下野市民と市政をつなぐ行政情報紙［広報しもつけ］

Shimotsuke 6

令和元年６月発行（毎月１日発行）No.161

大松山運動公園 リニューアルオープン

目次　Contents

3　男女共同参画週間
4　市民活動補助事業の対象事業が決定しました
6　平成30年度の財政状況
8　Shimotsuke-City Topics　まちの話題
10　コミュニティFMステーションネームが決定
11　下野市歴史的風致維持向上計画を策定しました
12　環境トピックス
14　新・下野市風土記
15　自治医科大学公開講座のご案内
16　障がい福祉瓦版
17　Let's SPORTS
20　保健だより Health Information
25　国民年金だより
26　図書館だより
28　クビアカツヤカミキリの情報
30　生涯楽習だより
31　くらしの情報
46　６月のカレンダー
47　国際交流員カロリンのコラム
48　イベントカレンダー

今月の表紙　大松山運動公園がリニューアルオープン

大松山運動公園が、５月19日に陸上競技場、多目的グラウンド、こもれび広場を新設しリニューアルオープンしました。

市で初となる専用の陸上競技場は、全体面積が28,500㎡で、400mトラック８レーンを備えた第4種公認陸上競技場です。インフィールドは、7,961㎡からなる天然芝で、サッカーのほか走り幅跳びや砲丸投げなどが行えます。屋根付きのスタンドには348人収容でき、多機能トイレやシャワールームなどを完備し快適にご利用いただけます。

また、競技場の外周には誰もが利用できる一周600mのゴムチップ舗装のランニングコースのほか、公園内には1,000m、1,200mのコースがあります。快適な環境のもと健康づくりに取り組んでみませんか。

今月の何の日　６月１日　世界牛乳の日

栄養豊富な牛乳を活用して、食生活の向上と、酪農・乳業の仕事について理解を深めてもらうことを目的として、国連食糧農業機関（FAO）が2001年に制定しました。

緑が青々として、牛が広い牧場でたくさん草を食べて元気になるこの季節を、FAOの複数の加盟国が「牛乳の日」と定めていたことから、６月１日が選ばれました。

４月から始まった朝ドラ『なつぞら』では、1950年代の十勝で酪農を営む家族が登場します。生き物が相手の酪農はまさに年中無休で、一家総出で朝から晩まで牛の世話に立ち働く様子が描かれています。

現在では、厳しい労働環境を改善しようと、酪農の現場で人工知能（AI）やドローンを活用する取組が行われています。センサーの情報を基に牛の体調を分析してくれるAI、乳房の洗浄、搾乳から、乳量のデータの記録まで行うロボット、放牧している牛を集め、牧草地の柵の点検を行うドローンなどの省力化機械の導入が、農林水産省の支援のもと進められています。

酪農家の方々が丹精込めた牛乳が、カルシウムを筆頭にビタミン、ミネラルなど栄養豊富なのは広く知られていることですが、さらに近年、血糖値の急激な上昇を抑えたり、血圧の上昇を防いだりする効果もあるとわかってきました。せっかくの記念日、一杯の牛乳を飲みながら、健康について考えてみてはいかがでしょうか。

■人口と世帯（５月１日現在）

人口／60,081人（+100）、男性／29,817人（+81）、女性／30,264人（+19）、世帯数／24,119世帯（+161）

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

～６月23日から29日は男女共同参画週間～

令和元年度男女共同参画キャッチフレーズ

“男女共同参『学』 知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる”

男女共同参画とは

男女共同参画社会基本法は、平成11年６月23日に公布・施行されました。それにちなんで６月23日からの１週間は、「男女共同参画週間」とされています。

「男女共同参画社会」とは、男性と女性がお互いを尊重しあい、家庭や職場、学校、地域等のあらゆる分野で性別にとらわれず、それぞれの個性と能力を発揮しながら、喜びと責任を分かち合う社会のことです。

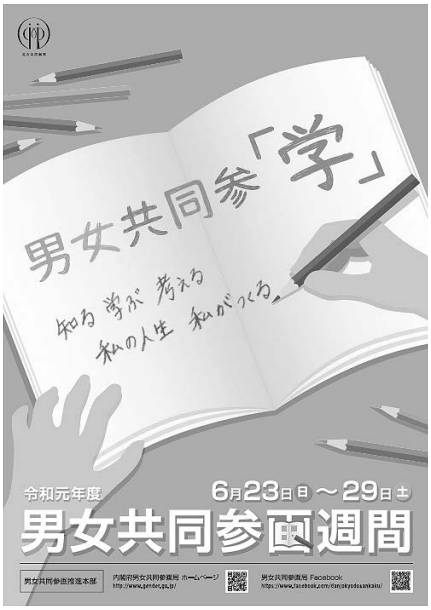
その実現のためには、皆さん一人ひとりの取組が必要です。

男女の働き方や家庭生活について考えてみませんか。

今年度のキャッチフレーズ

男女一人ひとりの夢や希望を実現することや、あらゆる分野で活躍できる社会づくりのためには、義務教育や高校、専門学校、高等教育(大学、大学院)などの各段階での学びや、その後の進路選択及びキャリア教育、社会人の学び直しなど、ライフステージに応じた多様な「学び」の機会の充実が必要です。

内閣府では、「学び」を通じて、男性も女性も、一人ひとりが、多様なライフキャリアの形成と、選択ができる社会の実現に向けたキャッチフレーズを募集し、「男女共同参『学』」と「知る 学ぶ 考える 私の人生 私がつくる」の２つに決定しました。



市の取り組み

男女共同参画を推進するうえで基本となる「下野市だれもが輝く男女共同参画社会づくり条例」を平成28年３月に制定しました。

また、「第二次下野市男女共同参画プラン」が条例の施行に合わせて平成28年４月にスタートしました。「お互いを理解し尊重する心豊かな社会の実現をめざす下野市」を将来像として、３つの基本目標を掲げ、自分らしく生きることができる男女共同参画社会の実現に向けて取り組んでいます。

プランの基本目標

1　**あらゆる分野において女性が活躍できる環境づくり**
2　**女性の活躍を支える基盤づくり**
3　**男女共同参画の実現に向けた意識づくり**

男女共同参画パネル展を開催します

男女共同参画について多くの方に考えてもらうため、パネル展を開催します。ワーク・ライフ・バランスやＬＧＢＴなどに関するパネルを展示していますので、この機会にぜひご覧ください。

■**展示場所**　下野市役所・石橋公民館・南河内公民館
■**展示期間**　７月２日㈫まで

■**問い合わせ先**　市民協働推進課　☎(32)8887

しもつけクイズ

問１　市民活動補助事業で、現在、募集しているのは？

①継続ステップアップコース　②新規トライコース　③オフコース

しもつけクイズ【正解は②】詳しくは5ページをご覧ください。

市民活動補助事業の対象事業が決定しました

市民活動補助事業とは？

下野市自治基本条例の基本理念である「市民が主役のまちづくり」を目的とし、市民団体が、地域のため、社会のために自主的に取り組む市民活動等の事業を推進するための公募型補助制度です。申請のあった事業は、選考会（会長：陣内雄次宇都宮大学教授）において公益性や発展性等を審査し、定められた基準を満たした事業に補助金を交付します。

今年度の補助事業について

今年度は15事業を補助決定しました。12事業が昨年度からの継続、３事業が新規です。子育て世代の支援、子どもや高齢者を含めた地域での居場所づくり、文化財の保全保護などが新たに提案され、まちづくりの原動力となる市民活動が活発になっています。

選考会の様子

昨年度の吉田村まつり
マルシェの様子

市民活動補助事業　一覧

事業名・団体名	事業概要	種類
しもつけ親子フェスティバル 下野市幼稚園連合会	市内７つの幼稚園・認定こども園が連携協力し、乳幼児から小学３年生までの子どもをもつ若い世代の親子向けにイベントを開催。観劇、おりがみ、うちわ作り、ゲームなどを通し、子ども達に遊びを提供する。また、子育て・育児相談コーナーを設置し、保護者の悩みや相談を受け付ける。	継続 ５年目
しもつけオープンガーデン推進事業 しもつけオープンガーデンクラブ	個人や企業等団体の庭を一般に公開する「オープンガーデン」を開催し、市内の景観向上と市内外の交流を図る。また、講座への参加や講習会の開催により、参加者の増加やオープンガーデンの質・量の向上を目指す。	継続 ２年目
けんこう広場deマルシェ事業 けんこう広場deマルシェ実行委員会	「団塊ジュニア世代・ポスト団塊ジュニア世代」の参加を促進し、新たな多世代間交流の場としてマルシェイベント「みんなのMarche in けんこう広場」を開催し、世代をつなぐ暮らしやすい地域づくりを目指す。また、イベント運営に小中高校生の協力を得るなど、市民の活躍の場の拡大に努める。	継続 ２年目
親子ふれ愛めっせ 親子ふれ愛めっせ実行委員会	お母さんたちが自分らしく輝きながら、出産や子育てを安心してできるまちづくりを目指す。会場で様々な体験イベント・講座を開催し、親同士、世代を超えた市民同士の交流の場を創出することで、お母さん・お父さんのリフレッシュ等のきっかけになるよう取り組む。	新規 スタート コース
仁良川ふれあい強化事業 仁良川レクレーション広場をつくる会	仁良川地区は転入者が多いため、多世代間の交流ができる軽スポーツ・夏祭りイベントを定期的に開催し、地域参加のきっかけを作る。事業効果を上げるため幅広い層に周知徹底を図り、地域の一体感を醸成し住みよい地域を目指す。	継続 ４年目
しあわせのえんむすび音頭普及 エコライフまつり実行委員会	しあわせのえんむすび音頭のCDと踊りを収録したDVDを作成するなど、同音頭をグリーンタウン地域に普及浸透させるため活動する。エコライフまつりの他、運動会等の学校行事に音頭の踊りを取り入れてもらい、児童生徒や保護者、地域有志が一緒に踊る企画を行うなど、郷土への愛着心を高める活動も行う。	継続 ５年目

事業名・団体名	事業概要	種類
キンボールスポーツボランティア養成 下野市スポーツ推進委員会	キンボールは、子どもから高齢者まで楽しめるニュースポーツで、市の重点生涯スポーツとして位置づけられている。2022年開催の栃木国体のデモンストレーション競技として、本市を会場に開催することが内定している。キンボールスポーツの普及とスポーツボランティアを養成するため、各種講習会の開催や出前講座を開催する。	継続 2年目
ゆうがお混声合唱の集い 下野混声合唱団	市民が質の高い合唱文化に触れることができるよう、近隣市で活動する混声合唱団を本市に招聘し合唱の集いを開催。他市との交流を深めるとともに、広域連携の進展にも資する。	継続 3年目
吉田村まつり 吉田村まつり実行委員会	地域住民のふれあいと市内外へ地域ならではの魅力を発信するまつりを開催する。市内若手農家が地域野菜を販売するマルシェの開催や、風情ある軽音楽、子ども向けのワークショップ、雑貨屋、飲食店の出店などを通じ、地域の魅力を発信し、郷土愛の醸成と地域活性化を図る。	継続 5年目
ひなた会　あおぞら食堂 ひなた会 あおぞら食堂	核家族化に伴う子どもの孤食や地域のつながりの希薄化への対策として、こども食堂のオープンを目指す。保護者等や高齢者も食堂で食事ができるようにすることで、地域ぐるみの教育の場づくりやコミュニケーション能力の養成を行う。	新規 スタート コース
下野市グリーンクラブ ウクレレ教室の開講 下野市グリーンクラブ	主にグリーンタウン地域の高齢者を対象にウクレレ教室を定期的に開催し、音楽を通じたサロンとしての定着を図る。福祉施設等での慰問活動や発表会を行い、ひきこもりがちな地域高齢者の生きがいづくりの一助とする。	継続 4年目
婚活イベント 石橋ライオンズクラブ	独身男女に出会いの場ときっかけを提供し、結婚後の下野市への定住を促進することで、活性化を推進する。また、恒例事業としての定着を目指し、現代版仲人として地域に貢献する。	継続 5年目
天平の芋煮会健康ウォーク 下野市健康推進員協議会	毎年天平の丘公園で開催される「天平の芋煮会」にあわせて、市民と県内外の観光客にPRできる健康的なウォーキングイベントを開催する。参加者に地元の史跡や文化財等を楽しんでもらいながら、郷土愛の醸成及び健康増進を図る。	継続 2年目
おはやし会の復活と継承 仁良川はやし連	伝統芸能の復活継承・人材育成・イベント参加を通じて、子どもと大人、老若男女、新旧住民の交流連携、他団体との交流を図り、明るく住みよい地域づくりを進める。	継続 5年目
日光街道一部赤道の整備と下石橋一里塚の保全保護 下野市日光街道一里塚保存会	東日本で唯一連続して現存する一里塚について、市の貴重な財産としての認識を促し、文化財保護意識を醸成する。景観保全保護のため周辺環境を整備するとともに、企画展やウォーキングイベントを開催するなどの啓発活動を行う。	新規 スタート コース

新規トライコース募集中！

市民活動補助事業は、新規トライコースのみ応募できます。トライコースでは、今年度から新しく始める事業を対象に書類審査が行われます。市民活動にご興味のある方、熱意のある方、ぜひご検討ください。

■**応募締切**　8月30日㈮
■**補助率**　10分の10
■**補助上限**　5万円

■**応募条件**

- 5名以上で組織される公益活動を目的とした団体の事業であること。
- 自主的に取り組む事業で、市民主体のまちづくりの原動力となる効果が認められる事業であること。
- 原則として、市内で実施され今年度からスタートする事業であること。
- 補助事業の実施期間中において、事業の財源として本市または本市外郭団体等の補助金を受ける団体でないこと。
- 事業の実施計画が明確であること。
- 単年度ごとに成果が出る事業であること。

■**問い合わせ先**
市民協働推進課　☎(32)8887

しもつけクイズ

問2　今年の男女共同参画週間のキャッチフレーズのテーマは？　①希望　②心　③学び

しもつけクイズ 【正解は③】詳しくは3ページをご覧ください。

平成30年度の財政状況

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を、年２回に分けて公表しています。

今回は、平成31年３月末までの財政状況についてお知らせします。

４、５月の出納整理期間を含めた決算の状況については、決算特集号にてお知らせします。

一般会計予算執行状況

【歳　入】　予算総額274億4,378万円　収入済額241億8,449万円（収入率88.1%）

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務所などを持つ法人などに納めていただく税金です。	93億2,200万円 94億1,262万円（101.0%）
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。	13億8,985万円 16億　658万円（115.6%）
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。	33億6,730万円 36億　616万円（107.1%）
国庫支出金	国からの負担金や補助金などです。	37億7,477万円 34億9,150万円　（92.5%）
県支出金	県からの負担金や補助金などです。	18億4,722万円 13億2,063万円　（71.5%）
繰　入　金	基金の取り崩しなどです。	12億1,900万円 12億1,900万円（100.0%）
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。	14億3,950万円 14億3,950万円（100.0%）
市　債	政府・金融機構・銀行などから調達する長期的な借入金です。	39億9,300万円 10億4,000万円　（26.0%）
そ　の　他	分担金及び負担金、使用料及び手数料などです。	10億9,114万円 10億4,850万円　（96.1%）

【歳　出】　予算総額274億4,378万円　支出済額228億6,059万円（執行率83.3%）

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。	2億　208万円 1億9,240万円　（95.2%）
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。	34億6,490万円 30億　735万円　（86.8%）
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。	82億8,763万円 71億7,258万円　（86.5%）
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。	14億5,085万円 13億2,462万円　（91.3%）
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。	12億1,274万円 8億1,236万円　（67.0%,）
商　工　費	商工業や観光の振興などの経費です。	8億9,255万円 8億2,115万円　（92.0%）
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。	30億　463万円 19億7,928万円　（65.9%）
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。	10億4,280万円 10億　319万円　（96.2%）
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。	52億9,662万円 41億3,123万円　（78.0%）
公　債　費	市債の元金・利子を支払うための経費です。	25億7,729万円 24億1,526万円　（93.7%）
そ　の　他	労働費、予備費などです。	1,169万円 117万円　（10.0%）

特別会計・水道事業会計予算執行状況

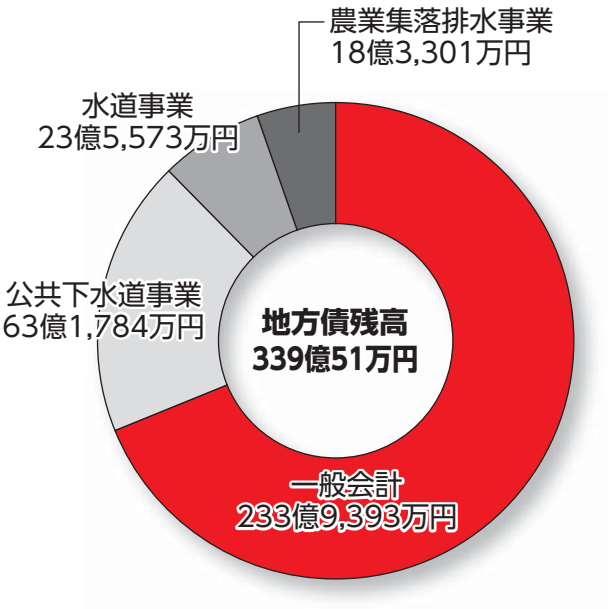
予算現額 収入済額 ※（ ）は収入率	歳入	歳出	予算現額 支出済額 ※（ ）は執行率
56億5,456万円 (99.6%) 56億3,133万円	国民健康保険	56億5,456万円 54億 413万円	(95.6%)
6億2,502万円 (97.7%) 6億1,088万円	後期高齢者医療	6億2,502万円 5億3,470万円	(85.6%)
44億6,809万円 (94.9%) 42億4,082万円	介護保険	44億6,809万円 37億6,378万円	(84.2%)
23億3,380万円 (81.7%) 19億 584万円	公共下水道事業	23億3,380万円 17億8,254万円	(76.4%)
4億4,183万円 (99.7%) 4億4,040万円	農業集落排水事業	4億4,183万円 3億9,971万円	(90.5%)
1,680万円 (100.0%) 1,680万円	石橋駅周辺土地区画整理事業	1,680万円 840万円	(50.0%)
6億4,760万円 (98.4%) 6億3,741万円	仁良川地区土地区画整理事業	6億4,760万円 4億6,894万円	(72.4%)
10億2,307万円 (104.4%) 10億6,775万円	水道事業（収益）	9億2,426万円 8億5,633万円	(92.7%)
1億9,720万円 (91.2%) 1億7,983万円	水道事業（資本）	6億9,135万円 6億 524万円	(87.5%)

市税の状況

住基人口　59,981人　　世帯数　23,958世帯（平成31年３月末現在）

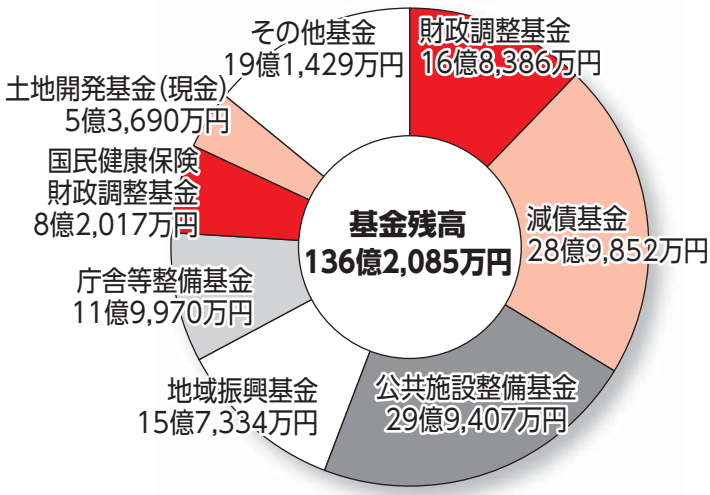
科目	収入状況	市民の負担状況	
		１人あたり	１世帯あたり
市民税	43億8,823万円	7万3,161円	18万3,164円
固定資産税	40億7,645万円	6万7,962円	17万 150円
軽自動車税	1億2,979万円	2,164円	5,417円
市たばこ税	3億3,369万円	5,563円	1万3,928円
都市計画税	4億8,446万円	8,077円	2万 221円
合計	94億1,262万円	15万6,927円	39万2,880円

