広報
いとう
ITO City Public Relations

2012
平成24年
11
No.1007

更なる高みを求め 次なるステップへ

9月28日ひぐらし会館で平成24年度第56回伊東市スポーツ祭総合開会式が行われ、今年のロンドンオリンピック、テコンドー女子49キロ級に出場した笠原江梨香選手と、パラリンピックのボッチャ競技に出場した杉村英孝選手に「伊東市スポーツ栄誉賞」が贈られました。

【主な内容】

特集1 長寿いきいきサポート（地域包括支援センター）……P２～５

特集2 イギリスと中国からやってきた交換留学生の日々……P６・７

※10月12日現在、東日本大震災への義援金 7,039万4,463円が、多くの皆様から市の受付窓口(社会福祉課)へ寄せられました。
市役所社会福祉課では、義援金の受付を平成25年３月31日まで延期しました。

特集1 いつまでも住み慣れた地域で暮らしていくために

市内には、5つの長寿いきいきサポート（地域包括支援センター）があることをご存じですか？長寿いきいきサポートでは、高齢者の皆さんの心身の健康状態に合わせて、介護が必要な状態にならないよう、さまざまな支援を行っています。

「最近、足腰が弱くなったわ」「なんだか親の様子がおかしくて…もしかして認知症？」などの不安を感じたとき、誰でも気軽に相談できるところです。

市が開催する介護予防教室の様子

第1章 “長寿いきいきサポート”は“地域包括支援センター”の愛称です

「“地域包括支援センター”って何をするところ？」という声が多くありました。このため、市民の皆さんからご意見をいただき、分かりやすく、親しんでもらえるよう、“長寿いきいきサポート”という愛称をつけることにしました。

長寿いきいきサポート（地域包括支援センター）ってどんなところ？

長寿いきいきサポートでは、大きく分けて４つの業務を行っています。介護や生活のことなど、さまざまな相談に、電話や窓口だけでなく、必要があればご自宅を訪問して応じています。相談の費用はかかりません。お気軽に相談してください。

【長寿いきいきサポートの業務　４つの柱】

長寿いきいきサポートでは、こんな仕事をしています。
保健師・主任ケアマネージャー・社会福祉士などが中心となって、連携をとりながら皆さんの支援を行います。

なんでも相談してください

＜総合相談業務＞
- 介護、認知症、健康づくりに関する相談など、何でも相談してください。
- ご本人だけでなく、家族や近隣の方など、どなたでも相談できます。

さまざまな方面から支援します

＜包括的・継続的ケアマネジメント支援業務＞
- 地域の医療機関、介護事業所、自治会、民生委員さんなどと協力し、高齢者の支援のための地域づくりを進めます。
- 地域のケアマネージャーの相談にのり、円滑な業務が行えるよう支援します。

自立した生活を支援します

＜介護予防ケアマネジメント業務＞
- 心身の状態を調べるチェックリストの結果から、介護が必要になるおそれの高い人に対し、介護予防教室などを活用したサービスプランを作成し、心身の状態の改善、維持を目指します。また、要支援１・２と認定された人のサービスプラン作成を行います。
その他、市が行う介護予防事業と連携しています。

皆さんの権利を守ります

＜権利擁護業務＞
- 高齢者虐待の早期発見
- 財産管理、高齢者の虐待の疑いに関することなど、高齢者の権利を守ります。
- 成年後見制度の紹介など、手続きの支援を行います。

長寿いきいきサポート（地域包括支援センター）ってどこにあるの？

長寿いきいきサポート 宇佐美

担当地区　宇佐美
住　所　宇佐美２４０５－２（老健のぞみ内）
電　話　(48)０６４０

長寿いきいきサポート 中央

担当地区　玖須美・新井
住　所　大原２－１－１（市役所高齢者福祉課内）
電　話　(52)３００３

長寿いきいきサポート 伊東

担当地区　湯川・松原・岡・鎌田
住　所　大原１－７－１２（社会福祉協議会内）
電　話　(38)４１６５

長寿いきいきサポート 小室

担当地区　川奈・吉田・荻・十足
住　所　荻７７２－１（特養奥野苑内）
電　話　(38)８８０１

長寿いきいきサポート 対島

担当地区　富戸・八幡野・池・赤沢
住　所　八幡野１０２８－４（特養伊豆高原十字の園内）
電　話　(55)２８７２

第2章 長寿いきいきサポートは「元気を維持」するお手伝いをします

「なごみ」で、一緒になごみませんか？

～「なごみ」の紹介～

住　所：広野４－１－５
費　用：無料
開館時間：平日の10時～16時

長寿いきいきサポート伊東が運営するしゃべり場。お年寄り、子どもも関係なく、来たい時に来て、帰りたい時に帰るという自由な場所です。
お気軽に立ち寄ってください。

骨密度検診の前に、骨粗しょう症などについて、勉強している様子

盆踊り教室の様子。みんなで楽しく踊ります。

なごみの利用者に聞きました

●「なごみ」には、どんな人が来るの？

「誰かと話がしたいから」「昼間、家にいるだけでは退屈だから」などの理由で来る人もいれば、「友人と歩いていたら偶然見かけて休憩しようと入ってみた」という人もいますね。私も初めは友達に誘われて来たんですよ。川奈から来ているので、毎日は来れませんが、来る時はとても楽しみに来ています！

●どんなことをしているの？

午前中にはラジオ体操をして体を動かします。曜日によって、みんなで踊りを踊ったり、骨粗しょう症等の病気に対する勉強会もします。スタッフも常駐してくれているので、介護や食事の相談も出来て、すごく助かっています！

一週間に一回の介護サービスで、健康を維持しています。

大和田満智子（おおわだまちこ）さん（川奈在住）

「器械体操が得意です。30kgのおもりを30回連続して上げられるんですよ」体は細身ですが、昔から力持ちだそう。

「ここは、仲間とお話ができて楽しいです。一週間にいっぺんの楽しみですよ。」と笑顔で話す大和田満智子さん（82歳）。デイサービスセンターに、毎週水曜日（午前中）に通っています。

デイサービスセンターに通うようになったきっかけは…

２年半くらい前に、足を骨折して入院しました。退院後の生活が心配でしたが、病院の先生が長寿いきいきサポート小室の鷲巣さんと連携をとり、リハビリを行うという目的でデイサービスセンターを紹介していただき、通うようになりました。退院直後は、歩行におっかなびっくりだったけど、それがなくなって嬉しいです。

長寿いきいきサポート小室との、つながりは…

退院後の心細い気持ちを支えてくれて、とても安心しました。住みやすいように住宅改修をしてくれ、週に一回はヘルパーさんが来て、身の回りのそうじをしてくれます。鷲巣さんは、優しくて、何でも話ができます。一時間くらいおしゃべりをして楽しい時間を過ごします。

～鷲巣社会福祉士に、大和田さんの人柄を伺いました～

がんばりやで、前向き、リハビリに対しても意欲的に取り組み、回復が早かったです。
人に感謝し感謝される、気持ちの優しい人です。

☆ちょびっとメモ☆

介護サービスを利用するまでの一連の流れを簡単に紹介！

①要介護認定の申請
市に「要介護認定」の申請をします。

②認定調査が行われます
申請後、介護が必要な状態かどうかを調査するための認定調査を市が行います。また、通っている病院の主治医に、市から主治医意見書の作成を依頼します。

③審査・判定をします

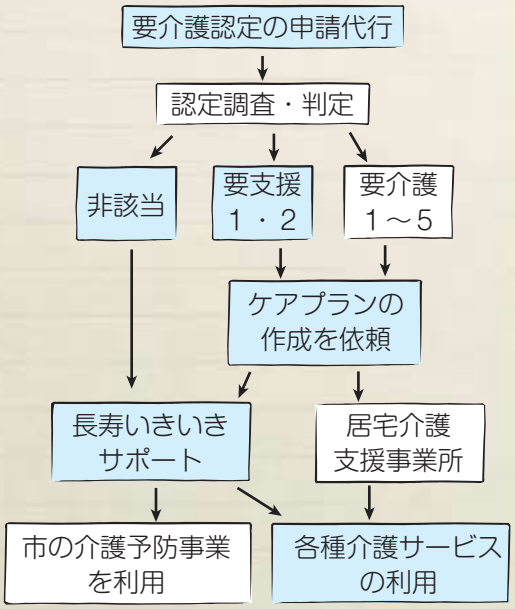
④認定結果が通知されます
「非該当」「要支援１・２」「要介護１～５」の区分に認定され、通知書と保険証が届きます。

