

NO. 641
平成27年(2015)
3/1(日)



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

<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

住民基本台帳登録者数 (2/1)

2,530人

父島 母島

人口 2,073人 457人

世帯 1,159 250

1月気象状況(父島)

最高気温 22.4℃

最低気温 12.1℃

平均気温 17.9℃

平均湿度 63%

月降水量 64.0mm

ダム貯水率

2/24 現在

父島

95.7/100

母島

95.6/100

小笠原村議会議員選挙立候補予定者説明会の開催

小笠原村議会議員選挙が、4月26日に執行されます。この選挙の立候補の届出・受付を円滑に行うとともに、公正かつ適正な選挙を行うため次のとおり説明会を開催いたします。対象となる方は、出来る限り出席してください。

【対象者】 小笠原村議会議員選挙立候補予定者または立候補予定者の関係者

【日時および場所】

《母島》 3月19日(木)午前11時から

小笠原村役場母島支所(二階会議室)

《父島》 3月19日(木)午後5時30分から

小笠原村役場(二階会議室)

●問合せ先

小笠原村選挙管理委員会事務局

2-3111

新おがさわら丸・新ははしま丸に関する説明会

定期船おがさわら丸・ははしま丸は、平成28年7月の就航を目指し、新船が建造されることとなりました。

つきましては、次のとおり説明会を開催いたします。運航会社から新船の概要などを説明いたしますので、お誘い合わせの上、ご参加ください。

【母島】

《日時》 3月18日(水)午後7時

《場所》 村民会館

【父島】

《日時》 3月20日(金)

午後2時、午後7時

※2回開催しますが、どちらも同じ内容です。

《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

母島北港公衆衛星電話の設置

母島北港に公衆電話を設置しました。ご利用ください。

※衛星電話ですので、利用料金は通常の公衆電話よりも割高になりますのでご注意ください。

※救急の要請(119)をする際は、通常の通話と使用方法が異なりますので、電話機内にある要請手順を参考にしてください。



●問合せ先

母島支所庶務係 3-2111

母島保育園非常勤職員(保育補助員)の募集

【職種および採用人員】 保育補助員1名

【業務内容】 母島保育園の保育業務

【採用予定日および期間】 4月1日～9月30日

【勤務日時】

平日の週3日。午前9時～午後4時(週29時間以内)

【時間給】

○1千290円(資格有)

○1千300円(資格無)

【応募資格】 村内に在住する方

【募集要項の配布】

3月2日(月)から村役場母島支所にて配布します。

【申込締切】 3月20日(金)

【選考方法】 面接試験

●申込み・問合せ先 母島支所 3-2111

小笠原小学校 非常勤職員の募集

【職種および採用人員】 特別支援教育補助員 若干名

【業務内容】 小笠原小学校支援教育の補助業務

【期間】 4月1日～平成28年3月31日

【勤務日時】 月曜日～金曜日、午前8時30分～午後4時30分(週29時間以内)

※時間など応相談

【時間給】

○1千290円(資格有)

○1千300円(資格無)

【応募資格】 村内に在住する方

【選考方法】 書類・面接試験

【申込締切】 3月11日(水)

●申込み・問合せ先 教育委員会事務局

2-3117

国民年金からのお知らせ

◎ご存知ですか? 「学生納付特例制度」と「若年者納付猶予制度」

20 歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる学生は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限一年以上である課程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方です。また夜間・定時制課程や通信制課程の方も含まれますので、ほとんどの学生の方が対象となります。

学生納付特例の承認期間は 4 月から翌年 3 月までとなりますが、次の年度も在学予定である場合、4 月初めに再申請の用紙が送られてきますので、引き続き学生であれば、必要事項を記入の上ご返送ください。

また、学生でない 30 歳未満の方の場合には、本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料の納付が猶予される「若年者納付猶予制度」があります。

これらの制度の申請を行わず、保険料を未納のままにしておくと、不慮の事故などにより障害が残った場合に、障害年金を受けることができなくなります。

なお、承認された期間は老齢基礎年金を受け取るために必要な期間に算入されますが、年金額には反映されません。就職などで、収入が得られるようになった場合は、将来受け取る年金を増額するため、10 年以内であれば保険料を納めることができる「追納制度」を利用されることをお勧めします。

◎国民年金保険料の免除申請ができる対象期間が過去 2 年間に拡大されました

国民年金は、所得が少ないときや失業など

により保険料を納めることが経済的に困難な場合、保険料の免除または猶予を申請することができます。平成 26 年 4 月から、申請時点の 2 年 1 か月前の月分まで申請ができるようになりました。

また、災害・失業などを理由とした免除(特例免除といえます)についても、平成 26 年 4 月からは、災害・失業などがあつた年の翌々年 6 月までの期間について、特例免除の申請ができるようになりました。(平成 26 年 3 月以前にあつた災害・失業も対象となりますが、過去の審査対象期間は、2 年 1 か月前までです。)

