



広報

みなみいず

2024

1

No. 643

謹
賀
新
年

- ・ P02 町長の新年挨拶
- ・ P03 第24回しずおか市町対抗駅伝 結果報告
- ・ P04~05 12月定例会行政報告
- ・ P06 要介護認定を受けた方への各種控除について
- ・ P07 口座振替のすすめ、地域おこし協力隊 など

令和6年 新年のごあいさつ



南伊豆町長 岡部克仁

新年あけましておめでとうございます。令和6年が輝かしく幕を開けました。皆さまにおかれましては、健やかに新年をお迎えになったこととお慶び申し上げます。

さて、令和6年は「甲辰^{きのえたつ}」年です。辰は十二支の中で唯一実在しない空想上の生き物であり、中国の陰陽五行思想を下地とする六十干支によると、甲辰は権力や隆盛の象徴であることから陽の気が動いて万物が振動するので活力旺盛になって大きく成長し、物事の形が整い出世や権力に影響する年と言われています。南伊豆町においても今まで種をまき育ててきた事柄が少しずつ形になり動き出す年になるよう引き続きトップセールスに取り組んで参ります。

また、本年は4年に一度のうるう年です。うるう年といえばオリンピック。東京2020オリンピック・パラリンピックが1年延期されての開催となったことから、例年よりも間が空いていないため「閉幕したばかりだと思っていたのにもうオリンピックか」と感じます。昨今の日本のスポーツ界は輝かしい成績を上げており、国民に大きな感動を与えてくれます。いずれは本町からオリンピック・パラリンピアンが誕生することを期待しつつ、教育・子育てならびに青少年育成の観点からしっかりと支援して参ります。

さて、話はスポーツから離れますが、近頃、私は地域の歴史文化も大切だと感じております。近年は「鎌倉殿の13人」や「ど

うする家康」など静岡県が関わる大河ドラマが放送され歴史に興味を持つ方も増えているのではないのでしょうか。本年は「光る君へ」のタイトルで、紫式部にスポットが当てられた大河ドラマが放送されます。紫式部は今からおよそ1,000年前に世界最古の長編小説とされる「源氏物語」を書いた小説家として有名ですが、実は小説家は副業で本来は一条天皇の中宮（妻）に仕える女房（宮中で働く貴族の女性のこと）であったとのことですが、ドラマではどのように描かれるのか楽しみです。

紫式部が主人公の「光る君へ」の舞台は京都ですが、南伊豆町には「下賀茂」「上賀茂」そして「二條」と京都と同じ地名がいくつかあり、これらの地名の由来となったという仲子姫伝説があります。

江戸幕府が開かれたころ、宮廷に仕える女官の中院仲子^{なかのいんなかこ}が1609年にある事件に巻き込まれ伊豆新島に流罪となりました。流罪になった仲子は京都から陸路で網代へ向かい、そこから船で新島に向かう途中で嵐に遭って長津呂（現在の石廊崎）に漂着し、その後二條の庄屋・久田（屋号くった）家にかくまわれたのが16歳の時でした。このとき、故郷を思い京都の地名を南伊豆町の各地に付けたと伝わっております。なお、それから14年後、幕府により赦免となった仲子の下へ京都から迎えが来ました。京都に戻った仲子は尼となり80歳まで生きたと伝わっています。

仲子姫が故郷を思い南伊豆町に京都の地名をつけたように、やはり故郷は心に残るものです。南伊豆町から本年も多くの若者が都会へ旅立ちますが、都会に出た若者たちがいつか故郷に帰りたいたいと思えるような町づくりを進めます。

結びに、本年が南伊豆町にとって、また皆さまにとって素晴らしい年となる事を祈念いたしまして新年のあいさつとさせていただきます。



第24回しずおか市町対抗駅伝



町の部 7位・敢闘賞

12月2日(土)に第24回しずおか市町対抗駅伝が静岡市内を舞台に開催されました。

南伊豆町代表チームは昨年より良い結果を残すことを目標に、7月から差田グラウンドなどで練習を重ねてきました。

大会当日は青空の下12名の代表選手が力走り町の部7位となったほか、前年大会よりタイムの上げ幅が大きいチームに送られる敢闘賞を受賞しました。

また、駅伝大会終了後の小学生1,500m走でも女子2名の選手が出場し、観客からの応援を受け力強い走りを見せました。

監督を務めた笠井慎さんは「ふるさと賞や入賞はかなわなかったが、昨年よりタイムを縮めることに成功し敢闘賞を受賞できてよかった。来年はふるさと賞の奪還を目指して頑張りたい。」と語りました。

