

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 ☎ 0470-33-1003 FAX 0470-20-4596 URL <http://www.city.minamiboso.chiba.jp>

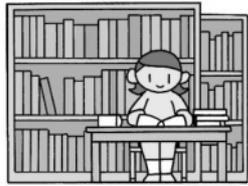
9月22日発行



お知らせ

図書館や公民館にある本が借りやすくなります

10月11日（火）から、千倉図書館と公民館図書室（千倉公民館を除く）がネットワークでつながります。ネットワークにより、図書館、公民館（新設）にある蔵書検索用パソコンや家庭のパソコンで、図書館や公民館の本をいつでも探すことができます。本を検索すると、図書館、公民館所蔵の本が一目で分かるように表示されます。



ネットワークでつながった施設同士なら、どこでも本を借りたり返したりできます。貸出図書、有料宅配サービスもまもなく始めます。

千倉図書館  
☎ 0470-11120

高齢者のタクシー利用料金の一部を助成します

対象者

①から④のすべてに当てはまる人

① 65歳以上

② 本人が自家用車を所有して  
いない

③ 要介護認定を受けていない

④ 前年度の市町村民税が非課税または、運転免許証返納者（運転経歴証明書所持者）

障害者福祉タクシーおよび高齢外出支援バス利用助成事業の対象者は除きます。

助成内容

高齢者外出支援タクシー利用助成券1枚につき、670円を助成します。1回の利用は1枚です。

申請

健康支援課、市民課、三芳支所を除く支所に申請書がある

交付枚数

決定月	枚数
4～7月	30枚
8～11月	20枚
12～3月	10枚

介護体験フェア

健康支援課  
☎ 36-11154

ります。地区民生委員に確認事項を記入してもらい提出してください。申請は、1年度につき、1人1回までで、申請時期（決定月）により、交付枚数が異なります。

とき 10月15日（土）  
午後1時から午後4時まで

ところ ロックシティ館山ショッピングセンター

内容 介護技術実演、高齢者疑似体験、福祉用具展示、進学・就職相談ほか

知的障害者入所更生施設

中里の家 ☎ 28-22022



オータムジャンボ宝くじ  
(2011年新市町村振興宝くじ)

宝くじの収益金は、明るく住みよい街づくりに使われます。

賞金 1等・前後賞合わせて  
2億5000万円、秋の七  
草賞5万円など

期間 9月26日（月）から  
10月14日（金）まで

単価 1枚300円

抽選日 10月21日（金）

違反建築防止週間  
10/11～10/17

建築基準法は、生命・健康・財産を守るため、建物の敷地や構造など安全性に関する基準を定めています。

建物を建てる場合は、法令で定める基準や手続きを守り、適正に工事を進めましょう。

工事が完了したときは、建物が法令に基づいた安全なものであるか検査を受けることが義務付けられています。

違反建築防止週間をきっかけに、建物が法令に適合しているか建築士に相談するなど点検を心がけましょう。

期間中、県下一斉に公開建築パトロールが実施されます。

管理課  
☎ 33-11102



けんこう

申問 健康支援課  
36 1152

### 高齢者インフルエンザ 予防接種費用の助成

インフルエンザ予防接種は発症をおさえ、重症化を防ぐ一定の効果が期待できます。60歳以上の人には費用の助成があります。

助成期間 10月1日(土)から12月31日(土)まで

助成額 1人 1500円

年齢により申請方法が異なります

60～65歳未満 身体障害者手帳1級があり、心臓・じん臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を持つ人

