

広

報

にしいず

2021

No.201



11/3 猿っ子踊り (出崎神社)

固定資産税の特例（課税免除）について

「過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法」により、令和3年4月1日以降、以下の要件を満たす設備の新・増設または取得等をされた方は固定資産税の免除を受けることができます。

対象業種	旅館業・製造業			農林水産物等販売業・ 情報サービス業等
	資本金 5,000万円以下 (個人含む)	資本金 5,000万円超 1億円以下	資本金 1億円超	
取得要件	500万円以上の 設備の新・増設 または取得等	1,000万円以上の 設備の新・増設	2,000万円以上の 設備の新・増設	500万円以上の設備の 新・増設または取得等
固定資産税率	3年間課税免除			
適用期間	令和6年3月31日			

ご不明な点がある場合は、担当（窓口税務課 課税係 TEL 52-1113）へお問合せください。

家屋の取壊しや新築をした時は課税係へご連絡ください

家屋を取壊した場合または家屋を新築した場合（倉庫等含む）には、窓口税務課課税係へご連絡ください。担当者が現地確認します。

家屋の税金は、翌年1月1日を基準日とし、翌年度に課税されるか決定します。

登記されている、される家屋の場合

登記済の家屋を取壊した場合または新築した家屋を登記する場合は、法務局（静岡地方法務局下田支局）で登記の申請をしていただくと、法務局から町にその旨が通知され、これに従って町の職員が現地調査を行い課税台帳から削除または登録をします。

登記されていない家屋の場合（未登記家屋）

登記されていない家屋（未登記家屋）を取壊した場合または新築家屋を登記しない場合は、「家屋滅失申告書」または「未登記家屋の所有者届」を町に提出してください。これに従って現地調査を行い課税台帳から削除または登録します。

いつ課税されるの？

年の途中で家屋を取壊し、「滅失登記」や「家屋滅失申告書」を届けても、年間の税額は変わりません。また年の途中で家や倉庫を建てても、その年に税金はかかりません。地方税法の規定により1月1日現在課税台帳へ登録されている所有者へ課税されます。

なお、滅失した家屋が住宅の場合、住宅用地に対する特例措置が適用されなくなり、土地に係る固定資産税が上がる場合があります。

家屋の名義を変更した場合は？

登記されていない家屋（未登記家屋）を売買や相続した場合は、「未登記家屋の所有者変更届書」を町に提出してください。登記してある家屋の場合は、法務局（静岡地方法務局下田支局）で所有権移転登記の申請をしてください。

※年の途中で名義変更の届出があった場合でも、税金の納入者及び年間の税額は変わりません。
地方税法の規定により1月1日現在課税台帳へ登録されている所有者へ課税されます。

問合せ 窓口税務課 課税係 TEL 52-1113

令和4年度 償却資産（固定資産税）の申告について

固定資産税は土地・家屋の他に償却資産も課税対象です。償却資産（事業用資産）を所有している事業所・個人は地方税法第383条の規定により、毎年1月1日現在（賦課期日）の所有状況等を資産の所在する市町村長に申告することが義務付けられています。

資産の多少にかかわらず、令和4年1月1日現在において事業用の資産（構築物・機械・器具・備品など）を町内にお持ちの方は、**令和4年2月1日（火）まで**に申告をお願いします。

※受付開始日は令和4年1月4日（火）になります。

なお、申告書は、令和3年度分の申告をされた方については12月20日頃に償却資産申告書を送付しますが、1月になっても申告書が届かない場合には担当までご連絡ください。また、新たに申告が必要となる方は担当までご連絡ください。

償却資産とは？

会社や個人で工場や商店などを経営している人、その事業のために用いることができる構築物、機械、器具、備品等をいいます。

具体的には以下のようなものです。

構築物

外構工事（門・塀・フェンス・駐車場・緑化施設・外灯・駐車場の舗装路面など）、芝生、看板（広告塔等）

等

機械および装置

工作機械、木工機械、食品製造加工機械、モーター、ポンプ類等の汎用機械類、土木建設機械（ブルドーザー、パワーショベル等の大型特殊自動車）、その他各種産業用機械および装置

等

船舶

ボート、釣船、漁船、遊覧船

等

工具・器具および備品

測定工具および検査工具、事務机、椅子、キャビネット、応接セット、パソコン等OA機器、陳列ケース、自動販売機、医療機器、理容および美容機器

等

車両および運搬具

大型特殊自動車、構内運搬車

等

償却資産の対象外となるのは？

無形固定資産（鉱業権、漁業権、営業権等）、自動車税、軽自動車税の課税対象となるものは、償却資産の対象外となります。

問合せ 窓口税務課 課税係 TEL52-1113

新型コロナワクチン個別接種のお知らせ

対 象 者：12歳以上で、新型コロナワクチン接種が2回終了していない西伊豆町在住の方

医療機関：西伊豆健育会病院 〒410-3514 西伊豆町仁科138 番地の2

予約方法：電話 0558-52-2928 (金) 14:00 ~ 15:00

接種日時：		1回目の接種日	2回目の接種日	時間	接種人数
	①	1月7日(金)	1月28日(金)	13:00	12人
	②	2月7日(月)	2月28日(月)	13:00	12人

