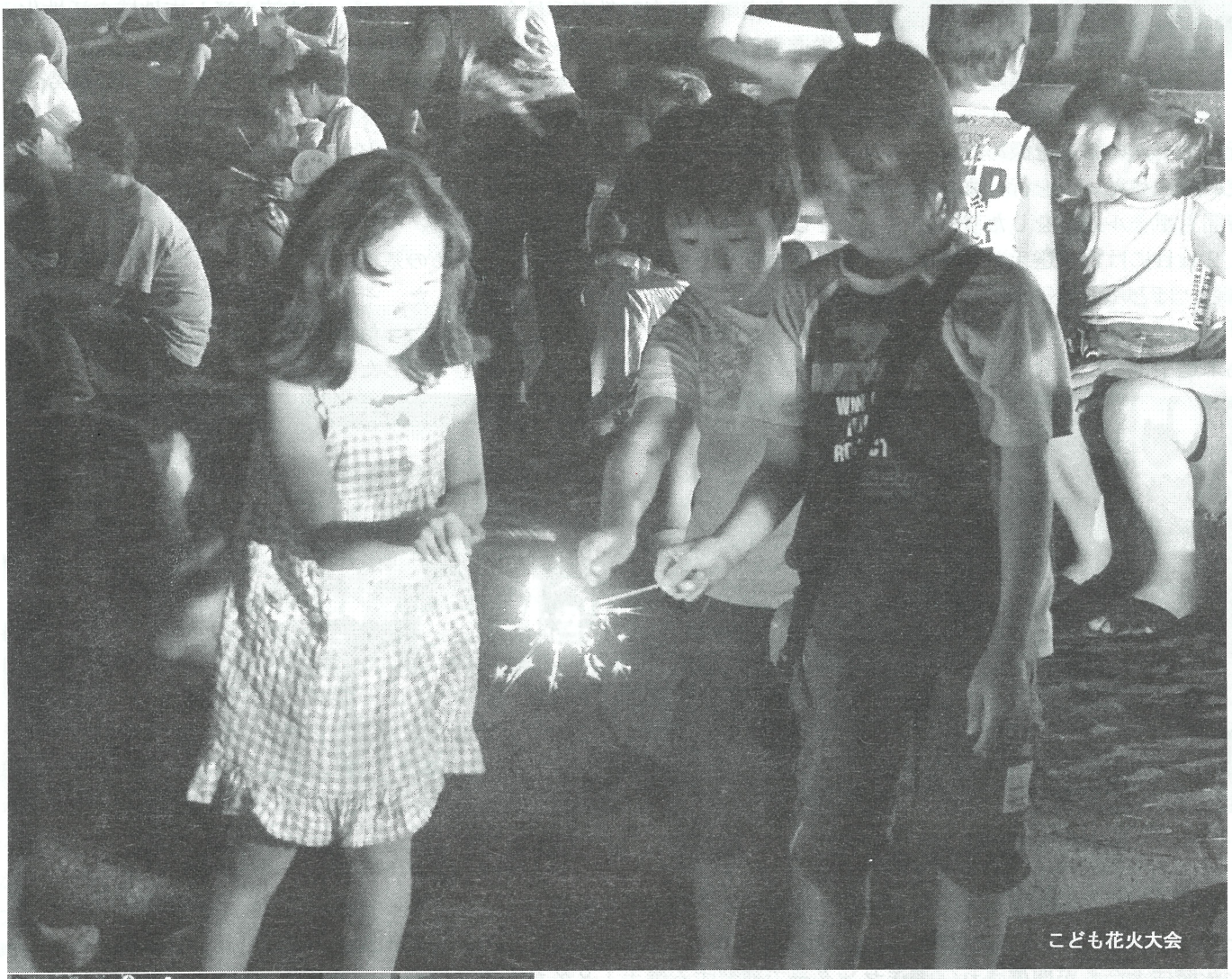
町報
きょなん

発行　鋸南町役場
編集　総務企画課
２９９－２１９２
千葉県安房郡鋸南町下佐久間３４５８
電話　０４７０－５５－２１１１（代）
毎月　１回

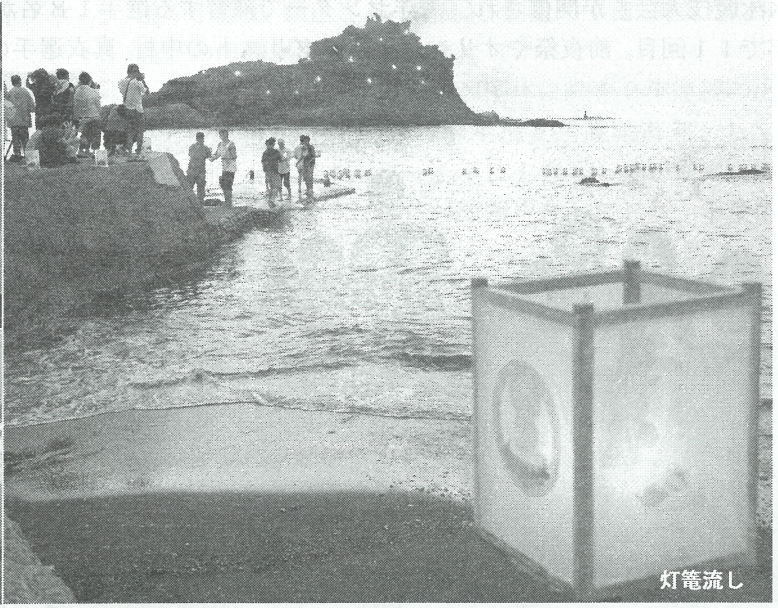
第５０６号

9
2010


こども花火大会


ビアロード


海水浴場


灯篭流し

きょなんの熱い夏！



「スポーツ交流プロジェクト」開催

陸上男子４００メートル障害の為末 大選手をはじめとしたアスリートらが中心となり、子ども達に走り方の基礎を教える「スポーツ交流プロジェクト」が、８月２１日～２２日の２日にわたり旧佐久間小学校で開催されました。

このプロジェクトは、㈱ウェッジホールディングス、㈱日本旅行が企画・提案し、鋸南町と鋸南町教育委員会、そしてスポーツ交流を通して地域の活性化を推進する鋸南クロススポーツ協議会が協力して実現したものです。

参加者は、房総近郊の小学生から中学生までの子ども達５０人とその保護者及びボランティアスタッフの総勢約１００名。子ども達は４つのチームに分かれ、各チームリーダーとなるアスリートらと一緒にドッチボール大会を行いチームの結束を深めた後、体力測定を実施。１日目のプログラム終了後、子ども達が持ち寄った地元の食材を使いバーベキューを行いました。初めて会うアスリート達に最初は戸惑っていた子ども達もすぐに打ち解け、休憩時間もボール遊びをしたり、鬼ごっこをしたりと元気に走り回っていました。

２日目には為末選手が登場して会場を盛り上げ、子ども達は速く走るための基本動作を学び、再度体力測定を行うと、ほとんどの子が昨日より記録が伸びて嬉しそうに笑顔を見せていました。そして為末選手が子ども達の前で「トップアスリートの走り」を実演し、ハードルの飛び方のコツを教えました。最後に、参加者全員の記念撮影と為末選手のサイン会を行い、２日間に渡るプログラムは盛況のうちに終了しました。