⑤区分に応じて、ケアプランを作成します
要支援１・２の場合は長寿いきいきサポートに、要介護１～５の場合は地域の居宅介護支援事業所にケアプランの作成を依頼します。

⑥ケアプランに沿って介護サービスを利用します
「非該当」の人も、市が行う地域支援事業の介護予防事業が利用できます。

図解

※青色部分は長寿いきいきサポートが関わる部分



突撃インタビュー

広報担当者が長寿いきいきサポート職員にお話を伺いました。

―どんな人が相談に来るんですか？―

高齢者の人はもちろん、その家族や親族、近隣住民の人、民生委員さん等が相談に来ます。その他、医療機関や警察署などの関係団体からも相談に来ますね。

―幅広い分野から相談が来ますね。医療機関からの相談とは、例えばどのような相談があるのですか？―

人によって多少の違いはありますが、入院中の人が、退院される時に、退院後の在宅生活が自立して送れるようにして欲しいというケースがあります。こういったケースは、入院中のご本人からではなく、病院の先生や病院の相談員から連絡が来ることが多いです。

連絡をもらったら、病院へ行き、ご本人と面接をし、退院後何が困るか、どうしていきたいか等を聞き取ります。病院からも、病状や今後の通院状況などを聞き取ります。その後、本人の希望になるべく沿ったサービスが提供できるよう、支援していきます。

―なるほど。医療機関との調整も必要になってくるわけですね。最近の相談ではどんなケースが多いですか？―

認知症の相談が多いですね。ご本人の周りの人、つまり家族が認知症の症状を知らないため、本人とどう接したら良いか分からない、介護が必要なのかどうか？などという相談があります。長寿いきいきサポートでは、認知症の人の家族を対象にした教室や相談も行っています。

その他、介護保険に関する相談もあります。「リハビリをしたい」「一人暮らしで家事が大変だ」などの理由で介護保険サービスを利用したいという人も多いですね。

―認知症や介護保険は今回の取材の中でも、たくさん耳にしましたね。これから高齢者はますます増えていくと思われます。高齢者をはじめ、市民の皆さんへ、メッセージをお願いします―

長寿いきいきサポートは、高齢者の人が住みやすい地域をつくっていくために、医療や福祉、関係機関とネットワークを作り、様々な方面から支援ができるように努力しています。

心配なことがあった時に、気軽に相談できる場所、それが長寿いきいきサポートです。ご本人だけではなく、家族の方でも構いません、いつでもご相談ください。

困った時は、「長寿いきいきサポートがある」ということを一人でも多くの人に覚えていて欲しいと思います。

伊東市と友好都市を結んでいるイギリス・メドウェイ市から派遣高校生が来日しました。メドウェイ市は、今夏、オリンピックで沸いたロンドンから車で1時間くらいのところに位置する港町です。

来日したのは、マイケル・オデュエラ君と、オリバー・ミルズ君。滞在は、7月31日から8月13日までの14日間でした。二人は、ホームステイで日本の家庭生活を体験しました。

少し緊張しながらも、自己紹介では勉強中の日本語を披露。伊東市からメドウェイ市へ派遣される日大三島高校の稲山恵奈さんを交え、趣味や、この滞在で印象深く感じたことなどについて話をしました。滞在中に、富士登山や東京観光を満喫したようです。

8/7
エフエムいとうに生出演

8/10
按針祭式典などに出演

伊東の夏のメインイベント、「按針祭」にも参加しました。按針ワールドカーニバルや按針祭式典で、挨拶をしました。式典では、メドウェイ市長からの祝辞を代読しました。

涼しいイギリスでは想像できないような猛暑の夏を、この日はスーツ姿で行動しました。カメラを向けると、少し照れ笑いをしながらも、笑顔で手を振ってくれました。

交換留学生の日々。

中国山東省臨沂（リンイー）市から、三人の交換留学生が来日しました。臨沂市は、人口が1千万人を超え、中国でも10位以内に入る大きな都市です。来日したのは、大学生の孫一栗（ソン・イースウ）さん、高校生の馬玉傑（マー・ユイチエ）さん、中学生の王子怡（ワン・ズーイー）さん。滞在は、7月29日から8月8日までの11日間でした。

臨沂市との交流は、平成16年に友好関係交流の申し込みを受けて始まりました。伊東市は、ホームステイボランティアの会が窓口となり、ホームステイは、今回が3回目の受け入れです。

8/7
北中で部活動体験

北中学校で、部活動の見学・体験をしました。野球部・バレー部・ソフトテニス部を見学した3人は、実際にソフトテニスにチャレンジ。部員に打ち方を教わり、いざコートへ。サーブが上手に決まると嬉しそうでした。

宇佐美の夏祭りに参加して「盆踊り」を踊ったり、伊東高校での茶道体験も楽しい思い出。

ギターにあわせて、AKB48の歌を歌えます

Oliver Mills
オリバー・ミルズ（17歳）

音楽が好きで、ギターをひくことが得意です。AKB48のヘビーローテーションも歌えます。日本の食べ物は美味しい。とくに、寿司やてんぷらが好き。ごはんを食べるときの「いただきます」や会釈などの文化は、イギリスにはないから、驚きました。

将来は、ソーシャルワーカーになりたいです。

バスケと、アニメ「ワンピース」が好き

Michael Oduyela
マイケル・オデュエラ（18歳）

日本に興味があり、３年ほど前から日本語の勉強をしています。アニメのワンピースが好きで、ホームステイ先の中学生と一緒に楽しみながら観ました。また、近くの神祇大社で、お参りを体験しました。

日本の食べ物はラーメンが好き。箸も上手に使えます。将来は、科学者になりたいです。

友好都市提携の由来

メドウェイ市との交流は、三浦按針（ウイリアム・アダムス）の生誕地であることが機縁で、昭和57年8月10日に提携しました。提携した当時はジリンガム市でしたが、平成10年4月、合併によりメドウェイ市が誕生したことから、平成11年4月9日に改めて提携しました。

平成2年からは、高校生の交換留学（ホームステイ）が始まり、夏休みの期間を利用してお互いの市を訪問しています。さらに、今年は友好都市提携30周年を記念して、伊東市ヨーロッパ訪問団による訪問が、10月23日～30日に行われます。

特集2 イギリスと中国からやってきた

富士登山をして、三人で真っ赤に日焼けしました。日本の夏は暑かった！

大学では社会活動に取り組んでいます

孫一栗（ソン・イースウ）
（22歳）

大学では、社会活動に力を入れています。趣味は、旅行や写真撮影。日本の食べ物は、寿司が好き。日本では、みんな交通ルールを守っていることに驚きました。

将来は、映画の撮影関係の仕事につきたいです。

書道とパソコンゲームが得意です

馬玉傑（マー・ユイチエ）
（14歳）

９月から高校１年生。書道とパソコンゲームが得意です。日本の食べ物は、天ぷらが好き。

お母さんは日本語学校の先生で、年に２～３回日本に来ています。

将来は、医者になりたいです。

友達とカラオケをして遊ぶことが好き

王子怡（ワン・ズーイー）
（12歳）

９月から中学１年生。絵を書くこと、琴をひくことが得意です。カラオケをして友達と遊ぶことも好きです。日本の食べ物は、天ぷらが好き。

将来の夢は、まだ決まっていないけど医者か先生になりたいです。

11月・12月は 滞納整理強化月間です

問収納課 ☎(32)1291～1295

納税は義務です

納税は国民の三大義務のひとつとして、憲法に定められています。市税も納期限までに納めなければなりません。納めていただいた市税は市のまちづくりや市民サービスのために使われています。多くの人には納期限までに納めていただいていますが、残念ながら様々な事情により滞納している人がいます。

静岡県及び県内の全市町は、11月と12月を「滞納整理強化月間」と定め、徴収対策の強化等に取り組んでいます。

納付の方法については

市税は、納付書により金融期間やコンビニエンスストアで納付することができますが、指定の金融機関や郵便局の口座から自動的に振替納付ができる制度もあります。口座振替を希望の人は、収納課へお問い合わせください。

納税が困難な場合は

生活困難や事業不振など、様々な事情で市税を納期限までに納めることができない場合は、早めに収納課へ相談してください。開庁時間外であっても、夜間・休日納税相談会を定期的に開催していますので、ご利用ください。

