

広 At ちみ

あたま

広報あたま No.731 1月10日発行

◇今月の主な内容◇
新年のごあいさつ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・2
新春対談「まちと駅の共生」 ・・・・・・・・・・・・・・4
発表します、「わたしの熱海」 ・・・・・・・・・・・・・・6

魅力がいっぱい、「わたしの熱海」

市制施行80周年を記念して開催した「わたしの熱海」イベントプログラムフォトコンテストでは、こちらの写真がグランプリに選ばれました。グランプリを含む6点の入賞作は、8・9ページで紹介しています。入賞者の皆さん、おめでとうございます！

 各記事に記載している7桁のページIDを市HPの検索
CHECK ID 密に入力すると、該当ページが表示されます。

1

2018

あいさつ

熱海市長 齊 藤 栄



熱海の持続的発展の

ために

明けましておめでとうございます。市民の皆様におかれましては、清々しく新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年は、市制施行80周年にあたり、多くの市民の皆様とともに、本市の礎を築かれた先人の方々に深く感謝を申し上げ、愛する郷土熱海をさらに発展させる一層の努力をお誓いしたところであり、新年を迎え、決意を新たにしているところでもあります。

昨年を振り返りますと、市制施行80周年記念事業として刊行された「熱海温泉誌」が多くの方からご好評をいただき増刷したことや、本市の交通死亡事故ゼロが700日を超える記録を達成したこと、静岡県市町対抗駅伝競走大会では過去最高の順位（市の部21位）、過去最高のタイム（2時間22分18秒）を記録したことなど、熱海市が注目を集めた年でありました。さらに、平成27年度に続き2年連続で宿泊客数が300万人を超え、

平成29年度も300万人の大台を突破することが視野に入る状況もあり、政府の閣議決定を受けて観光庁が発表した平成29年度版「観光白書」では、宿泊客数がV字回復した本市が紹介され、大きな自信になりました。

今後とも人口減少、少子高齢化、産業振興などの本市が抱えるさまざまな課題に積極的に取り組んでまいります。

本年は、「日本でナンバー1の温泉観光地づくり」をさらに進めてまいります。伊豆半島の国際的な価値を高めるための「伊豆半島ジオパーク」の世界認定への再挑戦、伊豆半島全体に誘客効果のある「JRデステイネーションキャンペーン」の展開や「2020年東京オリンピック・パラリンピック」などを好機と捉え、来遊客の満足度を高めながら、本市の観光をさらなる高みへと押し上げてまいります。また、「熱海国際映画祭」の開催、クルーズ船の誘致など、新たな事業に積極的に取り組んでまいります。そして、昨年、地域経済活性化のため熱海商工会議所と連携して取り組んでいる熱海市チャレンジ応援センター(Arbiz)にチーフアドバイザーを迎え、体制強化

を図りました。今後もさらに中小企業の経営支援に力を入れてまいります。

次に、観光・商業振興とともに、「住まうまち熱海づくり」の諸施策を加速してまいります。昨年9月、小規模保育事業所として、栄光熱海さきみ保育園が新たにオープンしました。今後、子育ての新たな拠点として、幼稚園と保育園の双方の利点を併せ持つ「認定こども園」の整備や学校施設の充実など、さらなるハード整備を推進してまいります。また、高齢者福祉、障がい者福祉の向上など、住み慣れた地域でいつまでも生活するための地域包括ケアシステムを構築するため、各種福祉施策の充実に取り組んでまいります。

観光・商業振興に加えて、福祉、教育を充実し、市民の生活を豊かにしていくことは、熱海市の持続的発展に不可欠であると考えております。

今まで以上に市民の皆様とともに新生熱海の次のステージを目指し、取り組んでまいります。新年が市民の皆様そして熱海市にとりまして、素晴らしい年になることを祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

新年のご



熱海市議会議長 川口 健

熱海のさらなる発展を

目指して

明けましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、清々しく希望に満ちた新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。また、日頃より議会運営に對しまして、深いご理解とご協力、そして温かいご支援を賜り、厚く御礼を申し上げます。

さて、昨年4月、熱海市は市制施行80周年を迎え、ご来賓の皆様や市民の皆様など、大勢の方々のご臨席を賜り、記念式典を盛大に開催いたしました。

歴史を思い返してみますと、戦争や熱海大火、経済不況など、数多の困難があり、これらを先人の方々が乗り越え、克服して、今日の熱海の姿があります。先人の方々の熱海に対する熱い思いを私たちが確かに継承し、熱海の将来がより輝かしいものとなるよう、一層努力しなければならぬ、そのような気持ちを強く持った一年でありました。

市内に目を向けてみますと、観光関係の皆様のご努力が功を奏したことや、マスコミなどへの積極的な露出によりまして、日中、街を散策する観光客、特に若者の姿が多く見受けられるようになり、少しではあります。賑わいが戻りつつあることを感じております。

