

人あつたか まちいさいさ
自然つやつや 伊豆市

IZU-PUBLIC-INFORMATION

潮風の中を空一面に 輝く『夏の思い出』

今月の主な内容

- P2 特集『健康いず21計画』
の取り組みについて
- P6 こころの健康週間
- P7 地域の特産品をゲットするチャンス!
しずおか山村フェスティバルに出掛けよう!
- P8 誰もが住みやすいきれいなまちを目指して
- P9 クロスコネクションをご存知ですか?



『健康いず21計画』の取り組みについて

健康は、人の元気と安心の源であると同時に笑顔と希望あふれる社会の礎となります。人口の減少や少子高齢化の市では総合計画にある『心も身体も健康なまちづくり』の推進が大切となります。

ここでは、市で取り組んでいる『健康いず21計画』について紹介します。

問合せ／健康増進課 ☎ (72) 9861

◆計画策定の趣旨
『健康いず21計画』は、市民の健康課題を整理するとともに、健康づくりの基本理念、必要な方策と目標値を示すために策定しました。期間は、平成24年度から平成28年度までの5年間です。

◆基本理念と重点項目の推進
『健康いず21計画』は、高齢者や子どもを持つ親、障害のある人など、市内に住む誰もが自立して、健康で安心して暮らすことのできるまちづくりを基本理念として、市民の健康寿命*の延伸と生活の質の向上を図ります。

そこで伊豆市の重点項目は、現状から次の3点としました。
①糖尿病予防対策の推進
②禁煙の推進と受動喫煙防止の環境づくり
③生きがいとこころの健康づくり対策
*健康寿命：日常的に介護を必要としないで自立した生活ができる生存期間



聴く 教えて健康増進課長！

Q、市民の健康状態は？

伊豆市民は、元気な高齢者がたくさんいます。

先日、静岡県から市町別65歳の平均自立期間（介護を受けたり病気で寝たきりになったりせず、自立して健康に生活できる期間）、いわゆる『お達者度』について発表がありました。

この結果、男性の65歳の平均自立期間は17年1カ月（平均余命18年4カ月）、女性の65歳の平均自立期間は21年6カ月（平均余命24年3カ月）です。女性は平均自立期間が長い市町で県下2位です。

特に県下2位の女性は、元気でたくましく生涯現役で農作業など行っています。また、地区のサロンや趣味の活動にも積極的です。最近では、男性も少しずつ社会参加しています。

しかし、20～30歳代ではアンケート結果から運動不足や塩分のとり過ぎなどの傾向があります。壮年者では健診結果より高血圧、糖尿病の有病率が高いことは気になります。

※平均自立期間と平均余命の算出方法は、1年を365日、1カ月を30日とし、16日以上を切り上げ、15日以下を切り捨てました。

Q、健康を維持するために必要な市民、家庭、地域の役割とは？

健康づくりの主体は、市民であり、市民一人ひとりが『自分の健康は自分でつくり、自分で守る』という観点から健康づくりの主体として認識を持つことが重要です。

家庭は、健康的な生活習慣を身に付ける重要な場であり、心身の疲れを癒し、明日の活動への英気を養う場です。そして、地域は個人や家庭を支えたり、仲間づくりをする場です。

Q、課長自身は、何か健康維持の取り組みをしていますか？

以前プライベートで参加した講演会で、五感（味覚、臭覚、聴覚、視覚、触覚）に良いことをすることがこころを穏やかにするということを伺いました。私自身の健康維持は、例えば、『おいしいものを食べる』『居心地のよいお話をする』『音楽を聞く』『香りを楽しむ』など毎日一つでよいから五感を意識して生活しています。これがとても幸せな気持ちになります。また、コア（体の中心、体幹）を意識して姿勢を正しく、歩くことかな。

最後に、ストレスがたまったら、何もせず帰宅後寝ること・・・以上です。



健康増進課長 秋津 三枝子

◆市の取り組みについて

皆さんが取り組みやすいように領域別に次の7項目を取り入れました。
○食育、○運動・身体活動、○休養・こころ、○たばこ・アルコール、○口腔の健康、○健康管理、○健康づくりの環境整備
各項目の具体的な取り組みについて、次のとおり紹介します。

（領域1）食育

食生活や栄養に関する正しい知識を普及し、健康的な食習慣の定着を図ります。
方向性／
①伊豆市食育推進計画の推進
②朝食摂取および内容の充実
主要事業／食育推進教室、食生活推進事業、地産地消の推進事業など

（領域2）運動・身体活動

日ごろから正しい運動習慣の普及・定着を図ります。
方向性／
①日常生活で意識的に体を動かす生活習慣づくり
②週1回以上、外に出て運動する習慣づくり
主要事業／市民健康講座、スポーツ大会、高齢者健康教室など

（領域3）休養とこころ

こころの健康づくりを推進します。
方向性／
①こころの病気の理解と早期発見の環境づくり
②十分な睡眠とストレス解消方法の啓発
主要事業／地域子育て支援拠点事業、こころの講演会・健康相談、睡眠キャンペーンなど

（領域4）たばこ、アルコール

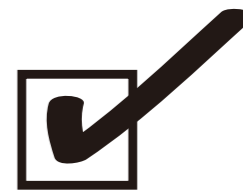
喫煙や飲酒による健康被害から守るために禁煙や適量飲酒を推進します。
方向性／
①たばこによる健康被害に関する正しい知識の普及
②適量飲酒の支援
主要事業／薬学講座、禁煙指導事業、受動喫煙防止環境の推進など

（領域5）口腔の健康

生涯にわたり、自分の歯で食べられる人を増やすために口腔の健康習慣の定着を図ります。
方向性／
①フッ化物を利用したむし歯対策の推進
②歯周病を含む口腔疾患予防対策の推進
主要事業／フッ素洗口事業、歯周疾患健診、8020推進運動など

主な目標値一覧表

指数名	目標値
毎朝、野菜を食べる人の割合	100%
いつも意識的に体を動かしている人の割合	80%以上
睡眠による休養がとれている人の割合	85%以上
喫煙習慣がある人の割合（20歳～44歳代女性）	5%以下
80歳で20本以上自分の歯がある人の割合	30%以上
メタボ該当者の割合	10%以下



あなたの健康度は大丈夫？ チェックリストでわかるあなたの健康度

ここでは、あなたの現在の健康状態がすぐわかる4項目のチェックリストを作成しました。この機会にぜひチェックしてみてください。チェックが多い人は生活習慣に注意しましょう！

運動・身体活動チェックリスト

- 運動をする習慣がない
- 体を動かすことが面倒くさい
- 近い場所でも車やバイクを利用することが多い
- 階段よりエスカレーターやエレベーターを使うことが多い
- 休日は家でゴロゴロすることが多い



活発な身体活動を行うと、消費エネルギーが増える、身体機能が活性化するなど、血糖や脂質がたくさん消費されて内臓脂肪が減少しやすくなり、生活習慣病予防に役立ちます。伊豆市体育協会や伊豆市スポーツ推進委員会などで実施する運動教室に参加してみてくださいはいかがでしょうか？

食育チェックリスト

- 朝食は食べないことが多い
- 野菜はどちらかというと苦手で、あまり食べない
- 味付けは濃い方または漬物や干物など塩分の多い物をよく食べる
- 夜寝る前に夜食を食べることが多い
- 甘いものをよく食べたり飲んだりする



生活習慣病を予防し、健康で快適な生活を送るために食事は大切です。特に高血圧は生活習慣病の入り口といわれています。地域健康相談では、希望する人に味噌汁の塩分濃度を測定したり、疾病予防のアドバイスをしています。

タバコ・飲酒チェックリスト

- ほとんど毎日お酒を飲んでいる
- 何も食べずに飲むタイプ
- 仕事の付き合いなどで飲む機会が多い
- タバコを1日1箱以上吸っている
- 自分は吸わないが、周囲に喫煙者が多い



飲酒は適量であれば『百薬の長』といわれますが、過度の飲酒は生活習慣病の引き金になってしまいます。喫煙は本人だけでなく周囲の人にも、体にも悪い影響を与えてしまうので、ぜひ禁煙を。年に1度は、がん検診を受けましょう。

心チェックリスト

- 自分なりのストレス解消法がない
- 悩みを気軽に相談できる相手がいない
- 睡眠によって休養をとることができていない
- 生活の中で、楽しみや趣味がない



心の健康を保つためには、適度な運動や休養、バランスの良い食事などが大切です。また、1日の中で、リラックスしたり、自分を見つめたりする時間をつくること、休日を趣味やボランティア活動で過ごすことなども、心身の健康づくりに役立ちます。

検診、健康相談、 予防接種のお知らせ

皆さん、チェックリストの結果はいかがでしたか？ご自身の『健康状態』を見直すことができたのではないのでしょうか。市では、皆さんにより健やかな生活を送ってもらうためにさまざまな検診、健康相談、予防接種などを行っています。

問合せ／健康増進課 ☎(72)9800-1

胃・大腸・胸部検診

自分自身やあなたを必要とする人のために、がん検診に行きませんか。日本は、2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなる、世界トップクラスのがん大国です。

市では、9月から胃がん大腸がん胸部（肺がん・結核）検診を実施します。早期発見早期治療により完治するがんもあります。職場などで検診の機会のない人は、ぜひ検診を受けましょう。

次の①②の対象者全員に、受診票と案内文を送付しました。受診票が手元に届いていない人、新たに受診を希望する人は、受診票を郵送しますので、お問い合わせください。

- ① 検診希望アンケートで受診を希望した人
- ② 検診開始学年齢の人および65歳以上の人（結核検診）

検診科目	対象者 (平成25年4月1日までに達する年齢)	自己負担額
胃がん検診	35歳以上	1,000円
大腸がん検診	40歳以上	500円
胸部検診	肺がん	レントゲン検査 200円
	結核	たん検査 300円 なし

子宮頸がん・ 乳がん検診

今年度、過半数年齢になる人が対象です。申し込み受け付け中です。奇数学年齢の人はお問い合わせください。
*女性特有のがん検診
対象者には、6月上旬にご案内を送付しました。

