



●● 今月の主な内容 ●●

- 平成29年成人式 2
- 河川の水質検査について..... 5
- 民生委員・児童委員について..... 6
- 消防団出初式..... 7
- 伊豆半島の屋外広告物・入札参加資格について..... 8
- 児童用の机と椅子・国民年金について..... 9



成人の日を前に1月8日、中央公民館で成人式が開かれました。

式典には、真新しいスーツや色鮮やかな振り袖などに身を包んだ新成人59名が参加し、門出を祝いました。久しぶりに会った友人や恩師と笑顔で記念写真を撮ったりしながら、再会を喜びました。

式典では、町長の式辞に続き、新成人を代表して山本美晴さん（賀茂中出身・宇久須）が「現在、夢であるトレーナー資格取得のため勉強をしています。昨年のオリンピックでは、スポーツが与える感動の素晴らしさを再認識するとともに、改めてスポーツに携わる仕事に就きたいと思いました。故郷を離れ

地元に戻ってくると、豊かな自然や温かい人々の心など、町の魅力をより感じるようになりました。私たちが育ち、遊び、学んだこの町に貢献できる大人になることが、使命だと思っています。また、生きる力を養い、一人の人間として日々成長し、夢や目標を叶えていけるような力を持った人間になりたいと思います。」と誓いました。また、佐野匠さん（西伊豆中出身・田子）が副町長から、記念品を受取りました。

式典後には、参加者や家族、中学校などの協力によりメモリアルフォト上映や記念撮影が行われ、歓声や笑い声があふれていました。

新成人の生まれた年のできごと (平成8年～9年)

(町内)

- 6月 堂ヶ島ニュー銀水 改装オープン
- 12月 中・海名野に温泉スタンドを開設し、営業開始。
田子港所属の最後のカツオ船西洋丸が廃船。
田子の遠洋・近海カツオ漁の歴史に幕が下りる。
- 2月 今山辰ヶ口遺跡が発見される。
- 3月 黄金崎クリスタルパークが完成。4月に営業開始となる。

(国内)

- 7月 アトランタオリンピック開催。カール・ルイスが走り幅跳びで3連覇を達成する。
海の日施行
- 10月 小選挙区比例代表並立制が採用後、初の衆議院議員総選挙。
- 11月 ビル・クリントン米国大統領が再選される。
- 12月 広島県の実験ドームと厳島神社が世界遺産に登録される。
在ペルー日本大使公邸占拠事件発生。



仁科・田子地区の皆さん



宇久須・安良里地区の皆さん

恩師からのメッセージ



西伊豆中学校 恩師
土屋 至朗先生

新成人の皆さん、おめでとうございます。これまで多くの人たちに支えられ今日の日を迎えることができたと思います。これからは誰かを支えられる大人になれるように頑張ってください。ますます健康で活躍できるように願っています。



西伊豆中学校 恩師
土屋 一己先生

新成人のみなさん、おめでとうございます。西伊豆中学校に赴任したわたしを、三年生だったみなさんは、優しい言葉とあたたかい笑顔で迎えてくれました。一年間を一緒に駆け抜けて作った思い出が、たくさんよみがえってきます。これからは、自分自身はもちろん、周囲の人を幸せにできるよう、夢や仕事に自信をもち、毎日元気に過ごしてください。



賀茂中学校 恩師
小長谷 基樹先生

成人、おめでとうございます。皆さんと過ごした時間はとても穏やかで優しい時間でした。しかし、今の社会は様々な問題を抱えています。これから皆さんは信頼できる仲間を作ってください。そして相手を理解する努力をしてください。それが、相手が自分に対し心を開いてくれることにつながります。皆さんの活躍を祈っています。

新成人の抱負



芹澤彩夏さん
(賀茂中出身・宇久須)
現在、大学2年生。
「いつか、西伊豆町に
恩返しができるような
大人になりたい。」



加藤月歩さん
(西伊豆中出身・田子)
社会人として製造業
に従事しています。「家
族や周囲の人に感謝で
きる人になりたい。」



藤井裕太さん
(西伊豆中出身・仁科)
「大学の野球部に所属
して、ピッチャーをし
ています。去年は怪我
で出場機会が少なかっ
たので、今シーズンは
怪我無く過ごしたい。」



