

特集 9月は認知症月間 「認知症の人にやさしいまちは 誰にとっても住みやすいまち、」



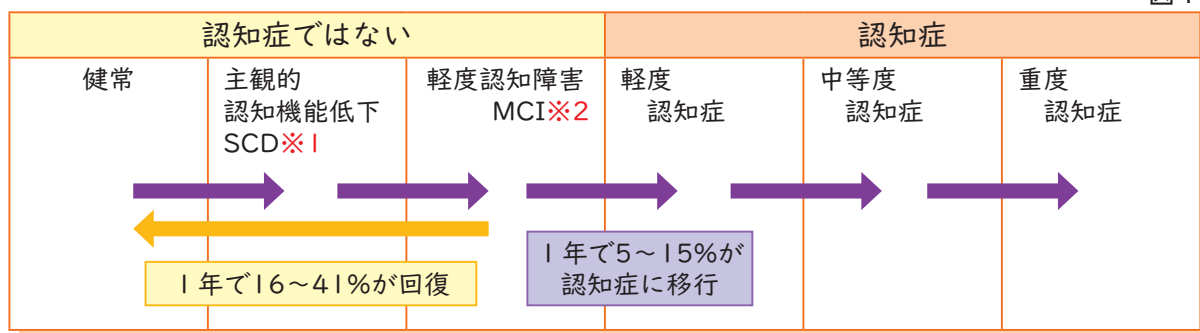
特集 9月は認知症月間 「認知症の人にやさしいまち」 誰にとっても住みやすいまち」



図1

●「認知症、の考え方

人は、歳を重ねるとともにさまざまな経験を積み重ねて人として成熟する一方、徐々にからだの機能は衰えていきます。あわせて、脳の機能も衰えていきますので、年齢が高くなるとともに認知症になる可能性は高くなります。



●「認知症の備え」として私たちができること
認知症は、誰もがなる可能性がありますが、認知症になっても大丈夫なように備えることが大切です。

●「認知症の備え」として私たちができること

認知症は、誰もがなる可能性がありますが、認知症になっても大丈夫なように備えることが大切です。

●「認知症予防」の考え方
国が示している「認知症予防」は、「認知症にならない」ということではなく、「認知症の発症を遅らせる」「進行を遅らせる」という意味です。図2は、認知症のリスク因子を示したものです。これまでの12因子（教育の水準の低さ、頭部外傷、運動不足、喫煙、過度のアルコール、高血圧、肥満、糖尿病、難聴、うつ病、社会的孤立、大気汚染）に加えて、昨年新たに、視力の低下とLDLコレステロール値の上昇という2個の因子が特定され、認知症のリスク因子は14個になりました。

●「認知症」の経過（図1）
誰もが突然認知症になるわけではありません。多くの認知症はゆっくりと進行するため、「健常」とは言えないが、「認知症」とも診断できない時期が存在します。また、進行や経過には個人差が大きいといわれており、環境によっても変わります。

▽気になる症状があれば、医師に相談してみるのも一つの方法です。

▽市では、認知症講演会や認知症サポーター養成講座を開催しています。

▽市では、認知症講演会や認知症サポーター養成講座を開催しています。

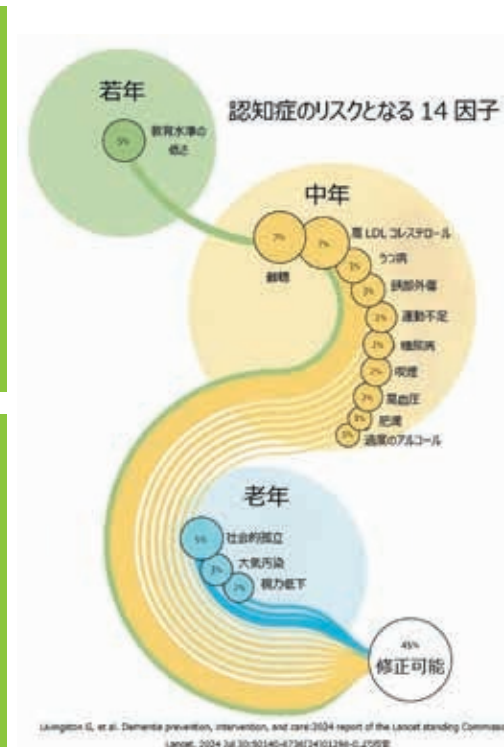


図2

▽市では、認知症力フェアや居場所などを進めています。

▽市では、認知症力フェアや居場所などを進めています。

▽市では、認知症力フェアや居場所などを進めています。

▽市では、認知症力フェアや居場所などを進めています。

●認知症になっても自分らしく、楽しみながら地域で暮らす

認知症の早期診断は進んでおり、以前と比べると、自分で違和感を覚えて受診する人が増えていると言われています。「もしも、自分が病院で認知症と診断されたら」ショックを受け、人に会うのが怖くて、家にひきこもってしまうかもしれません。ですが、認知症と早期に診断されても、すぐに日常生活に大きな支障が出るわけではありませんし、身体的介護も必要ありません。診断される前の「昨日の自分」と、診断された後の「今日の自分」は、何も変わっていません。地域で今までどおり暮らしている人はたくさんいます。

認知症の診断を受けてからも10年以上、伊東市で一人暮らしを続けているIさんをご紹介します。

認知症の診断

認知症の診断を受けたのは10年ほど前、股関節の手術で数カ月入院した際のこと。院内で「もの忘れ外来」の案内を見て自ら受診し、「認知症」と診断されました。自分でも衰えを感じていたので、「やっぱりなあ…」と思っていたので、早期の診断だったので服薬や治療を受けていれば、「そうすぐに悪くなることもないだろう」と前向きに捉えていました。

「夫が脳梗塞になったとき、麻痺や言語障害が生じたものの、入院、リハビリを通して自立した生活を送れるようになった様子を見ていたから大丈夫かって」と話します。「困るのは人の名前を忘れちゃうこと。顔は覚えてるんだけどねえ…」

大事なことをメモしてもなくしてしまうので、今は全てカレンダーに書き込むことにしています。



楽しみ①欲しいものを自分で選んで買う

自宅近くのコンビニで、食べ物や日用品のほとんどを自分で購入しています。数年前から電子マネーで支払をしています。徐々にカードの持参や提示を忘れることが多くなりました。元氣なときから通っている馴染みのコンビニ。店員の皆さんは、Iさんがこれからも自分で買いたい物ができるようにと「来店されたら、カードの提示や残高の確認、チャージのタイミングなどのお声掛けをするように、店員同士共有しています。」「何日かお買い物に来られないと、どうしたのかなって心配になるんですね。」と優しく話します。



楽しみ②自分の好きなことを続ける

和裁、洋裁が好きだったことから、友人にフラダンスの衣装づくりを頼まれたことがきっかけとなり、自身もフラダンスを楽しむようになりました。さらには民謡、民舞、三味線と趣味の幅が広がっていきました。民謡・民舞の会を主催している友人とは20年以上の付き合いで、月に数回ある稽古のうち1回はIさん宅の和室で行っています。この日もメンバーと一緒に、三味線に合わせて「長者の山」や「しげさ節」など2時間ほど稽古。友人によると、「今は唄だけになったけど、腹から声を出すから体に良いですよ。みんな元氣。みんな楽しんで、心も晴れてすっきりします。」と、Iさんは歳を重ねて三味線や踊りは難しくなりましたが、できることをできる限り楽しむことの大切さが伝わります。



楽しみ③同じ思いや経験を共有できる仲間との時間

本人ミーティング「わすれな草の会」(P5参照)に、毎月参加するのを楽しみにしているIさん。忘れないようにカレンダーに予定を書いて、スタッフが事前に電話をかけることで、参加できています。「いつもの仲間と会うとほっとするし、いろんな話ができて楽しいね。」参加して思わず笑顔がこぼれます。

