平成 28 年 8 月発行（毎月1日発行） Shimotsuke City Public Relation

TAKE FREE

2016.8 No.127

Shimotsuke 8

下野市民と市政をつなぐ行政情報紙［ 広報しもつけ ］

高藤選手壮行会

大松山運動公園拡張整備事業

大松山運動公園
拡張整備事業に伴う公園利用について

市では、子どもから高齢者まで市民誰もがスポーツを身近に楽しむことができる施設として、既存施設の有効活用を図りながら、市民のスポーツ活動の拠点となるよう、平成３１年度の工事完了を目指して、大松山運動公園拡張整備事業を進めています。

この公園拡張整備事業は、公認の陸上競技場兼サッカー場整備を主体としておりますが、公園緑地機能を備えた健康づくりの場、また、防災機能を備えた地域防災拠点としても活用できるよう総合的に整備するものです。

なお、拡張整備工事に伴い大松山運動公園の利用を12月上旬より制限させていただきます。

◆完成予想図

整備概要

■運動公園面積　１４．２ｈａ

■整備施設

公認陸上競技場（400mトラック）兼サッカー場、
多目的グラウンド、健康広場（健康遊具設置）、こもれび広場（既存平地林活用）
ジャブジャブ池（水遊び場）、駐車場、トイレ、調整池

◆造成工事開始

平成27年度より拡張部分の用地取得を進め、現在、敷地の一部造成工事に着手しております。
市民の皆様方には何かとご迷惑をおかけすることもありますが、細心の注意を払いながら工事を進めて参りますので、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

◆開園までの予定

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	平成31年度
造成工事	→	→		
本体工事		→	→	→
開園予定				○

◆造成工事の様子

■問い合わせ先　下野市教育委員会　スポーツ振興課　☎(32)8920

下野市青少年育成市民会議
設立10周年記念事業

下野市小中学校音楽祭

第7回下野市小中学校音楽祭が開催されます。
児童・生徒が日ごろの活動成果を一生懸命披露する姿を、ぜひご覧ください。どなたでも鑑賞できますので、ご近所やお友達をお誘いのうえ気軽にご来場ください。

■日　時　9月17日（土）　午前9時30分～
■場　所　石橋中学校体育館
　　駐車場はきらら館をご利用ください（シャトルバス運行）
■持ち物　靴を入れる袋・上履き
■内　容　市内小中学校の児童生徒による合唱・合奏
☆特別ゲスト：石橋高等学校　吹奏楽部・合唱部
　司　　会：石橋高等学校　放送部

南河内児童合唱団

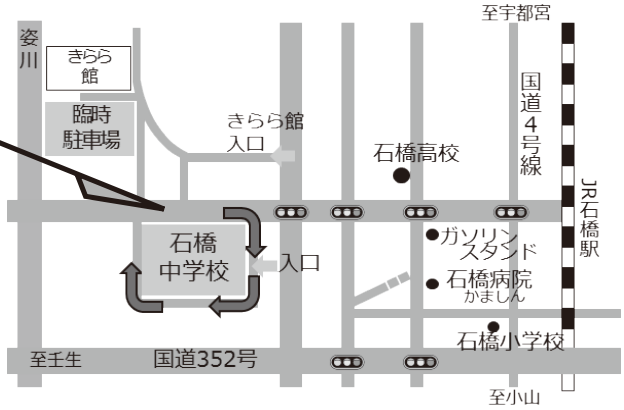
オカリナの美しい響き

（写真は昨年の様子）

石高吹奏楽部のディズニーメドレーに会場総立ち!

全中学の吹奏楽と合唱が出演します

石中周辺の道路は一方通行および駐車禁止です。
きらら館南側の臨時駐車場をご利用ください。



主　催：下野市小中学校音楽祭実行委員会
（構成団体：下野市青少年育成市民会議、下野市PTA連絡協議会）
後　援：下野市　下野市教育委員会
問い合わせ先：生涯学習文化課 ☎（32）8919

株式会社足利銀行と連携協定を締結

市は、地方創生の一層の推進に資するため、地域の実情等をよく知る地域の金融機関と緊密な連携を図り、双方が有する情報やネットワークなどの知的・人的資源を活用しながら、地域経済の活性化や都市機能の集積、定住促進等を図り、持続的に発展するまちを実現することを目的として、6月16日に、「下野市と株式会社足利銀行との地方創生の推進に関する協定」を締結しました。

広瀬市長と足利銀行の松下頭取

本協定により、市民が幸福感を感じ、人や企業に選ばれる活力あるまちづくりを推進します。

●連携事項
- 商工振興に関すること
- 都市機能の整備・集積に関すること
- 定住促進に関すること
- 双方が必要と認める事項に関すること

高齢者叙勲を受章

旭日単光章

吉田 浩二 氏

地方自治の発展に尽くされました吉田浩二氏（成田）が「旭日単光章」を受章されました。誠におめでとうございました。

【略歴】
- 昭和55年３月～平成８年３月（４期）
  旧南河内町議会議員
- 昭和63年３月～平成２年３月
  旧南河内町議会議長

上三川高等学校と災害時の協力協定を締結

下野市と上三川町は栃木県立上三川高等学校のご協力により、「災害時における学校施設の使用に関する協定」を締結しました。

6月28日に松本一夫学校長、広瀬寿雄市長、星野光利上三川町長が出席し調印式を行いました。

災害時に下野市および上三川町の既存の指定避難所で避難者を受入れ切れない場合、上三川高等学校の体育館等を避難所として使用することが可能になります。

栃木ＳＣの地域支援パートナーシップ協定を締結

株式会社栃木サッカークラブ（栃木ＳＣ）の主管する2016Ｊ3リーグに関連した地域支援パートナーとなる契約を締結いたしました。これは、「栃木に感動を！こどもたちに夢を！」を合言葉に活動する栃木ＳＣの理念に賛同し、栃木ＳＣの支援並びに協働と互恵の精神のもと連携を図り、下野市と栃木ＳＣが共通して目指す豊かなスポーツ文化の醸成の実現及びスポーツの持つ力で地域の発展に寄与することを目的とした協定です。具体的には、ホームゲームでの応援観戦チケットの優遇や、介護予防を目的とした体操教室の実施、プロのサッカー選手やコーチを講師としたサッカー教室の開催等の各種イベントを展開し、市民の皆様にプロスポーツをより身近に触れていただく機会を提供していくこととなる見込みです。

しもつけクイズ　問1　リオデジャネイロオリンピックに出場する高藤選手が卒業した小学校は？　①国分寺小学校　②吉田西小学校　③古山小学校

消防団協力事業所

表示証を交付

６月14日、従業員に消防団活動への配慮や入団促進を行ったり、災害時に事業所の資機材を提供したりするなど、消防団の活動に対し積極的に協力している事業所に、「下野市消防団協力事業所表示証」を交付しました。

これにより事業所等が地域への社会貢献を果たしていると広く認められるとともに、協力により地域防災力のより一層の充実を図ります。

■表示証交付事業所
株式会社　小林工業（下野市石橋253）

夏季点検

消防団活動報告

6月26日、国分寺運動公園で消防団の夏季点検が実施されました。

この夏季点検は、いつ起こるかわからない火災などの災害に対し、常に万全な態勢で対応ができるように行っています。当日は、市内全域から消防団員と23台の消防団車両が集まり、大塚団長の指揮のもと服装点検・機械器具点検の他、消防ポンプ自動車による放水点検が実施されました。

災害は人命や財産を一瞬で奪いかねない恐ろしいものです。その災害を最小限に防ぐための消防団ですが、市民の皆さんの協力が不可欠です。消防団の活動に対し皆さんのご理解とご協力をお願いします。

大型土のう袋が寄贈されました

６月27日、下都賀建設業協同組合(理事長　板橋幸雄氏)が市役所を訪れ、大型土のう袋1500袋の目録が手渡されました。

同組合は昨年９月に発生した関東・東北豪雨を受け、有事の際は緊急災害用に役立てればと当市のほか、小山市、壬生町にも同様の寄贈を行っています。

災害時に活用できるよう防災倉庫や協力機関等で保管し、災害が発生した場合は迅速な応急対策活動ができるよう努めてまいります。

石橋南部環境保全会が一斉草刈りを行いました！

６月５日に多面的機能支払制度の活動組織である石橋南部環境保全会が、多くの地域住民参加のもと、市道法面などの一斉草刈り作業を行いました。当日は、早朝から農家の方や周辺自治会の方などが一緒になって、歩道脇のフラワーボックスや、用水や市道の法面など合計３km以上にもおよぶ距離の草刈りを行いました。

トウサワトラノオ保全地の草刈りを行いました！

6月5日、下野ブランドに認定されている絶滅危惧種「トウサワトラノオ」保全地の草刈り作業が、東根自治会の主催、小山北桜高等学校・トウサワトラノオ保存会・下野市自然に親しむ会・南河内土地改良区・栃木県下都賀農業振興事務所の協力により行われました。この草刈り作業により、雑草の生育を抑制し、生態系のかく乱を促すことで、トウサワトラノオが成長しやすい環境づくりをすることができます。

しもつけクイズ 【正解は】① 詳しくは、表紙をご覧ください。

特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当のお知らせ

特別児童扶養手当

特別児童扶養手当は、心身に障がいのある20歳未満の児童を監護している父母または養育者に支給されます。申請手続きの方法など、詳細は社会福祉課までお問い合わせください。

■児童の障がいの程度

◎手当1級相当

・身体障害者手帳の判定がおおむね1・2級（内部的疾患含む）程度に該当する児童

・療育手帳の判定がA程度、または精神障害者保健福祉手帳1級程度に該当する児童

◎手当2級相当

・身体障害者手帳の判定がおおむね3級（内部的疾患含む）程度に該当する児童

・日常生活が著しい制限を受ける程度の知的障がい、もしくは精神障がいの児童

※ただし、次の場合は受給する資格がありません。

①児童および父母または養育者が、日本国内に住んでいないとき

②児童が障がいによる公的年金を受けることができるとき

③児童が児童福祉施設（保育園・通園施設・肢体不自由児施設への短期母子入所を除く）に入所しているとき

■手当の額

◎平成28年4月から

1級…月額51，500円

2級…月額34，300円

■支給月

4月（12～3月分）

8月（4～7月分）

11月（8～11月分）

※申請月の翌月分から支給が開始されます。

■所得による支給制限となる場合

請求者（本人）や配偶者および扶養義務者の所得が限度額以上である場合は、その年の8月から翌年7月までの手当が支給停止になります。

所得制限限度額表

扶養親族の数	請求者（本人）	配偶者および扶養義務者
0人	4,596,000円	6,287,000円
1人	4,976,000円	6,536,000円
2人	5,356,000円	6,749,000円
3人	5,736,000円	6,962,000円
4人	6,116,000円	7,175,000円
5人以上	以下380,000円ずつ加算	以下213,000円ずつ加算

■現況届の提出をお忘れなく

8月は特別児童扶養手当の「所得状況届」を提出する月です。届出をしないと受給資格がある人でも8月分からの手当が受けられなくなってしまいます。また、2年間この現況届を提出しないと時効で受給権がなくなります。受給者には8月上旬に通知書を郵送しますので、必ず届出をしてください。

■受付日時

8月12日㈮～31日㈬

※土日を除く

午前8時30分～午後5時

※正午から午後1時を除く

■提出場所

社会福祉課窓口

（庁舎一階・⑨番窓口）

■持参いただくもの

通知書、手当証書、印鑑、その他指定の書類

問い合わせ先

社会福祉課

☎32(8900)

特別障害者手当・障害児福祉手当

日常生活に常時特別の介護を必要とする障がい者（児）で、支給要件を満たす方に特別障害者手当、障害児福祉手当が支給されます。申請には指定の診断書などが必要ですので、詳しくは社会福祉課までお問い合わせください。

特別障害者手当

■対象者

日常生活において常時特別な介護を必要とする状態で、次の①～⑦の障がいが二つ以上重複するか、それと同程度以上の障がいがある、在宅で20歳以上の特別重度障がい者

①両眼の視力の和が0．04以下
②両耳の聴力レベルが100デシベル以上
③両上肢の機能に著しい障がい、両上肢のすべての指を欠く、両上肢のすべての指の機能に著しい障がいを有する
④両下肢の機能に著しい障がい、両下肢を足関節以上で欠く
⑤体幹の機能に、座っていることができない程度か立ち上がることのできない程度の障がいを有する
⑥前記①～⑤のほか、身体の機能の障がいまたは長期にわたる絶対安静が必要な症状が①～⑤と同程度以上と認められる状態であり、日常生活の用事を行うことが著しく困難な状態にある
⑦精神の障がいで前記①～⑥と同程度以上と認められる状態

■支給制限となる場合

①社会福祉施設などに入所している方
②病院または診療所に3か月以上継続して入院している方
③受給資格者またはその配偶者もしくは扶養義務者の前年の所得が一定金額以上であるとき（受給資格者の所得には障害基礎年金を含みます）

■手当の額

◎平成28年4月から
月額26，830円

■支給月

2月・5月・8月・11月

障害児福祉手当

■対象者

日常生活において常時介護を必要とする状態で、次の①～⑩のいずれかに該当する、在宅で20歳未満の重度障がい児

①両眼の視力の和が0．02以下
②両耳の聴力が補聴器を使用しても音声を識別することができない
③両上肢の機能に著しい障がいを有する
④両上肢のすべての指を欠く
⑤両下肢がまったく動かない
⑥両大腿を2分の1以上失っている
⑦体幹の機能に、座っていることができない程度の障がいを有する
⑧前記①～⑦のほか、身体の機能の障がいまたは長期にわたる安静が必要な症状が①～⑦と同程度以上と認められる状態であり、日常生活の用事を行うことが著しく困難な状態にある
⑨精神の障がいまたは最重度の知的障がいで前記①～⑧と同程度以上と認められる
⑩身体の機能の障がいや症状または精神の障がいが重複する場合であって、その状態が前記①～⑨と同程度以上と認められる

■支給制限となる場合

①受給資格者またはその配偶者もしくは扶養義務者の前年の所得が一定金額以上であるとき
②社会福祉施設などに入所している方
③障がいを支給事由とする年金給付を受けている方

■手当の額

◎平成28年4月から
月額14，600円

■支給月

2月・5月・8月・11月

現況届の提出をお忘れなく

特別障害者手当・障害児福祉手当を受給されている方は、省令に基づき例年8月に「現況届」を提出することになっています。

受給されている方には8月上旬に通知書を郵送いたしますので、忘れずに届出をしてください。

■受付日時

8月12日㈮～31日㈬
※土日を除く
午前8時30分～午後5時
※正午から午後1時を除く

■提出場所

社会福祉課窓口（庁舎1階・⑨窓口）

■持参いただくもの

○現況届
○平成27年中に受給した年金等の種類・受給額の分かる書類の写し（受給者のみ）
○平成28年度の所得証明書または住民税決定証明書（転入等により平成28年1月1日に下野市に住所がない方のみ）

しもつけクイズ　問2　動物由来の製品を使わない人を何というでしょう？　①ベジタリアン　②ヴィーガニズム　③ナチュラリスト

国民年金だより

問い合わせ先
市民課　☎(32)8895
栃木年金事務所
☎0282(22)4131

しもつけクイズ　②　詳しくは、裏表紙をご覧ください。

国民年金保険料納付猶予制度が変わります！

7月より、納付猶予制度における対象年齢が30歳未満から**50歳未満**に拡大されます。

国民年金の第一号被保険者は、毎月の保険料を納めていただく必要があります。しかしながら、所得が少ないなど、保険料を納めることが難しい場合もあります。そのような場合は、未納のままにせず、「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の手続きを行ってください。（国民年金保険料免除制度についての詳しい説明は「広報しもつけ6月号」32ページをご覧ください。）

◆保険料納付猶予制度とは

学生を除く50歳未満の方で、本人・配偶者（別居中の配偶者を含む）それぞれの前年所得が一定額（※1）以下の場合に、申請により保険料の納付が猶予されます。

※1：（扶養親族等の数＋1）×35万円＋22万円

◆手続きをするメリット

・納付猶予になった期間は、年金の受給資格期間（25年間）には算入されます。ただし、年金額には反映されないので、受給する年金額を増やすには、納付猶予になった保険料を後から納める（追納する）必要があります。

・納付猶予期間中のケガや病気などで障害が残ってしまった場合には、障害基礎年金の受給に必要な期間（※2）に算入されます。

※2：初診日が平成38年3月31日までにあるときは、初診日の前々月までに2／3以上の納付、または、1年以内に滞納がないことが必要です。

◆ご注意ください

・納付猶予制度が50歳未満まで拡大されるのは、**平成28年7月以降の期間**です。平成28年6月までの期間については30歳未満までが対象となります。

・今まで一部納付に該当していた方が、今回から納付猶予に該当する可能性があります。

一部納付は、納めた額に応じて年金の受給額に反映しますが、納付猶予は受給額への反映はしませんので、引き続き一部納付を希望される場合は、窓口でお申し出ください。

（参考）
全額免除・一部納付に該当した場合の受給額計算
・全額免除…通常納付の4／8
・1／4納付…通常納付の5／8
・1／2納付…通常納付の6／8
・3／4納付…通常納付の7／8

■申請の受付

7月1日㈮から

■申請先

市民課　保険年金グループ

○年金ひとくちメモ
追納と後納はどう違う？

追納制度

追納制度とは、保険料の免除や納付猶予の承認を受けた期間について、後から納付することができる制度です。

注意事項

・追納ができるのは、追納が承認された月の前**10年以内**の免除期間に限られています。（例：平成28年4月分の免除を受けている場合は平成38年4月末までに納付をする必要があります）