山田智代さん
(賀茂中出身・宇久須)
保育士を目指して勉
強中です。「西伊豆の元
気な子どもに負けない
くらい、元気いっぱい
な大人になりたい。」



自分の住んでいる近くの河川の水質を知りましょう

町では、町内河川の水質検査を毎年行っています。

近年、水量が急激に減少している河川があり、自助浄化機能が低下し水質が悪化しています。

河川の水質を保全するために住民の皆様には、下水道機能を持つ「合併処理浄化槽への設置替え」や生活雑排水等を河川等に放流する場合は、十分な配慮をお願いします。

【河川水質検査の結果】

検査項目 採取日（平成28年7月19日）		水素イオン 濃度 PH (PH)	生物化学的 酸素要求量 BOD (mg/ℓ)	浮遊物質 SS (mg/ℓ)	溶存酸素量 DO (mg/ℓ)	大腸菌群数 (MPN/ 100ml)
宇 久 須	大久須川（養鱒場下）	7.4	2.5	1.2	8.8	1,700
	宇久須川（養鱒場下）	7.5	2.1	1.0未満	8.8	1,400
	赤川（賀茂生コン下）	4.1	1.4	1.0未満	8.9	50
	宇久須川（法雲寺橋上）	7.3	2.4	1.6	8.7	7,900
	深田川 河口付近	5.8	1.4	24	8.1	500
	宇久須川 河口付近	6.8	2.7	7.0	8.2	500
	柴（東海工業前）	7.0	9.0	16	7.6	540,000
安 良 里	宮川（住宅密集地）	7.2	1.7	1.0未満	7.7	13,000
	浜川 河口付近	9.2	1.9	2.4	12.0	22,000
	田子沢（浦上）	7.2	4.6	7.8	8.3	900
田 子	太田川 河口付近	8.4	7.6	1.6	10.0	79,000
	井田子川 河口付近	7.7	3.4	4.2	8.7	49,000
	月の浦川 河口付近	7.2	7.0	5.6	6.9	540,000
	浮島川 河口付近	7.5	2.4	1.2	9.2	170,000
仁 科 科	堂ヶ島川 河口付近	8.2	2.5	1.0	9.0	49,000
	沢田渋川 河口付近	6.8	51	25	6.5	350,000
	小田瀬川 河口付近	7.3	3.8	2.4	6.8	540,000
	念仏川 河口付近	7.2	7.6	2.4	7.7	33,000
	仁科川 河口付近	7.4	9.0	6.0	7.1	130,000
	仁科川（西伊豆病院前）	7.6	12	1.0未満	9.8	4,600
	仁科川（スーパーあおき前）	7.3	9.2	2.6	9.2	23,000

☆沢田渋川、念仏川、仁科川河口の検査は12月16日に行いました。

主な採取場所と検査項目を掲載しました（各項目の基準値は「水がきれい」と言われる範囲の数値です）

水素イオン濃度（PH）

基準値は6.0PH以上8.5PH以下

酸性またはアルカリ性を示す数値。6.0以下は

酸性、8.5以上ではアルカリ性が強い水質。

生物化学的酸素要求量（BOD）

基準値は10mg/ℓ以下

微生物が有機物を分解するときに消費される

酸素の量。河川の自然浄化能力に関わる数値。

浮遊物質（SS）

基準値は25mg/ℓ以下

水中に浮遊している物質の量をいい、数値が

大きいほど水の濁りが多いことを示す。

溶存酸素量（DO）

基準値は5mg/ℓ以上

大気中から水に溶け込んでいる酸素の量。数

値が大きいほど酸素が豊富で良好な水質。

大腸菌群数

基準値は5,000MPN/100ml以下

水中に含まれる大腸菌群を数値化したものを

いい、水質（し尿）汚濁の指標に用いられる。

問合せ 環境福祉課 環境衛生係 TEL：53-1408

民生委員・児童委員を紹介します

平成28年12月1日付けで、民生委員・児童委員が全国一斉に改選となりました。

町では新たに就任された12名を含め35名が厚生労働大臣と県知事から委嘱を受け、身近な相談役、民生・児童委員として地域福祉を支えます。また、改

選によりこれまで活躍いただいた14名の方が退任されました。

新たに委嘱された方々の任期は、平成31年11月30日までです。(○印が新たに委嘱を受けた方々です。)

宇久須地区

- 清野悦子(大久須)
- 長嶋孝喜(神田)
- 長嶋元久(月原)
- 欠員(宇久須浜東)
- 浅賀悟(宇久須浜西)
- 齋藤幹治(柴)

安良里地区

- 藤井恵(浜川東)
- 欠員(浜川西)
- 大原恒夫(中島)
- 長谷川忍(天坂)
- 西宮恂夫(浦上)

田子地区

- 藤井哲也(大田子上)
- 高橋弘子(大田子中)
- 北原喜美子(大田子下)
- 欠員(道西)
- 山本とよみ(道東)
- 椿直光(川向)
- 藪田きくよ(月東)
- 眞野操(月西)
- 山本ハルエ(浮島)

仁科地区

- 沼野ソノ子(沢田西)
- 山本正文(沢田東)
- 佐藤吉子(仁科浜西)
- 佐野宗太郎(仁科浜東)
- 欠員(仁科浜北)
- 鈴木まき子(大浜)
- 阿久澤九三男(野畑)
- 山本敬一(築地上)
- 堤篤(築地下)
- 高橋久美子(中北)
- 須田ちづ子(中南)
- 鈴木勝美(岩谷戸・堀坂)
- 鈴木藤敬(一色)
- 平馬時子(白川)
- 渡邊久子(祢宜ノ畑)
- 市川隆康(宮ヶ原・大城)

主任児童委員

- 長島田鶴子(宇久須・安良里)
- 山本豊(田子)
- 梅田友子(仁科)

