

広報

とちぎ

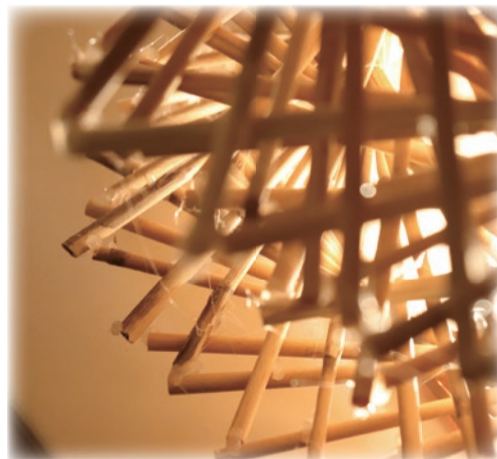
2020 **7**
NO.123

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



何がすごい？ 遊水地

答えは特集ページにて！



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、感染リスクの少ない方法での配布にご協力ください

5月18日に栃木市緊急事態宣言は解除されましたが、依然として新型コロナウイルスの脅威が続いております。今後も、再び感染が拡大しないよう、一人ひとりが「新しい生活様式」を実践していく必要があります。広報とちぎや折込チラシの配布におかれましても、「仕分けの前に手洗いをする」「マスクを着用する」「郵便受けに投函する」など、人との接触を控えた感染リスクの少ない方法での配布にご協力ください。

目次

特集 ここがスゴイぞ！栃木市の宝！渡良瀬遊水地・・・2

今月の注目情報	4	みんなの伝言板	11
新しい生活様式って何？	5	子育て広場	12
インフォメーション		健康情報コーナー	13
(お知らせ)	8	文化芸術のお知らせ	14
(募集)	10	ハートランド私が紹介します	15
(講座)	11	わが家の天使 / お知らせ	15
(スポーツ)	11	とちぎ散歩 Mini	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	159,322人	(27)
男	79,822人	(39)
女	79,500人	(-12)
世帯数	65,942世帯	(178)

※住民基本台帳より
4月末現在 ()内は前月比



市章



市の鳥 カモ

栃木市の宝！ここがスゴイぞ！

渡良瀬遊水地

7月3日は渡良瀬遊水地ラムサール条約湿地登録記念日！
7月は渡良瀬遊水地 PR 強化月間！



ハーツ姫

栃木市の南端に位置する渡良瀬遊水地。どんなところかご存知ですか？
栃木県、茨城県、埼玉県、群馬県にまたがる、日本で一番大きな遊水地なんです。
この広い空間は、いったい何のためにあるのか、そしてどんなことが楽しめるのか。
今月は渡良瀬遊水地の「ここがスゴイ！」ポイントをご紹介します。



【平常時】

提供：利根川上流河川事務所

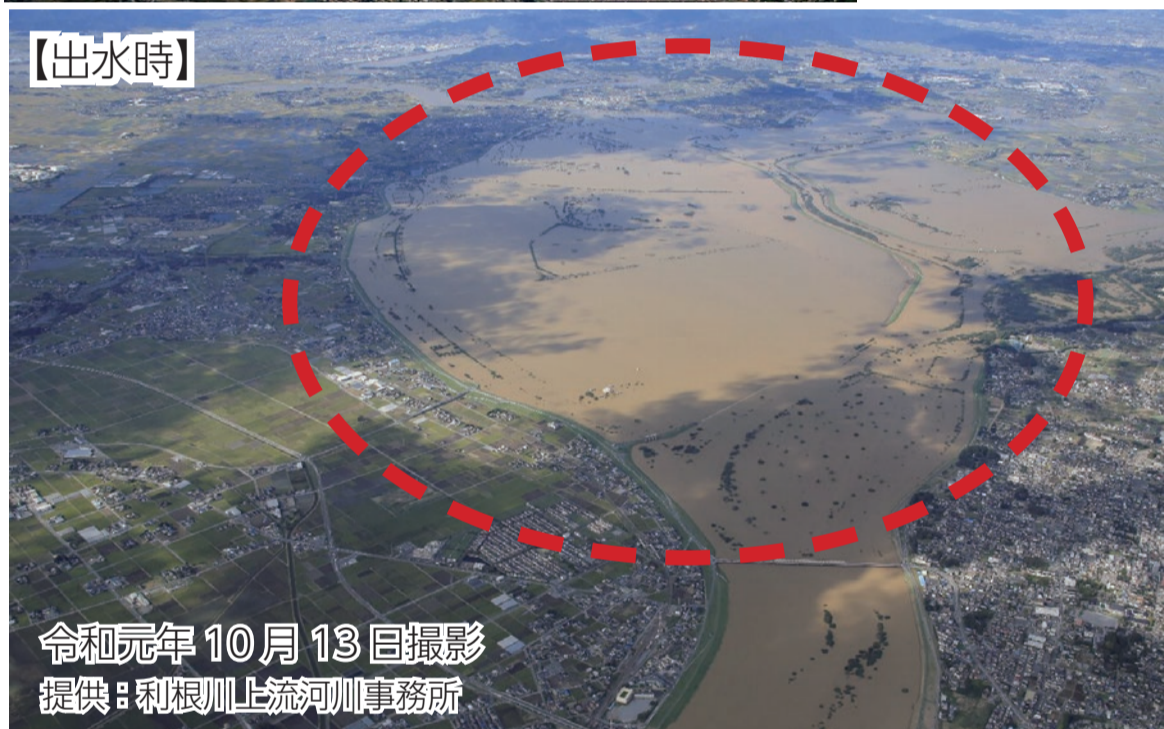
ハート形の湖から水があふれているようにみえますが、実は渡良瀬遊水地の堤防の内側なんです。

東京ドーム 130 杯分の水を溜めました。

ここがスゴイ！ その①

圧倒的な治水能力！

渡良瀬遊水地といえばハート形の「谷中湖（渡良瀬貯水池）」をイメージするかもしれませんが、これは遊水地のごく一部にすぎません。利水のために整備された谷中湖のほか、治水のために整備された3つの「調節池」から成り立っています。2019年の台風19号の時には、1億6000万㎡の水を溜め、災害軽減の役割を果たしました。



【出水時】

令和元年10月13日撮影
提供：利根川上流河川事務所



ドン・ジョージ



わたらせナイツ



渡良瀬運動公園

普段はスポーツが楽しんでいる運動公園も、非常時には大きなプールとなって水を溜め、洪水から人々の暮らしを守ります。谷中湖近くにある「ウォッチングタワー」には、**台風19号時の水位**が刻まれています。



ウォッチングタワー

平屋 住宅専門店

無駄を省いたシンプルライフ。今、平屋が人気です。

WEB来店予約お待ちしております！

平日でもOK!

QUOカード 500円分 プレゼント 月 木 金 土 日

※1家族様1回限りとさせていただきます。

当店の新型コロナウイルス感染症対策について

新型コロナウイルス関連肺炎の発生が複数報告されていることを受け、当社ではお客様の健康と安全を考慮しまして、アルコール消毒の徹底・予防措置に伴う社員のマスク着用の対応を実施させていただきます。何卒、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

0282-25-5339

ホーデリーホーム 栃木 検索



Hoderi Home

ホーデリーホーム

〒322-0602 栃木市西方町金井323-1

栃木市城内町1期 /

建売平屋モデル/3LDK (22.25坪タイプ)
大好評公開中!!見学予約随時受付しております

ここがスゴイ！ その②

息をのむ大自然

治水のため構造物が最小限にとどめられている渡良瀬遊水地には、広大なヨシ原が広がり、多様な動植物が暮らしています。また、電線もほとんどないため、「日本で一番自由な空」としてスカイスポーツのメッカとなっています。利水のために整備された谷中湖では、カヌーやウインドサーフィンなどのウォータースポーツをはじめ、谷中湖を眺めながらのランニングやサイクリングも楽しまれています。

自然



オオセツカ



ノジトラノオ



エゾミンハギ



チョウトンボ

ヨシ原やその上空には、多種多様な植物、野鳥、昆虫が見られます。貴重な自然が広がる生きものの宝庫です。

レジャー・スポーツ

「空・水・大地」それぞれでスポーツが楽しまれています。その他にも、バーベキューや植物観察、野鳥観察など、様々な楽しみ方があります。



遊水地ガイド

火～日曜日及び祝日・休日の月曜日の9時30分から15時30分まで、谷中湖周辺を無料でご案内しています。(団体の場合は要予約)



ヨシ焼き&ヨシ細工体験



3月には「ヨシ焼き」が行われ、本州以南で最大のヨシ原(1,500ha)を焼却します。また、刈り取ったヨシを使ったものづくり体験も行っています。(有料です。1か月前までの要予約)

※遊水地ガイド及びヨシ細工体験は、都合により休止している場合があります。最新の情報は、渡良瀬遊水地ハートランド城(☎62-1301)へお問い合わせください。

渡良瀬遊水地の“魅力”と“いま”を発信します！



渡良瀬遊水地のビジターセンター『ハートランド城』から渡良瀬遊水地の旬な情報をお届けする、公式 Twitter & Instagram を7月から配信開始予定です！
季節の情報や、楽しいイベント・観察会情報、ハートランドキャラクターの秘密など、渡良瀬遊水地の楽しい一コマをつぶやきます。