・追納は、古い期間の免除分から申請をしていただきます。

・保険料の免除もしくは納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に保険料を追納する場合には、承認を受けた当時の保険料額に、経過期間に応じた加算額が上乗せされますので、お早目の追納をお勧めします。

後納制度

後納制度とは、時効で納めることができなかった国民年金保険料について、平成27年10月1日から平成30年9月30日までの期間に限り、過去5年分まで遡って納付ができる制度です。

注意事項

・追納制度と同様に、3年度目以降に後納する場合には、経過期間に応じた加算額が上乗せされます。

過去に免除を受けた部分について納めるのか（追納）、未納になっている部分について納めるのか（後納）によって制度が異なり、遡って納付ができる期間も異なります。

いずれの制度をご利用いただく場合でも、申請先は市民課保険年金グループになります。

追納や後納のお申し込み後、日本年金機構から郵送で納付書が届きますので、古い期間のものから順に納付をお願いいたします。

新・下野市風土記

小学六年生と学ぶこと

下野市教育委員会　生涯学習文化課

平成二十七年四月にしもつけ風土記の丘資料館が県から移管されました。昨年からの二か年で、五千人以上の小学六年生が資料館と下野国分寺跡・古墳などの見学に訪れてくれました。昨年十一月に県埋蔵文化財センターにも展示室ができました。そこでは県内全域の旧石器～室町時代頃までの通史的な見学ができます。風土記の丘資料館では、古墳時代の「毛野国・那須国」から奈良・平安時代の「下野国」に関しての代表的な古墳や下野国府、国分寺・尼寺、下野薬師寺などについて、少し詳しくお話をさせていただいています。特に市内の児童の皆さんには、市内の豊富な調査履歴を参考に当市は安全であることについてお話をしています。ただし、古い記録には、竜巻や降雹（ひょう）、昨年九月の水害のような被害があり、そのような場合はすぐに先生方の指示に従い安全に避難するよう話しています。

このほか、国分寺の七重の塔は、新庁舎（四階建て、高さ約二十メートル）を三つ重ねた高さと説明すると皆さんびっくりしています。

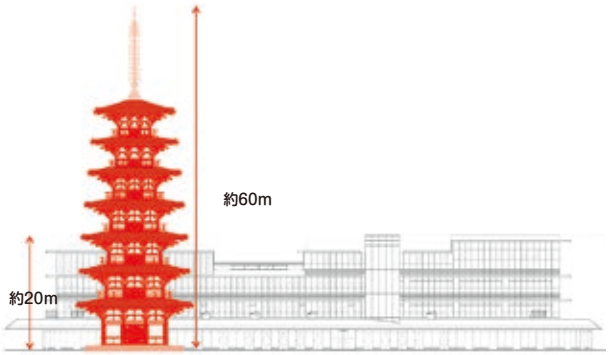
また、昨年から四千人以上の児童の皆さんに二つの質問をしています。一つは「歴史は面白いですか？」（あえて勉強とは聞きません）。この問いに約七割の皆さんが面白いと答えてくれます。関連して「ではなぜ？」と再質問。「知らない人たちのことや昔の暮らしなどがわかって面白い」との回答。六年生は五月頃古墳時代、六月に奈良時代の学習に入るような進み具合です。児童たちは教科書で学習した古墳が身近にあり、見学で古墳にのぼり、いかに大きいかを体感します。しかし、県内最大の古墳でも日本で一番大きい大仙（山）古墳（伝仁徳天皇陵）は更に四倍の大きさであること、日本中には約十六万基の古墳が造られ、前方後円墳は約四千基造られたようですが、北海道・青森県・秋田県・沖縄県では現在のところ発見されていない（見つかると歴史が変わります）こと、約百年前、県内には約七千基（近年の研究では約六千三百基）の古墳があったこと、市内には二百基（把握されている数、未確認は相当数）以上あることやなぜ前方後円墳が造られたのかなどのお話をしています。さらに奈良時代には、十七歳以上の男子数人に一人は、下野国府（栃木市）から税としての米を背負って平城京まで三十数日間で行くと決められていたこと、さらに四人に一人程度の割合で、九州まで防人として行かなければならなかったこと、国分寺・尼寺は現在に例えると大学に類する機関で、土木技術や医療・薬学・暦・農業などの知識を持ったお坊さんが配属されていたことなどについて説明しています。

二つ目の質問「なぜ六年生になると日本の歴史について学習するのでしょうか」。この質問に対する答えは様々です。筆者も大学で「なぜ歴史の勉強をするのか」・「歴史とは何か」との問いがありました。模範的回答の一つは「温故知新」です。さらに「これまで人類が起こしてきた過ちを二度と繰り返さないため」と広島の記念碑に記されています。

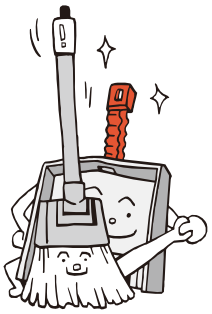
しもつけクイズ

問3　男女で役割分担が、なんとなく決まっていることをなんていうでしょう？
①流動的性別役割分担　②恒常的性別役割分担　③固定的性別役割分担

市役所新庁舎と下野国分寺七重塔の比較



しもつけクイズ【正解は】③ 詳しくは、41ページをご覧ください。



環境トピックス

問い合わせ先　環境課 ☎32-8898

南部清掃センター作成堆肥の名称募集について

南部清掃センターにおいて生ごみを原料として剪定枝と合わせて堆肥を作成しています。堆肥化に用いております水分調整剤は、構成市町から集められた剪定枝を用い作成しております。そこで、南部清掃センターで作成される堆肥の名称を組合構成市町から広く募集することとなりました。

■募集内容
生ごみを用いて作成された堆肥の名称

■応募資格
小山市・下野市・野木町・上三川町に在住の方、又は在勤、在学の方

■応募期間
8月1日(月)～31日(水)必着

■応募先
小山広域保健衛生組合施設管理課

■応募方法
官製はがき又はEメール

※詳細については、小山広域保健衛生組合ホームページに掲載しますので、ご覧のうえ応募してください。

URL http://www.city.oyama.tochigi.jp/kouiki/

■問い合わせ先
小山広域保健衛生組合施設管理課
☎(24)3194

マテリアルリサイクル推進施設等整備・運営事業要求水準書（案）の公表並びに質問・意見の募集について

小山広域保健衛生組合では、マテリアルリサイクル推進施設等整備・運営事業の入札公告に先立ち、要求水準書（案）を公表し、質問・意見を募集します。

■公表日
8月10日(水)

■公表方法
小山広域保健衛生組合ホームページ
URL http://www.city.oyama.tochigi.jp/kouiki/index.html

■質問・意見の受付
・受付期間
8月10日(水)～24日(水)
午後5時まで
・提出方法
質問・意見の内容を簡潔にまとめ、組合ホームページに掲載されている「小山広域保健衛生組合マテリアルリサイクル推進施設等整備・運営事業　要求水準書（案）に関する質問・意見書」ファイルに入力し、Eメールに添付のうえ提出してください。（Eメール送信後、電話にてEメールの到着を確認してください。）
なお、電話等による質問・意見の提出には応じられませんので、ご了承ください。

■問い合わせ先
小山広域保健衛生組合建設課
☎(22)8184
✉d-kouikikensetsu@city.oyama.tochigi.jp

飼い主のモラルとマナー

■習性等を理解し最後まで責任を持って！
動物はそれぞれその種類に応じた生態、習慣、生理をもちます。飼い方などについて正しい知識をもち、健康・安全に気を配り「におい」「鳴き声」等がご近所の迷惑にならないよう、最後まで愛情と責任をもって飼養しましょう。

■所有者を明らかにしましょう！
連絡先がわかる名札（標識）を付けましょう。また、犬を飼っている方は、訪問者にわかりやすい場所に犬を飼っている旨の表示をしておきましょう。

小山広域保健衛生組合職員採用について

■試験日
第一次試験　10月16日(日)

■試験会場
小山広域保健衛生組合2階大会議室

■採用職種・人員
一般事務・電気技師・各若干名

■受験資格
詳細は試験案内をご確認ください。

■申込方法
申込書・受験票様式を同組合総務課へ提出

■受付期間
8月1日(月)～9月9日(金)

■問い合わせ先
小山広域保健衛生組合総務課
☎(22)2809
URL http://www.city.oyama.tochigi.jp/kouiki/soumuka

野焼きは法律で禁止されています!!

住宅の庭先を含む野外でのごみの焼却行為（野焼き）は違法行為です。一部の例外を除き、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。違反した場合、5年以下の懲役若しくは1000万円（法人は3億円）以下の罰金又はこれらの併科に処せられます。また、例外とされた場合でも周辺環境への悪影響が認められるときには、直接指導に伺い、行為を中止していただくこともあります。

ごみは焼却せず、きちんと分別してごみステーションに出してください。

※例外となる場合
・廃棄物処理法の基準に適合した焼却炉で焼却する場合
・どんど焼きなど社会の慣習上やむを得ないもの
・農業を営むためにやむを得ないものとして行われるもの
・たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であった軽微なもの　など

ごみ減量化ポスターコンテスト開催

ごみ減量化を促進するため、市民のごみ処理に対する関心を高め、一人ひとりの日常生活を見直し、さらなるごみ減量化と環境への負担が少ない地域づくりを目指し、小中学生のポスターを募集します。

○応募作品の部門および題材

■**部門**
・小学校低学年の部（1～3年生）
・小学校高学年の部（4～6年生）
・中学校の部

■**題材**
マイバッグ運動を題材としたポスターとする

■**提出方法**
各学校へ提出してください。ただし、市外に通学している児童・生徒は、環境課（市役所2階）まで郵送または持参してください。

■**応募締切**
9月9日（金）

■**表彰**
各部とも
最優秀賞　1点
優秀賞　2点
佳作　5点以内
参加賞　応募者全員

■**その他**
応募作品の著作権は市のものとし、入賞作品はごみ減量化推進のためのPRに使用します。

※詳しくは、ポスターコンテスト実施要領（環境課で配付しています）をご覧ください。

■**応募・問い合わせ先**
環境課　☎(32)8898

家電リサイクル法対象家電品の処分について

エアコン・テレビ・洗濯機（衣類乾燥機を含む）・冷蔵庫（冷凍庫を含む）の家電4品目は、家電リサイクル法により市では受け入れができません。購入したお店が分かる場合や、新しく買い換える場合は、購入店に引き取りを依頼してください。

また、購入したお店が不明の場合や、買い替えを伴わない場合などは、お近くの郵便局にて家電リサイクル券を購入し、対象家電に貼り付けして最寄りの指定引取場所に直接搬入してください。リサイクル料金など詳細については「家電リサイクルセンター」のホームページをご覧ください。

○家電リサイクルセンターホームページアドレス
URL http://www.rkc.aeha.or.jp/index.html

○指定引取場所（近隣）
・岡山県貨物運送（株）
宇都宮営業所（宇都宮市西刑部町西原2730
☎028(656)1981）
・（株）堀江ソーケン簗瀬倉庫（宇都宮市簗瀬町1568
☎028(634)3367）
・（株）共同陸運（栃木市岩舟町静和474－4
☎0282(55)4568）
・平和貨物運送㈱本社営業所（下妻市下木戸365－1
☎0296(43)3653）

不用品リサイクル情報

市では、リサイクル社会の構築とゴミの減量化のため、不用品リサイクルの情報を提供しています。

あなたの『譲りたい』『譲ってほしい』情報をお受けしていますので、希望される方は環境課までご連絡ください。

〈譲りたい〉
・LPガスボンベ・バウンサー・子供用靴（男児24.5㎝黒）・スピーカー・自転車（22インチ）・ガラス水槽・猫ケージ(犬も使用可)・食器棚・ジュニア用布団・テント&バーベキューセット一式

〈譲ってほしい〉
・自転車（大人用）・石橋幼稚園制服（男児120㎝）・女児服（120㎝）・男児服(110㎝)・ジュニアシート・チャイルドシート・掃除機・戦隊ものおもちゃ

しもつけクイズ　問4　下野市小中学校音楽祭の特別ゲストは誰？　①ザ・たっち　②しもつけお雛子会　③石橋高校

しもつけクイズ【正解は】③ 詳しくは3ページをご覧ください。

保健便り

ヘルスインフォメーション

HealthInformation

問い合わせ先　健康増進課　☎(32)８９０５

下野市内の保険診療による禁煙治療を行っている医療機関

禁煙成功の秘訣は、「正しい方法」で禁煙することです。
禁煙達成には「禁煙を開始する」「禁煙を続ける」という2つの難所があります。
我慢するつらい禁煙は過去の話、**楽に禁煙する方法**を試してみませんか？

医療機関名	住　所	電話番号	診療受付時間	禁煙補助薬の処方	禁煙指導
海老原医院	小金井5-26-10	44-0163	午前9時～11時30分（月・火・水・木・土・日曜） 午後3時～5時30分（火・水・木・土・日曜） ※ただし日曜は午後4時30分まで	○	○
小金井中央病院	小金井2-4-3	44-7000	午後2時～4時30分（火・木・金曜）	○	○
ことうだ腎クリニック	駅東5-13-16	44-8345	午前9時～正午（月・水・木・金・土曜） 午後2時30分～5時（月・水・金曜）	○（要予約）	○（要予約）
佐藤内科	石橋839-14	53-1305	午前9時～正午（月・火・水・木・土曜） 午後2時～7時（月・火・水曜・土曜） ※ただし土曜は午後4時まで	○（要予約）	○（要予約）
自治医科大学附属病院	薬師寺3311-1	58-7123（※呼吸器内科直通）	呼吸器内科（禁煙外来） 午後3時～4時（月曜） 完全予約制になります。	○（要予約）	○（要予約）
				予約専用電話（呼吸器内科直通）58-7123 午後２時～４時	
若草クリニック	緑2-3291-1	40-0123	午前9時～正午（月・火・木・金・土曜） 午前9時30分～正午（日曜） 午後3時～6時（月・火・金・土曜） ※ただし土曜は午後5時30分まで	○	○

治療内容・費用等詳細については、直接医療機関にご確認ください。

お知らせ

「健康マイレージに参加してみませんか

しもつけ健康マイレージは、健康づくりに積極的に取り組む皆さんを応援する制度です。

健診の受診、健康づくり事業への参加、日々の運動や食習慣の改善など、決められた健康目標に取組んでいただき、ポイントをクリアされた方に記念品をプレゼントします。

健康マイレージのポイントカードは、広報3月号に掲載しているほか、市のホームページからダウンロードできます。また、健康増進課や市内各公民館（4館）等にも用意してありますので、是非参加してみてください。

健康と生活習慣に関する実態調査アンケートにご協力ください

市では、市民の皆さんの健康づくりを推進するために、平成25年度に「第2次健康しもつけ21プラン」を策定し、推進してきました。

平成30年度からの第3次計画を作成するにあたり、20歳から69歳までの無作為に抽出した2，000人の方を対象に健康と生活習慣に関する実態調査（アンケート）を実施し、市民の皆さんのご意見を伺わせていただくこととしました。

市民の皆さんのご意見を、市の健康づくり政策に活かすための重要な調査です。

9月に調査票を郵送させていただきますので、ぜひ回答のご協力をお願いします。

相談

子育て巡回相談

子育てに関する悩みや心配事の相談会を市内の子育て支援センターで実施します。

子育て支援センターつくし

■**日程**　9月7日(水)
※奇数月に実施予定。
■**時間**　午前9時～11時
■**相談員**　心理士・保育士
■**会場**　子育て支援センターつくし（ゆうゆう館内）

子育て支援センターゆりかご

■**日程**　8月8日(月)
※偶数月に実施予定。
■**時間**　午前9時～11時
■**相談員**　心理士・看護師・保育士
■**会場**　子育て支援センターゆりかご（あおば保育園内）

子育て支援センターみるく

■**日程**　9月28日(水)
※奇数月に実施予定。
■**時間**　午前9時～11時
■**相談員**　心理士・看護師・保育士
■**会場**　子育て支援センターみるく（わかば保育園内）
※注意事項：「ゆりかご」・「みるく」を初めて利用される場合には、防犯対策のため入館者登録（名札代）310円がかかります。
※子育て支援センターでは、子育て巡回相談日以外でも随時保育士等が相談をお受けしています。

育児相談

子育てに関する悩みや心配ごとの相談をお受けします。

■**日程**　8月10日(水)・9月26日(月)・10月24日(月)（月1回実施予定）
■**受付時間**　午前9時30分～11時
■**会場**　保健福祉センターゆうゆう館大ホール
■**相談員**　保健師・助産師・管理栄養士・心理士
■**持ち物**　母子健康手帳
※受付順にご相談をお受けします。相談までにお待ちいただく場合がありますので、ご了承ください。

こころの健康相談

現代社会のさまざまなストレスから心の病にかかる人が増え、メンタルヘルス（精神の健康を保つこと）がますます重要になっています。

「眠れない、食欲が落ちた、体や頭が重い」など、誰にも相談できずにつらい思いをしている方はいませんか？

市では、精神科医が対応する「こころの健康相談」を実施します。相談することで、今のつらさが少しでも軽くなればと思います。

ぜひ、ご利用ください。

■**日程**　9月27日(火)
午後2時～4時
■**場所**　市役所
■**相談員**　精神科医
■**料金**　無料
※9月20日(火)までにご予約をお願いします。
※相談日以外でも随時保健師が相談をお受けします。

