

下野市民と市政をつなぐ行政情報紙 [広報しもつけ]

Shimotsuke

9

令和2年9月発行（毎月1日発行）No.176



**「新しい生活様式」
での English サロン**

目次 Contents

- | | |
|----------------------------------|-------------------|
| 3 国勢調査2020を実施します | 20 新・下野市風土記 |
| 4 9月21日は世界アルツハイマーデーです | 21 障がい福祉瓦版 |
| 5 まちの話題 | 22 レッツスポーツ |
| 6 新型コロナウイルス接触確認アプリ | 24 図書館だより |
| 8 保健便り | 25 小規模特認校 市立細谷小学校 |
| 13 プチハピしもつけ
ホームページがリニューアルしました | 26 国民年金だより |
| 14 生涯学習だより | 27 暮らしの情報 |
| 15 青少年育成市民会議だより美薔 | 37 9月のカレンダー |
| 16 区画整理事業地内の宅地公売 | 38 国際交流員カロリンのコラム |
| 18 環境トピックス | 40 イベントカレンダー |

今月の表紙

「新しい生活様式」でのEnglishサロン

今月の表紙は、国際交流員カロリンさんによる「ママパパEnglishサロン」で、英単語当てのゲームに興じている様子です。動物をテーマにした問題で、参加者が見事に正解のFLAMINGOを言い当て、歓声の代わりに拍手で盛り上がりました。

新型コロナウイルス感染症の流行により4か月にわたって休止していたママパパEnglishサロンですが、7月からようやく再開となりました。「新

しい生活様式」に従い、定員は従来の半分、カロリンさんをはじめ、全員がマスクを着用し、換気のために会場の窓を開け放して実施されました(今月の実施予定は30ページ参照)。

カロリンさんは、8月で任期を終えられ、ドイツに帰国されました。下野市での2年間の生活を振り返る「国際交流員カロリンのコラム」特別版が巻末に掲載されていますので、ぜひご覧ください。

今月の何の日

9月18日 しまくとぅばの日

しまくとぅばの奨励を目的として、2006(平成18)年に沖縄県によって定められた記念日で、「く」で9、「とぅ」で十、「ば」で8という語呂合わせです。

しまくとぅばとは島言葉、または琉球語を指します。古い時代の日本語と同じルーツを持っていますが、人が暮らしているものだけで数十もの島がある沖縄で、島ごとに独自の発展を遂げました。

日本では方言として扱われることが多いですが、日本語の標準語としまくとぅばは、フランス語とイタリア語の違いと匹敵するほど異なるのだそうです。2018(平成30)年に放映された大河ドラマ『西郷どん』では、奄美大島の言葉が使用される場面、まるで外国語のように字幕がつけられ、話題になりました。

明治時代から第二次世界大戦後にかけて、沖縄

では、標準語の普及運動が盛んに行われました。標準語を使ったマスメディアの普及の影響もあり、旧来のしまくとぅばは大きく衰退し、島唄や沖縄芝居、組踊などの伝統芸能で使われる以外は、高齢者にしか理解できない言葉となりつつあります。2009年には、ユネスコによって6つに分類されたしまくとぅば(奄美語・国頭語・沖縄語・宮古語・八重山語・与那国語)すべてが、消滅の危険性が高い「危機に瀕する言語」に指定されました。

しまくとぅばだけでなく、あらゆる言語や方言は、地域の伝統や自然、歴史、地理、人々の生活と密接に結びついています。標準語には存在しない植物や虫の名前が、それらに関する知識や経験とともに受け継がれてきました。

この機会に、あなたの「しまくとぅば」を振り返ってみてはいかがでしょうか。

■人口と世帯(8月1日現在)

人口/60,320人(+46)、男性/30,040人(+16)、女性/30,280人(+30)、世帯数/24,690世帯(+36)

下野市公式
ツイッター

市ではホームページの最新情報や、災害発生時の避難場所などの情報配信を行います。右のQRコードからアクセスできます。

下野市公式アカウント @city_shimotsuke



国勢調査2020を実施します

～開始から100年を迎える令和最初の調査です～

■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886



国勢調査は、統計法という法律に基づいて、日本に住んでいるすべての人・世帯を対象として5年毎に実施する統計調査です。調査の結果は、さまざまな法令によりその利用が定められ、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備、防災対策など、私たちの日々の暮らしのために役立てられています。

回答方法は、インターネットか郵送（紙の調査票）を選ぶことができます。

新型コロナウイルス感染防止のためのお願い

市民の皆さまと国勢調査員の安心・安全のため、回答はできる限りインターネットでお願いします。また、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、調査書類の配布や受け取りの際、できる限り世帯の皆さまと国勢調査員が対面しない非接触の方法で行うようにしています。さらに、国勢調査員は、対面での説明が必要な場合にはマスクの着用を徹底するなど咳エチケットを遵守し、調査にあたります。ご理解とご協力をお願いします。

かんたんで便利なインターネット回答

▶ 9月14日(月)～10月7日(水)

紙の調査票より回答方法が分かりやすく、インターネット回答を完了したらそこで調査は終了になりますので、日中不在がちな一人暮らしの方や、仕事が忙しい方におすすめです。

調査員が配布するログインID・パスワードを使って回答します。

・24時間いつでもかんたんに3ステップで回答できます。

①アクセス ②ログイン ③回答

・回答いただいた情報は、厳重なセキュリティで保護されているので、安心・安全です。

・書類を運ぶ際に発生するCO2や事務コストを減らすことができる、環境にやさしい回答方法です。



意外と
かんたん♪

全16問

回答時間は約10分
※ひとり暮らしの方の
目安です。

調査票（紙）での回答

▶ 10月1日(木)～7日(水)

鉛筆で調査票に記入し、郵便ポストに投函してください。

調査員による調査票の回収を希望する場合や、追加の調査票が必要な場合は、総合政策課までご連絡ください。

協力してね！

回答義務

調査対象は、
日本に住む全世
帯です。



国勢調査をよそおった「かたり調査」にご注意ください！

・金銭を要求されたり、不審な電話があったりした場合は、市役所まで速やかにお知らせください。

・調査員は、必ず写真付きの「調査員証」を携帯し、お宅へ伺います。



国勢調査について詳しくは、「国勢調査2020」キャンペーンサイトをご覧ください。

🌐 <https://www.kokusei2020.go.jp>

国勢調査

検索



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

国勢調査の結果は、国民共有の統計データを形成し、社会の持続的な発展を支えます。国際社会全体で取り組む「持続可能な開発目標(SDGs)」の基盤情報としても活用されています。

皆さん、ご存知ですか？

9月21日は世界アルツハイマーデーです！

1994年、国際アルツハイマー病協会（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心にアルツハイマー病の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取り組みを行っています。

下野市は、「認知症になってもいきいきと安心して暮せるまち」を目指し、認知症事業に取り組んでいます。

下野市の主な取り組み

認知症家族交流会

認知症の家族を介護する介護者と支援者等の交流会で、認知症地域支援推進員に相談できる集まりです。



認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症の方、介護をしているご家族同士、地域住民が交流したり、介護の専門家に相談したりできる集まりです。現在、市内には4か所のカフェがあります。

しもつけ茶屋（南河内地区）より処グリム（石橋地区）
おひさま（石橋地区） ゆうゆう茶屋（国分寺地区）

オレンジドクターを知っていますか？

オレンジドクターとは、もの忘れや認知症について相談などができる医師のことです。

認知症は早期受診をして、適切な治療やケアを受けることによって、症状を軽減したり、進行を遅らせたりすることもできます。

下記のチェック項目に該当する等、認知症が疑われる場合は、お近くのオレンジドクターにご相談ください。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 同じ話を何度もする | <input type="checkbox"/> 時間や日にちが分からなくなった |
| <input type="checkbox"/> だらしくなった | <input type="checkbox"/> 夜中に急に起きだして騒いだ |
| <input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが目立つ | <input type="checkbox"/> 慣れた道でもよく迷うようになった |
| <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった | |



栃木県のオレンジドクター
認定プレート

認知症初期集中支援チーム

認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築するためのチームです。

家族等の訴えに応じて、認知症サポート医と共に複数の専門職が対象者や家族を訪問し、初期支援を包括的・集中的に行います。

チームオレンジしもつけ

認知症になっても、本人らしく、住み慣れた環境で安心して生活ができる地域づくりを目指すボランティアの集まりです。令和元年5月に、新規結成されました。

認知症について正しく理解し、認知症の方やご家族を温かく見守る応援者であること以外、特別な資格は必要ありません。

皆さん1人ひとりが、地域でできる取り組みのひとつです。

認知症相談窓口

認知症に関する取り組みについてのお問い合わせや、認知症についてのご相談は、お住まいの地域の地域包括支援センターにご連絡ください。

- ・地域包括支援センターいしばし（(特養)いしばし内） ☎(51)0633
- ・地域包括支援センターこくぶんじ（ゆうゆう館内） ☎(43)1229
- ・地域包括支援センターみなみかわち（(特養)にらがわの郷内） ☎(48)1177



※現在、新型コロナウイルスの影響により、認知症家族交流会と認知症カフェの開催を見合わせています。再開時期については高齢福祉課（☎(32)8904）までお問い合わせください



全国土地改良功労者表彰

おめでとうございます

国分寺土地改良区が、全国土地改良功労者表彰において金章を受賞されました。

宮前堰改修工事の竣工、災害時に早急に対応できる体制の整備、多面的機能支払い交付金事業（7地区353ヘクタール）を主とする農業用水路の維持管理など、長年にわたり真摯に土地改良区事業に取り組んでいる姿勢が評価され、このたびの受賞となりました。



寄贈いただきました

ありがとうございます

SOMPOケア宇都宮さつきデイサービス様から、医療用ガウンとフェイスシールドを寄贈いただきました。

施設利用者の方と職員の方が、心を込めて手作りされたものです。

いただいた医療用ガウンとフェイスシールドは、新型コロナウイルス感染症対策のために活用させていただきます。



地方創生に関する連携協定締結

地域に密着して取り組みます

8月11日に、市は、あいおいニッセイ同和損害保険株式会社と「地方創生に関する連携協定」を締結しました。

この協定は、あいおいニッセイ同和損害保険(株)の提供する支援メニューを活用し、地域の課題解決にご協力いただくものです。

今後、市民の皆さまを対象とした講演会や体験イベントを開催していきます。



内閣総理大臣メッセージ伝達式

社会を明るくする運動

7月2日に、宇都宮保護観察所の猪間所長から広瀬市長へ「第70回社会を明るくする運動」内閣総理大臣メッセージが伝達されました。

社会を明るくする運動とは、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。本市においても、安全で安心な明るい地域社会になるよう努めていきます。



自分をまもり、大切な人をまもり、
地域と社会をまもるために、
接触確認アプリをインストールしましょう。

厚生労働省 新型コロナウイルス 接触確認アプリ (略称：COCOA) COVID-19 Contact Confirming Application

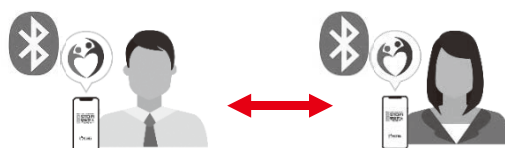


* 画面イメージ

接触確認アプリは、新型コロナウイルス感染症の感染者と接触した可能性について、通知を受け取ることができる、スマートフォンのアプリです

- 本アプリは、利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（Bluetooth）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受け取ることができるアプリです。
- 利用者は、陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることを期待されます。

1メートル以内、15分以上の接触した可能性



- ・接触に関する記録は、端末の中だけで管理し、外にはできません
- ・どこで、いつ、誰と接触したのかは、互いにわかりません
- ※端末の中のみで接触の情報（ランダムな符号）を記録します
- ※記録は14日経過後に無効となります
- ※連絡先、位置情報など個人が特定される情報は記録しません
- ※Bluetoothをオフにすると情報を記録しません

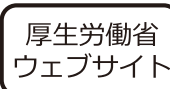
iPhoneの方はこちら



Androidの方はこちら



詳しくはこちら



新型コロナウイルス接触確認アプリ 利用者向けQ&A

Q1 接触確認アプリとはどのようなものですか？

利用者ご本人の同意を前提に、スマートフォンの近接通信機能（以下Bluetooth）を利用して、お互いに分からないようプライバシーを確保して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。なお、本アプリはApple社とGoogle社が提供しているアプリケーション・プログラミング・インターフェイス（API）を元に開発しています。

Q2 アプリを利用することで、どのようなメリットがありますか？

利用者は、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性が分かることで、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることが期待されます。

Q3 他の利用者との接触をどのように記録するのですか？

スマートフォンのBluetoothを利用して、他のスマートフォンとのおおむね1メートル以内で15分以上の近接した状態（以下、近接した状態）を接触として検知します。近接した状態の情報は、ご本人のスマートフォンの中のみ暗号化して記録され、14日が経過すると自動的に無効になります。

この記録は、端末から外部に出ることはなく、利用者はアプリを削除することで、いつでも任意に記録を削除できます。

Q4 個人情報が収集されることはないですか？

氏名・電話番号・メールアドレスなどの個人の特定につながる情報の入力はありません。

他のスマートフォンとの近接した状態の情報は、暗号化のうえ、ご本人のスマートフォンの中のみ記録され、14日が経過した後、自動的に無効になります。行政機関や第三者が接触の記録や個人の情報を利用し、収集することはありません。

Q5 位置情報を利用するのですか？

GPSなどの位置情報を利用することはなく、記録することはありません。

Q6 他の利用者との接触を検知する目安は？

ご利用のスマートフォン同士が、おおむね1メートル以内の距離で15分以上の近接した状態にあった場合、接触として検知される可能性が高くなります。ただし、機器の性能や周辺環境、端末を所持する方向などの条件や状態により差が生じますので、正確性を保証するものではありません。

Q7 利用はいつでも中止できますか？

いつでも任意にアプリの利用を中止できます。アプリを削除することで、すべての過去14日間までの記録を削除できます。

Q8 アプリでは、どのような通知がきますか？

新型コロナウイルス感染症の陽性者が、本人の同意のもと、陽性者であることを登録した場合に、その陽性者と過去14日間に近接した状態にあった可能性がある方に通知されます。

