

6月は、町の花「ききょう」が咲きます！

町内の山野に広く植生しており、生命力が強い草花で、さわやかな姿が潤いのある町を連想させるとして、「町の花」に選定されました。（昭和52年9月1日制定）

特集
P2-4

東京オリンピック聖火ランナーを応援しよう！

目次

2-4	特集 聖火ランナーを応援しよう!
5-9	里都まちニュース
10	文化財あれこれ
11-14	インフォメーション
15	新着図書 俳句
16	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.16



今回は
適正な飲酒量
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

お酒にはストレスの解消、食欲アップ、動脈硬化の予防など、カラダだけでなく精神的にも様々な「効能」があります。しかしながら、飲み過ぎると二日酔いに悩まされたり、体調を崩してしまう場合もあります。

厚生労働省が推進する国民健康づくり運動「健康日本21(第二次)」によると、**節度ある適正な飲酒量は1日あたり純アルコール20gとされています。**なお、アルコールの分解速度には性差があるとされており、女性は1/2～2/3程度が望ましいと考えられています。また、**空腹のときにお酒を飲むと、胃の中に食べ物が何もいないため、酔いがまわるのはやくなりますので、食事といっしょにお酒を飲むことも大切です。**

健康的な飲酒は、適正な飲酒量をコントロールすることです。無茶な飲み方は避け、節度を守りお酒を楽しみましょう。なお、飲みすぎってしまった後の二日酔いが辛いときは、薬局へ気軽にご相談ください。

○純アルコール20gに相当する酒量 (参考)

- ・ビール：中瓶1本(500mL)
- ・日本酒：1合(180mL)
- ・ウイスキー：ダブル1杯(60mL)
- ・焼酎(25度)：グラス1/2杯(100mL)
- ・ワイン：グラス2杯弱(200mL)
- ・チューハイ(7%)：缶1本(350mL)

適正な飲酒量について、
更に詳しく知りたい方はこちら!→



東京オリンピックピツク2020 中井町を代表して走る 聖火ランナーを 応援しよう!

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、
聖火リレーが中止・内容が変更になる場合があります。

3月25日(木)の福島県を皮切りに、121日間をかけて日本全国を巡ります。約1万人のランナーが聖火をつなぎ、7月23日(金)、新国立競技場で行われる開会式において、聖火台に点火され、大会終了まで燃え続けます。

神奈川県では、6月28日(月)～30日(水)の3日間にわたり15の市町において聖火リレーが実施されます。残念ながら中井町は走行ルートに入っていませんが、喜ばしいことに中井町から聖火ランナーが選ばれましたので、紹介します。

問合せ

企画課 ☎(81)1112

Hope Lights Our Way 希望の道を、つなごう。



聖火ランナーに選ばれた倉橋さんにその思いや意気込みなどをインタビューしました。(P3~4)



くらはし
倉橋

りょういち
良一さん

(雑色)

プロフィール

昭和37年中井町雑色生まれ。
現在も町内に在住し、町内に事業所を持つ情報通信関係の仕事に就いています。

町での活躍

五所八幡宮の例大祭で神輿の担ぎ手や式典の楽人など、地域の伝統を守るほか、消防団員として地域を災害から守る役割を担っています。

趣味

以前はテニスやウインドサーフィン。
最近では、6年前に本格的に始めた野菜の栽培に熱中しており、年間を通して農作業に取り組んでいます。

走行日

6月30日(水)

走行ルート

横浜市内の約200m

(沿道の密集を避けるため、どのランナーがどこを走るかは、各区間のスタート30分前に明らかになります。)

※感染症の拡大状況によっては内容が変更になる場合があります。

— 倉橋さんにとってオリンピックとはどういうものですか。 —

前回の東京オリンピックの時は私はまだ2歳だったため、当時の記憶はありません。今回の東京オリンピックは、物心付いてから日本で開催される初めての夏季オリンピックとなるので、一生に一度、特別なものを感じます。

— 聖火ランナーになりたいと思った動機を教えてください。 —

ギリシャのアテネで採火された聖火が日本に渡り、47道府県を4ヶ月かけ、1万人のランナーが聖火をつなぐ一大イベントです。その中の一人として、聖火をつなぐことに貢献できればと思い応募しました。

— 聖火ランナーに決まった時どのような心境でしたか。 —

会社でトイレに入ってる最中、携帯に知らない番号からの着信があり、出てみると神奈川県実行委員会の女性の方からの電話で、興奮した声で「倉橋さん、聖火ランナーに選ばれました！」という内容でした。そろそろ結果が分かる時期だとは思っていたのですが、神奈川県一般公募枠51人に対し、8,417人の応募があったため、正直諦めかけていたところで、現実が良く認識できないまま、その時は冷静に淡々と会話をしたのを覚えています。その後時間がたつにつれ実感が湧いてきて、自然と涙が込み上げてきました。なお、記者発表が終わるまで公表できなかったため、その日は家族と仏壇にだけ報告しました。

―走るための準備はしていますか。―

走行距離は一人200mの予定で短いため、走るためのトレーニングは特にしてませんが、トーチを持って走るのは初めての体験です。当日までトーチに触れることはできません。そのため、自前のトーチ(約71cm、約1.2kg)を製作しました。持ってみると意外に重いため、当日トーチをふらつかせないよう、今からトレーニングに励もうと思っています。



