

広報 にしいず 7

2018

No.160



● 今月の主な内容 ●

- 国民保険料の納付が困難なときには等・・・7
- 後期高齢者医療保険に加入している皆さんへ・・・8
- 国民健康保険の高齢受給者証について等・・・9
- 松崎高校広報～西豆と共に～・・・11



海水浴場

7月14日(土)～8月19日(日)

いよいよ海水浴シーズンがやって来ます。7月14日(土)から町内9カ所で海水浴場が開設されます。

毎年、多くの観光客などが利用する海水浴場では、安心・安全に利用するため、海岸の監視やパトロールなどを行うライフセーバーや監視員が配置されています。

また、海水浴場開設期間中、全ての海水浴場にAEDが設置されています。

磯遊びに適した海水浴場や波が穏やかで安心して遊ぶことができる海水浴場、透明度が高い海水浴場など、それぞれ特徴があります。この夏、ぜひ訪れてみてください。

5月21日に行われた賀茂健康福祉センターによる、各海水浴場の水質検査は、9カ所すべてで安心して利用できる結果となっています。なお、同時に行われた放射性物質検査の結果は、いずれも検出限界未満となっています。

海水浴場	水質検査結果
深田	AA
宇久須	AA
黄金崎	AA
安良里	AA
大田子	AA
田子瀬浜	AA
浮島	AA
乗浜	AA
大浜	AA

(参考)

	水質検査 AA	水質検査 A
ふん便性大腸菌群	不検出	100個/100ml以下
油膜	なし	なし
COD	2mg/L以下	2mg/L以下
透明度	1m以上	1m以上



ゴミは分別しましょう！

海水浴場周辺で、可燃ごみとペットボトルやカン、ビンなどの資源ごみが分別されないまま、出されていることがあります。

可燃ごみは指定ごみ袋に入れ、資源ごみは分別して指定された収集場所に出してください。

マナーを守って楽しく海水浴場を利用しましょう！

安全・快適に利用するため、海水浴場での禁止行為を条例で定めています。

マナーを守って、楽しく利用しましょう。

また、お酒を飲んだ後や、体調がすぐれないときの遊泳は絶対にやめましょう。

禁止行為の一部を掲載します

- キャンプ（静岡県条例により、各海水浴場は6月1日から9月30日までキャンプ禁止区域に指定されています。）

＜町内のキャンプ場は下記のとおりです＞

施設名	住所	電話番号
宇久須キャンプ場	宇久須 2102-13	0558-55-0311
キャンプ黄金崎	宇久須 2182-1	0558-55-1100
オートキャンプ銀河	一色 1986-1	0558-52-2861
西伊豆オートキャンプ場	大沢里 424-1	0558-58-7323

- バーベキュー（火器の持込は厳禁です。）
- 水上バイク・ボートなど（遊泳区域への乗り入れは禁止です。）
- もり・水中銃などの使用
- 車両の乗り入れ（許可されているものを除く）
- 許可を受けていない営業行為
このほかに、危険な行為や周囲の迷惑となる行為はライフセーバーや監視員から注意しますので、指示に従ってください。

第1回ジオ連載企画 南からきた火山の贈りもの

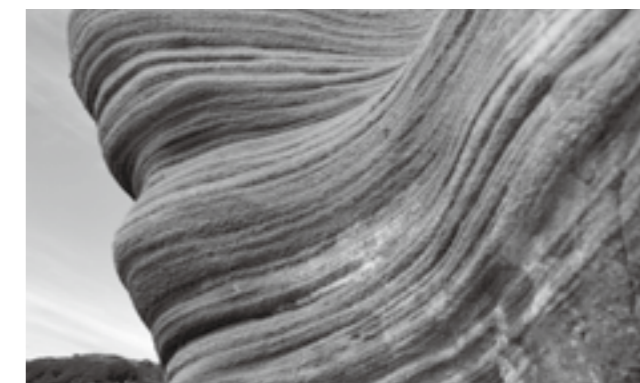
Q 伊豆半島のジオパークが世界認定されたと聞いたけれど、特別な場所なの？

A 伊豆半島ジオパークのテーマは「南からきた火山の贈りもの」。伊豆半島は大昔(2000万年前)、はるか南の海底火山だったことが分かっている。それが噴火と隆起を繰り返しながら北上して本州と衝突したんだ。今も毎年4cmぐらいのスピードで本州側を押し続けている。「動かざること山の如し」という、ことわざがあるけど伊豆の場合は違うんだね。隆起したため、本来なら見ることのできない海底火山の地層を間近に見ることができる場所もあるんだ。

Q 火山というと、近くに富士山や箱根火山があるけれど、伊豆に噴火している火山はないんじゃないの？

A 伊豆半島は本州に衝突した後、今度は天城山やだるま山など陸上で火山の活動があったんだ。これらの火山は活動を休止している。でも、地下深くには熱いマグマがたまっていて1989年には伊東市沖で小規模な噴火があったんだ。

今月のジオサイト 恵比須島(下田)
美しいしましま模様は、海底火山によって造られました。



西伊豆町産ジビエへの大きな一歩

賀茂地域で初の認定

西伊豆町で地域おこし協力隊として活動している、堀浩一（株式会社 HOLY 代表）さんが、ダチョウの飼養およびジビエの狩猟による捕獲から食肉加工処理施設での製品化までを行う**6次産業化**総合化事業計画を農林水産省へ申請し4月27日に認定を受けました。



▲株式会社 HOLY 代表 堀 浩一さん

5月22日、役場で認定書交付式が行われ農林水産省地方参事官、緒方弘志さんから、認定書が手渡されました。この認定は静岡県では約30例目、賀茂地域では初の認定となります。



堀さんのこれからの目標

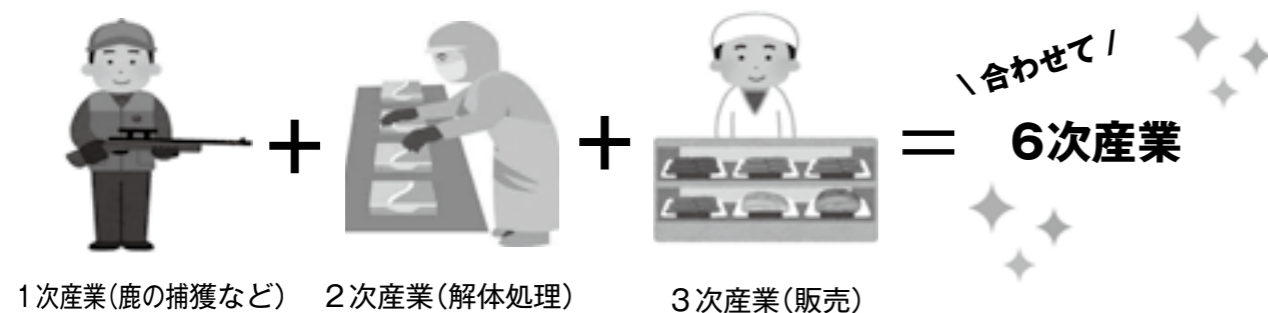
堀さんが飼養しているダチョウ、西伊豆町の賀茂猟友会西伊豆分会から仕入れた地元のジビエ（猪、鹿）を使って、精肉および加工品の**製造・レストランなどへの販売**を目標としています。



