



広報

みなみいず

2024

3

No. 645



2月8日 (木)

～南伊豆認定こども園 桜並木のお散歩～

- ・ P02 南海トラフ地震死者数0人計画について
- ・ P03 犬の放し飼いはやめましょう
- ・ P04 胃がん・肺がん検診について
- ・ P05 住宅用火災警報器を設置しましょう
- ・ P06 住所の異動手続きを忘れずに！、休日臨時窓口の開設について
- ・ P07 戸籍証明書などの広域交付制度が始まりました、地域おこし協力隊 など

南海トラフ地震死者数 0人計画について



南伊豆東小学校 5年1組



南伊豆東小学校の5年1組は、昨年4月から総合学習の授業で南海トラフ地震について学習を進めてきました。

南海トラフ地震による死者数0人を目指すために、児童らは3班に分かれて動画およびポスター、クイズなどを制作し有事の備えの大切さなどを発信しました。

児童らは「制作したものを通して多くの人たちに防災の大切さを知ってもらい、南海トラフ地震死者数0人計画を達成したい」と思いを語りました。



オリジナルキャラクター
まもるちゃん・ぜんくん

○制作した作品の紹介

動画



動画班は学校のタブレットを用いて動画を制作しました。

動画では南海トラフ地震に関する概要や有事の備えなどについて、児童らが出演して紹介しました。動画は以下の2次元コードからご覧いただけます。

南伊豆東小学校5年1組が総合学習の成果を動画で発表します。
(町ホームページ)



ポスター



ポスター班は手作りのポスターを制作し、町内各施設や商店へ掲示しました。

ポスターでは南海トラフ地震が発災した際の予想震度や津波の高さ、地震が来る前に各人で準備しておくべきことなどをイラスト付きで紹介しました。

クイズ



クイズ班は校内に防災クイズコーナーを設置しました。

クイズは難易度を3段階に分け、下級生も地震や避難に関する知識を身に付けられるよう工夫しました。



こちらの記事は南伊豆東小学校5年1組の児童と広報担当がアイデアを出し合って制作したものです。

犬の放し飼いはやめましょう

「南伊豆町飼い犬条例」では、犬の放し飼いを原則禁止しています。

また、「動物の愛護および管理に関する法律」および「静岡県動物の愛護および管理に関する条例」では、動物の所有者等に対して、人に迷惑をおよぼすことのないように適正に飼養することを義務付けています。

○散歩中や公園などで犬を放す行為は禁止されています

散歩の途中や公園での放し散歩は、他人にとって大変迷惑なだけでなく、飼い犬が交通事故にあたり、他人を噛む事故につながる可能性があります。

飼い主には大人しい犬だからと放しても、犬が苦手な方などにとっては「怖い犬」であることに変わりありません。

また、見慣れない人やモノなどがあり刺激の多い屋外では、飼い犬は少したことでも驚き、人や他の犬に噛みついてしまうことがあるので、必ずリードなどでつないで散歩をしてください。