持 ち 物：① 接種券 ② 予診票 ③ 身分証明書 ④ お薬手帳

※ ワクチンがすぐに打てるように、当日は肩の出しやすい格好で来てください。

※ 18歳以下の方は保護者の同伴が必要です。

※ 接種券、予診票を紛失した場合は、事前に健康福祉課で再発行の手続きを必ずしてください。

※ 予診票は接種におでかけの前に記入をしてください。

※ キャンセルする場合は病院へ必ず連絡をしてください。

問合せ 健康福祉課 健康係 TEL52-1116



MV『マイペースにマーメイド』

西伊豆町にて撮影が行われたcharmoeさんのミュージックビデオ『マイペースにマーメイド』が公開されました！屋外のシーンは全て西伊豆町内で撮影されています。

堂ヶ島エリアを中心にクリスタルビーチ等、広大な海に海外を思わせる景色の中でのロケーション。とても可愛らしくポップな仕上がりになっていますので是非一度ご覧ください！

YouTube で視聴できます▶



問合せ まちづくり課 観光係 TEL52-1114

ご存知ですか?サンセットコインのおトク情報!

残高を確認するには・・・

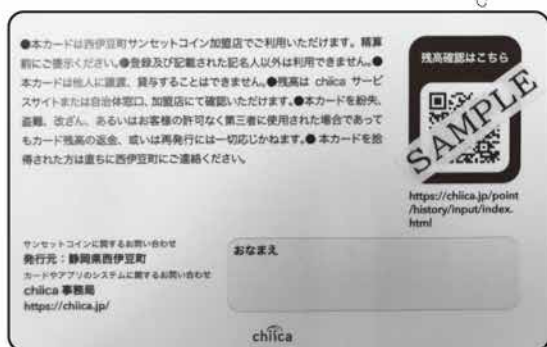
ご自身でカード内の残高や利用履歴を確認することができます。

※確認時にはQRリーダーが必要です。

また、本庁まちづくり課、各支所・出張所でも残高を確認できますので、お気軽にご利用ください。

手順1

カード裏面のQRを読み取ります



手順2

写真左下の会員コードを入力すると残高が表示されます



サンセットコインをスマホでもっと便利に!

スマホに変更するには・・・

お使いのサンセットコインカードからスマホアプリに変更すると、現在の残高や利用履歴、取扱店が簡単に確認できるようになり、とても便利です!

カードからスマホに変更するには、下記手続きに必要なものをお持ちのうえ役場本庁(まちづくり課)までお越しください。

< 必要なもの >

- ① ご本人のサンセットコインカード
- ② 普段お使いのスマートフォン

スマホで残高や
取扱店を簡単に
チェック!



サンセットコインの取扱店も募集しています!
加入を希望される方は、下記担当までお問い合わせください▼

問合せ まちづくり課 商工係 TEL 52-1966

入札結果（工事関係）のお知らせ

工事名	工事概要	施工業者	完成予定日
令和3年度 宇久須地区避難誘導看板等整備工事	避難地表示看板設置工 N = 11.0 箇所 避難誘導プレート設置工 N = 26.0 箇所	ひやみず興業(有)	令和4年 2月28日
令和3年度 やまびこ荘塗装工事	塗装工 A=204.8㎡	藤井塗装	令和4年 1月31日
令和3年度 宇久須地区町有林森林整備事業業務委託	間伐 A=10.29ha 作業道開設 L=1,156 m	(株) いなずさ林業	令和4年 3月15日

※工事中はご迷惑をお掛けしますが、ご協力をお願いします。

なお、完成予定日は諸般の事情により延長することがあります。

問合せ 総務課 検査管理係 TEL52-1111

西伊豆町地域おこし協力隊活動日記

地域おこし協力隊 酒井 宏治

みなさんこんにちは。協力隊の酒井と申します。

11月1日に賀茂小学校の児童が、足踏み脱穀作業の体験にきました。

この日は天候にも恵まれ、児童たちは初めての脱穀作業に悪戦苦闘。コツをつかむ児童もあり、笑い声がたんばに響きました。

後日、かつおぶし米を納品させていただきたいと思います。



地域おこし協力隊 保苅 優雅

地域おこし協力隊の保苅です。

「獣害対策」をメインに活動していて、主に西伊豆町で個体数が増加している鹿・猪を中心に捕獲を行っています。

鹿や猪の捕獲と聞くと「猟銃」をイメージする方もいるかと思いますが、基本的には「罠」を使用して捕獲しています。罠での捕獲以外にも、畑のネットに絡まって身動きが取れなくなった鹿や、車に轢かれて倒れている野生動物の処理をすることもあります。また、「捕獲した野生動物の肉を上手く活用できないか」と思い、鹿肉を使ってペットフード用のジャーキーを作っています。まだまだ試作中の

段階ではありますが、山の資源を少しでも多く活用できればと日々考えて活動しています。

その他の活動では、「宇久須美農里プロジェクト」に参加して、通学路や堤防の草刈り。原木しいたけの栽培に携わっています。

地域おこし協力隊として活動を開始して1年。「獣害対策」のみならず、「西伊豆町で、できること。」「西伊豆町でしか、できないこと。」様々なジャンルに挑戦して行こうと思います。





