

今月号の主な内容

- 特集** 人生これから ―健康長寿のまち伊東で
…………… P 2～11
- ・1・10(いとう)の日参加事業所を募集します…………… P 13
 - ・伊東温泉競輪椿賞争奪戦 …………… P 17



レスキューって大変だね(^^)――消防フェスタが、9月28日(日)に消防庁舎で行われました。ちびっこレスキュー体験、消防車への体験乗車、消火体験、地震体験などを通じて、消防と防災に楽しみながら触れました。

特集

人生これから

健康長寿のまち伊東で

高齢化社会が進み、高齢者の数は、これからもますます増えていくものと思われます。そういう中で、伊東で充実した老後を過ごしている方々を紹介します。健康で長寿の高齢者がもっと増えることを願い、この特集をお送りします。

企画政策課 ☎32-1062

敬老の日記念行事(指と頭を使った体操)

6ページ
7ページ
交流



幼稚園の子どもたちとの交流

4ページ
始めに
5ページ
健康



介護予防体操教室



10 ページ
活動
11 ページ
長寿



市内最高齢の木村泰子さん

8 ページ
働く
9 ページ
楽しみ



シルバー人材センター・ゆめ工房



松川灯籠流し



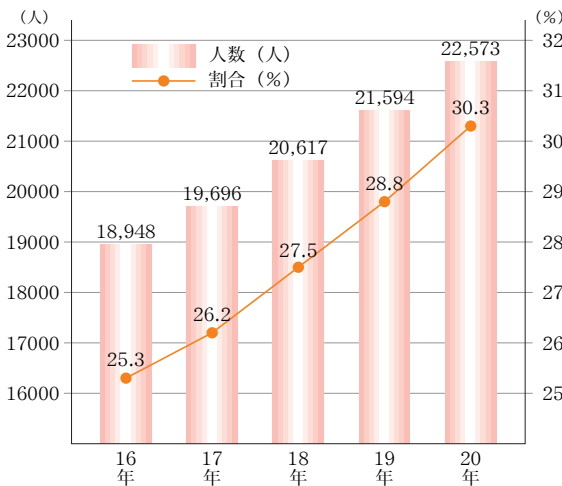
大室山・さくらの里



花火大会

65歳以上の人の人数と割合の推移

※16年～19年は4月1日現在、20年は9月1日現在の人数と割合



自然豊かなまち伊東

伊東は、自然豊かなまちで、温暖な気候、豊富な温泉に恵まれています。古くから、多くの文人墨客が、このまちで過ごしました。

このページの上段と下段の写真は、伊東を代表する自然と行事の一部です。自然の中で移り行く季節を肌で感じることができるとともに、1年を通じて開催されるさまざまな行事を楽しむことが、伊東の大きな魅力です。

素晴らしいこと
です。地域社会
の中で世代を超
えて交流が行わ
れることが、高
齢者の自立した生活
を送る高年齢者が多いことは、

☎ 高齢者福祉課
(32) 1561

を応援していきます。

健康でいつまでも長生き
できるように
高齢化社会を迎える中で、
本市の高齢者数も年々増加し
ています。今年の9月1日現
在、65歳以上の人は2万25
73人、人口の30.3%とな
っています。一般に、高齢化
率が高いことにはマイナスの
イメージがあります。しかし、
本市の高齢化率が高い要因に、

自然が豊かで住み良いまちと
いうことが挙げられると思
います。風光明媚な自然環境、
豊富な温泉があつて、のんび
り過ごすことができます。
そのような環境の中で、趣
味や生きがいを持って、元氣
に充実した毎日を過ごしてい
る方々が、本市にも多くいら
っしゃいます。自立した生活
を送る高年齢者が多いことは、

れることで、若い世代へ知識
と知恵が受け継がれ、文化が
伝承されていきます。
本市は、高齢者の健康や福
祉に関するさまざまな相談に
応じること、介護予防に力
を入れています。次のページ
で紹介する介護予防体操教室
は、とても好評をいただいで
います。これからも、さらに
工夫した取り組みを行い、高
齢者の自立した健康的な生活

始めに

伊東市の65歳以上の人は
2万2573人、人口の30.3%
花と海といで湯のまち伊東
このまちで暮らす高齢者の現状と、
このまちの豊かな自然を紹介します。



高齢者福祉課長
稲葉繁太郎



温泉



一碧湖



城ヶ崎海岸吊り橋



体育指導委員
ふるや ちかよ
古屋親代さん

足首をよく動かすと つまずきや転倒の 予防になります

介護予防体操教室で体操の指導をして2年ほどになります。高齢になると、歩いている時につまずきやすくなります。普段から足首をよく動かすことが、つまずきや転倒の予防に効果的です。座っている時や寝ている時に動かしてみしましょう。

教室では、負担がかからない程度に体を動かします。交流もできて、楽しく過ごせます。動きや表情が、皆さんだんだん良くなっていきます。



介護予防体操教室

健康

体を動かして、いつまでも健康に生活できるように高齢者の皆さんの健康を支える取り組みを紹介します。

高齢者の皆さんが、いつまでも健康に生活できるように、65歳以上の人を対象に、介護予防体操教室を開催しています。「健康でいつまでも長生き」を目標に、体力の維持や向上、認知症の予防に取り組む人たちを応援しています。教室では、次のような簡単な体操やレクリエーション（遊び）をして、身体と心を元気に保てるようにしています。

- ・簡単な器具を使った筋力トレーニング
 - ・認知症を予防するための頭を使うレクリエーション
 - ・体力測定
 - ・健康のことに関する相談
 - ・食生活に関する講座
- 教室は、市内3地区で開催しています。各教室とも定員制としています。教室への参加を希望する人、介護予防のことに関心をお持ちの人は、お問い合わせください。

◎高齢者福祉課
☎(32)1562



体に負担をかけずに動かせる 大腰筋トレーニングマシン

歩く時に重要な大腰筋を鍛える機械で、プロのスポーツ選手から子ども、高齢者まで、それぞれの目的、身体にあわせて使えます。平成18年度から始めた市の健脳健身教室で導入し、現在、マリンタウン、山喜旅館、ルネッサ赤沢に設置され、利用されています。

◎子育て健康課 ☎32-1583



健脳健身教室



市長も体験

健脳健身クラブ



市の健脳健身教室の受講者で、教室修了後も大腰筋トレーニングマシンの使用を続けていきたいという人たちが集まってできた会です。会員数は現在96人で、教室が修了するごとに、新しい会員が加わっています。自分の身体は自

◎健脳健身クラブ
☎(54)1646

分で管理して、いつまでも元気でいられるようにという気持ちで、体を動かしています。初心者を対象にした体験教室を、山喜旅館の十坪ジムで開催しています。参加を希望される方は、お問い合わせください。



健脳健身クラブ 会長
大塚勝則さん（71歳）

交 流

老人クラブ、シニアプラザ 地域の身近な交流の場

老人クラブの現状、活動と交流の様子、市内に3か所あるシニアプラザでの交流の様子を紹介します。

より多くの人と一緒に地域での交流を深めていきたい

老人クラブ連合会・杉本会長

伊東市の老人クラブ連合会

は、昭和43年にできました。

当時は4000人を超える会

員がいました。しかし、高齢

化が進んでいる時代の中でも、

会員数は減少し、現在は1900人ほどとなっています。この傾向は全国的に見られます。昔に比べて、老人が楽しめる趣味が多様になり、老人クラブに入らず、自分の趣味を楽しみたいと思う人が増えたからなのかもしれません。



老人クラブのお話を聞かせてくださった皆さん
老人クラブ連合会会長・杉本清さん(93歳、真ん中)
同副会長・大原第1楽寿会会長・平田虎師さん(82歳、左前)
富士見長寿会会長・池下晃さん(74歳、右前)
宇佐美老人クラブ協議会会長・山下芳雄さん(78歳、左後)
老人クラブ連合会事務局長・青木弘之さん(右後)

老人クラブは、1年を通じて、魅力を感じてもらえるような活動に取り組んでいます。

最近では、会員の要望を受けて、社交ダンスクラブを新しく始めました。町内会や各種団体との交流、つながりを深めながら、地域社会に貢献をして、伊東をもっと良いまちにしていきたいと思っています。

1人でも多くの加入者を歓迎しています。

一緒に交流をしましょう
各地域の老人クラブの活動

◇大原楽寿会

会報を毎月発行していて、今では333号を数えています。子どもの育成事業に力を入れ、小学校を訪問して、子どもたちと交流をしたり、長年、小・中学校へ竹ぼうきなどを寄贈したりしてきました。

◇富士見長寿会

一人一人の会員を大事にし、近所の独り暮らしの人の家に行つて話をするなど、声かけ運動を進めています。グラウンドゴルフ、旅行、保育園のお誕生日会などの行事で、交流を楽しんでいます。

