



## ぼしゅう

市民提案型まちづくり  
チャレンジ事業の実施団体

まちづくりに主体的に取り組み、実践する団体を募集します。

コース名・助成額

「はじめの一步コース」 市民活動のきっかけを応援。

5万円以内

「チャレンジコース」 市民活動の充実・発展を応援。

30万円以内

「団体連携」 過去に事業採択された市民活動団体同士が連携して行う事業を応援。

40万円以内

申込期限 5月21日(月)

※6月2日(土)午後1時から、市役所別館1大会議室で公開審査会を行います(はじめの一步コースは提案書の書類審査のみ)。

申請 市民協働課

☎ 33-10005



## 楽ラク筋トレ教室参加者

5月から7月までの第2・第4月曜日に、体に筋肉をつけ、運動習慣を身につける教室を行います。

生活習慣病を解消したい人、ふだん運動不足を感じている人など、教室に参加しませんか。

とき 午前9時30分から午前11時まで

ところ 丸山公民館

内容 誰でも楽しく筋肉をつけられる運動(楽ラク筋トレ)とテーマに沿った運動および身長・体重・体脂肪率の計測、血圧測定、栄養や休養に関するミニ講話。

持ち物 タオル・飲み物・室内用運動靴

日程	テーマ
5/14	体力測定
5/28	体をほぐすストレッチ
6/11	ダンベルを使った運動
6/25	バランスボール
7/ 9	有酸素運動
7/23	体力測定

申込期限 5月9日(水)  
申請 健康支援課  
☎ 36-11152

## いきいき健康教室参加者

5月の健康教室は、ボール・ベル・ペルターという道具を使い、音楽に合わせて楽しく運動する3B体操です。

とき 5月21日(月)

午後1時30分から午後3時30分まで

ところ 富山保健福祉センター

持ち物 タオル・飲み物  
講師 3B体操公認指導者  
定員 25人

申込期限 5月14日(月)

申請 健康支援課  
☎ 36-11152

## よき歯のコンクール出場者

出場未経験者を対象に、親と子、高齢者の2部門で募集します。

親子のよき歯のコンクール  
平成23年4月1日から平成24年3月31日の間に、市

の3歳児健康診査を受け、虫歯のなかった幼児とその親。



高齢者のよき歯のコンクール  
平成24年4月1日現在、80歳以上で自分の歯が20本以上ある人。

申込期限 5月21日(月)

申請 健康支援課  
☎ 36-11152

## 市営住宅の入居者

募集住宅 千田黒潮団地(千倉地区)、1戸(2DK)。

入居時期 6月上旬(予定)

家賃 入居する世帯員の所得で決定します。

申し込み 管理課または朝夷行政センター、地域センターで申し込んでください。

市営住宅入居申込書は、窓口および市ホームページからも入手できます。

受付期間 5月7日(月)から5月14日(月)まで

申請 管理課  
☎ 33-11102



### ばしゅう

#### 高校生海外研修希望者

コース イギリス、カナダ他  
 人数 全コース合わせて5人  
 補助額 補助対象経費の2分の1以内(上限20万円)  
 申込期限 5月15日(火)

申問 企画政策課

☎ 33-11001

#### ねりんピック宮城・仙台 2012選手

宮城県で開催される「第25回全国健康福祉祭 宮城・仙台大会」に、千葉県代表として参加するゴルフの選手を募集します。

日程 10月12日(金)から

10月16日(火)まで

参加資格 県内在住の60歳以上の  
 人

人数 3人

申込期限 5月31日(木)

