



今月の主な内容

伊東を知る、仲間と出会う

いでゆ大学

中小法人・個人事業者の皆さまへ

支援金・給付金 のお知らせ



市公式
メルマガ



市公式
Twitter



市公式
Facebook



市公式
LINE

- 生涯学習講座 いでゆ大学 2P
- 中小法人・個人事業者の皆さまへ 3P

いでゆ大学

日程	内容	会場
5月26日(休)	午前 開講式／オリエンテーション	生涯学習センター中央会館
6月 2日(休)	午前 入門 伊東の歴史〈近現代編〉 午後 楽しくワークショップ	生涯学習センター中央会館
6月16日(休)	午前 木下圭太郎を知る ～生い立ちと業績～	生涯学習センター中央会館
7月 7日(休)	午前 夏を乗り切るには	生涯学習センター中央会館
7月21日(休)	午前 伊東人物伝〈伊東祐親〉 午後 色えんぴつで描こう	生涯学習センター中央会館
8月 4日(休)	午前 防災講座と避難所運営ゲーム	生涯学習センター中央会館
8月18日(休)	午前 SDGsとは	生涯学習センター中央会館
9月 1日(休)	午前 長寿の鍵は口にある 午後 伊東探索準備会	生涯学習センター中央会館
9月15日(休)	午前 認知症サポーター養成講座	生涯学習センター中央会館
10月 6日(休)	終日 伊東探索	市内各所
10月20日(休)	午前 伊豆半島の歴史 午後 グラウンドゴルフ	生涯学習センター中央会館 かどの球場
11月 2日(休)	終日 社会見学(伊豆半島ジオパーク)	伊豆半島
11月17日(休)	午前 伊東温泉の歴史 午後 体験しよう! ボッチャ競技	生涯学習センター中央会館
12月 1日(休)	午前 北里柴三郎 ー伊東への貢献とその生涯ー	生涯学習センター中央会館
12月15日(休)	午前 野鳥探索(フィールドワーク)	松川周辺
12月23日(金)	終日 お飾りづくり	生涯学習センター中央会館
1月12日(休)	午前 終活を始めよう 午後 一年を振り返る	生涯学習センター中央会館
1月26日(休)	午前 閉講式／記念講演	生涯学習センター中央会館



い でゆ大学は、社会で豊かな経験を積んだ60歳以上の皆さんと一緒に学び、活動し、教養を高める生涯学習講座です。2年間(年間18回)にわたり、郷土の歴史や健康についての講義など、仲間と親睦を深めながら、活動を行います。今年度、新しく受講生24人を募集します。

2年間の講座を通じて多くの知識に触れるとともに、新しい仲間と出会い、親睦を深めましょう。

対象 市内在住の60歳以上(昭和37年4月1日以前生まれ)の人

募集人数 24人(応募多数時抽選)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、人数を制限しています。

受講料 年間3000円及び保険料

年間500円

※講座内容により、別途材料費などの自己負担があります。

申込み 次の①～③のいずれかの方法で、住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・年齢・電話番号を記載(入力)し、申込みをしてください。

① **WEB** 下記二次元コードからWEBで



入力

② **メール** gakusyu@city.ito.

shizuoka.jp宛てに送付

※件名に「いでゆ大学申込み」と記載してください。

③ **郵送** ハガキを左記まで送付

〒414-1855 伊東市大原

2-1-1

伊東市教育委員会生涯学習課

「いでゆ大学」係

締切り 5月12日(木)必着

生涯学習課

☎(32)1962

中小法人・個人事業者の皆さまへ

現在、中小企業などへの給付金申請受付が下記のとおり行われています。
国の支援金と県・市（上乗せ）の給付金を重複して申請できませんので、対象要件をご確認の上、
ご申請ください。



まずはこちら↓を確認

市

第5回中小企業等応援給付金



交付対象

- ①市内に主たる事業所がある
 - ②事業継続応援金が交付されている 市ホームページはこちら
 - ③市税などの滞納がないこと
- ※ただし、飲食店等への協力金支給対象者又は国事業復活支援金の受給者は対象外です。その他要件は市ホームページから。

給付額

各月1回の定額 【法人】10万円 【個人】5万円

申請方法

この給付金を申請するには、**まず事業継続応援金の申請が必要です！**
事業継続応援金を受給された人のデータを県から引継ぎ、**対象者には市から第5回応援給付金の申請案内を送付します。**

問い合わせ

応援給付金特設ダイヤル ☎52-3305 9時～17時
期間：7月29日(金)まで ※土日・祝日除く。
※期間外は産業課 ☎32-1731～1734へ
E-mail : sangyou@city.ito.shizuoka.jp

国

事業復活支援金



中小企業庁
ホームページは
こちらから

交付対象月

令和3年11月～令和4年3月のいずれかの月

基準月

平成30年11月～令和3年3月の間の任意の対象月と同じ月

売上減少要件

対象月と基準月の売上高の減少が
①50%以上
②30%以上50%未満

給付額

中小法人など
①上限最大250万円
②上限最大150万円
個人事業者など
①上限最大50万円
②上限最大30万円

申請方法

電子オンライン申請

申請期限

5月31日(火)まで

問い合わせ

事業復活支援金事務局
☎0120-789-140

県の事業継続応援金の受給者へ
市が**上乗せ**給付



県

事業継続応援金



県ホームページは
こちらから

交付対象月

令和4年2月・3月

売上減少要件

20%以上30%未満

給付額

各月1回の定額
【中小法人】10万円 【個人事業者】5万円

申請方法

電子オンライン申請又は郵送
※申請書は県ホームページからダウンロード又は市役所で入手可

申請期限

6月30日(木)まで

問い合わせ

県事業継続応援金コールセンター
☎0120-371-060 9時～17時(全日)