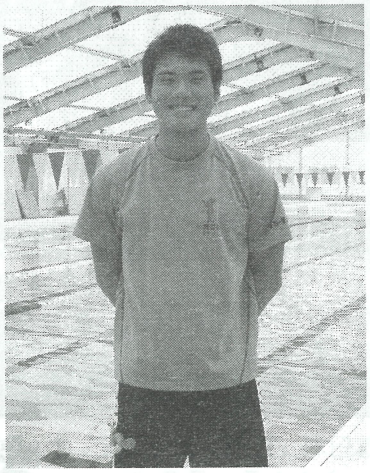


鋸南から全国へ　～インターハイ・Ｂ＆Ｇ水泳全国大会に出場～

８月１７日から１９日までの３日間、沖縄県立奥武山運動公園でインターハイ（水泳競技）が開催され、鋸南中出身の三瓶 雄司選手（安房高１年）が出場しました。また２０日には東京辰巳国際水泳場で「Ｂ＆Ｇ全国ジュニア水泳競技大会』が開催され、海洋センターで練習する選手１８名が千葉県代表として出場しました。この大会は今年で１１回目。前夜祭やオリンピックメダリストの中村 真衣選手の模範泳法などを通し、全国のＢ＆Ｇの選手と交流を深めました。

全国大会という大舞台でも選手それぞれがベストを尽くし活躍しました。





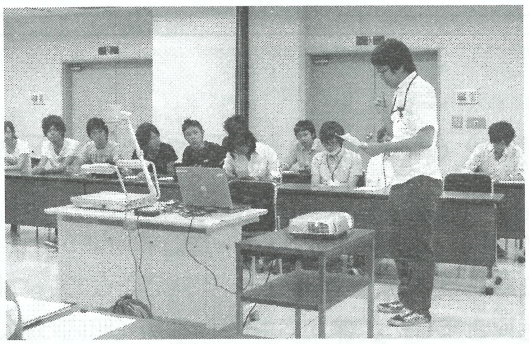
写真右
三瓶選手

写真左
全国大会
出場選手
の皆さん

城西大学経営学部インターンシップ

城西大学経営学部では、経営学の知識や理論が実際の企業や組織の現場でどのように活かされているかを学ぶため、２年生及び３年生を対象とした「ビジネスインターンシップ」という科目を設け、夏休み期間を利用して毎年実施しています。今年は８月９日～１３日の５日間、１３名の学生が役場関係、商工会関係（商工会、中華飯店、民宿・旅館・宿泊施設、プチホテル、すし店）に分かれ研修を積みました。

最終日には役場で、町長はじめ城西大学の准教授、関係課長、商工会職員を交え意見交換会を開催し、全学生とも「就職戦線前に貴重な体験ができた」「お世話になった受入れ先の方々に感謝し、充実したインターンシップでした」と感想を語りました。



空手道 勝山会 国体開会式で演武

９月２５日から国内最大のアマチュアスポーツの祭典「ゆめ半島千葉国体（第６５回国民体育大会）」が盛大に開催されます。そこで千葉県スポーツ少年団での国体協力として、県スポーツ少年団 特別事業検討委員会で協議の結果、した結果、空手道専門部（勝山会 池田 勝部長）が、千葉マリンスタジアムで開催される総合開会式オープニングプログラムの部へ参加することが決定し、鋸南町Ｂ＆Ｇ海洋センターに拠点を置く空手道勝山会スポーツ少年団を先頭に、総勢６００名が「フィールドオブドリームス」で演武することになりました。

大役を託された勝山会 池田部長は「空手道勝山会の子ども達を先頭に千葉県内の小中学生６００名が夢のフィールドに立って、大きく元気な声と活力ある演武を全国の皆さんに届けられるよう、今後の練習で導いていきたい」と意気込みを語りました。

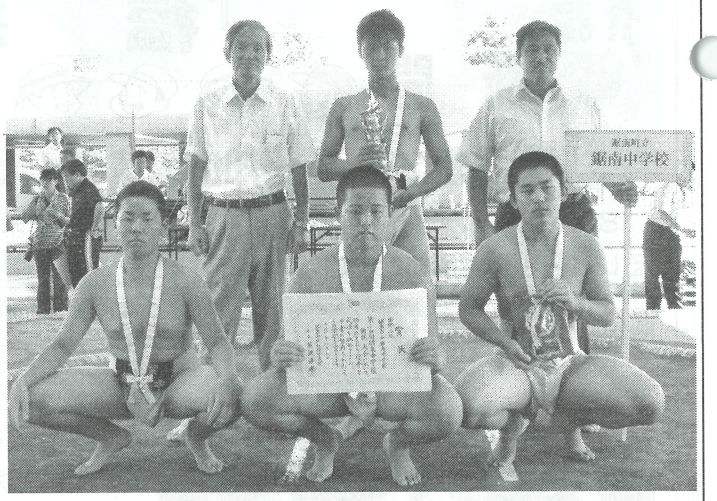


鋸南中相撲部 関東大会３位入賞！

鋸南中相撲部は、７月３１日に行われた「千葉県中学校総合体育大会（相撲の部・団体）で昨年に続き見事優勝し、大会２連覇の快挙を成し遂げました。

相撲団体戦の関東大会は、８月７日、埼玉県立武道館で各都県から３８校が参加して行われ、鋸南中学校は千葉県大会の優勝校として参加。予選を２勝１敗で勝ち点５とし決勝トーナメントへ。１回戦は埼玉県の長瀞（ながとろ）中学校に３－０で完勝し、２回戦は山梨県団体優勝の強豪・忍野（おしの）中学校との対戦でしたが、中堅の田中選手が上手出し投げで勝利、大将の古山君が相手の強烈な突っ張りに耐え、上手投げで逆転勝ちを収め、準決勝へ進出。

準決勝では埼玉県の横瀬中学校に惜しくも敗れてしまいましたが、安房郡市の学校として初の関東大会入賞を果たすことができました。



出場選手（敬称略）
先鋒：鈴木 峻介、中堅：田中　慧、大将：古山 笑平、補欠：石井 勝也

弓道・剣道で国体に出場

９月２５日から開催される「ゆめ半島千葉国体」に弓道の小藤田 顕也さん（竜島）、剣道の平田 舞美さん（竜島）の出場が決定しました。

小藤田さんは、昨年の新潟国体に続き２年連続の出場となり、また平田さんは今年度安房高剣道部として団体・個人ともにインターハイにも出場しています。両選手は県内の大会では常に好成績を残しており、千葉国体での活躍が期待されます。



写真中：小藤田選手（昨年の新潟大会）

家族ふれあい料理教室

７月２７日と３０日、“すこやか”で、夏休み恒例の「家族ふれあい料理教室」を開催しました。

子ども達が料理に興味をもつ時期に、作る楽しさを体験し、いきいきと暮らすことができるよう食育を推進する場として毎年実施しています。今年は１３組の家族の参加があり、「お絵かきミートローフ」「手作りマヨネーズのサラダ」「米粉のもちもちムース」の三品を作りました。

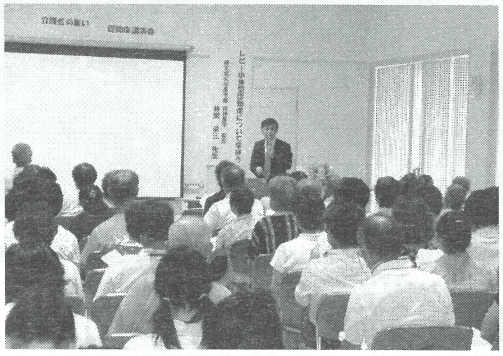


ミートローフは野菜や卵を上手に詰めてかわいい顔ができました。マヨネーズは親子で協力して作り、米粉のムースはもちもちした食感がおいしいとおかわりをする子もいて大好評。参加者からは「使っている油の量にびっくりしたので、これからは量に気をつけたい」「親子で楽しい時間が過ごせた」「みんなで協力して作ったからおいしかった」との感想があり、料理の指導をした食生活改善推進員は、子ども達が家族とともにふれあいながら料理を作る機会として今後も続けていきたいと話していました。 **（写真は７月３０日開催の様子）**