地方債の残高



市有財産の現在高

区分		内訳
土地	行政財産	178万8,929㎡
	普通財産	20万1,866㎡
	計	199万 795㎡
建物	行政財産	18万9,718㎡



■問い合わせ先　財政課　☎(32)8889

しもつけクイズ

問３　水泳・自転車・長距離走の３種目を１人で行う耐久競技は？　①トライアスロン　②デュアスロン　③マカロン

しもつけクイズ

【正解は①】7月6日㈯に大会を行います。詳しくは17ページをご覧ください。

総務大臣感謝状が贈呈されました

おめでとうございます

３月31日付で行政相談委員を退任された野澤洋子氏と毛塚静雄氏に、総務大臣より感謝状が贈呈されました。

野澤洋子氏は平成23年より、毛塚静雄氏は平成25年より、長きにわたり行政活動に関する相談対応や問題解決のためご尽力いただきました。ありがとうございました。

左：毛塚氏　　右：野澤氏

自衛隊入隊・入校者激励会

３月14日に市出身で新たに自衛隊に入隊・入校する若者を励ます激励会を開催し、市長や自衛隊栃木地方協力本部長、市自衛隊家族会から激励の言葉をいただきました。

国防、災害派遣、国際貢献など国の重要な任務を担う入隊予定者の今後のご活躍とご健康をお祈りします。

激励会に参加された皆さん

文部科学大臣表彰を受賞

おめでとうございます

４月23日に子ども読書活動推進フォーラムにおいて、子ども読書活動優秀実践校として吉田東小学校が文部科学大臣表彰を受賞しました。

吉田東小学校では、図書室と連携した授業、家読、読み聞かせボランティアの活用、本に親しめる環境整備など、家庭や地域と連携した活動が評価され、今回の受賞となりました。

竹田校長

市消防団入団式

市民の安全と安心を守ります

４月７日に石橋消防署において、市消防団入団式が行われ、新入団員28人が決意を新たにしました。

新入団員の皆さんは、緊張した面持ちで倉井団長から辞令の交付を受け、式典後は石橋消防署員の指導による礼式訓練が行われました。

消防団は、普段は自分の職業をもちながら、火災が発生した際は消火活動を行い、地震や風水害などの大規模災害発生時には救助、救出活動を行います。

市民の安全と安心なまちづくりのために、活躍されることを期待しています。

大松山運動公園リニューアルオープン

みんな遊びに来てね

平成28年から拡張整備工事を行っていた大松山運動公園が５月19日にリニューアルオープンし、オープニングセレモニーが開催されました。

陸上競技場、サッカーや野球などができる多目的グラウンド、ゲートボール場を備えた運動施設となっています。

また、カンピくんをあしらった大型子ども遊具がトレードマークのこもれび広場が、先行して４月27日にオープンしました。

お子さま連れの方、陸上や運動をされる方など、多くの皆さまのご利用を心よりお待ちしています。

大松山リニューアルオープニングセレモニー

天平の花まつりメインショー

伊東ゆかり歌謡ショー

４月12日に歌手の伊東ゆかりさんを招待し、天平の花まつりメインショーが開催されました。

曇りがちなお天気でしたが、当日の花まつり会場は約5,000人の来場者で埋め尽くされました。

ヒット曲「小指の想い出」を披露いただいたほか、特別ゲストとして登場された娘さんの宙美（ひろみ）さんとのデュエットや、箏・笛・津軽三味線の演奏など、美しい音色で天平の丘公園が包まれました。

来場者は、迫力ある歌声と親子の共演を楽しんでいました。

ステージで歌う伊東ゆかりさんと来場者

地域支援パートナーシップ協定

栃木SCと締結

市は、栃木県をホームタウンとし、「栃木に感動を！こどもたちに夢を！」を合言葉に活動する栃木SCと地域支援パートナーシップ協定を締結しました。

同協定は、平成28年度に初めて締結され、今年度で４年目を迎えます。

４月23日に市長及び株式会社栃木サッカークラブ橋本大輔社長出席のもと、同協定締結に係る調印式を開催しました。

今後も、栃木SCとの様々な協働事業を通じ、本市のスポーツの振興、青少年の健全育成、社会福祉の向上、地域の発展を目指します。

左から栃木SC橋本社長と市長

しもつけクイズ

問４　健康に関係する事業に参加するともらえるポイントは？　①エコポイント　②健康マイレージポイント　③サービスポイント

しもつけクイズ

【正解は②】詳しくは中綴じの「しもつけ健康マイレージ」をご覧ください。

コミュニティFMステーションネームが決定

FMゆうがお

12月に開局予定の下野市コミュニティFMのステーションネームが決定しました。広報２月号やホームページなどで募集した結果、総数113件の応募をいただきました。

多数いただいた名前の中から、下野市らしさや、呼びやすさ、覚えやすさなどを考え、ゆうがおの実が下野市の特産品かんぴょうの原料であることから「FMゆうがお」に決まりました。

これからマスコットキャラクターの「しもぴぃ」が、開局までに市民の皆さん全員に覚えてもらえるようお知らせしていきます。

コミュニティーFMとは？

放送エリアを市町村内に限定し、地域に密着した情報を提供するためのＦＭ放送局で、空中線電力が20W以下で必要な放送エリアをカバーできる民間の放送局です。ＦＭ放送の周波数帯を利用して放送を行うため、一般に市販されているＦＭラジオで聴くことができます。

エリアを市内に限定することで、地域の特色を生かした番組などを通じて地域のきめ細かな情報を発信する事ができるので、豊かで安全安心なまちづくりに大きく貢献できる放送局です。

そして災害時には、刻々と変わる状況の中で、行政などからの情報を、市民の皆さんに瞬時にお伝えすることができ、停電時でも自家発電により放送を継続しますので、各家庭でも乾電池などで聞くことができます。過去には避難所などでの情報収集に重要な役割を果たしてきました。

パーソナリティ募集

12月開局予定のコミュニティFM「FMゆうがお」において、市民パーソナリティなどを務めていただけるスタッフを募集します。

経験は一切問いません。「下野市が好き！下野市を元気にしたい！」という思いのある人を募集します。下野市で生活するあなたの声で、地域の身近な情報を発信してください。皆さんのご応募をお待ちしています。

パーソナリティ募集要項

■**仕事内容**　ラジオパーソナリティ、番組企画制作など
■**勤務時間**　１日１時間～、週１回でも構いません。
■**勤務場所**　コミュニティFM放送局スタジオ
■**応募資格**　高校を卒業している方で、市内や周辺に在住、または市内に通学・通勤している方
■**募集人数**　20名程度
■**報　　酬**　時給800円～1,200円
■**応募方法**　履歴書（写真貼付）をお送りください。
■**応募締切**　６月30日㈰必着
■**選　　考**　面接を行います。詳細は追って連絡します。
■**応募・問い合わせ先**
運営事業者：ケーブルビジョン株式会社
栃木市境町22番26号　☎ 0282(22)8022

スタジオ工事

今年３月に始まったコミュニティFMのスタジオ建築工事が順調に進んでいます。造成工事、基礎工事が終了し、５月中旬で柱などを立てる「木造建て方工事」を行っています。建物の外観が少しずつ形になってきました。

スタジオには、放送をご覧いただけるサテライトスタジオが整備されます。また、スタジオの前庭では放送の様子を見ながらくつろげる空間を整備しますので、完成を楽しみにしていてください。また、工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

下野市歴史的風致維持向上計画を策定しました

■問い合わせ先　都市計画課　☎(32)8909

1．下野市歴史的風致維持向上計画とは

本計画は、「地域における歴史的風致の維持及び向上に関する法律」（通称「歴史まちづくり法」）に基づき、本市に残る歴史的風致を整理し、維持向上させる事業を展開することにより、地域の歴史を伝える文化遺産を活用した魅力あるまちづくりを推進しながら、未来へと継承していくことを目的として策定したものです。

これまでに全国で72市町が認定されており、平成31年３月26日に国（文部科学省、農林水産省、国土交通省）の認定を受けたことから、今後は、法律上の特例措置や各種事業による支援を受けることができるようになりました。（県内では栃木市とともに初めての認定となりました。）

認定書の授与
（田中国土交通大臣政務官から交付）

2．歴史的風致とは

地域におけるその固有の歴史及び伝統を反映した「人々の活動」とその活動が行われる「歴史上価値の高い建造物やその周辺の市街地」とが一体となって形成してきた良好な市街地環境のことで、本市においては、６つの歴史的風致を取り上げています。

下野市の歴史的風致

- 薬師寺地域にみる歴史的風致（下野薬師寺跡周辺地区）
- 国分寺地区にみる歴史的風致（下野国分寺・国分尼寺跡周辺地区）
- 天王様にみる歴史的風致（八坂祭：薬師寺、本吉田、石橋、下古山、小金井地区）
- 太々神楽にみる歴史的風致（下古山星宮神社、橋本神社）
- 干瓢生産にみる歴史的風致（市内広範囲）
- ワラデッポウにみる歴史的風致（吉田地区・薬師寺地区）

3．計画の概要

この計画に基づき、先人から受け継いだ歴史的・文化的資産の維持・向上に努めるとともに積極的な活用を図りながら、市民が誇りに思えるまち、また、来訪者にとっても魅力あふれるまちになるよう、本市の歴史的風致を活かしたまちづくりに取り組んでいきます。

■**計画期間**　令和元年度から10年間

■**計画書に位置付けられている事業**　全20事業

- 国指定史跡「下野薬師寺跡」、「下野国分寺・国分尼寺跡」の周辺地域（重点区域）を対象とした事業（下野薬師寺跡保存整備事業、下野国分寺跡保存整備事業、しもつけ風土記の丘資料館整備事業、歴史的風致形成建物の調査・継承支援事業　他６事業）
- 市全体を対象とした事業（歴史文化発信事業、伝統文化体験事業、歴史学習事業、民俗芸能・伝統行事継承事業、干瓢生産・消費推進事業　他５事業）

■**事業の進捗状況**　歴史的風致維持向上協議会での評価後、毎年度公表します。

しもつけクイズ
問５　駆除費用に補助が出る生き物は？　①スズメバチ　②カミキリムシ　③ゴキブリ

しもつけクイズ【正解は①】詳しくは13ページをご覧ください。

環境トピックス

■問い合わせ先■　環境課　☎(32)8898

あなたの犬猫がご近所から好かれるために

誰もが犬猫を好きとは限りません。ルールを守らない犬猫の飼い方は誰もが不快に感じます。周囲の人から理解が得られるよう、飼い主は責任と自覚をもって犬猫を飼うようにしましょう。

ふん・尿の処理は飼い主の責任です

散歩中は、ふん・尿を片付ける道具（ふんを拾うスコップ、尿を流す水入りペットボトルなど）を携帯し、必ず処理してください。特に公園付近では、小さな子どもが誤って踏んでしまうケースが多発しています。

放し飼いはやめましょう

犬を放し飼いにすると、ふん・尿をまき散らす、人にかみつく、物を壊してしまうという危険があり、周囲の迷惑となります。必ずリードを着けましょう。

猫の放し飼いも、犬同様周囲の迷惑となります。猫は十分なエサがあって、安全でストレスが発散できれば、空間をうまく使えるため広い場所は必要としません。室内で飼うことで、家出や迷子、交通事故、病気の感染、鳴き声やふん・尿による近所トラブルも防止できます。

6月は「環境月間」です

6月5日は環境の日です。これは、昭和47年6月5日にストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。

国連では、日本の提案を受けて6月5日を「世界環境デー」と定めており、日本では「環境基本法」が「環境の日」を定めています。

世界各国でも、この日に環境保全の重要性を認識し、行動の契機とするため様々な行事が行われています。

住宅用太陽光発電システム設置費補助金について

住宅用太陽光発電システムを設置した方に、費用の一部を補助します。ただし、予算の範囲内での交付となりますので、補助金の合計額が予算額に達したときは申請の受付を中止させていただきます。なお、今年度より太陽光システム設置後の申請となります。**システムの電力受給開始日から起算して90日以内が申請受付期間**となりますので、ご注意ください。詳細は環境課までお問い合わせ、もしくは市ホームページをご確認ください。

■対象システム

対象は、以下の要件をすべて満たすものです。

①住宅の屋根等への設置に適したものであり、かつ低圧配電線と逆潮流有りで連携しているもの。

②太陽電池の公称最大出力の合計値が10ｋW未満のものであること。

③未使用品であるもの（中古品は対象外）。

■対象者

補助金の交付を受けることができる方は、以下の要件をすべて満たす方です。

①市内に居住している方。

②電灯契約を結んでいる個人であり、市内の住宅等（店舗、事務所等との兼用は可とする）にシステムを設置した方、または建売住宅供給者等から市内にシステム付住宅を購入した方。

※住居部分の電力に使用するために、納屋や車庫に設置することは可とする。

③設置する住宅が、補助対象者の所有物でない場合は、書面による所有者の設置承諾を受けている方。

④市税の滞納がない方。

■問い合わせ先

環境課　☎(32)8898

スズメバチ駆除費補助制度をご利用ください

駆除業者によりスズメバチの巣を駆除した方に費用の一部を補助しています。

■補助額

駆除に要した費用の２分の１（上限７千円）で、百円未満の端数は切り捨て。

■添付書類

- 駆除に要した費用の領収書
- スズメバチの巣の位置図
- 写真（駆除前と駆除後）
- 市税の滞納がないことを証明する書類

■申請先

駆除後、添付書類を添えて環境課まで申請してください。

■駆除業者

市内の主な駆除業者は次のとおりです。

㈱県南環境
☎(44)2518
㈱スマイテック
☎(44)9618

※市内外問わず、このほかの業者でも、補助対象となります。

再生資源の集団回収にご協力をお願いします

市内の自治会、子ども会、ＰＴＡなど67団体が集団回収実施団体として登録し、活動を行っています。お住まいの地域で集団回収を実施している場合は、できるだけ地域の取り組みに協力しましょう。

- 回収している資源は古紙類（新聞、雑誌、段ボール）、古布、アルミ缶などです。
- 団体によって回収する品目や、回収日時等が異なりますので、自治会や近隣の人に確認してください。
- 今年度から報奨金は１kgあたり５円となります。（前年度は４円）
- 報奨金は各団体で活用いただいております。

資源物の持ち去りを禁止しています!

ごみステーションに出された古紙等の資源物を持ち去る行為が多発しており、市民の皆様のごみの分別意識を傷つける結果を招いています。

このため、「下野市廃棄物の処理及び清掃に関する条例」により、資源物の持ち去り行為の禁止命令や、命令に従わない場合の罰則を規定しています。

市民の皆様が、持ち去り行為を目撃された場合は、環境課へご一報をお願いします。

斎場使用料補助金について

管外の斎場（火葬場）を使用し管外料金を支払った場合、補助金を交付します。まず、管外料金を全額支払っていただき、補助金を申請・請求後に補助金が交付されます。

■対象者

亡くなられた方または斎場使用申請者。ただし、市民に限る。

■対象施設

全国すべての斎場での火葬と待合室が対象になります。ただし、国分寺・南河内地区の方が小山聖苑を利用する場合、管内料金でご利用いただくため、補助の対象とはなりません。

※「宇都宮市　悠久の丘」「小山聖苑」に関しては式場、控室、霊安室等も補助対象になります。

■補助額

火葬については１体につき58,800円、待合室については１室１回につき16,510円を限度に補助金が交付されます。式場等については管外料金と管内料金の差額になります。

■申請方法

補助金交付申請書に領収書を添付し、環境課へご提出ください。

不用品リサイクル情報

市では、不用品リサイクルの情報を提供しています。

〈譲りたい〉

扇風機、学習机、犬小屋、五月人形、冷蔵庫（１ドア）、ベビーチェア、布団乾燥機、ちゃぶ台、ベビーカー、バスケットゴール、ベビーバウンサー

〈譲ってほしい〉

原付スクーター、テレビ、テレビ録画機器、ソファ、電子ピアノ、炊飯器、大学入試用参考書、センター試験用問題集、南河内第二中男子制服、自転車（大人用）、国分寺中女子制服（150㎝）、スクールバッグ

新・下野市風土記　華麗なる一族(3)

下野市教育委員会　文化財課

大宝律令制定後の古麻呂の活躍

これまで2回にわたって、下毛野朝臣古麻呂が大宝律令の制定に重要な役割を果たしていたことについて記しました。今回はその後の古麻呂の業績と関係者について記してみたいと思います。

軍事のトップ官僚としての古麻呂

慶雲２(705)年4月22日には、従四位下となった古麻呂は兵部卿に任じられます。兵部卿とは兵部省の長官です。では、兵部省とはどのような組織なのでしょう？

兵部省は、諸国の軍団・兵士・兵器・軍事施設に関する最高機関であり、武官の勤務評定・人事権をもっています。兵部省の下部組織として、諸国の牧(牧場)とそこに属する牛馬の管理、駅制に関する駅家やそこで働く官吏を所管する兵馬司、兵器製造とそれに関わる様々な製造部局を管理する造兵司、公と私の船舶の管理を行う主船司、鷹狩り用の鷹と狩猟犬を管理する主鷹司、軍事・葬儀における鼓笛調練をつかさどる鼓吹司があります。

都(畿内)と各地(七道)を結ぶ幹線道路に配置された駅家とそこで勤務する官吏に関する権限、駅家に配置するための馬の生産に関わる「牧」の統括権ももっていたことからも、重要なポストであったことがわかります。

下野国内(東山道)には、足利・三鴨・田部・衣川・新田・磐上・黒川の7駅が置かれていました。また、現在の栃木市(旧藤岡町)赤麻地区に「朱門牧」が置かれていたことが『延喜式』には記されています。関東地方でも名馬の産地として有名な地域だったようで、名馬に関する伝説が残されています。

兵器製造は、平城京だけでなく、全国各地で行われました。東国で有名な遺跡として、茨城県石岡市鹿の子遺跡を挙げることができます。鹿の子遺跡は、1984年に常磐自動車道の工事により発見されました。奈良時代後半～平安時代の前半期の蝦夷征討に関する武器製造工場のような、常陸国衙が所管していた工房と考えられ、中に製鉄用の炉が複数造られた長大な竪穴建物の遺構が発見されたほか、「矢作家」と記された墨書土器や製鉄に関する資料が出土しています。また、宝亀８(777)年の記事ですが、相模・武蔵・下総・下野・越後国から出羽国鎮守府ヵ(出羽柵・雄勝柵か)に甲200領が輸送されています。さらに下野国府からも、甲の製造に関する木簡が出土しています。

このほか、1000人以上を大軍団、600人以上を中軍団、500人以下を小軍団として、各地で軍団が編成されました。そのために全国規模で成人男子の約1/3が徴発され、この中から都を守る衛士、九州に派兵される防人が選抜されました。この徴兵のために、個々の住民を記載する戸籍をつくったわけです。

