

下田の街は、我等の姿、美しい街を作りましょう

広報しもだ 1

2026
No. 801

謹賀新年

- 田牛漁港からの目の出 -

Instagram facebook



市公式



ロケーション
サービス



市公式

あけましておめでとうございます



下田市議会議長

中村 敦

新年おめでとうございます。市民の皆様とともに、輝かしい新春を迎えられましたこと、厚く御礼申し上げます。

昨年は萩市との姉妹都市提携50周年でした。下田市民号にて市民の皆様と共に萩を訪れ友好を深めることができました。さらに市長と私は開催中の萩時代まつりにおいて、甲冑をまとった毛利家歴代長・藩主に扮し、パレードに参加させていただくという栄誉に預かりました。

周知の通り、萩市とのご縁は吉田松陰先生。先生の主宰した松下村塾の精神である「人を育て、未来を切り開く力」は今なお輝き続け、むしろ今こそ下田には必要です。

今、このまちの活性化において大きな力となっているのが、地域の若者と移住者の活躍です。新しい視点を持ち、地域に根ざしながら様々な分野に挑戦する、若い世代の存在が維新の志を体現し、まちづくりに大きな希望をもたらしています。全国はもとより世界から移り住んだ多様な知見をもつ市民やノマドワーカー（世界を移動しながらパ

ソコン一つで働く人）が、地域コミュニティに新たな風を吹き込み、その多様な価値観の交わりは地域の可能性を大きく広げつつあります。

国においては、初の女性内閣総理大臣が誕生し、男女共同参画が飛躍的に前進しています。高市早苗首相は大学卒業後すぐに松下政経塾に入門しその後、米連邦議会での勤務経験を持つ根っからの、熱血の政治家です。松下村塾と松下政経塾。字面が似ているのは偶然ではありますが、明治維新にみた変革を期待するのは私だけではないでしょう。

本市においても人口減社会だからこそ、女性も男性も、老いも若きも誰もが認め合い、能力を発揮し活躍できる社会の実現が、明るい未来へと導く力だと確信しております。

今年は沼田市との姉妹都市提携60周年。昔々の奈良時代、諸国を巡り民を救済した行基（ぎょうき）という高僧が下田を訪れた際、大天狗の導きにより蓮台寺の温泉を掘り当て、以来下田温泉として今なお、生活にも観光にも貴重な資源として守られてきました。

沼田市には迦葉山弥勒寺（かようざんみらくじ）という天狗を祀る名刹があり、古く広く信仰を集めており、つまりこちらは天狗様がご縁の姉妹都市。天狗様の神通力にあやかり、国家繁栄・民生安泰の御利益にあずかりたいところ。

急速な人口減と高齢化、公施設の老朽化と財源不足、医療過疎など、地方が直面する課題は山積です。しかし歴史に根ざした誇りと、挑戦する市民のエネルギーはまさに輝きを与え、観光にも移住にも選ばれるまちとなるでしょう。

議会はさらなる市民の皆様の福祉向上と安全安心の充実を図るべく共に考え協働し、地域の総力を挙げて未来を切り開くべく邁進する所存です。

本年が皆様にとりまして健康で穏やかな、希望に満ちた一年となりますことを心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

本年も下田市議会へのご支援ご鞭撻のほど、何卒よろしくお願い申し上げます。



下田市長

松本 正一郎

明けましておめでとうございます。心にかえてご挨拶したいと思います。

初めて私が市長に就任したとき、静岡県庁の知事室を訪ねたところ、知事から下田市をどんなまちにしたいか問われました。私は、よその人から「えっ、下田？いいなああ」と言われるような、多くの人がうらやまにしたい、と答えました。その時の知事の「それはいいね」と言った笑顔は今も覚えています。

さて、良いまちとは何でしょう？人口が増えるまち？財政力が豊か？利便性が高い？子どもが多い？AI、ロボット、デジタル化などが進んでいる？税金が安い？自然災害に強い？教育水準？子育て環境？高齢者福祉？書き出せば枚挙にいとまがない位、多種多様ですが、考えてみるとそれらはすべてある土壌の上ののっている花や果実であって、そのためにはまずその土地を耕すことが重要だと思っています。

詳細については、今月の広報14ページ下段「こんにちは

市長です」に書いてありますので、そちらをご覧ください。ただらと思えますが、要約すれば経済も教育も人口減少対策もすべて、この土壌が肥沃になってこそ改善されるのではないかと、いうことを申し上げたいのです。

今、日本中で、どうしたら人口減少に対抗できるのか、地域経済を持続可能にできるのかといった議論が盛んに行われています。全国の自治体がそれぞれ工夫して具体的実践を展開しています。

私たちのまち下田市は、ありがたいことに様々な資源に恵まれています。エメラルドグリーンに輝く美しい海やその背後にある里山。温泉まであります。これらの豊かな自然も私たちの暮らしを支えてくれる大切な資源です。古い街並みやそこで生まれた数々のドラマ、さらに明治・大正・昭和に渡り著名な作家たちが下田を愛したという文学の香り。黒船の歴史を今に伝える素晴らしい国際イベント・黒船祭や江戸初期から続く伝説ある勇壮な太鼓祭り、などなど。そしてこれらの貴重な

（グローバルな）資源を大切にして、次代に引き継ぐこと、日々様々な工夫をしながら地域を支えてくれている市民の皆さんもたくさんいらっしゃいます。

こうした大人たちの営みや努力は、必ず子どもたちの心の奥底に蓄積していくと思うのです。

今年も二地域居住の推進やデジタルノマド誘致など先進的なアプローチに積極的に取り組む予定ですが、それと同時に、古くから引き継がれてきた様々な資源にもっと光を当て、私たちの下田の底力を皆んなで引き上げていくことはありませんか。

そうすることで自ずから経済や人口減少といった現実的な社会問題が改善されていく、と私は信じ、そのための努力を続けていこうと思います。

「初心忘るべからず」は、能の世阿弥の有名な言葉です。新年に当たり、就任当初の自分に立ち返って、今年も様々なチャレンジを展開していきたいと思っています。

皆さまにとっても、今年が良い年でありますように。



10月26日
ペリー提督の墓参



10月22日
ニューヨーク市立大学訪問



10月24日
ニューポート市長表敬訪問

今回のニューヨーク市訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

自分は英語を勉強中で、まだコミュニケーションをとれるくらいの能力はないと思っていました。しかし、実際に会話してみると、思いの外理解することができました。それらの経験をすることで自分の自信が付き、自分から英語を話すことができました。

ニューポートは本当に治安が良く、景観も綺麗で美しい町でした。ニューポート市役所の方々に温かく迎えられ、ニューポート市訪問の清々しいスタートができました。せっかく来たのだから、悔いのないよう自分にできること、吸収できることはたくさん