Q9 新型コロナウイルス感染症の陽性者がアプリで登録したら通知はすぐにきますか？

利用者への通知は、1日1回程度となっています。アプリへの登録のタイミングによっては、すぐに通知されない場合があります。

アプリの設定で「通知をON」にさせていただくと、通知があった場合に、画面上に通知メッセージが表示されます。

Q10 新型コロナウイルス感染症の陽性者と診断されましたが、アプリで登録しなかったらどうなりますか？

陽性者と診断された場合のアプリへの登録は、利用者の同意が前提であり、任意です。

登録いただくことで、あなたと接触した可能性がある方が、検査の受診など保健所のサポートを早く受けることができます。

Q11 陽性者との接触の可能性が確認されたとの通知を受けたら、何をすればいいですか？

アプリの画面に表示される手順に沿って、ご自身の症状などを選択いただくと、帰国者・接触者外来などの連絡先が表示され、検査の受診などをご案内します。

Q12 厚生労働省ではアプリで得た情報を何に利用するのですか？

厚生労働省では、アプリにより、利用者のデータを収集することはありません。

新型コロナウイルスとの長期戦に備える 8つの心がけ

1. 発熱等の症状がある方は、外出を控えましょう
2. 発熱等の症状がある方は、県新型コロナウイルスコールセンター（☎0570(052)092）に相談を
3. 県外に移動する際は、移動先の情報をチェック
4. 感染者が増えている地域に行く場合や、そうした地域からご家族等を迎える場合、その後2週間の行動歴を記録しておきましょう

5. 3密を避ける、マスクを着ける、人との間隔を空けるなど、「新しい生活様式」に基づく行動を
6. 接触確認アプリCOCOAを利用しましょう
7. 熱中症対策と新型コロナウイルス対策の両立を
8. ウイルスは人を選びません。

誰もがかかりうるものです。感染症の患者さんやご家族、医療関係者等への偏見・差別、誹謗・中傷、憶測に基づく情報の拡散は、絶対に行わないでください





ヘルスインフォメーション

Health Information

予防接種

■ 季節性インフルエンザ予防接種費用の助成

10月から小児と高齢者の季節性インフルエンザ予防接種費用の一部助成を実施します。個別通知はしませんので、接種を希望する方は医療機関で接種してください。

新型コロナウイルス感染症との同時流行を防止するため、季節性インフルエンザの予防接種を積極的に受けましょう。

■ 接種期間 10月1日(木)～
令和3年2月28日(日)



■ 市内の予防接種費助成実施医療機関

医療機関名	小児	高齢者	電話番号	医療機関名	小児	高齢者	電話番号
あんずの森クリニック	○*1	○	(32)6601	石橋総合病院	○	○	(53)1134
海老原医院	○	○	(44)0163	大栗内科	○	○	(53)5850
大柳内科・眼科	○	○	(51)2400	岡田医院	○	○	(44)0021
おかべこどもクリニック	○		(40)7300	おだかキッズクリニック	○		(39)8987
角田内科医院	○	○	(53)5665	カナザワ・アレルギー・クリニック		○	(40)1337
木村クリニック		○	(44)8211	グリーンタウンクリニック	○	○	(44)8311
グリムこどもとアレルギーのクリニック	○	○	(51)1515	小金井中央病院		○	(44)7000
国分寺さくらクリニック	○*2	○	(40)0203	ことうだ腎クリニック		○	(44)8345
佐藤内科	○	○	(53)1305	自治医大ステーション・ブレインクリニック		○	(37)8721
耳鼻咽喉科ふじもとクリニック	○	○	(44)3322	島田クリニック	○	○	(53)8000
しもつけ痛みのクリニック	○	○	(40)0307	しもつけクリニック		○	(32)6331
しもつけ腎・内科クリニック		○	(32)6681	すずき内科・循環器科	○	○	(40)1260
ちば整形外科クリニック	○*1	○	(40)0811	つるかめ診療所		○	(32)6011
都丸整形外科医院	○*1	○	(52)1010	新島内科クリニック	○	○	(53)8820
にじいろこども診療所	○		(44)7716	早田耳鼻咽喉科		○	(53)8733
ふじたクリニック	○	○	(51)2727	藤原整形外科	○*1	○	(52)0755
ふれあい漢方内科	○		(39)7047	南河内診療所	○	○	(47)1070
宮澤クリニック	○	○	(44)3309	薬師寺運動器クリニック	○	○	(44)6100
山本整形外科医院		○	(44)6820				

※1…3歳以上 ※2…小学1年生以上

※上記以外の医療機関で接種を希望される場合は、手続きが異なりますので、お問い合わせください。

※小児インフルエンザ予防接種は「任意接種」です。保護者の皆さまは、予防効果や副作用について十分ご理解のうえ、また、医師とご相談のうえ、お子さまの接種をご判断ください。

10月1日からロタウイルスワクチンが新たに定期予防接種対象になりました

ロタ（ロタウイルス胃腸炎）とは、乳幼児に多く起こる感染性胃腸炎の1つで、ロタウイルスというウイルスが原因です。

ロタウイルス胃腸炎は、突然の嘔吐に続き、白っぽい水のような下痢を起こします。回復には1週間ほどかかります。時に脱水、腎不全、脳炎・脳症などを合併することもあり、症状が重く脱水が強い場合には、入院が必要となることがあります。

接種期間になったら、ロタウイルスワクチンの予防接種を受けるようにしましょう。

※ロタワクチンは、シロップ状にした飲む生ワクチンで、注射ではありません。

■市内の実施医療機関

医療機関名	電話番号	ロタリックス	ロタテック	医療機関名	電話番号	ロタリックス	ロタテック
石橋総合病院	(53)1134	○	○	佐藤内科	(53)1305	○	×
海老原医院	(44)0163	○	×	にじいろこども診療所	(44)7716	○	○
おかべこどもクリニック	(40)7300	○	○	ふじたクリニック	(51)2727	○	○
おだかキッズクリニック	(39)8987	○	○	南河内診療所	(47)1070	○	○
角田内科医院	(53)5665	○	○	宮澤クリニック	(44)3309	○	○
グリムこどもとアレルギークリニック	(51)1515	○	○				

※市外、特に県外や医師会未加入の医療機関で接種を希望される場合は、手続きが異なる場合があるため、必ず事前に健康増進課までご連絡ください。

■対象者 令和2年8月1日以後に生まれた方

■接種時期

ロタリックス 生後6週に至った日の翌日から、生後24週に至る日の翌日までの間

ロタテック 生後6週に至った日の翌日から、生後32週に至る日の翌日までの間

■接種回数とスケジュール

ロタリックス 2回

- ・1回目を生後2月に至った日から出生14週6日後の間に行う（生後24週に至る日の翌日までは接種可）

- ・2回目を1回目の接種後27日以上の間隔をおいて行う

ロタテック 3回

- ・1回目を生後2月に至った日から出生14週6日後の間に行う（生後24週に至る日の翌日までは接種可）

- ・2回目を1回目の接種後27日以上の間隔をおいて行う

- ・3回目を2回目の接種後27日以上の間隔をおいて行う

■接種費用 無料

※9月中旬に接種した場合は、任意接種扱いとなり、一部自己負担が生じます。また、対象年齢から外れると全額自己負担となりますので、ご注意ください。

■接種方法 事前に実施医療機関に申し込み

お知らせ

献血にご協力ください

血液は、人間の生命を維持するために欠かすことができないものです。

皆さんの善意による献血が、病気やけが等で輸血を必要としている患者さんの尊い生命を救います。

■日時 10月1日(木)

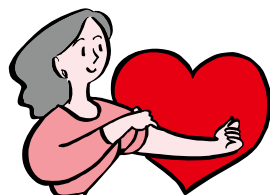
午前10時～11時30分

午後1時～4時

■場所 市役所

※全血献血のみ。

※65歳以上の方は、60～64歳の間に献血経験がある方に限られます。



献血基準（全血献血）		
献血量	200ml	400ml
年齢	16～69歳	男性 17～69歳 女性 18～69歳
体重	男性 45kg以上 女性 40kg以上	50kg以上

薬物依存症 家族のつらい

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

初めて参加される方は、職員による事前面談があります。

■日時

10月1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

フッ素塗布事業の中止

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、10月25日(日)と令和3年2月14日(日)に予定していた年少児～小学2年生対象のフッ素塗布事業は中止します。



相談

9月10日から16日は自殺予防週間です

自殺対策基本法は、9月10日から16日までを自殺予防週間と定めています。

市では「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、精神科医による相談事業を実施しています。お電話でお申し込みください。

- 日時 10月13日(火) 午前10時～正午
12月15日(火) 午後2時～4時
令和3年2月9日(火) 午後2時～4時

■場所 市役所

■申込期限 各相談日の1週間前
※保健師による相談は随時、実施しています。ひとりで悩まずご相談ください。



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心理士・保育士等がお受けします。

■日時 9月28日(月) 午前9時～11時

■場所 子育て支援センターみるく（わかば保育園内）

■相談員 臨床心理士・保育士

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

※相談日以外でも随時、保育士が相談をお受けします。

育児・母乳・栄養相談

お子さまの成長・発達や授乳、離乳食に關しての相談をお受けします。

■日時 9月24日(木) 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（乳幼児健診で案内状をもらった方）

■申込期限 9月23日(水)

教室

各教室に参加される方へ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、次のことをご了承のうえ、お申し込みください。

- ・教室にはマスクを着けてお越しください

- ・会場での検温にご協力ください

- ・風邪の症状がある方は、参加をお控えください

- ・感染の状況によっては教室が中止となる場合があります（中止の際は連絡します）



FMゆうがお
キャラクター
しもぴい

高血圧予防教室

■日時 10月9日(金)

午前9時15分～午後0時30分

■場所 ゆうゆう館

■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、またはそのご家族

- ・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

■定員 20名

■内容

- ・高血圧予防について
- ・家でできる運動の実践
- ・塩分控えめの食事のポイント

■持ち物 運動ができる服装・室内用運動靴、飲み物（水か茶）、自分の血圧の値が分かるもの

■申込期限 10月6日(火)

健康づくり基礎教室

健康診断の結果をもとに、生活習慣病の予防法を一緒に学びませんか？

■日時 9月25日(金)

午前9時15分～午後0時30分

■場所 南河内公民館

■対象者 健康診断を受けた、20歳以上の市内在住の方

■定員 20名

■内容

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

■持ち物 健診結果、筆記用具、運動ができる服装・運動靴、飲み物（水か茶）

■申込期限 9月18日(金)

健診・がん検診

結核健診

新型コロナウイルス感染症の影響で延期していた結核定期健診（肺レントゲン撮影）を実施します。レントゲン検診車が市内を巡回しますので、最寄りの会場で受診してください。

健診結果は、10月下旬に発送します。健診の結果、要精密検査になった方は、医療機関で精密検査を受診していただくことになります。

結核健診日程

日時		会場	日時		会場
9月15日 (火)	午前9時～正午	ゆうゆう館	9月25日 (金)	午前10時～11時30分	グリーンタウンCC
	午後1時30分～3時30分	友愛館		午後1時～2時30分	下野市役所東口付近
9月16日 (水)	午前9時～10時	薬師寺CC	9月28日 (月)	午前9時～10時	南河内東公民館
	午前10時30分～正午	グリムの館駐車場		午前10時30分～正午	南河内図書館南側駐車場
	午後1時30分～3時	きらら館		午後1時30分～3時30分	国分寺図書館
9月17日 (木)	午前9時～10時	姿西児童館	9月29日 (火)	午前9時～正午	ゆうゆう館
	午前10時30分～11時30分	ふれあい館		午後1時30分～4時	石橋図書館
	午後1時～2時30分	グリーンタウンCC	9月30日 (水)	午前9時～10時	細谷集落センター
9月18日 (金)	午前9時～10時30分	グリムの館駐車場		午前10時30分～正午	きらら館
	午前11時～午後0時30分	下野市役所東口付近		午後1時30分～3時	石北CC1号館
9月23日 (水)	午前11時～正午	別処山公園西側駐車場	10月1日 (木)	午前11時～正午	国分寺駅西児童館
	午後1時30分～3時	南河内図書館南側駐車場	午後1時30分～3時	友愛館	
9月24日 (木)	午前9時～正午	石橋図書館	10月2日 (金)	午前9時～10時	別処山公園西側駐車場
	午後1時30分～2時	姿西児童館		午前10時30分～11時30分	下野市役所東口付近
	午後2時30分～3時30分	薬師寺CC		午後1時～2時30分	グリーンタウンCC

※CC=コミュニティセンター

口腔がん検診

唇や口のなかにできる「がん」のことを口腔がんといいます。発症すると、口内が荒れる・腫れる、口内の傷が治りにくいなど、比較的分かりやすい症状が出ますが、口内炎などの症状とよく似ているため、口腔がんだと気づかずに放置してしまうことも少なくありません。

市では、小山歯科医師会の協力を得て、口腔がん検診を実施します。この機会に検診を受けてみませんか？

■日時 11月1日(日)

①午前9時～10時 ②午前10時～11時

③午前11時～11時45分

※検診の所要時間は1人5分程度です。

■場所 ゆうゆう館

■対象者

令和3年3月31日の時点で65歳以上の方
※対象者には8月下旬に受診券を発送しました。

■持ち物 受診券

注意事項

結核健診と肺がん検診は同じ検査内容です。

肺がん検診は40歳以上の方を対象とし、個別検診は令和3年1月31日(日)まで、集団検診は令和3年2月8日(月)まで実施しています。

禁煙は疾病予防の第1歩！

～あなたとあなたの大切な人のために禁煙しましょう～

たばこの害は、肺がんだけではなくありません。喫煙していると、脳卒中、心臓病、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、糖尿病、胃潰瘍、歯周病など、様々な病気にかかりやすくなります。

