

広報やいた City of Yaita Public Relations NO.1101



YAITA 9

2018



特集

いつまでも安心して暮らすために



広報やいた 9月号情報

TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 いつまでも安心して暮らすために
- 8 まちの話題
- 12 暮らしいきいきコーナー
- 14 子育てコーナー
- 16 市からのお知らせ
- 24 まちの情報掲示板
- 26 施設からのお知らせ
- 28 やいた☆クッキング GOOD

人口 (8月1日現在)

32,854人 (△11)
 男 16,296人 (△14)
 女 16,558人 (3)
 13,245世帯 (34)
 出生 11人
 死亡 22人
 転入 78人
 転出 78人
 ()内は7月1日との比較
 △は減
 ※住民基本台帳をもとに算出

表紙の写真

表紙の写真は、毎週金曜日に木幡北山はつらつ館で行われている「はつらつダンス」に伺い撮影したものです。お盆明けだったため参加者はいつもより少なめですが、いつもは10人以上でダンスを楽しんでいるそうです。ダンスは優雅に踊っているように見えて意外と運動量があるので体力維持にもってこい。またステップを覚えるため、頭の体操にもなるので一石二鳥だそうです。休憩時間やダンスを終えた後に、仲間たちとおしゃべりをするのが何よりの楽しみとのこと。お茶菓子を囲みながら、にぎやかな会話が続いていました。



投稿コーナー

あなたの自慢の写真を大募集中！！

【応募方法】

わがやのアイドルは①お子さんの名前(フリガナ)②性別③お住まいの行政区を、マジックアワーは①タイトル②名前③コメントを添えて、「やいこみゆ」のトークか、秘書広報課まで直接、またはメール(yaita@city.yaita.tochigi.jp)でお送りください。

わがやのアイドル



木幡 鈴木 心陽くん・仁心くん



長井 青木 玲欧くん・蒼空くん

増えてます！

69.0%

この割合の意味、わかりますか？

特集

いつまでも安心して暮らすために

多くの高齢者が「住み慣れた地域で、ずっと暮らしたい」と考えています。しかしながら、日常生活を送るための病院や必要な買い物ができる店舗などが徒歩圏内にそろっていない方にとって、車などの移動手段は必要不可欠です。

冒頭の69.0%という数字は、県内で発生した今年上半期の交通事故による死亡者数全体における65歳以上の高齢者の割合です。高齢者の関係する交通事故が全体

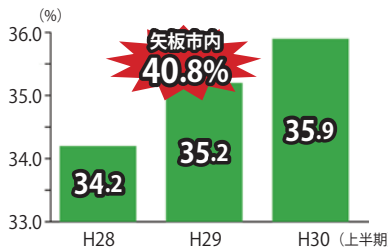
の35.9%であることから、重大事故につながる可能性が高いことが分かります。

今号では、高齢者の方が車の運転をしなくても、通院や買い物などの外出ができるように支援する取り組みや、「困った」という時に住み慣れた地域の中で安心して生活を送るために地域ぐるみで支援する取り組みについてご紹介します。

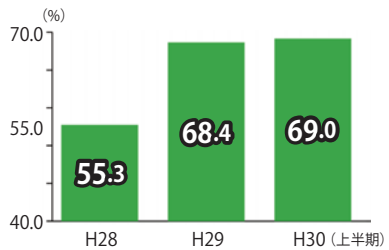
いつまでも安心して暮らすために ～車を運転しなくても外出できる環境づくりをめざしています～

高齢者の関係する事故が年々増えています！

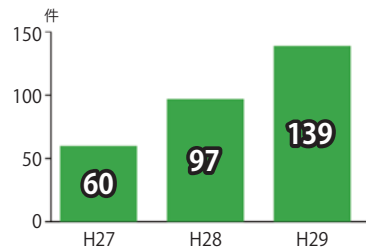
●県内交通事故における
高齢者が関係する交通事故の割合



●県内死亡者数全体における
高齢者の割合



●矢板警察署管内の
運転免許証自主返納者数



出典：栃木県警察「交通事故の発生状況」、矢板警察署調べ

高齢者が安心して外出できるように

高齢ドライバーの方は、自分で安全運転を心掛けているつもりでも、客観的にみると安全運転とは言えないところがあるとされています。個人差はありますが、加齢に伴う動体視力の衰えや反応時間の遅れなど身体機能の変化により、危険の発見が遅れがちになることがあります。走り慣れた道路でも、基本に立ち返り、正しいルールと技能を再確認し、適度な緊張感を持って運転することが大切です。

「運転に自信がなくなった」「家族から心配されている」「運転しなくなった」…そのような方は、運転免許証の自主返納を考えてみてはいかがでしょうか。

「運転免許証自主返納制度」とは、交通安全対策として、運転に不安を感じる高齢ドライバーなどが、自主的に運転免許証を返納することができる制度で、1998年の改正道路交通法で制度化されたものです。

しかし、普段の生活を送るうえで、運転免許証が無くなることにより、別の移動手段を確保しなければならないことから、徒歩圏内に病院や必要な買い物ができる店舗がない方は返納をためらってしまうのではないのでしょうか。

市では、市内在住の運転免許証を自主返納した65歳以上の方や75歳以上の高齢者が、マイカーに依存することなく移動することができ、充実した生活を続けられるよう、市営バスの生涯無料乗車券（ともなりパス 65・75）を交付しています。7月1日現在、あわせて381人の方がともなりパスを利用して市営バスに乗りしています。

市の支援のほか、県内各団体・民間企業による運転免許自主返納者への支援として、運転経歴証明書を持参すると、店舗によって商品購入や料金の割引が受けられるほか、タクシーの料金が1割引になる制度などがあります。

ともなりパス使ってます！

ともなりパス 65・75をお持ちのハッピーハイランド 矢板行政区にお住いの3人の方にお話を伺いました。

山口さんは免許の自主返納によりともなりパス 65を、千葉さん・吉成さんは、ともなりパス 75を持っています。実際に市営バスに乗りながら、お話を伺いました。



Q：運転免許証を返納しようと思ったきっかけは？

山口さん 70歳の時に返納しました。ちょうど車検が切れるタイミングだったのが一番の理由ですね。あと、夜間に運転するのがだんだん怖く感じてきていたし、免許の更新も近づいていたので、返納するなら今かなと。

千葉さん 86歳だけど、免許はまだ持ってます。運転といっても遠出して事故を起こすといけなないので、自転車で行けるくらいの近いところにしか行かないですね。

来年、免許更新のタイミングで返納しようかと考えていますが、いざマイカーがないと不便かなとも思いますね。

Q：現在の主な交通手段は？

山口さん 週に1度、生協の配達の際に皆さんが集まるので、何か用事があればお願いして乗せてもらうことが多いですかね。

吉成さん 私は免許を持っていないので、夫の運転に頼ってしまいます。夫も私より年上なので運転に不安を感じますよね。もし夫が免許を返納したら移動手段をどうしようかという心配もあります。

Q：市営バスを使ってみての感想は？

山口さん 初めて乗った時に戸惑いましたが、うまく乗り続けられる程度行きたいところに行けるし、私の場合、出かける頻度や距離を考えると、車の購入・維持費と比べて、市営バスやタクシーなどの公共交通をうまく利用の方が結果的に安上がりかなと…。

千葉さん 病院に行った時、帰る時間にバスが無くて歩いて帰ったことがありました。バスの本数が少ないので、帰りのバスの時間まで、病院のほかに買い物を合わせて



千葉 なつみさん(86)
吉成 圭子さん(78) 山口 睦子さん(71)

するとか、ちょっとした工夫が必要ですね。路線や時間帯、本数などを検討してほしいと思います。

吉成さん 目的地まで最短距離で向かうわけではないので、路線のルートが大きく迂回するような場合は、目的地の近くで降りて歩くこともあります。歩く時間と遠回りでもバスに乗っている時間を比べるとさほど変わらないことのほうが多いですね。

千葉さん 街中に住んでいる方はバスが巡回しているから便利かと思ったら、足が不自由なためバス停まで歩くことが難しく利用できない方もいるそうです。路線上で自由に乗降できると利用者も増えるのではないのでしょうか。

Q：外出の機会が減ることの不安はありますか？

吉成さん 近くに親類がいれば頼ることもできるが、そうでない人にとって、運転ができなくなるということは、出かける機会が減って日々の生活に活気がなくなってしまふのが心配ですね。

山口さん ともなりパスのような外出する機会を支援してくれる取り組みは良いことだと思います。ある程度体が自由に動くうちから、自由に歩ける環境や市営バスなど公共交通機関の活用などを考えておく必要があるのかなと思っています。いざと言う時に慌てても遅いので、今のうちから助け合いのネットワークを作っておこうかなと思ひ、移動ボランティアを立ち上げようと活動しています。

千葉さん 移動ボランティアにしても、継続して活動できる仕組みが大切ですね。公共交通の市営バスとタクシーのほかに、地域に住んでいる方たち同士で助け合える環境があれば、地元で安心して暮らしていけるかもしれませんね。

「自動車運転免許」返納のしかた



① 返納する「運転免許証」と「印鑑」を用意します。

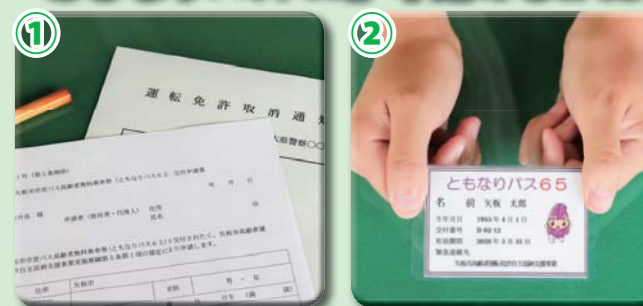
② 矢板警察署または運転免許センターに行き、窓口で運転免許証の自主返納の手続きを行います。

③ 自主返納の手続きと同時に身分証明書として使用できる「運転経歴証明書」の申請をすることができます。

④ 警察署で手続きすると「運転免許取消通知書」は即日、「運転経歴証明書」は約2週間後に窓口で受け取れます。

問い合わせ／矢板警察署 ☎ (43) 0110

「ともなりパス65」申請のしかた



① 市役所で手続きをします。「運転免許取消通知書」、「印鑑」と本人確認のため「保険証等」を用意します。

② 市営バスが75歳まで無料になる「ともなりパス65」を即日発行します。

問い合わせ／くらし安全環境課 ☎ (43) 1114

「ともなりパス75」申請のしかた



① 市役所で手続きをします。「印鑑」と本人確認のため「保険証等」を用意します。

② 市営バスが生涯無料になる「ともなりパス75」を即日発行します。

問い合わせ／高齢対策課 ☎ (43) 3896

いつまでも安心して暮らすために ～みんなの「困った」をみんなで「支える」仕組みがあります～



認知症になっても安心して暮らせるまちをめざしています

認知症は、誰でもなる可能性のある身近な病気です。そして高齢になるほど認知症になりやすく、85歳では4割、95歳では8割の人が認知症と推定されています。また、2025年には65歳以上の高齢者の5人に1人の割合で発症すると言われてしています。認知症は老後の最大の不安であり、超高齢社会を迎えようとする日本にとって、最重要課題のひとつです。

