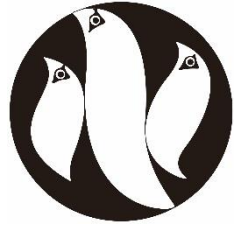


NO. 675  
平成29年(2017)  
7/1(土)



小笠原 —OGASAWARA—

# 村民だより

編集・発行 小笠原村総務課

〒100-2101

東京都小笠原村父島字西町

TEL04998(2)3111

FAX04998(2)3222

ホームページアドレス

<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 (6/1)

	2,629人	
	父島	母島
人口	2,158人	471人
世帯	1,227	270

5月気象状況(父島)

最高気温	28.7℃
最低気温	16.3℃
平均気温	22.8℃
平均湿度	83%
月降水量	233mm

ダム貯水率

6/26現在	
父島	100/100
母島	100/100

## 硫黄島訪島事業の中止について

本年6月の硫黄島訪島事業については、5月号の「村民だより」にて、現地の水不足により断念する旨お知らせしました。一方で、「新おがさわら丸」の排水量(船の重量)が現地係留ブイの能力を超えている可能性があるとのことから、小笠原海運や防衛省とともに調整や他の方法による可能性を探って参りました。その後、安全上係留ブイは使用できないとの見解のため、他の方法も現状では見通しが立たないため、本年、「新おがさわら丸」による訪島事業は実施できないとの結論に至りました。

今後、係留ブイの取替え等いろいろな方策を模索し、来年度以降の訪島事業再開に向けて努力して参りますので、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

●問合せ先 総務課総務係 2-3111

## ケーブルテレビ利用料

次の方々は、小笠原村ケーブルテレビ利用料が減額・免除の対象となります。

【利用料減額・免除対象者】

- ・生活保護法の規定による生活扶助を受けている者
  - ・住民税非課税世帯で世帯の中に満65歳以上の高齢者がいる場合
  - ・住民税非課税世帯で身体障害者福祉法に基づく身体障害者手帳又は愛の手帳を所持している者が世帯主の場合
- 対象となる方は、IT推進係までご相談ください。

●問合せ先

総務課IT推進係 2-3780

## 進学助成に関する

### 寄付のご紹介

5月18日に「杉田建設興業株式会社」より村の子どもたちの教育振興のための資金として200万円を寄付していただきました。同社からは、これまで平成5年から今回まで5回にわたり合計1900万円の寄付をいただいております。改めて寄付をいただきました「杉田建設興業株式会社」に対し心より感謝を申し上げます。

寄付金は、「小笠原村進学助成基金」として積み立てており、現在は、進学のために内地受験をする子どもたちへの助成金として活用されています。今後も村の未来を担う子どもたちの教育支援および人材育成等の資金として有効に活用させていただきます。

●問合せ先 教育委員会 2-3117

## 小笠原パッションフルーツ

### 品評会の結果

6月11日、パッションフルーツの生産品評会を開催し、出品されたパッションフルーツの審査を行いました。

出品者を特定できないようにした後、形、色付き、揃い、傷の有無および熟度などの項目について総合評価を行った結果、高評価を得た次の方々が受賞されました。

- 【金賞】小笠原村長賞 松本農園(母島)
- 【銀賞】小笠原支庁長賞 小松農園(母島)
- 【銅賞】農協組合長賞 藤谷農園(母島)

●問合せ先 小笠原村産業活性化対策協議会 (産業観光課内) 2-3114

## 防災行政無線による

### 全国一斉の緊急情報伝達試験

小笠原村では、地震・津波や武力攻撃などの緊急時に、国から全国瞬時警報システム(Jアラート)により送られてくる緊急情報を、防災行政無線を用いて確実に皆さまへお伝えするため、防災行政無線の試験放送を行います。

【日時】7月5日(水)午前10時15分ころ

【試験放送内容】

- ①防災無線上りチャイム
- ②「こちらは、防災小笠原です。ただいまから訓練放送を行います。」
- ③緊急地震速報チャイム音+「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。」×3回

「こちらは、防災小笠原です。これで試験放送を終わります。」

※小笠原村以外の地域でも、全国的に試験が実施されます。

※防災行政無線の放送は、最大音量での放送となります。

●問合せ先 総務課総務係 2-3111



## 小笠原村ふるさと寄附金の状況についてお知らせいたします。

平成 28 年度「小笠原村ふるさと寄附」(平成 28 年 4 月～平成 29 年 3 月分)について、下表のとおりご寄附いただきました。寄附はいったん「小笠原村ふるさと寄附基金」に積み立てを行い、村振興のために有効に活用させていただきます。皆さまのご支援に心より御礼申し上げます。

### ◆ご寄附をいただいた方 (申込順)

お名前	ご住所	寄附金額	寄附金の 使途(No.)
高橋 真理子 様	東京都	20,000 円	1
太田 るみ子 様	北海道	50,000 円	1
酒井 勉 様	東京都	5,000 円	3
古川 浩司 様	愛知県	20,000 円	4
岩本 洋 様	神奈川県	30,000 円	3
杉田 正己 様	千葉県	200,000 円	1
須永 國男 様	東京都	30,000 円	4
初見 和成 様	東京都	30,000 円	4
渋井 信和 様	東京都	10,000 円	4
匿名希望 様	千葉県	10,000 円	3
吉田 克行 様	東京都	1,000 円	1
寺島 恭一 様	東京都	20,000 円	2
小泉 和也 様	東京都	10,000 円	4
小海 健 様	神奈川県	10,000 円	4
匿名希望 様	神奈川県	20,000 円	1
匿名希望 様	大阪府	10,000 円	1
匿名希望 様	静岡県	20,000 円	1
千葉 容司 様	東京都	5,000 円	4
匿名希望 様	愛知県	34,000 円	1
小笠原 道大 様	千葉県	200,000 円	3
松原 正武 様	兵庫県	20,000 円	4
今村 滋 様	東京都	30,000 円	1
匿名希望 様	東京都	30,000 円	4

村山 秀明 様	大阪府	10,000 円	1
匿名希望 様	千葉県	5,000 円	1
原 尚美 様	東京都	10,000 円	1
合計	26 件	840,000 円	

※お名前の公表は同意をいただいた方のみ掲載しています。

### ◆使途別

No.	寄附金の使途	件数	寄附金額
1	世界自然遺産など環境保全の推進に関する事業	12 件	410,000 円
2	福祉施策の充実に関する事業	1 件	20,000 円
3	教育・文化活動及びスポーツ振興に関する事業	4 件	245,000 円
4	指定なし	9 件	165,000 円

●問合せ先 財政課財政係 2-3112

## 観光マーケティング調査報告会

村では、実際に来島された観光客を対象に小笠原の観光に関する詳細なアンケートを実施しています。

この度、平成 28 年度分の集計結果がまとまりましたので、報告会を開催します。実際に来島されたお客様の評価やニーズを知ることによって、より魅力的な地域づくりに役立てていただきたいと思いますと考えておりますので、ぜひご来場ください。