ちょっぷり健康メモ

夏といえばプールの季節です。プールは楽しいだけでなく、効率の良い運動の場としても活用できます。

●水中で運動をすることのメリット

水中では水の浮力が働き、少ない衝撃で安全に運動をすることができます。関節などに不安があり運動ができない場合でも、水中での運動なら負担が少なくなります。

また、水の抵抗と自分の動きにより筋肉に負荷をかけることができます。筋力が少ない人でも、自分のペースで筋力を鍛えることができます。

●プールで安全に運動するために

準備運動をしっかり行いましょう。また、感染症予防のためタオルなどの貸し借りは避け、プールを出たあとはシャワーを浴びましょう。

無理はしないよう、体調の悪い時にはプールの利用は控えましょう。

教室・講座

「フレッシュママ・パパ教室（両親学級）

出産を控えたママやパパのために、安心して出産が迎えられ、赤ちゃんとの生活が楽しく送れるように実施しています。

ご両親でもママだけでの参加も可能です。ぜひご参加ください。

レッスン2

■日時
8月24日(水)
（AMコース）
午前9時30分～11時30分
（開始15分前から受付）
（PMコース）
午後1時30分～3時30分
（開始15分前から受付）

■内容
沐浴実習・赤ちゃんの予防接種や健診について

レッスン3

■日時
9月5日(月)
午後1時30分～4時
（開始15分前から受付）

■内容
お産の経過・安産のコツ、パパの妊婦体験など

レッスン2～3共通

■会場
ゆうゆう館

■対象者
出産予定日が平成28年10月～12月の方

■持ち物
母子健康手帳・筆記用具・水分補給のための飲み物

「みそ汁塩分測定会 お家のみそ汁測ってみそ！

（健康マイレージ対象事業）

みそ汁や漬物を多くとっていると、塩分のとり過ぎにつながってしまいます。

まず1gの減塩を目指して、ご家庭のみそ汁にどれ位の塩分が含まれているのか測定してみませんか？

■日時・場所
8月23日(火)ゆうゆう館
9月8日(木)きらら館

■実施時間
午前9時30分～10時
午前10時～10時30分

■定員
各時間帯15名（先着順）
※前日までにお申し込み下さい。

■持ち物
みそ汁またはスープ（100cc以上をタッパーや袋に入れてお持ち下さい。）
※参加された方には、小さじファミリーをプレゼントします。

「スマートチャレンジ教室

健診結果にちょっと高めの項目があったら要注意！

まずは自分の体を知り、無理のない運動と食生活の改善を始めてみませんか？

■日時
9月29日(木)
午前9時30分～午後1時30分（受付は午前9時10分から）

■会場
ゆうゆう館大ホール

■対象者
健診を受診した74歳以下の市民で、次のいずれかに該当する方
①BMIが25以上（肥満）の方
②メタボリックシンドロームが気になる方

■内容
・打倒メタボ！メタボについて学ぼう
・自分の食生活、何が問題？
・室内でできる運動の実践
・ヘルシーランチの試食

■持ち物
健診結果、筆記用具、タオル、飲み物（水またはお茶）、室内用運動靴
※運動可能な服装でお越しください。

■定員
約20名

■費用
無料

■申込締切
9月23日(金)

「アクアサイズ ～プールでエクササイズ～

（健康マイレージ対象事業）

プールを利用した運動は、関節に負担をかけずに筋肉や血管に、日常以上の負荷をかけることが簡単にできるため、健康づくりや生活習慣病予防につながります。

また、筋力が付き、代謝が上がり血流が良くなることで、ダイエットや冷え性・アンチエイジングにも効果が期待できると言われています。この機会にプールで運動を始めてみませんか？

■日時
1回目：9月9日(金)
午前10時～11時40分
2回目：9月16日(金)
3回目：9月23日(金)
午前10時30分～11時30分
※3回1コースになります。

■対象者
74歳以下の市民で基本的な検診を受診している方。
なお、疾病を有しており主治医の指示が必要と判断された方については、医師からの運動指導情報提供書を提出していただきます。

■場所
ふれあい館プール

■持ち物
水着、スイミングキャップ、バスタオル

■参加費
無料（プールの使用料も含む）

■定員
20名

■申込締切
8月31日(水)

■申し込み先
ふれあい館
☎(47)1122

「しもつけ減塩部（高血圧予防教室）

～ゆうゆう館コース～

栃木県民は脳卒中・心疾患の死亡率が高く、これらは高血圧からの合併症といわれています。

高血圧は塩分摂取量が多いことが原因の1つですが、栃木県民は1日の塩分摂取の目標量を超えて摂取しています。（平成24年度県民健康・栄養調査結果より）

高血圧予防のために、尿検査から自分の1日の塩分摂取量を知り、教室を通して減塩のポイントを学んでみませんか。

■**対象者**
74歳以下の市民で①・②のいずれかに該当する方
①血圧が要指導・要医療の方で内服治療していない方
②eGFRが要指導の方

■**会場**
ゆうゆう館（大ホール）

■**定員**
30名

■**持ち物**
健診結果、筆記用具（10月27日のみエプロン・三角巾）

■**費用**　無料

■**日程・内容**　全4回

日　程	時　間	内　容
10月6日㈭	9:30～11:30	・高血圧予防のために（保健師） ・減塩生活はじめませんか（管理栄養士） ※尿検査回収①
10月27日㈭	9:30～12:00	・調理実習（おいしく減塩） ・尿検査①の結果について
11月28日㈪	8:45～9:45	※尿検査回収②
12月15日㈭	9:30～11:30	・尿検査②の結果について ・まとめ ～自分の1日の塩分摂取量はどう変わった？～

※申込者には、事前に尿検査容器とご案内をお送りいたします

※きらら館コースは1月より開催予定です。

■**申込締切**
9月29日㈭
※申し込みをされた方には事前に尿検査の容器とご案内をお送りします。

「ヘルシースタート教室

食事バランスガイドを使って簡単に食事バランスを考える教室を開催します。また、お子さんの離乳食についてもアドバイスします。お子さんと一緒にご参加ください。

■**日時**
9月15日㈭
午前9時45分～11時45分
受付：午前9時45分～10時
※血圧測定をしますので、10時までにお越しください。

■**場所**
ゆうゆう館大ホール

■**対象者**
平成28年2・3月生まれの生後6～7か月児を持つ保護者

■**持ち物**
母子手帳

■**定員**
約20名
※定員になり次第締め切り

■**内容**
・自分や家族の食事について振り返ってみよう
・大人の食事から離乳食への取り分けの工夫
・血圧測定

■**申込締切**
9月8日㈭

■**申込方法**
電話または左記のQRコードでお申し込みください。

予防接種

「小児の予防接種の助成を行っています。

○ロタワクチン予防接種

嘔吐や下痢を引き起こすロタウイルス胃腸炎の重症化を防ぐ効果があります。2種類のワクチンがあり、シロップ状にして飲む生ワクチンです。

■**対象者**
・ロタリックス：生後6週～24週の乳児
・ロタテック：生後6週～32週の乳児
※必ず同じワクチンを必要回数投与ください。

■**助成額**
・ロタリックス：7,500円を2回
・ロタテック：5,000円を3回

○おたふくかぜワクチン予防接種

ムンプスウイルスによって、耳下腺の腫れや疼痛、発熱が引き起こるおたふくかぜの感染を防ぐ効果があります。

■**対象者**
1歳～2歳未満で、おたふくかぜにかかった事がなく、おたふくかぜの予防接種を受けたことがないお子さま。

■**助成額**
3,000円（1回のみ）

※ロタワクチンとおたふくかぜワクチンを小山地区医師会加入医療機関で接種する場合は、会計時に助成額が差し引かれていますので、自己負担分をお支払いください。
※その他の医療機関で接種する場合は、事前手続きが必要になりますので、健康増進課までご連絡ください。

■**問い合わせ先**
健康増進課　☎(32)8905

医療コラム　国保でわかる！健康安心！

糖尿病と認知症の関係とは？

獨協医科大学　准教授　種市　ひろみ

暑い夏の日ももう少しですね。皆様、いかがお過ごしでしょうか。

ある介護者との出会い

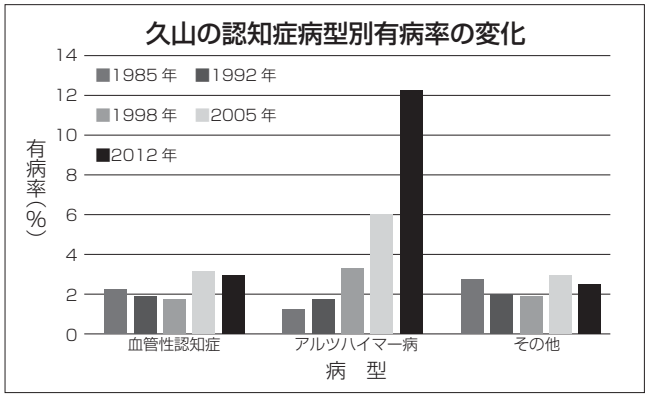
先日、認知症のお母様を介護されている方とゆっくりお話しする機会がありました。「母の介護を辛いと思ったこともありましたが、今は母の笑顔を見ることが私の生きがいになっています」と話してくださいました。どんな病気もつらいものです。さらに、介護する方のご苦労を思うと頭が下がる思いです。できることであれば、予防をしたい、そんな思いでいたところ、ある記事を目にしました。「糖尿病の人は、認知症になりやすい」本当でしょうか。

久山町研究の結果から

福岡県久山町の住民を対象に1961年から行われている「久山町研究」という大規模な調査研究があります。この久山町において65歳以上の住民を対象に認知症に関する追跡調査を行ったところ、1985年に6．7％だった認知症患者の割合は、2012年には17．9％に増加しました。つまり、65歳以上の約6人に1人が認知症になっているということです。認知症にはいくつかの病型があって、とても有名なアルツハイマー病、血管性認知症、あまり聞き覚えがないかもしれませんが、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などがあります。実は、これらの認知症の中でも、アルツハイマー病患者が大幅に増えていることがわかりました。

なぜ、アルツハイマー病が

年をとれば、もの忘れがあっても仕方ないよね、と昔は考えられていました。でも、脳梗塞や脳出血、老化などの影響による脳血管の障害があって発症する血管性認知症は横ばいなのに、アルツハイマー病が年々増えているのは不思議な感じがします。じつは、アルツハイマー病の発症リスクを調べた研究から次のようなことがわかりました。久山町の住民で高血圧または肥満、脂質異常症、糖尿病の方の割合の推移を調べてみると、高血圧は横ばいでしたが、肥満、脂質異常症、糖尿病の割合が上昇していました。最近、それらと認知症との関係が検討されています。



	血管性認知症	アルツハイマー病	その他
1985年	2.25	1.25	2.8
1992年	1.95	1.75	2.05
1998年	1.75	3.3	1.95
2005年	3.2	6.05	3
2012年	3	12.25	2.5

糖尿病はリスク要因かも

糖尿病ではない人と糖尿病の人でどちらが認知症になりやすいかを調べたところ、糖尿病の人は糖尿病ではない人に比べ2．1倍、アルツハイマー病になりやすいことが分かりました。同様に、糖尿病の人は、血管性認知症の発症リスクも1．8倍高いことがわかりました。また、糖尿病になると記憶にかかわる脳の海馬という部分の萎縮が進むことも報告されています。

下野市のデータから

栃木県内で、下野市の医療費をみると、糖尿病の方が特に多いというわけではありません。しかし、特定健診を受診された方のデータを県と比較すると、下野市は糖尿病の方の割合が少し多いようです。血糖値が高いことによって、脳血管や脳神経に障害が起こりやすくなると言われていますが、実は低くても影響を受けるという報告もあります。糖尿病の予防が何より大切ですが、糖尿病であっても、血糖値のコントロールをきちんとすることが重要だということですね。

特定健診における糖尿病の方の割合

	男性	女性
栃木県	12.1%	11.7%
下野市	13.3%	11.8%

＊平成26年度データより

今回のコラムは、糖尿病と認知症の関連について述べましたが、糖尿病によって、すべての人が認知症になるわけではありません。しかし、1つでもリスクを減らし、健康を自分で守ることができれば、長い人生、自分自身はもちろんご家族も幸せですよね。

参考文献

厚生労働省：健康・医療戦略推進本部「我が国における高齢者認知症の実態と対策：久山町研究」
羽生春夫、深澤雷太「糖尿病性認知症」日本内科学会雑誌

地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者のみなさんの身近な相談窓口です！

■問い合わせ先
地域包括支援センター
みなみかわち☎(44)3002
こくぶんじ☎(43)1229
いしばし☎(51)0633

認知症とロコモの簡易チェックができるようになりました！

市では、インターネット上で認知症やロコモ（運動機能低下）の簡易判定ができるサイトの運営を開始しました。ご自身だけではなく、ご家族の方がチェックをすることもできますので、ご自身・ご家族の物忘れや運動不足などが気になっている方は、ぜひこのシステムでチェックをして認知症や寝たきり予防・早期発見にお役立てください。

なお、認知症や高齢者の運動機能低下について気になる方は、各地域包括支援センターへご相談ください。

認知症の方を介護している介護者交流会のお知らせ

認知症の方を介護している家族の交流会と情報交換の場として、第8回介護者交流会を開催します。お昼を食べながら、ゆっくり、同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか。

■日時
8月19日㈮
午前10時30分～午後2時

■会場
生涯学習情報センター

■対象者
現在、認知症の方を介護している方（ご本人の参加も可能です。）

■内容
・認知症ケアパスについて
・情報交換

■参加費
お弁当代　500円

■申し込み・問い合わせ先
基幹型地域包括支援センター
☎(44)1118

介護保険事業所情報の提供をお願いします。

市では「下野市介護保険ガイドブック」を作成します。下野市内にサービス提供している介護保険事業所を対象として事業所情報の収集を行いますので、「下野市介護保険ガイドブック」に掲載を希望される事業所は、市ホームページから様式をダウンロードし、8月31日㈬までに報告をお願いします。

下野市の認知症サポーターが4000人になりました！

市では、平成27年3月に『下野市高齢者保健福祉計画』を作成しました。平成29年度末までに、65歳以上の高齢者3人に1人のサポーター4，000人を目指しました。現在サポーターは4，098人になりました。

今後も子供から大人まですべての地域住民が認知症を理解し見守りできるまちづくりを目指します。

認知症サポーター養成講座コーナー

認知症サポーターは、「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症に対して正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して暖かい目で見守ることがスタートです。

○自治医科大学看護学部の4年生と教員29名が認知症サポーターになりました。「医療者として家族への支援など学ぶことができた。」などの意見がありました。

○シルバー大学校OB石橋地区16名が認知症サポーターになりました。

○祇園小学校PTA31名が認知症サポーターになりました。PTAとしては、市内で初の講座開催となりました。

○石橋中学校1年生215名が認知症サポーターになりました。

○下野市商工会青年部16名が認知症サポーターになりました。「認知症に対する考え方が変わりました。」などの意見がありました。

認知症サポーター・養成講座を希望する団体がありましたら、各地域包括支援センターへお問い合わせください。

生涯楽習だより

「学び」は楽しく行こう！

パソコン講座（エクセル2013基礎）受講者募集

生涯学習情報センターと下野PC愛好会の協働事業によりエクセル基礎講座を開催します。

エクセル2013を使用して、表やグラフの作成、関数を使った計算処理、名簿等の管理などエクセルの基礎を学習します。

エクセル操作を身につけたい方、この機会に受講してみませんか。

■**日時**
火曜コース（全10回）
9月6日～11月8日
午前9時30分～11時30分
土曜コース（全10回）
9月3日～11月12日
午前9時30分～11時30分
（10月15日は休講）

■**会場**
生涯学習情報センター

■**定員**
各コース15名（定員になり次第締め切ります。）

■**対象者**
文字入力ができる方

■**テキスト**
FOM出版「よくわかるエクセル2013基礎」

■**費用**
5,000円（テキストをお持ちの方は、3,000円）

■**講師**
下野PC愛好会（パソコンボランティア講師団体）

■**受付期間・方法**
8月18日(木)・19日(金)　午前9時から
生涯学習情報センターにご来館のうえ、費用を添えてお申し込みください。
※パソコンは各コースとも、情報センターのパソコンを使用します。

■**申し込み・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

パソコン基本操作相談窓口

パソコンボランティアの方が相談に応じます。

■**日時**　9月5日(月)
午後1時～2時

■**相談受付**
下野PC愛好会（パソコンボランティア講師団体）

■**会場・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

シニアのためのスマートフォン講座（受講者募集）

スマートフォン初心者向けの体験講座と、応用編のステップアップ講座。片方だけ、両方の講座、どちらでもお申し込みできます。

初心者向け体験講座（1回）

■**日時**
9月5日(月)
午前の部　午前10時～正午
午後の部　午後1時30分～3時30分（各回2時間）

■**受講料**
無料

■**定員**
12名　先着順

■**会場**
生涯学習情報センター

ステップアップ講座（3回）

■**日時**
9月12日・26日・10月3日（全て月曜日）
午前の部　午前10時～正午
午後の部　午後1時30分～3時30分（各回2時間）

■**受講料**
3,500円（テキスト代含む）

■**定員**
12名　先着順

■**対象者**
概ね60歳以上でスマートフォンが初めての方、または活用したい方

■**会場**
生涯学習情報センター

■**講師**
NPO法人栃木県シニアセンタースタッフ

■**応募期間・方法（共通）**
8月22日(月)午前9時～午後5時の間に電話でお申し込みください。
※スマートフォン（アンドロイド）はシニアセンターが用意します。

