

広 報



ITO City Public Relations

2015
平成27年

11

No.1043

行こうよ!
ジオパーク!

ジオグルメ特集

伊豆半島ジオパークには、ジオをイメージした料理やお菓子（ジオグルメ）が数多く存在します。伊豆の名物であるというだけでなく、歴史や風土、人々の思いなど、語れるストーリーを持ったグルメです。今月は、そんなジオグルメを少しだけ紹介します。



いいね！伊東市役所

検索



伊東市役所フェイスブック ほぼ毎日更新中!



伊豆半島ジオパーク
IZU PENINSULA GEOPARK

南から来た
火山の贈りもの

伊豆の魅力を世界へ発信

食べちゃうのが もったいない ジオグルメ特集

9月19日、鳥取市で開かれた世界ジオパークネットワーク(GGN)の国際シンポジウムの席上にて、伊豆半島ジオパークは惜しくもGGNへの加盟が見送られることとなりました。加盟のための要件としては、自然遺産としての重要性・中央拠点施設の有無・公園の整備状況・教育への貢献など多々ありますが、**地元住民の盛り上がりも欠かせません。**今月は、“食”でジオパークを盛り上げている人たちを特集します。

A

しょうてん
みかど商店

所 湯川1-16-12 時 9時~17時30分
休 木曜 ☎37-2832

大室山ぐり茶大納言 168円/個

大室山の緑は、地元市川製茶さんのぐり茶の粉末緑茶。クリームにも粉末緑茶が使用され、ぐり茶の深みとふわふわのクリームの甘味のバランスが絶妙。



あじみ係 吉野さん

C

けんこうちゃ かんみどころ
健康茶と甘味処 スウ

所 湯川1-11-8 時 12時~16時
休 水・土・日曜 ☎37-1886

ジオ寿司(仮称) 300円

NPO法人地域生活・就労サポートセンターすうさんが運営する障害福祉サービス事業所。いとう漁協さんの「サバ男くん(サバのすり身)」をはじめ、伊豆産の椎茸や人参を材料にした創作寿司料理。大室山の地層の剥ぎ取りを参考にし作られている。



坂下さん

B

きッチン あんど ばー らくーん
Kitchen & Bar LAGOON

所 竹の内1-3-11 時 11時30分~14時
18時~22時30分
休 無休 ☎35-1119

スコリア揚げ 600円

高野豆腐にやや濃い目の味を付け、カリッと揚げてスコリアを表現。高野豆腐が裂けて開いているところはスコリアにそっくり。11月以降には、新たなジオグルメがメニューに追加される予定。



オーナー 小林さん

ご存知ですか?
いとうナゲット



皆さんは、静岡県のサバの漁獲量が全国3位だということをご存知ですか?
いとう漁協さんの「サバ男くん(サバのすり身)」を使って作ったのが、この「いとうナゲット」なのです。サクッとした食感で中はやわらかく、サバの旨味と風味が最大限に引き出されています。サバの苦手なお子さんでも食べれちゃいます。「いとうナゲット」は、市民の台所であるナガヤさんやマックスバリュさんで購入できます(5個319円)。

Eいっしんどう わしゅう
一進堂 / 和洲

所 猪戸1-1-12/マリンタウンバザール棟1F
 時 平日・土曜10時~17時、日曜・祝日9時30分~17時/9時~18時
 休 水曜/無休 ☎37-3387/38-3515

御石(おいしい) 130円/個

江戸城築城に使われたという御石ヶ沢の石がモチーフ。印字されている「田」の字は、実物と同様。石のゴツゴツした感じを出すために、黒ごまや食用竹炭を使用している。中のあんは、伊豆多賀産のダイダイ。



店員 山道さん

Dりょうし ほとば
漁師めしや 波魚波

所 静海町13-9 時 11時~15時 (14時L.O.)
 休 火曜 ☎38-3327

ジオ丼 1,500円(定食)

いとう漁協直営店。漁師がその日の朝に獲ってきた新鮮な魚を贅沢に丼いっぱい。獲れた魚によって丼の上に乗る魚も変わる。これからの季節は、「カンパチ・キンメダイ・アジ」が多く獲れる。新鮮さがウリの漁師の味。



店員 竹安さん

E

伊東駅 ●

A
E
C
B
D**F**

川奈駅 ●

小室山

一碧湖

大室山

G

城ヶ崎

伊豆高原駅 ●

Fベーカーリー うみ
Bakery umi

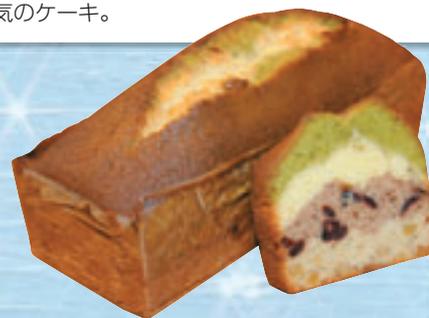
所 川奈1230-25 時 7時~18時 (売り切れ次第終了)
 休 日・月曜 ☎44-1160

地層ケーキ 170円/個

お店の近くにある小室山の地層を参考にして作られた4層から成るケーキ。小室山の緑には地元杉山製茶さんのぐり茶の粉末緑茶が使用されている。観光客だけでなく、地元の人からも大人気のケーキ。



オーナー 海野さん

**G**いす いち くら
伊豆一の蔵

所 八幡野1105-44 時 8時30分~18時
 休 無休 ☎55-0500

げんこつ山 130円/個

矢筈山(通称:げんこつ山)がモチーフのおまんじゅう。山の緑は伊東のぐり茶の粉末。ぐり茶の渋みとミルクの味のハーモニーにこだわって作られている。矢筈山がデザインのパッケージも面白い。



店員 土屋さん



ご紹介したグルメは、伊豆半島ジオパークを応援するために作られたものです。 ※金額は税込表示です。

南伊豆町からもお届け

みなみいすぢょう 南伊豆町ジオパークビジターセンター

所 南伊豆町入間1839-1 時 10時～16時30分
 休 無休 ☎0558-65-1155

ジオソフトクリーム 320円

南伊豆町は、火山の地熱を使った塩作りが行われている。下賀茂温泉源泉100%塩を濃厚なソフトクリームにふりかけると・・・ミラクルが起きる。



店員 堀内さん

りょごうだん こうぼう ジオガシ旅行団(工房)

所 南伊豆町加納639
 HP <http://www.geogashi.com>
 Email info@geogashi.com

ジオガシ 各種300円

「風景を切り取ってお菓子にします」がキャッチコピーの、岩石や地層をモチーフとした超精巧なお菓子。その完成度の高さは、本物と見紛うほど。伊東のジオポイントからは、富戸の伊豆石安山岩と大室山のスコリアが発売中。

ぱんかふえ だいまる

所 南伊豆町下賀茂290-9 時 9時30分～18時30分
 休 日曜 ☎0558-62-0070

ジオ飴 324円

材料は、砂糖、水、そして下賀茂温泉塩のみというシンプルな飴。甘い飴の中にピリッとしたしょっぱさを感じる。



代表取締役 篠田さん



ジオガシ旅行団
 寺島さん 鈴木さん



▲伊豆東部火山群 大室山スコリア



▲富戸 伊豆石安山岩

伊東商業高校の取組み



ジオショコラ

美味しくできるか不安だったけど、良い見た目でおいしくできた。抹茶をもう少し甘くすればより美味しくなると思った。(細野ありささん)

大室山と小室山をイメージして作り、とてもイメージ通りに出来たのでよかったです。味も美味しくできてよかったです。(久保春果さん)

予想以上においしく作ることができました。(沼里澄玲さん)

伊東がたくさん詰まったプリンです。一層一層作るのが大変でしたが、試作品が完成したときの達成感がありました。商品化されたら嬉しいです。(佐藤亜美さん)

自分たちでジオパークについて深く知り、その上でジオが伝わる可愛いものができたと思います。商品化すると嬉しいです。(後藤いづみさん)