特別支援学校の皆さんと交流しました

10月4日と11日、3年生女子が伊豆の国特別支援学校伊豆松崎分校の生徒と合同授業を実施しました。「生涯スポーツ」という科目で、種目は2020パラリンピックでも話題となったボッチャです。普段の体育でボッチャを行っている松崎分校生が本校生を指導・助言し、後に合同チームを作り、試合形式で行いました。

松崎高校は伊豆松崎分校との併設となっており、学校経営計画においても「共生・共育」を重要な柱の一つとして掲げ、計画的な交流・相互理解を行っています。昨年度来、コロナ禍の影響で、交流が限られたものしかできませんでしたが、今回、感染症対策にも留意して実施することができました。

初めはぎこちなかった生徒たちもプレーを通して徐々に打ち解け、互いに声を掛け合う姿が見受けられました。他者を知り、気遣いながら理解する姿勢を育てるという面において、良い交流の機会とすることができました。



生徒会長選挙を行いました

10月8日、生徒会長選挙を行いました。今回は立候補者が2年生の外岡愛花さんのみとなったため、信任投票の形となりました。外岡さんは「コロナ禍で行事の制限が予想されるなか、松高生が一つでも多くの良い思い出を残すことができるよう、生徒会長として企画・運営に取り組みたい。松高生が学校生活を送っていくうえで、改善できるものに一つずつ丁寧に対応していきたい。」と述べ、信任されました。ゆっくりと日常が戻りつつある現在、生徒会活動の新たな方向性も模索していく必要があります。外岡さんを中心とした生徒会執行部の活躍が期待されます。



進路ガイダンスを行いました

10月14日、2年生を対象に進路ガイダンスを行いました。看護やブライダル、福祉、自動車、調理・製菓など就職系の約20講座、進学希望者向けの大学受験対策講座の中からそれぞれの進路希望に合わせて二つの講座を選択し、講話を聴くとともに、体験実習も行いました。普段の授業では聴くことのできない話を聴き、目にするものできないものに実際に触れることで、自分の進路を改めて見直し、具体的に考える機会となりました。





こんにちは!西伊豆町地域おこし協力隊の小村(コムラ)です。過ごしやすい秋のシーズンもぼちぼち終わり、本格的に冷え込む時期がやってきましたね。この秋は、イベントも目白押しで、相変わらず田舎生活を大満喫させて頂きましたので、そんなこむさんの最近の出来事をお届けします。

田舎生活を隅から隅まで味わう、本気の移住生活

「移住生活」というのは、その地域の皆さんとの関わり方一つで移住者ごとに大きく生活が異なります。様々なライフスタイルがある移住者の中でも、私は深く地域に入り込んだ生活をさせて頂いています。

秋の出来事 その1 「秋祭りで太鼓を叩く!」

6月の天王祭(宵の神事)に引き続き、今回の秋祭りでも太鼓を叩かせて頂くことに!毎週土日を使ってみんなで練習に励みました。そして、小学生の男の子による“猿っ子踊り”も披露されました!子供が減ってしまい今年が最後かも…という声も。自分が移住してすぐに、こうやって伝統が消え去ろうとする瞬間に直面するとは思ってもせず、「伝統をなんとか残したい!」という地元の皆さんの声を聞いて、やはりこの町を愛する人たちで溢れている町だなあと改めて思ったのでした。



秋の出来事 その2 「消防団に入団しました!」

先月の広報にしいずや新聞等を見てご存知の方も多いかと思いますが、私、消防団に入団しました!まさか自分が女性消防団になるなんて夢にも思っていなかったですが、少しでも力になることができるのであれば、様々な形で町のために活動できればと思っています。本格的な活動はまだこれからですが、積極的に取り組んで行けたらと思っています。



こむさんは、これからも西伊豆町での暮らしを楽しみながら、西伊豆町の魅力を更に発掘すべく町内を走り回ります!町で見かけた際は、気軽にお声がけくださいね♪

今月の西伊豆町 奇跡の1枚



今月の写真のテーマは、「西伊豆町に芽生えるひとつの命」です。西伊豆町地域おこし協力隊の高井洋季くんは、奥さんと共に西伊豆町に移住し、こちらで第一子を出産することを決意。出産前の貴重な瞬間を乗浜海岸で。



Instagram



こちらから、カラー写真もご確認頂けます!
あなたの知らない西伊豆町の風景に出逢える
かもしれませんよ!



町内を華やかに色付けている数々の花壇…

西伊豆町には「花の都にしいずちょう推進協議会」という、ボランティアで組織された花の会7団体で構成されている協議会があり、花と緑にあふれたまちづくりを推進すべく活動しています。

“どんな人が” “どんな想いで” “どのように”

活動しているのか、意外と知られていないのではないのでしょうか？

今回は、7団体のうちのひとつ「大沢里花の会」の管理する花壇にお邪魔してきました!

山の中に“彩(いろどり)”を添える

大沢里 花の会

大沢里花の会の皆さんは、現在、女性8名のメンバーで、祢宜の畑公民館の近くにある花壇をはじめ、4箇所の花壇の管理を行っています。



大沢里 花の会の皆さん

▼ 祢宜の畑公民館近くにある花壇



地域おこし協力隊 こむさんがインタビューしてきました!



