

NO. 780
令和7年(2025)
4/1(火)



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

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。

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

住民基本台帳登録者数(3/1)

	2,493人	
	父島	母島
人口	2,066人	427人
世帯	1,228	259

2月気象状況(父島)

最高気温	22.8℃
最低気温	10.2℃
平均気温	17.3℃
平均湿度	67%
月降水量	60.5mm

ダム貯水率

	3/25 現在
	父島
	90.4/100
	母島
	87.9/100

母島小中学校が

義務教育学校としてスタートします

4月より、母島小中学校が義務教育学校となりました。義務教育学校とは、小学校課程6年間で中学校課程3年間の合計9年間からなる小中一貫教育を行う学校です。母島小中学校は、これまでも児童・生徒の皆さんが教育活動を共にし、1人の校長のもと1つの職員室で小学校と中学校の先生方が相互に補完し合う教育を行っていましたが、今後は、さらに9年間の継続的な学習指導・生活指導を進めることが可能な学校となります。

また、義務教育学校としての枠組みができたばかりですので、今後1年間をかけて、どのような教育をしたら、母島の義務教育学校としてさらに魅力的な教育ができるのか、また、何を今ままでおり変えないほうが良いのかなどについて、様々な検討をしていくこととしていきます。

なお、母島小中学校では、小学校課程6年生から中学校課程1年生への進級を小学校課程の卒業、中学校課程の入学と呼び、従来と同様に4月の入学式、3月の卒業式を行います。学年の呼び方も、今まで馴染んだ言い方に近い、小学部1年生から6年生、中学部1年生から3年生と呼ぶことにしました。

義務教育学校として新たなスタートを切る母島小中学校について、地域の学校として温かなご支援を賜りますようお願いいたします。

●問合せ先 教育委員会

☎2-3-1-7



父島返還祭・母島返還祭の開催日

毎年お楽しみいただいている返還祭の開催日が決まりましたのでお知らせします。

今年も、6月22日(日)に東京都議会議員選挙が予定されていることを踏まえ、次のとおりといたします。

ご理解のほどよろしくお願い致します。

【父島返還祭】6月28日(土)

【母島返還祭】前夜祭:6月28日(土)

当夜祭:6月29日(日)

●問合せ先

(父島返還祭について)

総務課 総務係

☎2-3-1-1

(母島返還祭について)

母島支所 庶務係

☎3-2-1-1

引越しなどで窓口が大変混雑します

4月2日(水)午後と、3日(木)午前は、引越しに伴う転入手続きが集中し、本庁の村民課窓口が大変混雑合つ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いたします。

●問合せ先 村民課 住民係

☎2-3-1-3

竹芝客船ターミナルで

証明書の交付ができます

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でお問い合わせください。

●問合せ先 村民課 住民係 ☎2-3-1-3

パスポートの申請はお早めに オンライン申請もご利用ください

東京都内に住所がある方のパスポート(旅券)にかかる手続きは、小笠原村役場または母島支所窓口で行うことができます。

パスポートの申請から受け取りまでは、約1か月かかります。余裕を持った申請をお願いします。

また、3月からオンライン申請でも村内で受け取ることができるようになりました。ぜひご利用ください。

◎窓口で申請する場合

所定の申請書に次の3点を添えて申請してください。

① 戸籍謄本(※)

② 本人の確認のための書類(免許証等)

③ パスポート用の写真

※更新申請で戸籍の記載事項に変更がない場合は添付不要です。

※本籍地が小笠原村でない方の戸籍謄本も小笠原村役場、母島支所でも発行できるようになりました。(一部できない場合もありますのでお問い合わせください。)

※戸籍抄本(個人事項証明書)は使用できませんのでご注意ください。

◎オンラインで申請する場合

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナンバーからオンラインで申請ができます。

その場合、戸籍謄本の提出が不要となります。詳しくは、東京都パスポートセンターのホームページをご覧ください。



◎パスポートの受取方法

【窓口で申請した場合】

申請した小笠原村役場または母島支所窓口

【オンラインで申請した場合】

申請時に受け取り窓口として選択した場所

(小笠原村役場・母島支所のほか、新宿・有楽町・池袋・立川のパスポートセンターで受取可)

※新しいパスポートを受け取る際に、現在お持ちのパスポートが必要です。忘れずにご持参ください。

◎交付手数料

令和7年3月24日から変更されました。

【10年旅券(現行1万6千円)】

オンライン申請 1万5千9百円

窓口申請 1万6千3百円

【5年旅券(現行1万1千円)】

オンライン申請 1万9百円

窓口申請 1万1千3百円

【5年旅券(12歳未満・現行6千円)】

オンライン申請 5千9百円

窓口申請 6千3百円

※クレジットカードの決済処理は、都内のパスポートセンターのみの対応となります。村内で交付を受ける場合は、従来どおり収入印紙と東京都手数料を(用意いただきます。

●問合せ先 村民課 住民係 ☎2-311-3

固定資産税の閲覧・縦覧

固定資産(土地・家屋)の価格は、総務大臣が定めた固定資産評価基準に基づいて評価され、村長がその価格等を決定し、固定資産課税台帳に登録します。

土地および家屋の所有者などは、この価格を知るため、固定資産課税台帳(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(名寄帳)の閲覧

【期間】通年(土日・祝日を除く)

※6月2日(月)までは無料で閲覧

【時間】午前8時～午後5時15分

(正午～午後1時30分を除く)

【場所】財政課 税務係、母島支所 庶務係

◎価格等縦覧帳の縦覧

【期間】4月1日(火)～6月2日(月)

(土日・祝日を除く)

【時間】午前8時～午後5時15分

(正午～午後1時30分を除く)

【場所】財政課 税務係、母島支所 庶務係

●問合せ先 財政課 税務係 ☎2-311-2

給付金の対象者へ書類を郵送しました

令和6年度住民税非課税世帯等臨時特別給付金について、対象の方へ2月下旬に確認書を

発送しました。

◎確認書を受け取られた方へ

内容をご確認いただき、同封の返信用封筒

で郵送か、窓口まで(持参ください)。

【申請期限】4月11日(金)必着

※詳細は、小笠原村ホームページにも掲載しています。

※給付時期は、4月中旬～下旬を予定しています。

◎確認書が届かないが対象だと思われる方へ

問合せ先まで(ご連絡ください)。

《(注意ください)》

臨時特別給付金を装った振り込み詐欺や個人

情報への詐欺にご注意ください。小笠原村や

内閣府の職員などをかたった不審な電話や郵便

があった場合は、小笠原村や警察署、警察

相談専用電話(9110)にご連絡ください。

提出窓口・問合せ先

総務課 総務係 ☎2-311-1

母島支所 庶務係 ☎3-211-1

村営バスからのお知らせ(父島)

◎ゴールデンウィーク臨時運行

GW期間中、扇浦線を増便して運行します。

休日のお出かけには、村営バスをぜひご利用

ください。

【臨時増便】

4月26日(土)、27日(日)、29日(火・祝)、

5月3日(土)、4日(日)

○午後2時45分(村役場前発)

○午後3時15分(小港海岸発)

●問合せ先

村営バス営業所 ☎2-39888

産業観光課 ☎2-311-4

扇浦園地 キッチンカー出店者の募集

小笠原村では、扇浦園地の更なる魅力および

賑わいある空間の創出、園地利用者の利便

性の向上等を図ることを目的として、キッチン

カーの出店者を募集いたします。

【営業可能期間】5月1日(木)～6月30日(月)

【申込期間】4月1日(火)～16日(水)

申込み方法などの詳細は小笠原村ホームペ

ージをご覧ください。

●申し込み・問合せ先

産業観光課 ☎2-311-4

ケーブルテレビ利用料は

年払いがお得です

ケーブルテレビ利用料は、年払いでお支払い

いただくより1ヵ月分お安くなります。

月払いから年払いへの変更は、毎年この時期

のみの受付となります。ぜひこの機会にお申

込ください。

【申込方法】

村役場 総務課か、母島支所の窓口へお越し

ください。

【申込期限】4月15日(火)

【利用料】月払い利用料 1,560円

年払い利用料 17,160円

●問合せ先 総務課情報通信係 ☎2-311-1

小笠原村ケーブルテレビ(11ch)

放送予定

◎日米硫黄島戦没者合同慰霊追悼顕彰式

【放送日時】4月29日(火・祝)午後6時～

※詳細は次のページをご覧ください。

◎小笠原村議会

小笠原村議会の録画放送は、今年度から

Youtubeへ移行します。

Youtube「小笠原村公式チャンネル」からい

つでもご覧いただけます。

●問合せ先 総務課情報通信係 ☎2-311-1

YouTube

QRコード

「令和6年度 硫黄島戦没者 遺骨収集 帰還事業」をご報告します



令和6年度中に収容されたご遺骨66柱は、遺骨収集派遣団とともに内地へ帰還しました。その後、千鳥ヶ淵戦没者墓苑で、政府へ引き渡されました。

【令和6年度派遣実績】 第1回、2回…渇水制限の影響により中止 第3回(令和6年11月27日～12月11日)…33柱 第4回(令和7年1月29日～2月12日)…33柱

硫黄島における遺骨収集帰還事業とは？

硫黄島で戦死した日本兵は軍属の島民を含む約21,900人です。
昭和27年から令和5年度末までに発見・収集されたご遺骨の数は10,652柱で、全体の半数に過ぎず、未だ半数近くのご遺骨が眠ったままです。
現在、硫黄島戦没者遺骨収集は、厚生労働省により年4回、各2週間ずつ実施されています。またそれ以外にも、更に調査が必要とされる地域をグリッド単位で再調査し、未発見の地下壕等の搜索する「フォローアップ調査」が行われています。令和6年度フォローアップ調査は6月～3月にかけておおよそ15日間の派遣が10回実施されました。