◀天城放牧場（牧場の家付近）で飼養されているダチョウ達

6次産業化とは？

1次産業と2次産業、3次産業を一体化したものです。



認知症になっても安心して暮らせる町に！

各地区に出向いて研修会をしています

地域包括支援センターにしいず主催（町共催）で、認知症介護指導者の和田博之さんを講師に、『**町民みんなが、認知症という障害を理解し、認知症の方や支える家族が、その人らしく生涯を過ごせる町づくりを考えるきっかけにする**』という目的で、要望のあった14地区に出向き、研修会を実施しています。

研修会参加者の声

- ・認知症で忘れてしまうこともあるが、できる事もあることに気づかされた。
- ・認知症への偏見をなくしたいと思った。
- ・話を聞いてあげられる自分でありたい。
- ・心に寄り添う大切さを改めて気づかされた。
- ・1人ではできないことも、皆の力ですれば大きな力になると思った。
- ・認知症が増えるその時、周りや地区で何ができるか考えさせられた。
- ・みんなで支え合うことが大事だと思った。
- ・地域全体で理解し、取り組んでいけたらと思った。
- ・コミュニティづくりの必要性を感じた。



認知症初期集中支援チームが支援します！

認知症であっても本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症の人やその家族に早期に関わる「**認知症初期集中支援チーム**」を「地域包括支援センターにしいず」内に設置し、平成30年4月から実施しています。

どんなサポートをするの？

40歳以上で、在宅で生活している認知症が疑われる方や認知症の方で、医療や介護サービスを受けておらず（中断も含む）、対応に困っている方およびその家族を訪問し、約6ヶ月間、集中的に支援します。

チームのメンバーは？

認知症サポート医の研修を受けた医師などの専門医と、医療と介護のそれぞれの専門職で構成された専門チームです。

問合せ

健康福祉課 介護保険係 TEL:52-1116
地域包括支援センターにしいず TEL:52-3030



健幸づくり給付金が始まります



写真：シニアヨガ教室のようす

町では、本年4月から介護保険料の基準額を月額5,800円から7,000円に改定しました。これにより介護保険サービスを受けていない方の経済的な負担軽減と、自らが介護予防に取組み、健康の保持増進に努める意識を広めることを目的にした「健幸づくり給付金」を平成31年度から支給します。

なお、この給付金は平成31年度から平成33年度までの3年間の臨時的な措置になります。

支給額

1人につき10,000円/年

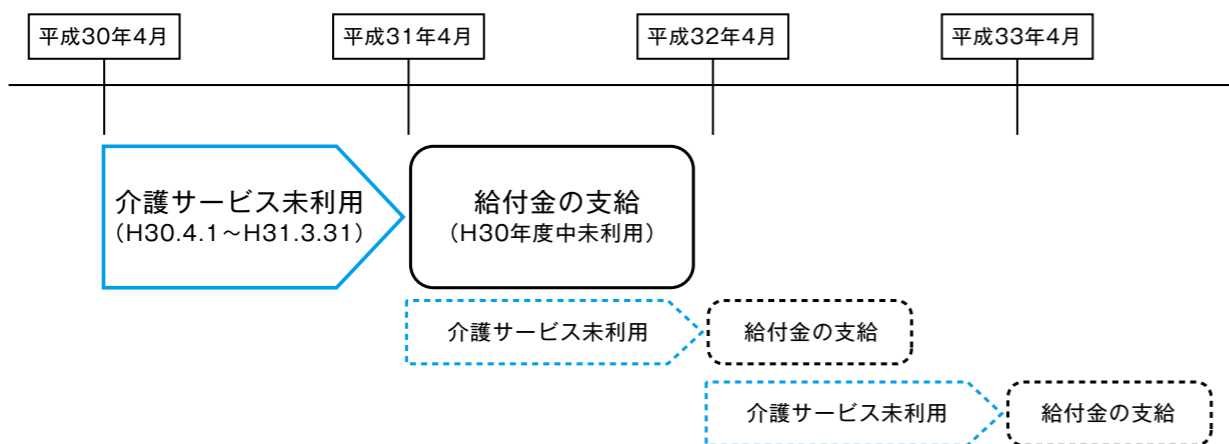
支給条件

平成31年度に支給対象となるのは、次の①から⑤すべての要件を満たしている方となります。

- ① 過去1年間（平成30年4月1日～平成31年3月31日）介護保険サービスを受けなかった方
- ② 過去1年間（平成30年4月1日～平成31年3月31日）西伊豆町介護保険の第1号被保険者であった方で、支給決定日に西伊豆町介護保険の第1号被保険者である方
- ③ 介護保険料およびその他町税等に滞納がない方
- ④ 養護老人ホームなどへ入所していない方
- ⑤ 生活保護を受給されていない方

支給時期

平成31年9月（予定）
※支給対象となる方については、町から申請書等を郵送します。



問合せ 健康福祉課 介護保険係 TEL:52-1116

国民保険料の納付が困難なときには 国民年金保険料免除・納付猶予制度の申請手続きを！

平成30年度の国民年金の保険料は定額で月額16,340円となっています。収入の減少や失業などにより、保険料を納めることが困難な場合、保険料の納付が「免除」または「猶予」される制度があります。

①免除（全額免除・一部免除）申請

本人、世帯主、配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、申請手続きをすることにより保険料の納付が全額免除または一部免除となります。

②納付猶予申請

50歳未満の方で、本人、配偶者の前年所得が一定額以下の場合に、申請手続きをすることにより保険料の納付が猶予されます。

学生の方は・・・

学生の方で本人の所得が一定額以下の場合には、申請手続きをすることにより保険料の納付が猶予される学生納付特例制度を利用することができます。

※学生納付特例制度を利用した場合

①②は申請ができません。



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

第68回社会を明るくする運動

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

“社会を明るくする運動”は全ての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの改善更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせて、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築くための全国的な運動です。

