NO. 753
令和５年(2023)
4/1（土）

小笠原 —OGASAWARA— 村民だより

編集・発行　小笠原村総務課
〒100－2101
東京都小笠原村父島字西町
TEL04998(2)3111
FAX04998(2)3222
ホームページアドレス
https://www.vill.ogasawara.tokyo.jp
村民だよりはHPからもご覧いただけます。

住民基本台帳登録者数（3/1）		
2,581人		
	父島	母島
人口	2,132人	449人
世帯	1,245	269

2月気象状況(父島)	
最高気温	23.4℃
最低気温	12.4℃
平均気温	18.7℃
平均湿度	74%
月降水量	96.5mm

ダム貯水率 3/24現在	
父島	98.3/100
母島	89.5/100

小笠原の花・木・鳥・魚

花　ムニンヒメツバキ　　木　タコノキ
鳥　ハハジマメグロ　　魚　アオムロ

防災行政無線のツイッター配信を始めます

4月1日(土)より防災行政無線の放送内容をツイッターでも配信します。ぜひご活用ください。

【アカウント】
https://twitter.com/bousaiogasawara
（@bousaiogasawara）

【運用方針】
小笠原村ホームページで公開しています。

【注意事項等】
情報発信は、原則、防災行政無線の放送終了後、速やかに行います。ただし、同じ内容の放送が複数回ある場合、発信を省略することがあります。
以下の放送については原則として投稿をしません。
①緊急放送であり、放送してからツイッターへの投稿が完了するまでの間に事象が発生する見込みが高いもの(例：津波の発生など)
②Jアラートによる自動放送
③特定の者に向けた放送
(例：消防団員の招集放送　など)
※詳細については運用方針をご確認ください。当面の間は試行期間とし、その期間中に確認した諸課題により運用方針、方法を変更することがあります。

●問合せ先　総務課　総務係　2－3111

令和４年度「硫黄島戦没者遺骨収集帰還事業」報告

【令和４年度実施結果】
○フォローアップ調査
令和４年６月10日～令和５年２月28日にかけて15日間程度の派遣を14回実施。
○収容派遣

派遣期間		収容柱数
第1回	新型コロナウイルス感染症のため中断	／
第2回	令和4年9月28日～10月13日	21柱
第3回	令和4年11月21日～12月5日	29柱
第4回	令和5年2月1日～2月15日	25柱
合計		75柱

本年度中に収容されたご遺骨75柱は、派遣団とともに内地に帰還し、千鳥ヶ淵戦没者墓苑において政府に引き渡されました。
村としては今後も引き続き、本事業へ最大限の協力をするとともに、事業がより実り多きものになるよう、厚生労働省及び日本戦没者遺骨収集推進協会(※)をはじめとする関係機関に積極的にはたらきかけてまいります。

※日本戦没者遺骨収集推進協会とは・・・
平成28年11月から厚生労働省の指導監督の下、民間団体の協力を得ながら先の大戦での日本人戦没者の遺骨に関する情報の収集及び収骨収集を実施するために設立された一般社団法人

地表においてご遺骨を収容する収集団

千鳥ヶ淵戦没者墓苑において政府に引き渡されるご遺骨

●問合せ先　総務課　総務係　2－3111

令和5年度 小笠原村の予算

令和5年度予算につきましては、第4次総合計画及び小笠原諸島振興開発計画に基づく事業を中心に、以下の事項を重点施策として予算編成を行いました。

【重点項目】
（1）新型コロナウイルス感染症対策の実施
（2）航空路開設のための東京都との連携
（3）世界自然遺産地としての自然環境の保全と活用を図るための施策の推進
（4）小笠原の特色を活かした産業の振興
（5）良好な生活環境のための生活基盤整備及び災害に備える防災基盤整備の充実
（6）村民の安心と次世代の人材育成に向けた保健、福祉、医療、教育の充実
（7）返還55周年事業の実施

一般会計は総額56億762万8千円で、前年度当初（50億8,279万8千円）と比較すると5億2,483万円、10.3%の増となっています。

【歳入の主な増減（前年度比）】

●村税（2.1%の減）
前年度の課税実績から個人村民税の増、固定資産税では前年度の臨時的な増収による減があり、村税総額で10,517千円の減額となっています。

●地方交付税（0.4%の減）
すべての自治体が一定水準の行政サービスを行えるよう国が交付するものです。国の地方財政計画による見通しから、前年度より6,566千円の減額を見込んでいます。

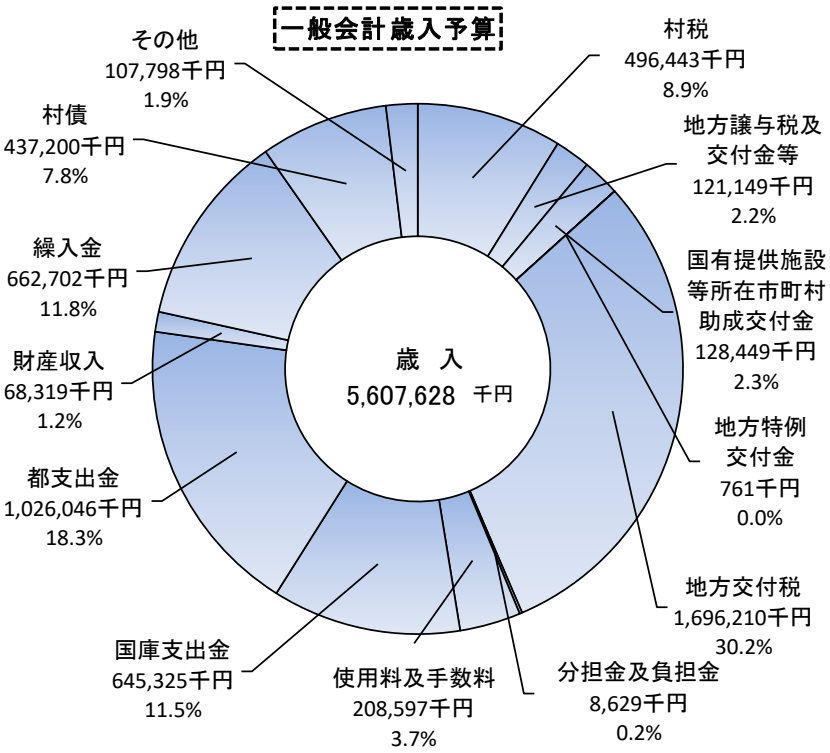
●使用料及手数料（3.5%の増）
診療所収入や建設発生土処理手数料等の収入見込により6,971千円の増額となっています。

●国庫支出金（2.0%の減）
村道整備と小中学校施設整備費の減、児童福祉施設整備費の増があり、総額で13,200千円の減額となっています。

●都支出金（5.3%の増）
医療施設や医療備品、清掃施設備品、ワクチン接種等に対する衛生費都補助金の増により、51,673千円の増額となっています。

●繰入金（50.5%の増）
公債費の上昇に備えた任意繰上償還のための減債基金繰入金286,131千円の増、歳入不足を補うための財政調整基金繰入金8,097千円の増、土地開発基金繰入金8,460千円の減、災害復旧復興特別交付金事業基金63,753千円の減があり、222,311千円の増額となっています。

●村債（104.2%の増）
村が施設建設や大規模事業を行う際に、財政上必要とする資金を外部から借り入れる資金で、今年度は、役場庁舎整備債26,000千円、児童福祉施設整備債216,100千円、診療所整備債73,400千円、道路整備債28,000千円、学校整備債81,700千円、臨時財政対策債12,000千円を計上しており、前年との比較では223,100千円の増額となっています。



【歳出の主な増減（前年度比）】

●総務費（1.1%の増）
主に行政運営に必要な経費です。庁舎設備の改修やカワラヒワ保全に係る経費の増、硫黄島訪島事業経費や財産管理経費の減などがあり、前年度より16,252千円の増額となっています。

●民生費（63.8%の増）
障がい者、高齢者、児童等の福祉のための経費です。母島児童福祉施設整備や父島保育園増築などにより、前年度より441,811千円の増額となっています。

●衛生費（8.6%の増）
保健衛生や生活環境対策、ごみ処理等のための経費です。診療所の空調設備・発電機の改修や父島クリーンセンター備品購入、出産・子育て応援交付金などから、前年度より108,309千円の増額となっています。

●農林水産業費（4.0%の減）
農業及び水産業振興のための経費です。漁業振興施設整備事業事業や漁獲物運搬特別支援事業の増及び農業振興施設整備事業補助金の減により、前年度より6,328千円の減額となっています。

●商工費（5.9%の増）
商工業、観光事業のための経費です。北港トイレ整備に係る母島観光協会補助金や観光宣伝事業の増により、前年度より8,502千円の増額となっています。

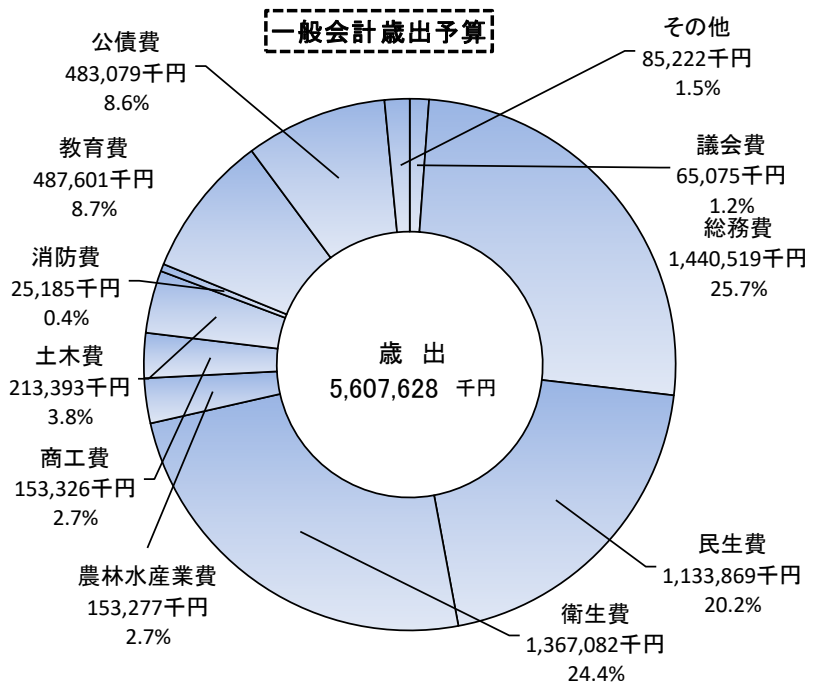
●土木費（8.9%の減）
道路建設や公園整備、まちづくりのための経費です。宅地造成事業特別会計への繰出金の減があり、前年度との比較で20,855千円の減額となっています。

●消防費（6.2%の減）
主に消防団に要する経費で、今年度は消火栓改修による増や消防車庫改修の減があり、前年度より1,659千円の減額となっています。

●教育費（36.2%の減）
教育の充実やスポーツ・文化振興のための経費で、小中学校整備事業費の減により、前年度との比較で276,091千円の減額となっています。

●公債費（160.2%の減）
施設更新に伴う公債費の上昇に備えた任意繰上償還により297,391千円の増額となっています。

●その他（36.1%の減）
令和元年台風21号による被害に対する災害復旧が終了したため、前年度との比較で48,169千円の減額となっています。



（割合は小数点1位未満を四捨五入しているため、合計が100%にならないことがあります）

●会計別予算額

	金額（千円）	構成比（%）	前年比（千円）
一般会計	5,607,628	82.4	524,830
国民健康保険特別会計	342,480	5.1	5,981
簡易水道事業特別会計	299,523	4.4	39,135
宅地造成事業特別会計	8,016	0.1	△ 40,783
介護保険（保健事業勘定）特別会計	101,386	1.5	9,653
介護保険（介護サービス事業勘定）特別会計	211,755	3.1	2,457
下水道事業特別会計	168,670	2.5	△ 3,810
浄化槽事業特別会計	28,106	0.4	6,514
後期高齢者医療特別会計	35,141	0.5	4,558
合　　計	6,802,705	100.0	548,535

