



**申**申込み

**問**問合せ

**FAX**ファックス

**E**メール

**HP**ホームページアドレス

**☀** 町外開催

## 案内

### マイナンバーカード 時間外窓口のお知らせ

平日のお手続きが難しい方のために、時間外にマイナンバーカードのお手続きができる日を設けています(予約制)。

- 開庁予定日** ・毎月第2木曜日  
(17時20分～19時 ※祝日は除く)  
・毎月第3土曜日(8時40分～12時20分)
- 手続き一覧** ・マイナンバーカードの交付、申請  
・継続利用及び券面事項更新(転入、転居に伴う住所変更、氏名変更等)  
・暗証番号のロック解除・再設定  
・一時停止解除  
・電子証明書の発行・失効・更新等

※予約制のため、前日12時までにお電話等でご連絡ください。

※平日開庁時間内の手続きは予約不要です。

**申問** マイナンバー専用ダイヤル ☎20-3273  
(税務窓口課 ☎84-0313)

※受取予約はこちらからもできます→



### 開成都市計画事業駅前通り線周辺 地区土地区画整理事業 事業計画 (第2回変更)の縦覧のお知らせ

標記事業の事業計画を変更するため、土地区画整理法第55条第13項において準用する同条第1項の規定により、事業計画(第2回変更)の縦覧を行います。

- 期間** 4月1日(水)～14日(火) 8時30分～17時15分
- 場所** 都市計画課
- ※土日は、夜間休日受付窓口(役場庁舎南西側)にお越しいただき、縦覧を希望する旨をお伝えください。  
※利害関係者は県知事に意見書を提出することができます。  
詳細は都市計画課へご連絡いただくか、町ホームページをご確認ください。

**問** 都市計画課 ☎84-0320

町HP→



## 固定資産の縦覧と固定資産名寄帳の閲覧

### 固定資産の縦覧

所有する土地・家屋の評価額を付近の土地・家屋と比較することで、評価額が適正かどうか確認できます。

**期間** 4月1日(水)～6月1日(月)  
8時30分～12時、13時～17時(土日祝日を除く)

**場所** 税務窓口課  
**縦覧できる方** 町内に土地又は家屋を所有し、固定資産税を納付している方

**内容** 「土地・家屋価格等縦覧帳簿」に記載されている事項  
・土地…所在地番、課税地目、地積、評価額  
・家屋…所在地番、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額

**持ち物** 本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード等)

### 固定資産名寄帳の閲覧

土地又は家屋を町内に所有されている場合、名寄帳の写しを取得することで、所有する土地・家屋にかかる固定資産税額などを確認できます。

**期間** 通年(4月1日(水)から)  
8時30分～12時、13時～17時(土日祝日を除く)  
※縦覧期間中は令和8年度分に限り無料

**場所** 税務窓口課  
**縦覧できる方** ・町内に固定資産を所有している方  
・借地、借家人の方(借地・借家している固定資産分に限られます)

**内容** 「固定資産名寄帳」に記載されている事項  
・土地…所在地番、地目、地積、評価額、固定資産税額  
・家屋…所在地番、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額、固定資産税額

**持ち物** 本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード等)  
※借地・借家人の場合は、賃貸借契約書など権利関係の確認ができる書類が必要です。

### 【縦覧・閲覧共通の注意事項】

所有者又は所有者と同一世帯以外の方は、所有者からの委任状が必要です。

**申問** 税務窓口課 ☎84-0313

## 案内

### 町民センター図書室休室のお知らせ

蔵書点検のため、次の期間、休室となります。

**休室期間** 4月14日(火)～17日(金)

**休室中の図書の返却について**

町民センター2階の入口付近に設置している返却ポストにご返却ください。

**問** 町民センター図書室 ☎20-4742

### 登校指導を実施します

毎月1日と15日を基本に、地域・関係機関の方々、PTA、園・学校職員の協力で、登校指導(交通安全指導、防犯指導、あいさつ運動)を実施しています。今年度も次の日程で実施します。ご協力をお願いします。

**日時** 原則7時10分～8時(地区によって異なります。)

4月8日(水)、15日(水)

5月7日(木)、15日(金)

6月1日(月)、15日(月)

7月1日(水)、15日(水)

8月31日(月)、9月15日(火)

10月1日(木)、13日(火)

11月2日(月)、16日(月)

12月1日(火)、15日(火)

1月8日(金)、15日(金)

2月1日(月)、15日(月)

3月1日(月)、15日(月)

