

ITO City Public Relations

鬼をやっつけろ！

みんなで怖い鬼に立ち向かう子どもたち。鬼は子どもたちが投げる豆にやっつけられて逃げて行きました。

2月3日(水) 南幼稚園

【主な内容】

- ・あいさつの声が響きあうまちづくり……………P2
- ・医療費を大切にする6つのポイント……………P4
- ・各種届出・申請窓口を
3月27日(土)・28日(日)に開設……………P5

宇佐美小学校愛育会



年3回、学期に1度のペースで息の長い活動になっていくようにしています。女性連盟の皆さんも一緒に参加してくださっています。

北中学校生徒会



月1回、伊東駅へ向かう市民に、すがすがしいあいさつの声を響かせています。満5年を経過したこの活動は、生徒会の伝統として後輩たちにも引き継がれていくことでしょう。

荻区青少年育成会議・門野中PTA



PTAが行う校門前のあいさつ運動に合わせ、育成会は生涯学習センター荻会館の前で月1回、大池小の児童にも「行ってらっしゃい」「歩道を歩いてね」など声をかけています。

湯川区青少年育成会議



毎月20日の朝、「知識の坂」で北中の生徒にあいさつ運動をしています。「地域の子どもは地域で育てたい」との思いから始めた活動は6年目になります。

運動の賛同者を募集しています

伊東市あいさつ運動と静岡県地域の青少年声掛け運動の賛同者を募集します。申込書を提出するか、はがき、電話、FAXで住所、氏名（団体名）、電話番号をご連絡ください。
◎生涯学習課（あいさつ運動事務局）

☎32-1961 FAX37-8117
〒414-8555 大原2-1-1



運動の実行章



市と教育委員会は「あいさつの声が響きあうまちづくり」をキャッチフレーズにありさつ運動を進めています。この運動は満5年を経過し、現在485の個人・団体の賛同者がいらつしゃいます。事務局は活動への参加、のぼり旗の貸し出し、標語コンクールの開催、あいさつ瓦版の発行などを行っています。今回は学校・家庭・地域社会で広がる活動の輪を紹介するとともに、県の地域の青少年声掛け運動とあわせて新規の賛同者を募集します。

母親クラブ連絡協議会

毎月第1水曜日の朝、伊東駅で活動をしています。活動を重ねるごとに、先にあいさつをしてくれる人も増え、活動が楽しくなっています。



伊東市女性連盟

市内のあいさつ運動に応援団として参加しています。目を合わせて「行ってらっしゃい」「行きます」とあいさつが交わす時、とても気持ち良いです。



交通事故から市民を守る 交通指導員

—活動の紹介と
指導員の募集—



交通指導員の皆さんと警察署員、市役所職員がそれぞれの取り組みを通じて交通事故の防止に努めています



↑交通指導員は市長が委嘱します

←子どもを安全に通学させることが一番の任務です

交通事故により全国で年間約5000人が亡くなり、社会問題となっています。交通事故をなくすためには警察の指導や取り締まりに加え、地域住民の協力が必要です。その先頭に立って交通安全に取り組むのが交通指導員です。

◇交通指導員の主な活動

交通指導員の制度は「学童を悲惨な交通事故から守りたい」という思いから発足しました。小学生の通学時間帯に交差点や横断歩道に立ち、安全に誘導して学校に送り届けることが任務です。さらに、市の行事や地域の祭典に参加するなど交通事故ゼロを目標に日々活動しています。

◇交通指導員の募集

本市には現在21人（男性19人、女性2人）の交通指導員

がいます。交通指導員会は「市民、子どもたちを交通事故から守る」という思いをお持ちの人に加入していただき、市内の交通安全のために一緒に活動していきたいと考えています。入会やお問い合わせは事務局の生活防災課までお願いします。

◎生活防災課
☎(32)1361

春季火災予防運動

3月1日(月)～7日(日)

【住宅防火、命を守る7つのポイント】

◇3つの習慣

- ・寝たばこは絶対やめる。
- ・ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れる時は必ず火を消す。



◇4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐために防火品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために住宅用消火器などを設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために隣近所の協力体制をつくる。

住宅用火災警報器

を設置していますか？

住宅火災による死者の6割は逃げ遅れによって命を失っています。住宅用火災警報器は煙を感知して警報音や音声で火災の発生を教えてください。火災の発生を早く知ることにより避難する時間を確保することができます。大切な命を火災から守るため、まだ設置していない家庭は早急に設置しましょう。

◇販売している場所…消防用設備業者や量販店、電気店で販売しています。

町内会などで共同購入を計画する場合は消防本部が協力します。

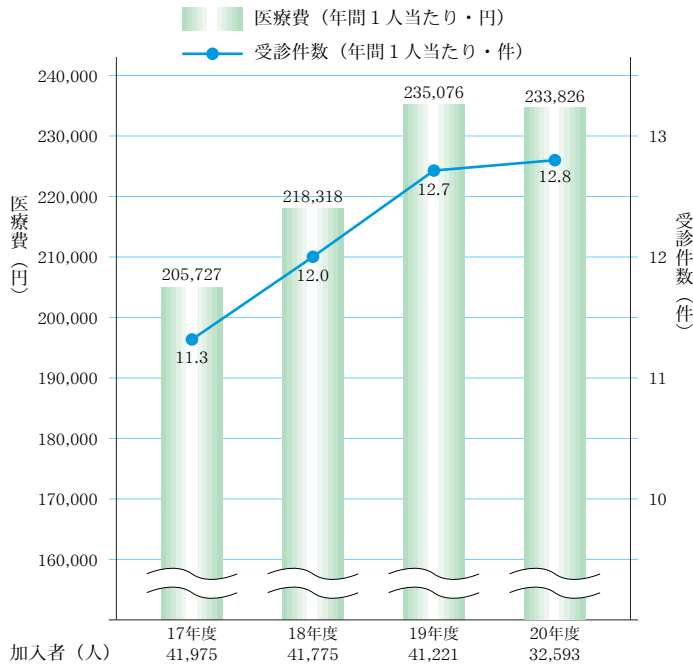
◇取り付け場所…寝室と、2階より上に寝室がある場合は階段上部にも取り付けます。

◎消防本部予防課
☎38-0198



住宅用火災警報器で被害が軽減された事例が多くあります

国保の医療費と受診件数の推移



※20年度は75歳以上の加入者が国保から後期高齢者医療制度に移行したため加入者数が大幅に減っています。

医療費を大切に 6つのポイント

☎保険年金課 ☎32-1621

生活習慣を原因とする病気の増加、医療技術の高度化などにより、保険医療機関に支払う医療費と受診件数は増加傾向にあります。医療費の増加は国民健康保険の財政を圧迫し、保険税の引き上げにつながります。医療費と負担の増加を抑えるには、加入者一人一人が健康に気をつけることが必要です。病気やけがをした時は次のことを心がけて医療費を減らすようにしましょう。