【ご注意ください】

○申請期間に対応する前年所得に基づき審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。

○全額免除と一部免除は配偶者および世帯主、若年者納付猶予は配偶者についても所得審査を行います。

●問合せ先 村民課住民係 2-3113

小笠原村健康診断結果報告書

健康診断の結果報告書は、結果説明会において配布しておりますが、受け取られていない方については 3 月中旬に郵送いたします。

健康診断は受診しただけでは意味がありません。結果を基に自己の生活習慣を見直し健康管理に役立てるとともに、必要な保健指導や医療を受けていただくきっかけとなるものです。結果をご確認いただき、気になる点がありましたら、村役場および母島支所までご相談ください。

●問合せ先

村民課福祉係 2-3939
母島支所庶務係 3-2111

女性特有のがん検診クーポン券

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。このクーポン券で受診された方は 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(超音波検査および視触診を実施)を受診できなくなりますのでご注意ください。

※クーポン券はお 1 人様各 1 枚まで利用できません。
※がん検診の受診は、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、コルポスコピー診およびエコー)
○乳がん検診用(マンモグラフィおよび視触診)

【受診できる医療機関】
医療法人社団「こころ」からの元気プラザ
【受診できる期間】
4 月 1 日～平成 28 年 3 月 31 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》村役場村民課福祉係
《母島》母島支所

【申込み期間】4 月 1 日～平成 28 年 2 月 29 日

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

都医療券(気管支ぜん息)の 18 歳以上の新規認定の終了

東京都大気汚染医療費助成制度の改正に伴い、都医療券(気管支ぜん息)の 18 歳以上の新規認定が 3 月 31 日で終了します。

現在医療券をお持ちでない方で、新たに医療費助成を希望される方は、3 月 31 日までに村民課福祉係に必要な書類をすべて揃えた上で、申請してください(申請書類の作成に時間がかかりますので、なるべくお早めにご相談ください)。

【申請できる方】次の要件をすべて満たす方
○気管支ぜん息に罹患(18 歳未満の方は慢性気管支炎、ぜん息性気管支炎、肺気腫も対象)

○都内に引き続き 1 年(3 歳未満は 6 か月以上)以上住所を有する(都内に住民登録が必要)

○健康保険等に参加
○喫煙していない
【助成内容】認定された疾病の治療に要した医療費のうち、保険適用後の自己負担額を助成。

18 歳未満の方(平成 9 年 4 月 2 日以降の方)については、18 歳以上の方と助成内容が異なりますので、問合せ先までご相談ください。

●問合せ先

東京都福祉保健局環境保健衛生課
03-5320-4492
村民課福祉係 2-3939

第 3 回シロアリ対策事業

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、この機会をぜひご利用ください。無料の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・予防施工は別途有料となります。)

【申込期間】 3月2日(月)～6日(金)

【対策日程】

《母島》 3月6日(金)～9日(月)

《父島》 3月11日(水)～15日(日)

◎母島シロアリ説明会

対策団の来島に合わせて、次のとおり説明会を開催します。皆さまお誘いあわせの上、ご参加ください。

【日時】 3月6日(金)午後6時30分～

【場所】 母島村民会館体育室

【説明】 小笠原村・小笠原村シロアリ対策団

●申込み・問合せ先

建設水道課 2-3115
母島支所庶務係 3-2111

村・都民税(住民税)の申告

村・都民税(住民税)は、都や村がおこなう地方・地域の行政サービス(防犯、消防、教育、福祉、衛生、上下水道や道路整備・維持管理など)にかかる費用を、そこに住む居住者(住民)に負担してもらうという性格を持つ地方税(都道府県や市町村に納める税金)です。

所得税などの国税は、「確定申告」という申告納税制度により、自ら税額を計算して申告し税金を納める形になりますが、住民税はこれとは異なり、前年中の収入などをもとに新年度に課税するために、市町村が税額を計算して納税義務者に通知して納税していただく仕組みになっています。

そのため、住民税の適正な課税を行うためには、毎年3月15日(今年は16日)までに住民税の申告をしていただく必要があります。

原則として、すべての人が住所(居住地)の市町村での申告が必要ですが、次に記載した【住民税申告の必要が無い人】に該当する方は申告書を提出する必要はありません。

【住民税申告の必要が無い人】

○所得税確定申告書を出した人。(※1)

○前年中の所得が給与または公的年金のみの人で、給与または年金の支払者より当該市町村にその報告書が提出されている人。(ただし、これらの報告書に含まれていない高額な医療費や寄付金などの各種所得控除できるものがあつて、その適用を受けようとする場合には申告が必要です。)

○申告しても、結果的に住民税が非課税となる人。(※2)ただし、非課税証明書や所得証明書など、村で交付する税関係の証明書が必要な人は、収入が無くても申告が必要だ。

また、住民税の賦課資料は、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料、介護保険料、保育料などの算定資料、児童福祉・医療福祉・障害者福祉などの手当・給付金などの支給判定の資料にもなりますので、これらに該当する方も申告が必要です。

【住民税申告の必要な人】

○住所(居住地)以外に家屋敷などのある人(※3)
○非課税証明書や所得証明書などが必要の人。国保などの算定資料や福祉関係の支給判定資料が必要だ。

※1 所得税の確定申告書を出した人は、住民税申告をしたとみなされ、所得税確定申告の内容などをもとに新年度の住民税が計算されます。そのため、所得税の計算には必要ないものの住民税の計算で必要になる事項の記載欄が所得税の確定申告書にあります。「所得税の確定申告の手引き」を「確認いただき、住民税・事業税に関する事項」にも漏れが無いようご記入をお願いします。

