



栃
木
市

自治会

令和
6年

3

第15号
月号

発
行

栃木市自治会連合会
栃木市万町9-25
☎21-2331
FAX21-2685

連

合

会

だ

よ

り

印
刷

(株)博報社関東本社
神奈川県厚木市
愛甲1-8-39
☎046-280-6001



会長あいさつ

栃木市自治会連合会 会長 関口 茂一郎

皆様には、日頃より自治会の活動にご支援、ご協力を賜りありがとうございます。

自治会の活動も、新型コロナウイルス感染拡大時には計画通りの活動が出来ない状況が続いたと思います。新型コロナウイルスが5類感染症に移行となり、自治会活動も徐々に再開されていると思います。

自治会は、近隣同士の見守り、思いやり、助け合いが大切です。地域の皆さんがお互いを思いやることで、自治会内の絆が深まっていくものと思います。

また、自治会の集会やイベントは、会場に集まり近隣同士で世間話を通じて様々な情報の共有が図れると思います。

栃木市も少子高齢化が進み、高齢者世帯や一人暮らし世帯が増えていくことを鑑みれば、このような状況に自治会にはどのような役割が重要か、そしてどう対応すれば良いのか、これから共に考え、行動していかなければなりません。

自治会長の皆さんには、地域のリーダーとして自治会内の状況を日々把握して頂き、困りごとや問題がありましたら、行政と連絡を取り合いながら素早い対応をお願いしたいと思います。

これからも、自治会連合会としては自治会活動の円滑な運営を支援しつつ、自治会員の皆さん一人ひとりが安全で安心して生活が出来るよう活動していきますので、ご協力の程よろしく申し上げます。



私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

JAの「終活」は **総合受付24時間**

ワンストップサービス

相続・共済・年金・葬儀などの心配事を一貫してサポートします。

相続相談 共済相談 年金相談 ご葬儀事前相談
葬祭センター

JALもつけへご相談ください。
JAしもつけ ☎(0282) 29-1788

■ひらやなぎホール ■おおひらホール ■いわふねホール
■ファミリーホールひらやなぎ ■まごころ庵西水代 ■グリーンズピア

い食べ合わせの



きゃべつ

キャベツに含まれるジアスターゼやビタミンUは、油ものを食べたときの胃もたれから胃を守ってくれます。



とんかつ



クウシンサイ



あさり

葉酸を含むクウシンサイとビタミンB12を含むあさりの組み合わせは、貧血予防に役立ちます。

お薬手帳 つかってますか?

お薬手帳とは? これまで服用してきた薬を記録する手帳です。いつ、どこで、どのような、どれくらいの量を処方してもらったか、履歴を1冊で把握できます。全国の調剤薬局(保険薬局)などでもらえ、薬局によってデザインは異なりますが、一度作ればどこの薬局でも使用できます。

活用方法1 通院するたびに必ず提出しましょう。市販薬は自分で記録しましょう。

医療機関ごとに使い分けたりせず1冊にまとめましょう。副作用の回避や同じような薬を重複して処方されるのを防げます。

活用方法2 常に持ち歩きましょう。

旅行先で倒れたり、災害時に具合が悪くなったときに役に立ちます。

活用方法3 血液検査の結果を貼りましょう。

血液検査の結果によっては飲まないほうが良い薬があります。

令和5年度 栃木市自治会連合会 会長研修大会を開催しました

10月9日、藤岡文化会館において令和5年度栃木市自治会連合会会長研修大会が開催されました。

今年度は、『これからの自治会活動を考える』と題し、お二人の講師の方から事例発表と基調講演をいただきました。

事例発表では、「千葉市幸町1丁目コミュニティ委員会の取り組み」について、同委員会の前委員長である蟹江将生さんから発表があり、町の課題解決のため「自分たちの町は自分たちでつくる」をモットーに、環境・美化、文化、防犯、高齢者支援、防災などの活動を次々と立ち上げて「安心・安全な町」「活力と魅力のある町」づくりを進めてきたことに触れました。

