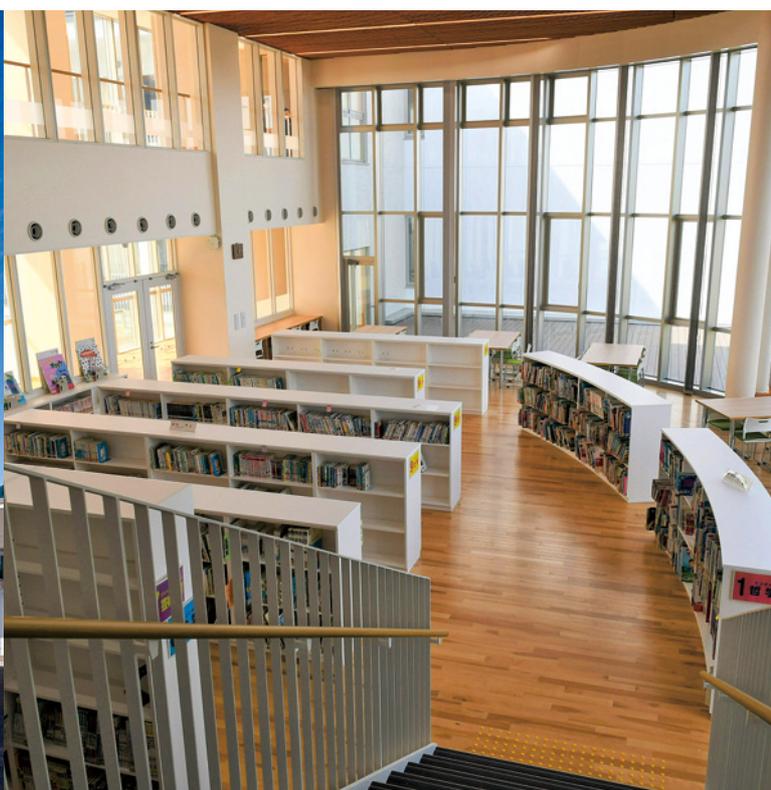


下野市民と市政をつなぐ行政情報紙 [広報しもつけ]

Shimotsuke

5

令和4年5月発行（毎月1日発行）No.196



南河内小中学校が開校しました

目次 Contents

- | | | | |
|----|------------------------------|----|-----------------|
| 3 | 新型コロナワクチンの追加接種 | 20 | 新・下野市風土記 |
| 4 | 南河内小中学校が開校しました | 21 | 生涯学習だより |
| 6 | 岐阜県本巣市と友好都市協定等を締結 | 22 | 環境トピックス |
| 7 | 下野市長選挙のお知らせ | 23 | レッツスポーツ |
| 8 | 「下野市景観計画」と「下野市緑の基本計画」を策定しました | 26 | 図書館だより |
| 10 | 令和4年度当初予算 | 28 | 国民年金だより |
| 12 | 令和2年度財務書類を公表します | 29 | くらしの情報 |
| 14 | 障がい福祉瓦版 | 42 | 5月のカレンダー |
| 15 | 地域で活躍している自治会長を紹介します | 43 | 国際交流員ウィルペルトのコラム |
| 16 | 保健便り | 44 | イベントカレンダー |
- ※掲載写真の一部は、撮影時のみマスクをはずしています。

今月の表紙

南河内小中学校が開校しました

今月の表紙は、4月7日に開校式を迎えた下野市立南河内小中学校です。

昨年度3月末をもって薬師寺小学校、吉田東小学校、吉田西小学校、南河内中学校が開校し、市内初の義務教育学校としてスタートしました。

新設された北校舎（写真上段左側）には、主に前期課程1年生から5年生まで、南校舎には、前期課程6年生から後期課程9年生までが過ごす教

室があります。また、北校舎中央付近にあるメディアセンター（写真上段右側）は、2階と3階が吹き抜けとなっており、読書や学習、情報センターの機能を兼ね備え、学年間交流の場としての役割を担っていくことも期待されています。

1年生から9年生までが同じ校舎で過ごすことのメリットを生かし、今後、様々な教育活動が行われる予定です。

今月の何の日

5月12日 ナイチンゲールデー

クリミア戦争での負傷兵たちへの献身から「クリミアの天使」と称されたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日に由来しています。

ナイチンゲールは、1820年のこの日、裕福な地主階級の両親のもとに生まれました。女性の教育に関して進歩的な考えをもっていた彼女の父は、娘たちに歴史や数学、外国語、文学、哲学などの豊かな教育を受けさせました。

やがて人々に奉仕することを志すようになった彼女は、母や姉の反対を押し切り、看護婦（当時）となりました。しかし、この時代、看護に専門的な知識や技術は必要ないと考えられ、病人の家族や召使が行うものとされていました。

1854年、ナイチンゲールは38名の従軍看護婦らを率いてクリミア戦争に従軍し、スクタリ（トルコ）の野戦病院の不衛生な環境の改革に着手。それまでは42%にも上っていた負傷兵の死亡率を、5%にまで抑えることに成功しました。

1856年、戦争が終結して帰国したナイチンゲールは、兵士たちの大半が実際の戦闘の傷ではなく、感染症や伝染病、飢餓によって死亡していた状況を分析して数々の統計資料を作成し、英国の医療衛生改革に大きく貢献しました。1860年には専門職としての看護婦を養成する看護学校を設立。その後も、看護の仕事に関わる執筆や病院建築の考案などに尽力し、90年の生涯を全うしました。

■人口と世帯（4月1日現在）

人口／59,929人（-155）、男性／29,782人（-77）、女性／30,147人（-78）、世帯数／24,947世帯（-58）





新型コロナウイルスワクチンの追加接種



■問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

※この情報は、4月8日時点のものです。今後、変更となる可能性がありますのでご注意ください。

しもつけワイズ

問1

キンボールスポーツで同時に対戦するのは何チームか？

① 2

② 3

③ 4

12～17歳の方も3回目接種が受けられるようになりました

接種の対象

新しく接種の対象となるのは、2回目のワクチン接種を終了した12歳以上の方です。

12～17歳の方のうち、基礎疾患がある方などの「重症化リスクが高い方」には、特に接種をお勧めしています。接種にあたっては、あらかじめ主治医などとよく相談してください。また、重症化リスクが高い具体的な基礎疾患については、厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルスワクチンQ&A」をご覧ください。

使用するワクチン

12～17歳の方は、ファイザー社のワクチンを使用します。1・2回目の接種量と同じ量（0.3ml）を接種します。18歳以上の方に用いているものと同じワクチンです。

※1・2回目に武田/モデルナ社ワクチンを受けた方も、ファイザー社ワクチンを受けられます。

接種券の発送

2回目接種から6か月を経過している方に、1週間ごとに順次発送します。



接種間隔

2回目接種日の6か月後から接種可能となります。お間違えのないようご注意ください。

実施医療機関

あんずの森クリニック	自治医大ステーション・ブレインクリニック	海老原医院
大柳内科・眼科	島田クリニック	しもつけ痛みのクリニック
木村クリニック	都丸整形外科	若草クリニック
佐藤内科	ふじたクリニック	角田内科医院
すずき内科・循環器科		

※詳細については、接種券に同封される案内をご確認ください。

注意事項

16歳未満の方は、保護者の予診票への署名と受診時の同伴が必要です。

高校生も保護者同伴が望ましいですが、同伴が難しい場合、予診票の電話番号記載欄に保護者の緊急連絡先を必ずご記入ください。

お子さんが新型コロナウイルスに感染した際の対応

1. 窓を開けて定期的に換気をしましょう
2. 可能な範囲で部屋を分けましょう
3. 同居家族は全員マスクを着用しましょう
※2歳未満のお子様は窒息などの危険があるので着用はやめましょう
4. こまめに石けんで手洗いし、頻繁に触れるものは幅広く消毒しましょう
5. 着衣の交換・洗濯、清掃を徹底しましょう
※洗濯は通常の洗剤を用いてください
6. ゴミは密閉して捨てましょう



～お子さんの観察ポイント～

ご機嫌、食欲、顔色、呼吸の様子などを観察してください。食欲があり、顔色が普段と変わらなければ基本的には心配いりません。意識がはっきりしない、水分がとれない、息苦しそうなどの症状がある場合には、早めにかかりつけ医にご相談ください。



南河内小中学校が開校しました

南河内小中学校教育理念

「ふるさとを愛し 歴史の上に未来を拓き 夢に羽ばたく 子どもを育てます」

南河内小中学校

所在地：薬師寺986番地 電話番号：(48)0010



4月7日、市内初の施設一体型の義務教育学校である南河内小中学校が開校しました。

義務教育学校とは、義務教育9年間を通して、つながりのある教育課程を編成・実施し、心身の発達に応じて教育を一貫して行うことを目的とする学校です。校長先生1名、教頭先生2名、教職員約70名と772名の児童生徒（4月1日現在）が同じ学び舎で過ごしています。

市では、市全体として小中一貫教育を推進しています。南河内小中学校では、異年齢交流活動やふるさと学習、英語教育、ICT・プログラミング教育などを特色ある教育活動としながら、学びの連続性を確保しつつ、地域の特色を生かした小中一貫教育を進めます。

学びのステージ

従来の6-3制は維持しつつ、4-3-2の学年の区切りを生かした教育活動を進めます。

これまでの中学校1～3年生は、後期課程7～9年生となります。

学びの基礎をつくる				学びを広げる			学びを深める	
1年	2年	3年	4年	5年	6年	7年	8年	9年
学級担任制（一部教科担任制）						教科担任制		
北校舎（新設校舎）					南校舎			
前期課程（小学校） 1～6年						後期課程（中学校） 7～9年		

開校式・入学式

4月7日に行われた開校式は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、新6年生、新9年生の児童生徒が式に参列し、その他の学年はリモートで教室から参加する形となりました。広瀬寿雄市長による開校宣言のあと、石崎雅也教育長から海老原忠校長へ新しい校旗が授与されました。



開校式の後には、1年生と7年生の入学式が挙行されました（次年度以降は1年生のみ実施）。新1年生は、引率の8年生と並んで入場し、厳粛な中にもぬくもりのある入学式となりました。



スクールバス

前期課程の一部の児童はスクールバスで登下校しています。合計6台のバスを走らせ、安全な登下校に努めます。登下校の時間帯など、交通の不便をおかけすることもあるかと思いますが、地域の皆さまには、あたたかく見守っていただきますようお願いします。



しもつけクイズ

問2 次のうち病名として存在しないものは？

- ①うつ病
- ②適応障害
- ③五月病

岐阜県本巣市と友好都市協定等を締結

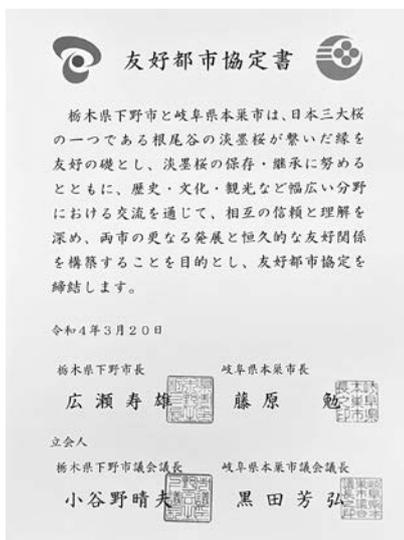
～淡墨桜が結んだ縁～

■問い合わせ先 市民協働推進課 ☎(32)8887

3月20日に、岐阜県本巣市との友好都市協定並びに災害時相互応援協定の締結式を開催しました。



↑締結式はオンラインで行いました



友好都市→
協定書



根尾谷淡墨桜

交流のきっかけ

昭和60年2月に、旧国分寺町が旧根尾村（現本巣市）から、日本3大桜のひとつである根尾谷淡墨桜の実生苗20本を譲り受けたことが友好の礎となりました。現在も天平の丘公園で9本の淡墨桜が可憐な花を咲かせ、春の訪れを知らせてくれます。

平成16年2月に譲り受けた淡墨桜は、JR小金井駅西口ロータリーにシンボルツリーとして移植されており、県内外からのお客さまをお出迎えしています。

今後も、淡墨桜がつないだ縁を大切に、桜の保存・継承に努めていきます。また、歴史・文化・観光など、幅広い分野における交流を通して相互の信頼と理解を深め、災害発生時には相互応援を行うなど、両市のさらなる発展と恒久的な友好関係を構築していきます。

交流によるまちづくり

市では、まちづくりの基本的なルールを定めた自治基本条例に基づき、国内・国際交流によるまちづくりを推進しています。

自治基本条例36条・・・歴史や文化を共有する国内の市町村と交流し、歴史や文化を大切にするまちづくりを推進する
自治基本条例37条・・・国際交流の文化を大切にし、市民の国際交流活動の支援に努める

高松市との国内交流

市が発足する前の平成13年当時、全国で2つだけ「国分寺」を冠する町があった縁で、交流が始まりました。



小学生交流の高松市訪問の様子



姉妹都市ドイツヘルツタールとの国際交流

ドイツ連邦共和国中部のヘッセン州にある自然豊かな美しい町です。石橋を意味するシュタインブリュッケンという地区があり、旧石橋町との交流のきっかけとなりました。

昭和50年4月に姉妹都市となり、交流が続いています。

下野市長選挙のお知らせ



■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

市長選挙の日程

8月5日の任期満了に伴い、次の日程で下野市長選挙が行われます。

告示日 7月3日(日) 投票日 7月10日(日)

■市長選挙に立候補できる方 日本国民で満25歳以上の方

※公職選挙法第11条に該当する方は立候補できません。

内容	期日	時間	場所
立候補予定者説明会	5月31日(火)	午後1時30分～	下野市役所304会議室（3階）
立候補届出書類事前審査	6月17日(金)	午前9時30分～正午	
告示（立候補届出受付）	7月3日(日)	午前8時30分～午後5時	下野市役所301会議室（3階）
期日前投票	7月4日(月) ～9日(土)	午前8時30分～午後8時	・下野市役所 ・自治医科大学医学部教育・研究棟 (期間と時間を限定して開設)
投票	7月10日(日)	午前7時～午後7時	市内22箇所の各投票所
開票		午後8時～	石橋体育センター

※立候補予定者は、立候補予定者説明会に出席してください。なお、会場の都合により1陣営の出席は2名までとさせていただきます。

投票当日の投票終了時間が午後7時に

4月以降の選挙から、投票日当日の投票終了時刻が、すべての投票所で午後8時から午後7時に繰り上げとなりました。

■対象となる投票所

市内全投票所（22投票所）

■変更後の投票時間

午前7時～午後7時

タクシーによる移動支援

期日前投票の期間中、投票所への自力で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。

利用には、事前登録が必要です。また、登録のための要件がありますので、市選挙管理委員会までお問い合わせください。

■運賃 無料（投票所入場券とともにタクシー利用券を郵送します。）

■登録期限 6月20日(月)

選挙の投票立会人を募集します

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（可能な方は別の投票区の投票所）

■立会時間

午前7時～午後7時

■報酬 10,000円（規定の源泉所得税を控除）

※昼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、立ち会いの意思を文書などでお伺いし、調整のうえ選任します。

■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

※7月10日(日)に執行予定の市長選挙の投票立会人は、5月31日(火)までの応募者を優先します。

「下野市景観計画」と「下野市緑の基本計画」を策定しました

■問い合わせ先 都市計画課 ☎(32)8909

景観計画

景観計画とは

景観計画は、景観法に基づいて景観行政団体（その地域の良い景観の保全・形成を図るなど、景観行政を担う自治体）が策定する、景観まちづくりを進める基本的な計画です。

下野市では、平成31年3月に「下野市歴史的風致維持向上計画」を策定したことを契機に、同年4月1日から景観行政団体に移行しました。そして市民・事業者・行政が一体となって良好な景観形成を進めるための総合的な指針として本計画を策定しました。

本計画に基づき景観形成に関する施策を総合的に進めるため、「下野市景観条例」も制定しました。計画と条例の施行は7月1日からとなります。

景観計画区域と景観形成の基本目標

市内全域で良好な景観を形成していくため、本計画の区域は下野市全域としています。

また、「人・自然・文化が織りなす風土を未来へつなぐ下野市」を将来像とし、次の3つの基本目標を定めました。

- (1)地域の特性を生かした個性のある景観づくり
- (2)次世代へつなぐ継続的な景観づくり
- (3)市民・事業者・行政の協働による景観づくり

これらの基本目標に基づき、次の景観構造ごとに景観形成の方向性を定めました。

■面的景観

田園景観ゾーン、住宅地景観ゾーンなど

■線的景観

交通景観軸、河川景観軸など

■点的景観

都市活動拠点、観光交流拠点

景観形成重点区域の指定の方針

景観形成重点区域の指定方針を定めました。

「特徴ある景観や地域のシンボルとなっている景観を有する地域」などの中で、市民や事業者の理解が得られた地域とする方針です。

「下野市歴史的風致維持向上計画」の重点区域に指定されている「薬師寺地区」と「国分寺地区」を候補地とし、検討していきます。

景観重要建造物等

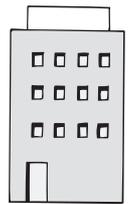
地域の景観形成で重要な要素となる建造物や樹木を、景観重要建造物等として指定するための方針を定めました。指定を行うことで現状変更を規制し、保全することができます。