伊豆のジオパークが伝わるものになったと思います。(稲葉凧沙さん)



ジオプリン

伊東商業高校では、地元理解、地元への貢献を考えた活動を積極的にを行っています。3年生の選択授業「商品開発」でジオグルメ2品が完成しました。

佃市長に聞く

9月19日に何があったのか？

9月19日夕、鳥取市で行われていた国際シンポジウムの席上、世界ジオパークネットワークへの新規加盟メンバーが発表されました。私は会場において、ジオガイド協会や松崎高校の皆さんと共に、結果を見守りました。しかし、伊豆半島ジオパークについては、保留扱いとなりました。同時に大仁市民会館（伊豆の国市）でライブ中継を見守っていた約400人の市民からは、「伊豆半島」の名前が呼ばれなかったことため息が漏れました。

伊豆半島ジオパーク推進協議会会長として、私は、鳥取市の発表会場にて、「情熱を失うことなく世界認定を目指す」と宣言しました。川勝平太知事も「地域一体となって取り組むたい」と、共に世界を目指す方針に変更はないとの決意を強調してくれました。また、大仁市民会館でも、菊地豊会長代行（伊豆市長）が「一年間、頑張ろう」と呼び

掛けてくれました。

世界ジオパーク活動は11月には国連教育科学文化機関（ユネスコ）の正式プログラムに昇格することが見込まれています。ジオパーク活動は伊豆半島全体を活性化させることが重要であり、世界加盟を果たせれば大きな弾みになります。引き続き、世界を目指して取り組んでいきますので、市民の皆さんのご理解、ご協力をよろしく願います。

▼発表後の記者会見に臨む



▲高校生によるポスター発表

伊豆半島ジオパーク推進協議会

☎(32) 1784

伊豆半島ジオパークこれまでの道のり



2015年	2014年	2013年	2012年	2011年
9月	12月	12月	9月	5月
世界ジオパークネットワークへの加盟決定？	世界ジオパークへの加盟申請	伊豆半島ジオパークのエリア拡大（13市町から15市町へ）	日本ジオパークネットワーク加盟	伊豆半島ジオパーク推進協議会設立
6月	7月	3月	9月	4月
世界ジオパークネットワークによる現地審査	日本ジオパーク委員会による現地審査	日本ジオパーク委員会に世界ジオパークネットワークへの推薦を申請	日本ジオパーク委員会による現地審査	事務局開設
伊豆半島ジオパークは「保留」の判定	世界ジオパークへの推薦決定			

個人住民税の税制改正 28年度から適用される主な改正点のお知らせ

◎課税課 ㊟(32)1271

公的年金からの特別徴収制度の見直し

28年10月1日以降に実施される特別徴収から適用

仮特別徴収税額の算定方法の見直し

公的年金から徴収する個人住民税の税額の平準化を図るため、下表のとおり特別徴収税額の算定方法が変わります。

特別徴収の中止要件の見直し

これまで特別徴収を中止し、普通徴収に切り替えていた次の場合においても、年金所得者の納税の便宜や市町村における徴収事務の効率化の観点から、公的年金からの特別徴収を継続します（一定の要件あり）。

- ① 伊東市が年金保険者（日本年金機構等）に対して特別徴収税額を通知した後に税額が変更された場合
- ② 賦課期日後に伊東市外に転出した場合

特別徴収税額の算定方法（年金特徴継続者）

月	仮徴収額			本徴収額		
	4月	6月	8月	10月	12月	2月
現 行	前年度分の本徴収額÷3 ※前年度2月と同額			(年税額－仮徴収額)÷3		
改正後	(前年度分の年税額×1/2)÷3			(年税額－仮徴収額)÷3		

参考：新規65歳到達者など年金特別徴収開始初年度の特別徴収税額の算定方法

月	普通徴収（納付書・口座振替）			特別徴収		
	－	6月(1期)	8月(2期)	10月	12月	2月
税額	－	年税額の1/4		年税額の1/6		



65歳以上の夫婦世帯

私たちの場合、どうなりますか？

夫＝個人住民税額60,000円
(所得割額54,600円、均等割5,400円)
妻＝非課税

年 度	年税額	現 行		改 正 後	
		仮徴収額 (4・6・8月)	本徴収額 (10・12・2月)	仮徴収額 (4・6・8月)	本徴収額 (10・12・2月)
0年度	60,000円	10,000円	10,000円	10,000円	10,000円
0+1年度	36,000円 (医療費控除の増等)	10,000円	2,000円	10,000円	2,000円
0+2年度	60,000円	2,000円	18,000円	6,000円	14,000円
0+3年度	60,000円	18,000円	2,000円	10,000円	10,000円

◆ 現行制度では、一度仮徴収額と本徴収額に差が生じると、その差が解消されません。

◇ 改正後では、年税額が2年連続で同額の場合、平準化します。

用語解説

個

個人住民税とは、市や県が様々な事業を行うために市民の皆さんに負担していただいている地方税の1つで、「市民税」と「県民税」をあわせたものをいいます。

公

公的年金からの特別徴収とは、個人住民税を公的年金から天引きさせていただく制度です。

仮

仮徴収とは、個人住民税額が前年の所得により算出されることから、新年度当初では年税額が確定していません。そのため、前年度の年税額を元に4月・6月・8月の年金から特別徴収することをいいます。

本

本徴収とは、確定した個人住民税額から仮徴収分を差し引いた残額を、10月・12月・2月の年金から特別徴収することをいいます。

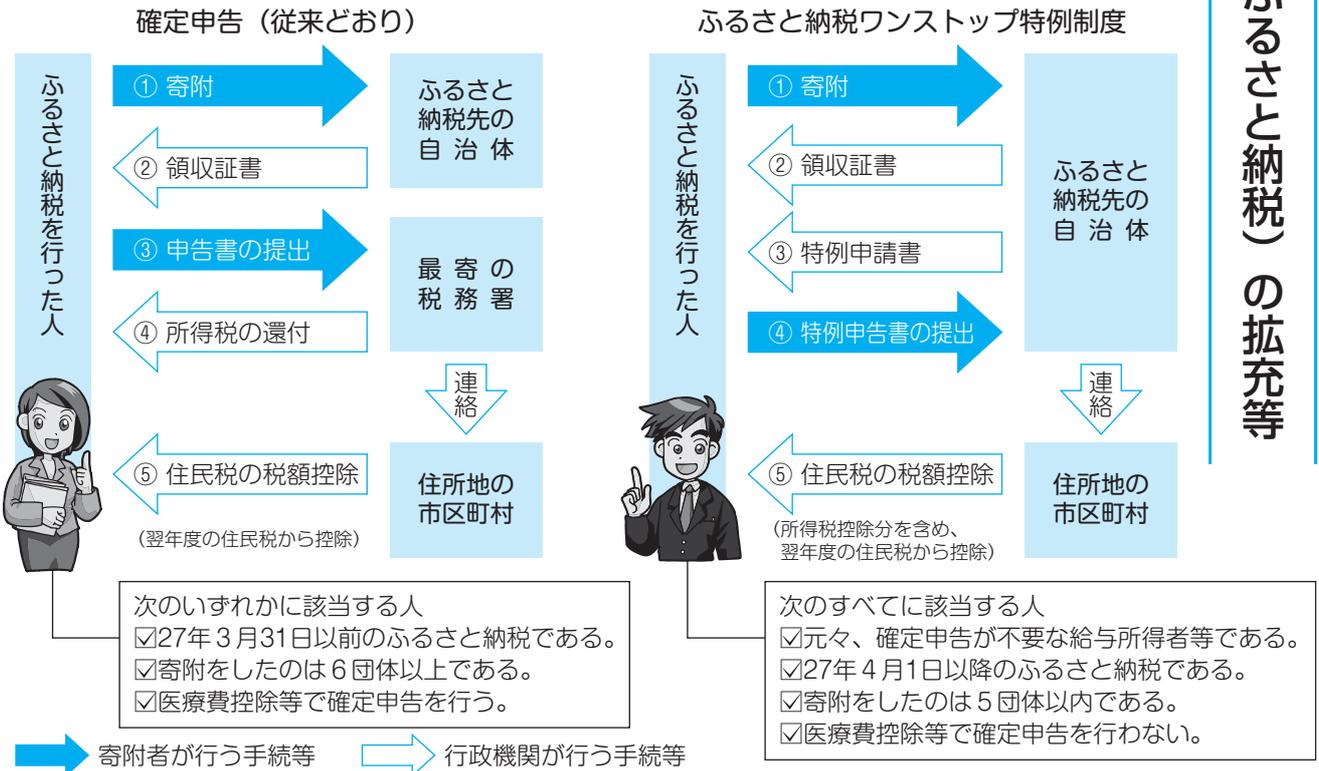
寄附金税額控除（ふるさと納税）の拡充等

特例控除額が2倍に！

27年1月1日以降のふるさと納税から、都道府県・市区町村に対する寄附に係る控除額の上限が、個人住民税所得割額の1割から2割に引き上げられます。これにより、自己負担2千円でできる寄附金額総計が約2倍になります。

