

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4年9月発行（毎月1日発行）No.200



**坂村市長就任
新体制がスタート**

市長退任の あいさつ



広瀬 寿雄 (ひろせ としお)
 昭和33年、下野市(旧石橋町)生まれ。栃木県議会議員を経て平成18年に下野市長に就任し、4期16年を務める。
 ことし8月5日に下野市長を退任。

平成18年に市民の皆さまの信託を得て下野市政の舵取り役として市長に就任して以来、市政の推進に全力を注いでまいりましたが、8月5日の任期満了

をもって退任することといたしました。長きにわたり、市長の重責を担うことができましたのも、多くの皆さまの温かいご支援とご協力があったからこそであり、心から感謝申し上げます。

今、振り返りますと、この16年間の出来事が昨日のこのように思い出されます。

就任当時は市の一体感の醸成に全力で取り組み、旧三町のそれぞれの地域特性を生かした新市の基礎づくりに力を入れてまいりました。「安全安心で、子育てしやすく、誰もが幸せを実感できるまちにしたい」という思いで職務にあたり、医療・福祉施策、教育環境の充実に加え、18歳までの医療費無料化を実現することができました。また、国道四号線や北関東自動車道、JRの3駅を有する恵まれた交通環境を生かし、駅周辺の都市再構築を進め、さらに産業環境の向上と地域経済発展の推進を図り、人や企業から選ばれるまちづくりを目指してまいりました。同時に、財政の健全化、防災、市内公共交通の充実など、

市が抱える多くの課題と向き合い、市長として精一杯取り組んでまいりました。

日本全体で人口減少が進む中、令和2年度国勢調査において本市の人口増加率は県内トップとなりました。まさに、いくつもの魅力あふれる施策が実を結び、本市の暮らしの良さが総合的に評価された結果だと自負しています。本市は医療・福祉関係機関も多く、交通環境にも優れ、多彩な歴史・文化的資源と緑豊かな自然環境を有しています。現在、地方を取り巻く環境は、加速する少子高齢化、多様化するニーズなど厳しい状況にありますが、豊かな地域資源を活用し、市民の皆さまと行政が互いの信頼を深め、一丸となって「住みよいまちづくり」を実践されますよう期待します。

退任後は一市民として、生まれ育った大好きな下野市の発展を見守り、微力ではありますが引き続き市のために尽力していきたいと思っています。

長い間本当にありがとうございました。

広瀬市政 16年の歩み

平成27年	平成26年	平成25年	平成24年	平成23年	平成22年	平成21年	平成20年	平成19年	平成18年
・しもつけ風土記の丘資料館オープン ・マイナンパー制度スタート	・自治基本条例制定 ・甲塚古墳から機織形埴輪などの形象埴輪群出土	・香川県高松市と歴史文化交流協定及び災害時における相互支援協定締結 ・一般社団法人下野市観光協会設立	・下野市トウサワトラノオ保存会設立	・道の駅しもつけオープン ・住民票の写し等のコンビニ交付開始	・市税等のコンビニエンスストア納付開始 ・道の駅しもつけのイメージキャラクター「カンピくん」誕生	・防災情報伝達システム(屋外拡声器・告知端末機)設置 ・ドイツ・ドイツヘルツタールと姉妹都市締結	・消費生活センター開設 ・ふるさと納税制度創設	・市民憲章制定	・南河内町、石橋町、国分寺町が合併し下野市誕生 ・広瀬市長就任
令和4年	令和3年	令和2年	令和元年 平成31年	平成30年	平成29年	平成28年			
・造成工事着手 ・しもつけ産業団地 ・南河内小中学校開校・市民活動センターオープン	・東京オリンピック・パラリンピック競技大会のホストタウンとしてキプロス共和国を歓迎 ・岐阜県本巣市と友好都市協定・災害時相互応援協定締結	・ワーク・ライフ・バランス推進事業所認定制度開始	・皇位継承の宮中祭祀「大嘗祭」で天平の丘公園の淡墨桜が風俗歌として詠まれる ・住みよざらんキング 栃木県内1位 ・コミュニケーションFM「FMゆづがわ」開局 ・こども医療費助成を18歳まで拡大	・大松山運動公園リニューアルオープン ・民俗資料館「夜明け館」が古民家カフェとしてリニューアルオープン ・三王山ふれあい公園オープン ・民俗資料館「夜明け館」が古民家カフェとしてリニューアルオープン	・甲塚古墳から出土した遺物が国の重要文化財に指定される ・第1回中学生議会開催	・下野市役所新庁舎開庁 ・下野市制施行10周年記念イベント開催 ・栃木SCと地域支援パートナーシップ協定を締結			



新市長に坂村哲也氏

下野市長選挙が7月3日に告示され、下野市長に坂村哲也氏が当選しました。

任期は令和4年8月6日から令和8年8月5日までの4年間になります。

令和4年7月10日執行 下野市長選挙投開票結果

当日有権者数	投票者数	投票率
49,619	24,304	48.98

各候補の得票数（敬称略）

候補者氏名	得票数
(当) 坂村 哲也	15,351
田 仲 進	7,714
無 効 票	1,239
計	24,304

市長就任のあいさつ

去る7月10日に執行された市長選挙において、市民の皆さまからのご信任を賜り、下野市長として市政を担わせていただくことになりました。身に余る光栄であり、改めてその責任の重大さに身の引き締まる思いでございます。

さて、下野市の誕生から16年が経過し、本市の財政を支えてきた合併特例債など、合併に伴う優遇措置はすべて終了しました。こうした中、本市が今後も将来に向けたまちづくりを積極的に展開するためには、今まで以上に慎重な財政運営が求められます。下野市の魅力や可能性を活かし、より多くの人や企業に選んでいただけるよう政策を進めながら、ふるさと納税制

度の利用促進など、新たな財政基盤を確立します。

また、教育、子育て支援、高齢者福祉政策、インフラ整備、下野市版DX（デジタルトランスフォーメーション）の推進、人材育成、そしてアフター・ウィズコロナ時代を生き抜くための新しい下野市づくりに全力で取り組んでまいります。

今後、市民の皆さま、そして市議会と共に、すべての世代が幸せを実感できる、このまちに住み続けて良かった、と思っただけのまちづくりを進めるために、研鑽を重ね努力してまいります。皆さまの温かいご理解とご協力を心からお願い申し上げます。



坂村 哲也（さかむら てつや）
昭和54年、下野市（旧石橋町）生まれ。平成30年下野市議会議員選挙で最年少当選し、令和4年に下野市長に就任。一児の父。

目次 Contents

- 2 市長退任のあいさつ
- 3 市長就任のあいさつ
- 5 いちご一会とちぎ国体
- 6 まちの話題
- 8 小規模特認校 下野市立細谷小学校
- 9 新型コロナウイルス感染症への備え
- 10 保健便り
- 13 後期高齢者医療制度に関するお知らせ
- 14 レッツスポーツ
- 17 環境トピックス
- 18 生涯学習だより
- 20 語学体験講座 Enjoy Communication!!
- 21 障がい福祉瓦版
- 22 青少年育成市民会議だより 美薔
- 24 地域おこし協力隊通信
- 25 国民年金だより
- 26 図書館だより
- 28 新・下野市風土記
- 29 暮らしの情報
- 42 9月のカレンダー
- 43 国際交流員ウィルペルトのコラム
- 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

坂村市長就任 新体制がスタート

今月の表紙は、新たに市長に就任した坂村哲也氏が、8月5日に市長を退任した広瀬寿雄氏とこぶしを合わせ、バトンタッチする様子です。

8月8日に就任式に臨んだ坂村市長は、部課長ら幹部職員を前に初訓示を行いました。坂村市長は訓示の中で、「私たちがこれから取り組んでいく政策は、他の誰かに与えられるものではなく、私たち自身の心の中から生まれてくるものです。だから

こそ、職員1人ひとりの意見を受け止めたいと思っています。職員には、市民の公共の福祉を提供するという大切な使命があります。これからも誇りと尊厳をもってその使命を果たしてほしい」「下野市は、まだまだ発展できる可能性を秘めたまちです。幸せを実感し、このまちに住み続けてよかったと思っただけのまちづくりを、ともに進めてまいります」と、力強く呼びかけました。

小山地区 定住自立圏

下野市の花火大会

小山地区定住自立圏とは、小山市・下野市・野木町・結城市が連携・協力し、人の流れの創出を図る取り組みです。ここでは各市町の情報を掲載していきます。

今月は、下野市の花火大会です。新型コロナウイルス感染症対策として2年にわたって中止されていた「国分寺地区コミュニティ盆踊り・花火大会」と「いしばし納涼踊り・花火大会」が、8月6日、花火大会のみのかたちで実施されました。花火大会は、実に3年ぶりの開催となりました。

観覧席や出店は設けず、会場に集まらなくても見ることができるよう、高さのある花火が打ち上げられました。両会場ともに、15分ほどにわたって、夏の夜空に大輪の花を咲かせました。



■人口と世帯（8月1日現在）

人口/60,127人 (+4)、男性/29,890人 (+11)、女性/30,237人 (-7)、世帯数/25,251世帯 (+14)

下野市公式
ツイッター

市ではホームページの到着情報や、災害発生時の避難場所などの情報配信を行います。右の二次元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



いちご一會とちぎ国体

第77回 国民体育大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022

来月10月は、42年ぶりのとちぎ国体の開催です！！

下野市の開催競技



サッカー競技 (少年男子)



下野市では、1回戦・準々決勝・準決勝（計3日間）が行われます。対戦の組み合わせは、9月12日(月)に行われる組み合わせ抽選会にて決定されます。



会場：大松山運動公園陸上競技場



ハンドボール競技 (成年女子・少年女子)



下野市では、成年女子・少年女子種別ともに、1回戦から決勝戦までを計5日間（全日程）で行います。対戦の組み合わせは、9月11日(日)に行われる組み合わせ抽選会にて決定されます。



会場：石橋体育センター

観戦の申込方法

国体下野市競技会では、競技ごとに入場方法が異なります。

競技名	開催日	入場方法
サッカー (少年男子)	10月2日(日)・4日(火)・5日(水)	予約不要（自由入場）
ハンドボール (成年女子・少年女子)	10月6日(木)～10日(月・祝)	事前の予約が必要 ※事前予約席のほかに当日席も若干の用意がありますが、先着順となります。

★両競技ともに、観戦日から起算して14日間の事前体調チェックが必要です。

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、競技会の開催や観戦方法などについては変更の可能性があります。詳細や最新の情報は国体市ホームページに掲載しますので、特に観戦を予定されている皆さまは、必ずご確認いただきますようお願いいたします。

■問い合わせ先

いちご一會とちぎ国体下野市実行委員会事務局
(下野市スポーツ振興課国体推進室)
☎ (32) 8920
✉ kokutai2022@city.shimotsuke.lg.jp

下野市 国体 検索



国体市実行委員会ホームページ

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

しもつけクイズ

問1

①10月中に走った、または歩いた距離を全国の参加者と競い合うイベントは、次のうちどれか？
②オクトーバーバーラン&ウォーク
③ノーベンバーバーラン&ウォーク



渡辺正二様から寄贈

カンピくんの額飾り

渡辺正二様から、カンピくんの額飾りを寄贈いただきました。額飾りはグリム保育園の図書コーナーに飾られ、子どもたちが鑑賞して楽しんでいます。

渡辺様は、市の子どもたちに喜んでもらいたいという思いで制作活動に取り組んでいらっしゃいます。ありがとうございました。



しもつけクイズ

「正解は②」

詳しくは16ページをご覧ください。

河川愛護功労者表彰

おめでとうございます

高山利夫様が、県道路河川愛護連合会から、河川愛護功労者として表彰されました。

高山様は、平成21年から10年以上にわたり、河川環境美化活動に尽力し、地域社会に貢献したことが評価され、今回の表彰となりました。



栃木県人権擁護委員連合会長表彰

おめでとうございます

人権擁護委員の小室正男様が、人権擁護活動の功績を認められ、栃木県人権擁護委員連合会長表彰を受賞しました。

小室様には、平成31年から長きにわたり、人権に関する相談対応や問題解決のために活躍していただいています。



全日本学童軟式野球大会 栃木県予選大会優勝

石橋クラブ野球スポーツ少年団

7月21日、石橋クラブ野球スポーツ少年団の選手らが、高円宮賜杯全日本学童軟式野球大会マクドナルド・トーナメント栃木県予選大会で初優勝したことを受けて、市長表敬訪問を行いました。

選手らは金メダルを首から下げ、1人ずつ「優勝できてうれしかった」「全国大会でも頑張りたい」「チームのためにサポートしたい」と喜びや抱負を話しました。





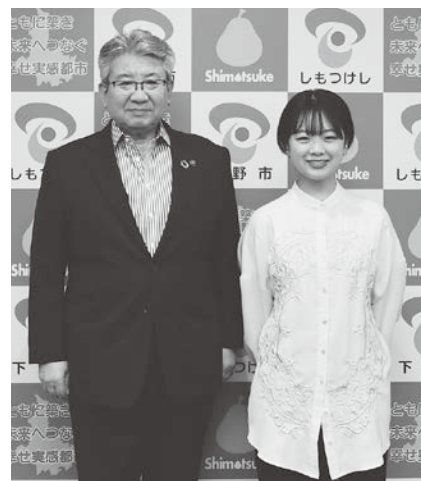
マイナビダンス・アライブ・ヒーローズ準優勝

ストリートダンサー Lil REBEL (リルレボ) 選手

ストリートダンサーのLil REBELこと石橋中3年・吉田^{いちご}菫^{いも}橋さんが、4月に行われたマイナビダンス・アライブ・ヒーローズ2022ファイナルキッズ部門において準優勝を果たし、7月21日に市長表敬訪問を行いました。

吉田さんは「ずっと目標にしていた大会だったので、準優勝できて嬉しかった。次の大会こそ優勝したい」と話しました。

吉田さんはボクシング競技でも活躍。3月に行われた全日本UJ^{フリッシュボクシング}フレッシュボクシング大会兼全日本UJ^{王者決定戦}王者決定戦シード選手決定戦女子48kg級で優勝しており、併せて市長に報告しました。



しもつけクイズ

問2

聴覚障がいのある方が運営・参加する、
①オリンピック
②パラリンピック
③デフリンピック
国際的なスポーツ競技大会は次のうちどれか？

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日に南河内公民館で、宇都宮保護観察所の三宅仁士所長から、市長に「第72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。

伝達式後は、NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえの湯浅誠理事長による講演会が行われ、誰もが生きやすい地域にしていくには居場所が必要だということを学ぶ機会となりました。



消防団夏季点検

備えは万全！

7月17日、国分寺運動公園で消防団の夏季点検が実施されました。この夏季点検は、いつ起こるかわからない火災や災害に対し、常に万全な態勢で対応ができるように行われるものです。市内全域から消防団員と21台の消防団車両が集まり、倉井団長の指揮のもと、服装と機械器具を点検しました。

災害は人命や財産を一瞬で奪いかねない恐ろしいものです。その災害を最小限に防ぐための消防団ですが、市民の皆さんの協力が不可欠です。消防団の活動に対し、皆さんのご理解とご協力をお願いします。