退任された 民生・児童委員の方々

- 安藝栄修(月原)
- 手塚みづほ(宇久須浜東)
- 古屋恵子(宇久須浜西)
- 藤井冴美(中島)
- 藤井菊雄(大田子上)
- 山本孝子(大田子中)
- 鈴木佐和子(大田子下)
- 山本剛巳(道東)
- 山本のりえ(川向)
- 山本敏嗣(築地下)
- 石川一彦(中南)
- 鈴木深雪(岩谷戸・堀坂)

退任された 主任児童委員の方々

- 山本千保利(田子)
- 齋藤喜代美(仁科)

長い間、民生委員・児童委員、主任児童委員としてご尽力いただきました。

ありがとうございました。

新たに民生委員・児童委員に 委嘱された方々



長嶋元久
(月原)



浅賀悟
(宇久須浜西)



大原恒夫
(中島)



藤井哲也
(大田子上)



高橋弘子
(大田子中)



北原喜美子
(大田子下)

主任児童委員



山本とよみ
(道東)



堤篤
(築地下)



須田ちづ子
(中南)



鈴木勝美
(堀坂・岩谷戸)



山本豊
(田子)



梅田友子
(仁科)



出初式

1月4日(水)、町消防団出初式が賀茂中学校体育館で行われました。須田美光団長以下145名の団員が参加し、今年一年の防火・防災活動への誓いを新たにしました。

式は、賀茂幼稚園幼年消防クラブによる遊戯と火災予防の呼びかけで始まり、町長のほか町議会議員、各地区区長、関係団体など来賓50名が出席。須田団長から団員に向けて「昨年発生した火災では、地元住民の協力のもと、初期消火で対応でき、初期消火の大切さを改めて感じました。今年1年、無火災・無災害を祈念しています。」と訓示しました。また、長年にわたり消防団活動に従事した団員の表彰が行われ、表彰状や感謝状が手渡されました。

式後には、宇久須川で放水も行いました。

表彰された皆さん (敬称略)

【静岡県消防協会長表彰】

●功績章および25年以上勤続功労章

副分団長 山本晃章(第1分団)
副分団長 藤井弘一(第1分団)
部長 山口 究(本部)
班長 久保田寿之(第6分団)

●特別功労章および20年以上勤続功労章

副分団長 山本征司(第5分団)
部長 岡本照之(本部)
部長 椿 泰行(本部)
班長 神谷仁志(第1分団)
班長 長嶋 伸(第1分団)
団員 石川真人(第5分団)

●功労章および15年以上勤続功労章

副分団長 高柳宏人(第5分団)
班長 藪田隆士(第3分団)
班長 藤井宏典(第2分団)
団員 石井克幸(第2分団)

●10年以上勤続功労章

団員 鈴木亮一(第2分団)
団員 山口知宏(第1分団)
団員 萩原宏実(第1分団)

団員 村松幹弘(第2分団)
団員 藤井雄至(第2分団)
団員 下川幸二(第2分団)
団員 道家孝則(第3分団)
団員 山本智寛(第3分団)
団員 山本雅樹(第5分団)
団員 堤 正行(第5分団)

●永年(25年以上)勤続団員の家族に対する感謝状

副分団長 山本晃章(第1分団)
副分団長 藤井弘一(第1分団)
部長 山口 究(本部)
班長 久保田寿之(第6分団)

このほかに、西伊豆消防団連合会長表彰・西伊豆町消防団長表彰がありました。



賀茂支部長から功績章を受取る山本さん

伊豆半島の屋外広告物（看板等）について

伊豆半島は、富士箱根伊豆国立公園に指定され、静岡県の中でも特に変化に富んだ様々な美しい景観に恵まれた、日本を代表する観光地の一つです。

また、東京五輪の自転車競技の開催が決定し、世界ジオパークの認定を控えるなど、世界中から注目を集める大変重要な時期にきています。

そこで、静岡県では東京五輪の開催時期を目標に、伊豆半島の良好な景観形成に向け、違反広告物の是正指導を集中的に行うとともに、平成29年秋に、屋外広告物の色彩、大きさ等が景観と調和するよう規制強化することを目指して、関係市町等と調整を進めています。

<規制強化の内容> (概ね次の2点の方向で検討しています。)

- ①現在「普通規制地域」に指定している地域を、原則として、「特別規制地域」に変更する。
- ②さらに、特に景観配慮が必要な地域については、より厳しい規制の「広告整備地区」に指定する。
※詳細が固まり次第、改めてお知らせします。

静岡県屋外広告物条例では、経過措置として、規制強化前に許可を受けている場合は、規制強化の日



特別規制地域：国道から半径500mの地域
普通規制地域：県道から半径500mの地域

から1年間(許可の残存期間が1年を超える場合は、当該許可の期間)は、従前の基準により、引き続き広告物を設置できます。

※静岡県ホームページにも掲載しています。(「伊豆半島の屋外広告物対策」で検索)

<http://www.pref.shizuoka.jp/kensetsu/ke-530b/izu.html>

問合せ

静岡県交通基盤部景観まちづくり課
TEL:054-221-3702

平成29・30年度 入札参加資格審査申請 受付

平成29・30年度に町が発注する建設工事等の競争入札参加資格審査申請の受付を行います。

1. 受付期間

2月1日(水)～3月10日(金)まで

※土日・祝日は除きます

(受付時間は午前9時～午後5時まで)