「ふるさと納税ワンストップ特例」の創設

27年4月1日以降のふるさと納税から、確定申告が不要な給与所得者等に限り、寄附の控除申請を、寄附した自治体に依頼して代行してもらえようになります（5団体以内のふるさと納税に限る）。この特例制度を利用すると、控除される税金が、今までは「所得税還付+住民税控除」だったのが、すべて「住民税控除」となり翌年度に住民税が減額されます（控除される総額は変更なし）。



税金 Information

個人事業税 2期の納期限は11月30日(月)

納期限までに納めましょう。

◎静岡県熱海財務事務所
個人事業税担当 ☎82-9086

税の作品展

11月11日～17日は「税を考える週間」です。税の意義や役割への理解を深めていただくため、「税の標語」と「作文・習字・ポスター」の作品を展示します。

期間：11月7日(土)～23日(月・祝)
会場：マックスバリュ伊東広野店
◎熱海税務署管理運営部門 ☎81-3438

年末調整・青色申告決算説明会

開催日：11月18日(水)
会場：観光会館別館

▼年末調整等説明会
時間：午前10時～正午
対象：法人および個人の源泉徴収義務者

▼青色申告決算説明会
時間：午後1時30分～3時30分
対象：個人の青色申告者

※会場は駐車場がないため、公共交通機関でお越しください。

◎熱海税務署 ☎81-3518



11月・12月は

滞納整理強化月間

市税を納期限までに納付している人との公平性を保つために、11月と12月を「滞納整理強化月間」とし、県内の各市町、静岡県とも連携して、徴収の強化に取り組んでいます。

☎収納課 ☎32-1291~1293

【税金は納期限内に納めましょう】

市税は、行政サービスを行うための貴重な財源です。

納期限内に納付されない場合は、税における公平性を保つため、差押え・換価等の滞納処分を行います。

滞納処分は法律の規定に基づいて行うもので、事前に連絡することはありません。

【特別な事情により 納期限内の納付が困難な場合】

災害・病気・失業・倒産等の特別な事情により、税金を納期限内に納めることが困難になった場合には、お早めに収納課へご相談ください。

納期限内に納付しないとき

納期限（納期限を過ぎると延滞金がかかります）

▼約20日経過

督促

▼11日経過

①財産調査

預金口座、生命保険の契約内容、勤務先での勤務内容や給料、自営業の人は取引先などの調査を行います。また、住居へ赴き、家財・自動車などの検索をします。

②見つかった財産の差押え

- ・金融機関の預貯金
- ・生命保険契約（解約返戻金等）
- ・売掛金
- ・不動産
- ・自動車
- ・高級家財・家電など



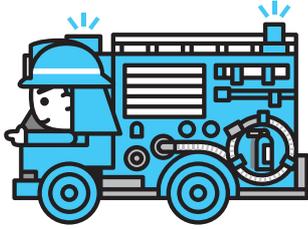
③換価（公売）

差し押さえた財産を金銭に換え、未納税にあてます。

滞納処分
（事前に告知せず行います）

滞納処分は滞納者の意思に関わらず強制的に行います





秋季火災予防運動

11月9日(月)～15日(日)

平成27年度
全国統一防火標語

無防備な 心に火災が かくれんぼ

伊東市消防本部代表 ☎38-0119

◆秋季火災予防運動

【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、衣類およ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、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
・避難施設等およ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

(4)多数の者が集合する催しに対する火災予防指導等の徹底

・催しの主催者に対する指導
・ガソリン等の貯蔵・取扱いに対する指導

・火気器具を使用する屋台等への指導

◆消防総合演習のお知らせ

消防本部では、11月9日(月)に消防総合演習を行います。

・演習会場付近では、サイレンを鳴らしますので、火災と間違えないようにしてください。

※演習会場とサイレンが鳴る時間は左記のとおりです。

・荻、奥野苑周辺

・午前7時30分頃ころ

・宇佐美、郷戸公園周辺
午前9時20分ころ

◆休日当番医のお知らせ

休日当番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

☎99988

◆火災等の広報終了について

現在、火災発生や鎮火については、同報無線を使用し、指令員(通報を受け付ける人)が広報を行っており、メールマガジンの配信、I K C やCVAのメディアを活用したテロップによる情報提供も併せて実施していますが、28年2月から駿東伊豆消防指令センターでの共同運用となることから、同報無線による広報の実施ができなくなるため、28年1月末で火災の広報は終了することとします。

なお、メールマガジンおよびメディアのテロップ並びに自動案内の火災情報は、引き続き実施しますが、メールマガジンの救助情報は、28年1月末で配信を終了します。

◆メール119番登録の受付

28年2月から駿東伊豆消防指令センター運用開始に伴い、携帯電話からのメールで119番通報ができるシステムが利用できます。身体障害者手帳の交付を受けている聴覚障がいや言語障がいのある人が対象で、利用には登録する必要があります。

申込み 申込用紙が社会福祉課にありますので、記入の上、お申し込みください。

提出先 社会福祉課
☎(32)1533

FAX(36)0775

受付開始 11月16日(月)より

消防本部企画指令課

☎(38)0196

FAX(36)1673

メールマガジン配信中

消防本部から配信している火災救助情報は、28年2月から火災情報のみを駿東伊豆消防指令センターから配信することになります。その他の情報は今までと変更ありません。

下記のQRコードまた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



健康ひろば

健康医療課
 母子担当 ☎32-1581・1582
 成人担当 ☎32-1583・1584



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26年4月生まれ対象)	18日(水) 13:00~14:00
2歳児健康教室 (平成25年10月生まれ対象)	19日(木) 9:15~ 9:50
3歳児健康診査 (平成24年10月生まれ対象)	11日(水) 13:00~14:00

会場 保健福祉センター

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)

・10日(火)：八幡野コミュニティセンター(くすりの話)

・20日(金)：保健福祉センター(保育士の遊び)

時間 9時30分〜11時

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

申込み 不要。直接会場にお越しください。

マタニティ教室

◇妊娠中から健康な体

・栄養講話(妊娠中の食生活、今から始める離乳食。試食あり)

・歯科講話(マイナス1歳からのむし歯予防)

対象 妊婦と家族

日時 11月6日(金) 13時〜

会場 保健福祉センター

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、タオル、手鏡

申込み 前日までに電話で。

11月は「児童虐待防止推進月間」です

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。

児童虐待とは：

・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、生命に危険のある行為。

・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、重大な病気になる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。

児童虐待を防止するには、早期発見、早期対応が何より重要です。また、親が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。親も子ども救うために、児童虐待が疑われる場合や、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(児童相談所全国共通ダイヤル☎189(イチハヤク))。

児童虐待を防止するには、早期発見、早期対応が何より重要です。また、親が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。親も子ども救うために、児童虐待が疑われる場合や、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(児童相談所全国共通ダイヤル☎189(イチハヤク))。