**場所** 開成小学校通学路巡回コース、開成南小学校通学路巡回コース

**問** 学校教育課 ☎82-5221

### 広域情報 農業用水を通水します

水田への灌漑のため、文命用水路からの全量通水を開始します。町内各河川・用水路が増水します。特に、お子さんが用水路に入って遊ばないように十分ご注意ください。また、刈り草やゴミを用水路に流さないようご協力をお願いします。

日程はホームページにも掲載しています。

**日時** 4月25日(土) 15時から(3/4通水)

5月1日(金) 9時から(全量通水)

**場所** 町内全域の河川・用水路

**問** 酒匂川右岸土地改良区事務局 ☎46-9598

**HP** <https://sakawa-ugan.or.jp>

### 狂犬病予防集合注射を実施します

犬の登録及び狂犬病予防集合注射を実施しますので、日時等をご確認のうえ、最寄りの会場にお越しください。

日	時	場所
4月14日(火)	9時～10時	松ノ木河原第1公園
	10時30分～11時30分	開成駅前公園

**持ち物** 愛犬手帳、集合注射案内はがき(町に犬の登録がある飼い主へ3月下旬に送付)、手数料

**手数料** 【登録済みの場合】3,650円

(狂犬病予防注射料金・注射済票交付手数料)

【新規登録の場合】6,650円

(畜犬登録手数料・狂犬病予防注射料金・注射済票交付手数料)

**その他** ・予約不要です。

・集合注射案内はがきに「問診票」がありますので、

犬の健康状態を確認してからご来場ください。  
・飼い主が犬を確実に抑えることができない場合は注射をお断りします。

・車での来場はご遠慮ください。

**問** 環境課 ☎84-0314

### 後期高齢者人間ドック助成金額変更のお知らせ

令和8年度から助成金額が変更になります。

申請方法に変更はありませんので、希望する医療機関で受診予約し、必ず受診前に助成の申請をしてください。

**期間** 令和9年3月31日まで

**助成額** 1万円

**対象** 神奈川県後期高齢者医療保険被保険者で、次の要件を全て満たす方

①後期高齢者医療制度の被保険者であり、開成町に住民登録がある方

②後期高齢者医療保険料の未納がない方

③当該年度に国民健康保険人間ドック助成を受けていない方

④当該年度に町が実施する特定健康診査やしいがし健診を受診しない方

⑤検査結果の写しを町に提出することに同意する方(提出された検査結果により、町の後期高齢者健康診査等を受診したものとみなします。)

**持ち物** 後期高齢者医療資格確認書

**申問** 保険健康課 ☎84-0328

## 高齢者肺炎球菌ワクチンの 定期接種について

肺炎球菌感染症とは、肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気です。肺炎球菌ワクチンの接種により、感染症の重症化を防ぐことができます。

令和8年4月1日から接種できるワクチンは、一度の接種で、より長く、高い有効性を期待できます。必ずワクチンの有効性とリスクを理解したうえで接種してください。

**対象** ・接種日に65歳の方  
・接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能の障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する方

**自己負担額** 3,000円

**持ち物** ・接種券  
(毎月月末に、その月に65歳を迎えた方に対して順次発送する予定です。また、令和8年1月～3月に65歳を迎えた方には、4月末に接種券を送付します。お手元に届かない場合は、保険健康課までご連絡ください。)

・マイナ保険証等

※任意接種や接種可能な医療機関など、詳しくは町ホームページをご確認ください。

町HP→



**申問** 保険健康課 ☎84-0328

## 妊婦へのRSウイルス感染症ワクチンが 定期接種となります

令和8年4月1日からRSウイルス母子免疫ワクチンが妊婦の方を対象に定期接種となります。妊婦が接種することで、母体でつくられた「抗体」が、胎盤を通じて胎児に移行し、乳児におけるRSウイルスを原因とする下気道疾患の予防が期待できます。接種を希望する場合は、事前に医療機関へ予約し、必ずワクチンの有効性とリスクを理解したうえで接種してください。

**対象** ・妊娠28週0日～妊娠36週6日目の妊婦  
※妊娠39週に至るまでの間に妊娠終了予定の妊婦で、その14日前以降に接種するとき、接種者に同意が得られた場合のみ接種する。

**自己負担額** 無料

**持ち物** ・母子健康手帳  
・予診票(ご案内とともに妊娠8か月アンケート送付時に同封します。また、既に対象期間内の方には個別で送付しています。お手元に届かない場合は、保険健康課までご連絡ください。)

※接種可能な医療機関など、詳しくは町ホームページをご確認ください。

町HP→



**申問** 保険健康課 ☎84-0328

## 「食用油の廃食油回収」と 「フードドライブ」を実施します

開成町消費者の会では、町と協働で廃食油回収を実施します。当日はフードドライブと不要なボタンの回収も併せて実施します。いずれかの方のみの参加も大歓迎です。

**日時** 5月7日(木) 10時～11時30分

※雨天の場合は実施、荒天の場合は中止

**場所** 役場北側駐車場

**【廃食油回収】**

- ・一般家庭から排出された食用油の廃食油  
(事業者から排出されたものは対象外)
- ※ペットボトル等に廃食油を入れてお持ちください。
- ※異物の混入した廃食油は回収できません。

