

伊豆のいっとう情報便

広報 いとう

2024
令和6年

July

No.1147



伊東市公式LINEの
友だち限定で
プレゼントがもらえる
企画もあります！

伊東市公式LINE リニューアル！



市公式
メルマガ



市公式
X



市公式
Facebook



市公式
LINE

- 伊東市公式LINEリニューアル！…… 2P～4P
- マイナンバーカードの保険証利用 …… 17P

もっと簡単に!

もっと便利に!

7月1日 伊東市公式LINE リニューアル!



☎秘書広報課
☎32-1173



何が変わったの??

★POINT① リッチメニューが充実!

★POINT② 便利機能が追加!

★POINT① リッチメニューが充実!

トーク画面上にメニューが表示されるので知りたい情報が見つかりやすくなります。



観光をクリック
すると・・・



防災・交通防犯を
クリックすると・・・



※リッチメニューは閉じることもできます。

★POINT② 便利機能が追加！

1 家庭ごみの分別

ごみの分別方法がすぐに分かる！

【家庭ごみ分別の確認手順】

- メニューから「ごみ」を選択
- ・ごみの分別はこちら
品目ごとに出し方が分かります。
- ・ごみの収集日はこちら
ごみステーションに出せる日が分かります。
- ・収集日の通知はこちら
当日に出せるよう、前日夜にお知らせします。

「分別Q & A」
を選択
→検索したい
ものを入力

分別情報が
表示される



2 広報紙の閲覧

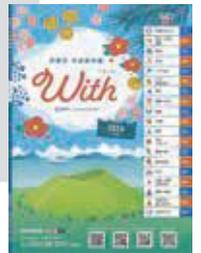
いつでもどこでも広報紙が見られる！

【広報いとうの閲覧手順】

メニューから
「市政情報」
を選択

「広報いとう」
を選択

広報いとう以外にも、
議会だよりや市民便利
帳Withなども読むこと
ができます。



広報いとうへのご意見
や感想もLINEから気
軽にお伝えください。
皆さんのご意見をもと
に検証・改善していき
ます！

早速友だち登録しよう！



▶ 友だち登録方法

STEP

1



▲伊東市公式LINE二次元コード

上記の二次元コードを読み取る。

STEP

2



▲「友だち追加」画面

「友だち追加」のボタンをクリック

STEP

3



自分に
合った
情報を
ゲット!

メニューから「受信設定」を選択し、
その後の質問にLINE上で回答

▶ プレゼント企画

伊東市公式LINE
友だち限定!!

友だち登録してくれた人に、とっておきのプレゼントを抽選でお送りします。
※すでに友だち登録している人でも応募できます。

【プレゼント応募方法】

リッチメニューの「観光」を選択し
「プレゼント情報」をクリックして、
応募フォームに必要な情報を入力してく
ださい。



★プレゼントを提供していただける
事業者さまを随時募集しています。
詳細は市ホームページをご覧ください。



◀ 詳細は
こちらから



◆山六ひもの店 干物セット



◆魚将 アクアパッツァミールキット



◆小室山リッジウォーク“MISORA”
専用リフト往復チケット

人気施設の入場券や伊東市の
おいしいものなど盛りだくさん!



◆川奈ホテル オリジナルフルーツケー
キとレトルトカレー



◆伊豆シャボテン動物公園・伊豆ぐらん
ぱる公園・ニューヨークランプミュ
ージウム&フラワーガーデンの選べる
ペアチケット

65歳以上の人の介護保険料は3年ごとに見直しされます。6年度～8年度の介護保険料の基準額（月額）は介護保険サービス利用者の増加や介護保険施設の整備に伴い、5,700円から6,000円に改定されました。介護保険料は、この基準額を基に所得などに応じて段階的に決められます。また、保険料段階は11段階から14段階に改正されました。

※第1～3段階の人については、保険料率の軽減が行われています。

特別徴収の人は、既に4月以降の年金から仮徴収をしていますが、正式な介護保険料は住民税決定後に算定し、7月中旬に、特別徴収の人は決定通知書で、普通徴収の人は納付通知書によりお知らせします。

災害や収入が著しく減少した際は、分割納付による納付や、減免制度もありますので、ご相談ください。

※介護保険料の段階表は市ホームページや、通知書同封のパンフレットをご覧ください。



市ホームページはこちらから。

第6段階以上の人の合計所得金額について

5年度までは、合計所得金額に給与所得又は公的年金などに係る雑所得が含まれている場合、給与所得及び公的年金などに係る雑所得の合計額から10万円を控除した金額を用いるという国の基準による特例措置を講じていましたが、6年度以降はこの国の基準による特例措置が継続されません。

例

- ・特例措置が講じられている場合（5年度）
年金所得215万円－特例措置10万円
＝合計所得205万円
→保険料は第7段階となります。
- ・特例措置が講じられていない場合（6年度）
年金所得215万円 特例措置なし
＝合計所得215万円
→保険料は第8段階となります。

国民年金に加入の皆さんへ

☎保険年金課 ☎32-1625
三島年金事務所 ☎055-973-1166

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合は、申請により免除又は猶予となる制度があります。本人、配偶者、世帯主の前年所得が一定の基準額以下の場合「全額免除」又は「一部納付」となります。

納付猶予制度

学生を除く50歳未満の人で、本人、配偶者それぞれの前年所得が一定額以下の場合や失業などの事由がある場合には、申請により保険料の納付が猶予されます。

学生納付特例

学生で本人の前年所得が一定額以下の場合には、申請により保険料の納付が猶予されます。
※納付猶予、学生納付特例を受けた期間は、受給額には含まれませんが資格期間に含まれます。

産前産後免除制度

届出により保険料が免除となります。免除された期間は保険料を納付したものととして将来の老齢基礎年金の年金額に反映されます。既に免除・納付猶予・学生納付特例・法定免除を受けている人でも産前産後免除制度の届出が必要です。

今年度納付額

制度名	納付すべき保険料（月額）	受け取る年金額（★）	
全額免除	—	1/2の額	
一部納付	4分の1納付	4,250円	5/8の額
	2分の1納付	8,490円	3/4の額
	4分の3納付	12,740円	7/8の額

★保険料を全額（16,980円）納付した場合との比較

免除・納付猶予・学生納付特例の申請期間

免除申請月の2年1か月前の月分までさかのぼって申請できます。4年6月以降に未納のある人は、保険年金課までご相談ください。免除・納付猶予申請のサイクルは、7月～翌年6月です。継続審査が承認されていない場合、次のサイクル期間について再度申請が必要になりますので、過去の免除承認通知を確認してください。学生納付特例（4月～翌年3月）は継続審査がありませんので、毎年更新手続が必要です。