第4次小笠原村総合計画　令和5年度予算反映状況

小笠原村では、総合的かつ計画的なまちづくりを推進するため、第４次小笠原村総合計画を策定し、計画に示した将来像の実現に向けて、事業の推進を図っています。
総合計画で定めた施策体系別の令和５年度予算の反映状況は次のとおりです。

分野別の目標像と施策と予算額

単位：千円

【環境共生】
つながりが豊かな暮らしと豊かな自然を紡ぐ村

施策項目	予算額
(1) 自然環境保全・利用	58, 286
(2) 環境教育	20, 599
合計額	78, 885

【都市防災】
しなやかな強さが暮らしの安定を守る村

施策項目	予算額
(1) 居住	62, 695
(2) 景観形成	330
(3) 交通	36, 740
(4) エネルギー利用	11, 515
(5) 資源循環・廃棄物処理	285, 948
(6) 生活基盤施設	812, 171
(7) 消防・防災	58, 868
合計額	1, 268, 267

【産業】
特色ある産業で人々の心を潤す村

施策項目	予算額
(1) 農地確保	12, 516
(2) 農業経営基盤強化	20, 899
(3) 水産資源保全	20, 098
(4) 漁業経営安定化	88, 643
(5) 観光振興	124, 590
(6) 商工業振興	10, 226
(7) おもてなし	5, 707
合計額	282, 679

【医療福祉】
こまやかさが暮らし続けられる安心を支える村

施策項目	予算額
(1) 健康づくり	64, 640
(2) 子育て支援	475, 827
(3) 高齢者・障害者福祉	338, 434
(4) 地域福祉	130, 030
(5) 医療	625, 692
合計額	1, 634, 623

【教育文化】
学び合う心が自立する力を育てる村

施策項目	予算額
(1) 学校教育	346, 672
(2) 生涯教育	22, 090
(3) 歴史・文化	4, 150
合計額	372, 912

【地域経営】
信頼に応え進化し続ける村

施策項目	予算額
(1) 行政経営	164, 707
(2) 協働	5, 378
(3) 国境離島	281
(4) 硫黄島	68, 165
合計額	238, 531

総務課企画政策室　２－３１１１

固定資産課税台帳の閲覧および価格縦覧帳の縦覧

固定資産税は、総務大臣の定める固定資産評価基準により村長が固定資産の価格を決定し、この価格に基づいて課税されます。
土地および家屋の所有者などは、この価格を知るため、固定資産税台帳（名寄帳）の閲覧をすることができます。
また、固定資産税の納税者は、村内のほかの土地または家屋の価格と比較するため、価格等縦覧帳を縦覧できます。

【固定資産課税台帳の閲覧】
《期間》通年（土日・休日を除く）
《時間》午前８時～午後５時15分
（正午～午後１時30分を除く）

【価格等縦覧帳の縦覧】
《期間》４月３日（月）～５月31日（水）
（土日・休日を除く）
《時間》午前８時～午後５時15分
（正午～午後１時30分を除く）

【閲覧および縦覧場所】
《父島》財政課税務係
《母島》母島支所庶務係

●問合せ先　財政課 税務係　２―３１１２

村営バスからのお知らせ

◎ゴールデンウィーク臨時運行
ゴールデンウィーク期間中の４月29日（土）、４月30日（日）、５月３日（水）～５月５日（金）は、扇浦線を増便して運行します。

【臨時増便】
○午後２時45分（村役場前発）
○午後３時10分（小港海岸発）
休日のお出かけには、村営バスをぜひご利用ください。

●問合せ先
村営バス営業所　２―３９８８
産業観光課　２―３１１４

小笠原村議会議員選挙

≪告　示　日（立候補届出日）≫　４月１８日（火）
≪繰上投票日（母島）投票所：母島村民会館≫　４月２２日（土）　午前７時から午後８時まで
≪投　票　日（父島）投票所：地域福祉センター≫　４月２３日（日）　午前７時から午後８時まで
≪開　票　日　開票所：地域福祉センター≫　４月２３日（日）　午後９時から

投票所へは「入場券」を持参してください。
入場券が投票日前日になっても届かない場合や、記載事項に誤りがある場合はご連絡ください。

【投票できる方】

〇平成１７年４月２４日以前に生まれた方
〇令和５年１月１７日以前に小笠原村に転入の届出をした方

【期日前投票について】

期日前投票を行う日に小笠原村における選挙権を有している方で、投票日当日に投票できない事由（仕事、学業、レジャー、その他用事、病気、島外滞在等）がある方は、期日前投票ができます。

《期日前投票の場所と期間》　※正午～午後１時３０分及び土日も投票できます（入場券を持参してください）
父島：小笠原村役場　４月１９日（水）～４月２２日（土）午前８時３０分～午後８時
母島：母島支所　　４月１９日（水）～４月２１日（金）午前８時３０分～午後６時

【父島～母島間で、４月１７日（月）以降 転居された方の投票について】

《父島→母島へ転居された方》２３日（日）の投票日に父島で投票となります。または２１日（金）までに母島で期日前投票。
《母島→父島へ転居された方》２２日（土）の繰上投票日に母島で投票となります。または２２日（土）までに父島で期日前投票。

《期日前投票の受付場所・時間》（ ○ ＝ その場所において期日前投票できます　× ＝ 期日前投票できません）

	期日前投票場所	４月１９日（水）～４月２１日（金）	４月２２日（土）母島繰上投票日
父島から母島へ転居された方	父島　村役場（8：30～20:00）	○	○
	母島　母島支所（8：30～18:00）		×
母島から父島へ転居された方	父島　村役場（8：30～20:00）	○	○
	母島　母島支所（8：30～18:00）		×

【不在者投票の手順について（小笠原村外に滞在中・予定の方）】

①不在者投票を希望する方は、早急に村役場総務課または母島支所へ“不在者投票”投票用紙の請求を行ってください。
＊所定の「請求書」に必要事項を記入し、４月１１日（火）までに原本を提出。
＊内地から郵送で請求される場合には、４月８日（土）東京発のおがさわら丸に間に合うよう請求してください。
＊請求書は村 HP〈各課のページ（総務課）→選挙管理委員会〉からもダウンロードできます。

②小笠原村選挙管理委員会から、４月１２日(水)以降に、希望する住所へ投票用紙を郵送します。

③投票用紙を受け取りましたら、速やかに滞在先の区市町村選挙管理委員会に持参し、係員の指示に従って投票してください。
【投票可能日４月１９日(水)以降】
＊指定病院に入院の方は入院先で投票できます

④不在者投票を行った選挙管理委員会等から小笠原村選挙管理委員会まで、投票済み投票用紙が郵送されます。
そのため、郵便が４月２１日（金）東京発のおがさわら丸に間に合うよう投票する必要があります。
＊その後の便では、投票用紙の到着が開票に間に合わず、投票が無効になります。

【新型コロナウイルス感染症対策について】

不特定多数の方の来場、高齢者・持病がある方の来場もありますので、引き続き感染症対策を実施いたします。投票所、期日前投票所にはアルコール消毒液を設置し、記載台、鉛筆等不特定多数の方が触れる箇所は、定期的に消毒を行います。マスクの着用については、個人の判断となります。有権者の皆様のご理解・ご協力をお願いします。

●問合せ先：小笠原村選挙管理委員会事務局　２－３１１１

第５回行文線未整備区間の整備再開に向けた村民説明会を実施しました

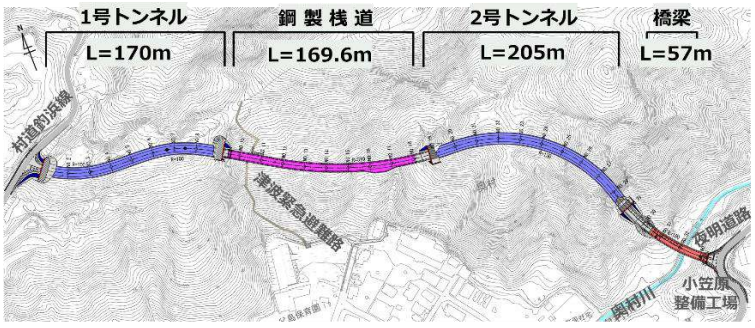
東京都及び小笠原村は、行文線未整備区間の整備再開に向けて、平成28年度から専門家などを交えた検討会、村民アンケート及び村民説明会におけるルート比較検討を経て、平成30年５月には、最適ルート案を公表しました。

その後、自然環境に関する学識経験者等を交えた専門家会議や検討会を継続し、このたび、事業計画を具体化しました。

１月24日に実施した村民説明会では、工事の概要や直近で予定する交通規制、３Ｄモデルによる整備イメージについて説明しました。村民説明会の資料及び議事録等につきましては、支庁または村のホームページをご確認いただくか、問合せ先までご連絡ください。

今後も、適宜村民の皆様への報告を行いながら、事業を推進してまいります。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

【村民説明会での主な意見など】
・大規模工事を行うと住宅工事等の島内他工事が滞るため困る。
・樹木の伐採による風の変化は調査をしているのか。
・工事排水は適切に処理されるのか。
・整備予定の道路の交通安全対策は適切か。
・夜明道路の通行止めは避けられないのか。
・地下壕への影響はないのか。
※支庁ホームページ
(https://www.soumu.metro.tokyo.lg.jp/07ogasawara/island_resident/roadandriver_gyobunsen.html)
※村ホームページ
(https://www.vill.ogasawara.tokyo.jp/soumu/bousai/)
※３Ｄモデルによる整備イメージ動画
(https://www.youtube.com/watch?v=grs420NTZYY)



●問合せ先
・防災道路の必要性に関すること
　総務課　総務係　　２―３１１１
・行文線未整備区間の整備に関すること
　小笠原支庁土木課　２―２１６３

村民課住民係からのお知らせ

◎本庁窓口の混雑について

４月３日(月)は、引っ越しに伴う転入手続きが集中し、村民課窓口が大変混み合うことが予想されます。通常よりも手続きにお時間がかかる場合もありますので、時間に余裕をもってお越しください。また、お急ぎでない方は、転入手続きが集中する時期を避けて窓口へお越しください。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◎小笠原村東京連絡事務所での証明書の交付について

竹芝客船ターミナル２階「小笠原村東京連絡事務所」では、小笠原村に住民登録をしている方を対象に、住民票の写し、印鑑証明書などの証明書交付サービスを行っています。当サービスを利用するには事前予約が必要です。ご利用の際は村民課住民係まで電話にてお問い合わせください。

◎マイナンバー関連手続きの停止について

地方公共団体システム機構(J-LIS)による公的個人認証システム更改作業のため、５月１日(月)・２日(火)は、村民課及び母島支所窓口においてマイナンバーカードに関する手続きが受付できません。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

●問合せ先　村民課 住民係　２―３１１３

国民年金からのお知らせ

～退職(失業)による特例免除制度をご利用ください～

厚生年金に加入していた方が退職(失業)されると、村役場で国民年金の加入手続きを行い、月額１６、５２０円(令和５年度の金額)の保険料を納めることになります。ただし、保険料を納めることが経済的に困難な方には、申請によって保険料の納付を免除される制度があります。