☎055(920)2081

伊東市家庭児童相談室



健康フェスタ2015

今年のテーマは『からだの声を聴いてみよう!』

体を鍛えている人もふだん動いていない人も楽しみながら健康づくりをしましょう。

参加した人にトートバッグをプレゼント。さらにスタンプラリーで景品も。ハーブ苗缶・プランケット・ノート・面白トレットペーパー等から選べます(10時30分〜14時30分)。お楽しみに。

11月14日は世界糖尿病デー

2012年の厚生労働省の調査によると、国内の糖尿病患者数は約950万人と推定されています(国民健康・栄養調査より)。ところが、同じ調査で、その患者さんのうち、治療を受けているのは約65%と報告されています。糖尿病を放置していると、3大合併症と言われる神経障害、網膜症、腎症のほかに、動脈硬化から心筋梗塞や脳梗塞の危険性も高くなりますし、感染症にかかりやすい、虫歯・歯周病や足の水虫になりやすいなど、糖尿病は全身の至るところに影響を及ぼします。

日時 11月8日(日)
10時〜15時

会場 市役所

内容 筋肉量と体脂肪量の測定・筋トレ体操、骨の健康度測定、転ばない体づくり・リハビリ・痛み相談、肺がん検診、歯科検診、ブラッシング指導、健康相談、視力聴力チェック、体力測定、バランス弁当販売、食品移動販売、子どもの遊び広場ほか

糖尿病の症状は気付きにくく、症状があれば血糖値はかなり高くなっていることがあります。

25年度伊東市特定健康診査の結果から糖尿病を強く疑われる人は、全体の6.5%（605人）になります。

精密検査や医療機関への受診を勧められた人は忘れずに受けてください。

また、予備軍と言われた人は、運動や食生活で糖尿病の発症の予防ができます。

健康医療課では、糖尿病やその重症化予防のために、「高血糖が気になる方のため」の「食べ方講座」や「運動教室」「健康相談」を実施しています。高血糖と言われたことがある人はぜひ一度、栄養士や保健師とじっくり学んでみませんか？

笑顔に自信を！ 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

態は体全体に影響を与えます。歯周病の予防と治療の基本は、やはり毎日の「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。

日程	会場
11月10日(火)	市役所 2階中会議室
11月17日(火)	
11月20日(金)	市役所 5階小会議室
11月27日(金)	

※時間はいずれも13時30分～15時

内容 歯周疾患と生活習慣

病の関係、歯みがきの力かげんチエック、みがき残しチエック、健口体操

申込み 11月2日(月)から受付
します。電話で健康医療課
(☎32)1583へ。参加者
には案内をお送りします。

運動を始める前に知っておきたい！ 男のリラックスコース

冬に向かって、何か運動を

始めてみようと思っている人、運動の基本から学びたいと思っている人にオススメです。コースです。熟練のスポーツクラブインストラクターが、運動を続けるコツを分かりやすく実践的に伝授します。

対象 おおむね50代、60代の運動習慣のない男性

定員 先着30人

講師 健康運動指導士 岡田学(ウエルネススポーツクラブ代表)

受講料 無料

日程	内容
11月24日(火) 10時～11時30分	正しい方法が分かる筋トレ、筋肉量測定
12月22日(火) 10時～11時30分	自分の体がわかる体力測定
28年1月26日(火) 10時～11時30分	生活の中でできるストレッチ体操
28年2月23日(火) 10時～11時30分	正しい方法が分かる筋トレ、筋肉量測定

会場 市役所低層棟 2階中会議室

申込み 前日までに電話で健康医療課(☎32)1583へ。

新連載!



伊東市民病院だより

Vol. 1

人間ドックで健康長寿

我が国は世界一の長寿国ですが平均5～10年は要介護となります。

日本人の死亡原因の約70%が、がんと心血管・脳血管障害等の動脈硬化性疾患で占められ早期発見と危険因子(糖尿病、高血圧、脂質異常、肥満、喫煙等の生活習慣)のコントロールが必要です。治療が遅れると原疾患が治癒しても後遺症のために介護が必要となります。

人間ドックを定期的に受診することにより、これらの疾患の予防・早期発見が可能です。

当院の人間ドックは、各専門スタッフが高度な機器を駆使して経験豊かなドック担当医・保健師が総合診断し、適切なアドバイスを行います。

また、母体が総合病院ですので病院診療部と連携して予防から精密検査・治療まで一貫した医療が可能です。お気軽にご相談ください。

ドック・健診センター長

折居 喬

☎ドック・健診センター

(37) 6308

訂正

広報いとう10月号6ページの「予防接種」の「インフルエンザの費用」の欄に誤りがありました。

- × 自己負担金 1,700円
- 自己負担金 1,500円

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



お知らせ

11月は「エコドライブ
推進月間」です

エコドライブとは、燃料消費量やCO2排出量を減らし、地球温暖化防止につなげる「運転技術」や「心がけ」です。また、エコドライブは交通事故の削減につながります。小さな意識を習慣にすることで、あなたの運転が変わり、社会が変わります。はじめてみましょう、エコドライブ。

◇エコドライブ10のすすめ

- ①ふんわりアクセル「eスタート」
- ②車間距離にゆとりをもって、

加速・減速の少ない運転
③減速時は早めにアクセルを離そう

④エアコンの使用は適切に
⑤ムダなアイドリングはやめよう

⑥渋滞を避け、余裕をもって出発しよう

⑦タイヤの空気圧から始める点検・整備

⑧不要な荷物はおろそう
⑨走行の妨げとなる駐車はやめよう

⑩自分の燃費を把握しよう

環境課
☎(32)1374

水道管路調査の実施

10月1日から市内の上水道本管および給水管の調査を行っています。調査に当たり、調査員（腕章および身分証明書を携帯）の私有地内への立ち入りが必要となる場合があります。円滑かつ安全な調査を行うため、皆様のご理解、ご協力をよろしく願います。

調査期間 10月1日(木)～28日

3月25日(金)まで

水道課

☎(32)1852

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、ガス・水道・電気の使用量や商店での肉や魚の重さの計量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、入れ物（トレイ、ラップなど）と添え物（袋入りのわさび、たれなど）を風袋と言います。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10年です。

◇はかりの定期検査

食料品店、宅配便取扱店、薬局などが、商取引に使うばかりは、県が実施する2年に1回の定期検査を受ける必要があります。

県計量検定所

☎054(278)8311

産業課

☎(32)1734

11(いい)月30(みらい)日は『年金の日』です

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか？「ねんきんネット」では、自分の年金記録や、将来の年金受給見込額を確認することができます。「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページを確認いただくか、左記へお問い合わせください。

年金課

☎(32)1625

年金の5年の後納制度
が始まりました

10年の後納制度は9月30日をもって終了しました。10月1日からは3年間に限り、過去5年間に納め忘れた国民年金保険料を納めることができます。「5年の後納制度」が始まりました。制度や申請方法の詳細については、左記へお問い合わせください。

三島年金事務所

☎055(973)1444

保険年金課

☎(32)1625

広告欄

2015 東海バスグループ 忘年・新春謝恩ツアー
古より人々の信仰を集める最澄創建の修行道場 神を齋く島
世界遺産 比叡山・延暦寺と竹生島詣
竹生島 宝蔵寺(本堂)
彦根城
写真提供:彦根市教育委員会文化財課
長浜ロイヤルホテル
◆11/17 出発～1/17 出発まで全32回設定
◆旅行代金/22,300円～30,000円(1泊2日4食付) ※写真は全てイメージです。
●お問い合わせ・お申し込みは TB東海バス Travel ☎36-0415

司法書士山田康太法務事務所
遺産相続で悩んだとき
遺言書を残したいとき
成年後見が必要なとき 等々
初回相談無料です。TEL 0557-48-7370
司法書士山田康太 伊東市川原1216-30 有
【川原駅すぐそば】
http://houmu-yamada.com ※土・日・夜間のご相談はご予約にて

