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8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 12月1日(火)受付12時45分～13時15分
場 保健福祉センター2階診察室ほか
対 ・3～4か月児(令和8年7月7日～9月1日生まれ)
・7か月児(令和8年3月7日～5月1日生まれ)
問 健康課☎(81)5546

### ※1歳児歯科教室

時 12月2日(水)受付9時15分～9時30分
場 保健福祉センター3階集会室
対 令和7年11・12月生まれ
問 健康課☎(81)5546

### ※1歳6か月児健康診査

時 12月9日(水)受付12時50分～13時5分
場 保健福祉センター2階診察室ほか
対 令和7年3月3日～6月9日生まれ
問 健康課☎(81)5546

### ※2歳6か月児歯科健康診査

時 12月9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6年4・5・6月生まれ
問 健康課☎(81)5546

## 相談

### りあん出張相談

時 12月1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 11月24日(火)までに
福祉課☎(81)5548

### 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します。

時 12月2日(水)、令和9年2月3日(水)
13時30分～
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
他 事前予約制
申問 小田原保健福祉事務所
足柄上センター 保健予防課
☎(83)5111

### 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 12月9日(水)①9時30分～11時30分
②13時30分～15時30分
場 ①保健福祉センター3階工作室
②井ノ口公民館研修室Ⅰ
問 福祉課☎(81)5548

### 合同相談

時 12月9日(水)9時30分～11時30分
場 保健福祉センター3階工作室
内 日常の様々な問題や苦情の相談、生活の心配ごとやちょっとした悩みなどを、行政相談員、民生委員に相談できる合同相談窓口を開設します。
問 12月4日(金)までに
総務課☎(81)1111

### 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、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 12月16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 12月15日(火)までに
地域包括支援センター
☎(81)2441

### 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 12月16日(水)
10時～12時、13時～15時
場 農村環境改善センター2階研修室1
内 1回30分の個別相談
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 11月10日(火)10時から
予約専用電話(フリーダイヤル)
☎0077(78)9038
IP・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

### 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

## 健康相談

時 12月17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 12月16日(水)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、助産師、管理栄養士がお受けします。
時 12月23日(水)9時30分～11時
場 保健福祉センター3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

## 秋季全国火災予防運動

時 11月9日(月)～15日(日)
「火の確認　いい日を支える　いい習慣」(2026年度全国統一防火標語)
これからの季節は空気が乾燥して火災が発生しやすい気象状況になります。秋季火災予防運動は、火災予防思想の一層の普及を図るとともに、火災の発生を防止し、財産の損失を防ぐことなどを目的に実施されます。火災の恐ろしさ、火災予防の大切さについて再確認していただき、もし火災を発見したら、落ち着いて119番通報するよう心掛けてください。

【119番通報時のポイント】
○大きな声で「火事だ!」と周りに知らせる。
○小さな火でも油断せず119番に通報する。
○安全な場所で通報する。
問 小田原市消防本部予防課 ☎(49)4427
HP https://www.city.odawara.kanagawa.jp/f-fight/

## 10・11月分水道メーターの検針

時 検針期間：11月9日(月)～30日(月)
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てください。
④メーターボックス周辺の草刈りをお願いします。

他 右記の理由などで検針ができなかった場合、お客さまにメーターを確認してもらい、指針を役場へ連絡していただくことがあります。
問 上下水道課☎(81)3903

## 第45回青色申告・小学生の税の書道展　公開展示・表彰式

特選・金賞作品を展示します。児童たちの力作をぜひご覧ください。

【展示公開】
時 11月11日(水)～15日(日)
場 小田原三の丸ホール ギャラリー回廊1階・2階

【表彰式】
時 11月29日(日)
場 青色会館3階大ホール
問 (公社)小田原青色申告会 ☎(24)2613
税務町民課☎(81)1113

## 12月議会定例会

12月1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。議会日程など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 ID3792