↑自前のトーチ↑
重さや長さを再現

―走行日の前はどのように過ごしますか。―

神奈川の聖火リレーは、6月28日(月)の箱根町から、6月30日(水)の横浜市まで3日かけて開催されるため、6月28日(月)は小田原市・大磯町などで雰囲気を感じ取りたいと思います。走行日前日は会社で6月分の仕事を前倒しで片付け、本番に備えたいと思います。

―中井町を走れないのは残念ですね。―

できることであれば走行ルートに中井町が採用され、地元を走りたかったです。すでにスタートをきっている地方の聖火リレーの中で、農村地帯や子どもたちが太鼓などで声援している映像が流れると、うらやましい限りです。

―町民に伝えたいことはありますか。―

①特に若い人に伝えたいことがあります。私がかつての頃は今より経済的には貧しかったですが、人々の心が豊かで、夢や希望の持てる右肩上がりの時代でした。一方、平成に入りバブ

ル崩壊後の長引く不況、さらには東日本大震災や台風などの自然災害にも見舞われました。そして新たな令和となり、100年に一度と言われる疫病(新型コロナウイルス)に脅かされている日々です。このような困難な時代に育った若い人たちは、夢や希望を失う現実と直面することが多いのではないのでしょうか。明けぬ夜はなく、止まない雨もありません。諦めずに挑戦し続けることで光が見え、未来が切り開けるはずで、人は本来何かしらの形で社会に貢献するため、この世に生を受けていると思います。日頃より諦めずに努力し続けたことが、神奈川県実行委員会の方に響き、聖火ランナーに採用されたと感じています。

②応援をいただけるのと励みになります。私の走行ルートが横浜市なので、町民の皆さまに応援に来ていただくのはこのご時世難しいと思います。もし、横浜市近隣に当日応援に行くような友人がいる場合は、「中井町の人が走るよ」と伝えていただき、応援いただけるだけでも嬉しいですよ。

―最後に意気込みをお願いします!―

6年前に母が他界しました。突然大病を患い、1年間の壮絶な闘病生活の末、私の誕生日に旅立ちました。母には、丈夫な体と不屈の精神を授けてくれたことに感謝しています。そしてこのような大役を無事に完遂する姿をみて、安心してくれたら嬉しいですよ。



中井町に聖火リレートーチがやってきます!

神奈川県では、オリンピック聖火リレーとパラリンピック聖火リレーの2つのトーチを県内各地で巡回展示しています。

中井町においては、以下の日程で展示を行います。

時 6月10日(木) 8時30分～17時15分

6月11日(金) 8時30分～15時

場 中井町役場庁舎1階 町民ホール



東京2020オリンピック
聖火リレートーチ



東京2020パラリンピック
聖火リレートーチ

見学にあたっての注意事項

- ・ケースに入った状態での展示となるため、直接触れることはできません。
- ・発熱やせき、くしゃみなど体調の優れない場合は来庁をお控えください。
- ・マスクの着用、ソーシャルディスタンスの確保など、感染症拡大防止にご協力をお願いします。
- ・新型コロナウイルス感染症の状況によっては、展示を中止する場合があります。

65歳以上の方を対象とした 新型コロナウイルスワクチン接種のご案内

現在、65歳以上の方を対象とした新型コロナウイルスワクチン接種が開始されています。予約日当日の注意事項についてご案内します。

持ち物

①接種券（クーポン券）

シールは剥がさずに台紙ごと接種場所にお持ちください。

②本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）

医療機関にて接種の場合は、診察券もお持ちください。

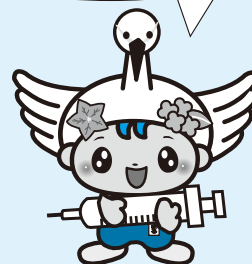
③予診票（1枚）※町からは2回接種分として2枚送付しています。

- ・事前に必要事項をご記入ください。
- ・現在、何らかの病気などで治療やお薬を飲まれている方は、事前にかかりつけ医にワクチン接種を受けて良いかご確認ください。

④お薬手帳

処方されている内容で接種可否の判断などに役立つため、お持ちの方はご持参ください。

①接種券、②本人確認書類は必ずお持ちください。忘れると接種ができません。



服装

接種がしやすいように
肩を出しやすい服装でお出かけください。

足柄上郡ワクチン接種予約・相談ダイヤル
☎0570(200)689
健康課ワクチン接種推進チーム☎(81)2710

今後の接種について

個別および集団接種の受付再開時期・予約方法などについては、別添の案内チラシをご確認ください。
なお、国の7月末接種完了方針に伴い、接種スケジュールが変更となる可能性もあります。

ひとり親世帯を支援するため給付金を支給します

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、ひとり親世帯に対し生活の支援を行うため、特別給付金を支給します。

支給対象者

下記①～③のいずれかに該当する方

- ①令和3年4月分の児童扶養手当受給者の方
- ②公的年金などを受給していることにより、令和3年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方
- ③新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変するなど、収入が児童扶養手当受給者と同じ水準となっている方

支給額

児童1人当たり一律5万円

申請期間

令和4年2月28日（月）まで

支給日

令和3年7月9日（金）
（以降児童扶養手当支給日に支給）

給付金の申請手続き

＜支給対象者①に該当する方＞

申請は不要です。
（令和3年5月11日（火）に支給済みです）

＜支給対象者②・③に該当する方＞

町ホームページに掲載および福祉課窓口にて配架する申請書に振込口座などを記入して、必要書類※とともに福祉課に直接または郵送でご提出ください。

- ※・本人確認書類の写し（運転免許証・健康保険証など）
- ・受取口座を確認できる書類の写し（通帳など）
 - ・県の認定を受けている全額停止中の児童扶養手当の対象者以外は、児童扶養手当の支給要件を確認できる書類（戸籍謄本など）
 - ・申請者の対象の収入額が分かる書類（給与明細書や年金振込通知書など）
 - ・申請者と同居する父母・兄弟・祖父母・子・孫（扶養義務者）の対象の収入額が分かる書類（給与明細書や年金振込通知書など）