受動喫煙による周囲の人への健康被害も大きな問題です。特に乳幼児は影響を受けやすく、受動喫煙と乳幼児突然死症候群（SIDS）との関連は確実とされています。

市では、平成30年に策定した健康しもつけ21プラン（健康増進計画第3次プラン）で、喫煙に関する重点目標を掲げ、各事業に取り組んでいます。

重点目標	現状値（H28年度）	目標値（R4年度）
喫煙者率の減少	男性 27.9%	男性 14%以下
	女性 6.9%	女性 4%以下

禁煙治療

禁煙の秘訣は「正しい方法」で禁煙することです。禁煙達成には、「禁煙を開始する」、「禁煙を続ける」という2つの難所があります。

どんな治療？

禁煙を成功させたい人に対し、医師が禁煙指導を行うのが、禁煙治療です。

治療では、貼薬や飲薬等の禁煙補助薬を使用し、ニコチン切れのイライラ等の離脱症状を和らげます。治療は、約3か月（12週間）の間に5回受けるのが基本です。

費用ってどれくらい？

禁煙治療は、一定の要件を満たせば保険が適用となり、自己負担が軽減されます。

保険適用分の治療費は、基本的な約3か月（12週間）の治療で、約2万円かかります。

一方、同じ期間に毎日たばこ1箱（500円で換算）を購入した場合、その支出は4万2,000円となります。

市内には、保険診療による禁煙治療を行っている医療機関がいくつもあります。「やめたいけどなかなかうまくいかない」と悩んでいる方、この機会に、「禁煙治療」を受けてみませんか？

※詳細は、直接医療機関にご確認ください。

■保険診療による禁煙治療（薬の処方・指導）を行っている市内医療機関 令和2年6月1日現在

医療機関名	電話番号	予約の要・不要 予約受付時間	禁煙外来	
			診療日（曜日）	受付時間
石橋総合病院 (下古山1-15-4)	(53)1134	要予約 月～金 午後2時～4時	火	午後2時～4時
海老原医院 (小金井5-26-10)	(44)0163	不要	月・火・水・金・土	午前8時～11時30分 午後3時～5時30分
小金井中央病院 (小金井2-4-3)	(44)7000	要予約 月～土 午前8時30分～ 午後5時30分	月・木	午後2時～4時30分
ことうだ腎クリニック (駅東5-13-16)	(44)8345	要予約 月～土 午前9時～正午	水 土	午前9時～11時 午後2時30分～4時 午前9時～11時
佐藤内科 (石橋839-14)	(53)1305	不要	月・火・水・金	午前9時～正午 午後2時～6時
			木	午前9時～正午
			土	午前9時～正午 午後2時～4時
自治医科大学附属病院 (薬師寺3311-1)	(予約専用) (58)7123 (58)7132	要予約 月～金（祝日除く） 午後2時～4時	隔週 木	午後3時～4時
若草クリニック (緑2-3291-1)	(40)0123	不要	月・火・金	午前9時～正午 午後3時～6時
			木	午前9時～正午
			土	午前9時～正午 午後3時～5時
			日	午前10時～正午

プチハピしもつけ Information

下野市のシティプロモーションサイトです。
下野市の概要、特徴、イベントやスポットをはじめ、
各種制度や子育てに関するサポート情報、
移住のための情報などが盛りだくさん！
動画も豊富でより分かりやすく市内、市外へと
情報発信をしています。

ホームページがリニューアルしました!!



Point.01

SEARCH



検索機能を追加しました

キーワードやカテゴリ検索でみんなの
見たいページがすぐに見つけられます。

Point.02

CONTACT



問い合わせボタンができました

ホームページの掲載情報について、
ご不明点等ございましたらお気軽に
お問い合わせください。

Point.03

CATEGORY



関連情報がたくさん 見つけられるようになりました

一つのページから関連する内容がまとめて
見られるようになりました。

SNSでも情報配信中!



Facebook
@shimotsuke.city.promo



Instagram
@puchihapsi_shimotsuke



Twitter
@shimotsukepp



LINE **NEW**
「プチハピしもつけ」で検索

新しいHPはコチラから!



■ 問い合わせ先: 総合政策課 ☎ (32) 8886

生涯学習がより

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

しもつけクイズ

正解は②

詳しくはホームページをご覧ください。①をクリックは88ページをご覧ください。

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

10月5日(月) 午後1時～2時

■場所

生涯学習情報センター

■相談受付

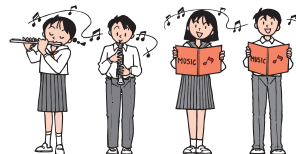
下野PC愛好会(パソコンボランティア講師団体)

しもつけ市民芸術文化祭 中止

10月10日(土)から25日(日)まで開催を予定していたしもつけ市民芸術文化祭2020は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止します。

■併せて中止となるイベント

- ・市長杯市民囲碁大会
- ・市民将棋大会



■問い合わせ先 生涯学習文化課 ☎(32)8919

市民インターネット体験講座

インターネットを便利・快適に使う方法を気軽に学べます。

初心者コース

■時間

午前10時～正午

■内容 インターネットでの検索方法・情報収集、電子メールの利用方法、ネットショッピングの利用方法と注意点、等

ステップアップコース

■時間

午後2時～4時

■内容 インターネットを使ったデータ保存、SNS(Twitter、Facebook等)の活用、ビデオ通話の利用方法等

共通事項

■日程(全4回・木曜日)

10月1日～29日(8日除く)

■場所

生涯学習情報センター

■定員

各コース12名

※定員を超えた場合は抽選、過去に当講座を受講したことがない方を優先します。

■講師

オリオンコンピュータ(株)

■テキスト代

各1,000円

■申込期間

9月1日(火)～18日(金)

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習文化課

☎(32)8919

コミュニケーションスキルアップセミナー

Withコロナ時代に求められるコミュニケーションとは!?

コミュニケーションは、あらゆる人間関係をスムーズに進めるために、とても大切なものですが、新型コロナウイルスは、コミュニケーションの在り方に変化をもたらしました。

このセミナーでは、理論と実践の両面から、新しいコミュニケーションにアプローチしていきます。

■日時

10月10日(土)

午後1時～4時

■場所

市役所

■定員

20名(先着順)

■内容

- ・Withコロナ時代における人とのかかわり方
- ・対面以外のコミュニケーションの特徴
- ・不安を安心に変えるコミュニケーション など

■講師 伊藤由起枝氏(ホスピタリティキャリアアカデミー)

■申込開始日

9月1日(火)

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習文化課

☎(32)8919

✉syougaiagakusyuuubunka@city.shimotsuke.lg.jp

音訳ボランティア体験講座

音訳ボランティアこだまは、目の不自由な方のために広報しもつけを音訳し、CDを作成するボランティア団体です。

この体験講座では、広報を読むところから、パソコンでデジタル録音・編集・デイジー版CDを作成するまでを学びます。

■日時(全4回・毎週木曜日)

10月8日～29日

午前10時～正午

■場所

生涯学習情報センター

■定員

10名

■内容

- 第1回 広報しもつけを読む・デイジー録音
- 第2回 デイジー録音・編集
- 第3回 デイジー録音・編集、次号のミーティング見学
- 第4回 デイジー編集・デイジー版CD作成

■講師

音訳ボランティアこだま会員

■申込期限

10月6日(火)

■申し込み先

生涯学習情報センター





～子どもたちは未来からの留学生～



■問い合わせ先 生涯学習文化課 ☎(32)8919

下野市青少年育成市民会議とは

青少年をよりよい環境で健全に育成するためには、青少年の活動の場である家庭・学校・地域社会などが、それぞれの立場でその機能を発揮できるよう、関連機関・団体と相互に情報を交換し、連携することが重要です。

青少年育成市民会議は、関係団体の連携を図り、下野市の青少年を市民総ぐるみで健全に育成するための運動を展開することを目的とした市民主導の団体です。

■主な活動 家庭の日・ファミリエ下野教育運動の推進、通学路点検の実施、子どもなんでも発表会・小中学校音楽祭の開催、など

市民会議会長メッセージ

当会議の活動は、学校・家庭・地域の連携に成果を上げており、他市町に誇れるものとなっています。市民の皆さまが青少年育成の重要性を認識し、積極的な活動参加や会費納入等の惜しみないご協力の賜物と深く感謝しております。

本年度から、長年発行してきました広報誌「美蕾」は規模を縮小し、広報しもつに記事を載せていくこととなりました。

今後ともよろしくお願い申し上げます。

今年度の活動

青少年育成市民会議でも、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、総会や小中学校音楽祭などの大きな事業が中止となりました。

それらに代わる事業として、市内の全小中学校に手洗い石けん液を配布しました。

感染予防対策に役立てていただければ幸いです。



南河内中学校にて

学校からのメッセージ

石けん液の寄贈をありがとうございました。

学校生活が6月から再開しましたが、感染予防策をしながらの再開です。一番重要な手洗いに欠かせない石けんは、大変ありがたいです。

生徒たちが安全に生活できるよう活用します。

(石橋北小学校)

令和元年度決算報告

収入 1,843,974円

項目	収入済額	備考
会費	1,348,000円	南河内地区 382,300円
		石橋地区 543,700円
		国分寺地区 422,000円
補助金	30,000円	とちぎ未来づくり財団
繰越金	465,968円	前年度繰越金
雑収入	6円	預金利子

支出 1,534,365円

項目	支出済額	備考
運営費	126,568円	会議、通信費等
広報啓発費	198,707円	広報誌「美蕾」
活動費	1,137,758円	小中学校音楽祭等
支援事業費	60,000円	青少年育成事業
交際費	5,832円	謝礼
活動保険料	5,500円	傷害保険

令和元年度の主な事業



小中学校音楽祭



子どもなんでも発表会

区画整理事業地内の宅地公売 購入特典が充実！

仁良川地区土地区画整理地内では、先着順で宅地（保留地）を公売しています。

本地区では、区画整理により住環境の整備が進み、新しい街並みが形成され、人口も年々増加しています。保留地は、比較的安価に設定されているほか、購入にあたっての特典も充実しているため人気も高く、今年度、既に10件の購入をいただいています。ぜひ購入をご検討ください。

特典の内容

- ・公共下水道受益者負担金がかかりません（市が負担します）。
 - ・「下野市永住促進保留地等購入補助金」が受けられます。
- ※各種条件があるため、詳細は都市計画課（☎(32)8909）にお問い合わせください。
- ・市との直接契約になるため、不動産仲介手数料がかかりません。

公売保留地一覧

番号	面積 (㎡)	単価 (円/㎡)	総額 (円)	番号	面積 (㎡)	単価 (円/㎡)	総額 (円)
1	479.50	26,300	12,610,000	13	320.40	38,100	12,207,000
2	390.50	22,600	8,825,000	14	319.00	36,500	11,643,000
3	323.95	24,800	8,033,000	18	345.55	34,000	11,748,000
4	351.11	23,400	8,215,000	19	345.55	34,000	11,748,000
5	351.11	23,400	8,215,000	20	345.55	34,000	11,748,000
11	319.00	36,500	11,643,000	21	289.36	33,600	9,722,000
12	319.00	36,500	11,643,000	23	283.31	36,800	10,425,000

※○は本年度新規追加物件です。

※全区画容積率200%、建ぺい率60%です。

※保留地は現状有姿で引き渡します。

※各区画の位置図、寸法、外観などの詳細は、市ホームページに掲載しています。



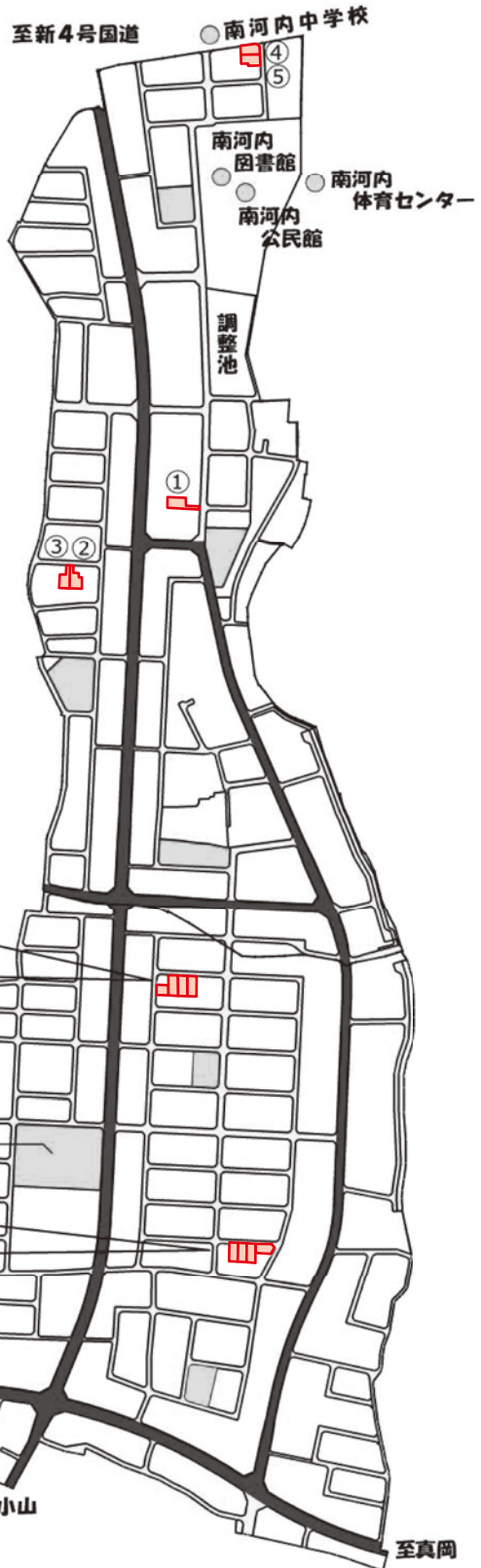
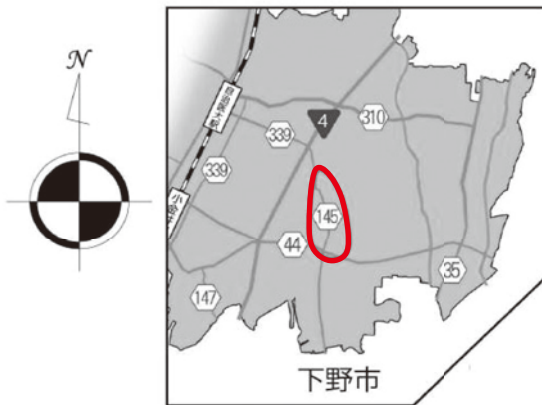
申込方法

先着順のため、最新の物件情報についてはお問い合わせください。

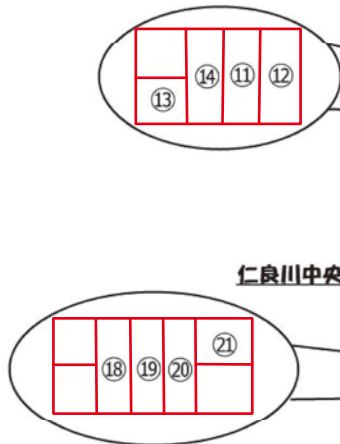
- 公売方法 先着順
- 受付期間 随時受付中
- 受付場所 区画整理課
- 必要書類
 - ・保留地買受申請書
 - ・納税証明書
 - ・住民票（市外の方のみ）
- 申し込み・問い合わせ先
区画整理課 ☎(32)8910



