

広 報



ITO City Public Relations

2018
平成30年

5

No.1073

今月の主な内容

生涯学習講座

子育てが **もっと** 楽しくなる

楽しく学ぶ 子育て講座

伊東を知る、仲間と出会う

いでゆ大学



伊東市役所

検索 

(ほぼ毎日更新中!)

楽しく学ぶ子育て講座



◎生涯学習課
☎32-1961

パパもママも大歓迎！

子育てをしている人同士で集まって、気分転換をしながら一緒に楽しく、様々な角度から子育てについて学んでみませんか。自分の時間の中で料理を学んだり、ヨガでリフレッシュしたり、年間を通して様々な講座を用意しています。

参加者大募集！

対象

出産予定の人

0歳～小学6年生の子を持つ親

募集人数

20人（応募多数時抽選）

受講料

年間2000円＋保険料（親子で年間800円）

※講座内容により、別途材料費等の自己負担があります。

託児サービス

原則、お子さんと一緒に受講はできません（夏休み中の親子講座を除く）。ベテランの元保育士さんによる託児サービス（年間1000円）をご利用ください。

※乳児についてはご相談ください。

申込み

5ページをご覧ください。

VOICE



初回の開講式で知り合ったお母さんとは今でも繋がりがあり、いい出会いとなりました。講座では「今だからこそ読み聞かせ」がとても勉強になりました。

29年度受講 小川菊子さん

「世界でひとつ！手作り絵本」はとてもオススメです。思い出に残る一冊に仕上がりました。託児もあるので安心して講座を受講することができました。

29年度受講 稲葉美帆さん



いとう子育てネットワーク「ゆう」

健康福祉センター2階に事務室があります。子育て中のパパやママが気軽に立ち寄れるよう、キッズスペース・ドリンクバーコーナー・食事ができる座卓や子ども用椅子・体重計・リサイクル用のベビー服などを用意しています。

事務室には、子育て経験のあるボランティアスタッフ（ホームビジター）がおり、子育ての悩みの相談にも応じます。子どもを遊ばせたり、お昼ご飯を食べたり、他のママたちやスタッフと会話をしたり、ホッとする時間をつくってもらえたらと思います。



事務室オープン日時

月～金曜日(祝日は除く)
10時～15時

☎NPO法人
いとう子育てネットワーク「ゆう」
☎55-7667

ヨーガで心身ともに 爽快リフレッシュ!

子育て・家事・仕事…現代の子育て世代の皆さんはとても忙しい毎日を送っているかと思います。いつも頑張っている皆さん! たまには自分の身体の内側に目を向けてみませんか? 体と心をほぐしてリフレッシュしましょう。初心者の人にもできるメニューとなっていますので、安心して参加してください。人にも自分にも優しくなる時間です。

ついでお腹もほっそりしましょう。



ヨーガでリフレッシュ

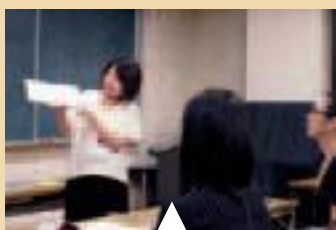
講師 金子 薫 先生
(伊豆高原ヨーガ教室主宰)

Pick Up!



ヨーガでリフレッシュ

大人気の講座の一つです。ヨーガで心身共に気持ち良くなりましょう。



今だからこそ読み聞かせ

基本の読み聞かせの方法から、応用の本の選び方まで、目からウロコの知識を伝授します!

日 程	内 容	会 場
5月24日(木)	開講式・他己紹介	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
6月14日(木)	愛ある子育て	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
6月28日(木)	ヨーガでリフレッシュ①	生涯学習センターひぐらし会館 トレーニング室
7月12日(木)	魚のおろし方&調理法	健康福祉センター 調理実習室(半面)
7月19日(木)	今だからこそ読み聞かせ	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
8月 2日(木)	生活に役立つアロマ	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
8月16日(木)	親子でパンづくり(仮)	健康福祉センター 調理実習室(全面)
8月23日(木)	親子でエコクラフト	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
9月13日(木)	世界でひとつ! 手作り絵本①	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
9月27日(木)	世界でひとつ! 手作り絵本②	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室
10月11日(木)	子供と自然とハイキング	市内野外
10月18日(木)	バランスの良い献立実習	健康福祉センター 調理実習室(全面)
11月 8日(木)	ヨーガでリフレッシュ②	生涯学習センターひぐらし会館 トレーニング室
11月22日(木)	ラブリーなミニツリーづくり	生涯学習センターひぐらし会館 第一会議室

時間 9時45分～11時45分(講座によって変更する場合があります。)

いでゆ大学



生涯学習課
☎32-1962

知識と心を豊かに

いでゆ大学は、社会で豊かな経験を積んだ60歳以上の皆さんが、一緒に学び、活動し、教養を高める生涯学習講座です。2年間（年間20回）にわたり、郷土の歴史や健康についての講義、キャンプ、グラウンドゴルフ、お飾りづくりなど、仲間と親睦を深めながら、様々な活動を行います。

ここでは、多くの皆さんがいくつになっても学ぶ気持ちを忘れずに、いきいきとした表情で、笑顔で楽しく活動しています。

参加者大募集！

昨年度から受講している2回生と一緒に学ぶ受講生を募集します。

対象

市内在住の60歳以上（昭和33年4月1日以前生まれ）の人

募集人数

30人（応募多数時抽選）

受講料

年間3000円＋保険料500円

※講座内容により、別途材料費等の自己負担があります。

申込み

5ページをご覧ください。

VOICE



地元の人でも知らないような「伊東」を教えてくださいました。受講生同士の繋がりもでき、これまでの人生では出会えないような皆さんと出会うことができ、とても貴重な場でした。

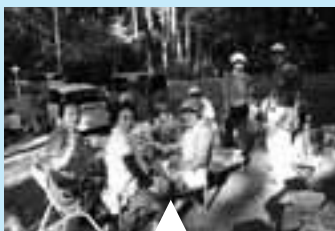
28・29年度受講 斉藤千鶴子さん



講座は全部オススメです。「伊東」のことがギュッと凝縮された内容となっており、講義からフィールドワークまでメリハリのあるカリキュラムでした。大満足です。

28・29年度受講 岩村豊次さん

Pick Up!



キャンプ

童心に返って大自然を満喫しませんか。夜はキャンプファイヤーで大盛り上がりです。



伊東探索

伊東のこと、知っているつもりになっていませんか。案内人が優しく丁寧に教えてくれます。



お飾りづくり

お正月は年神様をお迎えする大事な行事。自分で作ったお飾りで新年を迎えましょう。

日 程	内 容	会 場
5月17日(木)	開講式／オリエンテーション 情報交換会(自己紹介)	生涯学習センター中央会館
5月31日(木)	入門 伊東の歴史〈近現代編〉 楽しくワークショップ	生涯学習センター中央会館
6月 7日(木)	昆虫の世界～ホテルを見よう～ 海の楽しみ方	生涯学習センター中央会館
6月21日(木)	太田圓三の功績 伊東人物伝〈伊東祐親編〉	生涯学習センター中央会館
7月 5日(木)	認知症予防講座 キャンプオリエンテーション	生涯学習センター中央会館
7月19日(木)	生活習慣病予防対策 石に描くアート	生涯学習センター中央会館
7月26日(木) 27日(金)	キャンプ	伊豆市 萬城の滝キャンプ場
8月30日(木)	写経にふれる オリエンテーション～後半に向けて～	生涯学習センター中央会館
9月 6日(木)	近代伊東の戦争と庶民の生活 伊東探索準備会	生涯学習センター中央会館
9月20日(木)	伊豆半島ジオパークを勉強しよう 振り込め詐欺に遭わないために!!	生涯学習センター中央会館
10月 4日(木)	伊東探索	市内各所
10月18日(木)	長寿の鍵は口にあり グラウンドゴルフ	生涯学習センター中央会館 市営かどの球場
11月 1日(木)	知っていますか? 伊東の郷土芸能 グループワーク(探索レポート作り)	生涯学習センター中央会館
11月15日(木)	社会見学	神奈川県鎌倉市
12月 6日(木)	伊東市史を学ぶ 伊東探索発表会	生涯学習センター中央会館
12月20日(木)	クリスマス音楽会 みんなが主役 クリスマスの集い	生涯学習センターひぐらし会館
12月27日(木)	お飾りづくり ～新年は自分で作ったお飾りで～	生涯学習センター中央会館
1月10日(木)	百人一首を読み解く 体験しよう! 太極拳	生涯学習センター中央会館 健康福祉センター
1月18日(金)	料理教室～栄養バランスのよい食事を～ 一年間を振り返って…	健康福祉センター
2月 7日(木)	閉講式／記念講演	生涯学習センターひぐらし会館

