

NO. 591
平成23年(2011)
10/1(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

住民基本台帳登録者数(9/1)

	2512人	
	父島	母島
人口	2,040人	472人
世帯	1,123	248

8月気象状況(父島)

最高気温	32.5
最低気温	23.2
平均気温	27.7
平均湿度	79%
月降水量	168.5mm

ダム貯水率

9/29現在	
父島	100/100
母島	100/100

ホームページアドレス

<http://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	ハハジマメグロ	魚	アオムロ

硫黄島訪島事業を実施しました

第15回硫黄島訪島事業を9月17日から18日にかけて実施しました。

今年は震災の影響により、実施時期を例年の6月から9月に延期しましたが、硫黄島が深刻な水不足となり、上陸を中止せざるを得ませんでした。そのため、硫黄島を周遊しながら洋上慰霊祭を行い、その後北硫黄島でも洋上献花を行いました。当初危惧された天候にも恵まれ、晴天の下、無事執り行うことができました。また、学校行事として参加している中学2年生は、北硫黄島で少年期を過ごされた旧島民の方から当時のお話を聞き、旧島民の皆さんとの交流会では、参加された多くの旧島民の方々とグループに分かれて活発な質疑応答が交わされました。

今回は残念ながら上陸はできませんでしたが、参加された皆さんは、間近に見える景色を前に、平和に暮らしていた島民が、いかに悲痛な思いで島を離れなければならなかったのか、それぞれに思いを馳せていたことと思います。

村としては今後も、旧島民の心情に報いるための訪島事業を行うと共に、国の遺骨帰還に積極的に協力してまいります。

【参加者】

旧島民29名、硫黄島協会8名、父母中学生(教員含む)34名、来賓および村役場職員32名 総勢103名



慰霊祭(中学生による誓いのことば)



北硫黄島沖での洋上献花



旧島民と中学生の交流会

問合せ先 総務課総務係 2 3 1 1 1

小笠原諸島
世界自然遺産登録記念式典

本年6月、小笠原諸島が世界自然遺産に登録されたことを記念して、式典を開催します。村民の方々もぜひご参加ください。

小笠原諸島

世界自然遺産登録記念式典の概要

【日時】 10月14日(金)午後4時30分～6時
【場所】 海上自衛隊父島基地分遣隊体育館
【内容】

主催者あいさつ、来賓あいさつ、功労者表彰、基調講演ほか

【主な出席者(予定)】

大臣、国関係行政機関、東京都知事、都議会議員、友好市町長・議長、島しょ町村長・議長、小笠原村長・村議会議長ほか

【主催者】 東京都・小笠原村

【参加を希望する村民の方へ】

村民であることを確認できるものをお持ちの方は、ご持参ください。村民カード、免許証など)

当日、午後4時15分までに受付をお済ませください。途中入場はご遠慮ください。お車での来場はできませんので、ご了承ください。

問合せ先

小笠原支庁総務課	2	2	1	2	1
小笠原村総務課企画政策室	2	3	1	1	1

小笠原村副村長・教育長の就退任

【任期満了】 9月25日付

《副村長》 石田 和彦
《教育長》 長島 忠義

【就任】 9月26日付

任期 平成27年9月25日まで

《副村長》 石田 和彦(再任)
《教育長》 伊藤 直樹(元小笠原中学校長)

問合せ先 総務課総務係 2 3 1 1 1

島嶼会館について

島嶼会館は、8月31日を以つて旅館業を廃止し、9月下旬から平成24年3月中旬までの工期で解体することといたしました。
昭和49年8月の開業より37年間で延べ107万5075人の島嶼住民の皆様にご宿泊いただき、また、都内における島嶼の拠点施設として、ご宿泊はもとよりお食事、会議室等を幅広くご利用いただき、皆様に温かく支えて頂きましたこと心から御礼申し上げます。

なお、平成25年開業予定の新・島嶼会館(仮称)は、現島嶼会館の役割を継承し、設計が進んでおりますので、広報等にて進捗状況を適宜にお知らせいたします。

また、近隣縮初施設の紹介も行っていますのでご利用ください。

問合せ先

東京都島嶼町村一部事務組合
03 3432 4961
会館近隣宿泊施設のご案内について
03 3437 3061

家具転倒防止器具等の支給・取付

住居内の家具転倒防止策を促進し、震災時における人的被害を最小限に抑えるため、次の世帯を対象に家具転倒防止器具等を予算の範囲内で優先順位により現物支給いたします。

【対象世帯】

- 村内に住所を有する世帯
- 平成21年度または、平成22年度に支給を受けた世帯を除く
- 世帯構成者全員が次に該当する場合
は、希望により取り付けも行います。
- 高齢者(申請申込開始日において65歳以上)が含まれる世帯
- 障害者が含まれる世帯
- 要介護者が含まれる世帯
- 難病医療費助成を受けている方が含まれる世帯

【申込期間】 10月3日(月)～21日(金)

予算の上限を超えた場合は、次のとおり優先順に支給いたします。

【優先順位】

《第1優先》

高齢者(申請申込開始日において65歳以上)が含まれる世帯
障害者が含まれる世帯

要介護者が含まれる世帯

難病医療費助成を受けている方が含まれる世帯

《第2優先》

就学前の子供が含まれる世帯

中学生以下の子供を含むひとり親世帯

《第3優先》

中学生以下の子供が含まれる世帯

《第4優先》

第1優先～第3優先以外の世帯

【支給開始予定日】 11月16日(水)

取り付けを希望される場合は、11月下旬になります。

申込み・問合せ先

総務課総務係 2 3 1 1 1
母島支所庶務係 3 2 1 1 1

国民健康保険

被保険者証(保険証)の更新

10月1日(土)で保険証が一斉更新となります。国民健康保険に加入している方は、村民課住民係より送付しております保険証の更新に関する通知をご持参のうえ、更新の手続きを行ってください。