保留地案内図



対象保留地の用途	宅地
街路条件	道路幅 6 ~ 16 mの道路に接する
最寄り交通施設	J R宇都宮線「自治医大駅」まで車で約5分 新4号バイパスまで車で約2分
地区内便利施設	仁良川簡易郵便局
地区内公共公益施設	南河内窓口(南河内公民館内)
学区	葉師寺小学校 南河内中学校
医療機関	自治医科大学附属病院まで車で約5分
用途地域	第一種住居地域
その他	上・下水道利用可能



環境トピックス

■申し込み・問い合わせ先■ 環境課 ☎(32) 8898

剪定枝（小枝）の出し方

剪定枝（小枝）は、資源としてリサイクルするため、南部清掃センターで堆肥化しています。

剪定枝（小枝）の出し方

- ・枝は太さ直径10cm、長さ1mまでのもの
- ・直径30cmまでの束にし、麻ひもか紙ひもで縛ってごみステーションに出してください（ビニールひもは堆肥化できないので使用不可）

剪定枝（小枝）に出してはいけない植物

次の植物は堆肥化ができないため、燃やすごみ（焼却ごみ）で出してください。

毒性のある植物

キョウチクトウ、あせび、うるし、あじさい等

繊維質の多い植物

竹、藤などツル科の植物

病害虫の付いた植物など

松くい虫、赤星病、腐った樹木

その他

草花、刈り草、落ち葉、木くず

収集できないもの

木の根・切り株、シュロの木



高濃度PCB廃棄物の処分期間にご注意ください

PCB廃棄物は、法律により、保管している事業者が処分期間内に処分しなければなりません。

事業者の皆さまは、PCB廃棄物を保管していないか改めて確認し、処分を進めてください。処分費用の軽減措置などもあります。詳しくはお問い合わせください。

■処分期間

- ・高濃度PCB廃棄物（変圧器・コンデンサー）令和4年3月31日まで
- ・高濃度PCB廃棄物（蛍光灯用安定器等）令和5年3月31日まで
- ・低濃度PCB廃棄物 令和9年3月31日まで

■処分費用の軽減措置など

県ホームページをご覧ください。

URL <http://www.pref.tochigi.lg.jp/d05/eco/haikibutsu/haikibutsu/pcb-top.html>

■問い合わせ先

県廃棄物対策課 ☎028(623)3098

空き地・庭の草木の適正管理にご協力ください

空き地、庭の草木の管理が適正に行われていないと、次のような生活環境の悪化を招きます。

- ・周辺住宅に草木が越境して、近隣トラブルに繋がります
- ・粗大ごみなどを不法投棄されやすくなります
- ・害虫の発生場所になります
- ・交差点などの角地では、見通しが悪くなることで、交通事故の原因になります
- ・花粉によるアレルギーの原因になります
- ・冬期には立ち枯れて、火災の原因になります

草木の管理については、毎年多くの方から苦情が寄せられています。周辺住民の迷惑にならないよう、管理者の方は、定期的に草木の除去をするなど、適正管理をお願いします。

動物愛護ふれあい作品展 作品募集

動物愛護と適正な飼育について理解を深めるための作品展に展示する作品を募集します。

■募集部門 絵画、ポスター、写真

■募集期限 9月30日(水)必着

※詳しくはホームページで募集要項をご確認ください。

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

■入賞発表 ホームページで入賞作品を発表

■展示期間 10月27日(火)～12月24日(木)

■展示場所

県動物愛護指導センター愛護館

■問い合わせ先

県動物愛護指導センター

☎028(684)5458



9月は光化学スモッグ対策期間です

光化学スモッグとは

光化学スモッグは、風が弱く気温が高く晴れた日に発生しやすく、目がチカチカする、頭痛がする、息苦しいなどの症状を引き起こします。

栃木県では、オキシダント濃度が一定基準値以上となり、その状態が継続すると予想される場合に、光化学スモッグ注意報を発令しています。

注意報が発令されたら

- ・屋外での激しい運動は避ける
- ・目がチカチカしたり、のどが痛くなったりしたら、洗顔やうがいをして、しばらく安静に
- ・洗顔やうがいをしていても症状が治まらないときは、すぐに医師の診察を受けましょう

PM2.5の注意喚起

県では、県内のPM2.5濃度の1日あたりの平均値が1立方メートル当たり70マイクログラムを超えると予想される場合に、注意喚起情報をお知らせしています。

注意喚起情報が出たら

- ・屋外での長時間の激しい運動は避ける
- ・外出はできるだけ控える
- ・屋内においては、換気や窓の開閉を必要最小限に
- ・呼吸器系や循環器系疾患のある方、子ども、高齢の方などは、より慎重な行動を

もっと光化学スモッグやPM2.5について知りたい

県ホームページとちぎの青空に詳しい情報が掲載されています。

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/d03/eco/kankyou/hozen/aozora.html>

また、QRコードからは、県防災メールの配信手続きができます（メールが自動的に立ち上がります）。



焼やすごみの減量化・紙類の資源化にご協力ください

近年、家庭から出る焼やすごみが増加傾向にあります。

焼やすごみと可燃系資源（雑紙等）の搬出量

	令和元年度 4～6月	令和2年度 4～6月	前年度比較
焼やすごみ	2,571 t	2,963 t	392 t 増
可燃系資源（雑誌・雑紙等）	109 t	131 t	22 t 増

焼やすごみの増加は、ごみ処理費用の増加、すなわち皆さまの負担増につながります。ごみ焼却炉への負担が増えることで、施設で処理しきれなくなるおそれもあります。

出された焼やすごみの内容物を調査した結果、プラ容器包装、雑誌、雑紙、紙パックなど、分別すれば資源として再利用できるものが多く混入していました。

このうち、可燃系資源（雑誌・雑紙など）の搬出量は、昨年度と比べて増加しました。紙類の資源化へのご協力ありがとうございます。ごみの減量化・資源化のため、引き続き適切なごみの分別にご協力をお願いします。



スズメバチの駆除費を補助しています

駆除業者に依頼して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。

■補助金額 駆除に要した費用の2分の1（上限7,000円、100円未満切り捨て）

■申込方法

駆除後、申請書に必要書類を添えて環境課に提出

■必要書類

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

■申込期限

領収日から起算して30日以内

■市内でスズメバチの巣の駆除を行っている業者

(株)県南環境 ☎(44)2518

(株)スマイテック ☎(44)9618

※市内外問わず、上記以外の業者でも補助の対象となります。



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〉

ジュニア向けシート（3歳～就学前）、宇都宮南高校女子用制服（Lサイズの夏・冬服一式）、座卓（幅110cm程度）、座卓（幅125cm程度）、こたつ（幅75cm）、スキー板（男性用、150cm）、女児冬物衣料品（小3～5年用）、オルガン（1.3m程度）

〈譲ってほしい〉

原付スクーター、テレビ、テレビ録画機器、1・2人掛けソファ、自転車（大人用、24～26インチ）、自転車（子供用、24インチ、5段ギア、青）ノートPC、バスケットゴール（大人用）、チャイルドシート

新・下野市風土記

万葉集の不思議



下野市教育委員会 文化財課

『万葉集』については、中学校の国語の授業で教わるため、奈良時代に編さんされた歌集であること、編者が大伴家持であること、防人の歌が収められていることなどは、多くの方がご存知のことと思います。

でも、意外と正確なことは知らなかったり、忘れてしまっていたりするのではないのでしょうか？
今回は『万葉集』について、改めて復習してみましょう。

万葉集とは

万葉集という言葉は、「万」と「葉」と「集」に分解することができます。

万＝萬世、葉＝世＝時代、すなわち、この歌集が末永く後の時代まで伝わるように、という意味であると解釈されています。

万葉集は全20巻からなり、天皇から庶民まで、いろいろな身分の人々が詠んだ歌、約4,500首が収められています。舒明天皇（630年）の時代から、最後の歌である4,516番の歌がつくられた天平宝字3（759）年まで、約130年の間に詠まれた歌です。

編さんや成立の経緯については詳しく分かっていませんが、幾人かの編者の手を経て、最後に大伴家持により20巻に編さんされたと考えら

れています。

構成は、巻ごとにおおよそ年代順、国別に配列されています。

歌は、次の3つに大別されます。

- ・相聞歌：相聞は、お互いの消息を交わし合うという意味で、恋の歌だけでなく、親子・兄弟姉妹・友人などの間柄で贈答された歌も含む
- ・挽歌：死者を弔うための歌
- ・雑歌：相聞歌や挽歌に分類されない、行幸や遊宴、旅など様々な歌

また、巻の14は東国各地の歌を集めた東歌で、巻の20には防人歌が収められているため、この2巻には、方言で詠まれた歌が多く収録されています。

あかねさす——事実かパフォーマンスか

学校で習う歌に、額田王のものがああります。「あかねさす紫野行き標野行き野守は見ずや君が袖振る」

訳 [あかねさす紫草の咲く野を歩き、標を張った野を行くと、あなたが私に袖を振ってくれましたが、そんなに袖を振ると野の番人に見られてしまいますよ]

この歌は、天皇が蒲生野に猟に出たときに額田王が詠んだもの、という設定です。紫草は藤の花で、「袖を振る」は、恋人の魂を引き寄せる恋のしぐさを意味しています。

この歌に対して、大海人皇子が返した歌が、「紫草のにはほえる妹を憎くあらば人妻故に我恋ひめやも」

訳 [紫の花のように美しい香りのするあなた（額田王）を、天智天皇の妻となった今でも、人妻と知りながら、こんなに恋しく思っています]

この2首の歌は、現代のワイドショー以上に複雑な状況を示しています。

額田王はかつて大海人皇子との間に娘（十市

姫皇女）を授かっていたのですが、大海人皇子の兄である天智天皇に気に入られ、妻にされてしまったのです。

今は実の兄、それも天皇の妻となっている元妻に、（魂を引き寄せようと）隠れて手を振っている——1,300年前のこととはいえ、理解しがたい人間関係です。

一説では、この額田王の「あかねさす……」と大海人皇子の「紫草のにはほえる妹を……」は、宴席を盛り上げるために、列席する人々の前で詠まれた一種のパフォーマンスだったと言われています。この2首が、万葉集の巻一（晴れやかな場や儀礼の場での歌を集めた巻）に収録されていることがその説を裏付けているというのですが、真実は当人のみぞ知るところでしょう。

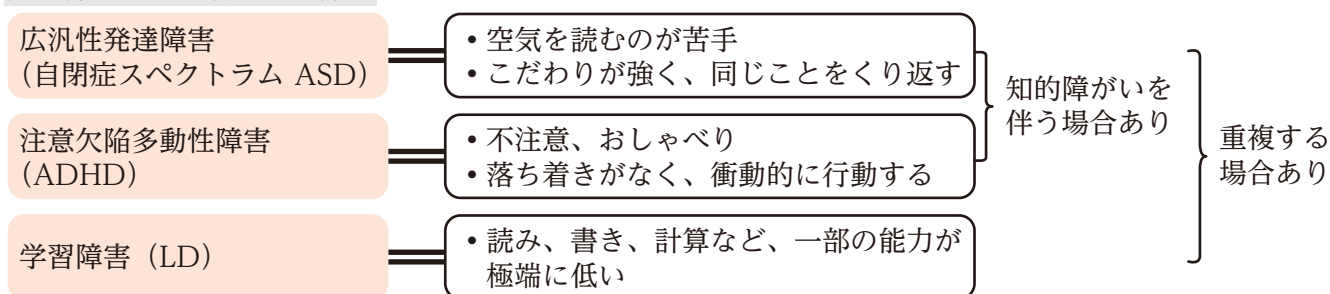
下野国府には、都から赴任してきた国司たちがおり、河内郡の郡役所の職員も、年に数回、平城京に行っていました。都風の宴席が行われた際には、下野でも、このようなパフォーマンスが行われていたのかもしれない。

皆さんは、「発達障がい」という言葉を見聞きしたことはあるでしょうか。発達障がいはその特性から、時に誤解を招いてしまうことがあります。今回は正しい理解と、発達障がいを有する方がどのようなことに困り、どのような配慮が必要なのか等についてお伝えします。

発達障がいとは

発達障害者支援法において、発達障害とは「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害、その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常、低年齢において発現するもの」と定義されています。

発達障がいの分類と主な特性



注目したいのは、あくまで脳機能の障がいである、ということです。脳機能の障がいは、生まれつきのものであり、「〇〇が悪かったから」という、特定の原因がある訳ではありません。


誤解されやすい

発達障がいを抱えている方は、得意・不得意の差が大きく、コミュニケーションや人付き合いが苦手なことが多いです。ただし、個人差があり、同じ障がいのある方同士でも、まったく違う印象を受けることがあります。さらに、同じ人に複数

の障がいが表われたり、症状や困りごとに個人差があったりするため、「自分勝手」、「わがまま」、「困った人」などと誤解され、敬遠されることも少なくありません。また、親のしつけや教育の問題と捉えられることもあります。

どんなことで困るのか／どう配慮すればよいのか

代表的なものを一部ご紹介します。発達障がいの方は、「困った人」ではなく、「困っている人」です。

特徴・困りごと	配慮のしかた
コミュニケーション <ul style="list-style-type: none"> • 遠回しな表現、比喩、例えが伝わらない • 空気を読む、人の気持ちの理解が難しい • 音は聞こえるが言葉を理解するのが苦手 	<ul style="list-style-type: none"> • 「あれ」「そこ」「少し」などのあいまいな言葉を使わず、具体的に伝える • 見て分かるように、絵や図で示す • 困っていることはないか、声をかける 
物の見え方 <ul style="list-style-type: none"> • 視野が狭く一部に集中してしまう • 物をなくしやすい • 多くの情報が一度に入ると混乱する 	<ul style="list-style-type: none"> • 物の置き場所を決めておく • 混乱したときは、静かな環境で休む • どんなときに混乱しやすいか確認し、対応策を考える
感覚・からだ <ul style="list-style-type: none"> • 音、におい、光、触覚などが敏感 • 座る姿勢が崩れやすい • 力の加減が難しく疲れやすい。不器用 	<ul style="list-style-type: none"> • 苦手なものを遠ざける。耳栓やサングラス等を活用 • 「〇時に大きな音が鳴る」等、あらかじめ伝えておく • 姿勢や力加減は、障がいの特性。本人がふざけている訳ではなく、自分自身の力でどうにかなるものではない