「免除」及び「産前産後免除」に関する詳細は日本年金機構ホームページをご覧ください。

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。

7月の健診・教室	日程
1歳6か月児健康診査 (4年12月生まれ対象)	17日(水)
2歳児健康教室 (4年6月生まれ対象)	16日(火)
3歳児健康診査 (3年6月生まれ対象)	10日(水)

会場：健康福祉センター

☎(32)1582
子育て支援課

健康

がん検診

近所にやってくる検診車や身近なクリニックでがん検診が受けられます。

2人に1人はがんになると言われています。早期のがんは、ほとんど症状がなく自分で気付くことができません。自覚症状のない今が早期発見のチャンスです。

今年度も、胃がん検診、肺がん検診、大腸がん検診、乳がん検診、子宮頸がん検診、前立腺がん検診を実施しています。



詳細は市ホームページから

☎(52)3005
健康推進課

がん検診等受診券を発送しました

今年度から、がん検診などの受診には「がん検診等受診券」が必須となります。受診の際は必ず受診券をお持ちく

ださい。

オレンジ色の封筒に入った受診券が届かない人で、がん検診などをご希望の人は健康推進課へ電話又は左記申請フォームに必要事項を入力してください。



受診券発行の申請フォームはこちらから

☎(52)3005
健康推進課

子宮頸がんワクチンの予防接種がまだお済みでない人へ

子宮頸がんワクチンは公費で接種できます。

対象

- ① キャッチアップ接種対象の人（積極的勧奨の差控えにより接種機会を逃した人）
 - ・平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性
 - ※接種対象期間終了が近づいています。キャッチアップ接種は7年3月31日まで公費負担で接種できます。
 - ※公費で3回の接種を完了するには、6年9月末までに1回目の接種が必要です。
- ② 定期接種対象の人

・平成20年4月2日～平成25年4月1日生まれの女性

（小学校6年生～高校1年生まで公費で接種できます。）

※対象者には既に接種に必要な予診票を発送しています。再発行が必要な場合は電話で左記へ。



詳細は市ホームページから

☎(32)1584
健康推進課

風しん抗体検査及び予防接種の終了期限が近づいています

妊婦が風しんに感染すると目や耳、心臓に障がいのある先天性風しん症候群の子どもが生まれる可能性があります。そのため、風しんの公的な予防接種を受ける機会がなく、特に抗体の低い年代の男性は、無料で風しん抗体検査及び予防接種を受けることができます。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

※過去にクーポン券を使用し

て抗体検査及び予防接種を受けていない対象者には、4月にハガキを送付しています。

費用 無料

期間 7年3月末まで

実施内容 風しん抗体検査及び麻しん風しん予防接種（風しん抗体検査を受け、十分な量の抗体がない人が予防接種の対象）

クーポン券 対象者に送付済みの風しん抗体検査・予防接種のクーポン券は、有効期限が切れています。希望する人は再発行しますので、左記までご連絡ください。

※5年度に伊東市に転入した人には6年4月に送付しています。

受診方法 クーポン券と保険証などの本人確認ができる書類を持って、実施医療機関で受診してください。

※実施医療機関などの最新情報は、市ホームページから。



詳細は市ホームページから

☎(32)1584
健康推進課

39歳以下健康診査

対象 16歳～39歳（昭和60

年4月1日～平成21年4月1日生まれ）の市民

※ただし、次のいずれかに該当する人は対象外

①職場や学校で健診がある人

②定期的に医療にかかっている人

③妊娠中又は産後1年以内の人

内容 問診、身体計測、腹囲測定、血圧測定、尿検査（糖・蛋白）、血液検査（脂質・血糖・肝機能・腎機能・貧血）など

費用 1500円

申込み 12月20日（金）までに健康推進課へ電話又は左記入

力フォームから必要事項を入力してください。



入力フォームはこちらから

受診方法 申込後に届く受診券を持って12月25日（水）まで

に市内医療機関を受診し、後日、受診した医療機関で

結果説明を受けてください。

健康推進課

☎(32)1630

口の健康気にしていますか？ 歯周病検診が始まります

「歯ぐきから血が出るけど怖くて行けない...」、「歯医者に行くのってハードルが高い...」、「忙しくて時間がな...」

と思っています。歯周病検診は歯医者で歯や歯ぐきの状態が確認でき、500円とお得に受けることができます。

20歳、30歳の皆さん！今年から歯周病検診の対象となります。口の変化を実感するために、受けてみてください。

対象 今年度20歳、30歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる人

※対象者には、受診券を7月下旬に送付します。

期間 8月1日（木）～12月25日（水）

内容 問診・口腔内検査・歯科保健指導

費用 500円

次の要件に該当する人は費用免除となります。

・今年度70歳になる人

・静岡県後期高齢者医療被保険者で障害認定を受けていて、静岡県後期高齢者医療被保険者証を提示した人

生活保護世帯に属し、「生活保護休日・夜間等受診証」を提示した人

・6年度の住民税非課税世帯に属し、「検診等徴収金免除証明書※」を提示した人

※証明書の発行には時間がかかります。詳細は左記へお問い合わせください。

申込み 実施歯科医療機関（送付ハガキに記載）を予約し、受診してください。

健康推進課 ☎(52)3005

協会けんぽの健診

協会けんぽ（全国健康保険協会）では、年度内1回に限り、健康診断の費用補助を行っています。（被保険者（本人）には生活習慣病予防健診、被扶養者（家族）には特定健康診査）

それぞれの健診は、検査項目・対象年齢・補助額などが異なります。

本人用の案内は3月下旬に事業所宛に送付し、家族用の案内は4月上旬に被保険者のご自宅に送付しています。

ぜひ費用補助を利用して、お得に健診を受診してください。

各種健診の詳しい内容については協会けんぽホームページをご覧ください。電話で左記へ。

健診実施期間 7年3月まで

協会けんぽ静岡支部 ☎054(275)6605

禁煙は愛の証です

これって...愛？

☑禁煙するために「電子たばこ」にしました。

☑禁煙するために「電子たばこ」にしました。

☑「電子たばこ」は煙も臭いもないので、室内や車内で吸っています。

☑「電子たばこ」は煙も臭いもないので、室内や車内で吸っています。

当てはまるものはありましたか？これは、たばこを吸うあなた以外の「吸わない人」の健康を害する行動です。

【たばこの煙は、14m届き95畳分広がります。】

【たばこの煙は、喫煙後45分間吐息から出ます。】

【たばこの煙は、子どもの「喘息」や「アレルギー」を起こしやすくします。】

※日本医師会・日本肺癌学会ホームページより。

紙たばこも電子たばこも加熱式たばこも全て健康を害す

る可能性のある「たばこ」です。市は、あなたと大切な人の禁煙を応援します。

健康づくり応援イベント開催

毎食、新鮮野菜をおいしく食べて、野菜を好きになり、いつまでも元気に過ごしましょう。

ベジチェック®をご存じですか？手のひらを約30秒当てるだけで、簡単に推定野菜摂取量を見える化できる機器です。その他、体組成（筋肉量）・肌年齢測定、個別の食事プランの相談などができます。