◇宇佐美老人クラブ協議会

8つの老人クラブがあり、

活動・交流の1コマ



社会奉仕の日に各クラブで樹木の手入れや清掃などを実施(富士見長寿会)



小学校での交流(大原楽寿会)



ゲートボール大会



ゲートボールやグラウンドゴルフを毎日のように楽しんでいます。区のふれあい祭りでは、子どもたちと昔の遊びを一緒に楽しんでいます。

シニアプラザで楽しく交流

シニアプラザは、高齢者の健康増進や、要介護状態になることの予防を目的として設置された介護予防拠点施設です。市内に3つの施設があり、それぞれ下記のような活動がされているほか、近所のお年寄りが集まって交流をする場となっています。趣味や交流を楽しみに、ぜひお越しください。

◇主な活動

・シニアプラザ桜木

フラダンス、カラオケレッスン、ウクレレ、体操、書道、俳句、太極拳、ダンス、童謡唱歌、カラオケ

・シニアプラザ湯川

料理の会、趣味の会、天城民謡、シャンソン、体操、習字、俳句、カラオケ

・シニアプラザくすみ

手芸、絵手紙、折り紙、太極拳、ダンス、童謡唱歌、カラオケ

※休館日は、毎週水・日曜日です。

☎社会福祉協議会 ☎36-5512



カラオケのレッスン

シニアプラザ桜木

所在地 桜木町 2-2-10
(桜木ふれあい広場の隣)
電話番号 36-7888



俳句の会

シニアプラザ湯川

所在地 湯川 2-11-21
(伊東幼稚園湯川分園の隣)
電話番号 37-7117



みんなでカラオケ

シニアプラザくすみ

所在地 玖須美元和田716-835
(城星・市民運動場の北側)
電話番号 35-2224



健康長寿のまち伊東で

老人クラブの概要

クラブ数 44クラブ

会員数 1,876人



所在地 大原 1-7-12
(保健福祉センター内)

電話番号 36-5633

主な行事・活動

表彰式 功労者、クラブ活動に熱心な会員を表彰。

演芸大会 表彰式にあわせて開催し、踊りや歌を披露。

社会奉仕の日 9月20日を中心に地域で清掃などを実施。

協賛旅行 バス旅行を開催。

スポーツ大会 年1回開催。

ゲートボール大会 春と秋に年2回開催。

グラウンドゴルフ大会 春と秋に年2回開催。

ペタンク講習会 新しいスポーツの講習会を地区ごと年4回開催。

ウォーキング教室 地区ごと春と秋に年2回開催。

老人福祉員の活動 寝たきりや独り暮らしの高齢者の相談相手になるなど、福祉活動を支援。

会長会議 毎月44クラブの会長が集まって開催。

老連だより 年1回発行し、会員全員に配布。

各種行事への参加 市内で開催される行事や県老人クラブ連合会が主催する行事、研修に参加。

働く

シルバー人材センター 働くことで地域社会に貢献

キーワードは自主・自立・共働・共助。
健康、生きがいづくりのためにも働いてみませんか。元気に働ける人の入会を歓迎します。



理事長
大村脩平さん(76歳)

シルバー人材センターは、自主・自立・共働・共助をキーワードとして、60歳以上の健康で働く意欲のある人に働く場所を提供しています。公的機関や企業、商店、一般家庭から、さまざまな仕事を依頼

頼され、請け負っています。ほかに、伊東市のセンターの独自事業として、「ゆめ工房」と「英語で遊ぼう!!」などの事業を行っています。会員の皆さんは、これらの仕事を通じて、ご自身の健康維持、生きがいづくり、地域社会への貢献をしています。さらに、楽しく交流できる場として、カラオケとゴルフの同好会をつくりました。これから、釣りやウォーキングの同好会もつくる予定です。

センターの運営で特に力を入れているのは、会員の増加と就業の促進です。入会を希望する人や関心がある人を対象として、入会説明会を毎月第3火曜日に行っています。最近、伊東に移住してきた人の加入が多くなっています。ぜひ気軽に参加していただきたいと思っています。就業の促進には、市内の経済状況は良いとは言えない中で、就業相談会を毎週開催するなどして努めています。

センターの概要

入会要件 市内在住のおおむね60歳以上の人

会員数 (10月1日現在)

男性350人、女性200人

主な仕事

- ・各種施設内の清掃
- ・ホテル・旅館などの厨房補助
- ・庭の手入れ、草刈り、除草
- ・各種施設の管理業務
- ・家事の援助
- ・福祉施設の補助業務
- ・スーパーなどの商品陳列、カート回収
- ・ふすま、障子の張りかえ
- ・子育て支援



所在地 湯川4-1-18 (シルバーワークプラザと併設)

電話番号 36-4110

元気に働いています



たかしなけんいち
高階春一さん (74歳)
伊豆リネンサプライ

入会して5年、こちらでタオルを畳む仕事をして4年になります。体を動かしていると健康でいられますし、会社に貢献ができて、やりがいがあります。



宮崎加代子さん (70歳)
ナガヤ

近所の人に勧められて入会して、3年ほど働いています。主な仕事はお店の清掃です。ほどよい緊張感を持ちながら体を動かすのが、健康に良いです。

会員の皆さんにインタビュー

特色ある取り組み

ゆめ工房



衣類のリフォームショップを、平成11年2月にあんじん通り商店街で始めました。サイズ直しなど縫製作業全般を扱っています。会員の確かな技術が施され、好評です。営業時間は、10時～16時(月曜日は休み)です。

英語で遊ぼう!!



幼児と小学生を対象とした英語教室を毎週月曜日に開催しています。平成16年に夏休み教室として行ったのが始まりです。「遊び」の中で自然に英語に親しみ、楽しく英語感覚を身に付けられます。

人生これから

健康長寿のまち伊東で

楽しみ

自然歴史案内人会の活動とマジックを楽しんでいます

東京から伊東に移り住んで5年。伊東で新たな人生を楽しんでいる島根さんの話を紹介します。



伊東自然歴史案内人会事務局長
伊東マジッククラブ会長
島根 孝さん（72歳）

長年、東京で生活をしてきて、5年ほど前、67歳まで働いて現役を終えました。それから、のんびり過ごそうと思い、新しい生活場所を伊豆半島の中で探しました。ちょうど良い物件があったことから、妻が温泉を好きだったことから、伊東に来ました。

伊東に来た時、周りに知っている人はいませんでした。まず、伊東のことを知ろうと思い、イベントボランティア

や、湯めまちウォークに参加しました。一緒になった人たちと話をし、伊東にある自然と歴史に触れるうちに、伊東の魅力を感じていきました。3年ほど前、伊東自然歴史案内人会ができることを知り、参加しました。案内人会の会員は、わたしと同じように、現役を退いて市外から来た人が多いです。会員の皆さんがしてきた仕事の話を聞けて、人間関係も広がり、人生のプ

ラスになっていきます。

案内をする時は、伊東の自然と歴史の魅力を伝えることはもちろん、親しみを感じてもらえるように心がけています。一度案内をしたお客さんが、また申し込んでくれた時、とてもうれしく思います。1回だけでなく2回目があることで、案内の良さを認めてもらえたことになるからです。

案内を何度も楽しんでもらえるように、時間とルートを変えた新しいコースづくりや研修をしています。さらにこれからは、市内の小学生や中学生を案内して、郷土愛を感じてもらえるような活動をしてみたいとも思っています。

もう1つ大きな趣味がマジックです。マジッククラブをつくり、会員の皆さんと楽しみながら、介護施設や保育園への訪問もしています。マジックに興味のある人は、☎(38) 3224へご連絡ください。一緒に楽しみましょう。

ほかにはテニスや鎌倉彫を楽しんでいます。体を動かすこと、指先や頭を使うこと、興味を持ったことを何でもやってみることが、毎日元気に生活できる秘訣です。

伊東自然歴史案内人会の活動

伊東を訪れた観光客の皆さんからの申し込みを受けて、伊東の魅力ある自然、歴史、文化を案内しています。宇佐美、伊東市街地、一碧湖、城ヶ崎の4つのモデルコースがあります。案内料金は、1人500円（高校生以上）です。事務所は、伊東観光番（渚町）にあります。

案内人は、現在65人います。市が開催する養成講座を修了し、認定試験に合格すると、どなたでも案内人になることができます。伊東の魅力をもっと知りたいと思う人の参加

を歓迎します。

☎伊東自然歴史案内人会

☎(37) 3550

観光課

☎(32) 1714



伊東の魅力を案内しています

生涯を通じて楽しめる趣味を探してみませんか？ 生涯学習情報誌 まなびのとびら

まなびのとびらは、子どもから高齢者まで、市内で活動している団体を紹介する情報誌です。市役所生涯学習課窓口、生涯学習センターにあります。和歌、美術、工芸、手芸、合唱、演奏、踊り、スポーツ、体操、自然、歴史、語学、ボランティアなど、さまざまな団体の情報が満載です。まなびのとびらで、生涯の楽しみを見つけてみませんか。