<写真の紹介> 1_閉会式後の記念撮影 2_号砲とともにスタートする遠藤雫選手(第1区・写真中央) 3_小学生1,500m走で健闘する櫻田はづき選手 4_沿道を駆け抜ける横田明澄選手(第4区) 5_外岡陽楠選手(第3区・写真左)にタスキをつなぐ桑原輝嵐選手(第2区・写真右) 6_胸の「南伊豆」をアピールしながらゴールする山本陽介選手(第12区)

【各区間の成績】

区間	選手氏名	距離	記録	
第1区	中学生・高校生(女子)	遠藤 雫	3.673km	12分52秒
第2区	小学生(男子)	桑原 輝嵐	1.903km	6分50秒
第3区	小学生(女子)	外岡 陽楠	1.715km	6分26秒
第4区	中学生・高校生(女子)	横田 明澄	3.549km	12分52秒
第5区	高校生(男子)	稲葉 絆太	6.855km	23分43秒
第6区	40歳以上	竹本 康幸	3.911km	13分1秒
第7区	中学生(男子)	山口 比呂	3.564km	12分36秒
第8区	中学生(女子)	山田 莉々	3.020km	12分55秒
第9区	小学生	加畑 璃人	1.619km	6分5秒
第10区	一般(女子)	山本 麻衣	3.051km	12分9秒
第11区	中学生・高校生(男子)	山本 皓介	4.310km	15分9秒
第12区	一般(男子)	山本 陽介	5.025km	16分22秒
総合記録		42.195km	2時間31分00秒	

種目	選手氏名	記録
小学生1,500m(女子)	越智 愛	5分38秒26
	櫻田 はづき	6分6秒59

チームへの
あたたかい応援
ありがとうございました

町議会12月定例会



令和5年南伊豆町議会12月定例会の開会にあたり、令和5年9月定例会以降の主な事項について行政報告を申し上げます。

行政報告（要旨）

佐川急便株式会社との地域活性化包括連携協定の締結について

9月26日（火）、佐川急便株式会社と地域活性化包括連携協定を締結しました。

本協定では密接な相互の連携および協働に基づき本町のさらなる活性化および町民サービスの向上を図ることを目的とするもので、同社は社会インフラのひとつである物流を担う企業として地域経済の活性化や持続可能社会の実現に向けた活動に積極的に取り組んでおられ、官民一体となった地域課題に取り組む事業などを全国の自治体でも展開しています。



本町においても災害対策、地域の見守り、観光支援や地域製品の流通支援などで連携するほか、同社が保

有するリソース、ノウハウの活用や協働をもって持続可能なまちづくりに邁進していきます。

黒潮大蛇行と磯焼け講演会について

10月26日（木）、役場湯けむりホールで「黒潮大蛇行と磯焼け」をテーマとした講演会が開催され、静岡県水産・海洋技術研究所伊豆分場の長谷川雅俊主任から黒潮大蛇行の影響による南伊豆町や下田市沿岸の現状のほか、磯焼け対策などについてご講演をいただきました。

講演では高水温かつ栄養分が少ない黒潮の大蛇行の影響を受けたカジメの磯焼けの進行などのほか、ブダイの食害による藻場の減少も加わりカジメを餌とするアワビが痩せ細るなど魚介類への影響が顕著であるというものでした。



また、これら磯焼けの主要因とされる黒潮大蛇行はいまだ終息の兆しは見られず、この状況はしばらく続くこととされることから、引き続き漁業

関係者との連携をもって稚貝・稚魚の放流やブダイの駆除など効果的とされる事業の推進に務めます。

美しい伊豆創造センター台湾トップセールスについて

11月3日（金）から5日（日）にかけて一般社団法人「美しい伊豆創造センター」の理事および首長による台湾トップセールスに参加しました。

当該事業は伊豆地域への台湾人観光誘客および日台間の相互交流の促進を図ることを目的として実施されたもので、台湾と伊豆半島との相互交流拡大と友好関係強化にむけた協同事業実施に係る財団法人「台湾観光協会」との連携協定の締結であり台湾最大の旅行博「2023台北国際旅行博」のメインステージにおいて調印式を挙行了しました。