景観づくりの推進方策

景観づくりは、本計画の理念のもと市民・事業者・行政が協働により推進していくものとし、次の方策を行っていきます。

- ・景観に関する意識の啓発
- ・自発的な景観まちづくりの促進
- ・景観に関わる体制や仕組みの構築
- ・他計画との連携及び整合
- ・計画の見直し

特に、景観に関わる体制や仕組みの構築については、下野市景観審議会を設置し、計画の見直しをはじめ、景観まちづくり推進のための施策に関することや施策の進捗状況の確認などを行っていきます（委員の募集については40ページ参照）。



緑の基本計画

緑の基本計画とは

緑の基本計画は、都市緑地法に基づく緑地の保全や緑化の推進に関する総合的な計画です。

合併前の南河内町と国分寺町において策定されていましたが、計画策定から年数が経っていること、都市の緑を取り巻く環境が大きく変化していることから、都市の緑がもつ重要性を再認識し、緑地の保全・創出を進めるための総合的な指針として、下野市全域を対象とした「下野市緑の基本計画」を新たに策定しました。

緑地の保全及び緑化の目標

これまで本市に引き継がれてきた豊かな自然とうるおいのある緑を、市民とともに将来に向けて積極的に守り、育てていくことを念頭に、本計画の基本理念を「市民の一人ひとりがともに手を取り安らぎとうるおいのある緑をひろげ次代につなげるまちづくり」としました。

また、4つの基本方針を次のとおり設定し、これらに基づいた施策を展開していきます。

- ・緑を“まもる”
- ・緑を“いかす”
- ・緑を“つくる”
- ・緑を“ささえる”



緑化重点地区

市が取り組む緑化施策や市民及び事業者などが取り組む緑化活動を優先的に進め、緑の充実を図る「緑化重点地区」を、設定要件や市域内のバランスなどを踏まえて設定しました。

重点地区は、風致の維持が特に重要な地区やシンボルとなる地区とし、各地区の特性に合わせた施策を展開していきます。

■緑化重点地区

- ・薬師寺地区
- ・国分寺地区
- ・グリーンタウン地区
- ・グリムの森周辺

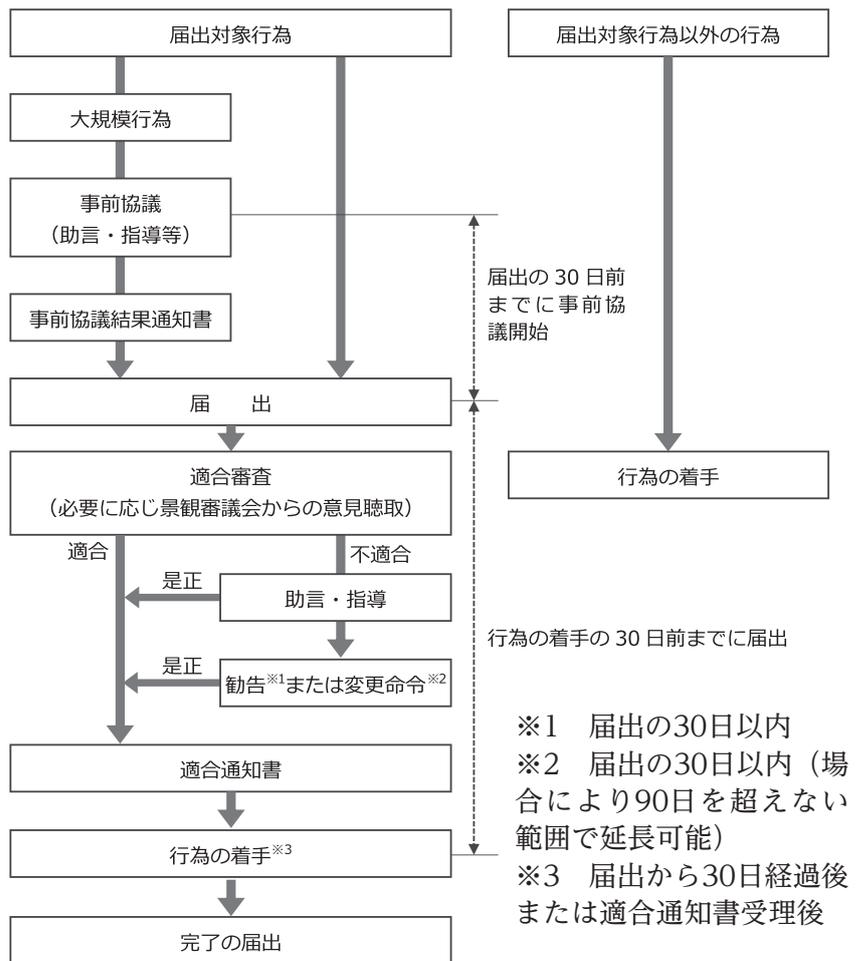
景観届出制度（大規模行為の届出）

市内で建築物や工作物を建設・設置する際には、景観形成の基本目標に基づき、良好な景観形成のための配慮に努めます。

景観形成に影響を与える一定規模以上の行為に対しては、届出が必要です。届出対象行為の中でも大規模行為に当たるものは、事前協議も必要です。

景観形成基準では、位置や規模、形態や意匠、色彩、材料、敷地の緑化など、良好な景観に資するための基準を設け、適合審査を行います。

届出対象行為と、太陽光発電施設などの再生可能エネルギー施設に関する届出については、本計画で新たに定めています。



行為の種類		届出対象規模 届出が必要なもの	届出対象規模 事前協議が必要なもの
【建築物】 新築、増築、改築、移転 外観の変更を伴う修繕、模様替え、色彩の変更		高さ10mまたは建築面積1,000㎡を超えるもの	高さ13mまたは建築面積1,000㎡を超えるもの
【工作物】 新築 増築 改築 移転 外観の変更を伴う修繕 模様替え 色彩の変更	①さく、塀、垣(生垣を除く)、擁壁等	高さ3mを超えるもの	高さ5mを超えるもの
	②煙突、排気塔等 ③鉄筋コンクリート柱、鉄柱、木柱等 ④記念塔、電波塔、物見塔等 ⑤高架水槽、冷却塔等 ⑥広告塔、広告板等 ⑦彫像、記念碑等	高さ10mを超えるもの	高さ15mを超えるもの
	⑧電気供給もしくは有線電気通信のための電線路または空中線の支持物	高さ15mを超えるもの	高さ20mを超えるもの
	⑨観覧車、メリーゴーラウンド等の遊戯施設 ⑩アスファルトプラント等の製造施設 ⑪ガス、石油、穀物等を貯蔵し、または処理する施設 ⑫自動車車庫の用に供する施設 ⑬汚物処理場、ごみ焼却場その他の処理施設	高さ10mまたは築造面積1,000㎡を超えるもの	高さ15mまたは築造面積1,000㎡を超えるもの
	⑭再生可能エネルギーに関連する自立型の構造物	高さ2mまたは区域面積500㎡を超えるもの	高さ5mまたは区域面積5,000㎡を超えるもの
	都市計画法で規定する開発行為	区域面積10,000㎡を超えるもの	—

- ① しだれ桜
- ② 八重桜
- ③ 淡墨桜

令和4年度下野市当初予算

令和4年第1回市議会定例会で決定した令和4年度当初予算についてお知らせします。

しもつけクイズ

正解は③

詳しくは6ページをご覧ください。

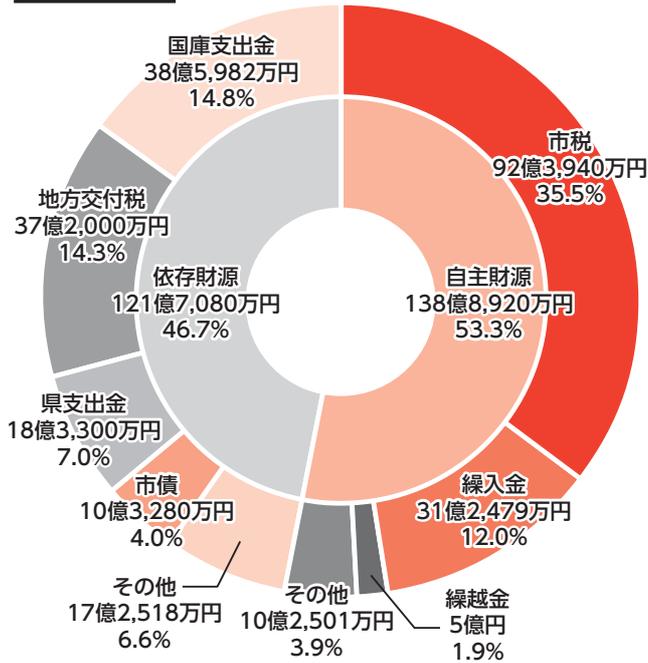
●予算編成方針

令和4年度一般会計当初予算は、「第四次下野市長期財政健全化計画」に基づき編成しました。

「第二次下野市総合計画 後期基本計画」を軸に、「第二期下野市まち・ひと・しごと創生総合戦略」の各指標の達成に向け、これまでの取り組みを継続・見直しながら、新たに着手した事業のさらなる発展に繋げる『下野市 新しいステージ成長予算』と位置づけています。

●一般会計

歳入 260億6,000万円



用語の解説

自主財源

市が自ら収入する財源のことです。主に以下のようなものがあります。

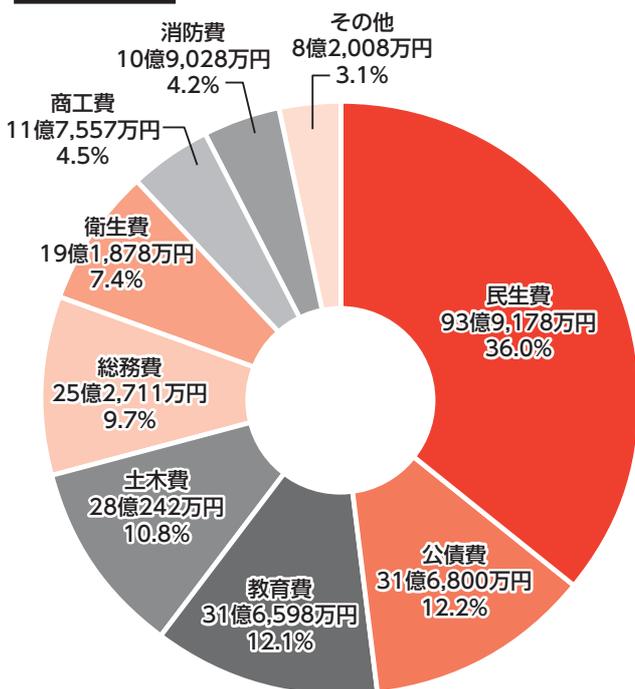
- 市税
市民の皆さんや市内に事務所などがある法人などに納めていただく税金
- 繰入金
基金の取り崩しなど
- 繰越金
前年度で生じた決算剰余金を翌年度の歳入に繰り越したもの

依存財源

国や県から交付されたり、割り当てられたりする財源のことです。主に以下のようなものがあります

- 国庫支出金、県支出金
国・県からの負担金や補助金など
- 地方交付税
国税を財源として、国から一定基準により市に交付されるもの
- 市債
政府・金融機構・銀行などから調達する借入金

歳出 260億6,000万円



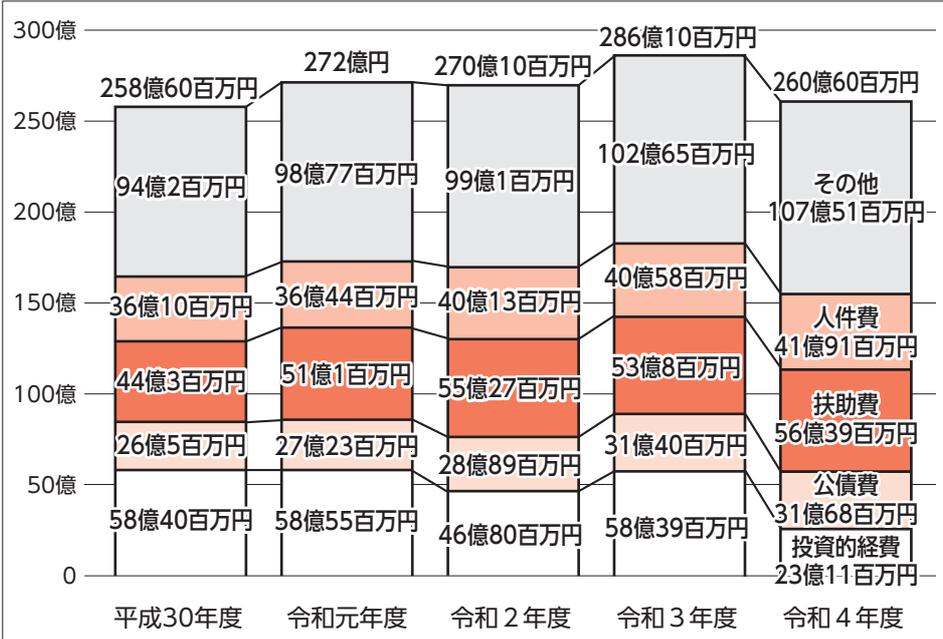
用語の解説

- 民生費
高齢者や障がいのある方に対する福祉政策の経費、子育て支援費など
- 公債費
市債の元金と利子
- 教育費
学校教育・生涯学習の充実や文化・スポーツ振興費など
- 土木費
道路、河川、公園などのまちづくりに要する経費や維持管理費など
- 総務費
庁舎や財産の維持管理、戸籍管理、税金の徴収費など
- 衛生費
感染症予防、健康増進、環境保全、清掃費など
- 商工費
商工業や観光の振興費など
- 消防費
消防や火災予防などの災害対策費など
- その他
労働費、予備費など

●直近5年の一般会計の性質別予算規模の推移

予算を経済的な性質を基準として分類したものを性質別予算といい、近年、その規模は以下のように推移しています。

(単位：百万円)



用語の解説

- 人件費
議員の報酬や職員の給与など
- 扶助費
医療・福祉に係る経費
- 公債費
市債の元金と利子
- 投資的経費
建物や道路などの建設に係る経費
- その他
施設の維持管理や補助金などに係る経費

●会計別予算額

会 計	令和4年度予算額	令和3年度予算額	比較増減	対前年比	
一 般 会 計	260億6,000万円	286億1,000万円	△25億5,000万円	△ 8.9%	
特別会計	国民健康保険	52億1,468万円	52億3,930万円	△2,462万円	△ 0.5%
	後期高齢者医療	7億815万円	6億8,729万円	2,086万円	3.0%
	介護保険	45億3,928万円	46億3,116万円	△9,188万円	△ 2.0%
	石橋駅周辺 土地区画整理事業	331万円	894万円	△563万円	△ 63.0%
	仁良川地区 土地区画整理事業	3億9,788万円	4億7,196万円	△7,408万円	△ 15.7%
公営企業 会計	水道事業会計	17億4,875万円	18億2,253万円	△7,378万円	△ 4.0%
	下水道事業会計	34億7,748万円	34億9,100万円	△1,352万円	△ 0.4%
合 計	421億4,953万円	449億6,218万円	△28億1,265万円	△ 6.3%	

●主な事業の紹介

- しもつけ産業団地整備推進事業 **2億4,633万円**
次代を担う多様な企業を誘致するための新たな産業団地整備を行う。
- スマートIC整備事業 **1億2,317万円**
北関東自動車道へ連結するスマートインターチェンジに関連する道路整備を行う。
- 石橋複合施設整備事業 **7億6,102万円**
石橋総合病院跡地に民間活力を導入した相乗効果の高い施設を整備する。
- 国民体育大会栃木大会事業 **1億6,085万円**
本市で行う正式競技、デモンストラーションスポーツ大会の円滑な運営を図る。
- 新**水田貯留機能向上活動支援事業 **1,782万円**
浸水被害の軽減を図るため、田んぼダムによる農地の雨水流出対策を推進する。

■問い合わせ先
財政課
☎(32)8889

令和2年度財務書類を公表します

財政状況に対する理解を深めていただくため、民間の会計基準を活用して財務書類を作成しています。

令和2年度決算に基づき、国から示された統一基準を用いて財務書類4表を作成しました。

ここでは、財務書類4表のうち「貸借対照表（バランスシート）」のみを掲載しています。それ以外の財務書類は市のホームページに掲載しましたので、そちらをご覧ください。

貸借対照表（バランスシート）とは

地方公共団体の決算はその年度における収入・支出の状況を表しているのに対し、貸借対照表は、今までに市が建設してきた学校や福祉施設、道路、公園などの資産（市民の財産）の状況と、そのために将来負担しなければならない借入金などの負債を把握することができます。

