わくわく教室) 13:30~15:00
26	水	
27	木	
28	金	
29	土	◇三の酉
30	日	第20回いきいき千倉産業まつり (千倉漁村センター周辺) 9:00~ 小松寺もみじ祭り(千倉地区) 10:00~

各種無料相談



行政相談

10日(月)	10:00~15:00	千倉支所
//	13:30~16:00	富山支所
12日(水)	13:30~16:00	とみうら元気倶楽部
19日(水)	13:30~16:00	白浜保健福祉センター
20日(木)	10:00~15:00	丸山公民館
21日(金)	10:00~15:00	三芳支所
26日(水)	13:30~16:00	和田地域福祉センター



心配ごと相談 13:30~16:00

10日(月)	富山支所
//	ちくら介護予防センター
12日(水)	とみうら元気倶楽部
19日(水)	白浜保健福祉センター
20日(木)	丸山公民館
21日(金)	三芳農村環境改善センター
26日(水)	和田地域福祉センター



人権相談 10:00~15:00

10日(月)	富山支所
11日(火)	千倉支所
13日(木)	和田コミュニティセンター



結婚相談

7日(金) 10:00~12:00 ちくら介護予防センター



交通事故巡回相談

19日(水) 10:00~15:00 千倉支所



無料法律相談 ※定員は6人です。

無料法律相談の事前予約申し込みを午前9時から受け付けます。

相談日	時 間	場 所
11月5日(水)	13:00~16:00	白浜保健福祉センター

申込および問い合わせ 社会福祉協議会 TEL 44-3577

(育児相談・健康相談は次頁に掲載)

予防接種【11月の予防接種（集団）日程】

予防接種を受ける際は、保護者の付き添いが必要です。保護者以外の付き添いの場合は、委任状が必要となります。

【BCG】 受付時間 13:00~13:20

実施日	場 所	対象児
11月11日(火)	千倉保健センター	H20.5.12~H20.8.12生

乳幼児健康診査

【股関節検診】 受付時間 13:00~13:15

実施日	場 所	対象児
11月28日(金)	三芳保健福祉センター	~H20.8.28生

【2歳児歯科健康診査】 受付時間 12:45~13:00

実施日	場 所	対象児
11月14日(金)	和田地域福祉センター	2歳6カ月~2歳8カ月

【1歳6カ月児健康診査】 受付時間 12:45~13:00

実施日	場 所	対象児
11月5日(水)	富山保健福祉センター	1歳6カ月~1歳8カ月

【3歳児健康診査】 受付時間 12:45~13:00

実施日	場 所	対象児
11月20日(木)	千倉保健センター	3歳4カ月~3歳6カ月

未来っこくらぶ

日 時 11月18日(火)
午前10時から午前11時30分まで
内 容 むし歯予防について
講 師 歯科衛生士
定 員 30人
申込期限 11月14日(金)



いきいき運動教室

日 時 11月13日(木)
午前9時30分から午前11時30分まで
内 容 ヨガ実技
講 師 ヨガ講師 定 員 30人
申込期限 11月11日(火)



場 所 富山保健福祉センター ※参加を希望される場合は、事前の申し込みが必要です。

リトミック教室

10カ月から4歳までのお子さんと保護者を対象に、リズム体操を行います。

日 時 11月21日(金) 実施場所 富山公民館 定 員 30人(先着順) 講 師 せつ 文恵先生
※参加を希望される場合は、事前の申し込みが必要です。11月19日(水)までに申し込みをお願いします。

ベビー科(10カ月から2歳未満まで)

受付時間 午前10時50分から午前11時まで
実施時間 午前11時から午前11時30分まで

幼 児 科(2歳から4歳まで)

受付時間 午前9時50分から午前10時まで
実施時間 午前10時から午前10時45分まで

骨粗しょう症検診

年齢基準日は、平成21年4月1日で、35、40、45、50、55、60、65、70歳の女性を対象に行います。「がん検診等申込書」で申し込まれた人には、個別通知します。

申し込みをされていない人で、希望される場合は、申し込みが必要です。

申込期限 11月14日(金)