2. 受付場所

西伊豆町役場 総務課検査管理係 ※郵送可

〒410-3514

静岡県賀茂郡西伊豆町仁科401-1

電話 0558-52-1111 FAX 0558-52-1906

3. 申請資格

建設工事

- ・建設業法第3条の「許可」を受けていること

- ・建設業法第27条の23第1項の規定による「経営事項審査」を受けていること

測量・建設コンサルタント等

- ・営業に関して法律上必要とする登録がされていること

物品製造等

- ・営業に関して許可、認可および登録等が必要な場合は、それを受けていること

4. 有効期間

平成29年4月1日～平成31年3月31日まで

※その他申請書類等は、担当または町ホームページにてご確認ください。

問合せ

総務課 検査管理係 TEL:52-1111

児童用の机・椅子を無償でお譲りします

町では、平成28年度の新入学児童を対象に、町内の間伐材を利用した机・椅子を贈呈しました。また平成29年度には全ての小学校児童を対象に新たに贈呈します。

それに伴い、これまで使用していた机・椅子を、希望される方に無償でお譲りします。

ご希望の方は、下記を確認の上、お申込みください。

- ・傷や汚れの程度に差があります。(使用年数は約10年から20年です。)
- ・希望数に上限はありませんが、在庫が無くなり次第終了となります。
- ・売却、営利を目的とした申込みは、ご遠慮ください。
- ・譲渡後の返品は受けかねます。
- ・譲渡後については、町は一切の責任を負いません。

申込みについては、問合せ先までご連絡ください。



引渡し日：3月21日(火)

場 所：町内各小学校

※引渡し時の学校から自宅までの運搬、積み込みは各自でお願いします。

受付期間：2月2日(木)～28日(火)

問合せ 教育委員会 学校教育係 TEL：52-1964

新成人の皆さん「20歳がスタート！国民年金」

日本に住む20歳から60歳未満の全ての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

国民年金は老後の生活保障だけでなく、ケガや病気など生活の安定を損なうような万が一の事態に備え、保険料を出し合いお互いを支えあう制度です。

20歳になったら忘れずに国民年金の加入手続きを

○毎月の保険料は？

国民年金の保険料は、月額16,260円(平成28年度)です。保険料をまとめて前払いすることにより割引される前納制度があります。

○年金手帳は大切に保管しましょう！

国民年金や厚生年金に加入すると基礎年金番号が記載された年金手帳が交付され、加入記録や保険料の納付状況は手帳に記載されている「基礎年金番号」で管理されます。年金手帳は年金に関する手続きの際に必要となりますので、大切に保管してください。

しましょう。(20歳前に就職して厚生年金等に加入中の方は、加入手続きは不要です)

なお、学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な場合は、「学生納付特例」や「納付猶予」など、保険料の支払を後払いできる制度がありますので国民年金の加入手続きと併せて申請してください。

○保険料の支払には、口座振替が便利です！

口座振替には毎月の保険料を翌月の月末に引き落としされる翌月末振替と、毎月の保険料をその月の月末に引き落とす当月末振替(早割)があります。

また、口座振替で前納制度をご利用される場合は、現金での前納に比べてさらに割引額が高くなります。

問合せ 窓口税務課 窓口年金係 TEL：52-1112
三島年金事務所 TEL：055-973-1444

大 漁祈願 乗り初め

1年の航海の安全と豊漁を祈願して、1月2日に漁船乗り初めが仁科漁港と安良里漁港で行われました。

仁科漁港では、町長のあいさつに引き続き、大漁旗をつけたイカ釣り船が湾内を漁船パレードしました。約7,000個のもちまきの後には、お汁粉が無料サービスされ、居合わせた多くの観光客や地元の住民などで大変盛り上がりしました。



仁科漁港の様子

また安良里漁港では、豊幸丸が昨年水揚げし冷凍しておいたサンマ約1,500匹のほか、もちやみかんが船上からまかれ、帰省した住民などたくさんの人が集まりました。新春の港はサンマを手に入れ喜ぶ子どもの姿などでにぎわいました。



安良里漁港では、サンマが空を舞いました



一斉にスタートするランナー

元 旦マラソン大会

第51回正月マラソン大会が、1月1日賀茂小学校グラウンドを周回するコースで開催されました。

地域の方々や帰省した人など、228名が参加し、ファミリーや2.5km、5kmの3つの部門に分かれ競いました。参加者は、沿道からの応援に背を押されながら、心地よい汗を流していました。会場では、豚汁やカボチャスープのサービスも行なわれ、参加者だけでなく応援に駆けつけた人たちも喜んでいました。

光 ブロードバンド

住民サービス向上などのため、現在町内全域で進めている光ファイバ網整備に伴う、光ブロードバンド住民説明会が、1月16日～18日に町内4カ所で開かれました。

光ブロードバンドの利用方法や改善点などが説明されたほか、個別の利用料金や工事などについて、相談を受けました。町では、昨年7月ICT利活用に関する協定書を締結し、情報配信等の検討をしています。



