

広報

にししいず11

2022

No.212



10/9 静岡ブルーレヴズ ラグビー教室



第23回 しずおか市町対抗



当日の生中継放送時間

SBSテレビ

12月3日(土) 9時30分から12時50分

SBSラジオ

12月3日(土) 9時45分から13時00分

今大会も前回大会同様全12区間を、小学生から一般タスキをつなぎゴールを目指します。

詳しくは、役場本庁および支所、各出張所で配布してまた、静岡県市町対抗駅伝大会のホームページより選 <https://www.at-s.com/ekiden/index.html> みんなで西伊豆町駅伝選手を応援してください。



くるだ かなと
黒田 奏翔
(仁科小5年)



つつみ れお
堤 蓮王
(仁科小6年)



やまもと こういちろう
山本 滉一郎
(田子小6年)



うつのみや ここあ
宇都宮 心愛
(田子小5年)



さとう せな
佐藤 瀬奈
(仁科小6年)



まの ゆうと
真野 勇人
(西伊豆中3年)



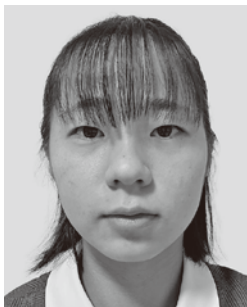
つつみ るな
堤 月姫
(西伊豆中2年)



ふじい みう
藤井 美海
(西伊豆中3年)



すずき ゆうせい
鈴木 優誠
(下田高1年)



もりもと りん
森本 凜
(松崎高1年)



やました
山下 みゆ
(松崎高2年)



たなか たいと
田中 泰斗
(下田消防本部)



やまもと しんいち
山本 真一
(陸上自衛隊)



たなか あやな
田中 紬菜
(オフィスタナカ)

駅伝競走大会



12月3日（土）に、市町対抗駅伝競走大会が静岡市内で開催されます。大会当日は、スタートとなる県庁前からゴールの草薙競技場までの42.195km 12区間を走ります。

現在、町の代表に選ばれた選手たちは本番を目標に懸命に練習に励んでいます。大会前日の12月2日（金）午前11時から役場玄関前で壮行会を行いますので、皆さんのご声援をお願いします。

男女までそれぞれの年代の代表選手が

いる応援マップでご確認ください。

手・チームあてに応援メッセージが送れます。

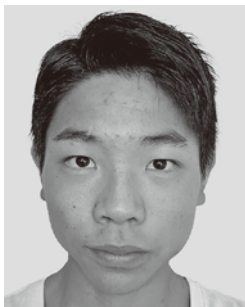
スマホの方はこちら▶



区間	選手区分	距離
1区	中学生・高校生女子	3.673km
2区	小学生男子	1.903km
3区	小学生女子	1.715km
4区	中学生・高校生女子	3.549km
5区	高校生男子	6.855km
6区	40歳以上	3.911km
7区	中学生男子	3.564km
8区	中学生女子	3.020km
9区	小学生（男女不問）	1.619km
10区	一般女子	3.051km
11区	中学生・高校生男子	4.310km
12区	一般男子	5.025km



うつのみや りくと
宇都宮 陸斗
(西伊豆中1年)



いほり れおん
井堀 玲音
(西伊豆中2年)

問合せ 教育委員会 社会教育係 TEL56-0212



すだ まさる
須田 勝
(松崎高2年)



あさくら はるな
朝倉 陽菜
(下田高1年)



ながしま ゆい
長島 柚衣
(松崎高1年)



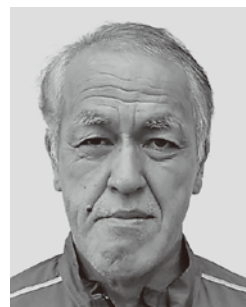
せりざわ かつひこ
芹沢 且彦
(松崎小教諭)



いほり ひろお
井堀 浩央
(藤高造船所)



監督 あつみ たかひろ
渥美 貴弘
(賀茂小教諭)



統括 コーチ やぎし たかひろ
矢岸 高弘
(無職)



7/9
「ベルテックス静岡
バスケットクリニック」

夢を語れる人を育むまちづくりを目指して



10/9
「ラグビー教室」
静岡ブルーレヴズ

西伊豆町は県の補助事業ICOIプロジェクトを活用し、7月には日本男子プロバスケットボールBリーグ所属の「ベルテックス静岡」とトレーニングタウン構築に関する協定を、10月にはジャパンラグビーリーグワン所属の「静岡ブルーレヴズ」とパートナーシップ協定を締結しました。

これらの協定は、プロスポーツ選手が西伊豆町をトレーニングキャンプ地として利用するための環境整備の促進と、町の子どもたちがプロスポーツ選手と交流できる機会を設けることにより、西伊豆町総合計画に掲げる“夢を語れる人を育むまちづくり”を推進することを目的に締結したものです。

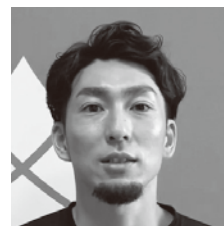
ICOIプロジェクトとは

伊豆ヘルスケア温泉イノベーションプロジェクトの略。令和3年度に始動した事業で、全国に誇る伊豆半島の温泉を核とし、ジオパークに代表される自然・歴史・文化・食などの地域資源や、スポーツ科学などの知見を組み合わせ、官民が一体となって伊豆地域に適したヘルスケアサービス等を創出することで、地域の活性化と産業の振興を図る事業。

当日の様子は
こちらから動画で
ご覧いただけます▼



もらいましたが、トレーニングをしながらリラックス効果もあり、すごく気持ちよく練習ができました。僕は沼津出身で、「海の幸」がとても好きなので。また、プライベートでも西伊豆町に行き、食事も美味しかったです。と思います。



大石 慎之介 選手
(背番号 1)

実は「TC」の後、プライベートで西伊豆町に行きました。それ位すくしい町です。TCでは、やまびこ荘の温泉プールを利用させて

温水(温泉)なので体にも負担が掛からず、疲れがとれましたし、リフレッシュできました。食事はお刺身がすごく美味しかったです。プライベートでもまた訪れたいと思います。

