

Public  
Relations  
Magazine

1

January  
2026 No. 189

広報

“ある”が嬉しいゆるやか栃木市

令和8年1月1日発行

# とちぎ

Koho Tochigi

特集 令和8年度 市民税県民税申告のお知らせ



新年あけまして  
おめでとうございます





# 一人ひとりが幸せを感じられる栃木市へ

栃木市長 大川 秀子

謹んで、新春のお慶びを申し上げます。  
本年が皆様にとりまして、明るく希望に満ちた素晴らしい一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。

昨年を振り返りますと、大河ドラマ「べらぼう」〜薦重栄華乃夢噺〜（NHK）が放送され、ドラマに登場した本市ゆかりの浮世絵師 喜多川歌麿を通じて、全国の皆様に、本市を知っていただく貴重な機会を得ました。9月には歌麿役の俳優・染谷将太さんをお招きしての「トーク&パブリックビューイング」、10月には「歌麿まつり」を開催し、市内外から多数のお客様をお迎えすることができました。

今年11月には、本市最大のイベント「とちぎ秋まつり」が開催されます。大河ドラマをきっかけに本市を知った方々へ、その魅力をさらに感じていただける絶好の機会となります。今年も盛大に開催できるよう、実行委員会や地元の皆様と準備を進めてまいります。

栃木シティフットボールクラブは、参入初年度にしてJ3優勝という偉業を成し遂げられました。J2においても、引き続きご活躍されることを期待しております。

栃木インター産業団地では、昨年3月に契約を締結したNTTグローバルデータセンター株式会社令和10年の開業を目指して準備を進めています。雇用の創出につながる企業誘致は本市にとって欠かせない重要な事業です。栃木インター周辺に加え、平川産業団地でも、分譲の準備を進めており、造成工事と並行して引き続き企業誘致に努めてまいります。

さらに今年は、4月に皆川中学校、吹上中学校、寺尾中学校の3校が統合し、栃木北中学校が開校いたします。少子化が進行するなか、引き続きより良い教育環境の整備と教育の質の向上に努め、次世代を担う子どもたちの育成に取り組んでまいります。

また、平成27年9月関東・東北豪雨や令和元年東日本台風による甚大な浸水被害を教訓とし、将来にわたって同様の被害を繰り返さないため、雨水・浸水対策事業にもしっかりと取り組んでまいります。調節池の整備をはじめとして、本市の流域全体で水を軽減させる「流域治水」を引き続き進めてまいります。先日、巴波川で施工中の地下捷水路の建設工事を視察しました。巴波川の流量を補完するため、大通りの地下を掘り進むトンネル工事です。地下を降りていく際には、その規模に圧倒されました。同時に、私たちの安心・安全のために、地下で工事を進めてくださっている関係者の皆様への感謝の念を改めて深くしました。地下捷水路は令和9年度の完成を目指していると伺っています。工事関係者の皆様の安全を祈りながら、完成を心待ちにしたいと思います。

最後になりますが、私は、この栃木市には無限の可能性があると信じております。これからの栃木市は、市民の皆様、そして次代を担う若い世代が、それぞれの夢や希望を描き、実現できるまちとして、さらなる発展を遂げてまいります。本年も市民の皆様一人ひとりが幸せを感じられる栃木市づくりに精一杯努力してまいります。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

Tochigi 1

広報とちぎ 2026 Vol.189



栃木市マスコットキャラクター  
とちぎ

- 03 令和8年 新年のごあいさつ
- 04 令和7年秋の叙勲・褒章 および 危険業務従事者叙勲／市政功労・德行・市民荣誉賞 表彰 ほか
- 06 特集  
令和8年度 市民税・県民税申告のお知らせ
- 10 今月の注目情報  
コンビニ交付サービスは年末年始も稼働しています／第5回栃木市消防フェア／戸長屋敷のお正月飾り ほか
- 11 きらりとちぎ人  
相良酒造 蔵元杜氏 相良 沙奈恵 さん
- 14 Information  
14 お知らせ／17 募集／18 催し／19 講座／21 スポーツ
- 22 関東どまんなかサミット情報
- 23 みんなの伝言板
- 24 子育て広場
- 26 健康情報 オーラルフレイルを予防しよう ほか
- 28 文化芸術・プロスポーツ
- 30 まちかどニュース
- 32 わが家の天使

今月の表紙

第7回小江戸とちぎ きものの日



10月25日、『第7回小江戸とちぎ きものの日』が開催されました。江戸情緒漂うとちぎを着物で街歩きすることで、『着物の似合う街とちぎ』の魅力を、市内の皆さんはもちろん、市外の方にも感じていただきたいという思いで開かれているイベントで、今回で7回目を迎えます。

表紙の写真は、参加された姉妹にご協力いただき、横山郷土館（入舟町）の中庭で撮影しました。

栃木市の人口

人口	151,914 人	( - 54 )
男	76,265 人	( - 15 )
女	75,649 人	( - 39 )
世帯数	68,431 世帯	( + 56 )

※住民基本台帳より 10月末現在 ( ) 内は前月比

**セレモールグループ**

**家族葬専用式場**

1日1組貸し切りの家族葬に特化した式場です。

**栃木大平店**



**0120-88-5847**

24時間365日受付

※式を行っている場合、ご見学いただけないこともございます。電話で事前の確認をお勧めしております。



**家族葬ホール つなぐ**

家族葬ホールつなぐ 栃木大平店

栃木市大平町新984-7

家族葬ホールつなぐ

**買取 最高値更新!!**

**金・プラチナ**



**記念金貨**

プレミアがついている金貨はまだまだあります!!



**無料査定!! 即現金支払い!!**

**ジュエリー・宝石**



宝石鑑定機関と提携し査定! 小さな宝石もしっかりと査定します!!

**大黒屋 質 栃木買取センター**

309号線沿い! クスリのアオキさん向かい!!

【営業時間】 10:00~19:00

**0282-20-0780**

〒328-0074 栃木県栃木市園部町3-4-1

【古物】東京都公安委員会許可 第301049904375号





災害からの迅速な復旧へ向けて連携して取り組んでいきます

## 災害廃棄物処理等の協力に関する協定を締結

11月4日に、栃木カレット有限会社と「災害廃棄物処理等の協力に関する協定」を締結しました。

この協定は、災害が発生した場合において、災害廃棄物の収集運搬、中間処理の協力を要請し、迅速な災害廃棄物処理に対応することを目的としています。



地域課題の解決に向けて連携して取り組んでいきます

## 国士舘大学との包括連携協定を締結

11月18日に、国士舘大学と「包括連携協定」を締結しました。同大学とは、これまでに本市のまちづくり等さまざまな場面で連携してきた実績があり、この度の協定締結により、積み重ねてきた協力関係をより一層強化し、まちづくりや地域課題の解決に向けた取組を推進していきます。

## 栃木シティフットボールクラブJ3優勝! J2昇格! NEWS of Town まちの話題



栃木シティフットボールクラブは11月29日に行われたリーグ最終戦で、SC相模原に5-0で勝利し、J3参入1年目での優勝を果たしました。会場の相模原ギオンスタジアムでは、アウェイながら多くのサポーターが集まり、勝利が決まった瞬間、歓喜に包まれました。また、23日のホーム最終戦では、JFL、J3、J2と続く3年連続の昇格を決めました。今シーズンの成績は23勝8分け7敗で勝ち点77、ホームでは、19試合中14勝の勝率7割と無類の強さを発揮しました。

今後、栃木シティは、2026年2月から同年6月の期間で開催される「明治安田J2・J3百年構想リーグ」および同年8月から開催される「明治安田J2リーグ」に参加します。新たなステージでもチームの存在が地域に愛され、多くの方に「夢」と「感動」を与えてくれるよう、更なる躍進が期待されます。ホームタウンである栃木市としてもチームを応援するとともに、チームと連携・協力し、活力ある地域づくりを目指していきます。引き続き熱い声援をお願いします。

## 令和七年秋の叙勲・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



いしざき つねしづ 石崎 常蔵 氏



いじま としあき 飯島 寿亮 氏



うえすぎ まさひろ 上杉 昌弘 氏

※ご本人様の了承を得た方のみ掲載しています

## 市政功労・徳行・市民栄誉賞 表彰

各分野で活躍されている方々の功績を称え、11月11日、令和7年度市政功労・徳行・市民栄誉賞の表彰を行いました。表彰を受けられた方は次のとおりです。

### （敬称略）市政功労表彰

農業委員 柴賢一郎  
自治会長 澤井康男  
民生委員児童委員 稲川由紀  
熊倉とし  
桑原ウタ子  
毛塚勝行  
小林一男  
野口邦子  
真瀬洋子  
森谷和子  
学校医 青木真祐  
青木虎男  
秋元明彦

学校医 大家準  
川田浩  
関口弘道  
高田良久  
高橋直人  
中村昭彦  
野崎泰宏  
芳賀雅士  
長谷川秀実  
松永安優美  
森川安道  
盛川宏  
山田吾郎  
学校歯科医 小荷田祐介  
学校薬剤師 山中好夫  
スポーツ推進委員 秋山光江  
大阿久誠  
大島美恵子  
柏崎忠敏  
権守みどり  
田中宜夫  
予防接種委員 岸本恭紀



障害者支援施設団体代表 新井忠孝  
小島幸子  
佐藤寿美  
中山全央  
皆川地区安全パトロール隊長 青木茂  
消防団員 生澤章倫  
酒井高宏  
坂田和亮  
関口徹也  
関口康博  
高岡健一郎  
田口充  
長一幸  
萩田浩忠  
柳谷良宗  
山崎正史  
山本佳一  
渡邊明  
匿名希望 2名

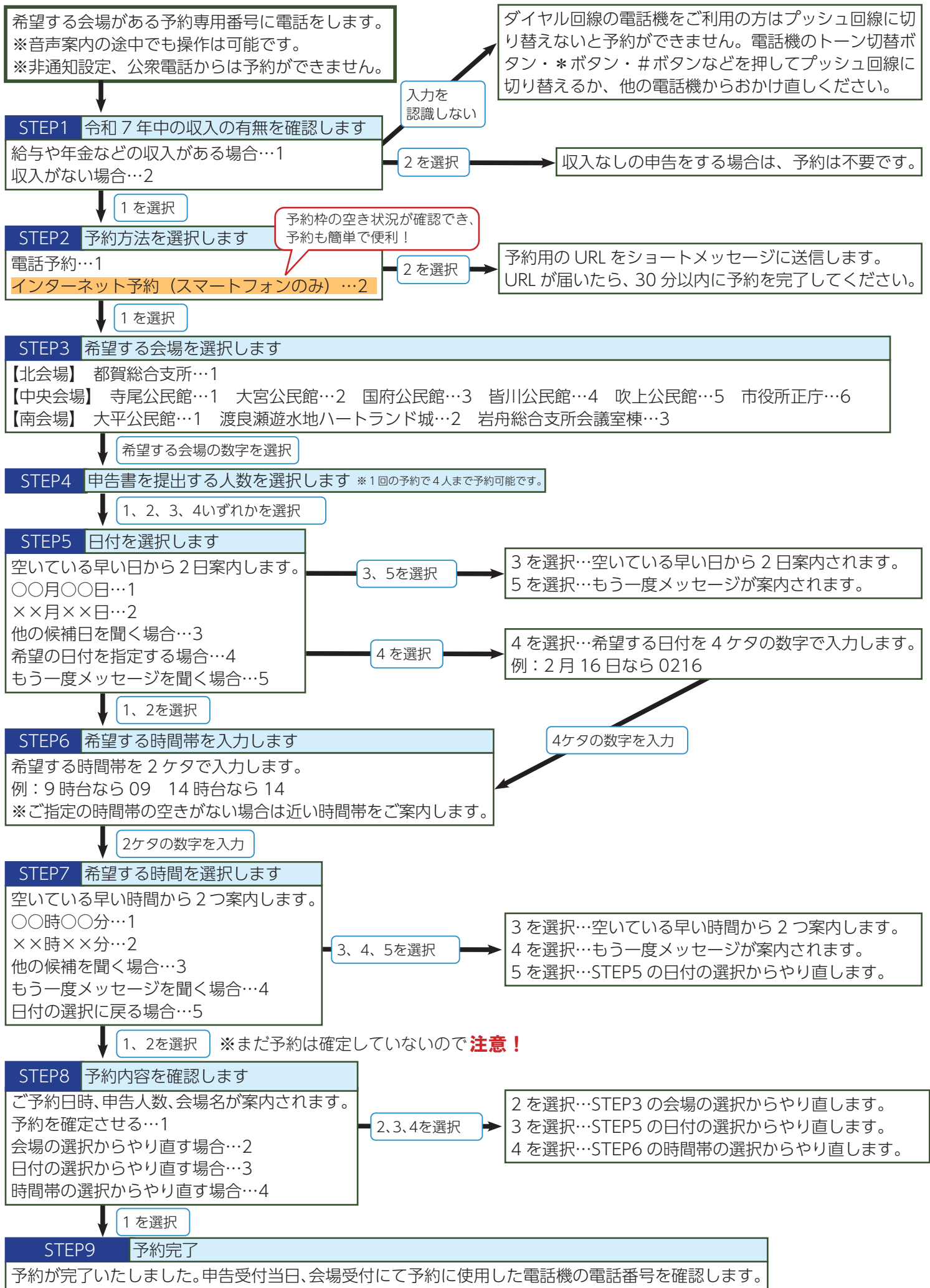
徳行表彰 社会貢献活動 下枝順子  
田沼常宣  
多額寄付 薄井勝  
川島重雄  
五月女博勇  
匿名希望 3名  
市民栄誉賞 世界大会柔道グランドスラム・バクー2025 100キロ超級優勝 太田彪雅  
2024全日本ジュニア体操競技選手権大会女子Cクラスゆかの部優勝 佐藤唯蘭  
令和6年度全日本ラージボール卓球選手権大会混合ダブルス150の部優勝 塩田武志  
塩田秀子

令和6年度全日本学生馬術女子選手権大会優勝 鈴木美咲  
令和6年度全日本ターゲット・パードゴルフ全国大会inみえ 個人戦男子一般の部優勝 関口政明  
令和6年度全日本ターゲット・パードゴルフ全国大会inみえ 個人戦男子一般の部優勝 溝井代次  
USA All Star Nationals2025 全国選手権大会Junior編成 Cheerleading部門優勝 青鹿圭菜  
岩崎唯乃  
茅島舞衣  
坂本陽  
佐藤実郷  
早川あさひ  
USA All Star Nationals2025 全国選手権大会Junior編成 Cheerleading部門準優勝 大類莉々花

問 秘書課 ☎(21) 2311



電話予約フローチャート（申告受付 電話予約の流れ）



令和8年度 市民税・県民税申告のお知らせ

問合せ 税務課 ☎(21)2266

申告受付期間 **2月16日(月)～3月16日(月)** (土・日・祝日を除く)

午前の部：9時～11時30分 午後の部：13時30分～16時 ※延長日は18時30分まで  
(各会場の延長日はページ下の「日程表」参照)

