

広報

にしいず

2026

8

No.257



はじける笑顔と波しぶき - 姉妹町5年生交流のひととき -

景観の届出制度が始まります

令和 8 年 8 月 1 日から

一定の大きさを超える工事などは、町への届出が必要です。

▼ まず確認していただきたいこと ▼

1

どこが対象ですか？

西伊豆町全域が対象です。
堂ヶ島周辺や黄金崎公園周辺などでは、
より景観に配慮していただく場合があります。



2

どんなときに届出が必要ですか？

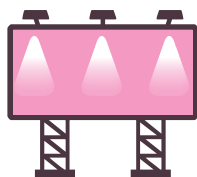
建物の
新築・増築



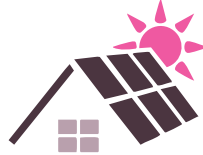
外観や
色の変更



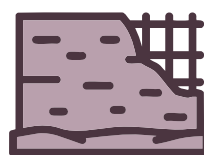
看板の設置



太陽光
発電設備



外構工事や
造成など



小さな修繕など、届出が不要な場合もあります。迷ったときは、まず町へご相談ください。

3



届出は何のためですか？

工事を止めるための制度ではありません。
海・山・港・集落など、西伊豆町らしい景観と調和しているかを、
工事の前に確認するための手続きです。

手続きの流れ

1. 事前相談



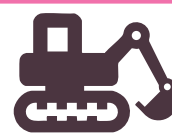
2. 届出書提出



3. 町で確認



4. 工事着手



※ 届出の可否は、場所・規模・工事内容により異なります。

問合せ 建設課 建設係 TEL:55-0212

詳しくは
町ホームページへ



台風季節！ 日頃の準備を万全に！



新たな防災気象情報

令和8年5月29日から気象警報などが変わりました。

気象庁からの警報やキキクル(危険度分布)を確認し、自主的に早期避難を心がけましょう。

令和8年5月29日から気象情報の体系が大きく変わりました

警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
5 相当	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報
警戒レベル4までに必ず避難！				
4 相当	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報
3 相当	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報
2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報
1	早期注意情報			

- ★ポイント1 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます。
- ★ポイント2 河川の氾濫の危険度の伝え方が変わりました。
- ★ポイント3 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として発表されます。

警戒レベルごとの住民がとるべき行動

警戒レベル 1	警戒レベル 2	警戒レベル 3 相当	警戒レベル 4 相当	警戒レベル 5 相当
災害への 心構えを高める	避難行動を確認 (避難場所や 避難ルート、避難の タイミングなど)	避難に 時間を要する人は 早めに避難	危険な場所から 全員避難	命の危険 直ちに安全確保！

防災用備蓄品について

西伊豆町では、個人の防災用備品は避難先の公民館へ先行的に備蓄しておくことを推奨しています。特に、①高齢者・②乳幼児・③食物アレルギー・④慢性疾患の方などは、通常の備蓄品に加えて、粉ミルクやおむつ、医薬品や食物アレルギーに対応した食料品といった、それぞれに合わせた備蓄をしておきましょう。

夏の事故ゼロキャンペーン

海浜レジャーを楽しむ方

- ✓ ライフジャケットの着用
- ✓ 気象・海象の確認
- ✓ 連絡手段の確保
- ✓ 安全な場所で楽しむ

船でレジャーを楽しむ方

- ✓ ライフジャケットの着用
- ✓ 見張り
- ✓ 点検整備(法定備品、機関等)
- ✓ 気象・海象の確認、異常気象への備え(台風等)
- ✓ 連絡手段の確保

緊急通報用
海上保安庁電話番号

118番

海の事件・事故
ここに通報!

海の安全情報

各地の灯台で観測した
気象情報、航行のための
緊急情報等をリアル
タイムに提供します。



ウォーター セーフティガイド

海辺のレジャー活動を
誰もが安心して楽しめる
よう、事故防止の総合情報
を発信するサイトです。



海しる

気象・海象をはじめと
する海洋に関するリアル
タイムの情報を公開して
いるシステムです。



伊豆を楽しみ、魅力を伝えよう! ジオ検定開始!

2026伊豆半島ジオ検定(3級)が7月21日(火)から始まります。検定を通じて伊豆のことを
楽しみながら深く知り、さらに、伊豆の魅力を伝えるジオガイドを目指してみませんか。

① 問題と解答用紙の入手

伊豆半島ジオパークのHP (<https://izugeopark.org/enjoy/izugeo-kentei/>)、
または西伊豆町役場 産業振興課で問題と解答用紙を入手。

② 問題を解く

問題を解いてみましょう。書籍やインターネットで調べながらでもOK。
ただし、電話などで関係機関へのお問い合わせはご遠慮ください。

③ オンライン受検 または解答用紙郵送

9月4日(金)までに、解答用紙と返信用封筒(110円分の切手貼付)を
郵送(当日消印有効)。またはオンラインで受検してください。

郵送先 〒410-2416 伊豆市修善寺838-1 (一社)美しい伊豆創造センター「ジオ検定」係

- ★ 受検料は無料。受検期間は7月21日(火)～9月4日(金)
- ★ 結果は9月上旬に通知します。50問中35問以上正解すると合格です。
- ★ 希望者には有料(800円)で名前入りの合格証を発行します。

問合せ (一社)美しい伊豆創造センター TEL:0558-72-0520

伊豆半島
ジオパーク
ホームページ



西伊豆町内の「花の会」をご紹介します!!