地域のチカラを！

犯罪や非行が生まれるのは地域社会であり、また、罪を償い、改善更生を果たす場も地域社会です。犯罪や非行をした人が立ち直るためには、彼らの立ち直りへの意欲を認め、見守り、支えていく環境づくり、すなわち『地域のチカラ』が欠かせません。

地域の皆さまには、本運動と再犯の防止に向けた取り組みの社会的意義をご理解いただき、犯罪のない幸福な社会づくりにご協力をお願いいたします。

○鉄拳の“社会を明るくする運動”with 法務省

鉄拳 社会を明るくする運動動画

検索

本運動の趣旨に賛同されたタレントの鉄拳氏が制作したもので、過ちを犯した少年が保護司や地域の方々に温かく見守られながら立ち直るストーリーです。ぜひご覧ください。

立ち直りを支える人たち

- ・保護司
- ・更生保護女性会
- ・協力雇用主
- ・更生保護施設



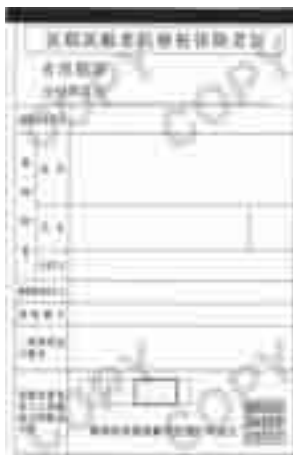
更生ペンギンの
ホゴちゃん 更生ペンギンの
サラちゃん

問合せ

窓口税務課 窓口年金係 TEL:52-1112

後期高齢者医療保険に加入している皆さんへ 保険証が「緑色」に変わります

後期高齢者医療被保険者証の更新



現在の藤色の被保険者証（保険証）は、8月1日から新しく「緑色」に変わります。

新しい保険証が届きましたら、住所・氏名・生年月日・性別・一部負担金の割合（1割または3割）を確認してください。一部負担金の割合は平成29年中の所得に応じて判定されます。

**新たな有効期限
平成30年8月1日～平成31年7月31日**

【後期高齢者医療保険料の保険料率が改定されました】

保険料率は、2年に一度改定されます。
平成30・31年度の保険料率は以下のとおりです。

	平成28・29年度	平成30・31年度
所得割率	7.85%	7.85%
均等割額	39,500円	40,400円
賦課限度額	57万円	62万円

保険料の決め方

所得割額
(被保険者の総所得金額等 -33万円)
× 7.85%…⑦

均等割額 40,400円…①

年間保険料 ⑦+① (賦課限度額 62万円)

※所得割額は、前年中の所得金額（平成30年度は平成29年中の所得金額）を基に計算します。

※年度途中で加入、喪失された場合は、月割りで計算します。

問合せ 健康福祉課 医療保険係 TEL:52-1116

限度額適用・標準負担額減額認定証の更新

世帯全員が住民税非課税となる被保険者の方には、入院や高額な外来診療を受けるとき、1医療機関で1ヶ月にかかる自己負担額の限度額適用及び入院時の食事代が減額となる認定証を申請により交付しています。



●すでに減額認定証をお持ちの方

すでに認定証を交付されていて、引き続き対象となる方は、新しい認定証を郵送しますので、再度申請する必要はありません。

●減額認定証をお持ちでない方

対象となる場合がありますので、病院を受診する前に役場健康福祉課に必ずお問い合わせください。

【保険料軽減措置について】

所得の低い人や健康保険組合などの被扶養者だった人は、次のとおり保険料が軽減されます。

所得の低い人に対する軽減措置

世帯内の後期高齢者医療制度の被保険者全員と世帯主の総所得金額の合計額が以下の①～④の場合、軽減措置が適用されます。

- ① **33万円以下の人**
…均等割が8.5割軽減されます。
- ② **①の内、世帯内の被保険者全員が年金収入80万円以下で他の所得がない人**
…均等割が9割軽減されます。
- ③ **(33万円+27.5万円×世帯内の被保険者数)以下の人**
…均等割が5割軽減されます。
- ④ **(33万円+50万円×世帯内の被保険者数)以下の人**
…均等割が2割軽減されます。

被用者保険の被扶養者だった人に対する軽減措置

後期高齢者医療制度に加入する前日まで、「会社の健康保険組合などの被扶養者」であった人は、所得割が課されず、均等割が5割軽減されます。

国民健康保険の高齢受給者証が 8月1日から「藤色」に変わります

70歳から74歳までの国民健康保険加入者の方へ

所得などに応じた自己負担割合が記載された「高齢受給者証」が、**8月1日よりクリーム色から藤色に変わります**。該当する方には7月下旬に郵送します。

新しい受給者証が届いたら、**住所・氏名・生年月日・性別・一部負担金の割合**を確認してください。

また、期限の切れた受給者証は健康福祉課、支所・出張所まで返却してください。

医療機関を受診の際には「保険証」と「高齢受給者証」の両方を窓口へ提示してください。
※高齢受給者証は、70歳の誕生月の翌月から適用になります。

【限度額適用認定証】等の更新について

同一の医療機関などで入院や高額な外来診療を受けるときに、自己負担額が入院・外来別で限度額までとなる「限度額適用認定証」、または入院時の食事代も減額となる「限度額適用・標準負担額減額認定証」を申請により交付します。

認定証の交付を受けている方については、7月中旬頃に更新用の申請書を送付しますので、引き続き認定証が必要な方は再申請してください。

また、認定証の発行は随時行っています。窓口負担の軽減となりますので、健康福祉課、支所・出張所に申請をして、それぞれの制度を利用してください。

問合せ 健康福祉課 医療保険係 TEL:52-1116

母子家庭など医療費助成制度について

町では、配偶者のいない方が20歳未満の児童を扶養している場合、医療費の助成を行っています。

※病院や薬局にかかった時の費用のうち、保険給付の対象となる医療費の自己負担分（入院時食事標準負担額分を除く）を全額助成する制度です。

対象者

- 所得税が課税されていない世帯（※旧所得税算出法による）であって、次のいずれかの要件を満たしている方
- ・ 20歳未満の児童を扶養している母（父）子家庭の母（父）と児童
 - ・ 両親のいない20歳未満の児童

申請に必要な物

- ・ 母子家庭等医療費助成金受給者証交付申請書
- ・ 助成対象者全員の健康保険証
- ・ 附加給付に関する書類（附加給付がある場合）
- ・ 印鑑
- ・ 所得課税証明書（平成30年1月1日以降転入された方のみ前住所地で取得してください。）
- ・ 期限の切れた母子家庭等医療費受給者証（更新の方のみ）

