



2





伊東按針祭は徳川家康の外交顧問・三浦按針(ウィ リアム・アダムス)が松川河口で日本最初の洋式帆船を 建造したことを記念したお祭りです。

個観光課 2332-1715





按針ワールド ニバル

伊東市街地を舞台に国際色豊かなイベ ントを実施します!

シティホール白寿駐車場(湯川)

10日までじゃ終わらない!

提出先・

問い合わせ

8月11日仕) 13時~15時 日時

会場 伊東市観光会館ホール

海上自衛隊横須賀音楽隊(予定)·ALSOK女子儀仗隊 ※入場は先着順(事前申し込みは必要ありません)

受験料

無料(今年度のみ)

受験資格 どなたでも受験可 になりたい方はこの検定を! い方、伊豆半島のジオガイド

一半島に関する知識を深めた

伊豆の大地が大好きで、伊

提出期限 認定条件

名を明記し、 合格証をお送りします。 解で3級合格。合格者には、 形内・郵便番号・住所・ を添えて郵送。 8月31日金必着 50問中35問以上正 90円切手を貼 · 氏 定

③解答用紙に返信用封筒

②自宅で受験。 ①チラシ(市役所観光課備付 受験方法 慮ください。 関へのお問い合わせはご遠 検定問題と解答用紙を入手 http://izugeopark.org/や べて構いませんが、 トや書籍などを使用して調 またはウェブサイト インターネッ 関係機

議会事務局「ジオ検定」 伊豆半島ジオパーク推進協

係

伊東市大原2-1 T414 - 8555



この秋、スポーツでいい汗流しませんか?

問振興公社 ☎37-7135

1フィットネス教室

日 時: 9月3日、10日、24日、10月1日、15日、 22日、29日、11月5日 19時~20時30分

各月曜日 計8回

会場:市民体育センター対象:市内在住・在勤の男女参加費:1,600円(傷害保険料等)

定 員:50人

持ち物:体育館シューズ、タオル、ダンベル等

内容は、エアロ

内容は、エアロビクス・ ∴ &ストレッチです♪

②第2回ウェルネス教室

日 時:9月3日、10日、24日、10月1日、15日、22日、29日、11月5日、12日、19日、(26日) 10時~11時40分

各月曜日 計10回 *()は予備日

会場:市民体育センター対象:市内在住・在勤の男女参加費:2,000円(傷害保険料等)

定 員:150人

持ち物:体育館シューズ、タオル、ダンベル等





③市民テニス教室 (秋)

日 時: 9月2日、9日、16日、23日、30日 9時30分~11時30分 各日曜日 計5回

会場:小室山公園テニスコート

対 象:小学生以上(子どもから大人まで参加でき

ます)

参加費:2,000円(傷害保険料等)

定 員:50人

持ち物:硬式ラケット、運動靴

4パークゴルフ教室

日 時:9月12日、19日、26日、10月3日、(10

各水曜日 計4回 *()は予備日

会場:伊豆ぐらんぱる公園 パークゴルフ場

対 **象**:市内在住・在勤の男女 **参加費**:2,000円(傷害保険料等)

日) 13時30分~15時30分

定 員:28人 **持ち物**:タオル等

5水中ウォーキング教室

日 時: 9月6日、13日、20日、27日、(10月4

日) 10時30分~11時30分

各木曜日 計4回 *()は予備日 会 場:DHC赤沢プールハウス

対 象:市内在住・在勤の社会人(学生不可)

参加費:4,000円(傷害保険料等)

定 員:50人

持ち物:水着、水泳帽、タオル等

※水泳ではないので顔をつけたり潜ったりしません。

共通事項

申込み:往復はがき(水中ウォーキング教室のみ官製はがき)に、住所・氏名(フリガナ)・電話

番号・年齢・教室名を記入の上、〒414-0024 伊東市和田1-16-1 振興公社 まで

締切り:8月20日(月)必着

※各教室とも、運動のできる服装を準備してください。

※定員は、応募多数の場合抽選です。



防災訓練に参加しよう

伊東市総合防災訓練を9月1日の防災の日にあわせて 行います。東海地震を想定し、地震発生の予知から発災 まで的確な対応ができるように実践的な訓練をします。 各地域で実施される防災訓練に参加して災害に備えまし

> **閰危機対策課 2**32-1362

> > 目らの地域は

自らで守る

みんなで守る

自らの命は

豕庭での |火訓練や救護訓練など地

地域をみんなで守りましょう。 参加して自助・共助を確認し、 域で行う防災訓練に積極的に

の8割以上が家具などの下敷 一神・淡路大震災では死者 防災対策は 大丈夫ですか?

により亡くなられました。 めにとても重要です。 は死者のほとんどが津波 転倒防止は、 また、東日本大震災で 建物の耐震化や家具の 津波から速やかに避難 命を守るた ④中小企業者

補助対象者

③NPO法人(まちづくりの ②伊東商工会議所 ①商店街団体(法人・非法 る団体) 推進を図る活動を目的とす

※③④が補助対象者となる場 東商工会議所と十分連携し 合には、 商店街団体及び伊

て事業を実施すること。

補助率

などを確認しましょう。 家庭内の点検や避難場所

この機会にいま一

度、

上限 50 万円

ぎ 実施し、商業活性化に取り の環境を整備する事業」等を 下表をご覧ください。 を行います。 む商店街団体等に対し、 高齢者等が買い物するため わいを創出する事業」、 創意工夫により商店街 対象事業等は、 助成 のに 組

対象事業	事業例	補助対象者			
創意工夫による賑わいづくり事業	夜市、軽トラ市、フードフェスタ の開催等	1 2 3			
個店の魅力をみがき、魅力あふれ る商店街を育てる事業	一店逸品運動、まちゼミ等	1 2 3			
魅力ある買い物環境づくり事業 (商店街共同施設設置事業に 該当するものは除く)	空き店舗を活用した地場産品のア ンテナショップ、高校生の商業実 習店舗等	1 2 3			
買い物弱者支援事業	ニーズ調査、移動販売車の整備等	1234			
教育機関との連携による調査、 研究事業		1 2 3			
事業者間の新連携事業	ビジネスマッチング、トレードフ ェアの開催等	1 2 3			

※補助対象は、商店街の継続的な活性化を目指す事業とし、一過性のイベント事業は対象外です。 ※施設整備を行う場合は、当該商店街における商業活性化のための他の取り組みと連動して行う場 合に限るものとし、単に施設を整備・改修する事業については対象としません。

補助対象事業(対象者)に該当するかどうかは、事業ごとの判断となりますので、 担当までご相談ください。

喧産業課 (32) 7 3 4

2012.8

市役所 ☎0557 36 0111(代表) FAX0557 36 1104 Eメール koushitsu@city.ito.shizuoka.jp ホームページ http://www.city.ito.shizuoka.jp 開庁時間:8時30分~17時15分 土日・祝日は閉庁