ベルテックス静岡

7月8日にベルテックス静岡とトレーニングタウン構築に関する協定を締結し、9日に西伊豆中学校体育館でバスケットクリニックが行われました。西伊豆町、松崎町の小・中・高校生約20人が、プロによる直接指導という貴重な体験をしました。



静岡ブルーレヴズ



10月8日に静岡ブルーレヴズとパートナーシップ協定を締結し、9日に松崎高校グラウンドでラグビー教室を開催しました。

西伊豆町、松崎町の小・中学生と一般参加者30名が参加し、ボールを抱えて走ったり、タックルしたりと、選手と触れ合いながらラグビーの楽しさを学びました。

やまびこ荘温泉でプールのトレーニング

トレーニングやスポーツ教室を終えた選手たちは、やまびこ荘へ移動し一日の疲れを癒しました。

旧校舎を改築した宿と源泉かけ流しの温泉プールには驚きの声が上がリ、選手たちのリフレッシュとともに西伊豆町の地域資源のPRにもつながりました。



問合せ まちづくり課 企画調整係 Tel.52-1966

だなど感じました。トレーニングは風も涼しく、静岡市内での練習と雰囲気も違って、楽しいTCになりました。プールは何年かぶりだったので



岡田 雄三 選手
(背番号 3)

西伊豆町は自然豊かで、海が綺麗。僕も地元が近いので、西伊豆町には何度も行ったことはありますが、久々に行つて改めて心が落ち着く場所

行きたいです。がすごくよかったですし、ぜひまた行きたいです。



村越 圭佑 選手
(背番号 92)

西伊豆町は自然豊かなので、海もすごく綺麗で、いい環境だと思います。地域の方々もあたたかい人たちがたくさんいて、僕たちが行かせていただき

西伊豆町のトレーニングキャンプは
いかがでしたか？(ベルテックス静岡)

いい 未来 11月30日は「年金の日」です！！

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11(いい)月30(みらい)日を「年金の日」としています。この機会に、ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できます。

ご利用いただける機能

- ・将来の年金見込額の試算
- ・電子版「ねんきん定期便」の閲覧
- ・受給に関する各種通知書の確認 など

ご利用方法

- ・マイナポータルからログイン
 - ・日本年金機構のホームページからログイン
- 詳しくは、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（ねんきんネット）

https://www.nenkin.go.jp/n_net/

スマホの方はこちら▼



問合せ 三島年金事務所 TEL055-973-1166

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金とは？

公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

【対象①】 老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります。

- ・65歳以上である
- ・世帯全員の市町村民税が非課税となっている
- ・年金収入額とその他所得額の合計が約880,000円以下である

【対象②】 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります。

- ・前年の所得額が約4,720,000円以下である

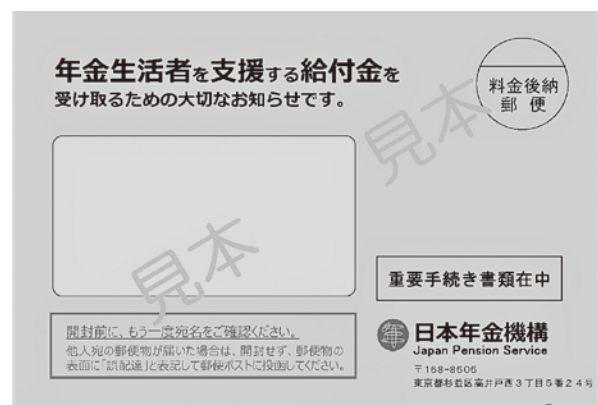
請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から9月初旬頃から、請求可能な旨のお知らせを送付します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。令和5年1月4日までに請求手続きが完了しますと、令和4年10月からさかのぼって受け取ることができます。

② 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。



不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でおお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

問合せ 日本年金機構ナビダイヤル TEL0570-05-4092

11月・12月は滞納整理強化月間です

町民の皆さんに負担していただく税金は、健康で安心、安全な暮らしができるよう住民サービスを提供するために必要不可欠な大切な財源です。多くの方が、決められた納期限までに自主的に納めていただいておりますが、残念ながら様々な理由で滞納している方もいます。

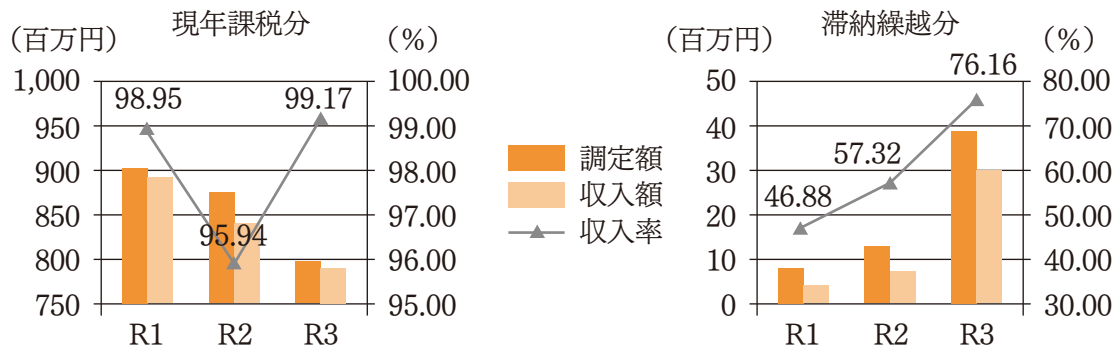
期限内に納税している方との公平性を確保するためにも、静岡地方税滞納整理機構及び賀茂地方税債権整理回収協議会と連携し、11月と12月を『滞納整理強化月間』として、納税催告など徴収の強化に取り組みます。

また、納付に関する相談も随時受け付けておりますので、窓口税務課納税徴収係までご相談ください。

令和元年度から令和3年度の収入率について

令和3年度の現年度分と滞納繰越分との合計の収入率は、前年度と比べ2.71ポイントと大幅に増加し98.10%となりました。その中でも個人住民税の収入率は、98.74%となりました。

令和3年度の収入率の増加は、新型コロナウイルス感染症に伴う徴収猶予により、令和2年度課税分の徴収を令和3年度に繰り越したことが大きな要因と考えられます。



	令和元年度			令和2年度			令和3年度		
	調定額	収入済額	収入率	調定額	収入済額	収入率	調定額	収入済額	収入率
現年課税	903百万	893百万	98.95%	876百万	841百万	95.94%	800百万	793百万	99.17%
滞納繰越	8百万	4百万	46.88%	13百万	7百万	57.32%	39百万	30百万	76.16%
合計	911百万	897百万	98.48%	889百万	848百万	95.39%	839百万	823百万	98.10%

