

特集

地域の医療を守る 伊東市医師会

～連携・協調・協働による在宅医療～



感染症対策を実施した上で
マスクを外して撮影しています。



市公式
メルマガ



市公式
X(旧Twitter)



市公式
Facebook



市公式
LINE

- 特集 地域の医療を守る 伊東市医師会 …… 2P
- 秋季全国火災予防運動 …… 19P

地域の医療を守る 伊東市医師会

Medical Association

第40代伊東市医師会会長

山本 佳洋 医師

表紙の写真



伊東市医師会役員の方皆さん

No.	役職	氏名	医療機関名
①	会長	山本 佳洋	山本医院
②	副会長	岡田 典之	伊東ヘルスサポートクリニック
③	業務執行理事	村上 吉男	むらかみ小児科クリニック
④	業務執行理事	許田 和義	許田医院
⑤	理事	巾 尊宣	メディカルはば伊豆高原
⑥	理事	中島 進	伊東市民病院
⑦	理事	川合 耕治	伊東市民病院管理者
⑧	監事	立花 正史	たちばなメディカルクリニック
⑨	監事	川口 実	伊豆高原ゆうゆうの里診療所
⑩	理事	中村 勝運	なかむら内科・消化器内科クリニック
⑪	理事	大川 哲弥	大川胃腸科外科
⑫	副議長	横山 良望	横山医院
⑬	議長	篠原 義賢	伊東市民病院
⑭	理事	福岡 明久	伊豆高原クリニック
	理事	高野 俊史	高野医院
	理事	上山 和也	上山レディースクリニック
	理事	大高 正行	おおたか内科クリニック
	理事	高柳 伸之	伊豆高原メディカルたかなぎ整形外科
	理事	横山 健	横山医院

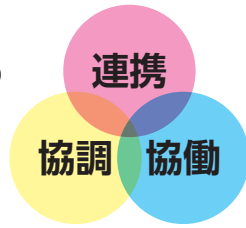


☎ (一社) 伊東市医師会事務局
住所：大原1丁目6-20
☎37-8925

伊 東市医師会では、さまざまな事業を通じて地域住民が病気になる際にも安心な医療が受けられるよう、また、地域住民が常に健康管理を行えるよう、「連携・協調・協働」の下、伊東市の医療体制を整えています。今回は、高齢者が安心して地域で暮らせるよう医師会が進めている在宅医療への取組を紹介します。

会員数 **63**人
39医療機関

連携・協調・協働による 在宅医療



在宅医療とは？

在宅医療とは、自宅で医療介護を受けられるもので、昔でいう「往診」です。現代の在宅医療は、医師の診察治療だけでなく、看護師や訪問ヘルパーたちも参加し、身の回りのお世話などの介護保険制度と一緒に受けることにより、医療と介護の包括的なサービスを提供します。

在宅医療が必要な理由とは？

その理由は、少子高齢化による国の社会保障費の削減が挙げられます。医療費は年間50兆円以上もかかっていますので、少しでも健康で、できるだけ入院を避けて自宅で過ごしてもらふ必要があります。熱海伊東医療圏を含め、日本中

の地域において入院病床の配分が検討されています。例えば、図1のように、病床機能分化といった病床再編が行われ、心筋梗塞などの命に係わる重篤な疾患の患者は高度急性期病床（熱海伊東医療圏では順天堂大学医学部附属静岡病院）を、直ちに命には危険はないが、骨折したり、脳梗塞で倒れたり、肺炎になったり、急に体調を崩して入院が必要になった患者は急性期病床（熱海伊東医療圏では伊東市民病院や国際医療福祉大学熱海病院）を利用することになります。最近では、体調が良くなるとすぐに退院を勧められ、脳梗塞や大腿骨骨折後に2週間もすると病院が変わる経験をした人もいます。この病床の役割分担では、急性期医療が必要なくなった安定期に入ると、回復



Ito Me

期病床や慢性期病床といった、医療よりリハビリ治療や病気の療養に特化した病院（療養型病院）に移る必要がありますが、これらの病床数が徐々に減少している現状があります。

そのため、医療の必要性が低減すると退院し、在宅で療養及び介護を受けることとなります。令和7年には在宅医療を受けられる患者の数が現在の1.5倍に増える予想されています。

ほぼ在宅 ときどき入院

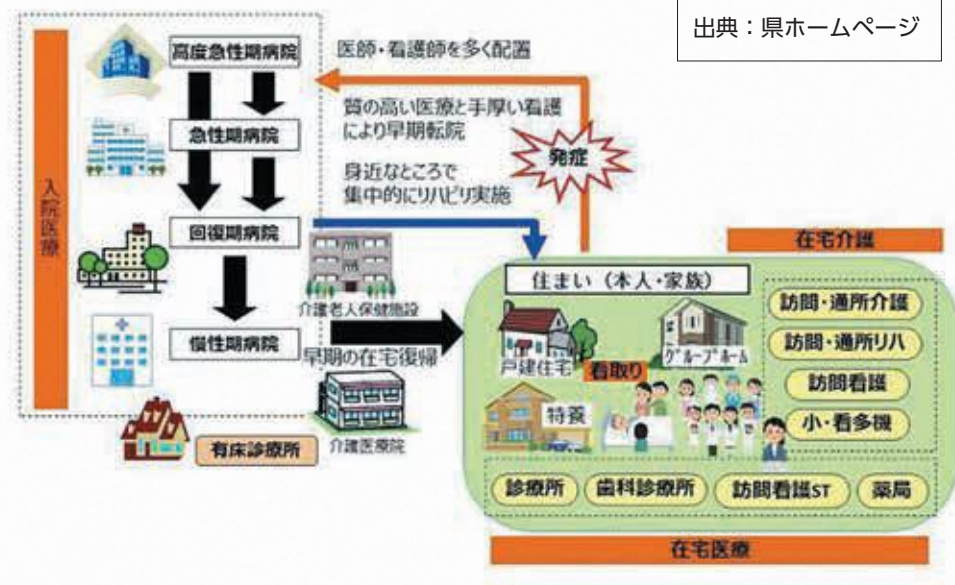


図1：病床機能分化
出典：県ホームページ

在宅医療を実現するためには？

高齢者の場合、全身が衰弱するフレイル（フレイルについては、7Pで詳しく説明しています。）や認知症の進行により、必要な医療の度合いが減少し、介護の必要度が増加します。老化に伴って、病気を「治す」という医療より、介護や身の回りの「お世話」が求められる状況が増え、特に入院医療の必要性が低下します。

図2のように、年齢とともに体の機能が低下し、フレイルが進行します。体の機能を若い頃のレベルに戻すことはできません。徐々にフレイルが進行すれば、医療の必要性よりも入浴やトイレなど身の回りの世話が必要となります。最後は、患者の意思に従い、尊厳のある穏やかな死を迎えられるように医療介護が連携し対応することが重要です。