特例免除制度は、厚生年金に加入していた方は退職(失業)した月(月末退職の場合は翌月)から、退職(失業)した年の翌々年の６月までの期間に限り、利用することができます。

通常、保険料が免除されるためには、申請者本人・配偶者・世帯主の方が所得基準の範囲内である必要がありますが、特例免除では、審査の対象となる申請者本人の所得を除外して審査を行います。

特例免除を申請される場合は、雇用保険受給資格者証や雇用保険被保険者離職票等の公的機関の証明書の写しを、村民課住民係または母島支所の窓口へ提出してください。

なお、学生の方で国民年金保険料を納付することが困難な場合は、学生納付特例制度をご利用ください。

●問合せ先　村民課 住民係　２―３１１３

子育てのための施設等利用給付 認定申請のご案内

幼児教育・保育の無償化により「子育てのための施設等利用給付」の「認定」を受けた方で、自治体による確認を受けた施設・事業を利用されている方は、施設・事業の利用料が給付の対象となります。給付を希望される場合は、小笠原村から「保育の必要性の認定」を受けた上で、請求の手続きを行う必要があります。認定開始日は、認定の申請日以降となります。詳しい認定の申請方法および給付(請求)の手続きは、問合せ先までご連絡ください。

【対象者】
保育の必要性の認定を受けた、３～５歳児クラスのお子さんと、住民税非課税世帯の０～２歳児クラスのお子さん。
※保育園等に通われている方は対象外となります。

【上限額】
３～５歳児クラスは、３７，０００円
０～２歳児クラス(住民税非課税世帯)は、４２，０００円
※クラス年齢とは、当年度の４月１日に到達している年齢のことです。

●問合せ先　村民課福祉係　２―３９３９

みんなで
あそびに来てね！

こどもまつり（父島）

日程：4月29日（土）

時間：午前10時～午前11時30分

場所：おまつり広場

子どもの日の集い（母島）

日程：4月29日（土）

時間：午前10時～午後1時

場所：母島小中学校グラウンド

小笠原村ケーブルテレビ利用料の支払方法について

ケーブルテレビ利用料支払方法には、次の２種類があります。

○月払い

○年払い（4月から翌年3月まで）

支払い方法の変更を希望される方は、総務課情報通信係もしくは母島支所庶務係にて届出をご提出ください。すでに年払いでお支払いされている方は、届出がない場合、引き続き年払いとなります。

【届出期限】４月14日（金）

【利用料】

月払い利用料　１，５６０円

年払い利用料　１７，１６０円

（1年間のご利用で1，５６０円お得です）

※利用料減免対象の方は、前記利用料から減額した額もしくは免除になります。減免申請のご案内は、村民だより6月号に掲載します。

●問合せ先　総務課　情報通信係２―３１１１

小笠原村議会定例会(第1回)ケーブルテレビ(11 ch)で録画放送します

3月9日、10日、15日、16日に実施された小笠原村村議会・令和5年第1回定例会を小笠原村ケーブルテレビにて録画放送します。ぜひご覧ください。

【放送日】

○4月26日(水)　午前9時～午後4時ごろ

○4月27日(木)午前9時～午後5時ごろ

※放送内容の詳細は小笠原村ホームページや村内の掲示板等でご確認ください。

【チャンネル】地上デジタル11 ch

●問合せ先　総務課　情報通信係２―３１１１

インターロッキングブロック等を配布します

現在、東町、西町で進めている道路改修工事により発生したインターロッキングブロック及びレンガを希望者に配布します。

不要になった際の処分などについて注意点がありますので、希望される方は建設水道課に必要数量など申込みをお願いします。

●問合せ先　建設水道課　２―３１１５

4月から使用済みパソコンの処分方法が変わります

平素よりごみの分別回収にご協力いただき、ありがとうございます。

4月より、使用済みパソコンの処分について次の通り取り扱うこととしました。

①ステーション回収

金属回収日に資源カゴに入れてください。

【回収日】父島は木曜日、母島は火曜日

②持込み

処理施設への直接持込みも受け付けております。父島は父島クリーンセンター（２―２８９４）に持込の予約をしてください。母島は母島支所（３―２１１１）に持込の問合せをしてください。

③自らパソコンメーカーに送る場合

使用していたパソコンのメーカーにリサイクル方法をご確認ください。各メーカーの問合せ先は「一般社団法人パソコン３Ｒ推進協会」のホームページからもお調べいただけます。

デスクトップパソコンのモニターも回収いたします。金属回収の日にお出しください。

個人情報などのデータについて、①②で処分する場合は、排出前に必ずご自身の責任で消去してください。当村では一切の責任を負いかねます。③の場合はメーカーにご確認ください。

仕事等で使用している事業系パソコンについては、有料で②持込みか③メーカー処分となります。なお、リース契約しているパソコンは利用者で勝手に処分できませんので、リース元にご確認ください。

ご不明な点は、お問合せ下さい。

【新しく転入された方へ】

ごみの出し方・リサイクルについてご確認お願いします。小笠原村ホームページからご覧いただけます。

小笠原村
ごみの出し方
はこちらから
▼

●問合せ先

（父島）環境課　生活環境係　２―２２７０

（母島）母島支所　庶務係　３―２１１１

村長出張報告(1月・2月)

出張期間：1月16日～25日

・世界自然遺産五地域会議出席、視察

・防衛省及び東京都関係部署挨拶、意見交換　等

出張期間：2月9日～19日

・小笠原諸島振興開発特別措置法延長要望活動

・東京都島嶼町村会定期総会出席

・東京都島嶼町村会・議長会合同会議出席

・東京都島嶼町村一部事務組合議会定例会出席

・東京都町村会会議、自治研修会、自治功労者表彰式出席

・硫黄島行政視察

・南鳥島における活動拠点整備事業　完成報告会出席　等

小笠原村人事異動

4月1日付

◎異動《　》内は旧所属

【課長級】
議会事務局長(昇任)
櫻田　誠《教育課課長補佐教育係長》

【課長補佐級】
総務課付
大田　泰史《総務課課長補佐情報通信係長》
村民課課長補佐(福祉担当)
町田　健太郎《医療課課長補佐診療所係長》
医療課課長補佐診療所係長
上部　修一《環境課課長補佐生活環境係長》
産業観光課課長補佐(課務担当)(昇任)
伊藤　嘉則《村民課福祉係主査》
環境課課長補佐生活環境係長(昇任)
森本　誠一《環境課生活環境係主査》
会計室課長補佐
川上　勲《村民課課長補佐(課務担当)》

【係長級】
総務課情報通信係長
奥原　茂《財政課財政係主査》
総務課情報通信係主査(昇任)
田口　哲郎《総務課情報通信係主任》
医療課診療所係看護師長(母島診療所)(昇任)
森　純子《医療課診療所係(母島診療所)》
環境課自然環境係主査(昇任)
井上　直美《環境課自然環境係主任》
母島支所庶務係主査(昇任)
瀬尾　佑《母島支所庶務係主任》
教育課教育係長
川口　敬示《産業観光課産業観光係主査》

【主任級】
財政課財政係主任
小林　修一《会計室主任》
財政課財政係主任(昇任)
松澤　智子《財政課財政係》
村民課福祉係(父島保育園)
池田　由貴《村民課福祉係(母島保育園)》
村民課福祉係技能主任(父島保育園)(昇任)
河本　友子《村民課福祉係(父島保育園)》
建設水道課主任(昇任)
石塚　信哉《建設水道課》
教育課教育係主任
杉山　朋美《総務課総務係主任公益財団法人東京都島しょ振興公社派遣》

◎採用

【主任級】
医療課診療所係(小笠原村診療所)
星野　愛実(看護師)
医療課診療所係(小笠原村診療所)
小宮　さつき(薬剤師)
医療課診療所係(小笠原村診療所)
山本　美空(栄養士)

【主事級】
村民課付　ワシントン　まりあ
村民課付(母島保育園)　蓮見　知子(保育士)
医療課付(太陽の郷)平井　睦子(介護福祉士)
環境課付　半田　文

【医師】
医療課付(小笠原村診療所)中野　志保(医師)

【再任用(継続)】
建設水道課主査　千葉　勇人

◎派遣

【赴任】
医療課診療所係(小笠原村診療所)
小川　誠(医師)
医療課診療所係(母島診療所)
阿部　一貴(医師)

3月31日付

◎勤務延長(令和6年3月31日まで)

【課長級】
総務課長
杉本　重治《総務課長》
建設水道課長
繁藝　則仁《建設水道課長》

【医師・歯科医師】
医療課診療所係(小笠原村診療所)
山口　徹也《医療課診療所係(小笠原村診療所)》

◎退職

【定年退職】
議会事務局長　村井　達人

【退職】
村民課福祉係(父島保育園)
岩田　奈津子(保育士:任期満了)
村民課福祉係　鈴木　理恵
医療課診療所係(小笠原村診療所)
桑原　直孝(医師)
医療課診療所係(小笠原村診療所)
篠原　弘奈(薬剤師)
医療課診療所係(太陽の郷)
屋敷　裕太(介護福祉士)

◎派遣

【帰任】
医療課診療所係(小笠原村診療所)
徳野　愛(医師)
医療課診療所係(母島診療所)
徳野　隼人(医師)

小笠原村職員募集

◎事務
◎技術(電気・建築・機械・土木)
◎看護師
※詳しくは要項をご覧下さい。
　要項は役場窓口で配布の他、村役場ホームページにも掲載しています。
●問合せ先　総務課　総務係　２―３１１１

小笠原小学校　会計年度任用職員の募集

【職種および採用人員】事務補助員１名
【勤務場所】小笠原小学校
【業務内容】事務補助業務
【期間】
令和５年５月１日～令和６年３月31日
【勤務日時】月曜日～金曜日(週29時間以内)
午前７時45分～午後４時45分
【時間給】１０７２円
【選考方法】書類・面接
【申込期限】４月20日(木)まで
●申込み・問合せ先
教育委員会事務局　２―３１１７

有料老人ホーム『太陽の郷』　会計年度任用職員の募集

有料老人ホーム『太陽の郷』では次の通り会計年度任用職員(パートタイム)を募集しています。

①介護員(介護福祉士または介護初任者講習修了相当)２～３名
【業務内容】介護業務全般
【勤務時間】
午前６時～午後８時15分の間のシフト勤務または午前８時30分～午後５時までの間で希望に応じて３時間から勤務可
【報酬額(時給)】１０９５円～１３１４円

②看護師または准看護師　若干名
【業務内容】介護施設における看護業務および介護業務の一部
【勤務時間】
午前８時30分～午後５時までの間で希望に応じて３時間から勤務可
【報酬額(時給)】１０８８円～１４９１円
【応募方法】
応募先に連絡後、市販の履歴書(顔写真添付)に必要事項を記入のうえ、お持ちください。(任用の際、免許証、資格証等の写しが必要となります。)
※詳細に関してはお問い合わせください。
●応募・問合せ先
太陽の郷採用担当　２―３８８１

明老会職員募集

（正社員）父島１名
【仕事内容】
看護師：デイサービス、ショートステイでの看護、介護業務
【資格】准看護師以上。
普通自動車免許（AT限定可、ペーパー不可）
【勤務時間】
①午前８時30分～午後５時15分（休憩60分）
②午後４時45分～午前９時15分（夜勤）
【休日】週休２日制　基本土日祝日
【給与】経験年数による
※詳細は、お問い合わせください。
●問合せ先　明老会　２―３９１１

