

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

※1歳6か月児健康診査

時 3月4日(水)

受付12時55分～13時5分

場 保健福祉センター2階診察室ほか

対 令和6年6・7・8月生まれ

問 健康課 ☎(81)5546

※2歳6か月児歯科健康診査

時 3月4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5年7・8・9月生まれ

問 健康課 ☎(81)5546

※母親父親教室(健康ポイント対象事業)

時 ①3月10日(火)9時30分～11時30分

受付9時15分～

時 ②3月31日(火)13時30分～15時30分

受付13時15分～

場 保健福祉センター3階

内 ①知って得するお産のこと、母乳のこと

②赤ちゃんのお風呂、産後の心とからだの変化、家族計画、妊婦疑似体験(パートナー対象)

対 妊婦さんとパートナー

他 託児あり(要申込)

申 健康課 ☎(81)5546

健康課 ☎(81)5546

フレイル対策事業「フレイルチェック」

年齢を重ね心身の活力が低下した状態である「フレイル(虚弱)」。ご自身の身体の状態を確認することでフレイルリスクに気づくことができます。

健康な日常生活を送るため、この機会に確認してみませんか。

時 ①3月16日(月)②27日(金)

9時30分～11時30分

場 ①保健福祉センター②井ノ口公民館

内 フレイルチェック(指輪つかテスト、イレブン・チェック、口腔機能チェック、握力測定など)によるフレイル度の測定

※各会場同じ内容です。

対 町内在住のおおむね65歳以上の方

定 各会場先着10名 費 無料

物 筆記用具、室内履き(井ノ口公民館のみ)※裸足で計測する項目があります。裸足になれる着衣でお越しください。

申 3月11日(水)までに電話、窓口

またはホームページの問い合わせフォームから

健康課 ☎(81)5546

HP 町ホームページ

ID2216

※離乳食講習会

時 3月18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)

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 健康課 ☎(81)5546

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お受けします。

時 2月10日(火)、3月10日(火)

13時30分から(予約制)

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 小田原保健福祉事務所

足柄上センター 保健予防課

☎(83)5111

オストメイト健康相談会

時 2月14日(土)13時30分～16時30分

場 茅ヶ崎市民文化会館大会議室

内 講演「オストメイトのスキンケア」、グループ懇談、装具の展示

対 人工肛門・人口膀胱保有者とその家族、医療関係者、関心のある方

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

定 50名 費 無料

講 相談員 岡部由美氏

湘南藤沢徳洲会病院 皮膚・排泄ケア認定看護師

申 不要

問 (公社)日本オストミー協会神奈川支部西湘・湘南担当者 芥川雅男

☎070(4396)9336

info207@joa-kanagawa.org

町長相談

時 2月16日(月)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 健康課 ☎(81)1111

健康課 ☎(81)1111

行政相談

時 2月20日(金)9時30分～11時30分

場 井ノ口公民館音楽室

内 行政相談委員による行政の仕事に関する相談

申 健康課 ☎(81)1111

健康課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

総務課 ☎(81)1111

人権相談

いじめ、差別、暴力などの悩み事について、法務大臣が委嘱する人権擁護委員が解決のお手伝いをします。相談無料、事前申込不要、秘密は厳守しますのでお気軽にご相談ください。

時 2月20日(金) ①9時30分～11時30分

②13時30分～15時30分

場 ①井ノ口公民館音楽室

②保健福祉センター3階工作室

問 福祉課 ☎(81)5548

無料法律相談

時 2月27日(金) 9時30分～11時30分

場 井ノ口公民館2階音楽室

内 弁護士による法律が関係する悩み

事についての無料相談

申 2月20日(金)までに

総務課 ☎(81)1111

りあん出張相談

時 3月3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



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 3月17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 2月9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

ID 3574



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 3月18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

健康相談

時 3月19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

※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、栄養士、助産師、保育士がお受けします。

時 3月25日(水) 9時30分～11時

場 井ノ口公民館和室

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

上案内

取り壊した建物はありませんか

1月1日に現存する建物は、固定資産税の課税対象になります。建物の取り壊しをされた方は、税務町民課へご連絡ください。

問 税務町民課 ☎(81)1113

河川水質検査結果

町では、河川の水質汚濁による健康被害や環境汚染を防止するため、中村川と葛川の水質検査を実施し、その結果を公表しています。12月10日に実施した検査では、2河川ともすべての項目が環境基本法で定める基準値に適合していました。