対象 市民

日にち 7月12日（金）

時間と会場 ①9時～11時 J Aふじ伊豆ファーマーズマーケット いで湯っこ市場 ②正午～13時 市役所1階市民ロビー

費用 無料

申込み 不要

健康推進課 ☎(32)1630

**在宅医療と介護について
考えるシンポジウム**

「人生会議（ACP）」を考
えるくわしたちが自分ら
しく生きるために」

日 時 7月20日(土) 14時～
15時45分

会 場 生涯学習センターひ
ぐらし会館

内 容 在宅看取りを経験し
たご家族のおもいを通して、
なぜ人生会議（ACP）が
必要なのか、「もしものと
き」あなたや大切な人が自
分らしく生きるために、今
できることは何か、考えて
みませんか。

講 師 笠松由佳医師（小田
原矢作クリニック院長）、
看取りを行った家族とそれ
を支える地域の専門職

入場料 無料
申込み 不要

☎高年齢者福祉課
☎0781

**遊ぼう！ 学ぼう！ 医療と
介護の暮らし祭り**

認知症、筋力低下、食事、薬
福祉用具のことなど、「暮らし」
「介護」、「医療」に関する

る気になること…将来のため
にも、まずは知ることが安心
への第一歩です。医療や福祉
の専門職と一緒に楽しく学び
ませんか。相談もできます。
スタンプラリーなどの体験イ
ベントや特典もあります。医
療・福祉分野を目指す学生さ
んもお越しください。

日 時 8月4日(日) 9時30
分～14時

会 場 伊東ショッピングプ
ラザ デュオ

参加団体 リハビリ支援セン
ター、栄養士会、薬剤師会、
福祉用具専門相談員、生活
支援コーディネーター、地
域包括支援センター

☎中央地域包括支援センター
(高年齢者福祉課内)
☎3003

**「のびやか体操」って知って
いますか？**

伊東市保健委員が、地域と
皆さんの健康を支えます！
くろしくおどる、た
いへいよーう

(黒潮踊る、太平洋)

そののあーらーな～みに、
み～をきーたーえーし
(その荒波に、身を鍛え)

ぐーんとぐーんと伸びよう
よ、わーれ～はうみの子、伊
東の子♪

(我は海の子、伊東の子)
聞き覚えのある人も多いの
ではないでしょうか？

そう、これは「伊東こども
の歌」に合わせて行う、保健
委員オリジナルの体操です。

活動の度に、みんなで「のび
やか体操」をします。これが
なかなかハードで、歌に合わ
せて一生懸命体操すると、
うっすら汗ばむほどです。あ

る時代の保健委員に聞くと、
今は亡き伊東スタジアム（現
在、市民病院がある場所に
あった球場）で市内の小学生
全員が集まって「伊東こども
の歌」を歌っていた時期もあ
るようで、懐かしい！と感
じる大人世代も多いのではな
いでしょうか。保健委員のイ
ンスタグラムに投稿がありま
すので、同世代・多世代でワ
イワイご覧になってみてくだ
さい。今どきの言葉でいうと、
なかなかエモいです♪



保健委員の
Instagramは
こちらから



保健委員は、上は80代から、
下は40代まで、各地区から選
ばれた人が、2年任期で、地
域の健康を支えています。6
年度は、91人の保健委員が「健
康寿命を延ばそう！」をテー
マに活動します。具体的には、
健診（検診）PRのためにポ
スターを貼ったり、イベント
に出向いてチラシを配ったり、
各地区ならではの活動（区民
体育祭や防災訓練など）に参
加して、地域の健康を底上げ
していきます。また、子育て
支援にも携わっていて、すこ
やか育児教室（赤ちゃんの離

広 告 欄

新プログラム
インターネットラウンジ スタート

※半日の
デイサービスで

筋力向上
トレーニング×脳力活性化

体験実施中

～こころも体も、いきいきと～

ケデシオンデポルテ

〒414-0044 伊東市川奈1220-1
TEL 0557-44-5110

有限会社
伊豆介護センター

乳食の教室）への協力もして
います。地域の皆さんの健康
づくりに役立つ、「保健委員
だより」や「保健委員通信」を、
回覧板などでお知らせします
ので、ぜひご覧ください。ま
た、3月には、市役所1階市
民ロビーや伊東ショッピング
プラザ デュオで「保健委員
ウィーク」の展示もしますの
で、お楽しみに！

☎健康推進課
☎(52)3051

「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。

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 7月は「社会を明るくする運動」の強調月間

全ての国民が、犯罪や非行の防止と過ちを犯した人たちの立ち直りについて理解を深め、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。過ちを犯した人が、反省と償いを経て社会に復帰するためには、地域社会の温かい心が必要です。立ち直りに取り組む人たちを地域で支えていく環境をつくり、犯罪や非行のない明るい社会を築きましょう。

☎ 社会福祉課
(32) 1531

i 7月は愛の血液助け合い運動月間

あなたの献血で助かる命があります。献血は身近にできるボランティア！皆さんのご協力をお願いします。



☎ 社会福祉協議会
(36) 5512

i 7月は青少年の非行・被害防止強調月間

青少年の非行及び被害を未然に防ぐには家庭、学校、地域が連携し合い、青少年を地域全体で見守り、育むことが大切です。

県では毎年7月を強調月間として青少年の非行・被害防止のための活動に取り組んでいます。この機会に家庭や地域で青少年を取り巻く環境について理解を深め、取り組んでみましょう。

☎ 生涯学習課
(32) 1962

i 7月は河川愛護月間
7月7日は川の日

河川は、身近に親しめる自然空間であり、私たちの生活を支える貴重な資源です。市では町内会を中心とした河川愛護団体の河川美化活動（草刈りや掃除など）を支援し、皆さんの協力により河川環境・景観保全に努めています。河川にお出掛けの際は、水難事故に注意し、ごみなどは持ち帰りましょう。

☎ 建設課
(32) 1751

i 除草剤や農薬の使用について

個人や事業所を問わず、所有地などの管理の際には住民や子どもなどへの健康被害が生じないように、除草剤や農薬を使用しない管理を心掛けましょう。

除草剤や農薬を使用せざるを得ない場合でも、次の事項に十分な配慮をしましょう。
・除草剤や農薬を使用する目的や散布日時、散布した薬品の種類や量などについて、看板などによって事前に十分

