



催し

雄大な富士山と金時山コース (10km・健脚コース)

日時 11月10日(火)9時20分
(中止の場合は15日(日))
集合場所 地藏堂バス停
コース 夕日の滝～金時山～公時神社
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

※当日の開催の有無は ☎045-232-1120 (以下ガイダンスのとおり)0460-85-6788 # (暗証番号)1212# で確認してください。

普通救命講習

日時・内容
①普通救命講習Ⅰ 11月14日(土)9時～12時
成人に対する自動体外式除細動器(AED)を用いた心肺蘇生法及び止血法など
②普通救命講習Ⅲ 11月23日(月)9時～12時
小児、乳児、新生児に対する応急手当(心肺蘇生法、気道異物除去など)
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 各20人(申込順)
その他 修了者には修了証を発行します。
申込・照会先 消防署警備課救急係 ☎82-4511

不登校・ひきこもり 第35回「全国親の会」みなとみらい国際交流友好都市横浜大会

日時 11月15日(日)10時30分～16時15分
場所 横浜市教育会館(横浜市西区紅葉ヶ丘53)
内容 ①体験談と質疑応答②自律訓練法とグループディスカッション
講師 東京心理教育研究所所長・臨床心理士 金盛浦子さん
対象 子どもの不登校・ひきこもり・ニート・家庭内暴力・摂食障害・子育てに悩んでいる方、関心のある方
定員 400人(申込順)
申込方法 電話またはファックスで申し込んでください。
その他 ①のみ保育あり(要事前申し込み)
申込・照会先 NPO法人SEPY倶楽部 ☎03-3942-5006 (月～土曜日の10時30分～15時) / FAX03-5940-4030

2015あしがらアートの森

日時 11月15日(日)・21日(土)・22日(日)10時～16時
場所 旧北足柄中学校(南足柄市内山2575)
内容 絵画展、ワークショップ(要材料費)
照会先 2015あしがらアートの森実行委員会(中野) ☎090-5761-5548

からだ・セルフプロデュースセミナー「あなたらしくママになるために!いつまでも輝いているために!」

日時 11月28日(土)13時30分～15時30分
場所 小田原保健福祉事務所実習室(小田原市本町350-1 小田原合同庁舎4階)
テーマ 自分のからだを見つめ直す～生命の誕生・その最新事情～
内容 女性の体や妊娠についての正しい知識を身につけた上で、自分らしいライフプランをセルフプロデュースするためのセミナー
講師 聖マリアンナ医科大学産婦人科学教授 鈴木直さん
対象 女性およびそのパートナーなど
定員 50人(申込順)
申込方法 11月16日(月)までに電話またはファックスで申し込んでください。
申込・照会先 小田原保健福祉事務所保健福祉課 ☎0465-32-8000 (内線3236) / FAX0465-32-8138

わたしたちの暮らしを守る現場をご案内します

日時 12月5日(土)13時～17時
集合・解散場所 JR小田原駅西口(現場までは貸切バスで移動)
内容 小田原土木センターの事業現場の見学(函嶺洞門【国重要文化財指定記念除幕式にも参加】、須沢の砂防工事現場、湖尻水門、除雪基地[箱根])
定員 80人(応募多数の場合は抽選)
申込方法 11月16日(月)までに電話またはファックスで申し込んでください。住所、氏名、電話番号が必要です。
申込・照会先 小田原土木センター管理契約課 ☎0465-34-4141 / FAX0465-35-9247

案内

陸上自衛隊高等工科学校生徒募集(推薦・一般)

応募資格 中卒(見込含む)以上17歳未満の男性(推薦は中学校長の推薦が必要)
受付期間 11月1日(日)～12月4日(金)
試験日 【推薦】平成28年1月9日(土)～11日(月)の指定日1日
【一般】(第一次)1月23日(土)(第二次)2月4日(休)～7日(日)
教育・卒業資格 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できます。身分は特別職国家公務員(生徒。手当の支給あり)
照会先 自衛隊小田原地域事務所 ☎0465-24-3080

介護・福祉・医療相談会

日時 11月4日(水)13時30分～15時30分

場所 箱根出張所
内容 介護についての困りごと、高齢者の在宅生活の問題などに関する相談
対象 高齢者およびその家族など
※希望する方は事前に連絡してください。
照会先 地域包括支援センター ☎85-3002

高次脳機能障害専門相談会

日時 11月6日(金)14時～16時
場所 おだわら障がい者総合相談支援センター(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その家族、支援者
照会先 おだわら障がい者総合相談支援センター ☎0465-35-5258