- 1 かかりつけ医を持つ**
病歴や体質を把握してくれているので、効果的な治療が受けられます。
- 2 なるべく診療時間内に受診する**
時間外の診療は加算料金がかかります。急病以外の時は診療時間内に受診しましょう。
- 3 お医者さんのかけ持ち、重複受診はしない**
検査、処置、注射、投薬など一連の診察を最初からやり直すことになるので、医療費の無駄遣いにつながります。
- 4 薬をたくさん欲しがるのはやめる**
余分な薬は医療費の無駄遣いになり、身体に悪影響を与えることもあります。
- 5 生活習慣を見直す**
食生活、飲酒、喫煙などの生活習慣を見直して、生活習慣が原因となる病気を予防しましょう。
- 6 定期的に健康診断を受ける**
定期的に健康診断を受けて、病気の早期発見、早期治療を心がけましょう。40歳以上の人は特定健診を受けましょう。

健康フェスタ



運動関連団体の出展者募集

出展者募集

市健康保養地づくり実行委員会は第23回健康フェスタ2010を6月13日(日)に開催します。会場では健康づくりを目的として運動に関する情報発信や体験ができるイベントを行います。「仲間を増やしたい」「運動の輪を広げたい」という団体や企業の参加者を募集します。

日時 6月13日(日)10時～15時

会場 市役所、大原武道場、東小学校体育館など

参加費 無料

来場予定者数 300人
出展方法

- ・対面による活動紹介：会員募集や活動内容のチラシの配布ができます。
- ・展示パネルへの掲示：展示パネルに活動内容のポスターやチラシを掲示できます。
- ・運動教室の発表コーナー：会場の発表コーナーで活動と成果を発表できます。
- ・運動教室の体験コーナー：来場者に体験してもらい、運動の輪を広げるPRができます。
- ・運動の種類はヨガ、エアロビクス、健康体操、太極拳、フラダンスなどジャンルは問いません。

申し込み 申込書は子育て健康課(市役所4階)にあるほか市ホームページから取得できます。申込書に必要事項を記入して3月26日(金)までに窓口へ持参するか郵送により提出してください。申し込み多数の場合は抽選となります。参加可能な団体には後日連絡します。

※健康フェスタの趣旨、会場の制約などから参加できない場合があります。

☎子育て健康課
☎(32)1583

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

確定申告・住宅ローン控除の申告は済みでしたか

◇確定申告

広報という2月号でお知らせしたとおり、現在、所得税の確定申告を税務署、市役所などで受け付けています。期限内に申告と納税をしないと加算税や延滞税がかかることがあります。

確定申告は所得税の還付を受ける場合にも必要です。さらに、21年中に所得がなかった人は、市県民税申告書で所得がなかったことを申告することにより国民健康保険税などの軽減措置を受けられることがあります。申告の受付は

3月15日(月)までです。忘れずに申告をしてください。

◇住民税の住宅ローン控除

所得税の住宅ローン控除を受けていて、21年分の所得税から控除し切れなかった控除額がある場合、22年度の住民税(所得割)から控除されます。対象となるのは平成11年から18年末まで、または21年中に入居した場合です。21年度の税制改正で市町村への申告は原則不要となりました。

忘れなくお早めにお願います。



イータ君

課税課
(32) 1271

軽自動車とバイクを廃車する手続きは3月までに

軽自動車とバイクなどにかかる軽自動車税は毎年4月1日現在の所有者に課税されます。使用できない物、他人に譲った物、盗難に遭った物でも、廃車の手続きがされないことにより国民健康保険税などの軽減措置を受けられず、車を電話で確認して3月中に済ませてください。

廃車する車種ごとの手続き場所

車種	手続き場所
原動機付自転車 小型特殊自動車	市役所課税課 ☎32-1274
軽四輪 軽二輪 (126cc～250cc)	軽自動車検査協会 ☎055-988-3847
小型二輪 (251cc以上)	沼津自動車検査登録事務所(運輸支局) ☎050-5540-2051

◎課税課

(32) 1274

各種届出・申請窓口を3月27日(土)・28日(日)に開設

転入、転居、転出、戸籍の届出や申請が年度末の土日にできる受付窓口を開設します。
日時 3月27日(土)・28日(日) 8時30分～16時

場所 市民課(市役所高層棟1階)窓口(出張所・連絡所では行いません)

受付内容 転入、転居、転出

戸籍の届出や証明書の交付、旅券の受け取りなど。これらの異動に伴う国民健康保険や国民年金、児童手当、乳幼児医療、小中学校の転出・転入学の手続き、市税の納入もできます。

※旅券の申請、外国人登録、

住民基本台帳カード、公的個人認証、広域交付に関する業務は行いません。

◎市民課

(32) 1351

こんな時は市水道事業へご連絡・ご質問ください

◇引越しの連絡

3月は引越しが多い時期で、水道料金の精算の受付がとて混雑します。引越しの予定が決まり次第、電話でご連絡ください。市ホームページから水道使用中止・開始などの申し込みもできます。現地で現金精算をするため連絡先を伺うことがありますので、ご了承ください。

◇こんな時はご質問・ご連絡ください

- ・検針地区や料金、口座振替のことを知りたい時
- ・水道を使用開始する時、中止する時
- ・使用者や所有者が変わる時
- ・納入通知書の氏名や住所に誤りがある時
- その他、水道料金に関するお問い合わせもどうぞ。