相談窓口

ご本人やご家族、関係機関の方の相談先として、ぜひ下記の窓口をご活用ください。

機関名	相談対応日時	住所	電話番号
市障がい児者相談支援センター	月曜日から金曜日 (祝日、年末年始を除く)	笹原 26 (社会福祉課内)	(37) 9970
栃木県発達障害者支援センター ふおーゆう	午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分	宇都宮市 駒生町 3337-1	028(623)6111

天平マラソン大会・南河内地区一周駅伝競走大会の中止

令和3年1月11日(祝・月)に開催が予定されていた天平マラソン大会および12月13日(日)に開催が予定されていた南河内地区一周駅伝競走大会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止が決定しました。

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



いちご一会とちぎ国体デザイン募集

「いちご一会とちぎ国体」の公式ポスター、炬火台・炬火トーチのデザインを募集します。

募集内容

公式ポスター

本大会、冬季大会、全国障がい者スポーツ大会すべての分のデザインを1セットとして募集します。

賞・賞金

最優秀賞 (1点)

賞状、賞金20万円、とちまるくんぬいぐるみ(大)

優秀賞 (3点)

賞状、賞金3万円、とちまるくんぬいぐるみ(小)

※中学生以下の方は、賞金分

シニア体操教室

■日時 (全5回・火曜日)

9月29日~10月27日

午前10時~11時

受付 午前9時30分~

■場所 スポーツ交流館

■対象者 市内在住の方

■定員 20名

■参加費 無料

※会員外は500円(全5回分)。

■講師 栃木SCトレーナー

■申込方法 9月7日(月) 午前9時以降、事務局窓口へ参加費を添えて申し込み(電話不可)

■申し込み・問い合わせ先

グリムの里スポーツクラブ事務局(スポーツ交流館内)

☎(52)1182 (月・水・金曜日の午前9時~午後4時)

ボルダリングウォールコース変更による使用休止

ボルダリング施設の壁面に設置されているホールド(突起物)の配置や形を調整し、コースや難易度を変更します。

改修作業を行う間は、施設利用を休止させていただきます。

新しいコースへの挑戦を楽しみにお待ちください。

■休止期間

9月13日(日)~17日(木)



の図書カードを授与します。

※賞の他、抽選で10名に記念品を贈呈します。

炬火台、炬火トーチ

どちらか一方、または両方への応募が可能です。

■賞・賞金

最優秀賞(各1点)

賞金10万円

応募について

■応募資格 県内在住・在学・在勤の方、または過去に在住・在学・在勤していた方

※個人・グループ・法人、プロ・アマを問いません。

■応募方法 応募様式(県ホームページからダウンロード可)

を郵送または直接提出

URL <https://www.tochigikokutai2022.jp/>

※直接提出の受付時間は平日の午前9時~午後5時です。

■応募期限 10月30日(金)

※郵送は10月31日(土)の消印有効です。

■応募・問い合わせ先

〒320-8501

宇都宮市埴田1-1-20

(県庁北別館3階)

いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会事務局

県国体・障がい者スポーツ大会局

公式ポスター

総務企画課

公式ポスターデザイン募集係

☎028(623)3845

炬火台・炬火トーチ

競技式典課

炬火台・炬火トーチデザイン募集係

☎028(623)3508



夢くらぶ国分寺

■申し込み・問い合わせ先 ☎(44)0849

(火・水・金曜日の午前8時30分～午後5時15分)

体力・運動能力調査

■日時 10月25日(日)

午前9時～正午

※午前11時30分受付終了

■場所

国分寺B&G海洋センター

■対象者

市内在住・在勤の満20歳～79歳(4月1日時点)の方

※当日の日常生活活動テストの結果により、体力テストを受けられないことがあります。

■持ち物 運動着、体育館シューズ、飲み物

■調査項目

成年(20歳～64歳)

反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅跳び

高齢者(65歳～79歳)

開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

共通

握力、上体起こし、長座前屈

■申込開始日 9月15日(火)

■申込方法 電話

※会場で当日申し込みも可。

ボルダリング教室参加者募集

■日程 (全5回・木曜日)

1st 10月15日～11月12日

2nd 11月19日～12月17日

■場所 旧国分寺西小学校

■時間

ジュニア(小学生)

午後7時～8時

一般(中学生以上)

午後8時10分～9時10分

■定員 各15名(先着順)

■参加費 (全5回分)

中学生以下 1,000円

高校生以上 1,500円

※会員外は別途1,000円。

■講師 クラブ公認指導者

■持ち物 運動着、体育館シューズ、ボルダリングシューズ

■申込開始日

9月20日(日) 午前9時

※初日のみ午前11時までの受付となります。

■申込方法 国分寺B&G海洋センターにある申込書に参加費を添えて提出(電話不可)

※重複申し込み不可。

下期会員追加募集

幼児サッカー教室

■日時 毎週土曜日

午前8時30分～10時

■参加費 1,500円/月

キンボールスポーツ教室

■日時 月2回水曜日

午後6時30分～8時30分

■参加費 1,000円/月

※1～3月は毎週で1,500円/月

Jrバレーボール教室

■日時 毎週木曜日

午後6時30分～8時30分

■参加費 1,500円/月

就園児親子体操教室

■日時 月3回・火曜日

午後3時15分～4時30分

■参加費 1,800円/月

キッズ体操教室(小学1～3年)

■日時 月3回・火曜日

午後4時40分～5時50分

■参加費 2,000円/月



Jリーグを観に行こう! 栃木SCホームゲーム無料チケットを配布します

■申し込み先 スポーツ振興課 ☎(32)8611 ✉sports@city.shimotsuke.lg.jp

■日時 10月14日(水) 午後7時キックオフ

■場所 栃木県グリーンスタジアム

■対戦相手 モンテディオ山形

プレミアムシート無料チケット(抽選)

2人1組のペアでお申し込みください。

■定員 5組10名

■対象者 市内在住の方

※抽選で外れてしまった方のうち希望者には、自由席B無料チケットを配布します(希望者多数の場合は再度、抽選となります)。

自由席B無料チケット(先着順)

■定員 200名(1名につき上限4枚まで)

■対象者 市内在住の方

申込方法

申込書での申し込み

申込書をスポーツ振興課または市ホームページから入手し、FAX・電子メールで送信、また

はスポーツ振興課にお持ちください。後日チケット引換券を郵送します。

■必要なもの

市内在住であることが確認できるもの

■申込期限 10月6日(火)

インターネットでの申し込み

自由席B無料チケットのみの取り扱いです。

■申込期限 10月13日(火) 午後6時

チケットの受取方法

試合当日にスタジアム入場口付近に設置されるブースでお受け取りください。

プレミアムシート：栃木SCブース

自由席B：下野市ブース。

■必要なもの チケット引換券または受付完了メール、市内在住が確認できるもの(インターネット申し込みの方のみ)



図書館

Library Information

利用案内

9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
<http://www.library.shimotsuke.tochigi.jp/>



QRコード

携帯電話からのご利用
<https://ilsod001.apse.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv>



QRコード

図書館からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、9月までの期間、図書館における講座・催し物等を中止とさせていただきます。また、図書館の一部サービスを休止しています。ご迷惑をおかけし、申し訳ありませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

※休館となる場合や、開館時間が変更となる場合があります。詳しくは市や図書館のホームページをご覧になるか、各図書館にお問い合わせください。

南河内図書館

蔵書点検による休館

9月29日(火)～10月7日(水)

返却はブックポスト(視聴覚資料は不可)または、石橋図書館・国分寺図書館をお願いします。

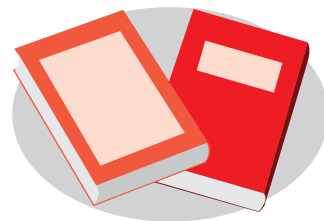
図書館購入図書のご案内 (一部)

<一般書>

- ・鴨川食堂もてなし(石) … 柏井壽
- ・古写真で見る幕末の城(石) … 三浦正幸
- ・脱藩さむらい [4](国) … 金子成人
- ・サキの忘れ物(石・国) … 津村記久子
- ・心霊探偵八雲12(石・南) … 神永学
- ・動脈爆破(南) … 濱嘉之

<児童書>

- ・五十音(石・国・南) … 北原白秋
- ・サンドイッチクラブ(石) … 長江優子
- ・ギフト、ぼくの場合(石・国・南) … 今井恭子
- ・はなげせんぱい(国) … 杉江勇吾
- ・さんしょっ子(南) … 安房直子
- ・きんぴらきょうだい(南) … 荻田澄子



読書人

図書館であなたの人生の一冊に出会おう
今月のテーマ「芥川賞・直木賞」

芥川賞受賞作



破局

遠野 遥 著
河出書房新社

「思考」する私は何処へ向かうのか…
現代の虚無と評される作品。(石・国・南)

《芥川賞受賞作》首里の馬

高山 羽根子 著 新潮社(石・国・南)
離れていても「つながる」事の大切さ。

直木賞受賞作



少年と犬

馳星周 著
文藝春秋

家族のために犯罪に手を染めた男が
拾った犬。守り神になったその犬はあ
る意志を秘めていた一。(石・国・南)

《芥川賞候補作品》

- ・赤い砂を蹴る
／石原 燃 著(文藝春秋)
- ・アウア・エイジ' (Our Age)
／岡本 学 著(群像2月号)
- ・アキちゃん
／三木 三奈 著(文學界5月号)

《直木賞候補作品》

- ・雲を紡ぐ／伊吹 有喜 著(文藝春秋)
- ・じんかん / 今村 翔吾 著(講談社)
- ・稚児桜 能楽ものがたり
／澤田 瞳子 著(淡交社)
- ・銀花の蔵 / 遠田 潤子 著(新潮社)

※所蔵している図書館を【(石)=石橋 (国)=国分寺 (南)=南河内】と表示してあります。市内3館どこでも貸出(貸出中は予約)が可能です。雑誌「新潮」は(南)、「文學界」は(石・国)、「群像」は(石)で扱っています。

小規模特認校 市立細谷小学校

～1人ひとり きらりと輝く 細谷っ子
子どもたちに笑顔があふれ 自信と安心を育む学校～

下野市にお住まいの方は誰でも細谷小に入れます

細谷小学校には、全児童49名のうち、小規模特認校制度を活用している児童が18名、在籍しています（7月現在）。

1年生から6年生まで、何年生からでも転入学できます。学校見学も、随時受け付けていますので、ご希望の方は、事前にご連絡ください。
※特別支援学級はありません。

小規模特認校制度を活用して通っている児童の保護者からの声

経験・責任感

- 人数が少ないおかげで、1人ひとりの責任感が強くなっているように感じます。「誰かがやる」ではなく「自分がやらなきゃ」という気持ちをもっていると思います。
- 少人数ゆえに色々な経験・体験ができるチャンスに恵まれ、重要な役割を任されるので、本人の自信につながっています。

学習

- きめ細やかな指導により、分からないまま帰ってくることはありません。
- 発言する機会が増えるので、自分の考えをまとめて相手に伝える能力が育つと思います。
- 授業が少人数であるため、分からないところや疑問点を分かるまで詳しく教えてもらえ、今のところ塾に行かせる必要性を感じません。
- 人数が少ないので、全員で体験したり、意見を言ったりでき、自分で考える力が育つと思います。



相談

- 先生と保護者の距離が近いので、心配が大きくなる前に解決できていると感じています。
- 子どもと先生との距離が近く、すぐに相談できるのが心強いです。

先生

- 担任の先生をはじめ、他の学年の先生や教頭先生、校長先生とも話しやすく、とても安心です。
- 学校全員の先生の名前が覚えられます。先生たちとの関わりが多いので、学校行事やPTA活動に積極的に取り組みたいと思うようになりました。
- 先生方がすべての児童を把握してくださっていて、先生方に見守られている安心感と心強さがあります。

友達

- 児童全員が友達のように、アットホームで居心地のよい雰囲気です。
- 少人数なので友達関係を心配していましたが、仲良く過ごしているようで安心しています。

■問い合わせ先 学校教育課 ☎(32)8918 細谷小学校 ☎(52)1133
🌐 http://www.school.shimotsuke.ed.jp/e_school/hosoya/index.html
※活動の様子を紹介していますので、ぜひご覧ください。



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

老齢、障がい、死亡により基礎年金を受け取ることができません。国民年金には、第1号被保険者、第2号被保険者、第3号被保険者の3種類があり、保険料の納付方法が異なります。

第1号被保険者

■対象者

農業等に従事している方、自営業の方、学生、無職の方など

■納付方法

納付書、または口座振替などにより自分で納付
※経済的理由等で納められないときは、免除や納付猶予の制度があります。



公的年金の種類と加入する制度

公的年金は、国内に住所を有するすべての人が加入を義務付けられています。年金制度は3種類あり、その人の働き方により加入する年金が決まっています。

- ・国民年金 国内に住む20歳以上60歳未満のすべての人
- ・厚生年金 厚生年金保険の適用を受ける会社に勤務するすべての人
- ・共済年金 公務員・私立学校教職員等

第2号被保険者

■対象者 厚生年金保険の適用を受けている会社に勤務する方は自動的に国民年金にも加入(65歳以上で老齢年金を受ける方を除く)

■納付方法 厚生年金保険料に含まれ、自動的に納付される

第3号被保険者

■対象者

第2号被保険者の配偶者で20歳以上60歳未満の方

※年間収入が130万円以上で、健康保険の被扶養者になれない方は、第3号ではなく第1号被保険者となり、自分で保険料を納める必要があります。

■納付方法 配偶者が加入する年金により一括負担

厚生年金

厚生年金保険に加入している方は、厚生年金保険の制度を通じて国民年金に加入する第2号被保険者に分類され、国民年金の給付である基礎年金に加えて、厚生年金をうけることとなります。

共済年金

共済(組合)制度は、国家公務員、地方公務員や私立学校の教職員などとして常時勤務する人が組合員として加入する制度です。

共済組合には、短期給付と長期給付があります。

短期給付は、健康保険と同様の給付を行い、長期給付は年金給付と同様の給付を行います。

年金生活者支援給付金の請求

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入や所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給される制度です。今年度、初めて該当する方は、請求書の提出が必要です。

■対象者

老齢年金を受給している場合

次のすべてに該当する方

- ・受給者が65歳以上であり、年金収入額とその他の所得額の合計が879,900円以下である
- ・世帯全員の市民税が非課税である

障がい基礎年金、遺族基礎年金を受給している場合

- ・前年の所得が約462.1万円以下の方

請求手続き

4月1日以前から年金を受給している方

対象となる方には、日本年金機構から請求手続きの案内が10月中旬ごろから順次送付される予定です。同封の請求書を提出してください。

4月2日以降に年金を受給し始めた方

年金の請求手続きと合わせ、年金事務所または市役所で手続きをしてください。

また、前年所得額が更正等される方で、年金生活者支援給付金の支給額等に影響が出る方(確定申告の期限延期に伴う対応者など)は、年金事務所にご相談ください。

不審な電話に注意!

