



笑う門には
福来たる
2014

輝く140のスマイル



お誕生日おめでとう
おおきくな〜れ



たにぐち ゆうか
谷口 優佳 ちゃん
(平成22年1月13日生)

和也さん・啓美さんの長女(寺家)
いつも明るく笑顔いっぱいの優佳。
兄ちゃん、弟に囲まれて、わんぱく
だけど優しい女の子に育ってね!



あらい りく
新井 力孔 くん
(平成23年1月8日生)

基仁さん・まゆみさんの長男(長崎)
笑うと目がなくなっちゃう力孔。
犬が大好き! ねえね、妹大好き!
これからも仲良く元気にね!!



つちや みなみ
土屋 美陽 ちゃん
(平成24年1月13日生)

晃彦さん・陽子さんの長女(三福)
みなみの笑顔は、太陽のように皆
を明るくしてくれるよ。これから
もすくすく元気に育ってネ。



ふるや のどか ちゃん
古屋 のどか ちゃん
(平成22年1月15日生)

博敏さん・千佳子さんの次女(浮橋)
おしゃべり大好き、のんちゃん。
人なつっこいその笑顔で、みーん
な、元気をもらっているよ!!



きくま かける
菊間 健翔 くん
(平成22年1月11日生)

直人さん・さやかさんの長男(天野)
我が家の暴れ馬! かっくん。やん
ちゃだけど、気は優しく弟思い。健
康に翔いて、大きくなあれっ!



せりざわ かいと
芹澤 海飛 くん
(平成22年1月14日生)

佳晃さん・ちひろさんの長男(寺家)
いつも笑顔で元気いっぱいのかい
ちゃん。これからも明るく、お友
達をたくさん作ってね。



たなか しゅうと
田中 柊仁 くん
(平成24年1月10日生)

一太郎さん・仁菜さんの次男(原木)
甘えん坊で人なつっこく笑顔が
とってもかわいい柊仁。お兄ちゃん
といっぱい遊んで大きくなってね。

1月18日(土)
チケット
発売開始

第4回 江川坦庵合唱コンクール

〜響かせようハーモニー 瑠璃色の空の下で〜

と き/平成26年3月9日(日)

開場 12:00 開演 12:30

ところ/アクシスカつらぎ 大ホール

プログラム/コンクール(12団体出場)、全体合唱『瑠璃色の空
の下で〜江川坦庵のバラード〜』、審査結果・表彰

チケット/【全席自由】

一般 1,000円

高校生以下 500円

チケット販売所/アクシスカつらぎ
葦山時代劇場



第3回江川坦庵賞(総合1位)の愛知高等学校合唱部

募集 聴衆審査員

会場の聴衆の評価で決定する『伊豆の国賞』
の審査員を募集します。専門的知識は必要あ
りません。実際に演奏を聴いて良かったと思
う合唱団を選んでいただきます。この機会に、
ぜひ聴衆審査員をやってみませんか。

と き/平成26年3月9日(日)
12:00〜17:00(予定)

ところ/アクシスカつらぎ 大ホール

条 件/当日に聴衆審査ができる人

定 員/100人(※定員を超えた場合は抽選)

申し込み/電話で2月18日(火)17:00まで

☎ アクシスカつらぎ ☎ 055-948-0225

新年のごあいさつ 謹賀新年

春季堂に満つ われ今新生せり

2014年、今年はどんな年になるのでしょうか。

愛する私たちの伊豆の国市は、誕生して10年目に入ろうとしています。人の一生に例えますれば10歳。今まさに伸びんとする時、大きな理想を打ち立て、まっしぐらに進もうとする時であります。国づくりも同様、大きな目標に向かって、基盤を積み重ねて行く時と言えましょう。

昨年は願成就院の運慶作諸仏5体が国宝に、葦山反射炉が世界文化遺産登録に向け国内推薦決定と、ビッグニュースに沸きました。待ち望んだ朗報は、私たちの心を豊かにしてくれました。私たち市民は、大偉業を成し遂げた先人たちのご苦労に対し、深く敬意を表するとともに、未来の人たちの幸せを願い、新たなまちづくりに動しんでいかなければならないと思います。

4月に市長に就任して8カ月が経ちました。表明した7つの命題に沿って、粛々と行政を進めております。一般廃棄物処理施設の移転を含む安心安全の暮らしを実現するために、また子育て支援、教育環境の充実、待ったなしの防災対策・医療・介護・福祉の諸問題、観光地のにぎわいを取り戻すことはもとより、農業・

商工業を一体化させた産業の発展を期して、それぞれ施策の事業化を図っているところです。

行財政改革では、市民による事業評価を行い、それを受けて従来の事業の見直しを進めるとともに、庁内では機構の改編を行って7つの命題の早期実現に取り組むところです。財政的にはさらに苦しい時代に入ろうとしています。私をはじめ職員一同懸命に取り組む覚悟です。市民の皆様には是非ご理解いただき、強い意志を持って市民協働のまちづくりを成功させようではありませんか。

2014年は、伊豆の国市にとってどんな年になるのでしょうか。それを創るのはあなた、そして私です。

市民の期待に応える年に

昨年は、第二次安倍政権誕生後に打ち出された経済対策などにより、景気回復の兆しが見えはじめてきましたが、私たちには未だに実感がありません。特に、地域経済は疲弊しており、本年は景気回復を実感できる年となるよう期待しています。

4月は、議会議員定数を5人削減し定数17人で市議会選挙が行われ、女性議員が4人に増えました。また、市長選挙では県内初の女性市長、小野市長が誕生しました。女性市長誕生と女性議員が増えたことで、子育て支援・女性の就業支援など、これまで以上に女性の視点によるきめ細やかな事業展開が期待されます。

10月には、議会改革の一環で制定した「伊豆の国市議会基本条例」に基づき、議会として初めての報告会を行いました。この報告会は、市民の皆様と議員が語り合い、市民の皆様のご意見を伺い議員活動・議会活動に生かすものです。参加された多くの市民の皆様より貴重なご意見を頂きましたので、今後の議会活動に生かしてまいります。なお、この議会報告会は、平成26年度以降も継続していきます。市民の皆様には、今回以上のご参加をいただきますようお願い申し上げます。

今年は、合併10年を迎えます。「役所と市民協働」を主張する小野市長には、市民の声を十分反映した節目の年に相応しい、事業展開を切望いたします。

当市議会は、ますます多様化する社会・経済情勢、市民ニーズを的確に把握し、「市民の求めるまちづくり」・「安全で安心して暮らせるまちづくり」の実現を行政と共に目指してまいります。

これからも皆様の一層のご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたり、新しい年が市民の皆様にとって、素晴らしい年となるようご祈念申し上げます、新年のあいさついたします。

伊豆の国市長

小野登志子

葛城山山頂より

伊豆の国市議会議員

古屋鋭治

1月26日 (日) 堀田力氏による子育て講演会

公民館講座 『テレビ寺子屋公開録画』
～地域と子育て～

問 社会教育課
☎ 055-948-1461
FAX 055-948-1470

テレビ寺子屋とは？

子育てってなんだろう。一人ひとり違う子育ての中で、不安や戸惑いがある人も多いはず。子育て方法は十人十色。その答えは一つではないけれど、母として、父として、家庭人として、戸惑いや解決の糸口を見つけた時の共感が得られる場を提供します。

と き 1月26日(日) 13:15～
ところ 長岡中央公民館(あやめ会館)
対 象 200人(応募者多数の場合は、市民優先のうえ抽選)
申込み方法 1月20日(月)までに電話、またはFAXで申し込みください。
その他 テレビ静岡番組『テレビ寺子屋』で放送予定。参加費無料。



講師…堀田力氏

元東京地検特捜部検事(ロッキード事件などを担当)
現公益財団法人さわやか福祉財団理事長・弁護士。



問 伊豆の国市観光協会
☎ 055-948-0304

第49回 ぬえ 鶴ばらい祭

源頼政公が退治したと伝えられる、頭は猿、胴体は虎、尻尾は蛇という妖怪『鶴』。その鶴退治の故事にちなんで行われる一風変わった祭です。地元長岡中学校生徒による鶴踊り。鶴を追い払い、福を呼ぶ餅まき、豆まきを予定しています。

と き 1月28日(火)
15:00～17:00頃
ところ 湯らっくす公園
※雨天時はあやめ会館
その他 アクシスカつらぎ前での鶴踊り披露はありません。

1月28日 (火)

2月1日 (土) 伊豆の国市 安全で安心なまちづくり市民大会

～振り込め詐欺被害撲滅を目指して～

問 地域づくり推進課
☎ 055-948-1412

今年の大会では、振り込め詐欺による被害の撲滅を目指し、寸劇などで新手の手口をわかりやすく紹介します。手口も年々巧妙化しており、家族を騙り振り込ませようとする手口から市役所職員を騙る手口までさまざまです。「振り込め詐欺」の手口を知り、その対策について、今一度考える機会にしてみませんか。