※金額は、一般会計町税（町民税、固定資産税、軽自動車税、等）決算数値

便利で確実な“口座振替”をご利用ください

町税等の納付忘れなど納期限までに納付されずに督促状が送付されると、督促手数料（100円）が加算されます。忘れずに納めるために、ぜひ口座振替をご利用ください。

口座振替にすると、窓口に向くことなく町の指定金融機関の指定口座から自動的に振替納付されることから、便利で確実に納期に納めることができます。

お手続きは、預貯金通帳、印鑑（届出印）を持参し、下記金融機関にお申し込みください。

《口座振替を利用できる金融機関》

三島信用金庫、富士伊豆農業協同組合、東日本信漁連（静岡県内）、静岡銀行、スルガ銀行、静岡中央銀行、ゆうちょ銀行（郵便局）

問合せ 窓口税務課 納税徴収係 TEL52-1113

《新型コロナウイルス対策》

国民健康保険及び後期高齢者医療保険における傷病手当金の支給について

期間限定で新型コロナウイルス感染症にかかる傷病手当金の支給をしています。傷病手当金は雇われている人（被用者）が新型コロナウイルス感染症に感染、または感染が疑われるため、仕事を休み、その間の給与が受けられない場合に、本人や家族の生活を守るために支給される手当金です。

対象者

被用者のうち、新型コロナウイルス感染症に感染した人、または発熱などの症状があり、感染が疑われる人。

適用期間の延長

令和2年1月1日～令和4年9月30日まででしたが、引き続き令和4年12月31日の間で、療養のため働くことができない期間（ただし、入院が継続する場合などは最長1年6か月まで）とし、期間の延長を行います。

申請方法

申請には、被保険者記入用の申請書のほか、事業主と医療機関に記入いただく申請書が必要となります。詳しくは健康福祉課医療保険係までお問い合わせください。

問合せ 健康福祉課 医療保険係 TEL52-1116

入札結果(工事・委託関係)のお知らせ

工事名等	工事等概要	施工業者	完成予定日
令和4年度 水産業振興事業 (漁港小規模局部改良事業) 大田子水門躯体補修工事	断面修復工(左官工法) N=1構造物	(株)古川組 静岡支店	令和5年 2月28日
令和4年度 県単林道一色線法面改良工事	ポリマーセメント吹付工 A=257.4㎡	(有)国本組	令和5年 1月31日
令和4年度 クリーンセンター管理歩道廃止工事	重力式擁壁工 L=7m V=7㎡ コンクリート舗装工 A=50㎡ 法面吹付工 A=140㎡	(株)丸協組	令和5年 1月13日
令和4年度 仁科地区避難誘導看板等整備工事	避難地表示看板設置工 N=13箇所 避難誘導プレート設置工 N=30箇所	齋藤建設(株)	令和5年 2月28日
令和4年度 岩谷戸地区水道本管布設工事	工事延長 L=90m ポリエチレン管布設工	(有)佐藤設備 工業	令和5年 2月28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



あつまれ!むし歯なしのおともだち

5歳児歯科健診でむし歯がなかったお子さまを掲載します

仁科認定こども園



かずま
石井 風舞くん



なつき
岡田 夏月ちゃん



れいじ
加藤 礼慈くん



ゆうま
佐々木 悠真くん



ほのか
沼野 帆夏ちゃん

伊豆海認定こども園



ゆうしゅん
岡田 侑隼くん



ごう
小泉 強生くん



は
辰口 いろ春ちゃん



じょう
深沢 文くん



まなと
松田 真夏空くん



すず
藪田 涼ちゃん

西伊豆町地域おこし協力隊活動日記

地域おこし協力隊 顔 嘉迎 ガン・カーイン (カリン)

こんにちは、地域おこし協力隊のカリンです。4月から西伊豆町で英語教育を推進する仕事を始めました。現在は、伊豆海認定こども園と田子小学校と西伊豆中学校に勤務しています。学校で英語を教えたり、生徒たちと面白い英語に関するゲームをしています。その他には、英語は国際言語であるため、英語を学ぶことの重要性を

理解できるようにしています。生徒たちは英語を熱心に学んでいますが、英語を話す環境がなければ、それを発揮する機会はあまりありません。しかし、それは問題ないと思います。なぜならば、ゆっくりと確実に成長しているからです。



地域おこし協力隊 くにしまがく 国島 学

こんにちは。地域おこし協力隊の理学療法士、国島です。現在は理学療法士としてご自宅まで訪問をしてリハビリテーションを行い、役場や地域包括センターの職員に同行して生活指導や体調確認等を行っています。西伊豆町では現在、シルバーリハビリ体操という町民の方々を中心となって行っている、

体操教室があります。指導士の方や町役場と相談しながら、より多くの方が参加できる方法を模索しています。

個人的には、西伊豆町には若い人向けのスポーツジムがなく運動不足を感じるが多いため、運動できる場所を作れたらと思っています。





実は…

あの場所が ロケ地なんです!!



西伊豆町 ロケ情報!

8月よりオンエアが開始された大人気スマホアプリ モンスト『ONE PIECE FILM RED』コラボCMは、仁科漁港で撮影されました!



テレビやYouTubeでたくさん放映されていたので、一度は目にした方も多いのではないのでしょうか?

美しい海を観てもらうことができ、西伊豆町出身の町外在住者の方々からも問い合わせをたくさんいただきました!

今回の撮影では龍海丸さんにも撮影にご協力頂き、誠にありがとうございました!