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の発行

27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対して、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2月上旬に送付されます)。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。また、家族の保険料を納付した場合は、家族あてに送られた証明書で申告してください。

☎ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165

三島年金事務所

☎055(973)1444

扶養親族等申告書の提出をお願いします

高齢や退職を事由とする年金を受給している、年金に所得税が課税される人には、11月上旬までに日本年金機構から扶養親族等申告書を送付さ

れます。送付された人は、提出期限までに必ず提出してください。

28年分扶養親族等申告書を送付される人		
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

この申告により、翌年中に受けと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注意してください。

☎ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165

年金以外に収入がある人は収入の申告が必要な場合があります。また、扶養親族等申告書が届いていない人が、扶養控除等を受けたい場合には、収入の申告をする必要があります。

☎課税課

☎(32)1271

宝くじの助成金を利用

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ助成事業を行っています。今回、この助成を受け、本市消防団員の雨合羽を購入し、各分団に配付しました。

また、八幡野区の神輿を2基修繕しました。

☎消防総務課

☎(38)0197

生涯学習課

☎(32)1961

ノロウイルス食中毒防止について

11月～1月はノロウイルス食中毒防止対策強化期間です。ノロウイルス感染防止の最重要点は手洗いです。手洗いはハンドソープを使用し、洗

浄後、流水で流す。これを2回繰り返すことが効果的です。帰宅後、トイレ後、嘔吐物を処理した後、調理前等、手の2回洗いを励行しましょう。

☎熱海保健所衛生業務課

☎(82)9116

伊東食品衛生協会

☎(36)6611



募 集

**1・10(いとう)の日
参加事業所を募集!**

毎年1月10日を「1・10(いとう)の日」と定め、市民・観光客に日頃の感謝を込め、魅力あるお得な商品やサービス等を提供しています。

この趣旨に賛同し、参加していただける事業所を募集します。また、1・10の日にあわせて開催される伊東温リンピックで、参加事業所のみで使用可能な商品券を、賞品の一部として贈呈します。詳細については、参加申込書をご覧ください。

期 間 28年1月10日(日)を含む、1月9日～11日までの3日間(予定)

※実施日時、サービスの内容は各事業所で設定できます(10日は必須)。

申込方法 市または観光協会のホームページおよび観光課、各出張所、観光協会案内所、商工会議所などに設置してある募集要項・参加申込書をご確認の上、伊東

広 告 欄

ケアセンターうばめ櫛伊東

訪問介護/介護タクシー/ケアプラン
福祉用具レンタル・販売/障害福祉

TEL 55-1311 社会福祉法人 春栄会
伊東市八幡野1105-3

平成27年度 伊東市勤労者教育資金貸付制度

- 伊東市内に居住する勤労者またはその子弟が、大学・高校・専門学校等に進学するために要する費用として利用いただく融資制度です
- 融資金額：50万円～300万円(10万円単位・学生一人あたり)
- 受付期間：平成28年3月31日まで(期限内にご融資できる方)
- 受付締切：8,000万円(臨時に達した時点で受付終了となります)
- 諸条件によりご希望に添えない場合があります
- 詳しくは店頭に説明書をご用意しています

お問合せ先

ろっさん伊東支店 融資係	伊東市役所産業課
電話 0557-37-6135	電話 0557-32-1734
平日 9時～17時まで	平日 9時～17時まで
水曜のみ 9時～19時まで	

観光協会まで郵送またはFAXにてお願ひします。
宛先 〒414-0013

中央町13-28伊東観光協会
FAX(37)90006
◎観光課
☎(32)1715



市民不動産相談(無料)

日時 11月26日(木)
13時～15時
会場 市役所1階展望ギャラリ

相談員 宅建協会伊豆支所相談員
◎(公社)静岡県宅建物取引業協会東部支部伊豆支所
☎(36)5390

不動産無料相談会

日時 11月18日(木) 受付13時30分～15時30分(予約不要)
会場 プラサヴェルデ
402会議室(沼津市大手町1-1-4)

相談員 弁護士・司法書士・税理士・相談員10人
◎(公社)全日本不動産協会静岡支部

岡県本部
☎054(285)1208

社会保険労務士の日
無料労働相談・年金相談

日時 12月5日(土)
10時～15時
会場 (第一会場) アピタ大仁店1階(伊豆の国市吉田字九十分153・1)・(第二会場) 伊東シヨッピングプラザデユオ1階

◎静岡県社会保険労務士会三島支部(熱海市)
☎(82)1265

マンション管理セミナー(講演)・相談会

日時 12月5日(土)
13時30分～16時30分
会場 市役所8階大会議室

参加費 無料
申込み 電話で左記へ。
◎都市計画課
☎(32)1783

フラワーデザイン講座

花や実などの生花を利用して、ブーケやアレンジメントをはじめ様々な作品をつくり

ます。皆さんの生活空間に新しい演出を取り入れてみませんか。

日時 第8回 11月11日(木)
第9回 12月9日(木)
第10回 1月13日(木)
第11回 2月10日(木)
第12回 3月9日(木)

(昼間の部)
13時30分～15時30分
(夜間の部)
18時30分～20時30分

※途中からの募集のため8回目からの参加になります。
会場 観光会館会議室
対象 市内在住・在勤の人
教材費 3回毎に5000円

申込み 往復ハガキに氏名(フリガナ)・年齢・住所・電話番号・希望の部・質問事項を記入の上、〒414-0024和田1-16-1 振興公社「フラワーデザイン講座係」まで。
※随時受け付けています。

◎振興公社
☎(37)7135

第10回菓子まつり
メイドン伊東

伊東菓子組合が「お客様へ日頃の感謝を込めて」お菓子

の格安販売やバラエティコーナーなど美味しいお菓子が盛りだくさんのイベントを行います。菓子作り体験で作ったお菓子のコンテストも開催します。

日時 11月29日(日)
10時～14時
会場 市役所1階市民ロビー

◎伊東商工会議所
☎(37)2500

科学と技術のひろば
くもぐくむとエロジの共演 見て触れて体験しよう

日時 11月28日(土)
10時～15時30分
会場 プラサヴェルデ
多目的ホール(沼津市大手町1-1-4)

※公共交通機関をご利用ください。
対象 小中学生(親子での参加も可能)・高校生
内容 伊豆総合高校・沼津工業高校・御殿場高校・吉原工業高校・神奈川工科大学による研究・展示・体験教室や研究発表、ミニ講義など

参加費 無料
◎沼津工業高校
☎055(931)0343

広告欄

地域の密着型サービスで、がんばります!

桜井 陽一

町の便利屋さん
ひより
手伝い日和

不用品処理及び遺品整理承ります! お見積無料!
●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)

保険も完備!

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

ディサービス
クラシオンカフェ

癒しの空間・・・
ひとりひとりの想いを大切にいたします

伊東市末広町6-1
☎36-7478
http://www.izukaigo.com

第21回 ゆくゆく健康講座

日時 11月8日(日)

10時～正午

(開場9時30分)

会場 観光会館別館

※駐車場が満車の場合、市営大川橋駐車場^①の無料駐車券を発行します。

参加費 無料

◇スライド上映(9時45分)

◇講演(10時)

「消化器のがんについて」
「がん・食道がんを中心に」
「健康寿命に役立つ脳の病気講座」
「介護にたよらないいきいき生活のために」

◇カラダの健康チェックコーナー

〒メデイカルはば伊豆高原
(33) 1200

きのこ祭 & JAまつり伊豆 in 虹の郷

in 虹の郷

伊豆の秋の恒例イベント「きのこ祭」と「JAまつり伊豆」が、今年は一緒になってより賑やかに開催します。きのこ祭は例年11月3日の開催でしたが、これに伴い、11月15日に変更となります。

しいたけの試食・販売、農産物品評会ほか、特産物の販売など盛りだくさんです！皆さんお誘い合わせの上お越しください。

日時 11月15日(日)

9時～14時(荒天中止)
会場 伊豆市修善寺427
9・3「修善寺 虹の郷」

〒東部農林事務所
055(920)2170

看護職合同就職相談会

日時 12月5日(土)

