

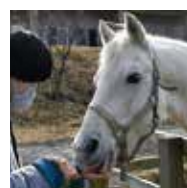
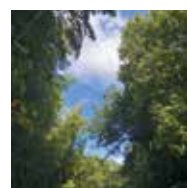
伊豆のいっと情報便

広報 いとう

2021
令和3年
November
No.1115



地域おこし協力隊



- 特集 地域おこし協力隊 2P
- 第4回中小企業等応援給付金 19P

地域おこし協力隊☆活躍中



地

域おこし協力隊とは、人口減少や高齢化が進む地域において、地域外の人材を受け入れ、定住を図り、地域協力活動を行ってもらうことで、地域力の維持・強化を目指すことを目的とする国の制度です。

隊員の

荒武悠衣さん・末宗奈穂さん

全く異なる経歴を持ちながら、伊東を盛り上げるため、令和2年4月1日に地域おこし協力隊員として着任し活動している、荒武悠衣さんと末宗奈穂さんにインタビューしました。

普段の仕事を教えてください

荒武 私たちは、主に情報発信をメインに活動しています。市のSNSを利用して日常の伊東を市内外の人に発信しています。

末宗 また、観光ホームページ「伊豆・伊東観光ガイド」で、観光スポットの紹介や季節を感じる風景の写真、お店情報などを日々発信しています。

着任後、1年6か月の間に 行ったこと。

問観光課 ☎ 32-1715

1、ロケ支援

- 映画・ドラマなどのロケをお手伝いし、幅広いコネクションと情報を使って、企画に合うロケ地の案内から撮影交渉、各種手配まで総合的な調整を行っています。



問い合わせ
172件
決定
76件

2、現在の市SNSフォロワー数

- 伊東でしかできない特別な体験を発信



4,629人



5,989人



3,418人

3、ユーチューブやインスタライブを 活用した動画配信

- ユーチューブ 企画・撮影・編集



ユーチューブ
チャンネルは
こちらから



伊豆・伊東
観光ガイドは
こちらから

末宗 今年から協力隊の2人
でユーチューブチャンネル
も開設しました。

荒武 「伊豆・伊東観光ガイド」の今のおすめはテイクアウト特集です！



荒武 悠衣

マイブーム

韓国ドラマ
観賞

Aratake Yui

荒武 悠衣（あらたけ ゆい）平成8年、香川県生まれ。協力隊になったきっかけは、元々夫が東伊豆町の地域おこし協力隊を経験していたことです。夫からいろいろな話を聞いていました。そこで地域おこしの仕事について興味が沸き、結婚を機に伊東に来た際に、知り合いから伊東市で活動してみないかと声を掛けていただき、今に至ります。伊東に移り住む前は、正直「伊豆」という地域は分かっていましたが、伊東の事は詳しく分からなかったです。しかし、移り住むと自然の中で暮らせる伊東は最高だと思うようになりました。のんびりした時間を過ごせるのも伊東の良さだと思います。地元の香川に似ているような感じもします。

マイブーム

模様替え

末 宗 奈穂

Suemune Naho

末 宗 奈穂（すえむね なほ）平成4年、東京都目黒区生まれ。大学卒業後、一般企業に就職。その後1年間の新潟暮らしと喫茶店勤務を経て、伊東市地域おこし協力隊に着任しました。以前から地域活性化に興味があり、「いつか地方で暮らしながら働いてみたい」と思っていました。地方で仕事を探し、一から生活を始めるのはハードルが高いですが、協力隊制度は活動を通して地域を知ることができるので、挑戦するには良い制度だと思い応募しました。実家からそう遠くないのに自然豊かなところと、都会と比べて時間の流れが穏やかなところが気に入ったため伊東を選択しました。



協力隊の活動で印象に残っていることは？

荒武 市内の紹介をホームページに掲載した際、「掲載後からお客さんが増えたよありがとう。」と電話をいただいたことが、活動してきただ中で一番嬉しかったです。また、SNSやインスタライブなどのフォロワーさんとのやり取りや反応も、仕事をしていて楽しいです。

伊東の印象は？

荒武 常に自然と隣り合わせのところが好きです。朝、鳥の鳴き声で目が覚めます。市の課題は、ショッピングができるような場所やチェーンのカフェなどがあまりないところですね。そういった場所があるだけで、市民も観光客も、もっと伊東を好きになるのではないかと思います。

今後協力隊員としてやりたいことは？

荒武 おじいちゃん、おばあちゃんのファッションをSNSで特集したいです。伊

東はこんなに元気で笑顔な人たちがいることを皆さんに知ってもらいたいです。

将来の展望は？

荒武 現在、協力隊の活動の傍ら、東伊豆町でsuminokocafeという土曜日限定のお店を開いています。パティシエの専門学校に行っていたこともあり、その知識を活かした仕事をしたいと思い今年の4月から始めました。家業の都合で来年度から本格的にカフェ業に専念することになりました。協力隊は今年で卒業しますが、今後も伊豆で頑張りますので応援していただけると嬉しいです。