売上減少率



障がい福祉サービスをご利用ください

障がいのある人や難病患者の人を支援し、自立し安心して暮らすことができるように、さまざまな福祉サービスが提供されています。障がい福祉サービスについて、詳しく知りたいときや、利用を希望される場合には、専門の相談員のいる定期相談会をご利用ください。

☎社会福祉課 ☎32-1532

●どんなサービスがあるの？

受けたい支援	提供するサービス内容
入浴介助や排せつ介助をしてほしい	身体介護（ヘルパーを派遣し、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（ヘルパーを派遣し、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	同行援護（視覚障害がある人の行動や移動を補助します。） 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（施設で入浴、排せつ、食事の介護などを行います。）
働くための力を付けたい	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（一般企業などでの就労が困難な人に働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上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施設に通って訓練したい	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。）
子どもに身の回りのことができるようになってほしい	児童発達支援（主に未就学の障がい児に対し、日常生活動作の指導や集団活動への適応訓練を行います。）
	放課後等デイサービス（小学生から高校生の障がい児に対し、生活能力向上のための訓練を行います。）
子どもに集団活動の場で楽しく過ごして欲しい	保育所等訪問支援（専門スタッフが幼稚園、保育所、学校などに訪問し、適切な環境整備や支援方法を提案します。）

●障がい者定期相談会

	知的障がい のある人と家族からの相談	身体障がい のある人と家族からの相談	精神障がい のある人と家族・関係者 からの相談
日時	毎月第1・3火曜日 (祝日は除く。) 9時30分～11時30分	毎月第1月曜日 13時30分～15時30分	毎月第4水曜日 (11月は第5・12月は第3) 10時～16時
相談員	相談支援事業所 「いぶき」	相談支援事業所 「なかいずりハ」	相談支援事業所 「サポートセンターいとう」
会場	市役所1階 社会福祉課相談室		市役所5階 小会議室
申込み	要予約 ☎52-3213	要予約 ☎0558-83-2195	要予約 ☎82-5680

「市長への手紙」

主役は市民の皆さんです★

市長に直接伝えたい市政に対する
ご意見・ご提案などをお寄せください。



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



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階秘書課（秘書広報係）へお願いします。

のりしろ

市長への手紙

市長に直接伝えたい市政に対するご意見・ご提案などをお寄せください。

- ◆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、関係課において市政の参考とさせていただきます。
- ◆個人情報や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。
- ◆国、県や民間企業に関する事など、市の業務以外の提言は、直接その業務を所管する機関へお伝えください。
- ◆誹謗中傷、企業などの案内や営業活動、趣旨が不明確もしくは不明なものはお断りします。

①

のりしろ

①

(件名)

(ご意見・ご提案の理由・きっかけ)

のりしろ

のりしろ

(ご意見・ご提案の具体的な内容)

②

②

のりしろ

のりしろ

◎さしつかえなければご記入ください。

日付 年 月 日

ご住所

お名前

電話番号

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	18日(水)
2歳児健康教室	17日(火)
3歳児健康診査	11日(水)

☎(32)1582
問子育て支援課

プレママプレパパ教室

対象 妊婦とその家族（兄弟も来場可）

日時 5月13日(金) 9時45分～

会場 健康福祉センター

※2階健康スタジオにお越しください。

持ち物 母子健康手帳

申込み 電話で左記へ。

内容 マタ友ママ友づくり・出産前後のママと家族の気持ちの変化・産後すぐに役立つ赤ちゃんのあやし方など



☎(32)1582
問子育て支援課

5月5日(こどもの日)～11日は「児童福祉週間」

令和4年度児童福祉週間標語
見つけたよ

広がる未来と

つかむ夢

子どもや家庭、子どもの健やかな成長について、国民全体で考えることを目的に、毎年5月5日から一週間を「児童福祉週間」と定めています。県内各地でさまざま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。

☎(32)1581
問子育て支援課

ひとり親家庭就学費用助成制度

来々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(受給者氏名記載必須)を必要としますので、大切に保管してください。

☎(32)1581
問子育て支援課

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。

日時 毎週月・水・金曜日(祝日は除く。) 9時～16時

内容 求職活動に関する支援

・ひとり親の自立に必要な情報提供 など

☎(32)1581
問子育て支援課

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

地域密着型サービスで、がんばります!

桜井 陽

町の便利屋さん ひより 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) お見積無料!
- 不用品処理・引越・一般雑用 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。

共通事項

●検査内容

身体測定、血圧測定、内科診察、血液検査（中性脂肪・コレステロール・血糖・尿酸・肝機能・腎機能・すい臓機能・貧血など）、尿検査、心電図検査、胃内視鏡検査、腹部超音波検査
 ※胸部レントゲン検査は伊東市肺がん検診として同日受診が可能です。また、希望者のみオプション検査として、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査を受けることができます。胸部レントゲン検査についての詳細は広報いとう4月号「令和4年度版がん検診 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、特定健診が含まれています。
 健診結果により保健指導の対象となります。

●受診者負担金

10,300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、伊東ヘルスサポートクリニック、大川胃腸科外科、高野医院、たかやす医院、田島医院、たちばなメディカルクリニック、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)、メディカルはば伊豆高原、山本医院

●受診実施期間

7月11日(月)～11月18日(金)

●申込締切り

5月20日(金) 当日消印有効



締切日注意

伊東市国民健康保険加入者

●資格要件など

- 前年8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（伊東市国保以外に加入している人は全額自己負担になります。）
 - 満30歳以上75歳未満（昭和22年8月1日から平成4年7月31日以前生まれの人）
 - 前年度の国民健康保険税を完納している世帯の人
 - 今年の4月11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
- ※当選した人は今年度実施する「伊東市国保特定健康診査」及び「39歳以下健康診査」は受診できませんのでご注意ください。