問合せ

厚生労働省コールセンター
☎0120(400)903
福祉課 ☎(81)5548

6月は「食育月間」です！

炊飯器クッキングに挑戦してみよう

近年、ライフスタイルの変化に伴い、「不規則な食事」「栄養の偏り」などの生活の乱れにより、生活習慣病が増加しています。また、若い女性に多い過度のダイエットや、食欲の低下による高齢者の低栄養などの問題も生じています。

町では、『美・緑なかい健康プラン』を基に、食育の推進に努めています。その食育推進事業から「炊飯器」を使用したレシピをご紹介します。

問合せ

健康課 ☎(81)5546

「食育」とは？

バランスの取れた食事を選択し、食から健康な生活を送るための力を育むことです。人間が知識や道徳を育むにあたってその前提となるのが健康です。したがって、食育は大人から子どもまで、あらゆる世代にとって重要なことです。

炊飯器クッキングのススメ

炊飯器クッキングはスイッチを押して放置するだけ、火加減や煮込み時間の難しい調整は不要なので、料理初心者に優しい調理方法です。

しかし、炊飯器の機種によっては炊飯以外の調理に適さない場合があります。ご使用の炊飯器の取扱説明書をご確認のうえ、調理してください。

◆肉じゃが◆

《材料》4人分

- 豚肩ロース（薄切り）・・・250g
- 新じゃが（中）・・・3個
- 新玉ねぎ・・・1個
- 糸こんにゃく・・・1袋
- さやいんげん・・・6本
- 調味料
- ・だし汁・・・300ml
- ・しょうゆ・・・大さじ3
- ・砂糖・・・大さじ2
- ・酒・・・大さじ2
- ・みりん・・・大さじ2

《作り方》

- ①豚肉は一口大に切る。
- ②新じゃがは皮ごと洗って大きめに乱切り、玉ねぎはくし切り、糸こんにゃくは食べやすい長さに切る。いんげんはサッと塩茹でて5cmくらいに切る。
- ③炊飯器の内釜に調味料を加えて混ぜ合わせる。①の肉を加えてほぐす。
- ④続いてじゃがいも、玉ねぎ、糸こんにゃくを加えてざっくり混ぜる。
- ⑤キッチンペーパーの中心に穴をあけて落とし蓋にし、通常炊飯モードでスイッチを入れる。
- ⑥スイッチが切れたら完成。いんげんを飾る。

★レシピのポイント

キッチンペーパーがアクや油を吸収してくれるので便利です。



こんなに簡単にできるの!?

◆丸ごと野菜スープ◆

《材料》2人分

新玉ねぎ・・・2～3個
水・・・500ml
固形コンソメ・・・1個
ウインナー
またはベーコン・・・適宜
塩、こしょう・・・適宜



《作り方》

- ①玉ねぎに十字に切り込みを入れる。
他の野菜を入れる場合は食べやすい大きさに切る。
- ②炊飯器にすべての材料を入れ、通常炊飯モードでスイッチを入れる。
- ③炊けたら器に盛りつけ、お好みで黒こしょうをかける。
*味見をして薄ければ塩を足す。



いろいろアレンジ
できそうだね。

★レシピのポイント

お好みでキノコ類、人参、出来上がりにバターを少々入れてもおいしいです。

◆豚の角煮◆

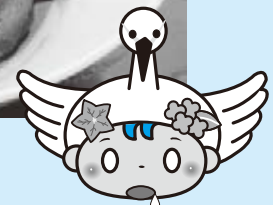
《材料》3人分

豚ばら塊肉・・・500g
調味料
・酒・・・180ml
・砂糖・・・大さじ3
・しょうゆ・・・大さじ3
水・・・100ml



《作り方》

- ①炊飯器の内釜に大きめのぶつ切りにした豚ばら肉と調味料、
水を入れ、アルミホイルをかぶせて炊飯スイッチを入れて加熱する。
- ②炊けたらもう一度通常モードで炊飯する。



おいしそう・・・
さっそく作ってみよう!

★レシピのポイント

アルミホイルをかぶせることで、脂やタレの飛び散りを防ぐことができます。

妊娠時期の不安を解消！ 母親父親教室に参加してみませんか

問合せ

健康課 ☎(81)5546

現在、医療機関では妊婦健診や出産のパートナー立ち合いができず、両親学級も中止しているところが多くなっています。妊娠・出産は初妊婦、経妊婦に関わらず、不安や悩みは尽きません。さらに、このコロナ禍が不安を増しているようです。町では妊娠中の不安は妊娠中に解消できるよう、ストレスを少なく出産に臨めるよう、母親父親教室、妊婦訪問、電話相談などを実施しています。

また、妊婦だけでなく、パートナーも安心して楽しく妊娠時期を過ごせるよう、母親父親教室は2人揃って参加しやすい日曜日開催を始めました。ぜひ、ご参加ください。

5月16日(日)に母親父親教室を開催しました



※1 胎児の成長を体感



※3 ミルク作りにチャレンジ

タイムスケジュール

- 9:30
オリエンテーション
- 9:45
胎児の成長と妊娠の経過
※1
- 10:00
抱っこ、オムツ交換の模
擬練習※2
- 10:30
休憩
- 10:40
ミルク作りの練習※3
- 11:00
赤ちゃんの泣きについて
- 11:10
町事業の紹介
- 11:20
参加者アンケート記入
- 11:30
解散