※コラボはすでに終了しています。



問合せ まちづくり課 観光係 TEL52-1114

～下田消防本部からのお知らせ～ 住宅用火災警報器を設置・点検しよう！

消防法改正により、すべての一般住宅に設置することが義務づけられてから10年が経過しました。下田消防本部としましては、住宅用火災警報器の作動確認の実施など適切な維持管理をお願いしているところです。また、住宅用火災警報器が未設置のご家庭は、大切な家族やご自身の生命と財産を守るためにも早期に設置しましょう。

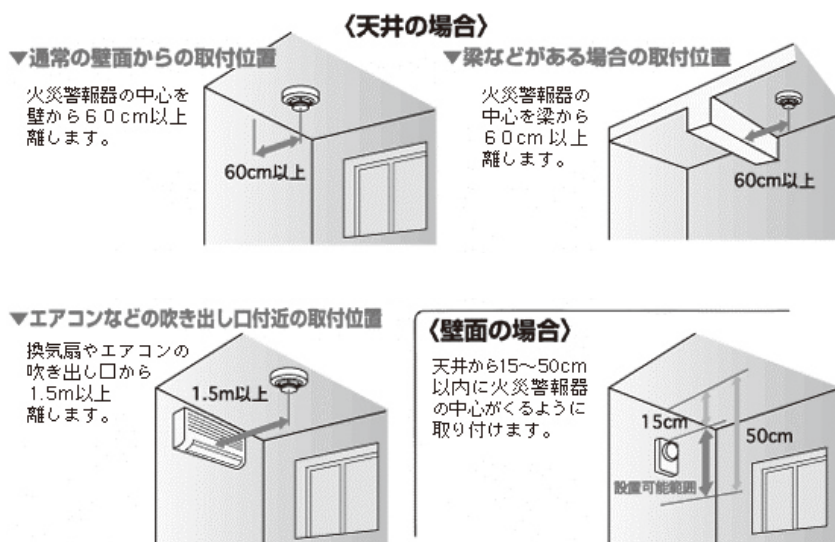
(全国平均84.0% 静岡県平均83.7% 下田消防管内72.0%：令和4年6月時点)

【住宅用火災警報器の設置場所・取付位置・警報器の種類】

- 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
※寝室及び階段には煙を感知するタイプの警報器の設置が必要です。
市販されている警報器はほとんどのものが電池式のタイプで簡単に設置することができます。
- 住宅用火災警報器は、電気店、ホームセンターなどで販売しています。



- 取付けが義務付けられている所
- 取付けをおすすめする所



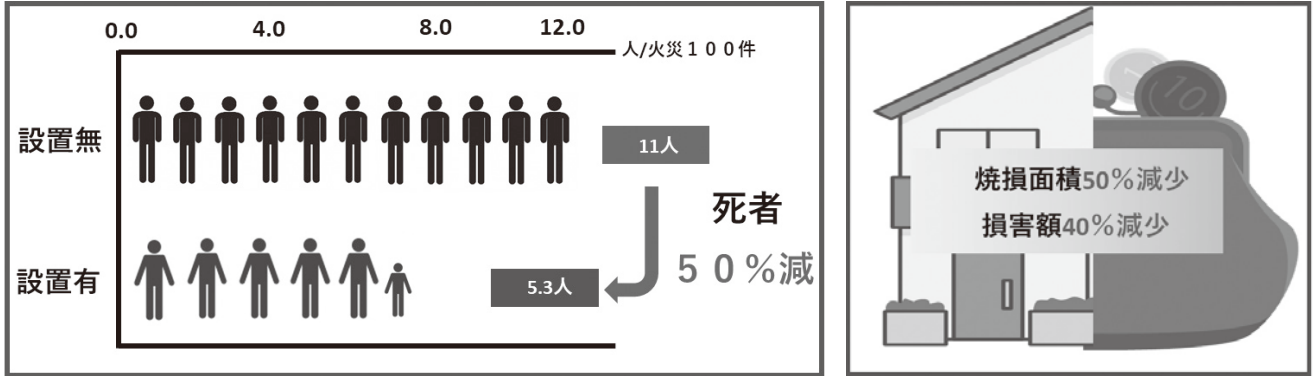
- ・市町の職員又は消防職員が訪問販売等を行うことは一切ありません。悪質な訪問販売には十分注意してください。
- ・設置義務化から10年が経過しています。点検ボタンを押すか、点検ひもをひっぱり定期的な作動確認をしてください。また、電池切れなどで、火災を感知しなくなることがあるため、10年を目安に交換してください。点検方法は次ページをご覧ください。
- ・離れて暮らすご家族や親類の住まいについても確認していただくと安心です。



