

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

三芳発 アジアンカレー



特集 完全ご飯の給食 ②~⑤

南房総ご当地カレー

南房総食材を使った料理コンテスト入賞者発表 ⑥⑦

富山小学校 新校章デザイン募集 ⑧

放射エネルギー測定結果 (水道水・海水・土壌) ⑮

南房総ご当地カレー
料理コンテスト最優秀作品
「三芳中2年B組夏カレー」
(6・7頁に紹介記事)

2011
No.68

11

表紙作品を募集しています

食べてヘルシーに



いただきます まぐす



市内の幼稚園、小中学校で完全ご飯給食が始まって8か月。子どもたちは丹精込めて作られた、南房総市産のお米を毎日食べています。
お米のほか新鮮でおいしい地元産の旬のものを取り入れ、地産地消に努めています。
私たちは、1日3回、年間1100回ほどの食事をとります。子どもたちは、そのうちの約190回、

約17%が学校給食です。バランスのとれた食事は、元気な体を作るみなもとです。子どもたちの丈夫な体作りを担う食事だからこそ、本当に良いものを提供したいと考えます。
主食をご飯に変えたことで、魚や野菜を取り入れた献立が増えました。給食の改善は、生活習慣病の予防にも役立っています。

生活習慣病の低年齢化

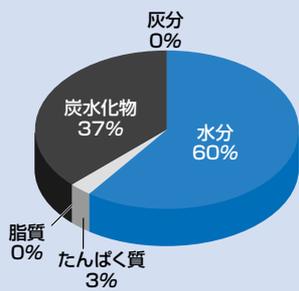
安房地方の小中学生の肥満は、10年前に比べると減りつつありますが、全国平均と比べるとまだ高い状態です。

生活習慣病も低年齢化しており、検診結果を見ると、小学校5年生と中学校2年生の肝機能・脂質の検査では、約4人に1人が診察や指導の必要があります。

平成22年度南房総市小児生活習慣病予防検診結果

	肝機能		脂質	
	要精査	要観察	要精査	要観察
小学校5年生	5.7%	17.8%	6.7%	26.8%
中学校2年生	0.9%	7.9%	5.8%	17.0%

ご飯 (100グラム) 茶碗に軽く1杯



出典：「五訂増補 日本食品標準成分表」

ご飯とパンの成分比較



ご飯を



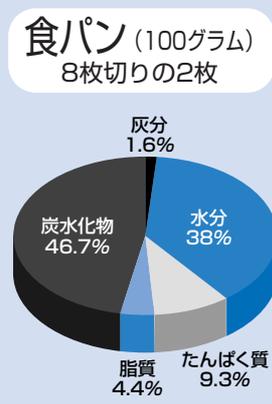
日本一おいしい「ご飯給食」を

南房総市は、農林水産物の宝庫です。豊かに実る水田のコシヒカリ、春を彩る菜の花、青い海に群れ泳ぐ魚たち。子どもたちの身の回りには、豊かな食材があふれています。

地元の自然に育まれた、旬の鰺・ヒジキ・タケノコ・しいたけ・にんじん・大根などの「海

丸山地区の農家で収穫された、大粒落花生「おおまさり」。翌日、早速給食の献立に登場。富浦幼稚園の皆さんも、普通の落花生の倍の大きさにびっくり。地元秋の味覚を楽しんでいました。

の幸・山の幸・里の幸」を生かした、「日本一おいしいご飯給食」を提供していきます。恵まれた地域の食材による「和食」を中心とした給食は、子どもたちを健やかに育て、地域の食の伝統をつないでくれるものと期待します。小中学生が農業体験学習などで育てた、米や



パンはご飯と比べると炭水化物(糖質)※や脂質が多いことがわかります。バターやジャムをつけたり、炒め物や揚げ物をおかずにするときさらにカロリーが高くなります。主食のパンやご飯と副食の組み合わせに工夫が必要です。

おやつやジュースなどからも糖分や脂質、塩分をとりすぎる傾向にある現代の子どもたち。学校給食は食生活の全般を見渡し、おいしくてバランスのとれた豊かな食事を子どもたちに提供します。

※エネルギーとして使われなかった分は、中性脂肪として体内に蓄えられます。

ワカメなども食材として活用していきます。給食と食材を育てる体験を通して、自ら収穫した「幸」を味わい、感謝する気持ちを育んでいきます。学校給食を通して、家庭の食生活や、南房総市の豊かさを見つめ直すきっかけも提案していきます。

地元産の食材で地産地消を推進



教材をもとに説明する担任の石崎先生

学校給食センターでは、こんな取り組みをしています

市内には4つの給食センターがあり、毎日約4千食の給食を調理しています。

市内の食材の使用に力を入れ、地元でとれたお米や野菜を使って、子どもたちに毎日楽しく食べてもらうために、さまざまな取り組みを行っています。

生産農家をチラシで紹介

給食で使う食材の生産農家を訪ね、チラシを作って子どもたちに紹介しました。チラシには、生産の様子や生産者の写真を入れて、食材や作ってくれた人に興味を持ってもらえるよう工夫しています。