※2 赤ちゃん人形でオムツ交換の練習

参加者の声

- ★日曜日開催のため参加できました。1人目の時は会社の休みがとれても、2人目だととりづらいためありがたい。
- ★夫婦で参加することで、産後のイメージを共有することができてよかった。
- ★生まれてくる前にオムツ交換の練習をしたりミルクの作り方を学ぶことができてよかった。

今年度の日曜日開催の日程

- ・9月5日(日) 9時30分～11時30分
- ・1月23日(日) 9時30分～11時30分

7月の日程

- 時 ① 7月6日(火) 9時30分～11時30分
- ② 7月13日(火) 9時30分～11時30分
(受付9時15分～9時30分)
- ③ 7月20日(火) 13時30分～15時30分
(受付13時15分～13時30分)

場

- ① 子育て支援センター2階
- ② 保健福祉センター3階集会所他

対

- 妊婦さんとパートナー
- ① 妊婦体操、おなかの赤ちゃんと一緒にパステルアート体験

内

- ② 知って得するお産のこと、母乳のこと
- ③ 赤ちゃんのお風呂、産後の心と身体の変化、妊婦疑似体験(パートナー対象)

他

- 託児あり。申込時にお伝えください。

申

- 問 6月25日(金)までに健康課

☎(81)5546

ご活用ください！ 合併処理浄化槽補助金

中井町では、人口の約3割が単独処理浄化槽（約1,000基）を使用しています。単独処理浄化槽はトイレの排水しか浄化せず、家庭の排水の7割を占める生活雑排水はたれ流しになっています。近年、側溝や排水溝の臭いなどの苦情が時々ありますが、原因は生活雑排水です。

また、単独処理浄化槽は、現在新設は認められておらず、年数が経過したものが多く、劣化による漏れ臭いなども懸念されています。壊れてから入れ替えるのではなく、環境への負荷も考え、早めに合併処理浄化槽へ転換、または下水道への接続にご協力ください。

問合せ

環境上下水道課 ☎(81)3903

適切に管理されている浄化槽区域の合併処理浄化槽に補助します

補助額

5,000円/年（対象者1人につき1基）

補助対象者

浄化槽区域内の自ら居住する住宅の合併処理浄化槽を適正に管理している方
適切な管理とは、下記のとおりです。

- ①法定検査の結果が、「適正」または「おおむね適正」
- ②保守点検を実施（年3～4回）
- ③清掃を実施（年1回、人員が少ないと2～3年に1回）

申請方法

環境上下水道課で配布、または町ホームページに掲載している申請書に、下記の添付書類の写しを添えて提出してください。

- ①維持管理状況検査票
- ②検査・保守・清掃に係る領収書
- ③保守点検票 ※過去1年分

その他

令和2年度には、下水道の事業計画を見直し、整備困難地区を浄化槽区域へ変更した箇所もあります。維持管理に対する補助金の増額要望などありましたら、環境上下水道課までご意見をお聞かせください。



浄化槽区域の単独処理浄化槽から合併処理浄化槽への転換に補助します

補助額

	基準額（本体費用）	増額（配管費用）	合計
5人槽	332,000円	108,000円	440,000円
7人槽	414,000円	138,000円	552,000円
10人槽	548,000円	180,000円	728,000円

※単独処理浄化槽を撤去する場合は、90,000円を限度として加算

※配管費用に係る補助金の増額は、令和8年度までとなりますので早めに申請してください。

補助対象者

中井町内の補助対象区域に自ら居住するための住宅、または、延べ床面積のおおむね2分の1以上を自ら居住するための住宅にお住まいの方で、申請年度内に単独処理浄化槽などから転換して合併処理浄化槽の設置が完了できる方
※新築や増築（建築確認が必要なもの）に伴うものは、補助対象外です。

補助対象区域

比奈窪、松本下、松本上、岩倉、雑色、鴨沢、古怒田、藤沢の一部、境原、本境、境別所、下井ノ口の一部、北窪の一部、宮向の一部、宮原の一部、砂口、遠藤原、五分一の一部

※対象区域の詳細は環境上下水道課までお問い合わせください。

申請方法（設置業者を通して申請）

環境上下水道課で配布、または町ホームページに掲載している申請書に、下記の添付書類を添えて提出してください。

- ① 浄化槽設置届書の写し
- ② 配管図（浄化槽の位置、配管がわかるもの）、設置場所の案内図
- ③ 登録浄化槽管理票C票の写し

町の文化財あれこれ 其の四十七

厳島湿生公園と厳島神社

厳島湿生公園ってどんなところ？

井ノ口にある厳島湿生公園は、県下でも数少ない湿地を保全しており、昭和四十九年に神奈川県自然環境保全地域に指定されました。

平成一五年に公園周辺を整備し、昔の豊かな自然の姿が戻りました。公園内には四季折々に三十種を超える花が咲き、ホタルやカワセミ、ホトケドジョウ、アブラハヤ、コガモ、シラサギなどの生き物も見ることが出来ます。また、毎年五月には竹灯笼の夕べ、五月から六月にかけてのホタル観賞、十一月末にはあかりの祭典などの行事が催され、多くの人々で賑わいます。