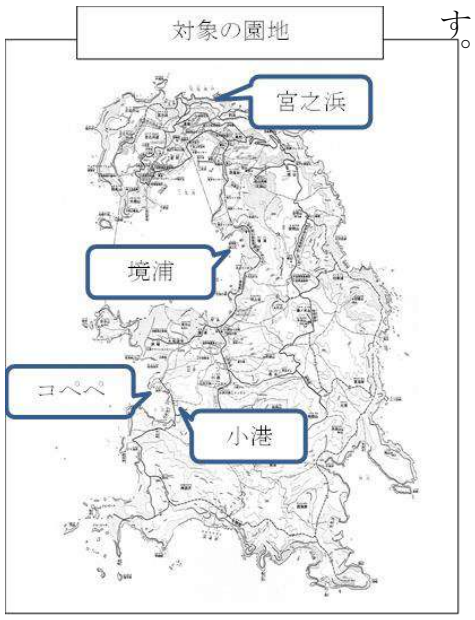
官公署等のコーナー

新たにＡＥＤを小港園地トイレに設置しました

日頃より、園地の適切な利用にご協力いただきありがとうございます。
このたび、父島・小港園地（小港海岸）のトイレ入口にＡＥＤを設置しました。緊急時に使用方法を確認の上、ご使用ください。
なお、ＡＥＤを使用した場合は、小笠原支庁土木課自然公園担当までご一報ください。
●問合せ先　小笠原支庁土木課　２―２１６５

父島園地のバーベキュー利用

日頃より、国有林野・園地の適切な利用にご協力いただきありがとうございます。歓送迎の季節になり、バーベキューを予定している方も多いかと思います。
園地でバーベキューを行う場合は、支庁土木課自然公園担当まで届出をご提出ください（園地内での直火はご遠慮ください）。
なお、新型コロナウイルス感染拡大の状況等によっては、バーベキューの自粛をお願いすることもありますのでご了承下さい。
皆様に園地を快適かつ安全に利用いただけるよう、ご理解とご協力をお願いいたします。



●問合せ先
小笠原支庁土木課　２―２１６５
（園地・歩道の利用について）
小笠原総合事務所　国有林課２―２１０３
（国有林野の保全について）

小笠原高等学校からのお知らせ

◎施設開放

小笠原高等学校では、夜間及び休校日に次の施設を開放しています。使用する場合は、事前の団体登録が必要です。
【体育施設（屋外施設）】グラウンド、テニスコート
【体育施設（屋内施設）】体育館、武道場
【文化施設】音楽室

◎図書館開放

次の日程で図書室一般開放を行っています。
【開放日】毎週日曜日
【開放時間】午後２時30分～５時
※ただし、学校行事等のため閉館とする場合があります。
●問合せ先
東京都立小笠原高等学校　２―２３４６

地域振興に係る補助事業の募集（第１回）

公益財団法人東京都島しょ振興公社では、島しょ地域のグループ等が、島しょ地域の振興を目的として実施する事業に対して、経費の一部を補助します。詳しくは、島しょ振興公社ホームページをご覧ください。
【募集期間】４月14日（金）まで
【対象事業】
○地域振興に係る特産品に関する事業
○地域振興に係る観光振興に関する事業
○地域振興に係る人材育成に関する事業
○その他地域振興に資する事業
【補助対象団体】
○概ね５名以上（村在住者）で組織され、代表者・会則・名簿等のある団体等
○島しょ地域内に主たる事業所を有する小規模企業者、中小企業者、中小企業団体等、組合、財団法人、社団法人、特定非営利活動法人、その他東京都島しょ地域の活性化に資する取組を行うと認められる法人等
○島しょ地域内の個人事業者
※創業予定者は対象外
【補助金額】
補助対象経費の５分の４以内で１００万円を限度とする。
【事業期間】
事業開始から令和６年３月31日まで
【募集案内の配布と申請書の提出先】
《父島》総務課総務係
《母島》母島支所庶務係
●問合せ先
総務課総務係　２―３１１１
東京都島しょ振興公社　企画管理課
０３―５４７２―６５４６

八ツ瀬川河川整備計画の策定について

東京都は、八ツ瀬川について、長期的な視点に立った河川整備の計画を定めた「八ツ瀬川河川整備計画」を策定しました。
次において、計画書の閲覧が可能です。
【閲覧場所】東京都建設局河川部・東京都小笠原支庁・東京都建設局ホームページ
https://www.kensetsu.metro.tokyo.lg.jp/jigyo/river/jigyo/kasenseibikeikaku/index.html
●問合せ先
東京都建設局河川部計画課
０３―５３２０―５４１４

あなたの取組が父島、母島をブランド化！「東京宝島アクセラレーションプログラム」

東京都では、父島のブランドコンセプト「ありのままにいのちが輝く、別世界を生きる島」と母島のブランドコンセプト「みんなが『らしく』暮らせる、母なる島」に基づき、島の魅力を島内外に広げ、島の活性化につながる取組を今年度も募集します。
【募集期間】４月17日（月）～５月26日（金）

※募集要項等詳細は、東京宝島ホームページ（記載の二次元バーコード）からご確認ください。

●問合せ先
東京都総務局行政部振興企画課
事業推進担当　０３―５３８８―２４３６

小笠原警察署からのお知らせ

◎自転車利用時、ヘルメット着用の努力義務（４月１日から）

道路交通法の一部改正により、４月１日（土）から全ての自転車利用者はヘルメットの着用に努めなければなりません。

自転車の交通死亡事故のうち、多くの方（約70％）の死亡原因は、頭部の損傷となっています。

あなたのため、大切なご家族のため、みんなでヘルメットを着用しましょう。

◎小笠原交通少年団員の募集

令和５年度の小笠原交通少年団員を募集いたします。

交通少年団は、活動を通じて周囲の人々に交通安全を呼びかけながら、団員自らが交通ルールやマナーを学び、思いやりの心を持った社会人に育つことを目的としています。

主な活動は、交通安全キャンペーンやパトカーなどによる交通安全広報のほか、ハイキングやクリスマス会などを実施します。

また、交通少年団の活動に積極的に取り組んだ団員は、卒業時に警視庁交通部長から感謝状が贈られる他、ボランティア活動証明書が授与されます。

【申込資格】
小笠原小学校在籍の１年生～６年生
【申込期間】
随時募集
（入団式については５月を予定しております。）
【申込場所】警視庁小笠原警察署
※申込書は警察署に準備してあります。

◎小笠原警察署少年柔剣道部員の募集

小学１年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。小笠原警察署では、毎週水曜日に柔道、木曜日に剣道の練習をしています。

新学期に伴い、練習生を募集します。最初は、新入生を対象に、基本の練習をすることから、募集期間は毎年４月中になっております。１年生に限らず入部可能ですので、興味のある方は、ぜひこの機会にお問合せください。

●問合せ先
警視庁　小笠原警察署　２―２１１０

日商簿記検定の実施

日商簿記検定を実施します。

【試験日】６月11日（日）
【申込み期間】
４月24日（月）～５月11日（木）
【受験料】《３級》２８５０円
《２級》４７２０円
【試験会場】
《父島》商工観光会館　２階会議室
《母島》村民会館　２階会議室
※なお、申し込み期間を過ぎてからのキャンセル・級の変更はできません。ご了承願います。
※定員数に達し次第受付を終了いたします。
●申込み・問合せ先
小笠原村商工会　２―２６６６

行政相談所の開設

【実施日程】４月19日（水）
【実施時間】午後７時～８時30分
【実施場所】地域福祉センター
【行政相談委員】
総務大臣委嘱小笠原地区担当　山田捷夫
《住所》小笠原村父島字奥村
《電話》０９０―７１７３―６７６８
※予約の必要はありません。
●問合せ先　村民課 住民係　２―３１１３

電話による無料法律相談

第二東京弁護士会主催の電話無料法律相談を島しょ部住民を対象に実施します。

【相談内容】無料一般相談
【実施日程】４月28日（金）
【実施時間】午前10時～正午
（１件あたり概ね20分枠）

相談を希望される方は、予約が必要となりますので、前日までに連絡をお願いします。

【予約受付時間】
平日午前９時30分～午後４時30分
●予約・問合せ先
第二東京弁護士会法律相談課
０３―３５８１―２２５０

「島しょ法律相談」のご案内

東京都では、島しょに居住される方を対象として、弁護士の法律相談（電話相談）を実施しています。相談は無料です。

【相談日】月・水・金曜日
※祝日・年末年始の閉庁日はお休みします。
【相談時間】午後１時～４時
※相談時間中は、直接、ご相談いただけますが、相談中の場合もありますので、事前にご予約いただくと確実です。
※事前予約は、月～金曜日の午前９時～午後５時（祝日・年末年始の閉庁日を除く）にお願いいたします。

令和5年

4月		
月	水	金
3	5	7
10	12	14
17	19	21
24	26	28

●相談・予約・問合せ先
東京都　生活文化スポーツ局
都民生活部　地域活動推進課
０３―５３８８―２２４５

母島巡回労働相談

【日時】４月18日（火）午後４時～６時
【場所】母島村民会館　２階会議室
【相談内容】
○労働条件（労働時間、安全衛生、賃金、退職・解雇など）
○求人求職（求人・求職申込など）
○労災保険（加入、労災給付など）
○雇用保険（加入、失業給付など）
※当日、都合が悪く来館できない方は、電話による相談も可能です。
●問合せ先
小笠原総合事務所　労働主査　２―２１０２

健康・保健のコーナー

定期予防接種

◎令和５年度　定期予防接種年間予定表

日本脳炎（３歳、４歳、小学校４年生）、麻しん・風しん（保育園年長）・二種混合（小学校６年生相当）、子宮頸がんワクチンの対象者へは、日程と予診票を後日個別通知いたします。

種類	・Hib・肺炎球菌・B型肝炎・四種混合・BCG・麻しん風しん混合・水痘・ロタウイルス・日本脳炎（母島のみ）・子宮頸がん（母島のみ）											
月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
日	6(木)	11(木)	8(木)	6(木)	3(木)	7(木)	5(木)	2(木)	7(木)	4(木)	1(木)	7(木)
			受付時間						接種場所			
父島			午後２時30分～４時						小笠原村診療所			
母島			午後３時30分～４時						母島診療所			

種類	・日本脳炎・子宮頸がん（父島のみ）											
月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
日	27(木)	25(木)	22(木)	27(木)	24(木)	28(木)	26(木)	16(木)	28(木)	25(木)	22(木)	28(木)
			受付時間						接種場所			
父島			午後３時45分～４時45分						小笠原村診療所			

※母島は第一木曜日に実施します

４月の定期予防接種の日程をお知らせします。

【父島】
《日時》４月６日(木)午後２時30分～４時
《場所》小笠原村診療所
※父島は予約制です。２日前までに福祉係に予約してください。

【母島】
《日時》４月６日(木)午後３時30分～４時
《場所》母島診療所

○接種可能ワクチン
ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン、四種混合ワクチン、ＢＣＧワクチン、麻しん風しん混合ワクチン、水痘ワクチン、日本脳炎ワクチン、Ｂ型肝炎ワクチン、ロタワクチン

◎定期予防接種の一部変更について

４月から次のとおりワクチン接種の開始時期や接種回数が変更されます。

①四種混合ワクチンの接種開始時期が、生後３か月から生後２か月になります。

②子宮頸がんワクチンについて、４価ワクチン（ガーダシル）から９価ワクチン（シルガード９）に変更になります。９価ワクチンは、従来のワクチンより多くの種類のウイルスの感染を防ぐことができます。また、接種回数が３回から２回になります。

