



広報

# みなみいず

2020

8

No. 602



— 7月23～24日 賀茂地区中学校体育大会 —

- P02 令和2年国勢調査実施のお知らせ
- P03 健康マイレージについて
- P04 後期高齢者医療制度について
- P05 認知症のサポートについて
- P06 保健協力委員の紹介 など

# 令和2年国勢調査が実施されます

国勢調査は、日本の人口や世帯の実態を明らかにすることを目的として行われる日本で最も重要な統計調査で、5年ごとに行われており、前回の平成27年国勢調査から5年経った令和2年10月1日を基準日として実施されます。

調査の結果は、国や地方公共団体の社会福祉、雇用、環境整備、災害対策をはじめとして、あらゆる施策の基礎データとして利用され、皆さまの暮らしの基盤に関係しているほか、民間企業でもさまざまな分野で幅広く活用されています。

日本の未来をつくる重要な調査となりますので、調査へのご理解とご協力をお願いします。

## 国勢調査2020



### ●調査について

調査基準日：令和2年10月1日

調査対象：10月1日時点で町内に3か月以上住んでいる方  
※南伊豆町に住所を移していても対象となります

調査期間：9月初旬～10月下旬

調査方法：9月初旬から統計調査員証を携帯した調査員が調査書類の配布を行い、オンラインまたは郵送提出による提出が行われなかった方のところへ訪問し、紙の調査票を回収

回答方法：スマートフォンやパソコンからのオンライン回答や、紙の調査票を郵送または調査員へ提出

回答期間：オンライン回答 9月14日(月)～10月7日(水)

紙での回答 10月1日(木)～7日(水)

調査項目：世帯員について 15項目（男女の別、出生の年月、配偶者の有無、就業状態、従業地又は通学地）  
世帯について 4項目（世帯員の数、世帯の種類、住居の種類、住宅の建て方）

### ●新型コロナウイルス感染症対策を踏まえた上で調査を実施します

町民の皆さまと調査員の安全・安心を確保するため、これまでの国勢調査と異なり出来る限り対面しないように注意した上で調査を実施します。

#### ・調査票の配布について

調査書類の配布に当たって、国勢調査員が9月中旬から各家庭を訪問しますが、接触が最低限になるよう配慮した上で調査を行います。また、訪問時に不在だった場合は郵便受けやドアポストなどに調査書類を入れさせていただきますので、ご了承ください。

※調査の回答は出来る限りオンライン回答でお願いします

対面接触や調査書類を介した間接的な接触の機会を減らし、新型コロナウイルス感染症の感染リスクを低減するため、調査の回答は出来る限りオンラインでの回答をお願いします。



オンライン回答はこちらのQRコードを読み込むことで、9月14日(月)から回答可能です

### ●調査に関するよくある質問

Q. 面倒なので回答したくない。回答しなくても良いか？

A. 国勢調査は、国の重要な統計調査である「基幹統計調査」として実施され、統計法という法律によって、調査票を提出する義務が課せられています。また、報告の拒否や虚偽の報告をした場合の罰則も設けられているため、必ず回答をしましょう。

Q. 調査票を税金の調査資料に使われたりしないのか？

A. しません。統計調査で得た資料（調査票など）は統計以外の目的（税調査など）で使用することを統計法で禁止されています。

Q. 回答はするが、調査員に調査票を見られたくない

A. オンライン回答または郵送による回答をすることで、調査員に調査票を見られることなく提出することができます。また、直接回収の場合でも調査票を入れる封筒にテープやのりなどで封をすることで、調査員は開封を行いません。

※白紙回答で封をした場合、役場から再提出を依頼する電話や、役場から依頼を受けた調査員による再訪問が行われる場合があります。

問合せ 企画課 情報政策係 ☎62-6288

# 特別定額給付金支給に伴う詐欺に気をつけましょう

5月下旬から、申請のあった方から順に新型コロナウイルス感染症予防対策の特別定額給付金（1人あたり10万円）の支給が始まっており、町内では98%以上の世帯に支給が完了しています。

これに伴い、皆さまのお手元にお金があることを理解している悪質事業者が、さまざまな手法で詐欺を行っていますので注意してください。不審な電話や身に覚えの無い商品が届くことがあった場合は、1人で悩まず消費者ホットラインに相談しましょう。



## 【消費者被害の事例と対応】

- 注文していないマスクや消毒液を送りつけてきて、品物代を要求された。  
→送りつけられる前に事業者からの電話が無く、売買契約(口頭での契約含む)をしていない場合、品物代を払う必要はありません。また、送り主に連絡すると電話番号や個人情報が入手される可能性があるため、連絡する必要もありません。
- 「生活センター」を名乗る機関から給付金手続きのためにデータ処理費用が必要と言われた。  
→給付金の手続きで費用を要求することはありませんので、無視しましょう。

