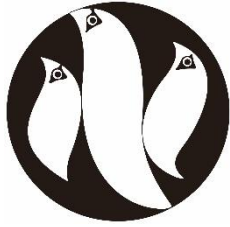


NO.799
令和8年(2026)
10/1(木)



小笠原 -OGASAWARA-
村民だより

編集・発行 小笠原村総務課

東京都小笠原村父島字西町

TEL04998(2)3111
FAX04998(2)3222



▲
村民だよりはHPから
もご覧いただけます。

ホームページアドレス

<https://www.vill.ogasawara.tokyo.jp>

小笠原の花・木・鳥・魚

花	ムニンヒメツバキ	木	タコノキ
鳥	ハバジマメグロ	魚	アオムロ

住民基本台帳登録者数(9/1)

2,457人

父島 母島

人口	2,061人	396人
世帯	1,242	260

8月気象状況(父島)

最高気温 34.2℃

最低気温 24.1℃

平均気温 28.4℃

平均湿度 84%

月降水量 86.0mm

ダム貯水率

9/15 現在

父島

89.58/100

母島

92.9/100

小笠原諸島の日本領有150周年

10月17日は、日本政府が小笠原諸島(小笠原島)の領有を国際的に通知した日です。

今から150年前の1876(明治9)年10月17日に日本政府が関係各国に対して小笠原諸島(火山列島、南鳥島及び沖ノ鳥島を除く)の領有を通告しました。このことにより、小笠原諸島が日本領であることが国際的に確定され、今日の小笠原村の発展につながったと言えます。1830年に初めて人が定住してから46年後のことでした。

今月17日には、ぜひ小笠原村の成り立ちや先人たちの功績に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

【小笠原島ゆかりの人々(田畑道夫著)からの抜粋】

明治九年(一八七六)一月、田辺太一らの調査書と、四省(※外務、内務、大蔵、海軍)連名の小笠原島開拓着手見込書、及び四万一千四百円の予算要求書が太政官に提出され、同年三月には小笠原島の主管を内務省に決定した。七月には「島規則・港規則・税制」を公示し、八月には小笠原島内務省出張所長として内務権少丞の小花作助(作之助)を任命した。

かくして同年十月十七日、外務卿の寺島宗則は、英国、伊国、米国、蘭国、デンマーク、ベルギー、オーストリア、露国、ペルー、スペイン、仏国、独国の十二ヶ国に「小笠原島諸規則」を送り、「小笠原島の日本による管治」を通告すると共に、官庁を置き、官吏を派遣して直轄することを知照した。

これに対し、英国と米国から「治外法権」を認めるようにとの要請があったが、「認められない」と回答した。その後何等の異議を唱える国もなく、ここに「小笠原島」の日本領が確定したのである。

●問合せ先

総務課 2-3111

南鳥島の地層処分文庫調査に関する

「理解活動・意見交換の場」

南鳥島の地層処分文庫調査に関して、専門性やテーマに分けた「説明・議論の場」や「勉強会」、「個別説明・意見交換会」を行います。

詳細は別途、チラシ配布や村のホームページ、掲示板への掲載により周知いたします。

【勉強会】

意見交換でいただいた提案等を踏まえ、地層処分関係に限定しない内容で勉強会を実施します。今回は原子燃料サイクルの概要と現状をテーマとした講演および質疑応答を実施します。

《父島》地域福祉センター 多目的ホール

10月11日(日)午後7時

《母島》母島村民会館 多目的ホール

10月12日(月)祝午後7時

【説明・議論の場】

日本における地層処分に適した地層環境をテーマとした説明および質疑応答を実施します。

《父島》地域福祉センター 多目的ホール

①10月14日(水)午後2時

②10月14日(水)午後7時

《母島》母島村民会館 多目的ホール

①10月16日(金)午後2時

②10月16日(金)午後7時

【個別説明・意見交換会】

個人やグループの少人数を対象とした説明・意見交換の場です。以下の日程からご都合の良い日時をお申込みください。(事前予約制)

《父島》村役場

①10月14日(水)午前9時～正午

②10月15日(木)午後2時～8時

《母島》母島支所

①10月17日(土)午前9時～午後1時

②10月18日(日)午前9時～正午

●問合せ先

総務課企画政策室 2-3111

境界地域研究ネットワークJAPPA

Nセミナー2026@小笠原開催

「境界地域の未来にむけて」をテーマに移住定住や境界地域ネットワークについて議論をします。

参加者全員での全体討論も行うため、実際に境界地域で生活する皆様の生の声をお聞かせください。村民の皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

オンライン参加も可能ですので希望される方はQRコードよりご登録ください。

【日時】10月3日(土)午後1時30分

【場所】地域福祉センター 2階会議室

●問合せ先 総務課企画政策室 2-3111



村民と議員の懇談会の開催

村議会議員全員参加によるワールドカフェ方式で「村民と議員の懇談会」を開催いたします。

今回は、これまで議会運営委員会で行ってきた「議員報酬改正」の報告も行います。

ぜひ皆さまのご来場お待ちしております。

※ワールドカフェ方式とはカフェのようなリラックスした雰囲気の中、少人数で対話を繰り返しながら多様な意見や知識を共有する手法です。

【テーマ】「議員とたくさん語ろう」

【日時】

《母島》10月8日(木)午後7時

《父島》10月9日(金)午後7時

【場所】

《母島》母島村民会館 体育室

《父島》地域福祉センター 多目的ホール

●問合せ先

議会事務局 2-3118

水道基本料金減免期間延長

都の無償化に倣い村でも減免を実施していましたが、国の重点支援地方交付金を活用し、11月検針分まで延長します。

【期間】10月～11月検針分

【対象口径】13～25ミリ

【減免額(税抜)】

○13ミリ、900円

○20ミリ、1000円

○25ミリ、2600円

詳しくはお問い合わせください。

●問合せ先 建設水道課 2-3115

母島支所 3-2111

国民年金保険料の育児免除制度が始まります

10月から国民年金第1号被保険者(自営業者・農業者・アルバイト・無職など)も育児で保険料が免除される制度が始まります。お子さま(実子・養子)を育てている方(父母・養父母)は申請することで保険料が免除されます。