### 【日時】

《父島》 7 月 7 日 (金) 午後 7 時から  
《母島》 7 月 8 日 (土) 午後 7 時から

### 【場所】

《父島》 B しつぷ 2 階 会議室  
《母島》 母島支所 2 階 会議室

### 【報告内容】

1 観光マーケティング調査の内容  
2 観光マーケティング調査の結果  
3 調査結果から見えてくる旅行者の傾向と「小笠原の観光」に向けた提言

【報告発表者】 日本エコツーリズム協会理事 楠部 真也氏

●問合せ先 産業観光課 2-3114

## 小笠原村観光局 事業報告会

小笠原村観光局では、旅行会社、マスコミ及び個人旅行者等に小笠原の観光に関する情報発信や相談業務、イベント等の運営や営業展開を行う事業を内地で精力的に展開しています。

報告会では、昨年度の事業内容や今後の事業展開について、詳しく説明いたします。また今回は初の試みとして近年急速に普及して

いる SNS の活用方法や WEB 記事の書き方についてのセミナーを実施いたします。自社や島の PR 活動、小笠原の広報等に携わっている方、その他ご興味がある方、どうぞお誘いあわせの上ご来場ください。

### 【日時】

《父島》

○ 7 月 10 日 (月)

午後 3 時 30 分～午後 5 時 (事業報告会)  
午後 5 時 30 分～午後 6 時 30 分 (SNS 活用セミナー)

○ 7 月 14 日 (金)

午後 7 時～午後 8 時 30 分 (事業報告会)  
《母島》

○ 7 月 11 日 (火)

午後 7 時～午後 8 時 30 分 (事業報告会)  
○ 7 月 12 日 (水)

午後 4 時～午後 5 時 30 分 (事業報告会)  
午後 6 時～午後 7 時 (SNS 活用セミナー)

※予約不要。また、報告内容は各回とも同じ内容です。

### 【場所】

《父島》 B しつぷ 2 階 会議室

《母島》 母島支所 2 階 会議室

### 【事業報告会内容】

1 メディア対応  
2 本土でのイベント実施および対応  
3 旅行会社への営業活動  
4 教育旅行の誘致活動  
5 新規展開の紹介・提案等

### 【SNS 活用セミナー】

知っていると得する SNS の基礎

○ Instagram (インスタグラム) や Facebook (フェイスブック) で小笠原や自社の PR をしよう!

○ 人気ブロガーが伝授する! 効果的な WEB 記事の書き方

【報告発表者】小笠原村観光局  
根岸 康弘、大久保 勝司、伊藤 優美

問合せ先 産業観光課 2-3114

### 行政相談所の開設



【実施日程】7月12日(水)

【実施時間】午後7時～午後9時

【実施場所】地域福祉センター

【行政相談委員】

総務大臣委嘱小笠原地区担当 山田捷夫

《住所》小笠原村父島字奥村

《電話》090-7173-6768

※予約の必要はありません

問合せ先 村民課住民係 2-3113

### 電話による無料法律相談

第二東京弁護士会主催の電話無料法律相談を島しょ部住民を対象に実施します。

【相談内容】無料一般相談

【実施日程】7月28日(金)

【実施時間】午前10時～正午  
(1件あたり概ね20分枠)

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

●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



### 第32回くらしの法律・税金相談

#### 税金相談

法律関係者のボランティア「小笠原サポート専門家グループ」により「第32回くらしの法律・税金相談」を開催します。

ご相談のある方は、ぜひこの機会をご利用ください。

◎くらしの法律・税金相談・遺言相談

皆様の法律相談、税金相談、遺言相談に、弁護士、司法書士、税理士が無料で応じます。遺言など公証人の公正証書作成(有料)は、準備がありますので予め専用電話にお問い合わせください。

【父島】

《日時》7月13日(木) 午後7時～9時

《場所》地域福祉センター

【母島】

《日時》7月14日(金) 午前9時～午後5時

《場所》母島支所

※予約は不要ですが、事前予約をご希望の方は、お問い合わせください。

※ご要望があれば、相談会場以外でも出張してご相談をお受けします。

◎くらしの法律教室(父島)

「相続・遺言の基礎知識」

相続の際には何を検討しなければならぬか、遺言作成により何をすることができかなど、相続・遺言の基礎知識を法律家が説明します。

《日時》7月14日(金) 午後5時～6時

《場所》地域福祉センター

●問合せ先 村民課住民係 2-3113

サポートグループ専用電話(事前予約も) 03-5919-3530

### マイナンバーの提示について

次に掲げる手続きで来庁の際は、マイナンバーカード、または通知カードと本人確認書類の持参をお願いします。ご協力をお願いします。

・転入、転出、転居他住民登録の手続き

・住民税の手続き

・軽自動車税の手続き

・固定資産税の手続き

・介護保険の手続き

・国民健康保険の手続き

・後期高齢者医療の手続き

・児童手当、児童扶養手当の手続き

・保育園の手続き

・母子手帳の手続き

・障害者手帳の手続き

・自立支援医療の手続き

これ以外でも個別にお願いする手続きがあります。

なお、マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の法令で定められた手続のために使用するもので、定められた目的以外に使用することはありません。

●問合せ先

住民登録、社会保障に関するもの

村民課住民係 2-3113

村民課福祉係 2-3939

税に関するもの

財政課財政係 2-3112

マイナンバーカードや制度について

総合フリーダイヤル(ナビダイヤル)

0120-95-0178

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

この事業は、高校や大学などの受験料、受験に係る交通費・宿泊費、学習塾受講料などの費用の貸付を行うことにより、一定所得以下の世帯の子供への支援を目的としたものです。貸付金は貸付対象の学校に入学した場合、申請により返済が免除されます。

【貸付金の内容(金額は上限額)】

①受験料貸付金 中学3年生 27,400円 高校3年生 8万円

②交通費等貸付金 往復交通費 8万4千円 宿泊費 3万円(原則上限3泊)

③学習塾受講料貸付金 20万円

【貸付要件】 次の全てに該当する方がご利用できます。

①世帯の生計中心者(20歳以上であること)

②課税所得または総収入金額が一定以下であること

・合計所得金額が扶養人数1人の場合 107万8千円以下

・総収入額が扶養人数1人の場合 179万7千円以下

③預貯金等資産の保有額が世帯で600万円以下であること

④土地・建物を所有していないこと(現在居住している場所は除く)

⑤都内に引き続き1年以上在住していること

⑥生活保護受給世帯でないこと

⑦同一世帯ではない連帯保証人(1名)が確保できること等

### 東京都受験生

#### チャレンジ支援 貸付事業



この事業は、高校や大学などの受験料、受験に係る交通費・宿泊費、学習塾受講料などの費用の貸付を行うことにより、一定所得以下の世帯の子供への支援を目的としたものです。貸付金は貸付対象の学校に入学した場合、申請により返済が免除されます。