↓のQRコードからチェック！



Instagram 用



Twitter 用

渡良瀬遊水地で楽しめるレジャー・スポーツを一挙にご紹介しています。

『渡良瀬遊水地アクティビティガイド』ができました！



令和二年春の叙勲・褒章および
危険業務従事者叙勲
受章おめでとうございます

本市から次の方々を受章されました。
市民の皆様と共に、心からお祝い申し上げます。

令和二年春の叙勲

令和二年春の褒章

【旭日単光章】地方自治功勞



おちあい まさお 落合 雅雄氏

【黄綬褒章】

業務精勵機械検査工・卓越技能



よしざわ まさお 吉澤 正男氏

【瑞宝小綬章】教育功勞



たじま かずとし 田島 一利氏

第34回危険業務従事者叙勲

【瑞宝単光章】警察功勞



あいだ てつお 相田 哲夫氏

【瑞宝双光章】学校保健功勞



いしかわ けいぞう 石川 恵三氏

【瑞宝単光章】防衛功勞



おかだ やすのり 岡田 恭法氏

【瑞宝双光章】鉄道業務功勞



よこやま まさる 横山 勝氏

【瑞宝単光章】消防功勞



さいとう こうじ 佐山 光司氏

【瑞宝単光章】社会福祉功勞

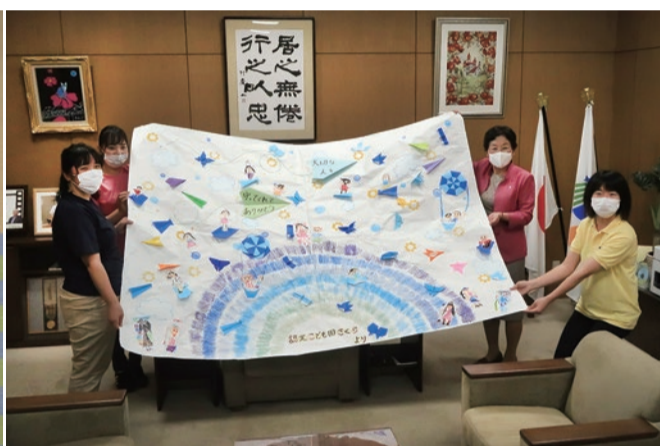
繁岡 哲哉氏



もり まさかず 森 政一氏

※ご本人様の了承を得た方のみ掲載しています。

医療・介護などに従事する皆さんへ 子どもたちから感謝とエールが届きました



写真左 「アジサイの折り紙メッセージ」(くらのまち保育園) / 写真右 「感謝のメッセージ」(認定こども園さくら)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために尽力されている医療・介護従事者等へ、感謝の意を表す「ブルーライトアップ」や「FridayOvation」が全国各地で実施されています。

栃木市には、子どもたちから「ありがとう」や「がんばって」など、たくさんのメッセージが届いています。

くらのまち保育園の子どもたちは、市の花アジサイを折り紙で作し、そこに子どもたちからの感謝や応援の言葉を書いた「アジサイの折り紙メッセージ」を作ってくれました。(写真左)

また、認定こども園さくらの子どもたちは、折り紙などで紙飛行機や気球を作り、そこに子どもたちからの感謝の言葉を書き、大きな虹を描いた「感謝のメッセージ」を作ってくれました。(写真右)

いただいたメッセージは、市役所2階の吹き抜けスペースにて展示を行いました。

市政トピックス Hearts of TOCHIGI



市医療機関の皆様へ
感謝のメッセージと花の贈呈

栃木市の基幹病院である「とちぎメディカルセンターしもつが」へ、感謝の意を伝えるため、5月27日、大川市長が訪問しました。

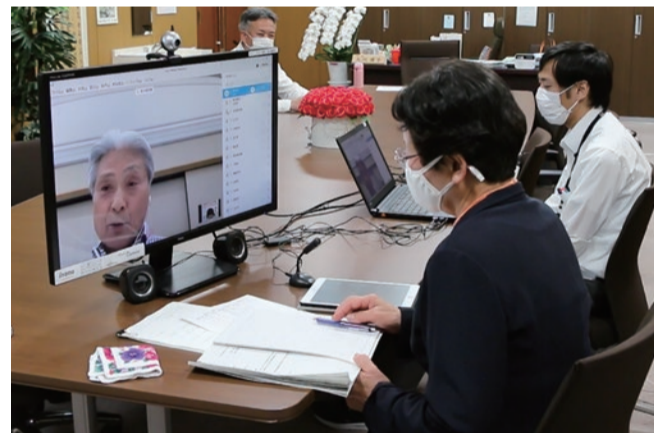
日々医療の最前線で奮闘されている医療従事者の皆様へ、感謝のメッセージをお伝えし、市内花き事業者が栽培したバラの花を使ったアレンジメントと、市の花であるあじさいを贈呈しました。



ご来庁の際はぜひ体温チェックを
本庁舎にサーマルカメラを設置

新型コロナウイルス感染拡大防止策の一環として、体表温度を瞬時に計測できる移動式のサーマルカメラを市役所本庁舎に設置しました。カメラの前に立つだけで、体表の温度が測定され、画面に体温が表示されます。また災害発生時には避難所などで活用します。

本庁舎に来庁される際は、ご自身の健康チェックのため、ぜひ体温を確認してみてください。



県内の首長が
ウェブ会議でコロナ対策

5月5日・15日の両日、栃木県知事と県内市町の首長が、新型コロナウイルス対策に関する情報共有や意見交換をする会議を行いました。この会議は、感染症予防対応のためウェブ会議の形式で行われ、県内の首長がオンラインで一堂に会しました。

栃木市でも市長室内にテレビ会議システムの設備を設置し、栃木県内の新型コロナウイルス対策について意見を交わしました。

害虫獣駆除 株式会社 防除プロジェクト
害虫駆除ならお任せ 技術(技)に自信あり!
まずは見積もりから 安心プライスで施行いたします
ネズミ・ゴキブリ・シロアリ・ダニ・ハチ・コウモリ・害獣等
害虫のことなら何でもご相談ください
※害虫を予防する「環境」についてのご相談も承ります
栃木消毒 栃木消毒 で 検索
☎62-5679 ☎090-1816-2266

在宅時間が増えて電気代が...
雨で洗濯物は外に干せないし...
灯油を買うの面倒だなあ...
お家のお悩み、地元の私たちに
お気軽にご相談下さい!
Gas One 栃木ガス株式会社
栃木市城内町2-2-23 TEL0282-22-2939

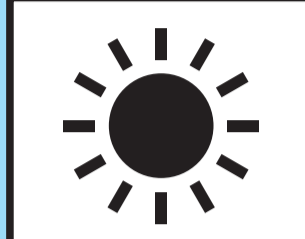
新築住宅 リフォーム お風呂のリフォームは
エクステリア・店舗・インテリア
お住まいの事なら何でもご相談下さい!
★まずはお電話下さい! 見積り無料!! 夏がオススメです!
AFTY アフティ 住所: 栃木市城内町2-48-4
電話: 0282-22-7207 FAX 0282-22-7209
http://www.cc9.ne.jp/~afty/

新しい生活様式って何？

～新型コロナウイルスに備えて～

新型コロナウイルス感染症に係る国の緊急事態宣言や栃木市非常事態宣言は解除されましたが、引き続き感染症対策の徹底が必要です。①身体的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗い を基本に、「新しい生活様式」を実践して、感染症の再拡大を防ぎましょう。




一人ひとりができる基本的な感染対策

 2m以上空ける	 遊びは屋内より屋外	 外出はマスク着用	 会話は真正面を避けて	 帰宅時は手洗いを	 重症化しやすい人と会う時は体調を万全に
---	--	--	---	---	--

移動に関する感染対策

 地域の感染状況に注意	 旅行・帰省は控え目に	 誰とどこで会ったかメモ
--	---	---

基本的な生活様式

 三密の回避	 こまめに換気	 毎日の健康チェック
--	---	--

日常生活各場面別（例）

 買い物は少人数で素早く	 通信販売も活用	 電子決済の利用
 公園は空いた時間・場所で	 運動は距離を取って	 移動は徒歩・自転車も併用
 大皿は避けて料理は個々に	 テイクアウトや出前も利用	 大人数での会食は避けて

働き方のスタイル（例）

 テレワーク	 時差通勤でゆったりと
 オフィスは間隔を取って	 会議はオンラインで
 デジタル名刺交換	 打ち合わせは換気とマスクを

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた方へ 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 減免手続きのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した世帯の方や、感染症に罹患した世帯の方は、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免を受けられる場合があります。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により収入が減少した世帯の方

対象 主たる生計維持者（世帯主）の収入が、次の1～3全て（介護保険料は1と3）に該当する方

1. 今年（2020年）の**事業収入等**※（＝事業、不動産、山林、給与収入のいずれかの減少額が、前年（2019年）のその収入の3割以上になる見込みである
※保険金、損害賠償等による補填されるべき金額は控除します
2. 前年の所得の合計額が1,000万円以下
3. 減少した**事業収入等**以外の前年の所得金額が400万円以下

減免額 前年の合計所得金額など、条件により異なります

申請方法 該当になると思われる方は、まず市民税課へご相談ください。

申請に必要なもの

印鑑、前年と今年の**事業収入等**を証明する書類（収入見込額申告書を作成いただきます）、保険金等の支給額決定通知書の写し など

新型コロナウイルス感染症により

主たる生計維持者（世帯主）が死亡・重篤な傷病を負った世帯の方

減免額 全額

申請方法 市民税課へご相談ください（医師の診断書などが必要になります）

問合せ先 市民税課 ☎（21）2263

■栃木市HP 新型コロナウイルス感染症【栃木市の情報】



新型コロナウイルス感染症に関する栃木市の最新情報は、栃木市ホームページ内の、新型コロナウイルス特設サイトへ。
<https://www.city.tochigi.lg.jp/site/covid19/>



国民健康保険・後期高齢者医療制度 新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金の支給

新型コロナウイルス感染症に感染した方または発熱等の症状があり感染が疑われる方で要件を満たした場合、申請により傷病手当金が支給されます。

対象 栃木市国民健康保険・栃木県後期高齢者医療の被保険者のうち被用者（給与等の支払いを受けている方）で、新型コロナウイルス感染症に感染または発熱等の症状があり感染が疑われるため会社等を休み、給与収入が減少した方
支給対象となる日数 労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができない期間のうち、就労を予定していた日