渡辺 瑠美奈 さん

今回のアメリカ訪問では、初めての体験や新しい発見がたくさんありました。ニューポート市立大学で学生さんと交流する場面では、日本語はまったく通じず、とにかく英語で喋ろうと奮闘しました。食事中も、私は片言の英語で話していく中で、ふと「アメリカは食事を楽しむというより、会話を楽しむ文化」だと、ホストファミリーと食事をしたときも同じように感じました。今まで何とも思っていなかった、日本の「食事そのものを楽しむ」という文化との違いに気がつきました。

ニューポート市で最初に感じたのは、アメリカ人の「愛国心」です。住宅街では、多くの家で常にアメリカ国旗を掲げており、車のステッカーやレストランの看板にも国旗が描かれていました。日本では、祝日に国旗を掲げる家庭



下田市と姉妹都市締結を結ぶアメリカ合衆国ロードアイランド州ニューポート市へ、山田教育長を団長とする訪問団7名を10月21～28日の期間で派遣し、公式行事等に参加しました。

訪問団として派遣された下田中学生4名の訪問記を紹介します。



令和7年度
下田市ニューポート市訪問団
中学生報告

今回のニューヨーク市訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

自分は英語を勉強中で、まだコミュニケーションをとれるくらいの能力はないと思っていました。しかし、実際に会話してみると、思いの外理解することができました。それらの経験をすることで自分の自信が付き、自分から英語を話すことができました。

ニューポートは本当に治安が良く、景観も綺麗で美しい町でした。ニューポート市役所の方々に温かく迎えられ、ニューポート市訪問の清々しいスタートができました。せっかく来たのだから、悔いのないよう自分にできること、吸収できることはたくさん



西田 晴智さん

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

自分は英語を勉強中で、まだコミュニケーションをとれるくらいの能力はないと思っていました。しかし、実際に会話してみると、思いの外理解することができました。それらの経験をすることで自分の自信が付き、自分から英語を話すことができました。

ニューポートは本当に治安が良く、景観も綺麗で美しい町でした。ニューポート市役所の方々に温かく迎えられ、ニューポート市訪問の清々しいスタートができました。せっかく来たのだから、悔いのないよう自分にできること、吸収できることはたくさん



樋口 一葉 さん

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

自分は英語を勉強中で、まだコミュニケーションをとれるくらいの能力はないと思っていました。しかし、実際に会話してみると、思いの外理解することができました。それらの経験をすることで自分の自信が付き、自分から英語を話すことができました。

ニューポートは本当に治安が良く、景観も綺麗で美しい町でした。ニューポート市役所の方々に温かく迎えられ、ニューポート市訪問の清々しいスタートができました。せっかく来たのだから、悔いのないよう自分にできること、吸収できることはたくさん



石原 すみれ さん

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。

今回のアメリカ訪問は、初めての海外へ行くことにワクワクしました。しかし、英語を使って会話することやアメリカの文化に馴染めるかどうか心配でした。実際にいくと、自分の予想以上に大変なことが多く、一日目は精神的に疲れてしまいました。しかし、時間とともにアメリカの地に慣れていき、スーパーで買い物をして、地域の人と関わった結果、だんだんと初めての経験が楽しく感じてきました。



第26回静岡県市町対抗駅伝競走大会

下田市選手団への応援ありがとうございました!!

問合せ先 生涯学習課社会教育係 ☎ 5055
 12月6日(土)、第26回静岡県市町対抗駅伝競走大会が静岡市にて開催されました。下田市選手団は、前回大会よりタイムを2分23秒縮め、2時間27分56秒でゴールしました。結果は、市の部24位(25チーム中)となり、市の部最下位を脱出しました。この大会は、静岡県庁本館前をスタートし12区間42, 195kmを小学生、40歳以上と幅広い世代の選手が、タスキを繋ぎ草薙陸上競技場を目指します。今大会の記録を見てみると、各選手が前回大会より、平均で10秒以上タイムを縮めたこととなります。6月2日よりチームが動き始め、監督・コーチ陣の指導の下、各選手の努力により着実に力を付けていった成果が現れた結果となりました。惜しくも敢闘賞は逃しましたが、来年の大会に向け、早々にチームとして再始動していきたいと高橋監督からの挨拶を受け、各選手たちの目は、すでに来年を見据え鋭さを増しているようでした。来年の大会に向けても、市民の皆さんからの温かい応援をお願いします。

◇第26回静岡県市町対抗駅伝競走大会 下田市選手団 記録

区 間	選 手 名	所 属	走 者	距 離	記 録	区間順位
1	武藤 朱里	韮山高2	中学生・高校生(女子)	3.673km	12' 34"	12
2	酒井 航羽	下田小6	小学生(男子)	1.903km	6' 39"	21
3	柏谷 愛笑	浜崎小5	小学生(女子)	1.715km	6' 35"	23
4	鈴木 茜	加藤学園高2	中学生・高校生(女子)	3.549km	14' 10"	23
5	山口 清夢	加藤学園高1	高校生(男子)	6.855km	22' 46"	25
6	鈴木 勝弓	下田OA	40歳以上	3.911km	12' 08"	9
7	野田 瑞稀	下田中3	中学生(男子)	3.564km	12' 13"	23
8	谷口 梨紗	下田中1	中学生(女子)	3.020km	12' 46"	24
9	佐々木 心絆	下田小6	小学生	1.619km	5' 43"	15
10	栗崎 涼子	賀茂健康福祉センター	一般(女子)	3.051km	11' 26"	21
11	酒井 琉希	下田中3	中学生・高校生(男子)	4.310km	15' 17"	25
12	船津 弘貴	下田消防	一般(男子)	5.025km	15' 39"	24
1組	新井 旬	下田小6	小学生男子	1500m	5' 29"	12



市政懇談会を開催しました

〈問合せ先〉
企画課秘書広報係
(河内庁舎2階) 2212

昨年9月29日～10月15日の期間で、市内6地区（稲生沢、下田、朝日、稲梓、浜崎、白浜）を会場に、市政懇談会を開催しました。

会場でいただいたご意見や質問等に対し、当日お答えした内容も含め、まとめています。詳細は市ホームページにて公表しておりますが、それらの一部について、主な内容をご紹介します。



10.07 稲梓地区
@基幹集落センター

子育て・教育

Q 図書館・中央公民館の再整備の進捗状況について

A 市内の公共施設の規模や人口減少に伴う利用者数の減少等を考慮し、公民館と図書館機能を併せ持つ施設の運営が最適ではないかと考えている。ワークショップ等での意見も踏まえ、検討していきたい。

Q 下田保育所の跡地活用について、クーリングシエルトー的機能を持つ、子どもが涼しく遊べる場所としてはどうか？

A 現在、こども園と保育所の合併を先に進めている。跡地の活用については、その後の検討課題としていきたい。

Q 高校生通学費補助の検討状況について

A 市民意識調査を実施し、市HPで公開している。7割が賛成であるが、反対や条件付き賛成の方もいた。そういった意見への配慮も必要と考えており、現在、制度設計に向けた調整を行っている。

