

ひと・ゆめ・みらい 地域で創る魅力の郷 南房総

広  
報

# みなみぼうそう



環境保全型農業を  
推進します ..... ②・③

所得税の確定申告は便利なe-Taxで ..... ④

4月1日から公共施設の使用料が変わります ..... ⑤

健康だより

油断大敵 寒い季節の食中毒 ノロウイルス ..... ⑩

農業者年金加入者募集 ..... ⑫

「夢で見た春の夕景」

長谷川卓也さん  
(11頁に紹介記事)

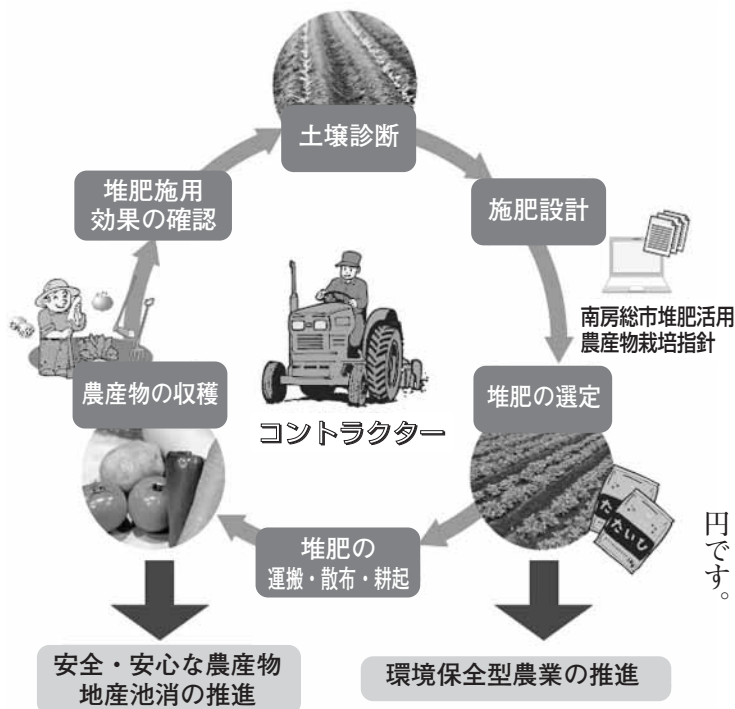
2011  
No.59

2

表紙作品を募集しています

# 環境保全型農業を推進します

南房総市は酪農発祥の地であり、現在も畜産が盛んに行われています。市では、畜産農家が生産する家畜ふん堆肥を使うことで、化学肥料や農薬の使用回数を減らした環境保全型農業を推進するとともに、安全・安心な農産物の生産拡大を図れるよう、農業従事者を支援しています。



安全・安心な農産物  
地産地消の推進

環境保全型農業の推進

環境保全型農業の推進は、安全・安心な農産物の生産による地産地消の推進に密接に関係しています。市では上のイメージ図のとおり、農業従事者が農作物を生産するための支援策として、今回紹介する各種制度を進めています。

## 分析・購入に補助 堆肥利用促進費補助金制度

堆肥の成分分析、農地の土壌分析および堆肥の購入に係る費用に対して助成します。

### ① 堆肥の成分分析事業

堆肥の成分分析にかかった経費の1/2を助成します。上限は1万4千円です。

### ② 土壌分析事業

土壌分析に要した経費に対し、分析点数1点当たり1/2を助成します。上限は500円です。

### ③ 堆肥購入事業

堆肥の購入に要した経費の1/2を助成します。上限はバラ売り1トン当たり7000円、袋売り1袋当たり3000円です。

補助の対象となる堆肥の購入先は、肥料取締法に基づく生産業者と販売業務の届け出を県に行っている堆肥生産者(表1)に限ります。

詳しい申請方法は、地域資源再生室または各支所に問い合わせください。

## 堆肥運搬・散布・耕運の請負 コントラクター制度

農業従事者の高齢化に伴い、さまざまな農作業のニーズが高まっています。市では「堆肥の運搬、農地への散布と耕運」を行うコントラクター業務を、JA安房に委託して実施しています。

### ① 堆肥の運搬

1トン当たり 1050円

### ② 堆肥の散布

1トン当たり 1050円

### ③ 農地の耕運

10アール当たり 6300円

コントラクター業務の問い合わせ

JA安房担い手対策部

☎ 24-9114

コントラクターの実際の作業風景



堆肥の運搬・散布機への積み込み



堆肥の散布



農地の耕運

## <堆肥有効活用システムの利用手順>

### ① 土壌診断の実施

※土壌診断の実施には、市の補助制度があります。



土壌の採取 ⇒ J A 安房 ⇒ 全農土壌分析センター ⇒ 診断結果の発行 (土壌診断は J A 安房以外でも行えます)

### ② インターネットでシステムにアクセス

URL: <http://www.mboso-agri.jp/>



### システム操作手順

- ほ場面積を入力
- ↓
- 作付品目を選択
- ↓
- 土壌診断結果数値を入力
- ↓
- 堆肥を選択
- ↓
- 肥料を選択

### ③ 計算結果を印刷

携帯サイトからも  
利用できます。



<http://www.mboso-agri.jp/m/>

## 簡単に施肥設計 堆肥有効活用システム

農作物の安定した生産には、使用する農地などの土壌に合った堆肥や肥料の種類・成分・施用量を適正に算定する「施肥設計」が必要不可欠といわれていますが、「施肥設計」は複雑な計算が必要です。市では、インターネットを使って誰でも簡単に計算できるように「堆肥有効活用システム」を構築し