【夜間納税相談会】
毎月最終週の木曜日・金曜日、17時30分～19時30分

【休日納税相談会】
毎月第一日曜日、8時30分～17時

催告に応じない滞納者には差押処分をします

納期限までに納められた人との公平性を保つため、また、大切な市の財源を確保するために、再三にわたる催告に応じない滞納者に対しては、法律の規定に基づき、事前に滞納者へ相談することなく財産（預貯金、給与、生命保険、不動産等）の差押処分を執行します。

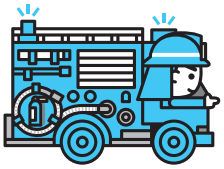
【差押処分の流れ】

納税通知書発送	納付のお知らせをします。市税の種類により発送時期は異なります。
▼	
納税催告	納期限を過ぎても納付していただけない人には、督促状、催告書の送付、電話催告、自宅訪問を行います。
▼	
財産・給与の調査	催告に応じない滞納者について、官公署・金融機関・生命保険会社などへの財産調査や、勤務先に対して給与調査を行います。
▼	
財産の差押・換価	納期限を過ぎても納付をせず、市税を滞納したまま放置しておくと、法律に基づいて滞納者の意思に関わりなく強制的に財産の差押、換価処分（差押債権を現金化して税金に充当する処分）を行います。

みなさんの税金で、まちづくりを支え合いましょう

秋季全国火災予防運動

11月9日㊎～15日㊍



平成24年度
全国統一防火標語

消すまでは 出ない行かない 離れない

問伊東市消防本部代表　☎38-0119

◇秋季全国火災予防運動

【本年度の重点目標】

(1)住宅防火対策の推進
・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置しましょう。
・火災を小さいうちに消すために、消火器を設置しましょう。
・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用しましょう。

(2)放火火災防止対策の推進
・家の周りに可燃物を放置しない等の放火されない環境をつくりましょう。
・隣近所の協力体制をつくりましょう。

(3)旅館・ホテルや福祉施設における防火対策の徹底
・防火管理体制の充実
・避難施設等及び消防用設備等の維持の徹底
・違反のある対象物に対する是正指導

◇消防総合演習のお知らせ

消防本部では、11月9日に消防総合演習を行います。サイレンを鳴らしますので、火災と間違えないように、ご注意ください。

市立南小学校周辺
午前9時00分ころ

市立池小学校周辺
午前10時50分ころ

◇11月9日は119番の日

携帯電話からの119番通報について

携帯電話からの119番通報が年々増加しています。

携帯電話からの119番通報の問題として、一般加入電話では位置情報通知システムにより、発信場所が正確に取得できますが、携帯電話からの場合は、正確な発信場所が取得できません。そのため、救急車や消防車の出動が遅れます。

携帯電話からの通報については係員が順序良く質問を行いますので、それに従って町名・番地を答えてください。

住所などがわからない場合は付近の目標となるもの(学校・公共施設・ビル・店舗・橋)を教えてください。

なお、土地勘がなくわからない場合は、わかる人に代わってもらい正確な通報に努めてください。

また、最近は子どものキッズ携帯からの通報が数多くありますが、誤操作や好奇心などによるものです。

◇休日当直医のお知らせ

休日当直医テレホンサービス
☎(0570)064307

◇火災・救助等のお知らせ

消防テレホンサービス
☎(36)9988

◇救命講習について

傷病者の救命のためには、救急車が現場に到着するまでに、現場に居合わせた人の救命手当が重要です。消防署では救命講習を随時実施していますので、救命手当を覚え、大切な命を救いましょう。

救命講習の問い合わせ
消防署　☎(38)0199

メールマガジン配信中

消防本部を含む伊東市では、携帯電話等へ電子メールを利用し、火災防災等の情報配信メールマガジン（サービス）を行っていますのでご利用ください。

下記のＱＲコード又はメールアドレスから登録できます。

○火災救助情報
火災発生と鎮火や救助事故の情報をお知らせしています。
itomail.kasai@mpme.jp

○防災情報
大雨、台風、地震などの防災に関する情報をお知らせしています。
itomail.107@mpme.jp

○同報情報
同報無線（広報いとう）で放送した、たずね人、交通情報などをお知らせしています。
itomail.douhou@mpme.jp

行政 Topics

■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

扶養親族等申告書の提出について

年金収入のうち、老齢や退職を事由とする年金は、雑所得として所得税の課税対象とされています（障害年金・遺族年金は課税されません）。

課税対象となる受給者には、11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書が送付されます。提出期限までに必ず提出してください。この申告により、翌年中に受けられる年金にかかる所得税の源泉徴収額が決まります。提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収額が多くなる場合がありますのでご注意ください。

なお、年金以外に収入がある場合は確定申告が必要です。

平成25年分扶養親族等申告書が送付される人		
年齢	65歳未満	年金額108万円以上
	65歳以上	年金額158万円以上

問 ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」の発行

平成24年1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納めた人には、11月上旬までに日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送付されます（10月1日から12月31日までの間に今年はじめて納付された人については、来年の1月下旬に送付されます）。社会保険料控除を受けるために必要となりますので、年末調整・確定申告まで大切に保管してください。

問 三島年金事務所 ☎055(973)1444
保険年金課 ☎(32)1625
控除証明書専用ダイヤル ☎0570(070)117（11月1日～25年3月15日の期間のみ問い合わせ可）

11月は「家庭教育を考える強調月間」です

11月1日から30日は、「家庭教育を考える強調月間」です。また、18日は「家族の日」、11日から24日は「家族の週間」となっています。

生命の大切さ、家庭の役割等について理解を深め、子どもを大切にし、社会全体で子育てを支え合える社会を目指すため、あなたの家庭について考え、勉強してみませんか。

市ホームページの「生涯学習コーナー」には「家庭の担う役割」（答申）を掲載していますのでご覧ください。

問 生涯学習課 ☎(32)1962

緊急速報メール（エリアメール）の試験送信

24年度地域防災訓練の中で、静岡県から緊急速報メールの試験送信が実施されます。

日　時　12月2日(日)9時頃

受信者　緊急速報メールの受信機能を持つ携帯電話、スマートフォン、タブレット端末を持ち、発信時刻に市内にいる人

その他　メール受信時には、**マナーモード中でも着信音が鳴りますので**、注意してください。

問 危機対策課 ☎(32)1362

広　告　欄

2012 東海バスグループ 忘年・新春謝恩ツアー
上杉謙信ゆかりの“春日山林泉寺”
おわら風の盆の街「越中八尾」と宇奈月温泉
宇奈月ニューオータニホテル

※写真は全てイメージです。
◆11／23出発～1／14出発まで全31回設定
◆旅行代金／21,800円～22,800円【1泊2日5食付】
●お問い合わせ・お申し込みは TB東海バストラベル ☎36-0415

防炎加工のことなら
(財) 全国防炎加工振興会加盟社（消防庁認定承認番号 22-6582）
カーテン・のれん・人工芝・ござ製品など各種防炎加工
Please leave order of a quality wash.
(有)中央ランドリー
TEL 0557(37)3819
FAX 0557(38)6559

伊東市環境審議会傍聴希望者を募集します

第二次伊東市環境基本計画策定に向けて、第2回伊東市環境審議会を開催します。その審議会の傍聴を希望される人を募集します。

日　時　11月16日(金)
13時30分から

会　場　市役所第1委員会室（低層棟3階）

申込み　11月15日(木)の17時までに左記へ電話で。

問環境課
☎(32)1374

11月11日～17日は「税を考える週間」

税の意義や役割への理解を深めていただくため、税の作品展を開催します。

期　間　11月17日(土)～12月2日(日)

会　場　マックスバリュ伊東広野店

内　容　「税の標語」「作文・習字・ポスター」作品展示

問熱海税務署
☎(81)3515

無料税務相談会

東海税理士会熱海支部では、11月の「税を考える週間」記念行事として、無料税務相談を行います。

日　時　11月12日(月)
13時～15時30分

会　場　市役所1階展望ギャラリー

相談員　東海税理士会熱海支部会員

受　付　当日の15時までに市役所1階で受付を済ませてください。

問東海税理士会熱海支部
☎(38)3061

1・10（いとう）の日参加事業所募集！

毎年1月10日に、市民・観光客に感謝し、魅力あるお得な商品やサービスなどを提供する「1・10（いとう）の日」を実施していますので、ご協力いただける参加事業所を募集します。多くの参加をお待ちしております。