有名な軍団として、「御笠軍団」「遠賀軍団」があります。これは、筑前国に置かれた4軍団(兵士4,000名)のうちの2つで、過去にそれぞれの軍団印が出土しています。ちなみに、筑後(3,000名)・肥前国(2,500名構成)に3軍団、豊前(2,000名)・豊後国(1,600名構成)に2軍団、肥後国に4軍団(4,000名)が置かれました。九州だけでも17,000名を超える兵士が配置されていたわけです。

東北地方(陸奥国)では、玉造団、白河団、名取団、行方団、安積団、磐城団、小田団が置かれています。「番長」という言葉は、この軍団において交代制の勤務の当番を指す言葉で、多賀城跡から軍団兵士の勤務に関する番長を記した木簡が出土しています。

このように兵部卿というポジションは、できたばかりの日本という国の軍事権を掌握する立場だったのです。

自治医科大学公開講座のご案内
～メインテーマ　肥満と糖尿病～

一流の教授陣が講師を務め、肥満と糖尿病についてわかりやすく解説する公開講座です。ひとつのテーマに沿って様々な角度からの講座が展開されます。昨年に引き続き下野市との連携事業として開催しますので、この機会にぜひ受講してください。(本講座は、とちぎ県民カレッジ登録講座です)
※日程、演題、講師等は、都合により変更になる場合があります。
※全4日間のうち3日間受講された方で、修了証書の発行を希望される方には、後日郵送にてお送りします。

■内容

様々な生活習慣病の原因となる肥満は、近年、わが国においても社会問題となっています。今回は特に肥満と関連の深い糖尿病を取り上げ、肥満と糖尿病に関する最新の知見や予防法、治療法を学びます。

■会場　自治医科大学　地域医療情報研修センター　大講堂

■受講料　無料

■受講定員　500名(先着順)

■申し込み　6月1日㈯受付開始

■当日のお願い

※会場には机がありませんので、予めご了承ください。
※大きな会場のため、空調の微調節ができません。扇子や上着などをお持ちください。
※駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。また、お車でお越しの方は外来駐車場(中央入口)をご利用ください。無料手続きをしますので、会場に駐車券をお持ちください。(詳細は、申し込み後にお送りする受講票をご覧ください。)

昨年の公開講座の様子

■日程

		演　題	講　師	時　間
6/29㈯	1	肥満・糖尿病と心臓血管病	自治医科大学　永井　良三　学長	13:30 ～ 14:30
	2	血糖調節のしくみ	統合生理学部門　出崎　克也　准教授	14:45 ～ 15:45
7/6㈯	3	糖尿病治療の最前線	内分泌代謝学部門　石橋　俊　教授	13:30 ～ 14:30
	4	糖尿病性腎臓病進展予防の要点	腎臓内科学部門　長田　太助　教授	14:45 ～ 15:45
		定期検診が大切な糖尿病網膜症	糖尿病センター・眼科　井上　裕治　准教授	
7/13㈯	5	肥満と脂肪肝・NASH	消化器内科学部門　礒田　憲夫　教授	13:30 ～ 14:30
	6	糖尿病にも効く肥満外科治療	鏡視下手術部　細谷　好則　教授	14:45 ～ 15:45
7/20㈯	7	社会生活と糖尿病療養行動との調和	看護学部　長谷川　直人　准教授	13:30 ～ 14:30
	8	食生活からの肥満・糖尿病予防	臨床栄養部　栄養管理室　川畑　奈緒　主任管理栄養士	14:45 ～ 15:45
		糖尿病と上手なお付き合い方法	看護部　馬場　千恵子　師長	

■申し込み・問い合わせ先

自治医科大学学事課　☎(58)7044　生涯学習文化課　☎(32)8919
URL：https://www.jichi.ac.jp/extension/index.html

障がい福祉瓦版　障がい福祉セミナーについて

市では今年度、『障がい福祉セミナー～そうだったのか、精神障がい～』を開催します。昨年度までは、メンタルヘルスボランティア養成講座という名称で開催し、合計82名の方が受講されました。多くの方から好評を頂きましたが、その一方で「名称から内容がイメージしにくい」、「興味はあるが、１クール４回のすべてに参加するために都合をつけるのが難しい」といったご意見もありました。

そこで今年度からは名称を変更し、１クール４回実施に変更はありませんが、どの回からでも参加することができるよう変更しました。

【精神障がいとは何か】

精神障がいとは法律や診断基準によって様々な定義があるのが実情です。わかりやすく表現するとすれば、精神疾患（統合失調症やうつ病など）により、継続的に日常生活や社会生活に制限を受けるものとされています。市でも精神障がいのある人は増加傾向にあり、今後もその傾向は継続していくものと考えられます。

精神疾患の症状は人それぞれですが、はた目には見えにくく、他人から理解してもらいにくいという側面があります。そのため、「怠けている」、「何を考えているかわからない」、「つき合いづらい」などの印象をもたれる場合もあります。その人にしかわからない辛さがあるということを、周囲の人たちが正しく理解して、過ごしやすい環境をつくることが大切です。

【障がい福祉セミナーの目的】

セミナーの目的は精神障がいについての正しい理解を広げていきたいというところにあります。見方を変えれば、精神障がいについて誤った理解をされてしまうことも少なくないということです。その背景としては、精神障がいについて学ぶ機会が少ないことや精神障がいがメディアで取り上げられる際、その情報に偏りがあり、それが精神障がいのイメージに直結してしまっていることが考えられます。

昨年度まで開催していたメンタルヘルスボランティア養成講座の中で、精神障がいのイメージについて話し合った際にも、「変わった人」、「変なことを言う」、「暴れると怖い」といった意見が聞かれました。しかし、講座終了後の意見交換では「実際に話をしてみると普通の人だった」、「思っていたイメージと違っていて驚いた」、「講座に参加したことで、精神障がいのイメージが変わった」、「正しい情報を伝えていくことが今後も必要だと思う」といった感想をいただきました。これらの意見からも、限られた情報が、精神障がいのイメージを形作っているという現状がわかります。正しい情報を得る機会や体験をする機会が増えれば、そのイメージも修正されていくということです。

【障がい福祉セミナーの内容】

１クール４回のセミナーは、各回ごとにテーマが設けられています。第１回は、精神科医による講話から精神障がい、精神疾患について学びます。また、参加者から質問を募り、それをテーマに精神科医によるトークショーを実施する予定です。

第２回は、精神障がいの当事者によるトークショーを実施します。精神障がいの当事者だからこそ、語れる言葉がそこにはあります。その一言一言に触れ、当事者の想いから学びを深めます。トークショーの前と後で精神障がい者のイメージの変化を体感することができます。

第３回は、精神科病院の見学を行う予定です。精神科病院の役割や機能、現場の状況について、精神科病院のスタッフから講話を受け、精神科医療の実際を学びます。

第４回は、精神障がい者を取り巻く市の現状を踏まえ、参加者全員でこれからの下野市について意見交換をします。精神障がい者にも優しい街とはどんな街なのかについて考えを深めていきます。参加者の意見がこれからの街づくりに繋がる素敵な企画です。

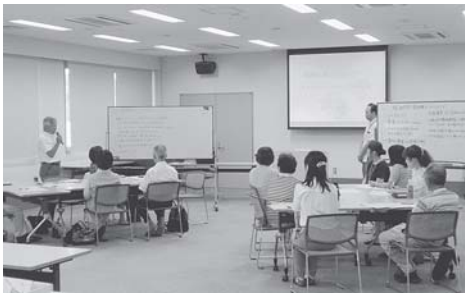
セミナーのサブタイトルは「あなたの学びが地域をつくる」です。

セミナーに参加し、学びを得ることがこれからの下野市をつくっていきますので、皆様の参加を心よりお待ちしています。

セミナーについては、広報紙７月号に募集要項を掲載しますので、参加をご希望の方は確認のうえお申し込みください。

■問い合わせ先

市障がい児者相談支援センター　☎(37)9970



Let's SPORTS

問い合わせ先　スポーツ振興課 ☎(32)8920

ミニトライアスロン大会参加者募集

■日時
7月6日㈯
受付　午前8時30分
開会　午前9時
閉会　午後0時30分

■場所
大松山運動公園

■対象
小学生以上
※低学年の方については、親子ペアで参加できます。

■参加料　1人500円
※傷害保険料を含む

■内容　ミニトライアスロン大会（トライアスロン教室・水辺の安全教室）

■申込方法
スポーツ振興課へ、提出してください。

■申込締切
7月1日㈪必着
※参加料は当日お持ちください。

■持ち物
・自転車（アシスト付でないもの）
・ヘルメット(用意できない場合はご相談ください。)
・運動靴（濡れる可能性があります。）
・水着
・スイミングキャップ
・ゴーグル（必要な場合のみ）
・運動のできる服装
・飲み物
※参加中の事故やけが等における補償については、主催者が加入する傷害保険の補償となります。

■申し込み・問い合わせ先
スポーツ振興課
☎(32)8920

キンボールスポーツサンデーを開催します

マイレージ対象

第4回目となる誰もが参加できるキンボールスポーツ教室です。

■日時　7月7日㈰
9時30分開始（受付9時）

■場所
南河内体育センター

■対象
小学生以上

■参加料
無料

■申し込み
当日に会場受付で行ってください。

■問い合わせ先
スポーツ振興課
☎(32)8920

硬式テニス講習会参加者募集

市テニス協会の公式行事として開催します。多数の方のご参加をお待ちしています。

■日時
7月6・13日（土曜日、全2回）
午前10時～正午

■場所
大松山運動公園テニスコート

■対象者　硬式テニス初級者

■参加費
1回500円（当日徴収）

■申し込み
・申込用紙に必要事項を記載し、スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターのいずれかの窓口へお持ちください。
・電子メールによる申し込みも受け付けております。メールの本文に①氏名②所属③現住所または勤務先住所④連絡先を記載して送信してください。受け付けが完了したお申し込みにつきましては、返信メールを送信します。

■受付期間
6月17日㈪から講習会当日まで、先着順で定員（20名）に達するまで受け付けします。

■問い合わせ先
テニス協会　井上
☎090(1467)0265
✉ tennis_murao@nifty.com
URL http://scta.b.la9.jp/

市ダブルステニス大会参加者募集

■**日時**　７月７日㈰
午前８時30分集合
（雨天時翌週順延）
■**場所**
国分寺運動公園テニスコート
■**対象者**
市在住・在勤・在学または市テニス協会が参加を認めた方
■**種目**　一般男子ダブルス、一般女子ダブルス
※全種目市代表選手選考の対象とします。
■**参加費**　2,500円（当日徴収）
■**申し込み**
・申込用紙に必要事項を記載し、スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターのいずれかの窓口へお持ちください。
・電子メールによる申し込みも受け付けております。メールの本文に①氏名②所属③現住所または勤務先住所④連絡先を記載して送信してください。受け付けが完了したお申し込みにつきましては、返信メールを送信します。
■**受付期間**　６月17日㈪～27日㈭午後5時まで
■**問い合わせ先**
テニス協会　井上
☎090（1467）0265
✉ tennis_murao@nifty.com
URL http://scta.b.la9.jp/

市春季レディステニス大会参加者募集

■**日時**　６月21日㈮
午前９時集合
（雨天時翌週順延）
■**場所**
大松山運動公園テニスコート
■**対象者**　市内のテニスコート利用者
■**種目**　ダブルス
■**参加費**　2,500円（当日徴収）
■**申し込み**
・申込用紙に必要事項を記載し、スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターのいずれかの窓口へお持ちください。
・電子メールによる申し込みも受け付けております。メールの本文に①氏名②所属③現住所または勤務先住所④連絡先を記載して送信してください。受け付けが完了したお申し込みにつきましては、返信メールを送信します。
■**受付期間**
６月３日㈪～14日㈮
午後５時まで
■**その他**
ペアの変更は当日まで受付可能。申込キャンセルは不可。
■**問い合わせ先**
テニス協会　井上
☎090（1467）0265
✉ tennis_murao@nifty.com
URL http://scta.b.la9.jp/

ビギナー水泳教室参加者募集

泳ぐのは初めて、息つぎが苦手、水中に潜れない方を対象とした教室です。公認資格を持つ指導者を起用しています。
■**日時**　（水曜日全４回）
Aコース　７月３日～７月24日
Bコース　７月31日～８月28日
（８月14日除く）
午後６時30分～８時（共通）
※開講５分前までに着替えてプールサイドに集合してください。
■**会場**　国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センタープール
■**対象者**　市に住所を有する小学生以上及び市内在勤者
■**参加費**　（４回分）
・会員1,000円
・会員外1,500円（保険料込）
■**募集人員**　各20名程度
■**持ち物**　水着、キャップ、ゴーグル、飲み物、着替え、タオル
■**申込期間**
会員は６月12日㈬、会員外は６月19日㈬から先着順で定員まで受け付けます。
■**申込方法**　国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センター窓口にて、申込書に参加費を添えてお申し込みください。
■**問い合わせ先**
夢くらぶ国分寺　増山
☎（44）0849
（火・水・金曜日の午後５時15分まで）

カヌー教室参加者募集

夏の季節に合わせ水に親しむカヌー教室を開講します。基本技能を修得して爽快なリバーツーリングを楽しみませんか。
■**日時**　７月５日～８月30日（金曜日全８回）
（８月16日除く）（講習６回、補習２回計８回）
午後６時45分～８時45分※開講５分前までに着替えてプールサイドに集合してください。
■**会場**　国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センタープール
■**対象者**
市に住所を有する小学５年生以上の方、または市内在勤者
■**募集人員**　10名程度
（グループ申し込みは不可）
■**講師**　しもつけ指導者会（Ｂ＆Ｇ財団海洋性レクリエーションインストラクター）
■**参加費**
会員3,000円、会員外4,000円（保険料含）
■**持ち物**　水泳着、ラッシュガードなどのＴシャツ、飲み物、着替え、タオル
※キャップとゴーグルは自由。
■**申し込み**　会員は６月12日㈬、会員外は６月19日㈬から先着順で定員まで受け付けます。国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センター窓口にて、申込書に参加費を添えてお申し込みください。
■**問い合わせ先**
夢くらぶ国分寺　増山
☎（44）0849
（火・水・金曜日の午後５時15分まで）

市民卓球大会（硬式／ラージ）参加者募集

■**日時**　７月14日㈰
午前９時集合（９時30分開始）
■**場所**　南河内体育センター
※駐車場は南河内公民館駐車場をご利用ください。
■**対象者**
硬式は市在住、在勤、在学、市登録クラブの小学３年生以上の男女、ラージは硬式と同様の40才以上の男女
※小学２年生以下で参加希望の方はお問い合わせください。
■**種目**　硬式ジュニア男女シングルス（小学３年～中学２年）、硬式一般男女シングルス（中学３年以上）、ラージ男女シングルス
■**競技方法**　硬式５セットマッチ、ラージ３セットマッチ
■**参加費**　各種目500円
※参加費は保険料を含みます。
※大会当日に徴収します。
■**申込方法**　６月３日㈪から28日㈮午後５時までにスポーツ交流館、南河内体育センター、国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センターにてお申し込みください。
※申込書は各窓口にあります。
※複数種目申し込みは不可
※電話での申し込みは不可
※キャンセルは６月28日㈮午後５時まで
■**使用球**　硬式／ラージ
公認プラスチックボール
■**組合せ**　市体育協会卓球部役員会にて行います。
■**県民スポーツ代表選考**
硬式一般男女シングルスは県民スポーツ大会代表選考会を兼ねています。男子ベスト８および女子ベスト４の市内在住18才以上の方が選考対象。（学連登録者を除く）
■**その他**　ラケット、体育館シューズは各自ご用意ください。
■**問い合わせ先**
市卓球部　張替
（午後８時～11時）
☎090(8006)9630

大松山運動公園内体育施設の定期利用申請

■**対象施設**
・陸上競技場（陸上共同利用）
・多目的グラウンド（野球、サッカー他）
■**申請期間**
６月10日㈪～21日㈮
■**申請方法**
所定の応募用紙に必要事項を記入の上、スポーツ振興課へ提出してください。
■**許可条件**
・10人以上の団体であること。
・市内在住者と在勤者の合計人数が全体の７割以上であること。
■**注意事項**
応募用紙はスポーツ振興課にてお渡しします。
定期利用の希望が重複した場合、スポーツ振興課にて判断しますのでご了承ください。
■**申請・問い合わせ先**
スポーツ振興課
☎(32)8920

髙藤直寿選手を応援しよう！

下野市出身の柔道家・髙藤選手の後援会会員を募集します。
■**年会費**　個人１口1,000円
団体１口5,000円
■**申し込み**　入会申込書をスポーツ振興課、スポーツ交流館、南河内体育センター、国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センターのいずれかにお越しいただくか、後援会事務局へご請求いただき、窓口またはＦＡＸ・メール等により送付のうえ入会費をお支払いください。
※入会費のお支払い方法等は、申込書をご参照ください。
■**申し込み・問い合わせ先**
髙藤直寿選手下野市後援会
（スポーツ振興課）
☎(32)8920　FAX(32)8611
✉sports@city.shimotsuke.lg.jp

スポーツ推進委員会活動報告

今回は、キンボールスポーツに関する活動について紹介します。
キンボールスポーツは３チームが攻守交替しながら、直径122cmの巨大なボールを落とさないように競うニュースポーツです。市では、普及と推進を図るため、全国大会や自治会・市内小学校対抗の大会を開催しています。
スポーツ推進委員は、各種大会の際にレフリーや得点係などを務めるほか、独自のイベントとして「キンボールスポーツサンデー」という初心者も参加できる教室を毎月1回開催しています。
スポーツ推進委員会は、キンボールスポーツが市民にとってより身近になるように、普及に向けて今後も活動を行っていきます。
■**問い合わせ先**
スポーツ振興課
☎(32)8920

ヘルスインフォメーション

Health Information

しもつけ健康マイレージが始まりました。

今号にポイントカードをはさんでいますので、ぜひご参加ください。

まずは➡しもつけ健康マイレージポイントカードを手に入れる。

ポイントカードはほかに、公民館や保健センター、市役所健康増進課・市民課窓口で入手できます。また、ホームページからダウンロードできます。事前申し込みは不要です。

ポイントカードを手に入れたら➡健康ポイントを合計15ポイント（スタンプ）以上貯める。

ステップ１　健診を受けよう（必須1～2ポイント）

健康診査（特定健診、ヤング健診、人間ドックなど）やがん検診受診でスタンプをもらいましょう。

ステップ２　健康に関する事業に参加しよう（必須１ポイント以上）

ポイントカードに載っている事業に参加してスタンプをもらいましょう。1つの事業参加で1スタンプもらえます。

ステップ３　健康チャレンジ大作戦！（必須12ポイント以上）

12項目あるチャレンジ目標を３つ以上実行できた日を記入しポイントをもらいましょう。１日で１ポイント、13日分で13ポイントもらえます。

15ポイント貯まったら➡記念品をもらう

記念品は下の中から１つ選択してください。ポイントカード提出の翌月下旬に郵送します。

記念品の種類	利用期限
ゆうゆう館入浴券	発行日から１年間
デマンドバス利用券	なし
道の駅しもつけ旬の野菜セット引換券（1,500円相当）	発行日から１年間
道の駅しもつけ下野市特産品セット引換券（1,500円相当）	発行日から１年間
道の駅しもつけ商品券1,000円分（500円券×２枚）	発行日から１年間
きらら館トレーニング室利用券（３回分）	発行日から１年間
市内スポーツ施設（※）２時間利用券（３回分）	発行日から１年間