**【フードドライブ】**

- ・未開封の食品
- ・賞味期限の記載があり、期限が令和8年6月8日以降の食品
- ※生鮮食品(生肉・魚介類・生野菜)、アルコールは除く
- ※申込み不要

**問** 地域防災課 ☎84-0326(フードドライブ)  
環境課 ☎84-0314(廃食油回収)

## 自治会に入りましょう！

自治会は、地域の安心・安全を守り、住みよい町づくりをめざす団体です。防災対策からイベントの開催まで、さまざまな活動を通じて地域の絆を深めています。

自治会に加入を希望する方は、お住まいの地域の自治会へお申し出ください。また、町地域防災課(協働推進担当)でも自治会への取次ぎをしていますので、気軽にお問い合わせください。

※町ホームページからも加入のお申し込みができます。

**問** 地域防災課 ☎84-0326

町HP→



## 災害時指定井戸の登録をお願いします

災害時の断水に備え、所有されている井戸を災害時指定井戸に登録していただく制度を設けています。

登録された井戸は、概ね3年に1度、町が費用を負担して水質検査を実施し、安全性を確認します。災害時の安全で安心な水の供給につながりますので、ぜひご登録をお願いします。

**申問** 地域防災課 ☎84-0326

## 案内

### 住所・名前の変更登記が義務化されます

不動産登記法の改正により、令和8年4月1日から住所・名前の変更登記が義務化されます。住所や氏名・名称の変更の日から2年以内に登記を！

詳しくは法務省ホームページから「住所等変更登記の義務化特設ページ」で検索できます。

**問** 横浜地方法務局西湘二宮支局  
中郡二宮町二宮1240番地1  
☎0463-70-1102



## 募集

### ふれあい農園利用者募集

**場所** 九十間裏ふれあい農園(吉田島3441番地1他)  
(1区画)

**対象** 耕作する土地のない方

※1世帯で利用できるのは1区画までとします。

**費用** 3,000円/年度(区画面積:約30㎡)

**申込み** 4月1日(水)~17日(金)8時30分~17時(土日を除く)に電話、メール又は直接お申し込みください。

※応募者多数の場合は抽選となります。

※農園利用者の駐車場はありません。

※物置場はありません。

※利用マナーが悪い場合は、期間中でも貸出を中止します。

**申問** 産業振興課 ☎84-0317  
✉sangyouka@town.kaisei.kanagawa.jp

### かいせいまち暮らしのガイドに 広告を掲載しませんか？

町では、日常生活に必要な各種サービスや手続きなどの情報をまとめた「かいせいまち暮らしのガイド2026年版」を制作し、町内の全世帯へ配付する予定です。

このガイドブックは、総合広告代理業の㈱シーエムが、町内外の企業やお店などから広告を募集し制作します。広告掲載を希望する際は、直接(株)シーエムへお申し込みください。

町HP→



**申問** (株)シーエム ☎046-228-3771

## 協働のまちづくり事業を応援します

協働のまちづくりを推進するため、町民公益活動団体等が自発的、自主的に実施する事業に対し、町から補助金を交付します。

### 団体要件

申請できる団体は、次の要件すべてに該当する団体です。

- (1) 団体の構成員が2人以上であること
- (2) 町内を拠点に活動している、又は活動する予定であること
- (3) 公序良俗に反する活動をしていないこと  
※法人格の有無は問いません。

### 対象事業

地域が抱える課題の解決に向けて、団体が自発的かつ自主的に行う事業で、不特定かつ多くの町民の利益となる事業が対象となります。

ただし、次の項目のいずれかに該当する事業は、この制度を活用できません。

- (1) 営利を目的とする事業
- (2) 宗教又は政治の普及を目的とする活動
- (3) 特定の公職者(公職の候補者を含む)又は政党の支持又は反対を目的とする活動
- (4) 特定少数の個人又は団体の利益のために行われる事業
- (5) 同一会計年度において、開成町や町が補助する法人等から同種の補助を受けている(予定を含む。)又は業務委託として請け負う事業