と き 2月1日(土) 13:30～15:30
ところ アクシスカつらぎ 大ホール
内 容 ▶寸劇

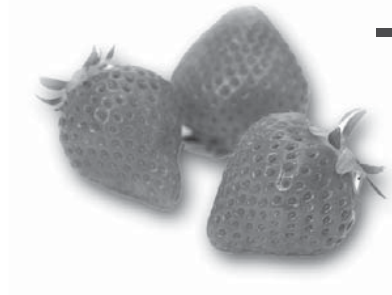
防犯ボランティア団体ほっといず、市職員
▶講演 『新手の詐欺にご用心』
講師：吉松恵子氏(国民生活センター総括主任)
▶演奏 県警音楽隊 など



いちごまつり

1月11日
(土)

問 農業振興課
☎ 055-949-6813



イチゴの季節の始まりです。一年で一番おいしいこの時期のイチゴを、ぜひご賞味ください。

と き 1月11日(土)
9:30～13:30頃
ところ JA グリーンプラザ伊豆の国
内 容 飲食物の販売、品評会出品
イチゴの販売、イチゴチャリティ、大抽選会
その他 小雨決行

スケジュール
9:30～ 開会
10:00～ 品評会表彰式
10:40～ ステージイベント
12:00～ イチゴ販売
12:30～ 大抽選会
13:00～ イチゴチャリティー
13:30～ もちまき

1月18日(土) 第8回 19日(日) パン祖のパン祭

問 伊豆の国市観光協会
☎ 055-948-0304

パン祖、江川坦庵公にちなんだ『パン祖のパン祭』が今年度も2日間にわたり盛大に開催します。おいしくて楽しい2日間です。ぜひ会場へ!!

と き 1月18日(土)・19日(日)
10:00～14:30

ところ 韮山時代劇場

内 容

▶第8回全国高校生パンコンテスト

今回も『伊豆ニューミニトマト部門』と『手仕込み部門』、新部門の『カリフォルニア・レーズン部門』の3部門で開催。前回は、北は宮城県、南は山口県から多くの高校生からの応募があり、激戦が繰り広げられました。年々選手のレベルがあがっており今年も激戦が予想されます。

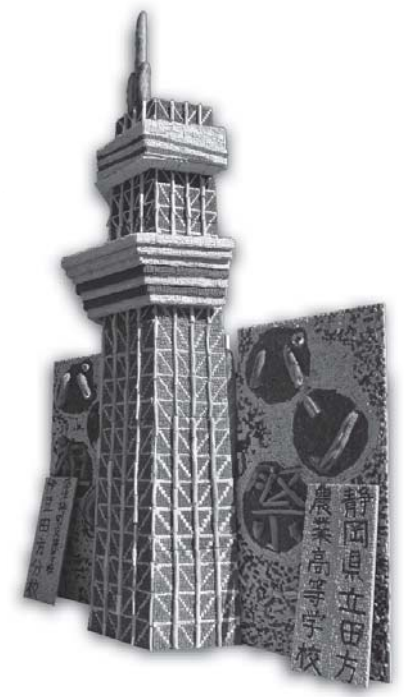
▶パン祖を訪ねるいちごウォーキング

コース 会場 ～ 韮山反射炉 ～ 江川邸 ～ 韮山いちご狩りセンター ～ J A グリーンプラザ ～ 会場

受付時間 10:30～11:30

▶ほかにも

・県立田方農業高等学校の生徒による巨大パンオブジェ
・ぬりえ抽選会
・コンテスト作品抽選会(19日(日)のみ)
・修善寺中学校吹奏楽演奏(19日(日)のみ)
・反射炉ちびっこパンコンテスト(18日(土)実技・19日(日)表彰)
・全国および近隣の有名店パン販売会
・その他 『親子でパンゲット』や『パン de 神経衰弱』『パン食いゲーム』など多数の催しを予定しています。



問 社会教育課
☎ 055-948-1461

当日は選手を勇気づける皆さんの、
熱いご声援をお願いします。また、交
通規制により、一部車両通行止めとな
ります。ご協力をお願いします。

◆スタート、ゴール 大仁市民会館

第1区 大仁市民会館 → リバーサイドパーク堤防

第2区 リバーサイドパーク堤防 → 伊豆中央高校前

第3区 伊豆中央高校前 → 谷戸堤防

第4区 谷戸堤防 → 伊豆中央高校前

第5区 伊豆中央高校前 → 谷戸堤防

第6区 谷戸堤防 → 千歳橋南側下

第7区 千歳橋南側下 → リバーサイドパーク堤防

第8区 リバーサイドパーク堤防 → 大仁市民会館

☆**走行注意区間**
松原橋付近の堤防工事に伴い、大会当日のみ走行が可能となります。周辺への進入は選手以外できません。
応援する人はご注意ください。

講 師 (独) 近畿中国四国農業研究センター
鳥獣害研究チーム長 井上雅央氏

参加費 無料

持ち物 筆記用具

申込み方法 1月31日(金)までに電話でお申し
込みください。

問 農業振興課 **☎** 055-949-6813

今年は申告会場が 1 カ所

平成 25 年分所得税の確定申告

平成 25 年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告の相談、
申告書の提出は、下の日程をご確認ください。課税課
☎ 055-948-2918

確定申告前に申告書の提出ができる

2月6日(木)～13日(木)

所得税の還付申告相談会

三島税務署および市では、還付申告者（＊）を対象に、
確定申告期間前に還付申告相談会を実施します。相談対
象となる人は、確定申告期間前でも申告書の記載・提出
ができますので、ご活用ください。※昨年の確定申告書と見比べるなどして、資料を整えて
からお越しください。三島税務署出張相談会日程
(三島税務署主催)

と き	ところ
2月6日(木) 9:30～11:00	市役所大仁庁舎
7日(金) 13:00～16:00	2階第1会議室

市役所職員による相談会日程

と き	ところ
2月10日(月) 9:00～11:00	市役所大仁庁舎
12日(水) 13:00～16:00	2階第1会議室
13日(木)	

※来場者の人数などによっては、予定時間よりも早く受
け付けを終了する場合があります。

持ち物 必ず用意してください。

- 平成 25 年分の給与所得の源泉徴収票または
公的年金の源泉徴収票
- ※配偶者特別控除を受ける場合は、配偶者の所
得がわかるものが必要です。
- 控除を受けるための各種資料（証明書・領収書など）
- 還付を受ける金融機関の口座番号がわかるもの（本人
名義の口座）印鑑、筆記用具、計算機など

※対象となる人

(注) 事業所得は対象外です。

- 給与所得者で、医療費控除、住宅借入金等特
別控除、雑損控除を受ける人
- 給与所得者で、年の途中で退職して年末調整
をしていない人
- 給与と年金収入、または年金収入のみの人



公的年金などを受給している人

公的年金などの収入金額の合計額が 400 万円以下で、かつ、公的年金
などに係る雑所得以外の所得金額が 20 万円以下である場合には、所得税
および復興特別所得税の確定申告をする義務は不要となりました。ただし、
還付を受けるためには確定申告書の提出が必要です。また、確定申告は不
要であっても住民税の申告をすることで控除が受けられる場合があります。
ご不明な点はお問い合わせください。

市が開催する確定申告相談会

とき／2月14日(金)～3月17日(月)

