

命をつなぐ 救命の連鎖

心臓や呼吸が止まったときに、そばに居合わせた人が心肺蘇生などを行うことで救命率が向上します。

駿東伊豆消防本部は昨年度、372回の救命講習を実施し、延べ1万人以上の住民が救命講習を受講しました。

知っていますか？

救命講習 と 応急手当指導員

成 人口の20%以上の市民が救命講習を受講することによりその地域の救命率が向上するとされています。

駿 東伊豆消防本部では、各消防署で開催する救命講習のほか、各事業所などへ出向いて救命講習を実施しています。伊東消防署でも年間を通して、毎月指定日に救命講習を開催しています。

市民の手から市民の手で 救命講習を広げていく



応急手当指導員

西谷 雅治 さん

普段はスキューバダイビングのインストラクターをしていて、月に5回から10回ほど、救命講習の応急手当指導員として活動しています。自身の業務上、応急手当の知識は持っていましたが、広く一般に知って欲しいという思いがきっかけで応急手当指導員になりました。指導中に熱意を持って受講している人が居ればやりがいを感じますし、受講後に人を助けるアクションを起こせたという声を聞いた時は、やっていたよかったと思います。

幅広い年代の人が応急手当指導員として活動していますが、特に若い人に活躍して欲しいです。市外から遊びに来る人が多い伊東市で、観光客に応急手当が必要になったときに、一般の市民の人が対応できれば、伊東はいいな、伊東市民はいいなって感じていただけたと思います。身に付くのは時間がかかりますが、やりがいのある活動です。



救命講習の様子（於：伊東消防署）



胸骨圧迫



人工呼吸

応 急手当指導員は、応急手当普及員の資格を取った後、一定時間の指導経験を経て、駿東伊豆消防本部

駿 東伊豆消防本部では、救命講習の指導を一般市民である応急手当指導員が実施しています。右肩がりに増加する救急需要に対し、救急サービスを低下させないこと、また、一般市民が指導員として救命講習を指導することにより、救命講習をより身近で日常的なものと感じていただくためです。



AEDの操作方法

9月9日の救急の日を含む一週間は「救急医療週間」となっています。大切な命を救うためにできることを考えましょう。

い ざというときのために応急手当指導員の資格を取得し、あなたの手で、目の前で倒れた人の命をつなぐ救命講習を広げてみませんか？

問 駿東伊豆消防本部警防救急課

☎055(920)9102

伊東市議会議員選挙

投票日

9月22日(日)

投票時間：7時から20時まで

1

4

7

10

2

5

私たちに最も身近で、
市政の未来を託す大事な
選挙です。

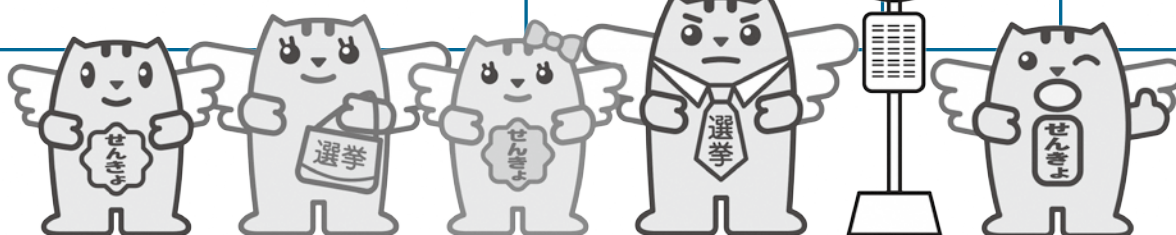
3

6

おでかけ
投票所経由
〇〇バス

9

12



投票日に

仕事やレジャーなどの予定がある人は



期日前投票

ができます！



- 投票日当日に、仕事・学業・旅行・病気などの理由で投票所へ行くことができない人は、表のいずれかの場所で期日前投票ができます。

持ち物 投票所入場券

- 入場券の裏面に、「期日前投票宣誓書兼請求書」を印刷しています。

期日前投票を行う人は、あらかじめ投票日に投票に行けない理由などの必要事項を記入して持参すると円滑に投票することができます。

場所	期間	投票時間
市役所 地下会議室	9月16日 (月・祝) ～9月21日 (土)	8時30分～20時
伊東ショッピングプラザ・デュオ 2階デュオホール	9月16日 (月・祝) ～9月21日 (土)	10時～18時
宇佐美コミュニティセンター 1階児童室 八幡野コミュニティセンター 1階児童室 生涯学習センター荻会館 1階会議室	9月17日 (火) ～9月20日 (金)	8時30時～17時

投票所に行けない人も投票できます



●市外に滞在している人
「不在者投票宣誓書兼請求書」を選挙管理委員会事務局に提出して、投票用紙の交付を受けてください。

●病院などに入院・入所している人
静岡県の選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームでは、施設内で投票ができますので、施設にご相談ください。



ができます！

不在者投票

市外に居る人や入院している人は



ができます！

郵便投票

障がいのある人や介護が必要な人は

●郵便投票対象者
・身体障害者手帳所持者で、両下肢・体幹・移動機能障害1・2級、内臓機能障害1・3級、肝臓障害1・3級に該当する人
・介護保険被保険者証所持者で、要介護状態区分「要介護5」に該当する人
●代理記載による郵便投票対象者
郵便投票対象者かつ身体障害者手帳所持者で、上肢又は視覚の障害1級に該当し、自ら投票の記載ができない人
※事前に届出をした代理記載人に記載させることにより投票できます。

●郵便投票による手続方法
「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要がありますので、お早目に選挙管理委員会事務局にご相談ください。

投票する前に確認しましょう

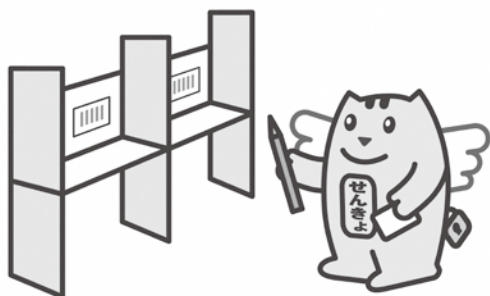
●投票できる人
日本国民で次の条件を満たしている人
・平成13年9月23日以前に生まれた人
・令和元年6月14日以前に、伊東市に転入届を提出し、引き続き投票日まで伊東市の選挙人名簿に登録されている人
※市外に転出すると投票できません。

●選挙公報
候補者の経歴・政見などを記載した選挙公報は新聞折込され、市役所出張所などの公共施設でも配布します。
選挙公報が届かない人は郵送しますので、ご連絡ください。