●定員 400人(男女各200人)

※申込み多数時抽選

後期高齢者医療制度加入者

●資格要件など

- 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
 - 前年度の後期高齢者医療保険料を完納している人
 - 今年の4月11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
- ※当選した人は今年度実施する「後期高齢者健康診査」は受診できませんのでご注意ください。

●定員 180人(男女各90人)

※申込み多数時抽選

通常ハガキ記入例

表面	63	4	1	4	8	5	5	5
健康推進課 行	伊東市役所	伊東市大原二丁目一番一号						
裏面								
第1号様式 申請書								
※項目を一つ選択し、✓を記入してください。 (応募多数の場合は抽選となります。)								
<input type="checkbox"/> 一日人間ドックのみ希望 <input type="checkbox"/> 一日人間ドック希望、抽選に外れた場合は胸ドック希望 <input type="checkbox"/> 胸ドックのみ希望 <input checked="" type="checkbox"/> 胸ドック希望、抽選に外れた場合は一日人間ドック希望 <input type="checkbox"/> 後期高齢者 一日人間ドック								
✓資格要件等について理解し、申し込みます								
電話 〇〇-XXXX 住所 伊東市 〇〇町××丁目△番□号 受診希望者 フリガナ イトウ ハナコ 氏名 伊東 花子 生年 大正 平成 〇〇年×月△日 男・女 市役所用								
何も記入しないでください。								

申請書が足りない場合はコピーをして使用するか申請書の内容を別途用紙に記入し、申込みをしてください。

今年から通常ハガキ又は封書での申込みになりました（前年までは往復ハガキでの申込みでした。）

各ドックに申込みをする場合、特定健診などの受診券の送付を止めますが、申込時期によって受診券が届く場合があります。重複受診をすると一方が実費負担となりますのでご注意ください。

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（中性脂肪・コレステロール・血糖・尿酸・肝機能・腎機能・貧血など）、尿検査、心電図検査

※胸部レントゲン検査は伊東市肺がん検診として同日受診が可能です。（自己負担金200円。喀たん検査が必要な場合は別途追加費用がかかります。）

※脳ドックには、特定健診が含まれています。健診結果により保健指導の対象となります。

●受診者負担金

12,000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

伊東市民病院ドック健診センター

●受診実施期間

7月11日(月)～令和5年3月10日(金)

●申込締切り

5月20日(金) 当日消印有効  締切日注意

●資格要件など

- ・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・②・③を満たす人
- ・過去に一度も伊東市国保脳ドックを受けていない人

※**当選した人は今年度実施する「伊東市国保特定健康診査」又は「39歳以下健康診査」は受診できませんのでご注意ください。**

●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 250人（男女各125人）

※申込み多数時抽選

※**市民病院の感染症対策として、当選者の受診月をあらかじめ決定します。**

第1号様式

申請書

※項目を一つ選択し、✓を記入してください。
(応募多数の場合抽選となります。)

伊東市 国保 (30歳 ～ 74歳)	<input type="checkbox"/> 一日人間ドックのみ希望
	<input type="checkbox"/> 一日人間ドック希望、抽選に外れた場合は脳ドック希望
	<input type="checkbox"/> 脳ドックのみ希望
	<input type="checkbox"/> 脳ドック希望、抽選に外れた場合は一日人間ドック希望
後期高齢	<input type="checkbox"/> 一日人間ドック

資格要件等について理解し、申し込みます

受診希望者	電話	
	住所	伊東市
	フリガナ	
	氏名	
生年月日	大正 平成 昭和	年 月 日
		男・女

市使用欄			
------	--	--	--

各ドックの申込方法

- ・「通常ハガキ又は封書」で申込みをしてください。
 - ・申込みは、「一日人間ドック」、「脳ドック」のどちらか一つです。ただし、抽選の結果、落選になった場合で、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)。
 - ・左記の申請書を記入し切り取り、ハガキに貼付、又は封筒に入れ申込みをしてください(ハガキの記入例については前ページ参照)。
 - ・申請書は、1人1枚必要です。複数人申込みをする場合は、申請書をコピーして使用するか、申請書の内容を別途用紙に記入し申込みをしてください。
 - ・資格要件などを確認し、申請書に☑の記入をお願いします。
- ※特定健診又は特定健診を含む健診は1年に一度しか受診できません。ドック受診前に特定健診又は特定健診を含む健診を受診するとドックを受診できなくなります。
- ※当選者には受診券を発送し、落選者には別途通知します。

締切り 5月20日(金) 当日消印有効

申込先 〒414-8555 伊東市大原2-1-1
伊東市役所 健康推進課

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

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 仕事や求職活動など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。

子育て支援課

市ファミリー・サポート・センター
 ☎(36)1581
 ☎(36)1177

ファミリー・サポート・センター支援会員養成講習会

一時的な預かりや習い事への送迎など、子育ての援助をする人を募集しています。皆さんも会員になって子育て支援をしてみませんか。

対象

市内在住の20歳以上の人で、子どもが好き、育児を支援したい人など
 ※育児経験の有無や資格は問いません。

開催日

5月12日(木)、18日(水)、24日(火)、6月1日(水)、8日(水)、16日(木)（計6日）

時間

9時30分～15時頃

会場

生涯学習センターひぐらし会館

内容 子どもの世話、身体の発達、子どもの事故や安全についてなど

申込み 電話で左記へ。

市ファミリー・サポート・センター

☎(36)1177



新型コロナウイルスワクチン接種について

現在、原則2回目接種から8か月以上の経過を待たずに前倒しの接種を実施しています。接種は予約制で、接種券が届いた人から予約可能です。また、接種日当日に接種会場へお越しになる際は、送付された①予診票一体型接種券、②宛名用紙（接種済証）、③身分証の3点をお持ちください。

