

第 20 回きのご祭
～秋の味覚を満喫～

とき／11月3日(日)9:00～14:00
ところ／伊豆市虹の郷駐車場
(伊豆市修善寺 4279-3)

内容／▶生シイタケ、乾燥シイタケの販売▶焼きシイタケ、シイタケ炊き込みご飯の試食 など
その他／当日、虹の郷駐車場は駐車料金が無料となります。
静岡県きのご総合センター振興協議会 ☎ 0558-72-1135

ミズノアクア教室
(筋・持久力系)

先生が？生徒が？楽しく笑いのたえない教室です。運動が嫌いな人でも、お水はおもしろいです。顔などつけないので、泳げなくてもOKです。水着になる勇気だけあれば!!
とき／毎週金曜日 11:15～12:00
ところ／長岡温水プール
内容／手にミットをつけて、抵抗や浮力を最大限に使い筋力UPや有酸素運動を行います。1人1人のリズムや動きも違ってかまいません。
参加料／月謝制 月 3,150 円(入

場料込み)入会時に入会金 1,000 円
対象／成人で健康な人
申込み／プール窓口にある申し込み用紙を提出
長岡温水プール サンゆう ☎ 055-947-0176

ワンコイン健康教室

気軽にワンコインで健康教室に参加しませんか。
①ゆるゆるリラックス教室(ストレッチポールを使い、身体をほぐす体操)
毎週火曜日 13:00～13:45
②ノルディックウォーキング(野外を専用ポールを使つてのウォーキング)
毎週水曜日 9:30～11:00
③カラダづくり教室(基本の正しいトレーニング)
毎週水曜日 10:00～10:45
④ヨガ教室(心静かに身体をほぐす簡単なヨガ)
毎週木曜日 11:00～11:45
⑤ヨガ・ストレッチポール(簡単なヨガと身体をほぐす体操)
毎週木曜日 19:00～19:45
ところ／長岡温水プール
参加料／800 円(入場料込み)
※②は、参加費 500 円のみ

※ノルディックポールレンタル可
対象／成人で健康な人
申込み／電話で予約、または直接プール受付へ、前日までに申し込みください。
長岡温水プール サンゆう ☎ 055-947-0176

家族のための
精神保健福祉講座

とき／11月7日(木)、13日(水)、21日(木)、27日(水)
13:30～16:00(全4回)
ところ／中郷文化プラザ
(三島市梅名 353-1)
内容／①こころの病を理解する
②家族の対応の仕方と医療機関との付き合い方
③薬との付き合い方
④家族と本人を支える地域の社会資源と制度、家族の体験談
対象／こころの病(主に統合失調症)を抱える人のご家族(原則として4回すべての講座を受講できる人)
定員／30人(先着順)
申込み／11月6日(水)までに電話で申し込みください。
静岡県東部健康福祉センター福祉課 ☎ 055-920-2087

狩野川資料館
ガイドボランティア

甚大な被害を及ぼした狩野川台風を後世に正確に伝えることと、現在狩野川水系で実施している河川・砂防事業の広報を目的としたガイドボランティア(無報酬)を募集します。
とき／月曜日～金曜日(祝日除く)10:00～16:00のうち、都合の良い日と時間帯
ところ／狩野川資料館(堀之上)
資格／狩野川流域に在住で、狩野川に興味のある人。年齢、性別は問いません。
その他／申し込み方法などの詳細は、直接お問い合わせください。
沼津河川国道事務所伊豆長岡出張所 ☎ 055-948-0302
普通救急救命講習Ⅱ
AED(自動体外式除細動器)を使用した心肺蘇生法、止血法などの講習を行います。参加費無料。
とき／11月9日(土)9:00～13:00
ところ／田方消防本部(白山堂3271)

対象／函南町、伊豆市、伊豆の国市の在住者または在勤者
募集人数／50人(先着順)
申込み期間／10月12日(土)から11月2日(土)まで
申込み方法／各消防署で申し込みを行ってください。
※なお、状況により実施日を変更・延期する場合があります。