11時30分～15時30分

会場 プラザヴェルデ

(沼津市大手町1-1-4)

対象 未就業看護職、看護職免許取得予定の学生、看護職を目指している人

内容 県内の病院・介護施設・訪問看護ステーション

による個別説明と相談、看護職の就業相談員による相談、再就業をした看護師による体験談、奨学金の相談、基礎看護技術演習

参加費 無料(申込不要・託児あり)

〒静岡県ナースセンター東部支所
055(920)2088

狩猟免許試験予備講習会

日時 28年1月16日(土)

9時50分～16時

会場 静岡労働会館

(静岡市葵区黒金町5-1)

申込み 11月2日～12月4日
必着(先着300人)

費用 7500円(教材費、昼食代含む)

〈本試験について〉

本試験は28年2月21日(日)に富士総合庁舎(富士市本市場441-1)で行います。

申込み 12月14日～28年1月22日までに静岡県東部農林事務所森林整備課(055-920-2169)へ。

〒静岡県猟友会事務局
054(253)6427

納税相談会

- ①市税・国保税のことは…
〒収納課 32-1291
 - ②後期高齢者医療保険料のことは…
〒保険年金課 32-1624
- 休日:①11月21日(土)
8時30分～正午
②11月21日(土)
8時30分～17時
夜間:①11月24日(火)・27日(金)
30日(月)
17時30分～19時

伊東市の主要生活物資の物価指数

9月の物価指数は106.8で、対昨年同月比は、-1.1です。
〒市民課 52-3002

人口と世帯数

9/30現在	()前月比
人口	71,046人(-73)
男	33,540人(-31)
女	37,506人(-42)
世帯数	35,094世帯(-3)
外国人人口	453人(-15)
男	138人(-1)
女	315人(-14)
世帯数	159世帯(-15)

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。

広告欄

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



忘年会ご予約承ります

伊東マリンタウン内
海辺の食卓

☆☆温泉・送迎つき☆☆
営業時間 11:00～21:00
☎0557-29-6111



募集
recruit

伊東園ホテルズ presents 第50回 伊東オレンジビーチマラソン2016

～楽しく走って健康回復!!～

開催日：28年1月17日(日)

参加料：小・中学生…1000円
高校生以上…3000円
ファミリー…2000円申込み：電話・ホームページ
(<http://www.sportsentry.ne.jp>)・
コンビニ(ファミリーマートのFamiポートのみ)

※別途手数料がかかります。

※今大会は郵便振替での申込みは行いません。

締切り：11月20日(金)

定員になり次第締切り。

☎生涯学習課 ☎32-1964

10kmの部 (定員1000人)	
一般男子	39歳以下
	40～59歳
	60歳以上
一般女子	39歳以下
	40歳以上

5 kmの部 (定員1000人)	
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	
中学生女子	
小学生男子 (4年生以上)	
小学生女子 (4年生以上)	



9時20分スタート

2 kmの部 (定員500人)	
小学生低学年 (3年生以下)	
ファミリー (保護者と平成23年4月1日以前に生まれた幼児から小学3年生以下の児童で1組)	
車いす	

イベント
event

飯野和好 絵本ライブ

おっと、痛快絵本の読み語りの旅でい!伊東の宿



図書館開設100周年を記念して、痛快チャンバラ時代劇絵本「ねぎぼうずのあさたろう」シリーズでおなじみの飯野和好さんの絵本ライブを開催します。

日時：11月3日(火・祝) 13時開場
13時30分開演(約2時間)

会場：ひぐらし会館3階ホール

定員：180人(無料・申込不要)

三度笠に道中合羽、腰には刀の股旅姿で飯野和好さんが登場します。飯野さんの本を持参すれば、ライブ終了後にサインをします。

駐車場はシニアプラザ桜木の隣の第二駐車場をご利用ください。

☎伊東図書館 ☎36-7433

お知らせ
info

第4回いとう創造大賞

最終審査および表彰式

テーマ：
経済対策～若者・女性等の
雇用創出と起業促進～

の提案を募集しました。応募提案は、事前審査を行い、実現部門と夢部門のそれぞれ3点に絞られました。

最終審査では、提案者によるプレゼンテーションを行い、その中から賞を決定します。

日時：11月20日(金) 13時～

会場：市役所8階大会議室

最優秀賞：各部門1 / 優秀賞：各部門2

お気軽にお越しください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎市長公室課 ☎32-1062

イベント
event

第18回 伊東大田楽

心地よい音色と華麗な舞



日時：11月14日(土)

オープニングステージ 15時30分

公演 16時20分～(予定)

会場：松川藤の広場(雨天時はキネマ通り)

力強い太鼓のリズム、琴線に触れる笛の音に合わせて、華やかな装束をまとった田楽法師たちが躍動感あふれる舞を見せます。

☎観光課 ☎32-1713

イベント
event

第18回 伊東温泉花笠踊り

時間・コース共に従来と変更!



日時：11月7日(土) 14時～16時

会場：伊東駅前～スクランブル交差点(市道南口線)
本場山形の舞踊団を迎え、多くの踊り手が伊東駅前通りを練り歩きます。息が合った元気な踊りと個性ある衣装、パフォーマンスが見どころです。伊東駅前をスタートし、秀英予備校前をゴールとします。

☎観光課 ☎32-1712

イベント
event

成人式

羽ばたけ!新成人



日時：28年 1月10日(日) 10時開場
10時30分開式

会場：観光会館ホール

対象：平成7年4月2日

～8年4月1日に生まれた人
本市に住民登録がある対象者には案内状を送付します。住民登録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。

☎生涯学習課 ☎32-1961

お知らせ
info

なぎさ観光駐車場

工事のお知らせ



なぎさ観光駐車場をより一層快適に利用していただけるよう、24時間営業の自動精算機付駐車場にリニューアルします。工事のため次の期間は駐車場の営業をいたしませんのでご注意ください。
休場日：11月2日(月)～11月30日(月)(予定)

リニューアルオープン：12月1日(火)
※リニューアルオープン後は普通車のみのご利用となります。

☎観光課 ☎32-1718

みんなの暦

平成27年(2015年) 11月(霜月)

■観光イベントなどの情報は…
伊東観光協会 ☎37-6105

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 仏滅 秋の森の露天市 (10/30~)	2 大安	3 赤口 文化の日	4 先勝 シラフスバ 市民サービスデー	5 友引	6 先負	7 仏滅 伊東温泉花笠踊り
8 大安 立冬 いとう駅前朝市 富戸・城ヶ崎海鮮 みそ汁まつり	9 赤口	10 先勝 尻つみまつり	11 友引 シラフスバ 市民サービスデー	12 仏滅	13 大安	14 赤口 伊東大田楽
15 先勝	16 友引	17 先負	18 仏滅 シラフスバ 市民サービスデー	19 大安	20 赤口	21 先勝
22 友引 伊東温泉 お座敷文化大學 文化祭	23 先負 小雪 勤労感謝の日	24 仏滅	25 大安 シラフスバ 市民サービスデー 広報いとう12月号 配布予定日	26 赤口 シラフスバ 市民サービスデー	27 先勝	28 友引
29 先負	30 仏滅	11月の納税 納期限は11月30日(日) 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。 〇収納課 ☎32-1291				



急病になったら…

- 夜間(午後7時~午後11時)は 夜間救急医療センターへ ☎37-2510
- 深夜(午後11時~午前8時)は 伊東市民病院へ ☎37-2626
- 休日(午前9時~午後5時)は 各当番医へ *緊急の場合は ☎119へ