更新手続きを忘れていませんか？

更新手続きがお済みでない方は、**6月30日**で有効期限が切れております。**大至急、更新の手続きをお願いします。**

問合せ 健康福祉課 福祉係 TEL:52-1961

こんにちは 包括支援センターにしいずです

～みんな知っているラジオ体操で健康づくり・仲間づくり～

今年4月から仁科地区・田子地区を中心に、ラジオ体操の輪が広がってきています。ラジオ体操は、道具は要りません。ラジカセとCD・テープがあればできる「みんなで・簡単に・お金のかからない介護予防活動」です。ご自身の健康づくり・地域の見守り声かけ活動にぜひ実践してみてくださいはいかがですか？

ラジオ体操している高齢者は 身体能力が高く、体内年齢が10～20歳も若い

ラジオ体操は・・・

- 有酸素運動
 - ストレッチ
 - 筋肉のトレーニング
 - バランス運動
- が1度にできる！

調査の結果・・・

- ◎歩行能力
- ◎筋力
- ◎血管年齢
- ◎骨密度の向上

大浜地区の様子

始めは女性10人ほどでスタート(平成30年4月)



男女で約30人に増えました(2か月後)



始まる前は、並んで世間話・・・



ラジオ体操が終わったら、ラジオ体操カードにハンコを押してもらいます。70個のマス全部に押してもらったら、何か良いことがあるかもしれません。

問合せ 地域包括支援センター TEL:52-3030

松崎高校広報～西豆と共に～

東海総合体育大会出場選手

【陸上競技部】

砲丸投 3年 松田 汰生(松崎中学 出身)



僕は、東海大会に出場して入賞するために、これまで一生懸命練習してきました。1日1日の練習を大切に、走りや投げ、ウエイトトレーニングや補強等の1本1本に、いろいろな意識をして取り組んできました。

投げでは、有名な選手の動画を見てその動きを試してみたり、自分の投げる動画を撮影して修正したり、先生にアドバイスをもらったりなど、たくさんの工夫をしました。日々の生活の中でも、体を大きくするために、ご飯をたくさん食べて筋力トレーニングをしたり、怪我をしないために体を柔らかくしようと、毎日柔軟体操を欠かさずしています。

目標は全国大会に出場することです。今まで僕を育ててくれた家族や、毎日の練習を共に頑張ってきた仲間、たくさんのことを教えてくれた顧問の伊郷先生のためにも、頑張ります。

台湾高校生との交流事業

5月30日(水)に、長億高級中学・中平国民中学・華徳福学校の生徒25名が松崎高校に来校し、特進コースの3年生と交流を深めました。

交流授業では、英語での自己紹介を通して、和やかな雰囲気の中、互いに理解を深める姿が見てとれました。



交流会では、互いの学校の代表生徒による挨拶のほか、長億高級中学の生徒の歌、中平国民中学の生徒の楽器演奏なども披露されました。



最後は、伊豆半島ジオパーク推進協議会専任研究員の新名阿津子氏を講師にお迎えして、「地質遺産の保全～伊豆半島と野柳」の題での講話をうかがい、伊豆半島と台湾の地質遺産について理解を深めるとともに、それを守っていくことの大切さも学びました。

短い時間の交流ではありましたが、大変有意義な時間をすごしました。

問合せ 松崎高校 TEL:42-0131

祝 100歳

藤井順子さんの100歳のお祝いが、松崎十字の園で行われました。

順子さんは、7人兄弟の3女として生まれ、自営業の水産加工業を営みながら、3人のお子さんを育てたそうです。歌が好きで友人が多い順子さんは、この日も、沢山の友人の方たちに囲まれていました。

長寿の秘訣は、趣味の貼り絵と大好きな魚を食べること。また、「施設のみなさんが心を込めてお世話をしてくれるおかげ。」と息子さんは感謝を述べていました。

これからも、お体に気をつけて健康にお過ごしください。



▲星野町長からお花を受け取る藤井順子さん

伊豆キャンドルフェス

伊豆キャンドルフェスが、6月9日に堂ヶ島公園で開催され、約1500人の方にお越しいただきました。

当日18時30分からは、集まった方たちによって、3000本のキャンドルに火が点けられていきました。

キャンドルの他には西伊豆グルメの屋台などもあり、お越しになった方たちは、しおかつうどんや、海賊焼を食べながら、キャンドルフェスを満喫していました。

また、9月には乗浜海岸にて伊豆キャンドルナイトが行われる予定です。今回のキャンドルフェスとは、また違った雰囲気をお楽しみ頂けると思います。皆様ぜひ、お越しください。



▲キャンドルで作られた「2018 IZU CANDLE FEST」
沢山の方が、写真を撮っていました。

保健師のたまご!?

順天堂大学の学生による健康相談が、田子地区の方を対象に行われました。

この日は、血圧・体重測定のほかに口腔ケアをテーマとした発表が行われ、西伊豆町が県平均に比べ歯のトラブルが多いことに触れながら、検診を受けることの大切さを話しました。

将来どのような保健師になりたいかという質問に、順天堂大学4年生の尾鷲さんは、「地元の方によりそう保健師になりたい。継続的な支援を続けて、病気を未然に防ぎたい。」と話しました。



▶血圧測定の合間に、健康相談を受けている様子。



▶分かりやすい言葉で、ゆっくり話すことを心がけています。

子どもの日にもちつき

子どもの日のもちつきが、5月2日に仁科認定こども園で行われました。

園児2人がかりで、10回づつ数えながら杵をつくと、周りの園児たちが「がんばれ！」と声援を送っていました。一生懸命みんなで作ったおもちは、きなこや醤油をつけて食べました。

また、子どもの日にちなみ、これから暑くなっても健康に過ごせるようにヨモギ餅が振舞われると、普段のお餅と一味違うヨモギ餅に舌鼓を打っていました。



▶ベアの友達と、呼吸を合わせて

▶一人ずつバケツを持って放流しました。元気に育つといいね。



大きくなってね

町内の認定こども園、幼稚園の5歳児34人が、5月16日大田子海岸で、カサゴ200匹、メバル900匹、ヒラメ900匹の稚魚を放流しました。

この事業は地元の水産資源確保のため、東洋水産田子工場の方が1996年から始めた事業で、これまでに放流した稚魚は、36万匹、今回が20回目の放流となるそうです。

放流をした園児たちは、手を振りながら沖に向かって泳いで行く魚たちを見送りました。

ようこそ西伊豆町へ

ベトナムベンチェ省から、12人の視察団が訪れ、町長への表敬訪問や町内視察などが5月29日～31日の3日間にわたり行われました。

1日目は、堂ヶ島のジオサイトの探訪など、2日目は西伊豆町役場での表敬訪問や町内企業の視察、3日目は賀茂中学校生徒との交流などが行われました。

表敬訪問では星野町長が「chao mung nishiizu (ようこそ西伊豆町へ)」とベトナム語の挨拶から始まり、和やかな雰囲気になると、お互いの町のことを話し合い、親睦を深めました。