予約方法

電話予約

予約専用番号に電話し、音声ガイダンスに従って予約してください。

予約受付期間

**1月20日(火)9時～3月15日(日)** 24時間受付可能(土・日・祝日を含む)

※予約は希望日の前日までです。当日の予約はできません。また予約数には限りがあります。

予約専用番号

**北会場：050-3642-3489**

**中央会場：050-3642-3490**

**南会場：050-3642-3491**

予約選択可能時間

午前の部	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30
午後の部	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00
延長日のみ	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	

・9時～16時(延長日は18時30分まで)の30分間隔で予約できます。  
・12時～13時の枠は予約できません。

予約のキャンセル・変更・確認

予約をした時に使った電話機から、予約専用番号にお電話ください。  
キャンセル・確認は予約日当日まで、変更は前日まで可能です。

電話番号が分かるようにして来場してください

申告受付当日、会場受付にて予約に使用した電話機の電話番号を確認します。

左ページの  
電話予約フローチャート  
をご覧ください！



令和8年度申告から試験的にLINEアプリを用いた予約を始めます

栃木市LINE公式アカウントから予約、予約変更、キャンセルができます。



栃木市LINE  
公式アカウント



市HP  
LINE予約の方法

日程表

申告会場		日程(土・日・祝日を除く)	延長日
北会場	都賀総合支所 2階大会議室	2月16日(月)～3月2日(月) 2日は午前の部のみ	2月27日(金) 午後の部 18時30分まで
	寺尾公民館 大交流室	2月16日(月)～2月17日(火) 17日は午前の部のみ	3月11日(水) (市役所本庁舎) 午後の部 18時30分まで
中央会場	大宮公民館 大交流室	2月18日(水)～2月19日(木) 19日は午前の部のみ	
	国府公民館 大交流室	2月20日(金)～2月24日(火) 24日は午前の部のみ	
	皆川公民館 大研修室	2月25日(水)～2月26日(木) 26日は午前の部のみ	
	吹上公民館 大交流室	2月27日(金)～3月2日(月) 2日は午前の部のみ	
	市役所本庁舎 3階正庁	3月3日(火)～3月16日(月)	
南会場	大平公民館 2階会議室	2月16日(月)～2月26日(木) 26日は午前の部のみ	2月25日(水) (大平公民館) 午後の部 18時30分まで
	渡良瀬遊水地 ハートランド城 2階	2月27日(金)～3月6日(金) 6日は午前の部のみ	
	岩舟総合支所会議室棟 第1会議室・第3会議室	3月9日(月)～3月16日(月)	

※北会場は、昨年度と異なり「都賀総合支所 2階大会議室」が申告会場となりますのでご注意ください。

来場時のお願い

スムーズな申告受付を行うため、収支内訳書や医療費控除の明細書などは、事前に作成してください。作成していない方は申告できません。





■ 申告に必要なもの（領収証や証明書などは令和 7 年中のもの）

収入がわかるもの	給与所得者	源泉徴収票（原本）・・・勤務先が発行
	年金所得者	源泉徴収票（原本）・・・年金支払者が発行
	営業・農業・不動産所得者	記入済の収支内訳書、支払調書
	一時所得がある場合	収入額と必要経費の記載された証明書（支払保険金額等のお知らせなど）
	シルバー人材センターの所得がある場合	配分金支払証明書
所得から控除する額がわかるもの	社会保険料控除	市役所からの所得申告参考資料（※）、国民年金保険料控除証明書、その他社会保険料の支払金額が分かる書類
	生命保険料控除	生命保険料の控除証明書
	地震保険料控除	地震保険料の控除証明書
	障害者控除	障害者手帳、控除対象者認定書など
	医療費控除	記入済の医療費控除の明細書、医療費通知（原本）
	寄附金控除	寄附金の受領証（原本）など
	住宅借入金等特別控除（2 年目以降のかた）	記入済の令和 7 年分住宅借入金等特別控除額の計算明細書、年末残高等証明書
その他	・税務署や市役所からの「申告お知らせはがき」（ある場合のみ） ・申告する人名義の預貯金口座番号がわかるもの ・マイナンバー確認書類、身元確認書類 ・利用者識別番号がわかる書類（ある場合のみ）	

※令和 7 年中、市に納付した国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の所得申告参考資料（年金からの特別徴収分を除く）は、1 月 27 日（火）に発送します。  
※国民健康保険の被保険者の方の「医療費のお知らせ」については、15 ページをご覧ください。

■ スマホ申告講習会を開催します（共催 栃木税務署）

確定申告書はスマートフォンとマイナンバーカードを使用して簡単に作成することができます。来年からは申告会場に行かずに、自宅で申告してみませんか？

**日時** 2 月 2 日（月）  
① 9 時 30 分～10 時 30 分 ② 11 時～12 時  
**場所** きららの杜とちぎ蔵の街楽習館（栃木市市民交流センター／入舟町）4 階講義室  
**対象** 初めてスマートフォンを使用して確定申告をする方で、次の条件に該当する方  
・給与や年金収入があり申告の義務がある方  
・給与や年金収入があり医療費控除や寄附金控除の申告をする方  
・個人事業主で青色申告以外の方  
※事業所得の収支内訳書や医療費控除の明細書は事前に作成をお願いします。

**定員** 各回先着 15 人  
**費用** 無料

■ スマホ申告に必要なもの

・マイナンバーカード  
・マイナンバーカード読取対応のスマートフォン  
・マイナンバーカードの暗証番号（署名用電子証明書、利用者証明用電子証明書の 2 種類）  
・令和 7 年分の収入や控除のわかるもの（上記「申告に必要なもの」をご確認ください）  
※必要なものについての詳細は市ホームページもご覧ください。

**申込期間** 1 月 6 日（火）～29 日（木）

■ 申込方法

電子申請システム（市ホームページの電子申請システムから「スマホ申告」で検索）でのお申し込みの他、窓口（本庁舎 2 階税務課）または電話（☎（21）2751）



栃木税務署からのお知らせ

◆ 税務署への来署をご検討の方へ

1 月 5 日（月）～2 月 13 日（金）は、税務署内に確定申告会場はありません。この期間に所得税・個人消費税・贈与税での申告相談にお越しいただいても、当日は対応できませんのでご注意ください（事前に予約のある方のみに対応となります）。  
申告相談を希望される方は、2 月 16 日（月）～3 月 16 日（月）の確定申告期間中に LINE による入場整理券のオンライン事前発行を受けた上で確定申告会場へお越しください。

国税庁 LINE  
公式アカウント



■ 市の会場で受付できない申告の種類

以下の申告は栃木税務署（栃木商工会議所）での受付となります。市の会場の予約をされても受付できませんので、必ずご確認ください。

- ・土地・建物・株式等の譲渡所得の申告
- ・太陽光発電（売電）の申告
- ・暗号資産（仮想通貨）取引による申告
- ・先物取引（FX 含む）、申告分離課税の配当所得の申告
- ・給与所得者の特定支出控除の申告
- ・住宅借入金等特別控除の 1 年目の申告
- ・国外扶養親族の控除適用を受ける申告
- ・外国税額控除の適用を受ける申告
- ・災害・盗難・横領等の雑損控除の申告
- ・青色申告、肉用牛の売却による課税の特例を受ける申告
- ・過年度分（令和 6 年分以前）の申告
- ・準確定申告（死亡した人の申告）
- ・その他税務署での判断が必要となる申告

■ 所得税還付申告会（予約制）

2 月 16 日（月）からの申告受付日程とは別に、所得税還付申告会を開催いたします。  
給与収入のみの方、公的年金等収入のみの方、ぜひご利用ください。

**日時** 2 月 5 日（木）、6 日（金）  
午前の部：9 時～11 時 30 分／午後の部：13 時 30 分～16 時  
**会場** 市役所本庁舎（万町）3 階正庁  
**予約方法** 音声ガイダンスによる電話予約です。

**予約専用番号**  
☎ 0 5 0－3 6 4 2－3 4 8 8  
**予約受付期間**  
1 月 6 日（火）9 時～19 日（月）  
24 時間受付可能（土・日・祝日含む）  
**対象者** ・退職などで年末調整が済んでいない方  
・給与所得者や公的年金等の受給者で医療費控除を受ける方  
**持ち物** 左ページの「申告に必要なもの」を参照し、ご持参ください。

■ 申告のお知らせはがきを郵送します

1 月下旬に、前回、市民税・県民税申告書を提出した方および市の会場で税申告された方へ「申告のお知らせはがき」を郵送します。

はがきのイメージ  
（圧着式はがきです。届いたらご自身で開いてください。）



■ 国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の正しい計算のためには、市県民税の申告が必要です

保険税（料）は、本人および家族の方の前年中の課税所得に基づいて計算します。  
収入が無い方は、市県民税の申告をすることにより、低所得者の軽減措置が受けられる場合があります。  
※遺族年金・障害年金（非課税年金）のみを受給している方も、収入無しの申告が必要となります。

■ 国民健康保険・後期高齢者医療加入者の申告について

国民健康保険・後期高齢者医療に加入している方は、世帯に未申告の方がいる場合、高額療養費の限度額が正しい区分で適用されないことがあります。非課税の方も申告書の提出が必要です。  
**問合先** 保険年金課国保係☎（21）2131  
医療給付係☎（21）2137





# 株式会社 相良酒造

さがらしゅぞう くらもととうじ  
相良酒造 蔵元杜氏

さがら さなえ  
相良 沙奈恵 さん

岩舟町静にある1831年創業の相良酒造の10代目蔵元杜氏として伝統を守り続ける相良沙奈恵さんにお話を伺いました。

※ 蔵元：酒蔵の経営者 杜氏：酒造りの最高責任者

**杜氏としての歩み**  
実家に戻って最初の酒造りは、苦難の連続。大学や修行先で学んだことも設備や環境が異なるので、同じやり方ではうまくい

**蔵を継ぐ決意**  
「子どもの頃は、蔵は薄暗くてなんとなく怖い所でしたが、今では一番落ち着く場所です」と笑顔で話す相良さんの人生の転機は、高校3年生の春。ご家族の病や怪我が重なり、両親から蔵を継ぐことを打診されます。先祖が代々繋いできた伝統を絶やしたくないという思いから、蔵を継ぐ決意を固めました。そして急遽進路を変更し、東京農業大学醸造科学科に進学。初めて学ぶ内容に苦労しながらも、懸命に勉強を続け、卒業後は群馬県の蔵元で2年間修業を行いました。その後、平成24年に相良酒造に戻りました。



**創業200年に向けて**  
2031年に相良酒造は創業200年を迎えます。「この節目に向けて蔵を盛り立てて行きたいです」と力強く語ります。今後は設備を整え、生産量を増やし、契約農家からお米を仕入れる『生産者の顔の見えるお酒』造りを目指しています。「この相良酒造を次の200年も続いていけるような、地域に愛される酒蔵にしていきたいです」。

**酒造りの日々と喜びの瞬間**  
酒造りの仕込みは10月から春先まで。ほぼ休みなく作業を続けます。麹菌を育て、酒母を発酵させ、搾りや瓶詰のタイミングを見極める、そのすべてがお酒の味を決める重要な工程です。「最後にお酒を搾って納得のいく味になった時は、鳥肌が立つくらいうれしいです」。



## STOP温暖化！ カーボンニュートラル



### 冬の省エネ対策に取り組もう！

寒い冬は、暖房や給湯などエネルギーの使用が増える季節です。冬季の家庭における1日間の電気の使用量の中で暖房の割合は32.7%で、全体の約3分の1を占めています。日々の暮らしの中で、暖房器具の効率的な使用、室内の湿度調整、家電製品の見直し、服装の工夫など、省エネ・節電に積極的に取り組みましょう。省エネで光熱費の削減にもつながります。

「節電」と聞くと、「減らす」ことばかりに目を向けて、ガマンする結果になりがち。そこで、具体的な改善策として3つの取り組みを心がけてみましょう。

- ①**減らす（カット）** エアコンのフィルター掃除や暖かい空気を循環させるなど効率的に暖房器具を利用して、無理なく「減らす」
  - ②**ずらす（シフト）** 家庭では夕方5時から夜9時頃に電気の消費量が増える傾向があります。この時間帯の節電のため、夕食の調理時間を早める、食器洗い乾燥機を夜間に使用するなど「ずらす」
  - ③**切替える（チェンジ）** 光熱費の削減のため、省エネ型製品や高効率給湯器へ買い替えるなど、より良い方法に「切替える」
- ▶これらは高い省エネ効果が期待できる有効な手段となり、地球温暖化対策にも大きな効果を発揮します！

※出典）経済産業省 資源エネルギー庁 参考資料  
「冬季の省エネ・節電メニュー（家庭）本州・四国・九州」より

問 カarbonニュートラル推進課 ☎ (21) 2591

## コンビニ交付サービスは年末年始も稼働しています

コンビニ交付サービスとは、マイナンバーカードを利用して各証明書（住民票・印鑑証明書・各種税証明書）を全国のコンビニエンスストア等のマルチコピー機から取得できるサービスの事です。コンビニ交付は、市役所が閉庁している年末年始もご利用いただけますのでぜひご活用ください。

※注意点

- ・マイナンバーカードと利用者用電子証明書の暗証番号が必要になります。（数字4桁の暗証番号）
- ・取得することができない証明書があります。（戸籍謄本・抄本等の各種戸籍証明、履歴や住民票コード入りの住民票、住民票の除票等は取得できません）

**利用可能な店舗** セブンイレブン／ローソン／ファミリーマート／ミニストップ／イオン  
**利用可能時間** コンビニエンスストア6時30分～23時（イオンは店舗の営業時間内）  
※メンテナンス日を除く

問 市民生活課 ☎ (21) 2126



## 第5回栃木市消防フェア

放水体験やはしご車の搭乗体験、消防車VS子どもたちの綱引きなど子どもも大人も楽しめるイベントが盛りだくさん。

ぜひ会場で消防の世界を体験してみましょう。

**日時** 1月18日（日）10時～12時  
**場所** イオン栃木店（箱森町）中央駐車場



問 消防本部 警防課  
☎ (23) 0070

## 第1回まるごと児童館まつり

市内の6児童館が一箇所に集まります。児童館の遊びを体験してみましょう。

**日時** 1月12日（月）11時～15時  
**場所** きららの杜とちぎ蔵の街楽習館（栃木市市民交流センター／入舟町）  
**対象** 18歳未満の児童と保護者  
**費用** 参加費無料（リサイクル洋服や軽食販売があります）  
**内容** 工作やゲーム、和太鼓体験、豚汁・綿あめ提供、スタンプラリー（景品有）  
**申込** 不要



問 子育て総務課 ☎ (21) 2221

## 戸長屋敷のお正月飾り



戸長屋敷では、1月7日の人日の節句にちなんで、「お正月飾り」を開催します。干支や正月の縁起物のつるし飾りをどうぞご覧ください。

**日時** 令和7年12月20日（土）～令和8年1月18日（日）9時～16時30分（入館受付16時まで）  
**場所** おおひら歴史民俗資料館  
**費用** 一般100円 小中学生50円  
**問** おおひら歴史民俗資料館 ☎ (43) 8686