休日(日曜・祝日) 当番医	日・曜日	内科	外科	小児科
	1(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	宇佐美整形外科医院 ☎47-2737	
	3(火)	はあとふる内科泌尿器科 川奈 ☎45-5000	中伊豆リハビリ伊東の丘 クリニック ☎36-6366	はあとふる内科泌尿器科 川奈 ☎45-5000
	8(日)	なかむら内科消化器内科 クリニック ☎36-5577	たかやす医院 ☎32-0362	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
	15(日)	伊東医院 ☎37-8888	青木クリニック ☎45-5115	
	22(日)	横山医院 ☎35-0431	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	
	23(月)	高野医院 ☎38-2111	木村整形外科クリニック ☎32-0600	高野医院 ☎38-2111
	29(日)	前田医院 ☎37-1912	吉川医院 ☎37-5071	

■当番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。

伊東温泉競輪開催日

競輪事業課 ☎37-4260

- 伊東温泉競輪場 外開催
- F I (ジャパンカップ) ガールズケイリン♡もあります 6~8
 - 函館記念 10/31~3
 - 西武園F I 9~11
 - 国際トラック支援(豊橋) 12~15
 - 高松F I 16
 - 千葉F I 17~19
 - 高松併売 17~18
 - 競輪祭(小倉) 20~23
 - 静岡F I 24~26
 - 京王閣記念 28~12/1



相談案内

市民サービスセンターの相談事業

会場…市役所2階市民サービスセンター

☎市民サービスセンター ☎52-3002 (予約)

■法律相談 *要電話予約8人 予約開始11月2日(月)~
6日(金) 8時45分~11時30分/東端克博 弁護士
10日(火) 8時45分~11時30分/菊池信廣 弁護士
17日(火) 8時45分~11時30分/東端克博 弁護士
26日(木) 8時45分~11時30分/高山 功 弁護士
■税務相談 *先着6人
20日(金) 13時~15時/原 真人 税理士
■登記の相談 *先着6人
5日(木) 10時~正午/鬼頭幸一 司法書士
■交通事故相談 *要電話予約4人
17日(火) 13時~15時30分/三宮 仁 弁護士
*今月は県相談員による相談はありません。
■人権相談
5日(木) 13時~15時/安井宏之 人権擁護委員

■行政相談
19日(木) 13時~15時/山本彰・鈴木とも子 行政相談委員
■行政手続と表示登記の相談
(建設業許可・農地法関係・入国管理・表示登記・土地測量・隣地境界)
11日(木) 10時~正午/行政書士・土地家屋調査士
■警察の出張相談
*今月はありません。
■市民不動産相談 *今月の会場は市役所1階展望ギャラリー
26日(木) 13時~15時/宅建協会東部支部伊豆支所相談員
■消費生活相談 *祝日除く
毎週月曜日 13時~15時/消費生活相談員
■市民相談 *祝日除く
月~金曜日 8時30分~正午・13時~17時/市相談担当

※都合により、相談員が変更となる場合があります。

各種相談

相談日が祝日の場合はお休みです。

相談内容・日時	会場	問い合わせ
■教育相談		
月~金曜日 9時~16時30分	市役所5階509号室	教育相談室 ☎37-7476
■家庭児童相談 *要電話予約		
月~金曜日 10時~16時	中央児童館「はばたき」 2階	家庭児童相談室 ☎37-9667(10時~16時) 健康医療課 ☎32-1581
■女性相談 *月水金は女性相談員が対応		
月~金曜日 9時~16時	市役所1階社会福祉課	社会福祉課 ☎32-1537
■あんしん法律相談 *要電話予約		
第2、第4火曜日 13時30分~16時30分	保健福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
■心配ごと相談		
毎週水曜日 13時30分~16時	保健福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
■こころの相談 *相談日の10日前までに要電話予約		
6日(金) 13時30分~16時	熱海保健所相談室	熱海保健所福祉課 ☎82-9120
■出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
11日(木) 10時~14時30分/三島年金事務所	市役所1階展望ギャラリー	その他、厚生年金等の請求やご不明な点は、 ねんきんダイヤルへ ☎0570-05-1165
25日(木) 10時~14時30分/三島年金事務所	市役所2階中会議室	
■補聴器の相談会		
6日(金) 14時~15時30分	保健福祉センター	社会福祉課 ☎32-1533
16日(月) 10時~15時	保健福祉センター	
17日(火) 10時~15時	八幡野コミュニティセンター	
■身体障がい福祉相談会 *要電話予約		
2日(月) 13時30分~15時30分	社会福祉課相談室	なかいずりハ ☎0558-83-2195
■知的障がい福祉相談会 *要電話予約		
毎週火曜日 9時30分~正午	社会福祉課相談室	いぶき ☎45-6013



今月の
献血

6日(金) 9:45~12:00 伊東商業高等学校
13:30~15:30 伊東高等学校
17日(火) 10:00~11:30 伊東市役所
12:45~15:30 伊東市役所

献血へお越しの際は
身分証明書をお持ち
ください。

☎社会福祉課 ☎32-1531

特定健診

はいかがでしたか？

☎ 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月～9月に、加入者（40歳～74歳）を対象に、特定健診を行いました。

健診結果は、今後の生活習慣に活かしてください！



まだ特定健診の結果を受け取っていない人へ



特定健診の結果は、体の状態を知る大切な情報です。受診した医療機関に11月中に取りに行き、大切に保管してください！

伊東市国保特定健診 臨時追加期間のお知らせ

27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月中に受診券を郵送します。

健診期間 11月16日(月)～12月22日(火)

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。

※6～9月に「特定健診」を受けることができなかった人へ

6月発送の受診券は、有効期限切れですので使用できません。詳細は保険年金課にご連絡ください。

特定健診を受けない人へ

健診(検査)の結果提供をお願いします！

職場で健診がある・受療中で定期的に検査をしている等の理由で伊東市国保「特定健診」を受けない人は、その健診(検査)の結果を保険年金課へご提供ください。

提供方法など、詳しくは特定健診の通知に同封の水色の用紙「健診(検査)結果提供用紙」をご覧ください。

特定健診は、受診率などの目標値が国によって示されていて、達成されないと、結果的に保険税が増額される可能性があるんだよ。



市史講演会にご参加ください！

テーマ

「鎌倉幕府と伊豆・伊東」

講師 高橋典幸

日時 11月22日(日) 13時30分～15時頃まで

場所 生涯学習センター中央会館 4階第一会議室

参加 参加費無料・直接会場へお越しください。

※先着80人 ※駐車場は桜木町第二駐車場をご利用ください。

伊東と宇佐美を本拠にして全国的に大活躍をした武士がいます。その名も伊東氏と宇佐美氏一族です。流罪にされ

た源頼朝を預かっていた伊東祐親や鎌倉幕府樹立に大きく貢献した宇佐美祐茂などは特に有名です。

この講演会では、鎌倉幕府が伊東氏や宇佐美氏などの伊豆の武士たちとどう関わっていたのかをまとめていきます。講師には、鎌倉時代の研究で知られる高橋典幸先生(東京大学准教授・伊東市史専門委員)をお迎えし、伊東市史編さんの過程で明らかになった成果をまとめます。お気軽にご参加ください。

☎ 生涯学習課市史編さん担当

(32) 3288



鎌倉幕府の正史として知られる『吾妻鏡』(国立公文書館所蔵)

新

市議会議員紹介

(敬称略・五十音順)



稲葉 富士憲
さんまの塩焼き、メ鯖



佐山 正
魚の刺身全般



杉本 一彦
ラーメン、カレーライス



長沢 正
あじの干物



横沢 勇
肉



井戸 清司
魚



佐藤 龍彦
梨



四宮 和彦
チリビーンズ



鳥居 康子
トマト



山口 嘉昭
和・洋菓子



浅田 良弘
好き嫌いなし



榎本 元彦
豆腐、地魚



篠原 峰子
トンカツ



土屋 進
魚介類



宮崎 雅薫
特になし、何でも食べます



青木 敬博
おいしい物ならなんでも



稲葉 正仁
何でも(サツマイモ以外)



重岡 秀子
ラーメン



鈴木 克政
蕎麦



中島 弘道
ラーメン(特につけめん)

