

太平洋は、我等の力、ちからいっぱいはげみましょう

広報しもだ 2

2025
No. 790



令和7年

下田市二十歳の集い



二十歳おめでとう

歩んできた道を誇れるような大人に

問合せ先 生涯学習課社会教育係 ☎5055

2025年 下田市の新二十歳

対象年代・平成16年度生まれ
市内中学校卒業人数・144人
出席者数・137人



総合司会
おおの 心愛さん
(稲生沢中学校卒業生)

いまい けいた
今井 啓太さん
(稲生沢中学校卒業生)



二十歳の宣言
たかはし よしと
高橋 嘉人さん
(下田中学校卒業生)

つちや いろは
土屋 彩葉さん
(稲生沢中学校卒業生)



おがわ みのる
小川 穰さん
(下田東中学校卒業生)



すずき りら
鈴木 璃楽さん
(稲梓中学校卒業生)

二十歳の誓い

1月12日(日) 下田市民文化会館で、二十歳の集いを開催しました。137名が出席し、久しぶりの友人や恩師との再会を喜び、会話に花を咲かせていました。

式典では、山田貞己教育長の開式の言葉から始まり、松木正一郎市長、加畑毅県議会議員、中村敦市議会議長が参加者を激励しました。

また、各中学校の恩師からは当時の思い出がよみがえるような心温まるメッセージを頂きました。最後の閉式の言葉は、山田吉利社会教育委員長が務め、幕を閉じました。二十歳の皆さまの今後の活躍を、期待しています！

小川 穰さん

「二十歳という大きな節目を迎え、大人としての一歩を踏み出しました。そしてこれから、それぞれの人生を歩んでいきます。その道は決して楽なものではありません。全ての人に、必ず大きな壁が立ちほだかり、辛く、苦しい経験をすると思います。そんな時は、この下田で苦楽を共にした仲間を頼ってください。必ず助けてくれます。今、横にいる人が必ず助けてくれます。一緒に乗り越えて行きましょう。」

鈴木 璃楽さん

「今まで育ててくれた家族に感謝するとともに、先生方や先輩方に教えていただいたことを胸に、社会人として自覚と責任を持ち、社会に貢献できる大人になれるように日々精進していきます。私は社会人として、大人としてまだまだ未熟です。これから少しずつではありますが努力や経験を重ね、社会の一員として役に立てるように精進していきます。」



下田中学校卒業生



稲生沢中学校卒業生



下田東中学校卒業生



稲梓中学校卒業生

※上から撮影順

令和7年度（令和6年分）市県民税申告相談日程

- 申告期間：2月17日（月）から3月17日（月）まで ※土日祝除く
 受付時間：9時30分～11時30分、13時～15時30分 ※ウェブ予約又は電話予約をお願いします。
 申告会場：下田市役所 河内庁舎 1階 多目的室 ※会場が変更となりました。ご注意ください。

予約について

事前にインターネット上のウェブ又は電話による予約が必要となりますので、申告相談を受ける場合には、事前に予約をお願いします。

予約方法

- 希望日の4日前までに下記の方法にて予約をお願いします。
 ウェブ予約：2月3日（月）から3月13日（木）まで 24時間受付可能です。
 電話予約：2月10日（月）から3月13日（木）まで 平日9時から17時まで



市県民税の申告用紙について

市県民税の申告用紙は、昨年申告された方、昨年中に下田市に転入した方については、1月24日（金）に郵送しました。用紙は税務課市民税係（東本郷庁舎窓口㊟）で配布しています。

書類の事前作成のお願い

- ・医療費控除を申告される方は、所定の「医療費控除の明細書」を事前に作成してください。
 - ・事業・農業・不動産所得がある方は、所定の「収支内訳書」を事前に作成してください。
- 職員は、上記書類の作成代行は行いません。相談時間の短縮のため、ご協力をお願いします。

申告に必要なもの	
本人確認書類等	マイナンバーが確認できる書類（本人、配偶者、扶養親族のマイナンバーカードなど）、身元確認書類（運転免許証、保険証など）、市役所から事前に送付された申告書用紙や申告のお知らせ通知、収支内訳書の控えなど
収入関係	給与・公的年金の令和6年分の源泉徴収票 個人事業主や不動産所得がある場合、収支内訳書（事前作成してください） その他の収入（所得）がある方は、収入や経費が分かる書類など
控除関係	社会保険料控除 国民健康保険税（料）、介護保険料、後期高齢者医療保険料、国民年金保険料、健康保険料、厚生年金保険料、国民年金基金掛金等の払込証明書（国保等は市発行の「納付額のお知らせ」）
	生命保険料控除 生命保険料の控除証明書
	地震保険料控除 地震保険料の控除証明書
	障害者控除 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書など
	配偶者（特別）控除 配偶者の令和6年中の所得が分かる書類（源泉徴収票など）
	医療費控除 医療費控除の明細書（事前作成してください）、医療費通知、領収書など
	寄附金控除 寄附した団体などから交付された寄附金の受領証など
その他の控除 市役所税務課までお問い合わせください。	

確定申告について 問合せ先 下田税務署 ☎20185

所得税の確定申告は、**市役所では受付できません**。2月17日（月）から3月17日（月）までの期間中に下田市民スポーツセンター（サンワーク下田）で申告受付を行っております。入場には入場整理券が必要のため、詳しくは下田税務署（☎20185）へ問合せください。

