



催し案内

歩く会 旧街道西坂コース [15km]

※帰路 東海バス利用
日時 4月10日(土)9時20分
(雨天中止)
集合場所 箱根駅伝栄光の碑
コース 箱根町～箱根峠～兜石～山中城址～スカイウォーク～三島大社
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時までです。

普通救命講習Ⅰ

日時 4月25日(日)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。
なお、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。
照会先 消防署警備課(救急係) ☎82-4511

福祉相談会

日時・場所
・4月8日(木) 役場分庁舎4階第6会議室
・4月22日(木) 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その家族
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 4月12日(月)13時～15時
(受け付けは14時まで)
※令和3年度から4月、5月、6月、10月、11月、12月の年6回の実施となります。
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4月9日(金)までに連絡してください。
照会先 福祉課 ☎85-7790

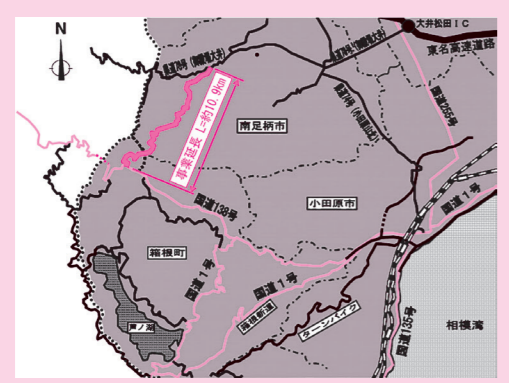
小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査 4月21日(水)9時～11時
○骨髄ドナー登録 4月13日(火)受付11時
○精神保健福祉相談 4月8日(木)・20日(火)・22日(木) いずれも13時30分～16時30分
○認知症相談 4月15日(木)・5月7日(金) いずれも13時30分～16時30分
○療育歯科相談 4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3236:療育歯科相談・内線3245:その他の相談・検査)

2021第50回箱根町民 ゴルフ大会開催のお知らせ

◆新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して開催します。
日時 6月2日(水)
スタート:8時00分～
(通常スタートです。表彰式は行いません。)
場所 富士屋ホテル仙石ゴルフコース ☎84-8511
プレーフィ 13,500円(キャディ付)
(昼食・消費税込、ゴルフ場利用税別)
参加費 4,000円
申込方法 住所、氏名、生年月日、電話番号を明記して5月6日(木)までにFAXで申し込んで下さい。
申込先 箱根町ゴルフ協会事務局(川口) FAX 0460-83-7856 ☎090-5313-1114
※各地区の担当役員の方に申し込んでいただいても結構です。
◎各地域担当役員
・湯本地域(後藤) ☎85-5323
・温泉地域(高波) ☎090-4091-5019
・宮城野地域(諸橋) ☎87-4135
・仙石原地域(勝俣) ☎84-8128
・箱根地域(石川) ☎83-6781
【キャンセル】5月25日(火)以降のキャンセルにつきましては、参加費相当額をいただくこととなりますのでご了承ください

南足柄市と箱根町を 連絡する道路が開通



県道731号(矢倉沢仙石原)[南足柄市と箱根町を連絡する道路]が、4月28日(水)に開通します。
この道路は、災害時の代替ルートとなるだけでなく、観光振興をはじめとする地域活性化などにも役立つ重要な道路であり、神奈川県が平成25年度の事業着手から整備を進めてきたものです。

なお、多くの皆さんから応募のあったこの道路の愛称については、「はこね金太郎ライン」に決定しました。
照会先 県西土木事務所小田原土木センター 道路都市課 ☎0465-34-4141
箱根町都市整備課 ☎85-9566

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 4月19日(月)12時50分～13時20分受け付け
対象 4か月児:令和2年12月生まれの乳児
令和3年1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 4月19日(月)12時50分～13時20分受け付け
対象 令和元年10月・11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 4月16日(金)13時～13時30分受け付け
対象 平成30年3月、9月
平成31年3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(いちごの会)
「妊産婦のヒーリングケアと食事」
日時 4月15日(木)11時45分～14時
対象 2か月～18か月頃までの乳幼児と保護者、妊婦等
※1週間前まで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 5月11日(火)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
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(母子健康手帳、筆記用具、エプロン)
※4月30日(金)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 4月2日(金)・16日(金)10時～12時
絵手紙 4月8日(木)・22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 4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
4/4	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	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
25	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111

※4月29日(木)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!

カップスープ ～野菜PartⅠ～



電子レンジでも
作れるレシピ
1人分の栄養価
エネルギー:29kcal
蛋白質:1.7g
脂質:0.4g
食塩相当量:1.2g

平成31年3月に策定した健康づくりや食育に関する計画「箱根町健康増進計画・食育推進計画(第2次)」では、特に、若い世代(概ね20歳から39歳まで)において、『朝食を欠食する人の割合』の増加や『主食・主菜・副菜をそろえた食事』の摂取頻度の減少などが見受けられ、栄養バランスに配慮した食生活を実践することが困難な状況にあります。
適切な量や質の食事は、生活習慣病の予防や生活の質(QOL)の向上に、大きな役割を果たすだけでなく、心身の健康を保ち、社会生活を営むためにも必要なものです。今回は、料理に慣れていない方や忙しい方でも手軽にできる朝食レシピなどを紹介します。
照会先 さくら館 ☎85-0800

●材料(1人分)
野菜 一握り程
目安量
キャベツ 1枚(1口程に切る)
しめじ 5本(石突を取り除き小房に分ける)
ミニトマト 1個(ヘタを取り除く)
コンソメの素 1/2個(減塩のものがオススメ!)
マグカップ 耐熱性のもの
※野菜は、カット野菜でも代用できます。
●作り方
①マグカップに切った野菜とコンソメの素を入れて、水を半分程入れる。
②電子レンジ600Wで2分程温める。野菜に熱が通っていれば出来上がり。

毎月19日は「食育の日」



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！
箱根町町政モニター 検索