真剣に話を聞いていました

一 筆一筆ていねいに

賀茂中学校で、1月6日に全校生徒が参加し、書き初め大会を行いました。

手本を見ながら、それぞれの課題の「止め」や「はらい」に注意しながら、一筆一筆真剣な表情で、書き上げていました。書き上げた作品は、校内に展示後、各学年から数名ずつが賀茂地区の書き初め展に出品されます。



みんな真剣な表情で書き上げました



1班40軒ほど回ります。

才の神様お願いします

宇久須浜子ども会が、1月7日に小正月の行事「才（賽）の神」を行いました。

小学1年～5年生までの18名が4班に分かれ、地区の家々を訪れました。子どもたちは、石像の才の神を抱え、各家庭を訪問すると、「払いたまえ、清めたまえ、なむ才の神さまお願いします。」とサカキを振りながら、商売繁盛や家内安全、無病息災などを元気な声で祈願していました。

一 足早いお正月

ボランティア団体賀茂女会がおせち弁当を、12月25・26日に手作りしました。

一足早く正月気分を味わってもらおうと、毎年末におせち弁当を調理し、独居高齢者などに届けています。今回は、安良里にちなんでサンマのすり身を使った昆布巻きやエビかまぼこなど、彩りや栄養を考えた11品を作り、折り紙のコマや手紙を添えて、配達しました。



ていねいに盛り付けていました。



台湾からホームステイ

台湾澎湖県の4名の中学生が、12月22日～24日の3日間西伊豆町を訪れ、町内の中学生と交流しました。

22日は西伊豆中学校で、交流歓迎会が開かれ、西伊豆中学生による合唱や松崎高校吹奏楽部による演奏を披露したほか、授業や部活動、体育祭など日ごろの学校生活の様子を紹介しました。また、町内の中学生からリーフレットをプレゼントしました。

澎湖県の中学生は、町内滞在にそれぞれホームステイし、一緒に料理を作るなど日本の家庭や吹きガラス、和太鼓の演奏などを体験しました。

みんなそろって記念撮影/
和太鼓やしめ縄作りを体験

健(検)診結果を活かしましょう！

大切な時間を作って受診した特定健診やがん検診、人間ドック。受診をただで安心していませんか？

健(検)診結果は目に見えない体の変化を伝える重要な情報です。自分では健康だと思っていたのに、健(検)診を受けたら病気の一手前だった、既に病気にかかっていたという人も珍しくありません。

特に生活習慣病は、初期には自覚症状が現れない病気が多く、気づいたらガタガタと症状が出始めたり、突然死を招く恐ろしい病気です。健診を受けて結果を見ることも重要です。

健(検)診結果を再度見直しましょう！

●要精密検査・要治療の所見があった方！

受診し忘れていませんか？

早急に医療機関を受診してください。その際は、健(検)診結果を持参して検査や治療の参考にしてください。

●異常所見なしの方

歳を重ねていくごとに休みなく動いている体は、老化していきます。今後も健康づくりを続けましょう！

もっと結果を見てみましょう！

結果数値が基準値内に入っている、入っていないにとらわれず、今までの健(検)診結果からの変化をみるのが大切です。

結果数値が、毎年同じように維持できているのか？良くなっているのか、悪くなっているのか？その要因は、どんな生活の積み重ねだったのか？思い浮かぶことがありますか？

例えば・・・

「一昨年の健診まで、中性脂肪値や血糖値がずっと高かった」Aさん

	基準値	H26	H27
中性脂肪	30～149mg/dl	228	308
ヘモグロビンA1c	5.5%以下	5.8	6.2

暑かった夏からずっとスポーツ飲料や甘い缶コーヒーを、ほぼ毎日飲んでいました。

中性脂肪や血糖値は食事の影響を受けやすく、糖分の多いものや油っこいものが多かったり、食べ過ぎによって数値が上がります。これらが高い状態が続くと高脂血症や脂肪肝、糖尿病、動脈硬化、肥満により高血圧等も招いていきます。

Aさんは、自分にできそうなこととして、飲んでいた飲み物を替えてみました。

今年度の結果

「中性脂肪値や血糖値とも、基準値内に突入！体重も減って肥満も解消していた！スポーツ飲料等甘い飲み物でなくても、お茶や水も平気。

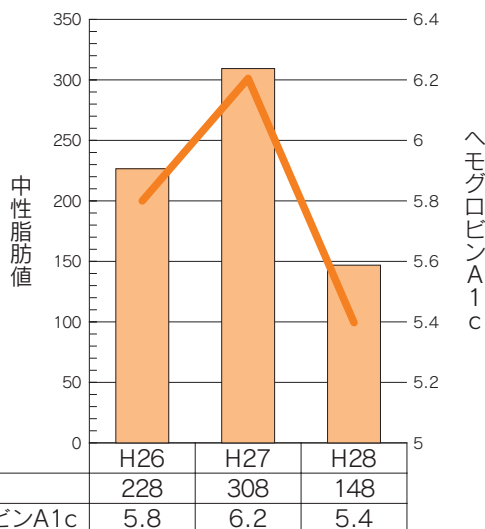
痩せてからも動きやすく、活動的になった感じ！以前やっていた趣味の写真撮影にも、出向くようになった！」という成果となりました。