時間 9時40分～15時(準備・片付け時間を含む。)

※日時、内容、会場は変更する場合があります。

生涯学習講座(楽しく学ぶ子育て講座・いでゆ大学)の申込方法

ハガキに右記の事項を明記し、お申し込みください。

締 切

楽しく学ぶ子育て講座

5月10日(木) 必着

いでゆ大学

5月 8日(火) 必着

62 円 伊東市教育委員会 生涯学習課 〇〇〇〇(講座名)	〒414-8555 伊東市大原 丁目1番1号	住所 氏名・ふりがな 年齢 生年月日 性別 電話番号 ※楽しく学ぶ子育て講座については「お子さんの生年月日」及び託児利用の有無を記入
---	---------------------------	--

〈表面・宛先〉

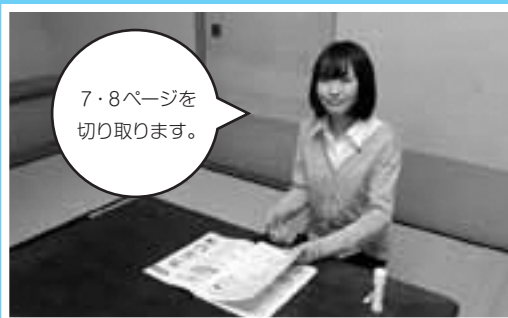
〈裏面・記載事項〉

市政に対するご意見をお寄せください

市長への手紙

7・8ページが「市長への手紙」となっています。ページを切り取ってご使用ください。お寄せいただいたご意見は、小野市長が全て目を通します。皆さんの市政に対する率直なご意見をお待ちしています。

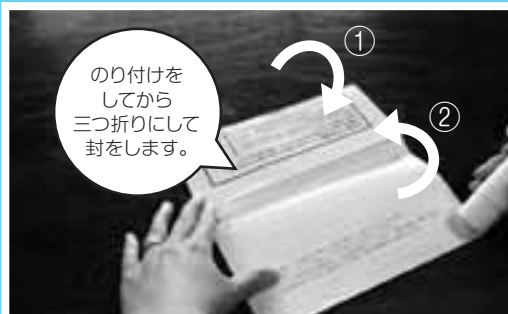
☎市政戦略課 ☎32-1173



①



②



③



④

市役所の組織が一部変更となりました



新設

危機管理部を新設し、危機対策課を企画部から編入しました。

旧 企画部 危機対策課

新 危機管理部 危機対策課

変更

観光経済部観光課企画宣伝係の名称を、観光プロモーション係へ変更しました。

旧 観光経済部 観光課 企画宣伝係

新 観光経済部 観光課 観光プロモーション係

※フロアやお問い合わせ先に変更はありません。

「市役所からのお知らせ」のお知らせです！

4月から「今月の体操」が始まりました。ケーブルテレビCVAの放送で健康体操クラブ（9ページ参照）の筋力運動を紹介します。ご自身の体力に合わせ、無理のない範囲で挑戦してみましょう。

☎高齢者福祉課 ☎32-1562



「市長への手紙」で、あなたの考えを市政へ届けてみませんか
伊東市の将来や日ごろ感じていることなど、市政に関することを
自由にお書きください。

- ◆個別の回答は差し控えさせていただきますが、手紙は全て市長が目を通し、今後の市政運営の参考とさせていただきます。また、必要に応じて市役所の各課で調査・検討いたします。
- ◆いただいたご意見は、個人が特定できないように編集した上で、広報いとうや市ホームページ等で紹介させていただく場合があります。
- ◆個人情報については、ご意見内容の確認など必要がある場合のみ利用し、他の目的には利用しません。

主役は市民の皆さんです★



①

①

414-8790

伊東市大原二丁目1番1号

伊東市役所「市長への手紙」

伊東市長 小野 達也 行



差出有効期間
平成31年3月
31日まで
(切手不要)



差出人 住所

氏名

②

②

- ◎封書として利用する場合は①②の順で三つ折りにして、のり又はセロハンテープで閉じ、切手を貼らずに投函してください。
- ◎FAXを利用する場合は、ご意見を記入した面を送信してください。

FAX 0557-36-1104

- ◎直接お持ちいただく場合は、市役所7階市政戦略課へお願いします。

市長への手紙

平成 年 月 日

氏名 (男・女 歳)

住所

TEL 職業

テーマ

①

①

のりしろ

のりしろ

②

②

のりしろ

のりしろ

◎封書として利用する場合は、この面が内側にくるように①②の順で三つ折りにして、のり又はセロハンテープで閉じ、切手を貼らずに投函してください。

◎FAXを利用する場合は、この面を送信してください。FAX 0557-36-1104

◎直接お持ちいただく場合は、市役所7階市政戦略課へお願いします。



伊東市健康体操クラブ

本市に
住民登録のある
65歳以上
が対象

30年度は17会場で開催!

●宇佐美コミュニティセンター	●はばたき ●松原温泉会館	●玖須美温泉会館 ●新井区民会館	●鎌田会館 ●泉会館
4月18日 5月 2日 5月16日 以降第1・3水曜日 10:00~11:00	4月23日 5月14日 5月28日 以降第2・4月曜日 14:00~15:00	4月16日 5月 7日 5月21日 以降第1・3月曜日 14:00~15:00	4月20日 5月18日 6月 1日 以降第1・3金曜日 10:00~11:00
●ふれあいセンター ●健康福祉センター	●市役所	●小室コミュニティセンター	●吉田区民会館
4月27日 5月11日 5月25日 以降第2・4金曜日 10:00~11:00	4月26日 5月10日 5月24日 以降第2・4木曜日 14:00~15:00	4月27日 5月11日 5月25日 以降第2・4金曜日 14:00~15:00	4月26日 5月10日 5月24日 以降第2・4木曜日 10:00~11:00
●生涯学習センター荻会館	●富戸コミュニティセンター	●生涯学習センター池会館 ●八幡野コミュニティセンター	NEW 富士見会館
4月20日 5月18日 6月 1日 以降第1・3金曜日 14:00~15:00	4月17日 5月 1日 5月15日 以降第1・3火曜日 14:00~15:00	4月19日 5月17日 6月 7日 以降第1・3木曜日 10:00~11:00	4月25日 5月 9日 5月23日 以降第2・4水曜日 10:00~11:00

30年度から筋力トレーニングも始まります!