詳しい結果については、町ホームページをご覧ください。左記までお問い合わせください。

問 産業環境課 ☎(81)1115

HP 町ホームページ

ID 697



3月定例会

令和8年第1回定例会は、3月3日(火)午前9時から開会します。

議会の様子は全日、湘南ケーブルテレビ(102チャンネル)で生放送します。

なお日程などについては、町ホームページをご覧ください。

問 議会事務局 ☎(81)3905

HP 町ホームページ

ID 3792



募集

育英奨学金

令和8年4月現在、町内在住で公立・私立高等学校などの入学者および在学者のうち、学業成績および操行が優良であつて、さまざまな経済的理由により就学が困難な学生を対象として、育英奨学生を募集します。

【募集期間】

2月2日(月)～3月31日(火)

【対】町内在住の公立・私立高等学校などの入学者および在学者

【定】各学年3名

【共通事項】

願書および募集要項は、中井中学校または教育課で配布するほか、教育委員会ホームページからダウンロードできます。

願書に必要事項を記入し、必要書類を添付して提出してください。

【提出先】

○入学予定者

中井中学校へ提出してください。

○在学者

教育課へ提出してください。

【問】教育課 ☎(81)3906

【HP】<https://nakai-iinkai.nakai-kanagawa.ed.jp/>



スポーツ

学校体育館など利用団体会議

令和8年度中の学校体育館の夜間利用を希望する団体による利用日の調整を行います。

【時】3月6日(金)19時～

【場】農村環境改善センター2階研修室Ⅱ

【内】令和8年4月1日～令和9年3月31日までの19時～21時30分の利用調整を行います。

【対】町内在住・在勤の方

【対象施設】

①中村小学校体育館

②井ノ口小学校体育館

③中井中学校体育館

【問】生涯学習課 ☎(81)3907

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。

○お楽しみ(コースは当日お知らせ)

【時】3月13日(金)13時30分～15時30分

【場】井ノ口公民館玄関前集合

【時】3月23日(月)13時30分～15時30分

【場】井ノ口公民館玄関前集合

【対】1時間30分程度のウォーキングができる方

【物】飲み物、タオル

【他】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

転倒骨折予防体操指導員&なかいフレイルサポーター養成講座

生涯、健康で生き生きと暮らせるように、介護予防のボランティア活動を始める方の講座です。

【時】2月17日(火)、26日(木)、3月3日(火)、5日(木)、10日(火)、12日(木)

【場】保健福祉センター2階機能訓練室ほか

【内】高齢者の介護予防(転倒骨折及びフレイルの予防)の基礎知識、体力・身体機能の測定法やボランティア活動の進め方など

【対】継続的に出席可能でボランティアに理解がある18歳以上の町民

【定】10名

【費】無料

【物】筆記用具、飲み物、タオル

【他】運動ができる服装でお越しください。

【申】全日程参加が困難な場合などお気軽にご相談ください。

【問】2月12日(木)までに健康課 ☎(81)5546

【HP】町ホームページ ID2030



講座

今すぐ役立つ！悪質商法の手口と対処法

南足柄市と足柄上郡の5町で構成される、足柄上地区消費生活行政連絡会合同講演会を開催します。

【時】2月27日(金)14時～15時 受付13時30分～

【場】山北町生涯学習センター

【内】悪質商法の手口と対処法(高齢者編・障がい者編)

【対】高齢者などを見守る際の見守りポイント

【定】50名

【費】無料

【講】五十嵐朋之氏 消費生活相談員

【申】電話または申込みフォームから山北町地域防災課 ☎(75)3643

【HP】<http://www.town.yamakita.kanagawa.jp/cmsform/enquete.php?id=240>



多様性社会を目指して～LGBTQを知り、多様性について考える～

足柄上地区パートナーシップ制度連絡協議会では、多様性を認めあう地域社会の実現に向け、講演会を開催します。

【時】2月19日(木)14時～16時

【場】山北町生涯学習センター多目的ホール

【費】無料

【講】櫻木彩人氏

【申】合同会社une ma代表、ちふれLGBTQ+アンバサダー

【問】2月16日(月)までに福祉課 ☎(81)5548

わかりやすい医学講話

時 2月28日(土) 13時30分～14時30分
開場 13時

場 大井町生涯学習センター大ホール
内 正しく知ってしっかり防備！今日からできる肺炎予防

費 無料

講 藤倉雄二氏

北里大学医学部感染症内科学主任教授
足柄上医師会事務局

☎(83)1800

魔女マジックの集い(マジック教室)

簡単・効果絶大なプロマジシャンの秘技を公開・伝授。

貴方は真の「美魔女」に。他言無用の体験談も語られる異空間へようこそ。

時 3月12日、19日、26日(木)全3回
13時30分～14時30分

場 井ノ口公民館研修室

対 初心者、老若男女どなたでも

定 10名 費 無料

講 ジョニー小椋(小椋健司)氏
英語通訳兼マジシャン

物 割り箸、箱入りティッシュ、マグカップ、小銭少々(5円、500円)、トランプ1組(可能であれば)