育児免除期間として「保険料の納付が免除された期間」は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

【対象期間】

お子さまが1歳になる誕生日の前月

(令和8年10月より前から養育している場合は10月1日から1歳になる誕生日の前月まで)申請はスマートフォンによる電子申請、または届書(紙)による窓口での申請になります。制度や手続きの詳細は「日本年金機構特設ページ」よりご確認ください。



●問合せ先 村民課住民係 2-3113

今月の納期限および口座振替日

10月は、村民税・都民税・森林環境税(第3期)、国民健康保険税(第3期)、介護保険料(第3期)および後期高齢者医療保険料(第2期)の納期です。

納期限および口座振替日は、11月2日(月)となっておりますので、納期限までにお納めいただきますようお願いいたします。

口座からの自動払込による納付を申し込まれている方は、口座振替日の残高不足にご注意ください。

●問合せ先 財政課税務係 2-3112

村民課住民係 2-3113

おが高生未来の夢応援プロジェクト成果報告会

小笠原村では、夏休み中に高校生自らが企画立案する体験等の機会に対して財政支援を行う、おが高生未来の夢応援プロジェクトを実施しています。自身の夢の実現のために活動した内容について、高校生が発表する成果報告会を開催します。中高生や保護者はもちろんのこと、地域の皆さまもぜひご来場ください。

【日時】10月12日(月・祝)午後2時～4時ごろ

【場所】村役場 議会議事堂

氏名(学年)	主な活動内容・行先等
市野礼雄(3)	大学・研究施設視察／ドイツ・スイス
松原友香(2)	短期塾入塾等／都内・神奈川県
白倉 築(2)	ボランティア活動／インドネシア
松林浩太郎(1)	サマーキャンプ参加・学校見学等／都内・長野県

●問合せ先 小笠原村教育委員会

2-3117

村有施設指定管理者の公募

村有施設を管理する指定管理者を公募します。

【施設名】奥村運動場、ロース記念館

【管理期間】令和9年4月1日(木)

～令和12年3月31日(日)

【応募期間】10月9日(金)～30日(金)

【資料請求および応募先】

教育委員会事務局または母島支所

詳しくはお問い合わせください。

●問合せ先 教育委員会事務局 2-3117

母島支所 3-2111

【施設名】地域福祉センター

【管理期間】令和9年4月1日(木)

～令和12年3月31日(日)

【応募期間】10月13日(火)～30日(金)

【資料請求および応募先】村民課福祉係

詳しくはお問い合わせください。

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

母島支所庶務係 3-2111

小笠原村人事異動

9月1日付

【採用】

《主任級》

医療課診療所係(小笠原村診療所)

西 夏実(看護師)

9月30日付

【退職】

《係長級》

医療課診療所係主査 泉 静

宮公署等のコーナー

東京都小笠原移住定住促進住宅(新しい小笠原住宅)に関する説明会の開催

現在、東京都により父島・母島の新しい小笠原住宅の整備が進められています。この度、住宅の管理に関する説明会が開催されます。なお、東京都職員が来島できない状況となった場合、説明会を延期させていただくことがあります。

【父島】

《日時》10月11日(日)午前10時

《場所》地域福祉センター 多目的ホール

【母島】

《日時》10月12日(月)午後3時

《場所》母島村民会館 多目的ホール

●問合せ先 東京都住宅政策本部都営住宅経営部住宅整備課

03-5320-4986(直通)

10月9日(金)以降は、担当者が小笠原村に渡航しているため、東京都小笠原支庁土木課住宅担当2-2169までご連絡ください。

母島沖港における無電柱化事業に関する説明会

東京都港湾局では、東京都無電柱化計画に基づき、母島沖港において、無電柱化工事を実施します。工事の着手にあたり、事業の目的や工事内容等についてご説明するため、説明会を開催します。

【日時】10月19日(月)

午後3時～1時間程度
午後7時～1時間程度

※同じ内容で2回開催します。

【場所】母島村民会館 多目的ホール

●問合せ先 東京都港湾局離島港湾部計画課
03-5320-5660
小笠原支庁港湾課 2-2161

東京アプリ生活応援事業の対面サポートを開催！

東京アプリの新規登録や、1万1千東京ポイントの申し込みまでの手順を講義形式でご案内します。

【父島】10月11日(日)

《開始時間》午後0時30分、午後2時30分、午後4時(各回50分)

《場所》地域福祉センター 2階大会議室

【母島】10月12日(月・祝)

《開始時間》午前11時、午後0時30分、午後2時30分、午後4時(各回50分)

《場所》母島支所 大会議室

【対象者】東京アプリ生活応援事業への参加を希望する方※各回18人程度

【費用】無料

【持ち物】

○スマートフォン

※対象機種はHPをご確認ください。

○マイナンバーカード

※マイナンバーカードを作った時の暗証番号(4桁の数字)が必要です。

【申込方法】電話による事前予約



●予約・問合せ先

東京アプリ専用コールセンター

03-6901-7979

(午前9時～午後7時)※土日祝含む

BONIN ISLAND JAZZ 2026 - 10th Anniversary -



ライブコンサートを中心に、屋台出店、環境プロジェクト、ワークショップなどを交えたイベント開催にあたり、各種募集をいたします。

皆さまのご応募をお待ちしております。

※状況により予定は変更となる場合もあります。予めご了承ください。

【父島野外音楽イベント】

《日時》11月15日(日)午前11時から午後8時30分(予定)

※荒天時は翌日16日(月)に順延

《場所》大神山公園お祭り広場および前浜

《出演》OGASAWARA DREAM SESSION

(大山渉、元晴、TANCO、YUKY、田中綾美、大和正樹)、サトウタイジ(シアターブルック)、バケツドラマーMASA、蓮根ロッカーズ、他

【その他プログラム】

11月13日(金)から16日(月)まで、おがさわら丸船内や島内各所にてミニイベント、ワークショップ、店舗ライブ、展示会、10周年ダイジェスト上映会などを実施予定です。