千産千消デー

11月の千産千消推進月間には、千葉



南小5年生の教室で行われた栄養教室

県産品を多く使った給食の献立を予定しています。

栄養教室の開催

小中学校へ給食センターの管理栄養士が訪問して栄養教室を行っています。

9月27日(火)、丸山地区の南小学校5年生の教室で行われた栄養教室。「いのちの学習」が行われました。

子どもたちは、食肉センターで働く人の体験談をもとに作られた絵本「いのちをいただく」を教材に、食べるということとは、動物やお米、野菜のいのちだけではなく、生産から食卓に上るまでにかかわった一人一人のいのちの時間も含めて「いただく」ことを学びました。



生産農家を紹介する丸山給食センターの伊藤管理栄養士

給食の梅干しを作っています

旧丸山町で進めていた、集落に果樹を植栽する運動で、小戸地区の人たちは、「梅の郷」づくりに取り組みました。

給食用の梅干しは、特別に砂糖や酢を入れて、子どもたちが食べやすいよう工夫しています。



給食の梅干しを漬けた「たんくる市場小戸梅の郷」の皆さん

孫が通う学校で自分の作った梅干しが食べられている会員もいます。梅干しは子どもたちにも人気があつて全部食べられているという話を聞くと、うれしくなるそうです。

給食で使った主な地元産品

水産物	サンガそぼろ、ヒジキ、ツチ鯨
農産物	白米、黒米、落花生、サツマイモ、じゃがいも、ニラ、にんじん、たまねぎ、キュウリ、大根、しいたけ、タケノコ、梨、ぶどう、びわ
加工品	梅干し、味噌

給食で使う農産物を募集しています

南房総食品卸売市場では、「地産地消」を進めながら都市部へも販売して、農業の活性化と農家所得の向上を目指しています。

食品卸売市場に集まった農産物は、給食の食材にも使われます。

季節ごとに旬の農産物を集荷します。11月から1月にかけて、冬場が旬の地元産の野菜を積極的に集めます。子どもたちに地元産の安全で新鮮な食材を提供してください。

この時期に使用したい品目例

キャベツ、ホウレンソウ、ダイコン、ハクサイ、キュウリ、コマツナ、ネギ

取り扱う期間

11月から平成24年1月まで

出荷方法

- ・指定の出荷日に合わせて出荷してください。
- ・品目により、1回あたりの取引量は数キログラムから数十キログラムです。
- ・出荷回数や出荷量は相談して決定します。

市場の場所

南房総市御庄^{みよ}2395-1

問 鋸南青果 ☎ 28-5980

地域資源再生課 ☎ 36-4787

南房総ぐい当地カレー

南房総食材を使った
料理コンテスト入賞者発表

「南房総ぐい当地カレー」をテーマにした料理コンテストの最終審査会が、10月2日（日）に三芳農村環境改善センターで開かれました。

料理コンテストは第3回を迎え、今回は市内の小中学生を含む個人・グループを対象に募集したところ、応募は過去最高の158作品。最終審査の結果、三芳中学校2年1組で家庭科の選択授業を受けるB組16人の生徒が作成した「三芳中2年B組夏カレー」がみごと最優秀賞に選ばれました。



最優秀賞に輝いた三芳中学校の左から高橋さん、伊藤さん、瀧澤さんとチーバくん

ターメリックやナツメグなどの香料を炒めて作った本格的なカレーで、材料には地元産の牛乳とヨーグルト、夏野菜が使用されています。ほかの入賞者は次のとおりです。

（敬称略・応募順）

優秀賞 「サンガのカレー丼」落合菜南美（白浜小6年）、「ワカメゴハンの夏野菜カレー」小柴遼太郎（富浦中1年）、「南房総グリーンカレー」早川空良（丸小6年）
審査員特別賞 「はなやか房総豆カレー」落合菜南美（白浜小6年）、「カラフルカレーパン」金木優太（富浦中3年）、「ひじきとイカのカレー風味ちぢみ」酒井美陽（富浦中3年）、「アジのさんがやきカレー風」原田未於（富浦中2年）、「ドライカレードッグ」進藤正大（富浦中1年）、「ドライカレーかぼちゃポタージュ添え」土屋祐太（富浦中3年）、「鱈だんごカレー」戸倉綾希（平群小3年）、「まほろばのめぐみスペシャルカレー」江瀬菜々子（三芳中1年）、「自家製夏野菜とあじカレー」小池彩佳（白浜小4年）、「南房総満喫カ

最優秀受賞コメント

三芳の乳製品と野菜を使った、アジアンカレーです。

中学生になってから三芳の農業・酪農について勉強しました。農家や酪農家の皆さんの三芳に対する思いを知り、三芳の食材を使ったカレーを作りたいと思い、このカレーにたどり着きました。

最優秀賞に選ばれた時は、驚きと嬉しさで、友達と顔を見合わせしてしまいました。学校や地域の皆さんにも声をかけていたっていて、色々な人とコミュニケーションを取る良い機会になりました。クラスみんなで挑戦できたことを、とても嬉しく思っています。また機会があったらクラスのみんなで挑戦したいです。