●投票日当日
・投票日当日の投票は、入場券に記載の投票所で行います。
・市内24か所に設置しますので、必ずご自身の投票所入場券を切り離してお持ちください。

☎ 選挙管理委員会事務局

(32) 1233



あなたの大切な一票を、未来の伊東市のために投じましょう！

・投票所入場券が届かなかった場合や紛失した場合は、投票所受付で申し出てください。

投票区と投票区域

投票区	投票所	主な区域
1	シニアプラザ湯川	湯川1～4丁目及び湯川の区域
2	伊東ふれあいセンター 3階多目的ホール	東松原町、松原本町、松川町、中央町、猪戸1・2丁目、松原湯端町、渚町、銀座元町 及び松原(丸山町を除く)の区域
3	和田湯会館2階大会議室	竹の内1・2丁目、和田1・2丁目、竹の台、物見が丘、芝町、静海町の区域
4	富士見会館1階会議室	玖須美元和田(富士見町、城星町、長美代町、事業団宿舍町、田代団地町)及び 岡赤坂町の一部の区域
5	東府屋商店	新井1・2丁目及び新井の区域
6	西小学校体育館	宝町、寿町、幸町、岡広町、桜木町1・2丁目、弥生町、末広町、広野1～4丁目、岡の一部 (大原町、赤坂町、瓶山、馬場町1丁目、青葉台、泉を除く)及び松原丸山町の区域
7	鎌田会館2階ホール	南町1・2丁目、桜ガ丘1・2丁目、宮川町1・2丁目、鎌田、岡(青葉台、泉)及び荻の 一部の区域
8	いとう漁協川奈支所2階大会議室	川奈(長美代町、小室町を除く)の区域
9	吉田区民会館2階大ホール	吉田(三の原町、小室町を除く)、十足の一部及び富戸湖南町の区域
10	生涯学習センター荻会館 3階大会議室	荻の区域(一部を除く)
11	十足区民会館	十足の区域(一部を除く)
12	留田会館	宇佐美(留田(一部を除く))の区域
13	宇佐美コミュニティセンター1階児童室	宇佐美(城宿、山田、り山峡、桑原及び留田の一部)の区域
14	八幡公民館	宇佐美(初津、八幡(一部を除く))の区域
15	八幡野コミュニティセンター1階児童室	八幡野(上町、下町、東町、浮山町及び岡町の一部)の区域
16	富戸コミュニティセンター3階大会議室	富戸(岡町、松尾町、郷戸町、東町、西町、三の原町、払町及び上野町の一部)の区域
17	生涯学習センター池会館 1階大会議室	池の区域(一部を除く)
18	生涯学習センター赤沢会館 3階大会議室	赤沢の区域(一部を除く)
19	大原武道場第2道場	大原1～3丁目及び玖須美元和田(大原町)の区域
20	南幼稚園保育室	川奈(小室町)及び吉田(小室町)の区域
21	大室高原自治会事務所1階会議室	富戸大室町(一部を除く)の区域
22	生涯学習センター中央会館 3階トレーニング室兼展示室	音無町、湯田町、瓶山1・2丁目、馬場1・2丁目及び岡赤坂町の一部の区域
23	宇佐美中学校1階会議室	宇佐美(峰、中里、塩木道、阿原田及び八幡の一部)の区域
24	対島中学校1階美術室	八幡野大室町、岡町の一部、富戸大室町、払町、上野町の一部の区域

投票区域については主な住所を記載しています。投票の際には、郵送される投票所入場券をご確認ください。
また、転居などで投票所の場所がわからない場合は、選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

◎各投票所の地図は、市ホームページで公開しています。

伊東市ホームページ <https://www.city.ito.shizuoka.jp>

「市ホームページ」⇒「市政の情報」⇒「市政情報」⇒「選挙」⇒「投票所」の順にお進みください。

問 子育て支援課
☎ 32-1582

健 診 ・ 教 室	日 時 (受付時間)
1 歳 6 か月児健康診査 (平成30年2月生まれ対象)	18日(水) 13:00～14:00
2 歳児健康教室 (平成29年8月生まれ対象)	26日(木) 9:20～9:50
3 歳児健康診査 (平成28年8月生まれ対象)	11日(水) 13:00～13:45

会 場 健康福祉センター

次のとおりです。
9月の健診・教室の日程は、

母子保健事業



令和2年度

幼稚園・保育園の入園申込み手続きが始まります!

幼稚園

対 象

市内に住んでいる次の年齢の子ども

○1年保育 (5歳児)

平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ

○2年保育 (4歳児)

平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ

○3年保育 (3歳児)

平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ

※複数の市立幼稚園を重複しての申込みはできません。

受付場所

各幼稚園

※お子さんを同伴のこと

※鎌田幼稚園及び南幼稚園は、令和元年度末で休園となるため、募集をしません。

提出書類

入園申込書・お子さんの住民票 (本籍等記載ありのもの)

※受付日後に申込みの場合は、希望の幼稚園に入園できない場合があります。

※保育料などの詳細については、9月2日(月)以降、幼児教育課窓口・各幼稚園・各出張所にある募集要項及び市ホームページをご覧ください。

受付日時

10月9日(水)・10日(木)

※荻幼稚園のみ10月1日(火)・2日(水)
13時30分～16時

問 幼児教育課 ☎32-1952

保育園

対 象

保護者が働いている、病気にかかっているなどの理由で、保育を必要とする子ども

申 込 み

申込書は9月12日(木)から各保育園と幼児教育課窓口、市ホームページで取得できます。下表で年齢を確認して各保育園か幼児教育課に提出してください。

各保育園の申込可能年齢

玖須美保育園	平成26年4月2日以降 生まれ(※)
八幡野保育園	
伊豆栄光荻保育園	
川奈愛育クラブ	
伊豆栄光富戸保育園	
伊豆栄光湯川保育園	平成29年4月2日以降 生まれ(※)
つくし保育園	
伊豆栄光なざさ保育園 (小規模)	
ちゅうりっぷ保育園 (小規模)	平成26年4月2日～ 平成31年4月1日生まれ
小規模保育所えん (小規模)	
富士見保育園	
宇佐美保育園	
広野保育園	

※入園は生後2か月を過ぎてからになります。

受付期間

9月30日(月)～10月11日(金)
9時～17時(土日を除く。)

問 幼児教育課 ☎32-1951

伊東市民病院だより

Vol. 27



●あせも

あせもは汗の通り道（汗管）が詰まり気味になり生じます。中でも紅色汗疹は、表皮の中でたまった汗が周りに炎症を起こし、1mm～2mmの赤くかゆいプツプツとなります。汗が多量で排出が間に合わないことでも生じますが、猛暑、乳幼児、多汗症、肥満傾向、激しい運動、通気性が悪い服など原因は様々です。

また、厳密にはあせもと別ですが、汗が付着したままになる首回りや肘内側や膝裏に、赤みかゆみのある斑点が生じることがあります。その場合、汗の成分がアレルギーや刺激を引き起こしたり、ハウスダストなどが湿った所に付着して「かぶれ」ている場合があります。