○子宮頸がん検診

今年度21・26・31・36・41歳になる人

○乳がん検診
今年度41・46・51・56・61歳になる人

12月28日(金)まで受診できますが、個別検診、集団検診の修善寺会場・中伊豆会場は予約が必要です。定員があり、検診日後半は集中しますので、早めの予約をお願いします。

地域健康相談 のご案内

～家庭の味噌汁の濃さを知ろう～
とろろ汁／9時～11時(随時受付)

○9月19日(水)土肥保健センター

○9月21日(金)中伊豆ふれあいプラザ

○9月25日(火)生きいきプラザ

○9月26日(水)天城保健福祉センター

内容／健康相談、血圧測定、体脂肪測定、味噌汁などの塩分濃度測定(希望者)
持ち物／健康手帳(お持ちの人)、各種検(健)診結果(結果説明希望者のみ)

ポリオ予防接種の お知らせ

～この秋、ポリオ予防接種が変わります～
長年行われてきた経口生ポリオワクチンの投与が、9月1日(土)から不活化ワクチンの皮下注射になります。これにより、接種回数、会場なども変わります。

	8月31日(金)まで	9月1日(土)より
ワクチン	生ワクチン	不活化ワクチン
接種会場	集団(保健センターなど)	医療機関で接種
接種回数	2回	4回(※1)
接種費用	無料	無料
対象年齢	3カ月～90カ月未満	3カ月～90カ月未満

※1 20～56日の接種間隔を空けて3回、+6カ月以上空けて追加の1回の予防接種を行ってください。ただし、追加については、現在のところ法定化されていません。年明けごろには、法定化される見込みです。
○生ポリオワクチンを2回受けている人は終了です。不活化ポリオを接種する必要はありません。
○生ポリオワクチンを1回だけ受けている人は、不活化ポリオで3回接種が必要です。



地域の特産品をゲットするチャンス！ 『しずおか山村フェスティバル』に出掛けよう！

『しずおか山村フェスティバル』は、山村振興地域として指定を受けている伊豆市をはじめとする県内15市町が実行委員会を組織し、それぞれの地域のまつり、イベントをフェスティバルと位置づけ、交流し、地域の活性化を図ることを目的としています。

この機会にフェスティバルに出掛け、自然の豊かさ、人々の優しさなどを感じてください。

問合せ／農林水産課 ☎ (72) 9892

◆イベント参加で特産品をゲット！

イベントに参加し、会場内でスタンプを押してスタンプカード（応募はがき）を送ると実施各市町の地域特産品などが抽選で当たります。

詳細は、本庁別館および各支所などに置いてあるパンフレットをご覧ください。

◆市内の対象イベントは？

- ①きのこ祭
とき／11月3日（土） ところ／きのこ総合センター
- ②This 伊豆収穫祭
とき／11月25日（日） ところ／天城ドームなど
- ③天城みのり祭
とき／12月9日（日） ところ／天城会館
- ④梅まつり
とき／平成25年2月上旬～3月中旬
ところ／月ヶ瀬梅林

◆市外の対象イベントは？

県内15市町では、さまざまなイベントを実施しています。詳細は、フェスティバル公式ホームページに掲載していますのでご覧ください。

しずおか山村フェスティバル

募集 『This 伊豆収穫祭& JA まつり伊豆』

とき／11月25日（日）9時～14時 ところ／天城ドーム周辺

出店者を募集します

リサイクルフリーマーケット出店者募集

出店資格／収穫祭の趣旨に合う製品などの販売、飲食物やサービスの提供、展示をする事業所、グループ、個人事業主など

申込方法／農林水産課、各支所または市ホームページに募集要領、出店の手引き、申込書があります。必要事項を記入し、10月1日（月）までに農林水産課または各支所に提出してください（郵送・FAX可）。

注意事項／○出店場所は事務局で区割します。

○申し込み多数の場合は事務局で調整の上決定します。

○募集要領などにより出店できない場合があります。

○詳細は、募集要領と出店の手引きをご覧ください。

申込み・問合せ／農林水産課 ☎ (72) 9892

古着や雑貨など、ご家庭に眠っているものなら何でもOK！身近なところからエコしませんか？

出店要領／○出店料は無料

○募集数は24店（予定）、先着順で市内在住者優先

○出店区画は1区画（間口2.5m、奥行き5m）

※車両での出店はできません。

申込方法／環境衛生課または市ホームページにある申込書に必要事項（氏名、郵便番号、住所、電話番号、販売品目、販売価格など）を記入し、環境衛生課に持参してください。

申込期間／9月24日（月）～10月12日（金）の各日8時30分～17時15分（土・日・祝日を除く）

申込み・問合せ／環境衛生課 ☎ (72) 9857

自分の命・大切な人の命を守るために こころの健康週間

毎年9月10日は『世界自殺予防デー』、9月10日から16日までを『自殺予防週間』とし、全国的に啓発運動を展開しています。これをきっかけに、自分と大切な人の命を守るため、心の健康づくりについて振り返ってみましょう。

問合せ／健康増進課 ☎ (72) 9861

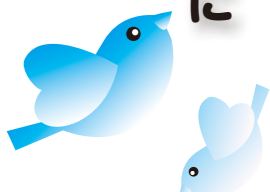
2週間以上続く不眠は うつ病のサイン

次の症状がある場合は、うつ病の可能性がります。

- 疲れているのに、2週間以上眠れない日が続いている
- 食欲がなく、体重が減っている
- だるくて意欲がわかない

うつ病は誰でもかかる可能性のある病気です。心の風邪に例えられることがあります。心が病んでいるわけでも、風邪のように放っておいて治る病気でもありません。

眠れないとき、お酒に頼っていませんか？睡眠薬代わりの寝酒は逆効果です。医師にかかり、早めに治療を始めることが大切です。まずはかかりつけの内科医に相談しましょう。



コミュニケーションが命を守る

大切な人の命を守るために、身近な人ができることをご紹介します。

◆気づき

心の不調は、本人には気づきにくいものです。いつもと違うと思ったら、「どうしたの？」「眠れている？」と声を掛けてみましょう。

◆傾聴

本人と話すときには、時間をかけながらしっかりと相手の話に耳を傾けましょう。その際には「大変だったね」などと声を掛けましょう。

◆つながり

医療機関や専門機関の存在を伝えましょう。一人で悩んでいるよりも、専門家の力を借りることで、解決につながる可能性が高まります。

◆見守る

心の悩みはすぐに解決するもので

はありません。できるだけ自然な対応を心掛け、焦らず温かく見守りましょう。

ストレスと うまく付き合うポイント



不規則な生活習慣は、自律神経の活動を狂わせ、体の不調の元となります。バランスの良い食事、適度な運動の継続、十分な睡眠をとることが、心の健康づくりにつながります。

◆食事

家族や友人とおいしく楽しく食事をすることは、ストレス解消に効果的です。バランス良く食べることも大切です。

◆入浴・マッサージ

入浴中や入浴後のストレッチやマッサージなどで、体をリラックスさせるのも効果的です。

◆趣味・スポーツ

プライベートな時間を少しでも確保し、自分が熱中できる趣味やスポーツを楽しむことは、ストレスに対する抵抗力を高めます。

◆睡眠

安眠できる環境を整え、質の良い眠りを確保して、ストレスから心身を解放させましょう。

市の取り組み

◆睡眠キャンペーン

市では、『睡眠キャンペーン』を中心とした、うつ・自殺予防に取り組んでいます。『睡眠キャンペーン』とは、働き盛りの世代の心の健康づくりのためのキャンペーンです。県や医師会などと協力して進めています。9月14日（金）には、市内を縦断し、街頭活動を行います。

◆メタルヘルズ講演会

講演活動やテレビで注目されている大野裕先生を講師にお招きし、メタルヘルズ講演会を開催します。来年3月の開催になりますので、詳細は、広報3月号でお知らせします。とき／平成25年3月22日（金）講師／大野裕先生（国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター長）

自殺を考えている人は、「死ぬしかない」と視野が狭くなっていたり、「孤立している」と感じたりしています。声を掛けることで、「あなたは決して一人ではないよ」ということを理解してもらい、一人でも多くの尊い命を救いましょう。

健康増進課
健康増進スタッフ

誰もが住みやすいきれいなまちを目指して

問合せ／環境衛生課 ☎ (72) 9857



個人、法人ともに重い罰則が！ 野焼きは禁止されています

庭先や空き地などでごみを燃やすことは、煙や悪臭、灰により近隣の生活環境に被害をもたらすばかりでなく、有害なダイオキシン類の発生の原因となります。ごみは、ごみ集積所へ可燃物として出すか、処理施設に持ち込みをお願いします。なお、市で引き取り処理ができないものは、市許可処理業者に処分を依頼するなど、責任を持って適正に処理するようご理解・協力をお願いします。

法令で厳しい罰則を規定

国および県では、『廃棄物の処理及び清掃に関する法律』と『静岡県生活環境の保全等に関する条例』で、廃棄物の屋外焼却を一部の例外を除き、禁止・制限しています。また、法改正平成23年6月により、罰則も大変厳しくなっています。

罰則

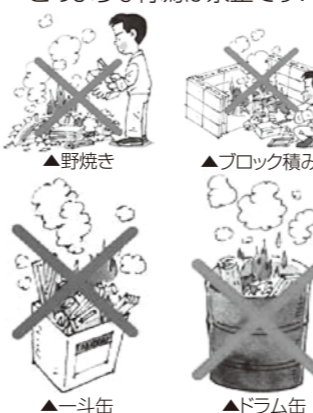
《個人の場合》
5年以下の懲役、もしくは1千万円以下の罰金、またはその両方

《法人の場合》
代表者や従業員は上記個人の規定。加えて法人に対し3億円以下の罰金

消防署への届出はあくまで火災予防

野焼きを注意すると、「消防署へ焼却行為の届出を済ませてある」と言う人がいます。しかし、消防署への届出は、あくまでも火災予防の観点から設けられたものであり、その届出によって屋外焼却(野焼き)が合法化されるものではありません。

このような行為は禁止です！



『あとひと絞り』が効果絶大！ 生ごみの水切りにご協力を

家庭から排出される燃やせるごみの約40%を生ごみが占め、そのうち、約80%が水分といわれています。

燃やせるごみを減らすためには、『生ごみの水切り』が効果的です。水分を減らすことで、臭いの防止やごみの減量、CO₂の削減にもつながります。

水切りのポイント

- 水分の多いものは、三角コーナーからすぐに出さず、一晩置きましょう。
- 三角コーナーなどに水切りネットを使用し、ごみ袋に捨てる前に最後のひと絞りをしましょう。
- ペットボトルの底などで上から押し、効率よく水切りができます。
- 野菜などの使わない部分は濡らす前に取り除き、直接ごみ袋に入れましょう。



ごみの水分が減ると...