【場所】

《父島》 村民課住民係
《母島》 母島支所庶務係

【持参するもの】

印鑑、現在お持ちの保険証、送付済みの通知(「国民健康保険被保険者証」の更新について)

保険証は、カード様式のを1人に1枚交付します。次の点に注意してください。
記載内容に変更があった場合は届出をしてください。勝手に書きかえると無効になります。

他人との貸し借りは絶対にしないでください。法律により罰せられます。
コピーした保険証は使えません。
カード化に伴い、保険証のサイズが小さくなっています。保険証は犯罪に使われる恐れもありますので、紛失しないように十分ご注意ください。

今回から臓器提供意思表示シールを1人につき1枚配布いたしますので、希望される方は、保険証の裏面に貼ってご利用ください。
保険税の納め忘れがあると、保険証の更新ができない場合があります。特別な理由もなく納付しない方には、医療費を全額自己負担していただく場合もあります。

病气やけがをしたときに安心して診療を受けられるように、保険税は納期限内に納付してください。

問合せ先 村民課住民係 2 3 1 1 3

小笠原村健康診断について

予約の受付など詳細については、11月号の村民だよりでお知らせします。

【日程】

《母島》 12月6日(火)～7日(水)
《父島》 12月9日(金)～13日(火)

特定健診受診券の事前交付

満40歳～74歳の方で、国民健康保険以外の保険に加入している方(職場の健診を受診している方や、職域健診の対象者は除く)が小笠原村健康診断において「特定健診」の受診を希望される場合は、加入している健康保険組合等が発行する特定健診受診券が必要になります。

券が届いたら、村役場村民課または、母島支所に、健康保険証とあわせてお持ちください。

【受付期限】 10月31日(月)

胃がん検診、婦人科検診のみ受診される方

小笠原村健康診断では、特定健診の他に次の検診を実施します。

胃がん検診(胃力メラ) 40歳以上

婦人科検診(乳がん・子宮がん) 30歳以上

結核・肺がん検診(胸部レントゲン)

40歳以上

肝炎ウイルス検診(B型・C型)

40歳の方のみ

以上の検診については、小笠原村に住所を有し、対象の年齢の方であれば加入している健康保険に関わらずどなたでも受診することができます。

ただし、次の方については事前に村役場への申し込みが必要です。お電話か窓口にて申し込んでください。

【申込みが必要な方】

小笠原村健康診断において「特定健診」は受診せずに、胃がん検診・婦人科検診のみ受診を希望される方で、国民健康保険以外の保険に加入している40歳～74歳の方。ただし次に該当する方は除きます。
特定健診受診券を村に提出された方またはされる予定の方。

官公署等の職域健診の対象者

《申込み先》

村民課福祉係 2 3 9 3 9
母島支所庶務係 3 2 1 1 1

【受付期限】 10月31日(月)

この申し込みは、問診票の作成をするためのものであり、検診日等の予約ではありません。予約は11月に別途していただく必要がありますのでご注意ください。

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

問合せ先 村民課福祉係 2 3 9 3 9

子ども手当の支給 および支給額の変更

10月、「子ども手当」の支給月となりま
す。
平成23年9月分までの「子ども手当」
は、子ども一人につき月額(一律)1万3千円
の支給となっています。支給対象は、中学校
終了までの児童です。

今後、10月分から平成24年3月分までの
支給額は、次のとおり変更となります。
【0歳～3歳未満】一律1万5千円
【3歳～小学校終了前(第一子・第二子)】
1万円
【3歳～小学校終了前(第三子)】
1万5千円
【中学生】一律1万円

また、子ども手当支給額の変更に伴い新た
に認定申請が必要となります。対象の方
は、10月期分の「子ども手当払通知書」に
同封している「認定請求書」を、10月31日
月(までに)、村民課福祉係および母島支所
へお問い合わせください。

公務員の方は、各所属庁での手続きとなり
ます。詳しくは担当課にご相談ください。
「不明な点がありましたら、村民課福祉係
へお問い合わせください。」

問合せ先
村民課福祉係 2 3 9 3 9
母島支所 3 2 1 1 1

行政相談所の開設

【日時】 10月18日(火)午後7時～9時
【場所】 地域福祉センター
【行政相談委員】 山田 捷夫
《住所》 小笠原村父島字奥村
《連絡先》 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 3 1 1 3

不動産登記官による行政相談

村内の不動産に関する登記を所轄する、東
京法務局の不動産登記官による行政相談会を
開催します。

不動産登記に関する疑問、お悩みのある方
は、ぜひこの機会にご相談ください。
【母島】

10月26日(水)午後3時～7時
10月27日(木)午前9時～11時(予約制)
《場所》 母島支所大広間
【父島】 10月28日(金)
午前の部 午前9時～11時30分
午後の部 午後1時～5時
夕方の部 午後6時～7時(予約制)
《場所》 村議会議事堂

【相談費用】 無料
【申込期間】 10月3日(月)～14日(金)
「予約制」の時間帯は、予約なしでの当日
受け付けができませんので、「来庁の上
お申込みください。」

申込み・問合せ先
財政課財政係 2 3 1 1 2
母島支所庶務係 3 2 1 1 1

南島入島禁止期間

南島の植生回復のために、毎年3か月間の
入島禁止期間を設けています。
今年度の入島禁止期間は次のとおりです。
皆様のご協力をお願いします。

【入島禁止期間】
11月6日(日)～平成24年1月31日(火)
年末年始には、入島期間を設けます。日
程は、別途お知らせいたします。
【入島禁止期間中の特例利用】
《利用方法》 西側の海から扇池に上陸する
遊泳またはカヌー利用)

