



みなみぼうそう

ひと・ゆめ・みらい 地域で創る魅力の郷 南房総

「非核平和都市宣言」 「青色申告の都市宣言」

ホームページアドレス <http://www.city.minamiboso.chiba.jp> (本紙の記事はホームページでもご覧いただけます)

南房総市開催
ゆめ半島
千葉国体
会期
軟式野球 H22.9.25~10.5 自転車

南房総市
安全安心
メール
配信登録
QRコード

南房総市
携帯
サイト

人口の動き (平成21年2月1日現在)

総人口(-51) 44,173人	男(-21) 21,160人	女(-30) 23,013人	世帯数(-11) 17,060世帯
出生 28人	死亡 81人	転入 76人	転出 74人 ()内は前月比

夢と希望を胸に! 祝 成人



久々に会う仲間たちとの歓談や写真撮影にと大いに盛り上がりました。

(関連記事は、4頁)

CONTENTS

お知らせ (ドクターヘリ・公民館講座など)	8	お知らせ (ドクターヘリ・公民館講座など)	8
県知事選挙・地上デジタル放送	2	知っておこう障害福祉制度	
祝成人～希望に向けての門出～	4	～障害者の税控除など②～	10
新春賀詞交歓会・消防出初め式	5	エコ★ニュース～快適な住みよいまちづくりのために～	11
こんなことがありました	6	健康だより～介護予防のすすめ～など	12
市民海外交流研修報告④	7	ウォーキングイベント特集・市の民話	13
		まちづくりの主役たち	14

2 No.35
2009
平成21年
月号



3月29日(日)は 千葉県知事選挙の投票日です

一票の重さを自覚して、自らの意思で棄権することなく投票しましょう。

投票日 3月29日(日)

告示日(立候補届出日)

3月12日(木)

投票時間

午前7時から午後8時まで

投票場所

※ 第7投票区の投票所を久枝青年館から市役所富山支所に、第46投票区の投票所を和田コミュニティセンター

1から市役所和田支所に変更しました。また、今回の選挙から旧第13投票所の平久里下青年館は第12投票所の富山コミュニティセンターに統合しました。

投票できる者

次の要件を満たし、南房総市の選挙人名簿に登録されている者。

年齢要件

平成元年3月30日以前に生まれた者。

住所要件

平成20年12月11日までに南房総市に住所を有し、引き続き3カ月以上南房総市に住所を有する者。

または、南房総市の選挙人名簿に登録があり、平成20年11月11日以後の転出者で、県内の他の市町村に1回限り転出した者。なお、新住所地で登録されていない者に限り、(この場合、市区町村発行の「引き続き県内の区域に住所を有する旨の証明書」が必要です)。

※ 平成21年3月2日以後に市内で住所が変わった人は、前住所地の投票所で投票してください。

投票所入場整理券

投票所入場整理券は、選挙人名簿に登録されている人に、世帯ごと封筒で郵送します。

封筒内には同一世帯6人までの入場整理券が同封されています。投票所で投票するときは、自分の入場整理券を切り取って、忘れずにお持ちください。

投票所入場整理券が届かない場合や無くした場合は、投票所の受付係にその旨を申し出てください。選挙人名簿に登録があれば投票できます。

指定病院などの不在者投票

指定病院などの施設に入院・入所し

ている人は、その施設で投票することができます。投票する場合はあらかじめ施設などの管理者に申し出てください。

郵便などによる不在者投票

身体に一定の障害がある人は、郵便などによる不在者投票をすることができます。郵便などによる不在者投票をするためには、あらかじめ市選挙管理委員会へ郵便等投票証明書の交付申請が必要です。

手続きなどについては市選挙管理委員会にお問い合わせください。

代理投票と点字投票

自分で投票用紙に記入できない人は、投票所で投票管理者に申し出てください。係員の代筆で投票ができます。また、点字で投票される人は、投票所の受付係に申し出てください。

期日前投票

仕事、旅行、冠婚葬祭などで投票日に投票所に行けない人は、期日前投票ができます。

期日前投票は、市内のどこの期日前投票所でも投票することができます。

※ 和田コミュニティセンターに開設していましたが期日前投票所は、市役所和田支所に変更しました。

白浜支所および千倉支所の期日前

投票所は、これまで2階に開設していましたが、今回の選挙から1階に変更しました。

千葉県知事選挙 期日前投票所一覧

開設期間・開設時間	期日前投票所名
3/13(金)~3/28(土) 午前8時30分~午後8時	市役所別館 1
	富山支所
3/23(月)~3/28(土) 午前8時30分~午後8時	三芳支所
	白浜支所
	千倉支所
	丸山支所
	和田支所

選挙公報

候補者の氏名・政見などを掲載した選挙公報を新聞折り込みで各家庭に配布します。

新聞を購読されていない人で郵送希望の場合は、市選挙管理委員会までご連絡ください。

なお、市内にある公共施設にも選挙公報がありますのでご利用ください。

開票(即日開票)