自分らしい暮らし

Iさんは、要介護認定を受け、訪問介護による家事支援やデイサービスを利用しています。一人暮らしではありませんが、市外に住む息子さんは毎月帰省しており、ご家族をはじめ、介護事業所、医療関係者、趣味の仲間や地域の人たちとともに、自分らしく彩りある毎日を送っています。

●認知症になっても大丈夫な地域づくり

Iさんのように、認知症と診断されても、自分でできることを続けながら、できないことは社会資源を利用し、周りの人と支え合いながら、地域で暮らし続けることができます。そのための第一歩は、自身が認知症だということを受け入れ、周りの人に伝えることから始まります。

診断後、多くの人がこれまで自分が思い描いていた未来とは違うことから、少なからず不安を感じると思います。そんなとき、診断されたことを前向きに受け止め、自身の今後について考えられるよう備えることはとても大切です。

※1 主観的認知機能低下 (SCD)

もの忘れを自覚しているものの、客観的には認知機能の低下を認めない状態で、認知機能検査の得点はほぼ正常範囲内です。

※2 軽度認知障害 (MCI)

認知症になる手前の段階で、認知症予備軍とも呼ばれます。日常生活に影響を及ぼす程度ではないため認知症とは診断されませんが、記憶障害など軽度の認知機能の障害が認められるため正常とも言いきれない中間の状態です。

* チームオレンジ

認知症サポーター養成講座・ステップアップ講座を受講した認知症サポーターがチームを組み、認知症の本人やその家族の声を聴いて、地域の特性を生かしながら活動する取組の一つです。市内には現在6つのチームオレンジがあり、認知症の本人やその家族とともに同じ「仲間」として活動しています。今回は、宇佐美圏域の「チームオレンジしらす」の活動を紹介します。チームオレンジメンバーがボランティアスタッフとなって「認知症カフェしらす」を開催しています。その場でコーヒー豆を挽いて、淹れたコーヒーをみんなで飲みながら数独ゲームをするのが楽しみの一つになっています。認知症になっても生きがいや楽しみを持って地域で活躍できるように、「やりたいこと」「できること」を語り合いながら、認知症になっても住みやすいまちづくりを目指して活動しています。



©Toshio Iwai

大丈夫、な 地域づくり



おもい♡かなえるカード



ヘルプマーク

※3 ヘルプマークとは

さまざまな理由で、外見からは他の人からの援助や配慮が必要だと分からない人が周囲に知らせるためのもので、身に着けて外出することで周囲からの援助を得やすくするためのものです。

対島圏域

中央圏域

小室圏域

全圏域

伊東圏域

宇佐美圏域

* 認知症地域支援推進員

認知症であってもなくても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症の理解を深めるための普及啓発活動をはじめ、認知症の本人やその家族の視点に立った取組や地域づくりをしています。市内5カ所の地域包括支援センター（宇佐美・中央・伊東・小室・対島）と高齢者福祉課に1人ずつ配置されています。

※高齢者福祉課配置の認知症地域支援推進員は在宅医療連携推進コーディネーターとして、各圏域担当は生活支援コーディネーターとしても活動しています。

* 本人ミーティング「わすれな草の会」

認知症の人や物忘れが気になる人が気軽に集まり、自身の思いや体験を安心して語り合えるところです。

【参加者の声】

「私のこと覚えてる？覚えてないかな。忘れんば同士だからね。」

「名前は出てこなくても顔は覚えてる。またこうやって会って話せてうれしい。」

「悩んでいた時もあったけど、今ではここに来るのが楽しみ。」

同じような悩み、経験を共有することで、前向きになるきっかけになります。

市では、市役所内の喫茶かめりあで、本人ミーティング「わすれな草の会」を毎月開催しています。会の名前は参加者の皆さんで決めました。

認知症になっても

* おもい♡かなえるカード

市では、周囲のちょっとした手助けがあれば望んでいることが叶えられたり、行きたい場所に行けるように、自分の「おもい」を自由に記載できる「おもい♡かなえるカード」を作成しています。こちらのカードは、ヘルプマーク（※3）同様、認知症の人だけでなく、どなたでも利用することができます。歳を重ねても、認知症になっても、やりたいことをあきらめることなく叶えていけるように工夫された、とても便利なカードになっています。カバンや財布に入れて持ち歩き、必要なときに取り出して使います。

活用例①公共交通機関の乗車時に行先の確認をしたい

②レジなどの支払をゆっくりしたい など

認知症かもしれない？と思ったときは…

1 認知症の相談窓口

市では、認知症と診断されても相談できる体制を整えています。「おかしいな」と思ったときには、そのままにするのではなく、お住まいの地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、かかりつけ医、認知症サポート医、認知症疾患医療センターなど身近な専門機関にご相談ください。

2 認知症あんしんマップ

認知症に関する情報をまとめたパンフレットです。市役所や出張所、各地域包括支援センター、医療機関の窓口などに配架しています。市ホームページからもダウンロードできますので、ぜひご活用ください。

3 認知症簡易チェックシステム（利用料無料。通信料は自己負担。）

認知症の早期発見・対応のため、市ホームページ内又は右記の二次元バーコードを読み取るとご利用いただけます。個人情報の入力不要です。医学的診断をするものではありませんので、結果に関わらず、ご心配な人はお早めに医療機関にご相談ください。



※特集記事の問い合わせ先：高齢者福祉課 32-0781

屋外広告物適正化旬間

都市計画課 ☎32-1781

9月1日から10日は屋外広告物適正化旬間です。期間中は、違反広告物のパトロール、県内一斉の違反はり紙などの簡易除却活動、安全管理の啓発活動などを行います。

屋外広告物（看板）とは、建物などの屋外に設置（表示）されている社名や店名、広告板、案内板などのことで、静岡県屋外広告物条例により広告物の大きさや設置する場所などが制限されています。

広告物を設置する際は、市の許可が必要になる場合がありますので、都市計画課又は設置を依頼する屋外広告業者に確認をお願いします。

また、全国的に屋外広告物の落下など事故が多発しています。表面はきれいな看板に見えても内部では気づかぬうちに腐食が進み、落下や倒壊などの事故が生じ、取り返しのつかない事態を招く恐れがあります。このような事態を未然に防ぐためにも、日常的な点検や屋外広告業者による定期点検の実施をお願いします。

天城霊園無料送迎バス運行

振興公社 ☎37-7135

午前の部

停車場	伊東駅 ⑥番ポール	西校前	宮 川	荻緑町	蟬人形館前	南原	天城霊園
行 き	9:40	9:45	9:50	10:00	10:05	10:10	10:20
停車場	天城霊園	南原	蟬人形館前	荻緑町	宮 川	西校前	伊東駅 ⑥番ポール
帰 り	11:10	11:20	11:25	11:30	11:40	11:45	11:50

運行日 9月23日(火・祝)

※交通状況により時間が前後する場合があります。
※荒天などにより運休となる場合があります。

午後の部

停車場	伊東駅 ⑥番ポール	逆 川	水無田	吉 田	伊豆高原駅 (桜並木口)	南原	天城霊園
行 き	13:30	13:40	13:45	13:50	14:10	14:20	14:30
停車場	天城霊園	南原	伊豆高原駅 (桜並木口)	吉 田	水無田	逆 川	伊東駅 ⑥番ポール
帰 り	15:20	15:30	15:40	16:00	16:05	16:10	16:20

運動したら“得”しちゃった

Vitalityというウォーク 参加者募集

健康推進課 ☎32-1630

スマートフォン専用アプリ「Vitality」

を活用した健康づくり事業です。

ウォーキングなどの運動に取り組み、毎週設定される週間目標を達成すると、特典が獲得できます。

ウォーキング
などにより
ポイントを獲得



目標達成!!
各種ドリンクなどと
交換できるチケット
を獲得!