実 施 日	場 所
11月17日(月)	とみうら元気倶楽部 白浜保健福祉センター
11月18日(火)	丸山保健福祉センター 富山保健福祉センター
11月19日(水)	和田地域福祉センター 三芳保健福祉センター
11月20日(木)	千倉保健センター

各 種 無 料 相 談



健康電話相談 健康増進課 TEL 36-1152

相談日 平日 時間 9:00~16:30



育児相談

4日(火) 13:30~15:00 和田地域福祉センター
6日(木) 13:30~15:00 富山保健福祉センター
12日(水) 13:30~15:00 千倉保健センター
19日(水) 10:00~11:30 三芳保健福祉センター
25日(火) 10:00~11:30 とみうら元気倶楽部

貯筋運動教室 ～運動習慣を身につけよう～ 参加者募集

市では、肥満や高血圧などの生活習慣病を予防すること、生活に必要な筋力を保つことを目標に、体に筋肉を貯める「貯筋」体操などの運動を紹介する貯筋運動教室を実施しています。

5月からのコース参加者からは、「腹囲や体脂肪率が減少した」「運動の習慣がついた」などの効果を喜ぶ声があがっています。11月から8回1コースとして2会場で実施します。夜間コースもありますので、ご利用ください。

	千倉会場(昼)	三芳会場(夜)	内容(予定)
会場 時間	千倉保健センター 9:30～11:30	三芳保健福祉センター 19:00～20:30	
日程 内容	11月 6日(木)	11月13日(木)	体力測定・貯筋体操
	11月20日(木)	11月27日(木)	貯筋体操
	12月 4日(木)	12月11日(木)	ストレッチ
	12月18日(木)	12月25日(木)	
	平成21年1月8日(木)	平成21年1月15日(木)	バランスボール
	1月22日(木)	1月29日(木)	ウォーキング
	2月 5日(木)	2月12日(木)	
2月19日(木)	2月26日(木)	体力測定	

定 員 千倉会場：30人

三芳会場：20人

※ 重複の申し込みはできません。先着順ですが新規参加者を優先します。

申込期限 11月4日(火)

持ち物 タオル・飲み物

※ 運動の出来る服装でおいでください。

申込および問い合わせ

健康増進課 TEL 36-1152

生活習慣病 予防教室

市では生活習慣病を予防するために健康教室を実施します。「健康の大切さ」を知って無理なくできる健康づくりの方法を一緒に考えていきませんか。3回1コースで2会場で実施します。

	千倉保健センター	三芳保健福祉センター	時間	内容	持ち物
1	11月13日(木)	12月4日(木)	14:00～16:00	「生活習慣病と予防について」医師の講話	総合検診結果通知表
2	11月17日(月)	12月8日(月)	10:00～13:30	「食生活について」講話と試食	2のみ 試食材料費300円
3	11月21日(金)	12月15日(月)	9:30～11:30	「運動について」講話と実践	3のみ 運動できる服装

※ 教室への参加を希望される人は各コースとも1回目の教室開催6日前までに健康増進課までご連絡ください。

申込および問い合わせ 健康増進課 TEL 36-1152

社会福祉協議会から 申込および問い合わせ TEL 44-3577

市内に居住し、在宅で日常生活のほとんどに介護を必要とする人に年4回無料で紙おむつを配布しますので、希望する人は、お申し込みください(すでに配付を受けている場合は、申し込みする必要はありません)。

	紙おむつ配布事業	高齢者介護用品支給事業(非課税世帯)
配布対象者	①要介護認定3・4・5の人 ②身体障害者手帳1・2級の人 ③精神障害者保健福祉手帳および療育手帳をお持ちの人	①65歳以上で要介護4・5の人 ※前年度市民税非課税世帯に属する高齢者または介護者
配布品目	①紙おむつ(テープ式・フラットタイプ) ②尿とりパット ※どれか1品目	①紙おむつ ②尿とりパット ③紙パンツ ※1回あたり25,000円以内
提出書類	①紙おむつ給付申請書 ②介護保険証または障害者手帳の写し	①高齢者介護用品支給申請書 ②介護保険証の写し ③購入希望先業者の見積書

