

令和5年12月発行（毎月1日発行）No.215



目次 Contents

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 3 障害者週間特別企画 | 22 生涯学習だより |
| 4 年末年始のお知らせ | 23 障がい福祉瓦版 |
| 6 まちの話題 | 24 図書館だより |
| 9 理科学研究展覧会審査結果 | 26 新・下野市風土記 |
| 10 令和5年度上半期の財政状況 | 27 地域おこし協力隊通信 |
| 12 市長のいきいきタウントーク | 28 国民年金だより |
| 14 自治医科大学附属病院 連携協働コラム | 29 暮らしの情報 |
| 16 保健便り | 42 12月のカレンダー |
| 18 新型コロナウイルス感染症に関する情報 | 43 国際交流員ウィルペルトのコラム |
| 19 レッツスポーツ | 44 イベントカレンダー |
| 20 環境トピックス | |

今月の表紙

下野市ゼロカーボンシティ宣言・ごみ減量化ポスターコンテスト表彰式

10月29日に、産業祭のステージでゼロカーボンシティ宣言及びごみ減量化ポスターコンテスト表彰式を行いました。

ゼロカーボンシティとは、2050年にCO₂(二酸化炭素)を実質ゼロにすることを旨とする、首長自ら、または地方自治体として公表した地方自治体のことを指します。二酸化炭素排出実質ゼロを目指し、『豊かな自然と共生し、安心・安全に暮

らせる持続可能な環境のまち しもつけ』という目標を達成するため、市民・市民団体・事業者・行政が集まる産業祭の場で宣言しました。

ごみ減量化ポスターコンテスト表彰式では、最優秀賞を受賞した3名の児童生徒に、市長より賞状が手渡されました。コンテスト結果は、20ページに掲載しています。



宣言文詳細

小山地区 定住自立圏

第13回 グリムの森イルミネーション

グリムの森イルミネーションは、グリムの森近隣住民の有志により、人出が鈍る冬季の活性化を目的として始めました。平成25年に下野ブランドに認定され、県内外から多くの来場者が訪れる冬の風物詩として定着しています。

グリムの森エントランスに入ると、白鳥の城やいばら姫、ローズウォール、お花畑など、おとぎの国の風景が約60万球のLED電球で彩られます。12月中の毎週日曜日は、石橋高校吹奏楽部によるクリスマスコンサートや、上三川少年少女合唱団&TCGフルートオーケストラのジョイントコンサート、ダンスショー、クローズセレモニーでは津軽三味線や琉球太鼓の演奏がお楽しみいただけます。

■点灯期間 令和6年1月3日(水)までの午後5時～9時

※1月2日を除く火曜日と荒天時は点灯しません。

■場所 グリムの森(下古山747)

■入場料・駐車料金 無料

■問い合わせ先

下野市ウインター活性化推進協議会 有野 ☎090(6794)4263

■人口と世帯(11月1日現在)

人口/59,913人(+25)、男性/29,758人(+36)、女性/30,155人(-11)、世帯数/25,561世帯(+26)



下野インフォ
メーション

行政・イベント情報や災害情報など、選択したジャンルの情報をメールまたはLINEで受け取ることができます。
右の二次元コードから登録ください。



市地域自立支援協議会 障害者週間特別企画 障がいのある方への就労支援 ～農福連携・ユニバーサル農業～

■問い合わせ先 社会福祉課 ☎(32)8900



市地域自立支援協議会の就労部会では、障がい者の就労にかかる現状や課題について協議しています。今回は、農福連携についての活動を2つご紹介します。

農福連携とは、障がい者の方が農業分野で活躍することを通じ、自信や生きがいをもって社会参画を実現していく取り組みのことです。この記事を通して、障がい者の方や職員の奮闘ぶりをお伝えできればと思います。なお、実際の事例をもとにしているため、法人名などは仮名となります。また、ご本人に掲載の許可をいただいています。



活動1 農福連携・ユニバーサル農業研修会

8月22日、市地域自立支援協議会の就労部会は、農福連携・ユニバーサル農業研修会を開催しました。第1部では県農政部農政課から、とちぎセल्पセンターの農福連携マッチング事業の事例を紹介していただきました。連携を希望する福祉事業所が少ない中で、連携を継続・成功させるには、双方の対話が重要であるとの話がありました。

第2部では市内で農福連携を実践しているWファームから、農業者側の状況を説明していただきました。現在、複数の福祉事業所と連携しており、毎日障がい者の方が確実に出勤してくれるため、Wファームにゆとりや優しさが生まれたそうです。Wファームと連携している福祉施設のT事業所は、Wファームの助言により、もともと作っていた野菜や加工品の品質が向上したほか、販売ルートの拡大や、農業の専門知識の獲得にもつながったようです。特に、利用者に対して新しい作業を提供でき、工賃アップを図れたことが最大のメリットだったそうです。お互いに相手の立場を尊重し、信頼関係を構築しながら、双方の発展につながっている、素晴らしい実践報告でした。



活動2 国分寺特別支援学校の農業班の取り組み

県立国分寺特別支援学校は、知的発達に障がいのある児童生徒を対象にした学校です。小学部、中学部、高等部があり、今回は高等部の農業班の取り組みについてご紹介します。農業班は学校から徒歩10分ほどにある、Mtファームと連携しています。収穫した農作物が学校に届くと、土を落とす→分別→計量→シーラー→カット→袋詰め→納品という流れで、実際に小売店の店頭で陳列されるまでの工程を担います。農業班の経験を生かし、今年4月からMtファームの障がい者雇用で働き始めたNさんは、「仕事はとてもやりがいを感じるし、職員の方が優しい。畑づくりから収穫まで丁寧に教えていただいている。これからも色々なことを覚えてがんばりたい。」と話していました。



キャリア教育

社会の中で自分の役割を果たしながら、自分らしい生き方を実現していく過程を「キャリア発達」といいます。そして、生徒一人ひとりのキャリア発達を促す教育活動のことを「キャリア教育」といいます。特別支援学校のキャリア教育は、自立と社会参加を目指し、自らの生き方を主体的に考え、自己実現を果たしていくための能力や態度を育成することを目標としています。



今後の展望

農業と福祉の分野が手を取り合うことで、農業者側にとっては働き手の確保や生産性の向上、障がいのある方には働く機会や収入の確保につながります。新たな活躍の場を提案するとともに、農業者側も作業工程や環境を見直し、経営の改善のきっかけとなることも期待できます。





年末年始のお知らせ

年末年始の 市役所業務等のご案内

年末年始の市役所の業務は、下記のとおりお休みとなります。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

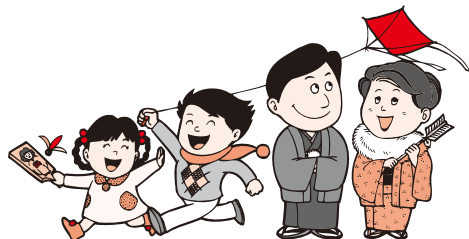
■市役所の閉庁期間

12月29日(金)～令和6年1月3日(水)

戸籍届出は年末年始も受け付けます

上記期間内でも、死亡届、出生届、婚姻届などの戸籍届書は、下記の施設で受け付けます。届書の内容によっては、平日に再度ご来庁いただく場合があります。

時間	場所
午前8時30分～午後5時	市役所
その他の時間帯	石橋消防署 ※死亡届は除く。



■主な施設等のお休み

道の駅しもつけ	1月1日(月)～1月3日(水)
きらら館(トレーニング室)	12月29日(金)～1月3日(水)
ゆうゆう館(温浴施設)	12月28日(木)～1月1日(月)
ふれあい館	12月29日(金)～1月3日(水)
児童館	12月29日(金)～1月3日(水)
公民館、生涯学習情報センター	12月29日(金)～1月3日(水)
市民活動センター	12月29日(金)～1月3日(水)
石橋図書館	12月29日(金)～1月3日(水)
国分寺・南河内図書館	12月30日(土)～1月3日(水)
スポーツ施設	12月29日(金)～1月3日(水)
グリムの館	12月28日(木)～1月4日(木)
しもつけ風土記の丘資料館	12月28日(木)～1月4日(木)
下野薬師寺歴史館	12月28日(木)～1月4日(木)
オアシスポッポ館	12月29日(金)～1月3日(水)
駐輪場	1月1日(月)
消費生活センター	12月29日(金)～1月3日(水)
シルバー人材センター	12月29日(金)～1月3日(水)
社会福祉協議会	12月29日(金)～1月3日(水)
デマンド交通「おでかけ号」	12月30日(土)～1月3日(水)
コミュニティセンター	12月29日(金)～1月3日(水)
民俗資料館夜明け前	12月28日(木)～1月3日(水)

年末年始の ごみの収集

ごみの量の増加により、ごみステーションの収集が遅くなることがあります。各清掃センターへの直接搬入は下記のとおり可能ですが、混雑状況により長時間お待ちいただくことがあります。行政カレンダーをご確認のうえ、早めにごみステーションに出されるようお願いします。

地区	国分寺・南河内地区 燃やすごみ・可燃系粗大 ごみ(ふとん、カーペット、 クッションなど)	全地区 プラ容器包装・小枝	石橋地区 燃やすごみ・不燃ごみ・ びん・缶・有害ごみ・粗 大ごみ・ペットボトル	全地区 不燃ごみ・不燃系粗大ごみ(スプリ ング入りマットレス、ソファ等 など)・資源物・小型家電・有害ごみ
直接搬入	中央清掃センター ☎(24)3194	南部清掃センター ☎0280(33)3310	クリーンパーク茂原 ☎028(654)0018	リサイクルセンター ☎(39)8844
■期日	年末 12月30日(土)(クリーンパーク茂原は29日(金))まで 年始 令和6年1月4日(木)から			
■受入時間	午前8時30分～11時30分(クリーンパーク茂原は正午まで)、午後1時～4時30分			

年末年始の 夜間・休日診療

年末年始に比較的軽い症状の病気やけがで困ったときは、夜間休日急患(歯科)診療所をご利用ください。ご利用の際は、事前に電話をしてから受診してください。

12月の一次救急医療機関情報は、42ページに記載しています。

診療時間 診療日	夜間休日急患診療所			休日急患歯科診療所	
	昼 間		夜 間	午前	午後
	午前	午後	午後		
12月29日(金)・30日(土)	—	—	7時～10時	—	—
12月31日(日)～ 令和6年1月3日(水)	10時～正午	1時～5時	6時～9時	10時～正午	1時～4時

※各時間とも、受付時間は診療開始15分前から診療終了15分前までとなります。

※夜間休日急患診療所・休日急患歯科診療所の南側に、夜間休日対応院外薬局があります。

■問い合わせ先 夜間休日急患診療所 ☎(39)8880/休日急患歯科診療所 ☎(39)8881
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)

自治医科大学附属病院の救急診療停止

自治医科大学附属病院では、下記の日時において電子カルテシステムの更新を行います。このため、システムの更新中は救急診療を停止します。この間の診療は、夜間休日急患診療所または42ページに掲載の救急告示医療機関当番へお願いします。

■診療停止期間 12月31日(日) 午後2時～令和6年1月1日(月) 午前5時頃

年末の交通安全 県民総ぐるみ運動

「マナーアップ！あなたが主役です」 期間 12月11日(月)～31日(日)

子どもと高齢者の交通事故防止

次代を担う子どもを交通事故から守るためには、社会全体で子どもを見守る活動が重要です。家庭や地域社会を通じ、児童や生徒の通学時間帯の安全確保や交通安全指導などを徹底するとともに、日常生活を通じ、自転車乗用時のヘルメット着用や自動車乗車時のチャイルドシートなどの確実な着用を推進することで、こどもの交通事故防止を図っていきましょう。

高齢者に対しては、加齢などに伴う身体機能の変化が交通行動に及ぼす影響を理解してもらうことが必要です。自動ブレーキやペダルの踏み間違い時加速抑制装置の搭載された車両への乗り換えも有効です。運転免許自主返納も検討しましょう。

飲酒運転などの根絶

飲酒運転はとて悪質で危険な犯罪です。一人ひとりが「飲酒運転を絶対にしない、させない」という強い意志をもち、飲酒運転を根絶しましょう。

妨害運転(あおり運転)も悪質で危険な犯罪です。自動車を運転するときは、交通ルールの遵守とあわせて、歩行者や他の車両に対する「優しさ」と「思いやり」をもって通行する、正しい交通マナーの実践を心がけましょう。

自転車などのヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

「栃木県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」が施行され、自転車利用者は、自転車保険加入の義務化、ヘルメットの着用及び自転車の点検

整備などが努力義務となりました。自転車は原則車道の左側通行、歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行、安全ルールを守る、前照灯の点灯、安全確認などのルールやマナーを守りましょう。

「ライト4(フォー)運動」と「原則ハイビーム」の推進

夕暮れ時は、視認性の低下による交通事故が増加します。特に年末は、注意力の散漫などによる「見落とし」や「発見の遅れ」による死亡事故を防止するため、前照灯を早めに点灯(午後4時に一斉点灯)しましょう。夜間の走行は、歩行者などを早期に発見するため、交通量の多い市街地などを除き、原則ハイビーム走行を徹底しましょう。歩行者は反射材用品を着用しましょう。

年末年始を安全・安心に

年末年始は、なにかと慌ただしいものです。そんな隙を、犯罪者が狙っています。

近年、振り込め詐欺や架空請求詐欺などが急増しています。下野市でも被害が発生していますので、「自分は大丈夫」と思わず、注意しましょう。

被害にあわないための注意点

- ◆電話でお金を要求されたら、まず一度電話を切り、周りの人に相談しましょう。
- ◆「電話番号が変わった」「携帯電話が故障した」は詐欺です。前の番号に一度電話してみましょう。
- ◆お金を用意する前に、親族しか知りえない情報で、必ず本人であることを確認しましょう。
- ◆普段から連絡を取り合いましょう。



秋の叙勲

おめでとうございます

令和5年秋の叙勲において受章された、本市関係の皆さまをご紹介します(順不同)。

旭日小綬章 (地方自治功労)



岡本 鉄男 氏

1997年に旧国分寺町議会議員に就任し、合併後は2022年まで下野市議会議員として、地方自治の発展に寄与されました。

瑞宝単光章 (消防功労)



保坂 和幸 氏

1978年に旧石橋町消防団に入団し、2005年から9年にわたり副団長として活躍し、地域の防災・防火に寄与されました。

瑞宝小綬章 (国土交通行政事務功労)



坂之井 和之 氏

1978年に国土交通省に入省し、利根川上流河川事務所長、土木研究所水循環研究グループ長など、約28年にわたり国土交通行政に寄与されました。

地方教育行政功労者表彰

おめでとうございます



教育委員の永山伸一様が、文部科学大臣表彰である地方教育行政功労者表彰を受けられました。

永山様は、平成18年から現在まで教育委員として、また、平成21年から平成30年まで教育委員長として、長きに渡り本市の教育行政の進展にご尽力されています。

民生委員・児童委員表彰

おめでとうございます

10月17日、宇都宮市文化会館で第33回栃木県民生委員児童委員大会が開催されました。長年にわたり地域住民の立場に立って相談・援助を行い、社会福祉の増進に尽力されている民生委員・児童委員の方が表彰されました。おめでとうございます。

■栃木県民生委員児童委員協議会会長表彰

今泉洋子様
柴山昇様
曾村正志様
張山實様



寄付いただきました

明治安田生命保険(相)様

明治安田生命保険(相)様から、「私の地元応援募金」として多額の寄付をいただきました。寄付金は、本市の子ども達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。





学校給食にお米を寄贈いただきました

小山農業協同組合様

小山農業協同組合様から管内小中学校へ、とちぎの星精米290kgを寄贈していただきました。いただいたお米は、学校給食で児童・生徒がおいしくいただきました。

この事業は、食育の推進や米の消費拡大を目的に実施されています。



児童表彰式を行いました

一人ひとりの個性に自信と誇りを

児童一人ひとりの良さを見いだして表彰する児童表彰式を、10月から11月にかけて市内全小学校と義務教育学校の児童、また、国分寺特別支援学校と栃木特別支援学校の市在住児童を対象に行いました。保護者や先生方が見守る中、表彰式に臨んだ6年生たちへ、坂村市長からメダルが、石崎教育長から表彰状が授与されました。

各学校の様子や児童代表あいさつをホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。



市長表敬訪問

ダンスチームIzumi Company Jr・MELUSINA

6月にカリフォルニア州で開催されたBody Rock Junior 2023に、日本人チームとして出場し初優勝したIzumi Company Jrのメンバーの武笠里咲さんと、7月にカリフォルニア州のアナハイムにて開催されたShowstopper West Coast FINAL 2023に日本代表として出場し、JAZZ Teen Duet/Trio部門にて1位に輝いたMELUSINAの飯岡英恵さん、安達美桜さん、高沼結衣さんが、市長を表敬訪問しました。今後のますますのご活躍が期待されます。



飯岡さん 安達さん 高沼さん 武笠さん

災害時応援協定を締結

(一社)小山地区医師会様、(一社)小山薬剤師会様

11月7日、小山市役所にて、(一社)小山地区医師会及び(一社)小山薬剤師会と下野市、小山市、野木町、上三川町との災害時応援協定を締結しました。

この協定は、災害時における医療救護活動を円滑かつ迅速に行うため、小山地区医師会においては応急措置や医療救護活動について、小山薬剤師会においては調剤や服薬指導、医薬品の供給について、それぞれ協力体制を構築し、連携強化を図るものです。

写真 後列 浅野市長 坂村市長 星野町長 真瀬町長
前列 浅井会長 伊沢会長





自治会に関する講演会を開催

充実した自治会活動を目指して

10月14日、グリムの館で市自治会長連絡協議会主催の講演会を開催しました。地域活性化・まちづくりコンサルタントの水津陽子氏を講師に迎え、自治会が抱える様々な課題の解決に向けて、全国の特徴的な事例紹介や、時代の流れに沿った考え方など、今後の自治会活動のヒントとなる内容について聞くことができました。参加者からは、早く自治会で実践してみたい、講話の内容を自治会内で共有したいといった前向きな感想が多く聞こえ、大変有意義な講演会となりました。

市自治会長連絡協議会では、市内各自治会の活動がより充実したものになるよう、今後も活動を継続していきます。



かにかわぜき 「蟹川堰」 竣工清祓祭

用水・治水施設を改修

確実な農業用水の確保と治水の安全性確保を目的として、県営農業用河川工作物応急対策事業により、「蟹川堰」が竣工に至りました。ご協力頂いた方々に感謝し、今後の安全を祈願するため、10月17日に蟹川用水維持管理委員会主催のもと竣工清祓祭が斎行されました。当日は、県や市の関係者など約45名が参加しました。



第12回産業祭を開催

地元の特産、再発見!