※本事業は、住友生命保険相互会社の協力のもと実施されます。アプリに登録された個人情報は本事業のためにのみ使用されます。

申込期間中に、専用アプリ「Vitality」登録サポート会を開催します。

日時：10月20日(月) 10時～13時
10月21日(火) 13時～16時
会場：健康福祉センター（予約不要）

【申 込】10月20日(月)～10月26日(日)
市ホームページ「Vitalityというウォークを開催します!」からお申込みください。

【実 施】10月27日(月)～12月21日(日)8週間

【参加費】無料(通話料やパケット料金は参加者負担となります。)

【対 象】次の①～③の全てを満たす人

①伊東市在住・在勤の18歳以上の人

②専用アプリ「Vitality」に登録したスマートフォンのメールアドレスへ、本事業に関するメールが住友生命から送信されることに同意していただける人

③アンケートにご協力いただける人

*他の方法でVitalityアプリをご利用中の人は参加できません。

【定 員】先着200人

お申込みや事業の詳細については、市ホームページ「Vitalityというウォークを開催します!」をご覧ください。



秋の集団検診

9月2日(火)予約開始!!

全ての検診で予約が必要です。

予約先 健康推進課 ☎52-3005

実施日	会場
10月14日(火)	健康福祉センター
10月15日(水)	健康福祉センター
10月16日(木)	八幡野コミュニティセンター
10月17日(金)	生涯学習センター 救会館
10月18日(土)	八幡野コミュニティセンター
10月20日(月)	市役所
10月21日(火)	市民体育センター
10月22日(水)	八幡野コミュニティセンター
10月23日(木)	生涯学習センター 救会館
10月24日(金)	宇佐美コミュニティセンター
10月27日(月)	健康福祉センター
10月28日(火)	健康福祉センター
12月 4日(水)	健康福祉センター
12月 5日(木)	八幡野コミュニティセンター

受付時間 8時30分～11時（詳細は予約時にお伝えします。）

※10月18日は胃がん検診を実施しません。胃がん検診以外は、14時までの実施となります。

胃がん検診

対象 30歳以上の市民

内容 問診、胃部エックス線撮影（バリウムを飲んでエックス線撮影）

費用 600円

※バリウムは一度誤嚥すると排出できません。物を飲み込みにくい、むせやすい人は、この検診の受診はご遠慮ください。

※腸閉塞・大腸憩室、人工透析、高血圧・心臓・脳血管疾患などの既往のある人は主治医に検査の相談をしてから申込みをしてください。

※検診前日の22時から検査が終わるまでは、飲食をしないでください。ただし、高血圧、精神科の薬は検診日の朝少量の水で飲んで構いません。検査当日は喫煙しないでください。

※ひどい便秘、ひどいめまい、誤嚥の危険や飲み込み障害がある、自力で立てない、横向きなどの姿勢を保つことが困難、バリウムや発泡剤で蕁麻疹やショックを起こしたことがある場合は、この検診を受けることができません。

大腸がん検診

対象 30歳以上の市民

内容 問診・便潜血検査

費用 500円

受診方法 検査の2週間前までに予約していただくと、検査容器を郵送します。自宅で2日間便を採り、検診会場までお持ちください。予約日に提出できない場合は、健康推進課へお問い合わせください。

肝炎ウイルス検診

対象 今年度40歳以上の市民のうち肝炎ウイルス検診を受けたことがない人

※ウイルス性の肝炎にかかっている人と定期的な検査や治療を受けている人はお問い合わせください。

内容 問診、血液検査（B型とC型の肝炎ウイルス検査）

費用 500円

肺がん検診

対象 40歳以上の市民

内容 問診、胸部エックス線撮影

費用 200円

※集団検診では喀たん検査の実施はありません。

前立腺がん検診

対象 50歳以上の男性市民

※前立腺疾患の治療を受けている人は受診をご遠慮ください。

内容 問診、血液検査（PSA検査）

費用 500円

【申込みから結果通知までの流れ】

- (1)5月下旬に市から送付した「令和7年度がん検診等受診券」を手元にご用意ください。
- (2)以下の予約方法にて9月2日(火)8時30分以降に申込みをしてください。
 - ①電話予約 ☎52-3005
 - ②インターネット予約（右記二次元コードから）
- (3)受診予定日の1週間ほど前になると、封書で申込内容と問診票などが届きます。内容を確認し必要事項をご記入ください。
- (4)検診当日、「令和7年度がん検診等受診券」、「各問診票」、その他通知文に記載のある持ち物を持って会場へお越しください。
- (5)検診の結果は約1カ月後に郵送で届きます。



インターネット予約はこちらから

各種検診の共通事項

- 会社や、診療で同様の検査を受ける機会がある人はそちらを優先してください。
- 既に自覚症状がある人は、検診ではなく医療機関で受診しましょう。
- 年度内に2回同じ検査を受ける重複受診を確認した場合は、1万円程度の自己負担をしていただきます。
- 天災・感染症流行などにより安全を考慮し、内容を変更又は中止する場合があります。
- 問診などにより、検診を受けられない場合があります。
- 妊娠中や妊娠の可能性がある人、授乳中の方はご相談ください。
- 70歳以上（年度内に70歳になる人も含む。）の人やその他費用が免除になる人がいます。詳しくはお問い合わせください。
- 胃がん検診・肺がん検診（喀たん検査含む）・大腸がん検診は、個別検診として、市内各協力医療機関で受けることもできます。

健康ひろば

子育て

母子保健事業

対象者や受付時間を個別に設定しています。受付時間、持ち物については、個別に通知しますので、内容をご確認の上お越しください。

9月の健診・教室	日 程
1歳6カ月児健康診査 (6年2月生まれ対象)	17日(水)
2歳児健康教室 (5年8月生まれ対象)	18日(木)
3歳児健康診査 (4年8月生まれ対象)	10日(水)

会場：健康福祉センター

子育て支援課

☎(32)1582

子ども医療費受給者証の更新

9月末に、全ての子ども医療費受給資格者に、10月1日から使用できる新しい受給者証を送付します。9月末日までは、今お持ちの受給者証を使用してください。

※住所、氏名、加入保険、保護者の状況に変更があった場合は、子育て支援課又は各出張所に「変更届」を提出してください。

子育て支援課

☎(32)1581

プレママプレパ教室

対象 妊婦と家族（きょうだいも来場できます。）

会場 健康福祉センター

内容 マタ友ママづくりや、出産前後のママと家族の気持ちの変化、産後すぐに役立つ赤ちゃんのあやし方など。

日時 9月24日(水) 18時45分～ ※夜間開催です。

持ち物 母子健康手帳

申込み 9月17日(水)までに子育て支援課に電話又は回答フォームから必要事項を入力し申込みしてください。



回答フォーム
はこちら

子育て支援課

☎(32)1582

未就園児を対象にした9月の幼稚園施設開放

市立幼稚園では、入園前の子どもを対象にした施設の開放を毎月（2月を除く）実施します。

0歳から見学が可能です。

入園前から園や集団の雰囲気味わう良い機会ですので、お気軽にお出掛けください。

9月の実施日は下記のとおりです。

対象 0歳児～5年4月1日生まれの子ども

内容・時間 各園にお問い合わせください。

申込み 希望する園へ事前に電話で申込みをしてください。

※感染症の拡大状況によっては、予告なく中止となる場合があります。

9月の幼稚園施設開放日

日程	幼稚園施設	電話番号
8日(月)	伊東幼稚園	37-2182
10日(水)	荻幼稚園	36-6227
11日(木)	宇佐美幼稚園	48-9064
12日(金)	吉田幼稚園	45-0430
19日(金)	八幡野幼稚園	53-0395
26日(金)	富士見分園	36-6103

幼児教育課

☎(32)1952

健康

毎年9月24日～30日は結核予防週間

年に1回は、学校や職場の健康診断やがん検診などで、胸部エックス線検査を積極的に受けましょう。症状がなくても、毎年検査を受け、結核を早期発見することが重要です。自分自身の健康を守ることとはもちろんのこと、家族や友人などへの感染を防ぎましょう。咳などの風邪症状が長く続くようなら、必ず診療を受けましょう。また、新規