在宅医療の実現には、医師や看護師などの医療関係者と、ケアマネジャーや介護ヘルパーなどの介護関係者の連携が必要です。かかりつけ医が

医療介護の連携を図り患者の住み慣れた我が家で、医療介護を受けられるようにします。特に、体調が悪くなり入院した後、退院する際には、多職種が参加して患者の情報を共有し、切れ目のない医療と介護が行われるよう、現在ではICT（情報通信技術）を使用して情報の共有を行っています。

伊東市の現状

「ときどき入院 ほぼ在宅」という在宅医療の実現のために、「シズケア*かけはし」というICTツールを用いた医療介護の連携が行われています。これは、県医師会が開発した在宅医療介護連携推進のICTプログラムで、医師、看護師、薬剤師などの医療従事者を始め、ケアマネジャー、地域包括支援センターなどの介護事業所など、医療や介護に携わる多職種が患者の情報を共有するためのものです。

市内での利用率がトップクラスとなっています。医療機関、伊東市民病院はもちろんのこと、かかりつけ機能を有する診療所や訪問看護ステーション、地域包括支援センターなど、合計92施設がこのシステムに参加しています。登録患者数は671人に達し（令和5年3月末現在）、個人情報保護の同意を得た上で、皆さんの医療情報、介護に必要な日常生活の様子、家族構成などの情報を共有することで、より安心して在宅生活を過ごせるよう努めています。

このシステムを導入を積極的に推奨し、その結果、県



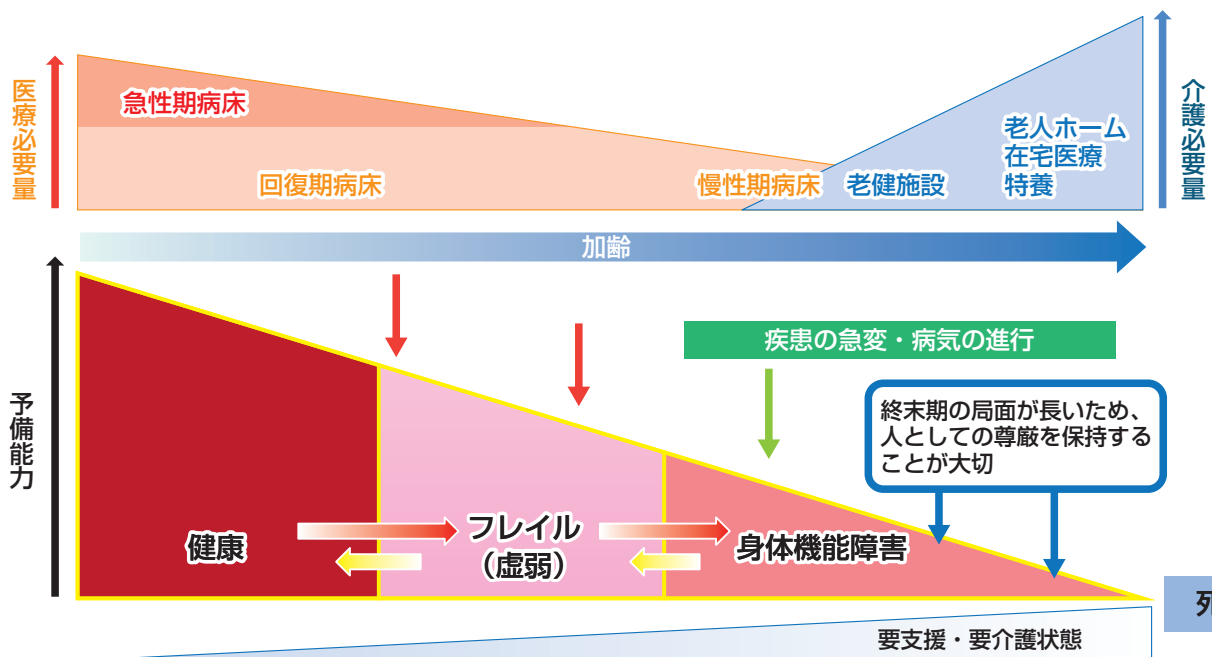
シズケア*かけはしの詳細は市ホームページから

在宅医療支援診療所

伊東市医師会は、各地区に在宅医療の中心となる、かかりつけ機能を有し、24時間365日の在宅医療を推進する在宅医療支援診療所を配置しています。

- 宇佐美：山本医院
- 市街地：はあとふる内科・泌尿器科 川奈、横山医院
- 伊豆高原・八幡野：伊豆高原クリニック、はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原、メディカルは伊豆高原

図2：介護予防での医療と介護の必要量変化



伊東市医師会 × 伊東市民病院



在宅療養 後方支援病院



健康推進課
☎32-1631

在宅療養後方支援病院とは、自宅や施設で在宅医療を受けている患者の急変時に、24時間いつでも救急診療・入院診療ができる体制を整えることで、在宅医療支援診療所からの要請に応える役割を担う医療機関のことです。

伊東市民病院は在宅療養後方支援病院として伊東市医師会と協働し、在宅医療を受けている患者や家族が安心して自宅で過ごせるよう支援を行っています。在宅医療を実施している診療所から患者（緊急時に伊東市民病院での治療を希望されている患者）についてあらかじめ登録をしていただき、定期的な情報交換を行う中で、もしもの緊急時には、24時間いつでも迅速に対応する体制を整えています。また、入院が必要となった場合は、入院治療を行い、「ときどき入院 ほぼ在宅」として在宅医療の実現に向け取り組んでいます。



11月14日は 世界糖尿病デー



健康推進課
☎32-1630

平成29年（令和3年）の集計では、市で糖尿病で亡くなる人が、男性では1・13倍、女性では1・07倍、県より多く、糖尿病の予防が重要となっています。

糖尿病は、初期の頃から動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳梗塞を発症させる要因となります。日本人は太っていても糖尿病になりやすいため、体型だけでは糖尿病のリスクは分かりません。毎年血糖値の検査を受けて、糖尿病とその合併症を予防しましょう。

市の特定健診、後期高齢者健診、39歳以下健診で行う血糖値の検査項目と基準値	
血糖	空腹時 100mg/dl未満 随時（食後） 140mg/dl未満
HbA1c	5.6%未満

糖尿病の予防には
早歩きが効果的です。

これまで、運動量の目安として歩数が用いられてきましたが、普段の歩行に早歩きを入れると、より糖尿病の予防効果を高めることができます。の研究があります。

早歩き時間の目安

早歩き時間	予防できる病気
7.5分間	要介護、認知症、心疾患、脳卒中
15分間	がん、骨折
20分間	糖尿病、高血圧症、脂質異常症

出典：東京都健康長寿医療センター研究所 青柳博士
※関節痛やその他の病気がある場合は、医師の指示に従って運動してください。
※時間を分けて歩いて効果があります。

なかなか歩く時間がない人は、まずは普段より1000歩（約10分間の歩行）増やすことから始めてみましょう。また、市では、糖尿病の予防についての健康講座を開催します。ぜひご参加ください。