近年、認知症についての研究や取り組みが急速に進み、また認知症の人自身が自ら体験を語り始めた中で、わかってきたことがあります。それは、認知症になっても、自らの工夫や周囲のサポートなどによって、自分らしく

生きることが可能であること、妄想・暴力・睡眠障がいなど、認知症の症状と思われていたものの中には、認知症に対する知識不足や偏見による不適切な対応の結果、異常行動として表れたものも少なくないということです。認知症について誤ったイメージや偏見があると、適切な支援を遅れさせることになりかねません。

認知症は高齢者だけの問題ではなく、それを支える人たちの問題でもあります。そこで、あなたやあなたの家族が認知症になっても、住み慣れた地域の中で安心して生活を送ることができるよう、市の取り組みをご紹介します。

●認知症サポーター養成講座

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成しています。矢板市の認知症サポーター数は平成30年7月1日現在で2,443人です。

地域住民、民生委員、金融機関や警察署職員、消防署職員、小・中・高校の生徒などに受講していただいています。

●徘徊高齢者等の事前登録制度（詳しくは、P18へ）

事前に徘徊のおそれのある人の情報を登録し、その情報を警察署、地域包括支援センターに提供します。万が一、登録対象者が行方不明や保護された場合には、登録情報を頼りに早期発見や身元確認につなげます。

●認知症に関する総合相談窓口

高齢対策課のほかにも、地域包括支援センターでお受けしています。お気軽にご相談ください。

- ・高齢対策課高齢福祉担当 ☎(43) 3896
- ・地域包括支援センターやしお ☎(47) 5577
- ・地域包括支援センターすえひろ ☎(47) 7005

*上記センターの担当地区は、P7をご覧ください。

●認知症カフェ

認知症の人と家族が気軽に立ち寄りことのできる居場所のことで、地域の方たちとのつながりを作るきっかけのできる場所です。ここでは、認知症の人だけでなく地域の住民、介護や医療の専門職など、誰もが参加できる場所として、お茶を飲みながら話や相談ができるくつろぎの場所です。開催場所/木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771

●家族介護の会

介護をしている家族の交流の場です。「認知症の人と家族の会」の県支部代表をアドバイザーとして迎え、介護の悩みやストレスを解消する場となっています。



「地域包括支援センター」は、高齢者とその家族を支援します

地域包括支援センターとは？

地域包括支援センターは、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で安心して生活することができるよう、高齢者本人はもちろん、家族や地域住民の相談に応えるため、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって、お互いに連携を取り合いながら「チーム」として、総合的にみなさんを支えます。センターの仕事は、大きく分けて次の4つがあり、どちらのセンターも担当地区が異なるだけで同じ仕事をしています。

- ①さまざまな相談ごと（総合相談）
- ②その人らしく生きるために（権利擁護）
- ③暮らしやすい地域のために（包括的・継続的ケアマネジメント）
- ④健康や介護のこと（介護予防ケアマネジメント）

どんな相談が受けられますか？

地域包括支援センターでは、具体的に次のような相談や支援を行っています。特に認知症に関することでは、両センターに「認知症初期集中支援チーム」を設置して、専門員2人と認知症サポート医1人がチームを組んで、認知症の方やその疑いのある方、またそのご家族に対して手厚い支援を行っています。

①さまざまな相談ごと

- ・地域に住む高齢者に関する相談
- ・高齢者やその家族が抱える悩みや相談

③暮らしやすい地域のために

- ・住み慣れた地域で安心して暮らしたい

②その人らしく生きるために

- ・虐待を受けている、その恐れがある人がいる
- ・虐待をしてしまう
- ・訪問販売の被害にあった
- ・財産管理に自信がなくなった

④健康や介護のこと

- ・介護予防サービスを利用したい
- ・要介護認定の申請を代行してほしい
- ・日常生活に不安がある
- ・今の健康を維持したい



地域包括支援センターすえひろ
管理者 関谷さん



地域包括支援センターやしお
管理者 大谷さん

「ちょっと困ったなあ…」そんな時は、ぜひ私たちにご相談ください

●矢板市地域包括支援センターやしお

☎(47) 5577



住所/平野 1362-12（特別養護老人ホーム八汐苑内）

担当地域/

- ・泉地区
- ・矢板地区西部の行政区
矢板1～4区、富田、木幡東、木幡西、川崎反町、境林、館ノ川、高塩、倉掛、合会、片保、塩田、幸岡、下太田、荒井、土屋



●矢板市地域包括支援センターすえひろ

☎(47) 7005



住所/末広町 45-3（尾形クリニック内）

担当地域/

- ・片岡地区
- ・矢板地区東部の行政区
矢板5・6区、末広町、針生、中、ロビンシティ、矢板、東町、早川町、沢、豊田、成田、ハッピーハイランド矢板



祝 全国・関東大会出場おめでとうございます

7月に行われた中学校総合体育大会の県予選を見事勝ち抜き、矢板中学校 陸上競技部・相撲部・体操競技部・弓道部、片岡中学校 陸上競技部・卓球部の皆さんが関東大会に出場しました。相撲部が6年連続、弓道部・女子が4年連続で出場したほか、連続出場する部活動が前年度より大幅に増える結果となりました。

また、陸上競技の福田さん、中郷さんは、全国大会出場の標準記録を超える成績を収め、岡山県で行われた全国大会にも出場しました。

このほか、矢板中学校吹奏楽部が栃木県吹奏楽コンクールで金賞を獲得し、昨年に引き続き東関東吹奏楽コンクールへの連続出場を決めました。



吹奏楽 (矢板中・2年連続)

奥村 真理絵 川合 和香羽 熊谷 くるみ 堀畑 里奈 笹沼 ゆめ 田中 桃子 根本 佳奈
齋藤 美咲 平野 心菜 小川 美恵 伊東 夏実 西原 帆乃花 (3年)
中村 真美 村上 朋花 五十嵐 咲妃 神長 聖也 神山 愛花 青木 咲樹 関谷 竜聖 (2年)
金子 澄音 荒井 ひより 齋藤 美鈴 藤田 菜央 福田 和奏 加藤 碧 肥後 礼愛 (1年)
9月22日(土) 第24回東関東吹奏楽コンクール



相撲 (矢板中・6年連続)

大島 佑之 (3年) 宮崎 伊吹 (3年)
手塚 広治 (2年) 更科 虎丸 (2年)
森田 龍之介 (2年)
8月12日(日)
第42回関東中学校相撲大会



体操競技・男子 (矢板中)

米澤 泰生 (3年) 君嶋 志通 (2年)
熊田 優士 (1年)
8月8日(水)～10日(金)
第49回関東中学校体操競技大会



体操競技・女子 (矢板中・2年連続)

藤田 寧々 (3年) 君嶋 千弥 (3年)
小林 愛里 (2年) 藤田 六花 (1年)
小西 珠希 (1年) 米澤 あかり (1年)
8月8日(水)～10日(金)
第49回関東中学校体操競技大会



陸上競技 (矢板中・2年連続)

福田 蒼依 (2年)
8月8日(水)
第46回関東中学校陸上競技大会
※福田さんは、全国大会にも出場



弓道部・男子 (矢板中・2年連続)

菅沼 大暉 (3年) 手塚 結 (3年)
宮下 慧大 (2年) 大森 捺稀 (2年)
8月10日(金)
第29回関東中学校弓道大会



弓道部・女子 (矢板中・4年連続)

糸井 純蓮 (3年) 大町 恵未 (2年)
大野 愛実 (2年) 笹沼 由唯 (2年)
8月10日(金)
第29回関東中学校弓道大会



陸上競技 (片岡中)

中郷 成生 (3年)
8月8日(水)
第46回関東中学校陸上競技大会
※中郷さんは、全国大会にも出場



卓球 (片岡中)

鈴木 紳平 (3年)
8月8日(水)～10日(金)
第46回関東中学校卓球大会

7/14 (土) 魅力あるまちを創る

生涯学習館で、昨年矢板武塾に参加した第14期生を中心とした高校生団体「YAITA ALL DIRECTIONS」の設立総会が開かれました。この団体は、活動を通して市の活性化と「自分の居場所」を創り出すことを目的に設立されたものです。

代表の矢板東高2年の椎貝しいがいさんは「主体的に地域と関わり合いながら、気軽に集うことができる『高校生カフェ』の実現に向け、高校生らしい視点と情熱をもってがんばりたい」と意気込みを語ってくれました。



▲(左手前から)
石山さん(矢板東高)、青木さん(矢板中央高)、印南さん(矢板東高)、椎貝さん(矢板東高)、長谷川さん(矢板高)、荒井さん(矢板高)、芝山さん(矢板高)、石原さん(矢板東高)、大島さん(矢板東高)

7/16 (祝・月) 塩田ダムで自然を学ぶ

塩田ダムで「水辺の生き物調べ&カヤック体験」が開催されました。これは、子どもたちに矢板の豊かな自然を知り、体感してもらおうと環境文化都市やいた創造会議が中心となり、宇都宮大学・飯郷研究室とオムニチエアウトドア&スポーツクラブの協力により行われたものです。

参加した親子は「川や草むらにたくさんの生き物がいて驚いた」「たくさんの魅力がある矢板の自然をもっと多くの人に知ってもらいたい」と話してくれました。



7/22 (日) 片岡の熱い夏!