田方中消防署 ☎ 0558-76-0119
田方北消防署 ☎ 055-978-0119

熟年メッセージ作品

～あなたの想いを社会に発表してみませんか～
熟年世代の皆さんがこれまで培ってきた経験・知識を社会に向けたメッセージとして発信して、次世代との絆づくりを図るために第14回『熟年メッセージ』大会の作品を募集します。
対象者／県内在住で自分を熟年と思う人(具体的な年齢制限はありません。)グループ(2人～5人程度)での参加も可能
テーマ／自由(特に定めません)
応募形式／文章…2,000文字以内

(縦書きA4判400字原稿用紙使用)。文章以外…映像はビデオテープ(またはDVD)、音声はCD(またはMD)で10分以内
応募期限／10月31日(木)当日消印有効
(公財)しずおか健康長寿財団 ☎ 054-253-4221

静岡県すこやか長寿祭
美術展作品

静岡県立美術館に出品作品を展示(平成26年1月)します。ねんりんピック栃木2014美術展の選考会です。
応募資格／県内在住で昭和30年4月1日以前に生まれたアマチュアの人が創作した未発表作品
募集部門／日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真
出品料／1,000 円(1人1点に限る)
申込み期限／10月31日(木)(当日消印有効)
(公財)しずおか健康長寿財団 郵便番号 420-0856
静岡市葵区駿府町1番70号 ☎ 054-253-4221

住宅取得資金			教育資金
対象	市内に自ら居住するための住宅を新築または増改築、あるいは市内に土地、建物を購入する勤労者。	本人またはその子弟が大学などに進学、在学するための資金が必要な勤労者であること	
条件	・申込み時点で市税に滞納がないこと ・床面積50～280㎡以下 ・宅地購入の場合は、330㎡以下(貸付の日から5年以内に建築すること)	・申込み時点で市税に滞納がないこと ・市内に1年以上在住	
融資限度枠	1件 700万円以内	1件 200万円以内	
利率	年1.40%(当初10年間) ※5年返済の場合は年1.20%	年1.80%	
返済期間	10年以上35年以内(1年単位)、5年返済	最長10年 (在学期間中の据え置き含む)	
担保	取得する不動産を担保として第1順位で設定。公的資金をあわせて受けた場合は後順位を認める。	—	
保証	保証機関の保証付。保証料負担なし。		
保証人	原則として必要なし。		
その他	申し込み受け付け、資格審査、貸付業務などは、静岡県労働金庫が実施		

勤労者
住宅取得資金
教育資金
貸付

融資枠に限りがありますので、お早めにお申込みください。

問 0555(948)1480
問 0555(948)1480
申込み 静岡県労働金庫田方支店
0558(76)5111

江川文庫資料
重要文化財指定記念
シンポジウム

『伊豆のダ・ヴィンチ
江川太郎左衛門の理系力』をテーマに、パネリストの基調講演とシンポジウムを行います。



江川太郎左衛門自画像
公益財団法人江川文庫蔵

とき 11月2日(土)
9:30～12:20
ところ 韮山時代劇場
出演者 パネリスト:中村士(帝京平成大学)、岡部幹彦(文化庁主任文化財調査官)、ナビゲーター:江川洋(江川文庫)
入場料 無料
静岡県教育委員会文化財保護課 ☎ 054-221-3159

■とき
10月27日(日) 9時30分～14時
小雨決行

■ところ
アピタ大仁店北側駐車場
(入場無料)

■内容
市内のオリジナル商品・食品・製品などの展示や販売

■販売
②オリジナル商品・食品などの出展ブース
そのほか、子どもから大人まで楽しめるイベント多数を用意。お誘い合わせのうえ、お越しください。

▼展示
①経営革新、農商工連携などの出展ブース

伊豆の国市商工会
055(949)3090

■とき
10月27日(日) 9時30分～14時
小雨決行

■ところ
アピタ大仁店北側駐車場
(入場無料)