「吉田歩音（丸小2年）」、「夏野菜とイセエビの焼きカレー」安西智哉（白浜小5年）

落合菜南美さんの「サンガのカレー丼」に、地産地消を応援する（株）おどやから『おどや賞』が贈られました。今月号から入賞作品のレシピを連載で紹介していきます。

家庭科選択のB組16人

池田 拓真	瀧澤 心咲
伊藤 麻子	多田 耕大
甲斐野 良介	外山 智成
熊切 彩乃	中村 鴻介
佐藤 静	吉田 美里
高川 寿乃	和田 崇寛
高木 恵太	渡辺 真子
高橋 拓也	渡辺 理紗

（敬称略）



三芳中学校2年1組（担任：川名敬紀）

レシピの商品化のため、メニュー開発費などに補助があります。気軽にお問い合わせください。

問 地域資源再生課

☎ 33-1073



最優秀賞作品 「三芳中2年B組夏カレー」 三芳中学校2年B組



材料 (15人分)

《カレールー・約500g》サンフラワー油 200cc、ナツメグ 小さじ1、クミン 小さじ2、玉ねぎ 10個、ニンニク 1玉、しょうが 1片、グリーンチリ 小さじ1、レッドチリ 小さじ1、ターメリック 大さじ4、カルダモン 小さじ2、トマト (完熟) 8個、塩 大さじ2

ヨーグルト 500g、牛乳 (または水) 1100cc、鶏肉2kg、季節の野菜 適量

作り方

- 鍋にサンフラワー油・ナツメグ・クミンを入れ、弱火で熱し香りが出るまで炒める。次に、玉ねぎ・ニンニク・しょうがのみじん切りを入れ、玉ねぎが茶色くなるまで炒める。続いて、グリーンチリ・レッドチリ・ターメリック・カルダモンを入れ、団子状になるまで炒める。香りが出てきたら、細かく刻んだ完熟トマトを入れ、塩で味を調える。水分がなくなるまでよく練り上げる。
- ①の鍋にヨーグルト・牛乳 (または水) ・鶏肉を入れて滑らかになるまでよく混ぜる (牛乳を使う場合は、牛乳を800cc位まで煮詰め、水を足して合計1100ccにして使うとココナッツミルク風になる)。
- 中火で鶏肉に火が通るまで約30分煮込む (サンフラワー油が表面に浮いてくるのが目安)。
- 鶏肉が煮え、カレーが濃厚になってきたらできあがり。皿に盛り付け、グリルまたはフライドした季節の野菜をトッピングする。



優秀賞・おどや賞作品 「サンガの カレー丼」

落合 菜南美さん
(白浜小学校6年)

材料 (4～6人分)

玉ねぎ 小・中各1個、小アジ 7匹、じゃがいも 小1個、にんじん 中1本、ハス 中1節、しょうが 2片、塩 少々、しょう油 小さじ1、サラダ油 大さじ2、カレールー 2片、カレー粉 小さじ1、中濃ソース・ケチャップ・めんつゆ・砂糖 各大さじ1、バター 10g、ブロッコリー・パセリ・米 適量

作り方

- 玉ねぎはあらみじん、にんじんは5ミリ角、ハスは1センチ角、じゃがいもはすりおろす。しょうがは、1片はすりおろし、残りはみじん切りにする。ブロッコリーは小房に分けてゆでておく。
- アジを3枚におろしてざく切りにし、玉ねぎ小1個分とおろししょうが・じゃがいも・塩・しょう油を合わせてフードプロセッサーにかける。サラダ油大さじ1を引いたフライパンでポロポロになるまで炒め、一旦取り出す。
- フライパンに残りの油を引き、玉ねぎを透きとおるまで炒めたら、にんじん・ハス・みじん切りのしょうがを入れてさらに炒める。次にカレー粉を入れ、香りが立ったら水2カップ弱とめんつゆを入れる。野菜に火が通ったら火を止め、ルウを割り入れて溶かし、溶けたら弱火で少し煮る (煮詰まりすぎる場合は水を足す)。
- ③に②を入れて、ソース・ケチャップ・砂糖・バターを入れ、味を調える。丼にご飯を盛り、できあがったサンガをのせ、パセリを散らし、ブロッコリーを添えてできあがり。



優秀賞作品 「南房総 グリーンカレー」

早川 空良さん
(丸小学校6年)

材料 (5人分)

菜花 2束 (ほうれん草1束で代用可)、ココナッツミルク 200ml、玉ねぎ 中2個、カレーフレーク 150g、ターメリック・ナツメグ・塩・コショウ・オリーブ油・ニンニク・エビ 各適量、卵 3個、レーズン・ドライパセリ 各適量

《ご飯》米 6合、ターメリック 小さじ1、バター 大さじ4

作り方

- 菜花 (ほうれん草) を塩ゆでして、ココナッツミルクと一緒にミキサーにかける。
- 玉ねぎのみじん切りをオリーブオイルで焦げないように約20分炒める。
- エビをニンニク、オリーブオイルで炒め、塩・コショウで味をつける。卵をゆでておく。
- ①の中に②を入れて、さらにミキサーにかけ、鍋に移し、カレーフレーク・ターメリック・ナツメグ・塩・コショウで味を調える。
- 《ご飯》の材料を一緒に入れて炊く。
- ご飯の上にドライパセリ・レーズンをのせ、カレーにエビ・卵をのせてできあがり。