市県民税の申告書は郵送での提出を、確定申告はe-Taxで！

申告期間は**2月17日（月）から3月17日（月）まで**

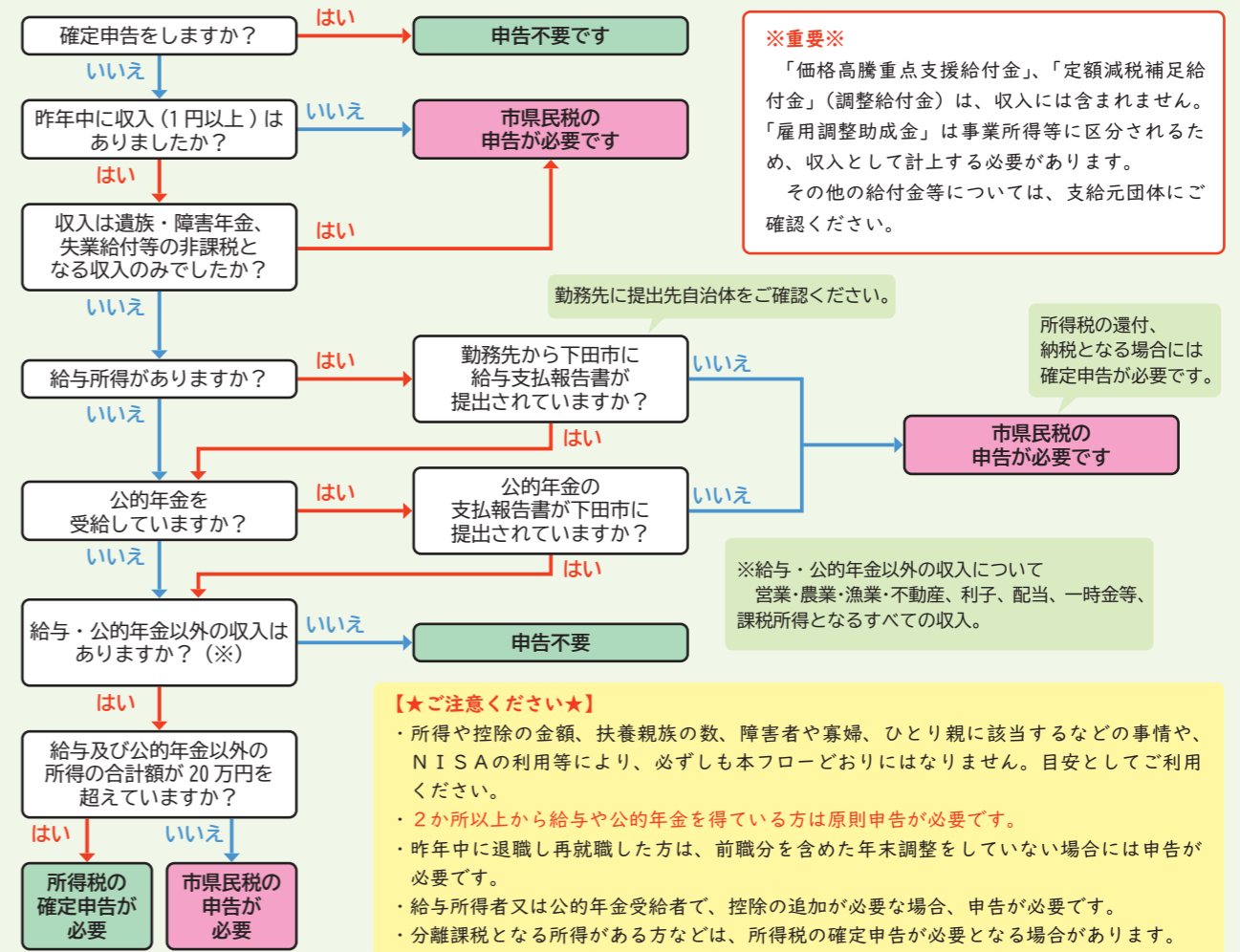
問合せ先 税務課市民税係（東本郷庁舎窓口㊟）☎2218

市県民税の申告は、市県民税算出の賦課資料となるほか、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料及び介護保険料等の算定の算出資料になります。必ず期限内に申告してください。

市県民税の申告が必要な人

- 令和7年1月1日現在、下田市に住所がある方です（1月2日以降に転出された方も含まれます）。
 ※フローチャートをご確認ください。

令和7年度「市県民税の申告要否」参考フローチャート



申告期限・提出方法

令和7年3月17日（月）までに、税務課市民税係（東本郷庁舎窓口㊟）宛に郵送又は提出してください。

郵送先：〒415-8501 下田市東本郷一丁目5番18号 下田市役所税務課市民税係宛

※「市県民税申告書在中」と表記してください。

提出先：下田市役所税務課市民税係（東本郷庁舎窓口㊟）

※市県民税申告書提出専用窓口となるため、申告相談は受けられません。

相談が必要な場合は、市県民税申告相談を受けてください（要予約）。



市清掃センターでの家電4品目の取扱いが終了します

問合せ先 環境対策課（清掃センター） ☎2213

平成13年4月より家電リサイクル法が施行され、市においても家電4品目（テレビ、エアコン、冷蔵庫、洗濯機等）のリサイクル処理の受入を行ってきましたが、市内家電販売店や家電4品目取扱業者によるリサイクルが充足してきたことから、**令和7年3月31日(月)**をもって下田市清掃センターでの受入を終了します。