観光を基幹産業とする熱海市にとりまして、観光客の誘致は大変大きな課題であります。今後、人口減少などにより国内市場の拡大が難しくなっていく中で、訪日外国人旅行者の誘致に向けた施策を推進することが重要となっております。

昨年、日本を訪れた外国人旅行者数は、過去最も早いペースで2,000万人を突破しており、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けて、さらに増加するものと見込まれております。

熱海市におきましても、Wi-Fi（公衆無線LAN）の整備、飲食店などにおけるトイレの洋式化、多言語案内板の整備など、訪日外国人旅行者の受け入れに向けた環境整備を一層進める必要があります。一方で、少子化・高齢化や人口

減少により、本市の基幹産業である観光業を支える各事業所の人手不足や後継者不在が、今後の事業展開に著しい影響を与える大きな不安要素となっております。

特に、少子化・高齢化の進展や人口減少は、全国各地において大きな問題となっております。子育て支援などの福祉の充実や、移住推進施策の実施など、自治体間の競争が激しさを増しております。

市議会といたしましては、子どもから高齢の方まで全ての市民の皆様が、これからも安心して生活できる地域づくりを推進し、人口減少に少しでも歯止めをかけることができよう、市とともに積極的に取り組んでまいる所存であります。

市民の皆様におかれましては、本市のさらなる発展のため、引き続き、温かいご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、平成30年が市民の皆様にとりまして、実り多い素晴らしい1年となりますよう心よりお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

「まちと駅の共生」

地域とともに歩む駅モデルを熱海から

これまで熱海の発展は熱海駅とともにありました。大正14年3月25日に開業した熱海駅は、平成27年3月に開業90周年を迎え、平成28年11月25日に現在の熱海駅へと大きく生まれ変わりました。リニューアルオープンから1年。JR東日本熱海駅の宮原駅長をお迎えし、熱海の魅力やこれからの熱海と駅の発展について、市長と語っていただきました。

新生 熱海駅

市長 熱海駅のリニューアルオープンは、私を含め市民の皆さんがとても心待ちにしていた。平成28年11月25日という日は、熱海駅の記念日であると同時に、熱海市の新たな歴史の始まりの日でもあったと感じました。私は常々、熱海駅は地域や市民とのつながりがとても強い場所であり、そういう意味では、民間企業でありながら地域の一部であり、公共的な要素が大変大きいと思っています。

熱海市長 齊藤 栄



JR東日本熱海駅 宮原智子駅長



宮原駅長 駅のリニューアル

オープンには、地域の皆様をはじめ多くの方のご協力により迎えることができました。1年が経ちますが、今でもオープン当初と変わらず、多くのお客様にご利用いただいております。市長から、駅が地域の一部であると言っていただけのこととはとてもありがたいです。地域の元気があってこそその駅なので、これからも「地域とともに生きる」鉄道会社を目指していけたらと思います。

また、昨年、市が市制施行80

周年を記念して刊行した「熱海温泉誌」の年表に、駅のリニューアルについて掲載していただきました。熱海駅がまちの歴史の一端を担わせていただけたことは、とても感慨深いです。

市長 これまでも熱海の発展は

駅とともにありました。人車鉄道、軽便鉄道、丹那トンネルの開通、新幹線開業。しかし、その後は苦難の時代を迎え、平成23年の東日本大震災では熱海で

も大変大きな影響がありました。

そこから「新生熱海」を掲げ、市民や産業界の皆さんの努力で、熱海は今元気を取り戻しつつあります。そんな中、ジャカランダ遊歩道の完成などと併せて、駅のリニューアルは「新生熱海」を想像させるシンボルとして、我々の心の中に大きな感動と希望を与えてくれました。

市長 近年、熱海のイメージは

大きく変わったと思います。市では海、山、温泉などの素材に加え、今まであまり知られていなかったまちや人の魅力を、メディアプロモーションを通じて全国に発信しています。宮原駅長は、神奈川県にお住まいのことですが、熱海に赴任されてどんな印象をお持ちですか。

宮原駅長 熱海には、もちろん

これまでも訪れたことはありましたが、改めて感じるの熱海

熱海のイメージ

のまちの重厚感です。歴史のあるまち並みや長い年月から蓄積された空気感、お店の佇まい、地域の方々のお人柄はとても大きな熱海の魅力だと思います。

市長 私も熱海に移り住んで12年が経ちますが、毎日新しい発見があり、熱海の奥深さを実感しています。最近、私が駅に降りて感じるのは、デジタルサイ



ネーじ（電子看板）による画像発信や、改札横のスペースを活用した梅やジャカラダ、花火の展示など、地域の情報発信を積極的に行っていただいていることです。また、まちの商店街のスタンプラリー企画においても、宣伝でご協力をいただき、まさに地域と駅が一体となつてまちをプロモーションすることで、熱海の魅力をより発信することにつながっていると思います。