給付金の支給のために、日本年金機構や市役所が口座番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めたりすることは絶対にありません。

不審な電話に注意し、何かあれば警察等に相談しましょう。

■問い合わせ先

ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、イベントや事業が延期・中止となったり、内容が変更されたりする場合があります。最新の情報をご確認ください。

イベント

犯罪被害者等支援巡回パネル展を開催します

犯罪被害者や遺族の方々が置かれている現状や、被害者等支援の必要性を広く理解していただくことを目的として、犯罪被害者等支援巡回パネル展を開催します。

- 日時 9月14日(月)～24日(木) 市役所の開庁時間
※9月14日(月)は午後3時から、24日(木)は午後1時まで。
- 場所 市役所 市民ロビー
- 問い合わせ先 安全安心課 ☎(32)8894



昨年度の展示の様子

お知らせ

天平の芋煮会の中止

例年11月に開催している天平の芋煮会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止となりました。

- 問い合わせ先
市観光協会 ☎(39)6900

外国語講座後期(10月～3月)中止

市国際交流協会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、外国語学習推進事業を中止することになりました。

- 問い合わせ先
市民協働推進課 ☎(32)8887

産業祭の中止

例年10月に開催している産業祭は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止となりました。

- 問い合わせ先
商工観光課 ☎(32)8907

ひとり親世帯臨時特別給付金



新型コロナウイルスの影響により特に大きな困難が生じている、ひとり親世帯を対象に、臨時特別給付金を支給します。

※ここに記載されている他にも詳細な支給要件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■対象者

- 次のいずれかに該当する、ひとり親世帯の方
- ①令和2年6月分の児童扶養手当を受けている方
 - ②公的年金等を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方
 - ③新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準になっている方
- ※①または②に該当する方で、

新型コロナウイルスの影響で家計が急変し、収入が減少した方には「追加給付」を支給します。

- 支給額 1世帯5万円(第2子以降は1人につき3万円)
- ※追加給付は1世帯5万円(第2子以降の加算はなし)です。

■申込方法

- ①の方 申請不要
※児童扶養手当の振込口座に振り込みます。
- ②または③の方、追加給付の対象の方 申請が必要
※詳しい手続きの内容についてはお問い合わせください。

■申込期限


- 令和3年2月26日(金)
- 申し込み・問い合わせ先
こども福祉課 ☎(32)8903

市ホームページにヤフーキャッシュサイトを開設

ヤフー株式会社との災害協定により、市ホームページのキャッシュサイト(複製サイト)リンクをトップページに掲載しました。

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

また、「Yahoo!防災速報」アプリを通じて、防災情報や緊急情報を配信しています。

- アプリダウンロードはこちらから⇒
- 
- 🌐 <https://emg.yahoo.co.jp>
- 問い合わせ先
安全安心課 ☎(32)8894

市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」 中止に伴う意見募集

トピック
2

今年度の市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、開催を中止させていただきます。

そこで、懇談会に代えて、皆さまからのご意見・ご提案を募集します。

お寄せいただいたご意見・ご提案は、市長が直接、目を通し、市の施策やまちづくりに役立たせていただきます。

※ご意見・ご提案の一部は、広報紙などで紹介します。

※参考資料として、市政報告事項資料を10月1日(木)に市ホームページに掲載予定です。

■提出内容 (様式不問)

・住所、氏名、電話番号

・テーマ(生活環境、防災・防犯、健康・福祉、教育・文化、産業・観光、新型コロナウイルス感染症対策、その他)のうち1つ

・ご意見・ご提案(明瞭・簡潔に)

■提出方法 郵送・電子申請

■提出先

郵送 〒329-0492 笹原26

下野市役所

タウントークご意見係

電子申請

☎<http://www.task-asp.net/cu/eg/lar0921>

69.task?app=

202000016



■提出期限

10月20日(火)必着

■問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886

県立盲学校 体験学習

■日時

幼稚園 11月12日(木)

小学部 9月24日(木)

中学部 9月25日(金)

高等部(普通科)

10月1日(木)

高等部(保健医療科・専攻科)

10月27日(火)

午前9時30分～正午

■場所 県立盲学校

(宇都宮市福岡町1297)

■対象者

・視覚に障がいのある幼児・児童・生徒とその保護者

・視覚に障がいのある成人の方

■申込期限

各実施日の2週間前

■申し込み・問い合わせ先

県立盲学校 ☎028(652)2331

FAX028(652)4602

地域情報シェアサイト「しもつけサーカス」開設

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業者の活動を応援するため、各団体が協力連携していますが、ホームページやSNSなど、各々の情報を各々で発信しているのが現状です。

そこで、下野市地域おこし協力隊は、分散している様々な情報をひとつにするため、官民一体をテーマとした情報シェアサイト「しもつけサーカス」を立ち上げました。市内の様々な情報を掲載、発信していきますので、ぜひご利用ください。

しもつけサーカス ☎<https://shimotsuke-circus.com>

■問い合わせ先 総合政策課 地域おこし協力隊・大坪 ☎(32)8886



繋がって、輪になって、笑おう。

#しもつけサーカス



9月1日から10日は屋外広告物適正化旬間

この旬間は、地域の良好な景観を踏まえた安全な屋外広告物のあるまちづくりを目指し、国土交通省が定めました。

屋外広告物とは、常時または一定の期間、継続して屋外で公衆に表示されるもので、看板、立看板、はり紙、建物などに表示・設置されたものをいいます。

屋外広告物の安全を確保し、危険な事故を防ぐため、適正な管理と点検をお願いします。

また、市内に屋外広告物を設置する場合、事前に市へ申請し、許可を得る必要があります。

■問い合わせ先 都市計画課 ☎(32)8909

交通実態調査にご協力ください

いつ、誰が、どんな目的で、どのような交通手段で、どこからどこへ移動したかなど、ある特定の1日の活動状況や、日ごとの移動で感じていることなどを調べる交通実態調査を実施します。

対象となられた方は、趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いします。得られた結果は、将来のまちづくりのために活用させていただきます。

■対象者 無作為に抽出

■調査票 10月初旬に郵送

■問い合わせ先 都市計画課 ☎(32)8909

交通実態調査サポートセンター

☎0120(989)168

選挙に関するお知らせ

■問い合わせ先 市選挙管理委員会 ☎(32)8916

トピック
3期日前投票所と自宅間を
送迎します

期日前投票の期間中、投票所への移動が困難な方に、タクシーによる移動支援を実施します。ぜひご利用ください。

■**利用期間** 告(公)示日の翌日から投票日の前日まで

■**運賃** 無料

■**対象者** 下野市の選挙人名簿に登録されている方で、次の①～③の要件すべてに該当する方

①投票時に市内に居住している方

②自宅から期日前投票所までの移動が困難であり、交通手段または補助の移動手段(家族等の送迎)がない方で、次のア・イ・ウのいずれかに該当する方
ア. 要介護1～4のいずれかの認定を受けている

イ. 身体障がい者手帳1～4級のいずれかに該当している

ウ. 自宅から期日前投票所までの距離が、直線で概ね1km以上ある

③次のA・Bいずれかに該当する方

A. 自ら送迎車両まで移動できる

B. 自ら送迎車両まで移動することは難しいが、介助者が同伴できる

利用の流れ

1. 移動支援を利用するには、事前登録が必要となります。市選挙管理委員会に登録申請書を提出してください。

2. 登録された方には、投票所入場券にタクシー利用券を同封します。

3. ご自身で手配したタクシーの運転手に、タクシー利用券を渡してください。

■**申込期間** 随時受付

※11月中に執行予定の栃木県知事選挙の期日前投票での利用をご希望の方は、10月20日(火)までにお申し込みください。

■**利用可能なタクシー事業者**

No.	事業者名	電話番号	備考
1	石橋タクシー(株)	(53)1157	
2	関東交通(株)石橋営業所	0120(150)840	
3	介護タクシーエムケア	(53)8133	◎
4	はなまる福祉タクシー	090(1803)0870	◎
5	潮田タクシー(株)	(44)0278	
6	小金井タクシー(株)	(44)0120	
7	国分寺タクシー(有)	(44)0268	
8	羽川タクシー(有)	(24)1937	○
9	(株)なごみ	(32)7536	○
10	(同)メディカルサポート翼	(32)6882	○
11	ケアネット下野倶楽部	090(1206)8893	○
12	かねこ介護移送サービス	070(4114)2525	◎

○…車イスでの利用可 ◎…車イス、ストレッチャー等での利用可

※事前登録についての問い合わせは、市選挙管理委員会まで。

投票立会人を募集しています

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** 10,900円(規定の源泉所得税を控除)

※昼・夜に弁当の支給があります。

■**期日前投票立会人**

■**立会場所** 市役所

■**立会時間** 午前8時30分～午後8時

■**報酬** 9,600円(規定の源泉所得税を控除)

※昼に弁当の支給があります。

投票立会人になるには

1. 電話またはメールで必要事項をご連絡ください。

2. 投票立会人候補者名簿に4年間、登録されます。

3. 選挙の都度、立会いの意思を文書等でお伺いし、調整のうえ選任します。

■**応募資格**

市選挙人名簿に登録されている70歳以下の方

■**必要事項**

・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)

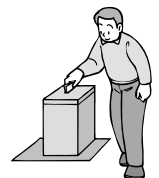
■**申込期限** 随時受付

※11月中に執行予定の栃木県知事選挙の投票立会人は、9月30日(水)までの応募者を優先します。

■**申し込み先** 市選挙管理委員会 ☎(32)8916

✉gyousei@city.shimotsuke.lg.jp

※メールでの応募の際は、件名に「投票立会人の申し込み」と明記してください。



ママパパ English サロン

市国際交流協会が開催する、大人だけでも子ども連れでも参加できる英会話サロンです。身近な話題で英会話を楽しんでみませんか？

■日時 9月17日(木)・24日(木)

午前10時～11時

■場所 薬師寺コミュニティセンター

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

■定員 5名

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課 ☎(32)8887



市民敬老感謝デー

トピック
4

ゆうゆう館では、日頃の感謝と敬老の日をお祝いする気持ちを込めて、70歳以上の方を対象に、温浴施設・天平乃湯を無料開放します。

※サウナは利用できません。

■日時 9月16日(水)

午前10時～午後8時30分

■場所 ゆうゆう館

■対象者

市内在住で、昭和26年4月1日以前に生まれた方

■持ち物 住所と年齢を証明できるもの、マスク

■問い合わせ先 ゆうゆう館 ☎(43)1231



移動式赤ちゃんの駅 無料貸出中

市内で開催されるイベント等で、乳幼児をつれていらっしゃるご家族が安心して楽しめるよう「移動式赤ちゃんの駅」を無料で貸し出しています。

※貸し出しには条件があります。事前にお問い合わせください。

■「移動式赤ちゃんの駅」内容

授乳スペースとして使える持ち運び可能なテント、折りたたみ式オムツ交換台、マット等



■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

危険物取扱者試験

■試験日 11月8日(日)

■場所 宇都宮市、小山市、栃木市、真岡市、他

■種類・受験料

甲種 6,600円、乙種 4,600円

丙種 3,700円

■願書の配布場所 石橋地区消防組合消防本部、各消防署

■申込期間・申し込み先

書面 9月7日(月)～18日(金)

石橋地区消防組合消防本部予防課、(一財)消防試験研究センター栃木県支部

電子 9月4日(金)～15日(火)

(一財)消防試験研究センター

栃木県支部ホームページ

☎[https://www.shoubo-](https://www.shoubo-shiken.or.jp)

shiken.or.jp

■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

ドナルド・マクドナルド・ハウスとちぎ再開しました

ドナルド・マクドナルド・ハウスとちぎでは、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために休止していた新規利用のご家族の受け入れを再開しました。しばらくの間は滞在できる家族数を限り、ボランティアの方々も最小人数での運営となりますが、病気と闘う子どもたちとそのご家族のため、1日も早く元のハウスに戻っていききたいと思います。

また、今年は新型コロナウイルスの影響で運営資金の寄付や募金が減少しています。皆さまの温かい応援をお願いします。



■問い合わせ先

ドナルド・マクドナルド・ハウス とちぎ(祇園2-36-3)

☎(58)7551

介護保険料・後期高齢者医療保険料の特別徴収開始通知書を発送

介護保険料・後期高齢者医療保険料が年金から天引きされている方へ、特別徴収開始通知書を9月10日(木)に発送します。通知書には、10月から来年8月までに天引きされる保険料を記載しています。

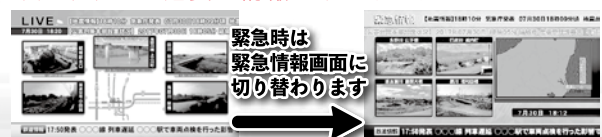
※保険料を納付書または口座振替で納付される方へのお知らせは7月に送付済みです。

■問い合わせ先 税務課 ☎(32)8891

112ch LIFEチャンネル

9月リニューアル予定!