問合せ 給付金消費者生活ホットライン ☎0120-213-188  
消費者ホットライン ☎188 (局番無し3桁)  
賀茂広域消費生活センター ☎24-2206

# 健康マイレージをご存知ですか

## ●健康マイレージとは？

町内在住の20歳以上の方を対象とした、町民の健康づくりを応援する新しい仕組みです。

「健康診査」や「がん検診」などを受診したり、地域での健康づくり活動などに参加することで貰える「おたっしゃポイント」の「健康ポイント」（青シール）を一定数ためると、協力店で商品の割引などの特典が受けられる「ふじのくに健康いきいきカード」が貰えます。

※「おたっしゃポイント」には「健康ポイント」（青シール）と「まちづくりポイント」（オレンジシール）、「介護支援ポイント」（緑シール）があり、健康マイレージの対象となるのは「健康ポイント」のみとなります

## ●健康マイレージのポイントを貯めよう！

### ステップ1

役場または健康福祉センターで「おたっしゃポイント手帳」の交付申請手続きを行い「おたっしゃポイント手帳」を受け取りましょう。

### ステップ2

以下の方法で「おたっしゃポイント」をためましょう。

- ① 1ポイント：各種健診・がん検診の受診、町主催の健康教室などへの参加
- ② 0.5ポイント：地域での健康づくり活動<sup>※</sup>への参加

※ポイントの付与は町が認めた活動に限ります

### ステップ3

おたっしゃポイントが10ポイント（ステップ2の①を計3ポイント以上含む必要あり）貯まったら、役場で「ふじのくに健康いきいきカード」の申請を行いましょう。カードの申請はおたっしゃポイントの交換時に受け付けており、カードの有効期限は発行後の翌年度末までとなります。

「ふじのくに健康いきいきカード」で特典が貰える協力店は県のホームページをご覧ください。また、町内協力店も随時募集しています。



健康マイレージ  
ホームページQRコード

URL : <http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-430/kenkoumaireiji.html>

問合せ 健康増進課 健康増進係 ☎62-6255

# 後期高齢者医療制度について

後期高齢者医療制度の保険料率は、静岡県後期高齢者医療広域連合が、医療費の増加などを見込んで2年ごとに算定します。令和2・3年度の保険料率は、次のとおり改定されました。

## ●令和2・3年度の保険料率など

区分	平成30年度・令和元年度	令和2年度・令和3年度
所得割率	7.85%	8.07%
均等割額	40,400円	42,100円
賦課限度額	62万円	64万円

年間保険料額は以下の算出方法に基づき8月に決定します。

$$\text{所得割額（前年の総所得金額等－33万円）} \times 8.07\% + \text{均等割額（42,100円）} = \text{年間保険料}$$

## ●均等割額の軽減対象が拡大

均等割額の5割軽減及び2割軽減について、所得の低い方の負担軽減を図るため、軽減判定所得基準額が引き上げられ、軽減対象者が拡大しました。

### 均等割額の軽減判定所得基準額（世帯主及び世帯のすべての被保険者の総所得金額等の合計）

区分	平成30年度・令和元年度	新（令和2年度）
5割軽減	33万円 + 28万円 × 被保険者数	33万円 + <b>28万5千円</b> × 被保険者数
2割軽減	33万円 + 51万円 × 被保険者数	33万円 + <b>52万円</b> × 被保険者数

## ●均等割額の軽減措置の特例見直し

これまで7割軽減にあたる方については、特例的に軽減割合が上乘せされてきました。世代間の公平性を図り、医療保険を将来にわたって安心できる制度にする観点などから、次のとおり段階的に特例が見直され、本来の軽減割合に戻ることとなりました。

区分	令和元年度	令和2年度	令和3年度
33万円以下	8.5割軽減	7.75割軽減	7割軽減
33万円以下かつ、同じ世帯の被保険者全員の年金収入が80万円以下で、その他所得がない場合	8割軽減	7割軽減	7割軽減