宮原駅長 駅に降りたお客様にまず熱海を感じていただきたいとの思いから、さまざまな情報発信をしています。私を含め熱海駅社員が休日などを利用して、熱海のまちを探索しています。まちをもっと知ること、お客様がどういうものを求めているのかわかるのか、今の熱海にはどんなものがあるのかなどをリサーチし、駅での情報発信につなげています。今後とも一緒に熱海を盛り上げていけたらと思います。

市長 ありがとうございます。熱海市は、市の中心市街地に加えて、泉、伊豆山、多賀、網代、初島と地域ごとにさまざまな魅力が詰まっています。昨年には、伊豆多賀駅からアクセスできる「さくらの名所散策路」が完成し、大きな観光資源としても期待をしています。伊豆山では伊豆山神社で行われる「源実朝を偲ぶ仲秋の名月伊豆山歌会」など、熱海を代表する地域行事も数多くあります。まだまだ皆さんに届いていない情報をぜひ駅から発信していただきたいです。

宮原駅長 熱海の持つブランドイメージは本当に素晴らしいと思います。地域行事やまだまだあまり知られていない場所、地元で食べられている食材など、伝える方を工夫して、多くの方に向けていただきたいです。農業や漁業なども切り口を変えて魅力をお伝えし、熱海駅から伊豆山、南熱海方面などにも多くのお客様をご案内したいですね。

熱海駅の特徴

市長 日本中にたくさんさんの駅があります。熱海駅の大きな特徴は、市民や観光客の皆さんのほかに、市内に約9千世帯ある別荘所有者の皆さんなど、いろいろな方が一緒に利用するということだと思います。宮原駅長のお考えになる熱海駅の特徴は何だと思えますか。

宮原駅長 そうですね。全国有数の温泉観光地として市民の皆さんに加え、観光のお客様が非常に多いことが大きな特徴です。ラスカ熱海もそうした熱海の地域性を一番に考え「New Atami Style」を施設コンセプトに、観光のお客様にとって「観光地である熱海の魅力を、再発見する場所」へ、そして市民の皆様にとって「熱海での暮らしをより豊かにする存在」となることを目指しています。駅が生活の一部であり、また、旅の始まりの場所でもあります。今後も地域の商品を積極的に取り入れたり、新鮮な情報

をリアルタイムに発信することで、市民の皆様や観光のお客様、別荘所有者の方々ももっとまちを楽しみむきつけづくりができればと思います。

これからのビジョン

市長 駅は単に人が通過する場所ではなく、観光客の皆さんから見れば旬な熱海のエッセンスを熱海に降り立って最初に感じることが出来る場であり、市民の皆さんにとっても何か新しい発見がある、誰にとってもワクワクする場所だと思えます。これからのビジョンなどがあれば教えてください。

宮原駅長 安心安全な輸送手段として多くの方にご利用いただくのはもちろんのこと、観光の着地駅として地域の発展に貢献していきたいと思えます。来年4月～6月には、デステイネーションキャンペーンが静岡で開催されます。熱海をはじめ伊豆、静岡に多くのお客様をお迎えできる機会として、全国に発信し

ていきます。地域が元気になる下支えをさせていただき、単なるキャンペーンで終わらせてしまうのではなく、地域が元気になる永続的な仕組みとして展開できたらと思います。

市長 熱海は本当にいろいろな可能性を秘めています。一緒にビジョンを考え、共有し、どこにもない「地域とともに歩む駅モデル」として全国に発信していきます。最後に宮原駅長から市民の皆さんにメッセージをお願いします。

宮原駅長 ラスカ熱海開業以降、大変多くのお客様に駅をご利用いただくことができました。これもひとえに地域の皆様のご支援の賜物と改めて御礼申し上げます。開業2年目を迎えた本年は、伊豆の玄関口としてさらなる飛躍の1年にしたいと考えています。市長がおっしゃった「地域とともに歩む駅」として、観光で熱海へお越しのお客様からも、熱海にお住まいの皆様からも親しまれる駅となるよう、取り組んでまいります。



みやはらさとこ
宮原智子

JR東日本熱海駅駅長

平成4年JR東日本入社。本社観光戦略室や横浜支社営業部勤務を経て、平成28年6月に熱海駅第41代駅長に就任。

趣味は日本舞踊。

発表します、「わたしの熱海」

市制施行80周年記念インスタグラムフォトコンテスト 結果発表

問い合わせ 広報情報室 ☎0557(86)6070 📠1004225

熱海市制施行80周年を記念して、平成29年4月5日から9月30日まで開催した「わたしの熱海」インスタグラムフォトコンテストには、市内外から2,397点もの力作が寄せられました。審査の結果、グランプリ1点、準グランプリ2点、佳作3点の計6点が選ばれました。