一般会計等バランスシート

（令和3年3月31日現在）

借方（資金の使われ方）		貸方（資金調達の上れ方）	
1	固定資産 1,137億4,165万円	1	固定負債 275億2,778万円
	①有形固定資産 ④ 1,059億8,959万円		①地方債 249億3,940万円
	事業用資産 694億5,567万円		②退職手当引当金 25億8,838万円
	（庁舎、学校、保育所、児童館、福祉施設等）	2	流動負債 38億6,015万円
	インフラ資産 364億1,548万円		①1年内償還予定地方債 30億6,831万円
	（道路、公園等）		②賞与等引当金 5億6,639万円
	物品 1億1,844万円		③預り金 2億2,545万円
	②投資その他の資産 77億5,206万円	●	負債合計 ③ 313億8,793万円
	（出資金、基金、長期延滞債権等）		
2	流動資産 76億3,598万円	1	純資産 899億8,970万円
	①現金預金 23億 728万円	●	純資産合計 ④ 899億8,970万円
	②基金（財政調整、減債） 47億5,823万円		
	③未収金、短期貸付金等 5億7,047万円		
●	資産合計 ⑤ 1,213億7,763万円	●	負債・純資産合計 1,213億7,763万円

資産合計 1,213億7,763万円 【市民1人当たり 202万円（198万円）】

負債合計 313億8,793万円 【市民1人当たり 52万円（52万円）】

純資産合計 899億8,970万円 【市民1人当たり 150万円（147万円）】 （ ）内は前年度数値

※令和3年1月1日現在、住民基本台帳人口は60,163人です。

※上記のバランスシートは、一般会計と石橋駅周辺土地区画整理事業特別会計、仁良川地区土地区画整理事業特別会計、歳入歳出外現金を合算したものです。

バランスシートから分かること

これまで市は、1,213億7,763万円⑤の資産を形成してきました。そのうち、有形固定資産（学校・道路・公園など）の1,059億8,959万円④が将来に引き継ぐ資産になります。

資産のうち、899億8,970万円④は、これまでの世代の負担で、すでに支払いが済んでいます。残りの313億8,793万円③を将来の世代が負担していくことになります。

純資産が負債より多いほど、健全な財政運営ができているといえます。



連結バランスシート

(令和3年3月31日現在)

借方 (資金の使われ方)	
1	固定資産 1,640億 906万円
	①有形固定資産 1,526億 454万円
	事業用資産 728億2,119万円
	インフラ資産 794億4,262万円
	物品 3億4,073万円
	②無形固定資産 11億9,936万円
	(ソフトウェア等)
	③投資その他の資産 102億 516万円
	(出資金、基金、長期延滞債権等)
2	流動資産 117億9,764万円
	①現金預金 48億7,751万円
	②基金(財政調整、減債) 58億4,785万円
	③未収金、短期貸付金等 10億7,228万円
●	資産合計 1,758億 670万円

貸方 (資金調達のため)	
1	固定負債 642億 632万円
	①地方債 354億6,225万円
	②退職手当引当金 32億 567万円
	③その他 255億3,840万円
2	流動負債 56億4,328万円
	①1年内償還予定地方債 40億8,965万円
	②未払金 5億8,093万円
	③賞与等引当金等 9億7,270万円
●	負債合計 698億4,960万円

1	純資産 1,059億5,710万円
●	純資産合計 1,059億5,710万円

●	負債・純資産合計 1,758億 670万円
---	-----------------------

資産合計 1,758億 670万円 【市民1人当たり 292万円 (291万円)】

負債合計 698億4,960万円 【市民1人当たり 116万円 (118万円)】

純資産合計 1,059億5,710万円 【市民1人当たり 176万円 (173万円)】 ()内は前年度数値

※令和3年1月1日現在、住民基本台帳人口は60,163人です。

※連結バランスシートは、一般会計などと下記の特別会計など及び関係団体を加えたものです。

■一般会計など

- 一般会計
- 土地区画整理事業特別会計 (石橋駅周辺・仁良川地区)
- 歳入歳出外現金

■特別会計など

- 国民健康保険特別会計
- 後期高齢者医療特別会計
- 介護保険特別会計
- 水道事業会計
- 下水道事業会計

■関係団体

- 石橋地区消防組合
- 小山広域保健衛生組合
- 後期高齢者医療広域連合
- 市町村総合事務組合
- グリムの里いしばし
- 農業公社
- 社会福祉協議会
- シルバー人材センター
- 道の駅しもつけ
- 観光協会

財務書類公表の背景

現在の地方公共団体の会計制度は、単年度の収入・支出を対比した「現金主義」が採用されています。

この制度では、決算書からその年にどのような収入があり、それをどのように使ったかといった現金の動きが分かりやすいものの、地方公共団体が整備してきた資産の情報や、行政サービス提供のために発生した1年間のコストの情報が把握できませんでした。

そのような中、地方公共団体の資産や負債の情報が分かる、企業会計的な手法を取り入れた公会計の整備が求められました。平成29年度からは全国統一の基準である「統一的な基準に基づく財務書類」を採用しており、団体間の比較がしやすくなりました。



■問い合わせ先 財政課 ☎(32)8889



鮮やかな新緑がまぶしい季節になりました。新年度がスタートして、1か月ほど経ちましたが、慌ただしい毎日をお過ごししている方も多いのではないのでしょうか。

今回は、今の季節に起こりやすい、いわゆる「五月病」についてお伝えします。

五月病とは

五月病という言葉はこの時期によく耳にすると思いますが、実はこのような病名は存在しません。

新年度に進学や就職、異動などで環境が大きく変わった人が、その環境に適応しようと気付かないうちに無理をしてしまい、5月の連休明け頃から、集中できない、眠れないなどといった状態に陥ることがあります。

これが、いわゆる「五月病」と言われる状態です。適度な休息などをとれば通常は1か月ほどで落ち着きますが、症状が長引いて医療機関を受診すると、「適応障害」や「うつ病」と診断されることもあります。



適応障害とは

主に生活面の変化や特定のできごとが、その人にとってつらく耐えがたく感じられ、気分や行動面に症状が現れることをいいます。たとえば、憂うつな気分や不安感が強くなり、涙もろくなったり神経が過敏になったりします。

原因がはっきりしていることが多いので、環境を変える、対処法を身につけるなどすれば、症状は少しずつ改善します。



こんな人は注意が必要

だれでも、五月病になる可能性があります。が、次のような方は特に注意が必要です。

- まじめで、責任感が強い
- まわりの人に協力を求めず、ひとりで抱え込んでしまう
- 何事にも完璧を求める
- この春に就職・転勤・転職した
- 受験～卒業～入学で、環境が変わった
- 忙しくて休みがとれない

五月病の主な症状

★精神面

- ・気分が落ち込む
- ・不安感や緊張感、イライラする
- ・無力感、気だるさ、やる気が出ない



★身体面

- ・食欲不振、体重減少、胃痛、吐き気
- ・寝つきが悪い
- ・頭痛、肩こり
- ・疲労感



★行動面

- ・消極的になる
- ・ひきこもる
- ・集中力が続かない など



予防と対応

- 規則正しい生活を送る
- 趣味を楽しむ
- ゆっくりお風呂に入る



- 深呼吸をする
- 軽くストレッチする
- 症状が長引く場合は、医療機関を受診する



- 栄養バランスの良い食事をする
- 質の良い睡眠をとる
- 友人などに話を聞いてもらう
- 適度な運動習慣をつくる



地域で活躍している自治会長を紹介します

自治会とは、地域の人々が互いに交流し、知恵を出し合い、力を合わせて住みよい地域をつくるために組織されています。自治会への加入については、最寄りの自治会長さんへご連絡ください。

令和4年度 自治会長

石橋地区		栄町4丁目3区	高山 彰	下古山1区	山口 哲
石橋上町1区	大野 道久	栄町4丁目4区	下蔵 勝治	下古山2区	山口 隆夫
石橋上町2区	篠原 誠治	栄町4丁目5区	横山 隆	下古山3区	小林 正昭
石橋上町3区	高倉 久	栄町4丁目6区	細田 穆	通古山1区	橋本 英男
石橋上町4区	真下 義雄	上大領	伊澤 茂	通古山2区	坂本 道男
寿 町	金田 英昭	中大領	三浦 章弘	通古山3区	飯野 優卿
石 町	高山 正夫	東前原	石川 砂夫	通古山4区	青木 茂郎
旭 町	梅山 一征	下大領	小平 勇	通古山5区	市村 政行
本 町1区	高山 忠則	入の谷	布袋田 実	通古山6区	高橋 博明
本 町2区	廣沢 重芳	下石橋1区	黒川 悟	若林北部1区	大塩 宗里
本 町3区	石川 利光	下石橋2区	吉田 宗司	若林北部2区	星野 邦博
本 町4区	黒川 康成	富士見町	池田 菊夫	若林南	森田富士郎
本 町5区	橋本 秀則	グンゼ社宅	鈴木 利幸	下長田	篠原 寛巳
栄町1・2丁目	飯野 悦男	上古山1区	石島 英明	上 台	橋本 正義
栄町3丁目	黒須 重光	上古山2区	野口 文夫	細 谷	星野 好一
栄町4丁目1区	青木 重男	上古山3区	菊地 政昭	橋本南	倉井 義郎
栄町4丁目2区	水田 晴夫	上 原	青柳 庄一	橋本北	武井 利夫
国分寺地区		川 西	白石 利昭	柴北1	橋本 治男
駅 前	荒山 栄	南国分	前原 武	柴北2	大橋 茂男
下 町	菅井 貞雄	国分1	近藤 喜一	柴北3	三井 洋子
仲 町	谷口 文昭	国分2	平塚 定夫	柴北4	鈴木 健一
小金井上町	川俣 一由	国分3	横井 秀夫	鈴荊町	林 進造
関根井	大場 重則	紫	白石 渡	日出町	渡辺 功
小金井北	野原 裕介	旭ヶ丘	中嶋 興一	丸野町	渡辺 精二
笹 原	菊地 勝美	柴南1	大垣 秀夫	駅 東	岡元 雅義
箕 輪	佐藤 哲通	柴南2	渡会 竹志	医大前	青山 俊宏
川 東	青木 隆	柴南3	小林 哲也	烏ヶ森1東	森 雅俊
泉 町	伊沢美代子	柴南4	牧野 丈夫	烏ヶ森1西	岡田 悟史
川 北	田村 良久	柴南5	関 惟夫	烏ヶ森2	楡木けい子
川 南	永井 賢一	柴南6	峰 清湖	あづま町	諏訪 哲男
南河内地区		仁良川下	坂本 達也	緑五丁目	米本 良行
下 原	田崎 功二	祇園町	下原 淳	緑五丁目南	宮田 君江
西 区	菅野 幸雄	祇園一丁目北	黒川 勝男	緑六丁目	出井 幸夫
一丁目	新井 昇	祇園一丁目	坂倉 司	G T緑六丁目	杉崎 泰司
二丁目	高田 義久	祇園二丁目	安田 眞一	本吉田北	高橋 敏夫
三丁目	館野 章	祇園ダイヤパレス	福岡 久子	本吉田南	田口 美芳
四丁目	松本 正利	ミラパセオ自治医大	星野 平明	絹 板	渡辺 誠
五丁目	小林 俊昭	祇園三丁目南	尾仲加奈子	絹板台	増田 稔
六丁目	関 次男	祇園三丁目エルメゾン	藤田美奈子	台坪山	大嶋 正
日生団地	中島 努	祇園自治医大	河田 浩敏	的 場	秋山 弘
成 田	園部 治	祇園三丁目東	岡野 豊隆	上坪山	松本 寛
町田上	伊澤 正己	アーバンコンフォート	松本 佳子	東 根	松本 文男
町田下	宮崎 公毅	祇園四丁目	松本 有幸	塚 越	伊澤 大和
谷地賀上	大山 榮一	G T祇園五丁目	永野 敏彦	磯 部	佐藤 克巳
谷地賀下	野澤 二郎	緑一丁目	中川 誠	川 島	上野 貞夫
下文狭	直井 正久	緑二丁目	張山 實	上吉田	高橋 信一
東田中	野口八重次	緑三丁目北	神谷 雅美	鯉 沼	上野 文雄
西田中	上野 和明	緑三丁目南	渡邊 欣宥	三王山	藤沼 昭夫
地久目喜	高橋 智	緑四丁目北	小河原則子	西坪山	神戸 勉
仁良川上	蓬田 優	緑四丁目南	篠原 邦夫	(敬称略)	

問い合わせ先 市民協働推進課 ☎(32)8887



ヘルスイنفォメーション

Health Information

お知らせ

■ しもつけ健康マイレージを開始します

健康づくりと運動習慣を促進するため「しもつけ健康マイレージ」を今年も始めます。ポイントを貯めながら、楽しく健康づくりに取り組みましょう。

必須項目をすべてクリアした方には記念品をプレゼント！

■ポイントを貯める期間

5月1日(日)~令和5年3月31日(金)

■提出期間

7月1日(金)~令和5年3月31日(金)
(当日消印有効)

■対象者

20歳以上で市内在住(ポイントカード提出時点)の方

参加方法

- ・健康診断の受診
- ・日々の健康づくりチャレンジなど、ポイントの対象になる活動を行い、カードにポイントを貯めましょう。記念品の内容など、詳しくは広報しもつけ6月号に掲載予定です。

■カードの入手方法

- ・公民館、保健センター、健康増進課で配布
- ・広報しもつけ6月号と市ホームページに掲載



■ ラジオ体操用ラジオまたはCDを支給

ラジオ体操を推進するため、ラジオ体操を実施する団体に、ラジオ本体1台またはラジオ体操用のCD1枚のどちらかを支給します(1団体につき1回)。

■支給の条件

- ・5人以上の市民で構成される団体であること
- ・月2回以上、ラジオ体操を実施できること
- ・市が行う健康に関するアンケートに協力できること

■申込方法

支給申請書と実施計画書を健康増進課に提出

■ 不正けし・大麻の撲滅にご協力を

けしの仲間には、法律で栽培が禁止されている「不正けし」があります。

毎年、県南健康福祉センターの管内でも、観賞用として栽培されている不正けしや、雑草に混ざって自生している不正けしが多く見つかります。

また、大麻は、許可なく栽培することはできません。

不正けしや大麻を発見したときや、植えて良いけしか否か迷ったときは、県南健康福祉センターにご連絡ください。

■問い合わせ先

県南健康福祉センター
☎(22)6119

■ 5月31日は世界禁煙デー

喫煙は、がんや脳卒中、心臓病など、様々な病気にかかる可能性を高めます。また、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。

WHO(世界保健機関)は平成元年に、毎年5月31日を「世界禁煙デー」としました。これを受けて、厚生労働省は平成4年から、世界禁煙デーからの1週間(5月31日~6月6日)を「禁煙週間」と決めました。

吸わないで たばこの煙

令和2年4月から、受動喫煙防止を目的として、飲食店や事業所などの多くの人々が利用するすべての施設で、原則、屋内禁

煙が義務づけられました。

たばこの先から出る煙(副流煙)には、喫煙している本人が口から直接吸い込む煙(主流煙)の2倍から4倍高い濃度の有害物質が含まれています。

市内には、保険診療による禁煙治療をおこな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？

※詳しくは市ホームページへ。



■ 昭和37～53年度生まれの男性の皆さま 風しんの抗体検査を受けましょう！

風しんは、成人がかかると症状が重くなることがあるだけでなく、妊娠初期の妊婦さんに感染させてしまうと、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障がい起きることがあります。

昭和37～53年度生まれの男性は、公的な接種を受ける機会がなかったため、風しんにかかり、家族や周囲の人たちに広げてしまうおそれがあります。

対象となる方に、無料で風しんの抗体検査と予防接種を受けることができるクーポン券を新しく4月にお送りしました。

お手元に届いていない方は、健康増進課までご連絡ください。

自分自身と、これから生まれてくる子どもたちを守るため、抗体検査を受けましょう。

■対象者 昭和37年4月2日～54年4月1日生まれの男性

■使用期限

令和5年3月31日(金)

抗体検査

まずは、次の①～③のいずれかの方法で抗体検査を受けてください。

①個別医療機関（市内実施医療機関は案内に記載）

②会社などでの職域健診（お勤めの方）

③市の集団検診（国民健康保険加入者）

※検査を受ける前に、①は各医療機関、②は勤務先、③は健康増進課に確認してください。

■必要なもの

クーポン券、本人確認ができるもの（運転免許証など）

予防接種

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

■ 献血にご協力ください

■日時

6月22日(水)

午前10時～11時30分

午後1時～4時

■場所 市役所

■献血基準（全血献血のみ）

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



※65歳以上の方は、60～64歳の間に献血経験がある方限定です。

教室・相談

■ フレッシュママ・パパ教室(両親学級)

出産を控えたご両親が、安心して出産がえられるように実施しています。ママ・パパ、どちらかだけの参加も可能です。

■日時 5月11日(水)

午前9時30分～11時30分

■場所 ゆうゆう館

■対象者 出産予定日が7月～8月の方

※上記以外の方も参加可能です。

■定員 8組（予約制）

■内容

産後の生活について、抱っこの仕方、妊娠中や産後にできる体操、保育施設の紹介、子育て支援センター「つくし」の見学会

■持ち物・服装

母子健康手帳、妊娠届出時に配布した黄みどり色のファイル、スリッパ、バスタオル、筆記用具、飲み物、父子手帳（パパが参加する場合）、動きやすい服装

■申込期限 5月10日(火)

