

下野市民と市政をつなぐ行政情報紙 [広報しもつけ]

Shimotsuke

8

令和2年8月発行（毎月1日発行）No.175



「サクラノチカイ」ラッピングタクシー

目次 Contents

- | | | | |
|----|---------------------------|----|---------------|
| 3 | かんぴょう条例を制定しました | 17 | 地域おこし協力隊通信 |
| 4 | 中小企業者等を対象とした補助金・奨励金 | 18 | 障がい福祉瓦版 |
| 6 | まちの話題 | 19 | 国民年金だより |
| 7 | しもつけエール飯
ポイントシールキャンペーン | 20 | 図書館だより |
| 8 | 保健便り | 21 | 農業委員会だより |
| 11 | 生涯学習だより | 22 | くらしの情報 |
| 12 | 環境トピックス | 34 | 8月のカレンダー |
| 14 | レッツスポーツ | 35 | 国際交流員カロリンのコラム |
| 16 | 新・下野市風土記 | 36 | イベントカレンダー |

今月の表紙 「サクラノチカイ」 ラッピングタクシー

今月の表紙は、ご当地アニメ「サクラノチカイ」ラッピングタクシーです。シティプロモーション事業の一環として、市内の2次交通の需要促進と観光誘客を目的に、石橋タクシー株式会社の協力のもと、下野市観光協会が制作しました。

下野市の観光大使「瓜田瑠梨」さんのタクシーの乗務員の制服姿や、ドイツの民族衣装ディアンドル姿などのイラストが四方に描かれています。

新型コロナウイルスの影響により運行を見合わせていましたが、7月10日から運行を再開しました。当日は、「輝け！下野エール大使」で、原作者の一葵さやか先生に乗車していただきました。

内部には飛まつ感染防護シートなどを設置し、安心してお乗りいただくことができます。

ぜひ、このタクシーで「サクラノチカイ」の聖地を巡礼してみたいはいかがでしょうか。

今月の何の日 8月16日 女子大生の日

1913（大正2）年のこの日、東北帝国大学（現在の東北大学）で、日本で初めての女子学生が誕生しました。当時、帝国大学では男子しか入学を認められていなかったにも関わらず、初代総長・澤柳政太郎が入学を許可したのです。全国紙にも取り上げられるなど、大きな話題となりました。

合格者3名のうち、黒田チカと丹下ウメは化学科、牧田らくは数学科に入学しました。それぞれ教員等としての勤めを経ての受験で、最年長の丹下は入学時41歳でした。3名は、優秀な成績をおさめて卒業し、日本初の女性学士となりました。

卒業後、丹下は大学院へ進学した後、48歳で米国に留学し、ジョンズ・ホプキンス大学で博士号を取得しました。海外で日本女性が博士号を取得

するのは、これが初めてでした。帰国後は母校の教授として教壇に立つ一方、理化学研究所でビタミンの研究を続け、農学博士となりました。

黒田は1921（大正10）年から2年間、英国のオックスフォード大学へ留学し、帰国後は理化学研究所で紅花の色素に関する研究等を行いました。1929（昭和4）年には理学博士となっています。

牧田は、母校の講師となりましたが、1919（大正8）年に洋画家の金山平三と結婚して職を辞しました。夫の画業を献身的に支えつつも、数学の専門誌に論文を掲載するほどの研究を続けました。

彼女たちの学びに対する情熱がのちの世の女性たちの道を切り開いたことに思いをはせ、新しく何かを学んでみたくなる記念日です。

■人口と世帯（7月1日現在）

人口／60,274人（+9）、男性／30,024人（+21）、女性／30,250人（-12）、世帯数／24,654世帯（+33）



かんぴょう生産量日本一！ かんぴょう条例を制定しました

～みんなで知ろう 食べよう 広めよう わたしたちの「かんぴょう」～

■問い合わせ先 農政課 ☎(32)8906

かんぴょう生産量日本一！
栃木県のかんぴょうは、全国の生産量のおよそ99%を占め、代表的な特産物となっています。そのうち、下野市の生産量は県内のおよそ62%であることから、下野市はかんぴょう生産量日本一となっています。



かんぴょうとは？
かんぴょうは、ウリ科の植物であるユウガオの実「フクベ」を細長くむき、干して乾燥させたものです。

ユウガオの実は6月下旬から8月にかけて収穫され、1玉6～8kgの実から150～200gのかんぴょうができます。

かんぴょうむきの作業は深夜から始まります。専用の機械を使ってひも状にむき、竿にかけてビニールハウスなどで一日中天日に当てて乾燥させます。

緑一面のかんぴょう畑や、軒先に干された白いかんぴょうは、まさに下野市の夏の風物詩です。



かんぴょうの歴史

栃木県におけるかんぴょうの生産は、正徳2(1712)年に、壬生藩主の鳥居忠英が現在の滋賀県からユウガオの種を取り寄せ、領内に試作したことが始まりとされています。下野市をはじめとする栃木県の南東部の土壌や気象条件がかんぴょうの栽培に適していたことが、この地域にかんぴょう生産を定着させたと考えられています。

かんぴょうの成分

かんぴょうは、食物繊維やカルシウム、カリウムなどを多く含み、栄養的にバランスがとれた食物です。消化が非常によく、便秘や夏バテの予防にも良いとされています。

暑さが続くこの季節に、かんぴょうを食べて体調を整えましょう！



かんぴょうを取り巻く状況

かんぴょうは、生産者数、栽培面積、収穫量がいずれも減少傾向にあります。

要因の1つは、かんぴょうの生産が重労働であるためです。

収穫の時季、かんぴょうむきの作業は深夜2時頃から始まり、休みなく干す作業に入るため、体力と労働力が必要です。

このことが、かんぴょうの生産の敷居を高くし、新規生産者を増えにくくしています。

また、生産者が使用している機械は、何十年も前に製造されたものがほとんどです。機械が消耗して買い替えようと思っても、製造しているメーカーがありません。部品も製造されていないため、修理もできません。

こういった状況も、生産維持の妨げになっています。



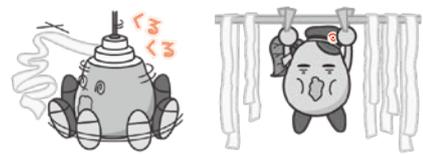
かんぴょう条例の制定

こうした状況を打開しようと、令和2年3月にかんぴょう条例が議員提案により制定されました。

この条例は、市や議会、かんぴょう生産者、事業者、市民それぞれが役割をもち、お互いに連携・協力して、かんぴょうの消費拡大と普及促進に努めることを求めるものです。

条例制定をきっかけに、全市一丸となって、下野市産かんぴょうの生産振興と消費拡大への取り組みを行い、「かんぴょう生産量日本一！下野市」を全世界に向けて発信していきましょう。

かんぴょうむきの機械



中小企業者等を対象とした補助金・奨励金

市内商工業の振興を図るため、中小企業者等を対象とした補助金・奨励金の制度を実施しています。補助金・奨励金の交付の条件や、申請の際に必要な書類については、窓口で配布しているガイドブックや市ホームページをご覧ください。

市内飲食店への新型コロナウイルス感染症 予防対策取組支援

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が心配される中、感染予防対策に取り組む市内飲食店に「取組宣言書」を配布し、支援金を交付します。

■支援内容

取組宣言店の公表 予防対策に自ら取り組む証として「取組宣言店」と表示した宣言書を配布するほか、市ホームページや市内商工会ホームページなどでお店を紹介

取組支援金 1店舗につき上限3万円

■申込方法 必要書類を商工観光課に郵送

■必要書類

申請書、誓約書、事業に係る営業に必要な許可証の写し、感染予防対策取組報告書、感染予防対策取組が分かる写真
※書類の様式は市ホームページや商工観光課で入手できます。

■送付先

〒329-0492 下野市笹原26 下野市役所 商工観光課

**新型コロナウイルス感染予防対策
取組宣言店**

当店は、新型コロナウイルス感染予防対策を積極的に取り組んでいます。

店舗名：しもつけ食堂
責任者：下野かんび 宣言日：令和2年 月 日

○ 従業員の対応

- 発熱、倦怠感、咳のある者は勤務しません。
- マスクを着用し、咳エチケットを励行します。
- 手洗い又は手指の消毒、必要に応じた手袋の着用を励行します。
- レジは、コイントレーの使用を励行します。
- 保健所の調査に協力します。

○ 施設の対応

- 店内は適宜換気と密閉を避けます。
- 3密（密閉・密集・密接）を避けた空間の利用を工夫します。
- レジは、ビニールカーテン等で仕切ります。
- 営業前・営業後に人が触れる場所を消毒します。
- お客様が入れ替わるときにも清掃、消毒を実施します。
- 共有する器具用具は、お客様が変わる度に洗浄や消毒を行います。

○ お客様への対応

- マスク着用と咳エチケットを呼びかけます。
- 密集しないような席に、ご案内します。
- 手洗い、手指消毒の徹底を呼びかけます。
- 大声での会話を控えていただくよう呼びかけます。




◎ 下野市内の飲食店を応援します。
下野市 下野市商工会 石橋商工会

下野市の新型コロナウイルス感染対策取組宣言店の一覧は、こちらをご覧ください。

小規模事業者等事業継続緊急支援金

新型コロナウイルス感染症の影響を受けているのに国の持続化給付金を受けられない事業者の方を対象に、支援金を交付します。

■交付の要件

新型コロナウイルス感染症の影響で、令和2年1月～12月のいずれかの月の売上が、前年同月比で減少していること

※売上とは、所得税の申告における事業収入をいいます。

■対象者 次のすべてに該当する小規模事業者、NPO法人、個人事業主（フリーランス含む）

①市内に本社、本店などの主たる事業所を置いている法人、または、主に市内で事業を行っている個人事業主である

②国の持続化給付金を受けていない、または受ける予定がない

③令和元年12月までに創業し、申請日時点で事業を行っており、今後も継続する予定である

④主たる収入が事業収入である

⑤令和元年分の所得税の課税対象である

⑥次のいずれにも該当しない

- ・風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律に規定する「性風俗関連特殊営業」、当該営業に係る「接客業務受託営業」を行う事業者
- ・政治団体
- ・宗教上の組織もしくは団体

■申込方法 申請書に必要な書類を添えて郵送

■必要書類 売上高計算書、確定申告書類の写し、事業所の所在地・事業内容・従業員数・令和元年12月に事業を行っていることが確

認できる書類、誓約書、提出書類一覧、支援金口座振替依頼書、支援金の振込先の金融機関を確認する書類

■申込期限
令和3年2月1日(月)
(当日消印有効)

■注意事項
・1事業者につき、申請は1回限りとします。

・国が実施する持続化給付金を申請した後で、市の支援金を申請することはできません。また、市の支援金を受けた後、経営悪化等により国の持続化給付金を受給した場合は、市の支援金は返還していただきます。

■送付先
〒329-0492 下野市笹原26
下野市役所 商工観光課
事業者支援金担当あて

中小企業融資制度

市内中小企業者の資金調達を容易にし、商工業の振興を図るため、市内金融機関や栃木県信用保証協会と連携した融資を行っています。申し込みやご相談は取扱金融機関で受け付けています。

■**融資の種類** 運転資金、設備資金、円滑化資金、創業資金、女性起業家創業資金、事業承継支援資金、新型コロナウイルス感染症経営安定化資金、災害対策資金

■**貸付利率** 1.0%～2.9%（資金の種類と融資期間による）

■**融資期間** 最長20年（資金の種類による）

■**保証料** 市が全額補助

※ただし円滑化資金は半額補助となります。

■**取扱金融機関** 足利銀行、栃木銀行、足利小山信用金庫の市内支店

新型コロナウイルス感染症の影響による借入金利子補給制度

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、経営安定化のために運転資金を借り入れた中小企業者に対して、利子の一部を補助します。

■**対象制度**

- ・下野市新型コロナウイルス感染症経営安定化資金（市制度）
- ・栃木県新型コロナウイルス感染症緊急対策資金（県制度）
- ・新型コロナウイルス感染症特別措置に係るマル経融資（日本政策金融公庫制度）