JR片岡駅西口をメイン会場に、コリーナ矢板周辺を周回する国内最高峰の自転車ロードレースシリーズ「第2回JBCF やいた片岡ロードレース」が開催されました。この大会は、選手が駅前ロータリーを自転車で駆け抜けるという、全国でも例を見ないコースで開催され、白熱したレースを観戦しようと同前より3,000人多い約10,000人の観衆が会場を訪れ声援を送りました。

また、事前準備を含め、地域の方など200人を超えるボランティアが運営に携わり、大会を支えました。



7/28 (土) 地元の誇りを胸に

県消防学校で、「第43回栃木県消防操法大会」が開催され、県内各地区から選出された、ポンプ車操法の部・小型ポンプ操法の部あわせて15チームが出場し、消防団が機械器具操作の的確さなどを競いました。

当日は、6月30日(土)の「矢板市第50回消防ポンプ操法競技会」ポンプ車操法の部で優勝した第5分団第2部の皆さんが塩谷地区の代表として出場し、応援に駆け付けた地元の皆さんの声援のもと、日頃から積み重ねてきた訓練の成果を披露しました。



8/3 (金) 感謝を込めて

矢板中学校の生徒を代表して生徒会と緑化委員会の3人が生涯学習館を訪れ、プランターの寄贈を行いました。これは、緑化委員会の皆さんが中心となって5年以上前から活動しているもので、今年は種から育てたマリーゴールドのプランター約40鉢を職場体験学習などでお世話になった各事業所に、感謝の気持ちを込めて届けました。

緑化委員長の田邊さんは「生徒みんなが交代で水やりをするなど大切に育てた。お世話になった方たちにぜひ見てもらいたい」と話してくれました。



▲(前列右から)
・生徒会長 小池さん
・緑化委員長 田邊さん
・緑化副委員長 増子さん

第26回 たかはらやまトライアスロン

8月5日(日)、矢板運動公園をスタート・ゴールに、トライアスロン大会が開催されました。オリンピック・スプリント・リレー・キッズの4部門に全国から414人が参加し、熱戦を繰り広げました。気温が34度を超える炎天下での開催でしたが、近隣住民や選手の方たちはコース沿道から選手に熱い声援を送っていました。また、当日は矢板中央高校の生徒や地域団体などから200人を超えるボランティアが選手のおもてなしや運営のサポートなどに携わり、大会を大いに盛り上げました。



参加者最高齢 金子文男さん (79歳)



大会結果 (市内参加者)

オリンピックの部 (スイム 1.5km/ バイク 40km/ ラン 10km)					
順位	氏名	記録	順位	氏名	記録
23	佐藤 大	2:42:00	138	齋藤 正樹	3:18:16
54	三富 匠	2:54:42	141	木下 正三	3:19:04
70	岡村 秀治	3:01:51	166	笹沼 守	3:29:53
88	大島 隆宏	3:05:26	225	木下 英亮	4:14:59

スプリントの部 (スイム 0.6km/ バイク 20km/ ラン 5km)					
順位	氏名	記録	順位	氏名	記録
21	齋藤 美南海	1:28:49	69	金子 文男	2:07:58
29	吉沢 勇輝	1:34:34	71	金子 啓一	2:10:54
65	星宮 良行	2:00:01			

キッズの部 (スイム 20m/ バイク 1.2km/ ラン 1km)		
順位	氏名	記録
6	黒尾 康介	0:10:22

8/4 (土) 思い出を子どもたちに

片岡駅周辺で、「子ども神輿」が行われました。これは、片岡商工振興会が中心となり「子どもたちの健全育成や地域での思い出にしてほしい」との思いから開催したものです。この日のために練習を重ねた片岡長生会の皆さんのお囃子に合わせ片岡のまちなかを練り歩き、昼前に到着した片岡駅西口では、長さ約100mの流しそめんを集まった近所の方たちと一緒に楽しみました。子どもたちは「お神輿は重くて大変だったけど、流しそめんがとても楽しかった」と笑顔で話してくれました。



8/8 (水) 全国の舞台で活躍

日本武道館で行われた、全日本剣道道場連盟主催の「第53回 全国道場少年剣道大会」に栃木県代表として出場し、ベスト8の取組賞に輝いた市内剣道団体「五葉館」の選手、監督が市役所を訪れ市長に出場結果報告を行いました。長屋監督から「各都道府県の予選会を勝ち抜いた560チームが参加する大きな大会で、選手が力を合わせて戦った結果」との話があり、主将を務めた石橋さんは「全国の舞台で強豪相手に実力を発揮できた。次の全国大会では、優勝を目指して練習をがんばりたい」と意気込みを語ってくれました。



▲(写真右から)
 ・齋藤市長・高松有さん
 ・長島春斗さん・石橋礼都さん・手塚晶さん・矢野彩和さん・村上教育長
 ◀全国大会の様子

8/8 (水) 地域に花の彩りを

矢板市自治公民館連絡協議会による「花いっぱいコンクール」の審査会が行われ、花づくり自慢の自治公民館14館がその出来栄を競いました。どの地区も公民館利用者やドライバーの心を和ませようとカンナ・サルビア・マリーゴールドなどの色鮮やかな花で彩られており、限られたスペースで工夫を凝らし、地域の皆さんが日頃から熱心な手入れを行なっていることが伝わるものばかりでした。最優秀賞には、案山子や花の名札をつけ、アイデアが詰まった花壇を作った越畑公民館が見事輝きました。



【最優秀賞】
越畑 (上写真)
 【優秀賞】
大槻・ハッピー・ハイランド矢板
 【努力賞】
末広町・沢

8/9 (木) 来場者700万人達成!!

道の駅やいたの来場者数が700万人を達成し記念セレモニーが行われました。道の駅やいたは2011年4月末にオープンし、地元的新鲜野菜や「やいたブランド」を取り扱い、レストランのメニューなども充実していることから市内外から訪れる多くの方たちで毎日にぎわいをみせています。700万人目の来場者となったのは、東京都品川区から那須高原へ向かう途中で立ち寄った池上貴之さんご家族で「夢のような出来事で驚いた。とても良い思い出となった」と感想を話してくれました。



8/10 (金) 被災地で感じたもの

片岡中学校の生徒24人が宮城県東松島市にある「空の駅」や「震災復興伝承館」を訪れ、東日本大震災当時の様子や復興する過程の話を地元の方から伺いました。「空の駅」は、毎年生徒が訪れて交流を深めていた小野駅前仮設住宅の方たちが仮設住宅が無くなるのを機に建てたもので、そこでは「おのくん人形」の作成と販売が引き続き行われています。生徒たちから「被災した方の話を聞いて、災害の怖さや備えの大切さを知ることができた。同時に、立ち上がるとうとする人間の強さも学んだ」との感想が聞かれました。



8/11 (祝・土) 宮川で水に親しむ

川崎城跡公園近くの宮川で、環境文化都市やいた創造会議主催の「大そうじ&川遊び体験会」が行われ、20人を超える親子が参加しました。このイベントは8月25日の「あんどまつり」に向けた河川敷の美化活動と川遊び体験や生き物探しを通じて、豊かな自然を実感し、環境を守ることの大切さを体感してもらうことを目的に開かれました。子どもたちは「メダカやギバチなど数が減っている生き物が川にいて驚いた。楽しく遊ぶことができるきれいな川を大切にしたい」と感想を話してくれました。



塩谷郡市医師会 市民公開講座のお知らせ

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら
塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

胃がん撲滅のために

日本人の4人に1人はがんで亡くなります。最近でこそ、がん死の1位は肺がんですが、日本人にとって今でもがんといえば胃がんを真っ先に連想するくらい多い病気です。そのため日本人の医学者はその早期発見と治療法の研究に心血を注いできました。その結果、バリウムという造影剤を用いたX線による胃透視法が確立され、検診も普及しました。さらに、胃カメラの開発により早期胃がんの発見率も飛躍的に向上しました。また、胃がんの原因が大部分ピロリ菌という細菌だとわかり、ピロリ菌を除菌することで胃がんになる危険性を低下させることもできるようになりました。

塩谷郡市医師会では2市2町に申し入れて平成26年から胃がんリスク検診(ABC検診とも呼ばれる)を始めました。この検診は血液検査でピロリ菌の有無と胃粘膜から分泌されるペプシノゲンを調べることにより胃がんになりやすいかどうかを知ることができ、生涯に1度行うだけで済みます。検診の結果により、ピロリ菌の

塩谷郡市医師会会長 岡 一雄(さくら市)

除菌を行う必要があるか、胃カメラ検査が必要かどうかを判断します。この胃がんリスク検診によって従来の胃バリウム検診で見落とされていた早期胃がんが何例も発見されています。

胃がんは早期で発見可能な代表的ながんの1つであり、早期発見すれば確実に治癒できます。しかしまだまだ検診を受ける人は決して多くありません。胃がんを早期発見し胃がんで命を落とさないために、より多くの方に胃がんリスク検診を受けていただきたいと考えています。

今年の塩谷郡市医師会主催の市民公開講座のテーマは「胃がんの原因は99%ピロリ菌だった!!」。さくら市氏家公民館で来る10月14日(日)午後1時から開催します。さくら市の黒須病院の手塚幹雄院長が司会を務め、根本医院の根本祐太院長と花塚クリニックの花塚和伸院長が胃がんリスク検診についてわかりやすく解説します。ぜひ多くの方のご来場をお待ちしております。

矢板市歯科医師会 「歯のはなし」その60

問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118

前回(6月号)の続きです。小学校で学校保健委員会の4～6年生に行った歯に関する〇×クイズについて、ご紹介いたします。

Q9: 同じ人の口の中でも、虫歯のできやすい歯とできにくい歯がある。

A9: 〇
虫歯になりやすいところは歯ブラシが届きにくいところですが、プラークが虫歯の原因ですからプラークをとりきれていないところは虫歯になるリスクは高くなりますよね。そのため、歯と歯のあいだ、歯の溝、歯と歯ぐきの境目が虫歯になりやすい場所になるのです。
それ以外に、唾液が虫歯の進行に関係しています。唾液が流れることによって、虫歯の進行をふせげるのです。逆にいえば、唾液が流れにくいところが虫歯になりやすいところになります。そのため、ドライマウス、口呼吸、おくすりの副作用、ストレス、疲れなどお口の乾く時は、お口の健康が乱れる時なので注意してください。

Q10: 力いっぱいこすると、歯の汚れはよくおちる。

A10: ×
この質問は9割の子供たちが間違っていました。毎食後、歯ブラシでとってもらいたい汚れとはプラークです。プラークが虫歯菌のかたまりだと思ってもいいです。ついたばかりのプラークは歯ブラシでやさしくあてるだけでとれます。歯ブラシを力いっぱいこすると歯や歯ぐきを傷つけてしまったり、歯ブラシの毛がねてしまい逆にうまく汚れがとれなくなってしまいます。特に虫歯になりやすい場所の歯と歯のあいだ、歯の溝、歯と歯ぐきのさかいめは歯ブラシの毛がねてしまうとうまく汚れがとれません。
歯ブラシの換えどきはブラシがねてしまった時だと思って交換してください。力をいれすぎると歯や歯ぐきに傷がつくし、歯ブラシもすぐダメになるしあまり良い事がないですね。

歯みがきは毎日することです。どうせするのなら、将来の自分のためになったほうがいいと思います。
*次回の歯のはなしは、広報12月号に掲載予定です。

シルバー人材センターの会員を募集します!

(特に女性会員)
※室内清掃のできる方

条件/健康で働く意欲のある60歳以上の方



申込・問い合わせ/矢板市シルバー人材センター ☎(43)6660

10月の集団健康診査日程

～新規申し込み受付中!!～



※市ホームページ(トップページ>組織でさがす>健康増進課>各種健診の日程)に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ(問診票)
- ③受診券(特定健診を受診する社会保険の方)

	受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
3日(水)	8:00～10:30	文化会館小ホール	○	○	
9日(火)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム	○		
22日(月)			○		

後期高齢者健康診査を受けましたか?