## 水道基本料金の減免

エネルギーや食料品価格などの物価高騰への支援として、水道基本料金1期2か月分を免除します。

【対象者】
すべての水道使用者(町公共施設は除く)
【対象期間】10・11月 例月分
【減免額】水道基本料金(税込)
家事用　1，320円
業務用　1，540円
【手続き】不要

他 ・下水道使用料は、減免の対象とはなりません。
・今回の減免により料金がかからなくなった場合(水道料金の超過料金がなく下水道使用料も発生しない場合)、納付書は発送しません。また、その場合には口座振替も行いません。
・11月検針の際に配布する「使用水量・料金等のお知らせ」には、水道基本料金の金額が記載されますが、実際の請求金額は上記の減免額を差し引いた金額となります。
問 上下水道課 ☎(81)3903

## 高齢者の所得税・住民税の障害者控除認定

障害者手帳などを取得していない方へ、所得税・住民税の控除対象となる「障害者または特別障害者に準ずる認定書」を交付します。

対 町内在住の65歳以上の方で、手帳が取得できる方と同程度の知的、または身体に障害があると認められる方

費 主治医意見書の取得にかかる費用は自己負担です。

他 ・申請が混み合う時期は、認定書発行までに2週間ほどかかる場合があるため、余裕をもって申請してください。
・介護保険の要介護認定を受けていない方は、認定書交付のために訪問調査を実施しますので、11月27日(金)までに申請してください。

【申請方法】
①申請書②主治医意見書(介護保険の要介護認定を受けていない方のみ)を健康課へ提出。用紙は健康課窓口で配布します。

問 健康課☎(81)5546

## マナーを守って地域の農地を守りましょう

農地の管理は所有者・使用者の責務です。農地の有効活用はもとより、年に数回草刈り、耕起などを行い、適切に管理しましょう。

農業委員会では、10月から12月にかけて農地パトロールを実施しています。農地へ立ち入ることがありますので、ご理解ご協力をお願いします。

問 産業環境課☎(81)1115

## 自治会に加入しましょう
### ～みんなで守る　なかいの暮らし～

自治会は、地域のイベントや、美化活動、防犯活動、防災訓練など様々な活動を行っています。

住みよい地域づくりのために自治会に加入し、活動に参加してみませんか。

加入を希望される方は、自治会長または地域防災課までご連絡ください。

問 地域防災課
☎(81)1110

# 募集

## 陸上自衛隊高等工科学校生徒、2等陸・海・空士(任期制自衛官)

○陸上自衛隊高等工科学校(推薦)
応募資格：男子で中卒(見込含)17歳未満
受付期間：10月1日(木)～11月27日(金)
試験期日：
令和9年1月9日(土)～11日(月・祝)いずれか一日を指定されます。

○陸上自衛隊高等工科学校(一般)
応募資格：男子で中卒(見込含)17歳未満
受付期間：
10月1日(木)～令和9年1月14日(木)
試験期日：
【一次試験】
令和9年1月23日(土)、24日(日)
【二次試験】
令和9年2月11日(木・祝)～14日(日)いずれか一日を指定されます。

○教育および卒業資格(共通)
通信制高等学校に入学し、生徒課程修了時に高等学校の卒業資格を取得することができます。
身分は特別職国家公務員(生徒)で手当の支給を受けながら高等学校教育などを受ける制度です。
2等陸・海・空士(任期制自衛官)については、通年、募集をしています。

問 自衛隊小田原地域事務所
☎(24)3080
HP https://www.mod.go.jp/pco/kanagawa/
✉ odawara-kanagawa@rct.gsdf.mod.go.jp

## 小田原市消防計画改定に伴う意見

本町を管轄区域に含む小田原市消防計画の改定に向けて、小田原市消防本部では皆さんから意見を募集しています。

計画案や募集要項などは小田原市ホームページからダウンロードできるほか、役場地域防災課でも配布します。

【募集期間】
**11月13日(金)～12月14日(月)**
【提出方法】
①小田原市消防本部に直接持参、郵送またはファックス。
窓口への提出は、平日8時30分～17時15分
②小田原市ホームページの意見投稿フォーム
https://www.city.odawara.kanagawa.jp/field/municipality/municipality/comment/details/r7kasaiyobo.html