■ 子育てに関する相談

子育てに関する悩みや心配ごとの相談をお受けします。

子育て巡回相談

子育て支援センターみるく

■日時 5月23日(月) 午前9時～11時

■相談員 臨床心理士、看護師、保育士

※みるくを初めて利用する方は、入館者登録料200円（キャッシュレス決済のみ可）がかかります。

※相談日以外でも随時保育士が相談をお受けします。

子育て支援センターつくし

■日時 5月25日(水) 午前9時～11時

■相談員 公認心理師、保育士

育児・母乳・栄養相談

■日時 6月20日(月) 午前9時30分～11時

※45分刻みでの予約制です。

■場所 ゆうゆう館

■相談員 保健師、助産師、管理栄養士

■持ち物

母子健康手帳、案内状（乳幼児健診でもらった方）

■申込期限 6月16日(木)



健診・検診

血管年齢検査を実施します

今年度も集団検診の一部日程で、自治医科大学と企業の協力を得て、血管年齢検査（CAVI検査）を実施します。

この検査では、あお向けに寝た状態で両腕・両足首の血圧と脈波を測定し、動脈のかたさや詰まり、血管年齢がその場でわかります。

血管も年齢とともに老化し、脳卒中や心筋梗塞の発症に影響します。この機会に検査を受けてみませんか？

■実施日

- 6月19日(日)、7月6日(水)
- 7月11日(月)・21日(木)
- 8月24日(水)、9月26日(月)
- 10月21日(金)
- 11月13日(日)・21日(月)
- 12月8日(木)
- 1月16日(月)・30日(月)

※健診の後に受けていただきます。別日では受けられません。

■個人負担金 無料

■場所 ゆうゆう館

■定員 各40名

■対象者

次のすべてに該当し、同意していただける方

- ・集団検診でヤング健診、特定健診、後期高齢者健康診査のいずれかを受診する方
- ・しもつけやさしいみらい地域医療プロジェクトに協力できる方（詳細は後日）

URL <https://www.fcdup.com/project/shimotsuke.html>



- ・検査申込時点で、個人情報データ授受に同意していただける方（同意書は検査当日記入）

■申込期限

各日程の14日前
※ご希望の日程で各健診の申し込みが完了した後、健康増進課までお電話ください。

がん検診無料クーポン券を送付します

乳がん検診と子宮頸がん検診を無料で受けられるクーポン券を対象の方に送付します。

受診は、集団検診と個別検診のどちらかを選択できます。実施医療機関はクーポン券に同封の案内をご覧ください。

■送付時期 5月下旬

乳がん検診クーポン券

■対象者

昭和56年度生まれの女性

■内容

マンモグラフィと超音波検査
子宮頸がん検診クーポン券

■対象者

平成13年度生まれの女性

■内容

子宮頸部細胞診検査とHPV検査



歯周疾患検診・後期高齢者歯科健診

歯を守り、充実した食生活を送れるよう、歯周疾患検診と後期高齢者歯科健診を実施します。

■実施期間

6月1日(水)～令和5年1月31日(火)

■対象者（年齢の基準日は令和5年3月31日）

- ①40歳、50歳、60歳、70歳の方
※勤務先で受けることができる方、現在歯周疾患を治療中の方、総義歯の方は対象外です。
- ②国民健康保険に加入している30～39歳、45歳、55歳、65歳の方
- ③76歳の方

■受診回数 年度内1回

■内容

- ①②問診、歯周組織検査（歯周ポケット測定など）
- ③問診、歯（義歯）の状態・歯周組織の状況・口腔衛生状態などを確認

■個人負担金 無料

受診方法と検査結果

医療機関に必ず電話で予約し、受診してください。検査結果も医療機関でお聞きください。

■受診時に必要なもの 受診券と健康保険証

医療機関名	場所	電話番号
伊沢歯科医院	下古山	(53)0235
岩井歯科クリニック	緑	(40)1177
海老原歯科医院	祇園	(44)8148
おがわら歯科医院	柴	(40)5525
おさの歯科医院	医大前	(44)6188
金田歯科医院	下古山	(53)7475
さくら歯科医院	下古山	(53)8888
五月女歯科医院	駅東	(44)8241
高橋歯科医院	小金井	(44)0101
どい歯科口腔外科クリニック	石橋	(32)6121
とみざわ歯科	文教	(39)6308
豊田歯科医院	大松山	(53)0307
野口歯科クリニック	薬師寺	(44)8880
ハラダ歯科医院	小金井	(44)4182
原田歯科医院	石橋	(53)0033
増山デンタルクリニック	小金井	(40)8204
山崎歯科医院	石橋	(53)0275
山中歯科医院	小金井	(44)0401
山本歯科医院	薬師寺	(48)0058
ゆきこ歯科	駅東	(44)6480

■ 特定健診・がん検診の個別検診

個別検診では、集団検診と重複する検診項目を受診することはできませんので、ご注意ください。
 ※特定健診・がん検診などの一覧は、広報しもつけ4月号の15ページをご参照ください。

実施期間	6月1日(水)～令和5年1月31日(火) (休診日を除く)
実施方法	問診票や検査容器などは医療機関にあります。 結果は、後日、医療機関で確認し、結果通知書を受け取ってください。
持ち物	健診受診券 (5月下旬に送付予定)、健康保険証 ※受診券がないと健(検)診が受けられない場合や、料金が発生する場合があります。



個別検診の受診は事前の電話予約を！

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、必ず事前に電話予約をしてから受診してください。
 ※特定健診または後期高齢者健康診査とがん検診は同日に受診できます。

医療機関名	住所	電話番号	特定健診	後期高齢	大腸	前立腺	肺	胃ABC	内視鏡
あんずの森クリニック	仁良川1518-1	(32)6601	○	○	○	○	○	○	○
石橋総合病院	下古山1-15-4	(53)1134	○	○	○	○	○	○	○
海老原医院	小金井5-26-10	(44)0163	○	○	○	○	×	○	○
大栗内科	石橋811-1	(53)5850	○	○	○	○	○	○	×
大柳内科・眼科	文教2-7-14	(51)2400	○	○	○	○	○	○	○
岡田医院	小金井2976	(44)0021	○	○	○	○	○	○	×
角田内科医院	石橋549	(53)5665	○	○	○	○	○	○	○
グリーントウンクリニック	祇園2-3-2	(44)8311	○	○	○	○	○	○	×
小金井中央病院	小金井2-4-3	(44)7000	○	○	○	○	○	○	○
国分寺さくらクリニック	小金井777-1	(40)0203	○	○	○	○	×	○	×
佐藤内科	石橋839-14	(53)1305	○	○	○	○	○	○	○
島田クリニック	石橋238-1	(53)8000	○	○	○	○	○	○	○
しもつけ痛みのクリニック	柴871-7	(40)0307	○	○	×	○	×	×	×
しもつけクリニック	薬師寺3171-4	(32)6331	○	○	○	○	○	○	○
すずき内科・循環器科	薬師寺2489-10	(40)1260	○	○	○	○	○	○	○
せいいかいメディカルクリニックOYAMA	駅東5-13-16	(44)8345	○	○	○	○	○	×	×
新島内科クリニック	文教3-10-4	(53)8820	○	○	○	○	○	○	×
ふじたクリニック	大光寺1-11-10	(51)2727	○	○	○	○	○	○	○
南河内診療所	薬師寺2472	(47)1070	○	○	○	○	○	○	○
宮澤クリニック	柴291-2	(44)3309	○	○	○	○	○	○	×
山本整形外科医院	駅東6-1-22	(44)6820	○	○	○	○	○	×	×
若草クリニック	緑2-3291-1	(40)0123	○	○	○	○	×	×	×

子宮頸がん個別検診

■実施期間

6月1日(水)～令和5年2月28日(火)
 (休診日を除く)

■対象者 20歳以上の女性

※令和2・3年度の検診で「異常認めず」となった方を除く。

※妊娠している方または妊娠の可能性のある方、婦人科で治療中または治療終了後2週間以内の方は受診できません。

■内容 問診、内診、子宮頸部細胞診、HPV検査

■持ち物 今年度の受診券、生理用品(ナプキン)

※服装はスカートが便利です。

検診結果

検診結果は、市から郵送します。結果をお届けするまでに、検診日から1か月半程度かかります。

医療機関名	住所	電話番号
石橋総合病院	下古山1-15-4	(53)1134
木村クリニック	祇園1-7-7	(44)8211
中央クリニック	薬師寺3154-2	(40)1121
和田マタニティクリニック	小金井1-30-6	(40)5503
樹レディースクリニック	小山市神鳥谷5-18-15	(20)5505
やまなかレディースクリニック	小山市若木町2-11-20	(37)8020
木村婦人科医院	壬生町壬生甲2349	0282(82)6136
クララクリニック	壬生町壬生甲3312-1	0282(83)1311

新・下野市風土記

野菜はいつから野菜？



下野市教育委員会 文化財課

新緑が映える5月となりました。例年4月中頃から始まる田植えも一段落する時期ではないでしょうか。また、水田だけでなく、畑でも様々な野菜が青々と育つ時期になります。

現代に暮らす私たちは、畑で育成された園芸植物をひとくくりに「野菜」と呼び、これに対して、キノコ類やセリ、フキ、ワラビ、ゼンマイ、タラノキ、コシアブラなど、山野で採集される植物を「山菜」と呼んでいます。では、「野菜」という単語はいつから使われているのでしょうか。

古代の日本では、飯や酒と一緒に食べる食品を「ナ」と呼び、魚も菜も同じ「ナ」で表していたようです。

正倉院文書を元資料とした研究がまとめられた『奈良朝食生活の研究』には、「奈良時代の蔬菜類も栽培種や野生種様々であった。文献からみた例を分類すれば、葉菜類・果菜類・根菜類・臭菜類、その他となり、その種類はきわめて豊富であった。」と記されています。

葉菜類は、読者の皆さんがおおよそ想像される葉物野菜に相当するようです。セリやフキ、カブなどの現代に通じる名称もありますが、「蘇我奈(菜)」など、果たして現代の私たちが食しているのかどうか定かではない名称のものもあ

ります。

蘇我奈がどのような植物なのかは分かりませんが、宝亀2年の平城京の市場では1斗(10把)が新銭5文、旧銭50文で売買されていたことがわかっています。これはワラビの半値で、水ネギなどとほぼ同額の安い食材でした。写経生(経典の書写作業に従事する下級役人)の給食の食材にも使用されていました。

ちなみに、果菜類には瓜類と茄子など、根菜類には芋・大根・レンコンなど、臭菜類にはネギ・ニンニク・ニラ・ラッキョウなどの香りに特徴のあるもの、その他にタケノコやキノコ類などが記されています。これらの詳細については、別の機会に触れたいと思います。

時代は下って平安時代。当時の百科事典『和妙類聚抄』では、農作物を米穀、菜と菓に分けています。菜は菜蔬とし、それを葷菜、海菜、水菜、園菜、野菜の5種類に分けています。

ここでの野菜は「野生のもの」、つまり現代の山菜に相当するものを指しています。江戸時代頃まではこの呼び方が一般的だったようです。江戸時代の料理に関する書物では「青物」「精進」とも記されています。

関東地方では野菜や青物を「せんざい」、屋敷に近い野菜畑を「せんざい畑」と呼び、漢字では前栽や前菜と書きます。市内でもこの言葉を耳にしたことがあるので、現代でも使用されている言葉だと言えますが、西日本ではこの言い方はあまりしないようです。

調べていくと、現代と同じ意味の「野菜」という単語は、江戸で使用され始めたようです。江戸幕府が出した「早出し禁止令」(縁起が良いとされた初物の流行が加熱したため、幕府が食物の出荷日を取り締まろうと出したお触れ)に「野菜もの」という言葉が使われています。

その後、明治6(1873)年に勸業寮から刊行された『西洋蔬菜栽培法』には、栽培植物を指す「蔬菜」という言葉が記され、野菜を示す公用語として使われました。しかし、庶民には野菜のほうが通りが良く、「蔬菜」には「蔬菜(そさい)」とふりがなをつけていたようです。

第二次世界大戦後に制定された当用漢字に「蔬」の字が入らなかったことから、「そ菜」と記されるようになりました。その後、農林省と文部省が「蔬菜」を庶民に浸透している「野菜」に改め、公式に野菜が使われるようになったようです。しかし、現代でも専門書では「蔬菜」としている例もあるとのこと。

私たちにはなじみ深い「野菜」という言葉ですが、その歴史は意外と浅いようです。下毛野朝臣古麻呂は「野菜」という言葉を聞いたこともなかったかもしれません。

参考文献 青葉高1991『野菜の日本史』八坂出版
関根真隆1969『奈良朝食生活の研究』吉川弘文館

パソコンなんでも相談会

パソコンの調子がおかしい、操作がわからないなど、パソコンに関する困りごとはありませんか？

楽しいパソコンライフのお手伝いをします（要予約）。

■日時

① 6月2日(木)

午後2時30分～4時

② 6月16日(木)

午後1時30分～3時30分

■場所

市民活動センター

■相談受付

下野PC愛好会（パソコンボランティア講師団体）

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122

グリムの森でネイチャーゲームをしよう～若葉～

公園の中を探検しながら自然の仕組みを学ぶ体験型プログラムです。

■日時

6月4日(土)

午前10時～正午

■場所

グリムの森

■参加費

無料

■講師

宇都宮ネイチャーゲームの会

■定員

20名程度
（定員を超えた場合は抽選）

■申込方法

グリムの館公式ホームページの申し込みフォーム

URL <https://www.grimm-no.net/>

■申込期間

5月14日(土)～24日(火)

■問い合わせ先

グリムの館 ☎(52)1180



グリムのおはなしフェスト

下野市内で活動しているおはなし団体が、人形劇や語りの公演を行います。

■日時

6月5日(日)

午前9時30分～正午

■場所

グリムの館

■入場料

無料

■出演団体

・民話語り部の会ゆうがお

・石橋おはなし会

・お話ポケットの会

■問い合わせ先

グリムの館 ☎(52)1180



傾聴ボランティア養成講座

傾聴のスキルを身に着けると、人生が変わります。

仕事、家庭、友人関係など、たくさんの場面で役立つスキルを一緒に学びましょう！

■日時（毎週月曜日・全6回）

6月6日～7月11日

午後1時30分～4時

■場所

ゆうゆう館 会議室

■定員

20名

■参加費

無料

■講師

黒川貢氏（栃木県傾聴ボランティア連絡協議会会長）

■申込期限

5月31日(火)

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122

社会福祉協議会

☎(43)1236

司法書士による出張法律教室

栃木県司法書士会に所属している司法書士による法律教室を開催します。

相続や遺言、成年後見に関する知識は、いざというときに自分や家族を守ってくれます。知っておいて損はありません。ぜひご参加ください。

■日時

7月16日(土)

午前10時～正午

■場所

南河内公民館

■定員

20名

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122



生涯学習ボランティアを派遣します

様々なリクエストに適したボランティアの派遣事業を行っています。お気軽にご要望をお寄せください。

派遣を依頼するには

依頼申込書に必要事項を記入のうえ、生涯学習情報センターへお持ちいただくか、メール・FAX・郵送で送付ください。

依頼申込書は、生涯学習情報センター窓口または市ホームページにて配布しています。

■申し込み・問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122 FAX(48)5447

✉syougaiagakusyusentaa

@city.shimotsuke.lg.jp

〒329-0425 田中681-1



環境トピックス

■問い合わせ先 ■ 環境課 ☎(32) 8898

とちぎの環境美化県民運動にご協力を！

毎年5月30日（ごみゼロの日）を中心に行われているとちぎの環境美化県民運動の一斉清掃を、5月29日(日)に実施します。

自治会や市内の企業を中心に、それぞれの計画により実施してください。

ごみを収集するのは、道路や公園など公共の場所とし、民有地のごみは収集しないでください。

また、公共の場所にタイヤや廃家電などが投棄されている場合は、収集せず、環境課までご連絡ください。

収集したごみの持ち帰り運動

収集したごみはご自宅へ持ち帰り、分別した後、指定の収集日に出してください。



不用品リサイクル

不用品リサイクル事業とは、市民の皆さまから受け付けたりリサイクル可能な不用品の情報を管理し、リサイクル品の譲り受けを希望する方に、その情報を提供する制度です。ごみの減量化推進のために実施しています。

「譲ってほしい」品物と「譲りたい」品物が一致した場合、相手方の氏名や連絡先などを環境課からお知らせします。その後はご本人同士でお話し合いのうえ、譲り渡しを行ってください。

〈譲りたい〉

石橋中男子制服（夏服3L、冬服2L）、石橋中指定バッグ（黒）、学生服（175A）、ピアノ（椅子付）、4色プリンター、電動シュレッダー（A5）、ベビーベッド（組立式）、丸形カーペット（2m）、軍足（24.5-27cm、5足組）、コンプレッサー式ネブライザ