支給額（直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額）×2/3×日数（支給対象となる日数）

※上限あり

※給与等の全部または一部を受け取ることができる場合は、支給額が調整されたり、支給されない場合があります。

適用期間 令和2年1月1日から9月30日の間で療養のため労務に服することができない期間（ただし、入院が継続する場合は最長1年6月まで）

※申請を希望する場合は、事前にお問い合わせください。

※市の国民健康保険・後期高齢者医療以外の健康保険に加入の方は、ご自身が加入している保険にお問い合わせください。

問合せ先 保険医療課 【国民健康保険】 ☎（21）2131
【後期高齢者医療】 ☎（21）2137

「持続化給付金」の申請を希望する事業者の方へ 申請サポート会場のお知らせ

「持続化給付金」の申請は、電子申請を原則としていますが、ご自身で電子申請を行うことが困難な方のために、「申請サポート会場」が開設されています。

なお、「申請サポート会場」は新型コロナウイルス感染防止の観点から完全事前予約制となっておりますので、ご注意ください。

持続化給付金とは？

国において、新型コロナウイルス感染症の影響により、ひと月の売上が前年同月比で50%以上減少している事業者に対して支給される給付金です。詳細は市HPをご確認ください。

サポート会場 栃木商工会議所（片柳町）

事前予約方法 Web予約または電話予約（0120-835-130・0570-077-866）にて予約申込みください。

問合せ先 商工振興課 ☎（21）2371

■栃木市の緊急情報をメールで配信 ～ cc9生活安全情報 "easy pocket" をご利用ください～

cc9生活安全情報「easy pocket」（提供：ケーブルテレビ株式会社）は、緊急情報など生活の安全に関する情報を提供するメールサービスです。

お使いのメールアドレスを登録することで、栃木市の緊急情報や火災情報をはじめ、栃木県の防災情報や河川洪水予報・光化学スモッグ情報や農業防災情報、栃木警察署の地域安全情報、近隣の市町の緊急情報など、お好みの情報を選んで受信できます。

ご利用は無料で、パソコンとスマートフォン、どちらのメールアドレスでも受信可能です。この機会にぜひ登録ください。

登録方法

- ①パソコンやスマートフォンから、「easy pocket」<http://cc9.easypocket.jp/> にアクセスし、左上の「メール配信情報登録解除はこちらから」（右の図の①）のボタンを押します。
- ②「easy pocket に登録」の欄に、配信を希望するメールアドレスを入力し、「登録する」のボタンを押します（その際、「関係者入力欄」には何も入力しないでください）
- ③お使いのメールアドレスに「【easy pocket】アドレスの確認」というタイトルのメールが配信されたら、メール本文の中にある本登録のためのアドレスをクリックしてください。
- ④配信情報の選択画面に移動します。配信を希望する内容全てにチェックを入れたうえで、登録ボタンを押せば、登録は完了です。



問合せ先 危機管理課 ☎（21）2551



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

司法書士 佐山 隆
土地家屋調査士 行政書士 佐山 健太郎
司法書士

栃木市旭町19番16号 栃木市文化会館斜め前
TEL0282(24)2555 (平日)8:00~19:00
(土・日・祝) 事前予約にて承ります

創業50年の実績と信頼

屋根・外壁塗り替え、リフォーム請負
自社の1級塗装技能士資格者が施工します。

日本塗装工業会会員・栃木県知事許可(般-27)第14124号

オオアキ建装工業株式会社 🔍 検索

栃木市箱森町51-28 ☎0282-22-5981

経営相談・税務相談・相続税申告
小さな疑問、お気軽にご相談ください

(認定経営革新等支援機関)

篠木税務会計事務所

税理士・行政書士 篠木 一夫
税理士 渡邊 敬

〒328-0075 栃木市蘭部町2-15-25オークハイビル1F(栃木女子高テニスコート近隣)
TEL 0282(22)6611 FAX 0282(22)6618
E-Mail shinogi-kaikei@cc9.ne.jp



pongee
(蔵の街とちぎビジネスプランコンテスト 2019 最優秀賞)

おかだ れいこ
岡田 怜子 さん



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、令和元年11月に大平町西野田にオープンした『pongee』を運営する岡田怜子さんにお話を伺いました。

サイズのぴったり合った服は格好いい!

街の洋服お直し屋さん『pongee (ポンジー)』は、洋服のお直し全般やリサイクル家具の販売などを行っています。店名の由来を伺うと「英語で『紬』という意味です。元々、着物が好きで、それらのリメイクも請け負っていることから店名にしました。」とのこと。

地域に洋服のお直し屋さんが少なく、需要は大きいと手ごたえを感じているそうです。「洋服のお直しでやれることは多く、お客様の相談にはできる限りのアドバイスしつつ、ご要望を再現できるように努力しています。体にぴったり合った服というのは、本当に格好よく見えるんです。一度利用して体感していただき、リピーターになる方がとても多いですね。まずは気軽にご相談ください。」

おしゃれな手作りマスクも大好評



3児の母、でも自分の世界は狭めない

自ら起業された理由の一つに、3人のお子さんの育児と両立してできる仕事を、という思いがありました。

夫婦ともに実家が遠方であり、周りの人から『家事や育児は大丈夫?』と心配されることも多いそうです。「作業に追われて、サンプル作りや、仕入れなど、思うように進まないこともあります。でも、店舗の中で子供の面倒を見られるし、一時保育など利用したり、工夫をすればきっとやれる!と考えて始めました。いかに育児が大変でも、自分の時間を生きることも大切だと思っています。」

自身と同じように、働く事ができるか悩むパパ・ママには「インターネットを活用する事業など、小規模でも発想次第でできることは多いはず。子育てなどで一旦社会を離れるとなかなか復帰できない、とってしまいがちですが、積極的に自分の世界を広げてほしい。」とエールを送ります。

たくさんのアイデアを形に

今後の展望をお聞きすると「お直し屋さんの高齢化が進んでいますが、この仕事には、まだまだ若いアイデアを展開する余地があると思います。」と意気込む岡田さん。「遠方のお客様から郵送での依頼をいただいたこともあり、都内などと比べると、安価でサービスを提供できる有利があります。今、この場所だからこそできる事は多いはず。頭の中にある事を形にし、メニューを充実させ、お直し屋さんの可能性をみなさんに伝えていきたいと思っています。」と語っていただきました。

**聴覚・言語に障がいのある方へ
~NET119サービスを開始します~**

市消防本部では聴覚・言語障がい者向け「NET119緊急通報システム」を、7月20日(月)から運用開始します。

このサービスは、スマートフォン等からインターネットを利用して119番通報を行うことができるものです。会話が不自由な方が、スマートフォン等の画面をタッチすることにより、チャット形式で消防への119番通報を行うことができます。

システムの利用に際しては、事前に本人が居住している市消防本部に登録する必要があります。登録をご希望の方は、問合先へ。

問合先 市消防本部通信指令課 ☎(22)0119 ガイドンス6
FAX(23)6562



インターネット通販での買い物は慎重に!

多くの人々が利用している便利なインターネット通販。ショッピングサイトやお店直営のホームページなど様々な方法がありますが、今、SNSや動画サイトの利用中に表示された広告から注文をし、トラブルになったという相談が多く寄せられています。

事例1 「お試し」のつもりが定期購入になっていた

ネットを見ていたら「ダイエット効果がある」という健康食品の広告が表示された。気になってクリックすると「お試し価格500円」と大きく表示されていたため、説明を読まずに注文した。1か月後、2回目が届き定期購入と気づいた。解約したいが事業者には電話がつかない。

事例2 商品が返品できない

ネット通販で健康器具を注文した。商品が届くとネットの画面で見たイメージより大きく、部屋に設置できないことがわかった。返品したいと事業者には電話をしたが、「一度開封した商品の返品は受け付けていない」と断られた。

トラブルを防ぐには

広告や注文画面を隅々まで確認 「定期購入について」小さな文字で記載されていたり、注文画面と別のページに表示されていることもあります。「今だけ格安」「お試し」などの表示に興味を持ち、お得な部分だけをとらえてしまいがちです。

契約内容、返品特約を確認 ネット通販は実物の商品を手にとることができないので、イメージと違ったり自分には合わないといった問題が起こります。しかし、通販は自分の意思で購入を決定しているため、クーリング・オフはありません。返品の手続きや送料については、必ず確認しましょう。契約について表示されているページの写真を撮っておくのも有効です。

中には、サイト自体がニセモノで、商品が存在しないのに注文を受け付け、お金を振り込ませる悪質な手口もあります。販売事業者の所在地、連絡先など確認できるか、極端に安い商品ではないか、支払方法は複数選べるかなども確認しましょう。サイト上で詳しくわからない場合は、購入前に販売事業者には電話などで直接確認しましょう。

購入後、自分が認識している契約と相違があった場合には、すぐに販売事業者には電話やメールで解約の希望を伝えてください。それでも解決できない場合は消費生活センターにご相談ください。