場 所 富浦体育館

予定時間 午後9時15分

問い合わせ 選挙管理委員会

TEL 33-11131

千葉県知事選挙 投票所一覧

地区	投票区	投票所名	地区	投票区	投票所名
富浦	1	南無谷枇杷倉庫	千倉	27	大貫コミュニティ集会所
	2	原岡区公会堂		28	健田小学校屋内運動場
	3	多田良公会堂		29	寺庭地区コミュニティ集会所
	4	八束小学校体育館		30	千倉公民館
	5	大津公会堂		31	平館コミュニティ集会所
	6	豊岡青年館		32	忽戸コミュニティ集会所
富山	7	市役所富山支所	丸山	33	平磯コミュニティ集会所
	8	岩井小学校屋内運動場		34	大川青年館
	9	岩井漁業協同組合事務所		35	白子東浜・川端コミュニティ集会所
	10	合戸青年館		36	大井青年館
	11	二部中央青年館		37	宮下集会所
	12	富山コミュニティセンター		38	丸山保健福祉センター
三芳	13	滝田公民館	丸山	39	丸本郷集会所
	14	三芳農村環境改善センター		40	小戸青年館
	15	三芳花束加工施設研修室		41	市役所丸山支所
	16	増間コミュニティセンター		42	沓見青年館
白浜	17	乙浜集落センター	和田	43	加茂集荷所
	18	塩浦構造改善センター		44	千歳ミーティングハウス
	19	原経営管理所		45	柴区集会所
	20	市役所白浜支所		46	市役所和田支所
	21	青木経営管理所		47	和田町漁業協同館
	22	島崎公会堂		48	真浦区集会所
	23	西横渚区集会所		49	北三原公民館
	24	川下会館		50	自然の宿「くすの木」多目的ホール
	25	砂取事務所		51	南三原公民館
	26	根本集会場		52	和田中学校被服室

総務省千葉県テレビ受信者
支援センターの業務開始

～地上デジタル放送に関する受信相談体制を整備～



総務省では、2011年（平成23年）7月の地上デジタルテレビジョン放送への完全移行に向けて、2月2日（月）に千葉市中央区に「総務省千葉県テレビ受信者支援センター」を開所しました。

テレビ受信者支援センターでは、テレビ受信者の皆さんに円滑に地上デジタル放送に移行していただくよう、デジタル化に関する相談対応や受信実態の調査、さまざまなアドバイス提供など、地域実情に応じた「受信者サポート」を行います。

悪質商法に関する注意

「テレビのデジタル化工事」を装った詐欺にご注意ください！

テレビ受信者の皆さんからの問い合わせについては、「総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター」（地デジコールセンター）にて一括して受け付けます。

総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター
（地デジコールセンター）

（電話）0570-07-0101
（受付時間）平日 午前9時～午後9時
土日・祝日 午前9時～午後6時

※ 地デジコールセンターとテレビ受信者支援センターは、相互に連携・協力のもと、地上デジタル放送の普及推進を図ります。

祝成人 希望に向けての門出

平成21年南房総市成人式が、1月11日（日）白浜フーラルホールで行われ、新成人368人が出席しました。会場は、久々に会う中学・高校の仲間たちとの歓談や写真撮影にと大いに盛り上がりました。



新成人の皆さん



山田さん



大河内さん

式典では、主催者と来賓祝辞のあと、新成人を代表して、山田竜巳さん（千倉地区）大河内綾子さん（丸山地区）の2人から「新成人の誓い」がありました。

「野球を通じて仲間のありがたみや、信じあうことの尊さを学ぶことができたい。今後は、周囲の人たちに感謝しつつ、自分なりに精一杯生きていきたい。」
「第一線で活躍されている職人・建築士の様子を間近に見て、努力することの大切さを学んでいる。さまざまなことを学び、立派な大人になれるよう努力していきたい。」と力強く決意を述べました。

チーバくんがやって来た！（1/11）

平成22年に県で開催される国民体育大会「ゆめ半島千葉国体」のマスコットキャラクター「チーバくん」が、市内におでかけして国体のピーアールをします。



今日は、成人式にやってきましたー!!
今年、昭和の最後の年と、初の平成生まれの新成人が対象なんだって～！時代の流れを感じますねえ。
新成人のみなさーん！今日、本当におめでとうございまーす!!
それでは、今年も色んなところにおでかけして、千葉国体のピーアール、ガンバっていくぞ～

※「チーバくんお出かけ日記」として、市ホームページ（千葉国体）で紹介しています。

問い合わせ 生涯学習課国体推進室 TEL 46-2964

閉式後、記念アトラクションとして、安房八幡太鼓保存会による和太鼓演奏の披露がありました。新成人をお祝いするにふさわしい、力強く迫力のある和太鼓の演奏に、新成人たちは真剣に聴き入っていました。
記念品として、式当日に撮影した集合写真やスナップ写真などを編集したCDを後日郵送することになっています。



新成人の門出を祝う和太鼓の演奏

新春賀詞交歓会

1月17日(土)市、朝夷商工会、内房商工会3団体主催による南房総市新
春賀詞交歓会が富浦ロイヤルホテルで
開催され、来賓、商工会関係者、市関
係者あわせて242人が出席しまし
た。

「厳しい新年の幕開けとなった。市
としてもできるだけ景気対策に力を入
れて行きたい。また、引き続き市民と
協働のまちづくりを推進して行きた
い。」と石井市長の主催者代表あいさ
つに続き、昨年度叙勲・褒章受章者8
人が紹介されました。

来賓祝辞では、浜田防衛大臣、木下
県議から国・県の景気対策が披露さ
れ、景気低迷が予想される今年1年、
市民の底力で力強く乗り切ろうと激励
があり、会場は終始景気回復を願う言
葉が交わされていました。