申 健康支援課

☎ 36-11152

問 県社会福祉協議会

☎ 043-245-2208



### おしらせ

#### 4月から森林の所有者届出 制度が始まりました

森林法の改正により、森林の土地の所有者となった人は、面積に関わらず事後届出が必要となりました。

対象者 個人・法人を問わず、売買・相続・贈与・会社の合併などで森林の土地を新たに取得した人。

届出期間 森林の土地の所有者となった日から90日以内

問 農林水産課

☎ 33-11071

県農林水産部森林課

☎ 043-223-2951

南部林業事務所

☎ 04-7092-1318

#### 移動交番車が巡回しています

3月に館山警察署に配備された移動交番車が、4月1日から移動交番活動を始めています。2人の警察官と移動交番相談員の3人体制。女性警察官が常駐しています。

業務内容 生活安全や防犯などの相談、遺失や拾得などの届出受理、振り込め詐欺などの防犯講話。

巡回場所 市役所別館1前、

とみうら元気倶楽部前、朝夷

行政センター前、白浜地域セ

ンター前、JR千倉駅前など。

問 館山警察署地域課

☎ 23-0110



開設中の移動交番



### むりょうそくだん

#### 人権相談

午後1時～午後4時

はじめ、家庭内の問題。

5月

10日(木) 富山公民館

11日(金) 朝夷行政センター

23日(水) 和田地域福祉センター  
 問 市民課  
 ☎ 33-11051

#### 心配ごと相談

午後1時30分～午後4時

日常生活の悩みごとなんでも。  
 5月  
 9日(水) とみうら元気倶楽部

10日(木) 富山公民館／ちくら介護予防センター

16日(水) 白浜保健福祉センター

18日(金) 三芳保健福祉センター

21日(月) 丸山公民館  
 23日(水) 和田地域福祉センター

問 社会福祉協議会  
 ☎ 44-3577

#### 結婚相談

午前10時～正午

結婚を希望する人。

5月11日(金) ちくら介護

予防センター

問 社会福祉協議会  
 ☎ 44-3577

#### 住宅耐震相談

午後1時～午後4時30分

地震に備えて住まいの耐震性の相談。要予約  
 5月13日(日) 朝夷行政センター

申問 管理課

☎ 33-11102

#### 行政相談

午後1時30分～午後4時

年金、保険など国の行政全般に関する意見や要望。  
 5月  
 9日(水) とみうら元気倶楽部

10日(木) 富山公民館／朝夷行政センター

16日(水) 白浜保健福祉センター

18日(金) 三芳農村環境改善センター

21日(月) 丸山公民館

23日(水) 和田地域福祉センター

\*相談日以外の相談は、行政

苦情 110番 ☎ 057

— 090—1110 (総務省  
千葉行政評価事務所/平日  
午前8時30分〜午後5時15  
分)

**問** 秘書課

☎ 33—10002

**税金相談**

午前10時〜午後3時

税金全般・記帳の相談。要

予約

5月15日(火) 税理士会

館山支部(館山市北条10  
76)

**申問** 税理士会館山支部

☎ 23—4132

**公証人無料相談**

午後1時〜午後4時

遺言・任意後見・尊厳死宣

言・離婚などの公正証書作成  
の相談。

5月8日(火) 市役所本館

1階 打合せ室

**問** 館山公証役場

☎ 22—5528



**ぎょじょう**

**献書**

とき・ところ

5月22日(火)

午前9時30分から午前10時30  
分まで・丸山公民館/午後0  
時30分から午後3時30分ま

で・中原病院

5月30日(水)

午前10時から午前11時45分ま  
で/午後1時から午後3時30  
分まで・三芳農村環境改善セ

ンター

**問** 健康支援課

☎ 36—11152

**ゴミゼロ運動**

とき 5月27日(日)

ところ 市内全域

**問** 環境保全課

☎ 33—1053

**和田地区ふるさと美化運動**

とき 5月6日(日)

ところ 地区内全域

**問** 和田地域センター

☎ 47—3111

**休日当番医 5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。

3日(木)

伊藤胃腸科クリニック  
(鴨川) 04-7092-2231

4日(金)

勝山クリニック  
(鋸南) 55-2138  
鴨川市立国保病院  
(鴨川) 04-7097-1221

5日(土)

鋸南病院  
(鋸南) 55-2125  
原クリニック  
(館山) 24-5711

6日(日)

東条病院  
(鴨川) 04-7092-1207

13日(日)

館山病院  
(館山) 22-1122

20日(日)

鋸南病院  
(鋸南) 55-2125  
平野眼科  
(館山) 27-3636

27日(日)

館山病院  
(館山) 22-1122



**5月の納税 ▶ 納期限5月31日(木)**

軽自動車税(全期)

**図書館だより 南房総市図書館 問 40-1120**

◆開館時間 午前9時〜午後5時 ◆休館日 月曜日・祝日

**新着図書**

**【一般書】**

夜鳴きめし屋 宇江佐真理  
ナミヤ雑貨店の奇蹟 東野 圭吾  
言語小説集 井上ひさし  
三匹のおっさん ふたたび 有川 浩  
結婚 井上 荒野  
鼠、剣を磨く 赤川 次郎