【貸付金の内容(金額は上限額)】

①受験料貸付金 中学3年生 27,400円 高校3年生 8万円

②交通費等貸付金 往復交通費 8万4千円 宿泊費 3万円(原則上限3泊)

③学習塾受講料貸付金 20万円

【貸付要件】 次の全てに該当する方がご利用できます。

①世帯の生計中心者(20歳以上であること)

②課税所得または総収入金額が一定以下であること

・合計所得金額が扶養人数1人の場合 107万8千円以下

・総収入額が扶養人数1人の場合 179万7千円以下

③預貯金等資産の保有額が世帯で600万円以下であること

④土地・建物を所有していないこと(現在居住している場所は除く)

⑤都内に引き続き1年以上在住していること

⑥生活保護受給世帯でないこと

⑦同一世帯ではない連帯保証人(1名)が確保できること等

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

この事業は、高校や大学などの受験料、受験に係る交通費・宿泊費、学習塾受講料などの費用の貸付を行うことにより、一定所得以下の世帯の子供への支援を目的としたものです。貸付金は貸付対象の学校に入学した場合、申請により返済が免除されます。

【貸付金の内容(金額は上限額)】

①受験料貸付金 中学3年生 27,400円 高校3年生 8万円

②交通費等貸付金 往復交通費 8万4千円 宿泊費 3万円(原則上限3泊)

③学習塾受講料貸付金 20万円

【貸付要件】 次の全てに該当する方がご利用できます。

①世帯の生計中心者(20歳以上であること)

②課税所得または総収入金額が一定以下であること

・合計所得金額が扶養人数1人の場合 107万8千円以下

・総収入額が扶養人数1人の場合 179万7千円以下

③預貯金等資産の保有額が世帯で600万円以下であること

④土地・建物を所有していないこと(現在居住している場所は除く)

⑤都内に引き続き1年以上在住していること

⑥生活保護受給世帯でないこと

⑦同一世帯ではない連帯保証人(1名)が確保できること等

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

### 医療券(気管支ぜん息)の更新を忘れずに ～大気汚染医療費助成制度～

都内に1年(3歳未満は6カ月)以上在住の18歳未満で気管支ぜん息等にかかっているなど、要件を満たす方に対して、認定疾病に係る医療費(保険適用後の自己負担分)を助成しています。

有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには更新手続きが必要です。有効期間満了の1カ月前を目安に区市町村の窓口で手続きを行ってください。

生年月日が平成9年4月1日以前で有効期間内の医療券をお持ちの方は、有効期間満了までに更新手続きを行わない場合、資格喪失となり、再度認定を受けられなくなります。詳細は東京都ホームページをご覧ください。

#### 問合せ先

東京都福祉保健局環境保健衛生課

03-5320-4491

村民課福祉係 2-3939

### 国民年金からのお知らせ

◎国民年金保険料免除等の申請について

国民年金保険料が納め忘れの状態や、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由で保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(50歳未満)納付猶予制度」がありますので、村民課住民係または母島支所の窓口で申請してください。

今年度の免除等の受付は7月1日から開始

しており、7月から平成30年6月までの期間を対象として審査します。また、申請は原則として毎年度必要です。

なお、平成26年4月より保険料の納付期限から2年を経過していない期間(申請時点から2年1カ月前までの期間)について、さかのぼって免除等を申請できるようにになりました。

※不慮の事故や病気が発生してから申請を行っても、障害基礎年金の受給資格要件に算入されません。該当した際は、すみやかに申請されることをお勧めします。

◎年金請求書の手続き漏れはありませんか? 老齢基礎年金を受け取るために必要な期間(受給資格期間)が、「25年」から「10年」に短縮されることになりました。

日本年金機構では、これまでに対象となる方に黄色の封筒(A4サイズ)をお届けしています。制度の開始は、8月1日(最も早い年金のお支払いは10月)です。

まだ、請求手続きをされていない方は、年金事務所もしくは村役場村民課または母島支所にて手続きを行ってください。

#### 問合せ先

ねんきんダイヤル

0570-05-1165

村民課住民係 2-3113



### 侵略的外来種ワースト100のイエシロアリにご注意ください

家屋に被害を与えるシロアリは何種類かありますが、その中で最も強烈なのがイエシロアリです。

このイエシロアリは家屋以外にも地下ケールや植木、固有種のムニンヒメツバキなども攻撃し枯らしてしまいますので、常日頃からご自宅や庭、事業所などをご確認いただきますようお願いいたします。

#### 問合せ先

建設水道課

2-3115

### 村長出張報告

出張期間: 5月18日～6月3日

- ・全国離島振興協議会通常総会
- ・町村長連絡会(都庁)
- ・関東町村会トップセミナー
- ・東京都島しょ振興公社理事会
- ・東京都漁港漁場協会理事会
- ・東京都市町村職員退職手当組合団体長会議
- ・陸上自衛隊東部方面支援隊感謝状贈呈
- ・関係機関挨拶

等

### 小笠原村人事異動

7月1日付

- 【採用(主事級)】  
医療課付(太陽の郷) 石原 光彦(介護福祉士)
- 【採用(主任級)】  
医療課付(父島診療所) 中村 亜紀(看護師)

【退職者】≪内は旧所属  
6月30日付  
下川 美恵(看護師) ≪医療課診療所係(父島診療所) ≪

近藤 有美(介護員) ≪医療課診療所係(太陽の郷) ≪任期満了

問合せ先 総務課総務係 2-3111

### 今月の納期限および口座振替日

#### 口座振替日

7月は、固定資産税(第2期)の納期です。納期限および口座振替日は、7月31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込みされている方は、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

### 宮公器等のコーナー

#### 母島巡回労働相談

- 【日時】 7月10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)

※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。

問合せ先

小笠原総合事務所 2-2102

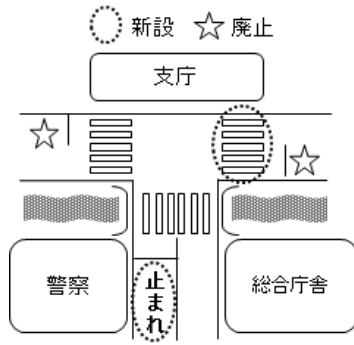
交通規制が変更となりました

小笠原支庁前交差点において、横断歩道の新設と一時停止の規制場所を変更しました。ご通行の際は歩行者や他の車両に十分ご注意ください。

問合せ先

小笠原警察署

2-2110



釣浜の利用規制のお知らせ

釣浜の北側において不発弾らしき物が発見されました。利用者の安全を確保するため、釣浜及び釣浜周辺の遊泳区域の利用を規制します。これに伴い、釣浜への歩道及び係留ブイの利用もできなくなります。