### 助成額

単独実施コース (単独で実施する事業)	上限 10万円
共同実施コース (複数の団体が共同で実施する事業)	上限 12万円

### 審査方法

プレゼンテーションによる審査

### 申請方法

募集案内及び申請書一式は地域防災課窓口で受け取るか町ホームページからダウンロードしてください。

### 申込期間

5月8日(金)まで

※応募は年間を通じて可能ですが、予算額に限りがあるため、以降の応募については受け付けられない場合があります。

**申問** 地域防災課 ☎84-0326

## 第39回 2026開成町あじさいまつり

期 間 6月6日(土)～6月14日(日)の9日間

場 所 開成町あじさいの里、岡野あじさいの里、あしがり郷瀬戸屋敷

### 出店者募集

出店希望者は出店申請書を提出してください。なお、実行委員会では出店場所の提供はしません。出店申請をした方は、必ず出店者説明会に出席してください。

なお、脱炭素社会の実現に向けた取組として、バイオマス成分レジ袋の使用を出店条件とします。

受付期間 4月3日(金)～24日(金)(土日を除く)

受付場所 産業振興課(申請書は産業振興課にあります。)

提出書類 出店申請書、土地所有者の承諾書

※新規出店は、町内在住の方に限ります。

### 【出店者説明会】

日 時 5月20日(水) 14時～16時

場 所 町民センター3階 大会議室

### 出店者協力金のお願い

あじさいまつりに関連して出店する方にあじさいの里内の環境整備費用(仮設トイレや交通規制用具・看板)を徴収しますのでご理解ください。協力金は、出店者説明会で徴収します。

あじさいまつり協力金目安表(単位:円/日)

売り場面積	金額
10㎡未満	土日 2,000円/日
	平日 750円/日
10㎡以上	土日 5,000円/日
	平日 1,500円/日

※現地で調理する出店者は、事前に臨時営業の許可取得が必要な場合があります。

※提供できる食品は、現地で加熱調理を行う食品又は調理工程が単純な食品を1品目のみとなります。詳細は保健福祉事務所にご相談ください。

【神奈川県小田原保健福祉事務所足柄上センター生活衛生課 ☎83-5111(内線423)】



### あじさい公園舞台棟利用者募集

あじさい公園舞台棟を利用希望する団体はお申し込みください。

日 時 6月8日(月)、9日(火)、11日(木)、12日(金)

①10時30分～11時30分

②11時45分～12時45分

③13時～14時

④14時15分～15時15分

※原則として1団体の利用は、1回で1時間以内

場 所 あじさい公園舞台棟

対 象 2市8町(小田原市、南足柄市、中井町、大井町、松田町、山北町、開成町、箱根町、真鶴町、湯河原町)など近隣市町の文化団体等

費 用 無料

申込み 4月9日(木)9時30分から(土日祝日を除く)

※申込順、窓口優先で受付

①希望日時 ②団体名 ③代表者名 ④代表者住所 ⑤代表者電話番号 ⑥利用目的(何をするのか) ⑦チラシに記載の団体名と演目の確認

※1人で複数の団体は申し込みできません。

※あじさい公園舞台棟には音響機器一式(マイクは2本)が備わっています。

※実行委員会が不適格と認めた場合には利用をお断りすることがあります。

※実行委員会事業の関係で開放する枠を削減する場合があります。

### ボランティアスタッフ募集

資 格 町内在住の18歳以上で心身共に健康な方

場 所 開成町あじさいの里周辺

日 時 6月6日(土)～14日(日)の希望する日

8時30分～16時30分

業 務 次のどちらかの業務となります。

①駐車場ボランティア(駐車場での料金徴収と駐車場内での誘導)

②交通規制及び案内(交通規制と来場者への案内)

謝 礼 1日8,000円(交通費含む)

申込み 4月3日(金)～20日(月)に産業振興課に申請書を提出してください。申請書式等は産業振興課窓口で受け取るか開成町あじさいまつり公式ホームページからダウンロードしてください。

※実行委員会の負担により傷害保険に加入します。

# 募集

## 第39回2026開成町あじさいまつり 町民アイデア事業募集

### 応募資格

- ・町内に在住、在勤又は在学している町民等による団体
- ・町内に事務所又は事業所を有する事業者

### 対象となる事業

- ①開成町あじさいまつりの魅力を町内外に発信する事業
- ②開成町あじさいまつりへの愛着を醸成する事業
- ③特定の政治活動又は宗教活動を目的としないもの
- ④その他実行委員会が認めた事業