## ●被用者保険の被扶養者であった人に対する軽減

被保険者の資格を取得した日の前日において、会社の健康保険などの被扶養者であった人は、所得割はかからず、資格取得日から2年間は均等割額が5割軽減されます。

## ●納付方法について

保険料の納付方法は、年金からの天引きによる特別徴収と納付書または口座振替で支払う普通徴収があり、年金を受給している方は原則として特別徴収になります。

### 特別徴収

保険料の納付方法は、年金からの天引きによる特別徴収と納付書または口座振替で支払う普通徴収があり、年金を受給している方は原則として特別徴収になります。

### 普通徴収

8月に決定した年間保険料を8月から翌年3月末にかけて毎月納付書または口座振替で納める納付方法です。

**保険料の納付は口座振替がオススメです！**

口座振替の手続きをすれば、指定した口座から自動で引き落とされるため、保険料を納め忘れる心配がなくなります。口座振替の手続きは、町指定の金融機関で行えます。

※手続きの際は、預金通帳および届け出印が必要になります。

問合せ 健康増進課 国民健康保険係 ☎62-6255

# 認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して

地域包括支援センターでは、認知症になっても安心して住み慣れた我が家で暮らせるように、認知症の方やそのご家族に対する支援を行っています。

## ●認知症初期集中支援チームの設置

認知症は、早期発見・早期治療により進行を遅らせることができます。認知症になっても安心して生活できるよう、地域包括支援センターに「認知症初期集中支援チーム」を設置しています。認知症サポート医と保健師、社会福祉士など、医療と介護の専門職で構成したチームが、医療や介護サービスなど適切な支援に結びつけるために、6か月間集中的に支援します。

### ◆認知症初期集中支援チームとは？

南伊豆町・下田市内の認知症サポート医と地域包括支援センターの保健師、社会福祉士など、医療と介護の専門職で構成されていて、認知症の方やそのご家族等を専門的に支援するチームです。

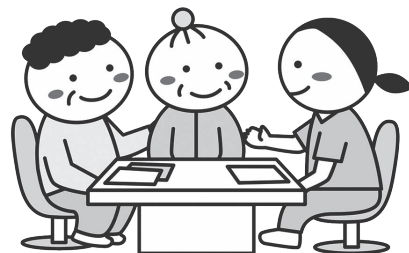
### ◆対象者

40歳以上で、在宅で生活をされている以下の①～③のいずれかに該当する方

- ①「認知症」と診断されていない方
- ②医療サービスや介護保険サービスを利用していない方
- ③何らかのサービスを受けているが、認知症による症状が強く対応に困っている方

### ◆こんな活動をしています！

認知症またはその疑いのある方のお宅を訪問してお困りごとなどを確認し、支援させていただきます。病院受診や介護保険サービス利用などを主治医の先生や認知症サポート医と連携を図りながらご本人さまやご家族さまをサポートします。支援期間は概ね6か月以内で、集中的な支援を行い受診や介護サービスなどの適切なサービスに結び付けます。



## ●「認知症ガイドブック」の発行

認知症の予防段階から発症後まで、認知症の方とその家族などへのサポートを切れ目なく大切につなぐためのガイドブックを作成・配布しています。認知症に関する情報や認知症の心配がないかのチェックリスト、医療機関受診の目安や各種サービスの紹介など、認知症の方やご家族などが安心して暮らすためのヒントを掲載しています。

## ●「認知症カフェ」の開設

町内には、旧三浜小学校においてNPO法人風楽による「認知症カフェあまなつ」、特別養護老人ホームみなとの園にて「カフェみなと」の2か所が開設されています。認知症の方やそのご家族、地域の皆さまなどなたでもご利用できます。ほっと一息くつろぐだけでなく、認知症の相談もできる場となっており、隔月で認知症疾患医療センター職員による認知症相談会も実施しています。

《認知症カフェ「あまなつ」》

会 場：旧三浜小学校

開催日：毎月第2木曜日

13:00～14:30

内 容：カフェ、食事会、音楽会、季節の行事など

参加費：100円

問合せ：NPO法人風楽

☎090-3448-3432

※認知症疾患医療センターによる相談会は、奇数月に実施しています

《カフェみなと》

会 場：特別養護老人ホームみなとの園

開催日：毎月第3木曜日

13:30～15:30

内 容：カフェ、ランチ、おやつ作り、健康講話、分校生による野菜販売など

参加費：無料

問合せ：みなとの園 ☎62-8111

※認知症疾患医療センターによる相談会は、偶数月に実施しています



問合せ 地域包括支援センター ☎36-3335

# 地区の皆さんの健康づくりをサポートする 保健協力委員を紹介します

第17期南伊豆町保健協力委員34名が決定しました。これより2年間の任期で、行政と地域住民のパイプ役として、特定健診やがん検診のサポート、健康イベントの協力など、地域の方々の健康づくりのサポーターとして、各地区で活動していただきます。町の保健事業や、健康づくりに関することなど、気になることがありましたら、各地区の保健協力委員にお気軽にお声かけください。



地区	氏名	地区	氏名	地区	氏名
石廊崎	鈴木 時子	毛倉野	山田 秋子	中木	鶴田 きよ江
大瀬	櫻田 千賀子	岩殿	三枝 孝子	天神原	佐藤 あや子
下流	齋藤 多賀子	上小野	高橋 資子	一町田	斉藤 由美子
手石	山口 美恵子	下小野	八嶋 敏子	伊浜	肥田 昌子
湊	臼井 富世	川合野	土屋 てつ子	落居	長田 妙子
青市	長池 つね子	青野	犬塚 和枝	西子浦	保田 敏子
一條	高橋 秀美	市之瀬	山本 導世	東子浦	杉原 喜美子
上賀茂	大矢 和代	平戸	大野 せつ子	妻良	清田 三枝
石井	飯泉 めぐみ	蛇石	齋藤 恵美子	吉田	仲尾 好子
下賀茂	飯富 照子	吉祥	土屋 恵子	立岩	鈴木 久代
加納	佐藤 しづ江	差田	外岡 奈津代		
二條	土屋 才子	入間	外岡 みつ子		