〈譲ってほしい〉

学生服、南河内第二中女子制服、国分寺中体操着（男女）、通学シューズ（白）

斎場使用料補助金

管外の斎場（火葬場）を使用した方に補助金を交付します（管外料金を一度全額支払っていただいた後、補助金が交付されます）。

■補助の条件 亡くなった方または斎場使用申請者が市民であること

■補助額（上限）

火葬 1体 5万8,800円

待合室 1室1回 1万6,810円

式場など 管外料金と管内料金の差額

■補助の対象

石橋地区の方 全国すべての斎場と待合室の利用

国分寺・南河内地区の方 小山聖苑を除く、全国

すべての斎場での火葬と待合室の利用

※悠久の丘と小山聖苑に限り、式場・控室・霊安室なども対象です。

■申請方法 申請書に斎場の領収書の原本を添付し、環境課に提出

■申請期限 利用した月の翌月末



剪定枝（小枝）の出し方

お庭の手入れなどで発生した剪定枝（小枝）のごみの出し方は、次のとおりです。回収された小枝は、資源化を前提として処理されます。

ごみステーションへの出し方

長さ1m位に切り、紙ひもか麻ひもで束ねて「小枝の日」に出してください。

※幹の太さは10cmまでとします。

※葉や、葉のついたもの、毒性のあるもの、繊維質のものは、「燃やすごみ」として出してください。

ごみ処理施設への出し方

量が多いときは、南部清掃センター（野木町南赤塚1513-2）に直接搬入してください。毒性や病虫害がなく、繊維質でないものであれば、葉のついた小枝も同様に搬入できます。

Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

キンボールスポーツリーダー認定講習会

- 日時 6月12日(日)
午前9時30分～正午
- 場所 石橋体育センター
- 対象者

- ①講習会 高校1年生以上
- ②競技体験 小学生以上
- 当日参加料

- ①講習会 2,000円(当日徴収)
(参加料・入会金 各1,000円)
- ②競技体験 無料
- 申込方法

- スポーツ振興課に電話
- 申込期限 5月27日(金)

年会費

取得後、2年目から年会費として3,000円かかります。

スポーツ推進委員会 新任委員の紹介

4月5日に行われた総会において、4名の方が新スポーツ推進委員として任命されました。

新たな顔ぶれとともに、今年度も「市民1人1スポーツ」の実現に向けて活動していきます。



【野球】
板子幸太



【陸上競技】
篠原寛明



【バドミントン】
塩田隼人



【テニス】
佐藤誠一

(敬称略)

ティーボール 初級公認指導者認定講習会

- 日時 5月28日(土)
午前9時～正午
(受付は午前8時30分～)
- 場所
大松山運動公園
多目的グラウンドA面
- 対象者

- ①講習会
17歳以上(5月1日時点)
- ②競技体験 小学生以上
- 受講料

- ①講習会 3,000円(当日徴収)
- ②競技体験 無料
- 申込方法

- スポーツ振興課に電話
- 申込期限 5月13日(金)

スポーツ推進委員活動報告

今回は、今年栃木県で開催される国民体育大会のデモンストラクション競技として本市で開催される「キンボールスポーツ」について紹介します。

最大の特徴は、3チームが同時に対戦することです。即座に攻守交替しながら、直径122センチメートルの巨大なボールを、床に落としたりコートの外に出したりしないように展開するスポーツです。



市では、市民体育祭の関連大会として、全国大会や市内小学校の交流大会を開催し、多くの方にキンボールスポーツを楽しんでもらう機会を創出しています。スポーツ推進委員は、大会のレフリー(審判)や得点係などの役割を果たしています。

スポーツ推進委員会の独自のイベントとして、誰もが参加できる「キンボールスポーツサンデー」を開催しています。経験者はもちろん、未経験の方も大歓迎です。

また、市内で開催される大会でレフリーとして活躍できるように、市認定レフリーの講習会も計画しています。国民体育大会が開催されるこの機会に、キンボールスポーツに触れてみませんか？



グリムの里スポーツクラブの教室参加者を募集

親子体操教室

親子で参加する楽しい体操教室です。

■日時 (全8回・月曜日)

5月16日～7月4日
午前10時～11時30分

■場所 石橋体育センター

■対象者

市内の2～3歳児と保護者

■定員 10組 (先着順)

■講師 草川奈津子氏

■参加費 1,500円 (保険料込)

■服装・持ち物 動きやすい服装、体育館シューズ、飲み物

■申込期間

5月2日(月) 午前9時～

シニア体操教室

栃木SCのトレーナーによる、介護予防を目的とした体操教室です。

■日時 (全5回・火曜日)

6月7日～7月5日
午前10時～11時

■場所 スポーツ交流館

■対象者 市内在住者

■定員 15名 (先着順)

■参加費

500円(全5回分・保険料込)

■服装・持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物、ヨガマット (持っている方)

■申込期間

5月9日(月) 午前9時～

ソフトテニス教室

ラケットの持ち方などの基礎から試合ができるまでを教えます。

■日時 (全5回・土曜日)

5月14日 (初回)
午後0時15分～1時45分
(集合時間は正午)

※2回目以降の日程は申込時にお知らせします。

■場所

大松山運動公園テニスコート

■対象者 テニス初心者の小学1～6年生 (市在住の方、または市在勤者の子)

■定員 20名(先着順)

■参加費 3,000円 (保険料込)

■講師 増山義一氏

■服装・持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

※ラケットとテニスシューズを持っている方はお持ちください。

■申込期間

5月2日(月) 午前9時～

共通事項

■申込方法 窓口で申込書と参加費を提出 (電話不可)

問い合わせ・申し込み先

グリムの里スポーツクラブ
(スポーツ交流館内)

☎(52)1182

(月・水・金曜日の午前9時～午後5時)

元気ワイワイ南河内の教室参加者を募集

ノルディックウォーキング教室

2本のポールを使って歩く全身運動で、身体能力を問わず誰でも簡単に始められます。

■日時 (雨天中止)

6月4日(土)
午前10時～正午
(集合は午前9時50分)

■集合場所

石橋体育センター前駐車場

■コース

石橋地区の名所・旧跡探索

■対象者 市在住または在勤の20歳以上の方

■定員 20名 (先着順)

■参加費 200円 (当日徴収)

■服装・持ち物 動きやすい服装、飲み物、タオル

※専用ポールは貸出可 (無料)。

■申込方法 窓口または電話

体幹トレーニング教室

運動の上達には、身体の軸を知ることが大切です。

■日時 (全3回・土曜日)

6月11日・25日、7月2日
午前10時～正午

■場所 南河内体育センター

■対象者 小学生以上の方

■定員 各回40名 (先着順)

■持ち物 体育館シューズ、飲み物、タオル

■参加費 1回100円
(保険料として当日徴収)

■申込方法

指定の申込書を窓口へ提出

共通事項

■申込期間 5月9日(月)～

申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内
(南河内体育センター内)
☎(48)5401

(平日の午前9時～午後5時)

春季レディーステニス大会 (ダブルス)

■日時 (雨天時翌週に順延)

6月17日(金)
午前9時集合

■場所

国分寺運動公園テニスコート

■対象者 市内コート利用者

■参加費

3,000円 (当日徴収)

■申込方法 参加申込書 (市テニス協会ホームページ掲載) を電子メールで提出

※6月6日(月)に参加者名簿を掲載します。

※ペアの変更は当日まで受け付けませんが、キャンセルはできません。

■申込期間 5月23日(月)～

6月5日(日) 午後5時

問い合わせ先

市テニス協会 大垣

☎090(2745)5886

✉ladies@shimotsuketennis.com

URL <http://www.shimotsuketennis.com/>



市ゴルフ協会 教室等の参加者を募集

ゴルフ教室参加者募集

初心者から100切りを目指す方が対象のゴルフレッスンです。未経験者大歓迎！ 道具がなくても大丈夫です。

■日時 (全3回・木曜日)

5月12日～26日

午後6時～8時

■場所 花見ヶ丘ゴルフセンター (栃木市)

■参加費 (1回ごと・当日徴収)

レッスン代 1,000円

ボール代

750～1,200円 (実費)

※ゴルフ協会の会員でない方は、年会費として2,000円が別途必要です。

コースレッスン会参加者募集

プラチナ世代の女子プロによるコースレッスンです。

午前中はアプローチ・バンカー・パッティング練習、昼食後は9ホールのラウンドレッスンを行います。

■日時 (①②とも内容は同じ)

①5月16日(月)

②5月27日(金)

午前10時～午後4時30分

■場所 もおか鬼怒公園ゴルフ倶楽部 (真岡市)

■定員 各4名 (先着順)

■参加費 9,800円 (レッスン・プレー代と昼食代込み)

親子ゴルフ体験会参加者募集

お子さんと一緒にコースでゴルフを楽しみましょう！

■日時 5月14日(土)

午前11時～午後4時

■場所 栃木ヶ丘ゴルフ倶楽部 (栃木市)

■定員 3組 (先着順)

■参加費 (3ホールプレー代と昼食代込み)

大人2,500円 子2,100円

共通事項

■対象者

市在住・在勤者とその紹介者

■申込方法 電話

■問い合わせ・申し込み先

市ゴルフ協会 島田

☎090(1546)8601

国分寺キッズクラブ2022年度会員の追加募集

子どもたちの心・技・体を様々な体験活動を通じて向上させることを目的に、年間17回のプログラムを実施します。

■日時 基本として土曜日 (一部変更あり)

午前9時30分～11時30分

■場所 国分寺B&G海洋センター他

■対象者 市内在住・在学の小学2～6年生

■定員 5名 (先着順)

■主な体験事業

スポーツ

バドミントン、アイススケート、卓球、パラスポーツ

■野外活動 宿泊キャンプ、川遊び、餅つき&焼き芋、サイクリング、ハイキング、水辺の安全教室

■参加費 1万2,000円

※応募までに終了した事業の分は減額します。

※別途年会費と保険料 (1,800円) ががかかります。

■申込方法

窓口で申込書に参加費を添えて提出 (電話不可)

■申込期間 5月10日(火) 午前9時～

■問い合わせ・申し込み先

夢くらぶ国分寺 (国分寺B&G海洋センター内)

増山 ☎(44)0849

(火・水・金曜日の午前8時30分～午後5時15分)



いちご一会とちぎ国体PR

4月9日にグリムの館で開催されたオールディーズグリムスプリングライブで、国体PRを実施しました！

当日は、とちぎ国体のイメージソング「いちご一会」を歌うシンガーソングライターのサトウヒロコさんと、市内で活動するダンスチームのプリティーエンジェルの皆さんにゲスト出演していただき、歌とダンスで会場を盛り上げていただきました。



キンボールスポーツ大会参加者募集

競技の内容や魅力は、とちぎテレビの番組「まろに☆え～るTV-超-」の特集を6月上旬までネット配信していますので、ぜひご覧ください！

詳細は市国体HPをチェック！

🌐 <https://shimotsuke-tochigikokutai2022.jp/>

■開催日 9月17日(土)

■申込期間 5月9日(月)～



図書館

Library Information

利用案内

■ 5月の図書館カレンダー
(○印は休館日)

石橋図書館 ☎(52)1136

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

国分寺図書館 ☎(44)3399

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

南河内図書館 ☎(48)2395

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

開館時間
午前9時～午後7時

図書館ホームページ
(蔵書検索・予約システム)
PC・スマホからのご利用
<http://www.library.shimotsuke.tochigi.jp/>



携帯電話からのご利用
<https://iisod001.apse.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv>



石橋図書館

■読書会

5月11日(水) 午前10時～
テキスト「雪舞」 渡辺淳一 著

■ちいさなおはなし会

5月16日(月) 午前10時30分～

■おはなし会

5月21日(土) 午前10時30分～

「どろんこハリー」ほか

6月4日(土) 午前10時30分～

「ちいさなヒッポ」ほか

■古典文学講座「万葉集」

第1回「磐姫皇后」

A組：5月28日(土) B組：6月26日(日)

午前10時～11時35分

定員：20名(各組10名)

※要申し込み、5月7日(土)から受付開始

■新聞コラム書き写しの会

5月30日(月) 午前10時～11時

国分寺図書館

■子どもの本ポップコンテスト

投票期限：5月8日(日)

結果発表：5月14日(土)

投票方法：①②の2通りです

①館内掲示のポップの下にシールを貼る

②国分寺図書館のツイッターでいいねを押す ※①②の合計が得票数になります

■お話ポケットの会のおはなし会

5月14日(土) 午後2時～

紙芝居「やつばけずきん」ほか

■読書会

5月21日(土) 午前10時～

テキスト「背負い水」 荻野アンナ 著

■ティーンズ読書クラブ

5月21日(土) 午後2時～

対象：小中学生

■新聞コラム書き写しの会

6月3日(金) 午前10時～

新型コロナウイルス感染拡大防止対策を行いながら開館しています。
引き続き、入館時にはマスク着用、手指消毒、検温にご協力ください。
催し物などは状況に応じて中止・延期する場合があります。詳細は図書館のホームページやツイッターをご覧ください。
各館にお問い合わせください。

南河内図書館

■紙しばいと読み語り

5月14日(土) 午前10時30分～

「もぐちゃんちのおひっこし」ほか

5月28日(土) 午後2時～

「おべんとうバス」ほか

場所：2階会議室

■音訳ボランティア体験講座(全3回)

6月14日(火)・21日(火)・28日(火)

時間：午前10時30分～11時30分

場所：2階視聴覚室

講師：音訳ボランティアこだま

対象：一般・学生

定員：各回先着15名 ※要申し込み

5月10日(火)から受付開始

内容：音訳ボランティアって何だろう？

そんな疑問に答える入門編講座です

第1回「音訳ってなに？」

広報デイジー版CDや活動について

第2回「音訳にチャレンジ！」

写真やイラスト、表を音訳化してみよう

第3回「音訳CD利用者のおはなし」

実際に利用している方の講演

図書館購入図書のご案内(一部)

<一般書>

- ・春のこわいもの(石・国)…川上未映子
- ・人生の決算書(石)…曾野綾子
- ・悪の包囲(国)…堂場瞬一
- ・「話が通じない」の正体(国)…黒川伊保子
- ・オオルリ流星群(国・南)…伊与原新
- ・珈琲店タレーランの事件簿7(石・国・南)…岡崎琢磨

<児童書>

- ・ここは(石・南)…最果タビ
- ・カンフー&チキン(石)…小嶋陽太郎
- ・おなまえおしえて(国・南)…新井洋行
- ・ギソク陸上部(国・南)…舟崎泉美
- ・レッツもよみます(石・南)…ひこ・田中
- ・こどもお金ルール(南)…高濱正伸

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



同志少女よ、
敵を撃て

逢坂 冬馬 著
早川書房

1942年独ソ戦、実在の女性兵士達を元に、母の復讐のため狙撃兵になった少女を描く。直木賞候補選出のデビュー作。



硝子の塔の
殺人

知念 実希人 著
実業之日本社

実在する様々なミステリーをヒントに、密室殺人の謎が解かれてゆく。予測不可能などんでん返しと驚愕のラストをお楽しみに。



黒牢城

米澤 穂信 著
KADOKAWA

直木賞、山田風太郎賞、4大ミステリランキングすべてで1位を獲得した歴史小説ミステリー。歴史小説初心者にもお薦め。



残月記

小田 雅久仁 著
双葉社

近未来で感染症に侵された男の一途な愛を描く「残月記」他、月を背景にした3つの残酷で美しい恋愛短編集。



スモール
ワールズ

一穂 ミチ 著
講談社

様々な家族のありふれた日常の光と闇を描いた6篇からなる短編連作集。それぞれの家族に訪れる結末とは？



正欲

朝井 リョウ 著
新潮社

朝井リョウ作家生活10周年記念の書き下ろし長編小説。普通って何だろう？そんな事を考えさせられる一冊。



赤と青と
エスキース

青山 美智子 著
PHP研究所

章ごとに登場する様々な赤と青。切なく、温かく、激しい思いを一枚の絵が繋いでいく。優しい読後感に浸れる一冊。



星を掬う

町田 そのこ 著
中央公論新社

幼い頃に自分を捨てた母のせいにして、人生を生きてきた千鶴。母との再会は、これまでの日々をやさしく掬っていく。



夜が明ける

西 加奈子 著
新潮社

「俺」と親友・アキの、思春期から33歳の物語。現代日本の生きづらさに正面から向き合った著者5年ぶりの長編作品。



六人の
嘘つきな
大学生

浅倉 秋成 著
KADOKAWA

「1人の内定者を6人で決める」最終選考に挑む大学生。告発文によって、優秀な6人の隠された顔が明かされる。

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

「本屋大賞2022」

全国の書店員が“今いちばん売りたい本”を選ぶ『本屋大賞2022』の大賞と、ノミネートされたすべての作品をご紹介します。

市内各図書館で全作品を所蔵しています。この機会にぜひお手にとってみてはいかがでしょうか。



ご希望の図書が貸出中の場合は予約ができます。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



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

第3号被保険者とは

健康保険被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者の方は、届出をすることにより国民年金の第3号被保険者に該当します。性別に関係なく、主婦・主夫どちらでも第3号被保険者となります。