●問合せ先　村民課福祉係　２―３９３９
　　母島支所　３―２１１１

乳幼児健診・歯科健診

対象者の方には、個別通知をいたします。

【対象者】４か月、７か月、10か月、１歳６か月、２歳６か月、３歳の乳幼児

【父島】
《日時》４月13日(木)
受付時間　午後２時～３時30分
《場所》地域福祉センター２階　大会議室

【母島】
《日時》４月18日(火)
受付時間　午後２時～３時30分
《場所》母島診療所２階カンファレンスルーム

※なお、６歳未満の乳幼児で計測を希望される方は、問合せ先まで連絡ください。

●問合せ先　村民課福祉係　２―３９３９
　　母島支所　３―２１１１

育児学級(親子ヨガ教室・父島)

親子ヨガ教室を行います。ヨガインストラクターに教わりながら、お子さんと一緒にヨガを行います。事前に申込みをお願いいたします。

【日　時】４月24日(月)
午前９時30分～10時30分
対象：お座り前までのお子さんと保護者
午前10時45分～11時45分
対象：お座りが出来るお子さんと保護者

【場　所】地域福祉センター２階　大会議室

【持ち物】飲み物、タオル、締め付けない楽な服装
（ヨガマットをお持ちの方はご持参ください）

【申込み締切】４月20日(木)

●申込み・問合せ先
村民課 福祉係　２―３９３９

女性特有のがん検診無料クーポン券の発行について

30歳以上の女性に対して、女性特有のがん検診の費用が無料となるクーポン券を発行いたします。受診を希望される方はお申込みください。

※このクーポン券は、子宮頸がん検診・乳がん検診を内地で受診する場合に利用するものです。11月下旬に実施予定の「小笠原村健康診断」において、子宮頸がん検診（検診内容は同じ）・乳がん検診（超音波検査及び視触診を実施）を受診する方は利用できません。

※クーポン券はお１人様各１枚まで利用できます。

※がん検診の無料受診は、年度内お１人につき１回です。

【発行対象者】
村に住民登録している30歳以上の女性

【発行するクーポン券】
○子宮頸がん検診用（内診、細胞診及びエコー）
○乳がん検診用（マンモグラフィ及び視触診）

【受診できる医療機関】
医療法人社団 こころとからだの元氣プラザ
千代田区神田神保町１―１０５（神保町駅前）

【受診できる期間】
４月３日(月)～令和６年３月29日
※土・日・祭日年末年始を除きます。
※受診には予約が必要です。

【申込み先】
《父島》村役場村民課住民係
《母島》母島支所

【申込み期間】
４月３日(月)～令和６年２月28日

なお４月１日現在で、次の年齢で住民登録をしている方には、国が定める本事業の対象者として、無料クーポン券を発送いたします。
○子宮頸がん検診対象者　…20歳
○乳がん検診対象者　…40歳

●問合せ先　村民課 住民係　２―３１１３

いきいき体操教室２０２３

いきいき体操教室２０２３を開講します。
【対象者】60歳以上の村民の方
【日程】火・木曜日(祝祭日は除く)
※初回参加の方は、簡単な健康チェックがあります。

《父島》
【時間】午前9時30分～11時
【場所】地域福祉センター2階大会議室
（場所の変更有）
【持ち物】タオル、運動に適した服装、飲み物、上履き、
【内容】
筋力の維持増進、関節可動域の維持、身体のバランスを整える運動を中心に実施しています。日頃あまり運動をしていない方や運動習慣を身に付けたい方向けの内容です。スポーツ吹矢やボッチャ等、楽しいニュースポーツも取り入れています。
【申込み先】地域福祉センター窓口
●問合せ先　社協父島事務局　２―２４８６

《母島》
【時間】午後2時～3時30分頃
【場所】母島支所
【持ち物】タオル、運動に適した服装、飲み物
【内容】
ポールウォーキング、ボッチャや吹き矢などスポーツを介した基礎体力づくり、カンフー等を利用した簡単な身体機能訓練、東洋医学を応用した身体の自己メンテナンス講習などを取り入れていきます。
【申込み先】母島社協事務局(村民会館２F)
●問合せ先　社協母島事務局　３-２１８８

医療のコーナー

マスク着用のお願い

小笠原村診療所・母島診療所及び有料老人ホーム『太陽の郷』では、感染症対策のため、来院時にマスクの着用をお願いしております。
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
●問合せ先　小笠原村診療所　２―３８００

マイナンバーカードによる健康保険証利用を始めました

4月1日(土)から健康保険証に加え、マイナンバーカードを健康保険証として利用することができます。
窓口のカードリーダーにマイナンバーカードをかざすと自動的にオンライン資格確認等システムに連携されます。情報の連携を希望されない方は、カードリーダーにかざさないようご注意ください。
※健康保険の加入手続きにおいて、マイナンバーを記載せずに届出した場合、加入保険情報を確認できません。そのため、一度全額自己負担していただく場合があります。必ずマイナンバーを加入保険者へ届出してください。
※マル乳、マル子等の医療券をお持ちの方は、現状どおりご持参ください。
●問合せ先
小笠原村診療所　２―３８００
マイナンバー総合フリーダイヤル
０１２０―９５―０１７８

眼科専門診療

新型コロナウイルス感染症対策のため全て予約制とします。
【事前予約】
平日、午前8時30分～正午、午後1時30分～4時の間に、電話にて診療所にご予約ください。
【父島】
《場所》小笠原村診療所
《日時》4月26日(水)～4月30日(日)
午前9時～正午・午後2時～5時
[注:4月26日午前中(学校健診)・29日は休診です]
【母島】
《場所》母島診療所
《日時》4月23日(日)・24日(月)
午前9時～正午・午後2時～5時
[注:4月24日午前中(学校健診)は休診です]
※コンタクトレンズの処方はできません。
※眼鏡処方を希望される方は、使用中の眼鏡を持参してください。
※検査に必要な場合、瞳孔を開く目薬を使用します。その場合、バイク・車の運転はできませんのでご注意ください。
※眼科検査は一般的に大変時間がかかります。予めご了承ください。
●問合せ先　小笠原村診療所　２―３８００
母島診療所　３―２１１５

産科・婦人科専門診療

【父島】
《場所》小笠原村診療所
《日時》4月18日(火)～24日(月)
午前9時～正午・午後2時～5時
[注:4月19・22・23日は休診です]
【母島】
《場所》母島診療所
《日時》4月16日(日)
午前9時～正午・午後2時～5時
【予約受付】
平日(水曜日を除く)午後1時30分～5時の間に、電話にて診療所にご予約ください。
※産科・婦人科専門診療は全て予約制です。
●問合せ先　小笠原村診療所　２―３８００
母島診療所　３―２１１５

母島診療所(歯科)の休診

《休診日》4月30日(日)～5月10日(水)
●問合せ先　母島診療所　３―２１１５

小笠原海運からのお知らせ

◎さるびあ丸の運賃について(訂正)

村民だより3月号でさるびあ丸の運賃について掲載しましたが、誤りがありましたので訂正してお詫び申し上げます。
※おがさわら丸換算2等寝台相当と2等和室相当の運賃が逆になっていました。

さるびあ丸船席と運賃について

(正)

おがさわら丸換算	さるびあ丸	席(部屋)数	運　賃	ｼﾝｸﾞﾙ料
特１等相当　⇦	特　等	2名×6部屋	75,320	18,000
１等相当　⇦	特１等	4名×6部屋	58,410	18,000
２寝台相当　⇦	特２等	212席	31,780	-
２和室相当　⇦	１　等	36席	27,900	-

※　島民割引等については窓口にお問合せ下さい。

(誤)

さるびあ丸	おがさわら丸換算	席(部屋)数	運　賃	ｼﾝｸﾞﾙ料
特　等	⇨ 特１等相当	2名×6部屋	75,320	18,000
特１等	⇨ １等相当	4名×6部屋	58,410	18,000
１　等	⇨ 2和室相当	36席	31,780	-
特２等	⇨ 2寝台相当	212席	27,900	-

４月の調整金を含む旅客・貨物運賃をお知らせします。翌月以降の調整金または、掲載にない料金は直接営業所２―２１１１まで、お問い合わせください。
※〇内は変動調整額となります。

単位：円

		等級	大人	小人
はははじま丸	旅客運賃	2等	4,900 (+950)	2,450 (+470)
		村民割引 2等往復	5,880 (+1,140)	2,940 (+570)
		等級	A(3名用)	B(2名用)
		個室椅子席	5,000	3,000
	貨物運賃	1等品	9,665 (+1,217)	
		2等品	9,060 (+1,140)	
		3等品	8,456 (+1,064)	
		小口 0.1t以下	968 (+122)	
		小口 0.075t以下	730 (+92)	

伊豆諸島開発㈱　０３（３４５５）３０９０

4月の燃料油価格変動調整金

単位：円

		等級	大人	学生	小人
おがさわら丸	旅客運賃	1等	57,670 (+8,170)	49,340 (+6,990)	28,840 (+4,090)
		特2等寝台	41,650 (+5,900)	33,320 (+4,720)	20,830 (+2,950)
		2等寝台	31,380 (+4,450)	25,110 (+3,560)	15,690 (+2,220)
		2等和室	27,540 (+3,900)	22,040 (+3,120)	13,770 (+1,950)
		等級	村民	村民小人	身障者
		1等	45,180 (+6,400)	22,590 (+3,200)	28,840 (+4,090)
		特2等寝台	29,160 (+4,130)	14,580 (+2,060)	20,830 (+2,950)
		2等寝台	21,970 (+3,110)	10,990 (+1,560)	15,690 (+2,220)
		2等和室	19,280 (+2,730)	9,640 (+1,360)	13,770 (+1,950)
	貨物運賃	1等品	17,680 (+1,752)		
		2等品	16,459 (+1,631)		
		3等品	15,140 (+1,500)		
		小口 0.1t以下	1,772 (+176)		
		小口 0.075t以下	1,319 (+131)		

小笠原海運㈱　０３（３４５１）５１７１

●問合せ先　父島営業所　２―２１１１

◎父島一泊便の東京向け貨物等の受付

４月～６月父島一泊便の貨物関係の受付は次のとおりとさせていただきます。出港前日（入港日）午後の受付はありません。

4/30(日)、5/11(木)、6/1(木)父島発
（午後3時00分発おがさわら丸）

出港日		出港前日（入港日）		
宅急便のみ	9:00～11:00	一般貨物 宅急便	9:00～11:00	午前
手小荷物（合札）のみ	13:00～14:00	※受付なし		午後

※出港前日の受付は午前11:00までとなりますのでご注意ください。

5/18(木)父島発
（午前10時30分発さるびあ丸）

出港日		出港前日（入港日）		
手小荷物（合札）のみ	8:30～9:30	一般貨物 宅急便	9:00～11:30	午前
		※受付なし		午後

※冷凍品の受付はありません。
（一般貨物・宅急便・手小荷物とも）
※コンテナに入る大きさの物のみ。
（幅280㎝、奥行180㎝、高さ200㎝）
※車両は自転車および125cc以下の二輪バイクのみ。

●問合せ先　父島営業所　２―２１１１

なお、５月16日(火)東京発父島行きの代船さるびあ丸では積載コンテナ数が限られるため、生鮮食料品及び郵便物、宅配便を中心に輸送いたします。一般貨物については一部の荷物は積載することができない恐れがあります。
島民の皆様にはご不便をおかけいたしますが、あらかじめご承知おきくださいますようお願い申し上げます。