問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

糖尿病や高血圧症などの生活習慣病を早期発見し、いつまでも健康な生活を送っていただくため、後期高齢者健康診査を実施しています。受診を希望される方は、お問い合わせください。

対象/
後期高齢者医療被保険者
料金/無料
そのほか/

- ・がん検診は、集団健診でのみ実施します。
- ・後期高齢者健康診査は、集団健診、個別検診のどちらかで受診してください。(両方は受診できません。)
- ・今年度75歳になる方で、医療機関での個別検診を希望される場合は、誕生日以降に受診してください。

	集団健診	個別検診
場所	集団健診会場	市内の医療機関
期間	5～11月	5月～翌年3月 (医療機関により異なります)

国民年金 国民年金保険料の後納制度が終了します

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎(22)6311
矢板市市民課 ☎(43)1117
FAX(43)5962

後納制度とは、時効で納めることができなかった国民年金保険料について、平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り、過去5年分まで納めることができる制度です。後納制度を利用することで、年金額が増えたり、納付した期間が不足して年金を受給できなかった

の方が年金受給資格を得られたりする場合があります。後納制度を利用するためには、「国民年金後納保険料納付申込書」の提出が必要です。ご希望の方は、9月28日(金)までに大田原年金事務所でお申し込みの手続きをお願いします。

マイナンバー カード交付に「事前予約」をご利用ください

問い合わせ/
市民課 ☎(43)1117 FAX(43)5962

市では、窓口でお待ちいただく時間をできるだけ短縮し、スムーズにお渡しできるよう、窓口延長時(毎週月曜日の17:15～19:00 ※月曜日が休みの場合は翌日)のマイナンバーカード交付に「事前予約制」を導入しています。

窓口延長時のカード交付を希望される方は、事前に市民課までお電話ください。
※通常の業務時間帯(8:30～17:15)は予約不要です。交付には20分程度かかりますので、時間には余裕を持ってお越しください。

募集 保育所・保育園 平成31年度分入所申込受付

	受付場所 (第1希望の保育所・保育園)	受付日時	所在地	電話番号
公立	泉保育所	10/17 (水) 9:00~17:00	泉 429 番地	☎ (43) 0435
	つくし保育園	10/16 (火) 9:00~17:00	木幡 289 番地	☎ (43) 2411
私立	ちゅーりっぷ保育園	10/16 (火) 8:30~17:00	中 150 番地 389	☎ (44) 0763
	かたおか保育園	10/16 (火) 9:00~17:00	乙畑 1439 番地	☎ (48) 0951
	ぴっころ保育園	10/17 (水) 9:00~17:00	富田 530 番地 4	☎ (43) 0266
	矢板保育園	10/20 (土) 9:00~16:00	木幡 1552 番地 1	☎ (43) 0033
	こどもの森保育園	10/30 (火) 10:00~18:00	石関 1204 番地 1	☎ (48) 1934
	こどもの森こころ保育園※	10/31 (水) 10:00~18:00	石関 1181 番地 5	☎ (48) 1966

●入所・入園申込書などの提出書類
→9/25 (火) から各保育所 (園)、子ども課で配布します。
●入所・入園申込書の受付場所
→第1希望の保育所 (園) となります。
※「こどもの森こころ保育園」の受付は、「こどもの森保育園」で行います。

対象/生後2カ月から就学前までの乳幼児

入所・入園条件/

乳幼児の保護者、同居の親族などが乳幼児を保育することができないと認められる場合。

面接/

受付時に行いますので、入所 (園) を希望するお子さんと同伴の上、お越しください。なお、受付当日都合が悪い場合は、各保育所 (園) または、子ども課にご相談ください。

障がいをお持ちの乳幼児の入所 (園) 申し込み/

児童相談所または、専門医などの専門機関の意見書を添付してください。意見書の添付が困難な場合は、子ども課にご相談ください。

入所・入園の内諾・承諾/

11月16日 (金) までに書類を提出された方に対して、下記のとおり送付する予定です。

内諾 (仮決定) の通知:平成31年1月中旬

承諾 (正式決定) の通知:平成31年3月中旬

問い合わせ/

子ども課 ☎ (44) 3600

地域の子育てに参加しよう ファミリーサポートセンター

交流会など年間を通じて楽しいイベントを行っています。

●「楽器手づくり体験」交流会

楽器作りにチャレンジ! 昨年の交流会で演奏してくれたCoCoBlueと手づくり楽器を作りましょう。

だれでも楽しめる楽器作りです。非会員の方の参加も大歓迎です。ぜひご参加ください。



日時/9月30日 (日) 14:00~15:30

場所/きずな館 大会議室

定員/20人 *先着順

参加費/300~500円

持ち物/はさみ

申込方法/9月25日 (火) までに、直接または電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ/社会福祉協議会 ☎ (44) 3000

ファミリーサポートセンターでは、随時会員を募集しています。空いている時間で、子育てサポートしませんか?

●会員数 (平成30年7月現在) …合計302人
・依頼会員173人 ・提供会員101人 ・両方会員28人

親子で遊ぼう 参加費記載なし…無料 ☎…要予約

~就学前のお子さんと保護者が対象~

泉保育所 ☎ (43) 0435

【遠足「りんごがり」】 ☎

日時/10月25日 (木) 9:15~13:00
内容/りんご狩りにいきましょう! りんご狩りの後は、長峰公園へGO! ※お弁当をご持参ください
参加費/お問い合わせください

矢板保育園 ☎ (43) 0033

【楽しく食べよう】 ☎ ※10/10 (水) まで

日時/10月17日 (水) 11:00~12:00
内容/給食を食べよう
対象/1歳児以上 参加費/400円

こどもの森こころ保育園 ☎ (48) 1966

【森の運動会にようこそ! みんなでヨーイドン!】 ☎

日時/10月6日 (土) 10:00~11:00
内容/森の運動会を見学し、かけっこに参加しましょう

つくし保育園 ☎ (43) 2411

【さつまいも掘りをしよう!】 ☎

日時/10月18日 (木) 10:00~11:30
内容/ジャンボ芋・ミニ芋…どんなお芋が掘れるかな

ぴっころ保育園 ☎ (43) 0266

【運動会ごっこで元気! 元気!】 ☎

日時/10月12日 (金) 10:00~12:00
内容/玉入れ、かけっこ、親子競技などを楽しもう
参加費/300円

ちゅーりっぷ保育園 ☎ (44) 0763

【ホップ・ステップ・ジャンプ運動遊び (未就園児対象)】 ☎

日時/10月10日 (水) 10:00~11:00
内容/跳び箱・マット・平均台に挑戦

子育てサロン

~子育て中の親子が集まる憩いの場~

お気軽にご参加ください

ほのぼのらんど (泉保育所) ☎ (43) 0435

日時/10月1・15・22・29日 (月) 10:00~11:30
※随時子育て相談を受け付けています

子育てサロンMori (こどもの森こころ保育園) ☎ (48) 1966

日時/平日 10:00~15:00
※お越しいただく前に、お電話ください

つくしんぼ (つくし保育園) ☎ (43) 2411

日時/平日 10:00~15:00
※支援室と園庭を開放しています

プチ・フレンド (認定こども園かしわ幼稚園) ☎ (43) 5830

お子さんたちが自由に遊べる空間をご用意しています
日時/10月3・10・17・24・31日 (水) 10:00~11:30

認定こども園すみれ幼稚園 ☎ (44) 2390

【運動会に遊びに来てね!】
日時/10月6日 (土) 8:45~13:45
内容/親子でかけっこに参加しよう!

【ちびっこたちの体操教室】 ☎ ※前日まで
日時/10月12日 (金) 10:00~11:30
内容/専門講師による親子教室
対象/よちよち歩き~ 参加費/300円

矢板認定こども園 ☎ (43) 0470

【親子体操】 ☎ ※5日前まで
日時/10月3日 (水) 10:30~11:30
内容/専門講師による体験教室
対象/生後3カ月~3歳
参加費/300円

【運動会でかけっこをしよう】 ☎
日時/10月6日 (土) 10:00~10:30
内容/みんなで楽しく走りましょう
対象/1歳~未就園児

【お菓子のパッケージで作ろう!!】 ☎ ※5日前まで
日時/10月17日 (水) 10:30~11:30
内容/マグネット・ヘアピン作り
対象/0~3歳

認定こども園かしわ幼稚園 ☎ (43) 5830

【一緒にあそぼう (未就園児対象)】 ☎
日時/10月22日 (月) 10:00~11:30
内容/おいも会
参加費/300円

【ぱんだくらぶ (0・1歳児対象)】 ☎
日時/10月1・15・29日 (月) 10:00~11:30
内容/プチ入園 (親子で登園、給食試食)
参加費/600円

【こあらくらぶ (2・3歳児対象)】 ☎
日時/10月5・12・19・26日 (金) 10:00~11:30
内容/プチ入園 (親子で登園、給食試食)
参加費/600円

ちょこっとチャレンジ!

プチリフォームしませんか?

- 蛇口の交換
- シャワーヘッド交換
- 雨漏り修理
- きれいで節水! トイレリフォーム
- 流し・排水のつまり
- 換気扇交換
- ドアの修理・交換

お家のことなら、どんな小さなことでもお気軽にご相談ください。
プチリフォームで使いやすきれいに! 見積無料

見積無料

市内唯一認定TOTORIモデルクラブ店
総合エネルギー (電気・ガス) & リフォーム

岩助 株式会社 スミスケ

矢板市針生71-3 ☎0287-43-0220

フリーダイヤル0120-82-5541

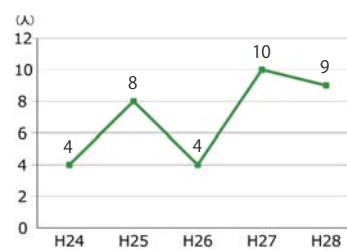
矢板市商工会会員・矢板市上下水道指定工事店

すこやか矢板 21 シリーズ ㉑ ～休養・心の健康～
みんなで守る大切ないのち～9/10は世界自殺予防デー・9/10～16は自殺予防週間～

矢板市の自殺者は、生活習慣病（がん、心臓病、脳卒中）で亡くなる方に次いで、死亡原因の上位を占めています。自殺にはさまざまな原因が考えられますが、自殺で亡く

年代	第1位	第2位	第3位
10代	悪性新生物 交通事故	—	自殺
20代	自殺	悪性新生物	心疾患 交通事故
30代	自殺	悪性新生物	脳血管疾患
40代	悪性新生物	自殺	心疾患
50代	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
60代	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患

▲栃木県の年代別死亡原因（平成28年）



なった方の約9割がこころの病を持っていたという報告があり、その多くが「うつ」と言われています。

うつ病は誰でもかかる可能性がある病気です。15人に1人は、一生のうち一度はうつ病にかかるという報告もあります。ストレスが強かったり、長く続くことで身体や心に影響を及ぼし、日常生活に支障を来してしまう病気です。