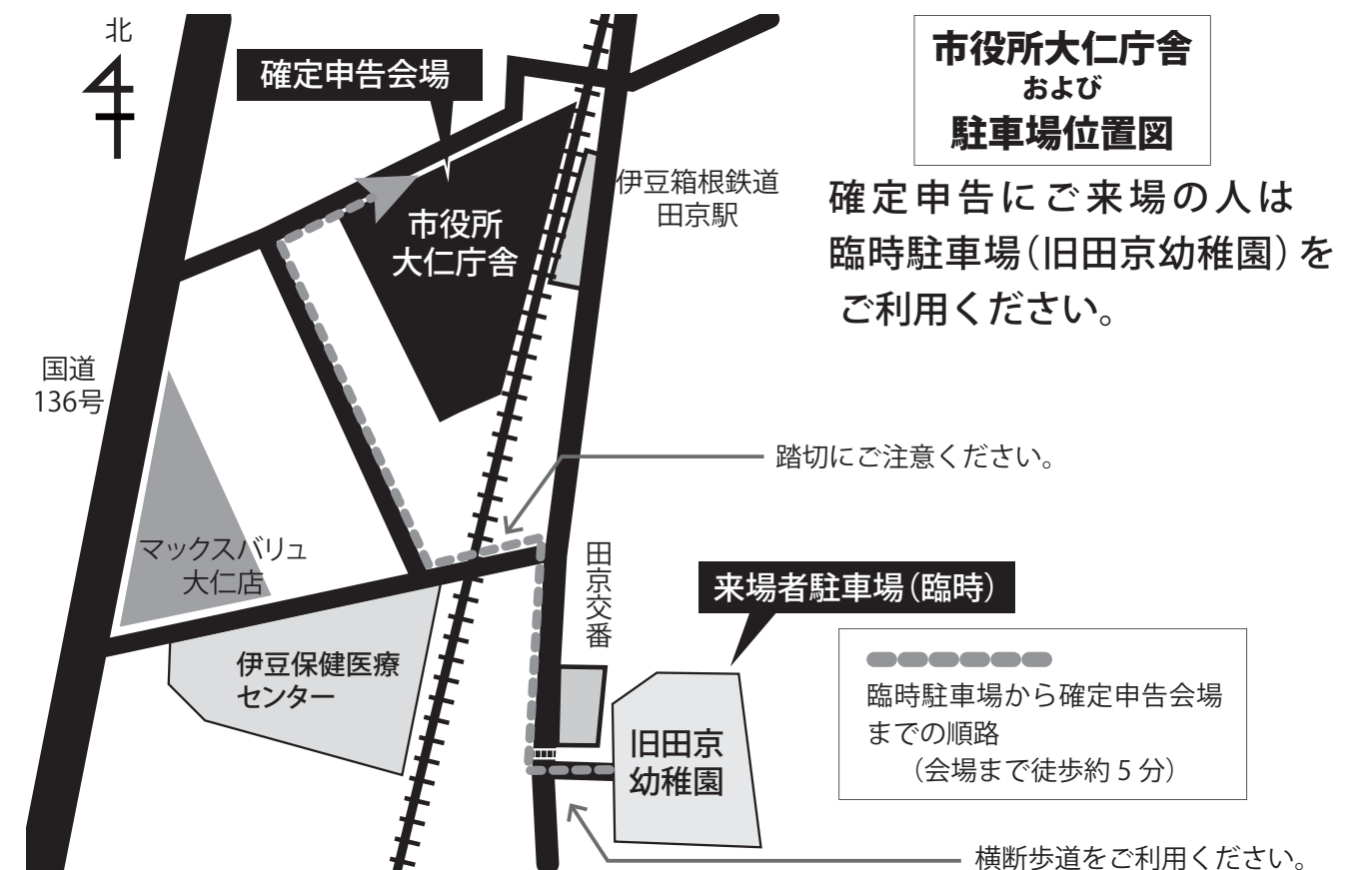
※期間中、土曜日、日曜日を除く。

午前の部／9:00～11:00

午後の部／13:00～16:00

※来場者の人数などによっては、予定時間よ
りも早く受け付けを終了する場合があ
ります。市役所では、青色申告、譲渡所得、贈
与税、消費税の申告相談は行っていませ
ん。三島税務署で開催する確定申告相談会
で申告相談をしてください。
詳しくは、13 ページをご覧ください。ご注意ください。
今年は申告会場が 1 カ所です。ところ／市役所大仁庁舎
2階第1会議室伊豆長岡庁舎、菰山庁舎、菰山福祉・保健
センターでは行いません。

※なるべく公共交通機関でお越しください。

市役所大仁庁舎
および
駐車場位置図確定申告にご来場の方は
臨時駐車場(旧田京幼稚園)を
ご利用ください。

踏切にご注意ください。

来場者駐車場(臨時)

臨時駐車場から確定申告会場
までの順路
(会場まで徒歩約 5 分)

横断歩道をご利用ください。

所得税の確定申告、市・県民税の申告における各種控除

- ：所得控除…所得金額から控除
▲：税額控除…所得税額から控除

各種控除についての詳しい内容、計算式、持ち物などについては、国税庁ホームページまたは市ホームページをご覧ください。ご不明な点はお問い合わせください。

課税課
☎ 055-948-2918

●寡婦控除

女性の納税者が所得税法上の寡婦に当てはまる場合に受けられる所得控除です。

＜寡婦の範囲＞①または②に該当する人

①夫と死別し、または夫と離婚した後婚姻していない人、もしくは夫の生死が明らかでない人のうち一定の人で、扶養親族またはその年分の総所得金額などが 38 万円以下の生計を共にする子を有すること。

②夫と死別した後婚姻していない人、もしくは夫の生死が明らかでない人のうち一定の人で、合計所得金額が 500 万円以下である人。

【寡婦控除の特例】

夫と死別し、または夫と離婚した後婚姻していない人で、扶養親族である子を有し、かつ、合計所得金額が 500 万円以下である寡婦の場合に適用されます。

▲住宅借入金等特別控除 (住宅ローン控除)

居住者が住宅ローンなどを利用してマイホームの新築、取得または増改築など（以下「取得など」といいます。）をした場合で、一定の要件を満たすときは、その取得などに係る住宅ローンなどの年末残高の合計額などを基として計算した金額を、居住の用に供した年分以後の各年分の所得税額から控除する「住宅借入金等特別控除」、または「特定増改築等住宅借入金等特別控除」の適用を受けることができます。

※住宅ローンなどを利用しない場合であっても、居住者が既存住宅について一定の要件を満たす住宅耐震改修をしたとき、バリアフリー改修工事、または省エネ改修工事をしたとき、もしくは認定住宅の新築などをしたときは、それぞれの規定により定められた金額を、その年分の所得税額から控除する「住宅耐震改修特別控除」、「住宅特定改修特別税額控除」および「認定（長期優良）住宅新築等特別税額控除」の適用を受けることができます。

●寡夫控除

男性の納税者が所得税法上の寡夫に当てはまる場合に受けられる所得控除です。

＜寡夫の範囲＞

妻と死別、または妻と離婚した後婚姻していない人、もしくは妻の生死が明らかでない人のうち一定の人で、合計所得金額が 500 万円以下、かつ、その年分の総所得金額等が 38 万円以下の生計を一にする子を扶養親族としていること。

●雑損控除

災害、または盗難、もしくは横領によって、資産について損害を受けた場合などには、一定の金額の所得控除を受けることができます。

●基礎控除

基礎控除の額として、一律に差し引くことができます。所得税の場合 38 万円、住民税の場合 33 万円です。

▲住宅耐震改修特別控除

居住者が、平成 18 年 4 月 1 日から平成 29 年 12 月 31 日までの間に、自己の居住の用に供する家屋（昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築されたものに限ります。）について住宅耐震改修をした場合には、一定の金額を、その年分の所得税額から控除するものです。

▲配当控除

配当所得があるときには、一定の金額の税額控除を受けることができます。

寄附金控除・寄附金税額控除

納税者が国や地方公共団体、特定公益増進法人などに対し、「特定寄附金」を支出した場合には、所得控除を受けることができます。これを寄附金控除といいます。なお、政治活動に関する寄附金、認定 NPO 法人などに対する寄附金および公益社団法人などに対する寄附金のうち一定のものについては、所得控除に代えて、税額控除を選択することができます。

●医療費控除

自己、または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族のために医療費を支払った場合には、一定の金額の所得控除を受けることができます。

●生命保険料控除

納税者が一定の生命保険料、介護医療保険料および個人年金保険料を支払った場合には、一定の金額の所得控除を受けることができます。

●地震保険料控除

納税者が、特定の損害保険契約などに係る地震など損害部分の保険料や掛金を支払った場合には、一定の金額の所得控除を受けることができます。

●配偶者控除

納税者に所得税法上の控除対象配偶者がいる場合には、一定の金額の所得控除が受けられます。控除対象配偶者とは、その年の 12 月 31 日の現況で、次の 4 つの要件のすべてに当てはまる人です。

- ①民法の規定による配偶者であること（内縁関係の人は該当しません）。
- ②納税者と生計を一にしていること。
- ③年間の合計所得金額が 38 万円以下であること。
- ④青色申告者の事業専従者としてその年を通じて一度も給与の支払を受けていないこと、または白色申告者の事業専従者でないこと。

●障害者控除

納税者自身、または控除対象配偶者や扶養親族が、所得税法上の障害者に当てはまる場合には、一定の金額の所得控除を受けることができます。※障害者控除は、扶養控除の適用がない 16 歳未満の扶養親族を有する場合においても適用されます。

●社会保険料控除

納税者が自己、または自己と生計を一にする配偶者やその他の親族の負担すべき社会保険料を支払った場合、または給与から控除される場合などに受けられる所得控除です。

控除できる金額は、その年に実際に支払った金額や給与、公的年金から差し引かれた金額の全額です。

●小規模企業共済等掛金控除

納税者が小規模企業共済法に規定する共済契約の掛金、確定拠出年金法に規定する個人型年金の加入者掛金および心身障害者扶養共済制度の掛金を支払った場合に受けられる所得控除です。

●扶養控除

納税者に所得税法上の控除対象扶養親族となる人がいる場合には、一定の金額の所得控除が受けられます。控除対象扶養親族とは、扶養親族のうち、その年の 12 月 31 日現在の年齢が 16 歳以上の人をいいます。

