

広報

# とちぎ

2019 **10**  
NO.114

<https://www.city.tochigi.lg.jp>



## わたしたち あわせて 100 歳！

### 10歳が90歳から昔のことを学ぶ

「・・・当時は、食べ物が少なくて、おやつと言えば“ジャガイモやサツマイモ”。身近にあるもので遊び道具を作り、老若男女問わず地元の祭りが一番の楽しみ。子育てや料理の仕方は、近所の人に教わる。外では子供たちの遊んでいる声がいっつも聞こえる・・・」。90歳前後の方々が語るこんな話に、子どもたちが熱心に耳を傾けます。

市で今年度新たにはじめた「あわせて100歳ヒアリング事業」。10歳前後の小学生が90歳前後の方から話を聞くことを通して、戦前の、環境に対する負

荷の少ない暮らしぶりや、暮らしの知恵、地域らしさを再認識・再発見することによって、今後のまちづくりにつなげていくことを目的としています。

今回は、8月8日に大平中央小学校の「子ラボ・チャレンジ」の一環として、大平地域の4名の皆さんに、小学5・6年生の児童12名と市の若手職員が、当時の暮らし、環境、遊び、祭りなどについて伺いました。

昔と今の違いに驚きながら何度も質問をしていた小学生の皆さん。後日、今回のヒアリングで学んだ内容をまとめ、他の児童や父兄の前で、発表を行いました。



昔の写真を取り出して懐かしみながらお話をしてくださいました

聞き取りをした内容を書き出して、分類していきます

マイクを手に発表を行いました

### 目次

特集1 シリーズ まちづくり実働組織	2
特集2 栃木市の非核平和事業	4
今月の注目情報	5
インフォメーション	
(お知らせ)	7
(募集)	8
(催し・講座)	9・10
(スポーツ)	10
みんなの伝言板	11
子育て広場	12
健康情報コーナー	13
文化芸術のお知らせ	14
わが家の天使/ハートランド私が案内します	15
まちかどニュース	16



栃木市マスコットキャラクターとち介

### 栃木市の人口

人口	160,598人	(-77)
男	80,362人	(-33)
女	80,236人	(-44)
世帯数	65,861世帯	(2)

※住民基本台帳より  
7月末現在 ( )内は前月比



市章



市の鳥 カモ

シリーズ  
まちづくり  
実働組織

# まちづくりの思い息づくいぶきの里

## 吹上地区まちづくり協議会



住民の努力により復活オープンした「宮スケートセンター」で遊ぶ子どもたち



地域の住民が守る「宮の桜堤」は市内随一の桜の名所



「さしも草」を練り込んだうどんづくりを子どもたちに教える

地域資源を活かして  
市内の永野川の河岸を覆いつくすように咲き誇る「宮の桜堤」、古代の歌にも詠まれた「伊吹のさしも草」、江戸の伝統を受け継ぐブランド野菜「宮ねぎ」。吹上地区は、栃木地域の北西部に位置し、古くからの里山の風景と、栃木インターチェンジや、新しい栃木市の産業発展を担う千塚産業団地を併せ持ったエリアです。

「吹上地区まちづくり協議会」は、同地区を支える関係団体をはじめとする地域の皆さんの協働により、平成19年に設立し、平成29年には、栃木市で地域の課題解決や実践活動に取り組み団体を認定する新制度「まちづくり実働組織」にいち早く認定されました。「歴史と文化の香り高いいぶきの里の豊かな地域資源」を活かしたまちづくり事業を目的に掲げています。

甦った思い出のリンク  
そんな吹上地区まちづくり協議会の活動が一躍注目されたのは昨年のこと。地域で長年親しまれながらも、管理者の死去により平成23年に閉鎖となった屋外スケートリンク「宮スケートセンター」。地元からの再開を望む声、そして、地域の子供たちのために、長年の努力でリンクを維持してきた管理者、故・峯岸茂男さんの思いを引き継ぎ、8年ぶりの復活オープンを果たしました。

復活の日を迎えるまでには、まちづくり協議会の皆さんによる、施設や備品の整備、落ち葉の清掃や草刈り、そしてリンクに氷を張る作業など、休日返

上した努力が重ねられたといいます。その復活までの過程は、テレビや新聞、ラジオをはじめ、多くのメディアに取り上げられました。

笑顔の里のまちづくり  
現在、吹上地区では、まちづくり協議会の各委員会、そして、協議会に参加する20の関係団体がそれぞれに、また時に協力しながら、地域を支えています。その活動は、地域の安全安心を守る活動から、子どもたちと地域の皆さんとの交流、草花の植栽や、地域の地名の調査など、多種多様。今日も「笑顔の里のまちづくり」を目指して、活動が続けられています。



歴史・ロマン委員会が編集した研究誌は5冊を数えます



スケートリンク再開に向けた貸しスケート靴の手入れ

### 増改築・水廻り専門店のカラーズ!

#### 築24年のお住まいを全面改修



カラーズ・木の花塗装は多数の実績を誇る増改築・水廻り・塗装の専門店です。  
小さな工事から増改築まで住まいのお悩みを素早く・的確に解決!!  
お気軽にご相談ください!

ご相談お見積無料!

ありがとう 施行実績  
**6,600**件突破!!  
(2019年8月末)

お悩みの方必見

- 外壁塗装の相場が分からない
- 屋根外壁の状況を診断してほしい
- 適切塗料を教えてください

木の花塗装  
ショールーム

見て触って体感できる

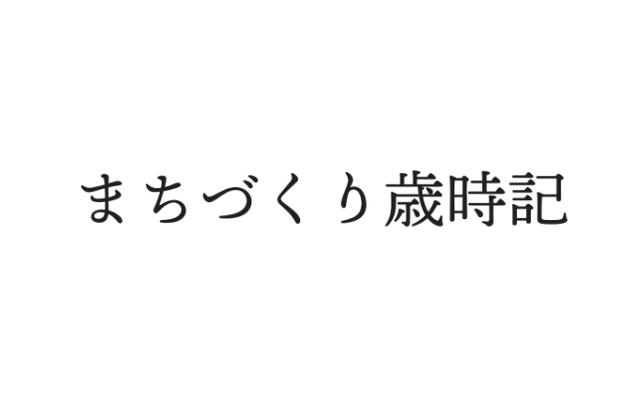


**カラーズ** ☎0120-119-895  
栃木市野中町1382-2 栃木市総合運動公園前

営業時間 9:00~18:00  
水曜日定休日

栃木の外壁 & 屋根塗装専門店  
**木の花塗装** ☎0282-27-0850  
栃木市平柳町3-31-30

営業時間 9:00~18:00  
水曜日定休日



# まちづくり歳時記



吹上地区では、まちづくり協議会や各団体による活動が地域を支えています

1 地域みんなで協力して開催される「いぶきの里くらまつり」/2長寿会による「花いっぱい運動」/3 登下校を見守る安全パトロールは、地区内で統一したベストを着用/4 グリーンツーリズム協議会の講師による「わくわく教室いぶき」の田植え体験/5 交通安全協会吹上支部は体育祭で安全運転をPR/6「わくわく教室いぶき」の稲刈り/7 地区内をランナーがたすきでつなぐ駅伝大会



イベントでさしも草うどんを提供する地域の皆さん

さしも草の植え付け

さしも草うどんの上にはさしも草の天ぷらも

エコバッグのさしも草染めに挑戦

吹上地区では、このさしも草の保護・育成に取り組んでいるほか、その活用方法について研究を行っています。なかでも、さしも草を麺に練り込んだ「さしも草うどん」は地域の名物となり、市内の様々なイベントで提供されているほか、子どもたちを対象としたうどんづくり教室も行われています。また新たな試みとして、さしも草の美しい緑色を活かした草木染め「さしも草染め」にも取り組んでいます。

「かくとだにえやは伊吹のさしも草・・・」百人一首でも知られる「さしも草」は、現在のヨモギの別名とされ、古くから薬効に優れた植物として、お灸の材料などに利用されてきました。古来のさしも草の名産地「伊吹山」の場所については諸説ありますが、一説には現在の栃木市吹上地区の伊吹山であると言われており、この地に自生する七つ葉のヨモギは、栃木市の天然記念物に指定されています。

古代の名産を現代に  
伊吹の「さしも草」  
さしも草知らばな  
もゆる思ひを

吹上地区まちづくり協議会のロゴマークは、七つ葉の「さしも草」がモチーフ

「シリーズまちづくり実働組織」では、「まちづくり実働組織」を中心とした市内各地域の地域づくりについて、不定期で紹介しています。

子育て世代など、働いている若い世代の方を巻き込んでいくのが、ひとつの目標でもあります。スケートリンクの事業もそういった側面がありますね。

常に変化しながらやっていきたい

今やっていることに満足するのではなく、いつも課題を探しながら、何をやるのがベストなのかと考えています。毎年同じことをやるのではなく、常に変化しながらやっていきたい。柔軟な頭で、細く長く、時々太く、活動していければと思います。

若い世代も巻き込んで

会の設立当初は、地区内の皆さんや各団体が手をさしのべてくれました。ただ、会の活動がある程度固まってくると、逆にこちらからどんだん声をかけていかなければいけない。その一方で、会の役員の皆さんも、最初は各種団体からの出向の方がほとんどでしたが、今では「会の活動に参加したい」と、公募の委員のほうが多いくらいになりました。

子育て世代など、働いている若い世代の方を巻き込んでいくのが、ひとつの目標でもあります。スケートリンクの事業もそういった側面がありますね。

常に変化しながらやっていきたい

今やっていることに満足するのではなく、いつも課題を探しながら、何をやるのがベストなのかと考えています。毎年同じことをやるのではなく、常に変化しながらやっていきたい。柔軟な頭で、細く長く、時々太く、活動していければと思います。

吹上地区の魅力は地元の人にも理解してもらう。この吹上地区に住んでいることを誇りに思える、ということ活動を基本としています。地区の魅力を探して、他の地域の人にも知ってもらおうと同時に、地元の人にも理解してもらって、活用する、という楽しんでもらいたいと思っています。さしも草も「保護していただくだけでなく、活用しないともったいない」と、協議会の2年目から研究が始まりました。

柔軟な頭で  
細く長く、時々太く

吹上地区まちづくり協議会  
会長 酒巻幸夫氏



# 栃木市の非核平和事業

栃木市では、栃木市非核平和都市宣言の趣旨を踏まえ、戦争の悲惨さや核兵器のおそろしさを伝えるとともに、命の尊さや平和について考える機会を設けるため、今年も各種啓発事業を実施しました。

## とちぎ平和展

7月5日から8月14日までの間、市内の6施設で広島・長崎への原子爆弾投下後の惨状を収めた写真パネルや昨年度の広島平和記念式典中学生派遣活動記録などを展示しました。また、市役所での開催時には丸木美術館所蔵の「原爆の図」の複製画や、戦時中に使用されていた軍服等の現物資料も展示しました。来場者からは「教科書には載っていない事がたくさんあり、勉強になった」「原爆の図の大きさ、迫りに圧倒された」「資料を見て、当時の人々の辛さが伝わってきた」「小学生や中学生、もっとたくさんの方に見て欲しい展示だと思った」等の感想が寄せられました。会場に設置した折り鶴コーナーで折られた鶴は、千羽鶴にし、来年、広島への「原爆の子の像」に奉納する予定です。

## 戦争体験を聞く会

戦争体験を風化させることなく、後世に伝えていくため、7月28日、市役所正庁において、町田榮子さんと上野和子さんに、8月11日、岩舟健康福祉センター会議室において、関谷啓三さんと湯澤トヨさんに戦時中及び終戦後の体験等を語っていただきました。

大きな被害が出た宇都宮空襲に遭遇し、恐ろしい思いをした話や東京や横浜から親戚が疎開してくる中、物資や食料が乏しく苦勞しながらも大家族を守ったお母さんの話、あまり知られていない栃木市の空襲の話、多くの子どもたちが犠牲となった学童疎開船「対馬丸」に引率教員として乗船していたお母さんの体験談など、実際に体験した方だからこそ語れる戦争の真実に参加



馬丸の悲劇  
町田榮子さん 上野和子さん  
関谷啓三さん 湯澤トヨさん

者は熱心に耳を傾けていました。

戦争の恐ろしさを体験者の生の声で聞いた参加者からは「あらためて、平和であることのありがたさを感じました」「悲惨な戦争を二度としてはいけないと思いました」「東京大空襲の体験談はよく本や新聞等で見ますが、地方の空襲はなかなか知る機会がないのでとても良かったです」「戦争を体験された方の生の声を聴き、胸のつまる思いでした」等の感想が寄せられました。

## 広島平和記念式典への中学生派遣

「広島平和記念式典中学生派遣団」として市立中学校から2年生2人ずつ、計28人を広島へ派遣しました。派遣された中学生は原子爆弾の恐ろしさを現地を感じ、戦争の悲惨さや平和の尊さについて学びました。

8月5日 平和記念公園・平和記念資料館の見学

8月6日 平和記念式典参列、宮島見学、元安川灯ろう流し参加

8月7日 「原爆の子の像」への千羽鶴奉納、被爆体験講話学習

平和記念式典参列

8時に平和記念式典が始まり、原爆死没者名簿奉納、代表者による献花の後、原子爆弾が投下された8時15分に、鐘の音とともに黙とうが行われ、平和への祈りをささげました。



献花を行う派遣団員



平和への思いを込めて灯ろうを流しました

## 派遣団員の活動報告からの抜粋

「式典には日本人だけでなく、外国の方も数多く参加していました。私は、日本だけでなく、世界中に核兵器廃絶の思いが広がっていることに感銘を受け、そして大変心強く思いました。」

「私は、広島で学んだこと、感じたことを、まずは身近な人に伝えたいと思います。そして、将来は世界中の人にも伝え、共に平和を考えていきたいと思えます。」

「広島市長の平和宣言の中に『一人の人間の力は小さく弱くても、一人一人が平和を望むことで、戦争を起こそうとする力を食い止めることができる』という言葉がありました。また、広島市内の子ども代表による平和への誓いの中でも『自分の身の回りを平和にすることは子どもでもできること』という言葉がありました。私は、この二つの言葉から、あらためて一人一人の平和を願う気持ちの大切さを感じました。そして、私たち子どもも、平和な未来を築くために、努力しなければならぬということを感じました。」

## 被爆体験講話学習

被爆された方から、原爆被害の実態と被爆体験を直接伺いました。(講師：白石多美子さん)