健康講座 「どうする?!高血糖」

対象 糖尿病の治療をしていない人
講師 おおたか内科クリニック 大高正行医師
ひかり薬局 日吉一彰薬剤師
日時 11月23日(木)祝
13時30分～15時30分
場所 市役所8階大会議室
申込み 11月15日(水)までに、電話で健康推進課へ。

広告欄

社会福祉法人 春栄会

ケアセンターうばめ儲伊東

見て・くらべて・試して・選べるショールーム

フランスベッド・リハテック・ファイテン等の商品を多数取り揃えております

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

年中無休(9時～17時30分まで)
伊東市八幡野1105-3 **TEL 55-1311**

住宅型有料老人ホーム

コルテシア

デイサービス フルーツ佐美 併設

コルテシア [CORTESIA] とはイタリア語で「礼儀・礼節」
～安全で自分らしい暮らしをお手助けさせていただきます～

伊豆介護センター

随時見学受付中!! ☎48-6565

http://www.izukaigo.com 伊東市宇佐美2350-1

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

「自身の「もっこ」のときについて考えたことはありますか

「ACCP」という言葉を聞いたことはありますか？ A

CP (Advance Care Planning) とは、将来の変化に備えて将来の医療やケアについて、本人を主体にその家族や近い人、医療介護チームが繰り返し話し合い、本人による意思決定を支援する取組のことを指します。これは「人生会議」とも呼ばれます。

市では、皆さんがACPや在宅医療と介護について知る機会を提供するため、毎年医師会と歯科医師会と共同でシンポジウムを開催しています。今年は、県内在住の訪問看護師で漫画家でもある広田奈都美氏をお招きし、イラストを用いて分かりやすく紹介していただきました。また、市内の在宅医療と介護を支える専門職の皆さんも登壇して、市民の皆さんに寄り添う熱い思いについて語っていただきました。今年度開催したシンポジウムは、以下の日程でCVA番組内で放送します。ぜひ

ご覧ください。左記の二次元バーコードからも視聴可能です。

CVA放送日 1部（講演）

と2部（シンポジウム）に分けて、各2回放送します。

- 11月8日(水) 11時～正午、第1部
- 11月9日(木) 11時～正午、第2部
- 11月15日(水) 15時～16時、第1部
- 11月16日(木) 15時～16時、第2部
- 11月22日(水) 15時～16時、第1部
- 11月22日(水) 15時～16時、第2部



講演とシンポジウムはこちらから



シンポジウム当日に登壇した専門職の皆さんからのメッセージ



もしものときに慌てないために、かかりつけ医を持ちましょう。かかりつけ医は普段の健康相談から、病気の初期医療を行います。在宅医療が必要になった際は多職種と連携して、自分らしい生活が送れるように支援します。お気軽にご相談ください。

医師会代表：横山医院 横山健



訪問看護師は、病気や障がいがあっても年齢に関係なく、その人がその人らしく、住み慣れた家で過ごせるようお手伝いさせていただくこと、また、お医者さんやケアマネジャーさん、その他さまざまな多職種やご本人とご家族のメッセンジャー的役割も担うことができますので、心配なことなどぜひご相談ください。

訪問看護師代表：訪問看護ステーションはな 岡野寿乃



人生の最終段階では、食べられなくなるのが現実です。歯科医として「なんとか最後まで口から食べてほしい」、「できる限りその支援をしたい」という思いでいっぱいです。一方、口から食べられなくなったら歯科の役割が終わりではなく、誤嚥性肺炎などの予防のために口腔内を最後まで管理する必要があります。訪問歯科診療は緩和ケアの一部です。

歯科医師会代表：下村歯科医院 下村俊宏



ケアマネジャーとして介護保険制度を支える中心的役割を果たし、医療をはじめ多職種と連携し皆さんの生活を支援させていただきます。

ケアマネジャー代表：伊豆高原十字の園 太田千子

引き続き、市では、医師会、歯科医師会、地域の医療・介護の関係機関などと連携し、市民の皆さんが最も大切にしていることに基づいて意思決定ができるよう、チームとして支援する体制の整備に努めます。また、市役所、各出張所、医療機関、地域包括支援センターなどに配架している「伊東市医療・介護マップ」には、診療所、歯科診療所、介護事業所などの情報をまとめており、「かかりつけ医」を見つけた一助にもなりますのでぜひご活用ください。なお、12月から内容を更新したものを配布予定です。



伊東市医療・介護マップは市ホームページからご覧になれます

☎ 高齢者福祉課
(32) 1561・0781

40代～50代でもフレイル(虚弱)ってホント？



皆さんは「フレイル」という言葉を聞いたことはありませんか。日本語で「虚弱」ともいい、加齢により心身が衰えてくる状態を指します。加齢による心身の衰えと聞くと、高齢者の問題と捉えてしまいそうですが、40代や50代でも増加傾向にあり、フレイル予備群であるプレフレイルには40代では4割、50代では5割を超える人が当てはまることが日本生活習慣病予防協会の調査により分かっています。働き盛りの世代でも増えているフレイルについて詳しく紹介します。

一般的に左記のような5つの項目のうち、3つ以上該当するとフレイルに、1～2つではプレフレイルに当てはまります。

フレイルを放置してしまうと、将来的に寝たきり状態になり介護が必要になる可能性が高まります。しかし、フレイルになったとしても、適切な対策を取ると元の健康な状態に戻ることができるという特徴があります。では、フレイルはどのように発見して、対策を取っていけばよいのでしょうか。

意図せず
体重が減る

運動習慣が
ない

筋力低下

歩行速度
低下

疲れやすい



【フレイルの診断基準】

J-CHS基準を参考に作成

健康診査でフレイルを予防!?