地域の道路・河川などのライブカメラ映像や、気象情報をタイムリーにお届けする生活安全情報チャンネル。



※112chは、地上デジタル111chを選局し、チャンネル上ボタンを押すとご覧いただけます。※画像はイメージです。

CATV 栃木ケーブルテレビ ☎0120-25-1819

新型コロナウイルスからも身を守るために

トピック
5

災害に備えよう



FMゆうがおキャラクター しもぴい

イベント

お知らせ

募集

就職

相談

新型コロナウイルス感染症の影響下での「避難」

新型コロナウイルス感染症が収束する前に、地震、風水害が起きたらどうなるのか。平時から準備し、災害時の対応を考えておきましょう。

自宅や親戚宅での避難も検討しましょう

避難所が密集した状態になると、新型コロナウイルス感染症の感染が拡大することが懸念されます。

また、災害時には断水で手指の流水洗浄ができない可能性もあり、避難所という密集した環境下での集団生活で、新型コロナウイルス感染症だけでなく、ノロウイルス等による感染性胃腸炎やインフルエンザなどの感染が拡大するリスクが高まります。

「避難」とは、「難」を「避」けることです。自宅での安全確保が可能な場合、感染リスクを負ってまで避難所に行く必要はありません。また、避難先は市が開設する避難所だけとは限りません。安全な親戚・知人宅に避難することも検討しましょう。

本当に避難所に行く必要のある方を適切に受け入れられるよう、ご協力ください。

早めの防災対策・避難行動を

大雨や台風のとときには、増水した川など、危険な場所には近づかないようにしましょう。避難するときも安全なルートを通して移動できるよう、日頃から「下野市洪水ハザードマップ」で危険箇所を確認しておきましょう。

また、ハザードマップを確認することは重要ですが、過信は禁物です。

ハザードマップで危険な地域になっていなくても、「うちは大丈夫」「まだ大丈夫」と甘くみないで、早めに避難行動をとりましょう。

避難所での新型コロナウイルス感染症対策

手洗い・咳エチケット等の基本的な対策の徹底

断水等の影響がない場合、こまめな手洗い、咳エチケット等の基本的な感染症対策を徹底しましょう。

避難所の衛生環境の確保

物品等を定期的に家庭用洗剤で洗浄するなど、避難所の衛生環境をできる限り整えましょう。

物品はできるかぎりご自分で

市の備蓄品には限りがあります。風水害など時間的に余裕がある避難の際は、自分の必要なものは自分で持って行きましょう。

避難所に持っていくことが望ましい物品

- ・マスク、タオル
- ・アルコール消毒液、ウェットティッシュ
- ・体温計
- ・毛布等の寝具
- ・スリッパ
- ・最低3日分の食料と飲料水
- ・着替え
- ・携帯ラジオ
- ・常備薬
- ・モバイルバッテリー など



十分な換気の実施、スペースの確保

避難所内は十分な換気に努めるとともに、避難者が十分なスペースが確保できるよう留意します。

発熱、咳等の症状が出た方のための専用スペースの確保

発熱、咳等の症状が出た方は、専用のスペースを確保します。できる限り個室にするとともに、専用のトイレを確保するように努めます。専用スペースやトイレは、一般の避難者のスペースとはゾーン、動線を分けますのでご協力ください。

市からの情報をチェック

避難所の開設状況等の災害関係情報は、市ホームページ、FMゆうがお(87.9MHz)、とちぎテレビデータ放送、屋外拡声器、下野インフォメーションメール配信サービス等で発信しています。

※メール配信サービスは、利用前に登録が必要です。



←下野インフォメーションメール配信サービスの登録はこちらから



←FMゆうがおをアプリやブラウザから聴くにはこちらから

問い合わせ先

安全安心課 ☎(32)8894

道路破損等の情報提供にご協力をお願いします

道路の穴や段差、樹木の張り出し、側溝の破損など、通行の支障となる状況にお気づきの際は、安全・安心な道路環境を維持するため、情報提供にご協力をお願いします。

情報提供をしていただきたい道路の状況の事例



情報提供用通報フォーム

🌐 <https://www.city.shimotsuke.lg.jp/0017/info-0000004677-0.html>

■問い合わせ先
建設課
☎(32)8908



子どもゆめ基金 助成活動募集説明会

子どもゆめ基金は、子どもたちの体験活動や読書活動への助成を行っています。

本基金の制度や助成金の申請の流れについての説明会を開催します。

■日時 9月22日(火・祝)

午後1時～3時

■場所 結城市立公民館(茨城県結城市結城1446-10)

■対象団体

青少年教育に関する活動を行っている民間団体

■定員 30名(先着順)

■参加費 無料

■申込期限 9月17日(木)

■申込方法 自然の家のホームページ内の申し込みフォーム

🌐 <https://nasukashi.niye.go.jp/>

■問い合わせ先

国立那須甲子青少年

自然の家 ☎0248(36)2331

募 集

手話教室(入門コース・はじめての手話) 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、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(全15回・月曜日)

10月19日・26日、11月9日・16日・30日

12月7日・14日・21日

令和3年1月18日・25日

2月1日・8日・15日

3月1日・8日

午前10時～11時30分

■場所 ゆうゆう館

■対象者 市内在住・在勤の方

■定員 10名(先着順)

■受講料 無料

■持ち物 フェイスシールド

※事務局でも1枚250円で購入できます。

■申込期間 9月23日(水)～10月9日(金)

■申し込み・問い合わせ先

市社会福祉協議会 ☎(43)1236 📠(44)5807

✉info@shimotsuke-syakyo.or.jp



あなたのおすすめする健康づくり 体験談募集

健康自慢の皆さまが実践している健康法とその効果に関する体験談を募集します。

■募集部門 運動部門(運動、スポーツなど)、暮らし部門(食事、生活習慣など)、生きがい部門(社会活動、趣味など)

■対象者

県後期高齢者医療制度に加入している被保険者

■申込方法 健康づくり体験談(題名と本文、原稿用紙2～3枚程度)と必要事項(応募部門・郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号)を記入した用紙を郵送またはメールで送信

■申込期限 9月30日(水)(必着)

■賞品等

最優秀賞(1点) 商品券3万円分

優秀賞(3点) 商品券1万円分

※上記以外の方全員に参加賞としてクオカード500円分を贈呈します。

■申し込み・問い合わせ先

県後期高齢者医療広域連合 ☎028(627)6805

〒320-0033

宇都宮市本町3-9 栃木県本町合同ビル2階

✉soumu@kouikirengo-tochigi.jp

夢を現実に！ 創業を応援します！ しもつけ創業塾

これから市内で創業を目指す方を対象に創業塾を開催します。

創業塾では、事業を開始するための心構えや経営・マーケティングの基礎、財務・労務管理、資金調達などの創業に関する総合的な基礎知識を学ぶことができます。

同じ目的をもつ仲間と一緒に楽しみながら学び、創業のための実践力を身につけませんか。創業後のフォローアップも充実していますので、お気軽にご参加ください。

■日時・テーマ

※やむを得ず欠席した場合には、個別に補講を実施します。



	開講日	時間	テーマ
1回目	10月28日(水)	午後6時30分～9時30分	創業への心構えとイメージをつかもう
2回目	11月4日(水)		ビジネスモデルを練り固めよう
3回目	11月11日(水)		マーケティングを学ぼう
4回目	11月18日(水)		売上・利益計画を作成しよう
5回目	11月25日(水)		資金繰り計画を作成しよう
6回目	12月2日(水)		ビジネスプランをまとめよう
7回目	12月13日(日)	午後1時30分～5時30分	ビジネスプランの発表

■場所 下野市商工会本所

■対象者

市内在住で、次のいずれかに該当する方

- ・新規創業を検討中の方
- ・創業後5年以内の方
- ・後継者の方
- ・新分野進出を検討中の方

■受講料 2,000円（1回目に徴収）

※7回目の講座終了後に開催予定の交流会の参加費は別途徴収します（参加は任意）。

■定員 15名（先着順）

■講師

- ・株式会社ネオクラシック代表取締役 柴田幸紀氏（中小企業診断士）
- ・て印ビジネス・ラボ代表 杉本佳寿子氏（中小企業診断士）
- ・鈴木税務会計事務所副所長 鈴木龍京氏（税理士・中小企業診断士）

■申込方法

申込書に必要事項を記入し、商工会に提出

※申込書は商工会の窓口やホームページで取得可。

■申込期限 10月9日(金)

支援措置

しもつけ創業塾は、産業競争力強化法に基づく下野市創業支援等事業計画において、特定創業支援等事業に該当します。

創業塾を修了した方は、創業に関する支援措置（登録免許税の減免、市創業資金等の優遇等）を受ける

ことができます。

※支援措置には各種条件や審査があります。

■申し込み・問い合わせ先

下野市商工会本所 ☎(44)0202
南河内支所 ☎(48)0059
石橋商工会 ☎(53)0463

福祉共育ボランティア講座 参加者募集

福祉体験学習の場でサポートしてくれるボランティアを養成する講座です。

■日時・内容（全2回）

①10月27日(火) 午前10時～正午

車いす体験と高齢者疑似体験

②日程未定・ふくし移動講座（市内小学校でボランティア体験）

■場所 ①ゆうゆう館、②市内小学校

■対象者 市内在住・在勤の方

■定員 10名（先着順）

■受講料 無料

■申込期限 10月20日(火)

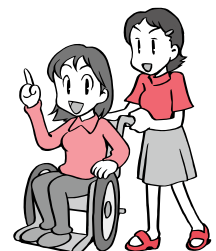
■申し込み・問い合わせ先

市社会福祉協議会

☎(43)1236

☎(44)5807

✉info@shimotsuke-syakyo.or.jp



栃木県消防団応援の店制度 登録店募集中

県では、地域防災の中核として活躍している消防団員を地域ぐるみで応援する、栃木県消防団応援の店制度を実施しています。登録店の申し込みを随時、受け付けていますので、ご協力をお願いします。

■登録店になるメリット

- ・県のホームページで消防団応援の店として広報される
- ・県内約1万5,000人の消防団員とご家族等の利用が期待できる
- ・地域貢献でイメージアップができる

■応募条件

- ・消防団員とその家族等を対象としたサービスを提供できること（サービスの内容は店が自由に決められます）
- ・サービスの費用を店で負担できること

■**申込方法** 申請書(県ホームページに掲載)を県消防防災課まで郵送、メール、FAX

■申し込み・問い合わせ先

県消防防災課
☎028(623)2127
FAX028(623)2146



登録店舗情報



広報紙にお子さんの写真を 掲載しませんか？

広報しもつけに掲載する、小学生までのお子さんの写真を募集しています。

■**申込方法** メール

✉info@city.shimotsuke.lg.jp

■**申込期限**

掲載月の前々月末日

■**必要事項**

- ・申込者の住所、氏名、電話番号
- ・お子さんの誕生日、ニックネーム（敬称を含む）
- （例）めぐみ、ひなちゃん等
- ・写真（400キロバイト以上）

■**問い合わせ先**

総合政策課 ☎(32)8886

就 職

ケア・アシスタントとして働いてみませんか？

県社会福祉協議会の福祉人材・研修センターでは、元気な高齢者等を対象に、「ケア・アシスタント」の養成と、養成した人材と介護事業所のマッチングを行っています。高齢者等の介護業界への参入と、介護職員の負担軽減による離職防止を目的としています。

ケア・アシスタントとは

介護事業所で職員をサポートし、直接介護以外の周辺業務に従事する職員です。

■具体的な業務内容

食事の配膳・片付け、ベッドメイキング、清掃、話し相手、見守り等

事業概要

■**期間** 随時

■**場所** とちぎ福祉プラザ（宇都宮市若草1-10-6）、各事業所

■**対象者** ケア・アシスタント職を希望する方、介護職に興味・関心のある方（資格・経験は問わず）

■**申込方法**

福祉人材・研修センターへ電話または来所

■**申し込み・問い合わせ先**

県社会福祉協議会福祉人材・研修センター
☎028(643)5622
（宇都宮市若草1-10-6）

福祉のお仕事就職フェア

福祉の仕事に就きたい方と求人事業所との相談会です。福祉の仕事や資格について相談することもできます。

■**日時** 10月3日(土)

午後1時～3時30分

■**場所** 栃木市栃木文化会館
（栃木市旭町12-16）

■**問い合わせ先**

県社会福祉協議会
福祉人材・研修センター
☎028(643)5622

県南産業技術専門校 技能講習

研削砥石取り替え業務特別教育

■**日時** 10月5日(月)・6日(火)

午前8時30分～午後5時30分

■**定員** 10名

表計算データ処理（Excel2019関数編）

■**日時** 10月8日(木)・9日(金) 午前9時～午後4時

■**定員** 14名

共通事項

■**受講料** 3,580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**

県南産業技術専門校(足利市多田木町76) ☎0284(91)0803



相談

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

イベント

お知らせ

募集

就職

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、事前に予約が必要です

■日時 9月10日(木)
午後1時～4時30分

■場所 ゆうゆう館

■申し込み・問い合わせ先
社会福祉協議会
☎(43)1236

司法書士無料相談

不動産登記、商業・法人登記、多重債務、140万円を超えない民事裁判手続き、成年後見など。※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため休止しています。再開時期は広報に掲載します。

■問い合わせ先
司法書士会小山支部
本多絵美 ☎(37)9120

行政書士無料相談

相続、遺言、農地転用など。

■日時 9月24日(木)、10月22日(木)
午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4名(要予約)

■申し込み・問い合わせ先
行政書士会小山支部
相談会受付窓口
☎080(8720)9587

成年後見制度「なんでも相談会」

社会福祉士(専門職)による成年後見制度に関する相談会を開催します。

成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方の権利を守る援助者を選ぶことで、法律的に支援する制度です。

■日時 9月25日(金) 午後2時～4時

■場所 石橋公民館

■対象者 市在住で、申し立てを検討している方

やご家族及び福祉関係者

■相談内容 成年後見制度全般について

■相談時間 相談者1名につき40分程度

■定員 2名程度

■申込期限 9月23日(水)

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

障がい児者相談支援センター ☎(37)9970

社会福祉協議会(成年後見担当) ☎(43)1236



心配ごと相談

予約なし、相談料無料で、人権、児童母子、行政など、日常生活でのあらゆる相談に応じます。

	ゆうゆう館	石橋公民館	南河内図書館 2階
一般相談 (様々な悩み・相談、子どもに関する事、妊産婦、ひとり親家庭の相談、サービスのアドバイス)	9月1日・8日 (火曜日)	9月7日・14日 (月曜日)	9月4日・11日 (金曜日)
	午後1時30分～3時30分		
	【相談員】人権擁護委員、民生委員または主任児童委員		
総合相談 (一般相談の内容と、行政サービス・各種制度の手続きなどのアドバイス)	9月15日(火曜日)	9月28日(月曜日)	9月18日(金曜日)
	午後1時30分～3時30分		
	【相談員】人権擁護委員、行政相談委員、民生委員		
	9月29日(火曜日)		
	午前9時30分～11時30分		
【相談員】人権擁護委員、行政相談委員、民生委員または主任児童委員			