●問合せ先
貨物部　０３―３４５５―０４６１

環境・自然のページ

南島及び石門における「適正な利用のルール」の見直しについて

東京都と小笠原村では、南島及び石門の適正な利用を図ることを目的として、平成14年度に「適正な利用のルール等に関する協定書」を締結し、平成15年度からルールの運用を開始しました。
ルール設定から20年の節目を迎え、施行開始から現在に至る経緯と現状を踏まえ、「小笠原諸島自然環境保全促進地域の適正な利用のルール等検討協議会」において、個別ルールの見直しについて検討してきました。
この検討にあたっては、小笠原村観光協会、小笠原母島観光協会、母島自然ガイド運営協議会など関係団体等に意見照会等を行い、次の改正内容で協議会において合意を得たところです。今後、東京都と小笠原村の間で「適正な利用のルール等に関する協定書」の改定を行います。

【現行の適正な利用のルール(個別ルール)】

名称	南島	母島石門一帯
利用経路（経路図省略）	利用経路以外は立入禁止	利用経路以外は立入禁止
最大利用時間	２時間	設定しない
１日当たりの最大利用者数	１００人（上陸１回当たり１５人）	５０人（１回当たり５人）
制限事項	年３か月間の入島禁止期間の設定（当面、11月から翌年1月末日までとする。ただし、年末年始の８日間を除く。詳細な日程は年度毎に定める。）	鍾乳洞は立入禁止
ガイド1人が担当する利用者の人数の上限	１５人	５人

【見直し後の個別ルールについて】

《南島》
南島については、様々なモニタリングの結果、現在植生が回復していることが確認されており、その状況に至ったのは、利用経路を定めガイドが案内することと植生回復事業（赤土流失防止、外来種駆除）や利用経路への転石設置などのハード事業による相乗効果によるものです。
そのため個別ルールについては、１日１００人の入島制限(すでに運用上は制限なし)、植生回復を目的とした入島禁止期間の設定(利用経路を設定したことにより植生への影響は回避されている)、２時間以内の利用制限(実態としてほとんど超えることはなく、長時間いても利用できる範囲は限定されている)は廃止します。
一方で利用経路の設定、ガイド１人につき15人までの利用者数は継続します。
なお、今後大きな利用増となる要因などが発生したときは、予防的措置として利用にかかる制限を検討します。
また必要なモニタリングや上陸地点等の安全対策などは、都と村とで協議しながら続けていきます。

〇利用経路以外立入禁止　ルール継続
〇最大利用時間(２時間)　ルール廃止
〇１日あたりの最大利用者数(１００人)　ルール廃止
〇制限事項　年３か月間の入島禁止　ルール廃止
〇ガイド１人が担当する利用者の人数の上限(15人)　ルール継続

《石門》
石門については、利用面及び保全面で大きな課題はないため変更はありません。

●問合せ先
東京都環境局自然環境部緑環境課島しょ自然環境担当　０３―５３８８―３５０８
小笠原支庁土木課自然環境担当２―２１６７
産業観光課　２―３１１４

狂犬病予防集合注射と犬の登録

狂犬病の発生・拡大の防止を図るためには、犬の飼い主が正しい知識を持ち、登録と予防注射を確実に行うことが重要です。

生後91日以上の犬の飼い主には、次のことが狂犬病予防法により義務付けられています。

○現在居住している地域の市区町村に飼い犬を登録し、鑑札（またはマイクロチップ）を装着すること。

○飼い犬に年１回の狂犬病予防注射を受けさせ、注射済票を装着すること。

新たに犬を飼い始めた方や愛犬とともに転入された方は、村役場で登録もしくは所在地変更の手続きをして下さい。

令和５年度の狂犬病予防集合注射は、次の日程で実施します。詳細については、３月上旬に送付した「狂犬病予防集合注射のお知らせ」を参照してください。

【日時】
・父島　４月13日（木）午前８時30分～正午
・母島　４月14日（金）午前10時～正午

【費用】釣り銭のないようにお願いします。
予防注射のみ　３，７５０円
予防注射と新規登録　６，７５０円

●問合せ先
環境課自然環境係　２―２２７０

ペットの登録と飼養状況報告のお願い

人とペットと野生動物の共存を目指して「小笠原村愛玩動物の適正な飼養及び管理に関する条例（ペット条例）」では、次の４つのルールを定めています。

①正しく飼って、逃げないようにしよう。
②ペットを登録しよう。
③ペットを持ち込むとき、申請しよう。
④持ち込める種類を確認しよう。
（③と④は現在検討中のため、ルール①、②を経て段階的にスタート予定）

ペットを連れて転入された方や新しくペットを飼い始めた方は、環境課窓口でペットの登録をお願いします。

また、昨年度から始まったペット条例に基づき、ペットを登録されている方向けに「ペットの飼養状況の報告のお願い」を３月初旬に送付しています。回答がまだの方は、ご回答をお願いします。

●問合せ先
環境課自然環境係　２―２２７０

小笠原動物協議会からのお知らせ

◎動物対処室の電話番号の変更

４月３日（月）から、動物対処室の電話番号が変わります。

【動物対処室の電話番号】
（新）０９０-１６９２-７６６６
（旧）０７０-１０５４-３４６７

皆様ご承知おきいただきますよう、よろしくお願いいたします。

◎母島巡回ペット診療・相談

小笠原世界遺産センター動物対処室（父島）の獣医師による「母島巡回ペット診療・相談」を行います。いざという時に備えてペットの体調に関わらず、この機会に受診してください。

【診療日程】
○４月27日（木）
午前11時～正午／午後２時～４時30分
○４月28日（金）　午前８時30分～正午

【予約申込】４月21日（金）まで

【場　所】
ご自宅への往診を基本とします。

【注意事項】
○診療・相談は事前予約制です。
診療は有料、相談は無料です。
○予約申込み先
動物対処室　０９０―１６９２―７６６６

●問合せ先
小笠原動物協議会事務局
（環境課自然環境係）　２―２２７０

国有林の森林生態系保護地域入林簡易講習会について（父島・母島）

国有林の森林生態系保護地域入林簡易講習会について、講習資料等を配付し各自で受講していただく講習とし、アンケート調査票等の提出を持って講習修了とさせていただくこととします。

つきましては、次の１及び２の目的で国有林の森林生態系保護地域に入林される場合、利用講習の受講と入林申請が必要となりますので、講習資料の配付を希望される方は、講習申込み締切日までに、事前に電話でお申込みください。

１　村民でレクリエーション目的で指定ルートを利用される方（村民レク簡易講習）
父島及び母島の国有林内の指定ルートを利用するための簡易講習資料により各自受講していただきます。指定ルートを利用するためには、講習修了と入林申請により発行される「年間パス」の携行が必要です。

２　調査・研究及び作業等の目的で入林される方（調査研究簡易講習）
森林生態系保護地域において、調査・研究、同補助及び作業の目的で入林するためには、簡易講習資料に加え調査研究講習資料の各自受講と入林申請が必要です。

※１、２共に有効期間は２年間となります。有効期間を過ぎて引き続きの入林を希望される場合には、再度講習の受講をお願いいたします。

※１、２の事務の流れは次のとおりとします。
①受講希望者は締切日までに電話にて申込み
②講習資料を郵送にて送付
③講習資料を各自受講しアンケート調査票等を記載し郵送
④講習修了書・入林許可書・年間パス又は腕章の交付。

◎父島・母島講習申込み締切日
【締切日】４月21日（金）

●申込み・問合せ先
小笠原諸島森林生態系保全センター　２―３４０３
小笠原総合事務所国有林課　２―２１０３

国有林の森林生態系保護地域指定ルートの一部変更について（父島・母島）

森林生態系保護地域の指定ルートについては、設定から10年以上が経過したことから、現在、その評価及び見直しを行っているところです。今般、次の指定ルートについて、評価を終了し、地元関係者のご意見を踏まえ、小笠原諸島森林生態系保護地域部会において見直しを行いましたのでお知らせします。

【父島】
傘山ルートについて、都道を挟んで海側の踏み分け道をルートに追加。

【母島】
鍋弦山ルートを廃止し、ヘリポート上部の農業用水タンク側のパイライン管理道よりアクセスする踏み分け道を南嵜芝原ルートとして付け替え。
なお、石門ルートについて、堺ヶ岳山頂までが指定ルートであることを確認。
あわせて、指定ルート位置図（母島・父島）を修正しましたので、入林パスをお持ちの方はご連絡頂ければ位置図を配布します。

●問合せ先
小笠原諸島森林生態系保全センター
２―３４０３

ヒナを連れて帰らないでください

春は陸鳥の繁殖シーズンです！
うまく飛べずに弱々しく歩いているヒナを見かけるかもしれませんが、たいてい近くに親鳥がいます。巣立ち後もしばらくの間は親鳥と一緒に行動し、餌のとり方や敵からの身の守り方などを学んでいるのです。
子育ての邪魔をしないためにも、ヒナを連れて帰らないでください。かわいそうだと思い保護してしまうと親鳥の元に返せず、野生の世界に戻れなくなってしまいます。道路で見かけたときは近くの木の上など安全な場所に移し、その場を離れましょう。
まだ羽毛が生えそろっていないヒナが地面にいたら、近くの巣に戻してあげましょう。近くに巣が見当たらない場合などは、次の連絡先までご連絡ください。

●問合せ先
（父島）ＩＢＯ鳥獣レスキュー
０８０-２０３５-８０７８
（母島）東京都鳥獣保護管理推進員
０８０-８４９７-３７６４
小笠原支庁産業課　２―２１２５

植物防疫制度へご協力をお願いします

小笠原諸島では、かつてミカンコミバエという様々な果実を食害するハエが発生し、大きな農業被害をもたらしていました。長期にわたる根絶防除の末、根絶を確認した昭和60年以降、30年余り再侵入は確認されていませんが、そのリスクは常に存在します。
最近のミカンコミバエの侵入事例として、昨年は沖縄県及び鹿児島県において、トラップへの誘殺が確認され、現在定着を阻止するための防除対策が実施されています。
また、過去には、平成27年に鹿児島県奄美大島にて同虫の侵入が確認され、寄主果実の地域外への持ち出しの禁止、約１８００トンの果実の廃棄処分が実施され、大きな被害が発生しました。
小笠原諸島においても、ミカンコミバエ発生地域（東南アジア等）からの船舶の往来により再侵入の可能性があることから、小笠原総合事務所及び東京都小笠原支庁において再侵入警戒調査が継続して実施されています。
ミカンコミバエやその他の病害虫を水際で防ぐことは、小笠原の農業や世界自然遺産を守るため、重要なことです。
島民の皆様におかれましては、植物防疫制度にご理解・ご協力をお願いします。

【小笠原で輸入・輸出検疫はできません！】
植物防疫法では、小笠原諸島の港は植物の輸入が認められていないため、海外から入港した船から野菜、果物、種苗等の植物を譲り受けることはできません。また、関税法でも、海外から入港した船が無断で小笠原諸島に荷物を下ろすことは認められていません。そのような場面を見たり、聞いたりした場合は、小笠原総合事務所にご連絡ください。