■**申し込み・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

「癒しの傾聴サロン」参加者募集

ハンドトリートメントを取り入れながら、お互いの話に耳を傾ける傾聴サロン。どなたでも参加できます。

■**日時**
9月13日(火)
午前10時～11時30分

■**費用**
500円（材料費等）

■**場所**
生涯学習情報センター

■**定員**
16名　先着順

■**講師**
生涯学習ボランティア
高橋　涼子氏

■**申し込み・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

非核平和をすすめる下野市の会8月の催し

パネル展
～核分裂反応と人類～
■**日時**
8月20日㈯～30日㈫
午前10時～午後5時
■**場所**
生涯学習情報センター1階ロビー

座談会と映画会
DVD映画「被曝者からの手紙」そして被爆された方を中心に座談会
■**日時**
8月21日㈰午後2時～
講演会
「被爆と健康」問題について、福島で出始めた小児甲状腺がん、その他
演者　曽根　のぶ史氏（本会代表、内部被曝問題研究会員）
■**日時**
8月28日㈰午後2時～
■**場所（21日・28日共通）**
生涯学習情報センター2階研修室
■**費用**　無料
■**申し込み・問い合わせ先**
曽根　☎(44)6528

音訳ボランティア体験講座「作ってみようCD版広報しもつけ」

「音訳ボランティア」を知っていますか？目の不自由な方のために「広報しもつけ」を音訳し、CDを作成するボランティアです。広報を読むだけでなく、パソコンでデジタル録音・編集・デイジー版CDを作成するまでを体験してみませんか？パソコンを使ったボランティアに興味のある方大歓迎です！
■**日程と講座内容**
9月16日㈮
デイジー録音体験①
9月23日㈮
デイジー録音体験②
9月30日㈮
デイジー編集
※「デイジー」とはデジタル録音図書国際基準規格です
■**講師**
朗読ボランティアひびき
田崎　浩子氏
■**時間**　午前10時～正午
■**費用**　無料
■**定員**　15名　先着順
■**協力**
音訳ボランティア　こだま
■**申し込み・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

花と緑のボランティア講座が開催されました

昨年に続き、生涯学習情報センター主催「花と緑のボランティア講座」が6月16日から始まりました。今年は、主に新庁舎の敷地内緑地を舞台に、様々な花木の実践講座を実施する予定です。昨年に引き続き、下野市造園建設業協同組合の皆さんの指導のもと、楽しみながら庁舎入口のお花の手入れを実施しました。

南河内公民館自主サークル「しもつけユースオーケストラ」団員募集

下野市合併10周年記念を機に立ち上げた自主サークルです。9月から活動開始します。
楽器経験のある方、お待ちしております。
■**レッスン日時予定**
（9月から）月2回　土曜日
午後6時～8時まで
■**場所**
南河内公民館
■**参加費**
1回　1,000円／人
■**運営費**
年額　2,200円／人
■**対象**
小学校高学年～20歳
■**指導者**
NPO法人日本少年少女オーケストラ協会　専務理事・音楽監督
南　紳一先生
■**申し込み・問い合わせ先**
しもつけユースオーケストラ　代表　落合　史子
☎(48)0773
✉s_youth_o@yahoo.co.jp

国分寺公民館自主サークル「しもつけウインドオーケストラ」団員募集

楽器経験者を大募集しています。
■**練習日**
毎週　土曜日
午後5時～9時
■**場所**
国分寺公民館 大ホール 他
■**参加費**
毎月1,000円
（学生　半額）
■**対象**
高校生以上で楽器・譜面台を持参できる方。
楽器の無い方はご相談ください。
■**申し込み・問い合わせ先**
稲葉　☎(51)1477

図書館 Library Information

利用案内

■8月の図書館カレンダー

南河内図書館 ☎48-2395

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

石橋図書館 ☎52-1136

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

国分寺図書館 ☎44-3399

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■開館時間
午前９時～午後７時

■図書館ホームページ
（蔵書検索・予約システム）
http://www.library.shimotsuke.tochigi.jp/
携帯電話からのご利用
https://www.e-tosho.com/shimotsuke/mb/

QRコード

南河内図書館

■星に願いを…短冊に願いごとを書こう！
短冊配布・笹飾り：８月７日㈰まで
※笹の状態によって変更あり

■子どもの切り紙はり絵教室
～ペン立てを作ろう～
８月18日㈭　午前10時～ 11時30分
対象：小学４年生～中学生
（小学３年生以下は保護者同伴なら参加可）
定員：15名（※要申し込み）

■紙しばいと読み語り＆パネルシアター
８月27日㈯　午後２時
絵本「みんなにげた」「妖怪バス旅行」他

【南河内図書館2階改修工事のお知らせ】
行政で使用していた部分を、以前の状態に戻すための工事を行います。詳しい日程は館内にて案内する他、図書館のホームページでもお知らせします。ご不便をおかけしますがご協力をお願いします。

石橋図書館

■本のアルバム
開催中　※８月31日㈬まで

■原爆展
８月１日㈪～ 15日㈪
主催：非核平和をすすめる下野市の会

■おはなし会　午前10時30分～
８月６日㈯「おまたせクッキー」他
８月20日㈯「うみべのハリー」他

■リサイクル市書籍版
８月11日㈭・13日㈯・14日㈰

■ちいさなおはなし会
８月15日㈪　午前10時30分～

■調べる学習講座　特別版・南極クラス
８月20日㈯　午前10時～午後12時30分
対象：小学５・６年生
定員：25名（※要申し込み）

■工作会「パタパタ貯金箱」
８月21日㈰　午後２時～
定員：15名（先着順）

■古典文学講座「平家物語」
（第４回）「海道下」「横笛」「維盛入水」
８月28日㈰　午後２時～３時30分

■新聞コラム書き写しの会
８月29日㈪　午前10時～ 11時30分

国分寺図書館

■新聞コラム書き写しの会
８月５日㈮・19日㈮　午前９時～
持ち物：筆記用具　※見学できます

■調べる学習講座　午前10時～正午
８月６日㈯「蝶のことあれこれ」
講師：安国寺住職　谷萩 昌道 氏
８月７日㈰「調べた内容をまとめよう」
定員：各20名（小学生／※要申し込み）

■お話ポケットの会のおはなし会
８月13日㈯　午後２時～
絵本「たべたのだあれ」他

■読書会
８月20日㈯　午前10時～
テキスト／Ｇ・ガルシア＝マルケス 著
「予告された殺人の記録」

■真夏の夜の親子探検ツアー
８月20日㈯　午後６時～７時
定員：20名（小学生以下）

■スタッフによるお楽しみ会
８月27日㈯　午前10時30分～

■ほんもの体験講座
８月６日㈯　午後２時～４時
グリム童話を使った読書感想文書き方講座
講師：天沼 春樹 氏
８月７日㈰　午後２時～４時
絵画教室「画伯になろう」
講師：渡辺 正巳 氏
定員：各日20名（小学生／※要申し込み）

図書館講座や催し物については、図書館ホームページでもご案内しています。くわしくは各図書館におたずねください。

図書館 購入図書のご案内（一部）

<一般書>

夜を乗り越える（南）　…又吉 直樹
「負のキャラクター」を演じ続けていた少年が、文学に出会い、助けられ、いかに様々な夜を乗り越え生きてきたかを顧みる、著者初の親書。
黄色いマンション黒い猫（南）…小泉 今日子
スイートデイズ（石）　…安 平造
横浜1963（石）　…伊東 潤
総選挙ホテル（国）　…桂 望実
若冲ワンダフルワールド（国）…辻 惟雄

<児童書>

図書館のひみつ（南）　…高田 高史
ウナギのいる川いない川（南）…内山 りゅう
あそぼ（石）　…エルヴェ・テュレ
ぼくたちのリアル（石）　…戸森 しるこ
なぞなぞはじまるよ（国）　…おおなり 修司
ぼくだってトカゲ（国）　…内田 麟太郎

※掲載の本は所蔵館に限らず、市内3図書館どこでも貸出（貸出中は予約）が可能です

今月のイチオシ

1964年の東京オリンピック

石井 正己 著
河出書房新社

1964年の東京オリンピックが、数々の名文でいま甦る。名だたる作家らの観戦記から、大宅壮一×司馬遼太郎×三島由紀夫の座談会などを収録。（石）

図書館であなたの人生の一冊に出会おう

読書人

今月のテーマ
リオ・オリンピック&パラリンピック

第31回オリンピック競技大会（2016/リオデジャネイロ）は、8月5日から21日までの17日間、パラリンピックは9月7日から18日までの12日間開催されます。図書館では、オリンピック・パラリンピック関連やブラジル、リオデジャネイロに関する本などをご用意しております。

時代背景から考える日本の6つのオリンピック ①～③

大熊廣明 監修
ベースボール・マガジン社

2020年夏季オリンピック東京大会を前に、日本と日本人が作り出す社会情勢がどう関係しているのかなどを考える本。（南）

ほんとうにあったオリンピックストーリーズ

日本オリンピック・アカデミー監修
講談社

体操の内村航平選手、フィギュアスケートの山田満知子コーチ、車いすフェンシングの藤田道宣選手…。オリンピック、パラリンピックでほんとうにあった、13の感動ストーリーを紹介。（国）

この日のために 池田勇人・東京五輪への軌跡（上・下）

幸田 真音 著
KADOKAWA

1964年の東京オリンピック開催までのドラマを経済の視点で描いた小説。知られざる東京オリンピック物語。（石・国）

地球の歩き方 ブラジル

地球の歩き方編集室編集
ダイヤモンド・ビッグ社

ブラジルの見どころ、アクセス、ホテル、レストランなどの情報を満載したガイドブック。オリンピック開催地リオデジャネイロの情報掲載。（国）

すべての人が輝くみんなのスポーツを

オリンピック・パラリンピックの壁を越えて

芝田 徳造 他 編
クリエイツかもがわ

スポーツを楽しんでいる障がい者たちを紹介しながら、障がい者スポーツの課題を論じ、新たなスポーツ創造への理論的提案を行う。（石）

ブラジル

ザイラ・デッカー 著
ほるぷ出版

世界の主要国を1巻に1国ずつとりあげ、数多くの写真で紹介する「ナショナル ジオグラフィック世界の国」シリーズ。（南）

◇紹介文の最後に、所蔵している図書館を表示してあります。【（南）＝南河内　（石）＝石橋　（国）＝国分寺】
所蔵館以外でも予約をしていただければ貸出しが可能です。詳しくは図書館にお尋ねください。
南河内図書館 ☎(48)2395 ／石橋図書館 ☎(52)1136 ／国分寺図書館 ☎(44)3399

下野市教育委員会

第11回市民体育祭 ティーボール大会結果

6月19日に市内29自治会チームの参加により、市内3会場で開催されました。大会結果は次のとおりです。

市民体育祭の次の予定は、9月4日(日)にキンボールスポーツ大会、10月9日(日)に石橋地区・国分寺地区運動会、南河内地区スポーツフェスティバルとなっております。奮ってご参加ください。

大会結果

●石橋（大松山運動公園）
優　勝　小金井下町
準優勝　若林南
第三位　若林北

●国分寺（国分寺運動公園）
優　勝　笹原
準優勝　仲町
第三位　栄町東

●南河内（別処山公園）
優　勝　栄町西
準優勝　仁良川下
第三位　下石橋

石橋会場優勝：小金井下町チーム

国分寺会場優勝：笹原チーム

南河内会場優勝：栄町西チーム

体育協会

栃木県民スポーツ大会 水泳競技　出場者募集

下野市代表になろう！

10月16日(日)に行われる、栃木県民スポーツ大会水泳競技の出場選手を募集します。

■**会場**
県立温水プール館（小山市）

■**募集種目**
・壮年男子（31歳以上）
50m自由形、50m平泳ぎ、50m背泳ぎ、50mバタフライ、200m個人メドレー、200mメドレーリレー、50m×4リレー
※1人2種目以内、ただしリレーは除く

■**対象**　市内在住の31歳以上の男子
※高校生および学連登録者は除く

■**申し込み・問い合わせ先**
8月15日(月)までに、スポーツ振興課窓口にて申し込みください。
スポーツ振興課
☎(32)8920

栃木県郡市町対抗駅伝競走大会　出場者募集

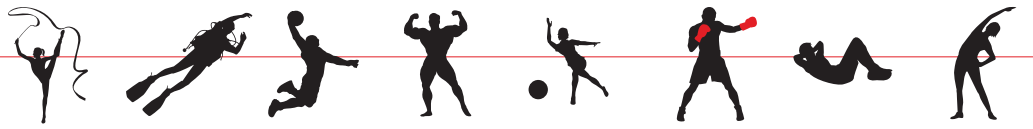
来年の1月29日(日)に行われる栃木県郡市町対抗駅伝競走大会の出場選手を募集します。次の日程で合同練習会兼選考会を行いますので、我こそはと思う方は是非ご参加ください。

■**日時**　9月11日・10月8日・11月13日・12月4日毎回日曜日午前9時～正午まで（小雨決行）

■**会場**
自治医科大学グラウンド

■**対象**　市内在住・在学の中学生男女・一般男女（高校生以上）

■**問い合わせ先**
陸上競技部　江田
☎090(1500)7641



テニス協会

■申し込み・問い合わせ先
担当 井上
スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターのいずれかの窓口へ申し込みいただくか、電子メールでお申し込みください。
☎090(1467)0265
✉tennis_murao@nifty.com
テニス協会ホームページ
URL http://scta.b.la9.jp/

下野市秋季テニス教室参加者募集

■日時　9月3日～10月1日（毎週土曜日、全5回）午後7時～9時　予備日あり
※初回は午後6時45分～
■会場　国分寺運動公園テニスコート
■対象　下野市在住・在勤・在学の初心者・中級者方（高校生以上）
■参加費
4，000円（初回徴収）
（今回から照明料の一部負担をしていただきます）
■申し込み期間　8月15日㈪～9月1日㈭午後5時

第11回下野市秋季レディスダブルステニス大会参加者募集

■日時　9月9日㈮午前8時30分集合
（雨天時は翌週に順延）
■場所
国分寺運動公園テニスコート
■対象
下野市内のテニスコートで活動している女性の方
■種目
ダブルス
■参加費
2，500円
■申し込み期間
8月15日㈪～31日㈬午後5時まで
■その他
ペアの変更は当日まで受け付けますが、キャンセルはできません。
※メールでの申し込みの場合、①氏名②所属③住所または勤務先④連絡先を本文に記載して送信してください。（不備の場合は受付不可。受付完了の返信を確認ください。）

卓球部

■問い合わせ先
理事長　水越
☎(44)2382
午後10時～11時

第11回市民ふれあい卓球大会参加者募集

■日時　9月25日㈰
午前9時30分～午後4時
■場所　石橋体育センター
■対象　小学3年生以上の学生および市在住／在勤の一般社会人
■内容・種目
・硬式：混合ダブルス
・ラージ：混合ダブルス
ペアは初級の人と中級以上の人が組み、当日抽選による組合せとなります。
■参加費
一人500円（保険料含む）
参加費は当日徴収致します。
■申し込み　8月15日㈪～9月9日㈮午後5時までに、スポーツ交流館、南河内体育センター、国分寺B&G海洋センターのいずれかの窓口に申し込みください。（電話での申し込み不可）

ゴルフ協会

■申し込み・問い合わせ先
☎(44)4433

ゴルフ教室

■日時
①火曜クラス：9月6日より午後7時～9時
②土曜クラス（午前の部）：9月10日より午前10時～正午
③土曜クラス（午後の部）：9月10日より午後1時～3時
※各クラス全6回
■場所
フラワーヒルゴルフクラブ
■費用　1回：2，000円（ボール代込み）
※ゴルフ協会非会員は別途年会費1，000円
■定員　各クラス8名
※定員になり次第締め切ります

バスで行くゴルフツアー

■日時　9月14日㈬ フラワーヒルゴルフクラブ駐車場集合、午前7時出発
■場所
凧月カントリー倶楽部
■費用　6，800円（バス代、賞品代込み）
■定員　20名
※定員になり次第締め切ります。

少林寺拳法の大会で優秀な成績を収めました

6月19日、少林寺拳法栃木県大会が開催され、河内龍興寺道院の拳士が日ごろの成果を発揮し、最優秀賞をはじめ、全員が入賞を果たしました。上位入賞者は次のとおりです。

最優秀賞
組演武
【小学3年生以下の部】
鈴木　美涼、高橋　麻由

優秀賞
●組演武
【中学生の部】
佐藤　陽太、松本　愛花
【親子の部】
富永　貴司、富永　柚奈
●単独演武
【中学生の部】
五月女　侑樹

NPO法人
グリムの里スポーツクラブ
■問い合わせ先
担当　黒川
☎(52)1182(月・水・金曜日午後9時～午後5時)

★栃木SC協働事業

【健康教室】介護予防体操教室の参加者を募集します

沢山の皆様のご参加をお待ちしております。

■**日時**　9月13日～10月4日（毎週火曜日、全4回）午後1時30分～3時30分
※午後1時より受付
■**場所**　スポーツ交流館2F大会議室
■**対象**　市内にお住まいの概ね50歳以上の市民
■**参加費**　1,000円
■**定員**　30名（先着順）
■**申し込み**　8月15日(月)～29日(月)までに、スポーツ交流館内クラブ窓口で参加費を添えて申し込みください。（電話での申し込み不可）
■**持ち物**　運動のできる服装、飲み物、ヨガマットをお持ちの方は当日持参ください。

NPO法人
法人夢くらぶ国分寺
■申し込み・問い合わせ先
国分寺B&G海洋センター内クラブ窓口で申込書に参加費を添えて申し込みください。
担当：増山
☎(44)0849(火・水・金曜日午前8時30分～午後5時15分)

未就園児親子体操教室2ndシリーズ参加者募集

親子で楽しみながら我が子の心と体の成長を実感できます。運動、遊び、工作、子ども同士の触れ合いなどを通じて自主性が芽生えます。

■**日時**　9月12、26日、10月3、17、24、31日、11月7、14日（月曜日、全8回）午前10時～11時30分
■**会場**　国分寺B&G海洋センター体育館
■**対象**　期間中に2歳になる幼児～未就園児20名程度
■**参加費**（8回分）4,000円（幼児のみ保険加入）
■**申し込み期間**
8月17日(水)より先着順で定員まで受け付けます。
■**その他**　託児ボランティアを紹介できます。

B&G海洋センターからのお知らせ

B&G海洋センターのPR映像やポスター作品を募集

ブルーシー・アンド・グリーンランド財団（B&G財団）では、「B&G PR大賞」として海洋センターや海洋クラブをPRする「映像」や「ポスター」を募集します。

市では、国分寺B&G海洋センターの体育館やプールをPRする作品が対象となります。グループでの応募も可能となっていますので、B&Gのイベントや教室が多いこの「夏」に制作いただき、奮ってご応募ください。

■**作品部門**
「海洋センター・クラブ自慢」をテーマにした作品。
①「PR映像」
海洋センターの〝いいところ〟や〝自慢〟などを90秒以内にまとめた映像作品
②「キャッチコピー入りポスター」
海洋センターをPRするポスター。キャッチコピーは必須。A4サイズ以上、画材・色数は自由。パソコンで制作した作品も可。作品中に「下野市国分寺B&G海洋センター」とご記載ください。

■**賞および発表**
①PR映像
最優秀賞1点（副賞10万円）
優秀賞10点（副賞2万円）
②ポスター
最優秀賞1点（副賞3万円）
優秀賞10点（副賞1万円）
審査結果は1月中旬に発表

■**募集期間**
8月1日(月)～10月31日(月)
国分寺B&G海洋センターからの申し込みを希望する場合は、10月21日(金)までにスポーツ振興課へご連絡ください。

■**申し込み方法**
応募用紙に必要事項を記載し、作品をB&G財団に送付するか、スポーツ振興課へご提出ください。応募用紙はB&G財団公式サイトからダウンロードできます。

■**問い合わせ先**
スポーツ振興課
☎(32)8920
B&G財団　広報課
☎03(6402)5312
B&G財団公式サイト
URL http://www.bgf.or.jp/bgpr/index.html

←昨年度受賞作品

よくてわりィね下野市 しもサタ
http://www.shimosata.com

ホームページOPEN!!
「しもサタどっとこむ」

しもサタで検索してね!!