※ 16 歳未満の扶養親族であっても、住民税上の措置を受けられる場合があります。

●配偶者特別控除

配偶者に 38 万円を超える所得があるため配偶者控除の適用が受けられないときでも、配偶者の所得金額に応じて、一定の金額の所得控除が受けられる場合があります。

※配偶者特別控除は夫婦の間で互いに受けることはできません。

●勤労学生控除

納税者が所得税法上の勤労学生に当てはまる場合に受けられる所得控除です。

三島税務署の申告相談会

三島税務署で開催する確定申告では、青色申告、譲渡所得、贈与税、消費税の申告・相談を行っています。市役所では受け付けできませんのでご注意ください。

☎ 三島税務署
☎ 055-987-6711

三島税務署が開催する申告相談会【所得税・贈与税・消費税・地方消費税】

と き／ 2月14日(金)～3月17日(月) ※期間中、土曜日、日曜日を除く。 9：00～17：00 ※来場者の人数によっては、予定時間より早く受け付けを終了する場合があります。 16時までにお越しください。	ところ／ 三島商工会議所 1階 TMOホール ※三島税務署には確定申告会場を設けていませんのでご了承ください。 ※三島商工会議所の駐車場は有料です。なるべく公共交通機関をご利用ください。 (市営中央駐車場をご利用の場合は、駐車券を持参すれば無料になります)
--	--

申告に必要な書類

税務署からのお知らせハガキ、または確定申告書が送付されている場合はご持参ください。

- ・収支内訳書、青色申告決算書
- ・昨年の確定申告書、収支内訳書の控え
- ・源泉徴収票（給与、配当、公的年金など）
- ・控除証明書（社会保険料、生命保険料、地震保険料）
- ・金融機関の預貯金口座のわかるもの
- ・印鑑、筆記用具、電卓

所得税及び復興特別所得税

平成 25 年分から平成 49 年分までの各年分については、所得税と併せて復興特別所得税を申告・納付することとされています。復興特別所得税は各年分の基準所得税額に 2.1% の税率を乗じて計算します。

※昨年の確定申告書、収支内訳書の控えなどをお持ちください。申告相談に時間がかかったり、申告を受け付けできない場合があります。

確定申告書をパソコンで作成するときは

国税庁ホームページの『確定申告等作成コーナー』は、画面の案内に従って金額などを入力することにより、所得税および消費税の確定申告書、並びに贈与税の申告書などを作成できます。作成したデータは、印刷して書面で提出できるほか、『e-Tax』を利用して提出することができます。

※ e-Tax を利用する場合は、事前の登録などが必要です。

■国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>（確定申告特集）

確定申告テレフォンセンター

申告期間中、所得税・消費税の確定申告、贈与税の申告に関する相談を受け付けます。

☎ 三島税務署 ☎ 055-987-6711

- ▶確定申告に関する相談 →自動音声に従い「0」を選択
- ▶国税に関する一般的な相談⇒自動音声に従い「1」を選択
- ▶三島税務署への問合せ →自動音声に従い「2」を選択

※「0」は 1 月 6 日（月）～ 3 月 17 日（月）まで利用できます。
この期間以外で、確定申告に関する相談は「1」を押してください。

1月6日(月)～

国税庁ホームページ内の『タックスアンサー』には、よくある質問と回答を税金の種類ごとに掲載しています。ご利用ください。

税務職員を装った 不審な電話にご注意ください

国税局や税務署職員を名乗ってアンケートや年金受給調査などと言い、年齢や家族構成、年金の受給状況、預金残高、口座情報などを聞き出そうとする事例が増えています。不審な電話がかかってきたら、すぐには回答せず、①所属部署、②名前、③電話番号を確認した後、一度電話を切り、三島税務署総務課にお問い合わせください。

要介護認定者等の障害者控除と おむつ代の医療費控除

☎ 高齢者支援課
☎ 0558-76-8009

要介護認定者の障害者控除

精神、または身体に障害のある 65 歳以上の人で、市から介護保険法の要介護認定を受けている場合、「障害者控除対象者認定書」の交付を受けることにより、所得税や市・県民税の障害者控除を受けられる場合があります。（要介護 1～3 で身体上の障害の見られない人や要支援 1・2 の人は対象外です。）

※要介護認定の状況により、障害者控除または特別障害者控除を受けることができます。障害の認定は、平成 25 年 12 月 31 日現在の要介護認定状況によります。なお、対象者が年の途中で亡くなっている場合には、亡くなられた時の状況によります。

控除を受けるには：

所得税の確定申告、または市・県民税の申告で「障害者控除対象者認定書」を提示してください。



認定書の交付申請：

窓 口 高齢者支援課（大仁庁舎）、各庁舎市民課
持ち物 申請者本人を確認できる書類および印鑑をお持ちください。（申請者が本人、またはその同一世帯で生計を一にする親族以外の場合は、委任状が必要です。）

期 間 2 月 3 日（月）～ 3 月 17 日（月）まで
※上記期間以外が高齢者支援課のみで発行します。



認定書の交付申請：

窓 口 高齢者支援課（大仁支所）
※各庁舎市民課では行いません。
持ち物 申請者本人を確認できる書類および印鑑をお持ちください。（申請者が本人、またはその同一世帯で生計を一にする親族以外の場合は、委任状が必要です。）

※申請いただいても、認定時の主治医意見書の記載状況により、確認書を発行できないことがあります。希望する人は、あらかじめご相談ください。

おむつ代の医療費控除

おむつ代が医療費控除として認められるには、医師が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。ただし、介護保険の要介護認定者で、おむつ代の医療費控除を受けるのが 2 年目以降である場合には、市が発行する「おむつ代医療費控除用医師意見書確認書」があれば医療費控除の対象として認められます。

※介護認定に係る主治医意見書に寝たきり状態にあることおよび尿失禁の可能性がある場合などの記載があることが条件です。

控除を受けるには：

確定申告、または市・県民税の申告の際に、おむつ購入代の領収書と医師が発行した「おむつ使用証明書」、または市が発行した「おむつ代医療費控除用医師意見書確認書」を一緒に提出してください。

医療ボランティア、災害時の対応を学ぶ

11月22日 災害時の医療救護研修会を実施

市は、災害時に迅速かつ円滑な救助活動を行うことを目的に、『災害時医療救護ボランティア・災害時健康支援ボランティア登録者研修会』を開催。登録申請をした医師や看護師など17人が参加しました。

研修会では、田方医師会所属の三原純医師による災害時の医療救護活動の話や、東日本大震災の救護活動の映像の様子などを紹介しました。

▶会場となった菰山福祉・保健センターの様子



会場に響く軽快な下駄の音を楽しむ

11月24日 下駄ダンスコンテストが開催

温泉といえば浴衣と下駄。力強い下駄の音とともに伊豆の国市を元気にしようと始まった下駄ダンスコンテストも、今年で8回目を数えます。

今回の大会は『北条早雲の章〜乱世の舞に願いを込めて』と題し、かつて伊豆一円を統治した北条早雲にちなんだテーマとして開催しました。埼玉県や兵庫県など全国各地から13組、106人が参加しました。

◀最高齢の80代男性（中央）による華麗なステップ



もしものときは、とにかく逃げる

12月1日 市内各地で地域防災訓練を実施

地域防災の日に合わせ、市内各地で防災訓練が行われました。自主防災会や消防団員など10,863人が参加、災害時の対応を確認しました。

古奈地区では、東日本大震災で被害を受けた宮城県多賀城市の市議会議員の吉田氏による講演会を開催。区民200人を前に「もしものときは、荷物ももたずとにかく逃げる」との重要性を話しました。

▶古奈区民を前に講演する多賀城市議会議員の吉田氏



市とJA伊豆の国が共催

12月8日 第2回伊豆の国農業まつりを開催

今年で2回目となる『伊豆の国農業まつり』を、JAグリーンプラザ伊豆の国で開催しました。あいにくの曇天にも関わらず、約4,000人が来場。会場は大盛況でした。農産物の展示・販売やステージアトラクションなど多数の催しの中でも、特に餅まきには山のような人だかりができていました。

同まつりは、市とJA伊豆の国が協力して農業振興の推進を目的に開催しています。

◀一番の人だかりができた餅まき



11月30日
静岡県市町対抗駅伝競走大会が開催

昨年を上回る



岡 社会教育課
☎ 055-948-1461

14回目となる静岡県市町対抗駅伝競走大会が、静岡市内を舞台に開催。県内39チーム(市の部27チーム、町の部12チーム)が、

郷土の誇りを胸にしのぎを削りました。伊豆の国市は昨年より順位を1つ上げての22位でゴール。来年につながる結果となりました。



県庁前を一斉にスタート



第1区(ジュニアA女子)
大川和恵



第3区(小学生女子)
清水有羽



第2区(小学生男子)
山田悠貴



第4区(一般女子)
秋山由衣



第11区(一般男子)
望月雅直



第5区(ジュニアA男子)
秋山尚輝



第6区(40歳以上)
佐藤正三



女子15位
長嶋里菜



男子4位
青木悠人



第7区(中学生男子)
高橋拓也



第8区(中学生女子)
三橋なつみ



第9区(ジュニアB女子)
宮口紗来



お 市町対抗駅伝



第10区(ジュニアB男子)
岩田一馬



第11区(一般男子)
望月雅直



目標タイムには届かなかったが、個々の能力を発揮することはできたと思う。今年は、ホップ・ステップ・ジャンプのステップの年。今年の走り来年少に降につなげたい。
坂本達也 監督