健(検)診結果と生活を振り返ること、そして行動を起こすことが、健康づくりにつながります！

来年度の健診が楽しみになるように、今年度の健(検)診結果を活かしていきましょう！

水や、お茶に替えた。

中性脂肪と血糖値の経年変化



※国民健康保険の被保険者には、人間ドック費用助成制度があります。

1人25,000円までの助成が受けられ、お得です！今年度まだ健診を受けていない方は、是非、ご利用ください。詳しくは医療保険係（TEL：52-1116）にお問い合わせください。

●○毎月19日は食育の日○●

栄養たっぷり上品な一品

1月17日に開催した元気アップクッキングセミナーで作った料理です。

町でも採れるひじきを使った牛乳ゴマ豆腐です。筋肉や骨をつくるタンパク質やカルシウム、天然の精神安定剤ともいわれるマグネシウムも含まれていたり、食べやすく、子どもからお年寄りまでありがたい献立です。

つくってみよう！！

【材料（5人分）】

乾燥ひじき	5g
白ゴマ（練りゴマ）	40g
片栗粉	50g
豆乳	1カップ
牛乳	1カップ
A { 塩	小さじ1/4
みりん	小さじ1
酒	小さじ2

【栄養成分（1人分）】

エネルギー	111kcal
カルシウム	149mg
たんぱく質	3.8g
脂質	5.9g
食塩	0.3g

～ひじき入り牛乳ゴマ豆腐～

《作り方》

- ①ひじきは水に戻し、茹でて1cm幅に切る。
- ②ゴマは香りよく炒り、すり鉢でする。または練りゴマを使ってもよい。
- ③②に片栗粉を入れ、豆乳、牛乳を入れる。
- ④③を鍋に入れ、ひじき、調味料Aを入れ、火にかける。
- ⑤3分ほど練り、流し缶に入れて冷やし固める。
- ⑥⑤を切り、器に盛る。



元気アップセミナーではいきいきとした心と体をつくる食事について学んでいます。

母子および父子家庭の皆さまにお知らせ

問 環境衛生課福祉係

TEL:52-1961

社団法人静岡県鍼灸師会のご厚意により、子育てと仕事の両立に励んでいる、20歳までのお子さんをお持ちの母子家庭や父子家庭のお母さん、お父さんを対象に「はり・灸無料治療券」をいただきました。

無料治療券は、県内約140ヵ所の施術所（治療院）で利用できます。また有効期間は3月18日までで、期間中1人1回に限ります。ご希望の方は、役場環境福祉課までご連絡ください。（なお、無料治療券はなくなり次第、配布を終了します。）

※治療院は、社団法人静岡県鍼灸師会に加盟している治療院になります。

ゲートキーパー研修会開催

問 賀茂健康福祉センター福祉課

TEL:24-2056

あなたも大切な人のゲートキーパーになりませんか。

また、自分でできることからだのメンテナンス。

日時／3月2日(木)

13:30～16:15

対象／関心のある方はどなたでも

定員／20名（先着順）

会場／下田総合庁舎2階会議室

内容／ゲートキーパー研修会

アロマを使ったセルフケア

参加費／無料

申込み／2月24日(金)までに電話で申し込んでください。

伊豆スカイライン通行料割引キャンペーン

問 静岡県道路公社企画業務課

TEL:054-254-3424

365日、渋滞知らずの伊豆スカイライン。富士山の日に合わせて2月17日(金)から26日(日)までの10日間、静岡県と共同で伊豆スカイラインの通行料金が全区間・全車種上限200円となる料金割引を実施します。

河津桜の開花等で混雑が予想される時期に、ぜひ一度ご利用ください。

詳しくは、<http://www.siz-road.or.jp>をご覧ください。

教育資金を「国の教育ローン」がサポート

問 教育ローンコールセンター

TEL:0570-008656

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。

融資額／子ども一人当たり350万円以内

金利／年1.81%固定金利（平成28年11月10日現在）

返済期間／15年以内

用途／入学金、授業料、教科書代、

アパート・マンションの敷金・

家賃など

返済方法／毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）

保証／教育資金融資保証基金（連帯保証人による保証も可能）

※母子・父子家庭等または世帯年収200万円以下の場合は金利・返済期間が異なりますので、問または03-5321-8656へ問合せください。

薬物依存相談のお知らせ

問 静岡県精神保健福祉センター

TEL:054-286-9245

大麻・覚せい剤、シンナー、MDMA等の違法薬物や危険ドラッグなどの薬物は、たった一度の使用でも、こころと体にさまざまな問題を引き起こし、家庭生活や社会生活に大きな影響を与えます。

日時／2月8日(水)・21日(火)

3月7日(火)・22日(水)

13:00～16:00(1回45分)

会場／静岡県精神保健福祉センター

(静岡総合庁舎別館2階)