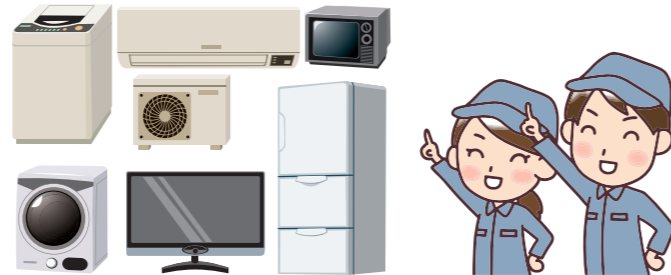
○令和7年4月以降の処理方法

- ①購入した店か買い替えを行った店で引取りを依頼する。
- ②家電リサイクル券を購入（郵便局）して指定取引場所（伊東市：（有）ウエハラ）に持ち込む。
- ③家電4品目取扱業者（許可業者）に処理を依頼する。

各家庭への訪問回収を行っている事業者もありますので、ご自身で運搬が困難な場合など料金等の詳細は各業者にお問い合わせください。

【家電4品目取扱業者問合せ先】※50音順

- (株)栄協 ☎27589
 サガミシード(株) ☎272260
 (有)下田環境サービス ☎230188

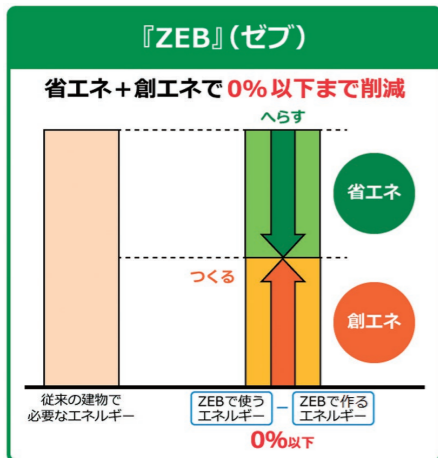


違法な不用品回収業者は適切にリサイクルされているか確認することができません。高額請求などのトラブルや、排出者が罰せられる可能性もありますので依頼しないようにしましょう。

ZEBとは、「Net Zero Energy Building」の略で、「ゼブ」と呼びます。今回達成した「ZEB」は、省エネや創エネによって、従来の建物であれば必要となるエネルギーの100%以上の削減を実現しながら、環境負荷の低減にも寄与する建物のことです。（下図参照）

現在建設中の新庁舎では、太陽光パネルでの創エネに加え、空調の熱源として、地下水や温泉を使用することにより、省エネを行う計画です。

熱源利用した地下水や温泉は、トイレの洗浄水等として使用することで資源を有効活用します。



使うエネルギーを省エネで減らし、

使うエネルギーを創エネでつくり、

従来の建物で必要なエネルギーを100%削減

新庁舎全体開庁まであと454日

新庁舎整備事業

問合せ先 企画課庁舎建設係（河内庁舎3階） ☎2212
 新庁舎がBELSで最高評価「★★★★★ZEB」の評価認証を受けました！

動物による被害を防ぐためにできること

問合せ先 産業振興課農林係（河内庁舎2階） ☎23914

市内では、様々な場所で動物による農作物や生活環境への被害が発生しています。人里近くに来る動物の被害を防止するために次のことを意識しましょう。



野生動物のエサとなるものを減らそう！

庭先や裏山に生えている柿やミカン、外に出したままのペットのご飯、畑などに捨ててしまう野菜くず、これらは動物のエサとなり、生活圏に誘引してしまいます。庭先の果物は残さず収穫するか伐採、ペットのごはんは残さず回収、野菜くずは食べられないように、捨てたりコンポスターに入れるなどの対策をしましょう。



隠れられる場所を減らそう！

膝丈より長い草が繁茂している空き地や剪定せずに木々の生い茂った庭などは動物が人目を気にせず隠れて休める場所になります。冬前までに草刈りを行ったり適度に剪定を行い、中の様子が外側からでも見通せるようにしましょう。



地域みんなで気をつけよう！

エサとなるものや隠れられる場所は、意外と気がつきません。住民同士でリスクとなるものや場所について気を配り、情報共有や協力をして、鳥獣による被害の少ない集落にしましょう。

地域として活動を行えるように、被害対策に関する講習会を、これまでに吉佐美区と下大沢区で開催しました。内容や詳細については産業振興課農林係（河内庁舎2階） ☎23914までご連絡ください。



講習会の様子①

講習会の様子②

下田開港 170 周年記念事業グランドフィナーレ

下田国際友好コンサート & こども未来発表会

嘉永7年(1854年)3月、「日米和親条約」の締結により、下田と函館が日本で初めての開港場となりました。米露を中心とした諸外国との交流が行われ、下田は歴史の表舞台に立つことになりました。

令和6年度の1年間、下田開港170周年を祝う機運を高めるため、記念事業を実施してまいりました。そのグランドフィナーレを飾るイベント「**下田国際友好コンサート & こども未来発表会**」を開催いたします。

下田国際友好コンサートでは、下田中学校吹奏楽部や shimoda hybrid wolf (HIPHOP ダンス)、ミャンマー民族舞踊がパフォーマンスを行います。また黒船祭でお馴染みの米海軍第7艦隊音楽隊が初出演します。



