

美・緑なかい健康プラン

参加者募集中!

中井町公認体力測定ボランティア養成講習会

町では、町民の皆さんがご自身の体力・運動機能を知り、健康で活力ある生活を送るための手助けをしてくださる「体力測定ボランティア」の養成を行います。測定の知識・技術を習得し、地域の健康づくりにご協力いただける方の参加をお待ちしています。

- ◆日時／平成28年2月12日(金)、16日(火)、22日(月)
の計3日間 いずれも13:30~15:30
- ◆場所／1・3日目 保健福祉センター3階集会室
2日目 改善センター多目的ホール
- ◆内容／文部科学省「新体力テスト【65歳~79歳対象】」
に関する知識・技術の習得
- ◆対象／・町内在住で概ね65歳以上の方
・3回の日程全てに参加いただける方
- ◆定員／20人 ◆費用／無料
- ◆申込み／平成28年2月5日(金)までに
健康課健康づくり班へお申し込みください。



申込み問合せ 健康課 健康づくり班 ☎(81)5546

情報コーナー



講座

「県西未病観光コンシェルジュ」育成セミナー

県西地域の地域資源を生かして、「未病」を治す取組みを紹介・提案する「県西未病観光コンシェルジュ」になるためのセミナーを開催します。

①時 平成28年2月13日(土)

場 松田町民文化センター

②時 平成28年2月15日(月)

場 小田原合同庁舎

※①②ともに初級10:00~12:30、
中級13:30~17:20

定員／①②ともに初級100人、
中級50人(初級受講済みの方
のみ中級の受講可)

※応募者多数の場合は抽選(県西地域の観光事業者が優先になります)

主催／神奈川県

申 平成28年1月8日(金)(必着)までに、FAX・郵送・インターネットで下記へ。

(FAX・郵送は専用申込用紙あり)

問 (株)JTBコーポレートセールス
法人営業横浜支店
〒221-0835

横浜市神奈川区鶴屋町3-29-1
第6安田ビル6階

☎ 045(316)4602

FAX 045(316)5701

HP http://www.jtbbwt.com/houjin_yokohama/mibyos_seminar/



税金セミナー 「住宅取得と税金還付」

平成27年中に、新たに住宅ローンを利用してマイホームを新築・購入などした場合、一定の要件を満たすことで住宅借入金等特別控除を受けることができます。

小田原青色申告会が開催する無料セミナーでは、要件や手続きなどについて税理士がご説明します。

時 平成28年1月16日(土)

10:00~11:30

場 青色会館3階大ホール
(小田原市本町2-3-24)

定員／60人(予約制、先着順)

費用／無料

その他／駐車場が狭いため、公共交通機関をご利用ください。

申問 (公社)小田原青色申告会事業課
税金セミナー係 ☎(24)2614



案内

「社会保険料納付証明書」 等を送付します

平成27年中に納付いただいた、国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険の各保険料(税)額の納付証明書等を、平成28年1月中旬に送付します。各保険料(税)は、確定申告における社会保険料控除の対象となります。

また、保険料(税)を年金天引きされている方は、年金保険者より送付される「公的年金等の源泉徴収票」をご利用ください。

☒【国民健康保険・後期高齢者医療保険】

税務町民課窓口保険班

☎(81) 1114

【介護保険】

健康課高齢介護班 ☎(81) 5546



催し

たてのひろし 特別展「館野 鴻 原画展 ～森のおそうじ屋 「しでむし」の世界～」

秦野市在住の絵本作家 ^{たてのひろし} 館野 鴻 氏 作「しでむし」の原画などをとおして、丹沢山麓の生き物の繋がりや自然の見かたをご紹介します。

☒【時】平成28年1月11日(月・祝)まで

☒【場】秦野ビジターセンター展示室

開館時間/9:00～16:30

休館日/月曜日(祝日は開館)

祝日の翌日(土日は開館)

年末年始(12月29日～1月3日)

入館料/無料

☒【申】不要。開館中はいつでもご覧いただけます。

☒【問】県立秦野ビジターセンター

〒259-1304 秦野市堀山下1513

☎0463(87) 9300

県立21世紀の森イベント情報

森づくり～竹林隊～

「竹林整備と竹細工づくり」

園内の竹林整備と竹細工づくりに挑戦しよう。

☒【時】平成28年1月17日(日)

10:00～15:00

定員/20人(抽選)

費用/500円

申込期限/平成28年1月5日(火)

森林文化体験「丸太の椅子づくり」

丸太を切るところから椅子づくりスタート!皮をむいて椅子を作ります。

☒【時】平成28年1月31日(日)

10:00～16:00

定員/10組

費用/2,000円

申込期限/平成28年1月19日(火)

【共通事項】

☒【場】県立21世紀の森

対象/一般(小学生以下保護者同伴)