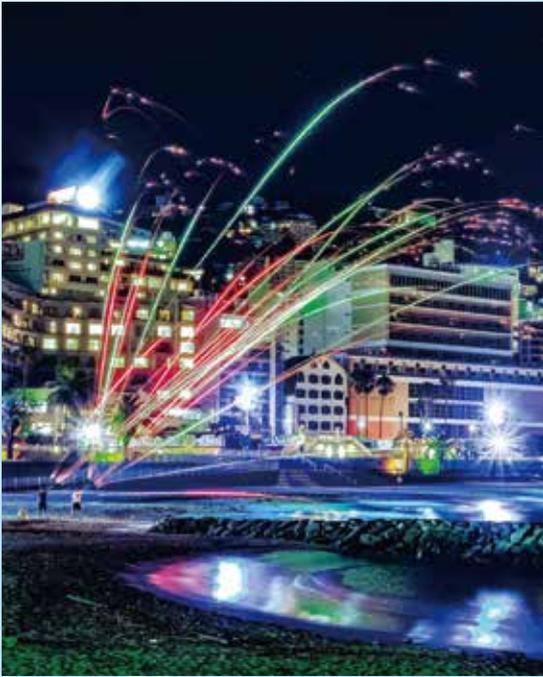
このページでは、そんな6点の入賞作を、受賞者のコメントとともに紹介します。入賞作を見ていると、見慣れた熱海のまちが実はとても魅力的であるということに気付くのではないのでしょうか。また、入賞作以外の作品もどれもすばらしい作品ばかりでした。市ホームページから見ることができますので、ぜひご覧ください。



 さとう のぞむ
グランプリ 佐藤望さん

この度は大好きな熱海市から光栄な賞をいただき、うれしく思っております。これからも誰かの心に響く写真を目指して投稿していきたいと思っております。

わたしの熱海は景観が良く、人々が温かい印象です。そこで色を強めに、景観がわかるように撮りました。左奥には花火大会を見に来たにっぽん丸も写しました。



ないとうさくら
準グランプリ 内藤咲良さん

この度は準グランプリに選考いただきありがとうございます。たくさん写真の中から目を留めて頂き、感謝の気持ちでいっぱいです。

毎週絶景を求め遠征し撮影する中、熱海にもお邪魔しました。楽しそうな声に惹かれシャッターを切った一枚です。いい思い出になりました。



たけだ なおり
準グランプリ 武田名織さん

この度は数ある写真の中から選んでいただき、本当にうれしく、とても光栄に思います。熱海の暖かな魅力が写真から少しでも伝われば幸いです。

幼少期から見ていた熱海の夜景。ナトリウム灯が優しく照らし、太平洋のおおらかな風が吹く、大好きな光景です。



わたなべ さ ゆ り
佳作 渡邊小百合さん

選んでいただき、大変うれしく思います。糸川遊歩道、階段を降りるとブーゲンビリアのトンネル、私のとても好きなスポットです。日常で非日常的な素敵な景色に出会える街、それがわたしの熱海です。



佳作 atami_size さん

佳作に選んでいただきありがとうございます。この日の熱海の海はなんとも言えない特別な風景でした。受賞の記念に小さな写真展を市内のカフェで開催させていただくことになりました。ご覧いただけたらうれしいです。



佳作 t.yagishita さん

たくさん応募作品からの受賞となり大変光栄に思っております。このコンテストは熱海魅力を世界中に拡散できる良い機会と感じています。

熱海の街や自然を愛し、四季折々に変化する表情、風景の断片をレンズに収めています。早朝、雨上がりの梅園は、もみじが濡れ落ち葉となり、一面が色鮮やかに映える光景です。



イベントいっぱい！ 図書館フェア

12月2日、熱海市立図書館で図書館フェアが開催されました。作家の森村誠一さんから寄贈された本を置く「森村誠一文庫」の除幕式のほか、製本などを体験できるコーナー、熱海警察署のコーナーなどが設置され、会場は多くの人で賑わいました。

力を合わせて記録更新

12月2日に開催されたしずおか市町対抗駅伝に先立ち、12月1日に熱海市代表チームの出発式が行われました。大勢の市民の皆さんに見送られた選手たちは応援を背に力走り、見事3年連続となる記録更新を達成しました。





熱海の観光大使が決定

12月10日、第30代ミス熱海の任命式が行われました。梅の女王に増田玲未さん、梅娘に小森真綾さんと杉崎真琴さん、桜娘に坂口莉果子さんと山崎早也香さんが選ばれました。5人は今年1月から2年間、熱海市の観光PRのため各種イベントに参加します。

(写真左から梅娘の小森さん、杉崎さん、梅の女王の増田さん、桜娘の坂口さん、山崎さん)



元気にぺったん!