地域おこし
協力隊
こむさん



大沢里 花の会
の皆さん

Q

これまでお邪魔してきた花壇の中で、一番山奥まで来た気がするのですが…!?

A

ここ大沢里は山に近いので、夏がとても涼しいんですよ。西伊豆の軽井沢とも言われている場所で、大自然に囲まれた環境で活動を行っています。ただ、災害で土砂崩れや停電することも多く、大沢里には若い人が少ないこともあり結構苦労しているんですよ。

Q

この立地ならではの苦労や、やりがいってありますか?

A

山に最も近い場所にある花壇だから、鳥獣被害がひどいんじゃないかって思われるかもしれませんが、地区の人が鹿の罾を仕掛けてくれるおかげで、意外と被害は少ないんですよ。本当に助かっています。若い人も少なく、作業がとても大変なのも事実ではありますが、私たちの活動を通して地域の人が喜んでくれることがやりがいに繋がっています!



大沢里 Nishi-izu

大沢里 花の会の皆さん、ありがとうございました!

問合せ まちづくり課 観光係 TEL52-1114

こむさんの花壇さんぽは、まだまだ続く…



12/4～12/10は
第73回人権週間です

☎ 下田人権擁護委員協議会
Tel 0558-22-0534

～「誰か」のことじゃない。～
日本では、毎年12月4日から10日までの一週間を「人権週間」とし、全国各地で人権尊重の意識を高めるためにさまざまな取り組みが行われています。

皆さんもこの期間をきっかけに、それぞれの違いを認め合い、「思いやりの心」や「かけがえのない命」についてもう一度考え、悩みがあるときは気軽に下記相談窓口にご相談ください。

▶相談窓口

- ・みんなの人権110番
Tel 0570-003-110
- ・子どもの人権110番
Tel 0120-007-110
- ・女性の人権ホットライン
Tel 0570-070-810



看護職のみんな集まれ！
～ナースのお仕事フェア～

☎ 静岡県ナースセンター
Tel 054-202-1761

静岡県ナースセンターでは、看護職資格を持ちながら家庭にいる方々に、医療・看護の現場に復帰していただくための「ナースのお仕事フェア」を開催します。

▶日時・会場

12/11(土)13:00～15:30
伊東市観光会館 第1会議室

▶対象者

看護の仕事をしていない、転職を考えている看護職免許保有者または看護学生

▶内容

地域の医療機関がお仕事を紹介

▶参加費

無料

※新型コロナウイルス感染症拡大により変更となる場合があります。



【12/11】福祉の就職&
進学相談会を開催します

☎ 静岡県社会福祉人材センター
Tel 054-271-2110

～生涯働ける仕事が今ここに～
静岡県社会福祉人材センターでは、福祉職場への就労志望者及び福祉系学校への進学希望者を支援するため、12月11日に「福祉の就職&進学相談会」を開催します。

▶日時・会場

12/11(土)13:00～15:30
伊東市観光会館(別館)

▶内容

ミニセミナー「福祉・介護業界のビジネスマナー」、採用担当者との個別相談会など

▶参加費

無料

▶申込方法

- ・静岡県社会福祉協議会ホームページからエントリー
- ・メール
jinzai@shizuoka-wel.jp
- ・電話
静岡県社会福祉人材センター
Tel 054-271-2110

知っておこう

消費生活情報

下田警察署管内防犯協会 TEL: 27-2766

【問合せ・相談先】

消費者ホットライン TEL: 188
賀茂広域消費生活センター TEL: 24-2299
役場まちづくり課 TEL: 52-1966
下田警察署 TEL: 27-0110

年末特別警戒を実施します！

静岡県下各警察署では12月15日から12月31日までの間、年末特別警戒を実施します。年末年始は外出する機会も多くなるので、玄関や窓のカギかけを徹底し、センサーライトや防犯じりなどの防犯グッズを活用しましょう。

また、下田警察署管内で還付金詐欺の電話が増加しています。役所を名乗り「還付金があるのでATMで手続きして下さい。ATMに着いたら操作方法を説明するので電話して下さい」などという電話は詐欺です。

役所が還付金の手続きをATMでするよう指示することはありません
留守番電話設定などの電話機対策を徹底しましょう



故郷の味を楽しむ クリスタルパーク駐車場でふるさとまつり

11月14日、クリスタルパーク駐車場で第17回夕陽のまち西伊豆町ふるさとまつりが開催されました。当日は町の地場産品や姉妹町の特産品などを目当てに約2,000人が参加しました。また、去年は会場内での飲食が禁止されていましたが、今年は指定の飲食スペースでの飲食が可能となりました。

会場を訪れた方は「毎年参加しているが、今年は野菜が安くて嬉しい。」「知り合いが出店しているので来た。キウイと干物がおいしいと聞いたので楽しみ。」と話していました。



美しい町並みを守り続けて 町内2団体が花と緑の功労者表彰を受賞

11月8日、下田総合庁舎で「静岡県花の会連合会花と緑の功労者表彰」が行われました。この表彰は、県内各地で花をとおした住みよい環境づくりに長年にわたって貢献されてきた個人・団体に贈られるものです。西伊豆町からは「安良里女性会」、「中花の会」の2団体が表彰されました。

