

2023

1

No.788

一人ひとりが主役！魅力育む

S A T O
里都

まち
広報

なかい

ぬくもりとやすらぎのある里山と便利で快適な都市的環境が調和したまち

謹 賀 新 年

Happy New Year

Pick up!
P.2-3

2023年
年頭のごあいさつ

2023年 年頭のごあいさつ



中井町長
戸村
裕司

●新年の一文字への思い

「応える町政で中井が変わる」をモットーに町政運営に取り組みます。「応」には公僕として町民の皆さまを「応援」する気持ちも込めました。



中井町議会議長
井上
泰弘

●新年の一文字への思い

「明」は、光があふれた輝かしい情景を連想させます。コロナ渦・物価高・円安などが改善し、明るいな年になることを願っています。

目次

2-3	2023年 年頭のごあいさつ
4-11	里都まちニュース
12-16	インフォメーション
17	新着図書 俳句
18	里都まちレポート

中井町の薬剤師による

暮らしの健康講座 vol.35



今回は
薬局と薬剤師の
おすすめ活用方法
について話します!

なかいまち薬局
うるしばたしゅんすけ
漆畑 俊哉 薬剤師

新年明けましておめでとうございます。

さて今回は薬を渡すこと以外で何をしているのかよくわからない、調剤薬局と薬剤師のおすすめの利用方法です。

■市販薬を買うときのお薬相談

「セルフメディケーション」といって、ちょっとした体調不良のときは、市販薬を上手に使う方法を国が推奨しています。安心・安全なセルフメディケーションのため、お薬をお求めの際は薬剤師に相談ください。無料です。

■健康相談

以下のような健康サポートを受けられる薬局があります。

- ・長続きが難しい禁煙のサポート
- ・調理方法・食事のバランスについてなどの食事サポート
- ・薬の管理・飲みやすい薬に変更など介護にまつわるサポート

薬局・薬剤師はお薬を渡すことが目的ではなく、皆さまの健康な生活を確保することを目的としています。弊社でもまだまだ至らない点がたくさんありますが、店舗での健康サポートを中心に、情報を発信し、多くの方に健康になっていただけるよう引き続き努力いたします。また、町民の皆さまの健康の維持・向上のため、薬剤師や薬局を気軽に利用ください。

薬局と薬剤師のおすすめ活用方法について、更に詳しく知りたい方はこちら!→



町長の年頭メッセージがテレビ放送されます。(放送日時は変更になる可能性があります。番組表などでお確かめください。)

●テレビ神奈川特別番組「2023てれび年賀状～市町村新春挨拶～」(3ch) 1月1日(日) 7時～7時40分

●湘南ケーブルネットワーク 湘南チャンネル新年特別番組「首長に聞く～2023年の抱負～」(CATV002ch)

1月1日(日) 8時～8時25分 1月2日(月) 6時～6時25分、12時30分～12時55分

1月3日(火) 8時30分～8時55分、16時30分～16時55分

「中井町は、よく『何もないとろ』と言われます。けれども、きれいな空気、豊かな自然、ゆったりとした時間の流れ、そして人々のやさしさ、現代社会で生きていく中で忘れてしまったものが、ここにはあります。」

ちょうど30年前、平成5年刊行の「中井町勢要覧」にこう書かれています。わたしは20年と少し前、農村環境改善センター図書室で、この謙虚で誠実な一文と出会い、これが中井町に移り住む後押しとなりました。

新年あけましておめでとうございます。

町民の皆さまにおかれましては、おだやかに新年をお迎えのことと存じます。昨年10月末の選挙で、皆さまから望外の信託を賜り、町政を担わせていただくこととなりました。この新たな年、与えられた使命を改めて身に刻みつつ迎えております。

本町は、決して「何もないとろ」ではありません。第六次中井町総合計画のキーワードである「里都まち」に表されるよう、多様性を持ち、「現代社会で生きていく」ために必要なものはすべてある、その可能性を内包した町です。それらを皆さまと協働し、100%見出し、手を入れながら、皆さまの幸せを第一に町政に取り組んでまいります。

また、本町では、高齢化や人口減少、移動や買い物などさまざまな課題があります。緊急性の高いものから取り組むべく、早速12月議会では、価格高騰により負担が増大している農業者への臨時営農継続支援を含む補正予算を議決いただきました。小児医療費無償化は18歳に達した年度末までに拡大、「買い物便」はオンデマンドバスを乗り合い利用する地域グループへの支援を始めます。ゆくゆくは新たな税収源ともなるインター周辺の土地区画整理、土地改良の2事業は年度内の認可を目的としています。関東大震災で生まれた震生湖は誕生100年の節目を迎えますが、防災減災に力をそそぐべく、町民防災モニター事業にも着手します。何よりも、温かく明るい、町民の皆さまに喜ばれる、活気ある町役場を職員とともに作るため、「応える町政」を旗頭に、皆さまのお声に「迅速・正確・親身」を心がけ対応するよう徹底します。

コロナ禍4年目を迎える第8波の真っ只中での年明けですが、引き続き、感染対策にご留意いただきながら歩んでまいります。

新年明けましておめでとうございます。

町民の皆さまには、輝かしい令和5年の新春を健やかに迎えることと心よりお喜び申し上げます。また、議会活動に対し、深いご理解とご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

昨年の6月定例会において、議長という大役を仰せつかり、その責任の重さを認識しつつ、気持ち新たに議会運営に取り組み、中井町の発展のため全力を注いでいく所存であります。

11月には町長選挙が行われ、新町長が誕生し、新しい指導者のもと、新たなまちづくりがスタートしております。そのよな中、新型コロナウイルス感染症は、未だに収束の兆しが見えない状況であります。今後も、感染拡大防止の取り組みへのご協力をよろしくお願い申し上げます。また、昨年、議員発議により「ロシアによるウクライナ侵略に断固抗議する決議」を全会一致で可決したところですが、戦争の終結が見えない中、原油高・円安などで日本経済にも大きな影響を与えています。

さて、人口減少・少子高齢化社会の到来において、町づくりは斬新な発想を必要としており、今まさに生き残りをかけた正念場を迎えています。行政の役割は、自主性および自立性の向上が求められ、従来に増して重要になっています。

町では、都市づくりの20年後の目標である「中井町都市マスタープラン」を現在改定中であります。町の政策形成や実施に多面的に参画し、意思決定する議決機関として、議会の果たす役割はますますその重要性を増しています。私たち議員も、二元代表制の下での役割を踏まえ、行政と常に緊張ある関係を保ちながら、町民の代表としての責務と役割を自覚し、中井町の明るい未来のために、決意を新たに議会活動に取り組みで行く所存でありますので、変わらぬご支援、お力添えを賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が町民の皆さまにとって、より良い年となりますようお祈り申し上げ新年のご挨拶とします。