西伊豆町の「花の都にしいずちょう推進協議会」は、花の会6団体で構成されており、花と緑にあふれたまちづくりを推進すべく活動しているボランティア団体です。今回は、「中花の会」と「カモン花の会」をご紹介します!



中花の会

人数 7人

場所 東福寺の東側(伊東西伊豆線沿い)

活動年数 約29年

花の会員の声

- ・ 県道に沿って60mほどの直線的な花壇で、秋から春には白いオキザリスが咲き、初夏にはアガパンサスが千本近い花を咲かせ、季節により花たちとの調和を考え、ローコスト・ローメンテナンスをモットーに無理せず花壇づくりをしています。
- ・ 車の交通量やウォーキングの方が多く、大勢の方に楽しんでいただいていると思います。地域の方にはボランティアで運営していることも周知がされてきたことから「きれいだね」と声をかけていただくことも増えてきました。



カモン花の会

人数 12人

場所 旧賀茂幼稚園 園庭

活動年数 約3年

花の会員の声

- ・ 桜の木の下にある花壇は日陰になるため宿根草を中心に植栽。フェンス側には新たに花壇を整備し、木々に囲まれた陽だまりと木陰が心地よく共存する、やさしい空間づくりを行っています。
- ・ 園庭へ遊びに来た方や通りがかった方から「きれいだね」と声をかけてもらえることが、活動の大きな励みになっています。一方で、広い園庭の草刈りなど維持管理には苦労もありますが、地域の憩いの場として大切に手入れを続けています。

＊ 皆さんも一緒に町をきれいにしませんか? ＊

花の会・花の都にしいずちょう推進協議会では、一緒に活動する仲間を募集しています!新しく花の会を立ち上げたいという方も大歓迎です。家の近くにある花壇を管理したい方や、既存の花の会に加入したいという方は下記の問合せ先にお電話ください。花の管理に積極的な方を、町がサポートいたします!

地籍調査のお知らせ

町では、津波浸水想定区域の地籍調査を実施しており、今年度は、仁科地区の一部（下図参照）の調査を予定しています。調査対象となる土地所有者の方々には、今後通知を送り、説明会（8月下旬予定）、現地立会（9月予定）を行います。

調査期間中（8月～3月）は「地籍調査」の腕章を付けた測量業者が土地に立入らせていただく場合がありますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

■ 調査の方法



令和8年度立会予定箇所【仁科】



問合せ 建設課 地籍調査係 TEL:55-0212

8月は「道路ふれあい月間」です!!

令和8年度 代表標語

続け未来に 地域の道路は たからもの

道路は、私たちの暮らしを支える大事な公共物です。安全で快適に使い続けるために、日頃からの適切な利用と、地域の皆様のご協力とご理解が欠かせません。

1



道路上へのごみの
ポイ捨てはやめましょう

2



道路にはみ出した枝木は、
所有者による管理をお願いします

3



側溝ふたの破損、落石、倒木、陥没
などを見つけたらご連絡ください



みんなで守ろう きれいな道路



建設課 建設係 TEL 55-0212



出典：国土交通省「道路ふれあい月間」

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8年度 林道祢宜畑倉見線 舗装補修工事(宇久須工区)	アスファルト舗装工 A=510㎡ N=10箇所	花菱建設(株) 伊豆支店	令和8年 9月30日
令和8年度 堂ヶ島温泉副配湯所 No.1 ボイラー更新工事	既設ボイラー撤去工 N=1式 新設ボイラー設置工 N=1式	(有)芹沢設備工業	令和8年 11月27日
令和8年度 西伊豆町役場本庁舎受水槽 取替工事	既設受水槽撤去工 N=1式 新設受水槽設置工 N=1式	(有)佐藤設備工業	令和8年 11月30日
令和8年度 防犯カメラ設置工事	防犯カメラ N=8箇所、8基設置	(有)西伊豆 電気商会	令和8年 9月30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 TEL:52-1111

はかりの定期検査を実施します

計量法では、取引や証明に使用する「はかり(特定計量器)」を、2年に1度検査することが義務付けられています。

定期検査の対象

- ① 商店や工場などで取引に使うはかり
- ② 薬局などで薬剤調合用に使うはかり
- ③ 荷物運送業などで荷物の料金を決めるために使うはかり
- ④ 茶、干し椎茸などを販売するために使うはかり
- ⑤ 学校、病院などで健康診断書の作成のために使うはかり



検査日	検査時間	検査場所
9月7日(月)	13:30から16:00まで	宇久須支所
9月8日(火)	10:00から12:00まで	安良里出張所
	13:30から16:00まで	旧田子中学校
9月9日(水)	10:00から12:00まで	役場本庁
	13:00から16:00まで	

※受検対象の方には、検査日の約1週間前に「計量器定期検査通知書(はがき)」が送付されますので、必ず受検してください。

※定期検査を受検しない場合は、50万円以下の罰金に処せられます。

問合せ 産業振興課 観光商工係 TEL:52-1114

知っておこう

消費生活情報

【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
 役場産業振興課 TEL:52-1114
 下田警察署 TEL:27-0110

下田警察署管内防犯協会 TEL:27-2766

被害急増!

