

2019

8

No.590

広報

みなみいず



見て聞いて楽しむ人形劇！

— 7月19日 南伊豆認定こども園 ミニ演奏会&人形劇観賞 —

自分の健康状態をチェックしましょう

特定健康診査のお知らせ



町では、生活習慣病予防に重点をおいた「特定健康診査」を以下の日程で実施します。

糖尿病、心疾患、脳血管疾患などの生活習慣病は重症化すると被保険者の経済的な負担の増加や国民健康保険の財政状況悪化を招くだけでなく、個人のQOL(※)の低下も招きます。

対象の方には8月上旬に受診券、質問票などを郵送しますので、必要事項を記入し特定健康診査を受診しましょう。

※QOL(クオリティ・オブ・ライフ)とは、人間らしく満足して生活しているかを評価する概念です

- 対象者**
- 国民健康保険に加入している70歳から74歳までの方
 - 後期高齢者医療制度に加入している方

負担金 500円

日 程

6月に受診できなかった
40歳から69歳までの方も
受診できます

月日	会場	対象地区	受付時間	
8月	28日(水)	手石公会堂	手石	
	29日(木)	青市公会堂	青市	
	30日(金)	石廊崎コミュニティセンター	石廊崎	
	31日(土)	大瀬公民館	大瀬	
9月	2日(月)	下流公民館	下流	
	3日(火)	妻良公会堂	妻良、吉田	
	4日(水)	伊浜山村活性化支援センター	伊浜、一町田	
	5日(木)	湊コミュニティセンター	湊	
	6日(金)	二條コミュニティセンター	二條	
	8日(日)	役場湯けむりホール	下賀茂	13:30
	9日(月)	一條多目的センター	一條、毛倉野	}
	10日(火)	市之瀬高齢者活動促進センター	市之瀬、川合野、蛇石、天神原、平戸	14:30
	11日(水)	下小野高齢者センター	下小野、上小野、青野	
	12日(木)	五十鈴公民館	東子浦、西子浦、落居	
	13日(金)	三坂地区防災センター	入間、中木	
	14日(土)	三坂地区防災センター	吉祥(一色、蝶ヶ野)、差田、立岩	
	16日(月)	健康福祉センター(加納)	石井、上賀茂 加納(13班~14班)	
23日(月)	役場湯けむりホール	加納、岩殿 上記日程で受診できなかった方		

当日都合の悪い場合は、指定された会場以外でも健診を受けることができます



特定健診のお知らせ



下記の地区は町の車で会場まで送迎しますので、利用を希望される方は健康増進課国民健康保険係まで電話で申し込みください。

	日時	送迎地区	乗降場所	配車時間
9月	3日(火)	吉田	六屋駐車場前	13:00頃
	9日(月)	毛倉野	毛倉野奥バス停、ますや前	
	10日(火)	蛇石、天神原、平戸	蛇石バス停、天神原集会所前、平戸口バス停	
	11日(水)	青野	青野公会堂前、三島神社前	

社会保険の被扶養者の方へ

社会保険（全国健康保険協会（協会けんぽ）、健康保険組合、共済組合など）に加入している被扶養者も、左記日程で特定健康診査を受診できます。

受診方法

- ① 受診券を用意（加入している社会保険が発行したもの）
- ② 受診日の1週間前までに賀茂医師会へ予約（☎27-1907）
- ③ 質問票、採尿容器が賀茂医師会から送られてくる
- ④ 受診券、質問票、採尿容器、保険証、自己負担金を持って予約した会場へ行く

※自己負担金は加入する医療保険により異なります

※ご不明な点は加入している社会保険へお問い合わせください

【加入者が多い主な社会保険の連絡先】

全国健康保険協会静岡支部 ☎054-275-6605

静岡県市町村職員共済組合（福祉課） ☎054-202-4845

問合せ 健康増進課 国民健康保険係 ☎62-6255

大腸がん検診のご案内

左記の特定健康診査と同時に大腸がん検診を実施します。
対象の方には8月上旬に受診票、採便容器を郵送します。



対象者 70歳以上の方 ※6月実施（70歳未満対象）時に未受診の方も受診可能

負担金 400円 ※国民健康保険に加入している方と70歳以上の方は無料

日程 特定健康診査と同じ日程（左ページ）

- 受診希望の方で申し込みをしておらず受診票などが無い場合はご連絡ください
- 大腸がん検診は社会保険の方も受診することができます
- 検体の提出は2本を厳守とします
- 受診票、採便容器、保険証、負担金を持って会場へお越しください