※2 前年の合計所得金額(損失の繰越控除前の金額)が、住民税均等割の非課税限度額を超えない人。
非課税限度額…28万円×(控除対象配

偶者および扶養親族数+1)+16万8千円(控除対象配偶者または扶養親族がいる場合に加算)

※3 実際に居住している市町村で住民税が課税されているものの、1月1日現在でその住所(居住地)以外に家屋敷など(家屋敷または事務所・事業所)を有する個人に家屋敷などの所在市町村でも住民税が課税されます。(均等割のみ)

住民税の申告書は、村役場の税務係または母島支所窓口でご請求ください。また、村のホームページからも取得できます。

「村税関連様式集」<http://vill.ogasawara.tokyo.jp/zaisei/cat84/>

●問合せ先 財政課税務係 2-3112

行政相談所の開設

【日時】 3月24日(火)午後7時～9時

【場所】 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

交通災害共済「ちよこつと共済」

交通災害共済「ちよこつと共済」は、東京都39市町村の住民が会費を出し合い、交通事故にあつた時、見舞金を受けられる助け合いの制度です。

小笠原村に住民登録をしている方ならどなたでも加入できます。

各ご家庭に配布しますパンフレット・加入申込書にてお申し込みください。

【Aコース】 年会費千円で最高300万円の見舞金

【Bコース】

年会費500円で最高150万円の見舞金

【その他】

○どちらのコースも、中学生以下のお子さんのいる会員が交通災害で死亡した時には、年額10万2千円の交通遺児年金が支給されます。

○詳しい内容については、パンフレットやホームページ (<http://www.ctv-tokyo.or.jp/>) などをご確認ください。

●申込み・問合せ先

村民課住民係 2-3113
母島支所庶務係 3-2111

村長出張報告

【出張期間】 1月20日～2月2日

○硫黄島遺骨収容事業現地視察

○硫黄島戦没者慰霊祭

○市町村職員退職手当組合団体長会議

○離島航路検討部会

○中国船裁判証人など

●問合せ先 総務課総務係 2-3111



官公署等のコーナー

母島巡回労働相談

小笠原総合事務所が実施する、3月の「母島巡回労働相談」の日時などは次のとおりです。当日、都合が悪く来館できないという方は、電話による相談も可能です。

【日時】 3月9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、安全衛生、賃金、離職、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)

●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。

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せん。

【日時】 3月19日(木)午後7時～8時

【場所】 村民会館2階視聴覚室

【必要なもの】 ①印鑑、②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)

※指定ルートを利用するためには、講習終了後、入林申請に基づき発行される「年間パス」が必要です。パスをお持ちでない方はお気軽に受講してください。また、パスをお持ちの方も有効期間をご確認ください。

認ください。期間を延長するためにはこの講習を受講する必要があります。なお、パスの有効期間は、受講した日から2年間となります。

父島においては、電話にて随時受付しております。問合せ先までご連絡ください。(講習は、原則として午前9時～午後5時の間で1時間程度行います)

●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

社会福祉協議会からのお知らせ

◎学童保育(とびうお)クラブ入会児童募集

【対象】 新小学校1年生から3年生までの、保護者が就労・疾病などにより、適切な保育を必要とする児童

【保育期間および時間】 4月1日(水)～30日(木)までの平日

※春休み期間中は午前9時～午後5時まで(原則昼食は自宅)

※学期中は下校時～午後5時まで

【保育場所】 奥村フラットハウス

【定員】 各学年10名

※定員を超える場合は、優先度によりお断りすることがあります。

【利用料】 入会金1千円(社協会費を兼ねる)、利用料6千円、保険料800円

【申込期間】 3月4日(水)～12日(木)

【入会説明会】 3月16日(月)午後6時から、地域福祉センター2階大会議室にて(予定)

◎学童保育(とびうお)クラブ指導員・補助員募集

【募集人数】 若干名

【契約期間】 4月1日～30日

【資格】 保育経験のある方または保育に熱意のある方

【応募期間】 3月25日まで

【申込方法】 履歴書、あれば資格証明書(写)を郵送または持参のこと

【選考方法】 面接

【勤務条件】

《時給》指導員1千230円、補助員1千200円

《勤務時間》午前8時～午後5時15分(昼休み1時間30分)

◎ちびっこクラブ指導員

【応募資格】 次のすべての該当する者

○保育士または幼稚園教諭資格を有する者

○普通自動車免許(AT限定可)を有する者

【採用人員】 1名

【採用予定日】 4月1日以降

詳細については、お問合せください。

●問合せ・申込先

小笠原村社会福祉協議会 2-2486

◎事務員(父島)

【仕事内容】 事務全般(庶務・経理)、施設・車両管理、送迎車運転(ハイエース他)、利用者対応、ほか業務

【採用人員】 1名

【応募資格】 普通自動車免許、社会福祉主事、経理事務経験者

【採用期日】 応相談

【給料など】 基本給15万1千800円、24万4千900円、各種保険完備・賞与年2回

【勤務時間】 午前8時～午後5時15分(内1時間30分の休憩)