位

1月

水 wed

± sat

☎ 0558-76-5566



裏がカレンダーになっています。
取り出してお使いください。

今月のおすすめ ～ウマの本～



『シーフカ・ブルカ まほうの馬』
M. プラートフ (再話) B. ディオードロフ (絵) / 福音館書店
呪文を唱えると現れる、馬の力を借りて、末息子は力だめしに挑みます。ロシアの昔話。【中央・葦山】



『たびびと うま』小沢正 (文)、石倉欣二 (絵) / 教育画劇
ふたりで出かけた旅の途中、あやしげな家に泊まった若者たち。出されただんごを食べた若者は、なんと、馬になってしまいます。【中央・葦山】

『しまうまのしごとさがし』トビイルツ (作) 【長岡】
『はたらくうまのハンバートとロンドン市長さんのはなし』
ジョン・バーニンガム (作) 【中央・葦山】
『この世でいちばんすばらしい馬』チェン・ジャンホン (作) 【葦山】
『バレエをおどりたかった馬』H. ストルテンベルグ (作) 【中央・葦山】
『五月三十五日』エーリヒ・ケストナー (作) 【中央・葦山】

図書館だより

今年の干支『午(うま)』にちなんで、ウマの絵本や読み物を紹介します。

■他の市町の図書館でも、
本が借りられます。

伊豆の国市の図書館は、沼津市、伊豆市、三島市、函南町の図書館と提携しています。これは、当市の利用者カードを持つ人は、沼津市などの図書館でも、カードを作って本を借りることができるということです。それぞれ利用方法は異なるので、詳しくは各図書館にお問い合わせください。



図書館カレンダー
モバイル版QRコード



びーぐるん

図書館ホームページ <http://www.izunokuni.library-town.com/> ☎ 中央図書館 ☎ 0558-76-5566 (月曜休館)

公演のお知らせ

チケット好評発売中!!

	新春伊豆の国寄席 桂文珍・春風亭小朝 東西名人会	フレンドシップコンサート 渡辺真知子・庄野真代・さとう宗幸 ジョイントコンサート	ファミリー劇場 影絵劇 オズの魔法使い
と と こ ろ	 桂文珍  春風亭小朝	 渡辺真知子  庄野真代  さとう宗幸 (ゲスト)	 劇団かかし座
1 月 2 6 日 (日)	1月26日 (日) 開場 13:30 開演 14:00 アクシスカつらぎ大ホール	3月2日 (日) 開場 18:00 開演 18:30 アクシスカつらぎ大ホール	3月21日 (金・祝) 開場 10:30 開演 11:00 葦山時代劇場大ホール
チ ケ ッ ト	【全席指定】 S席 3,500円、A席 3,000円 ※未就学のお子さんの入場は不可	【全席指定】 S席 3,500円、A席 3,000円 ※未就学のお子さんの入場は不可	【全席指定】 一般 1,000円、中学生以下 500円 ※3歳以上は有料。3歳未満のお子様は保護者1名につき膝上1名無料。
チ 販 ケ ッ 所	アクシスカつらぎ、葦山時代劇場 ローソンチケット【Lコード: 432031】 チケットぴあ【Pコード: 42915】 (セブンイレブン、サークルK・サンクス) ☎ アクシスカつらぎ ☎ 055-948-0225	アクシスカつらぎ、葦山時代劇場 ローソンチケット【Lコード: 43242】 チケットぴあ【Pコード: 213-053】 (セブンイレブン、サークルK・サンクス) ☎ アクシスカつらぎ ☎ 055-948-0225	アクシスカつらぎ、葦山時代劇場 ローソンチケット【Lコード: 43838】 チケットぴあ【Pコード: 433-293】 (セブンイレブン、サークルK・サンクス) ☎ 葦山時代劇場 ☎ 055-949-8600

裏がカレンダーになっています。
取り出してお使いください。



ごみの分け方出し方ワンポイント (紙・古着編)

燃やせるごみの中に 資源ごみが混入していませんか？



ごみの分別は確かに手間がかかります。「分別するのは面倒くさい」「私ひとりぐらいなら大丈夫では」と考える人が増えることで、ごみはすぐに増えてしまいます。ごみを減らすには、一人ひとりの分別への意識が大切です。そこで、今回は『かみの日』のごみのうち、紙と古着について分別のポイントを確認してみましょう。



その他の紙ごみは表面に特殊な加工がされていない場合は、リサイクルして紙製容器包装やトイレットロールに生まれ変わります。

その他の紙 (お菓子の箱、ティッシュの箱、ダイレクトメール、封筒、はがき、カレンダーなど) や古着は立派な資源物です。



ご家庭のタンス、押入れに眠っている不要な衣類は、燃やせるごみではありません。かみの日に古着類として出してください。一度洗って、乾かしてから出してください。穴が開いているもの、破れているものでもリサイクルすることができます。

新聞、雑誌、ダンボール、その他の紙、古着類は、白い紙ひもで十文字に縛って出してください。



白い紙ひもの理由は？

紙ひも自体もリサイクルしています。色つきの紙ひもだと再資源化するときに、製品の質が落ちてしまいます。そのため、白い紙ひもの利用をお願いします。



品目	出す際のワンポイント	リサイクル後
新聞 	雑誌類との分別の徹底を 新聞チラシは可	新聞紙・トイレットペーパー・紙箱など
雑誌 	カーボン紙・感熱紙は燃やせるごみへ	雑誌・ノート・マンガ・紙箱など
ダンボール 	1メートル以内に折りたたむ	ダンボール
紙パック 	内側が銀色のものはその他の紙へ	トイレットペーパー・ティッシュペーパーなど
古着類 	タオル、タオルケット、手ぬぐい、毛布、カーテンなどは古着類へ ボタン、ファスナーは取り外さない 布団 (中綿入) は粗大ごみへ	海外へ衣類として輸出・雑巾・ウエスなど
その他の紙 	小さな紙は紙製封筒に入れるか、紙袋に入れ白い紙ひもで持ち手を結ぶ (プラスチック製の持ち手は取り外してその他のプラスチックへ) 感熱紙、表面が加工された紙はリサイクルするとチリや斑点の原因となるため燃やせるごみへ	紙製容器包装 (菓子箱・ティッシュペーパーの紙箱など)・トイレットペーパーの芯など

事業名	事業概要	評価結果					
		評価者	継続	要改善	国・県が実施	民間が実施	廃止
生活支援バス 運行事業	地域と沿線住民の日常生活の移動の確保のために、市が必要と認めた不採算バス路線について、運行を維持する事業者に対し欠損分を補助金として交付する。	市民判定員	9	17	0	0	0
		評価委員	0	5	0	0	0
在宅高齢者 福祉推進事業	在宅の独居高齢者などが自立した生活を確保し、永年住み慣れた地域社会で引き続き生活していくことを支援するため、紙おむつ代、配食サービス、緊急通報システム利用についての支援を行う。	市民判定員	11	14	1	0	0
		評価委員	1	3	0	1	0
成人健康診査 事業	がんの早期発見、健康づくりの基盤となる歯と口腔の健康管理のための各種健康診査を実施する。	市民判定員	16	10	0	0	0
		評価委員	1	4	0	0	0
在宅高齢者外 出支援事業	高齢者の生活圏の拡大と社会参加を促進するため、高齢者福祉タクシー券など利用助成および福祉サービス送迎支援を実施する。	市民判定員	4	17	0	0	5
		評価委員	0	4	0	0	1
地域づくり推 進事業	活力と魅力ある地域づくりを推進するため、コミュニティ活動の拠点整備事業とコミュニティ活性化を図るための事業を行う団体に対して補助金を交付する。	市民判定員	5	14	0	0	0
		評価委員	0	6	0	0	0
商工業活性化 支援事業	市内で利用できる商品券販売額に1割のプレミアムを付加することにより、消費者の購入意欲を刺激して地域経済の活性化を図るために補助金を交付する。	市民判定員	5	10	0	2	2
		評価委員	0	4	0	2	0
地域観光推進 事業	市の魅力や観光資源などをPRすることによって誘客を促し、地域経済の活性化および地域活力の向上を図るための、観光協会、旅館組合、市内の祭りに対して補助金を交付する。	市民判定員	0	18	0	0	1
		評価委員	0	5	0	1	0
芸術文化振興 事業	市民に質の高い芸術文化を提供するため、アクシスカつらぎと葦山時代劇場を中心にその施設の特性を生かし、市民参加、鑑賞、普及、支援、育成に関わる事業を実施する。	市民判定員	1	11	0	2	0
		評価委員	0	4	0	1	1
おじいちゃん 先生 保育園・幼稚園配置事業	核家族化により希薄となりつつある高齢者を敬い思いやる心を育成するため、市内保育園・幼稚園にシルバー人材センターに登録している男性を派遣する。	市民判定員	6	7	0	0	1
		評価委員	2	2	0	1	1
保育対策促進 事業	子育てする者を支援し、児童の適切な保育を確保するため、保育対策等推進事業を実施する民間保育所、または認可外保育施設に対して補助金を交付する。	市民判定員	12	2	0	0	0
		評価委員	4	1	0	0	0
外国人講師 配置事業	英語を母国語とする外国語講師（4人）を小中学校に派遣し、英語を用いたコミュニケーション能力の基礎を養う。	市民判定員	12	2	0	0	0
		評価委員	4	1	1	0	0
市内中学校 教育振興事業	学校教育の振興と生徒の体力の向上を図り、各種競技会への参加等部活動を促進するために、市内中学校に部活動補助金を交付する。	市民判定員	13	0	0	0	0
		評価委員	6	0	0	0	0