12月13日、上多賀幼稚園でもちつき大会が行われました。後ろにいる子どもたちも大きな声を出して、もちをつく子を応援していました。

安心安全な街を目指して

12月15日、市民安全大会が行われました。式典後には約500人の参加者がパレードを行い、交通安全や防犯などを呼びかけました。



第47回逍遙忌記念祭

文化交流室 ☎0557(86)6289

ID 1001220

近代日本の演劇や文学に偉大な足跡を残した坪内逍遙先生の功績をたたえるとともに、熱海の発展に多大に貢献されたことに感謝し、遺徳をしのぶために記念祭を開催します。

日時：2月28日(水)午後1時～

場所：起雲閣 音楽サロン

式典：逍遙先生への「お慕いの言葉」の奉読、熱海市歌の斉唱ほか
※記念行事として講演会などを予定しています。また、記念祭終了後、海蔵寺にて墓参りをします。

熱海ノルディックウォーキング教室参加者募集

長寿支援室 ☎0557(86)6316

2本のポールを使って、ストレッチや正しいウォーキングの姿勢を確認します。肩こり改善、膝、腰の負担軽減、姿勢が良くなるといったメリットのある運動です。

日程：2月15日(木)、26日(月)、3月8日(木)

時間：午前10時30分～正午

場所：渚小公園

対象：通常歩行が可能で1km以上歩ける人。

定員：12人 **参加費**：無料

持ち物：タオル、飲み物

※動きやすい服、靴を着用し、両手が空くようなリュック、ウエストポーチを用意してください。

申込期限：開催日の前日

申込方法：熱海ノルディックウォーキングクラブ ☎0557(86)5277までお申し込みください。

(火・日曜定休)

交通指導員を募集しています

危機管理室 ☎0557(86)6443

ID 1001826

あなたも街頭に立って子どもたちの登下校を見守りませんか？
交通指導員とは、子どもの登下校時間帯に街頭指導を行うほか、観光行事での交通整理、交通安全イベントなどにボランティア精神で取り組んでいる人たちです。

「子どもを交通事故から守りたい」という熱意のある人のご応募をお待ちしています。

詳細はお問い合わせください。

暮らしなんでも相談

ライフサポートセンターしずおか ☎055(922)3715

消費生活、家庭、労働、介護、年金問題、多重債務、心の悩みなど暮らしの中の悩み事相談を電話で受け付けています。「困ったな！どうしよう？」そんなときにご利用ください。

※相談・取次ぎは原則無料ですが、専門家に相談する場合は、別途料金がかかる場合があります。

受付時間：平日午前9時～午後5時

司法書士による権利擁護相談会のお知らせ

長寿支援室 ☎0557(86)6316

ID 1005097

司法書士会による成年後見制度や相続、遺言などに関する無料相談会を開催します。

日時：2月13日(火)

午後1時30分～4時30分

場所：福祉事務所相談室

(市役所第1庁舎隣)

定員：6組(先着順)

※1組30分で予約優先です。

申込方法：電話 **費用**：無料

放送大学 4月生募集

放送大学静岡学習センター ☎055(989)1253

放送大学は、平成30年度第1学期の学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が「大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」などさまざまな目的で学んでいます。資料は、無料ですのでご連絡ください。

出願締切：第1回2月28日(水)

第2回3月20日(火)

2月23日「富士山の日」協賛イベント

企画室 ☎0557(86)6081

静岡県では、全ての県民が富士山について学び、考え、想いを寄せ、後世に引き継ぐことを目的に、毎年2月23日を「富士山の日」とする条例を制定しました。

この「富士山の日」に合わせて、熱海市では下記の協賛イベントを開催します。

池田満寿夫作のリトグラフ「二重富士」、「富士賛歌2」、「陶板」の展示

日時：2月15日(木)～23日(金)

午前9時～午後4時30分

場所：池田満寿夫・佐藤陽子創作の家
(海光町10-24 ☎0557-81-3258)

入館料：300円



統計情報



11月末の人口

人口	37,523人	世帯数	21,490世帯
男	16,967人	人口前月比	15人増
女	20,556人		

11月のごみ量

可燃ごみ	約1,621ト	人口1人1日排出量	
その他	約316ト	熱海市	約1,720g
合計	約1,937ト	全国	約963g
対前年比	102.8%	全国は27年度平均データ	

お知らせ

障害者控除対象者認定書を発行します

介護保険室 ☎0557(86)6282

ID 1001167

身体障害者手帳などを持っていない人でも、障害者控除対象者と認定された場合、所得税の確定申告、市・県民税の申告時に障害者控除の対象となります。

対象：平成29年12月末現在65歳以上の人で、要介護認定を受けていた人などのうち、常に寝たきりの状態などにある人や、障害者手帳などの交付基準に準ずると認められる人。ただし、要介護認定を受けていても、必ずしも障害者控除の対象となるものではありません。

申請方法：本人または家族などが、控除対象者の要介護認定決定通知書または介護保険被保険者証、印鑑を持参し、申請手続きをしてください。

すみれ相談のお知らせ

静岡県精神保健福祉センター
☎054(286)9245

かけがえのない大切な人を突然自死で亡くし、つらい思いをしている人のお話を伺います。相談は無料です。ぜひご利用ください。

日時：2月21日(水)

午後1時～4時

場所：熱海健康福祉センター
(熱海総合庁舎1階)