■**利子補給金の額** 借入から3年間分の利子額。上限は、借入額1,000万円及び利率1.2%の利子相当額

■**申込方法**

申請書に必要書類を添え、商工観光課に提出

■**必要書類** 同意書、契約書の写し、融資の返済を確認できる書類、納税証明書



工場誘致奨励金

交付には各種要件がありますので、詳しくは商工観光課までお問い合わせください。

■**対象者** 対象施設の新設や増設等を行う事業者（投下固定資産総額5,000万円以上）

■**対象事業所（使用目的）**

物品の製造、加工、修理を行う施設や情報サービス、物流、研究開発施設

※一般廃棄物・産業廃棄物の収集、運搬、処理や処分に係る施設は除く

■**奨励金額・交付率** 納税した固定資産税・都市計画税額をもとに、交付率をかけて算出

※交付率は業種と立地の区域により3分の1、2分の1、10分の10の3種類があります。

■**奨励金の限度額** 投下固定資産総額や立地の区域により1年あたり500万円～1億円

■**交付期間** 3年間

■**申込時期** 操業開始前（要事前相談）

空き店舗活用事業奨励金

■**対象者** 空き店舗を借りて商業等の事業を始める方

■**空き店舗の定義**

かつて事業のために使われていた店舗で、その後、移転や閉店等により閉鎖され、3か月以上事業のために使われていないもの

■**交付額** 対象物件に係る賃借料の2分の1以内の金額（敷金・礼金等を除く）

■**交付期間** 事業を開始した月から1年間

■**限度額**

1年あたり60万円

■**交付時期** 半年ごと

■**申込時期** 事業開始前

まちなか商店リフォーム補助金

■**対象者** 市内で店舗を営む方や空き店舗を利用して営業を開始しようとしている方で、お店の機能を維持や向上させるための改装や改修、改装に付随する設備の設置をする方

■**店舗の対象範囲**

・小金井駅・自治医大駅・石橋駅から概ね1.5km以内の市内に所在する店舗

・店舗面積が1,000㎡以下

■**補助率・限度額**

空き店舗開業者

補助率 2分の1

補助限度額 100万円

既存店舗営業者

補助率 3分の1

補助限度額 50万円

■**申込時期** 工事着工前



雇用奨励金

対象労働者（市内在住60歳未満）を常用雇用した場合、事業主に奨励金を交付します。

※対象者についてなど、各種条件がありますので、詳しくは事前にお問い合わせください。

■**交付額**

1人につき20万円
（1事業主5人まで）

■**申請期間**

対象労働者の雇用開始後6か月を経過した日から6か月以内



人権擁護委員連合会長表彰

おめでとうございます

人権擁護委員の諏訪守様が、人権擁護活動の功績を認められ、全国人権擁護委員連合会長表彰を受賞されました。

諏訪様は、平成24年から長きにわたり、人権に関する相談対応や問題解決のため、ご活躍されています。



教育委員会連合会功労者表彰

おめでとうございます

三橋明美様が、全国市町村教育委員会連合会の功労者表彰を受賞されました。

平成23年から長きにわたり、教育委員として教育行政に尽くされたことが評価されました。



安全安心に関わる放送協定締結

市民の皆さまに安全安心を届けます

6月19日、市は、ケーブルテレビ株式会社と「安全安心に関わる放送協定」を締結しました。

この協定は、ケーブルテレビ(株)の提供するコミュニティチャンネルやメール配信サービスなどを活用し、災害時や平時の防災・防犯に関する情報を提供し、市民の安全と安心の確保にご協力いただくものです。



寄贈いただきました

ありがとうございます

栃木日産自動車販売株式会社様から、医療用ガウンを寄贈いただきました。

日産栃木工場ガウン作成チームの方たちが、最前線で戦う医療従事者の皆さまへの感謝と、栃木を元気にしたい！という想いを込めて、1枚1枚作製されたものです。

いただいたガウンは、新型コロナウイルス感染症対策のために活用させていただきます。



寄付いただきました

ありがとうございます

石橋ライオンズクラブ様と下野ライオンズクラブ様から、それぞれ30万円(合計60万円)の寄付をいただきました。

寄付金は、新型コロナウイルス感染症対策のために活用させていただきます。



テイクアウトで
応援しよう!!

下野市
飲食店応援
プロジェクト

TAKE
OUT

ハッシュタグ

#しもつけ エール飯

しもつけの
うまいもん
再発見!

もらって
ウレシイ!

ポイントシールキャンペーン

豪華

総勢**100**名様に賞品当たります!!

お一人様何口
でもご応募
OK!

シール
配布期間

~2020.9.30

抽選応募締切 2020.10.31

エール飯対象店舗のテイクアウトで、
¥500 毎にポイントシールをゲット! 10ポイント
貯まったら、抽選に参加して豪華商品を当てよう!!

1等

1名様

2等

4名様

3等

6名様

計合せ
5,000円
相当

しもつけ
ブランド商品



4等~

エール飯掲載店で使える
お買物券

4等 3,000円分 × 5名様

5等 2,000円分 × 10名様

6等 1,000円分 × 20名様

7等 500円分 × 54名様

もしハズレて
しまっても...

Wチャンス
ミニタオル
プレゼント!

※数に限りがあるため、
なくなり次第終了

テーマパーク
ペアチケット

人気家電製品

※写真はイメージです。

参加
方法

対象の店舗でテイクアウト商品を購入。
(下野市プレミアム商品券での購入の
場合も有効です。)

500円(税込)ごとにシール1枚、
合計10枚集めよう!

シール台紙は各対象店舗にて配布しています

石橋商工会・下野市商工会の各窓口、
又は下野市役所1階南口付近のいず
れかに設置された抽選箱へ!

※お一人様何口でもご応募いただけます。※紛失したシールは再発行できません。応募の際はしっかりとシールの貼り付けをご確認ください。※抽選結果については、当選の場合のみ、ご記入いただいたご住所宛に郵送ハガキでご案内させていただきます。

対象店舗の詳細は各エリアの情報サイトで Check!

一部対象外商品がございます。
対象商品については、各店舗にお問い合わせください。



イシロー!



〒329-0511 栃木県下野市石橋 790-17

Tel. 0285-53-0463 Fax. 0285-52-0330



しもステ
しもつけステーション

下野市商工会

しもステ



〒329-0412 栃木県下野市柴 897-10 番地

Tel. 0285-44-0202 Fax. 0285-44-1558





ヘルスイنفォメーション

Health Information

お知らせ

■ 蚊やダニがあなたを狙っています！

気温が高くなる夏には肌の露出が増え、蚊やダニに刺されたり、咬まれたりすることがあります。

蚊やダニの中には病原体を媒介するものもあり、咬まれないことが大切です。

■ ダニが媒介する感染症

重症熱性血小板減少症候群（SFTS）、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、ライム病 など

■ 蚊が媒介する感染症

日本脳炎、デング熱、チクングニヤ熱、ジカウイルス感染症 など

蚊やダニに咬まれないポイント

蚊・ダニ共通対策

- ・肌の露出を少なくする（長袖・長ズボンの着用、サンダルを避け、足を完全に覆う靴を履く等）
- ・明るい色の服を着る
- ・虫除け剤を使用する

ダニ対策

- ・帽子・手袋を着用し、首にタオルを巻く
 - ・シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる
- ※野外活動後は入浴し、ダニに咬まれていないか確認しましょう。特に首、耳、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏などに要注意です。



■ 風しんの無料クーポン券が届いた方へ 抗体検査はお済みですか？

風しんは感染力が強く、妊娠中の女性が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに先天性風しん症候群（眼や耳の障がい等を含む）を引き起こす可能性があります。

市では、令和3年度まで、公的な予防接種を受ける機会がなく抗体保有率が低い世代の方を対象に、風しんの抗体検査を無料で行います。また、検査の結果、抗体が低い方には、無料で予防接種を実施しています。

風しんから自分自身と周りの人を守るため、抗体検査を受けましょう。

■ 対象者 市に住民登録があり、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
※すでに抗体検査・予防接種が済んでいる方を除く。

※4月初旬に全対象者に無料クーポン券を送付しています。

■ 料金 無料

※抗体検査の結果、抗体が低いと判定された方は予防接種も無料です。

検査・接種方法

抗体検査

まずは抗体検査を次の①②③のいずれかの方法で受けてください。

①個別医療機関

※市内実施医療機関は、クーポン券発送時の案内文に記載しています。

※事前予約が必要な場合あり。

②会社等での職域健診

（お勤めされている方）

※事前予約が必要な場合あり。

③市の集団検診

※市の集団検診で検査を希望される方は健康増進課で事前予約をしてください。

予防接種

抗体検査の結果、抗体が低いと判定された方は、クーポン券を利用してMR（麻しん・風しん混合）ワクチンの接種を個別医療機関で受けることができます。医療機関によっては予約が必要な場合がありますので、接種希望先の医療機関にお問い合わせください。

共通事項

■ 持ち物

無料クーポン券、本人確認ができるもの（運転免許証など）



■ MR（麻しん・風しん）ワクチン 予防接種を受けましょう

国内では近年、東南アジアや欧州など海外からウイルスがもたらされ、麻しん（はしか）や風しんの局地的な流行が報告されています。

麻しん（はしか）・風しんは、感染力が非常に強い病気です。その一方、予防接種の効果が非常に高い病気でもあります。

就学前のお子さんは、MRワクチンを1歳と年長児の時期に無料で接種することができます。

感染予防と、周囲への二次感染予防のため、夏休み等を利用して予防接種を受けましょう。

■対象者

1歳 生後12か月から24か月に至るまでの間
年長児 小学校就学前の年度内

■接種費用 無料

※県外の医療機関で接種すると、一部自己負担が生じる場合があります。

■ 薬物依存症 家族の集い

- ・薬物依存症ってなんだろう？
 - ・家族はどう関わったら良いのかわからない。
- 同じような悩みを抱えている他のご家族と、一緒に話してみませんか？

初めて参加を希望される方は、職員による事前面談があります。まずは、お電話ください。

■日時 9月3日(木) 午後1時30分～3時

■場所 栃木県庁小山庁舎（小山市犬塚3-1-1）

■申し込み・問い合わせ先

県南健康福祉センター生活衛生課

☎(22)6119

（平日の午前9時～午後5時）

■ 予防接種と乳幼児健診を受けましょう

子どもの予防接種

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。予防接種を先延ばしにすると、感染症にかかるリスクが高くなるため、対象期間内に接種することをお勧めします。

医療機関は、予防接種のみの時間を設けるなど、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策に努めています。受診が不安な方は、かかりつけの医療機関にご相談ください。

乳幼児健康診査

乳幼児健康診査は子どもの健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。

適切な時期にきちんと乳幼児健康診査を受け、育児で分からないことがあれば、遠慮せずに医師・保健師・助産師などに相談しましょう。

健康診査の会場では検温や換気、消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症の防止対策に努めています。

また、家に帰ったら、赤ちゃん、保護者とも、手洗いなどの感染対策をしっかりとしましょう。

■ チャレンジ！ 400ml献血&成分献血キャンペーン

期間中に初めて400ml献血または成分献血にご協力いただいた方に、オリジナルグッズをプレゼント！ この機会に献血、してみませんか？

■期間 8月1日(土)～31日(月)

■県内の常設献血会場

県赤十字血液センター

宇都宮市今宮4-6-33 ☎028(659)0111

うつのみや大通り献血ルーム

宇都宮市大通り2-1-5 明治安田生命ビル1階

☎028(632)1131

■問い合わせ先 県業務課 ☎028(623)3119

相 談

■ こころの健康相談

「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、精神科医によるこころの健康相談を実施しています。相談を希望される方は、事前に健康増進課にお申し込みください。

■日時 8月18日(火) 午後2時～4時

■場所 市役所

■定員 2名

■相談員

精神科医

■料金 無料

■申込期限

8月11日(火)



子育て巡回相談

子育てに関する様々な悩みや心配事の相談を保育士等がお聞きします。

子育て支援センターゆりかご

■日時 8月24日(月) 午前9時～11時

■場所 子育て支援センターゆりかご(あおば保育園内)

■相談員 臨床心理士、看護師、保育士

※「ゆりかご」を初めて利用される方は防犯対策の入館者登録(名札)代200円がかかります。

子育て支援センターつくし

■日時 9月14日(月) 午前9時～11時

■場所 子育て支援センターつくし(ゆうゆう館内)

■相談員 公認心理師、保育士

※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。

教室

フレッシュママ・パパ教室 (両親学級)

出産を控えた両親のために、安心して出産が迎えられるように実施しています。ママ・パパ、どちらかだけでの参加も可能です。

■日時 8月19日(水)、9月3日(木)

午前9時～10時、午前10時30分～11時30分

※どの日にち、時間も実施内容は同じです。

■場所 ゆうゆう館

■対象者 出産予定日が10月～12月の方

※出産予定日が上記以外の方でも参加可能です。

■定員 各回4組(予約制)

■内容 妊娠・出産の流れの講話、市の相談先・制度などの説明、妊娠中や産後にできる体操

■持ち物 母子健康手帳、妊娠届出時に配布した黄緑色のファイル、スリッパ、バスタオル、筆記用具、飲み物、父子手帳(パパが参加される場合)

※動きやすい服装でお越しください。

■申込期限 各レッスンの2日前まで

健康づくり基礎教室

健康診断を受けた結果、腹囲や脂質、血糖値などで、基準値よりも高い項目があったら要注意!生活習慣病について学びましょう。

■日時 8月18日(火)

午前9時15分～午後0時30分
(受付は午前9時～)

■場所 市役所

■対象者 市内在住で、健康診断を受けた40歳以上の方

■定員 20名

■内容

- ・生活習慣病を知る
- ・家でできる運動の実践
- ・バランスの良い食事のポイントを知る

■参加費 無料

■持ち物 健診結果、筆記用具、運動ができる服装・運動靴、飲み物(お茶か水)

■申込期限 8月14日(金)



運動基礎教室

これから運動習慣を身につけたい方、運動の方法を詳しく知りたい方、ぜひ運動基礎教室に参加してみませんか?皆で楽しく運動しましょう!