フレイルを引き起こす大きな要因は「生活習慣病による疾病」と「老化」です。

市では、40歳以上の国保加入者を対象に特定健康診査を実施しています。この特定健康診査は生活習慣病を予防するための健診ですので、毎年の受診が重要となります。75歳以上の人には、フレイルに着目した後期高齢者健康診査を実施していますので、より詳しくフレイルの評価をすることができます。また、個別相談会を開催し、保健師や栄養士、看護師などの専門職がフレイルや生活習慣病の予防に必要な、無理なく実践できる効果的なアドバイスをしています。個別相談会は完全予約制で、左記の日程で開催していますので、お電話でご予約ください。ご都合が合わない場合も他の日程をご案内できることがありますので、まずはお気軽にお問い合わせください。ご本人だけでなく、ご家族の健康相談も受け付けています。

健康推進課 ☎ 52-3051

完全予約制 個別相談会日程

会場	実施日	
	11月	12月
生涯学習センター ひぐらし会館	16日(木) 28日(火)	7日(木)
八幡野 コミュニティセンター	12日(日)	22日(金)
生涯学習センター 荻会館		13日(水)
富戸 コミュニティセンター	10日(金)	
市役所	24日(金)	11日(月)

歯つぴー 噛む噛む教室

口は健康の入口です。歯がキレイになると笑顔が増えます。教室では、口の体操や歯みがき実習(自分の歯・入れ歯)を行います。

対象 市民
日時 12月14日(木) 10時～11時30分
会場 健康福祉センター
定員 先着15人
費用 無料

内容 歯周病予防の話、歯・入れ歯の手入れ方法、口の体操、噛むといいこと(認知症予防に効果あり)の話
申込み 電話で左記へ。



健康推進課
☎ (52) 3005

終了間近！

健康推進課 ☎ 52-3005

【健康投資 いざ参ろうぞ がん検診】

定期的にがん検診を受けることをお勧めします。近年、日本人の2人に1人は「がん」になり、3人に1人は「がん」で亡くなっています。「がん」は、不調を感じた頃にはかなり進んでいることがあります。しかし、早期発見・早期治療を行えば多くの場合、治る病気でもあります。

まだ受診されていない人は、是非ともこの機会にご利用ください。また、10月から伊東市民病院で乳がん検診が受けられるようになりました。詳しくは市ホームページをご覧ください。

各がん検診共通事項

期 間

12月22日(金)まで

実施場所 市内協力医療機関

申込み 直接医療機関へお問い合わせください。

その他 伊東市民病院でも令和6年3月8日(金)まで市のがん検診を実施しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。70歳以上の人や非課税世帯の人など一部費用が無料になる場合があります。がん検診についてのお問い合わせは、電話で健康推進課までお願いします。



市ホームページ「各がん検診等について」はこちらから

1

日本人の
2人に1人はがんになり、
3人に1人はがんで亡くなっています。

1

2

この機会にがん検診をご利用ください。
がんは、早期発見・早期治療を行えば、
多くの場合治る病気といわれています。

3

静岡県立静岡がんセンター 出張がんよろず相談

医師、看護師、ソーシャルワーカーなどが、市民の患者・家族からのがんに関する疑問や不安、悩みについて相談に応じます。

日 時 12月22日(金) 13時～16時
場 所 市役所4階健康推進課

定 員 先着3人

申込み 11月27日(月)～12月8日(金)に電話で県立静岡がんセンターよろず相談予約専用ダイヤル(☎055-989-5392)まで。

☎県立静岡がんセンターよろず相談
☎055-989-5710

今年度の がん検診 もう受けましたか？

肺がん検診

肺がんは、日本人のがんによる死亡原因の第1位のがんです。また、たばこを吸う人は、吸わない人に比べて、日本人男性では約5倍、女性では約4倍、肺がんで死亡するリスクが高くなります。

早期の肺がんは自覚症状がないことが多く、定期的に検診を受診することが必要です。

対象者 市に住民登録のある40歳以上の人

検査 胸部レントゲン検査

費用 200円（喀たん検査と一緒に受ける場合は400円追加）

※喀たん検査は、50歳以上かつ1日喫煙本数×喫煙年数が600以上の人が対象です。

※喀たん検査のみの肺がん検診は受けられません。

大腸がん検診

日本においてがんの部位別でみた大腸がんの罹患率は第1位、死亡数は第2位となっていますが、早期発見・早期治療を行えば、ほぼ9割の人が完治します。手軽に受診できることも大腸がん検診の魅力です。

対象者 市に住民登録のある30歳以上の大腸がんの症状がない人

費用 500円

受診方法

- ①市内協力医療機関で問診票と専用容器を受け取る。
- ②2日間分の便を採取する。
- ③採取した便と問診票を受付をした医療機関の窓口へ持って行く。
- ④医療機関で受診結果を受け取る。

※大腸がん検診で「陽性」と判断された場合は、そのまま放置せずに必ず精密検査を受けましょう。

子宮頸がん検診

子宮頸がんの罹患率は、20代から増加しはじめ、30代～40代にピークとなり、死亡率は、加齢とともに増加します。子宮頸がんは、定期的に検診を受けることによって、死亡率を減少させることができます。まだ受診されていない人は、是非、この機会にご利用ください。また、集団検診（検診車）でも1月23日(火)、24日(水)に検診があります。

対象者 市に住民登録のある20歳以上の女性で、令和4年度に子宮頸がん検診を受診していない人。ただし、子宮疾患などで治療中の人と妊娠中の人を除く。

費用 受診券対象者は自己負担1,000円（医師の判断により体部検査が追加となった場合は400円追加）

受診方法 子宮頸がん検診受診券又は無料クーポン券を持って、市内協力医療機関で受診してください。

その他 詳細については、6月にオレンジ色の封筒で郵送した「子宮頸がん検診のご案内」をご参照ください。

健康ひろば

子育て

母子保健事業

対象者や受付時間を個別に設定しています。受付時間、持ち物については、個別に通知しますので、内容をご確認の上お越しください。

11月の健診・教室	日程
1歳6か月児健康診査 (令和4年4月生まれ対象)	15日(水)
2歳児健康教室 (令和3年10月生まれ対象)	21日(火)
3歳児健康診査 (令和2年10月生まれ対象)	8日(水)

会場：健康福祉センター

☎(32)1582
☎子育て支援課

11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待は、将来にわたり子どもの心身に深い傷を与え、時には尊い命が奪われるなどの社会問題となっています。児童虐待とは：

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く
投げ落とす
激しく揺さぶる など

性的虐待

性的行為を見せる
ポルノグラフィの
被写体にする など

心理的虐待

きょうだい間での差別
言葉による脅し、無視
DV など

ネグレクト

家や車に閉じ込める
食事を与えない
不潔にする など

虐待かもと思ったらすぐにお電話をください。

児童相談所全国共通3桁ダイヤル 189 (いちばやく)

☎(32)1581
☎子育て支援課

お子さんの就学に必要な母子及び父子並びに寡婦福祉資金の貸付

貸付資金の種類

- ・修学資金：通学するために必要な授業料などの費用を継続的に貸し付けます。
- ・就学支度資金：高校や大学などに入學するときに、直接必要となる被服などの購入費用を入學時に1回だけ貸し付けます。

申込み 11月1日(水)～30日(木)