Q 終戦80年を迎え、戦争関連史跡等を整備し、子どもたちへしっかりと伝えていくべき。

A 子どもたちが戦争を学ぶ機会の創出を検討していきたい。

Q 国際交流・教育について、具体的な目標や英語教育プログラムについて

A 小中学校でA・L・T（外国語指導助手）による授業や大学連携先の玉川大学、上智大学の学生との交流を行っている。また、黒船祭において米海軍水兵との交流も継続している。テストの点数を取ることも、英語に興味を持ち、親しむことを優先している。

危機管理

Q 攻めの防災について

A 防災対策は、発災後の対応を検討することが多いが、事前に対策することで減災につなげ、迅速な復旧を目指す考え。

Q 事前準備等について、具体的な周知方法は？

A 発災時の情報伝達は、大きな課題。丁寧に進めていくしかない。最終的には一人一人の行動が重要で、避難行動や避難場所・避難所での共助を意識するよう伝えていく。

Q 7月30日の津波警報への対応について、様々な問題点があったと考えるが、それに対する対策は？

A 市民の皆様の協力により迅速な避難行動が見られた一方、

駅に滞留した観光客の避難誘導や公共交通機関の運行停止情報の周知に混乱が生じていたと認識している。避難所への観光客の収容は困難なため、基本的には地域外への帰宅を促す方針をとり、バスで修善寺駅まで送迎、宿泊希望者にはホテルへ行くよう手配した。

警報発令時の情報伝達については、改善が必要と考えており、現在、伊豆半島広域防災協議会で情報連携や公共交通機関のあり方について議論を始めている。「自助」が原則としつつ、市民への啓発が課題である。また、避難所の居住性能（暑さ・寒さ対策）の改善を今後進める必要がある。

Q 避難所となる稲梓小学校体育館にトイレが設置されていない。設置を検討してほしい。

A 当面は簡易トイレやトイレカーでの対応が想定されるが、避難所の環境整備について、災害関連死にも直結するため重視していきたい。

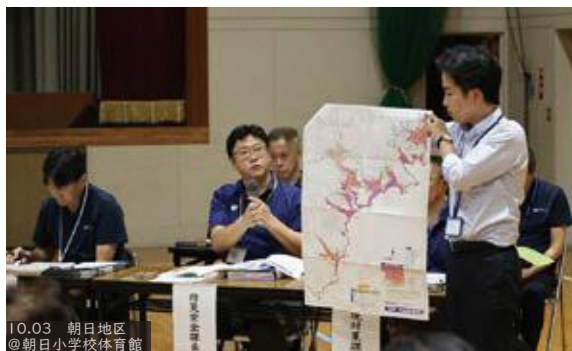
Q 観光地としてペット連れの観光客も多く、災害時のペットとの同伴避難など、避難所の受入体制を整備してほしい。

A 避難所の運営については、各

地域の自主防災組織が定める運営マニュアルに基づいており、避難所におけるペットの取扱いについても、各組織で考えていただくこととなる。

Q 津波発生時の避難について、田牛・吉佐美地区の二次避難所が遠方の大賀茂小学校に指定されている。朝日小学校や朝日公民館等の公共施設を避難所として活用できないか。

A 田牛・吉佐美地区は、地区内の大部分が津波浸水区域内にあり、避難所の設置が難しい。また、津波浸水等を考慮した各施設の波力や漂流物に対する耐久性を考慮した上で検討する必要がある。現状では指定避難所への避難となる。



10.03 朝日地区
@朝日小学校体育館

都市基盤整備

Q 伊豆縦貫自動車道の工事により、国道4ー4号の交通量が増加し、特に大型車による道路の傷みや騒音が住民生活に影響を与えている。国道4ー4号は災害時の緊急輸送道路でもあるため、整備強化の要望を行ってほしい。

A 現在の河津逆川ICからメディカルセンターまでの約10km区間を、「今後10年以内」の完成を目標に国へ要望活動をしている。国道4ー4号の維持管理については、管理者の県に要望していく。

Q (仮称) 下田北IC周辺の整備について、今後の予定は？

A 現在は、整備範囲の検討と地権者の意向確認を進めている。地域の方々の意見を伺い、必要な機能を整備していきたい。東本郷庁舎跡地利用について、避難タワー機能を有した立体駐車場等としてはどうか？

Q 昨年度行ったワークショップでも同様の意見をいただいており、様々な可能性を踏まえながら検討していく。

A 公共交通機関について、夜間にタクシーが少なく、食事へ出ると帰って来れないと聞く。



10.10 浜崎地区
@浜崎小学校体育館

補助金を出して、夜遅くまで動かすべきではないか。夜のタクシーの状況について、市HPで周知も必要でないか？

A 課題解決に向けて、公共交通だけで検討していくのは難しい状況にある。福祉や観光とも掛け合わせ、従来型とは異なる別の概念で考えていきたい。今後、県と連携して事業所のマイクロバスなどの活用調査を実施する予定で、空き時間に活用できるかどうか、その結果を見て検討を進めていく。重要な課題と認識している。

Q 毎年度各地区から提出している修繕や原材料費支給に関する要望について、全体の対応状況を教えてほしい。

A 建設課所管では3ー4割程度の対応となっている。今後、要望に対する対応をとりまとめて回答させていただく。

観光・産業

雇用・移住促進

Q ソフト面のインフラとして、観光客向けに多言語対応を強化する必要がある。

A インバウンドの増加などによる様々な需要に対して、対応を検討していきたい。

Q 耕作放棄地を集積し、新規就農者へ提供してはどうか。

A 農地バンク等の制度を積極的に周知するとともに、就農者を増やすため「稼げる」農業など研究していきたい。

健康・福祉

Q 下田メディカルセンターについて、県に医師派遣要望をしていると聞いているが、その状況はどうか。

A 下田メディカルセンターは、賀茂地域の二次救急病院となっているが、人口が減少する中で、二次救急の体制維持と医師確保に苦慮している。



10.15 白浜地区
@白浜小学校体育館

その他

Q (仮称) 下田未来プロジェクトVについて、各プロジェクトの具体的な取組みは？

A 「グローバルCITYプロジェクト」の取組みの一つとして、子どもたちの未来への投資と考えている。各地域において地域性を育み、黒船祭等を通じて国際性を身につけていただきたい。「協働プロジェクト」として、稲梓地域では「稲梓地域活性化基本計画」に基づき、地域の方々と民間事業者と連携して事業を展開している。「攻めの防災プロジェクト」では、今後(仮称)下田北IC周辺の整備が進む中で、稲梓地域が伊豆半島の防災拠点となることから、それを見越した検討も行っていく。