また、昨年に包括的連携協定を締結した台湾に本社を置くアジア最大級のオンライントラベルエージェントである「KKday」を訪問し、同社CEO（最高経営責任者）の陳明明氏と今後の誘客促進に関する意見交換を実施しました。

このほか、静岡県台湾事務所との情報交換会や伊豆半島とかかわりの深い国際ロータリークラブ3480地区自転車隊による歓迎式典にも参加し日台友好の絆を再確認しました。

今回の訪台を足掛かりとして新たなインバウンドの獲得と台湾とのさらなる交流の深化に努めます。

第10回南伊豆町みちくさウルトラマラソンについて

11月11日（土）、青野川ふるさと公園をスタート・ゴールとして開催された「南伊豆町100km・78km・66kmみちくさウルトラマラソン」は今回で節目の10回目を迎え、過去最高となる811名が出走しました。

コース内に設置された18カ所のエイドステーションには100人を超えるボランティアが参加し、心温まる

「おもてなし」が提供されました。当日はファイナルランにふさわしい秋晴れのもと、選手たちは起伏に富んだ山間部や美しい海岸線など、本町ならではの特色あるコースをご堪能いただきました。

10年間の長きに渡り大会運営にご尽力を賜りました大会関係者やボランティアの皆さまに加え、沿道での熱い声援や交通規制などに多大なご理解ご協力をいただきました、町民の皆さまに衷心より厚く御礼申し上げます。



移動知事室 「平太さんと語ろう」について

11月14日（火）本町において移動知事室が開設され、手石区内の「リゾート茶室 満満亭」を皮切りに、湊区内のサテライトオフィス、東京大学樹芸研究所を川勝知事が訪れ、それぞれの取り組みについて説明を受けながら各施設を丁寧に視察が行われました。

また、同日には下田市内で夕食懇談会が催され、地域で活躍する3名の町民が招かれ日頃の活動など和やかに歓談されました。

翌15日（水）には、株式会社タカラゲン南伊豆工場を視察後にフリークスガレージ南伊豆校を訪れ、校長から同校設立の経緯や運営に関する説明を受けたあとドローンの操縦を体験しました。

続いて、役場湯けむりホールで9年ぶりの開催となった知事広聴「平太さんと語ろう」には約150人の参観者が詰めかけるなか、町民2名が発言者として登壇し自身の取り組みと地域課題について意見交換が行われました。

加えて、二條地内で開催されてい

た「仲子姫伝説展」にも足をお運びいただき、川勝知事縁の地である京都と本町との歴史的「つながり」に大に関心を持たれた様子でした。

今回の移動知事室では全ての視察行程に随行し、地域の実情など理解を深めましたが、知事からもさまざまなご提案やご意見などをいただきましたので今後の地域活性化に活かすよう取り組んでいきます。



南伊豆町立中学校の統合 に向けて

町内2中学校の統合については、昨年8月に本町教育委員会から諮問を受けた学校統合準備委員会において協議を重ねられ本年10月12日付をもって教育長へ第一次答申書が提出されました。



同答申では、統合時期を令和8年度とし、場所は南伊豆東中学校とす

るものです。

現在、中学校生徒数は141人ですが令和13年度には92人に減少することからも、学びの質を考慮すれば教育環境で最も優先すべきは一定規模の生徒数を維持することであり、協働的な学びには多様な他者との交流が必須であるとし他者と学び合い励まし合い、切磋琢磨することによって自己の資質や能力を伸長することが期待されることから、準備期間を考慮し令和8年度と結論付けています。

なお、場所の選定においては既存建物の健全性など6項目を検討した比較表に基づき南伊豆東中学校が適切としています。

加えて、本年10月26日（木）開催の総合教育会議においても第一次答申にかかる協議が行われ、子どもたちの教育環境、教育の質を最優先として、令和8年度の統合、場所は南伊豆東中学校が妥当であるとの総意でした。