いずれの原因でも、積極的に汗を吸い取り蒸発させるスポーツ素材の服や下着の着用が有効ですので、一度試してみると良いでしょう。

伊東市民病院皮膚科 竹下芳裕
☎37-2626

☎子育て支援課
(32)1581

現在の子ども医療費受給者証（ピンク色）の有効期限は9月末日です。10月から使用できる受給者証を9月末に送付します。

※住所、氏名、加入保険、保護者の状況に変更があった場合は、子育て支援課又は各出張所にある「変更届」を提出してください。

※2歳未満児（白色の受給者証）は満2歳到達の月末まで使用できます。

子ども医療費受給者証の更新（2歳～18歳）

健康

ゲートキーパー養成研修

家族や仲間など身近な人に「いつもと違う」様子はありませんか？ 周囲が気付かぬうちに一人で悩みを抱えて病気になることも…。気付いたら勇気を出して声を掛けてみませんか。

日時 10月2日(水) 13時30分～15時30分

内容

- ・日本の自殺の現状や市の自殺対策
- ・ゲートキーパーの役割
- ・悩みを抱えた人のサイン
- ・声掛けの方法

☎健康推進課
(32)1584



・悩みを聞くときのポイント
・困ったときの相談場所
・それぞれの相談機関の役割

会場 市役所5階中会議室
講師 NPO法人臨床心理オフィス「Beサポート」
臨床心理士
申込み 前日までに電話で左記へ。

世界アルツハイマー月間

「国際アルツハイマー病協会」と世界保健機関（WHO）は協同で毎年9月を「世界アルツハイマー月間」と制定し、アルツハイマー病の啓蒙を実施しています。日本でも疾病に関連する支援イベントやシンポジウムなど様々な取組が行われています。市でも「認知症になっても安心して、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができる社会」の実現を目指し取り組んでいます。

☎高齢者福祉課
(32)1561

広告欄

ケアセンターうばめ伊東

訪問介護／介護タクシー／ケアプラン
福祉用具レンタル・販売／障害福祉

TEL 55-1311 社会福祉法人 春栄会
伊東市八幡野1105-3

●ショートステイ クラシオン富士見



お気軽にお問い合わせください。

伊東市玖須美元和田722-714

☎44-5588

<http://www.izukaigo.com>

こんなに お得！

特定健診

受診はお早めに！
9月下旬は大変混
み合います。



コーケンくん

特定健診が受けられるのは **9月30日(月)** までです。

お得な3つのポイント

健診費用がお得

約8,600円以上の健診が、**500円～1,000円**で受けられます！

※年齢により異なります。
課税状況により無料になる
場合があります。

丸ごとチェック！

少しの費用で、生活習慣病とそ
のリスクを**丸ごとチェック**でき
ます。

★毎年の健康チェックが大切

特定保健指導が無料で

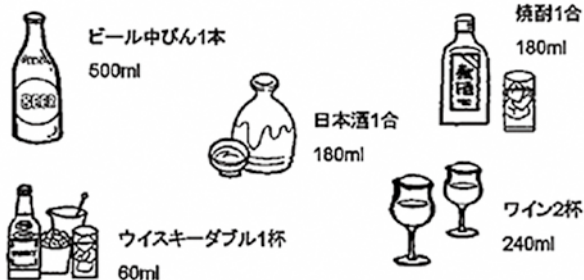
医師や保健師、栄養士などの専
門家から健康づくりのサポート
を受けられる**特定保健指導**や、
健康相談を**無料**で受けることが
できます。

お祭りなどでお酒を飲む機会が増える季節！

お酒の適量(上限)を御存じですか？



1日の適量 (お酒どれか1つ)



※女性はこの半量が適量(上限)です！

- アルコールは体温を上げ、汗を出したり、尿を多く作り出すため、体の水分がどんどん減ってしまいます。お酒を飲む時は、水や麦茶などでの水分補給が大切です。飲み過ぎや二日酔いの予防にも効果的です。
- お酒の飲み過ぎは、肝臓への負担がかかるほか、血圧や中性脂肪、血糖にも影響します。適量以内を守って、楽しく飲みましょう。
- 飲み過ぎに心当たりのある人は、特定健診を受けて体の状態をチェックしましょう！

健康に自信がある人ほど体の異変を見逃しがち。元気な時こそ健診の受診が必要です！

受診
期限

9月30日(月)まで

対象

今年度まだ特定健診を受けていない、40歳～74歳の伊東市国保加入者

※今年の4月以降に国保へ加入した人には、11月上旬にお知らせを郵送します。

※伊東市国保の資格がない人は、この健診は受けられません。

受診
方法

5月下旬に郵送した「受診券」と、被保険者証を持って、協力医療機関で受診してください。

※受診券が手元にない人は、健康推進課に連絡してください。

②がん検診は含まれません。がん検診も受けましょう。

☎健康推進課 ☎52-3051



秋のがん検診(検診車)

9月18日(水) 予約開始!!

胃がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診

予約先 健康推進課 ☎52-3005

日程と会場

実施日	会場
10月20日(日)	市役所
10月21日(月)	健康福祉センター
10月22日(火)	八幡野コミュニティセンター
10月23日(水)	健康福祉センター
10月24日(木)	生涯学習センター荻会館
10月25日(金)	市役所
10月26日(土)	宇佐美コミュニティセンター
10月27日(日)	健康福祉センター
10月29日(火)	八幡野コミュニティセンター

受付時間 8時45分～11時

※各コミュニティセンターの開館時間は8時30分です。
※生涯学習センター荻会館の受付時間は8時45分～10時15分までです。

大腸がん検診容器提出について

容器配付日	提出期限	提出場所
10月20日(日) ～27日(日) 10月29日(火)	11月13日(水)	市役所健康推進課

各種検診の共通事項

- 今年度、春の集団検診や医療機関などで市の肺がん検診や大腸がん検診を受けた人は、同種の検診の申込みはできません。
- 胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診は、医療機関で受けられる個別検診もあります。
- 予約不要の検診は、直接会場へお越しください。
- 学年齢70歳以上の人やその他費用が免除になる人がいます。詳しくはお問い合わせください。

大腸がん検診(予約不要)

対象 30歳以上の市民
内容 問診・便潜血反応検査
費用 500円
受診方法 会場で費用を支払い、検査容器を受け取ります。その後、自宅で2日間便を採り、11月13日(水)までに市役所4階健康推進課に提出してください。結果は後日郵送します。

肝炎ウイルス検診(要予約)

対象 40歳以上の市民のうち肝炎ウイルス検診を受けたことがない人
※ウイルス性の肝炎にかかっている人と定期的な検査や治療を受けている人は受診をご遠慮ください。
内容 問診、血液検査(B型とC型の肝炎ウイルス検査)
費用 500円

肺がん検診(予約不要)