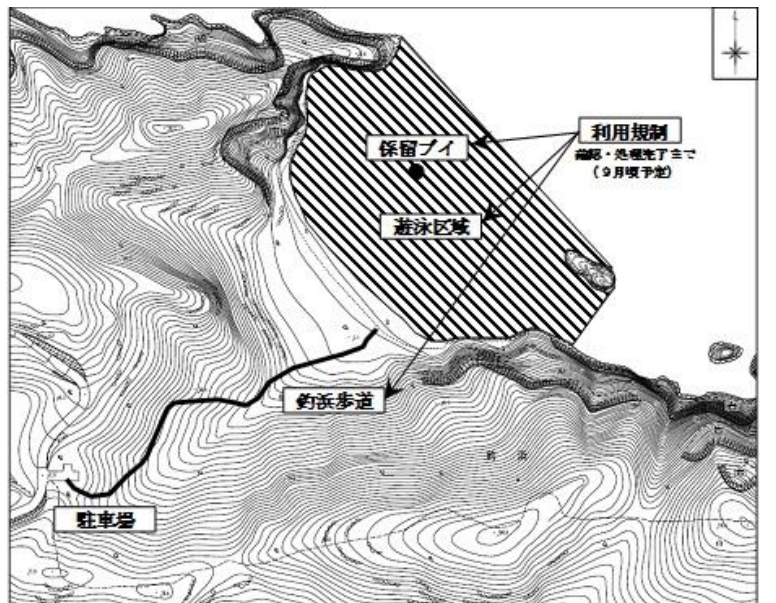
過去に不発弾が爆発し、死亡するという事故事例もあります。大変危険ですので、釣浜周辺には立ち入らないようお願いいたします。

なお、不発弾の確認・処理作業は9月頃を予定しています。多客期にも関わらず、皆様には大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ先

小笠原警察署 2-2110

小笠原支庁土木課 2-2165



小笠原中学校

学校公開ほかのお知らせ

保護者・地域の皆さまには、ぜひご参観ください。ご案内します。

◎学校公開週間

【日程】7月3日(月)～7月7日(金)

【時間】午前8時(朝読書)～午後6時30分(部活動終了) ※授業は、午前8時20分～午後0時10分・午後1時30分～3時20分

◎セーフティ教室

【日時】7月15日(土)

《授業》午後2時～3時20分

《地域保護者意見交換会》

午後3時20分～4時

【内容】

・飲酒、喫煙、薬物乱用などの危険性を知り、生徒の非行行為を予防する。

・中学生が巻き込まれやすい繁華街等での犯

罪について学び、被害にあわない態度を身につける。  
※車での来校は、遠慮ください。上履きをお持ちください。

問合せ先 小笠原中学校 2-2502

母島小中学校

夏休み中の図書室開放について

本年度の母島小中学校夏季休業中の図書室一般開放は、空調整備工事のため8月15日からとなります。

【期間】8月15日(火)～30日(水)まで(土日を除く)

【時間】午前9時～正午、午後1時30分～4時30分

※上履きをご持参ください。

問合せ先 母島小中学校

3-2181-2



小笠原高校 図書室開放

小笠原高校では、一般の方向けに図書室を開放しています。

一般書籍の貸出のほか、新聞6紙の閲覧もできますので、ぜひご利用ください。

【日時】毎週日曜日 午後2時30分～5時

※詳しくは、村民だよりカレンダーをご覧ください。

問合せ先

東京都立小笠原高等学校

2-2346



青灯台付近の遊泳について

今年は青灯台付近に工事区域が含まれています。安全対策をしていますが、自己責任で注意して遊泳してください。

問合せ先

小笠原小中学校PTA

小笠原小学校 2-2012

小笠原中学校 2-2502

健康・保健のコーナー

定期予防接種

【父島】

《日時》7月6日(木) 午後2時30分～4時

《場所》小笠原村診療所

【母島】

《日時》7月6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、B型肝炎ワクチン、BC

G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

問合せ先

村民課福祉係 2-3939

母島支所 3-2111

育児学級(おやつのお会) 父島

栄養士とおやつを通してお子さまの食事について考えてみませんか。事前に予約をお願いします。

【対象者】離乳食を完了した3歳までのお子さまと保護者

【日時】7月12日(水) 午前10時～11時30分

【集合場所】地域福祉センター 調理室

【持ち物】エプロン、筆記用具

【事前予約】必要

●予約・問合せ先

村民課福祉係 2-3939

### 育児学級(歯科の会) 母島

歯科衛生士から歯の磨き方や歯にまつわるお話、歯に関する相談ができる会を開催します。もう一度、一緒に歯の磨き方を振り返りませんか？

【対象者】0歳～3歳頃までのお子さまと保護者

【持ち物】いつも使っている歯ブラシ タオル

【日時】

①0歳～1歳クラス 7月5日(水) 午前10時30分～11時30分

②2歳～3歳クラス 7月6日(木) 午前10時30分～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

### 乳幼児健診・歯科健診(父島)

7月は小児科医が来島します。対象者の方には、個別通知をします。6歳未満の乳幼児で健診を希望される方、計測のみを希望の方は、お手数ですが、事前に電話での予約をお願いいたします。

【対象者】4か月、7か月、10か月、1歳6か月、2歳6か月(歯科健診のみ)、3歳の乳幼児

【日時】7月1日(土) 午前9時～11時、午後2時～3時

【場所】地域福祉センター 2階会議室

※母島は6月29日(木)に実施しました。

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

### 乳幼児計測会(母島)

お子さまの発育と一緒に確かめませんか？当日は身長・体重等の測定を行います。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】7月11日(火) 午前10時～11時

【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

### 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？今月から、室内運動となります。ストレッチ、セラバンド体操等を予定しています。

【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)

【日時】7月5日(水) 午前9時30分～11時

【場所】地域福祉センター 2階 大会議室

【持ち物】室内履き、タオル、飲み物

●問合せ先 村民課福祉係 2-3939

## 医療のコーナー

### 母島村診療所(歯科)の休診

【休診日】7月3日(月)～13日(木)

●問合せ先 母島診療所 3-2115

7月の調整金を含む旅客・貨物運賃をお知らせします。翌月以降の調整金または、掲載にない料金は直接営業所2-2111まで、お問い合わせください。

※( )内は変動調整額となります。

### 7月の燃料油価格変動調整金

等級	大人	学生	小人	単位:円
1等	54,040 (+0)	46,240 (+0)	27,020 (+0)	小笠原海運(株) 03(3451)5171
特2等寝台	39,030 (+0)	31,230 (+0)	19,520 (+0)	
2等寝台	29,410 (+0)	23,530 (+0)	14,710 (+0)	
2等和室	25,820 (+0)	20,660 (+0)	12,910 (+0)	
等級	村民	村民小人	身障者	
1等	39,830 (+0)	19,920 (+0)	27,020 (+0)	
特2等寝台	26,330 (+0)	13,170 (+0)	19,520 (+0)	
2等寝台	19,840 (+0)	9,920 (+0)	14,710 (+0)	
2等和室	17,410 (+0)	8,710 (+0)	12,910 (+0)	