しもサタ 検索

http://www.shimosata.com

しもサタチャンネルでは様々な動画を公開しています。「えっ！見てみたい」と思った方はインターネットで「しもサタ」と検索してくださいね♪携帯電話・スマートフォンからは上のＱＲコードを読み込むとホームページをご覧になれます！

今月のおすすめ動画

下野市情報バラエティ「しもサタ」

ペッパー特命課長の本音･･･?!

動画編集室

６月号で、動画ができるまでの流れをご紹介しましたが、
今回は実際の取材ウラバナシ？も交えながら編集のことをご紹介します！

欲張りなしもサタトリオは１本の動画を作るのに100カット以上の動画を撮影しています。その100カット以上の中から完成するために使ったのはなんと20カット以下！

「あれも伝えたい!」「これも見せたい!」そんな下野市愛で撮影しています。

しかし、いざ編集となると全てが使えるわけではないんです。

下野市の魅力を的確に伝えるために必要なのは「あきらめる勇気」でした（笑）

ベストな素材を見極めることも大切！色々な動画を観て勉強の毎日です。

下野市シティプローモション課は、全国の皆様に下野市の素晴らしさを伝えるべく、Pepper特命課長の指令のもと取材・収録・編集・告知に日々奮闘しています。動画の編集は、すべてシティプロモーション課が自前で行っています。それぞれの動画にはしもサタトリオ３人の個性が出るので、「この動画は３人の誰がつくっているのかな？」と考えながら是非２回、３回と動画を見てくださいね！見れば見るほど味が出ますよ！

みさみさ＆作業デスク
ここで編集をしています！

この看板を見かけたらお気軽に声をかけてね

よくてわりィね下野市（しもつけし）

しもサタチャンネルのチャンネル登録をお願いします♪

https://www.youtube.com/channel/UCeynh4gWTs9hns4FV8rW6gw

YouTube

「しもサタチャンネル」で検索♪
ユーチューブ内の検索で探すと一番上に出てきますよ！

↑（こちらのQRコードからもアクセスできます）

くらしの情報

Shimotsuke Information !

一目でわかる 見逃せないイベントカレンダー

カッコの数字は広報掲載された月とページです。
詳しくは記事をご覧ください。

とくにおすすめ！

- Shimotsuke Information 1 庁舎有料駐車場について…P28
- Shimotsuke Information 2 声かけふれあい収集事業…P32
- Shimotsuke Information 3 思いやりの心を育てます。「人権の花」…P33
- Shimotsuke Information 4 道の駅しもつけ　当日宅配サービス…P34
- Shimotsuke Information 5 夏休み親子体験ボランティア…P37

月	火	水	木	金	土	日
1	2 道の駅しもつけ イメージキャラクター カンピくん	3	4 あんぎん編み体験講座(7.34)	5 病態別栄養相談(6.14)	6 リオ五輪　パブリックビューイング(7.2) 国分寺地区盆踊り花火大会(7.29) いしばし納涼踊り・花火大会(7.29)	7 はにわ作り口座(7.7) 機織り体験(7.34)
8 子育て巡回相談(8.13)	9 みーちゃん	10 育児相談(8.13)	11 あんぎん編み体験講座(7.34) 司法書士無料法律相談会(8.39)	12 みるちゃん	13 子どものための絵画教室(7.37)	14 ななみちゃん
15	16	17 ひろむくん	18 精神障害サポート教(8.36)	19 オリジナルランタン作り体験(7.34)	20 しもつけジュニア夢芸術文化祭(8.27)	21 子どものための版画教室(7.34) 夏休み親子体験ボランティア(8.37) しもつけジュニア夢芸術文化祭(8.27)
22	23 みそ汁塩分測定会(8.14)	24	25 ゆーこの部屋「川上さんの天気のお話し」(7.23) 行政書士無料専門相談会(8.39)	26 物語絵本と科学絵本-絵本編集の現場から(7.23) オリジナルランタン作り体験(7.34)	27 親子フェスティバル2016(8.27)	28 定期歴史講座(8.34)
29	30	31	9/1	2 りさちゃん	3	4 いっちゃん
5 シニアスマートフォン講座(8.18)	6 ゆうちゃん	7 子育て巡回相談(8.13)	8	9 食のオープンスクール(8.34) 救急フェア(8.32) レディースダブルテニス大会(8.23)	10 はるくん	11
12	13 癒しの傾聴サロン(8.18)	14 バスで行くゴルフツアー(8.23)	15 ヘルシースタート教室(8.15)	16 敬老会(8.35)	17 下野市小中学校音楽祭(8.3)	18

今月誕生日の児童を掲載しています。掲載されている日付けと写真児童の誕生日は関係ありません。

今月誕生日！…誕生月の広報のこのページにお子さん（小学生まで）の写真を載せませんか。メールまたは窓口（総合政策課☎(32)8886）で掲載月の前々月末日（例12月号希望の場合は10月31日）までにお申し込みください。メール申し込みの場合は、①申込者（保護者）の氏名・住所・電話番号②誕生月③写真の児童のニックネーム（記載がない場合は無記名で掲載します）および写真データ（2メガバイト以内）をinfo@city.shimotsuke.lg.jpまで送信ください。申込者多数の場合は抽選。提出いただいた写真は返却いたしません。掲載可否のお問い合わせにはお答えできませんのでご了承ください。版権は市に帰属するものとします。広報しもつけは市ホームページでも公開します。

イベント

8/27 下野市幼稚園連合会 親子フェスティバル2016

市内の未就学児を対象とした親子フェスティバルを行います。

市内の幼稚園、認定こども園の先生たちがみんなの笑顔のために楽しいプログラムを用意して待っています。ご家族皆さんでお越しください。

■**日時** 8月27日(土) 午前9時30分～午後1時

■**場所** 国分寺公民館

■**内容**

①みんなで遊ぼうコーナー（1階大ホール・視聴覚室）

手作りゲームコーナー・おりがみコーナー・オリジナルうちわ作りコーナー・お話シアターコーナー

②子育て相談コーナー

各園の園長先生や、下野市利用者支援事業相談員が子育ての悩みやご相談に応じます。

③「バルーンパフォーマーみなみちゃんによるバルーンショー」&「親子バルーン教室」（1階大ホール・午前11時～）

「バルーンパフォーマーみなみちゃん」がバルーンショーでみんなに元気を分けてくれます。お父さん、お母さんも一緒に参加して楽しく過ごしましょう！

※ショー終了後、フロアーにて親子バルーン教室を行います。

■**参加料** 無料（受付あり）

■**問い合わせ先** 下野市各幼稚園・認定こども園にチラシがあります。

代表　愛泉幼稚園

担当　小倉☎(44)7783

10/16 「石橋商工会賑わい祭」出展者募集

JR石橋駅西口徒歩2分にある「石町通り」にて、「ローカルフード」・「思いのこもった農産物」・「ハンドメイド品」等多くの出展者と、懐かしく、新しい音楽を中心に、「石橋商工会賑わい祭」を開催します。

今年は駅近くの中心市街地で開催します。

また一緒にイベントを盛り上げて下さる出展者の方を募集します。

■**開催日時** 10月16日(日) 午前10時～

■**申込方法** 石橋商工会ホームページ(http://ishibashi-shokokai.com/)より申込書をダウンロードし、必要事項を記載の上、出展料2,000円を持参ください。

■**申込期限** 8月31日(水)

■**問い合わせ先** 石橋商工会☎(53)0463

9/8～10 第9回下野市書道連盟展 作品募集と開催のご案内

高校生以上で、書道に興味のある方ならどなたでも入会でき、展覧会に出品ができます。市外にお住まいの方も歓迎！展覧会の開催期間中に、高校生による書道パフォーマンスやミニ講座などのイベントも実施します。

■**展覧会日時** 9月8日(木)～10日(土) 午前9時～午後6時

※最終日は午後4時まで

■**内容**

○高校生による書道パフォーマンス 9月10日(土) 午前10時30分～11時30分

○ミニ講座（参加費無料） 午後1時～2時（各自）

■**会場** グリムの館

■**出品について** 入会費（高校生不要）・出品料がかかります。

■**主催・問い合わせ先** 下野市書道連盟事務局

☎FAX(48)2068

✉shimoshoren@gmail.com

8/20～21 しもつけジュニア夢芸術 文化祭開催

下野市文化協会創立10周年記念事業の一環として将来にたくさんの夢を抱えた子どもたちの健全育成を推進することを目的とした、子どもたちが主役となる発表会を開催します。

皆様の暖かい声援が子どもたちの自己力を高める良い機会と思われますので、お誘い合わせのうえ、ご来場ください。

■**開催日時** 8月20日(土)、21日(日) 午前9時～午後3時

■**会場** 国分寺公民館

■**内容**

ステージ部門

合唱・吹奏楽・ダンス・空手など

展示部門

美術・絵画・書道など

10周年記念式典&文化のつどい

「岩下淳子ピアノコンサート」20日(土)午前10時30分～

■**問い合わせ先** 生涯学習文化課

☎(32)8919

お知らせ

寄附・寄贈をいただきました

■山内靖之様から、金1万円の寄附をいただきました。ありがとうございました

■グリーン保存育成基金に、次の方々から寄付がありました。ありがとうございます。

花まつり出店協力会　金5万円
農村生活研究グループ　国分寺支部　金1万円
パンジー・あざみ金5千円
関根井会　金5千円
柴北・川南　金5千円
明日夢会　金5千円

■野口泰弘様から、野口正哉家文書と市指定有形文化財（歴史資料）寛政十年に写された天和元年薬師寺村周辺の絵図を寄贈いただきました。

下野市教育委員会生涯学習文化課にて保存、活用させていただきます。

ありがとうございました。

行政相談委員が表彰されました

行政相談委員の野澤氏、毛塚氏の2名が、行政に対する苦情の解決に尽力されたことが認められ、表彰されました。

行政相談委員は、皆様の身近な相談相手として国政への苦情、行政の手続きに関する問い合わせなどを受け付け、解決のための助言や、関係行政機関に対する連絡等の積極的な活動を行っています。詳細な相談日時は巻末をご覧ください。相談は無料で、秘密は厳守します。

関東管区行政評価局長表彰
野澤洋子氏

栃木行政評価事務所長感謝状
毛塚静雄氏

東田橋が開通します

現在、架け替え工事を進めております、石橋中学校西の上台・石橋地内に架かる東田橋が8月21日(日)に開通いたします。

工事期間中は周辺にお住まいの方をはじめ、多くの方にご不便をお掛けしましたことをお詫びいたします。

なお、開通後におきましても取り付け道路の拡幅工事を進めてまいりますので、引き続きご理解・ご協力をお願いいたします。

■**問い合わせ先**
建設課　☎(32)8908

庁舎有料駐車場について

Shimotsuke Information 1

市では、JR自治医大駅に近いことから、庁舎駐車場の有効活用と無断駐車防止を図る目的で、民間業者に有料駐車場として貸し出しています。

市役所に用事がある方で平日の午前8時30分から午後5時30分の間は30分間無料になりますが、時間外や休日、30分を超えて庁舎にいらした方は、お帰りの際に担当した職員に駐車券をお渡しいただければ無料になる手続きをいたします。

なお、土・日曜日にお出かけの際は有料駐車場としてご利用ください。

■**問い合わせ先**
総務人事課☎(32)8888

水道水放射性物質の検査結果

検査結果については、市ホームページでも公開しています。

採取日	採取場所	セシウム134	セシウム137
	基準値（セシウム134および137の合計）	10Bq/kg	
6月1日	南河内第1配水場	不検出	不検出
	石　橋第1配水場	不検出	不検出
	国分寺第1配水場	不検出	不検出
	南河内第2配水場	不検出	不検出
	石　橋第2配水場	不検出	不検出
	国分寺第2配水場	不検出	不検出

■**問い合わせ先**
水道課　☎(32)8911

8月1日より国保高齢受給者証が新しくなります

70歳から74歳の国民健康保険被保険者の方へ、8月1日より利用できる高齢受給者証を7月下旬に送付しました。病院等を受診する際は、国民健康保険被保険者証（保険証）と一緒に提示してください。

なお、新しい高齢受給者証は、27年中の所得状況により一部負担金の割合が決定されています。

平成28年7月31日有効期限の高齢受給者証は、市民課窓口へご返却いただくか、ご自身で破棄をお願いします。

■**適用時期**
1日生まれの方は70歳になる誕生月の1日から、2日以降生まれの方は70歳になる誕生月の翌月1日から、受給者証を適用月の前月末までにご自宅へ郵送します。

■**有効期限**
平成29年7月31日
ただし、75歳の誕生日を迎える方は誕生日の前日。

■**問い合わせ先**
市民課　☎(32)8895

国民健康保険限度額適用認定証・標準負担減額認定証の更新時期です！

認定証の有効期限は7月31日です。8月1日以降も認定証が必要なときは申請が必要です。

外来で高額になるときや入院した場合、限度額認定証を提示することにより、医療費の支払いが自己負担限度額までになります。

住民税課税世帯の方は「限度額適用認定申請」、住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定申請」となります。

※限度額適用申請は、国民健康保険税の未納がない方が対象となります。

また、（食事療養費）標準負担額減額認定申請は、資格証明書を除く住民税非課税世帯の方が対象となります。

※70歳以上の方に限度額適用認定証は発行されません。ただし、住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定申請」をすることができます。

■**問い合わせ先**
市民課　☎（32）8895

オレンジリボンキャンペーン「みんなで守ろう！子どもの笑顔」

全国的に児童虐待に関する相談件数は増加しています。児童虐待問題は、社会全体で早急に解決すべき重要な課題となっています。児童虐待問題に対応するため、児童虐待防止講演会を次のとおり開催します。皆さんのご参加をお待ちしております。

■**日時**　8月23日㈫午後1時30分～3時30分

■**会場**　市役所3階会議室

■**内容**　講演会テーマ
安心して生活できる子どもの環境を守るために
～警察現場からみた児童虐待～

■**講師**
栃木県警察本部生活安全部生活安全企画課課長補佐
阿久津浩伸氏

■**参加費**　無料

■**予約**　不要

■**対象者**　子どもに関わる方、子育て中の方、その他、児童虐待防止に関心のある方

■**その他**　駐車場が込み合う場合があります。乗り合わせでご来場くださいますよう、ご協力お願いします。

■**問い合わせ先**
こども福祉課
☎(32)8903

無人ヘリによる水稲防除を実施します（南河内地区）

水稲のカメムシ類等を一斉防除するため、無人ヘリコプターによる農薬の散布を行います。散布に当たっては万全の注意を払いますが、危被害防止のため、皆様のご協力をお願いいたします。

■**散布日程**
8月4日㈭～6日㈯

■**散布予定時刻**
午前5時～正午

■**散布箇所**
白旗が立っている水稲のほ場へラジコンヘリコプターが散布いたします。

■**その他**
・主要道路、通学路、住宅周辺は早朝に散布いたします。
・雨天、強風等で散布日が翌日に順延する場合があります。

■**注意事項**
薬剤の散布には十分注意して実施いたしますが、次のことを留意のうえご協力をお願いいたします。
・水稲の栽培ほ場近くの家屋では、散布中は窓を閉めてください。また、洗濯物は屋内に入れてください。
・散布中は散布区域へ立ち入らないでください。子供には特に注意を促してください。