市民の皆さんへメッセージを

荒武 私たちはコロナ禍に伊東にやってきた関係で、あまり自分たちの紹介もできずにいました。今は、こういった紹介もあり、SNSやホームページなどで応援してくれる人も増えてきて感謝でいっぱいです！もっと活躍できるよう頑張ります！

おじいちゃん、おばあちゃんのファッションをSNSで特集したい

カルチャーに触れることのできる場所や、人と人との交流が生まれる場所を作りたい

協力隊の活動で印象に残っていることは？

末宗 普段インターネット上でしか皆さんと交流ができていないのですが、それでも温かいコメントや応援のメッセージを頂いたときは、すごく嬉しいですし、励みになります。また、取材先のお店の人から「取材してくれてありがとう。」と言われたときはやりがいを感じます。

伊東の印象は？

末宗 夜の静けさと、朝に鳥のさえずりが聞こえるところが好きです。心が落ち着きます。課題に思うのは、街なかに元気がないところです。最初は小さなことでもいいから、街に賑わいが生まれる活動ができないかなと考えています。

今後協力隊員としてやりたいことは？

末宗 伊東のレトロな街並みが好きなので、レトロスポット特集を組みたいです。

あとは伊東に住む人、関わっている人、いろいろな人と交流したいです。

将来の展望は？

末宗 現在、協力隊の活動の傍ら「本と音楽の店 つぐみ」という古本とレコードを販売するネットショップを運営しています。協力隊卒業後も伊東に残ろうと考えていて、実店舗開業に向けて少しずつ準備を進めています。学生や若い人がカルチャーに触れることのできる場所や、人と人との交流が生まれる場所を作りたいです。

市民の皆さんへメッセージを

末宗 いつも私たちが更新するSNSやホームページ、YouTubeをご覧いただきありがとうございます。このインタビューをきっかけに私たちを知った人もいらっしゃると思います。私たちにできることがあれば、ぜひお声掛けください！

健康ひろば

子育て

母子保健事業

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、対象者や受付時間を個別に設定しています。会場、受付時間、持ち物については、個別に通知しますので、内容をご確認の上お越しください。

健診・教室	日程
1歳6か月児健康診査	17日(水)
2歳児健康教室	25日(木)
3歳児健康診査	10日(水)

問 子育て支援課
(32) 1582

お子さんの就学に必要な母子及び父子並びに寡婦福祉資金の貸付

貸付資金の種類

- ・修学資金：通学するために必要な授業料などの費用を継続的に貸し付けます。
- ・就学支度資金：高校や大学などに入学するときに直接必要となる被服などの購入費用を入学時に1回だけ貸し付けます。

申込み 11月1日(月)から30日(火)までに子育て支援課で面接会の予約をお願いします。

12月中旬に市役所で面接会を行い、申請書を提出して申込みになります。

問 子育て支援課
(32) 1581

母子・父子自立支援員による相談事業

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。ひとり親家庭のお悩み、困っていることなどお気軽にご相談ください。

問 子育て支援課
(32) 1581

11月は児童虐待防止推進月間

児童虐待は、将来にわたり子どもの心身に深い傷を与え、時には尊い命が奪われるなどの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、叩く
投げ落とす
激しく揺さぶる など

性的虐待

性的行為を見せる
ポルノグラフィの被写体にする など

心理的虐待

言葉による脅し、無視
DV
きょうだい間での差別 など

ネグレクト

家や車に閉じ込める
食事を与えない
不潔にする など

虐待かとも思ったらすぐにお電話をください。

児童相談所全国共通3桁ダイヤル 189 (いち は や く)

問 子育て支援課
(32) 1581



虐待かもと思ったら
いち は や く
189番へ

189番にかけるとお近くの児童相談所につながります。

広告欄

住居・別荘・空き家・実家・部屋単位・ホーム入居準備・整理収納・ゴミ屋敷・汚部屋

片付け

生活 遺品整理

0120-35-9930

家財整理・片付け
かんだうサービス

「広報をみた」と一言で依頼し、現場をみてお見積り

遺品整理 伊東 検索

ホームページはこちら

相続手続 遺言 成年後見 会社設立 不動産の名義変更

司法書士 山田康太法律事務所

お見積り ご相談下さい TEL0557-48-7370

初回相談無料

司法書士 山田康太 増資

伊東市川原1216番地の30

土日・夜間も対応 (要予約)

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

今年度の がん検診 もう受けましたか？

肺がん検診

肺がんは、気管支や肺胞の細胞が何らかの原因でがん化したものです。進行すると、がん細胞は周りの組織を壊しながら増殖し、血液やリンパ液の流れに乗って転移することもあります。肺がんは、自覚症状が少ないため、毎年肺がん検診を受けることが重要です。