対象 40歳以上の市民
内容 問診、胸部エックス線撮影、喀たん検査(問診の結果により追加されます。)
費用 200円(喀たん検査を一緒に受ける場合は追加で400円)
※妊娠中や妊娠の可能性がある人は受診をご遠慮ください。
※喀たん検査の対象は、50歳以上で、喫煙年数×一日喫煙本数が600を超える人です。

前立腺がん検診(要予約)

対象 50歳以上の男性市民
※1年以内にPSA検査を受けた人は受診をご遠慮ください。
内容 問診、血液検査(PSA検査)
費用 500円

胃がん検診(要予約)

対象 30歳以上の市民
内容 問診、胃部エックス線撮影(バリウムを飲んでエックス線撮影)
費用 600円
※物を飲み込みにくい、むせやすいなどの症状がある人は、バリウムを飲む際に危険があるため、受診をご遠慮ください。
※検診前日の夜10時を過ぎてから検査が終わるまでは、飲食、喫煙をしないでください。ただし、高血圧、精神科の薬は検診日の朝少量の水で飲んで構いません。
※妊娠中や妊娠の可能性がある人、授乳中の人
は受診をご遠慮ください。



行政 Topics

市役所開庁時間：8時30分～17時15分
※土日・祝日は閉庁

i フロンガスの 排出低減にご協力を

9月は「オゾン層保護対策推進月間」です。フロンは強力な温室効果ガスであり、オゾン層を破壊する原因となっています。私たちの地球を紫外線などから守ってくれるオゾン層を保護するため、ノンフロン製品を選ぶ、冷蔵庫やエアコンなどの処分は家電リサイクル法に従って行うなど、フロンガスの排出低減にご協力をお願いします。

問 環境課

☎ 1374



秋の全国交通安全運動

期 間 9月21日(土)～30日(月)

市内では、65歳以上の高齢者が関連する人身交通事故の割合が高くなっています。体調が悪い時、夜や雨の日などの運転を避けるだけでも交通事故防止につながります。運転に不安を感じるようになったら、運転免許証の自主返納を考えてみてください。歩行時は、少し遠回りでも横断歩道を利用して、道路を安全に渡りましょう。

9月16日(月・祝)は敬老の日です。長寿をお祝いするとともに、家族や地域で交通安全について話し合ってみませんか。
スローガン 安全をつなげて 事故ゼロへ



問 危機対策課

☎ 1361



動物愛護週間

期 間 9月20日(金)～26日(木)

動物の飼い主は、動物が健康で快適に暮らせるようにするとともに、社会や近隣に迷惑を及ぼさないようにする責任があります。

守って欲しいこと

- ① 動物の習性などを正しく理解し、最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。
 - ② 人に危害を加えたり、近隣に迷惑を掛けたりすることのないようにしましょう。
 - ③ むやみに繁殖させないようにしましょう。
 - ④ 動物による感染症の知識を持ちましょう。
 - ⑤ 迷子や盗難を防ぐため、迷子札、マイクロチップなどを付け、所有者を明らかにしましょう。
 - ⑥ 散歩の際は必ずリードをつなぎ、フンは持ち帰る、尿は水で洗い流すなどの後始末をしましょう。
- ※犬については、鑑札と注射済票の装着が法律で義務付けられています。

問 環境課

☎ 1374



秋の農作業 安全運動実施中

9月1日から10月31日まで、県内全域で秋の農作業安全運動が行われています。

秋は農作物の収穫期を迎え、農業機械を利用する作業が多くなります。農作業事故の多くが、単純なミスによるものであり、注意することで防げます。基本的な注意事項を確認し、事故の原因を一つ一つ取り除き、農作業事故ゼロを目指しましょう。また、電気柵を設置している場合は、見えやすい場所に危険表示がされているかどうかをもう一度確認しましょう。

チェックポイント

- ・ 農業機械の管理・利用は適切に行いましょう。
- ・ 適度な休息を取りましょう。
- ・ 小型の機械でも十分注意して操作しましょう。
- ・ 農業機械以外にも注意しましょう。



問 産業課

☎ 1733

広 告 欄

伊豆の銘菓・お土産・お中元やお歳暮に



つぐみ福



まるごとみかん大福

ぐららばる公園前 木曜定休
TEL.0557-51-2333

和洋スイーツ つぐみ

相続手続

遺言

成年後見

会社設立

不動産の名義変更



司法書士 山田康太法務事務所

TEL0557-48-7370

お気軽に
ご相談下さい

初回相談無料

司法書士 山田康太 様
伊豆市川原1216番地の30

土日・夜間
も対応
(要予約)



天城霊園
無料送迎バス運行

運行日 9月23日(月・祝)

午前の部

停車場所	行き	帰り
伊東駅 ⑧番ポール	9:40	11:50
西校前	9:45	11:45
宮川	9:50	11:40
荻緑町	10:00	11:30
蛸人形館前	10:05	11:25
南原バス停	10:10	11:20
天城霊園	10:20	11:10

午後の部

停車場所	行き	帰り
伊東駅 ⑧番ポール	13:30	16:20
逆川	13:40	16:10
水無田	13:45	16:05
吉田	13:50	16:00
伊豆高原駅	14:10	15:40
南原バス停	14:20	15:30
天城霊園	14:30	15:20



問 振興公社

☎(37)7135



伊東図書館
読書推進事業

長野ヒデ子(絵本作家)さん、アーサー・ビナード(翻訳家・詩人)さんによる講演会を開催します。

日時 10月12日(土) 13時30分～15時30分

会場 生涯学習センター中央会館

参加費 無料

演題 「絵本と紙芝居のちから」

問 伊東図書館

☎(36)7433



終活セミナー

医療や介護が必要になって、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けることができる地域の仕組みづくりが必要とされています。医療や介護が必要になった場合にどのような生活を送りたいのか、本人及び家族が考え、共に理解し、そのための心構えを持つきっかけづくりをしてみませんか。

定員 先着30人

申込み 各開催日の2週間前

までに、電話で各地域包括支援センターまで。

受付時間 13時30分～14時

開催日	会場	申込先
9月27日(金)	市役所2階中会議室	中央地域包括支援センター ☎52-3003
10月2日(水)	健康福祉センター	伊東地域包括支援センター ☎38-4165
10月23日(水)	伊豆高原十字の園	対島地域包括支援センター ☎55-2872
10月31日(木)	宇佐美コミュニティセンター	宇佐美地域包括支援センター ☎48-0640
11月14日(木)	生涯学習センター荻会館	小室地域包括支援センター ☎38-8801

開催時間 14時～15時30分

問 高齢者福祉課

☎(52)3003



消防フェスタ

色々な体験を通じ、消防や防災について身近に触れることができます。

日時 9月29日(日) 10時～14時

会場 市役所

内容 ちびっこレスキュー体験、消火・煙体験、地震体験、はしご車乗車体験、模擬店など

問 危機対策課

☎(36)3222



第37回ふれあい広場

市民一人一人のふれあいを通して福祉に対する理解を深め、思いやりのある心を育てるためのふれあい広場を開催します。福祉バザーやふれあいイベントなどの催しが盛りだくさんです。