海況などにより危険性があるため、入
島に際しては十分注意してください。

《利用範囲》
扇池および周辺の砂浜に限ります。自
然観察路への立ち入りはできません。

《利用条件》
観光客等を案内する場合は、ガイドの
同伴など適正な利用のルールを遵守
してください。

村民利用の場合はガイドの同伴は必
要ありませんが、村役場への入島手続
きのほか、小笠原総合事務所国有林課
で実施している森林生態系保護地域
の利用講習を修了していることが
必要となります。また、適正な利用の
ルールと同様の条件に従ってください。
い。

問合せ先
村役場産業観光課 2 3 1 1 4
支庁土木課自然環境担当 2 2 1 2 3

シロアリ対策事業

村では年3回、集落周辺の樹木を中心にシ
ロアリ対策事業を実施しています。
被害についての相談や家屋の点検も行って
おりますので、ぜひご利用ください。

相談および点検は事前に申込みが必要とな
ります。家屋や敷地の駆除・予防施工は別途
依頼となります。

【申込期間】 10月3日(月)～21日(金)
【対策日程】 10月20日(木)～28日(金)
申込み・問合せ先
建設水道課 2 3 1 1 5
母島支所庶務係 3 2 1 1 1

平成24年成人式

平成24年成人式は、父島・母島ともに1月
1日(日)開催予定です。

次の に該当される方には、11月中旬ごろ
に詳しい日時などをご案内いたします。
に該当し参加を希望される方は、教育委
員会までご連絡をお願いいたします。

【対象者】
平成3年4月2日～平成4年4月1日
の間に生まれ、次のいずれかに該当する方
小笠原村に住民登録している方
村外に転出しているが、小笠原の小・中
学校または、高等学校に在籍したことが
あり、参加を希望する方

【島民割引制度】
成人式に参加するため帰省する方親が
小笠原に住民登録している方(は、おがさわ
ら丸・ははじま丸の島民割引制度をご利用
できます。
詳細については、お問い合わせください。

問合せ先 教育委員会 2 3 1 1 7

奥村運動場の利用について

父島の小中学校校庭が10月から芝生化
工事により使えなくなるため、小中学生の
クラブ・部活動等の一部が奥村グラウンドを
利用して行う予定です。

一般の利用の際に、予約が取りづらいなど
のご不便をおかけすることがありますが、ご
理解とご協力をお願いいたします。
なお、改修工事により使用を休止しており
ましたテニスコートは、10月1日(土)より
通常の開放を再開いたします。

問合せ先
教育委員会 2 3 1 1 7
小笠原村社会福祉協議会 2 2 4 8 6

官公署等のコーナー

東京都最低賃金の改正

10月1日(土)より東京都最低賃金が改正となりました。詳しくは、お問い合わせください。

【最低賃金】 837円(改正前821円)

問合せ先 東京労働局賃金課

03 3512 1614

母島巡回労働相談

小笠原総合事務所が実施する、10月の母島巡回労働相談の日程は次のとおりです。

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。

【日時】 10月24日(月)午後5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、賃金、解雇等)

求人求職(求人・求職申込等)

労災保険(加入、労災給付等)

雇用保険(加入、失業給付等)

問合せ先 小笠原総合事務所 2 2102

森林生態系保護地域への入林受付

および簡易講習の実施

母島において国有林内の指定ルートを利用するための簡易な講習と入林申請受付を実施します。

父島においては、随時実施していますので電話での予約をお願いします。

なお、この講習の対象者は村民としてレクリエーション目的で利用される方に限ります。

【日時】 10月14日(金)午後7時～8時

【場所】 村民会館 2階会議室

【必要なもの】

印鑑、村民であること、および18歳以上であることが確認できるもの(免許証など)

年間入林申請(年間パス)および講習修了証の有効期間をご確認ください。期間終了後も引き続き指定ルートを利用するためには再申請または更新講習の受講が必要です。

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

アカギ駆除村民ボランティア募集

世界自然遺産に登録された小笠原において、外来種であるアカギは、年々分布を拡大して小笠原本来の生態系を破壊し、小笠原固有の動植物に大きな影響を与えています。

小笠原固有の生態系を保全するために、内地からのボランティアと一緒にアカギの駆除(萌芽処理等)を行う村民ボランティアを募集します。

【日時】 11月10日(木)

午前9時～午後3時30分

【作業内容】

アカギの萌芽刈取、稚幼樹採取作業

【作業場所】 母島桑ノ木山国有林

【参加費用】 1000円(保険料)

【申込締切】 11月9日(水)

【申込先】 母島観光協会 3 2300

問合せ先

小笠原諸島森林生態系保全センター

2 3403

全国地域安全運動の実施

10月11日(火)から20日(木)までの10日間「全国地域安全運動」を実施します。

小笠原警察署・小笠原防犯協会では、「守る

うよ わたしの好きな 島だから」をスローガンに海や山での事故防止、犯罪被害防止のための防犯パトロールを強化します。

【運動の重点】

子どもと女性の犯罪被害防止
住宅を対象とした侵入犯罪の防止

万引き、自転車の盗防止
海・山における各種事故防止

農作物の被害防止
振り込め詐欺の被害防止

置き引き等の被害防止

【注意事項】

車から離れる時は、ドアロックをし、鍵の抜き忘れに注意してください。

宿泊者が出かける時は、行き先を確認してください。

不審者を見たらすぐに110番通報してください。

問合せ先 小笠原警察署 2 2110

オオヒキガエル生息状況調査実施

環境省ではオオヒキガエルの生息状況を把握するため、父島二見港周辺でオオヒキガエルの試験捕獲と水辺の環境調査を行います。

調査は日中と夜間の両方に行い、夜間は、調査員がライト持って道路や河川を歩いているの調査となります。ご迷惑にならないよう敷地への立ち入りやライトの照射の仕方には十分留意します。ご理解ご協力をお願いいたします。