問合せ 健康増進課 健康増進係 ☎62-6255

## 新型コロナウイルス感染拡大防止対策に伴う「フェスタ南伊豆」中止のお知らせ

町産業団体連絡協議会では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、毎年10月に実施していた「フェスタ南伊豆」は、ご来場者および関係者の健康・安全面を第一に考慮した結果、開催中止といたします。毎年、本イベントを楽しみにしていた地域の皆さまには誠に申し訳ございませんが、ご理解を賜りますようお願いいたします。

※令和2年度南伊豆町表彰条例およびスポーツ文化表彰に基づく表彰および社会福祉協議会善行者に対する感謝状贈呈式は後日開催予定です。

問合せ 企画課 企画係 ☎62-6288

# 民生委員退任表彰

多年に渡り民生委員・児童委員として活躍され、令和元年11月30日をもって退任された2名の方に、その功績を称える厚生労働大臣表彰の受賞がありました。

## 「民生委員・児童委員活動を振り返って」 吉沢かね子

22年前の8月の暑い日に、行政の民児協事務局の方と区長さんが私のもとへ訪問され、民生委員をやってほしいとお願いされて、悩んだ末に受諾しました。私の担当する地域はバブル時代の別荘地が主で、近所の付き合いがない方や高齢者世帯、ひとり暮らし高齢者の方が多い地域でした。

民生委員の仕事は、早朝や就寝前の体調不良の訴えの対応から始まりました。当時は介護保険制度や包括支援センターも無いため行政や関係機関に繋ぎつつ、私も入院や手術に立会い介護施設などを探したこともありました。このような経験の中で多様な施設を知り、その役割などを学ぶ機会にもなりました。

このように全てが自身の学びとなりました。委員を引き受けたあの時、訪問していただいたお二人に感謝です。人様のお世話をするなんてとんでもない事とと思っていましたが、すべてが自分のためになりました。素直な心で訪問し、見守りや対話を行い、物事の実相を掴む力が生まれました。なすべき事をなし、なすべきでない事を排する勇氣も湧いてきました。

過ぎてみれば20余年、反省しきりですがいい勉強をさせていただきました。ありがとうございます。

仲間の方々、我が身を一番大事に愛しみ、良き相談相手となって長く民生委員を全うしてください。



渡辺源彌さん(写真左)

任期 平成13年12月1日～令和元年11月30日  
東子浦地区担当

吉沢かね子さん(写真右)

任期 平成10年12月1日～令和元年11月30日  
下賀茂青野川西側地区担当

問合せ 福祉介護課 福祉係 ☎62-6233



I・O・T活用でさまざまなことを  
便利に！ 効率的に！

## 「IoT×○○○」で産業を活性化



みなさんこんにちは。突然ですが「IoT」（アイオーティー）という言葉聞いたことはあるでしょうか。

IoTは「Internet of Things」の略称で直訳すると「モノのインターネット」となります。

これは、インターネットを経由して離れた場所にあるモノのセンサー（温度、湿度、人感センサーなど）を利用し、さまざまな情報を集めたり、モノ自体を操作することができる技術のことです。

例えば、イノシシの箱罠にセンサーを設置し、罠にイノシシがかかるとメールで通知してくれるように設定することができます。

他にもビニールハウス内の温度

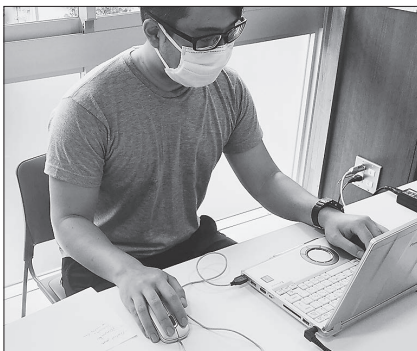
と湿度をリアルタイムで計測しながら、ネットが繋がる環境であればどこにいてもヒーターや照明を消したり点けたりするなどの操作ができます。