ベンチェ省人民委員会副主席 グエン・ヴァン・ラップさんは「貴重な機会を、設けていただきありがとうございます。西伊豆町は漁業が盛んなどベンチェ省との共通点もある。これからも交流をしていきたい。」と話しました。

▶お土産の西伊豆町の夕陽ポストカードを眺めるベトナムの方(表敬訪問にて)



▶カネサ鯉節商店にて



西伊豆町子ども会球技大会結果

主催：西伊豆町子ども会育成連絡協議会
6月9日（土）に西伊豆中学校体育館で、西伊豆町子ども会球技大会が開催され、町内の各地区で編成した7チーム（116人）が出場しました。
会場の大きな声援のなか、練習の成果を発揮し、手に汗にぎる白熱した試合を繰り広げました。
優勝は仁科D（浜）チーム、準優勝は宇久須チーム、3位は仁科A（大浜）チーム・仁科C（中一色・大沢里）チームとなりました。



優勝チーム…仁科D（浜）



準優勝チーム…宇久須

春の軽スポーツ教室を開催しました

主催：西伊豆町スポーツ推進委員会
5月25日（金）と6月15日（金）に健康増進センターで軽スポーツ教室を開催しました。
今年度は、卓球・スポーツ吹き矢の他、新たにポッチャを加えた3種目で心地良い汗を流しました。
ポッチャはリオパラリンピックで注目された競技で、子どもから高齢者まで楽しめるスポーツです。参加者みんなで楽しく体験できました。

7月は静岡県青少年の非行・被害防止強調月間です

主催：静岡県青少年対策本部
～地域の子どもをみんなで支え
いきいき輝く環境を作ろう～
次世代を担う青少年の育成は、私たち大人の責務であり、家庭・学校・地域が相互に協力しながら、青少年の非行・被害防止のために地域一体となった環境をつくりましょう。

- ①インターネット利用に係る犯罪被害等の防止
- ②子供の性被害の防止
- ③有害環境への適切な対応
- ④薬物乱用対策の推進
- ⑤不良行為及び初発型非行（犯罪）等の防止
- ⑥再非行（犯罪）の防止
- ⑦いじめ・暴力行為等の問題行動への対応
- ⑧「地域の青少年声掛け運動」の推進

“春の町民ハイキング”を実施しました

今回は、伊豆にもゆかりの深い源頼朝まつわる伝説が残る湯河原町の幕山、登山ハイキングコースに挑戦しました。登山口“湯河原ししどの窟”を出発。山頂で昼食休憩後山を下ってゴールまで、5時間ほどの行程でした。鮮やかな新緑の間を縫うように続く山道に、爽やかな風が吹き抜けます。きらめく相模湾、初島や伊豆半島の眺望に感嘆し、頼朝ゆかりの史跡でしばし歴史に思いを馳せる。盛沢山のコースを参加者22人全員が楽しく踏破しました。



みんな、おいでよ！

7月のおはなし会

日時：7月22日（日）
午後2時～午後3時まで
内容：おはなし、絵本の読み聞かせ、紙芝居
ワークショップ「おりがみあそび」
場所：西伊豆町立図書館（安良里中央公民館）
主催：子ども読書アドバイザー
参加費無料、予約不要です。お気軽に御参加ください。

♪おすすめ本 ぴっくあっぷ！ （図書館所蔵）

おめでとう！国際アンデルセン賞
子どもむけに沢山の本を書いてきた角野栄子さんが、国際アンデルセン賞（子どもの本における世界最高の賞）を受賞されました。角野さんの本をあらためて読みませんか？
【魔女の宅急便】著：角野 栄子
ひとり立ちするため、海辺の大きな街にやってきた13歳の魔女キキと相棒の黒ねこジジ。はじめた仕事は、宅急便屋さん。キキは荷物を運びながら、大事なことをみつけます。
海開き、山開きの時期を迎え、いよいよ本格的な夏の到来となりました。
今月は、『海』『7月生まれの作家』『角野栄子さん』の本を特集します。

♪新しく入りました♪

- 【DVD】
★シング
★美女と野獣
★カーズ クロスロード
【CD】
★うれD / GReeeeN
★THE GREATEST HITS / 小室 哲哉
★ふたりの始発駅 / 一条 寛太
【紙芝居】
★おひやくしょうさんとだんご / こわせ たまみ
★トラよりつよいカエルくん / 矢崎 節夫



新着図書

- 【一般書】
『風は西から』 村山 由佳
『青春のジョーカー』 奥田 亜希子
『湖畔の愛』 町田 康
『犬棒日記』 乃南 アサ
『玄鳥さりとて』 葉室 麟
『幕末史かく流れゆく』 中村 彰彦
『ファミリーライフ』 アキール・シャルマ
『コンタミ』 伊与原 新
『私は絶対許さない』 雪村 葉子
『逃げる力』 百田 尚樹
『極上の孤独』 下垂 暁子
『花のいのち』 瀬戸内 寂聴
『産声のない天使たち』 深澤 友紀
『グーグルサービス完全マニュアル』 桑名 由美
『日本の食材図鑑』 レジア
『本当に似合うアイテム事典』 二神 弓子
『家の中のすごい生きもの図鑑』 久留飛 克明
『I LOVE サブバッグ』 クライ・キム
『おいしい長寿食』 楊 さちこ
『経済のしくみ・ことば図鑑』 花岡 幸子
【児童書】
『ドレミファどうぶつコンサート』 にのみや ゆきこ
『きょうりゅうオーディション』 たしろ ちさと
『とりかえっことりかえっこ』 ふくだ じゅんこ
『2ひきのさかな』 にしい あきのり
『たまたまたヌキ』 うちだ りんたろう
『ばけバケツ』 かるべ たけひろ
『ながいながい骨の旅』 まつだ もとこ
『ノラネコぐんだんそらをとぶ』 くどう のりこ
『みんなのおばけずかん』 さいとう ひろし
『まめまめくん』 デヴィット・カリ
『こわい、こわい、こわい？』 ラフィク・シャミ
『いろいろいっぱい』 ニコラ・デイヴィス
『森のおはなし』 マーク・マーティン
『わくせいキャベジ動物図鑑』 ツペラ ツペラ