こども未来発表会では、「未来の下田」をテーマに考えた作文のコンクールで選ばれた、市内の小学校・中学校・高校の児童・生徒による作文発表と、表彰式を実施いたします。



日時: 3月2日(日)
13時30分～16時 終演予定
場所: 市民文化会館大ホール

入場料: 無料

問合せ先: **下田国際友好コンサート**について 市民文化会館 ☎05151

こども未来発表会について 企画課政策推進係(河内庁舎2階) ☎02212

必要があります。
ネットの連携が完了している
マイナンバーカードとねんきん
マイナンバー設定済の状態)
明書パスワード設定済の状態)
マイナンバーカードを取得
していること(署名用電子証
書)

**年金給付における
電子申請について**
年金給付業務において、お客様の利便性の向上を図るため、令和6年6月よりスマートフォンやパソコンから老齢年金請求書の電子申請を可能とするサービスを開始しています。
この度、更なるお客様の利便性向上を図るため、電子申請の対象届書を拡大し、一部の諸変更届についても電子申請が可能となりました。
新たに

**年金給付における
電子申請について**



■ 65歳裁定請求書(令和7年1月以降に65歳に到達した方が対象)
・ 受取期間変更届(振込先に公的受取口座を指定する必要がある)
・ 年金生活者支援給付金TA請求書(令和7年1月以降に年金生活者支援給付金TA請求書(ハガキ)が送付された方が対象)
■ 65歳裁定請求及び年金生活者支援給付金TA請求の対応の方には、日本年金機構からのご案内が同封された封書が送付されます。
■ 日本年金機構や厚生労働省を装った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、口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めるとはありません。制度など詳しく知りたい場合は、ねんきんダイヤル又は年金事務所へお問い合わせください。
ねんきんダイヤル(ナビダイヤル) ☎0570-051165
申請・問合せ先
市民保健課国保年金係 (東本郷庁舎窓③) ☎023922

防災かわら版

問合せ先 防災安全課防災係(河内庁舎2階) ☎04145

宝くじ助成事業

須崎区では、一般財団法人自治総合センターが行う「令和6年度コミュニティ助成事業」による宝くじの助成金で、災害時等で使用する「防災用ワンタッチテント」の整備を行いました。

防災用ワンタッチテントが整備されたことにより、災害時の避難スペース確保、避難所運営等の機能向上と防災意識向上が期待されます。



須崎区

コミュニティ助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、コミュニティ活動に必要な備品・施設の整備、安全な地域づくり等に対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・向上を図っています。



津波避難訓練が行われます

静岡県では、東日本大震災が発生した3月11日を含む10日間を「津波対策推進旬間」と定め、3月9日(日)を統一実施日として、津波避難訓練を実施します。市では、午前9時に地震発生時のサイレンと緊急速報メールにより訓練開始をお知らせします。

訓練の内容や開始時間は地区によって異なるので、お住いの地区の自主防災会に確認してください(訓練日の2週間前を目安に市ホームページにも各地区の訓練一覧を掲載します)。

各家庭で家庭内訓練を実施してみましょう

非常用品の準備



物資は食料に加えて日用品もセットで準備しよう!
薬、メガネ、マスクなどのほかにも女性用・子ども用の日用品の準備も大切です。

避難ルートの確認



防災安全課で配布している「わたしの避難計画」などを活用して避難ルートや危険箇所を確認し、**家族の避難場所**やその後の**集合場所**を決めておきましょう。

連絡手段の確認



災害時は電話がつながりにくくなります。災害用伝言ダイヤル「171」などを活用してみましょう(毎月1日と15日と特定の日に体験利用ができます)。

【同報無線による放送を聞き逃した皆さまへ】

同報無線放送後24時間以内であれば、放送内容を自動音声により確認できます(通話料金がかかります)。
電話番号 ☎3866

～下田のデキゴト～



12/21 第2回防災講演会の開催

第2回防災講演会「軍師に学ぶ 防災の心得」を開催しました。元熊本県危機管理防災企画監の有浦隆氏をお招きし、熊本地震で災害対応の責任者として陣頭指揮をとった実体験をもとに防災の心得を学びました。



1/11-12 早春の下田を歩き始め！

下田水仙ツーデーマーチが開催されました。全国から集まった延べ623名のウォーカーが、11日に水仙の咲き誇る爪木崎を楽しむコース、12日に吉田松陰先生の歴史を学ぶコースを歩き下田を満喫しました。



1/19 タスキに思いを込めて走り抜けた6区間

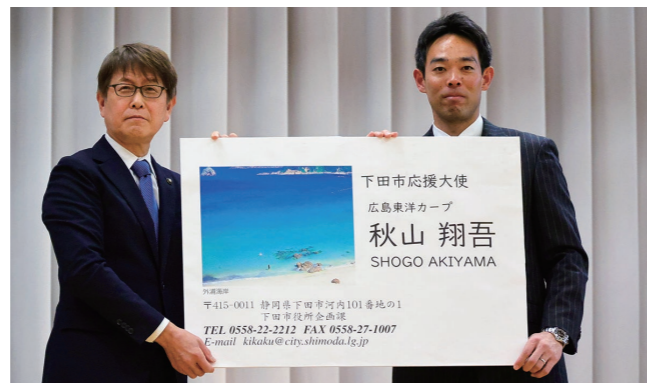
第53回下田・河津間駅伝競走大会が行われました。全36チームが激走を繰り広げ、各部門の優勝は、一般男子「フリーダム」、中学男子・女子「下田中学校」、高校男子「稲取高校」、一般・高校女子「下田高校陸上部」でした。