ご存知ですか？地域の身近な相談役

民生委員・児童委員、主任児童委員

民生委員・児童委員とは

地域福祉をサポートする身近な相談相手であり、地域住民と関係機関をつなぐパイプ役です。

地域の推薦をうけ、厚生労働大臣の委嘱を受けた、特別職の地方公務員(非常勤)になります。任期は3年で、ボランティアとしての活動のため、給与の支給はありません。

現在中井町では、地区担当として23人の民生委員・児童委員が活躍しています。

主任児童委員とは

児童福祉に関する活動を専任で行います。地区担当の民生委員・児童委員や、関係機関との連携で、地域の子どもたちが健全に育つための活動を行っており、現在は中井地区と井ノ口地区の担当として2人の主任児童委員が活躍しています。

民生委員・児童委員の証

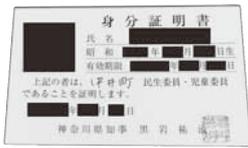
民生委員・児童委員の自宅には門標が掲げてあり、ご家庭を訪問する際には、名札と身分証明書を携帯しています。見知らぬ人が訪問し、「民生委員・児童委員」を名乗った場合は、身分証明書をご確認ください。



門標



バッジ



名札

あなたの地区の民生委員・児童委員です！ 順不同、敬称略

【任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日】

一斉改選が行われ、新しい民生委員・児童委員および主任児童委員が決まりました。
※氏名の前に☆印は新任、◎印は主任児童委員、括弧内は担当地区です。



おがわ あいこ
☆小川 愛子
(五所宮・久所)



かねこ たけし
☆金子 健
(大久保)



やまだ まさこ
☆山田 政子
(鴨沢)



かとう さちこ
☆加藤 幸子
(比奈窪・岩倉)



さかい しづこ
酒井 志津子
(藤沢)



とよどめ よしひろ
☆豊留 義博
(遠藤)



よしの ようこ
☆吉野 陽子
(古怒田)



こばやし えみこ
☆小林 江美子
(松本上・下)



あいはら こういち
☆相原 晃一
(境原)



さかうえ ひであき
☆坂上 秀昭
(北田)



いしなべ かつお
石鍋 勝夫
(半分形)



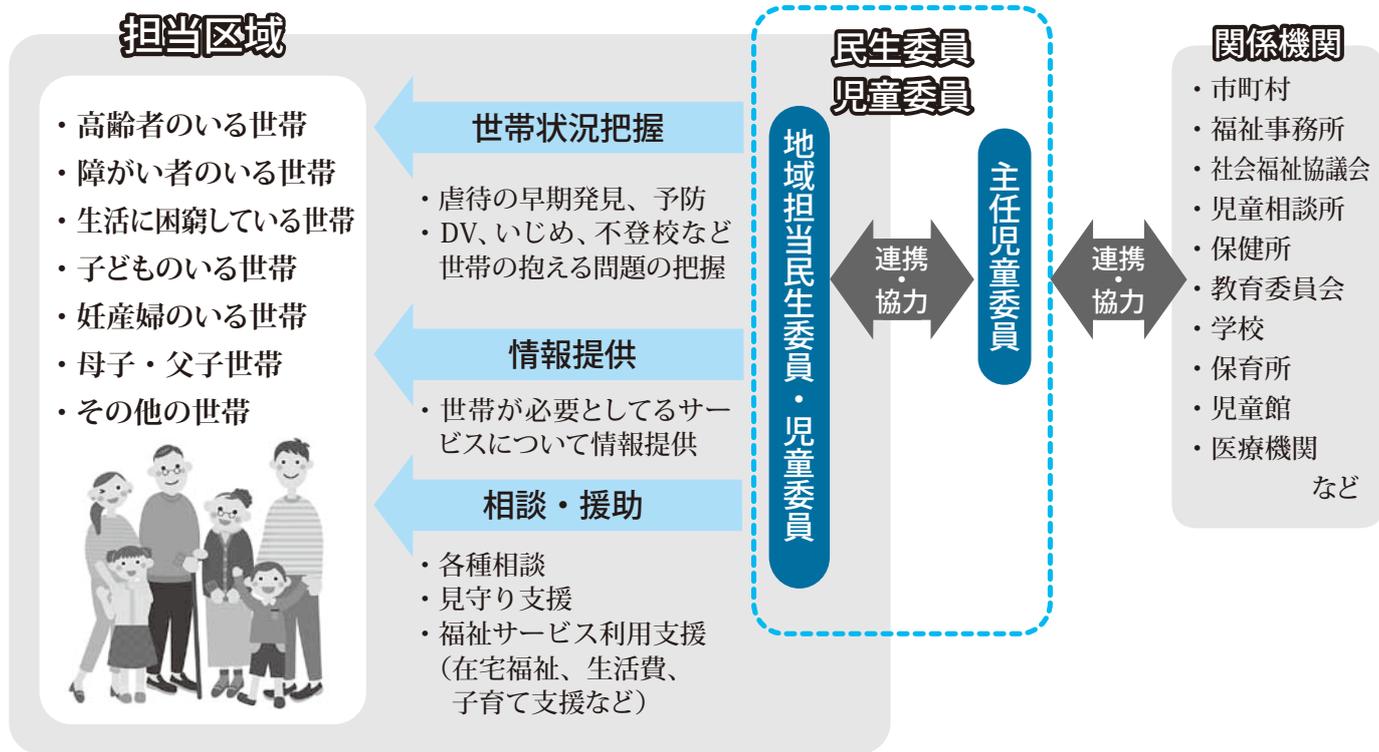
かしわざい そのえ
柏木 園恵
(雑色)

問合せ

福祉課 ☎(81)5548

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動について

地域の皆さんの生活や介護の相談など、あらゆる方向から支援が受けられるよう、行政や関係機関と連絡調整を行い、問題解決に向けてお手伝いをします。また、民生委員・児童委員、主任児童委員には守秘義務がありますので、相談内容や秘密は固く守られます。



にしお みかこ
◎西尾 美嘉子
(井ノ口地区)



むらやま まゆみ
村山 真由美
(遠藤原)



ふるや みつこ
☆古屋 光子
(宮原旧県道西)



ながい ひろあき
☆永井 公昭
(宮向)



おいかわ はるお
☆及川 春男
(本境・境別所)

改選により退任された方々は次のとおりです。長い間、地域福祉の向上にご尽力をいただき、ありがとうございました。

- 権守 幸子 (比奈窪・岩倉)
- 山口貴美江 (松本上・下)
- 須藤かほる (鴨沢)
- 尾尻 恭子 (古怒田)
- 石塚 悦子 (大久保)
- 上遠野明子 (遠藤)
- 川口 恒巳 (北田)
- 小野ふみ子 (五所宮・久所)
- 石井 伸吉 (境原)
- 相原 啓一 (本境・境別所)
- 早田恵美子 (下井ノ口)
- 朝倉 千恵 (北窪)
- 小杉 綾子 (宮向)
- 阿部山啓悦 (宮前)
- 信國由紀子 (宮上・葛川)
- 真間 益雄 (宮原旧県道西)
- 西山 敏明 (宮原旧県道東)
- 川口恵美子 (五分一)