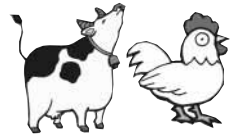
ました。システムの利用手順は左の図を参照してください。

## 50品目の栽培基準 堆肥活用農産物栽培指針

農業従事者が堆肥を利用した農作物の栽培へと円滑に移行できるように、農作物50品目の栽培方法の基準を示した栽培指針を策定しました。市ホームページまたは「堆肥有効活用システム」で閲覧や印刷ができます。

## (表1) 堆肥を取り扱っている畜産農家

次の畜産農家から堆肥を購入する場合、購入額に対して助成します。



No.	生産者	代表者	住所	☎	家畜ふん 原料	No.	生産者	代表者	住所	☎	家畜ふん 原料
1	山田堆肥組合	川名 正美	山田1232	58-0757	乳牛	13	珠師ヶ谷搾乳組合	尾形 茂	珠師ヶ谷1048-2	46-2298	乳牛
2	へぐり環境組合グループE	若林 和夫	平久里下303	58-0630	乳牛	14	宮下畜産環境保全組合	北見 進一	宮下474	46-2059	乳牛
3	平久里下堆肥組合	石井 一成	平久里下1680	58-0604	乳牛	15	川谷畜産環境保全組合	津嶋 陸夫	川谷271	46-2404	乳牛
4	へぐり環境組合グループA	川名 初夫	山田645	58-0619	乳牛	16	吉野 謙二	同左	丸本郷1110	46-3594	乳牛
5	へぐり環境組合グループF	石井伸二郎	平久里下1678-1	58-0451	乳牛	17	農事組合法人丸山町酪農組合	笹子 幹夫	加茂2733-1	46-2014	乳牛
6	上滝田畜産環境保全組合	山口 均	上滝田771	36-3984	乳牛	18	和田町グリーンセンター山田舎	池田 忠雄	和田町下三原1043	47-3789	乳牛
7	庄司 重太郎	同左	下滝田743-2	36-3858	乳牛	19	佐久間 秀夫	同左	和田町中三原249-1	47-3775	乳牛肉牛
8	稲都畜産環境保全組合	岡崎 守良	御庄526	36-3601	乳牛	20	小川堆肥センター	鈴木 孝雄	和田町中三原297	47-3352	乳牛
9	上堀堆肥センター	中村 文雄	上堀632-1	36-3286	乳牛	21	小川堆肥センター	押元 主計	和田町小川982-1	47-3050	乳牛
10	千倉町酪農組合	山根 勇	千倉町川合749	44-1344	乳牛肉牛	22	(有)武山ポーター	武山 幸憲	和田町黒岩51	47-2654	採卵鶏
11	千倉町酪農組合瀬戸グループ	小泉 要	千倉町瀬戸244-4	44-0914	乳牛	23	長谷川牧場	長谷川 博	和田町黒岩664	47-3738	乳牛
12	市場・前田畜産環境保全組合	牧野 澄夫	丸本郷1333	46-3625	乳牛						

市内で堆肥を生産する畜産農家で、肥料取締法に基づく生産業者と販売業務の届出をしている生産者です。

問い合わせ 地域資源再生室 ☎ 33-1073

# 所得税の確定申告は便利なe-Taxで

インターネット

国税庁ホームページの「確定申告等作成コーナー」で作成したデータは、e-Tax（国税電子申告システム）を利用して提出できます。利用には、電子証明書の取得（手数料が必要）、ICカードリーダーライタの購入などの事前準備が必要です。

## e-Tax（国税電子申告システム）にはこんなメリットが

### ①24時間いつでも申告可能

税務署に行かなくても、自宅などからインターネットの国税庁ホームページを利用して、確定申告期間中24時間、直接申告できます。

### ②還付の処理が3週間程度に短縮

還付申告の処理期間が、6週間程度から3週間程度に短縮されます。

### ③最高50000円の税額控除

本人の電子署名などを付して電子申告した場合、平成22年分の所得税額から最高50000円が税額控除されます（本控除の適用は、平成19年分から平成22年分までの間でいずれか1回です）。

### ④添付書類の提出が省略

医療費の領収書や源泉徴収票など、一定の書類の添付が省略可能です（確定申告期限から3年間、書類の提

出または提示を求められることがあります）。

### 納税は口座振替をご利用ください

所得税、個人事業者の消費税などの納税には、安全便利な振替納税をお勧めします。

振替納税を利用するには、「預貯金口座振替依頼書」に必要事項を記載し税務署または金融機関に提出してください。

振替日は次のとおりです。

所得税 4月22日（金）  
消費税など 4月27日（水）

### 問い合わせ

館山税務署

☎22-0101



## 市町村民税非課税世帯に

# 地デジチューナーを給付します

総務省は、経済的な理由で地上デジタル放送に移行することができない世帯に対する簡易チューナーの無償給付の対象を「市町村民税非課税世帯」に拡大します。

## 世帯全員が市町村民税非課税

地上デジタル放送に対応できていない世帯で、「世帯全員が市町村民税非課税の世帯」が対象です。

支援を受けるには、NHKとの放送受信契約が必要です。未契約の場合は、支援申し込み以降に速やかに契約してください。

## チューナー1台を給付

簡易チューナー1台を、無償で給付（配送）します。また、チューナーの設置方法や操作方法を電話でサポートします（チューナーの訪問設置、アンテナ改修などは行いません）。

