



特集

認知症の人にやさしいまちは 誰にとっても住みやすいまち



市公式
メルマガ



市公式
X



市公式
Facebook



市公式
LINE

- 認知症の人にやさしいまちは誰にとっても
住みやすいまち 2~5 P
- 伊東市表彰式 19 P



特集 「認知症の人にやさしいまち是谁にとっても住みやすいまち」

あなたは「認知症」と聞くと、どのようなイメージを持ちますか？

これまで、「認知症」は、何もうできなくなる人、何も分からなくなる人、と思われていました。実際には、認知症の人の声に耳を傾け、行動を確認すると、認知症の人は、何もできなくなる人、ではなく、できないこともあるけど、できることもたくさんある人、ということが分かってきました。このように認知症の人本人の声を聞き、認知症に関する正しい知識を啓発する取組が全国で広がり、本年1月1日には「共生社会の実現を推進するための認知症基本法（※1）」が施行されました。しかし、いまだに「認知症」と診断されると、ネガティブなイメージが先行し、診断されたことを誰にも言えずにふさぎ込んでしまう、また、何かおかしいと思っても怖くて受診できないという人も少なくありません。

認知症の初期又は疑いにおける市の認知症ケア

そこで、市では、認知症と診断されても認知症と共に生きることを前向きに捉えられようとする取組を推進するため、2年度から各圏域に認知症地域支援推進員（4P参照）を

増員し、4年度からはチームオレンジ（5P参照）を結成しました。

また、診断後支援の充実を図ることを目的として、介護保険サービスを利用しておらず軽度認知障害（MCI※2）と診断された人などを対象に、畑作業や他者との交流を通して、症状の改善や進行を遅らせることを目的とした介護予防事業（通称）「富戸ケアファーム」を5年度から開始しています。活動は、週1回2時間程度で、内容としては、参加者自らが何を育てたいのかなど「やりたいこと」を尊重しながら、種まき・除草・収穫などの一連の作業を楽しみながら行い、時には、自分たちで育てた野菜を使って、ピザ窯でピザを焼くなどのイベントも企画しています。

※1 認知症基本法の目的：「認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進」すること

※2 MCIとは：健常者と認知症の中間に当たるグレーゾーンの段階。症状の程度が軽く、認知症までは進行していない状態です。そのため周囲の人からの支えがあれば、日常生活にはさほどの支障はありません。

・参加者A（80代男性）

「みんなで話をしたり、一緒に歌ったり、そういうのが良い。毎週木曜日が楽しみです。畑をやっているから頭を使って認知症に良いと思う。高齢になると頭を使わなくなるし、物忘れしやすい。僕の考えだけど、自分の頭で考えることが良いと思う。」

・参加者B（80代女性）

「家の中じゃなくて、外の雰囲気は自然に会話がはずんで楽しい。」

ケアファーム参加者の

声



・参加者家族（子）

「一人で取り組む認知症予防にはあまり興味を示さないけど、ケアファームは楽しんで参加している。もしもケアファームがなかったら、家でぼーっとしてしまうことが増えて、家族以外の人との関わりがなかったかもしれない。」

これからの認知症予防 〜共生と予防〜

日本は豊かで平和な社会となり、世界で最も高齢化した国になりました。一方で、年を取れば誰でも認知症になる可能性はあるので、認知症あるいはその前段階の軽度認知障害の人は今後1千万人（日本人の10人に1人）を超える予想されています。

医学が進んでいるから大丈夫だと思ふ人もいるかもしれませんが。しかし、医学は進歩していますが、糖尿病の患者さんは増えています。これは高齢化の速度が医学の進歩よりも早いからです。2020年代に入り、アルツハイマー型認知症の進行を少し遅らせる薬剤がとうとう実用化されました。そのため、初期で症状がとどまり、認知症と共に生きる人はますます増えるでしょう。

そろそろ考え方を変えなければなりません。認知症にならないのではなく、「なっても大丈夫な世の中にする。」ことが最先端の課題になりました。これは日本語では共生、英語ではliving well with dementia（認知症と共に良く生きる）といいます。私のような専門家から見れば、「一生認知症にならない。」というのは「死なない。」と同じで夢物語です。私たちは人間なので、長生きをすれば認知症になる、という事実から目を背けてはなりません。ただし「いつなるか。」は人によって異なります。予防とは、「少しでも遅く認知症になる。」という意味です。

Interview

認知症ケアの専門医に
お話を聞きました！



おかむら つよし
岡村 毅 さん
(東京都健康長寿医療
センター研究所 副部長)

富戸ケアファームでは事業開始当初から認知症ケア研究の先駆者である東京都健康長寿医療センター研究所の研究チームが効果検証に入り、事業内容の充実を図っています。岡村毅さんにこれからの認知症予防・ケアについて、本市の「富戸ケアファーム」の取組も交えながらお話を伺いました。

【プロフィール】

昭和52年米国生まれ、平成14年東京大学医学部を卒業し医師免許取得。

東京大学大学院にて医学博士取得。精神神経学会専門医・指導医、老年精神医学会専門医・指導医、精神保健指定医の資格を持つ。都内の救命救急センター、東京大学医学部助教を経て、現在は東京都健康長寿医療センター研究所チームリーダーとして主に高齢者のメンタルヘルスの研究に従事する。

上智大学グリーンケア研究所非常勤講師、東京大学非常勤講師、大正大学地域構想研究所非常勤所員を兼務する。

またNPO法人ふるさとへの会の顧問として、ホームレス支援に従事する。

認知症予防に大切なこと

では、認知症になるのを少しでも遅らせるにはどうすればよいのでしょうか？ 認知症になっても大丈夫な世の中とはどのようなものなのでしょうか？

実は認知機能は低下していても普通に暮らしている人はいます。認知機能テストを受けると点数は低く、頭のCT検査で進行が見られる場合でも、物忘れは多少あるけど普通に生活しています。一方、認知機能テストはそれほど低くなく、頭のCT検査でも大きな異常が見られないにもかかわらず、生活能力が損なわれている人もいます。

鍵は、他人と接点を持っているか、日中の活動をしているか、です。当たり前のことですが、昼間何もせず家に孤独に苦しく過ごしていたら、できることはどんどん少なくなっていくきます。