今後は本答申に沿って統合を推進してまいります。保護者への丁寧な説明や通学にかかる保護者負担軽減などのご意見も伺っていますので適切な対応に務めていきたいと考えています。

※当記事は令和5年12月5日（火）に南伊豆町議会12月定例会にて行われた行政報告を、広報誌用に一部編集したものです。



要介護認定を受けた方のおむつの医療費控除について

傷病によりおおむね6カ月以上寝たきりで治療を受けている方の医師が必要と認めたおむつ代は、医療費控除を受けることができます。

医療費控除を受けるためには、明細書とともに「おむつ使用証明書」または「主治医意見書内容確認書」を申告時に提出する必要があります。

おむつ使用証明書について

初めておむつ代を医療費控除で申告する際に必要となります。かかりつけの医師が発行しますのでご相談ください。

町が発行する主治医意見書内容確認書について

交付要件

以下の全てを満たす方

- ①申告対象年の12月31日時点で介護保険要介護認定を受けていること
 - ②対象年度の介護認定に関する主治医意見書で内容が以下に該当するもの
「障害高齢者の日常生活自立度」がBからCかつ「尿失禁の可能性」がありと記載されていること
- ※②の確認については事前に役場福祉介護課へお問い合わせください。
※要件を満たさない場合には、おむつ使用証明書をかかりつけの医師が発行しますのでご相談ください。

申請方法

印鑑と申請者の本人確認ができるものを持参し福祉介護課で申請書を記入のうえ、提出してください。

申請・問合せ 福祉介護課 介護保険係 ☎62-6233

要介護認定を受けた方の障害者控除について

各障害者手帳を持っていない場合でも一定の条件を満たす方を対象として税の控除が受けられる「障害者控除対象者認定書」の交付を随時行っていますので、ご利用ください。

対象

以下の①～③全てを満たす方

- ①65歳以上で南伊豆町に住民登録がある方
 - ②申告対象年の12月31日時点で要介護認定を受けている方
 - ③対象年度の介護認定に関する主治医意見書で、
「障害者の日常生活自立度」がA以上または「認知症高齢者の日常生活自立度」がII以上に該当する方
- ※③の確認については事前に役場福祉介護課へお問い合わせください。



申請方法

印鑑と申請者の本人確認ができるものを持参し福祉介護課で申請書を記入のうえ、提出してください。

申請・問合せ 福祉介護課 介護保険係 ☎62-6233

国民年金保険料の納付は口座振替での 早割・前納がお得です

国民年金保険料を納付する際、口座振替の早割・前納を利用すると納付額の割引があります。

早割は月50円（年間600円）お得です

国民年金保険料の納付期限は翌月末ですが、当月末に口座振替する方法のことを「早割」といいます。早割の申込は随時受け付けていますのでご活用ください。

※現金納付の場合は、当月末までに納付していただいても割引はありませんのでご注意ください。

まとめて前納はさらにお得

国民年金保険料を納付する際に6カ月分、1年分、2年分をまとめて納付する「前納」はさらにお得です。前納は口座振替だけでなく現金納付も可能ですが、口座振替はより割引額も多くなります。

口座振替を希望する方は申込期限までに口座振替申出書を提出してください。口座振替申出書は年金機構ホームページ、口座振替を行う金融機関、役場町民課にて配布を行っています。

	現金支払の場合	口座振替の場合	割引額	口座振替申出書申込期限
6カ月前納付	99,120円	97,990円	1,130円	8月末、2月末
1年前納付	198,240円	194,090円	4,150円	2月末
2年前納付	402,000円	385,900円	16,100円	2月末

※保険料は毎年度変わります。記載の国民年金保険料は令和5年度のものであります。

なお、「口座振替」に関する詳しい内容は右の二次元コードから日本年金機構ホームページをご覧ください。

●日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp/>



問合せ 三島年金事務所 ☎055-973-1166
町民課 住民年金係 ☎62-6222

地域おこし協力隊活躍中!

地元の味に感動しました!!