（※）市内スポーツ施設の一覧です（屋外夜間照明代は、ご利用者の負担となります）。

石橋体育センター　アリーナ・トレーニング室	石橋武道館　柔道剣道場	石橋弓道場　射場
大松山運動公園　テニスコート	国分寺Ｂ＆Ｇ海洋センター	国分寺運動公園　野球場　テニスコート
柴公園　グラウンド	みのわ古城公園　グラウンド	国分寺聖武館　アリーナ
国分寺静思館　射場	国分寺武道館　柔道剣道場	南河内球場
南河内テニスコート	南河内東部運動広場	西坪山球場
五千石球場	南河内体育センター	南河内東体育館
南河内武道館	諏訪山公園　野球場	別処山公園　グラウンド
祇園原公園　テニスコート		

とちまる健康ポイントが始まりました。

栃木県では、県民の健康づくりを応援するため、歩くとプレゼントをもらえるチャンスが毎月ある「とちまる健康ポイント」を開始しました。参加方法は、お手持ちのスマホにアプリを入れて歩くだけ！県民のみなさまの積極的な参加をお待ちしております。

■対象　18歳以上の県民・県内に通勤・通学の方

■参加の流れ

①スマホに「FUN+WALKアプリ」をダウンロード
②歩いてためたポイントで応募用クーポンを入手
③クーポンを使ってプレゼント抽選に応募（チャンスは毎月）

※詳しくは、「健康長寿とちぎWEB」（http://www.kenko-choju.tochigi.jp/）で

■問い合わせ先

栃木県健康増進課　☎028(623)3094

お知らせ

望まない受動喫煙をなくそう！！

７月１日㈪から、学校・病院・児童福祉施設等、行政機関（庁舎）では、原則敷地内禁煙となります。

2018年７月、健康増進法の一部を改正する法律が成立し、2020年４月の全面施行に向けて、順次施行が進められていきます。

このことで、望まない受動喫煙を防止するための取り組みは、マナーからルールへと変わります。

多くの施設において
屋内が原則禁煙に

20歳未満の方は
喫煙エリアへ立入禁止に

屋内での喫煙には
喫煙室の設置が必要に

喫煙室には
標識掲示が義務付けに

いのち支える下野市自殺対策計画を策定しました

平成28年４月に改正された自殺対策基本法では、日本の自殺死亡率を先進諸国の水準まで減少させるため地域の実情に応じた対策を行うこととしており、本市でも今年度から５か年計画（平成31年度～令和５年度）の「いのち支える下野市自殺対策計画」を策定しました。

計画では「いのち支える基本施策」として以下の７項目を掲げて取り組みます。

本市の自殺者数は毎年10人前後とほぼ横ばいで推移しており、特に若年層と高齢者の自殺者の割合が、全国や県と比較して高い傾向にあります。計画では、令和5年度に自殺者数ゼロとなることを目標としています。

今後、この計画に基づき下野市地域自殺対策ネットワーク協議会を設置し各種施策の進捗状況の評価や検討を行いつつ、関係機関や民間団体等と緊密に連携しながら自殺者数ゼロの目標達成を図っていきます。

【基本施策１】地域におけるネットワークの強化（こころつなぐシートの活用）
【基本施策２】自殺対策を支える人材の育成（ゲートキーパー養成講座開催等）
【基本施策３】市民への啓発と周知
【基本施策４】生きることの促進要因への支援
【基本施策５】若年層への支援の強化（重点施策）
【基本施策６】高齢者への支援の強化（重点施策）
【基本施策７】「生きる支援関連施策」の実施

※計画書（概要版含む）については、市ホームページからダウンロードすることができます。

薬物依存症に関する研修会

県南健康福祉センターでは薬物依存症に関する研修会を開催しています。薬物依存症ってなんだろう？薬物依存症の基礎知識や栃木ダルクによる薬物依存症回復者の体験談等もあります。

まず、お電話でご連絡ください。

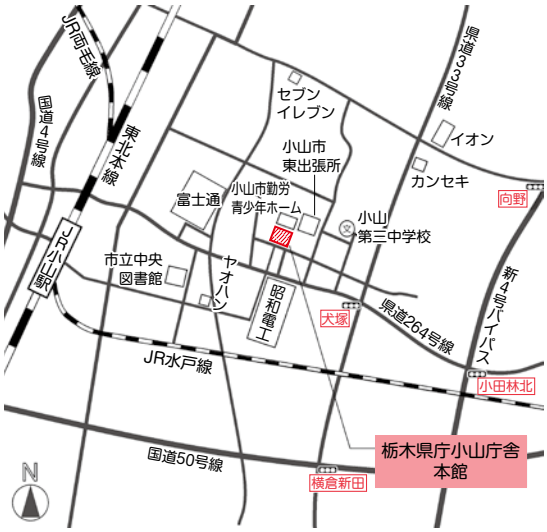
■日程　６月20日㈭　午後２時～３時30分

■会場

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



教室・講座

健康推進員養成講座

健康推進員とは、市民の皆さんの健康づくりを支援するために、地域において行政と一緒に健康づくりを推進していく市民ボランティアです。

あなたも、健康推進員になり健康の普及・推進を図る活動をしてみませんか。

■**定員** 20名

■**募集要件** 健康づくりに関心があり、地域において健康推進員として活動できる方

■**養成講座の日程・内容** ※各回とも10分前から受付となります。

回	日時	場所	内容
1回目	7月5日㈮ 午前9時30分～午後3時	市役所会議室	地域の健康づくり、コミュニケーションづくり バランス弁当試食（弁当代実費600円程度）
2回目	7月10日㈬ 午後1時30分～4時30分	市役所会議室	生活習慣病について、高血圧予防のための食生活
3回目	7月～9月	各教室の会場	各種健康づくり教室に参加（1回以上）
4回目	9月10日㈫ 午後2時～4時	ゆうゆう館	運動の効果、必要性、習慣作りのコツ
5回目	10月9日㈬ 午後1時30分～4時	ゆうゆう館	地域の健康づくりについて考えよう

■**申込締切** 6月28日㈮

■**申し込み先** 健康増進課 ☎(32)8905

アクアサイズ ～プールでエクササイズ～

マイレージ対象

プールでは浮力を利用することで関節などへの負担を少なく運動することができます。また水の抵抗により筋肉や血管に日常以上の負荷をかけることができるため、健康づくりや生活習慣病予防につながります。この機会にプールで運動を始めてみませんか？

■**日時**（全3回）
7月2日㈫
午前10時10分～11時50分
7月9日㈫、7月16日㈫
午前10時30分～11時30分

■**会場**
株式会社リフレスポーツ
（下野市緑1-3-1）

■**対象者**
20歳～74歳以下の基本的な健診を受診している市内在住の方。
※疾病を有しており、主治医の指示を必要と認めた方については、医師からの運動指導提供書を提出していただきます。

■**内容**
生活習慣病予防やバランスの良い食事の講話、水中運動

■**持ち物**
水着、スイミングキャップ、バスタオル

■**定員** 20名

■**参加費**
無料（プールの使用料も含む）

■**申込期限** 6月18日㈫

■**申込方法** 電話

■**申し込み先**
株式会社リフレスポーツ
☎(44)7224

高血圧予防教室

マイレージ対象

高血圧は様々な病気につながっていきます。症状が出る前に高血圧を予防しましょう！

■**日時** 6月28日㈮
午前9時30分～午後2時

■**対象者** 40～74歳以下の市民の方で次のいずれかの項目に該当する方
・血圧が要指導以上で内服治療していない方
・eGFRが要指導の方

■**場所** きらら館

■**持ち物** 運動できる服装・運動靴、自分の血圧の値が分かるもの

■**参加費** 無料

■**定員** 30名

■**申込締切** 6月21日㈮

■**申し込み先**
健康増進課 ☎(32)8905

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、精神科医が対応するこころの健康相談を実施します。相談することで、今のつらさが少しでも軽くなればと思います。ぜひ、ご利用ください。

■**日程** 7月30日㈫ 午後2時～4時
※7月23日㈫までに電話でご予約ください。

■**相談場所及び電話予約**
健康増進課 ☎(32)8905

※精神科医が無料で相談に応じます。相談日以外でも随時保健師が相談をお受けしています。

※しもつけ健康マイレージの対象事業には、マイレージ対象と表記します。

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お受けします。

■**日時**　6月24日㈪
午前9時～11時
※偶数月に実施予定

■**相談員**
心理士・看護師・保育士

■**会場**　子育て支援センターゆりかご（あおば保育園内）

※「ゆりかご」を初めて利用される場合、防犯対策のために入館者登録（名札代）310円がかかります。

※子育て支援センターでは、随時保育士が相談をお受けしています。

育児相談・母乳相談

お子様の成長・発達や授乳、離乳食に関しての相談をお受けします。

■**日程**　6月27日㈭
午前9時30分、午前10時、午前10時30分、午前11時

■**会場**　きらら館検診室

■**相談員**　保健師・助産師・栄養士

■**持ち物**　母子健康手帳、案内状
（乳幼児健診において案内状をもらった方）

■**申込方法・申し込み先**　6月24日㈪までに電話で予約してください。
健康増進課　☎(32)8905

■**その他**

偶数月には、離乳食教室を開催します。対象者は、7～8か月児の保護者の方です（個別に通知します）。生活リズムや離乳食について保健師や管理栄養士が説明します。

※開催時間は午前9時30分から10時30分です。

特定検診・がん検診

がん検診の受診券の送付

がん検診等を受けるための受診券を送付しました。

受診できる項目が個人により異なりますので、中を開けて必ずご確認ください。

また、集団検診の日程や個別検診医療機関の一覧が掲載されています。

お手元に届いていない方は、健康増進課にお問い合わせください。

特定健康診査を受診される国民健康保険以外に加入されている方へ

国民健康保険以外の医療保険（健康保険組合・協会けんぽ・共済組合・国保組合等）の加入者の家族の方が特定健診受診を希望される場合、加入保険より発行される特定健康診査受診券が必要となります。

40歳から74歳までの方は、加入する医療保険にお問い合わせください。申し込みが必要な場合もありますので、ご自身で該当の医療保険にお問い合わせください。

■**集団検診**　市では集団検診を行っています。申し込みの際には、受診券をお手元に用意してお電話ください。健診受診時には、必ず特定健康診査受診券、保険証をお持ちください。これらを忘れた場合は受診できない場合がありますのでご注意ください。

なお、医療保険によっては、集団検診では対応できない場合や自己負担が発生する場合もありますので、ご了承ください。

特定健康診査結果説明会　マイレージ対象

国民健康保険加入者で、集団検診にて特定健康診査を受診された方は結果説明会にて結果を返却します。結果の返却に合わせて保健師、管理栄養士が個別相談を行います。また、健診結果によっては、市から事前にご連絡を差し上げる場合があります。

※日程は次ページに掲載しています。

■**対象者**　国保特定健診受診者

※がん検診のみの受診者、国保以外の加入者も参加できますので、事前にご予約ください。

■**受付時間**　午前9時30分～10時45分

※結果説明会に来られない方は、健康相談・他の結果説明会でもお返しできますのでご連絡ください。

■**検診結果の通知方法**

集団検診	（きらら館・ゆうゆう館・南河内公民館・南河内東公民館・グリーンタウンコミュニティセンターで受診）			個別検診（医療機関で受診）
特定健康診査（国民健康保険加入者）	特定健康診査（社会保険加入者）	後期高齢者健康診査	がん検診のみヤング健診	特定健康診査、肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、子宮頚がん検診
↓	↓	↓	↓	↓
結果説明会にて返却	栃木県保健衛生事業団から郵送	市から郵送	市から郵送	医療機関より返却（子宮頚がんのみ市から郵送）

集団検診・結果説明会日程表

集団検診日程				結果説明会		
6月	3	月	きらら館	7月17日	水	きらら館
	6	木	南河内公民館	7月24日	水	南河内公民館
	12	水	きらら館（※）	8月1日	木	きらら館
	23	日	きらら館	8月8日	木	きらら館
	24	月	きらら館			
7月	6	土	きらら館	8月22日	木	きらら館
	16	火	GTコミュニティセンター	9月2日	月	生涯学習センター
	20	土	きらら館	9月6日	金	きらら館
	22	月	きらら館（※）			
	25	木	きらら館	9月9日	月	きらら館
	31	水	きらら館	9月18日	水	きらら館
8月	28	水	きらら館（※）	10月16日	水	下野市役所
	30	金	南河内公民館	10月17日	木	南河内公民館
9月	3	火	ゆうゆう館	10月23日	水	ゆうゆう館
	4	水	ゆうゆう館			
	11	水	きらら館（※）	10月30日	水	下野市役所
	14	土	きらら館			
	17	火	GTコミュニティセンター	11月1日	金	生涯学習センター
10月	1	火	GTコミュニティセンター	11月14日	木	生涯学習センター
	7	月	ゆうゆう館	11月20日	水	ゆうゆう館
	19	土	ゆうゆう館	12月9日	月	ゆうゆう館
	25	金	ゆうゆう館（※）	12月12日	木	ゆうゆう館
11月	7	木	南河内公民館	12月25日	水	南河内公民館
	9	土	ゆうゆう館	12月27日	金	ゆうゆう館
	11	月	ゆうゆう館			
	18	月	南河内東公民館	1月8日	水	南河内東公民館
	21	木	ゆうゆう館（※）	1月9日	木	ゆうゆう館
	25	月	ゆうゆう館	1月16日	木	ゆうゆう館
	27	水	ゆうゆう館			
12月	2	月	ゆうゆう館（※）	1月22日	水	ゆうゆう館
	6	金	南河内公民館	1月24日	金	南河内公民館
	8	日	ゆうゆう館	1月29日	水	ゆうゆう館
	11	水	ゆうゆう館			
1月	10	金	ゆうゆう館（※）	2月26日	水	ゆうゆう館
	17	金	南河内公民館	3月5日	木	南河内公民館
	20	月	ゆうゆう館（※）	3月11日	水	ゆうゆう館
	23	木	ゆうゆう館	3月16日	月	ゆうゆう館
	26	日	ゆうゆう館			

※女性限定日

健康・幸せ　チャレンジ大作戦

2019年度 しもつけ健康マイレージポイントカード

受付番号

申請日　　年　　月　　日

フリガナ 氏　名		大・昭・平 年　月　日	歳	男・女
住　所	〒　　－ 下野市	電話番号	（　　）　　-	

健康マイレージに参加してのアンケートにご協力をお願いします。あてはまる項目に○印をつけてください。

1．健康マイレージへは参加したことがありますか？
①　初めて　②毎年　③その他（　　）

2．ステップ３のチャレンジ目標の中で続けている項目はありますか？
1・2・3・4・5・6・7・8・9・10・11・12

3.健康マイレージへ参加しようと思ったきっかけは何ですか？
①健康づくりのため　②記念品のため　③家族・友人の勧めで　④その他（　　）

※国民健康保険に加入されている方のみお答えください。本マイレージ事業の効果の検証のために、医療費に関する個人データを確認させていただく場合がございます。（氏名等の公表はしません）了承しない場合は✓を入れてください。→ □

記念品 ※希望する番号に○をしてください	○	記念品の種類	利用期限
		①　ゆうゆう館入浴券　（5 回分）	発行日から１年間
		②　デマンドバス利用券　（5 回分）	なし
		③　道の駅しもつけ旬の野菜セット引換券　（1,500 円相当）	発行日から１年間
		④　道の駅しもつけ下野市特産品セット引換券(1,500 円相当)	発行日から１年間
		⑤　道の駅しもつけ商品券 1,000 円分（500 円券×2 枚）	発行日から１年間
		⑥　きらら館トレーニング室利用券　（3 回分）	発行日から１年間
		⑦　市内スポーツ施設２時間利用券（3 回分） ※利用可能施設については、「広報誌６月号」か「市ホームページ」をご覧ください。 または、スポーツ振興課(☎32-8920)までお問い合わせください。	発行日から１年間

※記入漏れがあると、記念品をお届けできない場合がありますので応募前に必ず確認してください。
申請後に記念品の変更はできません。お間違えの無いようにご注意ください。

ステップ1　健診を受けよう！※必須事項です！

年齢区分		２０～３９歳の方		４０歳以上の方	
健診の種類	健康診査	以下のいずれかを受診で１スタンプ □ ヤング健診　□ 職域検診 □ 人間ドック	スタンプ 年　月　日	以下のいずれかを受診で１スタンプ □ 特定健康診査　□ 職域検診 □ 人間ドック	スタンプ 年　月　日
	がん検診	以下のいずれかを受診で１スタンプ 子宮頸がん検診　※今年度対象女性 乳がん検診　※35～39 歳女性 その他がん検診	スタンプ 年　月　日	以下のいずれかを受診で１スタンプ 胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん検診、胃ハイリスク検査、胃内視鏡検査、肝炎ウイルス検査、骨密度検査、結核健診、口腔がん検診	スタンプ 年　月　日
注意点		健康診査、がん検診の**どちらか受診すればＯＫ**です。 **（最低１ポイント取得が必須）** ※市のがん検診は、基本的に４０歳以上にならないと受診できませんが(女性のみ年齢により受診可能項目あり) 職場でがん検診を受診した方はスタンプ対象となります。		健康診査、がん検診の**両方の受診が必要**になります。 **（２ポイント取得が必須）** ※人間ドックにがん検診の項目が含まれている場合には がん検診のスタンプ対象となります。	

※市の集団検診以外で健診を受診された場合には、結果などで健診を受診したことが分かるものを申請時にご持参ください。（健康増進課窓口に限る）

ステップ2　健康に関する事業に参加しよう！　対象事業が増えました！

下野市では、「健康しもつけ 21 プラン」を策定し、健康づくりを実践し、『幸せを実感できる生活』を目指すことを基本理念として、市民のみなさまの健康づくりに取り組んでいます。

健康マイレージ対象事業　※事業は 1 つ以上の参加が必須となります

	事業名	スタンプ	問い合わせ先
栄養・食生活	フレッシュママ・パパ教室		健康増進課 (32-8905)
	離乳食教室 (7.8 か月児を持つ保護者)		
	ヘルシースタート教室 (2.3 か月児を持つ保護者)		
	食育教室 (子育て支援センター・児童館)		こども福祉課 (32-8903)
	農業体験(いもほり)		農政課 (32-8906)
	農業体験(田植え・稲刈り)		
歯科保健	歯周病検診、後期高齢者歯科健康診査※2		健康増進課 (32-8905)
	フッ素塗布事業 (年少～小学 2 年生を持つ保護者)	当日配布の番号札を貼付してください (スタンプの代わりとします)	
その他	特定保健指導		
	健診結果説明会		
	健康づくり基礎教室		
	高血圧予防教室		
	医師会主催市民公開講座		
	健康増進課リクエスト講座の受講		
	栃木県の対象事業	とちまるくん健康シールを貼付してください	
	献血への協力※3		
	認知症サポーター養成講座 (ステップアップ講座も含む)		高齢福祉課 (32-8904)
運動	運動基礎教室		健康増進課 (32-8905)
	アクアサイズ		
	きらら館トレーニング室利用 (1 回利用からスタンプ可)		