◀ 令和6年度、村の重機オペが発見した機銃砲です。周りの土を何日もかけてご遺骨がないか丁寧に確認しながら掘り出しました。(戦後、米軍により整地が行われたため、戦時中の地面から数メートル土が覆い、木々が生い茂り、収集作業を難航させています。) 発掘された陣地の壁から、日本兵の全身のご遺骨、名前の掘られた万年筆等の遺留品や手榴弾などがみつかりました。
この場所からは6柱のご遺骨を収容しました。

遺骨収集と小笠原村の関わり

戦前、硫黄島は約1100人の島民が、豊かに、そして穏やかに暮らしていました。戦況が悪化し、軍属として徴用された男性を残して、島民は本土へ強制疎開させられました。激しい戦闘の末、軍属として島に残った島民も、82名がその若い命を失いました。

そうしたことから、小笠原村からは、小笠原在住硫黄島旧島民の会(※)、重機オペレーター(厚労省からの委託)、村役場職員が、左記の厚労省による遺骨収集帰還事業へ参加しています。

村としては引き続き、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、厚生労働省や関係機関に積極的にはたらきかけてまいります。

※「小笠原在住旧硫黄島島民の会」…戦前 硫黄島・北硫黄島の島民であった方とそのご子孫で、現在小笠原村に在住している方々で構成される。

「軍属として残された先祖をはじめ、この大戦で亡くなられた方々のご遺骨を一日も早く故郷へお返ししたい」と強い想いを持って活動されている。

硫黄島の歴史・写真
「小笠原村ホームページ」



遺骨収集帰還事業
「厚生労働省ホームページ」



「日米硫黄島戦没者合同慰霊追悼顕彰式」をケーブルテレビ放送します

3月末に硫黄島にて令和6年度日米合同の慰霊式が開かれました。

かつて敵として戦った双方が、死闘を繰り広げたこの地で両国の戦没者を追悼し、平和を改めて誓い合いました。

今年は戦後80周年という節目であることから、大々的に執り行われ、小笠原村からは渋谷村長と池田議長が参列しました。

硫黄島は小笠原村ではありますが、村民の方であっても通常は訪れることができない場所です。

そこで、テレビを通じてにはなりますが、その様子を村民の皆さまと共有できればという想いで番組を制作しました。

ぜひご覧いただければ幸いです。

【放送日時】4月29日(火・祝) 午後6時～ 小笠原村ケーブルテレビ(11ch)



●問合せ先 総務課総務係 2-3111

小笠原村人事異動

4月1日付

◎異動 《内は旧所属》

【課長級】

建設水道課長

老松 宏孝《建設水道課副参事

(上下水道担当)》

【課長補佐級】

村民課母島保育園園長(昇任)

中山 美樹《村民課福祉係主任保育士

(母島保育園)》

産業観光課課長補佐(産業観光係長)

伊藤 嘉則《産業観光課課長補佐

(課務担当)》

産業観光課課長補佐(観光振興担当)

小野寺 将嘉《産業観光課課長補佐

(産業観光係長)》

※勤務地：東京連絡事務所

会計室会計管理者

川上 勲《会計室課長補佐》

【係長級】

村民課福祉係主査(昇任)

青柳 里菜子《村民課福祉係主任》

医療課診療所係主査(小笠原村診療所)

助産師(昇任)

熊谷 清美《医療課診療所係

(小笠原村診療所)》

環境課自然環境係主査(昇任)

米塚 佐世子《環境課自然環境係主任》

母島支所庶務係主査

工藤 弘《村民課住民係主査》

【主任級】

村民課住民係主任

加藤 佑太《村民課福祉係主任》

会計室主任

小林 修一《財政課税務係主任》

【主事級】

総務課総務係

(公益財団法人東京都島しょ振興公社派遣)

天野 まりあ《村民課住民係》

村民課福祉係

岸 昂洋《母島支所庶務係》

◎採用

【主任級】

建設水道課 福田 克之(技術)

【主事級】

総務課付 津田 駿輔

総務課付 鈴木 大和

財政課付 須田 友里

財政課付 阿部 遥奈

財政課付 北村 優弥

村民課付(父島保育園)

セバージュ 彩(保育士)

産業観光課付 古田 美佳

教育課付 樋口 草

【暫定再任用短時間勤務(課長補佐級)】

建設水道課課長補佐(建設担当)

繁藝 則仁

【再任用(係長級)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)

高野橋 菜月(医師)

3月31日付

◎勤務延長(令和8年3月31日まで)

《内は旧所属》

【課長級】

総務課長

杉本 重治《総務課長》

【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

【退職】

建設水道課長 繁藝 則仁(技術)

会計室会計管理者(課長補佐)

佐々木 裕美

財政課財政係主任 松澤 智子

総務課総務係 三丸 俊大

医療課診療所係(小笠原村診療所)

小池 沙耶佳(看護師)

医療課診療所係(太陽の郷)

平井 睦子(介護福祉士)

◎派遣

【帰任】

医療課診療所係(小笠原村診療所)

大林 由依(医師)

●問合せ先

総務課 総務係 ☎213111

村長出張報告(12・1・2月)

出張期間：12月20日～29日

・全国離島振興協議会会議出席

・国会議員、国交省および東京都関係部署

挨拶、意見交換等

出張期間：1月18日～2月5日

・東京都町村長会出席

・港湾関係団体質問交歓会出席

・世界自然遺産ネットワーク会議(鹿児島県

徳之島)出席

・北方領土の返還を求める都民大会出席

・国交省、東京都、小笠原諸島振興開発審議

会委員との意見交換等

●問合せ先 総務課 総務係 ☎213111

小笠原村職員募集

◎施設調理 9月採用

【受験資格】

昭和39年4月2日以降に生まれた方

【募集締切】5月30日(金)

※詳しくは要項をご覧ください。

要項は、役場窓口で配布のほか、

小笠原村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 ☎213111

小笠原村会計年度任用職員募集

◎小笠原村診療所 看護師 若干名

【業務内容】診療所看護師業務等

【勤務時間】

午前8時30分または午前9時から5～6

時間

【報酬額(時給)】1537～1746円

【条件等】看護師の資格を有する方

【応募方法】応募先に連絡後、履歴書(顔写真添

付)を持参。

※詳細はお問い合わせください

●応募・問合せ先

小笠原村診療所

☎213800

◎有料老人ホーム『太陽の郷』①～④若干名

①介護員 若干名

(介護福祉士または介護初任者講習修了相当)

【業務内容】介護業務全般

【勤務時間】

午前6時～午後8時15分間のシフト勤務

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)】1318～1516円

②介護助手 若干名

【業務内容】

入居者の衣類の洗濯、部屋の掃除など

【勤務時間】

午前8時30分～午後8時30分までのうち3～6時間勤務

【報酬額(時給)】1172～1405円

【条件等】

高校生、まだまだ働きたいというミドルシニアの方(60～75歳くらい)、育児や家事と無理なく両立できる時間で働きたいという方、大歓迎

③看護師 若干名

【業務内容】老人ホームの看護師業務など

【勤務時間】

午前8時30分～午後5時までのうち3～6時間

【報酬額(時給)】1327～1746円

【条件等】

看護師または准看護師の資格を有する方

④調理員 若干名

【業務内容】入院患者、太陽の郷入居者の食事提供

【勤務時間】

午前5時～午後2時15分まで、または、午前11時～午後7時45分まで

【報酬額(時給)】1172～1405円

【条件等】一定の調理技術がある方。週1回からの勤務が可能です。

①～④共通

【応募方法】応募先に連絡後、履歴書(顔写真添付)を持参。

【応募期間】随時

※詳細はお問い合わせください

●応募・問合せ先

有料老人ホーム太陽の郷 ☎2133881

◎議会事務局 事務補助員 1名

【業務内容】事務補助業務

【期間】

令和7年5月1日～令和8年3月31日

【勤務日・週の勤務時間】

月曜日～金曜日(※祝日を除く)のうち4日 週14時間以内(1日3時間～4時間)

【時間給】1172円～1405円

【選考方法】書類・面接

【応募方法】履歴書を持参

【募集期間】4月18日(金)まで

●応募・問合せ先

村議会事務局 ☎213118

小笠原小学校会計年度任用職員の募集

【業務内容】

小笠原小学校の特別支援教育の補助業務

【職種】

①特別支援教育補助員(教員免許有)

②特別支援教育補助員(資格なし)

【採用人数】①②併せて若干名

【雇用期間】

令和7年5月1日～令和8年3月31日

【勤務時間】

月曜日～金曜日 午前8時～午後4時30分

※行事により土日祝日勤務あり

※週29時間以内で応相談

【休日】

土日、祝日(行事により出勤あり)

【時間給】

①1441円(教員免許有)

②1172円(資格なし)

【選考方法】書類・面接

【応募方法】履歴書を持参

【募集期間】4月18日(金)まで

●応募・問合せ先

教育委員会

☎213117

小笠原村教育ビジョン

教育基本法に基づく教育振興基本計画「小笠原村教育ビジョン(第4次)」を策定しました。この教育ビジョンは、小笠原村の教育行政で取り組むべき基本的な方向性を示したものです。本ビジョンの詳細は、小笠原村ホームページに掲載しますので、ぜひご覧ください。

