



催し

歩く会 金時山と富士山コース [10km]

日時 9月10日(土) 9時20分(雨天中止)
集合場所 仙石原文化センター
コース 金時山登り口～矢倉沢～金時山～公時神社
 ※帰路 箱根登山バス利用
会費 500円(保険料他)
 ※初参加の方は別に500円が必要です。
照会先 箱根町歩く会事務局 ☎85-6788
 ※当日開催の有無は☎85-6788で確認してください。音声メッセージが流れます。電話がかけられる時間は、前日の17時から当日の9時までです。

普通救命講習

日時 9月24日(土) 9時～12時
内容 AED(自動体外式除細動器)を用いた心肺蘇生法や止血法など
場所 消防本部体育訓練室
対象 町内在住(中学生以上)・在勤の方
定員 10人(申込順)
その他 修了者には修了証を発行します。また、全ての受講者は同講習会受講にあたり「新型コロナウイルス感染症予防対策チェックシート」の提出をお願いします。
申込・照会先 消防署警備課(救急係) ☎82-4511

箱根町ロードレース大会

日時 10月2日(日)小雨決行
 ・受付 8時～8時45分
 ・開会式 8時45分～
 ※スタートは、小学生の部が9時20分、その他の部9時40分です。
集合場所 仙石原文化センター
種目・距離
 ・一般男子の部(高校生以上) 5km
 ・一般女子の部(中学生以上) 3km
 ・中学生男子の部 3km
 ・小学生高学年(男子の部・女子の部) 2km
 ・小学生低学年(男子の部・女子の部) 2km
対象 健康で完走できる小学生以上の方
照会先 教育委員会生涯学習課 ☎85-7601

案内

心配ごと相談

日時・場所
 ・9月6日(火) 元箱根集会所
 ・9月12日(月) さくら館
 ・9月27日(火) 仙石原文化センター
 いずれも13時30分～14時
内容 生活、人権に関する相談、国や県への要望など
相談員 民生委員児童委員、人権擁護委員、教育相談センター相談員、総務省行政相談委員
 ※希望する方は事前に連絡してください。
備考 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、通常より時間を短縮して開設します。相談は電話でも受け付けていますので、暮らしの中の困りごとなどがある場合は福祉課に連絡してください。
照会先 福祉課 ☎85-7790

子どもほっと相談

日時・場所
 ・9月6日(火) 元箱根集会所
 ・9月12日(月) さくら館
 ・9月27日(火) 仙石原文化センター
 いずれも11時～15時
内容 教育に関する相談
相談員 教育相談センター相談員
 ※希望する方は事前に予約してください。
照会先 教育相談センター ☎85-7776



やまなみ趣味の教室からお知らせ

レジンクラフト教室を始めます。

お花や貝・ビーズなどを利用して、素敵なアクセサリを作ってみませんか？
 初めての方、不器用な方も楽しくハンドメイドができます。

- ・日時：9月12日(月) 11時～14時
- ・対象：町内在住の60歳以上の方
- ・材料費：500円



※汚れても良い服装で来てください。作業中はゴム手袋を着用します。

福祉相談会

日時・場所
 ・9月8日(水) 役場分庁舎4階第7会議室
 ・9月22日(水) さくら館ボランティア室A(当日の電話相談は☎85-0800まで)
 いずれも10時～12時
対象 身体・知的・精神障がい者および家族
内容 社会福祉士など専門家による面接相談、電話相談
照会先 福祉課 ☎85-7790

小田原保健福祉事務所 各種相談日

- エイズ相談・検査 9月21日(水) 9時～11時
 - 骨髄ドナー登録 10月4日(火) 受付11時
 - 医師による精神保健福祉相談 9月20日(火)・22日(水) いずれも13時30分～16時30分
 - 医師による認知症相談 10月6日(水) 13時30分～16時30分
 - 療育歯科相談 9月22日(水) 9時～15時30分
 ※予約制です。相談を希望する方は、前日までに連絡してください。
- 照会先** 小田原保健福祉事務所 ☎0465-32-8000(内線3239:療育歯科相談・内線3245:その他の相談・検査)

高次脳機能障害 専門相談

日時 10月7日(金) 14時～15時30分
場所 おだわら障がい者総合相談支援センタークローバー(小田原市久野115-2 おだわら総合医療福祉会館1階)
対象 高次脳機能障がいの方およびその家族、支援者
照会先 おだわら障がい者総合相談支援センタークローバー ☎0465-35-5258