申込期限 11月21日(金) 配付月 12月 ※ 配付日については、後日郵送でお知らせします。

申込先 社会福祉協議会本所または各地域福祉センター

原爆被爆2世健康診断

～県では、原爆被爆2世に対する健康診断を実施します～

対象者 原爆被爆者の実子で、県内に住所を有し、受診を希望される人

※ なお、受診希望者が多数の場合は、昨年度未受診者を優先します。

実施期限 平成21年3月10日（火）

申込期限 平成21年2月10日（火）

申込方法 受診を希望される人の郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号および被爆者である親の郵便番号・住所・氏名・被爆者健康手帳番号を書いて、封書にて郵送してください。受診書などは後日送付いたします。なお、検査の種類によっては一部自己負担が生じることがあります。

申込および問い合わせ

〒260-8667 千葉市中央区市場町1-1
県健康福祉部健康福祉指導課援護恩給室
TEL 043-223-2349

赤十字奉仕団創設60周年記念大会

～見て！知って！広げよう活動の輪～

奉仕団相互の交流と親睦を図り、奉仕団の活動を広く県民の皆さんにご理解いただく機会として、記念大会を開催します。参加費は無料です。

日時 11月9日（日）

午後0時40分から午後3時まで

会場 県文化会館

（千葉市中央区市場町11-2）

対象者 奉仕団員および県民

内容

- 奉仕団（県内9団）の活動紹介
- 赤十字救急法（心肺蘇生法）などの体験
- 習志野市習志野高等学校による吹奏楽演奏（青少年赤十字採用校）

問い合わせ 日本赤十字社千葉県支部 組織普及課奉仕係
TEL 043-241-7531

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

夫による妻への暴力やセクハラ、ストーカーなど、女性をめぐる各種の人権問題について、「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、全国一斉に人権擁護委員が「女性の人権ホットライン」を通じて、相談に応じます。

日時 11月17日（月）から21日（金）まで

午前8時30分から午後7時まで

11月22日（土）から23日（日）まで

午前10時から午後5時まで

対応者 県人権擁護委員連合会女性人権擁護委員
千葉地方法務局人権擁護課職員

電話 0570-070-810

問い合わせ 県人権擁護委員連合会事務局
TEL 043-247-3555

水道メーターの交換 ～ご協力をお願いします～

水道メーターは業務用の「はかり（計量器）」と同様に計量法の検定の対象となっていますが、水道メーターの場合は、設置後8年経過するメーターを新たに検定に合格したメーターと交換することとされています。

三芳水道企業団では、毎年10月下旬から1カ月間、交換の対象となった水道メーターの交換作業を館山市水道管工事協同組合に委託して行っています。

交換する水道メーターが設置されているお宅や事業所には、事前にチラシでお知らせします。交換作業へのご理解ご協力をお願いします。

水道メーターの交換は無料

水道メーターの交換は無料で行いますが、不明な点などありましたら、三芳水道企業団サービス係までお問い合わせください。

身分証明書を確認

水道メーターの交換は館山市水道管工事協同組合の組合員である水道工事店が分業で行います。また、この交換作業の従事者は、身分証明書を携帯していますのでご確認ください。

訪問販売などに注意

水道メーターの交換や当企業団の職員を装い、水道水の不安をあおって無用な水道工事の注文や浄水器などを売りつける悪質業者が徘徊する場合があります。

三芳水道企業団では、皆さんが安心して飲める水道水の供給を行っていますが、浄水器などの販売は一切していません。不審な場合は、当企業団までご連絡ください。

問い合わせ 三芳水道企業団 TEL 22-3729

●女性のための健康相談●

今月は整形外科の医師による相談を行います。相談は無料で、事前の予約が必要です。

相談日 11月21日（金） 時間 13:00～15:00

●思春期専門相談●

不登校・いじめ・人間関係などで心配のあるお子さんやご家族のための相談です。臨床心理士や保健師が相談に応じます。事前の予約が必要です。

相談日 11月27日（木） 時間 14:00～16:00

●休日エイズ検査●

エイズ予防の啓発と平日エイズ検査が受けられない人のために、休日エイズ検査を実施します。検査は無料・匿名で受けられ、プライバシーは守られます。事前の予約が必要です。