介護新聞 **『福　寿　草』**

介護者の集い　認知症講演会「レビー小体型認知症について学ぼう」

８月７日、順天堂大学医学部精神医学教授 井関 栄三先生にお越し頂き、今や“三大認知症”ともいわれている**レビー小体型認知症の病気の特徴・治療・対応**についてお話頂きました。**参加者は１０８名**（町内６割、町外４割）で介護者ではないが**「認知症の知識を得たい」**という理由で参加された方も多くみられました。



レビー小体型認知症は脳の神経細胞の脱落とレビー小体という物質が出現することで、**認知機能障害**に加え、**幻視**や**前傾姿勢、小刻み歩行、手の震え等**の症状を示す病気です。井関先生から「**症状に応じたケア**が必要で、**転倒の危険**もあるため**積極的に運動**し、**環境を整え**、幻視に対しては**むやみに否定せず受容的な態度**で接してほしい」とのお話がありました。

参加者のご意見

- ○認知症についての誤解があり本日の講演で正しい事がわかり良かった。
- ○具体例が大変参考になった。　○難しかったが医療的なことがわかり良かった。
- ○認知症にならないように知識を身につけて生活したい。
- ○父が数年前にレビー小体型認知症と診断され、イスに座れないのが不思議でしたが良くわかりました。
- ○タイムリーな内容でとても良くわかりました。今後もこのような機会を設けて頂きたい。
- ○鋸南町のきめ細かい対応、すばやい対応、とても頑張っていると思います。

地域包括支援センターからのお知らせ・・・介護者の集い（視察研修）

東京ビッグサイトの国際福祉機器展で最新の介護用品等の情報を仕入れ、料理の鉄人のレストランで食事をし、ＮＨＫ放送博物館を見学します。一緒にバスに乗って出かけ、心身をリフレッシュしてみませんか。

◇日　時　９月３０日（木）８：３０～１６：３０　◇場　所　東京ビッグサイト、ＮＨＫ放送博物館
◇内　容　**国際福祉機器展の見学**
◇対象者　介護をされている方、介護に関心のある方
◇参加費　約３，６００円　※参加人数により若干変わる場合があります。
※参加を希望される方は９月２２日（水）までに、鋸南町地域包括支援センターへご連絡ください。℡５０－１１７２（Fax５５－４１４８）



チーバくん

宝くじの助成金で町の無形民俗文化財　獅子舞・神楽舞を整備

市井原地区では、安永３年（１７７４年）以前より伝わる伝統芸能である獅子舞・神楽舞を毎年９月に行っています。今回、財団法人自治総合センターの宝くじ助成金により、町の無形民俗文化財である獅子舞・神楽舞の備品を購入・整備しました。この助成金は宝くじの普及広報を目的としたもので、購入・整備された用品には補助事業キャンペーンマークが描かれています。

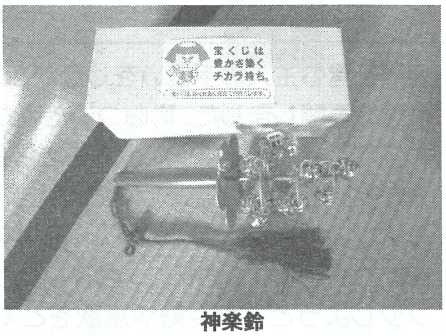
今後は地域コミュニティ活動の醸成を図るとともに、地域伝統文化の継承に活用されるものと期待されます。



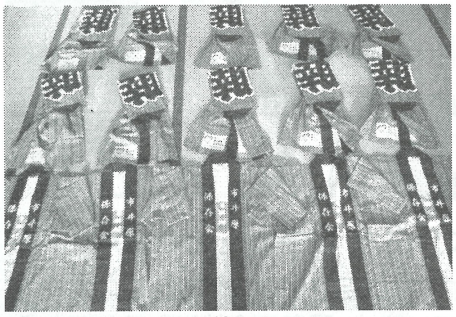
神楽頭



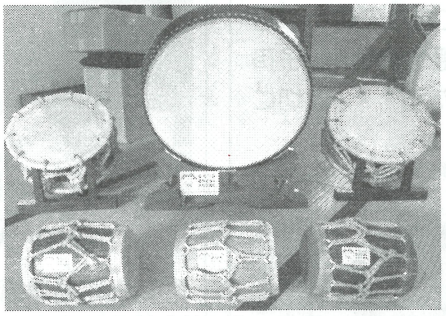
三匹獅子頭



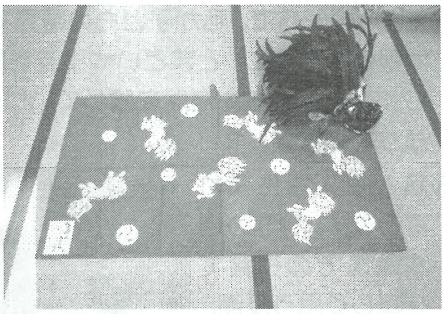
神楽鈴



半纏



太鼓一式



三匹獅子衣装

アナログ放送終了まで１年をきりました！

アナログ放送は、平成２３年７月１日からの放送終了のお知らせ画面等の表示を経て、７月２４日正午に全ての放送が終了（完全停波）します。したがって、それまでの間に、地上デジタル放送を視聴するための準備をしないとテレビを見ることができなくなります。

地上デジタル放送を視聴するには、地上デジタル放送対応の受信機とＵＨＦアンテナが必要です。受信機は、新たにデジタルテレビを購入するほか、アナログテレビに地上デジタルテレビ用チューナーを取り付ける方法もあります。ＵＨＦアンテナは、南関東など、地域によって新たに設置・調整等が必要な場合があります。その他、ケーブルテレビに加入することにより視聴する方法もあります。

共同アンテナ施設でテレビをご覧の方は、デジタル化のための施設改修が必要です。施設改修の工事には一定の時間を要し、アナログ放送終了が近づくに従い工事が集中するため、手遅れにならないよう早めの対応が重要です。

ただし、ビル陰等を原因とする受信障害対策共聴施設でテレビをご覧の方は、受信障害が解消される場合にはご自宅にＵＨＦアンテナを設置することも可能です。

これらの地デジの準備に当たり、「何をすればよいか分からない」という方や「テレビを買ったのにデジタル放送を受信できない」という方には、デジサポ（総務省テレビ受信者支援センター）がお手伝いします。

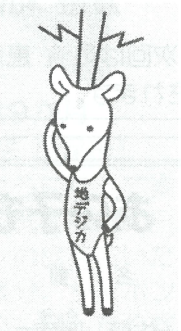
まずは、デジサポにお電話ください。

また、政府はエコポイントによるデジタルテレビの購入支援を行っています。購入期限は本年１２月末なので早めにご利用ください。このエコポイントはアンテナ工事にも利用できます。