【募集】

《出店》11月15日(日)父島会場

※荒天時は翌日16日(月)に順延

島の魅力を音楽と共に

「ボニンアイランドマーケット」ボニンアイランドジャズと同時開催。フード、ドリンク、手仕事、アート、ワークショップ、展示、その他、お申し込みお待ちしております。

《申込期限》10月3日(土)午後5時まで

《千人バンド出演者》(年齢経験問わず)

11月14日(土)午後父島にてリハーサル

11月15日(日)父島会場にて共演

《ボランティアスタッフ》父島各種会場

《寄付・協賛》広告協賛など各種受付中

※千人バンド出演、ボランティアスタッフ、寄付協賛はイベント当日まで受付しています。パンフレットへの広告協賛掲載や出演者スタッフの名前掲載は入稿の都合上10月4日(日)午後5時までの申し込み者に限ります。

※各種詳細はホームページをご覧ください。

皆さまのご支援・ご協力、よろしく願いたします。

●申込み・問合せ先

ボニンアイランドジャズ実行委員会

(出店申込みについて)

片岡大志 090-2239-2266

(その他申込みについて)

小田川明子 090-3608-7837



<https://www.boninlandjazz.com/contact>

公開講座『ワクワクサイエンス教室』

生き物や身の回りの物質について、観察や実験を通して楽しく学ぶ講座です。自分の目で見て、手を動かして確かめながら、科学の不思議を発見する楽しさを体験できます。

【開催期間】10月24日(土)・25日(日)全2回

※両日とも午後1時30分～4時30分

【会場】東京都立小笠原高等学校

【対象】小学校4年生～高校3年生

【募集】定員15名(応募多数の場合は先着順)

【申込期間】10月1日(木)～9日(金)

(電話申込)

【受講料】無料

●申込み・問合せ先 小笠原高校2-2346

(平日午前8時～正午、午後1時30分～5時)

赤い羽根共同募金運動

「つながりをたやさない社会づくり

～あなたは一人じゃない～

赤い羽根共同募金は子ども、高齢者、地域福祉など皆様に関わりのあるところで役立てられています。今年も10月1日から始まる募金運動にご理解とご支援をお願い申し上げます。

なお共同募金への寄付金には税制上の優遇措置があります。

●問合せ先

東京都共同募金会小笠原村地区協力会

(小笠原村社会福祉協議会内)2-2486

「島しよ法律相談」のご案内

東京都では、島しよ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。

10月		
月	水	金
		2
5	7	9
	14	16
19	21	23
26	28	30

【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)

にお願いたします。

●相談・予約・問合せ先

東京都生活文化局都民生活部地域活動推進課

03-5388-2245

行政相談所の開設

【実施日程】10月20日(火)

【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 佐々木英樹

※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】10月23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・問合せ先

第二東京弁護士会法律相談課

03-35581-2250

(受付時間：平日午前9時30分～

午後4時30分)

母島巡回労働相談

【日時】10月26日(月)午前11時～午後1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。

【お知らせ】

《令和8年度東京都最低賃金額改定》

東京都最低賃金は、令和8年10月1日(木)

より時間額1280円に引き上げられます。

●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

第49回小笠原村健康診断

小笠原村健康診断を次のとおり実施します。健診を受けるには予約が必要です。

マイナ保険証の方は、事前に「ご自身の保険組合を把握した上で予約を取るようお願いいたします。保険が不明の方はマイナポータルでご確認ください。

【予約受付期間】

10月30日(金)～11月13日(金)

午前8時～午後5時15分

(正午～午後1時30分・土日祝日は除く)

【予約方法】電話で「ご予約ください。」

【予約先】

《父島》予約専用電話

080-8867-3432

村民課福祉係 2-3939

《母島》母島支所庶務係 3-2111

【注意事項】

○電話予約の際に、氏名、年齢、生年月日、電話番号、加入している健康保険の種類、希望の日時・検査項目をお伝えください。

○日時は、時間帯ごとに人数制限がありますので、ご希望に添えない場合があります。

○午前中は大変込み合います。胃がん検診を受診されない方は、なるべく午後の時間帯を予約してください。

血液検査の数値は食後の時間を計算して実するので、午後の受診でも変わりません。

場所 日時 項目	母島:村民会館(一部診療所)				父島:福祉センター / 肺がん・結核検診(胸部X線)撮影は保健所											
	11/21(土)		11/22(日)		11/24(火)		11/25(水)		11/26(木)		11/27(金)		11/28(土)		11/29(日)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
基本健診	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
肺がん	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
女性がん	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
胃がん	○		○		○		○		○		○		○		○	

【感染症対策】

○健診日当日に体の不調がある場合は無理をせず、健診を控えるとともに、電話等で健診日の変更等お問い合わせください。

○会場内ではマスク着用のうえ、手指消毒への協力をお願いします。

【健診受付時間】

午前8時～11時、午後1時～3時

※父島の女性がん検診受付時間

午後4時まで(29日は午前11時まで)

※父島の肺がん・結核検診(胸部X線)

午前8時30分～正午、午後1時30分～4時

(29日は午後1時まで)

※撮影は保健所

【対象年齢基準日】令和9年3月31日

【基本健診】

○30歳～39歳で小笠原村に住所を有する方(ただし、協会けんぽ東京支部の検診対象となる35歳～39歳の方については、事業所による事前登録が必要)

○40歳～74歳で、国民健康保険の被保険者の方(年度の途中に国保に加入した方も含む)

○後期高齢者医療の被保険者の方

○40歳以上の生活保護受給者の方

○一部の官公署等の職域健診の対象の方(各事業所取りまとめによる事前登録が必要)

○協会けんぽ東京支部の被保険者で35歳以上の方(事業所による事前登録が必要)

○「特定健康診査受診券(セット券)」をお持ちの方で、村役場での受付を済ませた方

※事前登録については、村民だより9月号を参照してください。

【がん検診等】
《胃がん検診》
○50歳以上の方、もしくは昨年度内視鏡検査で所見のあった方
《肺がん・結核検診(胸部X線)》
○40歳以上の方
《大腸がん検診(※1)》
○40歳以上の方
《女性がん検診(子宮頸がん)》
○20代の方(事前申し込みをされた方)
○30歳以上の方
《女性がん検診(乳がん・超音波検査)》
○30歳以上の方
《前立腺がん検診》
○基本健診受診者で50歳以上の方
《肝炎ウイルス検査(B型・C型)》
○40歳の方
《骨粗しょう症検診》
○40歳以上で5歳刻みの節目年齢の方
※所属している事業所で健康保険に加入し、事業所の実施する健康診断を受診された方、受診する予定の方は、基本健診の対象者ではありません。