事前の申し込みが必要です。三芳支所を除く支所、市民課、健康支援課で申請してください。

65歳以上の人 医療機関に直接連絡してください。

### 女性対象の健康づくり教室日程・内容

回	日程	内容	講師
1	10月21日 (金) 10:00～ 13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事バランスガイド</li> <li>調理実習</li> </ul> バランスのよい食事	管理栄養士
2	11月11日 (金) 10:00～ 14:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>調理実習</li> <li>学童期の食事</li> </ul> 食品衛生と食中毒	管理栄養士 保健所職員
3	12月8日 (木) 13:30～ 15:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>講演</li> </ul> 女性の健康づくり ～女性のライフステージと健康～	亀田総合病院 主任産婦人科部長 清水幸子さん <small>ゆまご</small>
4	12月22日 (木) 10:00～ 13:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>食育の取り組み</li> <li>調理実習</li> </ul> 薄味を心がける食事	管理栄養士
5	平成24年 1月13日 (金) 10:00～ 12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>講話と運動の実践</li> </ul> 生活習慣病予防の運動について	健康運動指導士
6	1月27日 (金) 10:00～ 14:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>生活習慣病予防</li> <li>調理実習</li> </ul> 生活習慣病予防の食事	管理栄養士

### 調理や生活習慣病予防運動を体験する 女性対象の健康づくり教室

女性を対象にした、健康づくり教室。全6回で、講話や調理実習、運動などを行います。興味のある回だけの参加もできます。  
ところ 三芳保健福祉センター  
対象者 市内在住の女性  
持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾など



事前に申し込んでください。

### 保健推進員を 募集します

保健推進員は、「輝く笑顔は健康から」をスローガンに、家族や地域に住む皆さんの健康と食生活を考え、「食」を中心とした健康づくりを普及するボランティアです。現在、110人ほどの会員で活動していますが、人数が不足しています。健康や食に関心のあ



る人、推進員になってみませんか。  
申込期限 10月14日(金)

## いきいき健康教室

健康教室では、体力の向上を目ざして運動するとともに、食生活や生活習慣病について学び、楽しみながら健康づくりをします。

とき 10月24日(月)

午後1時30分から  
午後3時30分まで

ところ 富山公民館

内容 ヨガ実技

「ヨガを体験してみよう  
～ヨガの効用～」

持ち物 タオル、飲み物、持っている人は5本指の靴下

講師 ヨガ講師 寺島智也ちや子こさん

定員 25人

初心者も気軽に参加してください。

申込期限 10月17日(月)



## 整形外科相談

リハビリテーション専門医による整形外科相談。脳卒中などの後遺症で麻痺のある人、膝や腰の痛みで悩んでいる人などぜひ、ご利用ください。

事前に予約してください。

とき 10月6日(木)



## ぼしゆう

## 子育てパワーアップ講座

～CSPPを学ぶ～

CSPP(コモンセンス・ペアレンティング)とはアメリカで開発された子育て支援プログラムの略で、「誰にでもできるしつけ」の意味です。

とき 10月から平成24年3

月までの第3土曜日

ところ 子育て支援センター

ーほのぼの

講師 NPO法人オレンジの会CSPPトレーナー、

午後2時から  
午後4時まで  
ところ 富山保健福祉センター



子育て支援課CSPPトレーナー

ーナー

対象 2歳から7歳の子どものいる保護者

\*原則、全6回受講できる

こと

定員 10人

申込期限 10月7日(金)

参加費 無料

保育 要予約

申問 子育て支援課

☎ 36-11153

## 子育てパワーアップ講座日程 10:00～11:30

第1回	10月15日(土)	わかりやすいコミュニケーション
第2回	11月19日(土)	良い結果・悪い結果
第3回	12月17日(土)	効果的な誉め方
第4回	平成24年 1月21日(土)	予防的教育法
第5回	2月18日(土)	問題行動を正す教育法
第6回	3月17日(土)	自分自身をコントロールする教育法

## 「みよし探訪3」 ～増間の昔話その魅力～

方言による三芳地区増間の昔話の語りと講演。

とき 10月16日(日)

午後2時から午後4時まで

ところ ギャラリー s f k  
(三芳地区下滝田)

内容

・実演

「増間の昔話を方言で語る」 豊田由美子さん

・講演

「増間の昔話と私」

羽山信一さん

「挿絵を描いて感じたこと」と 山鹿公珠やまがこうじゆさん

・フリートークキング

参加費 300円(飲み物、お菓子付き)

受付開始 10月3日(月)

先着30人

申問 地域づくり協議会「みよし」事務局(三芳支所内)