**申込み** 4月3日(金)～20日(月)に産業振興課に申請書を提出してください。申請書式等は産業振興課窓口で受け取るか開成町あじさいまつり公式ホームページからダウンロードしてください。

※事業実施は、実行委員会と連携して進めます。実行委員会からの補助金はありますが、採択された事業は、開成町あじさいまつり公式ホームページ等で紹介します。

**申 問** 開成町あじさいまつり実行委員会事務局  
(産業振興課内) ☎84-0317

## 「こども110番のいえ」と 「お出かけパトロール中」の プレート設置にご協力ください

登下校時等に、子どもたちが身の危険を感じた時に逃げ込むことができる「こども110番のいえ」への登録、地域での防犯啓発や犯罪の未然防止などを目的とした「お出かけパトロール中」へのご協力をお願いします。

ご協力いただける方には、学校教育課でプレートをお渡します。子どもたちの安全・安心のため、ご協力をお願いします。

なお、プレートの劣化・破損等で新しいものを希望される方や、ご都合により登録を取りやめたい方はご連絡ください。

**期 間** 随時

**対 象** 町内の全家庭、全事業所

**費 用** 無料



「こども110番のいえ」  
の看板



「お出かけパトロール中」  
のプレート

**申 問** 学校教育課 ☎82-5221

## 開成町下水道運営審議会委員募集

**委員の職務** 町長の諮問に応じて開成町公共下水道に関する事項について審議します。

**申込条件** 次のいずれかに該当する者であること  
・開成町公共下水道の排水設備を設置すべき者  
・開成町公共下水道の使用者

**任 期** 町長に委嘱されてから2年間  
※令和8年6月ごろからを想定

**報 酬** 会議1日あたり8,500円  
※会議が4時間に満たない場合は上記の半分の額

**申込み** 4月1日(水)～30日(木)に電話又はメールでお申し込みください。

※申込み後、都市整備課職員による聞き取りを行います。聞き取りの日時は改めてご連絡させていただきます。聞き取りの結果によっては審議会委員になれない場合がありますので、ご了承ください。

**申 問** 都市整備課 ☎84-0321  
✉toseika@town.kaisei.kanagawa.jp

# イベント

## 自治会対抗ソフトボール大会

**日 時** **男子**4月5日(日) 8時30分から  
※雨天の場合は4月12日(日)に順延

**女子**4月19日(日) 8時30分から  
※雨天の場合は4月26日(日)に順延

**場 所** 開成水辺スポーツ公園 軟式野球場・ソフトボール場  
**主 催** 開成町スポーツ協会

**申 問** 生涯学習課 ☎84-0325

## 第105回町内軟式野球大会

**期 間** 5月10日(日)～7月12日(日)の毎週日曜日

**場 所** 開成水辺スポーツ公園 軟式野球場

**費 用** 1チーム10,000円(スポーツ保険料含む)

**主 催** 開成町スポーツ協会

**開会式兼代表者会議** ※抽選会およびルール説明会

**日 時** 4月24日(金) 19時から

**場 所** 町民センター2階 中会議室 B

※代表者(各チーム1人以上)は、メンバー表と参加費を用意して出席してください。

**申 問** 生涯学習課 ☎84-0325

## 瀬戸屋敷 端午の節句

- 鯉のぼりの竿立て 4月12日(日)  
○五月人形等の展示 4月25日(土)～5月6日(水・祝)  
※5月6日は12時まで

### 【展示期間中の催し】

- ①うどん打ち体験  
日 時 5月3日(日・祝) 10時30分から  
定 員 10人(先着順、4月7日(火)から受付開始)  
費 用 300円(うどん1食相当)
- ②かまどでご飯炊き実演  
日 時 5月4日(月・祝) 11時から
- ③かしわ餅作り体験  
日 時 5月5日(火・祝) 10時30分から  
定 員 10人(先着順、4月7日(火)から受付開始)  
費 用 300円
- ④抜刀演武披露(小田原剣道連盟)  
日 時 5月5日(火・祝) 13時30分から  
・木刀体験コーナーもあります。
- ⑤子ども甲冑の試着体験コーナー  
日 時 5月3日(日・祝)～5日(火・祝) 11時～14時  
・先着順で甲冑(ヨロイ・カブト)の着付けができます。  
・お手持ちのカメラで撮影ができます。