## 地デジチューナー支援センターに申し込む

申込書に必要事項を記入し、必要

書類を添付して、総務省の地デジチューナー支援実施センターへ送付してください。

申込書は、電話やインターネットで総務省の地デジチューナー支援実施センターからお取り寄せください。情報推進課、各支所にも置いてあります。

申し込みには、「世帯全員が記載された住民票の写し」と「世帯全員の市町村民税非課税証明書」が必要です。

### 問い合わせ

支援制度

総務省 地デジチューナー支援実施センター  
☎0570-023724

NHKの放送受信契約

NHK ふれあいセンター  
☎0570-077077

NHK放送受信料全額免除の世帯には、専用の支援があります。詳しくは、総務省の地デジチューナー支援実施センター（☎0570-033840）へお問い合わせください。

# 4月1日から公共施設の使用料が変わります

## 使用料と減免基準を見直しました



平成23年4月1日から市内の公共施設の使用料金を改定します。

主な改定内容は、同じ種類の施設間の金額や減免基準を統一し、分かりやすい料金体系に見直したことです。改定により、利用者の皆さんに負担の増減が起きる場合があります。

施設使用料を改定する主な施設は次のとおりです。使用料および減免基準など具体的な取り扱い扱いは、各施設の問い合わせ先にお尋ねください。

問い合わせ  
財政課  
☎ 33-1022

## 施設使用料を改定する主な施設

### 集会施設など

施設名	問い合わせ
とみうら元気倶楽部、富山自然環境活用センター、三芳農村環境改善センター、白浜自然休養村管理センター	丸山公民館 ☎ 46-4031

### 公民館

施設名	問い合わせ
富山公民館、三芳公民館、上滝田公民館、滝田公民館、稲都公民館、千倉公民館、丸山公民館、南三原公民館、北三原公民館	丸山公民館 ☎ 46-4031

### スポーツ施設など

施設名	問い合わせ
富浦体育館、富浦テニスコート、富山ふれあいスポーツセンター、富山武道館、富山多目的運動場、富山平群運動場、三芳国民体育館、三芳柔剣道場、三芳弓道場、三芳テニスコート、白浜体育館、白浜運動広場、千倉総合運動公園、丸山体育館、丸山児童体育館、丸山運動広場、和田コミュニティ運動広場、北三原農村広場、千倉B&G海洋センター	千倉総合運動公園 ☎ 44-3381

### 福祉センターなど

施設名	問い合わせ
千倉社会福祉センター、和田地域福祉センター「やすらぎ」	社会福祉課 ☎ 36-1151
三芳保健福祉センター、白浜保健福祉センター「はまゆう」、千倉保健センター	健康増進課 ☎ 36-1152
富山老人いこいの家、ちくら介護予防センター「ゆらり」	高齢者福祉課 ☎ 36-1154

### コミュニティセンター

施設名	問い合わせ
富山コミュニティセンター、増間コミュニティセンター、和田コミュニティセンター、丸山コミュニティセンター	市民協働課 ☎ 33-1005

### 農産物加工施設など

施設名	問い合わせ
富山農産物加工施設、和田農産物加工施設、三芳畜産環境保全施設、白浜農業者健康管理施設「やすらぎの家」、白浜活性化施設「花の情報館」	農林水産課 ☎ 33-1071

### 学校施設

施設名	問い合わせ
各小中学校の校舎	学校教育課 ☎ 46-2962
各小中学校の体育施設	千倉総合運動公園 ☎ 44-3381

## まちの話 こんなことがありました

### 祝成人

### 希望に向けて門出を祝う

平成23年成人式が1月9日(日)白浜フーラルホールで行われ、新成人313人(男156人、女157人)が晴れの日を迎えました。集合写真撮影に続く、アトラクションでは、安房八幡太鼓の皆さんに

よる演奏が行われ、新成人を祝うにふさわしい、力強く迫力のある和太鼓に、新成人たちは真剣に聴き入っていました。

「思い出のアルバム」上映で、生まれた年から高校を卒業するまでの間に社会で起きた主な出来事や、中学時代の体育祭・部活動の様子など



新成人の皆さん



御子神翔吾さん



川名春香さん



がスクリーンに映し出されると、懐かしい映像に会場内で歓声や笑い声が沸き、大いに盛り上がりました。

式典では、新成人を代表して、御子神翔吾さん(丸山地区)、川名春香さん(富山地区)の2人から「新成人の誓い」がありました。

御子神さんは「20年間を振り返り、両親や先生、地域の人たちへ感謝し

たい。南房総市で培った自分らしさを大切にして一歩一歩前進し、精一杯生きて行きたい」、川名さんは「今まで自分を支えてくれた全ての人たちへ感謝する気持ちと仲間との出会いは大切。将来、南房総市に帰ってきたとき恩返しできるように、努力し続けたい」と、誓いの言葉を述べました。