10月29日に、大松山運動公園で4年ぶりとなる産業祭を開催し、市内60を超えるお店・企業・団体が出店ブースを構えました。

ステージでは、下野市産おいしいお米コンクール表彰式や地元園児のミニ発表会、講談師の神田薫花氏の講談などが行われ、多くの来場者で賑わいました。



産業祭に栃木ブレックスが出展

市民に向けて取り組みをPR

9月に締結した包括連携協定に基づき、連携事業の第一弾として、(株)栃木ブレックスが産業祭へのブース出展を行いました。当日は家族連れを中心に多くの方が訪れ、賑わう様子が見られました。

今後も引き続き、スポーツ振興を通じた地域活性化を推進していきます。



下野市理科研究展覧会審査結果をお知らせします

10月3日、第18回下野市理科研究展覧会の審査会が行われました。

審査会では、生活の中の素朴な疑問を追究している作品や、自分の好きな動物や気になる植物について、丁寧に粘り強く観察している研究が見られました。昨年度取り組んだ研究での課題を解決するため、さらなる実験を行い、研究内容を深めている作品も見られました。

どの作品も力作で、審査も難しいものとなりましたが、厳正な審査の結果、各校の校内審査で選ばれた132作品の中から、58作品が優秀賞に選ばれました。

優秀賞作品は、10月28日・29日に開催された「しもつけ市民芸術文化祭2023」にて展示され、多くの市民の方々にご覧いただきました。

展覧会の優秀賞受賞者は次のとおりです。受賞された皆さま、おめでとうございます。(敬称略)



■小・義務教育学校1年生

戸田康太郎 (祇園小) ※
若林莉沙 (石橋小)
津野田千陽 (石橋小)
山田陽大 (古山小)
古賀蒼翔 (南河内小中) ※
吉澤果那 (南河内小中) ※

■小・義務教育学校2年生

淵田啓仁 (緑小)
石川紗和子 (石橋小) ※
関本暁雄 (古山小) ※
菅藤有紗 (古山小)
浜野獅王 (細谷小)
坂本琥採 (南河内小中) ※

■小・義務教育学校3年生

櫻澤あかり (祇園小)
阿部千尋 (祇園小)
塩澤祥熙 (古山小) ※
瀬畑瞳人 (古山小) ※
加藤創一 (古山小) ※
稲葉柊 (南河内小中)



■小・義務教育学校4年生

光田創真 (緑小) ※
宮本栞理 (石橋小)
關瑚那 (国分寺小)
宇賀神凜太郎 (国分寺小) ※
吉田陽向 (国分寺東小)
藤原葵 (南河内小中) ※

■小・義務教育学校5年生

高崎映真 (祇園小) ※ ※
室井僚介 (古山小) ※
上條陽向 (古山小) ※
堀江優希 (国分寺小) ※
稲葉里佳 (国分寺小)
手塚大翔 (国分寺東小)
松山季生 (南河内小中)

■小・義務教育学校6年生

大橋妃夏 (石橋小) ※
國府田莉乃 (古山小) ※
池田佳穂 (古山小)
高山瞬 (石橋北小) ※ ※
黒沢珠希 (国分寺東小) ※
山家彩愛 (国分寺東小)
秋山瑛花 (南河内小中)



■中学1年・義務教育学校7年生

荻原陽大 (南河内第二中) ※
山内大輔 (南河内第二中) ※
菊田凜 (石橋中)
上野由佳莉 (国分寺中)
山家萌花 (国分寺中) ※
田中祐吾 (南河内小中)

■中学2年・義務教育学校8年生

水野寿哉 (南河内第二中)
小河原彩美 (南河内第二中) ※
森子貴喜 (南河内第二中)
矢野裕聖 (南河内第二中) ※ ※
萩原里歩 (石橋中) ※ ※
垣内愛生 (国分寺中) ※
柿沼希々果 (国分寺中) ※
村上とわ (国分寺中)

■中学3年・義務教育学校9年生

國分葉瑠香 (石橋中)
國府田沙耶 (石橋中) ※
本庄優斗 (石橋中)
〔牧村真怜 (石橋中)
松井颯志 (石橋中)
渡邊悠生 (石橋中) ※
谷田貝莉子 (南河内小中) ※



※ …地区推薦：下都賀地区理科研究展覧会に出展されます。
※※…発表推薦：下都賀地区理科研究発表会で発表されます。



令和5(2023)年度 第77回下都賀地区理科研究展覧会・発表会

■日時 展覧会 令和6年1月13日(土)・14日(日)
午前9時～午後3時
発表会 令和6年1月15日(月)
午前9時10分～午後2時40分

■場所 小山市立中央公民館(小山市中央町1-1-1)



■問い合わせ先 学校教育課 ☎(32)8918

令和5年度上半期の財政状況

市では、皆さんに納めていただいた市税などの収入の状況や、それがどのように使われているか、また、市の財産や借入金の状況がどのようになっているか、年2回に分けて公表しています。

今回は、令和5年度上半期(4月1日から9月30日まで)の財政状況についてお知らせします。

● 一般会計予算執行状況 ●

【歳入】 予算総額291億6,777万円 収入済額143億4,732万円(収入率49.2%)

予算現額

収入済額

※()は収入率

市税	市民の皆さんや市内に事業所などを持つ法人などに納めていただく税金です。	95億1,670万円 63億8,379万円 (67.1%)
譲与税・交付金	地方譲与税、地方消費税交付金、自動車取得税交付金などです。	21億1,758万円 10億6,069万円 (50.1%)
地方交付税	国税の一定割合を財源として、国が一定基準により市に交付するものです。	40億6,706万円 28億704万円 (69.0%)
国庫支出金	国からの負担金や補助金などです。	43億8,227万円 10億8,387万円 (24.7%)
県支出金	県からの負担金や補助金などです。	18億5,079万円 1億6,151万円 (8.7%)
繰入金	基金の取り崩しなどです。	24億8,909万円 4,744万円 (1.9%)
繰越金	前年度で生じた決算剰余金を翌年度の歳入に繰り越したものです。	25億8,413万円 25億8,413万円 (100.0%)
市債	政府・金融機関・銀行などから調達する長期的な借入金です。	11億3,270万円 0万円 (0.0%)
その他	分担金及び負担金、使用料及び手数料などです。	10億2,745万円 2億1,885万円 (21.3%)

【歳出】 予算総額291億6,777万円 支出済額113億7,755万円(執行率39.0%)

予算現額

支出済額

※()は執行率

議会費	議員報酬や市議会運営のための経費です。	1億9,769万円 9,805万円 (49.6%)
総務費	庁舎や財産の維持管理、戸籍管理、税金の徴収などの経費です。	37億9,251万円 10億3,514万円 (27.3%)
民生費	障がいのある方や高齢者の方に対する福祉の充実、子育て支援などの経費です。	94億7,352万円 40億9,586万円 (43.2%)
衛生費	感染症予防、健康増進、環境保全、清掃費などの経費です。	29億104万円 8億2,316万円 (28.4%)
農林水産業費	農林水産業の振興を図るための支援や、生産基盤整備などの経費です。	6億7,054万円 2億2,779万円 (34.0%)
商工費	商工業や観光の振興などの経費です。	15億1,381万円 7億8,520万円 (51.9%)
土木費	道路、河川、公園などの整備や維持管理のための経費です。	38億3,966万円 14億5,047万円 (37.8%)
消防費	消防や火災予防などの災害対策のための経費です。	11億1,522万円 5億408万円 (45.2%)
教育費	学校教育・生涯学習の充実、文化・スポーツ振興などの経費です。	25億4,299万円 8億3,717万円 (32.9%)
公債費	市債の元金や利子を支払うための経費です。	30億9,106万円 15億2,016万円 (49.2%)
その他	労働費や予備費などです。	2,973万円 47万円 (1.6%)

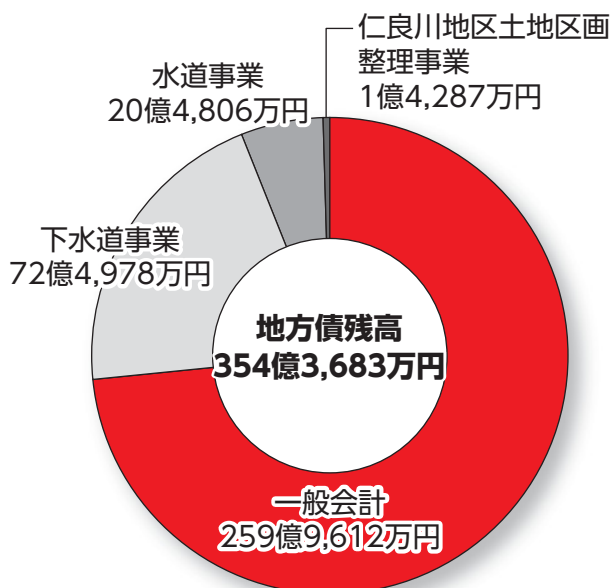
● 特別会計・企業会計予算執行状況 ●

予算現額 収入済額 ※()は収入率	歳入	歳出	予算現額 支出済額 ※()は執行率
54億4,646万円 (47.0%) 25億5,940万円	国民健康保険	54億4,646万円 20億1,240万円 (36.9%)	
7億5,601万円 (43.5%) 3億2,850万円	後期高齢者医療	7億5,601万円 3億383万円 (40.2%)	
47億3,172万円 (50.7%) 23億9,892万円	介護保険	47億3,172万円 18億2,339万円 (38.5%)	
1億3,656万円 (67.4%) 9,202万円	石橋駅周辺土地 区画整理事業	1億3,656万円 8,633万円 (63.2%)	
5億3,100万円 (72.8%) 3億8,657万円	仁良川地区土地 区画整理事業	5億3,100万円 1億2,201万円 (23.0%)	
10億2,683万円 (40.0%) 4億1,031万円	水道事業 (収益)	10億2,942万円 1億4,137万円 (13.7%)	
2億5,858万円 (0.0%) 0円	水道事業 (資本)	8億1,313万円 1億3,299万円 (16.4%)	
23億271万円 (32.6%) 7億5,172万円	下水道事業 (収益)	20億3,912万円 2億2,553万円 (11.1%)	
10億3,424万円 (22.6%) 2億3,378万円	下水道事業 (資本)	16億7,222万円 4億3,103万円 (25.8%)	

● 市税の状況 ● 住基人口 59,888人 世帯数 25,535世帯 (令和5年9月30日現在)

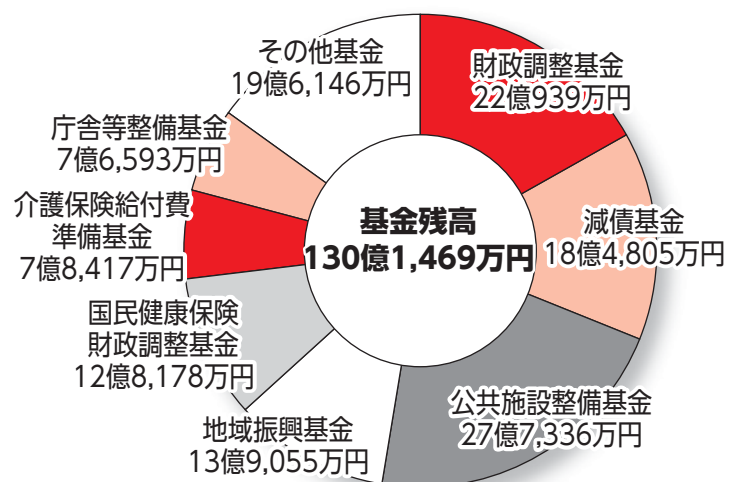
科 目	収入状況	市民の負担状況	
		1人あたり	1世帯あたり
市 民 税	24億546万円	4万166円	9万4,202円
固 定 資 産 税	32億6,073万円	5万4,447円	12万7,696円
軽自動車税	1億5,722万円	2,625円	6,157円
市たばこ税	1億5,913万円	2,657円	6,232円
都市計画税	4億125万円	6,700円	1万5,714円
合 計	63億8,379万円	10万6,595円	25万1円

● 地方債の残高 ● (令和5年3月31日現在)



● 市有財産の現在高 ● (令和5年9月30日現在)

区 分	内 訳
土 地	行政財産 185万6,266㎡
	普通財産 9万4,988㎡
	計 195万1,254㎡
建 物	行政財産 19万2,619㎡



市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」を開催しました

■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886

10月5日から11日にかけて、令和5年度市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」を市内3会場で開催しました。

4日間で延べ183名の方が参加され、市政に対する多くのご意見・ご要望が寄せられました。

いただいたご意見などは、今後のまちづくりに活かしていきます。



開催日・場所	参加者	意見・要望
10月5日(木) グリムの館	67名	16件
10月6日(金) 国分寺公民館	42名	12件
10月7日(土) 南河内公民館	44名	12件
10月11日(水) 国分寺公民館	30名	17件
合計	183名	57件

ご意見・ご要望の内訳

市民生活	22
生活基盤	9
教育・文化	9
保健福祉	8
産業振興	3
その他	6
合計	57

ご意見と回答

いただいた主なご意見と市の回答の一部を紹介します。一覧は、市ホームページでご覧いただけます。

子どもから始めるリサイクル促進活動について

Q 私の子どもが通っていた幼稚園は、「秋のごみ拾い活動」や「子どもたちへのごみ分別ワークショップ」があり、子どもたちは楽しみながら行い、分別を当たり前のこととして捉えていました。下野市のリサイクルを促進する活動として、子どもから始めるのはどうでしょうか。

A 市では、子どもから大人までが、リサイクルやごみの減量化などを身近なものとして学んでいただき、実践していただけるよう、「ふるさと学習」や「出前講座」を実施しております。内容などについては、今後も見直しや追加などを検討してまいります。

免許返納した人の交通手段について

Q 民生委員をしています。担当する地区の高齢者の中には、身体的な問題や色々な理由で運転免許証を返納した方がいますが、病院や買い物などの市民生活を送るにあたって不便になっている方がいます。下野市では、自動運転技術を利用した地域交通の問題を解決する施策を考えているのかをお聞きしたいです。

A JR自治医大駅と自治医科大学附属病院の間で、自動運転バスの実証実験を実施する予定です。高齢者の皆さま、交通弱者の皆さまのために、さらに充実した地域交通を整備できるよう、今後様々な課題を解決していきたいと考えております。