かわぐち ゆみこ
☆川口 裕美子
(五分一)



はやかわ じゅんこ
早川 淳子
(砂口)



よしの こと
☆吉野 とも子
(宮前)



やまぐち たかはる
☆山口 隆治
(下井ノ口)



そが まさよ
◎曾我 雅代
(中村地区)



いのうえ ゆみこ
☆井上 由美子
(宮原旧県道東)



こみや ちえこ
☆古宮 千恵子
(宮上・葛川)



かしわばら じゅんこ
☆柏原 順子
(北窪)

これからでもできる！

フレイル予防！

※フレイル予防ハンドブックを参照・抜粋

(監修：飯島勝矢(東京大学高齢社会総合研究機構))

問合せ

健康課 ☎(81)5546

感染症による自粛生活が続いたことよって、人とのつながりやさまざまな活動を制限されただけでなく、心や身体の健康への影響が心配されています。こうした心配の改善には、「十分な栄養摂取」「適度な運動で体力づくり」「積極的な社会参加」を図ること、すなわち「フレイル予防」が効果的とされています。

「もしかして、わたしってフレイル…？」と少しでも感じた方は、今からでも遅くはありません。ぜひ、ここで紹介する内容に目をとおしていただき、フレイル予防を生活の中に取り入れてみましょう！

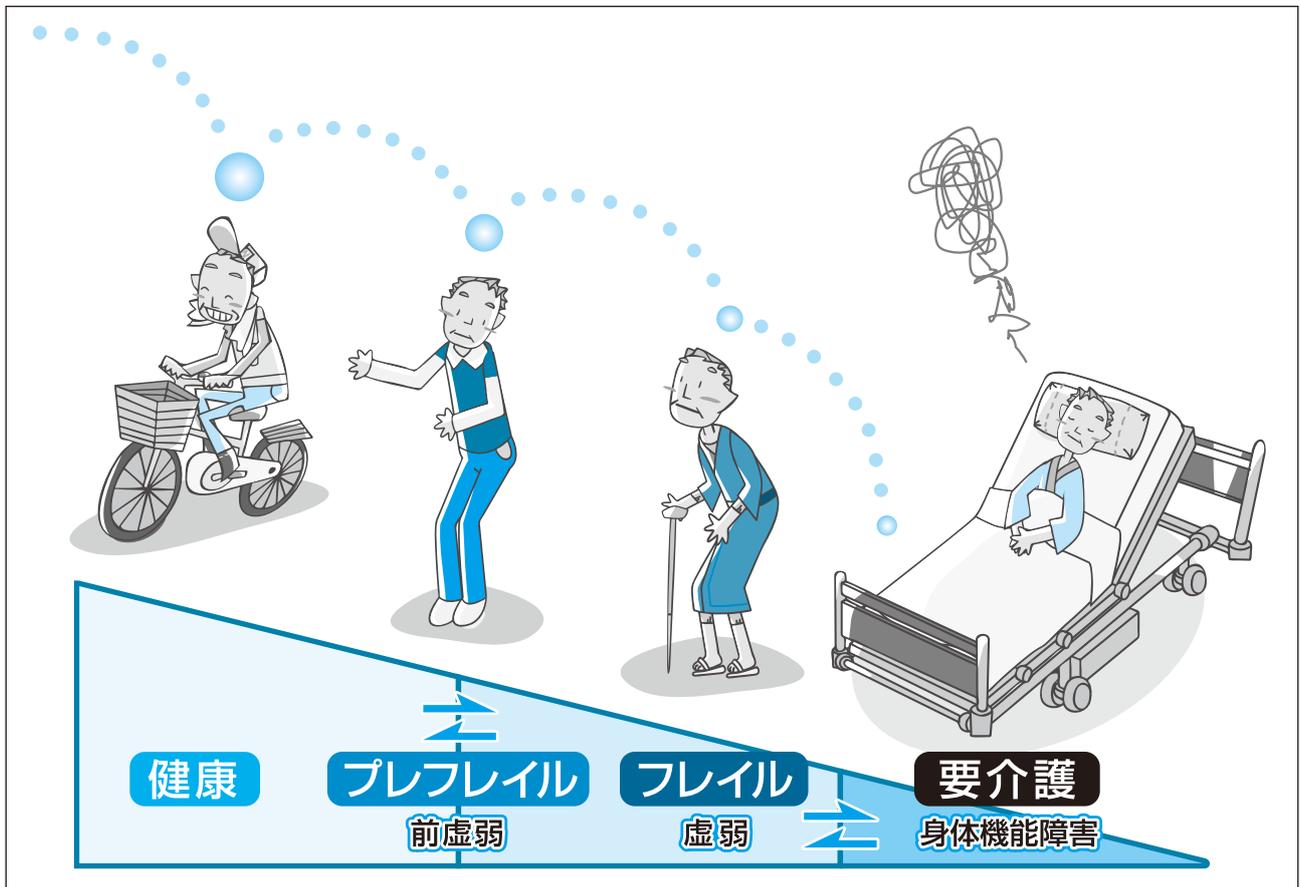
そもそもフレイルとは

年齢を重ね、さまざまな機能（筋力、活動性、認知機能、精神活動など）の低下により、**健康障害を起こしやすい虚弱状態**のことを「フレイル」といいます。多くの場合、このフレイルの状態を経て要介護状態に移行すると考えられています。

元気なうちに意識して
フレイル予防に
努めましょう！



フレイルは「健康」と「要介護状態」の真ん中の状態です



あなたのフレイル度を確認！

「フレイルチェック」に参加しよう！

皆さんのフレイルの兆候を確認する方法として「フレイルチェック」という測定方法があります。フレイルチェックでは、11の質問でフレイル状態を確認する「イレブンチェック」をはじめ、普段なかなか測定することができない「体組成測定」「滑舌測定」などの計測を行い、より詳しくフレイル状態の確認を行うことができます。

それぞれの測定は、緑色のTシャツを着た「なかいフレイルサポーター」が皆さんの測定のお手伝いをしてくださいます。サポーターさんたちと一緒に、楽しくチェックを試みましょう！

○体組成測定

手足の筋肉量を測定し、フレイルの原因の一つでもあるサルコペニア（加齢により筋肉が減少した状態）のリスクを判定します。

○滑舌測定（パタカチェック）

お口の健康度を測定するため、専用機器を使った滑舌のレベルを確認します。この測定では、機械に向かって「タ」と「カ」をそれぞれ5秒間繰り返して発音し、回数をカウントして、皆さんの「お口」の状態を判定します。

○その他にも

「握力測定」や「片足立ち上がり」などさまざまな測定種目をおして、フレイル状態の確認を行います。



滑舌測定



体組成測定



握力測定



チェックシートによる測定



フレイル予防教室

「フレイルについてもっと知りたい」「元気なうちからフレイル予防に取り組みたい」という方に向けて、町では「フレイル予防教室」を開催しています。まずはご自身のフレイル度を確認してみましょう。