経済的な理由等で地上デジタル放送に対応できない世帯（非課税の障がい者世帯など）に対しては、簡易チューナーの無償給付などの支援を行っています。

詳しくは総務省地デジチューナー支援実施センターまでお問い合わせください。

また、ＢＳアナログ放送も平成２３年７月２４日までに終了しますので、ＢＳデジタル放送へ移行をお願いします。



《一般的なお問い合わせ先》

○デジサポ（総務省 テレビ受信者支援センター）℡０４３－３３３－７１００（デジサポ千葉）

○総務省　地デジチューナー支援実施センター　℡０５７０－０３３８４０　Fax０４４－９６６－８７１９

つなげよう声のネットワーク

声のバトンタッチ（101）

町民のみなさんの「声」をバトンタッチでつないで、友だちから友だちへ「声」のネットワークを広げていくコーナーです。
お尋ねする内容は、 ①仕事や趣味 ②最近心に感じた事やうれしかったこと ③町政に望むことなどです。 次はあなたもネットワークの一員です。

①漁業を営む主人の手伝いをしながら、少しずつ書道の勉強を再開しました。物心ついた頃から海とお祭りが大好きで、大人になった今でも心踊らされますが、息子が楽しむ姿を見る楽しみも増えました。
②息子がこの春幼稚園に入園し、様々な成長を感じていますが、その中でも特に、色々なことに１人でチャレンジしようとする姿勢や意欲をとても嬉しく思います。その一方で、私が子どもの頃見てきたこの町の自然景観の変化に、とまどいや不安を隠せません。子孫にずっと変わらぬ自然を残していけたら・・・と切に願っています。
③私と主人が生まれ育ったこの町の自然環境での子育てを嬉しく思う反面、子ども達や親子で気軽に利用出来る施設などが無いことに不便さを感じています。少子高齢化が進む中、難しいとは思いますが、そのような場所が充実し、少子化対策になれば・・・と強く思っています。



渡邉（わたなべ） 和代（かずよ）さん（岩井袋区・自営業）

次回は髙濱 恵里子さん（中道台区）へバトンタッチされます。



蛭田（ひるた） 大介（だいすけ）さん（芝台区・会社員）

①新日鐵君津構内で、製品を国内船や輸出船に船積みする仕事をしています。現在の会社に入社してからというもの毎日がとても忙しく、あっという間に５年も経ってしまいました。趣味は一応サーフィンをやっているのですが、最近は年齢のせいか膝や体の所々が痛み、パチンコに行く日が多くなってしまいました。
②長女（小１）が水泳をやっているのですが、プールで泳ぐ姿がだんだんと形になってきていて、その成長していく様子を見る度、父親としてとても嬉しく思います。去年の暮れには長男が誕生し、まだ寝返り程度ですが日々成長していく姿を楽しみに、毎日を送っています。将来は子ども達と一緒にサーフィンが出来たらなぁと思っています（それまで体がもってくれれば良いですが・・・）。
③少子化が進んでいます。子ども達によりよい環境と子どものいる世帯が暮らしやすい町にしてほしいと思います。

次回は池田 知弘さん（大六区）へバトンタッチされます。

あの子もこの子もきょなんの子

～7月24日から 8月23日までの届出分～

おめでとう！

名　前	生年月日	両親の名前	地 区	わが子へのメッセージ
☆佐藤 瑠南（るな）ちゃん	H22．7．20	卓也 ・ 知世 （第１子）	両向	*元気に丈夫に育ってね*
☆平島 壮一郎（そういちろう）くん	H22．7．28	康裕 ・ 愛美 （第１子）	竜島	*元気に育ってね*



歴史資料館

●連載２１７

伊能忠敬と鋸南町（２）

忠敬第二の人生

寛政六年（一七九四）忠敬五十歳になると、意を決して隠居し家業を長男景敬に譲り、翌年江戸に出発しようと心躍らせ準備している最中、出産のため実家に帰っていた妻信が難産で親子ともども亡くなってしまいました。

寛政七年五月、江戸に出て深川黒江町に住み、名を勘解由と改めました。伊能家代々隠居してから名乗る呼び名です。

幕府天文方学者高橋作左衛門至時の門をたたき、測量・地理・暦学を学びました。至時は忠敬より十九歳も年下の三十一歳でした。忠敬は江戸に出る前から暦学や測量術の基礎を独習していました。講義を聴くだけでなく自分で研究を進め、師に疑問をただすという積極的な勉強に取り組んだのでした。忠敬の根気強い勉強ぶりに、師の至時は「推歩先生」というあだ名をつけました。推歩とは天体の観測をするということです。

寛政十二年（一八〇〇）忠敬は至時を通じて、幕府に全国の測量を行うことを願い出ました。請願文書には「私弟子伊能勘解由儀・・・」というように至時の一書を提出したのです。時の将軍は十一代徳川家斉で、老中松平定信から水野忠邦に交代していました。

蝦夷地外国船襲来

この頃、蝦夷地（北海道）では衝撃的な事件が起きていました。日本の船がロシア人に強奪されたり、明和五年（一七六八）にはエトロフ島に上陸、安永七年（一七七八）厚岸に来て通商を求めたりしていました。さらには三陸海岸から房州沿岸へと南下してきたのです。イギリスの軍艦も室蘭に二度にわたって来航しています。ロシア人ラックスマンが、寛政四年（一七九二）根室に来航し、正式に通商を求め、寛政六年にはロシア人が国後島の隣りのウルップ島に入り、住居を建てました。

日本の北方周辺は外国船の出没で、海防問題が急を告げた時で、幕府に大きな衝撃を与えました。幕府も領土の明確な把握が必要となっていたのです。そこで幕府は忠敬の東北や蝦夷地の測量を許したのです。忠敬五十六歳でした。

蝦夷地測量

測量は十次にわたって実施され、第一次が奥州と蝦夷地で、寛政十二年四月十九日、総勢六名で一団を組織し、勇躍江戸を出発、奥州街道を北へ、仙台、青森、松前、釧路、ニシベツまで三二〇〇キロを一八〇日かけて現地踏査し、「東蝦夷海辺行路地図」を完成させました。

歩測ですから「ひ、ふ、み、よ・・」と数えながらの測量で、測量する間は話し合うことも出来なかったのです。

旅に先だち、測量して回るため幕府の旗本から各藩宛てに添触れを出してもらいました。覚の内容は人足や馬の頭数を表示したものです。幕府からは御用中の手当として一日あたり銀七匁五分（今の金額で一万円くらい）の補助金がありました。不足分は忠敬自身が支払いました。

蝦夷といわれた北海道、千島、樺太はどこからどこまで日本領と厳密になっていませんでした。幕府は間宮林蔵等に樺太の探検を命じ、文化五年（一八〇八）樺太が島であることを確認したのです。忠敬と林蔵は交友関係にあり、測量のことを忠敬から教えてもらったのでした。

（菊間照民）



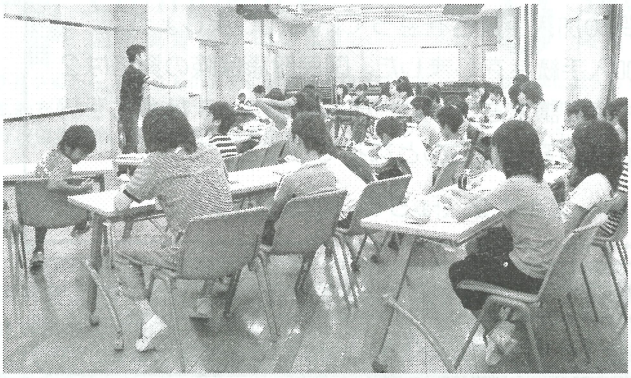
伊能家（佐原）

足立区鋸南自然の家にいってきました！

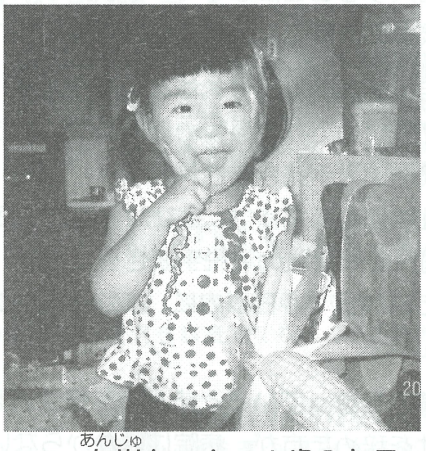
８月２４日～２５日の２日間、鋸南町子ども会育成連盟（高木 正義会長）主催のジュニアリーダー講習会Ｉが、足立区鋸南自然の家を会場に行われ、町内の小学５～６年生４０名が参加しました。