消費生活センター(本庁舎2階) ☎(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。

相談	日時	場所/問合先
弁護士相談 (事前に要予約) (弁護士が法的な見解等を助言) ※予約開始 8月分:7月1日(水)~ 9月分:8月3日(月)~ (各日8時30分より受付) ※同じ案件での相談は2回まで(異なる会場で相談しても同様)	7月10日(金)、22日(水) 8月12日(水)、28日(金) 10時~12時	本庁舎2階 市民相談室 市民生活課 ☎(21)2122
	7月16日(木) 10時~12時	大平隣保館2階 相談室 ☎(43)6611 ☎0120-46-7830
	8月17日(月) 10時~12時	藤岡公民館 第1階 研修室 藤岡市民生活課 ☎(62)0905
	8月25日(火) 10時~12時	都賀総合支所 別館2階 会議室 都賀市民生活課 ☎(29)1124
	7月28日(火) 10時~12時	西方総合支所 1階 会議室 西方市民生活課 ☎(92)0308
	8月20日(木) 10時~12時	岩舟総合支所 会議室棟 1階第1会議室 岩舟市民生活課 ☎(55)7763
法律相談 (事前に要予約) ※栃木市社会福祉協議会主催	7月7日(火)、21日(火) 9時~12時	大平地域福祉センター ふるさとふれあい館/ 社会福祉協議会大平支所 ☎(43)0294
宅地建物相談 (予約開始:7/1(水)8時30分~) (売買や賃貸借、所有と管理)	7月17日(金) 10時~12時	本庁舎2階 市民相談室 市民生活課 ☎(21)2122
市民相談 (日常生活の問題など)	月~金曜日 9時~17時	本庁舎2階 市民相談室 市民生活課 ☎(21)2122
消費生活相談 (商品やサービスなど消費生活全般)	月~金曜日 9時~16時	本庁舎2階 消費生活センター ☎(23)8899 FAX(23)8820
合同相談 (行政相談・人権相談)	7月14日(火)、28日(火) 10時~12時	本庁舎2階 市民相談室 市民生活課 ☎(21)2122
	7月16日(木) 10時~12時	大平総合支所 1階 相談室 大平市民生活課 ☎(43)9211
	8月12日(水) 10時~12時	藤岡公民館 1階 研修室 藤岡市民生活課 ☎(62)0905
	8月25日(火) 10時~12時	都賀総合支所 別館2階 大会議室 都賀市民生活課 ☎(29)1124
	7月28日(火) 13時30分~15時30分	西方公民館 2階 小会議室 西方市民生活課 ☎(92)0308
	8月20日(木) 13時30分~15時30分	岩舟総合支所 会議室棟 1階第1会議室 岩舟市民生活課 ☎(55)7763
人権相談	月~金曜日 8時30分~17時15分	大平隣保館 ☎(43)6611 ☎0120-46-7830 厚生センター ☎(24)2444 人権・男女共同参画課 ☎(21)2161
配偶者等からの暴力(DV)相談	月~金曜日 9時~16時	配偶者暴力相談支援センター ☎(21)2218
いじめ相談電話	月~金曜日 9時~17時 ※土日祝日・時間帯は留守電・FAX	本庁舎/青少年育成センター ☎(24)0667 FAX(21)2690
青少年相談 (非行問題・不登校など)	月~金曜日 9時~17時	本庁舎/青少年育成センター ☎(23)6566 FAX(21)2690
家庭児童相談 (0~17歳の子どもとその家族)	月~金曜日 9時~16時	本庁舎/家庭児童相談室(子育て支援課内) ☎(21)2227
児童虐待相談	月~金曜日 8時30分~17時15分	本庁舎/子育て支援課 ☎(21)2227 ※左記以外の時間は ☎189 (児童相談所全国共通ダイヤル)
婦人・ひとり親家庭相談	月~金曜日 9時~16時	本庁舎/子育て支援課 ☎(21)2229
障がい児者相談 (福祉サービスの利用・障がいを理由とする差別・合理的配慮及び虐待防止)	月~金曜日 8時30分~17時15分	本庁舎/障がい福祉課 障がい児者相談支援センター係 ☎(21)2219 FAX(21)2682
就労支援相談 (事前に要予約) (40歳未満の就労相談)	第1・3月曜日13時~21時 第1・3土曜日17時~21時	※祝日除く 栃木勤労青少年ホーム ☎(22)3113
	第2・4月曜日13時~21時 第1・3土曜日13時~16時	大平勤労青少年ホーム ☎(43)5191
高齢者相談 (介護や福祉、生活全般、虐待)	月~金曜日 8時30分~17時15分	本庁舎/栃木中央地域包括支援センター ☎(21)2245・2246
もの忘れ相談 (認知症の専門員による相談)	7月10日(金) 10時~11時30分	本庁舎1階 市民スペース/栃木中央地域包括支援センター ☎(21)2171・2246

後期高齢者医療制度のお知らせ

8月からの新しい「後期高齢者被保険者証」をお送りします

現在お使いの「後期高齢者医療被保険者証(保険証)」の有効期限は本年7月31日までです。8月から使用する保険証は、縦長大判の封筒(茶色)に入れて7月下旬に郵送します(保険料の納付状況により、お送りできない場合もあります)。

なお、負担割合は、今年度の市県民税の情報をもとに判定されています。判定の基準については、保険証に同封されている「後期高齢者医療制度のご案内」をご覧ください。

所得区分が現役並み所得者I(※1)またはII(※2)に該当する方は、「限度額適用認定証」を医療機関に提示することにより、医療費の支払いが一定額にとどまり、入院時の食事代が減額になります。該当する方は、保険医療課窓口で申請してください。

所得区分が現役並み所得者IまたはIIに該当する方、また、「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けたことがあり、令和2年度の所得区分が低所得区分に該当する方には、7月下旬に送付する保険証に認定証を同封します。

※1住民税課税所得が145万円以上380万円未満の被保険者

※2住民税課税所得が380万円以上690万円未満の被保険者

75歳の誕生日を迎える方へ

75歳の誕生日から、それまでの健康保険を抜けて後期高齢者医療制度の被保険者となります。75歳の誕生日前に「後期高齢者医療被保険者証」を郵送します。

国民健康保険被保険者証(兼高齢受給者証)を更新します

現在お使いの国民健康保険証(兼高齢受給者証)の有効期限は7月31日までです。8月から使用する新しい保険証(兼高齢受給者証)は、7月末までに郵送します。

国民健康保険は、加入している方がお金を出し合っている方がお金の「いざ」という時に医療費の負担を少なくする助け合いの制度です。災害、その他特別な事情もなく国民健康保険税を滞納している場合には、医療機関で全額自己負担となる被保険者資格証明

書が交付されます。ただし、納付状況により有効期限の短い短期被保険者証(6か月、3か月の2種類)が交付される場合があります。

※国民健康保険の加入・脱退の際は、14日以内に必ず手続きをしましょう。

※職場の健康保険に切り替わった場合は必ず国民健康保険証の返還をお願いします。

介護サービスを利用して

介護サービスを利用している方へのお知らせ

介護保険負担限度額認定証のご案内

要介護等認定者が老人福祉施設等に入所または短期入所する場合の食費および居住費(滞在費)が、一定の要件により軽減されます。

国民健康保険は、加入している方がお金を出し合っている方がお金の「いざ」という時に医療費の負担を少なくする助け合いの制度です。災害、その他特別な事情もなく国民健康保険税を滞納している場合には、医療機関で全額自己負担となる被保険者資格証明

確認しますので、申請者名義(配偶者がいる場合は配偶者名義のものも併せて)の通帳(過去2か月の状況が確認できるもの)、有価証券等をすべてお持ちください。

社会福祉法人による利用者負担軽減制度

社会福祉法人が運営する「特別養護老人ホーム」「訪問介護」「通所介護」「短期入所生活介護」および「小規模多機能型居宅介護」等のサービス(介護予防サービスを含む)の利用者負担が、一定の要件により軽減されます。

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料通知書の送付

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料通知書の送付

今年度の各保険料(料)の通知書を左表のとおり送付します。

国民健康保険は、加入している方がお金を出し合っている方がお金の「いざ」という時に医療費の負担を少なくする助け合いの制度です。災害、その他特別な事情もなく国民健康保険税を滞納している場合には、医療機関で全額自己負担となる被保険者資格証明

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料通知書の送付

Table with 4 columns: 送付されるもの, 対象, 内容, 送付時期. Rows include 納税(入)通知書, 特別徴収開始通知書, 変更納税(入)通知書.

今年度の各保険料(料)の通知書を左表のとおり送付します。

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料通知書の送付

国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料通知書の送付

令和元年台風19号による

年度途中で75歳になる方へ

年度途中で75歳をむかえ国民健康保険から後期高齢者医療保険になる方は、4月から誕生月の前月分までを国民健康保険税として、それ以後を後期高齢者医療保険料として納めます(普通徴収)。納期の関係から同じ時期に両方を納めていただくことがあります。

保険料(料)の一部が減免になる場合があります

次の方は、保険料(料)の一部が減免になる場合があります。

納付方法変更申出

納付方法変更申出

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険の被保険者としてご家族の方で、次に該当する方は、保険料・保険料の算定のため、所得状況を市に申告する必要があります。

国民健康保険は、加入している方がお金を出し合っている方がお金の「いざ」という時に医療費の負担を少なくする助け合いの制度です。災害、その他特別な事情もなく国民健康保険税を滞納している場合には、医療機関で全額自己負担となる被保険者資格証明

土地をお探しの方へ

土地をお探しの方へ

現在、先着順による市有地の売却を行っている市有地「利用できる土地はないか」等お考えの方、ぜひご検討ください。

申込方法

児童手当現況届の提出

児童手当現況届の提出

提出期限は、6月30日(火)です。まだ提出していない方は、早めに提出ください。

国民健康保険は、加入している方がお金を出し合っている方がお金の「いざ」という時に医療費の負担を少なくする助け合いの制度です。災害、その他特別な事情もなく国民健康保険税を滞納している場合には、医療機関で全額自己負担となる被保険者資格証明

妊婦にやさしい環境づくりを
マタニティマークは、周りの人に赤ちゃんがいることを知ってもらうためのものです。

児童手当現況届の提出
提出期限は、6月30日(火)です。まだ提出していない方は、早めに提出ください。

土地をお探しの方へ
現在、先着順による市有地の売却を行っている市有地「利用できる土地はないか」等お考えの方、ぜひご検討ください。

保育園

入園申込受付期間

9月1日～30日(土日祝日除く)

入園申込場所

保育課(市役所本庁舎2階)・各総合支所市民生活課
または各園へ直接お申し込みください。

Table with 2 columns: (公立) 保育園 and 施設見学会. Lists various public and private kindergartens and their admission dates.

認定こども園・小規模保育施設

入園申込受付期間

認定こども園【幼稚園部分】9月1日～
認定こども園【保育園部分】、小規模保育施設 9月1日～30日(土日祝日除く)
入園申込場所 各園・施設へ直接お申し込みください。

Table with 2 columns: (公立) 認定こども園【幼稚園部分】【保育園部分】 and 施設見学会. Lists certified kindergartens and small-scale childcare facilities.