問合せ 健康増進課 健康増進係 ☎62-6255

後期高齢者医療制度 保険料に関するお知らせ

後期高齢者医療保険料の決定について

令和元年度の後期高齢者医療保険料は、以下の算出方法に基づき8月に決定します。



年間保険料：①＋②（賦課限度額 62万円）

①所得割額：（被保険者の総所得金額等－33万円）×7.85%

②均等割額：40,400円

所得割額：前年中の所得金額（令和元年度は平成30年中の所得金額）を元に算出

均等割額：所得に応じ2割から8.5割の軽減あり

なお、年度途中で加入または喪失した場合は月割にて算出します。

納付方法

納付方法は、年金からの天引きによる特別徴収と納付書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。

◎特別徴収とは

4月、6月、8月に支給される年金から保険料の仮徴収を行い、8月の保険料決定後は、年間保険料から仮徴収した残額を10月、12月、翌年2月の年金から天引きする納付方法です。

◎普通徴収とは

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、以降は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

また、特別徴収の方も申し出により口座振替による納付ができます。口座振替を希望する方は、健康増進課で手続きを行ってください。



後期高齢者医療保険料は、皆さんが病気やケガをした時にかかる医療費に充てられます。安定的な医療制度を維持していく上で必要不可欠な制度ですので、納め忘れのないよう納期限内に忘れずに納めましょう。

問合せ 健康増進課 国民健康保険係 ☎62-6255

1対1の暮らし体験プログラム「南伊豆暮らし図鑑」 ～町民向け無料体験実施のお知らせ～

南伊豆暮らし図鑑

地域おこし協力隊
伊集院さんの
取り組み



南伊豆暮らし図鑑とは、町に暮らすさまざまな人たちの日常を1対1で体験できる暮らし体験プログラムです。今回は以下のプログラムについてそれぞれ1組ずつ体験者を募集しています。1人からの参加を推奨していますが、家族や友達を誘って複数名で体験することもできます。

<8月の予定>

日程：8月24日（土）

『滝の上の家庭菜園と季節のジャム』

体験提供：松本ちえ子さんと恒明さん



小さな滝の上の家庭菜園がある松本さん夫妻の日常へ。旬のフルーツを用いた添加物を使わないジャム作りを体験しましょう。

募集期限 8月15日（木）

日程：8月31日（土）

『水辺の生き物に触れる・遊ぶ!』

体験提供：中野和洋さん



川の生き物に詳しい中野和洋さんの日常へ。中野さんから水辺での遊び方・楽しみ方を教えてもらいます。近くの小川（浅瀬）に入るので水着は必須です。

募集期限 8月15日（木）

<申込み方法>

右記QRコードを読み取り、専用申込みフォームから申し込みまたは以下までお問い合わせください。



<概要>

応募者多数の場合は抽選になります。（当選された方には運営側から集合場所などの詳細を通知します）

定員：各1組（1～5名）まで

※南伊豆暮らし図鑑では「1対1」の深い関わり合いを推奨しているため、一度に参加できる人数に限りがあります。また、本来は有料の体験プログラムですので、抽選に外れた方は正規の申し込みからご応募ください。

問合せ 地方創生室 ☎62-1121
地域おこし協力隊携帯電話 ☎080-2658-5109

「町長と未来を語ろう」で 提案された政策を紹介します

住民の目線に沿った政策を実現するため、住民グループの政策提案について意見交換を行っており、平成29年11月に「町長と未来を語ろう」を開始してから延べ11団体と意見交換を行いました。
その中で提案していただいた政策の一部を紹介します。

●平成29年11月 ^{めろん}女論の会

提案内容

伊浜や一條の一部地域では、区に所属していないため回覧板が回ってこないことがある。そのような地域に住んでいる人に対して、町民メール配信サービスの登録を勧めているが、他に良い方法は無いか。

また、ウルトラマラソンについて多くのボランティアが参加してくれているが、町からもっとウルトラマラソンの実施について周知するべきだと思う。同報無線や広報誌は活用できないか。