個別接種実施の医療機関では、モデルナ社ワクチンを使用した追加接種が実施されています。各医療機関へ直接予約をお願いします。なお、集団接種会場においては、フ

イザー社ワクチン及びモデルナ社ワクチンそれぞれの接種日を設けています。接種券がお手元に届いた人から、インターネット予約サイト又は電話で予約をお願いします。また、12歳から17歳までの3回目接種は、令和4年4月時点でファイザー社ワクチンのみの承認となっていることから、ファイザー社ワクチンを使用した集団接種（健康福祉センター）を受けることができるよう、順次、接種券を送付していますので、接種を希望する人は、接種券が届き次第予約してください。

新型コロナウイルスワクチン接種についての情報などは市ホームページやメールマガジン、各種SNSにて随時お知らせします。

電話予約 集団接種予約専用コールセンター
 ☎050(5210)8732
 （8時30分～17時15分）

集団接種会場インターネット予約サイト
 （24時間受付）
 市新型コロナウイルス接種専用コールセンター
 ☎(29)6567
 （9時～16時）



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
 暖香園ポウル ☎0557-37-1512

Instagram
 Facebook

☆100坪未満...25,000円
 ☆+50坪ごとに...+5,000円
 ☆処分代...5,000円～

草刈り
 お見積り無料です！
 木の伐採や、その他のご相談もお気軽にどうぞ！
 ☎080-1353-6865
 あさ8時～よる7時（日曜定休）
 △伊東市池640-28

「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。

がん患者支援事業について

がん患者の経済的負担を軽減する目的で、がん患者支援事業を実施しています。この事業では、医療用補整具（医療用ウィッグ・乳房補整具）購入費、若年がん患者妊孕性温存治療（若い世代の人が、がん治療を開始する前に生殖機能を温存する治療）、及び小児・若年がん患者の在宅療養にかかった費用の一部を補助します。詳細は市ホームページ又は電話で左記へ。



市ホームページは
こちらから

健康推進課

☎(32)1583

健康づくり食生活推進員養成講座参加者募集

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。管理栄養士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、味付け方法が体験でき

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 健康づくりや減塩料理に関心がある74歳までの市民

日程 6月29日、7月27日、8月24日、9月21日、10月19日、11月30日、12月21日、令和5年2月1日の水曜日

時間 10時～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8回分）

申込み 5月31日(火)までに電話で左記へ。



健康推進課

☎(32)1630

健康づくりのための食べ方講座参加者募集

まずは、測定からはじめてみませんか？

対象 20歳～70歳の市民

日程 5月20日(金)

時間 ①9時～②10時～③11時～④13時～⑤14時～⑥15時～

会場 健康福祉センター

定員 各時間4人(予約制)

受講料 無料

内容 肌年齢測定・脳年齢測定・体組成測定(筋肉量などが測定できます)・結果説明・栄養サポート

申込み 電話で左記へ。

健康推進課
☎(32)1630

男性料理教室参加者募集

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？調理実習の内容は、健康づくりに役立つ

健康推進課
☎(32)1584

おいしい料理です。

対象 74歳までの男性

日程 5月25日、7月20日、9月28日、11月16日、令和5年1月11日の水曜日

時間 9時30分～13時

会場 健康福祉センター

定員 先着10人

費用 1500円(調理実習5回分)

申込み 5月11日(水)までに電話で左記へ。



健康推進課

☎(32)1630

高齢者肺炎球菌予防接種実施医療機関追加

広報いとう4月号に掲載の「高齢者肺炎球菌予防接種実施医療機関」に次の医療機関が追加されます。

追加医療機関 伊豆のさと診療所 ☎(47)7600

健康推進課
☎(32)1584

広告欄

社会福祉法人 春栄会

ケアセンターうばめ樹伊東

見て・くらべて・試して・選べるショールーム

フランスベッド・リハテック・ファイテン等の商品を多数取り揃えております

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

年中無休(9時～17時30分まで) 伊東市八幡野1105-3 **TEL 55-1311**

住宅型有料老人ホーム

コルテシア

デイサービス フルーズ字佐美 併設

コルテシア [CORTESIA] とはイタリヤ語で「礼儀・礼節」安全で自分らしい暮らしをお手伝いさせていただきます

伊豆介護センター

☎48-6565

伊東市宇佐美2350-1

専用ホームページ開設!!

「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。

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

5月は消費者月間

考えよう！ 大人になると
できること、気を付けること
18歳から大人に！

令和4年4月1日から成年
年齢は18歳となり、「18歳か
ら大人」になります。契約は
慎重に行い、「だまされない
消費者」になることが重要で
す。

一人一人の消費が社会や世
界とつながっており、「今だ
け」、「ここだけ」、「自分
だけ」の消費行動から、人や
社会、地域などにも配慮した
「自分で考える消費者」にな
れるよう心がけましょう。
消費者トラブルはますます

多様化・複雑化しています。
トラブルを未然に防ぐため、
「困ったな」、「おかしい
な」と思ったなら、契約や購入
支払いをする前に、まずご相
談ください。

▽消費者ホットライン

☎188 (全国共通番号)

▽市消費生活センター

☎523362

平日の9時～正午、13時～
16時

▽伊東警察署生活安全課

☎380110

▽東部県民生活センター

☎055(952)2299

平日の9時～16時

☎市民課市民生活係

☎523002

光化学オキシダント 監視強化期間

県は、人体への健康被害な
どを未然に防止するため、5
月1日～9月30日を「光化学
オキシダント監視強化期間」
と定め、監視・連絡体制を強
化し、高濃度となった場合は
注意報などを発令しています。
光化学オキシダント注意報
などが発令された場合は、次
のことを心掛けてください。