☒【申】申込期限(必着)までに往復はがき・FAX・メールにて、イベント名・開催日・参加者全員の郵便番号・

住所・氏名・電話番号・FAX番号を明記の上、下記へ。

☒【問】県立21世紀の森管理事務所
〒250-0131 南足柄市内山2870-5

☎(72) 0404 FAX(72) 2882

☒【E】k21seiki@ak.wakwak.com

森人すたいる 落ち葉遊び (落ち葉のプール・ クラフトなど)

☒【時】平成28年1月23日(土)

10:00～14:30

☒【場】足柄森林公園丸太の森

内容/落ち葉のプール、焼き芋体験、クラフトなど

対象/家族、友達など(お子さん同士の場合は保護者同伴)

定員/30人(先着順)

費用/500円(活動費、保険代など)

持ち物/お弁当、飲み物、軍手、タオル、雨具など

※動きやすい服装でお越しください。

☒【問】平成28年1月9日(土)9:00から、足柄森林公園丸太の森

☎(74) 4510へ。

中井町フォトコンテスト作品募集中!

中井町らしい風景、行事、文化財などを写した、魅力的な写真を募集します。入賞作品は、広報なかいや町ホームページの掲載などにより、町のPRに活用させていただきます。

【賞】最優秀賞(1点)、優秀賞(4点以内)、佳作(4点以内)

※入賞者には賞品を、また応募者全員に中井町地域通貨「500きら」を差し上げます。

【作品展示】中井町役場、井ノ口公民館で展示予定

【応募締切】平成28年2月1日(月)

【入賞者発表】平成28年2月下旬を予定

※入賞者には直接ご連絡するほか、広報紙や町ホームページにおいて発表します。

※応募規格、応募方法などの詳細については、下記へお問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。

☒【問】環境経済課経済班 ☎(81) 1115





健康

1月の健康づくりウォーク

健康づくりウォーキング講座を受講した皆さんが企画しました。一緒に楽しく歩きましょう。

【健康づくりコース】

時 平成28年1月8日(金)
13:30~15:30

場 中央公園野球場玄関(集合)

【井ノ口から中井メガソーラーへ】

時 平成28年1月25日(月)
13:30~15:30

場 井ノ口公民館玄関(集合)

【共通事項】

対象/町内在住の方

費用/無料

持ち物/飲み物(水・お茶など)
タオル

※歩きやすい靴・服装でお越しください。

その他/雨天中止

当日の天候を見て、各自の判断で集合場所へお出かけください。

申 不要

問 健康課健康づくり班 ☎(81) 5546

母親父親教室

①時 平成28年1月12日(火)

13:30~15:45

受付13:15~13:30

内容/お母さんと赤ちゃんの歯
(講義と歯科指導)

お母さんと赤ちゃんの栄養
(講義)

持ち物/母子健康手帳、筆記用具、
手鏡、歯ブラシ、コップ、タオル

②時 平成28年1月26日(火)

13:30~15:45

受付13:15~13:30

内容/母乳で育てましょう・安産のために「呼吸法」(講義と実技)

持ち物/母子健康手帳、筆記用具

【共通事項】

場 保健福祉センター3階集会室ほか
対象/妊婦さんとその家族

申 12月25日(金)までに

健康課健康づくり班 ☎(81) 5546へ。

※託児あり。

申込時にお知らせください。

うつ病研修会「うつ病の概論と接し方について」

時 平成28年1月19日(火)

14:00~16:00

場 足柄上合同庁舎2階大会議室

講師/(株)リコーコーポレート統括本部
ジャパンビジネスサポートセンター

総括産業医 森田 哲也 氏

申 平成28年1月8日(金)までに
小田原保健福祉事務所足柄上センター

保健予防課

☎(83) 5111 (内431~433) へ。

神奈川県未病サポーター養成研修

未病を治す取り組みの普及のため、未病サポーター養成研修を開催します。

時 平成28年1月22日(金)

10:00~12:00

場 保健福祉センター3階集会室

内容/

・講義:「未病」「未病を治す」とは
・実技:コグニサイズ、お口の健康
体操など

対象/中井町在住の成人の方

定員/40人

費用/無料

持ち物/筆記用具、必要な方は眼鏡、
動きやすい服装でご参加ください。

その他/この事業は神奈川県
の委託により、(公財)かながわ健康財団
が実施します。

申 平成28年1月15日(金)までに
健康課健康づくり班

☎(81) 5546へ。

離乳食講習会

時 平成28年1月27日(水)

9:30~12:00

受付9:15~9:30

場 保健福祉センター2階調理実習室

内容/栄養士による講義

調理実習および試食

対象/3~8カ月児の保護者

※託児あり

持ち物/米1/2カップ、エプロン、

三角巾、母子健康手帳、

ベビースプーン

費用/350円

申 平成28年1月19日(火)までに
健康課健康づくり班 ☎(81) 5546へ。



相談

特設人権相談所の開設

時 平成28年1月15日(金)

13:00~16:00

場 松田町民文化センター3階会議室

内容/人権擁護委員が次の相談に応じます。(個人の秘密は固く守ります)