しかし、そういう人の気持ちも分からなくはないです。病院で認知症と診断されたら、怖くて家に引きこもってしまう、という人もたくさんいます。認知症と診断された後の支援（診断後支援）が最先端の課題になっています。

伊東市は全国に先駆けて、とてつもない事業をしています。認知症疾患医療センターや地域包括支援センターの協力のもと、認知症と診断された人を富戸にあるケアファームにつなぎ、大地の上で仲間と楽しく過ごし、野菜を育て、収穫し、料理し、食べるという事業です。

太陽の下でいつまでも

ケアファームとは、施設に閉じ込めるのではなく、農園で楽しく作業をするケアのことで、オランダやイタリアで行われています。

私も富戸ケアファームに初めて行ったときは驚きました。少し前まで認知症や軽度認知障害と診断されてがっかりしていた人が、楽しく仲間と作業していたからです。歳を取ってもいつまでも仲間と楽しく過ごせる、と勇気をいただきました。残念なことに病院の「患者さん」はどことなく寂しそうです。認知機能テストの点数が低いと、さらに元気を失います。しかし、大地の上、太陽の下ではみんなが対等です。

私たちの研究所がこれまで新潟や東京で行った研究結果でも、ケアファームにより認知機能、人とのつながり、そして生活の質（QOL）が向上することが示されています。このプロジェクトも近く論文で出すこととなり世界にIto（伊東）の名が轟くことでしょう。

おそらく10年後の日本では、高齢になつたら、認知症になるのを少しでも遅らせるためにみんなが農園で作業をする、あるいは認知症になつた後に楽しく過ごすために農園で作業をする、という活動が広く行われていることでしょう。道を切り開いている伊東市には期待しています。

●認知症の相談窓口

市では、認知症について相談できる体制を整えています。「おかしいな」と思ったときには、そのままにするのではなく、お住まいの地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、かかりつけ医、認知症サポート医、認知症疾患医療センターなど身近な専門機関にご相談ください。



●地域包括支援センター

高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点です。高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるようにすることを目的としていますので、認知症に関することを含め、悩みや相談がありましたら、お住まいの地域包括支援センターまでお気軽にご相談ください。



宇佐美圏域
齋藤 いづみ

宇佐美地域包括支援センター

担当地区：宇佐美
所在地：伊東市宇佐美 2405-2
(介護老人保健施設のぞみ内)
電話：48-0640

伊東地域包括支援センター

担当地区：潮川・松原・岡・鎌田
所在地：伊東市桜木町 2-2-3
(伊東市健康福祉センター内)
電話：38-4165

対島地域包括支援センター

担当地区：富戸・八幡野・池・赤沢
所在地：伊東市八幡野 1028-4
(特別養護老人ホーム伊豆高原十字の基内)
電話：55-2872



中央地域包括支援センター

担当地区：秋須美・新井
所在地：伊東市大原 2-1-1
(伊東市役所高齢者福祉課内)
電話：52-3003

小室地域包括支援センター

担当地区：川奈・吉田・萩・十足
所在地：伊東市萩 772-1
(特別養護老人ホーム奥野苑内)
電話：38-8801



中央圏域
川合 玲子



小室圏域
内野 史織



伊東圏域
飯島 由美子



対島圏域
磯崎 亮



高齢者福祉課
(全圏域)
木下 明子

りの力で
る暮らし



©Toshio Iwai



●認知症地域支援推進員

認知症であってもなくても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症の理解を深めるための普及啓発活動をはじめ、認知症の本人やその家族の視点に立った取組や地域づくりを行っています。市内5か所の地域包括支援センター(宇佐美・中央・伊東・小室・対島)と高齢者福祉課に1人ずつ配置されています。

※高齢者福祉課配置の認知症地域支援推進員は在宅医療連携推進コーディネーターとして、各圏域担当は生活支援コーディネーターとしても活動しています。

●認知症かもしれない？ と思ったときに…

認知症に関する情報をまとめたパンフレット「認知症あんしんマップ」を作成しています。市役所や各出張所、各地域包括支援センター、医療機関の窓口などで配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできますので、ぜひご活用ください。

さらに、認知症の早期発見・対応のため、市ホームページ内又は右記の二次元コードを読み取ると「認知症簡易チェックシステム」がご利用いただけます。個人情報への入力不要です。（※利用料無料。通信料は自己負担。）医学的診断をするものではありませんので、結果に関わらず、心配な人はお早めに医療機関にご相談ください。



▼伊東市認知症あんしんマップはこちらから



▼チェックサイトはこちらから



●富戸ケアファームに関する 問い合わせ

MCIと診断された人など、参加条件があります。高齢者福祉課、地域包括支援センター、認知症地域支援推進員へご相談ください。なお、すでに伊東市民病院認知症疾患医療センターに通院中の人は、そちらでも受け付けていますので、通院時にご相談ください。

●市民農園の紹介

(富戸ケアファームの対象ではない人)

市では、誰もが気軽に野菜づくりを通して市民の親睦、交流、健康増進を図ることを目的に、市民農園の貸し出しを行っています。詳細は市ホームページをご覧ください。

▼市ホームページ



つながり
共生す

問 高齢者福祉課
☎32-1561・1562

「たとえ認知症になっても大丈夫」な地域を自分たちで！

●チームオレンジ

認知症サポーター養成講座で学んだことを土台に、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを実践するためのステップアップ講座を受講した認知症サポーターがチームを組んで、認知症の人やその家族のニーズに合った支援につながる取組の名称です。市内ではすでに6つのチームオレンジが結成され、認知症の本人や家族も一緒に役割を持って参加しています。今回は対島圏域の「チームオレンジおはな」の活動を紹介します。認知症の当事者を含む約20人のメンバーが在籍しています。毎月ミーティングを開催し、自分たちができることや地域の課題について話し合い、地域の介護家族の会である「介護者の集い」や認知症高齢者の「見守り訓練」、「認知症カフェ」のボランティアスタッフといった普及啓発、支援活動を行い、認知症になっても安心して生活できる地域づくりに取り組んでいます。

令和7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31年4月2日～令和2年4月1日生まれ
- 2年保育（4歳児）
令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ
- 3年保育（3歳児）
令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ

受付日時

10月9日(水) 13時30分～16時

- ※当日の都合が悪い場合は事前に園へお電話ください。
- ※申込みの際は、入園を希望する園へお子さん同伴でお越しください。
- ※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又は市ホームページをご覧ください。

受付場所

各幼稚園（宇佐美・伊東・吉田・荻・八幡野・池幼稚園、南幼稚園富士見分園）

申込み

入園を希望する園へ、入園申込書・お子さんの住民票（本籍・続柄を省略していないもの）の提出をお願いします。

- ※複数の市立幼稚園を重複しての申込みはできません。
- ☎幼児教育課 ☎32-1952

保育園

対象

保護者が働いている、病気などの理由で、保育を必要とする子ども

各保育園の申込可能年齢

玖須美保育園	平成31年4月2日 以降生まれ(※1)
八幡野保育園	
伊豆栄光荻保育園	
伊豆栄光富戸保育園	
伊豆栄光湯川保育園	
つくし保育園	令和4年4月2日 以降生まれ(※1)
幼保連携型認定こども園	
川奈愛育クラブ(保育部)※2	
伊豆栄光なぎさ保育園(小規模)	
ちゅうりつび保育園(小規模)	
小規模保育所えん(小規模)	平成31年4月2日～ 令和6年4月1日生まれ
富士見保育園	
宇佐美保育園	
広野保育園	

- ※1 入園は生後2か月を過ぎてからになります。
- ※2 認定こども園(幼稚部)は直接施設へ申込みをしてください。

受付日時

10月16日(水)～**10月31日**(木)
9時～17時(土日を除く。)

申込み

申込書は10月1日(火)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。上表で年齢を確認して幼児教育課に提出してください。申込み時点で保育園に在籍している場合は保育園へ提出してください。

☎幼児教育課 ☎32-1951

台風等被災者に対する税制上(又は税制等)の支援について

- 台風・地震などの災害により甚大な被害を受けた人には、被災の程度などによって税金などを軽減又は免除する制度があります。

対象となる市税など

固定資産税・都市計画税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料・個人市民税など

※被災の程度などにより、すべてが減免となるわけではありません。また、減免の対象となるのは、納期限が到来していない税金などに限られます。

減免の手続

減免を受けるためには、納税者などご本人からの申請が必要です。台風、地震などの災害により被害が生じた場合には、納税者などからの申請に基づき被害認定調査などを行い、減免の対象となる可能性が高い人にお知らせをします。まずは、担当までご相談ください。

- 財産が災害を受けたことなどにより、税金を一度に納税できないときは、申請に基づき納税の猶予が認められることがあります。

- 災害・盗難などによって資産に被害を受けた際には、所得税や個人市民税で、所得控除(雑損控除)を受けられる場合があります。

雑損控除の手続

医療費控除などと同じく年末調整では控除できないため、給与所得者の人も「確定申告」又は「市民税申告」が必要です。

※要件や申告方法の詳細については、国税庁のホームページ「災害や盗難などで資産に損害を受けたとき(雑損控除)」をご覧ください。



国税庁
ホームページ

問い合わせ

固定資産税・都市計画税のこと	課税課	☎32-1275・1276
国民健康保険税のこと	保険年金課	☎32-1622
後期高齢者医療保険料のこと		☎32-1624
介護保険料のこと	高齢者福祉課	☎32-1564
個人市民税のこと	課税課	☎32-1271・1272
市税の納付に関すること	収納課	☎32-1291・1292・1293
所得税のこと	熱海税務署	☎81-3515(自動音声案内)



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。

9月の健診・教室	日程
1歳6か月児健康診査 (5年2月生まれ対象)	18日(水)
2歳児健康教室 (4年8月生まれ対象)	17日(火)
3歳児健康診査 (3年8月生まれ対象)	11日(水)

会場：健康福祉センター

☎(32)1582
子育て支援課

子ども医療費受給者証の更新

9月末に、全ての子ども医療費受給資格者に、10月1日から使用できる新しい受給者証を送付します。9月末日までは、今お持ちの受給者証を使用してください。

※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「変更届」を出してください。

☎(32)1581
子育て支援課

児童手当制度改正のお知らせ

児童手当法の一部改正に伴い、6年10月分(6年12月支給分)から児童手当制度が変更となります。主な変更点は次の5つです。

- ①所得制限撤廃
- ②支給対象期間が高校生年代まで延長
- ③第3子以降の手当額の増額
- ④第3子以降の算定に含める対象年齢を22歳到達後の最初の年度末まで延長
- ⑤支給回数を年6回に変更

【申請について】
制度改正により申請が必要

な人と、申請が不要な人がいます。次のア〜エに該当する場合は申請が必要です。

ア所得上限限度額以上の所得があり、支給対象外となっている人

イ高校生年代の児童のみを養育している人

ウ現在児童手当を受給している、児童の兄弟など(18歳到達後の最初の年度末の翌日から22歳到達後の最初の年度末までの子)を含めて3人以上の子を養育している人

エ現在児童手当を受給していない、子育て支援課に登録のない児童(0歳から高校生年代まで)を養育している人



詳細は市ホームページから

※公務員の申請先は所属庁となります。ご自身の所属庁にご確認ください。

☎(32)1581
子育て支援課

未就園児を対象にした10月の幼稚園施設開放

市立幼稚園では、来年度の入園児を対象にした施設の開放を年4回程度実施します。

入園前から園や集団の雰囲気味わう良い機会ですので、お気軽にお出かけください。

※次回は11月に開催を予定
対象 3年4月2日〜4年4月1日生まれの子ども

内容・時間 各園にお問い合わせください。

申込み 希望する園に電話で、感染症の拡大状況によっては、予告なく中止となる場合があります。

10月の幼稚園施設開放日		
日程	幼稚園施設	電話番号
2日(水)	池幼稚園	54-0296
	吉田幼稚園	45-0430
	富士見分園	36-6103
3日(木)	宇佐美幼稚園	48-9064
	八幡野幼稚園	53-0395
16日(水)	荻幼稚園	36-6227
22日(火)	伊東幼稚園	37-2182