日時 9月29日(日) 10時～14時

会場 健康福祉センター

問 社会福祉協議会

☎(36)5512

社会福祉課

☎(32)1531



第17回 伊東陸上カーニバル

10月は「ふじのくにスポーツ推進月間」

日時 10月20日(日) 9時～

競技開始 ※予備日は10月27日(日)

会場 伊東高校グラウンド

対象 伊豆地区在住又は同地区内に通学・通勤する人

申込み 申込用紙に必要事項を記入し、Eメールで9月13日(金)までに左記へ。申込用紙のデータが必要な人はお問い合わせください。

※市内小・中・高校生は学校で申込みができます。

問 体育協会事務局

☎(48)7145

✉ito-taikyo@silk-plala.or.jp



マチイロ マチを好きになるアプリ

あなたのスマホに「広報いとう」を！



上記 QR コードでアプリをインストールし「お住まいの地域」で「伊東市」を登録！

自衛官を目指そう！

防衛大学校、防衛医科大学校で将来の幹部・医師や看護師を目指しませんか。

防衛大学校は、陸海空幹部自衛官を養成するコースです。防衛医科大学校医学科学生は自衛隊の医科幹部を養成するコースです。同看護学科学生は、保健師・看護師である幹部自衛官を養成するコースです。

※学生手当月額11万3300円支給

応募資格 高等学校を卒業又は卒業見込みの18歳以上21歳未満

受付期間 9月5日(木)～30日(月)

試験日

・防衛大学校(一般前期)

11月9日(土)・10日(日)

・防衛医科大学校医学科

10月26日(土)・27日(日)

・防衛医科大学校看護学科

10月19日(土)

※自衛官候補生も常時募集しています。対象は18歳以上33歳未満です。

問 自衛隊伊東地域事務所

☎(37)9632



ビーチボールバレー！ラケットテニス教室

日時 10月21日(月)、28日(月)、11月5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)の計6回。

19時～20時45分

会場 市民体育センター

対象 市内在住・在勤の人

定員 30人(応募多数時抽選)

参加費 1500円(傷害保険料など)

持ち物 体育館シューズ、タオル、運動のできる服装

申込み 往復ハガキに氏名・年齢・住所・電話番号を記入の上、〒414-0024

和田1-16-1 振興公社

「ビーチボールバレー」ラケットテニス教室係まで。

締切り 9月28日(土)必着

※万が一けがをした場合は応急処置をしますが、その後の責任は負いません。

☎(37)7135

問 振興公社

☎(37)7135



第54回 伊東オレンジビーチマラソン2020 特別協賛伊東園ホテルズ

楽しく走って健康回復!!

開催日 令和2年1月19日(日)
8時30分開会式

参加料 高校生以上…3,000円
小・中学生…1,000円

ファミリー(2人1組)…3,000円

申込み インターネット(スポーツエントリー)

<https://www.sportsentry.ne.jp/event/t/80259>

電話(0570-039-846)※平日10時～17時

コンビニ(ファミリーマート Famiポートのみ)

※いずれも参加料のほかに利用料(手数料)が掛かります。

申込期間 9月14日(土)～11月8日(金)

※各部門定員になり次第締切ります。

10kmの部 定員1,000人	一般男子	39歳以下 40歳～59歳 60歳以上
	一般女子	39歳以下 40歳以上
5kmの部 定員1,000人	一般男子	39歳以下 40歳以上
	一般女子	39歳以下 40歳以上
	中学生男子	
	中学生女子	
	小学生男子(4年生以上) 小学生女子(4年生以上)	
2kmの部 定員700人	小学生(3年生以下)	
	ファミリー	
1kmの部	車いす	

問 生涯学習課 ☎32-1964

広告欄

遺品整理 / 生前整理

別荘・空き家・お住まいの片付け・整理収納

フリーダイヤル



0120-35-9930

遺品整理士・古物商
整理収納アドバイザー
介護環境整理士
終活カウンセラー AFP



かんどうサービス 事業部
www.kando-service.com
本部事務所：伊東市岡1384-43
事業所名メルシャ ☎0557-35-9930

女性のお住まいに
ご好評！

女性スタッフも！

美しい時代へー東急グループ

もしもの備え ほけんであんしん

生命保険も損害保険も

伊豆急コミュニティーに
ご相談ください。

株式会社 伊豆急コミュニティー 保険課

TEL.0120-363-129 www.resort129.com





納税相談会

①市税・国保税のことは…

収納課 ☎32-1291

②後期高齢者医療保険料のことは…

保険年金課 ☎32-1624

休日：①②9月21日(土)

①8時30分～正午

②8時30分～17時

夜間：①9月19日(木)

①17時30分～19時

人口と世帯数

7/31現在 () 前月比

人口 68,773人 (+3)

男 32,461人 (+13)

女 36,312人 (-10)

世帯数 35,467世帯 (+37)

市水道の平日・休日の修理

水道のトラブルは

市水道センター(☎36-2010)へ
(受付時間：8時30分～22時)

水道本管、一般家庭の水道メーターまでの漏水調査と修理手配を行います。

※なお、水道メーター以降(宅内側)の修理及び排水などのトラブルは、直接、水道工事店へ。



今月の献血

8日(日) 伊東ショッピング

プラザ・デュオ

10:00～12:00

13:15～15:30

献血へお越しの際は身分証明書をお持ちください。

☎社会福祉協議会 ☎36-5512

☎高齢者福祉課
(32)1561

99歳(大正8年9月3日～大正9年9月2日生まれ)

2万円

88歳(昭和5年9月3日～昭和6年9月2日生まれ)

1万円

長寿のお祝いのため、平成30年9月1日以前から住民登録がある88歳、99歳の人に長寿祝金を贈呈します。「敬老の日」前後に地域の民生委員・児童委員が自宅へお届けします。

i 長寿祝金の贈呈

i 技能祭2019

☎伊東高等職業訓練校
(37)8916



会場 市役所1階市民ロビー

分々14時30分

日時 9月8日(日) 9時30分

職人による植木の剪定指導、包丁研ぎ(先着100本、1本500円1人2本まで)、工作教室、匠の技の実演、まな板・花台・植木の販売のほか、子どもも楽しめる体験教室などの催しを開催する予定です。

i 全国家計構造調査
にご協力ください

☎庶務課
(32)1232

一人一人の回答が、日本のより良い未来を作ります。調査へのご協力をお願いします。

総務省統計局は10月と11月の2か月間、全国家計構造調査を実施します。
この調査は、皆さんに日々の収入や支出などを回答いただき、国民生活の実態を明らかにするものです。調査結果は、社会保障や福祉政策の検討など、国民生活に身近な様々な政策などに役立てられます。

i 第十回あやうべい

☎振興公社
(37)7135



※出演者は変更になる場合があります。

日時 9月27日(金) 11時開演
会場 観光会館
入場料 1000円(当日券のみ・全席自由・1階席のみ)
出演 玉川太福(二代目玉川福太郎の弟子)、笑福亭希光(笑福亭鶴光の弟子)、三遊亭あら馬(三遊亭とん馬の弟子)

広告欄

地域密着型サービスで、がんばります！

桜井 隆

町の便利屋さん

びより

手伝い日和

スズメバチ駆除します！

- 庭の清掃(剪定、伐採、畑土、駐車場設置)
- 不用品処理・引越し・一般雑用

お見積無料！
保険も完備！

作業中 ☎090-8862-2959 (自宅) ☎0557-51-2392 伊東市富戸439-4

贈り物の専門店

カタログギフト多数取り揃えております

- ・歳暮・中元・結婚・出産
- ・快気・新築・長寿
- ・初節句・七五三・成人
- ・入学・進学・就職 etc...