PayPayを悪用した詐欺メールに注意!

電子決済サービス『PayPay(ペイペイ)』を悪用した詐欺メールが急増しています。

「税の納付期限」「支払いが未完了」等の内容でメールに記載されているリンクを開くとPayPayアプリの送金画面に誘導し送金させる手口です。

国民年金保険料未納や自治体、クレジットカード会社、保険会社、通信事業者等を装ったメールで、**記載されたURLから支払いを要求されたら詐欺です。**

⚠ 警察官を騙るサギ電話も増加中!!

「あなたのキャッシュカードが悪用されている」

「無実を証明するために資金調査をする必要がある」

「金塊を購入したお金が金融庁にいくので、金融庁でお金を調べる」

警察官がSNSで逮捕状を見せたり金品を要求することはありません!

固定電話は留守番電話設定や国際電話休止手続きを!



サギ電話多発時など警戒情報配信中!! → → → 下田警察署管内防犯協会Facebook・Instagram(@shimoda_bouhan)



実は…

あの場所が
ロケ地なんです!!



あの作品がついに公開!!



西伊豆・堂ヶ島で撮影された

2026年7月2日に配信がスタートした、小栗旬さんら出演のNetflixシリーズ『ガス人間』。

ロケさば西伊豆では、地域の皆さまにもご協力いただき、ロケ地の提供をはじめ、エキストラ出演や炊き出しなど、さまざまな形で撮影をサポートしました!

約2年前、町の中心部で大規模な撮影が行われている様子を見かけた方もいらっしゃるのではないのでしょうか? 本作品は、西伊豆町をはじめ、静岡県内や伊豆半島各地でも撮影が行われ、全国120か所ものロケ地で撮影されたそうです。

また、ロケ地の選定にあたっては、1,000か所を超える候補地をロケハンしたとのこと。その中から西伊豆町を選んでいただけたことを、大変嬉しく思います。撮影は約8か月にわたる長期間に及んだそうです。

そんな日々の疲れを少しでも癒やしていただけたらとの思いを込めて、西伊豆町のご当地グルメ「海賊焼き」を、堂ヶ島製麺さんのご協力のもと、撮影現場で提供させていただきました!ぜひ、ご覧ください!



【視聴はこちら】
Netflix (有料)



【予告編】
YouTube

問合せ ロケさば西伊豆 TEL:52-1114

西伊豆町地域おこし協力隊活動日記



地域おこし協力隊 おさだ たいき 長田 大輝

地域福祉の活動をしている長田大輝です。先日、災害ボランティアセンター立上げ訓練を実施しました。初めての主担で非常に緊張しましたが、先輩方や地域の方に支えられ感謝しかありません。

振り返ると自分の考えの浅い部分に反省することもあります。それは次回の課題ということで、しっかりと経験値にしていきたいと思えます。

地域おこし協力隊 やまなし しゅうた 山梨 脩太

「スプラッシュX(クロス)2026 西伊豆」が7月5日に初開催されました。次回の観光協会主催の大きなイベントは、7月24日に開催される「堂ヶ島火祭り」です。私もポスターの配布範囲を拡大したり、Web上での情報発信を強化したりと、西伊豆町を知ってもらうため日々尽力しております。

西伊豆町の美しさを世界に広げるべく、皆様もぜひSNSへの投稿をお願いします。



IVUSA VISION — ボランティア活動記録 —



今回は、6月13日(土)から14日(日)の2日間にわたって実施した、西伊豆町での活動についてご紹介します!

13日は、宇久須地区にある「あめみや農園」で畑の草取りを行い、さつまいもの苗を植えました。暑さの中、学生同士で協力しながら作業を進め、秋の収穫に向けて畑を整備しました。

14日は、夏祭りでお邪魔する安良里地区で、地域の皆さんとともに側溝清掃のお手伝いをしました。また、西伊豆キッズクラブ「にしこのこ」主催の「逃走中」にハンターとして参加しました。元気いっぱいな子どもたちに負けないように、必死に会場を駆け回りました。学生や地域の皆さんとの交流を楽しみ、笑顔あふれる充実した2日間となりました!

今月8月14日には安良里夏祭りにお邪魔しますので、一緒に踊りましょう!

