

**「初心者でも大丈夫！  
ヨガで自分の体と向き合  
おう」健康講座のお知らせ**

運動習慣のある方が年々減  
少し、腰痛等の自覚症状があ  
る方が多くなっています。ま  
た骨格筋に関する医療費の割  
合も全体の約15%を占めてい  
ます。

ヨガを通して、日常で取り  
入れられるような動きを習得  
し、腰痛や膝痛などの改善に  
も役立つような運動をしてい  
きます。

これから先の長い人生を充  
実して過ごすためにも、この  
機会に健康講座に参加してみ  
ませんか。

**日時** 3月11日(水)13時30分  
～15時(受付は13時から)  
**場所** 総合保健福祉セン  
ター さくら館2階会議室  
**講師** 有限会社 足柄りハ  
ビリテーションサービス 健  
康運動指導士  
**定員** 30名(先着順)  
**対象** 町内在住または在勤  
の方  
**持ち物** 動きやすい服装、タ  
オル、飲み物

**申込方法** 3月6日(金)までに  
保険健康課窓口または電話で  
申し込んでください。  
**申込・照会先** 保険健康課  
☎8519564

**食文化継承教室 開催！**

和食の基本である、一汁三  
菜をベースに、地域で培われ  
てきた料理を、食の文化とあ  
わせて紹介します。  
調理では、プロから天ぷら  
の揚げ方などのポイントを教  
えます。

※託児(未就園児)もありま  
すので、お子さんがいる方も  
ぜひ、参加してください。  
**テーマ** 知って 広めて 箱  
根の食文化をつなげよう！  
**日時** 3月4日(水)  
10時～13時まで

**場所** さくら館  
**講師** 伊勢田 修さん  
**定員** 16人  
**対象** 町内在住の方  
**受講料** 300円(材料費)  
**持ち物** 筆記用具、エプロン、  
三角きん  
**申込方法** 電話または直接申  
し込んでください。

**申込期限** 2月19日(水)  
※託児を希望する方は、申し  
込みの際に申し出てください。  
**申込・照会先** さくら館  
☎8510800



**ゲートキーパー 養成講座**

自殺者の数は年々減少傾向  
にあり、平成30年は全国で  
2万840人となっており、  
37年ぶりに2万1千人を下回  
りましたが、1日に約57人余  
りが自らの命を絶っています。  
自殺の原因はさまざまであ  
り、ひとりで悩みを抱えてし  
まいがちです。

自分自身はもちろん、悩ん  
でいる人に寄り添い、支援で  
きるように、ぜひ、参加して  
ください。  
**日時** 3月24日(火)14時～15  
時30分

**マイナンバーカード  
専用窓口開設  
(夜間休日)**

**日時** 2月5日(水)・19日(水)17時15分～19時  
15分  
2月15日(土)8時30分～12時  
**場所** 役場本庁舎2階総務防災課町民係  
**取扱事務** ◎マイナンバーカードの申請・交  
付(顔写真撮影サービス・郵送  
交付可能)  
◎電子証明書の更新・再発行  
◎マイキーID設定支援  
※詳細はお問合せください。  
※マイナンバーカード事務以外の取扱いは  
ありません。  
**照会先** 総務防災課(町民係) ☎85-7160



**公売物件**

**【箱2】**  
**所在** 湯本字前田179番  
18、180番9の土地

**見積額** 61万円  
**公売保証金** 7万円

**【箱3】**  
**所在** 湯本字下耕地53番7、  
53番15、53番17の土地

**見積額** 111万円  
**公売保証金** 12万円

**【箱4】**  
**所在** 宮城野字抱石134  
5番31の土地

**見積額** 115万円  
**公売保証金** 12万円

**【箱5】**  
**所在** 仙石原字牛坂956

番52の土地・建物  
**建物構造** 木造スレート葺平  
家住宅

**見積額** 173万円  
**公売保証金** 18万円

**【箱6】**  
**所在** 二ノ平字南長尾12  
97番189、1297番1

90の土地  
**見積額** 320万円  
**公売保証金** 32万円

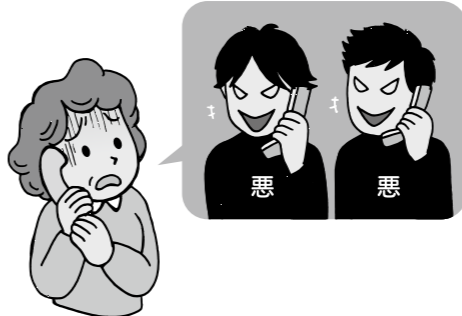
**照会先** 税務課(収納係)  
☎8519573

**時間** 30分  
**場所** 役場本庁舎4階会議  
室  
**内容(テーマ)**

「大切ないのちを支えてい  
くために「サイン」に気づき、  
こころの声を聞こう」  
**講師** 湘南精神保健福祉社  
事務所長 長見英知 氏(精  
神保健福祉士)  
**対象** 町内在住・在勤の方  
**持ち物** 筆記用具  
**その他** 受講者は、ゲート  
キーパーとして認定します。  
**申込方法** 電話で申し込んで  
ください。  
**申込・照会先** さくら館  
☎8510800

**年金生活者支援給付金  
制度に便乗した  
詐欺にご注意！**

昨年10月から始まった年金  
生活者支援給付金制度に便乗  
し、厚生労働省、日本年金機  
構または市区町村の職員を名  
乗る者から、「年金生活者支  
援給付金の振込口座が使える  
いため、新しい口座番号、暗  
証番号、マイナンバーを教え  
てほしい。」という不審な電



話がかかってきた事例が報告  
されています。  
厚生労働省および日本年金  
機構では、電話でお客様の口  
座番号、暗証番号、マイナン  
バー等をお聞きすることはあ  
りません。このような電話が  
あっても、口座番号などの個  
人情報を答えることのないよ  
うにご注意ください。  
ご不明な点等がございましたら、お近くの年金事務所に  
問い合わせてください。  
**照会先** 小田原年金事務所  
☎046512211391

**交通指導隊員募集**

地域の安全に協力してい  
ただける方を募集します。  
交通指導隊員は、箱根駅伝  
や地域での各種祭典時の交通  
誘導、通学児童に対する街頭  
指導を行うなど、地域に密着  
した交通安全を実践し、安全  
安心なまちづくりに寄与して  
います。  
交通事故のない町を目指し  
て、一緒に活動してみませ  
んか。  
**活動内容** 朝の児童通学時お  
よび各種イベントの交通指導  
(年15回程度)

**応募資格**  
○満20歳～65歳の町内に在住  
・在勤の方  
○健康で、交通安全に深い関  
心を持ち、交通指導活動に  
熱意がある方  
○交通道徳などを遵守する方  
○運転免許をお持ちの方

**応募方法** 申込書を総務防災  
課(町民係)に持参または郵  
送、FAX、もしくはEメー  
ルで提出してください。  
申込書は総務防災課(町民

☎8517160  
FAX 8515872  
✉sogomado@town.hakone.  
kanagawa.jp