受賞した2団体代表のお二人は「今のメンバーはもちろん、今まで活動してくてくれた全ての人のおかげ。これからもにこやかに活動を続けていきたい。」と喜びを語りました。



親子で楽しむ秋の味覚 仁科認定こども園で参観会

11月19日、仁科認定こども園で参観会が行われました。この日はJAから焼き芋機を借りて、園のみんなで掘ったさつまいもを園内で焼き芋にしました。焼き芋が出来上がると、園児たちは園庭で保護者の皆さんと一緒に焼き芋を食べました。

参加した保護者の方は「普段はあまり食べない子どもが、おいしい！もっと食べたい！と喜んで食べていた。たくさん食べている姿を見て、子どもの成長を再確認できた」と話し、親子仲良く素敵な参観会となりました。



夕陽 のまちのカレンダー

2022年版西伊豆町カレンダー販売開始

11月16日、町では2022年版の西伊豆町カレンダーの販売が始まりました。今年も令和2年度ふるさとフォトコンテストの受賞作品を掲載し、西伊豆町の魅力が存分に詰まったカレンダーになっています！

販売場所は、役場本庁・支所・出張所のほか観光協会やクリスタルパークなど。

販売方法は、窓口販売のほか電話でのお申込みや、町のホームページから24時間受付の電子申請も行っています。ご不明な点はまちづくり課(Tel:52-1966)へお問合せください。



町 に元気を！

明治安田生命から寄付金とメッセージ

10月20日、明治安田生命平塚支社下田営業所から、西伊豆町へ寄付金502,500円とともに、「西伊豆町の元気を応援します」とメッセージをいただきました。

同社下田営業所長の松下さんは「新型コロナウイルス対策はもちろん、地域振興にも広く役立ててほしい。」と話しました。

ご寄附ありがとうございました！



期待 を背負って

駅伝選手へ飲料水の寄贈

10月20日、ダイドービバレッジサービス株式会社の方々から、しずおか市町対抗駅伝大会に参加する西伊豆町チーム選手の激励のため、スポーツドリンク240本を寄贈していただきました。

選手の皆さんは、12月4日の本番に向けて練習に励んでいます。皆さんのあたたかい応援とご協力をお願いします。



潮かつお づくりが始まりました！

カネサ鯉節商店で潮かつおづくり

11月5日、カネサ鯉節商店で潮かつおづくりが始まりました。この日は焼津港で水揚げされた3キロ前後の鯉約400本が塩漬けされました。塩漬けされた鯉は吊るし干しされ、12月上旬に町内・町外各地へ出荷されます。

かつては県内外でも生産されていた潮かつおですが、現在では全国で唯一、田子地区でのみ生産されています。これからも西伊豆町の伝統を絶やさず、末永く続いていくことを願っています。



観光 での新たな交通手段として 観光協会で電動キックボードをレンタル

10月から、堂ヶ島の観光協会で電動キックボードのレンタルが始まりました。主に観光客が西伊豆町内の夕陽スポットなどを気軽に行き来できるよう、二次交通手段として導入されましたが、現在は平日限定で町民向けの特別料金プランもあるようです。

実際に運転した町民の方は、「とても楽しいので、多くの人に体験してほしい。」と楽しそうに話しました。



健やか な成長を祝って 田子地区で稚児行列

11月2日、田子地区で七五三にちなんだ祝い事である「稚児行列」が行われました。

今年参加したのは長島 一瑚（ながしま いちご）くんと椿 莉希（つばき りの）ちゃんの2人だけでしたが、どちらも立派な衣装を着て保護者の方と一緒に町内を練り歩きました。



わっしょい! わっしょい! 仁科認定こども園でにしまつり

10月29日、仁科認定こども園でにしまつりが行われました。

園内で行われたお神輿の引き回しでは、「わっしょい! わっしょい!」と一番元気よくできた3歳児（りんごぐみ）の皆さんが、見事お神輿チャンピオンに選ばれました。

他にも手踊りやお店屋さんなどが行われ、この日参加した42人の児童たちは元気よくお祭りを楽しんでいました。



素敵 な踊りにアンコール! 伊豆海認定こども園でいずみまつり

11月1日、伊豆海認定こども園でいずみまつりが行われました。

児童たちは園庭で太鼓を披露した後、「わっしょい! わっしょい!」と元気な掛け声とともに、町を練り歩きました。また、各所に集まった地域の皆さんに手踊りも披露しました。どの踊りもとても上手だったので、終わった後は拍手と共にアンコールの聲が上がっていました。

成人を迎える皆様、おめでとうございます！

令和4年「成人式」を開催します

令和4年の『成人の日』の式典』を下記のとおり開催します。将来を担う新成人の皆様を町全体で祝福し、益々の活躍に期待しましょう。

○日 時 令和4年1月9日（日）

受付：午前9時30分～

開始：午前10時～

○会 場 中央公民館（安良里）

○対象者 73名（西伊豆中学校卒業生 44名）
（賀茂中学校卒業生 28名）
（その他在住者 1名）

▼昨年の成人式の様子



秋の軽スポーツ教室を行いました！

11月4日と18日、健康増進センターで秋の軽スポーツ教室が行われました。軽スポーツ教室は町民の体力向上や健康維持を目的とし、誰でも気軽にできる場を提供しております。今回も、東京パラリンピック正式種目であり、誰でも気軽にできる「ボッチャ」を体験しました。前回に引き続き皆様にご好評いただいた健康体操「3B 体操」も準備体操に実施しました。