時 ①2月27日（月） ②3月1日（水） 場 ①井ノ口公民館 ②農村環境改善センター

内 いずれも9時30分～11時30分（受付9時10分）

内 フレイルチェックの実施、フレイルの予防について

費 無料 定 10名（先着順）

物 室内履き、水分補給用の飲み物

申 2月21日（火）までに健康課に電話、または、町ホームページの申し込みフォームからお申し込みください。



令和4年度実施中のフレイル予防に役立つ介護予防講座

あなたにあった方法で、フレイル予防に取り組みましょう。

転倒骨折予防教室

時 毎月第2金曜日 10時～11時

場 保健福祉センター

内 体操のほか、ストレッチや脳トレなどの運動メインの教室

和太鼓フィットネス

時 毎月第3水曜日 10時～11時

場 境コミュニティセンター

内 和太鼓を使い、認知症予防に効果的な

デュアルタスク（2つの課題を同時に行

う）のプログラムを行う教室

申 事前申込制です。毎月1日にその月の参

加受付を行います。詳しくは健康課また

は町ホームページをご確認ください。



確定申告書の提出・納付はお早めに

申告期間は2月1日(水)～3月15日(水)

確定申告書作成会場について

小田原税務署では、2月1日(水)～3月15日(水)の申告期間中、所得税および復興特別所得税、個人消費税の確定申告書作成会場を次のとおり開設します。

場所

小田原税務署 (小田原市荻窪440)

受付時間

8時30分～16時 (相談は9時～17時)

※土・日・祝日は開設しません。

ただし、2月19日(日)、26日(日)は開設します。

※3月中は混雑しますので、2月中にご来場ください。

※駐車場の混雑が見込まれます。公共交通機関をご利用ください。

※還付申告については、2月1日(水)より前でも受け付けています。

新型コロナウイルス感染症予防対策

◎申告書作成会場においては、混雑回避のために「入場整理券」を配布します。なお、整理券の配布状況に応じて、後日の来場をお願いするごこともあります。また、整理券は、下記の国税庁LINE公式アカウントによる事前発行で入手することも可能です。



◎できるだけ来場は避け、スマートフォンなどを利用した「LINE」により確定申告を行ってください。体調のすぐれない方は、来場をお控えいただくようお願いいたします。

所得税・個人消費税・町県民税申告書作成相談会 ～税理士による無料申告相談～

税理士が申告相談を行い、申告書を作成して提出できます。

開催予定日	会場	所在地	時間など
1月31日(火)	箱根町役場(本庁舎4階会議室)	箱根町湯本256	【相談】 9時30分～16時 (12時～13時を除く)
2月2日(木) 2月3日(金)	小田原市川東タウンセンター マロニエ(3階マロニエホール)	小田原市中里273-6	
2月6日(月)	中井町役場(3階大会議室)	中井町比奈窪56	【受付】 各会場15時まで
2月7日(火)	大井町生涯学習センター(2階会議室) 【大井町・開成町・松田町合同開催】	大井町金子1995	
2月8日(水) 2月9日(木)	南足柄市役所 (5階大会議室・501号室)	南足柄市関本440	 事前申込みサイト
2月10日(金)	山北町立生涯学習センター (2階会議室)	山北町山北1301-4	
2月13日(月)	湯河原町役場(3階会議室)	湯河原町中央2-2-1	
2月16日(木) 2月17日(金) 2月20日(月)	真鶴町民センター (1階機能回復訓練室)	真鶴町岩172-8	【相談】 9時～16時 (11時～13時を除く)

問合せ

小田原税務署 ☎(35)4511
税務町民課 ☎(81)1113

- 申告に必要な書類、マイナンバーに係る本人確認書類などをご持参ください。
また、前年の申告書の控えおよび税務署から送付された「確定申告のお知らせ」はがきをご持参ください。
- お住まいの地域以外の会場も利用できます。
- 確定申告書などの提出のみの場合は、直接税務署にお持ちいただくか、郵送にてご提出ください。
- オンラインで事前申込は、1月6日(金)から可能です。電話での受付は行っていません。
オンラインによる「事前申込みサイト」のお問合せ：☎050(3196)3904(受付時間：平日10時～16時(12時～13時除く))
- 入場整理券を配布しますが、相談人数に達した場合は、時間内でも受付を締め切ります。

確定申告書の提出方法について

申告相談会で確定申告書を作成する場合、税務署への提出方法が電子データでの提出に変更となりました。これにより、確定申告書とともに預かりしていた添付書類は、相談時に確認後お返しし、ご自身で5年間保存していただくこととなります。

また、電子データでの提出に際し、国税庁が発行する「利用者識別番号」が必要となります。すでにお持ちの方は、利用者識別番号がわかるものをご持参ください。お持ちでない方は、申告相談会場で取得していただきます。

◎作成した確定申告書の控えは、従来どおり紙でお渡しします。

◎町県民税申告の方は従来どおり添付資料をお預かりします。

◎窓口での提出のみの方は、添付資料が必要です。

国税の納付について

国税の納付は、振替納税や電子納税(e-Tax)をご利用ください。納付書で納付される場合は、お近くの金融機関で必ず次の納期限までに納付してください。

・所得税および贈与税 3月15日(水)

・個人事業者の消費税および地方消費税

3月31日(金)

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入されている方へ

ご自身の健康に対する関心を深め治療に必要とした医療費や診療日数などを確認いただくため、保険診療で医療機関などを受診した方に医療費の通知を送付しています。

◎国民健康保険に加入の方

令和4年受診分の医療費通知を2回に分けて送付します。

・1月～10月受診分…令和5年1月中旬

・11月～12月受診分…令和5年3月上旬

◎後期高齢者医療制度に加入の方

令和4年受診分の医療費通知を2回に分けて送付します。

・1月～11月受診分…令和5年2月中旬

・12月受診分…令和5年3月中旬

※保険診療の仕組み上、12月診療分の情報が確認できるのは、最短でも診療月の翌々月(2月)であるため、確定申告期間終了後に届く可能性がありますのでご了承ください。

※確定申告の際、医療費通知に反映されていない分の医療費については、領収書に基づき別途「医療費控除明細書」を作成する必要があります。

※国民健康保険に加入の方で、ご事情により医療費通知を希望されない場合は、税務町民課までお申出ください。

(後期高齢者医療制度の医療費通知の問合せ先)

神奈川県後期高齢者医療広域連合

☎0570(00)1120

申告漏れのないように

注意しましょう。



社会保険料納付済額の通知の送付

令和4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)額の納付額通知書を令和5年1月下旬に送付します。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。

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「公的年金などの源泉徴収票」をご利用ください。

その他、確定申告の相談会場

青色申告会による確定申告指導会

小田原青色申告会では、確定申告会場を開設し、申告指導を行います。なお、新型コロナウイルス感染症拡大の安全策として会場の利用は「事前申込制」となります。

時 2月1日(水)～3月15日(水)

9時～16時

(期間中の土・日・祝は休業)

場 青色会館3階大ホール

(小田原市本町2-3-24)