■内容
市内のオリジナル商品・食品・製品などの展示や販売

■販売
②オリジナル商品・食品などの出展ブース
そのほか、子どもから大人まで楽しめるイベント多数を用意。お誘い合わせのうえ、お越しください。

▼展示
①経営革新、農商工連携などの出展ブース

伊豆の国市商工会
055(949)3090

■とき
10月27日(日) 9時30分～14時
小雨決行

■ところ
アピタ大仁店北側駐車場
(入場無料)

■内容
市内のオリジナル商品・食品・製品などの展示や販売

■販売
②オリジナル商品・食品などの出展ブース
そのほか、子どもから大人まで楽しめるイベント多数を用意。お誘い合わせのうえ、お越しください。

▼展示
①経営革新、農商工連携などの出展ブース

伊豆の国市商工会
055(949)3090

■とき
10月27日(日) 9時30分～14時
小雨決行

■ところ
アピタ大仁店北側駐車場
(入場無料)

■内容
市内のオリジナル商品・食品・製品などの展示や販売

■販売
②オリジナル商品・食品などの出展ブース
そのほか、子どもから大人まで楽しめるイベント多数を用意。お誘い合わせのうえ、お越しください。

▼展示
①経営革新、農商工連携などの出展ブース

伊豆の国市商工会
055(949)3090



伊豆の国市商工会
キャラクター
ぬえ左衛門

募 介護川柳

介護・福祉・高齢社会などにまつわる想い・エピソードを川柳・俳句・短歌で募集します。所定の応募用紙に記入してご応募ください。用紙は伊豆の国市・伊豆市内の各特別養護老人ホーム・地域包括支援センターで配布、受け付けします。
募集期限／10月31日（木）まで
※優秀作品は、11月24日（日）、葦山時代劇場で開催される『介護の日』イベントで表彰します。
☒ 特養連絡協議会 葦山・ぶなの森 ☎ 055-940-0027

募 里山を歩こう。
旧下田街道を歩く

伊豆一円から三島宿への交通の難所であった横山坂。周辺の史跡を散策しながら当時を思い起こしてみましよう。要事前申し込み。
とき／10月20日（日）
9:30 集合 15:00 解散予定
集合場所／葦山時代劇場駐車場
コース／願成就院→真珠院→横山坂→清生寺→宗光寺横穴遺跡→宗光寺廃寺跡→田京駅
持ち物／昼食・飲み物
参加料／500円（保険ほか）
☒ 伊豆学研究会（橋本）

☎ 090-1622-3855
☒ ゆめづくり市民の会（石井）
☎ 090-4465-7836

募 沼津特別支援学校
学校公開

本校の教育活動や特別支援教育の実践について、学校、福祉関係機関に携わる人や地域の人にご参観いただき、理解を深めていただくために学校公開を行います。
とき／10月9日（水）
9:40～11:30
ところ／静岡県立沼津特別支援学校（沼津市大塚 823-1）
内容／学校・各学部（小学部・中学部・高等部）の紹介、授業公開（校内自由参観）
☒ 沼津特別支援学校地域支援課 ☎ 055-966-0980

募 市制10周年記念プレ大会
伊豆の国市ソフトテニス大会

とき／10月13日（日）
9:00 試合開始
ところ／狩野川リバーサイドパークテニスコート
種目／個人戦（男子の部・女子の部）
参加資格／伊豆地域に在住するソフトテニス愛好者（学生を除く）
参加料／1ペア 1,000円

催し 募集 相談 その他

☒ 伊豆の国市体育協会
☎ 055-948-1461

相 税理士による
無料税務相談

とき／10月9日（水）・16日（水）
13:00～15:00（要予約）
ところ／東海税理士会三島支部税務指導所（三島市大宮町 3-20-21）
※相談日はお問い合わせください。
☒ 東海税理士会三島支部 ☎ 055-972-1668（10:00～15:00）

相 秘密厳守
無料法律相談

金銭貸借・不動産売買・交通事故・離婚・相続など各種の法律相談で悩みを抱えている人のために、無料で弁護士による法律相談を開催します。お気軽にご利用ください。
とき／第1回 10月30日（水）、
第2回 11月28日（木）
※時間はともに 10:00～15:00
ところ／伊豆の国市葦山福祉・保健センター相談室
※各回、予約が必要となります。
予約・問合せ ☒ 伊豆の国市社会福祉協議会 ☎ 055-949-5818