●宇佐美コミュニティセンター	●富戸コミュニティセンター	●生涯学習センター荻会館	●健康福祉センター
4月25日 5月 9日 5月23日 以降第2・4水曜日 10:00~11:00	4月24日 5月 8日 5月22日 以降第2・4火曜日 14:00~15:00	4月27日 5月11日 5月25日 以降第2・4金曜日 14:00~15:00	4月20日 5月18日 6月 1日 以降第1・3金曜日 14:00~15:00

参加方法

市役所又は各クラブ会場で登録できます。

- 登録申請書兼同意書の注意事項を読み、必要事項をご記入ください。
- 参加費（傷害保険料等実費相当額）1,000円をお支払いいただくと登録証が発行されます。
※有効期限：31年3月31日まで。
- 登録証があれば、いつ、どの会場へ参加してもOKです!

内容

健康体操リーダーによる体操や健康運動指導士による筋力トレーニングなど内容盛りだくさん! 筋力トレの日程やクラブの内容等ご不明な点は高齢者福祉課へお問い合わせください。



☎高齢者福祉課
☎32-1562



母子保健事業

5月の健診等日程は、次のとおりです。

健診等・対象	日時（受付時間）
1歳6か月児健康診査 （平成28年10月生まれ対象）	16日(水) 13:00～14:00
2歳児健康教室 （平成28年4月生まれ対象）	24日(木) 9:15～ 9:50
3歳児健康診査 （平成27年4月生まれ対象）	9日(水) 13:00～14:00

会場 健康福祉センター

☎ 子育て支援課
(32) 1582

母子・父子自立支援員による相談

母子・父子自立支援員による相談支援事業を行っています。ひとり親家庭の人の悩み・困っていることなどお気軽にご相談ください。

☎ 子育て支援課
(32) 1581

ひとり親家庭就学費用助成制度

31年4月に小学校に入学する児童を養育する児童扶養手当の受給者に、ランドセル、学校指定用品購入費の助成を行います。

助成申請時に、領収書原本（受給者氏名フルネーム記載必須）を必要としますので、大切に保管してください。

☎ 子育て支援課
(32) 1581

ひとり親家庭へのファミリー・サポート・センター利用料の助成制度

伊東市ファミリー・サポート・センターを利用するひとり親家庭及び養育者の会員に

対する助成制度です。

助成の条件

①児童扶養手当受給者又は児童扶養手当を受給している世帯と同様の所得水準にあること。

②住民税が非課税であること。

③センターに会員登録をしていること。

④援助活動に伴う利用料を滞納していないこと。

⑤仕事や求職活動等を理由としたセンター利用であること。

助成額

利用料の半額（1時間当たり300円又は350円）。

1か月当たり1万円を助成上限とし、食費などの実費分は助成対象外です。

助成を受けるためには

①会員登録をしていない人は、まず、センターに会員登録をしてください。

②会員登録をした人は、センターを利用する前に、子育て支援課で利用料助成資格の登録をしてください。

※児童扶養手当を受給している人は証書を持参してください。児童扶養手当を受給していない人は、子育て支援課にご相談ください。

③センター利用後の利用料は、

一旦全額お支払いください。その後、助成金支給の申請をしていただき、利用料の半額を助成します。

☎ 伊東市ファミリー・サポート・センター

(36) 1177

☎ 子育て支援課

(32) 1581

5月5日(こどもの日) 11日は「児童福祉週間」

30年度児童福祉週間標語

あと一歩 力になるよ

その思い

県内各地で様々な児童福祉週間関連イベントや啓発事業が実施されます。本市では「児童館フェスタ」を開催します。

日時 5月6日(日) 11時～15時

会場 中央児童館（児童・身体障害者福祉センターはばたき内）

内容 あそぶコーナー、みるコーナー、つくるコーナー、琴の演奏・体験、若竹母親クラブ提供によるホットドックと飲み物

☎ 中央児童館

(36) 3131

絵本作家いわいとしおさんによるワークショップ

こどもの読書週間にあわせて、「100かいだてのいえ」でおなじみのいわいとしおさんをお招きしてワークショップを開催します。

対象 子ども・大人

日時 5月12日(土) 13時30分～15時30分

会場 生涯学習センター中央会館4階第一会議室

定員 80人程度（申込不要）

内容 「くもさんののりもをつくろう！」

くもさんの100かいだてのいえの乗り物をつくる、持ち物 はさみ、色えんぴつ、マーカーペン、液体のり

費用 100円（材料費）

※いわいとしおさんの本持参の人は、イベント終了後、本にサインしてもらえます（受付時に整理券を配布）。

※駐車場は、旧伊東マンダリンホテル跡地の仮設駐車場をご利用ください。

☎ 伊東図書館

(36) 7433

健康



いきいき料理教室

伊東市健康づくり食生活推進協議会（通称…エプロンハッスル会）では、シニア女性を対象に、料理教室の参加者を募集しています。

いきいきとしたシニア女性を目指して、楽しく料理を作りませんか。調理実習の内容は誰でも安心して参加できる内容です。

対象 シニア女性

日程 6月19日(火)、7月17日(火)、8月28日(火)、9月18日(火)、10月16日(火)、11月20日(火)、31年1月15日(火)、2月19日(火)

時間 9時45分～13時
会場 健康福祉センター
定員 先着10人
費用 2400円（調理実習3000円×8回分）

申込み 5月23日(水)までに左記へ（17時以降でお願いします。）

伊東市健康づくり食生活推進協議会（原田）

☎(44)1148

男性料理教室

伊東市健康づくり食生活推進協議会（通称…エプロンハッスル会）では、料理をしたことがない男性を対象に料理教室の参加者を募集しています。

まずは、楽しく料理を始めませんか。調理実習の献立は、初心者安心して始められる健康的な料理です。

対象

料理に関心がある男性

日程 6月7日(木)、7月5日(木)、8月2日(木)、9月6日(木)、10月4日(木)、11月8日(木)、31年1月10日(木)、2月7日(木)

時間 9時30分～13時
会場 健康福祉センター
定員 先着20人
費用 2800円（調理実習3000円×8回分+テキスト代400円）

申込み 5月23日(水)までに左記へ。

伊東市健康づくり食生活推進協議会（茂登）

☎(51)2119

健康づくり食生活推進員養成講座

健康に関する基本的な知識を持つ健康づくり食生活推進員の養成講座を開催します。

栄養士と保健師の講話や調理実習を通して、自分の体に合った食事量や栄養バランスの取り方、味付け方法を学びます。まずは自分や家族のために健康で楽しく生活できるように参加してみませんか。

講座を修了して食生活推進員になると地域のボランティア活動にも参加できます。

対象 健康づくりや料理に関心がある人

日程 6月27日(水)、7月25日(水)、8月29日(水)、9月26日(水)、10月31日(水)、11月28日(水)、31年1月30日(水)、2月27日(水)

時間 10時～13時
会場 健康福祉センター
定員 先着20人
費用 3400円（調理実習8回分+テキスト代）

申込み 6月1日(金)までに左記へ。

健康推進課

☎(32)1630

伊東市民病院だより vol.20

がんについて

人間の細胞は、普通に生活しているだけで常に刺激や毒性のある物質などにさらされて傷ついています。細胞には自己回復する力がありますが、細胞の持つ回復力をはるかに超えるダメージを受けた場合、傷ついた細胞が「がん細胞」になってしまうことがあります。ダメージとは、喫煙や過度の飲酒、偏食、過度の運動等様々です。従って「がん細胞」を作らせないように生活習慣を見直すことと健康的な習慣を生活に取り入れていくことが大切です。また、がん検診を定期的に受診することも大切です。がん検診の目的は、がんを早期に発見し、適切な治療を行うことです。当院でも、ドック・健診センターでがん検診を行っています。定期的に検診を受けることをお勧めします。

伊東市民病院 がん化学療法看護認定看護師

☎37-2626

第26回ゆるゆる健康講座

日時 5月13日(日) 10時～

会場

観光会館別館

参加費 無料

内容

・司会

メデイカルはば伊豆高原

院長 中尊宣

・講演

訪問歯科診療を通して見えてきたこと（下村歯科医院

下村俊宏院長）

・講演

高齢者の眼の病気 こんな症状があったら要注意!!