●問合せ先 教育委員会 ☎213117

村立学校 学校評価結果の掲載

令和6年度の学校評価結果を各ホームページに掲載しています。各校が取り組んだ各種教育活動に対する、児童・生徒による授業等評価、教職員による内部評価、保護者・地域の皆様からのご意見等をまとめ、学校ごとに報告しております。ぜひご覧ください。

【掲載先ホームページ】

・小笠原村ホームページ 教育課「学校教育」
・村立学校各校ホームページ

小笠原村ホームページ



令和7年度も、村立学校の教育活動にご理解とご協力をお願いいたします。

●問合せ先 教育委員会

☎213117

官公署等の「コーナー」

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18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の振興に関する事業
- 地域振興に係る島おこしを担う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】

- おおむね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】

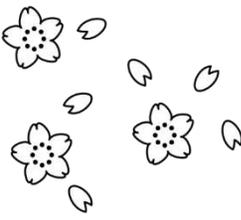
令和7年4月1日～令和8年3月31日まで

【募集案内の配布・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 ☎213111
東京都島しょ振興公社 企画管理課 ☎031547216546



バスケットボールコート

整備しました(父島)

大神山公園のお祭り広場に、3人制のバスケットボールコート(3×3)を整備しました。利用にあたっては、次の点にご留意ください。○譲り合ってください。○近隣の方のご迷惑になりますので、早朝および深夜のご利用は、お控えください。○コート周辺の公園利用者(小さなお子様など)への配慮をお願いします。○スケートボード、キックボードおよび自転車等での乗り入れはおやめください。○イベント等を開催する場合は、事前にサービスターへご相談ください。ご理解とご協力をお願いします。

問合せ先

小笠原支庁土木課自然公園担当

☎2121655
大神山公園サービスター ☎271770

春の全国交通安全運動

【期間】4月6日(日)～15日(火)

①子どもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践

②歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進

③自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

④二輪車の交通事故防止

以上4点をテーマに、小笠原警察署では、春の全国交通安全運動を行います。また、安全運動期間中は、飲酒運転やシートベルト等の各種交通違反の取締りも強化しておりますので、ご協力をお願いします。

◎父島・交通安全キャンペーン

(交通少年団活動)

【日時】

4月13日(日)午前10時～11時(雨天中止)

【場所】東町 三角広場

【内容】村民・来島者へのキャンペーン活動
パトカー・白バイ等の体験乗車・
グッズチラシの配布

◎母島・交通安全講習会

【日時】4月10日(木)午後6時～

【場所】母島村民会館体育室

【内容】交通安全の講話・DVD視聴

●問合せ先

小笠原警察署 ☎212110
母島駐在所 ☎312110

小笠原交通少年団員の募集(父島)

令和7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、ビーチクリーン活動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、公的なボランティア活動証明書を授与されます。

【申込資格】

小笠原小学校在籍の1年生から6年生

【申込期間】随時募集

(学年の途中からでも参加可)

【申込場所】小笠原警察署

※申込書は警察署にあります。

●問合せ先

小笠原警察署 交通係 ☎212110

小笠原警察署

少年柔剣道部員の募集(父島)

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。

新学年に伴い、練習生を募集します。

最初は、新入部員を対象に、基本の練習をすることから、募集期間は毎年4月中になつております。日本武道館で行われる錬成大会や、武道始め式などのイベントも開催しています。

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い合わせを！
剣道の防具等、貸出もしています。

●問合せ先

小笠原警察署 ☎212110

家内労働の「委託状況届」は

4月末までに

家内労働者へ仕事(内職など)を委託している委託者の方は、毎年4月1日現在の家内労働者数などについて、「委託状況届」を労働基準監督署に提出することが義務付けられています。

4月30日(水)までに小笠原総合事務所 労働主査までご提出ください。

※家内労働法で言う「家内労働者」とは、材料の提供を受けて、他人を使わず同居の親族だけで物の製造、加工を行い、工賃を得ている人のことを言います。あて名書きのような事務の代行、ホームページの構築代行など、物の加工を伴わない委託を受けている

人は「家内労働者」にあたりません。

東京労働局ホームページ



●問合せ先

東京労働局 労働基準部賃金課家内労働係

☎03-3512-1614

小笠原総合事務所 労働主査 ☎212102

日商簿記検定

【試験日】6月8日(日)

【申込期間】4月21日(月)～5月8日(木)

【受験料】《3級》3300円

《2級》5500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

※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。

※定員数に達し次第受付を終了します。

●申込み・問合せ先

小笠原村商工会 ☎212666

フアーマーズデイ(父島)

楽しく美味しく農業や栽培に親しむ農業振興イベントを開催します。皆様のご来場をお待ちしております。

【日時】4月6日(日)午前11時～午後3時

【場所】父島東町 農協直売所・駐車場

【内容】

《販売》苗木、農産物、加工品、農資材、飲食物、手工芸品等

《体験》ワークショップ

コンポスト、ハイドロカルチャー、タコの葉

《講演》小笠原コーヒの基礎知識

《講習》野菜苗栽培(地植え例と鉢植え実例)

《演奏》あんどもあ、緒環暁二、みのり会

《トーク》コーヒー生産部会 USK Coffee
 《その他》お楽しみ抽選会、重宝当てクイズ
 ※荒天中止 状況に応じて内容が変更になる
 場合もあります。

※お車での来場は、遠慮ください。マイバッグ
 をご持参ください。

※生分解性カップ、海洋生分解性レジ袋の試
 用、分別、堆肥化にご協力ください。

【主催】
 小笠原アイランス農業協同組合 みのり会



行政相談所の開設

【日時】4月15日(火)

午後7時～8時30分

【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

※予約不要

●問合せ先 村民課 住民係 2-3-1-3

電話による「島しよ法律相談」

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。

4月		
月	水	金
	2	4
7	9	11
14	16	18
21	23	25
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
 予約いただくことを推奨です。

※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)

●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
 ☎03-53688-22745

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
 を島しよ部住民を対象に実施します。

【相談内容】無料一般相談

【日時】4月25日(金)午前10時～正午
 (1件あたり約20分枠)

※相談を希望される方は、予約が必要です。
 前日までにご連絡ください。

●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)

東京三弁護士会による法律相談

東京三弁護士会主催による法律相談を開催
 します。相談を希望される方は、ぜひこの機
 会をご利用下さい。(※予約が必要です。)

【相談内容・時間】

無料法律相談(1コマ40分以内)

【母島】

《日時》4月20日(日)午後7時～9時

【父島】

《日時》4月21日(月)午後5時～7時

【場所】母島支所

【場所】村役場

【予約受付時間】
 午前9時30分～午後5時
 (土、日、祝祭日および正午～午後1時を除く)

●予約・問合せ先
 法律相談センター
 ☎03-35595-8575

母島巡回労働相談

【日時】4月8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。

【お知らせ】

「令和7年度雇用保険料率のご案内」

令和7年4月1日～令和8年3月31日まで
 の雇用保険料率は、次のとおりです。

	労働者負担	事業主負担
一般の事業	5.5/1000	9/1000
農林水産・ 清酒製造の 事業	6.5/1000	10/1000
建設の事業	6.5/1000	11/1000

※令和6年度と比較し、労働者負担・事業主負担ともに、
 料率が 0.5/1000 引き下げとなっています。

●問合せ先

小笠原総合事務所 労働主査 ☎2-2-102

**健康・保健の
 コーナー**

令和7年度 定期予防接種年間予定表

種類	・ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎・五種混合・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・子宮頸がん(母島のみ)											
	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	3 (木)	1 (木)	5 (木)	3 (木)	7 (木)	4 (木)	2 (木)	6 (木)	4 (木)	8 (木)	5 (木)	5 (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・麻しん風しん(父島のみ)※											
	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	24 (木)	22 (木)	26 (木)	24 (木)	28 (木)	25 (木)	23 (木)	27 (木)	25 (木)	29 (木)	26 (木)	26 (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						

☆ 母島は日本脳炎・子宮頸がん・麻しん風しんも第一木曜日に実施します。

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)、子宮頸がんワクチン(中学校1年生)の対
 象者へは、日程と予診票を後日個別通知いた
 します。

●問合せ先 村民課 福祉係 ☎2-3-9339

母島支所 ☎3-2-111

4月の定期予防接種

【父島】

《日時》4月3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3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、五種混合ワクチン、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

●問合せ先 村民課 福祉係

母島支所 ☎213939 ☎312111

高齢者の「带状疱疹ワクチン予防接種」

今年度から定期接種になります

小笠原村では、带状疱疹ワクチン予防接種費用の一部を助成しています。

带状疱疹予防ワクチンは、約2か月間隔で計2回接種し、带状疱疹発症率の低減、重症化予防、合併症である带状疱疹後神経痛発症リスクを間接的に低減させる効果があります。

令和7年度より高齢者を対象とした带状疱疹予防接種は定期の予防接種(B類疾病)となります。

《带状疱疹について》

带状疱疹は、神経に潜んでいた水痘帯状疱疹ウイルスが再活性化することで発症する皮膚疾患です。ワクチン接種によって、带状疱疹の発症予防に効果があります。

《定期接種の対象者》

本助成の対象となる方は次に該当する方で過去に带状疱疹ワクチンを接種した方は、対象外です。

- ① 65歳の方
- ② 60歳～65歳未満の方であつて、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方。