第18期市議会を担う新議員の皆さんです。
ジオグルメ特集に因み、好きな食べ物を
教えてもらいました。

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

◆第1回朗読の会ひびき発表会◆

日時 12月6日(日) 10時～15時
会場 生涯学習センター中央会館 4階第1会議室
内容 文学、随筆、詩等の作品を勉強会のメンバーと上原佐恵子が朗読いたします。耳からの文学をお楽しみください。
入場 無料(申込不要・中学生以上)
連絡先 生涯学習センター中央会館
 上原 ☎36-5411



新規会員募集

◆松音会(観世流能楽師 泉雅一郎)◆

代表者・連絡先 角間美枝子 ☎042-636-5315
 ☎090-8075-2318

活動場所 八幡野コミュニティセンター
 生涯学習センター池会館
活動日時 毎月2回
費用 月5,000円(但し、3人以上の団体稽古)
 +部屋代、謡本
会員数 6人(女性6人)
内容 毎月2回東京より先生を招聘して謡曲と仕舞の稽古をしております。夏のゆかた会、新年の謡い初等先生のご指導のもと、楽しんでおります。ぜひご参加ください。見学も可能です。



～生涯学習課情報誌

「まなびのとびら」掲載団体募集～

サークル・グループ、学習指導者などの情報を提供しています。この機会にみなさんのサークル・グループの情報を掲載してみませんか。

【連絡先】生涯学習課生涯学習係
 ☎32-1961



としょかんだより

今月のオススメ図書



『あれあれ? そっくり!』
 今森 光彦/ブロンズ新社

葉っぱかな? 枯れ葉かな? そっとちかづくと…みえてくる! 木の葉に似たオオコノハムシ、枯れ葉にそっくりなマルムネカレハカマキリなど、昆虫の擬態やカムフラージュを写真で紹介します。自然の不思議さと楽しさを満喫できる絵本です。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	朝顔の日	高橋 弘希
2	プロフェッション	今野 敏
3	スクラップ・アンド・ビルド	羽田 圭介
4	藪医ふらここ堂	朝井 まかて
5	あなたを選んでくれるもの	ミランダ・ジュライ
6	介護民俗学へようこそ!	六車 由実
7	につぼんのおにぎり	白央 篤司
8	せいめいのれきし	バージニア・リー・パートン

ほか

としょかんinformation

■「ともだち号」について

移動図書館「ともだち号」が約3,000冊の本を積んで、市内21ステーションを巡回しています。各ステーションの場所や巡回時間など詳しくは図書館へお問い合わせください。

■11月の休館日

毎週月曜日、3日(火・祝)、27日(金)



9/13 静岡県消防操法大会 第7分団(川奈)準優勝!



静岡県消防学校（静岡市）にて開かれた県大会に、第7分団（川奈）が田方支部代表として出場し、ポンプ車操法の部で準優勝という好成績を収めました。

9/1 伊東市総合防災訓練



門野中学校をメイン会場とし、応急救護訓練（包帯法）・担架作成訓練・救出救助訓練など各種訓練が実施されました。また、今年は県下初のシェイクアウト訓練も実施されました。

9/23 消防フェスタ



ちびっ子レスキュー・消火・はしご車・地震車など様々な体験を通じて、楽しみながら消防活動の理解と知識を深めました。模擬店の出店もあり、大盛況でした。

9/23 第29回 三浦按針生誕祭



日本初の洋式帆船を建造した英国人ウィリアム・アダムス（三浦按針）の生誕祭が開かれました。会員ら約100人が出席し、礼拝や献花などを通じて、按針の功績を称えました。

9/27 第34回 ふれあい広場



福祉団体やボランティアグループなど60団体の参画により開催されました。このイベントを通じて、多くの市民が福祉に対する理解と関心を深めました。



第17期市議会議員の皆様、お疲れ様でした。

市議会9月定例会閉会!
27年市議会9月定例会が閉会いたしました。
第17期市議会の議員任期満了をもってご退任されます議員におかれましては、長い間、市政発展と市民福祉の向上のためご貢献、ご尽力を賜りましたことに対し、感謝を申し上げます。
今後、これまで培ってこられた見識や経験を地域の中で活かしていただき、市政発展のためご助力いただきますことをお願い申し上げます。

9月9日(水)



当選された議員におかれましては、今後4年間、市民の代表として議会活動を展開し、ご活躍されますことを、ご祈念申し上げます。



当選証書付与式

翌21日には、選挙管理委員長から全議員に当選証が手渡されました。
定数20人に対し25人が立候補する大激戦となりましたが、現職15人、新人5人の議員が、市民の信任を得られ、当選されました。
伊東市議会議員選挙
任期満了に伴う市議会議員選挙が執行されました。

9月20日(日)



伊東っ子の学校しまん Vol.44

リポーターが行く!

南中学校

『南中に「REVOLUTION」を!』

リポーター



南中学校3年生 生徒会長 青野有珠

私たちの南中学校は全校生徒が六百人を超える大きな学校です。行事は規模が大きが大変なこともあります。だからこそ楽しいものになります。そんな南中生が待ちに待った一大イベント「南中祭」が



打ち合わせ



聖火台の補修



閉会式の練習風景

(南中祭は10月20日に終了しました。)

体育の部から文化の部まで約一か月続く南中祭を通してスローガンのように南中に「革命」を起こせるよう、がんばります。

もうすぐ始まります。今は体育の部に向けてみんな猛練習中です。今年度の南中祭スローガン「REVOLUTION」のもと八つのブロックがそれぞれ優勝を目指して競い合います。そして大人数をまとめるのはブロック長や専門委員長、生徒会本部です。自分たちで意見を言い合ったり、臨機応変に判断したりできます。本番では全体を見て南中生を引っ張り、先生の力を借りずにリーダーを中心にして南中祭を運営することを目標にしています。

今月の健康レシピ 「かますのくるみフライ」

学校給食シリーズ⑩ (南小学校給食室より)



- 材料 (2人分)
- かます(開き)・・・2枚
 - 塩・・・・・・・・少々
 - こしょう・・・・少々
 - 白ワイン・・・・少々
 - パン粉・・・・1/2カップ
 - くるみ・・・・10g
 - 小麦粉・・・・大さじ2
 - 鶏卵・・・・1/4個
 - 揚げ油・・・・適量

- 作り方
- ①かますに塩、こしょう、白ワインで下味をつけておきます。
 - ②パン粉と砕いたくるみをよく混ぜて衣を作ります。
 - ③かますの水気をとってから、小麦粉をまぶし、溶き卵にくぐらせ、②の衣をしっかりと押さえてつけます(溶き卵の中に砕いたくるみを混ぜてもOK!)
 - ④180℃の油で揚げたら出来上がりです(くるみが焦げやすいので、揚げすぎに注意しましょう。)

●栄養価 (1人分)

エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	塩分
219kcal	10.6g	14.4g	28mg	0.7g

★アイドル登場★

市内の子どもたちを紹介します



北島 潤季くん(5歳) 北島 昂季くん(3歳)

たくさんバットをつかまえたよ!
今度は何をつかまえようかな～?

広報クイズ&アンケート

クイズの正解者、アンケートに協力いただいた人の中から抽選で「図書カード500円分」を5人にプレゼント!(結果は発送をもってかえさせていただきます。)

▶ 広報クイズ
Q〇〇グルメも大好評!「南から来た火山の贈りもの」といえば?

『伊豆半島〇〇パーク』

前回のクイズの答え「マイナンバー制度」

▶ アンケート
Q1 今月号で良かった内容や写真があれば教えてください。
Q2 取り上げてほしい内容や企画があれば教えてください。
Q3 広報に関するご意見・ご感想を教えてください。

▶ 応募方法
クイズの〇に入る言葉・住所・氏名・年齢・アンケートの回答を記入の上、ご応募ください。

<郵送>
〒414-8555 伊東市大原2-1-1
伊東市役所 市長公室課「広報11月号」係

<メール>
koushitsu@city.ito.shizuoka.jp
件名「広報11月号係」

締切り
11/20(金)
消印有効