■日時(全2回)

9月16日(水)・28日(月) 午前10時～11時30分

■場所 ゆうゆう館

■対象者 20～74歳の市内在住の方

※治療中の病気等のため主治医の指示を必要とする場合は、運動指導提供書を提出していただきます。

■定員 20名

■参加費 無料

■持ち物

- ・運動ができる服装
- ・室内用の靴
- ・飲み物(水かお茶)
- ・タオル

■申込期限 9月11日(金)



生涯学習がより

①食文化や伝統を守り、市民が豊かで健康的な生活を実現するために今年3月に制定されたものは？
②朝ごはん条例
③かんぴょう条例

非核平和をすすめる下野市の会 8月の催し

DVD映画「ひろしま」を見て話し合う会を開催します。上映後、福島原発事故後の発がん被害の最新データも提供します。
※原爆と人間パネル展は中止します。

- 日時 8月23日(日) 午後2時～
- 場所 生涯学習情報センター
- 定員 20名(事前申し込み不要)
- 参加費 無料

映画「ひろしま」とは

1953年製作の「ひろしま」は、原爆を投下されたその日の広島を再現した劇映画です。

※秋または冬に再度上映予定です。

- 監督 関川秀夫
- 主演 山田五十鈴、月丘夢路

問い合わせ先

非核平和をすすめる下野市の会 曾根
☎(44)6528

やさしい(わかりやすい)日本語講習会

下野市には、700人余りの外国の方が暮らしています。円滑なコミュニケーションは、日本人と外国人が共に暮らしやすい、働きやすい街づくりにはとても大切なことです。

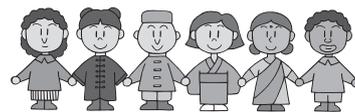
日本語があまり得意でない方にも分かりやすい日本語の言葉や、言い換え方、書き換え方を学んでみませんか？

- 日時 10月8日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場所 生涯学習情報センター
- 対象者 地域・学校・職場などで外国の方と接する機会のある方、広報活動をされている方、外国の方、国際交流に興味のある方

- 定員 20名(先着順)
- 講師 田島亮子氏(栃木県国際交流協会)
- 参加費 無料

- 申込期限 9月24日(木)
- 申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター
☎(40)0911(水・日曜日を除く午前9時～午後5時)



はじめてのオカリナ 体験講座

初心者のためのオカリナ講座です。譜面が読めなくても大丈夫！オカリナの持ち方から丁寧に指導していきますので、着実に吹けるようになります。

オカリナは無料で貸し出します。手ぶらでご参加ください。

- 日時(毎週木曜日・全3回)
9月17日～10月1日
午前10時～11時30分
- 場所 石橋公民館
- 対象者 成人の方
- 定員 10名(先着順)
- 講師 安野恵子氏
(生涯学習ボランティア)
- 参加費 無料

- 申込期間 8月20日(木)～
- 申し込み・問い合わせ先
生涯学習情報センター
☎(40)0911
(水・日曜日は除く)

傾聴ボランティア講座 相手が話したくなる聴き方

傾聴とは、相手の話に耳をかたむけ、受け止めながら、相手の話に共感するコミュニケーションスキルです。ボランティア活動のみならず、家族・友人との会話や地域活動など、様々な場面で役に立ちます。

市社会福祉協議会と生涯学習情報センターが共催するこの講座では、傾聴のコツやポイントをワークショップ形式で学習します。

- 日程・内容
(毎週金曜日・全5回)
10月2日～30日
- ①聴きたい人は話したい
- ②聞き出すから話したくなる聴き方へ
- ③否定せず受け止めて聴く
- ④気持ちに寄り添う聴き方
- ⑤傾聴を日常で活かす

- 時間 午後1時30分～4時30分
- 場所 生涯学習情報センター
- 定員 20名(先着順)
※申し込み多数の場合、市内在住・在勤の方を優先。
- 講師 渡邊純子氏
(話の聴き方(傾聴)教室 傾聴ハピネス代表)
- 参加費 無料
- 申込期間 8月21日(金)～9月25日(金)
- 申し込み・問い合わせ先
生涯学習情報センター
☎(40)0911
(水・日曜日を除く午前9時～午後5時)
社会福祉協議会
ボランティアセンター
☎(43)1236(平日のみ)



■申し込み・問い合わせ先■ 環境課 ☎(32)8898

ごみ減量化ポスターコンテスト

市民のごみ処理に対する関心を高め、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。

■テーマ プラスチック製買物袋有料化またはマイバッグ推進

■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

■提出方法 各学校に提出

※市外の学校に通っている児童・生徒の方は、環境課まで郵送または直接お持ちください。

■提出期限 9月11日(金)

■表彰 最優秀賞1点、優秀賞2点、佳作5点以内

※応募者全員に参加賞あり。

狂犬病予防注射の集合注射の中止

例年、公民館や公園等で行う狂犬病予防注射の集合注射は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため延期していましたが、今年度は中止することが決定しました。

ご利用を予定されていた飼い主の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

今年度の狂犬病の予防注射は、かかりつけの動物病院で受けていただくこととなります。待合室での混雑を避けるため、事前に動物病院に電話で相談するなど、ご配慮ください。

■接種期間 12月31日(木)まで

※接種期間は、狂犬病予防法に基づき、毎年6月30日までとされていますが、今年度は12月31日までとなりました。

接種後の手続き

接種後、狂犬病予防注射済証（紙の証明書）を環境課にお持ちください。狂犬病予防注射済票を交付します。

■手数料 狂犬病予防注射済票1件につき550円

環境課での手続きが不要な動物病院

県獣医師会加盟の動物病院で接種した場合には、環境課の窓口での交付手続きは不要です。

■市内の加盟病院

石田動物病院（上大領290-21）☎(52)2066

ちょう動物病院（駅東7-1-31）☎(38)8309



市営墓地へのお供え物は必ずお持ち帰りください

お墓参りの後に放置されたお供え物はカラス等呼び寄せ、墓地が荒らされる原因となってしまう。

お供え物は必ず持ち帰り、処分してください。

きれいな墓地を守るため、ご協力をお願いします。



野焼きは違法行為です

住宅の庭先を含む野外でのごみの焼却行為（野焼き）は、一部の例外を除き、法律で禁止されています。また、法律で禁止されていない一部の例外に該当するとされた場合でも、近隣から苦情が寄せられるなど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、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ましょう。

不用品リサイクル情報

市では、不用品リサイクル情報を提供しています。

〈譲りたい〉

宇都宮南高校女子用制服（夏・冬服一式）、セミダブルベッド、座卓、女兒冬服、こたつ、スキー板（150cm）、チャイルドシート

〈譲ってほしい〉

クリスマスツリー、自転車（大人用24～26インチ）



プラ容器包装の出し方にご注意ください

プラ容器包装（プラスチック製容器包装）とは、商品を入れたり包んだりしているプラスチック製の包装物で、中の商品を使ったり取り出したりした後は不要になるものです。

プラマークが目印⇒



※文房具やおもちゃ類、CD・DVD等、プラスチック製の商品そのものは容器包装ではありませんので、「燃やすごみ」に出してください。

プラ容器包装として分別していただく主なもの

袋類



フィルム・ラップ類



カップ・パック類



ご注意ください

洗っても汚れがとれないものは、『燃やすごみ』に出してください。

ふた類



トレイ類



発泡スチロール



ボトル類

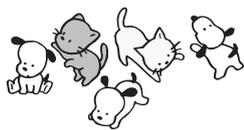


迷子のペット

迷子のペットを保護したら

飼育動物（ペット）を保護した場合は、県動物愛護指導センターまたは環境課までご連絡ください。寄せられた情報は、センターのホームページで公開されます。収容された場所や性別、写真が掲載され、飼い主の方が確認することができます。

URL <https://www.tochigi-douai.net/>



ペットが迷子になったら

ペットが迷子になってしまった場合は、県動物愛護指導センターまたは環境課まで速やかにご連絡ください。

■問い合わせ先

県動物愛護指導センター
☎028(684)5458

電気自動車等購入費補助事業

■支給条件

- 次のすべてに該当すること
 - 申請者と車両所有者・使用者が同一であること（割賦払いの場合は車両使用者が同一）
 - 申請者が、車両登録日の時点で、市内に住所を有してから3か月以上経過していること
 - 自家用として使用する目的で、補助対象車両を新車で購入していること
 - 使用の本拠地が下野市であること
 - 本人及び同一世帯の方が、市税などを滞納していないこと
 - 過去にこの補助金の交付を受けていないこと
- ### ■対象車両と金額
- 電気自動車（EV） 10万円
 - プラグインハイブリッド自動車（PHV） 5万円
- ※詳しくは広報しもつけ4月号をご覧ください。

環境家計簿を始めてみませんか

環境家計簿を提出していただける方を募集しています。

■対象者 市在住の方（1世帯につき1回まで）

■内容 領収書などを参考に平成30年度以降の12か月分のエネルギー使用量や費用、温室効果ガス排出量を記録したものの（記入用紙は環境課、市ホームページで配布しています）

■受付期間
～令和3年2月26日（金）

■特典

- 道の駅しもつけ商品券1,000円分（抽選）
- 環境カウンセラーによる無料の環境家計簿診断（診断を受けた方には粗品を進呈）

■提出方法
電子メールまたは直接提出

■提出先 環境課
✉kankyoku@city.shimotsu.ke.lg.jp

Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

市民体育祭・スポーツフェスティバル 関連事業の中止

10月11日(日)に開催が予定されていた自治会対抗の市民体育祭(石橋・国分寺)とスポーツフェスティバル(南河内)は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止が決定しました。

楽しみにされていた皆さまには残念なお知らせとなり、申し訳ありませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。

中止となる事業

- 9月6日(日) キンボールスポーツ大会
- 9月10日(木) 代表者会議
- 10月11日(日) 市民体育祭
スポーツフェスティバル



栃木県郡市町対抗駅伝競走大会 出場者募集

来年1月24日(日)に行われる県郡市町対抗駅伝競走大会の出場選手の募集に伴い、選考会を実施します。

■日時 (小雨決行)

- ① 9月5日(土)
- ② 10月4日(日)
- ③ 11月1日(日)
- ④ 12月6日(日)
午前9時～正午



■場所

- ① 大松山運動公園陸上競技場
- ②～④ 国分寺運動公園

■対象者 市内在住または在学の中学生男女、一般男女(高校生以上)

■問い合わせ先 市陸上競技部 江田
☎090(1500)7641

新型コロナ感染拡大防止 のため中止となった大会

市民ふれあい卓球大会

9月27日(日)に開催が予定されていた市民ふれあい卓球大会は中止となりました。

■問い合わせ先

市卓球部 張替
☎090(8006)9630

県民スポーツ大会

10月に開催が予定されていた県民スポーツ大会は中止となりました。



エアロビクス教室 参加者募集

■日時 9月6日(日)・12日(土)
20日(日)・26日(土)
午後1時～2時

■場所 スポーツ交流館

■対象者 小学生以上の方

■参加費 一般 1,000円
小中学生 500円

■定員 20名(先着順)