- 1月のできごと
- 7日 市内小中学校始業式
 - 12日 二十歳の集い
 - 15日 寿大学



1/4 消防団出初式

消防団出初式が下田小学校体育館にて行われました。団員143名の参加のもと、市長祝辞、団長訓示、各種表彰等が行われ、団員の士気高揚が図られました。乾燥するこの季節、火の元には十分に気を付けましょう。



1/13 秋山翔吾選手が下田市の応援大使に！

広島東洋カープ所属の秋山翔吾選手（プロ野球）が下田市応援大使を委嘱しました。少年野球の児童たちを対象にトークショーも開催され、終了後には記念撮影が行われるなど、交流を深めていました。



1/21 社明運動作文コンテスト受賞報告

第74回「社会を明るくする運動」作文コンテストで、中野敬太さん（浜崎小6年）が静岡県推進委員会委員長（県知事）賞最優秀賞を、鈴木穂香さん（稲梓小6年）が静岡県校長会会長賞特別賞を受賞されました。

- 17日 認知症カフェ～脳トレ体験及び個別相談会～
- 18日 海保フェスタ
- 25日 下田わくわくパークこれば！

地域子育て支援センター通信

問合せ先 地域子育て支援センター ☎2200



3月の予定

- 1日(土) 開館日
- 3日(月) ひなまつりの会
- 5日(水) めだかルーム 9時～11時30分
- 7日(金) わくわくタイム
- 10日(月) 体育館で遊ぼう 9時30分～11時
場所：市民スポーツセンター
- 12日(水) あひるルーム うさぎルーム
9時～11時30分
- 14日(金) 敷根公園で遊ぼう
- 15日(土) 開館日
「まっちゃんと遊ぼう」10時～11時30分
講師：町田浩志
場所：市民スポーツセンター
- 17日(月) 誕生会
- 24日(月) 発育測定・育児相談 9時～11時
保健師・栄養士来所
- 28日(金) わくわくタイム
- 31日(月) 閉館（年度末事務整理日）



誕生会



あかちゃんとのふれあいタイム

立春も過ぎ、木々の芽も春の準備を始めているようです。子育て支援センターの花壇のチューリップの球根は芽を出し、春を心待ちにしています。この時期は体調管理が難しいので、手洗い・栄養・睡眠で元気に過ごせるようにしていきましょう。支援センターでは、換気や消毒をして衛生的で安全な環境を作り、皆さまをお待ちしています。



おたのしみパフォーマンス



ふれあい遊び

こんにちは、教育長です
～天城越え～

「隠しきれない移り香がいつしかあなたにしみついた」これは石川さゆりさんの「天城越え」。「私をはじめて天城を越えたのは三十数年昔になる」これは松本清張の「天城越え」の冒頭。「道がつづら折りになって、いよいよ天城峠に近づいたと思うころ」これはご存じの川端康成「伊豆の踊子」の冒頭ですね。私も野鳥の捕獲・飼育が許可されていたころ（30～40年も昔になりました）は、毎週末鳥もちと団（おとり）、弁当を抱え、天城隧道をくぐり天城山に出かけたものです。中学生時代は遠足で八丁池に出かけ、教師時代は生徒を引率して遠足定番の天城縦走。八丁池がとても広く感じられ、巨木「太郎杉」に圧倒されたことなどは、今でも鮮明な記憶として残ります。自然豊かな景観の継承、経済、商業、歴史、文化、そこから生まれた数々の作家、文学作品など、伊豆の玄関口から半島、伊豆南が天城山隧道（旧天城トンネル）から受けた恩恵は計り知れません。

今、伊豆縦貫自動車道の開通に向けて、伊豆半島が、そしてここ下田がどう姿を変えていくのか楽しみでなりません。その昔は天城山中には獣道の他には道らしい道はなく、天城山を貫くトンネルの開通などは想像の域を超えていました。ところが、数々の文献、当時の新聞記事等によると、明治の時代に県議として地元下田から当選した矢田部強一郎氏の並々ならぬ尽力によって天城山隧道開通が実現したという記録が残されています。そこには街道の開通に加え、稲生沢川の灌漑用水、賀茂地域に広めた養蚕業など、強一郎氏の功績が讃えられています。その功績を後世に伝えるべく、令和6年6月2日、天城山隧道開通の顕彰碑が、河内志戸橋を渡って程ないご子孫矢田部さん宅の敷地一角に建立されました。碑の陶板には、強一郎氏の足跡が隧道の風景と共に刻まれています。伊豆縦貫自動車道の前世の様子を伺いに、ちょっと足を運んでみてはいかがでしょうか。

下田 インフォメーション

マイナンバーカードの
窓口延長

2月14日(金)夜間と、15日(土)午前にはマイナンバーカード窓口を開設します。
窓口延長日及び時間
2月14日(金)
17時15分～19時30分
2月15日(土)9時～12時
持ち物

・郵送された個人番号カード交付通知書(交付の方のみ)
・マイナンバー通知カード
・本人確認書類(免許証等、顔写真付きのものは1点、保険証等は2点)
窓口の場所
市役所(東本郷庁舎1階)
市民保健課市民係(窓口②)
予約専用ダイヤル
☎21551
問合せ先
市民保健課市民係
(東本郷庁舎窓口②) ☎22215