☎生涯学習課
☎32-1962



活動

より良いまちづくりに つながる活動

長年取り組んできた趣味やライフワークが、今や住む人も訪れる人も魅力を感じるまちになる活動となっている方々の話を紹介します。



財津永延さん
(79歳)

伊東をにぎやかで楽しい
まちにしたい

農林省（現農林水産省）に30年ほど勤めた後、伊東に住んで20年になります。長年、林業に携わった経験から、伊東の自然の魅力を強く感じています。森林には、自然のダム、空気の浄化、憩いの場など、大きな役割があります。地球温暖化を防ぐためにも、植林や間伐、枝打ちなどの整備をしていくことが重要です。もう1つの魅力は、伊東にしかない歴史です。曾我物語や源頼朝、日蓮聖人の話など、興味深い歴史や史跡があります。自然とともに、後世に引き継いでいきたい財産です。



財津さんが描いた七福神の絵（名刺の裏に貼付）

伊東に来てから、活力ある楽しいまちにしたいという思いを持ち、さまざまな団体で活動をしています。自宅には、自分が描いた絵画を飾ったり、庭を手入れたりして、お客さんの訪問を歓迎しています。

ざいつ・ながのぶさん

国際交流協会、善意通訳の会、郷土史研究会、美術会などで活動。農林水産省総合美術展で金賞など入選5回。弟は俳優の財津一郎さん。



稲葉かほるさん
(73歳)

人とのつながりを大切に
地域の絆をつくりたい

ふるさと大使として全国・外国を訪問し、伊東温泉の観光名所・行事や名産品、市の取り組みをPRしています。パンフレットやお土産品など一式を風呂敷に包んで持参し、差し上げています。今年だけ



土屋菊夫さん
(66歳)

健康と交流のため市民農園の
整備を進めていきたい

荻の休耕農地を整備して、昨年、市民農園を開園しました。現在56ある全区画が利用されています。主な利用者は、わたしと同じくらいの年代で、第一線を退いた方々です。

で十数都市を訪問しました。

ライフワークとしているのは、高齢者用のおむつや清拭布の製作です。旅館やホテルで使い古した浴衣やシャツから作って、施設に寄付しています。同様にお手玉の製作と寄付もしています。始めてから、20年以上になります。

すべて自費での活動ですが、元気にこうした活動ができることが、何よりの喜びです。人と人とのつながりを深めて、地域の絆をつくっていくるように、自分にできることを笑顔で続けていきたいです。

農作業は、健康維持に役立ちますし、自分が手間暇をかけて作った野菜、それも採れたてを食べられて、皆さん「おいしい」とおっしゃいます。さらに、農園は交流の場ともなり、話をしたり、野菜を交換したりしています。

これから第2次の区画の募集を予定しています。利用状況を見ながら、さらに区画を広げていこうと思っています。農園に関心をお持ちの人は、郷組事務局 ☎ 090・2342・6561までどうぞ。

いなば・かほるさん
伊東市ふるさと大使。世界婦人平和促進財団日本副総裁、伊東警察署地域安全推進員女性部会長などを歴任。



小室桜を郷里の葉山町に町長と植樹



郷組、市民農園の利用者の皆さん

つちや・きくおさん
NPO法人郷組代表理事長。平成16年1月から2年間、荻区長を務める。

長寿

長生きしていることが
うれしい

1900年（明治33年）生まれで市内最高齢
108歳になった今も元気に生活している
木村泰子さんの話を紹介します。



木村泰子さん（108歳、真ん中）、息子の一生さん（76歳、前列右）、のぞみの皆さんと一緒に

市内最高齢・108歳の木

村泰子さんは、宇佐美の介護
老人保健施設のぞみで生活し
ています。泰子さんは、19
00年（明治33年）に長崎で
生まれました。58歳くらいか
らは東京で生活をし、数年前、
伊東に来ました。

◇母と一緒に伊東に来ました

―息子の一生さんの話

わたしが東京の美術大学の
教授を定年まで勤めた後、展
覧会をしたことがある伊東に
移り住むことにしました。母
は9人兄弟の次女で、今でも
5人が健在です。子どもは4
人で、孫、ひ孫、玄孫までい
て、日本中に家族がいます。
こうして元気でいてくれるこ
とが何よりです。

◇普段の生活の様子―看・介

護部長の西津美枝子さん

（前列左）の話

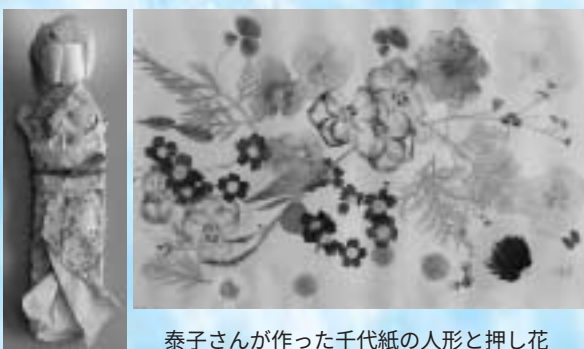
いつも笑顔で優しくお話を
されます。ご病気がなく、会
話に不自由なこともありませ
ん。食事は、ほぼ全量おいし
く召し上がります。のぞみの
押し花教室に参加され、作品
をお部屋に飾っています。趣
味は、千代紙の人形作りです。
故郷の話に花が咲いたひと
きもありました。

◇泰子さんの言葉

毎日のんびり過ごしていま
す。生きるのは、大変ですよ。
でも、1つ1つ歳を重ねてい
って、こうして長生きしてい
ることがうれしい。兄弟や子
ども、孫たちが元気に生活し
ていることもうれしい。すべ
てのことに感謝です。

◇取材をしての感想

取材をしている時、泰子さ
んの手を握らせてもらいまし
た。とても温かくて、強い生
きる力が感じられました。泰
子さんから「大きい手だねえ」
と言ってもらいました。泰子
さんにお会いできて、貴重な
経験、思い出になりました。



泰子さんが作った千代紙の人形と押し花

住みたい訪れたい
自然豊かなやすらぎのまち、
健康長寿のまちを目指して



市長
堀 弘巳（61歳）

本市にも、元気なお年寄り
がたくさんいらっしゃいます。
今回の特集で紹介したのは、
その中のごく一部の方です。
皆さんのお話から、伊東の
魅力を聞く中で、まさに本市
の将来像は「住みたい 訪れ
たい 自然豊かな やすらぎ
のまち 伊東」であると、再
認識しました。
1人でも多くの方が、健康
で長生きをして、充実した人
生を過ごせるよ
うに、関係機
関・団体の皆さ
んとともに取り
組みを進めてい
きます。これか
らの人生をこの
まちで過ごした
いと思える、健
康長寿のまちを
目指して。

人生これから 完
健康長寿のまち伊東で

秋季火災予防運動

火のしまつ 君がしなくて 誰がする

本年度全国統一防火標語

11月9日(日)から15日(土)までの間、秋季火災予防運動が実施されます。重点目標は次の3つです。

- ・住宅防火対策の推進
- ・放火火災・連続放火火災防止対策の推進
- ・特定防火対象物等における防火安全対策の徹底

◇消防総合演習を実施

市消防本部は、この期間にあわせて、11月9日(日)、東小学校と八幡野小学校を会場に消防総合演習を行います。東小学校の周辺では6時45分こ



いざという時に備える消防総合演習

火災と救助のお知らせ

火災の発生と鎮火は、メールマガジン、同報無線、地元ケーブルテレビでお知らせしています。メールマガジンでは、救助事故の発生もお知らせしています。

◇メールマガジン

次の手順で登録をすると、パソコンや携帯電話にメールマガジンが配信されます。

1. itomail.kasai@mpme.jpのアドレスに空メール(件名と本文がないメール)を送ってください。

QRコード対応の携帯電話では、右のQRコードを利用すると便利です。



2. 確認用のメールが届きます。
3. 届いたメールの説明に沿って、登録をしてください。

※フィルタリング機能など迷惑メール対策をしている場合は、sirei.syobo@city.ito.shizuoka.jpのアドレスから来るメールを受信できるようにしてください。