【期間】 10月19日(水)～28日(金)

【場所】

父島西町周辺、二見港船客待合所周辺、興洋岸壁、奥村グラウンド、とびうお棧橋

周辺、漁協周辺、奥村川、清瀬川等

【時間】

午前8時～午後5時

午後8時～翌未明

【内容】 オオヒキガエルや卵、オタマジャクシの捕獲、水質や植生等の環境調査

問合せ先

環境省小笠原自然保護官事務所

2 7174

自然環境研究センター小笠原事務所

2 7601

東京都島しょ地域中小企業等

振興補助事業の募集(第2回)

東京都島しょ振興公社では、島しょ地域の振興に係る事業を新たにを行う中小企業等に対し、事業費の一部を補助する事業を行います。

補助の条件などは次のとおりです。

【補助対象事業者】

中小企業、個人事業者、創業予定者等

法人または個人で、東京都島しょ地域に主たる事業所を持ち、事業を営んでいること(法人の場合は島しょ地域に登録していること)。

創業予定者の場合は、事業完了までに、島しょ地域に登録または開業届出が必要。

【対象事業】

新たに実施する次の事業

地域資源を活用した特産品に関する事業
地域資源を活用した観光の振興に関する事業

右記に関連した事業展開に関する事業

【条件】

補助申請は、東京都中小企業振興公社が実施する東京都中小企業応援ファンド地域資源活用イノベーション創出助成事業(以下「ファンド助成事業」)への申請を条件とし、当該助成事業の審査結果に基づき、採

択します。

なお、ファンド助成事業の申請には、事前に申し込みが必要(10月14日(金)～11月18日(金))ですのでご注意ください。

【補助金額】対象経費の10分の9からファンド助成金額を除いた額

対象経費はファンド助成事業と同じ。

《当公社補助限度額》 1千万円

《ファンド助成事業限度額》 800万円

《合計》 1800万円

【事業期間】 2年以内

【提出書類】

申請書、ファンド助成事業の申請書類一式の写し(受付印が押印されたもの)

補助金交付要綱は産業観光課で配布

【募集期間】 10月14日(金)～12月2日(金)

【提出先】

《父島》 産業観光課

《母島》 母島支所庶務係

問合せ先

《中小企業等振興補助事業》

東京都島しょ振興公社企画管理課

03 5472 6546

小笠原村産業観光課 2 3114

《ファンド助成事業》

東京都中小企業振興公社

03 3251 7881

銃器による父島のノヤギ駆除

環境省および東京都では、父島の植生回復を図るため、銃器によるノヤギの駆除を行います。

実施にあたり安全に十分配慮しますが、皆様の安全を確保するため、作業区域内に立ち入らないようお願いいたします。国有林指定ルートを除く)

【期間】 10月3日(月)～12日(水)

おがさわら丸出港口から入港口のみ実施します。

【時間】 午前6時30分～午後5時
【作業区域】 石浦から亀之首までおよび、中山峠から飛磯崎までの沿岸とその周辺山域



問合せ先

小笠原自然保護官事務所 2 7174

小笠原支庁土木課自然環境担当 2 2123

ジョンビーチ方面遊歩道の通行止め

東京都では、父島の植生回復を図るため、追い込み捕獲によるノヤギの駆除を中山峠周辺で行います。

実施にあたっては、皆様の安全を確保するため、小港からジョンビーチ・高山方面の遊歩道を通り止めにいたします。

【実施日】 10月16日(日)

天候等で中止になった場合は、23日(日)を、通行止めにして実施します。

問合せ先

小笠原支庁土木課自然環境担当 2 2123

平成23年度「島しょ法律相談」

電話による弁護士¹の無料法律相談

東京都では、島しょに居住される方が、法的なトラブルに出会った時のために、電話による弁護士の無料法律相談を行っています。

【相談日】 毎週月・水・金曜日
祝祭日、年末年始の閉庁日を除く

【相談時間】 午後1時～4時

相談中の場合、お待たせすることもございます。事前にご予約をいただくと確定です

【事前予約受付時間】

月～金曜日

午前9時～午後5時

「ご相談者のプライバシーは固く守られていますので安心してご相談ください。」



問合せ先・相談・事前予約受付

東京都生活文化局 都民の声課

03 5388 2245

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28日(金)

【実施時間】 午前10時～正午

↑件あたり概ね20分

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。

事前予約受付

第二東京弁護士会法律相談センター

03 3592 1855

当日の問合せ先

03 3581 2407

東京三弁護士会による法律相談

相談を希望される方は、ぜひこの機会をご利用ください

予約が必要です。

【相談内容・時間】

無料一般相談(1コマ40分以内)

【母島】

《日時》 10月12日(水)午後7時～9時

《場所》 母島支所2階会議室

【父島】

《日時》 10月13日(木)午後3時～5時

《場所》 村役場村民相談室

【予約受付時間】

午前9時30分～午後5時

土、日、祝日および正午～午後1時を除く

【主催】 東京弁護士会

第一東京弁護士会

第二東京弁護士会

問合せ・予約電話番号

法律相談センター

03 3595 8575

地域福祉センター 父島図書室より

昨年度、父島図書室までの年間貸出総数は1万7707冊(内児童書3393冊)、村民1人当たりでは9.1冊になります。これは、国民1人当たり4.9冊(2005年)の2倍近くの素晴らしい実績です。また、予約受付件数は107件です。