等級	大人	小人	単位:円
1等品	15,638 (+0)		伊豆諸島開発(株) 03(3455)3090
2等品	14,558 (+0)		
3等品	13,392 (+0)		
小口 0.1t以下	1,567 (+0)		
小口 0.075t以下	1,166 (+0)		
2等	4,230 (+350)	2,120 (+180)	
村民割引 2等往復	5,080 (+420)	2,540 (+210)	
等級	A(6名用)	B(4名用)	
特別室	10,000	8,000	

### 母島サマーフェスティバル

～2017～

今年も「母島サマーフェスティバル2017」を開催します。皆さまお誘いあわせのうえご来場ください。(すべて無料・予約不要) 天候により、イベントが中止になることがあります。ご了承ください。

◎タッチングプール

【日程】7月29日(土)・30日(日)・8月5日(土)・6日(日)・12日(土)・19日(土)・20日(日)・27日(日)

【時間】午後8時～

【場所】母島沖港船客待合所 ウッドデッキ

【内容】ヒトデ、ナマコなど海の生き物に直接触りながら解説を行います。

◎アオウミガメ放流会

【日時】8月8日(火) 午前10時～

【場所】母島脇浜なぎさ公園

【内容】アオウミガメ(親亀)を放流します。

◎南洋踊り体験会

【日程】8月8日(火)・15日(火)

【場所】母島沖港船客待合所

【時間】午後8時～

【内容】小笠原の伝統舞踊である南洋踊りを本格的な衣装を着けて体験できます。

◎稚亀放流&星空観賞

【日程】8月13日(日)

【時間】午後8時～

【場所】母島脇浜なぎさ公園

【内容】生まれたばかりのアオウミガメの赤ちゃんを海に放流した後、浜に寝転がって星空を観賞します。星についての解説もあります。アオウミガメの孵化の状況によっては稚亀放流が中止となる場合があります。

◎母島納涼盆踊り大会

【日程】8月26日(土) ※時間未定(夕方)

【場所】母島脇浜なぎさ公園

【内容】夜店・ゲーム・盆踊り・花火など

●問合せ先  
小笠原母島観光協会 3-2300

### 第3回母島カノー大会

アウトリガーカヌー競漕を開催します。皆さまふるってご参加ください。

【日程】9月17日(日) ※荒天中止  
お申し込み方法など詳細は、追って母島観光協会HP等でお知らせします。

●問合せ先  
小笠原母島観光協会 3-2300

### サマーフェスティバル

#### 実行委員会のお知らせ(父島)

◎大花火大会広告料及び寄付金(協賛のお願い)  
小笠原の夏の夜空を彩る『大花火大会』が、今年8月12日(土)に開催されます。

花火打ち上げ費用は皆様から寄せられる協賛広告料と村からの補助金によって賄われています。ご協賛頂いた方々のお名前は盆踊り会場に掲示し、花火打ち上げ前に場内放送します。お名前の放送にあたってはメッセージも受け付けておりますので、お誕生日のお祝いやお店のPRなどにもぜひご利用ください。

今年も、大きな花火で小笠原の夏の夜空を大輪の華で彩れますよう、村民の皆様のご協力をお願いします。

なお、盆踊り大会の日程は8月11日(金)～13日(日)の3日間を予定しています。

◎夜店出店者の募集について

「サマーフェスティバル2017」の各イベントに夜店出店を希望される方を募集します。  
【申込期間】8月1日(火)～4日(金)  
【申込方法】

販売品目、代表者名、連絡先住所、電話番号を添えてお申し込みください。出店品目および場所の関係上、出店をお断りする場合がありますので、ご注意ください。特に新規応募の方は、夜店世話人福本に必ず事前連絡してください。

【申込先】(夜店世話人) 福本信孝  
電話090-2218-0641

◎盆踊りへの出店申し込みをされた方は、保健所にて説明会を行います。説明会に不参加の場合、出店不可となります。

【日時】8月7日(月)午後6時～※盆踊り出店者にかぎる  
《場所》保健所2階会議室  
【テナント設営日】8月8日(火)午前7時～午後6時

【対象イベント】  
《小笠原 JAMMIN》8月5日(土)  
《盆踊り》8月11日(金)～13日(日)  
《フラオハナ》9月2日(土)～3日(日)  
《NEWS ボンタイム》9月10日(日)

※会場はいずれもお祭り広場です。  
◎サマーフェスティバルボランティア募集  
小笠原の夏を、一緒に盆踊りや各イベントを盛り上げませんか。興味のある方はぜひ、サマーフェスティバル実行委員会事務局までご連絡ください。

サマーフェスティバルは、村民のボランティアスタッフの手で支えられ運営されています。

●問合せ先  
サマーフェスティバル実行委員会事務局  
(小笠原村観光協会内) 2-2587

### 宮之浜ビーチクリーンの実施

商工会青年部では、ビーチクリーンを実施します。

【日時】7月9日(日)午後4時30分から  
【集合場所】宮之浜海岸 駐車場  
受付は当日に、現地でおこないます。

村民の皆さまのご参加お待ちしております。なお、ゴミ袋は商工会青年部で用意してありますが、軍手・お飲み物は各自用意ください。

●問合せ先 小笠原村商工会 2-2666



### 学童保育とびうおクラブ

#### 入会児童募集

【対象】小笠原小学校1～3年生までの、保護者が就労・疾病等により、適切な保育を必要とする児童

【保育期間および時間】7月21日(金)～8月31日(木)までの平日 午前9時～午後5時(原則昼食は自宅)

【保育場所】奥村フラットハウス  
【定員】各学年10名(上限30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 千円(社協会費を兼ねる)、利用料 1万円、保険料800円  
【申込期間】7月3日(月)～12日(水)

●問合せ・申込先  
小笠原村社会福祉協議会 2-2486

### 「しまぼ通貨」加盟店募集説明会

東京都および(公財)東京観光財団は、島しょ地域のPRと旅行者の拡大を目指し、東京島めぐりPASSPORT(しまぼ)と連携した、プレミアム付き宿泊旅行商品券「しまぼ通貨」を10月頃より発行します。

「しまぼ通貨」は7千円の宿泊旅行券を購入することで、島しょ内での宿泊やお土産購入などに使える3千円分のプレミアムが付加された商品券です。加盟店になるメリットとして自店の認知度向上や来客数の増加が期待できます。

島内で事業を行っている方を対象に、加盟店募集説明会を開催しますので、ぜひご参加下さい。

◎母島

【日時】7月13日(木)午後6時～7時30分  
【会場】母島支所 大広間

◎父島

【日時】7月15日(土)午後6時～7時30分  
【会場】Bしつぷ 2階会議室  
※当日、直接会場へお越しください。

●問合せ先

公益財団法人 東京観光財団 地域振興部  
担当:中村、石田、松岡、内藤  
03-5579-2682

### 夏休みラジオ体操の開催と

#### ボランティアスタッフの募集

小笠原村社会福祉協議会では夏休み期間中の規則正しい生活習慣の維持と健康増進を目的にラジオ体操を実施します。皆様の参加をお待ちしています。

【開催期間】

《父島》 8月1日(火)～31日(木)

《母島》 7月21日(金)～8月31日(木)