費 年金・給与所得のみの未会員の方は、本年度は1人につき2,000円の会場利用料が必要となります。

申 来場申込みは専用サイトからの事前申込みが必須となります。詳細は青色申告会ウェブサイトをご確認ください。

問 (公社)小田原青色申告会

☎(24)2611(代表)

HP <https://www.aoiro-odawara.com/>



里都まち♡掲示板



参加者で記念撮影（前列左から一人目）



世界遺産も観光

◆スペインのサッカー合宿に参加しました！
 中村小学校に通う、中西健太さん（5年）が、10月31日～11月9日の10日間、サッカーのスペイン1部リーグ・バルセロナが現地で主催する合宿「バルサエリートプログラム」に参加しました。本場仕込みのサッカーを体験し、その感想を寄せていただきました。

●合宿の思い出
 本格的なサッカーグラウンドで、さまざまな地域の選手と練習ができて、学ぶことが多くありました。また、スペイン代表のペドリ選手に会えたことも、とても嬉しかったです。

●合宿に参加前後の変化
 パス出したあとの動きなど、参加前は苦手だったサッカーの基本的な動きが上達し、自信を持ってプレーができるようになりました。

●将来の夢
 プロのサッカー選手になりたいです。海外で活躍し、誰にも負けない選手になりたいです。



町民の皆さんの投稿コーナーです。
 サークルなどの部員募集や近所情報など、写真付きで掲載します。
 ご自身のちょっとした自慢やすごい友達の紹介など、気軽に申込みしてください。
 詳細はホームページでご確認ください。
 次の締め切り：2月1日（水）
 問 地域防災課 ☎（81）1110



第41回小学生の税の書道展

（公社）小田原青色申告会主催「第41回小学生の税の書道展」が開催され、数ある作品の中から中井町の小学生2人が特選を受賞しました。（敬称略）

問合せ
 税務町民課 ☎（81）1113



中井町長賞
 中村小6年
 野口 紗良



中井町長賞
 井ノ口小3年
 石田 紗弥香

健康・相談・案内・募集
スポーツや催しなどの
情報をお届けします。
新型コロナウイルスの感染・拡大
防止のため、掲載の行事などを
中止・延期させていただく場合が
あります。予めご了承ください。



健康

タイトルに※がついている事業は令和4年度
健康カレンダーと併せてご覧ください

※3〜4か月・7か月児健康診査

時 2月7日(火)受付12時45分〜13時
場 保健福祉センター2階診察室ほか
対 3〜4か月児(令和4年9月7日〜
11月7日生まれ)

時 7か月児(令和4年5・6月生まれ)
場 保健福祉センター1・2階集会所
対 健康課 ☎(81)5546

※幼児歯科教室・幼児歯科健康診査

時 2月8日(水)受付9時〜9時15分
場 保健福祉センター3階集会所
対 幼児歯科教室

時 1歳児(令和4年1・2月生まれ)
場 保健福祉センター1・2階診察室ほか
対 幼児歯科健康診査

時 2歳児(令和3年1・2月生まれ)
場 保健福祉センター1・2階診察室ほか
対 2歳6か月児(令和2年7・8月
生まれ)

時 健康課 ☎(81)5546

新型コロナワクチン集団接種のご案内

1月に開催する集団接種は下記のとおりです。

時 ①1月21日(土)、②1月22日(日)

9時〜12時、13時30分〜16時30分

場 農村環境改善センター

内 オミクロン株対応ワクチン使用

物 接種券一体型予約票、予防接種済証、身分証明書、お薬手帳(お持ちの方)

他 両日とも予約が必要です。

予約については、送付した接種券に同封した案内をご覧ください。

5回目を接種する65歳以上(一部を除く)の方は、事前に予約を割り当てています。

問 健康課ワクチン接種推進チーム ☎(81)2710



※3歳児健康診査

時 2月15日(水)受付13時〜13時15分
場 保健福祉センター2階診察室ほか
対 令和元年11・12月・令和2年1月生
まれ

申 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
い場合はご連絡ください)

問 健康課 ☎(81)5546

※離乳食講習会

時 2月22日(水)9時30分〜12時
受付9時15分

場 保健福祉センター2階調理実習室ほか
内 栄養士による講義、実習、試食
対 4〜8か月児の保護者

定 8名 費 350円(食材料費)

物 母子健康手帳、エプロン、バスタオル
(託児用)、米1/2カップ

他 託児あり

申 問 2月15日(水)までに

健康課 ☎(81)5546

相談

もの忘れ・認知症相談

認知症(若年性認知症含む)につい
て不安や悩みを持つ方やご家族など
を対象に、医療受診の必要性や対応
方法について専門医が相談を受け
ます。

時 1月25日(水)13時30分

※1人1時間程度(予約制)

場 小田原保健福祉事務所足柄上センター
足柄上合同庁舎4階

申 問 足柄上センター 保健予防課
☎(83)5111内線432

町長相談

時 1月26日(木)9時〜11時

場 役場2階町長応接室

内 町政に関する意見や相談

申 問 1月19日(木)までに

総務課 ☎(81)1111

女性の健康相談

妊娠・出産・更年期など女性特有の
心と身体の症状や悩みについて、女性
専門医による無料個別相談を実施し
ます。一人で抱え込まず、お気軽にこ
相談ください。

時 2月7日(火)13時30分〜15時

※1人30分程度(予約制)

場 小田原保健福祉事務所足柄上センター
足柄上合同庁舎本館4階診察室ほか

申 問 1月31日(火)までに

足柄上センター保健福祉課
☎(83)5111内線467

りあん出張相談

時 2月7日(火)14時〜16時

場 保健福祉センター3階工作室

内 「相談支援センターりあん」による
障がいに関する相談

問 福祉課 ☎(81)5548

認知症に関する相談

もの忘れが多くなったと感じたり、
「認知症では？」と気になるような行
動や体調の変化に気づいた方、お気軽
にご相談ください。接し方や対応方法
など、ご家族からの相談も受け付けま
す。

時 2月15日(水)9時30分〜15時

場 保健福祉センター1階

地域包括支援センター

申 問 前日までに地域包括支援センター
☎(81)2441

健康相談

時 2月16日(木) 9時30分～11時30分
場 保健福祉センター

内 保健師・管理栄養士による病気の
予防や健康づくりに関する相談
申 前日までに健康課☎(81)5546

子育て相談室

お子さんの言葉の発達や、子育てに
おける不安や悩み事など、経験豊かで
温かな講師に相談してみませんか。

時 2月16日(木) 9時30分～12時
場 子育て支援センター

対 町内在住の子育て中の保護者

講 東方郁子氏
申 2月10日(金) までに
子育て支援センター☎(81)3365

心配ごと相談

時 2月20日(木) 9時30分～11時30分
場 保健福祉センター3階工作室

内 日常生活での悩みや、心配ごと相談
問 社会福祉協議会☎(81)2261

※育児相談(健康ポイント対象事業)