広 告 欄

相続手続 遺言
成年後見 会社設立
不動産の名義変更

司法書士 山田康太法務事務所

TEL0557-48-7370

初回相談無料

司法書士 山田康太
伊東市川原1216番地の30

地域の電話サービスで、がんばります！

町の便利屋さん 手伝い日和

スズメバチ駆除します！

- 庭の清掃(剪定、伐採、畑土、駐車場設置)
- 不用品処理・引越・一般雑用

お見積無料！
保険も完備！

(作中)090-8862-2959 (自宅)0557-51-2392 伊東市富戸439-4

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

結核患者は高齢者に多く、およそ7割が60歳以上となっています。高齢者は咳、痰などの典型的な症状が出ないこともあるため、食欲低下、体重減少などの症状にも注意が必要です。

気になる症状 咳が出る、痰が出る、体がだるい、微熱が続く、食欲低下、体重減少

※これらの症状が、2週間以上続くときは要注意です。早めに医療機関を受診してください。

健康推進課
☎(32)1583

健康づくり応援イベント開催

毎食、新鮮野菜をおいしく食べて、野菜を好きになり、いつまでも元気に過ごしていただきたい！

ベジチェックをご存じですか？ 手のひらを約30秒当てるだけで、簡単に推定野菜摂取量を見える化できる機器です。その他、体組成(筋肉量)・肌年齢測定、個別の食事プランの相談などができます。

対象 市民
日 9月12日(金)

時間と会場 ①9時～11時

J Aふじ伊豆ファーマーズマーケット いで湯つこ市場 ②正午～13時 市役所1階市民ロビー

費用 無料

申込み 不要

健康推進課
☎(32)1630

ゲートキーパー養成研修

ゲートキーパーは「いのちの門番」ともいわれ、心の不調に悩む人に気づき、声を掛け、話を聴いて必要な支援につなげる人のことです。身近にいる大切な人が、悩んでいることに気づき、声を掛けるコツを学んでみませんか？

【基礎コース】

対象 市内在住・在勤の人
日 11月13日(木) 19時～21時

内容 市の自殺の現状、心の不調を抱えた人の特徴、声の掛け方、話の聴き方、見守りの大切さ、相談窓口の紹介とつなげるときのポイント

【スキルアップコース】

対象 ゲートキーパー養成研修(基礎コース)を受講

した人

日 11月27日(木) 19時～21時

内容 ゲートキーパーとしての実際のスキルをロールプレイ(演習)により体験

【各コース共通事項】

会場 健康福祉センター
講師 ライフステーション

えんと 仁科雄介精神保健福祉士

申込み 健康推進課へ電話又は左記入力フォームから必要事項を入力してください。



入力フォーム

健康推進課

☎(32)1583

もう、お済みですか？年に一度の、けんしん(健診・検診)

◆16～39歳

・職場や学校で健診を受けましょう。定期的に病院で受診している人は、治療を継続しましょう。

・それ以外の人は、市の『39歳以下健診』が受けられます。

◆40～74歳

・伊東市国保の人は、9月30日(火)までに『特定健診』を受けましょう。黄色の封筒をご確認ください。

・それ以外の人は、保険者(協会けんぽなどの健康保険事業の運営団体)による『特定健診』を受けましょう。

◆75歳以上

・9月30日(火)までに『後期健診』を受けましょう。赤紫色の封筒をご確認ください。

◇共通

・がん検診は8年1月31日(土)までに受けましょう。オレンジ色の封筒をご覧ください。

※伊東市民病院ドック健診センターは8年3月6日(金)まで



詳細は市ホームページから

健康推進課
☎(52)3051

広告欄

デイサービスプログラム
インターネットラウンジ
好評実施中
クラシオンデポルテ
フルーズ伊豆高原
無料体験実施中！お気軽にお問合せください
※ご利用には介護保険の「要介護」または「要支援」の認定が必要です
株式会社 伊豆介護センター
TEL 0557-36-9069
www.izukaigo.com

贈り物の専門店
・中元・歳暮・結婚・出産
・快気・入進学内祝・成人
・御礼 etc...
カタログギフト多数取り揃えております
◀カタログ無料でお届けします。お気軽にお電話ください。▶
東海バスグループ apide ギフトプラザ伊東
伊東市東松原町16-2(東海館前)
営業時間/10:00～18:00
定休日/日曜日、祝日
●駐車場完備
店舗横の三井のリパーク
伊東東松原町駐車場
LINEお友達登録はこちら

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

行政 Topics

市役所開庁時間：8時30分～17時15分
※土日・祝日は閉庁

i 9月及び10月は
行政相談月間

雇用、年金、登記、河川、道路など国の仕事やその手続、サービスについて「困っていることがある」、「こうしてほしい」、「どこに相談してよいかわからない」といったことはありませんか。住民の皆さんが相談する際、身近な窓口となるのが「行政相談委員会」です。

「行政相談委員会」は総務大臣が委嘱している皆さんの身近にお住まいの民間のボランティアです。

次のとおり定例相談を行っています。お気軽にご相談ください。（秘密厳守）

日時 毎月第3木曜日 13時～15時

会場 市民課市民生活係（市役所低層棟2階）

費用 無料

行政相談委員

・村上 靖 委員

・鈴木 恵美子 委員

問 市民課市民生活係

☎(52)3002

i 9月1日～10月31日は
秋の農作業安全運動

期間中は、県内全域で秋の農作業安全運動が行われます。秋は、農作物の収穫期を迎え、農業機械を利用する作業が多くなります。農作業事故の多くが、単純なミスによるものであり、十分注意することとで防ぐことができます。基本的な注意事項を確認し、事故の原因を一つ一つ取り除き、農作業事故ゼロを目指しましょう。

また、電気柵を設置している場合は、見えやすい場所に危険表示がされているか、もう一度確認しましょう。

【チェック・ポイント】

・農業機械の管理・利用は、適切に行いましょう。

・適度な休息を取りましょう。

・小型の機械でも十分注意して操作しましょう。

・農業機械以外にも注意しましょう。

問 産業課

☎(32)1733

i 長寿祝金の贈呈

長寿のお祝いのため、9月1日現在において、本市に引き続き1年以上住民登録がある88歳、99歳の人に長寿祝金を贈呈します。

対象となる人には、通知を9月中旬までに郵送します。で、内容をご確認の上、口座振込の手続をしてください。

88歳 1万円

99歳 2万円

問 高齢者福祉課

☎(32)1561

i 扶養親族等申告書の
提出をお願いします

老齢や退職を事由とする年金を受給している、年金に所得税が課税される人には、9月中旬頃に日本年金機構から扶養親族等申告書が順次送付

されます。次のいずれかに当てはまる人は、期限までに提出してください。

対象

・控除対象となる配偶者又は扶養親族がいる。

・年金受給者本人が障害者又は寡婦、ひとり親に該当する。

「8年分扶養親族等申告書を送付される人」

・65歳未満 年金額108万円以上

・65歳以上 年金額158万円以上

※扶養親族等申告書に関するお問い合わせは、日本年金機構相談チャット総合窓口をぜひご利用ください。



相談チャットは
こちらから

問 扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル

☎0570(08)1240

三島年金事務所

☎055(973)1166

保険年金課

☎(32)1625

広 告 欄

あなたに代わって片付けます

片付け

株式会社かんどうサービス
会社ホームページ
スマホカメラで撮影

遺品整理 終活教室 特殊清掃 整理収納 ゴミ屋敷 不用品回収

家財整理・片付け
かんどうサービス
本社：伊東市 倉庫および事務所：伊東市萩

0120-35-9930

お電話の間に「広報いとう広告を見た」とひとこと！
ご返信ください。お見舞いは無料！お電話に。

草刈り

☆100坪以内
...27,500円(税込)

☆+50坪ごとに
...+5,500円(税込)

☆処分代
...5,500円～(税込)