昨年の十一月から今年の二月にかけて木道全体の三分の一程度の改修工事も行われました。

厳島神社の歴史は？

この湿生公園一帯は、昔から丹沢山系の伏流水が何箇所からも湧き出ており、その量も一日約二五〇〇トン、横を流れる葛川の源流のひとつになっています。かつて、この島の周辺は、水に入ると膝くらいの深さになる水遊びの場でもありました。

水で囲まれた真ん中には円形の島があり、そこに「厳島神社」の社と杜があります。江戸時代から「弁天さん」として井ノ口地区で親しまれてきました。

この厳島神社の建立は、一八〇七年（文化四年）で、一九八七年（昭和六十二年）に行われた三回目の改築を経て今日に至っています。



昔の厳島神社と湿地の様子

今の「厳島神社」に改称されたのは、一八六九年（明治二年）です。祭神は美人の水の女神、市杵島姫命（いちきしまひめのみこと）と、田畑の守り神、豊穰神と言われる女神の倉稻魂命（うかのみたまのみこと）です。

今の鳥居は平成二十三年に建てられたものですが、昭和五十年頃までは、小さな木の鳥居が建っていました。この木の鳥居は二宮の梅沢海岸の漁師が豊漁のお礼に寄進したと言われています。「中井の昔ばなし」の中に「厳島神社と鏡」というお話があります。内容は、二宮の吾妻山神社のご神体は櫛ですが、その櫛を引き上げた漁師の網元の夢枕に立った神が、網で引き揚げた「鏡」が葛川上流の泉の湧き出る神社に安置されているので信奉するようにと告げたそうです。葛川一帯を採したところ北窪地区にある弁天様と分かり、氏子になって奉納したという事です。現在の鳥居の材質は、湿地帯のため、鉄や石ではなく、軽くて錆びない、そして腐らない「強化塩化ビニール」のハイテク材を使用しています。

この様な湿地にどうして島が出来たのでしょうか。

公園から東南東の方向に西の方に突き出た半島（地名矢面）があります。昔この地から北側（秦野方面）の広範囲に降った雨は、窪地（葛川等）となってこの井ノ口に流れ下り、この半島に当たって右に流れを変え、この公園の周辺で、直径二百メートルくらいの時計回りの渦を巻いていたという事です。例えば、洗面器に泥水を入れて時計回りに回転させるとします。その結果、重い粒子の土が中心に集まり、軽い粒子の土は、水と共に外側に流れます。この様な作用が、長い年月繰り返され、今の円形の島が真ん中に出来上がったと考えられます。

大切に守りましょう

自然にあふれたこの公園を守ろうと、年二回開かれる「厳島湿生公園の保全及び管理運営に係る協議会」をはじめ「ホタルの会」、「弁天さんの会」、「カサスゲの会」など、様々な活動がなされています。

（文化財保護委員 渡邊）

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※がついている事業は令和3年度
健康カレンダーと併せてご覧ください

※離乳食講習会

- 時 7月21日(水) 9時30分～11時
受付 9時15分
場 保健福祉センター2階調理実習室
内 栄養士による講義、実演、試食
対 4～8か月児の保護者(定員8名)
費 無料
物 母子健康手帳、エプロン、バスタオル
他 託児あり。申込時にお伝えください。
申 問 7月14日(水)までに
健康課 ☎(81)5546

75歳元気アップ訪問

保健師、栄養士がご自宅へ伺い、健
康づくりや介護予防、食生活に関する
情報提供や健康相談、関連する町事
業の紹介などを行います。
地区を巡回し、対象の方を順次訪
問します。

- 費 無料
対 75歳の方(令和4年3月31日時点)
申 不要。訪問日の予約希望は左記
問 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お受け
いたします。

- 時 6月16日(水)、7月21日(水)
13時30分から(一人1時間程度)
場 足柄上合同庁舎4階小田原保健福
祉事務所足柄上センター
申 事前予約制
問 小田原保健福祉事務所足柄上セン
ター 保健予防課
☎(83)51111(内線431)

りあん出張相談

- 時 7月6日(火) 14時～16時
場 保健福祉センター2階集団指導室
内 「相談支援センターりあん」による
障がいに関する相談
申 問 前日までに福祉課 ☎(81)5548

健康相談

- 時 7月15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 問 前日までに健康課 ☎(81)5546

行政相談

- 時 7月20日(火) 9時30分～11時30分
場 保健福祉センター3階工作室
内 行政相談員による行政の仕事に関
する相談
問 総務課 ☎(81)1111

心配ごと相談

- 時 7月20日(火) 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

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が付いた方は、お
気軽にご相談ください。接し方や対応
方法など、家族の方からの相談も受付
けます。

- 時 7月21日(水) 9時30分～15時
費 無料
申 問 前日までに
中井町地域包括支援センター
☎(81)2441

案内

第63回 水道週間

「生活も ウイルス予防も 蛇口から」
6月1日(火)から7日(月)は水道
週間です。

中井町の水道水は100%町内の地下
水で賄っています。新型コロナウイルス
の感染防止にはうがい、手洗いが欠か
せません。毎日蛇口をひねると出てく
る水道水も限りある資源です。この機
会に一人ひとりが水の尊さを見直し、
水を大切にしよう心がけましょう。

水道メーターの交換について

有効期限が満了となる水道メー
ターを交換します。対象者には事前に
ハガキにて通知していますのでご協力
をお願いします。

- 時 6月1日(火)～6月30日(水)
対 「中26…」と刻印のあるもの

○施工業者

町が委託した給水装置工事業者

○作業時間

15分程度
※作業中は断水します。

費 無料(メーター交換)