コミュニティナースの活動を実践中

くらしの保健室

7月27日に天平の丘公園夜明け前広場にて「くらしの保健室」が開催されました。市内在住で看護師の田中さんと高山さんによる無料相談会で、身体やこころの悩みなど何でもお話を聞いていただけます。ぜひ一度、あなたの悩みを話してみませんか。

詳細は、右側の「and_nurse」
Instagramをご確認ください。



左から田中康代さん、高山由香利さん、相談者

小規模特認校 下野市立細谷小学校

～子どもたちに笑顔があふれ 自信と安全を育む学校～

【市唯一の小規模特認校】の特色ある教育活動をご紹介します

小規模特認校とは、通学区域を広げ、一定の条件のもと市内全域から特別に入学・転入学が認められた学校です。現在20名の児童が、制度を利用して細谷小学校に通っています。

1人ひとり誰もが主役…全児童49名

- 誰もが活躍できる場がたくさんあります
→自己有用感・自己肯定感を高めます。
- 学級の人数が少なく、1人ひとりに目が届く
→個に応じた、きめ細かな指導ができます。
ICT機器や1人1台ずつのiPadを活用し、個別に最適な学びを図っています！

豊かな体験活動で心の成長を育む

これまでの活動例(◎は今年度実施予定)

- ◎地域探訪(いちご、梨狩りなど)
- ◎全校合奏(1～6年生全員での演奏)
- ◎栽培活動(かんぴょうやサツマイモなどの野菜、ひまわりやパンジーなどの草花)
- ◎保育園訪問(1・2年生生活科)
- ◎音楽鑑賞(文化庁事業) ◎習字教室(6年生)
- ◎全校校外活動 ○オカリナ演奏
- プログラミング出前講座(5・6年生)

ほんきで

そだてます

やさしさと やるき

一人一人 きらりと輝く 細谷っ子



学童保育の再開

細谷小学校東校舎2階で、学童保育が再開しました。
現在、1～6年生が利用しています。

縦割り活動で学年を越えた触れ合い

- 全校で一緒に活動する場がたくさんあり、全校生・職員がお互いのことを知っています。
- 全校合奏→全児童が心をひとつに演奏に取り組みます。
 - 共遊(わくわくタイム)の充実
→昼休みに縦割り班メンバーと一緒に遊びます。
 - ランチルーム給食
→ランチルームに集まり、全校生で会食します。
※現在は感染症対策のため、4～6年生は教室を使用。
 - 清掃活動や栽培活動も縦割りで実施

放課後教室でパワーアップ!

元教員や地域ボランティアが、一人学びを支援しています。
金曜日の「スタディ教室」では、学力向上・基礎基本定着を図ります。

小規模特認校制度による令和5年度入学児童を募集

細谷小学校の令和5年度入学児童を募集します。

■就学条件

- 1年間以上通年通学ができること
- 学校の教育活動やPTA活動などに賛同・協力できること
- 通学は保護者の責任において行うこと

■募集人数 5名程度

※特別支援学級はありません。

■募集期間

随時募集(定員に達するまで)

■申込方法

小規模特認校就学申請書を学校教育課に提出
※申請書は、細谷小学校、教育総務課、学校教育課、市ホームページで入手できます。
※許可後、事実と異なる申請や制度の趣旨に添わない事由が生じた場合は、入学許可を取り消すことがあります。

申し込む前に

事前に保護者と児童で学校を見学したうえでお申し込みください。学校見学については直接下記に連絡し、日程などを調整してください。

■申し込み・問い合わせ先

学校教育課 ☎(32)8918

細谷小学校

☎(52)1133

細谷小学校ホームページ→



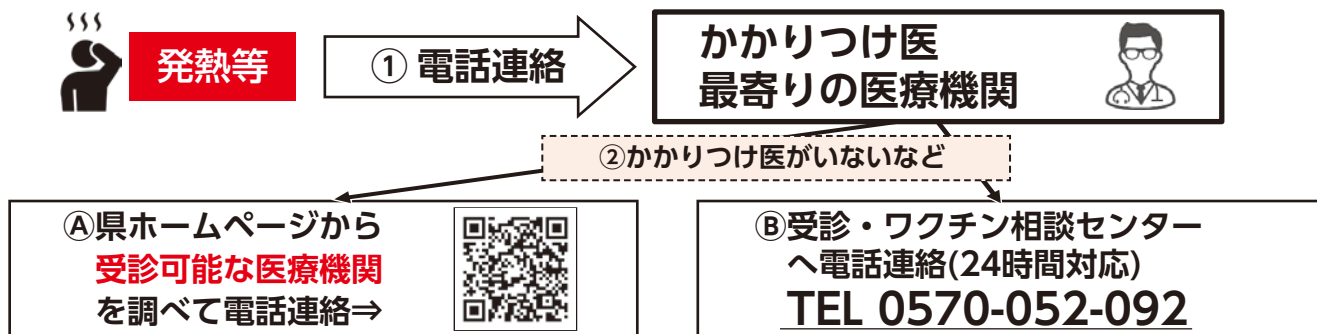
◆◆◆ 新型コロナウイルス感染症への備え ◆◆◆

■問い合わせ先 健康増進課 ☎(32)8905

新型コロナウイルス感染防止のために最も大切なことは「基本的な感染対策」の徹底です

『手洗い』『定期的な換気』『集まりは少人数・短時間で』『適時適切なマスクの着用』の実践と、『若い世代の方のワクチン3回目接種の検討』をお願いします。

発熱など体調が悪くなったら、まずは医療機関を受診してください

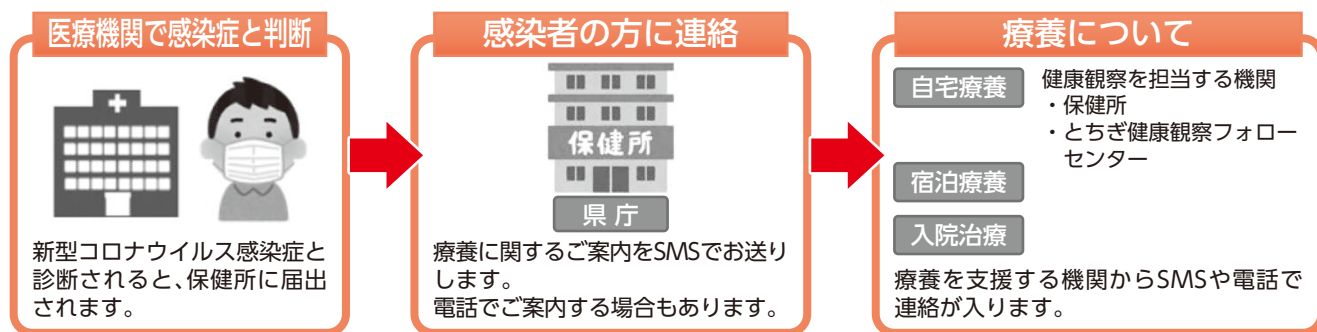


陽性となって、自宅療養が必要になったら…

療養期間は厚生労働省通知に基づき、発症日（無症状の方は検体採取日）から10日間が経過し（11日目）、かつ症状が軽快後72時間を経過するまでとしています。

症状によっては、必要に応じて療養期間が延長となる場合もあります。

栃木県では、携帯電話のショートメッセージサービス（SMS）を活用し、新型コロナウイルス感染者の方に療養に必要な情報を提供しています。医師の診断を受けた日から2日以上経過してもSMSが届かず、管轄保健所からの電話連絡もない場合は、栃木県感染症対策課☎028(623)2828（午前9時～午後5時）にご連絡ください。その他の問い合わせは、栃木県新型コロナ生活相談センター☎0570(666)983（平日午前9時～午後5時）にご連絡ください。



陽性者と同居の方は、濃厚接触者となり待機期間があります

濃厚接触者の待機期間は、最終接触日を0日目として5日間（6日目解除）が原則ですが、2日目及び3日目に抗原定性検査キットを用いた検査で陰性を確認した場合、3日目から待機解除が可能となりました。ただし、7日間が経過するまでは検温などの健康観察が必要です。

もしもの時に備えて、数日分の食料品や日用品の備蓄をお願いします

自宅療養者のための置き配もありますが、感染者の急増によりすぐにはご用意できない場合があります。食料品は、食べ慣れたものを数日分備えておきましょう。

普段の食品や日用品を少し多めに買い足しておき、賞味期限を考えて古いものから使い、使った分を買い足すことで常に一定量の備蓄を保管しておく「ローリングストック」がおすすめです。

備蓄品は災害時にも役立つため、栄養バランスを考えて日々の食品を選ぶことが大切です。



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。

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(土)～令和5年2月28日(火)



小児インフルエンザ予防接種

■対象者 市内に住民登録のある生後6か月～小学校及び義務教育学校6年生

■助成回数 期間内2回まで

■助成額

1回あたり2,000円まで

■持ち物 保険証、母子手帳、こども医療費受給資格者証

利用の流れ

1. 事前に医療機関に電話で申し込み
2. 医療機関に設置してある予診票に記入
3. 医療機関で助成金を差し引いた金額をお支払い

高齢者インフルエンザ予防接種

■対象者

市内に住民登録があり、①②のいずれかに該当する方

①接種日に満65歳以上の方

②接種日に満60歳～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいのある方(身体障がい者手帳1級程度)

■助成回数 期間内1回まで

■自己負担額 1,300円(助成金は差し引かれています)

■持ち物

- ・保険証
- ・障がい者手帳(②の方)

■市内の予防接種費用助成実施医療機関

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	木村クリニック		○	(44)8211
グリムこどもとアレルギーのクリニック	○	○	(51)1515	グリーンタウンクリニック	○	○	(44)8311
小金井中央病院		○	(44)7000	国分寺さくらクリニック	○*2	○	(40)0203
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
すずき内科・循環器科	○	○	(40)1260	せいいかいメディカルクリニックOYAMA		○	(44)8345
ちば整形外科クリニック	○*1	○	(40)0811	とちぎっ子発達クリニック	○		(32)6502
都丸整形外科医院	○*1	○	(52)1010	新島内科クリニック	○*1	○	(53)8820
にじいろこども診療所	○	○	(44)7716	ふじたクリニック	○	○	(51)2727
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	○*2	○	(44)6100				

※1…3歳以上 ※2…小・義務教育学校1年生以上

小児インフルエンザ予防接種は、小山地区医師会加入医療機関(小山市・上三川町・野木町)、ももやこどもクリニック、あかりこどもクリニック、岡田・小松崎クリニックでも接種できます。高齢者インフルエンザ予防接種は、栃木県医師会加入医療機関でも接種できます。上記以外の医療機関で接種を希望する場合は手続き方法が異なりますので、健康増進課に問い合わせまたは市ホームページをご確認ください。

小児インフルエンザ予防接種は「任意接種」です。お子様の接種に当たり予防効果や副作用について十分ご理解いただき、医師と相談のうえ接種を判断してください。

※上記の表の内容は、変更になる場合があります。

お知らせ

9月9日は「救急の日」です

救急業務および救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に、厚生労働省と総務省消防庁が毎年9月9日を「救急の日」、救急の日を含む1週間(日曜日から土曜日)を「救急医療週間」と定めています。

昭和57年から始まり、日本全国で救急にかかわる様々な取り組みが毎年実施されています。

救急医療を適正に利用しましょう

- できるだけ診療時間内に受診する
- 休日や夜間に病気やけがについて相談したいときは「とちぎ子ども救急電話相談(＃8000)」や「とちぎ救急医療電話相談(＃7111)」を利用
※休日や夜間で症状が軽い場合には、「夜間休日急患診療所」や「救急告示医療機関当番」医療機関(42ページに掲載)を利用。
- 緊急性の高い病気やけがの時はすぐに救急車を呼ぶ

日頃からの準備を

- 健康に気をつけ、相談ができるかかりつけ医(医科・歯科・薬局)を持つ
- 正しい応急手当の知識を身につける
- こども救急ガイドブック(栃木県ホームページからダウンロード)を活用する



こども救急ガイドブック

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、病気やけがなど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5日(水) 午前10時～11時45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歳以上は、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

薬物依存症 家族のつらい

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6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

教室

運動基礎教室

これから運動習慣を身につけたい方、運動の方法について詳しく知りたい方、ぜひ運動基礎教室に参加してみませんか？

みんなで楽しく運動をしましょう！

■日程

基礎コース(3日間コース)

9月22日(木)、10月6日(木)・20日(木)

継続コース(1日コース)

12月8日(木)

■時間

午後2時～3時30分(15分前から受付)

■場所 きらら館トレーニング室内会議室

■対象者 20～74歳の市内在住の方

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

■定員 20名

■内容 インボディ(体成分)測定や家でできる運動の実践、ロコモ予防について

■持ち物 運動ができる服装、室内用の靴、飲み物(水かお茶)、タオル

■申込方法 健康増進課窓口または電話

■申込期限 9月20日(火)

しもつけクイズ

問4

①認知症の方や家族、地域の方、専門職など、誰もが気軽に参加・交流できる場合は、次のうちどれか？

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）との関連が明らかになっています。

禁煙成功のために

- ステップ1**
- 禁煙開始日を決めましょう（約1週間程度の心の準備の後に禁煙を始めることをおすすめします）
 - 休日を上手に利用しましょう
- ステップ2**
- 準備期間中に、現在の禁煙習慣を見直してみましょう
例：なぜたばこを吸おうと思ったのか？
今のたばこはおいしかったか？など（これだけでも禁煙本数が大幅に減ることがあります）
- ステップ3**
- 禁煙開始日の前日には、たばこや灰皿、ライターは処分してしまいましょう

石橋いいとこ巡り健康ウォーク 参加者募集

健康しもつけ21プランにおいて、運動習慣の定着へ向けた啓発を行っています。秋空のもと、旧石橋町の見どころを巡りながらウォーキングしてみませんか？

- 日時 10月30日(日)（荒天中止）
午前10時～（約2時間）
（受付は午前9時30分～）
- 集合場所 グリムの館駐車場
- コース 旧石橋町の見どころを巡行
※10人程度に分かれ、各グループを観光ガイドが案内します。
- 定員 50名 ※定員を超える場合は抽選。
- 参加料（当日徴収）
500円（記念品、保険料など）
- 服装・持ち物 ウォーキングできる服装、運動靴、マスク、タオル、飲み物
- 申込期間 9月15日(木)～30日(金)
- 申し込み・問い合わせ先
健康ウォーク実行委員会会長 中澤
☎(53)6931
健康増進課 ☎(32)8905
（平日の午前8時30分～午後5時15分）

相 談

9月10日から16日は 自殺予防週間です

眠れない・やる気が出ない・食欲がないなど悩みを抱えていませんか？

「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を実施しています。

ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。今のつらい気持ちが少し軽くなるかもしれません。

事前予約が必要になりますので、電話でお申し込みください。

■日時 10月25日(火)

午前10時～正午

■場所 市役所

■申込期限

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。

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・保育士などがお受けします。
※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みるく （わかば保育園内）

■日時 9月26日(月)

午前9時～11時

■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（キャッシュレス決済のみ）がかかります。

子育て支援センターつくし （ゆうゆう館内）

■日時 9月28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

お子さまの成長・発達や授乳、離乳食に関する相談をお受けします。

■日時

10月17日(月)