期　間　25年1月10日(木)を含む、1月10日～14日までの5日間（予定）

※実施日及び実施時間、サービスの内容は各事業所で設定できます（10日は必須）。

申込み方法
市または観光協会のホームページ及び観光課、各出張所、伊東観光協会案内所、伊東商工会議所などに設置してある募集要項・申込書をご確認のうえ、左記まで郵送またはFAXにてお申し込みください。

宛　先　〒414-0013
中央町13-28
伊東市観光協会
FAX(37)9006

問観光課
☎(32)1711

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・給与支払い報告書の作成手順、所得税の青色申告決算書の書き方等を説明します。

開催日：11月21日(水)

時　間：【年末調整等説明会】
法人及び個人の源泉徴収義務者
10時～正午
【青色申告決算等説明会】
個人の青色申告者
13時30分～15時30分

会　場：観光会館別館

※個人の青色申告者について、昨年同様、青色申告決算書用紙は確定申告書用紙等に同封されます。

※駐車場がないので、お越しの際は公共交通機関をご利用ください。

問熱海税務署　☎81-3515

給与支払報告書の発送時期に変更があります

給与支払報告書（総括表・個人別明細書）は、例年11月に発送していましたが、本年は12月初旬に発送します。あらかじめ、ご了承ください。

※個人別明細書は、11月21日(水)開催の年末調整・青色申告決算説明会においても配布を予定しています。お急ぎの場合はご利用ください。

問課税課　☎32-1272

広告欄

社会福祉法人 春栄会
ケアセンター うばめ櫧(がし)伊東
訪問介護/介護タクシー/ケアプラン/障害福祉
TEL 0557-55-1311 伊東市八幡野1030-121

「平日の夕方の時間を利用して相談を‥」というお客様のために
ローンの相談
預金の相談
お気軽に！！

ろうきん
●お問い合わせは
静岡県労働金庫伊東支店
TEL　0557-37-6135

働く障がい者の共同イベント「ここからマーケット」を紹介します

市内の障がいのある人が働く就労支援事業所が共同して、障がい者や障害福祉事業所について、市民の人に広く知っていただくイベントを定期的に開催します。福祉事業所で働く障がい者の工賃向上を目的とした授産製品の販売も行いますので、ぜひお越しください。

日　時　11月13日(火)～25年3月12日の毎月第2火曜日　11時～13時30分

会　場　市役所1階市民ホール

内　容

・障がいのある人が働く福祉事業所の紹介

・授産製品（パン、弁当、手工芸品、古本等）の紹介・販売（注文や下請けの相談も受けます）

問社会福祉課
☎(32)1532

女性に対する暴力をなくす運動　～女性に対する暴力の根絶を～

配偶者や恋人などからの暴力（DV＝ドメスティック・バイオレンス）、性犯罪、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものです。

内閣府では、毎年11月12日～25日を「女性に対する暴力をなくす運動」として、さまざまな取り組みが実施されます。

配偶者や恋人からの身体的、精神的その他様々な暴力に悩んでいませんか？

DV（ドメスティック・バイオレンス）とは、夫婦間・パートナー間の身体的・精神的・経済的・性的等、あらゆる形の暴力をいいます。

ひとりで悩まないで、まずは相談してください。

DVについての相談窓口

・社会福祉課保護係（低層棟1階）

日　時　月～金曜日（祝日除く）9時～16時

※月・水・金は女性相談員が対応

☎(32)1535

・静岡県女性相談センター（配偶者暴力相談センター）

日　時　毎日（年末年始、祝日は除く）9時～20時

☎054(286)9217

2012　ごみフェスティバルin伊東

日　時　11月11日(日)　10時～14時

会　場　市役所1階市民ロビー、庁舎前噴水広場

リサイクルで地球を守ろう

当日会場受付に、空き缶20個以上、牛乳パック20枚以上、トレー20枚以上、ペットボトル20本以上、古紙（新聞・雑がみ・ダンボールなど）5kg以上のうちどれかをお持ちになった方に、リサイクル品が当たる抽選券や粗品をお渡しします（一人一回限り）。

楽しいコーナー盛りだくさん

廃棄物を再利用したゲームコーナーや、古本即売会、清掃車を使った清掃作業体験、その他各種団体の展示コーナーなどで、ごみ問題やリサイクルをより身近に楽しみながら学べます。

清掃児童画優秀作品展

ごみ問題やリサイクルをテーマに、子どもたちが描いた絵の展示と優秀作品の表彰式を行います。

※駐車スペースに限りがありますので、車でご来場の際はなるべく乗り合わせてお越しください。

問環境課
☎(32)1371

11月14日は世界糖尿病デー

糖尿病は約2億5000万人が抱える病気です。年間で380万人以上が糖尿病の引き起こす合併症などで亡くなっています。糖尿病の拡大を防ぐため、国連は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、疑いがあっても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で重症化を防ぐことができます。

血糖値が高いと言われたことはありませんか？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。

～健康づくりキャンペーンを行います～

糖尿病が気になる人はお立ち寄りください。

日　時　11月13日(火)　10～15時

会　場　伊東ショッピングプラザデュオセンターコート

問健康医療課
☎(32)1583

11月は子ども・若者育成支援強調月間です

近年、急速な少子化の進行や、就業形態の多様化によるフリーターやニートと呼ばれる若者の数が高水準で推移するなど、社会的自立の遅れが深刻化しており、その影響から、子ども・若者による重大事件が多く発生しています。

そこで静岡県では、11月を子ども・若者育成支援強調月間として、子ども・若者の健全育成活動の一層の充実を図ることを目的に、期間中に健全育成のための諸事業、諸活動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、次代を担う子ども・若者の健全育成を市民一丸となって進めましょう。

問**生涯学習課**
☎(32)1962

「出張がんよろず相談」を実施します

静岡県立静岡がんセンターでは、専門スタッフが地域に出向く「出張がんよろず相談」を実施します。

日　時　12月14日(金)
13時～16時
会　場　伊東市役所
対　象　伊東・熱海にお住まいの人で、がんに関する相談を希望される人
内　容　専門スタッフによる対面相談。医師、看護師、ソーシャルワーカー等、2～3人のチームが患者・家族からのがんに関する疑問や不安、悩みについて話を伺い、一緒に考え、問題を解決する手助けを行います。
予約・問い合わせ
相談は、事前予約制で先着5組となります(定員になり次第締め切り)。
予約受付日　11月19日(月)～30日(金)
受付時間　8時30分～17時(土日・祝日を除く)

問**静岡県立静岡がんセンターよろず相談**
☎055(989)5392
(出張がんよろず相談予約専用ダイヤル)

11月は計量強調月間～暮らしを支える正しい計量～

わたしたちの身の回りでは、水道、ガス、電気の使用量やスーパーマーケットでの肉や魚の計量などに、様々な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が定められています。

◇食料品の「正確な計量」に努めてください

商品の量目(内容量)＝「商品全体の重さ(総量)」から「風袋の重さ」を引いたもの

はかりで量った重さを量目(内容量)と言い、入れ物(トレー、ラップ等)と添え物(わさび、たれ等)を風袋と言います。

◇計量器の有効期間に注意！

計量器の中には検定の有効期間が定められた特定計量器というものがあります。

主な特定計量器の検定等の有効期間

特定計量器名	有効期間
ガスメーター	10年
水道メーター	8年
電気メーター	10年
タクシーメーター	1年
自動車等給油メーター	7年

右表にある特定計量器の検定(※)等の有効期間を過ぎたものは使用することができません。

※検定…製造・修理された特定計量器が法の基準に適合しているか検査すること

◇はかりの定期検査を受けましょう！

取引・証明に使うはかりは県または特定市(沼津市・富士市・静岡市・浜松市)が2年に1回行う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。

問**県計量検定所**
☎054(278)8311
産業課
☎(32)1734

会場を商店街に変えて新しくなります
タウンフェスタいとう・まちなか2012

市内の商工業組合が自慢の逸品を集めて「大バザール」を開催します。

お気に入りの逸品を探しに遊びにきてください。

日　時　11月18日(日)　10時～16時(雨天決行)
会　場　キネマ通り・中央通り商店街
内　容　大バザールのほか、商店街の中心で「愛」を叫ぶコンテスト(申込締切10月31日(水))、ジャンボスマートボール・ボットル落とし、幼児の一升もち背負いレース、紅白もちまき・お菓子まきなど