お見積り無料です！
剪定や伐採、その他も
お気軽にご相談ください！

詳しくは、HPへ！
おてつだいや さくちゃん

★適格請求書発行事業者
★賠償責任保険 完備

★作業場所の状況により、別途作業料が発生する場合があります。

☎ 080-1353-6865
8時～19時(日曜定休) △伊東市池640-28

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。



9月20日～26日は
動物愛護週間

動物を飼うことは、動物の命を預かることです。飼い主は、動物が健康で快適に暮らせるようにするとともに、社会や近隣に迷惑を及ぼさないようにする責任があります。守ってほしいこと

①動物の習性などを正しく理解し、最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。

②人に危害を加えたり、近隣に迷惑を掛けたりすることのないようにしましょう。

③むやみに繁殖させないようにしましょう。

④動物による感染症の知識を持ちましょう。

⑤迷子や盗難を防ぐため、迷子札、マイクロチップなどを付け、所有者を明らかにしましょう。

⑥散歩の際は必ずリードでつなぎ、フンは持ち帰る、尿は水で洗い流すなどの後始末をしましょう。

※犬については、鑑札と注射済票の装着が法律で義務付けられています。

問環境課

☎(32)1374



9月21日～30日は秋
の全国交通安全運動

市内では、高齢者が関連する人身交通事故の割合が全体の約6割を占めています。

○ドライバーの人

体調が悪いとき、夜や雨の日などの運転を避けるだけでも交通事故防止につながります。運転に不安を感じたら、運転免許証の自主返納を考えてみてください。

○歩行者の人

道路を横断するときは、手を挙げて意思表示をし、夕暮れから夜間の外出時は、明るい服装や反射材の着用を心掛けましょう。

9月15日(月・祝)は敬老の日です。高齢者の長寿をお祝いするとともに、交通安全について話し合ってみませんか。

スローガン

安全を

つなげて広げて

事故ゼロへ



問危機対策課

☎(32)1361



海を大切に

海洋汚染が、世界規模で大きな社会問題となっています。身近なきれいな海で安全に楽しむために、ごみの持ち帰りにご協力をお願いします。将来の子どもたちにも、海を守り大切にしましょう。

問建設課

☎(32)1751



伊東市女性連盟主催
男女共同参画講演会

『女らしく男らしくではなく、自分らしく』

日時 9月24日(水) 13時開演

場所

市役所8階大会議室

定員 100人

費用 無料

講師 調整中

問生涯学習課

☎(32)1961



伊豆高原クラフトの森フェスティバル

日時

9月26日(金)～28日(日)

10時～16時 ※雨天

決行

会場 大室山麓さくらの里

問伊豆高原クラフトの森フェ

スティバル実行委員会

☎080(5544)6869

○キッズツリークライミング

日時 9月27日(土)・28日(日)

時間 ①10時30分～②12

時30分～③14時～

料金 1500円(ギアレ

ンタル料含む)

定員 各回10人(4歳以上

の健康な人)

申込み 電話で左記へ。

問担当 丸山

☎080(8742)4210

○案内人と一緒に大室山めぐ

り

受付 さくらの里入り口

(リフト方面)付近

時間 10時～14時

案内料 大人500円 小中

学生300円

※別途リフト代

問伊東自然歴史案内人会

☎(37)3550

○健康の散歩道

・入門太極拳(無料)

日時 9月27日(土)・28日(日)

時間 13時～

・ヨガ体験(無料)

日時 9月28日(日)

時間 11時～

広 告 欄

同級生に差がつくエステ
ソニックエステ フルコース体験
初回限定 1100円

美顔専門 ソレイユ

☎0557-51-6652
伊東市富戸908-111-101
★エステは予約制です★

ご予約はこちらから

LINE

道の駅伊東マリンタウン
来場者数 5000 万人達成記念

伊東市民割引入浴キャンペーン

期間：2025年9月16日(火)～19日(金)

大人 500 円割引 / 小人 300 円割引

※こちらの広告または伊東市民と分かるものをお持ちください
※1枚につき5名様まで ※他の割引併用不可

朝日の湯 シーサイドスパ

【お問い合わせ】
0557-38-1811

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

募 自衛官を目指そう!

防衛大学校、防衛医科大学校で将来の幹部・医師や看護師を目指しませんか。

防衛大学校は、陸海空幹部自衛官を養成するコースです。防衛医科大学校医学科は自衛隊の医科幹部を養成するコースです。同看護科は、保健師・看護師である幹部自衛官を養成するコースです。

応募資格 高等学校を卒業又は卒業見込みの18歳以上21歳未満の人

コース	受付締切	試験日
防衛大学校(一般)	10月16日(木)	11月1日(土)
防衛医科大学校 医学科	10月8日(水)	10月25日(土)
防衛医科大学校 看護学科	10月3日(金)	10月18日(土)

※自衛官補も常時募集中です。

①自衛隊伊東地域事務所
☎9632

i 静岡県空き家に関する無料相談会の開催

対象 市内に空き家をお持ちの人

日時 9月27日(土) 10時～15時

会場 市役所8階大会議室

定員 先着20人 相談時間は一組につき30分程度

内容 空き家の管理・活用・処分・相続、住み替えや税制などさまざまな諸問題に専門家がお答えします。

申込み 左記申込み専用ダイヤルへ。

①県空き家対策推進協議会事務局
☎054(247)3823
(相談会申込み専用ダイヤル)
建築住宅課
☎(32)1763

募 空き家トータルコンサルタント講習・試験開催

日時 9月23日(火・祝) 13時15分(受付)～16時40分

会場 生涯学習センターひぐらし会館

内容 空き家の現状、空き家の相続、空き家に関する法律、空き家の利活用、空

き家の片付け、空き家の解体除去

費用 3万円＋テキスト代5500円

申込み 「空き家課題トータルコンサルタント」で検索又は左記二次元コードより事前登録してください。



申込みフォーム

①全国空き家アドバイザー協議会
☎03(6856)4414

i 伊豆湘南道路に関するアンケート

伊豆湘南道路は、神奈川県西部と静岡県東部を結ぶ道路構想で、神奈川県・静岡県は計画の具体化に向けた検討を進めています。

先月、無作為に抽出した市民を対象にアンケートを送付しましたので、まだご回答いただけていない人は、ご協力をお願いします。

回答期限 10月22日(水)

質問内容 伊豆湘南道路沿線地域における道路交通の課

題、求められる道路の機能・役割

回答方法 アンケートに同封の返信ハガキ又は左記回答フォームから。

※アンケートの送付対象とならなかった人も回答フォームより回答できます。



検討状況



回答フォーム

①県道路企画課

☎054(221)3203

i 第33回あやひんべい

58年ぶりに大名跡を継いだ浪曲師と来年、真打昇進の実力派落語家の競演。

日時 9月29日(月) 11時開演

会場 観光会館

入場料 1100円(当日券のみ、全席自由、1階席のみ)

出演 広沢菊春(浪曲・曲師・広沢美舟)、春風亭昇吾(春風亭昇太の弟子)、桂しゅう治(桂小文治の弟子)

①振興公社
☎(37)7135

広 告 欄

保険に入ってよかったあ〜♡

株式会社 伊豆急コミュニティー 保険課
フリーコール TEL0120-363-129
9:00~18:00 (土日除く)

土にかえり、花となり

墓標もない。宗教にも慣習にも縛られない。
美しい花々に包まれて、新しい旅立ちのスタイルが始まります。

見学会随時受付中 伊東駅送迎あり(予約制) ワンちゃん同伴OK!