【うつ病のサイン】

- ①自分で感じる症状
憂鬱、気分が重い、気分が沈む、悲しい、イライラする、元気がない、集中力がない、好きなこともやりたくない、細かいことが気になる、大事なことを先送りする、物事を悪い方向へ考える、決断が下せない、悪いことをしたように感じて自分を責める、死にたくなる、眠れない
- ②周りから見てわかる症状
表情が暗い、涙もろい、反応が遅い、落ち着きがない、飲酒量が増える
- ③身体に出る症状
食欲がない、便秘がち、身体がだるい、疲れやすい、性欲がない、頭痛、動悸、胃の不快感、めまい、のどが渇く

～こんな症状を感じたり、周りにいる人でこんな症状に気付いたら～1人で悩まず誰かに相談しましょう。悩んでいる方がいたら教えてあげましょう。

【栃木いのちの電話】

毎月10日8:00～翌日8:00 ☎0120(783)556365 24時間 ☎028(643)7830

問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118

- 市保健福祉センター ☎(43)1118
日時／10月9日(火)、平成31年2月12日(火)
いずれも13:30～15:30
- 県矢板健康福祉センター(市武道館北側)
☎(44)1297
日時／9月27日(木)、11月27日(火)
平成31年1月24日(木)、3月26日(火)
いずれも13:30～15:30

【心の健康相談】

人間関係やストレスなど、さまざまな悩みや不安をお持ちの方を対象に、精神科の医師による心の健康相談を行います。お気軽にご相談ください。

*事前の申し込みが必要です。

相談内容／

対人関係・不眠・不安などの悩み、思春期・認知症・アルコール・薬物に関すること、など

9月1日(土)～10日(月)
屋外広告物適正化旬間

この期間は、良好な景観形成や屋外広告物の適正化を一層推進するため、屋外広告物に関する意識啓発に取り組んでいます。屋外広告物は、適正に表示されれば、まちにぎわいや活気をもたらす、経済・文化活動など社会生活に必要な情報を提供するなど、有意義なものです。

しかし、適正管理がなされていないと、看板落下や倒壊事故など公衆に危害を与える恐れがあり、屋外広告物の安全性の向上に留意する必要があります。

安全で美しい街並みづくりのため、ルールを守り、良好な景観づくりにご協力ください。

屋外広告物とは

常時または一定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、貼り紙、のぼり旗などが該当します。絵や写真などであっても、何らかのイメージを伝える

ものであれば屋外広告物になります。屋外広告物はどこにでも表示できるわけではなく、表示するにはルールがあります。屋外広告物を表示する際には、必ず市にご相談ください。

適正に管理してください！

看板が破損や老朽化していると、景観への悪影響ばかりでなく、落下などによる事故が起こる恐れがあります。看板等の管理者は、適正な管理を行い、屋外広告物による事故を未然に防ぎましょう。

屋外広告物の自己点検ポイント

- ・主要部分（基礎を含む）に破損または老朽がないか
- ・取り付け（支持）部分に破損または老朽がないか
- ・表示面の汚染、退色、剥がれや破損がないか など

問い合わせ／都市整備課 ☎(43)6213

9月10日は下水道の日 ～未来へとぼくらがつなぐ下水道～

(平成30年度下水道推進標語)

1日も早く接続を！

公共下水道が使用可能な地域（矢板・片岡地区の一部）では、次のことが義務づけられています。

- ・くみ取りトイレは公共下水道が使用可能になってから、3年以内に水洗トイレにする
- ・浄化槽で処理している場合でも、速やかに排水設備を設置し、公共下水道に接続する

下水道利用による下水道使用料で、公共下水道事業は支えられています。下水道が使えるようになった地域の方は、速やかに接続をお願いします。

*1世帯50万円を限度に水洗トイレに改造するために必要な資金の融資あっせん制度を設けています。詳しくはお問い合わせください。

公共下水道をご利用中の皆さんへ

下水道の施設の大部分は地下にあるため、故障時の修理は大変困難です。故障を防ぐために、次のものは絶対に流さないでください。下水道管の損傷やポンプの故障による機能低下につながり、悪臭の原因にもなります。

- ・雨水
 - ・ティッシュペーパー
 - ・布類
 - ・野菜くず
 - ・ビニール類
 - ・天ぷら油、灯油、ガソリンなどの油類
- ご利用ルールを守っていただくことで、維持管理にかかる経費を節減できます。ご協力をお願いします。

問い合わせ／下水道課 ☎(43)6214



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

9月21日(金)～30日(日)
秋の交通安全市民総ぐるみ運動

運動の基本 子どもと高齢者の交通事故防止

運動の重点

- ①子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止
社会全体で子どもを見守りましょう。運転に不安を感じた高齢者には、声掛けや支援制度を活用し、事故防止につなげましょう。
- ②夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止
歩行中、自転車乗車中は、反射材を着用し、自転車は前照灯の点灯を徹底しましょう。また、日が沈む前からの着用・点灯を心がけましょう。
- ③全席シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
後部座席でも必ずシートベルト！車内全員の命を守るため、全席でシートベルトの着用をしましょう。

④飲酒運転の根絶

「飲んだら乗らない、乗るなら飲まない、乗る人に飲ませない」を徹底しましょう。

栃木県の重点目標

- ①「子どもや高齢者に優しい3S運動」の推進
【発見する、見る(SEE)】【減速する(SLOW)】【停止する(STOP)】の3S(スリーエス)運動を実践し、ほかの人に優しい運転を心がけましょう。
- ②「夜間走行時中の原則ハイビームの徹底」
原則上向きライトで走行することを徹底し、歩行者などを少しでも発見しましょう。

問い合わせ／

くらし安全環境課危機対策班 ☎(43)1114
 矢板警察署 ☎(43)0110

あなたは犬の飼い主として
 守っていますか？

犬の飼い主には、次のことが義務付けられています。

飼い始めた日	【犬の登録】犬の生涯一回、1件3,000円 犬を飼い始めた日(生後90日以内の犬は、生後90日を経過した日)から30日以内に登録してください。
※【犬の登録】(狂犬病予防注射済票の交付)	はくらし安全環境課、市が委託する動物病院で申請できます。
飼い主や住所が変更になった日	【狂犬病予防注射済票の交付】1件550円 生後91日以上は、年に一度、狂犬病予防注射を受け、注射済票の交付を受けてください。注射済証が発行されたら、注射済票交付の手続きを行ってください。
迷子になったら	犬の所在地や所有者(氏名や住所)が変更になった場合は、「犬の登録事項変更届」をくらし安全環境課に届け出てください。 (注意) 転入時は、前居住地で交付された鑑札を添付してください。矢板市の鑑札を交付します。(無料) 転出時は、転出先の市町村で手続きしてください。
亡くなった日	栃木県動物愛護指導センター ☎028(684)5458へ連絡してください。
	くらし安全環境課に届け出てください。

問い合わせ／くらし安全環境課 ☎(43)6755

募集 犬・猫との
 ふれあいしつけ教室

日時／10月7日(日)9:00～12:00 *小雨決行
 場所／高根沢町「情報の森とちぎ」中央広場
 内容／長寿犬表彰式、獣医師体験、動物健康・しつけ相談、ドッグショー、しつけ教室 など

♪ペット写真を募集します♪
 ふれあいしつけ教室の「わが家のペット自慢写真展」で展示する写真を募集します。ぜひ、ご応募ください。
 写真規格／2L版 *合成加工は不可
 応募方法／
 9月20日(木)までに、「プリントした写真」と「応募用紙」を同封のうえ、直接または「〒329-2192(住所不要)矢板市くらし安全環境課」へ郵送でご応募ください。
 ※応募用紙は、窓口と市ホームページにあります。

問い合わせ／くらし安全環境課 ☎(43)6755
 塩谷郡市動物愛護連絡協議会事務局 ☎028(681)1126



きらきらサロン（高齢者サロン）で楽しい時間を

きらきらサロンは、高齢者やその他支援の必要な方など、誰もが気軽に集える場所です。現在 26 カ所のサロンが開設されています。サロンの内容は、お茶を飲みながらのおしゃべり会、軽い運動、レクリエーションなどさまざまです。団体の希望により、市の出前講座（歯科講話、栄養講話、介護保険の話、認知症サポーター養成講座など）も開催しています。外出や仲間との会話、活動は、介護予防、認知症予防にもつながります。お近くのきらきらサロンに参加して、楽しい時間を過ごしませんか。

また、きらきらサロンをやってみたいという団体は、お気軽にご相談ください。



*参加にあたっては、サロン代表者の方、既に参加されている方等にお問い合わせください。

【きらきらサロン実施団体等】

行政区等単位対象

荒井行政区・大槻きらきらサロン・片岡寿会・片岡四行政区・川崎寿会・健康いきいきクラブ（塩田）・木幡東交友会・木幡西行政区・五区長寿会・コロナ矢板自治会・沢長寿会・シニアクラブ末広会・富田シニアクラブ・豊田結いクラブ・通岡シルバー会・中いきいきクラブ・ハッピーいきいきクラブ（成田）・針生はまぎくの会・ほほ笑み会（下伊佐野）・労協センター事業団（本町）・NPO ワーカーズコープ（長井）・六区ひまわり会・山田きらきらサロン

市内全域対象

・(医) 為王会 オレンジカフェ ☎(43) 2230
場所/末広町(介護ショップエポック内) ☎(44) 2053
時間/毎週水～金曜日(祝日を除く)、9:00～12:00
・ココマチキラキラサロン ☎(53) 7221
場所/末広町(JR 矢板駅東・ココマチ内)
時間/毎週火～日曜日、10:00～16:00
問い合わせ/高齢対策課 ☎(43) 3896

認知症などによる徘徊高齢者等の事前登録制度

認知症などにより徘徊の恐れのある高齢者などの安心・安全を確保するための事前登録制度です。

制度概要

家族などが、事前に徘徊の恐れのある方の情報（氏名、住所、身体的特徴、緊急連絡先、写真など）を申請し、登録します。

登録情報は、市・矢板警察署・地域包括支援センターで共有し、登録者が行方不明や保護された場合、3 者が連携し、登録された情報を頼りに早期発見や身元確認につなげ、家族などに引き渡します。

登録方法/申請者の印鑑と登録する方の写真（顔・全身）をお持ちの上、申請してください。

申請・問い合わせ/高齢対策課 ☎(43) 3896

募集 シルバースポーツ大会



今年も参加しやすい競技を予定していますので、生きがいつくり、体力づくり、仲間づくりのために、楽しい 1 日を過ごしてみませんか？

競技参加者の賞品はもちろん、応援の方にも参加賞を用意してお待ちしております。

日時/10月18日(木) 9:00～ *雨天時は、翌日に順延
場所/矢板運動公園 陸上競技場

対象/市内在住でおおむね 60 歳以上の方

*シニアクラブ会員以外の方も参加できますので、地元シニアクラブに参加申込をお願いします。

問い合わせ/高齢対策課 ☎(43) 3896
社会福祉協議会 ☎(44) 3000

住宅・土地統計調査

「住宅・土地統計調査」は住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約 370 万世帯、矢板市では約 2 千世帯を対象に行われます。