申込方法：電話または窓口でお申込みください。(要予約)



広報あたま広告掲載募集

広報情報室 ☎0557(86)6070

ID 1001771

「広報あたま」では、地域産業の活性化と財源確保を目的に広告(フルカラー)を募集します。毎月10日に22,000部発行し、町内会などを通じて市内の世帯に配布されます。

広告枠・広告料：

○お知らせページ最下段(2枠)

50mm×85mm：1枠1カ月2万円

○裏表紙ページ最下段(1枠)

50mm×110mm：1枠1カ月4万円

募集号：平成30年4月号～平成31年3月号(1月単位)

申込期限：2月28日(水)

※詳細は、熱海市ホームページをご覧ください。

不動産無料相談会の開催

全日本不動産協会静岡県本部
☎054(285)1208

不動産取引に精通した、宅地建物取引士をはじめとする数々の資格を保有する全日本不動産協会役員や弁護士、司法書士、税理士が、専門的で複雑な宅地建物取引に対する一般消費者の悩みや疑問にお答えする不動産無料相談会を開催します。不動産についてご質問のある人は、ぜひご来場ください。

日時：2月7日(水)

午後1時30分～3時30分

場所：プラザヴェルデ402会議室(沼津市大手町1-1-4)

※事前予約は不要です。直接会場へお越しください。

お菓子づくり室教室参加者募集

健康づくり室 ☎0557(86)6295

ID 1005165

簡単にできる「草団子」「チョコレート菓子」を作ってみませんか? プレゼントにも最適です。ぜひ、お申し込みください。

日時：2月17日(土)

午前10時～12時30分

場所：いきいきプラザ4階

定員：30人

参加費：800円

持ち物：エプロン、三角巾(バンダナ)、手ふきタオル

申込期限：2月13日(火)

申込方法：電話または窓口

主催：熱海市健康づくり食生活推進協議会

男性料理教室参加者募集

健康づくり室 ☎0557(86)6295

ID 1005164

オーブンを使った料理「ミートローフ」を作り、調理実習後にはランチ交流会もあります。料理が得意な人や初めての人でも安心してお申し込みください。

日時：2月6日(火)

午前10時～午後2時

場所：いきいきプラザ4階

定員：30人

参加費：1,000円

持ち物：エプロン、三角巾(バンダナ)、手ふきタオル

申込期限：2月2日(金)

申込方法：電話または窓口

主催：熱海市健康づくり食生活推進協議会

下記の部分はお店・企業の広告枠です。

医療法人社団 伊豆七海会

熱海所記念病院

診療科目

内科・外科・整形外科・脳神経外科・小児科

皮膚科・泌尿器科・婦人科

受付：8:30～12:00 13:30～16:30
休診日：土曜午後・日曜・年末年始

熱海駅より無料送迎バスあり

24時間365日救急体制 ☎0557-82-3000

県営住宅の入居者を募集しています

静岡県住宅供給公社東部支所 ☎055(920)2271

県営住宅は、入居できる空家がある場合に、毎月入居者の募集を行っています。

入居には所得などの条件があります。募集している空家や募集期間、申し込み方法などの詳細はお問い合わせいただくか、ホームページ(「静岡県住宅公社」で検索)をご覧ください。

最新の研究で明らかに！

厚生労働省の研究で、十分な睡眠や毎日の歩行など健康的な生活習慣が多い人ほど、介護を必要とせず生活できる期間が長くなることが分かってきました。



2年延びる!?

健康寿命が

生活習慣の改善で…

いつまでも自立して暮らせるように、ぜひ生活習慣を見直していきましょう！

健康寿命を延ばす生活習慣とは！

いまずぐ実行したい！健康的な生活習慣ベスト5！

【健康寿命を延ばす5つの生活習慣】いくつ当てはまりますか？

- 非喫煙または禁煙5年以上
- 1日平均30分以上歩く
- 1日の平均睡眠時間は6～8時間
- 野菜を多めに食べる
- 果物を多めに食べる



【該当数別 健康寿命延長期間】

2つ=11.5カ月 4つ=23.9カ月
 3つ=17.4カ月 5つ=25.4カ月

出典：厚生労働省「健康寿命の延伸可能性に関する研究」

健康的な生活を習慣化するには!?