住宅用火災警報器の設置効果にご注目ください！

設置していない場合と比較すると、火災によって亡くなる方の数は半減、焼損床面積と損害額も大幅に減少、住宅用火災警報器を設置することで火災の被害を少なくできます。

下田市で発生した火災においても、警報器の警報音に気づき、80代の夫婦が無事逃げることができた事例がありました。



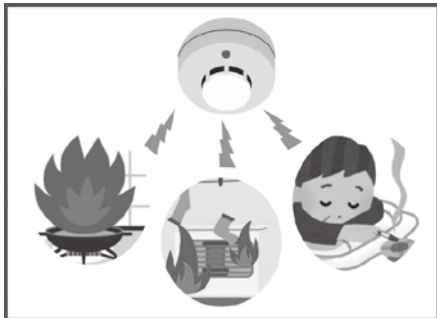
いざという時に頼れる住宅用火災警報器

てんぷらを揚げていたのに、火を消さずにその場を離れてしまった…

たばこの火が座布団に落ちたのに、気付かなかった…

ペットのいたずらでストーブに洗濯物が…

そんなとき、住宅用火災警報器がすぐに火災を警報でお知らせします！



もしもの時に住宅用火災警報器が
作動しなかったら…
そこで大切なのが、**点検**と**交換**です。

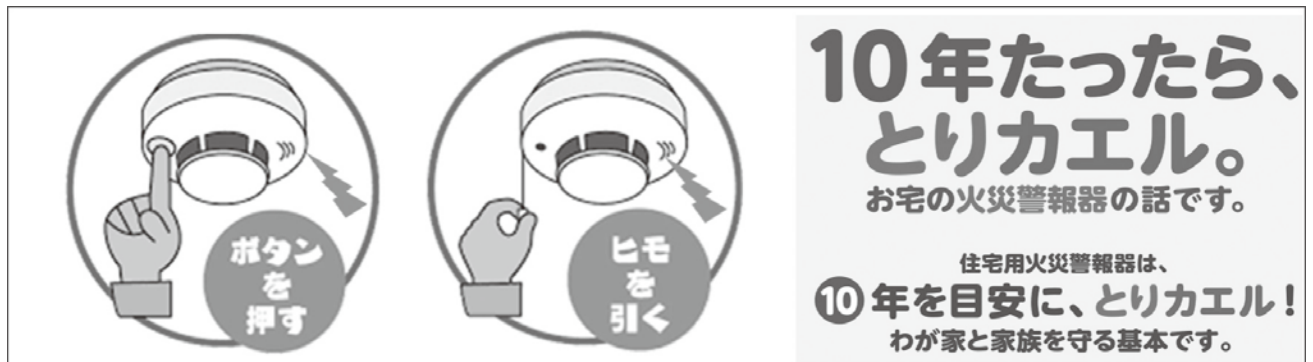
誰でも簡単！住宅用火災警報器の点検・交換

交換の目安は10年と言われています。作動点検は定期的に行いましょう。

点検方法は本体のボタンを押すか、付属の紐を引きます。

正常な場合は、正常を知らせる音声や警報音が鳴ります。

反応しない場合は、すぐに**交換**しましょう！



【問い合わせ先 下田消防本部予防課 ☎0558-22-1849】



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。すっかり秋らしい気候となり、夕暮れ時も秋の空らしく、美しい夕景を見れる日も多くなったかと思えます。今回は、先月の出来事から、こむさんの活動報告を少しだけさせて頂こうと思えます。

「第2回 ガラスの町のお医者さん」が開催されました！

今年2月に黄金崎クリスタルパークで開催された西伊豆硝子舎による「ガラスの町のお医者さん」。壊れてしまったガラス製品を修理してくれるという驚きのイベントでした。前回が大好評だったこともあり、10月16日(日)に第2回目としてイベントを開催。今回も、ガラス製品が壊れてしまってお困りの方々が、町内外からたくさんご来場されました。イベント当日は、会場準備のお手伝いとして私も参加させて頂きました！

▼イベント開催時の様子(場所：黄金崎クリスタルパーク)



実際に、こんなガラス製品が持ち込まれました！



CASE 1 ガラス製品が割れてしまった…。



一番多かった修理内容がこちら！破片をきちんと保管していれば、意外とすぐに修理できる可能性が高いです。一部だけ欠けてしまった…という修理内容も多かったですよ！

CASE 2 かも風鈴の紐や短冊を取り替えて欲しい！



ご自宅に飾っているかも風鈴、長年愛用して、劣化は進んでいませんか？今回のイベントには、なんと！賀茂村時代に作られた風鈴をお持ち込みされた方もいらっしゃいましたよ！



「いつかきちんと修理してもらいたい！」

と思っている壊れてしまったガラス製品をお持ちの方へ

市販の瞬間接着剤等で、無理にご自身で簡易接着を試みるのではなく、そのまま保管しておいて下さいね！一度、簡易接着してしまったものは、修理が困難になるそうですよ！



「パソコン・インターネット入門」のご案内(無料)

☎ まちづくり課企画調整係
Tel.0558-52-1966

パソコンを購入したばかりの方から、年賀状印刷でのみ利用されている方、Microsoft Officeを有効活用したい方など、初級・中級・上級に分けた内容でパソコンの可能性を体験していただきます。

▶日時

【西伊豆町】11/28(月) 18:30 ~ 20:00

【松崎町】11/29(火) 10:00 ~ 11:30

※どちらの会場でも参加可能です。

▶会場

【西伊豆町】安良里中央公民館 多目的ホール

【松崎町】生涯学習センター4階 研修室

▶概要

初級編、中級編、上級編に分かれた内容となっており、ご自身で希望される内容を選択して体験していただきます。

初級編：文字入力・マウス操作など

中級編：ネット検索・メール送受信など

上級編：Excel・Word・PowerPoint など

▶持ち物

パソコン（購入後10年以内のもの）

※上級編を希望する方は、Microsoft Officeがインストールされている必要があります。

▶申込期間

11/22(火) まで

▶その他

参加費は無料、定員15名まで



社会保険労務士無料相談会

☎ 野口弘宣労務行政士事務所
Tel.0558-27-1446

県社会保険労務士会三島支部下田地区会では、労働・社会保険に関する無料相談会を行います。お気軽にご利用ください（予約不要）。

▶日時

12/9(金) 10:00 ~ 15:00

▶場所

ハローワーク下田1階会議室

下田市4-5-26

▶相談内容

①労働相談

解雇、雇止め、賃金不払い、働き方改革関連法等労務管理上の疑問

②年金相談

在職中の年金の仕組み、支給の繰り上げ、繰り下げ、適用事業所の範囲拡大、障害年金の受給要件

③各種助成金等

税を考える週間 (11月11日から17日)

この社会あなたの税がいきている



期間中、国税庁ホームページで
様々な情報を提供しています。

詳しくは、国税庁ホームページを
ご覧ください。

<https://www.nta.go.jp>

税を考える週間

検索



10/4 西伊豆中学校新校歌を披露

西伊豆中学校で音楽発表会が行われました。

発表会の最後には、この日のために全校生徒一丸となって練習を重ねた新校歌を、参列した保護者の方々に披露しました。

※当日の様子はSBS テレビでも取り上げられました！動画はこちら▶



▶作曲に携わった谷本貴義さんも指揮者として登壇しました



9/2 元気アップサポーター養成講座

6月から行われていた西伊豆町元気アップサポーター養成講座、全8回の講座が終了し、9名のサポーターが誕生しました。

この講座は、高齢者の体のことや、楽しみながら効果のある体操の方法を運動指導士に学び、自分や家族、地域の方が元気で過ごすためのサポーターを養成する講座です。

参加したさくら健康クラブの山本さんは「宇久須柴区の公民館で体操クラブを立ち上げたので、ここで学んだことを活かしたい。」と話しました。



9/7 高齢者向け無料スマホ教室開始

9月7日から、町内在住で65歳以上の方を対象に無料スマートフォン教室を開催しています。

基本講座…アプリの入れ方、メール・LINEの使い方
応用講座…マイナンバーカードの申請やサンセット
コインカード（アプリ版）の使い方

などのほか、個別相談会も行っています。

来年の2月まで町内各地で行っていますので、興味のある方はぜひご参加ください。

問い合わせ先…情報管理係 Tel.52-1963



9/19 敬老の日各地で 記念品の贈呈など

町内各地で敬老の日に伴う様々な行事が開催されました。

介護老人保健施設しおさいでは、昨年に続き認定こども園児童からのお祝いのビデオメッセージが、築地区では65歳以上の方約150人を対象に、紅白饅頭などが入った記念品が贈られました。