対象者 市に住民登録がある 40 歳以上の人
検査 胸部レントゲン検査
費用 200 円（喀たん検査と一緒に受ける場合は 400 円追加）
※喀たん検査は、50 歳以上で 1 日喫煙本数×喫煙年数が 600 以上の人が対象です。
※喀たん検査のみの肺がん検診は受けられません。



大腸がん検診

大腸がんは、部位別がん罹患数は男女合計で第 1 位、死亡数は男女合計で第 2 位となっていますが、早期発見・早期治療をすればほぼ 9 割が完治します。手軽に受診できる大腸がん検診を年 1 回受けましょう。

対象者 市に住民登録がある 30 歳以上の大腸がんの症状がない人
費用 500 円
受診方法
①市内協力医療機関で問診票と専用容器を受け取る。
②2 日間分の便を採取する。
③採取した便と問診票を受付をした医療機関の窓口へ持って行く。
④医療機関で受診結果を受け取る。
※大腸がん検診で「陽性」と判断された場合は、そのまま放置せずに必ず精密検査を受けましょう。

子宮頸がん検診

子宮頸がんの罹患率は 20 代から増加し、30 代～40 代にピークとなり、死亡率は加齢とともに増加します。子宮頸がんは、定期的に検診を受けることによって、死亡率を減少させることができます。

対象者 市に住民登録がある 20 歳以上の女性で、令和 2 年度に子宮頸がん検診を受診していない人。ただし、子宮疾患などで治療中の人と妊娠中の人を除く。
費用 受診券対象者は自己負担 1,000 円（医師の判断により体部検査が追加となった場合は、頸部と体部で自己負担 1,400 円）
受診方法 子宮頸がん検診受診券又は無料クーポン券を持って、市内協力医療機関で受診してください。
その他 子宮頸がん検診受診券・無料クーポン券の申込みは 12 月 15 日(水)までに電話で健康推進課へ。

終了間近！

健康推進課 ☎ 52-3005

近年、日本人の2人に1人が「がん」になり、3人に1人が「がん」で亡くなっています。「がん」は、症状が出にくく、早期がんはほとんどが無症状であり、早期発見・早期治療を行えば、多くの場合治る病気といわれています。

コロナ禍にあっても「がん」は待ってくれません。

がん検診に行くことやがんの治療は決して不要不急ではありません。市の方針として、がん検診会場では、集団検診・個別検診ともに、「密を避ける」、「待ち時間の削減」、「受診前の体調チェック」など、新型コロナウイルス感染症の感染対策を行っています。命を守るために、有効性のあるがん検診を受診し、会場では新型コロナウイルス感染症予防の正しい行動をお願いします。まだ受診されていない人は、ぜひともこの機会にご利用ください。

各がん検診共通事項

期 間 **12月22日(水)まで**

実施場所 市内協力医療機関

申込み 直接市内協力医療機関へお問い合わせください。

その他 70歳以上の人や非課税世帯の人など、一部費用が無料になる場合があります。

※がん検診についての詳しい情報は、市ホームページ又は健康推進課までお問い合わせください。



市ホームページ
「各種がん検診について」
はこちらから

1

日本人の
2人に1人ががんになり、
3人に1人ががんで亡くなっています。

1

2

この機会にがん検診をご利用ください。

がんは、早期発見・早期治療を行えば、
多くの場合治る病気といわれています。

3

11月14日は 世界糖尿病デー

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、皆さんにはステイホームに協力していただいています。そのため、運動する機会が減り、血糖値が上がっていませんか？

糖尿病の人が新型コロナウイルス感染症に感染したときに重症化するリスクは、糖尿病でない人に比べて3.4倍高いことが明らかになったという報告があります。

糖尿病の人は血糖値のコントロールを良好な状態に保つこと、また、健診で血糖値が高めと言われた人は、基準の範囲に戻すことが、命を守ることに繋がります。

HbA1cの 特定健診基準値

5.6%未満	
糖尿病治療中のHbA1c目標値	
成人	6.0%未満
65歳以上	7.0%未満

※HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）は、過去1～2か月間の平均血糖値。糖尿病治療中の人の目標値は、健康状態や服薬状況、食

事や運動療法の取り組みによって異なります。医師の指示に従って血糖コントロールをしましょう。

今の生活は大丈夫？

●最初の5口は野菜から

サラダといっても、芋やパスタが入ると炭水化物が多くなるため、葉物野菜や海藻、きのこも積極的に取りましよう！

●よく噛み、ゆっくり食べる

●一日三回、食事を取る

●運動は、密を避けて続ける

●たばこは吸わない、受動喫煙も避ける

喫煙している人は、禁煙外来がおすすめです！禁煙補助薬などもあり、ご自身に合った治療方法を考えてくれます。

●糖尿病の治療を中断しない

定期的に検査をし、血糖値を確認することが大切です！

「カラダづくり相談会」予約受付中（個別相談）

血糖値が高い人の健康や食事などの相談を行っています。



健康推進課

☎(32)1630

伊東市国保特定健診 追加実施のお知らせ

令和3年4月2日から令和3年9月30日までに伊東市国保に新たに参加した、40歳～74歳の人に対し、11月中旬までに追加期間専用の受診券を郵送します（受診券の有効期限は必ずご確認ください。）。