・児童、生徒などは屋外運動
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、うがいなどを行
い、症状がひどい場合は医
師の診察を受ける。
光化学オキシダントとは：
自動車や工場などから大気
中に排出される汚染物質が、
太陽光（紫外線）を受けて、
光化学反応によ
り生成される大
気汚染物質です。
☎環境課
☎321374



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。守秘義務もあります。
☎社会福祉協議会
☎365512

ごみゼロ運動
クリーン作戦

毎年多くの皆さんのご協力
で海岸や道路など市内各所の
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29日(日) 8時30
分～
受付 なぎさ公園
※ごみ袋と軍手は当日配布し
ます。事前に必要な人は、
環境課までご連絡ください。
※町内会、自治会、事業者な
ど団体での参加も募集して
います。参加希望の人は、
事前に環境課までご連絡く
ださい。
※新型コロナウイルス感染症
の影響により中止となる場
合があります。
☎環境課
☎321371

インボイス制度 説明会

日時 5月18日(水)
・一般事業者用 10時～11時
・免税事業者用 14時～15時
会場 熱海税務署
定員 各20人
申込み 電話で左記へ。



インボイス制度登録 申請相談会

☎熱海税務署法人課税第一部門
☎813515(内線311)

対象 個人事業者
日時 5月26日(木) 15時30
分～16時30分
会場 熱海税務署
定員 20人
申込み 電話で左記へ。
☎熱海税務署個人課税第一部門
☎813515(内線411)

i 2年に1度の
計量器定期検査

取引・証明に使用する「はかり」の使用者は、計量器定期検査を受けなければならぬ受検義務があります。今年度は2年に1度の計量器定期検査の年です。

日程	時間	会場
6月6日(月)	13時～16時	宇佐美コミュニティセンター
6月7日(火)	10時～16時	市民体育センター
6月8日(水)	10時～13時30分	八幡野コミュニティセンター
	14時～16時	富戸コミュニティセンター
6月9日(木)	10時～16時	市役所 (来庁者駐車場)
6月10日(金)	10時～正午	
6月13日(月)	13時～16時	
6月14日(火)	10時～16時	
6月15日(水)	10時～正午	

はかりの定期検査受検者には、県計量協会から検査日の約1週間前に「計量器検査通知書(ハガキ)」が送付されます。通知がなくても検査が必要なのはかりをお持ちの場合は、検査会場へはかりを持参し、検査を受ける必要があります。

問産業課
☎(32)1734

i 認知症あんしん
マップ発行

認知症に関する情報をまとめたパンフレット「認知症あんしんマップ」を毎年4月に更新しています。認知症の初期症状のチェックシートや、認知症についての相談先など、さまざまな情報を掲載しています。

市役所や各出張所、各地域包括支援センター、医療機関の窓口などに置いてありますのでご利用ください。



問高齢者福祉課
☎(32)1561

i 伊東市医療・
介護マップ発行

医療や介護が必要となっても、いつまでも住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らせるような体制づくりのひとつとして、平成30年度から作成・配布している「伊東市医療・介護マップ」を、このたび内容を充実させ更新しました。

自宅で医療や介護を受けて生活するときのさまざまな情報を掲載しています。市役所や各出張所、各地域包括支援センター、医療機関の窓口などに置いてありますのでご利用ください。



問高齢者福祉課
☎(32)1561

募 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 令和5年4月1日
試験日程 A日程
第一次試験 7月10日(日)
受験資格 大学卒業以上の学歴(令和5年3月末の卒業見込みを含む。)を有し、平成6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。
※申込書は4月29日(金・祝)以降、郵送による請求又は駿東伊豆消防本部総務課のほか、管内の各消防署で配付します。

受付期間 5月9日(月)～5月30日(月)
※持参の場合 8時30分～17時(土日・祝日を除く。)
※郵送の場合 申込み最終日の消印有効
申込書提出先 〒410000
053 沼津市寿町2-10
駿東伊豆消防本部消防部総務課
☎055(920)9100

問駿東伊豆消防本部
☎055(920)9100

広 告 欄

片付けます 遺品整理 終活

☎0120-35-9930

家財整理・片付け
「広報を見た」の一言で優待します

住宅・別荘・空き家・物置・ホーム入居準備・整理収納・ゴミ屋敷・汚部屋・特殊清掃

遺品整理 伊東 株式会社 かんどうサービス

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 山田康太法務事務所
TEL0557-48-7370

初回相談無料

司法書士 山田康太
伊東市川原1216番地の30

「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。

募 小学生ふるさと教室・夢チャレンジくらぶ

ふるさと伊東の文化や史跡、恵まれた自然の中で伝統行事などさまざまな体験をしてみませんか？

対象・募集定員

「小学生ふるさと教室」

…市内の小学校5・6年生 40人

「夢チャレンジくらぶ」

…市内在住又は在学の中学生・高校生20人

※応募多数時抽選

内容

・ふるさと文化・産業体験
（ひもの作り、漁業体験ほか）
・環境学習（ちりめんモンスター探し、海藻おしじ体験ほか）

※SUP体験や竹あかり制作など年間7回程度の講座を予定しています。

費用

「小学生ふるさと教室」
…年間3000円
「夢チャレンジくらぶ」
…年間2000円

※保険料・教材費などを含む

申込み 次の①～③の方法で申込みをしてください。申

請書は、生涯学習課窓口、各学校にあります。

①申請書を生涯学習課窓口へ直接持参

②申請書を左記宛てに郵送

〒414-8555 大原

2-1-1 生涯学習課

「小学生ふるさと教室」又は

「夢チャレンジくらぶ」係

③左記の二次元コードからWEB上で入力



申込専用
サイトは
こちらから

※申込み受付により保護者承諾済とします。また、締切り後に確認メールを返信しますのでメールが届かない場合は、電話で左記までお問い合わせください。
締切り 6月2日(木) 17時必着