TB東海バス

真心こめた贈り物 **アピタギフトプラザ伊東**

カタログは無料でお届けします。お気軽にフリーダイヤルへお電話下さい。

伊東市東松原町16-2(東海館前) ☎0120-059-096へ

■営業時間/10:00～18:00 ■定休日/毎週日曜日・12/31～1/3 ■駐車場完備

※駐車場満車の場合は三井のリパーク伊東東松原町もしくは本町パーキングをご利用ください。

※キッズスペース完備(お子様連れでも安心してご来店をお選びいただけます)

令和元年(2019年) 9月(長月)

■観光イベントなどの情報は…
伊東観光協会 ☎37-6105

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 仏滅 二百十日 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日) 伊東市総合防災 訓練	2 大安	3 赤口	4 先勝 伊東マリンタウン シーサイドスズパ 市民カードデー	5 友引	6 先負	7 仏滅
8 大安 白露 技能祭	9 赤口	10 先勝 ここからマーケット	11 友引 伊東マリンタウン シーサイドスズパ 市民カードデー	12 先負	13 仏滅	14 大安
15 赤口 八幡野秋まつり (~16)	16 先勝 敬老の日	17 友引	18 先負 伊東マリンタウン シーサイドスズパ 市民カードデー	19 仏滅	20 大安 彼岸 広報いとう10月号 配布予定日 お座敷文化大学 秋期開講(~12/8 の金・土・日曜日)	21 赤口
22 先勝 伊東市議会議員 選挙 伊東温泉浴衣町祭	23 友引 秋分 秋分の日	24 先負	25 仏滅 伊東マリンタウン シーサイドスズパ 市民カードデー	26 大安 伊東マリンタウン シーサイドスズパ 市民カードデー	27 赤口 伊東市芸術祭展示 部門(~29)	28 先勝
29 先負 消防フェスタ ふれあい広場	30 仏滅	9月の納税——納期限は9月30日(月) 国民健康保険税 3期 納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。 ☎収納課 ☎32-1291				

伊東温泉競輪開催日

☎公営競技事務所 ☎37-4260

本 場 ■F I ナイター♡ (ガールズ競輪を含む。) 3~5
場 外 ■富山記念 8/29~1 ■大宮F I 2~4 ■青森記念 5~8 ■福井F I 9~11
■平塚F I ナイター 9~11 ■共同通信社杯G II (松阪) 13~16 ■小田原F I 17~19
■名古屋F I 17~19 ■岐阜記念 21~24 ■京都向日町記念 26~29 ■小田原F I 29~10/1



急病になったら…

■夜間(午後7時~午後11時)は 夜間救急医療センターへ ☎37-2510
■深夜(午後11時~午前8時)は 伊東市民病院へ ☎37-2626
■休日(午前9時~午後5時)は 各当番医へ *緊急の場合は ☎119へ

日・曜日	内 科	外 科	小児科
休日(日曜・祝日) 当番医			
1(日)	高野医院 ☎38-2111	立花胃腸科外科 ☎45-4811	高野医院 ☎38-2111
8(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
15(日)	佐藤病院 ☎37-2226	木村整形外科クリニック ☎32-0600	
16(月)	横山医院 ☎35-0431	伊豆高原メディカルたかやなぎ整形外科 ☎55-3322	
22(日)	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707	許田医院 ☎37-5071	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707
23(月)	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000
29(日)	おおたか内科クリニック ☎32-3810	大川胃腸科外科 ☎36-9559	

■当番医の予定は変更となる場合がありますので、最新の情報はナビダイヤル ☎0570-064307 か市ホームページでご確認ください。
■夜間救急医療センターは、伊東市医師会に診療業務をお願いしています。
■休日当番医は、伊東市医師会の協力により運営しています。

相談案内

\\ そうだ! 市民サービスセンターに相談しよう //

会場…市役所2階市民サービスセンター

☎市民サービスセンター ☎52-3002(予約)

■法律相談 *要電話予約8人 予約開始9月2日(月)~	
5日(木)	8時45分~11時30分/高橋省吾 弁護士
10日(火)	8時45分~11時30分/瀬野俊之 弁護士
17日(火)	8時45分~11時30分/東端克博 弁護士
26日(木)	8時45分~11時30分/高山 功 弁護士
■税務相談 *先着6人	
11日(水)	13時~15時/村木利明 税理士
■登記の相談 *先着6人	
6日(金)	10時~正午/兼行邦夫 司法書士
■交通事故相談 *要電話予約4人	
3日(火)	10時~15時/県交通事故相談員
17日(火)	13時~15時30分/尾沢勇紀 弁護士
■人権相談	
5日(木)	13時~15時/堀川珠代・丸井重孝 人権擁護委員

■行政相談	
19日(木)	13時~15時/山木勇一・鈴木とも子 行政相談委員
■行政手続と表示登記の相談	
(農地利用関係・建設業許可・表示登記・土地測量・隣地境界)	
11日(水)	10時~正午/行政書士・土地家屋調査士
■警察の出張相談	
*今月はありません	
■市民不動産相談	
*今月はありません	
■消費生活相談 *祝日除く	
毎週月曜日、4日(水)・18日(水)・24日(火) 13時~16時/消費生活相談員	
■市民相談 *祝日除く	
月~金曜日 8時30分~正午・13時~17時15分/市相談担当	
※都合により、相談員が変更となる場合があります。	