Q ふるさと納税の実績は？

A 今年度は4億円台と微減傾向。宿泊券などの返礼品に対応する現地型決済の導入に取り組んでいる。

Q 市の財政について、今後赤字が続く状況にあるのか。対策として人件費を削減しているのか？

A 経費削減に努めているが、近年の物価高騰や人件費の上昇等により歳出が増加傾向。一方、少子高齢化や人口減等の社会構造の変化に伴う税収減等により、歳入は減少している。国が定める財政健全化指標において指摘を受けている状況ではないが、早期の取組みが必要と認識している。

人件費の削減は、職員の就業意欲の低下や新規の職員採用等で困難な状況を招く恐れがあることから、「最後の手段」として考えており、現時点では検討する段階ではないと判断している。また、「稼ぐまちへの転換」を図るプロジェクトを推進しており、ふるさと納税の強化や公共施設の利活用の検討、目的税の導入、施設使用料の受益者負担額の検討等を行っていく。



10.02 下田地区
@市民文化会館大会議室

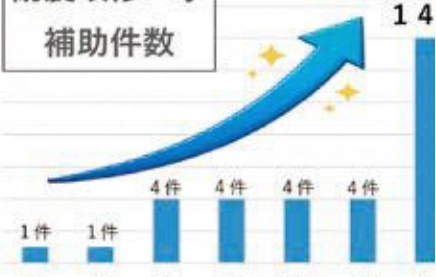


全文は市HPより



こうなる前に、
まずは無料の耐震診断から！

耐震改修工事 補助件数



建設課都市住宅係
(河内庁舎3階) ☎2219

問合せ先

お問合せください。

希望される方は、左記まで

との声をいただいています。

経済的負担や日常生活の影響

も少なく、やって良かった

との声をいただいています。

希望される方は、左記まで

お問合せください。

希望される方は、左記まで

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

お問合せください。

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

地域包括支援センター

申込・問合せ先

申込期限 1月19日(月)

費用 無料

講師 小規模多機能型居宅介

護みくらの里 介護福祉士

対象 市内在住で介護してい

る方、介護に関心のある方

会場 介護老人福祉施設みく

らの里 地域交流ホール

日時 1月21日(水) 14時～16時

家族介護者支援のための講座

「プロに学ぶ排泄介助の基本」

受講者募集

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

※匿名で年齢と地区のみの申込み可

申込・問合せ先

申込期限 1月27日(火)

費用 無料

内容 歯科衛生士による『嚙

むことと認知症予防』講話、

認知症疾患医療センター職員

による個別相談、脳トレ体験

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

地域包括支援センター

申込・問合せ先

申込期限 1月19日(月)

費用 無料

講師 小規模多機能型居宅介

護みくらの里 介護福祉士

対象 市内在住で介護してい

る方、介護に関心のある方

会場 介護老人福祉施設みく

らの里 地域交流ホール

日時 1月21日(水) 14時～16時

家族介護者支援のための講座

「プロに学ぶ排泄介助の基本」

受講者募集

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

※匿名で年齢と地区のみの申込み可

申込・問合せ先

申込期限 1月27日(火)

費用 無料

内容 歯科衛生士による『嚙

むことと認知症予防』講話、

認知症疾患医療センター職員

による個別相談、脳トレ体験

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

地域包括支援センター

申込・問合せ先

申込期限 1月19日(月)

費用 無料

講師 小規模多機能型居宅介

護みくらの里 介護福祉士

対象 市内在住で介護してい

る方、介護に関心のある方

会場 介護老人福祉施設みく

らの里 地域交流ホール

日時 1月21日(水) 14時～16時

家族介護者支援のための講座

「プロに学ぶ排泄介助の基本」

受講者募集

(東本郷庁舎窓口④) ☎4146

※匿名で年齢と地区のみの申込み可

申込・問合せ先

申込期限 1月27日(火)

費用 無料

内容 歯科衛生士による『嚙

むことと認知症予防』講話、

認知症疾患医療センター職員

による個別相談、脳トレ体験

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

族など下田市民ならどなたでも

日時 2月6日(金) 13時30

分～15時30分(途中退室可)

場所 河内庁舎1階多目的室

対象 認知症のご本人及びご家

令和8年度(令和7年分) 市県民税申告相談日程	
期 間	2月16日(月)～3月16日(月) ※土日祝日を除く
受付時間	10:00～11:30、13:00～15:00 ※予約が必要となります。 事前にウェブ予約または電話予約をお願いします。
会 場	河内庁舎1階 多目的室 ※東本郷庁舎では申告相談はできません。 また、所得税の確定申告の受付はできません。

(東本郷庁舎窓口④) ☎2218

税務課市県民税係

申込・問合せ先

電話予約

2月2日(月)～3月12日(木)

受付時間

9時～17時(土日祝日を除く)

※希望日の4日前まで予約が

可能です。

申告用紙について

申告用紙は、昨年申告され

た方、昨年中に転入された方

へ1月下旬に郵送予定です。

市県民税の申告書は、ご自

身で記入して郵送により市役

所に提出することができます。

電子申告について

令和8年度分からeLTA

Xから「マイナンバー」を利

用して市県民税に関する申告

ができます。

詳しくは、下記二次元コー

ドから、eLTA Xホーム

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

ページにてご確認ください。

防災かわら版

問合せ先：防災安全課防災係（河内庁舎2階） ☎³⁶ 4 1 4 5

ー消防団員募集ー

消防団員は、普段は自分の仕事をしながら、災害が発生した場合には消火活動等に従事する非常勤特別職の地方公務員です。主な活動は、火災時の消火活動はもちろんのこと、平常時においても、火災予防運動や幼児への防災ダックを使った啓発活動、出初式、定例会議（1か月に2回）、応急手当普及員の資格取得などを行っています。

～入団後の処遇～

- ①規定の金額が年額報酬として支給されます。また、火災出動や訓練への参加に応じた報酬も支給されます。
- ②ふじのくに消防団応援連盟事業がご利用できます。
- ③消防団活動中に負傷した場合は治療の費用などが補償されます。

～消防団員になるには～

市内に居住または勤務している18歳以上の健康な男女であれば、どなたでも入団することができます。



入団式



消防団水防訓練

消防団分団別演習

出初式

～自転車用ヘルメット購入費補助金～

令和5年4月1日の道路交通法一部改正により、自転車に乗車する際のヘルメット着用が努力義務となりました。下田市では、自転車乗車時のヘルメットの着用を促進し、交通事故による被害の軽減を図るため、自転車用ヘルメット購入に対する補助金を交付します。

○申請時に必要な書類
(※購入前に申請)

- ①補助金交付申請書
- ②仕様が分かるカタログ等のコピー

○補助額

対象経費の2分の1
(上限2千円)

助けあい、支えあつ
「年金」って
とても大事

産前産後の国民年金保険料は
届出をすると免除になります
対象となる方

- ・20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者
- ・免除対象期間

○出産予定日又は出産日が属する月の前月から4か月間の保険料が免除され、納付したもののとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

