



催し

歩く会 鎌倉古道と足柄城址コース [10km] 【健脚コース】

※帰路 御殿場線足柄駅から電車利用
日時 9月10日(日)9時20分
(中止の場合は15日(金))
集合場所 南足柄・地蔵堂
コース 鎌倉古道～聖天堂～足柄峠～伊勢宇橋～御殿場線足柄駅
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。音声メッセージにて、自動的に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

日時 普通救命講習Ⅰ
9月18日(月)9時～12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
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 9月11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9月8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
・9月11日(月) さくら館
・9月12日(火) 仙石原文化センター
・10月4日(水) 役場分庁舎
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
・9月11日(月) さくら館
・9月12日(火) 仙石原文化センター
・10月4日(水) 役場分庁舎
いずれも11時～15時
内容 教育に関する相談
相談員 教育支援室相談員
※希望する方はなるべく事前に連絡してください。
照会先 教育支援室 ☎85-7776

福祉相談会

日時・場所
・9月14日(木) 役場分庁舎4階第7会議室
・9月28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 福祉課 ☎85-7790

高次脳機能障害専門相談

日時 10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(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ご家族、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

小田原保健福祉事務所各種相談日

○エイズ相談・検査 9月20日(水)9時～11時
○精神保健福祉相談 9月5日(火)・14日(木)・19日(火)・28日(水) いずれも13時30分～16時30分
○認知症相談 9月8日(金)13時30分～16時30分
○療育歯科相談 9月28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保健予防課 ☎0465-32-8000(内線3236:療育歯科相談・内線3246:その他の相談・検査)

～文部大臣奨励賞受賞作品～ 劇団新制作座「泥かぶら」 仙石原公演

1952年の初演以来、1万回を超える上演を重ねた「泥かぶら」。3世代ご一緒に是非、会場へお越しください。
日時 9月24日(日)14時(開場13時30分)
会場 星槎レイクアリーナ箱根(サブアリーナ)
入場料 大人3,000円(当日3,500円)
こども1,000円(当日1,500円)
※全席自由席
照会先 星槎レイクアリーナ箱根 ☎86-3300

公益社団法人 小田原薬剤師会主催 一般公開講座2017 「アンチエイジングに活かす 薬剤師からの情報 ～生き活きと歳を重ねるために～」

日時 9月10日(日)13時30分～14時30分(受付12時30分～)お薬相談コーナーあります。
場所 川東タウンセンター マロニエ集会所202(小田原市中里273-6)
講師 北里大学病院 薬剤部 副部長 近藤留美子先生
照会先 公益社団法人 小田原薬剤師会 ☎0465-23-2658(9時～17時月～金)



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 9/15(金)12:40～13:00受け付け
対象 4か月児:平成29年5月生まれの乳児
10か月児:平成28年10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 9/15(金)13:00～13:20受け付け
対象 1歳6か月児:平成28年3月生まれの幼児
3歳6か月児:平成26年3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 9/8(金)13:00～13:30受け付け
対象 平成26年8月、平成27年2月・8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 9/19(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 9/21(金)13:30～15:00
対象 3～18か月頃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。
○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 9/1(金)・15(金)10:00～12:00
絵手紙 9/14(水)・28(水)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 9/15(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
9/3	箱根リハビリテーション病院	仙石原	84-9111
10	土屋医院	湯本	85-5034
17	仙石原永井医院	仙石原	84-8295
24	元箱根木村医院	元箱根	85-1117

※9/18(月)及び23(土)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

秋の味覚 栗ごはん

日本栗は、自生する芝栗を品種改良したもので、果実が大きく風味がよいのが特徴です。
旬は9月～10月で、収穫して3～4日寝かせることで、デンプンが糖質に変わり甘みが強く感じます。
栄養価は、ビタミンB1、B2、Cの他、カルシウムなどが豊富です。
栗は、丸みを帯びていて、皮に艶・張りがあり、重いものを選びましょう。



●材料(大人4人分)
米(うるち米) 2と1/2カップ
もち米 1/2カップ
栗 300g
水(焼きミョウバン 少々+水) 適宜
★みりん 大さじ1
★塩 小さじ1弱
★水 650ml
黒胡麻、塩 適宜

●作り方
① 米はといでザルに上げ、もち米は洗って水(分量外)に浸し、それぞれ30分おく。
② 栗は渋皮ごと皮をむき、栗がかぶるくらいの水(もしくは焼きミョウバンを溶かした水)に漬ける。30分したら、丁寧に水洗いをして、水気をきる。
③ 炊飯器に①の米と水気を切ったもち米、★を加えて混ぜ合わせ、表面を平らにならして②の栗をのせて炊く。
④ 炊き上がったたら10分蒸らし、しゃもじでさっくり混ぜて、器に盛り、お好みで黒胡麻、塩を振る。

今月の'旬'
さといも、絹さや、栗、梨、いちじく、アジ、イセエビなど

🗑️🍴🍷🍷🍷 毎月19日は『食育の日』🐟🐠🐡🐠

10月2日(月)納期限

○固定資産税 (第3期)
☆国民健康保険料 (第4期)
☆介護保険料 (第4期)
☆後期高齢者医療保険料 (第3期)

固定資産税および国民健康保険料については、夜間・休日も、納付書裏面記載のコンビニエンスストアで支払いができます。(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もので、納め忘れの方は、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。

＝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

今月の納期