○犬の飼い方のルール ～犬の飼い主の皆さまへ～

ペットの飼い主になるということは、ペットに関する全ての責任を持つことです。

環境省が定めている「家庭動物等の飼養及び保管に関する基準」の中に犬の飼い方のルールが明記されています。

最低限の責任として、以下の項目を守りましょう。

●放し飼いや散歩で放すことの禁止

柵に囲まれた自分の敷地内や屋内で飼う場合以外は、放し飼いをしてはいけません。

●散歩のときの安全確保

散歩をする際は必ずリードをつけ、犬を制御できる人が行いましょう。長すぎるリードでの散歩は、犬にも人にも危険です。

また、人の多い時間帯や人混みのある場所を避けるなどの配慮をしましょう。

●犬をつないで飼う場合は場所と綱の長さに気を配る

屋外などで犬をつないで飼う場合には、人に危害を加えないように、つなぐ場所や綱の長さには注意しましょう。

●適正なしつけを行う

飼い主は、飼い犬が社会に受け入れられるようなしつけをし、特に「待て」などの制止ができるようにしなくてはなりません。

また、「おいで」などの呼び戻しができると、いざというときに役に立ちます。

●周辺地域の住民や環境への配慮

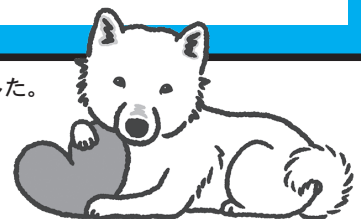
鳴き声や毛の飛散、排せつ物の放置などで地域に迷惑をかけてはいけません。ほえないようにしつけをし、抜け毛や排せつ物はこまめに処分して清潔に保ちましょう。

また、散歩中に出た排せつ物などを放置することは地域の方に迷惑をかけることとなりますので、必ず持ち帰って処分してください。

●飼い犬の性質や特性を知る

飼い犬の性質や特性をよく理解し、事故を起こさないように注意しなくてはなりません。

※環境省パンフレット「宣誓！無責任飼い主0（ゼロ）宣言！」の一部を参考に作成しました。



胃がん・肺がん検診を実施します（予約制）

がんは自覚症状がないまま進行している場合もあります。早期発見のためぜひ受診してください。

検診名	対象者	負担金
胃がん検診 （胃バリウム）	令和7年4月1日 時点で40歳以上の方	900円 （※70歳以上の方および南伊豆町国民健康保険加入者は無料）
肺がん検診 （胸部レントゲン）		無料

案内通知について

国の指針に従い、以下のとおり2月末に郵送しています。受診希望で案内が届かない方はご連絡ください。

- ①40～69歳（推奨年齢）の方 →全員に送付
- ②70～89歳の方 →令和5年度実施の検診を受診された方に送付

予約方法について

電話またはインターネットにて予約
※詳細はホームページまたは個別案内通知をご確認ください。

検診日	受付時間	会場	電話予約開始日
4月11日（木）	7：30～9：45	南伊豆町役場	3月21日（木）～
4月12日（金）	7：30～9：45	下流公民館	
4月13日（土）	7：00～9：45	J Aふじ伊豆 竹麻支店※	
4月15日（月）	7：30～9：45	湊コミュニティセンター	
4月16日（火）		毛倉野ゲートボール場横	
4月17日（水）	7：30～9：15	手石公会堂	
4月18日（木）	7：30～9：45	大瀬漁協横	
4月19日（金）	7：30～8：45	石廊崎区事務所	
4月22日（月）		子浦観光協会	
4月23日（火）	7：30～9：45	妻良公会堂	
4月24日（水）		伊浜バス停前	
4月25日（木）	7：00～9：45	南伊豆町役場※	
4月26日（金）		一條多目的センター	
4月27日（土）	7：30～9：15	二條コミュニティセンター	4月18日（木）～
5月9日（木）	7：00～9：45	南伊豆町役場※	
5月10日（金）		三坂地区防災センター	
5月12日（日）	7：30～9：45	市之瀬高齢者活動促進センター	
5月14日（火）		青野公会堂	
5月15日（水）	7：30～9：30	下小野高齢者センター	
5月16日（木）		入間旧農協前	
5月17日（金）	7：30～9：15	中木生活改善センター	
5月18日（土）		南伊豆町役場※	
5月21日（火）	7：30～9：00	上小野農産物集荷所	
5月22日（水）		天神原集会所	
5月23日（木）	7：30～9：00	蛇石バス停前	
5月24日（金）		上賀茂公会堂	
5月28日（火）	7：30～8：45	南伊豆町役場	4月23日（火）～
5月29日（水）			
5月30日（木）	7：30～9：45	南伊豆町役場	

※土曜日および日曜日の9：30～9：45は肺がん検診のみの実施となります。

予約・問合せ 健康増進課 健康増進係 ☎62-6255

住宅用火災警報器を設置しましょう

消防法改正により、すべての一般住宅に住宅用火災警報器を設置することが義務づけられてから10年以上が経過しました。一方で、下田消防署管内の設置率は75%となっております。（令和5年6月時点）