な周知を行いましょう。
・周囲に飛散しないよう、風向きなどに十分注意しましょう。
・除草剤や農薬のラベルに記載の使用方法や注意事項を必ず守りましょう。

i 夏の交通安全県民運動

期間 7月11日(木)～20日(土)

昨年の市内の交通事故件数は、人身事故が239件、物損事故が2049件で、合計2288件でした。これは、毎日6件を超える交通事故が発生した計算になります。特に、7月～8月にかけての夏休み期間中は、例年多くの交通事故が発生しています。

ドライバーの皆さん、運転するときは時間に余裕を持ち、歩行者と周りの車両に対する思いやり運転を心掛けて交通事故を減らしましょう。

安全を つなげて広げて
事故ゼロへ

☎ 危機対策課
(32) 1361

広告欄

草刈り

- 100坪以内 ...27,500円(税込)
- +50坪ごとに ...+5,500円(税込)
- 処分代 ...5,500円～(税込)

★適格請求書発行事業者
★賠償責任保険 完備

お見積り無料です！
剪定や伐採、その他もお気軽にご相談ください！

詳しくは、HPへ！
おてつだいや さくちゃん

☎ 080-1353-6865
8時～19時(日曜定休) 伊東市池640-28

贈り物の専門店

- ・中元・歳暮・結婚・出産
- ・快気・入進学内祝・成人
- ・御礼 etc...

カタログギフト多数取り揃えております

◀カタログ無料でお届けします。お気軽にお電話ください。▶

東海バスグループ **apide** ギフトプラザ伊東

伊東市東松原町16-2(東海館前) ●駐車場完備
営業時間/10:00～18:00 店舗横の三井のリパーク
定休日/日曜日、祝日 伊東東松原町駐車場

☎ 0120-059-096

「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。



バスの車内事故防止 についてのお願い

7月は走行中のバス車内での事故を防止するため、「車内事故防止キャンペーン」を実施しています。

走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをする場合があります。降りる際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席を立ってください。

また、バスは安全運転に徹していますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。満席のため、立って利用する場合には、手すりやつり革にしっかりとつかまってください。

バスの車内事故防止に皆さんのご理解とご協力をお願いします。

中部運輸局 静岡運輸支局

静岡県バス協会

054(255)9281



静岡県下水道排水設備 工事責任技術者試験

県内で公共下水道に接続する排水設備工事を行う工事店には、県下水道協会に登録している下水道排水設備工事責

任技術者の専属が義務付けられています。

県下水道協会では、責任技術者資格の取得希望者を対象に試験を実施します。

試験日 10月16日(水)

会場 静岡商工会議所静岡事務所会館(静岡市葵区)

受験願書配布 7月1日(月)から市役所低層棟2階下水道課で配布

※県下水道協会と、協会会員となつている県内他市町の下水道担当課でも受け取れます。

受験資格 学歴に応じた実務経験を有する人

申込期間 7月16日(火)～31日(水)

受験手数料 7000円

◆受験に関する講習会(任意参加)

講習日 9月19日(木)

講習会場 静岡商工会議所静岡事務所会館(静岡市葵区)

講習手数料 5000円

※受験講習会を希望する人は、受験と併せて申込みをしてください。

静岡県下水道協会

054(251)2870

下水道課
1821

募

天城霊園墓所使用者募集

募集区画 普通墓所・芝生墓所

墓所使用料

・市内居住者 43万円

・市外居住者 60万2千円

墓所管理料

・普通墓所 年額5500円

・芝生墓所 年額6600円

申込資格 市税などの完納者で、天城霊園合葬式墓地を使用していない次の各区分の要件に該当する人

◆市内居住者

・使用申請の日から起算して1年以上前から本市に居住し、住民基本台帳に記載されている人

◆市外居住者

・本市に本籍がある人又はあった人

・本市の住民基本台帳に記載されていないが、本市に住宅があり、1年以上居住している人

・本市に転入後1年未満の人で、転入後に焼骨などが生じ、埋葬する場所がない人

申込み 申請書類を申請者又は家族が、振興公社窓口(観光会館2階)へ直接提出し

募

夏休み親子手話教室

子どもたちが手話を学ぶことで、市内に手話で生活をしている人たちがいることを知り、交流しながら簡単なコミュニケーションを取る方法を学びます。困っている人を見かけたら、ちょっとした手助けができる心遣いや方法を学ぶことができます。

対象 市内の小学校4年生～6年生

日時 8月3日(土) ①13時～15時 ②18時～20時

会場 市役所8階大会議室

定員 ①②各先着親子20組

申込み 7月1日(月)～19日(金)に電話で左記へ。

振興公社

37)7135

社会福祉課

1532

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 山田康太法律事務所

TEL0557-48-7370

初回相談無料

司法書士 山田康太
伊東市川原1216番地の30

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。



伊豆半島シオ検定3級

魅力あふれる伊豆半島ジオパークのことを深く知るための検定です。

楽しみながら伊豆のことを学べる、毎年数百人が受検する人気のご当地検定です。

受検期間 7月16日(火)～8月31日(土) (当日消印有効)

受検資格 どなたでも受検可
受検方法

①7月16日(火)以降に伊豆半島ジオパークホームページ (<https://izugeopark.org/enjoy/izugeo-kenitei/>) からオンライン受検

②ホームページ又は観光課窓口などで問題と解答用紙を入手し、解答用紙と返信用封筒(94円分の切手貼付)を郵送で提出

提出先 〒410-2416 伊豆市修善寺838-1 「シオ検定」係

※問題を解くに当たって、書籍やインターネットで調べたり良いです。ただし、電話などで関係機関へのお問い合わせはご遠慮ください。

受検料 無料(合格証を希望)

する場合は800円の手数料がかかります。)

合否 50問中35問以上正解で合格。9月上旬に結果を通知します。



伊豆半島ジオパークホームページはこちら

美しい伊豆創造センタージオパーク推進部
☎0558(72)0520

募 介護の仕事の新たな担い手を養成するための研修

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 8月2日(金) 9時～17時 (1時間の昼休憩有り)

会場 広野MCビル(広野1-3-26)

参加費 無料
定員 先着10人

内容 介護福祉士やホームヘルパーなどの資格がなく

ても、本研修を修了すること、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 7月12日(金)～26日(金)に電話で左記へ。