申 2月27日(金)までに

井ノ口公民館 ☎(81)3311

フレイル予防講座(健康ポイント対象事業「大人のためのやさしい栄養講座」)

フレイル予防と関係の深い栄養について学びます。

時 3月13日(金) 13時30分～15時

場 保健福祉センター2階集団指導室A・B

対 65歳以上の町民

定 先着30名 費 無料

講 雪印ビーンスターク(株)所属管理栄養士
筆記用具

他 本事業は、健康長寿への社会貢献のため、「神奈川県公共型未病センター健康支援プログラム」の一環として雪印ビーンスターク(株)の協力により実施するものです。

申 3月6日(金)までに

健康課 ☎(81)5546

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 3月15日(日) 9時～11時

場 小田原市消防本部

対 中学生以上(2市5町に在住・在勤・在学)受講する場合は、指定

期間にWEB講習受講

定 各先着15名

申 2月16日(月)から電話で予約後、3月2日(月)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

イベント

ちいき・ふくし博

障がいのある方への理解を深めていただくため、地域での活動の様子や作品および施設・機関などを紹介するイベントを開催します。

時 ①2月4日(水)～6日(金) 10時～15時

②2月4日(水)～27日(金) 10時～15時

場 ①南足柄市役所アトリウム

②保健福祉センターホール

内 ①作品展示、施設・機関などの紹介、物販

①絵画コンクール表彰式

【2月4日(水)11時30分～】

①足柄上地区ご当地キャラクター記念撮影イベント

【2月4日(水)13時～15時30分】

②作品ミニ展示

他 ホームページでも絵画コンクールの作品をご覧いただけます。

問 (社福)風祭の森地域支援センター

ひまわり ☎(20)7120

HP <https://sites.google.com/view/fukushifair2024>

fukushifair2024



竹炭製作・バンブークーヘン作り

竹の活用および竹害対策を目的に、竹炭製作と「バンブークーヘン作り(竹にバームクーヘン生地を巻いて焼きます)」を行います。

時 2月15日(日) 9時30分～12時30分

場 境コミュニティセンター

定 20名

講 一般社団法人横浜竹林研究所
申 2月12日(木)までに窓口またはメール、ホームページから

産業環境課 ☎(81)1115

HP 町ホームページ

ID3796

sangyou@town.nakai.

kanagawa.jp



なかいほつとカフェ

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 3月11日(水) 10時～11時30分

受付 9時45分

場 境コミュニティセンター

内 みんなで一緒にレクリエーション

定 15名 費 200円程度(喫茶代)

申 3月3日(火)までに

健康課 ☎(81)5546

地域包括支援センター

☎(81)2441

2月の行事予定 Event schedule

- 1日
2月 子育てサロン
3火 はじめての気功教室
3～4か月・7か月児健康診査
りあん出張相談
4水 2歳児歯科健康診査・3歳児健康診査
なかいほっとカフェ
5木
6金 ママ'sキッチン
7土 クリーンウォーキング、議会報告会
8日 かながわ駅伝
9月
10火 スマホなんでも相談
はじめての気功教室
11水 建国記念の日
里都まち♡なかい自然観察会③
12木 和太鼓フィットネス
13金 健康づくりウォーク雑色鴨沢方面
わいがやサロン
14土 町長相談、議会報告会
15日 竹炭製作・“パンブー”クレーン作り
井ノ口公民館まつり
16月
17火 転倒骨折体操指導員&なかいフレイル
サポーター養成講座
18水 認知症に関する相談
19木 健康相談
20金 行政相談、人権相談、心配ごと相談
親子でコンサート
21土
22日
23月 天皇誕生日
24火
25水 育児相談（保健福祉センター）
26木 転倒骨折体操指導員&なかいフレイル
サポーター養成講座
27金 無料法律相談
28土 竹細工教室

井ノ口公民館まつり

公民館で活動しているサークルが日々の活動の成果を発表します。

時 2月15日(日)10時～15時

場 井ノ口公民館

内 ①作品展示

陶芸、書道、俳句、キルト、絵手紙、フラワーアレンジメント、
刺しゅうなど

②芸能発表

フラダンス、コーラス、ジャズ、ウクレレ、太極拳、ダンスなど

③茶道お点前披露

④マジックショー

問 井ノ口公民館 ☎(81)3311



昨年の井ノ口公民館まつり



問 なかいこども園 ☎(81)1128
申 不要
物 帽子、タオル、水筒、着替え
場 なかいこども園どんぐり棟園庭お
よび遊戯室
時 3月17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
帽子、タオル、水筒、着替え

わくわく広場

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

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。