第1回、第2回合わせて34人が参加し、チーム一丸となって戦いました。頭脳戦なのでどのチームも、あの手この手を繰り出す総戦力で奮闘し楽しく体を動かすことができました。皆様お疲れさまでした！

▶ボッチャ優勝者のみなさん



西伊豆町囲碁大会を開催しました！

10月31日、保健センターで文化協会主催の「西伊豆町囲碁大会」が開催されました。大会開催にあたっては参加者のマスク着用と手指の消毒、室内の換気等感染予防対策の徹底に努めました。

当日は22名の参加がありました。大会は皆さんにひと時、心に潤いをもたらす楽しい交流の場となりました。



寒い日が続く中、年の終わりも近づいてきました。
みなさん、今年はどんな年だったでしょうか？今月は
年の終わりなので、「今年話題になったおすすめの本」
について特集します。

♪利用者のおすすめ本（図書館所蔵）♪

ケーキの切れない非行少年たち 著：宮口 幸治
著者は精神科医、臨床心理士で医療少年院での
勤務を経ている。

本書は少年たちの犯罪の原因を探り、厚生には
どんなプログラムが必要かを示している。最初の項で、
著者は少年院では教官により「反省」を求められるが、
「反省以前」の問題と指摘している。なぜかという、
かれらは「質問者の質問が分からない」から。例えば
簡単な絵を見せて模写するよう指示するも、違った絵に
なっている。それが標題となる、「ケーキの切れない」と
いう意味だ。その事実は教官ですら驚き、指導の効果は
表れない。著者は少年院たちの傾向としてすでに
小学校2、3年生で学習についていけなくなった現実が
あるのではと考える。例えば授業で「教科書〇ページ
〇行目を見て」と言われてもわからないことがあると
述べる。

内容全体は少年院入所者に限らず、職場での対人
関係のすれ違い、意見の食い違いがなぜ生じるのかを
論じている。昨今でのスマホを含むコミュニケーション
手段が多様化しており、使用方法の的確さの必要性を
訴えている。誰でも日常生活の中でヒントとなる事例、
困ったときの対処方法に活用できる一冊。

(仁科 50代 女性)

♪新しく入りました♪

[CD]

★Editorial/Official 髭男dism

★Star Made/コブクロ

★ワンワン☆ダンス/いないいないばあ!

[DVD]

★弱虫ペダル

★うたおうクリスマス!げんきげんきノンタン

★おさるのジョージ2

◎役場窓口で本の貸し借りができます。

電話、メールで申請して頂き、ご希望の窓口
(本庁・田子・宇久須) にて受け取り、返却が
できます。

新着図書

| 一 | 般 | 書 |

『N』道尾 秀介

『ブルースRed』桜木 紫乃

『ペッパーズ・ゴースト』伊坂 幸太郎

『ボックス』百田 尚樹

『疼くひと』松井 久子

『能面検事の奮迅』中山 七里

『対になる人』花村 萬月

『ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー2』

ブレイディみかこ

『砂に埋もれる犬』桐野 夏生

『三国志名臣列伝 魏篇』宮城谷 昌光

『方向音痴って、なおるんですか?』吉玉 サキ

『九十八歳。戦いやまず日は暮れず』佐藤 愛子

『新発想で学ぶ楽譜が読めなくてもピアノが弾けるようになる本』

荻野 直子

『東京オリンピック 2020 輝きの記憶』

『向田邦子ベスト・エッセイ』向田 和子 編

『こころに響く方丈記』木村 耕一

『0メートルの旅』岡田 悠

『極北へ』石川 直樹

『こじらせ美術館』ナカムラ クニオ

『日帰りハイキング+立ち寄り温泉』平野陽子 編

| 児 | 童 | 書 |

『おかあさん ごめんなさい』みやにし たつや

『アンパンマンとゆうれいせん』やなせ たかし

『トムとジェリーのまちがいさがし世界遺産をめぐる旅』

宮内 哲也 絵

『あるヘラジカの物語』鈴木 まもる

『アナと雪の女王2』小宮山 みどり

『ディズニープリンセス ふゆのおはなし』駒田 文子

『ばずくんのくりすます』みゆき りか

『きょうのおやつは』わたなべ ちなつ

『にゃんにゃんわん!』わだ ことみ

『すぐにできる手品』ナポレオンズ 監修

『体育がある』村中 李衣

『火も包丁も使わない! はじめてのお料理BOOK』坂下 千恵

『イナバさんと雨ふりの町』野見山 響子

『ずかんヒトの細胞』牛木 辰男

『日本史探偵コナン 12』青山 剛昌



フレイル予防で健幸生活！

「フレイル」とは、「加齢により心身が衰えた状態」を言います。高齢者のフレイルは生活の質を落とすだけでなく、様々な合併症を引き起こす危険があります。しかし、早くからの対策で元の健康な状態に戻る可能性があります。今回はその「フレイル」についてお話しします。