☎高年齢者福祉課 (32)1561

募 駿東伊豆消防組合 職員募集

職種 消防官

採用人数 若干人
採用日 令和7年4月1日
試験日

・9月22日(日・祝) 適性検査、教養試験

・9月23日(月・振休) 体力試験

会場 沼津市内

受験資格 日本国籍を有し、健康で、地方公務員法第16条の欠格事項に該当しない次の人

・**大学卒** 大学卒業以上の学歴(7年3月末卒業見込みを含む。)を有し、平成8年4月2日以降生まれの人

・**短大卒** 短期大学又は高等専門学校を卒業(7年3月末卒業見込みを含む。)

し

た、平成10年4月2日以降生まれの人

※卒業により「専門士」の称号が付与される専門学校を含みます。また、4年制大学を中退し、2年間の在学かつ62単位以上履修した人も含みます。

・**高校卒** 高等学校を卒業(7年3月末卒業見込みを含む。)した、平成12年4月2日～平成19年4月1日生まれの人

申込み 申込書に必要事項を自筆で記入し、持参又は郵送により提出してください。

受付期間 7月22日(月)～8月9日(金)

※持参の場合は、8時30分～17時(土日を除く。)

※郵送の場合は、申込最終日消印有効

※申込書は7月8日(月)以降、郵送による請求又は伊東消防署などで配布



駿東伊豆消防本部ホームページはこちら

☎駿東伊豆消防本部総務課 055(920)9100

広告欄

庭木1本から承ります!

植木のプロフェッショナルがお伺いします!

お客様への約束 庭木1本より明瞭料金 トイレはお借りしません 土日でもOKです お茶はご遠慮します

広報いとうをご利用の方へ 生垣の剪定(長さ高さ1m2m) 通常2,200円を 初回限定先着10名様 1,100円(税込)

1本からの出張サービス **ガーデンプロフェッショナルズ** 静岡興店 伊豆市本立野436

☎0120-61-4128 お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

9:00~17:00

あなたに代わって片付けます

片付け

株式会社かんだうサービス 会社ホームページ スマホカメラで撮り取り

遺品整理 終活整理 特殊清掃 整理収納 ゴミ屋敷 不用品回収

家財整理・片付け **かんだうサービス** 0120-35-9930

本社:伊東市岡 倉庫および事務所:伊東市萩

「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。

募 按針祭協賛美術展「伊東アンデパンダン2024」

【美術展の開催】

期間 8月1日(木)～16日(金)

8時30分～17時15分(最終日は14時まで)

※土日・祝日・振替休日の市役所閉庁日は観覧できません。

会場 市役所1階市民ロビー

【作品の募集】

申込締切 7月13日(土)

申込先 〒414-0001

宇佐美539-1 伊東アンデパンダン2024事務局 杉田正文

☎ FAX(47)0524

参加費 1人500円

〒伊東アンデパンダン2024事務局 杉田正文

☎(47)0524

募 第28回静岡県すこやか長寿祭美術展作品を募集

全出品作品を県立美術館に展示します。ねんりんピック岐阜2025美術展の選考会です。

対象 県内在住で昭和41年4月1日以前に生まれたア

マチュアの人が創作した未発表作品

募集部門 日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真(6部門)

出品料 2000円(1人1部門につき1点に限る、複数部門の出品可)

応募締切 9月30日(月)

申込み 左記のホームページから申込みをしてください。

※ホームページは6月下旬に公開予定です。



公益財団法人
しずおか健康長寿財団
ホームページは
こちらから

☎ 054(253)4221

募 第27回伊東大田楽参加者募集

対象 市内又は近郊在住で、稽古に休まず参加できる人

募集内容

・Aグループ スタッフ(運営、装着着付け、楽屋準備など)

・Bグループ 楽隊 笛(経験者に限る。)

・Cグループ 楽隊 タム

(経験者に限る。)

・Dグループ 番楽躍り手(小学生以上)

参加費用

・Aグループ 無料

・B、C、Dグループ 各4000円

【公演】

日時 9月14日(土) 16時開演

会場 観光会館

【説明会】

日時 7月6日(土) 19時～

会場 市役所8階大会議室

※参加希望の人は説明会に出席してください。

【稽古】

日時 7月13日～8月3日、8月17日、24日、9月7日の各土曜日 19時～21時

会場 市民体育センター

☎ 054(253)4221

募集期間 7月13日～8月3日、8月17日、24日、9月7日の各土曜日 19時～21時

授与します。発表は10月上旬、入選作品は「文芸伊東」に収録します(小説・随筆は優秀作品のみ)。作品は自作で未発表のものに限りません。

各種目の制限、応募方法については生涯学習課配布の要項をご確認ください。

種目 小説・随筆・詩・短歌・俳句・川柳(川柳のみ題「忘れる」)

資格 市内在住・在勤の人

締切り 8月22日(木) 17時15分必着

芸術祭・フォトコンテスト

10月5日(土)～6日(日)に開催される芸術祭フォトコンテストの出品申込みを受け付けています。写真家の萩原和幸氏による審査で、市長賞などの賞を授与します。申込みは、専用の出品票の提出が必要です。

写真の規格や搬入方法については、生涯学習課配布の要項をご確認ください。

資格 市内在住・在勤で作品の搬入・搬出が可能な人

締切り 8月22日(木) 17時15分必着

☎(32)1964

☎(32)1964

☎(32)1964

☎(32)1964

☎(32)1964

☎(32)1964

☎(32)1964

広告欄

美顔専門
ソニックエステフルコース体験
初回限定 1100円
公式LINEからご予約できます！
ソレイユHP
ソレイユ
伊東市高戸908-111-101
0557-51-6652

大原ガーデニア入居者募集中 / Apartment for Rent
海を望む洒落た外観の建物
伊東市役所まで徒歩4分
伊東警察署まで徒歩5分
Ocean view on top hill
4 min walk to city hall
5 min walk to police office
<< お問い合わせ先 / CONTACT >>
株式会社ジェムストーンズ
TEL: 03-5549-6160
Mail: info@gemstones.co.jp
2DK / 45㎡ / 月額 4.5万円～

「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。

募 地域のお仕事発見！
小学生職場体験講座

対象 小学校3年生～6年生と保護者
日 7月25日(木)～8月25日(日)
会場 県東部地域(伊東市他)の各会場
※日時と会場は講座の内容によって異なります。
内容 体験講座の詳細(内容、定員、参加料など)は県東部地域局ホームページから。



県東部地域局のホームページはこちら

☎055(920)2014
県東部地域局

納付相談会

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：①②7月20日(土)
①②8時30分～正午
夜間：①7月18日(木)
①17時30分～19時

人口と世帯数

5/31現在 () 前月比
人口 64,935人 (-92)
男 30,802人 (-41)
女 34,133人 (-51)
世帯数 35,771世帯 (-36)