■**問い合わせ先**
宇都宮農協水稲病害虫防除推進協議会JAうつのみや南河内営農経済センター
☎(48)2215

人間ドック助成について（お詫び）

広報紙4月号19頁に掲載されていました医療機関ごとの個人負担等の一覧表におきまして、次のとおり誤りがございましたので訂正いたします。大変申し訳ございません。

・総合ドックの欄
宇都宮セントラルクリニックでの個人負担額
誤　43，580円
正　40，880円
（一般＋脳ドック、心臓ドック共通）

■**問い合わせ先**
市民課
☎(32)8896

下野市私立幼稚園・認定こども園の子育て支援事業

市内の私立幼稚園･認定こども園では｢子育て支援事業｣を推進しています。各園にて未就園児親子教室（就園前のお子様が対象）を行っています。各園、親子で楽しめる内容となっています。一人のお子さんが複数の園で登録（参加）することもできます。ふるってご参加ください！

８月下旬以降の親子教室日程について

親子教室名 施設名	日　時	活動内容／持ち物	当日の登録	幼稚園住所 問い合わせ先	その他 次回開催連絡等
●てんとうむしキッズ A薬師寺幼稚園	9/7㈬ A.B.とも 10：30～ 11：30	**A.リズム遊び、読み聞かせ、歌** A.Bとも、飲み物と上履きをお持ちください。	○	薬師寺1584-2 ☎48-0132	★A.Bとも、できるだけ事前にご連絡ください。 A.Bとも 10/12㈬ 10：30～11：30
●てんとうむしキッズ B認定こども園 第二薬師寺幼稚園		**B.エプロンシアター、英語遊び、園庭遊び**	○	祇園4-6-3 ☎44-9988	
●こばと教室 石橋幼稚園	9/7㈬ 10：30～ 11：45	**「親子体操教室」**（体操講師の指導） **先生と一緒に活動する。** ・タオル、上履きをお持ちください。	○	石橋535 ☎53-0218	水曜日 10：30受付 10/1運動会 11/9活動 12/7クリスマス会
●ラビットクラブ 認定こども園 野ばら幼稚園	8/26㈮ 9：00～ 12：00	**「わくわくフェスタ」** **～ラビット＆カンガルーの夏祭り～** うたあそび・読み聞かせコーナー他、ミニ模擬店 ・飲み物、タオル、上履きをお持ちください。	○	中大領386 ☎53-5508	月2～3回㈭ 9：30～10：30 9月1,8,15日
●ファミリークラブ 認定こども園 愛泉幼稚園	8/24㈬ 受付 10：00～ 活動 10：30～	**「親子で遊ぼう！夏まつり遊び」** ・水分補給できるように飲み物、タオル、お着替え、上履きをお持ちください。	○	小金井4-12-8 ☎44-7783	次回 9/14㈬ 受付10：00～ 「おじいちゃん、おばあちゃんへのプレゼントを作ろう！」
●ニコニコクラブ 認定こども園 第二愛泉幼稚園	9/3㈯ 10：00～ 12：00	**「幼稚園大開放！」** ミニミニウォーターパークで楽しく遊ぼう！ ・水着、お着替え等をお持ちください。	○	柴1403 ☎44-2838	9/20㈫ 10：00～12：00 お月見会、 おだんご作り
●ぴよぴよキッズ 認定こども園 むつみ愛泉こども園	8/20㈯ 10：00～ 11：30	**「スペシャルデー」** 造形あそび ・飲み物をお持ちください。	○	柴769-17 ☎44-0405	8/26㈮ 「リズムあそび」 0～1歳児10:10～ 2歳児 11:00～

※上表以降も各園にて活動の計画があります、予定については各園にお問い合わせください。
※親子で参加するイベントです。必ず保護者の同伴が必要になります。
※登録料、参加料などの実費が発生する場合がございますので、各園にお問い合わせください。

■問い合わせ先　こども福祉課　☎（32）８９０３

日本地域看護学会第19回学術集会での市民公開講座

■**日時**
8月27日(土)
午後3時～4時20分

■**場所**
自治医科大学地域医療情報研修センター

■**費用**
無料

■**テーマ**
あなたが介護を必要とした時、支えとなる専門職をご存知ですか？
～在宅療養を支える訪問看護師、訪問薬剤師～

■**主催**
日本地域看護学会第19回学術集会

■**共催**
公益財団法人　在宅医療助成勇美記念財団

■**問い合わせ先**
自治医科大学
看護学部地域看護学
☎(58)7413

介護保険負担限度額認定申請のお知らせ

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)・介護老人保健施設(老人保健施設)・介護療養型医療施設(療養病床等)短期入所生活介護(ショートステイ)を利用する方の食費・部屋代については、本人による負担が原則ですが、低所得者の方については負担軽減の制度があります。

■**認定要件**
世帯非課税(世帯を分離している配偶者を含む)で預貯金等が1千万円以下(夫婦は2千万以下)であること。現在は課税年金収入のみが対象になっておりますが、8月からは非課税年金収入も含めて判定します。よって現在、利用者負担段階が第二段階である方のうち、非課税年金を一定額受給されている場合には利用者負担段階が第三段階になる場合があります。申請月の1日から適用になりますので、早めに申請してください。

■**問い合わせ先**
高齢福祉課
☎(32)8904

介護保険負担割合証について

要介護・要支援認定を受けている方、総合事業対象者には負担割合(1割又は2割)が記載された介護保険負担割合証を郵送します。また、介護保険サービスを利用する際は介護保険被保険者証とともに、この証をサービス事業者や施設にご提示ください。有効期間は毎年8月1日から翌年7月31日までです。

■**問い合わせ先**
高齢福祉課☎(32)8904

高齢者の方にQRコード付シールの配付を行っています

市では、認知症等により徘徊癖のある高齢者等に対し、QRコードを利用した名前、緊急連絡先等が分かるシールを配布しています。
※年間費用1,000円

■**利用対象者**
・徘徊行動の見られるおおむね65歳以上の高齢者
・障害者自立支援法に規定する障がい者および障がい児で、所在が不明となるおそれがある方。
・その他市長が認める方

■**申請場所**　高齢福祉課

■**申請方法**　窓口にて申請用紙を書いていただきます。印鑑をご持参ください。

■**問い合わせ先**
高齢福祉課☎(32)8904

日本語講師ボランティア養成講座開催のお知らせ

下野市国際交流協会は在住外国人の方に日本語を教える日本語教室を運営しています。
毎週土曜日と日曜日にグリーンタウンコミュニティセンターと石橋公民館の2か所で開講しており、アジアや南米など様々な国籍の方が日本語を学んでいます。
また、講師の方はボランティアであり、基本的にマンツーマンで日本語を教えています。
市内でも日本語学習を必要とする人の数が年々増加しています。当協会でもこのような需要に応えるため、外国人に日本語を教えるボランティア養成講座を開講します。
外国の方に日本語を教えてみたいという方、日本語を日本語で教える直接法を学んでみませんか。全5回講座で基本を勉強します。

■**日時**　午後6時～7時30分
①8月27日(土)　②9月3日(土)
③9月10日(土)　④9月17日(土)
⑤9月24日(土)　(全5回)

■**場所**
生涯学習情報センター研修室

■**講師**　蓬田宏治先生

■**対象**　日本語講師ボランティア希望者で全5回参加できる方
※年齢・資格・語学力等は問いません。

■**受講料・教材費**
無料。ただし、参加者の方は下野市国際交流協会に入会していただきます。
※年会費がかかります。

■**定員**　20名

■**申込期間**
8月8日(月)～19日(金)
※土日祝日を除く

■**申し込み・問い合わせ先**
下野市国際交流協会事務局
(市民協働推進課内)
☎(32)8887

Shimotsuke Information 2

声かけふれあい収集事業

高齢や障がいにより、家庭ごみを指定のごみステーションに出すことが困難な方々に対し、見守りのためにご自宅に訪問して、同時にごみを回収する事業を始めます。

高齢者や障がい者のうち、自力でごみを出すことが困難で、ご親族やご近所などから支援を受けられない場合が事業の対象となります。

■対象者

・次のいずれかの者のみで構成される世帯に属する方

・65歳以上で要介護認定を受けている方

・身体障害者手帳の交付を受け、障がいの程度が1級または2級に該当する方

・精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、障がいの程度が1級または2級に該当する方

・療育手帳の交付を受け、障がいの程度がA1・A2に該当する方

・その他、これらに準ずる者で市長が特に認める方

■申込方法

申請書に必要事項を記入して、高齢福祉課の窓口に提出してください。

■収集方法

週1回、ごみステーションに排出可能な家庭ごみを収集します。

ご自宅には、市が委託する「下野市シルバー人材センター」がお伺いします。

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課

☎(32)8904

救急フェア開催

9月9日の救急の日を前に「救急フェア」を開催します。

■日時 9月4日(日)

午前9時30分～11時30分

■場所 道の駅しもつけ

■内容

①救急講習会

②自治医科大学附属病院の医師による救急講話および看護師による、健康相談コーナー・血圧測定コーナー

③臓器移植コーナー

④高規格救急車・救助工作車・はしご車・支援車の展示

⑤住宅防火対策展示コーナー

■問い合わせ先

石橋地区消防組合消防本部

☎(53)6167

夏休みはふれあい館プールへ！

夏休み期間中、ふれあい館プールは、休みなしで営業いたします。是非、この夏は、天気を気にせずご来館下さい。

■営業時間

平日　午前10時～午後9時

土曜日　午前9時～午後9時

日・祝日　午前9時～午後8時

月曜日(8／1・8・15・22・29)

午前9時～午後5時

※最終受付は、閉館1時間前

■お知らせ

①浮き輪が使えるようになりました

※直径120cm以下のものに限る、利用可能エリア・幼児用プール・25mフリーエリアのみ。

②オムツが取れてないチビッ子も、「水遊び用パンツ」着用で利用可能になりました

※利用可能エリア・幼児用プール・ジャグジープールのみ、簡易型プールも新設しましたので、是非ご利用ください。

※「水遊び用パンツ」は、館内売店でも販売しております。

■問い合わせ先

ふれあい館プール

☎(47)1122

ふれあい館にて各種教室好評開催中！

【全ての教室で使える共通回数券発売中！】

①「かんたんステップ50」

ステップ台を使ったエクササイズです。音楽に乗りながら、ステップ台の昇降運動で、膝や腰に負担をかけずに健康・体力作りを目指したレッスンです。初心者の方や体力に自信のない方でも自分のペースで安心してご参加頂けます。

②「骨盤調整コンディショニング」

骨盤の歪みを調整し、ふだん使われにくい筋肉の強化により、腰痛・肩こり・冷え性、内臓の機能改善等を目指したレッスンです

③「やさしいヨガ」

呼吸を意識しながら、姿勢・身体の歪みを修正し、瞑想により自分自身を見つめ直す、心と体の健康を目指したレッスンです

④「ピラティス」

ピラティスとは、ヨガとは異なり、正しい骨格を意識しながら、体幹の筋肉を整えます。筋肉強化、そしてバランス強化を目的とし、柔軟性の向上や筋持久力の向上が期待できます。

■開催日時

①毎週木曜日、午後6時40分～7時30分（50分）。

②毎週火曜日、午前10時30分～11時40分（70分）。

③毎週金曜日、午前10時30分～正午（90分）。

④毎週木曜日、午後2時～3時（60分）。

■場所 ふれあい館1階研修室若しくは2階大広間

■受講費 700円／1回（ワンレッスン制）

※1階受付券売機でチケットをご購入ください。

※プラス100円でふれあいの湯をご利用頂けます。

■対象

高校生以上（性別不問）

■定員 ①②④15名③20名

■持ち物 室内用運動シューズ・補給水・タオル。

※ヨガを受講される方でヨガマットをお持ちの方はご持参下さい。シューズは必要ありません。動きやすい服装でお越しください。

■問い合わせ先

ふれあい館☎(47)1126

Shimotsuke Information 3

思いやりの心を育てます。「人権の花」運動

■問い合わせ先　市民協働推進課

「人権の花」運動は、小学生児童を対象として昭和57年度から実施されている啓発運動です。

児童が協力しながら花を育てることで、協力、感謝することの大切さ、また生命の尊さを学びながら、情操をより豊かにし、やさしい思いやりの心の体得や人権思想を育むことを目的としています。

6月、石橋小学校、細谷小学校、薬師寺小学校、祇園小学校、緑小学校、国分寺小学校の市内6校にマリーゴールドやサルビア、ベコニアなどの苗が手渡されました。

市の人権擁護委員より「たくさんの違う種類の花を届けに来ました。皆さんも一人ひとり違います。違いを個性として認め合って、皆さん仲良く過ごしてください。」とあいさつがありました。また、人権の大切さを教える教室では、「どうしても、ご両親にも先生にも言えない悩み事がありましたら子どもの人権110番、〝0120-007-110〟に電話してください。必ず相談に乗ります」とお話されました。

講話のあと、花の苗を受け取った児童からは「花を見た人が元気になるよう大事に育てます。また、花を育てるのと同時に自分たちの思いやりの心も育てます。」とのお礼の言葉がありました。

一人ひとりの思いやりが明るく差別のない社会を築きます。人権について家庭みんなで話し合ってみましょう。

また、市では人権相談を行っています。詳しくは、巻末「心配ごと相談」をご覧ください。

夏休み体験教室

夏休みの子どもや親子を対象とした体験教室（ワークショップ）を開催します。

■内容

8月20日㈯

レジンアクセサリー、バスボム、木製ラック作り、革製ネームプレート、アイシングクッキーなど。

共催：クラフトショップ ストロベリードロップ

8月21日㈰

スイーツデコ、サンキャッチャー作り、ヒンメリ作り、タイルクラフト、アロマ芳香剤、版画教室など。

■時間　午前10時～午後3時

■場所　グリムの館

■参加料

500円～1,000円

■参加方法

20日：当日各ブースでお申し込みください。

21日：グリムの館窓口または電話で、事前予約を受け付けています。定員に余裕のある講座は、当日参加もできます。

■申し込み・問い合わせ先

グリムの館　☎(52)1180

宅地内での漏水について

宅地内で漏水が発見された場合は、お近くの下野市指定給水装置工事業者に連絡し、早急に修理（お客様負担）をお願いします。漏水は、すべての蛇口を閉めた状態で「パイロット」とよばれるコマで確認できます。（回転していると漏水しています。）漏水も水道料金に加算されますので、各家庭で水道メーターの確認をお願いします。

■問い合わせ先

水道課　☎(32)8911

大規模小売店舗立地法に基づく縦覧について

大規模小売店舗立地法による変更の届出が、次のとおりありました。店舗所在地である本市において、届出の内容を縦覧することができ、意見のある方は、縦覧期間内に県へ意見書を提出することができます。

■**店舗名称等**
ワンダーグー下野店（下古山）

■**変更内容**
・開店時刻および閉店時刻
・来客駐車場利用可能時間帯
・荷さばき可能時間帯

■**縦覧期間**
平成28年10月27日㈭まで（土・日・祝祭日を除く）

■**縦覧時間**
午前8時30分～午後5時15分

■**縦覧場所・問い合わせ先**
商工観光課
☎(32)8907

道の駅しもつけ 当日宅配サービスのご案内

Shimotsuke Information 4

～道の駅しもつけの新鮮食材をご自宅へお届けします～

「車に乗れず、お店に行けない・・・」、「重い荷物を運ぶのは大変・・・」など、様々な事情で日常の買い物にお困りの方々のお役に立てるよう、道の駅しもつけでは当日宅配サービスを行っています。

「商品カタログによるお買い物・配達」と「店頭購入商品の配達」のサービスがあります。

市内で採れた新鮮な青果やお米、調味料から土・肥料まで様々な商品を届けます。

配達は毎週火・木・土・日曜日の4日間。火・木曜日は午後2時までのご注文であれば当日配達も可能です。

商品カタログをご用意していますので、お気軽にお問い合わせください。

■**利用条件**　ご自宅での受け取り・代金引換が可能な方

■**配達エリア**　市内全域

■**配達日**　毎週火曜日・木曜日・土曜日・日曜日
※8月13日㈯・14日㈰の配達はお休みです。

■**配送料**　1回300円
税込2，000円以上お買い上げの方は無料

■**配達時間**
〈1便〉午前11時～午後1時（受付締切　午前10時30分）
〈2便〉午後2時30分～4時30分（受付締切　午後2時）
※土曜日・日曜日に配達をご希望の方は、前日の午後3時までにご注文ください。

■**受付時間**
午前9時～午後3時
※休館日（第1・第3水曜日、1月1日～3日）を除く。

■**注文・問い合わせ先**
☎070(2159)3570
※混雑時には電話に出られない場合がありますのでご了承ください。

道の駅しもつけ 食のオープンスクール実施中！

道の駅しもつけでは、料理教室を毎月実施しています。四季折々の食材を使った家庭でも簡単に作れる素敵なメニューをご紹介いたします。

■**日時**　9月9日㈮
午前10時30分～午後1時

■**テーマ（メニュー）**
「カラダにやさしいファストフード」
・コロッケ
・ピクルス

■**講師プロフィール**
料理研究家　臼居芳美 先生
NHK「きょうの料理」のアシスタントを務め、現在は料理教室を主宰。

■**参加費**
1，500円程度（当日集金）

■**定員**　32名

■**申込受付日**
8月18日㈭

■**受付方法**
電話（午前9時30分～午後6時）
ホームページ内メールフォーム（午前9時～夜12時）
※小学生未満のお子様の参加・同伴はご遠慮ください。
※応募者多数の場合には抽選を行います。当選結果は「参加のしおり」の発送をもって代えさせていただきます。
※定員に満たない場合には、延長して受付します。

■**申し込み・問い合わせ先**
食のオープンスクール運営事務局
☎028(635)2577
ホームページ
URL http://www.kanpi-shimotsuke.co.jp/open-school/index.html