行政相談

国への苦情や意見、お聞きします

10月21日（月）からの一週間は『行政相談週間』です。総務省では、国などの仕事について皆さんの苦情や意見・要望を聞き、その解決を図るとともに、行政運営に反映させる『行政相談』を行っています。
市では10月16日（水）、行政相談を実施し、以後も毎月開催します。左の3人の行政相談委員に、気軽にご相談ください。



岩崎俊男（戸沢）
☎ 055-948-2585



水口孝子（立花台）
☎ 055-949-1108



西島瑞毅（中島）
☎ 0558-76-5461

ナビ
ダイヤル

おこまりならまる まるくじょー ひゃくとおばん
0570-090110

☒ 総務省静岡行政評価事務所 ☎ 054-254-1100
☒ 市役所市民課 ☎ 055-948-2901

他 指定ごみ袋等
新規取扱店

『市指定ごみ袋』と『粗大ごみ納付券』を取り扱うお店が、新しく加わりました。
■取扱店名■
セブンイレブン伊豆の国大仁東店（大仁 70-1）
☒ 市役所環境衛生課 ☎ 055-949-6805

他 国の教育ローンをご利用ください

高校・短大・大学などの入学や在学中の子どもがいる家庭を対象とした公的な融資制度です。
融資限度額／300万円（一人につき）
返済期間／15年以内
☒ 日本政策金融公庫 教育ローンコールセンター ☎ 0570-008656（平日9時～21時、土曜は17時まで）

特別支援学級のあしあと
～田方地区特別支援学級
学習活動展～

とき／10月19日（土）、20日（日）
ところ／葦山南小学校
内容／▶田方地区特別支援学級・東部特別支援学校の児童・生徒の作品を展示。▶特別支援学級の学級目標や時間割、生活単元学習など日常の学習の様子を紹介。

なかよし交流会

とき／10月21日（月）
ところ／葦山南小学校
内容／各地区ごとにゲームや学習の成果を発表し合い、お互いに楽しめます。保護者の参加を呼びかけ、交流を深めます。

☒ 田教研特別支援教育研究部事務局（函南町立函南小学校：渡邊）
☎ 055-978-3048



社会教育委員からの
メッセージ

☒ 市役所社会教育課
☎ 055-948-1461

生涯学習活動を
始めてみました
星合節子



3B体操に使う用具

同じ地区の50代から60代までの7人で、3B体操を始めて1年が経ちました。指導してくださるのは、市内の3B体操教室で活躍されており、同じ社会教育委員の海野由美子さんです。
3B体操とはボール、ベル、ベルターという用具を運動の助けとして使いながら、すべての動きを音楽に合わせて、集団で楽しく行う健康体操です。月に2回、1時間半の有酸素運動、筋力アップ、ストレッチ、ダンスを含めた3B体操は音楽に合わせて、楽しくリズムミカルに体を動かすので、私たち中高年にも無理なく運動ができるので助かります。
1回の教室で10曲ほどの音楽が流れます。8月はサンバの曲が追加され、リズムに合わせて手足や体を動かすのに苦戦しています。若い時には勝手に体が動いてくれたのですが、今では手足がアンバランスに動

いてしまうことにショックを受けています。
そして、この教室がみんなの情報交換の場にもなりました。友人と季節の話をしたり、賢い夏野菜の保存法など知恵のおすそ分けをいただいたり、重宝しております。この縁から、冬に手作り味噌に挑戦させてもらい、夏野菜を手作り味噌で味わえるのも、このような活動の場があるからこそであり、得るものは多く、とても嬉しく思います。
1年続けられた3B体操はまだまだ続けられそうです。生涯学習きっかけ作り塾など、市主催のものでもさまざまな講座があります。『広報いずのくに』には各種教室の情報が満載なので、活動を始める参考になると思います。
皆さんも、暑さや寒さに負けない、健康でしなやかな体作りに挑戦してみてはいかがでしょうか。