フレイルの基準

フレイルの基準には様々なものがありますが、下記の基準に3項目以上あてはまるとフレイル、1～2項目の該当で予備軍に相当します。

＜フレイルの基準＞

1. 体重減少：意図しない年間4.5kg又は5%以上の体重減少
2. 疲れやすい：何をするのも面倒だと週に3～4日以上感じる
3. 歩く速度の低下
4. 握力の低下
5. 身体活動の低下



フレイルになると・・・

フレイルには、体重減少や筋力低下だけでなく、気力の低下などの精神的変化や社会的なものも含まれます。

フレイルの状態になると、死亡率の上昇や身体能力の低下が起きます。また、病気にかかりやすくなるなど、ストレスに弱い状態になります。例えば、健康な人が風邪を引いても数日すれば治りますが、フレイルの状態では、風邪をこじらせて肺炎を発症したり、ふらつきのために転倒して打撲や骨折をする可能性があります。

フレイル状態に早く気づき対応することができれば、要介護状態に至る可能性を減らすことができます。

＜フレイルの予防＞

1. 持病のコントロール：糖尿病や高血圧、腎臓病や心臓病、整形外科的疾患等がある場合には、しっかり治療してコントロールすることが必要です。
2. 運動療法：何歳からでも運動することにより、筋力が維持されます。個人の状態に合った運動を取り入れる工夫が大切です。
3. 栄養療法：栄養不足の状態をさけ、肉や魚等のタンパク質をとれるような食事を心がけましょう。
4. 感染症の予防：適度な運動や栄養バランスの良い食事を取り、感染症に強い体づくりをしましょう。予防接種を受けることも1つの方法です。



高齢者を対象に、町内で「シルバーリハビリ体操」と「いきいき健幸体操」の2つの運動教室を開催しています。

「**シルバーリハビリ体操**」は、立つ・座る・歩く等、日常生活を送るための動作訓練にもなる体操で、関節の運動範囲の維持・拡大や、筋肉を伸ばすことを目的とした体操です。介護状態の方が少しずつ体を動かせるようになることを目指します。

「**いきいき健幸体操**」は、楽しく体を動かすことを目的とし、歌に合わせたり、椅子に座っての体操や、お口の体操・脳のトレーニングの内容も取り入れたものになっています。

ご自分の状態や好みに合わせたものに参加して、「フレイル」を予防しましょう！



いきいき健幸体操教室 開催中！

11月から、宇久須柴地区、仁科中地区の公民館で実施しています。

定員に余裕がありますので、興味のある方（概ね65歳以上）の見学も可能です。事前に下記担当あて、連絡をお願いします。

▶ 期間

11月から2月末まで、毎週月曜日開催（休日の場合、火曜日開催）※年末年始はお休み

▶ 場所

（柴公民館：午前9時30分～午前11時30分 中区公民館：午後1時30分～午後3時30分）

< 担当 >

地域包括支援センターにしいず TEL52-3030



3歳児健診でむし歯のなかったお友達



◀ **田中 紬稀ちゃん**
（仁科浜）



◀ **平川 惺晴くん**
（海名野）



◀ **高橋 空くん**
（築地）

受付日誌

10月15日～11月14日の届出

●●●●●お誕生おめでとう●●●●●

地区	氏名	性別	保護者
中	平野 真己 まこ	女	洸一
浮島	山本 久稀 ひさき	男	竜摩

—— おくやみ申し上げます ——

地区	氏名	年齢	世帯主
大久須	鈴木 さとゑ	105	さとゑ
宇久須浜	山口 信彦	69	信彦
天坂	村松 文子	93	秀
天坂	長島 安雄	71	安雄
天坂	鈴木 柳次	89	柳次
浜川西	鈴木 弘	85	弘
中島	高木 章子	98	和宏
大田子	大井 すが子	91	すが子
道西	鈴木 博明	91	博明
月西	山本 晴也	81	晴也
一色	八谷 ヒデ	91	達男
大沢里	齋藤 しん	97	悟

◎この欄に掲載を希望されない場合は、戸籍届出の時、お申し出ください。

～お知らせ～

10月からマイナンバーカードが保険証として使えるようになります。

まだカードをお持ちでない方は、早めに申請しましょう！申請は簡単、役場職員がお手伝いをいたします。写真も役場で撮影できます。また、時間外でも交付・申請を行っておりますので、ぜひご利用ください！（日程はお知らせカレンダー参照）

※西伊豆町民のマイナンバーカード交付率65.7%（全国7位）

お忘れなく

（12月分）

固定資産税 3期
国民健康保険税 7期
後期高齢者医療保険料 5期
納期限は 12月27日(月)です
※後期のみ1月4日(火)です

人の動き

11月1日現在 () 内は前月比

人口	7,334人(△13)	田子地区	1,908人(△6)
世帯数	3,682世帯(△1)	仁科地区	3,097人(△5)
男	3,484人(△6)	宇久須地区	1,354人(+2)
女	3,850人(△7)	安良里地区	975人(△4)