「派遣団員の活動報告からの抜粋」  
「僕たちは講話を通して、たくさんの方のことを学びました。おだやかで楽しいまちを、危険で恐ろしい場所へと変えた、原爆の怖

さや悲惨さ。そして、何より人体の奥深くまで影響を及ぼし、被爆した日から現在も苦しんでいる人がいることが衝撃でした。また、心にも大きな影響をあたえ、人々の自由を奪うのが原爆だと分かりました。「もう二度とこのような残酷なことが起きないように、そして、起きてしまった出来事を絶対忘れないように、たくさんの方々へ伝え、知ってもらおうと思いました。また、あらためて私たちの誓ひすぎる暮らし、人の命の重さ、友だちの大切さを考え直すことができました。そして、私たちは本当に幸せなのだと思えました。」

## 「原爆の子の像」への千羽鶴奉納

各中学校で心を込めて作製した千羽鶴、とちぎ平和展等で市民の皆さんに作っていただいた折り鶴を、大切に「原爆の子の像」に奉納してきました。

## 広島平和記念式典中学生派遣報告会

8月29日、派遣団員が、今回の派遣で学んだことや感じたことを市民の皆さんの前で発表しました。今後は各校の学校祭などで発表し、原爆の恐ろしさや平和の尊さを全校生徒に伝えます。

問合せ 総務課 ☎(21)2342



原爆ドームの前にて、派遣団員一同

## ■多世代まちづくり意見交換会を開催します！



各世代が一堂に会し、市政運営やまちづくりについて市長と話し合う、意見交換会を開催します。昨年までは、子育て世代・若者世代など、世代別に実施し、それぞれの課題をお伺いしてきました。今年は、それぞれの世代が感じる課題等を共有・理解し、意見を交換しながら、よりよい市政の方向性を導き出していきます。

市内在住・在勤・在学の方、どなたでもご参加いただけます。ぜひ、ご来場いただき、ご意見をお聞かせください。

日時 第1回 10月12日(土) 13時30分～ 西方総合文化体育館  
第2回 11月16日(土) 10時～ 岩舟文化会館

問合せ シティプロモーション課 ☎(21) 2317

## ■東京圏から移住し就業・起業した皆さんを応援します

東京圏からの移住・定住の促進と、市内中小企業等の人手不足の解消を図るため、「移住支援補助金」により、移住した方を応援します。

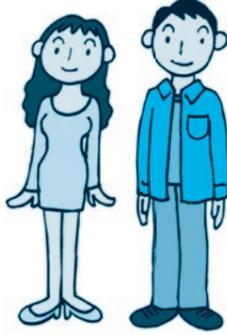
対象 次の要件を全て満たす方

- ・東京23区に直近5年以上在住 または 東京圏【東京都・埼玉県・千葉県・神奈川県（一部対象外区域あり）】に直近5年以上在住し東京23区に通勤していた方で、平成31年4月23日以降に栃木市に移住した方
- ・栃木県が実施する「企業情報掲載サイト」に求人情報を掲載した中小企業等に就業した方 または 市内で起業した方で一定の要件を満たす方

※詳細な条件については、市ホームページまたは問合せ先へ。

補助金額 世帯で移住の場合100万円 単身で移住の場合60万円

問合せ 商工振興課 ☎(21) 2371



## ■新斎場の整備手法を決定しました

市の斎場再整備事業は、平成31年2月に岩舟地域の「南部清掃工場跡」を新斎場の建設地とする都市計画の決定がなされました。

今後の施設の建設・運営については、従来の行政が建設・運営を行う手法にかわり、民間の資金等を活用したPFI手法により実施していくことを決定しました。これにより、民間事業者が持つ斎場に関する技術や知識等が活用されることで、サービス水準の向上やコストの削減を図ってまいります。

また、事業手法の決定と現在の進捗状況等を踏まえ、整備スケジュールの見直しを行いました。新斎場の供用開始は、令和5年10月の予定です。

今後も斎場再整備事業につきまして、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

問合せ 斎場整備室 ☎(21) 2428

## ■市政トピックス Hearts of TOCHIGI

### ■栃木が生んだ偉人 小平浪平氏（株式会社日立製作所創業者） 同氏の功績の顕彰事業を推進しています

小平浪平氏（明治7年～昭和26年）は、明治7年に現在の栃木市都賀町合戦場に生まれました。東京帝国大学を卒業後、明治43年に日立製作所を創業。国産初のモーターを製作するなど、近代日本の産業の発展に大きく貢献をした、日本を代表する実業家です。

同氏については、平成29年に栃木商工会議所を中心とした「小平浪平翁記念会」が発足するなど、顕彰の機運が高まっています。平成30年、同氏の生家が市に寄贈されたことを契機に、栃木市も同氏の顕彰を推進しています。また、本年7月1日には、大川市長が、株式会社日立製作所の東原敏昭代表取締役、並びに庄山悦彦名誉相談役を訪問し、同氏の顕彰事業での連携について、意見交換を行いました。



市内都賀地域に残る小平浪平氏の生家

現在、市では、同氏の顕彰事業のための「栃木市小平浪平顕彰基金」を設置し、ふるさと納税制度（※）に「小平浪平顕彰事業コース」を設定して、全国から寄附金を募っています。また、生家については、同氏の「ものづくりの精神」や「開拓者精神」、「社会貢献の理念」などを後世に継承するための「聖地」として保存していくとともに、利活用方法を検討していきます。

※ふるさと納税における返礼品につきましては、制度上市外の方に限らせていただきます。ただし、市民の方につきましても税額控除の対象にはなりません。

## ■栃木市 高齢者向け料理レシピコンテスト

高齢者が住み慣れた場所で、いつまでも元気に暮らせるためには「食べること」が非常に大切です。その一方で、「何を食べればいいのか」「どんな料理を作ればいいのか」と、困っている高齢者や介護する方も少なからずいます。

そこで、ご家庭やお店、職場等で作っている、皆さんの自慢の「高齢者も食べられる料理」を大募集！地域の皆さんに皆さんのレシピを広めてみませんか？ステキな料理、お待ちしております。



応募部門と対象

- ①「おうちの味部門」県内在住・在勤・在学である個人の方
- ②「プロの技部門」県内に店舗や事業所のある料理店や介護施設等

募集要項

料理1皿（複数応募可）。箸やスプーンで容易に切れ、呑み込みが容易であるもの。また、1時間以内、1人あたり材料費500円以内で調理できるもの。

応募方法 11月20日(水)までに、所定の応募用紙に必要事項を記載し、完成写真を貼って問合せ先へ。

賞品

専門家などによる審査のうえ、各部門最優秀賞1名、優秀賞2名に賞品を贈呈。また、応募いただいたレシピは、今後市の発行物に掲載することがあります。

問合せ 地域包括ケア推進課 ☎(21) 2249

## ■幼稚園、保育所、認定こども園などの利用料が10月から無料に

幼児教育・保育の無償化により保護者負担の軽減を図る少子化対策の観点などから、全国一斉にスタートします。

対象者

- ①3～5歳児クラスの子どもたち
- ②0～2歳児クラスの住民税非課税世帯の子どもたち
- ③市の「保育の必要性の認定」を受けた認可外保育施設、一時預かり事業、ファミリー・サポート・センター事業などを利用する子どもたち（上限額あり）
- ④児童発達支援等を利用する3歳（満3歳になって初めての4月1日）から5歳までの障がいのある子どもたち

問合せ ①～③ 保育課 ☎(21) 2231  
④ 障がい福祉課 ☎(21) 2205

## ■災害時の物資の緊急輸送のための協定を締結しました

栃木県トラック協会栃木支部様と栃木市で「災害時における物資等の緊急輸送に関する協定」を締結し、7月12日、市役所にて締結式を行いました。

この協定により、災害時または災害発生のおそれがある時に、栃木県トラック協会栃木支部様より、栃木市内の運送業者から輸送車両や人員を市に優先的に提供していただけることとなります。

これにより、物資等の輸送業務の円滑な運営が可能となり、迅速な災害復旧につながることを期待されます。



栃木県トラック協会栃木支部 鈴木支部長と大川市長



今回は、栃木市が創業を目指す方を応援する「蔵の街とちぎビジネスプランコンテスト」において入賞し、市内で活躍されている方をご紹介します。平成30年11月に片柳町にオープンし、「カラダがよるこぶサンドイッチ」をコンセプトに野菜たっぷり提供する『eat me sandwich』。店主で「野菜ソムリエ」の資格を持つ籠谷めぐみさんにお話を伺いました。

自分と同じように創業を目指す人を応援したい

「野菜で人を幸せに」という籠谷さん。現在、サンドイッチの販売は毎週金・土・日の3日間で、それ以外の日には仕込みや、副業のお勤めに出るという多忙な日々。それでも空いた時間に店舗を利用して、ワークショップや「プチ創業」したいという女性を応援するためのコラボイベントを開催しているそうです。

「忙しいですが、将来的には毎日営業できればと考えています。それに創業を目指す方に具体的なアドバイスができる起業コンサルタントもしてみたいです。」とさらなる活動にも意欲的です。

eat me sandwich・野菜ソムリエ Pro (蔵の街とちぎビジネスプランコンテスト2017女性創業者特別賞) こもりや 籠谷 めぐみ さん

野菜や果物の魅力を伝える

野菜ソムリエを目指したきっかけを伺いました。「5年間、飲食店の店員を経験したあと、知人の勧めで野菜ソムリエを取得しました。当時は20代で取得している人はわずか5%ほどで、チャンスも多かったです。」

期待通り、仕事の依頼は数多く舞い込み、雑誌・ブログへの執筆作業や講師もこなされてきたそうです。「健康食やダイエットなど、他の資格の知識も役に立ちました。人に何かを伝えることが好きなんです。」



色鮮やかなベジサンドイッチは抜群の「断面萌え」！(モノクロでごめんなさい！)

街の魅力を発信や地産地消を目指して

今後の展望をお聞きすると「栃木市、蔵の街が大好きなので、その魅力を発信していきたいですね。そのためにも地元の農家さんと繋がって野菜を仕入れ、地産地消を進めることも目標です。」とのこと。

「野菜好きな方も、野菜不足の方も気軽に食べに来てください。忙しい方にこそ野菜を食べてほしい、という気持ちを込めて『野菜のファストフード』という言葉が流行らせたいです！」とたくさんの夢を語っていただきました。



睡眠は体と心と脳の栄養

「寝る子は育つ」と言われるように、睡眠は人間にとってとても大切なものです。成長ホルモンは、寝入ってすぐの深いノンレム睡眠時にたくさん分泌されます。また、脳は眠っている間に、その日に起こったことや学習したことなどの記憶の整理を行っています。睡眠が不足すると、落ち着きがなくなりキレやすくなるほか、日中の注意力が下がり、勉強や運動を頑張れません。

アメリカのNational Sleep Foundationの研究によれば、6歳～13歳の望ましい睡眠時間は9～11時間です。お子さんの睡眠は足りていますか？ よりよい睡眠(快眠)のための6原則を家族で心がけてみましょう。

- ①朝の光を浴びる/②昼間に活動する/③夜は暗いところで休む/④規則的に食事をとる/⑤定期的に排泄する/⑥カフェイン・アルコール・ニコチンや、過剰なメディア接触(スマホ・ゲーム)を避ける

睡眠不足は肥満につながりますし、美容の大敵でもあります。睡眠を見直し、快眠で健康な心と体と脳をつくりましょう。 生涯学習課 ☎(21)2490



チケットの不正転売を失くそう！

コンサートやスポーツなどの興行チケット不正転売が、社会的な問題となっっています。チケットに関するトラブルを防ぐため、以下のポイントに注意しましょう。

不正転売をしない

6月から「特定興行入場券の不正転売の禁止等による興行入場券の適正な流通の確保に関する法律」(チケット不正転売禁止法)が施行されました。この法律に違反すると、1年以下の懲役もしくは100万円以下の罰金またはその両方が科せられます。(招待券など無料で配布されたチケット、転売禁止の記載がないチケット、販売時に本人確認が行われていないチケット、日時指定のないチケット等は対象外です)

チケットの購入時は公式販売サイトか確認

インターネット上のチケット転売仲介サイトでは、価格や手数料が高額であったり、転売禁止だと気が付かずに購入しても、キャンセルできないことがあります。公式サイトと間違えて、海外のチケット転売仲介サイトから購入してしまうケースもあります。

転売チケットを購入する際は、転売禁止でないか確認

規約で第三者への譲渡、転売などを禁止している場合があります。不正転売チケットは、利用できないように無効となったり、入場時の購入者本人確認により、入場できないおそれがあります。

正規(公式)のリセールサイトを利用

急用や急病で行けなくなった場合、公式リセールサイトを利用して転売することが可能な場合がありますので、検討しましょう。

消費生活センター(入舟庁舎内) ☎(23)8899 / FAX(23)8820

相談業務の案内 相談は無料で秘密は厳守します。気軽にどうぞ。市内の方であれば、どの窓口でも相談できます。

Table with 3 columns: 相談 (Consultation), 日時 (Date/Time), 場所/問合せ先 (Location/Contact). Rows include: 弁護士相談, 法律相談, 市民相談, 消費生活相談, 合同相談, 人権相談, 配偶者等からの暴力(DV)相談, いじめ相談電話, 青少年相談, 家庭児童相談, 児童虐待相談, 婦人・ひとり親家庭相談, 障がい児者相談, 就労支援相談, 高齢者相談, もの忘れ相談.

Advertisement for AFTY (アフティ) home renovation services. Includes text: 新築住宅 リフォーム, エクステリア・店舗・インテリア, お住まいの事なら何でもご相談下さい!, ★まずはお電話下さい! 見積り無料!!

Advertisement for Maronikigaku (マロニ工医療福祉専門学校) and Yamashiro (小山歯科衛生士専門学校). Includes text: 10月1日(火)より入学願書受付スタート!, オープンキャンパス開催, 各国家資格取得に対応!