■講師 佐藤愛氏

■申込方法

8月10日(月・祝)午前9時以降、
スポーツ交流館で参加費を添えて
申し込み(電話不可)

■申し込み・問い合わせ先

グリムの里スポーツクラブ
☎(52)1182
(月・水・金曜日の午前9時
～午後4時)

おうちで踊ろう！ いちご一会ダンスを公開！

2022年に開催される、いちご一会とちぎ国体の公式ダンス、いちご一会ダンスを、観光大使のキャンくんが踊ってくれました。皆さまもぜひ一緒に踊ってみてください。

URL <http://www.city.shimotsuke.lg.jp/2041/info-0000006464-3.html>



また、県内の各市町のキャラクターたちが、リレー形式で国体ダンスを披露していますので、併せてご覧ください。

URL https://www.tochigikoku tai2022.jp/dance/dance_relay/



テニス協会主催イベント 参加者募集

秋季テニス教室

初心者・中級者向けの教室です。

■日時 (全5回、土曜日)

9月5日～10月3日 午後7時～9時

※初回は午後6時45分開始です。

■場所 国分寺運動公園テニスコート

■対象者

市内に在住在勤・在学の高校生以上の方

■参加費 4,000円 (初回徴収)

■申込期間 8月10日(月・祝)～9月3日(木)

秋季レディーステニス大会

■日時 9月4日(金) 午前9時集合

※雨天時は翌週に順延します。

■場所 大松山運動公園テニスコート

■参加資格 市内で活動されている方

■参加費 2,500円 (当日徴収)

■申込期間

8月10日(月・祝)～28日(金) 午後5時

※キャンセルはできません。

※組み合わせ表は当日発表します。

共通事項

■申込方法

■窓口 申込用紙をスポーツ交流館、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に提出

■電子メール 氏名、所属、住所または勤務先、電話番号、テニス歴、年代(○歳代)を記載して送信
※メールは、受付完了後、返信メールを送ります。

■申し込み・問い合わせ先

市テニス協会

井上 (秋季テニス教室)

☎090(1467)0265

大垣 (秋季レディーステニス大会)

☎090(2745)5886

✉info@shimotsuketennis.com

🌐http://shimotsuketennis.com



元気ワイワイ南河内からのお知らせ

体力・運動能力調査

国民の体力・運動能力の調査です。皆さまのご参加をお待ちしています。

■日時 9月26日(土)

午前9時～正午 (11時30分受付終了)

■場所 南河内体育センター

■対象者 市内在住の満20歳～79歳 (4月1日時点)の方

※体力に自信のない方、医師から運動を止められている方のご遠慮願います。

※当日行う日常生活活動テストの結果によっては体力・運動能力調査を受けられない場合もあります。

■持ち物

運動着、体育館シューズ、飲み物など

■調査項目

成年 (20歳～64歳)

握力・上体起こし・長座前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅跳び

高齢者 (65歳～79歳)

握力・上体起こし・長座前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

■申込方法 電話

■申込開始日 9月1日(火)

※会場での当日申し込みも可能です。

体幹トレーニング教室

すべての運動は正しいフォームで行わないと上達しません。特に身体の軸を知ることが大切です。運動や日常生活をより良くするために、体幹を鍛えてみませんか。

■日時 (全3回、土曜日)

9月5日～19日 午前11時～正午

■場所 南河内体育センター

■対象者 小学生以上の方

■定員 各回40名

■持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物

■参加費 100円 (保険料として当日徴収)

■申込方法 窓口

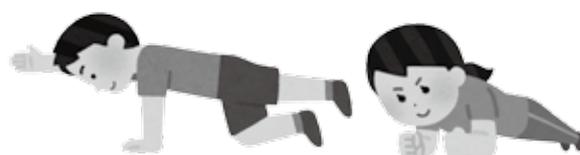
■申込開始日 8月3日(月)

■申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内 (南河内体育センター内)

☎(48)5401

(平日の午前9時～午後5時)



新・下野市風土記

お盆と外出を戒める行



下野市教育委員会 文化財課

県をまたぐ外出を控えているうちに梅雨を迎え、新しい生活様式の中で熱中症にならないようマスクの着用を工夫している間に、お盆の時期になってしまいました。例年ならば、京都八坂神社の祇園祭を契機に全国各地で関連末社の夏祭りが行われ、著名な花火大会や京都大文字焼（五山の送り火）のニュースが流れて、夏の終わりを感ぜ取っていたことでしょう。

お盆といえば、現代日本人にとって、お正月と並ぶ大切な年中行事です。一体どうして亡くなった人の魂を迎えることが一大行事になったのか、今回は、その成り立ちをご紹介します。

お盆の由来

お盆は、元々は「盂蘭盆会」といい、『仏説盂蘭盆経』という経文が原点のようです。

「仏説」とは、「ブツダがお話になったこと」を意味します。そして、この『仏説盂蘭盆経』は、ブツダの十大弟子のひとり、目連の両親について語っています。

目連には、他の誰よりも不思議な力があり、神通力で死後の世界を見ることができました。

あるとき、彼が亡き両親の行く末を見たところ、父親は天上界に生まれ変わっていましたが、母親は餓鬼道に墮ちて鬼に生まれ変わり、見るに堪えない飢えと苦しみの中におかれています。目連は、神通力を使って自分の食事をお経と共に母に届け、食べてもらおうとしましたが、母が食べようとすると食べ物はあつという間に燃え上がり、食べることができません。

そこで、目連はブツダに救いを求めました。ブツダは、「たった1人の力では地獄や餓鬼となった亡者を救うことはできない。7月15日に僧侶たちの百日行が明けるので、彼らに食事を施しなさい。食事を受けた大勢の僧侶たちは、皆で協力して説経をしてくれるだろう。その大勢の力が、必ず亡き人々を救ってくれることであろう」と教えを授けました。

目連が教えのとおり、大勢の僧にご飯や果物、香油、敷物、寝具などを施したところ、母や、母と同じように苦しんでいた餓鬼たちは菩薩の姿となって天上界に昇っていったというのが、『仏説盂蘭盆経』のあらすじです。

※「盂蘭盆」の語源は、インドサンスクリット語「ウラバンナ」の音訳で、逆さ吊りという意味です。目連の母が餓鬼道で逆さ吊りにされ、苦しんでいたことを示しています。

現代も続く風習

目連の施しによって地獄の扉が開いたとき、亡者たちは苦しみから逃れ、菩薩に姿を変えて昇天していきました。

その歓喜する姿が、両手を挙げてまるで踊っているようで、大勢で手を挙げて踊る＝盆踊りの原型となったという説もあります。地方によっては、現代でも、数日にわたって昼夜を問わず踊り続ける風習が引き継がれています。

盆踊りを踊る、あるいは迎え盆という亡くなった人をお迎えする時間が夕方なのは、亡者や餓鬼は地中に居ると考えられているためです。地中の亡者は明るい光が苦手なので、暗くなつてから彼らを迎えるのです。

ロウソクではなくホオズキを灯明として供養の棚に供える習慣も、ホオズキを「鬼灯」と書くのも、このためです。

命を守る昔々の“ステイホーム”

『仏説盂蘭盆経』の中で僧侶たちが行っていた「百日行」は、遊行（外で行う修行）を止め、外出せずにこもって行う修行のことです。「雨安居」や「夏安居」とも呼ばれます。

安居は元々、雨季を意味するインドサンスクリット語からきています。雨期には草木が繁り、昆虫や小動物が活発に行動するため、遊行で踏みつけて無用な殺生をしてしまわないよう、外出を避けたのが本来の目的です。

例年5月19日に奈良唐招提寺で行われる「うちわまき」という行事も、修行中に蚊に刺された僧が、むやみに蚊を叩き潰さないように不殺生を戒め、代わりにうちわで払ったことに由来しています。この日、配られるうちわには、病魔退散や厄除けのご利益があると言われていています。

地域おこし協力隊通信

地域おこし協力隊の活動が2年目に突入しました。この機会に、それぞれの隊員のこれまでの活動の振り返りや、今後の抱負についてお知らせします。隊員ひとりひとりの詳しい活動内容は、市のホームページや各隊員のソーシャル・ネットワーキング・サービス（SNS）で情報発信しています。

地域おこし協力隊とは？

人口減少や高齢化等の進行する地域に都市部の人材を積極的に受け入れ、地域協力活動を行うことで地域の活性化を図る制度です。

■隊員たちのSNS

宇佐美隊員Twitter→@okoshimotsuke01
大坪隊員Instagram→@Shimotsuke_iitokoro
渡邊隊員Twitter→@ShimotsukeMissy



2019年3月に着任してからの1年間を振り返ると、とても濃密で充実したものだったなと感じています。担当しているご当地アニメ「サクラノチカイ」を活用した事業では、とちてれアニメフェスタをはじめ、多くのイベントに参加し、市内外の方へのPRに取り組みました。ファンを中心とした座談会や瓜田瑠梨誕生日会では、一から企画・運営を行い、盛大に開催することができました。

今年度は、関係人口の指針となる「サクラノチカイファンクラブ」の入会促進のため、新規グッズの制作や、市内イベントに参加しやすい仕組みづくりに取り組み、下野市の知名度の向上や関係人口の増加を図りたいと思います。今後とも、よろしくお願いいたします。

う さ み し げ る
宇佐美慈



お お つ ぽ あ き こ
大坪亜紀子



4月で協力隊2年目を迎えました。

昨年は市内の賑わいづくりや、関係人口創出事業に携わり、多くの方と出会うことができました。

今年度も、今までの経験や関係性をさらに深め、賑わいづくりを活性化させていきたいと思っています。また、まだ知らない場所へ行き、多くの人と出会い、下野市をさらに深掘りしていきたいと考えています。新たな発見、新しい情報を集約させ、発信していきます。

観光資源に捉われない新たな地域の情報は、今、変化のときを迎えている時代に、一層必要になってくるはずです。

協力隊2年目も、よろしくお願いいたします。



2019年11月から下野市にJターンしました、みっしーです。下野市コミュニティ放送局FMゆうがおで放送中の市提供番組「しもつけピタッとラジオ」の月・木・金曜日のパーソナリティ及び制作を担当しています。

「しもつけピタッとラジオ」は、市民にとって“身近なはずなのに少し遠い市役所”をわかりやすく楽しく紹介し、市の取り組みや制度をより知っていただくことで、市民の生活の利便性が向上することを目的としています。さらには、職員が出演することで、市役所の”お堅い”イメージを払拭し、コンパクトシティならではのコミュニティも広げていけたらと考えています。

今年度も、職員と市民が気軽に挨拶や世間話ができる市役所を理想としながら制作・放送をしていきますので、よろしくお願いいたします。

わ た な べ み し お
渡邊美潮



障がい福祉瓦版

ひきこもりについて

■申し込み・問い合わせ先 障がい児者相談支援センター ☎(37)9970

皆さんは《ひきこもり》について、どのようなイメージがありますか？
「自分にはあまり関係がない」、「障がいや病気がある人」などと感じてはいませんか？
ひきこもりそのものは、病気ではありません。成績の低下や仕事での失敗、失恋やいじめなどの経験がきっかけで、誰にでも起こる可能性があります。今回は、ひきこもりについてお伝えします。

ひきこもりとは？

ひきこもりとは、学校や仕事などに行かず、家族以外の人との交流をほとんどもたずに、家庭に6か月以上ひきこもっている状態のことをいいます。まったく部屋から出ない、というイメージがあるかもしれませんが、買い物などの用事があれば、時々外出する方もいます。ただし他者との交流はもたないか、最小限にとどめます。



ひきこもりを理解するために

～いま身近にある“葛藤”～

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、私たちは自粛生活を余儀なくされました。自由に外出できず、ずっと家にいることでストレスを感じた方も多いと思います。

一方で、外出しないことでウイルスから身を守ることができ、安心感を得られた方もいるのではないのでしょうか。「外に出たい」、「でも出られない」、「家にいるほうが安心」、「でもストレスがたまる」という葛藤を、少なからず感じませんでしたか？

ひきこもっている方の中にも、「外に出たい」

とされている方はいます。しかし、ひきこもりが長期化すればするほど、社会復帰へのハードルは高くなり、「出られない」状態に陥ります。社会と距離をとれる「家にいるほうが安心」、でも、自分が社会に参加していないことに不安や焦りを感じ「ストレスがたまる」。

