



# 催し

## 歩く会 真鶴半島めぐりコース [10km]

日時 2月10日(木) 9時20分 (雨天中止)  
 集合場所 真鶴駅  
 コース 荒井城址公園～三ツ石～貴船神社～しとどの窟～真鶴駅  
 ※帰路 真鶴駅から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 箱根町歩く会事務局 ☎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。



# 案内

## 心配ごと相談

日時 2月14日(月) 13時30分～14時  
 場所 さくら館  
 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、教育相談センター相談員、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。  
 備考 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、通常より時間を短縮して開設します。相談は電話でも受け付けていますので、暮らしの中の困りごとなどがある場合は福祉課に連絡してください。  
 照会先 福祉課 ☎85-7790



町政モニター募集中

アンケート調査に回答すると、回数に応じて謝礼品がもらえます。詳しくは、「箱根町町政モニター」で検索！

箱根町町政モニター

検索



## 子どもほっと相談

日時 2月14日(月) 11時～15時  
 場所 さくら館  
 内容 教育に関する相談  
 相談員 教育相談センター相談員  
 ※希望する方は事前に予約してください。  
 照会先 教育相談センター ☎85-7776

## 福祉相談会

日時・場所  
 ・2月10日(木) 役場分庁舎4階第7会議室  
 ・2月24日(木) さくら館ボランティア室A (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

## 高次脳機能障害専門相談

日時 3月4日(金) 14時～15時30分  
 場所 おだわら障がい者総合相談支援センタークローバー (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クローバー ☎0465-35-5258

## オストメイト健康相談会

日時 3月20日(日)13時30分～16時30分  
 場所 茅ヶ崎市民文化会館大会議室(4F)  
 講演 「オストメイトのスキントラブルとその対策」  
 講師兼相談員 茅ヶ崎市立病院皮膚・排泄ケア認定看護師 小原 典子 様  
 内容 講演、グループ懇談、個別相談、装具の展示  
 対象 人工肛門・人工膀胱保有者の方とその家族および医療関係者、並びに関心のある方  
 定員 40名  
 照会先 (公社)日本オストミー協会神奈川支部 事務局 牛尾 幸子 ☎080-8728-6661

## 小田原保健福祉事務所 各種相談日

- エイズ相談・検査 2月16日(水) 9時～11時
- 骨髄ドナー登録 2月1日(火) 受付11時
- 医師による精神保健福祉相談 2月10日(水)・15日(火)・24日(木) いずれも13時30分～16時30分
- 医師による認知症相談 2月17日(木) 13時30分～16時30分
- 療育歯科相談 2月24日(木) 9時～15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 ☎0465-32-8000 (内線3239:療育歯科相談・内線3245:その他の相談・検査)

## 新春 お年玉 クイズ 当選者発表

広報1月号で出題した新春お年玉クイズの当選者の発表です。多数の応募ありがとうございました。

問題 成人を迎えられた皆さんの新しい門出をお祝いする成人式。今年の成人式のテーマは「〇〇」です。この〇〇に入る漢字2文字を答えてください。

当選者  
 栗原 ヤエ子さん (湯本)  
 瀧口 幸好さん (仙石原)  
 細川 尚記さん (大平台)  
 杉原 礼子さん (元箱根)  
 勝俣 信夫さん (仙石原)