生涯学習課

☎1962

i 第47回 伊東祐親まつり

古より伝わる伊東の伝統芸能を、伊東松川の川中に浮かべた特設水上舞台で観覧できます。

伊東温泉観光・文化施設東海館を背景に、国内一流の能楽師が能・狂言を演じる「伊東温泉・薪能」は圧巻です。

「スケジュール」

○第23回「伊東温泉・薪能」

日程 5月14日(土)

時間 開場17時30分（開演18時）

演目演者 狂言「蟹山伏（か

にやまぶし）」野村萬齋氏（重要無形文化財）・能

「鶴（ぬえ）」山井綱雄氏（重要無形文化財）

鑑賞券 S席9500円

S席6000円 B席4000円

円（B席は高校生以下1000円）

○伊東温泉「奉納舞台」

日程 5月15日(日)

時間 開演10時30分

出演予定 市民伝統芸能団体（神楽・鹿島踊りなど）、

よさこい踊り、加藤学園チアリーダー部ほか

入場料 無料

○伊東温泉「夢舞台」

伊豆の四季／八重姫の夢

日程 5月15日(日)

時間 開演18時20分

出演予定 伊東子供お能教室

伊東大田楽、市内文化団体

（日舞、箏曲、津軽三味線）ほか友情出演

鑑賞券 1000円

【共通事項】

会場 伊東松川水上特設能舞台。両日とも藤の広場ではITOMARシエによる各種出店があります。

鑑賞券申込み 直販は、文化

財史蹟保存会事務局、伊東

温泉観光・文化施設東海館、

市観光案内所、伊東シヨツ

ピングプラザ デュオ、サ

ガミヤほか

○NPO法人伊東市文化財史蹟保存会

☎7726

✉info@ito-hozonkai.org

i 自動車税（種別割）の納期限

自動車税（種別割）の納期限は5月31日(火)です。

自動車税（種別割）は4月

1日現在で運輸支局に登録されている自動車の所有者にか

かります。

※詳細は、送付される自動車税（種別割）納税通知書の裏面をご覧ください。

熱海財務事務所

☎9061

広告欄

贈り物の専門店 カタログギフト多数取り揃えております

- ・中元・歳暮・結婚・出産
- ・快気・新築・長寿
- ・初節句・七五三・成人
- ・入学・進学・就職 etc...

東海バス 真心こめた贈り物 **アピテギフトプラザ伊東**

カタログは無料でお届けします。お気軽にフリーダイヤルへお電話下さい。

伊東市東松原町16-2（東海館前） ☎0120-059-096へ

■営業時間/10:00~18:00 ■定休日/毎週日曜日・年末年始 ■駐車場完備

※駐車場満車の場合は三井のパーク伊東松原町もしくは本町パーキングをご利用ください。

※キッズスペース完備（お子様連れでも安心してご利用いただけます）

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-946-6072

結婚相談所ムスベル

「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 財産区議会議員選挙

任期満了に伴う十足・荻の両財産区議会議員選挙を次のとおり行います。

財産区 十足・荻

告示日(立候補届出日) 5月24日(火)

選挙期日 5月29日(日)

議員定数 十足7人、荻10人

立候補の届出 両財産区とも告示日の8時30分～17時に、定められた届出書及び必要書類を選挙長(市役所6階選挙管理委員会事務局)に提出してください。なお、届出書などは選挙管理委員会事務局にあります。

☎選挙管理委員会事務局 (32) 12233

i パワーシュレッダーの使用講習会

パワーシュレッダー(樹木用破砕機)の貸出をしていますが、使用する場合は事前に講習会の受講が必要です。

日時 6月6日(月) 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(申込み多数時は各団体2人までとし、定員になり次第締切)

申込み 5月2日(月)～5月30日(月)に電話で左記まで(土日・祝日は除く。)

☎観光課 (32) 17177

i 第十九回あさひの川

立川流の若手落語家3人が出演します。

日時 5月17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、1階席のみ)

出演 立川らく兵(立川志らくの弟子)、立川かしめ(立川こしらの弟子)、立川笑えもん(立川談笑の弟子)

※来場の際はマスク着用などの新型コロナウイルス感染症拡大防止対策にご協力をお願いします。

☎振興公社 (37) 7135

i デビュー30周年記念 梅原圭ピアノリサイタル

2年に1度開催する、市出身・在住のピアニスト梅原圭氏のピアノリサイタルです。

日時 6月4日(土) 18時30分開演(30分前開場)

会場 観光会館

入場料 大人 2500円 高校生以下 1500円 (全席自由)

入場券販売場所 振興公社事務室(観光会館内)、各コミュニティセンター、生涯学習センター荻会館

予定曲目 ショパン「ソナタ第2番 変ロ短調 作品35 《葬送》」ほか

☎振興公社 (37) 7135

i 市民便利帳への広告掲載にご協力を

行政情報や防災情報、地域情報をまとめた「市民便利帳 With『ウィズ』」を(株)サイネックスとの官民協働により発行し、8月頃から市内に幅広く配布する予定です。これは、行政情報のほか、地域事業所や医療関係などの広告を紙面に掲載し、発行費用を賄う取り組みで、市民サービスの向上と地域経済の活性化を目的としています。広告掲載を希望する人は、(株)サイネックスまでお問い合わせください。



☎(株)サイネックス

053(452)8753

☎秘書課

(32) 1173

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：①②5月21日(土)
 ①8時30分～正午
 ②8時30分～17時
 夜間：①5月19日(木)
 ①17時30分～19時

人口と世帯数

3/31 現在 () 前月比
 人口 66,708人 (-157)
 男 31,587人 (-102)
 女 35,121人 (-55)
 世帯数 35,526世帯 (+75)