数年前まではIoT機器を自作するのはハードルが高い時代でしたが、現在は小学生でも作れるIoTキットが発売される時代になりました。

現在、私はワークショップ形式で事業者の方から小学生までが作れる「IoT」の企画を進めています。

ワークショップの開催が決まりましたら情報を発信いたしますので、その際はぜひ参加ください。

地域おこし協力隊 西川亮



問合せ 地方創生室 ☎62-1121

# 自衛官募集

自衛隊では、以下のとおり自衛官を募集しています。

種 目	航空学生（海上・航空）	一般書候補生（第2回）	自衛官候補生
応募資格	令和3年4月1日現在で 海上：18歳以上23歳未満の方 航空：18歳以上21歳未満の方 高卒者（見込含）または高専3年次修了者（見込含）	令和3年4月1日現在で18歳以上33歳未満の方（32歳の方は採用予定月の末日現在、33歳に達していない方）	令和3年4月1日現在で18歳以上33歳未満の方（32歳の方は採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在で33歳に達していない方）
試験内容	1次：筆記試験、適性検査 2次：航空身体検査、口述試験および適性検査 3次：（海）航空身体検査（一部） （空）操縦適性検査および医学適性検査	1次：筆記試験（国語、数学、英語、作文）および適性検査 2次：口述試験および身体検査	筆記試験（国語、数学、地理歴史および公民、作文）、口述試験、適性検査、身体検査、および経歴評定
受付期間	7月1日（水）～9月10日（木）		年間を通じて実施 ※静岡地本HP参照
試験期日	1次：9月22日（火） 2次：10月17日～22日 3次：（海）11月20日～12月16日 （空）11月14日～12月17日	1次：9月18日（金）～20日（日） 2次：10月9日（金）～14日（水） 各試験期間内で1日を指定	第4回：9月26日（土）男のみ 第5回：9月27日（日）女のみ 第6回：10月3日（土）男女
試験会場	沼津法務局	プラサヴェルデ（沼津市）	第4回：板妻駐屯地 第5回：駒門駐屯地 第6回：板妻駐屯地
合格発表	1次：10月9日（金） 2次：（海）11月11日（水） （空）11月6日（金） 最終：令和3年1月19日（火）	1次：10月2日（金） 最終：11月6日（金）	※試験時に通知

問合せ 自衛隊静岡地方協力本部 伊東地域事務所 ☎0557-37-9632  
総務課 防災係 ☎62-6211



## まちのできごと

## Minamiizu Topics

### 6/10 自衛官募集相談員の委嘱



町と自衛隊地方協力本部は自衛官募集相談員の委嘱状交付式を実施し、町消防団の副団長を務めている関正志さんと黒田利貴さんが委嘱を受けました。

### 6/17 議員奉仕活動



町議会議員による奉仕作業として、旧共立湊病院敷地内の草刈りが行われ、弓ヶ浜に至る道路際にあり、景観に支障をきたしていた雑草が刈り払われました。

### 6/23 教育の現場を知る



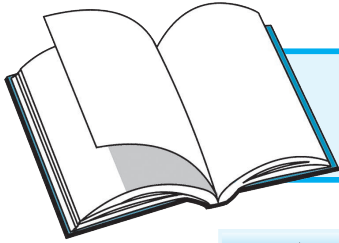
教育委員会による町内小中学校の視察が行われ、新型コロナウイルス感染症予防のために各種対策を行い、長期休校明けとなる生徒や授業の様子などを確認しました。

### 7/14 熱中症対策に飲み物寄贈



ダイドービレッジサービスから、熱中症対策として町内小学校へ、スポーツドリンク100箱の寄贈が行われました。





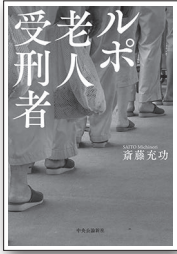
# 図書館だより

開館時間 8:30~17:15

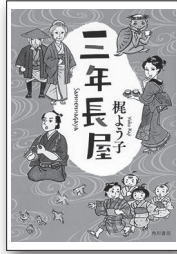
休館日 月曜日・木曜日・祝日

☎62-7100 FAX 62-1402

## 今月のおすすめ図書



「老人ポルタージェー」  
斎藤充功/中央公論新社  
扉の外の孤独で不安定な生活より、安全な刑務所内での生活を志願する老人たち。人生100年時代、漂流する老人の現実に迫るルポルタージェー。



「三年長屋」  
梶よう子/KADOKAWA  
時は江戸。三年ほど暮らすと願いが叶うという長屋があった。通称「三年長屋」。お節介な差配と、癖のある店子たちとの人情話。泣いて笑って大満足！



「悪魔の手抜きレシピ」  
ロー・タチバナ/榎出版社  
悪魔が世界征服宣言、しかも台所限定で！巷で話題の悪魔のレシピ。サタンもベリアルもベルゼブブも、悪魔が総出で手抜き料理を紹介しま〜す！



「銀色の国」  
逸木裕/東京創元社  
自傷行為を繰り返す少女に差し伸べられた救いの手。しかし手繰り寄せたその手の先にあったのは…。闇を照らし出す青い光の正体とは？



