



催し

歩く会 落ち葉と餅つき会 [8km]

日時 12月10日(月)9時20分
(中止の場合は15日(土))

集合場所 小田原駅西口

コース 水之尾～塔の峰～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 箱根町歩く会会長 村上東司 ☎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。

森のふれあい館 小さな正月飾りを作ろう!

生け花風に竹のお皿に飾り付ける正月飾りや、正月リースを作りましょう。

期間 12月1日(土)～平成31年1月6日(日)まで

受付時間 9時～15時まで

材料費 各1個500円

その他 12月25日(火)まで、クリスマスツリー作り(1個300円から)などの体験も実施しています。

照会先 森のふれあい館 ☎83-6006

普通救命講習

日時

②普通救命講習Ⅰ
12月16日(日)9時～12時

①普通救命講習Ⅱ
12月19日(水)9時～13時

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(②は実技と筆記の効果測定を含む)

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20人(申込順)

その他 修了者には修了証を発行します。※他にもさまざまな応急手当普及講習の方法がありますので、問い合わせてください。

申込・照会先 消防署警備課(救急係) ☎82-4511

案内

身体障がい者の 補装具相談会

日時 12月10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7日(金)までに連絡してください。

照会先 福祉課 ☎85-7790

心配ごと相談

日時・場所

- ・12月10日(月) さくら館
- ・12月11日(火) 仙石原文化センター

いずれも13時30分～15時30分

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、学校教育指導員、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。

照会先 福祉課 ☎85-7790

子どもほっと相談

日時・場所

- ・12月10日(月) さくら館
- ・12月11日(火) 仙石原文化センター

いずれも12時～15時

内容 教育に関する相談

相談員 教育相談センタースタッフ

※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

- ・12月13日(木) 役場分庁舎4階第7会議室
- ・12月27日(木) さくら館相談室

(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

小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査 12月19日(水)9時～11時

○精神保健福祉相談 12月13日(木)・18日(火)・27日(木) いずれも13時30分～16時30分

○認知症相談 12月7日(金)13時30分～16時30分

○療育歯科相談 12月20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保健予防課 ☎0465-32-8000 (内線3236:療育歯科相談・内線3246:その他の相談・検査)

第37回 県西地区障害者文化事業

日時 12月8日(土)9時30分～15時

場所 小田原市川東タウンセンターマロニエ3階ホール・301集会室(小田原市中里273-6)

内容 作品展・手作り製品販売、第7回県西地区アート作品コンクール「キラッとひかれ!わたしのアート」、交流会(楽器演奏・踊り等のアトラクション)

照会先 中井やまゆり園 ☎0465-81-0288



住民の方は窓口で申し出れば、町立観光施設・郷土資料館の入館料が無料になります。

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 12月19日(水)12時40分～13時受け付け

対象 4か月児:平成30年8月生まれの乳児
10か月児:平成30年1月生まれの乳児

持ち物 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ(10か月児のみ)

◆1歳6か月児健康診査/3歳6か月児健康診査

日時 12月19日(水)13時～13時20分受け付け

対象 1歳6か月児:平成29年6月生まれの幼児
3歳6か月児:平成27年6月生まれの幼児

持ち物 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ

◆2歳・2歳6か月・3歳児歯科健康診査

日時 12月14日(金)13時～13時30分受け付け

対象 平成27年11月、平成28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

◆育児教室(たんぼぼの会)

日時 12月11日(火)9時45分～11時45分

対象 7か月～3歳までの乳幼児とその保護者

※1週間前までに電話で申し込んでください。

◆離乳食教室(さくらんぼ教室)

日時 12月6日(木)13時30分～15時

対象 3～18か月頃の乳幼児とその保護者

※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7日(金)・21日(金)10時～12時

絵手紙 12月13日(木)・20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 12月21日(金)13時～13時30分受け付け

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)

当番医は変更になる場合がありますので、必ず消防署(☎82-4511)に確認してください。

診療時間 9時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
12/2	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
12/9	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
12/16	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
12/23	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111

※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!旬レシピ

豚肉とごぼう蒸し

ごぼうは、県内では、秋から冬に多く出回り、地中に長くまっすぐに根を張ることから、お節料理など、縁起のよい食材として使われています。皮に香りとうま味があるので、土などの汚れは、たわしなどで洗い、包丁などで表面をこそげ落とす程度がよいです。

栄養価は、カルシウムやビタミンB1、B2や食物繊維を多く含みます。

選び方のポイントは、まっすぐでひげ根が少なく、ひびやしわがないものを選びましょう。種類にもよりますが、太すぎるものは避けましょう。

照会先 さくら館 ☎85-0800

●材料(4人分)

- 新ごぼう 1と1/3本(240g程)
- 豚ロース肉 240g(しゃぶしゃぶ用)
- こねぎ 3～4本
- ごま油 小さじ2
- 酒 大さじ2
- ★おろしにんにく 1かけ分
- ★酢 大さじ3
- ★砂糖 小さじ1
- ★しょうゆ 大さじ1と1/2



●作り方

- ① 新ごぼうは斜め薄切りにして、酢水にさらし、水気を切る。こねぎは、小口切りにする。
- ② フライパンにごま油を敷いて、①のごぼうを軽く炒めて広げ入れて、その上に豚肉を1枚ずつ広げてのせる。
- ③ ②に酒を振りかけてフタをして、弱火～中火で5分程蒸す。
- ④ ★印の調味料などを混ぜ合わせて、③にかけて、軽く加熱し、器に盛り付け、こねぎを散らす。

今月の'旬'

ごぼう、かぶ、だいこん、やまといも、ほうれんそうなど

🗑️🍴🍷🍷🍷 毎月19日は「食育の日」🍷🍷🍷🍷🍷

税金・保険料の納期

12月25日(火)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)

平成31年1月4日(金)納期限

- ☆後期高齢者医療保険料 (第6期)

固定資産税および国民健康保険料については、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。

=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