【休日】 土、日、祝日。但しショートステイ時、宿直・休日直有り

詳細については、お問い合わせください。

●問合せ先

社会福祉法人明老会 2-3911

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

【日時】 3月27日(金)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。

●事前予約受付番号

第二東京弁護士会法律相談センター

03-3592-1855

●当日相談電話番号

03-3581-2407

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ください。(※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》 3月5日(木)午後7時～9時

《場所》 母島支所

【父島】

《日時》 3月6日(金)午後3時～5時

《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)

●問合せ先・予約電話番号

法律相談センター

03-3595-8575

小笠原村観光協会スタッフ募集

【職種】 事務局常勤アルバイト

【募集人数】 1～2名

【業務内容】 小笠原の観光案内、一般事務

データ入力、イベント対応など

【勤務開始】 4月頃より。応相談
【勤務時間】 午前8時～午後5時(実働7・5時間)。月20日程度の勤務(シフト制)
【時給】 920円以上(昇給あり)
【応募資格】 エクセル、ワード、メールソフトなど、PCの基本的な操作スキルをお持ちの方。笑顔で元氣よく接客できる方、丁寧な電話対応が出来る方。要普通自動車運転免許(AT限定可)
【福利厚生】 社会保険完備、アパートの紹介可能
【申込方法】 電話の後、履歴書(写真添付)を郵送、メールまたはご持参ください
【申込締切】 3月14日(土)午後5時までにお電話ください
【選考方法】 応募締切後、書類選考し、面接などの連絡を致します
●申込・問合せ先
 小笠原村観光協会 2-2587
 Eメール work@ogasawaramura.com

ギヤラクティック・キッズ開催

◎第40回「源氏星と平家星」
 きらびやかな冬の星座の季節。その星座の中心になるのがオリオン座。オリオン座には日本の戦いの伝説が隠されていた!
【日時】 3月18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
【場所】 小笠原ビジターセンター多目的室
【参加費】 300円(保険代含む)
 ※2回目からは100円
【申込締切】 3月17日(火)まで
【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。
●問合せ先 国立天文台内 2-7333

ビジターセンターからのお知らせ

【3月の開館日】 観光船入港中、おがさわら丸の入港日～出港日の午前8時30分～午後5時まで開館。
 ※夜間開館・イベントなどにつきましては、掲示板・街中などのポスターをご覧ください。
【特別展】
《本館》 「クジラ展」～あなたはザトウ派? マッコウ派?～
 3月5日開催予定。ザトウクジラとマッコウクジラの違いを紹介します。実物大ザトウクジラの展示もあります。
《新館》 「小笠原諸島の島々」～硫黄三島、沖ノ鳥島、南鳥島、西之島 開催中
【首都大学東京公開講座2015】
 第1回鈍(にび)色の海、豊饒の海～ウニのゆるキャラが解き明かす環境の化学～
《日時》 3月19日(木)午後7時30分より
《内容》 植物性プランクトンに支配される海の色を手がかりに、環境問題に関する話題を化学の観点から紹介します。
《講演者》 杉浦健一(首都大学東京)
《場所》 ビジターセンター新館ホール
《主催》 首都大学東京
●問合せ先 小笠原ビジターセンター 2-3001
小笠原高等学校第46回卒業式
【日時】 3月13日(金)午前10時開式
●問合せ先 小笠原高等学校 2-2346

3月の燃料油価格変動調整金

3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	4,580 (+700)	2,290 (+350)
1等	9,160 (+1,400)	4,580 (+700)
村民割引(往復)2等	5,500 (+840)	2,750 (+420)
貨物運賃	1等品	9,190 (+896)
	2等品	8,616 (+840)
	3等品	8,042 (+784)
	小口貨物(1口)	0.10トン以下 0.075トン以下

おがさわら丸

等級	大人	小人
2等	24,610 (+1,400)	12,310 (+700)
特2等	36,900 (+2,090)	18,460 (+1,050)
1等	49,230 (+2,790)	24,620 (+1,400)
特1等	56,920 (+3,230)	28,470 (+1,620)
特等	61,600 (+3,490)	30,810 (+1,750)
2等(学割)	19,690 (+1,120)	
2等(身体障害者割引)	12,310 (+700)	6,160 (+350)
村民割引(往復)2等	36,920 (+2,100)	18,470 (+1,050)
貨物運賃	1等品	16,264 (+626)
	2等品	15,140 (+582)
	3等品	13,928 (+536)
	小口貨物(1口)	0.10トン以下 0.075トン以下

医療のコーナー

母島診療所歯科の休診

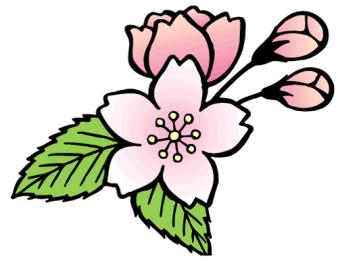
【休診日】 3月8日(日)～21日(土)の期間、歯科医師離島中の為、休診します。

●問合せ先 母島診療所 3-2115

講演会の開催

輸血事業について、講演会を開催します。皆さまお誘いあわせの上、ご参加ください。
【日時】 3月22日(日)午後1時～3時まで
【場所】 奥村交流センター
【演題】
 ○離島へき地などにおける輸血体制について～血液製剤ローテーション計画の取組み～
《講師》 東京都赤十字血液センター 副所長 松崎浩史医師
 ○小笠原村輸血体制について～小笠原村診療所勤務を振り返って～
《講師》 小笠原村診療所 所長 笠井あすか医師