問**商工会議所**　☎37-2500

昨年の様子(幼児一升もち背負いレース)

健康ひろば

問健康医療課
母子担当　☎32-1582
成人担当　☎32-1583・1584

子育て

母子保健事業

11月の健診日程は、次のとおりです。

健診・対象	日時（受付時間）
1歳6か月児健康診査（平成23年4月生まれ対象）	21日(水)　13:00～14:00
2歳児健康教室（平成22年10月生まれ対象）	29日(木)　9:15～ 9:50
3歳児健康診査（平成21年10月生まれ対象）	14日(水)　13:00～14:00

会　場　保健福祉センター

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。
◇教えて!!楽しい育児
妊娠、出産、育児を楽しくする交流会です。
沐浴体験も行います。
日　時　11月27日(火)　13時から
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～2歳位の子どもと子育て中の人、妊婦
日程と会場（11月）
・6日(火)…八幡野コミュニティセンター（保育士の遊び）
・13日(火)…生涯学習センター荻会館（保育士の遊び）
・19日(月)…保健福祉センター（食育）
時　間　9時30分～11時
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　24年5月、6月生まれの子どもと家族
日　時　11月16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、ハンカチ
申込み　11月7日(水)までに電話で。

11月は、「児童虐待防止推進月間」

児童虐待は、将来にわたって子どもの心身に深い傷を与え、時には尊い命が奪われる事件となるなど、大きな社会問題となっています。

児童虐待を防止するためには、早期発見、早期対応が何より重要です。また、親も、子どものことで深く悩んでいる場合も少なくありません。親も子も救うために、児童虐待が疑われたり、おかしいと感じたら、市または児童相談所に迷わず連絡してください。

「児童虐待」とは次の行為をいいます

・**身体的虐待**…殴る、蹴る、タバコの火を押し付ける、外に出す等児童の身体に傷を負わせたり、生命に危機のある行為。
・**性的虐待**…児童にわいせつな行為をしたり、わいせつな行為をさせること。
・**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、児童だけで長時間家などに放置する、重大な病気になっても病院に連れて行かないなど、保護者としての監護を著しく怠ること。
・**心理的虐待**…ひどい言葉で児童を傷つける、他の兄弟に比べ差別的な扱いをする、極端に無視するなど著しい心理的外傷を与える行為、児童の前で配偶者などに暴力を振るうことも心理的虐待となります。

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（あなたにできることから即実行）
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うる（特別なことではない）

健康

ヒブワクチン　肺炎球菌ワクチン

市では、任意の予防接種である上記のワクチンについて、公費負担を行っています。
対象年齢　生後2か月～5歳未満
※申込みなど、詳細は健康医療課までお問い合わせください。

健康相談（要予約）

「あなたの健康大丈夫ですか？」保健師や栄養士が応援します。どうぞお気軽にお申し込みください。

日　時　11月6日㈫
9時～15時30分

会　場　健康医療課（市役所低層棟2階）

メンタル相談のお知らせ

～ちゃんと眠れていますか？～

「眠れない」、「食欲がない」、「疲れやすい」といった体の不調や「気分が落ち込む」「やる気がでない」といったこころの不安定な状態が長引いたり、繰り返し起こったりしていませんか？ストレスなどでバランスがくずれ、それが長引くと日常生活に支障が起きることがあります。あなたの悩みを一緒に考えてみませんか？なお、個人情報は守られますので安心して相談してください。

日　時　11月1日㈭の14時、15時、16時から1時間ずつ

会　場　健康医療課（市役所低層棟2階）

スタッフ　精神保健福祉士、保健師

申込み　予約制（事前に電話で。）

Happy Come Come 歯っぴー噛む噛む教室

日本人の約80％が歯周病にかかっているといわれています。歯周病は自覚症状がないため、気付いたときには歯がグラグラ…ということも少なくありません。さらに口の状態は、からだ全体に影響を与えることもわかってきました。歯周病の予防と治療の基本は、毎日の「歯みがき」です。食事をもっと楽しみたい、自信を持って歌いたい、思いきり笑いたい！その声に歯科衛生士がお応えいたします。ぜひご参加ください！

日　時　11月30日㈮
13時30分～15時

会　場　市役所8階大会議室

内　容　講話（歯周疾患と生活習慣病の関係）、ブラッシングの実際とみがき残しチェック

定　員　20人

申込み　11月6日㈫から電話で（定員に達し次第終了）

健康フェスタ2012 開催!!

楽しいイベントを盛りだくさん用意しています！子どもからご年配の人まで皆さんお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

日　時　11月18日㈰　10時～15時

会　場　市役所、大原武道場、東小学校体育館など

イベント内容

医師による健康相談、歯科健診、体力測定、肺がん検診、骨の健康度測定（10時30分、13時に整理券配布）、運動のステージ発表、運動体験レッスンコーナー、「簡単！元気！野菜料理レシピ」コンテストの決勝戦（試食審査の整理券は12時から配布）、癒しのアロマセラピー、カラーセラピー、アートセラピー、健康弁当販売など

「運動のステージ発表」と「運動体験レッスンコーナー」に出演する団体と時間帯を紹介します。

運動のステージ発表

10時30分スタート

太極拳（養生太極拳　圓花会）、きらきらキッズ（ウエルネススポーツクラブ）、スローエアロビック（ウエルネススポーツクラブ）、太極拳（日本致柔拳社）

12時スタート

リズムダンス（キヨミ・ジャズダンススクール）、太極拳（シニアプラザ太極拳同好会）、なぎなた（伊東市なぎなた連盟）、太極拳（伊東リラックス太極拳クラブ）、キッズ・ヒップ・ホップ（モビースポーツクラブ）

運動体験レッスンコーナー

先着順となります。事前に電話でお申し込みください（定員に満たない場合は当日参加も受け付けます）。

午前の部　10時30分～正午

リズムダンス（キヨミ・ジャズダンススクール）、やさしいヨガ（株式会社　TYG）、介護予防体操（健康体操リーダー）、おやこあそび（市子育て支援センター）、太極拳（静室太極拳会）、なぎなた（伊東市なぎなた連盟）、体力測定・ニュースポーツ（生涯学習課）

午後の部　13時～14時30分

太極拳（養生太極拳　圓花会）、簡易ヨーガ（ブッダヨーガの集い）、ヒップホップ（New Generation Style）、体力測定・ニュースポーツ（生涯学習課）

成人式

対象　平成4年4月2日～5年4月1日に生まれた人

日時　1月13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は、電話か生涯学習課窓口でお申し込みください。

問 生涯学習課 ☎(32)1961

特定健診はいかがでしたか？

問 保険年金課 ☎(52)3051

伊東市国保では、生活習慣病などの早期発見・予防のため、6～9月に、加入者（40～74歳）を対象に、特定健診を行いました。

特定健診の結果は、体の状態を知る大切な情報です。大切に保管しましょう。まだ結果を受け取っていない人は、11月までに受診した医療機関で受け取ってください。

結果提供をお願いします

職場の健診や定期的な検査を受けているため、市国保の特定健診を受けない人は、受診した健診(検査)結果を保険年金課へ提供してください。

提供された結果は、特定健診の受診率に追加させていただきます。

※特定健診は、受診率などの値が国によって示されており、達成されないと国保加入者が負担する後期高齢者支援金が増額され、結果的に保険税が増額される可能性があります。

提供する方法

特定健診の通知に同封の「健診結果提供用紙」（水色の用紙）で、保険年金課へ提供してください。

※詳細は健診結果提供用紙をご覧ください。用紙がお手元にない場合は、保険年金課へ連絡してください。

対象となる健診（検査）

24年4月1日～25年3月31日に受けた健診（検査）の結果を提供してください。

提供期限

25年5月末まで受け付けています。

伊東市国保特定健診等の追加期間のお知らせ

平成24年4月1日から9月30日までに伊東市国保に新たに加入(届出)し、年齢要件を満たす人に、11月中頃に受診券を郵送します。

健診期間　11月19日(月)～12月22日(土)