① 児童・生徒のいじめ、体罰の問題
など

② 家庭内や隣近所で困ったこと、
悩みごと

③ 名誉き損、プライバシーの侵害
など

④ その他、人権に関すること

費用/無料

申 不要

問 西湘二宮人権擁護委員協議会
(横浜地方事務局西湘二宮支局内)

☎0463(70) 1102





子どもの健康診査案内

☒ 健康課健康づくり班
☎ (81) 5546

【3歳児健康診査】

☒ 平成28年1月6日(水)
受付13:00~13:15

☒ 保健福祉センター2階診察室ほか
内容/内科・歯科健診、栄養・育
児・心理相談、尿検査

対象/平成24年11・12月生まれ
持ち物/問診票、聴力と視力の調
査票、母子健康手帳、
歯ブラシ、尿

☒ 不要 (案内、問診票および検尿容器
が健診日の2週間前までに届かない
場合は、健康課にご連絡ください)

【1歳6カ月児健康診査】

☒ 平成28年1月13日(水)
受付13:00~13:15

☒ 保健福祉センター2階診察室ほか
内容/内科・歯科健診
栄養・育児・心理相談

対象/平成26年6・7月生まれ
持ち物/母子健康手帳、歯ブラシ
問診票

☒ 不要



公共施設電話番号

- * 中井町役場 ☎ (81) 1111
- * 井ノ口公民館 ☎ (81) 3311
- * 子育て支援センター ☎ (81) 3365
- * 足柄消防署中井出張所 ☎ (81) 0858
- * 松田警察署 ☎ (82) 0110



休日急患の診察

* 足柄上地区休日急患診療所
日曜日・祝日・年末年始 9:30~12:00・
13:00~16:30 ☎ (83) 1800 (開成町)



家庭ごみの直接搬入

* 足柄東部清掃組合
※12月29日(火)~平成28年1月3日(日)はお休み
平日9:00~11:00・13:00~16:00
第1・3土曜日 9:00~11:00
(祝日は休み) ☎ (83) 1554 (大井町)



相談案内

心配ごと相談 (予約不要)

【日常生活での悩みや心配ごとに関する相談】 ☒ 中井町社会福祉協議会 ☎ (81) 2261

①☒ 平成28年1月15日(金) 9:30~11:30
☒ 井ノ口公民館2階研修室

②☒ 平成28年1月29日(金) 9:30~11:30
☒ 保健福祉センター3階工作室

行政相談 (予約不要) ※心配ごと相談との合同相談です。

【行政相談委員による行政の仕事に関する苦情や相談】
☒ 平成28年1月29日(金) 9:30~11:30
☒ 保健福祉センター3階工作室
☒ 総務課管理班 ☎ (81) 1111

スマイル出張相談 (予約不要)

【「自立サポートセンタースマイル」の専門相談員による障がいに関する相談】
☒ 平成28年1月5日(火) 14:00~16:00
☒ 保健福祉センター2階集団指導室
対象/障がいのある方とその家族
☒ 福祉課福祉班 ☎ (81) 5548

健康相談 (予約制)

【保健師・栄養士による病気の予防や健康づくりに関する相談】
☒ 平成28年1月20日(水) 9:30~11:30
☒ 保健福祉センター2階集団指導室
☒ 健康課健康づくり班 ☎ (81) 5546
(前日までに予約してください)

教育相談 (予約不要、電話相談・メール相談可)

【幼稚園、小・中学校など教育に関する相談】
☒ 毎週(月)~(金) 8:30~17:15
①☒ 教育課学校教育班(農村環境改善センター内)
☎ (81) 3906
☒ kyouiku@town.nakai.kanagawa.jp
②☒ たんぽぽ教室(井ノ口公民館内) ☎ (80) 0080
☒ tanpopo@town.nakai.kanagawa.jp

県西地域県政総合センター県民の声・相談室

☒ 足柄上合同庁舎
☒ 県西地域県政総合センター県民の声・相談室 ☎ (83) 5111
* 県のしごと相談 (予約不要、電話相談可)
【県の業務に関する苦情や相談】
☒ 毎週(月)~(金) 8:30~12:00・13:00~17:15
* 弁護士相談 (予約制、電話相談不可)
【弁護士による相談】
☒ 毎週(木) 13:00~16:00
* 暴力相談 (予約不要、電話相談可)
【暴力団などに関する困りごとや被害に関する相談】
☒ 毎週(火)(水) 9:00~12:00・13:00~16:00
* 司法書士相談 (予約制、電話相談不可)
【相続、遺言、登記、成年後見などの相談】
☒ 毎月第1・3(水) 13:00~16:00

交通事故相談 (予約不要、電話相談可)

【治療費未払いや示談方法に関する相談】
☒ 毎週(月)~(金) 9:00~12:00・13:00~16:00
☒ かながわ県民センター(横浜市)
☎ 045(312)1121

消費生活相談 (予約不要、電話相談可)

【悪徳商法などに関する相談】
☒ 毎週(月)~(金) 9:30~12:00・13:00~16:00
☒ 南足柄市消費生活センター(南足柄市役所内)
☎ (71) 0163