基調講演では、千葉大学大学院社会科学研究院教授の関谷昇さんから「自治会活動」についての講演があり、「自治会が直面している課題や自治会としてこれから何をしていくべきか、円滑な自治会運営に向けて何が求められるか」など、取り組み事例を紹介しつつお話をいただきました。

参加者からは、「講師の先生の豊かな発想、先見性のある後任指導に感心した。」「成功事例ばかり聞いても思ったが、こういうことを自分に置き換えて何ができるかを考えることが大切と、考え直した。」などの感想をいただきました。



挨拶を述べる関口会長



事例発表の様子(蟹江氏)



基調講演の様子(関谷氏)



お礼の言葉を述べる町田監事



講師の先生
蟹江氏(左)と関谷氏

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

万能果実、梅

梅はクエン酸とリンゴ酸を多く含みます。クエン酸には唾液・胃液をはじめとする消化酵素の分泌を促す効果があるため、**食欲増進効果**も期待できます。加えて**殺菌・抗菌効果**もあるため、体内で吸収されると食中毒の原因菌を抑制する効果もあります。これらの効果からお弁当には梅がよく入っているのでしょう。



梅は加熱すると血液中に血栓が出来るのを防ぎ、動脈硬化の予防に役立つ成分が増加します。この成分は**疲労回復**や**老化防止**も期待できます。暑さで体調を崩しやすい夏は梅がおすすめです。

栃木市コミュニティバス「ふれあいバス」
元気に毎日運行中!!



栃木市大宮町2745-2
☎(0282) 29-1221
FAX(0282) 29-1198

JALしもつけ
農産物直売所

ポイントカード ポチカ
たたいま 会員募集中!!

店舗情報はJALしもつけホームページから直売所一覧のページでご確認ください。

JALしもつけ 検索

身近な「アレ」の名前



卵の白い紐…卵を割った時に身につくついている白い紐のようなものは「カラザ」といい、卵黄を卵の中央に繋ぎ止める役割があります。捨ててしまう人も多いですが、実は栄養価が高く食べても問題ありません。



バナナの茶色い点…バナナが熟してくると出てくる斑点は「シュガースポット」といい、名前の通り、熟成し糖分が多くなった状態の美味しい目印です。また抗酸化作用のあるポリフェノールも多く含んでいます。



鏡餅を乗せる台…鏡餅を乗せる木製の台は「三方(さんぼう)」といい、神道で神前にお供え物をする時に使うものです。仏教でも同様にお供え物に使用しますが、「三宝(仏・法・僧)」にかけて「三宝」と書くこともあります。

令和5年度 栃木県自治会連合会 県南ブロック会議を開催しました

2月8日、栃木市市民交流センターにおいて令和5年度栃木県自治会連合会県南ブロック会議が開催されました。

この会議は、栃木県内を五つのブロックに分け、それぞれのブロックにおいて課題や検討事項等について協議をしていく会議です。

県南ブロックは足利市、佐野市、小山市、野木町、栃木市の4市1町で構成され、それぞれ2年ずつ当番市町として開催しており、本年栃木市は2年目の開催当番となりました。令和4年度はオンラインにより開

催し、3年度・2年度は中止となったため、4年ぶりの対面での開催となりました。

会議では、研修会も行われ、「水害体験をきっかけに市民活動から自治会への関りへ」と題し、事例発表や意見交換が行われ、また、開館一周年を迎えた市立美術館・文学館の見学などを行いました。

参加者からは4年ぶりの開催もあり、活発な意見交換がありました。



挨拶を述べる関口会長



研修会の様子



事例発表の様子



全体の様子



意見交換会の様子



市立美術館の見学

市自治会連合会総会の開催日程について

令和5年度市自治会連合会総会の際に、「土・日での開催を文書で提出したが、その後どうなったか。」との質問を受け、平日や土日、夜の開催を含め、役員会・地域の状況を確認しました。