（順天堂大学医学部附属静岡病院眼科 太田俊彦教授）

・カラダの健康チェックコーナー（介護・服薬・運動等

各種ご相談、血糖測定・血

圧測定・骨密度測定、肥満

度チェック等）

メデイカルはば伊豆高原

☎(33)1200

一日人間ドック

共通事項

●検査内容

身体測定、血圧測定、内科診察、血液検査（コレステロール・中性脂肪・血糖・尿酸・肝機能・腎機能・すい臓機能・貧血等）、尿検査、心電図検査、胸部レントゲン検査、胃内視鏡検査、腹部超音波検査

※希望者はオプション検査として肝炎ウイルス検査と前立腺がん検査を同時に受けることができます。費用は肝炎ウイルス検査が3,100円、前立腺がん検査が3,000円です。予約の際にお申し出ください。（市の検診車で検診でも受診できます。自己負担金は共に500円。詳細は広報いとう4月号「平成30年度がん検診・健康診査等年間予定表」をご覧ください。）

一日人間ドックには、特定健康診査が含まれていません。40歳以上75歳未満の人は、健診結果により特定保健指導の対象となります。

●受診者負担金

11,000円。受診の際に医療機関窓口でお支払いください。

●実施医療機関(予定)

青木クリニック、大川胃腸科外科、城ヶ崎やまだクリニック、高野医院、たかやす医院、田島医院、立花胃腸科外科、なかむら内科・消化器内科クリニック、はあとふる内科・泌尿器科(伊豆高原・川奈)、長谷川胃腸科内科医院、メディカルはば伊豆高原、山本医院

●受診実施期間

7月20日(金)～11月15日(木)

●募集期間

6月8日(金)まで

伊東市国民健康保険加入者

●資格要件

- ①29年7月1日以前から、受診の当日まで伊東市国保の資格を継続して有している人（社会保険などに加入している人は対象外）
- ②30年7月1日現在、満30歳以上（昭和63年6月30日以前生まれ）75歳未満の人
- ③29年度の国民健康保険税を完納している世帯の人
- ④30年度に実施する「伊東市国保特定健康診査」や、「39歳以下健康診査」を受診しない人
- ⑤30年5月1日以降に、胃内視鏡検査又は腹部超音波検査を受診していない人

●定員 400人(男女各200人)

※応募多数時抽選

後期高齢者医療制度加入者

●資格要件

- ①後期高齢者医療制度の被保険者で、市内に住所を有する人
- ②29年度の後期高齢者医療保険料を完納している人
- ③30年度後期高齢者健康診査を受診しない人
- ④30年5月1日以降に、胃内視鏡検査又は腹部超音波検査を受診していない人

●定員 50人(男性20人、女性30人)

※応募多数時抽選

往復ハガキ記入例

返信用 表面

62 41000000

返信

伊東市〇〇町××丁目△番□号

伊東花子様

※受診希望者のお名前です。

往信用 裏面

申請書

申請を希望するドックの口欄に✓を記載してください。

伊東市 伊東市役所(30歳以上74歳未満) 脳ドック(希望する・希望しない) (○をつけてください)

伊東市 伊東市役所(75歳以上) 脳ドック(希望する・希望しない) (○をつけてください)

後期高齢者 一日人間ドック

記録番号(郵便番号等) ※保険証の番号を記入してください。

伊東太郎 〇〇-××××

住所 伊東市 〇〇町××丁目△番□号

フリガナ イトウ ハナコ

氏名 伊東花子

生年月日 〇 年 △ 月 × 日 男・女

何もしないでください。

往信用 表面

62 41485555

往信

伊東市役所

健康推進課行

伊東市大原二丁目1番1号

返信用 裏面

通知として使用しますので、何も記入しないでください。

脳ドック

脳ドックは、頭部MRI・MRA検査による画像診断を中心に、心電図検査、眼底検査なども行い、脳梗塞など、脳の病気の危険因子を早期発見するためのドックです。

●検査内容

頭部MRI・MRA、身体測定、血圧測定、内科診察、眼底検査、眼圧検査、視力検査、血液検査（コレステロール・中性脂肪・血糖・尿酸・肝機能・腎機能・貧血等）、尿検査、心電図検査

※胸部レントゲン検査はありません。

肺がん検診（自己負担金200円。喀痰検査追加400円）と同日受診が可能です。

脳ドックには、特定健康診査が含まれています。

40歳以上の方は、健診結果により特定保健指導の対象となります。

●受診者負担金

10,800円。受診の際に医療機関窓口でお支払いください。

●実施医療機関

伊東市民病院ドック・健診センター

●受診実施期間

7月20日(金)～11月30日(金)

●募集期間

6月8日(金)まで

●資格要件

- ・満30歳以上75歳未満（昭和18年9月1日から昭和63年6月30日以前生まれの人）
- ・脳疾患の病歴のない人
- ・現在、脳疾患の治療中でない人
- ・前ページ記載の伊東市国民健康保険加入者の一日人間ドックの資格要件①・③・④を満たす人
- ・28年度、29年度の伊東市国保脳ドックを受けていない人

●脳ドックの受診ができない人

- ・ペースメーカー、人工内耳、歯科矯正（金属使用のもの）をしている人
- ・妊娠中の人

※インプラント、義眼、手術用クリップなど体内に金属のある人は、主治医にご相談ください。閉所恐怖症の人も検査ができない場合があります。

●定員 70人（男女各35人）

※応募多数時抽選

第1号様式

申請書

申請を希望するドックの口欄に✓を記載してください。

伊東市 国・保 (30歳 ～ 74歳)	☐ 一日人間ドック	(抽選に外れた場合) ※脳ドックの定員に空きがある場合、 脳ドックを(希望する・希望しない) (○をつけてください)
	☐ 脳ドック	
後期高齢	☐ 一日人間ドック	

記号番号 (被保険者番号)			
世帯主氏名			
受診希望者	電 話		
	住 所	伊東市	
	フリガナ		
	氏 名		
生 年 月 日	大正 昭和	年 月 日	男 ・ 女
市 使 用 欄			

各ドックの申込方法

- ・「往復ハガキ」でお申し込みください。
- ・応募は、「一日人間ドック」、「脳ドック」**どちらかひとつ**です。ただし、抽選の結果、落選した場合は、もう一方のドックが定員に達していないときは、希望者のみもう一方のドックで再抽選します（後期高齢者医療制度加入者は、一日人間ドックのみ）。
- ・左の受診申請書を記入、切り取って市役所行宛名の裏面（往信用）に貼り付けてください（前ページの往復ハガキ記入例参照）。
- ・申込みハガキは、1人1枚必要です。家族で申込みをする場合は、申請書をコピーしてお使いください。
- ・返信用表面に、受診希望者の郵便番号・住所・方書き・氏名を記入してください。

※受診できるかどうか、6月末に全員に通知します。

7月になっても通知が届かない場合は、健康推進課にお問い合わせください。

締切り 6月8日(金) 当日消印有効

申込先 〒414-8555 大原二丁目1番1号

伊東市役所 健康推進課

☎健康推進課 ☎52-3051

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

春の農作業安全運動実施中

4月1日から5月31日まで、県内全域で行われています。春は農繁期を迎え、農業機械を使用する機会が多くなります。農作業事故の多くは単純なミスによるものであり、十分注意することで防げます。基本的な注意事項を確認し、農作業事故ゼロを目指しましょう。また、電気柵を設置している場合は、見えやすい場所に危険表示がされているか確認しましょう。

◎産業課

☎(32) 1731

5月は消費者月間

近年、消費者問題はますます多様化しています。市内でも、振り込め詐欺、架空請求、還付金詐欺、悪質な電話、訪問販売、送り付け詐欺など消費生活に関する様々な問題が発生しています。消費者トラブルを未然に防ぐため、「困ったな」「おかしいな」と思ったら、契約や購入、支払をする前にご相談ください。