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



7月4日(休)
10時～11時45分
13時～15時30分
市役所

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

募 伊東市再就職
パソコン講座

対象 ①初心者の人、②70歳以下の人、③全日程出席できる人
日 8月8日(木)～30日(金)の土日・祝日・振替休日と14日(水)を除く15日間
時間 10時～16時
会場 伊東高等職業訓練校
定員 17人
費用 5830円(テキストト代)
申込み 7月17日(水)までに電話で左記へ(9時～17時 土日・祝日除く)。
※応募者は、7月25日(木)に面接を行います(後日通知)。

☎伊東高等職業訓練校
☎(37)8916

募 上級救命講習の
お知らせ

心肺蘇生や自動体外式除細動器(AED)の使い方など、応急手当を習得するための救命講習を開催します。
対象 駿東伊豆消防本部管内に居住・在学する中学生以上又は事業所などに勤務する人
日時 8月18日(日) 9時～17時
会場 伊東消防署
定員 先着20人
費用 無料
申込み 7月18日(木)～8月15日(木)に、電話で左記へ。

☎伊東消防署
☎(38)0119

募 ファミリー・
ボウリング教室

日時 7月26日～8月23日の各金曜日 19時～20時30分(計5回)
会場 ダンコーエン・ボウリングセンター
対象 小学校3年生以上
定員 16人(応募多数時抽選) 個人・親子での参加可
参加費 1500円
持ち物 運動のできる服装、筆記用具
申込み 往復ハガキに氏名、年齢(学年)、住所、電話番号を記入の上、〒414-0024 和田1-16-1 振興公社「ファミリー・ボウリング教室係」まで。
締切り 7月16日(火)必着

☎振興公社
☎(37)7135

広告欄

町の便利屋さん
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・一般雑用
お見積無料！
保険も完備！
☎090-8862-2959 (作中) ☎0557-51-2392 伊東市富戸439-4

社会福祉法人 春栄会
ケアセンターうばめ櫛伊東
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

「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。

みんなの暦

令和6年(2024年) 7月(文月)

■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 赤口 半夏生 伊東温泉浴衣レンタルスペース“ゆかたび” (~9/30)	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 赤口 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
7 先勝 第69回松川トライ乗り競走	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口	13 先勝
14 友引	15 先負 海の日	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝 土曜	20 友引
21 先負	22 仏滅 大暑	23 大安	24 赤口 広報いとう8月号 配布予定日	25 先勝	26 友引 伊東温泉「夢花火」Part1 夕涼みわくわく市 (~28)	27 先負 伊東温泉「夢花火」Part2
28 仏滅 伊東温泉「夢花火」Part3	29 大安	30 赤口	31 先勝	今月の納税 納期限は7月31日(水) <input type="checkbox"/> 固定資産税 2期 <input type="checkbox"/> 国民健康保険税 1期 ⑧収納課 ☎32-1291		

伊東温泉競輪開催日

♥…ガールズケイリン含む本場開催

⑧伊東温泉競輪場 ☎37-4260

7月		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	31
		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	金	土	日	月	火	水
本場	昼間															モーニング♥																
	ナイター	ミッドナイト																					ミッドナイト♥									
場外	昼間	豊橋F I (JC)			小松島記念								西武園F I			立川F I (関東C)			福井記念				大宮F I		和歌山F I	豊橋F I						
				青森F I									● 広島F I (in玉野、西C)			岐阜F I		熊本F I					広島F I (in玉野)		弥彦F I							
	ナイター	▲		宇都宮F I									SNF G II (松戸)					平塚F I					別府記念		川崎F I							

●…豊橋モーニング ▲…いわきF I ※昼の開催終了後、場外記念・G IIIナイターは西口のみ販売、場外F I・F IIナイターは販売を終了します。



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

休日(日曜・祝日) 当番医	内科	外科	小児科
7(日)	横山医院 ☎35-0431	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	
14(日)	山本医院 ☎47-5566	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200	山本医院 ☎47-5566
15(月)	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000	木村整形外科クリニック ☎32-0600	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000
21(日)	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622
28(日)	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811	許田医院 ☎37-5071	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。
- 次のときは、来院前に電話で受診が可能かご確認ください。
 - ・内科当番医で小児科を受診するとき。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。
 - ・発熱などで当番医を受診するとき。
- 日曜日当番医及び夜間救急医療センター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・休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:7月1日(月)から各回前開庁日15時まで (要電話予約8人) 5日(金) 8時45分~11時30分/高橋省吾 弁護士 9日(火) 8時45分~11時30分/瀬野俊之 弁護士 16日(火) 8時45分~11時30分/東端克博 弁護士 25日(木) 8時45分~11時30分/高山 功 弁護士	■交通事故相談 16日(火) 13時~15時30分/本多孝士 弁護士 (7月12日(金)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(水) 13時~15時/山城雄二 税理士	■行政相談 18日(木) 13時~15時/山下えり子・村上 靖 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) 4日(木) 10時~正午/鬼頭幸一 司法書士	■行政手続の相談 (NPO法人設立・相続関係・成年後見) 10日(水) 10時~正午/行政書士会
■人権相談 4日(木) 13時~15時/富永博道・上原直枝 人権擁護委員	■土地家屋調査士の相談 (表示登記・土地測量・隣地境界) 10日(水) 10時~正午/土地家屋調査士会
	■市民不動産相談 *今月はありません。

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		
18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)		
11日(木) 10時~14時30分/三島年金事務所	市役所5階中会議室	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(木) 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		
5日(金) 14時~15時30分	観光会館第4会議室	社会福祉課 ☎32-1533
17日(水) 10時~15時	玖須美温泉会館	
16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		
1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		
24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		
12日(金) 9時30分~12時30分	市役所3階小会議室	企画課 ☎32-1062

保険年金課からのお知らせ

後期高齢者医療制度

保険料決定通知について

5月末時点で加入している人の保険料は、8月中旬までに決定して通知します。6月以降に加入した人には9月以降に通知します。

保険料率と賦課限度額

保険料は、加入者全員が等しく負担する均等割額と所得に応じて負担する所得割額を合計し、一人一人計算されます。保険料率は2年ごとに改定され、6年度は次のとおりです。

均等割額 4万7000円
所得割率 9・49%

※5年の基礎控除後の総所得金額等が58万円を超えない人に対しての6年度の所得率は8・8%とする措置が講じられます。

保険料 均等割額+所得割額
＝4万7000円+(前年の総所得金額等)×43万円)