10 月 1 日の調査日にあわせて、9 月中旬ごろから調査の対象となったお宅に、栃木県知事から任命された調査員が調査票を持って伺いますので、調査票へのご記入、またはインターネットでの回答をお願いします。

●調査票に記入した内容については、統計法に基づき秘密を厳守いたしますので、正確な記入をお願いします。

●必ず調査員証（写真付き）を持って訪問します。

問い合わせ/総合政策課電算統計班 ☎(43) 1170

ごみの焼却は禁止です！

家庭などから出るごみを焼却する行為（野焼き）は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により禁止されています。法に反してごみの野外焼却をした場合、5 年以下の懲役もしくは 1,000 万円以下の罰金、またはこれらが併科されます。防止へのご協力をお願いします。

ごみの焼却が行われると

- ・すずやにおいなど、近所へ迷惑がかかります。
- ・発生した煙が交通の支障になります。
- ・飛び散った火の粉が近隣火災の原因になります。
- ・ダイオキシンなどの有害物質が発生します。

問い合わせ/くらし安全環境課 ☎(43) 6755

募集 介護予防ノルディックウォーキング体験教室

ノルディックウォーキングは、ポールを使うため、関節への負担が少なく歩くことができます。また、消費カロリーが高く、筋力アップの効果もあります。

運動不足の方や体力に自信のない方など、ぜひご参加ください。

日時・内容/全 8 回 *雨天時中止

		日時		
①	10月1日(月)	9:45～11:30	⑤ 11月12日(月)	10:00～11:30
②	10月15日(月)	10:00～11:30	⑥ 11月26日(月)	10:00～11:30
③	10月22日(月)	10:00～11:30	⑦ 12月3日(月)	10:00～11:30
④	10月29日(月)	10:00～11:30	⑧ 12月10日(月)	9:45～11:30

場所/長峰公園

参加費/無料

定員/市内在住の 65 歳以上の方 20 人 *申込多数の場合は抽選

申込方法/

9 月 18 日(火)までに、高齢対策課または NPO 法人たかはら那須スポーツクラブにお申し込みください。



そのほか/申込みの際に、健康に不安がみられる場合は、健康診断をお願いすることがあります。

問い合わせ/高齢対策課 ☎(43) 3896

NPO 法人たかはら那須スポーツクラブ

☎(43) 3189

募集 介護入門研修ステップアップ講座

住み慣れた地域で、いつまでも安心して生活できるよう、生活支援の仕方や介護にかかる研修を実施します。

修了後、介護施設や地域サロンで活動をしてみませんか。

		日時		
①	10月3日(水)	9:30～16:00	⑥ 10月25日(木)	9:30～16:00
②	10月9日(火)	13:30～16:00	⑦ 10月30日(火)	13:30～16:00
③	10月12日(金)	13:30～16:00	⑧ 10月31日(水)	9:30～16:00
④	10月17日(水)	9:30～12:00	⑨ 11月6日(火)	13:30～16:00
⑤	10月23日(火)	13:30～16:00		

場所/きずな館(社会福祉協議会)ほか

内容/福祉、介護についての基礎知識と技術・高齢者の理解と支援・生活援助・介護施設実習・地域サロン体験など

対象/市内在住のおおむね 50 歳以上で、生活支援の仕方や介護の基礎を学んでみたい方

定員/20 人

参加費/無料

申込方法/

9 月 18 日(火)までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

募集 園芸作物振興支援事業補助金

収益性の高い園芸作物の振興を図るため、新規作物の導入や規模拡大を図る場合の園芸用機械の購入、または園芸施設の整備に係る費用の一部を補助します。

対象/

- ・市内在住の農業経営者、または認定新規就農者
- ・市内で継続的に園芸作物の規模拡大に取り組む方
- ・補助対象者と生計を一にする方全員が市税等の滞納をしていないこと

対象園芸作物/いちご、春菊、トマト、うど、ねぎ、花き

補助金額/

機械や施設の補助対象経費の 1/2 以内(上限 100 万円)

そのほか/

- ・国、県などの補助金対象とならないものに限りません。
- ・消費税、工事費は対象経費になりません。

詳しくはお問い合わせください。

申請・問い合わせ/農林課 ☎(43) 6210

中古車委託販売

車・バイク・農機具の委託展示販売いたします。
(車を売りたい方、お気軽にお問い合わせください。)

フリーマーケット
★出店者募集★
第2・4日曜日開催中!!

【問い合わせ】
リサイクル新世界
☎080(4732)0427

出張・カウンセリング

=総合こころの相談室= 矢板

★心の健康★学校の悩み★LGBT
★シニア生活★経営管理 など(初回無料)

NPO 法人 栃木県カウンセリング協会会員 矢板市鹿島町 12-28
統合心理カウンセラー 高野幸夫 tel: 090-3243-7581
e-mail: takano900@gmail.com

開催 バリアフリー映画上映会

視覚や聴覚に障がいをお持ちの方も、映画を楽しめるバリアフリー映画上映会を開催します。

日時／10月11日(木) 13:30～15:45

*バリアフリー映画とは…
映画の場面を音声ガイドや字幕で説明するので、どなたにでもお楽しみいただける映画のことです。

場所／文化会館 小ホール

※会場には、車椅子でご入りいただけます。

上映作品／春との旅

そのほか／

- ・入場無料。申し込みは必要ありません。
- ・障がいの有無や年齢にかかわらず、ご覧いただけます。
- ・通常の映画と異なり、音声ガイドと字幕がつきますので、ご了承ください。

問い合わせ／矢板公民館 ☎(43) 0469

*月曜・祝日休館

矢板市立図書館 ☎(43) 5661

*月曜休館(祝日の場合は開館)

開催 郷土資料館企画展 「埴輪と鏡～矢板市の古墳時代～」

「前方後円墳」の名付け親は誰でしょう？実は、栃木県出身の蒲生君平が使い始めました。

今年は蒲生君平生誕 250 年という節目の年になることから、今回の展示では「古墳」にスポットをあて、代表的な遺物である鏡や埴輪の世界をご紹介します。

そしてなんと！？普段は県立博物館に所蔵されている境林古墳出土の埴輪も帰郷します！

ぜひお越しいただき、学校で習う埴輪や鏡の大きさを体感してみてください。

日時／9月23日(日)～11月4日(日)

10:00～16:00

場所／郷土資料館 多目的ホール

入場料／無料

そのほか／この企画展は栃木県立博物館の地域移動博物館を活用しています。

問い合わせ／郷土資料館 ☎(43) 0423

*月曜休館(月曜が祝日の場合は、翌日休館)



鹿が描かれた埴輪 (宇都宮市出土)

開催 議会報告会・意見交換会

申し込みは不要ですので、ご都合のよい会場にお越しの上、皆さまのご意見をお聞かせください。

日時・場所／いずれも19:00～21:00

10月10日(水) 泉公民館 集会室

10月11日(木) 片岡公民館 コミュニティホール

10月12日(金) 文化会館 小ホール

内容／

①議会報告

平成29年度決算審査などについて報告します。

②意見交換

意見交換は、広く皆さまの意見を伺うため、付箋と模造紙を使つてのグループワークを予定しています。

【3会場共通テーマ】「人口減少対策について」

【地域別テーマ】

- ・泉会場 「観光振興について」
- ・片岡会場 「子育てしやすい環境づくりについて」
- ・矢板会場 「空き家等対策について」

問い合わせ／議会事務局 ☎(43) 6216

募集 八方ヶ原ツツジの枯れ枝除去・遊歩道整備ボランティア

来年も八方ヶ原のレンゲツツジをたくさんの方が楽しめるよう、枯れ枝除去や遊歩道整備などの作業を行います。

日時／9月30日(日) 9:30～11:00

集合場所／八方ヶ原大間々駐車場(9:30集合)

必要なもの／

作業に適した服装、剪定ばさみなど

申込方法／

9月21日(金)までに電話でお申し込みください。その際、送迎バス(※市役所8:30出発で集合場所まで送迎。定員40人・先着順)をご希望の方は、あわせてお伝えください。そのほか／雨天中止の際は、電話連絡します。

申込・問い合わせ／

商工観光課 ☎(43) 6211

つつじの郷やいた花火大会 2018 交通規制のお願い

「つつじの郷やいた花火大会 2018」の開催にあたり、大会会場(市文化会館周辺)および道路の交通規制を実施します。地域住民の方々には、ご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

日時／10月13日(土) *荒天時は14日(日)に順延 18:30～花火打ち上げ

そのほか／

当日までにタイムスケジュール、指定駐車場、規制内容等が変更となる場合がございます。最新情報については、やいた花火大会ホームページをご確認ください。

花火大会交通規制案内



●協賛のお願い

企業、個人を問わず、1口1,000円から、大会運営のための協賛金を募集しています。

●道の駅やいたをご利用の方

10:00～21:00の間、車両などの乗り入れはできません。また、花火大会開催中は休業、休館します。(※トイレは24時間使用可能です。)道の駅代替施設として、長峰公園の駐車場・トイレ、または、矢板運動公園の駐車場・トイレ(陸上競技場駐車場わき)をご利用ください。

●図書館をご利用の方

市役所敷地内に専用駐車場を設けますので、そちらをご利用ください。

問い合わせ／

やいた花火大会 2018 実行委員会事務局(市商工会内)

☎・FAX (43) 1755

HP http://www.yaita.info/_hanabi

開催 だし 山車巡りスタンプラリー

市制施行 60 周年を記念して、矢板 2 区、3 区、4 区、5 区、6 区、末広町の山車を巡るスタンプラリーを実施します。今回は、「つつじの郷やいた花火大会 2018」の開催にあわせて、毎年 7 月の八坂祭などでお披露目される山車とお囃子を特別に披露します。

また、お囃子体験や山車に乗っての記念撮影会など、貴重な体験もできますので、ぜひご参加ください。

日時／

10月13日(土) *荒天時は14日(日)に順延

9:00～14:00 山車巡り

14:00～15:30 抽選会(生涯学習館ロビー)

参加方法／

スタンプラリー台紙は新聞折り込みなどで配布予定です。

そのほか／

- ・どなたでも無料でご参加いただけます。
- ・山車の場所はスタンプラリー台紙をご確認ください。
- ・お披露目、体験の時間は行政区ごとに異なります。
- ・抽選会は景品が無くなり次第終了です。

申込・問い合わせ／

商工観光課 ☎(43) 6211



開催 健康ひろば 10月まで延長!

さまざまなニュースポーツをご自身のペースで体験いただけます。新しいスポーツを始めたい、体を動かしたい…ぜひ、お気軽に参加ください!