今後の自治会についての対策

Q 自治会の加入率が低下し、役員のなり手もいなくなるなど、自治会の活動が現在、岐路に立

たされています。地域コミュニティを、誰がどう支えていけばいいのでしょうか。このままでは、市の行政に大きな影響を与えていると思います。

A 自治会の加入率の向上に向けた事業を推進し、住みよい地域づくりを支援してまいります。

昨年、市自治会長連絡協議会、栃木県宅地建物取引業協会と「自治会加入促進に関する協定」を締結しました。自治会や取引業務の中で、転入者などに対して自治会の重要性について働きかけていただき、加入促進を図っております。

加入促進に関わるチラシも新たに作成し、自治会活動の案内や災害時における共助の大切さをPRしております。

今後も、自治会に対する各種交付金などの制度見直しによる資金面の強化も含め、積極的に対策を講じていきたいと考えております。

子どもの居場所について

Q 家庭・学校以外での子どもの居場所、学校に行きたくない時に受け入れてくれる場所が必要だと思います。また、子どもを社会全体で育てる仕組みを作り、子どもを安心して産み育てられるまちにしたいです。

A 学校に行きたくない時に受け入れてくれる場所としては、学校教育サポートセンター内に「スマイル教室」があります。また、放課後に利用できる公的な場所としては、児童館や公民館、図書館などがあり、各館とも利用しやすい環境づくりに努めております。

民間が運営する居場所としては、子ども食堂やフリースクール、自立援助ホームなどが挙げられます。そのような活動を志す団体がありましたら、積極的に育成支援してまいりたいと考えております。

今後も、地域社会全体で子育てを応援する仕組みづくりに努めますとともに、出産から子育て、教育まで、切れ目のない子育て支援に力を入れ取り組んでまいります。

休み期間中の中高生の学習の場について

Q 中学生・高校生の夏季休暇等の間、図書館の休館日には、中高生の学習の場がなくなってしまっている様子が見受けられます。図書館の学習室に限定しても結構ですので、休み期間中は全日開けていただければと思います。

A 子どもたちの学びの場を保障することは大変大切なことであります。そこで、すべての公民館には、机・椅子などを置き、子どもたちの学びのスペースを設置しております。特に、石橋公民館におきましては、一人ひとりが個別に学習できるスペース、自由にレイアウトを変えられて集団で学びを図れるスペースがございます。

また、すべての中学校、南河内小中学校後期課程の夏休みに、「いきいき学び塾」と題しまして、学校教育サポートセンターの職員が学校に出向き、図書室などを利用して自習をし、必要に応じて職員が子どもたちの質

問に答えるといった学びの場を設けています。

どちらも周知に関しては今後積極的に行っていかなければならないと考えており、子どもたちが学びの場を活用できるように努めてまいります。

事務事業評価の公表について

Q 納税者への情報公開と説明責任から、下野市の全事務事業の詳細な内容とコストが書かれた事務事業評価シートを、コスト削減とデジタル社会の時代の要請にあわせ、受け手が収取選択できるようインターネットでの公開をお願いします。

A 本市の事務事業評価の結果につきましては、これまで、閲覧のしやすさを考慮したうえで、事業名、概要、計画、評価項目ごとの判定、評価結果などを一覧形式にて公表してきましたが、今後、全シートの公開に向けて検討を進めてまいります。

EVの急速充電器の整備について

Q EVの急速充電器は、本市には道の駅にある以外どこにも見あたりません。EV購入補助金も少し出るようですが、インフラ整備ができていないので、利用者の使いやすい施設を早急に多数作っていただき、SDGsに向けて頑張ってくださいますようお願いします。

A 本市は令和2年度より、電気自動車10万円、PHV(プラグインハイブリッド)5万円の一部補助をしております。

今後、2050年までに二酸化炭素排出ゼロ、脱炭素社会の実現を目指し、「省エネ・脱炭素型コンパクトシティ」の構築に向け、次世代自動車用のインフラ充実が必要不可欠なものと考えております。

道の駅しもつけに設置している既存の急速充電器は、対応の機種に更新するため、国に補助金申請

を行っているところであり、今後も他の公共施設への導入について検討してまいります。

市として力を入れている取組と課題について

Q 色々な政策がある中で、市として特に力を入れている取り組みは何か、そして特に頑張っていかなければならないと考えている課題があれば、教えていただきたいです。

A 人口減少の状況においても、本市の人口はわずかですが増えております。下野市の住みやすさと価値を証明し、さらに人や企業に選ばれるまちづくりを進めていきたいと考えております。

製造、雇用、投資につながる企業に選ばれるまちとして、産業団地や企業の誘致に力を入れてまいります。

また、医療に恵まれている地域なので、その良さを伸ばし、下野市だからこそ受けられる医療を確立し、全国から注目されるよう取り組むとともに、子育て政策にも力を入れてまいります。

課題としては、市役所周辺や駅周辺にも未利用地があり、発展する可能性があるため、有効な土地利用を進めていきたいと考えております。



健康的な食生活の促進と目標設定 ～健康日本21 (第三次) を踏まえて～

自治医科大学附属病院 管理栄養士 川畑奈緒

はじめに

厚生労働省は5月31日に、第5次国民健康づくり対策「健康日本21(第三次)」の推進における基本方針を発表しました。「健康日本21」の正式名称は「21世紀における国民健康づくり運動」です。国民が主体的に取り組めることを前提に、すべての国民が健康で明るく元気に生活できる社会を実現するため、壮年期死亡の減少や健康寿命の延伸、生活の質の向上を目的に厚生労働省により策定されている指針です。2000年3月に「第一次」の運用が始まり、2013年から「第二次」が開始されました。2024年4月からは「第三次」が開始される見込みです。今回は、「健康日本21(第三次)」のうち、「栄養・食生活」に関する項目を解説します。



栄養と食生活

「健康日本21(第三次)」の「生活習慣の改善」の項目には、「栄養と食生活」に関する以下の目標が設定されています。

①適正体重を維持している人々の増加(肥満、若年女性のやせ、低栄養傾向の高齢者の減少)

体重は、各ライフステージにおいて主要な生活習慣病や健康状態と関連しています。肥満はがん、循環器病、2型糖尿病などの生活習慣病と関連があることが知られています。さらに、若年女性のやせは骨量減少や低出生体重児出産のリスクと関連し、高齢者のやせは肥満よりも死亡率が高くなることも確認されています。適正体重は、BMI^{※1}が18.5以上25未満(65歳以上はBMIが20を超え25未満)の範囲に収まる体重を指します。自身のBMIを計算し、適正範囲に収まるような食事量を心がけましょう。

※1 BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

②児童(小学生)・生徒(中学生、高校生)における肥満傾向児の減少

子どもの肥満のほとんどは、食事やおやつの過剰摂取、食事バランスの悪さ、運動不足が主な原因です。食生活やライフスタイルの変化により、一時期子どもの肥満は急増しました。現在は、増加傾向は収まってきていますが、なおも1割を超える子どもが肥満です。肥満による生活習慣病は子どもでも発症し、動脈硬化は子どもの時から進行します。子どもの肥満は大人の肥満の基盤となることから、早期から改善することが重要です。子どもの肥満評価は、肥満度^{※2}という指標を用いて行われます。肥満度が20%以上を軽度肥満、30%以上を中等度肥満、50%以上を高度肥満としています。

※2 肥満度=〔実測体重(kg)－標準体重(kg)〕/標準体重(kg)×100(%)

標準体重は文部科学省の学校保健統計調査「肥満・痩身傾向児の算出方法について」を参照してください。

https://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa05/hoken/kekka/k_detail/1411711_00006.htm



③バランスの良い食事を摂っている人々の増加

主食(ごはん、パン、めんなど)・主菜(肉、魚、卵、大豆など)・副菜(野菜、きのこ、海藻など)の組み合わせは、日本の食事パターンで、適切な栄養素摂取量と健康な栄養状態との関連が報告されています。主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回摂ることは、それ未満の場合と比べて、栄養素摂取量(たんぱく質、脂肪エネルギー比、ミネラル、ビタミン)が適正となることが報告されています。主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を摂ることは、栄養バランスを保ち、生活習慣病の予防や生活機能の維持・向上のために重要です。しかし、令和3年の意識調査では、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を実践している人はわずか37.7%に過ぎませんでした。したがって、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を意識して摂ることが非常に大切です。

④野菜摂取量の増加

野菜と果物の摂取量を増やすことで、循環器病の死亡率が低下することが明らかになっています。国内で心疾患（高血圧症を除く）が原因で亡くなっている人は2020年には20万5,518人で、これは全死亡者の15%にあたることから、わが国では心疾患の克服が課題と言えます。この点からも、野菜と果物の摂取を増やすことで心疾患による死亡のリスクを減少させるという報告は注目に値します。しかし、健康日本21（第二次）の野菜の目標摂取量は1日に350g以上とされていましたが、目標値に到達できませんでした。健康日本21（第三次）では、前回の目標値である1日350g以上の野菜摂取を継続することが推奨されています。野菜350gの目安は、生野菜なら両手にのせて3杯分、茹でた野菜なら片手にのせて3杯分です。緑黄色野菜と淡色野菜を組み合わせることをおすすめします。



⑤果物摂取量の改善

果物の摂取は、高血圧や肥満、2型糖尿病などの生活習慣病のリスクを軽減することが示唆されています。しかし、日本人の一般的な果物摂取量は増加していないのが実情です。さらに、日本人の総合的な死亡率に影響を及ぼす食事の要因として、過剰な食塩摂取や全粒穀物の不足に続いて、果物の摂取不足が報告されています。果物の摂取と高血圧、肥満、2型糖尿病の関連を調査した結果、日々の果物摂取が200gまで増えると、それに伴うリスクが低減することが報告されています。また、心筋梗塞や狭心症などの冠動脈疾患、脳卒中、全死亡のリスクについての別の調査でも、日々の果物摂取が約200gでリスクが低くなることが報告されました。したがって、1日に200g以上の果物を摂取することを目指しましょう。ただし、2型糖尿病などの疾患を抱える人に関しては、果物の過剰摂取が疾患管理に悪影響を及ぼす可能性があるため、注意が必要です。

⑥食塩摂取量の減少

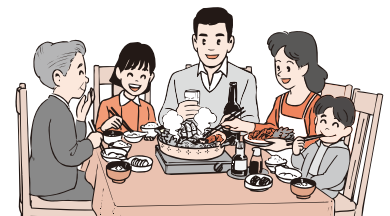
世界195か国を対象にした、非感染性疾患による死亡・障害調整生命年^{※3}への不健康な食事の影響を調査した研究報告では、全世界的には全粒穀類の摂取不足が最も大きな食事要因とされています。しかし、日本を含む東アジアの地域では、ナトリウムの過剰摂取が最も大きな食事要因とされています。別の研究では、食事による食塩の過剰摂取が成人の非感染性疾患と傷害による死亡に最も大きな影響を及ぼしていることが示されました。これらの問題を解決するには、減塩のための対策が一層強化されるべきです。世界保健機関(WHO)は、1日の食塩摂取量の目標を5g未満としています。さらに、多くの国のガイドラインを考慮すると、高血圧予防のためには1日あたり6g未満の食塩摂取が望ましいと考えられます。一方、「日本人の食事摂取基準」(2020年版)では、習慣的な摂取量を考慮して、成人男性は1日あたり7.5g未満、成人女性は6.5g未満と設定されています。これらを基に、20歳以上の男女における1日あたりの目標食塩摂取量は、第二次の健康日本21の目標値8gから1g少ない7g未満とされました。

※3 平均寿命に、健康ではない人の障害の程度や期間を加味して調整した生存年数



おわりに

身体的、精神的、社会的に健康的な食生活を実現するために、自身や家族の適正体重を維持し、さらにバランスの取れた食事を心がけることが重要です。野菜を豊富に摂り入れ、果物は適量摂取し、食塩の摂取量を減らすことも大切です。これらの目標を意識して取り組むことで、健康な生活を送るための基盤が築かれます。



【文献】

- (1) 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会：健康日本 21（第三次）推進のための説明資料（2023年8月閲覧）
<https://www.mhlw.go.jp/content/001102731.pdf>

■著者略歴 共立女子大学・共立女子大学大学院
 博士後期課程 卒業

病態栄養専門管理栄養士、腎臓病病態栄養専門
 管理栄養士、糖尿病療養指導士、NST専門療法
 士などの多数の資格を有し、医師と連携して、実
 践できるわかりやすい食事療法をめざして活動。

食事や栄養、健康に関する質問をお寄せください

食事や栄養にまつわる疑問や悩みはありません
 か？ メールやFAXでお寄せください。

■宛て先 総合政策課

☎(32)8606

✉info@city.shimotsuke.lg.jp



ヘルスイنفォメーション

Health Information

お知らせ

■ 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性の方へ 風疹の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、子どもに眼や耳などの障がいを含む先天性風しん症候群(CRS)が生じる可能性があります。

風しんの抗体保有率が低い世代を対象に抗体検査を行い、抗体が低い方に対し、予防接種を無料で実施しています。

風しんから自分自身と周りの人を守るために、クーポン券を使って抗体検査(無料)を受けましょう。

■対象者

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

※無料クーポン券は5月上旬に送付しています。お持ちでない方で検査を希望する方は、健康増進課にご連絡ください。

抗体検査

次のいずれかの方法で抗体検査を受けてください。

- ①個別医療機関(市内実施医療機関は、クーポン券に同封の案内文と市ホームページに掲載)
- ②会社などでの職域健診

③市の集団検診(国民健康保険加入者)

※検査を受ける前に、①は各医療機関、②は勤務先、③は健康増進課にご連絡ください。

■必要なもの

クーポン券、本人確認書類(運転免許証など)

予防接種

抗体検査の結果、抗体が低いと判定された方は、風しんの第5期定期予防接種を無料で受けていただきます。

■ がん検診はお済みですか？

令和5年度のがん検診を受診できるのは以下の期間までです。まだ検診を受診されていない方は、早めにご予約のうえ受診ください。

受診には「令和5年度下野市健診受診券」が必要です。お手元がない方は、健康増進課へご連絡ください。

受診方法	受診可能期間	その他
集団検診	令和6年1月27日(土)まで	男性(女性も受診可能)
	令和6年1月29日(月)まで	女性のみ(女性限定日)
個別検診	令和6年1月31日(水)まで	肺がん・大腸がん・前立腺がん・胃ハイリスク検査
	令和6年2月29日(木)まで	子宮頸がん

※上記以外の集団検診の日程は、受診券または市ホームページをご覧ください。

■申込方法

集団検診

健康増進課へ電話またはインターネットでご予約ください。

個別検診

医療機関に必ず事前に電話でご予約ください。

■ 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」など、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

令和6年1月11日(木)
午後1時30分～3時

■場所

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)

■ お子さんの定期予防接種をお忘れなく

定期接種とは、国が積極的に接種を勧めている予防接種です。国の定める接種期間内であれば、県内のほとんどの医療機関で、原則無料で接種できますが、期間を過ぎてしまうと全額自己負担となってしまいます。また、予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症にかかるリスクが高まります。

特に、次のワクチンは期間が短いので、事前に医療機関に予約のうえ忘れずに接種しましょう。

■BCG、B型肝炎

1歳の誕生日の前日まで

■MR(1期)

生後12か月～24か月未満

■MR(2期) 年長児

■水痘 生後12か月～36か月未満

■二種混合 11歳～13歳未満

■ 栃木県医療安全講習会

■日時 12月20日(水) 午後1時30分～3時30分

■場所 県庁東館4階講堂またはオンライン

■定員 会場 先着60名
オンライン 90名

■内容

医者・病院・薬局 失敗しない選び方・考え方
～病気でも「健康」に生きるために～

■講師 患医ねっと 代表 鈴木信行 氏

■申込方法 電話またはweb申し込み

※詳細は、県ホームページをご確認ください。

■申込期限 12月19日(火)

■申し込み・

問い合わせ先

県医療政策課

☎028(623)3085



web申し込み



県ホームページ

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はいませんか？

精神科医による無料相談を実施しています。相談することで、今のつらい気持ちが少し軽くなるかもしれません。ぜひご利用ください。

■日時(要予約) 12月26日(火) 午前10時～正午

■場所 市役所

■相談員 精神科医

■申込期限 12月19日(火)

※相談日以外も随時、保健師が相談をお受けしています。

■ 育児・母乳・栄養相談

お子さまの成長・発達や、授乳、離乳食に関する相談をお受けします。

■日時 12月25日(月)