◇同報無線とケーブルテレビ

同報無線は、7時～21時に放送をしています。地元ケーブルテレビCVAとIKCでは、24時間テロップでお知らせをしています。

11月9日は119番の日

◇119番通報の手順

119番は、火災、救急、救助などの災害通報専用電話です。119番通報をする時は、次の手順をお願いします。

- 1 まず、火災か救急、ほかの災害かを伝えてください。
- 2 町名と番地を伝えてください。所在地がわからない時は、近くの目標物を伝えてください。
- 3 詳しい状況を伝えてください。火災の場合は、何ほどのくらい燃えているのか、逃げ遅れた人やけが人がいるのか、救急の場合は、傷病者のおよその年齢、性別、けがや病気の具合、人数など、知り得た情報を伝えてください。これらの情報は、出動中の消防隊、救急隊に伝え、現場に到着後、迅速に活動をするための準備をします。
- 4 通報者の名前と通報に使った電話の番号を伝えてください。消防本部から折り返し電話をし、さらに詳しい状況をお聞きしたり、応急処置をお願いしたりすることがあります。

消防本部への連絡先

- ・火災や救急の発生時…☎119番
- ・休日などの診療医療機関や火災などのお問い合わせ…消防テレホンサービス☎36-9988
- ・その他の連絡先…消防本部代表☎38-0119

◇携帯電話から通報する時は
携帯電話は、どこでも使える反面、安定した通話ができないことがあります。携帯電話から通報する時は、次のことに注意してください。

- ・まず、市町村名を伝えてください。携帯電話からの通報は、まれにほかの消防本部につながる場合があります。その場合、管轄の消防本部に電話が転送されます。
- ・電波の状況により、話が聞き取りにくくなったり、通話が途中で切れたりします。安定した通話ができるところから、通報してください。
- ・車の運転中に通報をする必要が生じた時は、安全な場所に停車してから通報してください。

地震防災強化月間

～再発見！地域の防災資源
高めよう！地域の防災力～

静岡県は、11月を地震防災強化月間として、12月第1日曜日の地域防災の日に向けて、住民に地域防災対策の推進を働きかけています。

平成7年に起きた阪神・淡路大震災から、13年が経過しました。しかし、19年7月には新潟県中越沖地震、今年の6月には岩手・宮城内陸地震が起きるなど、毎年のように大きな地震が起き、多くの人が被災しました。今後発生が予想される東海地震や神奈川県西部の地震に備えて、自主防災組織を中心とする地域防災活動の充実、強化を進めることが重要です。

12月7日(日)には、県内一斉で地域防災訓練を実施します。自主防災組織が中心となり、地域の特性に応じた実践的な訓練を行います。積極的に参加して防災意識を高め、地震に備えましょう。



建物の耐震化も効果的です ©静岡県

☎生活防災課 ☎32-1362



大抽選会



和菓子作り体験



一升もち背負い競走

タウン フェスタ いとう 2008

市内の商工業組合が、それぞれ趣向を凝らした出店をします。伊東の職人の技、商人の心意気を目の前で感じられるイベントです。

日時 11月9日(日)10時から
会場 松川藤の広場(雨天の時は伊東青果市場)

内容 メインイベントは、来場者に「何かいいもの」が当たる大抽選会です。11月3日(月)～8日(土)の6日間、タウンフェスタ参加組合のお店で買い物をした人に、抽選カードを差し上げます。この抽選カードを持って、会場にお越しください。

大抽選会のほかにも、各組合が自慢の商品を販売するなど、工夫をした楽しい催しをたくさん行います。

☎商工会議所

☎(37)2500

産業課

☎(32)1734

1・10 (いとう)の日

参加事業所を募集します

☎観光協会 ☎37-6105
観光課 ☎32-1711

今年の1月10日に1・10(いとう)市民感謝の日が開催されました。観光施設、宿泊施設、商店、飲食店、交通機関など、幅広い事業所が参加して、「1・10」をキーワードとしたサービスや商品、特典を、市民と観光客に提供しました。

来年は、「1・10(いとう)の日」として、市民、観光客すべての人を対象に開催します。実施日は、1月10日を含めた前後3日間として、多くの皆さんに伊東のPRができるようにします。1月10日は必ず実施することとして、1月10日以外の6日間は、実施日に参加事業所が自由に設定できます。次のとおり参加事業所を募集します。多くの事業所の参加をお願いいたします。

対象 観光施設、宿泊施設、商店、飲食店、交通機関など、市内にあるすべての事業所

期間 1月7日(水)～13日(火)の中で、1月10日(土)は必ず含み、ほかの6日間の実施日は各事業所が自由に設定します。1月10日(土)のみの実施も可能です。

内容 「1・10」をキーワードとしたサービス、商品などの提供。例えば、料金を1人110円にする、1100円の商品を提供する、先着110人限定のサービスを提供するなど。これに限らず、参加事業所が内容を自由に設定できます。

広報 広報いとうでのお知らせにあわせて、地元新聞テレビ、ラジオなどの広報を予定しています。

申し込み 申込書は、市役所観光課窓口、各出張所、観光協会、商工会議所などにあります。必要事項を記入し、12月1日(月)までに観光協会 ☎414・0002 湯川1・8・3、FAX(37)9006へ、持参するか郵送、FAXで申し込んでください。



水道検針票に掲載する 有料広告を募集します

水道の検針票（上下水道使用量のお知らせ）の裏面に掲載する有料広告を募集します。広告の掲載を希望される人は、お申し込みください。

掲載期間 21年4月～22年2月の11か月間（各戸に5回配布）

発行区域 市水道事業給水区域

発行枚数 19万8000枚
（1か月1万8000枚）

広告の仕様 縦横6・5cm四方以内、単色（黒色または青色）

料金 12万4950円

申し込み 広告掲載申込書を市ホームページから取得して、必要事項を記載し、広告原稿を添えて水道業務課窓口でお申し込みください。受付期間は、11月4日（火）～12月22日（月）です。提出された書類を審査し、決定します。掲載基準などは、市ホームページでご確認ください。詳細はお問い合わせください。

広告の掲載場所



重度障害者（児）の医療費を助成します

水道業務課
☎ 1831

心身に重度の障害がある人は、医療費の自己負担金（保険診療分）の一部が助成されます。対象となる人で、重度障害者（児）医療費助成金受

給者証を持っている人は、申請をしてください。

対象

- ・身体障害者手帳1級・2級、内部障害3級の人
- ・療育手帳A判定の人
- ・特別児童扶養手当1級の支給対象児童
- ・身体障害者手帳または療育手帳、健康保険証、預金通帳（郵便局以外）、印鑑

社会福祉課
☎ 1533

児童虐待防止推進月間

児童虐待は、子どもの心身に深い傷を与え、尊い命が奪われる事件にもなります。児童虐待を防止するためには、早期の対応が重要です。子育てをしている中で、困ったことや悩み事がありましたら、関係機関にご相談ください。周りの人は、虐待が疑われる場合や、様子がおかしいと感じた時は、連絡してください。

児童虐待の種類

- ・身体的虐待：殴る、ける、屋外に出すなど。
- ・性的虐待：子どもにわいせつな行為をするなど。
- ・ネグレクト：食べ物やミルクを与えない、お風呂に入れない、長時間相手をしないで放っておくなど。
- ・心理的虐待：ひどい言葉で子どもを傷つける、ほかの兄弟と差別する、極端に無視するなど。

子どもを虐待から守るための5か条

- 1 おかしいと感じたら迷わず連絡（通告は義務）
- 2 「しつけのつもり」は言い訳（子どもの立場で判断）
- 3 ひとりで抱え込まない（できることから実行する）
- 4 親の立場より子どもの立場（子どもの命が最優先）
- 5 虐待はあなたの周りでも起こり得る（特別なことではない）

県東部児童相談所

子育て健康課
☎ 055(922)4199
☎ 1581

計量強調月間

正しい計量 豊かな暮らし

わたしたちの身の回りでは、水道、ガス、電気の使用量、商店での肉や魚の重さの計量などに計量器が使われています。安全で快適な生活のために、計量法で計量の基準など

広告欄

ステーキハウス 池田 姉妹店

すし DINING 広野倶楽部

2周年 特別企画

「美」を追求した
すしと創作料理

5,250円
7,350円
10,500円

各種ご宴会承ります（2名～25名様）

写真イメージ

お陰さまで2周年
特別料理と大抽選

平成20年11月20日～平成21年1月31日

コースをお召し上がりの方にもれなく当たる！

特賞：広野倶楽部お食事券
A賞：ペアランチ券
B賞：広野倶楽部 特製お惣菜 他多数

空気がなし

すし DINING 広野倶楽部 年中無休

フルタイムオープン 11:30～23:30（ラストオーダー 23:00）
伊東市広野 1-6-16 www.steakhouse-ikeda.co.jp/

0557-35-5577

が定められています。

◇食料品の量目と風袋
はかりで量った重さを量目

(内容量) と言い、商品の入
れ物(トレイ、ラップなど)