Advertisement for Ooak (オオク) construction company. Includes text: 塗り替え・リフォームをお考えの方, 安心と満足が出来る地元密着店の当社へ!, お客様のお役に立ちます。



- 本庁**  
〒328-8686 万町9-25  
☎21-2316 FAX21-2673
  - 大平総合支所**  
〒329-4492 大平町富田558  
☎43-9205 FAX43-8818
  - 藤岡総合支所**  
〒323-1192 藤岡町藤岡1022-5  
☎62-0900 FAX62-4625
  - 都賀総合支所**  
〒328-0192 都賀町家中5982-1  
☎29-1100 FAX28-0169
  - 西方総合支所**  
〒322-0692 西方町本城1  
☎92-0300 FAX92-2611
  - 岩舟総合支所**  
〒329-4392 岩舟町静5133-1  
☎55-7751 FAX55-4910
- 休日にお困りの時は  
本庁直電 ☎(22)3535

### お知らせ

**予約制による年金相談のご案内(栃木年金事務所)**

栃木年金事務所では、予約制による年金相談を実施しています。ぜひご利用ください。

**相談時間** 月曜日(休日明け初日)・・・8時30分～18時  
火曜日から金曜日・・・8時30分～16時/第2土曜日・・・9時30分～15時

※代理の方(配偶者やご家族含む)によるご相談の場合には、委任状が必要です。  
**予約方法** 相談希望日1か月前から可能。予約受付の際に、基礎年金番号、氏名、電話番号、相談内容を確認します。

※予約状況により、希望日時を調整する場合あり。  
**電話受付時間**・平日8時30分～17時(12月29日～1月3日を除く)

☎日本年金機構 予約受付専用電話  
☎0570(05)4890  
栃木年金事務所  
☎(22)4697

### 10月7日～13日は行政相談週間です

行政相談とは、道路や河川の整備、税金、年金、その他国や県、市役所等で行っている仕事に対する苦情や意見・要望を聴き、その声を解決・改善に役立て

るものです。日ごろ、皆さんの身近なところで、行政とのパイプ役として、相談を受け活躍している方が、行政相談委員です。市役所などの相談所です。定期的に相談を受けておられますので、どうぞお気軽にご相談ください。

**市内イベントで啓発活動を行います**  
10月20日(日) 藤岡文化会館前駐車場(藤岡ふくしまつり)、遊楽々館 岩舟健康福祉センター(岩舟健康福祉まつり) / 10月27日(日) とちぎ山車会館前広場(とちぎ協働まつり 2019) / 11月17日(日) 産文通り線・都賀文化会館周辺(まるまるまるまつりがまつり) / 11月23日(土) 大平運動公園(おおひら産業祭) / 12月8日(日) 道の駅にしかた(ど田舎にしかた祭り)

**市民生活課 ☎(21)2121**

**家屋調査にご協力ください**  
令和元年(2019年)中に新築(または増築)した建物に対して、令和2年度から固定資産税などが課税されることとなります。新築(または増築)の建物に対して職員が訪問し、調査します。調査時間は1戸あたり30分～1時間程度です。

なお、床面積・構造に関する、物置や車庫なども

**受付窓口** 市役所本庁舎 各総合支所市民生活課、各支所・出張所、取扱金融機関(ゆうちょ銀行は直接最寄りの郵便局へ申込み)  
**用意するもの** 通帳、届出印  
**利用できる金融機関** 市内に店舗のある金融機関及び三井住友銀行(すべての本支店が利用可)  
**口座振替の開始** 申込日の翌月末以降の納期から  
**回収税課** ☎(21)2767

**献血にご協力を**  
命を救える身近なボランティア「献血」にご協力ください。  
**日時** 10月4日(金) 10時～11時45分、13時～16時  
**場所** 栃木市役所本庁舎3階 正庁

**犬の登録と狂犬病予防注射**  
生後90日を経過した犬には、生涯に1回の登録と、毎年1回の狂犬病予防注射が法律で義務づけられています。飼い主の方はこの機会に済ませてください。登録済みの方には通知を送付しますので、当日お持ちください。なお、犬が病気等で注射を受けることが心配な場合は、動物病院で診断を受けてください。

**犬の登録と狂犬病予防注射**  
犬が死亡した場合、住所・飼い主が変わった場合は、問合先の窓口へ届出をしてください。  
**日程・会場** 別表のとおり  
**料金** 1頭 3,500円(おつりのないようにお願ひします)  
※新規登録の犬は、別に登録手数料3,000円がかかります。  
**環境課 ☎(21)2141**  
各総合支所市民生活課窓口  
**未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金があります**  
児童扶養手当受給者(支給金額がある方)のうち、法定婚を一度もしたことがない受給者に対する臨時・特別給付金事業を今年度実施しています。まだ、手続きが済んでいない方は、左記の窓口にて受付をいたします。  
**受付窓口** 栃木地域にお住まいの方・子育て支援課(市役所本庁舎2階)  
大平・藤岡・都賀・西方・岩舟地域にお住まいの方・お住まいの地域の総合支所市民生活課  
**対象** 児童扶養手当受給資格者のうち、法定婚のない方  
**支給金額** 17,500円  
※お子様が何人いても一律  
**提出期限** 12月2日(月)まで  
**子育て支援課 ☎(21)2221**  
大平市民生活課 ☎(43)9202  
藤岡市民生活課 ☎(62)0904  
都賀市民生活課 ☎(29)1103  
西方市民生活課 ☎(92)0309  
岩舟市民生活課 ☎(55)7759

**令和元年秋季全国火災予防運動「ひとつずついいね!で確認 火の用心」**

火災の発生しやすい時季となります。火の元には十分注意しましょう。  
**期間** 11月9日(土)～15日(金)  
**消防本部予防課 ☎(22)0072**

**あなたのお店に消火器はありますか?**  
10月1日から、火を使用するすべての飲食店に消火器の設置が義務となりました。消火器の設置・点検について不明な点がありましたら、消防本部まで問い合わせください。  
**消防本部予防課 ☎(22)0072**

**骨髄等移植ドナーの支援をしています**  
市では骨髄等の移植の推進やドナー登録の推進のため、骨髄等を提供した方(ドナー)及びドナーを雇用する事業所等に対し、助成金を交付します。助成を受ける場合、骨髄等の提供の完了日から90日以内に申請を行う必要があります。  
**助成金額**  
**ドナー** 通院・入院に要した日数(上限10日間)×2万円  
**事業所** 通院・入院に要した日数(上限10日間)×1万円  
**対象**  
**ドナー** 骨髄等を提供した日に栃木市に住所がある/骨髄バンクにドナー登録している/骨髄等の提供を完了し、それを証明する書類の交付を受けている

**10月は土地月間です**  
適正な土地取引・土地利用で、暮らしやすいまちづくりを推進しましょう。  
**大規模な土地の取引には届出が必要です。**  
一定面積以上の土地について売買などの取引を行った場合、国土利用計画法に基づき届出が必要です。  
**届出の必要な取引面積**  
市街化区域内 2,000㎡以上 / その他 5,000㎡以上  
※個々の面積は小さくても、取得する土地の合計が右記の面積以上となる場合(一団の土地)には、個々の契約ごとに届出が必要です。  
**届出の必要な取引** 売買、交換、共有持分の譲渡、営業譲渡、譲渡担保、権利金等の一時金を伴う地上権賃借権の設定、譲渡など  
**届出** 権利取得者(買主)は、契約日から2週間以内(契約日を含む)に、土地売買等届出書等一式を1部、提出してください。  
**都市計画課 ☎(21)2431**

覚えのない請求、しつこい訪問販売、電話勧誘、契約トラブルなどで困ったときは、栃木市消費生活センター ☎(23)8899 または消費者ホットラインにご相談ください。  
**消費者ホットライン** (局番なし) ☎188 (悪質商法はイヤヤ!)

### 犬の登録と狂犬病の予防注射 日程と会場

期日	時間	会場
10/11 (金)	9:00～9:30	大宮公民館
	9:50～10:20	国府公民館
	11:00～11:20	吹上公民館
	11:40～12:00	皆川公民館
10/12 (土)	9:00～9:20	栃木南中学校 校舎北側
	9:40～10:00	栃木西中学校 正門
	10:40～11:00	寺尾公民館
10/6 (日)	11:30～12:00	総合運動公園 緑の家
	8:45～9:00	小野寺地区公民館
	9:10～9:25	小野寺ふれあい館
	9:35～9:50	下津原公民館
	10:00～10:20	岩舟公民館
	10:30～10:45	芝宮公民館
10/10 (木)	10:50～11:05	静和地区公民館
	11:20～11:50	岩舟総合支所駐車場
	9:00～9:40	大柿十文字公民館
10/24 (木)	10:00～10:40	都賀町バス倉庫(旧都賀町シルバー人材センター事業所)
	11:00～11:40	升塚公民館
	9:00～9:30	部屋出張所
10/24 (木)	9:45～10:15	赤麻地区公民館
	10:40～11:10	三鴨地区公民館
	11:30～12:10	藤岡総合支所西側駐車場
10/24 (木)	9:00～9:20	東地区公民館
	9:35～9:55	ゆうゆうプラザ
	10:10～10:30	南地区公民館
	10:45～11:05	隣保館
	11:20～11:40	西地区公民館
10/24 (木)	11:55～12:15	大平勤労青少年ホーム
	9:00～9:30	真名子夢ホール
	9:50～10:20	西方総合支所 南側駐車場
10/24 (木)	10:40～11:10	西方総合文化体育館駐車場



10月15日(火)～21日(月)は違反建築防止週間

建築基準法を守って建築物を建てることや適正に維持管理することは、生命、健康及び財産を守り、良い住環境を生み出します。

違反建築物をなくすために建築物を建築するときは事前に「確認申請」を行い、確認済証の交付を受けなければ着工できません。コンテナハウス(ユニットハウス、プレハブ)、車庫、農業用倉庫などの新築や増改築も、確認申請が必要です。建築士など専門的な知識をもった人に相談しましょう。期間中の平日は、問合先にて建築全般についての相談窓口を設置します。

10月は建設リサイクル法強化月間

現場監視等のパトロールを行います。無届けで解体されている現場への指導/適切な解体状況の確認/無許可業者の取締りのため、建設業許可標識・解体登録標識の工事現場への提示確認。※届出済シールの現場標識への貼り付け状況も併せて確認します。

「緑の募金」運動にご協力をお願いします

「緑の募金」は、身近な緑化の推進に活用されるほか、貴重な水資源を確保するための森林整備や地球温暖化防止に必要な環境保全にも活用されています。募金方法 家庭、街頭、イベント、職場、企業・団体など随時受け付けています。振込手数料無料の「緑の募金」専用振込用紙がありますので、ご連絡ください。

金「専用振込用紙がありますので、ご連絡ください。」

とちぎ環境・みどり推進機構

028-643-6801 農林整備課 21)2386

10月は「食品ロス削減周知月間」です!!

食品ロスを減らすために、私たちにできること。実は、そんなに難しいことではありません。買いすぎをなくすために、買い物に行く前に冷蔵庫の中を確認する、食べられる分の料理を作る、といった、日常生活のちょっとした配慮で食品ロスは削減できます。



NO-FOODLOSS PROJECT

環境課 21)2141

マイバッグキャンペーン環境にやさしい買い物を楽しみましょう

市内レジ袋削減推進協議会参加事業者と協力して、買い物時のマイバッグ持参を呼び掛ける「マイバッグキャンペーン」を実施します。

レジ袋を受け取らず、マイバッグを利用するという一人ひとりの取組みで、ごみの減量化・地球温暖化防止につなげましょう。 ※来店された方に粗品を差し上げます。数に限りあります。

10月1日は浄化槽の日

浄化槽は、快適な生活環境をつくるとともに、水環境を守るため、台所や風呂などの生活雑排水と尿をいっしょに処理して綺麗な水を放流する個別設置型の処理施設です。正しく機能させるために、生ゴミや油脂肪、トイレトペーパー以外の紙は流さないなど適正に使用するほか、浄化槽法により設置者に次のことが義務づけられています。

保守点検 浄化槽の本体や機械の点検・修理、消毒剤の補充などを行うもので、県の登録を受けた浄化槽保守点検業者に委託し、定期的に実施してください。

清掃 処理機能の低下を防ぐため、汚泥を抜き取り槽内を掃除するもので、市の許可を受けた浄化槽清掃業者に委託し、年に1回以上実施してください。

法定検査(11条検査) 正に機能しているか確認するため、定期的な保守点検のほか、処理水の水質検査を県の指定検査機関(一社) 栃木県浄化槽協会(028-633-1650)で毎年1回受けけるもので、手続きは浄化槽保守点検業者に委託することができます。

Table with 3 columns: Date, Time, and Store Name for the My Bag Campaign implementation.

クリエティブメロイ代表青木良一様より、市民活動の推進に役立てて欲しいと10万円の寄附をいただきました。この寄附は、市民活動推進事業補助金として「まちづくりファンドへの寄附ありがとうございました」

地域福祉基金への寄附ありがとうございました

いすゞ自動車労働組合栃木支部様より福祉の増進に役立てて欲しいと、地域福祉基金に16,391円の寄附をいただきました。

この寄附金は、今後、地域福祉のため役立てられます。 福祉総務課 21)2201

ふるさと文化振興基金への寄附ありがとうございました。

募集

令和2年度版ごみと資源の収集日カレンダーに掲載する広告を募集します。

作成予定枚数 72,000枚(B3両面カラー刷り)

配布方法 広報とちぎ3月号(令和2年2月20日(木)発行予定)にて全戸折込のほか、市役所本庁舎、各総合支所等の窓口にて配布

掲載位置及びサイズ カレンダー下部 4枠×2段の計8枠(両面に同内容を掲載)、1枠縦45mm×横86mm

掲載料金 80,000円(1枠)

申込方法 10月1日(火)～11月8日(金)(平日8時30分から17時15分)に、広告掲載申込書(市ホームページにあり)に必要事項を記入のうえ、広告原稿(カラー刷り)を添えて、とちぎクリーンプラザ(梓町)へ直接または郵送で提出。

環境課 21)2447

小江戸サミット佐原大会2019 参加者募集

今回のサミットは、「ぶらり江戸学、京から、そして大江戸へ」をテーマに、日本遺産に認定された佐原の重要伝統的建造物群保存地区や与倉屋大土蔵を会場として、散策や基調講演を開催します。

費用 2,000円(昼食代・保険料等含む)

申込 10月1日(火)～4日(金) 9時～17時に参加費を添えて問合先へ直接

観光振興課(小江戸とちぎ会事務局) 21)2373

入居者募集情報

市営住宅 3DK 1戸(4階) ※単身者可 大宮市営住宅 3DK 1戸(2階) ※単身者可 2LDK 2戸(3階) ※単身者可 川原田市営住宅 2LDK 1戸(3階) 特定公共賃貸住宅(スカイハイツ) (申込みは所得月額48万7千円までの方) スカイハイツ平柳 3LDK (78.45平方メートル) 1戸 家賃6万9千円/月 3DK (70.23平方メートル) 1戸 家賃6万5千円/月 スカイハイツ川原田 3DK (73.77平方メートル) 2戸 家賃6万6千円/月

共通事項 申込期間 10月7日(月)～11日(金) 8時30分～17時 入居日 11月1日(金) ※駐車場を利用する場合、家賃の他に駐車場料(月2,700円/台)がかかります。

※申込多数の場合は抽選で入居者を決定します。 ※都合により、募集住戸が変わることがあります。 ※入居資格・条件等、詳細は申込先へ。 住宅建とちぎ公営住宅管理センター 21)8677