○多胎妊娠の場合は出産予定日又は出産日が属する月の3か月前から6か月間の保険料が免除されます。

○出産予定日の6か月前から届出ができます。(出産後も可能です。)

必要なもの

- ・基礎年金番号又はマイナンバーのわかるもの
- ・母子健康手帳

問合せ先
市民保健課国保年金係
(東本郷庁舎窓口③) ☎²³ 3 9 2 2



令和7年度実施
下田市職員募集



市ホームページ

- ◇採用予定年月日
令和8年4月1日
- ◇冬日程
募集職種及び採用予定人員
- 一般事務職 若干名
- 技術職 若干名
- 保健師 若干名
- ◇申込受付
1月13日(火)まで
- ※持参の場合土・日は除く
- ◇試験日 1月24日(土)
- (教養試験・小論文・事務能力検査・口述試験)
- ◇受験資格の確認、試験案内、受験申込書の配布
- 市ホームページをご確認ください。
- ※受験申込書は、市役所河内庁舎でも配布しています。
- ◇申込・問合せ先
総務課人事係
(河内庁舎3階) ☎²³ 3 9 1 1

- 令和8年度
給食用物資納入業者を
募集します

応募資格

 - 経営規模、衛生状況、信用状況、供給能力などにより学校給食1、200食分、認定こども園給食240食分程度の給食物資を納入できる方
 - 市内に居住し、市内で3年以上営業している方
 - 市内の同一業種で組織する業種組合

申込方法

所定の申請用紙(教育委員会窓口にて配布)に必要事項を記入の上、市税完納証明書、食品衛生監視票(点数票)の写しを添えて申込みください。

納入物資の品目

肉類、魚類、野菜類、調味料他

※現在登録されている方には書類を送付します。

物資納入期間

令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

受付期間

令和8年1月10日(土)～1月20日(火)

申込み・問合せ先
教育委員会学校教育課
☎²³ 3 9 2 9
- 下田の冬の風物詩「下田河津間駅伝競走大会」が、今年度も開催されます。

日時 1月25日(日)
午前10時スタート

走路 河津町役場↓峰山↓須原↓箕作↓河内↓立野↓高馬↓北京亭前(ゴール)

中継点先頭通過予想時刻

▽第1中継所(天城生コン前) 10時10分頃▽第2中継所(峰山トンネル下田側) 10時25分頃▽第3中継所(北の沢バス停) 10時35分頃▽第4中継所(旧稻梓中学校先) 10時45分頃▽第5中継所(お吉ヶ測先) 10時55分頃▽ゴール(北京亭前) 11時05分頃

※走路での路上駐車や車で移動しての応援は絶対に行わないでください。

※午前10時から正午までの間は、峰山から箕作間、お吉ヶ測から高馬方面への車の乗り入れは自粛願います。

問合せ先
生涯学習課社会教育係
☎²³ 5 0 5 5

下田で畑を作ろう！
はじめて育てる
野菜の講習会

これから野菜を育ててみたいけど、何から始めればいいかわからない…そんな方へ、野菜作りの講習会を開催します。栽培方法や、これから育てるのにおすすめの野菜などを解説します。すでに家庭菜園をされている方、農業者の方も、ぜひご参加ください。

タレントスクエア
株式会社様

・本社所在地 東京都港区赤坂8丁目11番26号+SHIF
TNOGIZAKA7階

・寄附事業 下田のプレゼンス向上のための観光づくり事業

○株式会社
合同資源様

・本社所在地 千葉県長生郡長生村七井土1545番地1

・寄附事業 下田に暮らし続けられる地域づくり事業

タレントスクエア
株式会社様

・本社所在地 東京都港区赤坂8丁目11番26号+SHIF
TNOGIZAKA7階

・寄附事業 下田のプレゼンス向上のための観光づくり事業

○株式会社
合同資源様

・本社所在地 千葉県長生郡長生村七井土1545番地1

・寄附事業 下田に暮らし続けられる地域づくり事業

企業版ふるさと納税
御寄附を
いただきました

タレントスクエア
株式会社 合同資源
GODO SHIGEN CO.,LTD.

下田市の地方創生事業に対する企業版ふるさと納税として寄附をいただきました。

問合せ先
企画課企画調整係
(河内庁舎2階) ☎²² 2 2 1 2

日時
2月2日(月) 14時～15時30分

場所
道の駅開国下田みなと4階会議室3

参加費
無料

主催
下田市農業振興会

講師
農業振興会そ菜部会長 萩原 秀知

申込方法
電話にて左記まで申込みください。

申込期日
1月26日(月)

申込・問合せ先
産業振興課農林係
(河内庁舎2階) ☎²³ 3 9 1 4

～下田のデキゴト～



12/ 2 水中ごみ約1トンを回収

環境省「ローカル・ブルー・オーシャン・ビジョン推進事業」の支援を受け、NPO 法人 MORE 企画（伊東市）と共催で、昨年に続きプロダイバーによる下田港水中清掃を実施しました。市内外の関係機関やボランティア約 50 名が参加しました。



12/11 明日から変わる取組みを

蓮台寺区公会堂にて、元農研機構近畿中国四国農業研究センター鳥獣害研究チーム長 井上雅央氏を講師に、鳥獣被害対策講習会を行いました。少しずつでも継続して取り組む大切さと、地域で気づける鳥獣被害対策について講習いただきました。



12/15 教育委員に西川氏を委嘱

下田市教育委員会委員として、西川紀栄氏を委嘱しました。任期は、令和7年12月14日～令和11年12月13日です。市の教育・文化・スポーツ等に関する基本方針の決定や重要事項を審議していただきます。



12/ 2 南豆の歴史を後世に②

「人が作った木彫を聖なるみほとけにする方法～伊豆の事例を中心に～」と題し、上原美術館上席学芸員、県文化財保護審議会委員 田島整先生が講演されました。約40人が聴講し、木彫がみほとけとなる経過について解説いただきました。



12/ 7 4,709 人が地域防災訓練に参加

自主防災会を中心に市内各地で防災訓練を実施しました。担架による搬送訓練や初期消火訓練、ドローンを活用した現場確認訓練などを通じて、自助・共助の重要性を確認するとともに、地域の方同士の交流の場となりました。



12/15 年末の交通安全県民運動早朝一斉街頭指導

年末の交通安全県民運動（12月15～31日）の実施に合わせ、早朝一斉街頭指導を行いました。小中学校・各行政区等の協力による街頭指導や、伊豆急下田駅前で広報、啓発品の配布等を行いました。

