



新型コロナウイルス

新型コロナウイルス
感染症予防策(令和2年
9月11日現在)

新型コロナウイルス感染症
予防の基本は、「人と人との距
離をとること(2メートルを
目安)」「マスクの着用」「丁寧
に手を洗うこと」です。自分
自身を守るため、周りの人を
守るため、一人ひとりが「新し
い生活様式」に基づき、予防
対策の実践を心がけていただ
くようお願いいたします。
また、発熱があるなど体調
が悪い方は、不要不急の外出
を控えてください。

電話相談窓口

感染予防に関することや、
感染が疑われる症状が出た時
などの相談に応じます。

・安房健康福祉センター(安
房保健所)
☎ 22-4511(代表)

※受付時間は平日の午前9時
から午後5時まで

・千葉県電話相談窓口

☎ 0570-2000-613

※受付時間は全日24時間

・厚生労働省電話相談窓口

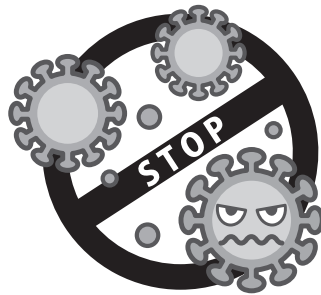
☎ 0120-565653

(フリーダイヤル)

※受付時間は全日午前9時か
ら午後9時まで

※電話での相談が難しい方

FAX 03-3595-2756



復興支援

昨年の台風で被災した
人の国民健康保険一部
負担金・介護保険介護
サービス利用料免除

令和元年台風第15号、台風

第19号および10月25日の大雨
で住家が全半壊などとなった
被災者の一部負担金および介
護サービス利用料について、

免除証明書(証)を医療機関な

どの窓口にて提示することで、

一部負担金などが免除されて

います。免除期間は、令和2

年9月30日までの診療・利用

分となります。

また、被災された日以降に

医療機関などの窓口で免除の

申立てをせずに一部負担金な

どを支払った場合は、申請を

行うことにより支払った額の

還付を受けることができます

ので、申請されていない人は

申請をお願いします。

問 保険年金課(国民健康保険)

☎ 33-1060

健康支援課(介護保険)

☎ 36-1152



国民年金

国民年金基金制度

国民年金基金は、自営業や

フリーランスの方々がゆとり

ある老後を過ごせるよう、国

民年金に上乘せする公的な年

金です。

終身年金が基本となり、生

涯にわたって年金を受け取る

ことができます。支払った掛

金は全額、社会保険料控除の

対象となり、税制上の優遇も

受け取

ることが

でき

ます。

加入できる人

・20歳以上60歳未満で国民年

金に加入している人

・60歳以上65歳未満で国民年

金に任意加入している人

・海外に居住している人で、

国民年金に任意加入してい

る人

問 全国国民年金基金千葉支部

☎ 043-221-6370



マイナンバー

マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました

令和3年3月(予定)からマイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります。令和3年3月の利用開始時に全体の6割程度、令和5年3月末にはおおむね全ての医療機関や薬局で導入されることを目指しています。

利用にはマイナポータルを通じた事前登録が必要となります。パソコンからマイナポータルにアクセスし、事前登録する場合は、ICカードリーダーが必要になります。

マイナンバーカードの読み取りに対応したスマートフォンから事前登録する場合は、マイナポータルAPからアクセスし、登録できます。

パソコンやスマートフォンをお持ちでない方は、保険年金課および朝夷行政センターにICカードリーダー付きの事

前登録用パソコン端末がありますので、マイナンバーカードをお持ちの上、ご利用ください。(マイナンバーカード取得時に登録した4桁の暗証番号が必要です。)

マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン



スマホ用のマイナポータルAPのインストール



Android版



iPhone版

問

マイナンバー総合フリーダイヤル(平日:午前9時30分から午後8時まで、土日祝日:午前9時30分から午後5時30分まで)

☎0120-95-0178

保険年金課

☎33-11060

健康支援

施設健診実施中!