健診期間

11/
TUE 16

12/
WED 22

受診方法

受診券と被保険者証を持って、市医師会協力医療機関で受診してください。

必ず11月中に
医療機関へ
取りに行ってください！



健診結果をもう一度見返してください



健診結果が「要治療」「要精密検査」だった人は、あらためて医療機関で受診してください。健康推進課から治療や精密検査の結果をお伺いする場合があります。ご協力をお願いします。

受診された人へ

忘れてた！



健診結果の受け取り…

特定健診

はいかがでしたか？



☎健康推進課
52-3051

特定健診受診率

目標：56.5%(R3)
伊東市：49.8%(R1)

国の定めた目標値を達成し、皆さんが健康になれるよう頑張っていきます。

このような人は健康推進課に結果の提供をお願いします
提供いただいた結果は、「特定健診の受診」とみなされ、受診率に反映されます。

職場の健診がある

人間ドックを受ける

現在通院中で検査している

特定健診を受けなかった人へ

提供する結果のない人・特定健診を受けそびれてしまった人は、健康推進課にご連絡ください。

詳しくは、11月上旬に送付する緑色の封筒に封入されている「他健診（検査）結果提供用紙」（水色の用紙）をご覧ください。

11月から12月は県下一斉 滞納整理強化月間

～税金は納期限内に納めましょう～

☎ 収納課 ☎ 32-1291 ～ 1293

市税は、行政サービスを行うための貴重な財源であり、また、**納期限を守って納税している大多数の皆さんとの公平性を保つため**、11月から12月までを「滞納整理強化月間」とし、県及び県内の各市町とも連携して、市税徴収の強化に取り組んでいます。

納税は全ての債権支払いより優先します

法律により、納税は国民の義務であり、**ほかの全ての債権より優先する**と定められています。「生命保険料の支払いがあるから」、「住宅や車のローンの返済があるから」、「カードローンの返済があるから」は、納税ができない理由として認められません。また、自己破産を申し立て免責許可を受けた場合も、税債権は免責になりません。

納期限内に納税されない場合は…

未納のまま納期を過ぎると滞納となります。**災害・病気・**

失業・倒産などの特別な事情により、納期限内に納税することが困難になった場合は、**納税猶予**の対象となる場合がありますので、収納課へご連絡ください。

財産調査及び差押処分の実施

滞納処分として、地方税法において準用する国税徴収法の規定に基づき、滞納者の預貯金口座、生命保険の契約内容、勤務先の給料、自営業の人の取引先などの財産調査をした上で、差押処分を行います。国税徴収法第四十七条において、督促状を発送して10日を経過しても納税されない場合には、**差押処分をしないければならない**こととなっています。

滞納処分の流れは、下記のとおりです。



滞納処分の流れ

納税通知

納期限

約20日後

督促状

督促状の発送から10日経過

差押・取立（換価）

差し押さえた財産（※）を金銭に換え、未納税にあてます。

※財産

・金融機関の預貯金
・生命保険契約（解約返戻金など）
・給与

・年金
・売掛金
・不動産
・自動車
・高級家財や家電 など

（約1か月間）

滞納処分

滞納

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

i 11月はエコドライブ
推進月間

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。

◇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

問 環境課

☎ (32) 1374

i 11月は静岡県子ども・若者育成支援強調月間

子ども・若者の健全な育成には、「地域の子どもは地域の大人が育てる」という意識を持ち、子ども・若者が社会の一員として自立し、主体的に活躍することができるよう、県民がそれぞれの立場で支援していくことが必要です。

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・若者の健やかな育成に向けた取り組みを一層推進します。

この機会に皆さん自身ができることを考え、行動するきっかけとしましょう。

問 生涯学習課

☎ (32) 1962

i 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書の発行

令和3年1月1日から令和3年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日の間にはじめて納付した人とは、来年の2月上旬に送付)。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、家族宛てに送られた証明書で申告してください。

問 ねんきんダイヤル

☎ 0570(05) 1165

三島年金事務所

☎ 055(973) 1166

保険年金課

☎ (32) 1625

i コミュニティ助成事業

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、宝くじの受託事業収入を財源としたコミ

ユニティ助成事業を実施しています。

令和3年度は、宿の町が宝くじの助成金を活用し、祭典用備品等整備事業を実施しました。

本事業の実施により、伝統ある「宿の町の祭典」を安全に運営し、コミュニティ活動の一層の推進を期待します。



問 生涯学習課

☎ (32) 1961

マチイロ マチを好きになるアプリ

あなたのスマホに
「広報いとう」を!