あいさつする石井市長

消防出初め式



分列行進の様子

消防団員の士気高揚、防火思想の普
及を図る、消防出初め式が1月5日
(月)千倉総合運動公園で行われまし
た。

古内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

前南房総市消防団 団長 青木克巳

元和町消防団 団長 杉本信行

元丸山町消防団 団長 小泉規恵

前第2支団第5分団 分団長 忍足賢志

前第3支団第3分団 分団長 君塚和則

前第4支団第1分団 分団長 中束浩司

前第5支団第4分団 分団長 清宮信英

前第6支団第2分団 分団長 御子神昭則

前第2支団第3分団 副分団長 川名順也

前第4支団第2分団 副分団長 宇山英裕

前第5支団第4分団 副分団長 石川和也

前第5支団第4分団 班長 高木松男

前第2支団第3分団 団員 近藤克則

千葉県知事 功労章
第4支団 副団長 小谷新哉

第5支団第2分団 分団長 石井謙一郎

第5支団第3分団 分団長 鈴木一陽

安房郡市消防本部消防司令補 鈴木輝明

千葉県知事 精勤章
第4支団第2分団 分団長 高木 豊

第2支団第3分団 分団長 高野淳一

第3支団第3分団 分団長 杉田雄一

第5支団第4分団 分団長 佐野博之

第6支団第2分団 分団長 小原 学

第7支団第3分団 分団長 鎌田幸博

安房郡市消防本部消防司令補 地引 優

安房郡市消防本部消防司令補 田中信夫

千葉県消防協会長 功労章

第2支団 副団長 池田博和

第4支団第4分団 分団長 石橋正美

第4支団第5分団 分団長 岡田幸一

第7支団第1分団 分団長 大溝重昭

千葉県消防協会長 精勤章
第7支団第2分団 分団長 石井伸二

第2支団第4分団 分団長 安田 勤

第2支団第5分団 分団長 忍足勝美

第5支団第1分団 分団長 関 悟

第6支団第1分団 分団長 渡邊秀美

第6支団第3分団 分団長 川名健次郎

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



ポンプ車操法演技の様子

死亡叙勲

瑞宝双光章 故・鎌田 茂さん (享年75) (富浦地区)



富浦中学校教頭、ペナン日本人学校長、館山市立九重小学校長、富浦中学校長、南房総市教育委員会委員長職務代理者を務め、長年にわたり学校教育および教育行政に貢献され、瑞宝双光章を受章されました。

瑞宝双光章 故・鈴木光男さん (享年83) (和田地区)



北三原小学校教頭、和田小学校教頭、船橋市立高根台第三小学校長、鴨川市立曾呂小学校長、北三原小学校長として、長年にわたり学校教育育成発展に貢献され、瑞宝双光章を受章されました。

教育長顕彰

平成20年度千葉県中学校新人体育大会柔道大会において、優れた成績を修めた1団体3個人に功績をたたえ、教育長から表彰状を贈りました。

白浜中学校柔道部

男子団体戦 第3位 和泉 亨 (白浜中学校2年) 男子個人戦 81kg級 準優勝

小川堅策 (白浜中学校2年) 男子個人戦 66kg級 準優勝 宮久地瑞希 (富浦中学校2年) 女子個人戦 70kg超級 第3位



表彰された皆さん

市シルバー人材センターがスタート

1月19日(月) 知識や技術を活かした高齢者の就労の場や生きがいづくりを目的として、南房総市シルバー人材センター(川崎治会長・会員132人)が設立されました。

設立総会で役員が選出され、今後、法人化の手續きを経て、4月1日から一般社団法人南房総市シルバー人材センターとして活動を開始します。今までの経過 旧富山町、旧白浜町、旧千倉町、旧和田町で、高齢者働く会が活動していました。平成19年4月に南房総市4地区高齢者働く会連絡協議会を設立し、市内全域に活動できる体制づくりを行いました。平成20年6月から市シルバー人材セン

ター設立準備委員会を発足、準備を進めてきました。

仕事内容 公園清掃などの清掃作業 除草・草刈り・毛筆筆耕や宛名書き ふすま張りやペンキ塗り など

会 員 おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある人

問い合わせ 市シルバー人材センター事務局 TEL 47-5410

こんにちは 保健推進員です! 5

市保健推進員協議会では、生活習慣病予防や健康づくりのため、日常生活で気軽に運動に取り組めるよう「地域で利用しやすい・歩きやすい道」を選んで、「ふさのくに歩いて健康マップ」を制作しました。1コース約1万歩の歩行コースです。健康づくりの一環として食事だけでなく、運動についても取り組んでいます。



とみうら散策コース

ふさのくに歩いて健康マップ 見所スポット

ローズマリー公園コース 中世ヨーロッパ式庭園で、ローズマリーをはじめ、各種ハーブや季節の花

が年間を通して咲いています。

とみうら散策コース 磯をぐるりとめぐる散歩道、海と山が見えて景色がよい。夕日の名所でもあり、雀島が夫婦岩のようにも見えます。

問い合わせ 健康増進課 TEL 36-1152

南房総市地域公共交通活性化協議会通信シリーズ4

快速バス「うららの自由乗降制」の自由乗降制が始まりました。開始直後の意見は上々です。中には「どうして最初からやらなかったの?」という意見もありました。バス停が遠かった高齢者や、足の不自由な利用者が少しでも利便性が良くなるようにできる限りの工夫をしていきたいと思えます。利用者の皆さんの声を反映して走るバスです。ご意見をお待ちしています。