受診方法　受診券と被保険者証を持って、実施医療機関で期間内に受診してください。

今年度、まだ特定健診を受けていない人へ

今年度は、右記の期間に特定健診を追加で実施します。希望者は、11月中に申し込みをしてください。詳しくは、10月下旬に郵送した通知をご覧ください。

6月発送の、有効期限切れの受診券は、使用できません。

後期高齢者医療制度健康診査を未受診の人(生活習慣病で治療中の人を除く)も申し込みをしてください。

南から来た火山の贈りもの……

伊豆半島ジオパーク構想 Vol.6

伊豆半島ジオパーク推進協議会 ☎32-1784

伊豆半島衝突とその後の時代

伊豆半島が本州に衝突して現在の半島の形になったのが、約60万年前のできごと。衝突に前後して、陸上のあちらこちらで噴火が起き、天城山や達磨山といった現在の伊豆の骨格を形づくる大型の火山の活動が始まります。陸上火山時代の始まりです。今回は、衝突とその後の時代を代表するジオサイトをご紹介します。

【河津・東伊豆エリア/細野高原】

細野高原は、伊豆最高峰の山として知られる天城山の中にできた緩やかな斜面にあります。今頃は、一面のススキで埋め尽くされ、太陽の光を受けてキラキラと輝く様子は、黄金の海原を感じさせるほどです。

高原にある4つの湿地帯では、珍しい湿生植物や草原植物が楽しめます。

アクセス：伊豆急行稲取駅より車で15分

問生涯学習課　☎32-1964

第47回 伊東オレンジビーチマラソン2013
～楽しく走って健康回復～

日　時　25年1月20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

参加賞　伊東温泉競輪マスコット・ミカリンのオリジナルタオルを差し上げます。マラソン後に行うわくわく抽選会にも参加できます。

申込み　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11月30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、総合案内、各出張所、市内体育施設などにあります。

ミカリンと走れるかも？

第41回 伊東駅伝競走大会

日　時　25年2月3日(日)
10時30分スタート
（雨天決行）

区　間（予定）
◇7区間…一般高校男子
◇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

ただし、今年度一部区間・コースの変更を予定しています。

参加料　1チーム5000円
※参加料は第1回監督会議で集金します。
※降雪・災害などで中止の場合は、参加料の返還はいたしません。

第1回監督会議　25年1月12日(土)13時30分から市役所8階大会議室で開催します。

第2回監督会議　25年2月3日(日)9時から観光会館第1会議室で開催します。
※監督会議には必ず出席してください。監督本人が出席できない場合には、代理者が出席してください。

申込み　25年1月8日(火)17時までに大会事務局へ登録表・選手名簿を提出してください（郵送可）。

緊張のスタート直前の様子

ITOの未来の宝たち
～私たちが1年生を引っ張って強くしていきたい～

伊東高校2年　剣道部　部長　山口　眞由
副部長　橋本　若菜

剣道部の練習の様子

剣道部は、部員が1年生18人、2年生が7人います。初心者がほとんどですが、過去にこんなに人数が多かったことはありませんでした。

練習は週に6日、平日でも2時間以上はやります。防具を着るので、夏はものすごく暑くて、滝のように汗をかきます。

初心者が多いため、最初の頃は試合に出ても負けることがほとんどでした。しかし、練習を重ねて、自分を磨き、試合で経験者を倒せた時は達成感で胸がいっぱいになります。

今年は1年生の数が多く、ちょっとびっくりしていますが、1年生に私たちも負けないように、1年生を引っ張って、剣道部を強くしていきたいと思います。

ワクワク伝言板 ～応援します！あなたの生涯学習～

問生涯学習課　☎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。

イベント情報

◆読書月間事業 第２回大人のための語りの会◆

日　時　11月11日(日)　開場13時
開演13時20分　終演15時予定
会　場　生涯学習センター中央会館
３階視聴覚室
内　容　昔話、文学、随筆等の作品を台本なしで語ります。おとなの癒しの刻を楽しんでください。
入場料　無料(事前申込みは不要)
主　催　伊東図書館
協　力　上原　佐恵子＆伊東語りの勉強会　凛
問い合わせ　上原　佐恵子　☎0558-83-3852

参加者募集

◆和菓子作りを楽しむ会◆

代表者　山本　正子　☎54-2978
活動場所　八幡野コミュニティセンター
活動日時　第３、４日曜日　13時30分～16時
費　用　毎回1,200円
会員数　29人（男性３人　女性26人）
内　容　製菓衛生師と茶道の免許を持つ代表が手作りしたあんを元に季節の和菓子を作っています。薄茶体験も取り入れ、和気あいあいと進めています。月２回同じ内容です。都合の良い月だけの参加もOKです。楽しんでみませんか？

みなさんの団体・サークル情報を掲載しませんか？

掲載の内容は、新規会員の募集や活動状況の紹介などです。掲載を希望する人は、ご連絡ください。
【連絡先】生涯学習課生涯学習係
「ワクワク伝言板担当」　☎32-1961
※団体によっては掲載できない場合もあります。

※前月号で紹介した「歌のつばさ」混声合唱団の代表者の電話番号は、正しくは『48-6056』でした。お詫びして訂正いたします。

としょかんだより

問伊東図書館　☎36-7433

今月のオススメ図書

『デアラピス』
小瀬木　麻美／東京創元社

人が纏う色を視ることができる真梨亜は、この世のものとは思えないほどの美貌を持つ兄・譲と「小田桐静聴ルーム」を営んでいますが、兄との生活や友人たちに危機や不幸が近づきます。真梨亜は身近な人たちを守るため、自分の持つ能力でそれに立ち向かうことを決意します。

新着図書のご紹介

	書　名	著　者
1	傷だらけの果実	新堂冬樹
2	日記堂ファンタジー	堀川アサコ
3	奇貨	松浦理英子
4	ガス灯酒場によろしく	椎名　誠
5	ブラックアウト	コニー・ウィリス
6	タイガーズ・ワイフ	テア・オブレヒト
7	宇宙飛行士になる勉強法	山崎直子
8	こおりのなみだ	ジャッキー・モリス

としょかんinformation

■図書館おはなし会について
図書館では、子どもたちの読書に対する関心を高め、豊かな心を育むために、毎週土曜日の10時30分から絵本の読み聞かせや紙芝居等をしています。毎回、いろいろなおはなしを用意していますので、ぜひ、図書館にお越しください。また、読み聞かせを行うボランティアも募集しています。
■11月の休館日　毎週月曜日、３日(土祝)、23日(金祝)、30日(金)

伊東の職人が集結！ 9/9（日）
技能祭２０１２

市役所１階市民ロビーにて、職人による包丁研ぎや工作教室などが行われました。

会場では、職人の匠の技が実演され、小さな子どもから大人まで、多くの人で賑わいました。

救命処置を体験してみよう！ 9/9（日）
救急ふれあいフェスタ

伊東ショッピングプラザデュオで開催された救急ふれあいフェスタでは、ＡＥＤを使用した心肺蘇生法や救命処置を紹介する実演ショーなどが開かれ、人命救助の大切さを学びました。

消防活動を身近に感じてもらうために… 9/23（日）
消防フェスタ

今年は雨のため、レスキュー体験等、一部のイベントが出来ませんでしたが、会場には多くの人が訪れてくれました。

子どもは起震車に乗り、大地震を体験したり、模擬店で射的やボールすくい等をし、楽しんでいました。

伊豆半島が日本ジオパークに認定されました 9/24（月）

日本ジオパーク委員会から審査結果が伝達され、伊豆半島が日本ジオパークに認定されました。庁舎１階市民ロビーではくす玉を割り、みんなで「日本ジオパーク認定」の喜びを分かち合いました。今後、ジオガイドの養成やジオツアーの実施など２年間の実績づくりをし、平成27年度に世界ジオパーク認定を目指していきます。

困ったときは、お気軽に…　問会市民サービスセンター☎52-3002

※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11月1日㈭　8時30分～
3日㈫・20日㈫　【菊池信廣弁護士】……8時45分～11時30分
22日㈭　【髙山功弁護士】……8時45分～11時30分

■税務相談　＊先着6人
21日㈬　【桐生和也税理士】……3時～15時

■登記の相談　＊先着6人
1日㈭　【鬼頭幸一司法書士】……0時～正午

■交通事故相談　＊要電話予約4人
20日㈫　【一杉泰博弁護士】……3時～15時

■人権相談
1日㈭　【山下優人権擁護委員】……3時～15時

■行政相談
15日㈭　【土屋貞代、山本彰行政相談委員】……3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・外国人登録）
14日㈬　【行政書士・土地家屋調査士】……0時～正午

■市民不動産相談
22日㈭　……3時～15時

■消費生活相談
毎週月曜日【消費生活相談員】……3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

補聴器の相談会　問社会福祉課　☎32-1533

2日㈮	13時30分～15時	保健福祉センター
19日㈪	10時～15時	保健福祉センター
20日㈫	10時～15時	ハ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