【時間】 午前6時30分～

【場所】

《父島》 興洋岸壁・扇浦交流センター

《母島》 母島小中学校グラウンド

《ボランテイアスタッフの募集》

一緒にラジオ体操の開催を支援していただけるボランテイアスタッフを募集しております。内容は①出席のハンコ捺し②参加人数のカウント③体操のお手本等です。詳細はお問い合わせください。ご協力お願いします。

●問合せ先 小笠原村社会福祉協議会

(父島) 2-2486

(母島) 3-2188

環境・自然のページ

ビジターセンターのお知らせ

【7月の開館】おがさわら丸入港日～出港日、観光船入港中。7月20日～8月30日毎日開館。

【開館時間】午前8時30分～午後5時(夜間～午後9時) ※イベント・夜間開館については、掲示板のポスターをご覧ください。

【特別展】

■本館「小笠原の海の仲間たち～Bonin Blueの生物多様性」展、7月下旬より開催予定

サンゴ、魚、貝、カニ、ナマコ、ウニ、ヒトデ：小笠原の海の生きものを調べていくと、多様な自然が見えてきました。展示では、他の海域では見られない小笠原らしい海の姿に

迫ります。

■新館「つ・な・が・る島々展」開催中西之島の最新情報を含め、小笠原の島々を紹介しています。

●問合せ先

小笠原ビジターセンター 2-3001

森林生態系保護地域への入林受付および簡易講習会

(父島・母島)

次の①及び②の目的で国有林の森林生態系保護地域に入林される場合には、入林申請と利用講習の受講が必要となります。希望される方は、事前に電話でお申込みください。なお、許可証及び年間パスの当日交付が必要な方は、事前申請が必要となります。

①村民としてレクリエーション目的で指定ルートを利用される方(村民レクリエーション簡易講習) 父島及び母島等の国有林内の指定ルートを利用するための村民向け入林申請受付と簡易講習を実施します。指定ルートを利用するためには、入林申請と講習修了により発行される「年間パス」の携行が必要です。

②調査・研究及び作業等の目的で入林する方(調査研究簡易講習) 森林生態系保護地域において、調査・研究、同補助及び作業の目的で入林するためには、利用講習の受講と入林申請が必要です。実施時間は、①の簡易講習終了後に実施しますの、①の開催時間から受講ください。

◎父島会場

【日時】7月19日(水)午後3時30分～4時30分 ただし、当日受講できない方は、別途電話

にてご相談ください。

【場所】小笠原総合事務所3階会議室

◎母島会場

【日時】7月8日(土)午後6時～7時

【場所】村民会館2階視聴覚室及び会議室

◎必要な物

当日は、住所と年齢が確認できるもの(免許証など) および印鑑をご持参ください。

●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

東京都自然ガイド講習会

【時期】9月上旬～10月下旬頃

(この期間のうち8日間程度)

【対象者】来年(平成30年)4月1日時点で小笠原村に1年以上在住の18歳以上の方

※詳細は、来月以降の村民だよりでお知らせします。

●問合せ先

小笠原支庁土木課 2-2165

小笠原諸島から内地へ植物を持ち出される皆様へ

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、これら害虫およびさつまいも等の植物は、植物防疫法により持ち出しが禁止されています。

また、観葉植物・苗木等の根付き植物を小笠原諸島から内地へ持ち出す際は、植物防疫

官(又は植物検疫補助員)により、害虫の付着がないことの確認を受けられるようお願いいたします。

【小笠原諸島から持ち出せないもの】

《害虫》アフリカマイマイ、アリモドキゾウムシ、イモゾウムシ

《植物》あさがお、さつまいも、ぐんばいひるがお等の生茎葉及び地下部

【根付き植物の確認実施場所】

《宅配便・貨物等》小笠原総合庁舎2階業務課(平日午前8時～午後5時)

《手荷物・携行品》二見港船客待合所(おがさわら丸出港1時間前)

※母島ではJA母島支店にて植物検疫補助員が確認を実施しています。

●問合せ先

小笠原総合事務所業務課 2-2102

世界自然遺産のコーナー

地域連絡協議会および

ワーキンググループの開催

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、地域連絡協議会を開催します。会議では、遺産管理計画の改定の方向性の確認や、暮らしに身近な世界遺産にまつわる地域課題への対応状況の報告を行います。