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



16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。
☎社会福祉協議会 ☎36-5512

みんなの暦

令和4年(2022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 仏滅 観光地引網体験 (5・6月の毎週日曜日) 小室山公園つつじ祭り (4/29~5/5)	2 大安 八十八夜	3 赤口 憲法記念日	4 先勝 みどりの日	5 友引 こどもの日	6 先負	7 仏滅 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
8 大安	9 赤口	10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安 第47回伊東祐親まつり (~15)
15 赤口	16 先勝 松川せせらぎの夕べ (16・18~22)	17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口 小満
22 先勝	23 友引	24 先負	25 仏滅	26 大安 広報いとう6月号 配布予定日	27 赤口	28 先勝
29 友引 ごみゼロ運動 クリーン作戦	30 大安	31 赤口	※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5月31日(火) <input type="checkbox"/> 軽自動車税 (種別割) ⑧収納課 ☎32-1291			

00 伊東温泉競輪開催日

⑧公営競技事務所 ☎36-0120

本場 ■F I ナイター 2~4 ■F II ミッドナイト 14~16 ■F II ミッドナイト♥ 26~28
 場外(昼間)■施設整備【青森GⅢ】 4/28~1 ■防府F I 4/30~2
 ■日本選手権G I【いわき平】 3~8 ■岸和田F I 6~8 ■大宮F I 9~11 ■松阪F I 9~11
 ■高知F I 12~13 ■和歌山F I 12~14 ■西武園F I 15~17 ■大垣F I 19~20
 ■宇都宮記念 19~22 ■岐阜F I 25~26 ■大宮F I 25~27
 ■全日本プロ選手権自転車競技大会記念競輪【佐世保】 28~29
 (ナイター)■※松戸F II ナイター【ルーキー】 4/30~2 ■※松山F II ナイター【ルーキー】 7~9
 ■※平塚F I ナイター 11~13 ■函館記念ナイター 14~17 ■※四日市F II ナイター【ルーキー】 27~29
 ※本場ナイター時以外の場外F I・F II ナイターは、昼間の場外開催終了後、当該開催のF I・F II ナイターの発売も終了となります。



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	歯科
1(日)	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	飯田歯科医院 ☎38-6485
3(火)	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000	たかやす医院 ☎32-0362	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000	石井歯科医院 ☎36-4141
4(水)	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811	木村整形外科クリニック ☎32-0600	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811	石川歯科 ☎37-4855
5(木)	高野医院 ☎38-2111	メディカルはば伊豆高原 ☎33-1200	高野医院 ☎38-2111	ちやいんど歯科医院 ☎38-3336
8(日)	伊豆高原クリニック ☎55-2522	城ヶ崎やまだクリニック ☎53-1201	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710	
15(日)	やまもみプラザファミリークリニック ☎53-0707	大川胃腸科外科 ☎36-9559	やまもみプラザファミリークリニック ☎53-0707	
22(日)	横山医院 ☎35-0431	たちばなメディカルクリニック 広野院 ☎35-9924		
29(日)	おおたか内科クリニック ☎32-3810	なかた整形外科クリニック ☎44-5252		

■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

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 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 5月2日(月)から各回前日15時まで
6日(金) 8時45分～11時30分/高橋省吾 弁護士
10日(火) 8時45分～11時30分/瀬野俊之 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 受付:当日8時30分から
10日(火) 13時～15時/山城雄二 税理士
■登記の相談 *先着6人 受付:当日8時30分から
9日(月) 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 前日15時まで
17日(火) 13時～15時30分/下田朗弘 弁護士

■人権相談
9日(月) 13時～15時/岩城保久・佃 正幸 人権擁護委員
■行政相談
19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・外国人在留関係・農地利用関係)
11日(水) 10時～正午/行政書士会
■土地家屋調査士の相談
*今月はありません。
■市民不動産相談 (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		
19日(木) 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 ☎32-1583
●出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
11日(水) 10時～14時30分/杉村労務管理事務所	市役所 5階小会議室	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
25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		
6日(金) 14時～15時30分	観光会館第4会議室	社会福祉課 ☎32-1533
16日(月) 10時～15時	玖須美温泉会館	
17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		
2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 *要電話予約		
第1、第3火曜日(祝日を除く。) 9時30分～11時30分	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 *要電話予約		
25日(水) 10時～16時	市役所 5階小会議室	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)で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。 *要事前予約		
11日(水) 13時30分～16時30分	市役所 3階小会議室	企画課 ☎32-1062

イベント告知

☎生涯学習課 ☎32-1961
FAX37-8117

☎高齢者福祉課 ☎32-1561

◆第4回 佐恵子のおはなしおはなし◆



日時 6月5日(日) 13時30分～15時30分
会場 生涯学習センターひぐらし会館
定員 先着100人(中学生以上)
入場料 無料
申込み 5月1日(日)～5月15日(日)に電話で生涯学習センター中央会館(☎36-5411)まで。
協力 上原佐恵子、伊豆おはなし連絡会、伊東語りの勉強会凜、伊東朗読の会花音
内容 中世古楽器グループ・ジョングルールを招きます。グリム昔話の共演や自作の語り、朗読、紙芝居などのアラカルトをお楽しみください。
 ※検温・手指消毒・マスク着用にご協力ください。新型コロナウイルス感染症拡大などにより、中止となる場合があります。