◎市水道料金事務センター

(32) 1832

広告欄

毎週 水曜日と26日は**市民サービスデー**
伊東市民の方 **大人・¥500 小人・¥250**
ご住所の確認できる物をお持ち下さい・タオルは別料金です
(7枚タオル100円・11枚タオル200円)
伊東マリンタウン シーサイドスパ TEL: 38-1811

国民年金保険料免除（納付猶予）申請はお早めに

国民年金には申請によって保険料の納付が免除または猶予される制度があります。申請には期限がありますので、早めに申請してください。

◇免除（全額免除、一部納付）制度

本人、配偶者、世帯主の前年（20年中）所得が一定額以下の場合。

◇若年者納付猶予制度

30歳未満の人で本人、配偶者の前年所得が一定額以下の場合。

免除、納付猶予の21年度（21年7月～22年6月）分の申請期限は22年7月末までです。22年度分の申請は7月1日から受け付けます。

◇学生納付特例制度

学生で本人の前年所得が一定額以下の場合。

学生納付特例の21年度（21年4月～22年3月）分の申請期限は22年4月末までです。

22年度分の申請は4月1日から受け付けます。21年度分が承認済の人には3月末以降に申請はがきが送付されますので、内容を確認し必要事項を

記入して4月中に投函してください。

◎三島年金事務所

☎ 055(973)1444

保険年金課

☎ (32) 1625

県環境学習コーディネーターが相談に応じます

県と県教育委員会は環境教育に関するさまざまな相談に対応する環境学習コーディネーター制度を立ち上げています。学習会の講師、自然体験や実践活動のできる施設や場所の紹介、体験型学習会の進め方などの相談に登録されたコーディネーターが無料で応じています。地域や職場、教育現場で環境や自然をテーマにした体験学習などを行いたい時にご利用ください。制度の詳細やコーディネーターの連絡先は県ホームページの環境学習データベースのページ <http://ecobank.pref.shizuoka.jp/index.asp> をご覧下さい。

◎県環境ふれあい室

☎ 054(221)2919

環境課

☎ (32) 1374

木下李太郎記念館特別展 開催―李太郎の顕微鏡画

木下李太郎は本名を太田正雄といい、皮膚科の医学者として水虫の原因が白せん菌であることを日本で初めて特定するなど、さまざまな成果を残しました。その研究は多岐にわたり、日本皮膚科学の祖と言っても過言ではない日本を代表する医学者の一人です。今回の特別展では、李太郎の描いた顕微鏡画の実物を多数展示します。画家を志していた李太郎の精緻な筆による顕微鏡画は、偉大な医学者が顕微鏡の中に見つけた世界を余すことなく伝えてくれます。東京大学医学図書館所蔵資料のため、今後の展示予定はありません。貴重なこの機会にぜひご覧ください。

日時 3月16日(火)～5月9日(日) 9時～16時30分（3月は16時まで。月曜日は休館）

会場 市立木下李太郎記念館（湯川2・11・5）

入館料 100円。次ページ

左上のご招待券で2人まで無料。

◎生涯学習課

☎ (32) 1963

育英奨学生・入学時貸付金貸与生の募集をします

経済的理由により就学が困難な学生に奨学金の貸付・貸与、入学時貸付金の貸与をします。それぞれ、ほかの奨学制度との併願もできます。

◇育英奨学金の貸付・貸与

高等学校、短大、大学、専修学校などに在学している学生に、教育費の一部としての育英奨学金を貸付（返済の必要なし）・貸与（無金利）します。

募集予定人数と金額

- ・高校生など（月額1万円）
：給付1人、貸与5人
- ・大学生など（月額2万円）
：給付1人、貸与5人

期間 22年4月に在籍している学校を卒業するまでの間

◇入学時貸付金の貸与

高等学校、短大、大学、専修学校などに入学する時に要する一時的な費用を貸与（無金利）します。

募集予定人数と金額

- ・高校などへの入学予定者（15万円まで）：10人
- ・大学などへの入学予定者（30万円まで）：10人

広 告 欄

伊東市勤労者教育資金貸付制度

●受付総枠：3,000万円
●受付期間：2009年4月1日～2010年3月31日
●受付総枠限定の制度です。
●お問い合わせは
ろうきん伊東支店融資係
Tel.0557-37-6135
伊東市役所産業課
Tel.0557-32-1734

300万円
10年返済
償還期間（最長5年間）含む。

2010東海バス春の謝恩ツアー
昇竜しだれ梅 源平しだれ桃

***奥山花街道と笹戸温泉とうふや**
◆3/10出発～3/25出発まで全9回設定
◆旅行代金/19,800～20,800円【1泊2日4食付】

***戸倉上山田温泉清風園とハーモニカ列車** 善光寺大本願
◆3/2出発～3/29出発まで全11回設定
◆旅行代金/19,800～22,900円【1泊2日4食付】

●お問い合わせ・お申し込みは **東海バストラベル ☎36-0415**

◇共通事項 応募資格

- ・心身健全で成績が優秀
- ・本人が保護者が市内に居住している

※学校長の推薦が必要です。
募集期間 4月2日(金)～28日(水)

決定方法 5月中旬に開催する選考委員会で審査して決定し、本人に通知します。

◎教育総務課
☎(32)1901

児童クラブー放課後みんなで勉強・遊びをする場

児童クラブは、保護者が働いているため放課後に家庭で保育ができない場合に、子どもたちが楽しく過ごす場所です。

第24回木下空太郎記念館特別展 招待券

木下空太郎の顕微鏡画

平成22年3月16日(火)～5月9日(日) (月曜日は休館)
9時～16時30分 (3月は16時まで)
※本券をお持ちになると期間中2人まで無料になります。
市内高校生以下は無料です。

◎伊東市立木下空太郎記念館 ☎36-7454

す。さまざまな年齢の子どもと一緒に勉強したり、遊んだりするので、成長面でも貴重な場所となります。運営は保護者などで構成する育成会が行っています。入所の申し込みは各校区の児童クラブまでどうぞ。