と添え物(わさび、たれな
ど)を風袋と言います。商品

の量目には、風袋の重さは含
まれません。

◇計量器の有効期間

計量器の中には、検定の有
効期間が定められたものがあ
ります。例えば、水道メータ
ーは8年、ガスメーターと電
気メーターは原則として10年
となっています。

◇はかりの定期検査

商取引に使うはかりは、県
が行う2年に1回の定期検査
を受ける必要があります。対
象となるお店は、食料品店、
宅配便取扱店、薬局などです。

◎県計量検定所

☎054(278)8311

産業課

☎(32)1734

トワイライト作戦実施中

交通事故防止のために

秋から冬にかけて、日没が
早くなります。夕暮れ時は、
ドライバーから歩行者が見え
にくくなり、交通事故が起き

やすくなります。警察署は、

トワイライト作戦として、早
めのライト点灯を勧めています。
ドライバーと歩行者が、
それぞれ次のことに注意し、
交通事故が起きないようにし
ましょう。

◇ドライバーの注意点

・16時ごろにはライトを点灯
・対向車や先行車がない時
は、ハイビームを活用する

◇歩行者の注意点

・道路を渡る時に、立ち止ま
って確認する
・明るい色の服を着る
・反射材を身に付ける

◎伊東警察署交通安全指導員

☎(38)0110

健康情報

◎子育て健康課

☎32-1581・1582(母子)

☎32-1583・1584(成人)

※土日・祝日を除く

糖尿病の疑いがあったら

糖尿病予防デー

糖尿病は、世界の成人人口
の5〜6%、約2億5000
万人が抱える病気です。糖尿

病の拡大を防ぐため、国連は
11月14日を世界糖尿病デーと
定め、糖尿病の抑制に向けた
取り組みを進めています。

糖尿病は、自覚症状が少な
いため、治療を受けない人が
多く、合併症の発症や死亡率
の増加につながっています。

しかし、定期的な検査と生活
習慣の工夫をすることで、重
症化を防ぐことができます。

市は、「毎月10日は糖尿病予
防デー」として、キャンペー
ンを行っています。今月は、
10日から16日までの1週間が、
全国糖尿病週間になります。

この機会に、健診結果などを
チェックして、糖尿病の危険
度を確認してみましょう。

ほっとサロン

子育てをする人同士の交流
の場です。子育ての相談や身
体計測もできます。

対象 0歳〜1歳半の子ど

もと子育て中の人、妊婦

日程と会場(11月)

・7日(金)：八幡野コミュニテ
イセンター

・10日(月)：保健福祉センタ
ー

・21日(金)：菰田民会館

・26日(水)：宇佐美コミュニテ
イセンター

時間 9時30分〜11時30分
持ち物 母子健康手帳、筆記
用具

食育講座

子どもの月齢に合わせた手
軽な離乳食の作り方や進め方
を学ぶ教室です。

対象 離乳食時期の乳幼児

と保護者

日時 11月26日(水)9時45分

から

会場 宇佐美コミュニテ

ィセンター

持ち物 母子健康手帳、筆記

用具

申し込み 11月19日(水)までに

電話で。

すこやか育児教室

子どもの発達や育児、離乳
食の作り方などを学びます。

子育ての相談や身体計測もで
きます。

対象 20年6月・7月生ま

れの子どもと家族

日時 11月28日(金)9時15分

から

会場 保健福祉センタ

ー

持ち物 母子健康手帳、筆記

用具、バスオールなど

申し込み 11月14日(金)までに
電話で。

広告欄

週替りランチ (11:00~15:00)
750円~1050円
サラダバー+コーヒー付 (サラダバーはお替り自由)
ダンコーエンボウル内レストラン「ルオール」
電話 0557-37-1512(駐車場完備)

2008 東海バス忘年新春謝恩ツアー
伊勢神宮 大々神楽
~五穀豊穡・無病息災祈願・縁結び(外宮神楽殿)~
◆宿泊先/湯めぐり海百景 鳥羽シーサイドホテル
◆11月18日出発~1月19日出発まで全27回設定
◆旅行代金 21,800円~23,800円【1泊2日】
東海バストラベル(東海自動車) 電:36-0415



伊東駅伝7区間の部のスタート (昨年)

伊東を走る

生涯学習課 ☎32-1964



オレンジビーチマラソン (今年)

第43回伊東オレンジ ビーチマラソン2009

ミカリンも出場するよ！

日時 1月18日(日)10時スタート
種目

◇10kmの部：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：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・女子、小学生(4年生以上) 男子・女子

◇2kmの部：小学生(3年生以下)、ファミリー(保護者と幼稚園・小学3年生の子どもで一組)、車いす

参加料

小・中学生：1000円

高校生以上：3000円

ファミリー：2000円

※参加費としてミカリンオリジナルタオルを差し上げます。わくわく抽選会に参加できます。

申し込み 大会開催要項の払込取扱票に必要事項を記入し、参加料を添えて、12月5日(金)までに郵便局で申し込んでください。開催要項

は生涯学習課窓口、市内体育施設などにあります。
※今回から、前日の申し込み受付は行いません。

第37回伊東駅伝競走大会

日時 2月1日(日)10時30分スタート(雨天決行)
区間

◇7区間：一般男子、高校男子

◇5区間：一般高校女子、市内事業所等クラブチーム、中学男子、中学女子

参加料 1チーム5000円
申し込み 第1回監督会議の時、参加申込書と選手名簿に参加料を添えて申し込んでください。

第1回監督会議 1月10日(土)13時30分から市役所8階大会議室で開催。

第2回監督会議 2月1日(日)9時から観光会館第1会議室で開催。

※監督会議には必ず出席してください(代理出席可)。



◇小説・エッセイ

セーヌの川辺

池澤 夏樹

テンペスト 上下巻

池上 永一

エネルギー 上下巻

黒木 亮

気をつけ、礼。

重松 清

言魂

石牟礼道子

辺境の旅はゾウにかぎる

高野 秀行

いかだ満月

山本 一力

聖家族

古川日出男

美女いくさ

諸田 玲子

恋のかげら

唯川 恵

奇天烈食道楽

村松 友視

甘い記憶 Sweet Memories

井上 荒野

薄妃の恋(僕僕先生)

仁木 英之

地図男

真藤 順丈

日本浄土

藤原 新也

不惑の手習い

島田 雅彦

オール ミッション2

山田 悠介

ランボール弁護に立つ

ジョン・モートン

博物館の裏庭で

ケイト・アトキンソン

最期の旅、きみへの道

C・S・リチャードソン

◇その他

中国低層放談録 インタビューどん底の世界
コンパニオンプランツで無農薬の野菜づくり
数学ガール〜フェルマーの最終定理
生きるとは、自分の物語をつくること
父でもなく、城山三郎でもなく
海洋生物学入門

◇児童書・絵本

へんしんマジック
いろいろおんせん
カレライスおかわり！
里山百年図鑑〜野遊びを楽しむ



今月の 新着予定図書

*事情により、今月の新着とならない場合もあります。ご了承ください。

開館時間 9時30分～18時
休館日 月曜日・4日(火)・23日(日)・28日(金)
図書館 ☎36-7433

伊東市史講座 史料でたどる中世の伊東

市史編さん事業で新たに判明した伊東の歴史を探訪します。伊東氏と宇佐美氏の激動の歴史や日蓮聖人の足跡などを、中世の古文書でたどります。

日時 11月8日・15日・22日の各土曜日13時30分～16時

会場 生涯学習センターひぐらし会館第2会議室

募集人数 30人（申し込み順）

受講料 3,500円。テキストとして使う「伊東市史史料編古代・中世」の代金。既にお持ちの人は、受講料は不要です。

講師 盛本昌広さん（中世史研究家、伊東市史専門委員）

申し込み 下記まで電話で。



テキストとして使う伊東市史と伊東家文書（東大史料編纂所蔵）

◎生涯学習課 ☎32-3288

ごみの有料化と減量化のコーナーは、今月はお休みしました。



青木クリニック
院長 青木栄三郎先生

健康を維持するために……
予防医学センターを開所
本院は、吉田に開業して20年目を迎えます。正しい医療知識の普及と地域に密着した医療を目指し、専門医による充実した外来を続けています。

時代の変化は、目まぐるしいものがあり、医療環境も例外ではありません。自分の老後は自分で考える、いえ、考えなくてはいけない時代になっているのかもしれない。4年前に開所した予防医学センターには、健康を少しでも長く維持したいという思いを持った中高年の皆さんが、通っていらつしやいます。インストラクターの指導により、ストレッチなどをしてから、プールで水中運動をします。