さんの「僕の母親」が、12月に開かれた全国中学生人権作文コンテスト中央大会で奨励賞を受賞しました。

### 人権作文コンテスト中央大会 石崎亮治さん(富浦中2年) 奨励賞受賞

日系ブラジル人の母親を通して、日系人や外国人に対する差別やその実態について中学生らしい視点で訴えた、富浦中学校2年生の石崎亮治

さんの「僕の母親」が、12月に開かれた全国中学生人権作文コンテスト中央大会で奨励賞を受賞しました。

受賞した作文は、千葉県内309校・2万6066編の中から最優秀賞に選ばれ、全国大会に推薦されて審査を受けました。

千葉県大会の表彰式で、受賞作品を朗読した石崎さん。「県で最優秀賞になったときは、びっくりしました。母も喜んでくれました。朗読はたくさんの方の前で緊張したけれど、いい経験でした」と話していました。



受賞した石崎さん



## ■新春賀詞交歓会

1月22日（土）、市、内房商工会（和泉善久会長）、朝夷商工会（川名浩司会長）の3団体による賀詞交歓会が、富浦ロイヤルホテルで開催され、約260人の参加がありました。

主催者を代表して石井市長から、「1期目の4年間は、農業に例えろと畑を耕し、種を蒔き、やつと芽が出た段階。2期目は芽を大きく育てて成果を出したい。協働によるまちづくり、農産物流通拠点施設、光ファイバー網の整備、土曜スクールの実施など、創造性を高めるまちづくりを進めていきたい」と挨拶がありました。



挨拶する石井市長

## ■消防出初式

1月5日（水）、消防出初式が、千倉総合運動公園で行われました。

井田団長はじめ消防団員234人が参加し、関係者や多くの来賓が見守るなか、服装点検やポンプ車操法演技を行い、寒空のもと規律正しい動作を披露しました。

石井市長は、「災害の発生における消防団の重要性を痛感するなか、団員の皆さんには地域住民の生命、財産を守るため、ますますの努力を期待します」と式辞を述べました。また、功績者に表彰が行われました。主な被表彰者は次のとおりです。

（順不同・敬称略）

### 消防庁長官退職報償 銀杯

- |                |       |
|----------------|-------|
| 前消防団長          | 古内義教  |
| 前第7支団 副団長      | 川名正敏  |
| 前第2支団 副団長      | 安藤俊明  |
| 前第4支団第2分団 分団長  | 高木 豊  |
| 元第4支団第4分団 分団長  | 小笠原清一 |
| 前第4支団第5分団 分団長  | 岡田幸一  |
| 前第5支団第4分団 分団長  | 佐野博之  |
| 前第6支団第2分団 分団長  | 小原 学  |
| 前第5支団第1分団 副分団長 | 栗山 和  |
| 前第6支団第1分団 副分団長 | 北見進一  |

- |                  |      |
|------------------|------|
| 前第2支団第2分団 班長     | 前村広明 |
| 前第6支団第4分団 班長     | 庄司正和 |
| <b>千葉県知事 功労章</b> |      |
| 第2支団 副団長         | 狩野昌也 |
| 第2支団 副団長         | 戸倉豊美 |
| 第4支団第2分団 分団長     | 加藤正博 |
| 第4支団第5分団 分団長     | 小谷安行 |

### 千葉県知事 精勤章

- |                     |       |
|---------------------|-------|
| 第3支団第3分団 分団長        | 池田真人  |
| 第2支団第4分団 分団長        | 川名敏彦  |
| 第2支団第5分団 分団長        | 川名正人  |
| 第5支団第1分団 分団長        | 青木秀一  |
| 第5支団第3分団 分団長        | 川名博史  |
| 第5支団第4分団 分団長        | 白山和浩  |
| 安房郡市消防本部 消防士長       | 吉田尚登  |
| 安房郡市消防本部 消防士長       | 眞田富持男 |
| 安房郡市消防本部 消防士長       | 高梨耕一  |
| 安房郡市消防本部 消防士長       | 相川 豊  |
| <b>千葉県消防協会長 功労章</b> |       |
| 第4支団第3分団 分団長        | 星野末孝  |
| 第6支団第1分団 分団長        | 朝倉進一  |
| 第6支団第2分団 分団長        | 金井 隆  |
| 第6支団第4分団 分団長        | 近藤津世志 |
| 安房郡市消防本部 消防司令補      | 堀込康弘  |
| <b>千葉県消防協会長 精勤章</b> |       |
| 第6支団第3分団 分団長        | 井田武尊  |
| 第1支団第1分団 分団長        | 山田朋和  |
| 第1支団第3分団 分団長        | 岩田秀一  |



規律正しい分列行進を披露する消防団員

南房総  
食材使用

# 料理コンテスト応募作品

～みんなで食べたい家族ごはん～ 第11回

<http://civil.mboso-etoko.jp/chisan-chisho/recipe>



地産地消運動2009  
料理コンテスト  
応募作品です

写真入り作品は、「南房総旬食市場レシピ」のホームページでご覧いただけます。  
画面上に見当たらない作品は、ページ内の「レシピをさがす」で検索できます。



## 「ぼうそうまきまき生春まき」

健田小学校 青木 萌花さん

### 材料 (4人分)

ブチヴェール (非結球性芽キャベツ)  
… 16個くらい  
豚肉…100gくらい  
レタス…適量  
ライスペーパー (生春巻きの皮) …16枚  
ピーマン…70gくらい  
スモークサーモン…適量  
ドレッシング (市販のもの) …適量

### 作り方

- ①ブチヴェールと、豚肉をそれぞれゆでる。レタスは一口大にちぎる。ピーマンはぬるま湯でもどし、フライパンで炒める。スモークサーモンは一口大に切る。
- ②①を皿に載せ、テーブルに並べる。
- ③ライスペーパーをぬるま湯にしておし柔らかくする。柔らかくなった皮に①の食材を載せて巻く。
- ④お好みのドレッシング (中華味がお勧め) をつけて食べる。