相談日 11月30日（日） 時間 9:30～12:00

場所 安房健康福祉センター

申込および問い合わせ

安房健康福祉センター TEL 22-4511

国民健康保険税が、あなたの安心と信頼の医療を支えています。

- 保険税は納期限内に納めましょう。
- 納付は口座振替が便利です。

●●●●● 保険税を滞納すると ●●●●●

納期限を過ぎると

- ① 督促が行われ、督促手数料・延滞金などが加算されます。
- ② 本来の保険証より有効期限の短い短期保険証に変わり、頻繁に更新が必要になります。

納期限から1年を過ぎると

- ① 保険証を返してもらい、代わりに被保険者資格証明書が交付されます。
- ② 被保険者資格証明書が交付された人が、医療機関で受診すると、いったん全額自己負担となります。

納期限から1年6カ月を過ぎると

- ① 国保の給付（高額療養費、葬祭費、出産育児一時金など）が全部、または一部差し止められ、滞納している保険税に充てられることもあります。

問い合わせ 市民課 TEL 33-1051 収納課 TEL 33-1024

犬の正しい飼い方・しつけ方教室
～基礎講座～

日 時 11月9日（日）
午後0時30分 受付 午後1時 開始

場 所 鴨川市役所駐車場（市立図書館側）

募 集 家族など約30組

参加費 1家族3,500円（雨天時2,500円）
※ テキスト代・保険料込

受付期限 11月7日（金）までの平日に電話受付

その他 ・飼う犬の同伴可
（雨天の場合は飼う犬の同伴不可・当日午前中に連絡）
・当日持参するもの 筆記用具、参加費など
・交通 車可（駐車場あり）



時 間	進 行
12:30～13:00	受 付
13:00～16:30	講義と基礎実技（飼い犬で実技） 「子犬、成犬の正しい飼い方・しつけ方」 講 師：(財)千葉県動物保護管理協会 石田 輝子 獣医師

※ 雨天時は、鴨川地域保健センターで、しつけ方の講演とモデル犬の模範演技を実施

予約受付および問い合わせ

安房保健所 TEL 22-4511
鴨川地域保健センター TEL 04-7092-4511

女性の権利に関する無料法律相談

市では、DV（ドメスティック・バイオレンス）などでお悩みの人を対象にした弁護士による相談会を開催します。相談は無料です。1人で悩まず、是非ご相談ください。

日 時 11月18日（火）午後3時から午後5時まで

場 所 南房総市役所別館1 大会議室

内 容 女性の人権について
弁護士が対応

※ 相談は予約が必要です。

予約申込期限 11月5日（水）

予約申込および問い合わせ

企画政策課 TEL 33-1001



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

南房総市シルバー人材センター～設立に向けて～

本格的な高齢社会の到来を迎え、健康で働く意欲のある高齢者が急速に増えています。職業引退後において、なお自らの経験と能力を生かし、働くことを通じて社会参加と生きがいを求めるニーズが高まる中、高齢者の就労の場を確保するため、「南房総市シルバー人材センター」の設立に向けて、準備が進められています。

●今までの経過とこれからのスケジュール

年 月	内 容
平成19年4月	南房総市4地区高齢者働く会連絡協議会発足
平成20年7月	南房総市シルバー人材センター設立準備委員会発足
11月	南房総市シルバー人材センター設立総会開催（予定）
平成21年4月	公益社団法人南房総市シルバー人材センター設立（予定）

問い合わせ 高齢者福祉課 TEL 36-1154

地域活性化プラットフォーム事業～中間報告会～

本年度「地域が連携して取り組むグリーン・ブルーツーリズム」をテーマに活動を展開している8団体が、活動を振り返るとともに現在の活動状況について市民に向けて報告する中間報告会を開催します。

地域の皆さんを始め、この事業に興味のある人、地域のために何かしたいとお考えの人など、皆さんのご参加をお待ちしています。

当日は、グリーン・ブルーツーリズムや体験型観光で、地域を元気にするために、交流客から感動・共感を呼び起こす人材を育成していきたいという思いのもと、各地で「感動請負人講座」を行っている木谷敏雄さん（株）マインドシェア顧問）をお招きした基調講演も行われる予定です。