妊娠中のことや育児に関する相談
を保健師、管理栄養士がお受けしま
す。

時 2月21日(水) 9時30分～11時
場 保健福祉センター2階

対 妊婦さんとその家族・就学前の子と親
物 母子健康手帳、バスタオル

申 不要
問 健康課☎(81)5546

案内

12・1月分水道メーターの検針

時 検針期間：1月10日(火)～31日(火)
2か月に一度、検針員が各家庭な
どの敷地内において、メーターを検
針して使用水量を算出しています。

【ご協力ください】

- ①メーターボックスの上に物(車)を
置かないでください。
- ②犬はメーターボックスから離して必
ずつないでおいってください。
- ③メーターボックスの中をきれいにし
ておいってください。
- ④メーターボックス周辺の草刈りをお
願ひします。

他 右記の理由などで検針ができなかつ
た場合、お客さまにメーターを見
てもらい、指針を役場へ連絡してい
ただくことがあります。

問 環境上下水道課☎(81)3903

新春恒例 消防出初式

防火意識の啓発などを目的に、消
防出初式を開催します。
消防団員による分列行進や消防操
法、新春を彩る一斉放水などを、感
染対策をしつつ行います。
観覧される方は、感染対策にご留意
のうえ観覧ください。

時 1月14日(土) 10時～
場 中井中央公園南側駐車場
問 地域防災課☎(81)1110

臨時営農継続支援事業

肥料などの物価高騰による農業者
の負担を軽減するため、経費の一部
を交付し、営農継続を支援します。

【対象】 次の要件をすべて満たす方
①町内に住民登録がある個人、ま
たは町内に主たる事業所を有する
法人であり、営農している方

②令和3年の年間農産物販売金額
が50万円以上の方

【支援額】 上限10万円(1万円未満切捨)
令和3年分の所得税青色申告決算
書(農業所得用)、収支内訳書(農
業所得用) または決算報告書(法
人)に記載されている左記の経費の
1割

※経費のうち、肥料費、飼料費、
農薬衛生費、動力光熱費、荷造運
賃手数料の合計

【申請方法】

次の書類を持参または郵送。

- ①申請書(指定様式) および誓約書
- ②令和3年分の所得税確定申告書
などの写し

個人：令和3年分所得税青色申告
決算書(農業所得用) または収支
内訳書(農業所得用)の写し

法人：事業年度分の法人税確定申
告書、直近の決算報告書の写しお
よび製造原価報告書の写し

※e-Taxによる申告の場合、受信
通知(メール詳細)も必要です。

- ③振込先口座の通帳の写し
- ④令和4年4月1日以降も営農し
ていることがわかる書類の写し

【締切】 3月15日(水)

問 産業振興課☎(81)1115
HP 町ホームページ
ID 2354



地域通貨「きら」使い忘れていませんか

新型コロナウイルス感染症および
物価高騰対策の一環として、高齢者
と18歳以下の町民を対象に配布した
水色の「きら」の有効期限は2月28
日(火)です。期限内にご利用くださ
い。取扱店などの詳細は、町ホームペ
ージをご覧ください。

問 産業振興課☎(81)1115

HP 町ホームページ

ID 721



粗大ごみの搬入先が変わります
(家電リサイクル法)

家電リサイクル法に該当する粗大
ごみの搬入先が変わります。

【対象】 エアコン、テレビ、冷蔵庫、
冷凍庫、洗濯機、乾燥機

【変更前】

西濃運輸株式会社小田原支店
(小田原市西大友122-2)

【変更後】

西濃運輸株式会社小田原指定引取
場所(小田原市下大井660)

【変更時期】 1月5日(木)

問 環境上下水道課☎(81)3903

募集

自衛官募集

○予備自衛官補（一般・技能）
 応募資格

（一般）18歳～33歳

（技能）18歳以上で、保有する技能に応じ、54歳まで

受付期間

1月6日（金）～

○自衛官候補生

応募資格

18歳～32歳

受付期間

年間を通じて受付中

共通事項

受付期間、試験日、合格発表、入隊時期などについて詳細はお問い合わせください。

自衛隊小田原地域事務所

☎(24) 3080

小田原市栄町1-14-9

NTビル3階

テニススポーツ

テニスコート利用者会議

3月～5月の土・日・祝日（ナイターは除く）にテニスコートの利用を希望する団体間において、利用日の調整を行います。利用を希望する団体はご出席ください。

時 2月2日（木）19時～

場 農村環境改善センター2階研修室

問 生涯学習課 ☎(81) 3907

スポーツ振興くじ(toto・BIG)
 助成金で整備しました

独立行政法人日本スポーツ振興センターの助成金を活用して、中井中央公園多目的広場南側を芝生化し、散水設備を整備しました。ぜひ、ご利用ください。

問 まち整備課
 ☎(81)3901



健康づくりウォーク

ウォーキング講座を受講した皆さんが中心に活動しているウォーキングです。ウォーキング仲間を探している方やいつもと違うコースを歩きたい方など、ぜひご参加ください。

時 ①2月10日（金）13時30分～15時30分

②2月27日（月）13時30分～15時30分

場 ①【メガソーラー発電所方面】

井ノ口公民館玄関前集合

②【健康づくりコース（関山線）から

中井中央公園方面】

境コミュニティセンター玄関前集合

対 1時間30分程度のウォーキングができる方 費 無料

物 飲み物

他 雨天中止 申 不要

健康課 ☎(81) 5546

健康課 ☎(81) 5546

里都まち♡なかいノルディックウォーク

講師の指導、ポールの無料レンタルがあるので、初心者の方もお気軽にご参加ください。

時 2月18日（土）9時30分～12時

受付9時～

場 メガソーラー発電所方面

農村環境改善センター正面玄関集合

対 どなたでも。小学生以下は、保護者同伴。

定 先着20名（予約制） 費 無料

講（社）全日本ノルディック・ウォーク連盟 公認指導員 他

物 飲み物、マスク、運動できる服装、ポール持参可

申 2月16日（木）までに

生涯学習課

☎(81) 3907

HP 町ホームページ

ID 2231

QRコード

第77回足柄上地区一周駅伝競走大会

3年ぶりに大会が開催されます。中井町チームも上位入賞を目指して一生懸命走りますので、応援よろしくお祈りします。

時 1月29日（日）9時スタート
 足柄上合同庁舎をスタートし、中井町通過は10時30分～11時を予定しています。

(区間)	(中継所)	(通過予想時間)
1 区	足柄上合同庁舎	9時
2 区	山北駅前	9時25分
3 区	三菱ガス化学前	9時34分
4 区	下関本	9時46分
5 区	松田中学校前	10時5分
6 区	山田総合グラウンド入口	10時24分
7 区	中井町役場前	10時42分
ゴール	足柄上合同庁舎	11時23分