他 ・メーターボックス交換・高さ調整
などを希望の場合は別に費用が
かかります。
・屋外作業ですのでお留守の場合
でも実施します。

- 問 環境上下水道課 ☎(81)3903

電子申請・届出サービスをご利用ください

環境上下水道課窓口で受付を行っている次の手続きがスマートフォンなどからインターネットを利用して行えます。新型コロナウイルス感染対策にもなりますのでご利用ください。

- ① 給水装置使用開始届
 - ② 給水装置使用休止届
 - ③ 使用者変更届
 - ④ 使用者情報変更届（精算が発生しない使用者の変更）
 - ⑤ 所有者情報変更届（所有権移転の場合を除く）
 - ⑥ 給水目的変更届
 - ⑦ 粗大ごみ収集申込書
 - ⑧ 剪定枝等の収集およびチップ・薪の無料配布申込書
 - ⑨ 犬の登録事項変更（死亡）届出書
- ※神奈川県および県内の市町村で共同利用する「神奈川県電子自治体共同運営サービス」を利用して行います。利用方法などについては町ホームページをご確認ください。
- HP https://www.town.nakai.kanagawa.jp/forms/info/info.aspx?info_id=3636

※これまでどおり窓口でも受付しています。

問 環境上下水道課（81）3903



狩猟免許の試験・更新講習

【狩猟免許試験】

※令和3年度は定員を縮小して実施

- 第2回（定員92名）
7月28日（水）
 - 第3回（定員92名）
8月12日（木）
- 内 網猟、わな猟、第一種銃猟
- 場 小田原合同庁舎（第2回・第3回）
- 【狩猟免許更新講習】
- 第11回（定員270名）
9月3日（金）
 - 第12回（定員270名）
9月4日（土）
 - 第13回（定員270名）
9月7日（火）
- 場 足柄上合同庁舎
- 定 試験・講習とも受付先着順、定員に達した場合は受付終了。
- 他 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、極力郵送にて申請。県西地域の会場のみ掲載していません。詳細は神奈川県ホームページをご覧ください。
- HP <http://www.pref.kanagawa.jp/docs/4i/cnt/f986/p889835.html>
- ※その他町内在住者で町の有害鳥獣の駆除などに従事することなどを条件に、狩猟免許の取得・更新費用の一部を助成する制度があります。詳細はお問い合わせください。
- 問 産業振興課（81）1115



募集

在宅医療・介護連携支援センター相談員募集

足柄上地域の医療介護従事者と住民の方々との連携強化を図るため、医療・介護を通じた人材育成・地域づくりに関心のある方を募集します。

- 【募集人数】 1名
- 【勤務形態】 8時30分～17時（土日・祝日・年末年始を除く）
- 【賃金・交通費等】 規定に基づき支給
- 【勤務場所】 時間外・休日勤務あり

足柄上地区在宅医療・介護連携支援センター（県立足柄上病院内）

【選考方法】 書類選考および面接

【応募資格】

- ・看護師（正・准）、社会福祉士のいずれかの資格を有する方
- ・基本的なパソコン操作ができる方

【応募方法】 市販の履歴書および応募資格の免許証または登録証の写しを持参または郵送。

【応募先】 足柄上医師会
〒258-0021

足柄上郡開成町吉田島580番地
足柄上医師会（83）1800

杯スポーツ

町民ゴルフ大会

- 時 7月5日（月）7時30分～
- 場 平塚富士見カントリークラブ（平塚コース・大磯コース）
- 対 町内在住、在勤の方

費 プレー費 9,780円
（セルフプレー、昼食付き）

参加費 2,000円

個人参加の方は、左記説明会に参加費持参の上、ご出席ください。

他 新型コロナウイルスの感染拡大状況により、中止になる場合があります。

【説明会】

- 時 6月19日（土）19時～
- 場 井ノ口公民館2階研修室
- 申 中井町ゴルフ協会事務局 原
- 問 090（2214）0571

講座

1市5町共催
食生活改善推進員養成講座

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに食生活改善推進員の養成講座を開催します。中井町では27人の推進員が、食育の推進に向けて活動しています。

調理の基本、病気と食事、調理実習、献立作成などを学びます。

- 時 9月15日（水）9時30分～11時10分
- 9月29日（水）9時30分～13時
- 10月15日（金）9時30分～12時20分
- 11月16日（火）9時30分～12時
- 12月3日（金）9時30分～12時10分
- 1月19日（水）9時30分～12時
- 2月14日（金）9時30分～12時
- 場 足柄上合同庁舎 4階
- 費 テキスト代、調理実習材料代などで自己負担あり。
- 申 7月30日（金）までに健康課
- 問 090（81）5546

イベント

わくわく広場

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)

時 6月22日(火) 10時～11時

7月6日(火) 10時～11時

場 なかいこども園どんぐり棟園庭および遊戯室

※雨天時はどんぐり棟遊戯室

※新型コロナウイルス感染症拡大の

状況によっては、中止となる場合があります。

物 帽子、タオル、水筒、着替え、マスク着用

※事前の検温をお願いします。

申 不要

問 なかいこども園 ☎(81) 1128

なかいほっとカフェ

認知症の方やご家族、地域の方など、どなたでも参加でき、カフェでお茶を飲みながら交流や相談ができる場です。認知症について知りたい方や認知症の介護に関わる方も気軽に越してください。

時 7月14日(水) 10時～11時30分

受付9時45分

場 なかい里都まちカフェ

費 350円程度(喫茶代)