2月の納税

納期：2月28日(金)	
固定資産税	4期
国民健康保険税	10期
後期高齢者医療保険料	7期
介護保険料	8期

大型機械講習会のお知らせ

市内の農地の保全管理と里山景観の維持管理等に取組んでいる方を対象に、市が貸出している大型機械の基本操作及び安全に作業するための必要な知識を習得させることを目的とした講習会を開催します。

日時
3月4日(火)10時～12時

※雨天順延
予備日：3月6日(木)同時刻

対象者

市内の「遊休農地、荒廃森林、荒廃竹林の解消」、「里山景観の保全」、「野生動物対策」として、集落周辺の緩衝帯の整備」を目的として利用する市内に住所を有する個人又は市内に活動拠点を置く団体。

対象機械

歩行型草刈機、乗用型草刈機、自走式傾斜地草刈機、樹木粉碎機

申請期限が迫っています！

手続をしない方はお早めに
令和6年10月に
児童手当制度が変わりました

主な改正内容

- ・所得制限の撤廃
- ・支給対象期間を高校生年代まで延長
- ・多子加算(第3子以降)の増額および算定対象の拡大
- ・支給月が年6回(偶数月)に変更

申請が必要な方

- ・(既に申請された方は除く)
- ・所得上限額以上のため、現在児童手当を受給していない方や、これまで申請をされた事がない方
- ・中学生以下の子を養育しておらず、高校生年代の子のみを養育している方
- ・現在手当てを受給中で、大学生年代の子を含めて3人以上養育している方

(増額の申請が必要です)

申請期限 3月31日(月)

最終期限を過ぎた場合、令和6年10月分から遡及しての支給はできません。

問合せ先

福祉事務所社会福祉係
(東本郷庁舎窓口⑥) ☎22216

他県の警察官を騙る サギ電話に注意！

- ・あなたの口座が犯罪に使われています
- ・犯罪に使われたお金かどうか調べます
- ・お金を指定された口座に振り込んでください
- ・このことは誰にも言わないでください

警察官を装ってお金を振り込ませる手口！

口座番号・暗証番号・インターネットバンキングのID・パスワード等の個人情報
は絶対に教えない！
警察官がお金を振り込むよう電話をすることはありません！
逮捕状がメールやポストに投函されることはありません！
少しでも不安を感じたら警察に通報！

下田警察署 ☎0110

防犯協会では自治会の高齢者向けの防犯講話を実施しております。お気軽にお問合せください。

問合せ先

下田警察署管内防犯協会
☎2766

講習会場
稲穂小学校下(地図参照)



※駐車場は稲穂基幹集落センターをご利用ください。

講師

富士伊豆農業協同組合
服装・持ち物等
実際に農地の草を刈ったりしますので、汚れても良い動きやすい格好で、長靴、手袋をご持参ください。

申込方法

予約制となりますので、問合せ先にご連絡いただき、申込みください(受講料無料)。

申込・問合せ先

産業振興課農林係
(河内庁舎2階) ☎23914

住民向けシンポジウム

「令和の時代 人生の終末期の過ごし方」看取りについて考えよう

日時 2月16日(日)
13時30分～15時30分

会場 市民文化会館 大会議室

内容

①基調講演
「令和の時代 人生の終末期の過ごし方」看取りについて考えよう

講師

飯島医院 医師 飯島孝明氏

事例紹介

「入院患者の終末期における退院支援について」

講師

下田メディカルセンター
医療相談員 高橋彩乃氏

事例紹介

「介護老人福祉施設での看取りについて」

講師

介護老人福祉施設みくらの里
看護科長 鈴木雅世氏

②パネリスト

- ヒカリ薬局 高馬店
- 薬剤師 鈴野吉臣氏
- 三連水車訪問看護ステーション 訪問看護師 島崎一步氏
- 介護サービス銀の鈴 部長居宅支援管理者 土屋渡氏

コーディネーター
賀茂地区在宅医療介護連携推進支援センター 木村健吾氏



申込二次元コード

申込・問合せ先

下田メディカルセンター地域医療連携室 ☎3535

メディカル健康講座

骨粗鬆症による骨折は、寝たきりや認知症につながることもありますが、予防や治療もできる病気です。健康で活動的な生活を送る為に一緒に学びませんか。

日時 2月22日(土)
13時30分～15時

場所 市民文化会館 大会議室

講師

下田メディカルセンター整形外科医 岡林俊貴氏

テーマ

骨粗鬆症について知ろう
健康で活動的な生活のために
定員 50名

申込・問合せ先

下田メディカルセンター地域医療連携室 ☎3535

申込方法(完全予約制)

下記二次元コードから申込みください。



法律問題の解決に困ったら、
一人で悩まずに弁護士へご相談ください。

下田ひまわり基金法律事務所
弁護士 三森 祐二郎

下田市東本郷2丁目9番15号
伊豆新聞社ビル3階
TEL: 0558-25-2131

まずは、お電話でご相談の予約をお願いします。

(広告)