## 食生活改善推進員によるしもつかれ作り体験会

栃木の郷土料理であるしもつかれを作ります。

**日時** 1月24日（土）10時～13時（9時40分受付開始）  
**場所** 栃木保健福祉センター（今泉町2丁目）  
**対象** 市内在住の方  
**費用** 500円  
**定員** 15人（先着順）  
**申込** 1月8日（木）までに問合先に電話または2次元コードから申込



問 健康増進課 ☎ (25) 3511



今はいつでも簡単にウェブサイトで中古車を見つけることができるようになりました。しかし、若者を中心に中古車購入トラブルの相談が多く寄せられています。車は高価な買い物です。たとえ気に入った車が見つかっても『衝動買い』には十分に注意しましょう。

**事例①** 契約書なしで 100 万円の車を契約したところ、事業者から「不具合があり納車できない、あと 30 万円追加すれば別の車を用意できる」といわれ、キャンセルを告げると違約金を請求された。

**事例②** 他県の販売店で中古車を購入したが、車検に出したところ違法改造車で車検が通らなかった。そのため、販売店に修理を要求したところ拒否された。

### アドバイス

- ・できるだけ負担なく確認や持込みができる範囲の『信頼できる販売店』で購入しましょう。
- ・価格、保証、点検整備、走行距離、修理歴の有無を確認し、エンジンなどに異常がないか契約前に試乗しましょう。
- ・見積書を作成してもらい、金額や内容を確認しましょう。
- ・契約するときは、注文書や契約書を作成してもらい、見積時と同じ内容かどうか、契約成立時期やキャンセル料などよく確認しましょう。
- ・分からないことがあれば販売店に確認し、納得してから署名・捺印しましょう。
- 不安に思ったり、トラブルが生じた場合は、消費生活センターへ相談しましょう。

### ■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
<b>弁護士相談（要予約）</b> （弁護士が法的な見解等を助言） ※予約開始 2 月分：1/5（月）～ 3 月分：2/2（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）	1月9日（金）、23日（金） 2月13日（金）、27日（金）10 時～12 時	本庁舎 2 階 市民相談室	市民生活課 ☎（21）2122
	1月15日（木）10 時～12 時	大平隣保館 ☎（43）6611 ☎0120-46-7830	
	1月19日（月）10 時～12 時	藤岡総合支所 別館 2 階 会議室	市民生活課 ☎（21）2122
	2月17日（火）10 時～12 時	都賀総合支所 2 階 小会議室	
	1月27日（火）10 時～12 時	西方総合支所 1 階 会議室	
	2月19日（木）10 時～12 時	岩舟総合支所会議室棟 1 階第 1 会議室	
<b>法律相談（要予約）</b> ※主催 栃木市社会福祉協議会	1月6日（火）、20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	栃木市社会福祉協議会大平支所 ☎（43）0294
<b>宅地建物相談</b> （売買や賃貸借、所有と管理） 予約開始: 1/5(月)8 時 30 分～	1月16日（金）10 時～12 時	本庁舎 2 階 市民相談室	市民生活課 ☎（21）2122
<b>司法書士相談</b> （相続・遺言、不動産登記、成年後見制度等）予約開始: 1/5(月)8 時 30 分～	1月21日（水）10 時～12 時		
<b>行政書士相談</b> （相続・遺言、農地転用、開発行為等の手続き）予約開始: 1/5(月)8 時 30 分～	1月16日（金）14 時～16 時		
<b>消費生活相談（要予約）</b> （商品やサービスなど消費生活全般）	月～木曜日 9 時～12 時、13 時～15 時	本庁舎 2 階 消費生活センター☎（23）8899 FAX（23）8820	
<b>合同相談</b> （要予約※相談日の 1 週間前まで） ・行政相談（国の行政機関等の業務に対する苦情・意見・要望等） ・人権擁護委員相談	1月13日（火）10 時～12 時 ※ご都合がつかない場合や各総合支所での相談をご希望される場合、お気軽にお問合せください	本庁舎 2 階 市民相談室	市民生活課 ☎（21）2122
<b>市民相談</b> （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
<b>人権相談</b>	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	
<b>配偶者等からの暴力（DV）相談</b>	月～金曜日 9 時～16 時	配偶者暴力相談支援センター☎（21）2218	
<b>いじめ相談電話</b>	月～金曜日 9 時～17 時 ※土日祝日・時間外は事前に予約が必要	本庁舎青少年育成センター☎（24）0667 <a href="mailto:gakusyu03@city.tochigi.lg.jp">gakusyu03@city.tochigi.lg.jp</a> 本庁舎青少年育成センター☎（23）6566 <a href="mailto:gakusyu03@city.tochigi.lg.jp">gakusyu03@city.tochigi.lg.jp</a>	
<b>青少年相談</b> （非行問題・不登校など）			
<b>家庭児童相談</b> （0～17 歳の子どもとその家族、ヤングケアラー等）	月～金曜日 8 時 30 分～17 時 15 分	こども家庭センター☎（25）5149	
<b>児童虐待相談</b>	月～金曜日 8 時 30 分～17 時 15 分	こども家庭センター☎（25）5149 ※左記以外の時間は☎189	
<b>女性・ひとり親家庭相談</b>	月～金曜日 8 時 30 分～17 時 15 分	こども家庭センター☎（25）8033	
<b>障がい児者相談</b> （福祉サービスの利用・障がい理由とする差別・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	
<b>ひきこもり相談（要予約）</b> ※事前にお話を伺います。	第 4 水曜日（次回 1 月 28 日） 10 時～12 時、13 時～15 時	栃木勤労青少年ホーム☎（22）3113 大平勤労青少年ホーム☎（43）5191	祝日除く
<b>就労支援相談（要予約）</b> （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 第 2・4 月曜日 13 時～21 時 第 1・3 土曜日 13 時～16 時		
<b>高齢者相談</b> （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係 ☎（21）2245・2246	
<b>もの忘れ相談</b> （認知症の専門員による相談）	第 2 金曜日（次回 1 月 9 日） 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係 ☎（21）2171・2246	

## 令和 7 年度 まちづくり懇談会ふれあいトーク

**平成** 23 年度から広聴事業のひとつとして、『まちづくり懇談会ふれあいトーク』を開催してきました。これまでのふれあいトークでは、フリートークで自由な意見交換を実施してきましたが、令和 7 年度から従来のフリートークに加えて、市が抱える特定の課題について、現状認識を共有し、行政だけでなく懇談会に参加していただいた皆様と共に考え、課題や解決策について自由な意見をいただき、市政の参考にすることを目的に「テーマトーク」を行いました。

▶ 令和 7 年度のテーマは『**女性も活躍する地域について**』

**国** の「女性版骨太の方針 2025」の原案に、「女性に選ばれ、女性が活躍できる地域づくり」に取り組む方針が示されたことや、本市においても人口減少や少子高齢化が進んでおり、特に 20 歳から 39 歳の女性の減少する割合が高くなっていることを踏まえ『女性も活躍する地域について』をテーマに実施することとしました。

▶ **まちづくり懇談会ふれあいトーク**（6 月～8 月／全 12 回）

#### 当日出た意見（抜粋）

- 就労・働き方  
・女性や若者が働きたいと思う職場が必要  
・女性が働きやすい（活躍できる）職場が必要
- 教育・啓発  
・グローバルに活躍する女性など人材育成が必要

- ・教育施策の充実
- ・子どもたちに女子が活躍している姿を見せて将来地元に戻ってきてもらう
- 子育て支援  
・子育て支援施策・施設（仕事と両立するために子どもを預けられる施設）の充実

『まちづくり懇談会ふれあいトーク』参加者の皆様からは「女性の就労・働き方」に関する意見が多数寄せられたことから、実際に会社を運営されている若手経営者や女性経営者と『女性が働きたい職場』について意見交換を行いました。

▶ **若手経営者・女性経営者との意見交換会**（10 月）



#### 当日出た意見（抜粋）

- 女性を採用する工夫  
・女性の採用にあたっては、子どもの送り迎えに配慮（遅出・早出・時短勤務）を要望する方が多い。時代の流れとして今後はそういった配慮が必要になってくると思う。
- その他  
・メンタリング制度を導入している。新入社員が不安や悩みを抱えないように、年齢の近い先輩社員（メンター）が一人ひとりにつきサポートをしている。

**さ** らに、若者世代のニーズを把握するため、令和 8 年二十歳の集いの対象となる若者との意見交換を行いました（当日の様子は 30 頁）。今後も市民の皆様と課題を共有し、ともに考えながら市政に反映させていきます。

社会人から看護師を目指したい皆様へ

再進学・キャリアアップしたい社会人の方を支援！  
**専門実践教育訓練給付制度**

・社会人経験のある方が対象（条件有）  
・受講料の最大 **80%** を給付!! 返還義務なし  
※詳しくはお住まいのハローワークまでお問合せください

◆看護学科 ◆助産学科 ◆理学療法学科 ◆作業療法学科 ◆歯科衛生学科◆  
◆進路に悩む受験生対象の個別相談も受付中! ※助産学科を除く◆

**マロニエ医療福祉専門学校** 栃木市今泉町2-6-22  
【入学案内室】☎0282-28-0020  
**小山歯科衛生士専門学校** 小山市城東1-3-3  
【入学案内室】☎0285-20-3550

**かたづけ屋★栃木です!!**

正月明けたら  
か・た・づ・け・  
やー☆(・▽・)

建物解体工事 不用品処分

◆建物等解体工事◆  
空家のお悩みご相談ください!  
◆不用品処分◆  
机・椅子・家具・衣服・家電など

**株式会社くりかい** ☎0282-30-1632  
栃木県栃木市宮町55-1 ☎ info@cri-kai.com <くりかい> [Q 検索](#)

栃木市指定一般廃棄物許可業者／栃木市指令ク第3号【一般廃棄物収集運搬許可】  
栃木県知事許可（般-4）第23922号【解体工事業務許可】・栃木県知事許可第161721号【産業廃棄物収集運搬許可】



お知らせ

栃本市文化財保存活用地域計画（素案）に関するパブリックコメント（意見募集）

本市の文化財の保存・活用を計画的かつ着実に推進していくための「栃本市文化財保存活用地域計画」（令和8～15年度の計画）策定にあたり、皆様の意見をお寄せください。

閲覧・募集期間 令和7年12月25日（木）～令和8年1月23日（金）（必着）

対象 市内在住、在勤、在学の方／市内に事業所等を有する個人、法人等／市税の納税義務者／本計画に利害関係を有する方

提出方法 閲覧場所にある意見書式（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入のうえ、次の窓口

提出窓口 文化課、各総合支所地域づくり推進課、大宮・皆川・令和8年4月に小学校・中学校に入学予定のお子さんがいる世帯で、経済的理由によりランドセル・制服等の入学前に必要なものの購入にお困りの方を対象に、就学援助費の新入学児童生徒学用品費を入学前の3月に支給します。

就学援助制度「新入学児童生徒学用品費」の入学前支給のお知らせ

令和8年4月に小学校・中学校に入学予定のお子さんがいる世帯で、経済的理由によりランドセル・制服等の入学前に必要なものの購入にお困りの方を対象に、就学援助費の新入学児童生徒学用品費を入学前の3月に支給します。

国民健康保険で受診された方へ「医療費のお知らせ」をお送りします

医療費について確認していただき、健康や医療に関する理解を深めていただくため「医療費のお知らせ」（医療費通知）を世帯主の方あてにお送りします。

吹上・寺尾・国府の各公民館窓口（平日8時30分～17時15分）その他 提出された意見等は後日公表します。（住所・氏名等は非公表）意見に対する個別回答はしません。

栃本市建築物耐震改修促進計画（四期計画）（素案）に関するパブリックコメント（意見募集）

市では、地震による倒壊等の被害から市民の生命や財産を守るため、平成20年に「栃本市建築物耐震改修促進計画」を策定しました。

令和3年に改訂を行い、住宅・建築物の耐震化の促進に取り組んできましたが、首都直下地震・南海トラフ地震等の大規模地震の発生が切迫していると指摘されている状況や耐震化の現状等を踏まえ、令和12年度末までを計画期間とする次期計画の策定を行うことといたしました。

募集期間 1月19日（月）～2月19日（木）（必着）

通知の内容 受診年月、受診者名、医療機関等名称、受診区分（入院、通院、歯科、調剤等）、日数等、医療費の額、窓口負担相当額等

確定申告について このお知らせは確定申告における医療費の明細書として活用できます。

なお、マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータル上でご自身の医療費情報を確認できます。

年末年始の蔵タク連休と予約受付日変更のお知らせ

令和7年12月27日（土）～令和8年1月4日（日）は、蔵タクの運行と予約受付はお休みします。

方／市内に事業所等を有する個人、法人等／市税の納税義務者／本計画に利害関係を有する方

提出方法 閲覧場所にある意見書様式（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入のうえ、次の窓口

提出窓口 建築指導課、各総合支所地域づくり推進課、大宮・皆川・吹上・寺尾・国府の各公民館窓口（平日8時30分～17時15分）

平川土地区画整理事業 事業計画変更（案）の縦覧

小山栃木都市計画事業平川土地区画整理事業の事業計画変更（案）を次のとおり縦覧します。

高齢者歯科口腔健診は、3月31日までです！

今年度、76・81・86歳になる方を対象に、高齢者歯科口腔健診を実施しています。

対象 今年度76・81・86歳になる方（対象者には、8月頃に桃色のハガキをお送りしています）

内容 問診・歯の状況、噛み合わせや口腔機能検査

に、知事に意見書を提出することができま

縦覧期間 1月7日（水）～20日（火） 8時30分～17時15分

償却資産の申告をお願いします

※廃業等により対象となる資産がない場合もその旨申告をお願いします。

※申告に必要な書類等を12月上旬に発送しました。

申込 令和7年度けんしんガイドブック7ページに掲載のある医療機関に直接予約をしてください。

野焼きは禁止です

山岳救助訓練の実施について

登山者が登山中に事故、怪我等をした場合を想定した救出、救助訓練を行います。

見積もり無料！塗装工事をわかりやすく  
栃木市の外壁塗装・屋根リフォームは私たちに任せください！  
お家のお困りごとは、何でもお気軽にご相談ください！  
株式会社 とちのき塗装テック ☎0120-300-028  
プロタイムズとちぎ店 栃木市大平町下皆川2015-3 reform@k-taso.com

害虫獣駆除 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 ☎62-5679 ☎090-1816-2266

令和7年度第3回危険物取扱者試験のお知らせ

試験日 3月8日（日）

試験手数料 甲種7,200円 乙種5,300円 丙種4,200円

申請期間 書面・電子申請 1月5日（月）～16日（金）

申請先 （一財）消防試験研究センター栃木県支部





## 20歳になられた皆さんへ

### 20歳になったら国民年金

国内に居住する20歳以上60歳未満の方は、国民年金の被保険者となり、ご自身で保険料を納めていただきます。(厚生年金の加入者または、その加入者に扶養されている配偶者を除く)