13日㈫	伊東市役所	10時～11時30分
		12時45分～15時30分

各種相談

■教育相談……問会**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
問**家庭児童相談室**　☎37-9667（10時～16時）・**健康医療課**　☎32-1582
月～金曜日　祝日除く　10時～16時　＊要予約 会中央児童館「はばたき」２階

■女性相談＊月水金は、女性相談員が対応……問**社会福祉課**　☎32-1535
月～金曜日　祝日除く　9時～16時　会市役所低層棟１階社会福祉課

■あんしん法律相談、心配ごと相談＊要予約
……問会**社会福祉協議会**　☎36-5512
【あんしん法律相談】第２、第４火曜日　13時30分～16時30分
【心配ごと相談】毎週水曜日　13時30分～16時

■こころの相談＊要予約……問**熱海健康福祉センター**　☎82-9117
2日㈮　13時30分～15時30分　会市役所高層棟３階小会議室

■年金相談＊要予約　受付開始11月1日㈭　8時30分～
……問**保険年金課**　☎32-1625
13日㈫　10時～14時30分　【杉村労務管理事務所】会市役所５階小会議室
28日㈬　10時～14時30分　【三島年金事務所】会市役所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。
問**ねんきんダイヤル**　☎0570-05-1165

福祉相談（予約の人を優先します）　問社会福祉課　☎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
……問**なかいずリハ**　☎0558-83-2195
内容：身体に障がいがあり、日常生活で困っている人、福祉サービスに関すること
第１月曜日　13時30分～15時30分　会市役所１階社会福祉課相談室

■「いぶき」相談会　＊要予約……問**いぶき**　☎45-6013
内容：知的に障がいがあり、日常生活で困っている人、福祉サービスに関すること
毎週火曜日　9時30分～正午　会市役所１階社会福祉課相談室

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）

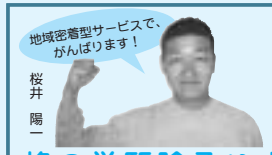
●休日（午前９時～午後５時）は……**各当直医へ**　※緊急の場合は☎119へ

平成24年（2012年） **11月（霜月）**

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 問競輪事業課 ☎36-0120 伊東温泉競輪場外開催 ■FⅡ 6～8、28～30 ■大垣記念 1～4 ■前橋FⅠ 5 ■前橋FⅠ併売 6～8 ■取手記念 9～12 ■別府FⅠ 13～15 ■静岡FⅠ 16 ■松阪記念 17～20 ■静岡FⅠ併売 17～18 ■平塚FⅠ 23～25 ■宇都宮FⅠ 26～27 ■宇都宮併売 28 ■競輪祭併売 29～30				**1** 友引 登記の相談 人権相談	**2** 先負	**3** 仏滅 文化の日 内小高野医院ロ ☎38-2111 外宇佐美整形外科医院 ☎47-2737
4 大安 内伊豆高原クリニック ☎55-2522 外立花胃腸科外科 ☎45-4811	**5** 赤口 消費生活相談	**6** 先勝	**7** 友引 立冬 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー	**8** 先負	**9** 仏滅	**10** 大安 尻つみ祭り
11 赤口 富戸・城ヶ崎海鮮みそ汁祭り 内伊東胃腸科クリニック ☎37-9255 外月出整形外科医院 ☎35-0109 小日吉医院ロ ☎37-0763	**12** 先勝 消費生活相談	**13** 友引 法律相談(要予約) 年金相談(要予約)	**14** 仏滅 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー 行政手続きと表示登記相談	**15** 大安 七五三 行政相談	**16** 赤口	**17** 先勝
18 友引 内長谷川胃腸科内科医院 ☎36-2851 外伊豆高原メディカルたかやなぎ整形外科 ☎55-3322	**19** 先負 消費生活相談	**20** 仏滅 法律相談(要予約) 交通事故相談(要予約)	**21** 大安 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー 税務相談	**22** 赤口 小雪 法律相談(要予約) 市民不動産相談 広報いとう12月号配布予定日	**23** 先勝 勤労感謝の日 内小はぁとふる内科泌尿器科伊豆高原ロ ☎53-5000 外中伊豆リハ伊東の丘 ☎36-6366	**24** 友引
25 先負 内前田医院ロ ☎37-1912 外城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	**26** 仏滅 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー 消費生活相談	**27** 大安	**28** 赤口 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー 年金相談(要予約)	**29** 先勝	**30** 友引	



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！
●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
●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

利用者の都合に、いつまでも、いきいきと、情熱で、自分らしく、そして笑顔でいて頂きたい…
デイサービス
フルーズ [Fleus]
趣味活動 と トレーニング

伊豆介護センター
電話 36-9069 http://www.izukaigo.com

美しい時代へ ── 東急グループ
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にご相談ください。

株式会社 伊豆急コミュニティー保険課
TEL.0120-363-129
www.resort129.com

朝湯・朝飯
朝湯5時～10時(最終入館9時30分)
朝飯6時～10時(9時ラストオーダー)
好評営業中!!
～海が見える立ち寄り天然温泉～
道の駅 伊東マリンタウン
シーサイドスパ
TEL 0557-38-1811
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。

くらしの情報板

events イベント　information お知らせ　invitation 募　集

フラワーデザイン講座受講生の追加募集

日時：11月22日㈭、12月４日㈫、１月23日㈬、２月20日㈬、３月13日㈬
「昼間の部」13時30分～15時30分
「夜間の部」18時30分～20時30分
会場：観光会館会議室
対象：市内在住・在勤の人
参加費：３回ごとに5,000円（教材費）
申込み：往復はがきに住所・氏名・年齢・電話番号・希望の部を記入の上、〒414-0024　和田1-16-1　振興公社「フラワーデザイン講座係」まで
締切り：11月19日㈪必着

㊐振興公社　☎37-7135

伊東混声合唱団第４回定期演奏会

会場の皆さんと一緒に歌うステージがあります。入場無料ですのでお気軽にお越しください。
日時：11月18日㈰　13時30分開場　14時開演
会場：観光会館ホール
演奏曲目：★音楽は心のふるさと「ふじの山」ほか
★混声合唱のための組曲「旅」ほか
指揮：守谷　弘／**ピアノ**：椎野佳奈子
※友情出演で、フルート、ハープ、アンサンブルの演奏があります。

㊐伊東混声合唱団　☎51-4277

水道検針票に掲載する有料広告募集

水道の検針票（上下水道量のお知らせ）の裏面に掲載する有料広告を募集します。広告の掲載を希望する人は、お申し込みください。
発行期間：25年４月～26年２月の11か月間（各戸に５回配布）
発行区域：伊東市水道事業給水区域
発行予定枚数：約20万枚
広告の仕様：縦横6.5センチ四方以内
色彩：単色（黒色または青色）
料金：52,500円（消費税及び地方消費税込み）
募集期間：11月５日㈪～12月７日㈮
申込方法：掲載を希望する人は、詳細について説明しますので、下記へご連絡ください。

㊐水道課水道総務係　☎32-1831

東部地区特別支援学校ネットワークによる「教育講演会」

日時：11月20日㈫　９時30分～11時45分
会場：沼津市立図書館４階視聴覚ホール（沼津市三枚橋町９-１）
講演テーマ：「こどもの問題の中に発達をみる」
講師：加藤弘通氏（静岡大学大学院教育学研究科准教授）
申込み：11月13日㈫までに電話で下記へ。

㊐東部地区特別支援学校ネットワーク事務局
☎055-921-2099

25年４月１日付け採用の市職員（建築技師）の採用試験

職種と人数：建築技師（一級建築士の免許を有し、採用後、建築基準適合判定資格者検定を受検する意思のある者）…１人
試験日：11月18日㈰
会場：伊東市役所
申込み：申込書は行政経営課、各出張所、連絡所にあるほか、市ホームページ、郵送でも取得できます。必要事項を記入し、本人が行政経営課窓口に提出してください。詳細は、同封の試験広告をご覧ください。
受付期間：11月９日㈮までの平日　８時30分～17時15分　＊11月３日㈯祝、４日㈰は10時～15時