対応方針

町民メール配信サービス、ホームページ、SNSなどで情報発信を行っているので、活用してほしい。広報誌に関しては郵送（有料）も行っている。

ボランティアについては平成29年の大会では246人が協力してくれた。町全体で盛り上げられるよう、同報無線や広報誌を活用していきたい。

●平成29年12月 島川正次さん ほか2名

提案内容

日詰遺跡をはじめとした町内の有形・無形文化財が通年で見学できる場所が必要。

対応方針

町のボランティアガイド協会と連携し、南伊豆郷土館の展示品拡充を行っている。現在、南伊豆郷土館にて下賀茂温泉や日詰遺跡の展示について準備を進めており、近日公開予定である。

●平成30年5月 農業振興会

提案内容

農業振興の大目的は専業農家で暮らしていけるように安定した収入を得られるようにすることであるが、耕作放棄地の解消や有害鳥獣による農作物への被害が深刻化している。人任せではなく、農家自身が狩猟者になって農作物への被害防止に努めているケースもあるが、やはり行政の支援は必要になると思う。

対応方針

農業振興会は長年地域に貢献しており、農業のみならず食育や体験学習など、多種多様な分野においても活動されていることを把握している。広域的な有害鳥獣対策のほか、補助制度なども活用していただきたい。

【意見交換を行った団体】

女論の会、石廊崎区、島川正次さんほか2名、上小野区、手石区老人会、農業振興会、森の匠の会、災害ボランティアコーディネートの会（災ボラの会）、子浦風待ち会議

「町長と未来を語ろう」の申込方法

意見交換を希望する方は、以下の要領で申し込みください。

●対象者

町内在住者2名以上のグループ

●開催場所

役場または申込者が手配した場所

●開催日時

役場開庁日の9:00~20:00の間で
1時間30分程度

●申込方法

希望日の2週間前までに総務課まで申し込み
(電話申込可)

●その他

- ①開催日時は公務の都合上、希望に添えない場合があります
- ②具体的な施策提案をご用意ください

問合せ 企画課 企画係 ☎62-6288
申し込み 総務課 総務係 ☎62-6211

宝くじの助成金を活用し コミュニティ活動備品を整備



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活用したコミュニティ助成事業を実施しています。

この事業は地域のコミュニティ活動の活性化を目的とし、コミュニティ活動に必要な備品の整備などに対して助成を行うものです。

今年度は一條区がこの助成事業を活用し、一條多目的センターのエアコンや冷蔵庫、机などを整備しました。

活動拠点である当センターの利便性が向上し、一條地区における今後の活発なコミュニティ活動が期待されます。



今回整備された備品

問合せ 企画課 企画係 ☎62-6288

「郵便局のみまもりサービス」が ふるさと寄附返礼品になりました



●「郵便局のみまもりサービス」とは？

遠くに離れたふるさとの両親や兄弟などの生活・健康状況などを、日本郵便社員による自宅訪問や自動電話などで確認し、その結果をメールで依頼者へと報告するサービスです。

町と日本郵便株式会社は、5月29日（水）に「郵便局のみまもりサービス」を町のふるさと寄附返礼品とする協定を締結しました。



締結の様子



●サービスの種類

▶「みまもり訪問サービス」

町で暮らす両親や兄弟などのご自宅に郵便局社員などが毎月1回訪問し、生活状況を確認してその結果を家族へ知らせるサービスです。

▶「みまもりでんわサービス（固定電話・携帯電話）」

町で暮らす両親や兄弟などに、毎日電話（自動音声）で体調確認を行い、その結果を家族へ知らせるサービスです。

※サービスを受けるには、みまもりを受ける方が町内に居住しており、みまもりを受ける方や、メールなどで報告を受ける方の事前同意が必要です。

●注意事項

利用規約および重要事項については、お近くの郵便局にて必ずご確認ください。申し込み後にサービスの利用規約および重要事項に同意いただけない場合や、サービス利用者の都合等によりサービスが提供されない場合でも、寄附金の返金は行いませんのでご了承ください。

寄附金の入金確認後に契約書類を郵送しますので、必要事項を記入の上、返送してください。

なお、契約書類郵送のため、ふるさと寄附申込時に登録した氏名、住所、電話番号などの情報が日本郵便株式会社に提供されます。

問合せ 商工観光課 商工振興係 ☎62-6300
日本郵便株式会社（固定電話）☎0120-23-2886
（携帯電話）☎0570-046-666

「南伊豆町農山漁村再生可能エネルギー法に基づく基本計画」を策定

町では、法律に基づいて平成30年度に「南伊豆町再生可能エネルギー農山村活性化協議会」を設置し、約1年にわたって協議を重ね、町の資源を活用した再生可能エネルギー発電を促進し、農山漁村の活性化を図るための枠組みとなる「南伊豆町農山漁村再生可能エネルギー法に基づく基本計画」を策定しました。