静岡夏休み推せん図書や、
全国課題図書を準備しています。

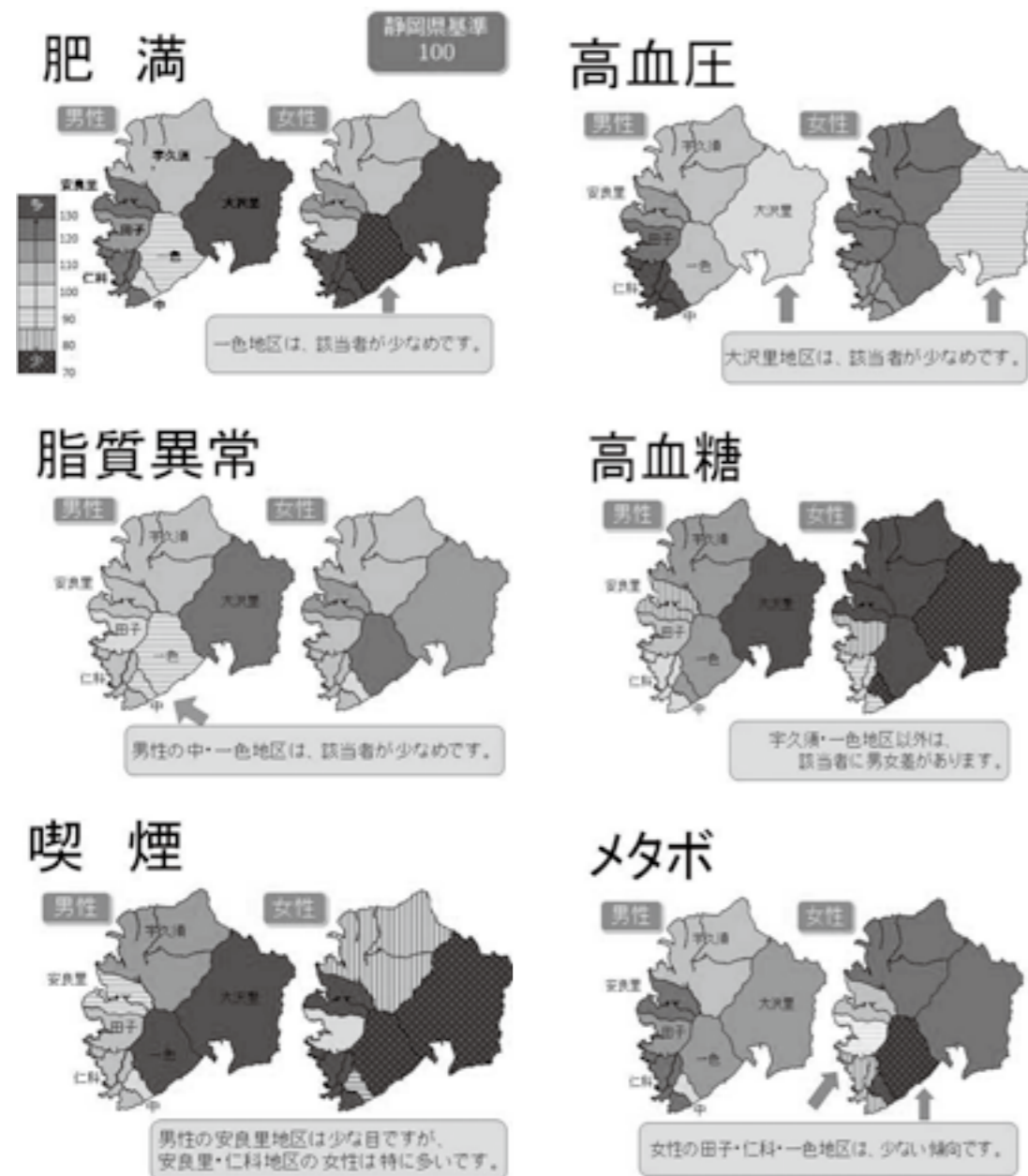
特定健診の結果を発表します

今年度も5～6月に、国民健康保険加入者の特定健診が行われました。大切な時間をとって、681人の方が受診してくださいました。

今月は、平成27年度の特定健診の結果を、地区ごとに県の平均と比較したものを紹介します。

国民健康保険加入者の方だけでなく、事業所などの社会保険の方も含まれており町の40歳から74歳の、約3割の方の状況です。

西伊豆町全体としては、依然として、メタボ該当者や肥満、高血圧の方が多くですが、下図のように、地区によって特色が見られました。



健診結果から考える西伊豆町

以前は、西伊豆町の全ての地区で、どの項目も県基準よりも非常に該当者が多く、この地図も地区が分かれていることがわからないくらいに濃く塗りつぶされていました。該当者が平均並み又は少ない地区が増えてきたことは、自分の健康に関心をもって、行動をしている人が多くなったということだと思います。

ウォーキングや、仲間ラジオ体操、バドミントンなど体を動かしている姿をよく見かけるようになりました。また「干物の回数を減らしたよ」「味噌汁は具たくさんにして1日1回にした」など塩分にも気をつけている声も聞くようになりました。習慣を変えるということは安易なことではないのに、実行して続けていることはとても素晴らしいことですね。



しかし

最近、気になってきていることがあります。

平成28、29年度の特定健診の質問票を見ると、県基準と比較し該当者が多い項目として、右の項目がありました。早食いは、食べすぎを招きます。就寝近くに飲食したり、日中でも体を動かすことが少ないと、エネルギーが余り、脂肪が蓄積され、**肥満**になりやすくなります。睡眠で休養がとれないと、**血圧や血糖値、コレステロールが上がりやすくなります**。また、**ストレス**もたまり、**自律神経も乱れて**いきます。悪循環に陥り、**病気を発症するリスクが高くなります**。

- 早食い
- 寝る2時間前に夕食をとる
- 夕食後に間食をとる
- 1日1時間以上身体活動をしない
- 運動習慣がない
- 睡眠による休養がとれていない

健診結果の地図を見ると、西伊豆町は元気になっている兆しが見えたのですが、病気を発症しやすい生活習慣をしている人が多く、このままでは、病気を抱えた元気のない西伊豆町に陥る可能性があります。特に、高血糖の人も多くなってきています。**高血糖・糖尿病は、心臓病、脳血管疾患、腎臓病の他、がんや認知症の発症のリスクを高めます。**

- 高齢化率 県下No.1の西伊豆町。みんなが元気で長生きし、笑顔のある町が続くように知恵を出し合い、楽しみながら健康づくりができるといいですね。
- 特定健診の受診率は、年々減少しています。5～6月の特定健診の受診機会を逃した方は9月26日～10月4日の追加健診を受診しましょう。また、人間ドック助成制度も有りま
- すのでご利用ください。
- 年に1度は健診を受け、自分の体をチェックしましょう。