定期的に健診を受診し健康状態を知ることが健康維持の第一歩です。まだ受診していない人は早めに受診しましょう。

対象者

- ①【フレッシュ健診】南房総市国民健康保険に加入している20歳から39歳の人
 - ②【特定健診】南房総市国民健康保険に加入している40歳から74歳の人
 - ③【後期健診】南房総市後期高齢者医療保険に加入し健診を希望する人
- ※①②の対象者、③の希望者には受診券を発送しています。
- ※③および生活保護を受給している人で受診を希望する人は健康支援課までお問い合わせください。

実施医療機関

安房管内の33医療機関(検査内容と医療機関は受診案内をご覧ください)

料金 ①②800円、③および生活保護を受給している人は無料

※生活保護受給者で健康診査を希望する人は「生活保護受給証明書」を医療機関にお持ちください。証明書の発行は、社会福祉課(☎36-11151)へご連絡ください。

証明書がなければ、受診できませんのでご注意ください。

健康支援課

☎36-11152

インフルエンザ予防接種費用を助成します

対象者

①65歳以上の人

※予防接種は委託医療機関に用意してあります。直接医療機関に連絡してください。委託医療機関名は市ホームページをご覧ください。

②60歳以上65歳未満で心臓・じん臓・呼吸器機能または

ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害のある人

※身体障害者手帳1級の人のみとなります。

※事前に申し込みが必要です。健康支援課、市民課、朝夷行政センターまたは各地域センターで申請してください。

助成期間 10月1日(木)から12月31日(木)まで

助成額 2500円(予定)

※助成対象者の中で、生活保護受給者は無料です。「生活保護受給証明書」を医療機関にお持ちください。証明書の発行は、社会福祉課(☎36-11151)へご連絡ください。証明書がなければ、有料となりますのでご注意ください。

健康支援課

☎36-11152



**「楽ラク筋トレ教室」
参加者募集**

5年後、10年後も今と同じように元気に動ける自信はありますか？

いつまでも自分の足で歩き続けていくために今からできることを始めてみませんか。

自宅でも手軽にできる運動を紹介しながら実際に体験し、自分にあつた運動習慣を身につける教室を行います。生活習慣病予防やロコモ予防、普段運動不足を感じている人は、ぜひご参加ください。

楽ラク筋トレ教室日程

期日	テーマ
10月6日(火)	ロコモ度チェック、食生活に関する講話
10月12日(月)	運動実技①
10月22日(木)	運動実技②
10月27日(火)	運動実技③、まとめ

けんけつ

10月23日(金)
10:00～11:30
▶丸山公民館
13:30～15:30
▶三芳農村環境改善センター
健康支援課
☎36-1152



健康支援課
☎36-1152

時間 全日程とも午後1時30分から午後3時まで
ところ 三芳農村環境改善センター
内容 誰でも手軽に筋肉をつけられる運動(楽ラク筋トレ)、体重・体脂肪率の計測、血圧測定、食事や休養に関する講話
持ち物 タオル・飲み物・室内用運動靴
参加費 無料
定員 15人
申込期限 10月1日(木)
申込期間 10月1日(木)

介護

介護福祉士修学資金貸付制度

将来、市内の社会福祉施設などで介護福祉士として勤務することを希望する方に、修学資金を貸し付けます。

貸付条件

本市に住所を有し、かつ修学資金の貸し付けを受けようとする年度の4月1日まで引き続き1年以上居住している者またはその者の配偶者もしくは2親等以内の親族のうち、文部科学省および厚生労働省の指定した千葉県内の学校又は千葉県知事の指定した養成施設に入学決定または在学するもの。

貸付金額(月額)