すくすくキッズコーナー

照会先 子育て支援課 ☎85-9595

- ◆10か月児健康診査
日時 9月14日(水) 12時50分～13時20分受け付け
対象 令和3年9月・10月生まれの乳児
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票、バスタオル
- ◆3歳6か月児健康診査
日時 9月14日(水) 12時50分～13時20分受け付け
対象 平成31年2月・3月生まれの幼児
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票、バスタオル
- ◆2歳・2歳6か月・3歳児歯科健康診査
日時 9月16日(金) 13時～13時30分受け付け
対象 令和元年8月、令和2年2月・8月生まれの幼児
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、歯科保健カード
- ◆赤ちゃん和妈妈パパの会(いちご教室)「産後の食事とベビーマッサージ」
日時 9月6日(火) 11時45分～14時
対象 2か月～18か月頃までの乳児と保護者等
 ※事前に電話で申し込んでください。
- ◆プレママパパ(出産育児)教室
日時 9月15日(水) 13時30分～16時
対象 これから赤ちゃんを家族に迎える方等
内容 赤ちゃんの沐浴実習や、出産前後の歯の健康について学びます
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン
 ※1週間前までに電話で申し込んでください。
 ※場所はいずれもさくら館です。

やまなみ荘コーナー

照会先 福祉課 ☎85-7790

- 趣味の教室
書道 9月2日(金)・16日(金)・10月7日(金) 13時30分～15時30分
絵手紙 9月8日(水)・22日(水)・10月13日(水) 9時30分～11時30分
対象 各教室とも町内在住の60歳以上の方
 ※開催日の変更になる場合があります。
- 健康相談
日時 9月2日(金) 13時30分～14時受け付け
内容 健康管理、生活習慣病予防、食事指導、血圧測定など
対象 町内在住の60歳以上の方

休日急患(医科)

当番医は変更になる場合があります。また、夜間診療ができる病院については消防署(☎82-4511)に確認してください。

診療時間 9時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
9/4	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
11	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
18	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
25	土屋医院	湯本	85-5034

※9/19(月)・23(金)は小田原市休日夜間急患診療所を利用してください。(小田原市酒匂2-32-16/☎0465-47-0823) 診療時間は8:30～11:30、13:00～15:30、18:00～22:00です。※受診の際にはお薬手帳を持参してください。※夜間診療ができる病院などについては、消防署(☎82-4511)に問い合わせてください。

落花生の 炊き込みご飯

落花生は、日本で初めて神奈川県で栽培され、全国へ広まったとされています。煎った殻付きや味付けされたものがありますが、8月中旬頃から収穫が始まり、生や茹でて冷凍されたものなども出回ります。栄養価は、たんぱく質や脂質、カリウムやマグネシウムなどのミネラル、ビタミンEやB₁などのビタミン類などが含まれています。選び方のポイントは、さやの表面の網目がはっきりとした大きなものを選びましょう。
照会先 さくら館 ☎85-0800
 ※参考：農林水産省H.P(茹で落花生神奈川県)、神奈川県H.P(農産物の上手な利用法)、かながわブランド

●材料(5人分(目安))

- 米 2カップ
- 鶏もも肉 100g
…1cm角に切る
- 生落花生(殻付き) 150g
…殻を水洗いして土を落とし、さやから身を取り出す。
- ごぼう 1/2本
…薄切りにし、5分ほどさらして、水けをきる。
- にんじん 20g
…千切りにする
- しめじ 1/2パック(50g)
…石突を取り除いて、小房に分ける。



栄養価(1/5量分)
 エネルギー:363kcal
 蛋白質:11.0g
 脂質:8.3g
 食塩相当量:0.8g

- ★だし汁 2カップ
 - ★酒 小さじ2
 - ★しょうゆ 小さじ2
 - ★みりん 小さじ2
 - ★塩 小さじ1/4
- ※生落花生がない場合は、茹で落花生で代用できます。
- 作り方
 ① 米はといでザルにあげて水気を切り、30分程おく。
 ② 炊飯器に①の米と★印を入れて混ぜ合わせたら、鶏もも肉、落花生、ごぼう、にんじん、しめじの順にのせて広げ、炊飯する。
 ③ 炊き上がったら、しゃもじで切るように混ぜる。



9月30日金納期限

- ◎固定資産税 (第3期)
- ☆国民健康保険料 (第4期)
- ☆介護保険料 (第4期)
- ☆後期高齢者医療保険料 (第3期)

上記については、夜間・休日、納付書裏面記載のコンビニエンスストアで納付ができます。(納期限が過ぎている納付書では納付できません。)
 納期限が過ぎている納付書で納める方は、至急役場本庁舎会計課・出張所または金融機関で納付してください。
 ※納付困難な場合には、相談してください。

＝納付は便利な口座振替で＝
 口座振替を希望される方は、連絡してください。
照会先 ◎税務課(収納係) ☎85-9573
 ☆保険健康課 ☎85-9564