大塚製薬(株)と包括連携協定を締結

町は大塚製薬株式会社と包括連携協定を締結しました。本協定では、町民の健康づくりの推進、熱中症対策、スポーツ振興及び青少年育成、女性の活躍推進、防災・減災活動、災害時協力等6項目を連携事項としています。

6月19日に役場で開催された協定締結式には、大塚製薬(株)ニュートラシューティカルズ事業部東海支店静岡出張所の広井康之所長及び星野町長が出席し、協定書に署名を行いました。広井所長は「地域課題の解決につながる取り組みを進めていきたい。」、星野町長は「学校の体育館は一般の体育施設や避難所としても使われているため、自販機の設置を検討したい。」と述べ、今後の取り組みについてさまざまな意見が交わされました。



町内各地で奉仕作業

各団体による美化活動が町の各地で行われました。

6月16日には、西伊豆町商工会女性部・青年部の20名以上が、商工会の日に合わせた地域貢献活動として宇久須海水浴場で海岸清掃を実施しました。

また7月3日には民生・児童委員が自主ボランティア活動として、特別養護老人ホーム「ヒューマンヴィラ伊豆」周辺の草刈りや清掃を実施しました。

地域の皆さんの継続したこのような活動により、町の環境が保たれています。夏本番を迎える前の良いスタートとなりました。



地域おこし協力隊 新たに小林さん

7月1日、新たに地域おこし協力隊として小林左京さん(25)が着任しました。今後は水産業の振興分野で活動します。

小林さんは横浜市出身で、西伊豆町内で海藻養殖などを行う企業に勤務しながら、水産業に関わる活動に取り組んできました。協力隊としての今後は、海藻の研究や「海釣りGO」の巡視員など、町内の水産事業者と連携しながら水産業の活性化に従事する予定です。

任命式で小林さんは「西伊豆町には海も山もある魅力のある町。若い人が少ないと知って、力になりたいと思った。」と意気込みを語りました。地域とともに新たな水産業の可能性を広げる活動が期待されます。



自衛官募集相談員に鈴木俊夫さん

令和10年3月31日までの任期で、鈴木俊夫さんが自衛官募集相談員として再委嘱されました。自衛官募集相談員は、自衛隊と住民との橋渡し役として、自衛官募集の広報や自衛隊に関する相談を担います。

委嘱式に出席した自衛隊静岡地方協力本部の糸賀本部長は、「近年は災害派遣の機会が増加しており、若い隊員の確保が重要です。地域に根差した相談役として、鈴木さんの活躍を期待しています。」と激励しました。

鈴木さんは自衛官を35年以上務め、退官後も生活支援員を行うなど福祉の分野でも活動されています。これから、良き相談役としての活躍が期待されます。



海の安全を祈願 田子瀬浜で神事

7月3日、田子瀬浜海水浴場で海の安全祈願祭が行われ、観光や漁業、町関係者ら約30人が出席しました。海水浴シーズン中の無事故と海上安全を願い、参列者が玉串をささげました。西伊豆町観光協会の塩澤会長は、「これまではクリスタルビーチや乗浜海岸で開催していましたが、近年人気が高く利用者が増えている田子瀬浜海水浴場で開催決定しました。田子瀬浜は水質も良く、多くの海水浴客が訪れます。皆さんに安全に海のレジャーを楽しんでいただけるよう願っています。」と話しました。

海の日を前に、一人ひとりが安全への思いを新たにしました。

憧れのプロ選手とスポーツ交流! 5チームが西伊豆町に集結



町が協定を結ぶ県内プロスポーツチームと町民の交流イベントが、7月12日から13日に開催されました。参加したのは、東レアローズ静岡（バレーボール）、ベルテックス静岡（バスケットボール）、静岡ブルーレヴズ（ラグビー）、アスクラロ沼津（サッカー）、ハヤテベンチャーズ静岡（野球）の異なる競技の5チームです。

12日に行われた「地域おこし軽スポーツ大会」には、28チーム97人が参加し、タグラグビーやボッチャなど7種目を通じて選手と町民が交流しました。会場は幅広い世代の笑顔と歓声に包まれました。同日夜には堂ヶ島ニュー銀水で、地域スポーツ団体とのワークショップが開かれ、スポーツと地域資源を生かしたまちづくりをテーマに意見を交わしました。

13日には、静岡ブルーレヴズによるラグビー体験会がこども園で開かれたほか、仁科小学校では東レアローズ静岡の「スマイルボール寄贈プロジェクト」が行われました。これは、チームグッズのオークション収益の一部を活用し、協定を締結する11市町の小学校へボールを寄贈する取組みです。選手からボールを手渡された児童は笑顔を見せていました。

あつまれ!むし歯のないおともだち

3歳児歯科健診でむし歯がなかったお友達



いちか
青木 一華ちゃん
(田子)



ひいろ
岡田 柊呂くん
(仁科)



れな
山下 令奈ちゃん
(仁科)



うか
山田 羽華ちゃん
(仁科)

8/21は「県民の日」静岡県誕生150周年!

静岡県 企画部 広報戦略課
☎054-221-2231

静岡県が現在のような形でスタートしたのは、1876(明治9)年8月21日。明治9年に東部の足柄県、中部の静岡県、西部の浜松県の3県が統合され、現在の静岡県が誕生しました。8月21日の「県民の日」を中心に、静岡県を楽しく体験できるイベントが県内各地で開催されます!