上記 QR コードでアプリをインストールし、
「お住まいの地域」で「伊東市」を登録!

広 告 欄

毎月 **22** 日は「ボウリングの日」
大人も子供も楽しめます!
1ゲーム100円 税込
貸し靴無料
暖香園ボウル ☎ 0557-37-1512

詳細はこちらから
↓

2021東海バス冬の謝恩ツアー
※各北信のバスから参集する「湯の町」2つの温泉で癒しのひとときを!!
伊香保温泉 ホテル天坊
※伊香保温泉は、お問い合せください。お申し込みは、お問い合せください。
全28回設定 11/8出発～1/18出発まで
◆旅行代金 (大人1人1席) 2・3名様1室利用
29,900円～31,900円
●お問い合わせ・お申し込みは **東海バストラベル ☎36-0415**

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

i 静岡県最低賃金改正

県内の事業場で働く（パート・アルバイトなど含む）全ての労働者に適用される、「静岡県最低賃金」が改正され、10月2日（土）から時間額913円となりました。

なお、特定の産業には特定（産業別）最低賃金が定められています。



問 静岡労働局賃金室
☎054(254)6315

i ごみフェスティバル in 伊東の中止について

例年11月に開催の「ごみフェスティバル in 伊東」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止とします。

ごみフェスティバル用に集めた資源ごみは、お手数ですが各ごみの日に分別して出してください。回収協力店に出してください。

問 環境課
☎(32)1371



募 介護の仕事の新たな担い手を養成する研修

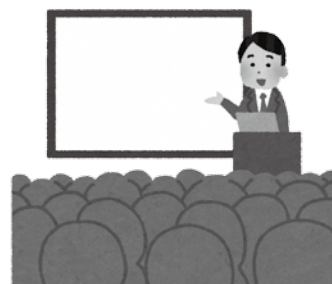
日時 11月19日（金）9時～17時（1時間の昼休憩あり）
会場 市役所低層棟2階中会議室

対象者

- ・高齢者への生活援助サービス（掃除や買物など）の担い手となる意向のある人
- ・訪問型サービス（基準緩和）の指定を受けている事業所で働く意思のある人

内容 介護福祉士やホームヘルパーなどの資格がなくても、本研修を修了することと、訪問型サービスA（掃除や買物など）に従事する資格が取得でき、介護事業所で働くことができます。

問 高齢者福祉課
☎(32)1561



申込み 10月29日（金）から11月12日（金）までに電話で左記へ。
定員 14人（先着順）
※会場内の3密を避けるため、各席の間隔を空けて開催します。
参加費 無料

納税・納付相談会

- 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：①②11月20日（土）
①8時30分～正午
②8時30分～17時
夜間：①11月18日（木）
①17時30分～19時

人口と世帯数

9/30 現在（ ）前月比
人口 67,231人（-14）
男 31,853人（-5）
女 35,378人（-9）
世帯数 35,568世帯（+1）

市水道の平日・休日の修理

水道のトラブルは
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。

今月の献血



29日（月）
10時～正午
13時15分～15時30分
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。
問 社会福祉協議会 ☎36-5512

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・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

保険に入ってよかったあ〜♡

株式会社 伊豆急コミュニティー保険課
フリーコール TEL0120-363-129
9:00～18:00（土日除く）

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

みんなの暦

令和3年(2021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 大安	2 赤口	3 先勝 文化の日	4 友引	5 仏滅	6 大安 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
7 赤口 立冬	8 先勝	9 友引	10 先負 尻つみ祭り	11 仏滅	12 大安	13 赤口
14 先勝	15 友引	16 先負	17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝
21 友引	22 先負 小雪	23 仏滅 勤労感謝の日	24 大安	25 赤口 広報いとう12月号 配布予定日	26 先勝	27 友引
28 先負	29 仏滅	30 大安	※新型コロナウイルス感染症拡大状況により変更となる場合があります。 今月の納税 納期限は11月30日(火) ☐ 国民健康保険税5期 収納課 ☎32-1291			

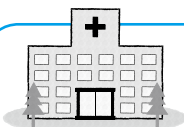
伊東温泉競輪開催日

公営競技事務所 ☎36-0120

本 場 ■F I J C♡ (ガールズケイリンを含む) 5~7 ■F II ミッドナイト 30~12/2
 場 外 (昼間) ■防府記念 10/31~3 ■大宮 F I 2~4 ■富山 F I 8~9 ■宇都宮 F I 8~10
 ■広島 F I 13 ■小松島 F I 14~16 ■福井 F I 15~17 ■松戸 F I 18~20
 ■佐世保 F I 18~20 ■平塚 F I 21~23 ■豊橋 F I 21~23 ■武雄 G III 25~28
 ■小松島 F I 25~26 ■小田原 F I 28~30 ■名古屋 F I 29~12/1
 (ナイター) ■四日市記念ナイター 6~9 ■※静岡 F I ナイター 15~17
 ■競輪祭 G I (小倉) ナイター 18~23