「あかりの学校」  
橋田裕司/マール社  
あかりによる「心のケア」を学ぶ本。あかりの作り方や灯し方、部屋のリノベーションの技術を紹介。リラックスしたい人大集合！



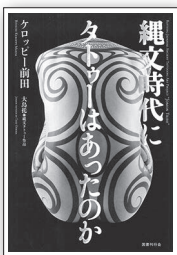
「カケラ」  
湊かなえ/集英社  
少女はドーナツに囲まれて死んだ…。美醜に囚われた人間の深層心理を抉り出す美容整形ミステリー。鏡に写った自分の顔、あなたは満足してますか…？



「暴虎の牙」  
柚月裕子/KADOKAWA  
昭和、平成、令和。傑作「孤狼の血」から始まる暴力の歴史が遂に完結。欲望渦巻く狂乱の世界で命を賭した男たちの末路は…。



「逃亡者」  
中村文則/幻冬舎  
発狂、錯乱、崩壊。その音色を聞いた者は必ず精神に異常をきたすという…。「悪魔」と呼ばれる楽器を手に入れた男。奏でる音色はどこに響くのか？



「縄文時代にタトゥーはあったのか」  
ケロッピー前田/国書刊行会  
縄文土器の文様は古代人の身体に彫られていた。身体改造の最前線を追い続ける著者が「縄文タトゥー」の復興プロジェクトを総括する1冊。



「知らない本や本屋を捜したり読んだり」  
植草甚一/晶文社  
ジャズを聴き、本を読み、街を歩く。J・J氏こと植草甚一のニューヨーク滞在記。軽妙な植草節を堪能できるグラフィックブック

## 新着図書案内

心。 稲盛和夫  
女帝小池百合子 石井妙子  
下駄の向くまま 滝田ゆう  
言語道断 櫻井よしこ  
ザシキワラシと婆さま夜語り 佐々木喜善

人体は流転する  
ギャヴィン・フランシス

彼らを書く 片岡義男

きたきた捕物帖 宮部みゆき

ダブル・トライ 堂場瞬一

業平 高樹のぶ子

イエロー・サブマリン 小路幸也

逆ソクラテス 伊坂幸太郎

告解 薬丸岳

焦眉 今野敏

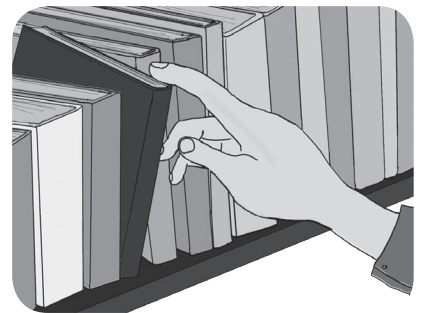
猫を棄てる 村上春樹

## 図書館利用案内

### 夏休み課題図書について

町の図書館では夏休み課題図書コーナーを設置しております。たくさんの方々にご利用をもらうため、通常の利用方法とは異なりますのでご了承ください。

1人1冊、貸出期間は2週間、貸出延長は不可となります。今年は新型コロナウイルスの影響により短い夏休みとなりますので、返却日を厳守していただきますようお願いいたします。



## 危険物取扱者試験の実施

**試験日程** 11月8日(日)  
**試験種類** 甲種・乙種全類・丙種  
**出願期間**  
 電子申請 8月28日(金)～9月7日(月)  
 書面申請 8月31日(月)～9月10日(木)  
**試験会場** 下田市内他6会場  
**その他** 試験会場等詳細は、消防試験研究センター静岡県支部ホームページをご覧ください。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、日程・会場が変更となる場合があります。  
**問合せ** 下田消防本部予防課  
 ☎ 22-1849  
 (一財)消防試験研究センター静岡県支部 ☎ 054-271-7140

## 下田地区消防組合 職員募集

**募集職種** 消防士  
**採用人数** 5名程度  
**採用年度** 令和3年度  
**受験資格** 平成6年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業以上(高校卒業見込みを含む)の学歴を有する方、または同程度の学力を有すると認められる方

**提出書類**  
 ①受験申込書  
 ②卒業証明書または卒業見込証明書  
 ③返信用長形3号封筒(84円切手を貼付し、自分の宛先を明記したものであること)

**受付期間** 8月11日(火)～9月17日(木)  
**試験日程**  
 1次試験 10月18日(日)(教養試験および作文)  
 2次試験 11月8日(日)(体力試験および口述試験)

**試験会場** 下田市6丁目1番14号  
 下田消防庁舎3階会議室  
**その他** 試験案内および受験申込書は、下田消防本部、南伊豆分署で貰えるほか、下田消防本部のホームページからもダウンロードできます。  
**問合せ** 下田消防本部総務課人事財務係 ☎ 22-1829