プールの水圧は、今話題となっているメタボや、高血圧、糖尿病、肥満、腰痛、リウマチ、狭心症、手術後のリハビリにも適しています。仲間をつくり、楽しく体を動かすことで、元気で寝たきりにならない老後を目指しています。さらに、今までの利用実績からデータをとり、一人一人の健康度をグラフでわかりやすく説明しています。少子高齢化の時代で幸福な人生を送る条件は、やはり自分のことは自分でできる健康が一番大切だと感じています。

◎青木クリニック
☎(45) 5115
☎(45) 6383
予防医学センター

健康 クリニック No.18



—お医者さんのお話—



祝・成人♪（今年の1コマ）

成人式

対象 昭和63年4月2日～平成元年4月1日に生まれた人
日時 1月11日(日)10時開場、10時30分開式
会場 観光会館ホール
伊東市に住民票がある対象者には、案内状を送付します。住民票を市外に移した人や外国籍の人も出席することができ、電話か生涯学習課窓口で申し込んでください。

◎生涯学習課
☎(32) 1961

伊東温泉競輪開設58周年記念 椿賞争奪戦(GⅢ)

競輪界のトップレーサーが集結し、年に1度の記念競輪を開催します。目の前で繰り広げられるスピードとスリルあふれるレースにご期待ください！



ミカリン

日時 11月15日(土)18日(火)
10時開門、11時1レース発走予定
会場 伊東温泉競輪場
パワーアップ伊東温泉プレゼント（来場者プレゼント）
◇各日先着1500人にスピードくじを配布。当選者にはオリジナルトレーナーや伊東温泉競輪キャラクターグッズなどをプレゼント。
◇各日先着1008人に3連単車券をプレゼント。
◇最終日は、乗用車をプレゼント。

◎競輪事業課
☎(36) 0120

湯のまち伊東のできごと



9/14日

伊東大田楽

田楽法師たちが、太鼓や笛の音とともに、華麗な舞を見せました。



9/21日

技能祭

職人による工作教室、匠の技の実演などを通じて、伊東の職人の技に触れました。



10/2木
10/3金

伊東温泉花笠踊り

個性あふれる衣装とパフォーマンスを見せながら、2日間で約2,500人が練り歩きました。



10/5日

李太郎祭

李太郎作詩の曲の合唱、献句、献歌、献詩、鼎談「伊東と木下李太郎」などを行いました。

ワクワク伝言板

“応援します あなたの生涯学習”

◎生涯学習課 ☎32-1962 FAX37-8117

このコーナーは、皆さんの生涯学習情報の交換のお手伝いをしています。内容に関するお問い合わせは、直接、代表者が連絡先まで。

新規会員を募集します

《シャンテメンネルコール》

代表者 遠藤一夫 ☎47-0413

連絡先 鈴木慎太郎 ☎37-7057

活動場所 しんたろう塾Ⅱ号館（湯川）

活動日時 第1・3週の日曜日19時～21時

会費 月1,000円

会員数 男性11人

内容 発足1年ほどの男性合唱団です。合唱初体験の人も、数十年ぶりの人も、「歌えば天国！」を合言葉に、和気あいあいと歌っています。目標は、ハーモニーの美しい男声合唱です。「ブラボー！」の喝采を浴びる日を夢見て、特訓しています。



みんなで楽しみながら歌っています

《秋のひぐらし寄席ーいよいよ開催！ー》

毎年恒例の秋のひぐらし寄席。秋の夜長に、楽しいひとときを過ごしましょう。

日時 11月11日(火) 18時45分開演

会場 生涯学習センターひぐらし会館3階ホール

出演 入船亭扇遊（落語）、三遊亭小円歌（三味線漫談）ほか

木戸銭

1,000円

入場券取扱所

生涯学習課、

各出張所、

生涯学習セ

ンター中央

会館・ひぐ

らし会館



入船亭扇遊



三遊亭小円歌

生涯学習課からのお知らせ

このコーナーは、各種団体・サークルの新規会員の募集や活動状況の紹介など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「ワクワク伝言板係」までご連絡ください。

※内容によっては掲載できない場合があります。

Beautiful Mind Vol.57

ビューティフルマインドは、市内に住む若い人を紹介するコーナーです。お問い合わせは企画政策課(☎32-1062)まで。

葛西 ^{りょう}亮さん
(宇佐美)

・お仕事は何をしていますか

介護老人保健施設のそみで働いて2年目になります。主な仕事は、利用者の皆さんの日常生活の支援、入浴や食事の介助、入退所の手続きです。

・このお仕事を選んだきっかけは何ですか

中学生の時、自宅の近くに介護施設があって、デイサービスの送迎の様子をたびたび見ていたのが、きっかけです。自分の進路を福祉の分野に決めて、専門学校に行き、介護福祉士の資格を取得しました。

・実際に働いてみて、どうですか

自分1人の力では、なかなか理想どおりにはいかず、精神的に大変な仕事だと思っています。それでも、質の高い介護ができるように、気遣いや気配りを心がけて、仕事をしています。

・趣味は何ですか

ボウリングです。だいたい週1回は、友達と一緒にに行っています。友達と過ごす時間も楽しいですし、ストレス発散にもなります。

・将来に向けた考えを聞かせてください

これから実務経験を積んで、知識を増やしていったら、社会福祉士やケアマネジャーの資格を取りたいです。介護の仕事を通じて、人間的にも成長して、社会に貢献していきたいです。



高校生国際美術展 奨励賞
「生きている」



牧田めぐみさん
伊東高校2年

「生きている」をテーマに、地球上のいろいろな生物をできるだけたくさん描きました。真ん中のバラは、すべての命がバラのように美しい輝きを持っているということを表現しています。1つ1つの命の輝き、尊さ、素晴らしさが伝わればと思います。

将来の進路はデザイン関係を考えていて、ポスターやプロダクトデザインに挑戦しています。

保育まつり

～みんなで遊ぼう！～

市内の保育園10園と幼稚園14園、父母の会が一緒になって、保育まつりを開催します。小さな赤ちゃんから就学児までの子どもと親が、一緒に「見たり、作ったり、体を動かしたり」楽しめる遊びを用意しています。子育ての悩みや健康相談、おいしい給食のレシピもあります。

日時 11月9日(日) 10時～14時

会場 市役所庁舎

内容 おはなしタペストリー、ペープサート(紙人形劇)、ストローロケット、ジャンプキャッチ、ふうせんバレー、竹ぼっくり、どんぐり紙皿こま、どんぐりとばし、こま回し、でんでんたいこ、粘土、お絵かき、おままごと、体操、ふれあい遊び、バザーなど



親子で楽しく遊べます

☎宇佐美保育園 ☎47-3004

困ったときは、お気軽に… ㊟㊤市民サービスセンター ☎32-1361

- **法律相談** *要電話予約8人 予約開始11月4日(火) 8時30分～
 13日(木)・27日(木) 【鳥井明典弁護士】 ☎…………… 8時45分～11時30分
 18日(火) 【菊池信廣弁護士】 ☎…………… 8時45分～11時30分
- **税務相談** *先着6人
 ☐ 11日(火) ☐ 【浜田忠夫税理士】 ☎…………… 13時～15時
 ☐ 19日(水) ☐ 【鈴木基支税理士】 ☎…………… 13時～15時
- **登記の相談** *先着6人
 ☐ 6日(木) ☐ 【山田隼介司法書士】 ☎…………… 10時～正午
- **交通人権相談** *要電話予約4人
 ☐ 13日(木) ☐ 【鳥井明典弁護士】 ☎…………… 13時～15時
- **行政相談**
 ☐ 20日(木) ☐ 【土屋貞代行政相談委員】 ☎…………… 13時～15時
- **行政手続きと表示登記相談** (表示登記・土地測量・隣地境界)
 ☐ 12日(水) ☐ 【行政書士・土地家屋調査士】 ☎…………… 10時～正午
- **暴力追放相談**
 ☐ 25日(火) ☐ 【財県暴力追放運動推進センター】 ☎…………… 10時～15時
- **消費生活苦情相談**
 毎週月曜日 祝日除く ☎…………… 13時～15時
- **市民相談要望**
 月～金曜日 祝日除く 【市相談担当】 ☎…………… 8時30分～正午・13時～17時

ほけんコーナー ㊟子育て健康課 ☎32-1582～1584

	対 象	受 付 日 時	会 場
1 歳6か月児健康診査	H19. 4月生まれ	19日(水) 13:00～14:00	保健福祉センター
2 歳 児 健 康 教 室	H18.10月生まれ	6日(木) 9:15～10:30	
3 歳 児 健 康 診 査	H17.10月生まれ	12日(水) 13:00～14:00	

- **健康相談** *要予約 ☎32-1583
 7日(金) 9時～15時30分 八幡野コミュニティセンター
 13日(木) 9時～15時30分 市役所4階子育て健康課