健康への影響や水道料金が増える恐れがある

クロスコネクションをご存じですか？

クロスコネクションとは、市の水道の給水管と水道以外（井戸水や地区専用の水道など）の管を直接管で接続することです。

生命の維持に必要な上水道の汚染を防止するために水道法では、ほかの配管と接続することを固く禁止しています。 **問合せ／上下水道課 ☎ (83) 3900**

なぜ禁止されるのか

水道の給水管と水道以外が管で直結されていると、操作不良などで水道水が水道以外に流入し、後日、思いもよらない高額の水道料金を請求されます。この場合、減免措置などは一切ありませんので、全額支払っていただくこととなります。

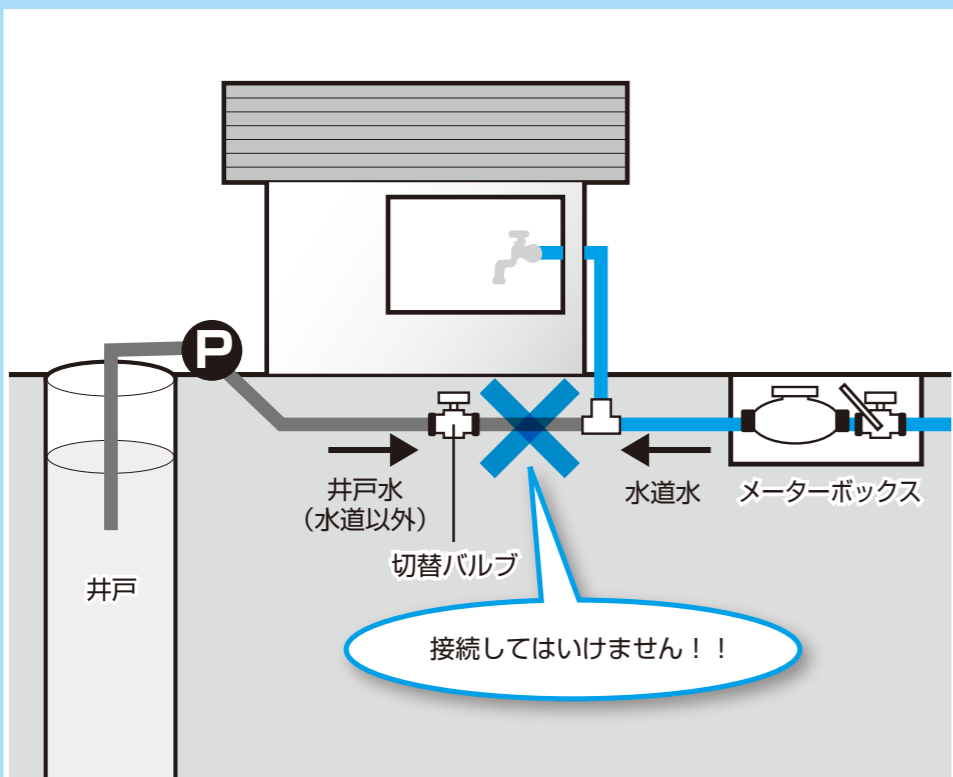
また、水道以外の水が、水道の本管に逆流することも考えられます。仮に水道本管に消毒していない水や飲用に適さない水が入った場合、広範囲で健康被害が発生する恐れがあります。

自宅などを確認してみよう

皆さんのご自宅などで、井戸や山水などを庭や畑の散水などに利用している場合、バルブを介して水道管に直結していないか確認してみましょう。

なお、管の接続状況などが、ご自分で確認できない場合は、伊豆市指定給水装置工事業者にご相談ください。指定工事店については、上下水道課または市ホームページなどでご確認ください。

クロスコネクションイメージ図(例)



クロスコネクションだと分かったら

伊豆市指定給水装置工事業者に連絡し、速やかに水道の給水管と水道以外の管の切り離しを依頼してください。この工事にかかる

費用は、自己負担となります。

なお、管の切り離しが確認できるまでは、水道法や伊豆市給水条例の規定に基づき、水道の給水を一時停止させていただきます。

水道を正しく利用しよう！



『頼家祭り』開催

修善寺温泉街が非日常的な光景に！

7月16日(月)祝、修善寺温泉街で『頼家祭り』が開催されました。この祭りは、悲劇の鎌倉幕府二代将軍「源頼家」と家臣「十三士」をしのぶ祭りで仮装行列が行われます。今年も、『振り込め詐欺および交通事故撲滅パレード』も同時開催され、行列に参加しました。この日は、天候にも恵まれ、厳しい日差しが照りつける中、沿道には多くの観客が訪れ、楽しんでいました。



▲修禅寺を出発する頼家と妻・若狭の局、子一幡

楽しく学ぶイベントが1番

『伊豆っ子防災学習会』開催

7月30日(月)、市内の小学4～6年生31人が参加し、『伊豆っ子防災学習会』が開催されました。

この防災学習会は、土石流などの土砂災害に対する砂防施設の役割、地震・火災などの緊急時の心構えや対応を体験し、学習することを目的に毎年開催されています。

砂防施設の見学や煙の中が体験できるハウスに入るなど貴重な経験をした児童は、早速夏休みの忘れられない思い出ができ、大満足の様子でした。



▲八幡にある『丸ノ沢砂防えん堤』をバックに記念撮影！

朝イチから気持ちいい

体の「リア」を意識してウォーキング

7月22日から8月26日までの毎週日曜日(全6回)『夏休み朝イチ！ウォーキング』が開催され、毎回約20人が参加しました。

ウォーキングの基本を教わり、脈拍を測りながら狩野川サイクリングロードの約5キロを歩きました。修善寺橋を折り返し、狩野川記念公園に戻るころには気温も上がり、参加者は気持ちのいい汗を流していました。



▲「空気おいしい！」すがすがしい気分でウォーキングする参加者

美しい音色が夏の夜に

修善寺芸能処『桂座』開催

8月4日(土)から6日(月)までの3日間、修善寺で『桂座』(ノスタルジックロマン修善寺主催)が開催されました。

公演は、ろっそくや庭園のライトアップで演出された本堂内の特設舞台で行われ、4組のミュージシャンが演奏を披露しました。

『桂座』には、3日間で県内外から延べ400人が来場し、公演とともに、虫の声や夜風の香りなど真夏の夜を楽しんでいました。



▲観客は修善寺本堂に響きわたる美しい歌声と楽器の音色に癒されました

すぐに仲良〜みんな友達

『友好都市』でもマリン交流』開催

7月28日(日)から泊3日、『友好都市』でもマリン交流』が、平塚市で行われました。伊豆市からは4人の小学生が参加し、友好都市提携を目指す平塚市と、その友好都市である高山市、花巻市の小学生と交流を深めました。

初めは、緊張していた子どもたちも、1時間もしないうちに笑顔に変わり、最終日には、「また会おうねー」と言いながら、再会の約束を交わしました。



▲水族館見学、クルージング、サッカー観戦などたくさん思い出作っただよ！

異国の地に胸を弾ませ

『フレンドシップ事業』出発式

8月13日(月)、生いきプラザで、姉妹都市であるカナダのネルソン市とホープ市を訪問する『フレンドシップ事業』の出発式が行われ、参加する市内の中学2年生19人が、一人ひとり熱い意気込みを発表しました。

出発式を終えた参加者たちは、空港へ向かうバスに乗り、ワクワクした様子で出発しました。

今年も、8月24日(金)までの12日間、ネルソン市とホープ市にホームステイしました。



▲「積極的にカナダの人と話したい」大きな声で堂々と決意表明



大仁警察署

安心安全なまち 伊豆市をめざして

犯罪に関する
情報・届出・相談は…
問合せ／大仁警察署
☎ (76) 0110

●根拠の無い自信はダメ！

「振り込め詐欺」と言えば、誰もが一度は耳にしている言葉ですが、「わたしは大丈夫」、「わたしはだまされないと根拠の無い自信を持っていますか？」

県内各地では、7月下旬から息子や孫をかたり、事前に電話をかけてくる「アポ電」が多発しています。また、「オレオレ詐欺」の被害状況を見ると発生件数は減少していますが、1件あたりの被害金額は、以前に比べ大幅に増加し、平均で500万円から600万円とかなりの高額です。8月5日(日)現在の被害状況は、件数35件、被害総額約1億3500万円となっています。

【こんな電話は詐欺です】

- 「携帯番号が変わった」
- 「キャッシュカードを預かります」
- 「お金を返すからATM機に行け」
- 「被差止策は」
- 「どんな話も、慌てない。」
- 「必ず本人に確認し、電話番号は変わる前の番号にかける。」
- 「不審な電話は迷わず警察に連絡する。」

犯人は家族の愛情につけ込み、お金を要求してきます。「わたしは大丈夫」と思つ前に、「振り込め詐欺」にハマらないでください。

●「つらい話には必ず落とし穴」

高齢者を狙い、聞き覚えの無い会社から電話や郵送で来る未公開株や社債などの投資話は、ほとんどが詐欺です。絶対に信用しないでください。

「あなたもねられています！」

オレオレ詐欺の被害者から「オレオレ詐欺の被害者からオレオレ詐欺の被害者へ」という危険な連鎖が起きている。絶対に信用しないでください。



【こんな言葉は危ない】

- 「絶対モッかる」
- 「あなただけ特別に」
- 「XX会社の社債を買ってくれたら、数倍で買い取ります」
- 「過去に購入した株を買い取って、損害を回復してあげます」