## 「おいしく食べよう南房総」

八束小学校 昆 涼香さん

### 材料 (4人分)

<菜花と玉ねぎのキッシュ>  
菜花…1/2束 玉ねぎ…1/2個  
ベーコン…3枚 卵…3個  
じゃがいも…1個 薄切り餅…5枚  
生クリーム…1カップ  
ナツメグ…少々 粉チーズ…60g  
オリーブ油…少々  
塩・こしょう…少々  
<菜花のクリームスープ>  
菜花…1/2束 玉ねぎ…1/2個  
バター…大さじ2 牛乳…2カップ  
固形スープの素…2個  
塩・こしょう…少々  
落花生粉…大さじ1

### 作り方

- <菜花と玉ねぎのキッシュ>
- ①菜花はゆでて5cmのザク切り。玉ねぎは薄切り、ベーコンは細切り。じゃがいもは千切りにしてゆでる。
  - ②フライパンでオリーブ油を熱し、順番にベーコン、玉ねぎをしんなりするまで炒め、菜花を入れてさらに炒める。塩・こしょうで味をととのえ、これをタルトの型に広げる。
  - ③卵を溶いて、塩・こしょう・ナツメグ・生クリーム、薄切り餅をちぎったものと一緒に②に加える。粉チーズを全体にかけ、200度のオーブンで25分間焼く。
- <菜花のクリームスープ>
- ①菜花をゆでて切り、玉ねぎは薄切りにする。
  - ②鍋でバターを使い菜花、玉ねぎを炒め、さらに牛乳と固形スープの素を入れて食材が柔らかくなるまで煮る。冷めたら落花生粉を入れミキサーにかけてできあがり。



## 「採れたて野菜でクッキング」

八束小学校 能条 結依さん

### 材料 (2人分)

<菜花>  
菜花、のり、しょう油…各適量  
<大学いも>  
さつまいも、砂糖、水、油…各適量  
<お好み焼き>  
お好み焼きの粉 (市販のもの)  
山芋、水、キャベツ、豚肉、マヨネーズ、ソース、青のり…各適量

### 作り方

- <菜花>
- ①菜花をゆでて細かく切り、ちぎったのりをかけ、しょう油で味をつける。
- <大学いも>
- ①さつまいもを油で揚げ、砂糖水を煮詰めて作ったカラメルをからめる。
- <お好み焼き>
- ①お好み焼きの粉、水、キャベツ、山芋、豚肉を混ぜて焼く。
  - ②仕上げに青のり・マヨネーズ・ソースをかける。



## 「カルシウムたっぷり！大根葉のお好み焼」

三芳小学校 江淵菜々子さん

### 材料 (4~5人分)

大根の葉 (柔らかいとこ) …200g  
豚ひき肉…150g 小麦粉…150g  
ベーキングパウダー…小さじ1  
卵…2個 水…70ml  
サラダ油…大さじ1  
ソース・マヨネーズ…適量

### 作り方

- ①大根の葉は、みじん切りにする。
- ②大きなボールに①を移し、小麦粉とベーキングパウダーを満遍なくまぶす。
- ③豚ひき肉、水、卵を割って、ゴムへらでさっくりと混ぜる。
- ④油をひいた弱めの中火で両面がキツネ色になるまで焼く (片面3分ずつくらい)。
- ⑤④にソースとマヨネーズをかける。



【今月の環境標語】

# 「大切に 最後まで使いきるのも エコアクション」

環境標語コンテスト優良賞

一般 石井 いずみさんの作品

＜標語の趣旨＞ 安いからと買ってしまい、結局ごみになってしまう物があります。必要な物を購入し、大切に使いきるのもエコだと思って作りました。

## 家庭や職場で省エネ対策に取り組もう

### ー2月は「省エネルギー月間」ですー

1年のうちで寒さの厳しいこの時期、家庭で暖房器具などが使用され、石油や電気などのエネルギーが多く消費されます。エネルギーの使い過ぎは、二酸化炭素（CO<sub>2</sub>）を大量に排出し、地球温暖化を進行させてしまいます。地球温暖化の防止には、私たち一人ひとりの実践が必要です。エネルギーを上手に使うと、二酸化炭素の排出量や家計への負担を減らせます。

家族や職場のみんなで協力しながら、省エネ対策に取り組みましょう。

### ちょっとした工夫で省エネルギーができるんです

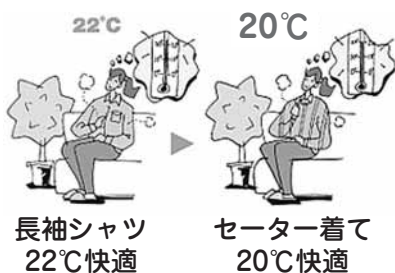
出典：省エネルギーセンター  
 「かしこい住まい方ガイド」

## 暖房器具で部屋を暖めるちょっとした工夫

（暖房器具の設定温度20℃でも快適に過ごす方法は次のとおり）

#### ● 上着を1枚増やす

“寒いときは着る”、“過度に暖房器具に頼らない”という原点に戻り、活動しやすく、暖かいスタイルで過ごしましょう。



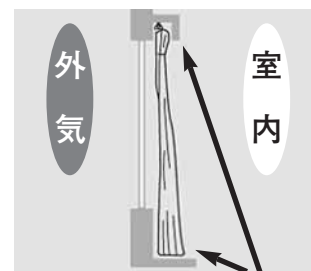
#### ● 扇風機で空気をかき混ぜる

暖房すると部屋の上の方に空気がたまってしまいます。扇風機などを活用して、部屋の中の空気を循環させ、暖かい空気を下におろしましょう。（暖房器具の使い過ぎに注意。窓を開け空気を入れ替えましょう）