7月からカードでの貸出になっています。

父島図書室利用カードを作るには申請書で申し込み、翌日以降の受取になります。受取時に身分証明書の確認をさせていただきます。

【受取時間】

火曜日～金曜日

午前9時～午後5時
(正午～午後1時30分は除く)

第65回読書週間「信じよう、本之力」

文化の日を中心に2週間(10月27日～11月9日)、読書週間が実施されます。



2011・第65回 読書週間
信じよう、本之力
10/27～11/9



国民の物質生活の豊かさに比べ、精神生活の低迷が問題視されている昨今、論理的思考の基礎となる読書の重要性はますます高まっております。
「読書週間」が、国民ひとりひとりの読書への関心と、読書週間の確立への契機となることを願ってやみません。

(社) 読書推進運動協議会

現在、父島内の各学校図書室と父島図書室とが連携し、読書週間の展示などをさらに充実させるように相互協力しています。ご来館、ご来校の際にはぜひご観覧ください。
読書週間展示の日程・内容などについては、各図書室にお問い合わせください。

問合せ先

地域福祉センター父島図書室	2	2	9	1
小笠原小学校図書室	2	2	0	1
小笠原中学校図書室	2	2	5	0
小笠原高等学校図書室	2	2	3	4
	2	2	3	6

母島・父島携帯電話

受付窓口の開設

ドコモ携帯電話の受付窓口を開設します。で新しく携帯電話のご購入をお考えの方、機種変更をお考えの方、現在お使いの携帯電話の調子が悪い方など、なんでもご相談ください。

事前予約も受け付けておりますので、ご相談内容が決まっている方はご連絡ください。

【日時】 10月24日(月)午後1時30分～5時
【場所】 母島村民会館2階会議室

問合せ先 小笠原村商工会 2 2666

日商簿記検定の実施

日商簿記検定を実施します。

【試験日】 11月20日(日)

【申込期間】 9月30日(金)～10月14日(金)

【受験料】

《4級》 1600円

《3級》 2500円

《2級》 4500円

試験会場は父島を予定しておりますが、母島についても受験希望者がいる場合に会場を設ける予定です。

申込み・問合せ先

小笠原村商工会 2 2666

ビーチクリーン(大村海岸)

商工会青年部では美しい小笠原の自然を維持していく活動の一環として、ビーチクリーンを毎月行っています。

今月は、大村海岸で行います。

多くの方々が利用する海岸を綺麗に保ち、島民も観光客も快適に利用できるようにしたいと考えています。

たくさんの方のご参加お待ちしております。

【日時】 10月16日(日)午前6時集合

雨天の場合は中止

【集合場所】 小笠原ビジターセンター 駐車場

【持ち物】 お持ちの方は軍手

問合せ先

小笠原村商工会青年部 2 2666

島であそび隊!

せっけん作り隊! 抽選

島の素材を使って作る

【日時】 10月16日(日)午後2時～4時

【集合および解散場所】

小笠原ビジターセンター

【募集人数】 20名(小学生・中学生対象)

【参加費】 100円(ワークシート代含む)

【持ち物】 飲料、タオル、汚れてもよい服装

【主催】 B I O

【協力】 N P O 法人小笠原クラブ

【申込締切】 10月7日(金)

【申込方法】

小中学校とビジターセンターに申込箱を設置します。申込用紙を入れてください。用紙での応募となり、電話での予約はできません。
詳細は、あそび隊チラシでご確認ください。

問合せ先 B I O あそび隊事務局

090 5203 6759

ギャラクティックキッズ開催

第16回「天の馬・銀の河」

日本一きれいな小笠原の星空に、秋の星座物語の絵が見えてきたよ。天馬ベガサスを目印に、アンドロメダ銀河を見つけよう!

【日時】 10月19日(水)午後7時～8時30分

【対象者】 小学校3年生以上

1、2年生は保護者同伴で参加可能

【募集人数】 30名

【申込方法】

小学校玄関の申込箱に申込用紙を入れてください。

【集合場所】 小笠原ビジターセンター

【参加費】 300円(保険代含む)

2回目からは100円

【申込締切】 10月18日(火)

申込み・問合せ先

国立天文台内 2 7333

10月の燃料油価格変動調整金

10月の調整金を含む運賃(旅客・貨物)は、次のとおりとなります。翌月以降の調整金については、直接営業所(2 2111)まで、お問い合わせください。()内は変動調整額 単位:円

等級	大人	小人
2等	4,460 (+680)	2,230 (+340)
1等	8,920 (+1,360)	4,460 (+680)
村民割引(往復)2等	5,360 (+820)	2,680 (+410)
貨物運賃	1等品	8,935 (+871)
	2等品	8,376 (+816)
	3等品	7,818 (+762)
	小口貨物(1口)	0.10トン以下 895 (+87)
		0.075トン以下 675 (+66)

おがさわら丸

等級	大人	小人
2等	24,270 (+1,700)	12,140 (+850)
特2等	36,390 (+2,540)	18,200 (+1,270)
1等	48,530 (+3,390)	24,270 (+1,700)
特1等	56,110 (+3,920)	28,060 (+1,960)
特等	60,730 (+4,240)	30,370 (+2,120)
2等(学割)	19,420 (+1,360)	
2等(身体障害者割引)	12,140 (+850)	6,080 (+430)
村民割引(往復)2等	36,410 (+2,550)	18,220 (+1,280)
貨物運賃	1等品	15,964 (+760)
	2等品	14,862 (+708)
	3等品	13,671 (+651)
	小口貨物(1口)	0.10トン以下 1,599 (+76)
		0.075トン以下 1,191 (+57)