資料請求・見学のご予約はこちらから 【営業時間】 9:00~17:00
毎週火曜・隔週水曜定休

0800-555-1187

公益財団法人千の花々メモリアルガーデン
静岡県伊東市吉田 1006 番地

「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

i 市民満足度調査への
協力をお願いします

8月下旬から9月下旬に
「市民満足度調査」を実施し
ます。

目的 市政全般について、
市民の皆さんからの意見や
評価を把握することにより、
今後の市政運営、まちづく
り及び各種事業へ反映させ
るための調査です。

対象 市内在住の18歳以上
の人の中から、無作為で抽
出した2000人に、郵送
で依頼させていただきます。
該当となった人はご協力を
お願いします。

問企画課
☎(32)1061

募 これからの話をしよう
健康に、そして自分
らしく過ごしたいを考
える

人生100年時代「まあい
い人生だった、良かった」と
思える、笑顔の多い人生を送
りたいと思いませんか？ そ
のためには介護を必要としな
い健康的な生活ができるよう
にしたいですね。「運動」

「栄養」「つながり」「生き
がい」の4つのテーマに沿っ
て、自分らしく健康的に過ご
すための秘訣を看護師・保健
師がお話します。

日時・会場
① 10月6日(月) 13時30分
健康福祉センター
② 10月30日(木) 13時30分

15時
健康福祉センター

15時
八幡野コミュニティセン
ター

③ 11月21日(金) 13時30分

15時
宇佐美コミュニティセン
ター

定員 各30人

申込み 電話で左記へ。

問中央地域包括支援センター
☎(52)3003



i 第44回ふれあい広場

市民一人一人の触れ合いを
通して福祉に対する理解を深
め、思いやりのある心を育て
るためのふれあい広場を開催
します。福祉バザーや触れ合
いイベントなどの催しが盛り
だくさんです。

日時 9月28日(日) 10時

会場 健康福祉センター

問社会福祉協議会

☎(36)5512

社会福祉課

☎(32)1531

納税・納付相談会

- ①市税・国保税のことは…
収納課 ☎32-1291
 - ②後期高齢者医療保険料のことは…
保険年金課 ☎32-1624
- 休日：①②9月20日(土)
①②8時30分～正午
夜間：①9月18日(木)
①17時30分～19時

人口と世帯数

7/31現在 () 前月比
人口 63,798人 (+2)
男 30,265人 (-7)
女 33,533人 (+9)
世帯数 35,762世帯 (+32)

**市水道の平日・休日における
トラブルは市水道センターへ**

☎36-2010
[受付時間：8時30分～22時]
道路上で漏水している場合や急
に水道が出なくなった場合など
は、調査確認を行います。
※なお、宅内の修理及び排水に
関する詰まりなどのトラブル
は、直接、伊東市指定工事中
へ。

**今月の
献血**



- ・9月5日(金)
伊東警察署
9時30分～正午
伊豆高原駅ロータリー
14時～15時45分
 - ・9月7日(日)
伊東ショッピングプラザデュオ
10時～正午
13時15分～15時30分
- 献血へお越しの際は身分証明書
をお持ちください。
問社会福祉協議会 ☎36-5512

広 告 欄

SDGs達成可能な社会への出発点



資源ゴミはフジタ資源化事業部へ

フジタ資源化事業部では資源ゴミの買取をしています

- ダンボール、新聞紙、雑誌、その他古紙
 - ペットボトル、白色トレ
 - アルミ缶、スチール缶
 - アルミ、ステンレス製品
 - 古布
- お願い：全ての品目に対し分別してお持ち込み下さい。

フジタ資源化事業部
〒414-0053 伊東市坂359番地
TEL 0557-37-9000 FAX 0557-32-4111



**伊豆高原に
ブラジリアン柔術ジムが完成！**

男女問わず子供から高齢者まで一緒に 緩く！ 楽しく！

- ・入会金無料
- ・伊東市民割引キャンペーン初月会費無料
- ・その他各種割引制度あり

詳細はHPをチェック→

ブラジリアン柔術・フィットネス・フリーウェイト
パラエストラ伊豆 0557-27-1182



「広報いとう」の発行経費に充てるため、広告を掲載しています。広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、市が推奨・保証などするものではありません。

みんなの暦

令和7年(2025年) 9月(長月)

■観光イベントなどの情報は…
伊東観光協会 ☎37-6105

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 仏滅	2 大安	3 赤口	4 先勝	5 友引	6 先負 伊東駅前朝市 (毎週土・日曜日)
7 仏滅 白露	8 大安	9 赤口	10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅 伊東大田楽
14 大安 八幡野秋まつり (~15)	15 赤口 敬老の日	16 先勝	17 友引	18 先負 彼岸	19 仏滅 お座敷文化大学 秋期開講(~12/14 の金・土・日曜日)	20 大安 彼岸
21 赤口	22 友引	23 先負 秋分 秋分の日	24 仏滅	25 大安	26 赤口 伊豆高原クラフトの森 フェスティバル(~28) 広報いとう10月号 配布予定日	27 先勝
28 友引	29 先負	30 仏滅	今月の納税 納期限は9月30日(火) ☐ 国民健康保険税3期 ④収納課 ☎32-1291			

伊東温泉競輪開催日

伊東温泉競輪場 ☎37-4260

9月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
場外	武雄F I (西日本C)		岐阜記念		玉野F I		共同通信杯G II (福井)		立川F I		青森記念		向日町記念 in 奈良		大宮F I (関東C)															
	岐阜F I		弥彦F I		向日町F I in 奈良				名古屋F I		広島F I in 玉野		富山F I		立川F I (2・3日)												熊本F I			
					立川F II				大宮F II																					
			川崎F I		平塚F I		京王閣F I		川崎F I				佐世保F I												松阪F I		函館F I			
ナイト																	岐阜F I		奈良F I											

※場外F I ナイターは、昼場の場外開催終了後、販売を終了します。



急病になったら…

■夜間 (午後7時~午後11時)は 夜間救急医療センターへ ☎37-2510
 ■深夜 (午後11時~午前8時)は 伊東市民病院へ ☎37-2626
 ■休日 (午前9時~午後5時)は 各当番医へ *緊急の場合は ☎119へ

日・曜日	内科	外科	小児科
休日(日曜・祝日) 当番医			
7(日)	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622	大川胃腸科外科 ☎36-9559	伊東ヘルスサポートクリニック ☎55-7622
14(日)	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811	ばすぎ整形外科クリニック ☎47-2737	たちばなメディカルクリニック ☎45-4811
15(月)	横山医院 ☎35-0431	木村整形外科クリニック ☎32-0600	むらかみ小児科クリニック ☎52-4710
21(日)	高野医院 ☎38-2111	たかやす医院 ☎32-0362	高野医院 ☎38-2111
23(火)	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000	なかた整形外科クリニック ☎44-5252	はあとふる内科・泌尿器科 伊豆高原 ☎53-5000
28(日)	山本医院 ☎47-5566	許田医院 ☎37-5071	山本医院 ☎47-5566

■当番医の予定は変更となる場合がありますので、最新の情報はナビダイヤル ☎0570-064-307 か市ホームページでご確認ください。
 ■次のときは、来院前に電話で受診が可能かご確認ください。
 ・内科当番医で小児科を受診するとき。年齢によっては受診できないことがあります。その場合は伊東市民病院に電話(37-2626)でご相談ください。
 ・発熱などで当番医を受診するとき。
 ■日曜祝日当番医及び夜間救急医療センターは伊東市医師会の協力により運営しています。

相談案内

相談日が祝日・休日の場合はお休みです。

■会場…市役所2階市民課市民生活係 ■☎52-3002(予約)
※都合により変更・中止となる場合がありますのでお問い合わせください。

■法律相談 受付：8月25日(月)から各回前開庁日15時まで (要電話予約8人)
5日(金) 8時45分～11時30分／高橋省吾 弁護士
9日(火) 8時45分～11時30分／瀬野俊之 弁護士
16日(火) 13時15分～16時／東端克博 弁護士
25日(木) 8時45分～11時30分／高山 功 弁護士
■司法書士の相談 受付：8月25日(月)から(要電話予約6人)
4日(木) 10時～正午／兼行邦夫 司法書士 (相続、遺言、贈与、不動産登記、成年後見など)
■税務相談 受付：8月25日(月)から(要電話予約6人)
10日(水) 13時～15時／小嶋一輝 税理士
■交通事故相談 (9月12日(金)15時までに要電話予約4人)
16日(火) 13時～15時30分／杉内晨光 弁護士