児童クラブの名前と連絡先

クラブ名	小学校区	電話
わんぱくクラブ	宇佐美	47-6001
風の子クラブ	西	36-4333
どろんこクラブ	南	45-6937
ひまわりクラブ	大池	38-4381
菜の花クラブ	八幡野	54-6922
旭キッズクラブ	旭	38-5775
東っ子クラブ	東	36-2844

◎幼児教育課

☎(32)1951

しずおか子育て優待カードは4月から使えます

しずおか子育て優待カード事業は、県と市町の共同事業として協賛店舗の善意と協力により実施してきました。この事業は22年度以降も継続して行われます。18歳未満の子どもがいる家庭に新しいカードを配布します。今まで使用していたカードも22年9月末

まで使えます。事業に協賛していただける店舗・施設は随時募集しています。お申し込みの際はご連絡ください。



新しいカード

◎子育て健康課 ☎(32)1581

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

マタニティ教室

対象 妊婦と家族
会場 保健福祉センター
申し込み 前日までに電話で。
◇ママと赤ちゃんの食生活
母乳育児の話や栄養士による食事の話の教室です。
日時 3月9日(火)10時から

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾

◇妊娠中から健康な歯

歯科医師による歯の話や歯科検診、ブラッシング方法の教室です。
日時 3月9日(火)12時45分

から

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、タオル、赤鉛筆、手鏡

※歯を磨いてきてください。

◇教えて!!楽しい育児

先輩ママの出産や育児の話、沐浴実習の教室です。
日時 3月16日(火)12時45分

から

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装

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 (3月)

- ・3日(水)：荻区民会館
- ・5日(金)：八幡野コミュニティセンター
- ・15日(月)：保健福祉センター

・24日(水)：宇佐美コミュニティセンター
時間 9時30分～11時30分
持ち物 母子健康手帳、筆記用具

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 21年10月・11月生まれの子どもと家族

日時 3月19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、バスタオルなど

申し込み 3月9日(火)までに電話で。

第26回全国絵画公募展 I ZUBI 展覧会 招待券

入選作品の展覧会

日時 平成22年3月18日(木)～30日(火) 9時～17時
会場 池田20世紀美術館 (十足614)
※市民は本券をお持ちになると1グループ入場無料になります。

◎振興公社 ☎37-7135
池田20世紀美術館 ☎45-2211

農業委員会通信 Vol.4

新任農業委員の紹介

昨年12月に新たに農業委員に選任された市議会推薦の委員を紹介します。

新任委員	担当地区	旧委員
浅田 良弘	宇佐美地区	土屋 進
西島 彰		大島 春之
稲葉富士憲	伊東地区	井戸 清司
楠田 一男	対島地区	鈴木 克政

改正農地法の説明（第1回）

◆第1条（目的）

【改正前】

農地をその地域に住む耕作者が所有することが適当とし権利を保護する

【改正後】

- ・農地転用の規制
- ・農地の効率利用と地域に調和した農地の権利取得の推進

農地を地域の貴重な資源と位置づけ、効率的に利用されて食料の安定供給が確保されるようにします。この目的のため、農地の転用の規制を強化する一方、権利移動や貸借にかかわる規制は緩和し、農地がより活用されやすいようにします。

◆農地法などの申請書類の各月締切日

3月10日(水)、4月12日(月)です。

☎農業委員会事務局 ☎32-1735

図書館からのお知らせ

☎図書館 ☎36-7433

リサイクルブックサービス

図書廃棄基準などにより除籍した図書資料や保存期間を過ぎた雑誌、登録されなかった寄贈図書を市民の皆さんに差し上げます。

日時 3月28日(日)10時〜16時

会場 生涯学習センター中

央会館3階

冊数 1人10冊まで（雑誌は5冊まで）

持ち物 本を入れる袋

※駐車場は第二駐車場（シニアプラザ桜木の隣）をご利用ください。

ブックスタート

絵本を通じて赤ちゃんとかげがえのないひとときを共有してもらうため、1歳未満の赤ちゃんに保護者に絵本などが入ったブックスタートバックを差し上げています。対象となる乳児には案内を送付します。記載してある日時にお子さんと一緒に図書館に

お越しください。職員がブックスタートの説明をしながら絵本をお渡しします。温かなぬくもりの中でお子さんに絵本を読み聞かせてあげてください。

新着図書のメルマガ配信

新着予定図書の案内を市のメールマガジン・I Z Uのいつと情報便で配信しています。利用するには登録用アドレスitomail.106@mpme.jpに空メールを送信して手続きをしてください。QRコード対応の携帯電話では下のQRコードをご利用ください。



◆小説・エッセイ

兇弾 逢坂 剛

夕暴雨 今野 敏

空が香る 三宮麻由子

無量の光 津本 陽

小説新井白石 童門 冬二

親鸞（上・下） 五木 寛之

張り込み姫 垣根 涼介

花世の立春 平岩 弓枝

夫婦口論 三浦 朱門

月光の刺客 森村 誠一

TRIP TRAP 金原ひとみ

Invitation 江國 香織

マンボウ家の思い出旅行

ブラック・ローズ

明日、アリゼの浜辺で

カッコウの卵は誰のもの

オルモスト・ムーン

機械と狼

跳躍者の時空

◆その他

鈴木茂自選集「伊東の昔」 郷土研究五十年の軌跡

裸の総理たち 32人の正体

地域商店街活性化マニュアル

「100空港時代」を生き残れ

むくみで困ったときに読む本

◆児童書・絵本

いいこってどんなこ？

メチャクサ

ネットいじめ

きみの家にも牛がいる

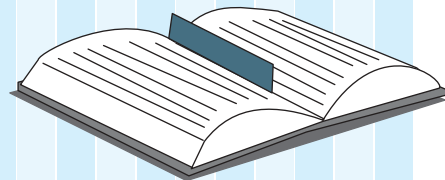
今月の新着予定図書

*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・23日(火)・31日(水)