## 浜松職業能力開発短期大学 秋期入校生募集

**募集科** 電気技術科(日本版デュアルシステム)  
**訓練期間** 10月から2年間  
**授業料** 年間授業料39万円  
 ※別途教科書、作業服など諸経費必要  
**応募資格** 概ね55歳以下の方で次の要件に該当する方  
 ①高等学校を卒業している方(9月卒業見込者含む)  
 ②高等学校卒業と同等以上の学力を有すると認められる方  
**募集定員** 12名  
**募集期間**  
 C日程 8月12日(水)～9月4日(金)  
**試験日**  
 C日程 9月11日(金)  
**受験料** 18,000円  
**選考方法** 小テスト(数学I)・小論文・面接  
**ホームページ** <http://www3.jeed.or.jp/shizuoka/college>  
**その他** 申込に必要な書類の請求や問合せはホームページまたは以下までお問い合わせください。  
**申込・問合せ** 浜松職業能力開発短期大学校学務援助課  
 ☎ 053-441-4444

## 静岡県介護人材育成事業 参加者募集

**対象** 介護職員の資格を取得し、就労したい方  
**日程** 8月25日(火)9:30～(説明会)  
**場所** シグマカレッジ沼津駅前校(沼津市大手町3-2-20 サンフォーレビル5階)  
**その他** 参加を希望する場合は事前に電話、FAX、ホームページから予約を行ってください。  
**問合せ** 東海道シグマ介護事業部(委託事業者) ☎ 054-255-4259  
 FAX: 054-272-1130

## 南豆衛生プラント組合 職員募集

**採用人数** 1名程度  
**受付期間** 8月3日(月)～24日(月)  
**試験日程** 9月20日(日)  
 教養試験、事務適正試験、口述試験(面接)  
**問合せ** 南豆衛生プラント組合  
 ☎ 22-3302

## 中小企業退職金制度

中小企業退職金制度は、中小企業退職金共済法に基づき、中小企業の振興と従業員の福祉の増進を図ることを目的としています。

本制度は、短時間労働者の方のための特例掛金月額も用意されています。また、国による掛金助成や税法上の優遇も受けられます。

制度の詳細等につきましては、以下までお問い合わせください。

ホームページはインターネットから[中退共]で検索ください

**問合せ** 独立行政法人勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部 ☎ 03-6907-1234



### 停電情報に関するお知らせ

東京電力パワーグリッドでは、安全・確実に安定した電気をお届けできるよう、日々、設備の点検・改修を実施していますが、災害や設備事故などにより停電が発生し、ご不便をおかけすることがあります。

停電情報につきましては、ホームページ(<https://teideninfo.tepco.co.jp>)または、TEPCO公式スマートフォンアプリ「TEPCO速報」で停電地域や復旧時間の見込みなどをお知らせしているほか、お住まいの地域のコミュニティFMでも停電情報を発信しています。

なお、切れてたれ下がっている電線には絶対に触らないでください。その他の注意点は、東京電力パワーグリッドのホームページをご覧ください。

【問合せ】東京電力パワーグリッド  
 ☎0120-995-007(無料)  
 ☎03-6375-9803(有料)



TEPCOホームページへアクセスする際は左のQRコードを読み取ると便利です。

## メディカル通信

### 脱水症の水分補給

高齢者は脱水症が起きやすいため、注意が必要です。

原因として、「体内の水分が不足しても喉の乾きを感じにくい」「体内に貯蓄してある水分量が少ない」ことが挙げられます。

喉の乾きを感じるセンサーは、加齢に伴ってどうしても鈍くなるため、喉の乾きを感じた時点で既に脱水がある程度進んでいます。

体格にもよりますが、朝昼晩の3食+500~1000mLの飲水が必要となるため、ペットボトル500mLを1日1~2本摂取すると脱水はある程度防げます。

よく聞かれますが、飲むものは経口補水液でなくてもお茶や麦茶



で問題ありません。畑仕事などで汗を多くかく方には、アクエリアスやポカリスエットといった水分補給用のジュースを同じ量の水で割ったものを勧めています。原液では糖分が多く、飲んだのに喉が乾いたり、尿量が多くなり脱水症を引き起こしてしまう可能性がありますので、お勧めしません。

コロナウイルスで大変な時期ですが、脱水症にならないよう夏を乗り切りましょう。

内科 吉田 貴光

問 下田メディカルセンター  
☎ 25-2525

### 赤ちゃん誕生おめでとう

地区	赤ちゃんの名前	誕生日	父・母
中木	しもみや 下宮 歩	6.4	哲郎・さおり

### 結婚お幸せに

地区	お名前(旧姓)	婚姻日
二條	長田 正敏・香菜子(土屋)	6.27

### お悔やみ申し上げます

地区	氏名	年齢	月日
加納	黒田 高志	70	5.31
湊	土屋 雪子	86	6.6
伊浜	齋藤 勝巳	73	6.13
石井	関本 泉	53	6.15
下賀茂	植田 京子	79	6.17
二條	土屋 きよ子	80	6.23