他 当日、町内の一部区間（鴨沢～役場）を一時的に交通規制します。

問 中井町スポーツ協会事務局
 生涯学習課 ☎(81) 3907



講座

親子お菓子づくり教室

親子で楽しくバレンタインのお菓子を作ってみませんか。

時 2月4日（土）10時～13時

場 井ノ口公民館調理実習室

対 小学生と保護者

定 12組

費 1名500円（材料費）

講 宮代眞弓氏 家庭洋菓子研究家

物 エプロン、三角巾、ふきん

申 1月31日（火）までに

井ノ口公民館 ☎(81) 3311

1月の行事予定 Event schedule

- 1日 元日
- 2月
- 3火
- 4水 仕事始め
- 5木
- 6金
- 7土
- 8日 はたちのつどい
- 9月 成人の日
- 10火
- 11水 なかいほっとカフェ
- 12木
- 13金
- 14土 消防出初式、やさしい手芸教室①
- 15日
- 16月
- 17火 母親・父親教室②
- 18水 認知症に関する相談、シニア入門講座
- 19木 健康相談
- 20金 りあん出張相談
- 21土 新型コロナワクチン集団接種①
やさしい手芸教室②
- 22日 新型コロナワクチン集団接種②
母親・父親教室①④
- 23月 健康づくりウォーク(健康づくりコース)
- 24火
- 25水 わくわく広場(園庭開放)、育児相談
- 26木 町長相談
- 27金
- 28土 竹細工教室
- 29日 足柄上地区一周駅伝競走大会
- 30月
- 31火 母親・父親教室③

時 2月17日(金) 15時～16時30分
開場 14時30分

豊かな老後を送るために必要なものや、セカンドライフのお金に関することについて、金融経済の専門家に分かりやすくお話しいただきます。

足柄上地区消費生活行政合同講演会 「老後の生活設計のあり方」

物 色鉛筆
講 藤本きよみ氏
費 300円(材料費)
定 10名
場 井ノ口公民館工芸室

申 1月31日(火)までに
井ノ口公民館☎(81) 3311

おとなのぬり絵教室
色鉛筆を使って、色の合わせ方や重ね方などで素敵な作品を仕上げましょう。

時 2月10日、3月10日(金) 全2回
13時30分～15時
場 井ノ口公民館工芸室

問 なかいこども園☎(81) 1128
申 不要
他 事前の検温をお願いします。

物 帽子、タオル、水筒、着替え、マスク着用
場 ※雨天時はどんぐり棟遊戯室
および遊戯室

時 1月25日(水) 10時～11時
場 なかいこども園どんぐり棟園庭

場 園庭を開放し、未就学児の親子同士が交流できる場を支援します。(自由遊び)

わくわく広場

イベント

場 農村環境改善センター研修室
対 南足柄市・足柄上郡に在住の方
定 先着30名(予約制)
講 河合直美氏 金融広報アドバイザー
申 2月10日(金)までに
産業振興課☎(81) 1115

☒ kenkou@town.nakaikanagawa.jp

費 150円(喫茶代)
講 認知症ケア上級専門士 榎本誠一氏
(デイサービスセンター丸太の家)
申 1月31日(火)までに
健康課☎(81) 5546
地域包括支援センター
☎(81) 2441

場 環境コミュニケーションセンター
内 講話「認知症の理解、困りごとについて」、懇談

時 2月8日(水) 10時～11時30分
受付9時45分

認知症の方やご家族、地域の方などが認知症について理解を深めたり、交流ができる集いの場です。介護や認知症に関する相談もできます。

なかいほっとカフェ

公共施設電話番号(市外局番0465)

- 町役場(代表) ☎(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
- 足柄東部清掃組合(大井町) ☎(83) 1554
- 足柄上地区休日急患診療所(開成町) ☎(83) 1800



飲料水水質検査結果

先月実施した検査では、飲料水の水質に異常はありませんでした。詳細は、町ホームページか下記へお問い合わせください。

問 環境上下水道課水道班 ☎(81) 3903

高齢者の総合相談

(事前に電話連絡をお願いします)

介護に関する心配ごとや介護予防、生活に関するさまざまな相談

時 毎週(月)～(金) 8:30～17:15(土・日・祝日・年末年始を除く)

場 保健福祉センター1階 **問** 地域包括支援センター☎(81) 2441

教育相談

(予約不要、電話・電子メール相談可)

中学生までの教育に関する相談

時 毎週(月)～(金) 8:30～17:15

問 教育課☎(81) 3906 ☒ kyouiku@town.nakai.kanagawa.jp

たんぼ教室(井ノ口公民館内) ☎(80) 0080

電話で確認! 防災行政無線

防災行政無線の放送内容を電話で確認できます。

☎(81)1117へ発信⇒放送内容自動再生

4日前までの放送を聞くことができます。お聞き漏らしの際はご利用ください。

さらなる快適さと安心をご提供 (大規模修繕実施 最先端のICT機器導入)

介護老人保健施設 グレースヒル・湘南

\\ 全室に安心見守りセンサーを導入
お客様のプライバシーに配慮した運営に取り組みます。 //

長く安心して
お過ごしいただける
(長期入所)

1泊から利用可
(ショートステイ)

施設に通いで利用
(通所リハビリ)

自宅へ訪問サービス
(訪問リハビリ)

☎0465-80-3000

新規入所・短期・通所リハビリ・訪問リハビリ利用お問い合わせ下さい。



中井町松本1135-1

コースメニュー
初回1000円引き

泥配合のシャンプーで
ふわふわ

顔カット 1360円～

爪切り 550円～

シャンプー＆ブロー
トイプードル 2640円～

営業時間 10時から18時

中井町井ノ口2412-33

出張メニュー ご自宅に出張します。(町内限定)
(部分カット、爪切り、足裏・足回りカット、耳そうじ)

ご希望に合わせたお手入れメニューをおつくりしています。
ご相談ください。

ワンちゃんのシャンプー、トリミング

犬の美容室 MAKIRIKO



(予約電話070-1401-0402)

※お客様が安心してご利用できるよう一年以内に打たれている混合ワクチンと狂犬病ワクチンの接種証明書のご提示をお願いしています。

広告募集

広報なかいに広告
を載せてみませんか

【現在の空き状況】

縦65mm×横56mm×2箇所
(2色刷り)

【広告掲載料(1か月当たり)】

町内に事務所または事業所を
有する広告主 2,000円
上記以外の広告主 3,000円

詳細は町ホームページまたは下記までお問い合わせください。



問 地域防災課 ☎(81)1110



なかい里都まち
CAFE

★1月のイベントのお知らせ
アンダーキッチン(ハンバーガー、タコライス)
…1月17日、24日、31日(火)
ときどき ONIGIRI(おにぎり定食)
…1月18日(水)

営業時間 10時30分～16時
(ラストオーダーは15時30分)

※1月の定休日(新年は6日から営業)
10日、16日、23日、30日

電話 0465-20-7393
住所 中井町比奈窪580(中井中央公園内)



@LINEお友達登録で、
50円引きクーポンをプレゼント♪



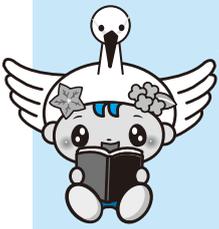
中井町建築組合

工事の事なら地元の
業者におまかせを!!