午前9時30分～11時

※30分刻みでの予約制です。

■場所 ゆうゆう館

■相談員

保健師・助産師・管理栄養士

■持ち物

母子健康手帳、案内状（乳幼児健診で案内状をもらった方）

■申込期限 10月14日(金)



後期高齢者医療制度に関するお知らせ

窓口負担割合が
変わります！！

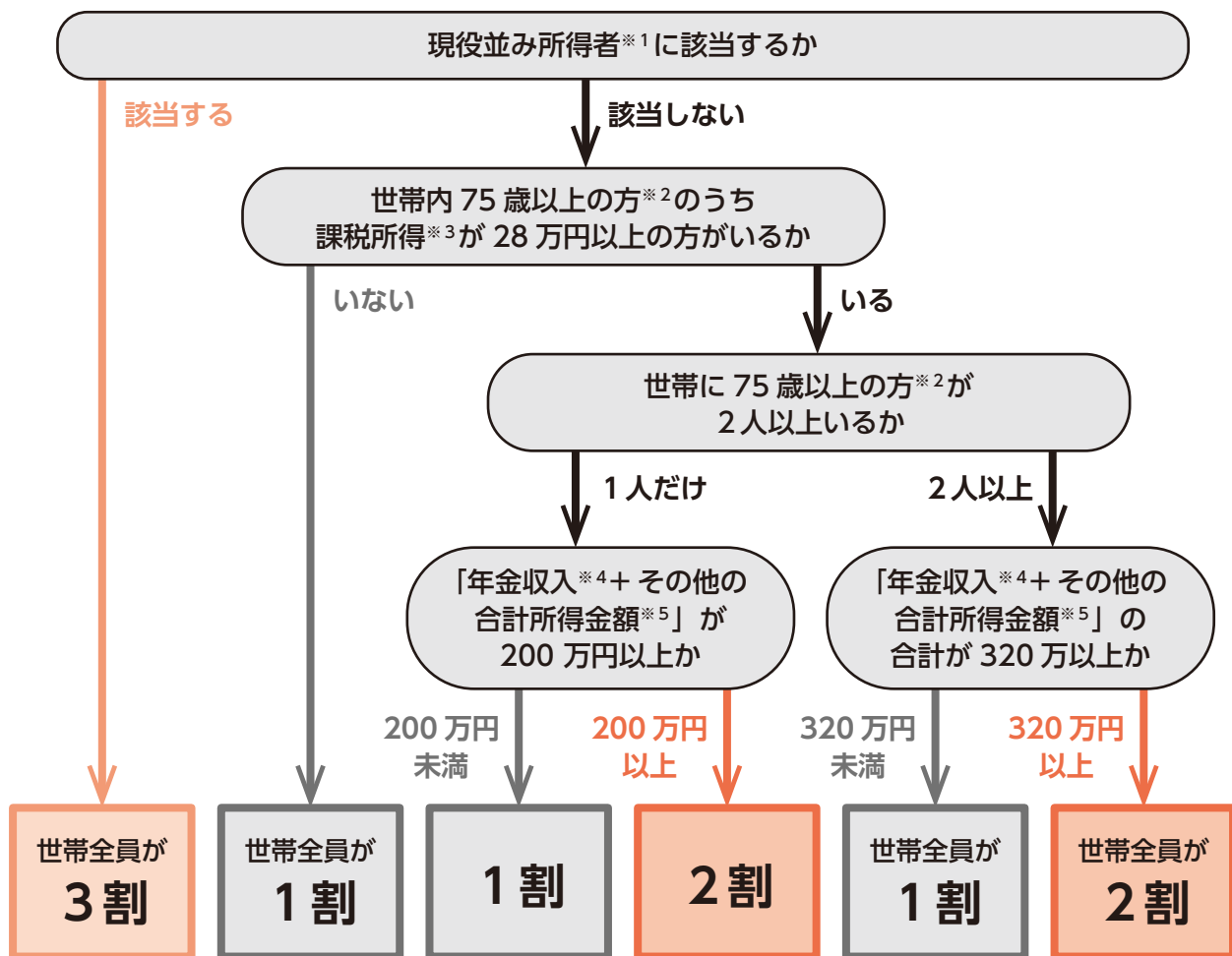
被保険者証の更新

10月1日から、医療機関等で支払う医療費の窓口負担割合に、現行の「3割」と「1割」に加え、新たに「2割」が設けられます。これまで窓口負担割合が1割であった方のうち、令和3年分の所得が一定以上ある方は、2割負担に変更になります（変更対象者は、被保険者のうち約20%です）。

ご自身の窓口負担割合は、9月22日以降に届くふじ色の被保険者証でご確認ください。窓口負担割合に変更がない方にもふじ色の被保険者証が届きますので、10月以降はそちらをご使用ください。

なお、「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」は同封されませんので、7月に送付したものをご使用ください。

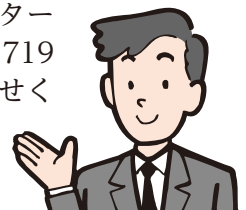
窓口負担割合の判定方法



- ※1 課税所得145万円以上で、医療費の窓口負担割合が3割の方。
- ※2 後期高齢者医療の被保険者とは、75歳以上の方（65～74歳で一定の障がいの状態にあると広域連合から認定を受けた方を含む）です。
- ※3 「課税所得」とは、住民税納税通知書の「課税標準」の額（前年の収入から給与所得控除や公的年金等控除等、所得控除（基礎控除や社会保険料控除等）を差し引いた後の金額）です。
- ※4 「年金収入」には、遺族年金や障害年金は含みません。
- ※5 「その他の合計所得金額」とは、事業収入や給与収入等から、必要経費や給与所得控除等を差し引いた後の金額のことです。

■問い合わせ先

市民課 ☎(32)8895
今回の制度改正の見直しの背景などに関するご質問は、厚生労働省コールセンター ☎0120(002)719 にお問い合わせください。



下野市南河内テニスコート
オープニング記念式典



Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

栃木県ソフトボール協会永年功労表彰受賞

市ソフトボール協会会計の梅山博行様が、県ソフトボール協会永年功労表彰を受賞し、市長を表彰訪問しました。

表彰は、栃木県及び下野市において長年を渡りソフトボール競技の普及と発展に尽力した功績を評価され、受賞したものです。

梅山様は「今後は審判の後継者の育成と、ソフトボール競技人口の増加に貢献していきたい」と話しました。



大会・運動会の中止

以下の大会・運動会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため中止となりました。

楽しみにされていた皆さまには大変申し訳ありませんが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

■中止となる事業

- 9月4日(日) キンボールスポーツ大会
- 10月23日(日) 運動会(石橋・国分寺地区)
- 令和5年1月9日(月) 天平マラソン

南河内地区 スポーツフェスティバル

幅広い年代の方にスポーツに取り組んでいただくため、スポーツ交流大会を開催します。

■日時 10月23日(日)
午前8時30分～

■場所 南河内体育センター、南河内球場 ほか

■対象者 南河内地区在住者(競技により例外あり)

■種目 卓球、剣道、バドミントン、インディアカ、グラウンドゴルフ、ソフトボール、軟式野球、硬式テニス

■申込方法

市ホームページまたは市内公共施設などに設置の申込用紙を、南河内体育センターまたはスポーツ振興課へ提出

■申込期限 9月30日(金)

※ソフトボールのみ9月21日(水)まで受付。



夢くらぶ国分寺 ボルダリング教室の参加者募集

後期教室参加者を募集します。ボルダリングルートを更新しましたので、様々な難易度でお楽しみください。

■日程(全5回・木曜日)

1stシリーズ 9月29日～10月27日
2ndシリーズ 11月10日～12月8日

※両シリーズへの申し込みは不可。

■時間

ジュニア教室 午後7時～8時
一般者教室 午後8時10分～9時10分

■場所 旧国分寺西小学校体育館

■対象者・定員(先着順)

ジュニア教室 小学生・15名
一般者教室 中学生以上・15名

■参加費(全5回分)

中学生以下 1,000円(保険料込み 会員外2,000円)
高校生以上 1,500円(保険加入は任意)

■講師 クラブ公認ボルダリング指導者

■持ち物 運動できる服装、ボルダリングシューズ(学校の上履きも可)、飲み物、着替え、汗拭きタオル

■申込方法 国分寺B&G海洋センターに設置の申込書に参加費を添えて提出(定員に達しない場合は、事務局在席日に継続して受付)

■申込期間 9月13日(火) 午前9時～

■申し込み・問い合わせ先

夢くらぶ国分寺事務局(国分寺B&G海洋センター内)
増山裕子 ☎(44)0849
(火・水・金曜日の午前8時30分～午後5時15分)





グラウンドゴルフオープン市民大会

市内のグラウンドゴルフ愛好者が一堂に会し、交流と親睦を図る大会を開催します。

■日時 10月13日(木)

午前9時30分～

※小雨決行。雨天時は翌日に延期。

■場所 国分寺運動公園

■対象者 市在住の方

■試合方法 32ホールストローク制

■表彰 男女別1位～20位、ホールインワン賞(100円以上基金あり)、参加賞

■参加費 500円 ※欠席時の返金不可。代理参加は可。

■申込方法 スポーツ交流館、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターに設置の申込用紙に参加費を添えて提出

■申込期間 9月1日(木)～26日(月)

■問い合わせ先 市グラウンドゴルフ協会事務局
館野嘉宜 ☎(48)0191

グリムの里スポーツクラブの参加者募集

チャレンジ教室

「トランポリン」

大きなトランポリンで飛んでみましょう。

■日時 9月24日(土)

午前9時30分～

■場所

石橋体育センター

■定員

15名(先着順)

■参加費

グリムの里

スポーツクラブ会員

無料

一般

500円(保険代含む)

■持ち物 運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

第2回ソフトテニス教室

初心者を対象としたソフトテニス教室を開催します。

■日時(全5回)

第1回目 10月15日(土)

午後0時15分～1時45分

正午集合

(第2回目以降は申込時にお知らせ)

■場所

大松山運動公園テニスコート

■定員 20名(先着順)

■講師 増山義一氏

■参加費 3,000円(保険加入)

※親子参加の大人は2,000円。

■持ち物

運動できる服装、タオル、飲み物、ラケット(お持ちの方)、テニスシューズ(お持ちの方)

共通事項

■対象者

市在住の未経験者(大人可)

■申込方法 スポーツ交流館に設置の申込書に参加費を添えて提出(電話申し込み不可)

■申込期間 9月12日(月) 午前9時～

■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5時)

元気ワイワイ南河内の参加者募集

安達太良山トレッキング

紅葉の安達太良山を満喫しましょう。奥岳登山口～薬師岳～安達太良山のおおよそ10.7km、標高差802mのトレッキングです。

■日時(小雨決行)

10月11日(火) 午前5時集合

■集合場所 南河内公民館駐車場

■対象者 5時間のトレッキングに耐えられる健康な大人

■定員 30名(先着順)

■参加費 7,000円(会員6,500円)

■申込方法

参加費を添えて窓口で申し込み

体力・運動能力調査

■日時 10月30日(日)

午前9時～正午

午前11時受付終了

■場所 南河内体育センター

■対象者 市在住の満20歳～79歳(4月1日時点)

■持ち物

運動できる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物

■テスト項目

成年(20歳～64歳)

握力・長座前屈・上体起こし・反復飛び・立ち幅跳び・

20mシャトルラン

高齢者(65歳～79歳)

握力・長座前屈・上体起こし・開眼片足立ち・10m障害物歩行

■申込方法 電話(会場で当日申し込みも可)

共通事項

■申込期間 9月5日(月)～

■申し込み・問い合わせ先

元気ワイワイ南河内事務局(南河内体育センター内)

☎(48)5401

(土日・祝日を除く午前9時～午後5時)



オクトーバー・ラン&ウォーク

10月は絶好のランニング・ウォーキングの季節です。下野市は今年もオクトーバー・ラン&ウォークに参加します。10月中の「走った」「歩いた」距離を、全国の参加者と競い合います。脚力に自信のある方、これから走ってみよう、歩いてみようという初心者の方も、この機会に参加してみませんか？

■参加方法 スマートフォンに専用のアプリをダウンロードする必要があります。

詳細は、(株)アールビーズのホームページをご確認ください。

URL <https://arbee.net/pj/octoberrun2022>



■参加特典 抽選で豪華賞品をプレゼント！

賞品	ランニング部門	ウォーキング部門	各部門対象数
県産牛肉カルビ1kg	300km達成	200km達成	3人
県産牛肉カルビ500g	200km達成	100km達成	10人
県産いちご4パック	100km達成	60km達成	15人
旬の野菜セット	50km達成	30km達成	35人

天平マラソン大会オンライン

冬の風物詩、天平マラソン大会は残念ながら今年も新型コロナウイルスの影響により中止となりました。代替イベントとして、オンラインマラソン大会を開催します。

オンラインマラソンは、開催期間中であればいつでも好きな時間に好きな場所を走って参加できるのが特徴で、走るのが苦手な方も自分のペースで参加できます。

昨年度は344名の方にご参加いただきました！今年も豪華プレゼントが120名様に当たります。ぜひご参加ください。

■期間 令和5年1月9日(月)～22日(日)



■参加資格

- ・国内に在住の健康な方
- ・お持ちのスマートフォンにランニングアプリ「TATTA」がダウンロードされている方
- ・新型コロナウイルスへの対応状況を踏まえ、それぞれの地域で安全に、安心して走ることが可能な方

■部門

走行距離チャレンジ部門

- ・開催期間中の累積走行距離を競う

■距離計測方法

TATTAアプリのGPSで計測

■参加方法

- ①スマートフォンでランニングアプリ「TATTA」をインストールする。
- ②RUNNETのID・パスワードと連携する。

③ランニングアプリ「TATTA」を起動し、開催期間内に走る。

■参加料 各部門2,000円

※エントリー手数料220円が別途必要です。支払いはクレジットカード・ペイパル・amazon pay・コンビニ払いなどが利用できます。

※申し込み後に自己都合でキャンセルした場合、参加料は返金できません。

■参加特典

- ・参加者全員にオリジナルTシャツ
- ・抽選で牛肉500gを20名様、いちご4パックを100名様

■申込方法

エントリーサイト・RUNNET([URL https://runnet.jp/](https://runnet.jp/))から申し込み(要会員登録)

■申込期間

10月1日(土)～12月17日(土)



栃木県郡市町対抗駅伝競走大会

令和5年1月29日(日)に行われる駅伝競走大会の出場選手を募集します。次の日程で合同練習会兼選考会を行いますので、ぜひご参加ください。

■日時 (小雨決行)

- ①9月4日(日)
 - ②10月2日(日)
 - ③11月13日(日)
 - ④12月4日(日)
- 午前9時～正午

■場所

- ①③大松山運動公園陸上競技場
- ②④国分寺運動公園

■対象者 市内在住または在学の、中学生男女と高校生以上の一般男女

■問い合わせ先

市陸上競技部 江田 ☎090(1500)7641



環境トピックス



■問い合わせ先■ 環境課 ☎(32)8898

犬猫の飼い主の方へ 飼い方のマナーを守りましょう

誰もが犬猫を好きとは限りません。ルールを守らない犬猫の飼い方は、誰もが不快に感じます。

周囲の人から理解が得られるよう、飼い主は責任と自覚をもって犬猫を飼いましょう。

■ふん・尿の処理は飼い主の責任

散歩中は、ふん・尿を片付ける道具（スコップ、尿を流す水入りペットボトル、ごみ袋など）を携帯し、必ず処理してください。庭先にふんをされて困るという相談が増えています。