×9・49%
賦課限度額 80万円

※次の人は6年度の賦課限度額を73万円とする措置が講じられます。

- ・昭和24年3月31日以前生まれの人
- ・7年3月31日以前に高齢者の医療の確保に関する法律第50条第2号の認定(障害認定)を受け、被保険者の資格を有している人(ただし、昭和24年4月1日～昭和25年3月31日に生まれた人で75歳に達した後に、当該認定を受けた広域連合の区域内に住所を有しなくなった人を除きます。)

均等割の軽減

世帯の所得により、次のとおり軽減されます。均等割額の軽減判定時には、保険料がかかる年の1月1日現在で65歳以上の人の公的年金等にかかる所得からは、さらに15万円を控除します。

軽減割合	世帯主と全ての被保険者の前年の総所得金額等の合計額
7割	43万円+10万円×(給与所得者等の数※-1)以下
5割	43万円+(29万5千円×被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数※-1)以下
2割	43万円+(54万5千円×被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数※-1)以下

※給与所得者等とは、一定の給与所得(給与収入55万円超)と公的年金等に係る所得(公的年金等の収入金額60万円超(65歳未満)又は125万円超(65歳以上))を有する人

被保険者証の更新

現在の保険証の有効期限は7月31日です。8月1日から使用する保険証は7月下旬までに送付します。保険証の上側の色は、**緑色**に変わります。

減額認定証などの更新

減額認定証(※1)と限度額適用認定証(※2)の有効期限は7月31日です。8月1日以降も引き続き交付対象となる場合は、7月下旬に新しい認定証を送付します。新たに交付を希望する場合は保険年金課への申請が必要です。

※1 入院時の食事代などを減額するための認定証です。

交付対象は世帯全員が住民税非課税の場合です。

※2 医療機関などへの支払を自己負担限度額までとするための認定証です。交付対象となるのは世帯の被保険者のうち、最も住民税課税所得が高い人の当該所得が14万5千円以上6万9千円未満である場合です。

☎後期高齢者医療係
(32)1624

国民健康保険

被保険者証の更新

8月1日から保険証が更新されます。

70歳未満の人には「**保険証**」を、70歳以上の人には5年中の所得をもとに負担割合を決定した「**保険証兼高齢受給者証**」を、7月下旬に送付予定です。保険証兼高齢受給者証は保険証と同じサイズです。保険証がお手元に届いたら、住所、氏名、生年月日などに間違いがないかご確認ください。期限切れのものは、ご自身で処分するか、保険年金課へ返却してください。

【国保税を納めていない場合】

災害など特別な理由がなく国保税を滞納していると、短期保険証や資格証明書の発行を受けることがあります。

☎国民健康保険係(資格・税額など)
(32)1622

☎収納課(納付・口座振替など)
(32)1291

限度額適用認定証の申請

5年8月1日以降に発行した限度額適用認定証は、7月31日が有効期限です。7月中旬以降から、8月以降の限度額適用認定証の申請受付を開始します。

申請に必要なもの 対象者の国民健康保険証

申請場所 市役所1階保険年金課・各出張所(出張所での申請は郵送交付となります。)

※国民健康保険税に未納があると限度額適用認定証は発行できません。

※70歳以上の人は限度額適用認定証が必要でない人もいます。事前にご確認ください。

☎国民健康保険係
(32)1621

12月2日から現行の保険証は発行されなくなります。 マイナンバーカードを保険証として登録し、ご利用ください。

マイナ保険証のメリット

- ①医療費を20円節約できます
紙の保険証よりも医療費を節約でき、自己負担も低くなります。
- ②より良い医療を受けることができます
過去のお薬情報や健康診断の結果を見られるようになるため、身体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることが出来ます。また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうことも出来ます。
- ③手続なしで高額医療の限度額を超える支払を免除します
限度額認定証などがなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。
- ④オンラインで医療費控除がより簡単になります
マイナポータルを通じた医療費通知情報の自動入力で、確定申告の医療費控除がより簡単になります。
※マイナポータルとは、パソコンやスマートフォンを使用した行政手続のオンライン窓口のことをいいます。
- ⑤保険証としてずっと使えます
就職・転職・引越をしても保険証として継続して使えます。ただし、医療保険者が変わる場合は、加入の届出がこれまでと同様に必要です。

マイナ保険証を保有していない人

- ・申請することなく「資格確認書」が交付され、引き続き、医療を受けることが可能です。
- ・12月1日の時点でお手元にある有効な保険証は、保険証に記載の有効期限までは使用可能です。

マイナンバーカードの 保険証利用の登録方法

- ①マイナンバーカードを申請
 - (1)オンライン申請
(パソコン・スマートフォンから)
 - (2)郵便による申請
 - (3)まちなかの証明写真機からの申請
- ②マイナンバーカードを保険証として登録
 - (1)医療機関・薬局の受付のカードリーダーで登録
 - (2)マイナポータルで登録
 - (3)セブン銀行ATMで登録

よくあるご質問

Q マイナンバーカードは安全なの？

A マイナンバーカードのICチップには保険証情報や医療情報自体は入っていません。紛失・盗難の場合はいつでも一時利用停止ができ、暗証番号は一定回数間違えると機能がロックされます。不正に情報を読み出そうとするとチップが壊れる仕組みがあります。

Q マイナンバーカードを保険証として利用するためにはどうしたらいいの？

A マイナンバーカードを保険証として利用するためには、利用登録が必要です。初めて医療機関を受診する際も顔認証付きカードリーダーの画面で、そのまま初回の利用登録ができます。

Q どうやって受付するの？

A マイナ受付は顔認証付きカードリーダーで行います。マイナンバーカードを読み取り口に置くと受付が始まりますので、画面の指示に沿って受付をしてください。

☎マイナンバー
総合フリーダイヤル
☎0120-95-0178
【平日】 9時30分～20時
【土日・祝日】 9時30分～
17時30分(年末年始を除く。)

☎保険年金課
国民健康保険係
(資格・税額など)
☎32-1621

☎保険年金課
後期高齢者医療係
☎32-1624



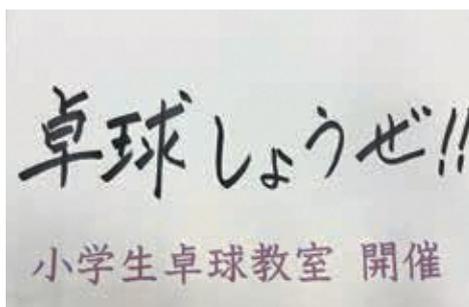
マイナンバー

ワクワク伝言板

生涯学習課 ☎32-1962
FAX37-8117

イベント告知

◆伊東卓球クラブ(I.T.C)◆



代表者・連絡先 濱田修一郎
☎090-3959-5652

日時 毎週火曜日 19時～21時

会場 市民体育センター

費用 毎回50円

内容 初心者対象の小学生卓球教室を開催します。ラケットなどの用具は貸与します。保護者同伴で気軽にご参加ください。

はたちしき 二十歳式実行委員募集

一生に一度の^{はたちしき}二十歳式を、
自らの手で作ってみませんか？



市では今年度も20歳を迎える人を対象として「^{はたちしき}二十歳式」を実施します。人生の節目となる「20歳」の記念に、あなたのアイデアを盛り込んだ^{はたちしき}二十歳式を企画・運営してみませんか。