☎(32)1951
幼児教育課

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・引越し・一般雑用

お見積無料！
保険も完備！

090-8862-2959 (作中) (自宅)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楯伊東

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。

健康

毎年9月24日～30日は結核予防週間

年に1回は、学校や職場の健康診断やがん検診などで、胸部エックス線検査を積極的に受けましょう。症状がなくても毎年検査を受け、結核を早期発見することが重要です。自分自身の健康を守ることはもちろんのこと、家族や友人などへの感染を防ぎましょう。咳などの風邪症状が長く続くようなら、必ず診療を受けてください。また、高齢者は「咳」、「痰」などの典型的な症状が出ないこともあるため、食欲低下、体重減少などの症状にも注意が必要です。**気になる症状** 咳が出る、痰が出る、体がだるい、微熱が続く、食欲低下、体重減少

※これらの症状が、2週間以上続くときは要注意です。早めに医療機関を受診してください。

健康推進課
☎(32)1583

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 9月12日(木)

時間と会場 ①9時～11時 J Aふじ伊豆ファーマーズ

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

骨の健康栄養セミナー

骨密度のピークは男女共に20代で、その後は徐々に低下すると考えられています。若いうちから食生活や運動習慣に一工夫しましょう。

対象 74歳までの市民
日時 10月9日(水) 10時～11時

会場

・市役所低層棟2階中会議室
※先着40人

Zoomを活用しオンラインで自宅などから受講
※インターネット環境が必要です。通信料は各自のご負担になります。使用するご自身の機器にZoomをインストールする必要があります。

費用 無料

内容 骨に欠かせない栄養素や、骨の健康を維持するポイントを分かりやすくお伝えするセミナーです。

講師 雪印ビーンズストア 株式会社 北海道支店 菅

理栄養士 横山 雅美氏

申込み 9月27日(金)までに健康推進課へ電話又は左記の入力フォームから必要事項を入力してください。

健康推進課
☎(32)1630



入力フォーム

ゲートキーパー養成研修

ゲートキーパーは「いのちの門番」ともいわれ、心の不調に悩む人に気づき、声をかけ、話を聴いて必要な支援につなげる人のことです。大切な人が悩んでいることに気づいたら一歩勇気を出して、声をかけるきっかけとなる講座です。

【基礎コース】

対象 市内在住・在勤の人
日時 11月11日(月) 13時30分～15時30分

内容 市の自殺の現状、心の不調を抱えた人の特徴、声のかけ方、話の聴き方、見守りの大切さ、相談窓口の紹介とつなげるときのポイント

【スキルアップコース】

対象 ゲートキーパー養成研修（基礎コース）を受講した人
日時 11月25日(月) 13時30分～15時30分

内容 ゲートキーパーとしての実際のスキルをロールプレイ（演習）により体験

【各コース共通事項】

会場 健康福祉センター

講師 NPO法人臨床心理

健康福祉センター

健康推進課
☎(32)1630

広告欄

デポルテとは “スポーツ”の意味

クラシオンとは “癒し”の意味

インターネットラウンジ併設

楽しく やさしく 安全に 好評実施中

デポルテ

有限会社 伊豆介護センター 〒414-0044 伊東市川奈1220-1
http://www.izukaigo.com TEL 0557-36-9069

健康推進課

☎(32)1583



入力フォーム

オフィスBeサポート臨床心理士
申込み 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。

「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。

秋の集団検診

健康推進課 ☎32-1583

9月12日(木)予約開始!!

全ての検診で予約が必要です。

予約先 健康推進課 ☎52-3005

実施日	会場
10月16日(水)	健康福祉センター
10月17日(木)	健康福祉センター
10月18日(金)	宇佐美コミュニティセンター
10月21日(月)	市役所
10月22日(火)	八幡野コミュニティセンター
10月23日(水)	生涯学習センター 教会館
10月24日(木)	市役所
10月25日(金)	宇佐美コミュニティセンター
10月28日(月)	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
12月 2日(月)	健康福祉センター
12月 3日(火)	八幡野コミュニティセンター
12月 4日(水)	市役所

受付時間 8時30分～11時 (詳細は予約時にお伝えします。)

胃がん検診

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
※バリウムは一度誤嚥すると排出できません。物を飲み込みにくい、むせやすい人は、この検診の受診はご遠慮ください。
※腸閉塞・大腸憩室、人工透析、高血圧・心臓・脳血管疾患などの既往のある人は主治医に検査の相談をしてから申込みをしてください。

※検診前日の22時から検査が終わるまでは、飲食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。検査当日は喫煙しないでください。
※ひどい便秘、ひどいめまい、誤嚥の危険や飲み込み障害がある、自力で立てない、横向きなどの姿勢を保つことが困難、バリウムや発泡剤で蕁麻疹やショックを起こしたことがある場合は、この検診を受けることができません。

肺がん検診

対象 40歳以上の市民
内容 問診、胸部エックス線撮影
費用 200円
※集団検診では喀たん検査の実施はありません。

前立腺がん検診

対象 50歳以上の男性市民
※前立腺疾患の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 (P S A 検査)
費用 500円

大腸がん検診

対象 30歳以上の市民
内容 問診・便潜血検査
費用 500円
受診方法 検査の2週間前までに予約していただくと、検査容器を郵送します。自宅で二日間便を採り、検診会場までお持ちください。予約日に提出できない場合は、健康推進課へお問い合わせください。

肝炎ウイルス検診

対象 今年度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お問い合わせください。
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

【申込みから結果通知までの流れ】

- 5月下旬に市から送付した「令和6年度がん検診等受診券」を手元にご用意ください。
- 以下の予約方法にて9月12日(木)8時30分以降に申込みをしてください。
①電話予約 ☎52-3005
②インターネット予約 (右記二次元コードから)
※9月5日(木)以降にサイトの閲覧ができますので、事前に名前などの登録をしておくとう便利です。
- 受診予定日の1週間ほど前になると、封書で申込内容と問診票などが届きます。内容を確認し必要事項をご記入ください。
- 検診当日、「令和6年度がん検診等受診券」、「各問診票」、その他通知文に記載のある持ち物を持って会場へお越しください。
- 検診の結果は約1か月後に郵送で届きます。