【提出先および問い合わせ先】
小田原市消防本部消防総務課
☎(49)4420
ファックス(49)2592
〒256－0813
小田原市前川183－18
HP https://www.city.odawara.kanagawa.jp/f-fight/

## スポーツ

### ストレッチ体操

ストレッチ体操で体をほぐし、心身ともにリフレッシュしましょう。

時 11月26日(木)10時～11時
場 子育て支援センターひまわり1階ホール
対 町内在住の子育て中の保護者
定 10組 費 無料
講 山田美津江氏
日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
物 ヨガマットかバスタオル、飲み物
他 託児あり(要申込)
申問 11月25日(水)までに
子育て支援センターひまわり
☎(81)3365

## 講座

### 上級救命講習

成人の心肺蘇生法とAEDの取り扱いに加え、さらに詳しい応急手当の方法を学びます。

時 12月6日(日)、19日(土)9時～16時
場 各日とも小田原市消防本部
対 中学生以上(2市5町に在住・在勤・在学)指定期間にWEB講習受講
定 先着16名
申 11月5日(木)から電話予約後、11月19日(木)までに最寄りの消防署へ
問 小田原市消防本部救急課
☎(49)4441

### 食品衛生責任者養成講習会

時 12月8日(火)10時～17時
場 足柄上合同庁舎5階西AB大会議室
対 満15歳以上(義務教育履修中の方を除く)で、日本語が理解できる方
定 100名
費 12,100円(納入後の返金不可)
申 ホームページより。インターネットができない方は、電話でご相談ください。
問 足柄食品衛生協会☎(85)3730
HP https://www.fha-kanagawa.jp/

### 迎春の寄せ植え教室

お正月を彩る寄せ植えづくりを楽しく学んで、華やかな新年を迎えませんか。

時 12月12日(土)10時～11時30分
場 井ノ口公民館工芸室
定 12名 費 3,000円(材料費)
講 (株)木村植物園ガーデン倶楽部
物 手袋、持ち帰り用の入れ物
申問 11月27日(金)までに
井ノ口公民館☎(81)3311

### 正月飾りづくり教室

新年を迎える正月飾りを自分で作ってみませんか。老人クラブによる丁寧な指導で、伝統の正月飾りをどなたでも簡単に作ることができます。

時 12月25日(金)9時30分～11時
場 井ノ口公民館講堂
定 15名 費 700円
講 中井町老人クラブ連合会
物 エプロン、持ち帰り用の袋
申問 11月27日(金)までに
井ノ口公民館☎(81)3311

### 1市4町共同開催 食育ボランティア講座

町の食育事業に参加、協力していただける方の養成講座です。活動に必要な栄養・食の知識や技術の基本を学びます。

時 ①令和9年1月25日(月)、②2月9日(火)、③26日(金)、④3月5日(金)
9時30分～12時30分
場 開成町保健センター
内 講義、調理実習、試食
対 18歳以上(受講後、町食育ボランティア会員登録が必要)
定 16名
費 2,000円(調理実習材料代)
講 市町管理栄養士、小田原保健福祉事務所足柄上センター食品衛生監視員、歯科衛生士
物 筆記用具、エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク
申問 12月2日(水)までに電話またはメールで
健康課☎(81)5546
HP 町ホームページ ID1957
kenkou@town.nakai.kanagawa.jp

### 健康づくりウォーク

定期的にウォーキング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。

○半分形～遠藤方面
時 12月11日(金)13時30分～15時30分
場 農村環境改善センター集合
○健康づくりコース
時 12月21日(月)13時30分～15時30分
場 星槎中井スタジアム(中井中央公園)集合
【共通事項】
対 1時間30分程度のウォーキングができる方
物 飲み物
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