- 耐震工事
- 外壁塗装
- 内装工事
- 電気工事
- 屋根工事
- 外構工事
- リフォーム

- | | | |
|-----------|------------|----------|
| (有)岩本設備工業 | 川口塗装 | (有)かとう建築 |
| (有)及川板金工業 | 須藤建設 | (株)荘司工務店 |
| (株)小嶋板金工業 | (株)小島総業 | (株)峯尾鉄工所 |
| (有)福美塗装 | (有)中井電気 | (有)山本建設 |
| (有)丸伸板金工業 | (有)成川設備工業所 | |
| 早田板金工業 | | |

【連絡先】中井町井ノ口754 担当:加藤
☎0465-81-5824



今月の新着図書 New books

農村環境改善センター図書室 ☎ (81) 3907

◆一般書◆

- ・北条氏康 [3] 河越夜襲篇(富樫倫太郎)
- ・春いちばん(玉岡かおる)
- ・旬のカレンダー(旬の暮らしをたのしむ会)

◆児童書◆

- ・ピージョのごちそう祭り(川端誠)
- ・大名花屋
(監/神田伯山、文/石崎洋司、絵/吉田尚令)
- ・おさほうえほん(監/高濱正伸)

井ノ口公民館図書室 ☎ (81) 3311

◆一般書◆

- ・妖の絆(菅田哲也)
- ・全国温泉大全 湯めぐりをもっと楽しむ極意(松田忠徳)
- ・トースターで作れる! おうちで簡単本格パン(松尾美香)

◆児童書◆

- ・おせちのみんなあつまって!(作・絵/真珠まりこ)
- ・読書ってこんなに楽しいの!?
齋藤孝流とっておきの本の読み方(齋藤孝)
- ・アタックライン1 なりたいわたしになるために
(作/中松まるは、絵/かわいぢひろ)

多く貸し出されている本をピックアップ!

- ・百花(川村元気)
- ・店長がバカすぎて(早見和真)
- ・棘の家(中山七里)
- ・レジデンス(小野寺史宜)
- ・嘘つきジェンガ(辻村深月)
- ・汝、星のごとく(凧良ゆう)
- ・沈黙のパレード(東野圭吾)
- ・彼女の家計簿(原田ひ香)
- ・星屑(村山由佳)
- ・夜に星を放つ(窪美澄)

本の検索・予約はインターネットで♪

図書の検索や、おすすめの図書、貸出ランキングなどを見ることができます。図書の予約をすることもでき、貸出可能になったらメールでお知らせします。ぜひご利用ください!



販売のシフォンケーキと冬夕焼
佐竹真琴
焼き芋の売り場に「次は一時半」
與名本真生
売地とも空地ともなく草枯るる
石黒雅風
ああそうか君だったのか花八
岩谷五輪
花八ツ手振る手があれば振り返す
笹尾雅美
黄落やジュラ紀の息吹今もなお
水島すすむ
花柢鬼滅の香凛と咲く
池田ミツ子

ブラボーと言える春待つ八十才かな
城所孝子
十二月八日魚の骨が喉に棘
尾崎竹詩
丹沢の嶺々に日移る時雨かな
安藤泰彦
数え日や何もせぬ人そわそわす
長谷川昭放
むかし土橋令和旅人の十二月
足立和子
「戦」の字を選ぶ世相や年暮るる
八木和子

里都まち♡俳句

人口の動き

(令和4年12月1日現在の人口11月中の異動)

人口合計	9,072人(△1人)
男	4,530人(1人)
女	4,542人(△2人)
出生	2人
転入	24人
死亡	14人
転出	13人
世帯数	3,447世帯(1)

わたしの提案

町では、皆さんの意見や提案を町政に反映させる「わたしの提案」制度を取り入れています。町への提案がありましたら、提案箱やホームページにお寄せください。皆さんのご意見をお待ちしています。

●提案箱設置施設

- 中井町役場 農村環境改善センター
- 保健福祉センター 井ノ口公民館
- 境コミュニケーションセンター
- なかい里都まちCAFÉ



ゆつりいん

皆さんは、年末年始をどのようにお過ごしになりますか。私は毎年、駅伝を直接見に行こうと意気込みますが、寝坊して結局テレビの前でゆつくり応援しています。

初詣や買い物など、出かけた気持ちもあるのですが、人混みが苦手ということもあり、結局家のコタツでぬくぬくして正月を終えます。そんな私ですが、今年は東北で新年を迎えることになりそうです。どうやら降雪がとんでもないようので、毎日雪かきをすることになりそうです。この年になって初めての経験ができることは少し楽しみです。皆さんも年末年始を楽しんで過ごすため、体調の変化に気を付けて元気に過ごしましょう。(R)



11/19

パークゴルフで親睦



中井中央公園パークゴルフ場で、「第22回中井町自治会親善パークゴルフ大会」を開催しました。13自治会、22チームが参加し、腕を競い合うとともに、地域の親睦を深めました。大会の結果は以下のとおりです。(敬称略)

【優勝】宮上自治会 スコア計 210

相原政宏、飯山一二三、佐藤誠一、長嶋弘子

【準優勝】遠藤自治会 スコア計 216

金子敏明、加賀美悦子、加賀美良次、豊田節子

【第三位】五分一自治会 スコア計 221

清水洋一郎、坂井きよ子、宮川利夫、宮川光子

11/22

町長に勤労感謝の贈り物



木之花保育園の年長児の皆さんが手作りのメッセージカードとお花を持って町長の元に、勤労感謝を伝えに来てくれました。

町長からは、なかまるとなかい応援大使の「シナモロール」がデザインされたクリアファイルとなかまるのぬり絵をプレゼントしました。

12/6

選挙運営などに長年貢献



元中井町選挙管理委員会委員の早田保さん(下井ノ口)が、神奈川県選挙管理委員会表彰を受賞されました。

早田さんは、平成24年から8年間に渡り、中井町選挙管理委員会の委員及び補充員として、委員会の運営や各種選挙の公正な管理執行にご尽力されるとともに、明るい選挙の推進に積極的に努められました。

12/13

本格的なそば打ち体験



本格的なそばづくりを体験する「手打ちそば体験教室」を、井ノ口公民館で開催しました。

講師の相原洋さん(宮前)の指導の下、そば粉を練って茹でるまでの工程を一から学び、試行錯誤しながらも楽しみながらそばを打ちました。苦勞して作った甲斐もあり、つるつるとのど越しの良いおいしいそばができました。

町の最新情報をつぶやき中

中井町
公式

twitter

町の最新情報を直接届けます

中井町
公式

LINE

町の各種情報を掲載



中井町ホームページ

町のインスタ映えを撮影中
#なかい震生湖フォトコン2022夏秋中井町
公式

Instagram

町の最新情報を更新中

中井町
公式

facebook

里都まち
広報 なかい
をアプリで配信中

マチイロ