ふじのくに出会いサポートセンター出張登録相談会

問合せ先 福祉事務所社会福祉係 (東本郷庁舎窓口⑥) ☎22216

静岡県と市町が運営する結婚支援拠点「ふじのくに出会いサポートセンター」は、結婚を希望する方に安心な出会いを提供し、静岡県で暮らすふたりの未来をサポートします。

マッチングシステムにより、出会いの機会を提供するとともに、ご希望に応じて婚活に関するアドバイスや交際中の悩み事など、様々なご相談に対応いたします。

今回は、同センター職員が出向き、個別に登録や結婚相談(ご家族の方への説明を含む)に対応します。相談会は無料です。

日時・場所

- 2月12日(水) ①11時30分～13時
 - ②14時～15時30分
 - ③15時30分～17時
- 河内庁舎 1階 会議室1-B

3月の市民相談				
相談日	内容	対象	時間	場所
3月6日(木)	年金相談	どなたでも(要予約)	11:00~16:00	市役所(河内) 会議室1-B 会議室1-C
3月11日(火)	2歳児健康相談	R5年2月生	8:50~9:50	市役所(河内) 会議室1-C
	2歳6か月児健康相談	R4年8月生		
3月12日(水)	法律相談	どなたでも(要予約)	9:30~12:00	市役所(東本郷) 小会議室1
	市民相談		10:00~15:00	市役所(東本郷) 小会議室3
3月26日(水)	人権相談	どなたでも(予約不要)	10:00~14:00	市民文化会館 小会議室2
3月27日(木)	交通事故相談	どなたでも(要予約)	13:00~15:30	市役所(河内) 会議室1-C

問合せ先一覧
 市民相談：市民保健課市民係(東本郷庁舎窓口②) ☎22215
 法律相談：
 年金相談：市民保健課国保年金係(東本郷庁舎窓口③) ☎23922
 健康相談：市民保健課健康づくり係(東本郷庁舎窓口⑤) ☎22217
 人権相談：福祉事務所社会福祉係(東本郷庁舎窓口⑥) ☎22216
 交通事故相談：防災安全課消防安全係(河内庁舎2階) ☎4145

乳幼児健康診査				
相談日	内容	対象	時間	場所
3月27日(木)	1歳6か月児健診	R5年6月1日~R5年7月31日生	12:50~14:00	市役所(河内) 多目的室
	3歳児健診	R4年1月1日~R4年2月28日生		

子育て支援ネットワーク通信
 問合せ先 子育て支援ネットワーク事務局 ☎22216
 ●「下田わくわくパークこれば！」(福祉事務所☎22216)
 日時：3月8日(土) 10:00~15:00
 場所：市民スポーツセンター(サンワーク下田) 体育館
 ●ひよこサロン(未就学児と保護者の遊びと交流の場です)
 参加費：無料 主催：社会福祉協議会 ☎3294
 日時：2月20日(木) 10:00~12:00
 場所：道の駅「開国下田みなと」4階会議室3

水道当番工事店		
※修繕費は有料です。 対応時間 8:30~17:00		
分担期間	工事店	電話番号
2月8日(土)	ヤマト設備工業(株)	23-3570
2月9日(日)	須原設備	28-1161
2月11日(祝・火)	杉本設備工業(株)	22-3040
2月15日(土)	衛菊地ポンプ商会	22-1085
2月16日(日)	土屋設備	22-6506
2月22日(土)	榊外岡組	22-1769 22-1250
2月23日(日)	斉藤住設	22-7245
2月24日(祝・月)	衛渡辺住宅設備	27-1300
3月1日(土)	ヤマト設備工業(株)	23-3570
3月2日(日)	須原設備	28-1161
3月8日(土)	杉本設備工業(株)	22-3040
3月9日(日)	衛菊地ポンプ商会	22-1085

(Instagram)
市公式 Instagram
 市の魅力的な風景や住んでいるからこそわかるスポットの画像を発信していきます。


 下田市 Instagram サービス



図書館だより2月号

問合せ先 市立図書館 ☎20352 ●休館日/毎週月曜日、第4木曜日及び祝日

図書案内

おすすめ!

駿河湾に沈んだディアナ号
 奈木盛雄 著
 元就出版社/発行
 【下田開港170周年】
 日露交渉の舞台裏! 日露両国開港開始時の日本の国内事情と日露両国を繋いだディアナ号の不幸な沈没の事情を明らかにした渾身の力作です。

あたらしい本

一般書 書名	著者名	児童書 書名	著者名
任侠梵鐘	今野敏 / 著	チリとチリり さくらのおはなし	どい かや / 作
C線上のアリア	湊かなえ / 著	ねずみくんとチョコレート	なかえよしを / 作
戦国千手読み小説・本因坊算砂	堺屋 太一 / 著	ゴロゴロヤマネコ不動産 なんだかあやしいおすすめ物件	藤重 ヒカル / 文
世界を変える100の技術日経テクノロジー展望2025	日経BP / 編	くらげのパポちゃん	かこ さとし / 文
世界一わかりやすいエレキギターの教科書 新版	かずき / 著	獣医さんがゆく 15歳からの獣医学	浅川 満彦 / 著

図書館カレンダー
 休館日 3, 10, 11, 17, 23, 24, 25, 27日
 13日(木) ファーストブック
 19日(水) 寿大学【移動図書館】
 20日(木) ひよこサロン【移動図書館】

今月の展示
 ◆Let's 旅行特集
 ◆2月の行事特集
 ◆日本・ロシア協会下田支部企画展示 「2/7日露和親条約締結170周年」

図書館ニュース ※詳しくは「静岡県立図書館」ウェブサイトへ

サービス紹介「市町立図書館等受取サービス」
 ~静岡県立中央図書館の資料をあなたのまちで!~
 貸出数20冊まで 貸出期間30日以内 料金無料

静岡県立中央図書館のウェブサイト
 で資料を予約し、受取館(市立図書館等)で受け取ることができます。

利用方法
 ①静岡県立中央図書館のウェブサイト
 で資料を予約
 ②指定した受取館で資料の受取
 ※毎週火曜日までの予約で、
 金曜日に受取可能。
 ③ウェブサイト上で期間延長可能
 ④利用後、受取館で資料の返却