平成 25 年度伊豆の国市

事業評価委員会 評価結果の報告

問 政策企画課 ☎ 055-948-1413

11月9日、10日、16日、17日の4日間にわたって、市では初めてとなる事業評価委員会を開催しました。この会では16の事業について評価委員が市担当者に質疑を行い、それを傍聴した市民判定員とともに各事業を評価しました。その結果をとりまとめたのでお知らせします。

なお、この評価結果は各事業に対する最終判断ではありません。評価結果および議論の内容を基に各事業担当課で事業の自己評価を行い、次年度以降に実施する事業内容の見直しなどに反映するものです。



事業評価の流れ

1. 事業説明

市職員が事業シートを基に、目的や概要などについて説明をしました。



2. 質疑・議論

コーディネーターを中心に、評価委員から市職員に質疑を行い、評価の判断材料としました。



3. 評価

『継続』『要改善』『国県が実施』『民間が実施』『廃止』の判定区分に基づいて、評価委員と市民判定員が評価しました。

【判定区分の内容】

【継続】

- ①現行通り実施
- ②拡充して実施

【要改善】

- ①サービスや事業費を縮小
- ②自主財源確保（受益者負担などの見直し）
- ③サービス対象者の範囲を縮小
- ④民間委託の実施
- ⑤他事業との統合

【国・県が実施】

- ①規模が全国的
- ②規模が全県的
- ③全国一律のサービスであるべき
- ④全県一律のサービスであるべき
- ⑤影響が広範囲

【民間が実施】

- ①趣旨目的に妥当性なし
- ②達成手段として不適当
- ③効果が低い・逆効果
- ④他の事業と重複

【廃止】

- ①行政の役割終了
- ②サービス水準に違いがあってよい
- ③民間の方が効率的である

事業名	事業概要	評価結果					
		評価者	継続	要改善	国・県が実施	民間が実施	廃止
環境美化推進事業	市内の指定6路線の定期巡回、清掃および年3回の市内一斉清掃の際に集められたごみの収集および分別と処理を実施する。	市民判定員	13	6	0	0	0
		評価委員	0	5	0	0	0
花き緑化推進事業	公共花壇などの除草、草刈り、植栽手入れ、桜病虫害防除および樹木巡視を実施する。	市民判定員	5	14	0	0	0
		評価委員	1	4	0	0	0
地域農業活性化事業	産地を強化し発展させるため、生産者組合に対して補助金を交付する。	市民判定員	1	14	0	1	3
		評価委員	0	4	0	0	1
鳥獣等対策事業	鳥獣の被害から農作物等を守るための防護柵およびわなの購入などに要した費用に対して補助金を交付する。	市民判定員	10	4	4	1	0
		評価委員	3	2	0	0	0

日本の石炭産業の中心地 三池 (前編)

三池エリアの構成資産は①三池炭鉱・三池港と、②三角西港に分類され、熊本県と福岡県の両県にまたがって存在しています。今月は、①三池炭鉱・三池港についてご紹介します。

三池での石炭発見の歴史は古く、1469年、地元の農夫が山中で燃える石を見つけたという記録が残っています。

1873年、官営化された三池炭鉱は、



万田坑第二堅坑施設

三池炭鉱の主坑と三池港（福岡県大牟田市）を結ぶ専用鉄道は、今もその路床を見ることが出来ます。三池港は大型船で石炭を搬出するための港として、1908年に三井の團琢磨によって建設さ

てつざえもん塗り絵展示

1月にはあゆみ保育園の年長さんが塗ってくれた作品を反射炉受付所で展示しています。1月31日(金)まで



第21回 『明治日本の産業革命遺産』 エリア7 三池 (前編)

西洋の技術を導入し近代化を進めまし



ハチドリに似た三池港

れ、今もなお現役で稼働しています。上空から見た際の、ハミングバード（ハチドリ）に似た

優美な姿が特徴的です。

三池炭鉱・三池港は、坑口・鉄道・港湾の諸施設が繋がった線状に展開して産業景観を形成しています。ぜひ一度足を運んで、日本の石炭産業の中心地として明治日本の近代化を牽引した往時の雰囲気を感じてください。

文化財通信 その103 伊豆の国市の古墳

今から約1300年

前の古墳時代は、時代名称が表わすところ、日本各地で地域のリーダーを埋葬する

ための大きな墓Ⅱ古墳が造られました。市内にも多くの古墳が存在します。今回は、その中でも代表的なものについてご紹介します。

葦山多田の多田大塚古墳群は、標高50～85mの丘陵尾根を中心に、10基の円墳が営まれています。平成元年～3年にかけて、葦山運動公園造成に伴い発掘調査が実施されました。この



多田大塚古墳群出土遺物

うち4号墳の木棺内には、鏡、短甲（よろい）、馬具、鉄鏃（鉄の矢じり）が副葬品として納められています。鏡は直径17cm、中国製に似せて日本で作られたもので、表面には中国の神話に基づいた神獣や文様を施しています。短甲は、前胴高さ38cm、後胴高さ46cm

で、鉄板を重ねて鋳で留める形式です。6号墳内から

は、円筒埴輪、人物埴輪が出土しています。多田大塚古墳群の年代は5世紀～6世紀代と考えられます。

守木の平石古墳群は、標



平石古墳群 4号墳石室外観

m、高さ3mで南に開口する石室（横穴式石室）を持つ

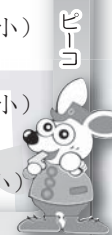
ています。石室内から、須恵器（成形にロクロを使用し、登窯で千度以上の高温で焼き上げた土器や、直刀（刀）、鉄鏃が出土しています。平石古墳群の年代は7世紀代と推定されます。これらの古墳に共通しているのは、丘陵上に営まれていることです。河川の氾濫を避けるなどの地形的な要因も考えられますが、副葬品に短甲や刀、馬具などの武具がみられることから大きな権力を持った地域のリーダーの墓として、眺望がよい場所を選定して造られたのでしょうか。

多田大塚古墳群で出土した遺物は、葦山郷土史料館で常設展示されています。けており、現地を見学することが出来ます。

安全・安心は家庭から

交通安全標語コンクール優秀作品

夜の道 事故から守る 反射材
細川悠史（葦山小）
あぶないよ 信号無視と 飛び出しは
相川理一（大仁小）
そんな急いでどこへ行く 青でも危険
横断歩道 細野勝星（長岡南小）



壊れたカーブミラーに気付いたときはご連絡を。

市内には、市民の皆さんの要望により設置したカーブミラーがたくさんあります。壊れたカーブミラーに気付いたときは、市役所地域づくり推進課までご連絡ください。



割られたカーブミラー

振り込め詐欺に注意！

パート2

まず疑い！すぐ確認！
すぐ相談！☎大仁警察署
☎ 0558-76-0110



振り込め詐欺は手口によって

4つに分類されます。（※①と②は先月号で紹介）

③架空請求詐欺

架空の事実を口実にメールや文書などを送付して、口座に現金を振り込ませ現金をだまし取る手口【キーワード】はつきりしない請求は無視してまず相談！！

④還付金等詐欺

税務署や市役所などを装い、税金の還付等に必要な手続きを装って被害者に ATM を操作させ、口座間送金により現金をだまし取る手口【キーワード】「お金を返すから ATM へ行け」は詐欺の疑いあり！！

「未成年者のオンラインゲーム！」

あなたも狙われるカモ！悪質商法にご用心⑥7



きなど射幸心をあおる仕組みが少なくないこと、③インターネット上のクレジットカード決済はカード情報のみで可能な場合があることなどが考えられます。

未成年者の利用であれば、未成年者取り消しによってゲーム内通貨などの購入契約を取り消すことが可能です。しかし近年は、

アプリ提供事業者も未成年者の高額利用を予防するための措置を取っている場合も多く、仮に未成年者が成人であると偽って購入した場合、未成年者取り消しが認められないこともあり