午前9時30分～11時

※30分刻みでの予約制です。

■場所 ゆうゆう館

■相談員 保健師・助産師・管理栄養士

■持ち物 母子健康手帳、案内状(乳幼児健診でもらった方)

■申込期限 12月22日(金)

■ 個別栄養相談

妊娠期から子育て期の方を対象に、妊娠中の食事、離乳食、幼児食について個別に相談に応じます。

■日時(木曜日)

12月7日・14日、令和6年1月11日・18日

①午前9時30分～ ②午前10時30分～

③午後1時30分～ ④午後2時30分～

※令和6年2月以降も月2日実施予定です。

■場所 市役所

■相談員 管理栄養士・保健師

■申込方法 電話、窓口

■申込期限 各相談日の3日前



■ 子育て巡回相談

子育てに関する様々な悩みや心配ごとの相談を実施します。

■日時

12月18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 公認心理師・保育士

※初めて利用される方は、防犯対策のため入館者登録料200円(キャッシュレス決済のみ可)がかかります。

◆◆◆ 新型コロナウイルス感染症に関する情報 ◆◆◆

■問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

※この情報は、11月15日時点のものです。今後、変更となる可能性がありますのでご注意ください。

新型コロナ・インフルエンザの同時流行に備えましょう

新型コロナウイルス感染症が5類に引き下げられ、人の動きが昨年よりも活発となったことで、インフルエンザについても流行が始まっています。年末年始の発熱や体調不良などに備えて、医療機関の休診情報などを確認しておきましょう。

■かかりつけの医療機関の電話番号・診療日を確認

診療日時や発熱外来の受け入れ状況、すぐ連絡できるように電話番号を確認しておき、重症化リスクの高い方は、発熱時などの対応を医師と事前に相談しておきましょう。

■年末年始等の医療機関休診、自宅療養に備えて必要なものを準備

年末年始は休診となる医療機関が多く、受診できる医療機関が限られます。事前に受診できる医療機関を確認しておきましょう。また、自宅療養する際に必要なもの(下記参照)を日頃から備えておきましょう。

感染対策などのポイントについては、栃木県ホームページ「県民の皆様へ(新型コロナウイルス感染症)」をご覧ください。

URL <https://www.pref.tochigi.lg.jp/e04/welfare/hoken-eisei/kansen/hp/johou.html>



県ホームページ

自宅療養に必要なもの



相談できる医療機関がない場合の相談先

かかりつけ医がない場合など、相談できる医療機関がない人は、栃木県の新型コロナ総合相談コールセンターに電話してください。発熱などの症状に関する健康相談や受診先の案内などを行っています。

新型コロナ総合相談コールセンター(栃木県) ☎0570(550)096 (24時間)

■相談内容例

- ・発熱などの症状があり、かかりつけ医や最寄りの医療機関に連絡できないときに受診できる医療機関を知りたい
- ・新型コロナウイルスワクチン接種に関する専門的な相談(ワクチン接種後の副反応など)
- ・新型コロナウイルス感染症の後遺症に関する相談、罹患後の症状や体調、対応する医療機関の案内

令和5年秋開始接種

下野市における新型コロナウイルスワクチンの集団接種は、11月26日をもって終了しました。

これ以降については、個別の医療機関において令和6年3月31日まで引き続き接種することができます。接種を実施している医療機関などの詳細は、市ホームページ「令和5年秋開始接種について」をご覧ください。

URL <https://www.city.shimotsuke.lg.jp/1069/info-0000008507-3.html>



市ホームページ

Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

令和6年度 体育施設定期利用申請

令和6年度の体育施設の定期利用申請を受け付けます。

■対象団体

年間を通して月1回以上利用する市内登録団体で、次の①～③いずれかの要件を満たす団体

- ①市スポーツ少年団、市スポーツ協会または地域総合型スポーツクラブ加入団体
- ②市立学校または市内高等学校の部活動
- ③10人以上の団体で市在住・在勤者が構成員の7割以上の団体

■申込方法

所定の応募用紙(スポーツ振興課で配布)をスポーツ振興課へ提出または郵送

■申込期間

12月1日(金)～22日(金)

シニア・ファミリースキーツアー 参加者募集

スキー普及のための教室です。

■日程(1泊2日)

Aコース 令和6年1月6日(土)～7日(日)

Bコース 令和6年3月16日(土)～17日(日)

■場所(現地集合・現地解散)

たかつえスキー場(福島県)

■対象者

小学4年生以上

※中学生以下は保護者同伴。

■参加費

大人 17,000円

小学生 15,000円

※リフト代2日分と宿泊料(夕食・朝食代を含む)。レンタルスキーは別料金。

■申込方法

スポーツ振興課・スポーツ交流館窓口

■申込期間

Aコース 12月15日(金)～25日(月)

Bコース 令和6年2月20日(火)～3月1日(金)

■問い合わせ先

スキー協会事務局 梁島 ☎090(6945)3112



元気ワイワイ南河内 親子スキー教室の参加者募集

初心者でも参加可能です。現地インストラクターが午前中に2時間レッスンをします。この機会にぜひ参加してみませんか。

■日時

令和6年1月21日(日)

■場所

だいくらスキー場(福島県南会津町)

■対象者

原則市在住・在勤の方

※小学生までは保護者同伴。

■定員

35名

■行程(予定)

午前5時30分 南河内公民館駐車場出発

午前9時 スキー場着

(午前中の教室参加者以外は自由行動)

午後3時30分 スキー場出発

午後7時 南河内公民館着

■参加費(リフト券・昼食代込み)

大人 7,000円

子供(小学生まで) 6,000円

レッスン参加費(小学4年生以上) 1,000円

■申込方法

所定の申込用紙を、参加費を添えて窓口に提出

■申込期間

12月4日(月)～

※定員になり次第締め切り。参加者25名以下の場合は中止します。
※令和6年1月15日(月)以降のキャンセルは料金が発生します。

■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

(土日・祝日を除く午前9時～午後5時)

環境トピックス

■問い合わせ先■ 環境課 ☎(32) 8898

令和5年度下野市ごみ減量化ポスターコンテスト 入賞者決定

ごみ減量化と環境への負担が少ない地域づくりを目指すため、夏休みに市内の児童生徒を対象に「ごみの分別」をテーマとしたポスターコンテストを実施したところ、合計649点の応募をいただきました。

厳正な審査の結果、次の方が入賞となりました。おめでとうございます。

入賞作品は市役所にて展示を行うほか、市ホームページでもご覧いただけます。

入賞作品の展示

■日時

12月10日(日)～令和6年1月5日(金)
(土日・年末年始含む)

午前8時30分～午後5時15分

※毎週火曜日は午後7時まで、
最終日は午後4時30分まで。

■場所 市役所1階市民ロビー

■小学校(1～3年生)・ 義務教育学校(1～3年生)の部



最優秀賞

祇園小3年
櫻澤あかり

■小学校(4～6年生)・ 義務教育学校(4～6年生)の部



最優秀賞

国分寺小4年
中元結衣

■中学校・ 義務教育学校(7～9年生)の部



最優秀賞

石橋中1年
上野愛未

優秀賞

石橋北小3年 飯島聡香
石橋北小3年 鈴木春菜

佳作

南河内小中2年 添野耕生
石橋北小3年 高山花
国分寺東小3年 山家風介
国分寺小3年 鈴木ゆな
国分寺小2年 菊地修司

優秀賞

南河内小中5年 元西結琳
祇園小5年 神谷彩乃

佳作

南河内小中6年 宇賀地菜子
南河内小中5年 首藤理子
祇園小5年 清水優太
国分寺小6年 大久保桜那
国分寺小6年 鈴木陽莉

優秀賞

南河内小中7年 野口公紹
国分寺中1年 水谷潤平

佳作

南河内小中8年 山田零
南河内小中7年 高山亘喜
南河内小中7年 富永滯
南河内小中7年 大嶋零音
南河内第二中1年 北谷旺理
(敬称略)

うちの子わん・にゃんフォトコンテストの作品募集

小山地区動物保護管理協議会(栃木県獣医師会小山班・県南健康福祉センター・小山市・野木町・下野市で構成)では、犬や猫と幸せに暮らす飼い方を考えていただくきっかけとなるように、フォトコンテストを開催します。

愛犬・愛猫のいきいきとした表情やかわいらしいしぐさなどを写真に撮ってご応募ください。

■応募対象

- ・市に登録されている犬
- ・市在住者の飼い猫(室内限定)
- ※一人2点まで応募可能。

■応募方法

しもつけオンラインサービスまたは環境課へメール

✉kankyoku@city.shimotsuke.lg.jp

必要事項

- ①住所 ②氏名 ③電話番号 ④メールアドレス
- ⑤写真のタイトル ⑥ペットの名前
- ⑦写真データ(jpegまたはjpg形式で5MB以下)

■応募期限 12月22日(金)

■その他

- ・概ね6か月以内に撮影された未発表の作品に限ります。
- ・組写真や合成処理画像は不可。軽微な補正(トリミングや明暗補正など)は可。
- ・応募写真の使用権は小山地区動物保護管理協議会に帰属し、ホームページなどへの掲載に同意したものとします。



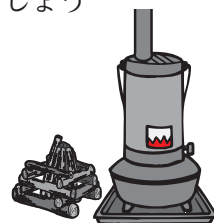
申込フォーム

薪ストーブの適正な使用

化石燃料を使用しない環境にやさしい暖房として利用されている薪ストーブですが、近年、煙やにおいなどの相談が寄せられているほか、誤った使用により火災が発生する危険があります。現在使用している方やこれから購入を考えている方は、次の注意点を参考に適正な使用を心がけてください。

薪ストーブ使用時の注意点

- ・よく乾燥した薪を使用しましょう
- ・近隣への配慮をしましょう
- ・煙突はこまめに清掃しましょう
- ・火災の原因になるような燃えやすいものは近くに置かないようにしましょう



狂犬病予防注射はお済みですか

狂犬病予防注射が未接種の場合は、動物病院での接種をお願いします。

動物病院にて接種後は、病院から交付される「狂犬病予防注射済証」(紙の証明書)をお持ちのうえ、環境課の窓口にて「狂犬病予防注射済票」の交付手続きをお願いします。

獣医師会非加入の動物病院で接種済みの場合には、市に届出をし、注射済票の交付を受ける必要があります。

■手数料

狂犬病予防注射済票交付手数料 1件につき550円

土砂の埋め立て等の際に必要な届け出

有害物質を含んだ土砂の埋立て等による土壌の汚染や土砂の崩落による災害の発生を未然に防止するため、「下野市土砂等の埋立て等による土壌の汚染及び災害の発生の防止に関する条例」を制定しています。

土砂の埋立て等をする面積が500㎡以上3,000㎡未満の事業を行う場合は、市の許可が必要です。申請方法などについては、環境課までお問い合わせください。

土砂の埋立て等をする面積が3,000㎡以上の場合は、栃木県の土砂条例が適用となりますので、栃木県小山環境管理事務所 ☎(22)4309にご確認ください。

不用品リサイクル情報

環境課では、不用品リサイクルの情報を提供しています。当人同士でよく話し合いのうえ、譲り渡しを行ってください。

〈譲りたい〉

ポータブルトイレ、ランドセル(黒)、小手(剣道用具)、突き垂(剣道用具)

〈譲ってほしい〉

生垣用バリカン、電動シニアカー、第二薬師寺幼稚園制服・運動着など(110~130cm)、車いす、自転車、ノートパソコン、プリンター(本体)、トースター、電気式ストーブ



社会教育指導員(会計年度任用職員)の募集

市内の公民館などで、社会教育指導員として市民の生涯学習活動のサポートができる方を募集します。

■**業務内容** 各施設の窓口業務(施設の予約受付など)、事務補助、各種講座の企画・運営、サークルやボランティアなど自主活動団体の活動支援

■**募集人数** 若干名

■**応募資格** (1)~(4)すべてに該当する方

- (1)高等学校卒業以上の学歴を有する方
- (2)次のいずれかに該当する方
 - ①社会教育主事の資格を有し、5年以上官公署もしくは社会教育関係団体において社会教育に関係する職にあった方
 - ②教育職員の普通免許状を有し、5年以上教育に関する職にあった者で社会教育主事の資格のある方
 - ③その他社会教育に係る活動経験があり、①②に掲げる

者に相当する経験があると教育委員会が認めた方

- (3)パソコン(ワード・エクセル)による事務処理ができる方
- (4)普通自動車免許(AT車免許可)を有する方

■**任用期間** 令和6年4月1日~令和7年3月31日

※教育委員会が認める場合は、再任あり(任用試験あり)。

■**勤務日** 月13日(午前8時30分~午後5時15分)

■**勤務を要しない日**

日・月曜日、祝日
※出勤日は、行事・職場内のシフト調整により決定。行事により勤務を要しない日や夜間に勤務する場合があります。

■**勤務場所**

国分寺公民館、石橋公民館、南河内公民館、南河内東公民館、生涯学習情報センター

■**時給** 1,492円~

※交通費、期末手当支給。有給休暇あり(市の規程による)。雇用保険加入、社会保険適用。

■**試験日時** 令和6年1月22日(月) 午前9時~(予定)

■**試験会場** 市役所

■**試験内容** 作文・面接試験

■**申込方法** 必要書類を生涯学習文化課へ提出

※受付期間外・郵送・書類不備のものは受理できません。

必要書類

- ・受験申込書(生涯学習文化課・公民館・生涯学習情報センター窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロード可能)
- ・市販の履歴書(写真貼付)
- ・社会教育に係る活動に関する事項

■**申込期間**

12月1日(金)~令和6年1月5日(金) 午前9時~午後5時

※土日・祝日および12月29日(金)~令和6年1月3日(水)を除く。

■**合否発表**

令和6年2月下旬頃に結果を郵送
※勤務先は3月下旬に決定。

■**申し込み・問い合わせ先**

生涯学習文化課 ☎(32)8919

第46回 グリムの里新春書きぞめ大会の参加者募集

新年を迎えるにあたり、恒例の書きぞめ大会を開催します。多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

■**日時**

令和6年1月6日(土)
午前9時~正午

■**場所** 石橋体育センター

■**対象者** 幼年・小学生・中学生・高校生・一般

■**参加費** 1,500円

※一般の部は無料。

■**実施方法**

大会会場で、各自が指定用紙に課題を清書

■**申込方法**

参加費を添えて申し込み

■**申込期限** 12月20日(水)

■**申し込み・問い合わせ先**

大会事務局 中川

☎(53)4388

生涯学習文化課

☎(32)8919

パソコンなんでも相談会

パソコンに関する困りごとはありませんか? 楽しいパソコンライフのお手伝いをします。

■**日時**(木曜日・要予約)

令和6年1月4日・18日
午後2時30分~4時

■**場所** 市民活動センター

■**相談受付** 下野PC愛好会(パソコンボランティア講師団体)

■**申し込み・問い合わせ先**

生涯学習情報センター

☎(32)6122

障がい福祉瓦版

「教育・福祉 つながる勉強会」

■相談・問い合わせ先 市障がい児者相談支援センター ☎(37)9970

12月3日から9日は「障害者週間」です。国民が広く障がい福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会、経済、文化、その他あらゆる分野の活動に、積極的に参加することを目的としています。

障がい者を取り巻く環境には、たくさんの課題があります。その解決に向けて市障がい児者相談支援センターでは、福祉関係の支援機関はもちろん、医療や教育など、様々な分野と協力し支援体制の構築と強化を図っています。

今回は、教育機関との連携を目的に、7月に開催された「教育・福祉 つながる勉強会」についてご紹介します。

「教育・福祉 つながる勉強会」

- 日時 7月24日 午前9時30分～正午
- 場所 栃木県立学悠館高等学校
- 参加者 教員、行政機関、障がい者の相談機関
- 内容 学校紹介、事例報告、福祉サービスの紹介 など

在学中から家族、学校、障がい児者相談支援センターが連携し、互いの役割やできることを共有しながら、卒業後、就労支援にスムーズに移行できた好事例を発表し、関係機関で共有する機会となりました。幼少期から就学、就労に至るまで、本人の個性や強みを生かしたきめ細やかで途切れない支援を実現するため、まずは教育と福祉、そして行政がそれぞれの役割や取り組みを知り、学びあい、つながることが大切です。今後も、他機関との連携を推進するため継続した取り組みとなるよう努めていきます。