《65歳を超える方の経過措置》

○令和7年度～令和11年度までの5年間は、5歳ごとの年齢(70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳)の方も定期接種の対象となります。ただし、100歳を超える方は令和7年度に限り、定期接種の対象者となります。

○令和7年度の対象者

- 令和7年度中に、次の年齢になる方。
- 【65歳】昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生
- 【70歳】昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生
- 【75歳】昭和25年4月2日～昭和26年4月1日生
- 【80歳】昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生
- 【85歳】昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生
- 【90歳】昭和10年4月2日～昭和11年4月1日生
- 【95歳】昭和5年4月2日～昭和6年4月1日生
- 【100歳以上】大正15年4月1日以前生まれ

《接種ワクチン・自己負担額》

シングリックス(不活化ワクチン)：2回接種4,840円(1回当たり2,420円)

《予約方法》

事前予約制です。予約・問合せ先へご連絡ください。接種日は予約時にご案内します。

※令和7年度に限り引き続き50歳以上65歳未満の方(定期接種の対象者を除く)を対象に任意接種費用の助成を行います。任意での接種は、令和7年度限りとなりますので、

ご注意ください。任意接種の予約方法も定期接種と同じです。

※内地医療機関で接種された場合は、予防接種後に申請(還付)の手続きを行ってください。

なお、手続きの際は、村民課福祉係または母島支所に次のものをお持ちください。

- ① 印鑑
- ② 带状疱疹ワクチン予防接種の領収書
- ③ 振込先がわかるもの

●予約・問合せ先

小笠原村診療所 ☎213800
母島診療所 ☎312115
(接種費助成についての問合せ先)
村民課 福祉係 ☎213939

女性特有のがん検診無料クーポン券

村では女性特有のがん検診の受診費用が無料となるクーポン券を発行しています。

上京時や村内の婦人科専門診療でがん検診を希望される方はお申込みください。

国の指針では隔年の受診を推奨しています。

【対象年齢基準日】令和8年3月31日

【発行するクーポン券と対象者】

- 子宮頸がん検診用(内診、細胞診・エコー)
- ：村に住民登録している20歳以上の女性
- 乳がん検診用(マンモグラフィ・視触診)
- ：村に住民登録している30歳以上の女性

【受診できる医療機関】

- 医療法人社団「こころ」からのだの元氣プラザ(神保町駅前)
- 小笠原村診療所(子宮頸がん検診のみ)
- 母島診療所(子宮頸がん検診のみ)

【受診期間】

4月1日(火)～令和8年3月31日(火)
※土・日・祝祭日と年末年始を除く。
※村内で受診する場合は、婦人科専門診療の

期間。

※予約はご本人のみ。

【申込先】《父島》村役場 村民課福祉係

《母島》母島支所 庶務係

【申込期間】

4月1日(火)～令和8年2月27日(金)

【その他】

○4月1日現在で、次の年齢の村民の方には、申込の有無に関わらずクーポン券を郵送します。

《子宮頸がん検診対象者》：20歳
《乳がん検診対象者》：40歳

○クーポン券を利用した方は、11月実施予定の「小笠原村健康診断」の際、子宮頸がん検診(検診内容は同じ)・乳がん検診(超音波検査と視触診を実施)を受診できません。

○クーポン券はおひとりにつき各1枚まで使用できます。

○がん検診の無料受診は、年度内で1回です。

●問合せ先 村民課 福祉係 ☎213939

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10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15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

※6歳未満の乳幼児で計測を希望される方は、ご連絡ください。

●問合せ先 村民課 福祉係 ☎213939
母島支所 ☎312111

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。

【日時】4月21日(月)

《お座り前までのお子さんと保護者》

：午前9時30分～10時30分

《お座りが出来るお子さんと保護者》

：午前10時45分～11時45分

【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持参ください)

【申込締切】4月18日(金)

●申込み・問合せ先

村民課 福祉係

☎2139339

育児学級(おやつのおいし)(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】4月16日(水)午前10時～11時30分

【場所】母島支所大広間

【申込締切】4月7日(月)

【持ち物】筆記用具

●申込み・問合せ先 ☎母島支所312111

親子教室(すくすくキッズ)

4月のテーマは、父島は「ちょうちよの制作」、母島は「チューリップの制作」です。

保育士・保健師と共に、親子でふれあいながら楽しく遊びましょう。

【父島】

《対象者》1歳半～3歳児と保護者

【日時】4月23日(水)

午前10時～11時15分

【場所】地域福祉センター 大会議室

【持ち物】汚れてもよい服装・飲み物

【申込締切】4月18日(金)

《募集組数》最大10組

※先着順でのご案内になります。

【母島】

《対象者》未就園児と保護者

【日時】4月28日(月)午前10時～11時

【場所】母島支所大広間

【持ち物】汚れてもよい服装・飲み物

【申込締切】4月25日(金)

●申込み・問合せ先

村民課 福祉係

母島支所

☎2139339

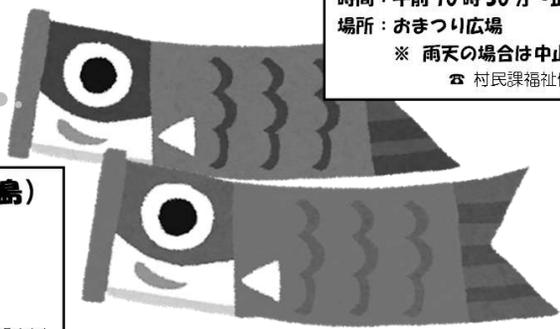
☎312111

子どもまつり(父島)

日程：4月26日(土)
時間：午前10時30分～正午
場所：おまつり広場

※雨天の場合は中止

☎村民課福祉係 2-3939



みんなであそびに来てね!

子どもの日の集い(母島)

日程：5月6日(火)祝日
時間：午前10時～正午
場所：母島小中学校グラウンド

※雨天の場合は体育館

☎母島支所 3-2111

子育て支援

ベビーシッター利用支援事業のご案内

小笠原村では、日常生活上の突発的な事情などにより一時的にベビーシッターによる保育が必要となった場合、利用料の一部を補助する制度があります。

ただし、都認定の事業者を利用した場合のみ対象となります。

【対象者】

村内に住所を有し、かつ児童とともに村内に居住している保護者

【対象利用期間】

令和7年4月1日～令和8年3月31日利用分まで

【対象時間】

児童1人あたり年144時間(多児の場合は、児童1人あたり288時間)

【補助金額】

児童1人1時間あたり
午前7時～午後10時 2,500円を上限

に補助

午後10時～午前7時 3,500円を上限に補助

【対象事業者】

東京都が定めるベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)の認定事業者を選び直接契約してください。

詳細は東京都福祉局のホームページをご覧ください。



※現在、小笠原村内の対象事業者は、「(株)キッズライン」に登録の1名(父島)です。ご注意ください。

【申請・利用方法】

小笠原村ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



※この事業は東京都の補助制度を活用しています。

●問合せ先 村民課 福祉係 ☎2139339

賞味期限間近の粉ミルクを無料配布します

小笠原村では、津波などの災害時の備えとして、粉ミルクを備蓄しています。

この度、賞味期限が近い粉ミルクを有効活用するため、子どもがいる村民の皆さまを優先に配布します。

なお、在庫がなくなり次第、配布終了となりますのでご了承ください。

《父島》

【日時】4月1日(火)

平日：土～：午前9時～午後9時

日・祝日：午前9時～午後5時

【場所】地域福祉センター

※必要とされる皆さまに広く配布するため、4月11日(金)までは1家族7箱までとさせていただきます。

《母島》

【日時】4月1日(火)

平日の午前8時～午後5時15分

(正午～午後1時30分を除く)

(土日・祝日の配布はありません)

【場所】母島支所 庶務係

●問合せ先 総務課 総務係 ☎2131111

いきいき体操教室2025

いきいき体操教室2025を開催します。

【対象者】60歳以上の村民の方

【日程】火・木曜日

(祝祭日は除く。日程の変更有)

※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きます。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など、楽しいニユースポーツも取り入れています。

【申込先】地域福祉センター窓口

《母島》

【時間】午後2時～3時30分

【場所】母島支所、母島村民会館など

(場所の変更有)

【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。

【申込先】社協母島事務局(村民会館2階)

●問合せ先

社協父島事務局 ☎222486

社協母島事務局 ☎322188

医療のコーナー

診療時間外の緊急受診は119へ

夜間休日等、診療時間外の急な病気や怪我、歯痛などは、診療所ではなく「119」へお電話ください。

歯科に関する症状であっても、まずは医科

の当番医師が診察します。

なお、診療所職員へ直接の連絡や、直接来院することはおやめください。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

【119対応時間】

平日の昼休み(正午～午後1時30分)、平日夜間(午後5時15分～翌日午前8時)、土日祝日(終日)

※診療時間外の診療所は、職員不在となりますので、ご注意ください。

●小笠原村診療所

☎213800

母島診療所

☎322115

マスク着用をお願い

小笠原村診療所・母島診療所と有料老人ホーム「太陽の郷」では、感染症対策のため、来所時には必ずマスクの着用をお願いします。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 ☎213800

眼科専門診療

全て予約制です。

【予約方法】

平日、午前8時30分～正午、午後1時30分～4時の間に、電話でご予約ください。

【父島】

《場所》小笠原村診療所

《日時》4月30日(水)～5月4日(日)

午前9時～正午・午後2時～4時

[注:4月30日(水)午前(学校健診)・5月3日(土)は休診]