鋸南自然の家での講習会は初めての試みで、ＮＰＯ法人東京児童文化協会が指導にあたり、講義・レクリエーション・創作活動・キャンプファイヤーなどを通じて、子ども達は一生懸命に学び、リーダーになるための経験や交流を深めました。

講習会の間、生活のきまりや時間に追われ、子ども達にとって普段の生活より少し窮屈だったかもしれませんが、みんなで協力して作りあげた寸劇やクイズなど、本当に思い出に残ることばかりで、一人の欠席者もなく全日程を終え、閉講式では全員に修了証が手渡されました。



わんぱく登場



杏樹（あんじゅ）ちゃん　１歳９か月

〔三瓶 光毅さん 第１子 小保田〕

最近お手伝いができるようになって楽しいの。水遊びもお野菜を洗えばほめられちゃうよ。トウモロコシの皮をむいたらトトロのメイちゃんの気分。シャボン玉したり、お歌を歌ったり、踊ったりするのも得意なんだけど、もう少ししたらいっぱいおしゃべりできるようになるのが楽しみです。

健康通信

「外反母趾」

外反母趾とは足の親指の付け根の関節（母趾中足趾節関節）が外側に曲がっている状態です。この関節が飛び出し、痛みを感じることがありますが、自覚症状がない場合もあります。外反母趾は男性と女性を比べると女性が男性の十倍近く多く、圧倒的に女性に多い状況です。女性は関節が柔らかいことや筋肉発達が弱いことによって外反母趾にかかりやすいといわれます。

外反母趾の原因は遺伝的要因と環境的要因があります。遺伝的要因ではへん平足など足にあるべきアーチの問題があるようです。また親指の長さが足の指の中で一番長いかたちの足の場合、外反母趾になりやすいようです。環境因子では窮屈な履物の常用が大きく、特に細いハイヒールが問題になります。

そしてこのことも女性の方が外反母趾になりやすい傾向を助長します。また近年は路面や床面が硬くなったことや、立ち仕事が多いことなど足への負担が増大していること、日常生活で歩く時間が減っていることが、足全体の筋力を弱め外反母趾の原因にあげられるでしょう。

外反母趾を予防するために、靴選びは重要です。幅の広い靴は楽なので一見足に優しそうですが、足の親指から小指にかけての横アーチが崩れた開帳足では幅広靴を着用することによってさらに足幅が広がり、外反母趾の悪化を招く恐れがあります。

足の縦のアーチは土踏まずです。この縦・横のアーチをしっかり支える靴が理想的です。先の細いハイヒールは足底にかかる体重が前方に集中し、窮屈なつま先のために足の親指に相当大きな力がかかることになり外反母趾になる危険が高くなるでしょう。

外反母趾を予防する靴選びとして、まず踵を合わせて履き、足の指先に５㎜から１㎝の余裕があること、足先で指が自由に広げられること、足の甲の部分と足先がぴったりし、爪が靴に当たらないことなどがチェックポイントです。また靴選びは足が少しむくみ気味な午後からの方がよいようです。

（保健福祉課　健康推進室）



知って納得！国民健康保険『加入と離脱』について

～異動があった場合は２週間以内に必ず届出を～

☆健康保険には必ず加入しなければなりません

日本は国民皆保険制度を導入しているので、国民は必ず何らかの健康保険に加入しなければなりません。加入する健康保険は職業によって異なり、会社員であれば社会保険、公務員は共済保険、自営業者や無職の方は国民健康保険に加入することになります。

☆住所や職業が変わると加入する保険も変わります

国民健康保険は、市町村ごとに運営されていて、その市町村に住所を有する７５歳未満の自営業や無職の方などが加入することになっています。そのため他市町村への転出や転入、会社に勤めた或いは辞めた、社会保険の被保険者の扶養になった或いは扶養を外れた等の理由により加入する保険が変わることがしばしばあります。

☆ご自分で申請しなければなりません

会社を辞めて社会保険の資格を喪失した場合、保険証を返還し保険証が無くなるので、ほぼ全員の方が国民健康保険の加入手続きをされます。

会社に勤めた場合は、会社から保険証を交付されるので、会社で国民健康保険の脱退手続きもしてくれると考え、国民健康保険の離脱手続きをされない方が見受けられますが、**国民健康保険の加入・離脱手続きは、異動のあった日から１４日以内に、該当者本人が手続きをしなければならない**もので、他の人が手続きすることはありません。

☆手続きを怠っているとまとめて保険料を請求されることがあります

会社を辞めた方が、病院にはかからないからという理由で国保の加入手続きを怠っていたとしましょう。

しかし急に入院することになり、保険証を発行して欲しくて加入手続きをしました。国民健康保険の資格は２年間遡ることになっているので、この方は２年間分の保険料を１度に請求されることになります。また会社を辞めるまでは相応の収入があったはずですから、２年分保険料はかなり高額なものとなるでしょう。

★問合せ先　税務住民課 住民保険室 保険係　℡５５－２１１２（Fax５５－１８５１）

納税はお早めに！また忘れないためにも口座振替が便利です

固定資産税（３期）は、９月３０日（木）が納期限です。

国民年金について☆おしらせ　「将来受け取る年金を増やす方法」

～今から出来る年金の増額～

★月々プラス４００円（付加年金）で増やす！

第１号被保険者及び任意加入被保険者の方は、希望によりご利用になれます。

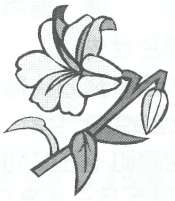
月々の定額保険料に付加保険料（４００円）をプラスして納めることで、６５歳から受け取る老齢基礎年金の年金額に付加年金を上乗せして受け取ることができます。

※付加年金（年間受取額）の計算式　付加保険料納付月数×２００円

付加年金納付額と受け取り額早見表（抜粋）

付加加入年数	保険料納付額	付加年金受取り額	２年間で受取る付加年金額
１年	４，８００円	→　２，４００円	→　４，８００円
５年	２４，０００円	→１２，０００円	→　２４，０００円
１０年	４８，０００円	→２４，０００円	→　４８，０００円
２０年	９６，０００円	→４８，０００円	→　９６，０００円
３０年	１４４，０００円	→７２，０００円	→　１４４，０００円
４０年	１９２，０００円	→９６，０００円	→　１９２，０００円