主 催 瀬戸屋敷倶楽部

※②④⑤は参加費無料、申込み不要

問 あしがり郷瀬戸屋敷 ☎84-0050

## 子どもの読書週間イベントのお知らせ

4月23日から5月12日は子どもの読書週間です。  
図書室では次の期間に本を借りた方にプレゼントをお渡しします。

期 間 4月23日(木)～5月31日(日)  
場 所 町民センター図書室  
対 象 小学生以下(図書利用カードを持っている方)  
※プレゼントはなくなり次第、終了となります。

問 町民センター図書室 ☎20-4742

## 町民センター図書室～子どもの広場～

日 時 5月23日(土) 10時～11時  
場 所 町民センター2階 中会議室A  
内 容 「ドキドキリング」づくり  
対 象 5歳以上(未就学児は必ず保護者同伴)  
定 員 15人(先着順)  
持ち物 はさみ、油性マジック  
申込み 4月18日(土)から、月曜を除く10時～17時に図書室カウンターにお申し込みください。

問 町民センター図書室 ☎20-4742

## 子ども

### 開成町駅前子育て支援センター あじさいっこ イベントのご案内

#### あかちゃんひろば

1歳未満のあかちゃんと保護者の方を対象に、おしゃべりやお友だちづくり、子育てに関する相談ができます。

4月22日は瀬戸屋敷でベビーマッサージをします。

①日 時 4月22日(水) 10時～11時30分

場 所 あしがり郷瀬戸屋敷

定 員 10人(予約制、抽選により参加者を決定します)

申込み 4月8日(水)～14日(火)に電話

又はe-kanagawaでお申し込み

ください。参加が決定した方

のみ、その旨を連絡します。



e-kanagawa

持ち物 大きめのバスタオル、ベビーオイル(普段使っているものがあれば)

②日 時 5月2日(土) 10時～11時30分

※安全上、1歳以上の子ども(きょうだい等)のご利用はできませんのでご了承ください。

#### ぱたぱたママおはなし会

「ぱたぱたママ」さんによるおはなし会を開催します。座っていらなくても大丈夫です。遊びながら一緒に楽しみましょう。

日 時 4月24日(金) 10時～10時30分

場 所 駅前子育て支援センターあじさいっこプレイルーム

※申込み不要

問 駅前子育て支援センターあじさいっこ ☎20-9720

### 駅前子育て支援拠点施設 4月の閉所日のお知らせ

職員研修のため、駅前子育て支援拠点施設(駅前子育て支援センターあじさいっこ及びファミリー・サポート・センター)を閉所します。

日 時 4月15日(水) 12時～17時

※プレイルームの利用は11時30分までです。

問 駅前子育て支援センターあじさいっこ ☎20-9720

ファミリー・サポート・センター ☎20-9699

### 開成ベビープレイパーク

ぽかぽか陽気の春は、お散歩も気持ちがいいですね。お散歩の途中でちょっと寄り道していきませんか。ママはホッと一息、あかちゃんのはのびのびと過ごしましょう。

日 時 4月7日(火)、22日(水) 9時30分～12時

場 所 上延沢自治会館(延沢1546-1)

対 象 1歳6か月頃まで

問 開成ベビープレイパーク 代表 小松

☎090-6183-7688



®KAISEI.BABYPLAYPARK

# 健康

## 今月のいきいき健康体操

いきいき健康体操は転倒・骨折による寝たきり予防として、自分に合った運動習慣を身につける町オリジナル体操です。誰でもできますので、ぜひご参加ください。

### 4月の予定

地区	日程	時間
岡野・金井島	13日(月)、27日(月)	10時～11時
上延沢	9日(木)、23日(木)	10時～11時30分
下延沢	3日(金)	10時～11時
円中	17日(金)	10時15分～11時30分
宮台	2日(木)、22日(水)	13時20分～15時
牛島	16日(木)	10時～11時
上島	6日(月)、20日(月)	9時45分～11時30分
榎本	6日(月)、20日(月)	10時30分～11時30分
中家村	6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)	10時～11時30分
下島	1日(水)	10時～11時
パレットガーデン	6日(月)、20日(月)	10時～11時

**場所** 各自治会館等(岡野・金井島は金井島公民館)

**対象** 各地区の住民

**持ち物** 動きやすい服装、飲み物

※各地区の会場へ直接お越しください。

※掲載のない地区で参加を希望される方は福祉介護課までご相談ください。

**問** 福祉介護課 ☎84-0316

## 筋力アップのための運動教室

毎日の生活の中で筋力をつける運動を学びます。

**日時** 4月15日(水) 14時～15時30分  
(受付13時45分から)

**場所** 町民センター3階 大会議室

**対象** 町内在住の方

**定員** 20人

**費用** 無料

**持ち物** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット(あれば)

**申込み** 4月14日(火)までに電話又は直接お申し込みください。

**申問** 福祉介護課 ☎84-0316

## 実はあなたもフレイルかも…？ フレイルチェック測定会(前期)

「フレイル」は、「健康な状態」と「介護が必要な状態」の狭間の状態を言います。昨年度のフレイルチェック測定会では参加者の4人に1人がフレイルハイリスク者でした。ぜひお近くの会場で今のカラダの状態を確認してみましょう。