## 交流自治体老より



なみすけ © SUGINAMI CITY

### 東京都杉並区

#### すぎなみ学倶楽部

杉並区では、区民ライターが区民目線で杉並区の魅力を発掘し、取材・執筆を行っている区公式情報サイト「すぎなみ学倶楽部」を運営しています。

本サイトはイベントの紹介やグルメ情報といった観光情報だけでなく、歴史や文化、杉並の自然、ゆかりのある人々など幅広いジャンルを紹介しており、約1,200以上の記事を掲載しています。昨年度は76万件以上のアクセスがありました。

例えば、小学生の自然学習の一環として実施されたヤゴの救出について書かれた記事では、救出の取り組みだけでなく、ヤゴの飼育の仕方や歴史等についても深掘りされているため、学校の授業や夏休みの自由研究の参考としても活用されています。

また、交流自治体の紹介ページもあり、南伊豆町も弓ヶ浜クラブが紹介されています。今年度は南伊豆町のさらなる魅力を深掘りしていく記事を掲載予定です。多くの方に南伊豆町の魅力をより深く知ってもらい、南伊豆町と杉並区の交流をさらに深めていきます。

問 杉並区産業振興センター観光係  
☎ 03-5347-9184

杉並区公式情報サイト

## すぎなみ学倶楽部

suginami-ward official site  
suginamigaku.org



8月は、町県民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料の納付月です。

納期限内に忘れずに納めましょう。

税金・料金の納付は便利な口座振替で。お申込みは、各金融機関窓口まで。

令和2年6月1日から6月30日までに届け出のあったもの(敬称略)  
※このコーナーに掲載を望まない方は、戸籍届出の時に申し出ください。

### 人の動き

(7月1日現在)

世帯数	3,894 世帯
人口	8,085 人 (-3)
男	3,870 人
女	4,215 人

----- (6月中) -----

転入	18	転出	12
出生	1	死亡	10

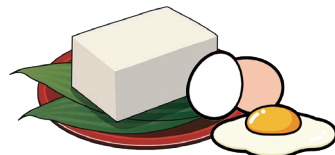
# 健康レシピ ～主菜：豆腐入りふんわりたまご焼き～



栄養価（1人）  
エネルギー：131kcal タンパク質：8.2g  
脂質：8.2g 塩分：0.8g

## ▷ 材料 2人分

卵… 2個  
絹ごし豆腐…75g  
めんつゆ(3倍濃縮)…小さじ2  
みりん…大さじ2/3  
油…小さじ1



## ★ここがポイント！

豆腐を入れることで、ふわふわした食感になり、介護食としても適しています。大根おろしと一緒に食べてもおいしいです。



## ▷ 作り方 ◁

- ①ボールに豆腐を入れ、泡立て器で潰し、卵を入れて混ぜたあと、めんつゆとみりんを加える。
- ②油をひいた卵焼き器に、①で混ぜたものを少しずつ流し入れ、焼く。
- ③卵焼き器から取り出し食べやすい大きさに切る。

なずみかい  
南豆味会（健康づくり食生活推進協議会）  
問合せ 健康増進課 ☎62-6255

# 健康一ロメモ



## 水分補給は のどが渴く前に！

汗をかくと水分と塩分が失われます。失った水分と塩分を早めに補わないと発汗が止まり、体温調節機能が上手く働かなくなり、体温が異常に高くなります。

喉の渇きを感じるまでに時間がかかる高齢者や、体温調節機能が未熟な子供は注意が必要です。

また、マスクをしていると喉の渇きを感じにくいいため、喉が渴く前から、少しずつこまめに水分を摂るようにしましょう。

大量の汗をかいて塩分も多く失う時には、真水ではなく、適度な塩分と糖分を含み、吸収にも優れた経口補水液や薄めたスポーツドリンクを利用しましょう。

今年の夏は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクを着用して生活することが予想されるため、脱水症状にはくれぐれも注意しましょう。

問合せ 健康増進課 健康増進係  
☎62-6255

# スマイルキッズ



上賀茂 松下 芽生<sup>めい</sup> ちゃん（1歳6か月）

「お料理大好き！  
おいしくなあれ！」

## 広報みなみいず 8月号

発行日／令和2年8月1日  
発行／南伊豆町 編集／企画課 印刷／(有)サン印刷  
〒415-0392 静岡県賀茂郡南伊豆町下賀茂315-1

TEL 0558-62-6288 FAX 0558-62-1119  
ホームページ  
<https://www.town.minamiizu.shizuoka.jp>