日時／毎週水曜日 19:30～21:00

※9月12日(水)は休み

場所／市体育館

対象／小学生～一般の方

定員／各回 30人程度

参加費／100円

講師／矢板市スポーツ推進委員

持ち物／タオル、体育館シューズ、飲み物など

問い合わせ／

生涯学習課スポーツ推進班 ☎(43) 6218



9月9日受付開始 先着110名 震災から7年、この機会に是非。

スマホで申し込みOK 優先年齢は5歳～26歳

9027

関東子ども健康調査基金による検査 人数は7月8日現在で、のべ9027人。

申込用URL <https://goo.gl/xmijiz>

甲状腺エコー検査 @矢板市

11月10日(土)・11日(日)片岡公民館2階

●予約制：当日受付は行いません。事前にお申込みください。

ココマチ1階に申込書を配置しています

お問合せ：甲状腺エコー検査矢板実行委員会 ☎080-6544-2427(井田)

募集 勤労青少年ホーム講座（後期）

対象／市内に在住・在勤している青少年（40歳未満）
 ※ただし、定員に余裕があれば40歳以上の方も可
 （原則2講座まで）
 開催期間／10～3月
 受講料／無料（ただし、教材費は受講生負担）

申込方法／9月5日（水）8:30～19:00（土・日・祝日は17:00まで）から、直接窓口でお申し込みください。その際、今年度初めての利用者は利用年会費1,000円がかかります。
 ※40歳以上の方の申込受付は9月10日（月）からです。
 申込・問い合わせ／勤労青少年ホーム ☎（43）8210

講座名	講師	内容	日時	定員
① エンジョイダンスエアロ	斎藤 史子先生	ダンス系をベースに、燃焼系・筋肉コンディショニング・ストレッチをバランス良く取り入れて進めます。	毎週月曜 18:45～19:45	20人
② ゴルフ	赤羽 弘光先生	ルールやマナーを含め、ゴルフ全般を学びます。	第1～3月曜 19:00～21:00	30人
③ トラベル英会話	英会話学校講師	英語の基礎や、旅行先で出会うシーンごとの、英会話を学びます。	第1～3火曜 19:00～21:00	12人
④ エクササイズボクシング	小林 忠先生	ボクシングの動きを取り込んだエクササイズで、心と体の健康を保ちます。	第1・3火曜 19:00～20:30	12人
⑤ 着付	青木 敏子先生	浴衣から太鼓結びまで実技中心に学びます。	第1～3木曜 19:00～21:00	10人
⑥ プログラミング	池澤 一廣先生	プログラムを作る楽しさを一緒に体験しませんか？パソコンが初めてでも、予備知識・PCがなくてもOK！	第1・3木曜 19:00～21:00	10人
⑦ 花をいける	石塚 敦子先生	フラワーアレンジメントの技術を用いて、季節に合わせた花を自分らしくいけることを学びます。	第3金曜 19:00～21:00	10人
⑧ ヨガ	鈴木真樹子先生	さまざまなポーズを行うことで、心身の調整力、柔軟性を高めていきます。	第1～3金曜 19:00～20:30	20人
⑨ カンフーフィットネス（気功）	関口 範満先生	健康で元気な体と心、集中力と落ち着いた平常心を養います。	第1～3土曜 10:00～11:30	20人
⑩ やさしいストレッチ	阿久津あすか先生	体を動かし、運動不足を解消します。	第1～3土曜 14:00～15:30	20人

募集 第1回登山教室

日時／9月29日（土）市役所5:30集合、出発
 行先／群馬県四阿山（日本百名山 標高2,354m 中級レベル）
 対象／市内に在住・在勤・在学している方
 定員／22人 ※若干の増減あり
 参加費／8,000円（バス代、高速代、保険料、入浴代等を含む）
 ＊説明会で集金します。

【説明会】
 9月26日（水）19:00～生涯学習館 研修室（1）

申込方法／9月21日（金）までに、「登山教室参加希望」と明記し、住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入の上、直接お持ちいただくか、郵送またはファクスでお申し込みください。また、市外の方は勤務先・学校名を、グループの場合は全員の氏名を記入してください。
 主催／葵観光（栃木県知事登録旅行業 第2-682号）
 申込・問い合わせ／
 〒329-2165 矢板市矢板106-2 矢板市生涯学習課
 ☎（43）6218 FAX（43）4436
 〒329-2746 那須塩原市四区町743-14 葵観光
 ☎（37）7339 FAX（37）7886

募集 健康ウォーキング

健康づくりみどりの会によるウォーキングを行います。今年も市内をウォーキングします。あなたもぜひ参加してみませんか？
 日時／10月28日（日）片岡公民館9:30集合
 10:00出発、12:30片岡公民館解散予定
 コース／すこやか矢板ウォーキングマップの片岡地区コース
 ※スタートとゴール地点は片岡公民館
 ※荒天時は、片岡公民館のコミュニティーホールで体操をする予定です。
 対象／市内在住の小学生以上
 定員／50人
 参加費／100円（保険料含む）＊当日集めます。
 持ち物／飲み物、タオル、雨具など
 そのほか／
 ・健康づくりみどりの会の減塩みそ汁試食があります。
 ・やいた健康ポイント事業、お元気ポイント事業の対象となります。
 申込方法／9月10日（月）～10月10日（水）に、電話でお申し込みください。
 申込・問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118



募集 季節の料理教室 秋の編

旬の食材を使っておいしいお料理を作ってみませんか？
 日時／10月16日（火）10:00～12:30
 場所／片岡公民館 調理室
 内容／
 ・厚揚げと豚肉の中華味噌炒め
 ・コールスローサラダ
 ・炊き込みごはん
 ・季節のデザート（カボチャのようかん）
 定員／20人 ＊先着順
 参加費／400円（材料費）
 講師／長嶋 孝子先生
 持ち物／エプロン、三角巾、米0.5合
 申込方法／9月18日（火）から電話でお申し込みください。
 申込・問い合わせ／片岡公民館 ☎（48）0101
 ＊月曜・祝日休館



募集 プロが教えるパン教室

おいしいパンを手作りしてみませんか？
 日時・内容／全3回 9:30～13:00
 ①10月19日（金）ブルーベリーブレッド
 ②11月9日（金）じゃがいもブレッド
 ③12月14日（金）にんじん食パン
 場所／片岡公民館 調理室 定員／20人 ＊先着順
 参加費／3,500円（材料費3回分）
 ＊初回に集金します。
 講師／野村 みどり先生
 持ち物／エプロン、三角巾など髪を覆うもの、持ち帰りの容器や袋、筆記用具（持っている方：めん棒、ゴムべら、パンマット、スケーパー、パン型）
 申込方法／9月18日（火）から電話でお申し込みください。
 申込・問い合わせ／片岡公民館 ☎（48）0101
 ＊月曜・祝日休館



募集 トレセンピラティス教室（後期）

呼吸を意識しながら体幹をトレーニングします。体力に自信のない方でも安心して参加できます。
 日時／10月2日（火）～平成31年2月26日（火）の毎週火曜日（全20回）
 10:30～1時間程度
 場所／10～12月 農業者トレーニングセンター（片岡）
 1～2月 農村環境改善センター（沢）
 定員／30人 ＊応募者多数の場合は抽選
 参加費／1,000円（後期20回分）
 講師／斎藤 史子先生
 持ち物／ヨガマット、タオル、飲み物
 申込方法／9月15日（土）～19日（水）8:30～19:00（※火曜日は17:00まで）に、直接お申し込みください。
 申込・問い合わせ／農業者トレーニングセンター ☎（48）0680

募集 トレセンヨガ教室（後期）

健康維持のため皆さんも参加してみませんか。各自の体力にあわせ無理なく出来ます。

	日時	
木曜コース（計20回）	10月4日（木）～平成31年2月28日（木）の毎週木曜日（年末年始は除く）	13:30～1時間程度
金曜コース（計20回）	10月5日（金）～平成31年3月8日（金）の毎週金曜日（年末年始は除く）	10:45～1時間程度

 場所／10～12月 農業者トレーニングセンター（片岡）
 1～3月 農村環境改善センター（沢）
 定員／各30人 ＊申込多数の場合は抽選。重複申込不可。
 参加費／1,000円（後期20回分）
 講師／上田 時子先生
 持ち物／ヨガマットまたはバスマット（なるべく厚めの物）
 申込方法／9月15日（土）～19日（水）8:30～19:00（※火曜日は17:00まで）に、直接お申し込みください。
 申込・問い合わせ／農業者トレーニングセンター ☎（48）0680

一期一会を大切に
小さな葬儀社

家族葬ホール 矢板ホール
ゆったりホール 椿の花斎苑

☎0287(48)6785 (365日24時間対応)

会員様も
会員でない方も
お待ちしております!!
人形供養祭
11月18日(日)開催決定

【人形供養品で預かれるもの】
小さな葬儀社へお持ちください。
人形・ぬいぐるみ、預かります。
（注意）ケースははずして下さい。
（供養料はお気持ちで大丈夫です）

小さな葬儀社
矢板市片岡1913-25
電話 0287(48)6785

駐車場有

募 集

防衛大・防衛医大生

	防衛医科大学校		防衛大学校
	看護学科	医学科	一般
受験資格	18歳以上21歳未満の方		
受付期間	9/5(水)～28(金)		
1次試験日	10/20(土)	10/27(土)	11/3(土)
		10/28(日)	11/4(日)
試験会場	宇都宮市		

申込・問い合わせ／
自衛隊大田原地域事務所
☎0287(22)2940

県農業大学校生

募集人数／農業経営学科 25人
園芸経営学科 40人
畜産経営学科 15人

	推薦入試	一般入試	
		前期	後期
受付期間	9/3(月)～25(火)	11/19(月)～12/10(月)	1/15(火)～2/1(金)
試験日	10/29(月)	1/10(木)	2/22(金)

申込・問い合わせ／
県農業大学校
☎028(667)0711

塩谷看護専門学校看護学生(推薦・社会人入試)

募集人員／40人
(推薦、社会人合わせて募集定員の5割程度)
修業年限／3年(全日制)

	推薦入試	社会人入試
受験資格	平成31年3月に高校卒業見込みで学科評定平均3.0以上、合格した場合には必ず本校に入学できる方	高校を卒業し、平成31年4月1日時点で、2年以上経過した方
試験科目	・一般常識試験 ・面接	・小論文 ・面接

受付期間／9月6日(木)～20日(木)
試験日／9月29日(土)
試験会場／
国際医療福祉大学塩谷看護専門学校(塩谷病院敷地内)
申込・問い合わせ／
国際医療福祉大学塩谷看護専門学校
☎(44)2322

第4回精神障がい者家族教室

日時／9月26日(水)13:30～15:30
場所／栃木県矢板健康福祉センター
対象／精神障がい者の家族、支援者等
内容／講話「障害福祉サービスについて」
参加費／無料
申込方法／1週間前までに、電話でお申し込みください。
申込・問い合わせ／
栃木県矢板健康福祉センター
保健衛生課 ☎(44)1297

差し押さえ動産の合同公売

税金の滞納により差し押さえられた動産を公売します。
日時／
9月27日(木)
10:00～12:00 下見会・受付
12:00～ 公売開始
※オークション形式
場所／
栃木県河内庁舎 本館5階大会議室(宇都宮市竹林町1030-2)
そのほか／
詳しくは、栃木県ホームページをご覧ください。
問い合わせ／
宇都宮県税事務所特別整理担当
☎028(626)3171
市税務課徴収担当 ☎(43)1115