\\ ほかにも相談いろいろあります //

相談日が祝日の場合はお休みです。

相談内容・日時	会 場	問い合わせ
■教育相談		
月～金曜日 9時～16時30分	市役所5階509号室	教育相談室 ☎37-7476
■家庭児童相談 *電話予約可		
月～金曜日 9時30分～16時	健康福祉センター	家庭児童相談室 ☎37-9667(9時30分～16時) 子育て支援課 ☎32-1581
■女性相談 *月金は女性相談員		
月～金曜日 9時～16時	市役所1階社会福祉課	社会福祉課 ☎32-1537
■あんしん法律相談 *要電話予約		
第2、第4火曜日 13時30分～16時30分	健康福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
■心配ごと相談		
毎週水曜日 13時30分～16時	健康福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
■メンタル相談 *要電話予約		
18日(水) 13時30分～14時30分・14時45分～15時45分	市役所4階健康推進課	健康推進課 ☎32-1584
■出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
11日(水) 10時～14時30分／杉村労務管理事務所	市役所5階小会議室	その他、厚生年金等の請求やご不明な点は、 ねんきんダイヤルへ ☎0570-05-1165
25日(水) 10時～14時30分／三島年金事務所	市役所5階中会議室	
■補聴器の相談会		
6日(金) 14時～15時30分	観光会館第4会議室	社会福祉課 ☎32-1533
18日(水) 10時～15時	玖須美温泉会館	
19日(木) 10時～15時	八幡野コミュニティセンター	
■身体障がい福祉相談会 *要電話予約		
2日(月) 13時30分～15時30分	社会福祉課相談室	なかいずりハ ☎0558-83-2195
■知的障がい福祉相談会 *要電話予約		
毎週火曜日 9時30分～正午	社会福祉課相談室	いぶき ☎45-6013
■精神障がい福祉相談会 *要電話予約		
11日(水) 10時～16時	健康福祉センター	サポートセンターいとう ☎82-5680
■くらし相談センター「こころ」 仕事や生活、家計の悩みを抱え、生活に困っている人はご相談ください。		
月～金曜日 8時30分～17時15分	社会福祉課	社会福祉課 ☎36-1190

イベント告知

《第9回 大人のための語りの会》



主催 生涯学習課
協力 伊東語りの勉強会 凛
上原佐恵子
日時 9月8日(日)
13時15分～15時30分(開
場13時)
会場 生涯学習センターひぐらし
会館
入場 無料(中学生以上対象・申込
不要)
連絡先 生涯学習センター中央会館
上原 ☎36-5411
内容 昔話・文学作品・エッセイな
ど耳で聞くお話の世界へようこそ。
心地よい秋のひとときをゆったり
お過ごしください。

イベント告知

《秋のひぐらし寄席》

毎年恒例の秋のひぐらし寄席を今
年も開催します。

秋の夜長に楽しいひとときを過ご
してみませんか？

日時 10月8日(火)18時45分

開演

会場 生涯学習センターひぐらし

会館

出演 入船亭扇遊 (落語)

伊藤夢葉 (奇術)

入船亭扇ぼう (落語)

木戸銭 1,000円 ※入場券は9月
2日(月)から販売します。

入場券取扱所 生涯学習課(市役所5
階)、生涯学習センター中央会館・
ひぐらし会館、市内各出張所

問い合わせ 生涯学習課

☎32-1962



新規会員募集

《ワールドダンス マンダリン》



代表者・連絡先 松上和美

☎080-3837-6613

活動場所 健康福祉センター

活動日時 毎週月曜日 13時30分～
16時

会費 毎回300円

内容 世界の踊り(フォークダン
ス)を楽しく踊るサークルです。現
在40代から80代まで幅広い年代で
楽しんでいます。丁寧にお伝えしま
すのでダンス経験のない人もどう
ぞ気楽にご参加ください。見学は無
料です。

としょかんだより

伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『野山の鳴く虫図鑑』
瀬長 剛／ 偕成社

黄昏時に、どこからともなく聞こえてくる虫の音。
声はすれども姿は見えず。いったいどこで、どん
な虫が奏でる音色なのか……。まるで草むらに
迷い込んだような美しい細密画で紹介します。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	空と湖水	植松 三十里
2	化物蠟燭	木内 昇
3	希望の糸	東野 圭吾
4	カザアナ	森 絵都
5	自由思考	中村 文則
6	旅ドロップ	江國 香織
7	カルカッタの殺人	アビール・ムカジー
8	火 あやかし	飯野 和好

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかんinformation

■図書館おはなし会について

毎週土曜日10時30分から11時まで伊東図書館こども閲覧室
で楽しいおはなしや紙芝居などを行っています。ぜひ、お越し
ください。

■今月の休館日

毎週月曜日



とびっきり！

PHOTO

7月 ▶ 8月



7.13 SAT

和田の湯献上

伊東温泉の「和田の湯」を江戸幕府に献上した史実に基づき、源泉240リットルをヨット3隻に積んで、中央区佃島の住吉神社と、渋谷区の東郷神社に献上しました。



7.24 WED

モザイクアート

伊東商業高等学校1年生123人が制作したモザイクアートを市役所市民ロビーに掲出しました。伊豆市で開催される東京2020大会の自転車競技や、ボッチャ競技を題材としています。



7.20 SAT

伊東 海の安全祈願祭

オレンジビーチで海の安全祈願祭が執り行われました。海水浴シーズンの無事故と盛況を祈願した後、海上アスレチックの「ウォーターパーク」がオープンしました。



7.31 WED ▶ 8.1 THU

宇佐美夏まつり

宇佐美駅前通りは歩行者天国となり、宇佐美コミュニティセンター前中央広場を中心に多数の模擬店が軒を連ねました。8月1日に行われた海上花火大会で盛り上がりは最高潮に達しました。



9月10日は下水道の日

下水道 見えないしごとに 金メダル

●なぜ9月10日が下水道の日なの？

昭和36年、著しく普及が遅れている日本の下水道（普及率6%）を全国的に普及させるため、「全国下水道促進デー」として始まりました。

9月10日と定められた理由は、元来の下水道の役割の一つである「雨水の排除」を念頭に、昔から台風による出水の被害は立春の日から数えて220日である9月10日前後に集中すると言われているためです。

●下水道への接続のお願い

単独処理浄化槽では、トイレの汚水は処理されて排水されますが、台所・浴室・洗濯の生活雑排水がそのまま側溝や河川へ放流されるため、悪臭や害虫による生活環境悪化の原因となります。

下水道へ接続できる地域にお住まいで未接続の世帯は、身近な川や海の水質保全、快適な生活環境の確保、魅力ある観光地としての自然環境を将来に引き継ぐため、早期の接続をお願いします。

●市の下水道整備状況

平成31年3月現在、本市の下水道整備済面積は592.9ha（東京ドーム約126個分）であり、計画に対する整備率は68.6%となっています。

●下水道課へのお問い合わせ

☛下水道への接続、浄化槽設置の補助

経理係 ☎32-1821

☛下水道工事や下水道施設

施設建設係 ☎32-1823

『下水道の日』イベント開催！

日程 9月2日(月)～6日(金)