このようにつらい話を持ちかけ、高齢者からお金をだまし取る詐欺が急増しています。お金を払い込む前に、家族や警察に相談して被害防止に努めてください。

学校再編成は今！



天城小学校開校に向けて 狩野小学校の改修工事始まる



狩野小学校では、学校再編と防災対策の一環として、6月中旬から増改築工事が始まっています。下の写真と図が主な改修・改築個所で、来年の2月末に完成予定です。



【改修されたトイレ】

◀今までの便器がすべて撤去され、洋式便器に取り替えました。また、各階に多目的トイレも整備しました。



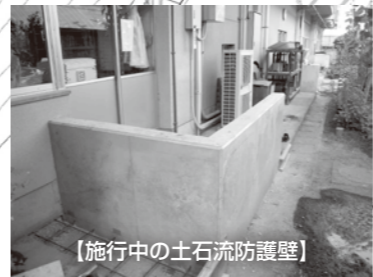
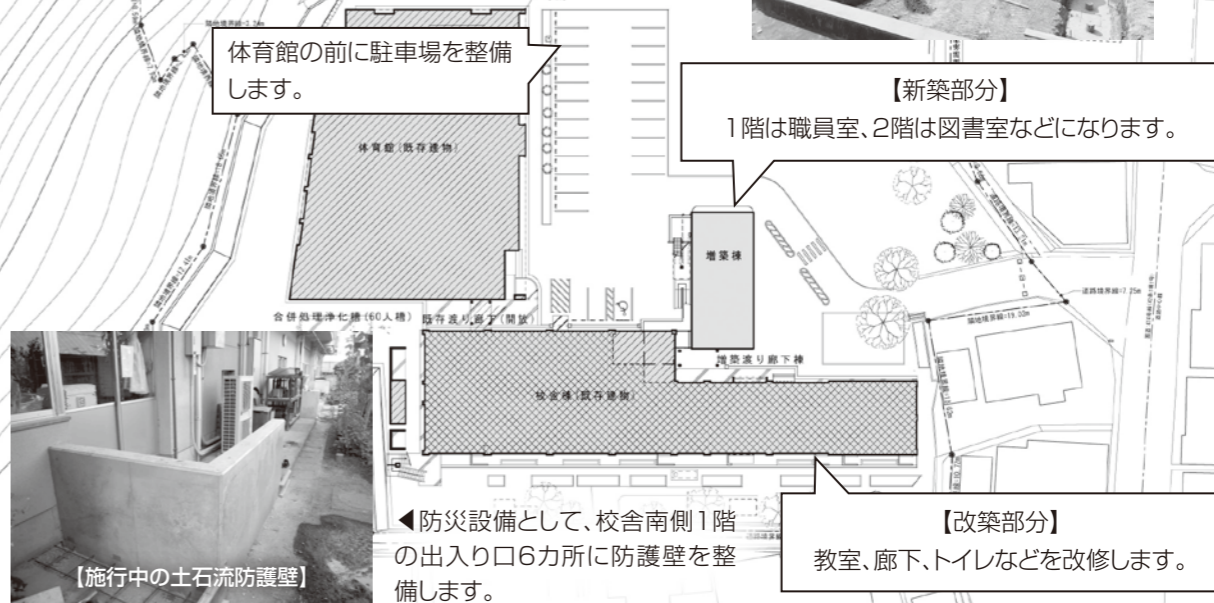
【改修中の教室】

◀すべての教室や廊下をきれいに改修しています。教室をこれまでの6教室から11教室に増設します。また、床や壁、黒板などがすべて塗り替えられ、校舎内が明るい雰囲気になります。



【新築部分の基礎工事】

【新築部分】
1階は職員室、2階は図書室などになります。



【施行中の土石流防護壁】

問合せ／学校教育課 ☎(83)5470

悪質商法被害のまち

近年、特にインターネットや携帯電話を利用した通信販売やサービスの提供などの契約では、その代金の支払方法が多様化しています。翌月一括払いによるクレジット決済や電子マネー決済、コンビニ収納代行、携帯電話の通話料金などと一緒に、携帯電話会社から請求を受けるキャリア課金などさまざまな方法があります。

仮にインターネット詐欺などの被害に遭った場合に、決済手段によって適用される法律が異なったり、受け皿となる法

『多様化する決済方法』



律が未整備の場合もあります。これらの決済方法はいずれも便利なものですが、いざトラブルが発生したときのことも考えた上で利用してください。

悪質商法に関する問合せ／
司法書士 山田茂樹
市民課 ☎(72)988588

歌壇 短歌・天城

六月を眼科通いに費やして庭に出づれば柿若葉の眩し
安藤 綾子(湯ヶ島)

うつぎの花咲き溢れたる峽の道急に日かげりて物音絶ゆる
安藤 尚子(湯ヶ島)

台風の去りし朝の裏山に杜鵑啼く明日は夏至とぞ
飯田三枝子(佐野)

抄らぬ暑き日の作業嘆きつつ憩ふ木陰に草の香にほふ
上田婦美恵(月ヶ瀬)

樟のそよぐ梢を日々に見て今年も早くなれば終へたり
梅原とき子(月ヶ瀬)

おもだち いっぱい!

保育園・幼稚園・こども園の紹介

狩野幼稚園

- ◆園の目標『みんなにここに元気な子』
- ◆重点目標○たくましい子
 - 思いやりのある子
 - 自己表現のできる子
- ◆合言葉 はればれ のびのび いきいき

★友達や異年齢児と遊ぼう★
自分の好きな遊びを楽しむ中で、友達と一緒に遊ぶ楽しさを感じています。また、年長児が小さい子の面倒を見たり、一緒に遊んだりする中で、子どもたちにあこがれの気持ちや思いやりの心が育ちます。

★他園との交流、地域のかかわり★
今年はお盆の放流や梅狩りも体験し、ますます他園や地域の皆さんのかかわりが深まっています。

★食育の取り組み★
野菜を育てる中でおいしさを感じたり、成長の変化を感じとる力が育っています。自分たちで育てた野菜の味は格別です。

9月から2学期が始まります。運動会に向け、運動遊びに取り組んでいきます。



▲「つめた〜い」夏はプールが最高!



狩野幼稚園は、近くに狩野ドームがあり、園舎から狩野川の清らかな流れがよく見える恵まれた環境にあります。
今年の夏、69人の園児は暑さにも負けず、元氣いっぱいにプール遊びやシャボン玉、水鉄砲を楽しみました。

▲大きなジャガイモあったかな?

みんなのひろば

いい歯の おもだち

3歳児健診で虫歯がゼロだったお子さんを紹介します。*健康増進課*



むろの なな
室野 那奈ちゃん
(上白岩)



なかやま
中山 りおちゃん
(八幡)



もとしま じゅんせい
本島 潤征ちゃん
(冷川)



あきもと ゆう
秋元 優ちゃん
(上白岩)



おがさわら ひろと
小笠原 大翔ちゃん
(青羽根)



すぐろ あやの
勝呂 彩乃ちゃん
(青羽根)



うちだ いぶき
内田 衣吹ちゃん
(市山)



すずき かほ
鈴木 花歩ちゃん
(本立野)



やまなか あやめ
山中 史芽ちゃん
(横瀬)



すずき みなみ
鈴木 南巴ちゃん
(雲金)



ほりえ ののか
堀江 野乃花ちゃん
(矢野)



すぎむら せいのみすけ
杉村 清乃介ちゃん
(修善寺)



すぎやま あおい
杉山 蒼依ちゃん
(牧之郷)



つちや はると
土屋 悠人ちゃん
(牧之郷)



なかやま まりん
中山 真凛ちゃん
(牧之郷)

試してクッキング COOKING

●メニュー提供
伊豆市健康づくり食生活推進協議会



ヘルシー豆腐サラダ ゼラチンジュレソース

1人分 栄養価
◇エネルギー…58kcal ◇カルシウム…31mg
◇たんぱく質…3.1g ◇脂質…1.9g ◇食塩相当量…0.6g

材料(8人分)

- ◆絹豆腐…500g
- ◆塩蔵ワカメ…20g
- ◆ホールコーン…40g
- ◆レタス…3~4枚
- ◆プチトマト…16個
- ◆A
 - ◇酢…大さじ3
 - ◇しょうゆ…大さじ2
 - ◇砂糖…大さじ2
 - ◇だし汁…大さじ7
 - ◇ゼラチン…1袋(4g)



作り方

- ①ワカメは、よく水洗いして塩を落とし、ザク切りにする。
 - ②レタスは洗ってちぎる。
 - ③プチトマトは、へたを取って洗い、半分に切る。
 - ④豆腐はよく水気を切り、2cmの角切りにする。
 - ⑤器に下ごしらえした具材を盛り、ホールコーンを散らし、ジュレをかける。
- 【ジュレソースの作り方】
①だし汁の分量から大さじ2にゼラチンをふりかけ、ふやかせる。
②鍋に①を入れ、弱火で加熱し溶かす。火を止め、Aを入れてよく混ぜたら冷蔵庫で冷やす。

食育 memo

毎月19日は
食育の日

〜食育はお手伝いから〜

私が考える食育とは、お手伝いをすることから始まると思います。私の5歳の娘は、祖父母や幼稚園のおかげで、野菜の育て方から知ることができました。子どもと一緒に食材の調達から調理、そして食することで、何でもおいしく食べられるようになりました。子どもに手伝わせることは面倒なことですが、将来のためにお手伝いをさせていきたいと思います。

伊豆市食育推進協議会 浅田 大樹(湯ヶ島)

団員募集中!



▲「サッカーがしたい人は、一度、練習を見に来てね!」

集え!アスリート

中伊豆サッカースポーツ少年団

ぼくたちは、水曜日と金曜日の夜に中伊豆小学校で活動していて、団員は、2年生から6年生まで40人います。練習は、低・中・高学年に分かれ、それぞれに合った練習をしています。ぼくは、指導者と対戦する試合形式の練習が楽しみです。厳しいこともありますが、仲間と一緒に練習は楽しいです。中伊豆のチームワークを生かし、県大会出場を目指して頑張りたいです。

キャプテン 中伊豆小6年 萩原 亜斗夢



お知らせ

秋の全国交通安全運動を実施!