※ F I ナイター 場外開催時西口前売所のみ発売



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

日・曜日	内 科	外 科	小児科
休日(日曜・祝日) 当番医			
3(水)	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000	木村整形外科クリニック ☎32-0600	はあとふる内科・泌尿器科 川奈 ☎45-5000
7(日)	高野医院 ☎38-2111	たちばなメディカルクリニック広野院 ☎35-9924	高野医院 ☎38-2111
14(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	伊豆高原メディカルたかなざ整形外科 ☎55-3322	
21(日)	横山医院 ☎35-0431	大川胃腸科外科 ☎36-9559	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
23(火)	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	やまもプラザファミリークリニック ☎53-0707
28(日)	おおたか内科クリニック ☎32-3810	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	

■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 ☎0570-064-307 か市ホームページでご確認ください。
 ■内科当番医で小児科を受診する際には、来院前に電話で受診が可能かご確認ください。年齢によっては受診できないことがあります。
 その場合は伊東市民病院に電話(37-2626)でご相談ください。
 ■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、伊東市医師会の協力により運営しています。

相談案内

相談日が祝日の場合はお休みです。

※新型コロナウイルスの情勢により変更となる場合がありますのでお問い合わせください。相談時にはマスクの着用をお願いします。

■会場…市役所低層棟2階市民課市民生活係 ■☎52-3002(予約)

※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人受付 11月1日(月)から各回前日15時まで	
5日(金)	8時45分～11時30分／高橋省吾 弁護士
9日(火)	8時45分～11時30分／瀬野俊之 弁護士
16日(火)	8時45分～11時30分／東端克博 弁護士
25日(木)	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／澤田幸成 税理士
■登記の相談 *先着 6人	
4日(木)	10時～正午／露木裕之 司法書士
■交通事故相談 *要電話予約 4人 前日15時まで	
16日(火)	13時～15時30分／原島年央 弁護士

■人権相談	
4日(木)	13時～15時／富永博道・三浦秀子 人権擁護委員
■行政相談	
18日(木)	13時～15時／山木勇一・山下えり子 行政相談委員
■行政手続の相談 (相続関係・内容証明・車庫証明・NPO法人設立)	
10日(水)	10時～正午／行政書士会
■土地家屋調査士会の相談	
*今月はありません。	
■市民不動産相談 (会場: 1階展望ギャラリー)	
25日(木)	13時～15時／宅建協会東部支部相談員

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	教育支援センター	教育相談室 ☎37-7476
●家庭児童相談 *要電話予約		
月～金曜日 9時30分～16時	健康福祉センター	家庭児童相談室 ☎37-9667(9時30分～16時) 子育て支援課 ☎32-1581
●メンタル相談 *要電話予約		
12日(金) 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 ☎32-1630
●出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
4日(木) 10時～14時30分／三島年金事務所	市役所地下会議室	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
24日(水) 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	
●女性相談		
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
●補聴器の相談		
5日(金) 14時～15時30分	観光会館第 4 会議室	社会福祉課 ☎32-1533
15日(月) 10時～15時	玖須美温泉会館	
16日(火) 10時～13時	八幡野コミュニティセンター	
●身体障がい福祉相談会		
1日(月) 13時30分～15時30分	市役所 1 階社会福祉課	なかいずりハ ☎0558-83-2195
●知的障がい福祉相談会		
2日(火)、30日(火) 10時～正午	市役所 1 階社会福祉課	いぶき ☎52-3213
●精神障がい福祉相談会		
24日(水) 10時～16時	市役所1階社会福祉課	サポートセンターいとう ☎82-5680
●生活困窮の相談 仕事や生活、家計の悩みを抱え、生活に困っている人はご相談ください。		
月～金曜日 8時30分～17時15分	市役所1階社会福祉課	くらし相談センター「こころ」 ☎36-1190
●消費生活相談 土日休日(年末年始を除く)は10時～16時の間、消費者ホットライン(188)にて相談を受け付けています。		
月～金曜日 9時～正午、13時～16時	市役所低層棟2階 消費生活センター	消費生活センター ☎52-3362
●いとう市民活動支援センター相談会 web会議システムによる相談対応も可能です。		
17日(水) 13時30分～16時30分	市役所 3 階小会議室	企画課 ☎32-1062