■犬の放し飼いはやめましょう

犬を放し飼いにすると、ふん・尿をまき散らす、人にかみつく、物を壊してしまうなどの危険があり、周囲の迷惑となります。必ずリードを着けましょう。自由に運動させたい場合は、ドッグランなどの施設をご利用ください。

■猫は室内で飼いましょう

市内だけでも毎年約200頭の猫が路上で亡くなっています。

また、無責任なエサやりにより、野良猫が居ついてしまい、ご近所の車や庭木などに被害が出てしまうことによる相談も増えています。エサをあげるだけでなく、ふん・尿の管理や不妊去勢手術を受けさせる、室内で飼うなど、飼い主として責任をもちましょう。

猫は十分なエサがあり、安全でストレスが発散できれば、空間をうまく使えるため、広い場所は必要としません。室内で飼うことで、家出や迷子、交通事故、病気の感染、鳴き声やふん・尿による近所トラブルも防止できます。

環境家計簿モニター募集中

環境家計簿とは、家庭で使用した電気やガスなどの使用量から温室効果ガスを算出して記録するものです。

環境家計簿を提出していただける方を募集しています。提出いただいた方には、抽選で道の駅しもつけ商品券1,000円分を進呈します。また、提出いただいた方は環境カウンセラーによる環境家計簿診断を無料で受けることができます。診断を受けた方には粗品を進呈します。

■対象者 市在住の方（1世帯1回まで）

■申込方法 令和4年1月以降の12か月分の環境家計簿を記入し、環境課に直接提出またはメールで提出

※様式は環境課と市ホームページで配布。

■申込期限

令和5年2月28日(火)

■申し込み先 環境課

☐kankyou@city.shimotsuke.lg.jp



市ホームページ

不用品リサイクル情報

市では、不用品リサイクル情報を提供しています。

〈譲りたい〉

- ・石橋幼稚園服一式（130）
- ・犬用品（ケージ、リード、水飲み皿、ボール）
- ・抱っこ紐（黒）
- ・ストライダー、ヘルメット
- ・トミカ（立体交差点、郵便局、工事現場）

〈譲ってほしい〉

- ・原付スクーター
- ・テレビ録画機器
- ・ソファ ・冷蔵庫 ・洗濯機
- ・セミダブルベッド
- ・自転車（24インチ）
- ・衣装ケース ・衣装ハンガー
- ・カラーボックス ・ノートPC
- ・南河内第二中男子制服（上下）
- ・ダイニングテーブル（2人用）
- ・学生服（160～170A）
- ・国分寺中体操着（160～170A）
- ・こども用三輪車

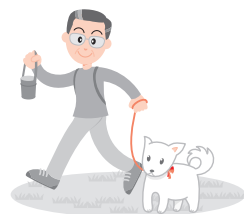
動物愛護ふれあい作品展 作品募集の中止

例年、栃木県で実施している動物愛護ふれあい作品展の展示作品募集は、今年度は中止となりました。

■問い合わせ先

県動物愛護指導センター

☎028(684)5458



ひと・まちづくり トークセッション

地域づくりへの一歩を踏み出そうとする若者・子育て世代がつながる場として、地域づくりの実践者によるトークセッションを開催します。

■日時

9月27日(火)
午後6時30分～8時30分

■場所

市役所

■定員

30名(先着順)

■参加費

無料

■詳細・申込方法

市ホームページをご確認ください。

■問い合わせ先

生涯学習文化課

☎(32)8919

音訳ボランティア体験講座 「体験！広報しもつけデジ版CD作成」

「音訳ボランティア」を知っていますか？ 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です。この体験講座では、広報を読み、パソコンでデジタル録音・編集・デジ版CDを作成します。

■日程・内容(全3回)

①10月7日(金)

広報しもつけを読む・デジ録音

②10月14日(金)

デジ録音・編集

③10月21日(金)

デジ録音・編集及び広報
11月号ミーティング見学

■時間

午前10時～正午

■場所

市民活動センター

■定員

8名(先着順)

■講師

音訳ボランティアこだま

■申込期限

10月6日(木)

■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

☐syougaiakusyuusentaa@city.shimotsuke.lg.jp

(日・月曜日・祝日、9月20日(火)を除く午前9時～午後5時)

・社会福祉協議会

☎(43)1236 FAX(44)5807

☐info@shimotsuke-syakyo.or.jp
(土日・祝日を除く午前9時～午後5時)

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。

■日時(要予約)

10月6日(木)
午後2時30分～4時

10月20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)

■問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122



Zoom基礎講座

離れて暮らす家族や友人とのおしゃべり・飲み会・授業・会議などを、オンラインで行う方法を学びましょう。

■日時(全5回)

11月7日(月)～12日(土)
※11月9日(水)を除く。
午前9時30分～11時30分

■場所

市民活動センター

■対象者

次の全てに該当する方

①パソコンで文字入力やマウス操作ができる

②パソコンでメールの操作ができる

③次の仕様を満たすパソコンを持っていることができる

・Windows10
・Wi-Fi通信機能がある
・Webカメラがついている(単体購入品でも可)

■定員

8名(先着順)

■講師 下野PC愛好会(パソコンボランティア講師団体)

■テキスト

(株)インプレス
「世界一やさしいZoom」

■参加費 2,030円(テキストをお持ちの方は1,500円)

■持ち物 パソコン、ヘッドホン(マイク付・片耳型も可)

■申込方法 市民活動センター(研修室3)で参加費を添えて申し込み

※事前にソフトをインストールするため、パソコンを申し込み時にお持ちください。

■申込期間

10月13日(木)・14日(金)
午前9時～正午

■問い合わせ先

生涯学習情報センター

☎(32)6122

第9回グリムの森フェスティバル

音楽会やeスポーツ体験など、多くの方々に楽しんでいただけるイベントを開催します。

ご家族やお友達など、みんなで遊びに来てください。

9月24日(土)

秋の寄せ植え講座

詳細はチラシやホームページをご覧ください。

■時間 午前10時～(1時間程度)

■定員 20名程度(要申込)

グリムの森の音楽祭

バンド演奏、キッズダンスなど(雨天中止)。

■時間 午前11時～午後3時

9月25日(日)

ツリークライミング

■時間

①午前10時10分～

②午前11時25分～

③午後1時25分～

④午後2時40分～

■定員 各回10名(要申込)

■申込期間

9月10日(土)～16日(金)

■申込方法 グリムの館ホームページの専用フォームより申し込み(多数の場合は抽選)

石橋高校吹奏楽部コンサート

■時間 午後1時開場

午後1時30分開演

■定員 150名

■整理券配布

9月1日(木) 午前9時～

わくわく・エンタメデー

ライブステージ、eスポーツ体験、モノづくり体験など(小雨決行)。

■時間 午前10時～午後3時

両日共通

■場所 グリムの館

日独交流コーナー

■時間 午前9時～午後3時

■問い合わせ先

グリムの館 ☎(52)1180

市写経倶楽部会員募集

市文化協会書道専門部による、市内の各寺院を「宗派を超えて」巡りながら写経を楽しむ会です。

書道振興を目的とするため、特定の宗教的色彩は帯びません。

会員の方には、開催日時と場所をお知らせします。

■年会費 無料

※参加時に別途負担金がかかります。

■申し込み・問い合わせ先

市文化協会事務局

(生涯学習文化課)

☎(32)8919



押し花アート展

市文化協会加盟団体の「押し花アート逸子」会員による押し花アート展を開催します。

会員一同の円熟した作品約60点をご覧ください。

ご来場をお待ちしています。

■日時 9月10日(土)～17日(土)

午前9時～午後4時

※最終日は午後3時まで。

■場所 市役所1階 市民ロビー

■問い合わせ先

押し花アート逸子 海老原 ☎090(1058)6420



第26回彩友会絵画展

市文化協会加盟団体の「彩友会」会員による絵画展を開催します。

油彩、水彩、アクリル画など約50点の作品が一堂にご覧いただけます。

ぜひこの機会にお気軽にご鑑賞ください。

■日時 10月3日(月)～7日(金)

午前9時～午後5時

※最終日は午後4時まで。

■場所 市役所1階 市民ロビー

■問い合わせ先

彩友会 古島 ☎(44)1526



国際交流がメインの語学体験講座 Enjoy Communication!!

市国際交流協会の外国語講座が、「Enjoy Communication!!」として新しく生まれ変わりました。

新しい講座は、語学の習得だけを目的としていません。日本在住の外国人と、お互いの違いを認め合い、お互いを尊重しあえる地域社会（多文化共生社会）を築くための第一歩となる講座を目指しています。言葉の背景にある習慣や文化を知り、より豊かなコミュニケーションの力を養いませんか。

すべての講座が、初心者を対象としています。英語と中国語の他、スペイン語とベトナム語とロシア語が新しく加わりました。各講師による初歩からの文法や、語学以外のテーマトークもお楽しみに！



■開催期間 10月～2月

■参加条件 下野市国際交流協会の会員であること

※受講料と一緒に年会費を納めていただければ入会できます。

- ・個人会員 1,000円
- ・ファミリー会員 2,000円
- ・学生会員 500円

■定員 各10～15名

※定員を超えた場合は抽選となります。

■回数 月2回（全10回）

■受講料 原則5,000円

※応募人数によって金額が変動する場合があります。

※コースによっては別途テキスト代が必要になります。

■申込方法 市ホームページの申し込みフォーム、メール、はがき、FAX（窓口・電話は不可）

■必要事項

- ・参加希望コース
- ・氏名とよみがな
- ・住所と電話番号
- ・メールアドレス（あれば）



市ホームページ

■申込期限

9月19日（月祝）（必着）

■受講までの流れ

- ①事前申し込み
- ②結果通知で詳細をお知らせ
- ③受講料を、通知に記載している銀行口座に振り込み（手数料はご負担ください。市役所の窓口では納入できません）

■注意事項

- ・振込明細書の他に領収証が必要な方は、申し込み時にその旨を明記してください
- ・途中で参加をやめても受講料は返金しません（協会が講座を中止した場合を除く）
- ・講師や講座の詳細は、左上の二次元コードを読み取るか、市ホームページで「07918」と検索してご確認ください

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課

☎(32)8887 ㊚(32)8606

✉ shiminkyoudousuishin@city.shimotsuke.lg.jp

〒329-0492 下野市笹原26

コース	講師	曜日	時間	場所	内容
ベトナム語・文化（入門）	金アイン 	第1・3月曜日	10:00～11:00	市民活動センター（緑3-5-1）	ベトナムの標準語（ハノイ）の発音や挨拶、簡単な日常会話と、ベトナムの文化を勉強しましょう。
中国語・文化（入門）	大野京玉 	第1・3火曜日	10:00～11:00	薬師寺CC（薬師寺1387-25）	音楽や料理、スポーツ、世界遺産などを通して楽しく中国語を学びましょう。
	石川嘉玲 	第2・4金曜日	19:00～20:00	グリーンタウンCC（緑3-5-1）	氏名の中国語読みや簡単な挨拶、中国と日本の違いなど、中国の文化・歴史・習慣を学びましょう。
スペイン語・文化（入門）	大島敦子 	第1・3土曜日（10月は第2・4）	10:00～11:00		音楽や料理、スポーツ、世界遺産などを通してスペイン語を楽しく学び、あなたの世界を広げます！
英語・文化（入門）	セミキナ・マルガリータ（リータ） 	第2・4日曜日	10:00～11:00		様々なトピックで自分の意見を表現し、楽しく英語を練習しましょう。
ロシア語・文化（入門）			11:30～12:30	日本とロシアの文化・価値観の共通点と違いを見ながら、楽しくロシア語の基礎を学びましょう。	

※日程は諸事情により変更となる場合があります。 ※CCは、コミュニティセンターの略です。



まだまだ暑い日が続いていますが、暦の上では秋ですね。秋と言えば、スポーツの秋。障がい者のスポーツ大会は、主に身体障がい者が参加している「パラリンピック」、聴覚障がい者のための「デフリンピック」などがあります。今年には10月に「いちご一会とちぎ大会(第22回・全国障害者スポーツ大会)」も控えています。皆さんは「スペシャルオリンピックス」をご存知でしょうか。



スペシャルオリンピックスとは

知的障がいのある人たちに、日常的なスポーツトレーニングと、その成果の発表の場である競技会を提供する、国際的なスポーツ組織です。

身近なトレーニングから世界大会まで、さまざまな活動を総称していることから、「スペシャルオリンピックス」という複数形の名称になっています。



歴史

1962年、アメリカでは知的障がいのある人たちが差別的な扱いを受けており、一度もプールで泳いだり、トラックで走ったりしたことがない人たちがいました。そこで、アメリカ人のユニス・シュライバーさんが自宅の庭を開放し、スポーツの機会を提供したことが、スペシャルオリンピックスの始まりです。ユニスさんの姉にも知的障がいがありました。

ユニスさんは活動を通じて、知的障がいのある人たちの可能性を広げ、社会参加を推進しようと尽力してきました。1968年に組織化され、その信念は現代へとつながり、世界170ヵ国以上、500万人を超えるアスリートが参加しています。

日本では、1994年に国内の本部組織である「スペシャルオリンピックス日本」が設立されました。現在は47都道府県に地区組織が設立され、全国で約8,500人のアスリートと、13,000人以上のボランティアが参加しています。

特徴

スペシャルオリンピックスの最も大切な活動は、各地で行われる日常的なスポーツトレーニングです。参加する知的障がいのある人たちは、年齢や能力に関わらず「アスリート」と呼ばれます。アスリートと同じ地域のボランティアが運営、コーチなどを務め、一緒にスポーツを楽しむことが基本方針です。

現在、日本では夏季17競技(陸上など)、冬季8競技(アルペンスキーなど)が行われています。

大会は地区大会から世界大会まであり、性別や年齢、競技能力などによってグループに分かれて競い合います。表彰台には上位だけではなく、出場したアスリート全員が立ちます。最後まで競技をやり終えたことに対して、1人ひとりに変わらぬ拍手が送られるのです。



関連情報

➤スペシャルオリンピックス
日本
ホームページ



➤スペシャルオリンピックス
日本・栃木
ホームページ



出典：スペシャルオリンピックス日本



～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

早いもので、5月に総会を終えてから『光陰矢の如し』で時が経ちます。「今年こそ」と気合いを入れたところですが、新型コロナウイルス感染症は今なお猛威を振るっており、計画をしていた事業も次々と変更せざるを得なくなりました。本会議ではコロナ禍における開催方法等の検討を加え、子どもたちの健全な育成を支援するため各事業の実施に努めてまいります。今後とも皆さまのご協力をお願い申し上げます。