【母島】

《場所》母島診療所

《日時》4月27日(日)・28日(月)

午前9時～正午・午後2時～4時

[注:4月28日(月)午前(学校健診)は休診]

【注意事項】

※コンタクトレンズの処方はできません。

※眼鏡処方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。

●予約・問合せ先

小笠原村診療所

☎213800

母島診療所

☎322115

産科・婦人科専門診療

全て予約制です。

【予約方法】

平日(水曜日を除く)午後1時30分～5時の間に、電話で予約ください。

【父島】

《場所》小笠原村診療所

《日時》4月23日(水)～28日(月)

午前9時～正午・午後2時～4時

[注:4月26日(土)・27日(日)は休診]

【母島】

《場所》母島診療所

《日時》4月21日(月)

午前9時～正午・午後2時～4時

※子宮頸がん検診について、今年度から小笠原村発行の女性ががんクーポンをご利用できます。詳しくはお問い合わせください。

●予約・問合せ先

小笠原村診療所

☎213800

母島診療所

☎322115

小笠原村診療所の歯科休診(父島)

【歯科】(父島)

《休診日》4月10日(木)

※歯痛等は、医科の外來にて痛み止め薬等の処方もできますので、ご相談ください。

●問合せ先 小笠原村診療所 ☎213800

母島診療所(歯科)について

令和7年度における日本歯科大学附属病院派遣歯科医の診療は、4月21日(月)からになります。診療日については、母島診療所や、村の掲示板(母島)をご確認ください。

●問合せ先 母島診療所

☎322115

小笠原海運からのお知らせ

◎ドック期間中のさるびあ丸貨物輸送

5月11日(日)～30日(金)までおがさわら丸は定期整備のためドックに入ります。

その間は、さるびあ丸が一往復と貨物船共勝丸が運航される予定です。

村民の皆様にはご迷惑をおかけしますが、さるびあ丸の冷凍・冷蔵コンテナ積載に限度があり、当社では生鮮食料品の輸送に対してご希望に添えなくなっているのが実情です。

そこで本年も昨年同様に、郵便物・各社宅配便・生鮮食料品を優先に積載することとなりました。

さるびあ丸の往復貨物輸送では冷凍コンテナでの冷凍品の輸送はありませんので、各商店や飲食店・ご家庭におかれまして冷凍食品の計画的な買い置き等のご検討をお願いします。

また、通信販売での購入についても(ヤマト運輸宅急便含む)ドック期間中の積み残しや、

ドック明け後の到着までに相当の日数を頂くことが予想されます。重ねてご了承ください。貨物等の積み残しをできる限りなくすよう引き続き努力してまいりますので、ご理解協力よろしくお願いいたします。

●問合せ先

小笠原海運(株)貨物部

☎03-3455-0461

小笠原海運(株)父島営業所 ☎212500

◎父島1泊便の東京向け貨物等の受付

5月22日(木)父島発さるびあ丸、6月3日(火)父島発おがさわら丸の貨物等の受付は次のとおりです。出港前日(入港日)午後の受付はありませんのでご注意ください。

5/22(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)		午前	午後
宅急便	9:00	一般貨物	9:00		
手小荷物(合札)のみ	8:30	宅急便	11:30		
	9:30	一般貨物		※受付なし	

※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280cm、奥行180cm、高さ200cm)
※車両は自転車、125cc以下の二輪バイクのみ。

6/3(火)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)		午前	午後
宅急便のみ	9:00	一般貨物	9:00		
手小荷物(合札)のみ	13:00				
	11:00			※受付なし	
	14:00				

※出港前日の受付は午前10:45までとなりますのでご注意ください。

●問合せ先 父島営業所

☎212500

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、掲載のない料金は直接営業所212500まで、お問い合わせください。

単位:円 伊豆諸島開発 ☎03(3455)3090

ははじま丸

等級	大人	小人	学生
2等	5,080 (+1,130)	2,540 (+560)	4,070 (+910)
村民割引2等往復	6,100 (+1,360)	3,050 (+680)	
個室椅子席	5,000	3,000	

貨物運賃

等級	大人	小人	学生
1等品	9,893 (+1,445)		
2等品	9,274 (+1,354)		
3等品	8,656 (+1,264)		
小口0.1t以下	991 (+145)		
小口0.075t以下	747 (+109)		

単位:円 小笠原海運 ☎03(3451)5171

4月の燃料油価格変動調整金

等級	大人	学生	小人
1等	60,640 (+11,140)	51,880 (+9,530)	30,320 (+5,570)
特2等寝台	43,800 (+8,050)	35,040 (+6,440)	21,900 (+4,020)
2等寝台	32,990 (+6,060)	26,400 (+4,850)	16,500 (+3,030)
2等和室	28,960 (+5,320)	23,170 (+4,250)	14,480 (+2,660)

貨物運賃

等級	村民	村民小人	身障者
1等	47,500 (+8,720)	23,750 (+4,360)	30,320 (+5,570)
特2等寝台	30,660 (+5,630)	15,330 (+2,810)	21,900 (+4,020)
2等寝台	23,100 (+4,240)	11,550 (+2,120)	16,500 (+3,030)
2等和室	20,280 (+3,730)	10,140 (+1,860)	14,480 (+2,660)

【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販売はいたしません。

環境・自然のページ

犬の登録と狂犬病予防集合注射

が義務付けられています

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日以上の子犬の飼い主には、次のことが狂犬病予防法により義務付けられています。①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。②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、飼い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ください。

令和7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月に送付した「狂犬病予防集合注射のお知らせ」をご覧ください。

【日時】
《父島》4月18日(金)午前8時30分～正午
《母島》4月7日(月)午前10時～正午
【費用】3,750円

●問合せ先

環境課 自然環境係

☎212270

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た「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 動物を持ち込むとき、申告しよう。
 - ④ 持ち込める種類を確認しよう。
- ※ルール③、④は未施行。

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・母島支所の窓口でペットの登録をお願いします。また、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、回答をお願いします。

●問合せ先 環境課 自然環境係 ☎212270

動物を持ち込む際は申告しましょう

村に持ち込まれる動物を把握するため、動物の持込み申告制度の試行中です。申告方法等の詳細は、村ホームページをご覧ください。

持込み申告 ホームページ

小笠原動物協議会からのお知らせ

◎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。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22日(火)
午前11時～正午、午後2時～4時30分
4月23日(水)午前8時30分～11時

【場所】

猫と小型犬は母島支所2階の会議室での診療となります。なお、猫はケージに入れて、小型犬はケージに入れるかりードをして抱きかかえて連れてきてください。

また、大型犬や複数頭同時の診療を希望される場合は、事前に「相談ください」。

【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。

○5月9日(金)～6月2日(月)まで長期休診となるため、5月の母島巡回ペット診療・相談はありません。この機会のご予約をお願いします。

○予約申込み先

小笠原動物対処室 ☎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) ☎212270

指定ルート以外

立ち入らないでください

小笠原諸島森林生態系保護地域については、希少な動植物の生息・生育に支障を及ぼさないよう配慮が必要です。また、村民の人たちによって守られている世界遺産です。

このため、指定ルート以外は、原則として立ち入をご遠慮いただいております。

指定ルート沿いの木の枝を折る、石や植物を採取する、指定ルートから外れて木に登るなどの行為は、各種法令等の違反となる場合がありますので、誠に慎むようお願いいたします。また、そのような行為を見かけた場合は、「一報ください」。

●問合せ先

小笠原諸島森林生態系保全センター ☎213403

環境省 小笠原自然保護官事務所 ☎217174

小笠原村 産業観光課 ☎213114

国有林の森林生態系保護地域

入林簡易講習会(父島・母島)

国有林の森林生態系保護地域へ入林するための講習を実施します。

次の1および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。講習は配布した資料を各自で確認していただき、必要書類の提出を持って修了とします。

受講を希望される方は、電話にてお申込みいただき、受講締切日までに必要書類を提出してください。

1 村民レクリエーション簡易講習

村民の方でレクリエーションを目的として指定ルートを利用される方を対象に講習を実施します。

指定ルートを利用するためには、講習の受講と入林申請書の提出により発行される「年間パス」の携行が必要です。

2 調査研究簡易講習

森林生態系保護地域に調査・研究及び作業等の目的で入林される方を対象に講習を実施します。

入林するためには、村民レクリエーション簡易講習に加え調査研究簡易講習の受講と入林申請書の提出が必要です。

※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は、再度、講習の受講をお願いします。

【パス交付までの流れ】

- ①受講希望者は電話にて申込み。
②講習資料を配布。
③講習資料を各自受講し必要書類を受講

締切日までに提出。

④講習修了書・入林許可書・年間パス又は腕章の交付。

【受講締切日】毎月第4水曜日

●申込み・問合せ先

小笠原諸島森林生態系保全センター ☎213403

小笠原総合事務所国有林課 ☎212103

国有林の森林生態系保護地域

指定ルートを見直しました(父島)

森林生態系保護地域の指定ルートについて、設定から10年以上が経過したことから、全ての指定ルートの評価と見直しを行いました。

この度、次の指定ルートについて、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で見直しを行いましたのでお知らせします。

【父島】

《追加》

夜明山西ルートと夜明山ルートをつなぐ

夜明山接続ルートを追加。

《変更》

傘山ルートの入口を南側へ移動。

《廃止》

時雨山ルート、振分山ルートの一部を廃止。

吹割山ルートを廃止。

※各指定ルートの詳細図を作成しました。入林パスをお持ちの方は、ご連絡頂ければ貸出いたします。

●問合せ先

小笠原諸島森林生態系保全センター ☎213403

ks.ogasawarasyotou.postmaster@maf.f.go.jp

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！

うまく飛ば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ついて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う可能性があります。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うていないヒナが地面にいたら、そっと巣に戻してあげましょう。近くに巣や親が見当たらない、夜が近いなどの場合にはその場で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 ☎212125