※２年間で納めた保険料と同額になり、その後はお得です！

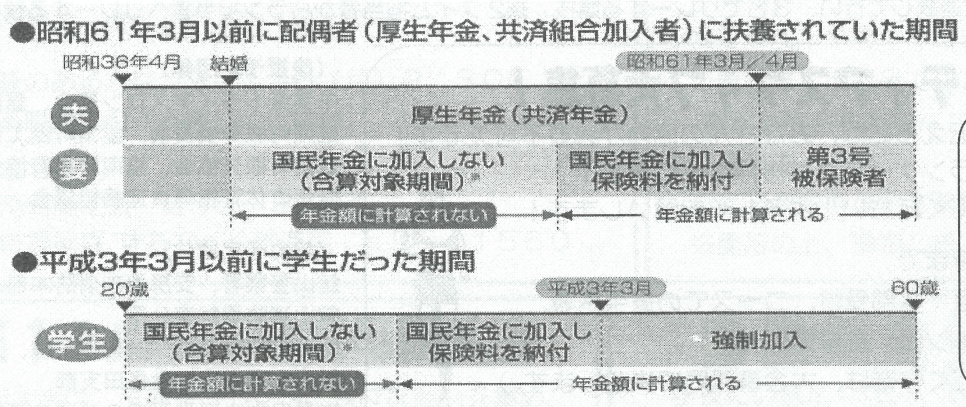


ポイント
- ○１か月でも１年でも自由に加入でき、やめることができます（届出が必要）。
- ○受け取る付加年金額は、定額のため物価スライド（増額・減額）しません。
- ○手続きした月の分から納めることができます。○国民年金基金に加入している人は、申し込みできません。
- ○第３号被保険者の人は、申し込みできません。

★60 歳の任意加入で増やす！

国民年金から老齢基礎年金を満額受け取るためには、保険料を２０歳から６０歳になるまでの４０年間おさめなければなりません。しかし、過去の任意加入期間中に(昭和６１年３月以前の会社員等《厚生年金・共済組合加入者》に扶養されている配偶者や、平成３年３月以前の学生は、国民年金の加入が任意でした）任意加入しなかった方や、未納のある方は満額の年金を受け取れません。

そこで６０歳から６５歳になるまでの５年間、国民年金に任意加入することで６５歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができます。



※合算対象期間とは、国民年金に任意で加入できる期間に加入しなかった期間をいいます。老齢基礎年金を受けるための受給資格期間（原則として２５年間）には加算されますが、受け取る年金額には計算されません。

ポイント
- ○任意加入の手続きには、口座振替の申し込みも同時に必要となります。
  手続きに必要なもの　①預（貯）金通帳　②預貯金通帳届出印　③年金手帳
- ○１か月でも１年でも自由に加入でき、やめることができます（届出が必要）。
- ○保険料免除等は利用できません。　○老齢基礎年金を繰上げ請求した場合は、申し込みできません。
- ○第３号被保険者の人は、申し込みできません。

★国民年金基金で年金を増やす！

第１号被保険者の方で、将来より豊かな生活設計を考えている方は、老齢基礎年金の上乗せ分として国民年金基金に加入できます。加入できる方は、２０歳以上６０歳未満の自営業、学生などの方で、国民年金保険料を納めていることが条件となります。ただし、国民年金基金に加入された方は、付加保険料は納めることができません。　※お問合せは各都道府県の国民年金基金へ　℡０１２０－６５－４１９２

◇問合せ先　木更津年金事務所 ℡０４３８－２３－７６７３・税務住民課 住民保険室　℡５５－２１１２

2010 きょなんビーチカーニバル
第2回南房総・きょなんアクアスロン大会実施！

東京・横浜から車で１時間足らずのこの鋸南町に、静かで泳ぎやすい、とてもきれいな海があることを地元の皆さんも忘れていませんか？ いつも当たり前のように見ている風景ですが実はとっても素晴らしい地域の宝物。そんな鋸南の海でアクアスロン大会が行われます。昨年度、第１回を開催し、今年はさらに規模を拡大。関東近郊から５００名近いアスリートが集まる予定です。参加者の皆さんは、地域の方とのふれあいも楽しみの一つ。ぜひ、海岸沿道での応援よろしくお願いいたします。

大会の詳細は次のとおりです。地元の方で参加をご希望される方は、大会事務局までご連絡ください。

◆会　　場　保田中央海岸
◆期　　日　１０月１０日（日）
◆主　　催　鋸南クロススポーツ協議会
◆問合せ先
大会事務局：鋸南クロススポーツ協議会
〒299-2192
鋸南町下佐久間３４５８ 鋸南町総務企画課内
℡５５－４８０１（平日９時～１７時）
E-Mail：kikakuzaisei@town.kyonan.chiba.jp

◆大会当日スケジュール（予定）
０８：３０　～　受付開始
０９：００　～　オーシャンクリーン活動
０９：３０　～　受付終了　開会式・競技説明会
１０：００　～　一般アクアスロンの部・
　　アクアスロンリレーの部スタート
１２：００　～　表彰
１２：３０　～　昼食の間にキッズの部
１３：００　～　初心者の部・駅伝の部スタート
１４：３０　～　表彰式・閉会式
１５：３０　～　全日程終了

大会区分	内容	参加費	定員
初心者の部	スイム0.5km、ビーチラン3km	４，０００円	男女計１５０名
ビーチ駅伝の部 ※1	スイム0.5km、ビーチラン3km（３名１組）	６，０００円	計　３０組
一般アクアスロンの部	スイム1.5km、ラン１０km	７，０００円	男女計２００名
アクアスロンリレーの部 ※2	スイム1.5km、ラン１０km（２名１組）	８，０００円	計　３０組
キッズの部（小・中学生）	スイム0.2km、ビーチラン１km	１，０００円	計１００名

※1 スイムとビーチランを連続して行い、３名でリレーする競技　※2 スイム担当者からラン担当者へリレーする競技

ボランティアスタッフ大募集！

鋸南町の素晴らしさを伝えるには、みなさんの協力が必要不可欠です！
皆さんの笑顔や声援にランナーたちは後押しされます！
ぜひ皆さんの力を貸してください！よろしくお願いします！



●時間：８時～１６時まで
●ボランティアの内容：本部受付、コースでの選手誘導、
　ドリンクステーション係、駐車場係 他
　（※担当していただく作業は、大会事務局で決定します。）
●その他：お弁当、スタッフＴシャツ支給

（後援予定団体）
千葉県トライアスロン連合、鋸南町、
鋸南町教育委員会、鋸南町商工会、
鋸南町観光協会、鋸南町体育協会、
鋸南町体育指導員連絡協議会

（協力予定団体）
館山警察署、安房郡市消防本部、
館山消防署鋸南分署、
鋸南町国民健康保険鋸南病院、
館山交通安全協会保田支部
※保田中央海岸周辺の地域の皆様
（本郷浜、中道台、芝台、元名）

国体テロ対策にご理解とご協力を！


チーバくん

９月下旬に開かれる「ゆめ半島千葉国体」が目前に迫り、また１１月には横浜で「ＡＰＥＣ（アジア太平洋経済協力会議）が開かれるなど、外国からの要人の来訪が予定されています。

海外では、このような国際会議の開催を狙った爆弾テロが発生しており、日本も決して例外ではありません。

館山警察署は、これらの国際テロを防止する対策に取り組んでいます。爆発剤の原材料になる硫酸、塩素酸カリウムなどの薬剤の不審な購入者や、その他、外国人に関する不審な動向を見たり聞いたりした場合は、直ちに、最寄りの駐在所または館山警察署へ連絡をお願いいたします。　◇館山警察署　℡２３－０１１０