今年度の事業経過と今後の活動計画についてお知らせします。

下野市青少年育成市民会議 会長 大塩 宗里

令和4年度総会

5月29日に南河内公民館において令和4年度総会を開催しました。令和3年度事業報告・決算、令和4年度事業計画・予算・役員選出のすべての議案が可決・承認されましたので報告します。

例年、総会後に講習会を開催していましたが、感染症対策として時間を短縮するため中止となりました。



令和3年度決算報告

収入 2,027,738円

項目	収入済額	備考
会費	1,355,000円	南河内地区 396,500円
		石橋地区 535,800円
		国分寺地区 422,700円
補助金	30,000円	とちぎ未来づくり財団
繰越金	642,727円	前年度繰越金
雑収入	11円	預金利子

支出 1,342,313円

項目	支出済額	備考
運営費	133,907円	会議、通信費等
活動費	1,198,336円	横断旗、消毒液購入等
交際費	4,320円	謝礼
活動保険料	5,750円	傷害保険料

研修会を開催しました

6月29日に国分寺公民館において、本会議の役員・理事を対象とした研修会を実施しました。

講師に下都賀教育事務所ふれあい学習課の椎名裕美氏をお招きし、「地域全体で子どもの健やかな成長を支えるために」と題してご講話いただきました。

青少年育成支援団体としての役割を再認識する、大変有意義な機会となりました。今後の活動に活かしてまいります。



プロジェクト立ち上げ

子どもたちの成長段階に応じて、子どもたちを中心に置いた隙間のない支援の輪を広げたいとの思いから、社会福祉協議会の連携協力をいただき「こどもまんなかプロジェクト」を立ち上げました。

支援に携わる委員自らの資質の向上研修を皮切りに、各種ボランティア団体との連携を図りながら、少しずつ歩み始めています。

親子学び合い事業の実施

親子学び合い教室『ネット時代の歩き方講習会』は、子どもたちの身近にある情報機器（パソコンやスマートフォンなど）とどのように向き合っていくべきかを親子で考える場となっています。

今年度は7校での実施を予定しており、現時点で6校が終了しました。インターネットとの正しいかわり方とリスクを理解し、上手に活用して情報化社会を健全に生き抜いていただけることを期待しています。

受講した感想

5月6日 石橋中学校

- ▶ 昔は、「子どもに危険な人が近づいてくる」ことで犯罪が起こっていたが、今はスマホがあることで「子どもから危険な人に近づいていく」という形で犯罪に巻き込まれてしまうということを知り、恐ろしく感じました。そして、自分はそういった事とは無縁だろうと思っていましたが、このような考え方をしている人こそそうっかり犯罪に巻き込まれてしまうかもしれないとも思い、今後は気を付けようと思いました。（中3・男子）



- ▶ 今回の講習会では、スマホは正しく使えばたいへん便利な道具ですが、間違った使い方をするととても危険なものになることを子どもたちが意識する良い機会になりました。家庭でも話し合いながら、安全に使用していきたいと思います。（保護者）

子どもなんでも発表会について

市内小学校に在籍する児童を対象に、自主的に特技や好きなことを発表する機会を設け、児童の自己肯定感の向上を目的とした事業です。新型コロナウイルスの影響により、令和2・3年度は中止となりました。今年度は下半期での開催を予定しておりますが、感染症対策のための開催方法等を検討してまいります。

コロナ感染防止対策の薬品配布

昨年度は、例年補助金を支出している小中学校音楽祭や子どもなんでも発表会が中止となったため、代替事業として学校には石けん液、保育所・幼稚園・児童館等には消毒液を配布しました。感染症予防対策に役立てていただければ幸いです。

6月17日 緑小学校

- ▶ ぼくが、今日の講演で心に残った言葉は、「インターネットを使ったゆうかいは、昼間に堂々と起こる。」ということです。ぼくが想像していたゆうかいは全く異なっていてびっくりしました。インターネットは、知らない人とはなれた所で話せる、とても怖いものでした。インターネットとの付き合い方しだいで、自分の味方にも、悪い人の味方にもなることも知りました。これからケータイを持った時には、自分で良いか悪いか判断しながら、使っていきたいと思いました。（小6・児童）

- ▶ 私はこの授業で、ネットと私はうまく付き合っていくことが大切だと感じました。ネットは、何に使うのかによって便利かきけんかが変わるなど分かりました。だから、自分で身を守るか、断れる力を身につけようと思います。そして自分で自分の楽しみを見つけて、作ってみようと思いました。また、スマホは便利すぎる道具なんだと感じました。だから、自分で考えたり、困ったり、覚えたりすることができなくなってしまうことがあると知りました。なのでこれからは、ネットにたよりすぎないようにして、自分でよく考えてから使っていこうと思います。そして、自分に自信をつけ、前向きになれるようにしたいと思いました。

これからは、ネットにまどわされずに、日中に堂々とだれにもばれずに行われる犯罪にもまきこまれないようにしたいです。そして、大人に成長できる人でいたいと思います。（小6・児童）



地域おこし協力隊通信

地域おこし協力隊とは

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

移住定住促進事業を担当している保澤隊員の活動報告です。

下野市オンライン交流会を実施中！

下野市について市外の方に知ってもらうことを目的に、「オンライン交流会」を定期的に開催しています。今回は、第4回目の様子について報告します。

第4回目（6月20日開催）

下野市はかんぴょうの生産量が日本一とのことで、「下野かんぴょう・ふくべ振興の会」代表の青柳さんをゲストに迎え、ふくべ細工のワークショップを行いました。参加者は東京の方が多く、「ふくべ細工」と聞いても何のことかわからない方ばかり。かんぴょうができるまでの映像を見ていただき、かんぴょうはゆうがおからできることなどを知ってもらいました。



右：講師の青柳さん



その後、青柳さん説明のもと、事前に送ったふくべ細工キットのふくべをサンドペーパーで削ったりしながら、どんな作品にするか考えてワクワク。

「ふくべ細工体験」は通年で行われているので、今度は実際に下野市に足を運んで体験してもらいたいですね。

今後、交流会の中で制作が終わらなかった参加者さんのふくべ細工作品を見るのが楽しみです♪

レポート掲載中！

ベリーマッチとちぎ  <https://www.tochigi-iju.jp/>

移住者交流会を開催しました！！

7月17日に、下野市に移住してきた方を対象とした移住者交流会を初めて開催しました。

移住して間もない方から10年以上の方まで、住んでいる地区もバラバラな4組の方が参加されました。

はじめのうちは皆さん硬い表情でしたが、自己紹介や下野市のいいところの情報を共有しているうちに緊張も解け、身近な美味しいお店などの話題で盛り上がりました。

後半は交流ワークショップとして、私の前職でもあるアロマセラピストの知識を生かして、夏に必須の虫よけスプレーをみんなで作りました。お気に入りの香りを見つけていただけたようです。



また、お子様連れでも参加しやすいよう、託児付きでの開催でした。「子どもが人見知りなので、途中退出になるかも」と心配していた方も、託児スタッフの方と楽しそうに遊ぶお子様を見て、安心して最後まで交流会にお付き合いいただけました。

参加者の方々は、移住してからつながりが無いと感じていたようですので、今回の交流会が少しでも下野市で暮らす安心材料になったらいいなと思っています。



■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886



国民年金 だより

問い合わせ先

市民課 ☎(32)8895

栃木年金事務所
☎0282(22)4131

公的年金の種類と加入する制度

公的年金は、日本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。公的年金制度は大きく分けて下記の3種類があり、勤務先等によって加入する年金制度が決まっています。

- ・国民年金 日本国内に住む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事業所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

国民年金

国民年金は、日本国内に住所を有する20歳以上60歳未満のすべての人が加入するものです。老齢・障がい・遺族の3種類の「基礎年金」を受け取ることができます。

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種類あり、それぞれの対象者と保険料の納付方法は次のとおりです。

第1号被保険者

■**対象者** 農業などに従事している方、自営業の方、学生、無職の方など

■納付方法

現金（納付書）や口座振替などにより自分で納付
※経済的理由で納付が難しい場合は、免除や納付猶予を申請することができます。

第2号被保険者

■**対象者** 厚生年金や共済年金に加入している方（65歳以上で老齢年金を受け取る方を除く）
※厚生年金の加入と同時に、国民年金第2号被保険者になります。

■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号被保険者に扶養されている配偶者で、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ではない方は、第1号被保険者になります。

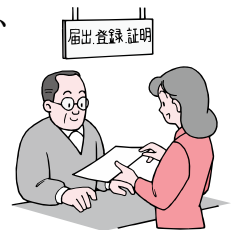
■**納付方法** 配偶者が加入する年金制度が負担

厚生年金

厚生年金は、その適用を受けている会社に所属し、かつ要件を満たしている人が加入します。厚生年金保険に加入している方は、前述のとおり国民年金にも同時に加入しているので、「厚生年金」と「基礎年金」をあわせて受け取ることができます。

共済年金

共済組合制度は、国家公務員や地方公務員、私立学校の教職員などとして常時勤務する人が加入します。厚生年金加入者と同様に、国民年金に同時に加入しているので、「共済年金」と「基礎年金」をあわせて受け取ることができます。



年金生活者支援給付金の請求

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が基準額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。令和4年度に初めて支給対象となる年金受給中の方には、日本年金機構より9月頃から案内を順次お送りする予定です。

■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、公的年金等収入額とその他の所得額の合計が881,200円以下
- ・同一世帯の方全員の市民税が非課税

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472.1万円以下の方

■請求手続き

日本年金機構から送付された案内に同封のはがき形の請求書に必要事項を記入し、郵送で提出してください。なお、前年所得額が更正される等により給付金の支給額などに影響が出る方は、年金事務所にご相談ください。

■**問い合わせ先** 給付金専用ダイヤル ☎0570(05)4092（ナビダイヤル）

不審な電話に注意！

給付金の支給に関して、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ましょう。



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/>



携帯電話からのご利用

<https://iisod001.apse.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv>



石橋図書館

■ 写真パネル展

9月1日(木)～29日(木)

■ 著者を囲む会

「認知症とともに生きる」

9月11日(日) 午前10時～11時30分

講師：若井克子 氏

定員：先着15名 ※要申し込み

■ 工作会

「スイスイおさかな！すいぞくかん」

9月11日(日) 午後2時30分～

定員：先着5名 ※要申し込み

■ 読書会

9月14日(水) 午前10時～

テキスト「銀河の雫」 高樹のぶ子 著

■ 古典文学講座「万葉集」

A組 第3回「十市皇女」他

9月17日(土) 午前10時～11時35分

■ おはなし会

9月17日(土) 午前10時30分～

「おだんごパン」ほか

10月1日(土) 午前10時30分～

「お月さまってどんなあじ？」ほか

■ ちいさなおはなし会

9月19日(月・祝) 午前10時30分～

■ 新聞コラム書き写しの会

9月26日(月) 午前10時～

国分寺図書館

■ お話ポケットの会のおはなし会

9月10日(土) 午後2時～

紙芝居「まねっこともだち」ほか

■ 親子でわくわく 旬の野菜でブーケをつくろう！

9月11日(日) 午後2時～

対象：小学生以下とその保護者

定員：先着10組 ※要申し込み

■ 読書会

9月17日(土) 午前10時～

テキスト「雪舞い」 芝木好子 著

■ ティーンズ読書クラブ

9月17日(土) 午後2時～

対象：小中学生

■ 新聞コラム書き写しの会

10月7日(金) 午前10時～

南河内図書館

■ 蔵書点検による休館

9月9日(金)～9月15日(木)

返却はブックポスト(視聴覚資料は不可)
または、石橋館・国分寺館にお願いします

■ 紙しばいと読み語り

9月24日(土) 午後2時～

「どんぐりないよ」

「いもいもほりほり」ほか

場所：2階会議室

■ 赤ちゃんといっしょ

「おもちゃを作ろう」

9月30日(金) 午前11時～

対象：生後10か月～3歳とその保護者

定員：先着5組 ※要申し込み

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。

図書館購入図書のご案内 (一部)

<一般書>

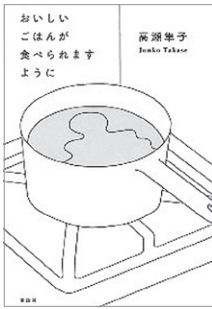
- ・星屑 (石・国) …村山由佳
- ・掬えば手には (石・国・南) …瀬尾まいこ
- ・すばらしき宇宙の図鑑 (国・南) …野口聡一
- ・アイス部手帳 (国) …アイス部
- ・言葉の還る場所で (南) …谷川俊太郎
- ・フクロウ准教授の午睡 (南) …伊与原新

<児童書>

- ・ワニのガルド (石) …おーなり由子
- ・わにくんのだめだめぼうし (石) …すみくらともこ
- ・5番レーン (国) …ウン・ソホル
- ・じゃーんけん (国・南) …山岡ひかる
- ・ひでよーし (南) …丸山誠司
- ・ぼくは勇者をたすけたい (国・南) …中松まるは

※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。

芥川賞受賞作



おいしいごはんが食べられますように

高瀬 隼子 著 講談社

食べ物を通して描かれる、もはやした人間関係。あなたの身のまわりにもあるかもしれないリアルさを感じる物語。(石・国・南)

直木賞受賞作



夜に星を放つ

窪 美澄 著 文藝春秋

大切な人との別れの経験は、心に深い傷を残したまま。それでもまた、人は人と関わり生きていく。星にまつわる5編の短編集。(石・国・南)

図書館であなたの人生の一冊に出会おう

読書人

今月のテーマ

芥川賞・直木賞

7月20日に第167回芥川賞・直木賞の受賞作が発表されました。最終選考に残った作品とあわせてご紹介します。芥川賞についてはノミネート前に掲載された雑誌でも読むことができます。詳しくは図書館にてお尋ねください。



〈直木賞候補作品〉



絞め殺しの樹

河崎 秋子 著
小学館

“菩提樹”別名“シメゴロシノキ”。苦難の連続の人生を歩んだミサエの人生の物語に、この名が付いた意味とは…。(国・南)



爆弾

呉 勝浩 著
講談社

スズキは次の爆破のヒントを言葉遊びの中に散りばめていく。ヒントはどこにあった？ 翻弄されていく捜査官たち。果たして爆破テロは未然に防げるのか。(石・国・南)



女人入眼

永井 紗耶子 著
中央公論新社

「鎌倉幕府最大の失策」と呼ばれる謎多き事件・大姫入内。その裏に隠されていたのは母娘の埋まらない確執だった。(石・国・南)



スタッフロール

深緑 野分 著
文藝春秋

主人公は映画技術に魅せられた特殊造形師とCGクリエイター。特殊メイク全盛期からCGが主流の現代まで、変遷する映画界での苦悩を描く。(石・国・南)

〈芥川賞候補作品〉

- ①家庭用安心坑夫 小砂川 チト 著 (石)
- ②ギフトッド 鈴木 涼美 著 (石)
- ③N/A 年森 瑛 著 (石・国・南)
- ④あくてえ 山下 紘加 著 (石・国)

※①は雑誌「群像」(石)、②③は「文学界」(石・国)、④は「文藝」(市内所蔵なし)に掲載されています。



◇紹介文の最後に、所蔵している図書館を表示してあります。【(石)=石橋 (国)=国分寺 (南)=南河内】

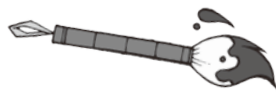
所蔵館以外でも予約をかけていただければ貸出しが可能です。詳しくは図書館にお尋ねください。