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



成金受給者証の更新 |度障害者(児)医療費

ので、手続きをしてください。 に必要な申請書を送付します 末日です。8月下旬に、更新 金受給者証の有効期限は9月 |度障害者(児)医療費助成

対象者

2級の人 身体障害者手帳1級または

身体障害者手帳3級のうち 療育手帳A判定の人 内部障害の人

特別児童扶養手当1級の支 給対象児童

)社会福祉課

10 月1日から、 助成を受けられます 医療費

精神障害者保健福祉手帳1

訴求期限

25年3月31日まで

は8月下旬に申請通知を発送 対象に加わります。該当者に 級を所持している人が新たに いますのでご確認ください。

医療費助成の対象

険組合等の附加給付を除いた 各種公的医療給付、 健康保

※精神科に通院する際は、 【自立支援医療(精神通院)

臣名の書状を贈呈しています を贈呈します

303(5253)5182

圓総務省大臣官房総務課管理

生活支援講習」 **赤十字「災害時高齢者** 受講生

8月6日(月)

8時15分 11時2分

9 日 (木) 15 日 (水)

うを捧げましょう。

【鐘を鳴らす時間】

災害時の避難所生活におけ 高齢者自身や家族、 地域 社会福祉課

る、

てください 受給者証】を一 緒に提示し

人に役立つ知識や技術を習

自己負担額

0 0 円。 1医療機関ごと、 か 月 5

助成の方法

銀行口座に振り込みます。 を全額支払ってください。後 医療機関窓口で一 自己負担額を除いた額を 部負担金

®社会福祉課

内閣総理大臣名の書状

救護看護婦及び旧陸海軍従軍 者を除く)に対し、内閣総理大 看護婦の人(慰労給付金受給 に派遣された旧日本赤十字社 先の大戦において、 外地等

げ平和を祈りましょう 鐘を合図に黙とうを捧

冥福と恒久平和を祈り、 原爆による死没者と戦没者の 日に、慰霊の鐘を鳴らします。 す。この両日と15日の終戦の 長崎に原爆が投下された日で 8月6日は広島に、 9日

欄

持ち物 会 得するための講習です。 13時30分~15時30分 **時** 9月19日/k 筆記用具、 市役所地下会議室 20人程度 タオル2

申込み 8月31日 金までに電 ※風呂敷が家にある人は1枚 お持ちください。 靴、ズボン) できる服装(ヒールの低 枚、スーパーの袋、 実技の

톙社会福祉課 話で。 (32) 1 5 3

2012 東海バスクーループ 霊峰木曽御嶽山から日本の屋根を一望! 新東名高速 (南岡県内) 開通記念: 木曽御嶽山と富士見台高原 そうごろ真紅の絨毯 ◆8/19出発~9/17出発まで全23回設定 * 環じ祭り ◆旅行代金/21,800円~25,800円 【1泊2日5食付】 ●お問い合わせ・お申し込みは 18東海バストラベル ☎36-041

· 小人500 1500円☆ $(7:00\sim9:00)$ ※朝食だけのご利用もできます 伊東マリンタウン シーサイドスパ TEL 38-1811

を更新します 国民健康保険の保険証

・9月13日休ごろに郵送~

ださい。 保険証は、ご自身で処分する 間違いがあった場合はご連絡 ください。 保険年金課に返却してく 生年月日などを確認し、 手元に届いたら住所、 有効期限が過ぎた 氏

【転送不要扱で郵送します】

金課へ戻されます。 る場合でも転送されず保険年 郵便局に転送届を出してい

している場合はご連絡くださ 守にする場合や、転送届を出 みが必要です。 し込みをした人も再度申し込 入院や旅行などで長期間留 また、前年度に別送の申

【希望する人には保険証を簡 易書留郵便で郵送します】

込書を保険年金課に送付する る「国保の保険税」にある申 申し込んだ世帯は不要です。 し込んでください。 簡易書留郵便は、 納税通知書に同封されてい 8月31日金までに、 連絡すると希望の日時に配 印鑑を持って、 在だった場合、 窓口で申 配達時に 前年度に 郵便局に 国保税

> 日間保管されます 達されます。郵便局には7

【国保税を納めていないと…】

納税相談を受けてください。 納付が困難な場合は収納課で れがないようにしてください けることがあります。納め忘 険証や資格証明書の交付を受 保税を滞納していると短期保 災害など特別な理由なく国

個保険年金課(医療や保険の 資格、保険税額、申告など)

収納課(納付、 (32) 1 2 9 1 口座振替

保険料の納付書 後期高齢者医療制度の 知書) を発送します (決定

発送時期は8月中旬頃です

願いします。 までです。 書の納付書で通知します。 書で納めていただく人には封 のはがきで、口座振替や納付 で納めていただく人には青色 第1期の納期は8月31日金 保険料を年金からの天引き 納期内に納付をお

@保険年金課 (32) 1 6 2 4

対象になる期間

保険料が未納になっている期 いなかった期間 平成14年10月以降で、 又は年金制度に加入して 年金

対象になる人

②66歳以上65歳未満の人 ①20歳以上60歳未満の人 ③65歳以上の人 ①の期間以外に任意加入中 や未加入期間がある人 に納め忘れの期間がある人 10年以内に納め忘れの期間

※すでに老齢基礎年金を受給 加入中の人 している人は、 対象外です 任意

年金受給資格がなく、

納付の方法

書が郵送されます(審査の結 すると、審査された後、 年金事務所に申込書を提出 納付できない場合があり 納付

納付書により金融機関

コ

制度がはじまります 国民年金保険料の後納

ります。 ただくことができるようにな 納め忘れた保険料を納めてい 年の10月から3年間に限り、 険料の未納があった場合、 過去10年以内に国民年金保

きんネットをご利用ください。 機構ホームページから、ねん を確認したい人は、 んネットをご利用になれます。 (要電話予約) 保険年金課窓口でもねんき 国民年金保険料の納付記録 日本年金

http://www.nenkin.go.jp/ 日本年金機構ホームページ **톙保険年金課**

※市役所では納められません てください。 ンビニエンスストア等で納 詳しくは日本年金機構へお 問い合わせください。

国民年金保険料専用ダイヤ (8月1日より開設)

803(6731)2015 **3**0570(011)050

三島年金事務所

3055(973)1444

記録を確認したい人へ 国民年金保険料の納付

欄

返済期間 最長35年間 : 2012年4月1日 2013年3月31日 受付総枠限定の制度です。

お問い合わせは ろうさん伊東支古融資係 14,0557-37-6135

伊重市役所産業課 In 0557-32-1734

広 告

らお預かりいたしま 絵本もいっぱい び会を月1回おこなっています

〒414 0027 伊東市竹の内1 3 57

暴力団 1 |に資金を提供 利用しない!