令和3年度 保育園・認定こども園・小規模保育施設 入園申込み
令和3年度に保育園、認定こども園、小規模保育施設へ入園を希望される方(年度途中からの入園希望を含む)の申し込みを受け付けます。各施設にて施設見学会(申込不要)が行われますので、ご参加ください。

新型コロナウイルス感染症などの影響により、施設見学会の実施や入園申し込みの日程などが変更になる場合があります。変更等がある場合は市ホームページで随時お知らせします。

新型コロナウイルス感染症
症拡大防止のため、有限会社岸印刷様(代表取締役岸久裕様)より、フェイスマスク100個をご寄附いただきました。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

栃木市における新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、株式会社極東体育施設様(代表取締役巻嶋貴雄様)より、炭酸次亜塩素酸水10リットル20本を寄附いただきました。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

国民健康保険運営協議会
委員募集
地区80区画 費用 1区画7,000円

介護施設整備事業者募集
令和3年度までに施設整備を行う広域型特別養護老人ホーム増床及び認知症高齢者グループホーム・小規模多機能型居宅介護拠点の整備事業者を募集します。

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

国民健康保険運営協議会
委員募集
地区80区画 費用 1区画7,000円

介護施設整備事業者募集
令和3年度までに施設整備を行う広域型特別養護老人ホーム増床及び認知症高齢者グループホーム・小規模多機能型居宅介護拠点の整備事業者を募集します。

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

国民健康保険運営協議会
委員募集
地区80区画 費用 1区画7,000円

介護施設整備事業者募集
令和3年度までに施設整備を行う広域型特別養護老人ホーム増床及び認知症高齢者グループホーム・小規模多機能型居宅介護拠点の整備事業者を募集します。

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

国民健康保険運営協議会
委員募集
地区80区画 費用 1区画7,000円

介護施設整備事業者募集
令和3年度までに施設整備を行う広域型特別養護老人ホーム増床及び認知症高齢者グループホーム・小規模多機能型居宅介護拠点の整備事業者を募集します。

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

炭酸次亜塩素酸水の寄附
ありがとうございます。

おひら黒大豆のオーナー募集
大平地域で栽培される黒大豆(丹波黒)のオーナーになりませんか?

フェイスマスクの寄附
ありがとうございます。

ギャラリー ぜん 株式会社 ぎやらりい ぜん株式会社. Art gallery advertisement.

かたづけ屋☆栃木です!! 株式会社 くりかい. Cleaning service advertisement.

AO入試エントリー受付中 (平日個別説明会参加者も応募可) マロニエ医療福祉専門学校 小山歯科衛生士専門学校. Education advertisement.

入居者募集情報

市営住宅
城内市営住宅 3DK
1戸(4階)※単身者可
大宮市営住宅 2LDK
2戸(1階1戸、3階1戸)
※1階は「60歳以上の方
または60歳以上の方と同居
する方」、「障がい者手帳を
お持ちの方、または障がい
者手帳をお持ちの方と同居
する方」のみ申込可。3階
は単身者可
川原田市営住宅 2LDK
1戸(7階)(エレベーター
有)
川原田市営住宅(シルバー
ハウジング) 2DK 1
戸(1階)
※高齢者の方(60歳以上の
単身者、双方または一方
が60歳以上の夫婦のみ)
世帯、60歳以上の方のみ
の世帯)のみ申込可

は申込先へ。
申込先 宅建とちぎ公営住
宅管理センター
☎(21)8677

講座

栃木市生活サポーター
(あったかいご員)養成
講座受講者募集

簡単な生活援助や身体介
護が出来るようになる講座
です。修了者には栃木市が
認定する認定証を交付しま
す。講座修了者は「緩和し
た基準による訪問型サービ
ス」、「緩和した基準による
通所型サービス」に従事可
能になります。

日時 8月4日(火)、8
月7日(金)、8月11日(火)、
8月19日(水)、8月21日
(金)、8月27日(木)、9
月18日(金)その他訪問介
護同行あり、計24時間
場所 特別養護老人ホーム
蔵の街ひまわり(城内町2
丁目)他
対象 市内在住の30歳以上
の方
募集期間 7月20日(月)
まで
定員 10人
受講料 2,000円(テ
キスト代)

スポーツ

夏季ラージボール卓球教
室

日時 7月21日(火)、8
月11日(火)・18日(火)・
25日(火)、9月1日(火)
(全5回) 13時~16時
場所 マルワ・アリーナと
ちぎ(栃木市総合体育館)
補助競技場(初日は主競技
場)
対象 市内在住・在勤の
方(初心者に限る・過去5
度以上参加された方は対象
外)
定員 40人(先着順)
費用 1,000円(初日
に納入)
申込 7月7日(火) 8時
30分から問合先へ直接また
は電話にて
持ち物 体育館シューズ、
ラケット(お持ちの方)
☎(25)0930

ナイターテニス教室

日時 8月8日(土)・15
日(土)・22日(土)・29日
(土)(全4回) 19時~20時
30分
場所 栃木市総合運動公園
テニスコート(川原田町)
対象 初級者・中級者(中
学生以上)
定員 40人(先着順)
費用 3,000円(初日
に納入)
申込 7月27日(月)まで
に問合先へ直接または電話
にて
持ち物 テニスのできる服
装、シューズ、ラケット
☎(25)0930

7月6日(月)~10日(金)
8時30分~17時
入居日 8月1日(土)
※駐車場を利用する場合、
家賃の他に駐車場料金
(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

申込 問合先へ電話また
は所定の申込書(地域包
括ケア推進課窓口、市ホー
ムページに設置)をFAX
で送信
※今年度の講座は、今回の
ほか、あと1回開催します。
☎(21)8488

時 11月7日(土) 13時30分~
対 中学生
以上定 20名(申込先着順) 費 1,000円
共通事項
場 工芸・洋画 栃木県立美術館普及分館(宇
都宮市桜) 書道・日本画 とちぎボランティ
アNPOセンターぽ・ぽ・ら(宇都宮市昭和)
申 事前に問合先へ☎栃木県文化協会☎028-
643-5288



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。

Table with 5 columns: 時, 場, 対, 定, 費. 費用, 内容, 申込, 問合先

シルバー人材センター入会説明会
時①7月6日(月) 13時30分~②7月
7日(火) 13時30分~③7月8日(水)
13時30分~場①北部事業所(都賀保健セ
ンター内・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市
民交流センター(入舟町)、大平連絡所(大
平町西野田)※②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
(入会希望の方は必ず説明会にご出席下さい)
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7月8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

第74回栃木県芸術祭美術展イベント参加募集
【工芸】「伏せて描く(書く)陶板蝋抜き体験」
時10月4日(日) 10時~対小学生以上
20名(申込先着順) 費800円
【洋画】「面白名画鑑賞」
時10月10日(土) 10時~対小学生以上
定20名(申込先着順) 費500円
【書道】「かなの書を学ぶ」
時10月31日(土) 10時~対高校生以上
定20名(申込先着順) 費500円
【日本画】「『鳥獣戯画』模写」

第74回栃木県芸術祭文芸賞・美術展作品募集
対①文芸賞:創作、随筆、詩、短歌、俳句、
川柳/②美術展:日本画、洋画、彫刻、工
芸、書道、写真場②展示会場:栃木県立美術
館(洋画・彫刻・工芸)/栃木県総合文化セ
ンターギャラリー(日本画・書道・写真) 費
①1部門2,000円(高校生1,000円)②1
部門4,000円(高校生2,000円)申①7月
20日(月)までに問合先へ直接または郵送
②展示期間、提出方法等詳細は問合先へ☎栃
木県文化協会☎028-643-5288

ハローワーク栃木・移転のお知らせ
ハローワーク栃木は、7月27日(月)から
栃木地方合同庁舎内へ移転します(工事の状
況などにより移転延期となる場合があります)
場移転先:栃木地方合同庁舎 1階(河合町
1番29号・栃木駅北口から徒歩5分)
問ハローワーク栃木 TEL 0282-22-4135

県立県南産業技術専門学校 技能講習
時 A:「研削砥石取り替え業務特別教育②」8
月3日(月)~4日(火) 8時30分~17
時30分、B:「3次元機械CAD」8月5日
(水)~7日(金) 9時~16時、C:「ガス
溶接技能講習①」8月19日(水)~20日
(木) 9時~17時、D:「第1種電気工事士
筆記試験準備講習」9月8日(火)~10日
(木) 9時~16時、E:「表計算データ処理
(Excel2019 応用編)」9月10日(木)~
11日(金) 9時~16時、F:「第2種電気工
事士筆記試験準備講習②」9月15日(火)
~17日(木) 9時~16時場栃木県立県南
産業技術専門学校(足利市多田木町) 定 A・D・
F:各10人、B:各5人、C:20人、E:14人
費 Cは5,040円、それ以外は各3,580円(栃
木県収入証紙にて支払い) 申開講日の10日
前までに問合先へ☎栃木県立県南産業技術專
門校☎0284-91-0803

県立佐野高等学校附属中学校(中高一貫教育校)
学校説明会
時8月8日(土)※児童のみの参加は不可(必
ず保護者同伴)①佐野市内児童・保護者対象:
10時~11時(受付9時30分~)②佐野
市外児童・保護者対象:13時30分~14
時30分(受付13時~)場佐野市文化会館(浅
沼町) 内教育内容・学校生活の概要、入学者
選考・募集手続きなど※荒天時の対応等は、
ホームページでご確認ください☎佐野高等学
校附属中学校☎0283-23-0161

栃木県栃木健康福祉センター
精神障害者家族会のご案内
精神障害についての理解を深めるとともに
悩みを語り合い、互いに支え合う場です。
時話し合い:9月16日(水)、令和3年3
月3日(水) 各日13時30分~15時30
分/公開講座:11月11日(水)・12月15
日(火)・令和3年2月2日(火) 各日13
時30分~15時30分場栃木健康福祉セン
ター(神田町・下都賀庁舎2階) 対栃木市・
壬生町に在住で、主に統合失調症を治療中
の方の家族費無料申事前に問合先へ☎栃木健康
福祉センター☎(22)4121

栃木県栃木健康福祉センター パーキンソン
病関連疾患患者・家族会のご案内
同じ病気を持つ患者・家族同士が集まって、
悩みを分かちあい、支え合いながら、交流を
深めます。時7月8日(水)・9月23日(水)・
10月21日(水)・11月18日(水)・12
月16日(水)・令和3年1月27日(水)・
2月24日(水) 各日13時30分~15時
30分場栃木健康福祉センター(神田町・下
都賀庁舎2階) 対栃木市・壬生町在住の、パー
キンソン病関連疾患の患者とその家族費無料
申事前に問合先へ☎栃木健康福祉センター☎
(22)4121