オストメイト相談会・交流会

日時 11月7日(土)13時30分～15時30分(受け付けは13時から)
場所 湯河原町城堀会館(湯河原町城堀87-1)
対象 人工肛門・人工ぼうこう保有の方とその家族、医療関係者および関心のある方
照会先 日本オストミー協会神奈川支部事務局(須田) ☎0466-45-4216

身体障がい者更生相談会

日時 11月9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
※希望する方は事前に連絡してください。
照会先 健康福祉課 ☎85-7790

福祉相談会

日時・場所 11月12日(木)役場分庁舎(☎85-7790)
11月26日(木)さくら館(☎85-0800)
対象 身体・知的・精神障がい者およびその家族
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 健康福祉課 ☎85-7790

休日収納・収納相談窓口の開設

日時 11月29日(日)8時30分～17時15分
場所 役場本庁舎2階税務課
※役場開庁日の業務時間内も相談窓口を設けていますので、気軽に相談してください。
納付できる税目など
・町税(町県民税、固定資産税、軽自動車税)
・国民健康保険料
・介護保険料
・後期高齢者医療保険料
照会先 税務課(収納係) ☎85-9573

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 11/20㊟12:30～12:50受け付け
対象 4か月児：平成27年7月生まれの乳児
10か月児：平成26年12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か月健康診査

日時 11/20㊟12:45～13:15受け付け
対象 1歳6か月児：平成26年5月生まれの幼児
3歳6か月児：平成24年5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 11/6㊟13:00～13:30受け付け
対象 平成24年10月、25年4月・10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 11/17㊟9:45～11:45
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 11/5㊟13:30～15:00
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。

やまなみ荘コーナー

照会先 健康福祉課 ☎85-7790

●趣味の教室

手芸 11/5㊟17㊟13:00～15:00
書道 11/6㊟20㊟10:00～12:00
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 11/27㊟13:00～13:30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。

当番日	当番医	所在	電話番号
11/1	箱根川ピリテリオン病院	仙石原	84-9111
8	箱根医院	湯本	85-5200
15	郷医院箱根小涌園診療所	二ノ平	82-2672
22	土屋医院	湯本	85-5034
29	仙石原永井医院	仙石原	84-8295

※11/3㊟23㊟は小田原市休日夜間急患診療所を利用してください。診療時間は8:30～11:30、13:00～15:30、18:00～22:00です。(小田原市酒匂2-32-16 / ☎0465-47-0823)

旬を知っておいしく食べよう!
栄養満点!旬レシピ

シイタケの肉詰め

低カロリーなシイタケはビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富で、日光を浴びると、カルシウムの吸収を高めるビタミンDが生成されます。だしの素となる、うま味成分のグルタミン酸も含まれています。

●材料(大人2人分)

シイタケ 8個
鶏ひき肉 200g
長ネギ 1/2本
しょうが 2cm角程度
塩・こしょう 少々
チーズ 2個
片栗粉 適宜
植物油 大さじ1



A(酒 大さじ2、しょうゆ・みりん 各大さじ1)

●作り方

- ①シイタケは軸を取る。その軸と長ネギ、しょうがをみじん切りにする。
- ②ポウルにひき肉を入れてよく練り、粘りが出たら、①と塩・こしょうを加え、混ぜ合わせる。
- ③②を8等分にし、1つずつチーズが真ん中にくるように丸める。
- ④シイタケの内側に片栗粉をまぶし、③を乗せて形を整え、タネのまわりにも片栗粉をまぶす。
- ⑤油を熱したフライパンで、タネ側を下にし弱火～中火で7分ほど焼く。裏返してふたをし、5分ほど焼く。
- ⑥余分な油をふき取り、Aを加えて絡める。

●食材選びのワンポイント

シイタケは、肉厚で、かさの開きが八分程度、内側が白く軸が太く短いものを!

今月の'旬'

シイタケ、しょうが、ごぼう、大根など
毎月19日は「食育の日」

電気自動車の補助金制度・軽自動車税免除

照会先 補助金制度…環境課 ☎85-9565
軽自動車税免除…税務課 ☎85-7750

○電気自動車・電動バイク

対象 登録日まで引き続き1年以上町内に住所を有する個人・事業者

補助額 [電気自動車] 5万円 [電動バイク] 2万円

申請期間 登録日から3か月以内

※電気自動車(原動機付自転車・軽自動車・二輪の小型自動車)は、軽自動車税免除の対象です。

○充電器設備

対象 町内で引き続き1年以上観光客を対象に事業を行う業者

補助額 本体および設置費用の2分の1(限度額5万円)

申請期間 完成から3か月以内

11月30日(月)納期限

今月の納期
◎町県民税 第4期
◎国民健康保険料 第6期
◎後期高齢者医療保険料 第5期
◎介護保険料 第6期
照会先 税務課(収納係) ☎85-9573
保険年金課 ☎85-9564

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。

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。