	事業名	スタンプ	問い合わせ先
運動	転倒骨折予防教室		高齢福祉課 (32-8904)
	男の筋トレ塾		
	脳力アップトレーニング教室		
	ゲーゴルセラピー教室		
	しもつけ元気はつらつ体操サポーター養成講座		
	親子ビクス・親子ヨガ (子育て支援センターつくし・児童館)		こども福祉課 (32-8903)
	親子体操 (子育て支援センターつくし)		
	天平マラソン大会※1		スポーツ振興課 (32-8920)
	南河内地区 1 周駅伝競走大会※1		
	下野オープンキンボールスポーツ大会		
	キンボールスポーツサンデー		
	親子ビクス (3 か月～1 歳児と保護者)		国分寺公民館 (40-5563)
	男のエクササイズ		
	美！フィットネス		
	笑いヨガ		
	わくわく親子体験 2019 のうち「ノリノリ☺ヒップホップダンス」(小学生とその保護者)		石橋公民館 (52-1157)
	ストレッチ 2019		
	グリム大学のうち「笑いヨガ」、「若返り健康体操」(60 歳以上)		
	ウォーキングレッスン		南河内公民館 (48-2393)
	運動アラカルト		南河内東公民館 (48-5511)

注意

※1 当日はスタンプを押せないので、後日健康増進課窓口でスタンプを押します。

※2 市の歯周病検診、後期高齢者歯科健康診査対象者以外で歯周病検診を受診された方は、受診された歯科医院にて証明書を記入してもらってください(市内医療機関に限る)。証明書用紙は健康増進課にあります。

※3 下野市役所以外で献血をした場合、申請の際に献血カードをご持参ください。

おしらせ

★各事業の詳細な開催日時や内容については広報や市ホームページ、又は各課に直接お問い合わせください。
　また、事前にお申込みが必要な事業がありますのでご注意ください。

★対象事業や集団検診への参加時はポイントカードを持参してください。

★対象事業に何回参加しても、同一事業でもらえるスタンプは、1 人 1 スタンプです。

ステップ3　健康チャレンジ大作戦！

チャレンジ目標

1	**食卓で使うしょうゆは、1日小さじ1杯までにする**	しょうゆを小さじ1杯減らすと、 1ｇの減塩ができます
2	**ドレッシング・マヨネーズは1日大さじ1杯までにする**	食物繊維がたっぷりの野菜は、 薄味で食べましょう
3	**みそ汁や麺は、1日1回までにする**	味噌汁を1回減らすと1.5ｇ減塩に。 麺の汁を残すと3ｇの減塩になります
4	**今より、10分多く体を動かす**	10分歩くと約1000歩、 距離にすると600~700mになります
5	**体重を測る**	毎日の体重測定が、 減量成功の近道と言われます
6	**「FUN+WALK」アプリをスマートフォンにダウンロードして歩き、歩数を確認する**	1日の歩数に合わせてご当地キャラが変身したり、ポイントをクーポンに交換したりできるアプリです。栃木県の「とちまる健康ポイント」もたまります。詳しくは「健康長寿とちぎWEB」へ。
7	**休肝日をつくる**	休肝日をつくると、がん、脳卒中などの 死亡リスクが低下します
8	**禁煙する**	禁煙することで、循環器疾患や呼吸器疾患などの リスクが低下します
9	**毎食後、歯磨きをする**	正しい歯磨きは、 歯周病の予防につながります
10	**血圧測定時間を決めて血圧を測る**	血圧は、130/85mmHg未満を 目指しましょう
11	**間食(おやつ)を控える**	間食(おやつ)を少なくすることは、 糖尿病予防につながります
12	**ボランティア活動をおこなう**	どのようなボランティアでも構いません

1日の食塩摂取目標量
男性8ｇ未満
女性7ｇ未満

1日の歩数目安
男性9,200歩
女性8,300歩

目標のうち**3つ以上実行できた日**は、下記のチャレンジシートの番号に○を付けて、日付を記入してください。
チャレンジ期間：**12日間以上**　※連続じゃなくても大丈夫！できた日にちを記入しましょう。

チャレンジシート　※1日＝1ポイントとなります

記入例	1	2	3	4	健康マイレージポイント
6/1	／	／	／	／	
1 (2) 3 4 5 6 (7) (8) 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	
5	**6**	**7**	**8**	**9**	
／	／	／	／	／	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	
10	**11**	**12**	**13**	上三川町・壬生町の健康や運動に関するイベントへ参加	合計
／	／	／	／		
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	参加したら1ポイント イベント名 （　　）	ポイント

ポイント　40歳以上の方　「ステップ1＝2P」＋「ステップ2＝1P」＋「ステップ3=12P」　計15ポイント
取得の例　20~39歳の方　「ステップ1＝1P」＋「ステップ2＝1P」＋「ステップ3=13P」　計15ポイント

不明な点は健康増進課(☎32-8905)までお問合せください

15 ポイント貯めて
記念品をもらおう♪

しもつけ健康マイレージ 2019 年度

しもつけ健康マイレージとは、市民の特定健診・がん検診などの受診率向上や健康づくりの動機づけと運動習慣の定着を促進することを目的とした取り組みです。楽しくポイントを貯めて、健康を手に入れましょう！

参加方法は？

1.「しもつけ健康マイレージポイントカード」を手に入れよう！

ポイントカードは、各公民館、各保健センター、または市役所健康増進課窓口・市民課窓口でお渡しします。
また、ホームページからダウンロードすることができます。事前申し込みは不要です。
※申請はお 1 人様、年度内 1 回限りとなります。

記念品をもらうには？

2.「健康ポイント」を 15 ポイント貯めよう！

ポイントを貯める期間	**2019 年 5 月 1 日～2020 年 3 月 31 日** (※ステップ 1 は、2019 年 4 月 1 日～有効)
対象者	**20 歳以上で下野市在住の方** (※今年度 20 歳になる方も含みます)

ステップ 1　健診を受けよう！

必須ポイント：1~2 ポイント

「健康診断」を受診して、ポイントをゲットしましょう！
※年齢によって受診できる項目が違います。ポイントカードの健診の種類の表でご確認ください。
※健診を市の集団検診以外で受けた場合は、健診結果等の受けたことが分かる資料を健康増進課へお持ちください。確認後スタンプを押印します。
（スタンプを押印できるのは、今年度受診した健診のみ）

ステップ 2　健康に関する事業に参加しよう！

必須ポイント：1 ポイント以上

対象事業に参加して、ポイントカードに「スタンプ」をもらいましょう！
※同じ事業に 2 回以上参加しても、もらえるスタンプは 1 人 1 スタンプです。
※対象事業はポイントカードの裏面に記載しています。
事業の詳細については担当課へご確認ください。
※栃木県の事業(献血・イベント等)も対象事業に加わりました！
(とちまるくん健康シールの貼付が必要)

ステップ 3　健康チャレンジ大作戦！

必須ポイント：12 ポイント以上

健康チャレンジを達成してポイントを貯めましょう！
健康チャレンジの取り組んだ項目と日にちを、マイレージポイントカードのチャレンジシートに記入しましょう。3 つ以上の目標に達成した日数が、ポイント数になります。
※1 日にすべてのチャレンジ項目に取り組んでも、1 日最高 1 ポイントまでです。
※上三川町・壬生町の健康や運動のイベント等もポイントの対象になりました。

ポイントが 15 ポイント貯まったら？

3. ポイントカードを提出して、記念品が届くのを楽しみに待とう！

「健診受診」＋「健康に関する事業参加」＋「健康チャレンジ大作戦」＝ 15 ポイント以上

15 ポイントを達成した方は、ポイントカードを健康増進課窓口、または各公民館のマイレージ回収ボックスへ提出してください(郵送も可)。

提出期間：2019 年 7 月 1 日～2020 年 3 月 31 日(当日消印有効)
※記念品はポイントカード提出月の翌月下旬を目途に郵送でお届けします。

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

国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

国民年金保険料は月額16,410円です。保険料は、日本年金機構から送付される納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストア等で納めることができます。また、クレジットカードを利用した納付、口座振替等の方法もあります。

納付期限は、法令で「納付対象月の翌月末日」と定められています。保険料を未納のまま放置されると、将来年金が受け取れない可能性があります。また、強制徴収の手続き・督促を行い、指定された期限までに納付がない場合は、延滞金が課されるだけでなく、納付義務のある方(※)の財産を差し押さえることがありますので、早めの納付をお願いします。

※納付義務者は被保険者本人、連帯して義務を負う配偶者及び世帯主のことです。

国民年金保険料免除制度

経済的な理由等で、国民年金保険料の納付が困難な場合には、申請により保険料の納付が免除または猶予される「保険料免除制度」があります。審査は､免除の申請期間に対応する前年の所得額により行います。全額免除、納付猶予及び一部免除に分かれますので、窓口でご相談ください。

全額免除制度

申請者ご本人と配偶者及び世帯主の方の所得が基準の範囲内である場合、保険料の全額が免除されます。全額免除された期間は、保険料を全額納付したときを１とすると、将来の年金受給額が１/２として計算されます。

納付猶予制度

50歳未満の方（学生を除く）で、本人と配偶者の前年所得が基準の範囲内（全額免除の所得基準と同じ）である場合、保険料の納付が猶予されます。納付猶予された期間は、老齢基礎年金、障がい基礎年金、遺族基礎年金を受け取るために必要な期間には算入されますが、老齢基礎年金の受給額には反映されません。

全額免除・納付猶予となる所得の「めやす」

前年所得が以下の計算式で計算した金額以下であること
（扶養親族の数＋１）×35万円+22万円

一部免除（一部納付）制度

保険料の一部を納付することにより、残りの保険料が免除されます。一部免除は３種類あります。一部免除された期間は、保険料を全額納付したときを１とすると将来の年金受給額は以下のように計算されます。

- ４分の３免除の場合　年金受給額は８分の５に減額
- 半額免除の場合　年金受給額は８分の６に減額
- ４分の１免除の場合　年金受給額は８分の７に減額

※一部免除制度は、納付すべき一部の保険料を納付しない場合、その期間の免除が無効(未納と同じ)となります。そのため、将来の老齢基礎年金の額に反映されず、また、障がいや死亡といった不慮の事態が生じた場合に、年金を受け取れない場合がありますのでご注意ください。

一部免除となる所得の「めやす」

前年所得が以下の計算式で計算した金額以下であること

- ４分の３免除の場合　78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
- 半額免除の場合　118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
- ４分の１免除の場合　158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

■**受付期間**　令和元年７月から令和２年６月までの期間の免除等申請の受付　７月１日㈪～

※免除等の申請は、２年１か月前の月分までさかのぼって行うことができます。ただし、申請が遅れると、万一の際に障がい年金などを受け取れない場合がありますので、すみやかに申請してください。

■**必要なもの**　印鑑、年金手帳、雇用保険離職票または雇用保険受給資格者証（失業した場合。ただし、公務員は退職辞令書）

■**申請先**　市民課

図書館

Library Information

利用案内

■6月の図書館カレンダー
（〇印は休館日）

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
23/30	24	25	26	27	28	29

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
23/30	24	25	26	27	28	29

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
23/30	24	25	26	27	28	29

■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.apsel.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv

QRコード

石橋図書館

■工作会
「くるくるまわる　てるてるぼうず」
6月9日㈰　午後2時30分～
定員：先着10名

■読書会
6月12日㈬　午前10時～
テキスト「ピエロの歌」　遠藤周作 著

■おはなし会
6月15日㈯　午前10時30分～
「おじさんのかさ」ほか
7月6日㈯　午前10時30分～
「せんたくかあちゃん」ほか
おはなし会終了後、七夕の飾り付け

■ちいさなおはなし会
6月17日㈪　午前10時30分～

■蔵書点検
6月18日㈫～22日㈯

■新聞コラム書き写しの会
6月24日㈪　午前10時～11時30分

■古典文学講座「徒然草」
第2回「奥山に猫またといふもの」他
6月29日㈯　午前10時～11時30分

国分寺図書館

■お話ポケットの会のおはなし会
6月8日㈯　午後2時～
絵本「とびますよ」ほか

■読書会
6月15日㈯　午前10時～
テキスト「透けた耳朶」　重兼芳子 著

■ティーンズ読書クラブ
6月15日㈯　午後2時～
対象：小中学生

■父の日工作会
6月15日㈯　午前11時～
対象：小学生以下
定員：15名　※要申し込み

■親子でわくわく食育講座
6月22日㈯　午前11時～
対象：幼児～小学生と保護者
定員：20組　※要申し込み

■新聞コラム書き写しの会（第1金曜）
7月5日㈮　午前10時～

■七夕お楽しみ会
7月7日㈰　午前11時～
定員：20組　※要申し込み

南河内図書館

■音訳体験講座
※初心者向けの講座です。
6月8日㈯　15日㈯　22日㈯　29日㈯
午前10時～
講師：菊地晶子 氏
対象：中学生以上
定員：15名　※要申し込み

■紙しばいと読み語り＆パネルシアター
6月8日㈯　午前10時30分～
「じゃぶ　じゃぶ　じゃぐちくん」ほか
6月22日㈯　午後2時～
「クマと森のピアノ」

■父の日工作会
6月16日㈰　午後2時～
対象：小学生　定員：15名
※要申し込み

■赤ちゃんといっしょ
「ママの笑顔がいちばん！」
6月19日㈬　午前11時～
講師：大垣玉枝 氏
対象：0歳児～3歳児と保護者
定員：15組　※要申し込み

■七夕ウィーク
7月2日㈫～7月7日㈰
場所：カウンター
※短冊に願いを込めよう。

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

図書館購入図書のご案内（一部）

＜一般書＞
- マリコを止めるな！（石・国）　…林真理子
- 仏陀の小石（石）　…又吉栄喜
- 思わず考えちゃう（石・国）　…ヨシタケシンスケ
- 呪護（石・国）　…今野敏
- マジカルグランマ（国・南）…柚木麻子
- 心音（国・南）　…乾ルカ

＜児童書＞
- ちいさな魔女とくろい森（石）　…石井睦美
- らくごで故事成語笑辞典（石）…斉藤洋
- どうぶつたちのうた（石・国・南）　…二宮由紀子
- あるくくま（石・国・南）…谷川俊太郎
- きょうなにしてた？（石・国・南）　…はまのゆか
- 大渋滞（石・国・南）　…いとうみく

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

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

「父の日」

今月、第３日曜日は父の日です。

本を通して親と子のコミュニケーションを深め楽しい時間を過ごしてみませんか？

お父さんが活躍する本や絵本、イクメンパパを応援する本などを紹介します。

今月のイチオシ

ゴリラのおとうちゃん

三浦 太郎 著
こぐま社

のんびり木陰でお昼寝中のゴリラのおとうちゃん。そこへ、ゴリラの子がやってきて「なあ おとうちゃん、あそんで～や」。ゴリラのおとうちゃんだけあって、遊び方は実にダイナミック！“おとうちゃんひこうき”や“おとうちゃんバイク”など。ゴリラ親子といっしょに楽しんでみませんか？（石・国・南）

パパは脳研究者

池谷 裕二 著
クレヨンハウス

結婚11年目に授かった愛娘の4歳までの成長を脳科学的に分析！面白い観点から子育ての楽しさや難しさを実感させてくれる1冊。（南）

まほうのさんぽみち

ロビン・ショー 著
評論社

パパとお散歩する道は不思議がいっぱい。でも、本当のお楽しみはその先にあって…。絵本が大好きな女の子とパパのお話。（国）

娘に語るお父さんの歴史

重松 清 著
筑摩書房

「お父さんの子どもの頃ってどんな時代だったの？」という娘の問いかけに、父は昔を振り返ることに…。親子で幸せを考えてみては？
（石・国・南）

ぼくが見たお父さんのはじめてのなみだ

そうま こうへい 作
佼成出版社

祖父から父へ、そして子供へ受け継がれる大切なもののお話。みなさんお父さんのなみだをみたことありますか？（石・国・南）

あたしのすきなもの、なぁんだ？

バーナード・ウェーバー 文
評論社

「あたしのすきなもの、なぁんだ？」ではじまる女の子とパパのやりとりが微笑ましく癒されます。ぜひパパと一緒に読んで欲しい絵本です。
（石）

ヨチヨチ父

ヨシタケ シンスケ 著
赤ちゃんとママ社

新米パパの目線でほのぼのと描かれた育児イラストエッセイ。
これを読めばパパの気持ちが少し分かるかも。（石）

◇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

クビアカツヤカミキリ

の情報提供にご協力ください

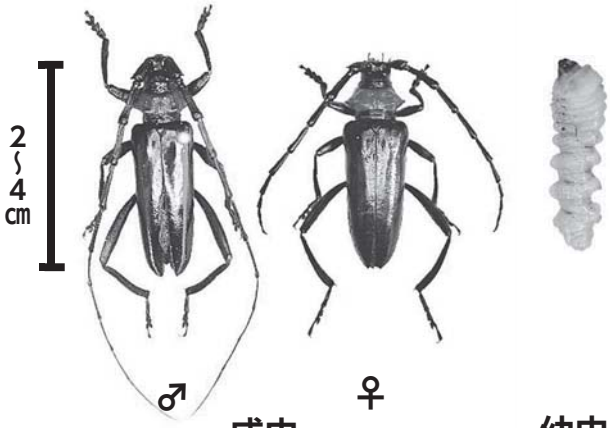
栃木県南西部で**特定外来生物クビアカツヤカミキリ**の被害が拡大しています。幼虫が**モモ、スモモ、ウメ、サクラ**に寄生し、内部を食い荒らすことで、樹木は最終的に**枯れてしまいます**。

さらなる被害の拡大を防ぐために、皆さんからの情報提供が必要です。

写真を参考に成虫やフラス（幼虫のフンと木くず）を見つけた場合には、下記の問い合わせ先までご連絡ください。

成虫の特徴

- 全体に**光沢のある黒色で、胸部（クビの部分）が赤い**
- 成虫は６月から８月に現れる
- 捕まえると刺激臭を発することがある
- 体長は２～４cm



クビアカツヤカミキリ（ほぼ実物大）

幼虫が入り込んだ樹木からは、**大量のフラス（幼虫のフンと木くずが混ざったもの）が排出**されるので、目印となります。

■問い合わせ先

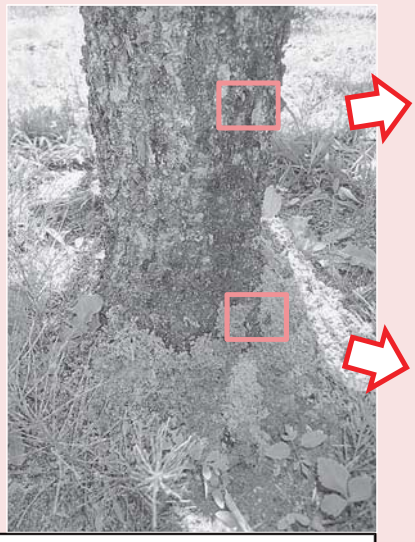
農　政　課	☎（３２）８９０６
栃木県農業環境指導センター防除課	☎０２８（６２６）３０８６
栃木県農政部経営技術課	☎０２８（６２３）２２８６
栃木県環境森林部自然環境課	☎０２８（６２３）３２０７