※「プラットフォーム」とは、活動の基盤、舞台を意味します。

日 時 11月16日（日） 午後1時

場 所 南房総市役所和田支所

入 場 料 無料

問い合わせ 企画政策課 TEL 33-1001

2011年(平成23年)7月24日までに 今までのテレビ放送(地上アナログ放送)は終了します

終了後、アナログテレビをお使いの人は、そのままではテレビ放送(デジタル放送)を見ることができません。

地上デジタル放送を視聴するには、地上デジタル放送対応テレビに買い換える、地上デジタルチューナーを買い足す方法があります。どちらもUHFアンテナが必要です。なお、BSアナログ放送も地上アナログ放送と同じ2011年7月24日までに終了します。



地デジマスコットデジ犬とルカ

2011年 アナログテレビ放送終了
地上デジタル放送をご買いただくには専用チューナーが必要となります。総務省

デジタル放送に関するお問い合わせ

総務省地デジコールセンター(地上デジタル放送について) TEL 0570-07-0101(ナビダイヤル)
IP電話など、ナビダイヤルがつかない場合 TEL 03-4334-1111

BSデジタル放送お問い合わせセンター(BSデジタル放送について)
TEL 0570-01-2011(ナビダイヤル)

IP電話などがつかない場合 TEL 045-345-4080

※ 平日 午前9時から午後9時まで 土日祝 午前9時から午後6時まで
(社)デジタル放送推進協会ホームページ <http://www.dpa.or.jp/>



◇11月の救急当番◇

11月 1日(土)午後	安房地域医療センター (館山)	25-5111
11月 2日(日)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	東条病院 (鴨川)	04-7092-1207
11月 3日(月)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	富山国保病院 (富山)	58-0301
	原クリニック (館山)	24-5711
11月 8日(土)午後	安房地域医療センター (館山)	25-5111
11月 9日(日)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	館山病院 (館山)	22-1122
11月15日(土)午後	安房地域医療センター (館山)	25-5111
11月16日(日)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	鋸南病院 (鋸南)	55-2125
11月22日(土)午後	安房地域医療センター (館山)	25-5111
11月23日(日)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	館山病院 (館山)	22-1122
11月24日(月)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	鋸南病院 (鋸南)	55-2125
	亀田ファミリークリニック館山 (館山)	20-5520
11月29日(土)午後	安房地域医療センター (館山)	25-5111
11月30日(日)	安房地域医療センター (館山)	25-5111
	赤門整形外科内科 (館山)	22-0008

地球環境保護のため、この用紙は再生紙を使用しています。

◇千倉図書館新着図書紹介(問い合わせ TEL40-1120)◇

- 【一般書】
- やさしい小物と和紙のお人形 塩谷 優希
- 瀬戸内寂聴さんと行く「源氏物語」こころの旅 家庭画報編集部
- 色鉛筆の教科書 河合ひろみ
- 黒の狩人 上下 大沢 在昌
- 虚栄の肖像 北森 鴻
- 美女いくさ 諸田 玲子
- 遊行の門 五木 寛之
- 瑠璃でもなく、玻璃でもなく 唯川 恵
- 名探偵クマグスの冒険 東郷 隆
- 大奥二人道成寺 杉本 章子
- 【児童書】
- おこる 中川 ひろたか
- きになるともだち 内田麟太郎
- あーちゃんのおにいちゃん ねじめ正一
- 地球が大変! 久野登久子
- キンギョのてんこうせい 阿部 夏丸
- ふしぎなもるもくん 斉藤 洋
- 赤ちゃんがわかる絵事典 鈴木みゆき
- しゃべいにかんぱい! 宮川 ひろ
- ハロウィーンのみまじょティリー ドン フリーマン
- 二本足で立つってどうということ? 香原 志勢

※図書館には、ここに紹介した本以外にも合わせて毎月200冊程度の新刊が入っています。ぜひ、ご利用ください。また、図書館にない本でも県内の図書館から借りることもできます。
※開館時間は、午前9時から午後5時までです。休館日は、月曜日と祝日です。