令和4年 確定申告

令和3年分の所得税及び復興特別所得税等の確定申告書作成・相談の会場は、**熱海税務署のみ**となります。

市役所会場は実施しません。

熱海税務署での開催期間や相談体制、市役所への投函箱の設置（確定申告書の提出のみ）などの詳細については、決定次第お知らせします。

また、個人市民税・県民税の申告は、例年同様市役所2階課税課で受け付けます。確定申告に関することは、熱海税務署にお問い合わせください。

☎熱海税務署 ☎81-3515

課税課 ☎32-1271

「新しい生活様式」として

ご自宅から e-Tax しませんか？

☎熱海税務署 ☎81-3518

来年の確定申告は新型コロナウイルス感染症のリスク軽減のためにも、スマートフォンやパソコンで、ご自宅から申告することができます e-Tax のご利用をお願いします。

「マイナンバーカード」と「マイナンバー

カード読取対応のスマートフォン又はICカードリーダーがあれば、パソコンやスマートフォンから e-Tax で所得税・消費税・贈与税の申告書作成と送信ができますので、税務署に行く手間がかかりません。

税の作品展

11月11日(木)～17日(水)は「税を考える週間」です。市内の児童・生徒の皆さんから応募のあった税に関する作品の展示を行います。

期 間 **11月13日(土)**
～ **11月23日(火・祝)**

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」の作品展示

☎熱海税務署 ☎81-3438

個人事業税2期

納 期 **11月30日(火)**

納期限までに納めましょう。

☎熱海財務事務所 ☎82-9086

消費税インボイス制度説明会

令和5年10月1日から、現在の区分記載請求書等保存方式から、適格請求書等保存方式（インボイス制度）が実施され、インボイスを発行できる「適格請求書発行事業者」になるための登録申請手続の受付を、令和3年10月から開始します。

事業者の皆さんにインボイス制度について理解を深めていただくため、予約制のインボイス制度説明会を開催します。（2回とも同じ内容です。）

日 程 ① **11月 4日(木)**

② **12月13日(月)**

時 間 10時～11時

会 場 熱海税務署（各日程定員20人）

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況などによっては中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

☎熱海税務署 ☎81-3515（内線311）

新規会員募集

◆グラウンド・ゴルフ G・Gいとう〈楽〉◆



代表者・連絡先 深澤 正彦
☎ 36-2924・090-7431-4025

活動場所 伊東市民グラウンド 小室山ゲートボール場2面

活動日時 毎週木・土曜日 8時30分～正午

会費 年間5,000円 入会金1,000円

会員数 53人

内容 〈楽〉が誕生して7年。皆さんから愛されて週2回の練習にも熱が入ります。最近では女性の会員も上達しており、ホールインワンが出たら大騒ぎです。健康で楽しい会ですので、興味のある人はぜひご一報ください。

伊東市成人式

みんなでお祝いしよう!



対象 平成13年4月2日～平成14年4月1日に生まれた人

日時 令和4年1月9日(日)
10時開場、10時30分開式(予定)

会場 観光会館

案内 市に住民登録がある対象者に成人式の案内状を送付します。住民登録を市外に移した人は、生涯学習課までご連絡ください。

※今年度は開催判断基準を設け、新型コロナウイルス感染症拡大状況により、開催方法を変更又は式典を中止する場合があります。開催判断基準については、市ホームページをご覧ください。

問生涯学習課 ☎ 32-1962

としょかんだより

問伊東図書館 ☎36-7433

今月のおすすめ図書



『文豪たちの住宅事情』
田村景子 編著 / 笠間書院

誰もが知る文豪たちの「住まい」を切り口にその人生を辿っていく一冊。森鷗外から寺山修司まで、明治から昭和に活躍した30人の文豪が登場! 多くの史料を基に「家」の事情や作品との関連について考察されています。彼らの知られざる一面を見てみませんか?

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	ガラスの海を渡る舟	寺地 はるな
2	共犯者	三羽 省吾
3	楽園のアダム	周木 律
4	透明な螺旋	東野 圭吾
5	骨を引き上げろ	ジェスミン・ウォード
6	地上で僕らはつかの間きらめく	オーシャン・ヴオン
7	おもちゃびょういん	木島 誠悟
8	いっぱいさんせい!	宮西 達也

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかん information

■新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、臨時休館となることや一部サービスを縮小し開館する場合があります。

詳細は伊東図書館ホームページをご確認ください。

<https://www.ito.library-town.com/>

■今月の休館日

毎週月曜日、11月3日(水・祝)、11月23日(火・祝)、11月30日(火)

火災の怖さ、忘れていませんか…

日頃から「火の用心」を心がけ、火災のない、安全で、安心できるまちづくりを目指しましょう。

☎ 駿東伊豆消防本部伊東消防署 ☎ 38-0119



秋季全国火災予防運動

11月9日(火)～15日(月)

おうち時間 家族で点検 火の始末

(全国統一防火標語)

住宅防火 いのちを守る 10 のポイント

6つの対策

- 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具や衣類、カーテンは、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。



4つの習慣

- 寝たばこは、絶対にしない、させない。
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- こんろを使うときは火のそばを離れない。
- コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