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



新・下野市風土記

「地震の研究」



下野市教育委員会 文化財課

毎年9月は、古代に発生した災害についてお伝えしています。今回のテーマは「地震」です。

江戸から明治・大正へと加速した時代の流れの中で、大都市へと変化を重ねた帝都東京や港町横浜、都市化が進んだ近隣地域は、大正12(1923)年9月1日正午に発生した巨大地震と火災により、壊滅的な被害を受けました。来年の令和5(2023)年9月1日には、この関東大震災から100年目を迎えます。

今では、この時の体験や記憶を持つ方から直接話をうかがう機会は失われ、当時の様子を知り得る術は、活字と共にわずかに残された映像や写真のみとなってしまいました。

また、令和5年は、平成7(1995)年1月17日に発生した阪神淡路大震災から28年、平成23(2011)年3月11日に発生した東日本大震災から12年目を迎えます。いずれの大震災も、100年前の関東大震災の発生時と比較すると様々なデータが記録として残されています。タブレットやスマートフォンを使えば、いつでもどこでもこれらの記録を視聴することが可能な時代を迎えました。今後、実際に震災を体験していない世代に向けた防災教育に役立つ資料として、これらの記録が体系化され、活用されることを望みます。

日本における地震研究の歴史

明治13(1880)年2月22日、マグニチュード5.5~6規模の地震が発生し、横浜を中心に被害がありました。この横浜地震をきっかけに、ジェームス・ユーイング、トマス・グレイ、ジョン・ミルンの3名の「お雇い外国人」により、本格的な地震観測機器が開発されます。

ユーイングは、明治13(1880)年に東京神田一ツ橋（現在の神田錦町）にあった東京帝国大学工科大学の構内に、水平振子を用いた地震計を考案・設置し、地震学実験所を設けました。

グレイは、スプリングを用いた上下動の観測法を考案します。これにより、地震動の水平2成分・上下成分・時刻を記録することができる、ユーイング＝グレイ＝ミルン地震計による地震観測が開始されました。

ミルンは地震に関する研究の著書を複数執筆し、彼が作ったミルン水平振子地震計は現在、重要文化財に指定されています。彼は1850年生まれの子イギリス・リバプール出身の鉦山技師でしたが、明治9(1876)年に工部省工学寮教師として日本に招かれました。東京帝国大学の工学部では鉦山学・地質学の教鞭をとり、のちに名誉教授の称号を授与されています。日本では他にも活火山や縄文時代の遺跡の調査を行い、エドワード・S・モース、ブラキストンらと共に、函館や根室市弁天島、大森で貝塚の発掘調査などに従事しました。

横浜地震を契機に地震の調査が始まるとともに、東京帝国大学内に日本地震学会が発足します。この学会は、世界初の地震を研究する学会となりました。幹事には、日本銀行本店や東京駅を設計した建築家・辰野金吾なども名を連ねています。

関東大震災の翌年の大正14(1924)年には、近代的な研究を目指し東京大学地震研究所が設立されます。研究所の発足には、寺田寅彦や彼の師である長岡半太郎、田中館愛橘らも協力したようです。

現在はこの東京大学地震研究所をはじめ、北海道大学、東北大学、京都大学、静岡大学など、多くの大学が連携して地震の研究を進めています。古代・中世の地震や噴火の関連資料についても様々な研究が続けられており、研究成果は静岡大学防災総合センターのホームページで公開されています。

繰り返し起こると考えられている地震の被害を少しでも軽減するため、絶え間なく研究が続けられています。

参考 静岡大学防災総合センターホームページ

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

イベント

文化財絵画展作品展示



市の文化財をテーマに募集した全応募作品を展示します。私たちのふるさとに息づく数々の文化財をぜひご覧ください。

■場所・日時

下野薬師寺歴史館

10月1日(土)～6日(木) (3日(月)は休館)
午前9時～午後4時30分

しもつけ風土記の丘資料館

10月8日(土)～13日(木) (11日(火)は休館)
午前9時～午後4時30分

市役所 市民ロビー

10月17日(月)～28日(金)
(22日(土)・23日(日)は閉庁)
午前8時30分～午後5時

※最終日は各場所とも午後3時まで。



■問い合わせ先

下野薬師寺歴史館 ☎(47)3121
しもつけ風土記の丘資料館 ☎(44)5049
文化財課 ☎(32)6105

おでかけじどうかん

南河内児童館が子育て支援センターづくしに出向き、手遊びや絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びなどを提供します。

また、保護者の皆さんがお子さんを遊ばせながら、気軽におしゃべりや育児情報の交換をすることができます。

事前の申し込みが必要ですので、詳細は市ホームページまたは各館おたよりでご確認ください。

■日時 9月30日(金)
午前10時～11時

■場所 子育て支援センターつくし

■対象者 未就園児とその保護者

■内容 「おはなし だいすき」

■問い合わせ先
南河内児童館 ☎(44)8420
子育て支援センターつくし ☎(43)1233

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。

大人の方のみの参加や外国の方も大歓迎です！ 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？

■日時 9月29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 10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



民生委員・児童委員協力者等 育成事業講座

地域全体で民生委員・児童委員を支える機運を醸成し、活動への協力者や将来的な担い手を育成するため、民生委員の活動等に関する講座を実施します。

■日時 11月3日(木・祝)
午前10時～

■場所 市役所

■対象者 市内在住の方で、次のいずれかに該当する方
・今後、地域活動に関わってみたい方

・民生委員について知りたい方
・地域福祉に興味のある方

■定員 50名(先着順)

■内容 民生委員・児童委員の役割や地域との連携等について
■講師 栃木県職員、市社会福祉協議会職員

■参加費 無料

■申込期限 10月24日(月)

■申し込み・問い合わせ先
社会福祉課 ☎(32)8899

お知らせ

人権擁護委員のご紹介（再任）

7月1日付で、黒川栄子氏と伊澤淑子氏が、法務大臣から人権擁護委員として委嘱されました。両氏には、令和元年から人権擁護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、相談所や電話で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やくとおぼん）

■問い合わせ先 市民協働推進課 ☎(32)8887



伊澤氏

黒川氏

9月末までにマイナンバーカードを申請して、マイナポイントをもらおう！



マイナポイントとは？

マイナンバーカードの普及促進、消費活性化を目的として、キャッシュレス決済サービスで利用可能なポイントを国が付与する事業です。

- ①マイナンバーカードの新規取得で最大5,000円分
 - ②健康保険証としての利用申し込みで7,500円分
 - ③公金受取口座の登録で7,500円分
- ①～③で合計最大2万円分のマイナポイントを受け取ることができます。

令和4年9月30日までにカードの申請を行った方が、マイナポイント付与の対象となります。この機会にぜひマイナンバーカードを申請してみませんか？

※マイナポイントを受け取るためには、別途申し込みが必要です。

マイナンバーカード交付申請書の再送付

75歳未満のカード未取得の方へ、7月下旬から9月上旬にかけて、マイナンバーカード交付申請書が順次送付されています。

この申請書で、郵送またはオンラインでのマイナンバーカード申請ができますので、ご活用ください。

※詳細は同封のパンフレットをご確認ください。

申請サポートを行っています

市民課では、パソコンとデジタルカメラを使って、写真撮影からマイナンバーカードの申請までのお手伝いを行っています。ご自身での申請が難しいという方は、ぜひご利用ください。

■必要なもの 本人確認書類（運転免許証・パスポートなど、官公署発行の顔写真付き身分証明書1点、または健康保険証・年金手帳などの身分証明書2点）

※氏名・住所などの記載が最新のものに限りません。

■問い合わせ先 市民課 ☎(32)8896

にぎわい広場実験室（にぎラボ）



シモツケ大学では、石橋庁舎跡地に整備されたにぎわい広場にて、市民の皆さまが主体的に活動できるきっかけや仕組みを生み出すことを目的に社会実験を行っています。

定期的に企画を実施しており、9月も次のとおり開催します。

■日時 9月23日(金・祝)

午前10時～正午

■場所

にぎわい広場（石橋552-4）

■テーマ モルック体験会

■申し込み 不要

■その他

詳細はシモツケ大学ホームページをご覧ください。

🌐 <https://www.shimotsuke-daigaku.net>

にぎラボについてのお知らせは、シモツケ大学のTwitterアカウントにて配信しています。ぜひフォローください。

シモツケ大学Twitter

@shimogaku2020 →

■問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886



救急車の適正利用にご協力ください！

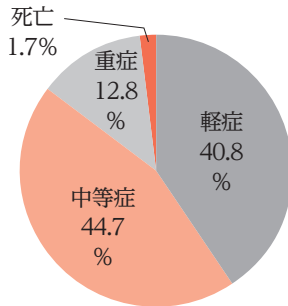


下野市・壬生町・上三川町で令和3年に救急車で搬送された人は3,827人で、このうち入院を必要としない軽症者が全体の約4割を占めています。このままでは、緊急性があり本当に救急車を必要とする人への適切な救命処置が遅れ、救える命が救えなくなる恐れがあります。

命にかかわるようなけがや急病の人を一刻も早く病院に搬送するためにも、救急車の適正利用にご協力ください。

令和3年中の救急出動件数

4,416件
(前年比134件増)
→1日平均
約12件出動



こんな症状がみられたら、ためらわずに119番通報を！

- ・意識がない(返事がない)、またはおかしい(もうろうとしている)
 - ・けいれんが止まらない、止まっても意識が戻らない
 - ・突然の激しい頭痛・胸痛・腹痛
 - ・ろれつがまわらない、うまく話せない
 - ・冷や汗を伴うような強い吐き気
 - ・片方の手足に力が入らなくなる、しびれる
 - ・交通事故にあった(強い衝撃を受けた)
 - ・大量の出血を伴う外傷
 - ・広範囲のやけど
 - ・食べ物をのどに詰まらせて呼吸が苦しい
 - ・その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合
- ※詳しくは、「とちぎ医療情報ネット」をご覧ください。

🌐 <https://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>

問い合わせ先

石橋地区消防組合
☎(53)6167



下水道管路施設点検調査における交通規制等

公共下水道事業においては、効率的かつ持続的な下水道を維持するため、下野市公共下水道ストックマネジメント実施方針に基づき、施設の点検・調査を行っています。

作業期間中はご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご協力くださいますようお願いいたします。

作業中の注意事項

調査中は原則片側通行としますが、一時全面通行止めにて実施する場合があります。

調査の種類によっては、公共

汚水ますを開ける必要があるため、該当するお宅へは別途ご案内します。

実施期間

9月頃から令和5年1月頃

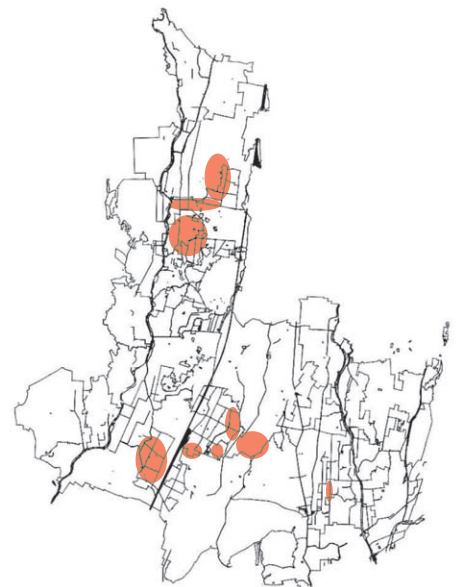
調査箇所

下古山地区、大光寺地区、グリーンタウン地区、仁良川地区、小金井地区

詳しくは右記地図、または市ホームページ掲載の詳細地図をご参照ください。

問い合わせ先

下水道課 ☎(32)8912



宝くじ
公式サイト

いつでも、どこでも。宝くじをもっと手軽に、もっと便利に!

24時間
いつでも
ネット購入



24時間買えて、
ポイントもたまる!
今すぐ会員登録

お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター | TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) | TEL 011-330-0777 (有料)



今月は“知ってみよう” “やってみよう” “つなげてみよう”

「誰もが関わる可能性のある身近な病気 “認知症”」

9月21日は“世界アルツハイマーデー” 9月は“世界アルツハイマーデー月間”

1994年に国際アルツハイマー病協会(ADI)と世界保健機関(WHO)が共同で制定しました。この日を中心に、認知症の啓蒙を世界中で行っています。

2025年には、高齢者の5人に1人は認知症になると言われています。市では、「みんなで支え合い安心して暮らせる健やかなまちづくり」を目指し、様々な認知症事業に取り組んでいます。

オレンジカフェ

認知症の方や家族、地域の方、専門職など誰もが気軽に参加できる場所です。



市内のカフェ

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)



参加者の声

- ・相談できる
- ・経験談が聞ける
- ・ホッとできる

認知症家族の会『しもつけ』

同じような悩みを持つ介護者の集まりです。悩みや不安を本音で話すことができ、色々な体験談を聞くこともできます。

認知症家族交流会

月一度の交流会は、認知症の方を介護する家族などと認知症地域支援推進員とで集まり、情報交換や相談もできる場です。



- ・辛い思いを理解してもらえる
- ・対処方法が聞ける

参加者の声

『認知症サポーター』になろう！

認知症を正しく理解し偏見を持たず、認知症の方や家族を温かく見守る応援者として、自分の出来る範囲で活動しています。

- ・認知症に対する印象が変わった
- ・「驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけない」を心得て接したい
- ・家族などの理解も重要



サポーターの声

『チームオレンジしもつけ』になって活躍してみよう！

認知症サポーターステップアップ講座を受講したボランティアの集まりです。認知症になっても安心して生活ができる地域づくりを目指しています。

活動例

オレンジカフェへの参加・運営・手伝いなど



認知症に関する相談窓口「地域包括支援センター」 通称：包括(ほうかつ)

上記の取り組みに関するお問い合わせや、認知症についてお困りのことがあれば、お住まいの地域包括支援センターにご相談ください。

(電話相談可、 土日・祝日、年末年始を除く平日午前8時30分～午後5時15分)

地域包括支援センターいしばし(特別養護老人ホームいしばし内)

☎(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(特別養護老人ホームにらがわの郷内)

☎(48)1177

オレンジカフェ

オレンジカフェは、認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加でき、集うことのできる場所です。介護や認知症に関する相談をお受けすることもできます。

しもつけ茶屋

■日時

9月14日(水)・22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 毎月第3金曜日

9月16日(金)
午前10時～正午

■場所 グリムの館

おひさま

■日時 毎月第4水曜日

9月28日(水)
午後1時～午後3時

■場所

サン薬局(文教1-19-4)

ゆうゆう茶屋

■日時 毎月第1金曜日

9月2日(金)、10月7日(金)
午前10時～正午

■場所

ゆうがお作業所(ゆうゆう館)

共通事項

検温、手指消毒、飲み物持参
にご協力ください。

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

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家族の交流と情報交換の場所です。同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか？

■日時 9月30日(金)