### 国民年金3つのメリット

- 1 老後を支えます  
老齢基礎年金
- 2 病気やけがで障がいの状態になった時に支えます  
障害基礎年金
- 3 加入者が亡くなったとき、子のある配偶者・子を支えます  
遺族基礎年金

20歳になった方には、日本年金機構から「基礎年金番号通知書」、「国民年金保険料納付書」等が送付されます。収入が無く保険料の支払いが困難な場合は、「学生納付特例制度」(学生のみ)や「納付猶予制度」(50歳未満)などの保険料免除制度があります。免除申請を希望する方は、栃木年金事務所、市役所保険年金課(本庁舎2階)、各総合支所地域づくり推進課でお手続きください。また、申請書を郵送や電子申請により、日本年金機構に提出することもできます。

日本年金機構では、国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続きなど、わかりやすく動画で案内していますので、ぜひ、ご覧ください。



日本年金機構 HP

栃木年金事務所 ☎(22)4131  
保険年金課 ☎(21)2134

### 令和8年農業用免税軽油の申請

日時 左表のとおり

受付日	対象地区
2月2日(月)、3日(火)	栃木地区
2月4日(水)、5日(木)	共同・受委託
2月6日(金)、9日(月)	都賀地区・西方地区
2月10日(火)	藤岡地区
2月12日(木)	藤岡地区・大平地区
2月13日(金)	大平地区
2月16日(月)	大平地区・岩舟地区

**場所** 栃木県庁下都賀庁舎 第2福利厚生棟会議室(神田町)  
**受付時間** 各日9時～11時30分、13時～15時30分  
※朝一番、午後一番の時間帯は混雑します。遅い時間帯が比較

的スムーズに受付できます。  
※更新手数料420円は、つり銭のないよう御協力をお願いします。(キャッシュレス決済も可)  
※上記の期日に申請することが難しい場合は、栃木県税事務所へお問い合わせください。  
※感染症予防に係るマスク着用については個人の判断に委ねますが、発熱や風邪等の症状がある場合は、来場を見合わせるようお願いします。

**申請に必要なもの** 免税軽油使用者証／免税軽油の引取り等に係る報告書(新規申請以外の方)(納品書又は領収書を添付、写しでも可。未使用の免税証(原本)を添付)／手数料420円(キャッシュレス決済も可)(新規申請および使用者証更新の場合)／耕作証明書(新規申請および耕作面積が変更になった場合)  
※使用者証更新のみの場合は、耕作証明は不要。  
※受委託の方で新規申請及び耕作面積が変更になった場合は、ご自身の耕作証明書の他に「計画・耕作(受託)台帳」等も必要です。詳細については栃木県税事務所までお問い合わせください。

※新規申請の方は、免税証の交付は後日になります。  
※新規申請及び免税機械の追加や入替えをされる方は、機械を取得したことが確認できる書類(契約書・納品書・領収書等)を持参するか、機械のメーカー、型式、馬力をメモ等に控えてお持ちください。  
※国税および地方税の滞納処分を受けられた方は、処分解除の日から2年を経過しなければ申請できません。

**遊休農地の課税強化について**  
8月に実施した農地パトロールの結果、遊休農地と判断された土地所有者等には、12月頃に遊休農地の利用意向調査を実施します。調査票が届いた際には、必ずご回答くださいますようお願いいたします。  
この利用意向調査に対し、未回答の方や意向通りにされていない方については遊休農地の固定資産税の評価額が通常農地の約1.8倍となる可能性があります。  
なお、農地中間管理機構に貸し付けの意向を表明するなど、

※新規申請の方は、免税証の交付は後日になります。  
※新規申請及び免税機械の追加や入替えをされる方は、機械を取得したことが確認できる書類(契約書・納品書・領収書等)を持参するか、機械のメーカー、型式、馬力をメモ等に控えてお持ちください。  
※国税および地方税の滞納処分を受けられた方は、処分解除の日から2年を経過しなければ申請できません。

### 遊休農地の課税強化について

8月に実施した農地パトロールの結果、遊休農地と判断された土地所有者等には、12月頃に遊休農地の利用意向調査を実施します。調査票が届いた際には、必ずご回答くださいますようお願いいたします。  
この利用意向調査に対し、未回答の方や意向通りにされていない方については遊休農地の固定資産税の評価額が通常農地の約1.8倍となる可能性があります。  
なお、農地中間管理機構に貸し付けの意向を表明するなど、

### 広報とちぎをご利用ください 各設置場所・閲覧方法のご案内

広報とちぎは、毎月20日(休日の場合は直前の平日、4月のみ25日またはその直前の平日)に発行しています。各自治会の皆さんの協力により配布されているほか、市内の各公共施設、設置協力店舗などで入手することができます。また、市ホームページなどのインターネットからの閲覧、スマートフォン・タブレットのアプリによる閲覧も可能です。目の不自由な方を対象とした「声の広報」や「点字版広報」も発行しています。広報とちぎ設置場所  
**市施設** 市役所各庁舎(本庁舎受付、各総合支所、各出張所、水道庁舎など)／栃木保健福祉センター／各健康福祉センター／各公民館／各図書館、美術館等／各文化会館／各スポーツ施設／各道の駅／各老人福祉センターなど  
**設置協力店舗** 市内全コンビニエンスストア／郵便事業会社栃木支店、一部の郵便局／ヤオハン(NEW西店、アイム店、城



とちぎ

内店、川原田店、大森店)／とりせん(蔵の街店、栃木店)／イオン栃木店／とちぎコープ栃木店／ヨークベニマル(祝町店、栃木平柳店)／メディカルセンターしもつが、とちの木病院／各駅(栃木、新栃木、野州平川、新大平下)など  
**インターネット等での閲覧**  
**市ホームページ**(PDFファイル)  
**マチイロ**(アプリ、Appストア、GooglePlay)／「マチイロ」で検索  
**マイ広報紙**  
<https://mykoho.jp/TOCHIGI ebooks>  
<http://www.tochigi-ebooks.jp>

**目の不自由な方向け**  
**声の広報** ボランティア団体のご協力により、毎月発行しています。詳しくは問合先へ  
**広報とちぎ点字版** 隔月発行。希望する方に、郵送(点字郵便)でお送りします。詳しくは問合先へ  
**☎ 広報課** ☎(21)2318

### 带状疱疹の予防接種はお済みですか? 【期限は令和8年3月31日!】

令和7年度に带状疱疹定期予防接種の対象の方は、期限までに接種しましょう。期限を過ぎると、全額自費となります。希望する方は早めに医療機関へご連絡ください。なお、2回接種の不活化ワクチン(シングリックス)の接種を希望する方は、1回目を令和8年1月31日までに接種しましょう。  
**令和7年度の対象** 年度末年齢65、70、75、80、85、90、95の方と、年度末年齢100歳以上の方



**問 健康増進課** ☎(25)3512  
**障がい者自立支援のための寄附ありがとうございました。**



伊津井啓一様(吹上町)から障がい者支援のために役立ててほしいと、100万円の寄附をいただきました。  
いただいた寄附金は、障がい者の自立に向けた支援のために有効に活用させていただきます。  
**問 障がい福祉課** ☎(21)2203  
**図書充実のための寄附ありがとうございました**  
鹿沼相互信用金庫様から創立100周年を記念して図書充実のため、30万円の寄附をいただきました。  
いただいた寄附金は、図書充実のために有効に活用させていただきます。  
**問 生涯学習課** ☎(21)2492

### 交通安全教室用物品の寄贈ありがとうございました

株式会社足利銀行栃木支店様と栃木磁業株式会社様から、交通安全教育用DVD等計4品20万円相当の物品を寄贈いただきました。  
いただいた物品は、交通安全教室の際に活用させていただきます。

**問 交通防犯課** ☎(21)2151

### 防犯カメラの寄贈ありがとうございました

栃木南ロータリークラブ様から、既設防犯カメラが更新時期のため合戦場駅東口に2台寄贈いただきました。  
いただいた物品は、駅利用者が安全安心して利用できるよう活用させていただきます。  
**問 交通防犯課** ☎(21)2151

### 募集

### 令和8年4月1日付採用市役所職員募集(土木・学芸員)

令和8年4月採用の市職員(正規職員)採用試験を実施します。  
**募集職種** 土木技師・学芸員  
※詳しい受験資格等は、市ホームページをご覧ください。  
**試験日** 1月31日(土)、2月1日(日)  
**場所** 市役所本庁舎(万町)  
**申込** 1月13日(火)まで  
※受付は電子申請のみ。市ホームページからお申込みください。  
**問 総務人事課** ☎(21)2351



解体工事・外構工事・舗装工事・リフォーム・遺品整理

## ご相談・お見積り無料

お電話お待ちしております!

## 株式会社 大成

TEL:0282-21-8790

〒328-0002 栃木市惣社町2182  
E-mail:kaitai.taisei@juno.ocn.ne.jp

地上デジタル111ch

## 栃木市二十歳の集い特集

1月26日(月)～順次放送予定

【放送時間】  
9:00～ / 21:00～ / 22:00～ ほか  
※予告なく変更となる場合があります。ご了承ください。

ご視聴希望の方は下記までお問合せください!

ケーブルテレビ栃木 ☎ 0120-25-1819



市営住宅入居情報

市営住宅

川原田市営住宅 2LDK 1戸 (2階)  
城内南第2市営住宅 3DK 1戸 (2階)  
城内南第2市営住宅 3DK 1戸 (1階)  
神田市営住宅 3DK 1戸 (1・2階/メゾネット)  
大宮市営住宅 2LDK 1戸 (3階) ※単身可  
**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㎡) 1戸 家賃6万9千円/月  
**共通事項**  
**申込期間** 1月5日(月)～9日(金)  
**入居日** 2月1日(日)  
※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  
**間** 宅建とちぎ公営住宅管理センター  
〒218677

学校給食用物資納入業者募集

市内の学校給食調理場で使用する物資の納入は、公正、公平性を期するため、青果物、鮮魚、牛肉、豚肉、鶏肉、鶏卵、豆腐、こんにゃく、麺類およびその他調味料等の納入業者について、すべて指定希望申請書を提出した業者の中から選定することになっていきます。希望される場合は事前にホームページから申請書をダウンロードのうえ、次の期間に申請してください。  
業者選定は、申請書の内容や各調理場の評価・調査等から、物資の安全性、品質、安定供給、価格などを総合的に判断して決定します。



対象

・原則、市内に主たる事業所を有し、物資を納入できる方  
・市物品購入等入札参加者資格審査申請または小規模物品等契約希望者登録の手続きを済ませた方  
**物資納入期間** 令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)  
**申請** 1月7日(水)～20日(火) (土日祝日除く) 9時～12時および13時～17時に保健給食課(本庁舎4階)まで

間 保健給食課

〒212480

空き家発生予防講習会・相談会 参加者募集

空き家の適正管理や有効活用、発生予防について、専門家を講師に招き、講習会を開催します。講習会の後は、個別相談会も併せて実施します。自宅や実家のこれからを考える良い機会となりますので、ぜひご参加ください。

開催日時

第1回 1月20日(火) 10時～  
(個別相談会は11時～)  
第2回 1月24日(土) 10時～  
(個別相談会は11時～)  
第3回 1月28日(水) 10時～  
(個別相談会は11時～)  
第4回 1月31日(土) 10時～  
(個別相談会は11時～)

開催場所

第1回 市役所本庁舎(万町)4階401会議室  
第2回 きららの杜とちぎ蔵の街楽習館(栃木市市民交流センター/入舟町) 2階会議室  
第3回 市役所本庁舎 3階正庁B  
第4回 きららの杜とちぎ蔵の街楽習館(栃木市市民交流センター/入舟町) 2階会議室  
**対象** どなたでも  
**受講料** 無料  
**講師** 第1回、第2回 特定非

営利活動法人スマイル

第3回、第4回 栃木県宅地建物取引業協会  
※第1回と第2回、第3回と第4回は同一内容  
**申込** 直接または電話にて問合先へ(先着順)  
**間** 建築住宅課  
〒212452

催し

【小平浪平顕彰事業】小平浪平顕彰バスツアーの参加者を募集します



郷土の偉人・先人である小平浪平を顕彰するとともに、ものづくりへのこだわりや新規創業に向けての開拓者精神および郷土への愛着と誇りを醸成するため、小平浪平生誕地および日立オリジンパーク等の見学ツアーを実施します。  
**日時** 1月30日(金) 8時30分～17時(予定)  
**対象** 市内在住・通勤通学している方(小学生以上)  
※初めて参加される方を優先とします/参加者の家族の同伴も可能です/未成年者の場合は、保護者の同伴が必要です  
**定員** 40人(抽選制/最少催行人数25人)※抽選の結果は後日、

郵送にてお知らせします

**申込** 令和7年12月19日(金)9時～令和8年1月16日(金)17時に市ホームページや総合政策課窓口(本庁舎3階)にある参加申込書に必要事項を記入のうえ、総合政策課窓口へ直接提出、メールまたはFAXでの申込みも可能です。※電話・郵送でのお申込みは受け付けておりません/1グループ4人まで  
**見学先** 小平浪平生誕地(都賀町合戦場)、日鉱記念館(茨城県日立市)、日立オリジンパーク(茨城県日立市)  
**参加費** 1人2,500円(小学生は2,000円) ※昼食代、国内旅行傷害保険料等を含む  
**集合/解散場所** 栃木警察署跡地(室町) ※駐車可  
**備考** 大型バス1台でのツアーとなります。  
**間** 総合政策課  
〒212305  
**2026福引き開催in老人福祉センター**  
各園で新春福引きを開催します。  
**日時** 1月4日(日) 9時～  
**場所** 老人福祉センター泉寿園(今泉町一丁目)、長寿園(蘭部町2丁目)、福寿園(千塚町)  
**対象** どなたでも

費用 施設利用料のみ

申込 事前申込不要

**間** 老人福祉センター泉寿園  
〒273818(水曜休館日)  
老人福祉センター長寿園  
〒220333(木曜休館日)  
老人福祉センター福寿園  
〒313666(木曜休館日)  
**日時** 1月25日(日) 13時～16時  
**場所** 勤労者総合福祉センター(今泉町一丁目)  
**対象** おおむね30歳～45歳の独身勤労者男女  
**定員** 男女各10人(抽選制)  
**参加費** 男性3,000円 女性1,000円  
**女性限定特典**  
・婚活デビュー割(参加費無料)  
・早割12月26日(金)までの申込者先着6人 新春ハッピー占いに招待  
**申込** 1月10日(土)まで  
**間** 勤労者総合福祉センター  
〒27140

ふれあいパーティー  
君とのハルノヒ 未来が笑った

**新春イベント 開運手相占い**  
く午年の運気を上げる ハッピー占い  
**日時** 1月25日(日) 11時～15時

時

場所 勤労者総合福祉センター(今泉町一丁目)

**対象** どなたでも  
**定員** 10人(先着順)  
**参加費** 1,000円(個別相談)  
**申込** 受付中  
**間** 勤労者総合福祉センター  
〒27140

【地域計画】未来につなげる地域の田畑・集落を考える座談会

「地域計画」とは、今後も農業が続く、地域の田畑や景色、生活環境をよりよい形で次の世代に引き継いでいくために、未来の地域農業の姿について話し合い、地域で協力して何をしていくかについてまとめたものです。地域計画の実現に向けて、地域の実情を知る皆様の意見をぜひお聞かせください。