■会場保安官採用試験実施

問 下田海上保安部管理課
TEL: 23-0118

【申込受付期間】
海上保安学校
[インターネット] 7月17日(火)～7月26日(木)
[郵送・持参] 7月17日(火)～7月19日(木)
海上保安大学校
[インターネット] 8月23日(木)～9月3日(月)
[郵送・持参] 8月23日(木)～8月27日(月)
【第1次試験日】
海上保安学校 9月23日
海上保安大学校 10月27日(土)
10月28日(日)
その他詳細については、人事院ホームページから「海上保安学校学生採用試験」「海上保安大学校学生採用試験」を御覧ください。

■「キルンワーク」というガラス」展開催

問 黄金崎クリスタルパーク
TEL: 55-1516

【期間】5月26日(土)～
12月18日(火)
【会場】ガラスミュージアム企画展示室
【展示作品】キルンワークの技法が用いられているガラス作品30点
【入場料】一般(大人)800円
(中学生以下)400円
(乳幼児)無料
団体(20名以上)700円
(50名以上)650円
※町民の方は入館料が無料です。
受付時に、免許証や保険証など住所がわかる物を提示してください。

■入国警備官募集

問 法務省入国管理局
総務課人事係
TEL: 03-3580-4111

【受付期間】
7月17日(火)
7月26日(木)
【第1次試験日】

9月23日(日)
※全国9都市にて実施

■夏だ!伊豆ジオ☆自由研究

問 伊豆半島ジオパーク推進協議会
TEL: 0558-72-0520

●キッチン火山
【日時】8月11日(土)
13:30分～15:30
※申込期限 8月7日(火)
【場所】伊豆半島ジオパーク
ミュージアム「ジオリア」
【対象】小学校中学年～高学年
【内容】キッチンにある材料を使用して火山噴火の実験を行います。
【その他】要申込(先着20名)、
参加費300円(材料費)

●石の標本作り

【日時】7月29日(日)
8月25日(土)
10:00～15:00
※申込期限 7月25日(水)
8月21日(火)
【場所】伊豆半島ジオパーク
ミュージアム「ジオリア」
【対象】小学校中学年～高学年
【持ち物】お弁当
【内容】石を磨いて世界に一つだけの石の標本を作ります。
【その他】要申込(先着10名)、
参加費500円(材料費)
※汚れても良い服装でお越しください。

■東部わかちあひすみの会

問 県精神保健福祉センター
TEL: 054-286-9254

大切な方を、自死で亡くされた方へ、自死遺族の集いを開催します。
【日程】7月21日(土)
【会場】ぬまづ健康福祉プラザ
(沼津市日の出町1-15)
※参加費無料
※申込み不要、直接会場にお越しください。

■バス車内事故防止キャンペーン

問 静岡県バス協会
TEL: 054-255-9281

7月1日から7月31日までの間、走行中のバス車内での事故を防止するため、「車内事故防止キャンペーン」を実施しております。
走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをすることがあります。お降りの際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席をお立ち願います。
また、バスは安全運転に徹しておりますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。満席のため、お立ちになってご利用いただく場合には、吊革や握り棒にしっかりお掴まりください。
バスの車内事故防止に皆様のご理解とご協力をお願いします。

■働き方改革等説明会実施

問 下田公共職業安定所
(ハローワーク下田)
TEL: 22-0288

時間外労働の削減などについて定めた法令やその他の施策についての説明会を開催いたします。
【内容】「働き方改革について」など
【対象】企業の人事労務担当者など
【開催日時】
7月6日(金)
13:30～15:00(13:15～受付)
【定員】20名
※定員になり次第、締切ります。

■放送大学 大学説明会のお知らせ

問 放送大学静岡学習センター
TEL: 054-255-9281

大学説明会を開催します。
【日時】7月28日(土)14:00～
【会場】県立三島長陵高校
※出願期間は、9月20日まで

■訪問看護師就業セミナー

問 一般社団法人静岡県訪問看護
ステーション協議会事務局
TEL: 054-275-3339

訪問看護師就業セミナーを開催致します。
【日時①】8月1日(水)
9:45～11:45
実習8月8日(水)
【会場】沼津千本プラザ大会議室
【日時②】10月10日(水)
実習10月17日(水)
【会場】下田市民文化会館第3会議室
【対象】看護職有資格者
【申込方法】開催前日までに
電話かFAXで申込
※参加費無料
※無料託児あり
(10日前までに要予約申込)
※実習は1日目と2日目の間で
希望日に3時間程度

■“日本語パートナーズ”派遣事業 静岡県推薦プログラム参加者募集

問 県地域外交局地域外交課
TEL: 054-221-2309

将来静岡県のグローバル化を担う人材として“日本語パートナーズ”(タイ・インドネシア派遣)の募集を行います。
【募集内容】
タイ派遣 5名
インドネシア派遣 5名
※共に派遣期間:2019年8月頃
から2020年3月頃まで
【募集期間】
2018年6月1日(金)から
7月23日(月)まで
【応募方法】
郵送または持参
※“日本語パー”募集要項、応募書類等詳細は、静岡県地域外交課ホームページに掲載
<http://www.pref.shizuoka.jp/kikaku/ki-130/japanpartners.html>

■第8回県民講演会開催

問 公益社団法人静岡県
不動産鑑定士協会
TEL: 054-253-6715

所有者不明の土地に係る問題をテーマとした講演会を開催します。
【日時】8月9日(木)
13:30～16:00
【会場】静岡県男女共同参画センター
「あざれあ」大会議室
【締切】8月2日(木)
※電話・FAX・メールまたはホームページからお申込みください。

会社を元気に!

中退共の退職金制度

国が掛金の一部を助成
掛金は全額非課税
管理がカンタン

詳しくはホームページをご覧ください
中退共 検索

独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

知っておく

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

カギかけは防犯の基本

みなさんは散歩や買い物など短時間の外出や、入浴中、寝る時など、自宅にいるときしっかりカギをかけていますか?