さらに、静岡県誕生150周年を記念して、県公式LINEに登録しクイズに正解するとプレゼントが当たる「150(いこー) ▶ ミライへプレゼントキャンペーン」も実施中! イベントなどの詳細は「静岡県民の日」で検索!



▶ 静岡県公式HP

令和8年度 危険物取扱者試験日程

下田消防本部 予防課 ☎0558-22-1849
(一財)消防試験研究センター静岡県支部 ☎054-271-7140

- ▶ 試験日 2026年11月8日(日)
- ▶ 試験種類 甲種・乙種全類・丙種
- ▶ 申請期間 2026年8月26日(水)～9月2日(水)
(書面申請・電子申請)
- ▶ 試験地 下田市のほか県内5会場
- ▶ 願書等 下田消防本部、河津分署、南伊豆分署、
西伊豆消防署にございます。
- ▶ 詳細 消防試験研究センター
静岡県支部ホームページから



県立工科短期大学校 入学生募集

静岡県立工科短期大学校 沼津キャンパス
☎055-925-1073

次世代のものづくり人材を育成する本校は、令和9年度入学者選抜試験を実施します。オープンキャンパスの参加もお待ちしております。

- ▶ 沼津キャンパス
機械・生産技術科、電子情報技術科、情報技術科
- ▶ 静岡キャンパス
機械・制御技術科、電気技術科、建築設備科
- ▶ オープンキャンパス日程
沼津キャンパス: 8/26(水)、9/19(土)、11/14(土)
静岡キャンパス: 8/25(火)、9/12(土)、11/7(土)
- ▶ 入試日程

- 【第1回】10月10日(土) (学校長・事業主推薦)
- 【第2回】12月12日(土) (学校長・事業主推薦、一般)
- 【第3回】2月 6日(土) (一般)
- 【第4回】3月12日(金) (一般)

詳細は、本校ホームページをご覧ください。



全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

静岡地方法務局・静岡県人権擁護委員連合会
☎0120-007-110(通話料無料)

あなたの悩みを聞かせてね

いじめや体罰、虐待などのお悩みについて、気軽にお電話ください。家族からの相談も受け付けています。

- ▶ 期 間 2026年8月28日～9月3日(7日間)
- ▶ 時 間 8:30～19:00(土・日曜10:00～17:00)
- ※強化週間以外の期間は、平日の8:30から17:15まで相談を受け付けています。

次世代を育むための静岡県民意識調査

静岡県 健康福祉部 こども若者局 こども政策課
☎054-221-2037

静岡県では、少子化対策を図りつつ、少子化に適応した持続可能な地域社会の構築に向けて「結婚・出産・子育て、ウェルビーイングに関する県民意識調査」を実施します。

- ▶ 対 象 静岡県内に在住の18歳～49歳の男女
(無作為に抽出した方)
- ▶ 調査形式 アンケート方式(無記名)
- ▶ 回答方法 郵送またはインターネット回答
- ▶ 実施期間 8月中旬～8月31日(月)



下田総合庁舎福産品販売会

賀茂健康福祉センター 福祉課
☎0558-24-2055

福産品とは、障がいのある方たちが施設や事業所で働いて作った製品のことで。購入が障がいのある方の就労や自立支援につながります。ぜひお立ち寄りください。

- ▶ 開催日時 9月3日(木)、4日(金)
(両日 11:00～14:30)
- ▶ 会 場 静岡県下田総合庁舎1階(下田市中531-1)
- ▶ 主な販売品目(予定)
手芸品、木工品、縫製品、陶芸品、野菜、弁当、パン、クッキー、コーヒー
- ▶ 出店予定(9事業所)

事業所名	所在地	9/3	9/4
伊豆つくし学園	下田市		○
すぎのこ作業所	〃	○	○
ワークあおぞら	〃	○	○
東伊豆ワークセンター	東伊豆町	○	
東伊豆町社会福祉協議会	〃		○
あしたば作業所	南伊豆町	○	○
おっけい	〃	○	○
ワークショップマナ	西伊豆町	○	○
とことこ西伊豆	〃	○	○

熱中症対策をしましょう！

季節も夏となり、太陽の日差しが厳しくなっています。特に梅雨明けの7～8月頃は熱中症発生率がピークになる時期です。熱中症はめまい、だるさ、吐き気・おう吐などを症状とし、重度になれば命を落としてしまうほど危険です。

快適で健康な生活を過ごしていくためにしっかりと熱中症対策を行いましょう。

主な熱中症対策

1.