2万円以内

貸付期間

学校または養成施設の修業期間

返還の免除

市内の社会福祉施設等において、継続して介護福祉士の業務に従事していた期間が、貸付

期間に達した場合

健康支援課

☎36-1152

介護職員初任者研修・実務者研修の受講費用を一部助成します

市では、介護職の人材確保や質の高い介護サービスを提供する担い手を育成するため、研修受講費用の一部を助成します。

対象者(以下の要件を全て満たす人)

- ①市内の介護施設等に就労中に初任者研修もしくは実務者研修を修了し、介護職員として引き続き働いている方または初任者研修もしくは実務者研修を修了した日の翌日から6月以内に市内の介護施設等に介護職員として働いている人
- ②市の住民基本台帳に記録されている人
- ③国および他の地方公共団体から研修の受講に係る助成を受けていない人
- ④市税等に滞納がない人

助成額

研修の受講に要した費用の2分の1とし、限度額は介護職員初任者研修が5万円、実務者研修は10万円

健康支援課

☎36-1152



**毎月10日は、交通安全の日です
千葉県では、交通死亡事故が多く発生しています**

夕暮れが早まるこの時期は、交通事故が増加します。ドライバーの皆さん、自動車のライトを早めに点灯し、速度を落としてください。歩行者の皆さん、外出する時は、明るい服装や反射材を身につけ、自らの命を守りましょう。

農業

有機農業講習会を オンラインで開催

南房総農業支援センターと千葉県有機農業推進協議会が連携し、有機農業に取り組み農業者や興味のある方を対象に、「ZOOMによる有機農業講習会」を開催します。

ZOOMの接続に不安のある方は、会場(三芳農村環境改善センター一階展示室)での受講も可能です。

とき 11月12日(木)午後2時から

内容

- ①有機農業の現状について
- ②有機JAS認証について

講師 (株)シェアガーデン 代表

取締役 武内 智 氏

定員 30人

参加料 無料

申込期限 11月5日(木)

申問 (二財)南房総農業支援

センター

☎28-4595

令和3年版農業日誌な どの予約受付

- ・農業日誌 1400円
- ・ファミリー日誌 1400円
- ・新農家暦 450円

申込方法 10月20日(火)までに電話でお申し込みください。

申問 農林水産課

☎33-1071

水道

水道管の漏水調査を 実施します

調査は水道局が委託した調査員が行いますが、水道局が発行した身分証明書を携帯し、「漏水調査」と書いてある腕章を着用しています。水道メーターなどを調べるため、敷地内に立ち入ることがありますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、調査員は他の調査を勧めることや、費用の請求、物品などの販売および勧誘は絶対に行いません。不審な点がある場合は水道局までお問

い合わせください。

漏水調査地区 富山、白浜および丸山地区の一部

調査期間 令和2年10月から令和3年1月まで

申問 水道局

☎44-4611



統計

労働力調査へのご回答 をお願いします

総務省統計局と千葉県では、毎月、労働力調査を実施しています。

この調査は、国の経済政策や雇用対策などの基礎資料を得ることを目的とした重要な調査で、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、調

査員がお伺いしますので、調査への回答をお願いします。

調査対象 千倉町南朝夷地区の一部の世帯

調査期間 令和2年11月から令和3年3月まで(準備調査

1か月、本調査4か月)

※調査員は、千葉県知事発行の調査員証を携帯していますので、ご確認ください。

申問 千葉県総合企画部統計課
☎043-2223-2220

ペット

各種動物愛護事業の お知らせ

千葉県動物愛護センターでは、犬のしつけ方教室の開催や犬および猫の飼養者(譲りた方)に対し、新たな飼い主をさがす機会を提供する場として「犬と猫との出会いの場」を提供するなど、さまざまな動物愛護事業を実施しています。