最近コタツを買おうか悩んでいる村山です。寒い日が続きますが、皆さまも体調を崩されませんようご自愛ください。

南伊豆町の生活に慣れ始め、今はふるさと寄附の業務に日々奮闘しております。ふるさと寄附の仕事を通じて感動したここ最近の話を今回はつづろうと思います。

私がふるさと寄附の仕事で主に行っているのが、返礼品ページの魅力化・新規返礼品の開拓・新規事業者の開拓です。

昨年10月頃、青木さぎえ店さんに新規返礼品の開拓のことで相談に行った際、イセエビのクリーム焼きというものを紹介していただきました。

ホームページに実際の画像を掲載するために撮影をし、作業終了後にごちそうしていただいたのですが、イセエビの濃厚なうま味と食べ応え抜群の食感、その上に乗ったホワイトソースとチーズの塩味のバランスが最高でおいしくて感動しました。

もちろん南伊豆町にはおいしい飲食店などがたくさんありますが、移住して最も五臓六腑に染み渡る地元の味でした。この感動をもとにホームページに掲載する商品画像を作りました。

何よりふるさと寄附をきっかけに、商品の魅力や南伊豆町の魅力が伝わってほしいと思っています。お正月にもピッタリの商品かと思っておりますので、ぜひチェックしてみてください。



地域おこし協力隊 村山

問合せ 地方創生室 ☎62-1121



11/18 認定こども園発表会



南伊豆認定こども園の4、5歳児の発表会が開催されました。4歳児は男女に分かれて忍者になりきった遊戯を披露し、保護者から惜しみない拍手が送られ、園児たちも誇らしげでした。

11/30 大根みつけた！



下田高校南伊豆分校3年生と南伊豆認定こども園の園児との交流会が行われました。この日は9月に種をまいた大根を収穫し、園児は「大きいのが穫れた」と話したり、他の園児が収穫した大根の大きさを比べたりして、楽しそうでした。

12/5 ヤシのコモがけ



奥石廊崎で越冬に備えてヤシ47本にコモがけが行われました。奥石廊崎は冬季に強い西風が吹くため、ヤシが枯れないよう毎年12月にコモをかけて越冬に備えます。

11/27 愛國米はどんな味？



南上小学校の4、5年生が自分たちで育てた愛國米と他の米を比較する食味試験を行いました。児童たちは「こっちの方が硬い」「甘みがある」など感想を共有しながら、愛國米と他の米の違いについて学びました。

12/3 地域防災訓練

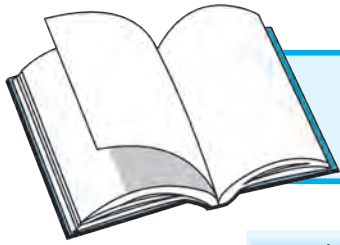


町内各地区で地域防災訓練が行われました。下賀茂区では、消防団員から説明を受けたあとホースなど器具の取り扱いを学び、有事に備えて体制を整えました。

12/7 どんら焼きおいしく焼けました！



南伊豆認定こども園でどんら焼き作り体験が行われました。園児たちは菓匠まる川（浜松市）の職人から作り方を教わり、生地から自分たちで作って食べ「おいしくできた」と話していました。



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



「さみしい夜にはペンを持って」
 古賀史健／ポプラ社
 「さみしい夜にはちくわを持って」と言われても脱力感しか残りませんが「ペンを持って」と言われたら…。書くことで自分を見つめ直す人生読本。



「一寸先の闇」
 澤村伊智／宝島社
 自殺の多いマンション、「かみさま」をつくる小学生…。日常に潜む得体のしれない恐怖を描いたホラー作品集。これは、現実に漏れ出た悪夢である。



「につぼん歴史町めぐり」
 エクスナレッジ
 古きよき城下町や宿場町、温泉街から花街まで…。情緒感じる美しい町並みに建てられた建築遺産群をイラスト図解。日本の良さを再発見！



「喫茶おじさん」
 原田ひ香／小学館
 プリン、ケーキ、スパゲッティ。「喫茶店にいますきだけはイヤな現実を忘れられるんだよなあ。」57歳、バツイチ、現在無職。哀切に満ちたグルメ小説。



「まんがでわかるだましの手口」
 佐藤正明／東京新聞
 口八丁手八丁の詐欺師と騙されまいとする消費者、果たして結末は…。悪質商法の手口と対策をまんがで解説。不穏な世の中を生き抜くための必読書！