☎図書館 ☎36-7433



湯のまち伊東の 湯できごと・わたい

1月6日 水



消防出初式

式典、分列行進、放水訓練を行い、消防の任務に当たる士気を高めました。

1月10日 日



成人式

大人の仲間入りをする節目に当たり、お互いの成長を喜び、祝い合いました。

1月17日 日



オレンジビーチマラソン

過去最多となる2,152人が出場して、伊東の海岸沿いを気持ちよく走りました。

1月23日 土 1月24日 日



伊東温泉めちゃくちゃ市

伊豆の名産品が大集合して販売され、名産品にちなんだイベントも行われてにぎわいました。

ごみの減量化と まちの美化

Vol.18

もったいない! 「食品ロス」を減らしましょう

日本全国で年間約1900万トンの食品ごみが排出されています。そのうち食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」が5000万トンあるといわれています。

家庭の食品ロスは2000万トンといわれ、最も多いのは野菜、次いで調理加工品、果実類、魚介類です。捨てた理由としては「鮮度の低下」「消費・

環境課

電話 (32) 1371

ごみを出さない暮らしを
実践しましょう



美化推進係
内田哲弘

賞味期限が過ぎたため「食べ切れず余ったため」などが挙げられています。

食品ごみはちよつとした心がけで減らすことができます。買い物の前に在庫を確認する、こまめに消費・賞味期限の確認をするなどの工夫をして食品ごみを減らしましょう。

新春 お年玉クイズ 正解と賞品の 当選者を発表 します



賞品の当選者

1月28日(木)に抽選会を行い、次の皆さんが当選しました(敬称略)。

◇伊東温泉競輪マスコットキ

・ミカリン 長岡賢

・ミカリン 中野八重子

・ミカ坊 今井明広

◇図書カード

天野春美、新井淳子、石川

企画政策課

電話 (32) 1062

栄枝、石和田みのり、伊豆美保、市川陽大、稲葉登茂子、稲葉元氣、江川尚、海老名美代子、大河航太郎、大川よし枝、大津正子、小川将輝、小原晴代、狩野佑斗、栗原美代子、小林慶輔、小林直子、佐藤さよ子、佐藤優子、下田彩由美、鈴木忠男、鈴木康之、須藤英一、武智恵子、土屋さか江、土屋由美子、濱田一輝、原川文子、船津多美子、古本啓子、穂坂和彦、前田セツ子、三浦静夫、村上恵里菜、森良江、安岡美知子、若井恵、和田知子

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 ☎32-1961 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連絡先か代表者まで。

新規会員を募集します

《菊扇会》

代表者 岩間綾子 ☎53-3979
☎090-1473-7600

活動場所 八幡野コミュニティセンター
活動日時 毎月第1・3週木曜日13時から
会費 月3,000円、ほか教材費など

内容 日本音楽の唄と三味線を勉強してみませんか。基礎から学んで、みんなで楽しみながら演奏しましょう。日本の心、風物、情景を音色で味わうことができます。13時から初級コース、14時から上級コースとなります。興味のある人を大歓迎します。



日本の心を音色で楽しめます

《社日本損害保険協会の寄贈事業により小型動力ポンプ付軽消防自動車を配置しました》

社日本損害保険協会は、社会公共事業の一環として地域の防災力向上を目的に消防機器の寄贈を行っています。この事業により小型動力ポンプ付軽消防自動車が本市に寄贈され、1月15日(金)に受納式を行いました。寄贈された消防自動車は消防本部に配置し、災害時の各種活動や消防行事などに幅広く活用していきます。



消防本部で行った受納式



寄贈された消防自動車

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。



高野医院
高野俊史先生

たばこの煙に含まれる多数の化学物質によりさまざまな健康障害が発症しています。特にタール、一酸化炭素、ニコチンの3つが問題です。タールは発がん性、一酸化炭素は酸素欠乏症、ニコチンは依

これを機に禁煙はいかが？
—喫煙と健康障害—
たばこの増税と健康障害により禁煙が注目されています。喫煙者はストレス解消に考えていますが、自身と周囲の健康障害からはあまり勧められません。実際に間接的に吸う副流煙の方が有害といわれています。喫煙は自身だけでなく周囲にも悪影響を及ぼしています。

いとう
健康
クリニック
No.32



—お医者さんのお話—

存症などの精神的作用があります。喫煙による健康障害としては、心臓疾患、脳血管障害、呼吸器疾患、消化器疾患、種々のがんがあります。乳幼児の睡眠時突然死にも関与しています。死亡率はたばこを吸わない親に比べて、両親の片方が喫煙者の場合は約1・5倍、両親が喫煙者の場合は5倍ほどとなっています。

禁煙治療には、従来ニコチンパッチやガムが使われてきましたが、成功率は十分とは言えません。最近では成功率がやや高い内服薬が加わりました。この内服薬は依存性のないニコチン様物質をニコチンの代わりに脳内に補充するものです。吐き気などの消化器症状の副作用もありますが、禁煙の意志がしっかりあれば高い確率で禁煙が可能です。禁煙治療を希望する人は専門医の受診をお勧めします。

高野医院

☎(38) 2111

Beautiful Mind

ビューティフル マインド Vol.71

市内の若い人を紹介する
コーナーです。



伊東市漁業協同組合
土屋栄輝さん
(玖須美元和田)

◇お仕事は何をしていますか
魚市場でせりと入札の担当
をしています。水揚げされた
魚を新鮮なうちに売ることが
一番の役割です。市場の清掃
や機材の手入れもしています。
高校卒業後から勤めて2年ほ
どになります。

◇このお仕事を選んだきっか
けは
地元で働きたかったことと

体を動かす仕事をしたかった
ことから選びました。

◇働いてみてどうですか

水揚げが多い時は時間との
勝負で大変ですけど、忙しく
ても活気がある方が楽しいで
す。市場での動きが一番大切
で、体力や周りへの気配りも
必要な独特な仕事です。まだ
年数が短いので、仕事を任せ
てもらえた時や声をかけても
らえた時が特にうれしいです。