下田消防本部は、住宅用火災警報器の設置のほか作動確認の実施など適切な維持管理をお願いしています。住宅用火災警報器が未設置の家庭は、大切な家族や自身の生命と財産を守るためにも早めに設置しましょう。

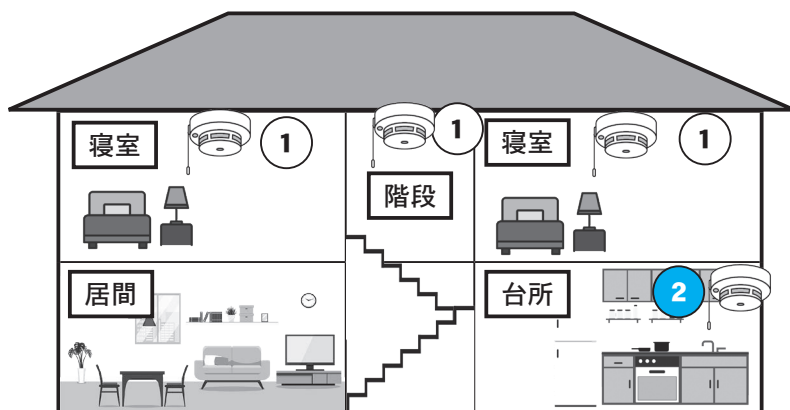


○住宅用火災警報器の取付場所と位置について

住宅用火災警報器は電気店やホームセンターなどで販売されており、ほとんどが電池式タイプで簡単に取付けることができます。

なお、設置場所には設置が義務付けられている場所と推奨されている場所があります。

取付場所について



①設置が義務付けられている場所

- ・寝室として使用する部屋
 - ・寝室が2階以上にある場合はその階の階段上部
- ※煙を感知するタイプの警報器の設置が必要です。

②設置が推奨されている場所

- ・台所
- ※熱を感知するタイプの警報器の設置が必要です。

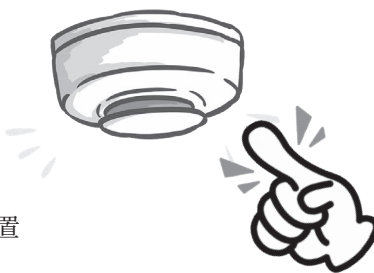
取付位置について

●天井の場合

- ・住宅用火災警報器の中心を壁や梁から60cm以上離して設置
- ・換気扇やエアコンの吹出口が近い場合は、1.5m以上離して設置

●壁の場合

- ・天井から15cm～50cm以内に住宅用火災警報器の中心がくるように設置



○住宅用火災警報器に関するアンケートにご協力ください

下田消防本部では、管轄する市町にお住まいの方を対象に住宅用火災警報器に関するWEBアンケート調査を実施しています。

右の2次元コードまたは下記のURLで簡単に回答できますので、皆さまのご協力をお願いいたします。

URL：<https://logoform.jp/form/NKUD/213210>

回答期限：3月31日（日）



住所の異動手続きを忘れずに！

住民票の住所の異動届は、国民健康保険、国民年金、選挙人名簿の登録につながる大切な手続きですので、引越しの際は必ず引越し前および引越し先の市区町村窓口で手続きを行ってください。