基本計画の概要

農林水産業者の高齢化や担い手不足により、耕作放棄地や山林荒廃の深刻化が見込まれる現状を踏まえ、町の面積の約8割を占める山林の未利用間伐材などを活用した木質バイオマス発電を行うことで森林の整備、有効活用を進めます。

また、将来的に発電の排熱を利用した農林業の活性化や雇用創出など、再生可能エネルギー発電の促進と農林業の持続的な発展を目指します。

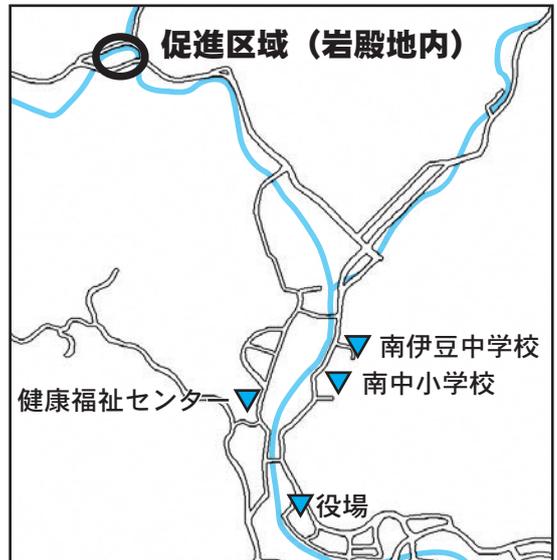
●促進する発電設備の種類及び規模

木質バイオマス発電（燃料 木質チップ）
140kw（約250世帯分の電気量）
必要燃料 木質チップ 約4t/日



●促進する区域

岩殿地内（右図参照）



促進区域図

●農林漁業の健全な発展に資する取組み

発電事業の燃料となる木材を地域内から長期的かつ安定的な価格で買い取ることで、里山再生、獣害対策、環境保全に寄与するとともに、地域人材の雇用創出を図ります。

今後、発電事業者から事業実施の詳細を取りまとめた再生可能エネルギー設備整備計画の認定申請があった場合、町が基本計画に適合しているか、実施可能性等を判断します。



基本計画は役場2階企画課窓口にて配布しているほか、町ホームページに電子データを掲載しています。

問合せ 企画課 企画係 ☎62-6288

ポッチとニャンチの愛の伝言板を設置

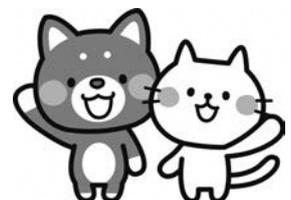


家庭で飼っている動物が何らかの事情で飼えなくなり、新しい飼い主を探している人と、新しく動物を飼いたい人との橋渡しを行う場を提供するために「ポッチとニャンチの愛の伝言板」を設置しました。

この伝言板が活用されることで、捨てられたり処分される不幸な動物が少しでも減少することを期待しています。

設置場所

役場1階階段前の掲示板



動物を飼養する方へ

不幸な動物を増やさないため、繁殖をさせない方は飼養する動物に避妊去勢手術を受けさせましょう。

問合せ 生活環境課 生活環境係 ☎62-6270

6/25 町をキレイに



弓ヶ浜に流れ着いたゴミを拾う様子
南伊豆東小学校の6年生と南伊豆東中学校の全校生徒が学区内の清掃活動を行いました。
弓ヶ浜のゴミ拾いを担当した生徒たちは、浜に流れ着いたゴミや、砂に埋まっていたゴミを一生懸命に拾い集めました。

6/26 ドッチボール大会優勝！



町長と一緒に記念写真を撮影
6月22日に行われた賀茂郡子供会球技大会で、南上小学校の2年生から6年生が参加する「南上トルネイド」が全勝し優勝しました。6月26日には優勝報告のためチームで町役場を訪れ、満面の笑みで岡部町長に優勝を報告しました。

7/1 明るい社会を目指して



啓発品配布の様子
町内4か所で社会を明るくする運動が行われました。保護司会や更生保護女性会などが街頭活動を実施し、来訪者に啓発品を配りながら犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解と協力を呼びかけました。