すべての自治会からではありませんが、各地域連合会の役員会や自

治会長の集まりの際などに意見を聞いたところ、平日の日中(46%)、平日の夜(33%)、土日の日中(13%)、その他(8%)の順になりました。

この結果により、令和6年度の市自治会連合会総会につきましても、平日の日中開催で準備を進めてまいります。

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています

campaign
**単位自治会ホームページや
 広報誌を作いませんか?**

- ✓ 情報を共有できる
- ✓ HPではお知らせをリアルタイムに伝えられる
- ✓ 後任者への引継ぎとして利用できる
- ✓ 活動のPRができる



株式会社
博報社関東本社

自治会連合会広報誌を制作しております弊社へお任せください

☎ 046-280-6001(代)

✉ hakuhouya.k@nifty.com

〒243-0035 神奈川県厚木市愛甲1-8-39

長年の自治会長としての 功績を称えて表彰されました

2月1日、那須塩原市において令和5年度栃木県自治会連合会
会長研修大会が開催されました。

講演会では、里山くらしLABO代表の池田水穂子氏を講師にお
招きし「令和の時代の自治会活動」と題し、講演をいただきました。

また、長年自治会長としてご尽力いただいている方の表彰とし
て、栃木県自治会活動功労者知事表彰並びに栃木県自治会連合
会自治振興功労者表彰の表彰式が行われ、当自治会連合会より7
名の方が受賞されました。



栃木県自治会活動功労者知事表彰

(地区名・自治会名)※敬称略

大橋 正美 (栃木第3・沼和田町通り)
山口卯三郎 (大宮・今泉二丁目)

栃木県自治会連合会自治振興功労者表彰

(地区名・自治会名)※敬称略

小倉 治雄 (栃木第4・城内町二丁目)
鈴木 亨 (栃木第4・神田町)
石田 征夫 (栃木第6・片柳町二丁目)
梅山 哲夫 (栃木第6・藁部町一丁目)
中島 克訓 (都賀・合戦場)



県自連会長の挨拶



会場の様子



知事表彰の大橋さん(右から二人目)と
功労者表彰の鈴木さん(左から二人目)

自治会活動についての記事を募集します

自治会連合会だよりでは、自治会間の情報交換の場として、自治会活動に関する記事を募集します。自治会活動の周知や成功事例の周知など自治会活動の活性化にご活用ください。

募集時期 随時 ※発行のスケジュールにより掲載時期が異なります。 ※次回発行は夏ごろを予定しています。

募集記事 自治会活動に関すること

応募方法 自治会名、氏名、住所、電話番号を明記のうえ、
メール、FAX、窓口にて原稿、写真等を提出ください。

※様式の指定はございませんが、200~300文字程度とさせていただきます。
※記事を掲載できない場合がございます。予めご了承ください。
※写真等は直接またはデータ(JPEG形式)で提出ください。また、人物が写っている場合には、了承を得てから提出してください。

その他ご不明な点等ございましたら、事務局までお問い合わせください。

栃木市自治会連合会事務局
〒328-8686 栃木市万町9-25
(地域政策課内)
電話:0282-21-2331
FAX:0282-21-2685
e-mail:chiiki@city.tochigi.lg.jp



ご協賛いただいた皆様への御礼

この度は、広報紙に広告のご協賛をいただき、誠にありがとうございます。本紙は紙面を通じて会員の交流・情報交換はもとより、地域の皆様に自治会連合会の活動をご理解いただき、一層の交流の輪を広げるため発行するものでございます。以上の趣旨をご理解いただき、引き続き広告掲載のご協力を賜りますようお願い申し上げます。【**栃木市自治会連合会**】

私たちは栃木市自治会連合会を応援しています



おつりはいくら?



¥ 520



¥3790



¥5938



¥ 857



¥3317



¥ 855



¥4110



¥7636



¥ 1146



¥6453



こたえ

480円
145円

1210円
890円

40290円
2364円

205円
55円

1705円
4050円