



催し

歩く会 一夜城と餅つき会 [8km]

日時 12月10日(土) 9時20分(雨天中止)
集合場所 早川駅
コース 一夜城址～県立博物館～湯本駅
 ※帰路 湯本駅から電車利用
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Ⅰ

日時 ①普通救命講習Ⅰ 12月10日(土) 9時～12時
 ②普通救命講習Ⅰ (e-ラーニング) 12月19日(月) 9時～11時
内容 AED(自動体外式除細動器)を用いた心肺蘇生法および止血法など
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 各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

木造住宅無料耐震相談会

いつ起こるかかわからない地震に備えるために、建築士による無料耐震相談会を開催していますので、ぜひこの機会に参加してください！
日時 12月21日(水) 13時30分～15時30分
場所 箱根出張所 会議室
対象 ①町内に所有かつ居住している住宅②昭和56年5月31日以前に建築された木造で平屋・2階建ての住宅③枠組壁工法またはプレハブ工法でないもの。
その他
 ・完全予約制となります。都市整備課窓口もしくは電話にて申し込んでください。
 ・上記の日時・場所ではご都合が合わない場合は相談してください。別途個別に調整します。
 ・相談会では、図面等を用いて診断を行います。当日は、建築年や建物の概要が

分かるもの(建築確認通知書、建物の平面図や間取図、内観や外観の写真など)を持参してください。
 ※図面などがない場合は申し込みの際に担当者に伝えてください。
 ・相談時間は概ね1棟につき1時間です。
 ・新型コロナウイルス感染症拡大防止により、開催を延期または中止する場合がございます。

照会先 都市整備課 ☎85-9566

案内

心配ごと相談

日時・場所
 ・12月12日(月) さくら館
 ・12月13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
 ・12月12日(月) さくら館
 ・12月13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

福祉相談会

日時・場所
 ・12月8日(木) 役場分庁舎4階第7会議室
 ・12月22日(木) 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

身体障がい者の補装具相談会(更生相談会)

日時 12月12日(月) 13時～15時

(受け付けは14時まで)
場所 小田原市保健センター(小田原市酒匂2-32-16)
内容 肢体不自由障がい者の補装具交付、修理相談
 ※希望する方は12月9日(金)までに連絡してください。

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**
 12月21日(水) 9時～11時
 ○**医師による精神保健福祉相談**
 12月20日(火)・22日(木) いずれも13時30分～16時30分
 ○**医師による認知症相談**
 令和5年1月6日(金) 13時30分～16時30分
 ○**療育歯科相談**
 12月22日(木) 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)

行政書士による成年後見・遺言・相続等無料相談会

自分自身や大切なご家族の将来の安心に備えるために、気になることを相談してみませんか？
日時 12月15日(木) 14時～16時
場所 さくら館2階会議室
 ※完全予約制となりますので、事前に箱根町地域包括支援センターに申し込んでください。
照会先 箱根町地域包括支援センター ☎85-3002

かながわハートフルフェスタ 2022 in おだわら

日時 12月10日(土) 13時～16時
場所 小田原三の丸ホール 大ホール
テーマ 伝えよう思いやりの気持ち～私からはじめる多様性を認め合う社会～
内容 はあちゅう氏(プロガー・作家)による講演、小田原市立城山中学校吹奏楽部による演奏、人権作文コンテスト表彰式等
 ※託児あり(2歳～6歳の未就学児、事前申込制。希望者多数の場合は抽選)、手話通訳、要約筆記あり
申込方法 当日受付
申込・照会先 神奈川県共生推進本部室(託児) ☎045-210-3637