7/7 弓ヶ浜海開き



祝詞に併せて祈る参加者たち
湊区の若宮神社で、弓ヶ浜の海開き神事が行われ、湊区役員や町長、宿泊業や観光業を営む関係者などが参加しました。参加者たちは順番に玉串を奉納すると、今夏における海での安全を祈願しました。

7/8 中学校にエアコン設置



設置されたエアコンの稼働状況確認
町内中学校の普通教室に、壁掛形エアコンと扇風機を設置しました。これにより、町内全ての小中学校の普通教室にエアコンの設置が完了し、熱中症予防や快適な環境で学習意欲を高める効果が期待されます。

7/10 小中学校へ図書寄贈



寄贈された本と村越さん（中央）
下田市の村越新聞店から、町内の各小中学校へ図書が寄贈されました。村越さんは平成24年から毎年図書の寄贈を行っており、これまでに寄贈された本は500冊を超え、小中学校の調べ学習などで活用されています。

今月のおすすめ



「怪異古生物考」
 土屋健／技術評論社
 伝説や伝承に登場する不思議な生き物。ユニコーンや龍、天狗などにはモデルになった生物が存在した。科学をもとに怪異の起源に迫る研究書。



「平場の月」
 朝倉かすみ／光文社
 ただ老いていくのを待つだけだった、あの日までは…。心の隙間を埋めるように互いを熱く求めあう、大人の男女が繰り広げる激情の恋愛物語。



「昭和の指導者」
 戸部良一／中央公論新社
 時代の指導者はいかにして生まれるのか。昭和を生きた6人の指導者を比較・分析し、現代日本を論ずる上での新たな着眼点を示す歴史研究書。



「椿宿の辺りに」
 梨木香歩／朝日新聞出版
 奇妙な出来事の連鎖に導かれ、男が足を踏み入れた土地、椿宿。そこは現世を神話世界へと誘う異界の入り口だった…。



「美と破壊の女優京マチ子」
 北村匡平／筑摩書房
 日本映画の黄金期に国民的な人気を集めた大女優、京マチ子。華美と退廃が同居する、不世出の女優の魅力を語り尽くす評論集。



「鬼を待つ」
 あさのあつこ／光文社
 同心と商人。江戸の町を駆ける男達の熱き咆哮。始まりは五寸釘が打ち付けられた奇妙な死体だった。弥勒シリーズ最新刊。もつれた因縁の決着は…。



「四字熟語ときあかし辞典」
 円満字二郎／研究社
 「君の文章力は素晴らしいね」四字熟語を上手に使えば一目置かれること間違いなし。役立つ四字熟語を読み物風に解説。



「暁天の星」
 葉室麟／PHP研究所
 時代小説の名手、故・葉室麟が「近代」に挑んだ未完の大作。日本の概を賭けて強国と対峙する明治政府の外交官、陸奥宗光に迫る一代記。



「望月三起也誕生80周年＆「ワイルド7」50周年記念」
 河出書房新社
 荒ぶる魂の大傑作漫画、「ワイルド7」の著者、巨匠・望月三起也先生を特集した夢の一冊。血液が沸騰するまで読み込むこと。必修です。



「転生-越境捜査-」
 笹本稜平／双葉社
 男が手に入れた地位と名声は、30年前の殺人が発端だった。何度も閉ざされかけた真相究明の扉を打ち破り、執念の捜査が男を追い詰める…。

－新着図書案内－

メモの魔力	前田裕二
本をどう読むか	岸見一郎
イヤなやつほど仕事がデキる	フランチェスカ・ジーノ
山本五十六の戦争	保阪正康
ブルキナファソを喰う！	清水貴夫
天然知能	郡司ペギオ幸夫
夏めし100	高橋雅子
そしていま、一人になった	吉行和子
市原悦子ことばの宝物	市原悦子
あずかりやさん彼女の青い鳥	大山淳子
蒼色の大地	葉丸岳
旅は道づれきりきり舞い	諸田玲子
アンド・アイ・ラブ・ハー	小路幸也
ざんねんな食べ物事典	東海林さだお
しあわせしりと	益田ミリ

－図書館利用案内－

夏休み図書館おはなし会の開催

「夏休みちいさなおはなし会」を以下のとおり開催します。
 当日は中学生も参加して絵本や紙芝居の読み聞かせを行います。日頃体験できないような楽しいひとときをお届けしますので、お気軽にお越しください。

日時 8月7日(水)、14日(水)、21日(水) 各10:00～10:30
 場所 南伊豆図書館



健康レシピ

ひじきサラダ



ここがポイント!