栃木県県南健康福祉センター
薬物依存症家族の集い
薬物依存の問題を抱えている他のご家族と
一緒に話してみませんか?時7月2日(木)・
8月6日(木)・9月3日(木)・10月1
日(木) 各日13時30分~15時場栃木
県庁小山庁舎(小山市犬塚) 申問合先へ電
話にて(事前面談あり) 問県南健康福祉セ
ンター☎0285-22-6119(平日9時~17
時)
下水道排水設備工事責任技術者講習会と試験のお知らせ
下水道排水設備工事責任技術者更新講習会
時①10月6日(火)②10月20日(火)
③11月5日(木)④11月15日(日)各

日14時~16時場①岩舟文化会館(岩舟町
静)②那須野が原ハーモニーホール③④宇
都宮市立南図書館対現在この資格を有し有
効期限が令和3年3月31日までの方 また
は有効期限が令和2年3月31日で切れて
現在失効している方申7月1日(水)~31
日(金)(当日消印有効) 申込書類は更新対
象者あてに問合先から6月下旬送付

下水道排水設備工事責任技術者試験講習会
および模擬試験
時9月29日(火) 10時~17時場コンセー
ル申8月3日(月)~31日(月)(当日消
印有効) 申込書類は6月下旬より問合先お
よび下水道建設課にて配布
下水道排水設備工事責任技術者試験
時10月27日(火) 14時~16時場コンセー
ル申8月3日(月)~31日(月)(当日消
印有効) 申込書類は6月下旬より問合先お
よび下水道建設課にて配布
共通事項
問(公財)とちぎ建設技術センター☎028-
626-3187

平成31(令和元)年中に家屋を取得された方へ
7月は、平成31(令和元)年中に新築・
増築及び改築により家屋を取得した方に、不
動産取得税が課税されます。納税通知書がお
手元に届いた方は、納期限7月31日(金)
までに、最寄りの金融機関又は県税事務所窓
口等にて納税してください。不明な点は、問
合先へ。問栃木県税事務所☎(23)3413

令和2年度 税務職員(国家公務員)採用試験要綱
時第1次試験:9月6日(日)/第2次試験:
10月14日(木)~10月23日(金)のい
ずれか/合格者発表日 第1次試験:10月
8日(木)・最終合格:11月17日(火) 対1. 令
和2年4月1日において高等学校または中
等教育学校を卒業した日の翌日から起算して
3年を経過していない者及び令和3年3月
までに高等学校又は中等教育学校を卒業見込
みの者/2. 人事院が1に掲げる者と同等の
資格があると認める者申インターネット申込
み http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.
html 受付期間 6月22日(月) 午前9時~
7月1日(水) [受信有効] 問インターネット申
込み:人事院人材局試験課☎03-3581-
5311(内2333・平日9時~17時)○その他:
関東信越国税局人事第二課試験係☎048-
600-3111(内2097・平日8時30分~
17時)



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

子育てのお知らせ

令和2年度学童保育夏休み利用申込受付

保護者の就労等により、家庭での保護指導を受けられない児童を対象に、夏休みの期間中のみ学童保育利用申し込みの受付をいたします。現在学童保育を利用されている方は、改めて申し込みをする必要はありません。

対象 栃中央小、栃三小、栃四小、栃五小、南小、吹上小、皆川城東小、千塚小並びに大平、藤岡、都賀、岩舟地域内各小学校通学区内学童保育

申込 7月1日(水)～7日(火)に申込用紙(問合先〔本庁舎2階〕、各総合支所および各学童保育で配布。市ホームページにも掲載)を問合先または各総合支所市民生活課へ

※定員には限りがありますので、申し込みをしても利用できない場合があります

問 子育て支援課 ☎(21)2222 ※国府北小、国府南小、大宮南小、大宮北小

につきましては☎090-2322-0577(担当:檜山)にお問い合わせください。

「渡良瀬遊水地 親子カヌー教室！」参加者募集

ハート形の谷中湖でのびのびとカヌーを体験しませんか? 渡良瀬遊水地カヌー

クラブによる指導のもと、安全・安心に楽しめます。一見難しそうに見えますが乗

てみると意外と簡単。初めての方でもスタッフが基本からしっかり指導します。

日時 7月18日(土) 雨天中止 体験が終了次第、適宜解散。

【第1回】集合:9時30分 体験:9時40分～10時10分

【第2回】集合:10時20分 体験:10時30分～11時

【第3回】集合:11時10分 体験:11時20分～11時50分

集合場所 渡良瀬遊水地 谷中湖子供広場先湖畔

対象 小学生と保護者

定員 24人(各回8人ずつ・先着順)

持ち物 濡れても良い服装、タオル、帽子、飲み物等

費用 無料

申込 7月1日(水)～10日(金)に問合先へ希望の

時間帯をお伝えください。 問 渡良瀬遊水地課 ☎(62)0919



読み聞かせの不思議な力で
Happy 子育て 92
今や、最もポピュラーな学校支援ボランティアとなっている「読み聞かせボランティア」。市内でもほとんどの小学校で取り入れられているだけでなく、中学校でも数校実施されているところがあるほどです。これだけ多くの学校がそのお世話になっているのは、読み聞かせが、子どもの教育に様々な効果をもたらす「不思議な力」をもっているからです。
読み聞かせは、単に言語感覚を磨き、国語の力を伸ばすというだけでなく、一冊一冊の本がもつ「本の世界」に子どもたちを誘い、感性を刺激して豊かな人間性を育ててくれます。また聞いている子どもたちの情緒が安定し、心の中が幸福感で満たされるという不思議な効果があります。さらに継続していくと、本の楽しさを実感し、本好きになり、読書習慣を形成することもできると言われています。
ご家庭においても、特に、乳幼児期を含む児童期の子どもに対しては効果絶大で、既にそのことを実感している方も多いことと思います。家庭での読み聞かせは、子どもにとって、本を読んでくれる家族の関心が自分に向けられていることを実感し、家族の信頼関係を構築できる幸せなひとときなのです。こうした「読み聞かせの不思議な力」で子育てをする取組が今後ますます広がっていくことを期待しています。
★参考文献「家庭教育サポートブック」(福島県教育委員会)
生涯学習課 ☎(21)2490

今月の Pick Up! 「はこのもり児童センター」

はこのもり児童センターは、0～18歳未満の子どもたちが利用できる施設です。

たくさんのおもちゃや、パソコン、バスケットボール等で遊べ、スタジオ(要

予約)ではバンドの練習などもできます。また、夏まつり、バスツアー、移動動物園などのイベント、月2回の季節にあわせた楽しい工作やクッキングなどをスタッフ

同で企画しています!お友だちを誘ってみんな

で来てくださいね!(開館時間9～19時、水曜休館日)

詳しくはHPをご覧ください⇒



児童館・支援センターなどのお知らせ
児童館や支援センターのそのほかの行事やご案内は、市や各施設のホームページでご覧いただけます。詳しくは、右のQRコードのリンク先へ!

<お知らせ> 掲載されたイベント等は、新型コロナウイルスの感染防止等の理由により、中止・変更になる場合がございます。最新の情報は各施設にお問合せください。また、行事に参加される際は感染防止のため、マスクをご着用ください。

Table with 2 columns: 施設名 (Facility Name) and 各施設からのお知らせ・今月の主な行事 (Notice from each facility / Main events of the month). Rows include various facilities like 'いまいずみ児童館', 'そのべ児童館', 'はこのもり児童センター', etc., with their respective event schedules and details.

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からお出かけください。
※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。

7月の当番医師

1	水	中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
2	木	金子(金子内科医院)
3	金	大門(康)(大門内科医院)
4	土	青木(虎)(青木医院)
5	日	福地(蔵の街診療所) 町田(メディカル・パパス)/小児:齊藤(伸)(さいとう小児科)
6	月	島田(均)(しまだクリニック)
7	火	石川(TMC とちのき)
8	水	熊倉(熊倉医院)
9	木	金子(金子内科医院)
10	金	青木(謙)(おおき耳鼻咽喉科医院)
11	土	嶋崎(とちぎ診療所)
12	日	田村(田村医院) 川島(かわしまクリニック)/小児:木内(TMC とちのき)
13	月	青木(虎)(青木医院)
14	火	永谷(大島医院)
15	水	石川(TMC とちのき)
16	木	金子(金子内科医院)
17	金	粟田口(栃木中央クリニック)
18	土	鈴木(すずきクリニック)
19	日	金子(金子内科医院) 野崎(野崎医院)/小児:桜井(桜井こどもクリニック)
20	月	天海(天海内科)
21	火	石川(TMC とちのき)
22	水	中元(中元内科医院)
23	木	竹田(竹田内科小児科クリニック) 嶋崎(とちぎ診療所)
24	金	金子(金子内科医院) 林(のぞみ整形外科)
25	土	黒木(くろき内科クリニック)
26	日	青木(虎)(青木医院) 山田(合戦場クリニック)/小児:河口(修)(河口医院)
27	月	石嶋(金田医院)
28	火	山門(山門クリニック)
29	水	石川(TMC とちのき)
30	木	中村(洋)(都賀中央医院)
31	金	石井(石井内科医院)

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

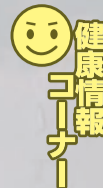
とちぎ医療情報ネット

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



防ごう！自宅での「熱中症」

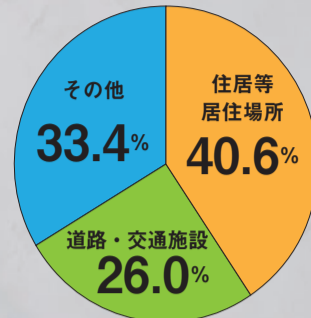


暑い時期には特に気を付けたい『熱中症』。実はその多くが自宅などの室内で発生していることをご存知ですか？

熱中症の発生場所第1位は「住居等居住場所」で40.6% (右図)。65歳以上になると、その割合は59.2%まで増加します。特に今年は、新型コロナウイルス感染症の影響のため、マスクを使用したり、室内にこもりがちになって、熱中症の危険が高まるおそれ。