必要なもの
 ・メールアドレス
 ・静岡県立中央図書館の利用者登録(郵送・ウェブで申込みOK)

12月届

須崎	大賀	椎原	大原	蓮台	西本	地区	氏名
浅野	増田	笹本	土屋	中田	工藤	死亡日	
24	18	22	6/30	29	28	19	年齢
94	86	81	72	81	88	82	

お誕生おめでとう
 あかるくすこやかに
 12月16日から1月15日届け分 (敬称略)

12月届
 地区 氏名 保護者
 六丁目 豊田 留生 岳大
 宇土金 渡邊 澄衣 昭俊
 蓮台寺 土屋 璃采 敏継
 吉佐美 尾村 純一

戸籍のまど
 12月届
 地区 氏名 保護者
 六丁目 豊田 留生 岳大
 宇土金 渡邊 澄衣 昭俊
 蓮台寺 土屋 璃采 敏継
 吉佐美 尾村 純一

人のうごき
 住民登録人口1月1日 増減

男	9,320	-12
女	9,962	-13
計	19,282	-25
世帯数	10,352	
出生	6	転入 49
死亡	30	転出 50

※戸籍のまどのコーナーに掲載を望まない方は、事前に係までお申し出ください。

1月届
 地区 氏名 保護者
 三丁目 中村 忠次
 四丁目 高石 玄秀
 河内川 金子 孝子
 横作 中西 孝子
 箕川 鈴木 孝子
 田牛 鈴木 孝子
 武方 鈴木 孝子
 須崎 久野 仁己
 白浜 鈴木 孝子

メデイカル通信
 大腸カメラのすすめ
 内科医師 田丸 智子

通常の大腸粘膜では、腺腫という良性のポリープに複数で、数年の期間をかけて大腸癌に進展すると考えられています。つまり、良性のポリープのうち治療できれば、大腸癌に至る前の癌の芽を退治することができるとのことです。

大腸内視鏡検査は、便潜血検査と違って実際に腸管内を見ることができるといった感度の高い検査です。また、小さな病変であればその場で治療することができるといったことも大きな利点です。しかし、検査前の下剤を飲むのが大変、検査が痛くて苦しい、というイメージを持っている方も多いかと思えます。確かに負担を伴う検査ではありますが、下剤を飲む場所や鎮静剤を調整することもできますので、検査を迷っている方は内科外来へご相談ください。

大腸癌検診の便検査が陽性になった方、便に血が混じる、便秘やお腹の張りなどの症状がある方は、ぜひ内視鏡検査をご検討ください。

問合せ先
 下田メデイカルセンター
 ☎2525

わが家のアイドル

ひらやま ゆうき ゆき
六丁目にお住いの平山 雄樹さん・友紀さんの



- 長女 **ゆず 夢珠** ちゃん (10歳3か月)
- 長男 **みつき 満喜** くん (7歳7か月)
- 次男 **あつき 敦喜** くん (0歳9か月)
- 三男 **だいき 大喜** くん (0歳9か月)

双子のお姉ちゃん・お兄ちゃんとして頼りにしています！！
はやく4人で遊べるといいね♡

みなさんのお宅のアイドルを募集しております。

市役所へどしどしお寄せください！

問合せ先 企画課秘書広報係（河内庁舎2階） ☎2212

地域おこし協力隊の活動報告



こんにちは。地域おこし協力隊スポーツ振興部門の須藤です。下田中学校・下田高校のサッカー部と連携した活動を行っています。

自分の関わっているサッカーチームのSS伊豆を絡めながら活動しています。

8月には合同でのSS伊豆サッカー教室を開催、部活動に講師としてSS伊豆からコーチを派遣し、外部指導も行いました。引き続き、連携をとりながら盛り上げりを作っていかれると思います。

今後の活動計画、事業計画の中にはオンライントレーニングというものも計画しています。毎日、毎週外部コーチが下田を訪れることはできないため、練習風景を撮影して

共有し、アドバイスやコーチングしてもらおうという仕組みを作っています。

今後はデータを扱う企業とも連携してコーチ×IT人材の育成、派遣事業も構想しています。

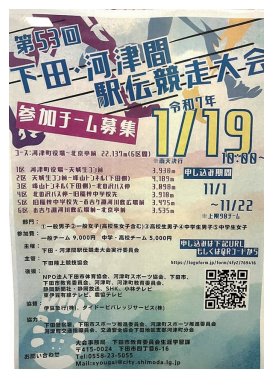
部活動の地域移行問題や人手・担い手不足に一石を投じることのできる仕組みを作れるように頑張ります。

他にはイベントのポスターやチラシ等のデザインの依頼を受けて、制作を行っています。

Sea&RainbowやSリーグ、ポッチャ大会や駅伝大会のチラシなどを担当させていただきました。

引き続きデザイン制作も活動と並行して行っていきます。もし、チラシやポスター等ご相談あればよろしくお願ひいたします。

問合せ先
生涯学習課社会教育係
(中央公民館) ☎235055



『下田市LINE公式アカウント』始めました！！

LINEから、暮らしに関する様々な情報を受け取ることができます。お住まいの地域を設定することで、ごみ収集日前日にお知らせ通知が届きます。

友だち追加は、こちらから→

