

みんなで楽しく プチ体験

“陶器で作る キャンドルシールド” 教室

日時 10月13日(水)
 ・午後の部 14時～16時
 ・夜の部 19時～21時

場所 社会教育センター

対象 町内に在住・在勤の方

定員 各回15人(申込順)

指導者 社会教育センター定期利用団体ぐるぐぷ、ゆう、会員

材料費 1,500円

申込方法 10月5日(火)までに電話で申し込んでください。

その他 完成作品は、11月12日(金)～14日(日)に開催する「箱根町民文化祭」に出展となります。

“気軽に茶道” 教室

日時 10月21日(水)
 ・午後の部 13時30分～15時
 ・夜の部 19時～20時30分

場所 社会教育センター

対象 町内に在住・在勤の方

定員 各回8人(申込順)

指導者 社会教育センター定期利用団体 宗崑会会員

費用 300円(茶菓子代)

持ち物 白の靴下

申込方法 10月13日(水)までに電話で申し込んでください。

申込・照会先 社会教育センター
 ☎82-2694

彫刻刀で誰でも彫れる! “かんたん刻字”で 表れづくり

少し聞き慣れない「刻字」ですが、この機会にぜひ体験してみませんか。

日時 10月19日(火)・26日(火)・11月2日(火)・9日(火)の19時～20時30分

場所 社会教育センター

対象 町内に在住・在勤の方

定員 15人(申込順)

講師 下田翠雨さん

材料費 2,000円

持ち物 彫刻刀(平刀・丸刀・切り出し)、筆記用具

※彫刻刀を持っていない方は、申し込み時に申し出てください。

申込方法 10月8日(金)までに電話で申し込んでください。

その他 完成作品は、11月12日(金)～14日(日)に開催する「箱根町民文化祭」に出展となります。

申込・照会先 社会教育センター
 ☎82-2694

はつらつ町民健康教室 高血圧予防教室

健康感とは人それぞれですが、いつまでも健康でいるためには、予防が大切です。

日ごろの生活習慣について、いっしょに考えてみませんか。

●1日目

日時 11月16日(火)
 13時30分～15時

内容 講義「高血圧のこと、本当に知っていますか!?」
 (高血圧のしくみや予防、悪化しないための生活について)

●2日目

日時 11月30日(火)
 10時30分～13時30分

内容 講義および調理実習「食事の工夫で高血圧予防」
 (高血圧の予防や改善のための食生活について)

持ち物 エプロン、ふきん、三角きん

場所 さくら館

申込方法 各教室開催日の10日前までに直接または電話で申し込んでください。

申込・照会先 さくら館
 ☎85-10800

植樹への誘い

自然との調和を図りながら景観の向上を目指し、仙石原片平地区の自然探勝路沿いで広葉樹への樹種転換を行っています。

林内の広葉樹林化を目指し、皆さんの手で植樹をしてみませんか。

日時 10月23日(土)
 10時～12時(荒天中止)

場所 仙石原自然探勝路沿い

集合時間 9時

集合場所 仙石原浄水センター

持ち物 スコップまたはシャベル、軍手、タオル、運動靴または長靴(植樹のできる服装)

申込方法 電話で申し込んでください。

申込・照会先 観光課
 ☎85-7410



2010 国勢調査

調査票の記入は済んでいますか? 10月7日(休)までに提出してください!

- 国勢調査は、平成22年10月1日(金)現在、日本に住んでいるすべての人および世帯が対象です。
- 平成22年国勢調査は、日本が本格的な人口減少社会となって実施する最初の国勢調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口および世帯の実態を明らかにする重要な調査です。
- 調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。
- 記入済みの調査票は、封筒に入れて封をし、調査員に渡すか、町に郵送で提出してください。
※万一、調査票が届いていない場合は、町に連絡をください。

封筒に入れる前に、調査票の記入に誤りがないか確認をお願いします。

総務省・神奈川県・箱根町
 平成22年国勢調査広報サイト「国勢調査e-ガイド」
 国勢調査e-ガイド 検索
<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/kouhou/index.htm>