また、本人確認書類となる「マイナンバーカード」の住所は最新のものに更新する必要がありますので、忘れずに住所変更届出を行ってください。

入学・就職・転勤などによる引越しで住所の異動をされる方は、市区町村窓口での「**住所の届出**」が必要です

他の市区町村へ転出する場合

南伊豆町役場

【転出の手続き】

役場に転出届を提出し、転出証明書を受け取る



転入先の市区町村

【転入の手続き】

転入した日から14日以内に、転入先の市区町村へ転出証明書を添えて転入届を提出する

町内で転居する場合

南伊豆町役場

【転居した日から14日以内】

転居届を役場に提出



※正当な理由なく住民票の異動届出をしない場合、5万円以下の過料に処される場合があります。

問合せ 町民課 住民年金係 ☎62-6222

休日臨時窓口の開設について

役場の開庁時間内（平日8：30～17：15）に窓口へ訪れることが困難な方のため、休日臨時窓口を開設しますので、ぜひご利用ください。

○休日臨時窓口開設日時

3月23日（土）、24日（日） 8：30～12：00

○対応業務内容

- 転入および転出、転居などの住所異動手続き
- 国民年金の加入および脱退手続き
- 国民健康保険の加入および脱退手続き（保険証等は後日郵送により発行）
- 戸籍謄抄本および戸籍の附票（写）、住民票（写）、身分証明書の交付
- 印鑑登録事務、印鑑証明書交付
- 所得証明書、納税証明書などの交付
- マイナンバーカードの交付（要予約）



○持ち物

- 以下の①または②の本人確認書類
- ①運転免許証、旅券、マイナンバーカードなど、官公署が発行した顔写真付きの本人確認書類
 - ②上記①の書類がない場合は、健康保険証、介護保険証、年金手帳、年金証書などから2点

予約・問合せ 町民課 住民年金係 ☎62-6222

戸籍証明書などの広域交付制度が始まりました

3月1日（金）から、戸籍法の一部改正により、本籍地以外の市区町村の窓口で戸籍証明書および除籍証明書などが取得できる広域交付制度が始まりました。

これまで戸籍証明書などは、本籍地の市区町村窓口で取得する必要がありましたが、お住まいや勤務先の最寄りの市区町村の窓口で取得できます。

また、必要な戸籍の本籍地が全国各地にある場合でも、1カ所の窓口でまとめて請求することも可能になりましたのでご利用ください。



○必要書類

運転免許証やマイナンバーカードなどの顔写真入りの官公庁が発行した本人確認書類

○広域交付で戸籍証明書等を請求できる人

- ・本人
- ・配偶者
- ・直系尊属(父母、祖父母など)
- ・直系卑属(子、孫など)

※郵送や代理人、第三者による請求はできません。

○広域交付手数料

種別	手数料
戸籍全部事項証明	450円
除籍全部事項証明書	750円
除籍謄本	
改製原戸籍謄本	

※戸籍の附票、身分証明書及び独身証明書は広域交付の対象外です。

問合せ 町民課 住民年金係 ☎62-6222

地域おこし協力隊活躍中!

ふるさと寄附の繁忙期を経て



地域おこし協力隊の百瀬です。暴風吹き荒れる1月と2月を経て、やっと桜の季節ですね。

近ごろは私の知人にも町に来てもらえる機会も増え、さらに皆が皆、南伊豆町を好きになっていってくれています。自分の周りの人が住んでいる町を好きになってくれるなんて、こんなうれしいことはないなと感じています。

そんな私ですが、着任しふるさと寄附事業に取り組んできて、昨年末に2回目の最大繁忙期を過ごしました。

ふるさと寄附の制度の仕組みから、年間寄附額の50%が12月に集中して寄附されています。今年度もかなり事務的にも忙しい年末を過ごしましたが、町民の皆さんや事業者の方のご協力のおかげもあり、昨年対比でもさらに伸びるような寄附実績となりそうで一安心しております。

さらに、その売れ筋にも変化が起こりつつあります。数年前から人気の返礼品であるイチゴ以外にも、ふるさと寄附を通じて町に来てもらうきっかけを作れないかと思い、宿泊施設やアクティビティの返礼品も増やしてきました。