令和2年度版ごみと資源の収集日カレンダーに掲載する広告を募集します。

害虫駆除 害虫駆除ならお任せ 技術(技)に自信あり! まずは見積りから 安心プライスで施行いたします

経営・会計・税務・国際税務のパートナー [資産継承・相続準備]のご相談を承っております

相続・遺言・登記・会社設立等 佐山司法書士事務所 親身になって相談に応じます

害虫駆除 害虫駆除ならお任せ 技術(技)に自信あり! 害虫のことなら何でもご相談ください

板倉公認会計士事務所 公認会計士・税理士 板倉 聡

相続・遺言・登記・会社設立等 佐山司法書士事務所 親身になって相談に応じます

催し

「渡良瀬遊水地秋の外来植物等除去活動」参加者募集



**日時** 10月14日(月・祝) 8時40分集合受付  
**作業時間** 9時から10時30分(小雨実施・荒天中止)  
**場所** 集合: 部屋南部分棟 つみ公園駐車場(藤岡町部屋)  
 ※到着後作業場所へ移動  
**対象** どなたでも  
**内容** ヤナギ、セイタカアワダチソウ、ガマ等の抜き取りによる希少植物保全活動  
**持ち物** 馬用に切ったニンジン  
**申込** 不要  
**対象** 団体、企業の場合は、10月10日(木)までに問合せ先へ。個人参加の場合は、不要  
**持ち物** 汚れても良い服装、長靴、帽子、タオル、飲み物  
**問** 遊水地課 ☎(62)0919

たり、おおきな馬とかけっこしたり。自然のなかで馬にふれてみませんか?  
**日時** 10月5日(土) 13時30分〜15時(時間内参加自由) ※雨天中止  
**場所** 藤岡渡良瀬運動公園芝生広場(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**費用** 無料  
**持ち物** 馬用に切ったニンジン  
**申込** 不要  
**対象** 藤岡スポーツ振興係(渡良瀬遊水地ハートランド城内) ☎(62)1301

社センター(今泉町一丁目)参加費 2000円  
**問** 勤労者総合福祉センター ☎(27)7140

秋の風を感じながら渡良瀬遊水地や三県境をゆつくりサイクリングしませんか? 渡良瀬遊水地ガイドクラブの案内により、遊水地周辺の景色を楽しみます。  
**日時** 10月19日(土) 9時30分集合受付  
**ポタリング** 10時から12時30分(小雨実施 荒天中止)  
**集合場所** 渡良瀬遊水地谷中湖 レンタサイクルセンター前  
**対象** 一人で自転車に乗れる小学生以上の方(小学生は保護者同伴)  
**定員** 30人(先着順)  
**持ち物** 動きやすい格好、タオル、帽子、飲み物、小学生はヘルメット  
**費用** 自転車レンタル: 大人用4000円、子ども用2000円、自転車持参の方は無料  
**申込** 10月1日(火)〜11(金)に問合せ先へ  
**問** 遊水地課 ☎(62)0919

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

渡良瀬遊水地ハートランド城 ☎(62)1301  
**問** 渡良瀬遊水地ハートランド城 ☎(62)1301

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」  
 渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。  
**日時** 10月23日(水) 9時〜12時  
**集合場所** 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
**対象** どなたでも  
**定員** 18人(先着順)  
**費用** 無料  
**申込** 10月2日(水)〜

### 第20回渡良瀬遊水地フォトコンテスト ~ザ・ファイナル~ 作品募集!

自然豊かで雄大なラムサール条約湿地「渡良瀬遊水地」内で撮影された写真のコンテストを開催します。季節・時間によって様々表情を見せる渡良瀬遊水地であなただけのお気に入りの風景を写真に収めてみませんか?

渡良瀬遊水地フォトコンテストは今回で最後となります。奮ってご応募ください。

**応募規定** 【テーマ】 渡良瀬遊水地内で撮影された未発表作品(単写真に限る)  
 【規格】 四つ切(ワイド不可)またはA4サイズ  
 ※その他詳細は市ホームページにあるチラシをご覧ください。

**応募方法** 10月20日(日)から11月20日(水)まで(当日消印有効)に下記の宛先に郵送  
 〒323-1104  
 栃木市藤岡町藤岡1788(栃木市藤岡遊水池会館2階) 遊水地課内

「渡良瀬遊水地フォトコンテスト実行委員会事務局」宛  
 最優秀賞1点(賞金3万円、賞状)その他各賞あり。  
 入賞者には12月中旬に通知

表彰



第19回 渡良瀬遊水地フォトコンテスト最優秀賞 秋山正則「あけぼの」

問 遊水地課 ☎(62)0919

### 渡良瀬遊水地 秋の三県越えポタリング

秋の風を感じながら渡良瀬遊水地や三県境をゆつくりサイクリングしませんか? 渡良瀬遊水地ガイドクラブの案内により、遊水地周辺の景色を楽しみます。

ポタリング 10時から12時30分(小雨実施 荒天中止)

集合場所 渡良瀬遊水地谷中湖 レンタサイクルセンター前

対象 一人で自転車に乗れる小学生以上の方(小学生は保護者同伴)

定員 30人(先着順)

持ち物 動きやすい格好、タオル、帽子、飲み物、小学生はヘルメット

費用 自転車レンタル: 大人用4000円、子ども用2000円、自転車持参の方は無料

申込 10月1日(火)〜11(金)に問合せ先へ

問 遊水地課 ☎(62)0919

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」

渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。

日時 10月23日(水) 9時〜12時

集合場所 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)

対象 どなたでも

定員 18人(先着順)

費用 無料

申込 10月2日(水)〜

問 遊水地課 ☎(62)0919

### 渡良瀬遊水地ハートランド城

秋の「渡良瀬遊水地ハートランドぐるり旅」

渡良瀬遊水地の草紅葉を見に行こう! 知らないといけない渡良瀬遊水地の魅力を、ガイドさんがマイクロバスでたっぷりご案内します。

日時 10月23日(水) 9時〜12時

集合場所 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)

対象 どなたでも

定員 18人(先着順)

費用 無料

申込 10月2日(水)〜

問 遊水地課 ☎(62)0919

### 渡良瀬川下流域下水道(大岩藤処理区)フェスティバル

浄化センター施設公開・スタンプラリー、下水道普及ポスター展、焼き芋・綿あめ・草花等のプレゼント(数量限定)ほか

日時 10月26日(土) 10時〜12時(受付は11時30分まで) ※雨天決行

場所 大岩藤浄化センター(藤岡町藤岡)

内容 浄化センター施設公開・スタンプラリー、下水道普及ポスター展、焼き芋・綿あめ・草花等のプレゼント(数量限定)ほか

※マスコットキャラクター「スイスイ」来場予定

問 企業経営課 ☎(25)2103

大岩藤浄化センター ☎(62)0600

### 第32回岩舟健康福祉まつり

健康・歯科相談や肺

日時 10月20日(日) 9時〜14時

雨天決行

遊楽々館(岩舟町三谷)

健康・歯科相談や肺

転倒予防教室
膝・腰・肩痛みなく生活できていますか?

いつまでも元気でいきいきとした生活を送れるよう転倒予防のためのポイントを学んでみませんか?とちぎメディアカルセンターの医師や理学療法士等から講話や実技指導を受けられる貴重な機会となっております。ぜひ、ご参加ください。

日時 10月17日(木) 10時~11時30分
場所 栃木市役所3階 正庁

対象 市内在住で、65歳以上で運動制限のない方
定員 30人(先着順)
費用 無料

持ち物 タオル、飲み物、運動靴(室外用)
申込 10月10日(木)までに問合先へ
問合先 栃木中央地域包括支援センター
〒222-4621

こどもサポートセンター 市民講座

これまでたくさん子どもたちに休んだり関わってきた、情熱的で経験豊かな先生のお話が聞ける貴重な機会です。

日時 10月25日(金) 13時30分~15時
場所 栃木市こどもサポートセンター(城内町2丁目)

対象 市内在住で興味関心のある方

内容 「子どもたちの心について知っておきたい大切なこと」―障がいのある子・障がいのない子個性を認め合うこれからの未来へ― 講師・栃木特別支援学

令和元年度「地域の魅力発見講座」日程表

Table with 5 columns: No., 講座名, 講師, 日時, 定員, 備考. It lists four regional charm discovery lectures with details on dates, times, and locations.

校 教諭 葛西久美子氏
定員 40人
費用 無料
申込 10月21日(月)までに電話で。

地域の魅力発見講座

市内各地域の歴史・文化等について学び、地域の魅力を発見しよう。
日時・内容・定員 別表のとおり。詳細は、公民館課(栃木公民館)窓口または市ホームページをご覧ください。(各講座抽選制)

600円は別途徴収、おつりのないように。
その他 ※各回とも徒歩での移動(約1.5km)があります。動きやすい服装・靴等でご参加ください。また、飲み物等は各自ご持参ください。
※雨具・防寒等の対策をお願いいたします。
申込 10月2日(水)~9日(水)に問合先窓口へ直接または電話にて(平日8時30分~17時15分のみ)
問合先 栃木公民館 ☎240352



食生活改善推進員による「料理教室」

栃木県産米「なすひかり」を使用した料理教室を行います。ぜひご参加ください。

日時 11月7日(木) 10時~13時30分(受付時間9時40分~)

場所 藤岡保健福祉センター(藤岡町赤麻)

対象 栃木市民

内容 講話、調理実習、試食

持ち物 エプロン・頭をおおうもの(三角巾、バンダナ等)・筆記用具

定員 20人(先着順)

費用 1人400円

申込 10月1日(火)より受付

問合先 健康増進課 ☎3512

第41回栃木市岩舟健康マラソン大会

岩舟総合運動公園のグラウンド及び外周をコースとした、初心者でも参加しやすいローカルなマラソン大会です。

対象 小学生以上、親子(小学生以下とその親)

日時 10月20日(日) 9時~12時30分(小雨決行)

場所 岩舟総合運動公園(岩舟町三谷)

内容 1km(小学1~2年生・小学3~4年生・親子) / 2km(小学5~6年生・中学生以上) / 5km(中学生以上)

費用 1人500円(複数クラス参加可)

申込 10月3日(木)までに問合先へ

問合先 スポーツ振興課岩舟ス

ボート振興係(岩舟公民館内)

秋季ジュニアテニス教室
日時 11月9日~30日までの毎週土曜日(全4回) 9時~11時

場所 総合運動公園テニスコート(川原田町)

対象 小学生

定員 20人(先着順)

費用 1,000円/回(当日)

申込 氏名、学年、電話番号、保護者氏名を記載のうえ、とちぎテニスガーデンへメール

tochigi-tgarden@cc9.ne.jp

問合先 テニスショップベスト ☎51817

大平地区マラソン大会

日時 11月17日(日) 8時~13時(小雨決行、荒天中止)

場所 大平運動公園(大平町蔵井)及びその周辺

対象 小学生以上

内容 2km(親子)、3km(小学生男・女・中学生女子・51歳以上一般男子)、5km(中学生男子・一般男・女)、10km(一般男子)

費用 小・中学生無料、高校生500円/人、一般校生500円/人、親子1,000円/組

※ウエルワークとちぎ会員及び登録家族の方は参加料の助成あり

申込 10月18日(金)までに問合先へ

問合先 スポーツ振興課大平スポーツ振興係(大平公民館内) ☎440766

関東どまんなかサミット情報

古河市(茨城県)

第14回古河菊まつり

古河市菊花会が育てた約1,800鉢の菊花を展示します。特に、菊まつりのシンボリック存在である「五重塔」や、市民や園児が育てた菊で作られた「筑波山」は見応えあり!菊花会による菊の即売会も行います。

日時 10月27日(日)~11月23日(土) 9時~16時(11月23日は12時まで)

場所 ネーブルパークふれあい広場(古河市駒羽根)

入場料 100円(高校生以下は無料)

※11月18日、23日は入場無料

問合先 古河市観光協会(観光物産課内) ☎0280(23)1266

板倉町(群馬県)

秋の湯舟谷田川めぐり

ゆったりとした時間の中で、心休まる湯舟の旅をお楽しみください。

運航期間 10月27日(日)までの土曜・日曜・祝日

運航場所 群馬の水郷

出航時間 10時/11時/12時/13時/14時/15時/16時(1日7便) 乗船時間は約1時間

※出航時間の15分前までに乗船手続を行ってください。

※天候や河川の状態により、運休の場合あり。

乗船料金 1人1,000円(小学生以下は無料)

問合先 板倉町産業振興課商工観光係 ☎0276(82)1111

野木町(栃木県)

れんがまつり

日時 10月12日(土)・13日(日)

場所 野木町煉瓦窯、野木ホフマン館

内容 野木町文化遺産フェスティバル、煉瓦窯見学ツアー、ワークショップ、模擬店等

問合先 野木ホフマン館 ☎0280(33)6667

小山市(栃木県)

市制65周年記念「農業・工業・商業フェスティバル小山65」

小山の明日への原動力ここに集結!