ます（民法21条）。

便利なスマートフォンですが、未成年者に所持させる場合はこのようなトラブルがあることにも十分留意してください。

（文と絵）
司法書士 山田茂樹

メタボを予防！ 高血圧に負けるな！ 自分の生活を振り返る2つの教室

参加者募集



ちょっとした工夫で健康アップ
ヘルシーコース（運動実習あり）

特定健診の結果を 振り返り

体を使って生活
習慣を改善



と き／**2月4日**（火） 13：30～15：30
（受付13：00～）

ところ／葦山福祉・保健センター

内 容／▶生活習慣の改善▶美しいボディライン
を目指す▶保健師講話▶管理栄養士講話
▶運動実践

対 象／20歳以上の市民30人（先着順）

持ち物／特定健診結果、筆記用具、室内用運動
シューズ、汗ふきタオル、床に敷くバス
タオル（マット可）、水分補給用飲み物

申込み／2月3日（月）までに電話で申し込み。

参加者募集



血管若返りコース
（調理実習あり）

高血圧を予防して、 ストップ動脈硬化！

伊豆の国市は、県内でも高血圧の人が多い市
です。

と き／**2月14日**（金） 10：00～14：00
（受付9：30～）

ところ／葦山福祉・保健センター

対 象／20歳以上の市民30人（先着順）

内 容／▶保健師講話（高血圧を予防について）
▶管理栄養士講話（減塩について）▶減
塩した食事の食べ比べ▶みそ汁の塩分濃
度測定▶塩分摂取量測定（尿検査）。

申込み／2月12日（水）までに電話で申し込み。

その他／受付後、案内を通知します。

参加者募集



もう一品ほしい時の

パパッと簡単な 和食講座

和食は難しいと思われがちですが、作り方を覚え
れば簡単。あなたのレパートリーに加えて、健康生
活に役立ててください。

と き／**1月23日**（木） 10：00～13：00
（受付9：30～）

ところ／葦山福祉・保健センター

対 象／20歳以上の市民20人（先着順）

内 容／▶保健師講話▶栄養士講話▶調理実習（炒
り鶏ほか2～3品）

持ち物／エプロン、三角巾（頭を覆うもの）、手ふき
タオル

申込み／1月21日（火）までに電話で申し込み。

参加者募集



健康運動教室

正月に食べた分を 健康運動で消費

運動で
健康に！



「自分の体力を同年代と比べたい」「普段、何にも
していないけど大丈夫かな？」「いつも運動している
けど、効果あるのかな？」測定結果から一人一人に
応じた健康運動プランを、理学療法士・運動指導士・
保健師が全面サポートします。

体力アップ教室（3回コースの教室です）

ところ／葦山福祉・保健センター

定員／20歳以上の市民30人（先着順）

※3回参加できる人

申込み／2月11日（火）までに電話で申し込み。

	開催日	時間	内容
測定	2月12日（水）		
個別 運動相談	2月18日（火）	9：30 ～11：00	体力測定（筋力・ 柔軟・バランスなど） 歩行動画の撮影
個別 運動相談	2月24日（月）	受付時間 9：00～	結果をもとに個別 運動指導

持ち物／室内用運動シューズ、汗拭きタオル、床に
敷くバスタオル、水分補給用の飲み物、健康手帳

注意事項／教室開始前に血圧測定を行います。時間
に余裕を持ってご参加ください。病院で治療中の人は
主治医の許可が必要です。血圧などの服薬をして
いる人は必ず服用してきてください。

健康が いいね

健康づくり課 ☎ 055-949-6820

高血圧は、 あなたの体を少しずつ むしばんでいきます！

高血圧が引き起こすさまざまな病気は、その初めのほとんどが
自覚症状がなく進行します。そのため、放置してしまいがちです。



大きな病気に
つながるものに

・血管に圧力がかかることで血管
を傷つけます。長い期間血管を
傷つけ、圧力に耐えることがで
きなくなつたときに脳卒中・心
筋梗塞・腎不全を引き起こし、
麻痺や透析など日常生活に影響
を及ぼします。

・病気になる、好きな食べ物を
制限しなければならなかったり、
趣味の範囲も
狭まるなど、
自分らしい生
活ができな
くなります。



血圧とは 血液が血管を流れるときに血管
の内壁にかかる圧力のことです。

	病院に受診が必要	すぐに病院に受診が必要
収縮期血圧	140mm Hg	160mm Hg
拡張期血圧	90mm Hg	100mm Hg

上の血圧（収縮期血圧）

＝血液を全身に送り出すため収縮した状態

下の血圧（拡張期血圧）

＝全身から戻った血液が心臓にたまり、心臓が拡張して
いる状態



そうならないために…

自分の血圧を安定させましょう

まずは、自分の血圧を知ることが大切です。1年に1回は
健診を受けましょう。健診で血圧が高い場合は、病院で受
診すると同時に、生活習慣を見直しましょう。

高血圧予防のための生活習慣を見直すポイント！

①塩分を控える

▼1日の理想的な塩分
摂取量は血圧の正常
の健康な人は男性9g
未満、女性7.5g未満、
血圧の高い人は6g未満です。
↓減塩の秘訣は、血管若返りコース
にご参加ください。



③野菜をたくさん食べる

▼毎回の食事の中に、野菜
をたっぷり取り入れてい
きましょう。



④日常生活の中で、
身体を動かす工夫をする

▼エレベーターやエスカレーターを
やめて階段を使いましょう。

▼歩幅を3cm大きくして大股で歩く
ように意識を持ちましょう。



⑤禁煙を心がける

▼一般にタバコ吸うことで、最高血
圧で3～12mmHg、最低血圧で5～
10mmHg上昇させると言われていま
す。依存度によっては、禁煙外来
で治療を受けることができます。



平成 26 年
4 月採用

市役所臨時・非常勤職員募集



番号	課名 定員	職 種 主な業務	給料 勤務時間	時間／日	特記事項／資格など
1	社会福祉課 若干名	生活保護就労支援員・面接相談員 就職先紹介や履歴書作成、面接の受け方指導など	時給 1,020 円 月～金 9：00～16：00	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／就労相談業務の出来る者／パソコン操作（エクセル・ワード）／普通運転免許証
2	高齢者支援課 2 人	高齢者温泉交流館施設受付維持管理業務 施設受付、源泉・機械施設維持管理、施設清掃業務など	時給 810 円 月～土 7：30～21：00	6 時間／日 4 日・24 時間 以内／週 17 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／パソコン操作（エクセル・ワード）／危険物乙種 4 類資格
3	高齢者支援課 1 人	介護認定調査指導員 介護保険認定調査業務、介護認定調査員に対する研修および指導など	時給 1,200 円 月～金 9：00～16：00	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／保健師、看護師またはケアマネージャー資格／認定調査経験／普通運転免許証
4	環境衛生課 1 人	葦山リサイクルプラザ 搬入ごみの受付および分別指導など	時給 810 円 月～金 8：30～17：15	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／パソコン操作（エクセル・ワード）
5	文化振興課 1 人	葦山郷土史料館管理主任（学芸員） 企画展の企画・設営、展示説明、施設や業務管理など	時給 1,020 円 木～火 8：45～15：45	7 時間／日 5 日・35 時間／週 22 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／博物館学芸員資格／パソコン操作（エクセル・ワード、イラストレーター）／普通運転免許証
6	文化振興課 1 人	文化財資料の保存・整理業務 補助、データ登録など	時給 810 円 月～金 9：00～16：00	6 時間／日 4 日・22 時間／週 14 日／月	任用期間 4 月～9 月／社保なし・雇保あり／パソコン操作（エクセル・ワード）
7	健康づくり課 1 人	健康づくり課臨時職員 一般事務、窓口業務、健診業務補助など	日給 6,480 円 月～金 8：30～17：15	7 時間 45 分／日 5 日・38 時間 45 分／週 22 日／月	社保・雇保あり／パソコン操作（エクセル・ワード）／普通運転免許証
8	会計課 1 人	会計課事務補助員 会計課での伝票整理、出納事務補助など	時給 810 円 月～金 9：00～16：00	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	任用期間 4 月～6 月／社保・雇保あり
9	幼児教育課 若干名	保育士	時給 1,020 円 月～土 7：30～18：00	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／保育士資格
10	幼児教育課 若干名	幼稚園教諭	時給 1,020 円 月～金 8：15～14：30	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／幼稚園教諭免許
11	幼児教育課 1 人	保育園給食調理員	時給 830 円 月～土 7：45～16：30	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／調理師免許
12	学校教育課 1 人	通級教室指導員 言語や行動、学習などで個別指導が必要な幼児の指導	時給 1,020 円 月～金 8：30～15：30	6 時間／日 5 日・30 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／幼稚園教諭免許、保育士免許
13	学校教育課 3 人	学校図書館司書 司書業務、調べ学習補助	時給 850 円 月～金 9：00～15：00	5 時間／日、 5 日・25 時間／週 22 日／月	社保なし・雇保あり／図書館司書資格

番号	課名 定員	職 種 主な業務	給料 勤務時間	時間／日	特記事項／資格など
14	学校教育課 若干名	学習生活支援員 小中学校で児童・生徒の学習・生活面での支援	時給 850～1,020 円 月～金 8：00～15：00	5 時間／日 5 日・25 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／小中学校教諭免許、養護教諭免許ありは優遇。
15	学校教育課 1 人	心の教室相談員	時給 1,020 円 月～金 8：00～16：00	5 時間／日 5 日・25 時間／週 22 日／月	社保・雇保あり／小中学校教諭免許、養護教諭免許、臨床心理士
16	学校教育課 1 人	放課後児童教室児童厚生員 共働きなどの留守家庭の児童の保育支援	時給 850～1,020 円 月～土 7：45～18：30	6 時間／日 4 日・24 時間／週 18 日／月	ローテーション勤務制／社保・雇保あり／保育士資格、幼稚園教諭免許、教員免許、養護教員免許、児童厚生員資格のいずれか。または子育て経験者