まちの話 ほんなのことがありました

ほのぼの運動会

子育て支援センターほのぼのので10月6日(木)、運動会が開催されました。

0歳から4歳までの子どもたちが年齢別のチームに分かれ入場。「サンサン体操」の音楽に合わせて準備運動を行ったあと、かけっこや台車を使った競争などが行われました。

参加した200人近くの親子は、楽しいひとときを過ごしました。



運動会でかけっこをする子どもたち

自衛官募集相談員を委嘱

自衛官募集相談員は、自衛官を志願する人への情報提供や、自衛隊地方協力本部の行う広報活動に対し援助を行います。

飯田轟昶さん(白浜地区)、加瀬元吉さん(丸山地区)が委嘱されました。任期は2年です。

問 自衛隊千葉地方協力本部館山分駐所 電話 22-0385



左から阿部本部長、飯田轟昶さん、加瀬元吉さん、石井市長

富山小学校 新校章デザイン募集

平成24年4月1日に、岩井幼稚園と平群幼稚園、岩井小学校と平群小学校が統合し、富山幼稚園、富山小学校としてスタートします。

平成27年度には小中一貫校として開校を予定しているため、中学校でも使用可能な校章のデザインを募集します。

富山地区の特色を生かし、学校のイメージにふさわしい作品をお寄せください。

幼稚園園章は、小学校校章採用作品をもとに、富山地区学校再編検討委員会で決定します。

募集内容 校章のデザイン(ほかの学校の校章や、商標と類似しないもの。将来、小中一貫校の校章としても使用可能なもの)

応募資格 市内に在住・在勤・在学、本市出身の人

応募方法 応募用紙のおもて面に校章のデザイン、デザインの趣旨(百字以内)を記載し、裏面に郵便番号、住所、氏名などを記入してください。応募用紙は本庁・支所・公民館にあります。市のホー

ムページからも入手できます。

応募期限 12月2日(金)までに持参または郵送してください(当日消印有効)。電子メールでの応募はできません。

応募先 〒299-2592 南房総市岩糸2489番地 教育委員会 学校再編推進課

賞 最優秀賞 1人

(1万円相当の図書カード) 優秀賞 5人以内

(2千円相当の図書カード) 選考方法 富山地区学校再編検討委員会・校歌校章専門部会による審査

発表 広報紙、ホームページ

その他 採用作品に関する一切の権利は市に帰属します。応募作品は返却しません。採用作品には、修正を加える場合があります。

詳しくは、本庁・支所・公民館にある募集チラシか市のホームページをご覧ください。

問 学校再編推進課 電話 46-2962

健康だより

健康支援課 ☎ 36—1152

子どもの誤飲事故を予防しましょう

～大変危険です 化学物質などの誤飲～

お子さんが「はいはい」や「伝い歩き」をするようになると、手に触れたものを何でも口に入れるようになります。5歳以下の子ども、特に生後6か月から2歳未満の乳幼児の誤飲事故が多くなっています。

たばこ、くすり、化粧品、洗剤、漂白剤、家庭用殺虫剤、灯油、植物用肥料、防虫剤、芳香剤、消臭剤などが、子どもの手の届くところにならば家庭内を点検しましょう。



大切なのは事故の防止です

子どもの誤飲事故は、子どものまわりにいる大人が注意することで防げます。誤飲事故は大人がちょっと目を離した隙に起こるため、日ごろから危険なものを子どもの手の届かないところに保管するなどの心掛けが必要です。

子どもの誤飲事故で一番多いのが「たばこ」です

たばこや灰皿を小児の手の届く場所に置かないようにし、ジュースなどの空き缶を灰皿代わりに使うのはやめましょう。

子どもの誤飲事故が起ったら

誤飲したものによって処置の対応が異なります。

たばこを誤飲したときは、すぐに吐かせることが大切ですが、石油製品（灯油、マニキュア、除光液、液体殺虫剤など）、トイレ用洗剤、漂白剤など容器に「酸性」または、「アル

カリ性」と表示されている製品を誤飲したときは、無理に吐かせると吐いたものが気管に入ってしまったり、食道の粘膜を傷つけることがあるため、吐かせずに医療機関を受診してください。

意識がない、けいれんを起こしているなど、すでに重い症状があるときは、ただちに救急車を呼んでください。

医療機関を受診するときは、いつ、何をどのくらい誤飲したか確認し、誤飲したものの正確な名称がわかるもの（空き瓶、空き箱、添付書など）を持っていくようにしましょう。

判断に迷ったらすぐに相談を

あわてずに誤飲したものを手に持って、お子さんの年齢や体重、誤飲

したものの名称、飲んだ量など事故の状況をお伝えください。

中毒110番

（財）日本中毒情報センターでは、化学物質（たばこ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性の中毒について、実際に事故が発生している場合に限定して情報を提供しています。

・ **一般市民専用電話** 情報提供料は無料、応急手当てや受診の必要性のアドバイスに365日対応

・ 大阪 24時間対応

☎ 072—727—2499

・ つくば 午前9時から午後9時まで対応

☎ 029—852—9999

・ **たばこ専用電話** 情報提供料は無料、テープによる情報の提供

365日、24時間対応

☎ 072—726—9922

※異物誤飲（プラスチック、石、ビーズなど）や食中毒、慢性の中毒（アルコール中毒、シンナー中毒など）や常用量での医薬品の副作用についての相談は受け付けていません。



環境ポスター・環境標語コンテスト 入賞者発表!!