排除することを掲げた内容と 供与等の禁止」について定め ※条文は市ホームページで閲 な育成を図るための措置 業者の役割」「青少年の健全 団排除条例が施行されます。 なっています。 ており、社会全体で暴力団を 本条例では、「市、 暴力団員等に対する利益の 覧できます。 24 年 8 月 1 目 市民及び事 伊東市暴力

®危機対策課

資格の追 簡易な修繕工 加登録受付 事の参 加

る人は手続きをしてください が必要です。 対象業者 市内に主たる事業 付けますので、 行うためには参加資格の登録 **万円未満の簡易な修繕工事を** 競争入札参加登録がされて 有無は問いません。 所を有し、伊東市建設工事 市 月以降に登録した場合は いない者。 が市内に発注する10 建設業の許可 追加登録を受け 参加を希望す 24 年 2

(申込不要、

入場無料)

留田火の見下 湯川船揚場堤防入口

渚橋際(新井側)

一入口

~ 14 時 30 分

プログラム 大型絵本

「ちい

央会館3階視聴覚室

Ш

 \blacksquare

戸

松 原

新

Ш

玖須美

員 120人程度

場 生涯学習センター中

※建設工事競争入札参加資格 者は、この参加資格登録の 必要はありません。 要です。

登録有効期間 受付期間 提出方法 提出書類 簡易な修繕工事参 課窓口(高層棟6階)で配 からも取得できます。 布します。市ホームページ 納税証明書。 加登録申請書、 (土日は除く) 9月3日(月~10 庶務課窓口に持参 平成26年3 申請書は庶務 23年度分の 日

飽庶務課

31 日 ま で

なつのおはなし会

でも参加できますので、

幼児から大人まで、どなた

ゃんも連れてお越しください。 ツ替え・授乳のための部屋を お越しください。別室にオム 時 8月18日出1時30分 赤ち ぜひ お盆の飾りつけ供物の収集日は

8月16日(木)

お盆の飾りつけ供物は指定袋に入れず、8時30 分までに地区ごと指定された場所に出してください。

鳥川橋・仲川橋・宮川橋・金草橋の各橋際、

用意してありますので、



した。

旧水産試験場前(新井側)、市民体育センタ 西町旧交番横、東町会館ステーション横 聖母幼稚園前、緑風園裏、いづみ荘の橋上 和泉橋際(伊豆急行線高架橋の川沿い上流 側)、城平住宅A棟上 東町船揚場入口、川奈漁協前広場 神社前ごみステーション横 旧富戸出張所先海岸埋立地

八幡野 港船揚場、伊東道線 沢 海岸駐車場

このほか富士見、城星、田代、長美代、促進町、 川奈小室町、富戸払町、荻、十足、池地区は、 ステーションに出してください。

◇供物を出すときのお願い

- ・長い竹等は50cmくらいに切って、束ねてくだ さい。
- ・お線香などの火気類は近づけないでください。
- ・16日に出せない時は、指定袋に入れ、可燃ご みとして収集日に出してください。

⑬環境課 2332-1371

アダプトシステム こ利用ください を

●アダプトシステムとは?

るということから命名されま ように愛情をもって面倒をみ 公園等の公共の広場を養子の です。私道を除く道路、河川、 養子縁組をするという意味

※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。

※プログラムは変更になる場

ニメ「とうきちとむじな」

ル・フラン「七つの星」、ア

さなくれよん」、

フランネ

合があります。

●具体的には?

等のボランティア活動をして 全のため、草刈りやゴミ拾 と協定を結び、環境美化、 里親となる団体・個人が市 保

^問建設課

要望に応じ、 竹ボーキ等必要な道具を配布 します。平成24年4月現在、 団体が活動しています。 ただきます。 ゴミ袋、 市 は、 軍手、 里親

申込み

合は、 申請をしてください ください。現在加入中の団体 (個人)で、 人の人は、 参加を希望される団体・ 代表者の印鑑を持って 必要物品がある場 建設課までご連絡

技能	功労者該当業種
1	飲食物調理
2	接客サービス
3	生活衛生サービス
4	保健医療
5	農業
6	林業
7	漁業
8	採掘
9	窯業製品製造
10	土石製品製造
11	金属材料製造
12	化学製品製造
13	金属加工
14	金属溶接·溶断
15	一般機械器具組立•修理
16	電気機械器具組立・修理
17	輸送用機械器具組立•修理
18	計器·光学機械器具組立·修理
19	飲料・たばこ製造
20	食品原料製造
21	食料品製造
22	紡糸
23	織布団関連
24	衣服繊維製品製造
25	木・竹・つる製品製造
26	パルプ・紙・紙製品製造
27	印刷製本
28	ゴム・プラスチック製品製造
29	革•革製品製造
30	装身具等身の回り品製造
31	建設業

次の要件すべてを満たす人 象となる人の推薦を受け付け 功労者として毎年表彰してい を長い間支えている人を技能 受けました。今年の表彰の対 市内に住み、主として市内 で働いている(市内で20年 優れた技能で伊東市の発 昨年度は12人が表彰を ◇手続きの方法 勤め先の代表者…会社の社 地域の代表者…区長など 長、会長など どの組織、 事業協同組合、 業者連絡協議会、 体の代表者…伊東建設関連 伊東市建築大工組合な

◇対象となる人

す。表彰は11月に行う予定で で審査して表彰者を決定しま 推薦された方々を選考委員会 期限は8月31日俭までです。 商工会議所にあります。推薦 推薦書は産業課窓口、 伊東

優れた技能を持ち、

後輩の

模範となっている

同一職業に30年以上従事し、

(昭和 27

所属している団体、 の事業所が所属している団 団体の代表者 伊東菓子組 伊東造園 勤務先 選で賞品をプレゼントします 買い物をされた応募者に、 事業の協賛店舗で、 間 ずおか子育て優待カード

応募資格者 月15日(出) 静岡県民で、

期間中に、 円以上の買い物をした人 業協賛店舗等で、合計2千 異なる3つの事

※当選者の発表は発送をもつ 応募方法 書)を添付し、封筒に入れ 窓口にあるリーフレットの てかえさせていただきます て応募してください。 応募用紙にレシート(領収 協賛店舗及び市町

@健康医療課

〉推薦する人

`該当する業種

左の表のとおり

年11月1日以前生まれ 年齢が満6歳以上

@産業課

ド事業推進キャンペーン しずおか子育て優待カー

技能功労者表彰の推薦

浄化槽を設置する際に 着工前の申請で補助金

24年8月16日休~9 期間中に 抽 化槽) す。申請は工事を始める前に 槽(合併処理浄化槽)を設置 ときや、住宅を新築して浄化 するときに補助金を交付しま みなし浄化槽 を浄化槽に切り替える (単独処理浄