日時・場所

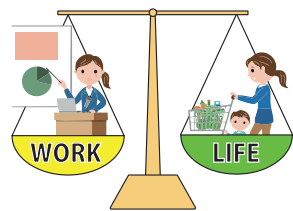
**大宮・栃木・国府地区**  
1月16日(金) 18時～ 国府公民館(惣社町) 中交流室  
**吹上・寺尾・皆川地区**  
1月26日(月) 18時～ 吹上公民館(吹上町) 大交流室  
**大平地域**  
1月20日(火) 18時～ 大平公

民館(大平町蔵井) 第1会議室  
**藤岡地域**  
1月21日(水) 18時～ 藤岡公民館(藤岡町甲) 大会議室1  
**都賀地域**  
1月15日(木) 18時～ 都賀公民館(都賀町原宿) 大会議室  
**西方地域**  
1月14日(水) 18時～ 西方公民館(西方町本城) 大会議室  
**岩舟地域**  
1月22日(木) 18時～ 岩舟公民館(岩舟町静) 講義室  
**対象** 農家の方、農地を所有している方、農業や地域の将来について関心・不安をお持ちの方(農家でない方も歓迎。お気軽にご参加ください)  
**内容** 地域農業の課題解決に向けてできること、地域の耕作状況の想像図である「目標地図」の見直しなど。また、各地域の課題解決に向けた地域の皆様のご意見・アイデアを募集します。2次元コードを読み込み、電子申請システムにより1月9日(金)までに意見をお寄せください。  
**間** 農業振興課  
〒212381

講座

女性活躍推進セミナー(あいおいニッセイ同和損害保険株式会社共催)開催

女性活躍を阻む要因(ジェンダーギャップ等)を紐解き、生産性低下や離職等を防止して働きやすい職場環境づくりやワークライフバランスの実現に向けて取り組むポイントを解説するセミナーを開催します。  
**日時** 1月19日(月) 14時～16時(受付開始は13時30分から)  
**場所** 栃木商工会議所 大ホール(片柳町2丁目)  
**対象** 市内に所在する企業の経営者・管理職・人事労務担当者  
**定員** 100人  
**費用** 無料  
**申込** 令和8年1月9日(金)までに、電子申請システムより申込  
**間** 商工振興課  
〒212371





ゆうゆうプラザ運動教室

健康維持を目的に運動教室を開催します。無料体験会も開催。詳細はゆうゆうプラザホームページをご覧ください。  
日時・内容 左表のとおり

曜日	教室名	体験会	開催日	時間	定員	費用
火	欲張りフィットネス	1/6	1/20・27、2/3・10、3/3・10	16時30分～17時15分	15人	3,600円
水	コグニ・ロコトレ	1/14	1/21・28、2/4・11・18、3/4	13時30分～14時15分	15人	
木	ZEROエアロ	1/8	1/15・29、2/12・26、3/12・26	19時15分～20時	15人	
金	初めてのヨガ	なし	12/26、1/9・23、2/6・13・20・27、3/6・13・27	10時～11時	25人	8,640円
金	アンチエイジングエクササイズ	1/9	1/16・30、2/13・27、3/13・27	19時～19時45分	15人	3,600円



栃木勤労青少年ホーム第3期定期講座

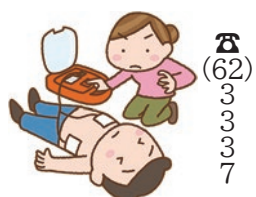
日時 左表の通り  
場所 栃木勤労青少年ホーム

曜日	講座名	定員	教材費	開講日・時間
月	日常会話を初歩から始める「初級英会話」	10人	無料	1/19～3/9 19時～21時(8回)
火	基礎体力アップ!「バドミントン」	20人	1,500円	1/13～3/3 19時～21時(8回)
水	初歩から始める「ソフトバレーボール」	20人	無料	1/21～3/11 19時～21時(8回)
水	スタイリッシュ・ヨガ	25人	無料	1/14～3/18 19時～21時(9回)
木	世界の音楽とともに踊る「ZUMBAフィットネス」	25人	無料	2/5～3/19 19時～21時(7回)
金	オリエンタル気分☆「ベリーダンス」	20人	無料	1/9～3/13 19時～21時(10回)
金	「手作りアート・シーグラス」講座 浜辺に打ち上げられた「ガラス」や「陶器」の破片を使って作る「シーグラスアート」講座	15人	1回700円	1/23～3/13 19時～21時(8回)
土	心と体のリフレッシュ♪「現代フラダンス・アウアナ」	20人	無料	1/10～3/14 19時～21時(10回)

(日ノ出町)  
対象 市内在住・在勤の15歳から40歳以下の方(学生は利用できません)  
申込 12月25日(木)から青少年ホームに来館しお申し込みください(先着順)  
受付時間…平日13時～21時、土曜17時～21時  
栃木勤労青少年ホーム  
〒223-113

普通救命講習会の受講者募集

目の前で人が倒れた。あなたならどうする?  
日時 2月22日(日) 9時～12時30分  
場所 渡良瀬遊水地ハートランド城(藤岡町藤岡)  
対象 原則市内在住・通勤通学している方(小学校高学年以上)  
定員 20人(先着順)  
費用 無料  
内容 心肺蘇生法(AEDを含む)・異物除去法・止血法  
申込 1月12日(月)～23日(金)の8時30分～20時に問合先へ電話にて  
問 藤岡分署 電話 3337



上級救命講習会

日時 1月17日(土)、18日(日)の2日間、両日とも9時～12時  
場所 都賀総合支所2階、都賀公民館中会議室  
対象 原則市内在住・通勤通学している方(小学校高学年以上)、2日間とも受講できる方  
定員 15人(先着順)

費用 無料

内容 AEDを用いた心肺蘇生法、気道異物除去法、止血法等  
申込 1月4日(日)～10日(土)の9時～20時に問合先へ電話にて



費用 無料

内容 ①嚔下機能、難聴の話②介護予防体操、脳トレ③低栄養予防の話  
持ち物等 筆記用具、眼鏡(必要な方)、飲み物、運動の日は動きやすい服装、タオル  
申込 1月23日(金)まで  
問 都賀地域包括支援センター 電話 1104

さわやか健康教室

住み慣れた地域でいつまでも元気でいきいきと生活するために、介護予防教室を実施します。  
日時 ①2月2日(月) ②20日(金) ③3月2日(月) 10時～11時30分  
場所 都賀公民館 多目的室  
対象 市内在住でおおむね65歳以上の方  
定員 25人  
費用 無料

スポーツ

移動ニュースポーツ体験館(藤岡)

☆藤岡地域に「ニュースポーツ体験館」がやってくる☆



現役整体師が教えるペアストレッチ講座①「首肩スッキリ」②「腰が軽くなる」  
日時 2月8日(日) ①10時～11時 ②11時15分～12時15分  
場所 勤労者総合福祉センター  
対象 どなたでも  
定員 ①②各20人(先着順)  
費用 500円(教材費)  
内容 ペア(セルフ)で行うストレッチ全体  
申込 1月10日(土)から  
問 勤労者総合福祉センター 電話 7140

色々なニュースポーツが楽しめるイベント「ニュースポーツ体験館」が、栃木市内を巡回! 1月は藤岡地域に行きます! バブルボール(風船のようなもの)を身に付けて行うサッカー「バブルサッカー」、木の棒を投げて木の棒を倒すだけの奥が深い「モルック」、パリンピック種目の「ボッチャ」など、色々なニュースポーツで遊ぶことができます!  
日時 1月18日(日) 13時30分～16時30分 ※お好きな時間にご来場ください。  
場所 藤岡中学校(藤岡町藤岡) 体育館・校庭 ※広報とちぎ令和7年8月号では「藤岡総合体育館」とご案内しましたが、「藤岡中学校」に変更となります。  
対象 どなたでも  
定員 なし ※混雑状況によっては、お待ちいただく場合もあります。  
費用 無料  
内容 バブルサッカー、モルック、ボッチャ、フライングディスクの体験  
持物 運動ができる格好、体育館シューズ、飲み物  
申込 事前申込不要  
当日受付あり(最終受付…16時)  
問 スポーツ課 電話 0930

第67回栃木県都市町対抗駅伝競走大会

歴史と伝統の都市町対抗駅伝競走大会。中学生から一般男女のランナーが、10区間約66kmの熱い戦いを繰り広げます。今大会も、昨年同様にカンセキスタジアムとちぎ(栃木県総合運動公園陸上競技場)とニッコークリエートスポーツワールドとちぎ(栃木市総合運動公園陸上競技場)を往復する大会です。  
また、栃木市総合運動公園内では、第18回栃木県小学生駅伝競走大会(10時スタート)も同時開催されます。

選手への温かい応援をお願いします。  
日時 1月25日(日) 雨天決行  
10時往路スタート カンセキスタジアムとちぎ 11時20分頃 都賀中学校 11時40分頃 往路ゴール ニッコークリエートスポーツワールドとちぎ  
12時30分復路スタート ニッコークリエートスポーツワールドとちぎ 12時50分頃 都賀中学校 14時10分頃 復路ゴール カンセキスタジアムとちぎ  
※大会当日は交通規制により道路の混雑が予想されます。ご理解とご協力をお願いします。  
問 スポーツ課 電話 0930





シルバー人材センター入会説明会

日時	場所
1月5日(月) 13時30分～ 1時間程度	北部事業所（都賀町原宿） 南部事業所（藤岡町大前） 大平作業所（大平町西野田）
1月6日(火) 13時30分～ 1時間程度	栃木センター（入舟町） 岩舟作業所（岩舟町下津原）

市内在住で働く意欲のある 60 歳以上の方  
栃木センター ☎（23）4165 ※入会を希望される方は必ず入会説明会にご出席ください。

シルバー人材センター羽物研ぎ

日時	場所
1月21日(水) 9時～12時	きららの杜とちぎ蔵の街 楽習館 駐車場西側 (栃木センター作業室前)
1月28日(水) 9時30分～12時	大平作業所 (大平町西野田)

※申込は 11 時 30 分まで  
費 包丁類 400 円～・刈込はさみ 600 円～  
栃木センター ☎（23）4165

2026 年度 留学プログラム 参加者募集！！

本市の姉妹都市アメリカインディアナ州エバンズビル市との交流の一環として、州立南インディアナ大学で学びながら、南インディアナ日本人補習校で、現地日本人駐在員の子弟に勉強を教えていただく留学プログラムの参加者を募集します。  
留学期間 1 年間（延長可）  
募集人数 4 ～ 6 人  
応募資格 短大卒業または 4 年制大学の 2 年次終了以上 ※年齢制限はありません  
英語能力 TOEFL のスコアが大学で規定された点数以上であること  
大学負担費用 2026 年度見積額は学部コースの場合、年間 31,127 ドル（授業料、給費等）  
本人負担費用 2026 年度見積額は学部コースの場合、年間 22,340 ドル + 諸費用（教材費、健康保険費、住居費、食費等）  
国際交流協会ホームページより、申込方法をご確認のうえ、1 月 10 日(土)までに応募用紙を入手し、1 月 30 日(金)までにお申込ください。  
国際交流協会 ☎（25）3792

藤岡地域のどんど焼き

年間の無病息災・家内安全等を願う「どんど焼き」を実施します。※環境への配慮のためプラスチックや金具類の取外しにご協力ください。  
時 1 月 17 日(土)（荒天時は翌 18 日(日)に延期）正月飾り回収 10 時～12 時（時間厳守）どんど焼き 13 時 30 分～  
場 藤岡総合体育館南側公園（藤岡町藤岡）

ハートランドまちづくり隊 山士家 ☎（61）2310

令和 8 年度栃木県地球温暖化防止活動推進員募集中！

県では、温暖化防止につながる地域活動ボランティアで行う地球温暖化防止活動推進員を募集しています。大学生の方も大歓迎！まずは事前研修会を実施しますので、知識に自信のない方も安心してご応募ください。  
対（①～④全てを満たす方）①栃木県内在住 ②満 18 歳以上（令和 8 年 4 月 1 日現在） ③地球温暖化対策のための活動に熱意と識見を有し、地域で活動できる方④事前研修を修了した方【任期】令和 8 年 4 月 1 日～令和 10 年 3 月 31 日（2 年間）  
申 推進員希望者を対象とした事前研修の参加が必要になります。県ホームページ（2 次元コード）をご確認のうえ、1 月 19 日(月)までに栃木県地球温暖化防止活動推進センター宛てお申し込みください。  
栃木県地球温暖化防止活動推進センター ☎028-673-9101  
stochi@tochieco.jp

蔵の街ビブリアバトル in 栃木図書館西方館

時 1 月 24 日(土) 14 時～15 時 30 分  
場 西方公民館（西方町本城）会議室  
対 どなたでも  
定 8 人（先着順）  
費 無料  
内 文学作品を読んで感動したことを伝え、その作品をぜひ読んで欲しいというお勧めのスピーチを競う大会。開催後、交流会あり。  
申 12 月 20 日(土)～  
問 図書館西方館 ☎（92）2512

小学生の「茶道体験」

時 1 月 24 日(土) 10 時～11 時 30 分  
※集合 9 時 45 分～  
場 大平ふるさとふれあい館(大平町真弓)和室  
対 市内在住の小学生と保護者（小学生のみの参加も可）  
定 20 人（先着）  
費 300 円（当日）  
内 お茶の飲み方・作法についてなど  
申 12 月 22 日(月)～ 電話または窓口にて  
問 社会福祉協議会大平支所 ☎（43）0294

看護職・看護補助者のための就職相談会（栃木県委託事業）

時 1 月 31 日(土)13 時 30 分～15 時 30 分  
場 公益社団法人栃木県看護協会 研修センター  
対 求人施設 200 床以下の病院、診療所、介護施設、訪問看護ステーション等  
求職者 看護職、看護学生、看護補助者ご希望の方

望の方  
内 履歴書・職務経歴書の書き方のポイント、面接時の注意点、個別相談、ハローワーク相談、キャリアコンサルタント相談、ナースセンターブース  
詳しくは栃木県看護協会ホームページ（2 次元コード）をご覧ください（当日参加も OK です。託児の準備もあります）  
問 公益社団法人 栃木県看護協会 ☎028-625-6141

令和 7 年度 人権講演会

時 2 月 3 日(火) 14 時～15 時 40 分  
場 栃木保健福祉センター レクリエーションルーム  
対 市内在住の方  
定 40 人（先着順）  
費 無料  
内 学校では教えてくれない差別と人権の話  
申 1 月 13 日(火)～お電話にて  
問 社会福祉協議会 ☎（22）4457