#### ● カーテンを活用する

冬場に窓の近くにいと、窓面で冷やされた空気が床を伝い、寒く感じる場合があります。窓面からの冷たい空気が入らないように、カーテンを活用し、隙間を作らないようにしてみましょう。



カーテンボックスを付けたリ、床までカーテンを伸ばす方法があります。

## 環境家計簿で二酸化炭素排出量がわかります！

環境家計簿（CO<sub>2</sub>家計簿）は、1か月に使用する電気、ガス、水道、ガソリンなどの使用量と料金を集計し、二酸化炭素（CO<sub>2</sub>）の排出量が計算できます。

インターネットを使い、市のホームページから環境家計簿がつけられます。環境家計簿を活用し、家庭の省エネ対策や賢い光熱費の節約に活用しましょう。



環境家計簿のイメージ

# 健康だより

問い合わせ 健康増進課 ☎ 36-1152

油断大敵 寒い季節の食中毒

## ノロウイルス

### 冬の食中毒の約6割が ノロウイルスによります

食中毒は夏の暑い季節にしか

起こらないと思つていませんか。夏の食中毒の多くは細菌によるものですが、冬の食中毒はウイルスが原因です。年間に発生する食中毒は、12月から3月にかけて多く発生する傾向にあります。しかも、そのうちの約6割が、ノロウイルスが原因と言われています。冬場に流行する風邪やインフルエンザと同じようにノロウイルスも「寒い時期」を好み、初期の症状がよく似ているため、食中毒と気がついた時には感染が広がってしまします。

### ノロウイルス対策

**原因は加熱不足** 原因食品のトップは二枚貝です。感染者のふん便に含まれるノロウイルスが下水から二枚貝の生息域に紛れ込むと、プランクトンと共に吸い込まれて貝の中に蓄積。十分に熱すれば食べても問題ありませんが、加熱不足のまま食べると感染してしまいます。

### 食事・二次感染に注意

感染はウイルスに汚染された飲食物を口にするこことや、感染者からの二次感染によって起こります。

### 急性胃腸炎が主症状

主症状は急性の胃腸炎です。食ってから24時間から48時間で発症し、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、軽い発熱などが1日から2日続きます。発熱や頭痛、上気道炎（扁桃炎など）のように風邪に似た症状の場合もあります。

治つてから2週間程度は、便に少量のウイルスを排出します。

### 予防はきっちり手洗い・ しっかりと加熱

ノロウイルスは食品中では増えず、人の腸内でのみ増えます。そのため、おう吐物やふん便を介した二次感染によって、周囲の人に移す危険性があります。怖い二次感染を防ぐには、清潔を保つことと食品を十分に加熱することが基本です。

### ①きっちり手洗い

ウイルスを洗い流すため、調理の前後、トイレやおむつ交換、ペットを触った後などは、必ず石けんと流水で十分に手洗いする。

### ②しっかりと加熱

生ものを食べるのを極力避け、食品の中心部まで85度以上で1分間以上加熱調理する。

### ③調理器具の殺菌・消毒

調理器具の使用後は、ときどき煮沸や次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）に浸して殺菌・消毒する。

### ④周囲の汚染を防ぐ

おう吐物、ふん便を処理する時は、マスクとプラスチック手袋を着用し、周囲を汚染させない。

### 判断と治療法

ノロウイルスに感染したかどうか

かは症状だけでは判断できません。病院で受診し、おう吐物やふん便中のウイルスの検出を確認して感染を判断します。

ノロウイルスに効果のある抗ウイルス剤はありません。発症しても体力のある人は自然に治りますが、子どもや高齢者には、水分と栄養の補給を行う対症療法が必要です。

下痢止め薬はウイルスを腸内にとどめることになりしますので、使わないほうが望ましいです。

### ●●●予防が大切 ●●●インフルエンザ●●●

インフルエンザの予防のために次のことを心がけましょう。

- ①手洗い・うがいをする。
- ②咳エチケットを心がける。
- ③栄養と休養を十分にとる。
- ④適度な温度、湿度を保つ。
- ⑤人ごみを避ける。
- ⑥インフルエンザにかかったと思ったら、早めに医療機関を受診する。