第3号被保険者に該当すると、本人が国民年金保険料を負担しなくても、保険料納付済期間とみなされます。

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

第3号被保険者となる場合は、第2号被保険者である配偶者の勤務先に第3号被扶養の届出をしてください。

■届出を出すタイミング

- ・配偶者が就職して厚生年金・共済組合の加入者となったとき
- ・第2号被保険者と結婚して扶養となったとき
- ・会社退職や自身の収入が減ったことにより配偶者の扶養となったとき
- ・配偶者が転職して、加入する年金制度が変わったとき



国民年金の種類

20歳以上60歳未満で日本に住んでいる人は、国民年金に加入することが義務付けられています。

国民年金は、次の3つに分かれています。

第1号被保険者 自営業者、学生、フリーターの方など(第2号・第3号被保険者以外の方)

第2号被保険者

会社員、公務員など厚生年金や共済組合に加入されている方

第3号被保険者

第2号被保険者に扶養されている配偶者の方

第3号被保険者でなくなったら

第3号被保険者でなくなると、第1号被保険者となり、自分で保険料を納付することになります。市役所の市民課保険年金グループに届出をしてください。

届出をせずにいると、万が一病気や怪我などで障がいを負ったときや、高齢になったときに、何の年金も受けられなくなる可能性があります。忘れずにお手続きください。

また、第3号被保険者だった方が就職して厚生年金や共済組合などに加入する場合は、第2号被保険者となり、保険料は給料から天引きされるようになります。新しい勤務先に届出をしてください。

■必要な書類

- ・第3号被保険者でなくなった日付のわかる書類(社会保険資格喪失証明書など)
- ・基礎年金番号通知書、または年金手帳

■届出を出すタイミング

- ・配偶者が退職(失業)したとき
- ・離婚したとき
- ・配偶者が死亡したとき
- ・自身の収入が増えて配偶者から扶養されなくなったとき
- ・第2号被保険者である配偶者に老齢年金の受給権があり、かつ65歳になったとき



国民年金保険料は納付期限までに納めましょう

4月分から令和5年3月分までの国民年金保険料は、月額1万6,590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で納めることができます。また、クレジットカードによる納付や、インターネットなどを利用しての納付、口座振替などの方法もあります。

納付期限は、納付対象月の翌月末日と法令で定められています。

納付が遅れると

日本年金機構では、国民年金保険料を納付期限までに納めていただけない方に対し、電話や文書、訪問により、早期に納付していただくようご案内しています。

未納のまま放置されると、強制徴収の手続きによって督促を行います。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。

納付義務のある方とは、被保険者本人はもちろん、連帯して納付する義務を負う配偶者と世帯主も含まれます。

所得が少ないなどのご事情があり、保険料の納付が困難な場合は、保険料が免除・猶予される制度があります。未納のまま放っておくのではなく、市民課保険年金グループにご相談ください。

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、開催予定の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

国際交流員イベント「カリグラフィー体験」

カリグラフィーとは、専用のペンとペン先を使って、インクをつけながら伝統的な美しい文字を書く方法です。ドイツでは学校の美術の授業で教えられています。



国際交流員のウィルペルトさんが、ペンの持ち方や書き方を紹介します。本場のカリグラフィーの技術を体験できるチャンス！ぜひご参加ください。

- 日時 (水曜日・全3回)
5月18日～6月1日
午後6時30分～7時30分
- 場所 石橋駅前コミュニティセンター
- 対象者
市在住の中学生以上の方で、3回すべてに参加できる方
- 参加費 無料
- 持ち物 鉛筆、30cm定規、ペン先のインクを拭くための手ぬぐいなど (汚れていいもの)
- 定員 10名 (先着順)
- 申込期間
5月9日(月)～13日(金)
- 申し込み・問い合わせ先
市民協働推進課
☎(32)8887

オープンガーデン

指定された公開日には、お庭に入ることができます。すてきなお庭を見に出かけませんか？

- 日時・場所 (住所・駐車台数)
5月14日(土)・15日(日)
高橋邸
(仁良川1456-1・10台)
大嶋邸 (小金井52-9・3台)
上野邸 (小金井1278-4・4台)
船越邸 (緑6-29-4・2台)
- 5月14日(土)・15日(日)・21日(土)
井上邸 (緑1-11-18・2台)
- 6月11日(土)
佐伯邸 (薬師寺776・8台)
- 時間 午前10時～午後3時
- 注意事項 マスク着用必須
- 問い合わせ先 しもつけオープンガーデンクラブ 長田
☎090(7845)2492

お知らせ

寄付をいただきました

このたび、高野和子様から金3万円の寄付をいただきました。寄付金は、新型コロナウイルス感染症対策のために活用します。ありがとうございました。

教育委員に永山伸一氏再任

2月22日開催の市議会での同意を得て、3月25日から永山伸一氏が教育委員に再任されました。

- 令和4年度の教育委員会
教育長 石崎雅也
教育委員 永山伸一 (再任)
熊田裕子 石嶋和夫 佐間田香
- 問い合わせ先 教育総務課 ☎(32)8917



あそびにおいで
詳しくはこちら

www.aisen.ed.jp

子育て支援
親子参加イベント
家庭開放
0・1・2歳児対象
やっています
日程はHPをご覧ください

0・1・2才のお子さんとお母さんが集まります。みんなで楽しく遊ぼう！

あいぜん
ファミリークラブ
幼保連携型認定こども園
愛泉幼稚園
0285-44-7783
(担当：北原・大越)

だいにあいぜん
にこにこクラブ
幼保連携型認定こども園
第二愛泉幼稚園
0285-44-2838
(担当：福田・小林)

子育て応援団
育児相談
どんなことも
遠慮なく、お問い合わせください。



代表監査委員に星野登氏を選任

市議会で同意を得て、星野登氏が監査委員に選任されました。

星野氏は下坪山在住。旧南河内町役場に入庁後、税務課長、総合政策課長、議会事務局長を務められ、退職後は下野薬師寺歴史館長として下野市の歴史・文化の発信に尽力されました。



同氏の任期は3月24日から令和8年3月23日までの4年間で、任期中、市の財政や事業についての監査を行います。

■問い合わせ先

行政委員会事務局 ☎(32)8916

人権擁護委員のご紹介（再任）

4月1日付で、金清隆純氏が法務大臣から人権擁護委員として委嘱されました。

金清氏には、平成31年から委員として人権擁護活動にご尽力いただいています。

人権擁護委員は、人権に関する様々な問題について相談に応じています。困りごとがあればお気軽にご相談ください。



■全国共通人権相談 ☎0570(003)110

(ゼロゼロみんなのひゃくとおぼん)

■問い合わせ先

市民協働推進課 ☎(32)8887

守ろうよ！ 電波は大切なライフライン

総務省では、6月1日から10日までを「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動と不法無線局の取り締まりを強化します。

不法な無線局は、テレビ・ラジオ放送、携帯電話などの身近なものから、警察・消防・救急用無線などの人命に関わる重要な無線に対して混信・妨害を与えるなど、私たちの生活や安全をおびやかしめます。電波のルールはみんなで守りましょう。

■問い合わせ先

関東総合通信局
不法無線局による混信・妨害
☎03(6238)1939
テレビ・ラジオの受信障がい
☎03(6238)1945

児童福祉週間



～やさしさに つつまれて
そだつ やさしいところ～

児童福祉の向上を図るため、こどもの日からの1週間を児童福祉週間と定め、児童福祉の理念の周知と関心の喚起を図るものとしています。

社会全体が一体となって、夢や希望をもって安心して子育てできる環境づくりを真剣に考え、子どもの健やかな成長を見守っていきましょう。

■育児を応援する行政サービスガイド「下野市ママフレ」

🌐 <https://shimotsuke-city.mamafre.jp/>

■問い合わせ先

こども福祉課
☎(32)8903



ママパパEnglishサロン

市国際交流協会では、子ども連れの方でも気軽に参加していただける英会話サロンを毎月開催しています。

国際交流員のウィルペルトさんと一緒に、遊びながら気軽に英会話を楽しんでみませんか？もちろん、大人の方のみの参加や外国人の方も大歓迎です！

■日時 5月26日(木)
午前10時～11時

■場所

薬師寺コミュニティセンター

■定員 5名

■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）

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課
☎(32)8887

協会けんぽの保険料率が変わりました

中小企業等で働く方やそのご家族が加入している健康保険、協会けんぽ栃木支部の令和4年度の保険料率が、4月納付分から変更となりました。

■健康保険料率 9.87% → 9.90%

■介護保険料率 1.80% → 1.64%

■問い合わせ先

協会けんぽ栃木支部 ☎028(616)1692
🌐 <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

広告

ケーブルテレビは **1ギガ**
ネット地域最安値に **挑戦中!!**

なんと 最安プランは **3,289円** (税抜2,990円)

ケーブルテレビはサポート充実!
24時間電話対応 | 地域訪問サポート

※テレビサービス(エンジョイ/ドリームコース)と一緒に加入した場合のインターネットの料金です。テレビのご利用料は別途いただきます。

CATV 栃木ケーブルテレビ 下野センター ☎0120-22-1880

市民活動補助事業の選考会を開催しました

市民活動補助事業は、市民団体が地域・社会のために取り組む活動を推進するための公募型補助制度です。

子育て支援や地域のふれあい強化のほか、環境保護や文化・スポーツ振興など、多岐にわたる分野の事業を対象としています。

4月8日に、今年度の事業を対象とする選考会を開催しました。今年度は、子ども食堂・食育教室や、景観づくりに取り組む団体など、10団体が活動計画を発表しました。それぞれの事業について、公益性や継続性、発展性などの観点から審査が行われました。審査結果は、広報しもつけ6月号でお知らせします。

また、今年度の市民活動補助事業の募集は、補助率10割・補助金最大5万円の新規トライコースを8月31日(水)まで受け付けています。市民活動に興味のある方は、ぜひご検討ください。



選考会の様子

■問い合わせ先 市民協働推進課 ☎(32)8887

ボランティアコーディネーション力検定料の助成

各団体のボランティア活動を支援するため、(特非)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級と3級の検定に要する費用の半額を助成します。

■対象者

- 次のすべてを満たす方
- ・市内に住民登録があり、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など)に所属し、団体の長に推薦された方
- ・4月から令和5年2月末までの間に検定に合格し、助成を申し込んだ方

■助成額

検定費用の半額
(1,000円未満切り捨て)
※助成は1人あたり各級1回までです。

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課 ☎(32)8887

サイクルイベント「ぐるとち」

5月21日(土)・22日(日)の2日間にかけて、サイクルイベント「ぐるとち」が開催されます。

本イベントは交通規制を行わず、参加者は交通ルールを守って県内を走行します。

22日(日)には多くの参加者が下野市を自転車で通過することが見込まれますので、ご理解ご協力をお願いします。

コースの詳細は、ぐるとち公式ホームページをご確認ください。



☎ <https://gurutochi-cycling.com/>

■問い合わせ先

ぐるとち実行委員会事務局

☎070(4020)9498

✉ info@gurutochi-cycling.com

(平日の午前10時～午後5時)

排便障がいWEB市民公開講座

排便障がいとは、予期せぬタイミングで便が漏れる(便失禁)、便をうまく出せない(便秘)など、排便に関わる障がいのことをいいます。

排便はデリケートな問題である分、誰にも相談できずに1人で悩んでいる方が多いのが現状です。病院を受診するのも抵抗がある……という方、まずはオンラインで一緒に学んでみませんか。

■日時 5月21日(土)

午後1時30分～2時30分

■場所 オンライン (Zoom)

■定員 1,000名

(要申し込み・当日登録も可)

■テーマ

排便障がい(便失禁・便秘)

■参加費

無料(通信料は参加者負担)

■講師・内容

司会 味村俊樹氏(自治医科大学 消化器一般移植外科)

講演 本間祐子氏(自治医科大学 消化器一般移植外科)

「一人で悩まないで一緒に学ぼう! 排便のこと」

■申込方法

申し込みフォーム

☎ <https://dbs-chiryu.jp/usefulinfo/agreement/220226.html>

※事前質問を受付しています。質問は参加登録時に質問欄へご記入ください。

■運営 自治医科大学 消化器一般移植外科と日本メドトロニック株式会社の共同開催

■問い合わせ先

日本メドトロニック(株)

井坂

✉ rs.shiminkoza@medtronic.com



成年年齢の引き下げに伴う戸籍届出の変更点

民法の改正により、4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられました。それに伴う戸籍届出の主な変更点についてお知らせします。

■18歳に変更されるもの

- ・婚姻できる年齢（女性）（※）
- ・戸籍届出の証人になれる年齢
- ・親権に服する子の年齢
- ・分籍できる年齢
- ・国籍選択できる年齢

■20歳が維持されるもの

- ・養子縁組の養親になれる年齢
- ※平成16年4月2日～18年4月1日に生まれた女性は、18歳未満であっても婚姻が可能です。ただし、未成年のため、親の同意が必要です。

■問い合わせ先

市民課 ☎(32)8897

きらら館 太極拳体験教室

初めての方でも参加できる太極拳体験教室を開催します。

太極拳は、脚筋力、バランス能力、全身持久力などの向上のほかにも、リラクゼーション効果を得られる武術です。

■日時 5月27日(金)

午前11時～正午

■場所 きらら館

■定員 25名(先着順)

■参加費 990円(当日徴収)

■持ち物・服装

室内履きシューズ、運動できる服装、タオル、飲み物

■申込方法

きらら館窓口

または電話

■申込期間 5月2日(月)～

■申し込み・問い合わせ先

きらら館 ☎(52)3711



児童手当法の一部改正

6月から、児童手当法が一部改正されます。大きな変更点は、次の2点です。

現況届の省略

毎年6月に行っていた現況届が原則不要になります。

ただし、公簿などで現況が確認できない場合は、通知を送付します。

特例給付の所得制限

所得が一定額を超える方は、今年の10月支給分から、特例給付の支給対象外となります。

詳しくは内閣府ホームページの「令和3年児童手当見直しに関する全国説明会」をご覧ください。

■問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

軽自動車税のグリーン化特例の基準見直し

グリーン化特例（軽課）とは、燃費性能などの優れた軽自動車を新車で取得した場合、翌年度分の軽自動車税(種別割)が軽減となる制度です。見直しにより、適用期限が令和5年度課税分まで延長されました。

■対象車・軽減割合

軽課対象区分		軽減税率
電気・天然ガス軽自動車	平成21年排出ガス基準10%低減または平成30年排出ガス規制適合	75%軽減
ガソリン・ハイブリッド車（乗用・営業用のみ）	平成17年排出ガス基準75%低減または平成30年排出ガス基準50%低減達成	50%軽減
	令和2年度燃費基準かつ令和12年度燃料基準90%達成車 令和2年度燃費基準かつ令和12年度燃料基準70%達成車	25%軽減

■年税額

車種		75%軽減	50%軽減	25%軽減
四輪	乗用	自家用	2,700円	適用なし
		営業用	1,800円	3,500円
	貨物用	自家用	1,300円	適用なし
		営業用	1,000円	適用なし
三輪		1,000円	2,000円★	3,000円★

★乗用・営業用のみ

■問い合わせ先 税務課 ☎(32)8892

水道水放射性物質の検査結果

■採取日 3月7日

■採取場所 下野市各配水場

■基準値（セシウム134及び137の合計）10Bq/kg

■検査結果

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

※検査結果は、市ホームページでも公開しています。

■問い合わせ先

水道課 ☎(32)8911

固定資産税・軽自動車税などに関するお知らせ

■問い合わせ先 税務課 ☎(32)8892

軽自動車税の減免申請

障がいのある方のために軽自動車を使用する方は、一定の要件を満たす場合、軽自動車税（種別割）の減免を受けられます。

新規申請

5月31日(火)までに税務課で申請してください。

■対象軽自動車

- ・身体障がいまたは精神障がいのある方が自ら使用する軽自動車
- ・身体障がいまたは精神障がいのある方のために、生計を一にする方が使用する軽自動車
- ・身体障がいのある方などの利用に供する構造の軽自動車

■お持ちいただく物

- ・身体障がい者手帳、療育手帳、精神障がい者保健福祉手帳のいずれか
 - ・運転する方の免許証
 - ・車検証のコピー
 - ・令和4年度の軽自動車税（種別割）納税通知書
 - ・納税義務者のマイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード
- ※構造による減免を受ける方は、軽自動車の側面と後面の写真（後面はナンバーが写っているもの）をお持ちください。
※手帳所有者または運転する方以外が納税義務者の場合、本人確認書類も必要です。

■申請期間

5月6日(金)～31日(火)

■注意事項

- ・軽自動車税を納付済みの場合は、減免を受けられません
- ・減免を受けることができる軽自動車は、障がいのある方1人につき1台です
- ・普通自動車も所有している方で、自動車税（種別割）の減免を受けている場合は、軽自動車税（種別割）の減免を受けることはできません