※基本健診受診対象者でない方でも、住民としてがん検診を受けることができます(前立腺がん検診を除く)が、受診票の作成が必要なため、事前の申し込みが必要です。詳細は村民日より9月号を参照ください。
※職域健診の対象者は年齢基準が異なる場合がありますので、職場の担当者の方にご確認ください。

※1:大腸がん検診(1次検査)
検便による便潜血検査になります。2次検査は内地医療機関での検査となります。健康診断をご予約の際に申込みいただき、表の日程で検体容器をお受け取りください。(母島で受け取った容器を父島で使用することはできません。)

大腸がん検診

	申込及び配布日・受取場所	採便日	提出日	提出時間	提出場所
母島	10/30(金)～18(水) 母島支所	11/20(金)～11/22(日) のうち2日間	11/21(土)	午前8～11時 午後1時～3時	村民会館
			11/22(日)	午前8～11時	村民会館
父島	11/24(火)～29(日) 地域福祉センター	11/28(土)～12/1(火) のうち2日間	11/29(日)	午後1～3時	地域福祉センター
			12/1(火)	午前9時30分～10時30分	地域福祉センター

※提出時間厳守でお願いいたします。

○健診当日は必要事項を記入した受診票をお持ちください。
○「特定健康診査受診券(セツト券)」をお持ちの方は、受診券と健康保険証等ご加入の医療保険を確認できるものをお持ちください。
○今年度40歳になる方は、肝炎ウイルス検診(B型・C型)を実施します。受診票に検査希望の有無をチェックしてください。

○父島の肺がん・結核健診(胸部X線)は保健所で実施します。先に福祉センターで受付を済ませてから、保健所にご案内します。
○予約時間は受付時刻の目安です。受診時刻ではありません。呼び出しの順番は予約時間を優先していますが、予約時間を過ぎた受付は、次の予約枠の方が優先となりますのでご注意ください。
○父島の女性がん検診・胃がん検診は、待ち時間が1～2時間以上かかる場合があります。また、両検診を同日に受診する場合は、午前十後に分けての予約となります。

(当日の混み具合によって午前中に両検診をご案内できる場合もあります。)
○女性がん検診について、クーポン券を使って内地で受診した方、または内地での受診を予定している方は、今回の健康診断は受診できません。
○健診機関及び小笠原村による健診における個人情報取得に関しては、健診の受付をした段階で同意されたものとみなすことといたします。

○健診期間中上京されている方は、11月9日～11月29日まで、「ここから」の元氣プラザで基本健診等を受診できます。(土日祝日・年末年始を除く)
申し込みは受診票が届いてから、ご自身でご予約ください。検診内容によってはご希望の日時に添いかなる場合もあります。詳しくは村民課にお問い合わせください。

○託児所を設けますので、お子様連れの方はお気軽にご利用ください。
《父島》地域福祉センター 児童遊戯室
《母島》母島保育園内

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939
母島支所庶務係 3-2111
定期予防接種(11月)
11月の定期予防接種の日程をお知らせします。

【父島】
《日時》11月5日(木)午後3時～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》11月5日(木)午後3時30分～4時
《場所》母島診療所
○接種可能予防接種
小児用肺炎球菌ワクチン、五種混合ワクチン、BCGワクチン、ロタワクチン、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

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939
親子教室(すくすくキッズ)
保育士・保健師と共に、親子でふれあいが楽しく遊びましょう。

【父島】
《テーマ》運動あそび
《対象者》1歳半～3歳児と保護者
《日時》10月28日(水)午前10時～11時15分
《場所》地域福祉センター 多目的ホール
《持ち物》動きやすい服装、飲み物
《申込締切》10月27日(火)

【母島】

《テーマ》きのこの手形制作
《対象者》未就園児と保護者
《日時》10月22日(木)午前10時～10時30分

《場所》母島支所 大広間
《持ち物》汚れても良い服装、飲み物
《申込締切》10月19日(月)

●申込み・問合せ先 村民課福祉係 2-3939

公認心理師による子育て

個別相談(11月)

公認心理師による個別相談を実施します。
「癪が気になる」、「お友達と比べて、ちよつと気になる」、「いつも叱つてばかりになってしまふ」、「どういふ声掛けをしたらいいの?」など子育てに関することでお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

【対象者】就学前までのお子さんと保護者

【母島】

《日時》11月8日(日)午後11月9日(月)午前

《場所》母島支所 2階小会議室

【父島】

《日時》11月9日(月)午後11月10日(火)午後11月11日(水)午前

《場所》地域福祉センター 2階和室

※事前に申込みが必要です。申し込み後、日時を調整いたします。

【申込締切】10月16日(金)

●申込み・問合せ先 村民課福祉係 2-3939

育児学級(おやつのお母島)

管理栄養士とおやつを通してお子さんの食事について考えてみませんか。
【対象者】離乳食を完了した3歳までのお子さんと保護者

【日時】10月21日(水)午前10時～11時30分
【場所】母島新村民会館 2階多目的室
【申込締切】10月16日(金)
【持ち物】子ども用エプロン、筆記用具

●申込み・問合せ先 村民課福祉係 2-3939

インフルエンザ予防接種費の助成制度

【子ども(生後6カ月～13歳未満)】

《対象者》
村内に住民登録があり、接種日において生後6カ月から13歳未満の者で令和8年10月1日から令和9年1月31日までに接種を行った方

《申請方法》

助成を希望される方は、予防接種後、村役場・母島支所で申請(還付)の手続きをしてください。その際、次のものをお持ちください。
・印鑑・インフルエンザ予防接種の領収書
・振込先がわかるもの

《助成額》1回当たり2千円を上限として、一人当たり2回まで助成。

【高齢者】

村内に住民登録があり、次に該当する方は、予防接種費の半額を助成します。

《対象者》

①接種日において、65歳以上の方。
②接種日において、60歳以上65歳未満であつて、心臓・じん臓・呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害(身体障害者手帳1級程度)を有する方。(認定が必要です。接種前に福祉係にお問合せ下さい。)