インフルエンザ予防接種が始まります

10月1日(金)からインフルエンザの予防接種を行っています。免疫を獲得するまでに、接種後2週間程度かかると言われています。

接種を希望する方は、事前に医療機関に連絡をしてから接種を受けに行ってください。

なお、本年度は、昨年大流行した新型インフルエンザと従来の季節性インフルエンザが一緒にあったワクチンが主です。

接種費用や免除対象者などの詳細については今後、回覧などに掲載します。

照会先 さくら館
 ☎85-10800

有害鳥獣 駆除の実施

町内にはイノシシが多数生息しており、畑や庭、芝生を荒らされるといった被害が多発しています。

このため、神奈川県猟友会箱根支部の協力を得て、銃器による有害鳥獣駆除を行います。

町民の皆さんや観光客、ハイカーに十分注意して、事故のないよう実施しますが、皆さんの次の点に注意してください。

注意

- ・山歩きや遠足に出かけるときは、目的地や行程が駆除の行われる場所かどうかなど、事前の安全確認をしましょう。



- ・なるべく目立つ服装をし、ラジオを流すなど、自分の存在を周囲に知らせよう心がけましょう。
- ・登山道から外れたり、やぶの中に入ったりしないようにしましょう。
- ・単独行動は避けましょう。

実施期間 11月1日(月)～平成23年3月31日(木)

場所 町内全域(特別保護地区は除く)

※駆除の実施日時・場所などは後日、町ホームページ等に掲載します。また、実施日当日には防災行政無線で放送します。

照会先 環境課
 ☎85-9565

健康づくり・食育ひろば

運動習慣は、単に生活習慣病予防だけでなく、運動器(身体的活動)を担う筋・骨格・神経系の総称の成長や発達、機能低下の予防の意味でも大事です。

今回は、地域における健康づくりの一環として、体操の普及を行っているボランティア団体を紹介します。

箱根元気会会長安井彪さんから

私たちは、「いくつになっても気軽に取り組める体操」として町が作成した「いきいきHAKONE体操」の普及を行っています。結成は6年前で、この体操の普及を目的とした町主催講座の受講をきっかけに活動を始めました。

現在、会員は約30人で、老人会や地域のイベントに参加したり地域の団体からの要望を受け出向いたりするなど、年間20回以上の活動を展開しています。

いきいきHAKONE体操は、ゆつくりとした動作で足腰をしつかり鍛えていただく内容となっています。また、椅子に座ったままでも行えます。

健康な毎日を送るため、また、転ばぬ先の杖として、この体操を役立てていただければと思います。

無料法律相談

町社会福祉協議会では、かながわパブリック法律事務所開設1周年記念の無料法律相談を実施します。法律上の問題で悩みのある方は、気軽に相談してください。(要予約)

日時 11月16日(火)13時30分～15時30分
 ※相談時間は1人30分までです。

場所 さくら館

内容 弁護士による法律相談(住宅や土地のトラブル、相続、多重債務、遺言、成年後見、損害賠償など)

※相談内容は、秘密厳守として扱います。

定員 8人(申込順)

申込方法 11月5日(金)までに電話で申し込んでください。

申込・照会先 町社会福祉協議会 ☎85-0812

知事と語ろう! 神奈川ふれあいミーティング

日時 11月20日(土)15時～17時

場所 県小田原合同庁舎3階会議室(小田原市荻窪350-1)

テーマ 神奈川の地産地消をひろげよう!
 ～農と食の多様な展開～

※手話通訳、パソコン文字通訳を行います。

申込方法 11月12日(金)までにはがき、電話、ファックス、または県ホームページ(<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/kohokenmin/shumoni/meeting/index.html>)から申し込んでください。

※2歳～就学前6歳児の保育を希望する方は、申し込み時に伝えてください。

申込・照会先 県西湘地域県政総合センター県民課 〒250-0042 小田原市荻窪350-1 ☎0465-32-8000 / FAX0465-32-8953

みんなで楽しく食育! 豆のカップケーキ

【材料(アルミカップ8号サイズ8個分)】 ゆで大豆60g、カボチャ20g、A(小麦粉100g、砂糖50g、ベーキングパウダー小さじ1)、卵1個、牛乳50cc

【作り方】

- ①カボチャは8等分に切る。Aは合わせてふるう。
- ②ボールに卵と牛乳を入れ泡立て、Aを少しずつ加え混ぜ合わせる。さらに、大豆を加え混ぜ合わせる。
- ③カップに②を入れ、真ん中にカボチャを飾り、オーブントースターで10～15分焼く。串を刺し、生地がつかなければできあがり。(表面が焦げそうなら途中でアルミ箔をかぶせる)

★運動前後やおやつにどうぞ!
 <栄養価1人分> エネルギー100kcal、タンパク質3.2g、脂質1.7g