飼えなくなった犬・ねこの引取り

㊟環境課 ☎32-1374

13日(木)・27日(木) 9時～9時30分
 場所：市役所駐車場

各種相談

- **教育相談** ☎…………… ㊟市役所5階509号室 ☎37-7476
 月～金曜日 祝日除く 9時～16時30分
- **家庭児童相談**
 ☐ …… ㊟子育て健康課 ☎32-1582・家庭児童相談室 ☎37-9667
 月～金曜日 祝日除く 10時～16時 *要予約 ㊟中央児童館「はばたき」2階
- **女性相談** ☐ *月水金は、女性相談員が対応…………… ㊟社会福祉課 ☎32-1535
 月～金曜日 祝日除く 9時～16時 ㊟市役所低層棟1階社会福祉課
- **心配ごと相談** ☐…………… ㊟社会福祉協議会 ☎36-5512
 毎週水曜日 13時30分～16時
- **住まいづくり相談** ☐ *要予約…………… ㊟都市計画課 ☎32-1781
 毎月第2水曜日 10時～正午 ㊟市役所3階会議室
- **こころの相談** ☐ *要予約…………… ㊟熱海健康福祉センター 保健福祉課 ☎82-9117
 19日(水) 14時30分～16時 ㊟市役所低層棟2階福祉相談室
- **年金相談** ☐…………… ㊟保険年金課 ☎32-1625
 ☐ 4日(火) ☐ 10時～14時30分 【三島社会保険事務所】 市役所5階中会議室
 ☐ 11日(火) ☐ 10時～14時30分 【杉村労務管理事務所】 市役所5階中会議室
 ☐ 19日(水) ☐ 10時～14時30分 【三島社会保険事務所】 伊東商工会議所
 ☐ 26日(水) ☐ 10時～14時30分 【三島社会保険事務所】 市役所5階中会議室

補聴器の相談会 ㊟社会福祉課 ☎32-1533

- ☐ 7日(金) ☐ 13時30分～15時 ☐ 保健福祉センター
 ☐ 17日(月) ☐ 10時～16時 ☐ 保健福祉センター
 ☐ 18日(火) ☐ 10時～16時 ☐ 八幡野コミュニティセンター

献血にご協力ください!!

13日(木) 10時～11時30分
 ※身分証明書をお持ちください。 12時30分～15時30分
 ㊟社会福祉課 ☎32-1531 伊東市役所

急病になったら

- 夜間(毎日午後7時～午前0時)は…市立夜間救急医療センターへ
 (大原一丁目 ☎37-2510)
- 深夜(毎日午前0時～午前8時)は…市立伊東市民病院へご相談ください
 (☎37-2626)
- 休日(午前9時～午後5時)は……………各当直医へ ※緊急の場合は☎119へ

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 友引 ㊤佐藤病院 ☎37-2226 ㊤城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	3 先負 🌸文化の日 ㊤㊤はあふる内科泌尿器科川奈 ☎45-5000 ㊤伊豆高原メディカルたかやなぎ 整形外科 ☎55-3322	4 仏滅 年金相談	5 大安	6 赤口 登記の相談	7 先勝 立冬	1 先勝 8 友引
9 先負 富戸・城ヶ崎海鮮みそ汁まつり (予定) ㊤㊤山本医院 ☎47-5566 ㊤青木クリニック ☎45-5115	10 仏滅 尻つみ祭り	11 大安 税務相談 年金相談	12 赤口 行政手続きと表示登記相談 住まいづくり相談	13 先勝 法律相談 交通人権相談 飼えなくなった犬・ねこの引取り	14 友引	15 先負 七五三
16 仏滅 東海館まつり ㊤伊東胃腸科クリニック ☎37-9255 ㊤吉川医院 ☎37-5071 ㊤むらかみ小児科クリニック ☎52-4710	17 大安	18 赤口 法律相談	19 先勝 税務相談 年金相談	20 友引 行政相談	21 先負 広報いとう12月号配布予定日	22 仏滅 小雪
23 大安 🌸勤労感謝の日 ㊤伊東病院 ☎37-8888 ㊤宇佐美整形外科医院 ☎47-2737	24 赤口 振替休日 ㊤前田医院 ☎37-1912 ㊤中伊豆リハ伊東の丘 ☎36-6366 ㊤日吉医院 ☎37-0763	25 先勝 暴力追放相談	26 友引 年金相談	27 先負 法律相談 飼えなくなった犬・ねこの引取り	28 大安	29 赤口
30 先勝 ゆったり湯めちウオーク ㊤横山医院 ☎35-0431 ㊤なか整形外科クリニック ☎44-5252	〇〇伊東温泉競輪開催日 ㊤競輪事業課 ☎36-0120 伊東温泉競輪 記念(椿賞争奪戦) 15~18 FII 25~27 場 外 開 催 ふるさと広島 1~3 富山 FI 5~7 松阪記念 8~11 玉野記念 21~24 花月園記念併売 27 花月園記念 28~30					

住宅用火災警報器のことなら 伊東市消防設備業 協議会 伊東防災(有) 44-5505 杉山消火器具店 37-1256 コヤナギ防災システム㈱ 35-3585 東海総合警備保障㈱ 45-4300 静防メンテ(株) 45-8700 代表連絡所 以上 協同5社	～高齢者と障害者と子どもが安心して暮らせる共生型の地域社会の実現を目指して～ 伊豆介護センター 介護でお困りの方、介護保険を お考えの方はお気軽にご相談下さい ↓↓↓↓↓↓↓ 電話 0557(36)9069 ☎414-0012 伊豆市駅前1番7号	選んでたのしい、 多彩なデザインが勢ぞろい。 年賀はがき 10月30日販売開始 ご購入は、日本郵便伊東支店 (電話 37-3303) お近くの郵便局・販売所で！	♪ おかげさまで ♪ 来場者1500万人達成！ 温泉・お食事・おみやげ・宝くじ いつも身近に・・・ 道の駅 伊東マリンタウン TEL 0557-38-3811 http://www.ito-marintown.co.jp/
--	---	---	---

information

市役所へのご連絡は

TEL.0557-36-0111 FAX.0557-36-1104
ホームページ <http://www.city.ito.shizuoka.jp/>
E-mail seisaku@city.ito.shizuoka.jp
〒414-8555 伊東市大原二丁目1番1号

年末調整・青色申告決算説明会

年末調整の手順や法定調書・給与支払報告書の作成手順、所得税の青色申告決算書の書き方などを説明します。

開催日：11月21日(金)

時間：●法人及び個人の白色申告者
10時～正午

●個人の青色申告者
13時30分～15時30分

会場：観光会館 別館

※会場には、駐車場がありませんので、
自家用車でのご来場はご遠慮ください。

☎熱海税務署 ☎81-3515

税の作品展 11/11～17「税を考える週間」

日時：①11月10日(月)～14日(金)

②11月17日(月)～21日(金)

会場：①市役所 1 階市民ロビー

②ヤオハングリーンライフ伊東店

内容：税の標語・習字・ポスターの展示

☎熱海税務署 ☎81-3515

オンラインでらくらく♪ 国税電子申告・納税システム (e-Tax)

- ①自宅やオフィス、税理士事務所から、インターネットを利用して、国税の申告・申請・届出等の各種手続きができます。
- ②インターネットバンキングやATM等を利用して納税ができます。
- ③「e-Taxホームページ」をご覧ください。<http://www.e-tax.nta.go.jp>

☎熱海税務署 ☎81-3515

無料労使トラブル相談会

解雇や賃金引下げなどの労働条件、その他労働関係に関するトラブルの無料相談会を行います。労働者、事業主どちらからの相談も受け付けます。

日時：11月30日(日) 10時～15時

会場：東部パレット（沼津市大手町）

※沼津駅南口から徒歩1分

相談員：県労働委員会の委員（弁護士、労使団体役員等）、厚生労働省静岡労働局の職員、県民生活センターの労働相談員

申込：当日、直接会場へ。

※事前予約される方は、下記まで。

☎県労働委員会事務局調整審査室

☎054-221-2287

東部県民生活センターの労働相談窓口

☎0120-9-39610（フリーダイヤル）

赤十字救急法講習会

今回は、「急病・搬送・異物除去」について、学びます。

日時：12月25日(木) 13時～16時30分

会場：市役所8階大会議室（西側）

対象：15歳以上の方（高校生以上）

定員：20人

内容：急病、搬送、異物除去

持ち物：筆記用具、実技のできる服装

申込：11月25日(火)までに、電話で下記へ。

☎社会福祉課 ☎32-1531

自衛官募集

平成21年3月高校卒業予定者及び中学校、高校既卒者の方を募集します。

募集コース：＜2等陸・海・空士＞

最も一般的で、2～3年を一任期として継続または永年勤務へと移行していくコース。

資格：18歳以上27歳未満の男性

※年齢は平成21年4月1日現在

試験日：11月30日(日)