に子育て支援課で面接会の予約をお願いします。12月中に市役所で面接会を行い、申請書を提出して申込みになります。

☎(32)1581
☎子育て支援課

母子・父子自立支援員による相談事業

母子・父子自立支援員による相談支援事業を行っています。ひとり親家庭のお悩み・困っていることなどお気軽にご相談ください。

☎(32)1581
☎子育て支援課

未就園児を対象にした幼稚園施設開放

市立幼稚園では、来年度の入園児を対象にした施設開放を年4回実施しています。

入園前から園や集団の雰囲気や味う良い機会ですので、お気軽にお出掛けください。(次回は令和6年1月～2月頃の予定で最終です。)

対象 令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれの子ども

申込み 希望する園に事前に電話で。

内容・時間 各園にお問い合わせをください。

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、予告なく中止となる場合があります。

11月の幼稚園施設開放日		
日程	幼稚園施設	電話番号
7日(火)	伊東幼稚園	37-2182
	荻幼稚園	36-6227
9日(木)	富士見分園	36-6103
	八幡野幼稚園	53-0395
10日(金)	池幼稚園	54-0296
	宇佐美幼稚園	48-9064
14日(火)	吉田幼稚園	45-0430

☎(32)1952
☎幼児教育課

健康

「おもい♡かなえるカード」の配布場所の拡大について

令和5年9月から、高齢者福祉課、社会福祉協議会、各地域包括支援センターにて配布を開始した「おもい♡かなえるカード」は、好評につき、各出張所、松原連絡所においても取り扱いを開始しました。

市では、周囲の人のちょっとした手助けがあれば自分の望んでいる事や行きたい場所に行けるように、自分のおもいを自由に記載できる「おもい♡かなえるカード」を作成しました。このカードは、認知症の人だけでなく、ご本人でも利用することができます。年齢を重ねても、認知症になっても、したいことを続けられるように工夫された、とても便利なカードです。カバンや財布に入れて持ち歩き、必要なおもい♡かなえるカードを取り出して使えます。

☎(32)0781
☎高齢者福祉課



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

11月は静岡県子ども・若者育成支援強調月間

子ども・若者の健全な育成には、「地域の子どもは地域の大人が育てる」という意識を持ち、子ども・若者が社会の一員として自立し、主体的に活躍することができるよう、県民がそれぞれの立場で支援していく必要があります。

県では、11月を「子ども・若者育成支援強調月間」とし、子ども・若者の健やかな育成に向けた取り組みを一層推進します。この機会に皆さん自身ができることを考え、行動するきっかけとしましょう。

◎生涯学習課

☎(32)1961

11月25日～12月1日は
犯罪被害者週間です

犯罪被害者及びその家族又は遺族は、犯罪による直接的な被害だけでなく、心身の不調、周囲の何気ない一言、プライバシーの侵害や配慮のない言葉など、精神的な「二次被害」に苦しめられることも少なくありません。

この「犯罪被害者週間」を機会に、犯罪被害者及びその家族又は遺族が置かれている状況について一層のご理解とご協力をお願いします。

▼伊東警察署警務課

☎(38)0110

▼静岡犯罪被害者支援センター

☎054(651)1011

◎市民課市民生活係

☎(52)3002

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書の発行

令和5年1月1日から令和5年9月30日までの間に国民年金保険料を納めた人に対して、11月上旬までに日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月1日から12月31日の間に初めて納付した人)には、来年の2月上旬に送付)。社会保険料控除を受けるために必要となりますので、年末調整・確定申告まで大切に保管してください。また、家族の保険料を納付した場合は、家族宛てに送られた証明書で申告してください。

書面で交付していた控除証明書、電子データとしてマインポータルで受け取れるようになります。

詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。



日本年金機構のホームページはこちらから

◎ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165

三島年金事務所

☎055(973)1166

保険年金課

☎(32)1625

スマホ教室の開催

デジタル機器の使用に対する不安解消を目的に、総務省の「デジタル活用支援推進事業」を活用したスマホ教室が、携帯ショップで行われています。

総務省指定の研修を受けた講師が、オンラインによる行政手続やサービスの利用方法について説明しますので、ぜひご参加ください。

日時 総務省のホームページで確認できます。毎月末に翌月分と翌々月分が更新されます。

会場
総務省ホームページ
市ホームページにもリンクがあります。

▼ドコモショップ伊東店

☎0120(408)866

▼auショップ伊東

☎0800(700)0378

▼ソフトバンク伊東川奈

☎(44)4100

費用 無料

申込み 各会場への電話、店頭又はWebで。

◎デジタル政策課

☎(32)1191

広告欄

うちの子「結婚」しないのかしら?
独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-946-6072

結婚相談所ムスベル

片付けます 遺品整理 終活

☎0120-35-9930

家財整理・片付け
かんだうサービス

「広報を見た」の一言で優待します

住宅・別荘・空き家・物置・ホーム入居準備・整理収納・ゴミ屋敷・汚部屋・特殊清掃

商品整理士 特殊清掃士 株式会社かんだうサービス ☎35-9930 遺品整理 伊東 事務所
古物商 株式会社かんだうサービス 本社事務所：伊東市岡 倉庫：伊東市浜 伊東市 伊東市 伊東市

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

介護の仕事の新たな担い手を養成する研修を開催します！

☎高齢者福祉課 ☎32-1561

対 象

- ・高齢者への生活援助サービス（掃除や買物など）の担い手となる意向のある人
- ・訪問型サービス（基準緩和）の指定を受けている事業所で働く意思のある人

日 時 11月24日(金) 9時～17時（昼休憩1時間）

会 場 広野MCビル（広野1-3-26）

参加費 無料

定 員 先着25人

内 容 介護福祉士やホームヘルパーなどの資格が無くても、本研修を修了することで、訪問型サービスA（掃除や買物など）に従事する資格が取得でき、介護事業所で働くことができます。

申込み 11月2日(木)～11月17日(金)までに電話で高齢者福祉課へ。



古着などの特別回収を実施します！

☎環境課 ☎32-1371

【回収できるもの】

- ・ワイシャツ、タオル、セーター、ジーンズ、シーツ、子供服、トレーナー など

※洗濯してきれいにたたみ、袋に入れてお持ちください。

【回収できないもの】

- ・汚れた衣服、ぬれた衣服、帽子、靴、ぬいぐるみ、布団類、ジャケット、スーツ、コート、靴下 など

同時開催 スプレー缶、ガスカートリッジ、ライター、モバイルバッテリーも回収します。



日 時 11月30日(木) 10時～15時

場 所 スーパーナガヤ桜田店・鎌田店・八幡野店

※雨天時は古着を回収しません。スプレー缶、ガスカートリッジ、ライター、モバイルバッテリーの回収は実施します。

※詳細は、お持ちいただくか、電話で環境課へ。

広 告 欄

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

伊東市川原1216番地の30

土日・夜間
も対応
(要予約)

