年末調整説明会

日　時　11月13日(水)13時～16時
場　所　仙石原文化センター
照会先　税務課　☎85－7750

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？

開催日時　11月18日(月)14時～16時
場　所　役場分庁4階第6・7会議室
※申し込みは不要ですが、事前予約も受け付けています。
照会先　箱根町地域包括支援センター　☎85－3002

公共建築キーワードラリー

「11月11日」は公共建築の日です。それにちなみ、伊勢原市・秦野市・小田原市・南足柄市・箱根町・湯河原町・真鶴町の各市町にある公共建築を対象とした「公共建築キーワードラリー」を行います。

開催期間　11月1日(金)～30日(土)
町内対象施設
・郷土資料館
・箱根関所
・森のふれあい館
ホームページ　http://www.pref.kanagawa.jp/docs/en5/cnt/f5034/
正解者記念品
A賞　選りすぐりグッズ詰め合わせ（10名抽選）
B賞　オリジナルクリアファイル（200名）
照会先　秦野市公共建築課　☎0463－86－6019

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集案内

・陸上自衛隊高等工科学校生徒（推薦）
応募資格　中卒（見込含）17歳未満の男性
推薦については中学校長の推薦等が別途必要です。
受付期間　11月1日(金)～29日(金)
試験期日　令和2年1月5日(日)～2年1月6日(月)の間の指定する1日
・陸上自衛隊高等工科学校生徒（一般）
応募資格　中卒（見込含）17歳未満の男性
受付期間　11月1日(金)～令和2年1月6日(月)
試験期日
（第1次試験）令和2年1月18日（土）
（第2次試験）令和2年1月31日(金)～2月3日(月)の間の指定する1日
・教育及び卒業資格【共通】
通信制高等学校に入学し、生徒課程修了時に高等学校の卒業資格を取得することができます。
身分は特別職国家公務員（生徒）で、手当の支給を受けながら高等学校教育等を受ける制度です。
・自衛官候補生については、通年、募集を実施しています。
照会先　自衛隊小田原地域事務所　小田原市栄町1－14－9　NTビル3F　☎0465－24－3080
☎85－9564
◎一般健診・がん検診　さくら館　☎85－0800

年に1度は健（検）診を受けましょう

今年度の健康診査・がん検診は令和2年3月末日までです。まだ受診していない方は、各種受診券および健康保険証を持参し取扱医療機関に受診するか、町の集団健（検）診で早めに受診してください。詳細は「保健だより」またはホームページで確認してください。
※集団健（検）診を受けた方は、医療機関との重複受診はできません。
※集団健（検）診の場合は、時間枠ごとに定員があるため、予約状況によっては希望の会場・時間帯で受診できない場合があります。なお、3月の集団検診については、広報12月号に掲載予定です。
生活習慣病の予防と早期発見のために、年に1度は健康診査・がん検診を受診し、自分自身の健康状態を確認しましょう。
照会先
◎特定健診・長寿健診　保険健康課

人権問題の相談は人権擁護委員へ特設人権相談所開設

町には、法務大臣から委嘱を受けた5人の人権擁護委員がおり、人権問題に関する活動をしています。
人権擁護委員は、人権侵害、家庭内の問題、隣近所のもめごとなど、人権問題についての相談に応じ、相談者の問題解決に向けての援助を行います。
次の日程で、人権相談所を開設しますので、気軽に相談してください。
日　時　12月5日(木)13時～16時
場　所　役場分庁4階第6会議室
※相談のある方は事前に連絡してください。
照会先　福祉課　☎85－7790

健康増進計画・食育推進計画（第2次）「健康・食育はこね21」

町民の健康の大切さを実感し、生涯を通じて健康づくりに努め、心豊かな生活を営むことができるよう、個人、家族、職場、地域、町が連携して健康づくりを実践できるよう、箱根町健康増進計画・食育推進計画（第2次）「健康・食育はこね21」を平成31年3月に策定しました。

〈基本方針〉
①自分の体力にあった運動を続けましょう
②バランスのとれた食生活に努めましょう
③確かな予防と健康診断に心がけましょう
④恵まれた温泉資源を活かしましょう
⑤美しく豊かな自然とふれあいましょう

〈ライフステージごとの取組〉
①身体活動・運動
②食育と栄養・食生活
③生活習慣病・健康管理
④休養・こころの健康づくり
⑤たばこ・飲酒
⑥歯・口腔の健康

〈計画の期間〉
令和元年度（2019年度）から令和10年度（2028年度）までの10年間

※町民として目指す取組みは一部抜粋

乳幼児期（概ね0歳～6歳）

両親や周囲の環境の影響が大きいため、成長に関わる大人の健康増進や食育に対する意識を高めていくことが必要です。

目指す姿
乳幼児期から正しい健康習慣・食習慣が身につけられ、安心して子育てしやすいまち

町民として目指す取組み
●朝食を毎日とる習慣をつけましょう
【指標：朝食を欠食する割合】
現状値 5.9% → 目標値 0.0%

1日は朝食から！食べる習慣を身につけましょう！

学童・思春期（概ね7歳～19歳）

周囲の影響を受けやすいため、家庭だけでなく学校や地域などと連携した取り組みが、正しい生活習慣を身に付ける上でも必要です。

目指す姿
地域や学校の連携により、正しい運動習慣や生活習慣でいきいきとした生活ができるまち

町民として目指す取組み
●毎食後歯磨きをする習慣をつけましょう
【指標：昼食後に歯磨きをする割合
小学生現状値　81.9% → 100%
中学生現状値　9.4% → 30.3%
15～18歳現状値　11.8% → 30.0%

歯は生活の質を高めます！歯磨き習慣をみにつけましょう！

成人期（概ね20歳～64歳）

生活や食・運動習慣が、将来の健康状態に大きな影響を及ぼすため、意識的に正しい生活習慣を行うことや心身の健康に対する支援が必要です。

目指す姿
自らが健康づくりや食育を意識することができ、心身共に健康で活力ある暮らしができるまち

町民として目指す取組み
●1年に1回は健康診査や歯の定期検診をうけるようにしましょう
【指標：特定健康診査受診率】
現状値 31.1% → 目標値 60.0%

早期発見・早期治療が大切！定期的に健康診査を受けましょう！

高齢期（概ね65歳以上）

心身の機能を維持するために、意識的な外出や運動に対する支援等、総合的な支援が必要です。

目指す姿
正しい健康習慣や食習慣を維持でき、高齢者がいつまでも元気に自分らしい暮らしができるまち

町民として目指す取組み
●隣近所と交流するようにしましょう
【指標：相談する相手がいない割合】
現状値 10.3% → 目標値 0.0%

悩みや困りごとは、専門スタッフに相談しましょう！

照会先　さくら館☎85－0800