(写真：築地区)



9/22 田子小学校 漕漕ぎ・SUP 体験

田子小学校3～6年生の総合学習で、地域の方を講師にふるさとの料理や遊びを体験する「田子っ子ふるさとタイム」が行われました。

田子押し寿司やところてん作りに加え、田子港付近では漕漕ぎ・SUP 体験が行われ、生徒たちは海の上で元気に遊びました。



9/24 はんばた市場 伊勢海老祭り

町内の伊勢海老漁の解禁と敬老の日に伴い、はんばた市場で伊勢海老祭りが開催されました。

初物の伊勢海老の販売のほか、長寿の縁起物でもあることにちなみ、65歳以上の方には無料で伊勢海老の味噌汁が振る舞われました。

参加者は町内だけでなく、SNSで情報を知った町外の方々も訪れて大盛況の様子でした。



10/7 西伊豆町ゴルフ大会 実行委員会から寄付を いただきました

西伊豆町ゴルフ大会実行委員会（会長：高木和宏さん）から町へ寄付金をいただきました。

10月に行われたゴルフ大会で集めたもので、町内の児童生徒のために活用してほしいとのこと。

2019年にも同様に寄付をいただいた際には、児童用のスポーツ用品を購入しました。

ご寄付ありがとうございました。

第23回しずおか市町対抗駅伝 特別練習会を開催しました!

9月25日(日)、第23回しずおか市町対抗駅伝競走大会にむけ、特別練習会を開催しました。

候補選手が20人参加し、小学生(2km)、女子中学生以上(3km)、男子中学生以上(4km)、男子高校生以上(5km)の4チームに分かれて「ロードタイムトライアル」を行いました。個々のレベルアップのためみんな懸命に走りました。

12月3日(土)の本番まで、これからも候補選手たちは、一生懸命に練習に励みます。皆様の温かい応援とご協力をお願いいたします。



秋の軽スポーツ教室を行いました



10月6日(木)に、西伊豆中学校体育館で「秋の軽スポーツ教室」の1回目を開催し、11名の参加がありました。準備体操は「3B体操」で用具を使い、音楽に合わせて体を動かしました。その後「ボッチャ」を行い、頭脳を使いながら楽しくプレーをすることができました。次回は11月10日(木)午後7時から開催します。

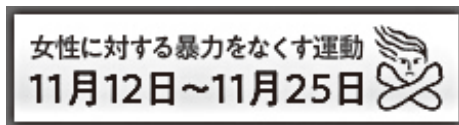


11月12日(土)から25日(金)まで 「女性に対する暴力をなくす運動」週間です ~内閣府男女共同参画局~



今年度の「女性に対する暴力をなくす運動」は「性暴力を、なくそう」をテーマに取り上げます。

内閣府では期間の初日に、女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンにちなんで、東京スカイツリーなどを紫色にライトアップするパープル・ライトアップを実施します。「ひとりで悩まず、まずは相談してください。」というメッセージが込められています。



日の入りの早さに冬の近づきを感じます。静岡市では、葵区柘沢出身の「静岡茶の祖」と言われる聖一国師（しょういちこくし）の生誕の日にちなんで、11月1日をお茶の日としています。今月は「お茶」についての本を特集します。

「映画化・ドラマ化された本」コーナーを設置しています。

2020年本屋大賞で話題になり、5月に映画が公開された

流浪の月 著：尻良 ゆう

今年10月からドラマが放送されている

祈りのカルテ 著：知念 実希人

今年の12月劇場アニメが公開予定されている

かがみの狐城 著：辻村 深月

このほかにも、コーナーにはさまざまな映画やドラマの原作となった本を置いておりますので、ぜひご来館ください。

♪利用者のおすすめ本（図書館所蔵）♪

夫の骨

著：矢樹 純

全九編からなる短編集です。最近、本が読めていなかったのでもらったのでリハビリもかねて、この短編集を手に取りました。短編としてはそれぞれ面白く、作者の文章の巧みさがうかがえました。短編集なので隙間時間に読む本としておすすめ。ただし、全体的には暗い話なのでお気をつけを。

(宇久須 20代 男性)

♪新しく入りました♪

【CD】

★ザ・ベスト・オブ・クライマックス

50J-POP' 95-' 99

★HighwayX/ B'z

【DVD】

★アルジャーノンに花束を

★弥生、三日月

★おしりたんてい5



新着図書

｜一｜般｜書｜

『奇跡集』小野寺 史宜

『汝、星のごとく』尻良 ゆう

『越境刑事』中山 七里

『両手にトカレフ』ブレイディ みかこ

『嘘つきジェシカ』辻村 深月

『楽園ジューシー』坂木 司

『ハヤブサ消防団』池井戸 潤

『#真相をお話します』結城 真一郎

『蹴れ、彦五郎』今村 翔吾

『由来・起源がよくわかる!家紋と名字』綱本 光悦

『戦争日記』オリガ・グレベンニク

『「楽しい」から強くなれる』遠藤 航

『夏井いつき、俳句を旅する』夏井 いつき

『THE FISH 魚と出会う図鑑』長嶋 祐成

『食べるお茶のススメ』梁川 正 編著

『「天気が悪いと調子が悪い」を自分で治す本』佐藤 純

『子どもは40000回質問する』イアン・レズリー

『世界の廃墟島』クラウディア・マーテ

『おとなのプログラミング入門』ジャムハウス編集部

『ゆるキャン△2』あふろ

｜児｜童｜書｜

『どうぶつたちの森のおみせやさん』永岡 純一 発行

『パンどろぼう おにぎりぼうやのたびだち』柴田 ケイコ

『めをさませ』五味 太郎

『わんぱくだんのバスごっこ』ゆきの ゆみこ

『タコとだいこん』伊佐 久美

『ネコツメのよる』町田 尚子

『虹の島のお手紙つき2』ジュリー・サイクス

『アーマのうそ』キャロル・ライリー・プリンク

『さかなクンの一魚一会』さかなクン

『ふゆであそぼう』高橋 京子 監修

『中華まんのひみつ』北神 諒

『すみっコぐらし 心理テスト』阿雅佐

『チャレンジミッケ!9』ウォルター・ウィック

『NEW 日本の歴史11』都倉 武之 監修





糖尿病が心配な人が増えています!