回復期～慢性期まで365日毎日リハビリテーションを行っています



診療科目
内科・外科・消化器外科・呼吸器外科脳神経外科・
リハビリテーション科・整形外科・皮膚科・リウマチ科・
泌尿器科・脳神経内科・循環器内科・人工透析

診療日 月～金 診療時間 9:00～12:30
祝祭日休み 14:00～17:00

熱川温泉病院

お気軽にお問合せください

賀茂郡東伊豆町白田424

TEL:0557-23-0843

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

i 市文化財管理センター
企画展「戦国時代の伊東」

期間 11月17日(金)～令和6年3月31日(日)

※月曜日(祝日の場合は翌日)は休館します。

会場 市文化財管理センター(竹の台3-11)

内容 伊勢宗瑞(北条早雲)の伊豆侵攻から徳川家康の関東入府までの戦国時代の伊東について、古文書や市史の研究、市内遺跡発掘調査で得られた情報を踏まえて紹介します。今年度の大河ドラマの時代の知られざる伊東の歴史をご覧ください。

市文化財管理センター
☎2182

募 消防団員との婚活イベント女性参加者募集

県消防協会田方支部では、消防団員の福利厚生事業として、出会いの機会や結婚へのきっかけを提供するため、婚活イベントを開催します。

今回は、伊豆市・伊豆の国市の消防団に所属する独身男性と交流します。

対象 20代～30代の独身女性

日時 令和6年1月28日(日) 11時集合～17時頃解散

※JR三島駅に集合し、バスで移動となります。

内容 イチゴ狩り、大福づくり体験などで交流

参加費 先着20名

募集期間 2千円(当日集金) 11月15日(水)～12月22日(金)

申込み 左記入力フォームから必要事項を入力してください。



イベント詳細と入力フォームはこちらから



主催 県消防協会田方支部
担当 伊豆の国市危機管理課

☎055(948)1482

✉syoubou@city.izunokuni-shizuoka.jp

i 観光に関する住民アンケート調査に協力をお願い

美しい伊豆創造センター(略称・美伊豆)は伊豆半島の地域活性化を図る観光DMO団体で、県、伊豆半島7市6町、民間企業から派遣された職員などが観光誘客や地域振興などに関してさまざまな活動を行っています。

美伊豆では伊豆地域の住民の皆さんが観光客の受入れに対して持つ思いや地域への愛着と誇りなどを調査するため、「観光に関する住民満足度調査」をアンケート形式により行います。この調査結果は、地域住民の皆さんの満足度向上に貢献する取組の基礎資料になります。より良い観光地域づくりを目指すために、皆さんのご協力をお願いします。

期間 11月1日(水)～12月31日(日)

回答 左記の二次元コードから回答できます。



回答はこちらから



美伊豆の詳細はこちらから

美しい伊豆創造センター
☎0558(72)0280

i 個人事業税の納期限は11月30日(木)です

個人事業税は、商店の経営や不動産貸し付けなどを個人で行い、一定の基準を満たす場合に納める県税です。

お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア又はクレジットカードで納付できます。また、スマートフォン決済アプリでも納付できます。

詳細は、送付する納付書又は県ホームページをご覧ください。納期限までに納めましょう。

県熱海財務事務所
☎(82)9086

広告欄

町の便利屋さん
びより
手伝い日和

不要品整理及び処分承ります!

- 庭の清掃(剪定、伐採、畑土、駐車場設置) お見積無料!
- 不要品処理・引越し・一般雑用 保険も完備!

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

国立私立小学校受験
公立小入学準備
子どもから大人まで 日本語教室
自然の中で伊豆合宿学習
(企業への派遣・シッター・家庭教師はご相談下さい)

バス停「大室高原2丁目」から徒歩2分
080-3005-7821
info@tokyo-k-academy.com

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。



i マンション管理
セミナー・相談会

日 時 12月2日(土)
13時(受付)～16時30分
会 場 市役所8階大会議室
費用 無料
内 容 第一部 「改めて管理組合運営の将来を考える」二つの老いとう向き合うか」

・第二部 参加管理組合による意見交換会
・第三部 個別相談会(先着順)
申込み 電話で左記へ。
問 建築住宅課
☎(32)1763

納付相談会

①市税・国税のことは…
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：①②11月18日(土)
①8時30分～正午
②8時30分～17時
夜間：①11月16日(木)
①17時30分～19時

人口と世帯数

9/30現在 () 前月比
人 口 65,609人 (-68)
男 31,115人 (-33)
女 34,494人 (-35)
世帯数 35,705世帯 (+10)

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**



**11月の献血は
お休みです。**

社会福祉協議会 ☎36-5512

i 無料税務相談

東海税理士会熱海支部では、11月の「税を考える週間」協賛事業として、無料税務相談を行います。税金についてお悩みの人など、ご相談ください。

日 時 11月14日(火) 14時～16時
会 場 市役所低層棟2階中会議室
相 談 員 東海税理士会熱海支部会員
問 東海税理士会熱海支部
☎(32)3655

i 税の作品展

11月11日(土)～17日(金)は「税を考える週間」です。市内の児童・生徒の皆さんから応募のあった税に関する作品の展示(入賞作品の一部)を行います。

展示期間 11月19日(日)～11月28日(火)
会 場 マックスバリュ伊東広野店
内 容 税の標語、作文・習字・ポスター作品展示
問 熱海税務署
☎(81)3438

i 静岡県最低賃金改正

県内の事業場で働く(パート・アルバイトなど含む)全ての労働者に適用される、「静岡県最低賃金」が改正され、10月1日から時間額984円となりました。

なお、特定の産業には特定(産業別)最低賃金が定められています。



静岡労働局賃金室
☎054(254)6315

告 告 欄

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

・中元・歳暮・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...

東海バス
真心こめた贈り物 **アピテギフトプラザ伊東**

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・年末年始 ■駐車場完備
※駐車場満車の場合は三井のリパーク伊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購入品をお選びいただけます)

保険に入ってよかったあ〜

株式会社 伊豆急コミュニティー 保険課
フリーコール TEL0120-363-129
9:00～18:00 (土日除く)

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

11月から12月は県下一斉 滞納整理強化月間

～税金は納期限内に納めましょう～

問 収納課 ☎32-1291～1293

税金は、行政サービスを行うための財源であり、納税は国民の義務と憲法で定められています。納期限を守って納税している大多数の皆さんとの公平性を保つため、11月から12月までを「滞納整理強化月間」とし、県及び県内の各市町とも連携して、市税徴収の強化に取り組んでいます。

税金は他の債権に優先して徴収

法律の定めにより、原則として税金は他の債権より優先して徴収することとなります。 「生命保険料の支払いがあるから」、「ローンの返済があるから」などは、納税ができない理由として認められません。また、自己破産を申し立て免許許可を受けた場合も、税債権は免責になりません。