▽消費者ホットライン：188（全国共通番号）に電話し、案内に従って進むと市町又は都道府県の消費者センターなどにつながります。

▽市役所消費生活相談：毎週月曜日（祝日は除く）の13時から15時に市役所市民サービスセンターで相談を受け付けています。

▽伊東警察署生活安全課：電話（☎(38) 0110）で相談を受け付けています。

▽東部県民生活センター：平日9時から16時に電話（☎055(952)2299）で相談を受け付けています。

◎市民サービスセンター

☎(52) 3002

5月は赤十字運動月間

赤十字会費（募金）の募集を各町内会の皆様のご協力により実施します。赤十字の主な活動は、皆さんの募金によって支えられています。

◎社会福祉協議会

☎(36) 5512

5月3日～9月9日は光化学オキシダント監視強化期間

静岡県は、人体への健康被害等を未然に防止するため、「光化学オキシダント監視強化期間」を定め、監視・連絡体制を強化し、高濃度となった場合は注意報等を発令しています。光化学オキシダント注意報等が発令された場合は、次のことを心掛けてください。

- ・児童、生徒等は屋外運動をやめ、室内に入る。
- ・大人もなるべく外に出ないようにする。
- ・自動車の使用を自粛する。
- ・目、喉に刺激を感じたときは、洗眼、うがい等を行い、症状がひどい場合は医師の診察を受ける。

◎環境課

☎(32) 1374

按針と家康を大河ドラマに！
署名活動へのご協力をお願いします

按針ゆかりの4市（大分県臼杵市、静岡県伊東市、神奈川県横須賀市、長崎県平戸市）で構成される「ANJINプロジェクト連絡協議会」では、NHKに対し、按針と家康を題材とした大河ドラマ制作の要望活動を行っています。按針没後400年の節目を迎える2020年に向けて、按針の魅力をもっと日本全国そして世界へと広く発信できるように、大河ドラマ化実現を求める署名活動を行います。

実施主体 ANJINプロジェクト連絡協議会

実施期間 32年のNHK要望まで。

署名方法 観光課窓口、各出張所・連絡所で署名用紙を用意し、受け付けます。また、神奈川

県横須賀市

ホームペー

ジでオンラ

イン署名も

◎観光課

☎(32) 1714



広告欄

地域の密着型サービスで、
がんばります！

桜井 陽

町の便利屋さん
びより
手伝い日和

不用品整理及び処分承ります！

- 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

お見積無料！
保険も完備！

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

相談手続 通言
成年後見 会社設立
不動産の名義変更

司法書士 山田康太法務事務所

TEL0557-48-7370

初回相談無料

伊東市山田1216番地の30

工業統計調査にご協力を

経済産業省では、製造業の事業所を対象に、6月1日を調査期日として工業統計調査を実施します。

この調査は、製造業の実態を明らかにすることを目的とし、その調査結果は、中小企業施策や地域振興などの基礎資料として使われるほか、社会科の学習教材など広く利用されています。調査票に記入していただいた内容は、統計法に基づき秘密が厳守され、統計以外の目的に使用することはありません。調査をお願いする製造事業所には、調査書類を5月中旬から6月にかけて統計調査員がお配りするか、国から郵送されます。

庶務課

☎(32)1232

納期限までにご納めましょう

自動車税の納期限は5月31日(木)です。自動車税は4月1日現在で運輸支局に登録されている自動車(軽自動車を除く)の所有者にかかります。

熱海財務事務所

☎(82)9061

市民不動産相談(無料)

日時 5月24日(木) 13時～15時

会場 市役所1階展望ギャラリー

相談員 静岡県宅建協会東部支部伊東地区担当役員

静岡県宅建物取引業協会東部支部

☎055(925)2211

戦没殉難者合同慰霊祭

先の戦争で尊い犠牲となられた伊東市における戦没殉難者の方々に對する慰霊と恒久の平和を祈念するため、伊東市遺族会と社会福祉協議会により、伊東市戦没殉難者合同慰霊祭を開催します。

式典はどなたでも参列することができまので、当日会場へ直接お越しください。

日時 5月28日(月) 13時30分～

会場 小室山公園内慰霊塔

※荒天の場合は、翌29日(火)に順延します。

社会福祉協議会

☎(36)5512



募集

駿東伊豆消防組合職員募集

職種 消防官

採用人数 10人程度

採用日 31年4月1日

試験日(A日程) 1次試験 7月22日(日)

受験資格 大学卒業以上の学歴(31年3月末卒業見込みを含む)を有し、平成2年4月2日以降生まれの人で、日本国籍を有し、健康で、地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない人

会場 駿東伊豆消防本部(沼津市)

申込み 申込書に必要事項を自筆で記入し、持参又は郵送により提出してください。

受付期間 5月21日(月)～6月11日(月)(土日を除く)。

※申込書は5月15日(火)以降に、伊東消防署や駿東伊豆消防本部総務課又は郵送で配付します。

※B日程(短大卒・高卒以上)の試験案内は7月上旬にお知らせします。

駿東伊豆消防本部総務課

☎055(920)9100

景観審議会委員の募集

市民の声を本市の景観形成施策に反映させるため、伊東市景観審議会委員を募集します。

募集人数 1人

対象 20歳以上で市内在住又は在勤の人

任期 6月24日から2年間

応募期限 5月25日(金) 17時まで

提出書類 ①応募書 ②応募の理由(良好な景観形成や保全に對する思いと自己アピールを800字程度にまとめたもの)

提出方法 都市計画課まで持参

※応募書と応募要領は、都市計画課にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

都市計画課

☎(32)1782



ケアセンターうばめづ伊東

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

伊豆介護センター

運動と日替わりプログラムで

健康寿命を延ばそう!

～暮らしのプログラム～

転倒 予防 食事 生活 介護 予防 介護 予防

デイサービス フルーツ

☎ 36-9069 <http://www.izukaigo.com>

お待ちしております

送迎あり

午前 午後

各3時間程度

見学 体験 あり

「小学生の船」参加者募集

対象・人数 市内小学校5・6年生50人(前年度参加者を除く。)

と高校生指導員5人(応募多数時:小学生抽選、高校生面接)

日時

事前研修: 8月9日(木)・16日(木) 10時~15時

本研修: 8月23日(木)~25日(土)

事後研修: 8月27日(月) 10時~15時

※原則として、事前・事後研修に出席できない場合は本研修への参加は認めません。

※高校生は右記の時間と異なります。

会場 伊豆大島、生涯学習センター中央会館

内容 伊豆大島の自然と歴史の勉強をし、船旅の体験や規律ある集団生活を送る中で、友情・責任・協調・忍耐の精神を学びます。

高校生は指導員として、年少者のリーダーとなって活動します。

参加費 小学生: 1万5千円

(船賃、宿泊費、島内研修費等)、高校生: 無料

申込み 各小学校と市役所生涯学習課にある所定の申込

書に必要事項を記入し、生涯学習課に提出するか、郵送してください。

締切り 小学生・高校生ともに6月6日(水)必着

問 生涯学習課

☎(32)1962

花と緑のボランティア「花飾人」募集

市内の公園や施設に花と緑の普及を図るため、草花の育成及び植栽、管理に係る花と緑のボランティア「花飾人(はなかざりびと)」を募集しています。

月例会 毎月第2水曜日13時から2時間程度

活動範囲 市内施設・公園等

活動内容 草花や樹木の育成、栽培、花壇の植栽及び管理

ほか苗木の配布、勉強会等

申込み 往復ハガキに住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、〒414-0004

4 川奈1260 小室山公園管理事務所 花と緑のボランティア「花飾人係」まで。

問 小室山公園管理事務所

☎(45)1594

イベント教室

トラックパーティ2018

2020年の東京オリンピックの自転車競技の会場に決定している伊豆ベロドローム(日本サイクルスポーツセンター敷地内)で、世界のケイリンが体感できるサイクルイベントが開催されます。