その返礼品も多数の寄附申し込みをいただき、寄附額増加の一因となりました。

今後はさらに寄附を伸ばすのはもちろんですが、寄附を伸ばした先のまちづくりにつながる取り組みも模索中です。今後の活動も随時報告させていただきます。

地域おこし協力隊 百瀬

問合せ 地方創生室 ☎62-1121



1/22 大谷選手ありがとう



南伊豆東小学校で大谷翔平選手からのグローブの贈呈式が行われました。贈呈式では早速代表の児童3名とプロ野球選手に扮した教員らがキャッチボールを披露し、児童は「グローブがかっこよくて使いやすい」と喜びの声を上げました。

2/2 鬼は外！福は内！



南伊豆認定こども園で節分の豆まきが行われました。園児らは節分にちなんだ工作やダンスを披露したほか、登場した鬼を手製の豆を投げて退治しました。園児は「鬼は怖くなかった。退治できて楽しかった」と話しました。

2/1 桜まつり開幕



日野の菜の花畑で第26回みなみの桜と菜の花まつりのオープニング神事が開催されました。参加者らは晴天のもと早めの見頃を迎えた菜の花の香りに包まれながら、イベントの安全な開催と盛況を祈りました。

2/6 被災地に届け



南伊豆中学校生徒会が能登半島地震義援金を町に寄託しました。1月22日（月）からの5日間で生徒や保護者へ協力を呼びかけ、9万2,253円が集まりました。町長は「非常に価値がある義援金」と生徒らの頑張りに感謝しました。

100歳おめでとうございます

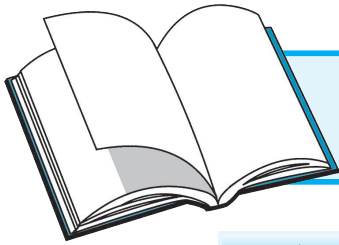
1月に100歳の誕生日を迎えられた方を訪問し、町長からお祝いの言葉と記念品を贈呈しました。お二人にはこれまでの生涯で楽しかったことや趣味のお話を笑顔で語っていただき、和やかなひと時となりました。これからも末永くお元気にお過ごしください。



山本 美哉子さん（加納）
大正13年1月21日生まれ
趣味：短歌を詠むこと、絵を描くことなど



大野 ゆきさん（青野）
大正13年1月28日生まれ
趣味：裁縫をすること



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



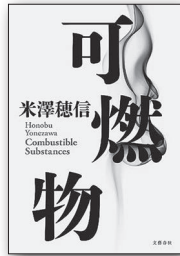
「任せるコツ」
山本渉／すばる舎
「正しい丸投げ」とは何か？部下に仕事を任せることの重要性和、部下の育成・成長を考えた指導法を解説。悩める上司の必読書。



「山ぎは少し明かりて」
辻堂ゆめ／小学館
ダム建設で故郷が消えていく…。都市開発や自然災害で変わりゆく日本。そこで得たものと失ったものとは？親子三世代の壮大なスケールで描く感動作。



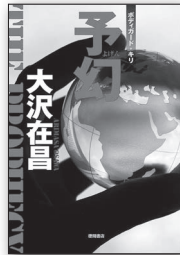
「すぐできる自力整体」
矢上真理恵／ダイヤモンド社
「裏返った！」毒に侵された刃牙は、体を蘇らせるために14kgの砂糖水を飲んだ…。でも安心。これを読めばそんな苦労しないで体が変わりますよ。



「可燃物」
米澤穂信／文藝春秋
連続放火事件、捨てられた右腕…。ひとつひとつの証拠を積み重ね、確実に事件を解決に導く敏腕刑事。ただし性格に難あり！



「言語哲学がはじまる」
野矢茂樹／岩波書店
キッズリターンズは「まだ始まっちゃいねえよ」ですが、こちらは言語哲学の始まりを考察した入門書。フレーゲ曰く「どうぞ始めちゃってください」



「予言」
大沢在昌／徳間書店
近未来の世界情勢を予言した機密文書をめぐり、各国の諜報機関が入り乱れるハードボイルド絵巻。凄腕ボディガード・キリが躍動するシリーズ最新作。