インターネット予約は
こちらから

各種検診の共通事項

- 職場・協会けんぽ・治療などにより検査を受けている人又は今後検査の予定がある人は、同じ種類の検診を受ける必要はありません。
- 既に自覚症状がある人は、検診ではなく医療機関で受診しましょう。
- 年度内に2回同じ検査を受ける重複受診を確認した場合は、1万円程度の自己負担をしていただきます。
- 天災・感染症流行などにより安全を考慮し、内容を変更又は中止する場合があります。
- 問診などにより、検診を受けられない場合があります。
- 妊娠中や妊娠の可能性がある人、授乳中の方はご相談ください。
- 70歳以上 (年度内に70歳になる人も含む。) 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。
- 胃がん検診・肺がん検診 (喀たん検査含む) ・大腸がん検診は、個別検診として、市内各協力医療機関で受けることもできます。

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



9月1日～10日は
屋外広告物適正化旬間

屋外広告物適正化旬間の期間中は、違反広告物のパトロール、県内一斉の違反はり紙などの簡易除却活動、安全管理の啓発活動等を行います。屋外広告物（看板）とは、建物などの屋外に設置（表示）されている社名や店名、広告板、案内板などのことで、県屋外広告物条例により広告物の大きさや設置する場所などが制限されています。

広告物を設置する際は、市の許可が必要になる場合がありますので、都市計画課又は設置を依頼する屋外広告業者に確認をお願いします。

また、全国的に屋外広告物の落下などの事故が多発しています。表面はきれいな看板に見えても内部では気が付かないうちに腐食が進み、落下や倒壊などの事故が生じ、取り返しのつかない事態を招く恐れがあります。このような事態を未然に防ぐためにも、日常的な点検や屋外広告業者による定期点検の実施をお願いします。

☎ 都市計画課

☎ (32) 1781

i 9月及び10月は
行政相談月間

雇用、年金、登記、河川、道路など国の仕事やその手続サービスについて「困っていることがある」、「こうしてほしい」、「どこに相談してよいか分からない」といったことはありませんか。住民の皆さんが相談される際、身近な窓口となるのが「行政相談委員」です。

「行政相談委員」は総務大臣が委嘱している皆さんの身近にお住まいの民間のボランティアです。

次のとおり定例相談を行う

ています。お気軽にご相談ください。（秘密厳守）

日時 毎月第3木曜日 13時～15時

会場 市民課市民生活係（市役所低層棟2階）

費用 無料

行政相談委員

・山下えり子 委員

・村上 靖 委員

☎ 市民課市民生活係

☎ (52) 3002

i 9月1日～10月31日は
秋の農作業安全運動

期間中は、県内全域で秋の農作業安全運動が行われます。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、十分注意することで防ぐことができます。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、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。

☎ 産業課

☎ (32) 1733

i 長寿祝金の贈呈

長寿のお祝いのため、令和5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。口座振込での贈呈となりますので、「長寿祝金口座振込先届」を高齢者福祉課へ提出してください。

88歳（昭和10年9月3日～昭和11年9月2日生まれ）

1万円

99歳（大正13年9月3日～大正14年9月2日生まれ）

2万円

☎ 高齢者福祉課

☎ (32) 1561

広告欄

草刈り

★適格請求書発行事業者
★賠償責任保険 完備

☆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）

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。



9月20日～26日は
動物愛護週間

動物を飼うことは、動物の命を預かることです。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。守ってほしいこと

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でつなぎ、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。

環境課
☎(32)1374



9月21日～30日は
秋の全国交通安全運動

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きています。体調が悪いとき、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。運転に不安を感じたら、運転免許証の自主返納を考えてみてください。

9月16日(月・祝)は敬老の日です。高齢者の長寿をお祝いするとともに、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 つなげて広げて
事故ゼロへ

危機対策課
☎(32)1361

市民満足度調査への
協力をお願いします

8月下旬～9月中旬に「市民満足度調査」を実施します。目的 市政全般について、市民の皆さんからの意見や評価を把握することにより、今後の市政運営、まちづく

り及び各種事業へ反映させるための調査です。

対象 市内在住の18歳以上の人の中から、無作為で抽出した2000人に、郵送で依頼させていただき、該当となった人はご協力をお願いします。

企画課
☎(32)1061

吉田兄弟デビュー25周年
47都道府県ツアー

21年ぶりの伊東公演です。
日時 11月9日(土) 14時開演 (30分前開場)

会場 観光会館
入場料 4000円(全席指定・1階席のみ)

入場券販売
①9月25日(水) 10時～ローソクチケット(レコード43636)

②9月26日(木) 9時～ 振興公社(観光会館内)、各コミュニティセンター、生涯学習センター 荻会館

※前方10列目までを①で販売、11列目以降を②で販売します。

振興公社
☎(37)7135

海を大切に

海洋汚染が、世界規模で大きな社会問題となっています。身近なきれいな海で安全に楽しむためにごみの持ち帰りにご協力をお願いします。将来の子どもたちに海の恵みを引き継ぐためにも、海を守り大切にしましょう。



建設課
☎(32)1751

伊東市女性連盟主催
男女共同参画講演会

『女らしく男らしくではなく、自分らしく』

日時 9月26日(木) 13時開演
場所 市役所8階大会議室

定員 100人
費用 無料
講師 露の眞(落語家)

生涯学習課
☎(32)1961

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

広報いとうをご買の方へ
生垣の剪定 長さ 高さ (1m 2m)
通常2,200円を
初回限定 先着10名様
1,100円(税込)

ガーデンのプロフェッショナル
静岡興店 伊豆市本立野 436
☎0120-61-4128
9:00~17:00

あなたに代わって片付けます

片付け

持続可能な開発目標 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

当社は リーグ・オブ・サイクル・リペア を通じ、資源の有効活用を推進しています

株式会社かんどうサービス
会社ホームページ
スマホアプリで読み取り

遺品整理 終活教室 特殊清掃 整理収納 ゴミ屋敷 不用品回収

家財整理・片付け
かんどうサービス
お電話の際に「広報いとう」をお見せください。お見積りは無料! お気軽にお電話ください。

☎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 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は自衛隊の医科幹部を養成するコースです。同看護科は、保健師・看護師である幹部自衛官を養成するコースです。