災害などにより納期限内の納税が困難な場合…

災害・病気・失業・倒産などの特別な事情により、納期限内に納税することが困難になった場合は、納税猶予の対

象となる場合がありますので、収納課へご連絡ください。

納付や相談がないまま放置すること…

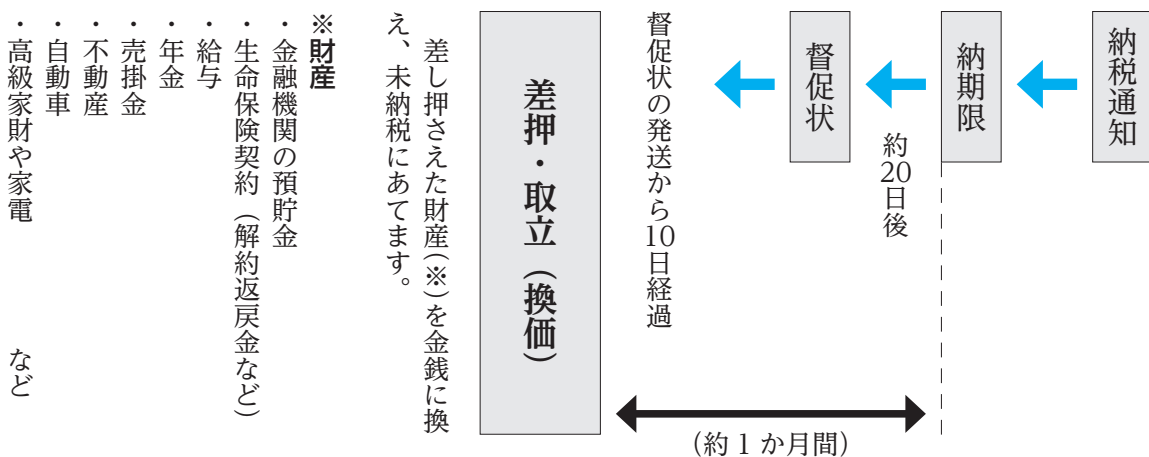
未納のまま納期限を過ぎると滞納となり、地方税法が準用する国税徴収法第四十七条において、督促状を発送して10日を経過しても納税されない場合には、差押処分をしなければならぬこととなります。 国税徴収法の規定に基づき、滞納者の預貯金口座、生命保険の契約内容、勤務先の給料、自営業の人の取引先などの財産調査をした上で、滞納処分として差押処分を行います。 滞納処分の流れは、下記のとおりです。



滞納

滞納処分

滞納処分の流れ



みんなの暦

令和5年(2023年) 11月(霜月)

■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
今月の納税 納期限は11月30日(木) <input type="checkbox"/> 国民健康保険税5期 納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。 問収納課 ☎32-1291			1 友引	2 先負	3 仏滅 文化の日	4 大安 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日) 芸術祭上演部門
5 赤口	6 先勝	7 友引	8 先負 立冬	9 仏滅	10 大安 尻つみ祭り	11 赤口
12 先勝	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引 文化財管理センター 企画展(～3/31)	18 先負
19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 先勝 小雪 広報いとう12月 号配布予定日	23 友引 勤労感謝の日	24 先負	25 仏滅
26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引	30 先負		

伊東温泉競輪開催日

♥…ガールズケイリン含む本場開催

☎公営競技事務所 ☎36-0120

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
		水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
本場	昼間	F I ♥ U																													
	ナイター ミッド																														
場外	昼間			防府記念 (in玉野)				前橋 F I		京王閣 F I (関東C)				福井 F I		施設整備 G III (大垣)							松戸 F I		いわき平 F I		豊橋 F I				
	ナイター			取手 F I			豊橋 F I		高松 F I					静岡 F I				広島 F I (in玉野)					高知 F I		佐世保 F I						
	ナイター						小松島 F I							弥彦 F I									川崎 F I		競輪祭 G I (小倉)		玉野 F I				

※本場ナイター時以外の場外 F I・F II ナイターは、昼場の場外開催終了後、販売を終了します。



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
3(金)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	青木クリニック ☎45-5115	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
5(日)	横山医院 ☎35-0431	大川胃腸科外科 ☎36-9559	
12(日)	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622
19(日)	高野医院 ☎38-2111	許田医院 ☎37-5071	高野医院 ☎38-2111
23(木)	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707
26(日)	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811

- 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 ☎0570-064-307 か市ホームページでご確認ください。
- 内科当番医で小児科を受診する際には、来院前に電話で受診が可能かご確認ください。年齢によっては受診できないことがあります。その場合は伊東市民病院に電話(37-2626)でご相談ください。
- 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

相談日が祝日の場合はお休みです。

■会場…市役所2階市民課市民生活係 ■☎52-3002(予約)
※都合により変更・中止となる場合がありますのでお問い合わせください。

■法律相談 受付:11月1日(水)から各回前開庁日15時まで (要電話予約8人) 6日(月) 8時45分~11時30分/高橋省吾 弁護士 14日(火) 8時45分~11時30分/瀬野俊之 弁護士 21日(火) 8時45分~11時30分/東端克博 弁護士 24日(金) 8時45分~11時30分/高山 功 弁護士	■交通事故相談 21日(火) 13時~15時30分/尾沢勇紀 弁護士 (11月20日(月)15時までに要電話予約)
■税務相談 受付:当日窓口で8時30分から(先着6人) 10日(金) 13時~15時/出口啓一 税理士	■行政相談 16日(木) 13時~15時/山下えり子 行政相談委員
■登記の相談 受付:当日窓口で8時30分から(先着6人) 2日(木) 10時~正午/齋藤 整 司法書士	■行政手続の相談 (相続関係・内容証明・車庫証明・建設業許可) 8日(水) 10時~正午/行政書士会
■人権相談 2日(木) 13時~15時/堀川珠代・上原直枝 人権擁護委員	■土地家屋調査士の相談 *今月はありません。
	■市民不動産相談 (会場は市役所1階展望ギャラリー) 24日(金) 13時~15時/宅建協会東部支部相談員