◇趣味は何ですか

DVD鑑賞です。家でのん
びり映画を見る時間が好きで
す。もう少し時間に余裕がで
てきたら、仕事にも役立て
るために本格的に釣りをし
てみようと思っています。

◇将来への考えを聞かせてく
ださい

より新鮮でおいしい魚を食
べてもらえるように、知識を
増やすことと漁師さんや魚屋
さんとの人間関係を深めるこ
とで早く一人前になりたいで
す。仕事でお世話になる周り
の人たちからいろいろなこと
を教わりながら成長してい
きたいと思っています。



同報無線メルマガの配信

同報無線放送はメールマガジンとして携帯電話
やパソコンに配信しています。登録用のアドレス
itomail.douhou@mpme.jpに件名と本文なしの
メールを送信すると利用の手続きができます。



町内会・自治会は地域の輪

町内会・自治会は、地震・風水害などの災害に
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、住民の交流を深めるための活動
を行っています。町内会・自治会に加入してこれ
らの活動に参加し、地域の輪を広げましょう。



市民憲章

わたくしたち伊東市民は

- ・文化を高め、教養を豊かにしましょう
- ・自然を愛し、清潔な環境をつくりましょう
- ・きまりを守り、良い風習を育てましょう
- ・おたがいに助け合い、親切をつくしましょう
- ・元気で働き、楽しい家庭をつくりましょう

芸術家の



木村未希子さん
伊東高校城ヶ崎分校2年



静岡県高等学校美術・工芸展
優秀賞「Junk fish」

この作品を制作したきっかけ
は環境問題を勉強したこと
です。生物の起源である海の生
き物として魚を題材にしまし
た。地球が人間によって汚く
なっていき、最後に生き残っ
た生物の姿をイメージして
みました。針金で作った骨組み
に紙粘土を貼り、ごみだった
部品を付けて、色を塗って仕
上げました。わたしが表現し
た思いが評価され、賞をいた
だけてうれしかったです。

困ったときは、お気軽に… ☎市民サービスセンター ☎32-1361

※都合により、相談員が変更となる場合があります。

- **法律相談** *要電話予約8人 予約開始3月1日(月) 8時30分～
8日(月)・25日(木) 【鳥井明典弁護士】 ☎ 8時45分～11時30分
16日(火) 【菊池信廣弁護士】 ☎ 8時45分～11時30分
- **登記の相談** *先着6人
☎ 4日(木) ☎ 【鬼頭幸一司法書士】 ☎ 10時～正午
- **交通事故相談** *要電話予約4人
☎ 2日(火) ☎ 【県交通事故相談員】 ☎ 10時～15時
☎ 16日(火) ☎ 【菊池信廣弁護士】 ☎ 12時30分～14時10分
- **人権相談**
☎ 4日(木) ☎ 【山下優人権擁護委員】 ☎ 13時～15時
- **行政相談**
☎ 18日(木) ☎ 【山本彰行政相談委員】 ☎ 13時～15時
- **行政手続きと表示登記相談** (相続関係・表示登記・土地測量・隣地境界)
☎ 10日(水) ☎ 【行政書士・土地家屋調査士】 ☎ 10時～正午
- **消費生活苦情相談**
毎週月曜日 祝日除く 【消費生活相談員】 ☎ 13時～15時
- **市民相談**
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	H20. 8月生まれ	17日(水) 13:00～14:00	保健福祉センター
2歳児健康教室	H20. 2月生まれ	4日(木) 9:15～10:30	
3歳児健康診査	H19. 2月生まれ	10日(水) 13:00～14:00	

- **健康相談** *要予約 ☎32-1583
15日(月) 9時～15時30分 市役所4階子育て健康課

補聴器の相談会 ☎社会福祉課 ☎32-1533

- ☎ 5日(金) ☎ 13時30分～15時 ☎ 保健福祉センター
- ☎ 15日(月) ☎ 10時～16時 ☎ 保健福祉センター
- ☎ 16日(火) ☎ 10時～16時 ☎ 八幡野コミュニティセンター

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 (10時～16時)
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
※建築紛争等の相談、請負契約をめぐる紛争等については受けられません。
- **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
5日(金) 13時30分～15時30分 ☎市役所低層棟2階福祉相談室
- **年金相談** ☎ …… ☎保険年金課 ☎32-1625
☎ 9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
☎ 24日(水) ☎ 10時～14時30分 【三島年金事務所】 市役所5階中会議室
※年金相談は予約制になりました。受付開始は、3月1日午前8時30分からです。
保険年金課窓口(高層棟1階)にお越しいただくか、電話(32-1625番)で予約を。
※その他、厚生年金等の請求やご不明な点は、下記 お問い合わせください。
☎ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

献血にご協力ください!!

※身分証明書をお持ちください。
☎社会福祉課 ☎32-1531

1日(月) 伊東市役所
10時～11時30分
12時30分～15時30分

飼い主のいない犬・ねこの引取り

☎環境課 ☎32-1374

18日(木) 10時30分～50分
場所：市役所駐車場

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
	1 仏滅	2 大安	3 赤口 ひな祭	4 先勝	5 友引	6 先負 啓蟄
		交通事故相談		登記の相談 人権相談		
7 仏滅	8 大安	9 赤口	10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅 伊豆高原桜まつりステージ1 (おおかん桜) (～3/19)
⑥伊東胃腸科クリニック ☎37-9255 ⑦月出整形外科医院 ☎35-0109 ⑧むらかみ小児科クリニック ☎52-4710	法律相談	年金相談	行政手続きと表示登記相談 住まいづくり相談			
14 大安	15 赤口	16 友引	17 先負	18 仏滅 彼岸入り	19 大安	20 赤口 伊豆高原桜まつりステージ2 (桜並木) (～4/2) 伊東松川あかりの小径 (～4/4) 東海館前松川通り通初め式 東海館まつり
⑨佐藤病院 ☎37-2226 ⑩立花胃腸科外科 ☎45-4811		法律相談 交通事故相談		行政相談 飼い主のいない犬・ねこの引取り		
21 先勝 春分の日	22 友引 振替休日	23 先負	24 仏滅	25 大安	26 赤口	27 先勝
⑪前田医院 ☎37-1912 ⑫メディカルは伊豆高原 ☎33-1200	⑬⑭はあとふる内科泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000 ⑮中伊豆リハ伊東の丘 ☎36-6366		年金相談	法律相談 広報いとう4月号配布予定日		
28 友引 ゆったり湯めちウオーク	29 先負	30 仏滅	31 大安	伊東温泉競輪開催日 ⑯競輪事業課 ☎36-0120 伊東温泉競輪場 外開催 ■F I 9～11 ■F I 26～28 ■日本選手権 2～7 ■岸和田記念 13～16 ■いわき平記念 19～22 ■前橋F I 24～25 ■前橋F I 併売 26 ■名古屋記念併売 27～28 ■名古屋記念 29～30		
⑯伊東病院 ☎37-8888 ⑰田島医院 ☎47-0010 ⑱日吉医院 ☎37-0763						