「ロング・ロード」
 堂場瞬一／早川書房
 「この会社は不正に金をばら撒いている」IT企業の社内に張り出された怪文書。調査を依頼された私立探偵は周囲の協力を得て犯人を追いつめるが…。



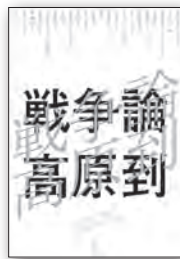
「愛しの純喫茶」
 甲斐みのり／オレンジページ
 「自分、不器用ですから」コーヒー筋で営業を続ける純喫茶にはどこか高倉健のような雰囲気漂う。実直、誠実、真摯…。全国の高倉健を巡る旅の記録。



「列」
 中村文則／講談社
 なぜ人は列に並ぶのか。男は待ちつづけていた。「あれから何日経ったのだろうか」先頭の見えない長い列の真ん中で…。



「これで死ぬ」
 羽根田治／山と溪谷社
 まさかカタツムリに殺されるなんて…。アウトドアに潜む危険と、その対処法を徹底解説。死にたくなければ読むしかない！



「戦争論」
 高原到／講談社
 我々は戦争を嫌悪する一方で、小説や漫画には戦争が娯楽として描かれている。現実の暴力・戦争を多様な文芸作品を通して読み解く新時代の戦争論。

新着図書案内

図書館ウォーカー オラシオ
 日本の美しい水族館 銀鏡つかさ
 もしも突然、がんを告知されたとしたら。 樋野興夫
 ウィーン菓子図鑑 小菅陽子
 おしえて志麻さん！お助けレシピ100 タサン志麻
 まちづくり仕組み図鑑 佐藤将之・馬場義徳
 狩猟教書 久保俊治
 アンと幸福 坂木司
 同じ星の下に 八重野統摩
 野火、奔る あさのあつこ
 半暮刻 月村了衛
 私労働小説 プレイディみかこ
 ヒロイン 桜木紫乃
 忍びの副業 上・下 畠中恵
 アウシュヴィッツを泳いだ男 ルノー・ルブロン

図書館利用案内

2023年のベストリーダーは？

2023年、最も多く読まれた本の発表です。あなたは何冊読みましたか？

★小説・エッセイ

1位 審議官 今野敏
 2位 連鎖 黒川博行
 2位 教誨 柚月裕子

★実用書

1位 天路の旅人 沢木耕太郎
 1位 エコな毎日 中嶋亮太
 2位 徳田民子さんの工夫のある家仕事 徳田民子



がん患者会「患者サロン菜の花」について

がん患者の方と家族が感じる不安、悩みなどさまざまな感情を自由に語り合い分かち合う交流の場です。お気軽にご参加ください。

日時 毎月第3水曜日（休日の場合は翌日）14：00～15：00

場所 下田メディカルセンター裏職員寮内 第2会議室

その他 予約不要。当日、総合受付にお声掛けください。

問合せ 下田メディカルセンター地域医療連携室 ☎25-3535

1月10日は「110番の日」です

110番は、事件・事故などの緊急時のためのものです。緊急性の無い相談や照会などは、警察署もしくは交番、または#9110にお問い合わせください。

問合せ 下田警察署
☎27-0110

広報みなみいず 広告欄

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

広報みなみいずに広告を掲載しませんか?