応募資格 高等学校を卒業又は卒業見込みの18歳以上21歳未満の人

コース	受付締切	試験日
防衛大学校(一般)	10月17日(木)	11月2日(土)
防衛医科大学校 医学科	10月9日(水)	10月19日(土)
防衛医科大学校 看護学科	10月2日(水)	10月12日(土)

※自衛官補も常時募集中です。

☎ 自衛隊伊東地域事務所
(37) 9632

天城霊園 無料送迎バス運行

運行日 9月22日(日・祝)

午後の部			午前の部		
停車場	行き	帰り	停車場	行き	帰り
伊東駅 ⑥番ポール	13:30	16:20	伊東駅 ⑥番ポール	9:40	11:50
逆川	13:40	16:10	西校前	9:45	11:45
水無田	13:45	16:05	宮川	9:50	11:40
吉田	13:50	16:00	荻緑町	10:00	11:30
伊豆高原駅	14:10	15:40	蠟人形館前	10:05	11:25
南原	14:20	15:30	南原	10:10	11:20
天城霊園	14:30	15:20	天城霊園	10:20	11:10

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、

☎ 振興公社
(37) 7135

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た。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。

総務省ホームページにもリンクがあります。



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。

会場

▼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

扶養親族等申告書の提出をお願いします

老齢や退職を事由とする年金を受給している、年金に所

得税が課税される人には、9月中旬に日本年金機構から扶養親族等申告書が順次送付されます。次のいずれかに当てはまる人は、期限までに提出してください。

対象

- ・控除対象となる配偶者又は扶養親族がいる人
- ・年金受給者本人が障害者又は寡婦、ひとり親に該当する人

〔令和7年分扶養親族等申告書〕が送付される人

- ・65歳未満 年金額108万円以上
- ・65歳以上 年金額158万円以上

※扶養親族等申告書に関することは、扶養親族等申告書相談チャットをぜひご利用ください。

☎ 扶養親族等申告書お問合せダイヤル

☎ 0570(081)240



日本年金機構の相談チャット総合窓口はこちらから

☎ 三島年金事務所

☎ 055(973)1166

☎ 保険年金課

(32) 1625

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
伊東市高戸908-111-101
0557-51-6652

道の駅伊東マリンタウン
朝日の湯 シーサイドスパ
市民割引入浴キャンペーン

期間：2024年9月17日(火)～20日(金)

大人 通常 1,000円 が **500円**
小人 通常 600円 が **300円**

※20:00～20:30に入館された方は更に100円引き
※こちらの広告または伊東市民と分かるものをお持ちください
※1枚につき5名様まで ※他の割引併用不可

[お問い合わせ] 朝日の湯シーサイドスパ 0557-38-1811

「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 第43回ふれあい広場

市民一人一人の触れ合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。福祉バザーや触れ合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

問合せ 社会福祉協議会
☎36-5512
☎32-1531

募 障がい者職場見学会

障がい者雇用を推進しているさんしんハートフル株式会社で、実際の業務の見学や雇用担当者からお話を伺います。市役所からマイクロバスで移動し事務所などを見学します。

日時 10月23日(水) 13時～17時

集合場所 市役所

費用 無料

定員 先着15人

申込み 9月20日(金)までに電話で左記へ。

問合せ 障害者就業・生活支援センター
☎5501

i 第二十九回あたらしく

「落語とマジックの競演」

日時 10月2日(水) 11時開演

会場 観光会館

入場料 1100円(当日券のみ、全席自由、1階席のみ)

出演 春風亭だいえい(春風亭百栄の弟子)、マギー利博(マギー司郎の弟子・マジック)、桂枝平(桂文生の弟子)

問合せ 振興公社
☎37-7135

i 己書ひらめき道場作品展

己書(おのれしよ)とは、心のままに筆を走らせ、描く人も見る人も笑顔にする、それが己書です。

日時 9月19日(木)～29日(日) 10時～16時

※9月25日(水)は休館です。

会場 伊東ふれあいセンター

入場料 無料

問合せ 振興公社
☎37-7135



納税・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：①②9月21日(土)
①②8時30分～正午

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 64,831人 (-7)

男 30,731人 (-6)

女 34,100人 (-1)

世帯数 35,794世帯 (+44)

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



●9月1日(日)
10時～正午、
13時15分～15時30分
伊東ショッピングプラザ デュオ

●9月6日(金)
9時30分～正午 伊東警察署
14時～15時45分 (株)伊豆急行
(伊豆高原駅)

献血へお越しの際は身分証明書をお持ちください。

問合せ 社会福祉協議会 ☎36-5512

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

初回相談無料

司法書士 山田康太 事務所
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。

みんなの暦

令和6年(2024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 大安 伊東市総合防災訓練	2 赤口	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安	7 赤口 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
8 先勝	9 友引	10 先負	11 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝 伊東大田楽
15 友引 八幡野秋まつり (~16)	16 先負 敬老の日	17 仏滅	18 大安	19 赤口 彼岸	20 先勝 お座敷文化大 学 秋期開講(~12/8 の金・土・日曜日)	21 友引
22 先負 秋分 秋分の日	23 仏滅 振替休日	24 大安	25 赤口	26 先勝 広報いとう10月号 配布予定日	27 友引	28 先負
29 仏滅	30 大安	今月の納税 納期限は9月30日(月) <input type="checkbox"/> 国民健康保険税3期 ⑥収納課 ☎32-1291				

伊東温泉競輪開催日

伊東温泉競輪場 ☎37-4260

9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
		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	金	土	日	月
本場	昼間	FII																													
	ナイター								F I							ミッドナイト															
場外	昼間	● 熊本F I (JC)	向日町記念				防府F I (in玉野)			共同通信杯 G II (宇都宮)				岐阜記念			青森記念														
		前橋F I	立川F I			富山F I		いわきF I		小田原F I			福井F I																		
	ナイター											松戸F I																			