《申請方法》

助成対象の方は予約完了後、事前に診療所に「インフルエンザ予防接種予診票」(水色)を取りに行き、記入して接種当日にご提出ください。

《助成後の自己負担額》2430円

《生活保護世帯・住民税非課税世帯》

村内に住民登録がある生活保護世帯及び住民税非課税世帯に該当する方は、接種費の全額を助成します。

《対象者・申請方法》

①生活保護世帯の方

小笠原村診療所・母島診療所では、窓口での自己負担額なしで接種できます。

②非課税世帯の方

助成を受ける方は、予防接種後、村役場・母島支所にて「住民税非課税証明書」を取得し、申請(還付)の手続きをしてください。その際、次のものをお持ちください。
・印鑑・インフルエンザ予防接種の領収書
・振込先がわかるもの

《助成後の自己負担額》0円

※村外で接種を希望される方は事前にお問合せ下さい。

※予防接種は事前予約が必要です。予約については診療所へお問合せください。

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

医療のコーナー

インフルエンザ予防接種

インフルエンザ予防接種を実施いたします。接種後、効果が現れるまで約2週間程度かかり、効果は約5か月持続します。インフルエンザの流行に備え早めの接種をお勧めします。

【接種対象者】6カ月歳以上

【接種回数】

《13歳未満の方》2回接種
※2回目の接種は2～4週間の間隔をおきます。

※2回接種を行う場合の接種間隔は、免疫効果を考慮すると4週間おくとこが望ましいです。

《13歳以上の方》1回接種

【料金】

《3歳未満の方》
1回目4030円、2回目1870円

《3歳以上65歳未満の方》
1回目4850円、2回目2690円

《65歳以上の方》2430円

※1回目、がほかの医療機関で接種の場合の2回目は、1回目の料金となります。

【父島】※予約制です。

10月18日(日)

11月6日(金)・10日(火)・14日(土)・20日(金)

12月1日(火)・7日(月)・17日(木)

《接種時間》平日午後4時～5時
休日午後3時～5時

【母島】※予約制です。

10月27日(火)30日(金)

11月10日(火)・13日(金)・24日(火)・27日(金)

《接種時間》3歳未満午後3時30分～4時
3歳以上午後4時～5時

※感染予防の観点から、診療所での混雑を防止するため、予約制となっております。診療時間内に電話にてお申込み出来ます。診療所までご連絡ください。

※問診票は、お申込み完了後、接種日までの間に診療所まで取りに来てください。

※問診票は、必要事項を記入の上、接種当日にご持参ください。

※体温は診療所で測っていただきます。

※2回接種の方は、2〜4週間間隔を開ける必要があるため、早めの日程での接種をお願いします。

※高校生以下の方は保護者の同伴が必要です。7歳未満の方は母子手帳をご持参ください。

●申込・問合せ先
小笠原村診療所 2-3800
母島診療所 3-2115

皮膚科専門診療

全て予約制です。

【事前予約】

平日、午前8時30分〜正午、午後1時30分〜午後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

《診療日》10月1日(木)〜4日(日)

〔注:10月3日(土)は休診です〕

●問合せ先 小笠原村診療所 2-3800

産科・婦人科専門診療

全て予約制です。

【予約受付】

平日午後1時30分〜5時の間に、電話にて診療所にご予約ください。

【父島】

《場所》小笠原村診療所

《日時》10月26日(月)〜29日(木)

午前9時〜11時30分、午後2時〜4時

【母島】

《場所》母島診療所

《日時》10月31日(土)

午前9時〜11時30分、午後2時〜4時

●問合せ先 小笠原村診療所 2-3800
母島診療所 3-2115

眼科専門診療

全て予約制です。

【事前予約】

平日、午前8時30分〜正午、午後1時30分〜午後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》10月30日(金)〜11月3日(火)

午前9時〜正午、午後2時〜5時

〔注:10月31日(土)は休診です〕

【母島】

《場所》母島診療所

《日時》10月25日(日)・26日(月)

午前9時〜正午、午後2時〜5時

※コンタクトレンズの処方ではありません。

※眼鏡処方希望される方は、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

耳鼻咽喉科専門診療

全て予約制です。

【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》11月12日(木)〜16日(月)

午前9時〜正午、午後2時〜5時

〔注:11月14日(土)は休診です〕

【母島】

《場所》母島診療所

《日時》11月9日(月)・10日(火)

午前9時〜正午、午後2時〜5時

●問合せ先 小笠原村診療所 2-3800
母島診療所 3-2115

小笠原海運からのお知らせ

【年末年始便の一斉発売日について】

12月29日(火)東京発〜令和9年1月2日(土)父島発のおがさわら丸乗船券の予約・発売開始日は10月29日(木)午前9時からとなります。

※村民の方も一般(村民以外)の方も同じです。

10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、掲載のない料金は直接営業所2-2500まで、お問い合わせください。

※(内)は変動調整額となります。

10月の燃料油価格変動調整金

単位:円

等級	大人	学生	小人
1等	59,900 (+10,400)	51,250 (+8,900)	29,950 (+5,200)
特2等寝台	43,260 (+7,510)	34,610 (+6,010)	21,630 (+3,750)
2等寝台	32,590 (+5,660)	26,080 (+4,530)	16,300 (+2,830)
2等和室	28,610 (+4,970)	22,890 (+3,970)	14,310 (+2,490)
等級	村民	村民小人	身障者
1等	46,930 (+8,150)	23,470 (+4,080)	29,950 (+5,200)
特2等寝台	30,290 (+5,260)	15,150 (+2,630)	21,630 (+3,750)
2等寝台	22,820 (+3,960)	11,410 (+1,980)	16,300 (+2,830)
2等和室	20,030 (+3,480)	10,020 (+1,740)	14,310 (+2,490)

※ご予約された乗船券はご乗船の7日前までに購入をお願いいたします。

おがさわら丸

旅客運賃

貨物運賃

【乗船券販売時間】
午前8時〜午後4時まで
※ただし、入港日は午前9時〜
※昼休:午前11時30分〜午後1時
※出港2時間前〜出港までは乗船手続
のみのため当日券以外の販売はいたしません。