☎ 36-4748



## ぼしゅう

### 新潟・福島県豪雨義援金

新潟県および福島県では、7月下旬の記録的な豪雨により、土砂崩れや床上・床下浸水などが発生し、大きな被害を受けました。皆さんのご協力をお願いします。

#### 郵便振替の方法

#### 新潟県分

口座番号 00570-3

—160

加入者名 日本赤十字社

新潟県支部

#### 通信欄

平成23年7月

金

#### 福島県分

口座番号 02210-8

—11202

加入者名 日本赤十字社

福島県支部

#### 通信欄

日本赤十字社

福島県支部

金

期限 両義援金とも

10月31日(月)

#### 振込手数料 免除

受領書を希望する人は、通信欄に「受領書希望」と記入してください。

問 日本赤十字社千葉県支部  
☎043-241-7531

#### 県立障害者高等技術専門学校訓練生

対象者 身体障害、知的障害、精神障害の人

募集科目 DTP・Web

デザインコース/福祉住

環境デザインコース/P

Cビジネスコース/基礎

実務コース

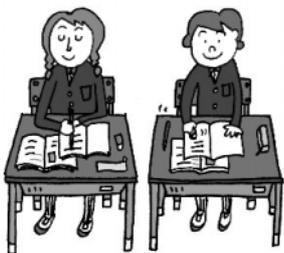
募集期間 10月11日(火)か

ら11月11日(金)まで

授業料 無料

問 県立障害者高等技術専門校

☎043-291-7745



## そうだん

### フレッツ光加入相談会

NTT東日本による出張

#### 相談

#### とき・ところ

・10月1日(土)

千倉公民館

・10月15日(土)

三芳農村環境改善センター

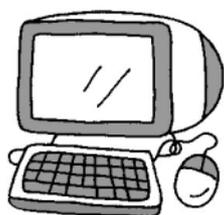
・10月22日(土)

和田支所

午前10時から午後4時まで

情報推進課

☎33-1003



### 行政書士無料相談

とき 10月21日(金)

午前10時から午後4時まで

(正午から午後1時を除く)

ところ 館山市コミュニティ

センター(館山市北条74

0-1)

内容 相続・遺言・成年後

見・離婚などの手続きや、

官公署へ提出する書類の作

成など

申込期限 10月18日(火)

その他 相談の際は必要な資

料を持参してください。

相談は1件につき1時

間以内です。

問 県行政書士会安房支部

☎28-5330

### 成年後見無料相談

成年後見について、司法

書士が相談に応じます。

とき 10月19日(水)

午前10時から午後3時まで

ところ 菜の花ホール

(館山市北条1735)

問 (社)成年後見センタ

ー・リーガルサポート

県支部館山ブロック担当  
司法書士 佐野和生

☎22-1830



### 労災職業病なんでも相談

労働災害・職業病などに

ついて、弁護士、社会保険

労務士、ソーシャルワーカー

などが相談に応じます。

とき 10月29日(土)

午後1時から午後4時まで

ところ 船橋市勤労市民セン

ター

費用 無料(申し込み不要)

問 千葉中央法律事務所

☎043-225-4567





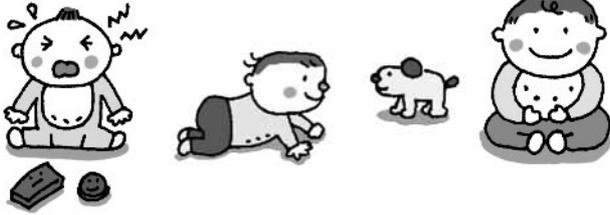
# こそだて

## 10月

### 乳幼児の育児相談

項目	とき	ところ
子育て相談 幼児相談 ことばの相談	随時受付。 受付後に相談日を連絡。	子育て支援センター ほのぼの

▲ 問 子育て支援センター ほのぼの ☎ 40-5111



## 10月

### 絵本の読み聞かせ

名称	とき	ところ・問い合わせ
絵本読み聞かせ教室	8日 (土)	10:00~11:00 和田地域福祉センター ☎47-2710
千倉おはなし会		14:00~14:45 千倉図書館 ☎40-1120
読み聞かせ教室	14日 (金)	10:00~12:00 三芳農村環境改善センター図書室 ☎36-4114
絵本おはなし会	15日 (土)	10:00~11:00 丸山公民館 ☎46-4031
おはなしだいすき		10:30~11:30 富山公民館 ☎57-3590
絵本の読みがたり	28日 (金)	11:00~11:30 子育て支援センターほのぼの ☎40-5111