外に出られない理由は異なりますが、葛藤自体は似ているところがあると思いませんか？

もちろん、ひきこもる理由は人により様々です。言い換えれば、必ず理由があります。

ひきこもる理由、抱えている葛藤、これからの生活への希望などを、丁寧にひも解いていくことが、ひきこもりの理解につながります。

相談窓口

ひきこもりの支援をしていくうえで大切なことは、ご本人や家族だけで悩みを抱えこまないことです。近所の目が気になるなどの理由から家庭内で解決しようとした結果、さらに長期化して解決が難しくなってしまうこともあります。ぜひ相談窓口をご活用ください。

事業所名	概要	問い合わせ先
社会福祉課	本人や家族からの相談を受け、必要に応じて関係機関につなぐお手伝い	(32)8900
くらし応援センターささえーる (生活困窮者自立相談支援事業)	生活困窮やひきこもりなど、家族のことで困っている方の相談・お手伝い	社会福祉協議会 (43)1236
若者サポート・ハチドリ会 (市民活動補助事業)	社会にうまく繋がれずに、家にこもっている方やその家族のお手伝い・相談	渡辺 090(5757)5021
栃木県子ども若者・ひきこもり 総合相談センター (愛称：ポラリス☆とちぎ)	様々な悩みや困難を抱える子どもや若者と、その家族などの相談、家族セミナーなどの開催	028(643)3422
	中高年ひきこもり専用電話相談(今年新設)	028(643)3438
栃木県精神保健福祉センター	ひきこもりや自殺念慮等の様々な問題などに悩むご本人やご家族の相談	028(673)8785

※この他、ひきこもり相談会を開催します。開催日は広報紙でお知らせします(32ページ参照)。

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

付加年金のご案内

付加年金とは、国民年金の第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料をプラスして納付すると、将来老齢基礎年金に上乗せして支給される制度です。

加入を希望される方は、市民課へお越しくください。

■必要なもの 年金手帳、印鑑

付加年金の保険料

保険料は月額400円です。

受給額の計算式は、年額200円×付加保険料納付月数となります。

付加保険料を10年間（120月）納付した場合、

付加保険料（納付額） 400円×120月＝48,000円

付加年金額（年額） 200円×120月＝24,000円

つまり、付加年金を2年間受給すると、納付した付加保険料総額と同額になります。

※上記の付加年金額は、65歳から受給した場合の年金額です。

注意事項

- 付加年金は、老齢基礎年金と合わせて受給できる終身年金です。

- 付加年金は申し込みの日から加入となります。さかのぼっての加入はできません。

- 国民年金基金に加入中の方は、付加年金に加入することができません。

- 付加年金は定額のため、物価スライド（増額・減額）はありませんが、老齢基礎年金を繰上げ・繰下げ請求した場合は、付加年金も減額率・増額率に応じて増減されます。

年金豆知識 ～よくある相談事例～

Q1 結婚してサラリーマンである夫の被扶養者になりましたが、昭和61年3月までの国民年金第3号被保険者の記録がもれています。

なぜですか？

A1

国民年金第3号の制度が始まったのは「昭和61年4月」からです。

昭和61年3月までは、厚生年金保険などの被用者年金制度加入者の配偶者の方には、国民年金への強制的な加入義務はなく、申し出により加入できる「任意加入」となっていました。

Q2 国民年金第3号被保険者である妻（または夫）の保険料は第2号被保険者である夫（または妻）の給料から天引きされるかたちで納付しているのではないのですか？

A2

保険料は配偶者の給料から天引きされているわけではありません。

国民年金第3号被保険者の方の保険料は、その配偶者の加入する被用者年金制度から拠出金として負担しており、第2号被保険者である配偶者をご夫婦2人分の保険料を納めているわけではありません。

なお、国民年金第3号被保険者の期間は、「保険料納付済期間」となります。

Q3 私は、平成2年8月に20歳になったとき大学生でしたが、国民年金の加入が平成3年4月からとなっているのはなぜでしょうか？

A3

学生の国民年金加入が義務付けられたのは「平成3年4月」からです。

大学等の学生の場合は、平成3年3月まで、20歳以上であっても国民年金は任意加入でした。しかし、国民年金に加入していない期間に発生したケガや病気では障がい年金の対象にならないこともあり、平成3年4月から国民年金加入を義務付けることになりました。

Q4 年金手帳が複数ありますが、私の年金記録は大丈夫でしょうか？

A4

平成9年から厚生年金保険や国民年金などの記録は1つの基礎年金番号で管理しています。

年金手帳を複数お持ちの方は、年金の請求手続きをする際に記録がもれる可能性がありますので、年金事務所にご相談ください。



図書館

Library Information

図書館からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、9月までの期間、図書館における講座・催し物等を中止とさせていただきます。また、図書館の一部サービスを休止しています。
 ※休館となる場合や、開館時間が変更となる場合があります。詳しくは市や図書館のホームページをご覧ください。

石橋図書館

■原爆パネル展
 8月1日(土)~16日(日) 1Fフロア

3館合同企画

■読書ラリー
 期間：8月31日(月)まで
 内容：本を1冊借りるごとに各館カウンターでスタンプを1個、30個達成でカンピくんシールをプレゼント！
 対象：中学生以下 ※申し込み不要

図書館購入図書のご案内 (一部)

<一般書>

- ・今ここを生きる勇氣 (石) …岸見一郎
- ・伝わる文章の基本 (石) …高橋廣敏
- ・ヒソップ亭 (国・南) …秋川滝美
- ・お薬事典2021年版 (国) …郷龍一
- ・旅のオチが見つからない (南) …低橋
- ・英熟語図鑑 (南) …清水建二

<児童書>

- ・じごくにアイス (石・南) …ナカオマサトシ
- ・ミーちゃんとロン (石) …あべはじめ
- ・あいうえおさん (石・国) …森絵都
- ・えだまめ (石・国) …こがようこ
- ・妖怪のど自慢 (石・国・南) …広瀬克也
- ・ヒゲタさん (南) …山西ゲンイチ

利用案内

■8月の図書館カレンダー
 (○印は休館日)

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					

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					

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)
 PC・スマホからのご利用
<http://www.library.shimotsuke.tochigi.jp/>



QRコード

携帯電話からのご利用
<https://ilisod001.apse1.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv>



QRコード

広報しもつけ 2020.8

Shimotsuke

読書人

図書館であなたの人生の一冊に出会おう
 今月のテーマ「課題図書」



天使のにもつ

いとう みく 著
 童心社

職場体験で保育園を選んだ男子中学生の風汰。心の優しい彼が園児との触れ合いを通して様々なことを学び、成長していく物語。(石・国・南)



廉太郎ノオト

谷津 矢車 著
 中央公論新社

若くして亡くなった滝廉太郎の生涯を描いています。夢のために努力することの大切さを教えてくれる作品です。(石・国・南)



平和のバトン

弓狩 匡純 著
 くもん出版

原爆の体験を語り伝える方たちと、それを絵にする高校生たち。戦争の記憶を引き継ごうと頑張る人たちのノンフィクション。(石・国・南)

《中高生向け課題図書一覧》

【中学校の部】

★天使のにもつ /いとう みく 著
 ・11番目の取引

/アリッサ ホリングスワース 作

★平和のバトン /弓狩 匡純 著

【高等学校の部】

★廉太郎ノオト /谷津 矢車 著

・フラミンゴボーイ /マイケル モーパーゴ 作

・キャパとゲルダ /マーク アロンソン 著

★のついた本のあらすじをご紹介します。

※所蔵している図書館を【(石)=石橋 (国)=国分寺 (南)=南河内】と表示してあります。所蔵館に限らず、市内3館どこでも貸出(貸出中は予約)が可能です。

農業委員会だより

■問い合わせ先 農業委員会事務局 ☎(32)8915

農地パトロールを行います

農業委員会では毎年、市内全域の農地を対象に、農業委員と農地利用最適化推進委員による農地パトロール（農地利用状況調査）を行っており、今年は9月2日(水)から7日(月)までの実施を予定しています。

このパトロールは、遊休農地の把握と発生防止、農地の違反転用防止を図り、農地の確保と有効利用を目的として実施します。

調査について、ご理解とご協力をお願いします。



遊休農地の解消に取り組んでいます

農業委員会では、遊休農地の解消・発生防止のため、農業委員や農地利用最適化推進委員が、日頃から市内の農地を巡回しています。

また、農業者の高齢化、耕作者が見つからない等の理由で管理ができなくなった遊休農地の利用方法を、地域の方々や所有者と考えています。

もし、お近くに遊休農地がありましたら、農業委員会、農業委員、農地利用最適化推進委員までご相談ください。

遊休農地とは

- ・過去1年以上にわたり農作物の作付けが行われておらず、かつ今後も農地所有者等による農地の維持管理（草刈り、耕起等）や農作物の栽培が行われる見込みがない農地
- ・農作物の栽培が行われているが、周辺の同種の農地において通常行われる栽培方法と認められる利用の様態と比較して、その程度が著しく劣っている農地 など

許可申請等の提出はお早めに

農地の権利移動や市街化調整区域の農地転用には許可が必要です。農業委員会総会の承認を得ないと交付できない種類の証明等もありますので、ご注意ください。

申請受付締切日	定例総会
8月11日(火)	8月25日(火)
9月10日(木)	9月25日(金)
10月9日(金)	10月26日(月)
11月10日(火)	11月25日(水)
12月10日(木)	12月24日(木)
令和3年 1月8日(金)	令和3年 1月25日(月)
2月10日(水)	2月25日(木)
3月10日(水)	3月25日(木)



農業者年金に加入しませんか

農業者年金は、国民年金に上乗せできる加入者自身の積立方式の公的年金です。

保険料は農業経営の状況に応じて、月額2万円から6万7,000円まで1,000円単位で自由に選択することができます。また、支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象となり、節税効果があります。

将来の受給時には、積み立てた保険料の運用収益は非課税扱いとなり、年金額の一部として受給することができます。詳しくは、農業委員会またはお近くのJA窓口までご相談ください。

お詫びと訂正

広報5月号掲載の「下野市農作業賃金標準額」で、金額に誤りがありました。

お詫びし、右のとおり訂正いたします。

誤 「その他 農作業一般」 850円
正 「その他 農作業一般」 855円

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、開催予定のイベントや行事が延期・中止となったり、内容が変更されたりする場合があります。お出かけの前に、最新の情報をご確認ください。

お知らせ

寄付いただきました

このたび、寄付をいただきました。

熊坂高弘様：金10万円

鶴見優惺様：金1万円

寄付金は新型コロナウイルス感染症対策事業のために活用させていただきます。

ありがとうございました。

しもつけ燈桜会 開催中止

8月下旬に開催を予定していたしもつけ燈桜会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します。ご理解ご協力をお願いします。

■問い合わせ先

商工観光課 ☎(32)8907

敬老会中止

9月18日(金)に開催を予定していた市主催の敬老会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します。
※金婚夫婦祝福と8020運動表彰は、対象者に個別に案内予定。

■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

特別定額給付金の申請をお忘れなく



特別定額給付金は、申請期限を過ぎると受け取ることができません。

市では申請率が97.4% (7月13日現在) となっていますが、まだ申請がお済みでない方は、必ず期限までにお手続きください。

■申請期限 8月17日(月) (消印有効)

■申し込み・問い合わせ先

特別定額給付金給付班 ☎(32)6966

✉shimotsuke_kyufukin@city.shimotsuke.lg.jp

雇用調整助成金相談窓口

県は、雇用調整助成金相談窓口を開設しています。雇用調整助成金の申請に関する質問や相談に、専門のアドバイザーがお答えします。

窓口での相談だけでなく、アドバイザーの派遣や、申請手続きや書類作成のお手伝いも行っていますので、ぜひご利用ください。

■相談時間 平日の午前9時～午後5時

■問い合わせ先

(株)TMC経営支援センター (受託事業者)
☎028(612)2300 ☎028(666)3008
✉koyou@tmc-jinji.com



同和問題に正しい理解を

同和問題とは、生まれた地区や住んでいる地区を理由に、日常生活やインターネット上などの様々な場面で不当な扱いやいわれのない差別を受け、基本的人権が侵害されるという重大な社会問題です。

「同和問題は怖い、避けたほうがよい」という誤った意識に乘じ、同和問題の解決に取り組んでいる団体を装って、不当な寄付や物品購入を要求する「えせ同和行為」も発生しています。