※住民基本台帳法の改正に伴い、外国人住民の方を加えた情報を掲載しています。



放送内容をメールで確認！

町では、同報無線放送の内容をメールで受け取ることができる「西伊豆町メール配信サービス」を行っています。皆様のご登録をお願いします。

登録方法

- ① 右のQRコードを読み取り「空メール」を送信してください。
- ② 登録用URLが記載されたメールが届いたらサイトへアクセスし登録してください。



メール配信の内容

- ・防災、防犯情報
- ・観光イベント情報
- ・生活情報



その他

- ・登録は無料です。ただし、メール受信などにかかる通信料、パケット通信費は登録された方のご負担となります。

12月の

夕陽時刻表

夕陽鑑賞はいかがですか。

1日～10日	16:34
11日～20日	16:34～16:37
21日～31日	16:38～16:44

西伊豆町の交通事故件数

	10月	累計	前年10月累計	増減
人身事故	2	12	13	-1
死者	0	0	0	±0
傷者	2	14	17	-3
物損事故	15	157	111	+46

(暫定値)

December 12月 お知らせカレンダー

2021

12/ 1 (水)
12/ 2 (木) 19:00 出張＊健身塾(男性) (保健センター)
12/ 3 (金)
12/ 4 (土)
12/ 5 (日)
12/ 6 (月) 10:00 特設人権相談所 (宇久須住民防災センター)
12/ 7 (火)
12/ 8 (水) 10:00 ママヨガ(福祉センター)
12/ 9 (木) 19:00 出張＊健身塾(女性) (保健センター)
12/10(金) 17:00～19:30マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約) 19:30 ボディコントロール教室 (福祉センター)
12/11(土)
12/12(日)
12/13(月)
12/14(火)
12/15(水) 13:30 行政相談所開設 (田子公民館) 13:00 幼児健診 (松崎町環境改善センター)

12/16(木) 14:00 からだすっきりエクササイズ(健康増進センター)
12/17(金)
12/18(土)
12/19(日)
12/20(月) 17:00～19:30マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約)
12/21(火)
12/22(水)
12/23(木) 9:00 幼児相談 (福祉センター)
12/24(金)
12/25(土)
12/26(日) 9:00～12:00マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約)
12/27(月)
12/28(火)
12/29(水) 閉庁日
12/30(木) 閉庁日
12/31(金) 閉庁日

【12月の救急当番医 西伊豆地区】

月日	外 科 系	内 科 系	月日	外 科 系	内 科 系
12/4 土		田子診療所 (☎ 53-1555)	12/25 土		
12/5 日			12/26 日		
12/11 土			12/29 年末・水		
12/12 日		西伊豆健育会病院 (☎ 52-2366)	12/30 年末・木		
12/18 土			12/31 年末・金		
12/19 日			※11月24日時点で、西伊豆健育会病院の 担当課は未定となっています。		

※変更する場合がありますので、救急当番医の確認等は、消防署 (☎ 52-0119)、
または当番医にお問い合わせください。

最新の救急当番医は、(一社)賀茂医師会のホームページ
(<http://www.kamoi.or.jp/toban.html>)でも公開されています。

編	集
後	記

みなさんこんにちは。広報担当の須郷です。
11月は宇久須柴区の猿っ子踊りを見に行きました。地区の子どもたちは猿の動きをまねて、逆立ちしながらのパフォーマンスをするなど、見事な踊りと太鼓を披露しました。そんな猿っ子踊りですが、宇久須

柴区は今年で最後となってしまいました。
なので今月号はその子どもたちの勇姿をカメラに収め、表紙にさせていただきました。
踊りや太鼓を練習した子どもたち、開催に携わった地区の皆さん、お疲れ様でした。



姉妹町から

富士見町だより

保育園でせっけんを手作りしました！



10月から11月にかけて、町内5つの保育園で八ヶ岳山麓産のハーブを使ったせっけん作り体験が開かれました。

最初にせっけん生地をよくこね、地元産のハーブ（ラベンダー、カモミール、カレンデュラ）を自分の好きな分量混ぜ込みます。1種類のハーブにこだわる子や、複数のハーブを楽しむ子など、思い思いのせっけんを作っていました。その後ラベンダーかオレンジの香料で香りづけをし、型を使ってハートや花形にしました。このあと一週間ほど乾燥させると、固形せっけんとして使用できます。

手洗い・消毒などがより日常となったこの頃ですが、自分で作ったせっけんを使うと、楽しい気持ちで手洗いができそうですね。

（写真：本郷保育園）

の市川三郷町

市川三郷町だより

のっぷい大塚にんじん直売会

「大塚にんじん」は町の特産品で、長さが1mを超えるものもあり、濃い鮮紅色で独特の風味と甘さがあります。大塚にんじんが栽培されている大塚地区は、肥沃できめの細かい土質が特徴で「のっぷい」と呼ばれています。この地で栽培された「のっぷい大塚にんじん」の直売会が次のとおり開催されます。

●日時：12月11日（土）、12日（日）午前9時30分～午後5時 ※雨天決行・荒天時中止
●場所：みはらしの丘みまたの湯 ●内容：大塚にんじん・大塚ごぼうの直売

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止となる場合があります。

問合せ 市川三郷町役場商工観光課 Tel.055-240-4157