日時	場所
5月8日(金) 10時～12時	河原町公会堂
5月11日(月) 10時～12時	下延沢自治会館
5月13日(水) 10時～12時	岡野老人憩の家
5月14日(木) 14時～16時	宮台老人憩の家
5月18日(月) 10時～12時	中家村公民館
5月19日(火) 10時～12時	榎本公会堂
5月20日(水) 14時～16時	円中自治会館
5月25日(月) 10時～12時	上島公民館
5月27日(水) 10時～12時	下島自治会館
5月28日(木) 10時～12時	上延沢自治会館

### チェックの内容

指輪っかテスト、イレブン・チェック、滑舌チェック、片足立ち上がりテスト、ふくらはぎ周囲長、握力、手足の筋肉量、質問票(社会参加)

**対象** 概ね65歳以上の方

**定員** 各回20人程度

**申込み** 各回の1週間前まで

**持ち物** 飲み物、筆記用具、眼鏡(必要な方)、裸足になりやすい服装、前回フレイルチェック測定会に参加された方は過去にお配りしたテキスト等

※ペースメーカーを利用している方は筋肉量の測定はできません。

**申問** 福祉介護課 ☎84-0316

## 骨密度測定と体組成測定を実施します

### <骨密度測定>

「骨粗しょう症」は自覚症状が出にくく、痛みや骨折で受診したときには症状が進行した状態になっています。現在の骨の状態を確認するとともに、ご自身の生活を振り返り骨粗しょう症を予防しましょう。

### <体組成測定>

「体組成」とは、からだを構成する組成成分のことです。「体組成計」では、体重計や体脂肪計では測ることができない「筋肉量」「基礎代謝量」「体水分量」などを測定できます。

**日時** 4月21日(火) 9時30分～11時30分(受付)

**場所** 役場1階 町民プラザ

**対象** どなたでも

**費用** 無料

**持ち物** 裸足になれる格好(ストッキングは不可)

※申込み不要

**問** 保険健康課 ☎84-0328

## ゆる体操講座

ゆる体操は凝り固まったからだを上手にゆるめる体操です。声を出しながらゆっくり動くため、誰でも手軽にできます。

**日時** 4月7日(火)、21日(火) 9時30分～10時30分  
**場所** 町民センター2階 集会室A・B  
**対象** どなたでも  
**定員** 20人  
**費用** 無料  
**持ち物** 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット(あれば)  
**申込み** 初めて参加される方は、前日までに電話又は直接お申し込みください。



ゆる体操無料動画→

**申問** 福祉介護課 ☎84-0316

## 障がいのある方のための相談室

障がいのある方や、そのご家族が生活で困っていること、悩んでいることなど、様々な相談を受け付けます。

**日時** 4月21日(火) 14時～16時  
**場所** 町民センター2階 小会議室A  
**費用** 無料  
**相談員** 相談支援センターりあんの相談員  
※「相談支援センターりあん」は町の委託を受け、障がいがある方の生活相談や仲間づくりの場所の提供などをしています。  
※申込み不要

**問** 福祉介護課 ☎84-0316

## 相談

### 乳幼児健康相談

育児、体重、食事、母乳、排泄(トイレトレーニングも含みます)など、気になっていることを何でもご相談ください。お子さんの身体計測もできます。

**日時** 4月21日(火) 13時30分～15時  
**場所** 保健センター  
**対象** 未就学児  
**費用** 無料  
**持ち物** 母子健康手帳、バスタオル  
※申込み不要

**問** こども課 ☎84-0327

### こども心の相談日

乳幼児期の子どもの発達や接し方や言葉、学校など集団生活、家庭での親子関係の悩み、思春期の拒食や過食、子どものサインへの保護者の対応の仕方など、子どもに関する相談をお受けし、相談者と一緒に考えます。

**日時** 5月29日(金)  
①13時15分～14時 ②14時15分～15時  
※相談時間は1人約45分  
**場所** 役場2階 相談室  
**対象** 0歳から18歳までの子どもをもつ保護者  
**費用** 無料  
**相談員** 臨床心理士、保健師  
**申込み** 5月22日(金)までに電話でお申し込みください。

