



# 催し

## 歩く会 実平と幕山の梅コース [10km]

**日時** 3月10日(金)9時20分  
(中止の場合は15日(水))  
**集合場所** 湯河原ゆめ公園 さつきの里  
～幕山～幕山梅林公園  
※帰路 湯河原駅から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

## 普通救命講習

**日時**  
①普通救命講習Ⅰ  
3月13日(月)9時～12時  
②普通救命講習Ⅱ  
3月20日(月)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(更生相談会)

**日時** 3月13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10日(金)までに連絡してください。

**照会先** 健康福祉課 ☎85-7790

## 心配ごと相談

**日時** 3月15日(水)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、教育に関する相談、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** 健康福祉課 ☎85-7790

## 福祉相談会

**日時・場所**  
・3月9日(水) 役場分庁舎4階第7会議室(☎85-7790)  
・3月23日(水) さくら館(☎85-0800)  
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の方  
**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

## 小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査  
3月15日(水)9時～11時  
○精神保健福祉相談  
3月7日(火)・9日(水)・21日(火)・23日(水)13時30分～16時30分  
○認知症相談  
3月3日(金)13時30分～16時30分  
○療育歯科相談  
3月23日(水)9時～11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3237:療育歯科相談・内線3242:その他の相談・検査)

## 就職に役立つパソコン講座

【3日間でエクセルとパワーポイントの基礎を学ぶ】  
**日時** 3月15日(水)～17日(金)10時～16時  
**場所** 小田原合同庁舎3H会議室  
**定員** 12人(先着順)  
**内容** マイクロソフトオフィス・エクセルおよびパワーポイント  
【ビジネス文書作成に必要なワードの基礎を学ぶ】  
**日時** 3月8日(水)10時～16時

**場所** 県西部地域若者サポートステーション  
**定員** 4人(先着順)  
**内容** マイクロソフトオフィス・ワード  
**申込** 電話予約  
**対象** 就労を希望する15歳から39歳までの方  
**照会先** 県西部地域若者サポートステーション ☎0465-32-4115  
※対象・照会先は両講座ともに共通

## 事務職即戦力講座

事務職に就きたい方、ブランクのある方におススメです。  
**日時** 3月22日(水)・23日(木)10時～16時  
**場所** 小田原合同庁舎3H会議室  
**対象** 就労を希望する15歳から39歳までの方  
**定員** 10人(先着順)  
**内容** 事務職の基本スキル  
**申込** 電話予約  
**照会先** 県西部地域若者サポートステーション ☎0465-32-4115

## 自衛隊幹部候補生募集

陸・海・空一般幹部候補生  
(1)大卒程度試験  
日本国籍を有し、平成30年4月1日現在、次の各号のいずれかに該当する方  
・22歳以上26歳未満の方  
学校教育法に基づく大学院の修士課程若しくは専門職大学院の課程を修了した方又はこれに相当すると認められる方(平成30年3月学位取得見込みを含む。以下「修士課程修了者など」という。)については、28歳未満の方  
・20歳以上22歳未満の方  
大学(短期大学を除く。)を卒業した方(平成30年3月卒業見込みの方を含む。)又は外国における学校を卒業した場合で大学卒業に相当すると認められる方  
(2)院卒者試験  
平成30年4月1日現在、修士課程修了者などで、20歳以上28歳未満の方  
※大卒程度試験および院卒者試験は、併願が可能です。  
**受付期間** 3月1日(水)～5月5日(金)締切必着  
**第1次試験**  
・筆記試験 5月13日(土)  
・筆記式操縦適性検査(飛行要員希望者のみ) 5月14日(日)  
**問合先** 自衛隊小田原地域事務所 小田原市栄町1-14-9 NTビル3F ☎0465-24-3080

## 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** 3/17(金)12:40～13:00受け付け  
**対象** 4か月児：平成28年11月生まれの乳児  
10か月児：平成28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** 3/17(金)13:00～13:20受け付け  
**対象** 1歳6か月児：平成27年9月生まれの幼児  
3歳6か月児：平成25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** 3/10(金)13:00～13:30受け付け  
**対象** 平成26年2月・8月、平成27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** 3/14(水)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** 3/7(水)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。  
○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** 健康福祉課 ☎85-7790

### ●趣味の教室(書道)

**日時** 3/3(金)・17(金)10:00～12:00  
**対象** 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** 3/3(金)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。  
**診療時間** 9:30～17:00

当番日	当番医	所在	電話番号
3/5	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
12	元箱根木村医院	元箱根	85-1117
19	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
26	箱根医院	湯本	85-5200

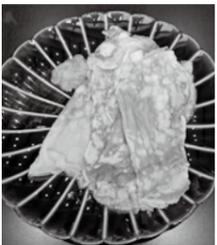
※3/20(日)は小田原市休日夜間急患診療所(小田原市酒匂2-32-16/☎0465-47-0823)を利用してください。診療時間は8:30～11:30、13:00～15:30、18:00～22:00です。

旬を知っておいしく食べよう♪  
栄養満点!旬レシピ

## 清見(かんきつ類)の クレープ

清見(きよみ)は、温州みかんの味にオレンジの香りを持ち、糖度が高い柑橘類の一種です。  
栄養は、肌の新陳代謝を促し、乾燥を防ぐビタミンAや肌のハリやシミなどを防ぐビタミンCが豊富です。  
重みがあり、色が濃く、ガクが緑色～黄緑色のものを選びましょう。

### ●材料

清見	1～2個	
(果汁200cc分)		
ホットケーキミックス	100g	
バター	30g	
★	砂糖	大さじ1
	卵(Mサイズ)	1個
	牛乳	200cc

### ●作り方

- ① 清見を200cc分しぼる。
  - ② バターを耐熱容器に入れて、電子レンジ600Wで20秒程温め溶かす。
  - ③ ポウルに★と①を入れて混ぜ合わせる。
  - ④ ③に、ホットケーキミックスと②を加えて混ぜ合わせて、こし器等でこす。
  - ⑤ フライパンを温め、油を薄く敷き、④をお玉一杯弱入れて、生地を薄く広げ、弱火～中火で焼き、少し焦げ目がついたら折りたたみ皿に盛る。
- ※好みで、はちみつやサワークリームなどを添える。

## 今月の'旬'

清見、ポンカン、伊予柑、エシャレット、マダイなど

 毎月19日は『食育の日』

## 3月31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)

## 休日収納・収納相談窓口を開設します

## 今月の納期

**日時** 3月12日(日)8時30分～17時15分  
**場所** 本庁舎2階税務課、保険年金課  
**納付できる税目など**  
・町税(町県民税、固定資産税、軽自動車税等)  
・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  
保険年金課 ☎85-9564