●価格

1 枠 1 か月 3,000円

●バナーの規格

大きさ 縦3.5cm、横5.5cm

グレー、シアン、ライトシアンの3色

●問合せ

企画課情報政策係 ☎62-6288

*掲載している広告内容に関して責任は広告主に帰属し、町が推奨または保証等をするものではありません。



メディカル健康講座の開催について

介護保険サービスに関する疑問にお答えします。高齢の方のみならず、介護者である家族の方などもお気軽にご参加ください。

日時 1月27日(土)13：30～15：00

場所 下田市民文化会館 大会議室

内容 介護保険制度について ～いざという時にすぐ使えるようになる～

講師 下田メディカルセンター看護師・医療ソーシャルワーカー 稲吉百古

対象者 賀茂地区在住の方

定員 100名

費用 無料

申込方法 電話または直接申し込み（定員に満たないときは当日参加も可能です。）

申込・問合せ 下田メディカルセンター地域医療連携室
☎25-3535

小～高校生のための春休み海外研修交流事業について

日程 3月24日(日)～4月5日(金)の内8～13日間

研修先 イギリス、オーストラリア、カナダ、サイパン、ハワイ、カンボジア、ネパール

内容 ホームステイ、英語研修、学校訪問、文化交流、地域見学、野外活動など

対象者 小学校3年生～高校3年生から各コース10名

オンライン説明会

①1月8日(月)19：30～21：00

②1月18日(木)19：30～21：00

※以下のメールアドレスまで「オンライン説明会希望」とメールをお送りください。

申込方法 パンフレットを請求後に送付される参加申込書に必要事項を記入し提出

申込締切 1月30日(火)

費用 315,000円～758,000円

その他 対象者や研修先など各項目はコースにより異なります。

申込・問合せ 公益財団法人国際青少年研修会

☎03-6825-3130

✉info@kskk.or.jp

http://www.kskk.or.jp



第15回伊豆農業研究センター 公開デーについて

日時 2月3日(土)9：30～15：00

場所 伊豆農業研究センター（東伊豆町稲取3012）

内容 施設（温室およびほ場）の一般開放、各種研究成果の展示、新カンキツ類の試食

その他 農作物の販売は行いません。なお、試食は事前予約制です。（10時～13時30分まで15人毎）

1月19日(金)までにメールまたはFAXでお申し込みください。

詳細については右の二次元コードからホームページをご確認ください。



申込・問合せ 伊豆農業研究センター

☎0557-95-2341

FAX：0557-95-0533

✉agriizu@pref.shizuoka.lg.jp

林業退職金共済制度(林退共)についてご案内

林業退職金共済制度（林退共）は林業界で働く方のために国が作った退職金制度です。

制度の特徴

- ・掛け金は税法上について、法人では損金、個人企業では必要経費となります。
- ・掛け金の一部を国が免除します。
- ・雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

事業主の方へ

- ・共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。
- ・共済手帳を所持している従事者が林業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するよう指導してください。

労働者の方へ

- ・事業所が変わるときは共済手帳を忘れずに受け取りましょう。
- ・林業界を引退するときは忘れずに退職金を請求しましょう。
- ・以前、林業の仕事をされ林退共制度に加入していた方で、退職金請求をした心当たりがない方は、以下へお問い合わせください。

問合せ 独立行政法人勤労者退職金共済機構 林業退職金共済事業本部 ☎03-6731-2889

メディカル通信

風邪予防の食事について

あけましておめでとうございます。年末年始のイベントが続き、食生活や生活のリズムが乱れてきてはいませんか。偏った食生活は栄養不足がおこり、免疫力が低下して風邪をひきやすくなります。十分な睡眠、適度な運動、バランスの良い食事のほか、免疫細胞が多く存在する腸の環境を整えることで、ウイルスに対する抵抗力を高めていきましょう。

風邪の予防に効果的な栄養素および食品を紹介しますので、普段の食事に取り入れてみてください。

・**食物繊維**：腸内の善玉菌の栄養源。穀類、いも類、野菜類、海藻類、きのこ類、果物類に多く含まれる。



・**発酵食品**：腸内の善玉菌を増やし腸内環境を改善する。ヨーグルト、みそ、納豆などに多く含まれる。

・**ビタミンA**：鼻やのどの粘膜を保護する。緑黄色野菜、レバー、うなぎ、卵などに多く含まれる。

・**ビタミンC**：免疫を高める。風邪の時は消費が激しくなる。野菜類、果物類などに多く含まれる。

・**ビタミンE**：細胞膜を酸化から守る。ナッツ類、アボカド、ツナ缶などに多く含まれる。

管理栄養士 梅原 賢治

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
下流	西 波音 <small>はのん</small>	11.19	雅也・陽奈

結婚お幸せに

地区	お名前（旧姓）	婚姻日
下賀茂	佐藤 篤史・望（吉村）	11.4

お悔やみ申し上げます

地区	氏名	年齢	月日
下小野	鈴木 章	72	10.31
下賀茂	漆田 和代	96	11.2
手石	坂本 悦代	80	11.3
大瀬	菊池 太喜男	91	11.4
加納	大川 三千江	94	11.6
下賀茂	渡邊 浩	70	11.12
伊浜	地引 イチ	98	11.20
一條	山本 美佐子	75	11.25
手石	土屋 倫子	101	11.28