余談ですが、JR館山駅長の粋な取り計らいで、JR冊子「小さな旅」に快速バス「うらら」を取り上げていただきました。首都圏を中心に約15万部出版され、各駅に置かれています。改めて宣伝力のすごさを痛感したのは、掲載翌日に南房総市出身で都内に在住の20代の人から、「南房総市のバスが大きく出ていました。懐かしくてうれしかったです。」と一報がありました。(S記)

企画政策課 TEL 33-1001



大胡 香央里さん

(木更津総合高校2年 富山地区)

「英語研修で得たもの」

私はこの夏、人生初のとてすばらしい経験をしました。イギリスという異国の地で、さまざまな人や気持ちに出会うことができました。

「日本ってどんなところ？」

そんな質問から私のホームステイが始まりました。うまく答えられなくて、単語を一生懸命つながら答えたのをいまでもはつきりと覚えています。私の英語力のたりないめっちゃめっちゃな英文を聞きとろうとしてくれて、毎日いろいろな話をしてくれる。そんな温かくて優しいファミリーの元で約3週間過ごしました。

平日に通っていた学校には、ロシア、イタリア、フランス、ドイツなど何カ国もの人がいました。同じクラスになった人たちは年齢が同じくらいなのに、とても英語が上手で驚きました。それと同時に、会話にしろもどろしているのは日本人だけと気づき、正直

とても焦りました。

会話がうまくできず、戸惑うこともあったけれど、伝わった時はとてもうれしかったです。言葉も文化も、見た目違って違う友達たちだったけれど、心と心がつながれば、人間って感じ合える生きものなんだなと思いました。国籍なんて関係ない。伝えようって思えば絶対に伝わる。大事なのは「伝えようとする気持ち」なんだと、学校で学ぶことができました。

研修の最初のほうは、自分の殻に閉じこもりがちで積極的に話しかけたりすることはできませんでした。しかし、「このままではだめだ。」と思い、少しずつだけ自分から話しかけたりしてみようと思えるようになっていました。以前の自分ではそのようなことを思ったことがなかったので、日に日に成長していく自分に少し驚きました。

英語だけの世界に入って行くのは正直とても怖くて、最初は楽しむ余裕なんてなくて必死でした。必死になりすぎて頭の中で文法などを一生懸命考えて、完璧な英語を話さなければいけないと思ってしまう、少し焦っていました。相手の話を聞く時も文法のことばかり考えてしまい、反応が遅れてしまうことがたくさんありました。しかしそんな中、ホストマザーが話してくる

ことが初めて日本語を聞くみたいに意味がすんなり自分の中に入ってきて、時差なく笑えた瞬間がありました。その時は涙が出るほどうれしくて、やっど環境にとけこめたと思いました。

そして丁度そのくらいの頃から、細かいことを気にしないで単語を並べたり、身ぶり手ぶりで伝えようとするだけで、けっこう相手に伝わっていることに気づきました。本当はこのように考えはよくないのかもしれないけれど、細かいことを気にせず、完璧にしようと思わないほうが会話がスムーズに進むようになっていました。

私は今回の研修で、言葉としての英語をいかにうまく使えるかどうかというより、いかに頑張って使おうとするかが大切だということに気づかれました。そして、戸惑わず、積極的にコミュニケーションを取ろうとする気持ちが英語上達への近道なんだなと思いました。

そのような姿勢が日本人には欠けていると私は思います。その原因のひとつとして、日本の英語教育や、それにつながる大学入試制度があげられます。私は中学校から今まで約4年半英語を勉強してきましたが、文法や書くことを重視してきて、英語で会話をするといい機会はなくと行っていいほどありませんでした。だから日本の英語教育がもっと実践的なものになり、英語を単なる勉強で終わらせないように

なったらいいなと思いました。そうすれば世界で活躍する日本人がもっと増えると思います。

今でも時々イギリスの美しい街並みや、ファミリーのみんな、学校でのことが昨日のことのように思い出されます。自分の英語力のなさに自信を喪失し、腹が立った時もありました。でも、今となっては楽しかったこと、辛かったこと、苦労したこと、うれしかったこと、ちょっとしたできごとすべてがとても良い思い出です。そして、イギリスでの経験すべてが私の人生の大切な宝です。新しい家族ができて、日本以外に帰る家があること、日本以外でも幸せに思えます。

今よりも更に英語力とコミュニケーション能力をつけてから、またあの思い出の地に帰って、ファミリーや友達に会いに行きたいです。



海外交流研修の様子

ドクターヘリ配備

市内10カ所に離着陸



県内2機目のドクターヘリが君津中央病院に配備されました。

ドクターヘリとは、救急医療機器を装備したヘリコ

プターに救急医療の専門医、看護師などが搭乗し、生命の危機が切迫している傷病者に医療処置をしながら、救命救急センターへ搬送するものです。

安房消防の判断で、ドクターヘリを要請しますが、市の離着陸場は次の10カ所の予定です。

- 富山中学校、富浦中学校、
- 滝田公民館、
- 千歳小学校跡地（奥の雑草地）、
- 大井青年館、千歳総合運動公園多目的広場、
- 道の駅ちくら・潮風王国、
- 白浜運動広場、南三原小学校、
- 和田小学校