対象要件

ません。

ている場合は補助対象になり してください。既に工事をし

・延べ床面積の2分の1以上 を居住用として使う建物

工事完了までに伊東市に住 民登録がある

工事が来年3月中までに完 市税等を完納している

建築確認などの審査を受け 了する

<u>*</u>

下水道事業認可計画区

域外とは…

, 販売、 建設する住宅ではない 賃貸及び別荘目的で

ている

補助金額

以下の表のとおり

詳細は下水道課 窓口、市ホーム ページでご確認 ください。



その他の技能工

みなし浄化槽を浄化槽に切り替える場合

人槽区分	下水道事業認可計画区域外(※1)	下水道事業認可計画区域内(※2)	
5人槽	414,000円	250,000円	
6~7人槽	516,000円	300,000円	
8~10人槽	684,000円	400,000円	
		•	

净化僧を設直りる場合				
人槽区分	下水道事業認可計画区域外 (※1)	下水道事業認可計画区域内 (※2)		
5~10人槽	100,000円	60,000円		

個下水道課 ※2 下水道事業認可計画区 た区域 当分の間下水道整備の見込 みがなく、特に必要と認め 域内とは… 設の区域を除いた区域など けた区域と地域汚水処理施 公共下水道の事業認可を受

@健康医療課

☎32-1581·1582

おりです。

8月の健診日程は、

次のと

母子担当 成人担当

ほっとサロン

定もできます。 の場です。育児相談や身体測 子育てをする人同士の交流 象 0歳~2歳位の子ど

健 診・ 対 象 時 (受付時間) 日 1歳6か月児健康診査 (平成23年1月生まれ対象) 2 歳児健康教室 23日(木) (平成22年7月生まれ対象)

(母子手当·父子手当

ださい。

日程と会場(8月)

もと子育て中の人、

妊婦

・7日伙…八幡野コミュニテ

イセンター(保育士のあそ

要な給付を受けられる制度で ない親が自立生活のために必 子を監護養育する配偶者のい 児童扶養手当は18歳以下の

21日火…宇佐美コミュニテ

イセンター(保育士のあそ

受給するためには、 申請

日にち

9 月 27 日 休 • 28 日

20歳以上の女性

10時~15時

24日 金…保健福祉センター

(くすりの話)

9時30分~11時 母子健康手帳、

のお知らせ

せください。 必要です。まずはお問い合わ

持ち物

筆 記

《現況届のお知らせ》

28日金…八幡野コミュニテ

ユニティセンター

27日休…宇佐美コ

13:00~14:00 9:15~ 9:50 3 歳児健康診査 13:00~14:00 (平成21年7月生まれ対象)

保健福祉センタ

に手続きしてください。

ヒブワクチン 肺炎球菌ワクチン

※申し込みなど、 対象年齢 クチンを公費負担で接種でき 医療課までお問い合わせく ヒブワクチン、肺炎球菌ワ 生後2か月~5歳 詳 細 は健

頸がん検診を行います。 対島地区で検診車による子宮 24年度から宇佐美地区及び

子宮頸がん検診

康

予約期間 20 日 (木) 月 30

休 9

すので、8月1日水~31日金 る現況届の提出が必要です。 対象者には通知を送付しま 申込み 健康医療課に電話で 受診券の発行を依頼してく 員 両 日 70 人

さい。 ーに電話で予約をしてくだ っている人は、予約センタ

ださい。すでに受診券を持

月

頸部細胞診 センター 問診、 視診、 内診、

現在のご家庭の状況を報告す

受給者の人は毎年8月1

日

その他 予約電話 用 1 0 0 0 円

年度検(健)診 ください。 広報いとう4月号 ンターまで問い合わせるか、 し込みについては、予約セ 診マンモグラフィ検査の申 ことが可能です。乳がん検 ラフィ検査と同時に受ける 乳がん検診マンモグ 覧 「平 成 24

しん風しん混合(MR)

宮頸がんワクチン接種をお忘

○接種対象者

MR2期 平成18年4月2日~19年4月1日生まれの人 平成11年4月2日~12年4月1日生まれの人 MR3期 平成6年4月2日~7年4月1日生まれの人 MR4期 子宮頸がんワクチン

平成11年4月2日~12年4月1日生まれの女性

接種期間 25年3月31日まで

※子宮頸がんワクチンは通常半年かけて3回接種します。今年 度中に接種を完了させるために、9月末までに1回目を接種 してください。

全額公費負担(接種期間を過ぎると自費) 用 各医療機関で予約し、接種してください。 ※医療機関は3月末に送付した書類を参照してください。 持ち物 母子手帳・予診票兼接種券

※接種券がない場合は、健康医療課窓口で配布するか郵送しま す。ご不明な点は予防接種担当まで。

伊東市国保加 入の、 **40**歳 5 74 歳 0)

は、 慢性腎臓病 $\widehat{\mathbf{C}}$ K D 0)

予防に、役立ちます

悪の 化させ 機能 东 る要

個保険年金課 ☎52-3051

解質 とし

0 て排

整 泄し

圧

調整や造

血

たり、 血

は

血

中

0

老

水分や電水分や電

能

カルシウムの吸収など

に関わる大切な臓器です。

伊東市では人工透析者数が 年々増加しているんだね! 伊東市の人工透析者人数 200 100

人工透析とは…

は慢性腎臓病であるとい る身近な病気です。

われ

人工透析とは、慢性腎臓病などで機能 しなくなった腎臓のかわりに、人工的に 血液中の老廃物や毒素を取り除く治療で す。一般的に、一回の治療で4~5時間 かかり、それを週3~4回行う必要があ り、日常生活に大きな負担がかかります。

状が無いので気付かないこと

成人の約8人に1人

する病気です。

0

機 能

が慢性的に 初期は自覚症

特定健診では、保健指導や市の保健事 業の紹介なども行っています。専門家の アドバイスのもと、無理なく生活習慣の 改善に取り組んでいただけます。

受診は

期限間近は混み合いますので お早目に受診してください!

あ はまったら

なることもあります。

そのた

行を抑えることが大切です。

早期発見・早期治療で進

はできず、人工透析が必要と

た腎臓の機能を元に戻すこと

慢性腎臓病で一度悪くなっ

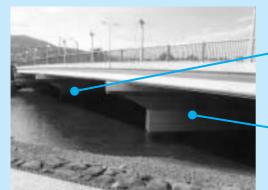
★喫煙 脂 糖 高 質異常 尿 血満 病 圧

これらも特定健診で チェックできます!!