《参加者の声》

- 福祉サービスや相談窓口を知ることができた。
- 学校として何かできることはないか考える貴重な機会となった。

- まずはつながること、連絡を試みることが大切だとわかった。
- 連携して進めることで、より良い支援が期待できると感じた。



- 多様な生徒への教育の現状を知ることができた。
- 先生方が、熱意をもって生徒の対応にあたっていることがわかった。

- 先生方が、どんなことで困っているのか知ることができた。
- 特別支援学校以外の学校とは、これまで連携できていなかった。
- これからは在学中の早い段階から、協力して支援していきたい。

発達障害者相談支援サポーター

今回の勉強会では、市障がい児者相談支援センターに在籍している「発達障害者相談支援サポーター」が事例発表を行いました。サポーターは、発達障がいがある方やその家族などからの相談に応じるなど、関係機関への橋渡しの役割を担っています。

今後も県の発達障がい地域支援マネージャーらと協力しながら、より良い支援体制をつくっていきます。

図書館

Library Information

利用案内

■12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

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

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

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
<https://www.shimotsuke.library.ne.jp>



石橋図書館

■おはなし会

12月16日(土) 午前10時30分～
クリスマススペシャル

1月6日(土) 午前10時30分～
「十二支のはじまり」ほか

■ぬいぐるみのおとまり会

12月16日(土) 午前10時30分～正午
※おはなし会参加後に受付

12月17日(日) 午後3時～3時30分
対象：小学生以下

定員：先着15名 ※要申し込み

■新聞コラム書き写しの会

12月18日(月) 午前10時～11時
持ち物：筆記用具

■ちいさなおはなし会

12月18日(月) 午前10時30分～

国分寺図書館

■クリスマス会

12月9日(土) 午後2時～

①お話ポケットの会

人形劇「ぼんたのじどうはんばいき」ほか

②オカリナクラブドルチェ

「赤鼻のトナカイ」ほか

場所：2階視聴覚室

対象：小学生以下

定員：先着20名 ※要申し込み

■自治医大予防医学講座 (全3回)

第1回 12月10日(日)「心臓病」

講師：星出聡 氏

第2回 12月17日(日)「ピロリ菌と胃がん」

講師：井野裕治 氏

第3回 1月14日(日)「あなたの姿勢だい
じょうぶ？」 講師：白石康幸 氏

時間：午後2時～3時

場所：2階視聴覚室

対象：一般

定員：各回先着26名 ※要申し込み

全館からのお知らせ

◆冬休みすいせん図書について

より多くの方にご利用いただけるよう、『貸出・予約は利用者カード1枚につき1冊／延長不可』とさせていただきます。ご協力をお願いします。

期間：12月9日(土)～1月9日(火)

◆新春企画／本のお楽しみ袋

袋の中身は借りてからのお楽しみ！各館、1月4日(木)からスタートします。
※数量限定、なくなり次第終了

南河内図書館

■冬のおたのしみ会

12月9日(土) 午前10時30分～

内容：ブラックシアターなどスペシャル
なおはなし会

場所：2階視聴覚室

対象：小学生以下

定員：先着30名 ※要申し込み

■ホンダ「森の夢工房」

12月16日(土) 午後1時30分～

森の素材で自由に工作してみよう

場所：2階視聴覚室

対象：小学3年生～6年生

定員：先着20名 ※要申し込み

協力：本田技研工業(株) 環境わごん

■紙しばいと読み語り

12月23日(土) 午後2時～

「こりすのクリスマス」ほか

場所：2階会議室

■新春☆運だめし

1月4日(木)～ ※景品がなくなり次第終了

1人1回、図書・雑誌を合わせて10冊以上借りた方限定！

催し物などは状況に応じて中止・延期・内容変更をする場合があります。詳細や最新情報は図書館のホームページやX(旧Twitter)をご覧ください。

図書館購入図書のご案内 (一部)

<一般書>

- ・ハジケテマザレ (石・国) …金原ひとみ
- ・列 (石・国) …中村文則
- ・本の葉にぶら下がる (国) …斎藤真理子
- ・令和阿房列車で行こう (国) …乾正人
- ・いまここ (南) …谷川俊太郎
- ・キッチン常夜灯 (南) …長月天音

<児童書>

- ・なんとかなる本 (石・国・南) …令丈ヒロ子
- ・こらしめじぞう (石・国・南) …村上しいこ
- ・ドロップイン！ (国) …あさだりん
- ・9時半までのシンデレラ (国) …宮下恵菜
- ・ゆきのひ (南) …サム・アッシャー
- ・おふろのいえで (南) …新井洋行

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



地元に行って、 作って、食べた 日本全国 お雑煮レシピ

粕谷 浩子 著
池田書店

各家庭で作られるお雑煮を求めて、約10年に渡り日本各地に足を運んできた著者が、珍しいレシピや、お雑煮づくり体験記などを一挙公開。外食とは一味違う、家庭料理の魅力が満載です。来年のお雑煮づくりの参考にいかがでしょうか。(国・南)

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

「年末年始」

今月も残すところあとわずかとなりました。今年は皆さまにとって、どんな一年でしたか。今回は年末年始にちなんだ本を紹介します。一年の中で最も大きな節目の時期を、皆さまが豊かに過ごすお手伝いができれば幸いです。

よいお年をお迎えください。



おせちのみんな あつまって!

真珠 まりこ 作・絵
ひさかたチャイルド

名前を呼ばれたおせち料理のみんなが重箱に集まります。おせちに込められた願いや意味、由来について学べる絵本です。(石・南)



汚れ落とし研究家 茂木和哉の ラクラク掃除術

茂木 和哉 著
マイナビ出版

自分の掃除の傾向をフローチャートを使って3タイプに分類できます。それぞれに適切な掃除の仕方が紹介されています。(南)



おふくさんの 12かげつ

服部 美法 ぶん・え
大日本図書

旧暦の月の名前を持ったおふくさんたちが12か月の福行事について紹介してくれる歳時記絵本。読んでいただけで癒されます。(石・国・南)



「ついで掃除」で キレイが続く

井上 めぐみ 著
婦人之友社

毎日何かをするついでに掃除をすることで、楽にキレイが続く方法を紹介。掃除が苦手な方にもおすすめの1冊です。(国)



神々の系譜を知り、 神話ゆかりの地を ひも解く ニホンの神様& 神社マップ

記紀と神社をめぐる会 著
メイツユニバーサルコンテンツ

日本の神様・祭り・神社について、参拝がより楽しくなる情報を掲載。日本全国の神様・神社を地図と図解で分かりやすくひも解きます。(石)



神社のえほん

羽尻 利門 作
あすなろ書房

氏子総代を努める著者による絵本。神社の境内を細部に渡り丁寧に案内しています。まるで見学をしているような感覚になります。(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。【(石)=石橋 (国)=国分寺 (南)=南河内】

所蔵館以外でも予約をかけ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。

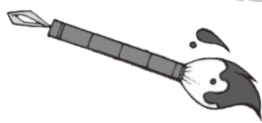
石橋図書館 ☎(52)1136/国分寺図書館 ☎(44)3399/南河内図書館 ☎(48)2395



新・下野市風土記

「年の瀬の祓い」
はら

下野市教育委員会 文化財課



12月も中旬になると、きれいな部屋で新年を迎えようと大掃除をする家庭が多いのではないのでしょうか。特に新型コロナやインフルエンザなどウイルス性の伝染病が流行した昨今、常時使う場所のほか、家中のホコリなどもきれいにしてしまいたいものです。

現代人のように科学の進歩により伝染病がウイルスに起因すると分かっているにもかかわらず、「アマビエ」など非現実的なものを頼りにしてしまいます。人間の心情として神頼みは、いつの世でも同じなのかもしれません。

理科学的な分析が不可能であった古代においても、最後は神仏に頼りました。そのため、年間を通じて様々な祭祀行為が規定に従って行われました。その実施要綱のような決め事は、下毛野朝臣古麻呂が編さんに関わった「大宝律令」に始まる「律令」のうちの「令」(行政的な内容が多い)により決められました。平安時代まで幾度も改変が行われ、現在「延喜式」「令集解」「令義解」として伝わっています。令の規定は第一条「官位令」から始まり、第六条「神祇令」に祭祀に関する規定が定められています。その中には、春夏秋冬のシーズンごとにどのような祭礼をするのかが記されています。

例えば、春の終わり頃に催された「鎮花祭」は、大和国一之宮の大神神社(三輪明神：奈良県桜井市三輪)などで行われた祭りで、春に花が咲く(花粉が飛散する)とそれと共に疫神が四方に分散し、疫病を起こすと考えられ、それらを鎮めるための祭りであったようです。千年以上前に花粉症は無かったかもしれませんが、何か現代の病に通じる症状があったのでしょうか。

「神衣祭」は、伊勢神宮において神の御衣を織って奉納する4月と9月に行われる行事で、この衣を織る人たちが麻績連・服部連ですが、奈良時代の下野国内にも大麻績部・若麻績部名の氏族が多数いたようです。古代河内郡の役所と考えられている国史跡上神主・茂原官衙遺跡(宇都宮市・上三川町)の倉庫に使用された複数の瓦には、この氏族名が線刻されています。同様に4月と9月には、奈良県生駒郡竜田神社などで風の神を祀る「風神祭」が行われました。

また、季の夏(6月)と季の冬(12月)には「鎮火祭」と「道饗祭」が行われました。この2つの祭祀はセットで行われていたようで、対になって記されています。どのような内容か全容は分かりませんが、いずれも藤原京や平城京・平安京などの宮都の四隅の衢で行われ、延喜式や令義解によると、「鎮火祭」は「宮城四方角」において火災を防ぐため、卜部(祭礼を司る氏族)が、(舞錐の)火起こし具で火を起こし、火を祝詞と共に火の神に捧げる儀式が行われたようです。「道饗祭」は都の中に「鬼や魍魎」が入ってこないように、都に通じる道の出入口にお供え物を置き、鬼などを饗応して帰ってもらうお祭りのようです。延喜式には類似する祭りとして「宮城四隅疫神祭・畿内堺十処疫神祭」などが記されています。古代には、疫神などの禍があちこちから入ってくる、交差点の衢に滞留する、と考えられたようです。

この祭祀は都のある畿内だけで行われたのではなく、地方でも同様の祭祀が行われたことが、発掘調査により判明しています。史跡多賀城跡(宮城県多賀城市)や北陸の郡役所跡などから、祭祀に使われたと考えられる様々な遺物が出土しています。下野国府(栃木市)でも同様にこの鎮火祭が行われていたようで、「真火祭□□」(□は判読不能文字・国府4173)と記された木簡の破片が出土しています。中央から役人が派遣された地方の役所である国府や多賀城、大宰府などでも、都と同じような碁盤の目のような構造の都市空間がつくられ、都と同じような祭祀が行われたようです。

参考文献：栃木県教育委員会 『下野国府』 木簡編

地域おこし協力隊通信

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。

イベント開催報告！

シモツケ大学「コミュニティコーピング体験会」を開催しました！

10月17日に、ボードゲームを通じて「社会的孤立」という誰もが当事者になりうる社会課題を考えてみる授業を開催！ 広報を開始してから一週間で定員が埋まってしまうほどの人気講座でした。楽しみながら、人とのつながりをつくることの大切さを実感できた、素敵な授業でした…！

アンコール開催も現在検討中です！



「とちぎわかもの交流会」が開催されました！

栃木県出身の10代～30代の若者が集まって、わいわいがやがや交流するイベントが、東京都内で開催されました！ 「栃木県出身の方が集まって交流できる場があったら…」「都内にいながらも地元とつながれる場があったら…」そんな思いで開かれた交流会。地元を出てからも、出る前も、もっとこんな会があるといいですよね！

東京圏に住む若者たちが集まれる場を今後もつくってできれば、なんて思っています。

12月のイベント情報！

シモツケ大学「しもつけミートアップvol.4」を開催します！

下野市に暮らす面白い人に出会う授業、第4弾！

自分の好きなことや特技を活かしている方、興味深い活動をしている方を招いてお話を聞く、ゆる～い交流の場です。今回のゲストは、音楽家、ダンサー、絵画造形講師の3名！ 乞うご期待、です！

■日時 12月8日(金)

午後7時30分～9時30分

■場所 シェアスペースWEL (石橋779-1)



シモツケ大学「妄想&アイデア相談会」を開催しています！

下野市のひと・もの・ことを活かした、「自分が知りたい／やってみたい」を形にするための相談会を実施しています。経験豊富な事務局メンバーと一緒に、アイデアを膨らませてみませんか？

■日時 (毎月第2水曜日)

12月13日 午後7時～9時

■場所 シェアスペースWEL (石橋779-1)

詳しい情報や授業へのお申し込みは
SNSまたはホームページから！→



■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886



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

年金の請求

老齢基礎年金の「繰上げ受給」と「繰下げ受給」

老齢基礎年金は、原則65歳から受け取ることができます。しかし、本人の希望により、65歳になる前や66歳になった後の希望するときから年金を受け取ることもできます。これを、老齢基礎年金の「繰上げ受給」・「繰下げ受給」といいます。

老齢基礎年金の繰上げ受給

老齢基礎年金を60歳から64歳の間に受け取ることを、「繰上げ受給」といいます。繰上げ受給を請求した場合、本来の受給開始日より早く年金を受け取れるようになりますが、年金額は65歳から受け取る場合よりも減額されます。

■繰上げ受給の減額率

出生日	減額率	最大減額率
昭和37年4月2日以降	繰上げた月数 ×0.4%	24%
昭和37年4月1日以前	繰上げた月数 ×0.5%	30%

■繰上げ受給の注意点

- ・取り消しや変更はできません。
- ・請求時の、65歳になるまでの月数に応じて年金額が減額され、その年金額は生涯変わりません。
- ・老齢基礎年金と老齢厚生年金は併せて繰上げ受給の請求をする必要があります。原則としてどちらか一方のみを繰上げ受給することはできません。
- ・繰上げ受給後、65歳になるまでの間に障害基礎年金の対象の状態になった場合でも、障害基礎年金を受給することはできません。
- ・65歳になるまでは、遺族厚生(共済)年金と、繰上げた老齢基礎年金を同時に受け取ることはできず、どちらか一方を選択することになります。65歳からは両方を受け取ることができます。老齢基礎年金は減額されたままです。
- ・寡婦年金を受ける権利がなくなります。
- ・国民年金への任意加入や保険料の追納はできません。

老齢基礎年金の繰下げ受給

老齢基礎年金を66歳から74歳(昭和27年4月1日以前生まれの方は69歳)の間に受け取ることを、「繰下げ受給」といいます。繰下げ受給を請求した場合、年金額は65歳から受け取る場合よりも増額されます。

■繰下げ受給の増額率

繰下げた月数×0.7%(最大84%)

■繰下げ受給の注意点

- ①66歳になった日以降の、繰下げ期間待機中に、他の公的年金の受給権が発生した場合には、その時点で増額率が固定され、請求手続きを遅らせても増額率は増えません。
- ②医療保険・介護保険などの自己負担や保険料、税金などに影響する場合があります。

共通事項

■手続き場所

年金加入期間が国民年金(第1号被保険者)のみの方 市民課

上記以外の方 年金事務所

※繰上げ受給や繰下げ受給は、注意事項などを十分考慮したうえで請求してください。注意事項は、前記の他にも老齢厚生年金などに係るものがあります。詳細は、日本年金機構のホームページでご確認ください。

URL <https://www.nenkin.go.jp/index.html>

高齢者任意加入制度

60歳までに、老齢基礎年金の受給資格期間(納付済み期間120月)を満たしていない場合や受給額が満額でない場合、国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、受け取る年金額を増やすことができます。

■任意加入できる方

- ①～④のすべてに該当する方
- ①60歳以上65歳未満
- ②厚生年金や共済組合に加入していない

③繰上げ受給をしていない

④20歳以上60歳未満までの国民年金保険料の納付月数が480月(40年)未満

■加入期間

60歳になる前日以降の、任意加入の申し込みをした日から、65歳になる月の前月まで(受給資格期間を満たしていない場合は70歳になる月の前月まで)、または保険料納付月数480月を満たすまで
※さかのぼって任意加入するこ

とはできません。

■手続き場所 市民課

※時間に余裕を持ってお越しください。

■必要なもの

- ・本人確認書類(運転免許証やマイナンバーカードなど)
- ・年金番号がわかるもの
- ・配偶者の年金番号がわかるもの(配偶者がいる場合)
- ・金融機関等の通帳と届出印

■保険料納付方法

原則口座振替

Shimotsuke English Forum (下野市英語プレゼンテーション発表会)

市内児童生徒の皆さんが、日頃の英語学習の成果を生かして、英語でプレゼンテーションを行います。市内に勤務するALT(外国語指導助手)との国際交流会と、昨年度まで「教育のつどい」で発表していた「子ども未来プロジェクト」の実践報告会も行います。どなたでもご覧いただけますので、お気軽にお越しください。

■日時 12月16日(土) 午後2時～4時30分
(午後1時30分開場)

■場所 石橋公民館2階会議室2～5

※詳細については二次元コードから教育研究所ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先

学校教育課 ☎(32)8918



企画展関連講座 古墳ジオラマづくり

粘土の古墳などを並べて、古墳時代の小さな風景ジオラマを作る体験講座です。

■日時

令和6年1月21日(日) 午後1時30分～3時

■場所 しもつけ風土記の丘資料館 新館講堂

■対象者 小学生以上

■定員 10名

■参加費 300円

■申込方法 電話、来館

■申込期間

12月20日(水)

午前9時～

■申し込み・問い合わせ先

しもつけ風土記の丘資料館

☎(44)5049

〒329-0417 国分寺993



県立博物館連携講座

栃木県立博物館から学芸員の方を講師に招いて、講座を開催します。

■日時 令和6年2月18日(日)

午後1時30分～3時

■場所

しもつけ風土記の丘資料館 新館講堂

■対象者 一般(小学生以上)

■定員 先着20名

■内容 「近世下野の水運について」

■講師 栃木県立博物館 飯塚真史氏

■参加費 無料

■申込方法 電話、来館

■申込期間

令和6年1月10日(水) 午前9時～

■申し込み・問い合わせ先

しもつけ風土記の丘資料館 ☎(44)5049

〒329-0417 国分寺993

ピンクブルーカフェ お空の子のママパパのおしゃべり会

流産・死産などでお子さまをお空に見送ったママ・パパ同士の「よりどころ」となる場です。ひとりじゃないよ、泣いても笑っても大丈夫。ちょっとおしゃべりしてみませんか。本の貸し出しも行っています。

■日時 12月7日(木)

午前11時～午後2時(出入り自由)

■場所 LARIMAR(花田159-6)

■内容

予約不要 おしゃべり、お空の子へのラブレター書き

予約制 ランチ

■参加費 無料(ランチ1,000円)

■申し込み・問い合わせ先

そらまま

✉soramama.2023@gmail.com



@SORAMAMA_PAPA



働くお母さんの味方!