会場 市役所1階市民ロビー

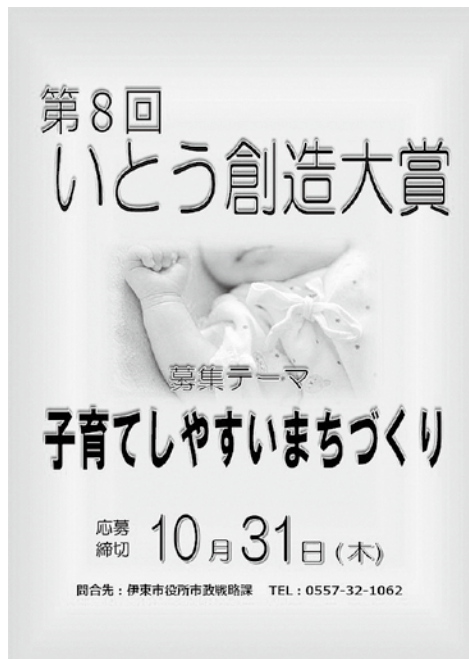
内容 下水道の役割や下水処理場の仕組みがわかるパネルを掲示します。



令和元年10月1日から、消費税率が10%に引き上げられた場合には、10月使用分以降の上下水道料金も新税率を適用することになります。

第8回 いとう創造大賞

伊東を元気にしたい!! と考える
市民活動団体やNPO法人などの皆さんへ



募集要領と応募書類はこちらのQRコードからダウンロードが可能です。

第8回いとう創造大賞では、提案者自らが主体的に企画及び実施する市民活動事業を募集し、審査を通じて採択された1件の企画案に対し、翌年度に補助金を交付します。

申込みに当たっては各出張所、連絡所、コミュニティセンター、生涯学習センター、図書館に配架された募集要領と応募書類をご確認ください。

⑩伊東市議会における令和2年度予算の成立が前提となるため、現時点で補助金の交付を約束するものではありません。

◆ 募集概要 ◆

【テーマ】 子育てしやすいまちづくり

【応募資格】 公益的な目的をもって、自主的に活動している市民活動団体やNPO法人など

【応募締切】 10月31日(木)まで

【応募書類】 募集要領に定められた事業提案書、事業計画書及び収支予算書など

【応募方法】 応募書類に必要事項を記載の上、市政戦略課宛てに郵送、持参又はEメールにより提出してください。

⑩市政戦略課 ☎32-1062

✉senryaku@city.ito.shizuoka.jp

伊東市表彰式

～有功者表彰～

8月10日の市制施行記念日に伊東市表彰式を開催し、市の発展に寄与された皆さんを有功者として、表彰しました。

☎市政戦略課 ☎32-1173

有功者



伊藤 賢二氏

長年にわたり農業委員会会長・委員を務め、本市農業の振興発展に貢献



山本 彰氏

長年にわたり行政相談委員を務め、民生の安定に尽力されるとともに、保護司として、社会福祉の増進に貢献

マンホール蓋の歴代デザイン

マンホール蓋のデザインで、下水道管の整備時期を知ることができます。



昭和30年代



昭和40年代



昭和50年代



昭和60年～



平成10年～

20年ぶりの新デザイン
本市は下水道管やマンホールの維持管理をしやすいうように、マンホール蓋のデザインを10年～20年を目途に変えています。平成10年から使用しているタライ乗り競走に代わる20年ぶりの新デザイン「東海館と浴衣」のマンホール蓋を作製しました。下水道が整備されている街中の観光名所「東海館」とHIKARI to YUKATAに

わい演出事業に沿う「浴衣」をテーマとしたものです。
新デザインの蓋（無色）は、これから市内各所の下水道管の新設時や老朽化した蓋の交換に使用していきます。
カラーマンホール蓋を設置
東海館と浴衣、タライ乗り競走、城ヶ崎海岸のカラマンホール蓋を東海館前の松川通りに設置しました。伊東温泉のPRとなる新たなスポットをぜひご覧ください。

新デザイン



マンホール蓋が
できました

☎下水道課 ☎32-1821

イベントの予定は
公式HPをチェック！



<https://iop-dc.com/>

所 伊東市富戸841-1
☎ 0557-51-1129



支配人の加藤さん



美しい青の世界



磯プール・
あじのつかみ取り

ゼッタイに「美味しい魚」がここにある！

地魚通信

24



伊豆・いとう地魚王国
加盟店を紹介します！

伊豆海洋公園 ダイビングセンター

御存じですか？ 伊東の海にはたくさんダイビングスポットがあり、海外からもダイビングを目的に多くの観光客が訪れる全国でも有数のダイビングエリアです。

海洋公園も多くのダイビングのお客様を迎えています。また、毎年夏に行われるイベント「磯プール・あじのつかみ取り」は子どもたちに大好評です。

海洋公園といえば「夏・ダイビング」というイメージがあるため、秋へ向かうこの時期に「海洋公園って何をやってるの？」と思う人もいるかもしれません。海洋公園ではダイビングのオフシーズンには「餅つき大会」や「スイーツ祭り」などの楽しいイベントを開催しています。支配人も、「季節に関係なく、色々なイベントを開催していますので、多くの皆さんに知っていただき、海洋公園で楽しんでもらいたい。」とのこと。イベントをチェックして、出かけてみてはいかがでしょうか。

今月の健康レシピ「かぼちゃのアーモンド揚げ」

学校給食シリーズ47 (宇佐美小学校共同調理場)



●材料 (2人分)

かぼちゃ……………150g
アーモンドスライス ……15g
揚げ油……………適量
【材料A】
塩……………小さじ1/2
片栗粉 …… 大さじ1と1/2
小麦粉 …… 大さじ1と1/2
水 …… 大さじ1と1/2

●作り方

- ①かぼちゃは厚さ1cmくらいのいちょう切りにする。
 - ②材料Aを合わせ、①を入れて混ぜる。
 - ③フライパンに油を入れて熱し、②のかぼちゃにアーモンドをまぶし、軽く押さえて油で揚げる。
 - ④衣がかりっとしたら出来上がり。
- ※かぼちゃを大きめに切った場合は、電子レンジで加熱しておくとうまく揚げられます。

●栄養価 (1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	塩 分
142kcal	2.8g	8.6g	30mg	1.3g

アイドル登場

ブランコ大好き！
毎日元気にとびまわってます♪



はると
陽翔くん (2歳)

みんなの声

意見箱、市長への手紙などで寄せられる皆さんの声を紹介します。



県道伊東修善寺
線と旧国道135
号との交差点から、国道
135号バイパスを結び
道路の拡幅は必要なの
でしょうか。



都市計画道路伊東大仁線は現在、市が整備を進めています。国道135号バイパスは昭和62年7月に供用開始され、市街地の主要な交通の流れが旧国道からバイパスに移行したことから、市街地とバイパスとを結び市街地の活性化や避難路の確保のため事業を行っています。

本事業は平成27年度から着手し、関係者の皆様のご理解やご協力をいただきながら進めています。今後も市街地の活性化や避難路の確保のため事業を推進していきます。

※市役所からのお知らせや緊急情報はケーブルテレビCVAとFMなぎさステーション76.3MHzで放送しています。