9月21日(金)から9月30日(日)までの間、秋の全国交通安全運動を実施します。

ドライバーの皆さん、子どもやお年寄りを見掛けたら、減速や徐行を行い、思いやり運転を心掛けましょう。

歩行者の皆さん、これからの時期は日没が早くなり、すぐに暗くなります。夕暮れ時や夜間の外出には、できるだけ明るい色の服装や反射材の着用を心掛けましょう。また、道路を横断するときは、必ず横断歩道を渡りましょう。

【スローガン】

安全をつなげて広げて事故ゼロへ

【運動の基本】

○子どもと高齢者の交通事故防止

【運動の重点】

○夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止(特に、反射材用品などの着用の推進)

○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

○飲酒運転の根絶

☆反射材を着用しましょう!

これから、日が短くなり、暗い夜道を歩くことが多くなります。夜間外出する時は、横断時の左右確認や横断歩道の利用はもちろんのこと次の2点を心掛け、交通事故を未然に防ぎましょう。

・明るい服装(白、黄など)
・反射材の着用

特に、反射材については、LEDを内蔵し、視認性に優れた自発光式のものを用いると、より効果的です。



▲自発光式反射材

静岡県内事故多発!

県内では、7月1日(日)～8月12日(日)の間だけで22件の死亡事故が発生しています。

市内の交通事故で1番多いのが「追突」です。その原因は、前方不注意や居眠り運転など、ドライバーのちよとしたミスによるものです。普段から注意し、交通事故を未然に防ぎましょう。左右の安全を十分に確認してから、横断するようにしましょう。



皆さんの少しの心掛けで、事故は防ぐことができます。交通安全にご協力をお願いします。

土肥温泉の「温泉受給権」を公売します

税務課徴収対策室では、土肥温泉供給区域にある「温泉受給権」を次のとおり公売します。

日時／9月28日(金) 10時～10時30分
場所／土肥支所4階 土肥公民館
売却決定日時／9月28日(金) 10時45分
買受代金納付期限／9月28日(金) 12時
公売財産／土肥温泉供給区域温泉受給権

①定量制 4升(7・2ℓ)
②定量制 8升(14・4ℓ)
1升あたりの単価(最低入札価格)76万8千円

※買受価格とは別に消費税および未納温泉料金(1升あたり13万2千円)が加算されます。

注意事項

○今回の公売の参加資格は、土肥温泉供給区域内に居住する人または同区域内に家屋を所有する人となります。

○公売財産は1升を1口として売却します。

○現在温泉受給権をお持ちでない人(新規申込み)は、2升以上からの参加となります。

○公売財産は複数落札入札の方法をとります。入札書には購入する数量(口数)と1升あたりの単価(最低入札価格以上の金額)を記入します。

○温泉の受給を受けようとする人は伊豆市長の許可が必要です。

○買受人は3年間名義を変更することができません。

○引湯にかかる工事費などは落札者の負担となります。

○落札後にかかる温泉料金(定量制)は、1升あたり月額3,780円です。

○許可後の温泉使用料は、使用者都合(配管工事未了の場合を含む)により引湯していない期間があっても、基本料金は毎月納付することになります。また、休止制度もありません。

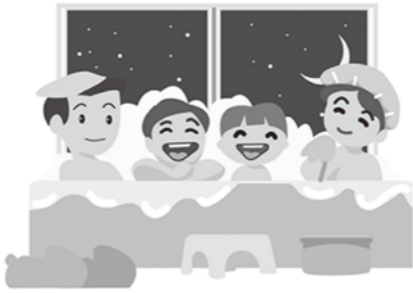
公売に関する問合せ

税務課 ☎(72) 98555

温泉受給権に関する問合せ

土肥支所 ☎(98) 1111

※入札参加を希望する際は、使用の詳細について事前に「伊豆市温泉使用条例」をご確認の上、参加をお願いします。



国民健康保険証が10月1日から更新されます

クリーム色から藤色に変わります。保険証は加入者一人に1枚ずつ交付されますが、9月下旬までに世帯主あてにまとめて送付します。受領したら記載内容に誤りがないか確認してください。

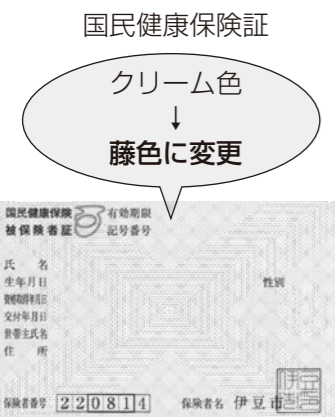
新しい保険証の有効期限は、平成25年9月30日です。ただし、次の人は有効期限が異なります。

○期間内に75歳になる人(後期高齢者制度へ保険が変わるため、有効期限が誕生日の直前となります)

○期間内に65歳になる退職被保険者とその被扶養者(資格が一般被保険者へ変わるため、有効期限が誕生日の月末となります)

○国民健康保険税の納付状況により短期の保険証を交付される世帯の人
※古い保険証は、市役所本庁または各支所窓口へ返却するか、各自で確実に処分をお願いします。

問合せ／市民課 ☎(72) 98556



『伊豆市奨学金』のお知らせ

市では、将来有望な人材を育成するため、経済的理由により修学が困難な高校生や大学生に学費や通学費となる奨学金を貸与します。

原則として無利子で卒業後、8年以内に返還します。奨学金の貸与月額は、高等学校1万6千円、専門学校・短期大学・大学2万円です。相談は随時受け付けています。

申込み・問合せ

学校教育課 ☎(83) 5470

お済みですか? 児童手当などの更新

児童手当、子ども医療費受給者証、母子家庭等医療費助成受給者証は、6月末が更新期限でしたが、手続きはお済みですか。手続きをしていないと、手当などを受給することができません。

まだお済みでない場合は、至急子ども課または各支所で手続きをお願いします。

問合せ／子ども課 ☎(72) 9864



成人式のご案内

八方手送付のお知らせ

平成25年1月13日(日)に成人式を行います。成人式のご案内を10月初旬に新成人の住民票のある住所に送ります。

成人式の出欠

の返信期限は10月31日(水)までとなりますので、ご注意ください。

修善寺図書館の開館日を変更します

昨年の事業評価会で、要望のあった祝日および振り替え休日の開館を左記の日程で修善寺図書館のみ試行します。振り替えて火曜日が休館になりますので、お間違えのないようご注意ください。

※天城・中伊豆・土肥図書館は変更ありません

開館日／9月17日(月)、10月8日(月)、12月24日(月)、平成25年1月14日(月)、平成25年2月11日(月)
振替休館日／9月18日(火)、10月9日(火)、12月25日(火)、平成25年1月15日(火)、平成25年2月12日(火)

問合せ／修善寺図書館 ☎(72) 9868



講演会のお知らせ

『発達障害への理解と支援』

『発達障害』最近よく聞きますね。子育て、人間関係、共存・・・一緒に考えてみませんか? 無料で、どなたでも参加できます。

とき／10月12日(金) 13時30分～15時30分
ところ／生いきプラザ
講師／精神科医 佐々木正美先生
主催／伊豆市障害者地域自立支援協議会
後援／伊豆市教育委員会
問合せ／社会福祉課 ☎(72) 9863

確定申告の会場・日程が決まりました

詳細は、広報1月号と2月号でお知らせします。

とき・ところ
○市役所本庁別館(旧保健所)
平成25年2月1日(金)～平成25年3月15日(金)
○土肥支所
平成25年3月1日(金)～平成25年3月15日(金)

※両会場とも土日・祝日を除く。

問合せ／税務課 ☎(72) 98554





募集

市ホームページ 後期バナー広告の募集

市のホームページには、市民の皆さんはもちろんのこと、観光客や移住希望者など全国から年間約200万件を超えるアクセスがあります。

市ホームページにバナーを掲載して市内外へ向け、企業イメージをアピールしてみませんか？

申込方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

掲載期間／10月1日（月）～平成25年3月31日（日）

掲載料／1枠あたり5万円

バナーのサイズ／1枠あたり縦40ピクセル、横200ピクセル

受付期間／9月15日（土）まで

問合せ／政策推進課 ☎（72）1187



グラウンド・ゴルフ交流大会 参加者募集

市スポーツ推進委員会では、秋のグラウンド・ゴルフ交流大会を開催します。家族や友人、地区、各種団体などでチームを作ってご参加ください。

とき／9月22日（土）18時30分～

ところ／丸山スポーツ公園 野球場

参加資格／市内在住または勤務・在学の入

チーム編成／1チーム4人から6人

競技方法／8ホール×2の16ホール

（参加チーム数によっては変更あり）

表彰／団体戦の優勝、準優勝、第3位に賞状と記念品を贈ります。

参加費／無料

募集参加チーム／20チーム

申込方法／所定の申込用紙に必要事項を記入し、9月19日（水）までに直接またはファックスなどでお申込みください。

※申請用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

申込み・問合せ／社会教育課 ☎（83）5477 FAX（83）5498



▲昨年の大会の様子

コアストレッチウオーキング 教室参加者募集

コアストレッチウオーキングとは、ひねり動作を加えて、身体のコアと呼ばれる深い部分の筋肉を引き伸ばしながら歩くウオーキング技術です。効果的なウオーキング技術を伝授します。