㊐行政経営課　☎32-1172

ひきこもり・不登校などでお悩みの人へ～出張相談会を行います～

就労に悩んでいる若者・高校中退者などの相談、就学・就労などについて、職員が相談に乗ります。
日時：11月30日㈮　10時～16時
会場：市役所４階中会議室
対象：概ね15歳～39歳の人及びその家族
内容：①高校や大学を中退した若者に対する相談と就学・就労支援　②ひきこもり等、社会的に悩む若者の相談と就学・就労支援　③不登校児童生徒の相談と学習支援　④通信制高校に在籍する生徒の学習・生活支援
申込み：相談は予約制です。事前に電話で予約してください。（相談無料）

㊐しずおか東部若者サポートステーション
☎055-943-6641

沼津視覚特別支援学校 保健理療科入学希望者募集

視覚障がいのある成人を対象に、平成25年度高等部入学希望者を募集します。

学科：保健理療科（３年過程で、あん摩・マッサージ・指圧師の国家試験受験資格が得られます）

入学資格：中学校卒業又はこれと同等の学力があると認められる成人の視覚障がい者（高等学校以上の卒業者を除く。ただし、特別の事情があるものについては相談に応じる）

※視覚障がいの程度は、次のいずれかに該当する人とします。

・両眼の視力が矯正（眼鏡使用）で0.3未満の人

・視力以外の視機能障害（視野、光覚等）が強度の人

・将来、視力が著しく減退するおそれのある人

検査日時：25年３月上旬

検査会場：県立沼津視覚特別支援学校（沼津市米山町６-20）

費用：検査費、入学金、授業料は不要

※入学を希望される人は、事前に本校で教育相談を受けてください。

問県立沼津視覚特別支援学校 ☎055-921-2099

第15回ゆ～ゆ～健康講座

市民向けの健康講座です。

日時：11月11日(日)　９時45分～正午

会場：観光会館　別館

内容：

～地域医療情報～

「上手なお医者さんの選び方・かかり方（1）」

メディカルはば伊豆高原　院長　巾　尊宣

●第１部…講演

演題①「食事で血管力を高めよう！」

順天堂大学医学部附属静岡病院

栄養課主任心得　渡辺真理子先生

演題②「心筋梗塞から身を守る七カ条」

順天堂大学大学院医学研究科

循環器内科学教授　代田浩之先生

●第２部…カラダの健康チェックコーナー

（医療・栄養・運動・介護・服薬相談、血糖・血圧・肥満度チェック）

参加費：無料

後援：伊東市・伊東市健康保養地づくり実行委員会

※駐車場が満車の場合は、市営なぎさ駐車場をご利用ください（無料駐車券を配布します）。

問メディカルはば伊豆高原　☎33-1200

ひきこもり家族教室 参加者募集

病気や障がいなどの理由がないのに、他人とのかかわりを避けて外に出られない人は、家族だけで悩まずに教室に参加してみませんか？

日時：①11月13日(火)　②25年１月15日(火)　③25年３月12日(火)　13時30分～15時30分

会場：熱海健康福祉センター（熱海市水口町13-15）

対象：20歳以上のひきこもりを抱える家族の人

問熱海健康福祉センター福祉課　☎82-9120

福祉相談会（障がいがある人の相談会）

日時：11月14日(水)　10時～14時

会場：市役所４階中会議室

相談内容：障がいがあり、日常生活でお困りになっていること。地域の福祉サービスの情報提供など。

相談料：無料

問〔知的〕相談支援センターいぶき　☎45-6013
〔精神〕サポートセンターいとう　☎32-5680
〔身体〕障害者生活支援センターなかいずリハ　☎0558-83-2195

◆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、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。（夜９時以降は料金が割り増しされます）

◆納税相談会◆

休日：①②11月４日(日)　８時30分～17時

夜間：①11月29日(木)・30日(金)　17時30分～19時30分

①市税・国保税のことは…

会問収納課　☎32-1291

②後期高齢者医療保険料のことは…

会問保険年金課　☎32-1624

◆「11月の納税」納期限は11月30日(金)◆

国民健康保険税５期

納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。

問収納課　☎32-1291

◆伊東市の主要生活物資の物価指数◆

９月の物価指数は107.7で、対昨年同月比は-0.3です。

問市民課　☎52-3002

◆人口と世帯数◆

10／１現在　（　　）は前月比

人口	73,013人	(-53)
男	34,387人	(-23)
女	38,626人	(-30)
世帯数	34,907世帯	(+2)
外国人登録人口	436人	(-2)
男	136人	(-2)
女	300人	(0)
世帯数	145世帯	(-6)

◆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。

広報いとう　2012.11　No.1007
広報いとうは再生紙を使用しています

伊東っ子の学校じまん Vol.11

リポーターが行く！

＊宇佐美小学校＊

『これからも、一人ひとりが自分の良さを輝かせていきます』

リポーター

宇佐美小学校　六年
坂上　葵惟

宇佐美小学校の教室では、伊東の輝く海や豊かな山々に囲まれて、授業を一生懸命がんばっている、みんなの姿を見ることができます。

毎年、夏と秋に児童大集会があります。今年の夏は「マリンフェスタ」という名前でした。各クラスで考えた思い思いのお店を、宇佐美の海で開きました。すいか割り、ビーチフラッグなどが、クラス特有のルールでもっと楽しくなります。一人ひとりが自分の仕事をがんばることで、クラスや学校全体の協力を感じることができました。

他にも、宇佐美小学校では、毎年さまざまなプロジェクトを行います。世界の身振りであいさつをするプロジェクトや、児童会シンボルキャラクター総選挙も行いました。この、さまざまなプロジェクトによって、みんなが学校の雰囲気を高めていく姿も、宇佐美小学校の自慢の一つです。

宇佐美小学校の目標は「きらりと光る宇佐美っ子」です。宇佐美っ子、一人ひとりが自分の良さを輝かせることができるように、これからもがんばっていきたいです。

夏のマリンフェスタの様子

Utchi & mizu の…

今月のつぶやき

「長寿いきいきサポートを覚えてください」

U　今回の特集では、長寿いきいきサポートを取材しました。色々な人にお会いしましたが、元気にしている人は気持ちが若いですね！

m　おしゃれに気を使っていたり、器械体操に取り組んでいるなど、前向きな姿勢を目の当たりにして、見習いたいなと思いました。

U　また、相談を受ける側のスタッフの皆さんも、はつらつとして優しそうな人ばかりでした。

m　じっくり話を聞いてくださり、話がしやすいと感じました。困った時は長寿いきいきサポートに相談をして、10年後、20年後も自分らしく過ごしていきましょう！

★アイドル登場

今西大介さん
尚子さん（宇佐美）の
長男 翔蒼（とあ）くん（１歳）

初節句、強い男になるぞ！

今月の健康レシピ Let's Try! 「鮭のちらし寿司」

●材料（２人分）
米…１合
水…180cc
鮭…１切れ
にんじん
　…５分の１本
A［砂糖…小さじ２
　［塩…少々
干ししいたけ…２個
B［しょうゆ
　［　…小さじ半分
　［砂糖…小さじ１
絹さや…４～５枚
卵…１個
白ゴマ…小さじ１
すし酢…20ｇ

●作り方
①米は洗って分量の水で炊く。
②鮭は焼き、骨と皮を除いてほぐしておく。
③にんじんは千切りにし、少量の水とＡの調味料で煮て冷ましておく。
④干ししいたけは戻して、千切りにしてＢの調味料で煮て冷ましておく。
⑤絹さやは茹でて、食べやすい大きさに切る。
⑥卵は溶いて、炒り卵を作る。
⑦ごはんにすし酢を混ぜてすし飯を作り、鮭、にんじん、しいたけを加えて混ぜる。
⑧⑦を皿に盛り、炒り卵、絹さや、白ゴマを散らして仕上げる。

●栄養価（１人分）　エネルギー426kcal/たんぱく質15.9ｇ/脂質8.4ｇ/カルシウム98mg/塩1.2ｇ

●ワンポイント　卵は錦糸卵にしてもよいでしょう。とっても簡単に作れ、いろどりの良いちらし寿司です。

レシピ提供：「市食育推進団体　伊豆高原きらめき（杉本康子）」

※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。

■発行／静岡県伊東市大原二丁目１番１号　伊東市役所
■編集／伊東市企画部市長公室課
■印刷／株式会社 伊豆急ケーブルネットワーク
■電話／0557-36-0111　■FAX／0557-36-1104
■Eメール／koushitsu@city.ito.shizuoka.jp
■ホームページ／http://www.city.ito.shizuoka.jp