日時 11月9日(土)・10日(日)

会場 小山総合公園第2・3駐車場(小山市大字外城)

内容 農業祭(小山総合公園第3駐車場) 小山の新鮮・安全安心な農産物・鉢花の販売/小山の農畜産物を使った加工品(おやま和牛、小山の豚「おとん」はとむぎ)の販売/6次産業化商品(ナマス、ホンモノコ、はとむぎ、だちょう等)の販売/おいしい商品が当たる「お楽しみ抽選会」など

問合先 小山総合公園第2駐車場 市内企業の製品紹介/ロボット実演/ものづくり子ども教室/おやまブランド品等のPR・販売など

問合先 農業祭について: 小山市農政課 ☎0285(22)9255 商工祭について: 小山市商業観光課 ☎0285(22)9273、小山市工業振興課 ☎0285(22)9399

加須市(埼玉県)

年金サテライト加須をご利用ください

熊谷年金事務所加須分室「ねんきんサテライト加須」では、市外・県外などでも年金の相談や請求手続き、国民年金と厚生年金の届出書の受付などができます。

場所 加須市役所本庁舎2階(加須市三俣二丁目)

受付時間 8時30分~17時15分(平日のみ、年末年始を除く)

※事前予約をお勧めします。

予約受付専用電話 ☎0570(05)4890

※050で始まる電話番号からは、☎(03)6631-7521へ

問合先 熊谷年金事務所 ☎0481-52215012



無料法律相談会
栃木県司法書士会
第3土曜日10時~15時、面談による相談開催
毎週土曜日10時~15時、電話相談開催
相談内容: 相続、家・土地、会社、成年後見、法的トラブル、借金
TEL 028-614-1122 (予約・問合せ) TEL 028-651-5008 (相談専用)

ガスもでんきも、地元栃木ガスで安心!
秋の大感謝祭2019
10月26日(土)・27日(日)
城内町栃木ガ斯特設会場にて開催
皆様のご来場、心よりお待ちしております!
Gas One 栃木ガス株式会社
TEL 0282-22-2939

かたづけ屋☆栃木です!!
手軽に気軽に かたづけ やー☆(V)
株式会社 くりかい
TEL 0282-30-1632

# みんなの伝言板

市民活動やシルバー人材センター、社会福祉協議会、県などから依頼された記事を掲載するコーナーです。

時=日時 場=場所 対=対象 定=定員  
費=費用 内=内容 申=申込 問=問合先

## ご協力ください 土砂災害防止のための調査

栃木県栃木土木事務所では、土砂災害防止法に基づく、基礎調査を実施します。調査に伴い、県の委託する業者が住宅などの敷地内に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。委託業者：川崎地質(株)、国際航業(株) ※調査員は県が発行する身分証明書を携行しています時9月下旬から1月中旬頃まで場栃木市内問栃木県栃木土木事務所企画調査課 ☎(23)3593

## 初心者書道教室

時9月25日(水)、10月2日(水)17時～18時 全2回場講師宅(大塚町) 対5歳児～中学3年生定10人費500円内筆順、字形等を重視し楽しく学びましょう。申不要問生涯学習人材バンク講師(宇賀神) ☎090-6150-5057

## 「法の日」司法書士無料法律相談

時①10月1日(火)～7日(月)9時～17時※土日除く②10月1日(火)・2日(水)10時～15時③10月6日(日)10時～15時※受付14時30分まで場①市内の各司法書士事務所(要予約)②宇都宮市役所市民相談コーナー③小山城南市民交流センター内無料で司法書士の業務に関する相談を行います。問栃木県司法書士会 ☎028-614-1122

## 不動産無料相談会

時10月3日(木)10時～15時場市役所本庁舎3階正庁対どなたでも費無料内不動産(土地、建物)の価格、地代、家賃、借地権の価格など不動産に関することを栃木県不動産鑑定士協会所属の不動産鑑定士に相談できます。申不要問公益社団法人 栃木県不動産鑑定士協会 ☎028-639-0556

## 新元号記念ガラスアート展

～美しき世界へのいざない～  
時10月4日(金)～12日(土)10時～18時(12日は16時30分まで)場栃木商工会議所大ホール(片柳町)費無料内現代ガラスの秀作が一堂に！(出品作家42名)ガラスの魅力に触れてみませんか。申不要問ガラスアート展実行委員会 ☎(25)0017

## 栃木市長杯第21回栃木蔵の街還暦・古希野球大会

時10月5日(土)、6日(日)場栃木市総合運動公園(川原田町)内参加チーム関東一都四県の還暦・古希26チーム問栃木還暦野球クラブ事務局(山崎) ☎(27)5172

## 福祉・保育のお仕事就職フェア(県南エリア)

時10月5日(土)13時～15時30分※受付は15時まで場栃木市栃木文化会館(旭町) 対福祉・保育職に興味・関心のある方内求人事業所との個別相談、福祉・保育の仕事に関する相談問栃木県社会福祉協議会 ☎028-643-5622

## 生命の貯蓄体操伸び伸びフェスタ参加者募集

時10月6日(日)10時～12時場栃木第四地区コミュニティセンター(旭町) 対どなたでも定30人(先着順)費無料(体操のできる服装・飲み物を持参)内講師による指導(呼吸法と簡単なストレッチ!!) 申問合先まで問磯部 ☎(24)8534 または ☎080-7894-7623

## 栃木文化祭 第13回とちぎフラフェスティバル

時10月6日(日)11時30分開場 12時～16時予定場栃木文化会館大ホール(旭町) 費無料内市内フラの8団体による約45曲の踊りを披露問フラフェスティバル実行委員(石田) ☎090-1056-9090

## 関東どまんなが寄席

県境を接した4県から集合した素人落語家が、落語を披露します。時10月6日(日)13時40分開場14時～16時場藤岡文化会館ホール(藤岡町藤岡) 費無料(ワンコイン募金にご協力ください)内ゲスト:足利落研・関東学園大落研・北関東素人落語会・古河演芸愛好会問加須落語愛好会(生沼) ☎080-6757-0473

## シルバー人材センター入会説明会

時①10月7日(月)②8日(火)③9日(水)各13時30分～場①北部事業所(都賀保健センター 都賀町原宿)②南部事業所(藤岡町大前)、岩舟連絡所(岩舟町下津原) ③栃木公民館(日ノ出町)、大平連絡所(大平町西野田) ※②の藤岡と岩舟、③栃木と大平は同日開催対市内在住で働く意欲のある60歳以上の方申お住まいの地域の事業所へ(※入会を希望される方は必ず説明会に出席下さい) 問栃木事務局 ☎(23)4165 南部事業所 ☎(62)1534 北部事業所 ☎(27)8812 大平連絡所 ☎(43)0155 西方連絡所 ☎(92)8390 岩舟連絡所 ☎(55)8358

## シルバー人材センター刃物研ぎ

時10月16日(水)9時～12時(申込みは11時30分まで)場栃木保健福祉センター西側シルバーセンター作業所前(今泉町2丁目) 費包丁類300円～・刈込はさみ600円～問シルバー人材センター栃木事務局 ☎(23)4165

## 赤ちゃんとお母さんのための音楽会

時10月10日(木)、11月4日(祝・月)、12月19日(木)11時～11時45分場西方音楽館(西方町金崎) 対0歳～大人まで定15人費0歳～2歳:500円、3歳～大人:1,000円内親子でわらべうたで遊び、合間にチェンバロ、フォルテピアノ、ピアノ、小型パイプオルガン、オカリナの演奏を聴きます。申問合先まで問西方音楽館 ☎(92)2815

## 栃木県看護協会栃木地区支部 まちの保健室

時10月12日(土)13時～16時場ヤオハanch内店 ふれ愛ひろば費無料内認定看護師によるミニ講話「心も身体もイキイキ介護」、血圧、体脂肪率の測定、健康相談等申不要問獨協医科大学病院 ☎(87)2395

## スマホ・タブレットで聴覚障害者・健聴者が双方向で対話ができるアプリの活用講座

時10月12日(土)13時30分～15時30分場栃木保健福祉センター2階(今泉町2丁目) 定30人(先着順) 費無料申NPO法人栃木県シニアセンター ☎(20)3322(平日13時～14時受付) FAX(20)3355(聴覚障害者の方はご利用ください)

## わくわくハッピーピザ作り

時11月30日(土)、12月1日(日)9時20分～13時場太平少年自然の家 対県内在住の3歳以上の子どもを含む親子やグループ定各回30人(抽選制) 費ひとり500円内家族で生地づくりやトッピングをしたピザを本格石窯で焼き上げ、おいしい手作りピザに挑戦します。申10月18日(木)～31日(水)にEメール、FAX、はがきにて問栃木県立太平少年自然の家 ☎(24)8551

## とちぎメディカルセンターとちのき市民公開講座

時10月16日(水)11時～11時30分場とちぎメディカルセンターとちのき会議室(大町) 対どなたでも定100人費無料内糖尿病ってどんな病気?申不要問とちぎメディカルセンターとちのき ☎(22)7722

## とちぎメディカルセンターしもつが市民公開講座

時10月23日(水)11時～11時30分場とちぎメディカルセンターしもつが講堂(大平町川連) 対どなたでも定100人費無料内インフルエンザの予防申不要問とちぎメディカルセンターしもつが ☎(22)2551

## ミニとちぎ実行委員募集

2020年3月21日・22日に山車会館前広場で開催するミニとちぎの実行委員を募集します。時第1回実行委員会:10月13日(日)14時～16時場大宮公民館(大宮町) 対子ども実行委員(子どもの街をつくる):小4～18才、大人実行委員(子どもの街をサポートする):18才～内会議(全4回)に参加し、子どもの街の運営の話し合いや準備をする。大人実行委員は1つのブース(仕事場)を担当。申問合先へ問栃木おやこ劇場事務局 ☎(22)7062(月・水・金の10時～15時) ☒ minitochigi@gmail.com

## 下都賀 Sports Day

時10月19日(土)8時45分～12時場壬生町総合運動場体育館費参加無料内総合型地域スポーツクラブ(下都賀地区10クラブ)と栃木県体育協会が協働で行うスポーツ体験の催しです。子どもも、大人も、障がいをおもちの方も、だれでも気軽に体験できるスポーツばかりです。種目:ボルダリング・ボッチャ・スポーツチャンバラ・卓球バレー・バウンドテニス・カローリング・ストラックアウト・スナッグゴルフ(お楽しみ抽選会あり) 申当日会場にて(ボルダリング体験は当日8時30分前から先着順) 問NPO法人夢くらぶ国分寺 ☎0285(44)0849

## La Fontaine… 第3回定期演奏会

with 宇都宮中央女子高校合唱部  
時10月20日(日)14時開演場栃木市岩舟文化会館 コスモスホール費前売り券:大人1000円・学生500円、当日券:大人1300円・学生800円内鈴の響、四季の抄/西村朗 作曲(編曲)、リフレイン、いつも何度でも、若い広場、他問 ☒ lafontaine.chorussong@gmail.com(メールのみ)

## 栃木県労働委員会(弁護士等)による労働相談会

時10月22日(火・祝)11時～17時、23日(水)13時～19時※相談時間1時間以内(目安) 場オリオンACばらざ(宇都宮市江野町) 内労使関係のトラブルの相談費無料申予約者優先(当日参加も可) 問栃木県労働委員会事務局 ☎028-623-3337

## 親子でクッキング

時10月23日(水)10時～11時30分場ゆうゆうプラザ(大平町西野田) 費親子2人1組100円内太巻き寿司と伊達巻づくり 申10月10日(木)までに問合先へ問ほほえみの会(佐山) ☎090-1032-1106

## 第40回栃木市文化祭「市民将棋大会」

時10月27日(日)9時30分受付10時開会場大宮公民館(大宮町) 対将棋の指せる方などどなたでも可費一般1,500円、子供・学生・女性1,000円(昼食付) 内チェスクロック使用持ち時間各30分切れ負け。5局対局。(5局対局しないと入賞なし) 詳細は大会当日に発表。申当日受付問分須(わけす) ☎090-2547-8210

## 国税に関するご質問・ご相談

①一般的なご質問は、国税庁のホームページ「タックスアンサー」に掲載されています(PC・スマートフォンで検索可能)。  
②電話でのお問い合わせ 自動音声でご案内しますので、相談内容に応じて番号を選択してください。  
「1」「電話相談センター」での税務相談  
「2」税務署での面接相談日時の予約(「事前予約制」としてあります)。  
「3」「消費税軽減税率電話相談センター」の番号案内(☎0120-205-553)  
問栃木税務署 ☎(22)0885(※自動音声案内)

## 栃木高校耐久レース実施と校外練習

時11月3日(日)9時20分栃木市総合運動公園スタート(延期の場合は11月4日(月)に実施) ※11月1日(金)までの期間、校外にて練習場栗野街道(栃木栗野線)27km ※練習は栃木高校～永野川二杉橋付近問栃木高校(小林) ☎(22)2595

## 栃木市栃木文化祭 絵画展作品募集

時11月8日(金)～10日(日)10時～17時(10日は16時30分まで)場栃木文化会館展示室(旭町) 費出品料2,000円内規格10号～50号1人1点。搬入11月7日(木)16時30分～17時30分申出品申込書(市役所文化課にあり)に記入のうえ10月5日(土)必着で郵送問栃木市絵画協会(大森) ☎(24)8917

## 「やさしい日本語ってなに？」

時11月16日(土)、12月6日(金)10時～12時※両日とも同じ内容です場とちぎ蔵の街観光館 多目的ホール(万町) 対高校生以上(市外の方も可) 定各30人費無料内外国人観光客や外国人住民と接する際の円滑なコミュニケーションにつながる「やさしい日本語」について学びます申10月1日～問合先へ問栃木市国際交流協会 ☎(25)3792

## 作ってみよう！オリジナル印(篆刻)

時11月24日(日)10時～12時場大平ふるさとふれあい館・学習室(大平町真弓) 対どなたでも定20人(先着順) 費100円(当日)内石(1.5cm×1.5cm)の印材に文字を彫って、篆刻の楽しさを体験してみませんか?一生ものとなるたったひとつの自分の印を作ってみましょう。申10月1日(火)～問栃木市社会福祉協議会大平支所 ☎(43)0294

## 小山わかものハローワークをご利用ください!

時平日9時30分～18時(第2・第4土曜日10時～17時)場小山わかものハローワーク(小山市中央町/ロプレ632 2階) 対おおむね45歳未満の若者内ハローワーク小山の附属施設『小山わかものハローワーク』は、求人検索や職業相談・求人事業所へのご紹介を、年齢に関係なくご利用になれます。履歴書作成や面接対策等若者を対象とした個別支援も充実しています。待たずにご利用できる上、ロプレ駐車場ご利用の方にはサービス券を差し上げています。問小山わかものハローワーク ☎0285(37)7127

## とち介と一緒に認知症を学ぼう!

認知症を正しく理解し、本人の気持ちに配慮した声掛けや見守りについて、親子で一緒に考えてみませんか?とち介も来場します! 時11月17日(日)9時30分～12時予定場大平ふるさとふれあい館(大平町真弓) 対親子及び認知症に興味のある方定30組(先着順) 費無料内①認知症サポーター養成講座②NPO法人「風の詩」永島徹氏による講演③認知症高齢者等声掛け模擬訓練 他※受講後、認知症サポーターの証としてオレンジリングを贈呈申9月24日(火)より問栃木市社会福祉協議会大平支所 ☎(43)0294

## 10月は全国不正軽油撲滅強化月間

不正軽油に関する情報をお寄せください。※不正軽油とは、軽油取引税の脱税を目的に、軽油代替燃料として灯油や重油を混和する等して使用するものです。不正軽油に関わる者はすべて刑罰の対象になります。問不正軽油110番(栃木県税事務所内) ☎(23)3862

## ふれあい交流事業 in とちぎ参加者募集

時11月23日(土)10時～13時30分場県立学悠館高校体育館(沼和田町) 対参加希望する方どなたでも定80人費無料内ミニ運動会、交流会(軽食あり) 申10月1日(火)～受付開始問栃木市社会福祉協議会 ☎(22)4457