単位:円

等級	大人	小人	学生
2等	5,020 (+1,070)	2,510 (+530)	4,020 (+860)
村民割引 2等往復	6,030 (+1,290)	3,020 (+650)	
等級	A(3名用)	B(2名用)	
個室椅子席	5,000	3,000	
1等品	9,817 (+1,369)		
2等品	9,203 (+1,283)		
3等品	8,590 (+1,198)		
小口 0.1t以下	983 (+137)		
小口 0.075t以下	741 (+103)		

ははじま丸

旅客運賃

貨物運賃

●問合せ先

父島営業所

2-2500



母島巡回ペット診療・相談

小笠原動物対処室の獣医師による母島巡回ペット診療・相談を行います。事前予約制です。詳細は予約時にご確認ください。

【場所・日時】母島支所

10月19日(月)午前11時～正午、

午後2時～4時30分

10月20日(火)午前8時30分～11時

《予約申込み先》小笠原動物対処室

090-1692-7666

●問合せ先 環境課自然環境係 2-2270

村民向け地形・地質視察会のご案内

世界自然遺産登録15周年を記念し、地形・地質に関する視察会を開催します。

本視察会には小笠原の地質に関する専門家金山恭子氏を招き、島内各所の地質スポットを巡り、島の成り立ちについて解説します。

また、視察会の中では石探し体験を行い、拾った石を見ながらその成り立ちを紐解きます。

【日時】

《父島》10月11日(日)

午前8時～正午

《母島》10月12日(月)

午前10時～午後12時30分(ろ

【募集締切】10月9日(金)

【募集人数】事前申込制です。

《父島》先着20名程度

《母島》先着10名程度

【集合・解散場所】

《父島》小笠原村役場

《母島》母島支所

【応募資格】

小笠原に住所を有する小学5年生以上の方(小学生は保護者同伴)

●申込み・問合せ先

環境課自然環境係 2-2270

地形・地質に関する講演会の開催

『小笠原の足元には、地球の物語が刻まれている』ポニナイトから西之島まで』

小笠原の地質に関する専門家金山恭子氏より、小笠原諸島の地形地質の魅力について講演いただきます。

【父島】

《日時》10月11日(日)午後5時～6時30分

《会場》世界遺産センター

【母島】

《日時》10月12日(月)午後5時～6時30分

《会場》母島新村民会館

●問合せ先 環境課自然環境係 2-2270

**スイッチ
オガサワイフ**

ごみ箱の中から失礼します、
私は、資源です。

家庭ごみの約半分*は
リサイクル可能!

父島・役場横
リサイクルコンテナ
母島・リサイクルステーション

リサイクルできる
資源はコチラ!

日本容器包装リサイクル協会
イラストで見る『容器』『包装』

ゼロカーボン
大作戦

電気小型トラックを母島にご寄贈いただきました

村のゼロカーボンシティ推進に向けた取り組みをご支援いただくため、ダイヤモンド・トラック・ファイナンシャル・サービス・アジア株式会社より、電気小型トラック「eCarter」1台をご寄贈いただきました。

去る9月3日には母島において納車式が執り行われ、村長より同社へ深い感謝の意を伝えるとともに、島内での運用がスタートしました。

このEVトラックは、母島で進められている「再エネ100%電力供給実証事業」のクリーンな電力を極力活用し、主にリサイクル資源の運搬で活躍します。

今回のご寄贈におきましては、車両本体にとどまらず、母島への輸送や充電設備の設置、さらには今後の維持管理に至るまで、同社ならびに製造元である三菱ふそうトラック・バス株式会社より多大なるご支援をいただきました。



●問合せ先 環境課自然環境係 2-2270

マイボトルで、ペットボトルのごみを減らそう!

― 試験的に給水機を設置しました ―
ひとつポニライフは、持続可能な地域づくりに取り組んでいます。今回は、ペットボトルごみの削減とマイボトルの利用を広げるため、小笠原アイランド農業協同組合直売所(父島)に給水機を設置しました。

私たちは「そもそもごみになるものを減らす」ことが大切だと考えています。マイボトルを使うというとても小さな行動から、ペットボトルごみの少ない小笠原を一緒につくっていきましょう。



※本取り組みは、「みんなで取り組むゼロカーボンチャレンジ補助金」を活用して村民団体が主体となり実施しています。

●実施主体 ひとつポニライフ

●補助金問合せ先 環境課自然環境係

2-2270



【注意】アジアベッコウマイマイが父島で初確認されました。

外来のカタツムリであるアジアベッコウマイマイが、8月26日に父島・扇浦で初確認されました。母島では2016年の侵入確認以降、人や物資の移動に伴って広範囲に拡散し、集落部などで大発生しています。

アジアベッコウマイマイが侵入・定着してしまうと、生活衛生環境、農作物、自然環境に深刻な影響が生じる懸念があります。父島島内のこれ以上の侵入拡大を防止するため、業務や趣味等で植木や苗木、資材等を父島島外から持ち込む場合、また父島島内で移動させる場合には、このカタツムリが付着していないか、入念に事前確認いただくようお願いいたします。

アジアベッコウマイマイは、成貝の殻の大きさが2〜3cm、殻は黄褐色で、べつ甲細工のようなツヤツヤした光沢がある、という特徴があります。

もし野外で、アジアベッコウマイマイを発見した場合には、環境省小笠原自然保護官事務所(2-7-74)までご連絡をお願いします。

扇浦で確認された個体



(一財)自然環境研究センター撮影

問合せ先 環境省小笠原自然保護官事務所

2-7-74

母島アカギ木工教室

今年もアカギ木工教室を開催します。母島の木を使って、世界に一つだけのオリジナル作品を作ってみませんか？

○各回入れ替えの完全予約制

○道具・材料不要

○小学生から参加できます(小学校3年生以下は保護者同伴)

①お箸②カトラリー③小皿④フォトフレームからコースを選んで、ご予約時にお伝えください。

【実施日時】

全3回(各回定員12名)