詳しい内容や日程については、お問い合わせください。

申問 千葉県動物愛護センター

(富里市御料709-1)
☎0476-93-5711
同東葛飾支所

(柏市高柳1018-6)
☎04-7191-0050



助けを待っている子たちがいます。

「屋根からの墜落・転落災害にご注意ください！」

昨年の台風被害復旧のための屋根などの補修工事において、墜落・転落災害が多発しています。

屋根上での作業に従事される皆さんにおかれては、自らの命を守るため、必ず墜落時保護用のヘルメットを着用し、はしごを固定していただくとともに、必要に応じて足場を組立て、安全帯、安全ブロックなどをご使用ください。

申問 木更津労働基準監督署 ☎0438-80-2830

不法投棄を目撃したら

最近、市内で家屋解体に伴うと思われる「不法投棄」が、多数発生しています。ごみの不法投棄は違法行為です。悪臭の原因となったり、周辺の景観を損なうだけでなく、有害物質により土壌、水質汚染を引き起こしかねない重大な問題です。

不法投棄は廃棄物の処理および清掃に関する法律により、5年以下の懲役または1千万以下の罰金、もしくはその両方が科せられます。法人が違反した場合は、違反者に加え、法人に対し3億円以下の罰金刑が科せられます。未遂の場合も処罰の対象となります。

「不法投棄が行われている」、「不法投棄をしようとしている」、「不法投棄をして逃げて行った」などを見かけたら、通報をお願いします。

通報先

産廃残土県民ダイヤル
☎043-223-3801

館山警察署

☎23-0110

通報時には、わかる範囲で次のことお知らせください

- 不法投棄の場所
- 不法投棄の発見日時
- 不法投棄の種類と量
- 不法投棄を行っている人の特徴、人数
- 車のナンバーや車種



図書館だより

図書館 ☎40-1120
開館時間 9:00 ~ 17:00
(水曜のみ 9:00 ~ 19:00)
休館日 月曜日・祝日・年末年始

〒295-0004 南房総市千倉町瀬戸 2340-5 <http://www.city.minamiboso.chiba.jp/0000000999.html>

新着図書紹介

<一般書>

- 口福のレシピ 原田 ひ香
- タクジョ! 小野寺史宜
- かきあげ家族 中島たい子
- テロリストの家 中山 七里
- 干物料理帖 うすいはなこ
- ハリネズミは月を見上げる あさのあつこ
- 竹林の七探偵 田中 啓文
- 僕の神さま 芦沢 央
- 70歳からの世界征服 中田 考
- 雨漏り修理のプロが教える屋根・外壁のメンテナンス 雨漏り110番グループ

<児童書>

- スマホとゲーム障害 内海 裕美
- AIロボット、ひと月貸します! 木内 南緒
- 大人は知らない今ない仕事図鑑100 澤井 智毅
- びーだまふくろう マランクリン
- ひょうたんとかえる 西條 八十
- いろいろからでてきたくろいて 西本 鶏介
- だいぶつさまおまつりですよ 苅田 澄子
- 再生可能エネルギー図鑑 L o o o p
- どこちゃん 鈴木のりたけ
- 恐竜の迷路 香川元太郎

※8月中旬に上記を含め、新刊本は192冊入りました。

臨時休館のお知らせ

南房総市図書館は、10月1日(木)から10月6日(火)まで、蔵書点検のため臨時休館します。また、各地区コミュニティセンターなどの図書室の利用・本の貸し出しも休止となります。(返却ポストは、いつでも利用できます)

※ 毎週水曜日(祝日を除く)は、午後7時まで開館しています。皆様のご利用をお待ちしております。

絵本の読み聞かせ

問 図書館 ☎40-1120 (ほのぼの) ☎40-5111

名 称	と き		と ころ
読み聞かせ教室「おはなしのたね」	10月9日(金)	10:00～11:30	三芳農村環境改善センター
絵本読み聞かせ教室	10月10日(土)	10:00～11:00	和田地域福祉センター「やすらぎ」
千倉おはなし会「しおまねき」	10月10日(土)	10:30～11:15	図書館
とみうら絵本だいすきの会	10月11日(日)	11:00～11:30	とみうら元気倶楽部
絵本おはなし会	10月17日(土)	10:00～11:00	丸山公民館
おはなしだいすき「あひるの会」	10月17日(土)	10:30～11:30	富山ふれあいコミュニティセンター
絵本の読みがたり	10月30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
申問 ☎40-5111