申込み／予約制（相談日の前日までに）

「耳の日」聞こえの相談会と記念講演会開催

問 県立沼津聴覚特別支援学校

TEL:055-921-3398

記念講演会

日時／2月21日(火)14:00～16:00

会場／ぬまづ健康福祉プラザ

サンウェルぬまづ4階多目的ホール

内容／「僕が考える手話の魅力」

松本蒼空 静岡サレジオ高等学校1年生

申込み／沼津市社会福祉協議会

055-922-1500

(FAX:055-922-1502)

※入場無料

聞こえの相談会

日時／2月22日(水)・24日(金)

10:00～16:00(昼休みあり)

会場／県立沼津聴覚特別支援学校聴能室

対象／沼津市内および県東部地区に在住する18歳以下の方

申込み／どちらか都合のよい日を、
2月17日（金）までに☎へ電
話またはFAX（055-923-
5327）で予約申込み



確定申告書等は、国税庁ホームページで作成できます！

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、ご自宅のパソコン等から申告書を作成することができます。

当コーナーでは、給与所得者または年金所得者の方向けの申告書作成画面をご用意しています。初めての方でも操作がしやすい画面となっておりますので、ぜひご利用ください。

作成した申告書は、マイナンバーカードとICカードリーダー

を準備すれば「e-Tax(電子申告)」を利用して提出できます。また、印刷して郵送等により提出することもできます。

詳しくは、国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp>)をご覧ください。

(注)住民基本台帳カードの電子証明書は、有効期間内であれば、新たにマイナンバーカードの交付を受けるまで、引き続きe-Taxでご利用いただけます。

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:24-2206
役場観光商工課 TEL:52-1114
下田警察署 TEL:27-0110

サポート詐欺に気をつけて!!

～パソコン画面に「ウイルス感染」ニセの警告～

近頃、パソコンがウイルスに感染したとのニセの警告をモニター画面に表示させ、サポート名目で金銭をだまし取ろうとする「サポート詐欺」が急増しています。

【代表的な手口】

インターネット利用中に突然「あなたのコンピュータでウイルスが見つかりました」などの警告表示が画面に出現する。



日本語の音声で「あなたの個人情報、写真、クレジットカード情報が危険にさらされている」と警告したり、警告音が出る。



「ウイルス除去」をうたうサイトが表示され電話をすると、ウイルスを削除するためのサポート料金を要求される。

～被害に遭わないための対策～

- 危険なサイトに接続されないようにセキュリティーソフトを入れる！
 - 誘導されたウイルス削除サイトの問い合わせ先には電話しない！
- 不安を感じたら、近くの交番・駐在所または下田警察署へ相談！

受付日記

12月15日～1月14日の届出

♥♥♥おしあわせに(結婚)♥♥♥

夫		妻	
地区	氏名	地区	氏名
野畑	中澤明宏	仁科浜	井上万里子

—— おくやみ申し上げます ——

地区	氏名	年齢	月日	届出者
中島	高木久江	90	12.18	山本慎吾
浜川東	木口孝司	87	12.18	広行
大久須	井上成子	70	12.19	雄
築地	堤美代子	94	12.26	眞人
築地	堤清	102	12.26	弘
一色	太田文武	81	12.27	正昭
月西	山本直	81	1.3	美佐子
月西	山本さと	100	1.8	浩司
道東	山本次雄	64	1.8	泰章
道東	森五百子	85	1.10	伸秀
浜川東	藤井巖	76	1.11	ちほみ
浦上	高木誠司	58	1.11	きく江
中	鈴木八重子	84	1.13	清一
仁科浜	本岡精三	62	1.13	智史

◎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。

お忘れなく (2月分)

固定資産税	4期
国民健康保険税	9期
後期高齢者医療保険料	7期
納期限は2月28日(火)です。	

人の動き 1月1日現在 ()内は前月比

人口	8,416人(-9)	田子地区	2,224人(-0)
世帯数	3,912件(-2)	仁科地区	3,489人(-6)
男	3,986人(-3)	宇久須地区	1,550人(+3)
女	4,430人(-6)	安良里地区	1,153人(-6)

※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。

西伊豆町の交通事故件数

	12月	累計	前年12月累計	増減
人身事故	3	30	22	+8
死者	0	0	0	±0
傷者	4	50	33	+17
物損事故	9	138	143	-5

2月の夕陽時刻表

ゆっくりと夕陽鑑賞はいかがですか。

1～10日	17:14～17:23
11～20日	17:24～17:32
21日～28日	17:33～17:40

まらの人

ゆうゆうきつずクラブ(放課後児童クラブ) 支援員

山本香代子さん (宇久須在住)



仁科小学校の空き教室を活用して、昨年5月に開設した放課後児童クラブの支援員山本さん。「子どもたちが、ただいまと帰ってきてくれて、さようならと笑顔で帰って行く姿がやりがい。」と笑顔で話してくれました。

昨年までは、賀茂幼稚園・賀茂小学校で特別支援員として11年間勤務していました。「これまでは、子どもと一対一で接することが多かったけれど、今は安全と安心な居場所を提供することが目的。他の指導員と協力しながら、子どもたちと一緒にグラウンドで遊んだりしています。」授業が終わってから、保護者がお迎えに来る午後5時45分まで開設。月曜から金曜日は、4～6人の利用者も夏休みなど長期休暇になると15人ほどが利用します。「体力的には、大変だけれども、強制ではなく、子どもが自主的に動けるように工夫しています。」