1日3食の食事と水分を"こまめ"に摂りましょう

こまめな水分補給に加え、1日3食しっかり食べることが大切です。朝食を抜かず、たんぱく質や野菜・果物を取り入れて、水分や塩分、カリウムなどを補いましょう。

「喉が渴いたな」と感じる頃には体の脱水が始まっています。そのため、喉が渴いたと感じていなくても、こまめに水分を摂りましょう。

スポーツドリンクや糖分を含む飲料は、大量に汗をかく激しい運動時や発熱・下痢による脱水症状の際に適しています。日常の水分補給や汗をそれほどかいていない日常生活での水分補給には、水や麦茶を選ぶのがベストです。

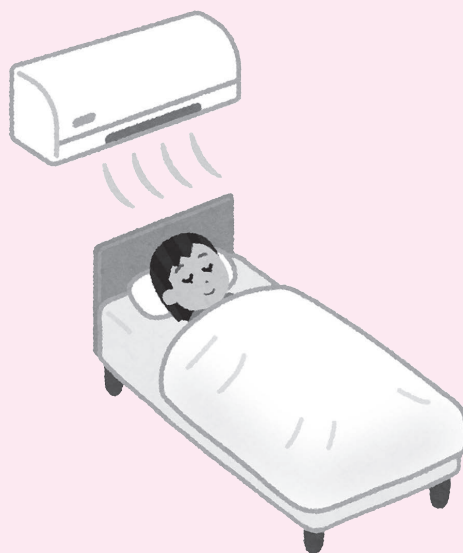


2.

睡眠環境を"快適"に保ちましょう

熱中症になる方の4割は夜間の寝ているときに発症しています。寝ているときは熱中症の初期症状である「気分不快」や「だるさ」「めまい」などを自覚することができず、いつの間にか重症になってしまうケースもみられます。

通気性や吸水性のいい寝具、エアコンや扇風機を適度に使って睡眠環境を整え、日々ぐっすりと眠ることで睡眠中・翌日の熱中症を予防しましょう。



3.

"気温と湿度"を気にしましょう

室内の場合は、日差しを遮るなど風通しを良くすることで、気温や湿度が高くなるのを防ぎましょう！快適かつ健康に過ごせる目安は、気温28℃以下、湿度40～60%と言われています。

※ここで注目！

エアコンの温度ではなく、「室温を28℃以下」にすることが重要です。そのためには室温を下げられる程度の温度にエアコンを設定しましょう。



4.

"エアコン"を使いましょう

「電気代がもったいないからエアコンは控えよう」と考える方もいるかもしれませんがそれは大きな間違いです。エアコンを付けずに熱中症になり入院した場合、1泊2日で5～9万円程度が自己負担額として必要になってしまいます。そのため、無理をせずエアコンを使った方が、健康かつ快適に過ごすことができます。



5.

"クーリングシェルター"を利用しましょう

クーリングシェルターとは『熱中症対策として市町村が指定する冷房設備を備えた施設で、熱中症特別警戒情報が発表された場合に一般的に開放され、暑さを避けるための場所』のことを言います。

クーリングシェルターは誰でも無料で利用することができます。涼しい場所でリラックスしながら住民同士の交流等をするのはいかがでしょうか。

開庁時のみ！

役場本庁、支所・出張所も
クーリングシェルターとして利用できます。
ぜひご利用ください。



涼み処

クーリングシェルター

ウエルシア西伊豆仁科店	仁科 320
仁科郵便局	仁科 388-7
田子郵便局	田子 1155-2
安良里郵便局	安良里 111-2
宇久須郵便局	宇久須 237

熱中症対策は周りの声かけで防げることがあります。

適切なエアコンの使用を心がけ、家族や地域で声をかけ合って暑い夏を乗り切りましょう。

第27回しずおか市町対抗駅伝競走大会に向けて

12月に開催される「しずおか市町対抗駅伝競走大会」の候補選手説明会と結団式が6月17日(水)に保健センター2階で行われました。

候補選手たちは、一人ずつ自己紹介をして大会に対する意気込みや抱負を語りました。金刺貴彦統括コーチは「無理せず一定の速度で走ることが結果的に記録として伸びてくるので、意識して走ってください。」と呼びかけました。

候補選手たちは、7月からの約5カ月間、毎週行われる合同練習や自主練習を積んで駅伝大会を迎えます。

大会当日だけでなく、練習期間も含めて、町民の皆様のあたたかい応援とご協力をお願いいたします。



わくわく体験村子ども体験会



7月11日(土)から「わくわく体験村子ども体験会」が開催され、町内の小学校4年生から6年生の15人が参加し、「SUP体験」、「スノーケリング」、「係船釣り」を行いました。子どもたちは、西伊豆の海の生き物や素晴らしい自然に触れながら、その豊かさや美しさを身近に感じ、海の体験を満喫しました。

県文協広域文化事業

第32回西豆合同合唱コンサートが開催されました

西伊豆町文化協会のコーラス3団体と松崎町文化協会のコーラス1団体が主催する「西豆合同合唱コンサート」が6月28日(日)に中央公民館多目的ホールで開催されました。

第1部は各コーラス部の合唱発表で、第2部は松崎町で活躍しているソプラノ歌手ソネタエコさんに美しい歌声を披露していただきました。会場中が温かい雰囲気包まれ好評でした。



8月のおはなし会

日時：8月23日(日)

午後1時30分～

内容：読み聞かせ

花びんに絵を書こう

対象：小学生以下

場所：西伊豆町立図書館

絵本コーナー

参加費無料、予約等不要です。

お気軽にご参加ください。



6月の
おはなし会の
様子

熱中症を予防するために、暑さへの対策やこまめな水分補給が大切です。そんな8月は、年間で水の使用量が多く、水についての関心が高まる時期ということで、8月1日が水の日となっています。今月の図書館は「水」についての本を特集します。

日本絵本大賞の本が入荷しています!