教室ほかイベントは、市内に住所がある人が対象です。申し込みが必要な行事は締め切りまでに申し込みください。気象警報が発令された時は、閉館します。

ほのぼのでは、子育て相談、幼児相談、ことばの相談、リハビリ個別相談などを随時受け付けています。お気軽にご相談ください。

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 9:30～12:00 / 13:00～16:00

にこにこひろばは、親子が気軽に遊んだり、交流したりして、仲間づくりができる場所です。0歳から就園前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、製作などc。

定 員 各回10組程度(申込は前日まで)

対 象 児	と き	
ひよこ組 2か月～お座りができる子ども	10月22日(木)	10:00 ～10:30
りす組 H 31.4.2 生まれ～ ハイハイができる子ども	10月15日(木)	
うさぎ組 H 30.4.2～H 31.4.1 生まれ	10月8日(木)	
くま組 H 29.4.2～H 30.4.1 生まれ	10月6日(火)	
ぞう組 H 28.4.2～H 29.4.1 生まれ	10月9日(金)	

にこにこひろば (年齢別) ※南房総市の方限定

- ◎ひよこ組・りす組➡うさぎ組➡くま組・ぞう組
- ◎午前と午後の間は一度閉館します。
- ◎午後は、全クラス対象にします。
- ◎対象年齢であれば、兄弟一緒の来館が可能です。なお、ご利用できる兄弟は、ぞう組までのお子さんが対象となります。(幼稚園、小学校のお子さんはご遠慮ください)
- ◎10月22日(木)ひよこ組・りす組、10月23日(金)くま組・ぞう組と変更になります。

親子体操教室 in ほのぼの

体操の先生と一緒に、体を動かして遊びます。

対 象 ぞう組

と き 10月9日(金) 10:00～10:30

締め切り 10月8日(木)

要予約

ことばの相談 in ほのぼの

お子さんのことばに関する心配に対して、ことばの専門の先生が相談に応じます。

と き 10月13日(火) 9:30～16:00

10月14日(水) 9:30～16:00

要予約

幼児相談 in ほのぼの

お子さんの発育・発達に関する心配や悩みなどに、臨床心理士が相談に応じます。

と き 10月28日(水) 9:15～16:15

絵本の貸し出し in ほのぼの

0歳児(ひよこ組・りす組)を対象に、絵本の貸し出しを行います。

と き 10月28日(水) 11:00～11:30

絵本の読み聞かせ in ほのぼの

2歳児と3歳児(くま組・ぞう組)を対象に、年齢に合った絵本の読み聞かせがあります。

と き 10月30日(金) 11:00～11:30

親子きずなの教室（産後コース）

申問 健康支援課 ☎36-1152

内 容	と き	と ころ
産後の過ごし方について（骨盤ケア・乳房ケア・座談会）	10月16日（金）10：30～11：30 申込締切：10月14日（水）	三芳保健福祉センター

乳児相談・幼児健診

問 健康支援課 ☎36-1152

項 目	対象児	と き	と ころ	受付時間
4か月児相談・ 9か月児相談	令和2年5月生まれ・ 令和元年12月生まれ	10月15日（木）	三芳保健福祉センター	個別に通知します
2歳児歯科健康診査	平成30年3月までに 生まれた3歳未満	10月21日（水）	千倉保健センター	