伊東市民の皆様へ 楽しいゴルフのご案内 ショートコースプレー 3200円(昼食・温泉付き) 本コース(平日)1R 9300円 トワイライト(薄暮) 5350円 ご予約・お問い合わせは サザンクロスリゾート TEL 45-1234	家計の保険無料相談室 ・加入の保険が自分に合っているか確認したい。 ・保険料の負担を軽くしたい。 ・契約更新で、どうしたらいいかわからない。 みんなのこよみを活用して、ぜひご相談下さい。 <お申込み> ※要予約 募集代理店 (有)キャスコンサルタント 伊東 伊豆 沼津 電話 0120-850-413 〒414-0051 伊東市吉田3-1-9 番地	ウォーキング中にひと休み。 足湯「あったまりーな」 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-marinetown.co.jp/	～わかりやすくわかるまで～ AKIYAMA学習塾 テスト前には全教科フォロー 中学生コース.. 英数週2回3時間 9000円 小学生コース.. 国算英週2時間 6000円 川奈駅より5分 45-1564	お売りください! ご家庭のいらなくなった 家具・家電を引き取ります 商品・年式・状態により引取できないものもあります 0120-477-819 (受付時間9:00～18:00) (有)リサイクルマスタージャパン
--	--	--	--	---

information

■市役所 ☎0557-36-0111(代表) FAX0557-36-1104
Eメール seisaku@city.ito.shizuoka.jp ホームページ <http://www.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

天城霊園無料送迎バス運行

運行：3月21日(日・祝)
(雨天でも運行・予約不要)

午前の部(荻経由)

	伊東駅東海 バス送車場	西校前	宮川	荻緑町	蛸人形館前	霊園入口 南原バス停	天城霊園
行き	9:30	9:35	9:40	9:45	9:55	10:00	10:10
	天城霊園	霊園入口 南原バス停	蛸人形館前	荻緑町	宮川	西校前	伊東駅東海 バス送車場
帰り	11:00	11:10	11:15	11:25	11:30	11:35	11:40

午後の部(川奈・吉田経由)

	伊東駅東海 バス送車場	逆川	川奈口	吉田	伊豆高原駅	霊園入口 南原バス停	天城霊園
行き	13:30	13:35	13:40	13:45	14:00	14:10	14:20
	天城霊園	霊園入口 南原バス停	伊豆高原駅	吉田	川奈口	逆川	伊東駅東海 バス送車場
帰り	15:10	15:20	15:30	15:45	15:50	15:55	16:00

☎振興公社 ☎37-7135

自衛官募集(予備自衛官補)

予備自衛官になるための知識・技能を修得するコースです。一般は3年間で50日、技能は2年間で10日の教育訓練を受けます。修了後、予備自衛官となり、それぞれに応じた階級となり非常勤の国家公務員とし、召集により後方の警備・

支援、災害援助活動等を行います。
手当：教育訓練参加日額 7,900円
※交通費は自宅から教育訓練実施駐屯地間を支給します。食事・宿泊・被服は無料で支給・提供します。
受付：4月9日(金)まで
試験日：4月17日(土)
☎自衛隊伊東地域事務所 ☎37-9632

筋ジストロフィー症と類似症児(者)療育相談

専門医が医学的な助言や相談に応じます。詳しくは、お問い合わせください。
対象：筋ジストロフィー症と類似症児(者)の在宅患者及びその家族
日時：3月21日(日) 10時～15時
会場：三島市立保健センター
費用：無料
申込：3月15日(月)までに、東部健康福祉センター ☎055-920-2086へお申し込みを。

☎社会福祉課 ☎32-1533

順天堂大学医学部附属静岡病院 市民公開講座

日ごろ、来院される方を対象に、市民公開講座を開催します。
日時：3月29日(月) 18時～
会場：順天堂大学医学部附属静岡病院 管理棟4階 第1会議室
講師：当院 血液内科先任准教授 小池道明 先生
演題：血液悪性腫瘍治療の現況
☎順天堂大学医学部附属静岡病院 伊豆の国市長岡1129 ☎055-948-3111

つくし保育園の園児募集

宇佐美にある乳児共同保育所「つくし保育園」では、新年度の入園児を募集し

梅原圭 ピアノリサイタル

伊東出身・在住のピアニスト梅原圭によるコンサートです。「ショパン&シューマン生誕200年記念」をテーマにお送りします。

日時：5月15日(土) 開場18時 開演18時30分

会場：観光会館ホール

演奏予定曲目：ショパン/「華麗なる大円舞曲 変ホ長調 作品18」 シューマン/「謝肉祭～4つの音符に基づく愛らしい情景 作品9」ほか

入場料：大人2,500円 高校生以下1,500円(全席自由)

入場券発売：4月1日(木)～

入場券販売所：振興公社事務室、各コミュニティセンター、生涯学習センター 荻会館

<プレ公演を開催します>

♪アフタヌーン・ミニコンサート

本公演の演奏予定曲の解説を中心に、楽しいトークと演奏でお送りします。

日時：4月3日(土) 開場13時30分 開演14時(45分間)

会場：観光会館ホール

入場料：500円(全席自由)

※当日、会場でお支払いください。

☎振興公社 ☎37-7135

ています。

対象年齢：産休明けから2歳まで

*保育時間や料金は、下記へどうぞ。

☎つくし保育園 ☎47-1305

振興公社の各種教室 参加者募集

●初心者のための 野菜づくり教室

無農薬、有機栽培の野菜づくりを体験してみませんか？夏野菜、冬野菜の栽培と、共同作業でのサツマイモの栽培を、土作りから収穫まで体験できます。

開催日時：4月5日(月)開講 9時30分～12時30分 以後、4～12月の第3水曜日 10時～正午 全11回(予定)