—ご応募ありがとうございました—

環境ポスターと環境標語を募集したところ、ポスターは546点、標語は624点の応募がありました。ありがとうございました。

入賞者は次のとおりです。(敬称略)

環境ポスター

- ◆最優秀賞 小川 竜平 (白浜小5年)
- ◆特別賞
 - 市長賞 大島 健 (南三原小5年)
 - 教育長賞 伊藤 月子 (岩井小6年)
 - 環境審議会会長賞 鈴木 茉那 (南三原小5年)
- ◆優秀賞
 - 4年生の部 井上 澄風 (健田小4年)
 - 5年生の部 堀井 雪乃 (和田小5年)
 - 6年生の部 笹子 広通 (南三原小6年)

◆優良賞

優良賞の皆さんは、作品と合わせて次のページで紹介します。



市長、副市長、教育長、環境審議会会長と一緒に記念撮影した入賞者の皆さん

環境標語

- ◆最優秀賞
 - 根形 奈々 (富浦中1年)
 - 「自分だけ そう思わずに 自分から」
- ◆優秀賞
 - 川上 高志 (富山中2年)
 - 「ゴミを分け あなたも今日から 仕分け人」
 - 小川 純平 (白浜中2年)
 - 「エコ活動 普段から続けていけば 難しくない」
 - 福原 彰吾 (千倉中3年)
 - 「捨てないで まだまだ使える リサイクル」
- ◆優良賞
 - 太田 千晴 (富山中3年)
 - 「取りもどそう きれいな緑と きれいな空気」
 - 渡辺 勇樹 (千倉中1年)
 - 「エコライフ 未来をしめす 道しるべ」
 - 小野寺 佑香 (千倉中1年)
 - 「合言葉 『節電タイム』 家庭でも」
 - 齊藤 怜 (千倉中1年)
 - 「ポイ捨てを 見ている子どもの 小さな目」
 - 高地 杏里 (和田中1年)
 - 「節電だ! 力をあわせて 大きな力!」

環境ポスター・環境標語の巡回展示

環境ポスターと環境標語の入賞作品を各地区で展示します。力作をご覧ください。入賞作品や環境情報を掲載した「エコライフカレンダー2012年版」を12月下旬から市役所本庁および支所窓口などで配布します。

地区	期 間	場 所	地区	期 間	場 所
和田	11月 4日(金)～11月13日(日)	和田支所	三芳	12月15日(木)～12月25日(日)	三芳農村環境改善センター
丸山	11月14日(月)～11月23日(水)	丸山支所	富山	平成24年 1月 6日(金)～1月15日(日)	富山公民館
千倉	11月24日(木)～12月 4日(日)	千倉支所	富浦	1月16日(月)～1月25日(水)	とみうら元気倶楽部
白浜	12月 5日(月)～12月14日(水)	白浜支所			