●問合せ先 小笠原村診療所 2-3800



健康・保健のコーナー

定期予防接種

3月の定期予防接種の日程をお知らせします。

【父島】

《日時》

3月5日(木)午後2時30分～4時

3月26日(木)午後4時～4時30分

《場所》小笠原村診療所

【母島】

《日時》

3月5日(木)午後3時30分～4時

3月26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(予約不要)】

○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、麻疹風しん混合ワクチン、水痘ワクチン、日本脳炎ワクチン、ポリオワクチン(追加接種のみ)、三種混合ワクチン(追加接種のみ)

●問合せ先

村民課福祉係

母島支所

2-3939

3-2111

乳幼児健診・歯科健診(父島)

対象者の方には、個別通知をいたします。6歳未満の乳幼児で健診を希望される方は、お手数ですが、事前に電話での予約をお願いいたします。

2月に歯科検診ができなかった方にも個別通知させていただきます。

【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

【日時】3月12日(木)

受付時間 午後1時45分～3時

【場所】地域福祉センター2階大会議室

●予約・問合せ先

村民課福祉係

2-3939

育児学級 離乳食の会(父島)

栄養士と島の食材や旬の食材を使って、離乳食を作ります。また、ご相談にも応じます。事前に予約をお願いします。

【対象者】

おおよそ4か月から12か月のお子さまと保護者

【日時】3月19日(木)午前10時～11時30分

【場所】地域福祉センター調理室

【持ち物】エプロン、筆記用具

●予約・問合せ先

村民課福祉係

2-3939

子育て相談

臨床発達心理士による相談を実施します。「癖が気になる」「いつも叱ってばかりになってしまふ」「どういいうしつけをしたらいいの？」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まと保護者

【父島】

《日時》3月21日(土)午後、22日(日)午後

【母島】

《日時》3月23日(月)

※申し込まれた時点で日時を調整いたします。

【講師】臨床発達心理士 藤井絹枝氏

●申込み・問合せ先

村民課福祉係

母島支所

2-3939

3-2111

子育てセミナー

詳細は掲示板ポスターをご確認ください。

【父島】

《日時》3月22日(日)

【母島】

《日時》3月23日(月)

【講師】藤井絹枝氏(臨床発達心理士)

【申込み】

申込みが必要になります。(3月16日(月)午後5時まで)

●申込み・問い合わせ先

村民課福祉係

母島支所

2-3939

3-2111

気軽にダイエットくッキング教室(父島)

「太る」も「やせる」も食事が基本。肥満はすべての生活習慣病につながっていきます。適正体重を目指して、日頃の生活を振り返り、管理栄養士と一緒に健康的な食事を実際に作って、味わってみましょう。

事前に申し込みをお願いいたします。

【対象者】どなたでも参加できます(20歳以上)

【日時】3月9日(月)午前10時～午後1時

【集合場所】地域福祉センター調理室

【定員】6名(申込み必要)

【持ち物】エプロン、三角巾、筆記用具

●申込み・問合せ先

村民課福祉係

2-3939

ヘルスアップ教室(父島)

気持ちよく体を動かしてみませんか?

【対象者】

20歳以上の方(医師から運動をとめられ

ている方はご相談ください)

【日時】3月18日(水)午前9時30分～11時

【集合場所】地域福祉センター入口

【内容】ウォーキング

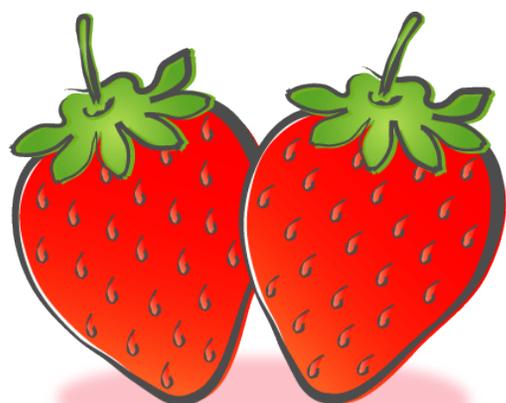
【持ち物】歩きやすい靴、タオル、飲み物

※雨天の場合は室内運動となります。

●問合せ先

村民課福祉係

2-3939



環境・自然のページ

天然記念物のコーナー

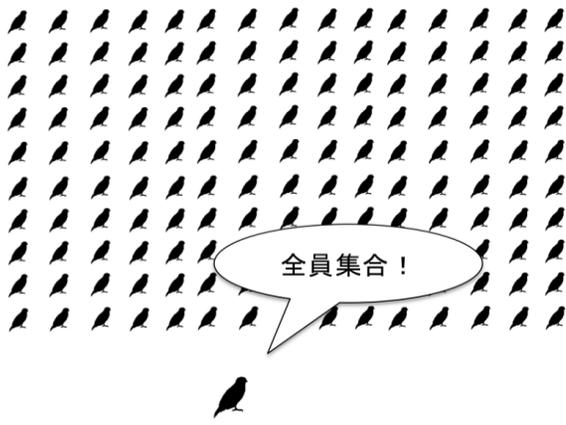
◎天然記念鳥獣本舗

第22回「あなたの数を数えましょう」

視界の片隅に入るノスリ、いったい何羽いるのでしょうか。

1999年、父島でオガサワラノスリの個体数の調査が行われました。その結果、父島全体で28ペアが確認されました。1平方キロに約1・2ペアです。

この密度から考えると、父島列島と母島列島で約150個体です。これは、なわばりを持つ成鳥の数ですから、繁殖期の後には、若鳥が追加されます。



世界中にこれだけですから、とても少ないと言えます。ヤンバルクイナやアホウドリでも、1千個体以上いるとされています。おそらく、アカボツポよりも少ない数です。そう考えると、いつでも絶滅できる数です。そうとはいえ、密度は決して低くありません。