「衝撃的においしい鶏むねレシピ」
中村奈津子／主婦と生活社
トラウマになること間違いなし！衝撃的な美味しさの鶏むね料理を紹介。その衝撃は、A x Cのライブを超えるのか。お試しあれ。



「照子と瑠衣」
井上荒野／祥伝社
照子と瑠衣、ともに70歳。「罪を犯して何が悪い！」長年のしがらみを捨て、アンモラルな逃避行の末に二人が辿り着いた場所は…。痛快暴走老人小説。



「怪物に出会った日」
森合正範／講談社
「気づくと天龍が横たわっていた」これは昭和の怪物、ジャンボ鶴田の言葉ですが、令和の怪物と言えば井上尚弥。僕く散った対戦相手が語る怪物の正体とは…。



「シニカケ日記」
花房観音／幻冬舎
更年期だと思っただけを放置していたら…。心不全で救急搬送され、極楽浄土の扉を叩きかけた著者が、死に損なって気づいたこと。ああ生きてよかった！

新着図書案内

47都道府県・城下町百科

野間晴雄ほか

自分で地域で手づくり防災術

農山漁村文化協会編

はじめてであう安野光雅

安野光雅ほか

人間標本

湊かなえ

おわりのそこみえ

凶野象

案山子の村の殺人

楠谷佑

深夜カフェ・ポラリス

秋川滝美

月ぞ流るる

澤田瞳子

平家物語

林真理子

夫よ、死んでくれないか

丸山正樹

成瀬は天下を取りにくい

宮島未奈

思い出の屑籠

佐藤愛子

新・地図のない旅2・3

五木寛之

はやく一人になりたい！

村井理子

最後の語り部

ドナ・バーバ・ヒグエラ

図書館利用案内

本の返却について

3月に入り引っ越しや卒業をひかえ、新生活の準備で慌ただしい毎日を送っている方も多いと思いますが、お手元に家や教室から見つかった返却期限の過ぎた本はありませんか。

そのなかには、ほかの方が読みたい本や探している本があるかもしれません。数年前に借りた本や汚損・破損が激しい本であっても、必ず図書館に返却してください。ご協力をお願いします。



傾聴ボランティア養成講座 参加者募集について

日時 3月17日(日) 13:30~15:00
 場所 健康福祉センター
 内容 傾聴(相手の気持ちに寄り添い、相手の身になってありのままに受け止めて聴くこと)の基本と演習
 費用 無料
 対象者 傾聴活動に興味がある町民
 申込方法 電話にて申込み
 定員 30名
 申込締切 3月8日(金)
 申込・問合せ 南伊豆町社会福祉協議会 ☎62-3156

「広報みなみいず」を送ってあげませんか

ご希望の方に、広報みなみいず 令和6年4月号~令和7年3月号を毎月郵送します。

申込方法

＜窓口持参＞

申込書と料金を持参のうえ、企画課までお申し込みください。

＜郵送＞

申込書と料金を現金書留にて以下までお送りください。

※申込書は町公式ホームページからダウンロードしてください。

料金 1,500円(1年間)

その他 広報みなみいずは、町ホームページにPDF形式で掲載しており、無料で閲覧およびダウンロードできます。

申込・問合せ 〒415-0392 静岡県賀茂郡南伊豆町下賀茂315-1
 企画課情報政策係
 ☎62-6288

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

※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。

第55回メディカル健康講座 「心疾患の早期発見と対策」 ～簡単な検査でここまでわかる～

心疾患は死亡原因でがんに次いで多い疾患です。心疾患とは心臓に起こる病気の総称で、虚血性心疾患および不整脈、心臓弁膜症、心不全などがあります。この機会に心疾患について一緒に学びましょう。

日時 3月23日(土) 13:30~15:00
 場所 下田市民文化会館 大会議室
 講師 下田メディカルセンター
 内科 早瀬太一医師
 費用 無料
 申込方法 電話にて申込み
 定員 80名程度
 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