第1回11月2日(月)午後6時〜9時

第2回11月3日(火・祝)午前9時〜正午

第3回11月3日(火・祝)午後2時〜5時

【実施場所】母島小中学校 技術室

【参加費】保険代100円

【主催】環境省母島自然保護官事務所

3-2577

申込・問合せ先 小笠原環境計画研究所

3-7555

ビクターセンターのお知らせ

【開館日】おがさわら丸入港日〜出港日

【開館時間】午前8時30分〜午後5時

【特別展】

○「小笠原諸島返還後の歩み〜当時の様子を振り返る写真展」(新館)開催中

第二次世界大戦中、小笠原の住民は強制疎開させられます。そして日本敗戦後、欧米系島民が帰島し米軍の統治下となりました。1968年に返還された当時の様子がわかる写真展です。

○「マッコウクジラ展」ザトウクジラだけじゃない！小笠原(本館)10月6日(火)まで
小笠原では、おがさわら丸航路や外洋のウォッチング船でマッコウクジラを見ることが出来ます。そのマッコウクジラの実物大イラストや骨を展示して生態を紹介しています。

問合せ先 小笠原ビクターセンター

2-3001



「二本少ない・・・」

真夏のピークが去ったある日のことでした。ビクターセンターの裏にあるザトウクジラのモニメントを観察していると、指の骨が4本しかありませんでした。マッコウクジラやミナミハンドウイルカなどの歯がある鯨類には、人と同じように指の骨が5本あり、それが当たり前だと思っていたので衝撃を受けました。

論文を調べてみると、ザトウクジラやシロナガスクジラなどのナガスクジラ科の全種とセミクジラ科のうちコセミクジラは指の骨が4本しかないようです。もともと4本しか指の骨がなかったのではなく、クジラの祖先の化石には指の骨が5本あり、長い年月をかけて親指の骨が消失したようです。

鯨類の指の骨には多指骨化という特徴も知られています。指骨は人の指には節ごとに1個ずつ、親指・人差し指・中指・薬指・小指にそれぞれ、2・3・3・3・3個あります。それに対してハクジラは0・3・3・13・3・8・1・8・0・5個ずつ、ヒゲクジラは0・2・5・3・8・3・7・2・4個あるとされています。多指骨化が顕著なのは人差し指と中指で、種に

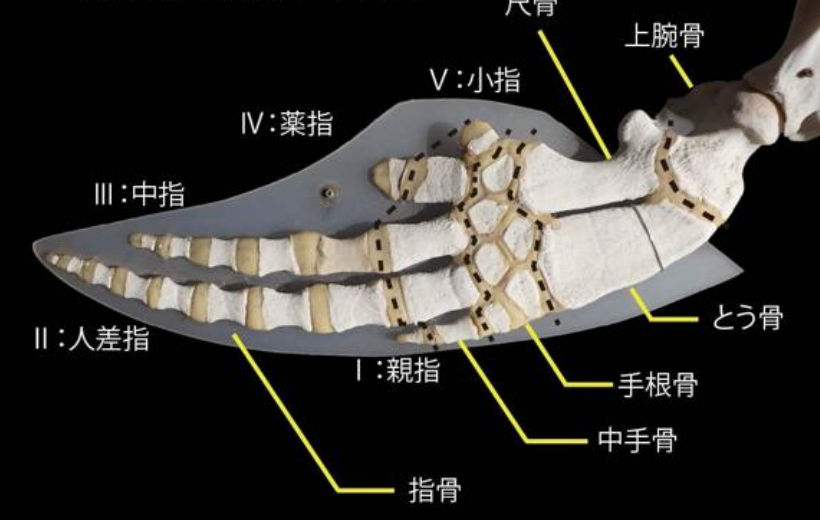
よっては親指と薬指・小指の指骨は少なくなっており、なかには指の根元にある中手骨しかないものもあるそうです。

ザトウクジラは鯨類の中で一番長い胸ビレを持つていますが、指骨数は親指・人差し指・中指・薬指・小指にそれぞれ0・2・7・8・6・7・2・3個ずつと、決して多いわけではなく、一個一個の骨が他の鯨類より長いようです。

ザトウクジラはその長い胸ビレを素早く方向転換することや、がばつと口を開けて餌を食べる時に姿勢を維持することに役立っています。さらには、鳥が翼を羽ばたくように胸ビレを動かし、推進力を得ることもあるようです。

胸ビレ一つとっても、その構造から機能まで様々な特徴があります。イルカやクジラに限らず、身の回りの物をつぶさに観察すると、思わぬ発見があなたを待っているかもしれません。

マダライルカの右胸ビレ
： 人と同様に指の骨が5本ある



【引用】

・Cooper et al. (2007). Evolution of hyperphalangy and digit reduction in the cetacean manus: Perspectives on hyperphalangy: patterns and processes. The Anatomical Record, 290.6: 654-672
 ・Segre et al.(2017). A hydrodynamically active flipper-stroke in humpback whales. Current Biology, 27.13: R636-R637.

● 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 305



「ウミガメは本当に静かな生き物なのか」
 海洋センターが改修工事のための休館に入り、早2カ月が経ちました。「工事の間、カメさん達はどのようにしているの？」と島民の方から気にかけていただくこともありすが、水槽の工事も順調に進み、カメ達も一旦お引越しが完了し、いつも通り食欲旺盛に過ごしています。

10月に入り、赤ちゃんガメのふ化も終了の兆しが見えてきましたが、みなさんはウミガメの赤ちゃんガメが「ぴい」と鳴くことを知っていますか？赤ちゃんガメの鳴き声はものすごく小さいため、聞いたことある人はほとんどいないのだと思います。つい先日、夜の放流を待つ子ガメが鳴くのを久しぶりに聞いて「おっ、おっ」と思わず私も声が出ました。

2013年にブラジルのカミラ・フェラーラ博士が淡水域に生息するオオヨコビガメの親子間の音によるコミュニケーションを発見したことを皮切りに、ウミガメも鳴くという研

究が次々に発表されています。アオウミガメに限らず、オサガメ、アカウミガメ、タイマイでも鳴く(声帯はないので、鳴くというよりも音を発することが出来る)ことが確認されています。小笠原でも過去に京都大学との共同研究で砂中の赤ちゃんガメが繰り返し鳴いていたことを確認しています。こうした砂中で鳴く行動は赤ちゃんガメの同調集団行動を促し、巣穴から這い出る際のエネルギー消費を軽減させているとも言われています。最近のブラジルのペルナンブコ国立大学の研究では、赤ちゃんガメは海に帰るまでの砂浜でも鳴いており、その一部の音は超音波域に達していたことが明らかになっています(de Melo, et al. 2023)。