植物防疫制度へご協力ください

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、農産物の廃棄処分や内地への出荷制限など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、およそ40年にわたって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。現在の小笠原諸島では、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、小笠原総合事務所および東京都小笠原支庁において侵入調査が継続して実施されています。

【小笠原で輸入・輸出はできません!】

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、種苗など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、これらの害虫および寄主植物であるサツマイモ、ヨウサイなどの植物の持ち出しが禁止されています。

【土付き植物を持ち出す際は検査を受けてください!】

観葉植物・苗木などの土付き植物や土そのものを内地へ持ち出す際は、土の表面にアフリカマイマイの付着がないことの確認を受ける必要があります。

ミカンコミバエやその他の病害虫を水際で防ぐことは、小笠原の農業を守るため、重要なことです。

村民の皆様におかれましては、植物防疫制度にご理解・ご協力のほどお願いいたします。



【土・土付き植物の確認場所】

《宅配便・貨物など》

小笠原総合事務所 2階業務課
(平日午前8時~正午、午後1時30分~5時15分)

《手荷物・携帯品》

二見港船客待合所 くじら像の近く
(おがさわら丸出港1時間前~)

●問合せ先

小笠原総合事務所 業務課防疫担当

☎2-2102

小笠原世界遺産センターのお知らせ

◎みどりの月間写真展

毎年4月15日~5月14日までの期間を「みどりの月間」と称し、自然と親しみ、理解と関心を深める催しが各地で開催されています。それに便乗して、今年は遺産センターでも『小笠原×自然美』をテーマにした写真展を開催します。小笠原の自然が織りなす美しい景観を紹介するので、ぜひ、この機会にお立ち寄りください。

【期間】 4月14日(月)~6月3日(火)

【開館時間】 午前9時~午後5時

【開館日】 おがさわら丸および観光船入港中

◎GWのお知らせ

【開館日】

4月26日(土)~5月5日(月)まで毎日開館

【開館時間】 午前9時~午後5時

※詳細は小笠原世界遺産センターホームページまたは公式インスタグラムでも確認できます。



遺産センターHP



公式インスタグラム

●問合せ先

環境省 小笠原自然保護官事務所

☎2-7174

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、

4月30日(水)

【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・夜間開館は、掲示板のポスターをご覧ください。

【特別展】

◎写真展「昔の小笠原」(新館)

4月5日(土)まで

明治8年に初めて撮影された様々な写真、戦前~戦後、そして現在までの風景や建物、島民の暮らしなどの移り変わりを写真で紹介いたします。

◎1年展示「ジョン万次郎展の生涯と、小笠原との関わり(仮)」(新館)

4月26日(土)開催予定

1841年14歳の時に土佐から漁に出て伊豆鳥島に流れ、アメリカの捕鯨船に助けられて船員になった万次郎。万次郎の生涯のなかで、当時の小笠原と深く関わったという内容を紹介いたします。

◎「ザトウクジラ展」クジラと一緒にウォッチング」(本館) 開催中

ザトウクジラの回遊シーズン(12~翌年4月頃)に海で観察する可能性のある生きものについて紹介し、ホエールウォッチングの楽しみ方の幅を広げてもらう展示です。

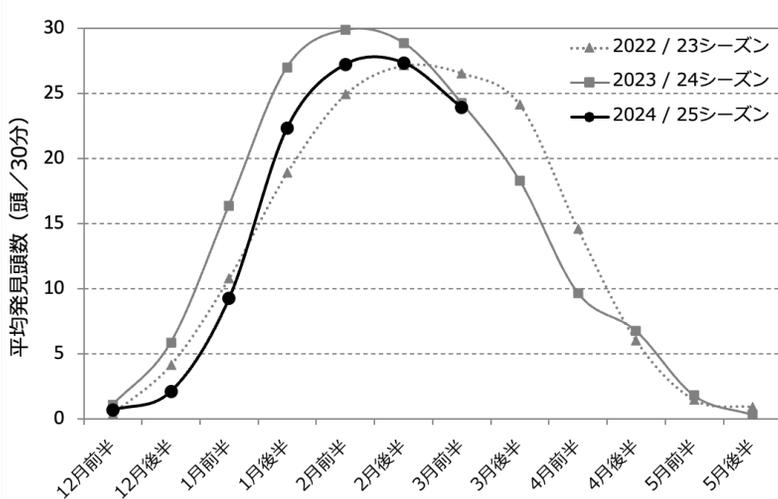
●問合せ先

小笠原ビクターセンター

☎2-3001

「ザトウクジラの来遊状況」

新年度がスタートしましたね~ここ小笠原は、陸上からホエールウォッチングを楽しめる国内屈指のスポットであり、4月でもザトウクジラを観察することができます。今年度から小笠原で新生活を始める方も、そうでない方も、洋上でのクジラ観察はもちろん、ぜひ陸からの観察もお楽しみいただければと思います。OWAでは、毎年12月から翌年5月にかけて、ザトウクジラの来遊状況を調査するため、毎朝30分間、ウエザーステーション展望台から目視観測を実施しています。次のグラフは、半月ごとの平均発見頭数をまとめたものです。1月号から3月号にかけて今シーズンの来遊状況をご報告してきましたが、今号でも最新の結果をお届けします。



2月後半は、最も多い日は過去最多の44頭、最も少ない日は21頭の発見がありました。この期間における発見頭数は日ごとのばらつきがあり、平均すると約27頭という結果になりました。しかしながら、2月後半は強風や海況不良の日が続いたため13日間のうち観測を実施できたのはわずか6日間のみでした。そのため、観測が行えなかった期間に多くのザトウクジラが小笠原近海に訪れていた可能性もあり、実際の来遊頭数はもう少し多かったかもしれません。シーズン序盤から2月後半までは、昨シーズンの結果を下回る傾向が見られました。3月前半には平均発見頭数が約24頭となり、昨年と同程度の結果となりました。来遊のピークは過ぎましたが、今月は、何頭のクジラを発見できるでしょうか。これから北の摂餌海域へ向かうクジラたちが、いつまで小笠原に滞在するのか、引き続き山の上から見守っていきたいと思います。

【ホエールウォッチング自主ルール遵守のお願い】

毎年5月頃までは、ザトウクジラの来遊時期にあたります。小笠原では、ホエールウォッチングを安全に楽しむため、そしてクジラたちの生息環境を守るため、ホエールウォッチングの自主ルールを設けています。

ボートやサップ、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を遵守いただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

- 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、侵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) ☎213215

●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) ☎213215

海洋センター日より その287
クジラとカメラ

あちらこちらで「今年は寒いね」と聞こえる今日この頃。昨年よりも肌寒い日が続きますが、季節は確実に春へと移り変わっています。ちょうどこの時期、冬から滞在していたザトウクジラが小笠原から離れ、産卵のシーズンを迎えるアオウミガメが入れ替わりで来遊します。

ザトウクジラは小笠原に滞在している間、基本的には何も餌を口にしないといわれています。オスのクジラたちは次の繁殖相手を探すため、幾度も体をぶつけあつて激しい闘いを繰り広げ、母クジラは、元気がいい子クジラに振り回されつつも、彼らにミルクをしつかりと与えます。繁殖・子育てに相当のエネルギーを使い果たしたクジラたちが目指す行き先は、採餌海域であるベーリング海峡やカムチャツカ半島のまわりなどです。

子クジラは、母クジラの横にぴったりとくつき、高緯度のえさ場まで泳いでいきます。栄養価の高い海で生産された、小動物(オキアミ、小魚)をたくさん食べ、また来年の秋から冬にかけて、小笠原を含む温かい南の海にやってくるのです。

ザトウクジラと入れ替わるように、3月〜4月頃から一気にアオウミガメの目撃が増え始めます。海からも、陸からも、交尾をするアオウミガメを見かけるようになり、いよいよ産卵シーズンが近づいてきたなど感じるようになりしました。彼らもまた、日本列島の太平洋沿岸の藻場から1000km以上の長い旅を経て、この小笠原の海にやってきました。

小笠原のアオウミガメは5〜8月にかけて産卵をします。そこから卵は約2カ月を経てふ化し、稚ガメは海へとかえって行くのです。しかし、母ガメは稚ガメを育てることはせず、卵を産んだらそそくさとその場を離れてしまします。ザトウクジラと比べると、とても薄情な気もしますが、これは、子育てをしない代わりに、どれか一頭が生き残るよう数で勝負する生存戦略を取っているためです。

さて、ザトウクジラのシーズンがほとんど終わり、アオウミガメの産卵時期が近づいてきましたね。小笠原海洋センターは5月頃から大村海岸での夜間パトロール、各海岸でのモニタリング調査を実施します。今年はどうなウミガメとの出会いが待っているのでしょうか。

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

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 ☎212830 (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>

◎マイマイのイマ 第百十八頁「夢のマイマイ」

マンモスの特徴にかかわる遺伝子を組み込んだネズミを作出、という研究成果が業界にぎわせている。といっても巨大ネズミ誕生、ではなく、マンモスのように毛の長いネズミができたのだが、本当ならそれでも凄い。絶滅生物の性質を一部復活させたわけだから。