対象 65歳以上で、市に住民登録があり、医師から運動制限されていない人
日程 6月22日～8月10日の毎週水曜日(全8回) 13時～15時(運動の時間は1時間)
 ※6月8日(水)に事前研修会を開催します。
会場 Let's スイミングクラブ伊東(南町2-114-1)
定員 先着15人
費用 1,000円(損害保険料など実費相当額)
申込み 5月10日(火)～5月27日(金)に電話でLet's スイミングクラブ伊東(☎37-2231)まで。
内容 水の浮力を利用して、腰やひざの関節に負担をかけず、無理なく足腰の筋肉のトレーニングができます。運動不足の人にもおすすめです。
 ※事前研修会と教室最終日に体力測定があります(事前研修会の日は、水中運動はありません。)
 ※医療機関を受診中の人は、必ず主治医に相談の上、申込みをしてください。
 ※一般介護予防事業のほかの教室に参加している人も参加できます。



としよかんだより

☎伊東図書館 ☎36-7433

今月のおすすめ図書



『方向音痴って、なおるんですか?』

吉玉 サキ/交通新聞社

方向音痴の著者が、編集者の提案した方向音痴を改善する企画により、専門家のアドバイスを得るなどして、方向音痴克服を目指すエッセイ。果たして、方向音痴は、なおすことができるものなのか…。

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	漆花ひとつ	澤田 瞳子
2	稔と仔犬 青いお城	遠藤 周作
3	春のこわいもの	川上 未映子
4	燕は戻ってこない	桐野 夏生
5	アーチャー若気の至り	P.G.ウッドハウス
6	ビトナ ソウルの空の下で	ル・クレジオ
7	はッピーなっつ	荒井 良二
8	のいちごつみ	さとう わきこ

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としよかん 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、5月2日(月)～5日(木・祝)、5月22日(日)～31日(火)

振興公社の スポーツ教室

共通事項

申込み 往復ハガキに、氏名（フリガナ）・年齢・住所・電話番号を記入の上、〒414-0024 和田1-16-1 振興公社「〇〇教室係」まで。
締切り 5月23日(月)必着
 ※各教室とも、運動のできる服装を準備してください。
 ※応募多数の場合抽選です。
 ※万一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。

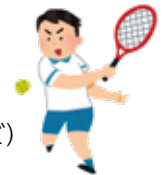
市民ボウリング教室

日程 6月8日～7月6日の毎週水曜日
 (計5回)
時間 10時30分～正午
場所 ダンコーエン・ボウル
対象 市内在住・在勤の成人
指導者 日本体育協会 ボウリング指導員
参加費 1,500円 (傷害保険料など)
定員 36人
持ち物 筆記用具



ボッチャ・ラケットテニス教室

日程 6月13日～7月11日の毎週月曜日
 (計5回)
時間 19時～20時45分
場所 市民体育センター
対象 市内在住・在勤の人
指導者 市スポーツ推進委員
参加費 1,500円 (傷害保険料など)
定員 30人
持ち物 体育館シューズ・タオルなど



▶ 伊東市長 たっちゃんねる！

☎秘書課 ☎32-1173

伊東市公式YouTube



市長自らが出演し、市の情報を広く発信するユーチューブチャンネル「伊東市長 たっちゃんねる！」を開始しました。

第一回は大室山山焼きの様子をコンパクトにまとめていますのでご覧ください。

チャンネル登録もよろしくお祈いします。



← チャンネル登録はこちらの二次元コードを読み込むか、

伊東市長 たっちゃんねる！

🔍 で検索！



▲6月「人権擁護委員の日」・「男女共同参画週間」啓発活動



▲12月「人権週間」啓発活動



▲小学生人権ポスター、人権の花パネル展

男女共同参画の理解促進と人権尊重

男女平等の理念は日本国憲法に明記されており、法制上も「雇用の分野における男女の均等な機会及び待遇の確保等に関する法律」などにより、男女平等の原則が確立されています。しかし、現実には今なお、「男は仕事、女は家庭」といった男女の役割を固定的に捉える意識が社会に根強く残っており、このことが家庭や職場でさまざまな差別を生む一因となっています。

また、性別だけでなく、障がいや年齢、性的指向や性自認、性表現に基づいた違いが優劣や役割に結び付けられ、偏見や差別に苦しんでいる人がいます。

人権とは「人間が人間らしく生きる権利で、生まれながらに持つ権利」であり、誰にとっても身近で大切なもの、違いを認め合う心によって守られるものです。人と人の違いを多様性と捉え、誰もが公正に扱われる社会の実現は、皆さん一人一人の人権意識にかかっています。

市では人権擁護委員と協力して、人権尊重の意識を高め、人権への理解を深めてもらうための活動を行っています。



6月1日は人権擁護委員の日

人権擁護委員は法務大臣が委嘱した民間のボランティアで、いじめ、ハラスメント、DV、虐待などさまざまな人権問題に関する相談を受け付けています。

人権相談（無料・秘密厳守）

日時 5月9日(月)、6月1日(水)
13時～15時

受付 市民課市民生活係（低層棟2階）

※毎月の相談日は相談案内のページでお知らせします。

今月の健康レシピ

学校給食シリーズ73（学校給食センター）
「豚肉と新じゃがの揚げ煮」



- 材料（2人分）
- 豚肉……………60g
（2cm角切り）
 - 塩……………少々
 - こしょう……………少々
 - 片栗粉……………適量
 - じゃがいも……………1個
 - 揚げ油……………適量
 - A 砂糖……………大さじ1
 - しょう油……………小さじ1
 - 酒……………小さじ1
 - しょうが……………1かけ

●作り方

- ①じゃがいもは厚めのいちように切り、素揚げをします。
- ②豚肉は塩・こしょうで下味をつけます。
- ③②の豚肉に片栗粉をつけて油で揚げます。
- ④しょうがをすりおろします。
- ⑤Aの調味料を煮て、最後にしょうがのしぼり汁を加えます。
- ⑥⑤に①と③を加え、和えて仕上げます。

●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
172kcal	6.7g	8.5g	4mg	0.6g

アイドル登場

好奇心いっぱい、外遊びが大好き！



たくま 拓馬くん（1歳6か月）