●すべて無料です。お気軽にご利用ください●



<p>行政相談 13：30～16：00 年金、保険などの国の行政全般に関する意見や要望。 10月 7日（水）朝夷行政センター 23日（金）とみうら元気倶楽部 問 秘書広報課 ☎33-1002</p>	<p>人権相談 13：30～16：00 いじめ、家庭内の問題に関する相談。 10月 8日（木）白浜地域センター 9日（金）とみうら元気倶楽部 20日（火）三芳農村環境改善センター 20日（火）丸山公民館 問 市民課 ☎33-1051</p>
<p>税金相談 10：00～15：00 要予約 税金全般・記帳の相談。 とき・ところ／10月13日（火）法青会館3階 11月13日（金）イオンタウン館山 ※予約は毎月末日が締切です。 申問 税理士会館山支部 ☎23-4132</p>	<p>消費生活相談 要予約 多重債務相談、サービス・商品に関する相談・苦情。 と き／10月26日（月）10：30～15：30 ※相談場所は予約時にお伝えします。 ※電話による相談は、商工課内の消費生活相談専用電話（☎33-4300） 申問 商工課 ☎33-1092</p>
<p>思春期相談 要予約 思春期における悩みや不安の相談。 と き／10月8日（木）14：00～16：00 ところ／安房健康福祉センター（安房保健所） 申問 安房健康福祉センター ☎22-4511</p>	<p>住まいの相談 要予約 住まいの耐震性、新築やリフォームなど住宅全般の相談。予約受付は開催日の2日前まで。事前予約がない場合は開催を中止します。 と き／10月8日（木）13：00～16：00 ところ／丸山公民館 申問 建設課 ☎33-1101</p>
<p>法務局登記相談 9：30～15：30 要予約 相続登記や抵当権抹消登記など不動産登記相談。 と き／毎週火・木曜日（祝日は休み） ところ／千葉地方法務局館山支局 申問 千葉地方法務局館山支局 ☎22-0620</p>	<p>行政書士による電話無料相談会 要予約 相続、遺言、成年後見、離婚などの手続きや、農地、風俗、入管、建設など官公署へ提出する書類の作成。 と き／10月16日（金）10：00～16：30 予約締切／10月13日（火） 申問 千葉県行政書士会安房支部（福原） ☎38-4155</p>
<p>里親相談 月～金曜日 9：00～17：00 里親制度についての相談。里親のことを知りたい、応援・支援したいなどの相談にも応じます。 問 NPO法人子ども家庭サポートセンターちば（通称：オレンジの会）☎28-4288</p>	

国勢調査の回答は お済みですか？

まだお済みでない方は、
お手元の調査書類をご確認の上
10月7日までに
回答をお願いします。

回答期限 10/7 (水)

全16問 回答時間 約 10 min

回答義務 調査の対象 日本に住む 全世帯

インターネット回答または紙の調査票でご回答いただけます。



Let's Join!! #みんなの国勢調査

かんたん便利な インターネット回答

かんたん 安心・安全 エコ&効率

国勢調査2020 <https://www.kokusei2020.go.jp/>

↑ 国勢調査をよそおった詐欺(さぎ)や不審な調査にご注意ください。 国勢調査2020

総務省統計局・都道府県・市区町村

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。

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。

4日(日)
花の谷クリニック(千倉) ☎44-5303
東条病院(鴨川市) ☎04-7092-1207

11日(日)
館山病院(館山市) ☎22-1122

18日(日)
鋸南病院(鋸南町) ☎55-2125

25日(日)
館山病院(館山市) ☎22-1122
花の谷クリニック(千倉) ☎44-5303

の う ぜ い 納期限 11月2日(月)

市 県 民 税	(第3期)
国民健康保険税	(第4期)
後期高齢者医療保険料	(第4期)
介護保険料	(第4期)

じ ん こ う (令和2年9月1日現在)

※外国人住民を含みます。()内は前月比

総人口	37,224人	(-15)	出生	7人
男	17,860人	(-5)	死亡	42人
女	19,364人	(-10)	転入	78人
世帯数	17,184世帯	(+18)	転出	58人