ふれあいパーティー開催！

運命の人を探しませんか！

◇開催日時　１０月１７日（日）１０：００～（受付９：３０～）
◇会　　場　中央公民館　　◇参 加 費　１人２，０００円
◇募集人数　男性・女性とも２０名　　◇参加条件　２５歳以上の方
◇申込方法　電話またはメールでお申し込みください。
①電　話　地域振興課 まちづくり推進室 TEL５５－１５６０
②メール　machidukuri@town.kyonan.chiba.jp
◇申込締切　９月３０日（木）※先着順
申込みをされた方には、改めて事務局の方から記入していただく用紙を送ります。
記入後、事務局までご返送いただき、正式に受付が完了となります。
※書類を提出されない場合、受付は無効となりますのでご了承ください。

主催：鋸南町結婚相談員連絡協議会　　後援：鋸南町
協賛：鋸南町商工会　ＪＡ安房　鋸南町勝山漁業協同組合　鋸南町保田漁業協同組合
問合せ先：地域振興課 まちづくり推進室　TEL５５－１５６０

ガイドボランティアを募集しています



鋸南町は独特な海の織りなす地形から、日本でも有数な景観を持ち、古い歴史がたくさんある町です。
ガイドボランティアは、ガイドハイキングの企画や鋸山などでガイドの依頼を受けて案内を行い、観光客に鋸南町の魅力を紹介しており、現在７名の方が活動されています。あなたもこの地域の歴史・文化・自然をガイドしませんか？女性の方は特に歓迎します。

★興味のある方は、９月１３日（月）９：３０に鋸南町商工会へお越しください。

◇問合せ先
鋸南町商工会　TEL５５－３６９１
地域振興課 まちづくり推進室　TEL５５－１５６０

農業委員会臨時職員の募集

鋸南町農業委員会では、農地制度実施円滑化事業として臨時職員を募集します。



◇業務内容　農業委員会における事務
◇雇用期間　１０月～３月
◇勤務時間　月曜日～金曜日（8:30～17:15）
◇賃　　金　日額５，８５０円
◇募集人員　１名
◇募集要件　Word、Excel 等パソコンができる方
◇受付締切　９月１７日（金）9:00～16:00
※履歴書（市販品で可）を役場地域振興課内農業委員会事務局へご持参ください。
◇問合せ先
鋸南町農業委員会事務局 TEL５５－４８０５
※面接の上、決定します。

第１６回安房地域母親大会

母親大会は、母性を持つ女性の様々な願いを集め、その実現を目指し、また男性も含め、安房地域で生涯を全うするための介護と医療について考える大会です。皆様の参加をお待ちしております。

◇日　時　９月２６日（日）１３：３０～１６：４０
◇場　所　館山コミュニティセンター　第１集会室
◇内　容　パネルディスカッション「私たちが望む介護と医療」、参加者意見交換　他
◇主催・問合せ先
第１６回安房地域母親大会実行委員会
実行委員長 田中 房江 TEL０４－７０９８－１０６８

ココロの悩み相談

学校にいきたくない　不登校で困っている
最近こどもがいじめにあっているみたい
引きこもって部屋からでてこない・・・

などで心配のあるお子さんやご家族のための相談です。専門の臨床心理士や保健師が１人１人、時間をかけてお話を伺い、今後の方針や対応のアドバイスを行います。（保護者の方のみの参加も受付けます。）

◇日　時　９月３０日（木）１４：００～１６：００
◇場　所　安房健康福祉センター
◇申込み・問合せ先
安房健康福祉センター（安房保健所）
地域保健福祉課　TEL２２－４５１１※要予約

菱川師宣記念館 企画展「房総の頼朝 －頼朝上陸８３０年 その再起の足跡と伝説－」

１０月３日（日）まで


頼朝伝説「旗竿献上図」

伊豆で挙兵し石橋山の戦いに敗れて安房国の竜島に頼朝が上陸したのが治承４年（１１８０）８月２９日。今年は８３０年目にあたります。それを記念して、頼朝の再起の道のりや房総での足跡を浮世絵版画やさまざまな資料で紹介する展覧会です。頼朝が安房でどこを回ったのか、どんな出来事があったのかを詳しく紹介します。仁右衛門島に残る武田石翁作の源頼朝像も初公開。また房総に多く残る頼朝伝説も、現地写真パネルで紹介します。

のちに鎌倉幕府を開いた頼朝の再起の一歩は、鋸南町からはじまります。

強運の持ち主頼朝と、それを支えた東国の豪族たちの活躍、頼朝を成功にみちびいた房総とのかかわりを、ぜひこの機会に知ってください。

◇開館時間　９：００～１７：００ ※月曜日は休館（月曜が祝日の場合は火曜日）
◇入 館 料　（町民）大人 ２００円、小中学生・高校生 １００円
◇問合せ先　菱川師宣記念館　℡５５―４０６１（Fax５５－１５８５）

記念館学芸員による頼朝伝説の講座も開催します。参加費は無料ですのでお気軽にご来場ください。
◇講座「房総の頼朝伝説」　９月２５日（土）１３：３０～１５：００（中央公民館　視聴覚室）

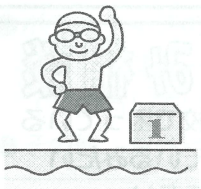


鋸南町２０１０スポーツ祭　参加者募集！

好評のスポーツ祭を開催します。皆さまふるってご参加ください！
※ソフトボール・綱引きは事前の受付となります。他の種目は当日参加もＯＫです。



◇開催日時　１０月２３日（土）、２４日（日）の２日間
開会式は、２３日（土）９：００から海洋センターアリーナで行います。
◇参加資格　鋸南町在住者及び勤務者、近隣市住民
◇日　　程

開催日	種目	時間・場所	内容
《１日目》１０月２３日（土） 	水泳	９：３０～１２：００（海洋センター）	水泳記録会を実施します。一般参加者募集中です。
	軽スポーツ大会	９：３０～１２：００（海洋センター）	輪投げ・ペタンク・ダーツ等どなたでも気軽にできる種目です。
	キックベース	９：３０～１２：００（町営野球場）	毎年恒例の子ども会育成連盟によるキックベースです。
	綱引き	１３：００～１５：００（町営野球場）	今年度から開催される新種目です。１チーム選手８名、補員２名のチーム編成となります。
	ゲートボール	９：３０～１５：００（堤ヶ谷ゲートボール場）※雨天順延	体協ゲートボール部の部員による地区別の対抗戦です。一般参加は受付けていません。
	弓道	９：３０～（町営弓道場）	弓道体験教室を開催します。弓道に興味のある方、ぜひ参加してみてはいかがでしょうか。
《２日目》１０月２４日（日） 	卓球	９：３０～１５：００（海洋センター）	卓球教室、ミニ試合を行います。一般参加者募集中です。
	バドミントン	９：３０～１５：００（海洋センター）	バドミントン教室、ミニ試合を行います。一般参加者募集中です。
	ソフトボール	９：３０～１７：００（町営野球場）	体協各部を中心にした対抗戦を予定しています。一般参加チームも募集中です。

◇主　催　鋸南町２０１０スポーツ祭実行委員会
◇申込み・問合せ先　Ｂ＆Ｇ海洋センター　℡５５－４４１１（Fax５５－４４５０）

B & G　N E W S

◇温水プール開館時間
　１３：００～２１：００
　※１７：００～１８：００は休憩です。
　※土・日は午前中も開館。（日曜日は１７：００閉館）

◇休館日　月曜日
◇プール利用料（町民）
　小中学生　２００円、一　般　４００円
　※幼児は無料



☆9月から第2期水泳教室を開催します。申込み受付中！≪全12回≫

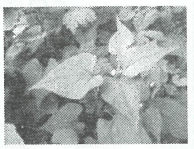
★幼　　児　ラッココース・イルカコース
★小学生　　初級・中級コース
★小・中学生　育成コース・選手コース
★一　　般　腰痛改善・生き生き貯筋
　楽楽歩行・リフレッシュウォーキング