五士会無料相談会

時 2 月 8 日(日) 10 時～12 時／13 時～15 時（最終受付：14 時 30 分）  
場 宇都宮文化会館（宇都宮市明保野町）第 1 会議室  
費 無料  
内 弁護士・公認会計士・税理士・司法書士・不動産鑑定士の業務に関する相談  
※相談時間は原則、1 組 30 分以内／先着順  
問 公益社団法人 栃木県不動産鑑定士協会 ☎028-639-0556

「海浜あんこう吊るし切り」参加者募集

時 2 月 14 日(土)～15 日(日)  
場 とちぎ海浜自然の家（茨城県鉾田市）  
対 栃木県に在住の方  
定 約 120 人（30 組）  
費 大人 7,900 円 高校生 6,200 円 中学生 5,300 円 小学生 4,800 円 4 歳以上 4,200 円 3 歳 2,800 円 3 歳未満 500 円  
内 あんこうの吊るし切り、おまつり広場、つぼ焼きいも など  
申 令和 7 年 12 月 15 日(月)～令和 8 年 1 月 12 日(月)  
問 とちぎ海浜自然の家 ☎0291-37-4004

パソコン・スマホ教室の受講生募集

おおひらパソコンクラブでは、高齢者向けのパソコン・スマホ教室を開催しています（原則月 2 回、20 日間／年）。4 月開講の講座の受講生を募集します。ご連絡をお待ちしています。  
場 大平公民館（大平町蔵井）  
定 各講座 20 人（応募者多数の場合、抽選）  
費 入会費 1,000 円、年会費 3,000 円、教材費（別途）

教材費（別途）  
内 講座内容（7 講座）Word 基礎、Word 実用、Excel 基礎、Excel 実用、グーグル活用、お絵かき、スマホ  
講座時間 9 時 30 ～ 11 時 30 分、13 時 30 分～15 時 30 分  
申 2 月 20 日(金)まで ※1 人あたり 2 講座まで申込可能  
問 おおひらパソコンクラブ ☎090-4398-5434（藤本）

第10回エンジョイ絆駅伝・親子マラソン大会

時 2 月 28 日(土) 少雨決行 ※中止の場合は、当日 6 時にホームページに掲載  
場 大平運動公園特設周回コース（1 周 1.2 k m）  
内 受付 8 時 50 分～9 時 20 分(大平運動公園第 1 多目的運動広場) ※選手変更申請  
開会式 9 時 30 分～  
①絆駅伝 スタート 10 時（第 1 多目的運動広場西側付近）

関東どまんなかサミット情報

古河市（茨城県）  
平成館「ウィンターシーズン限定宿泊プラン」

期間 2 月 28 日(土)まで  
費用 大人 1 人 8,500 円（1 泊 2 食付き）  
※小中学生・幼児も別途承ります。

申込期限 2 月 26 日(木)  
問 サンワ設計ネーブルパーク平成館 ☎0280（91）2080

加須市（埼玉県）  
不働ヶ岡不動尊總願寺節分会の鬼追い豆まき

長さ 3 m、重さ 30 kg の大松明を掲げた赤鬼、剣を持った青鬼、こん棒を抱えた黒鬼が不動堂の回廊を駆け回り、無病息災・家内安全・商売

②親子マラソン スタート 11 時頃 親子等 2 人一緒に 1.5 k m  
申 2 月 19 日(木) までに参加申込書を栃木スポーツネット事務局（大平南体育館）に持参、または Fax かメール（申込書は事務局かホームページからダウンロード）  
問 栃木スポーツネット事務局 ☎・FAX（25）6275  
ohira-sportsnet@cc9.ne.jp

少林寺拳法 スポーツ少年団募集

思いやりと勇気の両方を持ち、行動できる人を育てます。突き・蹴り、掴まれた場合に抜いたり投げたりして対処する護身術。親子、孫と一緒に体を動かしませんか？見学可。詳細は問合先へ。  
時 毎週土曜日 14 時～16 時  
場 マルワ・アリーナとちぎ（栃木市総合体育館）柔道場  
対 小学 1 年生～高校 3 年生（親子での入会可） ※一般の方は別途相談

問 少林寺拳法 栃木巴波川スポーツ少年団 ☎090-3531-3346（富山）



近隣市・町の情報をご紹介

板倉町（群馬県）  
板倉町文化協会芸術鑑賞会  
北村姉妹 with 和楽器ユニット和響

「伝統と洗練された音の融合」をコンセプトに、日本人の魂を揺さぶる迫力と感動のステージを体感してください。  
日時 1 月 17 日(土)14 時開演  
場所 板倉町中央公民館（板倉町大字板倉 2698）  
入場料 1,500 円  
問 板倉町中央公民館 ☎0276（82）2435

野木町（栃木県）  
TOWN-NOGI イルミネーション 2025

期間 1 月 31 日(土)まで  
時間 日没後(17 時前後)～24 時  
場所 JR 野木駅前東西ロータリー ※車で来場の際は、有料駐車場をご利用ください。  
問 野木町観光協会 ☎0280（57）4153

## いたくら会計

板倉聡公認会計士・税理士事務所

関東信越  
税理士会所属

### 板倉公認会計士事務所

公認会計士・税理士 板倉 聡

税理士・  
行政書士

板倉 優

公認会計士

日向野 司

税理士

松嶋 央行

税理士

大島 康

〒328-0125 栃木市吹上町691-1 TEL0282(31)3682・FAX0282(31)3683 E-mail:itakuras@ita-trust.jp

謹賀新年

# ぜん

ぎゃらりい ぜん株式会社  
〒328-0037 栃木県栃木市後町7-15(銀座通り)  
TEL.0282-25-0017 FAX.0282-20-3217  
OPEN:水～日/10:00～18:00 CLOSE:月・火  
http://www.galleryzen.co.jp/

買取

日本画・洋画・掛軸・陶磁器・木竹工芸品・ガラス工芸品・骨董品・茶道具・古銭・切手その他 どうぞお気軽にご相談ください



## 児童館・支援センターのお知らせ

日時 場所 対象 内容 定員 費用 持ち物 申込



施設名	各施設からのお知らせ・今月の主な行事
<b>いまいずみ児童館</b> <b>☎</b> (27) 5322 9時～17時・水曜祝日休	冬休みイベント～作って遊ぼう！ブンブンごま作り～ <b>時</b> 1月6日(火) 10時～11時30分 <b>定</b> 30人(先着順)★詳細、その他イベントはHP、Instagramををご確認ください。 1月は豆まき会も予定しています
<b>そのべ児童館</b> <b>☎</b> (20) 6231 9時～17時・木曜祝日休	新春福引き <b>時</b> 1月5日(月) 10時～ <b>定</b> 50人 <b>きねんび☆photo</b> <b>時</b> 1月7日(水) 9時30分～ <b>かわいい鬼に変身!</b> <b>時</b> 1月10日(土) ～ <b>べたべたひろば</b> <b>時</b> 1月13日(火) 9時30分～ <b>親子ピクス</b> <b>時</b> 1月19日(月) 10時～★予約等、詳しくはHPをご覧ください
<b>はこのもり児童センター</b> <b>☎</b> (24) 4034 9時～19時・水曜祝日休	<b>お正月あそび☆2026</b> <b>時</b> 1月4日(日)～6日(火) 開館時間内自由参加 <b>定</b> 一部人数制限有り <b>節分☆スティック鬼飾り</b> <b>時</b> 1月25日(日) ①14時～②15時～ <b>定</b> 各10人(計20人) <b>申</b> 当日9時開始(電話可) ☆ <b>共通事項</b> ①18歳未満(未就学児は保護者同伴)
<b>地域子育て支援センター(とちぎ)</b> <b>☎</b> (23) 2740 9時～16時30分・土日祝日休	<b>子育て講座「親子リトミック」</b> <b>時</b> 1月16日(金)10時～11時30分 <b>定</b> 歩行可能なお子さん <b>申</b> 12月22日(月)9時～ <b>ほんわかタイム</b> <b>時</b> 1月20日(火)10時～11時 <b>定</b> 0歳児 <b>内</b> 離乳食について <b>申</b> 12月23日(火)9時～ <b>支援センターデビューの日</b> <b>時</b> 1月29日(木)10時～11時 <b>定</b> 初利用者 <b>申</b> 1月6日(火)9時～
<b>認定こども園さくら子育て支援センター ゆめふうせん</b> <b>☎</b> (24) 3900 9時～15時・土日休	<b>新年フォト</b> <b>時</b> 1月9日(金) <b>親子で楽しむリトミック</b> <b>時</b> 1月14日(水) <b>あべ先生の子育て相談</b> <b>時</b> 1月19日(月) <b>英語で遊ぼう! レッツABC</b> <b>時</b> 1月21日(水) <b>わくわく給食</b> <b>時</b> 1月23日(金) <b>先生のよみきかせ</b> <b>時</b> 1月26日(月) <b>節分製作&amp;豆まき</b> <b>時</b> 1月30日(金)
<b>認定こども園お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</b> <b>☎</b> (27) 8890 9時～14時・土日祝日休	<b>親子で楽しみましょう～絵本大好き!～</b> <b>時</b> 1月26日(月) <b>みんなでおめでと! ハーフ・1・2・3 t h パースディ</b> <b>時</b> 1月23日(金) <b>ポッケ広場</b> 日程、詳細はHPをご覧ください、お電話ください ☆ <b>共通事項</b> <b>時</b> 10時30分～ <b>申</b> 平日9時～15時
<b>けやき保育園子育て支援センターきらり</b> <b>☎</b> (23) 8905 10時～15時・土日祝日休	<b>ベビーマッサージ</b> <b>時</b> 1月14日(水)10時30分～ <b>定</b> 1歳まで <b>定</b> 8組 <b>持</b> ベビーオイル、バスタオル <b>あしがたあーと</b> <b>時</b> 1月21日(水)、28日(水) 10時～ <b>えほんの日</b> <b>時</b> 1月22日(木)10時30分～ <b>うんどうあそび</b> <b>時</b> 1月22日(木)11時20分～ <b>未就学児 お誕生会</b> <b>時</b> 1月29日(木)10時30分～ <b>定</b> 1月生まれの未就学児
<b>とちぎおもちゃ図書館・子育て支援センターたんぽぽ</b> <b>☎</b> (51) 3475 10時～12時、12時30分～15時30分・土(第1・3・5)日祝日休	<b>節分イベント</b> <b>時</b> 1月23日(金)10時30分～11時30分 <b>場</b> 栃木保健福祉センターレクリエーション室 <b>定</b> 未就学児の親子 <b>内</b> 節分製作、豆まきごっこ <b>定</b> 10組 <b>申</b> 初参加の方優先、1月6日(火)までに来館して申込 ☆ <b>お知らせ</b> 12月26日(金)～1月4日(日) 冬季休館
<b>地域子育て支援センターおおひら</b> <b>☎</b> (43) 1134 9時～16時・月曜祝日休	<b>ころころ広場</b> <b>時</b> ①2月3日(火) ②17日(火) <b>申</b> 1月9日(金) ～ <b>あかちゃんサロン</b> <b>時</b> 2月5日(木) または12日(木) <b>申</b> 1月14日(水) ～ <b>ツイズサロン</b> <b>時</b> 2月18日(水) <b>定</b> 双子ちゃんと保護者 <b>申</b> 1月14日(水) ～ ★詳細はHPをご覧ください
<b>大平児童館</b> <b>☎</b> (43) 2350 8時30分～17時30分 (7・8月は18時)・月曜祝日休	<b>わいわい広場</b> <b>時</b> ①1月16日(金)②30日(金)10時30分～ <b>定</b> 乳幼児の親子 <b>内</b> ①節分工作②節分クッキング <b>費</b> ①100円②300円 <b>申</b> 1月9日(金)～(②1月18日(日)まで) <b>タッチケア(ベビーマッサージ)</b> <b>時</b> 1月23日(金)10時30分～ <b>費</b> 100円※初回参加者+100円 <b>申</b> 1月16日(金)～
<b>大平みなみ児童館</b> <b>☎</b> (43) 9880 8時30分～17時・月曜祝日休	<b>ハッピーくじ</b> <b>時</b> 1月4日(日)～7日(水)9時～16時30分 <b>定</b> 18歳未満(乳幼児は保護者同伴) <b>内</b> ガチャマシン(お菓子おみくじ)で新年の運勢を占おう※無くなり次第終了 <b>こどもクッキング(雪だるまケーキ)</b> <b>時</b> 2月7日(土)10時 <b>定</b> 小学生 <b>申</b> 1月10日(土)9時
<b>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</b> <b>☎</b> (20) 0808 9時30分～14時30分・土日祝日休	<b>赤ちゃん食堂</b> <b>時</b> 1月31日(土) 10時～13時 <b>定</b> 10組 <b>申</b> 12月25日(木) 9時30分～ ★行事の詳細やその他の行事・変更等はフォレストキッズ保育園HPをご覧ください
<b>認定こども園おおひらふじ幼稚園子育て支援センターおおひらふじ</b> <b>☎</b> (43) 3665 9時～14時・土日祝日休	<b>身体測定/12月・1月生まれお誕生会</b> <b>時</b> 1月20日(火) <b>親子体操</b> <b>時</b> 1月27日(火) 10時～ <b>申</b> 詳細はHPをご覧ください。平日9時～14時まで支援室や園庭の開放を行っています。事前予約の上、ぜひ遊びにお越しください
<b>地域子育て支援センターふじおか</b> <b>☎</b> (62) 5011 9時～16時・土日祝日休	<b>お正月週間</b> <b>時</b> 1月5日(月)～9日(金) <b>申</b> 不要 <b>身体測定の日</b> <b>時</b> 1月5日(月)10時～ <b>申</b> 不要 <b>はじめての語りべ</b> <b>時</b> 1月16日(金)10時30分～ <b>申</b> 12月25日(木) 9時～ <b>節分製作</b> <b>時</b> 1月23日(金)10時30分～ <b>申</b> 12月25日(木) 9時～
<b>認定こども園ふじおか幼稚園子育て支援センター もりのカフェ</b> <b>☎</b> (61) 1152 10時～15時・土日祝日休	ここでしか経験できない有名スイーツ店とのコラボクッキング ワークショップや親子お出かけイベントなど、イベントが盛りだくさん! ★詳細・受付は公式LINEにて!
<b>認定こども園バンビ幼稚園子育て支援センターバンビーニ</b> <b>☎</b> (62) 5431 9時～15時・土日祝日休	<b>お正月あそび♪</b> <b>時</b> 1月14日(水) 11時～ <b>冬制作♪</b> <b>時</b> 1月21日(水) 11時～ ☆ <b>共通事項</b> <b>場</b> バンビ幼稚園 <b>内</b> 未就学児と保護者 <b>持</b> 特にありません <b>申</b> 事前申込みは不要です。詳細はHP・LINEをご覧ください
<b>地域子育て支援センターつが</b> <b>☎</b> (27) 2122 9時～16時・土日祝日休	<b>季節の製作</b> <b>時</b> 1月8日(木) 10時～ <b>手形・足形アート</b> <b>時</b> 1月15日(木) 10時～ <b>1歳からのリトミック</b> <b>時</b> 1月22日(木) 10時～ <b>定</b> 1歳以上～ <b>12・1月生まれの誕生会</b> <b>時</b> 1月28日(水) 10時～ <b>申</b> 12月22日(月) 9時～ ★詳細はHPをご覧ください
<b>地域子育て支援センターにしかた</b> <b>☎</b> (92) 2900 9時～17時・土日祝日休	<b>季節の壁掛制作</b> <b>時</b> 1月7日(水) 10時30分～ <b>1・2月誕生会、えほんのよみきかせ</b> <b>時</b> 1月14日(水) 10時30分～ <b>節分製作</b> <b>時</b> 1月21日(水)・22日(木) 10時30分～ <b>定</b> 未就学児と保護者 <b>申</b> 要申込 ★詳細はHPをご覧ください
<b>地域子育て支援センターいわふね</b> <b>☎</b> (55) 7920 9時～16時・土日祝日休	<b>骨盤ケア</b> <b>時</b> 1月14日(水) 10時～ <b>持</b> 汗拭きタオル・飲み物・動きやすい服装 <b>ハッピー子育て講座(己書)</b> <b>時</b> 1月21日(水) 10時～ <b>内</b> 親子の絆を育む自由に描く心の書 ☆ <b>共通事項</b> 両講座共に託児となります ★詳細はHPをご覧ください