●…富山記念

*本場ナイター時以外の場外F I 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
1(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	
8(日)	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	許田医院 ☎37-5071	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622
15(日)	山本医院 ☎47-5566	木村整形外科クリニック ☎32-0600	山本医院 ☎47-5566
16(月)	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000
22(日)	高野医院 ☎38-2111	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	高野医院 ☎38-2111
23(月)	横山医院 ☎35-0431	木村整形外科クリニック ☎32-0600	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
29(日)	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707	城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707

- 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。
- 日曜祝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:9月2日(月)から各回前開庁日15時まで (要電話予約8人)
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 受付:当日窓口で8時30分から(先着6人)
10日(火) 13時~15時/竹上一雄 税理士
■登記の相談 受付:当日窓口で8時30分から(先着6人)
6日(金) 10時~正午/秋山佳輝 司法書士
■人権相談
5日(木) 13時~15時/岩城保久・鈴木幸枝 人権擁護委員

■交通事故相談
17日(火) 13時~15時30分/原田健一 弁護士 (9月13日(金)15時まで要電話予約)
■行政相談
19日(木) 13時~15時/山下えり子・村上 靖 行政相談委員
■行政手続の相談 (会場は市役所1階展望ギャラリー)
11日(水) 10時~正午/行政書士会(相続・建設業関係、会社定款)
■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
*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		
19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)		
4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
11日(水) 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		
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
16日(月・祝) 10時~15時	玖須美温泉会館	
17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		
2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		
25日(水) 10時~16時	市役所1階社会福祉課	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		
20日(金) 9時30分~12時30分	市役所3階小会議室	企画課 ☎32-1062



9月24日(火)開演 18時45分
生涯学習センターひぐらし会館
3階ホール

秋のひぐらし寄席

入船亭扇遊師匠
今季も出演決定!



◆入場券販売日 8月27日(火)から
※販売時間は8時30分~17時15分

◆入場券取扱所
生涯学習課(市役所5階)
市民体育センター
生涯学習センター(中央会館・ひぐらし会館)
市内各出張所(宇佐美・荻・川奈・富戸・対島)

◆木戸銭 1,000円

◆出演者 入船亭扇遊ほか

全席自由・先着204席限定!

※車イスをご利用の方は、下記までご相談ください。

問い合わせ 生涯学習課 ☎32-1962 生涯学習センターひぐらし会館 ☎38-1511
※照明・空調の関係で客席は寒くなることが想定されます。必要に応じて上着をご持参ください。

としよかんだより

伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『満月珈琲店』

桜田千尋 作・絵 望月麻衣 文/
KADOKAWA

疲れた人だけが辿り着くことができる「満月珈琲店」。街のどこかに現れるこの店のマスターは、大きな三毛猫。マスターによる星詠みとともに、星や月などをモチーフにしたスイーツやドリンクが提供され、訪れた人の悩みを優しく包み込んでくれます。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	プラチナハーケン 1980	海堂 尊
2	死蠟の匣	榎木理宇
3	人質の法廷	里見 蘭
4	四つの白昼夢	篠田節子
5	海岸通り	坂崎かおる
6	ソヨンドン物語	チョ・ナムジュ
7	ぼくのひみつのともだち	フレヤ・ブラックウッド
8	アカンやんヤカンまん いいわけ茶の巻	山本 孝

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としよかん information

■図書館システム更新に伴う休館日について

機器の入替や図書館システムの更新を行うため、9月17日(火)~9月30日(月)の期間は、休館となります。このため、図書館ウェブサイトも休止します(資料の検索や予約もできません。)

■今月の休館日

毎週月曜日、9月17日(火)~9月30日(月)

振興公社のスポーツ教室

教室名	ポッチャ・ラケットテニス教室	市民テニス教室	ウェルネス教室	フィットネス教室
日程	9月30日、10月7日、21日、28日、11月11日～25日の各月曜日	10月20日～11月17日の各日曜日	9月30日、10月7日、21日、28日、11月11日～12月2日の各月曜日	9月30日、10月7日、21日、28日、11月11日の各月曜日
時間	19時～20時45分	9時30分～11時30分	10時～11時40分	19時～20時30分
回数	計7回	計5回	計8回	計5回
場所	市民体育センター	小室山公園テニスコート	市民体育センター	市民体育センター
対象	市内在住・在勤の人	小学生以上（大人も子どもも参加可）	市内在住・在勤の人	市内在住・在勤の成人
指導者	スポーツ推進委員	伊東テニス協会	社会教育指導員	スポーツ推進委員
参加費 (傷害保険料など)	大人 2,000円 高校生以下 500円	2,000円	2,000円	1,500円
定員	30人	50人	100人	30人
持ち物	体育館シューズ タオル など	硬式ラケット 運動靴	体育館シューズ バスタオル ダンベル など	体育館シューズ タオル ダンベル など
申込み	9月17日(火)必着	9月30日(月)必着	9月17日(火)必着	9月17日(火)必着

申込み 往復ハガキに、住所・氏名（フリガナ）・電話番号・年齢を記入の上、〒414-0024 和田1-16-1 振興公社「〇〇教室係」まで。

※各教室とも、運動のできる服装を準備してください。
※応募多数の場合は抽選です。
※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ので注意してください。

まちの自治会活動を紹介します

伊東市地域行政連絡調整協議会事務局 ☎秘書広報課 ☎32-1173

池区

地域に開かれた 池小学校の運動会

池区では、池小学校の運動会に地域住民も参加できる競技として、町内別対抗の玉入れを行いました。保護者だけではなく、地域の人も参観し、子どもたちに大きな声援を送ることで、子どもたちも一生懸命運動会に取り組むことができました。今回のようなイベントを通して、子どもたちが地域の中で育ってほしいと願っています。



掲載を希望する町内会などは電話で秘書広報課へ。

9月10日は

「下水道の日」

水の星
支えるあなたに
ありがとう



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」として始められました。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。



下水道の日
パネル展示

日時 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道処理場の仕組み、マンホール蓋の歴代デザインが分かるパネルを掲示します。