また、シャリエ博士らフランスチームの研究では赤ちゃんガメだけでなく、ウエントルサイズの亜成体もさまざまな種類の音を発していたという報告もあります(Charrier, et al. 2022)。

数年前に、「ウミガメって鳴かない動物でよかったよね。もし、カメが大きい声でよく鳴く動物だったら、お腹すいた、エサちょうだいって四六時中水槽うるさくて、仕事に集中できないね。」なんて、冗談まじりに職員と談笑したことを思い出しました。ウミガメは静かな生き物だと勝手に認識していましたが、もしかするとおしゃべりで賑やかな生き物かもしれない。

○稚ガメ100番！

脱出したばかりの稚ガメが街灯などの光源に引き寄せられ、砂浜から道路に出てしまうこともあります。街の方へ歩いて行ってしまう稚ガメを見つけたら海洋センターまでご連絡ください。

ー村民ボランティア募集中ー

ウミガメの調査や飼育業務の村民ボランティアを募集しています。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

2-28830

夜間は090-1461-3171

(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】<http://bonin-ocean.net>

オガニマルズのマルマル

第二回「アシジロのにおい」

家の中や庭で、小さなアリが行列をつくっているのを見かけたことはありませんか？もしかすると、それはアシジロヒラフシアリかもしれません。父島では1970年代に記録されており、昔からいる外来種ですが、目立つようになったのは比較的近頃のこと。ほかの島でも近年見つかっています。

アシジロには、ちよつと変わった特徴があります。つまむと、杏仁豆腐のような独特のにおいがするのです。家に入ってくるアリにお困りの方は、確認してみてください。「あ、これか！」となるかもしれません。

このアリは森林でも問題になります。たとえばルビロウムシを天敵から守ることで増殖を助け、すす病を助長している様子が見られます。

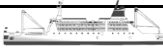
そこで現在、森林の中でもアシジロを減らす方法を研究しています。アリが巣に持ち帰る「ベイト剤」を利用しますが、小笠原では単純にアリを減らせばよいわけではありません。生態系への影響に配慮した薬剤や生分解性の材料を使い、他の生き物やネズミが誤って食べにくいケースの利用も試しています。

身近なアシジロを知ること、小笠原の自然を守る第一歩。まずは「あのアリ、杏仁のにおいがするかな？」と、少し気にしてみてください。



【文】森林総合研究所 砂村栄力
 【写真】ベイト剤とケースを使った父島での試験の様子

10月のカレンダー

日付	曜日	行 事 予 定	日付	曜日	行 事 予 定
1	木	皮膚科専門診療(～10/4) 定期予防接種 都ノヤギ排除	16	金	南鳥島地層処分文献調査説明・議論の場(母島) 都ノヤギ排除
2	金	『バード・アンダーグラウンド、 化石の鳥たちコンニチハ』講演会(父島) 都ノヤギ排除	17	土	 入港日 南鳥島地層処分文献調査意見交換会(父島) 東京三弁護士会による法律相談(母島) 都ノヤギ排除
3	土	 入港日 境界地域研究ネットワークJAPANセミナー 都ノヤギ排除	18	日	南鳥島地層処分文献調査意見交換会(父島) 東京三弁護士会による法律相談(父島) 
4	日	原付免許学科試験	19	月	沖港における無電柱化事業説明会(母島) 母島巡回ペット診療・相談(～10/20)
5	月		20	火	出港日  行政相談所の開設
6	火	出港日 	21	水	育児学級(おやつの会)(母島) 都ノヤギ排除
7	水	村ノヤギ駆除	22	木	親子教室(すくすくキッズ)(母島) 都ノヤギ排除
8	木	村民と議員の懇談会(母島) 都ノヤギ排除	23	金	電話による無料法律相談 都ノヤギ排除
9	金	村民と議員の懇談会(父島) 電動シニアカー講習・試乗会(母島)申込締切 地形・地質視察会申込締切/都ノヤギ排除	24	土	 入港日 ワクワクサイエンス教室 都ノヤギ排除
10	土	 入港日 都ノヤギ排除	25	日	ワクワクサイエンス教室 眼科専門診療(～10/26)(母島) 
11	日	南鳥島地層処分文献調査勉強会(父島) 東京都小笠原移住定住促進住宅説明会(父島) 東京アプリ生活応援事業(父島) 地形・地質視察会(父島)  『ポニナイトから西之島まで』講演会(父島)	26	月	母島巡回労働相談 産科・婦人科専門診療(～10/29)(父島)
12	月	南鳥島地層処分文献調査勉強会(母島) 夢応援プロジェクト成果報告会 電動シニアカー講習・試乗会(母島) 東京都小笠原移住定住促進住宅説明会(母島) 東京アプリ生活応援事業(母島) 地形・地質視察会(母島)  スポーツの日 『ポニナイトから西之島まで』講演会(母島)	27	火	出港日  小笠原諸島森林生態系保護地域部会の開催
			28	水	親子教室(すくすくキッズ)(父島) 村ノヤギ駆除
13	火	出港日 	29	木	おがさわら丸乗船券の予約・販売開始 都ノヤギ排除
14	水	南鳥島地層処分文献調査説明・議論の場(父島) 南鳥島地層処分文献調査意見交換会(父島) 村ノヤギ駆除	30	金	小笠原村健康診断予約受付(～11/13) 眼科専門診療(～11/3)(父島) 都ノヤギ排除
15	木	南鳥島地層処分文献調査意見交換会(父島) 都ノヤギ排除	31	土	産科・婦人科専門診療(母島) 都ノヤギ排除

※  マーク：小笠原高校 図書館開放日(開館時間：午後2:30～5:00)

※島しょ法律相談(電話相談)(東京都) 2日・5日・7日・9日・14日・16日・19日・21日・23日・26日・28日・30日