室内での過ごし方を見直し、熱中症を予防しましょう。

図 熱中症の多くは室内で発生



H30年6月~9月東京消防庁管内
東京消防庁 HP より



エアコンを上手に使う

~あるのに使わないのは一番もったいない!~

- ・すだれなどで窓から差し込む光を遮り、室内の温度を上げない。
- ・フィルターが目詰まりしているエアコンでは冷房の効果が下がり、無駄な電気を使うため、2週間に一度はフィルターを掃除する。
- ・エアコンと一緒に扇風機を組み合わせると風を対流させる。
- ・エアコンの設定温度と実際の温度は異なっている場合がある。人がいる場所での気温を正しく測定するように心掛け、28度を超えないようにする。



身につける衣服も工夫しよう

吸汗速乾素材・ゆったりした衣服を選び、襟元はゆるめて通気する。



こまめに水分を補給しよう

起床時、就寝前、入浴前後、毎食時など、のどが渇くと感じる前に、意識して水分をとる。

乳幼児健診・成人健診等のご案内

問合せ先 健康増進課 ☎(25)3511・(25)3512

乳幼児健診				
※個別通知で案内した時間にお越しください。				
月	日	曜日	地域(会場)	
4か月児健診				
7	8	水	栃木(栃木保健福祉センター)	
	16	木	栃木(栃木保健福祉センター)	
	30	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
9か月児健診				
7	9	木	栃木(栃木保健福祉センター)	
	21	火	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	29	水	栃木(栃木保健福祉センター)	
1歳6か月児健診				
7	2	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	14	火	栃木(栃木保健福祉センター)	
3歳児健診				
7	1	水	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	15	水	栃木(栃木保健福祉センター)	
	27	月	栃木(栃木保健福祉センター)	
2歳児歯科健診				
7	7	火	大平(大平ゆうゆうプラザ)	
	20	月	栃木(栃木保健福祉センター)	
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。事前に問合せまでご連絡ください。				

両親教室				
※事前に問合せ先へ電話にて申し込みください。				
内容	会場/日程			
	育児体験・妊娠中の栄養	9月9日(水)	10月30日(金)	栃木保健福祉センター 大平ゆうゆうプラザ
妊娠中の過ごし方と口腔ケア	8月27日(木)	7月10日(金)	大平ゆうゆうプラザ	
妊婦体験・赤ちゃんのお風呂	7月17日(金)	9月5日(土)	大平ゆうゆうプラザ	
子育て相談(乳幼児)(受付:10時~10時45分)				
※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 育児・栄養・お口の相談 ふれあい遊び、交流	7月31日(金)	大平ゆうゆうプラザ		
母乳相談(1歳未満児)				
※事前に問合せ先へ電話にて申し込みください。				
助産師による母乳相談	7月30日(木)	栃木保健福祉センター		
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。事前に問合せまでご連絡ください。				
月	日	曜日	会場	相談時間
7	22	水	栃木保健福祉センター	①13時30分~ ②14時30分~
	28	火	大平ゆうゆうプラザ	③15時30分~

7・8月の集団検診日程 ~1年に1回検診を受けましょう~

月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
7	1	水	都賀保健センター	男女	8	2	日	栃木保健福祉センター	男
	3	金	栃木保健福祉センター ※1	男女		4	火	岩舟遊楽々館	男女
	4	土	栃木保健福祉センター	女		5	水	藤岡保健福祉センター	女
	8	水	大平ゆうゆうプラザ	女		6	木	大平ゆうゆうプラザ	女
	10	金	栃木保健福祉センター	男女		17	月	栃木保健福祉センター	男女
	13	月	岩舟遊楽々館	男女		18	火	栃木保健福祉センター	男女
	16	木	大平ゆうゆうプラザ	男女		20	木	藤岡公民館 ※2	男女
	17	金	藤岡保健福祉センター	男女		22	土	大平ゆうゆうプラザ	男女
	18	土	北部ゆったり~な	男女		28	金	栃木保健福祉センター	男女
	21	火	栃木保健福祉センター	女		30	日	北部ゆったり~な	女
	25	土	栃木保健福祉センター	男女		31	月	都賀保健センター	男女
	26	日	大平ゆうゆうプラザ	男女					
29	水	静和地区公民館	男女						
31	金	栃木保健福祉センター	男女						

受付時間 7時30分~10時30分 ※1 7/3は午後にも胃がんを除いた全ての検診を実施します(受付時間 13時30分~14時30分)
※2 8/20は受付時間が8時30分~10時30分となります

とちぎメディカルセンター 市民公開講座

■メディカルセンター市民公開講座 開催中止のお知らせ

7月にとちぎメディカルセンターとちのき、とちぎメディカルセンターしもつがにて予定されていた「市民公開講座」は、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止します。ご理解とご協力をお願いいたします。

問合せ 与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 ☎(22)2551

文化芸術のお知らせ

時日時 会場 対象 内容 出演 料金 定員 チケット取扱 申し込み

ニューニュー ピアノ・リサイタル



(C)Chris Lee

高い技術と豊かな音楽性で世界を席巻し、人気TVアニメ「ピアノの森」でパン・ウェイのメインピアニストを務めるニューニューがベートーヴェンの題名付きソナタ、ショパンの前奏曲といった聞き逃せない名曲プログラムをお届けします。

時 9月20日(日)13時30分開場
14時開演 **会** 岩舟文化会館 ホール
対 未就学児入場不可
料 全席指定 一般3,000円 高校生以下500円
チ 7月4日(土)発売開始。市内5文化会館、チケットぴあほか
問 岩舟文化会館 ☎(55)7055

栃木文化会館 ☎23-5678

綾小路きみまろ 爆笑スーパーライブ 2020

日本全国各地を爆笑の渦に巻き込み続ける綾小路きみまろのスーパーライブ!
時 9月12日(土) 13時開場 14時開演 **会** 大ホール **対** 18歳未満入場不可 **料** 全席指定1階5,800円 2階5,300円 **チ** 発売中。市内5文化会館、チケットぴあほか



開催延期のお知らせ

6月20日(土)に開催を予定しておりました「谷村文学選〜グレイス〜」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和3年2月27日(土)に延期します。ご理解とご協力をお願いいたします。詳細は、栃木文化会館にお問い合わせください。
※掲載のイベントは、変更・中止となる場合があります。文化会館ホームページなどでご確認ください。
<https://www.tochigi-bunka.jp/>

図書館コーナー

イベント・催事は、中止もしくは延期となる場合があります。詳しくは各図書館へ問い合わせください。

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 ①7月11日(土)10時30分~11時、②7月25日(土)10時30分~11時 **内** ①絵本「だるまさん」シリーズほか、②絵本「そらまめくんのベッド」ほか **演** おはなしボランティア「りんごの会」
えほんデビュー
時 7月18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



大平図書館 ☎43-5234
9時~19時30分/休館・月

絵本の読み聞かせ

時 ①7月4日(土)14時~14時30分、②7月10日(金)10時30分~11時、③7月24日(金・祝)10時30分~11時、④7月26日(日)11時~11時20分 **演** ①②③ボランティア『おはなししゃぼんだま』、④大平図書館スタッフ **対** ①④幼児・小学校低学年、②③幼児 **こわい本棚**
時 7月14日(火)~8月30日(日) **内** 幼児・児童向けの「こわい本」を集めました。



子ども映画会

時 7月26日(日)14時~15時 **内** 「ざんねんないきもの事典」 **対** 幼児・小学生及び保護者 **申** 7月1日(水)よりチケットを配付 **定** 20人

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 ①7月4日(土)14時~15時、②7月18日(土)14時~15時 **内** ①おはなし会：紙芝居「うさぎのみみちゃん たなばたまつり」ほか、工作教室：「スイカとかき氷のかべかけ」、②おはなし会：紙芝居「ポンコちゃんとうすいかわり」ほか、工作教室：「毛糸でつくるうちあげ花火」 **演** ふじおかおはなし会『コロポックル』

都賀図書館 ☎28-0806
9時~19時30分/休館・月

おはなし会

時 7月5日(日)14時~14時30分 **内** 絵本「おなかのなかで」 **演** 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 ①7月16日(木)10時30分~11時、②7月17日(金)14時~15時 **内** ①テーマ「そろそろ夏休み」、②テーマ「夏・海・数」 **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

時 ①7月11日(土)14時~14時30分、②7月25日(土)14時~14時30分 **内** ①絵本「ようかいむらのびっくりゆうえんち」、紙芝居「おばけちゃん とことこ」、工作「とびだすおばけ」、②絵本「ようかいむらのわくわくなつやすみ」、紙芝居「おばけのおまじない」、工作「とびだすおばけ2」 **演** 岩舟館スタッフ

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)



左上 ≪椎名幾三郎の肖像≫
昭和11年水彩・墨、色紙 縦
27.2cm横 24.0cm
/ 右上 ≪椎名セツの肖像≫
昭和11年水彩・墨、色紙 縦
27.2cm横 24.0cm
/ 下 (仮称) ≪イタリア・フィレンツェ風景(ヴェッキオ橋)≫
昭和11年頃 油彩・紙
縦45.5cm 横49.5cm

とちぎと芸術家のゆかり とちぎ蔵の街美術館収蔵品より

清水登之がフランスで深めた交流

とちぎ蔵の街美術館は、栃木市に縁のある芸術家の作品をはじめ、多くの作品を収蔵しています。令和元年度には12点の作品を新たに収蔵しました。今回は、これらの中から、本市出身で明治から昭和にかけて活躍した画家・清水登之(明治20~昭和20年)と、同じく本市出身で、清水より10歳年下の椎名幾三郎(明治30~昭和58年)にまつわる3点の作品をご紹介します。