災害に便乗した 悪徳商法に注意しましょう

大地震などの災害時には、それに便乗した悪質商法による被害が確認されています。

災害が発生した地域だけが狙われるとは限りませんので、十分注意してください。

悪徳商法の例

- 来訪した業者に屋根の点検を依頼したが、点検後「そのまま放置すると雨漏りする」と言われ高額な修理工事の契約をさせられた。
- 「国から要請を受けた」などと言って、高額なブルーシートを売りつけようとする業者が自宅に訪問してきた。
- ボランティアを名乗る人からの募金を求める不審な電話。
- 市役所職員を名乗る人が自宅に来訪し義援金を求められた。

対策

- 契約を迫られた場合にもすぐに決めず、家族や知人などに相談しましょう。
- 募金や義援金を求める電話や来訪があっても支払わないようにしましょう。

相談・問合せ 賀茂広域消費生活センター ☎24-2299
 消費者ホットライン ☎188

浜名湖花博2024について ～日本の春は浜名湖から～

2004年に開催された「浜名湖花博」の20周年を記念して、浜松市内2会場で「浜名湖花博2024」を開催します。

チューリップやネモフィラ、バラ、マーガレットなど多種多様の満開の花々が会場を彩り、プロのガーデンデザイナーが監修した庭園に加え、先端技術を駆使したデジタルアトラクション、静岡県食材のグルメなど特別な魅力が満載です。

いつもと違う感動がいっぱいの浜名湖花博2024にぜひお越しください。

開催期間

＜浜名湖ガーデンパーク会場＞
 4月6日(土)～6月2日(日)
 ＜はままつフラワーパーク会場＞
 3月23日(土)～6月16日(日)

会場 浜名湖ガーデンパーク(浜松市中央区村櫛町5475-1)

はままつフラワーパーク(浜松市中央区館山寺町195)

問合せ 浜名湖花博20周年記念事業実行委員会

☎053-482-7350



▲浜名湖ガーデンパーク



▲はままつフラワーパーク



広報みなみいず2月号 修正のお知らせ

広報みなみいず2月号13ページに誤りがありました。正しくは以下のとおりです。

●赤ちゃん誕生おめでとう 正：鈴木 椰恋 誤：鈴木 椰恋

メディカル通信

痛みを放置していませんか

痛みを感じたとき、ご自身の判断で市販の鎮痛剤を用いて対処していませんか。

鎮痛剤は痛みの緩和には有効ですが、痛みの原因を治療する薬ではありません。ささいな痛みが病気の不調のサインだったということもありますので、早めの受診をお勧めします。

受診の際には、①いつから(きっかけ) ②どこが③どのように④痛みによる日常生活の問題について確認してください。この項目を受診の際に伝えていただくと、痛みの種類や対応に役立ちます。

痛みを放置すると、痛みの伝達物質が増加し、痛みを和らげる働



きが弱くなり慢性化します。慢性化した痛みは複雑で治りづらくなるため、意欲や集中力の低下、不眠など日常生活に支障をきたす恐れもあります。

痛みは体からの危険を知らせるサインです。先々に後悔しないためにも早めに受診をし、自分らしく健やかな生活を送ることができるようになりましょう。

3A病棟
緩和ケア認定看護師 安藤 恵美

問 下田メディカルセンター
☎ 25-2525



姉妹都市だより

長野県塩尻市

新緑の木曾路へ訪れてみませんか ～第55回木曾漆器祭・奈良井宿場祭～

南伊豆町の皆さまこんにちは。今回は、6月に開催される「第55回木曾漆器祭・奈良井宿場祭」について紹介します。

毎年県内外から多くの観光客が訪れ、塩尻市を代表する観光イベントの一つとなっています。

漆器祭では、江戸時代から漆工町として栄えた木曾平沢を中心に市内の漆器店約80店舗で、漆器職人が精魂込めた銘品や逸品のほか、漆器祭限定の掘り出し物が店先に並ぶ大漆器市が行われます。