環境ポスター 環境標語 入賞作品の 紹介



環境ポスター 最優秀賞
白浜小5年 小川竜平さん



環境標語 最優秀賞
富浦中1年 根形奈々さん



環境ポスター 特別賞 (市長賞)
南三原小5年 大島 健さん



環境ポスター 特別賞 (教育長賞)
岩井小6年 伊藤 月子さん



環境ポスター 特別賞 (環境審議会長賞)
南三原小5年 鈴木 茉那さん



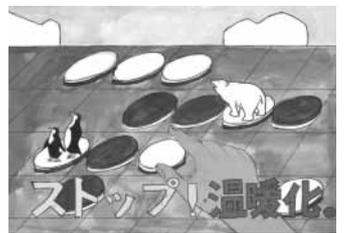
優秀賞 (4年生の部)
健田小 井上 澄風さん



優秀賞 (5年生の部)
和田小 堀井 雪乃さん



優秀賞 (6年生の部)
南三原小 笹子 広通さん



優良賞 (富浦小)
6年 能重 昂さん



優良賞 (岩井小)
6年 岡田 美穂さん



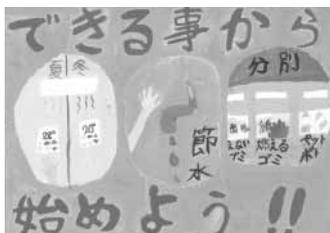
優良賞 (平群小)
5年 鈴木 亜希さん



優良賞 (三芳小)
5年 松村 穂乃香さん



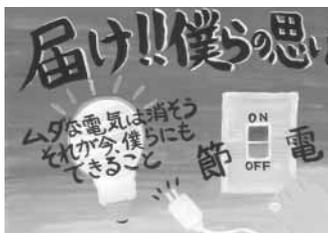
優良賞 (白浜小)
5年 安西 翔さん



優良賞 (七浦小)
6年 的場 遥香さん



優良賞 (忽戸小)
6年 荒井 あゆみさん



優良賞 (朝夷小)
6年 山口 泰輝さん



優良賞 (健田小)
6年 堀江 悠花さん



優良賞 (南小)
6年 黒川 努さん



優良賞 (丸小)
5年 川田 桜子さん



優良賞 (和田小)
5年 佐野 舜典さん



優良賞 (南三原小)
4年 栗山 聡さん

10月定例記者会見

10月25日（火）に実施されました

- 商工業活性化緊急支援事業
- 再就職支援セミナー&出張相談会
- 南房総市教育の日・ヒューマンフェスタ | N南房総

資料は、市のホームページで
ご覧いただけます。

南房総市 / 定例記者会見

検索

クリック

今月の お知らせ

お知らせ

青色決算・消費税申告の説明会

所得税の青色申告決算書作成や、消費税及び地方消費税の申告書の書き方などについて説明します。

※平成23年分から青色申告決算書は、確定申告書に同封

とき	ところ	時間	内容
12月2日（金）	鴨川市役所	9:30~12:00	営業・不動産所得
		13:30~16:00	農業所得
12月5日（月）	千倉公民館	9:30~12:00	営業・不動産所得
		13:30~16:00	農業所得
12月6日（火）	館山市コミュニティセンター	9:30~12:00	営業所得・農業所得・
12月7日（水）	富山公民館	13:30~16:00	不動産所得

して郵送します。平成22年の確定申告書をe-Tax（イータックス）や、確定申告書等作成コーナーを利用して提出した人には、確定申告書と青色申告決算書は郵送されません。

館山税務署
☎ 22-0101

子宮頸がん予防接種費用助成

子宮頸がんの予防接種は初回から6か月にかけて3回接種をし、免疫を獲得します。

今年度申し込みをした人には3回の予防接種費用全額を助成します。接種を希望する人は、健康支援課にご連絡ください。

対象者 中学校1年生から高校1年生まで

申込期限 平成24年3月30日（金）

※来年度新規助成事業については未定です。

※ワクチンは2種類あります。接種するワクチンは指定医療機関に相談してください。

健康支援課

☎ 36-1152

国民年金保険料控除証明書専用ダイヤルをご利用ください

年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書の添付が必要です。

証明書についてのお問い合わせは、控除証明書専用ダイヤルをご利用ください。

控除証明書専用ダイヤル

☎ 0570-070-117

IP電話からは

☎ 03-6700-1130

受付日時

・月曜日から金曜日までの午前8時30分から午後5時15分まで

・第2土曜日の午前9時30分から午後4時まで

※月曜日（月曜日が休日の場合は火曜日）は午後7時まで利用できます。

※祝日、年末年始（12月29日から1月3日まで）は利用できません。

受付期間 平成24年3月15日（木）まで

鳥獣狩猟が解禁されます

11月15日（火）から平成24年2月15日（水）まで、鳥獣の狩猟が解禁されます。ほか

の地域からハンターの入山が予想されますので、野外で活動する人は注意してください。

南房総市有害鳥獣対策協議会

農林水産課

☎ 33-1071

イノシシに注意してください

イノシシが市内の住宅地などに出没しています。子連れやケガをしているイノシシは、襲ってくることも考えられます。イノシシを見かけても決して近づいたり、追い回したりしないようお願いいたします。

南房総市有害鳥獣対策協議会

農林水産課

☎ 33-1071

光ファイバー網加入費補助金申請の受付期間延長

光ファイバー網加入費補助金申請の受け付けが、平成24年3月30日（金）まで延長に

平成22年国勢調査の集計結果

平成22年10月1日現在 ()内は前回との差
 市の人口 42,104人 (-2,659人)
 市の世帯数 15,575世帯 (+42)

節電にご協力をお願いします

なりました。

補助金額は加入の際に必要な
 とした初期費用の一部です。
 個人でも法人でも補助を受け
 られます。

申請書は情報推進課、支所
 にあります。市のホームページ
 からも入手できます。早め
 に手続きをしてください。

申込期限 平成24年3月30日
 (金) 必着

問 情報推進課
 ☎ 33-11003

千葉テレビのデータ 放送でいつでも南房 総市の情報が見られ ます

南房総市の情報のほか、県
 内にある市町村のイベント情
 報や、お知らせなども見るこ
 とができます。

データ放送を見るには、デ
 ジタル放送を受信できるテレ
 ビが必要です。携帯電話など
 テレビ映像を受信できるワン
 セグ機器でも見られます。

視聴方法

・デジタルテレビ(ワンセグ)

テレビのチャンネルを千葉
 テレビ(3チャンネル)に合
 わせて、リモコンのdボタン

を押して、メニューボタンの市
 町村行政情報ボタンを押しま
 す(ワンセグは自動的に表示
 されます)。

・インターネット

千葉テレビホームページの
 県内市町村行政情報から見る
 ことができます。

問

情報推進課
 ☎ 33-11003

商業・法人登記事務は 千葉地方事務局本局で 取り扱います

千葉地方事務局館山支局で
 取り扱っている会社や法人に
 関する登記事務は、平成24年
 1月23日(月)から本局法人
 登記部門で取り扱います。

会社や法人の登記に関する
 証明書(登記事項証明書・印鑑
 証明書など)は、館山支局で
 交付を受けることができます。

不動産(土地・建物)に関
 する登記事務の変更はありま
 せん。

問

千葉地方事務局本局法人
 登記部門(千葉市中央区中
 央港1-11-3)