申 不要

問 健康課 ☎(81) 5546

森の学校 TERAKOYA

木のぬくもりを感じられる旧福沢小学校が「森の学校」として開校します。宿題や課題を持ち寄って学習しよう。

時 7月28日(水)、30日(金)

8月4日(水)

① 9時30分～11時30分

② 9時30分～14時

※終了時間を選べますので、受付時にお伝えください。

今月の行事予定
Event schedule

- 1火 定例議会
無料法律相談
りあん出張相談
- 2水 3～4か月児・7か月児健康診査
- 3木 わくわくすくすくタイム
- 4金
- 5土
- 6日
- 7月
- 8火
- 9水 1歳児歯科教室
2歳・2歳6か月児歯科健康診査
なかいほっとカフェ
- 10木 なかよしクラブ
- 11金 英会話教室①
- 12土
- 13日
- 14月
- 15火
- 16水 1歳6か月児健康診査
認知症に関する相談
もの忘れ・認知症相談
- 17木 健康相談
こぎん刺し教室①
- 18金 母親父親教室
- 19土
- 20日
- 21月
- 22火 町長相談
わくわく広場
- 23水 育児相談
- 24木 こぎん刺し教室②
- 25金 英会話教室②
- 26土
- 27日
- 28月
- 29火
- 30水

消防団員募集

中井町消防団では団員を募集しています。
現在、団員の80%以上の方がサラリーマン(被用者)です。土日が仕事の方もいますが団員相互に協力し合い、可能な範囲で活動しています。興味のある方はお問い合わせください。

対 中井町に在住、または近隣市町に居住し、中井町在勤の方(20歳～44歳)

問 地域防災課 ☎(81) 1110

場 足柄森林公園丸太の森旧福沢小学校
小学生
対 15名(先着)
定 宿題や課題など、筆記用具
物 ②はお弁当持参
費 無料
申 7月3日(土) 9時～電話で
足柄森林公園丸太の森
☎(74) 4510

公共施設電話番号

- 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



高齢者の総合相談 (当分の間、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! 防災行政無線の放送内容を電話で確認できます。
防災行政無線 ☎(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。

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 環境上下水道課業務班 ☎(81) 3903

在宅で療養中の方、高齢・介護施設のご担当者様



お薬のご要望・管理方法など
お薬のお悩みは、
なかいまち薬局にまずはご相談ください。






なかいまち薬局 ☎0465-20-3942

	月	火	水	木	金	土	日
午前	●	●	●	●	●	●	—
午後	●	●	●	●	●	—	—

FAX 0465-20-3943
営業時間
月～金曜 9:00～18:00
土 9:00～13:00



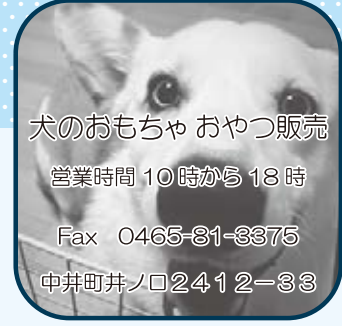
犬の美容室
MAKIRIKO

ワンちゃんのシャンプー、トリミング

(予約電話070-1401-0402) 初回1000円引き

- 泥配合のシャンプーでふわふわ
- 炭酸泉のお風呂でリラックス

ゆっくりできるワンちゃんのトリミングのお店です。リラックスしながら飼い主様とカットスタイルの事や、ワンちゃんのいろいろなお話ができれば嬉しいです。
お手入れが大変な時など困った時は、どうぞお気軽にご利用ください。 送迎あり



犬のおもちゃ おやつ販売
営業時間 10時から18時
Fax 0465-81-3375
中井町井ノ口2412-33

詳しい料金表等パンフレットをご希望の方はご一報ください。
※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

広報なかにに広告
を載せてみませんか

【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 2,000～6,000円
上記以外の広告主 3,000～9,000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。
問合せ
地域防災課 ☎81-1110







なかいまち里都まち
CAFE

- ★雨の日サービス
ドリンク150円でゆっくり過ごせます。
リモートワークの利用、息抜きに…
(Wi-Fi、コンセント有り)
- ★6月の定休日
7日、14日、21日、28日
コロナ禍のため時間短縮して営業中!

営業時間 10時30分～16時
(ラストオーダーは15時30分)

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♪



ドッグサロン
ぽかぽか

～わんちゃんに優しいトリミング～

営業時間 9時～17時
不定休(予約制)

電話 0465-20-3339
住所 中井町北田418-1

送迎可! ブログ発信中!

http://pokapokawanwan.sblo.jp

◎料金例
トイプードル シャンプーカット 6,500円
Mダックス シャンプー 4,000円

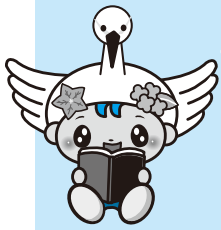


中井町建築組合

工事の事なら地元の
業者におまかせを!!