**申問** こども課 ☎84-0327

### 成人健康相談(予約制)

～心身の健康に関する相談を受け付けます～

健康に関する相談を保健師、栄養士がお受けします。高血圧、糖尿病、脂質代謝異常など生活習慣病の予防や生活改善について、健診結果からの栄養や運動、介護・心の健康など、一人で抱え込まず相談ください。

血圧測定・尿検査・体組成測定(体脂肪や筋肉量などの測定)なども行えます。お気軽にご利用ください。

**日時** 毎週月～金曜日 8時30分～17時  
**場所** 役場庁舎内  
**対象** 18歳以上の方  
**費用** 無料  
**持ち物** 健康手帳・健診や検査の結果(お持ちの方)  
**申込み** 希望日の前日までに電話又は直接お申し込みください。

**申問** 保険健康課 ☎84-0328

### 人権・行政相談(事前予約制)

人権擁護委員が人権に関する相談を、行政相談委員が行政機関の業務に関する相談をお受けし、必要な助言や解決への手助けをします。秘密は守ります。

**日時** 5月7日(木) 9時30分～11時30分  
**場所** 町民センター2階 中会議室B  
**費用** 無料  
**申込み** 4月30日(木)までに、LINEアカウント又は電話でお申し込みください。  
※トーク画面で「人権相談」又は「行政相談」とメッセージを送信→フォームに必要事項を入力

**申問** 福祉介護課 ☎84-0316

町公式LINE→



## 相 談

### ☀ オストメイト南足柄市相談会

県委託事業のオストメイト健康相談会及び講演会「ストーマトラブルに対応したケアについて」を開催します。人工肛門(コロストミー・イレオストミー)や人工膀胱(ウロストミー)の悩みごと、困りごとを解決しませんか。

日 時 4月26日(日) 13時30分～16時30分

場 所 南足柄市女性センター 3階研修室  
(南足柄市関本 591-1)

#### 相談員及び講演会講師

大船中央病院 皮膚排泄ケア認定看護師  
光平 真由美さん

対 象 人工肛門・人工膀胱保有者の方とその家族、医療関係者並びにストーマに興味のある方

定 員 50人

費 用 無料

※申込み不要

☎ 公益社団法人日本オストミー協会 神奈川支部  
芥川 雅男 ☎070-4396-9336

## みんなの掲示板

### 年金委員による「年金何でもサポート」

公的年金制度は、しくみや手続きが煩雑で分かりにくいと言われています。厚生労働大臣から委嘱された年金委員が、年金に関する相談や手続き等について、個別にサポートします。お気軽にご相談ください。

日 時 4月11日(土)、25日(土)

①14時～14時30分 ②14時30分～15時  
③15時～15時30分 ④15時30分～16時

場 所 開成町民活動サポートセンター 会議室  
(町民センター2階)

対 象 どなたでも

定 員 各回につき1組

費 用 無料

持ち物 年金手帳、ねんきん定期便、年金証書(年金を受けている人)など

申込み 実施日の前日までに電話でお申し込みください。

※「年金何でもサポート」は、開成町民活動サポートセンターの利用登録をしている活動です。

☎ 年金何でもサポート 年金委員 川島 祥匡  
☎090-3240-9955

## 身体をつかってリズムであそぼう

シンガーソングライターと一緒にリズムで遊んだり、歌ったり、たくさん楽しく身体を動かして春を感じましょう！  
お気軽にご参加ください！

日 時 ①4月11日(土) ②4月25日(土)  
9時30分～10時10分

場 所 ①町民センター2階 集会室A  
②町民センター2階 小会議室(和室)

対 象 未就園児

費 用 無料

定 員 各10人

持ち物 飲み物

申込み 4月5日(日)までに電話、メールでお申し込みください。

☎ 西島 ☎070-9137-3927  
✉ m.classe.piano@gmail.com

## 戸籍の窓

### お悔やみ申し上げます

2月1日から2月28日までに届け出のあった方で希望された方のみ掲載しています。(敬称略)

氏 名	性別	年齢	世帯主名	地 区
ないとう とみこ 内藤 登美子	女	79	まもる 守	岡野
ひらた のりみ 平田 知三	男	80	本人	上島
こだま かつひこ 児玉 勝彦	男	85	本人	下延沢
えんどう のりこ 遠藤 升子	女	94	まさふみ 正史	金井島
いのうえ れいじ 井上 礼次	男	73	本人	上島
よねやま ちえこ 米山 千恵子	女	85	ひろし 廣	上島