ひじきを炒めても、味が浸み込みやすく、煮るより塩分がカットできます。



▷ 材料 2人分

栄養価
エネルギー: 88kcal タンパク質: 2.7g 脂質: 5.8g 塩分: 0.8g

- 乾燥ひじき…10g
- ニンジン…15g
- キュウリ…15g
- コーン…大さじ 1
- ツナ…大さじ 1

- A
 - 酒…小さじ2/3
 - みりん…小さじ2/3
 - しょうゆ…小さじ 1
- B
 - マヨネーズ…大さじ 1
 - プレーンヨーグルト…大さじ 1
 - コショウ…少々

▷ 作り方 ◁

- ① ひじきを水で戻し、食べやすい大きさに切る。
- ② ニンジンを細切りにしザルに入れてさっと茹でる。
- ③ 水気を切った①と②にAを加えて炒める。
- ④ キュウリを細切りにし、さっと茹でる。
- ⑤ 食べる直前に③と④、コーン、ツナをBと和える。

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



SNSを活用して魅力を発信

事業所の売上向上支援を行っています



弓ヶ浜のすぐ側にある青木さざえ店

町での活動をはじめてから4か月が経ちました。

現在、私は町内15事業者に「6次産業関連の支援」「ビジュアルを利用した販売促進」「SNSの活用支援」を行っています。

数ある事業者の中で、今回は、弓ヶ浜にある「青木さざえ店」で行っている支援の一部をご紹介します。海水浴場が一番観光客で賑わう季節である「夏」。

お客さまにメニュー・商品の魅力を直接伝える「POP」は、ビジュアル面で売上を向上させる中核の1つです。

新メニューや、おすすめメニューを載せた卓上ポップを設置することで、お店がおすすめしたいバーベキューセットや丼物を来店したお客さまへ効率的にアピールできます。

また、売店ではお客さまが店内に入って、より買い物のしやすい環境

づくり(売場環境の改善)を徐々に進めています。

その他にも、この夏に「青木さざえ店」では、「Instagram(インスタグラム)」の公式アカウントを開設しました。Instagramは、商品の魅力を県内外に発信する強力なツールで、旬のメニューやイベント以外にも弓ヶ浜のタイムリーな情報を画像(ビジュアル)でSNS担当者が発信します。

SNS担当者には、店の公式アカウントとしての運営(拡散性の高い写真の撮り方やフレーズ、リスクマネジメントなど)をレクチャーしました。

Instagramの運営により、来客数&知名度の向上を狙います。



SNS活用マニュアルブックレット

地域おこし協力隊 にしかわ りょう 西川 涼

問合せ 地方創生室 ☎62-1121

お知らせ

「いきいき脳の健康教室」参加者およびサポーター募集

【教室参加者】
日時 9月4日(水)～12月25日(水)
毎週水曜日 全17回
13:30～14:15または14:45～15:30のいずれか
場所 健康福祉センター2階会議室
内容 認知症予防のため、簡単な教材を用いた読み書き、計算、レクリエーションなど
対象者 65歳以上の町民で要介護認定を受けていない方
募集人数 20名(各回10名)
応募方法 電話にて申し込み
応募期間 8月15日(木)～22日(木)
参加費 1,300円/月 毎月月初に集金
その他 おたっしや!ポイント対象

【サポーター・送迎ボランティア】
対象者 概ね70歳未満の町民の方
内容 学習サポートまたは参加者の送迎
謝礼 交通費程度
申込・問合せ 地域包括支援センター ☎36-3335

ノルディックウォーキング教室開催

日時 9月18日(水) 9:15～12:00 (集合9:00)
場所 青野川ふるさと公園管理棟前(雨天時南伊豆武道館)
内容 正しい歩き方を学び、実際に約6km程度のウォーキングを行う
対象者 町内在住で70歳以下かつ2時間程度の歩行運動が可能な方
※医師に運動制限をされていない方に限る
申込方法 電話または役場窓口にて申し込み
申込期限 9月11日(水)
参加費 400円
講師 伊豆下田ノルディックウォーキング協会
持ち物 飲み物、タオル、雨天時室内用運動靴
その他 おたっしや!ポイント対象
申込・問合せ 健康増進課 健康増進係 ☎62-6255