○耐震工事	(有)岩本設備工業	川口塗装	(有)かとう建装
○外壁塗装	(有)及川板金工業	須藤建設	(株)荘司工務店
○内装工事	(株)小嶋板金工業	(株)小島総業	(株)峯尾鉄工所
○電気工事	(有)福美塗装	(有)中井電気	(有)山本建設
○屋根工事	(有)丸伸板金工業	(有)成川設備工業所	
○外構工事			
○リフォーム			

【連絡先】 中井町田中1037 担当: 山本
☎ 0465-44-4367



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◆

- ・小さな神たちの祭り (内館牧子)
- ・ひとりをたのしむ 大人の流儀10 (伊集院静)
- ・学び効率が最大化するインプット大全 (樺沢紫苑)

◆児童書◆

- ・はしごしゃの のびるくん (作/正高もとこ、絵/鎌田歩)
- ・つくしちゃんとおねえちゃん (いとうみく)
- ・これが鳥獣戯画でござる (結城昌子、小学館あーとぶっく)

井ノ口公民館図書室 ☎ (81) 3311

◆一般書◆

- ・白鯨 MOBY-DICK (夢枕獏)
- ・MR-Medical Representative- (久坂部羊)
- ・田舎のポルシェ (篠田節子)

◆児童書◆

- ・おべんとうバス (真珠まりこ)
- ・おうさまがかえってくる100ぴょうまえ! (柏原佳世子)
- ・ともだちいっしゅうかん (作/内田麟太郎、絵/降矢なな)

多く貸し出されている本をピックアップ!

- ・元彼の遺言状 (新川帆立)
- ・ノラネコぐんだんケーキをたべる (工藤ノリコ)
- ・はらぺこ万歳!おかわり (たかぎなおこ)
- ・カケラ (湊かなえ)
- ・ラスプーチンの庭 (中山七里)
- ・今度生まれたら (内館牧子)
- ・1日10分のぜいたく NHK国際放送が選んだ日本の名作 (あさのあつこ他)
- ・心淋し川 (西條奈加)
- ・絵本はたらく細胞 (原/清水茜、作/牧村久実)
- ・大名格差 江戸三百藩のリアル (安藤優一郎)

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!



里都まち♡俳句

暮れてなほ光はなさず白牡丹

安藤 泰彦

蒼天に未来ありなん今年竹

長谷川 昭放

名まえまだ平がなまじり柿わかば

水島 すすむ

茅花咲き天病む季節近づけり

石黒 雅風

春雷や砲丸天を裂く如く

與名 本真生

文旦剥く親指皮に食ひ込ませ

笹尾 雅美

夏帽子大草原をとびたくて

足立 和子

母の日や贈る宛なき服を手に

城所 孝子

ゆつくりと天より戻すこいのぼり

尾崎 竹詩

友人と将来語りホタル咲く

佐竹 真琴

疫病退散しようぶ湯に明日ありや

池田 ミツ子

母の日や強し麗し癒しあり

岩谷 五輪

旧道の木々の天辺下がり藤

八木 和子

小学生黄色の長靴アヒルさん

松本 幸子

人口の動き

(令和3年5月1日現在の人口と4月中の異動)

人口合計	9,155人(△14人)
男	4,596人(△14人)
女	4,559人(0人)
出生	5人 転入 21人
死亡	14人 転出 26人
世帯数	3,456世帯(0)

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
- 境コミュニティセンター
- なかい里都まちCAFÉ

ゆとり人間

今月号の編集のあたり、東京オリピック聖火ランナーに選出された倉橋さんに大変貴重なお話を聞かせていただきました。一生に一度、誰もが体験できることではないので、どのような心境なのだろう、と個人的にもとても興味津々でした。

記事には載せませんでした。走行日当日はユニフォームが支給されるように、自分の着慣れた服装で走ることはできないそうです。慣れない服装・異様な環境の中で走る緊張感は計り知れないですよ。

倉橋さん、頑張ってください!

聖火リレーが終わった後に感想など聞けたらと思っています。(R)



交通指導隊任免式



5月8日(土)、中井町交通指導隊任免式を行いました。令和3年度に任命された隊員は、次のとおりです。(敬称略)

中井町交通指導隊員

隊長 原田啓治
 副隊長 西村昭人 高梨一恵
 隊員 小泉義顕 小清水哲也 杉山 覚
 大原俊彦 小澤耕一 舟川宜洋
 関野政一 倉林 恵 後藤聡子
 豊川重美 石川和子 岩本直美
 小泉恵美 伊東尚美(新任)
 任期 令和3年5月～令和5年4月(2年間)

任期満了に伴い退任された隊員

隊員 小清水なつみ
 長年交通指導隊員としてご尽力いただいた感謝の意を込め、町から感謝状を贈呈しました。

なかいっ子が楽しく土曜学習



5月より「なかいっ子学びの場(土曜学習)」を、農村環境改善センター、井ノ口公民館の両会場にて開始しました。土曜学習では、教育指導の経験者が中井町の子どもたちに、楽しく学ぶ機会を無料で提供しています。小5・6年、中3クラスはまだ余裕がありますので、ご興味のある方は生涯学習課へご連絡ください。

大空を泳ぐこいのぼり



4月下旬から5月上旬まで、中井中央公園で約60匹のこいのぼりが気持ちよさそうに泳いでいました。このこいのぼりは、中井ライオンズクラブが家庭で飾られなくなったものを収集し、毎年掲揚していたもので、町民有志による「なかいこいのぼりの会」が引き継ぎ、今年初めて掲げました。

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじの購入で100円につき1ポイントの宝くじポイントが獲得できる!
 宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で1ポイント1円としてつかえる!

特典2 購入～受取までネットで完結!

24時間いつでも宝くじの購入可能! 抽せん結果も宝くじ公式サイトで確認!
 当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利!

特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にもお得な特典や便利なサービスいろいろ!
今すぐ会員登録!!



本件に関するお問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)
 受付時間 10:30～18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

町のインスタ映えを撮影中

#中井町フォトコン2021



中井町
公式

Instagram



町の最新情報を更新中



中井町
公式

facebook



町の最新情報をつぶやき中



中井町
公式

twitter



里都まちレポート なかい をアプリで配信中



マチイロ