ドクターヘリが到着する前には、必ず消防車が現場に急行し、近くにいる人に退避を呼びかけるなど、安全確保対策を実施します。ドクターヘリは、安全が確保されない限り着陸しません。なお、救急車と同じで、搬送費用は

かかりません。また、有視界飛行のため、夜間は飛行しません。

尊い人命を救うために、ご理解、ご協力をお願いします。

問い合わせ

健康増進課 TEL 36-11152

消防団消防自動車の貸与式

第6支団第3分団 (丸山地区 加茂・杵見)

消防自動車の更新のため、車両貸与式を開催しました。市長から「この車両を地域の防火防災に役立てていただきたいと切望します。」と消防団活動への期待の言葉があり、消防団員の皆さんも新しい消防自動車を前に決意を新たにしました。



更新された消防自動車

公民館講座

「つくしんぼ」受講生募集

●英語で遊ぼう！講座

英語の歌にのってゲームをしたり、踊ったりします。

日時 3月9日(月)

午前10時から正午まで

場所 三芳農村環境改善センター 展示室

対象 2歳から4歳まで(先着15組) 参加費は無料です。

●オーブンを使わない自然派おやつ

ケーキ職人によるおやつ作りの実習です。

日時 3月16日(月)

午前10時から正午まで

場所 三芳農村環境改善センター 調理室

対象 0歳から4歳まで(先着15組) 材料費として300円程度の実費をいただきます。

持ち物 エプロン、三角巾

※ 調理に参加するお子さんも必要

受付 各講座ともに2月25日(水)から先着順

申込および問い合わせ

三芳公民館 TEL 36-4114

県南房パラダイス

夜間営業開始

県南房パラダイスでは、3月まで開催する観光キャンペーン「2009・早春ちばめぐり」の期間に合わせ、午後10時まで営業時間を延長します。



全長300メートルの連続温室や大温室の中にかがり火やキャンドルグラスを配置し、温室内のハイビス



夜しか見られない幻想空間

夜間営業期間 3月31日(火)まで 延長時間

午後5時から午後10時まで

※ 延長時間内の入園は無料ですが、午前9時から午後5時まででは通常料金が必要です。

問い合わせ

県南房パラダイス TEL 28-1511

■ 出産育児一時金の支給

～1月から支給額が変わりました～

国民健康保険の被保険者が出産したときに支給される出産育児一時金の支給額は35万円でしたが、1月から産科医療補償制度(注1)に加入する分娩(ぶんべん)機関において出産し、産科医療補償制度の対象となる分娩であることが確認された場合は、3万円が加算され、38万円となりました。

なお、加算分を受ける場合には、産科医療補償制度の対象となる分娩であることを確認する必要があります。申請時に分娩機関発行の領収書(注2)などの提示が必要となります。

(注1) 産科医療補償制度は、財団法人日本医療機能評価機構が運営主体となり、妊婦の皆さんが安心して出産できるように、分娩機関が加入する制度で、加入機関でお産すると、万一、分娩時に何らかの理由により重度の脳性まひなどが補償されます。

(注2) 分娩機関発行の領収書などには、産科医療補償制度の対象となる分娩であることを証明するため、日本医療機能評価機構が所定する印が押印されます。

問い合わせ

市民課 TEL 33-1051

■ 75歳の誕生月の医療費負担の特例

医療費が高額になったときに、自己負担限度額を超えた分が支給される高額療養費制度がありますが、75歳になる月については、誕生日に国民健康保険(国保)から後期高齢者医療制度に移行するため、国保と後期高齢者医療制度それぞれで自己負担限度額が適用され、負担が倍増する場合があります。

このため、75歳になる月に限り、国保と後期高齢者医療制度の自己負担限度額をそれぞれ2分の1ずつとし、2つをあわせてもそれまでと負担が変わらないように変更されました。

なお、この措置は平成20年4月から12月までの診療分についてもさかのぼって適用されることになっています。

追加支給の対象者には、ご案内の通知を予定しています。

問い合わせ

市民課 TEL 33-1051

■ 住宅の無料耐震相談会

市では、木造住宅の耐震化促進の一環として、耐震相談会を開催します。

この機会に、地震に備えて住まいの耐震性について考えてみませんか。

日時 3月11日(水)

午後1時から午後4時30分まで

会場 三芳農村環境改善センター

※ 費用は無料です。相談は予約制となります。予約は建設部管理課まで電話でお願いします。

予約および問い合わせ

建設部管理課 TEL 33-1102

◆ 1月定例記者会見

1月26日(月)実施

会見項目

1. 南房総「良い食」起業協議会試食会

昨年9月から取り組んでいる「元気がおしい南房総 女性力を磨く『良い食』起業家プロジェクト」の一環として行われるもので、今後、テストマーケティング、テスト販売などを経て(平成22年度以降)商品化を目指しています。

担当課 戦略プロジェクト推進室

TEL 33-1147

2. 第19回南房総フラワーマーチ(13頁に記載)