お心当たりはないですか?

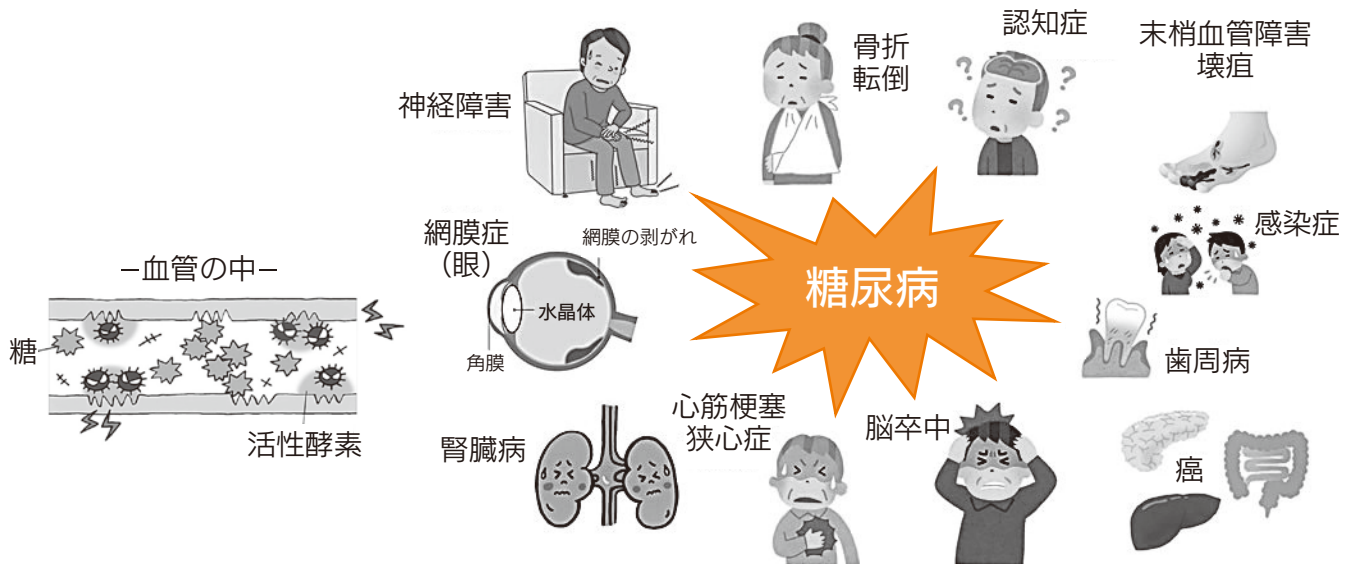


- ① 朝食抜き
- ② ドカ食い
- ③ 早食い

これらは、食後に急激に血糖値が上昇しやすい食生活です。



昨年度の健診では、血糖値が高い方は3年前と比較して**9倍**となっている状況です。
糖尿病は、血液中に糖が多い状態（高血糖）が続き、血管の破壊が進み、全身にさまざまな影響を及ぼしていく病気です。



糖尿病のサイン：喉が渇く、トイレに行く回数が増える、体重が減る、疲れやすくなる 等
症状に気が付いた時には高血糖が続き、糖尿病が進行していることがほとんどです。

遺伝体質もありますが、糖尿病は日頃の生活習慣で予防することもできます。

実践!

高血糖を防ぐ生活で血管イキイキ! ～糖尿病予防は、認知症やさまざまな病気を予防する!～

●健診

自分の血糖値がどのくらいなのか知りましょう。
血糖値は血液検査でわかります。毎年受診し結果の変化を見ましょう。

空腹時血糖値 100mg/dl以上
HbA1c 5.6%以上



糖尿病予備軍

=生活習慣の見直しが必要

●食生活

1日3食、できるだけ食べる時間を一定に。
副菜→主菜→主食（米飯・パン・麺類）の順で食べる。
ゆっくりとよく噛む。
糖分の入った飲み物、食べ物、特に夜は控えめに。



●運動

こまめに体を動かす意識を。
掃除、遠回りして歩いて買い物、スクワットしながら歯磨き等
運動の継続効果は、2日間。できれば、週3回は、軽く汗をかく程度の運動を!

●口腔ケア

歯周病は血糖コントロールを悪化させます。
就寝前と起床後の歯磨き、定期的な健診やクリーニングを!

●ストレス解消

できるだけその日のうちに解消を!
寝る、散歩、友人とおしゃべり、自分だけの時間をもつ、思い切り泣く・笑う等。

●禁煙

喫煙は、血糖値を上昇させます。
禁煙 = 『家族への愛』タバコを吸っていない家族への思いやり。



●適切な医療受診

高血糖が気になったらかかりつけ医に相談し、一緒に経過を見てもらいましょう。

予告

かもけん!健診 (完全予約制: 無料)

日時: 令和5年2月25日~27日 (3日間) 会場: 住民防災センター
内容: 血液検査の他、筋肉量、頸動脈の超音波検査、血管年齢なども測定します。
詳しくは、11月に申込み案内を配布します。

※ かもけん!健診は、静岡社会健康医学大学院大学と西伊豆町が協力して行う健康づくり・予防医学研究事業の一つです。

健診を通じて健康づくりを支援するとともに、健診データを最先端の医学研究に活用させていただき、新しい病気の予防方法を開発することで、子や孫の世代の健康づくりに貢献することを目的としています。

受付日記

9月15日～10月14日の届出

—— おくやみ申し上げます ——

地区	氏名	年齢	世帯主
大久須	山本 香代子	85	香代子
大久須	太田 嘉明	86	嘉明
浜川東	原田 百合子	97	英明
浜川西	長嶋 靖二	84	靖二
中島	横田 豪	75	豪
大田子	山本 忠文	84	忠文
川向	藤井 意氣夫	92	意氣夫
沢田	堤 たまえ	90	たまえ
仁科浜	佐野 五子	92	五子
仁科浜	齋藤 レイ子	86	レイ子
一色	久保田 善三	83	善三
一色	山本 延子	95	信一郎