## 女性を部下に持つ管理者向けセミナー

アンコンシャス・バイアスを理解し、部下の特性（認知機能・価値観）や育児・介護などの事情に応じた効果的な働きかけを学びます。

時 **令和9年2月4日（木）**
13時10分～16時10分
場 オンライン（Zoom）
対 女性を部下に持つ管理職
定 30名（申込み多数の場合抽選）
費 500円
講 清家三佳子氏　人材開発コンサルタント・キャリアアドバイザー
申 12月17日（木）までにかなテラスの申込みフォームから
問 かなテラス参画推進課
☎0466（27）2114

## あしがら成年後見センター主催講演会「成年後見制度が大きく変わります！」

認知症や障がいなどで判断能力が十分でない方の権利を守る「成年後見制度」。現在の制度の説明をもとに、改正のポイントをわかりやすく解説します。

時 **11月14日（土）**13時30分～15時30分
場 足柄上合同庁舎5階会議室
定 先着100名　費 無料
講 内嶋順一氏　弁護士（みなと横浜法律事務所）、あしがら成年後見センター長
他 手話通訳あり
申 メールまたは申込みフォーム、電話、ファックス
問 あしがら成年後見センター
☎（20）3715
ファックス（74）3276
HP https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdpuMHnWy0ZhmX6oA802GAhjIzdywn8jOD_XK5ovOPsXtqMFQ/viewform
✉ ashigara-kouken@minamisyakyo.or.jp

# イベント

## 農産物品評会

生産者の方が育てた良質で新鮮農産物の展示や即売会を行います。即売会はエコバックを持参してください。

時 **11月28日（土）**13時～17時、**29日（日）**9時～10時30分
○一般公開
○即売会
時 **11月29日（日）**12時～13時
場 農村環境改善センター多目的ホール
問 産業環境課☎（81）1115

## 親子で楽しいリトミック

ピアノの音に合わせて、親子のふれあいを楽しみながら体を動かしましょう。

時 **12月1日（火）**10時～11時
場 子育て支援センターひまわり1階ホール
対 町内在住の未就園児と保護者
定 10組　費 無料
講 一色由利子氏
申 問 11月30日（月）までに子育て支援センターひまわり
☎（81）3365

## 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）

時 **12月4日（金）**10時～11時
場 なかいこども園どんぐり棟園庭およびどんぐり棟遊戯室　※雨天時は遊戯室
物 帽子、タオル、水筒、着替え
申 不要
問 なかいこども園☎（81）1128

## 第42回県西地区障害者文化事業～つなごうみんなの心～

障がいのある方への福祉についての関心と理解を深めていただくとともに障がいのある方の交流を図るため、作品展示などを行います。

時 **12月5日（土）**9時30分～15時
開会式10時
場 小田原市川東タウンセンターマロニエ3階
内 施設紹介および作品展示、手作り製品など販売、楽器演奏などのアトラクションによるイベント交流会、ボッチャ体験などの体験コーナー、絵画ワークショップ
問 県西地区障害者文化事業開催協議会事務局永耕園☎（42）2268

## 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 **12月9日（水）**10時～11時30分
受付9時45分～
場 保健福祉センター3階集会室
内 お楽しみ会（演奏会）
定 15名　費 200円程度（喫茶代）
申 問 12月1日（火）までに健康課☎（81）5546
地域包括支援センター
☎（81）2441

## 黒岩知事と県民との〝対話の広場〟私が選んだ生業で地域を豊かに～未病の戦略的エリアで実現させた私の挑戦～

県西地域の特性に惹かれ、それらを活かした地場産業を営む方々の事例を通じて、生業の楽しみや課題に触れながら地域の活性化について、黒岩知事と意見交換してみませんか。

時 **12月11日（金）**16時30分～18時
場 小田原合同庁舎
定 150名（申込み多数の場合抽選）
申 12月4日（金）までに電話またはホームページから
問 県西地域県政総合センター企画調整課☎（32）8903
HP https://www.pref.kanagawa.jp/docs/h3e/cnt/f300633/