■人権相談
4日(木) 13時～15時／人権擁護委員
■行政相談
18日(木) 13時～15時／行政相談委員
■行政手続の相談 (会場は市役所1階展望ギャラリー)
10日(水) 10時～正午／行政書士会 (相続・建設業・会社定款関係)
■土地家屋調査士会の相談
* 今月はありません。
■市民不動産相談
* 今月はありません。

相談内容・日時	会場	問い合わせ
●教育相談		
月～金曜日 9時～16時30分	教育支援センター	教育相談室 ☎37-7476
●家庭児童相談 *要電話予約		
月～金曜日 9時30分～16時	健康福祉センター	家庭児童相談室 ☎37-9667(9時30分～16時) 子育て支援課 ☎32-1581
●メンタル相談 *要電話予約		
18日(木) 13時30分～14時30分・14時45分～15時45分	市役所4階健康推進課	健康推進課 ☎32-1583
●出張年金相談 *要電話予約(保険年金課 ☎32-1625)		
3日(水) 10時～14時30分／社会保険労務士法人杉村労務	市役所1階保険年金課	その他、厚生年金等の請求やご不明な点は、 ねんきんダイヤルへ ☎0570-05-1165
11日(木) 10時～14時30分／三島年金事務所		
●女性相談		
月～金曜日 8時30分～17時15分	市役所1階社会福祉課	社会福祉課 ☎32-1537
●心配ごと相談		
毎週水曜日 13時30分～16時	健康福祉センター	社会福祉協議会 ☎36-5512
●補聴器の相談		
5日(金) 14時～15時30分	観光会館第4会議室	社会福祉課 ☎32-1533
15日(月) 10時～15時	玖須美温泉会館	
16日(火) 10時～13時	八幡野コミュニティセンター	
●身体障がい福祉相談会		
1日(月) 13時30分～15時30分	市役所1階社会福祉課	なかいずりハ ☎0558-83-2195
●知的障がい福祉相談会 *要電話予約		
第1、第3火曜日(祝日を除く。) 9時30分～11時30分	市役所1階社会福祉課	いぶき ☎52-3213
●精神障がい福祉相談会 *要電話予約		
24日(水) 10時～15時	児童・身体障害者福祉センターはばたき	サポートセンターりりぶ ☎82-5680
●生活困窮の相談 住まいや仕事、家計のことなど、生活の困りごとについてご相談ください。		
月～金曜日 8時30分～17時15分	市役所1階社会福祉課	くらし相談センター「こころ」 ☎36-1190
●消費生活相談 土日休日(年末年始を除く。)は10時～16時の間、消費者ホットライン(188)で相談を受け付けています。		
月～金曜日 9時～正午、13時～16時	市役所低層棟2階 消費生活センター	消費生活センター ☎52-3362
●いとう市民活動支援センター相談会 web会議システムによる相談対応も可能です。 *要申込		
17日(水) 13時30分～16時30分	市役所3階小会議室	企画課 ☎32-1062

9月10日は

「下水道の日」

水が生き
暮らしも活きる
下水道



なぜ9月10日が
下水道の日なの？

昭和36年、著しく普及が遅れている日本の下水道（普及率6%）を全国的に普及させるため、「全国下水道促進デー」として始められました。9月10日と定められた理由は、元来の下水道の役割の一つである「雨水の排除」を念頭に、昔から台風による出水の被害は立春の日から数えて220日である9月10日前後に集中すると言われているためです。



下水道への
接続のお願い

単独処理浄化槽では、トイレの汚水は処理されて排水されますが、台所・浴室・洗濯の生活雑排水がそのまま側溝や河川へ放流されるため、悪臭や害虫による生活環境悪化の原因となります。下水道へ接続できる地域にお住まいで未接続の世帯は、身近な川や海の水質保全、快適な生活環境の確保、魅力ある観光地としての自然環境を将来に引き継ぐため、早期の接続をお願いします。

「下水道の日」パネル展示

日程 9月1日(月)～5日(金)

会場 市役所1階市民ロビー

内容 下水道の役割や下水処理場の仕組み、マンホール蓋の歴代デザインが分かるパネルを掲示します。



市の
下水道整備状況

7年3月現在、市の下水道整備済面積は608.7ha（東京ドーム約130個分）であり、計画に対する整備率は70.4%となっています。

下水道課
☎(32)1823

台風等被災者に対する税制上(又は税制等)の支援について

- 台風・地震などの災害により甚大な被害を受けた人には、被災の程度などによって税金などを軽減又は免除する制度があります。

対象となる市税など

固定資産税・都市計画税・国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料・個人市民税など
※被災の程度などにより、すべてが減免となるわけではありません。また、減免の対象となるのは、納期限が到来していない税金などに限られます。

減免の手続

減免を受けるためには、納税者などご本人からの申請が必要です。台風、地震などの災害により被害が生じた場合には、納税者などからの申請に基づき被害認定調査などを行い、減免の対象となる可能性が高い人にお知らせをします。まずは、担当までご相談ください。

- 財産が災害を受けたことなどにより、税金を一度に納税できないときは、申請に基づき納税の猶予が認められることがあります。

- 災害・盗難などによって資産に被害を受けた際には、所得税や個人市民税で、所得控除（雑損控除）を受けられる場合があります。

雑損控除の手続

医療費控除などと同じく年末調整では控除できないため、給与所得者の人も「確定申告」又は「市民税申告」が必要です。

※要件や申告方法の詳細については、国税庁のホームページ「災害や盗難などで資産に損害を受けたとき（雑損控除）」をご覧ください。



国税庁
ホームページ

問い合わせ

固定資産税・都市計画税のこと	課税課	☎32-1275・1276
国民健康保険税のこと	保険年金課	☎32-1622
後期高齢者医療保険料のこと		☎32-1624
介護保険料のこと	高齢者福祉課	☎32-1564
個人市民税のこと	課税課	☎32-1271・1272
市税の納付に関すること	収納課	☎32-1291・1292・1293
所得税のこと	熱海税務署	☎81-3515(自動音声案内)

ワクワク伝言板

☎生涯学習課 ☎32-1962
FAX37-8117

新規会員募集

◆浦島フォークサークル◆

代表者・連絡先 阿部信一
☎080-7700-3551
活動場所 生涯学習センター
中央会館 3階視聴覚室
活動日時 毎月第4木曜日
14時～16時
会員数 26人
内 容 シンガーソングライター浦島浩司さんと昔のフォークソング、ポピュラーソングを一緒に歌います。フォークバンド「リングス」も参加！年に1度のバス旅行もあります！



としょかんだより

☎伊東図書館 ☎36-7433

今月のオススメ図書



『366日風景画をめぐる旅』

海野 弘 解説/パイ インターナショナル 監修
本書では、ゴッホの《星月夜》やモネの《睡蓮》をはじめとする、時代を彩ってきた風景画を解説と共に掲載しており、風景画を楽しみつつ、知識を身に付けることができる1冊となっています。ぜひ美しい風景画たちと共に芸術の秋を楽しんでみませんか？

**入船亭扇遊師匠
今季も出演決定！**

10月7日(火)
開演 18時45分
ひぐらし会館 3階ホール

◆入場券販売日 8月26日(火)から
※販売時間は8時30分～17時15分

◆入場券取扱所
生涯学習課(市役所5階)
市民体育センター
生涯学習センター(中央会館・ひぐらし会館)
市内各出張所(宇佐美・荻・川奈・富戸・対島)

◆木戸銭 1,000円

◆出演者 入船亭扇遊ほか

**ひぐらし
秋の
寄席**

全席自由・先着204席限定！
※車イスをご利用の方は、下記までご相談ください。

問い合わせ 生涯学習課 ☎32-1962 ひぐらし会館 ☎38-1511
※照明・空調の関係で客席は寒くなることが想定されます。必要に応じて上着をご持参ください。