※勤務に際しては、職種に応じ労災保険または非常勤職員公務災害補償制度に加入します。
※給料欄に、日給表記のあるものが臨時職員。それ以外はすべて非常勤職員。

■ 応募のきまり ■

応募者は、次の内容をよく読んでからご応募ください。

提出書類 履歴書（A3 版）に写真を貼付し、氏名、連絡先、学歴、職歴、免許・資格、希望職種を必ず明記してください。応募された履歴書はお返ししません。

提出先 番号 1～8… 総務課（〒 410-2292 長岡 340-1 ☎ 055-948-1411）
番号 9～16… 教育総務課（〒 410-2292 長岡 346-1 ☎ 055-948-1444）

申込み期間 1 月 6 日（月）～ 27 日（月）の間に、上記提出先へ書類を持参（最終日は 17：00 まで）または郵送（当日必着）。

その他

- ・任用期間は原則として、平成 26 年 4 月 1 日から平成 27 年 3 月 31 日です。
- ・募集の対象年齢は 65 歳未満です（再任用の上限年齢が 65 歳のため）。
- ・申し込み締め切り後、面接試験を実施します。
- ・すべての職種で、市の規定に基づき通勤手当を支給します。
- ・予算の都合により、勤務時間や勤務日数などが変更になることがあります。
- ・業務の内容は、各課に直接お問い合わせください。

☎ 社会福祉課	☎ 0558-76-8006	☎ 健康づくり課	☎ 055-949-6820
☎ 高齢者支援課	☎ 0558-76-8011	☎ 会計課	☎ 055-948-2906
☎ 環境衛生課	☎ 055-949-6805	☎ 学校教育課	☎ 055-948-1453
☎ 文化振興課	☎ 055-949-8600	☎ 幼児教育課	☎ 055-948-1447



催し アクシスのタベ Part100
100回記念～ソプラノデュオ編～

とき／1月25日(土)
開場 18:30 開演 19:00
ところ／アクシスカつらぎ
多目的ホール

出演者／小林教子・岩下晶子(ソ
プラノ)、石川晴恵(ピアノ)
入場料／無料
☎ アクシスカつらぎ
☎ 055-948-0225

催し 市文化協会美術展

市民の皆さんのご来場をお待ち
しています。
とき／2月1日(土)、2日(日)
9:00～17:00(2日は16時まで)
ところ／あやめ会館
3階多目的ホール
☎ 伊豆の国市文化協会美術部(部
長:鈴木) ☎ 0558-76-3864

催し 江間婦人学級・白寿医療学
院共催 公開講座

姿勢美人になろうよ
姿勢改善の運動法を紹介します。
とき／1月21日(火) 19:00～21:00
ところ／専門学校白寿医療学院
その他／参加費無料、駐車場有り、

葦山駅から送迎バスあり(18:30 発)
☎ 江間婦人学級(杉山)
☎ 090-6460-5427

催し 江間いちご狩り
スペシャルデー

イベント日だけの特別料金。甘
くておいしいイチゴが30分食べ
放題。入園者限定の大抽選会も行
われます。

とき／1月25日(土)
9:00～16:00
ところ／江間いちご狩りセンター
内容／①入園者限定大抽選会②い
ちご狩り特別料金(1,600円を1,400
円に)③お汁粉・甘酒・ポップコー
ンの無料配布④焼き芋の販売
☎ 伊豆の国市観光協会
☎ 055-948-0304

募集 駿豆線沿線
ウォーキング参加者

『富士山を見ながら頼朝公の
旗揚げの道を進む』
伊豆箱根鉄道駿豆線沿線の市町
(三島市・函南町・伊豆の国市・伊
豆市)と伊豆箱根鉄道(株)が協力し、
沿線の魅力を満喫できるウォーキ
ングを開催します。

とき／2月1日(土) 受付 8:30
～11:00 ゴール受付 15:30
スタート／葦山時代劇場
コース／約14.5km 3時間20分
主な立ち寄り所 葦山時代劇場(葦
山駅東口) スタート→蛭ヶ島公園
→仁田さくら公園間眠神社→三嶋
大社→三島田町駅ゴール
その他／上記のほかに別日程、別
コースを用意してあります。詳細
は直接お問い合わせください。
☎ 伊豆箱根鉄道(株) 鉄道部
☎ 055-977-1207

3歳児健診日程変更について

1月の3歳児健診の
日程が年度当初から
変更になりました。対
象者には通知します。
ご注意ください。
変更後日程／1月31日(金)
受付時間 13:10～13:50
※変更前日程 1月8日(水)
対象者／平成22年12月1日～
12月31日生まれ
ところ／葦山福祉・保健センター
☎ 市役所健康づくり課
☎ 055-949-6820



長期申し込み、割引あり!!
掲載位置はランダム!!
2月28日(金)まで!!
スマホ対応!!
掲載枠10枠!!

平成26年度
伊豆の国市
ホームページ

あなたのお店のバ
ナー広告を伊豆
の国市ホームページに
掲載してみませんか。
市内はもちろん、市
外からのアクセスも多
い当市のホームペー
ジ。スマートフォンに
も対応しています。
お申し込み、お問い
合わせは、市役所秘書
広報課まで。

掲載期間
第1期 平成26年4月1日(火)
～ 7月31日(木)
第2期 平成26年8月1日(金)
～ 11月30日(日)
第3期 平成26年12月1日(月)
～ 平成27年3月31日(火)
掲載料金
各期とも1枠4万円
※2期、3期申し込みの
場合は、割引あり
申込み方法
市ホームページからダウ
ンロード、または市役所秘
書広報課窓口にある申請書
を、2月28日(金)までに
提出してください。
☎ 市役所秘書広報課
☎ 055(948)1431



募集 狩猟免許試験の実施

とき／2月16日(日) 9:00～
ところ／富士総合庁舎
(富士市本市場 441-1)
免許の種類／わな猟・第1種銃猟・
第2種銃猟

試験内容／知識試験(法令、猟具、
鳥獣の保護管理)、適正試験(視力、
聴力、運動能力)、技能試験(猟具の
取扱いなど)
申込み期間／1月17日(金)
申込み手数料／5,200円(法律に
より一部試験科目が免除される
者は3,900円) ※実際に狩猟を行
うには別途狩猟税や保険加入料など
の諸費用がかかります。
☎ 東部農林事務所森林整備課
☎ 055-920-2169

募集 普通救命講習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／2月8日(土) 9:00～13:00
ところ／田方消防本部(白山堂327-1)

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／1月11日(土)から2
月1日(土) ※定員になり次第、募
集は終了します。

申込み方法／各消防署で申し込み
を行ってください。

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

募集 大人初心者水泳教室

初めてでも大丈夫! 水の5つの特
性(浮力、水流、水圧、抵抗、水温)
をいかして運動してみませんか。
とき／①火曜日コース 2月4日～4
月15日の毎週火曜日 9:00～9:
45 ②水曜日コース 2月12日～4月
16日の毎週水曜日 11:15～12:
00 ③金曜日コース 2月7日～4月
18日の毎週金曜日 19:00～19:
45 ※3教室とも全10回
ところ／長岡温水プール
内容／顔つけ練習から12.5メート
ル泳げるようになるのが目標
対象／健康な成人 10人(先着順)

私は市文化協会会長の立場か
ら、社会教育委員に委嘱されまし
た。文化協会には7つの専門部(学
芸、美術、工芸、伝統文化、歌
唱、舞踊、演奏)があり、約1,
000人の会員を擁する自主的な
文化団体として、市の助成を受け
つつ活発に活動しています。
今年の文化祭における統一テー
マを、昨年と同じく『未来へ繋ご
う文化のこころ』として開催しま
す。文化協会創立十周年を迎える
今年は、このテーマのもとに10月
中旬に行われる市民文化祭を大い
に盛り上げたいと考えています。
市民の皆さんも、どうぞ展示部門
への出展、芸能部門への出演をお
願します。

私自身は、文化協会学芸部に属
し俳句に打ち込んでいます。座右
の銘は「俳句をよりよき人生のた
めに、人生をより良き俳句のため
に」という俳人伊丹三樹彦の言葉
に、日野原重明医師の「自分の心
を深く耕すこと」という言葉です。
自分の心を深く耕すには、俳句こ
そ相応しいと私は思っています。
ところで、季語の集大成である
歳時記は、日本語の宝庫、日本文
化の精粹です。歳時記がある限り、
そして俳句がある限り、日本とい
う国、日本文化は決して滅びない
と私は固く信じています。ご承知
の通り、市内4カ所(反射炉、江
川邸、蛭ヶ島公園、願成就院)に
は、史跡投句箱が設置されていま
す。一度、足を運び、投句してみ
てください。

俳句を通じた文化活動から、今
後も社会教育委員として、市民の
社会教育の振興に寄与できるよう
努めていきます。



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

「自分の心を深く
耕すということ」
山岸文明



葦山反射炉に設置の
投句箱

