

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



健康

タイトルに※がついている事業は令和7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 1月21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 講義、実習、試食

対 4～8か月児の保護者
定 8名 費 400円(食材料費)

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 1月14日(水)までに

健康課 ☎(81)5546



母親父親教室
(健康ポイント対象事業)

時 ①1月20日(火)、②25日(日)、
③27日(火) 9時30分～11時30分
④25日(日) 13時30分～15時30分
受付は各回15分前から

場 ①②④保健福祉センター3階集会室ほか
③子育て支援センター2階

内 ①お母さんと赤ちゃんの歯・栄養
②簡単ベビーマッサージ・ホームケアについて
③妊婦体操・おなかの赤ちゃんと一緒にパステ
ルアート
④赤ちゃんの抱っこ・オムツ交換の練習ほか
①③④妊婦さんとパートナー
②生後2か月からははい前までのお子さんと
お母さん、お父さん
①③託児あり(要申込)

申 1月13日(火)までに
健康課 ☎(81)5546



相談

精神保健福祉相談

不眠、うつ、アルコール依存など
のこころの不調に関する相談を、精
神科医師と福祉職が受け付けます。

時 12月9日(火)、1月13日(火)、
2月10日(火) 13時30分から

※事前予約制

場 足柄上合同庁舎4階

申 小田原保健福祉事務所足柄上センター
足柄上センター 保健予防課

☎(83)5111

無料法律相談

神奈川県弁護士会による無料法律
相談を実施します。

時 12月19日(金) 13時～16時

場 役場3階大会議室

申 12月12日(金)までに

総務課 ☎(81)1111



LINE友だち募集中

イベント情報や町政情報などを配信します。
LINEをご利用の方は中井町を友だち追
加してください。
LINEの「友だち追加」からID検索す
るか、二次元コードをスマホのカメラでス
キャンしてください。

問 地域防災課 ☎(81)1110



りあん出張相談

時 1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

問 福祉課 ☎(81)5548

健康相談

時 1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 前日までに

健康課 ☎(81)5546



スマホなんでも相談

スマホを持っているけれど使い方がよくわからない方、些細なことでもご相談ください。まだスマホをお持ちでない方も、実際にスマホを触って体験できます。

時 1月22日(木)、2月10日(火)

10時～12時、13時～15時

場 井ノ口公民館2階研修室

内 1回30分

定 先着8名(時間予約制)

費 無料

講 株式会社ソフマップ

物 スマートフォン

申 12月8日(月)から予約専用電話

☎0077(78)9038(フリーダイヤル)

I P/携帯電話からは

☎050(3163)9038

問 地域防災課

☎(81)1110

HP 町ホームページ

ID3574



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 1月21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 前日までに地域包括支援センター

☎(81)2441

育児相談(健康ポイント対象事業)

時 1月28日(水)9時30分～11時

場 井ノ口公民館和室

内 妊娠中のことや育児に関する相談を保健師・栄養士・助産師・保育士がお受けします。

対 妊婦さんとその家族。就学前の子と親。

申 母子健康手帳、バスタオル

物 不要

問 健康課 ☎(81)5546

案内

ひとり親家庭等医療費助成事業の更新手続き

ひとり親家庭などを対象とした医療費助成事業の更新手続きを行います。対象者には案内を郵送しましたが、届いていない場合はご連絡ください。

【受付期間】

12月1日(月)～15日(月)

【受付場所】

保健福祉センター1階福祉課

※郵送可

【提出書類】

ひとり親家庭等医療費助成事業医療証交付申請書(現況届)

【注意事項】

手続きをしないと資格があっても

助成を受けられない場合があります。

問 福祉課 ☎(81)5548

福祉課 ☎(81)5548

コンビニ交付サービス停止

マイナンバーカードなどを利用した証明書のコンビニ交付サービスは、システムメンテナンスのため、12月5日から12月9日までご利用できません。

問 税務町民課 ☎(81)1114

宝くじの助成金で整備しました

(一財)自治総合センターでは宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として地域社会の健全な発展や、住民福祉の向上に寄与するコミュニティ事業に助成しています。

今年度この助成により、遠藤自治会が地域活動の充実、活性化を図るため、会議用テーブル、冷蔵庫、テント、カラオケシステムなどを整備しました。

問 地域防災課 ☎(81)1110



会議用テーブル



テント



冷蔵庫



カラオケシステム



令和8年中井町はたちのつどい

時 1月11日(日) 式典開始10時～
受付9時30分～

場 農村環境改善センター

対 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの中井町在住の方
対象者には、11月下旬に招待状をお送りしています。

他 対象となる方で招待状が届かない方、または現在中井町に住民登録をされていない方で参加を希望される方は、ご連絡ください。

問 生涯学習課 ☎(81)3907



問 福祉課 ☎(81)5548



- ・工事期間中は、駐車場の一部を作業車の駐車場と資材置き場として使用します。満車の際は役場駐車場をご利用ください。
- ・足場を設置します。足元、頭上にご注意ください。
- ・タイルの打診音や、ドリル音が発生します。
- ・臭いが発生する場合があります。