駿東伊豆消防本部イメージキャラクター
駿太(しゅんた)君



新型コロナウイルス感染症対策

にご協力いただいた **事業者** の皆さんへ

第4回 中小企業等応援給付金

1事業者当たり

法人 10万円

個人事業者 5万円

新型コロナウイルス感染症の影響により、売上が大きく減少している中小企業や個人事業者を対象に事業の継続を下支えするための応援給付金を支給します。

対象

- ① 市内に主たる事業所（事業を営む拠点）がある。
- ② 静岡県新型コロナウイルス感染拡大防止協力金の支給対象でない事業者
- ③ 令和3年8月又は9月を対象とする月次支援金又は県応援金が支給されている事業者
- ④ 市税などの滞納がない事業者（ただし、令和3年度の納税誓約がある場合は支給対象とします。）
- ⑤ 市暴力団排除条例第2条第3号に規定する暴力団員等又は暴力団員等と密接な関係を有しない事業者
- ⑥ 中小企業基本法に基づく会社又は個人事業者（月次支援金や県応援金と要件が異なります。）

申込み

申込み 申請書類一式を郵送にてご提出ください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から郵送での提出にご協力ください。

申請書 市ホームページからダウンロードしてください（インターネットでの申請はできません）。ダウンロードはURL「<https://www.city.ito.shizuoka.jp/gyosei/soshikikarasagasu/sangyoka/shiseijoho/2/1/syoukougousinnkou/10258.html>」、又は右記QRコードから。



申請書のダウンロードや、
その他添付書類などの詳細
は市ホームページから

送付先 〒414-8555 伊東市大原2-1-1
伊東市役所産業課内応援給付金担当あて

期限

令和4年1月31日(月)

※月次支援金や県応援金が審査中などの理由により期限までに申請が難しい人はご相談ください。

お問い合わせ 産業課 応援給付金特設ダイヤル ☎ 52-3305
期間：1月31日まで（土日祝日を除く。） 時間：9時～17時
※2月1日以降は、☎ 32-1731～1734へ
e-mail : sangyou@city.ito.shizuoka.jp

男女が共に支え助け合う防災体制づくりに向けて（第3回）

女性が方針決定に参画できる自主防災組織づくりのポイントは？

- 男女が共に力を発揮できるよう、男女両方（複数）を役員にする。
- 仕事別に班分けし、編成や運営を決めるときに、男女の役割を固定しないようにする。
- 地域の女性団体、市民団体や老人会など、さまざまな団体と普段から連携し、災害時にも助け合える体制を作る。
- 近所付き合いで顔を見知って、助け合える関係を作る。
- 高齢者、子ども・若者、障害のある人、外国人など、多様な個人の意見を聞き、組織の運営に反映させる。



【参考：県男女共同参画課作成 男女が共に支え助け合う防災体制づくりに向けて（男女共同参画の視点からの防災手引書ダイジェスト版）】

毎年11月12日～25日※は「女性に対する暴力をなくす運動」期間

※ 25日は女性に対する暴力撤廃国際日

配偶者などからの暴力、性犯罪・性暴力・ストーカー行為、売買春、人身取引、セクシュアルハラスメントなど、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。ひとりで悩まず相談してください。



全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間

女性の人権でお困りの人は、お電話ください。

期間 11月12日（金）～18日（木）

時間 8時30分～19時（土日は10時～17時）

※強化週間以外は、平日8時30分～17時15分

☎ 静岡地方法務局 静岡県人権擁護委員連合会

☎ 0570-070-810

DV、性犯罪・性暴力の相談窓口

【DV相談ナビ】

短縮電話番号「# 8008」（はれれば）

【DV相談プラス】

☎ 0120-279-889（24時間）

【性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター】

短縮電話番号「# 8891」（早くワンストップ）

今月の健康レシピ

学校給食シリーズ 68（学校給食センター）
「芋子汁」



●材料（2人分）

牛肉こま切れ…40g しょう油…小さじ1
里芋…40g 塩…小さじ1/3
ごぼう…20g さば節…10g
にんじん…10g 水…300cc
こんにゃく…20g
根深ねぎ…20g
絹豆腐…50g

●作り方

- ①里芋とにんじんはいちょう切り、ごぼうはささがき、こんにゃくは短冊切り、根深ねぎは斜め切り、豆腐はさいの目切りに切ります。
- ②こんにゃくをゆでて灰汁（あく）を抜きます。
- ③さば節でだしを取ります。
- ④③に牛肉、にんじん、ごぼう、こんにゃくを加えて煮ます。
- ⑤里芋を加えてさらに煮ます。
- ⑥野菜に火が通ったら、豆腐と根深ねぎを加え、しょう油と塩で味を調えて仕上げます。

●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
83kcal	7.2g	3.0g	48mg	1.0g

アイドル登場

仲良し兄弟です♪



そうた 蒼汰くん（8歳）

えいと 瑛人くん（4歳）