タカは、生態系の頂点に立つ捕食者です。広いなわばりが必要で、ある程度以上は増えられません。ノスリの仲間には世界に広く分布しますが、オガサワラノスリはその中でも、抜群に高密度です。限られた面積では、これが生息可能な最大個体数かもしれません。

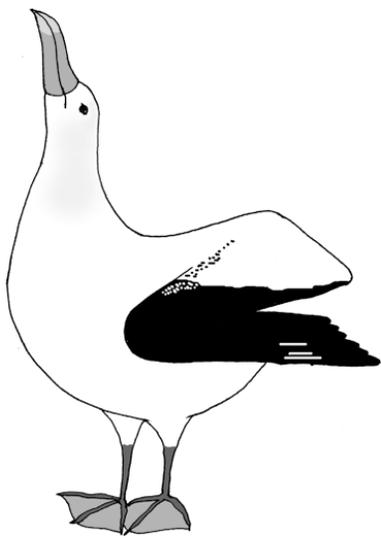
島では、どこでも観察できる鳥です。しかし、最大数ですら、吹けば飛ぶような数です。増えられないけど、減らしちゃいけない。それが、ノスリの難しさなのです。

文 森林総合研究所 主任研究員 川上和人
挿絵 バードリサーチ 研究員 青山夕貴子

●問合せ先 教育委員会事務局 2-3117

◎講演会「長谷川博講演会」よみがえる沖の太夫、アホウドリ」

【内容】絶滅寸前まで追い込まれた日本最大の海鳥の復活の物語、そして未来へとつながる再生の道。長年にわたり伊豆鳥島での保全活動に携わったアホウドリ先生が、生の声で語ります。



【講演者】 長谷川博 (東邦大学名誉教授)

【父島】

《日時》 3月2日(月)午後7時～8時30分

《場所》 地域福祉センターホール

【母島】

《日時》 3月5日(木)午後7時～8時30分

《場所》 村民会館ホール

【共催】 小笠原支庁、小笠原村教育委員会、小笠原自然文化研究所

●問合せ先 小笠原支庁土木課 2-2123

平成26年度第2回「世界自然遺産地域連絡会議」の開催

地域と共生した世界自然遺産地域の適正な管理のあり方を検討するため、地域連絡会議を開催します。

会議では、暮らしに身近な世界遺産の管理に関する地域課題(ネズミ対策、オガサワラオコウモリ、外来種の拡散防止対策)への対応状況の報告のほか、今後の世界遺産管理の検討の在り方について、地元関係者を交えて議論を行う予定です。

皆さまの傍聴をお待ちしております。
【日時】 3月5日(木)午前10時～正午
【会場】
《父島》 地域福祉センター
《母島》 母島支所

【議題】

- ① 村民意見交換会結果について
- ② 世界自然遺産地域の現状および当面の課題
- ③ 世界自然遺産管理に係る合意形成の在り方について

※なお、会議は傍聴可能ですが、会場スペースの都合により、満室の場合座席をご用意できない場合もございますので、予めご了承ください。

●問合せ先

環境省小笠原自然保護官事務所

2-7174

平成26年度第1回「小笠原諸島ネズミ対策検証委員会」および「住民説明会」の開催

1月16日の住民説明会において、兄島への殺鼠剤空中散布を中止と、中止の経緯をご説明しました。

今後、「小笠原諸島ネズミ対策検証委員会」を設置して、今後の小笠原諸島における外来ネズミ類対策における意思決定プロセスや過去の事業による環境影響の検証を進めていきます。この度、第1回検証委員会を次の通り、開催することになりましたので、お知らせいたします。

会議は、公開で行われます。

◎検証委員会開催のための住民説明会

【日時】 3月11日(水)午後7時～9時

【会場】

《父島》 地域福祉センター (調整中)

《母島》 母島村民会館

◎小笠原諸島ネズミ対策検証委員会

※傍聴可能です。

【日時】 3月12日(木)午後5時～7時

【会場】

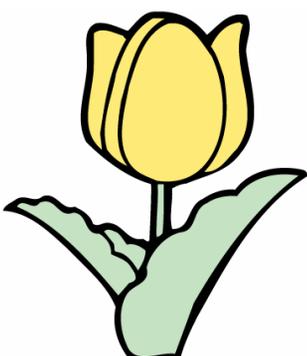
《父島》 小笠原村役場

《母島》 小笠原村役場母島支所

●問合せ先

環境省小笠原自然保護官事務所

2-7174



小笠原ホエールウォッチング協会(OWA)のコーナー

◎鯨類目視調査の結果報告

先月の「村民だより」では、ザトウクジラの定点観測の速報をお伝えしました。ただ、この場所から観察できる範囲は西側に限られているため、東側の発見記録は西側ほど多くはありません。