保健福祉センター外壁などの修繕

【期間】 令和8年2月末まで

【注意】

パブリックコメント

「中井町空家等対策計画」

【計画の内容】

町内の空家等に関する対策を総合的かつ計画的に実施するため、令和8年度から令和12年度までの5年間を計画期間とした「中井町空家等対策計画」を策定します。

【計画の策定根拠】

空家等対策の推進に関する特別措置法

【実施日程】

○計画案の公表時期

12月24日(水)

○意見などの提出期間

12月24日(水)～1月13日(火)

○計画案の公表時期

2月

【計画案の公表方法】

- ・中井町役場2階企画課、農村環境改善センター、井ノ口公民館境コミュニティセンターの4か所で配架
- ・町ホームページに掲載

【意見などの提出方法】

企画課へ持参または郵送、FAX、電子メール、ホームページのオンラインフォームのいずれかの方法で提出してください。

また、農村環境改善センター、井ノ口公民館、境コミュニティセンターに設置する「提案箱」も利用いただけます。

※住所および氏名(法人の場合は名称、代表者の氏名、所在地)を必ずお書きください。なお、提出様式の指定はありません。

【意見などの提出先】

〒259-0197 中井町比奈窪56番地
FAX ☎(81)5657

✉ kikakutown.nakai.kanagawa.jp

問 企画課 ☎(81)1112

町ホームページ

HP ID 3743



健康づくりウォーク

健康づくりウォーク

定期的にウォーキングをしている町民の方が中心となり活動しています。ウォーキング仲間を探している方などお気軽にご参加ください。

講座

普通救命講習

成人の心肺蘇生法とAEDの取り扱いについて学びます。

時 1月17日(土) 9時～11時

場 小田原市消防本部

対 小田原市消防本部管内(2市5町)に在住、在勤および在学の中学生以上受講の場合は、指定期間にウェブ講習を受講する必要があります。

定 先着15名

申 12月12日(金)から電話で予約後12月26日(金)までに申請書を最寄りの消防署へ提出

問 小田原市消防本部救急課

☎(49)4441

○中井メガソーラー発電所方面

時 1月9日(金) 13時30分～15時30分

場 井ノ口公民館玄関前集合

○健康づくりコース(関山線)と中井中央公園

時 1月26日(月) 13時30分～15時30分

場 境コミュニティセンター集合

対 1時間30分程度のウォーキングができる方

他 飲み物 雨天中止

申 不要。直接集合場所へお集まりください。

問 健康課 ☎(81)5546

12月の行事予定 Event schedule

- 1月
2火 12月議会定例会
わくわく広場
3～4か月・7か月児健康診査
1歳児歯教室
りあん出張相談
3水 1歳6か月児健康診査
2歳6か月児歯科健康診査
4木
5金
6土 里都まち♡なかい収穫体験みかんコース
人権講演会
写真家浅田政志トーク&中井編作戦会議
7日
8月
9火 スマホなんでも相談
10水 心配ごと相談、人権相談、行政相談、
なかいほっとカフェ
11木 ストレッチ体操
12金 健康づくりウォーク(半分形～遠藤方面)
13土 迎春の寄せ植え教室
14日
15月
16火
17水 認知症に関する相談
18木 健康相談
19金 無料法律相談
20土 ノルディックウォーク(さとやまコース)
21日
22月 健康づくりウォーク(健康づくりコース)
23火
24水 育児相談(保健福祉センター)
25木 正月飾りづくり教室
26金
27土
28日
29月
30火
31水



はじめての気功教室
初心者の方を対象に、初歩から講師が丁寧に指導します。身体に無理なくゆったり学べるので、お気軽にご参加ください。
時 1月27日、2月3日、10日(火)
全3回※都合のいい日のみの出席でも構いません。
10時～11時30分
場 井ノ口公民館講堂
定 15名
講 上野由里香氏
物 室内用運動靴、飲み物
申 運動しやすい服装でお越しください。
問 1月9日(金)までに
井ノ口公民館☎(81)3311

ホームページのID検索

ホームページのID検索バーに入力すると、各ページに直接移動することができます。
ID検索バーは、パソコンの場合は右上に表示、スマホの場合は右上のメニューボタンをタップすると表示されます。

問 地域防災課 ☎(81)1110

美文字教室
普段使用することの多いボールペン。みるみる変わる、美文字のコツを教えます。
時 1月28日(水)10時～11時30分
場 井ノ口公民館研修室
定 10名
講 堤千恵子氏
物 ボールペン
申 1月16日(金)までに
井ノ口公民館☎(81)3311

イベント

なかいほっとカフェ

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。

時 1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
内 みんなで楽しく脳トレ・おしゃべり
定 15名

費 300円程度(喫茶代)

申 1月6日(火)までに

健康課☎(81)5546

地域包括支援センター

☎(81)2441



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 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。