また、管理計画・アクションプラン改定WGでは、自然環境の変化など、科学的知見に基づく改定方針を科学委員が中心となって議論します。

どちらも、皆様の参加・傍聴をお待ちしています。



◎地域連絡会議

【日時】 7月12日(水) 午後2時〜4時

【会場】

(父島) 村役場A会議室

(母島) 母島村民会館2階会議室

(内地) 関東地方環境事務所会議室

【議題(予定)】

・管理計画改定の方向性について

・地域課題への対応状況

◎管理計画・アクションプラン改定WG

【日時】 7月11日(火) 午前10時〜正午

【会場】

(父島) 村役場A会議室

(母島) 村役場母島支所会議室

(内地) 関東地方環境事務所会議室

【議題(予定)】

・科学的知見に基づく管理計画改定案について

・科学委員会としての5年間の総括

・アクションプラン改定方針について

●問合せ先

環境省小笠原自然保護官事務所

2-7174

ハトの事故防止

◎この時期、ハトが身近に

普段はのんびりに見えるアカポツポですが、これまでの事故や調査から、超低空を猛スピードで飛ぶことがわかってきました。

・明るくなる前に、沢筋を一直線に飛ぶ

・日中、林の中をすり抜けて飛ぶ

また、特にこの時期は、

・海岸近く(現在の集落域)で餌を食べる。

・若い(経験の少ない)個体が多い。

その中で、ガラスの存在や車の出現を予測できず、ぶつかってしまうようです。

そこで皆さまに、ちよっとした気配りをお

願います。

・木々の映る(よく鳥のぶつかる)ガラス窓はカーテンやブラインドで覆ってください。

・ない場合はバードセイバー(鳥のシール)などを、なるべく外面に貼ってください。

・特に早朝、海岸近くのカーブや下り坂はゆ

っくりと「思いやり運転」をお願いします。

・ネコは本来、動くものに反応します。特に

この時期は逃げ出さないようにご注意ください。

・さい。

バードセイバーは無料でお渡ししますので、

小笠原自然保護官事務所までお問合せください。

い。

アカガシラカラスバトは、まだまだ個体群

として安定した数とは言えません。目撃情報

を小笠原自然文化研究所(2-3779)ま

で、ぜひお寄せください。

◎山域でのノネコの捕獲

ハトやコウモリ、希少な海鳥類などを守る

ため、ノネコの捕獲が継続されています。

父島では、数年前に比べ、一時生息数のリ

バウンドが見られたものの、引き続き低密度

状態を目指して対策を進めています。母島で

も、南部を中心に捕獲を本格化しており、今

後は農地へのネズミ被害などにも配慮しなが

ら取組を上げていく予定です。

これまでに捕獲されて、内地の新しい飼い

主のもとに引越したネコは600頭を超

えました。

●問合せ先

環境省小笠原自然保護官事務所

2-7174

小笠原支庁産業課 2-2125

環境課環境係 2-3111

オオコウモリとの付き合い方

◎オオコウモリの生息状況

オガサワラオオコウモリは、小笠原に生息

する唯一の固有哺乳類であるとともに、植物

の種子散布や花粉媒介を手助けするなど、小

笠原の固有生態系において重要な役割を果た

しています。

ノネコ対策の効果もあつて、生息数は回復

していますが、気象条件などにより山の餌が

少なくなると、農地や集落への飛来が増え、

果実等の食害が発生することも心配されます。

コウモリを守りながら上手に共存していく必

要があります。

【オオコウモリの食害防除対策事業】

村では、オオコウモリにとって安全な方法

で食害を防ぐため、文化庁および東京都教育

委員会の助成を受け、平成24年から「オガサ

ワラオオコウモリ農作物被害防除対策事業」

を実施しています。これは、農地や家庭菜園

を所有し、食害防除を希望する人に対し、コ

ウモリが絡まりにくい硬質樹脂製ネットを使

用した施設を無償で貸与するものです。

来年度以降の申請方法やその他の詳細は、環

境課にお問い合わせください。

●問合せ先

環境課環境係

2-3111

海のレッドリスト

今年の3月に、環境省が海洋生物のレッド

リストを公表しました。このリストは約1万

種の海洋生物について希少性を評価し、絶滅

のおそれのある種として合計56種が掲載さ

れたものです。特に注目される種として、小

笠原に関わりの深い生物も取り上げられてい

ます。本土と隔絶した海洋島で、大きな海流の影響も少ない小笠原は、海の中にも特徴があるようです。

【オガサワラサンゴ】絶滅

○昭和10年に父島で採集された1群体に基づいて新種記載された種

○その後、国内での再発見はなく、絶滅したと判断された

【オガサワラベニシオマネキ】ⅠA類

○平成25年に新種記載された父島固有種

○二見湾に注ぐ小河川の河口干潟のみに生息するが、個体数が減少しており、絶滅の危険性が極めて高い

○生息場所の環境改変などに嚴重に注意を払い、保全する必要がある

【シロワニ】ⅠB類

○近年は、日本では小笠原周辺の限られた地域のみで生息が報告されている

○共食い型で産仔数が少なく、個体数の減少が懸念される

※リストに掲載された56種は、絶滅・野生絶滅・絶滅危惧ⅠA類・絶滅危惧ⅠB類・絶滅危惧Ⅱ類というカテゴリーに分かれています

※このほか、外国漁船による密猟が起きているアカサンゴも準絶滅危惧に位置づけられています。

なお、このリストに掲載されても新たな制限はありませんが、特にオガサワラベニシオマネキについては、以前から生息地周辺の住民の皆さんや高校生たちがとても大事にしています。これからも、少し気にかけて、大切に守っていただければと思います。

●問合せ先

環境課環境係

2-3111

2-7174

2-2125

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

2-3111

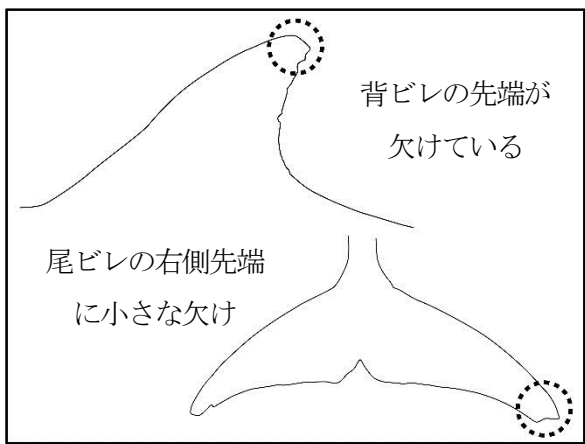
2-3111

2-3111



### 小笠原で暮らすイルカたち

小笠原ではザトウクジラのシーズンも終わり、梅雨も明け、いよいよ夏本番を迎えようとしています。今回は先月のイルカ調査で出会ったミナミハンドウイルカのお話です。識別番号#31のイルカは、1997年からこれまで、父島周辺を中心に確認されているメスの個体で、背ビレと尾ビレの欠けが大きな特徴です。



#31の背ビレと尾ビレの特徴

#31は、新生児を連れていた記録から、少なくとも6回ほど出産しています。今回の調査でも子供と思われる個体を連れていましたが、誕生年については情報がなかったため、分かっています。

また昨年の秋頃には、体に大きなキズを持った子イルカと泳ぐ姿(写真中央の個体)が観察されましたが、今回の調査では確認できませんでした。この子イルカの情報をお持ちの方がいらっしゃいましたら、OWAまでご

連絡ください。

ミナミハンドウイルカの出産時期に関しては、5月から10月の間であることが、これまでの調査から分かっています。

また、これからドルフィンスイムやウォッチングが盛んな時期となりますが、今後とも自主ルールへのご理解とご協力をよろしくお願いたします。

#### ● 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

### ◎ マイマイのイマ 第二十七貝「ここ」で寝たら死ぬぞ

喝水を乗り越え、島はようやく潤いを取り戻した。雨だ！湿度だ！マイマイだ！

雨上がりの朝、母島南進線を南下していると道路の所どころにマイマイが転がっている。多くは外来種のウスカワマイマイだが、よく見ると母島固有のコガネカタマイマイも混じっている。おそらく夜間に路傍の林から這い出てきたはいいが、朝を迎えて行き場をなくしてしまったのだろう。このような光景は昔から見られ、十年程前は静沢集落付近の道路にもよく転がっていたものだ。今でもこのような光景がみられる場所では、周辺に沢山のマイマイが住んでいることがうかがえる。

さて立往生したマイマイたちはその後どうなるのか？なんと、そのまま日中の暑さで茹であがってしまうのだ。潔すぎるのも困りものである。林に帰れよ！というツツコミもごもつとも。しかしマイマイは自身の耐久性によほど自信があるのか、活動に適さない条件になるとひとまずその場で耐え忍ぼうとする癖がある。天気予報を見ないマイマイの運命はそこで決ってしまう。そんな訳で、雨上がりの朝に制服の人が南進線をうろついていたら、どうか温かい目で見守ってほしい。



癖がある。天気予報を見ないマイマイの運命はそこで決ってしまう。そんな訳で、雨上がりの朝に制服の人が南進線をうろついていたら、どうか温かい目で見守ってほしい。

【文】 環境省小笠原自然保護官事務所母島事務室 和田慎一郎【イラスト】 橋本愛

### 海洋センターだより その194

― 夜間パトロール始まりました ―

今年もウミガメ産卵シーズン中は、大村海岸夜間パトロールを行っています。6月は入港中のみの実施でしたが、観光客及び上陸母ガメの増加が予想される7月からは毎晩実施する予定です。ウミガメの甲羅を計測する大きなノギスを担いだ調査員が午後8時〜深夜午前2時頃まで大村海岸をパトロールしています。調査の目的は大きく二つあり、一つは産卵上陸してきたウミガメに標識をつけること、もう一つは産卵観察に訪れた人々への対