とき／9月11日（火）14時～17時

9月27日（木）17時～20時

ところ／狩野ドームトレーニングルーム

対象／トレーニング講習を受講した人

参加費／市内100円、市外200円

持ち物／運動のできる服装、タオル、飲み物、体育館シューズ

内容／トレーニング機器の説明、ストレッチ方法、トレーニングメニューの相談

参加申込み／当日会場にて受け付けます。

問合せ／社会教育課 ☎（83）5477

狩野ドーム ☎（87）1611



▲ご自身のトレーニング方法を見直す良い機会です！ぜひ参加ください

イベント・教室

ロンドンオリンピック 基調講演会開催

ロンドンオリンピックに出場した選手やコーチが、伊豆市にやって来ます！この講演会を聞けば、スポーツに限らず何かに挑戦したくなること間違いなし！

またとない機会ですので、皆さんお誘い合わせの上、足をお運びください。



▲この機会にぜひ！

「伊豆市食育料理コンテスト」 審査員を募集

特産品を活用した野菜たっぷり料理をテーマにした『わたしの伊豆ベジ地満コンテスト』を実施します。

左記のとおり審査員を募集します

ので奮ってご応募ください。

とき／

10月27日（土）10時～12時30分

ところ／生きいきプラザ

栄養実習室、和室

募集人員／先着3人

募集対象／市内在住で、料理に関心のある18歳から40歳の人

審査方法／調理時間や手順、食味、見た目、アピール性などを審査します。

応募方法／9月10日（月）から10月4日（木）までに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を書いた用紙を健康増進課へ持参（様式は問いません）または電話してください。

※詳細については、健康増進課へお問い合わせください。

問合せ／健康増進課 ☎（72）9861



とき／9月28日（金）

17時～18時（予定）

ところ／伊豆ペドロローム

参加費／無料

講演内容／

『ロンドンを終えて（仮題）』と題して、ロンドンオリンピックに出場した選手やコーチをお招きして、一緒に行う市民参加型の基調講演会です。

※詳細については9月初旬に決定します。市ホームページに随時掲載しますので、ご確認ください。

問合せ／観光交流課 ☎（72）9911

日本サイクルスポーツセンター ☎（79）0004

ローコンサート開催

スーパーピアノストの志村孝雄さんをお迎えし、楽しいひと時をお届けします。皆さんお誘い合わせの上、ご来場ください。

とき／9月14日（金）18時開場

18時30分開始

ところ／生きいきプラザ

入場料／500円（ワンドリンク付き）

予約方法／生きいきプラザ管理室で整理券を配布します。当日は料金と入場整理券を持参してください。

問合せ／伊豆市文化協会（生きいきプラザ管理室） ☎（72）9872

九月の近代日本画

9月の展示は、秋の彼岸に合わせて、仏教に取材した作品を中心に展示します。この機会にぜひご鑑賞ください。

展示作品／

『松下睡布袋』石井林響 明治40年代

『弁財天』安田鞆彦 明治44年ごろ

『拓華微笑』安田鞆彦 明治44年

『隻履達磨』安田鞆彦 大正1～4年

『十六羅漢』安田鞆彦 明治44年ごろ

『手向』速水御舟 大正2年

『観音』小林古径 明治末～大正初

『真達羅大将』安田鞆彦 大正10年

『王仁』安田鞆彦 明治42～44年

☆見どころ

速水御舟の臺に詣でる婦人を描いた『手向』は、できるだけ描線を排して、

淡い色調でまとめた叙情的雰囲気漂う作品を多く手がけた時期のもので、

御舟が19歳になる大正2年の7月4日付で相原沐芳氏に贈られた作品です。

御舟はこの作品について、今非常に真心という言葉を尊び憧憬しているの

自然とあんなものを描いたと述べてい

ます。後にしばしば用いられる琳派風

表現の先駆けとなる重要な作品です。



展示期間／9月7日（金）～10月2日（火）

9時～16時（木曜休館）

入館料／大人300円、小中高生150円

問合せ／修善寺郷土資料館 ☎（72）1934



Q 印鑑登録をしたいのですが、どんな印鑑でも登録できますか？

A 登録できる印鑑は、主に次のような条件があります。

○氏名に使われている文字で表していること

○外国人住民は氏名または登録された通称・カナ表記の文字で表していること

○ゴム印やスタンプ式などではない、

印形が容易に変形しないもの

○大きさが1辺25mmの正方形に収まり、1辺8mmの正方形に収まらないもの

○同じ印鑑で同世帯員が登録していないこと

※また、三文判（認印）など、同じ印影のものが簡単に手に入るものは、印鑑登録には適していません。トラブル防止のためにも、まねをされにくい印鑑をご用意ください。これら以外にも登録できない条件があります。ご不明な点は、事前にお問い合わせください。

問合せ／市民課 ☎（72）99055



サイクルメッカ伊豆

だよりvol.18



サイクルレジャーの
聖地を目指して!

福島県泉崎中学校の自転車部が合宿に!

自転車競技が盛んな町、福島県泉崎村から泉崎中学校自転車部の先生と生徒4人が、8月8日(水)から2泊3日でサイクルスポーツセンターへ合宿に来ました。

現在も福島県内の放射能被害の影響で屋外400mバンクの修復ができていないことから、生徒たちは地元の元競輪選手にコーチングを受け、ロード練習をしています。初めて走る伊豆ペドロームのバンクも上手に周回練習を行っていました。中には、「競輪選手になりたい!」という生徒も!



サイクルメッカ伊豆で ▲先頭を交代しながらの練習は、練習を頑張っている生徒たちに、伊豆市の特産品の差し入れを行いました。生徒たちは、特産品に大満足の様子でした。

来年もぜひ来ていただき、今後も伊豆市を練習拠点場所の1つとして交流を深めていきたいです。

この合宿は、昨年の11月に福島県内で原発の放射能被害により屋外での運動が制限されている子どもたちに対して、伊豆で思い切り自転車で遊んでもらうことを目的に開催された『ふじのくにCYCLE FES.2011 in新東名サイクリングツアー』へ招待したことが縁で実現しました。



問合せ 観光交流課 ☎(72)9911

インターネットは…

サイクルメッカ伊豆

検索

◎今月の表紙

土肥の夏の風物詩

今月の表紙は、8月18日(土)~21日(火)の4日間開催された「土肥サマーフェスティバル」の海上花火大会の風景です。潮風と花火の火薬のにおいが漂う土肥ならではの花火大会に多くの人が訪れ、その花火の美しさに時が経つのを忘れて見入っていました。



伊豆市の人口

平成24年
8月1日現在

男	16,427人	(-15)
女	17,925人	(-8)
計	34,352人	(-23)
世帯数	13,562世帯	(-19)

100 広報いっずは、古紙配合率100%再生紙を使用しています。

※()内は前月比



8月2日(木)の修善寺駅前の花火です。

写真を撮るときは、風向きです。風向きを考えて旧牧之郷幼稚園から撮影しました。

仕掛け花火の打ち上げの瞬間を切り取りました。

(8月2日、柏久保にて撮影)

天野 隆さん

(60代・男性)



夏の素敵な思い出は花火とともに

皆さんの写真をお待ちしています。投稿方法は市ホームページをご覧ください。

問合せ 政策推進課 ☎(72)1187

プロジェクト 最前線!

市の主要事業を紹介するコーナーです。

住宅用太陽光発電システム 設置費補助金について

市では、地球温暖化対策の一環として、太陽光発電システムを住宅に設置する際に補助金を交付しています。

7月1日から再生可能エネルギーの固定価格買取制度が開始され、再生可能エネルギーで発電された電気を電力会社が買い取ることが義務付けられました。このため、発電者はコスト回収の見込みが立ちやすくなり、再生可能エネルギーの新たな取り組みが促進されています。

<補助対象者>

市内に住所を有し(転入予定も含む)、市税を滞納していない人

<補助金額>

太陽光発電システムの出力
1kwにつき3万円(上限10万円)

<補助予定件数>

今年度は60件を予定しています。

8月23日(木)現在で、34件の申請を受け付けています。

<注意事項>

○補助金の申請書を提出後に、環境衛生課で現地確認を行います。書類を審査した後、適正であれば補助金決定通知書を送付します。決定通知書が手元に送られてきたから太陽光発電システムの設置工事の着工をお願いします。

○設置工事が終了したら、30日以内に完了報告書を提出してください。

申込み・問合せ 環境衛生課 ☎(72)9857



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 ●2歳・2.6歳児健診 (生きいきプラザ) ●フッ素塗布 (生きいきプラザ)	2 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(狩野ドームほか) ●婦人科検診・骨密度健診(土肥支所ほか) ●離乳食教室 (生きいきプラザ)	3 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(本立野公民館ほか) ●大腸がん・胸部検診(地藏堂公会堂ほか)	4 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(丸山スポーツ公園) ●婦人科・骨密度健診(天城保健福祉センター) ●市民課窓口延長(本庁) ●修善寺図書館開館延長	5 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(柏久保公民館ほか)	6 ●胃がん・大腸がん・胸部検診・特定健診(中伊豆温泉病院) ●婦人科検診・骨密度健診(生きいきプラザ)
7	8 ●修善寺図書館祝日開館日	9 ●修善寺図書館休館日 ●胃がん・大腸がん・胸部検診・特定健診 (中伊豆ふれあいプラザ)	10 ●コアストレッチウォーキング教室(修善寺体育館) ●3歳児健診 (生きいきプラザ)	11 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(大平公民館ほか) ●市民課窓口延長(本庁) ●修善寺図書館開館延長	12 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(熊坂公民館) ●1.6・2・2.6・3歳児健診(土肥保健センター)	13 ●胃がん・大腸がん・胸部検診・特定健診 (生きいきプラザ)
14	15	16 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(中伊豆交流センター) ●大腸がん・胸部検診(中里公民館ほか)	17 ●コアストレッチウォーキング教室(白岩グラウンド) ●大腸がん・胸部検診(堀切公民館ほか) ●健康相談(土肥保健センター)	18 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(土肥支所) ●大腸がん・胸部検診(日向公民館ほか) ●市民課窓口延長(本庁) ●修善寺図書館開館延長	19 ●胃がん・大腸がん・胸部検診・特定健診(土肥支所) ●大腸がん・胸部検診(大滝公民館ほか) ●健康相談(中伊豆ふれあいプラザ)	20 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(土肥支所)
21 ●伊豆市議会議員選挙 投・開票日(市内28投票所ほか)	22 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(土肥支所) ●大腸がん・胸部検診(持越地区集会所ほか)	23 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(小下田ふるさとセンター) ●健康相談(生きいきプラザ)	24 ●コアストレッチウォーキング教室(狩野ドーム) ●胃がん・大腸がん・胸部検診(小土肥生活改善センター) ●健康相談(天城保健福祉センター)	25 ●市民課窓口延長(本庁) ●修善寺図書館開館延長	26	27 ●伊豆市文化祭 音楽・芸能部門(生きいきプラザ)
28 ●伊豆市文化祭 音楽・芸能部門(生きいきプラザ)	29 ●胃がん・大腸がん・胸部検診(生きいきプラザ)	30	31 ●コアストレッチウォーキング教室(修善寺体育館) ●胃がん・大腸がん・胸部検診(土肥小学校体育館)			