定期歴史講座開催

市周辺の弥生から古墳時代などの歴史について学ぶ講座を開催します。ぜひこの機会にご参加ください。

■**日時**　9月25日㈰
午後1時30分～3時30分

■**場所**
しもつけ風土記の丘資料館

■**講座内容**
上三川町の弥生～古墳時代

■**講師**　上三川町教育委員会
深谷　昇　学芸員

■**受講料**　100円

■**募集人数**　60名（定員制）

■**受付開始**　9月6日㈫

■**応募方法**
しもつけ風土記の丘資料館窓口または電話（先着順）

■**問い合わせ先**
しもつけ風土記の丘資料館
☎(44)5049

敬老会等のお知らせ

敬老会のお知らせ

今年度の敬老会を次のとおり開催します。演芸観賞等を盛大に行いますので、ご来場ください。

■**開催日**
9月16日(金)
午前9時～11時30分

■**会場**
石橋体育センター（大松山運動公園内）

■**対象者**
75歳以上の市内在住の方（平成28年12月31日までに75歳の誕生日を迎える方）

■**内容**
式典（金婚夫婦祝福会を含む）、演芸観賞
※バスの運行を予定しています。詳しくは、9月号に運行表を掲載いたします。

敬老祝い金贈呈のお知らせ

今年度75歳・80歳・85歳・90歳・95歳を迎える方と、100歳以上の方に次のとおり祝金の贈呈を行います。

○9月6日(火)
午前9時～正午
国分寺公民館101会議室

○9月7日(水)
午前9時～正午
石橋公民館　第一会議室

○9月8日(木)
午前9時～正午
南河内公民館　会議室

○9月9日(金)
午前9時～正午
GTコミュニティセンター研修室

※対象者には、後日、贈呈の案内通知をいたします。

■**問い合わせ先**
高齢福祉課
☎(32)8904

年齢	平成28年度対象者の生年月日 ※9月1日に本市に住所を有する方が対象です	金額
75歳	昭和16年1月1日～昭和16年12月31日生まれ	5,000円
80歳	昭和11年1月1日～昭和11年12月31日生まれ	5,000円
85歳	昭和6年1月1日～昭和6年12月31日生まれ	5,000円
90歳	大正15年1月1日～昭和元年12月31日生まれ	5,000円
95歳	大正10年1月1日～大正10年12月31日生まれ	5,000円
100歳以上	大正5年12月31日以前生まれ	5,000円

資料館新規体験コーナー開催中

笹和紙ヒモを使ったコースターづくりやオリジナルキャラクターをあしらった和風らんたんづくりが体験出来ます。また、人気の粘土体験も開催しています。来館記念に素敵な作品を作ってみませんか。

■**内容**
①平織り体験
笹和紙ヒモコースターづくり
②照明づくり体験
オリジナル型紙とLEDろうそくでらんたんづくり
※体験時間20分程度

■**場所**
しもつけ風土記の丘資料館

■**受講料**
100円

■**受付時間**
午前9時～午後3時（開館中開催）

■**問い合わせ先**
しもつけ風土記の丘資料館
☎(44)5049

ゆうがおグリーンネット通信

しもつけ環境市民会議事務局
電話(32)8898（環境課）

水路の生き物調査を開催

6月17日、友愛館とけんこう広場の間を通る水路において、「柴地区環境保全会」主催の田んぼまわりの生きもの調査が、「下野市自然に親しむ会」の協力により、国分寺東小学校の児童参加のもと行われました。子どもたちは初めての生きもの調査に興味津々でした。

南部清掃センター見学

4月から国分寺・南河内地区のごみ分別が大きく変わりました。特にプラスチックは、リサイクルできるものは「容器包装」で、それ以外のものは燃やすごみとなりました。そこで6月8日、プラ容器包装の処理場である野木町の南部清掃センターに視察研修に参りました。

集めたプラスチックは、リサイクルされるものと、それに適さないものとに選別され、最終的には圧縮梱包されて資源として送り出されています。集められたプラスチックの内、酷く汚れた物や容器包装でないもの等、約2割はリサイクルされず燃料として燃やされているとの事。限りある資源を大切にし、環境を守るために家庭で出来ることについてもっと学習を重ねていきたいと一層強く感じました。

精神障害サポート教室

県では、精神障害および精神障害者への理解を深めるため、精神障害に関する教室を実施しています。

今回は『統合失調症』をテーマとした内容となっております。統合失調症をもつご本人はもちろん、ご家族、支援者、関心のある方等、どなたでも参加できます。お申し込み、お問い合わせは県南健康福祉センターまでご連絡ください。

■日時 8月18日(木) 午後2時～4時

■場所 栃木県小山庁舎4階会議室

■対象者 統合失調症の方とそのご家族、支援者、関心のある方

■参加料 無料(要申し込み)

■申込締切 8月12日(金) 午後5時

■申し込み・問い合わせ先 県南健康福祉センター 健康支援課 ☎0285(22)6192

とちぎ生涯現役シニア応援センター ぷらっと

県では、シニア世代の方々の社会貢献したい、働きたい、仲間を作りたい、学びたいなどの多岐にわたる社会参加活動を応援するため「とちぎ生涯現役シニア応援センター(愛称：ぷらっと)」を開設しておりますので、ぜひご利用ください。(電話、電子メールでの相談もできます。)

「ぷらっと」では、専門の相談員が皆様の経歴や希望を伺い、それぞれの希望に添って、最も適した活動先を紹介してくれる関係機関をご案内します。また、社会参加活動に関する資料などの閲覧もできます。

詳しくは、公式ホームページ「とちぎ生涯現役シニア応援サイト」でも検索できます。何かを始めたいとお考えのシニア世代の皆様、ぜひ「ぷらっと」にお越しください。

■場所 宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル 3階(JR宇都宮駅西口付近)

■開設時間 ○月曜日～金曜日 午前10時～午後6時 ○土曜日 午前10時～午後5時(日曜・休日・年末年始は休館)

■問い合わせ先 とちぎ生涯現役シニア応援センター ☎028(622)3018

「協会けんぽ」保険料率について

中小企業等で働く方やそのご家族が加入している健康保険「協会けんぽ栃木支部」の健康保険料率は、9.94%へ引き下げ、介護保険料率は据え置きになっています。

なお、28年4月納付分から変更となっております。詳しい内容は協会けんぽホームページからご確認ください。

■問い合わせ先 協会けんぽ栃木支部 ☎028(616)1691 URL http://www.kyoukaikenpo.or.jp/

就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験の実施について

次の受験資格①～④のいずれかに該当する方のための、中学校卒業程度認定試験が実施されます。

■受験資格

①就学義務猶予免除者である者または就学義務猶予免除者であった者で、平成29年3月31日までに満15歳以上になる者

②保護者が就学させる義務の猶予または免除を受けず、かつ、平成29年3月31日までに満15歳に達する者で、その年度の終わりまでに中学校を卒業できないと見込まれることについてやむを得ない事由があると文部科学大臣が認めた者

③平成29年3月31日までに満16歳以上になる者(①および④に掲げる者を除く。)

④日本の国籍を有しない者で、平成29年3月31日までに満15歳以上になる者

■願書配布期間 9月9日(金)まで。(各都道府県教育委員会および文部科学省にて配布)

■願書受付期間 8月22日(月)～9月9日(金)

■願書受付 文部科学省生涯学習推進課

■試験日 10月27日(木)

■試験場 栃木県庁南庁舎2号館 〒320-8501 栃木県宇都宮市塙田1丁目1番20号

■試験科目 国語、社会、数学、理科、外国語(英語)

■試験の方法 筆記(視覚障害者については点字)とする。ただし、特別の配慮を必要とする場合は、別途協議する。

■合格発表 12月5日(月)に通知を発送します。

■問い合わせ先 栃木県教育委員会事務局 教職員課総務担当 ☎028(623)3391

Shimotsuke Information 5

とちぎ子ども医療センター“花咲jii”
ドナルド・マクドナルド・ハウス とちぎ

夏休み親子体験ボランティア

募集

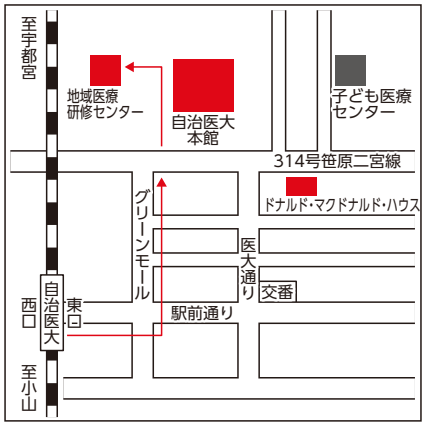
日　時：8月21日（日）
午前8時～11時（子ども医療センター“花咲jii”）
午前9時～正午（ドナルド・マクドナルド・ハウス　とちぎ）
場　所：子ども医療センター外庭
（子ども医療センター“花咲jii”）
自治医大2号館3階
（ドナルド・マクドナルド・ハウス　とちぎ）
参加費：無料ですが、要申し込み（先着順）

活動内容

子ども医療センター“花咲jii”
定員　小・中学生　30組
センター外庭の草木の手入れ
センター内施設見学など
＊帽子、タオル持参

ドナルド・マクドナルド・ハウス とちぎ
定員　小・中学生　8組
ハウス内の見学、清掃
センター内施設見学など
＊エプロン、スリッパ、水分持参

交通



JR宇都宮線「自治医大駅」下車。
徒歩10分または接続バスで5分。

申込先

夏休みの半日を利用し、親子でボランティア体験・子ども医療センター内の見学を行ってみませんか！！ご希望の方は、下記連絡先へお申込ください。

とちぎ子ども医療センター　0285-58-7815（担当　鈴木）
ドナルド・マクドナルド・ハウス　とちぎ　0285-58-7551（担当　斎藤）

第4回アジサイ祭りが盛大に開催されました！

6月18日、江川橋上のあずまや「あじさい亭」において、「第4回アジサイ祭り」が盛大に開催されました。お祭りには約400人が参加し、地元仁良川地区のお囃子会によるパフォーマンスが披露されたほか、流しそうめんや焼きそば、かき氷等がふるまわれ、今年から新たに始まった800匹の鮎の塩焼きも加わり、会場全体がアジサイの花・音・食の彩りに囲まれ盛り上がりました。

手話講習会 入門コース

手話を通じて聴覚障障がい者の理解を深め、ボランティア活動への関心を高めるために実施します。

初めての方にも分かりやすく楽しく学べる内容です。ぜひご参加ください。

■日時
10月3日、17日、24日、31日、11月7日、14日、21日、28日、12月5日、12日
すべて月曜日（全10回）
午後1時30分～3時

■会場
ゆうゆう館　会議室

■定員
15名

■受講料
無料

■対象
市内在住、在勤の方
応募状況により、はじめて受講される方を優先させていただく場合があります。

■申込期限
8月31日㈬まで

■申し込み・問い合わせ先
下野市社会福祉協議会
☎(43)1236

下水道排水設備工事責任技術者試験のお知らせ

■日時・場所
10月25日㈫
午後2時～4時
コンセーレ（宇都宮市）

■受付期間
8月31日㈬まで

■申込書類の配布場所
公益財団法人とちぎ建設技術センターおよび下水道課
※受験資格については、試験案内をご覧ください

■申し込み・問い合わせ先
公益財団法人とちぎ建設技術センター
☎028(626)3187
下水道課
☎(32)8912

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のお知らせ

■日時・場所
9月29日㈭
午前10時～午後5時
コンセーレ（宇都宮市）

■受付期間
8月31日㈬まで

■試験講習会申込書
7月下旬に公益財団法人とちぎ建設技術センターおよび下水道課で配布します。

■申し込み・問い合わせ先
公益財団法人とちぎ建設技術センター
☎028(626)3187
下水道課
☎(32)8912

下水道排水設備工事責任技術者更新会のお知らせ

下水道排水設備工事責任技術者の更新講習会を実施しますのでお知らせします。

■更新講習会対象者
現在この資格を有し、有効期限が平成29年3月31日までの方。または、有効期限が平成28年3月31日で切れ、現在資格が失効している方

■申込期間
8月31日㈬まで
当日消印有効

■申込書類
申込書類は、公益財団法人とちぎ建設技術センターから本人あてに送付しました。

■日時・会場

	日時		場所
第1回	10月19日㈬	午後2時～午後4時	佐野市文化会館
第2回	11月1日㈫		大田原市ふれあいの丘
第3回	11月10日㈭		栃木県教育会館
第4回	11月13日㈰		コンセーレ

※試験資格については、試験案内をご覧ください

■申し込み・問い合わせ先
公益財団法人とちぎ建設技術センター　研修課
☎028(626)3187

募集

『シェアリング～わかちあい～』編集委員を募集

市民の視点やアイデアをいかした男女共同参画情報紙『シェアリング～わかちあい～』を作成するため「男女共同参画情報紙編集委員」を募集します。

みんなが〝わかちあう〟大切さをもち、男女がともにいきいきと生活することのできる社会について、日常生活の中で感じることなどをみんなで話し合いながら、楽しく紙面づくりをしてみませんか？

■**内容**　情報紙のテーマを決め、取材、執筆などの編集作業を分担して行います。発行は9月と3月の年2回です。

■**会議**　月1～2回程度（主に平日夜間になります）

■**任期**　委嘱日から2年

■**報償**　情報紙の発行ごとに謝礼があります。

■**応募資格**

①市内在住の20歳以上の方

②他の審議会等の委員でない方

③会議に出席できる方

④下野市議会議員および下野市職員でない方

■**応募方法**

応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送、FAX、電子メールまたは直接窓口にご提出ください。応募用紙は市民協働推進課の窓口またはホームページから取得できます。

郵送による場合は当日消印有効。窓口受付は土・日・祝日を除く、午前8時30分から午後5時15分まで。

■**募集期間**

8月1日(月)～26日(金)

■**募集人数**　若干名

■**選考結果**

書類審査を行い、9月末頃応募者全員に通知します。

■**申し込み・問い合わせ先**

市民協働推進課

☎(32)8887

FAX(32)8606

URL shiminkyoudousuishin@city.shimotsuke.lg.jp

平成29年度　保育園・認定こども園新入園児募集について

●1号認定（教育標準時間認定）

■**入園申込書配付**

9月1日(木)～

■**受付開始**

9月12日(月)～

■**申込方法**

ご希望の認定こども園から入園申込書を受け取り、必要事項を記入し、施設へご提出ください。

■**入園説明会**

愛泉幼稚園　8月24日(水)・9月14日(水)

第二愛泉幼稚園　9月3日(土)

その他の施設は各施設にお問い合わせ下さい。

●2・3号認定（保育標準時間認定・保育短時間認定）

■**入園申込書配付**

9月20日(火)～

■**受付期間**

10月3日(月)～28日(金)まで

申込方法や入園説明会等、詳細は広報9月号に掲載しますので、ご確認ください。

■**問い合わせ先**

こども福祉課

☎(32)8903

相談

行政書士無料専門相談会

相続や遺言、農地転用、開発行為など役所に提出する書類や手続に関すること。また成年後見、離婚についての相談などを無料でお受けします。

■**日時**

8月25日(木)

午前10時～正午

■**会場**

ゆうゆう館会議室

■**定員**　4名

※事前予約が必要です。

■**相談時間**

1相談者あたり概ね30分間

■**予約・問い合わせ先**

行政書士会小山支部

生田目安夫☎(52)2350

司法書士無料法律相談会

不動産登記関係（相続、売買など）、商業・法人登記関係、多重債務関係、裁判手続き関係（140万円を超えない簡易裁判所の民事裁判手続き）、成年後見関係の相談を無料でお受けします。

■**日時**

8月10日(水)

午前10時～正午

■**会場**

ゆうゆう館会議室

■**相談時間**

1相談者あたり概ね30分間（予約制）

■**予約・問い合わせ先**

栃木県司法書士会小山支部

小杉孝一　☎(21)6312

就職

下野市観光協会臨時職員募集

観光情報等を明るく発信する臨時職員を募集します。

■**勤務内容等**
・観光自転車、ホールの貸出し及びパソコン（ワード、エクセル）での業務管理。
・休日に交代で勤務できる方

■**募集人数**
1人

■**勤務日数等**
・1か月14日勤務
・時給800円
・午前8時30分～午後5時15分

■**休館日**　毎週月曜日

■**勤務場所**
オアシスポッポ館（小金井駅西口）

■**応募方法**
市販の履歴書に写真を添付し8月20日までに持参ください。

■**提出・問い合わせ先**
下野市観光協会（オアシスポッポ館内）
☎(39)6900

臨時保育士等の募集

■**応募資格**
・保育士資格をお持ちの方
・保健師資格をお持ちの方
・看護師（准看護師）資格をお持ちの方

■**募集人員**　若干名

■**賃金等（時給）**
保育士
①フルタイム：1,200円
②時短勤務：1,100円
保健師：1,200円
看護師（准看護師）：1,100円
（通勤割増賃金・時間外勤務手当有）社会保険加入

■**勤務日・勤務時間**
月曜日～金曜日
午前7時～午後7時のうち
①フルタイム：7時間45分（休憩時間60分）
②時短勤務：4時間
※週5日勤務・日・祝日休み
※土曜勤務・時間外勤務有

■**勤務先**　市立保育園

■**応募方法**　市販の履歴書に写真を貼付し提出してください（資格証の写しを添付のこと）。

■**申し込み・問い合わせ先**
こども福祉課
☎(32)8903

行政書士試験を実施します

■**試験日**
11月13日(日)午後1時～

■**試験会場**
宇都宮大学峰キャンパス

■**合格発表**
平成29年1月31日(火)