◇申込み・問合せ先　B&G 海洋センター　℡５５－４４１１（Fax５５－４４５０）

老人福祉センター「笑楽の湯」休館日

9月6日（月）、13日（月）、21日（火）、22日（水）、24日（金）、27日（月）、10月4日（月）

～9月のお風呂の日は26日（日）「どくだみ葉風呂」です～



◇開館時間　９：００～１６：００（入浴時間１０：００～１５：３０）
◇問合せ先　老人福祉センター　℡・Fax５５－８８３０

皆様お誘いあわせの上お越しくださいますよう、スタッフ全員でお待ちしております。

亀田総合病院 応急手当基礎講座

いざという時に役立つ応急手当法を学んでみませんか？お子様を持つ父兄の皆様、学校や保育所の先生方、中学生以上の生徒さんなど、どなたでも参加できます。
当院の医師、看護師など救急専門家が講師です。
ぜひお誘い合わせの上、ご参加ください。

◇日　時　１０月２３日（土）９：００～１５：００
◇会　場　亀田総合病院　教育棟３階　研修室
◇内　容　講義：救急法、実技：搬送法　他
◇定　員　３０名（ただし、１０名未満の時は中止）
◇会　費　１，０００円（資料代・材料費含む）
◇申込方法
　郵便はがきに、①お名前 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤連絡先（固定電話もしくは携帯電話）を明記の上、お送りください。個人情報は厳守いたします。
【送付先】〒296-8602　鴨川市東町９２９
　亀田総合病院継続学習センター 応急手当10/23係
◇申込締切　１０月９日（土）消印有効
◇持ち物等　動きやすい服装、筆記用具、
　昼食・飲み物（院内にコンビニあり）

亀田介護員養成研修２級

第３２回亀田介護員養成研修を開催します。

◇研修日時
　１１月１０日（水）～２３年３月２日（水）のうち２４日間（９：００～１６：００）
　※全身性障害者移動介護従業者養成研修２日間含む
◇会　場　亀田総合病院　継続学習センター
◇定　員　３５名（ただし、１０名未満の時は中止）
◇受講料　４８，０００円（ｶﾞｲﾄﾞﾍﾙﾊﾟｰ研修代金含む）
　テキスト代金 ８，４８０円
◇申込方法
　①履歴書（市販の物使用、写真貼付）
　②返信用封筒（８０円切手貼付、宛先記入）
　以上の２点を郵送してください。
【送付先】〒296-8602　鴨川市東町９２９
　亀田総合病院継続学習センター
◇申込締切　９月３０日（木）
◇選考方法　書類選考及び面接審査
　面接日：１０月２１日（木）
　１３：００～１７：００



◇問合せ先　亀田総合病院 継続学習センター　℡０４－７０９９－１１６５
（月～金曜日　９：００～１７：００）※お電話でのお申込みは受付けしません。

くらしのカレンダー

9月　6日（月）　子育てサロン〔子どもと睡眠〕１０：００～（すこやか）
　　7日（火）　健康相談　１３：３０～１４：３０（すこやか）
　　8日（水）　ヘルスサポーター２１事業～健康づくり講習会～　９：００～（すこやか）【お知らせ版８月２０日号参照】
　　安房地区公民館連携講座「頼朝の辿った道」１０：００～（中央公民館）【町報８月号参照】
　　運動教室「E-body」～夜の部～健康運動　１９：００～２０：００（すこやか）
　１０日（金）　安房地域生活支援センター「障害者の相談・交流会」（すこやか）
　１１日（土）　鋸東三区祭礼
　　味わいハイキング（市井原獅子舞・神楽舞＆鋸南の花嫁街道ハイキング）
　１２日（日）　鋸南中学校運動会　８：３０～（鋸南中グラウンド）
　１４日（火）　健康相談　１３：３０～１４：００（老人センター）
　１４日（火）～２１日（火）　敬老記念品贈呈
　１５日（水）　集まれお友だち！鋸南保育所開放〔運動遊び〕１０：００～１１：００（鋸南保育所）
　　手作り甲冑教室　１４：００（中央公民館）【お知らせ版８月２０日号参照】
　１６日（木）　オアシス家庭教育相談（※要予約）１９：００～２１：００（中央公民館）教育委員会 TEL55-2120
　１８日（土）～１９日（日）　保田地区合同祭
　２１日（火）　結婚相談　９：００～１２：００（本庁３階）［相談員：中村 勇氏、金木 文雄氏］
　２２日（水）　勝山小学校稲刈り　９：００～
　　運動教室「E-body」～夜の部～ヨガ　１９：００～２０：３０（すこやか）
　２３日（木）　奥山区祭礼
　２４日（金）　大崩区祭礼
　　安房地域生活支援センター「障害者の相談・交流会（調理実習）」（すこやか）
　　３歳児健診　受付１３：００～１３：３０（すこやか）　対象 H19.2.1～H19.5.31 生まれの幼児
　２５日（土）　鋸南幼稚園運動会　９：３０～（鋸南幼稚園）
　　資料館展覧会講座「房総の頼朝伝説」１３：３０～（中央公民館）【P１２参照】
　　ほんものの落語を聴く会「上方落語　桂 春蝶 独演会」１５：００～（中央公民館）【お知らせ版８月２０日号参照】
　２６日（日）　お風呂の日「どくだみ葉風呂」（笑楽の湯）【P１３参照】
　２９日（水）　結婚５０周年記念式典　１３：３０～（すこやか）
　３０日（木）　介護者の集い・国際福祉機器展の見学　８：３０～（東京ビッグサイト）【P４参照】
１０月　１日（金）　鋸南保育所運動会　９：３０～（鋸南保育所）・集まれお友だち！鋸南保育所開放〔運動会への参加〕
　２日（土）　第６５回国民体育大会スカッシュ競技予選会　９：００～（サンセットブリーズ保田）
　　城西国際大学公開講座「どう生きる超高齢者社会」１４：００～（中央公民館）
　３日（日）　第６５回国民体育大会スカッシュ競技本大会　８：３０～（サンセットブリーズ保田）
　３日（日）まで　企画展「房総の頼朝」（菱川師宣記念館）【P１２参照】

善意の寄付　～ありがとうございました～

下村　優さん（江戸川区）　鋸南町豊かなまちづくり寄付金　５０，０００円

人の動き　8月1日現在（前月比）

世帯数	３，７５２世帯	（△　１）
人　口	９，２３６人	（△　４）
うち男	４，４３９人	（△　４）
女	４，７９７人	（　－）

～写真さしあげます～

広報に掲載した写真をさしあげます。
一部希望に添えない場合もあります。
◇総務企画課広報担当 TEL５５－４８０１

休日救急病院のおしらせ

9月　5日（日）	東条病院（鴨川市）	TEL０４－７０９２－１２０７
	小林病院（館山市）	TEL２７－３８１１
12日（日）	館山病院（館山市）	TEL２２－１１２２
19日（日）	鋸南病院	TEL５５－２１２５
20日（月）	富山国保病院（南房総市）	TEL５８－０３０１
23日（木）	伊藤胃腸科クリニック（鴨川市）	TEL０４－７０９２－２２３１
26日（日）	館山病院（館山市）	TEL２２－１１２２
10月3日（日）	東条病院（鴨川市）	TEL０４－７０９２－１２０７

☆安房地域医療センターは、土・日曜日、祝日も 休日救急病院 TEL２５－５１１１