※ 記者会見の資料は、秘書課およびホームページでご覧ください。

問い合わせ

秘書課 TEL 33-1002

■ 必ずチェック!最低賃金

～最低賃金改正～

県内の事業所で働くすべての労働者(パート・アルバイト含む)およびその使用者に適用される地域別最低賃金「千葉県最低賃金」が10月31日から時間額723円に改正されたところですが、12月25日から特定(産業別)最低賃金が改正されましたのでお知らせします。

業種	改正額(円)
調味料製造業	795
鉄鋼業	829
生産用機械器具製造業など	814
電子部品製造業など	813
計量器製造業など	798
各種小売業	775
自動車(新車)小売業	807

使用者は、この額より低い賃金で労働者を使用することはできません。

問い合わせ

千葉労働局労働基準部賃金室

TEL 043-221-2328

木更津労働基準監督署

TEL 0438-22-6165

～障害者の 税控除など②～

知っておこう 障害福祉制度

Vol.18

問い合わせ 社会福祉課 TEL 36-1151

在宅療養の介護費用の医療費控除

傷病により寝たきりなどの状態にある人が在宅療養を行うために、医師の継続的な診療を受けており、かつその医師と適切な連携をもとに次のサービスなどを利用した場合、サービスを受けるための費用（利用者負担額）について、医療費控除の対象とすることができます。



対象となるサービス	手続き方法
障害者自立支援法に基づく市町村が実施する地域生活支援事業訪問入浴サービス	医療費控除を受ける際に、南房総市の発行する「在宅介護費用証明書」と訪問入浴サービス利用決定書などの写しを確定申告書に添付するか、提示する。
障害者自立支援法に基づく福祉サービス 1 居宅介護（身体介護、通院介助（身体介護を伴う場合）および乗降介助に限る） 2 重度訪問介護（身体介護、通院介助（身体介護を伴う場合）および乗降介助に限る） 3 短期入所（市町村により遷延（せんえん）性意識障害者などとして支給決定を受けたものに限る） 4 重度障害者包括支援（1から3までと同様のものに限る）	医療費控除を受ける際に、指定障害者福祉サービス事業者などの発行する「障害福祉サービス利用者負担額証明書」と南房総市の発行する受給者証の写しなど確定申告書に添付するか、提示する。

問い合わせ 医療費控除について 館山税務署 TEL 22-0101
証明書発行について 社会福祉課 TEL 36-1151

ストマ用装具（蓄便袋・蓄尿袋）に係る 費用の医療費控除

ストマ用装具を使用している人について、治療上適切なストマ用装具を消耗品として使用することが必要不可欠であると医師が認め、証明書を発行した人については、ストマ用装具にかかる費用は、医療費控除の対象になります。ただし、日常生活用具給付事業を利用されている人の医療費控除の対象は、支払った自己負担額に限ります。

【手続き方法】

医療費控除を受ける際に、医師が発行した証明書とストマ用装具代の領収書を確定申告に添付するか、提示することが必要です。なお、証明書の用紙は、館山税務署にあります。

利子などの非課税

身体障害者手帳の交付を受けている人など、一定の要件に該当する人の少額預金、少額公債の各元本350万円までの利子などが非課税になります。

問い合わせ 館山税務署 TEL 22-0101

その他の税の減免

◇個人事業税

あん摩、マッサージまたは指圧、はり、きゅう、柔道整復その他の医業に類する事業を営む人が、視力障害者で万国式試視力表により測定した両眼の視力（屈折異常のある者については、矯正視力についてその測定をしたものをいう。）が0.06以下である場合は課税されません。

◇関税

身体障害者用に製作された器具、物品の輸入および慈善または救済のために寄贈された給与品、または社会福祉事業施設に寄贈された物品の輸入については、関税を免除されます。

◇相続税

心身障害者が相続した場合、障害の程度および年齢に応じ、相続税が減額されます。

◇贈与税

特別障害者を受益者とする「特別障害者扶養信託契約」に基づき、金銭、有価証券などの財産を信託会社または信託業務を営む金融機関に信託したとき、特別障害者1人につき、6,000万円まで贈与税が非課税となります。

問い合わせ

個人事業税 館山県税事務所（安房合同庁舎1階）
TEL 22-7117

関税 東京税関 TEL 03-3599-6214

その他の税 館山税務署 TEL 22-0101

快適な住みよい まちづくりのために

— 4月から「空き地の雑草等の除去に関する条例」(草刈り条例)を施行します —

近年の少子高齢化社会の中、都会などへの人口の流失が進んでいます。放棄された土地や建物に雑草などが生い茂り、害虫の発生や不法投棄を誘発する原因となるほか、防犯・防災や景観問題など、市民の安全や生活環境に悪影響を与えています。

市では、宅地化された土地や住宅地に隣接する土地で、現在人が使用していない土地(空き地など)において、雑草が生い茂り放置された状態をなくし、安全で良好な生活環境と美しい景観を守るために、「空き地の雑草等の除去に関する条例」いわゆる「草刈り条例」を平成21年4月から施行します。

この条例では、空き地などの土地の所有者や管理者は、自己の責任において雑草が生い茂らないよう適切な管理に努めなければならないと定めています。該当する土地が管理不良状態であるときやその状態になる恐れがあるときは、市が必要な処置を講ずるように助言し、または指導などを行います。