渚橋の耐震補強を行います

渚橋の「橋脚」と呼ばれる橋の基礎2基のうち、1基の工事 が今年の5月に完了し、今後もう1基の工事を平成24年度中 に完了させる予定です。道路利用者の皆さんには交通規制等で ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

問熱海土木事務所 ☎82-9172



これから補強す る橋脚

既に工事が完了 した橋脚

暮らし なんでも相談

因

相談受付ダイヤル **2055-922-3715**

暮らしの中の悩み事相談を受け付 けています。

消費生活、家庭・労働・年金問題、 法律関係、多重債務など、「困った な! どうしよう?」というときにご 利用ください。悩み事を一緒に考え、 専門的なアドバイスをしてくれると ころを紹介します。

受付時間 平日の9時~17時

費 用 相談取次は、原則無料。専 門家に相談する場合は、別途料金 がかかる場合があります。

> 問ライフサポートセンター東部 **2**055-929-9820

風水害における倒木対策に 防災一口メモ

害時には、 倒木の処理は、 台風の来襲などによる風 倒木の被害が多発 原則的に、

地所有者を確認しておき、 **閰危機対策課** 絡しておくのも良いでしょう。 配がある場合は、 有木の管理をお願いします。 発生させないよう日頃から所 になりますので、二次被害を 土地所有者の責任で行うこと (32) 1 3 6 2 自分の住宅等に、 普段から土 倒木の心 連

9

県民の日には施設の 入場料が割引になります

ります。 設の入場料が無料・割引とな た。この日を中心に、県内施 成8年に県民の日とされまし 今の形の静岡県が誕生し、 明 治9年8月21日に、 ほぼ 平.

【市内で入場料無料に

木下杢太郎記念館 8月21日伙~26日(日) なる施設】

☆市営海浜プール 8月21日(火) 時~16時30分

※16時~17時は、 の子どもには保護者の同伴 中学生以

> ☆東海館 ~必要。

8月21日伙 時~ , 21 時

個市長公室課

(32) 1 0 6 2

史編さん

※入浴は11時~19時。 は100円引き。 9 入浴料

松川の歴史と自然

東の人々の生活と大きく関係 域がある川なので、 を超えて大室山の近くに源流 っておきたいところです。 その自然の豊かさと歴史は知 してきました。市民としても を流れるだけでなく奥野ダム 上げられていました。 松川の自然と歴史」 松川は、伊東の中心市街 内小学校の総合学習 昔から伊 が 取 ŋ に

ばれ、瑠璃色の鮮やかな羽毛い野鳥は「川の宝石」とも呼 運を讃えあうほど珍しい鳥だ をもつ鳥です。野鳥観察ファ が棲んでいます。このかわい する資料や適当な解説書がな そうですが、 ンの間ではカワセミ目撃の幸 ざるを得ない点だそうです。 く、手探りのまま教壇に立た 松川には、カワセミ(写真) 一面ではこの鳥

南から来た火山の贈りもの

伊豆半島ジオパーク推進協議会

伊豆半島のおいたち

先月号では、伊豆半島の起源が南にある ことをご紹介しましたが、伊豆半島のおい たちは、大きく3つの時代「海の時代」「本

州への衝突の時代」「衝突とその後の時代」

何でそんなことがわかるの?と疑問に感 じた方いませんか。それは、伊豆半島の

海の時代

本州への振楽

伊豆半島のできあがり

次回は、各時代にみられる特徴と、代表

的なジオサイト(見どころ)をご紹介します。

(下図)に分けることができます。

2000~200万年前

200~60万年前

60万年前一現在

本州

2332-1784

山々や海岸

の崖で見ら

れる地層を くまなく調

べることで、

およそ2000 万年前から

現在までの

歴史をひも

解くことが

できるので

先生方の悩みは、松川に関

伊豆半島ジオパー

がけています 現在製作中の災害編のなかで あてています。子供たちが手 も松川の水害の歴史に焦点を れる指標とも言えます たくさんいることを教えてく が棲む松川に餌になる小魚が 編さんで作成していますが、 「取って確認できる図書を心 松川に関する図書は、



おもしろ



松川のカワセミ(酒井洋平さん撮影)

ワクワク 伝言板 ~応援します! あなたの生涯学習~

☎32-1961 FAX37-8117

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。

新規会員募集

◆書道 四季の会◆

代表者 平林 孝 **☎**48-8515 **連絡先** 日吉 美枝子 **☎**51-1163

活動場所 湯川シニアプラザ

活動日時 第2·4木曜日 10時~正午

費 用 教材費500円

会員数 男性1人 女性9人

内 容 毛筆書道

楷・行・草書4字文を中心に写経(般若心経) や日常文を各自のペースで楽しく学びます。会員 は60歳以上です。興味がある人は日吉美枝子まで。



新規会員募集

◆マイスター60◆

代表者 中坊 汎 ☎53-3076 **活動場所** 保健福祉センター

活動日時 第1・2・3木曜日 13時~15時

費 用 毎月1,500円

会員数 男性10人 女性14人

内 容 当サークルは58歳~75歳までの男女が 参加している、伊東市老人クラブの社交ダンス部 です。市民の親睦と健康を目的として35年前に 設立しました。頭と身体を使い、楽しい音楽を聴

いて、明るく楽しく和気あいあいと一緒に踊りませんか。



~生涯学習課からのご案内

生涯学習課では、「まなびのとびら」(伊東市生涯学習情報誌)を2012~2013年版としてリニューアルしました。新たなサークルや団体などを掲載し、生涯学習情報を発信しています。2012年版の「まなびのとびら」は、生涯学習課、生涯学習センター、コミュニティセンターなどで配布しています。

としょかんだより

彎伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『みんなのあるあるプロ野球』 カネシゲ タカシ/「講談社」

著者が自身のツイッター上で募集した、プロ野球のあるあるネタをまとめたものです。プロ野球ファンなら「あるある」と笑えるネタが満載です。プロ野球ファンでなくても、多少知識があれば楽しめますし、1時間程度で読めますので気軽に手に取ってみてはいかがでしょうか。

新着図書のご紹介

	書名	著 者
1	人生相談比呂美の万事〇K	伊藤 比呂美
2	ラバー・ソウル	井上 夢人
3	シフォン・リボン・シフォン	近藤 史恵
4	話虫干	小路 幸也
5	ブルックリン	コルム・トビーン
6	世界を売った男	陳 浩基
7	「働くママ」の時間術	馬場 じむこ
8	うそついちゃったねずみくん	なかえ よしを

としょかんinformation

■こども閲覧室の新設について

児童書コーナー奥に「こども閲覧室」を設置しました。床にマットを敷いた部屋で、赤ちゃん連れの人も安心してご利用いただけます。土曜おはなし会等、図書館の行事で使用しているときはご利用できませんのでご了承ください。

■8月の休館日 毎週月曜日、31日(金)



被災者に元気を届けよう! 🖑

東日本大震災復興支援チャリティコンサートが市役所ロビーで開かれました。

歌やダンスを通じて、被災者や伊東市を元気にしようと、7団体が参加しました。



リエティフェア開催 (型)

松川藤の広場の隣にあるリエティ広場でリエティフェアが開催され、オリーブの木を植える記念植樹が行われました。



<u>あいさつの声が (が)</u> 響きあうまちづくり

伊東市あいさつ運動夏の市民一斉活動が市内各所で行われました。あいにくの天気にもかかわらず、子どもから大人まで、多くの団体が参加し、通行する市民に「おはようございます」と積極的にあいさつを交わしました。