病児保育

病児保育 体調不良児

認定こども園 愛泉幼稚園 愛泉ベビーケア

開室日 月曜日～金曜日

時間 午前8時～午後5時

対象児 生後6ヶ月～小学3年生(6年生まで応相談)

市内在住、保護者が市内勤務

料金 1時間150円(給食代別途)

お電話 0285.44.7783

当日お預かり可

ベビーケア

ネット予約サービス

あずかるこちゃん



下野市委託施設 愛泉

年末特別番組

「YOU 顔マルシェ」で振り返る1年

【放送期間】12月28日(木)～31日(日)

【放送時間】8:00～ / 14:00～ / 19:00～ほか

吉田村の夏祭やエゴマ灯明の会など
下野市の1年をCATVの話題で振り返りましょう!

※プログラムは予告なく変更となる可能性があります。予めご了承ください。

地上デジタル101CH



ケーブルテレビ栃木 0120-25-1819

お知らせ

イベント

お知らせ

募集

就職

相談

自動運転バスに乘ろう@下野市



自動運転バスの実証実験

栃木県が実施している栃木県ABCプロジェクトの一環として、通常バス路線の一部を自動運転バスに変更して運行します。

■運行期間 令和6年1月16日(火)～2月19日(月)

■運行区間 JR自治医大駅東口と自治医科大学附属病院の区間(片道約1km)

■運賃(片道) 大人190円 小児100円

■車両ラッピング 産業祭での投票により決定!



自動運転バス試乗会参加者募集

試乗会は無料で乗車できます。

■試乗会日時 令和6年1月14日(日) 午後(予定)

■出発場所 JR自治医大駅東口

■申込方法 県ABCプロジェクトホームページ内の予約フォーム

■申込期間 12月11日(月)～22日(金)

※試乗会では、途中のバス停及び自治医科大学附属病院で降車はできません。

※お車でお越しの際は、市役所駐車場(有料)または近隣有料駐車場をご利用ください。

共通事項

実証期間中の土日・祝日も無料で乗車できるよう調整中です。

自動運転バスの詳細は、県ABCプロジェクトホームページ(二次元コード)をご覧ください。

■問い合わせ先 安全安心課 ☎(32)8894



マイナンバーカードの出張申請サポート

マイナンバーカードの申請に必要な顔写真の無料撮影や、申請書の記入補助などを行う「出張申請サポート」を実施します。

■日時 12月7日(木)・20日(水)

午前9時～正午

■場所

ゆうゆう館(ふれあいホール)

■対象者 初めてマイナンバーカードを申請する方

■持ち物 マイナンバーが分かるもの(ID付き申請書、マイナンバー通知カード、個人番号通知書など)

■問い合わせ先 市民課 ☎(32)8896

確定申告はマイナンバーカードを使ってスマホ申告!



マイナンバーカードとマイナンバーカード読取対応のスマートフォンをお持ちの方は、スマホ申告が便利です。

スマホ申告のメリット

- ・混雑している確定申告会場に出向く必要がありません。
- ・国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して、自動計算で確定申告書を作成できます。
- ・青色申告決算書・収支内訳書も作成できます。
- ・マイナポータルと連携し、控除証明書などのデータを自動入力できます。

スマホのカメラで自動入力!

スマホのカメラで給与所得の源泉徴収票を撮影すれば、金額や支払者情報などが自動で入力され、とても便利です。

■問い合わせ先

税務課市民税グループ ☎(32)8891

結婚相談所 BERRY

下野市で結婚相談所をお探しですか?

- 1年以内のご成婚を目指します
- 地方の婚活を応援する結婚相談所
- 無料相談受付ます 婚活を始めようか迷われている方 出会いが少なくお悩みの方

ホームページ 公式LINE

栃木県下野市石橋779
080 (5847) 2555 担当: 大根田

■相続 ■遺産分割 ■生前贈与 ■遺言書作成
相続税申告も財産の名義変更も一括安心のサポート

飯野洋税理士
行政書士事務所

相談無料 お気軽に!

下野市下古山2328-22
TEL.0285-29-7561
http://www.iinokaikei.jp

水道水放射性物質の検査結果

■検査条件

- 採取日 9月12日
- 採取場所 下野市各配水場
- 基準値(セシウム134及び137の合計) 10Bq/kg

■検査結果

配水場	セシウム134	セシウム137
南河内 第1	不検出	不検出
石橋 第1	不検出	不検出
国分寺 第1	不検出	不検出
南河内 第2	不検出	不検出
石橋 第2	不検出	不検出
国分寺 第2	不検出	不検出

※検査結果は市ホームページでも公開しています。

■問い合わせ先 水道課 ☎(32)8911

水道料金・下水道使用料の支払いは 便利な口座振替で

口座振替を依頼する金融機関の市内支店の窓口でお手続きください。市外支店をご希望の場合は、水道課へお問い合わせください。

■口座振替できる金融機関

足利銀行、栃木銀行、ゆうちょ銀行(関東各都県、山梨県)、みずほ銀行、三井住友銀行、足利小山信用金庫、宇都宮農業協同組合、小山農業協同組合

■持ち物

通帳、届出印、お客様番号が分かるもの(納付書または料金等のお知らせ)

■口座振替日 検針月の25日

※25日が休日の場合は翌営業日。

■問い合わせ先 水道課 ☎(32)8911

市役所の電気設備点検

電気事業法第42条に基づき、市役所庁舎の電気設備点検を実施します。点検中は庁舎内が停電となるため、証明書マルチコピー機の使用や会議室の貸出ができません。ご理解ご協力をお願いします。

■日時 令和6年1月21日(日)

午前8時30分～正午(予定)

■問い合わせ先 総務人事課 ☎(32)6065

南河内東公民館屋外拡声器の一時停止

電気工事に伴い、南河内東公民館南側の屋外拡声器が下記の期間停止します。ご理解ご協力をお願いします。

■停止期間

令和6年1月15日(月)～19日(金)

■問い合わせ先

安全安心課 ☎(32)8894

災害情報テレホンサービスの 電話番号変更



石橋地区消防組合管内(下野市・壬生町・上三川町)の災害状況をお知らせする「災害情報テレホンサービス」のシステム変更に伴い、12月7日(木) 午後2時から電話番号が変更されます。

新しい電話番号 ☎050(1808)9953

※ご利用の通信会社・契約プランにより、通話料金がかかる場合があります。

※変更後は、これまでの電話番号☎0285(53)7311は繋がりにません。

※119番は消防車や救急車を出動させるための大切な緊急電話です。119番へのお問い合わせはお控えください。

消防・災害情報メール配信

石橋地区消防組合管内(下野市・壬生町・上三川町)の災害に関する情報は、メール配信でもお知らせしています。組合ホームページから登録できます。

■問い合わせ先

石橋地区消防組合消防本部通信指令課

☎(53)1119

URL <https://www.119-ifd.or.jp/>

広告

帰省の
時に!

とちいえ
家族で**将来**のことを話し合ってみませんか?

家族が集まる機会が多いお正月。この時期に将来の相続について、話してみませんか?



☑ 土地・建物の評価が気になる

☑ 固定資産税の負担が大きい



☑ 田・畑はどうすればいいの?

☑ 何から始めればいいのか分からない

一つでも当てはまる方は

トチミラ にご相談ください!



とちぎ未来開発(株) ☎028-612-5687

お問合せはこちら

〒321-0925 宇都宮市東築瀬 1-5-10-101



下野市農業経営支援事業 継続支援金

申請期限 12月20日(水) 必着

世界的な原油価格・物価高騰の影響を受けて、生産資材や化学肥料などの価格が高騰しています。生産コストの上昇は農業経営に大きな影響を及ぼしており、農業者にとっては先行きが不透明な状況が続いています。

農業者の負担軽減と今後の営農継続を支援するため、昨年度に引き続き、支援金を交付します。

※交付要件に一部変更がありますので、ご注意ください。

■交付対象者

- ・市内の農地において営農している農業者など(個人・集落営農組織・農業法人)
- ・市外在住の認定農業者または認定新規就農者のうち市内で営農を行っている方

■交付要件

- ・今後も引き続き、市内で営農を継続する意欲があること
- ・個人は令和4年中、法人は前事業年度に、100万円以上の農業収入を得ており、令和5年6月1日以前に所得税にかかる確定申告または住民税申告がなされていること
- ・市税及び公共料金(水道・下水道料金)を滞納していないこと
- ・下野市暴力団排除条例に規定する暴力団等に関係がないこと

■対象者区分・支援金額

対象者の区分	支援額
主たる事業所を市内に有し、営農を行う集落営農組織または農業法人	10万円
市内の認定農業者及び2年目以降の認定新規就農者	8万円
市外に住所を有する者で、市内の農地において営農を行っている認定農業者及び2年目以降の認定新規就農者	
認定農業者及び認定新規就農者を除く、市内でかんぴょうの生産を行っている農業者 上記以外の市内農業者	5万円

※支援金は、いずれかの区分により1回のみの交付となります。

■提出書類

共通

- ・下野市農業経営支援事業継続支援金交付申請書(様式第1号)
- ・誓約書(様式第2号)
- ・下野市農業経営支援事業継続支援金交付請求書(様式第4号)

対象者別添付書類

- ・個人→令和4年分確定申告書の写し、または住民税申告書の写し及び収支内訳書の写し
- ・法人→前事業年度の確定申告書、法人事業概況説明書の写し及び収支内訳書の写し
- ・市外在住の認定農業者または認定新規就農者→市内で耕作していることが確認できる書類
- ・市内のかんぴょう生産者→かんぴょうを生産していることが確認できる書類(出荷伝票等の写し)

■申請書類の入手方法 市ホームページまたは農政課や市内のJA窓口で配布

■申請方法 農政課窓口へ提出または郵送

■申請・問い合わせ先 農政課 ☎(32)8906 〒329-0492 笹原26

農政課



危険木伐採費用補助

市内の道路や公共施設、家屋への倒木の恐れのある危険木を伐採する際の、費用の一部を補助します。

■対象となる危険木 次のすべてに該当するもの

- ・森林法第2条第1項に規定する森林であること
- ・下野市危険木伐採等支援補助金交付要綱第2条に定める「危険木」に該当すること

■補助申請者 次のすべてに該当する方

- ・森林所有者または森林の所有者から伐採の承諾を得ている
- ・下野市危険木伐採等支援補助金交付要綱第4条第2項に該当しない

■補助対象経費

- ・危険木の伐採、撤去及び処分に要する経費(剪定・枝払いのみは対象外)
- ・危険木を有価物として処分する場合は、売却金額を控除した金額

■補助額

補助対象経費の2分の1以内(上限20万円)

■申請期間 随時受付

要件の詳細や様式は、市ホームページをご確認ください。

■申請・問い合わせ先 農政課 ☎(32)8906



今月は“知ってみよう” “やってみよう”

「いきいきと健やかに、フレイル対策をしましょう！ 運動編」

フレイルとは

加齢にともない心身の機能が低下した「虚弱」を意味する言葉で、「健康」と「介護」の中間の状態をいいます。「心」「体」「社会性」の3つの要素が相互に関係しており、早く適切な治療や予防を行えば元の健康な状態に戻れる可能性があります。

フレイル対策のポイント

栄養+口腔

運動

社会参加

高齢者の転倒は骨折に結びつきやすく、そのまま寝たきりにつながるおそれもあります。下肢はたくさんの骨と関節で構成され、多くの筋肉が働いています。転倒予防に効果的な下肢の運動を継続的に行い、「転ばない」身体を作ることが大切です。

『転ばない』ための運動を紹介します

● 立った状態でかかとのおげおろし

- ・ ゆっくりとかかとをあげ、ゆっくりとおろす。
(10～20回から始めましょう)
- ・ ひざが曲がらないように気を付けましょう。



● 座った状態で 膝を伸ばす運動

- ・ イスに腰を掛け、背筋を伸ばしましょう。
- ・ ひざをゆっくり伸ばし、最後は足首を手前に返しましょう。
- ・ 4秒で挙げて、4秒でおろしましょう。



■ 問い合わせ先 高齢福祉課 ☎(32)8904

下野ママの味方！



マタニティ＆産後のためのアロマセラピーサロン

ママとアロマ
MOTHER & AROMA



HP



Instagram

和田マタニティクリニックファミリー認定サロンが誕生！妊婦さんもOK！保育士常駐・ベビールーム完備！赤ちゃんと一緒にどうぞ（託児無料）更年期のお悩みなどお気軽にご相談ください。
☎0285(37)6556

広告

オレンジカフェ・認知症の方を介護している介護者交流会

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、集うことのできる場所です。

しもつけ茶屋

■日時

12月6日(水)・14日(木)
午前10時～正午

■場所 南河内児童館

■内容

12月6日 脳力アップ
12月14日 クリスマス会

より処グリム

■日時 毎月第3金曜日

12月15日
午前10時～正午

■場所

グリムの館2階図書コーナー

■内容 クリスマス会

おひさま

■日時 毎月第4水曜日

12月27日
午後1時～3時

■場所

サン薬局内(文教1-19-4)

ゆうゆう茶屋

■日時 毎月第1金曜日

12月1日、
令和6年1月5日
午前10時～正午

■場所

ゆうがお作業所(ゆうゆう館)

■内容

12月1日
クリスマスコンサート
1月5日 かるたとり大会

■参加費 100円

ひだまり茶屋(送迎付き)

■日時 毎月第1・3木曜日

12月7日・21日
午前10時～正午

■場所

仁良川コミュニティセンター

■参加費 100円

送迎付きの場合 300円
(当面は南河内地区のみ)

※送迎は認知症の方本人または

その家族の方に限ります。

■参加・送迎申し込み先

ひだまり茶屋直通携帯

☎080(8079)5835

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と情報交換の場所です。

■日時 12月22日(金)

午前10時～正午

■場所 グリーンタウンコミュニティセンター会議室

■対象者

現在介護をしている方、または介護をした経験がある方

■内容 ミニクリスマス会

■参加費 無料

■持ち物 飲み物

共通事項

■問い合わせ先

高齢福祉課

☎(32)8904



フードドライブ

家庭で食べきれない食料品を寄付していただき、必要としている市民に配布します。

食料品募集

■募集期限 12月6日(水)

※土日を除く。

■受付場所 ゆうゆう館

■募集品目 お米、乾麺、缶詰、レトルト食品などで常温保存ができ、賞味・消費期限が令和6年2月1日以降のもの

食料品配布

■配布日時(先着順)