## こども家庭センターからのお知らせです

場所:今泉町2丁目1番40号  
(栃木保健福祉センター2階)  
開館時間:8時30分～17時15分  
(土・日・祝日・年末年始を除く)

## こども家庭センター相談窓口愛称決定記念講演会

## パパママ必見!ぐんぐん伸ばす関わり方 ～脳科学で読み解く、こどものすごい可能性～

講師:東京大学大学院総合文化研究科特任研究員 脳科学者 恩蔵 絢子 氏

**日時** 2月1日(日) 13時45分～15時30分(13時15分開場)  
**会場** 岩舟文化会館(コスモスホール/岩舟町静)  
**対象** 子育てをしている保護者/これから妊娠出産を控えている方とご家族/子育て支援関係者/その他 ※市外にお住まいの方も参加いただけます

**費用** 無料  
**申込** 2次元コードまたは電話にて  
**問** こども家庭センター☎(25) 3505



## おやこ保育園で一緒に遊ぼう

保育士が子どもたちと遊んだり、保護者の悩みなどの相談に応じたり、「保育園」形式の子育て支援を実施します。

**日時** 1月13日・27日、2月10日・24日、3月10日  
 ※各日とも火曜日 10時30分～11時30分

**場所** 市役所本庁舎(万町)1階市民スペース  
**対象** 未就学児の親子 **費用** 無料 **申込** 不要  
**主催** 栃木市民間保育園連絡協議会  
**問** こども園さくら☎(24) 3900



Happy  
子育て  
126

## 時には自分ファーストで!

生涯学習課 ☎(21) 2490

みなさんが子どもの頃、親に望んでいたことは何でしたか? 「いい学校に入れてほしい。」「もっと習い事をさせてほしい。」とは思っていなかったでしょう。きっと「もっと一緒に笑ってほしい。」「楽しく過ごしたい。」と思っていたのではないのでしょうか。

子どものことが常に最優先になってしまうと、心に余裕がなくなり、ガミガミと怒ることも増え、どんどん自分自身が疲弊していってしまいます。お子さんが楽しそうで、朗らかに子育てをされている親御さんは、よい意味でどこかいい加減(いい案配)で、自分ファーストです。それが結果的に、否定したり焦ったりしない子育てにつながり、子どもに自由な時間を与えることにもつながっていきます。子どもにとって本当に大切なのは、子どもが自分自身を信頼できるかどうかです。人並み以上の教育を与えることよりも、「私(僕)ならできる!」と子どもが自分自身を信じられるように、まずは親が心から子どもを愛し、信頼することが大切です。

ぜひ、「見守る」子育てを心がけながら、子どもと一緒に笑って過ごす時間を大切にしてください。



## 今月のPick Up!

## 大平みなみ児童館



大平町西水代 1704-4  
 ☎(43) 9880  
 8時30分～17時・月曜祝日休

大平みなみ児童館では、主に小学生対象の季節イベントや、2歳前後のお子さんを対象とした「幼児クラブ」を通年で行っています。また、年に一度「こどもまつり」を盛大に開催しています。イベント以外でも、18歳未満のお子さんと保護者の方はどなたでも利用できますので、たくさん遊びに来てください!お待ちしております!





★はこども家庭センター ☎(25)3505  
♥は健康増進課 ☎(25)3511

## 乳幼児健診・健康相談等のご案内

★ 1 月の乳幼児健診		
※個別通知で案内した時間にお越しください。		
日	曜日	地域（会場）
4 か月児健診		
21	水	栃木（栃木保健福祉センター）
23	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
9 か月児健診		
15	木	栃木（栃木保健福祉センター）
23	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
1 歳 6 か月児健診		
8	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）
20	火	栃木（栃木保健福祉センター）
26	月	栃木（栃木保健福祉センター）
3 歳児健診		
9	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
19	月	栃木（栃木保健福祉センター）
27	火	栃木（栃木保健福祉センター）

♥健康相談・栄養相談・禁煙相談		
食生活や生活習慣の見直し、禁煙などについて 管理栄養士や保健師がご相談に応じます。相談 場所や日時などはご相談ください。 お電話でもお受けします。		

## 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（境町） ☎（22）8699

**診療時間等** 平日（月～土） 内 科 19 時～22 時  
休日（日曜日、祝休日、年末年始） 内 科 9 時～21 時  
※必ず、受診前に電話確認をお願いします。 外 科 9 時～17 時  
症状により、時間や注意点をお伝えします。小児科 18 時～21 時  
当番医（右表）は変更になる場合もあります。症状によっては、急患センターでの対応が 困難な場合があります。  
※受付は、診療時間終了 30 分前までにお済ませください。

急患センター終了後、問合先

栃木市消防本部 月～土曜日の 22 時以降 ☎(22)0119  
日曜・祝休日・年末年始の 21 時以降 ☎ 050-1808-9939（音声ガイダンス）

年末年始の休日歯科診療

事前に電話連絡のうえ、受診してください。

診療日	診療場所	電話番号
12 月 30 日（火）	四季の森デンタルクリニック（国府町）	☎（29）1818
12 月 31 日（水）	鎌田歯科医院（万町）	☎（22）0430
1 月 1 日（木）	添野歯科クリニック（泉町）	☎（22）1574
1 月 2 日（金）	蔵の街歯科医院（片柳町 2 丁目）	☎（24）4182
1 月 3 日（土）	あおば歯科クリニック（片柳町 2 丁目）	☎（25）1100
1 月 4 日（日）	町田歯科医院（藤岡町藤岡）	☎（62）2439

とちまる救急安心電話相談

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** ☎ 028-623-3511 プッシュ回線の場合 # 8000

**大人（おおむね 15 歳以上）** ☎ 028-623-3344 プッシュ回線の場合 # 7119  
月～金曜 16 時～翌朝 10 時 / 土・日・祝休日 24 時間（10 時～翌朝 10 時）

医療情報ネット

医療機関の情報を提供。

ホームページ「医療情報ネット」で検索



★ Hello 赤ちゃん教室（妊婦さんと家族向け）		
※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
妊婦体験、助産師の話、栄養士の話など	1 月 25 日（日）	栃木保健福祉センター

★子育て広場（乳幼児）※ 10 時～11 時の間に会場まで直接お越しください		
育児相談、離乳食・幼児食相談、 歯科相談、身体計測、親子あそび	1 月 6 日（火） 2 月 3 日（火）	栃木保健福祉センター

★離乳食教室 ※事前に電話にて申込みください		
離乳食の進め方、与え方、各月齢の お口の様子、歯みがきの仕方	1 月 13 日（火）	栃木保健福祉センター

こどもの医療相談				
お子さまの発達や学校生活等について医師が相談に応じます。 ※予約制です。事前に、こども家庭センター☎(20)7705 までご連絡ください				
月	日	曜日	会場	相談時間
1	20	火	栃木保健福祉センター	① 13 時～② 14 時～ ③ 15 時～④ 16 時～
	27			

♥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。※事前に問合先まで（予約制）			
月	日	曜日	会場
1	22	木	大平ゆうゆうプラザ
	27	火	栃木保健福祉センター
相談時間			
① 13 時 30 分～ ② 14 時 30 分～ ③ 15 時 30 分～			

1 月の当番医師（栃木地区急患センター）

1	木	獨協医大医師 / 17 時～青木(虎)(青木医院) 青木(虎)(青木医院) / 小児:獨協医大医師
2	金	黒木(知)(くろき内科クリニック) 後藤(城西病院) / 小児:獨協医大医師
3	土	金子(金子内科医院) 石川(柴病院) / 小児:獨協医大医師
4	日	獨協医大医師 / 小児:獨協医大医師 中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
5	月	石川(柴病院)
6	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
7	水	獨協医科大学病院医師
8	木	金子(金子内科医院)
9	金	獨協医科大学病院医師
10	土	青木(虎)(青木医院)
11	日	獨協医科大学病院医師 後藤(城西病院) / 小児:獨協医大医師
12	月	獨協医科大学病院医師 鈴木(紀)(すずきクリニック) / 小児:獨協医大医師
13	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
14	水	獨協医科大学病院医師
15	木	金子(金子内科医院)
16	金	青木(虎)(青木医院)
17	土	古清水(なかつぼクリニック)
18	日	金子(金子内科医院) 石川(柴病院) / 小児:獨協医大医師
19	月	石川(柴病院)
20	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
21	水	前田(城西病院)
22	木	金子(金子内科医院)
23	金	獨協医科大学病院医師
24	土	前田(城西病院)
25	日	獨協医大医師 / 17 時～青木(虎)(青木医院) 青木(虎)(青木医院) / 小児:獨協医大医師
26	月	石川(柴病院)
27	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
28	水	秋元(秋元クリニック)
29	木	金子(金子内科医院)
30	金	小林(こばやしクリニック)
31	土	獨協医科大学病院医師

※日・祝下段：外科、その他：内科



# オーラルフレイルを予防しよう

「オーラルフレイル」とは、歯と口の機能が衰えた状態のことです。オーラルフレイルによって噛む力が弱まると、食欲低下、低栄養、「フレイル（虚弱）」へと進行し、全身機能の低下につながります。



5 つのうち、2 つが該当するとオーラルフレイルです（参考：Of5 Oral Frailty 5-item Checklist）

- ①自身の歯は 20 本未満である
- ②半年前と比べて硬い物が食べにくくなった
- ③お茶や汁物等でむせることがある
- ④口の渇きが気になる
- ⑤普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがある



## 「オーラルフレイル」を予防するための 2 つのケア

### プロフェッショナルケア

歯とお口全体の健康状態を診てくれる「かかりつけ歯科医」を持ち、年に数回は定期健診やケア方法の指導を受けましょう



### セルフケア

- ・歯の清掃（歯ブラシ、歯間ブラシ、義歯の手入れ等）
- ・お口の体操（長めのブクブクうがい等）
- ・よく噛む（1 口につき 30 回噛む、ガムを噛む等）

栃木市では、自治会等のグループに対する出前講座において、オーラルフレイルの予防方法を詳しくお話しています。ご希望がある場合は、ぜひお気軽にお問い合わせください。

☎ 健康増進課 ☎(25)3511

## ■とちぎメディカルセンター市民公開講座～こどもの健康を考える～

- 日時** 2 月 14 日（土）14 時 30 分～16 時 30 分（開場 14 時）  
**場所** とちぎ岩下の新生姜ホール（栃木文化会館／旭町）小ホール  
**内容** ①「小児の胸痛について」  
とちぎメディカルセンターしもつが 小児科 医長 國分 文香 氏  
②「インターネット・ゲーム障害について学ぶ」  
獨協医科大学 小児科学 教授 今高 城治 氏  
③「みんなが知らない小児アレルギーの基本」  
自治医科大学 小児科学講座 助教 小太刀 豪 氏

**費用** 無料

**申込** 事前申込不要

☎ 一般財団法人とちぎメディカルセンター総合連携推進部 ☎（20）1281



## 集団検診（受診には予約が必須です）

☎ 健康増進課 ☎(25)3511

集団検診日程（受付時間 8 時～11 時） ～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
1	5	月	栃木保健福祉センター	女	1	22	木	栃木保健福祉センター ※2	女
	6	火	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女		27	火	都賀総合支所 2 階（新庁舎）	男女
	7	水	栃木保健福祉センター	男女		28	水	栃木保健福祉センター	男女
	8	木	栃木保健福祉センター	男女		29	木	栃木保健福祉センター	女
	10	土	大平ゆうゆうプラザ	女		30	金	大平ゆうゆうプラザ	男女
	11	日	栃木保健福祉センター	男女	2	31	土	栃木保健福祉センター	男女
	13	火	北部ゆったり～な	男女		1	日	大平ゆうゆうプラザ	男女
	14	水	栃木保健福祉センター	男女		7	土	栃木保健福祉センター	男女
	20	火	大平ゆうゆうプラザ	女		9	月	栃木保健福祉センター	男女
	21	水	藤岡保健福祉センター ※1	男女					

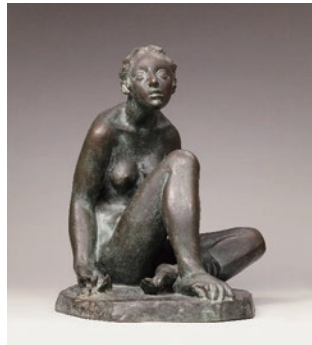
※1 上履きと下足入れ用の袋をご持参ください。

※2 1/22 は託児サービスを実施します。（完全予約制となります。詳しくはけんしんガイドブックをご覧ください。）





鈴木賢二《花》栃木市立美術館蔵



鈴木徹《花を持つ娘》栃木市立美術館蔵

## 企画展 鈴木賢二と徹

1月10日(土)～3月22日(祝・日)

本市ゆかりの彫刻家であり版画家の鈴木賢二と、賢二の長男で彫刻家の徹は、彫刻と木版画という、彫り刻む営みの中から、人間愛に満ちた作品を作り続けました。本展覧会は、彼らの芸術を生んだ栃木の地の特性と時代背景を考察し、二人の作品を展示します。

**開館時間** 9時30分～17時(入館は16時30分まで)

**休館日** 月曜日(月曜日が祝日の場合は開館)1月13日(火)、2月12日(木)、24日(火)

**観覧料** 一般・大・高生800円(640円)／中学生以下無料

※( )内は20名以上の団体料金／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助者1名は無料／「家庭の日」の第3日曜日は中学生以下の子どもの同伴者2名まで観覧無料

### 学芸員によるギャラリートーク

**日時** 1月10日(土)14時～(1時間程度)

**場所** 展示室A

**対象** どなたでも(小学生以下は保護者の同伴必須)

**参加費** 無料(当日の企画展観覧券が必要です)

### 思い出すまに：鈴木賢二と徹との暮らし

鈴木賢二と徹のご遺族より、芸術家一家の暮らしについてうかがいます。

**語り手**：鈴木解子氏、根本夏代氏／**聞き手**：杉村浩哉(栃木市立美術館館長)

**日時** 1月24日(土)14時～(1時間程度)

**会場** きららの杜とちぎ楽習館(栃木市民交流センター) 大交流室

**対象** どなたでも(小学生以下は保護者の同伴必須) **参加費** 無料

**定員** 100人(先着順) **申込** 1月10日(土)10時～電話にて



スポーツ課 ☎ (25)0930

栃木市民スポーツ応援団 **ストロベリーハーツ**  
メンバー募集中!