湯どころいとうの朝市 %23(±) 11周年記念感謝祭開催

湯どころいとうの朝市は、今年で11周年を迎え、会場では冷やしそうめんの無料サービスやお楽しみ抽選会が行われました。会場に来た人たちは、新鮮な野菜や果物を買ったり、その後の抽選を楽しんだりと、会場は賑わいをみせました。



夏のはじまりを告げる! (音) 松川タライ乗り競走開催

第57回松川タライ乗り競走が、伊東大川で開催されました。

タライに上手く乗ることが出来ず転覆する人や 仮装してタライに乗る人などがおり、会場は笑い や声援などで包まれました。

また、今年度は、初の大学対抗戦も行われ、明治大学が見事優勝を飾りました。



Beautiful Mind ビューティフル

株式会社 サンビルド 田尻 亨さん

じています。マンション居住 のお手伝いをしています。 えない住環境を提供するため ひとりの笑顔とやすらぎの絶 という意味です。お客様一人 持った居住空間を創出する」 ◆働いてみてどうですか 太陽のような明るく輝きを 幅広い知識が必要だなと感

者の方が住みやすい環境を作

ています。サンビルドとは ◆お仕事は何をしていますか マンション管理の仕事をし

けでも癒されますね。 たり、家の中で一緒にいるだ 子どもを連れて買い物に行っ

*趣味はなんですか?

ボー、季節によってその季節 間と集まって、遊んだりして るのも好きです。 のものを楽しんでいます。 ーを続けていて、観るのもす 緒にサッカーをしていた仲 また、小さい頃からサッカ 夏はサーフィン、冬はスノ 今でも当時

地の良い場所ですね。 然も豊かだし、近所の人たち 全力で頑張っていきたいと思 充実させるとともに、 するために、 れます。自分も伊東市を良く 伊東市には多くの観光客が訪 もとても温かく、とても居心 家に帰るとほっとします。 これから夏が本番を迎え、 伊東で好きな場所(スポッ 自分が育った町ですね。 ト)はどこですか? プライベートを 仕事も 自 実

ビスを提供する必要があるた るために、 できるようにしています。 め、日々勉強を心がけ、対応 休みの日の過ごし方は

1歳の長女と遊んでいます 色々な分野 スのサー



高橋知奈 丸山彩音 土田歩美 川合清香 松浦桃子 伊東高校城ヶ崎分校3年



この作品は、みんなで下絵を何十 枚も描いた中から選んだ一枚です。 シナリオがとても面白いと思い選び ました。パソコンで作成し、出来上 がった時には「これはいける」と思 いました。自信がありましたが、予 選を突破したという報告を受けた時 は、とても嬉しかったです。

予選通過作品2012



予選通過作品(8枚組写真)写真甲子園2012

昨年も同様の大会に出させていた だき、奨励賞という賞をいただきま した。初めてカメラに触れ、写真を 撮り、何が何だか分からなかった去 年とは違い、経験も積み、良い写真 がどういうものか、少しですが分か ってきたような気がします。今年は もちろん、去年以上の賞を狙ってい きます!

※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8月1日(水	8時30分~	
□1⁄⊞(火)・	21日(火) 【菊池信	廣弁護士】□・・・・・・	图時45分~	·11時30分
23日(木)	【髙山功	〕弁護士】ロ・・・・・・・	图時45分~	·11時30分

一税務相談 *先着6人

	【島田稔税理士】 □ · · · · · · · · · · · · · · · · □ 1 時~15時	
22H(jk) 🛭	【出口啓一税理士】 p··············· a 1 時~15時	Ŧ

■登記の相談 *先着6人

- □ 2日(木)□ 【山田隼介司法書士】 □ · · · · · · · · · · □ 1 磅 ~ 正午
- ■交通事故相談 *要電話予約4人

■人権相談

- □ 2日休□ 【安井宏之人権擁護委員】 □・・・・・・・・・・・□1時~15時
- ■行政相談
- □ 16日休 □ 【土屋貞代、山本彰行政相談委員】 □ · · · · · · · □ 1 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・建設業許可・車庫証明)
 □ 8日(水)□ 【行政書士・土地家屋調査士】□・・・・・・・□16時~正午
- ■警察の出張相談
- □ 8日(水)□ 【警察署相談員】 □ · · · · · · · □ 1 時~15時
- ■市民不動産相談
- □ 23日休□ □ · · · · · □ 1 時~15時
- ■消費生活相談

毎週月曜日【消費生活相談員】 □···········□1時~15時

■市民相談

補聴器の相談会 働社会福祉課 ☎32-1531

ロ 3日(金) ロ13時30分~15時 ロ保健福祉センターロ20日(月) ロ10時~15時 ロ保健福祉センター

□21日火□ 10時~15時□ 八幡野コミュニティセンター

献血にご協力ください!!

※身分証明書をお持ちください。

問社会福祉課 ☎32-1531

今月の献血は、ありません。

各種相談

- ■家庭児童相談
- □·□·□®家庭児童相談室 ☎37-9667(10時~16時)·健康医療課 ☎32-1582 月~金曜日 10時~16時 *要予約(奥中央児童館「はばたき」 2階

- ■年金相談□・要予約 受付開始8月1日(水) 8時30分~
- □ ······ □保険年金課 ☎32-1625
- 7日以210時~14時30分 【杉村労務管理事務所】 魯市役所5階小会議室
- □ 22日(水)□ 10時~14時30分 【三島年金事務所】 ⑧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、下記 お問い合わせください。