像を色紙に描きました。

また、椎名の遺族によれば、清水が描いた(仮称)『イタリア・フィレンツェ風景(ヴェッキオ橋)』は、大阪商科大学(現在の大阪市立大学)の教授として研究に励んでいた椎名の机の前に飾られていたといえます。これらの作品からは、清水と椎名の良き交流を伺い知ることが出来ます。

とちぎ蔵の街美術館 ☎(20)8228

令和2年度のとちぎ蔵の街美術館の展覧会スケジュールは、新型コロナウイルスの影響により、変更となりました。

詳細は、美術館のホームページ(市ホームページ内)、栃木市公式ツイッターなどでご確認ください。

令和元年
7月生まれの
赤ちゃん
わが家の
エンゼル
天使



やなかしゅうと
谷仲秀斗ちゃん



たかだあおと
高田蒼人ちゃん



しほらりゅうすけ
篠原隆之将ちゃん



うえのゆいと
上野結翔ちゃん



いしのしょうたろう
石野祥太郎ちゃん



いしづかたくま
石塚匠真ちゃん



ひとりさな
委文紗奈ちゃん



かたがみなな
片上七斗ちゃん



まつもとゆき
松本柚希ちゃん

(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 栃木市役所シティプロモーション課へ(締切日必着)。写真は返却しません。(締め切り) 令和元年9月生まれ7月8日(水)、令和元年10月生まれ8月11日(火) ※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.10

昆虫を観察

おおかわ ひでお
大川 秀雄さん
わたなべ ひであき
渡辺 秀昭さん

育て、遊水地の『ファーブル』たち

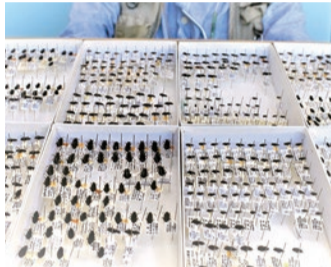
大型連休明けの一日、遊水地に昆虫を探しにきました。「あっ、いた」。ヨシの葉にとまるオオルリハムシです。準絶滅危惧種ですが、あそこにもここにも姿が。

関東平野の湿地の生態系が、踏みとどまって残る遊水地。魅せられて、私、大川秀雄(写真上左端)が通い始めて約30年になります。遊水地の昆虫標本はざっと1万点(写真下)になり、遊水地の「昆虫ガイドブック」の監修・執筆にも加わりました。興味はますます尽きず、今年に約50回通います。

愛好家の大事な役割が、昆虫に触れる体験を通して、明日の遊水地の『ファーブル』を育てること。子ども向けの「昆虫観察会」などの講師を、当初の大川さんから、私、渡辺秀昭(同上右端)が約10年前に引き継ぎました。

私の工夫は、昆虫の不思議な生活様式を物語で伝えること。ここ数年は、私が栃木市で運営する自然史調査のNPO法人の若い仲間を講師を引き継いで任せています。

遊水地は、約1700種類の昆虫が確認され、ワタラセハンミョウモドキなど絶滅危惧種も多数。養老孟司さんはヒゲボソゾウムシを採りに訪れ、漫画家の手塚治虫さんが好んだオサムシもいっぱいいます。日本には昆虫愛好文化の伝統があり、遊水地の昆虫と、昆虫も大きな支えとなって営まれている豊かな生態系を語り継ぎたいですね。



昆虫入門：観察会はコロナ禍で休止も多く確認を。まずは「昆虫ガイドブック」(100円)や関係機関のHPを参照。問い合わせは湿地資料館(☎62-5558)へ。



栃木市高齢者向け料理レシピコンテスト 結果発表 & 最優秀賞レシピご紹介

「高齢者と一緒に食べられ、おうちでも作ることができる料理」をテーマに昨年秋に募集をしました「栃木市高齢者向け料理レシピコンテスト」には、多くの皆さんにご応募いただきありがとうございました。厳正な審査の結果、下記の作品が入賞しました。

問合せ先 地域包括ケア推進課 ☎ (21) 2249

おうちの味部門

最優秀賞

「小さいものポトフ」
近藤 美江子 さん

優秀賞

「超かんたん やわらか和風煮込みハンバーグ」
中島 正浩 さん
「変りしんじょうの白菜のあんかけ」
鶴見 初枝 さん

プロの技部門

最優秀賞

「鶏ひき肉と豆腐の卵蒸し」
合同会社こむにかしさん(高根沢町)

優秀賞

「やわらか野菜の和風カニ玉」
社会福祉法人 東風会
幸寿苑デイサービスセンター さん(栃木市)
「とちぎのトマト de ヘルシームース」
ぱくぱく さん(小山市)

小さいものポトフ

最優秀賞



材料(1人分)

- 里芋(小さいも) 10個
- にんじん 1/2本
- 玉ねぎ 1/2個
- ブロッコリー 小さいもの3房
- [鶏団子]
- 鶏ひき肉 100g
- 溶き卵 少々
- 片栗粉 適量
- 塩・コショウ 少々
- 水 350cc
- コンソメ 1個
- 水溶き片栗粉 適量

- 1 里芋を皮のまま茹で、茹で上がったたら皮を剥く
- 2 具材の処理
にんじん…5mm くらいの輪切り 玉ねぎ…一口大のくし切り
ブロッコリー…葉先を小さく切り、柔らかく茹でる
[鶏団子] …混ぜ合わせておく
- 3 にんじん、玉ねぎを水から茹でる
- 4 ①と下茹でしたブロッコリーを③に入れ、[鶏団子] を団子状にして入れる
- 5 里芋のとりみを出すために、里芋を2個程度潰す
- 6 コンソメと塩、コショウを入れ、味を調える
- 7 水溶き片栗粉(水と片栗粉を1:1で混ぜる)を入れ、とりみをつける



つぶした里芋+水溶き片栗粉のダブルとりみで飲み込みやすさ up!!

次号 広報とちぎ8月号は 7月20日(月) 発行

広報とちぎ令和2年7月号 発行/栃木市 〒328-8686 栃木県栃木市万町9-25
編集/総合政策部シティプロモーション課 ☎0282-21-2316 <https://www.city.tochigi.lg.jp>



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

大平医療福祉モール 介護の総合相談窓口 栃木市大平町富田5-230 (大平医療福祉モール内)

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

Harmonate House 株式会社ハルプ・エンタープライズ

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

詳しくはHPをご覧ください <http://halp.co.jp> ハーモネート大平 検索

とちぎ散歩 Mini

広報とちぎ平成 24 年 8 月号から平成 28 年 8 月号まで連載をしました「とちぎ散歩」が、「とちぎ散歩 Mini」として期間限定で復活！市内各地域の名所・旧跡をご紹介します。

おびくりに 八百比丘尼公園

真名子地区には 800 年を生きた八重姫の生涯をしのが「八百比丘尼伝説」が伝えられています。この伝説のゆかりの場所が八百比丘尼公園です。園内には姫が姿を映した姿見の池や、尼になった姫が彫ったとされる八百比丘尼尊像が安置される「八百比丘尼堂」があり、伝説の里の自然公園として親しまれています。



▲季節感豊かな景色も楽しめます



◀お堂の中に安置されている 八百比丘尼尊像



▲今でも地域の人々から手厚く保存されている升塚

升塚 ますづか
大永3年(1523年)に起こり、合戦場の地名の由来ともなった宇都宮氏と皆川氏との合戦の戦死者を、地域の住民たちが敵味方の区別なく塚を作って手厚く葬り、その後、住民や旅人が土一升を盛って弔意を表したことからこの塚を升塚と呼ぶようになりました。



◀岩船山前景

岩船山 いわふねざん
切り立った崖が印象的な岩船山は、かつては「関東の高野山」とよばれ、一大霊場として栄えました。山頂にある高勝寺は、子授け・子産の地蔵信仰としてもとても有名です。また、江戸時代から昭和初期には岩舟石の採掘を行っていました。現在、採石場跡地では、火薬を使った特撮系の映画やドラマ等のロケ地として使われています。



▶岩船山での撮影風景

皆川城址

市指定史跡の皆川城址は、栃木町の基を築いた皆川氏の居城跡です。「ほらがい城」とも呼ばれる理由となった螺旋状の形は、公園が整備された今も、はっきりと見て取ることができます。標高147mの城山の頂上にある展望台からの眺望は必見。かつて皆川氏が本丸から見下ろした風景に、思いをはせてみませんか。



▲桜の名所としても知られています



展望台は平成 24 年に設置されました▶

とちぎやまもりや 第27代横綱 栃木山守也の記念碑

明治 25 年赤麻村小池(現栃木市藤岡町大前)に名を横田守也として生を受けました。18 歳で出羽の海部屋へ入門、栃木山と名乗ります。26 歳で待望の第 27 代横綱となり、以降 34 歳で引退するまでに計 9 場所の優勝を記録しました。引退後は春日野部屋を創立し、昭和 34 年 10 月 3 日 67 歳の生涯を閉じました。

栃木山記念碑は 7 回忌の昭和 40 年に現春日野一門により建てられました。



◀栃木山守也



◀栃木山記念碑 小池 星宮神社敷地内



▲平成元年に「とちぎ名木百選」に選ばれました



雷電神社のしいの木
大平町富田の神ノ倉・雷電神社の御神木として境内に立つしいの木
樹齢推定 400 年とされる大平地域屈指の大木・古木で、幹の最上部には空洞とみられる部分があり、見る者をひきつける魅力を持っています。

1 貧困をなくそう	2 飢餓をゼロに	3 すべての人に健康と福祉を	4 質の高い教育をみんなに	5 ジェンダー平等を実現しよう
6 安全な水とトイレを世界中に	7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに	8 働きがいも経済成長も	9 産業と技術革新の基盤をつくろう	10 人や国の不平等をなくそう
11 住み続けられるまちづくりを	12 つくる責任 つかう責任	13 気候変動に具体的な対策を	14 海の豊かさを守ろう	15 陸の豊かさを守ろう
16 平和と公正をすべての人に	17 パートナリシップで目標を達成しよう			

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

未来のために、私たちができること

私たちは平和で豊かな未来の実現のため、SDGs(持続可能な開発目標)に取り組んでいます。

MARUWA.
J Y U T A K U
(株)丸和住宅