被害例

被害によって枯れてしまったモモ園

幹に開いた成虫の羽化脱出口

樹木内部を食い荒らす幼虫



赤茶色のフラスが株元に積もったサクラ（左）とモモ（右）

うどん状のフラスを幹から排出

地表に落下したフラス

防除に関する詳細は「クビアカツヤカミキリ防除対策マニュアル」をご覧ください。

栃木県　クビアカ　防除対策マニュアル

★クビアカツヤカミキリを見つけたら…

- 前ページの問い合わせ先にご連絡の上、発見場所、発見日等をお伝えください。
- 成虫は見つけたら踏みつぶす等して捕殺してください。

～可能であれば御協力いただきたいこと～

- 写真を撮影してください。（フラスの拡大写真や株元の様子がわかる写真）
- 木の幹で見つけた場合には、樹種をお知らせください。

特定外来生物

クビアカツヤカミキリは特定外来生物に指定され、**生きたままの運搬や飼育、販売等が禁止**されており、違反した場合には罰則があります。

「学び」は楽しく行こう！

生涯楽習だより

傾聴ボランティア講座（初心者対象）受講生募集
～聴き上手になりましょう～

傾聴とは相手の話に耳を傾け、ありのままを受け止めながら相手を理解することです。言葉の裏の感情を含め相手の話に共感し、悩みや寂しさを抱える人などの話を聞きながら、心のケアをするコツやポイントを、ワークショップ形式で学習します。

■**講師**　渡邊純子氏（話の聴き方教室　傾聴ハピネス代表）

■**日程と講座内容**

①７月９日㈫　聴きたい人は話したい
②７月16日㈫　聞き出すから話したくなる聴き方へ
③７月23日㈫　否定せず受け止めて聴く
④７月30日㈫　気持ちに寄り添う聴き方
⑤８月６日㈫　傾聴を日常で活かす
⑥10月８日㈫　フォローアップ勉強会

※希望者は⑤から⑥の間に、実際に活動している傾聴ボランティア団体で体験することができます。

■**開催時間**　①～⑤午後１時30分～４時30分
⑥午後１時30分～３時30分

■**費用**　無料

■**定員**　20名　先着順

■**会場**　生涯学習情報センター

■**申込期限**　６月28日㈮

■**申し込み・問い合わせ先**

生涯学習情報センター　☎(40)0911
（水・日曜は除く午前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

フレンドギター会員募集!!
～初心者大歓迎！～

私たちフレンドギターは、発足７年目に入りました。弾いている曲は、３部合奏を中心に演歌からクラシックまで様々です。男性６名・女性２名で和気あいあいと練習しています！

年１～２回慰問演奏に行き、毎年２月には、石橋公民館まつりで発表しています。

初心者の方には、先輩がわかりやすくお教えします！あなたもギターアンサンブルを私たちと一緒に弾いてみませんか？

■**練習日時**

毎週金曜日　午後１時～５時

■**会場**　石橋公民館

■**会費**

入会金1,000円
年会費2,000円

■**申し込み・問い合わせ先**

フレンドギター　安達
☎090(2750)9366

ママさんブラスままぴよ隊
15周年コンサート夏休み宝島ツアー

ままぴよ隊は、子育て世代のママたちを中心に結成された吹奏楽グループで、下野市を練習拠点（主に南河内東公民館）に活動しています。“無理せず楽しく！”をモットーに、幼稚園や保育園、各種イベントで演奏をしています。

今回のコンサートは小さなお子さんから大人の方までファミリーで楽しめる曲を集めました。皆さんのお越しをお待ちしています。

■**日時**　７月14日㈰　午後２時開演　※開場：午後１時30分

■**会場**　小山市文化センター　小ホール

■**入場料**　無料

■**曲目**　「スターパズルマーチ」「ディズニーメドレー」他

■**問い合わせ先**

✉mamapiyotai.2004@gmail.com（ままぴよ隊代表メール）

くらしの情報

イベント

6/29 社会を明るくする運動講演会

Shimotsuke Information 1

犯罪をなくして社会を明るくするために講演会を開催します。福島原発事故の影響で変わってしまったまちの現状や、これまでの復興の取組とこれからの展望などについて語ります。ぜひ、ご参加ください。

■**日時**　6月29日㈯　午後1時30分～
※併せて社会を明るくする運動メッセージ伝達式を行います。
■**場所**　南河内公民館大ホール
■**講師**　ＮＰＯ法人　野馬土　代表理事　三浦広志氏
■**演題**　東日本大震災からの農業の復興、そして原発事故と共に生きる
■**定員**　200名
■**参加費**　無料　※事前申し込みは不要
■**主催**　市社会を明るくする運動推進委員会
■**問い合わせ先**　社会福祉課　☎(32)8899

6/30 グリム MUSIC FESTIVAL 2019

ダンス等を楽しむイベントです。市内外のダンスグループ等が出演します。

■**日時**　6月30日㈰
午前11時～午後4時
■**場所**　グリムの館
■**問い合わせ先**
グリムの館
☎(52)1180

7/9 市議会主催講演会のお知らせ

Shimotsuke Information 2

市議会では、議会基本条例に基づき、よりよいまちづくりに向けた講演会を開催します。事前申し込みは不要ですので、ぜひご参加ください。

■**日時**　7月9日㈫
開場　午後1時30分～　開演　午後2時
■**場所**　南河内公民館
■**テーマ**
水道事業の現状と課題～安心・快適な水の供給確保
■**講師**　公益社団法人　日本水道協会　工務部技術課　課長
柴藤　廣公 氏
■**入場料**　無料
■**問い合わせ先**　議事課　☎(32)8914

7/14 黒坂黒太郎コカリナコンサート ～国立競技場の木の響き～

コカリナの第一人者である黒坂黒太郎さんによるコカリナコンサートです。新国立競技場の建設により伐採されたケヤキやカエデからつくられたコカリナが奏でる、優しい音色をお楽しみください。

■**日時**　7月14日㈰　午後2時開演
■**場所**　グリムの館
■**演奏曲目**　チャルダッシュ、アメージンググレイス、青春の森、他
■**前売券**　おとな1,500円　こども500円
■**前売券販売所**
グリムの館、市内各公民館、FKDインターパークチケットぴあ、e+
■**問い合わせ先**　グリムの館　☎(52)1180

お知らせ

寄付をいただきました

このたび、髙野和子様から金3万円の寄付をいただきました。
寄付金は市のまちづくり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。

行政相談委員委嘱

4月1日付で総務大臣から手塚英男氏が行政相談委員に再任され、新たに蓬田洋子氏と川俣和子氏が委嘱されました。
行政相談委員は、身近な相談相手として広く行政に対する苦情や意見・要望などお聴きし解決を促進するとともに、それらの意見をもとに行政運営の改善を進めています。行政相談は、心配ごと相談（総合相談）にて受け付けておりますので、どうぞお気軽にご相談ください。

左：蓬田委員　右：川俣委員

■問い合わせ先
市民協働推進課
☎(32)8887

6月1日は「人権擁護委員の日」

人権擁護委員は、地域の皆さんの身近な相談相手として人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、法務局の職員と協力して人権侵害の被害者の救済をしたりしています。また、地域の皆さんに人権について関心をもってもらえるよう、啓発活動を行っています。

■専用相談電話
- 全国共通人権相談ダイヤル
  ☎0570(003)110
- 子どもの人権110番
  ☎0120(007)110
- 女性の人権ホットライン
  ☎0570(070)810

■実施機関　法務省人権擁護局・全国人権擁護委員連合会

市民課一部業務の停止について

ネットワーク機器の交換作業に伴い、下記日程において市民課業務の一部を停止します。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■日時
6月13日㈭　午後3時～

■停止業務
- 住民票の広域交付
- マイナンバーカード及び住民基本台帳カードに関連した業務全般（カードの交付、電子証明書の発行、カードを使用した特例転入など）

■問い合わせ先
市民課　☎(32)8896

下野教科書センター教科書展示会

南河内図書館2階の下野教科書センターでは、小・中学校、高等学校、特別支援学校等の教科書を閲覧できます。閲覧される方は、センター内の受付簿にお名前をご記入の上、ご覧ください。

■日時
6月14日㈮～29日㈯
午前9時～午後4時30分
※月曜は除く。

■問い合わせ先
学校教育課
☎(32)8918

全国一斉緊急地震速報訓練が実施されます

地震などの災害時や武力攻撃時に、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、確実に皆様へお伝えするため、全国一斉の緊急地震速報訓練が実施されます。
市でも、下野市防災情報伝達システムによる情報伝達手段の試験を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

■日時　6月18日㈫　午前10時
※災害等発生により試験が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及び市内の公共施設内、学校施設内より次の放送内容が一斉に放送されます。

■放送内容
「只今から訓練放送を行います」
〈緊急地震速報チャイム音〉
「緊急地震速報。大地震（おおじしん）です。大地震です」
「これで訓練放送を終わります」

■その他　市以外の地域でも、同日に全国的に様々な情報伝達手段で訓練が実施されます。

■用語解説
J-ALERT（ジェイ・アラート）とは、地震などの災害時や武力攻撃時に国から送られてくる緊急情報を、人工衛星などを通じて瞬時に情報伝達するシステムです。
下野市防災情報伝達システムとは、J-ALERTにより受信した緊急情報を、市内に設置した屋外拡声器及び、学校施設等の館内放送設備から自動放送するシステムです。また、市からのお知らせのほか、定時に音楽も放送しています。

■問い合わせ先
安全安心課　☎(32)8894

金婚夫婦を祝福する会を実施します

結婚以来50年の永きに亘り、お互いにいたわり合い、励まし合い、苦楽をともにしてきたご夫婦を祝福します。

■**日程**　9月26日㈭　敬老会の式典時

■**会場**　石橋体育センター

■**対象者**　次の要件をすべて満たす方

・住民基本台帳法により本市の住民票に記載されている方

・令和元年12月31日時点で結婚50年以上のご夫婦

※昭和44年12月31日以前に婚姻届を提出しているご夫婦

・過去、下野市の金婚夫婦祝福を受けていない方

・金婚夫婦を祝福する会への参加を希望する方

■**申込期間**　6月3日㈪～7月31日㈬（必着）

■**申込方法**

各地域包括支援センター、高齢福祉課窓口または市ホームページから取得した「金婚夫婦祝福会参加申込書兼戸籍確認同意書」に記入・押印し、高齢福祉課へご提出ください。

※本籍地が市外の方は戸籍謄本(写)を必ず添付してください。

※敬老会については8月広報誌に掲載予定です。

■**申し込み・問い合わせ先**　高齢福祉課　☎(32)8904

市長といきいきランチトーク 申込受付中

Shimotsuke Information 3

市長と一緒にランチを食べながら、まちづくりについて気軽に話し合いませんか。

市内で活動している団体の皆さまのお申し込みをお待ちしています。

■**対象**　市内在住または在勤、在学の人で構成する5～10人程度の団体

■**開催日時**

団体の代表者と調整のうえ決定します。時間は平日の正午から午後1時

■**開催場所**　市役所

■**費用**　1人500円（昼食代実費）

■**注意事項**

本事業はこれからのまちづくりについて市長と語り合う場であり、直接の意見要望や回答を求める場ではありませんので、ご理解とご協力をお願いします。

■**申し込み・問い合わせ先**

総合政策課　☎(32)8886

ボランティアコーディネーション力検定料を助成します

市内各団体のボランティア活動を支援するため、市民のボランティアコーディネーション力検定の検定料と受講料を助成します。活動の専門性を高め、より充実した団体の育成にお役立てください。

■**対象者**

次の条件をすべて満たす方。

・市内に住民登録をしていて、市税や公共料金の滞納のない方

・市内に活動拠点を置く団体（コミュニティ組織・自治会・PTA・育成会・NPO等）に所属し、団体の長に推薦された方

■**助成内容**

特定非営利活動法人日本ボランティアコーディネーター協会が実施する、ボランティアコーディネーション力2級・3級検定に要する経費の半額（千円未満切り捨て）で、平成31年4月～令和2年2月末の間に検定に合格し助成申し込みをされた分です。

※助成は一人あたり各級1回までとなります。

■**申し込み・問い合わせ先**

市民協働推進課

☎(32)8887

FAX(32)8606

✉shiminkyoudousuishin@city.shimotsuke.lg.jp

市・県民税の納税通知書を発送します

市・県民税の納税通知書（普通徴収）を6月12日㈬に発送します。第1期の納期限は7月1日㈪です。

なお、今年度の所得証明書等が必要な方は、6月13日㈭以降に税務課窓口で申請してください。

※市税の納付は口座振替が便利です。

※コンビニでも納付可能です。

■**問い合わせ先**

税務課　☎(32)8891

幼稚園就園奨励費補助金

市外の幼稚園に入園されていても、市内に住所のある方に補助金を交付しています。補助を受けるためには必要書類を幼稚園に提出いただく必要があります。

今年度、市外の幼稚園に入園された方で、必要書類がお手元に届いていない場合は、幼稚園またはこども福祉課にご連絡ください。

■**対象者**

市内に住所があり、幼稚園（認定こども園除く）に入園している満3歳～5歳児の保護者の方。

※今後入園される方も対象になります。

■**手続き**

書類の配付・提出・補助金の支払い等はすべて幼稚園を通して行います。

■**申し込み・問い合わせ先**

こども福祉課　☎(32)8903

農業者年金について（現況届）

現況届を忘れずに

現況届は、年金を受給するために、毎年必要になる手続きです。農業者年金を受給されている方は、現況届を必ず提出してください。

※年金受給者ご本人が記入・署名することが困難な場合は、代理の方が記入・署名をしてください。

現況届の送付

現況届は毎年、5月末頃に農業者年金基金から直接、受給者ご本人に郵送されます。

現況届の提出

現況届は6月28日㈮までに農業委員会事務局へ提出してください。

現況届の提出を忘れた場合

現況届の提出がない場合は、11月から年金の支払が差し止められます。支払の差し止めは、現況届が提出されるまで継続されますので、ご注意ください。

経営移譲年金を受給している方へ

経営移譲年金を受給している方(以下、受給者という)は、後継者や特定の第三者に農業経営を移譲することにより、加算された額の年金を受給しています。

受給者が下記の項目の対象者になると、農業経営を再開したとみなされ、経営移譲年金の支給が停止される恐れがありますので、ご注意ください。

経営移譲年金の支給停止対象者

- 認定農業者
- JA組合員(販売代金の入金等)
- 経営所得安定対策の申請者
- 農業政策の各種補助金受給者
- 農業共済の加入者
- 土地改良区組合員
- 農業所得の申告者

農地を動かすその前に

受給者が、後継者などに貸付をしている農地について、農地転用・後継者以外への貸付を行った場合、年金の一部が支給停止になることがあります。農地の貸し借りや売買、農地転用などをご検討されている場合は、農業委員会事務局までご相談ください。

■問い合わせ先　農業委員会事務局　☎(32)8915

ふれあい館からのお知らせ

■申し込み・問い合わせ先
ふれあい館プール　☎(47)1122

水泳＆アクアサイズ教室

①火曜たのしく元気になるアクア

とにかく楽しいエクササイズ！音楽に合わせ先生と同じ動きをするだけ。潜らないので泳げない方でも安心です。(定員30名)

②金曜アクアシェイプ60

理想のボディが手に入れられる大チャンス！水中で音楽に乗りながら水の抵抗を利用したエクササイズでシェイプアップ！(定員30名)

③水曜ゆったり水泳＆体操

水中運動と水泳の両方を楽しめる初心者向けの教室です。ゆったりとした練習でプールを楽しみましょう！(定員25名)

④木曜ウォーキング＆アクアコンディショニング

プールに行きたいけど、不安な方はコチラ！指導員の解説の後は自分のペースで歩くだけ！運動と水の効果で健康を作ろう！(定員30名)

⑤木曜レディーススイミング

新規参加者大歓迎！美しく、楽しく、楽に泳げるようご指導します。女性限定。(定員20名)

⑥木曜エンジョイスイミング

分かりやすい解説と丁寧な指導で上達への近道となる教室！あなたの水泳の目標達成のお手伝いはお任せください。(定員20名)

■開催時間
①午前11時15分～午後0時15分
②午後7時10分～8時10分
③午前10時30分～11時30分
④午前11時30分～午後0時30分
⑤午後1時30分～2時30分
⑥午後6時40分～7時40分

■受講料　4,000円(4回月)、3,000円(3回月)

※①～④は、お試しとして1回1,200円券があります。4回分(4,400円)の回数券(有効期限は購入日から2か月)もあります。

ヨガなどの各種教室も好評開催中！

詳細は、右のQRコードからふれあい館ホームページをご覧ください。

長期休業のお知らせ

大規模改修工事のため、温水プールと入浴施設が休業となる予定です。(レストランとKスタジオは、通常どおり営業予定です。)

■休業予定期間
10月1日㈫～令和2年2月29日㈯

国分寺特別支援学校説明会・学校公開

本校は、知的に障がいのある小学生から高校生までが学ぶ学校です。特別支援教育や本校の児童、生徒たちについて知っていただくため、学校説明会・学校公開を実施します。本校についてもっとよく知りたい方、お子様の就学でお悩みの方、ぜひご参加ください。

■**場所**
国分寺特別支援学校(柴6-2)

学校説明会

■**日時**
- 小・中学部合同　7月2日㈫
  午前9時35分～11時
- 小学部(年長児体験)
  8月6日㈫
  午前9時20分～11時
- 小学部(学齢児体験)
  10月8日㈫
  午前9時35分～11時
- 中学部　8月6日㈫
  午前9時20分～11時
  10月9日㈬
  午前9時30分～11時
- 高等部　6月28日㈮
  午前9時30分～正午
  7月25日㈭
  午前9時20分～正午
  11月19日㈫
  午前9時～正午

■**内容**　学校概要説明、施設見学、授業参観、教育相談など

学校公開

■**日時**　7月10日㈬
午前9時30分～正午

学習発表会

■**日時**　11月9日㈯

■**申し込み・問い合わせ先**
学校教育課　☎(32)8918
国分寺特別支援学校
☎(44)5121　FAX(44)6698

栃木特別支援学校体験学習のご案内

肢体不自由のあるお子様の就学の参考にしていただくため、学校見学会と体験学習を実施しています。入学を前提とするものではありませんので、お気軽にご参加ください。

■**場所**　栃木特別支援学校
(栃木市皆川城内町1053)

学校見学会　7月10日㈬

体験学習

■**開催日**
- 小学部(年長・転学児対象)
  8月6日㈫
- 中学部(小6対象) 10月25日㈮
- 高等部(中1、2、3対象)
  9月25日㈬
- 高等部(中3対象) 11月21日㈭

しらさぎ祭　11月16日㈯

■**申し込み・問い合わせ先**
栃木特別支援学校
☎0282(24)7575

がん患者と家族のサロン

病気でつらい気持ち、ひとりで抱えていませんか？自治医科大学附属病院では、「がん患者と家族のサロン」を開催します。

病気との向き合い方を学んだり、話し合いの時間をもったりする場です。がんの種別は問いません。どなたでも、お気軽にご参加ください。医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・社会福祉士・理学療法士・臨床心理士・事務職員がサポートします。

■**日時**　7月11日㈭
午後2時～4時

■**場所**　自治医科大学附属病院本館地下1階スタッフラウンジ

■**内容**　ミニ・レクチャー「がんになってもイキイキ元気！～栄養管理」、自由な語り合い、リラクゼーション体験

■**参加費**　無料

■**問い合わせ先**
自治医科大学附属病院
がん相談支援室　☎(58)7107

子育て出前サロン「ほほえみ」

地域子育て支援センターでは、児童館と共催で地域の児童館に出向いて子育て出前サロン「ほほえみ」を行います。

手遊び、絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びなど親子に遊びの支援をします。

また、保護者の皆さんは、お子さんを遊ばせながら気軽におしゃべりや育児情報の交換ができます。

■**対象者**
未就学児とその保護者

■**開催場所**　南河内児童館

■**開催日時**
6月21日㈮
午前10時～11時

■**内容**　サーキットあそび
トランポリンやトンネルくぐりで、楽しく遊びましょう。

■**申し込み**　不要

■**問い合わせ先**
子育て支援センター
みるく　☎(39)6305

パソコン基本操作相談窓口

パソコンボランティアの方が相談に応じます。

■**日時**
7月1日㈪
午後1時～2時

■**相談受付**
下野ＰＣ愛好会(パソコンボランティア講師団体)