□

福祉相談 (予約の人を優先します) ®社会福祉課 ☎32-1532~33

- ■中伊豆リハビリテーションセンター相談会 *要予約□

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 必緊急の場合は☎119へ

みんなのこよみ

市役所へのお問い合わせ TEL.0557-36-0111 FAX.0557-36-1104

日曜日	月曜日	火 曜 日	水 曜 日	木曜日	金曜日	土曜日
 伊東温泉競輪開催日 ®競輪事業課 ☎36-0120 伊東温泉競輪 ■FⅡ 1~3 場外開催 ■防府FI併売 1~3 ■小田原記念 4~7 ■松戸記念 9~12 ■立川FI 13~15 ■静岡FI 17~19 ■サマーナイト 17~18 ■弥彦FI 20~22 ■富山記念 25~28 ■前橋F1 29~31 		### 第一次のでは、	2 友引 伊東温泉夢花火パート3 登記の相談 人権相談	3 先負 伊東温泉夢花火パート4	4 仏滅	
5 大安 ②前田医院ロ ☎37-1912 ③なかた整形料クリニック ☎44-5252	6 赤口 広島平和記念日 伊東温泉夢花火パート5	7 先勝 立秋 伊東温泉夢花火パート6 年金相談(要予約)	表引 ラーダイド・スパー 市民サービスデー 松川海上灯籠流し・松川灯籠の流れ打上花火 行政手続きと表示登記相談 警察の出張相談	9 先負 長崎原爆の日 太鼓合戦 太鼓の響き打上花火	10 仏滅 第66回按針祭式典 按針祭海の花火大会 道の日 税務相談	11 ^{大安}
12 赤口 ③①山本医院ロ ☎47-5566 ③木村整形外科クリニック ☎32-0600	13 ^{先勝}	14 友引 かんもの里花火大会 法律相談(要予約)	15 ^{先負} 終戦記念日 川奈港いるか浜花火大会	16 仏滅 伊東温泉夢花火パートフ 行政相談	17 大安 伊東温泉夢花火パート8	18 ^{先勝} 伊東温泉夢花火パート9
19 友引 伊東温泉夢花火パート10 砂佐藤病院□ ☎37-2226 砂字佐美整形外科医院 ☎47-2737 ① 日吉医院□ ☎37-0763	20 ^{先負}	21 仏滅 県民の日 法律相談(要予約) 交通事故相談(要予約)	22 大安 ジャルスパー 第36回伊東温泉箸まつり 花火大会 第12回紀元祭ほこほこまつり 税務相談 年金相談(要予約)	23 赤口	24 ^{先勝} 広報いとう9月号配布予定日	25 ^{友引}
26 先負 デザイドスパー 東京サービステー	27 ^{仏滅}	28 ^{大安}	29 赤口 シーザイドスパー 市民サービスデー	30 ^{先勝}	31 克引 二百十日	



町の便利屋さん 手伝い日和

蜂の巣駆除承ります!

お見積無料! (保険も完備! ●不用品処理・引越し・一般雑用

●ハウスクリーニング(台所、トイレ、エアコン、雨どいのつまり、清掃全般等

〈作業中〉090-8862-2959 〈自宅〉0557-51-2392 伊東市富戸439-4

こまめな水分補給で熱中症を予防しましょう!

24時間、365日切れ目のない介護サービスを提供いたします。



もしもの備え ほけんであんしん

生命保険も損害保険も 伊豆急コミュニティー

ご相談ください。

株式会社 伊豆急コミュニティー保険課 TEL.0120-363-129



道の駅

道の駅登録

皆様のお越しをお待ちしております! http://www.ito-marinetown.co.jp/

当直医の予定は変更となる場合があります。最新の情報はナビダイヤル☎0570 064307か市ホームページでご確認ください。 季節の催物、観光イベントなどの情報は伊東観光協会 ☎37 6105へお問い合わせください。









お知らせ



庭木と花壇の実践講座 受講者募集(追加)

4月からスタートしている講座の追加募集です。 庭木の手入れや花壇の作り方・育て方を学びます。 日時: 8月16日、9月20日、10月18日、11月15日、 12月20日、1月17日、2月21日、3月21日 各 木曜日

会場:小室山公園

対象:市内在住・在勤の人

定員:20人

参加費:16.000円(全8回)(機械消耗部品、燃

料費、損害保険料等を含む)

申込み: 往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号 を記入の上、〒414-0024 振興公社「庭木と花

壇の実践講座 | 係まで 締切り:8月9日(水)必着

周振興公社 ☎37-7135



傾聴ボランティア養成講座 ~介護予防のための対話技術を学ぶ~

日時: 8月7日(火)、21日(火) 13時30分~16時

会場:保健福祉センター2階会議室

定員:20人(先着順)*原則2日間受講できる人

参加費:500円(テキスト代、飲み物代等)

講師:三島秀介(NPO法人フォールファミリーケ

ア協会認定・シニアピアカウンセラー) 申込み:電話またはFAXで下記へ。

問ハートピアいとう(代表)三島 ☎・FAX51-1750



静岡県交诵安全指導員 採用試験

採用予定人員:約15人

勒務地:県内各警察署内交通安全協会地区支部 勤務内容: 交诵安全活動、交诵教室の開催等 受験資格:平成元年4月2日~7年4月1日に生ま

れた人で高校卒業程度の学力がある人

受験受付期間:9月20日(水)まで

*25年3月に高校卒業予定の人は、9月5日(水)~

9月20日(木)

<一次試験の日程・会場>

日程:10月6日(+)

会場:沼津市・静岡市・浜松市の労政会館

問交通安全協会伊東地区支部 ☎38-5056



8月10日は「道の日」 ~8月は道路ふれあい月間~

「道の日」は、第一次道路改良計画(日本で最初の 道路整備についての長期計画) が実施されたことに ちなみ、制定されました。

【24年度道路ふれあい月間の推進標語】

◆最優秀賞(一般の部)「一本の 道に日本の 底力」

※道路を安全に使うため、 はみ出した枝の伐採な どの樹木の管理にご協 力をお願います。



剛建設課 232-1752



児童館、こども児童劇 「アフリカン・エキスプレス | 劇団アサンテプラン

アフリカ音楽で歌おう!踊ろう!アフリカダンス やパーカッションの体験もできます。

日時: 8月2日(木) 13時~15時

会場:ひぐらし会館ホール *入場無料、参加自由

問玖須美児童館 ☎36-3538 中央児童館 ☎36-3131



ひとり親家庭のための 出張個別相談会

生活・就業・法律の相談会で、職業紹介や求職登 録、弁護士による親権や養育費等の相談ができます。

日時: 8月27日(月) 9時30分~16時

会場:熱海市いきいきプラザ7階多目的会議室

(熱海市中央町1-25 市役所となり) 参加費:無料(託児利用は要予約)

申込み:電話で下記へ。当日受付可(予約優先)

問母子家庭等就業・自立支援センター **2**054-254-1191



東京電力からのお願い

昨年以降、節電へのご協力に厚くお礼申し上げま す。今夏は、電気の安定供給を確保できる見通しで すが、引き続き、無理のない範囲で節雷にご協力を お願いいたします。

・問東京電力(株)沼津カスタマーセンター ☎0120-995-902 月~土曜日(休・祝日除く)9時~18時



天城霊園無料送迎バス運行

運行日: 平成24年8月13日(月) · 14日(火)

◆午前の部

停留場所	行き	停留場所	帰り
伊東駅東海バス送車場	9:30	天城霊園	11:00
西校前	9:35	南原バス停	11:10
宮川	9:40	蝋人形館前	11:15
荻緑町	9:45	荻緑町	12:25
蝋人形館前	9:55	宮川	11:30
南原バス停	10:00	西校前	11:35
天城霊園	10:10	伊東駅東海バス送車場	11:40