## 11月の行事予定 Event schedule

1日 町民文化祭
2月 骨密度測定会・フレイルチェック
3火 文化の日
4水 モルック体験会
5木 りあん出張相談
6金
7土 モルック体験会
8日
9月
10火 母親父親教室
11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
12木 わくわく広場
13金 骨密度測定会・フレイルチェック
健康づくりウォーク(ポールウォーキング)
14土 クリーンウォーキング
15日 自治会親善モルック大会
16月
17火 母親父親教室、スマホなんでも相談
18水 離乳食講習会、認知症に関する相談
インターネット被害未然防止講座
19木 健康相談
20金
21土
22日
23月 勤労感謝の日
24火 健康づくりウォーク(井ノ口~富士見台方面)
25水 育児相談（井ノ口公民館）
26木 ストレッチ体操
27金 木造住宅耐震診断の個別相談会
28土 なかい文化財めぐりウォーキング
農産物品評会(一般公開)、あかりの祭典
29日 農産物品評会(一般公開、即売会)
30月

## カナガワ ポトガラヒー 出張浅田撮影局 中井編

「家族」と「記念写真」をテーマにした活動などで高い人気を博す写真家、浅田政志氏が県内各地へ出張し、地域の魅力を発信する「カナガワ ポトガラヒー」の旅。中井町で見つけたとっておきの風景や人、まちの魅力を写真でご紹介します。

時 12月5日(土)~26日(土)※月曜定休 10時30分~16時
場 なかい里都まちCAFE
費 無料(カフェ利用は有料)
○オープニングお披露目会
時 12月5日(土)10時~11時
場 なかい里都まちCAFE
内 浅田さんと一緒に撮影を振り返ります。
【主催】神奈川県立県民ホール
問 (公財)神奈川芸術文化財団 ☎045(662)5901
地域防災課☎(81)1110

## はだの恋結び2026~いちご狩りからはじまる、冬の恋。~

時 令和9年1月31日(日)
場 秦野駅集合・解散
※市役所下車も可
内 いちご狩りと縁結びの神社などを巡るバスツアー
対 男性：独身で25歳以上40歳以下の秦野市、中井町、松田町、大井町のいずれかに在住・在勤の方
女性：独身で25歳以上40歳以下の方
※いずれも学生は対象外
定 男女各10名(申込み多数の場合抽選)
費 1800円
申 問 12月15日(火)までに 秦野市役所こども政策課 ☎0463(86)3460
HP https://www.city.hadano.kanagawa.jp/soshiki/6/1039/5/2/index.html

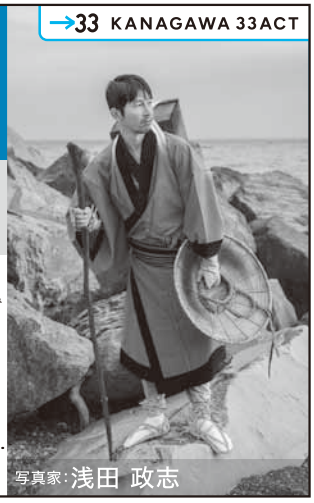
神奈川県民ホール 県域展開事業

## カナガワ ポトガラヒー 出張浅田撮影局｜中井編

家族写真をテーマに活躍し、映画『浅田家!』のモデルになった写真家の浅田政志が中井町を訪れ、写真に残したい人、風景、町を撮影しました。

2026.12.5(土)~26(土) 10:30~16:00 ※月曜休み
なかい里都まち♡CAFE
(中井町比奈窪580中井中央公園内)
詳細はHPへ
入場無料(カフェ利用は有料)

主催：神奈川県立県民ホール(指定管理者：公益財団法人神奈川芸術文化財団) 共催：中井町
【問】(公財)神奈川芸術文化財団 県域展開事業課045-662-5901(代表)平日10:00~17:00




## 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
たんぽぽ教室(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。