■**会場・問い合わせ先**
生涯学習情報センター
☎(40)0911

自治医科大学第48回薬師祭

実行委員長挨拶

この度、第48回薬師祭実行委員長を務めさせていただくことになりました、医学部5年の秋元崚舗と申します。

薬師祭とは、自治医科大学の学園祭であり、今年度は10月11日㈮、12日㈯、13日㈰の3日間にわたり開催されます。毎年、模擬店、医療体験や打ち上げ花火など多彩な企画があり、学内外問わず多くの来場者に楽しんで頂いております。

今年度の薬師祭のテーマは『おもい⇄えがお』です。薬師祭は、学生達が普段努力しているその成果を、多くの皆さまに披露できる場でもあると考えております。

そこで私達それぞれの胸にある「おもい」を「えがお」で披露し、ご覧になられた皆さまが「えがお」になり、私達の「おもい」を少しでも感じて頂ければと考えています。このテーマを胸に、ご来場されたすべての皆さまに心から楽しんで頂ける学園祭を目指して参ります。

実行委員会一同たくさんの皆さまのご来場を心よりお待ちしております。

模擬店の様子

血圧測定の様子

一般企画参加団体の募集

薬師祭実行委員会では、薬師祭が開催される10月12日㈯と13日㈰に「一般企画」への参加団体を募集しています。自治医大の学生、教職員だけでなく学外の地域の方々にもご参加いただけます。

募集は、①出店企画、②教室での展示企画、③ステージ企画の3種類に分かれています。初めての団体も大歓迎です。

①出店企画
12日㈯　午前9時～午後9時
13日㈰　午前9時～午後5時

②教室での展示企画
12日㈯　午前9時～午後5時
13日㈰　午前9時～午後4時

③ステージ企画
12日㈯
午前9時～午後3時30分
13日㈰　午前9時～午後3時

■**申込方法**　メール
企画の種類・代表者氏名・連絡先・宛先を明記のうえ、お申し込みください。

■**申込期限**　7月5日㈮夜12時

■**注意事項**　参加できる団体数には限りがありますので、お早めにご連絡ください。参加希望申し込みが多数となった場合は、参加をお断りする場合がございます。

■**申し込み・問い合わせ先**
✉ippan-kikaku@jichi.ac.jp
薬師祭実行委員会
一般企画部門長　医学部4年
藤塚瑞穂

※授業などにより、ご返答が遅れる場合がございます。

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。介護や認知症に関する相談をお受けすることもできますので、悩んでいる方はもちろん、興味のある方はぜひ一度足をお運びください。

しもつけ茶屋
■**日時**　6月4日㈫、12日㈬、20日㈭
7月2日㈫、10日㈬、18日㈭
午前10時～午後2時
■**場所**　南河内児童館

より処グリム　(5月17日新規オープン)
■**日時**　毎月第3金曜日
6月21日㈮、7月19日㈮　午前10時～正午
■**場所**　グリムの館　図書コーナー

おひさま　(6月26日新規オープン)
■**日時**　毎月第4水曜日
6月26日㈬、7月24日㈬　午後2時～4時
■**場所**　サン薬局内(文教1-19-4)

共通事項
■**参加費**
100円(飲み物代として)
■**問い合わせ先**
高齢福祉課　☎(32)8904

情報公開制度及び個人情報保護制度の運用状況について

市では情報公開の推進と積極的な情報提供、個人情報保護の厳格化を行っています。
平成30年度中の運用状況についてお知らせします。

情報公開制度とは?

市が保有している行政情報を「行政と市民の共通の情報資産」として公開していく制度で、市民が公開請求する権利を保障するものです。

情報公開状況

公開請求件数	決定内容		
	公開	部分公開	非公開
21	7	11	3

個人情報保護制度とは?

保有個人情報の適正な取扱いを規定し、保有個人情報の開示、訂正、利用停止を求める権利を保障する制度です。

個人情報開示状況

開示請求件数	決定内容			訂正請求件数	利用停止請求件数
	開示	部分開示	非開示		
4	4	0	0	0	0

■問い合わせ先
総務人事課　☎(32)6065

プレミアム付商品券事業が始まります

国では10月1日に予定されている消費税率の引上げに伴う影響緩和の対策として、プレミアム付商品券を販売します。

■対象者

・住民税が課されない方（生活保護を受けられている方等を除く。）
・平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子のいる世帯の世帯主

※詳しくは、今後お知らせします。対象者の方に円滑にご連絡するため、適切に住所の登録等がされている必要があります。以下の登録がされているか、まずはご確認ください。

■確認事項

①住民登録がされているか？
②東日本大震災により避難された方で避難先住所等に変更があれば、次の窓口に届け出ましょう。

・指定13市町村(いわき市・田村市・南相馬市・川俣町・広野町・楢葉町・富岡町・大熊町、双葉町・浪江町・川内村・葛尾村・飯舘村)の方は、避難元市町村の窓口。
・上記以外で市在住の方は、安全安心課 ☎(32)8894です。

■問い合わせ先
社会福祉課
☎(32)8899

労働保険年度更新のお知らせ

労働保険年度更新の申告・納付期間は6月3日㈪から7月10日㈬までです。労働保険料の算定方法は、平成30年4月1日から平成31年3月31日までの賃金総額に保険料率を乗じて得た額となります。

概算・確定保険料の申告・納付は栃木労働局労働保険徴収室・労働基準監督署のほか、最寄りの日本銀行歳入代理店・郵便局等でも取り扱っています。

手続きの際は、申告書と納付書を切り離さず、保険料を添えて窓口に提出してください。また、e-GOV(電子政府の総合窓口)から、電子申請によって申告することもできます。

■問い合わせ先
栃木労働局労働保険徴収室
☎028(634)9113

借金でお悩みの方へ

宇都宮財務事務所では、借金に関する様々な問題の解決のお手伝いをするため、「多重債務専門相談窓口」を設けています。返済困難・家族の借金など、借金に関する様々な悩みについて専門の相談員が丁寧にお聞きします。

※秘密は厳守します。
※電話または面談。
※面談の場合、事前にお電話でご予約ください。
※必要に応じて法律専門家を紹介します。

■受付時間
午前8時30分～正午　午後1時～5時

■相談料　無料

■相談・問い合わせ先
財務省関東財務局宇都宮財務事務所
☎028(633)6294(相談専用)

Shimotsuke Information 4

洪水情報が緊急速報メールで発信されます！

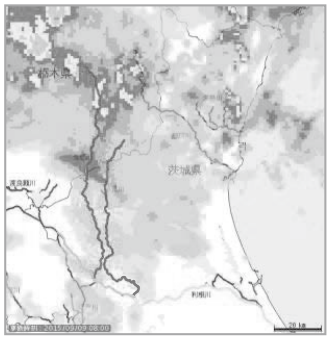
平成29年５月から、国が管理する鬼怒川で、川が氾濫する可能性が高まった時に、その周辺にいる人に氾濫の危険をお知らせする情報が自動で発信されるようになりました。

緊急速報メールが来たらまずチェック！

国土交通省 川の防災情報

雨の状況が分かる！

今、どこでどれくらいの雨が降っているのかを知ることができます。

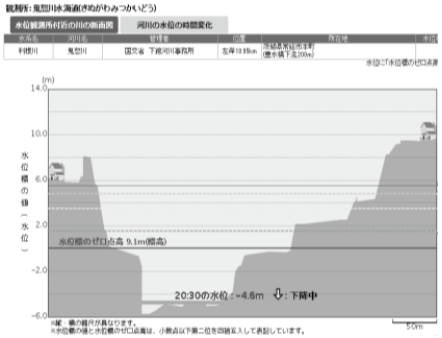


川の様子が分かる！

ＣＣＴＶカメラの映像で、現在の川の様子が分かり、川に近づかなくても状況を知ることができます。

川の水位が分かる！

川に設置した水位計で、近くの川の水位がどのような状況になっているのかを、リアルタイムで確認することができます。



アクセス！

パソコンから
http://www.river.go.jp/
スマートフォンから
http://www.river.go.jp/s/

スマホ版「川の防災情報」では、位置情報を取得することで、今いる場所の雨の様子や近くの川の状況をすぐに知ることができます。

【問い合わせ先】
国土交通省関東地方整備局下館河川事務所　調査課　０２９６（２５）２１７１

経済センサス−基礎調査−を実施します

経済センサス - 基礎調査 - は我が国のすべての産業分野における、事業所の活動状態等の基本的構造を明らかにするとともに、事業所・企業を対象とする各種統計調査の母集団情報を整備することを目的とした統計法に基づく報告義務のある基幹統計調査です。

調査は、調査員が市内すべての事業所について、外観等によりその名称、所在地、活動状態等を確認し、その結果を調査員用端末（タブレット端末）に入力します。新たに把握した事業所など、一部の事業所には調査票を配布します。

調査の結果は、国及び地方公共団体における行政施策の立案や、民間企業における経営計画の策定など社会経済の発展を支える基礎資料として広く利活用されます。

調査票にご記入いただいた内容は、統計作成の目的以外に使用することは絶対にありません。

調査対象となる事業所には調査員証を所持した調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。

■問い合わせ先
総合政策課　☎(32)8886

募　集

Shimotsuke Information 5

しもつけ歴史学講座

市の歴史等に関する様々なテーマについて、文化財課職員がわかりやすく解説します。

■日程・講座内容
第1回　7月21日㈰
くずし字から読みとく日本人の美意識
受付開始　6月28日㈮～
受付時間　午前9時～午後4時30分(休館日を除く)
第2回　9月中旬予定
第3回　11月中旬予定
※第2回・第3回については、詳細が決まり次第、広報紙でお知らせします。

■開催時間　午後1時30分～3時30分
■会場　下野薬師寺歴史館
■募集人数　25名(先着順・事前申し込み)
■受講料　100円(当日納付)
■申し込み・問い合わせ先
しもつけ風土記の丘資料館　☎(44)5049

福祉施設整備運営事業者の募集

市では、第7期下野市高齢者保健福祉計画に基づき福祉施設の基盤整備を進めています。今回は、小規模多機能型居宅介護施設と認知症対応型共同生活介護施設について、整備事業者を募集します。

募集施設
- 小規模多機能型居宅介護施設(1施設)
  登録定員29名、利用定員18名、宿泊定員9名
- 認知症対応型共同生活介護施設(1ユニット)(2施設)定員各9名

※1事業者1ユニットのみの整備でも可

共通事項
■募集要項の配布　7月1日㈪～7月31日㈬
■応募書類の受付　8月21日㈬～9月6日㈮
■面接審査　10月上旬
■審査結果通知　10月下旬
■施設の開設時期　令和3年4月(予定)
■問い合わせ先　高齢福祉課　☎(32)8904

広報しもつけの広告掲載を募集しています

有料広告を掲載してみませんか？下野市の広報紙を利用して、会社やお店の紹介ができます。

広報紙は、毎月1日に2万部発行しています。市民の皆さまに広くお知らせすることができますので、ぜひご利用ください。なお、この事業は、自主財源の確保と地域経済の活性化を図ることを目的としています。

■申し込み・問い合わせ先
総合政策課　☎(32)8886

広報しもつけ掲載料一覧

規格	回　数	掲載料
下面通し2色（5cm×18cm）	1か月	20,000円
	3か月連続	50,000円
	6か月連続	90,000円
	12か月連続	170,000円
下面2分1　2色（5cm×88cm）	1か月	10,000円
	3か月連続	25,000円
	6か月連続	45,000円
	12か月連続	85,000円

緊急在学奨学生の募集

やむを得ない事情により家計に著しい影響を受けたため、就学が困難になった高校生と大学生を対象に緊急在学奨学生を募集します。

■**受付期間**　6月3日(月)～令和2年2月28日(金)

■**申請資格**

次のすべてを満たす方

・申請を行う1年以内に、主たる家計支持者の死亡・疾病・失職・被災等により、家計に著しい影響を受け、経済的に修学の継続が困難な方

・高等学校(高等専門学校、中等教育学校の後期課程及び専修学校の高等課程を含む)、大学(短期大学及び専修学校の専門課程を含む)に在学している方

・学業成績が優秀で意欲があり、品行方正な方

・確実な連帯保証人を2名付することができる方(うち1名は保護者)

※連帯保証人は、独立の生計を営んでいる満20歳以上の方で、市区町村税を完納している方

・保護者が市に1年以上住所を有する方

・他の機関から奨学金その他これに類するものの給付または貸付を受けていない方

■**貸付額**(無利子)

・高校奨学生　月額20,000円

・大学奨学生　①～③の中から選択　①月額30,000円②月額40,000円　③月額50,000円

■**貸付期間**　正規の修業期間

※本人名義の口座に半年分まとめて年2回振り込みます。

■**募集要項等配布場所**

教育総務課、各図書館、各公民館、市ホームページなど

■**問い合わせ先**

教育総務課　☎(32)8917

グリムの森でネイチャーゲームをしよう～若葉～

ゲームや工作をしながら、自然の仕組みや不思議を学ぶ体験講座です。新緑の公園を探検しよう！

■**日時**　6月22日(土)
午前10時～正午

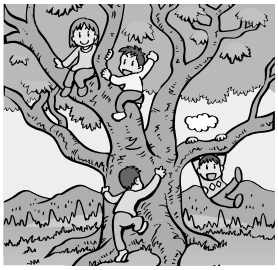
■**場所**　グリムの森
※雨天時は屋内で行います。

■**参加料**　無料

■**講師**　宇都宮ネイチャーゲームの会

■**持ち物**　バンダナ

■**申し込み・問い合わせ先**
グリムの館　☎(52)1180



選挙の投票立会人を募集しています

政治や選挙をもっと身近に感じていただき、気軽に出かけられる投票所を目指して投票立会人を募集します。

投票立会人とは

投票所で投票が公正に行われているかチェックするため、投票に立ち会っていただく方です。

当日投票立会人

・立会場所
あなたの投票区の投票所

・立会時間　午前7時～午後8時

・報酬　10,700円
(規定の源泉所得税を控除)

※昼・夜に弁当支給有。

期日前投票立会人

・立会場所
下野市役所(1階ロビー)

・立会時間
午前8時30分～午後8時

・報酬　9,500円
(規定の源泉所得税を控除)

※昼に弁当支給あり。

■**応募資格**

市在住の有権者(市選挙人名簿に登録されている方)

■**申込期限**

随時受付。ただし、7月中旬執行予定の参議院議員選挙の投票立会人は6月10日(月)までの応募者を優先します。

■**申込方法**　電話、メール、市ホームページにより住所・氏名・生年月日・電話番号・所属政党の有無・立会希望(当日・期日前・両方)、参議院議員選挙における立会希望日をお知らせください。申込者は投票立会人候補者名簿に登録され、登録期間は申し込みから4年間です。

■**申し込み・問い合わせ先**

市選挙管理委員会 ☎(32)8916
✉gyousei@city.shimotsuke.lg.jp
URL http://www.city.shimotsuke.lg.jp/

国際交流員カロリンによるママパパEnglishサロン

国際交流協会では、お子さん連れでも気軽に参加いただける英会話サロンを毎月開催しています。大人の方のみの参加もOKです。子ども好きの方、外国人の方も大歓迎！カロリンさんと一緒に、遊びながら気軽に英会話を楽しんでみませんか？

■**日時**　7月4日(木)
午前10時～11時
7月18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**　10名

■**申し込み・問い合わせ先**
市国際交流協会
☎(32)8887

政治倫理審査会の委員を募集します

市議会議員が「下野市議会議員政治倫理条例」に規定する政治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、審査する機関です。

■**任期**　2年(令和元年10月25日から)
■**開催回数**
会議は、調査請求があった場合に開催します。
■**応募資格**　市内在住の、選挙権を有する方
■**募集人数**　3名
■**応募方法**
総務人事課窓口または市ホームページにある応募用紙に必要事項を記入の上、郵送、電子メールまたは直接提出してください。
■**選考方法**
市議会の同意を得て市長が委嘱します。選考結果は、後日文書でお知らせします。
■**報酬**　日額6,000円
■**募集期間**　6月11日㈫～7月5日㈮
■**応募・問い合わせ先**
総務人事課　☎(32)6065　FAX(32)8606
✉soumujinji@city.shimotsuke.lg.jp

ホストファミリー大募集！

国際交流協会では、毎年「グリムの里夏期日本語講習会」を開催しています。

ドイツのミュンヘン大学で日本語を学んでいる大学生を市に招待し、ホームステイしながら日本文化体験に参加していただいています。そこで、開催にあたり、8月中旬から約2週間、ミュンヘン大学生を受け入れていただけるホストファミリーを募集します。この機会に日本語での会話、日本の生活や習慣の紹介を通して、ご家庭で国際交流を体験してみませんか？

■**受入期間**
8月19日㈪～31日㈯
■**募集家庭数**　8家族(予定)
■**対象家庭**
・市内在住で個室を1室用意でき、平日の朝夕の送迎ができる家庭
・外国人の受け入れにおいて広い見識をもち、大学生と友好的な交流を図ることができる家庭
■**費用**
ホームステイにかかる費用は各家庭で負担いただきますが、費用の一部として市国際交流協会が1,000円／1泊を支給します。
■**申込方法**
申込書を、市民協働推進課までお持ちください。
※申込書・募集要項は市民協働推進課窓口に設置しています。
■**申込期間**　6月10日㈪～21日㈮
■**注意事項**
ミュンヘン大学生は、平日の日中は各種体験・交流プログラム等に参加し、土日は各家庭での対応となります。詳細は募集要項をご覧ください。
■**申し込み・問い合わせ先**
市国際交流協会　☎(32)8887

しもつけ元気はつらつ体操サポーター養成講座

マイレージ対象

しもつけ元気はつらつ体操は、手足に重りを付けて運動を行い、筋力やバランス能力の向上を図る体操です。

9月から実施するしもつけ元気はつらつ体操に一緒に参加していただきながら、高齢者の運動指導をサポートしていただきます。

今年度は1会場で実施します。ぜひご参加ください。

■**会場**　南河内公民館
■**日時**
7月3日㈬、10日㈬、17日㈬
午前9時30分～正午
(受付は午前9時～)
※3回すべての参加が必要です。
※地域ふれあいサロンでの体操への参加経験がない方は、講座前にサロンの見学・体験を行っていただきます。
■**対象者**　市内在住の方
■**内容**　サポーターの役割や元気はつらつ体操の流れ
■**定員**　50名
■**参加費**　無料
■**持ち物**
タオル、飲み物、筆記用具、バンド、おもり（お持ちの方）
※動きやすい服装と靴でお越しください。
■**申込期限**　6月28日㈮
■**申し込み・問い合わせ先**
地域包括支援センター
みなみかわち　☎(48)1177
こくぶんじ　☎(43)1229
いしばし　☎(51)0633
※申し込みは、お住いの担当地域包括支援センターまで。

栃木県シルバー大学校第41期生を募集します

高齢者の生きがいある人生を支援し、地域活動実践者の養成を目指して栃木県シルバー大学校の第41期生の募集が開始されました。

・中央校(宇都宮市駒生町3337-1　とちぎ健康の森)
☎028(643)3390
・南校(栃木市神田町9-40)
☎0282(22)5325
・北校(矢板市矢板54)
☎0287(43)9010