※伊東駅からシャトルバス運行予定

問 競輪事業課

☎(37)4260

パワッシュレッダー(樹木用破砕機)の使用講習会

市内自治会、PTA、ボランティア団体が森林や竹林の整備作業を行う場合に貸出をしています。使用する場合

は事前に講習会の受講が必要となります。

日時 6月6日(水) 14時~16時30分

会場 市役所1階展望ギャラリー

対象 市内自治会、PTA、ボランティア団体

定員 20人程度(申込多数時は各団体2人までとし、定員になり次第締切)

申込み 5月1日(火)から5月31日(木)に電話で左記まで

(土日祝日は除く。)

問 観光課

☎(32)1717

ごみゼロ運動クリーン作戦

毎年多くの皆さんのご協力で海岸や港湾、河川、道路の散乱ごみを回収しています。まちをきれいにするために、今年もご協力をお願いします。

日時 5月27日(日) 10時~

会場 なぎさ公園(出陣式)、市内各所

※ごみ袋と軍手は当日配布します。参加を希望する人は事前にご連絡ください。

問 環境課

☎(32)1371

広告欄

美しい時代へー 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



東京 2020 オリンピック・パラリンピック

静岡県都市ボランティア募集

静岡県では、東京2020オリンピック・パラリンピック自転車競技観戦のため、期間中に国内外から訪れる皆さんをおもてなしする、都市ボランティアを募集します。詳しくはコチラ



ビーチボールバレー・ラケットテニス教室

日時 6月18日～7月30日
(7月16日を除く。)の各月曜日 19時～20時45分 計6回

会場 市民体育センター

対象 市内在住・在勤の男女

定員 30人(応募多数時抽選)

参加費 1200円(傷害保険料等)

持ち物 体育館シューズ、タオル、運動のできる服装等

申込み 往復ハガキに氏名・年齢・住所・電話番号を記入の上、〒414-0002 和田1-16-1 振興公社「ビーチボールバレー・ラケットテニス教室係」まで。

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：①②5月19日(土)
①8時30分～正午
②8時30分～17時

夜間：①5月17日(木)
17時30分～19時

伊東市の主要生活物資の物価指数

3月の物価指数は106.4で、対昨年同月比は、+1.4です。
☎**市民課** ☎52-3002

人口と世帯数

3/31現在 () 前月比

人口	69,597人(-282)
男	32,807人(-144)
女	36,790人(-138)
世帯数	35,285世帯(-37)



市水道の平日・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
(受付時間：8時30分～22時)
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。

第4回あさくらく

日時 5月8日(火) 11時開演

会場 観光会館

入場料 1000円(当日券のみ・全席自由)

出演 古今亭駒次(古今亭志ん駒の弟子)、三遊亭楽大(三遊亭円楽の弟子)、マギー憲司(マギー司郎の弟子)

☎**振興公社** ☎(37)7135

締切り 5月31日(木)必着
※万が一けがをした場合は応急処置をしますが、その後の責任は負いませんので注意してください。

☎**振興公社** ☎(37)7135

第43回伊東祐親まつり

第20回「伊東温泉・薪能」

日時 5月19日(土) 18時10分開演(17時50分開場)

内容 狂言「清水(しみず)」山本東次郎、能「土蜘蛛(つちぐも)」加藤真悟・伊藤嘉章

鑑賞券 S席5500円、A席4500円、B席3000円(B席は高校生以下2000円)

伊東温泉 奉納舞台

日時 5月20日(日) 13時開演(入場無料)

出演 市民伝統芸能団体(神楽等)、よさこい踊り、伊東高校吹奏楽部、伊東ミュージカル劇団ほか

伊東温泉 華舞台

日時 5月20日(日) 17時30分開演

出演 市内芸妓、子供能、伊東大田楽、市内文化団体、小田原外郎売の口上ほか

鑑賞券 1000円

〈共通事項〉

会場 伊東松川水上特設能舞台、藤の広場(雨天時は観光会館)、両日とも藤の広場では、式典や催事、各種出店があります。

鑑賞券申込み 左記まで電話又はFAX、メールで。直販は、東海館、伊東駅前観光案内所、デユオ、サガミヤ、保存会事務局ほか

☎**NPO法人伊東市文化財史蹟保存会** ☎FAX(36)7726
✉info@ito-hozonkai.org

広 告 欄

伊東ゆうゆうパス発売中

65歳以上の方にお得な定期券

「伊東ゆうゆうバス」をご購入すると伊東市内を走る路線バスを1乗車100円でご利用になれます。

3ヶ月券8,000円、6ヶ月券13,000円、1年券22,000円

※70歳以上の方は、伊東市から一部助成が受けられます。

㈱伊豆東海バス 0557-37-5121

道の駅 伊東マリンタウン ☎0557-38-1811

海が見える天然温泉 シーサイドスパ

休館日のお知らせ

6月 6日(水) 7日(木) 8日(金)

3日間はお休みさせていただきます。
ご理解とご了承下さいます様宜しくお願いいたします。

みんなの暦

平成30年(2018年) **5**月(皐月)

■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 赤口 第47回小室山公園 つつじ祭り(4/29 ~5/5) つつじ園夜つつじ 散歩(4/27~5/6)	2 先勝 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー	3 友引 憲法記念日	4 先負 みどりの日	5 仏滅 立夏 こどもの日 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
6 大安 地引網体験&セラ ピースポット巡り (5・6月の毎週日曜 日)	7 赤口	8 先勝	9 友引 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー	10 先負	11 仏滅	12 大安 伊東カメリアヒル ズテニストーナメ ント(~13)
13 赤口	14 先勝	15 仏滅 ここからマーケッ ト	16 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	17 赤口	18 先勝	19 友引 伊豆高原ロケイニ ング大会 第43回伊東祐親ま つり(~20)
20 先負	21 仏滅 小満 松川せせらぎの夕 べ(~27)	22 大安	23 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	24 先勝	25 友引 広報いとう 6月号 配布予定日	26 先負 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー
27 仏滅	28 大安	29 赤口	30 先勝 伊東マリンタウン シーサイドスパ 市民サービスデー	31 友引	5月の納税 ——納期限は5月31日木 軽自動車税 納付は、便利で安心な口座振替をご利用ください。 ④収納課 ☎32-1291	

00 伊東温泉競輪開催日

競輪事業課 ☎37-4260

伊東温泉競輪 日 21~23
場 外 開 催 ■日本選手権GI 平塚 1~6 ■福井FI 7~9 ■松阪FI 9~11
■京王閣記念 12~15 ■いわき平FI ナイター 15~17 ■名古屋記念 17~20
■前橋FI 21~23 ■全プロ青森 26・27 ■和歌山FI 28~30
■小田原FI 29~31



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	歯 科
	3(木)	佐藤病院 ☎37-2226	大川胃腸科外科 ☎36-9559	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710	ちやいんど歯科医院 ☎38-3336
	4(金)	やまもブラザファミリー クリニック ☎53-0707	城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	やまもブラザファミリー クリニック ☎53-0707	はぎわら歯科 ☎53-0026
	5(土)	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000	青木クリニック ☎45-5115	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000	南島歯科医院 ☎44-2618
	6(日)	高野医院 ☎38-2111	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	高野医院 ☎38-2111	望月歯科医院 ☎32-4141
	13(日)	山本医院 ☎47-5566	吉川医院 ☎37-5071	山本医院 ☎47-5566	
	20(日)	横山医院 ☎35-0431	たかやす医院 ☎32-0362		
	27(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200		