■**郵送による申込方法**
①受付期間　8月1日(月)～9月2日(金)　消印有効
②受付場所　（一財）行政書士試験研究センターに簡易書留郵便で送付してください。
③願書の配布
郵送配布　8月1日(月)～26日(金)必着で、140円分の切手を貼った宛先明記の返信用封筒（角形2号）を同封の上、封筒の表に「願書請求」と朱書きし、一般財団法人行政書士試験研究センター（〒100-8779　日本郵便株式会社銀座郵便局留）に郵送で請求してください。
窓口配布　上記受付期間中、栃木県経営管理部文書学事課、県民プラザおよび各県民相談室で配布します。

■**インターネットによる申込方法**
①受付期間　平成28年8月1日(月)午前9時～30日(火)午後5時
②申込先　一般財団法人行政書士試験研究センターホームページ（http://gyosei-shiken.or.jp）からインターネット出願画面に接続し、画面の項目に従って必要事項を漏れなく入力してください。

■**受験手数料**
7,000円

■**問い合わせ先**
一般財団法人行政書士試験研究センター　☎03（3263）7700
栃木県経営管理部文書学事課法規担当　☎028（623）2066

求職者とシニアのための巡回相談会・巡回セミナーの開催

とちぎジョブモールおよびとちぎ生涯現役シニア応援センターによる、求職者とシニアの方を対象とした相談会等を開催します。

巡回セミナー（定員15名）
自己分析や応募書類の書き方、面接の手法等をテーマに行います。

巡回相談会（定員3名）
キャリアカウンセラーが、就労に関するご相談をお受けします。

栃木生涯現役シニア応援センターぷらっと巡回相談会（定員3名）
生涯現役推進員が、シニア世代の社会参加活動に関するご相談をお受けいたします。
※相談のみ、セミナーのみの参加も可能です。
※相談会およびセミナーは予約が必要です。

■**期日**　8月10日(水)

■**時間**
・巡回セミナー
午前10時30分～正午
・相談会　午後1時～4時

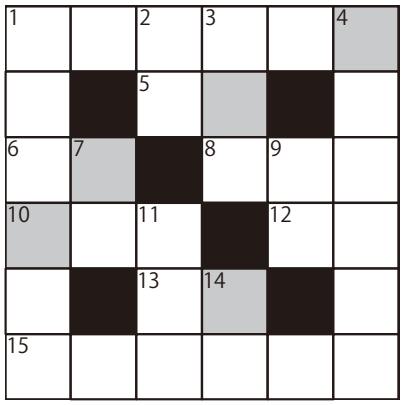
■**場所**　市役所303会議室

■**予約連絡先**
商工観光課
☎(32)8907

■**問い合わせ先**
・とちぎジョブモール
☎028(623)3226
・とちぎ生涯現役シニア応援センターぷらっと
☎028(622)3018

よくてわりーね しもつけクロスワード

クロスワードの全てのマスを埋めた後、色がついたマスの文字を並び替えると下野市ゆかりのワードになります。



タテのカギ

1 猿に烏帽子。羊頭狗肉。看板に偽りあり。
2 シンガーソングライターの斉藤和義さんの出身地でもあるお隣の町。
3 家族間・夫婦間で交わされていますか?
4 級友はクラスメイト。チームでは――。
7 これを踏むことで文章がリズミカルになります。
9 油。黒。「開け!」。
11 石を刻んで細工する職人のこと。
14 仏語でインナーシャツとアウタージャケットの間に着る衣服のこと。日本ではチョッキ、アメリカではベスト。

ヨコのカギ

1 下野市は石橋町と国分寺町と――町の3町が合併して誕生しました。
5 浮標。アルファベット22番目の文字。
6 一年の――は元旦にあり。
8 主にものを束ねることに利用されますが、これを利用して固いビンのふたを開けることができるなど様々なことに応用できます。
10 武道や将棋・囲碁などの技量を表す等級です。
12 節分のときにまいたり食べたりします。
13 的確に出してくれる人は頼りになります。
15 個人情報はトップ――です。

答えは43ページ

男女共同参画社会

知っていますか?この言葉「固定的性別役割分担」

8月を迎え、夏休み真っ盛りですね。子どもたちがお手伝いをする機会も増えることと思います。

例えば、家族でキャンプをするとき……お母さんと娘は食事の支度、お父さんと息子はテント張りと、なんとなく役割が決まっていることはありませんか?

「固定的性別役割分担」とは、本人の能力・意欲を考慮せずに性別を理由として、役割を固定的に分けることをいいます。例えば、「男は仕事・女は家庭」「男性は主要な業務・女性は補助的業務」等は固定的な考え方により役割を決定しているといえます。

まずは、家庭から「固定的性別役割分担」意識を解消し、家族みんなで協力して、夏休みを満喫しましょう。

まずは相談

公共機関職員を名乗る還付金詐欺にご注意!

市役所などの職員を名乗り、医療費や保険料等の還付金があるとして、ATMから送金させる還付金詐欺が多発しています。

市役所・県庁等の職員になりすまし、携帯電話を使って、スーパーやコンビニエンスストア等の金融機関以外のATMコーナーで、操作を行うように誘導する手口がふえています。公共機関(国・県・市等)からの還付に際して、ATMの操作を指示することはありませんので、騙されないようにしてください。

そういうときは、いちど電話をきって、自分だけで判断せずに家族や警察、または消費生活センターに相談しましょう。

下野市消費生活センター
専用ダイヤル(44)4883
市役所2階

■相談日時　月～金曜日
(祝日・年末年始を除く)
午前9時～午後5時
(正午～午後1時を除く)

※来所での相談の場合は、事前に電話でご予約ください。
※土曜日の電話相談は栃木県消費生活センターへ
☎028(625)2227

わかるかな?

まちがいさがし

2枚の写真には違っているところが3つあります。
見つけてみてください。
(印刷の汚れは除く。)

※答えは43ページ

高藤選手と特命課長のペッパー▶

音声版広報(デイジー版CDおよびテープ版)が無償でご利用できます。
この音声版は音訳ボランティアさんのご協力をいただき作成しています。
ご希望の方は、社会福祉協議会ボランティアセンター ☎(43)1236までご連絡ください。

ふれあい館・ゆうゆう館・きらら館休館日

きらら館はトレーニング室

ふれあい館　☎47-1126

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ゆうゆう館　☎43-1231

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

きらら館　☎52-3711

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ふれあい館温水プールの営業時間は広報しもつけ８月号P32をご覧ください。

8月

はづき
葉月
August

しもつけミニ情報

「広報しもつけ」を市内コンビニエンスストア（一部）に設置しています。順次、設置店を拡張します。ぜひご利用ください。

おもちゃの図書館

ハンディをもつ子も、もたない子も、一緒に遊ぶ場所です。

日時	―
場所	―

■問い合わせ先
社会福祉協議会☎43－1236

納税ごよみ

■納期限　8月31日㈬

市県民税	第２期
国民健康保険税	第２期
介護保険料	第２期
後期高齢者医療保険料	第２期
国民年金保険料	７月分

メール配信サービス下野インフォメーション

↑携帯電話用ＱＲコード

簡単登録で気象情報(注意報･警報)や地震情報、行政情報、イベント情報などをメール配信します。

■問い合わせ先
総合政策課☎32－8886

シルバー人材センター

■刃物研ぎ　午前9時～午後2時

9日㈫	旧石橋町建設課車庫（石橋841-3）
23日㈫	旧やすらぎ荘

■入会説明会（要申し込み）
午前10時～

17日㈬	旧石橋町建設課車庫（石橋841-3）

■問い合わせ先
シルバー人材センター☎47－1124

平美林清掃計画

8月	天平の丘	市職員組合
	花広場	
9月	天平の丘	下野市農生研国分寺支部
	花広場	下野市天平の丘観光ボランティア

■問い合わせ先
商工観光課☎32－8907

心配ごと相談

人権、児童母子、行政など、日常生活でのあらゆる相談に応じています。

国分寺会場	一般相談・総合相談 8月2日・9日・16日 （いずれも火曜日） 児童母子相談　8月23日㈫
	会場：ゆうゆう館
石橋会場	一般相談・総合相談 8月1日・8日・15日 （いずれも月曜日） 児童母子相談　8月22日㈪ 法律相談　8月４日㈭
	会場：石橋公民館
南河内会場	一般相談・総合相談 8月5日・12日・19日 （いずれも金曜日） 児童母子相談　8月26日㈮
	会場：ふれあい館

■時間　午後1時30分～ 3時30分
（法律相談のみ要予約　午後1時～ 4時30分）

■問い合わせ先
社会福祉協議会　☎43－1236

一次救急医療機関情報

救急告示医療機関当番（一次急患）

◉平日・日曜日　17:00～翌日9:00
◉土曜日・祝日の前日（　　の部分）
17:00～翌日17:00

日	月	火	水	木	金	土
	1 ③⑤	2 ④⑥	3 ①⑤	4 ②⑥	5 ①③	6 ②④
7 ③⑤	8 ④⑥	9 ①⑤	10 ②⑥	11 ①③	12 ②④	13 ③⑤
14 ④⑥	15 ①⑤	16 ②⑥	17 ①③	18 ②④	19 ③⑤	20 ④⑥
21 ①⑤	22 ②⑥	23 ①③	24 ②④	25 ③⑤	26 ④⑥	27 ①⑤
28 ②⑥	29 ①③	30 ②④	31 ③⑤			

カレンダー内番号が当番医療機関となっています。事前に電話で確認してください。各医療機関では夜間、医師が交代で当直制をとっており、希望する治療が困難な場合もあります。

番号・医療機関名・所在地
①小金井中央病院下野市小金井 2-4-3 ☎ 44 － 7000
②石橋総合病院　下野市石橋 628 ☎53－1134※休日・夜間は小児科対応不可。
③小山整形外科内科小山市雨ケ谷753 ☎31－1331
④杉村病院　小山市城山町2-7-18 ☎25－5533・5534
⑤光南病院　小山市乙女795-4 ☎45－7711
⑥野木病院　野木町友沼5320-2 ☎0280－57－1011

■夜間休日急患診療所
☎0285－39－8880
【診療日時・診療科目】
平日、土曜　19時～22時　内科・小児科
日曜、祝日、振替、年末年始（12月31日～1月3日）
10時～12時、13時～17時、18時～21時
内科・小児科
【所在地】小山市神鳥谷2251-7
（小山市健康医療介護総合支援センター内）
※内科医等が小児科の診療を担当することがありますので、事前に連絡をしてから来院してください。

■休日急患歯科診療所
☎0285－39－8881
【診療日時】
日曜、祝日、振替、年末年始（12月31日～1月3日）
10時～12時、13時～16時
【所在地】小山市神鳥谷2251-7
（小山市健康医療介護総合支援センター内）

とちぎ子ども救急電話相談　☎028－600－0099(携帯電話とプッシュ回線は、局番なしの☎＃8000)

【相談日時】　月～土曜日：午後６時～翌朝８時　日曜日・祝休日：24時間（午前８時～翌朝８時）
【相談内容】　子どもの急な病気やけがに関する家庭での対処方法などを看護師がアドバイスします。慢性疾患や育児相談には応じられません。

けやきネット

市内小中学校の情報はこちらから
http：//www.school.shimotsuke.ed.jp/index.htm

しもつけシティーガイド　観光スポットから生活に役立つ情報まで、下野の情報がいっぱいの電子地図です。パソコンは市ホームページから、携帯電話は右のＱＲコードからアクセスしてください。

目次　Contents

2　大松山運動公園拡張整備事業に伴う公園利用について
3　下野市小中学校音楽祭
4　Shimotsuke-CityTopics　まちの話題
6　特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当のお知らせ
8　国民年金だより
9　新・下野市風土記
10　環境トピックス
12　保健だより HealthInformation
16　医療コラム
17　地域包括支援センターだより
18　生涯楽習だより
20　図書館LibraryInformation
22　Let'sSPORTS
25　しもサタ通信
26　くらしの情報（イベントカレンダー）
44　国際交流員マシアスのコラム

今月の表紙

7月16日に市庁舎1階市民ロビーにおいて高藤直寿選手壮行会を実施しました。

高藤選手は、国分寺小学校出身で、平成２５年には市民栄誉賞を受賞しており、リオデジャネイロ2016オリンピック国際大会においては、男子柔道60キロ級に出場します。

「第３１回世界柔道選手権大会」や「グランドスラム東京」では見事優勝を飾り、オリンピックでも金メダル最有力候補といわれています。

41Pのクロスワードの答え

1 ミ	ナ	2 ミ	3 カ	ワ	4 チ
カ	■	5 ブ	イ	■	ー
6 ケ	7 イ	■	8 ワ	9 ゴ	ム
10 ダ	ン	11 イ	■	12 マ	メ
オ	■	13 シ	14 ジ	■	イ
15 シ	ー	ク	レ	ッ	ト

答えは、自治医大

今月の何の日

8月11日 山の日

山の日とは、今年から新たに始まった国民の休日です。山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝するために制定されました。

初期案では山開きが6月の第一日曜日に行われることから、その日を山の日に定めようとしていました。しかし、登山のシーズンが夏から秋にかけてであることや、お盆の時期は里帰りで帰省する人が多いので、地元の山と接する機会が増えることから8月12日を山の日に制定しようとしました。

ところが、8月12日は日本航空機の墜落事故が起こった日であるため、その日を祝日とすることは不適切ではないかという反対意見が出され、最終的には8月11日が山の日に決まりました。

お盆の時期に里帰りする人、それを迎える側の人、どちらの人も山の日を祝し、この機会に近隣の山へ出かけてはいかがでしょうか。

参考文献　日本山岳協会「山の日」制定プロジェクト
http://jac.or.jp/info/project/cat29/post-812.html

下野市公式ツイッター
市ではホームページの新着情報や、災害発生時の避難場所などの情報配信を行います。右のＱＲコードからアクセスできます。
下野市公式アカウント　@city_shimotsuke

国際交流員マシアスのコラム

ヴィーガニズムとは

皆さんは「ヴィーガニズム」という言葉を耳にしたことがありますか？日本人の友達に聞くと知らない人がほとんどで、日本ではあまりなじみのない言葉のようです。

ヴィーガニズムとは、動物由来の製品をまったく使用しない生活スタイルのことで、そのような生活をする人は「ヴィーガン」と呼ばれています。肉を食べない「ベジタリアニズム」は皆さんも知っていると思いますが、ヴィーガニズムは肉だけでなく、魚・卵・乳製品をまったく食べません。また、ヴィーガンの中には、食品に加えて皮製品などのあらゆる動物由来の製品を使用しない人もいます。

高まる注目

なぜ今回ヴィーガニズムについて書くかというと、近年ドイツでヴィーガニズムの気運が高まってきているからです。ある調査によると、平成26年のヴィーガン人口はドイツの総人口の約1％を占め、ヴィーガン商品は平成24年から26年までの間に売り上げが約40％上昇したということです。

ヴィーガンへの注目が高まるにつれて、それに対するサービスも充実してきています。例えば、ヴィーガン向けの料理を出すレストランが最近増えています。また、動物が使用されていない食品や化粧品が一目でわかるように、ヴィーガンのマークが付けられている製品も出てきました。

ヴィーガンになる理由

人々がヴィーガンになる理由はいくつかあります。一つは、健康です。ヴィーガンになることによって、野菜をたくさん食べ、自分が食べている物をしっかり管理するので、体に良いと思います。

しかし、ヴィーガンの生活をすることによって、栄養が偏ってしまう危険があるので、正しい栄養の知識が必要とも言われています。

もう一つの理由は環境です。肉や牛乳の生産には様々な資源が必要で、二酸化炭素の排出量が多くなる原因の一つだと言われています。よって、環境を守るためにヴィーガンになる人がいます。

そして動物保護も一つの理由として挙げられます。ヴィーガンの中には、レザー、ウール、毛皮などの動物の商品化に反対したり、動物実験を行う会社を拒否したりする人がいます。

まだほとんど注目されていませんが、将来、日本でもヴィーガニズムに関心を持つ人が増えてくるかもしれません。興味がある方はぜひ調べてみてください！

ドイツ・ミュンヘン大学生との交流会
～ふくべ細工作り体験～

毎年8月にミュンヘン大学生が日本語学習と日本文化体験のために来日し、下野市に2週間ホームステイします。

大学生は下野市国際交流協会が企画した茶道体験や浴衣着付け体験、近隣教育機関の学生との交流事業に参加します。

その一環で、ミュンヘン大学生と市民の皆さまが、伝統工芸ふくべ細工を一緒に作る交流会を開催します。

市の特産品であるかんぴょうの原料と同じ夕顔の実を使ったふくべ細工を作りながら、楽しい時間を過ごしてみませんか？

■**日時**　日時　8月19日㈮
午後2時～4時
（午後1時30分受付開始）
■**場所**　市民農園　クラブハウス
■**参加費**　500円（1人1作品）
■**定員**　10名
■**持ち物**　絵筆（大小1本ずつ）
■**申込期間**　8月8日㈪～12日㈮
※祝日を除く
■**申し込み・問い合わせ先**
下野市国際交流協会事務局
（市民協働推進課内）
☎（32）8887

■人口と世帯（7月1日現在）
人口／60,05人（+47）、男性／29,805人（+14）、女性／30,240人（+33）、世帯数／23,135世帯（+42）

PC・スマホ
市ホームページ

TAKE FREE
広報しもつけを設置協力いただけるコンビニエンスストアを募集しています。
ご協力いただける場合は総合政策課☎0285（32）8886情報広報グループまでご連絡ください。

Shimotsuke
［広報しもつけ］
平成28年8月号
■発行／下野市役所　■編集／総合政策課
■〒329-0492 栃木県下野市笹原26　■TEL.0285-32-8886／FAX.0285-32-8606
■URL.http://www.city.shimotsuke.lg.jp
■E-mail:info@city.shimotsuke.lg.jp