継続申請

すでに減免を受けている方には、軽自動車税（種別割）現況報告書兼減免継続申請書を郵送してありますので、ご提出ください。

納税通知書を発送します

固定資産税・都市計画税

納税通知書と課税明細書を合わせて送付します（所有する土地の筆数、家屋の棟数の合計が16件を超える方には別送します）。

課税物件に誤りがないかご確認ください。

■発送日 5月6日(金)

■納期限・口座振替日（全期前納分と第1期分）
5月31日(火)

軽自動車税（種別割）

■発送日 5月6日(金)

■納期限・口座振替日 5月31日(火)

税務相談



車検用納税証明書の発行

令和4年度軽自動車税の車検用納税証明書は、金融機関からの収税処理が確認され次第、税務課にて無料で発行できます。申請時は、車検証（写し可）をお持ちください。

軽自動車税を口座振替している方へ

口座振替利用者への車検用納税証明書の送付は、6月中旬頃となります。

車検は、有効期限の1か月前から受けられます。車検の有効期限が5月31日から6月中旬頃にあたる方は、令和3年度の車検用納税証明書で、5月30日(月)までに車検を受けてください。

軽自動車税をキャッシュレス決済で納付する方へ

軽自動車税(種別割)をPayPayやLINE Pay、クレジットカードで納税する場合、領収書は発行されません。

納付期限内の納付に限り、車検用納税証明書を6月中旬頃に送付します。車検を受けるまでに日がない場合は、コンビニや金融機関の窓口で、現金で納付してください。

自動車税(種別割)の納期限は5月31日です

自動車税(種別割)は、コンビニや金融機関、県税事務所の窓口での納付のほか、スマートフォン決済アプリ(PayPayやLINE Pay)、クレジットカードでもお支払いできます。

自動車税の減免

心身に障がいのある方に対しては、障がいの程度など、一定の要件のもとに減免制度があります。

詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ先 県税事務所 ☎0282(23)3411

今月は“知ってみよう”と“やってみよう” 「お薬の飲み方」

お薬には、医師が処方する処方薬と市販薬がありますが、どちらも飲み方を間違えると、効果が十分に発揮されない、副作用が出るなど、健康に悪い影響が出てしまう可能性があります。

お薬の効果が十分に発揮され、安全に使用できるよう、正しい飲み方のポイントを身に付けましょう！

1日の服用回数（用法）と1回の服用量（用量）を守ろう！

お薬は人それぞれに合った量や回数が決められています。それを守らないと、副作用が起きたり、効き目がしっかりと現れなかったりすることがあります。

また、効果が感じられないからといって、勝手に1度に2回分飲んではいけません。

コップ1杯の水（200ml程度）

またはぬるま湯で飲もう！

ジュースやコーヒー、牛乳、アルコールなどでお薬を飲むと、効き目に影響を与えてしまうことがあります。

お薬がしっかりと効くように、また、お薬が食道などにくっついいたりしないように多めの水で服用しましょう。

正しいタイミングで飲もう！

お薬には、飲むタイミングが決められています。間違えないように飲みましょう。

食前・・・食事をする30分ほど前

食「直前」・・・食事のすぐ前

食「直後」・・・食事の後すぐ

食後・・・食事が終わった後30分以内

食間※・・・食事と食事の間（前の食事から約2時間後）



※食事の最中に服用することではありません！

お薬手帳を1つ持ち歩こう！

お薬手帳を見れば、薬の使用歴や飲み合わせ、病歴・副作用、アレルギーの有無を確認することができます。

健康手帳のように、自分の健康に関することや伝えたいことを記載しておきましょう。

かかりつけ薬局を1つ決めよう！

お薬や健康のことを気軽に相談できるいきつけの薬局を決めましょう。薬局を1つにすることで、複数の医療機関からお薬が出ているときでも、同じ薬が処方されていることに気づいてもらえたり、飲み合わせを確認してもらったりすることができます。

☆薬局を賢く活用してみましょう☆

■問い合わせ先 高齢福祉課 ☎(32)8904

オレンジカフェ・認知症の方の介護をしている介護者交流会

オレンジカフェ

認知症の方やそのご家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に集える場所です。介護などに関する相談もお受けします。

しもつけ茶屋

■日時 5月11日(水)・19日(木)

午前10時～正午

■場所 グリーンタウンコミュニティセンター

より処グリム

■日時 5月20日(金)

午前10時～正午

■場所 グリムの館

おひさま

■日時 5月25日(水)

午後1時～3時

■場所

サン薬局(文教1-19-4)

ゆうゆう茶屋

■日時 6月3日(金)

午前10時～正午

■場所 高齢者生きがい作業所

ゆうがお（ゆうゆう館）

共通事項

■持ち物

飲み物



認知症の方の介護をしている 介護者交流会

認知症の方を介護しているご家族の、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 5月27日(金)

午前10時～正午

■場所 申込時にお知らせ

■対象者 認知症の方を現在介護している方、または介護した経験がある方

■申し込み・問い合わせ先
高齢福祉課 ☎(32)8904

農業者年金

現況届は忘れずに提出を

現況届は、年金を受給するために毎年必要な手続きです。農業者年金を受給している方は必ず提出してください。

現況届の送付・提出

現況届は毎年5月末頃、農業者年金基金から直接、受給者本人に郵送されます。

※年金受給者ご本人が記入・署名できない場合は、代理の方が記入・署名をしてください。

■提出期限 6月30日(木)

■提出先

農業委員会事務局（郵送可）

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月から年金の支払いが差し止められます。差し止めは、現況届が提出されるまで継続されます。ご注意ください。

経営移譲年金の受給者の方へ

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。しかし、受給者が次の項目に該当するようになると、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おそれがあります。



■支給停止の対象者

- ・認定農業者
- ・JA組合員（販売代金の入金など）
- ・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、後継者などに貸付している農地を農地転用したり、後継者以外に貸し付けたりすると、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などを検討する場合は、農業委員会事務局にご相談ください。

■問い合わせ先

農業委員会事務局
☎(32)8915

全国一斉情報伝達訓練

災害などの際、国の全国瞬時警報システム（J-ALERT）から送られてくる緊急情報を確実にお伝えするため、全国一斉情報伝達が実施されます。

市内に設置している屋外拡声器や、市内の公共施設・学校施設から、一斉に放送が流れます。

■日時

5月18日(水) 午前11時

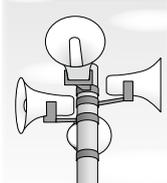
※災害などの発生により延期になる場合があります。

■放送内容

「これは、J-ALERTのテストです」×3回

■問い合わせ先

安全安心課
☎(32)8894



後期高齢者医療保険制度の保険料率など

後期高齢者医療制度の保険料率は、高齢化の進展や医療技術の進歩などの影響による1人当たりの医療費の増加などに対応するため、2年に1度見直されることになっています。

令和4・5年度の保険料率などは次のとおりです。

	令和2・3年度		令和4・5年度
均等割額	43,200円	→	43,200円（変更なし）
所得割率	8.54%	→	8.54%（変更なし）
賦課限度額	64万円	→	66万円

※均等割額とは、被保険者全員に等しく負担していただくもの。

※所得割率とは、被保険者の所得に応じて負担していただく所得割額を算出するために用いる割合のこと。

※賦課限度額とは、賦課される保険料(年額)の上限額のこと。

軽減措置

所得の低い方に対する均等割軽減と、後期高齢者医療被保険者の資格を取得する前日まで被用者保険の被扶養者であった方に対する保険料軽減措置は、令和4年度も継続されます。

■問い合わせ先

県後期高齢者医療広域連合 ☎028(627)6805

■基本的な感染対策を継続し、自分を、周りの人を、そして医療を守りましょう



マスク着用



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

苗木配布会



市内の緑化を推進するため、緑化推進委員会では苗木配布会を開催します（要事前申し込み）。

- 日時 5月22日(日) 午前11時～正午
- 場所 ゆうがおパーク
- 配布する苗木 ラベンダー（1家族1本まで）
- 定員 100組（先着順）
- 申込方法 電話
- 申込期間 5月9日(月)～13日(金)
- 申し込み・問い合わせ先
農政課 ☎(32)8906

教科用図書選定委員会

令和5年度から使用する特別支援学級用の教科用図書の選定を行います。

- 傍聴を希望する方は直接、会場にお越しください。
- 日時
第1回 6月3日(金)
第2回 7月7日(木)
午後2時～
- 場所 市役所
- 問い合わせ先
学校教育課 ☎(32)8918



オープンガーデン 見学バスツアー

しもつけオープンガーデンクラブが主催するバスツアーです。今年は埼玉と茨城の有名なお庭を見学します。

- 日時
5月23日(月)
午前7時45分集合
午後5時解散
- 行先
茨城県・埼玉県方面
- 集合・解散場所
南河内公民館駐車場
- 定員 25名（先着順）
- 参加費 9,000円
（バス代・昼食代・保険料込）
- 申込期間
5月1日(日)～12日(木)
- 申し込み・問い合わせ先
しもつけオープンガーデン
クラブ 長田
☎090(7845)2492



栃木特別支援学校 学校見学会・体験学習と早期教育相談

学校見学会・体験学習

肢体不自由のあるお子さま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。

- 日程
学校見学会
7月6日(水)

体験学習

- ・小学部(年長・転学児対象)
8月2日(火)
- ・中学部(小学6～中学2年対象)
10月28日(金)
- ・高等部(中学3年対象)
第1回
9月27日(火)・28日(水)
第2回
11月29日(火)・30日(水)



早期教育相談

就学前のお子さまの保護者の方を対象に、教育相談を実施しています。

身体の動きやことばの遅れが気になる、呼びかけても振り向かないなど、お子さまの発達や養育で心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。

※相談料は一切かかりません。
※秘密は厳守します。

相談日

月～金曜日（祝日除く）

共通事項

- 場所 栃木特別支援学校
（栃木市皆川城内町1053）
- 申し込み・問い合わせ先
栃木特別支援学校
☎0282(24)7575
学校教育課 ☎(32)8918

国分寺特別支援学校 学校説明会

特別支援学校の概要を説明するだけでなく、施設見学や授業参観、体験学習などを行います。

就学前の方は学校教育課へ、小・中学生は通学している学校へお申し込みください。

- 日程（いずれも午前中開催）
小学部（全3回）
6月29日(水)、8月5日(金)
10月4日(火)

中学部（全2回）

8月4日(木)、10月5日(水)

高等部（全3回）

- ①7月4日(月)
- ②9月13日(火)・15日(木)
9月20日(火)・22日(木)
のいずれか1日
- ③11月24日(木)
（入学者選抜説明）

場所

県立国分寺特別支援学校
（柴6-2）

問い合わせ先

- 国分寺特別支援学校
☎(44)5121
学校教育課
☎(32)8918



高機能消防指令センターの運用を開始

石橋地区消防組合では、「高機能消防指令センター」を更新し、運用を開始しました。本システムを最大限活用し、消防力のさらなる向上と災害即応能力の充実強化を図ります。

高機能指令センターの概要

119番通報の受付や災害種別・災害地点の決定、火災・救急の自動出動指令などのこれまでの機能に加え、現場映像情報伝送装置と情報共有システムを活用することで、より迅速な出動が可能となりました。

問い合わせ先

石橋地区消防組合消防本部
通信指令課 ☎(53)1119



広報しもつけを郵送します

市民の方を対象に、有償で広報しもつけの郵送を行っています。ご希望の方は総合政策課までお申し込みください。

また、次のいずれかに該当する方は、郵送費の免除を受けることができます。

- ・世帯員全員が65歳以上
- ・障がいなどにより、近くの公共施設などへ行くことが困難

免除を受けるには、年に1度申請の手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886



県立美術館 企画展

「題名のない展覧会—栃木県立美術館 50年のキセキ」が開催中です。企画展示室、常設展示室の全てを使った展示とあわせて、歴代の展覧会ポスターも一挙公開。作品の制作秘話や学芸員だけが知っている裏話を織り交ぜながら、コレクションの魅力をもひも解きます。

■会期 6月26日(日)まで

■休館日 月曜日

■開館時間

午前9時30分～午後5時
(最終入館は午後4時30分)

■観覧料

一般800円 大高生500円
中学生以下無料

※20名以上の団体料金あり。

■無料日

6月11日(土)・12日(日)
6月15日(水・県民の日)

■問い合わせ先

県立美術館
☎028(621)3566

臨時特別給付金 確認書の提出をお忘れなく!

住民税非課税世帯の方で、市から「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金支給要件確認書」が送付されている方は、提出期限を過ぎると給付金を受け取ることができません。

提出がまだお済みでない方は、忘れずに提出してください。

確認書を紛失してしまった場合は、再発行の手続きをすることができますので、お問い合わせください。

■提出方法

- ・同封の返信用封筒で返送
- ・社会福祉課窓口へ直接提出

■提出期限 5月20日(金)

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉課 ☎(32)8899

県運営適正化委員会

利用している福祉サービスが事前に説明された契約内容と違っていた、職員の言動に傷つけられたなど、サービスの内容に疑問や不満を感じていることはありませんか。

福祉サービスの利用者やご家族などからの苦情や相談を受け、助言や事業所への調査、話し合いによるあっせんなどを行い、苦情の解決を図ります。

相談は無料で、秘密は厳守します。来所の際は事前にお電話ください。

■相談日時

平日の午前9時～午後4時
(年末年始を除く)

■相談・問い合わせ先

県運営適正化委員会
(宇都宮市若草1-10-6
とちぎ福祉プラザ内)

☎028(622)2941

☎028(622)2316

✉asusw@dream.ocn.ne.jp

お詫びと訂正

広報しもつけ4月号43ページに掲載した「親子教室の参加者を募集」に誤りがありました。お詫びし、次のとおり訂正いたします。

■のびのびひろばの開催時間

4月12日～(毎週火曜日)

正：午前10時～11時

誤：午前10時30分

～11時30分

■問い合わせ先

南河内児童館 ☎(44)8420



DVホットライン

トピック
3

配偶者や交際相手など、親密な関係にある相手からの暴力をDVといいます。殴る・蹴るの身体的暴力だけでなく、経済的・精神的・性的暴力もDVです。

暴力によってあなた自身が心身に傷を負うだけではありません。子どもにDVを見せることは、心理的虐待になります。

ひとりで悩まず、まず相談を！

DVや、夫婦のこと、家族のこと、離婚など、女性の様々な相談に応じるためのホットラインを開設しています。

下野DVホットライン
☎(32)8724

女性相談員が対応し、秘密は厳守します。



■日時

平日の午前9時～午後5時
(正午～午後1時は除く)

■問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

夏休みの学童保育室入所申し込み

就労などにより保護者が日中家庭にいない児童を対象に、夏休み期間中の学童保育室入所申し込みを受け付けます。

※通常利用または週2日以下利用をご利用の方は不要。

■申込期間

6月1日(水)～15日(水)

※児童館は土曜日でも受付可(午前9時～午後5時)。

■利用時間

午前7時30分～午後7時

■保育料 日額500円
(負担上限金額あり)

■申込方法

入所申込書と、入所理由に合わせた添付書類★(同一敷地内に住民登録がある18歳以上65歳未満の方全員分)を提出

★勤務証明書、申立書、誓約書など(出産・傷病・介護・就学・求職中などの場合は、そのことを証明できる書類が必要)。

※3人以上のお子さんが同時に学童保育室を利用する場合、年少者から数えて3人目以上の保育料が全額減免となるため、減免申請書もご提出ください。

※4月以降に学童保育を利用していた方で、勤務時間や勤務先などに変更のない方は、勤務証明書は不要です。

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

南河内児童館

☎(44)8420

国分寺東児童館

☎(44)2604

国分寺駅西児童館

☎(44)0786

こどもの広場いしばし

☎(52)1129

募 集

旧日光街道と下石橋一里塚
保全整備ボランティア募集

下野市日光街道一里塚保存会では、下石橋一里塚と旧日光街道(赤道)の整備をしています。

5月と11月に、首都圏から「日光街道歩き旅」の方々が訪れることから、気持ちよく歩いていただくための整備を行います。一緒に活動していただける方は、ぜひご参加ください。事前申し込みは不要です。

■日時 5月14日(土) 午前9時～正午

■集合場所 レストラン倉井駐車場(小金井2438)

■内容 熊手などを用いた下草刈りなどの残材除去

■服装 長靴や帽子など、作業のできる服装

※用具などは事務局が準備します。

※ボランティア保険に未加入の方はご相談ください。

■問い合わせ先

下野市日光街道一里塚保存会事務局
☎080(5003)7586

手話講座 入門編～はじめての手話～
参加者募集

聴覚に障がいのある方への理解を深めるために開催します。この機会に簡単な挨拶や自己紹介などの手話を学んでみませんか？

■日時 (全15回・毎週火曜日)

6月7日～9月20日(8月16日を除く)

午後1時30分～3時

■場所 ゆうゆう館

■対象者 市内に在住または在勤で、手話を初めて学ぶ方

■定員 10名(先着順)

■参加費 2,250円(実費)

■申込期間 5月9日(月)～31日(火)