◎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。

人の動き 10月1日現在

人口	7,139人(△14)
世帯数	3,662世帯(△2)
男	3,404人(△2)
女	3,735人(△12)
田子地区	1,845人(△10)
仁科地区	3,028人(△6)
宇久須地区	1,329人(+3)
安良里地区	937人(△7)

()内は前月比

※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。

お忘れなく

(11月分)

国民健康保険税 6期
後期高齢者医療保険料 4期
介護保険料 4期
納期限は 11月30日(水)です

お知らせ



人権相談や行政相談のインターネット相談予約ができるようになりました。

人権相談 ▶



行政相談 ▶



※西伊豆町民のマイナンバーカード交付率74.72% (県内1位/全国8位) R4.9.30現在

問合せ先：窓口税務課 TEL52-1112

！ 放送内容を メール・LINEで確認！

町では、同報無線放送の内容をメールまたはLINE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。

登録はこちらから▶



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

- ・登録は無料ですが、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。

11月の

夕陽時刻表

夕陽鑑賞はいかがですか。

1日～10日	16:44
11日～20日	16:37
21日～30日	16:34

西伊豆町の交通事故件数

	9月	累計	前年9月累計	増減
人身事故	2	10	10	±0
死者	0	0	0	±0
傷者	4	14	12	+2
物損事故	16	118	142	-24

(暫定値)

November 11 月

2022

お知らせカレンダー

11/ 1 (火)
11/ 2 (水)
11/ 3 (木) 文化の日
11/ 4 (金)
11/ 5 (土)
11/ 6 (日)
11/ 7 (月)
11/ 8 (火) 11月8日(火)～11月11日(金) 【予約制】特定健診・後期高齢者健康診査・ 若年健康診査を町内各地で実施します。 ※ 対象の方には通知が届きます。
11/ 9 (水)
11/10(木) 9:00～18:00 文化協会文化展(健康増進センター) 19:00 秋の軽スポーツ教室(西伊豆中学校体育館) 19:00 出張* 健身塾(男性)(保健センター)
11/11(金) 9:00～18:00 文化協会文化展(健康増進センター) 19:30 ボディコントロール教室(福祉センター) 17:00～19:30 マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約)
11/12(土) 9:00～15:00 文化協会文化展(健康増進センター)
11/13(日) 10:00～14:00 第18回夕陽のまち西伊豆町 ふるさとまつり(クリスタルパーク)
11/14(月)
11/15(火) 令和5年版西伊豆町カレンダー販売開始

11/16(水) 10:00 ママヨガ(福祉センター) 13:30 行政相談所(安良里中央公民館)
11/17(木) 9:15 乳児・妊産婦相談(福祉センター) 14:00 からだすっきりエクササイズ(健康増進センター) 19:00 出張* 健身塾(女性)(保健センター)
11/18(金)
11/19(土)
11/20(日)
11/21(月) 9:00～11:15 無料スマホ教室(田子公民館) 13:00～16:30 無料スマホ教室(福祉センター) 17:00～19:30 マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約)
11/22(火)
11/23(水) 勤労感謝の日
11/24(木) 10:00 重症化予防住民向け講演会(松崎町環境改善センター) 19:00 出張* 健身塾(男性)(保健センター)
11/25(金) 19:30 ボディコントロール教室(福祉センター)
11/26(土)
11/27(日) 9:00～12:00 マイナンバーカード時間外交付・申請(要予約)
11/28(月)
11/29(火)
11/30(水)

【11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
11/3	木・祝			11/19	土		
11/5	土			11/20	日		
11/6	日		西伊豆健育会病院 (☎ 52-2366)	11/23	水・祝		西伊豆健育会病院 (☎ 52-2366)
11/12	土			11/26	日		
11/13	日			11/27	土		

※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。涼しい季節もあっという間に過ぎて、肌寒い日々が続いているので、体調には十分お気を付けてください。西風も強く吹いている中ですが、私は時折夕陽を眺めに海岸へ足を運んでいます。
フォトコンテストの作品も募集中ですので、美しい西伊豆町の写真をお持ちの方はぜひお申し込みください。





となり近所、力を合わせて ～小宮御柱祭～

富士見町だより

春、諏訪大社の御柱祭が終わっても富士見町の御柱はまだまだ終わりません。今年も町内各集落で小宮（地元のお社）の御柱祭がおこなわれ、町内各地の神社で御柱が建てられています。

小宮祭は9月から10月にかけてピークを迎え、日曜日となれば毎週のようにあちらこちらから花火やラッパの音が聞こえてきます。



小宮祭はお年寄りから子どもまで、区民総出で力を合わせます。新型コロナウイルス感染症の影響で、規模縮小となった地区も少なくありませんが、急カーブや鳥居くぐりなどの難所をこなしたと思えば、メドデコに子ども達を乗せて曳航するなど、地元ならではのアットホームな雰囲気を楽しめるのが特徴です。

次回の御柱は2028年、申年。今年新型コロナウイルス感染症の影響で、西伊豆町をはじめとした皆さんをお招きすることができませんでしたが、次回こそは元気に6年後の御柱祭でお会いしましょう！

町内唯一の山梨百名山「蛾ヶ岳」

ひるがたけ

市川三郷町だより

今回は、やまなしハイキングコース100選に選出された「蛾ヶ岳」（ひるがたけ）を紹介します。

「蛾ヶ岳」は町内唯一の山梨百名山です。山頂は非常に眺望が良く、南に富士山、北に八ヶ岳（赤岳）、西には北岳・間ノ岳と日本有数の山々を観ることができます。

コースは「四尾連湖」から登ることができ、所要時間もゆっくり歩いて片道2時間ほどです。

紅葉の四尾連湖、蛾ヶ岳で森林浴を楽しんでみてはいかがでしょうか？

森林浴のあとは…

町内の温泉、
みたまの湯（055-272-2641）、
つむぎの湯（0556-20-2651）
で疲れた体を癒して下さい。



▲蛾ヶ岳山頂から望む富士山



やまなしハイキングコース100選（蛾ヶ岳）▶



問合せ 市川三郷町商工観光課観光係 TEL 055-240-4157