皆さんと協力して思い出に残る^{はたちしき}二十歳式を開催したいと考えています。ご友人をお誘い合わせのうえ、ぜひご応募ください。

対象 平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの人

活動期間 8月～7年1月

内容 ^{はたちしき}二十歳式(式典)の企画・運営を自分たちの手で行います。月1～2回程度、実行委員会を行う予定です。

申込み 8月16日(金)までに右記の入力フォームから必要事項を記載し申込みをしてください。

生涯学習課 ☎32-1961

✉gakusyu@city.ito.shizuoka.jp



入力フォームは
こちらから

としょかんだより

伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



「日本の美しいかき氷」

小池隆介／旭屋出版

蒸し暑くなると、食べたくなるもの…といえば、かき氷。最近では、SNS映えのするさまざまなかき氷もたくさん。どんなに美しい姿でも、出来上がりから、食べ頃まではほんのわずかな時間。じっくり眺める時間はありません。そんな儂い一瞬を閉じ込めた一冊です。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	ゆうびんの父	門井慶喜
2	女の国会	新川帆立
3	さまよえる神剣	玉岡かおる
4	対決	月村了衛
5	川が流れるように	シェリー・リード
6	花と夢	ツェリン・ヤンキー
7	しごとのどうぐ	三浦太郎
8	机の下のウサキチ	岡田 淳

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかん information

■お知らせ

生涯学習センター中央会館4階に子ども図書室ができました。開室日時は毎週水・土・日曜日、10時～正午です。親子でおしゃべりしながら、本を選ぶことができます。

■今月の休館日

毎週月曜日、7月31日(水)

あなたに合った働き方で地域ワーク

家事や子育ての
合間にできる
スキマ時間に!



転職活動中の
収入源や
就職先探しに!



副業・兼業や
新しい体験の
ために!



どんな人が利用しているの? **利用者の声**をご紹介します!

履歴書面接不要ですぐ働けるのが魅力!

応募するまでは不安もありましたが、事前に担当者へチャットで質問ができ、安心して勤務ができました。本業のスキマ時間に、週1~2回、接客・調理補助や清掃などをして、マッチボックスを活用しています。簡単に始められるので同世代の方にもおすすめしたいです。



(50代女性)

単発のお仕事ってどんな感じ? **求人企業の声**をご紹介します!

繁忙期や急な欠員が出たときに活用しています。

マッチボックスの魅力は一期一会で、短時間でも真剣に働いてくれる方がいることです。プロフィールの記入やチャットでの受け答えがきちんとできている人を重視し採用しています。勤務の前にお互いを見極められるのが大きなメリット。他の事業者へもおすすすめしたいです。



有限会社十字屋
(クリーニング業)

実施主体: 静岡県・伊東市 この事業は静岡県主催のしずワーク事業に関連する取り組みです。 受託業者: 株式会社Matchbox Technologies (マッチボックステクノロジーズ)

詳しくは
公式サイトを
ご覧ください。



求職者の方

まずは簡単登録!
ご利用は公式サイトから。



事業者の方

お問い合わせ: 運営事務局 株式会社Matchbox Technologies
 ☎ 0120-425-362 (平日10:00~18:00)
 ✉ ito-info@matchbox.jp



ご注意ください!
消費者トラブル

**サンプルのはずが
意図せぬ定期購入に**

消費生活センター ☎52-3362
 平日9時~正午、13時~16時 市役所低層棟2階
 土日・祝日は消費者ホットライン ☎188

新聞の折込広告で通常半額の「拡大鏡」を見つけ、販売業者に注文の電話をした。その際「目に良いサプリメントのサンプルを送る。」と言われた。

後日拡大鏡とサプリメントが届いたが、同封の「明細書兼請求書」には、拡大鏡が「プレゼント」、サプリメントが約3千円と記載されていた。

その後2か月連続、同じサプリメントが届いたので、おかしいと思い「明細書兼請求書」を改めて確認すると「1年定期」と記載があった。注文した覚えはない。

(80歳代)

ひとこと助言

- 新聞広告の通販やテレビショッピングなどの電話注文時に、別の商品やサンプルなどを勧められ承諾したところ、そちらが主契約の定期購入になっていたという相談が寄せられています。
- たとえサンプルであっても注文品以外のものを勧められたら、興味がなければきっぱり断り、興味を持った場合も、定期購入になっていないかなどの詳細を確認し、説明が理解できなければ断りましょう。
- 商品到着後は、明細書などで定期購入契約になっていないか確認することが大切です。意図せず定期購入になっていたら、すぐに、販売業者に申し込んでいないことを伝えましょう。
- 困ったときは、消費生活センターにご相談ください。

出典: 独立行政法人国民生活センター 見守り新鮮情報

YUKATA RENTAL SERVICE 'YUKATABI'

伊東温泉 HIKARI to YUKATA にぎわい演出事業実行委員会



【ゆかたび公式HP】

7月1日(月)～9月30日(月)

旧駅前観光案内所(湯川1丁目8-3 1階)にて営業予定

(事前予約推奨)

※詳細はHPをご覧ください。

奥野ダム一日ダム教室

ダムの中でひんやり体験！

日時 7月31日(水) 10時～13時30分

会場 奥野ダム

※会場に駐車場はありません。自家用車でお越しの場合は「伊東温泉競輪場東口駐車場」から、電車でお越しの場合は「伊東駅」からマイクロバスをご利用ください。

申込み 不要

受付 奥野ダム管理所前

内容 洪水を防止し、水道用水を確保している奥野ダムの普段は見ることができない施設の見学(ダム底トンネル、小水力発電設備など)を通じてダムについて学んでみませんか。当日は、木工教室、小型建設機械展示、竹炭の配布なども実施します。



奥野ダムの
ホームページは
こちらから

①奥野ダム管理所(熱海土木事務所)
☎38-0711 (9時30分～16時)

アイドル登場

きょうだいで仲良くハイポーズ



いっせい
一歳くん(5歳)

よう
葉くん(2歳)

ななこ
椰々子ちゃん(7か月)