- 咳、くしゃみをするときは、ティッシュやハンカチで口や鼻を覆う。



# 暮らしの お知らせ

## 1月定例記者会見

1月31日(月)に実施されました

- 光iフレームを活用した情報配信
- 「森の恵み」体験展示会の開催

## お知らせ

### ■労働力調査が

### 行われます

総務省統計局と県では、毎月労働力調査を実施します。

この調査は、国の経済政策や雇用対策などのための基礎資料を得ることを目的としています。

総務省が毎月公表している「完全失業率」は、この調査をもとに発表されています。

対象となった世帯には、県から任命された調査員が調査票の記入依頼に伺います。

ご協力をお願いします。  
●調査対象は丸山地区(安馬谷・古川)の一部の世帯。

●調査期間は3月から7月までです。

●調査員は、千葉県知事鈴木栄治発行の調査員証を携帯しています。

●個人情報保護されません。

### 問い合わせ

県総合企画部統計課

☎043-223-2220

### ■働く人の健康相談・事業所健康管理を支援します

安房地域産業保健センターは、産業医を選任していない中小事業所の産業保健の支援をしています。

簡便に利用できるよう事業所登録を勧めています。料金は無料です。

スローガン 心とからだの健康推進運動

### 支援内容

#### ●健康相談室の開設

定期健康診断の事後管理として疾病の予防・治療・就業上の意見などについて産業医が事業所や本人の相談・指導を行います。

#### ●訪問産業保健指導

産業医などが事業所を訪問し、健康管理、作業

管理などの相談指導を行います。

#### ●産業保健情報の提供

産業保健・健康管理などの資料・情報を提供します。

健康相談室開設日程はお問い合わせいただくか、ホームページで紹介しています。

### 問い合わせ

安房地域産業保健センター  
(安房医師会内)

☎22-4036

FAX 22-4035

ホームページ

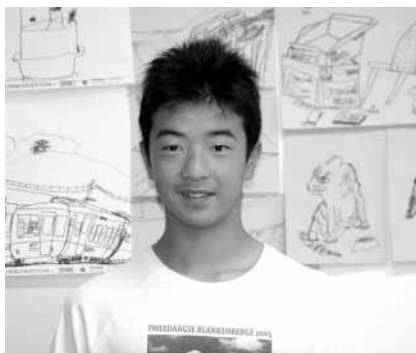
<http://www.awa-shikai.jp/>

### ■広報みなみぼうそう

### 1月号おわびと訂正

1月13日(木)発行の広報みなみぼうそう1月号で、民生委員・児童委員改選の記事中、三芳地区の委員の氏名に誤りがありました。正しくは「安藤建夫」さんです。おわびして訂正します。

## 今月の表紙



### 「夢で見た春の夕景」 長谷川卓也さん(千倉地区)

夢で見た春の夕景です。小学生の頃から電車が好きで、よく電車の絵を描いてきました。これからの抱負として、「今は電車に限らず、いろいろなものを対象に絵を描くことが楽しいです。勉強と絵を両立させて頑張っていきたいです」と話してくれました。

現在、高校1年生。作品は、色鉛筆、絵の具、サインペンで描きました。



●1月22日(土)開催の新春賀詞交歓会に、商工会のマスコットキャラクター「なんぼーくん」登場。会場入り口で来場者の皆さんをお出迎えました。「チーバくん」同様、これからよろしくお願ひします。

# 暮らしの お知らせ

## ぼしゅつ

### ■ 農業者年金加入者

60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している人は誰でも加入できます。配偶者や後継者など家族農業従事者も加入できます。

### 高齢化時代に強い積立方式

年金資産は安全かつ効率的に運用されます。自ら積み立てた保険料とその運用益(付利)により将来受け取る年金額が決まる「積立方式(確定拠出型)」の年金です。

### 保険料額は自由に選べます

自分が必要とする年金額に応じて、月額2万円から6万7千円までの間で自由に決められます。

### 終身年金で80歳までの

### 保証付き

年金は、原則65歳から生涯支給されます。仮に80歳前に亡くなっても、80歳ま

でに受け取れるはずであった年金額の現在価値に相当する額が、遺族に死亡一時金として支給されます。

**保険料全額が控除対象となります**

支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税(支払額の15%から30%程度)につながります。

### 月額最高1万円の国庫補助

認定農業者で青色申告をしているなど一定の要件を満たす人には、国から月額最高1万円(通算・最大で216万円)の保険料補助があります。この国庫補助額は、農地などの経営継承をすれば原則65歳から特例付加年金として受給できます。

### 問い合わせ

農業委員会

☎ 33-11081

J A 各支店



### ■ 北方四島交流などで使用する船舶の船名

現在建造が進められている船舶の船名を募集します。

**内容** 北方四島交流事業に使用する船舶の船名

**対象** どなたでも応募できます。

**条件** 応募名称が採用された場合、氏名、居住地の都道府県市町村名を公表します。

### 方法

- 「はがき」または電子メールで応募してください。
- 次の①から⑨を明記してください。



船の完成予想図(デザイン未定)

2月は省エネルギー月間です  
地球と仲良く省エネハート!

関東電気保安協会  
http://www.kden.or.jp/

- ①氏名(漢字・ふりがな)
- ②年齢③性別④郵便番号⑤住所⑥電話番号⑦職業⑧応募名称⑨名称の説明(100字程度)

- 1回の応募に1名称とし、複数回応募できません。

**表彰** 表彰状、5万円分のギフト商品券

**締切** 3月10日(木)

当日の消印有効

**応募先** 〒110-0014

東京都台東区北上野1-9

12 住友不動産上野ビル

9階

独立行政法人北方領土問題

対策協会 船舶公募係

電子メール

ship@tk.hoppou.go.jp

人口の動き (平成23年2月1日現在)

総人口(-85)	43,060人	( )内は前月比
男(-35)	20,639人	出生 17人
女(-50)	22,421人	死亡 90人
世帯数(-17)	17,150世帯	転入 60人
		転出 72人

ホームページアドレス

<http://www.city.minamiboso.chiba.jp>



携帯  
サイト

南房総市  
安全安心メール  
配信登録  
QRコード\*



\* 登録は初めに空メールを送信してください

そうだん

■住宅の無料耐震相談会

とき 3月9日(水)  
午後1時から午後4時30分まで

ところ 三芳農村環境改善センター

費用 無料 予約制

予約・問い合わせ

建設部管理課

☎ 33-11102

■労災職業病なんでも相談会

弁護士、社会保険労務士、ソーシャルワーカーなどが、

労働災害・職業病などの相談にのります。

とき 2月26日(土)

午後1時から午後4時まで

ところ 千葉市中央コミュニティセンター

費用 無料(予約不要・当日受付)

問い合わせ

千葉中央法律事務所

☎ 043-225-4567

■多重債務相談窓口

必要に応じ、弁護士などの法律専門家を紹介します。

24時間・365日相談窓口

☎ 043-247-0441

「チーバくん」  
県のマスコットキャラクターに!