12月の できごと

11月30日～1月4日 アロエの花まつり
1日 温泉健康増進プログラム
5日 第26回静岡県市町対抗駅伝競走大会
下田市選手団壮行会

6～7日 空き家バンク presentsDIY 講座①
12日 体験型観光推進セミナー
『開国の港町「下田の物語と自然」が
生み出す高付加価値観光への挑戦』

※掲載情報は、12月19日時点

地域子育て支援センター通信



2日(月) 交通安全教室
3日(火) 鬼さんと遊ぼう
4日(水) めだかルーム
7日(土) 開館日
9日(月) 体育館で遊ぼう
場所：市民スポーツセンター

12日(木) 誕生会
13日(金) わくわくタイム
16日(月) 発育測定・育児相談
保健師・栄養士来所

21日(土) 開館日
25日(水) あひる・うさぎルーム
26日(木) おひなさま製作
27日(金) おひなさま製作

※予定は変更になる場合があります。
詳細は子育て支援センターまでお問い合わせください。

問合せ先：地域子育て支援センター ☎2200

新年あけましておめでとうございます。
ご家族で穏やかなお正月をお過ごしのことと思います。
今年もお子様の健やかな成長を保護者の皆様と一緒に温かく見守り支援していきたいと思っています。また、育児相談も随時行っております。
利用者の皆様に安心してきていただき、楽しい時間をすごしていただけるよう、スタッフ一同お待ちしております。今年もどうぞよろしくお願いいたします。



誕生会



クリスマス会



お出かけ広場



こども園交流

こんにちは、市長です

「土を耕す」と文化



巻頭に、地域づくりには、土壌を肥沃にすることが肝要だと書きました。ここでは、その詳細を記述します。
土地を耕すことを英語で cultivate といいます。この言葉には教養をつける、という意味もあり、名詞の culture は栽培とともに、教養や文化、文明とも訳されます。地域づくりとか地方創生の取り組みの要諦はまさしくここにあると私は考えます。人口が大都市へと移動するのはどうやら社会の必然らしく、黒澤明映画「羅生門」でも、都に行けばなんとかなる、と平安の昔から人々が考えていたことが見てとれます。
令和八年の今も、相変わらず TOKYO は国内外からたくさんの人々を引き寄せる強い磁力をもっています。
一方、全国的な少子化により、地方のまちの空洞化が顕在化し、多くの自治体で各種取り組みが展開されています。移住してきてくれたら助成金を支給する。規制緩和して企業を誘致する。子どもや子育て世帯に手厚く助成する、など。これらの直接的なアプローチが過熱して、今やブレイク合戦による地方間の人口の奪い合いの様相を呈している、と警鐘を鳴らす有識者も少なくありません。
こうした施策の是非を論じるものではありませんが、それらの基底に忘れてはならないものがあると私は考えます。それが、前述の土を耕すことであり、文化とか哲学などと言ひ換えても良いと思います。大人である私たちがしっかりと土を耕す営みをする。そうして子どもたちはその姿を見ながらこのまちの culture を心や身体に染み込ませ成長していくものだと思います。
下田市特有のグローバルな歴史やローカルな魅力。これらのグローバルな資源をこれからのまちの culture を、ティックの価値を輝かせて、世界中から多くの人々がやって来るまちを目指していきたいと思っています。

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

1月23日（金）夜間と24日（土）午前に、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
・1月23日（金）17時15分～19時30分
・1月24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、資格確認書等は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 ☎ 221551
問合せ先
市民保健課市民係
（東本郷庁舎窓口②） ☎ 2215

1月の納税

納期：2月2日（月）

市県民税 4期
国民健康保険税 9期
介護保険料 7期
後期高齢者医療保険料 6期

※納期内に納めましょう
※納税は便利な口座振替で

献血にご協力をお願いします

命を救う献血にご理解、ご協力をお願いします。

日にち 1月30日（金）

受付時間

・9時～11時30分
・12時45分～15時30分

※受付時間は、当日の状況により変更する場合があります。

場所 下田市民文化会館

主催 下田ライオンズクラブ

共催 県宅地建物取引業協会 東部支部

※「献血Web会員サービス ラブラッド」からもWeb予約受付中です。

※予約枠には限りがあります。ご了承ください。

問合せ先

福祉事務所社会福祉係
（東本郷庁舎窓口⑥） ☎ 2216



日本赤十字社 HP
（献血 Web 会員サービス ラブラッド）

リーに受け取ることができません。ぜひ、友だち追加をお願いします。

〇確定申告相談会場の開設日時 2月16日（月）～3月16日（月）9～17時

〇無料税務相談所の開設日時 2月17日（火）～19日（木）9時半～12時、13時～16時

場所 下田市民スポーツセンター（サンワーク下田）

※入場には、入場整理券が必要。LINEでの事前発行又は、確定申告会場にて配布。

※確定申告期間中、下田税務署では申告相談を実施していません。

持ち物

①令和7年分の収入（所得）を証明する書類等（給与所得、公的年金等の源泉徴収票等）
②事業、不動産所得のある方は、収入及び経費が分かる帳簿や書類等（収支内訳書又は青色申告決算書は事前作成をお願いします）
③各種控除証明書、領収書等（医療費控除の明細書は、事前作成をお願いします）
④本人名義の金融機関口座番号がわかるもの
⑤スマートフォン
⑥マイナンバーカード

地域に貢献！宝くじ助成！

一般財団法人自治総合センターが行う「コミュニティ助成事業」は、コミュニティ活動に必要な備品や社会施設の整備、地域文化への支援及び活力ある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・強化を図ることに、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための事業を行っています。

立野区では、一般コミュニティ助成事業を受けて、公会堂のエアコン設置工事を行いました。環境が整い、地域コミュニティの活性化につながっております。



問合せ先

企画課企画調整係
（河内庁舎2階） ☎ 2212



ハローワーク下田 友だち募集中です！

⑦マイナンバーカードの発行時に設定したパスワード
その他

確定申告会場では、基本的にはご自身でマイナンバーカードを利用したスマホ申告をしていただきますので、事前にマイナンバーアプリをインストールすると申告書の作成がスムーズに行えます。

申告と納税の期限

①所得税、復興特別所得税及び贈与税 3月16日（月）
②消費税及び地方消費税 3月31日（火）

問合せ 下田税務署 ☎ 20185

司法書士無料相談会のお知らせ

2月の「相続登記はお済みですか月間」にて無料法律相談会を実施します。予約不要。
日時 2月7日（土）9～12時
場所 市民文化会館小会議室1
相談内容 相続登記の義務化・相続人が行方不明・遺言の仕方・遺産分割の話し合い・海外に住む相続人・被相続人が外国籍 等々