宿場祭では、9日(日)正午から、江戸時代に徳川家へ献上するお茶を京都から江戸まで運んだ道中行列「お茶壺道中」が行われます。当時の面影を残す衣装と町並み、風景による演出は一見の価値

があります。そのほかにも多くのイベントを開催予定です。新緑の木曾路の風情を楽しみに、ぜひお出掛けください。

期間 6月8日(土)～9日(日)
場所 塩尻市櫛川地区

問 木曾漆器祭・奈良井宿場祭実行委員会事務局(塩尻市役所産業政策課内)
☎ 0263-52-0871



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
市之瀬	山本 ^{ゆいと} 結翔	12.24	陽介・実香
湊	武田 ^{なお} 菜桜	12.28	仁志・美幸
青市	金指 ^{らい} 頼生	1.11	祐太・実咲

お悔やみ申し上げます

地区	氏名	年齢	月日
手石	大久保 小重	94	1.4
下流	土屋 昌子	100	1.7
加納	佐藤 文江	94	1.10
一條	高橋 叡夫	86	1.12
伊浜	稲葉 陽介	29	1.13
妻良	村田 貞子	90	1.19
湊	吉田 くに江	76	1.22
湊	高元 伊八郎	92	1.24
伊浜	萩原 喜三郎	89	1.27

令和6年1月1日から1月31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、戸籍届出の時にお申し出ください。

人の動き

(2月1日現在)

世帯数 3,826 世帯
人口 7,492 人(-13)
男 3,615 人
女 3,877 人

----- (1月中) -----

転入 13 転出 13
出生 3 死亡 16

3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。

健康レシピ

～高野豆腐とひじきのそぼろ丼～

毎月19日は
食育の日!

栄養価(1人) エネルギー: 346kcal たんぱく質: 10g
脂質: 3.8g 鉄分: 1.5mg 塩分: 1.4g

▷ 材料4人分 ◁

ご飯……………2合	砂糖……………大さじ2
高野豆腐……………35g	薄口しょうゆ……………大さじ1と1/2
芽ひじき(乾)……………12g	青のり……………適量
ニンジン……………40g	
だし汁(顆粒だし)……………300ml	

▷ 作り方 ◁

- ①高野豆腐をおろし金ですりおろし、ニンジンを千切りにし、ひじきを水で戻す。
- ②フライパンにだし汁・砂糖・しょうゆを入れて火にかけ、①を加えて水分がほぼなくなるまで混ぜながら煮詰める。
- ③ごはんに乗せてお好みで青のりを振り完成。



★ここがポイント!

高野豆腐には鉄分が多く含まれているので、鉄分不足の方におすすめです。



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



あなたや家族は大丈夫?

心の健康について

日々の生活の中で、つらい出来事は誰にでもあります。その時のつらい気持ちは一時的なものです。しかし、つらい気持ちが一日中、何週間も続くときはもしかしたらうつ病かもしれません。

自身や家族に以下のような不調のサインがある場合は、安心できる環境で十分に休息をとりましょう。また、誰かに相談することや医療機関へ受診することも大切です。

<心の不調のサイン>

- ・眠れない、朝早く目がさめる
- ・体全体がだるい
- ・食事がおいしくない
- ・息切れ、動悸がする
- ・憂うつな気分、不安がある
- ・ものごとが決断できない
- ・集中できない
- ・イライラする、落ち着かない など

問合せ 健康増進課 健康増進係
☎62-6255

スマイルキッズ



こたろう
毛倉野 山本 琥太郎 くん (1歳5カ月)

「笑う門には福来たる!

ポンッ♪

広報みなみいず 3月号

発行日/令和6年3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.minamiizu.shizuoka.jp>

今月号は南伊豆東小学校5年1組の児童と合作の記事を掲載しました。作品の対象者にあわせて発信方法を使い分けられているところに工夫を感じました。ポスターは身近な施設やお店に掲示してありますのでぜひ探してみてください。



編集: もも