## 子育て支援センター ほのぼの

申 ☎ 40-5111

### にこにこひろば

休館日 日曜・月曜日、祝日・年末年始  
開館時間 午前9時30分から午後4時まで

にこにこひろばは、子育て中の親子が気軽にきて、遊んだり、交流したり、仲間づくりをしたりする場です。子育てについてわからないことや、困っていることはスタッフが相談に応じます。

0歳から4歳までのお子さんをお待ちしています。

### にこにこ教室

年齢にあわせた親子遊びや手遊び、制作などをします。

定員 各回10組程度 締め切り 各教室の前日

対象児	とき
2か月～お座りができる子ども	10月 5日(水) 10:30~11:30
H22.4.2生まれ～ハイハイができる子ども	10月12日(水) 10:30~11:30
H21.4.2生まれ～H22.4.1生まれ	10月20日(木) 9:45~10:45
H20.4.2生まれ～H21.4.1生まれ	10月26日(水) 11:00~12:00
H19.4.2生まれ～H20.4.1生まれ	10月27日(木) 11:00~12:00

### 「なごみ喫茶」でホッと一息つきませんか

ボランティアの人が、コーヒーや紅茶などの飲み物とお菓子を用意しています(100円)。

とき 10月28日(金) 10:00~12:00

### 赤ちゃん集まれ 毎月第1・第3水曜日は赤ちゃんデー

赤ちゃんデーは、赤ちゃんのいるお母さんたちの出会いの場です。

### お誕生日をみんなで祝いましょう

10月生まれの子どもの誕生会。お誕生メダルをプレゼントします。

とき 10月28日(金) 10:30~11:00

締め切り 10月27日(木)

メダル作成のため、事前に申し込んでください。

### さつま芋掘りと焼き芋

丸山地区の老人クラブの人たちと芋掘りをして、みんなで焼き芋を食べます。落花生の収穫も行います。

とき 10月19日(水) 10:00~12:00

※雨天の場合、10月25日(火)

締め切り 10月15日(土)

持ち物 長靴、帽子、タオル、水筒、軍手、着替え、持ち帰り用ビニール袋2枚

## こそだて支援の教室

### もぐもぐ教室(離乳食教室)

離乳食の講話や試食などを行います。

締め切り 10月29日(土)

対象者	とき
2回食・3回食の乳児と保護者	11月4日(金) 9:30~11:30
生後4か月～6か月で、未開始・1回食の乳児と保護者	13:30~15:00

**人権相談**

問 市民課  
☎ 33-1051

10:00~15:00

いじめ、家庭内の問題の相談を人権擁護委員が受けます

- 13日(木) 白浜支所
- 14日(金) とみうら元気倶楽部
- 18日(火) 三芳農村環境改善センター
- 20日(木) 丸山公民館

**心配ごと相談**

申問 社会福祉協議会  
☎ 44-3577

13:30~16:00

日常生活の悩みごとなんでも、心配ごと相談員が受けます

- 11日(火) ちくら介護予防センター
- 12日(水) とみうら元気倶楽部
- 14日(金) 富山支所
- 19日(水) 白浜保健福祉センター
- 20日(木) 丸山公民館
- 21日(金) 三芳保健福祉センター
- 26日(水) 和田地域福祉センター

**結婚相談**

10:00~12:00

結婚を希望する人に相談員が答えます

- 7日(金) ちくら介護予防センター

**弁護士法律相談**

13:00~16:00

11月9日(水) 白浜支所 (定員6人)