問合せ先 静岡県司法書士会下田支部 司法書士 佐々木 勝

☎ 22370

不審な訪問・マーキングに注意！

強盗や窃盗、詐欺等の下見に、家族構成や資産、留守時間等を把握するため訪問し、インターホンや電気メーターにマーキングする事例が発生しています。注意しましょう。

〇家に入れたら貴金属の保管場所を勝手に物色して撮影した
〇点検とは関係のない部屋にまで入ろうとした
〇口座の暗証番号を聞いてきた

突然、知らない人が訪問してきたら家の中に入れない！
玄関も要注意！（玄関の靴などで家族構成を知られる場合があります）
名刺や社員証の提示を求める！
家で不審なマーキングを見つけたら取る！はがす！消す！
消す前に写真などを撮って警察に通報を！

問合せ先

下田警察署管内防犯協会 ☎ 2766



下田警察署管内防犯協会 Facebook



下田警察署管内防犯協会 Instagram

「公共土木施設の維持管理」に関するアンケートのお願い

近年激甚化する自然災害や人口構造の変化を受け、県では新たな社会インフラの維持管理方法を模索しています。検討に先立ち、左記二次元コードからアンケートへのご協力、ご回答をお願いします。

実施期間 1月1日～31日

問合せ先 県建設政策課 ☎ 054-221-2497



アンケート回答フォーム (Google フォーム)

第17回 伊豆農業研究センター公開デー

日時 2月23日（祝月）9時30分～15時
場所 伊豆農業研究センター
その他

・カンキツ試食会参加希望者は、左記二次元コードからFAXにて申込みください。

問合せ 静岡県農林技術研究所伊豆農業研究センター
☎ 0557-1951234
fax 0557-19510533



静岡県農林技術研究所伊豆農業研究センターHP



申込みフォーム (メール作成 QR)

法律問題の解決に困ったら、
独り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
静岡県弁護士会所属 TEL：0558-25-2131
下田市東本郷2丁目9番15号伊豆新聞社ビル3階
URL：https://www.shimoda-himawari.com/office.html
まずは、お電話でご相談の予約をお願いします。

うちの子ども **結婚** できました！

お気軽にご連絡ください
独身のお子様の結婚相談

伊豆 成年後見 センター
結婚相談所ムスベル三島
TEL 0120-138-026

遺言・終活の準備は
私たちにお任せください。

遺言書・死後事務委任契約・任意後見・成年後見
身寄りのない方の見守りから死後の火葬・納骨・各種片付けまで
親族の代わりに手続きを代行します。

遺言を書く方が増えています。家、お金、お墓のこと一緒に考えましょう！

伊豆 成年後見 センター
出張相談をご希望の方へ 自宅での出張相談も無料です
TEL 0557-48-7620

相続のお手続きは
私たちにお任せください。

戸籍等の書類収集・不動産の名義変更・預金の解約手続き
遺産分割協議書の作成・相続放棄

複雑で面倒なお手続きは相続のスペシャリストがあなたをしっかりとサポート！
相続は10人十色。じっくりとお話を伺います。

司法書士法人 おさだ
完全予約制 無料相談予約 静岡市 18-00037号
TEL 0557-48-7620

2月の市民相談				
相談日	内容	対象	時間	場所
5日(木)	年金相談	どなたでも (要予約)	11:00～16:00	市役所(河内) 1階多目的室
12日(木)	市民相談		10:00～15:00	市役所(東本郷) 小会議室3
	法律相談		9:00～12:00	市役所(東本郷) 小会議室1
16日(月)	こころの健康相談		13:30～15:30	下田総合庁舎 2階
24日(火)	交通事故相談		13:00～15:30	市役所(河内) 会議室1-A
25日(水)	ひきこもり相談		10:00～16:00	下田総合庁舎 4階相談室
	市民相談		10:00～15:00	市役所(東本郷) 小会議室3
	人権相談	どなたでも (予約不要)	10:00～14:00	下田市民文化会館
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：市民保健課市民係（東本郷庁舎窓口②） ☎22215				
年金相談：市民保健課国保年金係（東本郷庁舎窓口③） ☎39222				
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				
ひきこもり相談：福祉事務所障害福祉係（東本郷庁舎窓口⑥） ☎22216				
こころの相談：賀茂保健所（賀茂健康福祉センター） ☎2056				

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	
1月10日(土)11日(日)	(有) 渡辺住宅設備	27-1300	
1月17日(土)18日(日)	ヤマト設備工業(株)	23-3570	
1月24日(土)25日(日)	須原設備	28-1161	
1月31日(土)2月1日(日)	杉本設備工業(株)	22-3040	
2月7日(土)8日(日)	(有) 菊地ポンプ商会	22-1085	

蓮台寺	西本郷	六丁目	須崎	箕作	西本郷	西本郷	二丁目	地区氏名
中田	櫻井	山本	山梨	松木	小澤	鈴木	三田	羽鳥
國男	靖子	英子	正仁	正一	茂一	綾子	勝雄	英治
29	21	24	26	14	19	18	17	18
82	89	85	69	84	88	90	90	53
年齢								

謹んで
おくりやみ申し上げます

須崎 豪人

河内	旧岡方村	六丁目	地区氏名
小山	菊池	浅倉	鈴木
穂華	花瑠	瑚都	あおい
竜太郎	俊介	翼	翼

お誕生おめでとう
あかるくすこやかに

11月16日から12月15日届け分
(敬称略)



人のうごき		
住民登録人口 12月1日 増減		
男	9,104	-11
女	9,710	-25
計	18,814	-36
世帯数	10,211	
出生	5	転入 43
死亡	33	転出 51



東中	落合	須崎	12月届	六丁目	敷根	蓮台寺	箕作	吉佐美	大賀茂	〃	柿崎	白浜	※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。
土屋まゆみ	清水みず	横山正生	清谷康弘	角谷秀子	澤路千歳	栗生美通	大門延子	外岡みどり	外岡重一	長友重一	金岩銀太郎	95	74
25	25	28	82	94	60	88	84	88	98	78	94	66	99
25	25	28	82	94	60	88	84	88	98	78	94	66	99

乳幼児健康相談・健康診査（2月）		
相談日	内容	対象・時間・場所
10日(火)	お誕生日健康相談	対象者へ 個別に通知します
	2歳児健康相談	
	2歳6か月児健康相談	
18日(水)	1歳6か月児健康診査	

子育てネットワーク通信

問合せ先：下田子育て支援ネットワーク ☎22216

●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19日(木) 10～12時
場所：道の駅「開国下田みなと」4階会議室3

SURF CITY NEWS

市ホームページ

■報告
11月29日(土)、下田市 SURF CITY 構想完成記念シンポジウムを開催しました。第1部では、日本サーフィン連盟相談役 酒井厚志氏による基調講演を実施しました。第2部には、マリネット下田 鈴木直人氏、S.LEAGUE チェアマン 大野修聖氏、上智大学 あん・まくだなと氏、下田中学校サーフィン部顧問 渡井哲広氏によるトークセッションを行いました。約60名の方に参加いただき、サーフシティへの期待が高まる内容となりました。