午前10時～正午

■場所 グリーンタウンコミュニティセンター

■対象者

現在介護をしている方、または介護をした経験がある方

■参加費 無料

■問い合わせ先

高齢福祉課
☎(32)8904



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します

令和4年度の介護保険料・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9日(金)に発送します。

この通知書には、10月から来年8月までに年金から天引きされる保険料を記載しています。

なお、保険料を納付書・口座振替にて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

「移動式赤ちゃんの駅」無料貸出中です

市内で開催されるイベントで、乳幼児を持つ子育て家族が安心して楽しんでいただけるよう、移動が可能なテントや折りたたみ式オムツ交換台、マットなどの備品一式を「移動式赤ちゃんの駅」として無料で貸し出ししています。

乳幼児のオムツ交換や授乳を行うためのスペースとして、ぜひご活用ください。

※貸し出しには条件がありますので、事前にお問い合わせください。

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課
☎(32)8903



「とちぎネットアンケート」協力者募集中！

栃木県では、県民の皆さんの意識やニーズを把握し、県政に反映させるため、インターネットを利用した県政に関する月1回程度のアンケートにご協力いただける方を募集しています。

■対象者 栃木県内在住の満16歳以上の方で、ウェブサイトの閲覧、日本語によるメールの利用が可能な方。ただし、次の方は応募できません。

- ・国または地方自治体の議員
- ・常勤の国家公務員
- ・教員を除く、常勤の栃木県職員

■応募方法

右下の二次元コードから必要事項を入力し送信
※応募から1ヶ月以内にメールで通知します。

■募集期間 随時

■その他

登録後は必ず県広報課のメールアドレスが受信できるように設定をお願いします。

■問い合わせ先 県広報課

☎028(623)3757 ✉kocho@pref.tochigi.lg.jp



令和5年度

学童保育室入所申し込み



学童保育では、放課後に保護者やご家族が就労などにより不在にしている児童をお預かりします。

※すでに入所中の児童も、申し込みが必要です。

※長期休業中のみ利用の方は、長期休業ごとに申し込みが必要です。

地区	学童保育室	学校名	住所	電話
南河内	◎南河内児童館学童保育室	祇園小	緑三丁目5番地4	(44)8420
	南河内小中学童保育室	南河内小中学校	薬師寺986番地1	(48)5011
	緑小学童保育室	緑小	緑三丁目16番地1	(40)6335
国分寺	国分寺東小学童保育室	国分寺東小	柴897番地1	(40)7566
	◎国分寺駅西児童館学童保育室	国分寺小	小金井五丁目22番地1	(44)0786
	国分寺小学童保育室		小金井四丁目2番地3	(43)1121
	国分寺姿西学童保育室	国分寺小(旧国分西小地区)	国分寺1599番地2	(44)9318
石橋	石橋小学童保育室(第1)	石橋小	花の木一丁目4番地	(52)1175
	石橋小学童保育室(第2)			
	古山小学童保育室(第1)	古山小	下古山三丁目1番地4	(52)1174
	◎古山小学童保育室(第2)		下古山三丁目1番地3	(52)1334
	石橋北小学童保育室	石橋北小	上古山1922番地	(52)0087
	細谷小学童保育室	細谷小	細谷693番地	(52)3111

※土曜日保育は◎が付いた各地区1か所で開所予定ですが、利用希望者が少ない場合は他地区でのお預かりとなることがあります。

※国分寺駅西児童館学童保育室と国分寺小学童保育室、石橋小学童保育室の第1・第2、古山小学童保育室の第1・第2については、申し込み状況及び通学地域により振り分けさせていただきます。

※旧国分寺西小地区の児童は、引き続き国分寺姿西学童保育室で保育を行う予定です。

■対象者

令和5年度に小学校に在籍する児童のうち、放課後に保護者が就労などにより家庭にいない児童

※感染症、身体虚弱、その他の理由で、集団保育の実施に支障があると認められる児童は、入所できない場合があります。

■保育時間

- 平日 放課後～午後7時
- 土曜日 午前8時～午後7時
- 長期休業中 午前7時30分～午後7時

■保育料

	保育料
平日	月額6,000円
土曜日	月額2,000円
週2日以下の利用 (4年生以上対象)	日額500円
長期休業中のみ	

■保育料の減免

3人以上同時に学童保育室を利用する場合、年少者から数えて3人目以降の保育料が減免の対象です。「学童保育室減免申請書」をご提出ください。

■申込期間

10月3日(月)～31日(月) (土日・祝日を除く)
※申込期間を過ぎた場合、希望日からの利用ができません。

■申込方法 入所申込書と下記添付書類を提出
※様式は市ホームページからダウンロードできます(002434で検索)。



■添付書類 児童と同一敷地内(別世帯含む)に住居登録がある18歳以上65歳未満(令和5年4月1日時点)の方の全員分が必要です。

就労 勤務証明書
母の出産 母子健康手帳の表紙と出産予定日が分かるもののコピー

■傷病・介護

診断書など、保育が出来ないことを証明するもの
就学 学生証、在学証明書、入学内定通知などのコピー
求職中 誓約書

■申し込み・問い合わせ先

- 各学童保育室
- 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



🌐 <https://www.city.shimotsuke.lg.jp/1299/info-0000002434-0.html>

就業構造基本調査への 回答協力をお願い

総務省統計局では、就業構造基本調査を実施します。

この調査は、10月1日時点の正規・非正規雇用者の就業状況の違い、高齢層・若年層の就業状況、育児・介護と就業の関係などについて調査し、これらを全国、地域別に明らかにすることを目的とした、国の重要な統計調査です。調査結果は、働き方改革の推進に向けた各種取り組みなど、国や地方公共団体の政策の基礎資料として幅広く使われています。

調査対象は、無作為に選ばれた市内300世帯に、普段住んでいる15歳以上の方となります。

調査をお願いする世帯には8月下旬以降に調査員が伺いますので、ご協力いただきますようお願いいたします。

回答は、インターネット、郵送、調査員回収のいずれかで提出できます。いただいた内容は統計法により厳しく秘密が守られ、統計以外の目的に用いることも固く禁じられています。

■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886

農作業を行う方へのお願い

農作業を行う際は、地域住民に配慮していただき、住み良いまちづくりへのご理解とご協力をお願いします。

道路の泥よごれ

トラクターなどを使用した農作業の際には、公道に出る前に必ず泥を落としてから走行するようにしましょう。道路に落ちた泥は、交通の妨げとなる場合がありますが大変危険です。道路が汚れてしまった場合は、速やかに道路の清掃を行いましょう。

農業機械の騒音 市街地付近での早朝・夕方の機械操作は、避けましょう。

堆肥の臭い 堆肥を長時間放置せず、速やかにすきこみましょう。

野焼きの臭いや煙 野焼きは廃棄物処理法で禁止されています。農業を営むうえでやむを得ず行う焼却は認められていますが、臭いや煙が周辺環境に影響を及ぼさないよう注意が必要です。特に、市街地付近での野焼きは避けましょう。

■問い合わせ先 農政課 ☎(32)8906

9月1日～10日は 「屋外広告物適正化旬間」です

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。

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に向けて、国土交通省が定められました。

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。

市内に屋外広告物を設置する際には、設置場所や広告物の面積によって許可が必要となりますので、お問い合わせください。

■問い合わせ先
都市計画課 ☎(32)8909

危険物取扱者試験

■試験日・会場

10月30日(日) 白鷗大学

11月6日(日) 白鷗大学足利高校、栃木工業高校、那須清峰高校、真岡工業高校、作新学院高校

■種類・手数料

甲種 6,600円

乙種 (第1～6類) 4,600円

丙種 3,700円

■願書配布場所 石橋地区消防組合消防本部予防課、各消防署

■申込期間・申し込み先

書面 9月5日(月)～16日(金)

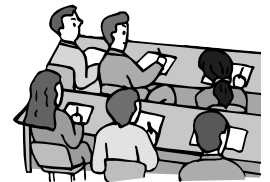
(一財)消防試験研究センター栃木県支部

電子 9月2日(金)～13日(火)

ホームページ

☎<https://www.shoubo-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
〒320-0032 宇都宮市昭和1-2-16 栃木県自治会館1階
☎028(624)1022 ☎028(624)1658



県立博物館 開館40周年記念特別企画展

鑑真和上と下野薬師寺

～天下三戒壇でつながる信仰の場～

会期：9月17日(土)～10月30日(日)

■問い合わせ先 栃木県立博物館 ☎028(634)1311

■関連行事 (要観覧券)

記念講演会「鑑真和上と戒律の伝来」

・9月17日(土) 午後1時30分～3時30分

連続講演会「下野薬師寺にまつわる歴史と美術①」

・9月18日(日) 午後1時～4時20分

募集

都市計画審議会委員を募集します

市長からの諮問に応じて、土地利用、都市施設の整備及び市街地開発事業等に関する都市計画について調査審議します。

■応募資格

- ・市に住所を有する18歳以上の方
- ・原則として市で設置する他の審議会等の委員でない方

・平日の昼間に開催される会議に参加できる方

■応募方法

応募用紙(市ホームページに掲載)を郵送、FAX、メールまたは直接提出

※応募用紙は返却しません。

■選考

選考委員会で決定し、結果を本人あてに通知

■任期 11月1日～令和8年10月31日

■会議の回数 年3回程度

■報酬 日額6,000円

■募集人数 3名

■募集期限 9月26日(月)必着

■申し込み・問い合わせ先

都市計画課

☎(32)8909 ㊟(32)8612

✉toshikeikaku@city.shimotsuke.lg.jp

健康づくりに関する体験談・川柳募集



体験談

■テーマ

自分の健康管理法とその効果

■規格 題名と本文で原稿用紙2枚程度(1人1作品)

川柳

■テーマ 運動、食事、趣味を通じた健康づくり

■規格 五・七・五調を基本とし、作品に込めた想いや背景を100字以内(1人3作品まで)

共通事項

■対象者

県後期高齢者医療制度に加入の被保険者(9月30日時点)

■優秀作品

ホームページなどで結果公表のうえ、記念品を贈呈

■申込方法 作品(様式任意)に必要な事項(郵便番号・住所・氏名・生年月日・電話番号)を添え、右記へ郵送またはメール

■申込期限

9月30日(金)必着

■申し込み・問い合わせ先

県後期高齢者医療広域連合

☎028(627)6830

〒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



子どもゆめ基金 助成活動募集説明会

■日時 9月17日(土) 午後1時～3時

■場所 佐野市立中央公民館

■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(法人格を有さなくとも可)

■定員 20団体40名(先着順)

■申込期限 9月10日(土)

■問い合わせ先 国立那須甲子青少年自然の家
大野・荒田 ☎0248(36)2334



申し込み

地上デジタル 101ch **おおきくなったら** 絶賛放送中!

元気いっばいの園児たちが 将来の夢を発表します!

【放送予定】

- ・9月5日～ 認定こども園 しらさぎ幼稚園 ほし組
- ・9月12日～ とおりまち保育園 りんご組
- ・9月19日～ 薬師寺保育園 バイナップル組

※予告なく変更となる場合がございます。予めご了承ください。

ケーブルテレビ栃木 (下野センター) **0120-25-1819**

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ヶ月～小学3年生(6年生まで応相談)
市内在住、保護者が市内勤務

料金 1時間150円(給食代別途)
お電話 0285.44.7783

ネット予約サービス **あずかるこちゃん**

夢を現実に！創業を応援します！

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。

同じ目的を持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。

しもつけ 創業塾

受講対象者

市内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

講師

(中小企業診断士・税理士)

- ・(株)ネオクラシック
代表取締役 柴田幸紀氏
- ・て印ビジネス・ラボ
代表 杉本佳寿子氏
- ・鈴木税務会計事務所 副所長 鈴木龍京氏

受講料

2,000円(10月12日(水)に徴収)

※11月27日(日)の講座終了後に交流会を開催します(任意参加)。交流会参加費は別途徴収します。

開催時間

1日目～6日目 午後6時30分～9時30分

7日目 午後1時30分～5時30分

会場 下野市商工会館 本所(下野市柴897-10)

申込方法・定員など

■申込期限 9月30日(金)

■定員 15名(先着順)

■申込方法

申込書に必要事項を記入し、商工会に提出

※申込書は商工会窓口またはホームページで取得可。

■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

「しもつけ創業塾」カリキュラム

	開催日	テーマ
1	10月12日(水)	創業への心構えとイメージをつかもう
2	10月19日(水)	ビジネスモデルを練り固めよう
3	10月26日(水)	マーケティングを学ぼう
4	11月2日(水)	売上・利益計画を作成しよう
5	11月9日(水)	資金繰り計画を作成しよう
6	11月16日(水)	ビジネスプランをまとめよう
7	11月27日(日)	ビジネスプランの発表

※やむを得ず欠席した場合には、個別に補講を実施します。

支援措置

創業塾を終了した方は、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など)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。

このほか、市では創業される方に次のような支援を行っています。

■下野市制度融資 創業資金・女性起業家創業資金

新たに事業を始める方、事業を始めて1年未満の方を対象に、有利な条件で融資を行います。

■まちなか商店リフォーム補助金

市内3駅から概ね1.5km以内の店舗を対象に、リフォームにかかる費用の2分の1もしくは3分の1、最大で100万円の補助金を交付します。

■空き店舗活用事業奨励金

空き店舗を借りて事業を開始する方を対象に、賃料の2分の1、60万円を上限に1年間奨励金を交付します。

県南産業技術専門学校 技能講習

■講座名・日程

3次元機械CAD基礎
10月18日(火)~20日(木)
2級電気工事施工管理技術試験(学科)受験対策
10月19日(水)~21日(金)
3次元機械CAD応用
10月25日(火)~27日(木)

■時間 午前9時~午後4時

■定員 各10名

■受講料 それぞれ3,580円

■申込締切 各講座開催日の10日前

■申し込み・問い合わせ先

県立県南産業技術専門学校(足利市多田木町76)
☎0284(91)0803

県立盲学校 体験学習

■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

■日時(要事前申し込み)

幼稚部 11月10日(木)
午前10時~11時30分
小学部 9月29日(木)
午前10時~11時30分
中学部 9月21日(水)
午前10時~11時30分

■高等部普通科

10月3日(月)
午前9時30分~正午

■高等部保健医療科・専攻科*

10月25日(火)
午前9時30分~正午
※あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師を養成し、視覚に障がいのある方の職業自立をサポートします。

■申込方法 実施日の2週間前までに電話またはFAX(小・中・義務教育学校生は通学している学校に申し込み)

■申し込み・問い合わせ先

県立盲学校
(宇都宮市福岡町1297)
☎028(652)2331
☎028(652)4602

県内で就職を考えている学生の皆さまへ 奨学金の返還を助成します!

とちぎ未来人材応援 奨学金支援助成金

県内で就職する大学生などの奨学金返還を、最大150万円まで助成します。

■対象者 大学3年生、大学院修士1年生、短期大学1年生、高等専門学校4年生

■対象業種 製造業、卸売業・小売業、情報通信業、宿泊業(大企業の場合は、県内に本社機能がある場合に限る)

■定員 40名

■申込方法

県ホームページに掲載
🌐 <https://www.pref.tochigi.lg.jp/f06/work/koyou/koyou/miraijinzaiouensyougakukin.html>



■申込期限

12月5日(月)

■申し込み・問い合わせ先

県労働政策課
☎028(623)3224

有料広告募集中

市の広報紙やホームページに、会社や店の有料広告を掲載してみませんか?