これらの問題を解決するためには、私たち一人ひとりの意識が大切です。同和問題を正しく理解して認識を深めることで、暮らしの中に存在する差別や偏見をなくしていきましょう。

■問い合わせ先

市民協働推進課 ☎(32)8887

災害に係る情報発信等に関する協定を締結

ヤフー株式会社と災害協定を締結しました。

協定における主な取り組み

- ・災害時に市ホームページにアクセスが集中したとき、市ホームページのキャッシュサイト(複製サイト)をヤフーサイトに掲載することで、アクセスを分散・負担軽減し、閲覧が可能に

- ・ヤフーサイトに市内の避難所などの防災情報や避難勧告などの緊急情報、災害時の被害状況などを掲載

- ・「Yahoo!防災速報」アプリを通じて防災情報や緊急情報を配信

アプリダウンロードはこちらから⇒

🌐<https://emg.yahoo.co.jp>

■問い合わせ先

安全安心課 ☎(32)8894



かんぴょう消費拡大支援事業

おすすめ
2

市では、市内におけるかんぴょうの消費拡大に向け、支援事業を実施しています。飲食店や食品加工業者が下野市産かんぴょうを使用し、惣菜や加工品等を提供する場合に購入費の一部を助成します。

■対象者 いずれかに該当する方

- ・市内の飲食店または食品加工業者
- ・下野市地産地消応援団に認定されている事業者等

■補助率

購入費の2分の1（上限2万円）

■申請方法 申請書（ホームページに掲載）を郵送または直接提出

■申請期限

令和3年2月26日（金）（消印有効）

■申し込み・問い合わせ先

農政課 ☎(32)8906

下野ふれあい会えごのき塾 子ども塾を開催します

食育を軸に、普段の勉強や自然観察も行えるこども塾を開催します。

■日時 8月8日（土） 午前10時～午後2時

※毎月第2土曜日に開催予定です。

■場所 西区公民館（薬師寺2859）、他

■参加費（ご飯作りなどすべて込み）

高校生以上 300円、小中学生 200円

未就学児 100円（未就学児は保護者の同伴が必要）

■日程

午前10時～ 学習

午前11時～ 食事作りと食事

午後1時～2時 レクリエーション等（車・徒歩移動）

■定員 30名（先着順）

■申込期限 開催日の5日前

■申し込み・問い合わせ先

下野ふれあい会えごのき塾

佐藤 ☎080(5007)1922



オレンジカフェ

認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加できる場です。

しもつけ茶屋

■日時

8月4日（火）・12日（水）・20日（木）、9月1日（火）・9日（水）・17日（木）

午前10時～午後2時

■場所 南河内児童館

より処グリム

■日時 毎月第3金曜日

8月21日（金）、9月18日（金）

午前10時～正午

■場所 グリムの館

おひさま

■日時 毎月第4水曜日

8月26日（水）、9月23日（水）

午後1時～3時

■場所 サン薬局内

ゆうゆう茶屋

■日時 毎月第1金曜日

9月4日（金）、10月2日（金）

午前10時～正午

■場所 ゆうがお作業所

（ゆうゆう館内）

共通事項

■参加費 100円（飲み物代）

■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

ひとり親家庭の就業支援

ひとり親家庭の方の就業を支援するために、次のような制度があります。

どの制度も詳細な要件があるため、必ず事前にご相談ください。

高等学校卒業程度認定試験
合格支援給付金

ひとり親家庭の親または子が、高等学校卒業程度認定試験の合格を目指すために受講した講座の修了時に、支払った受講料の40%（上限10万円・下限4,000円）を助成します。

自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の親が、就職につなげる能力開発のために指定教育訓練給付講座を受講し、修了した場合に、支払った受講料の60%（上限20万円・下限1万2,000円）を助成します。

高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の親が、看護師、保育士、介護福祉士、理学療法士、作業療法士などの資格を取得するために養成機関で修業する場合、月額最高10万円を支給します。

■問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

食物アレルギー疾患生活管理
指導表作成費用の助成

学校・保育園等での食物アレルギー対応に必要な「アレルギー疾患生活管理指導表」の作成費用を助成することにより、保護者の負担を軽減し、子どもたちが健全な生活を営むことができるよう支援します。

■助成回数 1年度につき1回

■助成限度額 2,000円

■対象者 食物アレルギーを有し、学校・保育園等での生活において特別な配慮や管理が必要と認められる次の方

- ・市内の小・中学校に在籍している、または入学を予定している方
- ・市内に住所を有し、保育園、幼稚園、認定こども園等に在籍している、または入園が内定した方

まずは学校・保育園等に確認を

管理指導表は、市が指定する医療機関で作成してください。医療機関にお持ちいただく書類もありますので、通っている学校や保育園等に確認してください。

■問い合わせ先

小・中学校に通っている方

学校教育課 ☎(32)8918

保育園等に通っている方

こども福祉課 ☎(32)8903

敬老祝い金

今年75歳・80歳・85歳・90歳・95歳を迎える方と、100歳以上の方に敬老祝金の贈呈を行います。

※対象者には贈呈の案内を通知します。

■日程

南河内地区在住の方 9月8日(火)~10日(木)

石橋地区在住の方 9月11日(金)・14日(月)・15日(火)

国分寺地区の方 9月16日(水)~18日(金)

全地区対象 9月19日(土)

■時間 午前10時~午後4時

■場所 市役所

■祝金額 5,000円

■対象者 9月1日(火)時点で市内に住所を有する次の方

年齢	対象者の生年月日
75歳	昭和20年1月1日~12月31日
80歳	昭和15年1月1日~12月31日
85歳	昭和10年1月1日~12月31日
90歳	昭和5年1月1日~12月31日
95歳	大正14年1月1日~12月31日
100歳以上	大正9年12月31日以前



■問い合わせ先 高齢福祉課 ☎(32)8904

広報しもつけを郵送しています

ご希望の方には「広報しもつけ」を有償で郵送しています。

■対象者 市内在住の方

■申込方法 広報紙郵送依頼書に切手を添え、郵送または直接提出
※申し込みは毎年度必要です。

■利用者負担 郵送実費分(1か月215円×希望月数分の切手)

※ゆうメールでお送りします。

■申込期限

広報発行日(毎月1日)の15日前まで

利用者負担減免

世帯員全員が次のいずれかに該当する場合は、郵送費の減免を受けられます。

- ・65歳以上
- ・障がいなどにより、近くの公共施設等へ行くことが困難

■申込方法 広報紙郵送依頼書と併せて、広報紙郵送料免除申請書を総合政策課に郵送または直接提出

※書類の様式は市ホームページまたは総合政策課で入手できます。

■申し込み・問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886

地域での見守り活動にご協力ください

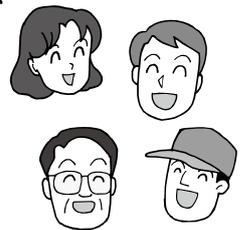


市では、高齢者にとって安心・安全な地域づくりのため、地域で活動している配達業者、環境美化協会、電力・ガス会社、金融機関、農協等の事業所と協定を結び、地域全体での見守り活動の体制づくり(高齢者見守りネットワーク事業)に取り組んでいます。

地域内での見守り体制の強化には、近隣住民の方々のご協力が必要不可欠です。見守りの中で気

なることがあればご相談ください。

地域の高齢者が孤立せずに、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、近隣住民に対するさりげない見守り・声かけにご協力をお願いします。



■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

市ホームページに有料広告を載せませんか？

毎月約25万アクセスある市ホームページに、会社やお店の広告を掲載してみませんか？

縦50ピクセル、横150ピクセルのバナー広告で、掲載料は1か月1万円、3か月連続2万5,000円、6か月連続4万5,000円、12か月連続8万5,000円と、長く掲載するほどお得です。

※広報紙の広告も随時、受け付けています。

■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886

8月から新コース登場！

J SPORTS など計6chが4K画質で楽しめる！

4Kプレミアムエンジョイ

4Kプレミアムドリーム

基本コース(エンジョイコース/ドリームコース)のラインナップに、J SPORTS などの4Kチャンネル計6chがセットになったコースです！

J SPORTS1
4K

J SPORTS2
4K

J SPORTS3
4K

サ・シネマ
4K

ショップチャンネル
4K

QVC
4K

CATV 栃木ケーブルテレビ ☎0120-25-1819

全国一斉情報伝達訓練

災害等の際、国の全国瞬時警報システム（J-ALERT）から送られてくる緊急情報を確実に皆さまへお伝えするため、全国一斉の訓練が実施されます。

■日時

8月5日(水) 午前11時
※災害等の発生により延期になる場合があります。

■試験内容 市内に設置している屋外拡声器や市内の公共施設内、学校施設内から、次の内容を一斉に放送

■放送内容

「これは、J-ALERTのテストです」×3回

■問い合わせ先

安全安心課 ☎(32)8894

認知症の方を介護している介護者交流会

認知症の方を介護している家族の交流の場です。

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28日(金)、9月25日(金)
午前10時～正午

■場所 南河内児童館

■対象者

現在介護している方、または介護した経験がある方

■参加費 無料

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904



マイナポイントの付与が始まります

マイナンバーカードをお持ちで、マイナポイントの予約と申し込みをした方に、9月以降、キャッシュレス決済サービスへのチャージや買い物に使えるマイナポイントが付与されます。

ポイントの上限は5,000円分で、100種類以上のサービスから選ぶことができます。

制度や手続きについて詳しくは、総務省の専用ホームページでご確認ください。

☎[https://mynumbercard.](https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/)

[point.soumu.go.jp/](https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/)

■問い合わせ先

総務省 専用フリーダイヤル

☎0120(95)0178

総合政策課 ☎(32)8886

中学校卒業程度認定試験

就学義務猶予免除者等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の方や就学義務猶予免除者だった方で、令和3年3月31日までに満15歳以上になる方

②保護者が、就学させる義務の猶予や免除を受けず、かつ、令和3年3月31日までに満15歳に達する方で、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方

③令和3年3月31日までに満16歳以上になる方
(①と④に掲げる方を除く)

④日本の国籍を有さず、令和3年3月31日までに満15歳以上になる方

■願書配布場所 県教育委員会

■申込方法 文部科学省に出願書類を郵送

■申込期間 7月6日～9月4日(金)(消印有効)

■試験日 10月22日(木)

■試験科目 国語、社会、数学、理科、外国語(英語)

■試験方法 筆記

※視覚障がい者は点字。また、特別の配慮を必要とする場合は別途協議します。

■合格発表 12月1日(火)に発送予定

■問い合わせ先

県教育委員会 義務教育課 ☎028(623)3391



広報しもつけへのご意見を募集しています

郵便はがき

料金受取人払郵便

3 2 9 0 4 9 0

下野小金井局
承認
394

差出有効期間
2022年8月
31日まで
切手は不要です

(受取人)

栃木県下野市笹原2-6

下野市 総合政策課 行



ご住所 〒

下野市

フリガナ
お名前

電話

年齢

歳

性別 男 ・ 女

特別障がい者手当・障がい児福祉手当

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は、特別障がい者手当または障がい児福祉手当が支給されます。

特別障がい者手当

■**対象者** 身体または精神に著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別な介護が必要で、次の①～⑦の障がい2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精神の障がい前記①～⑥と同程度以上と認められる状態

■**手当月額** 27,350円

■**支給月** 2月、5月、8月、11月

■**支給制限** 次のいずれか一つに該当する方

- ・身体障がい者厚生施設などの社会福祉施設に入所している方
- ・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

※障がいのある方ご本人またはその配偶者もしくは扶養義務者の前年の所得が制限基準額以上であるときは、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。

障がい児福祉手当

■対象者

身体または精神に重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別な介護が必要で、次のいずれかに該当する在宅で20歳未満の方

- 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

■**手当月額** 14,880円

■**支給月** 2月、5月、8月、11月

■**支給制限** 次のいずれかに該当する方

- ・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
- ・対象者が肢体不自由児施設などに入所している
- ・対象者が障がいを支給事由とする年金給付を受けている

現況届の提出をお忘れなく

特別障がい者手当や障がい児福祉手当を受給されている方は、毎年8月に現況届を提出していただきます。

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

■受付期間

8月11日(火)～31日(月)



■**問い合わせ先** 社会福祉課 ☎(32)8900 ☎(32)8601

保育園・認定こども園 令和3年度の入園申し込み

入園申込書はこども福祉課または各施設で8月24日(月)から配付します。

1号認定 (教育標準時間認定)