# 子育て広場

時=日時 場=場所 対=対象 内=内容  
定=定員 費=費用 持=持物 申=申込



## 児童館・支援センターなどの行事

※飲み物等必要なものは各自お持ちください。

**いまいずみ児童館 (☎ 27-5322)**  
9時～17時・水曜祝日休

**わくわくたいむ たのしいプラバンづくり♡**  
時 10月12日(土)14時～15時30分(時間内参加自由)対 4歳以上(未就学児は保護者同伴)  
**ママといっしょ**

時 A:11月11日(月)、B:12日(火)、C:18日(月) 各日10時30分～対 A:6か月～11か月児と保護者(うさぎクラス)、B:1歳～1歳11か月児と保護者(くまクラス)、C:2歳以上の未就園児と保護者(ぞうクラス)  
内 A・B・C おはなしごっこ定 A・B・C 30組(先着順)  
持 A:バスタオル、C:クレヨン申 10月10日(木)～  
**産後ママのボディケア**

時 11月15日(金)10時～11時対 小学生以下の子育て中のママ(託児あり)※妊娠中、産後3か月までの方は除く内 フィットネス用ボールを使うヨガ持 タオル ※軽装で定 10人 費 500円申 10月10日(木)～先着順  
**子育てママのための引き締めトレーニング教室**

時 11月19日(火)10時～10時45分対 市内在住で子育て中のママ(託児あり)内 パーソナルトレーナーによる自重を使った筋トレ定 6人持 タオル※軽装で費 500円申 10月10日(木)～先着順  
**キッズ体操教室 Light**

時 ①11月9日(土)10時～10時45分、②11時～11時45分、③30日(土)11時～11時45分対 市内在住の①年少～年長②小学1～3年生③小学4～6年生内 本格的な体操ではなくカラダを使った遊びで、バランスや巧緻性を育てます定 各10人(先着順)持 タオル、着替え※動きやすい服装でお越しください費 無料申 10月10日(木)～  
**じどうかんまつり～ハッピーハロウィン～**

時 10月20日(日)13時～16時(時間内参加自由)※9時～13時、16時～17時は閉館  
内 工作・ゲーム・仮装ブース等  
**リトミックワールド**

時 11月29日(金)10時30分～対 市内在住の1歳6か月以上の未就園児と保護者内 リズムに合わせ心と身体を育てよう定 20組(先着順)持 クレヨン、B4判の画用紙※軽装で申 10月10日(木)～  
**そのべ児童館 (☎ 20-6231)**  
9時～17時・木曜祝日休

**べたべたひろば**  
時 10月8日(火)、9日(水)10時30分～11時30分(時間内参加自由)対 0歳以上内 手・足形、身体測定、読み聞かせ持 汚れてもよい服装、タオル  
**きねんび☆Photo撮影**

時 10月15日(火)10時30分～11時30分(時間内参加自由)対 0歳以上内 フォトプロップス作り、写真撮影、10月の誕生児は写真をプレゼント(混雑時は後日のお渡し)  
**レッツゴー水族館**

時 10月26日(土)9時20分～15時30分場 さいたま水族館対 幼児以上(保護者同伴)持 弁当持参。軽食売店あり定 20人(先着順)費 幼児・小学生:100円、保護者:400円申 10月5日(土)～参加費を添え直接窓口へ  
**0歳親子ピクス**

時 11月11日(月)10時～10時45分対 2か月～11か月と保護者定 25組(先着順)申 10月18日(金)～持 バスタオル・軽装(ジーンズ不可)  
**はこのもり児童センター (☎ 24-4034)**  
9時～19時・水曜祝日休

**ぶち体力測定～体育の日イベント～**  
時 10月12日(土)14時～17時対 18歳未満(未就学児は保護者同伴)内 握力や長座体前屈で体力測定!定 50人申 当日9時(電話可)  
**スパイダージャンプゲーム**

時 10月19日(土)①14時～15時②15時～16時対 18歳未満(未就学児は保護者同伴)内 ハロウィンでも遊べるゲーム作り定 各15人申 当日9時(電話可)  
**くるっとロールサンド&具たっぷりシチュー**

時 11月9日(土)11時～13時30分場 第五地区コミュニティセンター対 小学生以上18歳未満内 ボランティアの方とクッキングを楽しもう!定 20人(先着順)費 200円持 エプロン・三角巾・マスク申 10月12日(土)～27日(日)の間館時間内に保護者の方が直接来館し、参加費・同意書を提出  
**地域子育て支援センター(とちぎ)(☎23-2740)**  
9時～16時30分・土日祝日休

**ほんわかタイム**  
時 10月1日(火)10時～11時場 とちぎコミュニティプラザ和室対 0歳児と保護者内 身体測定、ふれあい遊びとおしゃべりタイム定 25組申 9月26日(木)9時から電話のみ

**子育て講座「ベビーヨガ」**  
時 10月21日(月)場 とちぎコミュニティプラザ和室対 0歳児と保護者定 15組持 親子とも動きやすい服装申 10月7日(月)9時から電話のみ  
**今月の制作**

時 10月28日(月)、29日(火)対 6歳児までの親子申 当日(材料がなくなり次第終了)  
**地域子育て支援センターおおひら(☎ 43-1134)**  
9時～16時・土日祝日休

**リトルサロン ママと一緒にヨガ遊び♡**  
時 11月1日(金)対 1歳～1歳半までのお子さんと保護者申 10月8日(火)9時～  
**わいわい縁日♡**

時 11月5日(火)対 乳幼児と保護者場 大平隣保館申 10月16日(水)9時～  
**ベビーリトミック♡**

時 11月7日(木)対 0歳児と保護者申 10月8日(火)9時～  
**あかちゃんサロン♡**

時 11月14日(木)、21日(木)対 0歳児と保護者内 アンパンマンとカレーパンマンの2020年カレンダー作り定 各25組申 10月8日(火)9時～  
**こころ広場 クリスマスグッズ作り♡**

時 11月26日(火)対 幼児と保護者申 10月11日(金)9時～  
**助産師による育児講話♡**

時 11月28日(木)対 0歳児と保護者申 10月23日(水)9時～  
**♡印の共通事項時 10時30分～11時30分**  
**ママころころ ママの制作タイム**

時 11月29日(金)①9時30分～10時30分②10時45分～11時45分対 乳幼児の保護者※託児付き申 10月11日(金)9時～  
**地域子育て支援センターふじおか(☎ 62-5011)**  
9時～16時・土日祝日休

**わくわくタイム 渡良瀬の里でピクニック**  
時 10月3日(木)10時30分～12時対 乳幼児と保護者内 渡良瀬の里公園で遊んで、支援センター内でみんなとランチ 雨天時:室内活動持 親子の昼食、必要な方はベビーカーや抱っこひも定 15組  
**お芋掘り**

時 10月10日(木)(予備日11日(金))10時30分～11時30分場 観光農園(10時15分に支援センターに集合)対 1歳以上児と保護者内 親子で3株掘る定 15組費 350円(当日集金)おつりのないように持 汚れてもいい服装、子ども用長靴、軍手  
**わくわくタイム ミニミニ運動会**

時 10月17日(木)10時30分～11時30分場 検診ホール対 9か月以上児と保護者定 30組持 動きやすい服装、室内用靴(必要な方は子ども用も)  
**わくわくタイム ハロウィン制作**

時 10月24日(木)、25日(金)10時30分～11時30分対 乳幼児と保護者定 各20組  
**子育て講座 童謡・合唱**

時 10月31日(木)10時30分～11時30分場 検診ホール対 乳幼児と保護者定 30組  
☆共通事項申 9月24日(火)9時～  
**地域子育て支援センターつが(☎ 27-2122)**  
9時～16時・土日祝日休

**すくすくタイム 身体測定・窓飾り制作**  
時 10月3日(木)10時30分～11時30分対 0歳児～未就園児と保護者申 不要

**すくすくタイム ミニ運動会**  
時 10月10日(木)10時30分～11時30分場 支援センター、つが保育園・遊戯室対 0歳児～未就園児と保護者定 20組申 9月24日(火)9時～  
**ベビーマッサージ**

時 10月17日(木)10時30分～12時対 0歳児と保護者内 講師:阿部あつこ氏定 15組持 大き目のバスタオル・タオル申 10月1日(火)9時～  
**すくすくタイム ハロウィン制作**

時 10月24日(木)10時30分～11時30分対 0歳児～未就園児と保護者定 20組申 10月8日(火)9時～  
**地域子育て支援センターにしかた(☎ 92-2900)**  
9時～17時・土日祝日休

**季節の壁掛け制作**  
時 10月2日(水)10時30分～11時30分定 5組申 事前に電話又は来館にて  
**こども園運動会に参加しよう**

時 10月5日(土)9時45分頃場 こども園園庭内親子でかけっこ持 帽子  
**総合避難訓練に参加しよう**

時 10月11日(金)10時～場 支援センターから園庭内訓練参加と車両見学(予定)  
**園庭開放**

時 10月16日(水)、30日(水)10時30分～11時30分場 こども園園庭持 帽子

**親子制作「ハロウィン」**  
時 10月23日(水)、24日(木)10時30分～11時30分定 各5組申 事前に電話又は来館にて  
☆共通事項対 未就園児と保護者  
**地域子育て支援センターいわふね(☎ 55-7920)**  
9時～16時・土日祝日休

**骨盤体操**  
時 10月15日(火)13時30分～定 7人持 汗拭きタオル申 10月1日(火)～  
**親子ミニ運動会**

時 10月16日(水)10時～11時30分場 こなら館体育館(岩舟、花野果ひろば北側)定 50組持 上履き、汗拭きタオル申 9月24日(火)～  
**食育「体に良い食べ物」**

時 10月25日(金)10時30分～定 15組申 10月1日(火)～  
**のびのびルーム♡**

時 10月2日(水)内 誕生児お祝、身体測定、今月の制作  
**うきうきルーム♡**

時 10月9日(水)内 おはなし会、カレンダー制作  
**にこにこルーム♡**

時 10月23日(水)内 ふれあいあそび、親子の交流  
♡印の共通事項時 10時30分～費 無料申 当日受付  
☆共通事項対 未就園児と保護者  
**認定こども園さくら子育て支援センターゆめふうせん(☎ 24-3900)**  
9時～15時・土日休

**ほのぼの移動広場(イオン)**  
時 10月1日(火)、15日(火)10時30分～11時30分※時間内自由参加場 イオン2Fちびっこ広場内 保育士による歌遊び、絵本読み、ミュージック・ケアや子育て相談費 無料

**親子ふれあい給食**  
時 10月7日(月)受付10時～10時30分定 5組(先着順)費 親子で800円(離乳食あり)  
**レッツA.B.C(ハロウィン)**

時 10月16日(水)10時～10時40分対 1歳3ヶ月以上内 ネイティブの先生と英語遊び持 仮装可定 15組(先着順)費 無料申 前日15時までに右のQRコードの申込フォームから受付  
**健康相談日v**

時 10月21日(月)10時～12時/13時～15時内 身体測定※午前中、助産師相談あり(予約不要)費 無料  
**双子ちゃん遊ぼう**

時 10月21日(月)10時～12時対 未就園児の双子と保護者または双子妊娠中の方※一般の方も利用可費 無料  
**リズムdeボン**

時 10月28日(月)10時～11時場 さくら3Jホール内 リトミックやミュージック・ケアを取り入れた音楽や楽器等を使ったリズム遊び申 不要

認定こども園おみや幼児教育センター子育て支援センター  
**ふれあいポッケ(☎27-8890)**  
9時～14時・土日祝日休  
**親子で楽しみましょう『絵本 大好き!』**

時 10月21日(月)対 1歳5、6ヶ月児～未就園児と保護者内 絵本の読み聞かせ、紹介など  
**みんなでおめでとぅ!**

時 ①ハーフバースディ10月2日(水)②1・2・3t hバースディ10月3日(木)対 6ヶ月～未就園児の親子(誕生児以外でも可)内 身体計測、手形足形、育児相談、プチ誕生会持 タオル、測定しやすい服装  
**新聞紙で遊ぼう**

時 10月9日(水)、15日(火)対 6ヶ月～未就園児と保護者内 折ったり、ちぎったりして楽しむ  
**パネルシアターをみてうたおう**

時 10月16日(水)、17日(木)対 6ヶ月～未就園児と保護者  
**ダンボールで遊ぼう**

時 10月25日(金)、30日(水)対 6ヶ月～未就園児と保護者内 ダンボールのおもちゃやハウスで遊ぶ  
☆共通事項時 10時30分～11時30分申 平日13時～15時電話にて定 15組

**けやき保育園子育て支援センター きらり(☎23-8905)**  
月木金10時～15時・火水10時30分～15時30分・土日祝休  
**幼児教室「きらきらちゃん」後期(10月～2月)**

時 第2・4木曜日(変更の場合あり)10時30分～11時30分対 2歳以上の未就園児内 歌や体操、読み聞かせ、製作、運動、おやつ作りなど申 受付中  
**幼児教室「ぶちきらちゃん」後期(10月～2月)**

時 月末週の月曜日(変更の場合あり)10時30分～11時15分対 1歳6ヶ月～1歳11ヶ月の未就園児内 歌や体操、読み聞かせ、製作、運動、おやつ作りなど申 受付中  
**身体測定・手形足型**

時 10月1日(火)10時30分～11時30分、13時30分～14時30分、16日(水)10時30分～11時30分(時間内参加自由)対 未就園児と保護者

**赤ちゃんアートスナップ**  
時 10月7日(月)10時30分～14時30分(時間内参加自由)対 未就園児と保護者  
**11月のカレンダー作り**

時 10月23日(水)10時15分～11時30分、13時15分～14時30分(時間内参加自由、無くなりしだい終了)対 未就園児と保護者  
**ベビーきらり・ハイハイレース!**

時 10月30日(水)10時30分～11時30分対 ハイハイ時期の赤ちゃん申 10月1日(火)～  
**10・11月生まれのお誕生会**

時 11月6日(水)10時30分～11時対 未就園児と保護者定 先着12組申 10月16日(水)～  
**フォレストキッズ保育園子育て支援センター エンジェル(☎20-0808)**  
9時30分～14時30分・土日祝日休

**大きくなったよ!**  
時 10月4日(金)、9日(水)、15日(火)10時～13時30分(時間内自由参加)対 0歳児以上と保護者内 身体測定、手形足形、表紙作成・写真撮影(初回のみ)、4日のみ10時～12時助産師来園

**ジャズとともに楽しむコンサート**  
時 10月19日(土)10時30分～11時30分対 どなたでも可定 20組申 受付中  
**リボンのティッシュBOX作り**

時 10月23日(水)、11月7日(木)①10時～10時50分②11時～11時50分対 0歳児以上と保護者定 各日8組費 500円申 受付中  
**お誕生会**