※9月は1日(水)、29日(水)

※日にちと回数は、天候・作物の生長状態等により変更の場合があります。

場所：NPO法人郷組 市民農園(荻・伊豆急分譲地近く)

対象：市内在住・在勤で車をお持ちの方
※農園近くには公共交通機関がなく、農作業道具や水を運ぶための車が必要です。

定員：30組(1人または2人1組で)

※応募多数時抽選

※夫婦または友人、2人1組の申込可

参加費：9,000円(農園使用料、肥料・苗・種代含む)

協力：NPO法人 郷組(さとぐみ)

●市民テニス教室(春)

テニスの基礎的技能、練習方法、ルール等を学びます。

日時：4月4日、11日、18日、25日、5月2日(各日曜日・計5回)
9時30分～11時30分

会場：小室山公園テニスコート

対象：市内在住・在勤の小学生から大人
参加費：2,000円(スポーツ傷害保険料を含む)

定員：50人(応募多数時抽選)

※硬式ラケットをご持参ください。

～共通事項～

申込：往復はがきに住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号を記入し下記へ
宛先：〒414-0024 伊東市和田1-16-1
(伊東市振興公社「〇〇教室」係)

締切：3月24日(水)必着

☎振興公社 ☎37-7135

平成22年度 伊東高等職業訓練校 訓練生募集

訓練科目：木造建築科、造園科、塑性加工科(板金・金属工芸)、和裁科

募集人数：各科5人程度

授業日：各科夜間週3日程度(土・日除く) 4・8・12月休講予定

入校資格：雇用保険及び労災保険特別加入、もしくは加入見込みの方

※訓練修了時の技能照査に合格すると、技能士補となり、2級技能検定受験の際、学科試験が免除されます。

訓練期間・必要な学歴：

木造建築科	3年	学歴問わず
造園科	2年	高校卒業以上
塑性加工科	2年	
(板金・金属工芸)		
和裁科	2年	

申込：4月20日(水)までに下記へ

☎伊東高等職業訓練校 ☎37-8916

《アートでピース展》特別企画 —山根弥生子 ピアノリサイタル—

第3回《アートでピース展》特別企画として、世界的に高い評価を得ている山根弥生子さんのピアノ演奏会を行います。
日時：5月8日(土) 18時開場 18時30分開演

会場：観光会館ホール

演奏曲目：ベートーベン/「アングステ」「ファボリ幻想曲」など
ブラームス/「ヘンデルの主題による変奏曲とフーガ」など7曲

入場料：大人2,000円

(当日2,500円)小・中・高生1,000円

入場券販売所：振興公社事務室、市内各販売所で販売中です。詳しくはお問い合わせください。

主催：《アートでピース展》企画・運営委員会

☎事務局：斉藤太郎 ☎37-7160



◆市水道の平日・夜間・休日の修理◆

水道のトラブルは伊東市水道修繕センター ☎36-2010へ
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、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。

◆市役所からのお知らせ◆

CVA2チャンネルとFMなぎさステーション76.3MHzで放送しています。

◆「3月の納税」◆

申告所得税3期・贈与税 消費税(確定分)
納期限 3月15日(月) 納期限 3月31日(水)

☎熱海税務署 ☎81-3515

◆市税・国保税の休日・夜間納税相談◆

休日：3月6日(土)、7日(日)、13日(土)、14日(日)、20日(土)、21日(日)、27日(土)、28日(日) 8時30分～17時
夜間：3月25日(木)・26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1月の主要生活物資の物価指数は105.1で、昨年の同時期に比べ1.2増加しています。

☎生活防災課 ☎32-1361

◆人口と世帯数◆

(2/1現在) (1は前月比)
人口 74,199人(+1) 外国人登録 503人(-3)
男 34,853人(+12) 男 154人(-5)
女 39,346人(-11) 女 349人(+2)
世帯数 34,583世帯(+8) 世帯数 212世帯(-2)

対島中学校 卓球部



「みんな 県大会に行こう」

僕たち対島中卓球部は、二年生9人、一年生11人で日々部活に励んでいます。

これから僕たちが参加する大会は、どれも市外の強い学校の生徒と試合をすることになります。そのために、基本になるフォア打ち、ツッツキを正確にできるようにして、ゲーム練習や三球目練習を真剣に取り組めれば、技術面、精神面ともに向上していくと思います。

今年は、僕たち二年生最後の中体連があります。しかし、中体連の個人で県大会に行けるのは2人だけです。みんな県大会に行くには、団体戦で勝つしかありません。

そのためには、一人一人のレベルをもっと上げなければなりません。これからも、日々の基本となる練習を怠らず、がんばっていききたいと思っています。

これからの、対島中卓球部をよろしく願います。

部長 武田 拓也

編 ◆ 集 ◆ 後 ◆ 記

南幼稚園には、かなり怖い鬼が3匹やってきました。泣いてしまう子どももいましたが、みんなで豆をぶつけて追い払いました。その後には福の神が来て、お菓子をたくさんくれました。子どもたちは、みんなで立ち向かって乗り越えることの大切さと、その後には楽しいことが待っていることを体験したと思います。その様子を見て、子どもたちが強く仲良く成長していくことを願う気持ちが強くなりました。(matsu)

走ることがすっかり楽しくなって、ついにハーフマラソンに出場しました。無事に完走できた今は達成感で満たされ、体中の痛みでさえも、心地よく感じられます。ゴール直前、競技場に入った自分は、まるで一流選手かのような錯覚に陥り、最後の力を振り絞ってラストスパート!

あの気持ちよさ、しばらく病みつきになりそうです。(mizu)

★ アイドル登場

秋山泰徳さん 知美さん(富戸)の

次男 ^{みずき} 瑞貴くん
(3歳)

長男 ^{あおい} 碧生くん
(6歳)



埴川保育園のみんな、見てる～?