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	教育支援センター	教育相談室 ☎37-7476
●家庭児童相談 *要電話予約		
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
●メンタル相談 *要電話予約		
16日(木) 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 ☎32-1583
●出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
8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
28日(火) 10時~14時30分/三島年金事務所	市役所地下会議室	
●女性相談		
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
●補聴器の相談		
17日(金) 14時~15時30分	観光会館第4会議室	社会福祉課 ☎32-1532
20日(月) 10時~15時	玖須美温泉会館	
21日(火) 10時~13時	八幡野コミュニティセンター	
●身体障がい福祉相談会		
6日(月) 13時30分~15時30分	市役所1階社会福祉課	なかいずりハ ☎0558-83-2195
●知的障がい福祉相談会 *要電話予約		
第1、第3火曜日(祝日を除く。) 9時30分~11時30分	市役所1階社会福祉課	いぶき ☎52-3213
●精神障がい福祉相談会 *要電話予約		
22日(水) 10時~16時	市役所5階小会議室	サポートセンターりりぶ ☎82-5680
●生活困窮の相談 住まいや仕事、家計のことなど、生活の困りごとについてご相談ください。		
月~金曜日 8時30分~17時15分	市役所1階社会福祉課	くらし相談センター「こころ」 ☎36-1190
●消費生活相談 土日休日(年末年始を除く。)は10時~16時の間、消費者ホットライン(188)で相談を受け付けています。		
月~金曜日 9時~正午、13時~16時	市役所低層棟2階 消費生活センター	消費生活センター ☎52-3362
●いとう市民活動支援センター相談会 web会議システムによる相談対応も可能です。 *要申込		
28日(火) 13時30分~16時30分	市役所3階小会議室	企画課 ☎32-1062

新規会員募集

◆音訳サークル ひなぎく◆

代表者 田上 敏彦
☎080-9581-5599
活動日時 第2・4週 火曜日
10時～11時30分
活動場所 児童・身体障害者福祉センターはばたき
会費 無料
会員数 6人(男性2人、女性4人)
内容 平成21年、主に視覚に障がいがある人に文書を音声化して提供する目的で発足した市唯一の音訳サークルです。現在「広報いとう」、「市議会だより」など、定期的に作成(CD化)しています。自己啓発の一環として皆さんも仲間に入りませんか？

このコーナーでは、各種団体・サークルの情報を掲載しています。掲載を希望する人は、生涯学習課生涯学習係「ワクワク伝言板担当」☎32-1962までご連絡ください。
※団体によっては掲載できない場合もあります。

イベント告知

◆トヨタコミュニティコンサート◆ 伊豆フィルハーモニー 管弦楽団 創立30周年記念 ガラコンサート

主催 伊豆フィルハーモニー管弦楽団
日時 12月3日(日)
開場13時15分 開演14時
会場 観光会館
チケット 一般 2,000円
高校生以下 無料
※全席自由
取扱店 岩上書店、本のサガミヤ、デュオカウンター、文化堂、文泉堂書店、観光会館
連絡先 ☎090-8072-4614
内容 指揮者 小津 準策
スペシャルゲスト 岡本 知高(ソプラニスタ)
【曲目(一部抜粋)】
・ワルツ『春の声』
・トリッチトラッチポルカ
・『鎌倉殿の13人』メインテーマ など

みなでお祝いしよう！



対象 平成15年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人
日時 令和6年1月7日(日)
10時開場、10時30分開式(予定)
会場 観光会館
案内 市に住民登録がある対象者に二十歳式の案内状を送付します。住民登録を市外に移した人は、生涯学習課までご連絡ください。

生涯学習課 ☎32-1961

としょかんだより

伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『おとなってこまっちゃう』
ハビエル・マルピカ/偕成社

9歳のサラと時に子どもっぽくて素直な大人たちの話。おじいちゃんがママと同じくらいの年の人と再婚することになった。サラは大賛成だけど、ママは大反対。どうにかしてママを説得したいけど…

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	ちぎれた鎖と光の切れ端	荒木 あかね
2	ヴァンプドッグは叫ばない	市川 憂人
3	素敵な圧迫	呉 勝浩
4	黒い糸	染井 為人
5	百鬼園事件帖	三上 延
6	最後の三角形	ジェフリー・フォード
7	どんぐり	たての ひろし
8	おばけっているの？	エラ・ベイリー

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかん information

■メール予約連絡をご利用の人へ

一部アドレスについて、「迷惑メール」、「なりすましメール」として認識されるケースが発生しています。送信エラーの場合は電話対応をしていますが、迷惑メールフォルダなどに受信されている場合は、エラーとならないため、こちらでは確認することができません。随時ご確認をお願いします。

■今月の休館日

毎週月曜日、11月3日(金・祝)、11月23日(木・祝)、11月30日(木)

火災の怖さ、忘れていませんか…

日頃から「火の用心」を心がけ、火災のない、安全で、安心できるまちづくりを目指しましょう。

☎ 駿東伊豆消防本部伊東消防署 ☎ 38-0119



秋季全国火災予防運動



11月9日(木)～15日(水)

火を消して 不安を消して つなぐ未来


(全国統一防火標語)

住宅防火 いのちを守る 10 のポイント

6つの対策

- 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具や衣類、カーテンは、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

4つの習慣

- 寝たばこは、絶対にしない、させない。
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- こんろを使うときは火のそばを離れない。
- コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



駿東伊豆消防本部イメージキャラクター
駿太(しゅんた)君



11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

※11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」

暴力は、その対象の性別や加害者・被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありませんが、特に配偶者などからの暴力、性犯罪・性暴力、ストーカー行為、売買春、人身取引、デートDV、セクシュアルハラスメント、痴漢、AV出演被害、インターネット上の性的な暴力など、女性に対する暴力は女性の人権を著しく侵害するものです。

心を傷つけることも暴力です。一ひとりで抱えず、最初の一步を—

いつ、どこで、だれと、どのような性的な関係を持つかは、あなたが決めることができます。同意のない性的な行為は「性暴力」です。相手と対等な関係でなかったり、嫌だと言えない状況であったりしたなら、本当の同意があったことにはなりません。

つらいこと、不安なことについて一人で抱え込まず、まずは性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センターに話してみませんか。



女性に対する暴力根絶のシンボル
パープルリボン
内閣府男女共同参画局
ホームページより



性犯罪・性暴力、DVの相談窓口

年齢・性別を問わず相談できます。

【性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター】

短縮電話番号「# 8891」(早くワンストップ)

【性暴力に関するSNS相談】

「Cure Time (キュアタイム)」

<https://curetime.jp/>

【DV相談ナビ】短縮電話番号「# 8008」(はれれば)

【DV相談プラス】0120-279-889(24時間)

全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

ひとりで悩まず、相談してください

期間 11月15日(水)～21日(火)

時間 8時30分～19時
(土日は10時～17時)

※強化週間以外は、平日8時30分～17時15分

☎静岡地方法務局 静岡県人権擁護委員連合会
☎0570-070-810

第12回
全日本まくら投げ大会
in 伊東温泉
参加者募集
2月 24日(土)
25日(日)



誰もが修学旅行で経験したことがある「まくら投げ」を競技化したオリジナリティあふれる伊東市発祥のイベント参加チームを募集します。なお、参加申込多数の場合、抽選となります。

会場 市民体育センター

申込み 一般の部・子どもの部の2部門です。詳細は観光ホームページをご覧ください。

申込み期間 11月1日(水)～11月30日(木)

☎伊東観光協会 ☎37-6105