図書館だより 1月号

問合せ先：市立図書館 ☎0352 ●休館日／毎週月曜日、第4木曜日及び祝日
●新刊本／毎週水曜日

図書案内



一般書 書名	著者名	児童書 書名	著者名
猫の狂気ふしぎで豊かな「猫のこころ」をめぐる探検	クロード・ベアタ / 著	日本語と英語でわかる！もっと知りたくなる日本和食	おぐら ともこ 小倉 朋子 / 著
白鳥翔のとにかくわかりやすい麻雀入門	しらとりしょう 白鳥 翔 / 監修	きみが知ってる恐竜のこと、ぜんぶまちがい!?	ニック・クランプトン / 著
筒井康隆自伝	つづい やすたか 筒井 康隆 / 著	とろとろおばけ	たなか ひかる / 著
雷電	かじ 梶 ようこ / 著	くつつきました	うちだ りんたろう 内田 麟太郎 / 作 たかばたけ なお 高 畠 那生 / 絵
火星の女王	おがわ さとし 小川 哲 / 著	ふわふわさん	かどの えいこ 角野 栄子 / 作 よしむら めぐ / 絵

※予約は配架日以降となります。配架前の事前の取り置きはできません。

図書館カレンダー

休館日 1～3、5、12～13、19、22、26日
15日(木)
ひよこサロン【移動図書館】

今月の展示

- ◆新春企画！おみくじ本
- ◆第174回芥川賞、直木賞受賞作・候補作
- ◆市内 ALT オススメ英語の絵本展

図書館ニュース

新春企画！ お楽しみおみくじ本

～新しい一年の始まりに、読書とおみくじを楽しんでみませんか？～

1月の特集コーナーの本を借りていただいた方に、おみくじをご用意しています。素敵な景品が当たるかもしれません。本と合わせて、おみくじをお楽しみください！

おみくじ箱は、昨年10月に図書館に職場体験に来てくださった下田中学校の生徒さんが、心を込めて制作してくださいました。ご来館の際にぜひご覧ください！



下田中学校生徒さん制作おみくじ箱

ヒートショックとは
循環器内科医 早瀬太一郎
1990年代後半、冬季の入浴中の急死事故が増加したことを報道する過程でメディアが「ヒートショック」という言葉を使い始めました。医学用語としては「入浴関連死」「寒冷暴露による循環器疾患」などが正しい表現ですが「ヒートショック」という言葉は広く定着しています。
急激な温度変化により血圧と脈拍が乱高下することにより失神・心筋梗塞・脳卒中などを引き起こす現象で、高齢者の家庭内死亡の原因として、ヒートショックが関与しているケースは年間1万人以上と推定されています。特に高齢者において入浴時に多発するといわれています。冬季の入浴前、脱衣所が寒い時（寒冷刺激）には、交感神経の過剰反応により血管が収縮して血圧が上昇します。入浴後は、温熱刺激により血管が拡張し血圧が低下します。この血圧の急激な変動が心血管系に大きな負荷を与えます。実験データでは若年者よりも高齢者の方が入浴により血圧と心拍数が急上昇しやすく、その後交感神経活動が低下しやすいことが示唆されています。この反応性の違いが冬季に高齢者の入浴に伴う事故（溺水のリスク）が多い理由と考えられています。近年入浴に伴う事故のみならず、ヒートショックによる血圧変動が致死率40%の心筋梗塞を誘発し、心停止の発生が10月～4月に集中していることが報告されています。一方で断熱性能の高い住宅では、室内の温度差が緩和され、入浴時や起床時の血圧変動が抑制されることも知られるようになりました。現在、ヒートショックは予防可能な循環器リスクと考えられるようになっていきます。寒い季節になる前に、ヒートショックを予防するため、の方法が国立循環器病研究センターのホームページで閲覧する事ができますので、一度参考にしてください。

問合せ先
下田メディアカルセンター



国立循環器病研究センター
ホームページ

メディカル通信



わが家のアイドル



六丁目にお住いの

小菅 ^{ともあき}知章さん・^{まな}真奈さんの

長男 ^{じんた}仁大くん (6歳3か月)

長女 ^{ななか}七叶ちゃん (4歳5か月)

鍋田に住んでる仁ななです！海に見えるお家には素敵な思い出がたくさん！4月からは下田を離れるけど、下田のみんなが大好きだよ！ありがとう！

みなさんのお家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） ☎22212



新村さんが再生させた耕作放棄地

下田市の皆さん、こんにちは。令和7年4月1日より地域おこし協力隊「しもだ農業コーディネート」^{しんむらやう}として活動している新村陽です。出身は、神奈川県横浜市で、以前は医療機器の販売代理店で働きました。農業は未経験ですが、ずっと「農業をしてみたい！」という想いがあり、今回チャレンジしてみました。下田市は母の生まれ故郷で、叔母に会いによく来ていました。海も山も人も素敵なこの街に惹かれ、移住することを決断しました。現在、耕作放棄地を再生させ、新規作物の栽培に挑戦しています。栽培品目は、セイヨウタンポポ、ヨモギ、アーモンドです。



地域おこし協力隊の活動報告

タンポポ？と思った方も多いかと思います。実は、タンポポの根でコーヒーが作れるんです！ノンカフェインで母乳の出が良くなると言われているので、様々な効能が期待できるといいます。特に妊婦さんや授乳中の女性が飲まれるケースが多いそうです。



タンポポの根っこ

ただ、現在市場で販売されているタンポポコーヒーのほとんどが海外産となっています。ロコミを見てみると「国産のタンポポコーヒーが飲みたい」と書いてあったり「妊娠期間中に飲むので、海外産より安心してきる国産のタンポポコーヒーが飲みたい」という意見が寄せられていました。どこも国産ブランドとして確立していないため、下田産タンポポコーヒーをブランド化できればと思います。

農業を始めて驚いたのが耕作放棄地の多さでした。こんなにも増えているなんて…。耕作放棄地が増えると獣の棲

家になり、近隣の畑の被害被害に繋がります。また、耕作放棄地の再生を通じて実感したことが、とにかく大変なこと。木は好き放題に生えていて、耕すにも根っこだらけ。そして土作りには、3年

もかかると言われております。そこで、土作りが不要ですぐ栽培可能なセイヨウタンポポ、ヨモギ、アーモンドを選択しました。基本的に水やりも不要なため、省力で広い面積の管理が可能。今は耕作放棄地をどんどん再生させ、耕作面積を拡大させています。

僕にとって耕作放棄地は宝の山で、農業にチャレンジしてみたい未経験者の背中を、少しでも押してあげられればと思い活動しています。一緒にチャレンジしましょう！そして耕作放棄地の価値を高め、問題解決に繋がっていきましょ！ぜひ農業をチャレンジしてみたいと思っている方のご連絡お待ちしております！

問合せ先
産業振興課農林係



新村さんが試作したタンポポコーヒー

☎23914

『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→