また、土地の所有者が自分で除草ができない場合には、本人の申し出により除草作業団体を紹介しています。

快適で住みよい環境づくりと美しいまちづくりのため、皆様のご理解とご協力をお願いします。



空き地などの土地が管理不良状態とは、次の状態のことをいいます。

①**人の健康を害し、または害するおそれのある状態**

蚊やハエなどの害虫の発生の原因や雑草などの花粉の飛散により、健康への影響被害になるおそれがある。

②**火災または犯罪の発生の原因を引き起こすおそれのある状態**

雑草が生い茂り火災の原因や、歩行者や車両通行の妨げになっている。また、犯罪の起きやすい場所になっている。

③**①、②のほか、市民の良好な生活環境を阻害し、または阻害するおそれのある状態**

該当する土地の周辺の景観を損ねている、市民の皆さんの良好な生活環境に影響があるなど。

不明な点は、
 環境保全課へご相談ください。
 TEL 33-1053



2月は、省エネルギー月間です! ~省エネは地球へのプレゼント~

寒い冬は特に暖房にエネルギーをたくさん使う時期で、2月は「省エネルギー月間」となっています。私たちにできる省エネ行動を実践してみましょう。

《冬の省エネ》

- ★ 暖房は、室温20℃を目安に温度調節をしましょう。
- ★ 暖房機器など、不必要なつけっぱなしはやめましょう。
- ★ 電気・ガス・石油機器などを買うときは、省エネルギータイプのものを選びましょう。



介護予防のすすめ ～介護予防をはじめませんか？～

介護予防とは、自分らしく元気で長生きするために、体の機能をできるだけ維持、改善できるよう普段の生活を活発にしようとするものです。

ポイントは次の6つです。

①運動をする習慣をつけましょう。

体を使わないと足腰が衰えてきます。「年だから」とあきらめないでください。いくつになっても運動すれば筋肉はこたえてくれます。

②食べることを大切にしましょう。

かむ力や食欲の低下などで食べる量が少なくなることがあります。栄養を取り、低栄養状態を予防するために主食・主菜・副菜を組み合わせさせて食べましょう。

③お口の健康は全身の健康。

食べ物がかみにくくなったり、飲み込みにくくなったりしていませんか。

このような状態が続くと、低栄養状態になり、足腰が衰えたりすることもあります。

歯みがきや入れ歯のそうじでお口を清潔にしましょう。

④外へ出しましょう。

畑仕事や買い物、散歩などで外へ出て近所の人とおしゃべりしましょう。

⑤認知症を見逃さないで。

「おやっ」と思ったらかかりつけ医へ相談しましょう。

足腰の運動の例

息を止めずに行いましょう。



足を左右に開き片足に体重をかけ10～15秒止める。左右5～10回ずつ行う。



両膝をゆっくり上げ5秒止め、ゆっくり下ろす。5～10回行う。

主菜

(魚・肉・卵・大豆製品などのおかず)

主食

(ご飯・パン・めんなど)

副菜

(野菜・きのこ・海草・いもなどのおかず)

お口の体操の例



口を閉じたまま頬をふくらませたり、すぼめたりする。



口を大きくあけ、舌を出したり、引っ込めたりする。

⑥心の健康を保ちましょう。

気分が落ち込む、何をしても楽しくない、やる気が起きないなどの症状が続いたらがまんせずにかかりつけ医へ相談しましょう。

今年度の総合検診で生活機能評価を受けて、

「介護予防事業の利用が望ましい」と結果が届いている人へ

市では介護施設に委託して介護予防事業を実施しています。地域包括支援センターで利用の手続きをします。

※ 市の地域包括支援センターはアイリスの里とリブ丸山の2カ所です。

利用希望の人は、高齢者福祉課 (TEL 36-1154) までご連絡ください。

1	バスや電車でひとりで外出していますか。	はい	いいえ
5	わけもなく疲れたような感じがする。	はい	いいえ

← 検診のとき、このようなチェックをしました。これが生活機能評価です。

はしかゼロをみんなの手力で!!

～麻しん(はしか)風しん混合予防接種の接種期限が近づいています～

今年度の2期・3期・4期の対象者は、3月31日(火)までに接種を済ませてください。この日を過ぎると公費での接種ができなくなりますのでご注意ください。まずは、自分のために。そしてまわりの人のためにも接種をうけましょう!!



春風と潮風香る南房総を舞台に

心とからだの健康づくり！ウォーキング

第19回南房総フラワーマーチ
参加者募集

～早春の南房総を歩こう！～

満開を迎える花畑沿いや南風吹く海岸線など早春の自然を体感しながら歩くことのできる市内最大のウォーキングイベントです。今、最も身近な健康管理としてウォーキングが注目されています。運動不足解消に、美と健康のために、学生の皆さんは卒業の記念に、ぜひ一緒に歩いてみませんか？

日 程 3月7日(土)・8日(日)

※ 2日間5ルート(5・12・20・25・40km)からコースを選定できます。

ホームページ

<http://www.mbosso-etoko.jp/march/>

参加費 大人2,000円 18歳以下1,000円

※ 但し、安房郡市内および友好都市在住者は半額割引

申込方法 申込書に必要事項を記入の上、振込か現金書留にて(社)日本ウォーキング協会までお申し込みください。

パンフレット(申込手続き) 観光プロモーション課および各支所窓口にて配布しています。

問い合わせ (社)日本ウォーキング協会
TEL03-5256-7855
観光プロモーション課
TEL 33-1091

ふれあいウォーキング富山大会兼
安房スポレク祭 参加者募集

～みんなでスポーツ健康づくり 心豊かな南房総～

今年度は、富山地区を会場に開催します。また、本大会は安房スポレク祭を兼ねており、安房郡市内の人が対象です。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