ゆめ半島千葉国体・ゆめ半島千葉大会のマスコットキャラクターとして両大会の広報事業で大活躍した「チーバくん」が、千葉県のマスコットキャラクターになりました。千葉県を宣伝するため、いろいろなグッズに登場したり、県内各地で開催されるイベントに出演します。



これからも、「チーバくん」をよろしくお願ひします。

「チーバくん」のデザインの使用や、「チーバくん」の着ぐるみを借りたい人は、お問い合わせください。

問い合わせ

県報道広報課 千葉の魅力発信室  
☎ 043-223-2242

南房総市の民話



「丸一郷の犬」

第58話  
生稲謹爾

丸山の石堂に、石堂寺というお寺があります。神龜3年(726)僧行基によって開かれ、初めは石塔寺と言ひ、日本石塔3寺(滋賀県の石塔寺、群馬県の石塔寺、房州の石塔寺)の一つでしたが、いづれの頃か石堂寺になったのです。このお寺には、玻璃珠の塔という大切な宝物があります。形は五輪状で、長は7、8センチほどのものですが、

「昔むかし、インドのアシヨーカ王が、七宝をもって八万四千の塔を作り、仏舍利を中に藏め、一夜のうちに三千世界へ降らせたが、房州の石塔寺の塔は、その中の一基である」という伝説を持っています。

この大切な玻璃珠の塔が、あるとき、無くなってしまったのです。寺中が大騒ぎで毎日捜しましたが見つかりません。お坊さんたちは困ってしまいました。

ところが、しばらくすると石堂寺で飼っている白犬が、玻璃珠の塔をどこからか口にくわえてきたのです。

たちまち寺中が喜びに変わりました。そのときから、仏の功德によって丸一郷の犬には夏になっても蠅が集らなくなったそうです。





広報みなみぼうそう2月号  
平成23年2月10日発行

発行 南房総市 〒299-2492  
千葉県南房総市富浦町青木28番地

編集 情報推進課

FAX ☎  
0470-10033  
0470-10033  
0470-10033

このコーナーは地域の市民活動団体を応援するコーナーです。地域でがんばっている団体をご存じでしたら情報をお寄せください。  
問い合わせ 市民協働課 ☎33-10005



お弁当作りにより食事のケアと配達時の心のケアの2つを目指しています

## 市民活動団体の紹介 37

### 配食ボランティア

#### 和みの会・恵みの会

会長 小嶋ひさ代 会員24人(和みの会)  
会長 松田 恵子 会員28人(恵みの会)

私たち、配食ボランティア和みの会と恵みの会は、社会福祉協議会の配食サービスに協力するため平成20年に発足した団体です。

活動は、毎月第3金曜日、丸山地区の70歳以上の一人暮らしのお年寄り100人ほどを対象に、手づくりのお弁当を作って配っています。調理と配食は、和みの会が奇数月、恵みの会が偶数月といった形で、交替で行っています。

お弁当づくりは、食べていただく人たちのことを思いながら、丁寧な盛り付けを心がけています。献立は、会員の栄養士が、消化しやすく、季節感のある地元の食材をなるべく取り入れるよう知恵を絞っています。

お弁当を配りに行くと、「数日ぶりに人と話しをしたよ」という人や、玄関で配食を待っていてくれる人もいます。

活動を続けるなか、お年寄りの笑顔を見たときが、活動をやっていてよかったなと一番実感するときです。

私たちの作るお弁当を待っていてくれる人たちのためにも、配食ボランティアを一年でも長く続けたいと考えています。

## 有料広告

※広告内容についての問い合わせは広告主までお願いします。

やさしさが  
心によりそう  
お葬式



**君商** 生前相談承ります。  
365日・24時間受付  
☎0120-47-4322 君商 検索

土地探しから、造成、新築、庭造りまで



**M's HOME** 三浦建設株式会社住宅事業グループ  
エムズホーム南房総 〒299-2712 千葉県南房総市和田町海発1518-3  
Tel. 0470-47-5666

ファミリーレストラン



**京や**  
魚料理 お食事処  
お祝い・ご法事  
各種宴会承ります!  
送迎致します

天ぶら刺身茶わん蒸しセット  
館山市那古1672-117 (那古海岸通り)  
TEL 0470-27-5239

**職員募集**

職種 看護師及び看護奨学生…若干名  
給与 当財団規定による  
勤務地 鋸南病院 (指定管理)

**医療法人財団 鋸南きさらぎ会**  
[お問合せ] TEL 0470-55-2125 (担当/辻)  
※生時目曜日、祝日除く  
<http://www7.ocn.ne.jp/kyonanhp/>