☎ 043-302-1315

千葉地方事務局館山支局

☎ 22-0620

ぼしゅつ

貯筋運動教室

運動習慣を身につけよう

生活習慣病を解消したい人
 や普段運動不足を感じている
 人などを対象に、6回1コー
 スで開催します。

身体に筋肉を貯める貯筋運
 動を中心とした運動の紹介や

実践を行います。運動ができ
 る服装でお越しください。

時間 午前9時30分から

午前11時まで(初回、最終回
 は午前11時30分まで)

場所 三芳農村環境改善センター

持ち物 タオル・飲み物

定員 30人

申込期限 11月28日(月)

問 健康支援課

☎ 36-11152

ほのぼのでクリスマス会

歌のお兄さん、お姉さん、
 演奏のお姉さんで構成される
 「まちのおんがくやさん」によ
 るクリスマスコンサートです。

対象 市内在住で0歳から4

歳のお子さんとその保護者

とき 12月5日(月) 午前

10時から午前11時30分まで

ところ 白浜フローラルホール

内容 美しいハーモニートお
 もしろトークで、大人も楽し
 める「笑顔いっぱい!あつた
 かコンサート」です。

申込期限 11月28日(月)

問 子育て支援センターほの
 ぼの ☎ 40-5111

- ・ホームページアドレス
http://www.city.minamiboso.chiba.jp
- ・Twitter(ツイッター)アドレス
http://twitter.com/minamiboso_koho
- ・Facebook(フェイスブック)アドレス
http://www.facebook.com/minamibosocity
- ・千葉テレビ県内市町村情報
http://www.chiba-tv.com/shicho
(千葉テレビデータ放送でも情報が見られます)



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

今月のお知らせ

ぼしゅう

■新火葬場の名称

三芳地区山名に建設中の新火葬場の名称を募集します。
資格 どなたでも応募できます。

応募方法など 応募用紙または任意の様式に、名称、名称の理由、氏名(ふりがな)、電話番号、郵便番号、住所を記入してください。応募用紙は環境保全課、市民課、支所にあります。
11月30日(水)までに持参または、はがき、ファクス、電子メールで応募してください。採用者には、記念品を差し上げます。

結果発表 平成24年4月(予定)
問 〒294-0045

館山市北条420-4
安房郡市広域市町村圏事務組合
事務局事業係
☎ 22-5633
FAX 23-9155
jimukyoku03@awakouiki.jp

■長狭高校公開シンポジウム

とき 11月25日(金)
午後2時から

ところ 長狭高校文化ホール
テーマ 若年就職難の時代における高等学校教育・家庭教育の課題(キャリア教育に視点当てて)

講師 法政大学キャリアデザ
イン学部教授 児美川孝一郎
さん
申し込み 住所、氏名、電話番号を記入して、ファクスで申し込んでください。
申込期限 11月21日(月)

問 長狭高校
☎ 04-7092-1225
FAX 04-7093-6499

■さざなみウォーク

秋の社寺めぐりと、深名・福澤(富浦地区)の旧道をめぐるウォーキングを開催します。「南房総市の民話」の著者、生稲謹爾さんの解説を聞きながら歩きます。
とき 11月27日(日)
午前10時出発 ※雨天中止

集合場所 とみうら元気倶楽部
持ち物 弁当
問 富浦地域づくり協議会



目的地蔵様としてあがめられている
明眼地藏尊を訪れます

「さざなみ」(とみうら元気
倶楽部内)
☎ 20-4744

そうだん

■ひきこもり電話相談

ひきこもりで悩んでいる人や家族からの電話相談に応じます。
対象者 原則として18歳以上の人
受付日時 月曜日から金曜日までの午前9時30分から午後4時30分まで
※第1金曜日は午後1時から午後4時30分まで

広告

南房総ファミリアクリニック

診療のご案内

診療時間	内 科					
	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:30~18:00	○	○	○	○	○	○

診療時間	小児科・皮膚科					
	月	火	水	木	金	土
8:40~12:00	/	○	○	/	○	○

診療時間	整形外科					
	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	/	/	/	○	/	/
13:00~15:30	/	/	/	○	/	/

内科 月~土曜日 午前・午後
(午後6時まで診察)

南房総市本織43-1
☎ 0470-20-6171



放射能測定結果

● 水道水 (10月25日採取)

採取場所 南房総広域水道企業団大多喜浄水場
市内3か所の浄水場
放射性ヨウ素 不検出 放射性セシウム 不検出

● 海水 (10月20日採取)

採取場所 岩井海岸 (富山地区)、
瀬戸浜海岸 (千倉地区)
放射性ヨウ素 不検出 放射性セシウム 不検出

● 土壌 (10月18日採取)

(Bq/kg)

採取場所	放射性ヨウ素	放射性セシウム		
		134	137	合計
富浦中学校	不検出	11	不検出	11
富山中学校	不検出	不検出	16	16
三芳中学校	不検出	14	17	31
白浜中学校	不検出	27	28	55
千倉中学校	不検出	不検出	不検出	不検出
丸山中学校	不検出	不検出	12	12
和田中学校	不検出	11	不検出	11

※土壌の安全基準は定められていませんが、厚生労働省「放射能汚染された食品の取り扱い」は、飲料水・牛乳は200Bq/kg、野菜・穀類・肉・卵などは、500Bq/kgを暫定規制値としています。今回検出された数値は、この暫定規制値を下回っており、通常の教育活動をして差し支えないものと判断しています。

人口の動き (平成23年11月1日現在)

