



催し

歩く会 大文字と外輪山コース [10km]

日時 6月10日(月)9時20分(雨天中止)
 集合場所 強羅駅
 コース 宮城野～明星が岳～塔の峰～阿弥陀寺～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Ⅰ

日時 6月26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 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」の提出が必要です。
 申込・照会先 消防署警備課(救急係) ☎82-4511

案内

心配ごと相談

日時 6月8日(火)13時30分～14時
 場所 仙石原文化センター
 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

町政モニター募集中

子どもほっと相談

日時 6月8日(火)11時～15時
 場所 仙石原文化センター
 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
 ・6月10日(水) 役場分庁舎4階第7会議室
 ・6月24日(水) 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 6月14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6月11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 7月2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 6月16日(水)9時～11時
- 骨髄ドナー登録 6月1日(火)受付11時
- 精神保健福祉相談 6月10日(水)・15日(火)・24日(水) いずれも13時30分～16時30分

- 認知症相談 6月17日(木)・7月2日(金) いずれも13時30分～16時30分
- 療育歯科相談 6月24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)

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 6月10日(水)14時～16時
 場所 仙石原文化センター2階第1会議室
 ※新型コロナウイルス感染防止の観点から、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

無料お困りごと補助金等相談会(事業者サポート)

国や県、町の補助金等の相談会を実施します。新型コロナウイルス蔓延等の影響により、売上が減少したり、経営にお困りの町内事業者に対し、経営専門コーディネーターにワンストップで相談できます。
 日時 月曜日～金曜日9時30分～12時、13時30分～16時
 ※予約時に日時の調整をします。
 場所 役場分庁舎4階第7会議室
 対象 町内事業者の方
 内容 資金繰りや雇用、国や県、町が用意している補助金のメニュー等、経営全般に関わるお困りごと相談
 相談員 神奈川県よろず支援拠点コーディネーター
 照会先 公益財団法人神奈川県産業振興センター ☎045-633-5201
 観光課 ☎85-7410
 ※参加を希望される方は、事前に電話で予約してください。



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 6月11日(金)12時50分～13時20分受け付け
 対象 令和3年2月・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

◆1歳6か月児健康診査

日時 6月11日(金)12時50分～13時20分受け付け
 対象 令和元年12月・令和2年1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 6月18日(金)13時～13時30分受け付け
 対象 平成30年5月・11月、令和元年5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)

「産後の食事とベビーマッサージ」
 日時 6月10日(水)11時45分～14時
 対象 2か月から10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。
 「妊産婦のヒーリングケアと食事」
 日時 7月8日(水)11時45分～14時
 対象 2か月から1歳6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。
 ○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 6月4日(金)・18日(金)10時～12時
 絵手紙 6月10日(水)・24日(水)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 6月4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

●やまなみ文化作品展

同展は、新型コロナウイルス感染症の感染状況を受け、高齢者の方の感染防止のため、中止とします。

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。

当番日	当番医	所在	電話番号
6/6	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
13	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
20	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
27	郷医院箱根小涌園診療所	二ノ平	82-2672

※受診の際にはお薬手帳を持参してください。

旬を知っておいしく食べよう
栄養満点レシピ!

レタスのチキンスープ

令和2年度に実施しました、「食生活に関するアンケート調査」の結果において、「朝食を作る際にかけられる平均の料理時間」は、『10分未満(41.5%)』が一番多く、次に、『30分以上1時間未満(18.5%)』、『20分未満(9.2%)』などでした。※その他を除く



1人分の栄養価
 エネルギー:63kcal
 蛋白質:7.9g
 脂質:2.6g
 食塩相当量:0.6g

サラダチキンは鶏むね肉(皮なし)で換算

『栄養満点レシピ』では、手軽な食材を使い、短い時間で作れる、主菜や副菜のレシピを紹介していきます。
 照会先 さくら館 ☎85-0800

●材料(1人分)

- レタス 1枚・・・ちぎる
- のり 1/4枚・・・ちぎる
- サラダチキン 30g・・・ほぐす
- 鶏がらスープの素 小さじ1/2
- 水 100ml
- こしょう 少々
- ごま油 小さじ1/2

※材料とマグカップの目安：マグカップの大きさに対して、材料を入れた時に半分程が目安です。

●作り方

- ① マグカップ(耐熱性のあるコップ)に、ちぎったレタスとのり、ほぐしたサラダチキン、鶏がらスープの素と水を入れて、フワッとラップをかける。
 - ② ①を電子レンジ600Wで2分程温めて、こしょう、ごま油を加えて、全体を混ぜ合わせる。
- 注) 電子レンジ調理をする際は、全体に熱がしっかりと通っているかを確認しましょう。



6月30日水納期限

- ◎町県民税 (第1期)
- ☆国民健康保険料 (第1期)
- ☆介護保険料 (第1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、至急役場本庁会計課・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、税金及び保険料が一時的に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

税金・保険料の納期

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