日本絵本大賞

ある星の汽車 作：森 洋子

いま、日本は戦争をしている

・・・太平洋戦争のときの子どもたち・・・

..... 文・絵：堀川 理万子

日本絵本賞

もりのあさ 作：出久根 育

翻訳絵本賞

ばくのすみっこ ... 作：ジョオ 訳：かみや にじ

以上の本が入荷しています。

大人も子どもも楽しめる絵本になっていますので、ぜひ一度読んでみてください。

♪新しく入りました♪

【CD】

★STAGE-THE MUSICAL IN MY HEAD-/中島 美嘉

★COVERS/徳永 英明

【DVD】

★35年目のラブレター

★モアナと伝説の海2



新着図書

一般書

『ブティック』池井戸 潤

『星月夜 藩邸差配役日記』砂原 浩太郎

『しっぽのカルテ』村山 由佳

『虚の伽藍』月村 了衛

『あの空の色がほしい』蟹江 杏

『リボンちゃん』寺地 はるな

『覆面作家』大沢 在昌

『私が愛した余命探偵』長月 天音

『町の本屋はいかにしてつぶれてきたか』飯田 一史

『最後にあなたを守れるのはあなただけ』和田 秀樹

『地球の歩き方 昭和レトロ』地球の歩き方編集室

『図解でわかる高齢者の行動と心理』大谷 佳子

『知らないと合格できない 令和の受験のフツウ』

西岡 吉誠

『透析を止めた日』堀川 恵子

『認知症予防の専門家が作った大人の健康脳トレドリル』

小林 聖卓 編

『頑張らない運動術』岩木 博美

『新定番!フライパンごはん』婦人之友社 編

『清張が聞く!一九六八年の松本清張対談』松本 清張

『行先は未定です』谷川 俊太郎

児童書

『ことばどんどん すいぞくかん』内山 晟 写真

『ももんちゃん ころん』とよた かずひこ

『ふるふるフルーツ』ひがし なおこ

『ねずみくんの花ことば』なかえ よしを

『いらっしやいおまつりだ!』山本 祐司

『まゆとそらとぶくも』富安 陽子

『パンダのおさじとぼんだっちゃん』柴田 ケイコ

『2歳のえほん百科』榊原 洋一 監修

『ひめゆり学徒だった山内祐子さんが沖縄の高校生に伝えたこと』

渡辺 考

『新伝記 平和をもたらした人びと8 国境なき医師団』

光丘 真理

『キッチンラボ どうしてそうなる?実験レシピ 温度編』

露久保 美夏

『みつけた!職人さんの和のカタチ1線香花火』瀬戸山 玄

『楽しく考える 教科書のお話 3年生』白坂 洋一監修

受付日記

6月15日～7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	道家 みのり	90	みのり
大久須	松本 都男	86	都男
大田子	花木 光子	89	正義
月西	仲里 四廣	72	四廣
沢田	原間 千代治	76	千代治
仁科浜	佐野 晴江	78	晴江
中	三矢 進	93	進
一色	須田 豊	79	豊
一色	山本 重美	88	重美

◎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 7月1日現在

世 帯 数	3,416世帯(△ 8)
人 口	6,294人(△11)
男	3,005人(△ 4)
女	3,289人(△ 7)
田子地区	1,575人(△ 6)
仁科地区	2,714人(△ 3)
宇久須地区	1,182人(△ 2)
安良里地区	823人(± 0)

() 内は前月比

※住民登録件数の統計です。
住民基本台帳法の改正に伴い、外国人住民を加えた情報を掲載しています。

お忘れなく

(8月分)

町県民税(普徴)	2 期
国民健康保険税	3 期
後期高齢者医療保険料	1 期
納期限は8月31日(月)です	

お知らせ



電子申請でいつでもどこでも かんたん手続き!

＼詳細はこちら／



今まで窓口や郵送で行っていた手続きの一部が、インターネットでもできます!
24時間365日、自宅や職場から手続きできるので、ぜひご利用ください!



放送内容を メール・LINEで確認!

同法無線放送の内容を、メールまたはLINEで受け取ることができます。

「西伊豆町メール配信サービス」登録はここから▶



問合せ：まちづくり戦略課 情報管理係 Tel 52-1963

町のお知らせをテレビで確認!