◆午後の部

停留場所	行き	停留場所	帰り
伊東駅東海バス送車場	13:30	天城霊園	15:10
逆川	13:35	南原バス停	15:20
水無田	13:40	伊豆高原駅	15:30
吉田	13:45	吉田	15:45
伊豆高原駅	14:00	水無田	15:50
南原バス停	14:10	逆川	15:55
天城霊園	14:20	伊東駅東海バス送車場	16:00

※交通事情により予定時間どおり運行できない場合 がありますが、ご了承ください。

周振興公社 ☎37-7135

formatio

認知症家族講座 ~認知症の介護で悩んでいる 方は、ご参加ください~

医師や介護のプロによる認知症に関する講話と、 同じ立場の介護者同十や介護者の先輩との交流を通 じて日ごろの悩みを語り合う、4回シリーズの講座 です。

日時: ①9月20日(木)、②10月18日(木)、③11月20日 (火)、④12月11日(火) 10時~12時30分(予定)

会場:市役所8階大会議室

内容:①認知症学習講話「認知症の概要と医療の現

状」・交流会

②行政説明「認知症の取組について」・家族会の 説明・交流会

③認知症介護の話「認知症の方への対応」・交流会

④意見交換「質問にお答えします」、交流会

定員:40人(先着順)

申込み:出席する人の氏名・住所・電話番号・性 別・年齢・介護対象者との続柄・今一番困ってい ることなどを電話かFAXでお知らせください。

締切り: 8月31日金

※全講座(4回シリーズ)に受講できる人が対象

※交流会は、グループに分かれて実施

問静岡県健康福祉部長寿政策課介護予防班 ☎054-221-2336 • FAX054-221-2142



ホームヘルパー2級 資格取得講習会

生活援助や医療の基礎知識など静岡県指定の内容 に基づき、資格取得に必要な知識や技能を学びます。

期間:8月30日~10月16日(講習日数23日間)

会場: 富戸コミュニティセンターほか

対象:55歳以上でハローワークで求職活動中の人

定員:20人程度 *受講料無料

申込み:8月16日休までに電話で下記へ。

問シルバー人材センター ☎36-4110



8月は電気使用安全月間です



周関東電気保安協会沼津事業本部 **2**055-952-8101

◆市水道の平日・夜間・休日の修理◆

水道のトラブルは

伊東市水道センター

☎36 - 2010 <

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 道丁事店へ。(夜9時以降は料金が割り 増しされます)

◆納税相談会◆

休日: ①8月5日(日)

8時30分~17時

夜間: ① 8 月30日(木) · 31日(余)

②8月13日(月) · 14日(火) 17時30分~19時30分

①市税・国保税のことは…

会 同 収納課 ☎32-1291

②後期高齢者医療保険料のことは…

会 同保険年金課 ☎32-1624

◆「8月の納税」納期限は8月31日金◆

市県民税2期・国民健康保険税2期

納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。

周収納課 ☎32-1291

◆伊東市の主要生活物資の物価指数◆

6月の物価指数は106.1で、対昨年同月比は-0.2です。

問市民課 ☎52-3002

◆人口と世帯数◆

7/1現在 ()は前月比 人 口 73.093人(-24) 34.413人(-19)

38.680人(-5) abla

世帯数 34,863 端(+7)

外国人登録 459人(-2)

145人(-1)

314人(-1) 女 世帯数 163世帯(-1)

◆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。

活を送っています。 8人の対中生はPT かい活動しています。 方々に見守られ、 生徒会では、二つの目 や大島を一望でき、 一目は、 感謝の心を持 の窓からは、 \mathbb{H} 々 地域 29 0 生



対島中学校 三年 生徒会長 木下湧太



* 対島中学校 *

『目標は、感謝の心を持って行動することと、挨拶の活性化です』



して勇往邁進していきます。 その他、 も清々 きます もより良い そうして始まる一 に行っ トル の標語のもと、 アルミ缶 口 しいものでし よろしくお 対中生を目指

たり 的に挨拶運動を行っています れているかを実感しまし 会本部と生活委員会では定期 要な意味を持ち、い 震災を契機に僕たちは色々な 子校行事として盛大に行いま はボランティアも募集し つ目は、挨拶の活性化 前 のことが、どれだけ に過ごせること。 さつの花咲き誇る います。これ 募金活動も 回収やペ いかに恵ま 日学校 生徒 日は 车

Utchi & mizu の…

今月のつぶやき

「夏を告げるタライ乗り競走」

- m とびっきりPHOTOにも掲載しているタ ライ乗り競走、盛り上がっていたね。
- そうですね、今年は初の大学対抗レースも 行われ、大学生の若いパワーを感じました。
- m タライに乗って、しゃもじのようなカイで こぎながら川を下るレース、見た目以上に難 しそうだね。
- U 確かに。今年は流れが速く、タライに乗っ てスタートする前に転覆してしまう人が多か った気がします。
- 転覆はタライ乗りの醍醐味の一つだよね。
- そうですね!いよいよ伊東の夏のイベント が始まりました。皆さんも伊東の夏を楽しん でくださいね!

アイドル登

木部浩一さん あいさん □ 〔(宇佐美)の 長女みなみちゃん

次女 るなみちゃん (2歳)



すくすく元気に育ってネ♡

今月の健康レシピ しばら 下り 「ひゃっこい麺」

材料(4人分)

冷や麦(乾麺)…320g 絹ごし豆腐…600g サニーレタス…40g きゅうり…80g 大根…80g ミニトマト…8個 ハム…40 g 卵…2個 油…2g カットワカメ…6g 干しいたけ…12g

- しょうゆ…4g A [砂糖…4g めんつゆ…120cc 和風ノンオイルドレッシング…60cc!

①麺をゆでて冷流水でよく洗って水気を切り、冷やしておく。 ②サニーレタス、きゅうり、大根、ハムはせん切りに、ミニ トマトは輪切りに切る。

カットワカメは水で戻し、食べやすい大きさに切る。

- ③水で戻した干ししいたけをAの調味料で煮て、冷ます。
- ④フランパンに油をひき、溶きほぐした卵を入れて薄焼き卵 を作り、細く切って、錦糸卵にする。
- ⑤器にめんつゆを入れて①の麺を入れる。
- ⑥豆腐を手で軽く絞り、麺の上にほぐしながら乗せる。
- ⑦②の材料 (ミニトマト以外) を混ぜて、豆腐の上に乗せる。
- ⑧ドレッシングをかけて、ミニトマト、錦糸卵を飾って出来上がり。 *お好みで、ねぎ、みょうが、大葉、しょうがなどの薬味を入れてください。
- ●栄養価(1人分)エネルギー477kcal/たんぱく質22.9g/脂質10.7g/カルシウム113mg/塩3.4g
- ●ワンポイント 暑い夏を乗り切る、栄養バランスのとれた高たんぱく、低脂肪のさっぱり メニューです。 レシピ提供:「食事・甘味処 ももな(健康回復協力店)」

※広報いとうは、伊東市ホームページでもご覧いただけます。ぜひご覧下さい。