【小笠原から持ち出せないものもあります！】
小笠原諸島には、農作物に大きな被害を与えるアフリカマイマイ、アリモドキゾウムシ、イモゾウムシが発生しています。これらの害虫が未発生地域へ広がることを防ぐため、植物防疫法により、これら害虫及び寄主植物であるサツマイモ、ヨウサイ等の植物の持ち出しが禁止されています。
観葉植物・苗木等の根付き植物や土壌サンプルを小笠原諸島から内地へ持ち出す際は、植物防疫官又は植物検疫補助員により、害虫やその卵の付着がないことの確認を事前に受けていただくようお願いします。
なお、引越し・処分・販売等のため屋外に置かれた車両・家具・資材等を内地へ搬出する際には、アフリカマイマイの付着が無いか、ご確認いただきますよう、ご協力のほどよろしくお願いします。ご不明な点等がありましたら、小笠原総合事務所にご相談ください。

【小笠原諸島から持ち出せないもの】
《害虫》アフリカマイマイ、アリモドキゾウムシ、イモゾウムシ
《植物》アサガオ、サツマイモ、ヨウサイ（空心菜）、グンバイヒルガオ等の生茎葉及び地下部

【根付き植物等の確認実施場所】
《宅配便・貨物等》
小笠原総合庁舎２階業務課
（平日午前８時～午後５時15分）
《手荷物・携帯品》
二見港船客待合所
（おがさわら丸出港１時間前～）
※母島では小笠原アイランズ農業協同組合母島支店にて植物検疫補助員が確認を実施しています。

●問合せ先
小笠原総合事務所　業務課　２―２１０２

「小笠原諸島世界自然遺産に関する基礎資料集」の配布について

世界自然遺産　小笠原諸島の現状や取組状況を村民の皆さまと共有するため、「小笠原諸島世界自然遺産に関する基礎資料集　令和４年度版」を作成しました。今月の上旬に冊子を全戸配布いたしますので、どうぞお手にとってご覧ください。

【資料集の概要】
①小笠原諸島の社会的状況（生活、産業）
…小笠原村の人口や来島者数、遺産関連施設の利用状況
②小笠原諸島の生物多様性の保全対策の進展
…今年度、特に環境省・林野庁・東京都・小笠原村等の行政機関が実施した遺産関連事業の実施状況
③世界遺産に関する基礎資料
…世界遺産のしくみ等に関する基本的な情報
過去の基礎資料集については小笠原世界遺産センターのホームページをご覧ください。
http://ogasawara-info.jp/

●発行元・問合せ先
（世界自然遺産地域連絡会議事務局）
環境省小笠原自然保護官事務所２―７１７４
母島自然保護官事務所３―２５７７
林野庁　小笠原諸島森林生態系保全センター
２―３４０３
小笠原支庁土木課自然環境担当２―２１６７
小笠原村　環境課　２―２２７０

ビジターセンターのお知らせ

【開館時間】午前８時30分～午後５時
（夜間開館日：～午後９時）
※イベント・夜間開館については、掲示板の

ポスターをご覧ください。

◎特別展

○「ザ 小笠原のイルカ」展

～あのこどんなこ、きになるこ

４月29日(土)開催予定

小笠原で行われているイルカの個体識別調査や生態などを紹介し、海でイルカに出会った時にさらに楽しく感じてもらえるような展示です。

○「知って楽しい ザトウクジラ」展

～また会えるかな…また会いたいな。開催中

ザトウクジラの実物大イラストの展示と、その生態や最新情報について紹介します。

◎講演会

【タイトル】「アホウドリ報告会」

～小笠原のアホウドリ、クロアシアホウドリ、コアホウドリ

【日時】４月29日(土)午後７時～

【演者】油田 照秋

（山階鳥類鳥類研究所 研究員）

【場所】新館ホール

【主催】ＢＩＯ

【協力】公益財団法人 東京都公園協会、公益財団法人 山階鳥類研究所

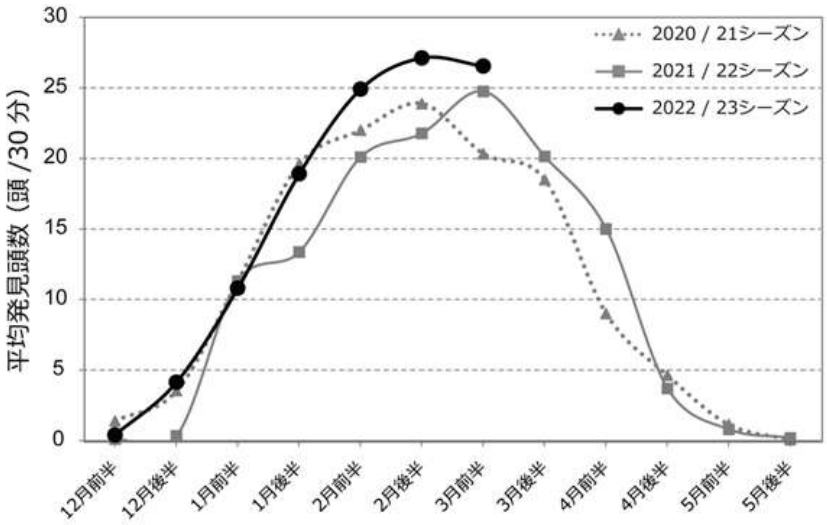
※ネット配信の予定はございません。

●問合せ先　小笠原ビジターセンター　２―３００１

コラム

「ザトウクジラの来遊状況／自主ルール遵守のお願い」

出会いと別れの季節の春。ザトウクジラたちにとっても、そろそろ北の海を目指して小笠原を旅立つ時期がやってきました。ＯＷＡでは、毎年12月から翌年５月にかけて、ウェザーステーション展望台から毎朝30分間のザトウクジラの定点目視観測を実施しています。今月の村民だよりでは、引き続きここまでの途中経過についてお伝えします。



先に示したグラフは、定点観測での平均発見頭数を半月ごとにまとめたものです。ここまでの結果を振り返ってみると、シーズン開始から２月後半までは順調に発見数が増えていったことがわかります。また、来遊ピークとなった２月後半は平均27頭ほどの発見があり、過去２シーズンと比較して、より多くの発見数を記録しました。３月に入ると、ザトウクジラシーズンも折り返しを迎える頃となりましたが、３月前半は２月後半より若干少ない程度の発見数であり、引き続きたくさんのクジラが観測できていたことがわかります。

４月になり、ザトウクジラの数が減ってくる頃ではありますが、もうしばらくウォッチングシーズンは続きます。新年度から新しく小笠原に移住された皆さまも、ぜひホエールウォッチングツアーに参加されてみてはいかがでしょうか。父島のウェザーステーション展望台や母島の鮫ヶ崎展望台からの陸上ホエールウォッチングもおすすめです。

【ホエールウォッチング自主ルール遵守のお願い】

毎年５月までは、ザトウクジラの来遊時期となります。ボートやカヤック等でのホエールウォッチングにあたり、次に掲げる自主ルールの遵守にご理解とご協力をお願いします。

○クジラから３００メートル以内を減速水域とする。

○クジラから１００メートル以内を侵入禁止水域とする。

○クジラの進路や行動を妨げない。

○クジラのほうから１００メートル以内に接近してきた場合は、低速で離れるか停船状態とし、進入禁止水域から脱するまでこの行動をとる。

●問合せ先

一般社団法人　小笠原ホエールウォッチング協会（ＯＷＡ）　２―３２１５

海洋センターだより　その263

―小さな爪は何のため？―

本格的な春の訪れ、４月がやってきました。小笠原の島々周辺には日本の沿岸からやってきたアオウミガメたちが集まり出し、交尾をする様子が海中や海上で見かけることが多くなってきています。繁殖シーズンの到来です。

アオウミガメの交尾は、メスの上にオスが覆い被さり、甲羅に掴まるような形で行われます。しかし、ウミガメたちの手はオール状で、人間のように物をつかむことはできません。一体オスはどうやってメスに掴まっているのでしょうか。ウミガメの手足をよく見てみると、一本ずつ爪が生えています（種によっては２本）。そして、オスはメスよりも爪が太く、曲がるように発達します。これをフックのようにしてメスの甲羅に引っ掛けることで、泳がれても振り落とされることなく交尾をすることができるのです。

この他、生まれてきた子ガメが海へ向かう時、目の前に岩などの障壁があると爪をひっかけて登るなどしますが、ウミガメにとって、爪の用途は極めて少ないです。ヌマガメやリクガメのような他のカメの仲間は、陸を歩く、食べ物を千切るなどの様々な目的で爪を大きく発達させてきましたが、海で泳ぐことに重きを置いたウミガメの爪は小さくなっていったのです。

このように、動物の体はよく観察してみると、その環境に適応した体つきをしています。海洋センターに訪れた際は飼育されているウミガメたちを観察し、どんな体の作りなのか、それをどんな風に使うのかなどをじっくりと見てみると、今まで気づかなかった新しい発見が出てくると思います。

ウミガメの手足にある爪

―村民ボランティア募集中―

ウミガメの調査や飼育業務の村民ボランテ

イアを募集しています。月１回でも構いませんので興味のある方はご連絡ください。
●問合せ先　小笠原海洋センター２―２８３０
（認定ＮＰＯ法人エバーラスティング・ネイチャー）
ホームページ　https://bonin-ocean.net

「続・小笠原の今と昔」

「続・小笠原の今と昔」では、戦前に硫黄島で暮らしていた島の人たちの日常を村民の皆さまにご紹介いたします。なお、転載元の書誌情報は村民だより746号をご覧ください。

硫黄島編（７）

―そこに皮膚病を治すので行ってたんだ。

地熱が、湧いてきていたんだよ。硫黄かな、温泉みたいなもんだよね。それで、法子［＝フサ子さんの妹］ずっと通ってたんだよ、おばあちゃん［＝フサ子さんの母］と。昔は、裸足で遊ぶのも多かったけど、「タコっぱ草履」って言って。今、タコノキがあるでしょう？　あれと違う［種類の］タコノキがあったの。それ用のタコノキ。その葉っぱで草履を作って、鼻緒もちゃんとつけて。

―なんか、作るのがうまい人がいたって言ってたよね。

うちの方で、Ｍさんってうちがあって、そこの「おふくおばさん」って、おばあちゃんが作ってくれたの。タコっぱ草履。

―それを買うの？

タダだよ！だって、タコの葉は［タダ］。うちにもあったよ。遠山海岸行くところにあった。それを取って、きれいに洗って、干して渡して作ってもらう。

―それ履いて木登りしたりしてたの？

履かないよ、裸足。うん。

―服もワンピースだったって言ってたよね。ワンピースで木登りもしてたの？

ワンピースだよね。［兄２人と］３人で遊んだ記憶はある。下の子と遊んだ記憶はないんだよ。ただね、サトウキビ、お酒にするキビとか、甘くて太くて、おいしいキビとか、皮をむいて、かじるの。そういうのお兄さんがさ、硫黄島産業株式会社のサトウキビ畑が、うちのすぐ向こう側にあるの、そこから取ってきて、よくかじったり。藤五郎［＝フサ子さんの弟］が小さい時、一番上のお兄さん［＝鬼和男］が背負ってて。赤ちゃんの時、覚えてるの。３人でサトウキビをかじってたの、タマナの木の下で。藤五郎が［サトウキビを］「切って」っておぶってたお兄さんに言って、［藤五郎の］ヒトフシ指を切ってしまって、うちのお父さんが急いで指を押さえて。

―人差し指のこと？

サトウキビを持って「切って」ってお兄さんに言ったみたい。その時、指も一緒に切っちゃったんだよ。元山に、病院がひとつしかなかったんだけど、そこに連れて行ったんだけど、付かなかったから、切っちゃったらしい。