＼押してみよう!／



問合せ：まちづくり戦略課 企画調整係 Tel 52-1111

今月のマイナンバーカード 時間外交付・申請受付

要予約! 窓口税務課 ☎52-1112へ

8月 9日(日) 9:00～12:00

8月25日(火) 17:00～19:30

交付場所
本庁1階



ネット予約

8月

夕陽時刻表

夕陽鑑賞はいかがですか。

1日～10日	18:48
11日～20日	18:38
21日～31日	18:26

西伊豆町の交通事故件数

	6月	累計	前年 6月 累計	増減
人身 事故	1	4	10	-6
死者	0	0	0	±0
傷者	1	6	13	-7
物損 事故	15	82	76	+6

(暫定値)

1 土	5/30-9/27 風鈴神社(宇久須神社)	17 月	
	7/31-8/2 町内留学 English Summer Camp(旧田子中学校)	18 火	
2 日			9:00 幼児健診(下田市)
3 月		19 水	13:00 スマホ相談会(福祉センター) 13:30 行政相談所(田子公民館)
4 火			
5 水	10:00/13:00 スマホ教室(住民防災センター)	20 木	10:00/19:00 出張健身塾(健康増進センター) 14:00 からだスッキリエクササイズ(健康増進・福祉センター)
6 木	10:00/19:00 出張健身塾(健康増進センター)	21 金	
7 金		22 土	
8 土	7:30 胃・肺・大腸がん検診(田子魚市場)	23 日	
9 日	9:00~12:00 【予約制】マイナンバーカード時間外窓口	24 月	
10 月		25 火	17:00~19:30 【予約制】マイナンバーカード時間外窓口
11 火		26 水	10:00 あかちゃんクラブ(伊豆海認定こども園) 10:00/13:00 スマホ教室(中央公民館)
12 水		27 木	10:00/19:00 出張健身塾(健康増進センター)
13 木	13:30 網小屋再生ワークショップ(中央公民館)	28 金	19:30 ボディコントロール教室(福祉センター)
14 金	16:00 安良里夏まつり(公民館前堤防・旧賀茂幼稚園)	29 土	
	17:30 浜施餓鬼(安良里・多目的広場)	30 日	
15 土	19:30 岩谷戸百八灯(岩谷戸橋付近) 20:00 田子港まつり-花火打上げ(田子漁港)	31 月	
16 日			



病院行く？救急車呼ぶ？
病气やけがで迷ったら電話で相談！

救急安心
電話相談窓口

7 1 1 9

15歳
未 満

静岡こども
救急電話相談

8 0 0 0

24 時間受付

重症・緊急の場合は迷わず119番へおかけください！

救急当番医は、(一社)賀茂医師会のホームページ(<https://www.kamoi.or.jp/toban.html>)から ▶▶▶



下田地区消防組合
救命講習

日程表・申込み▼



編	集
後	記

今年は台風の当たり年ですね。週末に海がうねることが多く、せっかくのシーズンなのに海のレジャーがしにくいなと感じています。いよいよ西伊豆が多くの方で賑わう季節です。私も広報制作のかたわら海中撮影ができるチャンスをうかがっています。皆さんも流されたりしないように安全に夏の海を楽しんでいきましょう！

『セロ弾きのゴーシュ展』

富士見町だより



会期：7月18日(土) ～ 8月23日(日)

名作アニメーション映画「セロ弾きのゴーシュ」の原画を拡大した特別版等を展示します。原作者の宮沢賢治は、八ヶ岳の豊かな自然や歴史から着想を得て作品を生み出したともいわれています。

今回の展示会は、故・高畑勲監督が1981年に完成させた長編映画をとりあげ、日本のアニメーション映画がどのように作られているのかを垣間見ることができます。

夏休みに富士見町を訪れる機会がありましたら、ぜひお立ち寄りください！

- 場 所 富士見町高原のミュージアム(長野県諏訪郡富士見町富士見3597-1 コミュニティ・プラザ2階)
- 開館時間 午前10時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 休 館 日 月曜日(月曜が祝日の場合は翌日)、祝日の翌日(土日祝の場合は開館)、12/28～1/4
※7/27(月)、8/3(月)、8/10(月)、8/12(水)、8/17(月)は開館
- 入 場 料 大人300円 子ども150円

問合せ 富士見町高原のミュージアム TEL:0266-75-5735

し び れ こ 神秘の山上湖『四尾連湖』で涼を感じる夏の休日 市川三郷町だより

標高850メートル、山々に抱かれるように静かに佇む「四尾連湖」。かつて雨ごいの儀式が行われていたという伝説が残るこの山上湖は、今、心洗われる夏の避暑地として多くの人を魅了しています。

湖畔に立てば、深い緑が水面に映り込み、日常の喧騒を忘れさせる幻想的な風景が広がります。木漏れ日の中、そよ風を感じながら散策を楽しんだり、静かな湖面を眺めてゆったりとした時間を過ごしたりと、思い思いの休息が叶う場所です。また、夜には満天の星空が広がり、昼とは違った神秘的な表情を見せてくれます。

キャンプやバーベキュー、サウナやサップ、湖畔のテラスで楽しめるカフェなど、自然をあますことなく体験できる市川三郷町の「天然の涼」。暑い夏の日、涼やかな風が吹き抜ける四尾連湖へ、心のリフレッシュに出かけてみませんか。

交通アクセス

中央自動車道甲府南ICより約50分
中部横断道増穂ICより約40分
JR身延線市川大門駅よりタクシー約30分
有料駐車場あり

キャンプ・バーベキュー のご予約

水明荘 ☎055-272-1030
龍雲荘 ☎055-272-1031



問合せ 市川三郷町役場 産業振興課 観光係 TEL:055-240-4157