■応募資格
・60歳以上(令和2年3月31日現在)で県内に在住の方
・地域活動に意欲がある方
・第25期(平成17年度)以降のシルバー大学校を卒業していない方
・50歳～60歳未満の方(ただし地域活動に意欲があり、市の推薦がある方)

■応募期間
6月1日㈯～30日㈰まで
※郵送の場合には最終日消印まで有効

■入学願書の配布・提出先
市高齢福祉課または入学を希望するシルバー大学校で願書の配布、提出の受付をしています。
※市の推薦が必要な方は市高齢福祉課へご相談ください。

■問い合わせ先
高齢福祉課
☎(32)8904

家族介護者交流会

認知症の方等を介護している家族の交流と情報交換の場です。同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか？

■日時
6月28日㈮
7月26日㈮
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

手話教室(入門コース)参加者募集

市社会福祉協議会では、聴覚に障がいのある方への理解を深めるために手話教室を開催します。

日常生活での簡単な挨拶や自己紹介など、この機会に手話を学んでみませんか？

■日時
7月4日～10月24日までの木曜日(全15回)
午前10時～11時30分
※8月15日と10月17日はお休みです。

■会場
ゆうゆう館

■対象
市内在住・在勤で手話に興味のある方

■定員　15名(先着順)

■受講料　無料

■申込締切　6月25日㈫

■申し込み・問い合わせ先
社会福祉協議会
☎(43)1236
FAX(44)5807
✉ info@shimotsuke-syakyo.or.jp

道の駅しもつけ食のオープンスクール

道の駅しもつけでは、料理教室を毎月実施しています。

■日時　7月20日㈯
午前10時30分～午後1時

■テーマ　かんぴょう料理

■メニュー
・かんぴょうのミルフィーユとんかつ
・ゆうがおの味噌スープ
・かんぴょうのコンポート入りヨーグルト

■講師
臼居芳美先生(料理研究家)

■参加費
500円程度(当日徴収)

■定員　32名
※小学生未満の参加・同伴不可。

■申込受付日　6月25日㈫～

■申込方法
電話(午前9時30分～午後6時)またはホームページ内メールフォーム(午前9時30分～夜12時)

■申し込み・問い合わせ先
食のオープンスクール
運営事務局
☎028(635)2577

働き方改革セミナー

■日時　7月17日㈬
午後1時30分～4時

■場所　県庁小山庁舎大会議室(小山市犬塚3-1-1)

■定員　100名(先着)

■参加費　無料

■内容
・基調講演
企業を伸ばす原動力～働き方改革の意義～(仮題)
講師　少子化ジャーナリスト・作家　白河桃子氏
・パネルディスカッション
働き方改革の取組とその成果

■申込締切　7月10日㈬

■申込方法　電話、FAX、郵送、メールで氏名、勤務先、連絡先をお伝えください。

■申し込み・問い合わせ先
小山労政事務所
〒323-0811小山市犬塚3-1-1
☎(22)4032
FAX(22)4031
✉ oyama-roj@pref.tochigi.lg.jp

就　職

臨時保育士・保健師・看護師（准看護師）募集

■**応募資格**　有資格者
■**募集人員**　若干名
■**賃金（時給）**
保育士　フルタイム　ローテーション有　1,300円
　　午前8時30分～午後5時15分　1,200円
保健師　1,200円
看護師（准看護師）　1,100円
※通勤割増賃金・時間外勤務手当有・社会保険加入
■**勤務先**　市立保育園
■**勤務日・勤務時間**　月曜日～金曜日（午前7時～午後7時）
　フルタイム　7時間45分（休憩時間1時間）
※土曜日勤務有。週5日勤務・日曜日・祝日休み
■**応募方法**　専用の登録用紙または履歴書に写真を貼付し、資格証の写しを添えて提出してください。
■**申し込み・問い合わせ先**　こども福祉課　☎(32)8903

ひとり親家庭の自立支援・就業支援（パソコン講習）

県ひとり親家庭福祉連合会では、ひとり親家庭の母、父、寡婦の方を対象にパソコン講習を実施しています。
■**日時**　毎週火～金曜日
　1回目　午後1時15分～2時45分
　2回目　午後3時～4時30分
■**場所**　栃木県男女共同参画センターパルティ（宇都宮市野沢町4番地1）
■**内容**　ワード・エクセル基礎講座
　1コース（1時間30分）5回
■**期間**　令和2年3月末まで
■**受講料**　無料
■**申し込み・問い合わせ先**
　公益財団法人栃木県ひとり親家庭福祉連合会（パルティ内）　☎028(665)7806

税務職員（国家公務員）採用試験

■**受験資格**
①4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者および令和2年3月までに高等学校または中等教育学校卒業見込みの者
②人事院が上記①に掲げる者に準ずると認める者
■**試験内容**　高等学校卒業程度
■**申込方法**　インターネットでお申し込みください。
　URL http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html
※申し込みができない場合はお問い合わせください。
■**受付期間**　6月17日(月)～6月26日(水)（受信有効）
■**試験日**
　第1次試験日　9月1日(日)
　第2次試験日　第1次試験合格通知書で指定する日時（10月9日(水)～10月18日(金)のいずれか）
■**合格者発表日**
　第1次試験合格者　10月3日(木)
　最終合格者　11月12日(火)
■**問い合わせ先**
　インターネット申し込みに関する問い合わせ
　人事院人材局試験課
　☎ 03(3581)5311　内線2333
　上記以外の問い合わせ
　関東信越国税局人事第二課試験係
　☎ 048(600)3111　内線2097

県南産業技術専門校　技能講習の開催

講座名	定員	実施期間	受講料
ガス溶接技能講習①	20名	6月27日(木)～28日(金)　午前9時～午後5時	4,950円
技能検定準備講習 旋盤1・2級	各5名	7月2日(火)～4日(木)　午前9時～午後4時	各4,950円
技能検定準備講習 フライス盤1・2級	各4名	7月2日(火)～4日(木)　午前9時～午後4時	各4,950円
第2種電気工事士技能試験準備講習	20名	7月2日(火)～4日(木)　午前9時～午後4時	4,950円

■**申込締切**　各講座開催日の10日前まで
■**申し込み・問い合わせ先**　県立県南産業技術専門校　足利市多田木町76　☎0284(91)0803

学童保育支援員募集

■賃金等(時給)
・有資格者(保育士資格または幼稚園、小中高等学校教員免許状を持つ方) 1,050円
・無資格者　880円
※有給休暇、通勤手当など有
■勤務先　市内の公立学童保育室
(支援員配置状況による)
■勤務日　月～土曜日
1か月に17日程度(応相談)
■勤務時間(シフト制)
・平日　午後1時～7時(2～5時間程度)
・土曜日　午前8時～午後7時
(1か月に1回6時間程度)
・長期休業中　午前7時30分～午後7時
(5～7時間45分)
■応募方法　履歴書を提出してください。
(有資格者は資格証の写し添付)
■申し込み・問い合わせ先
〒329-0492　笹原26
こども福祉課　☎(32)8903

相　談

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
6月13日㈭
午後1時～4時30分
■場所　ゆうゆう館
■予約・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、成年後見関係など。
■日時
6月12日㈬
7月10日㈬
午前10時～正午
■相談時間
1相談者あたり概ね30分間
■会場　ゆうゆう館
■定員　4名(事前予約制)
■予約・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、成年後見等についての相談など。
■日時
6月27日㈭
7月25日㈭
午前10時～正午
■相談時間
1相談者あたり概ね30分間
■会場　ゆうゆう館
■定員　4名(事前予約制)
■予約・問い合わせ先
行政書士会小山支部
生田目安夫　☎(52)2350

心配ごと相談

■問い合わせ先　社会福祉協議会　☎(43)1236

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。

<table>
<tr><th></th><th>ゆうゆう館</th><th>石橋公民館</th><th>南河内図書館２階</th></tr>
<tr><td rowspan="3">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)</td><td>６月４日、11日
(火曜日)</td><td>６月３日、10日
(月曜日)</td><td>６月７日、14日
(金曜日)</td></tr>
<tr><td colspan="3">午後１時30分～３時30分</td></tr>
<tr><td colspan="3">【相談員】人権擁護委員、民生委員または主任児童委員</td></tr>
<tr><td rowspan="5">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)</td><td>６月18日(火曜日)</td><td>６月17日(月曜日)</td><td>６月21日(金曜日)</td></tr>
<tr><td colspan="3">午後１時30分～３時30分</td></tr>
<tr><td colspan="3">【相談員】人権擁護委員、行政相談委員、民生委員</td></tr>
<tr><td>６月25日(火曜日)
午前９時30分
～11時30分</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td colspan="3">【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</td></tr>
</table>

まずは相談

新元号への改元に便乗した消費者トラブルにご注意ください！

主な手口として、天皇陛下の御退位に便乗して、写真集やアルバム等の商品を「記念になる」、「今買わないのはおかしい」などと電話で執拗に勧誘される電話勧誘販売があります。断る場合には、「いりません」、「購入しません」ときっぱり伝えましょう。特定商取引法の電話勧誘販売に該当する場合、法律で定められた書面を受け取ってから8日以内であれば、消費者はクーリング・オフができます。

そのほかに、「注文していないのに、皇室に関するアルバムが届いた」などの送り付け商法が発生しています。注文していない商品が一方的に送り付けられた場合は、代金を支払わずに受け取り拒否をしましょう。 受け取ってしまった場合でも、特定商取引法により、所定の期間(受け取った日から14日間、消費者が商品の引き取りを事業者に請求した場合は7日間)は商品を保管する必要がありますが、その後は自由に処分してよいことになっています。また、その場合には、代金を支払う必要もありません。送り付け商法では代引きが多く利用されていますが、支払い後に事業者と連絡が取れなくなる場合もあります。

わからないことや不安なことがあったら、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
※来所での相談の場合は、事前に電話でご予約ください。
※土曜日の電話相談は栃木県消費生活センターへ　☎028(625)2227

Shimotsuke
－男女共同参画宣言都市－ しもつけ

仕事と生活の調和を目指して

平成27年の市民アンケートでは、育児・介護休暇を「利用したい」と回答した男女のうち2割が、休暇を取りたくても取れない環境にあると回答しています。

近年、就職を希望する人々はワーク・ライフ・バランスを重視する傾向にあります。子育てや介護以外でも、資格を取ってキャリア・アップをしたり、ボランティア活動を行ったりするほか、しっかり休養をとり疲労を回復したいなど、それぞれが様々な理由で休暇を必要としています。体や心の健康を保って仕事ができるようにすることが大切です。あなたの働き方や、職場の制度や雰囲気はどうでしょうか？一度振り返ってみましょう。

まちがいさがし

わかるかな?

▼ 追加されたしもつけ歴文カード

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46ページ下段

しもつけミニ情報

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

6月 みなづき 水無月 June

ふれあい館・ゆうゆう館・きらら館休館日

きらら館はトレーニング室

ふれあい館 ☎(47)1126

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

ゆうゆう館 ☎(43)1231

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

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						

納税ごよみ

■納期限　7月1日(月)

市県民税	第1期
国民年金保険料	5月分

平美林清掃計画

6月	天平の丘	下野市商工会
	花広場	下野市商工会女性部
7月	天平の丘	下野市職員組合
	花広場	

■問い合わせ先
商工観光課☎(32)8907

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	8日(土)
場所	南河内児童館

■問い合わせ先
社会福祉協議会☎(43)1236

メール配信サービス下野インフォメーション

↑携帯電話用QRコード

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

■問い合わせ先
総合政策課☎(32)8886

シルバー人材センター

■刃物研ぎ　午前9時～午後2時

18日(火)	小金井駅東口
21日(金)	ゆうがおパーク

■入会説明会（要申し込み）
午前10時～

19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

一次救急医療機関情報

■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
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
☎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
毎日18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　17:00～翌日9:00
◉土曜日・祝日の前日(■の部分)17:00～翌日17:00
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 ①⑤
2 ②⑥	3 ①③	4 ②④	5 ③⑤	6 ④⑥	7 ①⑤	8 ②⑥
9 ①③	10 ②④	11 ③⑤	12 ④⑥	13 ①⑤	14 ②⑥	15 ①③
16 ②④	17 ③⑤	18 ④⑥	19 ①⑤	20 ②⑥	21 ①③	22 ②④
23 ③⑤	24 ④⑥	25 ①⑤	26 ②⑥	27 ①③	28 ②④	29 ③⑤
30 ④⑥						

番号・医療機関名・所在地	
①小金井中央病院　小金井2-4-3 ☎(44)7000	④杉村病院　小山市城山町2-7-18 ☎(25)5533
②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。	⑤光南病院　小山市乙女795 ☎(45)7711
③小山整形外科内科小山市雨ケ谷753 ☎(31)1331	⑥野木病院　野木町友沼5320－2 ☎0280(57)1011

けやきネット　市内小中学校の情報はこちらから
http://www.school.shimotsuke.ed.jp/index.html

P45のまちがいさがしの答え　①カンピくん　②No.10の月　③No.11の森

国際交流員カロリンのコラム

チュービゲン特有の舟
Ein ganz besonderes Boot
(アイン ガンツ ベゾンデレス ボート)

私は2014年から2017年までチュービンゲン大学に通うため、チュービンゲン市に住んでいました。この都市はドイツの南部にあり、大学を中心として発展してきました。人口の３分の１は大学生で、その他も大学の関係者が多く住んでいます。市内のあちこちに大学の施設があって、まるで都市全体が大学のキャンパスのようです。

この市の有名な観光スポットは要塞、たくさんの木組みの家がある旧市街と、ネッカー川沿いに建っているヘルダーリン塔です。この塔には、フリードリヒ・ヘルダーリンという有名なロマン派の詩人が住んでいました。

壁に模様が入って見える木組みの家

市内を流れるネッカー川では、毎年５月から10月の間「Stocherkahn（シュトファカーン、竿で川底をつついて進む小舟)」に乗ることができます。シュトファカーンは長さ約10メートル、幅約1.6メートルの平らな木造の舟です。屋根や帆はなく背もたれがあるのが特徴で、ひとりの船頭が６メートルの竿たった１本で、最大18名を乗せて進みます。

乗客は背もたれに寄りかかれるのでリラックスできるし、向かい合って座るので話をしやすくなっています。だから、まったく知らない人と一緒になったとしても、きっと会話が弾みます。

シュトファカーンは大学生にとって生活の一部なので、観光客よりも大学生や卒業生とその家族が利用することが多く、大学が共通の話題になるのでいつも盛り上がります。

シュトファカーンに乗る習慣は、チュービンゲン大学生の間から生まれました。昔、チュービンゲン市は高台に住む大学生や大学の関係者と、ネッカー川の辺りに住む下町のぶどう栽培者とに分かれていました。

ぶどう栽培者はネッカー川でワインを運ぶためにシュトファカーンを使っていましたが、19世紀になってぶどう栽培が減ってくると、経済的に余裕のある大学生がぶどう栽培者からシュトファカーンを買い取りました。大学生は買い取ったこの舟に乗って、ワインを片手に哲学的な議論を交わしたそうです。

1988年までシュトファカーンに乗ることができたのは大学生だけでしたが、今では観光客も乗ることができるようになって大人気です。

船頭はいつも大学生か地元の人で、約１時間、ネッカー川沿いの観光案内や昔話があり、ヘルダーリンの詩の朗読までします。

私は、これまでにシュトファカーンに４回も乗りましたが、そのたびに新しい話を聞くことができました。

みなさんも、ぜひシュトファカーンの背もたれに体を預けてみませんか！

国際交流員カロリンの「miniドイツ留学」開催！

みなさん、ドイツという国にどんなイメージがありますか?国際交流員のカロリンさんが、ドイツの6つの都市の紹介をしながら、ドイツの文化や歴史、簡単なドイツ語を学ぶアットホームな講座を開催します。ドイツについて全く知らなくても、ドイツに興味がある方なら大歓迎です!みなさんのご参加をお待ちしています!

■**日時**　６月 18 日から毎週火曜日（全６回）午前 10 時～ 11 時 30 分
■**場所**　市役所
■**定員**　14 名
■**申込期間**　６月 10 日(月)～ 17 日(月)
■**参加費**　無料
■**申し込み・問い合わせ先**　市国際交流協会　☎(32)8887

※ママパパ English については 40 ページをチェック！

TAKE FREE

広報しもつけを設置協力いただけるコンビニエンスストア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☎0285（32）8886情報広報グループまでご連絡ください。

PC・スマホ
市ホームページ

とくにおすすめ！

- Shimotsuke Information 1 社会を明るくする運動講演会…P31
- Shimotsuke Information 2 市議会主催講演会のお知らせ…P31
- Shimotsuke Information 3 市長といきいきランチトーク申込受付中…P33
- Shimotsuke Information 4 洪水情報が緊急速報メールで発信されます！…P38
- Shimotsuke Information 5 しもつけ歴史学講座…P39

くらしの情報

Shimotsuke Information !

一目でわかる 見逃せないイベントカレンダー

カッコの数字は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
道の駅しもつけイメージキャラクター カンピくん			いおくん		6/1 人権擁護委員の日 (6.32) ティーボール講習会・体験会(5.23)	2 グリムのおはなしフェスト(5.30) フッ素塗布・ヤング健診(5.12) キンボール講習会・体験会(5.22)
3 パソコン基本操作相談窓口(5.21)	4 オレンジカフェ(6.36)	5 献血(5.11)	6 フレッシュママパパ教室(5.13)	7	8 あおくん	9
10	11 ゆうせいくん	12 オレンジカフェ(6.36) 司法書士無料相談(6.44)	13 法律無料相談(6.44)	14 さっちゃん	15 体力・運動能力調査(5.23)	16 みーちゃん
17 みーちゃん	18 J-ALERTテスト(6.32)	19 くーちゃん	20 オレンジカフェ(6.36)	21 レディーステニス大会(6.18) 子育て出前サロン(6.35) オレンジカフェ(6.36)	22 グリムの森でネイチャーゲームをしよう(6.40)	23
24 子育て巡回相談(6.23) 男女共同参画週間(6.3)	25	26 オレンジカフェ(6.36)	27 家族介護者交流会(5.30) ママ・パパイングリッシュサロン(5.30) 育児相談(6.23) 行政書士無料相談(6.44)	28 高血圧予防教室(6.22) 家族介護者交流会(6.42)	29 社会を明るくする運動講演会(6.31) 自治医科大学公開講座(6.15)	30 グリムMUSIC FESTIVAL2019(6.31)
7/1 パソコン基本操作相談窓口(6.35)	2 オレンジカフェ(6.36)	3 玉ちゃん	4 ママ・パパイングリッシュサロン(6.40)	5 みぃちゃん	6 ミニトライアスロン大会(6.17) 硬式テニス講習会(6.17) 自治医科大学公開講座(6.15)	7 キンボールスポーツサンデー(6.17) ダブルステニス大会(6.18)

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

今月誕生日！・・・誕生月の広報のこのページにお子さん（小学生まで）の写真を載せませんか。メールまたは窓口（総合政策課☎(32)8886）で掲載月の前々月末日（例12月号希望の場合は10月31日）までにお申し込みください。メール申し込みの場合は、①申込者（保護者）の氏名・住所・電話番号②誕生月③写真の児童のニックネーム（記載がない場合は無記名で掲載します）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。版権は市に帰属するものとします。広報しもつけは市ホームページでも公開します。

■URL:http://www.city.shimotsuke.lg.jp
■E-mail:info@city.shimotsuke.lg.jp
■TEL:0285-32-8886
■FAX:0285-32-8606
■発行／下野市役所 ■編集／総合政策課
■〒329-0492 栃木県下野市笹原26