申込：詳しくは、電話で下記へ。

☎自衛隊伊東地域事務所 ☎37-9632

電話加入権合同公売

日時：12月3日(水) 10時～

会場：県熱海総合庁舎会議室

※下記にお問い合わせの上、ご来場を。

☎熱海財務事務所納税課 ☎82-9066

伊東聖母幼稚園2009年度 園児募集と 子育て支援のお知らせ

●園児募集

2年保育と3年保育の入園児を募集します。

対象：（2年保育）平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれの子ども
（3年保育）平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの子ども

願書受付：11月4日(火)、5日(水)

※受付日以降の提出は、お問合せを。

入園日：平成21年4月8日(水)

●子育て支援

未就園児のための子育て支援です。

＜園庭開放＞体を動かす喜びを体験できるよう園庭を開放しますので、ご利用ください。

開放日時：月曜日から金曜日 10時～正午・15時～17時

＜育児相談室＞子育てに関する悩み等をお気軽にご相談ください。

開催日：毎週金曜日 15時～16時

～共通事項～

※見学・来園の際には、事前にお電話を。

※駐車場は、シニアプラザ桜木の隣をご利用ください。

☎伊東聖母幼稚園（桜木町1-7-2）

父母の会 ☎37-6099

HP：<http://www.itoseibo.org>

サクサクわかる！ NPO法人の会計と税務

NPO法人の会計と税務をわかりやすく学びます。

日時：11月28日(金)、12月5日(金)

9時30分～16時30分（全2回）

会場：ひぐらし会館 会議室

講師：脇坂誠也さん（税理士・NPO会計税務専門家ネットワーク理事）

対象：NPO会計担当者、NPO法人の会計・税務を学びたい方で、2日間参加できる方

定員：30人程度

受講料：2,000円（2日間、テキスト・資料代含む）

主催：(財)静岡県労働者福祉基金協会

申込：氏名、住所、電話番号を電話、ファックス、Eメールにて下記まで。

☎いとう市民活動支援センターPal(ぱる)

☎36-1444 FAX36-1520

Eメール：pal_ito2004@ybb.ne.jp

青島広志おしゃべりコンサート 「パール・ギュントの大冒険」

日時：12月14日(日)

開場13時 開演13時30分

会場：観光会館ホール

出演者：青島広志（ピアノ、お話）ほか

内容：ノルウェーの文豪イブセンによる戯曲「パール・ギュント」を、青島広志さんが日本の名曲などを交えてファンタジックな物語にしています。

入場料：全席指定（一般）3,000円
（高校生以下）1,500円

特別先行発売：10月31日(金) 9時～

※振興公社事務所（観光会館2階）のみで発売。電話予約受付は13時から。

一般発売：11月1日(土)～

一般発売販売所：振興公社事務所、各コミュニティセンター、生涯学習センター 荻会館

※各コミセンと荻会館は、月曜休館日

☎振興公社 ☎37-7135

11月は 青少年健全育成強調月間です

静岡県では、11月を青少年健全育成強調月間として、青少年にかかわるイベントを集中的に行います。

この機会に各種活動へ積極的に参加し、次代を担う青少年の健全育成を市民一丸となって進めましょう。

☎生涯学習課 ☎32-1961

青少年健全育成強調月間 協賛事業 ～わたしの主張発表会～

市内5中学校から選ばれた代表が、中学生らしい発想で将来や未来への希望や提言、決意などを発表します。中学生たちの熱いメッセージを、ぜひ会場で受け止めてください。入場は自由です。

日時：11月16日(日) 13時30分～

会場：観光会館ホール

☎生涯学習課 ☎32-1961

伊豆フィルハーモニー管弦楽団 第27回定期演奏会

少し早めのクリスマスをご一緒に…

日時：11月30日(日)

開場13時15分 開演14時（13時30分からロビーコンサートがあります。）

会場：観光会館ホール

指揮：田久保裕一

曲目：

★ヘンデル／「メサイヤ」（抜粋）伊豆フィル合唱団 ソプラノ田中宏子

★チャイコフスキー／バレエ音楽「くるみ割り人形」より（お話付）

★エルガー／行進曲「威風堂々」第1番（合唱付）

入場料：一般 2,000円

高校生以下 500円

※チケットは、サガミヤ書店全店、デュオカウンター等で販売中。

☎伊豆フィル事務局

☎37-2029・080-3630-4435（斉藤）

◆市水道の平日・夜間・休日の修理◆

水道のトラブルは伊東市修繕センターへ （直通電話）☎36-2010

水道本管、一般家庭の水道メーターまでの漏水修理を行います。

なお、個人所有管や宅地内漏水は、有料で修理をお受けします。（夜9時以降は料金が割り増しされます。）

※排水などのトラブルは、水道工事店に直接依頼してください。

◆「11月の納税」納期限は12月1日(月)◆

国民健康保険税5期

市税の納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。

◆市税・国保税納税相談会◆

休日：11月2日(日) 8時30分～17時

夜間：11月27日(木)・28日(金) 17時30分～19時30分

会場：収納課（市役所高層棟1階）

☎収納課 ☎32-1291

◆主要生活物資の物価指数◆

伊東市の9月の主要生活物資の物価指数は104.7で、昨年の同時期に比べ0.7減少しています。

☎生活防災課 ☎32-1361

◆人口と世帯数◆

		10/1現在 ()は前月比	
人 口	74,512人 (+6)	外国人登録 人 口	545人 (-1)
男	35,018人 (-1)	男	161人 (0)
女	39,494人 (+7)	女	384人 (-1)
世帯数	34,311世帯 (+31)	世帯数	288世帯 (-1)

「目指せ、東海大会出場」

南中学校男子バレー部は、二・三年生合わせて16人で活動しています。

目標は、「東海大会出場」です。この夏、三年生は東海大会出場まで、あと一歩というところまで行きました。だから僕たちの代では、三年生を超え、東海で勝てるチームになるように、日々練習に励んでいます。

練習は、かなりきつく休みもありありません。ですが、東海へ出たい、もっとうまくやりたい、そう思っているみんなで頑張っています。でも時々、練習がきつくて休

たくなる時があります。しかし、そんな時は励ましあったり、ライバルには負けな心と言いつけたりして、仲間と共に練習に励んでいます。

バレーボールが上手になるための目標は、人によって様々です。強烈なスパイクが打ちたい、どんなボールもレシーブしたいなどいろいろです。だけど、僕たち南中バレー部は、全員が東海大会出場という一つの目標を持っています。

この目標を達成するために、これから自分へ負けることなく、常に向上心を持って努力していきます。

主将 齋藤 佑樹



南中学校 男子バレー部



編・集・後・記

お年寄りのことも広報で取り上げてください——広報の担当になって2年半の間で一番多くいただいたご意見です。この特集の趣旨に賛同をいただき、取材に応じてくださった皆さんのおかげで、このような特集をつくり上げることができました。取材をする中で、皆さんとてもお元気で、今まで持っていたお年寄りへのイメージが変わりました。この特集が、高齢者の皆さんの交流や活動を少しでも広げて、元気に老後を過ごすきっかけの1つになることを願っています。あわせて、これから高齢者になっていく世代の方々が、伊東での老後のことを考えるきっかけにもなればと思っています。(matsu)

最近、少しだけ部屋の模様替えをしました。アクセントに花を飾るようにしたら、これがなかなか楽しくて、今のところかかせない習慣になりつつあります。花の名前は、花屋さんに聞いてもすぐに忘れてしまうのですが、自分で選んで飾ること、かわいいと思う気持ちを楽しんでいます。季節感を味わえるし、花のエネルギーをもらえて、日々の小さな幸せです。(mizu)

——町内会・自治会は地域の輪——

町内会・自治会では、地震・風水害等の災害に備えての自主防災活動や、青少年の健全育成、交通安全、環境美化運動、住民同士の交流を深めるための活動等を行っています。

町内会・自治会に加入して交流を深め、地域の輪を作りましょう。

自然を愛し、
清潔な環境をつくりましょう
伊東市民憲章

「広報いとう」へご意見をお寄せください。
〒414-8555 伊東市大原 2-1-1
企画政策課 ☎32-1062



野添正義さん 満民子さん（八幡野）の

長男(右)
ともよし
智義くん
(6歳)

長女(左)
さな
咲那ちゃん
(8か月)

いつも笑ってるふたい、
毎日楽しいね！



■市役所 ☎0557-36-0111 FAX0557-36-1104
E-mail seisaku@city.ito.shizuoka.jp

■宇佐美出張所 ☎48-9004 ■川奈出張所 ☎45-1075
■富戸出張所 ☎51-0010 ■対島出張所 ☎53-0002
■荻出張所 ☎36-5553 ■東松原町連絡所 ☎38-8433