■ 申込期間

9月1日(火)~30日(水)

■ 提出先 希望する施設

2・3号認定 (保育標準時間認定・ 保育短時間認定)

■ 申込期間

10月1日(木)~30日(金)

■ 提出先 こども福祉課

※入園説明会や施設見学会の日程については、各施設に直接お問い合わせください。

■ お問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

国際交流員カロリンによる ママパパEnglishサロン

子ども連れの方でも気軽に参加していただける英会話サロンです。国際交流員のカロリンさんと、気軽に英会話を楽しんでみませんか？

■ 日時

8月20日(木)・27日(木)

午前10時~11時

■ 場所

薬師寺コミュニティセンター

■ 参加費 無料(ただし、参加者は国際交流協会に入会していただきます。年会費 1,000円)

■ 定員 5名

■ 申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課

☎(32)8887

しもつけオープンガーデン クラブ種まき講座

おすすめ
4

春の花壇を彩る草花を種から育ててみませんか？

■ 日時 8月29日(土)

午前9時30分~正午

■ 場所

生涯学習情報センター

■ 参加費 600円(実費)

■ 持ち物 作業用手袋、ピンセット、鉛筆、ハサミ、飲み物 ※花の種の持ち込みも可能。

■ 定員 15名(先着順)

■ 申込期間

8月17日(月)~23日(日)

■ 申し込み・問い合わせ先

しもつけオープンガーデンクラブ 長田 ☎(44)2097

(出なければ留守電に伝言)

個人事業税の納税

8月は、平成31年中に個人で事業を営まれていた方に、個人事業税が課税されます。

※第2期分の納付書も第1期と併せて発送します。

■ 第1期納期限 8月31日(月)

■ お問い合わせ先 栃木県税事務所

☎0282(23)3414

自治医科大学「薬師祭」一般公開を中止

10月9日(金)から3日にわたり開催する予定の第49回薬師祭は、誠に残念ではありますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために一般公開を中止することになりました。楽しみにして下さっていた皆さまには深くお詫び申し上げます。

事態が1日も早く終息し、再び薬師祭の場で皆さまとお会いできることを、実行委員一同、心から願っております。

第49回薬師祭実行委員会 実行委員長 鈴木啓真

副実行委員長 松澤優

栃木いのちの電話 開局40周年記念講演会

■ 日時

9月13日(日) 午後1時~

■ 場所 ホテルマイステイズ宇都宮 (宇都宮市東宿郷2-4-1)

■ 定員 150名 (要申し込み)

■ 演題 涙も笑いも、力になる ~院内学級の子もたちが教えてくれた大切なこと~

■ 講師 副島賢和氏 (昭和大学大学院准教授)

■ 参加費 無料

■ 申し込み・問い合わせ先

栃木いのちの電話事務局

☎028(622)7970

しもつけ風土記の丘資料館 休館

しもつけ風土記の丘資料館は現在リニューアル工事を実施しているため、8月17日(月)から休館となります。

リニューアルオープンは、令和3年4月以降の予定です。

リニューアル後は、「東の飛鳥プロジェクト」を推進する拠点施設として、下野国分寺跡、下野国分尼寺跡をはじめ、市内の様々な文化財についての情報を発信していきます。

■ お問い合わせ先

文化財課 ☎(32)6105

お詫びと訂正

広報6月号9ページ掲載の「市民活動補助事業を決定しました」で、事業名と団体名に誤りがありました。

お詫びし、下記のとおり訂正いたします。

誤:

ひなた会あおぞら食堂事業
(ひなた会あおぞら食堂)

正: あおぞら食堂事業 (特定非
営利活動法人あおぞら食堂)

■ お問い合わせ先

市民協働推進課

☎(32)8887

税務署の内部事務のセンター化を試行

国税庁では、税務署の内部事務の一層の正確性の向上と効率化を図るため、複数の税務署の内部事務を専担部署で集約処理する、内部事務のセンター化に取り組む予定です。

関東信越国税局では、10月から試行を開始します。

- 名称 税務署事務処理センター(栃木)
- 対象となる税務署 栃木・佐野税務署
- 対象事務

申告書の入力処理、申告内容等の文書発送など

郵便物の送付先

〒328-8666 栃木市河合町1-29
 栃木地方合同庁舎 栃木税務署内
 税務署事務処理センター



留意事項

- 税務署事務処理センターの設置は、納税者の皆さまの所轄税務署を変更するものではありません。
- 納税証明書の交付や現金領収、事前予約による面接相談などの窓口対応は、従来どおり税務署で行います。
- 対象署管内の納税者や税理士の皆さまに対し、税務署事務センターから電話や文書により問い合わせをさせていただくことがあります。

■問い合わせ先 栃木税務署 ☎0282(22)0885

ふれあい館 各種教室のお知らせ

■問い合わせ先 ふれあい館 ☎(47)1126

巣ごもり生活による運動不足をふれあい館で解消しましょう！

①骨盤調整コンディショニング

骨盤のゆがみの調整と普段使われにくい筋肉の強化により、腰痛、肩凝り、冷え性、内臓の機能改善を目指したレッスンです。

■日時 毎週火曜日
 午前10時30分～11時40分

②シェイプアップヨガ **New**

運動に慣れた方にお勧め。全身を引き締めるヨガのポーズと筋力トレーニングでシェイプアップしていきましょう！

■日時 毎週火曜日
 午後2時30分～3時30分

③デトックスヨガ

“ねじりのポーズ”で体に溜まった毒素を外に排出していきましょう！便秘解消や美肌効果も期待できます。

■日時 毎週火曜日
 午後7時～8時
 毎週水曜日
 午前10時30分～11時30分

④ウェービングストレッチヨガ

「ほぐす・伸ばす・引き締め」の要素を用いた特殊なアーチのリングを使い、ストレッチ・ヨガの動きを取り入れました。

■日時 第2・4木曜日
 午前10時30分～11時30分

⑤美脚美尻骨盤ヨガ

肩・股関節回りを意識し、骨盤・体のバランスを整えていきます。

■日時 第1・3・5木曜日
 午前10時30分～11時30分

⑥らくらくストレッチ

柔軟性の向上だけでなく、冷え性改善、関節痛予防、筋力の向上など、さまざまな効果が期待できます。

■日時 毎週木曜日
 午後3時～4時

⑦かんたんステップ50

ステップ台を使い、音楽に乗って昇降運動をしながら、楽しくエクササイズしましょう！

■日時 毎週木曜日
 午後6時40分～7時30分

⑧やさしいヨガ

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

■日時 毎週金曜日
 午前10時30分～正午



⑨フラダンス **New**

ハワイアンミュージックに合わせ、ゆったりと癒されながら気軽に踊ってみませんか？脂肪燃焼、運動不足解消、ダイエット効果も期待できます。

■日時 毎週土曜日
 午前10時30分～11時30分

共通事項

- 場所 ふれあい館
- 受講費 1回700円
- ※すべての教室で利用できるお得な共通回数券(4回分)もあります。有効期限は購入日から2か月で払い戻しはしません。
- ※レッスン後にプラス100円で日帰り湯を利用できます。
- 対象者 高校生以上
- 定員 ⑦以外12名、⑦5名
- 持ち物・服装 タオル、飲料水、ヨガマット(ヨガ受講者で、お持ちの方)、動きやすい服装
- ⑦室内用シューズ
- ※更衣室はありません。



ふれあい館
 最新情報

新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA) おすすめ 5

新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)とは、スマートフォンの近接通信機能(Bluetooth)を利用して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性を通知してくれるアプリです(プライバシーは確保されています)。

利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など、保健所のサポートを早く

受けることができます。

利用者が増えるほど、感染拡大の防止につながることが期待されますので、ぜひご利用ください。

■インストール方法 App StoreまたはGoogle Playで「COCOA」「接触確認アプリ」で検索



iOS



Android

■問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

募 集

市長等倫理審査会委員・市職員倫理審査会委員の募集

市長等倫理審査会とは

市の特別職(市長・副市長・教育長)が、下野市長等倫理条例に規定する倫理基準に違反する疑いがもたれ、市民から調査請求があった場合に、調査・審議する機関です。

市職員倫理審査会とは

市の職員が、下野市職員倫理条例に規定する倫理原則に基づき、職員から倫理審査案件報告書または贈与等報告書の提出がされた場合に、調査・審議する機関です。

■構成 公募委員のほか法律または倫理に関する学識経験者を含め、全員で5名以内(委員は両委員会を兼務)

■任期 11月25日～(2年間)

■会議 調査請求等があった場合に開催

■報酬 日額6,000円(委員長は7,000円)

■公募人数 2名

■応募資格

次のすべてに該当する方
・市に住所を有し、選挙権を有する

・市で設置する他の審議会等の委員でない

・開催される会議に出席できる

■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提出
※応募用紙は総務人事課または市ホームページから取得可能。
※応募用紙は返却しません。

■募集期間

8月3日(月)～31日(月)

■選考結果

審査後、応募者全員に通知

■申し込み・問い合わせ先

総務人事課

☎(32)6065 ㊚(32)8606

✉soumujinji@city.shimotsuke.lg.jp

計量モニター募集

県では毎年、計量モニター事業を行っており、今年は下野市民を対象に募集します。

■内容 10月中に購入した調査対象商品を計量、日誌に記入
※計量器は県が貸与します。

■対象者

次のすべてに該当する方
・市に世帯を有している満20歳以上の方

・期間中モニター業務に従事できる方

・計量モニターの経験がない方

・説明会に参加できる方

■謝礼等 6,000円

■募集期間

8月3日(月)～20日(木)

■説明会

■日時 9月18日(金)

午後2時～(1時間程度)

■場所 市役所

■申し込み・問い合わせ先

商工観光課 ☎(32)8907

ジュニア知事さん作文募集

県は「もし私が知事になったら、こんなことをしてみたい」をテーマとした作文を募集します。

■対象者 県内在住または在学の小学4～6年生

■応募方法 400字づつ原稿用紙1枚に作文(余白に題名)を書き、裏面に学校名・学年・氏名(ふりがな)・性別を記入のうえ、県広報課に郵送

■応募期限 9月30日(水)(当日消印有効)

■応募・問い合わせ先 県広報課 ☎028(623)2158
〒320-8501 宇都宮市塙田1-1-20

とちぎネットアンケート協力者募集中

県では、県民の皆さんのニーズを把握し、県政に反映させるため、アンケートにご協力いただける方を募集しています。

■対象者 県内在住の満16歳以上の方

■申込方法 県ホームページで内容を確認し、応募フォームから申し込み

㊚ <http://www.pref.tochigi.lg.jp/c05/pref/kouhou/iken/anke.html>

■問い合わせ先 県広報課 ☎028(623)2158



就 職

イベント

お知らせ

募 集

就 職

相 談

小山広域保健衛生組合職員採用試験

- 採用予定日 令和3年4月2日
- 職種 技師
- 受験資格 平成3年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた方
- 採用人数 2名程度
- 試験日 一次 10月18日(日) 二次 12月上旬～中旬
- 試験会場 小山広域保健衛生組合大会議室(2階)
- 申込方法 申込書、受験票様式を同組合総務課に郵送
- 申込期間 8月3日(月)～9月4日(金)(必着)
- 問い合わせ先
小山広域保健衛生組合総務課 ☎(22)2809



保育士等(会計年度任用職員)募集

- 職種 保育士、保健師、看護師(准看護師)
- 応募資格 各職種の有資格者
- 募集人員 若干名
- 勤務日 週5日勤務(土曜勤務有)
- 勤務先 市立保育園
- 申込方法 市販の履歴書に資格証の写しを添え、こども福祉課に提出(郵送不可)
- 問い合わせ先
こども福祉課 ☎(32)8903

自衛官等採用試験

令和3年3・4月入隊する各自衛官等を募集します。新型コロナウイルス感染症の影響によっては、受付期間や各種試験日が変更されるため、下記問い合わせ先のいずれかに最新情報をお問い合わせください。

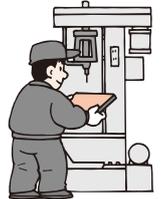
- 問い合わせ先
自衛隊小山地域事務所
(小山市駅東通り1-25-20)
☎(25)4763
自衛隊栃木地方協力本部
(宇都宮市桜5-1-13)
☎028(634)3385
🌐 <https://www.mod.go.jp/pco/tochigi/>