広報紙は毎月2万部発行、ホームページは月当たり25万アクセスあり、9万人が閲覧しています。市民の皆さまに広くお知らせすることができますので、ぜひご利用ください。

■問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886

詳しくはこちら
www.aisen.ed.jp

日程はHPをご覧ください 親子参加イベント

園庭開放

0・1・2歳児対象

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
小金井4-12-8
(担当:北原・大越)

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
柴1403
(担当:福田・小林)

0・1・2歳のお子さんと
お母さんが集まって、
みんなで楽しく
遊んでいます。

応子育
援団て
相育
談児
おんなこどもこ運
あわさわわ
くたさし。

就 職

イベント

お知らせ

募 集

就

職

相

談

保育士・保健師・看護師(准看護師)(会計年度任用職員)を募集

■応募資格

各職種の資格をお持ちの方

■募集人員 若干名

■勤務日 週5日勤務

※土曜日勤務有。日曜・祝日は休み。

■勤務先 市立保育園

■申込方法

会計年度任用職員登録申請書(市ホームページに掲載)または市販の履歴書に資格証の写しを添え、こども福祉課に提出

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903

■勤務時間・時給

職種	勤務時間	時給
保育士	午前7時～午後7時のうち、1日7時間 30分(ローテーション有)	1,300円
	午前8時30分～午後5時15分 (未就学児のお子さんがある方)	1,257円
	短時間勤務(早朝・夕方)	1,225円
	短時間勤務(午前9時～10時勤務開始、 5時間以上勤務)	1,192円
保健師	午前8時30分～午後5時	1,203円
看護師 (准看護師)		1,192円

就職個別相談会(女性・シニア対象)

就活やライフプランなどの悩みを、キャリアコンサルタントに相談できる個別相談会です。

■日時 10月7日(金) 午前10時～午後4時

■場所 市役所

■対象者

- ・結婚・出産・育児などで仕事から離れたが再度働きたい方(お子様連れで相談可)
- ・定年で退職したがまだまだ働きたい方
- ・現在働いていないが新たに働きたい方
- ・今後のライフプランや職業選択で迷っている方など

■定員 先着5名(1人50分)

■費用 無料

■申込方法 電話・FAX・メール・

二次元コードから、氏名・年齢・住所・電話番号・メールアドレスを添えて申し込み

■申し込み・問い合わせ先

(株)ワークエントリー栃木支部

〒320-0807 宇都宮市松が峰2-4-7

☎028(612)8643 FAX028(612)8645

✉shuroshien@we-tochigi.sakura.ne.jp

とちまる就活カフェ
とちぎUIJターン就活女子会

UIJターン就職を促進するため、首都圏の大学などに通う女子学生を対象に、就活女子会を開催します。キャリアビジョンを考えるセミナーや就活に役立つメイク講座、とちぎで働くことの魅力を知るため、実際にとちぎで働く先輩女性社員との座談会を実施します。

■日時 9月30日(金)

午後3時～5時30分

(受付は午後2時30分～)

■場所 移住・交流情報ガーデン(東京都中央区京橋1丁目1-6 越前屋ビル1F)

■申し込み・問い合わせ先

県労働政策課 ☎028(623)3224

🌐 <https://workwork-tochigi.jp/>

福祉・保育のお仕事就職フェア

福祉のお仕事就職フェア

■内容 福祉の仕事に就職希望の方と求人事業所との個別相談、福祉の仕事や資格に関する相談など

■申し込み・問い合わせ先

福祉人材・研修センター

☎028(643)5622

FAX028(623)4963

保育のお仕事就職フェア

■内容 求人事業所の採用担当者との仕事内容や採用条件に関する個別相談、保育の仕事や資格に関する相談など

■託児 1週間前までに申し込み(先着順)

■申し込み・問い合わせ先 とちぎ保育士・保育所支援センター

☎028(307)4194

FAX028(623)4963

■共通事項

■日時 10月1日(土)

午後1時～午後3時30分

■場所 とちぎ岩下の新生姜ホール(栃木市旭町12-16 栃木文化会館)

■参加費 無料

相談

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

成年後見制度「なんでも相談会」

社会福祉士による成年後見制度に関する相談会です。

※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について、本人の権利を守る援助者を選ぶことで、本人を法的に支援する制度です。

■日時 9月16日(金) 午後2時～4時

■場所 石橋公民館

■対象者 市在住で成年後見の申し立てを検討している方、ご家族及び福祉関係者

■定員 2名程度 (1組40分)

■相談内容 成年後見制度全般

■申込締切 9月14日(水)

■申し込み・問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904



調停手続相談会

裁判所の調停委員が、皆さまに調停制度の内容を広く理解していただき、民事及び家事に関するトラブルや悩みごとを調停で解決する手続きに関する相談を受けることを目的とした、相談会を開催します。事前予約は不要です。

■日時 10月4日(火) 午前10時～午後3時

■場所 キョクトウとちぎ蔵の街楽習館 (栃木市入舟町6-8)

■相談内容 交通事故、土地・家屋、サラ金、近所トラブル、離婚、相続、親族トラブルなど

■相談料 無料

■問い合わせ先

宇都宮地方・家庭裁判所栃木支部

☎0282(23)0225

無料法律相談

弁護士による法律相談です。

■日時 (要予約)

①9月13日(火)

②9月27日(火)

③10月11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

①9月12日(月)まで

②9月14日(水)～26日(月)

③9月28日(水)～10月7日(金)

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉協議会 ☎(43)1236

無料司法書士相談

県司法書士会小山支部が主催する相談会です。

■日時 (要予約)

9月14日(水)、10月12日(水)

午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4組 (1組30分)

■内容

不動産登記、商業・法人登記、多重債務、140万円を超えない民事裁判手続き、成年後見など

■申し込み・問い合わせ先

県司法書士会小山支部

本多 ☎(37)9120

無料行政書士相談

県行政書士会小山支部が主催する相談会です。

■日時 (要予約)

9月22日(木)、10月27日(木)

午前10時～正午

■場所 ゆうゆう館

■定員 4組 (1組30分)

■内容 相続や遺言、農地転用、開発行為、成年後見など

■申し込み・問い合わせ先

市民協働推進課

☎(32)8887



心配ごとと悩みごと・子育て相談

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

相談名	日時	場所	相談員
心配ごとと悩みごと相談	9月20日(火)、10月4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です)	9月12日(月) 午前10時～正午	国分寺駅西 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



下野ブランド

下野ブランド新規認定

下野ブランド認定品に、(有)かわしまや製菓の「せんべい」、(有)ドライブイン一休の「カンピくんコロッケ」、下野豆富 あらた家の「ちぢみほうれんそう豆富」、ハネクトーン早川(株)の「スクールネクタイ・リボン」、オフィシャルネクタイ・リボン」の4件が新たに認定されました。これで下野ブランド認定品は特産品(農産品・加工品等)18件、特産品(技術)3件、文化財等地域資源11件、合計32件となりました。



まずは相談

除毛剤で皮膚トラブル!?
用法等を確認しましょう!

「ひげなどを除毛するために除毛剤を顔に使ったら炎症を起こした」、「敏感肌用の除毛クリームを使用したが発疹が広がりはれた」

昨今、このような除毛剤に関する相談が、全国の消費生活センターに多く寄せられています。相談者の多くが20歳代以下の若い世代であり、特に15~19歳男性による商品・サービス別上位相談件数は令和元年、2年ともに第1位になっています。

除毛剤は医薬部外品です。トラブルを予防するために、除毛剤を使用・購入する際には、次のポイントに注意しましょう!

除毛剤を使用・購入する際のポイント

- ①顔面には使用できないことなど、用法・容量・使用上の注意をよく確認する
- ②まずは1回分を購入し、使用前にテストをして、自分の肌に合うか確認する
- ③肌に異常が生じた場合は直ちに使用を中止し、症状がひどい場合は皮膚科医に相談する
- ④通信販売で購入する際は、購入回数(1回限りか)や、2回目以降の金額、解約の方法などの契約内容を確認する

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

市消費生活センター専用ダイヤル
☎(44)4883(市役所2階)

■相談日時 月~金曜日 午前9時~午後5時(正午~午後1時を除く)
※来所での相談の場合は、事前に電話でご予約ください。
※土日・祝日の電話相談は消費者ホットライン☎188(局番なし)へ

まちがいさがし

わかるかな?

▼南河内テニスコート 新設コート利用開始

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/>





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	

納税ごよみ

■納期限 9月30日金

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	10日(土)・24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(金)	ゆうがおパーク
--------	---------

■入会説明会 (要申し込み)
午前10時～

21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
9月	天平の丘	下野市勤労者協議会
	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

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
				②④	①⑥	②⑤
4	5	6	7	8	9	10
③④	①⑥	②④	③⑤	②⑥	③⑤	①⑥
11	12	13	14	15	16	17
②⑤	①④	③⑥	②⑤	③⑥	①④	③⑤
18	19	20	21	22	23	24
①④	②⑤	③⑥	①④	③⑥	①⑤	②④
25	26	27	28	29	30	
①⑥	③⑤	②④	①⑥	②④	③⑤	

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

P41のまちがいさがしの答え ①トスしたボール ②サービスライン ③ネットの長さ





国際交流員ウィルペルトのコラム

黄金のりんご Der Goldene Apfel (デア・ゴルデネ・アプフェル)



9月になりましたね。ドイツの9月と言えば、秋の始まりで、りんごやいろいろな植物の収穫の季節でもあります。下野に来て、りんごが大好きな方と出会ったので、今月はりんごの話をししましょう。

調べてみると、日本には明治時代までりんごがなかったという情報が出てきて、純粹に驚きました。ヨーロッパ人にとって、歴史とその創世神話はりんごに彩られたもので、歴史そのものがりんごから始まると言っても過言ではないのです。聖書では、イブがアダムにりんごを与えたことが、人類の地球上での生活の始まりだとされています。古代神話でも、トロイア戦争の原因になったり、ヘラクレスやアタランタなどの物語に登場したりと、黄金のりんごが重要な役割を果たします。なので、日本には約145年前からしかりんごの文化がないというのは、私にとって意外な事実でした。

日本のりんごの文化はドイツと全く違います。

まず、日本のりんごはサイズがドイツの2倍ぐらあります。ドイツだったら、お腹がちょっと空いたときの健康なおやつとしてりんごを食べますが、日本のりんごは1人で一気に食べ切ることはできません。半分冷蔵庫に置いておいたら、次の日に茶色くなったり、フレッシュじゃなくなったりするから置いておきたくないので、買うことができません。

そして、値段が大違いです。このコラムを書くためにチェックしましたが、ALDIというドイツのスーパーのチラシによると、りんごは2kg(約12個)€1.75(243円)で売られています。日本のりんごの半分のサイズとはいえ、1個約20円です。

食べ方も違います。日本では、誰かにりんごをもらったとき、いつも皮が剥かれていました。ドイツでは、すべてのビタミンはりんごの皮の直下にあり、



剥いたら良さが失われてしまうとよく聞くので、皮ごと食べます。このため、皮に農薬が残っていないかと心配する人も結構いて、オーガニックのりんごを購入する人も多いです。その余裕がない人は、りんごの皮を見て選びます。皮があまりにも均一できれいだと、不自然すぎて、農薬がたくさん使われているだろうと考える人が多いです。皮がでこぼこしていたり、色ムラが出ていたりするほうが自然で安全だと思われています。



りんごの育て方にも違いがあります。日本に来て初めて、りんごの木に小さな袋が鈴なりになっているのを見ました。ドイツではそんなことはしません。りんごは、卵のような日用品とされていて、そんなたくさんあってすぐに使うものを一つ一つ袋に包もうとは、たぶん誰も考えなかったでしょう。それくらい、りんごはドイツ人に人気です。統計的に見ると、ドイツ人は1人当たり年間平均24.4kgのりんごを食べます。

ちなみに、すべての果物を含めたら、ドイツ人は1人当たり年間平均72.1kgを食べるそうです。日本人は、35.3kgです。

りんごの味も違います。私が中学生の時、毎日母にお弁当に入れてもらったりんごは「Granny Smith(グラニースミス)」という、緑色で酸っぱいりんごでした。食べるとすっきりします。今まで食べた日本のりんごはすべて甘かったです。日本にも酸っぱいりんごがあると教えてくれた方がいましたが、まだスーパーで見つけられていません。

料理(りんごケーキ、アップルソース、焼きりんごなど)には酸っぱいりんごを使わないといけない、と母がいつも言います。実は、ドイツには料理用りんごがあります。生で食べるとそんなにおいしいけれど、熱などで崩れにくく、ケーキに入れると生地



の甘さと一緒にとてもおいしくなります。(続)

- 今月のトピックス
- トピック 1 文化財絵画展作品展示…P29
 - トピック 2 9月末までにマイナンバーカードを申請して、マイナポイントをもらおう!…P30
 - トピック 3 にぎわい広場実験室 (にぎラボ) …P30
 - トピック 4 救急車の適正利用にご協力ください! …P31
 - トピック 5 健康づくりに関する体験談・川柳募集…P36

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 イタージキキャラクター カンピくん</p>			9/1 薬物依存症 家族の集い (8.7) パソコンなんでも相談会 (8.12) ※他1回	2 ゆうゆう茶屋 (8.31)	3 秋季テニス教室 (8.6)	4 体力・運動能力調査 (8.6) 郡市町対抗駅伝競走大会 合同練習会兼選考会 (9.16)
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> 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。 </div>				9 レディーステニス大会 (8.6) おでかけじどうかん (8.23) フレイル予防教室 (8.31) ※他2回	10 エゴマ灯明の会 (8.22) 押し花アート展 (9.19) ※17日まで 自殺予防週間 (9.12)	11
12 フレッシュママ・パパ教室 (8.8) 子育て相談 (9.40)	13 健康づくり基礎教室 (8.8) 法律相談 (9.40) ※他1回	14 司法書士相談 (9.40) しもつけ茶屋 (9.33) ※他1回	15	16 成年後見制度なんでも相談会 (9.40) よりぬきグリム (9.33)	17 国体デモスポキンボールスポーツ (6.6)	18 市民硬式卓球大会 (8.5)
19  るーちゃん	20 心配ごとと悩みごと相談 (9.40)	21  はやと	22 行政書士相談 (9.40)	23  なぎくん	24 グリムの森フェスティバル (9.19)	25
26 子育て巡回相談 (9.12) ※他1回	27  いずちゃん	28 おひさま (9.33)	29 ママパパ Englishサロン (9.29)	30 おでかけじどうかん (9.29) 介護者交流会 (9.33)	10/1	2 国体サッカー下野市競技会 (9.5) ※他2日 郡市町対抗駅伝競走大会 合同練習会兼選考会 (9.16)
3	4 心配ごとと悩みごと相談 (9.40)	5 献血 (9.11) 彩友会絵画展 (9.19)	6 パソコンなんでも相談会 (9.18)	7 音訳ボランティア体験講座 (9.18) ゆうゆう茶屋 (9.33)	8 国体ハンドボール下野市競技会 (9.5)	9

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