そこでOWAでは、島の両側海域を4隻の船で同時に探索し、特にザトウクジラの分布や来遊頭数を調べるための目視調査を1月27日に実施しました。次の地図には今回の調査コースを示しています。

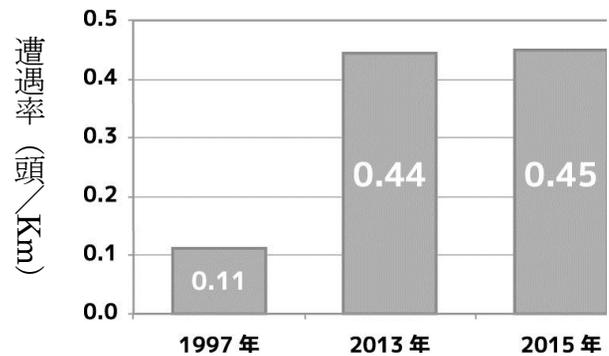


同様の目視調査は、1997年と2013年にも行われており、ザトウクジラが多く見られる海域について、遭遇率を調査することなどを目的としています。

今回発見した鯨類の集計結果は、次のとおりです。

- ザトウクジラ 28群 41頭
 - ザトウクジラらしい鯨類 3群 3頭
 - ハンドウイルカ 2群 19頭
 - マダライルカ 1群 20頭
 - 種不明イルカ 1群 5頭
- 今回の調査から得られたザトウクジラの遭遇率は0.45となり、2013年の調査とほぼ同じ値となりました。最近2年の値を1997年の値と比較すると、4倍も高くなっ

ていることから、OWAでは、小笠原に来遊するザトウクジラの個体数が増加しているのではないかと考えています。



最後になりましたが、調査にご協力いただいた船主および調査員の皆さまに、この場を借りてお礼申し上げます。

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166

◎アオウミガメ漁始まります!

小笠原では、入植当時よりアオウミガメを食べる習慣があり、現在も合法的にアオウミガメ漁が行われている世界でも珍しい地域です。アオウミガメ漁は、毎年3月から5月の交尾シーズンに行われており、今年も今月から漁のシーズンが始まります。

現在のアオウミガメ漁は決められたルール(東京都漁業調整規則)のもと行われています。禁漁期(産卵が盛んな6~7月)がある

○許可を持つ漁業者のみ捕獲可能
○小笠原で年間135頭まで捕獲可能
○産卵された卵は採取禁止・・・など。

このような規則で漁を管理する一方、産卵数や孵化率のモニタリング調査を毎年継続して行うことにより、小笠原に来遊するウミガメの資源数の変動を予測しています。また、人による害を受ける恐れのある卵の移植や、ヘッドスターティング(※)といった保護活動も行っています。このようにウミガメの捕獲と保護の両立を実現している地域は珍しく、この特殊な社会環境は小笠原の世界に誇れる特色の一つと言えます。

カメ漁が行われる3月から5月の間は新鮮な「新ガメ」が続々と島の飲食店などに入荷されます。この時期にしか食べられないウミガメ料理もありますので、ぜひ、旬のウミガメ料理を食べに足を運んでみてください。

(※)子ガメを半年から1年ほど飼育して、ある程度の大きさになってから放流することにより生存率を上げて資源回復を計る試み。海洋センターでは毎年約200頭の子ガメのヘッドスターティングを行っている。

◎平成26年度ウミガメ報告会開催

【日時】3月14日
【開場】午後5時 【開演】午後5時30分
【場所】小笠原ビジターセンター多目的室
【発表】

- 小笠原小学校5年生
 - 東京海洋大学うみがめ研究会
 - ELNA小笠原事業所
- 詳しくは村内掲示板、小笠原海洋センターまで。

●問合せ先

小笠原海洋センター 2-2830
(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>



けんこう通信



休養で 病気予防し 健康長寿

“日本生活習慣病予防協会 2015 年スローガン” より

～生活習慣病予防のための休養のすすめ～

健康診断の結果はいかがでしたでしょうか。生活習慣病の予防には、適度な「運動」とバランスのとれた「食生活」とともに、身体とこころの疲労回復となる「休養」が大切です。あなたは上手に「休養」ができていますか？質の良い睡眠（快眠）をとり、多休（しっかり休養をとる）を心がけましょう。

毎日残業で睡眠不足、休日も取れない・・・このような“休養不足”は様々な問題を引き起こします。

休養不足は「万病」と「事故」のもと

寝不足や睡眠障害は成人の 4 人に 1 人が抱えていると言われています。睡眠不足が続くと、血圧値や血糖値が上昇しやすくなり、高血圧・糖尿病・高脂血症などの生活習慣病や心筋梗塞や脳血管障害のリスクを上げるだけでなく、交通事故の原因にもつながります。

休日がとれず、自分だけの時間を過ごすこともままならない、そんな余裕のない日々を過ごしていると、精神的に疲弊うつ病などの発症を高めます。意欲低下が進んでくると、注意力や作業能力が低下し、事故やヒューマンエラーの危険性が高まります。