傾聴ボランティア養成講座受講生募集

傾聴ボランティアとは人と話をする機会が減った方の話し相手になるボランティアです。
日時 8月31日(土) 9:00～16:00
場所 健康福祉センター
内容 傾聴の基本的なスキルを身につけるための講義など
募集人数 30名
申込方法 電話または役場窓口にて申し込み
申込期限 8月23日(金)
参加費 無料
申込・問合せ 南伊豆町社会福祉協議会 ☎62-3156

下田地区消防組合消防職員募集

試験日程
1次試験 10月20日(日)
2次試験 11月10日(日)
場所 下田消防庁舎3階会議室(下田市6丁目1番14号)
募集職種 消防職
募集人数 4名程度
受験資格 平成5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
募集期間 8月13日(火)～9月19日(木) 郵送の場合9月19日必着
応募方法 受験申込書、卒業証明書など必要書類を送付
その他 試験案内および受験申込書は下田消防本部や南伊豆分署などで配布のほか、ホームページにてダウンロード可
応募・問合せ 下田消防本部総務課 人事財務係 ☎415-0026 下田市6丁目1番14号 ☎22-1829

第9回県民講演会開催

日時 全3日 9月30日(月)、10月7日(月) 9:45～11:45 9月30日～10月7日の間に3時間程度の実習日有り
場所 沼津プラサヴェルデ会議室1(セミナー)、実習場所は後日相談
内容 訪問看護の実態についての分かりやすい解説と実習
対象者 看護職有資格者
申込方法 電話またはFAXで申し込み
申込期限 9月27日(金)
参加費 無料
その他 無料託児有り(10日前までに要予約)
申込・問合せ 一般社団法人静岡県訪問看護ステーション協議会(静岡市葵区西門町2-7スズビル001701号室) ☎054-275-3339 FAX 054-275-3338

あいのうた 短歌募集～出会いから子育てまでの短歌コンテスト～

子育てのエピソードや恋人との出会い、家族への想いなどを詠んだ短歌を募集します。
募集期間 8月1日(木)～9月30日(月) 当日消印有効
募集部門 一般の部、ジュニアの部(高校生に相当する年齢以下)
応募資格 どなたでも応募可
審査員 俵万智氏(歌人)、田中章義氏(歌人)
選賞(予定) 各部門 最優秀賞1作品、優秀賞2作品、審査員特別賞2作品、入賞15作品
応募方法 郵便、FAXまたは専用のホームページで受付
応募・問合せ あいのうた事務局(株式会社東海道シグマ内) ☎054-272-0206 ホームページ <https://ainoutatanka.jp>

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届けられるよう、日々、設備の点検・改修を実施しておりますが、災害や設備事故等により停電が発生し、長時間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(<http://teideninfo.tepeco.co.jp/>)または、TEPCO公式スマートフォンアプリ「TEPCO速報」にて、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おります。

なお、切れてたれ下がっている電線を見つけた場合は、危険ですので絶対に触らないようにしてください。

【停電に関するお問い合わせ先】

カスタマーセンター 0120-995-007(無料)、03-6375-9803(有料)



メディカル通信

骨折の予防

近年、住民の高齢化が進んでおり、当院整形外科でも「大腿骨近位部骨折」や「脊椎圧迫骨折」で診療に訪れる患者さんが増加しています。

このような骨折をすると、歩行能力や全身状態が低下するため、骨折の予防が重要になります。

具体的には以下の3点に気をつけることで、骨折を未然に防ぐことができます。

①運動機能の維持

骨折の多くは転倒が原因です。転倒予防の為に足腰の筋肉や身体の柔軟性が必要であり、普段からウォーキングやストレッチを続けることが大切です。

②骨粗鬆症の治療

高齢になると骨密度が低下し、



骨粗鬆症になりやすくなります。定期的に骨密度検査を受け、必要に応じて骨粗鬆症の治療を行いましょう。

③歩行補助具の使用

転倒を予防するために杖や歩行器などの補助具を使用することで歩行が安定します。特に円背が強く長距離の歩行が難しい場合には、腰を伸ばさずに歩けるシルバーカーがおすすめです。

今後、骨粗鬆症治療の啓蒙や転倒予防教室など地域への普及活動を行なっていきたいと思います。

整形外科 土肥憲一郎

☎ 下田メディカルセンター
☎ 25-2525

戸籍の窓

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
上小野	土屋 琥空	6.1	瑚拍・唯那
大瀬	菊池 海琴	6.12	勇志・恵
加納	竹内 湊楽	6.22	直也・早希