12月9日(土) 午前9時30分～11時

■配布場所 ゆうゆう館

共通事項

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会

☎(43)1236 ☎(44)5807

✉info@shimotsuke-syakyo.or.jp



蓮華葬

樹木葬型の高級墓

一 区 画 1 5 万 円 よ り 安 心 価 格

しもつけ堂 石橋店 0285 (51) 0881

フリーダイヤル 0120 (190) 594

フリーピアノ
ミニコンサート

師走のひと時をピアノの音色で。申し込み不要でどなたでもご参加いただけます。

- 日時 12月23日(土)
正午～(40分程度)
- 場所 石橋公民館ロビー
- 演奏 阿久津世千子氏
(ピアニスト)
- 参加費 無料
- 問い合わせ先
石橋公民館 ☎(52)1157

栃木県版図柄入り
ナンバープレート交付開始

図柄入りナンバープレートを取り付けて、とちぎの魅力を全国に発信していきましょう。

申し込み方法などは、県ホームページをご確認ください。



- 問い合わせ先
県地域振興課
☎028(623)2257 県ホームページ

サイレン吹鳴試験放送

火災発生時に注意喚起等を促すサイレンについて、正常に吹鳴するかを確認するため、試験放送を実施します。市内にあるすべての屋外拡声器でサイレンが吹鳴します。ご理解とご協力をお願いします。

- 日時 12月5日(火)
午後1時30分～
※作業状況により、夕方までかかる場合があります。

- 問い合わせ先
安全安心課 ☎(32)8894

募 集

第9期高齢者保健福祉計画(案)
パブリックコメント募集

第8期の「下野市高齢者福祉計画」が今年度末に終了するため、第9期計画を策定します。

皆さまから広くご意見をお聴きするため、パブリックコメントを募集します。

- 募集期間
12月11日(月)～28日(木) 午後5時(必着)
- 閲覧場所
高齢福祉課、市ホームページ
- 提出方法 指定の意見等記入用紙を郵送、FAX、メールまたは直接提出
- 記入事項 氏名、住所、年齢、電話番号
- 意見提出・問い合わせ先
高齢福祉課 ☎(32)8904 ☎(32)8602
✉koureifukushi@city.shimotsuke.lg.jp
〒329-0492 笹原26

道の駅しもつけ農産物直売部出荷者協議会
会員募集

道の駅しもつけでは、安全・安心の下野市産の農産物を出荷してくれる方を募集します。

- 応募資格 ①～④すべてに該当する方
- ①市在住の方で、「安全・安心・新鮮」な市内産の農作物を出荷できる方(特に端境期に対応可能な方)
- ②農産物の生産について、農薬取締法などの関係法令を順守するとともに、栽培履歴が確認できる方(原則農業者)
- ③(株)道の駅しもつけと受委託契約を結んでいただける方
- ④消費者のニーズに対応できるよう、1年を通して安定した種別・数量・品質を供給する生産・販売計画に協力できる方

- 年会費 5,000円
- 申込方法 道の駅しもつけ事務局にある応募用紙を提出
- 申込期限 令和6年1月31日(水)(必着)
- 選考・結果通知

出荷者協議会役員会で選考し、文書で通知
※可否内容に関する問い合わせにはお答えできません。

- 申し込み・問い合わせ先
道の駅しもつけ 河野・永野・市川 ☎(38)6631

広告

遺言 相続 贈与

あんしん相続セミナー

参加無料

<日時> 12/17日 PM1:30～3:00 (開場 1:00)

<テーマ> 年末・年始に考える **あなたの相続**

<会場> 小山城南市民交流センター
小山市東城南4-1-12 ゆめまち2階会議室

<講師>
相続相談あんしんプラザ
行政書士
細見愛子

お申込・お問合せ
一般社団法人 **相続相談あんしんプラザ**

お気軽に電話を! ☎ 0285-38-9550

無料相談
実施中
予約制

広告

～お一人暮らしでお食事やお風呂が不安な方～

こちらは食事付きのアパートのような施設です

◆収入が少ない方でしたら、総額8万円程度からご利用いただけます。

◆同居は出来ないが、1人暮らしの親を近くに呼んで面倒を見てあげたい等ご相談ください。

茨城県結城市新福寺 2-7-2
社会福祉法人 筑波会

フローレンス結城

Tel 0296-32-2234
下野市役所から車で30分

至小山 国道50号線 結城駅 至下館

ここ 保育園 ツタヤ 公園 アクロス/結城市役所
50号バイパス とりせん

ふれあい館 各種教室

■問い合わせ先 ふれあい館 ☎(47)1126

①骨盤調整コンディショニング

骨盤の歪みを調整し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ます。

■日時 毎週火曜日

午前10時30分～11時30分

②機能改善トレーニング

使われにくい筋肉を動かすことで、バランスの良い、動きやすい体作りを目指します。

■日時 毎週火曜日

午前11時50分～午後0時50分

③デトックスヨガ

体幹をねじるポーズをとり、体内に溜まっている毒素の排出を目指します。

■日時 毎週水曜日

午前10時30分～11時30分

④シンプルエアロ&エクササイズ

音楽に合わせて簡単な動作で全身をバランスよく動かす有酸素運動です。後半はボクササイズやマットを使った筋力トレーニングを行います。

■日時 毎週水曜日

正午～午後1時

⑤シンプルヨガ&ストレッチ

初心者向けの簡単なヨガのポーズで心と体のバランスを整え、ストレッチで凝り固まった体をほぐしましょう。

■日時 毎週水曜日

午後1時30分～2時30分

⑥整体ヨガ(予約制)

体を意識的に観察しながら行うヨガで、骨格や筋肉のバランス、自律神経、ホルモン、免疫機能などを無理なく整えます。

■日時 毎週第1・3・5木曜日

午前11時～正午

⑦氣功ヨガ(予約制)

氣功の呼吸法や瞑想を取り入れたリラックス系ヨガで、氣の流れや巡りを良くして体の奥底から元気になりましょう。疲労回復、精神安定、アンチエイジングなどにも効果的です。

■日時 毎週第2・4木曜日

午前11時～正午

⑧フラヨーガセラピー(予約制)

ヨガとダンスの両方を楽しめるフラヨーガは、心身の健康、ストレス解消・リラクゼーションなどに効果のあるセラピーです。

■日時 毎週木曜日

午後1時～2時

⑨かんたんステップ50(予約制)

音楽によって、ステップ台の昇降運動で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

⑩やさしいヨガ

呼吸を意識しながら姿勢・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。

■日時 毎週金曜日

午前10時30分～正午

⑪エアリアルヨガ・ストレッチ(予約制)

ハンモックを低い位置に吊るし、それを支えにして、ストレッチをメインに骨盤調整や体幹・骨盤底筋のトレーニングも行います。高所が苦手な方やシニアの方も安心して参加いただけます。

■日時 毎週土曜日

午後4時30分～5時15分

⑫エアリアルヨガ(予約制)

腰の高さ程度に吊るしたハンモックに体を預け、空中に浮いてポーズをとるヨガです。体の内側の筋肉を使い、引き締まったボディを目指します。

■日時 毎週土曜日

午後5時45分～6時30分

共通事項

■場所 ふれあい館

■対象者 高校生以上

※⑪⑫は体重80kgまでの方。

■定員 12名

※④⑨⑪⑫は7名、⑩は20名。

■受講費 1回800円

※⑪⑫は1回1,000円、回数券との併用不可。

※レッスン後に110円で日帰り湯を利用できます。

■服装・持ち物 動きやすい服装、タオル、飲料水、ヨガマット(④⑨以外の受講者でお持ちの方)、室内用シューズ(④⑨の受講者)

※更衣室はありません。

最新情報はこちら→



イベント

お知らせ

募集

就

職

相

談

きらら館

～ダンスは脳トレ!～ ディスコダンスでエクササイズ

どこか懐かしいディスコナンバーによって、楽しく体を動かしてみませんか。ダンスの振りを覚えて、健康的に踊りましょう! 初めての方もぜひご参加ください。

■日時 12月9日(土) 午後2時～2時50分

■場所 きらら館

■定員 先着30名

■参加費 770円(当日集金)

■服装・持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物、タオルなど

■申込方法 きらら館窓口または電話

■申込期限 当日開始時間まで

■申し込み・問い合わせ先

きらら館 ☎(52)3711

最新情報は
こちら→

消防設備士試験

皆さまのお申し込みをお待ちしています。

■試験日

令和6年2月11日(日・祝)

■試験手数料

甲種 5,700円

乙種 3,800円

■申込方法

電子申請(消防試験研究センターホームページ)

12月1日(金)～12日(火)

■書面申請

12月4日(月)～15日(金)

■願書配布場所

石橋地区消防組合消防本部、
石橋消防署、壬生消防署、上三
川消防署

■申し込み・問い合わせ先

(一財)消防試験研究センター
栃木県支部

☎028(624)1022

URL <https://www.shoubo-shiken.or.jp/>

〒320-0032

宇都宮市昭和1-2-16

栃木県自治会館1階

県南産業技術専門校
在職者向け技能講習

■コース・日程

■実技主体

・技能検定準備講習(旋盤3級)
令和6年1月16日(火)～18日(木)

■受講料 5,040円

■申込期限

各講座開催日の10日前

■申し込み・問い合わせ先

県立県南産業技術専門校

☎0284(91)0803



就 職

児童館厚生員・学童保育支援員
(会計年度任用職員)募集

児童館厚生員

■応募資格 保育士資格または幼稚園～高等学校の教員免許がある方

■勤務日 月～土曜日のうち月21日程度(土曜日は月2回程度)

■勤務時間

午前8時30分～午後5時15分のうち7.5時間

■勤務場所 市立児童館

■時給 1,062円

※有給休暇・通勤手当あり。社会保険・雇用保険・期末手当は諸要件あり。

学童保育支援員

放課後児童支援員認定資格をお持ちでない方は、条件を満たし次第、取得していただきます。

■勤務日 月～土曜日(土曜日は月1回程度)

■勤務時間

平日	午後1時～7時のうち2～5時間
土曜日	午前8時～午後7時のうち6時間程度
長期休業中	午前7時30分～午後7時のうち5～7時間

■勤務場所 市立学童保育室

■時給 1,062円

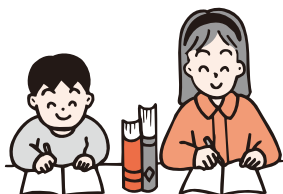
※有給休暇・通勤手当あり。社会保険・雇用保険・期末手当は諸要件あり。

■共通事項

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課

☎32(8903)



資料館員(会計年度任用職員)募集

■業務内容 見学者解説業務、施設清掃管理業務、講座・イベントなどの企画・運営

■募集人数 若干名

■応募資格

・高等学校卒業以上の学歴を有する方
・エクセル、ワードなどパソコンの基本操作ができる方

・普通自動車免許(AT限定可)を取得している方

※業務上、公用車を運転することがあります。

■任用期間 令和6年4月1日～令和7年3月31日

■勤務日時 年間208日(週4日程度)

午前8時30分～午後5時15分(7時間45分)

※土日・祝日勤務あり。

■勤務場所

しもつけ風土記の丘資料館または薬師寺歴史館

■時給 1,339円～

※有給休暇・通勤手当あり。社会保険、期末手当は諸要件あり。

■申込方法 市販の履歴書(写真添付)を、資料館員受験申込書(市ホームページに掲載)と併せて提出(郵送不可)

■申込期限 12月28日(木) 午後5時

■試験概要

■日時 令和6年1月31日(水) 午前9時～

■場所 市役所

■内容 作文試験・面接

■申し込み・問い合わせ先

文化財課 ☎(32)6105

自衛官候補生採用試験

自衛官候補生採用試験(令和6年4月入隊)

■**応募資格** 18歳以上33歳未満の者(32歳の者は採用予定月の末日現在で33歳に達していない者)■**申込期間** 通年■**一次試験日・会場** 受付時にお知らせ

予備自衛官補採用試験(令和6年7月採用)

■**応募資格**

一般 18歳以上34歳未満の者

技術 18歳以上で国家免許資格などを有する者(資格により年齢上限は53歳未満～55歳未満)

■**申込期間** 令和6年1月上旬～同年4月上旬■**試験日** 令和6年4月中旬■**試験会場** 受付時にお知らせ■**共通事項**■**申し込み・問い合わせ先**

自衛隊小山地域事務所 ☎(25)4763

とちぎでの就職活動を支援します！
栃木県公式「とちまる就活アプリ」

スマートフォン向けアプリケーション「とちまる就活アプリ」には、企業情報や求人情報、インターンシップ情報、県内各地で実施される就活イベントやセミナー情報など、県内での就職活動を効率的に進めるための情報が多数掲載されています。マイカレンダー機能も備え、就職活動を支援するツールとしてご利用いただけます。

■**ダウンロード方法**

県の就職支援サイト「WORKWORKとちぎ」からダウンロード

🌐 <https://www.tochimarujob.jp/entry/>

■**料金** 無料■**問い合わせ先** 県労働政策課

☎028(623)3224



相談

「福祉まるごと相談窓口」出張相談会
withまちの保健室

社会福祉課内に設置している、どこに相談したら良いか分からない福祉に関する困りごとなどの相談窓口「福祉まるごと相談窓口」において、出張相談会を開催します。

この相談会は、市内でコミュニティナースとして活動し、無料相談会を定期的に開催している団体「and_nurse(アンドナース)」と連携して開催します。

事前予約は不要で、どなたでもご相談いただけます。福祉や健康に関することでお悩みの方だけでなく、誰かと話したい、交流したいという方のご参加もお待ちしております。

■**日時** 12月27日(水) 午前10時～午後2時■**場所** グリムの館■**問い合わせ先** 社会福祉課 ☎(32)7087

成年後見制度「なんでも相談会」

社会福祉士などによる成年後見制度に関する無料相談会です。

■**日時** 12月22日(金) 午後2時～4時■**場所** ゆうゆう館■**対象者** 市在住で制度の利用を検討している方やその家族、福祉関係者■**定員** 2組程度(1組40分)■**申込期限** 12月20日(水)■**申し込み・問い合わせ先**

高齢福祉課 ☎(32)8904

社会福祉協議会(市成年後見サポートセンター) ☎(43)1236

多重債務者相談窓口

借金でお悩みの方へ

ローンやクレジット、家族の借金などで悩んでいませんか？ 専門の相談員が丁寧にお話を伺います。必要に応じて弁護士の紹介も可能です。相談は無料です。

■**日時** 平日の午前8時30分～午後5時■**相談方法** 電話または面談■**相談・申し込み先**

財務省関東財務局宇都宮財務事務所

☎028(633)6294

障がい者デイサービス(対象:18歳～64歳)

生活介護 スマイルサポート上三川

「笑顔が輝く！人生を楽しむ！」を合言葉に一日を楽しく過ごせる施設です。

■**選べる3コース**■「やりたい」を尊重し選択して一日を過ごせます。

「ゆっくり班」：自分のペースで一日をゆっくり過ごせます。

「作業班」：提携保育園のおもちゃ作り、e スポーツや簡単なIT(工賃300円/1H)

無料体験実施中！

住所：栃木県河内郡上三川町しらさぎ2-1-1

電話：0285-37-9080(体験受付:平日8:30～17:30)

詳しくはホームページまで [スマイルサポート上三川](#) [検索](#)

無料LINE相談

ひきこもり相談会

県子ども若者・ひきこもり総合相談センター(ポラリスとちぎ)との、ひきこもりや不登校に関する合同無料相談会です。

■日時・場所(要予約)

12月19日(火) 南河内公民館
令和6年1月16日(火) 国分寺公民館
午前10時～午後3時

■対象者 市在住の方(家族のみの参加も可)

■定員 4組(1組60分)

■申込方法

前日までに電話、メール、二次元コードから申し込み
※メールは件名を「ひきこもり相談会申込」とし、返信がない場合はご連絡ください。

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉課 ☎(32)7087

✉syakaifukushi@city.shimotsuke.lg.jp



無料宅地・建物無料相談会

(公社)栃木県宅地建物取引業協会県南支部が主催する相談会です。

■日時(要予約)

令和6年1月15日(月)
午前9時～正午

■場所 市役所2階相談室

■定員 3組(1組1時間)

■内容

不動産取引、宅地建物取引など

■申し込み・問い合わせ先

安全安心課

☎(32)8894



無料法律相談

弁護士による法律相談です。

■日時(火曜日・要予約)