今月の納期限

- 国民健康保険税第3期..... 1日
- 修善寺地区上下水道料金・土肥地区温泉料金..... 25日
- 介護保険料第4期..... 31日
- 市県民税第3期・国民健康保険税第4期..... 31日

施設休館日

- 市役所...土・日・祝日
- 修善寺郷土資料館...木曜日
- 中伊豆歴史民俗資料館...土・日・祝日
- 清掃センター...土(11時~)・日・祝日
- 図書館...月曜日・第4金曜日
- 虹の郷...2日・9日・16日

- イズシカ間屋...火・金曜日
- 湯の国会館...水曜日
- 万天の湯...木曜日
- 中伊豆室内温水プール...月曜日
- 天城温泉プール.....火曜日

10月イベントカレンダー

1日～12月20日 伊勢海老まつり
／土肥温泉民宿組合加盟施設

1日～1月上旬 ミカン狩り／土肥

13日・14日 土肥神社例大祭／土肥神社

14日～11月4日の毎週日曜日
奥の院秋の静寂(有料、予約制)／修禪寺～奥の院

18日 日枝神社例祭／修善寺温泉街

20日～11月12日 菊花まつり／虹の郷

21日 修禪寺弘法市／修禪寺境内

下旬 八幡来宮神社三番叢奉納／中伊豆
下旬 収穫祭・焼きイモ大会／中伊豆体験農園

【花の見ごろ】
中旬～11月上旬 バラ／虹の郷
中旬～11月上旬 天城山の紅葉／天城、中伊豆

問合せ／伊豆市観光協会 ☎(85) 1883

図書館でお話会

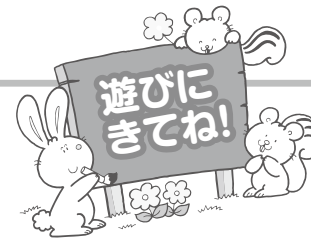
申込不要・時間までにお集まりください。

※図書館で手遊びや絵本の読み聞かせなどをします。

- ★日曜日のお話会(修善寺)3歳以上
14日(日)14時～14時30分
- ★小さい子とお母さんのためのお話会(修善寺)0～3歳
5日・19日(金)10時30分～11時
- ★おはなしタイム(中伊豆) 幼児・児童
13日・27日(土)10時30分～11時
- ★おはなしタイム Baby♪(中伊豆) 乳幼児
11日・25日(木)10時30分～10時50分
- ★おはなしかい(天城)4歳～小学低学年
20日(土)10時30分～11時
- ★うりぼうおはなしかい(天城)0歳～3歳
11日(木)10時30分～10時50分
- ★おはなしの会(土肥)小学生以下
13日・27日(土)10時30分～11時

毎月19日は **食育の日**

毎月25日は **地産地消の日**

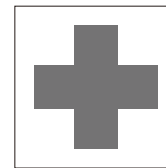


保育園・こども園の園庭開放や子育て支援事業を実施しています。お子さんとぜひお越しください。
時間／9時30分～11時30分 ※祝日は除きます。
※『修善寺子育て支援センター』と『すいすい』は、9時～15時

園庭開放	実施日
修善寺東保育園	第1・3火曜日
熊坂保育園	第2・4火曜日
橋保育園	毎週月曜日
原保保育園	毎週金曜日

※行事などによりお休みする場合がありますので、ご了承ください。

子育て支援事業	実施日
のびのびくらぶ(天城保健センター)	毎週月・水・金曜日
にこにこフロア(土肥支所)	毎週月～金曜日
ちびっこサロン(中伊豆保健センター)	毎週火・水・木曜日
わんぱく広場(生きいきプラザ)	毎週月・金曜日
修善寺子育て支援センター(修善寺保育園)	毎週月～金曜日
子育て支援センター「すいすい」(認定こども園あゆのさと)	毎週月～金曜日



10月
休日当番医
※緊急の場合は119

- 7日 村田内科クリニック(伊豆の国市吉田) ☎(76) 8866
- 8日 あおきクリニック(伊豆の国市吉田) ☎(75) 0303
- 14日 伊豆慶友病院(月ヶ瀬) ☎(85) 1701
- 21日 修善寺クリニック(柏久保) ☎(72) 7272
- 28日 JA静岡厚生連リハビリテーション中伊豆温泉病院(上白岩) ☎(83) 3333

各種相談

無料法律相談(要予約)

相続・離婚・交通事故などの相談に顧問弁護士が応じます。
とき・ところ／10日(水)8時30分～10時10分・本庁
31日(水)9時40分～11時40分・生きいきプラザ
予約・問合せ／市民課 ☎(72) 9858
中伊豆支所 ☎(83) 1111 天城湯ヶ島支所 ☎(85) 1111
土肥支所 ☎(98) 1111

行政相談(要予約)

国の行政に関する苦情や要望、問い合わせなどを聴き、解決を図ります。
とき・ところ／9日(火)9時～12時・生きいきプラザ、中伊豆支所
26日(金)13時30分～16時30分・土肥支所
予約・問合せ／市民課 ☎(72) 9858 土肥支所 ☎(98) 1111
中伊豆支所 ☎(83) 1111 天城湯ヶ島支所 ☎(85) 1111

人権相談(要予約)

家庭内や地域での困りごと、不当な差別やいじめなどの相談に応じます。
とき／9日(火)9時～12時
ところ／生きいきプラザ、天城湯ヶ島支所
予約・問合せ／社会福祉課 ☎(72) 9862

障害者福祉相談会

障害者相談支援事業所の相談員が悩みに応じます。
とき／22日(月)13時30分～15時30分
ところ／生きいきプラザ
相談・問合せ／社会福祉課 ☎(72) 9863
障害者生活支援センターなかいずりハ ☎(83) 2195
在宅障害者サポートセンターふがく ☎0550(87) 0259

消費者相談(随時受付)

悪質商法被害など消費生活に関する相談に応じます。
とき／平日9時～16時 ※木曜日は消費生活相談員駐在
ところ／市民課(本庁)・各支所
問合せ／市民課 ☎(72) 9858

結婚相談(予約不要)

結婚に関する相談に親身になって応じます。
とき／13日(土)13時～15時 ところ／生きいきプラザ
問合せ／市民課 ☎(72) 9858

職業相談(予約不要)

ハローワーク三島が伊豆市と共同運営する職業相談窓口です。
とき／平日8時30分～17時
ところ／伊豆市地域職業相談室(柏久保)
問合せ／伊豆市地域職業相談室 ☎(74) 3075

みんなの掲示板

『さわやか一ど』終了のお知らせ ご利用は12月31日(月)までに

『さわやか一ど』は、12月31日(月)をもちまして、利用最終日とさせていただきます。お手持ちのポイントは、お早めに加盟店にてお買い物にご利用ください。

当組合も頑張っ立て直しを考えましたが、時代の流れには逆えず、解散することとしました。

長い間、『さわやか一ど』をご愛顧いただきありがとうございました。

問合せ/伊豆市商工会修善寺支所内
修善寺さわやか商業協同組合 ☎(72) 2111

IZU食彩トレイドフェア(入場無料) 飲食業・宿泊業・食品関連業の皆さん必見!

地域産品の魅力をアピールし、地域ブランド食材を広く県内外の皆さんに知っていただく総合的『食』の見本市を開催します。

「自社の自慢の食材・商品を多くの人に知ってもらいたい」「新しい市場を開拓したい」「新商品の開発を検討している」そんな熱い思いを持った事業所が出演します。また、事業所ブースにて出展商品の試食販売も予定しています。

とき/9月27日(木)9時30分~15時
※出展商品の販売時間は12時~15時です。

ところ/修善寺総合会館

内容/販路拡大や新連携などを目的とした事業所の商品のPR、出展商品の販売(一部商品に限る)

出展者/伊豆地区の農水産業および食品取扱事業所(約60事業所)

問合せ/伊豆市商工会 ☎(72)8511

県立あしたか職業訓練校 平成25年度入校生募集

あしたか職業訓練校では、主に身体障害または知的障害のある人を対象に、個々の能力と適性に応じ、生活指導、体力向上を実施しながら就業に対する意欲を高揚させています。訓練期間は1年間です。また、原則として1年間の寮生活により、社会への適応能力を高めます。

募集訓練科・定員/○コンピュータ科(表計算、ワープロ、CADホームページ作成など)・10人
○生産・サービス科(機械操作コース、加工組立コース、流通・環境コース)・40人

募集期間/10月1日(月)~11月2日(金)

選考日・試験会場/11月21日(水)・22日(木)

あしたか職業訓練校(沼津市宮本5-2)

応募手続き/願書、健康診断書などの必要書類を住所地を管轄するハローワークに提出してください。応募書類はあしたか職業訓練校、ハローワークおよび伊豆市社会福祉課に備え置きます。

問合せ/あしたか職業訓練校 ☎055(924)4380

後納制度(国民年金保険料の 納付期限の延長)が始まります

これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると保険料を納めることができませんでしたが、10月から3年間に限り、過去10年以内の納め忘れた保険料を納めることができる、『後納制度』が始まります。

過去10年以内の保険料を納めることで、将来の年金額を増やしたり、年金の受給権につなげることができるようになります。

※後納制度は事前申し込みが必要ですが、審査の結果、後納制度による納付を利用できない場合があります。詳細はお問い合わせください。

年金記録の確認について/ご自身の年金記録は『ねんきんネット』(<http://www.nenkin.go.jp>)でご確認ください。

問合せ/国民年金保険料専用ダイヤル
☎0570(011)050

第3期スロートレーニング教室 受講者募集

スロートレーニングとは、ヨガやストレッチなどをゆっくりと行う運動で体幹部を鍛えます。ゆがみを直して健康な骨盤を。目指せ背骨美人!