結婚お幸せに

	お名前 (旧姓)	婚姻日
毛倉野	山之内 匠・真奈美(掛谷)	6.9

お悔やみ申し上げます

地区	氏名	年齢	月日
吉祥	黒田 茂俊	83	5.31
湊	村田 俊英	76	6.10
湊	木下 綾子	89	6.12
青市	高橋 誠志	89	6.16
加納	佐藤 吉男	89	6.24
吉祥	渡邊 等	61	6.24
市之瀬	山本 洋子	77	6.24
青野	齋藤 昇	63	6.29

令和元年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。

交流自治体 だより

東京都杉並区



夏の風物詩「東京高円寺阿波おどり」を体験してみよう

高円寺の街の賑わいを求めて商店街が始めた「東京高円寺阿波おどり」は今年で63回目を迎え、今では約1万人が踊り、100万人の歓声が響く「東京の夏を代表する風物詩」です。南伊豆町の踊り連である「ユウスゲ連」も昨年参加しています。

そんな東京高円寺阿波おどりを体験できるプログラムが「東京高円寺阿波おどりplus+」です。阿波おどりの演舞観覧だけでなく、太鼓や鉦などの鳴り物の体験や、踊りのレクチャーを受けて実際に踊ったり、法被姿の踊り手との記念撮影など交流もできるユニークなプログラムとなっています。

8月24日から25日にかけて行われる本大会はもちろん、「東京高円寺阿波おどりplus+」もぜひ参

加してみてください。

- 第63回東京高円寺阿波おどり
8月24日(土)~25日(日)17:00~
- 東京高円寺阿波おどりplus+
9月21日(土)、10月27日(日)
各15:00~16:20

場所 座・高円寺阿波おどりホール
(杉並区高円寺北2-1-2)

ホームページ

<http://koenji-awaodori.com/>

☎ 杉並区産業振興センター観光係
☎ 03-5347-9184



8月は、町県民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険、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。



まちの人

傾聴ボランティア 「つどいの和」

代表 ^{すずき} 鈴木 ^{さとし} 諭 さん

皆さまは、傾聴ボランティアというものをご存知ですか。

傾聴とは、読んで字の如く、耳を傾け話を聴くことです。傾聴ボランティア「つどいの和」では、人と話をする機会が減ってしまった方の話し相手になって、昔話や趣味の話、他愛のない話など話したいことを話してもらい、心穏やかで豊かな生活を送るための手伝いをしています。

私たち「つどいの和」は平成28年から活動をして

いますが、まだまだ知名度が低く私たちの活動を知らない方は多いと思います。

町内在住の方で、「ちょっと私の昔話を聞いてほしい」、「こんな趣味を持っているんだけど、とても面白いんだよ」など誰かと話をしたいと思ったら、ぜひ私たちに話をお聞かせください。

※申し込み、お問い合わせは社会福祉協議会（☎62-3156）までご連絡ください。

健康一ロメモ



蚊・ダニ媒介感染症に 気をつけましょう

病原となるウイルスなどを保有している蚊に刺されたり、マダニに咬まれることで蚊やダニが媒介する感染症にかかることがあります。以下のことを心がけ、感染しないようにしましょう。

【対策のポイント】

①できるだけ発生させない

野外に置かれている水が溜まったバケツなどから水を抜き、蚊が発生する場所を減らしたり、草刈りをするなどしてダニが活動しにくい環境を作りましょう。

②蚊・ダニの対策をする

蚊やダニがいそうな場所では、長袖や長ズボンなどを着用し、肌の露出を抑え、虫よけ剤を使用するなどして対策をしましょう。

※ダニに咬まれた場合は、無理に引き抜こうとせずに、皮膚科等で処置をしてもらいましょう。

問合せ 健康増進課 健康増進係
☎62-6255

スマイルキッズ



ひだ いぶき
天神原 肥田 生吹 くん（1歳6か月）

「自然いっぱいの中で、
大好きなゼリーもいっぱい！」

広報みなみいず 8月号

発行日/令和元年8月1日
発行/南伊豆町 編集/企画課 印刷/㈱栄協
〒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/>

編集後記

今年の夏は昨年と比べて雨が多く、気温も低い日が続いています。外で行われるイベント開催時に雨が降らないことを祈るばかりです。