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



市の
下水道整備状況

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。

6年3月現在、市の下水道整備済面積は601.1ha(東京ドーム約127個分)であり、計画に対する整備率は69.5%となっています。

☎下水道課
☎1823

伊東市公式単発求人サイト

ご近所で
空き時間
だけ働ける

詳しくはこちら

伊東マッチボックス
powered by matchbox

事業主体：静岡県・伊東市
この事業は静岡県主催のシェア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



ご注意ください！
消費者トラブル

貴金属の買い取りが目的!? 強引な訪問購入に注意

☎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

年配の女性から「どんなものでも買い取ります。」と丁寧な電話があり、洋服の訪問買い取りを了承した。しかし、訪問してきたのは若い男性で、突然「貴金属はないか。」と強く言われ、用意していた洋服は車に放り込まれた。

怖くなって、亡くなった夫の金歯やネックレスなどを探して渡してしまった。それらを探している間に、買い取り書のチェック欄に勝手に記入され、近くに置いていた印鑑で捺印までされていた。男性は買い取り代として約2万5千円を置いて帰った。(70歳代)

ひとこと助言

- 訪問購入をしようとする購入業者が突然訪問して勧誘をすることは禁止されています。このような禁止行為を行う購入業者を家に入れないようにしましょう。
- 前もって電話などで訪問を約束した場合でも、購入業者は、消費者が事前に承諾していない物品の売却を求めることはできません。売るつもりのない貴金属などの売却を迫られても、むやみに見せず、きっぱり断りましょう。
- 売却する場合は、必ず契約書を受け取り、すぐに物品の種類や買取価格、事業者の連絡先などを確認することが大切です。
- 訪問購入は、条件を満たせばクーリング・オフができ、クーリング・オフ期間中は引渡しを拒むこともできます。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

令和6年度 伊東市表彰式

～ 功労者・有功者表彰 ～

8月10日の伊東市制施行記念日に、市の発展に寄与された皆さんを
功労者・有功者として表彰しました。

☎秘書広報課 ☎32-1173



よこやま よしまさ
①横山 欣正氏

長きにわたり伊東市行政
協力委員を務めるとともに、
伊東市行政協力委員長を務
められ、地域課題の解決に
取り組み、本市行政の発展
に貢献された。



おさだ なおみ
②長田 直己氏

伊東市農業委員会委員、
副会長、会長を歴任され、
本市農業の振興発展に貢献
するとともに、伊東市行政
協力委員長を務められ、本
市行政の発展に貢献された。

あさだ ひろみ
③浅田 浩弥氏

長きにわたり伊東市消防
団員を務められ、地域住民
の安全確保に尽力するとと
もに、分団長、本部長、副団
長を歴任され、本市消防団
の隆盛と発展に貢献された。

やました よしのぶ
④山下 義信氏

長きにわたり伊東市消防団員を務
められ、地域住民の安全確保に尽力
するとともに、分団長や本部長を歴
任され、本市消防団の隆盛と発展に
貢献された。

きたむら いさお
⑤北村 勲氏

長きにわたり伊東商工会議所議員、
常議員を務めるとともに、伊東市景
観審議会委員を務められるなど、本
市産業の発展及び良好な景観形成に
貢献された。

すぎやま みつお
⑥杉山 光男氏

長きにわたり伊東商工会議所議員、
常議員を務めるとともに、伊東市都
市計画審議会委員を務められるなど、
本市産業の発展及び良好なまちづく
りの推進に貢献された。

～男女共同参画のツボ！～
「大切にしよう 自分の身体（ヘルス）と権利（ライツ）」

「リプロダクティブ・ヘルス/ライツ」という言葉をご存じですか？
この言葉は「性と生殖に関する健康と権利」と訳され、「SRHR」（Sexual and Reproductive Health and Rightsの頭文字をとったもの）ともいいます。誰もが性や身体のことを自分で決め、守ることができる権利であり、全ての人の性と生き方に関わるものです。

Sexual Health
(セクシュアル・ヘルス)

自分の「性」に関することについて、心身共に満たされて幸せを感じられ、またその状態を社会的に認められていること

Sexual Rights
(セクシュアル・ライツ)

性のあり方を自分で決める権利で、自分のプライバシー、自分の性的な快楽や自分の性のあり方を自分で決められること



Reproductive Health
(リプロダクティブ・ヘルス)

妊娠、出産など生殖に関わる全てにおいて、単に病気がないだけでなく、身体的、精神的、社会的に完全に良好な状態（＝ウェルビーイング）であること

Reproductive Rights
(リプロダクティブ・ライツ)

産む・産まない、いつ・何人子どもを持つかなど、生殖に関することを自分で決める権利で、そのために必要な情報やサービスを得られること

特に、女性は妊娠・出産の可能性があることなど、心身の状態がライフサイクルによって大きく変化することから、SRHRの視点がとても重要であるとされます。

全ての女性が将来のライフプランを考えた日々の生活や健康と向き合っていけるようにするためには、女性の生涯における健康問題について、男女が共に関心を持ち、正しい知識を得ることが必要です。

一人一人がSRHRの考え方を知り、「こころとからだの決定権は自分自身にある！」ということを認識することで、自分らしく生きるための力につながります。そして、あなたの家族にもその大切さをつなげていきましょう。

【出典：リプロダクティブ・ヘルス/ライツ啓発パンフレット 静岡県】

今月の健康レシピ 学校給食シリーズ 88 (宇佐美小学校給食室) 「スタミナ焼肉」



- 材料 (2人分)
- | | |
|---------------|--------------|
| 豚もも肉.....100g | 【A】 |
| にんじん.....20g | しょうゆ.....10g |
| ぶなしめじ.....20g | みりん.....3g |
| にら.....6g | しょうが.....4g |
| たまねぎ.....60g | にんにく.....1g |
| 白炒りごま.....4g | |
| 油.....2g | |

- 作り方
- しょうが、にんにくはみじん切り、にんじんはせん切り、にらは2cmの長さ、たまねぎはスライスに切っておきます。ぶなしめじは石づきを取りほぐしておきます。
 - 豚肉をAに漬け込み、下味をつけます。
 - ②にごま、野菜を入れて混ぜます。
 - ③を油で炒めて仕上げます。

●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
155kcal	11.4g	9.8g	36mg	0.8g

リニューアルしました！

伊東市公式LINE

- ・ごみの回収日をお知らせします！
- ・リッチメニューが新しくなりました！
- ・リニューアルキャンペーンで豪華プレゼント企画を行っています！



友だち登録はこちらから！