県南産業技術専門学校10月訓練生募集

訓練科	定員	訓練期間
機械加工科	5名	10月7日(水)～ 令和3年3月24日(水)
NC機械科	10名	
板金溶接科	5名	

- 対象者 就職のための技能を身につけたい方
- 受講料 無料(テキスト代は自己負担)
- 申込期間 8月3日(月)～9月11日(金)
※求職者登録している方はハローワークでお申し込みください。
- 選考日 9月16日(水)
- 申し込み・問い合わせ先
県南産業技術専門学校(足利市多田木町76)
☎0284(91)0803



相 談

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、相談の際は必ずマスクを着用してください。

法律無料相談

- 弁護士による無料法律相談を行います。相談には、事前に予約が必要になります
- 日時 8月13日(木)
午後1時～4時30分
- 場所 ゆうゆう館
- 申し込み・問い合わせ先
社会福祉協議会
☎(43)1236

司法書士無料相談

- 不動産登記、商業・法人登記、多重債務、140万円を超えない民事裁判手続き、成年後見など。
※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため休止しています。
- 問い合わせ先
司法書士会小山支部
本多絵美 ☎(37)9120

行政書士無料相談

- 相続や遺言、農地転用、開発行為、成年後見の相談など。
- 日時 8月27日(木)、9月24日(木)
午前10時～正午
- 場所 ゆうゆう館
- 相談時間 1人約30分間
- 定員 4名(事前予約制)
- 申し込み・問い合わせ先
行政書士会小山支部
相談会受付窓口
☎080(8720)9587

ひきこもり相談会

ひきこもりについて「どこに相談したら良いのかわからない」という声にお応えし、開催します。ひきこもりに関する悩みや困りごとについて相談してみませんか？
※市障がい児者相談支援センターとくらし応援センター ささえーる、若者サポート・ハチドリの会（市民活動補助事業）の共催で行う相談会です。

■日時 9月2日(水) 午前10時～午後4時

■場所 市役所

■対象者 市在住の方

■相談時間 1人約1時間

■申し込み・問い合わせ先
社会福祉課 ☎(32)8900



ひとり親家庭巡回就業相談

県ひとり親家庭福祉連合会では、ひとり親家庭の就業支援を目的として、巡回就業相談を開催します。

■対象者

県内在住のひとり親家庭の保護者または寡婦で、就職・転職を希望している方

■日時 8月19日(水)

午前10時～正午

■場所 市役所

■申込期限 8月12日(水)

■申し込み・問い合わせ先
こども福祉課 ☎(32)8903



無料調停相談会

裁判所の調停委員が、調定で解決する民事及び家事に関するトラブルや悩みごとの相談をお受けします。

■日時 9月8日(火) 午前10時～午後3時

■場所 栃木市国府公民館(栃木市惣社町228-1)

■相談内容 交通事故、土地・家屋、サラ金、隣家とのトラブル、離婚、養育費、婚姻費用、離縁、相続、家庭内・親戚とのトラブルなど

■問い合わせ先 宇都宮地方・家庭裁判所
栃木支部 ☎0282(23)0225

養育費に関する無料電話相談会

養育費でお困りの方、ぜひご相談ください。相談無料、秘密厳守、予約不要です。

※県青年司法書士協議会が日本司法書士会連合会と共催で行う相談会です。

■日時 9月12日(土)

午前10時～午後4時

■電話番号 0120(567)301

■問い合わせ先 県青年司法書士協議会
大門 ☎0289(64)4805

心配ごと相談

予約なし、相談料無料で、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ます。

	ゆうゆう館	石橋公民館	南河内図書館 2階
一般相談 (様々な悩み・相談、子どもに関する事、妊産婦、ひとり親家庭の相談、サービスのアドバイス)	8月4日・11日 (火曜日)	8月3日・17日 (月曜日)	8月7日・21日 (金曜日)
	午後1時30分～3時30分		
	【相談員】人権擁護委員、民生委員または主任児童委員		
総合相談 (一般相談の内容と、行政サービス・各種制度の手続きなどのアドバイス)	8月18日(火曜日)	8月24日(月曜日)	8月28日(金曜日)
	午後1時30分～3時30分		
	【相談員】人権擁護委員、行政相談委員、民生委員		
	8月25日(火曜日)		
	午前9時30分～11時30分		
【相談員】人権擁護委員、行政相談委員、民生委員または主任児童委員			

■問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎(43)1236 時間内の専用ダイヤル ☎090(2326)0294

まずは相談

**“キャッシュカード詐欺”
にご用心!**

近頃、言葉巧みにキャッシュカードと暗証番号をだまし取る「キャッシュカード詐欺」が増えています。

警察官や金融庁職員になりました犯人は、被害者宅を訪れ、キャッシュカードが悪用されているなどと言葉巧みに誘導し、封筒にキャッシュカードと暗証番号を書いたメモを入れさせ、「封印するので印鑑を持ってきてほしい」などと言うそうです。犯人は、被害者が印鑑を取りにその場を離れた隙に、保管している封筒を別の封筒にすり替えます。すり替えられたことに気がつかない間に、犯人が口座か

らお金を引き出すという手口です。特に70～80歳代の女性が被害に遭っています。

国民生活センターでは、「公的機関などが、カードの扱いなどで電話をしたり、訪問したりしません。そのような人物が現れても、絶対に何も預けない、振り込まないようにしましょう」と呼びかけています。

このようなケースでは、警察官や金融庁職員、百貨店社員などを名乗る人物から、事前に手元のカードは無事か確認する「予兆電話」があります。不審な連絡があった場合は、速やかに警察に相談しましょう。

少しでもおかしいと感じたら、悩まずお早めに消費生活センターにご相談ください。

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 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・日・祝日の電話相談は消費者ホットライン ☎188(局番なし)へ

ハラスメントに NO!

6月から、職場におけるハラスメント対策を行うことが事業主の義務となりました。

平成28年の厚生労働省の調査では、「過去3年間にパワーハラスメントを受けたことがある」と答えた方は32.5%でした。3人に1人がパワハラ経験者ということになり、ごく身近に存在している問題なのです。

パワハラの他にも、セクハラや、妊娠・出産した方、育児・介護休業取得者へのハラスメント被害が報告されています。

厚生労働省のあかるい職場応援団ホームページでは、被害にあった方や、管理職、人事担当者向けの情報や、ハラスメントに関する実際の裁判例などがご覧いただけます。

☞ <https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>

まちがいさがし

わかるかな?

▼ 蔓巻公園に咲いたアナベル

2枚の写真には違っているところが3つあります。みつけてみてください。(印刷の汚れは除く。)
※答えは34ページ下段





国際交流員カロリンのコラム

ドイツの果物 Deutsches Obst (ドイジェス オブスト)



初めて日本のスーパーで果物を見たとき、ドイツに比べて値段が高くてびっくりしました。

特にリンゴはドイツでは安く、1キログラム当たり約240円で買えます。でも、私のように田舎に住んでいるドイツ人は、自分の家の庭で育ったものや近所の人からもらったものを食べる人が多いです。私が初めてリンゴを買って食べたのは、一人暮らしをしていた19歳のときでした。

私の家には、10年くらい前まで、リンゴの木が3本と、洋ナシの木、サクランボの木、ミラベルプラムの木がそれぞれ1本ずつあって、毎年、夏に実がなるのを楽しみにしていました。

皆さんは、ミラベルプラムという果物を知っていますか？

日本の梅くらいの大きさで、見た目はスモモに似ていますが、ハチミツのように甘くて、とても美味しいです。



日本ではなかなか見かけない果物が、ドイツにはたくさんあります。ミラベルプラムもそうですし、他にはセイヨウニワトコ、マルメロがあります。

セイヨウニワトコは、白い花が咲いて、黒くて小さなベリーのような実がなるのですが、その花と実からそれぞれシロップを作ることができます。

マルメロは洋ナシに似た形、大きさなのですが、

とても硬くて、そのままでは食べられません。茹でてからジャムやお酒を作ります。苦みがあって大人向けの味です。

私の家族が住んでいる村には、実のなる木が自生している場所があって、その木は村のそれぞれの家庭に割り当てられ、管理されています。私の家族は、そこにリンゴの木を8本、プルーンの木を4本、クルミの木を2本、所有しています。



子どものころは、家族と一緒に、秋になる前にその場所によく果物を取りに行きました。2~3日かけて、朝から夜まで、いくつもの麻袋や樽いっぱい果物を収穫しました。

もちろん、全部をすぐ食べるわけではありません。そのまま食べるのは少しだけで、残りは保存のために砂糖水に漬け込んだり、ジャムやお酒、ジュースを作ったりしました。

私は子どものときから、自分が取ったリンゴで作ったリンゴジュースが大好きでした。日本のリンゴジュースと比べると、甘いというよりも酸っぱくて、たくさん果肉が入っていて、味がとても濃いので、いつも炭酸水で割って飲んでいました。

ドイツのジュースは、果物がそのままジュースになったような、果汁100パーセントや果肉入りのもので、日本よりもたくさんの種類があって、セイヨウニワトコの実のジュースやサクランボのジュースがよく売られています。

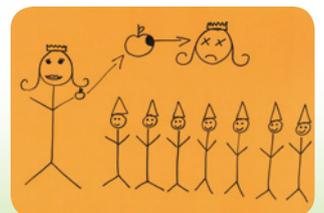
ドイツ人は、このジュースの炭酸水割りを飲んで、夏を乗り切っているんですよ！

国際交流員イベント カロリンのLet's play Activity!

ドイツで有名なゲーム「Activity (アクティビティ)」を紹介します。ジェスチャーや絵でチームメイトにヒントを出して、答えを当ててもらうゲームで、ゲーム好きのドイツ人なら必死になってしまいます。想像力と体を使って、一緒にゲームを楽しみましょう！

- 日時 8月22日(土) 午後2時~4時
- 場所 薬師寺コミュニティセンター
- 対象者・定員 中学生以上・15名
- 参加費 無料
- 申込期間 8月11日(火)~20日(木)
- 申し込み・問い合わせ先
市民協働推進課 ☎(32)8887

ヒントの例)
この絵から連想される
童話はなに？



TAKE FREE

広報しもつけを設置してくださるコンビニエンスストアなどのお店を募集しています。ご協力いただける場合は総合政策課 ☎(32)8886までご連絡ください。

PC・スマホ
市ホームページ





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!
- ① 特別定額給付金の申請をお忘れなく…P22
 - ② かんぴょう消費拡大支援事業…P23
 - ③ 地域での見守り活動にご協力ください…P24
 - ④ しもつけオープンガーデンクラブ種まき講座…P28
 - ⑤ 新型コロナウイルス接触確認アプリ (COCOA) …P30

月	火	水	木	金	土	日
 <p>誕生日のみんな! おめでとう</p> <p>道の駅しもつけ イメージキャラクター カンピくん</p>					8/1 古墳ストラップづくり (6.33)	2 拓本エコバッグづくり (6.33)
	4 しもつけ茶屋 (8.23) ※他2回	5 ミニチュア文化財型取り体験 (6.33) 高血圧予防教室 (7.5) Jアラートテスト (8.25)		7  りっくん	8 えごのき塾 (8.23)	9  ミーミー
10	11  ゆらちゃん	12	13 法律無料相談 (8.31)	14	15  いおり	16
17  りっくん	18 こころの健康相談 (8.9) 健康づくり基礎教室 (8.10)	19 フレッシュママパパ教室 (8.10) ひとり親家庭巡回就業相談 (8.32)	20 ママパパ Englishサロン (8.28) ※他1回	21 よりぬグリム (8.23)	22 レッツプレイアクティビティ (8.35)	23  いぶきくん
24 子育て巡回相談 (8.10)	25  けいけい	26 おひさま (8.23)	27 育児相談 (8.10) 行政書士無料相談 (8.31)	28 介護者交流会 (8.25)	29 しもつけオープンガーデンクラブ種まき講座 (8.28)	30  しーたん
31  はるくん	9/1	2 ひきこもり相談会 (8.32)	3 フレッシュママパパ教室 (8.10)	4 秋季レディステニス大会 (8.15) ゆうゆう茶屋 (8.23)	5 秋季テニス教室 (8.15) 体幹トレーニング教室 (8.15)	6 エアロビクス教室 (8.14)

イベントカレンダーに掲載されているイベントは、延期・中止となっている場合があります。最新の情報を確認してお出かけください。

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。メールで掲載月の前々月末日(例10月号希望の場合は8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及び写真データ(400キロバイト以上が望ましい)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。著作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。