



催し

歩く会 芦ノ湖を眺めるコース [西岸12km]

日時 8月10日(土)9時20分
(中止の場合は15日(木))

集合場所 湖尻バスターミナル
コース 深良水門～真田浜～白浜～関所跡

※帰路 会員バス配車
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時までです。

普通救命講習 および上級救命講習

日時
①普通救命講習Ⅰ 8月22日(木)9時～12時
②普通救命講習Ⅱ 8月25日(日)9時～13時
③上級救命講習 9月12日(木)8時30分～17時30分

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(②③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(①・②は中学生以上、③は高校生以上)・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。

費用 ③の講習は無料ですが、テキスト代として、2,160円が必要です。※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



森のふれあい館 夏の特別企画 「生きた昆虫展」

★カブトムシ・クワガタムシのプレゼント抽選会
小学生以下の入館されたお子さんを対象に、国内産のカブトムシかクワガタムシが賞品の抽選会を行います。

日時 8月2日(金)、5日(月)、9日(金)、12日(月)、16日(金)

抽選時間 11時・14時 各日2回

★GOMIMUSHI EXHIBITION IN HAKONE (ゴミムシ エキシビション イン ハコネ) 虫好きな美大生グループ「五美虫(ゴミムシ)」が森のふれあい館にやってきます。

2015年から活動を開始した彼らは、年々活動規模を上げ、TVで取り上げられるほど注目を集めています。開催期間中はワークショップをはじめ、昆虫スタンプラリー、作品展示やグッズ販売も予定しています。

開催期間 8月17日(土)・18日(日)9時～16時

照会先 森のふれあい館 ☎83-6006

案内

身体障がい者の 補装具相談会

日時 8月19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8月16日(金)までに連絡してください。

照会先 福祉課 ☎85-7790

心配ごと相談

日時・場所
・8月7日(水) 役場分庁舎
・9月3日(火) 箱根出張所
いずれも13時30分～15時30分

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、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 福祉課 ☎85-7790

子どもほっと相談

日時・場所
・8月7日(水) 役場分庁舎
・9月3日(火) 箱根出張所
いずれも12時～15時

内容 教育に関する相談
相談員 教育相談センタースタッフ
※希望する方はなるべく事前に連絡してください。

照会先 教育相談センター ☎85-7776

福祉相談会

日時・場所
・8月8日(木) 役場分庁舎4階第7会議室
・8月22日(木) さくら館相談室(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 9月6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

小田原保健福祉事務所 各種相談日

○エイズ相談・検査 8月21日(水)9時～11時

○精神保健福祉相談 8月20日(火)・22日(木) いずれも13時30分～16時30分

○認知症相談 8月7日(水)・9月6日(金) いずれも13時30分～16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3245)

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 8月9日(金)12時30分～13時受け付け
対象 4か月児：平成31年4月生まれの乳児
10か月児：平成30年9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 8月9日(金)13時～13時20分受け付け
対象 1歳6か月児：平成30年2月生まれの幼児
3歳6か月児：平成28年2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 8月2日(金)13時～13時30分受け付け
対象 平成28年7月、平成29年1月・7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 8月20日(火)9時45分～11時45分
対象 7か月～3歳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 8月8日(木)13時30分～15時
対象 3か月～18か月頃の乳幼児と保護者
※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 福祉課 ☎85-7790

●趣味の教室
書道 8月2日(金)・23日(金)10時～12時
絵手紙 8月8日(木)・22日(木)10時～12時
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 8月2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

●箱根大文字焼鑑賞会
日時 8月16日(金)18時～20時30分(開館時間内)
対象 町内在住60歳以上の方を含む家族

申込方法 8月7日(水)までに電話で申し込んでください。

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時30分～17時

当番日	当番医	所在	電話番号
8/4	尾泉内科医院	宮城野	82-2423
11	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
18	土屋医院	湯本	85-5034
25	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111

※受診の際には保険証とお薬手帳を持参してください。

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。

旬を知っておいしくたべよう!
栄養満点 減塩レシピ!

とうがんのサラダ

とうがんは、5月上旬から9月下旬まで出回り、冷暗所で保存しておけば冬まで持つことから「冬瓜」という名称がついたといわれています。栄養価は、ほとんどが水分ですが、カリウムやカルシウム、ビタミンCなども含まれています。とうがんは、ずっしりと重みがあり、皮の表面が白く粉を吹いているものを選びましょう。

照会先 さくら館 ☎85-0800

●材料(4人分)

- ミニとうがん 1/4個程(正味300g)
- 鶏肉(ささみ) 2本
- かいわれ大根 1パック
- ナッツ類 5～6粒
- ★しょうゆ 大さじ1
- ★レモン汁 大さじ2
- ★植物油 大さじ2
- ★こしょう 少々



1人分の栄養価
エネルギー:49kcal
蛋白質:5.4g
脂質:1.4g
食塩相当量:0.8g

●作り方

- ① とうがんは、皮を厚くむき、ワタと種を取り除き、千切りにして、塩をふり軽く混ぜ合わせる。
- ② かいわれ大根は、根を切り、長さを半分にする。
- ③ ナッツ類は、粗く刻む。
- ④ 鶏肉は耐熱皿にのせて酒(分量外)をふり、ラップをかけて、電子レンジ600Wで2分30秒程温め熱を通す。粗熱がとれたらラップを外し、鶏肉をさきほぐす。
- ⑤ ★印の調味料を混ぜ合わせる。
- ⑥ ①のとうがんを水で軽く洗い、水気をしっかりしぼり、皿に広げて盛り、その上に、②のかいわれ大根、④の鶏肉、③のナッツ類を載せて、⑤のドレッシングをかける。

レシピポイント

・暑い時期に、電子レンジのみで簡単に作れて、とうがんのみずみずしさとさっぱりとした味を楽しめます。



9月2日月納期限

- 税金・保険料の納期**
- 町県民税 (第2期)
 - ☆国民健康保険料 (第3期)
 - ☆介護保険料 (第3期)
 - ☆後期高齢者医療保険料 (第2期)

上記については、夜間・休日も、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が、納期限が過ぎている納付書で納める方は、至急役場本庁会計課・出張所または金融機関で納付してください。

- 照会先**
- 税務課(収納係) ☎85-9573
 - ☆保険健康課 ☎85-9564