すくすくキッズコーナー

照会先 子育て支援課 ☎85-9595

◆**4か月児健康診査**
日時 12月9日(金) 12時50分～13時20分受け付け
対象 令和4年8月・9月生まれの乳児
持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
 ◆**1歳6か月児健康診査**
日時 12月9日(金) 12時50分～13時20分受け付け
対象 令和3年6月・7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 12月16日(金) 13時～13時30分受け付け
対象 令和元年11月、令和2年5月・11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 12月14日(水) 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
 ※1週間前までに電話で申し込んでください。
 ◆**すこやか親子教室「クリスマス会」**
日時 12月20日(火) 10時～11時30分
対象 7か月頃～3歳頃のお子さんとその保護者
内容 お子さんを遊ばせたり、子育ての相談ができたりする教室です
持ち物 飲み物、汗拭きタオル、母子健康手帳等
 ※事前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 12月2日(金)・16日(金)・令和5年1月6日(金) 13時30分～15時30分
絵手紙 12月8日(木)・22日(木)・令和5年1月12日(木) 9時30分～11時30分
レジンクラフト(アクセサリー作り)
 12月19日(月)・令和5年1月16日(月) 11時～14時
対象 各教室とも町内在住の60歳以上の方
 ※開催日および開催時間に変更になる場合があります。
 ●**健康相談**
日時 12月2日(金)・令和5年1月6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)

当番医は変更となる場合がありますので、必ず消防署(☎82-4511)で確認してください。
診療時間 9時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
12/4	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
11	土屋医院	湯本	85-5034
18	仙石原永井医院	仙石原	84-8295
25			
令和5年1/2	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
3			

※受診の際にはお薬手帳を持参してください。
 ※令和5年1/1(日)・9(月)は小田原市休日夜間急患診療所(小田原市酒匂2-32-16/☎0465-47-0823)を利用してください。診療時間は8:30～11:30、13:00～15:30、18:00～22:00です。
 ※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。

旬を知っておいしく食べよう
栄養満点減塩レシピ!

だいこんと鶏手羽スープ

だいこんは、古事、ことわざにも使われ、春の七草のひとつ「すずしろ」にも数えられ、古くから暮らしの中で親しまれてきた野菜です。
 11月～3月が出回り時期で、三浦や横須賀のだいこんは、かながわブランドとして登録されています。
 だいこんは、根は太くて重く、表面は白く艶と張りがあり、葉は茎から葉先までピンと張っていてみずみずしい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(農作物についての古事・ことわざ)、かながわブランド、かなさんの畑

●**材料(2人分(目安))**
 だいこん 100g
 …1cm幅の半月切り
 鶏肉(手羽元) 4本
 …血合いなどをしっかり水で洗い流し、水気をふいておく
 にんじん 2cm
 …0.5cm幅の半月切り
 精白米 大さじ1
 …水で軽く洗い、水気を切っておく
 こねぎ 大さじ2
 …小口切り
 ★和風だし汁 2カップ(400ml)
 ★しょうが 1/2かけ
 ★にんにく 1/2かけ
 ★酒 大さじ1
 ★食塩 小さじ1/4
 こしょう 少々



栄養価(1人分)
 エネルギー:173kcal
 蛋白質:12.5g
 脂質:7.8g
 食塩相当量:1.0g

〈この料理の野菜摂取量〉
 1日の野菜摂取目標量(350g/日以上)の1/5量程

●**作り方**
 ① 鍋に、こねぎとこしょう以外の材料をすべて入れて中火にかけ、沸騰してきたら少し火を弱めて、鍋のフタを少し開けてコトコトと20分程煮る。
 ※だいこんや鶏肉に、火が通っていれば、できあがり。
 ② 仕上げに、こしょうとこねぎを加えて、火を止める。

～古事・ことわざの紹介～
大根食ったら葉っぱ干せ 大根の葉のように、いつもは捨ててしまうようなものでも、まさかの時に役に立つという意味。大根の葉には、ビタミン類やカルシウムなどの栄養がたっぷりです。
大根どきの医者いらす 大根の収穫どきにはみんな健康になり、医者がいらなくなるという意味です。大根はお腹の調子を整えて、消化をよくする働きがあり、昔から体によいものとされてきました。

毎月19日は「食育の日」

12月26日(月)納期限

◎固定資産税	(第4期)
☆国民健康保険料	(第7期)
☆介護保険料	(第7期)

令和5年1月4日(水)納期限

☆後期高齢者医療保険料	(第6期)
-------------	-------

上記については、夜間・休日も、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、至急本庁舎・出張所または金融機関で納付してください。
 ※新型コロナウイルス感染症の影響により、税金および保険料が一時的に納付困難な場合には、ご相談ください。
 =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

町政モニター募集中

アンケート調査に回答すると、回数に応じて謝礼品がもらえます。詳しくは、「箱根町町政モニター」で検索!



はこぼうマップ運用中

一つのマップで、交通情報・防災情報が見られます。是非、アクセスしてください!