X(旧 Twitter)



入会フォーム

### 栃木ゴールデンブレーブス

みかたはると  
三方陽登選手 NPB ドラフト指名



三方陽登選手が10月に開催されたプロ野球ドラフト会議において、オリックス・バファローズより育成1巡目指名を受けました。三方選手の今後の活躍をご期待ください。

◀ 三方陽登選手

### “小学生向け”初心者スポーツ教室

栃木ゴールデンブレーブス選手を講師として招き、市内在住の小学生を対象に初心者教室を開催しました。多くの方にご参加いただき、バットやボールを使いながら、野球の楽しさを体感しました。



スポーツ教室の様子

### Astemo 宇都宮ブリッツェン

#### Jプロツアー総合優勝

日本最高峰の自転車ロードレースの年間シリーズ戦「Jプロツアー」において、Astemo 宇都宮ブリッツェンが7年ぶり4回目の総合優勝を果たしました。今後の更なる活躍が期待されます。

#### 市立静和小学校 自転車安全教室

沢田選手と花田選手を講師として招き講話や実技講習を行いました。実技は、交通ルールを意識しながら、運転技術向上を目的とした内容で行い、小学生たちも真剣に取り組みました。



総合優勝を果たしたAstemo宇都宮ブリッツェン



とちぎ岩下の新生姜ホール(栃木文化会館) ☎ 23-5678

### とちぎシネマ倶楽部 映画「35年目のラブレター」



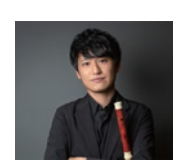
©2025「35年目のラブレター」製作委員会

観客動員数80万人の大ヒット映画がとちぎシネマ倶楽部に登場!読み書きできない夫と幸せを教えてくれた妻が歩んだ人生を描いた心温まる感動の実話です。**時**3月21日(土)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**大ホール**対**未就学児入場不可**料**全席指定500円**チ**1月24日(土)発売開始(初日のみ 窓口:10時～ 電話予約・オンライン:13時～)市内4文化会館、文化会館ホームページで発売!

### ピアノ開放デー「わくわく!ピアノ!」

当館大ホールに設置されているピアノ「スタインウェイ」を弾いてみませんか!**時**2月23日(月・祝)9時30分開場10時開演**会**大ホール**対**ピアノを弾ける小学生以上**定**50組(先着順)**料**無料**申**1月25日(日)9時～2月8日(日)21時30分までにとちぎ岩下の新生姜ホール(栃木文化会館)へ所定の申込書を窓口、郵送、FAXにてご提出ください。(電話不可)

### 古楽器レクチャーコンサート Vol.2 ～バッハはコーヒーに酔い、羊は新生姜をはむ～



昨年度に引き続きの古楽器に親しめるコンサートを開催します!今回は、古楽の世界で国際的に活躍するフルート奏者・柴田俊幸さん、日本を代表するソプラノ歌手・中山美紀さんをはじめ、一流の演奏家をお迎えします。また、前回好評の当館所有のチェンバロやフォルテピアノ体験コーナーも実施します。**時**3月7日(土)14時30分開場15時開演**会**小ホール**対**未就学児入場不可**演**柴田俊幸(フラウト・トラヴェルソ、リコーダー)、中山美紀(ソプラノ)、小花恭佳(バロックオーボエ)、辛川太一(チェンバロ、フォルテピアノ)**内**曲目:J.S. バッハ:コーヒー・カンタータよりアリア《おしゃべりはやめて、お静かに》、A. マルチェッロ:《オーボエ協奏曲 二短調》より第2楽章アダージョ(映画『ベニスの愛』テーマソング)ほか**料**全席指定一般2,000円 高校生以下500円**チ**市内4文化会館、文化会館ホームページで好評発売中!

大平文化会館 ☎ 43-5232

### 渡辺真知子コンサート 2026 ～唇よ、熱く君を語れ～



デビュー曲「迷い道」をはじめ、「かもめが翔んだ日」等数々のヒット曲を送りだしたシンガーソングライター渡辺真知子さんのコンサートです。客席に笑顔と元気をお届けします。**時**3月15日(日)15時15分開場16時開演**会**ホール**対**未就学児入場不可**料**7,000円**チ**市内4文化会館、文化会館ホームページ、チケットぴあ、ローソンチケットで好評発売中

岩舟文化会館 ☎ 55-7055



### とちぎ演劇ワークショップ 2025 「リーディングの時間」10周年記念 成果発表会

毎年、様々な演目に向き合いながら、参加者それぞれ、自分流の「表現」で臨んできた「リーディングの時間」も今回で10周年を迎えました。ぜひご覧ください。**時**1月18日(日)12時30分開場13時開演**会**ホール**対**どなたでも**定**484人(1階席)**料**無料



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**①1月10日(土)②24日(土)各日10時30分～11時

**内**①②季節のお話をご用意してお待ちしています。

**演**おはなしボランティア『りんごの会』

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**①1月9日(金)②23日(金)各日10時30分～11時③24日(土)11時～11時20分

**対**①②幼児向け③幼児・小学校低学年向け**内**①②手遊び・わらべ歌など③「お化けの冬ごもり」ほか

**演**①②ボランティア『おはなししゃぼんだま』③図書館スタッフ

#### 絵馬にわがいを書こう

**時**1月4日(日)～15日(木)

**対**小学生以下

**内**みんなに書いてもらった絵馬をかざります

藤岡図書館 ☎ 62-4889

9時～19時30分/休館・月

#### おはなし会

**時**①1月17日(土)

**内**①紙芝居「いっしょにあーそぼ!」ほか**演**ふじおかおはなし会『コロポックル』

図書館都賀館 ☎ 28-0806

9時～19時30分/休館・月

#### Vivid Harmony ～冬のおながく会～

**時**1月18日(日)11時～11時45分**会**都賀総合支所2階多目的ホール

**内**音楽パネルシアター「ひつじかいとおおかみ」ほか

**演**音楽の宅配便Vivid

図書館西方館 ☎ 92-2512

9時～19時30分/休館・月

#### おはなし会

**時**1月17日(土)11時～12時

**内**テーマ「だるま・冬・星」

**演**おはなしボランティア『おはなし☆きらら』**サイコロおみくじで運だめし**

**時**1月4日(日)～12日(月・祝)

**対**小学生以下

**内**期間中5冊以上本を借りてくれた方に、干支の折り紙とお年玉(アメ)をプレゼント。特製サイコロを振って運だめしにも挑戦できます。

図書館岩舟館 ☎ 54-1900

9時～19時30分/休館・月

#### おはなし会

**時**①1月10日(土)②24日(土)各日14時～14時30分

**会**岩舟公民館会議室5

**内**①昔ながらのお正月あそびほか②絵本「ともだちや」ほか

**演**①『あのね…』の会②あきの会





## まるつがまつり2025

11月16日、都賀総合支所にて、6年振りに「まるつがまつり2025」が開催されました。この日は、新庁舎開庁記念公演、栃木市都賀文化祭および都賀子連60周年・都賀町のこどもを育む会20周年記念事業も同時開催され、体験・ステージ発表・飲食・お隣子・作品展示・かしコンテストなど、たくさんの催しで会場は大盛況でした。



## 若者世代と市長との意見交換会

11月15日、きららの杜とちぎ蔵の街楽習館にて、「女性が活躍する地域について」をテーマに今年度二十歳になる若者と市長との意見交換を行いました。

当日は、11名の方が参加し、地元での就職先や若者の集う場所などに関する意見が出されました。今後も若者のニーズや価値観等を把握するとともに、次世代を担う若者の声をまちづくりに活かしていきます。



## 落語で笑って学ばまづくり

11月22日、大平文化会館にて、大平地域自治会連合会の主催事業「講演会 落語で笑って学ばまづくり」が開催されました。春風亭柳橋師匠、江戸屋まねき猫先生を迎え、地域でのふれあいの大切さを実感できるお話や動物ものまね、落語の披露をしていただきました。

また、ホワイエには、大平地域内の自治会をはじめとする様々な団体の活動紹介が展示されました。まちづくりへの思いと笑いの輪が広がった一日となりました。



▲大平地域を中心に活動する団体の活動紹介



## 西方文化祭

11月22日と23日の2日間、関東ホーチキにしかた体育館で、第14回栃木市西方文化祭が盛大に行われました。西方文化協会の会員の皆さんが、1年間、この日に向けて制作・練習・協力してきた成果が、見事に発揮されていました。地元の中学校やこども園の協力を得てのステージ発表や各種展示があり、公民館講座の参加もありました。2日目の午後には文化祭を締めくくる記念公演、ケーナ奏者Ren氏による「ケーナコンサート」が行われ、聞く人を魅了する素敵な時間となりました。西方文化協会会員のひとりひとりが、練習・協力を通して“知り合い”“励まし合い”“絆を深め合い”、大きな西方文化の花を咲かせていました。



▲認定西方なかよしこども園の園児の発表



▲とちぎ未来大使 Ren 氏



▲西方ふるさと太鼓の迫力の演奏



▲みかも山公園東口付近

◀岩舟駅西側踏切付近

## コスモス復活プロジェクト

すみよいまちづくりの会「いわふね」は、旧岩舟町の町花であったコスモスを町いっばいに咲かせる運動に取り組みしています。近隣自治会や関係団体のご協力をいただき、8月下旬に岩舟駅西側踏切付近、9月上旬にみかも山公園東口付近の休耕地へ種まきを行い、11月に満開の見頃を迎えました。

## わたらせ寄席

10月30日、藤岡文化会館にて、わたらせ寄席が開催されました。当日は、春風亭柳橋師匠の『転失気』、古今亭志ん丸師匠の『初天神』、そしてひまわり律子さんによるマジックが披露され、約700名の観客が笑い声と感動の声に包まれました。

また、代表の中学生が落語の仕草を体験する場面では、初々しい動きに会場から温かな拍手が送られ、終始和やかな雰囲気にもまれ、笑いが絶えない『わたらせ寄席』となり、会場は地域の人々の笑顔とぬくもりが溢れるひとときとなりました。



整形外科・リハビリテーション科  
**天海整形外科**

**充実したリハビリ設備・院内処方対応**  
**WEB 予約対応・切らないひざ関節治療**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	-	-
14:30~18:00	●	●	●	●	●	-	-

※休診日：土曜・日曜・祝日  
〒328-0027  
栃木県栃木市今泉町 2-17-13 TEL 0282-28-6036  
<https://www.amagai-seikei.com>

女性目線の家造り  
健康寿命が延びる  
超高性能モデルハウス

**Design House Erewphon**  
KANAKO SATAMA  
株式会社 エレフオン  
〒328-0075  
栃木市箱森町2-47 TEL 0282-25-2975  
平日 9:00~18:00 土・祝 10:00~18:00  
(定休日／水曜・日曜)  
ご予約はこちら

## Editor's Note 編集後記

初詣の願い。新しい家族、ワンちゃんを迎えました。自宅近くの公園をお散歩中、あまりの可愛さと、少し前に亡くなった愛犬との公園での思い出に、愛情と寂しさが入り乱れて、涙が止まらなくなりました。泣きながら犬の散歩をしている姿、誰にも見られてませんように(塚)



先日、庭にソーラーライトを設置しました。傾いてしまったり、光がうまく当たらなかったりと、場所や角度の調整が意外と難しく、何度も脚立に上っては微調整のくり返し。無事に点灯した頃には、すっかりヘトヘト。ライトのはずが、まさかのヘビーな休日になりました(関)

次号  
広報とちぎ2月号は **1月20日(火) 発行**

各自治会への配布のほか、市内の公共施設、コンビニエンスストアなどの協力店舗に設置しています。市ホームページや広報紙配信サービスもご利用いただけます。

目の不自由な方のために、点字版広報とちぎの発行や市内の朗読ボランティアが広報とちぎの音声テープを作成しています。ご入用の方はお気軽に広報課までお問い合わせください。《☎:0282(21)2316》

市の最新情報はWebで!

公式 HP

X (旧 Twitter)

Facebook

Instagram

LINE

YouTube





令和7年  
1月生まれの  
赤ちゃん

わが家の  
エンゼル

天使



とやましゅうや  
戸山周哉ちゃん



やまむろ あおい  
山室 葵ちゃん



はやかわ きあ  
早川樹愛ちゃん



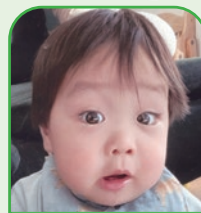
たむらはる  
田村波琉ちゃん



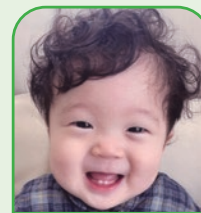
ふじぬまかなた  
藤沼奏多ちゃん



ほさかしおり  
甫坂菜里ちゃん



ひやま ほたる  
檜山 蛍ちゃん



たかつとゆうり  
高津戸侑理ちゃん

(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 栃木市役所広報課へ(締切当日必着)。写真は返却しません。※市内在住のお子さんに限ります  
(締め切り)令和7年3月生まれ令和8年1月13日(火)、令和7年4月生まれ令和8年2月6日(金)※封筒に差出人住所を明記ください



まだ売却を考えていない方!

空家を管理します!



こんな心配事ありませんか?

「転勤で家を空けるけど、防犯面が心配…」

「まだこのままにしておきたい…」

「草の状態やゴミの投棄が気になる…」

「近所に迷惑をかけていないか…」



誰でもわかる!

空家  
のこと

まるわかり  
セミナー

参加  
無料

2026 事前予約制

日時

2/14(土)

受付開始: 9:30~/ セミナー開始: 10:00~

場所

栃木商工会議所

【栃木市片柳町2丁目1-46】

先着順  
定員なり次第終了



このセミナーでわかること

- \* 空き家になる前に行うべきことがわかる!
- \* 自分で管理するときのポイントがわかる!
- \* 空き家にかかるコストがわかる!
- \* 何をすべきかがわかり、第一歩を踏み出せる!
- \* 空き家にまつわる法律などの知識を取得できる!

ノーブルホーム・丸和住宅  
のグループ会社



とちぎ未来開発(株)

〒328-0075 栃木市箱森町19-26



売却を希望の方もご相談ください

「栃木県宅建協会」加盟店 「家族信託の相談窓口」加盟店

営業時間 /  
AM9:00 ~ PM5:45  
定休日 / 毎週水・日

お問合せはこちら

☎0282-24-5687

宅建建物取引業/栃木県知事免許(3)第4967号 (社)全国宅建建物取引業協会保証協会会員  
(社)首都圏不動産公正取引協議会加盟事業者 (社)栃木県宅建建物取引業協会会員