健康だけでなく、仕事や生活、人生の活力に大きく関わる「休養」の重要性について、あらためて見直してみましょう。

セルフチェック

当てはまる項目が多いほど、休養・睡眠不足の可能性が高まります。

あなたの休養不足度は？

- 疲れがたまっている
- 休日は寝て終わってしまう
- 仕事（家事）に集中できない
- 仕事（家事）をする意欲がわかない
- 自分の時間がとれない



睡眠不足度は？

- 眠りが浅い、すぐ目覚めてしまう
- 寝る間際までスマホや携帯をみている
- 就寝・起床時間が不規則
- いびきがうるさいと言われる
- 日中、居眠りしてしまうことがある

休養とは？

「休養」には、日頃の仕事や家事などによる心身の疲労を回復させる面（休む）と、仕事や家事を充実した状態でできるように鋭気を養う面（養う）があります。広義には、仕事をしない休日を月に 6 日以上とり、心と身体をゆっくり休めること。狭義では、質の良い睡眠（快眠）をとることになります。

1 日 6～8 時間の快眠

個人差はあるものの、必要な睡眠時間は 6～8 時間未満が標準的と言われています。年をとると徐々に早寝早起きの傾向が強まり眠りが浅くなる人が増えてますが、規則正しい生活習慣と適度な運動で、質の良い睡眠（快眠）の工夫をしましょう。

健康づくりのための睡眠指針 2014 (厚生労働省)

1. 良い睡眠で、こころもからだも健康に
2. 規則正しい食生活と定期的な運動が大切
3. 睡眠不足と生活習慣は密接な関係が
4. こころの健康を保つために睡眠時間を
5. 年齢や季節に応じて適切な睡眠時間を
6. 自分の睡眠に適した環境づくりを
7. 若年世代は夜更かしを避けましょう
8. 勤労世代は良い睡眠で疲労回復・能率アップを
9. 熟年世代は熟睡の工夫が大切
10. 眠くなってから寝床に入り、起きる時刻は遅らせない
11. 睡眠中の身体の異変に要注意
12. 不眠が改善できないときは、専門家に相談を



保健師：クジラさんは、ゆっくり休養できていますか？

クジラ：うーん、あらためて考えてみるとどうかな？お休みの日以外は、忙しくて・・・。

保健師：日常生活では、気分転換と言う休養も大切です。忙しくても、1 日 30 分程度はのんびりできる自分だけの時間を作るようにしましょう。オンとオフの気分転換を上手に取り入れることで、仕事や家事の能率も良くなります。

クジラ：休養にもいろいろな方法があるんですね。

保健師：睡眠だけでなく、心地よくリラックスできる場所・空間も含めて、“憩い”の時間や場所、過ごし方を考えてみてはいかがでしょうか。

クジラの伝言板



村民課福祉係
2-3939

3月のカレンダー

日付	曜日	行事予定	日付	曜日	行事予定
1	日	高校図書館開放	16	月	子育てセミナー申込期限 学童保育（とびうお）クラブ入会説明会
2	月	 出港日 第3回シロアリ対策事業申込期間（～6） アホウドリ講演会（父島）	17	火	 入出港日  ギャラクティック・キッズ申込締切
			18	水	新おがさわら丸・新ははしま丸に関する説明会（母島） ヘルスアップ教室（父島） ギャラクティック・キッズ開催
3	火		19	木	小笠原中学校卒業式 小笠原村議会議員選挙立候補予定者説明会の開催 森林生態系保護地域への入林受付および簡易講習（母島） 首都大学東京公開講座2015 育児学級 離乳食の会（父島） 粗大ごみ収集（母島）
4	水	学童保育（とびうお）クラブ入会児童募集申込期間（～12）			
5	木	 入港日 平成26年度第2回「世界自然遺産地域連絡会議」の開催 東京三弁護士会による法律相談（母島） アホウドリ講演会（母島） 定期予防接種	20	金	新おがさわら丸・新ははしま丸に関する説明会（父島） 母島保育園非常勤職員（保育補助員）の募集申込締切 母島小中学校卒業式
		6			金
7	土		21	土	 入出港日  子育て相談（父島） 春分の日
8	日	 出港日 母島診療所歯科の休診（～21） 高校図書館開放	22	日	子育てセミナー・相談（父島） 輸血事業講演会の開催 高校図書館開放
9	月	母島巡回労働相談 気軽にダイエット～クッキング教室～（父島）	23	月	子育てセミナー（母島） 子育て相談（母島） 小笠原小学校卒業式
10	火		24	火	 入出港日  行政相談所の開設
11	水	 入港日 小笠原小学校 非常勤職員の募集申込締切 小笠原諸島ネズミ対策検証委員会開催のための住民説明会	25	水	学童保育（とびうお）クラブ指導員・補助員募集締切
12	木	乳幼児健診・歯科健診（父島） 小笠原諸島ネズミ対策検証委員会	26	木	定期予防接種
13	金	小笠原高等学校第46回卒業式	27	金	電話による無料法律相談
14	土	 出港日 小笠原村観光協会スタッフ募集申込締切 平成26年度ウミガメ報告会開催	28	土	 入出港日 
			29	日	高校図書館開放
15	日		30	月	
			31	火	 入出港日 