時 10月29日(水)10時30分～11時40分対 10・11月生まれの未就園児と保護者内 手形足形・身体測定・写真・カード作り定 12組申 9月30日(月)～  
**消防署見学に行こう**

時 10月31日(金)10時30分～11時15分対 1歳3ヶ月以上の歩けるお子様と保護者定 10組申 9月30日(月)～  
**ふじおか幼稚園子育て支援センター もりのカフェ(☎ 61-1152)**  
10時～15時・土日祝日休

**親子教室イベント～しゃぼんだまで遊ぼう～**  
時 9月30日(月)10時30分～11時30分対 1歳前後～2歳までの未就園児と保護者定 10組(先着順)持 外履き、帽子申 電話にて

**ベビークラブ(ベビーマッサージ)**  
時 10月11日(金)10時30分～12時頃対 妊娠2か月の妊婦さんから1歳前後の乳幼児内 体重測定、など持 バスタオル、オイル用皿(タッパーも可)、赤ちゃんの飲み物 費 350円申 不要

**親子教室イベント～親子制作 ハロウィン♪おばけマラカス作り～**  
時 10月28日(月)10時30分～11時30分対 1歳前後～4歳までの未就園児と保護者定 10組(先着順)申 10月11日(金)10時～電話にて

**大平児童館(☎ 43-2350)**  
8時30分～17時30分(7・8月は18時)・月曜祝日休

**天体観測**  
時 10月4日(金)11日(金)18日(金)19時～20時30分(時間内参加自由)※悪天候中止対 全年齢申 不要

**ベビーマッサージ**  
時 10月15日(火)10時30分～11時30分対 乳児(何歳でも参加可能)内 ベビーマッサージ、体重測定、足型など持 バスタオル、オイル容器(小さいタッパーなど)費 100円申 不要

**産後の骨盤調整**  
時 10月8日(火)9時30分～15時30分対 産後のママ(乳幼児同伴可、託児あり)内 整体師による骨盤調整と身体のケア定 10人費 20分コース2,000円、30分コース3,000円申 9月24日(火)～

**わいわい広場**  
時 ①10月4日(金)②11日(金)10時30分～11時30分対 0～3歳児の親子内 ①お散歩(雨天時内容変更)②ミニミニハロウィンまつり場 ①大平運動公園②大平児童館申 不要

**大平みなみ児童館(☎ 43-9880)**  
8時30分～17時・月曜祝日休

**チャレンジタイム**  
時 10月19日(土)14時～14時45分対 小学生・幼児(保護者同伴)内 動物視力クイズ・すまみから何見えた?!申 当日13時45分～受付  
**ハロウィンイベント**

時 10月23日(水)～31日(木)9時～16時内 ハロウィンの迷路を楽しんでお菓子をゲット!!

**10～12月のおやこ保育園**

**おやこ保育園で一緒に遊びましょう**  
時 10月8日、11月12日・26日、12月10日 全て火曜日 10時30分～11時30分場 本庁舎1階 市民スペース対 未就園児のおやこ内 保育士による遊びや、子育て相談

問合先:こども園さくら☎(24)3900



### 休日・夜間救急診療

救急診療は、急病の患者さんに対し応急的な診療を行うものです。急病ではない患者さんは、かかりつけ医師等の診療時間内に受診するなど、救急診療の正しい利用をお願いします。

栃木地区急患センター

#### 診療場所

栃木地区急患センター(境町) ☎(22)8699

#### 診療時間等

平日 19時~22時(内科)  
休日(日曜日) 内科:9時~21時  
外科:9時~17時  
小児科:18時~21時

休日(祝祭日) 内科:9時~21時

※当番医は変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてお出かけください。  
※乳幼児の方が受診を希望する場合は、事前に問い合わせ下さい。  
※受付は、診療時間終了30分前までにお済ませください。

#### 10月の当番医師

1	火	島田(均)(しまだクリニック)
2	水	石川(TMC とちのき)
3	木	金子(金子内科医院)
4	金	青木(謙)(あおき耳鼻咽喉科医院)
5	土	熊倉(熊倉医院)
6	日	金子(金子内科医院) 岡田(岡田波フ科耳鼻咽喉科クリニック)/小児:斎藤(伸)(さいとう小児科)
7	月	青木(虎)(青木医院)
8	火	栗田口(栃木中央クリニック)
9	水	河口(達)(河口医院)
10	木	石川(TMC とちのき)
11	金	永谷(大島医院)
12	土	嶋崎(とちぎ診療所)
13	日	関口(弘)(関口医院) 森川(森川内外科クリニック)/小児:木内(TMC とちのき)
14	月	箕輪(箕輪内科) 島田(均)(しまだクリニック)
15	火	鈴木(紀)(すずきクリニック)
16	水	石川(TMC とちのき)
17	木	金子(金子内科医院)
18	金	黒木(くろき内科クリニック)
19	土	青木(虎)(青木医院)
20	日	河口(達)(河口医院) 中野(誠)(中野病院)/小児:桜井(桜井こどもクリニック)
21	月	山門(山門クリニック)
22	火	栗田口(栃木中央クリニック) 嶋崎(とちぎ診療所)
23	水	金田(金田医院)
24	木	石川(TMC とちのき)
25	金	藤沼(仁)(大平下病院)
26	土	箕輪(箕輪内科)
27	日	青木(虎)(青木医院) 小林(こばやしクリニック)/小児:河口(修)(河口医院)
28	月	川島(かわしまクリニック)
29	火	橋本(安)(橋本医院)
30	水	中元(中元内科医院)
31	木	中村(洋)(都賀中央医院)

#### 急患センター終了後、問合せ先

#### 栃木市消防本部

月~土曜日の22時以降 ☎(22)0119  
日曜・祝日・年末年始の21時以降 ☎(24)9999  
(音声ガイダンス)

#### とちぎ救急電話相談

急な病気やけがについて、経験豊富な看護師が相談に応じます。

#### 子ども

月曜日~土曜日 18時~翌朝8時  
日曜日・祝休日 24時間(8時~翌朝8時)  
☎028-600-0099 プッシュ回線の場合 # 8000

#### 大人

月曜日~金曜日 18時~22時  
土曜日・日曜日・祝休日 16時~22時  
☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 # 7111

#### とちぎ医療情報ネット

県内の病院・診療所・歯科診療所・薬局等の情報を提供するためのシステムです。

ホームページ 「とちぎ医療情報ネット」で検索



いきいき元気! あったか とちぎ

## 栃木市健康増進計画~中間評価~



市では、平成26年度に栃木市健康増進計画(10か年計画)を策定し、基本目標『健康寿命の延伸』を達成するために、市民の健康に関連の深い生活習慣から6つの重点領域(①栄養・食生活②身体活動・運動③喫煙④こころの健康⑤歯と口の健康⑥健康診査・検診)について推進しています。中間年にあたる平成30年度に各種統計データや生活習慣等アンケート調査などにより目標達成状況を把握し、計画の進捗状況や課題を明らかにしました。

基本目標『健康寿命の延伸』の結果について、栃木市民の健康寿命★の変化(下グラフ)を見てみましょう。

★『健康寿命』とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。



健康寿命: 栃木県保健福祉部 市町健康寿命(平成28年(2016))について

健康寿命は、男女ともに平成22年(当初値)から伸びています。これは、市民一人ひとりが食生活や運動など、望ましい生活習慣を身につけ、健康づくりに取り組んだ結果です。今後も生涯を通じた健康づくりに取り組ましましょう。

### 10月から高齢者・小児インフルエンザ予防接種の助成が始まります

#### 高齢者インフルエンザ(定期接種B類)

対象 ①接種時に65歳以上の方で、市内に住所を有する方  
②接種時に60歳以上65歳未満で、市内に住所を有し、心臓、腎臓または呼吸器の機能に、自己の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいや有する方  
※②の方は、事前に問合先へご連絡ください。

助成額 3,500円  
(接種費用から助成額を除いた額が自己負担)

助成回数 期間内1回

#### 小児インフルエンザ(任意接種)

対象 生後6か月以上小学校就学前のお子さんで、市内に住

所のある方(※今年度から「生後6か月以上」に拡大しました)

助成額 2,500円  
(接種費用から助成額を除いた額が自己負担)

助成回数 期間内2回

#### 共通事項

期間 10月1日(火)~令和2年2月29日(土)

場所 市内協力医療機関

申込 要予約。医療機関へ直接予約のうえ、受診してください。

※市外で接種する場合は、事前に問合先へご連絡ください。

※対象者のうち生活保護世帯に属する方は、接種後の申請により、自己負担額分の助成を受けることができます(上限あり)

問合先 健康増進課 ☎(25)3511

### 乳幼児健診等のご案内

乳幼児健診				
※個別通知で案内した時間にお越しください。				
内容		地域(会場)		
月	日	曜日		
<b>4か月児健診</b>				
10	16	水	栃木(栃木保健福祉センター)	
	31	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
<b>9か月児健診</b>				
10	2	水	栃木(栃木保健福祉センター)	
	17	木	栃木(栃木保健福祉センター)	
	30	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
<b>1歳6か月児健診</b>				
10	3	木	栃木(栃木保健福祉センター)	
	10	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	15	火	栃木(栃木保健福祉センター)	
<b>3歳児健診</b>				
10	1	火	栃木(栃木保健福祉センター)	
	9	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
<b>2歳児歯科健診</b>				
10	11	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	25	金	栃木(栃木保健福祉センター)	

両親教室			
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。			
内容		会場/日程	
		栃木保健福祉センター	大平ゆうゆうプラザ
育児体験・妊娠中の栄養	11月1日(金)	12月17日(火)	
妊娠中の過ごし方と口腔ケア	11月14日(木)	10月29日(火)	
妊婦体験・赤ちゃんのお風呂	10月26日(土)	12月14日(土)	
<b>子育て相談(乳幼児)(受付:10時~10時45分)</b>			
※希望者どなたでもご利用できます(申し込み不要)			
内容		会場/日程	
身体計測	10月7日(月)	栃木保健福祉センター	
育児・栄養・お口の相談			
ふれあい遊び、交流	10月28日(月)	岩舟遊楽々館	
<b>母乳相談(1歳未満児)</b>			
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。			
助産師による母乳相談	10月4日(金)	栃木保健福祉センター	

### 成人健診等のご案内

10・11月の集団検診日程 ~1年に1回集団検診を受けましょう~									
10月		11月		10月		11月			
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
10	1	火	大平ゆうゆうプラザ	男女	11	6	水	藤岡保健福祉センター	女
	3	木	大平ゆうゆうプラザ	男女		8	金	大平ゆうゆうプラザ	男女
	8	火	栃木保健福祉センター	男女		12	火	栃木保健福祉センター	男女
	10	木	長寿園	男女		13	水	栃木保健福祉センター	男女
	12	土	都賀保健センター	男女		15	金	寺尾公民館 ※	男女
	15	火	岩舟遊楽々館	男女		17	日	栃木保健福祉センター	女
	18	金	大平ゆうゆうプラザ	女		19	火	皆川公民館 ※	男女
	21	月	栃木保健福祉センター	女		20	水	栃木保健福祉センター	男女
	27	日	栃木保健福祉センター	男女		21	木	岩舟遊楽々館	女
	28	月	藤岡保健福祉センター	男女		22	金	藤岡保健福祉センター	男女
	29	火	西方総合文化体育館	男女		26	火	大平ゆうゆうプラザ	男女
30	水	栃木保健福祉センター	女	27	水	都賀保健センター	男女		
31	木	吹上公民館 ※	男女	28	木	栃木保健福祉センター	女		

受付時間【10月】7時30分~10時30分 【11月】8時~10時30分 ※10/31、11/15、11/19は受付時間が8時30分~10時30分

#### こころの健康相談

保健師、カウンセラーが相談に応じます。※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。

月	日	曜日	会場	相談時間
10	18	金	栃木保健福祉センター	①13時30分~ ②14時30分~
	24	木	大平ゆうゆうプラザ	③15時30分~

#### 健康相談・栄養相談・禁煙相談

健康づくりや生活習慣の見直し、禁煙などについて、保健師や栄養士が相談を受けます。※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。

問合先 健康増進課 ☎(25)3511・(25)3512  
各総合支所 市民生活課窓口

# 文化芸術のお知らせ

時 日時 会 会場 対 対象 内 内容 演 出演 料 料金 定 定員 チ チケット取扱 申 申し込み



とちぎシネマ倶楽部

## 家族のレシピ

「美味しい」 その一言が、時と国境を超え、家族をつなぐ。日本からシンガポールへ、父と母が遺した「味」をたどる旅。シンガポールの巨匠エリック・クー監督 x 斎藤工主演 x 松田聖子共演 x 日仏シンガポール合作

時 12月1日(日)

1回目 10時開場 10時30分開演 2回目 13時30分開場 14時開演

会 藤岡文化会館 ホール 対 未就学児入場不可 料 全席自由・税込 500円

チ 9月28日(土) 発売開始。市内5文化会館

問 藤岡文化会館 ☎(62) 4351

栃木文化会館 ☎23-5678

ゆかりのアーティストシリーズ  
「川田将人 ピアノリサイタル」

時 10月19日(土) 13時30分開場  
14時開演 会 小ホール 対 5歳未満入場不可  
料 全席指定・税込 一般1,000円、高校生以下500円  
チ 市内5文化会館、小山市立文化センター ほか

大平文化会館 ☎43-5232

大平文化協会創立40周年記念  
小野リサ コンサート 2019~Music Journey~

時 11月24日(日) 15時20分開場 式典：15時40分開場、コンサート：16時開演  
会 ホール 対 未就学児入場不可 料 全席指定・税込 4,500円  
チ 発売中。市内5文化会館、佐野市文化会館、小山市立文化センター、チケットぴあ ほか

ティータムコンサート

市内で活動する千葉友美さんのピアノで午後のひとときを癒しの時間に。  
時 10月9日(水) 14時開場 14時30分開演  
会 ロビー 対 どなたでも 定 30人 料 無料

岩舟文化会館 ☎55-7055

イリヤ・ラシュコフスキー ピアノリサイタル

ベートヴェン「熱情」「テンペスト」「悲愴」など、聴衆を魅了する情熱の演奏。  
時 令和2年2月9日(日) 13時30分開場 14時開演  
会 ホール 対 未就学児入場不可 料 全席指定・税込 一般3,000円  
高校生以下500円  
チ 10月12日(土) 発売開始。市内5文化会館、チケットぴあ ほか