それなら凍結試料のあるカタマイマイの絶滅種も、少なくともその性質の一部くらいは復活できるのではないか。原理的にはゲノム情

報さえ残っていれば、その一部を本土の近縁な仲間のユーハドドラに組み込んで、カタマイマイの外見を再現することはできそうだ。

ただ、現実にはなかなか難しい。そもそも陸貝の性質の遺伝的基盤はよくわかっていない。陸貝ではそれに不可欠な全ゲノム解読が進んでいない。全ゲノムのDNA配列自体は読めるのだが、陸貝はゲノムの構造が複雑なため、その染色体の位置を決めようと(ゲノムアセンブリ)、各遺伝子や機能と関係づけるアノテーションが難しい。カタマイマイも属している最大派閥でも身近な陸貝グループのマイマイ上科では、誰もこの段階まで成功していない。というわけで、絶滅カタマイマイの復活はまだまだ夢物語である。と、思っていたのだが、研究室のまだ修士一年の学生が、いきなりオナジマイマイとユーハドドラで、全ゲノム解読をアノテーションまで成功させた。マイマイ上科では世界初である。思いがけず、夢をかなえる基盤ができた。

後生畏るべし。次世代の彼女らは、能力を開放する機会を得ると、爆発的な成果を出してくる。絶滅カタマイマイ復活の夢は、どうやら未来がかなえてくれそうである。

【文】東北大学教授 千葉 聡
【イラスト】藤崎 希久江



●問合せ先 教育委員会 ☎213117

NEW

「鳴谷市左衛門」 小笠原諸島巡検 350周年記念事業

◎小笠原諸島が日本の領土と

なったきっかけは？

村民の皆さんは、鳴谷市左衛門(しまやいち ざえもん)という人物を知っていますか。江戸時代中期に無人島(現在の小笠原の島々)を巡検し江戸幕府に報告した人です。

鳴谷の巡検から今年でちょうど350年経つことから、小笠原村では今年、彼の功績を称える記念事業を実施しようとしています。

そこで、今回の村民だよりでは、鳴谷について少し紹介したいと思います。

彼は、長崎の人で航海術、測量術に優れていたため、1675年(延宝3年)、幕府の命を受けて長崎代官末次(すえつぐ)平蔵(へいざう)の建造した船に船頭として乗り込み、無人島巡検をしました。そして、父島や母島などにどり着き、地図・海図の作成や詳細な調査を行い、小さな祠を建て動植物を持ち帰るなどして幕府に報告をしました。これらのことは、嶋谷自身が記録した「無人島へ乗渡覚書」「無人島之図」(注1)や、江戸時代末期の1863年(文久3年)に小花作助(注2)が記録した『小笠原島略記全』などで明らかにされています。

1876年(明治9年)、明治政府は日本による小笠原島の統治を各国に正式に通知し、国際的に日本領土として認められるようになりました。嶋谷の巡検は、「一国の政府の命を受けた正式の巡検調査隊が小笠原島に上陸し

て島々を調査し、島の動植物を調査採取して持ち帰った最初であり、のちにこれらの島々を日本領として確定する上で非常に大きな根拠となりました(注3)。「このことは、日本が今日、広大な排他的経済水域をもつにいたる起点となったとも言えます。」

では、皆さんご存知の我が郷土「小笠原村」の名前の由来となった小笠原貞頼と嶋谷のかかわりはどうであったのでしょうか。今回の村民だよりでは、そのことについてご紹介しま

す。
(注1)日本人による無人島の最初の記録と言われています。

(注2)小花作助は、後に小笠原島内務省出張所長になった人物です。

(注3)田畑道夫著『小笠原島ゆかりの人々』P 26 小笠原村教育委員会



嶋谷市左衛門肖像画(想像図)
提供:西堀榮三郎記念探検の殿堂

●問合せ先 教育委員会

☎2-3-1-7

「村民だより」ケーブルテレビへの ご意見募集します

「村民だより」
「小笠原村ケーブルテレビ」(自主放送番組)について皆さまのご意見をお聞かせください！ぜひご協力よろしくお願いたします。

【回答方法】

ウェブアンケート(Googleフォームを利用)
<https://forms.gle/5YN9evMLUyptBWkNA7>



(窓口で用紙もお渡しできます。)

●問合せ先 総務課情報通信係 ☎2-3-1-1



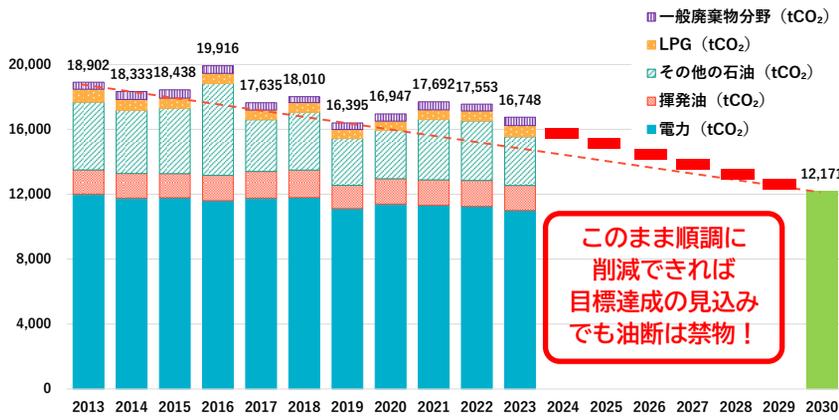
スイッチおがさわライフ ゼロカーボン大作戦



小笠原村
環境課
2-2270

小笠原村では、「地球温暖化対策実行計画(区域施策編)～スイッチおがさわライフ ゼロカーボン大作戦～」の目標達成のため、省エネやごみの減量化の取組を進めています。今回は、2023年度(令和5年度)の温室効果ガス排出量の推計結果を報告します。

2023年度の温室効果ガス排出量の推計結果は…?



結果報告

2023年度温室効果ガス排出量: **16,748 t-CO₂**

11.4%
削減!

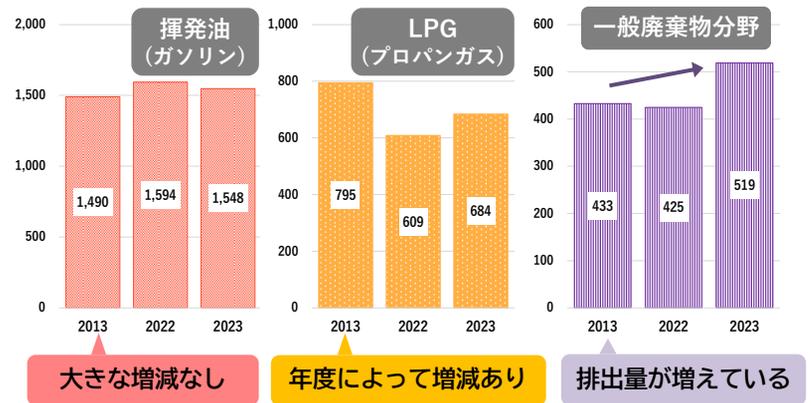
基準年度(2013年度)と比べて **2,154 t-CO₂** の削減

目標達成には2030年までに **4,577 t-CO₂** の削減が必要です。

2023年度の温室効果ガス排出量は、前年度と比べて805t-CO₂の削減となりました。このペースで排出量を削減し続けることができれば、2030年度の削減目標(2013年度比▲46%)を達成できる見込みです。しかし、猛暑の年にはエアコンの使用量が増えてしまうなど、排出量の増減には変動があるため、今後も減少するとは限りません。

エネルギー対策やごみの減量を続けていくことが大切だね

●排出量に占める割合は少ない3種類の増減はそれぞれ異なる

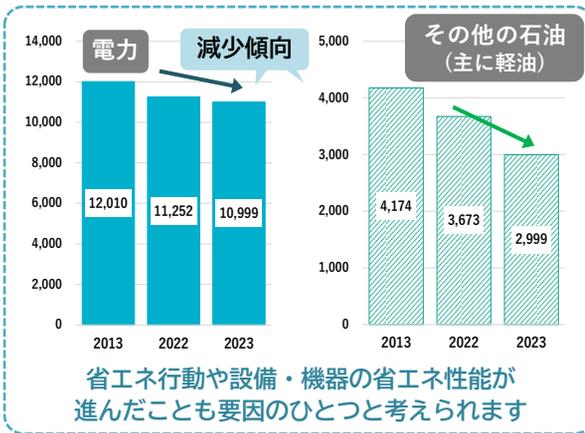


【参考】人口と来島者数



人口や観光客数が影響しそうですが、増減がきれいに一致しません

●主な排出源である「電力」・「その他石油」は排出量が減少



ゼロカーボン大作戦の取組状況とこれから

2024年度(令和6年度)は以下に示す取組が進みました。しかし、ゼロカーボン大作戦の全てに着手できていないわけではありません。今後は、まだ着手できていない取組をどのように進めていくか検討して実行に移すことが重要です。また、排出量が多い分野について、対策を継続・強化していくことが求められます。