回答 「再輝」

当選おめでとうございます！

## 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  
 日時 2月4日(金) 12時50分～13時20分受け付け  
 対象 令和3年10月・11月生まれの乳児  
 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
- ◆1歳6か月児健康診査  
 日時 2月4日(金) 12時50分～13時20分受け付け  
 対象 令和2年8月・9月生まれの幼児  
 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票、バスタオル
- ◆2歳・2歳6か月・3歳児歯科健康診査  
 日時 2月18日(金) 13時～13時30分受け付け  
 対象 平成31年1月、令和元年7月・令和2年1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
- ◆プレママパパ(出産育児)教室  
 日時 2月25日(金) 13時30分～16時  
 対象 これから赤ちゃんを家族に迎える方等  
 内容 赤ちゃんの沐浴実習、お産や母乳育児について学びます  
 持ち物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン  
 ※1週間前までに電話で申し込んでください。
- ◆赤ちゃんとママパパの会(いちごの会)「離乳食の進め方」  
 日時 2月17日(木) 13時30分～15時  
 対象 4か月～18か月頃までの乳児と保護者等  
 ※1週間前までに電話で申し込んでください。
- ◆10か月児健康診査  
 日時 3月1日(火) 12時50分～13時20分受け付け  
 対象 令和3年3月・4月生まれの乳児  
 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票、バスタオル
- ◆3歳6か月児健康診査  
 日時 3月1日(火) 12時50分～13時20分受け付け  
 対象 平成30年8月・9月生まれの幼児  
 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ、問診票、バスタオル  
 ○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 2月4日(金)・18日(金) 10時～12時  
 絵手紙 2月10日(木)・24日(木) 9時30分～11時30分  
 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 2月25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)

当番医は変更となる場合がありますので、必ず消防署(☎82-4511)で確認してください。  
 診療時間 9時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
2/6	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
13	郷医院箱根小涌園診療所	二ノ平	82-2672
20	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
27	土屋医院	湯本	85-5034

※2/11(金)・23(木)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。※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。※受診の際にはお薬手帳を持参してください。

はこぼうマップ実証実験中

交通防災情報統合webサイト「はこぼうマップ」の実証実験を行っています。ぜひ、見てください！



## 旬を知っておいしく食べよう 栄養満点レシピ！

### 豆腐の チョコムース風 ～間食(おやつ)の紹介～

豆腐は、中国が発祥地で、日本には奈良時代に伝わったとされ、江戸時代に庶民に食されるようになり、現在では私たちの普段の食卓には欠かせない食材です。

「畑の肉」といわれる大豆が主材料で、たんぱく質や脂質、カルシウムなどの栄養素を含みます。

今回は、手軽に作れる手作りの間食(おやつ)の紹介で、箱根町食育サポートメイト六彩会が作成したレシピです。ぜひ、作ってみてください。

照会先 さくら館 ☎85-0800



1個分の栄養価  
 エネルギー: 52kcal  
 蛋白質: 3.9g  
 脂質: 2.8g  
 食塩相当量: 0.1g

### ●材料(1人分)

- 木綿豆腐 300g
- ピュアココア 大きじ3
- メープルシロップ 大きじ1
- 深めの容器 6個

### ●作り方

- ① 木綿豆腐は、重しをのせて水切りを十分にしておく。
- ② フードプロセッサーに、①とピュアココア、メープルシロップを入れて、なめらかになるまでよく混ぜ合わせる。  
 ※フードプロセッサーがない場合は、網目が細かいザルなどで、2～3回繰り返しこして、全体を混ぜ合わせる。
- ③ 容器(6個)に均等に入れて、冷蔵庫で冷やす。

この料理には、野菜は入っていません。

### ～レシピポイント～

ココアはピュアココアを使用することで、味の深みや香りがあり、豆腐と合わせるとチョコムースのような食感に仕上がります。  
 ピュアココアには、たんぱく質や脂質、食物繊維、カリウムなどが含まれています。  
 甘みが足りない場合は、食べるときに、メープルシロップをかけるとよいです。



毎月19日は「食育の日」

## 2月28日月納期限

- ☆国民健康保険料 (第9期)
- ☆介護保険料 (第9期)
- ☆後期高齢者医療保険料 (第8期)

上記については、夜間・休日、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。(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、至急本庁舎・出張所または金融機関で納付してください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、税金および保険料が一時的に納付困難な場合には、ご相談ください。

＝納付は便利な口座振替で＝

口座振替を希望される方は、連絡してください。

照会先 ◎税務課(収納係) ☎85-9573

☆保険健康課 ☎85-9564

税金・保険料の納期

電気自動車は軽自動車税が減免されます。詳細は税務課へ。(☎8517750)