### 都賀文化会館が使用中止となります(令和3年1月中旬から)

都賀総合支所複合化整備基本計画により、都賀文化会館等の敷地に新たな都賀総合支所を建設します。それにより都賀文化会館は令和3年1月中旬から利用できなくなります。

詳細については、改めてお知らせします。ご理解とご協力をお願いいたします。

問 文化課 ☎(21)2496

### 図書館コーナー

栃木図書館 ☎22-3542  
9時~19時30分/休館・金

おはなしひろば【読み聞かせ】

時 ①10月12日(土) 10時30分~11時 ②10月26日(土) 10時30分~11時  
内 ①絵本「とべバッタ」②絵本「ちいさなねこ」  
演 おはなしボランティア『りんごの会』

えほんデビュー

時 10月19日(土) 11時~11時30分  
演 栃木図書館スタッフ 対 赤ちゃん~未就園児

親子で楽しむ映画会

時 10月19日(土) ①14時~②15時30分  
内 「カラスのパンやさん」ほか、主催：下都賀地区視聴覚ライブラリー協議会



大平図書館 ☎43-5234  
9時~19時30分/休館・月

とちぎ TOCHIGO サロン

時 10月2日(水) 10時~12時  
内 幼児と子育てママ同士の交流

図書館市民フェスタ

時 ①雑誌リサイクル市(保存年限が切れた雑誌の無料提供) 10月26日(土) 9時~19時、10月27日(日) 9時~17時  
②宇都宮音楽集団コンサート 10月26日(土) 13時30分~15時  
③映画上映会「花の誇り」 10月26日(土) 15時30分~17時  
④こどものあそび場 模擬店 10月26日(土)  
⑤マルチメディアデイズ紹介「そうめん地蔵」 10月26日(土) 11時~11時30分

藤岡図書館 ☎62-4889  
9時~19時30分/休館・月

おはなし会・工作教室

時 ①10月5日(土) 14時~15時 ②10月19日(土) 14時~15時  
内 ①おはなし会：紙芝居「ふくろうの森はほんの森」ほか、工作教室：「くるっとフクロウ」  
②おはなし会：紙芝居「おかしなしまのハロウィンパーティー」ほか、工作教室：「とびだすコウモリ」  
演 ぶじおかおはなし会『コロポックル』

コロポックルのおはなしキャラバン隊

時 10月6日(日) 14時~15時30分  
内 人形劇、パネルシアター、工作 ほか

演 ぶじおかおはなし会『コロポックル』、ボランティア『おはなししゃぼんだま』

プロが教える!おいしいコーヒーの淹れ方講座

時 10月20日(日) 10時~12時  
対 どなたでも 料 1,000円  
内 講師：「自家焙煎珈琲 珈琲音」木村玲子氏、持ち物：エプロン  
定 12人(申込先着順) 申 直接来館または電話にて

都賀図書館 ☎28-0806  
9時~19時30分/休館・月

おはなし会

時 ①10月12日(土) 14時~14時20分 ②10月19日(土) 14時~14時20分  
内 ①パネルシアター「若がえりの泉」、ペープサート「五といたらさつまいも」  
②絵本「とんとん、とめてくださいな」、折紙  
演 ①おはなしボランティア『たんぽぽ』  
②都賀図書館スタッフ

図書館西方館 ☎92-2512  
9時~19時30分/休館・月

おはなし会

時 ①10月6日(日) 11時~11時30分 ②10月18日(金) 14時~15時  
内 ①テーマ「ハッピー☆ハロウィン」②

テーマ「秋・実り」「魔女・空」  
演 ①西方館スタッフ ②おはなしボランティア『おはなし☆きらら』

図書館岩舟館 ☎54-1900  
9時~19時30分/休館・月

おはなし会特別版-ぬいぐるみのおとまり会-

時 10月26日(土) 14時~14時30分  
内 ぬいぐるみと一緒にのおはなし会  
定 5人 対 幼児~小学校低学年  
申 9月24日(火)より直接来館または電話にて受付

図書館市民フェスタ特別企画

「第2回おはなしカーニバル」

時 10月27日(日) 10時30分~12時  
会 岩舟公民館2階多目的室  
内 人形劇、大型絵本、紙芝居、パネルシアター ほか  
演 おはなしボランティア『いわふねおはなしキャラバン』『あきの会』『虹の会』  
定 50人(事前チケット配布) 申 9月24日(火)よりチケット配付。直接来館または電話にて

おはなし会

時 10月12日(土) 14時~14時30分  
内 大型絵本「やさしいライオン」、紙芝居「ももたろう」、折紙「火山」  
演 おはなしボランティア『あきの会』

### とちぎ蔵の街美術館

●開館時間 9時~17時(入館は16時30分まで) ●休館日 毎週月曜日(祝日の場合は開館し、翌日休館)

## 企画展 栃木の竹工芸家・齋藤文石 10月20日(日)まで

1910年に現在の栃木市に生まれた齋藤文石(本名は文次郎/1910-1991年)は、竹工芸家・研究者・指導者として多彩な活動を展開しました。本展は、齋藤の初期から晩年を約40点の作品と資料から振り返るはじめての回顧展です。齋藤が弟子入りしていた頃の師・飯塚琅玕齋とその兄・二代鳳齋、そして齋藤の教えを受けた人間国宝・勝城蒼鳳の作品など約20点もあわせて展覧します。栃木の竹工芸家が歩んだ竹の道をご覧ください。

記念対談「竹工芸家 齋藤文石について」時 10月12日(土) 14時~(60分程度) 内 講師：竹工芸家 勝城蒼鳳氏(重要無形文化財「竹工芸」保持者)、工芸史家 諸山正則氏(元東京国立近代美術館主任研究員) 会 とちぎ蔵の街 観光館2階多目的ホール 料 無料 定 60人(申込先着順) 申 美術館へ電話にて

担当学芸員によるギャラリートーク 時 9月22日(日)、10月20日(日) 14時~(45分程度) ※観覧券をお求めのうえ、美術館受付にお集まりください。



齋藤文石「花籃 福満寿」1970(昭和45)年 竹・藤 とちぎ蔵の街美術館蔵

料金表	区分	一般/大・高校生	中学生以下
	料金	500円(300円)	無料

\* ( ) 内は20名以上の団体割引料金  
\* 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方とその介護者1名は無料

とちぎ蔵の街美術館 (万町3-23/ ☎20-8228/ FAX 20-8227) ※駐車場コエド市場南、大通り沿いの蔵の街第一駐車場をご利用ください。

### 平成30年 10月生まれの 赤ちゃん



### わが家の エンゼル 天使



(募集)写真の裏に赤ちゃんの名前(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号・保護者名を記入のうえ〒328-8686栃木市役所シティブロモーション課へ(締切当日必着)。写真は返却しません。(縮め切り)平成30年12月生まれ10月11日(金)、平成31年1月生まれ11月14日(木)※封筒に差出人住所を明記ください。

## ハートランド(渡良瀬遊水地) 私が案内します Vol.1

### 三県境 古澤満明さん(85)

#### 遊水地の建設で川から陸地に

「3歩で回れる三県境」。栃木市と群馬県板倉町、埼玉県加須市の境は、全国でも珍しい平地にあり、またいで制覇できると人気です。渡良瀬遊水地に接する栃木市側は元々は私の土地で、旧谷中村の一部でした。20年ほど前から手作りの案内板などを置き、最近訪れる人たちになぜ平地に三県境が出来たのか、歴史などをお話する語り部をつとめています。

約100年前は、ここは渡良瀬川の中でした。それが、遊水地の建設のために川筋が変更されて廃川となりました。遊水地の掘削では土砂が出たので、それを運んで川の跡を埋め立てて、今日のような陸

地になったのです。また、我が家も遊水地の外に出るため、数百メートルを曳家して移って来ました。

来訪者の感想が知りたくて、ポストを作って「3県境ノート」を置いています。「癒される」「また来ました」など全国から来た4千人以上が手書きしてくれ、3年間で14冊目になりました。皆さんもぜひ来て書き込んでください。

行き方：遊水地西側の「道の駅きたかわべ」から徒歩約5分。問い合わせは遊水地課 ☎(62)0919へ。詳しくは「栃木市渡良瀬遊水地ウェブ」でどうぞ。



※渡良瀬遊水地は豊かな自然、陸水空のレジャー・スポーツなど家族で楽しみ学べる魅力がいっぱい。専門家が案内します。

### とちぎ協働まつり 2019

「栃木に暮らす人」  
「大切にしたいヒト・モノ・コト」

**問合せ**  
「とちぎ協働まつり2019」実行委員会事務局(とちぎ市民活動推進センター内) ☎(20)7131

市民・NPOや企業・行政が“協働の輪を広げる”市民手作りのイベント。

今年のテーマは「栃木に暮らす人」「大切にしたいヒト・モノ・コト」とちぎ山車会館前広場を会場に、市内で暮らす農家さん・職人さん・市民活動団体などの皆さんが大切にしているこれらの想いを広げていきます。

◆日時：10月27日(日) 10時～15時30分

◆会場：とちぎ山車会館前広場及びその周辺

※まつりを一緒に盛り上げてくれる実行委員も随時募集しています。当日のみの参加でもOK。詳しくは問合せ先へ。

### 第21回蔵の街ふるさとまつり

蔵の街大通りを中心に、物販・PR展示・三国志山車の展示・からくり人形実演・骨とう市などイベントが盛りだくさん。栃木市の産業と物産展も同時開催!「とちぎの秋」をお楽しみください。

◆日時：11月2日(土)・3日(日) 10時～16時(雨天決行)

◆場所：とちぎ蔵の街大通り(足利銀行～万町交番)・近龍寺参道及び門前 ※交通規制 9時～17時

**問合せ先** 蔵の街ふるさとまつり実行委員会事務局(栃木商工会議所) ☎(23)3131 商工振興課 ☎(21)2371

## “TOCHIGI TODAY'S MARKET” OPEN!

リニューアルし広くなったとちぎ山車会館前広場に、毎月1回、市内外の農家や素敵な飲食店やクラフト作家、アーティストによる音楽ライブなどが一同に会するマーケットが出現!毎回変わる開催テーマにあわせ、各出店者が趣向を凝らします。

記念すべき第一回目の開催テーマは『収穫祭』。旬の農産物をはじめとした、栃木の魅力を味わいに、ぜひかけてみませんか?

**開催日** 10月19日(土)、11月23日(土)、12月21日(土) 令和2年1月25日(土)、2月22日(土)、3月28日(土)

**開催時間** 10時～16時(予定)

**場所** とちぎ山車会館前広場(万町)

**問合せ先** 観光振興課 ☎(21)2373

## 高校生ダンス全国大会優勝!

8月に神戸市で行われた「第32回全国高校・大学ダンスフェスティバル」において、本市在住の高校生横田ほのかさんがメンバーとして参加する、日本女子体育大学付属二階堂高校ダンス部が、創作ダンス「ゲルニカ」を披露し、決勝40チームの中から見事優勝(文部科学大臣表彰)に輝きました。8月26日には、市長と教育長を表敬訪問し優勝の喜びを報告しました。横田さん、おめでとうございます!

### 介護付き高齢者優良賃貸住宅

#### ハーモネートハウス大平

- 医療介護24時間対応
- 専門スタッフの個別リハビリ
- 充実の個室設備

☎0120-333-675

### 医療連携強化型ショートステイ

#### ハーモネートショートステイ大平

- 医療介護24時間対応
- 専門スタッフの個別リハビリ
- 認知症予防プログラム

TEL.0282-25-7311

### 外出支援強化型デイサービス

#### ハーモネートデイサービス大平

- 屋外リハビリテーション
- 認知症予防プログラム
- 個別浴槽でのんびりお風呂

TEL.0282-45-2255



市内各地から  
楽しい話題が  
届きました!

地域の  
話題を  
写真で  
紹介!

# まちかどニュース

栃木市を元気にするFMくらら  
85.7MHzで毎日放送中 <https://fmkulala857.jp>



## ステージに!盆踊りに!子どもたちの笑顔あふれて



▲ステージで元気に踊る子どもたち

8月24日、西方総合文化体育館にて「にしかた子ども夏まつり」が開催されました。今年は、子どもたちによるブラスバンドや元気いっぱいダンスなどのステージ発表に加え、夕方から盆踊りが行われました。多くの浴衣姿の来場者が、やぐらを中心に盆踊りを踊り、まつりのフィナーレには、美しい花火が夜空を彩りました。

◀やぐらを囲んでの盆踊り



▲夏の日照りが、額に汗をぬぐいながらコスモスの種まきをする参加者

### コスモスを街いっぱい咲かせよう

旧岩舟町の町花であったコスモスを、花壇や休耕地に咲かせる運動「コスモス復活プロジェクト」。その活動の一環として、岩舟地域の3つの団体(すみよいまちづくりの会「いわふね」、静和まちづくり協議会、岩舟ロータリークラブ)が、岩船山ポケットパーク・岩舟駅・岩舟総合支所庁舎花壇及び静和地区公民館にコスモスの種をまきました。



▶ボールを使って筋肉を鍛えます



◀グーチョキパーで脳のトレーニングをしました

## 猛暑にも負けない!白熱のどろんこバレー

第11回栃木どろんこバレー大会が、今年も栃木市総合運動公園北側のほ場にて開催され、県内外から32チーム、約300人が参加をしました。参加者は、時折激しい泥しぶきをあげながら、活気と笑顔に満ちた熱戦を繰り広げていました。



▲ネット際の鬼気迫る攻防

## 手作りの温かさ ~ヨシ灯りワークショップ~

8月10日、ハートランド城にて「ヨシ灯りワークショップ」が行われました。参加者は、ヨシ細工指導スタッフのサポートを受けながら、渡良瀬遊水地のヨシを材料に、自分だけのオリジナルの灯り作り挑戦しました。完成したヨシ灯りを一斉に点灯すると、周囲は優しい光に包まれ、幻想的な雰囲気に。

この日の作品は11月下旬の「ヨシ灯り展」にて展示される予定です。



▲ヨシを一本一本、編み込んでいきます

◀この日は遊水地キャラクターハーツ姫の誕生日。完成した灯りと共に、記念写真♪

### 世代をつなぐ笑顔があふれるとちぎ盆祭り

大人から子どもまで、みんなが笑顔でつなげる「とちぎ盆祭り」が、8月11日、大平運動公園さくら球場で賑やかに開催されました。



盆踊りのやぐらを美しい花火が彩りました▶



For                       
誰のために  
つくるのか?

家づくりがもっと  
愛おしいものになる。

**MARUWA** (株)丸和住宅  
J Y U T A K U

お電話でのお問い合わせは  
☎0120-08-4118  
〒328-0075 栃木市箱森町37-49 受付時間/9:00~18:00 定休日/毎週火曜日・水曜日

丸和住宅のくわしい情報は  
丸和住宅

こちらのQRコードからもアクセスできます