以下に良い生活習慣を得るための具体的かつ効果的なステップを挙げました。ぜひ参考にしてください！

☆目的の設定をしましょう！
「なぜ？」と自分に問いかける

“良い生活習慣を身につけたい”理由を考えます。
 例) 「なぜ？」⇒いつまでも健康的に暮らしたいから
 「なぜ？」⇒子ども(孫)の結婚式に立ち会いたいから

☆目標の設定をしましょう！
挑戦しやすい目標から始める

目標は実際に自分が行動できるような表現にします。
 例) 早く寝る⇒いつもより15分早く寝る
 野菜料理を一品足す⇒カットされている野菜でサラダを作る

☆取り組みを意識化しましょう！
メモ帳、手帳に取り組み状況を書く

目標が実行できたら○、できなかったら×と記入します。これを毎日続けて、自分が挑戦していることを日々実感できるようにします。
 ○を付けられた日は自分を褒めてやる気をあげていきましょう！

☆取り組みを継続化しましょう！
最初は習慣の定着化を目指す

習慣を定着させるためにはある程度の期間取り組むことが必要です。まずは3週間、1カ月と徐々に取り組む期間を伸ばしていきましょう！

2月 February

マークの説明

■施設休館日

☒☒ 図書館休館日 ☎ 0557(86)6591

☒☒ 起雲閣休館日 ☎ 0557(86)3101

☒☒ 熱海海釣り施設休館日 ☎ 0557(85)8600

☒☒ マリンスパ休館日 ☎ 0557(86)2020

☒☒ 第二プール休館日 ☎ 0557(81)9558

■市民相談 市民相談室 ☎ 0557(86)6073

行 行政相談 13:00～15:00

法 法律相談(予約制) 13:00～16:00

消 消費生活相談 13:00～16:00

健 建築相談(予約制) 13:00～16:00

人 人権よろず相談 13:00～16:00

交 交通事故相談(予約制) 10:00～15:00

不 不動産相談 13:00～15:00

公 公証人相談(予約制) 13:00～15:00

■福祉関係相談 福祉センター ☎ 0557(86)6335

身 身体障がい者相談会 9:30～11:30

知 知的障がい者相談会 10:30～12:00

障 障がい者就労支援相談 10:30～12:00

何 身体障がい者「何でも相談」13:00～15:00

■福祉関係相談

熱海健康福祉センター ☎ 0557(82)9120

心 こころの健康相談(予約制) 14:00～16:00

2月のブックバスかもめ号

実施日	ステーション	時間
20日(火)	網代小学校	13:15～14:15
	大縄公園	14:45～15:30
21日(水)	海光園	12:50～13:20
	スルガケアサービス	13:40～14:10
	上多賀会館	14:30～15:00
	多賀小学校	15:15～16:00
1日(木) 15日(木)	ネオ・サミット湯河原	10:00～10:30
	泉小中学校	13:00～13:35
	泉支所	13:50～14:20
2日(金) 16日(金)	桃山小学校	15:10～16:00
	伊豆山中央バス停横	9:50～10:20
	マルコシ酒店横駐車場	10:35～11:05
	七尾団地集会場	13:15～13:45
	伊豆海の郷前	14:00～14:45
27日(火)	伊豆山小学校	15:00～16:00
	第二小学校	12:30～13:30
28日(水)	ひばりヶ丘団地下駐車場	10:00～10:50
	第一小学校	13:00～13:40
	緑が丘公園	14:00～14:35
	相の原団地バス停上駐車場	15:05～15:40
22日(木)	多賀中学校正面玄関前	12:40～13:30
23日(金)	熱海中学校	12:40～13:30