\*10月17日(月) 午前9時から事前予約を受け付けます

**行政相談**

問 秘書課  
☎ 33-1002

13:30~16:00

年金、保険など国の行政全般に関する意見や要望を行政相談委員が受けます

- 12日(水) とみうら元気倶楽部
- 20日(木) 丸山公民館

**住宅耐震相談**

問 管理課  
☎ 33-1102 (要予約)

13:00~16:30

地震に備えて住まいの耐震性を考えてみませんか

- 2日(日) 白浜公民館

**税金相談**

問 税理士会館山支部  
☎ 090-8434-3460 (要予約)

10:00~15:00

税金全般・記帳についての相談を、税理士が受けます

- 11日(火) 税理士会館山支部 (館山市北条1076)

**女性のための健康相談**

14:00~16:00

申問 安房健康福祉センター (安房保健所)  
☎ 22-4511 (要予約)

女性内科医が、体や心の症状などの相談を受けます

- 17日(月) 安房健康福祉センター (安房保健所)



**イベントカレンダー 10月**

1	土	第2回市民環境大学「環境負荷の原因と今後」
2	日	ふるさと美化運動 (和田地区) 市・鋸南町PTAバレーボール大会 (丸山体育館ほか)
8	土	第3回市民環境大学「再生可能エネルギーの技術開発と今後の展望」
9	日	白浜町民体育祭 (白浜中学校グラウンド)
15	土	第4回市民環境大学「身近にできるエコ活動【買い物つからのエコライフとマイバック作り】」
16	日	安房地方PTAバレーボール大会 (県立館山運動公園)
21	金	献血 (三芳保健福祉センター) 10:00~11:45/13:00~15:30
29	土	第5回市民環境大学「省エネと再生可能エネルギーの展開」



**休日当番医 10月**

安房地域医療センター (☎ 25-5111) は、毎日24時間体制で救急患者を受け入れています。そのほかの当番医は次のとおりです。

- 2日(日) 太田整形外科医院 (館山) 23-2318  
東条病院 (鴨川) 04-7092-1207
- 9日(日) 館山病院 (館山) 22-1122
- 10日(月) 勝山クリニック (鋸南) 55-2138  
鴨川市立国保病院 (鴨川) 04-7097-1221
- 16日(日) 鋸南病院 (鋸南) 55-2125
- 23日(日) 館山病院 (館山) 22-1122
- 30日(日) 赤門整形外科内科 (館山) 22-0008



**10月の納税 ▶ 納期限10月31日(月)**

市県民税 (第3期)	後期高齢者医療保険料 (第4期)
国民健康保険税 (第4期)	介護保険料 (第4期)

**節電にご協力をお願いします**

**千倉図書館新着図書** 問 ☎ 40-1120 ◆開館時間 午前9時~午後5時 ◆休館日 月曜日、祝日

**【一般書】**

- 完盗オンライン 玖村まゆみ
- よろずのことに気をつけよ 川瀬 七緒
- Q健康って? よしもとばなな
- 死を語り生を思う 五木 寛之
- 仇討ちの客 澤田ふじ子
- 光あれ 馳 星周
- 望月青果店 小手鞠るい
- 神君家康の密書 加藤 廣
- 峠うどん物語 上 重松 清
- 焼き菓子レシピのそこが知りたい 相原 一吉

**【児童書】**

- 津波!! 稲むらの火その後 高村 忠範
- できるだけ大凶鑑 小石 新八
- ゆめちゃんのハロウィーン 高林 麻里
- はじめてのおさいほう 1・2 寺西恵里子
- ぼくらは闘牛小学生! 堀米 薫
- マキちゃんのえにっき いせひでこ
- カモのきょうだいクリとゴマ なががわちひろ
- エリザベス女王のお針子 ケイト ペニントン
- おおきなわんぱくぼうや ケビン ホークス
- ぺるぺるキャンディー ルクサナ カーン

※図書館は9月30日(金)まで、臨時休館しています。公民館の図書の貸し出しも、9月30日(金)までお休みです。

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。