		()内は前月比	
総人口(-25)	42,710人	出生	16人
男(+1)	20,526人	死亡	61人
女(-26)	22,184人	転入	75人
世帯数(-1)	17,170世帯	転出	55人

※祝日、年末年始(12月29日から1月3日まで)は利用できません。

問 千葉県ひきこもり地域支援センター
043-209-2223

■ 障害者・高齢者の人権・法律110番

障害者・高齢者に関する人権問題、法律問題全般の相談に弁護士が応じます。
とき 12月9日(金)
午後1時から午後4時まで
(ファクス相談の受け付けは)

午後1時から午後2時まで)

相談方法 臨時電話(043-221-2268)による相談、ファクスによる相談、面談による相談。

※ファクスへの回答は、後日になる場合があります。

※面談を希望する場合は、前日までに申し込んでください。

問 千葉県弁護士会(千葉市中央区中央4-13-12)
043-227-8431
FAX 043-225-4860

南房総市の民話



「頼朝の隠れ井戸」
第67話
生稲謹爾

治承四年(一一八〇)、源頼朝は、平家を滅ぼして源氏の世にしようとい兵を挙げましたが、伊豆の石橋山の戦いに敗れて総崩れになりました。

頼朝は、小舟に乗って海に逃れ、ようやく安房国の狹島(今の鋸南町竜島)に上陸しますと、池之内(三芳地区)にあった安西景益の居城、平松城を目指しました。それは、景益が源氏に心を寄せる武将だったからです。

頼朝と従者たちは、平家の追っ手から逃れるため、姿を変えていましたが、平松城の近くで見つかってしまったのです。ところが、運よく近くに住む農夫が、岩窟の中へ湧水をためて作った井戸に頼朝をかくまってくれました。その井戸は、水面の横手の岩をくぐり抜けると、裏側が石畳のように平らになっていますから、頼朝は水をくぐって、そこに身を潜めたのです。

やがて追っ手は、頼朝を見つけたことができず立ち去ったので、頼朝たちは井戸から出て平松城に急ぎました。景益は快く頼朝を迎えると、源氏の再興に協力することを約束しました。池之内の隠れ井戸の話です。



三芳地区池之内に残されている頼朝の隠れ井戸(姫ヶ井)

市民活動団体の紹介 ④6

もっらてんばたけ
真浦天畑保存会
 会長 辻 昇 会員 25人



「こうやって植えるんだよ」世代を超えて会員と和田小・南三原小の児童と一緒に植栽を行いました

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。
市民協働課 ☎ 33-10005



広報みなみぼうそう11月号
 平成23年11月10日発行

真浦天畑保存会は、青い海と山の緑、色鮮やかな花々が一体となった美しい景観を取り戻そうと、平成20年から地域の人たちを中心に活動を続けています。

活動を始めた頃は、荒れた竹や雑木の伐採はもちろん、土を耕すことにも大変苦労しました。地元の小学校と一緒に植栽をしたり、安房拓心高校とハイキングイベントを行うなど地域が一体となることで、世代を超えた活動が行われるようになりました。こうした活動を続けることにより、天畑の美しい景観がよみがえりつつあります。

真浦天畑保存会では、一緒に活動してくれる仲間を募集しています。みんなで自然豊かな天畑の景観保全活動に参加してみませんか。
問 真浦天畑保存会事務局 ☎ 47-3474



天畑一面のキンセンカと青い太平洋
 美しい景観がよみがえりつつあります

発行 南房総市 〒299-2492
 千葉県南房総市富浦町青木28番地

「ドライウェイ」 透水性【無機】環境舗装材
Dry way
 WATER PASS CONCRETE
 国土交通省 HETIS 登録番号 CE-070001-A

駐車場や庭のぬかるみ、雑草の対策に!!
 人に役立つコンクリート
 環境保全に 透水性コンクリート舗装

詳しくは **snama** 検索
 おでんわは 生コン
 フリーダイヤル 0120-41-7050
 白浜生コン(株)

ミュージカル「アトム」公演
 2011. 12.17[土]
 開場: 13:30 開演: 14:00

原案 手塚治虫
 チケット料金<全席指定>
 大人 3,000円
 高校生以下 2,000円

脚本・演出/横内謙介 作曲/甲斐正人
 振付/ラッキィ池田・彩木エリ 監修/手塚眞
 協賛/手塚プロダクション・角川エンタテインメント
 Tail Trees Tail Trees Special Presents

千葉県南総文化ホール 0470-22-1811

職員募集

○職種 看護師及び看護実学生…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)
 ※土・日曜日、祝日除く
<http://www7.ocn.ne.jp/~kyonanhp/>

クリニック・デル・マーレ館山
 形成外科・美容外科

保険診療 ○各種保険取扱い
 イボ・ほくろの除去、眼瞼下垂手術 (美容目的を除く) 診療時間 9:30~17:30
 外傷の治療 休診日
 自費診療
 医療レーザー脱毛…わき1回3,900円 水・土・日・祝
 光治療(フォトスキンセラピー)…顔全体10,000円(初回2,000円)

館山市西川名1277-1 ☎ 0120-897-990
<http://www.wakagaeru.jp>

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。

編集 情報推進課

FAX ☎
 0470-10003
 2033-10003
 45906