とき/9月24日、10月1日・15日・22日・29日、11月5日・12日・19日・26日、12月3日(祝日を除く毎週月曜日)の19時~21時ごろ

ところ/生きいきプラザ

持ち物/タオル、飲み物、ヨガマット、ボール
※マット、ボールは貸出も用意しています。

受講料/3,000円

※新規の人は年間運営費として1,000円

※お休みになった場合でも返却しません。

申込み/

○新規者:9月11日(火)9時受付開始

○継続者:9月12日(水)9時受付開始

申込み・問合せ/総合型地域スポーツクラブアルテ伊豆(修善寺体育館内) ☎(72)5935

自衛官募集 防衛省自衛隊各種試験のご案内

【防衛医科大学校学生】

応募資格/高校卒(見込含む)21歳未満

受付期間/9月3日(月)~10月1日(月)

採用試験日/10月27日(土)・28日(日)

【防衛大学校学生】

応募資格/高校卒(見込含む)21歳未満

受付期間/9月3日(月)~10月1日(月)

採用試験日/11月10日(土)・11日(日)

【看護学生】

応募資格/高校卒(見込含む)24歳未満

受付期間/9月3日(月)~10月1日(月)

採用試験日/10月20日(土)

※応募資格の年齢はいずれも平成25年4月1日現在とします。

問合せ/自衛隊静岡地方協力本部三島募集案内所 ☎055(989)9111

修善寺・天城・中伊豆地区対象 3歳児親子体操教室会員募集

今年度、3歳児になるお子さんとその保護者を対象に親子体操教室を開催します。跳び箱やマット運動、音楽に合わせた体操などで親子一緒に楽しみましょう。

とき/10月4日・11日・18日・25日、11月1日・8日・15日・22日・29日、12月6日・13日・20日(木)

A組:9時30分~10時30分

B組:10時45分~11時45分

ところ/修善寺体育館

定員/A組・B組それぞれ先着25組50人

講師/伊藤美紗緒インストラクター

参加費/3,000円(1組2人)

持ち物/体育館シューズ、タオル、バスタオル、飲み物※汚れてもよい服装でお越しください。

申込み/9月11日(火)から申し込みを受け付けます。詳細はお問い合わせください。

問合せ/NPO法人伊豆市体育協会(修善寺体育館内) ☎・FAX(72)5935

土肥地区対象 3歳児親子体操教室会員募集

今年度、3歳児になるお子さんとその保護者を対象に親子体操教室を開催します。跳び箱やマット運動、音楽に合わせた体操などで親子一緒に楽しみましょう。

とき/10月12日・19日・26日、11月2日・9日・16日・30日、12月7日・14日・21日、平成25年1月11日・18日(金)10時~11時

ところ/土肥南体育館

定員/先着25組50人

講師/熊谷五月インストラクター

参加費/3,000円(1組2人)

持ち物/体育館シューズ、タオル、バスタオル、飲み物※汚れてもよい服装でお越しください。

申込み/9月12日(水)から申し込みを受け付けます。詳細はお問い合わせください。

問合せ/NPO法人伊豆市体育協会(修善寺体育館内) ☎・FAX(72)5935

❖平成25年度採用
駿豆学園職員を募集します

駿豆学園では、平成25年4月採用の職員を募集します。
募集職種／生活支援員
募集人数／1人
募集資格／昭和61年4月2日以降に生まれ、短大程度を卒業（見込みを含む）した人
受付期間／9月3日（月）～9月24日（月）
問合せ／駿豆学園 ☎(99) 0248

❖天城ダンスクラブ会員募集
初心者歓迎、会費無料です

【初級クラス】
とき／毎月第1・3金曜日19時～20時
対象／初心者、運動不足の人など
【中級クラス】
とき／毎月第1・3金曜日20時～21時
毎月第2・4金曜日19時30分～21時
対象／経験者、競技を体験したい人など
ところ／天城湯ヶ島支所（両クラス共通）
指導者／日本社交ダンス連盟 佐藤 絹代さん
問合せ／天城ダンスクラブ ☎(87) 0321

❖早期の全線開通に向けて
『伊豆縦貫道シンポジウム』を開催

とき／9月11日（火）14時～17時
ところ／下田市民文化会館小ホール
内容／事業報告（伊豆縦貫道の進捗状況、伊豆半島ジオパーク構想）、講演『（仮題）広域道路網の整備による観光振興』（芝浦工業大学大学院教授 谷口博昭氏）、パネルディスカッション『防災、観光における伊豆縦貫道の役割』
定員／150人
問合せ／伊豆縦貫自動車道建設推進期成同盟会事務局（下田商工会議所内） ☎0558 (22) 1181

❖2012静岡県ワーク・ライフ・
バランスシンポジウム（参加無料）

とき／10月12日（金）13時～16時
ところ／しずぎんホールユーフォニア（アグラ静岡8階）
内容／坂本 光司氏（法政大学大学院政策創造研究科教授）による講演、パネルディスカッション（ワーク・ライフ・バランス取り組み県内企業3社）
申込方法／ホームページの入力フォームへ入力または申込書をFAXなどで提出してください。
<http://www.pref.shizuoka.jp/sangyou/sa-210/index.html>
申込み・問合せ／静岡県労働政策課 ☎054 (221) 2338 FAX054 (271) 1979

❖『動物愛護フェスティバル静岡
2012』の開催について

とき／9月23日（日）10時～15時
ところ／セレモニー：三島市立長伏小学校体育館（11時～12時）、イベント：三島市長伏運動公園（10時～15時）
内容／動物愛護貢献者や作文・絵画コンクール入賞作品の表彰、小動物とのふれあい、スタンブラー、動物クイズ（豪華景品あり）など
問合せ／（社）静岡県動物保護協会 ☎054 (251) 6036 （社）静岡県動物保護協会東部支部 ☎055 (920) 2102

❖防災情報や休日当番医など
データ放送を活用しよう！

県では、高度情報化基本計画『ふじのくにICT戦略』の一環として、地上デジタル放送のデータ放送による県民への情報提供を進めています。ぜひ、テレビのリモコンの『dボタン』を押してデータ放送をご活用ください。
対応放送局／NHK静岡、静岡放送（SBS）
掲載内容／県からのお知らせ（NHK、SBS）、夜間休日当番医情報（SBS）、防災（河川）情報（SBS）
問合せ／静岡県情報政策課 ☎054 (221) 2360

❖東京電力ホームページの
『停電情報』をご活用ください

東京電力では、停電している地区、軒数などをホームページで公開しています。台風で広域に停電しているときなどにご活用ください。
また、電線が切れているのを見つけたときは、大変危険ですので絶対に手を触れず、東京電力まで連絡してください。
停電情報URL／<http://teideninfo.tepco.co.jp/>（パソコン）、<http://teideninfo.tepco.co.jp/i/>（携帯版）
問合せ／東京電力沼津カスタマーセンター ☎0120 (995) 902

❖就職面接会『第2回就職応援
フェア』の開催（入場無料）

とき／9月19日（水）12時～16時
ところ／ふじさんめっせ大展示場（富士市柳島189-8）
対象／一般求職者（学生・生徒を除く）
内容／参加企業PRタイム、面接会
参加企業／県内に就業場所があり、正社員としての採用計画のある企業
持ち物／履歴書、受付票、ハローワークカード
主催／静岡県、静岡労働局、ハローワーク
その他／詳細は、お問い合わせください。
問合せ／静岡県雇用推進課 ☎054 (221) 2811

❖中伊豆リハビリテーションセンター
『ふれあい広場2012』を開催

地域の皆さんとの交流（ふれあい）を図るため、『ふれあい広場2012』を開催します。
とき／9月30日（日）10時30分～
ところ／中伊豆リハビリテーションセンター
内容／イベント、体験コーナーなど
※九重部屋より、親方・力士も登場予定です！
その他／修善寺駅から無料送迎バスを運行！
問合せ／中伊豆リハビリテーションセンター担当：宮島 ☎(83)2111 ※詳細は、ホームページ（<http://www.janrc.or.jp/>）をご覧ください。

❖気軽に相談ください
9月11日（火）は『警察相談の日』

静岡県警察本部では『県警ふれあい相談室』を開設し、24時間365日、各種犯罪被害や交通事故などに関する相談に応じています。
ほかにストーカーやDV、いじめに関する少年問題、児童虐待などの専用相談窓口もありますので、気軽にお問い合わせください。
県警ふれあい相談室／プッシュ回線 ☎#9110
ダイヤル回線 ☎054 (254) 9110
※緊急の場合は、『110番』へお願いします。
問合せ／大仁警察署 ☎(76) 0110

❖『戦没者遺児による慰霊友好
親善事業』参加者募集

この事業は、先の大戦で父親などを亡くした戦没者の遺児を対象に、旧戦場で慰霊追悼などを行います。参加費用は、9万円です。
実施地域／【広域】トラック諸島、パラオ諸島、ソロモン諸島、フィリピン（1次）、ミャンマー（1次）、台湾・バジー海峡、ミャンマー・インド（2次）、東部ニューギニア（2次）、フィリピン（2次）、中国（2次）【特定】西部ニューギニア、ビスマーク諸島、マーシャル・ギルバート諸島
申込み／（財）静岡県遺族会 ☎054 (261) 7796
問合せ／（財）日本遺族会 ☎03 (3261) 5521

❖個別労働紛争解決制度のご案内

静岡労働局では、労働に関するさまざまなトラブルの解決をお手伝いするため、『総合労働相談コーナー』を設置し、労働相談を行うほか、静岡労働局による『助言・指導』、紛争調整委員会による『あっせん』などのご案内を行っています。
詳しくは、静岡労働局総合労働相談コーナーまたは最寄りの労働基準監督署内の総合労働相談コーナーへお問い合わせください。
問合せ／静岡労働局総合労働相談コーナー ☎054 (252) 1212