



催し案内

歩く会 おかめ桜と相模湾コース [12km]

日時 3月10日(日)9時20分
(中止の場合は15日(金))
集合場所 根府川駅
コース おかめ桜～片浦～佐奈田霊社～
真福寺～早川駅
※帰路 早川駅からJR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。



普通救命講習

日時 ①救命入門コース
3月17日(日)9時～10時30分
②普通救命講習Ⅱ
3月20日(水)9時～13時
内容 ①は、時間的な制約で普通救命
講習が受講できない方や、将来的
に普通救命講習の受講を希望する
ための心肺蘇生法の概略のみの講
習です。(修了証の発行はありません。)
②は、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(修了者には修了証を発
行します。)
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)
※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

身体障がい者の 補装具相談会

日時 3月11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3月8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 3月12日(火)13時30分～15時30分
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、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 3月12日(火)12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

学校等施設夜間開放利用打合わせ会の開催

平成31年度の学校・地域スポーツ施設(旧学校施設)の体育館定期利用お
よび4月分の夜間照明運動場の利用調整に係る打ち合わせ会を開催します。
現在利用している団体や、4月以降の利用を考えている団体は、必ず出席
をお願いします。
日時 3月5日(火)19時
場所 郷土資料館 学習室
登録要件 町内在住・在勤の方で、10人以上の団体
照会先 教育委員会生涯学習課☎85-7601

福祉相談会

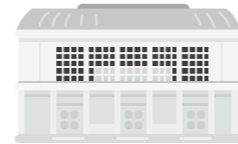
日時・場所
・3月14日(水) 役場分庁舎4階第7会議室
・3月28日(水) さくら館相談室
(当日の電話相談は☎85-0800まで)
いずれも10時～12時
対象 身体・知的・精神障がい者およ
び家族
内容 社会福祉士など専門家による面
接相談、電話相談
照会先 福祉課☎85-7790

小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査 3月20日(水)9時～
11時
○精神保健福祉相談 3月14日(水)・19日
(火)・28日(水) いずれも13時30分～16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)

健康遊具活用講座

日時 3月19日(火)10時～12時
場所 仙石原公園
内容 講師を招いて、運動プログラム
に基づく健康遊具の活用方法を、
実際に体を動かしながら学びます。
定員 20人(定員を超えた場合は抽選
になります)
申込期限 3月15日(金)
申込先 さくら館☎85-0800



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 3月8日(金)12時40分～13時受け付け
対象 4か月児:平成30年11月生まれの乳児
10か月児:平成30年4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 3月8日(金)13時～13時20分受け付け
対象 1歳6か月児:平成29年9月生まれの幼児
3歳6か月児:平成27年9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 3月1日(金)13時～13時30分受け付け
対象 平成28年2月・8月、平成29年2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 3月12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 3月7日(水)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 3月1日(金)・15日(金)10時～12時
絵手紙 3月14日(水)・28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 3月15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
3/3	郷医院箱根小涌園診療所	二ノ平	82-2672
10	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
17	土屋医院	湯本	85-5034
24	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
31	仙石原永井医院	仙石原	84-8295

※受診の際には健康保険証とお薬手帳をご持参ください。

旬を知っておいしく食べよう♪
栄養満点!旬レシピ

キウイフルーツ ドレッシング

改良が進みたくさんの栄養価を持つキウイフルーツは、主産地の一つであるニュージーランドの国鳥が名前の由来になっています。

県内では、全国的にも圧倒的なシェアを占める果肉が緑色の「ハイワード」が多く栽培されています。

栄養価は、ビタミンC・A・葉酸やカルシウム、食物繊維などを豊富に含んでいます。

選び方のポイントは、果皮の褐色の産毛が均一で密についているもので、しわがないものを選びましょう。

照会先 さくら館☎85-0800



●材料(4人分)

- キウイフルーツ 1個
- ★オリーブ油 大さじ2
- ★酢 大さじ1/2
- ★塩 小さじ1/4
- ★こしょう 少々

●作り方

- ① キウイフルーツは皮をむき、芯の硬い部分を取り除き5mm角に切る。
- ② ボウルに★印の調味料を入れて混ぜ合わせ、乳化したら①のキウイフルーツを加えて合わせる。

今月の'旬'

キウイフルーツ、清見みかん、伊予柑、レタス、たけのこ、たこなど

毎月19日は「食育の日」

3月29日金納期限

- ☆国民健康保険料 (第10期)
- ☆介護保険料 (第10期)
- ☆後期高齢者医療保険料 (第9期)

上記の保険料は、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。

ただし、バーコードが印字されている納付書でないことコンビニでの納付はできません。ご希望の方は、照会先まで問い合わせてください。
(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。

照会先 ☆保険健康課 ☎85-9564

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。