けんこう通信

村民健康福祉係
第 140 号



手軽にできる
楽しくできる

「朝晩ダイエット」

間もなく健康診断の季節がやってきます。「たばこは吸わないほうがいい」「食べすぎは太る」「お酒は控えめに」・・・分かっているけど、なかなか実行できない生活習慣。一度見についた習慣は、変えることが難しいものです。それでも、今年も良い結果でありたい、今年こそは良い結果でありたい！健康診断にむけ自分の健康を振り返ってみませんか？頑張りなさい・無理しない・楽しく続けて健康診断を迎えましょう。

暮らし方で体重は変わる！

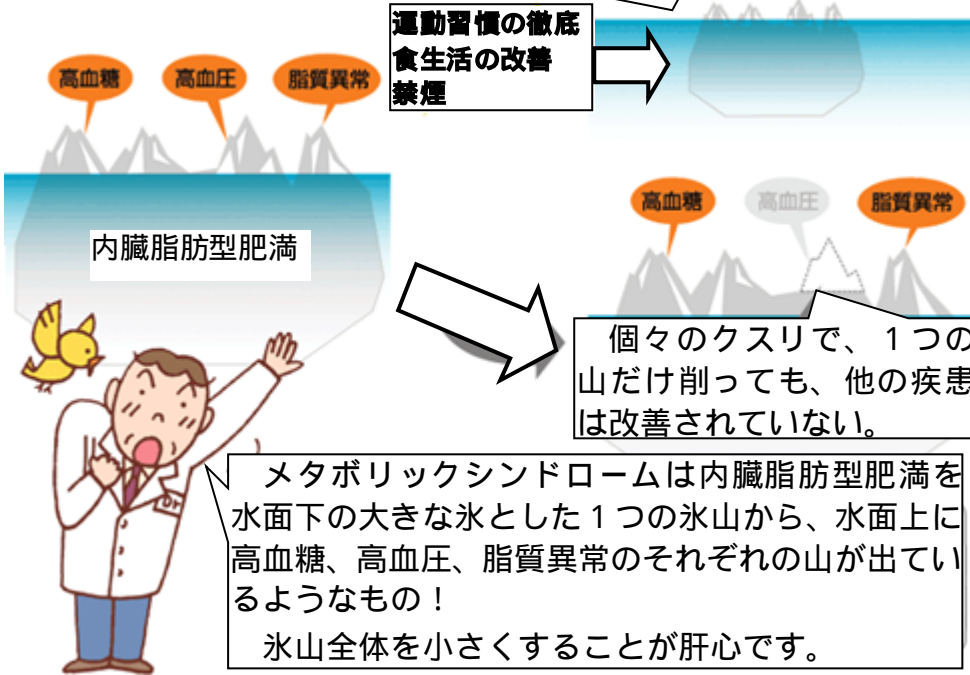
体重を減らすだけでメタボは解消できる

メタボを解消するには内臓脂肪を減らすこと、つまり体重を落とすことが必要です。

氷山の一角

内臓脂肪の減少により、高血糖、高血圧、脂質異常がともに改善。

運動習慣の徹底
食生活の改善
禁煙



朝晩ダイエットの手順

起床後、トイレの後に体重をはかります
就寝前に、トイレをすませてから、体重をはかります
判定します。朝の体重とMY体重差の合計より、その夜の就寝前にはかった体重が少なければ合格です。

～例～

朝の体重 + MY体重差 > 就寝前の体重

合格です！「 」

朝の体重 + MY体重差 < 就寝前の体重

ひと工夫しましょう「 」



MY体重差の求め方 例)

1 日目の夜	56.0kg	← - 500g	}
2 日目の朝	55.5kg		
夜	56.5kg	← - 600g	
3 日目の朝	55.9kg		
夜	56.8kg	← - 400g	
4 日目の朝	56.4kg		

$$\text{合計 } 1500\text{g} \div 3 = 500\text{g (MY 体重差)}$$

合格の日は、よくできた日は花マルでチェックしましょう。1週間のうち、5勝を目指してトライしてください。思った以上に重くなってしまった日が出て来ても、気にする必要はありません。翌日からまた続けていけばいいのです。がんばりすぎず、楽しみながら、気長に続けてみましょう。

無理なく続けられる朝晩ダイエットを始めてみませんか？

【チャレンジ方法】

手順は簡単。1日2回体重計にのり、記録するだけ。体重の増減をゲーム感覚で楽しむうちに効率的に体重が減っていきます。

1日2回、朝と晩に体重を測る

1日のうちで体重が一番軽いのはいつでしょうか。そうです、「朝」です。朝食前が最も軽くなります。

朝の体重が軽くなるのはなぜ？

朝、体重が軽くなるのは、睡眠中でも体の維持に必要なエネルギーが消費されているからです

夜は朝より重い

夜は、ねる前に体重を測ります。朝に比べると、確実に重くなっていることでしょう。朝晩の体重差は平均すると500gくらいです。食べた食事量は、裏切らずに体重に反映されます。

就寝前の体重を、その日の朝の体重に近づければ近づけるほど、やせることができます。

クジラ：朝晩の体重測定でダイエットにつながるなんて知らなかった！どれだけ変化があるのだろう、なんだか面白そうだな。早速やってみよう。

保健師：健康診断まで約2カ月、朝晩ダイエットで少しでも標準体重に近付くと良いですね。無理なく、楽しみながら頑張りましょう！

クジラの伝言板



村民健康福祉係
2-3939

健康・保健のコーナー

耳鼻咽喉科専門診療

【母島】

《日時》 10月13日(木)午前・午後
14日(金)午前・午後

【父島】

《日時》 10月16日(日)午前・午後
17日(月)午前・午後
18日(火)午前・午後
19日(水)午前・午後
20日(木)午前・午後

【受付時間】

午前8時30分から11時まで
午後1時30分から3時30分まで

【場所】

《父島》 小笠原村診療所
《母島》 母島診療所

問合せ先 小笠原村診療所 2 3800
母島診療所 3 2115

インフルエンザ任意予防接種

インフルエンザの任意予防接種を実施します。本年は、季節性インフルエンザワクチンの接種となります。

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。
19歳未満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持参してください。