作戦	令和6年度の主な取組実績
作戦1 みんなで取り組む脱炭素	○ゼロカーボンワークショップ実施 ○村民だよりによる情報発信 ○小学校ごみとリサイクル授業 ○ごみ分別ガイドブック作成
作戦2 島ぐらし楽しく快適に脱炭素	○省エネ家電製品普及促進事業補助 ○公共施設におけるLED照明の導入 ○公用車にEV車導入(母島) ○ZEV協定に基づく村民のEV購入支援
作戦3 自然パワーで脱炭素	○情報センターへ太陽光発電設備導入 ○母島太陽光発電所建設事業の推進 ○北港バイオトイレ(太陽光パネルと共に新設)
作戦4 ごみも資源だ脱炭素	○製品プラスチックステーション回収の実施 ○資源リサイクル拠点回収の実施 ○生ごみコンポストモニター実施
作戦5 脱炭素型エコツアーで満喫	○母島シェアサイクルの試行
作戦6 守れBONINの森と海	○小笠原諸島世界自然遺産管理計画に基づく森林等の適正管理 ○オガクワの森イベントなど地域と連携したイベントの実施

これから村民の皆さんと共に取り組んでいきたい着手が難しい&さらなる強化が必要な取組

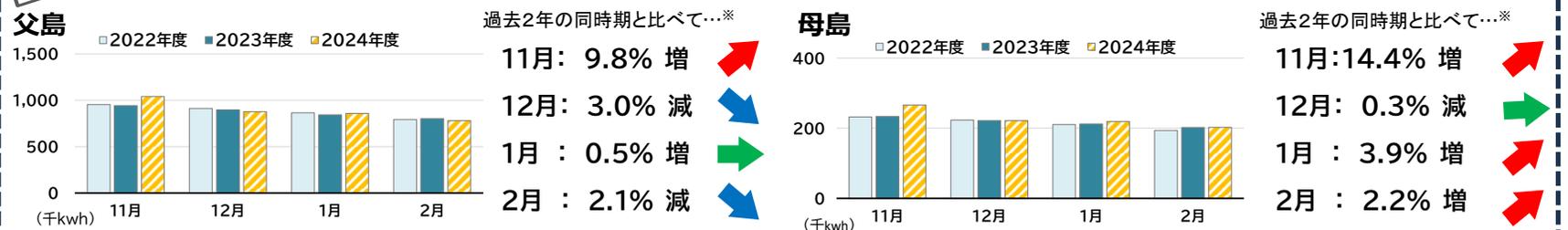
- 家庭・事業所における省エネやごみ削減の推進(作戦1&4)
- エコドライブや相乗りなどの移動の脱炭素化の推進(作戦1&5)
- 再エネ導入やメンテナンス体制の充実(作戦3)
- EV車普及のための太陽光発電による充電設備の検討(父島)(作戦2&3)



排出量削減のアイデアや情報も募集中!

ごみ分別ガイドブックは5月頃に公表予定です!

おがさわら 電気使用量報告 (2024年11月～2025年2月)



※各島の発電所からの送電電力量(月別)データを基に、過去2年の送電電力量の平均値と2024年度の送電電力量を比較しています。



けんこう通信

脂質異常症を知って生活を見直そう！！

皆さんは「脂質異常症」をご存知でしょうか？以前は「高脂血症」と呼ばれており、住民健診などで「コレステロール値が高い」、「中性脂肪値が高い」と聞くことは多いかもしれませんが。そもそも脂質異常症とはどんな病気なのでしょうか？今回は「脂質異常症」について正しく知り、脂質異常症を予防する生活習慣について紹介します。

脂質異常症ってどんな病気なの？

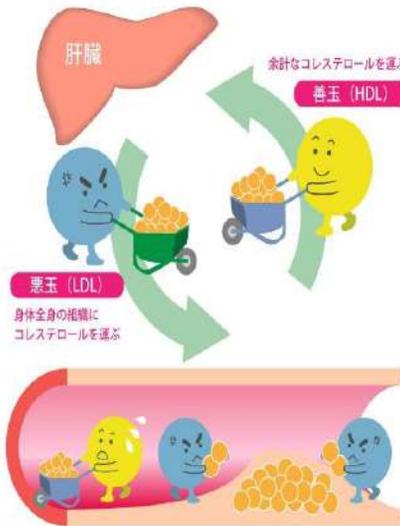
脂質は、体を動かすためのエネルギー源として必要な栄養素の1つです。しかし、脂質を摂りすぎること、血液中の「コレステロール」や「中性脂肪」のバランスが崩れた状態のことを「脂質異常症」といいます。

■脂質異常症の基準値■

HDL(善玉)コレステロール：39 mg/dl 以下
LDL(悪玉)コレステロール：120 mg/dl 以上
中性脂肪(TG)：150 mg/dl 以上

HDL(善玉)LDL(悪玉)コレステロールって？

コレステロールは脂質の一種で細胞膜やホルモン、消化液の成分に欠かせないものです。HDL(善玉)は、過剰になったコレステロールを回収し、LDL(悪玉)は、コレステロールを全身に運ぶ働きがあります。LDL(悪玉)が多すぎたりHDL(善玉)が少なすぎたりすると、過剰なコレステロールが血管壁に染み込み、血管を狭めることで動脈硬化を進行させます。



脂質異常症の原因は？

食べすぎ、運動不足、アルコールの飲みすぎ、ストレスなどが原因とされており、ほとんどの人は生活習慣の見直しで改善します。



脂質異常症を放っておくと、どうなるの？

脂質異常症は、無症状であることがほとんどです。無自覚のうちに、動脈硬化が進行すると、血管のつまりが大きくなり、右図のような合併症が起きやすくなります。



タイプ別の生活習慣のポイント！

●LDL(悪玉)コレステロールが高め →動物性のあぶらの摂取を見直してみましよう！

- ・肉類は脂身の少ない赤身の部位や鶏むね肉やささみ肉を選びましょう。
- ・調理方法を「煮る」、「ゆでる」、「蒸す」ことで、あぶらの摂取を抑えることができます。
- ・ノンオイルドレッシングや低脂肪の乳製品を選びましょう。
- ・食物繊維の多い、海藻類やきのこ類を食事に取り入れましょう。

●中性脂肪が高め →食べすぎ、飲みすぎに注意！

- ・米、パン、麺類等の主食量(糖質)が多い人は中性脂肪を高めます。いつもより主食の量を減らすことで食べすぎの防止ができます。
- ・お菓子やジュースの量の見直しをしてみましょう。
- ・アルコールは1日の目安(ビール中瓶1本程度)を守りましょう。週2日の休肝日も大切です。

●HDL(善玉)コレステロールが少ない →運動量の見直しを！

- ・運動には、HDL(善玉)コレステロールを増やし、中性脂肪やLDL(悪玉)コレステロールを下げる効果があります。ウォーキングや水泳、軽いジョギングなどの有酸素運動が効果的です。

クジラ：住民健診の結果を見返していたら、中性脂肪が「C」だったよ。最近甘いコーヒーやジュースを飲むのが習慣になっているからかな？

保健師：甘いものを摂りすぎると、中性脂肪が上がります。間食や飲み物を見直しをしてみましょう。

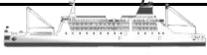
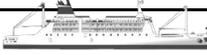
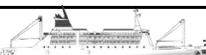
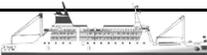
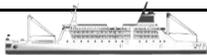
クジラ：そうだね、身体のためにブラックコーヒーやお茶に変えてみようかな♪

保健師：あわせて、ウォーキングなどの運動を取り入れると効果的ですよ。

クジラの伝言板



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	火	粉ミルク無料配布開始 <small>(なくなり次第終了)</small> 固定資産税の閲覧・縦覧(~6/2)	16	水	おやつ の 会(母島) キッチンカー出店者申込 〆 切(父島)
2	水	 入港日	17	木	出港日 
3	木	定期予防接種(父島)(母島)	18	金	狂犬病予防集合注射(父島) 地域振興に係る補助事業応募 〆 切 すくすくキッズ(父島)申込 〆 切 親子ヨガ教室(父島)申込 〆 切 会計年度任用職員(議会事務局・小学校)応募 〆 切
4	金		19	土	
5	土	出港日 	20	日	 入港日 「東京三弁護士会」法律相談(母島) 
6	日	ファーマーズ デ イ(父島) 	21	月	産科・婦人科専門診療(母島) 親子ヨガ教室(父島) 「東京三弁護士会」法律相談(父島) 日商簿記検定 申込み(~5/8)
7	月	狂犬病予防集合注射(母島) おやつ の 会(母島)申込 〆 切	22	火	母島巡回ペット診療・相談(~23日)
8	火	 入港日 母島巡回労働相談	23	水	出港日  産科・婦人科専門診療(父島)(~28日) すくすくキッズ(父島)
9	水		24	木	
10	木	小笠原村診療所の歯科休診 乳幼児健診・歯科健診(父島) 交通安全講習会(母島)	25	金	電話による無料相談 すくすくキッズ(母島)申込 〆 切
11	金	出港日  住民税非課税世帯等 臨時特別給付金 〆 切	26	土	 入港日 こどもまつり(父島) GWバス増便(父島)(~27日)
12	土		27	日	眼科専門診療(母島)(~28日) 
13	日	交通安全キャンペーン(父島) 	28	月	すくすくキッズ(母島)
14	月	 入港日 小笠原村職員(介護福祉士)募集 〆 切	29	火	出港日  GWバス増便(父島) 昭和の日 ケーブルテレビ「硫黄島・日米合同慰霊祭」
15	火	乳幼児健診・歯科健診(母島) 行政相談所(父島) ケーブルテレビ利用料 年払い申込 〆 切	30	水	眼科専門診療(父島)(~5/4) R6ベビーシッター利用支援事業補助金 〆 切 委託状況届 提出 〆 切

※ 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・4日・7日・9日・11日・14日・16日・18日・21日・23日・25日・28日・30日