―なかったんだ、先っぽ……

（川島恒夫）なかったよな。

うちのお兄さん［＝鬼和男］はすごく、気にしてたよ。自分がおぶってたからね。

―前に、タピオカがあったって言ってたよね？

武将豆？

―豆じゃなくて、でんぷんの塊みたいな……

あれは、南洋さつまいもじゃないの？　木だよ。木の根元から取れるんだよ。木になるんだよ。それを取って、芋みたいなの、それを取って洗って、乾燥させて、栗みたいにしたの。

―それがタピオカみたいなものなの？　お菓子みたいなものがあったの？

サトウキビはよくかじったね。毎日毎日、サトウキビかじってたの。でも、虫歯もなかったね。

―裸足で、虫歯もなくて、丈夫だよね。

いや、タコっぱも履いていたよ。

―学校とかに履いて行ってたんでしょう？

うん。遠足とか行く時も砂地が熱いからね。

・・・次回　硫黄島（８）につづく

小笠原村教育委員会

◎マイマイのイマ

第九十五貝

「マイマイのホームセキュリティ」

お城のセキュリティ対策を調べていたら、そこはセキュリティ会社さんのサイトだったようで、お城のセキュリティについてひと通り教えてくださった後、それよりも気軽にできる対策として、ホームセキュリティを紹介してくれました。たしかに！

マイマイのホームセキュリティではどちらかというと、構造上、お城の時代からアイディアをもらっています。

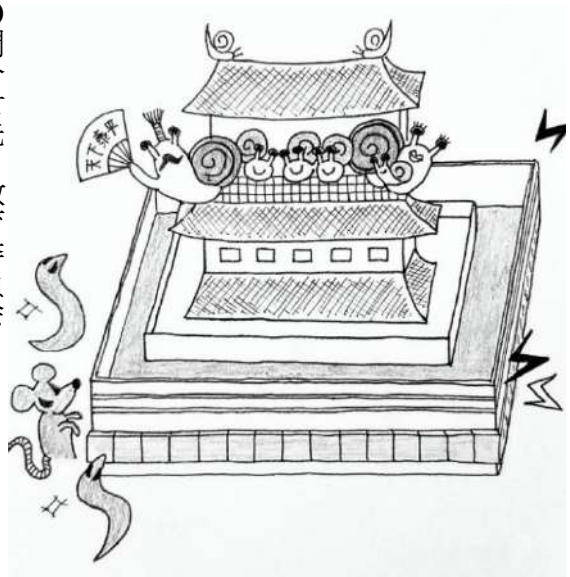
父島扇浦の森にはマイマイ用のマンション群があり、小笠原世界遺産センターで増えてくれたマイマイたちが、より野生下に近い（より厳しい）環境で育っていけるかのチャレンジが行われています。ただし、父島の森には固有のマイマイのほとんどを絶滅させているニューギニアヤリガタリクウズムシがいるので、単純に野外に出しただけではあっという間に嗅ぎつけられ食べ尽くされてしまいます。

そこで、電気柵をこしらえ、彼らの侵入を防ぎながらの飼育が始まりました。ところがそれでもどこからか侵入してきます。またネズミも入ってきて食べられます。金網で上空を覆って、さらにナイロンメッシュの網室、電気柵は二重三重に。本丸の周りに二の丸、三の丸があって、何重にも防衛策が施されていたように。

マイマイ側の繁殖は成功しつつあるのですが、対策を強化するほど、植物を生やせず、落ち葉も入らず、雨も降りこみ辛く、どんどん野外から遠い環境になってしまいます。どうしたらより開放的に野外と連続的な環境を作りつつ、プレデターの侵入のみを防ぐか、矛盾するような希望の実現が目下の課題です。現在準備中の新タイプでは透水性舗装材で底面を固め、壁面には岩塩の柵を追加。脇と足元をガチガチに対策する代わりに、餌や水分の自然供給を狙って天井は完全開放。これから入居者募集です。うまくいきますように。

なお、一歩でも城の外に出たら食べられる世界なので城主たちのお出かけも困ります。そちらのセキュリティのお話はまた今度。

【文】自然環境研究センター　森英章
【イラスト】藤崎希久江
※このお話は環境省による陸貝保全事業の成果になります。



●問合せ先　教育委員会　２―３１１７

けんこう通信

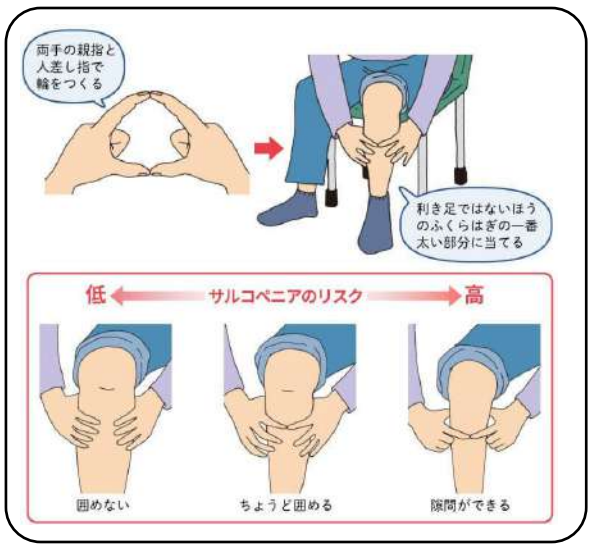
— 村民課福祉係 —
— 第２７８号 —

自宅でできる筋力アップ！

筋肉は 20 歳頃を過ぎると少しずつその量が減っていき、70 歳代では 20 歳代の４割程度に減少するといわれています。30～50 歳代の中年期にあまり運動をしないで過ごすと、筋肉が急速に減少する可能性があります。また筋肉量が多いほど長生きできることもわかってきました。（出典：「NHK 健康 ch」解説国立健康長寿医療研究センター荒井秀典氏）

今回は、自宅で手軽にできる筋力アップトレーニングを小笠原村社会福祉協議会　健康運動指導士川本真裕さんに紹介していただきます。

こんにちは、健康運動指導士の川本です。今回はご家庭での筋力アップトレーニングということで、いきいき体操教室（右下参照）でも取り入れている効果的なトレーニングをご紹介します。



○トレーニングを始める前に・・・

まずはご自身がどのくらいの筋肉量があるか測ってみましょう。

「やってみよう！指輪っかテスト！」

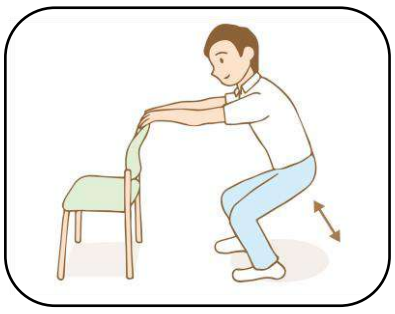
指輪っかとふくらはぎの間に隙間ができる方は、
筋肉量が減っている「サルコペニア」の可能性があります。

※「サルコペニア」とは・・・

加齢や生活習慣の影響によって筋肉の量や筋力が減ることです。
サルコペニアになると、「歩く」、「立ち上がる」などの日常生活の基本的な動作に悪い影響が生じ、転倒しやすくなったり、介護が必要になったりします。（出典：公益財団法人　長寿社会科学振興財団　健康長寿ネットより）

○自宅でできる筋トレ！『スロースクワット』

いきいき体操教室でも取り入れている「スロースクワット」は一般的なスクワットよりゆっくりと時間をかけて行うスクワットです。



鍛えられる筋肉は、
☆「大殿筋（おしり）」
☆「大腿四頭筋（前もも）」
☆「下腿三頭筋（ふくらはぎ）」等です。

これらの筋肉は「抗重力筋」ともいわれ、立ち上がる動作や立っている状態・歩くときにバランスをとるのに必要な筋肉です。

≪やってみよう！スロースクワット≫※転倒には十分ご注意ください。

図のように椅子の背もたれや机を利用し「１・２・３」とゆっくり数えながら、ご自分ができる範囲まで膝をまげ、「１・２・３」とゆっくり数えながら膝を伸ばします。

１日に２０回×２セット（１０回×４セット）を目標にやってみましょう。はじめのうちは１０回×２セットから、少しずつ増やしていきます。無理をせずご自分のペースで！筋トレを日常生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。

「いきいき体操教室」（父・母）

本文でもご紹介した、介護予防「いきいき体操教室」は、６０歳以上を対象に、父島・母島において専門的な知識を持った指導員がご自身に合った運動習慣を身につけるお手伝いをしております。

教室では主に下肢の筋トレを行い、「重力に負けない」体づくりをおこなっております。詳しくは「健康保健コーナー」をご覧ください。

クジラ：　へえーふくらはぎを指で囲むことで筋肉量の目安になるのか。簡単にできそうだね。
保健師：　若いうちから筋力アップをしておくことが生涯自分の足で歩ける体力づくりになります。スロースクワットは、雨の日や夜などちょっとした時間にできそうですね。
クジラ：　いきいき体操教室は、「重力に負けない体づくり」をしているんだね。みんなでやれば続けられそうだな。
健康運動指導士：まずは気軽に見学においでください。参加をお待ちしています。

クジラの伝言板

村民課福祉係
2－3939

4月のカレンダー

日付	曜日	行　事　予　定	日付	曜日	行　事　予　定
1	土		16	日	産科・婦人科専門診療(母島)
2	日		17	月	遊漁船業務主任者講習会(父島) 東京宝島アクセラレーションプログラム募集(～5/26)
3	月	入港日 価格等縦覧帳の縦覧(～5/31) しんくみはばたき奨学金申込み(～28日)	18	火	出港日 村議会議員選挙　告示日 産科・婦人科専門診療(父島)(～24日) 乳幼児健診・歯科健診(母島) 母島巡回労働相談
4	火		19	水	村議会議員選挙 期日前投票(父島～22日/母島～21日) 行政相談所の開設(父島)
5	水		20	木	育児学級(親子ヨガ教室)(父島)申込〆切 小笠原小学校会計年度任用職員の募集申込〆切
6	木	出港日 母島小中学校入学式 定期予防接種(父島)(母島)	21	金	母島巡回ペット診療・相談 申込〆切 国有林の森林生態系保護地域入林簡易講習会申込〆切
7	金	小笠原小学校入学式 小笠原中学校入学式 小笠原高等学校入学式	22	土	入港日 村議会議員選挙　投票日(母島)
8	土		23	日	村議会議員選挙　投票日(父島)・開票日 眼科専門診療(母島)(・24日)
9	日	入港日	24	月	育児学級(親子ヨガ教室)(父島) 日商簿記検申込期間(～5/11)
10	月		25	火	出港日
11	火		26	水	眼科専門診療(父島)(～30日) 村議会録画放送(ケーブルテレビ)(・27日)
12	水	出港日	27	木	母島巡回ペット診療・相談(・28日)
13	木	乳幼児健診・歯科健診(父島) 狂犬病予防集合注射(父島)	28	金	電話による法律相談(第二東京弁護士会)
14	金	狂犬病予防集合注射(母島) ケーブルテレビ利用料支払方法変更〆切 地域振興に係る補助事業の募集(第１回)〆切	29	土	入港日　昭和の日 村営バスGW増便(・30日、5/3～5/5) こどもまつり(父島)/こどもの日の集い(母島) アホウドリ報告会(ビジターセンター)
15	土	入港日 遊漁船業務主任者講習会(母島)	30	日	出港日 母島診療所(歯科)の休診(～5/10)

※　マーク：小笠原高校 図書館開放日

※島しょ法律相談(電話相談)(東京都)　3日・5日・7日・10日・12日・14日・17日・19日・21日・24日・26日・28日