応です。ウミガメを目的に多くの観光客が訪れる大村海岸では、適度な距離感を保ってウミガメの産卵を観察できるように、観光客の方々を中心に声掛けを行っています。また、産卵上陸するウミガメに影響を与える懐中電灯の動く明かりやカメラのフラッシュについてもお声掛けすることがありますので、村民の皆様もご協力をお願いします。

さて、今年6月18日現在、父島列島で544巣の産卵巣を確認しており、去年ほどではないものの、今年も順調に数が増えていきます。中でも特に大村海岸での産卵が多く、90巣の産卵を確認しています。この時期はどの海岸でもウミガメの産卵を観察することが出来ませんが、産卵上陸中の母ガメは非常に敏感です。産卵環境を守るためにもウミガメの前には立たず、少し離れたところからこっそり見守るようお願いいたします。

#### ― 村民ボランティア募集 ―

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。週1回でも構いませんので興味のある方はご連絡ください。

#### ● 問合せ先

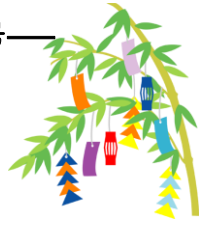
小笠原海洋センター 2-2830  
認定NPO法人エバーラスティング・ネイチャー HP: <http://bonin-ocean.net>

# けんこう通信

— 村民課福祉係 —

— 第 209 号 —

今年の健康診断に向けて、少しずつ生活を見直していきましょう



## 見直してみよう、自分の生活習慣～スマートライフプロジェクト～

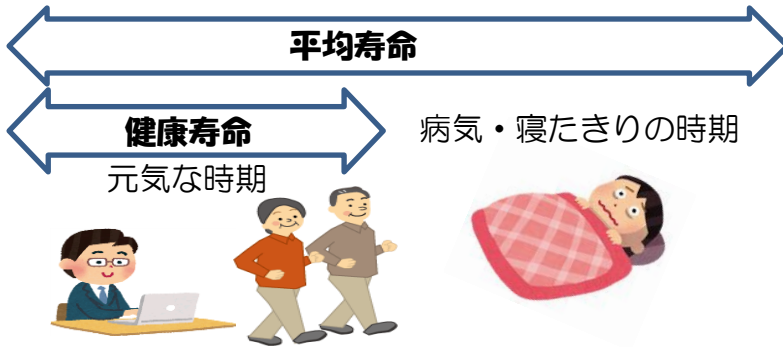
昨年の健康診断から早半年。検査値が悪かった方も、良かった方も、生活習慣に気をつけて過ごしていますか？健康診断は受けて終わりではありません。スマートライフプロジェクトについて学び、生活習慣を見直してみましよう。

### スマートライフプロジェクトってなに？

いつまでも元気に健康で楽しい毎日を送るために「運動」「食生活」「禁煙」に関する行動を促すプロジェクトのことです。

### なぜ運動・食生活・禁煙が大切ななの？

厚生労働省によると、平成 25 年度の健康寿命と平均寿命の差は男性：9.02 年、女性：12.04 年です。運動・食生活・禁煙に注意して病気にかかることを予防することで、病気・寝たきりの時期を短くし、より長く健康で生活することが期待出来るのです。



運動・食生活・禁煙に気をつけると生活習慣病にかかりにくくなるので…



### プロジェクトの具体的な内容は？

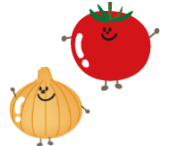
#### Smart Walk

あと 10 分(1000 歩)歩こう。  
苦しくない程度の早歩きは立派な運動です。



#### Smart Eat

あと 70g の野菜を食べよう。  
トマトなら半分、野菜炒めならば半皿です。



#### Smart Breath

たばこをやめよう。  
たばこは健康だけでなく、肌の美しさも失います。



6 月に母島にて、診療所医師・看護師による糖尿病の講座が行われました。当日は 7 名の参加があり、真剣な講座の中、時折笑いも交えたものになりました。今回参加しなかった方も、次の機会にぜひ参加してみてください。

クジラ：生活習慣かぁ。なかなか気をつけるのって難しいんだよね。  
 保健師：何事でも同じですが、いきなり大きな事を行うのは難しいですよ。でも、今回紹介した 10 分の運動、70g の野菜、禁煙等はどうですか？  
 クジラ：うーん…トマト半分を食べる 70g の野菜だったら出来そうかな。それに母島で講座もやってたんだ。今度あったら行ってみようかな。  
 保健師：できそうなことが見つかり、良かったです。小さな積み重ねがとても大切です。講座でもお待ちしております！

### クジラの伝言板



村民課福祉係  
2-3939

# 7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	都議会議員選挙繰上投票日（母島） 小児科医による乳幼児健診・歯科健診（父島）	16	日	出港日  小笠原高校図書館開放
2	日	出港日  都議会議員選挙投票開票日（父島） 小児科専門診療（父島） 小笠原高校図書館開放	17	月	海の日
3	月	母島診療所歯科休診（～13日） 小笠原中学校学校公開週間（～7日） とびうおクラブ申込開始（～12日）	18	火	
4	火		19	水	国有林保護地域入林講習会（父島） 教育委員会
5	水	近地地震津波の避難検証 Jアラート訓練 ヘルスアップ教室（父島） 育児学級歯科の会（母島～6日）	20	木	 入出港日 
6	木	 入港日 粗大ごみ収集（母島） 保健所講演会（母島） 定期予防接種	21	金	夏休みラジオ体操（母島～8/31）
7	金	保健所講演会（父島） 観光マーケティング調査報告会（父島）	22	土	
8	土	観光マーケティング調査報告会（母島） 国有林保護地域入林講習会（母島）	23	日	 入出港日  小笠原高校図書館開放
9	日	出港日  宮之浜ビーチクリーン 小笠原高校図書館開放	24	月	
10	月	労働保険年度更新申告書〆切・納期 母島巡回労働相談 観光局事業報告会（父島）	25	火	
11	火	乳幼児計測会（母島） 観光局事業報告会（母島～12日） 管理計画アクションプラン改定WG	26	水	
12	水	村民相談 行政相談 育児学級おやつ会の会（父島） 地域連絡会議	27	木	 入出港日 
13	木	 入港日 くらしの法律・税金・遺言相談（～14日） しまぼ通貨説明会（母島）	28	金	電話による無料法律相談
14	金	農業経営改善計画等申請〆切 くらしの法律教室（父島） 観光局事業報告会（父島）	29	土	母島SFタッチングプール
15	土	しまぼ通貨説明会（父島） 小笠原中学校セーフティ教室	30	日	 入出港日  母島SFタッチングプール 小笠原高校図書館開放
			31	月	村職員介護福祉士申込〆切 固定資産税（第2期）納期