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会 ☎(43)1236 ☎(44)5807

✉ info@shimotsuke-syakyoo.or.jp



栃木県シルバー大学校 第43期生募集

高齢者の生きがいある人生を支援し、地域活動の実践者を養成することを目指します。

■応募資格

- ・60歳以上（令和5年3月31日現在）で県内在住の方
- ・地域活動に意欲がある方
- ・第25期以降のシルバー大学校を卒業していない方
- ・50～60歳未満の方で、地域活動に意欲があり、市の推薦がある方（高齢福祉課までご相談ください）

■申込期間

6月1日(水)～30日(木)
（郵送は最終日消印有効）

■入学願書の配布・提出先

市高齢福祉課またはシルバー大学校各校

学校説明会

■日時 午前10時～正午

	第1回	第2回
中央校	5月16日(月)	6月3日(金)
南校	5月17日(火)	6月1日(水)
北校	5月19日(木)	6月6日(月)

■各校の概要

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

■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

交通遺児育英会 奨学金制度

保護者が交通事故により死亡、または重度後遺障がいて働けないなどの経済的理由で、修学が困難な高等学校以上の生徒・学生（25歳以下）を対象に、交通遺児育英会が奨学金を貸与しています。

奨学金は無利息で、希望者は入学一時金や進学準備金の貸与も利用できます。他の奨学金制度と併用も可能です。

■応募方法

応募書類（電話で取り寄せるか、ホームページからダウンロード）と添付書類を提出

■申し込み・問い合わせ先

交通遺児育英会 奨学課

☎03(3556)0773

🌐 <https://www.kotsuiji.com>

集まれ！育児サポーターさん



ファミリー・サポート・センターでは、子育ての援助を受けたい「依頼会員」と援助を行う「提供会員」を募集しています。

■対象者

依頼会員

市内在住または在勤者で、生後6か月から小学6年生までの子どもを養育している方

提供会員

市内在住で、心身ともに健康で、積極的に援助活動を行うことができる20歳以上の方

提供会員のための研修会

提供会員になっていただくには、研修会の受講が必要です。

■開催日

5月27日(金)、6月20日(月)

7月20日(水)、8月19日(金)

9月27日(火)、10月13日(木)

11月16日(水)、12月5日(月)

令和5年1月26日(木)

2月1日(水)、3月10日(金)

■時間 午前9時～午後3時

■場所 南河内児童館

■定員 各10名程度

実習

各実習を1回ずつ受講します（日時は人数によって調整）。

・学童保育室実習 2時間

・保育所実習 3時間

・普通救命講習 3時間

■申し込み・問い合わせ先

ファミリー・サポート・センター

☎(40)5963



有料広告募集中

下野市の広報紙「広報しもつけ」やホームページに、会社やお店の広告を掲載してみませんか？

広報しもつけの発行部数は毎月2万部余り、ホームページは月当たり25万アクセスがあり、市内外の多くの方の目に触れるチャンスです。

掲載料や申込方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886

広告

働くお母さんの味方！ 当日お預かり可 下野市委託施設 愛泉

病児保育

病児保育 体調不良児

認定こども園 愛泉幼稚園 愛泉ベビーケア

開室日 月曜日～金曜日
時間 午前8時～午後5時
対象児 生後6か月～小学3年生(6年生まで応相談)
市内在住、保護者が市内勤務

ネット予約サービス
あずかるこちゃん

料金 1時間150円(給食代別途)
お電話 0285.44.7783

公募委員の募集



市では、市民の皆さまから幅広くご意見をいただくため、委員会などの委員の選出に公募制を導入しています。

共通事項

■応募資格

- ・市に住所を有する18歳以上(4月1日時点)の方
- ・市で設置する他の審議会などの委員でない方
- ・平日の昼間に開催される回議に出席できる方

■応募方法

応募用紙(市ホームページに掲載)を担当課に郵送、FAX、電子メール、または直接提出

■郵送の際の送付先

〒329-0492 笹原26
下野市役所 ○○課

■選考結果

審査後、ご本人あて郵送

景観審議会委員

景観形成に関する事項を審議します。

■任期 令和6年6月末まで

■公募人数 2名

■会議の回数 年3回程度

■報酬 日額6,000円

■申込期間

5月2日(月)~24日(火)(必着)

■申し込み・問い合わせ先

都市計画課 ☎(32)8909

FAX (32)8612

☑ toshikeikaku@city.shimotsuk
e.lg.jp

児童館運営委員会委員

市内児童館の適切な運営を図るため、児童館の企画運営について調査・審議します。

■応募資格 共通事項に加え、児童館を利用したことがあり、児童館運営に関心のある方

■任期 令和6年3月末まで

■公募人数 2名

■会議の開催回数

年1回程度

■報酬 日額6,000円

■申込期間

5月9日(月)~31日(火)(必着)

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

FAX (32)8603

☑ kodomofukushi@city.shimotsuk
e.lg.jp

※直接提出は児童館も受付可(月~土の午前9時~午後5時)。

相談

弁護士による 無料法律相談

■日時 (要予約)

①5月10日(火) ②5月24日(火)

③6月14日(火)

午後1時30分~4時

■場所 ゆうゆう館

■定員 各7組(1組20分)

■申込期間

① 5月9日(月)まで

② 5月11日(水)~23日(月)

③ 5月25日(水)~6月13日(月)

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会

☎(43)1236

無料行政書士相談

県行政書士会小山支部が主催する相談会です。

■日時 (要予約)

5月26日(木)、6月23日(木)

午前10時~正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4名(1名30分)

■内容 相続や遺言、農地転用、開発行為、成年後見など

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課

☎(32)8887

成年後見制度 なんでも相談会

社会福祉士が、成年後見制度に関する相談をお受けします。

■日時 5月27日(金)

午後2時~4時

■場所 申し込み時に案内

■対象者

市在住で申し立てを検討している方、ご家族、福祉関係者

■定員 2名(1名40分程度)

■内容 成年後見制度全般

■申込期限 5月25日(水)

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

心配ごとと悩みごと・子育て相談

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

相談名	日時	場所	相談員
心配ごとと悩みごと相談	5月31日(火)、6月7日(火) 午後1時30分~3時30分	ゆうゆう館	民生委員・児童委員、主任児童委員 人権擁護委員、行政相談委員
子育て相談(妊娠中・子育て中の方が対象)	5月26日(木) 午前10時~正午	南河内児童館	主任児童委員

■相談・問い合わせ先 社会福祉協議会 ☎(43)1236

まずは相談

誰でも簡単に稼げる!? ネットでの儲け話にご注意ください

情報商材（インターネットなどで販売される、簡単にお金を稼ぐ方法などと称する情報）や、暗号資産（仮想通貨）のトラブルが増えています。

具体的には、「株取引で儲かる」や、「1日数分の作業で月に数百万円を稼ぐ」と謳う情報商材を購入したが、説明と違って儲からないという相談のほか、SNSで知り合った人に勧められて暗号資産の投資をしたが出金できない、投資契約をしたが全く配当が入らない、などの事例が報告されています。

情報商材は、購入するまで内容を確かめることができません。

「高額収入を得る方法を教える」「簡単に稼げる」ことを強調する広告や勧誘は、友人・知人からの誘いでも安易に信じないようにしましょう。うまい話はありません。

また、「すぐに元が取れる」などと言われても、借金をしてまで契約するのは危険です。「お金がない」と断ると、クレジットカードでの高額決済や、ローンなどの借金を勧められる場合がありますが、必要のない契約はきっぱり断りましょう。

わからないことや不安なことがあった際は、悩まず消費生活センターにご相談ください。

市消費生活センター専用ダイヤル ☎(44)4883(市役所2階)

■相談日時 月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～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。

※土日・祝日の電話相談は消費者ホットライン☎188(局番なし)へ。



ワーク・ライフ・バランス推進事業所のご紹介(1)

従業員のワーク・ライフ・バランス（仕事と家庭の調和）の推進に取り組んでいる市内の事業所を、隔月で紹介しします。

今回紹介する事業所の認定期間は、令和5年9月30日までとなります。

株式会社のざわ屋

のざわ屋は、磯部389-1に本社を置く工務店です。従業員は育児や介護のため、法定の日数以上の休暇を取得することができます。

株式会社山本造園土木

山本造園土木は、緑2-9-1に本社をおき、造園・緑化メンテナンス・外構工事などを請け負っています。従業員が社会貢献のために取得できる、年3日の休暇制度を定めています。

まちがいさがし

わかるかな?

▼ FM ゆうがお出張放送

2枚の写真には違っているところが3つあります。みつけてみてください。(印刷の汚れは除く。)
※答えは42ページ下段



スマートフォンやタブレット端末から「広報しもつけ」を読むことができます

○カタログポケット

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



iOS Android



○トチギーブックス

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



○マイ広報紙

URL <https://mykoho.jp/>



○マチイロ

URL <https://machihiro.town/>



5月

さつき
皐月
May

ふれあい館・ゆうゆう館・きらら館休館日

ふれあい館 ☎(47)1126 ゆうゆう館 ☎(43)1231 きらら館 ☎(52)3711

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

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

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

納税ごよみ

■納期限 5月31日(火)

固定資産税・都市計画税 1期
軽自動車税(種別割) 1期
国民年金保険料 4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 14日(土)・28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

20日(金) ゆうがおパーク

■入会説明会(要申し込み)
午前10時～

18日(水) シルバー人材センター

■問い合わせ先
シルバー人材センター ☎(47)1124

平美林清掃計画

月	場所	担当
5月	天平の丘	国分寺地区老人クラブ
	花広場	花まつり協会
6月	天平の丘	下野市商工会
	花広場	下野市商工会女性部

■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

かんたん登録で気象情報や行政・イベント情報などをメール・LINE配信。
☎t-shimotsuke@sg-p.jp

■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
月～土曜日:18時～翌朝8時
日曜日・祝休日:24時間(8時～翌朝8時)

■とちぎ救急医療電話相談(大人の救急電話相談)☎#7111
携帯電話とプッシュ回線以外は、☎028(623)3344
月～金曜日:18時～22時 土曜・日曜・祝休日:16時～22時
急な病気やけがに関する家庭での対処方法や救急医療の受診の目安などを看護師がアドバイスします。

救急告示医療機関当番(一次急患)

●平日・日曜日 17:00～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	6	7
①⑥	②⑤	③④	①⑥	②④	③⑤	①④
8	9	10	11	12	13	14
②⑤	③⑥	②④	①⑤	③⑥	①④	③⑤
15	16	17	18	19	20	21
②⑥	①④	③⑥	②⑤	③④	①⑤	③⑥
22	23	24	25	26	27	28
①④	②⑤	③⑥	②④	③⑥	①⑤	②④
29	30	31				
③⑤	①⑥	②④				

番号・医療機関名・所在地

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





国際交流員ウィルペルトのコラム

環境への自覚 Umweltbewusstsein (ウムウェルトベウウストザイン)



先日、ドイツでの脱プラスチックの状況について質問を受けました。日本では先月、プラスチック削減のための法律が施行されたこともあり、この話題に触れる良い機会だと思えます。

皆さんは、プラスチックについてどう思いますか？ スーパーに行くと、プラスチックに囲まれていると感じませんか？ バナナやミカンのように、もともと自然の皮に包まれているのにプラスチックの袋に入っているものを買うことにうんざりしませんか？ 自分でお弁当を作る時間がなくて、使い捨てプラスチック容器に入ったお弁当を買わないといけないとき、罪悪感がありますか？

私は、プラスチックを押しつけられているようにさえ感じます。

ドイツ人は、一般的に環境に配慮していると言われています。ドイツ人にとって「エコロジカル」は、「環境にやさしい、自然由来、清潔、配慮、生分解性、無害」という意味です。

プラスチックは、数百年かけて小さい粒子になり続けても分解はしません。それに、燃やすと有害な温室効果ガスのCO₂と汚染物質を排出します。そのため、多くのドイツ人は好みません。また、プラスチックに触れる食べ物や飲み物、皮膚や呼吸を通して摂取するプラスチックの有害な添加物・可塑剤が及ぼす、健康や生殖機能への影響について多くの人が心配しています。

ドイツでの14歳以上の購買行動に関する調査では、27.6%の人が買い物の際にプラスチック包装を避けると回答しました。私の個人的な印象ですが、プラスチックを避けることは、ドイツでは日本よりずっと簡単です。

例えば、多くのスーパーでは牛乳やヨーグルト、生クリームなどの乳製品をガラス容器で購入することができます。パンや甘いお菓子（タルトやドーナツなど）を紙袋に入れてくれるパン屋さんも多いです。



ジャムや、あらゆる種類の漬物のほとんどが瓶詰めで販売されています。「Getränkemarkt (ゲトゥレンケマーケット)」という飲料だけを販売するスーパーでは、多くの種類の飲料（ミネラルウォーター、フルーツジュース、炭酸飲料、ビールなど）が瓶で売られています。専用の飲料用ボックスに6本から20本まで入るので、ボックスごと購入します。



購入時に、瓶とボックスには「Pfand (プファンド)」という補償金を払います。そして、飲み終わった瓶とボックスをスーパーに返却すると、プファンドは戻ってきます。

スーパーで買ったヨーグルトなどの瓶も、同様に返却します。返却された容器は業者に戻され、そこで洗浄された後、再び充填され、スーパーに供給されます。最多50回まで再利用が可能だけでなく、有害なCO₂も使い捨てペットボトルの半分程度しか発生しません。環境にやさしい包装や容器を使うことは、ドイツですずっと続いてきたことです。

それにもかかわらず、ドイツにはプラスチックの問題があります。2019年に行われた調査によると、1年間に発生する使い捨てプラスチックごみの国別比較では、ドイツは国民1人当たり22kgで世界第35位でした。日本は国民1人当たり37kgで世界第18位でした。

(Plastic Waste Maker's Index - Minderero Foundation & KPMG International)

プラスチックを減らしていくために、ドイツやヨーロッパでどのような対策が行われているかについては、6月号で書いてみたいです。

ぜひ関心をもって読んでいただきたいです。



トピック 1 児童福祉週間…P30

トピック 2 苗木配布会…P36

トピック 3 DVホットライン…P38

トピック 4 集まれ！育児サポーターさん…P39

トピック 5 公募委員の募集…P40

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
 <p>誕生日のみんな！おめでとう</p> <p>道の駅しもつけ イタージュキキャラクター カンピくん</p>	<p>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。</p>					<p>5/1</p>  <p>けいちゃん</p>
<p>2</p>  <p>みずと</p>	<p>3</p>	<p>4</p>  <p>いたるくん</p>	<p>5</p>	<p>6</p> <p>ゆうゆう茶屋 (4.35)</p>	<p>7</p> <p>児童福祉週間 (5.30)</p>	<p>8</p> <p>キンボールスポーツサンデー (4.18)</p>
<p>9</p>	<p>10</p> <p>法律相談 (5.40) ※他1回</p>	<p>11</p> <p>フレッシュママ パパ教室 (5.17) しもつけ茶屋 (5.34) ※他1回</p>	<p>12</p>	<p>13</p>  <p>いっちゃん</p>	<p>14</p> <p>オープンガーデン (5.29) ※他2回 旧日光街道・下石橋一里 塚保全整備ボランティア (5.38)</p>	<p>15</p> <p>市民活動センター内覧会 (4.33)</p>
<p>16</p> <p>市民活動センターオープン (4.33)</p>	<p>17</p>	<p>18</p> <p>育児相談 (4.13) Jアラートテスト (5.35)</p>	<p>19</p>	<p>20</p> <p>よりぬグリン (5.34)</p>	<p>21</p> <p>排便障がいWEB市民公開講座 (5.31)</p>	<p>22</p> <p>苗木配布会 (5.36)</p>
<p>23</p> <p>子育て巡回相談 (5.17) ※他1回</p>	<p>24</p>  <p>あおちゃん</p>	<p>25</p> <p>おひさま (5.34)</p>	<p>26</p> <p>ママパパ Englishサロン (5.30) 行政書士相談 (5.40)</p>	<p>27</p> <p>太極拳体験教室 (5.32) 介護者交流会 (5.34) 成年後見制度相談会 (5.40)</p>	<p>28</p> <p>「地蔵山」で自然と遊ぼう！ (4.32)</p>	<p>29</p>  <p>まあや&さあさ</p>
<p>30</p>	<p>31</p> <p>心配ごとと悩みごと相談 (5.40)</p>	<p>6/1</p>	<p>2</p> <p>パソコンなんでも相談会 (5.21)</p>	<p>3</p> <p>ゆうゆう茶屋 (5.34)</p>	<p>4</p> <p>グリンの森ネイチャーゲーム (5.21) ノルディックウォーキング教室 (5.24)</p>	<p>5</p> <p>グリンのおはなしフェスタ (5.21)</p>

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！・・・誕生月の広報紙に、お子さん(小学生以下)の写真を載せませんか？メール、または市ホームページの申し込みフォームから、掲載月の前々月の末日までにお申し込みください。メールの場合、①申込者(保護者)の氏名・住所・電話番号②お子さんの誕生日③お子さんのニックネームと写真データ(400キロバイト以上が望ましい)を info@city.shimotsuke.lg.jp まで送信してください。申込者多数の場合は抽選。ご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。著作権は市に帰属するものとします。広報しもつけは市ホームページなどでも公開します。



申し込みページ