①12月12日
②12月26日
③令和6年1月16日
午後1時30分～4時

■場所 ゆうゆう館

■定員 各7組(1組20分)

■申込期間

①12月11日(月)まで
②12月13日(水)～25日(月)
③12月27日(水)～
令和6年1月15日(月)

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会 ☎(43)1236

無料司法書士相談

県司法書士会小山支部が主催する相談会です。

■日時(水曜日・要予約)

12月13日、
令和6年1月10日
午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4組(1組30分)

■内容

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

■申し込み・問い合わせ先

県司法書士会小山支部
本多 ☎(37)9120

無料行政書士相談

県行政書士会小山支部が主催する相談会です。

■日時(木曜日・要予約)

12月28日、
令和6年1月25日
午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4組(1組30分)

■内容 相続や遺言、農地転用、
開発行為、成年後見など

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課
☎(32)8887

心配ごとと悩みごと・子育て相談

どこに相談したらいいかわからない心配ごとや「こんなこと相談していいのかな」という悩み、お気軽にご相談ください。予約不要、相談料無料、匿名や電話でも可。必要に応じて関係機関もご紹介します。

相談日以外で相談を希望される場合はお問い合わせください。

相談名	日時	場所	相談員
心配ごとと悩みごと相談	12月19日(火)、 令和6年1月9日(火) 午後1時30分～3時30分	ゆうゆう館	民生委員・児童委員、 人権擁護委員、行政相談委員
子育て相談(妊娠中・子育て中の方が対象です)	※相談をご希望の方は社会福祉協議会へご連絡ください。		主任児童委員

■相談・問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎(43)1236

消費生活コラム

意見をどう伝えるか ～商品などに不満や苦情があったとき～

お店などの商品やサービスに不満があったとき、お店やメーカーに「苦情」を言うこともあると思います。自立した消費者としては「意見を言う」ことが重要ですが、行き過ぎた言動をとると、相手に意見がきちんと伝わらないばかりか、犯罪として処罰されることもあります。

①ひと呼吸おく

怒りに任せた発言は逆効果。消費者の不満が正当であっても、怒りの感情をそのまま相手にぶつくと、真意は伝わらないばかりか、行き過ぎた言動として相手

の名誉を傷つけ、業務妨害になることもあります。従業員も同じ「人」として、お互いに尊重し合うことが大切です。

②言いたいこと、要求したいことを「明確に」、そして「理由」を丁寧に伝える

返品したいのか、解約したいのか、またその理由を明確に、丁寧に伝えることが重要です。

③事業者の説明も聞きましょう

上手なコミュニケーションが解決の糸口を見つけることになります。一方的に主張するだけでなく、事業者の説明も聞きましょう。

わからないことや不安なことがあった際は、悩まず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。

Shimotsuke
—男女共同参画宣言都市— しもつけ

12月は「職場のハラスメント撲滅月間」です

「パタニティハラスメント」(略してパタハラ)を知っていますか？ パタハラとは、育児休業などの制度利用を理由とした、男性従業員への嫌がらせのことです。

昨年には育児・介護休業法の改正があり、男性の育休取得の動きが加速しています。厚生労働省が行った令和4年度雇用均等基本調査では、育児休業を取得している男性は過去最高の17.13%で、前年から3ポイント以上増加しています。男性の育児休業の取得率がさらに上がることで、パタハラが減り、女性の社会進出が進むことが期待されます。

栃木労働局では、職場のハラスメント撲滅月間にあわせ、特別相談窓口を開設し、相談を受け付けています。

ハラスメント対応特別相談窓口(栃木労働局雇用環境・均等室内)

☎028(633)2795

まちがいさがし

わかるかな？

▼ 市民農園まつり 抽選会



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42ページ下段。

スマートフォンやタブレット端末から「広報しもつけ」を読むことができます

○カタログポケット

URL https://www.catapoke.com/?mict_code=1



iOS Android



○トチギーブックス

URL <https://www.tochigi-ebooks.jp>



○マイ広報紙

URL <https://mykoho.jp/>



○マチイロ

URL <https://machihiro.town>



12月

しわす
師走
December

ふれあい館・ゆうゆう館・きらら館休館日

ふれあい館 ☎(47)1126 ゆうゆう館 ☎(43)1231 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						

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						

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						

納税ごよみ

■納期限 12月25日(月)

市県民税	4期
国民健康保険税	6期
介護保険料	6期
後期高齢者医療保険料	6期
国民年金保険料	11月分

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	10日(日) 午前10時～正午
場所	グリーンタウンコミュニティセンター

■問い合わせ先
社会福祉協議会 ☎(43)1236

シルバー人材センター

■刃物研ぎ 午前9時～午後2時

15日(金)	ゆうがおパーク
--------	---------

■入会説明会 (要申し込み)
午前10時～

20日(水)	シルバー人材センター
--------	------------

■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

月	場所	担当者
12月	天平の丘	—
	花広場	—
1月	天平の丘	小山北ロータリークラブ
	花広場	—

■問い合わせ先
商工観光課 ☎(32)8907

広報しもつけへのご意見を募集しています



いただいたご意見の要旨は、紙面に掲載させていただく場合がありますのでご了承ください。

■問い合わせ先
総合政策課 ☎(32)8886

一次救急医療機関情報

比較的症状の軽い患者に対応します。

■夜間休日急患診療所

平日・土曜日 19時～22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～17時、18時～21時
※受付は15分前まで

診療科目：内科、小児科
事前に電話で確認してください。
☎0285(39)8880

■休日急患歯科診療所

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 ※受付は15分前まで
☎0285(39)8881

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 ☎#8000

携帯電話とプッシュ回線以外は、☎028(600)0099
月～土曜日：18時～翌朝8時
日曜日・祝休日：24時間(8時～翌朝8時)

■とちぎ救急医療電話相談(大人の救急電話相談) ☎#7111

携帯電話とプッシュ回線以外は、☎028(623)3344
月～金曜日：18時～22時 土曜・日曜・祝休日：16時～22時
急な病気やけがに関する家庭での対処方法や救急医療の受診の目安などを看護師がアドバイスします。

■救急告示医療機関当番(一次急患)

●平日・日曜日 17時～翌日9時
●土曜日・祝日の前日()の部分) 17時～翌日17時
カレンダー内番号が当番医療機関です。事前に電話で確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					①④	②⑤
3	4	5	6	7	8	9
①⑥	②④	③⑥	②⑤	③④	①⑤	③⑥
10	11	12	13	14	15	16
①④	②⑤	③⑥	①④	②⑥	③⑤	①④
17	18	19	20	21	22	23
②⑤	①⑥	③④	①⑤	②⑥	③⑤	①④
24	25	26	27	28	29	30
③⑥	①⑤	②④	③⑥	②④	③⑥	①⑤
31						
②④						

番号・医療機関名・所在地	
①石橋総合病院 下古山1-15-4 ☎(53)1134 ※休日・夜間は小児科対応不可。	④小山整形外科内科 小山市雨ヶ谷753 ☎(31)1331
②小金井中央病院 小金井2-4-3 ☎(44)7000	⑤光南病院 小山市乙女795 ☎(45)7711
③杉村病院 小山市城山町2-7-18 ☎(25)5533	⑥野木病院 野木町友沼5320-2 ☎0280(57)1011

41ページのまちがいさがしの答え ①中央の賞品の数 ②旗の文字の大きさ ③左側抽選箱の大きさ





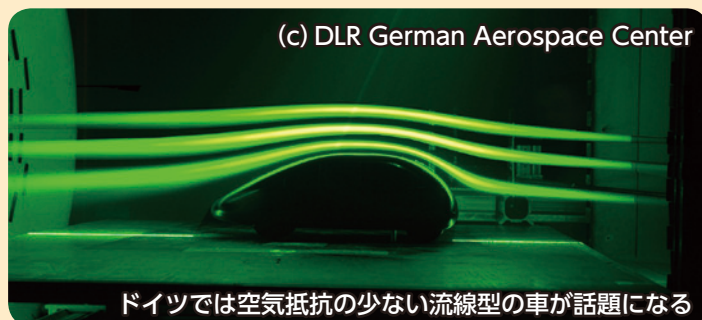
国際交流員ウィルペルトのコラム

続・ドイツ 車の国 Deutschland Autoland (ドイチュランド アウトランド)



前回のコラムで、ドイツには制限速度がない道路はあるものの、アクセルを思うように踏めない要因のひとつに「ドイツの道路は結構混んでいる」ことがあると書きました。もうひとつの要因は、高速でのドライブは、状況によっては本当に高くつくということです。

車でスピードを出せば出すほど燃料を消費するのはもちろんですが、ある速度を超えると燃費が急上昇することをご存じですか？ これは、空気抵抗が速度に応じて二次関数的に増加するため、そして、エンジンの回転数を下げるために高いギアにシフトチェンジすることがもうできなくなっている（すでに一番高いギアに入っている）ためです。例えば、経済的な車としてドイツ人に人気のGolf 7 1.5 TSIは、100kmの距離を等しい速度で走った場合、時速100kmで4.1リットル、時速120kmで5.1リットルのガソリンを消費するのに対し、時速200kmでは14.6リットルを消費します。そんなに経済的ではない他の車なら、時速200kmでガソリンの消費量が20リットルを超えることがよくあります。ガソリンの価格で考えると、現在ドイツでは、1リットルのディーゼルは1.85ユーロ/293円で、レギュラーガソリンは1.93ユーロ/306円がかかります。なので、Golf 7で100kmを時速100kmで走るとおよそ1,250円かかる計算ですが、30分早く到着するために時速200kmで走ると4,470円になります。50%の時間節約のために、約358%の値上げです。しかも、これは道路に他の車がほとんどなく、常に時速200kmで走れたら、という想定での計算です。もしも途中でブレーキを踏んだり、また加速したりしなければならぬのなら、もっと高くつきます。

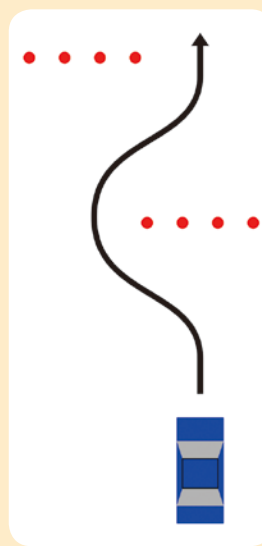


私は日本に来たとき、箱のような形の車が多いのを不思議に思いました。日本の軽自動車などは、ヨーロッパの車に比べて車高が高く、角張って見えます。

特に、日本の車のフロントの形状が気になりました。私が見かける日本の車の多くは、フロントが垂直に真っすぐで、私にはまったく流線型ではないように見えます。これでは風を切る矢ではなく、風に立ち向かう壁のようです。空気抵抗は車の燃費を悪くするので、同じ重さの車でも流線型だったら、持ち主のガソリン代が安くなったり、温暖化の原因となる二酸化炭素の排出を減らしたりできるのになと思います。

次に不思議に思った点は、日本の車の車高と車幅です。ヨーロッパの車より幅が狭いの、車高は高いです。そのような日本の車を見たとき、25年ぐらい前にメルセデスベンツのモデルAクラスが、ある安全性テストに大失敗したことを思い出しました。

当時のAクラスの特徴は、コンパクトカーなのに普通車よりボディが高く、中のスペースが広いことでした。ある車専門雑誌が、Aクラスをカー・オブ・ザ・イヤーの候補に含め、スウェーデンでいくつかのテストを受けさせ、その様子を撮影しました。その中に「子どもテスト」という安全性テストがありました。このテストは、例えば道路に転がったボールを子どもが追いかけて飛び出してくるなど、道路上に突然障害が出現した場合を想定し、運転者がブレーキをかけずに回避操作を行ったときの車の動作を調べるものです（左図参照）。



Aクラスは、わずか時速60kmでバランスを崩して転倒し、さかさまになって静止しました。カー・オブ・ザ・イヤー賞をもらうどころか、撮影されたイメージがヨーロッパ中に注目され、メルセデスの悪夢になってしまいました。



メルセデスはAクラスをリコールし、高い重心を低くしたり、ESP（エレクトロニック・スタビリティ・プログラム：車両の横滑りやスピンを防止するための安全装置）を標準装備にしたりし、Aクラスはそれから大人気になりました。その後、他の自動車メーカーも自社の小型車に似たような安全装置を組み込むようになり、この大失敗がヨーロッパの小型車の安全性を高める結果となりました。

ちなみに、ドイツでは、先ほどのテストは「ヘラジカテスト」として知られています。このテストはスウェーデン発祥で、ドイツでは、スウェーデンの広い田舎で道路上に突然障害が現れるならきっとヘラジカだろう、というイメージがあったためだと思います。それにちなんで、メルセデスは安全になったAクラスを買った人たちに、ヘラジカのぬいぐるみをプレゼントしました。

- 今月のトピックス
- トピック1 子どもの居場所に関する講演会…P29
 - トピック2 自動運転バスに乗ろう@下野市…P31
 - トピック3 確定申告はマイナンバーカードを使ってスマホ申告！…P31
 - トピック4 災害情報テレホンサービスの電話番号変更…P32
 - トピック5 「福祉まるごと相談窓口」出張相談会…P39

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。

月	火	水	木	金	土	日
 誕生日のみんな! おめでとう 道の駅しもつけ イメージキャラクター カンビくん		 あーちゃん	 あいちゃん	12/1 南河内東体育館 休館(10.10) ※2/29まで 南河内東公民館 休館(11.19) ※3月中旬まで	2 人権教育講演会(11.18) くらし安全講座(11.28) 障害者週間啓発(11.31)※12/8まで	3 口腔がん検診(11.13) ミックスダブルステニス大会(11.16) 講座「鑑真和上と下野薬師寺」(11.30)
4 あおちゃん	5 成年後見制度活用セミナー(11.38) 心配ごと悩みごと相談(12.40) ※他1回	6 しもつけ茶屋(12.35) ※他1回 フードドライブ(12.35)	7 市民人権講座②(11.19) マイナンバーカード出張申請サポート(12.31) ※他1回	8 しもつけミートアップvol.4(12.27)	9 フードバンクしもつけチャリティーコンサート(11.38) フードドライブ食料品配布(12.35) ディスコダンスでエクササイズ(12.37)	10 南河内地区一周駅伝競走大会(9.9) しもつけ風土記の丘資料館企画展記念講演会(10.27) 消費者まつり・環境フェア(11.28)
11 たっちゃん	12 健康づくり基礎教室(11.15) 寄せ植え講習会(11.30) 法律相談(12.40) ※他1回	13 司法書士相談(12.40) 妄想&アイデア相談会(12.27)	14 市民人権講座③(11.19) 個別栄養相談(12.17)	15 おでかけ支援センター(12.29) より処グリム(12.35)	16 こがプラクリスマスマルシェ(11.29) かみのかわを歩こう(11.30) Shimotsuke English Forum(12.30)	17 グリムの森クリスマスコンサート(11.19)
18 子育て巡回相談(12.17)	19 ひきこもり相談会(12.40)	20 ちーちゃん	21 パソコンなんでも相談会(11.19) ママパパEnglish(12.29) ひだまり茶屋(12.35)	22 運動基礎教室(11.14) 介護者交流会(12.35) 成年後見なんでも相談会(12.39)	23 りお	24 るいくん
25 育児・母乳・栄養相談(12.17)	26 こころの健康相談(12.17)	27 福祉まるごと相談窓口出張相談会(12.39) おひさま(12.35)	28 行政書士相談(12.40)	29 市役所閉庁(12.4) ※1/3まで	30 ちづるちゃん	31 自治医科大学附属病院救急診療停止(12.5)
1/1 元日 ゆいな	2 ゆうまくん	3 りっきー	4 パソコンなんでも相談会(12.22)	5 ゆうゆう茶屋(12.35)	6 グリムの里新春書きぞめ大会(12.22)	7 二十歳のつどい(10.14) 年輪のつどい(11.18)

掲載されている行事やイベントは、延期・中止となる場合があります。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!・・・誕生月の広報紙に、お子さん(小学生以下)の写真を載せませんか?メール、またはしもつけオンラインサービス(要利用登録)の申込フォームから、掲載月の前々月の末日までにお申し込みください。メールの場合、①申込者(保護者)の氏名・住所・電話番号②お子さんの誕生月③お子さんのニックネームと写真データ(400キロバイト以上が望ましい)をinfo@city.shimotsuke.lg.jpまで送信してください。申込者多数の場合は抽選となります。ご提出いただいた写真は返却しません。掲載可否の問い合わせにはお答えできません。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などでも公開します。



申込ページ

UD
FONT