◇市役所(代表) ☎ 0557(86)6000

◇南熱海支所 ☎ 0557(68)2151

◇泉支所 ☎ 0465(62)2335

◇エコプラント姫の沢 ☎ 0557(82)1153

◇南熱海マリンホール ☎ 0557(68)4778

■火災情報・救急当番医の情報は

火災・救急テレホンサービス ☎ 0557(81)9911

■学校・家庭・心の問題などの相談は

ふれあい電話相談 ☎ 0557(81)8080

各種相談日

施設休業日

1 (木)	法	早咲き日本一“あたま桜”糸川桜まつり(糸川遊歩道) ※11日まで 熱海梅園梅まつり(熱海梅園) ※3月4日まで ●親子でちょこっと英会話(図書館) 10:00～10:30 ◆両親学級②(いきいきプラザ) 13:30～16:00	☒☒
2 (金)			
3 (土)		ながはま特設市(長浜海浜公園) 9:00～15:00 ※4日まで 初島丹合戦(初島) ※3月16日まで ●おはなし会(図書館) 14:30～15:00	
4 (日)			
5 (月)	消身	●熱海子育て支援センター「豆まきあそび」(栄光熱海中央保育園) 10:00～11:00 ◆乳幼児相談(いきいきプラザ) 9:30～11:30 ●0歳児サークルアイアイ(南熱海マリンホール) 10:00～11:00 ●献血(熱海市役所第2庁舎前) 9:30～12:00, 13:15～16:00 ◆7～8カ月児相談(いきいきプラザ) 13:00～15:00 ●夜間エイズ検査 ※予約制(東部保健所) 17:00～19:45	☒☒ ☒☒
6 (火)	公	◆2歳児歯科健診(いきいきプラザ) 13:00～14:00	☒☒
7 (水)	行		☒☒
8 (木)	法	◆2歳児歯科健診(いきいきプラザ) 13:00～14:00	☒☒ ☒☒
9 (金)		湯前神社春季例大祭(湯前神社) ※10日まで ●にこにこサロン「おたのしみ会」(親子ふれあいサロン) 10:30～11:00	☒☒
10 (土)		ながはま特設市(長浜海浜公園) 9:00～15:00 ※12日まで	☒☒
11 (日)		建国記念の日 日曜朝市(渚小公園) 7:00～10:00	☒☒
12 (月)		振替休日 春季熱海海上花火大会(熱海湾) 20:20～20:45	☒☒ ☒☒ ☒☒
13 (火)			☒☒
14 (水)	心		☒☒
15 (木)		●エイズ検査・肝炎検査 ※予約制(熱海保健所) 9:00～11:15	☒☒
16 (金)		◆びよびよ教室(いきいきプラザ) 9:30～10:00	
17 (土)		ATAMI2030会議(MOA美術館能楽堂) 11:00～12:30 網代温泉ひもの祭り(長浜海浜公園) 11:00～15:00 ●おはなし会(図書館) 14:30～15:00	
18 (日)		網代温泉ひもの祭り(長浜海浜公園) 10:00～15:00	
19 (月)	消知		☒☒ ☒☒ ☒☒
20 (火)	建 補 公	◆乳幼児相談(いきいきプラザ) 9:30～11:30 ◆おっばい相談(いきいきプラザ) 9:30～11:30 ◆1歳歯磨き教室(いきいきプラザ) 10:00～11:00 ●読み聞かせ(南熱海マリンホール) 11:00～11:30	☒☒
21 (水)	行		☒☒
22 (木)	法	◆2歳6カ月児歯科相談(いきいきプラザ) 9:30～10:30	☒☒
23 (金)		●にこにこサロン「音楽会」(親子ふれあいサロン) 10:30～11:00	☒☒
24 (土)		伊豆多賀わかめまつり(長浜海浜公園) 10:00～15:00 ※25日まで ●南熱海子育て支援センター「保育園の作品展であそぼう」(多賀保育園) 9:30～12:00	
25 (日)		日曜朝市(渚小公園) 7:00～10:00 魚祭り(熱海魚市場) 9:00～16:00	
26 (月)	消 人 障 何		☒☒ ☒☒
27 (火)	不	◆両親学級③(いきいきプラザ) 10:00～12:00	
28 (水)			

■□は各種相談会の開催日です。また、☒☒は施設の休館日です。相談会の種類、時間、場所および休館施設名は頁左側の「マークの説明」をご参照ください。

平成29年分

申告は2月16日(金)から3月15日(木)まで

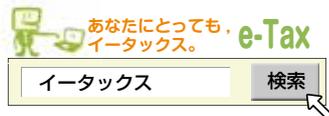
確定申告



申告書には
マイナンバーの記載が必要です！

自宅から
ネットが便利

申告書は国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp> で作成することができます。印刷して書面で提出できるほか、「e-Tax」を利用してパソコンから送信することも可能です。



マイナンバーの記載+本人確認書類の掲示または写しの添付が必要です！

◆税の申告受付および相談日程◆

場所	期間	受付時間
熱海税務署 4階会議室	2月16日(金)～ 3月15日(木) (土・日を除く)	午前9時～午後5時
熱海市役所第1庁舎 4階第1・2会議室		午前9時～正午 午後1時～4時
南熱海支所 2階会議室	2月9日(金)・27日(火)	午前9時30分～正午
泉公民館	2月7日(水)・3月1日(木)	午後1時～3時30分

※事業所得、譲渡所得、消費税および地方消費税、贈与税の相談は、熱海税務署のみで行っていますので、ご注意ください。

※会場の混雑状況により、早めに締め切ることがあります。

※駐車場の混雑が予想されますので、お出かけの際には公共交通機関をご利用ください。

◆税理士による無料税務相談会◆

場所	期間	受付時間
熱海市役所第1庁舎 4階第1・2会議室	2月16日(金)～28日(水) (土・日を除く)	午前9時30分～正午 午後1時～4時

納期のお知らせ 1月31日(水)

- 市民税・県民税 第4期
 - 別荘等所有税 第4期
 - 国民健康保険税 第7期
【債権回収室】☎0557(86)6165
 - 後期高齢者医療保険料 第6期
【保険年金室】☎0557(86)6257
- 納付には、便利な口座振替をご利用ください。

無料体験陶芸教室の参加者を募集します

日時：2月17日(土) 午前クラス 午前10時～正午
午後クラス 午後1時30分～3時30分

場所：姫の沢陶芸センター

定員：各クラス12人(先着順)

募集期間：2月1日(木)～8日(木)

申込方法：募集期間中の午前9時～午後4時の間に電話でお申し込みください。

問い合わせ 姫の沢公園施設☎0557(83)5301



熱海市メールマガジン ID 1001522 広報あたまラジオ放送 FM熱海湯河原 79.6MHz

広報あたまは再生紙を使用しています。