昨年、下田警察署管内では空き巣(日中家の人留守の時に入る泥棒)が12件、忍込み(夜間、家の人寝ている時に入る泥棒)が6件発生し、増加傾向にあります。

～被害に遭わないための対策～
泥棒は、音・光・人の目を嫌がります。

●出かける時はもちろん、入浴中や寝る時など、在宅中でも必ずカギをかけましょう。

●泥棒は声をかけられると犯行をあきらめることが多いので、普段見かけない人がいたら挨拶をしましょう。

●庭に防犯砂利を敷いたり、玄関にセンサーライトや防犯ブザー(泥棒が侵入すると警報音が鳴るもの)を取り付けるなど、泥棒が侵入しにくい環境を作りましょう。

受付日記

5月15日～6月14日の届出

●●●●●お誕生おめでとう●●●●●

地区	氏名	性別	保護者
仁科浜	山下 稟	男	隆司
浦上	森屋 湊	男	翔
天坂	高木 叶愛	女	優介

♥♥♥♥♥おしあわせに(結婚)♥♥♥♥♥

夫		妻	
地区	氏名	地区	氏名
沢田	深井 滝雄	東京	郭 鳳芳

———おくりやみ申し上げます———

地区	氏名	年齢	世帯主
一色	山本 房子	84	房子
仁科浜	関 信子	84	信子
一色	山本 鎮夫	91	鎮夫
築地	堤 幸子	92	敏行
大田子	石川 いさよ	93	いさよ
月西	森 三省	91	三省
道西	山本 昭子	91	昭子
大田子	山本 しゆう	96	孝子
道東	藪田 キミヨ	86	キミヨ
中島	國原 伸子	88	伸子
中島	長島 たけ	94	孝善
柴	鈴木 利明	95	利明
浜	渡邊 孝	77	孝
下月原	小松 留美子	66	留美子
大久須	清野 艶子	90	裕輔

お忘れなく (7月分)

固定資産税
国民健康保険税
介護保険料
温泉使用料
納期限は7月31日(火)です

人の動き 6月1日現在 ()内は前月比

人口	8,042人(△20)	田子地区	2,115人(△9)
世帯数	3,821件(△15)	仁科地区	3,355人(△3)
男	3,810人(△10)	宇久須地区	1,474人(△6)
女	4,232人(△10)	安良里地区	1,098人(△2)

※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。

まりの人 フレンズクラブジュニア スポーツ少年団の皆さん



今月のまりの人は、フレンズクラブジュニアスポーツ少年団(以下、フレンズ)の皆さんです。フレンズは、町内の7人の小学生で構成されており、ひとりでも休むと大会出場が、出来なくなってしまうという、状況の中5/13、5/20に行われた東部大会で6位に入賞し、見事県大会への出場を果たしました。

学校終わりや休日の練習の成果に加え、7人という人数の少なさからなる、チームワークの良さが、県大会出場の決めてです。これからも、7人で力を合わせて頑張ってください。

西伊豆町の交通事故件数

	5月	累計	前年5月累計	増減
人身事故	2	17	14	+3
死者	0	0	1	-1
傷者	2	25	26	-1
物損事故	10	52	56	-4

(暫定値)

7月の夕陽時刻表

夕陽鑑賞はいかがですか。

1日～10日	19:01～19:02
11日～20日	18:56～19:00
21日～30日	18:49～18:56

July
2018

7月

お知らせカレンダー

1(日)
2(月)
3(火)
4(水) 10:00 特設人権相談所開設(田子公民館) 13:00 乳幼児健診(福祉センター)
5(木)
6(金) 13:30 よってって山田さん健康相談
7(土)
8(日) 8:15 中国人慰霊の集い 9:00 ジュニアライフセービング教室(大浜海岸)
9(月)
10(火)
11(水) 14:00 斎場供養祭(西伊豆町斎場供養塔前)
12(木)
13(金) 14:00 シニアヨガ教室(福祉センター) 19:30 ボディコントロール教室(福祉センター)
14(土)
15(日)

16(月)
17(火) 16:00 水神祭
18(水) 10:00 ママヨガ(仁科子育て支援センター)
19(木) 13:30 行政相談日(中央公民館) 14:00 からだすっきりエクササイズ(増進センター)
20(金) 13:30 よってって山田さん健康相談 14:00 シニアヨガ教室(住民防災センター)
21(土)
22(日)
23(月)
24(火)
25(水)
26(木)
27(金) 14:00 シニアヨガ教室(福祉センター) 19:30 ボディコントロール教室(福祉センター)
28(土)
29(日)
30(月)
31(火)

7月1日(日)から
7月12日(木)まで
大腸・胃・肺がん
結核検診を町内各地で実施

【7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(☎52-0119)、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
7/1	—	西伊豆健育会病院(52-2366)	7/16		西伊豆健育会病院
7/7		田子診療所(53-1555)	7/21	西伊豆健育会病院	
7/8		西伊豆健育会病院	7/22	西伊豆健育会病院	
7/14	—	西伊豆健育会病院	7/28		西伊豆健育会病院
7/15		西伊豆健育会病院	7/29		西伊豆健育会病院

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。広報にしいず7月号です。今月14日から、海水浴場もオープンし西伊豆町に夏がきました。7月の町内予定を見ると、ビーチバレーボール大会

や堂ヶ島祭りなど、夏らしい行事がめじろおしです。今から表紙の写真を、どうしようか悩んでいます。皆さんもお身体に気をつけて、西伊豆町の夏を楽しんでください!

ま

市川三郷町だより



第25回大門碑林 全国書道展作品募集

市川三郷町では、書道作品の創作活動を活発に、歴史ある紙の町市川三郷町にふさわしい書道文化の向上を図るため、毎年「大門碑林全国書道展」を大門碑林公園ひらしお源氏の館において開催しています。

今年のテーマは「感謝～伝える気持ち～」。幼児から学生・大人までそれぞれ「ひと」「信じる力」「感謝」「生命尊重」など年代ごとに与えられた課題の作品を出品していただきます。大会大賞受賞作品は、大門碑林公園に刻碑して永久保存いたします。この大会は、全国から作品の公募を行います。西伊豆町の皆さまからのご出品お待ちしております。

公募締切

平成30年9月7日（金曜日）必着

公募要領など詳細につきましては下記お問い合わせ先もしくは、市川三郷町ホームページをご覧ください。

問：大門碑林書道展事務局（市川三郷町教育委員会内）
TEL：055-272-6094

富士見町だより

多目的交流広場「ゆめひろば富士見」がオープンします

昨年より工事を進めてきた多目的交流広場「ゆめひろば富士見」が富士見駅前に完成し、7月11日（水）午前10時からオープニングセレモニーを行います。子どもから高齢者まで多くの方々にご利用いただき、町のコミュニティ形成の中核施設としてより親しまれる広場を目指していきます。西伊豆町のみなさんも富士見町にお越しの際はぜひ立ち寄りください。

- 芝生広場
- プレイパークエリア
- 水遊びスペース
- 大型遊具「すずらんワンダー」
- 多目的交流棟

など



遊び

交流

運動

創作

問：生涯学習課
TEL：0266-62-7900