February 2月 お知らせカレンダー

2017年

1 (水)	10:50	新生児誕生記念事業 (福祉センター)
2 (木)		町内小学5年生 姉妹町スキー交流 (長野県富士見町) 3日まで
3 (金)		節分
4 (土)		
5 (日)	14:00	いきいきセミナー(田子公民館)
6 (月)		
7 (火)		
8 (水)	10:00	人権相談(福祉センター)
	10:00	障害者相談(保健センター)
9 (木)	10:00	賀茂広域消費生活センター巡回相談 (福祉センター)
	14:00	からだすっきりエクササイズ(増進センター)
10 (金)	13:15	日本脳炎予防接種(防災センター)
11 (土)		建国記念の日
12 (日)		
13 (月)		
14 (火)		
15 (水)	13:30	行政相談(保健センター)
	19:30	仁科地区まちづくり協議会 (よってって山田さん)

16 (木)	9:30	年金相談(保健センター)
	10:00	赤ちゃんクラブ(田子子育て支援センター)
17 (金)	13:30	よってって山田さん健康相談
18 (土)		
19 (日)		
20 (月)	9:15	パパママセミナーC(保健センター)
21 (火)		
22 (水)	10:00	ママヨガ教室(福祉センター)
23 (木)	9:00	肝炎ウイルス検査および 骨髄バンクドナー登録(賀茂保健所)
24 (金)		
25 (土)	10:00	よってって山田さん5周年記念イベント
	15:00	IVUSAヤーコンフェスティバル (旧田子中学校)
26 (日)		
27 (月)		
28 (火)	9:30	3月定例議会(予定)~3月10日まで

【2月の救急当番医 西伊豆地区】

※救急当番医の確認等は、もう一度消防署(☎52-1099)、または当番医にお問い合わせください。

月日	外科系	内科系	月日	外科系	内科系
2.4	—	田子診療所 53-1555	2.18	—	中江医院 42-0025
5	—	西伊豆健育会病院 52-2366	19	西伊豆健育会病院 52-2366	—
2.11	—	西伊豆健育会病院 52-2366	2.25	西伊豆健育会病院 52-2366	—
12	—	西伊豆健育会病院 52-2366	26	—	西伊豆健育会病院 52-2366

編集
後記

今年も成人式取材しました。一言に成人式と言っても、元気の良い年代もあれば、静かな年代もあり、当然ながら少しずつ雰囲気が違うものですが、共通していることは、仕事や学校で様々な経験をしながら、一步一步大人の道を進んでいる、

と感ずることです。一方で保護者や友人らと接する表情はあどけなさが垣間見え、微笑ましくも感じます。町の将来を担う新成人のますますの飛躍を願っています。

み

市川三郷町だより

市川三郷町内の小学校では児童自ら卒業証書を漉きます。各校の6年生は、市川和紙技術研究会の方々の指導の下、卒業証書の用紙となる和紙を、紙漉きから乾燥までの工程を手作業で行います。寒空の中、手を冷たくしながら作成した卒業証書は、既成の紙では味わえない温かみと思い入れの詰まった1枚となり、卒業の日に校長先生から手渡されます。

市川三郷町の和紙は、障子紙の全国シェア40%を誇り、花火や印章とともに町の地場産業を支えています。その紙質は「美人の素肌のように美しい」と言われるほど上質で、江戸時代には徳川家の御用紙として幕府に献上されていました。

近年は機械化が進み、手漉き和紙の工場は町内に1軒だけとなりましたが、子どもたちは卒業証書作りを

児童自ら漉く卒業証書



町内唯一の手漉き和紙職人豊川さんより指導を受けながら紙を漉く児童

通じて和紙の魅力を肌で感じています。

春が待ち遠しくなる、市川三郷町の冬の風物詩です。

富士見町だより

富士見の冬を楽しもう！

～スタンプラリー実施中～

今年は雪不足で長野県内のスキー場では予定どおりオープンできなかった所も多いと聞きます。富士見パノラマスキー場は予定どおり12月10日に、富士見高原スキー場は一週間後の17日に、全面滑走とはいきませんでした。オープンすることができ、今シーズンもスキー・スノーボード客で賑わっています。

町では、今年で8回目となる「ハートに恋して八ヶ岳の冬スタンプラリー・プレゼントキャンペーン」を実施しています。富士見高原スキー場または富士見パノラマリゾートのどちらか1施設と、キャンペーンに参加する28の温泉施設や宿泊施設、飲食店から1施設を利用し応募していただくと、抽選で豪華賞品が総勢99名に当たります。参加店舗や応募数も年々増え、冬のイベントとして定着してきました。豪華賞品には町の特産品詰め合わせや参加施設共通商品



券の他、西伊豆町のホテルペア宿泊券や海産物の詰め合わせもあり、富士見町民の士気も上る内容となっています。

西伊豆町のみなさん、スキーにお越しの際はぜひご応募ください。

●キャンペーン期間 3月31日(金)まで

●応募締切 4月7日(金)必着

問：産業課 商工観光係 電話 0266-62-9228