庭より簡単!だれでもできる室内菜園のすすめ 深町 貴子・伊藤 龍三  
池上彰のやさしい経済学1 池上 彰  
壬生烈風 藤本ひとみ  
朱鳥の陵 坂東眞砂子

**【児童書】**

アンパンマンとバナナダンス やなせたかし  
ねんどろん 荒井 良二  
野菜をそだてる12か月 亀田 龍吉  
江戸の子ども行事とあそび12か月 菊地ひと美  
おおきな木のおはなし メアリ ニューウェル デパルマ  
いきているひかり モリー バング・ベニー チザム  
デイジーのめちゃくちゃ!おさかなつり ケス グレイ  
スーパービジュアル恐竜図鑑 ジョン ウッドワード  
ペッパー・ルーと死の天使 ジェラルディン マコックラン  
魔使いの悪夢 ジョゼフ デイレイニー

**5月 移動図書館しおかぜ号巡回日程**

4コースを巡回します。貸出 1人10冊まで 返却 次回巡回時(1か月後)

日にち	時間	10:05~10:35	10:50~11:05
8日(火)		七浦小学校校庭	千倉漁村センター前
9日(水)		忍戸小学校校庭	渡辺工業脇(岡瀬田)
10日(木)		朝夷小学校校庭	大貫コミュニティ集会所広場
11日(金)		健田小学校校庭	JR千歳駅前



検診と健診

項目	対象児	と き	と ころ
股関節検診	3か月～4か月	16日(水)	三芳保健福祉センター
1歳6か月児健診	1歳6か月～1歳8か月	23日(水)	
3歳児健診	3歳4か月～3歳6か月	25日(金)	
ポリオ*	3か月～7歳6か月	15日(火)	千倉保健センター
		24日(木)	

▲ 問 健康支援課 ☎ 36-1152

\*ポリオの予防接種には、保護者の付き添いが必要です。保護者以外が付き添うときは、保護者からの委任状をお持ちください。

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

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	12日(土)	10:00～11:00	和田地域福祉センター	図書館 ☎40-1120 丸山公民館 ☎46-4031
絵本おはなし会			丸山公民館	
おはなしだいすき	19日(土)	10:30～11:30	富山公民館	図書館 ☎40-1120
千倉おはなし会		14:00～14:45	図書館	
絵本の読みがたり	25日(金)	11:00～11:30	子育て支援センター ほのぼの	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

☎ 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

にこにこひろばでは、親子が気軽に遊んだり、交流したり、仲間づくりをします。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 (あそびの教室)

年齢にあわせた親子遊びや手遊び、制作など。  
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	5月 2日(水)	10:30～11:30
H23.4.2生まれ～ハイハイができる子ども	5月 9日(水)	9:45～10:45 11:00～12:00
H22.4.2～H23.4.1生まれ	5月10日(木)	
H21.4.2～H22.4.1生まれ	5月11日(金)	
H20.4.2～H21.4.1生まれ	5月31日(木)	

「なごみ喫茶」でホッと一息

ボランティアが、コーヒーや紅茶などの飲み物とお菓子を用意してお待ちしています(100円)。  
とき 5月25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

赤ちゃんのいるお母さんたちの出会いの場です。

さつま芋の苗さし

丸山地区老人クラブの人たちとさつま芋の苗さしを行います。日時は、にこにこひろばでお知らせします。

こそだて支援の教室

5月のもぐもぐ教室 (離乳食教室)

離乳食の講話や試食など。締め切り 5月11日(金)

対象者	と き	
これから離乳食を始める乳児 または離乳食を始めている乳児 (1回食・2回食・3回食対応)	5月18日 (金)	9:15～11:30

親子きずなの教室 (両親学級)

妊娠中を健康に過ごし、友だちづくりの場として妊婦や夫、祖父母など家族を対象に開催。  
締め切り 各教室の前日

	内 容	と き	
1回目	妊娠中の過ごし方	5月 9日(水)	13:00～15:30
2回目	出産のための体と心の準備	5月18日(金)	
3回目	妊娠中の食事	5月24日(木)	9:45～13:00
4回目	赤ちゃんとの生活	5月29日(火)	13:00～15:30