■当番医の予定は変更となる場合がありますので、最新の情報はナビダイヤル ☎0570-064307が市ホームページでご確認ください。
■夜間救急医療センターは、伊東市医師会に診療業務をお願いしています。
■休日当番医は、伊東市医師会と伊東市歯科医師会の協力により運営しています。

相談案内

\\ そうだ！ 市民サービスセンターに相談しよう //

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 5 月 1 日(火)～	
7 日(月)	8 時 45 分～11 時 30 分 / 東端克博 弁護士
9 日(水)	8 時 45 分～11 時 30 分 / 瀬野俊之 弁護士
15 日(火)	8 時 45 分～11 時 30 分 / 東端克博 弁護士
24 日(水)	8 時 45 分～11 時 30 分 / 高山 功 弁護士
■税務相談 * 先着 6 人	
10 日(水)	13 時～15 時 / 下山卓士 税理士
■登記の相談 * 先着 6 人	
2 日(水)	10 時～正午 / 山本哲正 司法書士
■交通事故相談 * 要電話予約 4 人	
15 日(火)	13 時～15 時 30 分 / 阿久根展大 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	
2 日(水)	13 時～15 時 / 丸井重孝・速水ふじ子 人権擁護委員

■行政相談	
17 日(水)	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	
(相続関係・外国人在留関係・表示登記・土地測量・隣地境界)	
8 日(水)	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	
24 日(水)	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 15 分 / 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。

\\ ほかにも相談いろいろあります //

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	健康福祉センター	家庭児童相談室 ☎37-9667 (10時～16時) 子育て支援課 ☎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	健康福祉センター	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	健康福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
■メンタル相談		
17日(休) 13時30分～14時30分・14時45分～15時45分	市役所 4 階健康推進課	健康推進課 ☎32-1584
■出張年金相談 ＊要電話予約（保険年金課 ☎32-1625）		
16日(休) 10時～14時30分／三島年金事務所	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、 ねんきんダイヤルへ ☎0570-05-1165
30日(休) 10時～14時30分／三島年金事務所	市役所 5 階中会議室	
■補聴器の相談会		
18日(金) 14時～15時30分	観光会館第 4 会議室	社会福祉課 ☎32-1533
21日(月) 10時～15時	玖須美温泉会館	
22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		
7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 ☎52-3213



今月の
献血

24 日(木) 12:30～13:30 伊豆高原駅ロータリー
14:15～16:00 エクシブ伊豆
28 日(月) 10:00～11:45、13:00～15:30
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



ご利用ください

障害福祉サービス

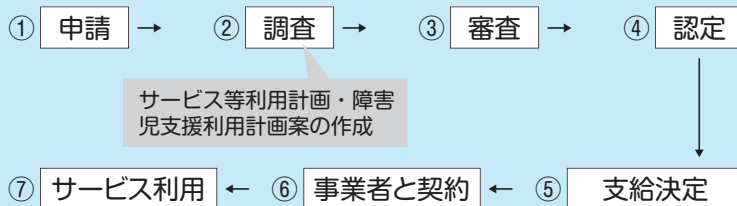
市には身体や精神、知的に障がいのある人が安心して暮らすための福祉サービスがあります。難病等で障害者手帳の交付対象とならない人でも、必要と認められたサービスを利用することができます。

社会福祉課窓口、障がい者定期相談会で相談し、サービス利用申請から手続を行うことで支給決定を受け、障害福祉サービスの利用ができるようになります。サービス利用料の原則1割を利用者が負担します。ただし、利用者の所得に応じて負担上限が決められており、負担が重くなりすぎないようになっています。

社会福祉課

☎ (32) 1532

●支給決定までの流れ



●どんなときにサービスを使えるの？

入浴介助や排せつ介助をしてほしい	身体介護（自宅で入浴や排せつ、食事などの介助をします。）
食事の準備や掃除をしてほしい	家事援助（日常生活に支障が生じないように家事の介助をします。）
外出時の付き添いをしてほしい	移動支援（行動に必要な介助や外出時の移動の補助をします。）
ヘルパーと一緒に余暇活動に出かけたり買い物に行きたい	
一時的に施設で過ごしたい	短期入所（介護者が病気などの場合、施設へ短期間入所できます。）
長期的に施設に入所したい	生活介護・施設入所支援（施設へ入所する人に入浴、排せつ、食事の介護等を行います。）
働くための機能向上に努めたい	就労移行支援（一定期間、一般企業の就労に必要な訓練を行います。）
	就労継続支援（一般企業等での就労が困難な人に働く場を提供するとともに、知識及び能力の工場のために必要な訓練を行います。）
充実した生活ができるよう訓練したい	自立訓練（一定期間、機能又は生活能力の向上訓練を行います。）
日中に施設で介護を受けながら活動したい	生活介護（常時介護を必要とする人に介護を行うとともに、創作的活動又は生産活動の機会を提供します。）

5月12日は
民生委員・児童委員の日

民

生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されており、地域に暮らす身近な相談相手として、地域住民からの生活上の心配ごとや困りごと、医療や介護、子育ての不安などの相談に応じ、その課題が解決できるような必要な支援への「つなぎ役」となります。

定

期的な訪問を通じて、高齢者や障がい者世帯、子どもたちの見守りをしています。子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員（主任児童委員）も活動しています。守秘義務あり。

4月1日付けで委嘱された
民生委員・児童委員の紹介

担当地区

● 川奈小室4丁目1組・12組
磯崎きよ江 ☎ (45) 1217

● 宇佐美（主任児童委員）

赤土理恵子 ☎ (48) 9941
吉村みゆき ☎ (47) 3130

社会福祉協議会

☎ (36) 5512

ご存知ですか？

ヘルプマーク

外見ではわからなくても、援助や配慮を必要としている人がいます。ヘルプマークは、その人のためのマークです。義足や人工関節を使用している人、心臓や肺等の内部障がい、難病又は妊娠初期等の人が周囲へ配慮を必要としていると知らせることで、援助を得やすくすることを目的としています。

このマークを見かけたら、電車内で席を譲る、困っているようであれば声をかける、災害時に安全に避難できるように支援する等、思いやりのある行動をお願いします。

☎ 社会福祉課
(32) 1533

← ヘルプマーク



電話お願い手帳 →

電話お願い手帳

この手帳は、耳や言葉の不自由な人が外出先で電話連絡などを行うときに用件や連絡先等を記入し、近くにいる人に提示し協力をお願いするためのものです。

提示があつた際には、皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

☎ 社会福祉課
(32) 1533

ヘルプマーク及び電話
お願い手帳は、社会福
祉課で配付しています。

障がい者定期相談会

知的障がい がある人と家族からの相談

日時 毎週火曜日
(祝日は除く。)
9時30分～正午
会場 市役所低層棟1階
社会福祉課相談室
相談員 相談支援事業所
「いぶき」
※第2火曜日は知的障害者
相談員が対応
申込み いぶき ☎52-3213 **要予約**

身体障がい がある人と家族からの相談

日時 毎月第1月曜日
13時30分～15時30分
会場 市役所低層棟1階
社会福祉課相談室
相談員 相談支援事業所
「なかいずりハ」
申込み なかいずりハ
(☎0558-83-2195) **要予約**



2018障がい者雇用セミナー in 伊東

☎障害者就業・生活支援センターおおむろ ☎53-5501

障がい者雇用を検討している事業所の担当者などを対象に、そのノウハウなどを学ぶ機会として、障がい者雇用セミナーを開催します。

精神保健福祉士による講演、障がい者雇用に係る助成金制度の説明及び参加企業による意見交換会などが行われます。

日時 6月7日(木)
13時30分～16時30分

会場 市役所8階大会議室

申込み 5月23日(水)までに上記まで。

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

◆絆グループ社交ダンス愛好会◆ (伊東中央・伊豆高原・スカイシー)