令和5年11月1日から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、戸籍届出の際にお申し出ください。

姉妹都市だより

長野県塩尻市

遺跡を彩る光の旅 ～SHIOJIRI NIGHT MUSEUM in 平出遺跡～



今年で3回目となるイルミネーションイベントを開催します。期間中は復元住居のライトアップを行います。

また、27日（土）には約200基の灯籠が光の回廊をつくりだします。幻想的なイルミネーションが、皆さんのご来場をお待ちしています。

日時 1月23日（火）～27日（土）
18：00～20：00（荒天中止）

※荒天中止の判断は、イベント3日前に行います。

場所 平出遺跡公園
（塩尻市宗賀388-2）

入場料 無料

主催 塩尻市観光課、平出博物館
（一社）塩尻市観光協会

協力 ひらいで遺跡まつり実行委

員会、株式会社エイアンドエフ
街道交流事業実行委員会

その他 駐車場が限られているため、できるだけ乗り合いでお越しください。

当日は気温が低いことが予想されます。暖かい服装でお越しください。

問 塩尻市観光課観光係
☎ 0263-52-0786



人の動き

（12月1日現在）

世帯数 3,840 世帯
人口 7,527 人（-15）
男 3,636 人
女 3,891 人

-----（11月中）-----

転入 15 転出 17
出生 1 死亡 14

1月は、町県民税、国民健康保険税、介護保険料、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。

毎月19日は
食育の日!

健康レシピ ～野菜とえびの薄くずあん風～

栄養価（1人前）エネルギー：44kcal たんぱく質：4.3g
脂質：0.1g 塩分：0.7g



▷ 材料4人分 ◁

ダイコン……………160g	A	みりん……………大さじ1
ニンジン……………40g		薄口しょうゆ……………大さじ1
エビ……………4尾		塩……………小さじ1/5
だし汁……………300ml	B	片栗粉……………小さじ1
おろしショウガ……………少々		水……………小さじ2
カイワレダイコン……………適量		

▷ 作り方 ◁

- ①エビの殻、背わたを取り除き、塩で揉んだあと洗い、水気を拭き取る。
- ②ダイコン、ニンジン、エビを1.5cm角に切る。
- ③だし汁にダイコン、ニンジンを加え、蓋をし柔らかくなるまで煮る。
- ④Aとエビを加え、火が通ったらBでとろみをつけおろしショウガを混ぜる。
- ⑤汁ごと盛り付けてカイワレダイコンを乗せて完成。



★ここがポイント!

①は下処理です。エビの臭みが料理に影響しないように必ず行いましょう。

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



ノロウイルス食中毒に 注意しましょう

ノロウイルスは手指や食品などを介して口から感染し、ヒトの腸管内で増え、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもや高齢者など抵抗力の弱い方は重症化しやすいため特に注意が必要です。

感染症予防のため十分な手洗い、十分な加熱、調理器具の洗浄・消毒をしましょう。

万が一感染が疑われる場合は、自己判断で風邪薬や下痢止めを服用せず、医療機関を受診してください。安静にし、水分と栄養補給で、脱水や体力の消耗を防ぎながら回復を待ちましょう。

また、発症者の吐しゃ物および便には大量のウイルスが含まれています。塩素系漂白剤を含ませた布で静かに拭き取るようにしましょう。



問合せ 健康増進課 健康増進係
☎62-6255

スマイルキッズ



加納 小泉 海翔 くん（1歳5カ月）

「僕は食べるのがだいすき!!」

広報みなみいず 1月号

発行日/令和6年1月1日
発行/南伊豆町 編集/企画課 印刷/南サン印刷
〒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.minamizu.shizuoka.jp>

あけましておめでとうございます。昨年の市町対抗駅伝は寒い中で非常に過酷な取材でしたが、多くの方とともにチームを応援したのが楽しく、選手の力走から勇気もらったやりのある一日でした。今年も躍進してまいりますのでよろしくお願いいたします。



編集：もも