【父島】

予約は必要ありません。
《第1回》10月21日(金)～31日(月)の午後
土、日、水曜日、は除く

《第2回》

11月11日(金)、14日(月)、17日(木)、
18日(金)の午後
《受付時間》午後1時30分～4時30分

【母島】

予約制です。申し込みは10月3日(月)から受け付けます。
《第1回》10月17日(月)～28日(金)の午後
土、日曜日は除く

【料金】

《第2回》11月14日(月)～18日(金)の午後
《1回目》 3600円
《2回目》 2550円

【接種回数】

1回目が他の医療機関で接種した場合の2回目は、3600円
《2回接種》 1歳～13歳未満の者
2～4週間の間隔を置いて2回注射する。

《1回接種》 13歳以上の者

1歳未満の接種は、ワクチンの有効性が不明のため、接種ご希望の方はあらかじめご相談ください。
ワクチンの入荷状況に応じて、接種日程が変更となる事があります。あらかじめご承知おきください。

申込み・問合せ先
小笠原村診療所 2 3800
母島診療所 3 2115

有料老人ホーム 太陽の郷

入居希望者募集

有料老人ホーム「太陽の郷」の入居希望者募集を行います。

【対象者】

村内に居住し、おおむね65歳以上で且つ要介護認定(要介護1から5までの認定)を受けている方

特に村長が認める方(村内に居住していただく方で、申込時、内地介護施設等に入居している方)

【募集人数】

《個室利用》 2室(2名)
《相部屋利用》 4室(8名)

相部屋は、1室2名で、夫婦での利用を原則としております。(入居希望者の配偶者等は、年齢および要介護認定の要件はありません。)

【申込期間】 10月3日(月)～21日(金)

【申込方法】

所定の入居申込書を有料老人ホーム「太陽の郷」、小笠原村診療所、村役場村民課福祉係、母島支所のいずれかにご提出ください。申込書等は、提出先にて配布しています。

郵送等をご希望の方はお問い合わせください。

【入居決定】

応募された方については、村で審査し、11月初旬に入居可否を決定いたします。

乳幼児健診・歯科健診(父島)

対象者の方には、個別に通知します。

6歳未満の乳幼児で健診を希望される方は、事前に電話でのご予約をお願いします。

【対象者】 4か月、7か月、10か月、1歳6か月、3歳の乳幼児

《日時》 10月13日(木)午後2時～3時
《場所》 地域福祉センター2階大会議室

申込み・問合せ先
村民課福祉係 2 3939

母島乳幼児計測会

お子さまの発育と一緒に確かめませんか？
母子手帳をご持参ください。事前予約は不要です。

【対象者】 0歳～6歳の乳幼児
【日時】 10月18日(火)
午前10時～11時30分
【場所】 母島診療所2階カンファレンスルーム
問合せ先 母島支所 3 2111

育児学級

歯科の会(母島)

歯科衛生士からのお話と歯のチェックを行います。事前の予約は不要です。

【対象者】

1歳以上～2歳未満のお子様と保護者
【日時】 10月17日(月)午前10時～11時

【場所】 母島支所大広間
【必要なもの】 タオル、歯ブラシ

問合せ先 母島支所 3 2111

ヘルスアップ教室

母島でのヘルスアップ教室を再開します。気持ちよく体を動かして健康診断にむけ体調を整えてみませんか？今月は、ストレッチ、セラバンド体操です。

【対象者】 20歳以上の方(医師から運動を止められている方は、ご相談ください)

【父島】

《日時》 10月5日(水)
午前9時30分～11時

《場所》 地域福祉センター

【母島】
《日時》 10月5日(水)
午後2時～3時30分

《場所》 母島支所大広間

【必要なもの】
タオル、飲み物、室内履き(父島のみ)

問合せ先
村民課福祉係 2 3939
母島支所 3 2111

保健所専門医相談(父島)

小児科医による個別相談を実施します。お子さんの発育や発達、療育に関する相談を実施します。個別相談を希望される方は保健所までお申込みください。

【日時】

10月8日(土)午前9時～午後5時まで
9日(日)午前9時から正午まで

【場所】 島しよ保健所小笠原出張所

申込み・問合せ先

島しよ保健所小笠原出張所 2 2951

保健所講演会

子どもの発育発達をテーマに講演会を開催します。ぜひご参加ください。

【日時】 10月7日(金)午後7時～8時

【場所】 地域福祉センター2階大会議室

母島では、母島支所大会議室にてテレビ中継でご参加いただけます。

【講師】 松田 博雄先生(淑徳大学)

申込み・問合せ先

島しよ保健所小笠原出張所 2 2951

食品衛生責任者養成講習会

飲食の提供や、食品の製造や販売など、食品に関する営業を行うには営業許可が必要で、また、これらの施設には「食品衛生責任者」の設置が義務付けられています。「食品衛生責任者」は、調理師や栄養士などの有資格者のほか、「食品衛生責任者養成講習会」を受講した者になることができます。

このたび、社団法人東京都食品衛生協会が主催する「食品衛生責任者養成講習会」が父島にて開催されることになりました。資格をお持ちでない方で、飲食店の開業を考えている方や、食品関係の営業に興味のある方は、ぜひこの機会に受講ください。

【日時】 11月25日(金)

午前9時30分～午後4時45分

【場所】 地域福祉センター2階大会議室

【受講費用】 1万円(教材費含む)

【受講資格】 経験、学歴不問(17歳以上)