代表者 稲葉博子 ☎090-4116-9159
連絡先 小川道代 ☎090-5619-6261
日時と会場 生涯学習センター中央会館
毎週火曜日 9時45分～11時45分
生涯学習センター池会館
毎週火曜日 13時30分～15時30分
宇佐美コミュニティセンター
毎週金曜日 13時30分～15時30分
※随時4回

定員 男性10人、女性20人 計30人(3か所)

費用 無料

内容 社交ダンス無料体験参加者募集です。
友達作りと健康増進のため、さらにレベルアップ
したい人、この機会に参加しませんか？ プロ教
師が講師です。会員一同新しい人との出会いを楽
しみにしています。ぜひご参加ください！

イベント告知

◆国際文化交流協会◆

代表者・連絡先 前田智子 ☎080-3860-0401

活動場所 生涯学習センター中央会館

活動日時 毎週水曜日 全8回

韓国語 18時～19時

英語 19時30分～20時30分

費用 全8回分5,000円

(別途テキスト代2,000円)

会員数 15人

内容 (韓国語) ハングルの読み書きから挨拶や自己紹介、基礎会話までネイティブ先生と楽しく学習します。(英語) 中学校1年生レベルの文法を中心に基礎会話、旅行会話を外国人先生と楽しく学習します。

～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2018～2019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。2018～2019年版の「まなびのとびら」は、市役所生涯学習課、生涯学習センター(中央・ひぐらし・池・赤沢・荻)、コミュニティセンター(宇佐美・小室・富戸・八幡野)などで配布しています。

としょかんだより

伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『あいまい生活』

深沢 潮／徳間書店

ニューヨークの語学学校を中退した樹、DV借金夫と離婚した好美、外国人技能実習制度で来日した王…。お金もない、友人もいない、シェアハウス「ティラミスハウス」にひっそりと息を詰めるながらも懸命に生きる彼女たちの本音を描く。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	玄鳥さりて	葉室 麟
2	百年泥	石井 遊佳
3	モモコとうさぎ	大島 真寿美
4	祝葬	久坂部 羊
5	ファミリー・ライフ	アキール・シャルマ
6	読むパンダ	黒柳 徹子
7	ルポ 最期をどう迎えるか	共同通信生活報道部
8	グドーさんのおさんぽびより	たかどの ほうこ

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかんinformation

■蔵書点検による休館について

5月24日(木)から5月31日(木)まで、蔵書点検のため図書館本館・大原児童図書館は休館します。また、移動図書館「ともだち号」も24日(木)から運休します。

■今月の休館日

毎週月曜日、3日(木・祝)、5日(土・祝)、24日(木)～31日(木)



とびっきり! PHOTO

3月▶4月
カメラアイコン

伊豆高原桜まつり

3.24 SAT ▶ 4.1 SUN



伊豆高原駅前の大寒桜、桜並木とさくらの里のソメイヨシノなどが咲き誇り、見頃に合わせて各会場でイベントが開催されました。夜間には照明も灯され、夜桜も楽しむことができました。

いとう創造大賞表彰式

3.29 THU



伊東青年会議所(伊東JC)の提案した「JCフェスタ」が最優秀賞に選ばれました。「JCフェスタ」は、市の魅力再発見、交流人口増加、郷土愛高揚などにつなげることを目的とし、食、音楽、職業体験に関するイベントを展開するものです。

新規採用職員辞令交付

4.2 MON



30年4月1日付採用の新規採用職員に対する辞令交付が行われました(一般事務11人、技術員3人、保育士2人、保健師4人、幼稚園教諭3人)。若い力を生かし、伊東市の発展に寄与していくことを期待します。

水産祭

4.14 SAT



伊東魚市場(新井)にて開かれ、多くの市民や観光客が詰めかけました。特に激安の鮮魚の販売に人気が集まり、ワラサやブリ、スルメイカ、ヒラメ、クロダイ、イサキ、カワハギなどがズラリと並んだブースの前には、開会前から長蛇の列ができました。

今月の健康レシピ

学校給食シリーズ34 (宇佐美小学校共同調理場より)
「にんじん衣のお魚ソテー」

平成29年度高校生による
和の給食コンテスト優秀賞受賞作

●材料 (2人分)

サバの切身…2枚(1枚40g)
塩……………小さじ1/2
こしょう……………少々
片栗粉……………10g
ピザ用チーズ……………20g
にんじん……………10g
油……………適宜

●作り方

- ①サバに塩・こしょうで下味をつける。
 - ②にんじんをみじん切りにしてチーズと混ぜ合わせる。
 - ③サバに片栗粉をまぶし皮の上に②を乗せ、軽く押さえる。
 - ④フライパンに油を入れ温まったら、チーズが乗った面を上にして入れ、焼けたら出来上がりです。
- ※サバの切身の厚さにより蓋をして焼くと火の通りが良く、チーズもほど良く溶けます。
※オーブンで焼くときれいな焦げ目がつき、むらなく焼けます。

●栄養価 (1人分)

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	塩 分
194kcal	10.4g	13.7g	76mg	0.6g





オーナー渡辺さん夫婦
伊東駅前朝市にも出店中



コーヒーストップだけの利用もちろんOK
気軽に楽しく伊豆のサバを楽しめるサバタコスが人気です。



ゼッタイに「美味しい魚」がここにある！

地魚通信

10



伊豆・いとう地魚王国
加盟店を紹介します！



所 伊東市湯川2-17-4
☎ 0557-52-6644

伊東駅から徒歩1分の場合
でレンタサイクルを営んでい
る「ゴローゼンレンタサイクル」
さんの紹介です。
充実した数の自転車はもち
ろん、店内には手荷物を預け
ることができるコインロッカ
ーも完備されているため、気
軽にサイクリングを楽しむこ
とができます。また、店内の
コーヒーストップで販売して
いる新鮮なサバのすり身を使
った「サバタコス」は、臭み
がなく、食べやすくておいし
過ぎます！
毎週土日に開催されている
伊東駅前朝市に出店しており
朝獲れ地魚やフードも販売し
ているので立ち寄ってみては
いかがでしょうか。

ゴローゼン レンタサイクル

Soutan & Kyochanの…

今月のつぶやき

「いくつになっても学ぶことは楽しい」

- K:「楽しく学ぶ子育て講座」に「いでゆ大学」、この2つ
の生涯学習講座は量も質も充実しているよね！
S: 本当だね！ けれど残念ながら僕はどっちも対象外だ。
K: う～ん…5点。それに「楽しく学ぶ子育て講座は」パ
パも大歓迎だから、取材も兼ねて行ってきな！
S: 平成29年の伊東の出生数も326人と平成28年に続き最
少数を更新してしまったからね。大切な子だから、子
宝として育てないかね。
K: 先月から親父ギャグがしつこいよ！ 早く取材に行っ
てきなさい！！ 丶(´Д`)ノ
S: Kyochanはヨーガでリフレッシュした方がいい(汗)

★アイドル★登場

市内の子どもたちを紹介します

歌とおひが大好きです！
奥田 結月ちゃん (3歳)



広報アンケート&プレゼント

アンケートに協力いただいた人の中から抽選でプレゼント！
(結果は発送をもってかえさせていただきます。)

▶ 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

郵便番号・住所・氏名・年齢・アンケートの回答を記入し
て、右記の方法でご応募ください(応募は1人1通)。

締切り 5月23日(水) 消印有効

<郵 送>

〒414-8555 伊東市大原2-1-1
伊東市役所 市政戦略課「広報5月号係」

<メール>

senryaku@city.ito.shizuoka.jp
件名「広報5月号係」

<市ホームページ>

スマホからQRコードで簡単に応募できます。

図書
カード
(500円)
×
5人