日 時 3月15日(日) 小雨決行 午前10時

場 所 道の駅富楽里発着(富楽里西側駐車場集合)

富山～伏姫籠穴 経由 約11.5km

参加費 100円(行事保険料含)

※ 参加費は当日会場受付でお支払いください

イベント ○×クイズ・歩数当てクイズ(道の駅富楽里から富山までの約6.5kmの歩数。目安として、歩幅は70cm。)

※ 賞品多数有。豚汁サービス有。

参加資格 健康な人(小学生以下は保護者同伴のこと)

持ち物 弁当・飲物・タオル・雨具・その他各自必要なもの

申込方法 住所・氏名・電話番号を2月27日(金)までに電話またはファクスで申し込んでください。

申込および問い合わせ 生涯学習課 TEL 46-2964

FAX 46-4059

おなじみとなっている JR駅からハイキング 問い合わせ 観光プロモーション課

TEL 33-1091

花嫁街道ハイキング

2月7日(土) 和田浦駅発
距離:約13.5km 時間:約4時間

ローズマリーと桜の安馬谷里山ハイキング

3月20日(金) 千歳駅
距離:約10.7km 時間:約3時間

花の富浦ハイキング

3月31日まで実施しています
～3月31日(火) 富浦駅
距離:約10km 時間:約2時間50分

和町黒岩の別所にある真言院の近くに、「旗掛け松」と呼ぶ松の古木がありました。その松は根元の太さが、大人の手で三抱えもあった大木で、緑あざやかな松葉のたくさん付いた枝が、地に垂れ下がるように伸びていたため、たいそう風情があり、地元の人たちが大切にしてきましたが、残念なことに、悲しい時代だった先の大戦の時に伐採されてしまったのです。

今は、その切り株さえ残っていませんが、どうして「旗掛け松」と呼ばれていたのかと言いますと、治承4年(1180年)の昔、伊豆の石橋山の戦いに敗れて安房に逃れてきた、源頼朝が源氏の白旗を掲げたという伝説を持つていたからです。

源氏再興を夢見る頼朝は、神の助けを願い、安房各地の有名な社にお詣りしましたが、その時、下三原から黒岩に入った頼朝は、熊野神社にもお詣りしたのです。黒岩の熊野神社は、伊邪那岐命・伊邪那美命をお祀りした霊驗あらたかな社ですから、丹精を込めて神助を願うと、別所に生えていた松に白旗を掲げ、源氏再興の決意を新たにしました。



旗掛け松

～第34話～
生稲謹爾



～市民活動団体の紹介【番外編】～

今月は、番外編として、
南房総未来塾と地域住民の皆さんの協働事業を紹介します。

団体名：富楽里竹燈祭り

富楽里竹燈祭りは、南房総未来塾のメンバーと富山地区山田在住の嶋田孝之さんが、道の駅富楽里とみやまを会場に、竹燈を150カ所設置し、新たな景観の創造を試みるというイベントで、12月20日から23日に行われました。

今回のイベントは、南房総未来塾が行った田植え・どろんこ体験に参加した嶋田さんが、未来塾メンバーに竹燈についての熱い思いを語ったことがきっかけです。竹燈は、嶋田さんの発案によるもので、竹の中に水を張り、ろうソクを水に浮かせることで、2時間程度で自動的に消火する設計になっています。



「竹燈」には細部にわたり工夫が施されている



150個の竹燈が幻想的な空間を演出

富楽里の通路などに配置された150個の竹燈は夕日のグラデーションと相まって幻想的な空間を演出していました。

実行メンバーは、「竹燈をつくることで、荒廃地の活用につなげることができると考えています。地域の皆様のご理解をいただき、皆さんと一緒に竹燈の良さを多くの人に感じてもらえるような活動をしていきたいです。また、それが地域の賑わいにつながればとても嬉しいです。」と語っていました。

地域の皆さんが知恵や力を出し合うことも協働のひとつの形です。協働の輪を広げていきませんか。問い合わせ 企画政策課 TEL 33-1001

連絡先および代表者

南房総市平久里下303
南房総未来塾 実践グループ
代表 若林 和夫 TEL 58-0630



まごころの寿司
美浜寿し
(鮭・地魚料理)
ローズマリー公園そば
定休日・木曜日 / 営業時間 11:00～
南房総市白子2565-2
TEL0470-46-3565

透 析
介護療養病床・一般病床
みすず
医療法人 美篤会
中原病院
南房総市和田町仁我浦19-1 TEL.0470-47-2021

有料広告

地魚喰処
味鈴
営業時間 11:00～
定休日 火曜日
第2フラワ－ライン沿い
南房総市白子1968-15
TEL0470-46-2966

大好評! 味鈴の寿司
南房総の厳選・吟味した新鮮地魚にて皆様のお越しをお待ちしております。
味鈴

これからお得! ETCを低価格で取り付けします
ドライブを楽しく最新ナビ&地デジテレビ
(有)アカツキオート
ネットオークションにより好みの車をお探しします!
千倉町大川1300 TEL 43-1201

※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。