※チラシは市役所、生涯学習センター、コミュニティセンターなどに設置してあります。

●テニス教室の開催について

日程	時間	回数	場所	対象
10月19日～11月16日の各日曜日	9:30～11:30	5回	小室山公園 テニスコート	小学生以上
指導者	参加費 (傷害保険料など)	定員	持ち物	締切
伊東テニス協会	2,000円	50人	硬式ラケット・ 運動靴・運動の できる服装	9月30日(火)

申込み

往復ハガキに、住所・氏名(フリガナ)・電話番号・年齢を記入の上、
〒414-0024 和田1-16-1 振興公社「市民テニス教室係」まで。
☎振興公社 ☎37-7135

主な新着図書のご紹介

	書名	著者
1	SISTER "FOOT" EMPATHY	ブレイディみかこ
2	ふたり旅日和	秋川滝美
3	最初の星は最後の家のようだ	太田 愛
4	帰れない探偵	柴崎友香
5	妻はりんごを食べない	瀧羽麻子
6	草の竖琴 The Grass Harp and Other Stories	トルーマン・カポーティ
7	ペンギンたんけんたい さばくのかいぶつ	高島 純
8	きょうりゅうのおいしゃさん	たしろちさと

ほか児童書も含め、多数購入しています。

としょかんinformation

■図書館からのお願い

9月29日(月)から10月9日(木)まで、蔵書点検のため図書館本館・こどもとしょしつは休館します。また、移動図書館「ともだち号」も29日(月)から運休します。

詳しくは図書館にお問い合わせ、又は伊東市立伊東図書館ホームページをご覧ください。アドレスは、<https://ito-city-library.jp/>です。

■今月の休館日

毎週月曜日、9月23日(火・祝)、9月30日(火)



第64回伊東市芸術祭

展示部門

作品展・華道展・茶道展・写真展

開催日時：10月4日（土）・5日（日） 10時～16時

開催場所：伊東市生涯学習センター中央会館

書道展：10月10日（金）～10月22日（水）

10月24日（金）～11月4日（火）

絵画展：11月6日（木）～11月18日（火）

11月20日（木）～12月2日（火）

開催場所：伊東市役所1階市民ロビー

※開庁日・開庁時間のみ観覧可能です。

文学部門

審査結果発表

開催日時：10月10日（金）10時～

開催場所：伊東市役所1階市民ロビー

表彰式

開催日時：11月20日（木）10時～

開催場所：伊東市役所8階大会議室

上演部門

※開場は全て開演の30分前です。

観光会館

【音楽祭 合唱の部】 10月18日（土）13：00 開演

【音楽祭 器楽の部】 10月19日（日）13：00 開演

【大正琴】 10月24日（金）13：30 開演

【吟剣詩舞】 10月25日（土）13：30 開演

【洋舞】 10月26日（日）13：00 開演

【民謡民舞】 11月1日（土）13：30 開演

【日舞】 11月2日（日）13：30 開演

ひぐらし会館

【ワールドダンス】 10月25日（土）13：30 開演

【箏曲（三曲連盟）】 10月26日（日）12：30 開演

【パフォーミングアーツ】 11月1日（土）13：30 開演

【ギター】 11月2日（日）14：00 開演

国勢調査 2025

にご協力をお願いします

問 国勢調査伊東市実施本部（庶務課）
☎ 36-0111（内線2312）

国勢調査は、総務省統計局が10月1日を基準日として全国一斉に実施する、日本に住んでいる全ての人・世帯を対象とした国の最も重要な統計調査です。回答は、簡単・便利なインターネット（スマートフォン、パソコンなど）をご利用ください。

調査項目

①世帯の種類②世帯員の数③住居の種類④住宅の建て方⑤氏名・性別⑥世帯主との続柄⑦出生の年月⑧配偶者の有無⑨国籍⑩現在の場所に住んでいる期間⑪5年前に住んでいた場所⑫9月24日～30日の就労状況⑬従業地又は通学地⑭勤め・自営の別⑮勤務先の名称及び事業内容⑯本人の仕事の内容

調査回答の義務と回答内容の保護

国勢調査は、統計法という法律に基づき実施されるもので、調査対象の全ての人にお答えいただく報告義務が定められています。調査員をはじめとする従事者には個人情報保護するための守秘義務が課せられており、回答内容は厳重に保護されます。インターネット又は郵送で回答いただければ、回答内容を調査員が目にすることはありません。日本の今を知り、よりよい未来をつくるため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

調査日程

○調査員による調査票配布

9月20日(土)～

○インターネットでの回答期間

9月20日(土)～10月8日(水)

○調査票（紙）での回答期間

10月1日(水)～10月8日(水)

調査結果の利用

国勢調査の結果は、5年毎の日本の人口・世帯の実態を映し出すだけでなく、行政はもちろん、経済、教育など、私たちの暮らしに関わるさまざまな分野の基礎資料として利用されています。調査の結果が、これら分野の施策に正しく反映されるためには、皆さんの正確な回答が必要です。

国勢調査を装った『かたり調査』
（詐欺や不審な調査）にご注意ください！！

☆国勢調査では、金銭を要求することも還付することはありません。

また、銀行などの口座情報、暗証番号、クレジットカード番号をお聞きすることはありません。

☆国勢調査を装った不審な訪問者や、不審な電話・電子メール・ウェブサイトなどに個人情報を騙し取られないように、ご注意ください。

☆調査員は、その身分を証明する『国勢調査員証』を携帯しています。

☆不審に思った際は、国勢調査伊東市実施本部にご連絡ください。



いざ、
国勢調査!

5年に一度、
全員参加の統計調査


国勢
調査
2025

調査期日
10.1水

<https://www.kokusei2025.go.jp/>
国勢調査2025 検索



総務省統計局・都道府県・市区町村



ご注意ください！
消費者トラブル

怪しい通販サイトにご注意

消費生活センター ☎52-3362
平日9時～正午、13時～16時
市役所低層棟2階
土日・祝日は消費者ホットライン ☎188

- ☑市場で希少な商品が入手可能
- ☑米やブランド品が不自然に安い
- ☑サイト内の日本語表記が不自然
- ☑支払い方法が限定されている。振込先の銀行口座が個人名義
- ☑キャンセル、返品、返金ルールの記載がない。
- ☑事業者の名称、住所、電話番号が明記されていない。
- ☑事業者情報をインターネット検索で調べると、無関係の事業者情報など、嘘の情報が記載されている。
- ☑問い合わせ先のメールアドレスがフリーメール
- ☑問い合わせ先の電話番号が通じない。

ひとこと助言

- ブランド品や入手困難な米などが安く買えるなど、通販サイトを見て注文し代金を支払ったのに商品が届かないなどの相談が寄せられています。少しでも怪しいと感じたら利用はやめましょう。
- 被害にあった場合は、すぐにクレジットカード会社や振込先銀行に相談しましょう。併せて最寄りの警察に被害を届け出ましょう。
- 不安なときは消費生活センター等にご相談ください（消費者ホットライン188）。海外事業者とのトラブルについては国民生活センター越境消費者センター（<https://www.ccj.kokusen.go.jp/>）でも相談を受け付けています。被害の相談は警察でもできます（警察相談専用電話「#9110」）。



出典：独立行政法人国民生活センター 見守り新鮮情報

今月の健康レシピ

学校給食シリーズ91（学校給食センター）
「マセドアンサラダ」



- 材料（2人分）
- きゅうり……………60 g
 - じゃがいも……………80 g
 - にんじん……………10 g
 - ハム……………20 g
 - 【★】
 - サラダ油……………4 g
 - 塩……………1 g
 - 酢……………7 g
 - 砂糖……………4 g
 - こしょう……………少々
 - からし……………少々

●作り方

- ①きゅうり、じゃがいも、にんじん、ハムは1cmの角切りにし、茹でて冷ましておきます。
- ②★の調味料を混ぜてドレッシングを作ります。
- ③①に②を和えて仕上げます。

●栄養価（1人分）

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	塩分
69kcal	2.5g	2.5g	12mg	0.7g

アイドル登場

初めてイスに座れた日!! おめでとう★



るか
琉楓くん（9カ月）