【申込方法】

申込用紙に記入の上、保健所まで郵送または持参してください。申込用紙は、保健所および支庁母島出張所で配布中です。

【申込締切】 11月11日(金)

定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

申込み・問合せ先

島しよ保健所小笠原出張所 2 2951

環境・自然のページ

世界遺産のコーナー

東京都獣医師会による動物派遣診療

小笠原では、野生化した飼い主のいないネコが希少な鳥類の命を奪うなど小笠原の自然界に重大な影響を与えています。飼い主のいないネコを増やさないためにも、ネコを適正に飼育いただくことが重要です。

小笠原村では、昨年度に引き続き、ノネコ対策の普及啓発と事業の必要性を理解していただくため、東京都獣医師会による派遣診療を予定しています。

【母島】 11月24日(木)～25日(金)

【父島】 11月27日(日)～30日(水)

《場所》 扇浦交流センター
《場所》 扇浦交流センター

詳細につきましては、チラシ等でお知らせいたします。

マイク Rocha の装着や健康診断などこの機会にぜひご利用ください。

問合せ先 総務課企画政策室 2 3111

小笠原ホエールウォッチング協会(OWA)のコーナー

イルカの性格を知るために

私たち人間に性格があるように、他の動物たちにも性格があつて、この性格を遺伝子から調べる研究が行われています。人間では新しいもの好き「や」楽観的、「不安を感じやすい」など、それぞれの性格に関連した遺伝子が見つかっています。

動物の性格の形成には、周囲の環境だけではなく、遺伝的な要因も大きく関わっています。近年では、霊長類やイヌなどで性格に関連する遺伝子の解明が進んでいます。

そしてイルカでも、性格を調べようとする試みが水族館の飼育個体を中心に行われています。もしもイルカの性格を調べることが出来れば、それぞれの性格に合った飼育などに応用できるかもしれないからです。そして野生下のイルカでも、この研究が始まりつつあります。OWAでも今年度から、帝京科学大学と京都大学と共同で、イルカの遺伝子を使って性格を調べるといふ研究を始めようとしているところなんです。

DNAから性格を判断するには、イルカの糞などが必要となります。しかし、糞から採集した遺伝子を調べたからといって、すぐに性格が分かるわけではなく、その性格を判断するために、行動の情報も必要になってきます。予定では11月から本格的な調査を始めます。

将来的には個体ごとにもちろんのこと、例えば御蔵島と小笠原のミナミハンドウイルカで性格が違うと分かっていたら面白いかもしれませんね。

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

2 3215

海洋センターだより その125

出張中のウミガメたち

小笠原に来ればアオウミガメの産卵や孵化、大海原を優雅に泳ぐ姿も見ることが出来ます。もちろん自然界ではないにしろ海洋センターでもウミガメを見ることが出来ます。今回は小笠原に来ることができない方、もしくは島を離れてもウミガメに会いたい方、運悪く小笠原でウミガメを見ることができなかった方への情報です。

【葛西臨海水族園】

東京動物園協会が運営する東京都にある水族園。3頭のアオウミガメが広い水槽を泳いでいます。最寄り駅は「葛西臨海公園駅」なので小笠原でウミガメを見られなかった方も浜松町から30分ほどで見に行くことができます。

【よしもとおもしろ水族館】

「ごんじ吉本興業がプロデュースしている神奈川県にある水族館。ウミガメだけではなく魚などの赤ちゃんをたくさん飼育しています。横浜中華街の中にありますので観光ついでに立ち寄るのも良いかもしれません。

この2つの水族館では小笠原生まれのアオウミガメを毎年貸し出しています。1年ほど内地出張をしたウミガメたちは小笠原に戻り放流されることとなります。

問合せ先 小笠原海洋センター

携帯電話 090 1461 3171
NPO法人 ホエールウォッチングネイチャー
ホームページ <http://borin-ocean.net>

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	土	整形外科専門診療(母島~2) 第44回小・中・高連合運動会 子育て相談 子育てセミナー開催(母島 1歳6か月~3歳) 森林生態系保護地域保全管理委員会開催(父島)	16	日	耳鼻咽喉科専門診療(父島~20) ジョンビーチ方面遊歩道の通行止め 高校図書館開放 ビーチクリーン(大村海岸) せっけんを作り隊!開催
2	日	シニアのための音楽時間(父島) 子育て相談(父島) 子育てセミナー開催(父島) 森林生態系保護地域保全管理委員会開催(母島) 高校図書館開放	17	月	インフルエンザ任意予防接種(母島~21、24~28) 育児学級歯科の会(母島)
			18	火	父島ノヤギ駆除(村) 行政相談所の開設 母島乳幼児計測会 ギャラクティック・キッズ申込締切
3	月	出港日  家具転倒防止器具申込開始(~21) 銃器による父島のノヤギ駆除(~12)	19	水	入港日  (館山寄港便) オオヒキガエル生息状況調査開始(~28) ギャラクティック・キッズ開催
		4			火
5	水	ヘルスアップ教室	20	木	
6	木	入港日  定期予防接種	21	金	インフルエンザ任意予防接種(父島 24~25、27~28、31) 有料老人ホーム「太陽の郷」入居希望者申込締切 シロアリ対策事業申込締切
		7			金
8	土	保健所専門医相談(父島~9)	23	日	高校図書館開放
		9			日
10	月	体育の日	25	火	父島ノヤギ駆除(村)
11	火	全国地域安全運動開始(~20)	26	水	入港日  不動産登記官による行政相談(母島~27)
		12			水
13	木	耳鼻咽喉科専門診療(母島~14) 乳幼児健診・歯科健診(父島) 東京三弁護士会による法律相談(父島)	28	金	不動産登記官による行政相談(父島) 電話による無料法律相談
		14			金
15	土	出港日 	30	日	高校図書館開放
					31