



催し

**歩く会
真鶴半島めぐりコース
[10km]**
※帰路 真鶴駅からJR利用
日時 2月10日(水)9時20分
(雨天中止)
集合場所 真鶴駅
コース 荒井城址公園～三ツ石～貴船
神社～しとどの窟～真鶴駅
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
※当日開催の有無は照会先で確認
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
です。

普通救命講習 I
日時 2月20日(土)9時～12時
場所 消防本部体育訓練室
内容 自動体外式除細動器(AED)
を用いた心肺蘇生法および止血
法など
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。
申込・照会先
消防署警備課(救急係) ☎82-4511

**新春
お年玉クイズ当選結果**

広報1月号で出題した新春お年玉クイズの当選者の発表です。多数の応募ありがとうございました。

問題 成人を迎えられた皆さんの新しい門出をお祝いする成人式。今年の成人式のテーマは「〇〇」です。この〇〇に入る漢字2文字を答えください。

回答 「進歩」

当選者
吉原 ひとみさん(仙石原)
内田 博子さん(湯本)
勝俣 正美さん(仙石原)
石塚 淳子さん(強羅)
望月 さな江さん(小涌谷)

当選おめでとうございます！

案内

心配ごと相談
日時・場所
2月8日(月) さくら館
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、教育相談センター職員、
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
福祉課にご連絡ください。
照会先 福祉課 ☎85-7790

子どもほっと相談
日時・場所
2月8日(月) さくら館
12時～15時
内容 教育に関する相談
相談員 教育相談センター職員
※希望する方はなるべく事前に連絡
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
・2月4日(休)
役場分庁舎4階第7会議室
・2月25日(休)
さくら館問診検査室
(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 2月8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2月5日(金)までに連絡
してください。
照会先 福祉課 ☎85-7790

高次脳機能障害専門相談
日時 2月5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

**小田原保健福祉事務所
各種相談日**

○エイズ相談・検査
2月17日(水)9時～11時
○骨髄ドナー登録
2月2日(火)受付11時
○精神保健福祉相談
2月16日(火)・25日(休)
いずれも13時30分～16時30分
○認知症相談
2月4日(休)・3月5日(金)
13時30分～16時30分
○療育歯科相談
2月18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3236:療育歯科相
談・内線3245:その他の相談・検査)

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/10か月児健康診査
日時 2月10日(水)12時30分～13時受け付け
対象 4か月児:令和2年10月生まれの乳児
10か月児:令和2年3月生まれの乳児
持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル、
歯ブラシ(10か月児のみ)

◆1歳6か月児健康診査
日時 2月10日(水)13時～13時20分受け付け
対象 令和元年8月生まれの幼児
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票

◆3歳6か月児健康診査
日時 2月10日(水)13時～13時20分受け付け
対象 平成29年8月生まれの幼児
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票

◆2歳・2歳6か月・3歳児歯科健康診査
日時 2月12日(金)13時～13時30分受け付け
対象 平成30年1月、7月
平成31年1月生まれの幼児
持ち物 歯ブラシ、母子健康手帳、歯科保健カード

◆赤ちゃん和妈妈パパの会(いちご教室)

①離乳食の進め方
日時 2月18日(木)13時30分～15時
対象 4～18か月頃の乳幼児と保護者
※1週間前までに電話で申し込んでください。

②産後の食事とベビーマッサージ
日時 3月4日(木)11:45～14:00
対象 2～10か月頃の乳幼児と保護者
※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 2月5日(金)・19日(金)10時～12時
絵手紙 2月18日(木)・25日(木)10時～12時
対象 各教室とも町内在住の60歳以上の方
※開催日が変更になる場合があります。

●健康相談
日時 2月5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
2/7	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
14	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
21	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
28	尾泉内科医院	宮城野	82-2423

※受診の際にはお薬手帳をご持参ください。
※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。

旬を知っておいしく食べよう 栄養満点 レシピ!

いちご大福
いちごは、12月上旬から4月上旬まで販売されています。
選び方のポイントは、色づきがよく張り艶があり、傷がなくヘタがしなびていないものを選びましょう。

照会先 さくら館 ☎85-0800



1個分の栄養価
エネルギー:102kcal
蛋白質:2.8g
脂質:0.3g
食塩相当量:0.0g

●材料(4個分)
いちご 4粒 水 100ml
白あん 80g 砂糖 10g
白玉粉 80g 片栗粉 適宜

●作り方
①いちごは、ヘタを取り除いて水気をふき取る。
②ラップに白あんをのせて少し伸ばし、①をのせて包み冷蔵庫で冷やす。
③耐熱ボウルに白玉粉と水2/3量を入れてダマにならないようにしっかり混ぜる。
④③に残りの水1/3量と砂糖を加えて、しっかり混ぜる。
⑤電子レンジ600Wで1分温め、少し塊ができるので、潰しながら混ぜる。再び電子レンジ600Wで30秒温め潰しながら混ぜる。
⑥しっかり伸びて弾力がでるまで、⑤を2～3回程繰り返す。
⑦片栗粉をしいたバットに⑥を入れて四角く広げて冷ます。
⑧⑦を4等分にして、その1つをラップにのせて、その上に②をのせて包み形を整える。
※白あんが軟らかすぎると、鍋で焼くか電子レンジで温めて水分をとばす。

食材及びレシピポイント

・いちごは、ビタミンC、葉酸、カリウム、食物繊維の供給源に役立ちます。(100g=10～11粒程)エネルギーは、34kcal/100gとリンゴやバナナより控えめですが、ビタミンCは62mg/100gとキウイフルーツと同じくらい豊富です。
・大福の果物は、キウイフルーツやみかんなどの他の果物でも作れます。(参照:七訂食品成分表2020)

毎月19日は「食育の日」

2月1日(月)納期限

◎町民税(第4期)
☆国民健康保険料(第8期)
☆介護保険料(第8期)
☆後期高齢者医療保険料(第7期)

3月1日(月)納期限

☆国民健康保険料(第9期)
☆介護保険料(第9期)
☆後期高齢者医療保険料(第8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。(納期限が過ぎていた納付書では納付できません。)
納期限が過ぎていた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。
※税金および保険料が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

税金・保険料の納期

電気自動車は軽自動車税が減免されます。詳細は税務課へ。(☎85-17750)

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！ **箱根町町政モニター**