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

まずは相談

定期購入トラブルにご用心！

低価格を謳った広告で、定期購入が条件となっている通信販売に関する相談が、全国の消費生活センター等に多く寄せられています。

定期購入トラブルの例

ネット通販で、「初回300円、○日間解約保証」と表示された健康食品を注文し、その後、解約保証期間内に解約を申し出た。

すると、「4か月以上の定期購入が条件の契約となっているので、解約には4か月後に連絡が必要」と言われた。

「○日間解約保証のはずだ」と言うと、「その場合は通常価格1万5千円の支払いが必要」との回答だったが、そのような規

約はページのかなり下部まで見ないと分からなかった。

契約内容の確認は慎重に

商品を注文する際には、「初回300円」などと目立つように表示されている価格等だけでなく、定期購入が条件となっていないか、定期購入の場合の継続期間や、支払うことになる総額等、契約内容をよく確認しましょう。

また、通信販売はクーリング・オフの適用対象外のため、解約・返品の可否や条件、手続き方法についても確認が必要です。

少しでもおかしいと感じたり、わからないことや不安なことがあったりしたら、悩まずお早めに消費生活センターまでご相談ください。



下野ブランド

諏訪農園の

シャインマスカット

シャインマスカットは、安芸津21号と白南をかけ合わせて作られた黄緑色の大粒のぶどうです。日照時間が長く、風がよく通り、昼夜で寒暖差のある下野市の気候風土で育てると、実が締まり、甘くて濃厚な味になります。

また、シャインマスカットには種がなく、皮が薄いため、皮を剥かずにそのまま食べることができます。そのうえ、渋味と酸味が少なく、女性や小さな子どもにも人気が高く、宝石のように美しい見た目から、贈答品としても重宝されています。

今の時期は、味も出荷量もピークを迎え、道の駅しもつけや諏訪農園の直売所などで購入できます。ぜひ、本市の自然が育んだコクと風味のあるぶどうを味わってみてください。

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

わかるかな？

まちがいさがし

▼古民家カフェにオープンテラス

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37ページ下段



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			

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			

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			

*23日(水)のふれあい館 温浴施設は午後1時から営業。ゆうゆう館 温浴施設は9月8日(火)まで休業。



納税ごよみ ■納期限 9月30日(水)

国民健康保険税 3期
 介護保険料 3期
 後期高齢者医療保険料 3期
 国民年金保険料 8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。

開催日	26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

シルバー人材センター

■刃物研ぎ 午前9時～午後2時

16日(水)	小金井駅東口
18日(金)	ゆうがおパーク

■入会説明会 (要申し込み)
 午前10時～

16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

9月	天平の丘	下野市農生研国分寺支部
	花広場	天平の丘観光ガイドボランティアの会
10月	天平の丘	柴工業団地協議会
	花広場	シルバー大学同窓会

■問い合わせ先
 商工観光課 ☎(32)8907

メール配信サービス下野インフォメーション

↑スマホ用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

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
 日～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 17:00～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	2	3	4	5
		②④	③⑤	④⑥	①⑤	②⑥
6	7	8	9	10	11	12
①③	②④	③⑤	④⑥	①⑤	②⑥	①③
13	14	15	16	17	18	19
②④	③⑤	④⑥	①⑤	②⑥	①③	②④
20	21	22	23	24	25	26
③⑤	④⑥	①⑤	②⑥	①③	②④	③⑤
27	28	29	30			
④⑥	①⑤	②⑥	①③			

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ヶ谷753 ☎(31)1331	⑥野木病院 野木町友沼5320-2 ☎0280(57)1011	

P36のまちがいさがしの答え ①左奥の看板 ②中央の表示 ③右側の電球

けやきネット 市内小中学校の情報は「さくらから」
<http://www.school.shimotsuke.jp/index.html>





国際交流員カロリンのコラム

下野市、ありがとう！
Vielen Dank Shimotsuke !
(ヴィーレン ダンク シモツケ)

寂しくてたまりませんが、私の国際交流員としての生活は8月で終わりました。皆さん、大変お世話になりました！
終わりを迎えると、始まりのことを思い出します。

私がどうして日本で国際交流員になりたかったか

大学を卒業したら日本で働きたいと、強く思っていました。日本の中でも東京ではなく地方で、日本の文化をじっくり観察する経験をしたかったので、地方の国際交流を応援する国際交流員という仕事はきっと私に合うと考えました。

日本の大学に留学したときは、大学の中や学生との関わり以外

の経験がなかなかできませんでした。東京でインターシップに参加したときは、ドイツ人が多い環境でした。今度は、日本人と日本語でたくさん話して、仕事をして、日常生活を送ることが、私の最大の目標でした。

下野市で国際交流員として働いた2年間、私は幅広い年



代、様々な出身、興味深い経験をもつ方々と交流することができました。国際交流員の仕事も、下野市も、私にぴったりでした！

新しい発見

私は過去に2回、日本で暮らした経験がありましたが、日本のアパートで一人暮らしをするのは今回が初めてで、新しく知ることが山ほどありました。

例えば、ガスコンロの使い方です。ドイツではIHがほとんどなので、ガスコンロは使ったことがありませんでした。

他には、キッチンやお風呂のお湯の温度を自分で設定できるということ。ドイツのアパートでは、大家さんが地下室でまとめて設定してくれるんです。

下野市に住み始めて最初の12月まで、私はぬるいお風呂に入っていました。自分では温度を変えられないと思い込んでいたからです。

でも、日本人の友達が私のアパートに泊まりに来たときに「カロリン、なんでこんなに冷たいの！」と悲鳴をあげたんです。私が「確かに冷たいけど、しょうがないでしょ！」と答えたら、彼女は何も言わずに私の腕を引っ張ってキッチンに連れ

て行って、温度の設定方法を教えてくれました。

その後の温かいお風呂は、最高でした！

仕事でも新しい経験があって、勉強になりました。

特に、日本語で電話に出たり、かけたりするのは難しいです。決まって使う言葉があるのに、よく間違えてしまいます。最初の頃、何度も「お電話、代わりました」ではなく「電話が変わりました！」と言ってしまいました。

それから、受話器をガチャンと置くのではなく、まず手で静かに通話を切ってから受話器を置くという、日本のマナーを教えてくださいました。とても丁寧ですね！

ドイツ人は、そんなことは全然

気にしません。私は、静かな電話の切り方が気に入ったので、ドイツに帰っても実践したいです。

あと、市役所では「お疲れ様です」、「よろしくお願ひします」、「お世話になります」、「ただいま戻りました」といった挨拶がよく使われます。今まで日本語で仕事をしたことがなかった私は、こういう挨拶を知ってはいても実際に使ったことがなかったもので、慣れるまでに時間がかかりました。

初めの頃は頭が混乱して、仕事が終わって帰るときに「よろしくお願ひします！」と大きな声で言っていましたし、「ただいま戻りました」は早口言葉のようで、何回も失敗して本当に恥ずかしかったです。

今はもう慣れてきたのに、なぜか近所の人に「こんにちは」ではなく「お疲れ様です！」と言ってしまうことがあります。

どうして日本語はこんなに難しいんでしょうか？





リバース・カルチャーショック

カルチャーショックという言葉は、聞いたことがあると思います。違う国に行って、違った言葉、習慣、常識に触れて受ける文化的衝撃のことです。

私は、今回で3回目の日本滞在なので、カルチャーショックはそんなにひどくありませんでしたが、日本語が通じないときは悔しくて、それで落ち込むことが多かったです。

カルチャーショックも大変ですが、私にとって本当に怖いのは、ドイツに帰ってからの「リバース・カルチャーショック」です。リバース・カルチャーショックとは、他の国の生活環

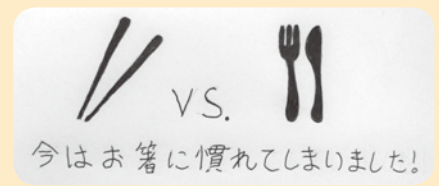
境に慣れすぎて、自分の国に帰ったときに抵抗感が生まれて、辛い気持ちになってしまうことです。

例えば、日本の治安がいいことに慣れすぎてしまった私は、ドイツに帰ったときにバス停に座っていて、無意識に携帯電話を太ももの上に置きました。すると、突然、男性が近づいてきて私の携帯電話を奪って逃げようとしてきました。でも、すぐに返してくれました。「そんなところに置いたら、盗まれるよ!」と笑顔で注意してくれたのです。

以前の私なら、ドイツで携帯電話を無防備に置いたら盗まれ

てしまうと当たり前に分かっていたはずなのに、日本の生活の中で忘れてしまっていたことがショックでした。

今回は2年間日本に暮らして、日本の日常生活や働き方にだいぶ慣れたので、ドイツに帰ったら自分の働き方などを見直さなければなりません。ドイツの職場の人は、私の戸惑いを理解してくれないかもしれないと思うと不安です。スムーズに適應できますように!



ドイツに帰ったら寂しいこと

一番寂しいことは、日本語を使うチャンスが少なくなることです。私は日本語が大好きですが、ドイツには日本人があまりいません。

日本語の発音と丁寧さが好きです。日本人にとって当たり前の「いただきます」や「お帰りのさい」という挨拶は、とても素敵だと思います! ドイツでは、家に帰ったときの決まった挨拶はありません。

あと、オノマトペが気に入っています。「ゴロゴロ」「ジャブジャブ」「プニプニ」とか、本当に面白いです。繰り返す音がかわいいし、その音から感触な

どが想像できますね。私はドイツにいる家族に「プニプニ」を教えてあげました。今は、家族みんなが当たり前に使っています。

栃木弁も恋しくなると思います。下野市に来たばかりの頃、仕事や生活に色々な不安がありましたが「ダイジ!」という言葉に何度も救われました。

日本の食べ物が食べられなくなることも寂しいです。もちろん、旅館で出るような和食も素晴らしいですが、他の国では見たことがないオムライスやラーメン、餃子も大好きです。そして、何よりお米が美味しいで

す! 私は、白いご飯と漬物があれば他のものはいりません。

今年になって念願のシモツカレを食べました。匂いはちょっと特別ですが、美味しかったです!

日本の食事は、多彩です。しょうゆの味、みその味、塩の味、甘いもの、酸っぱいもの、辛いものまであって、私はすぐに懐かしくなると思います。



私がお気に入りの言葉“笑顔”

下野市では、豊かな自然を満喫できました。特に、市役所からはきれいな山を眺めることができ、とても幸せな気持ちになって、大好きになりました。何枚も写真を撮りました。

田んぼの向こうに、山が見えるなんて! 皆さんはとても素敵な場所に住んでいるということを忘れないでくださいね! 私は本当に羨

ましいです。

下野市は、私に、今まで知らなかった日本を見せてくれました。皆さんのおかげで、最高の時間を過ごすことができました。本当に楽しかったです!

本当に寂しいですが、たくさんの思い出を胸に、笑顔でドイツに帰ります! また、どこかで会いましょう!

- 今月のトピックス
- トピック1 ひとり親世帯臨時特別給付金 …P27
 - トピック2 市長のいきいきタウントーク中止に伴う意見募集…P28
 - トピック3 選挙に関するお知らせ…P29
 - トピック4 市民敬老感謝デー…P30
 - トピック5 新型コロナウイルスからも身を守るために災害に備えよう…P31

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
	9/1 しもつけ茶屋 (8.23) ※他2回	2 ひきこもり相 談会(8.32)	3 フレッシュママ パパ教室 (8.10)	4 秋季レディス テニス大会 (8.15) ゆうゆう茶屋 (8.23)	5 県郡市町対抗駅伝競走 大会選考会(8.14) 体幹トレーニング教室 (8.15) ※他2回	6 エアロビクス教室 (8.14) ※他3回
7 パソコン相談 (7.13)	8 無料調停相談 会(8.32)	9  さっくん	10 法律無料相談 (9.35)	11	12 養育費に関する無料電 話相談会(8.32)	13 自殺予防週間(9.8)
14 子育て巡回相 談(8.10) 犯罪被害者等 支援パネル展 (9.27) ※24日まで	15	16 運動基礎教室 (8.10) ※他1回 市民敬老デー (9.30)	17 はじめてのオ カリナ体験講 座(8.11) ※他2回	18 よりぬグリム (8.23)	19  なぎくん	20  はやとくん
21  ななみちゃん	22	23 おひさま (8.23)	24 育児相談(9.8) 行政書士無料 相談(9.35)	25 介護者交流会 (8.25) 健康づくり基 礎教室(9.8) 成年後見制度 相談会(9.35)	26 体力・運動能力調査 (8.15)	27  りき
28 子育て巡回相 談(9.8)	29 シニア体操教 室(9.22)	30  そうちゃん	10/1 献血(9.7) 薬物依存症家 族のつどい (9.7) インターネット 体験講座(9.14) ※他3回	2 傾聴ボランティ ア講座(8.11) ※他4回	3 イベントカレンダーに掲載されている 行事やイベントは、新型コロナウイルス 感染症の影響で延期・中止となってい る場合があります。最新の情報を確認し てお出かけください。	4
5 パソコン相談 (9.14)	6	7	8 やさしい日本 語講習会 (8.11) 音訳ボランティ ア体験講座 (9.14) ※他3回	9 高血圧予防教 室(9.8)	10 コミュニケーション スキルアップセミナー (9.14)	11

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

今月誕生日！・・・誕生月の広報のこのページにお子さん(小学生まで)の写真を載せませんか。メールで掲載月の前々月末日(例11月号希望の場合は9月30日)までにお申し込みください。メール申し込みの場合は、①申込者(保護者)の氏名・住所・電話番号②誕生月③写真の児童のニックネーム及び写真データ(400キロバイト以上が望ましい)をinfo@city.shimotsuke.lg.jpまで送信ください。申込者多数の場合は抽選。提出いただいた写真は返却しません。掲載可否のお問い合わせにはお答えできませんのでご了承ください。著作権は市に帰属するものとします。広報しもつけは市ホームページでも公開します。