健康づくり体験談

募集部門／
・運動部門／運動に関する健康法とその効果
・暮らし部門／食事に関する健康法とその効果
・生きがい部門／生きがいに関する健康法とその効果
応募資格／
後期高齢者医療制度に加入している県内の被保険者の方
応募方法／
健康づくり体験談(題名と本文。原稿用紙2～3枚程度)のほか、必要事項(募集部門、郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号)を記入した用紙を、郵送またはメールで応募
応募締切／
9月28日(金) *必着
賞および賞品／
・最優秀作品 1点 旅行券3万円分
・優秀作品 3点 旅行券1万円分
・応募者全員にQUOカード500円分
*受賞作品はホームページで公開します。
応募・問い合わせ／
〒320-0033 宇都宮市本町3-9
栃木県本町合同ビル2階
栃木県後期高齢者医療広域連合
☎028(627)6805
☎soumu@kouikirengo-tochigi.jp

保育のお仕事「スタート講座」

保育士の資格を有しながら保育分野に就業していない潜在保育士を対象に、知識や技術を再確認するための研修を行い、保育分野への再就業を促進します。
日時／
10月9日(火)10:00～14:30
場所／
トコトコ大田原
(大田原市中央一丁目3-15)

対象／
保育職を希望する方、保育職に興味・関心のある方
定員／20人程度
参加費／無料
申込方法／電話でお申し込みください。
そのほか／託児もあります。(無料・要予約)
申込・問い合わせ／
(社福)県社会福祉協議会
☎028(307)4194

公開講座「ネット依存の実態と対応」

日時／
10月28日(日)10:00開演
場所／栃木県青年会館 コンセーレ
定員／150人(先着順)
参加費／無料
講師／
独立行政法人 国立病院機構
久里浜医療センター 樋口進院長
申込方法／
氏名、電話番号、参加人数、お知りになった方法を明記の上、電話・ファクス・メール・ハガキでお申し込みください。
申込・問い合わせ／
〒320-8508 宇都宮市若草1-10-6
栃木いのちの電話 事務局
☎028(622)7970
☎028(902)1030
☎tid1999@maple.ocn.ne.jp

塩谷病院 第5回市民公開講座「気をつけよう糖尿病(仮)」

日時／
9月22日(土)14:00開演
場所／文化会館 小ホール
定員／250人
参加費／無料
講師／
塩谷病院糖尿病内分泌代謝内科
部長 山内 恵史医師
申込方法／
電話でお申し込みください。
申込・問い合わせ／
国際医療福祉大学塩谷病院
☎(44)1155

お知らせ

「土のう」が必要になったら
9月は、台風による大雨被害が発生しやすい時期です。市では「土のう」を備蓄しています。大雨による浸水被害の恐れがある方に対して、必要に応じて支給しますのでご連絡ください。
問い合わせ／
危機対策班 ☎(43)1114

地域防災力向上シンポジウム

防災関係の講演やパネルディスカッションを開催します。ぜひお越しください。
日時／9月29日(土)
13:00～16:00
場所／
文化会館 大ホール
問い合わせ／
危機対策班 ☎(43)1114

犯罪被害者等支援巡回パネル展示

犯罪被害者等の置かれている現状や支援の必要性について紹介します。
日時／
9月18日(火)～9月28日(金)
場所／
市役所本庁舎1階 市民室
問い合わせ／
危機対策班 ☎(43)1114

2018 とちぎ動物愛護フェスティバル

動物ふれあい広場、一日獣医さん体験のほか、たくさんの催し物があります。動物とふれあいながら、人と動物がともにしあわせに暮らせる社会について考えてみませんか。
日時・場所／
9月24日(祝・月)
10:00～11:40 記念講演・式典(栃木県庁東館4階講堂)
11:00～15:00 各種イベント(オリオンスクエア)
問い合わせ／
栃木県動物愛護指導センター
☎028(684)5458

とちぎ木づかいフェス ～もくもくまつり2018～

日時／10月8日(祝・月)
10:00～14:30
場所／栃木県庁舎 県民広場
内容／
チェーンソーを使って丸太に彫刻を行うチェーンソーカービングショーやとちぎ材を使った木工教室、昔懐かし上棟式など楽しいイベントを用意して皆さまをお待ちしています。
問い合わせ／
とちぎ木材フェスティバル実行委員会
☎028(652)3687

第38回矢板市サッカーフェスティバル

日時／10月8日(祝・月)8:00～
場所／矢板運動公園陸上競技場
種目／
①ボールリフティングチャンピオン大会
②ドリブル競争 ③フットサル大会
申込期限／9月19日(水)
そのほか／
ボランティアスタッフも募集しています。詳しくはお問い合わせください。
申込・問い合わせ／
市サッカー協会 ☎(43)7667

栃木県立聾学校 学校公開

日時／9月28日(金)
10:00～12:30
場所／栃木県立聾学校
内容／
・学校概要の説明
・授業および施設設備等自由参観
詳しくは、ホームページをご覧ください。
申込方法／
直接、電話かファクスで氏名および所属を明記の上、9月14日(金)までにお申し込みください。
申込・問い合わせ／
栃木県立聾学校
☎028(622)3910
☎028(624)6887

「法の日」司法書士法律相談

司法書士が無料法律相談を実施します。相談については、お近くの司法書士事務所に直接ご連絡ください。
日時／10月1日(月)～7日(日)
場所／県内各司法書士事務所および特設会場
内容／司法書士の業務に関する相談(登記、供託、訴訟、成年後見、多重債務等)
問い合わせ／栃木県司法書士会
☎028(614)1122

全国一斉!法務局休日相談所の開設

全国の法務局で一斉に休日相談所を開設することとなりました。登記・戸籍・供託・人権などに関する相談所の開設や公証人・職員による講演会も開催します。
日時／10月7日(日)
10:00～15:00 相談
10:30～ 講演会「相続」
場所／宇都宮地方法務局本局庁舎
参加費／無料

そのほか／
詳しくは、宇都宮地方法務局のホームページをご覧ください。
申込・問い合わせ／
宇都宮地方法務局総務課庶務係
☎028(623)6333

塩谷広域おすすめ情報

さくら市
第12回国際太鼓フェスティバル開催
日時／10月21日(日)14:00開演
場所／氏家公民館ホール
入場券／一般500円
※高校生以下無料、当日13:00から氏家公民館入口で販売
問い合わせ／
一般財団法人浅野太鼓文化研究会
☎076(277)1721

高根沢町
Honda Exhibition
誕生から60年を迎えるスーパーカーをはじめ、シビック、インテグラが登場します。
日時／9月29日(土)～11月4日(日)
9:00～17:00
休館日／月曜日、10月9日(火)
※10月8日(祝・月)は開館
場所／高根沢町歴史民俗資料館
問い合わせ／
高根沢町歴史民俗資料館
☎028(675)7117

塩谷町
ふるさと高原山を愛する集い2018秋のバーベキュー大会
高原山への思いと山の日の意義を共有しましょう!
日時／10月8日(祝・月)
11:00～14:00(受付10:30～)
場所／玉生運動広場(塩谷町玉生965-2)
参加費／10,000円(1グループ 約4人分)
そのほか／9月25日(火)までに
お申し込みください。
問い合わせ／
ふるさと高原山を愛する集い実行委員会事務局(塩谷町企画調整課内)
☎0287(45)1112

不用品登録情報	譲ります	譲りません
問い合わせ／ 消費生活センター(くらし安全環境課) ☎(43)3621	・エレクトーン・本棚・食器棚 ・プリンタインク(EPSON互換IC-50) ・シングルパイプベッド・つり具 ・洋服ダンス・大人用三輪自転車 ・ジュニアシート・電動シニアカー	・自転車(大人用)・麻雀牌・麻雀卓 ・グラウンド・ゴルフのクラブ、ボール ・キーボード(楽器)・外で遊べる遊具 ・女児用衣類(サイズ90以下) ・ベビーベッド・50ccスクーター

図書館

開館時間/9:00~20:00
10月の休館日/1・15日(月)、22日(月)~31日(水)
貸出点数/全15点 貸出期間/2週間
問い合わせ/図書館 ☎(43)5661

図書館マナー講座



図書館の本はみんなの本です。大切に読んでください。もし、ページがとれてしまったり、破れたページが見つけた場合は、そのままの状態図書館へお持ちください。専用の道具で修理します。

◆新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ
大人は泣かないと思っていた
寺地はるな 集英社
隣の老婆が庭のゆずを盗む現場を押さえると父から命じられたが、捕られた犯人もその目的も、予想外で…。人生が愛おしくなる、魔法のような物語全7編。
佐藤麻衣子
石川結貴
ほか

利用資格/市内に在住・通勤・通学している方、大田原市・さくら市・那須塩原市・塩谷町・高根沢町在住の方
図書検索・予約ホームページ/ http://www.yaita-city-tosyokan.jp/
※メンテナンスのため、6:00~6:40は利用できない場合があります。

◆映画会

毎月第4土曜日に映画会を開催しています。お気軽にご来館ください。(無料・申込不要)
作品/アンネ・フランクを忘れない
「アンネの日記」を残し15歳でこの世を去った少女アンネ・フランク。没後50年目に製作された彼女の生涯を紹介するドキュメンタリー。生前を知る知人、唯一生存していた父親のインタビューや、貴重なアンネの映像を収めています。
日時/9月22日(土)14:00~16:00(開場13:30)
場所/図書館2階 視聴覚室

◆「読書感想画展」

夏休みにみなさんからご応募いただいた読書感想画を展示します。個性豊かな作品をお楽しみください。
日時/9月22日(土)~10月21日(日)
※最終日は15:00まで

【児童書】

★今月のオススメ
気がつけば動物学者三代
今泉忠明 講談社
父も兄も息子も動物学者という著者が、生の動物エピソードとともに、動物学者になるまでの道のりを語る。
おもしろ謎解き「縄文」のヒミツ
こんだあきこ
おどろき!変身する生き物
トレイシー・ターナー
底なし沼を脱出せよ
藤田遼
パンダにんじゃ
長嶋祐成
きりみ
ほか

文芸短歌 東泉智恵子 選
終の場をここに決めたかあぶら蟬椿の葉裏にしがみついている
(評) 油蟬の姿に人生を重ね、淡い哀しみが混じり合っている。 永野 桂子
夏祭りの眼差の眩しけり晴れの舞台で抱振りかざす
(評) 兄の生き生きとした眼差。兄に対する優しさがこもっている。 菅野カツ子
キイチちゃんのバググ片手にポーズする孫のおもちゃ少女となりぬ
(評) 愛らしいお孫さんの成長の様子が伝わってくる。 奥田ミヨ子
夜にしきり稲食い荒し群なせる鹿対策に尽す術なし
(評) 現代の世情の側面。切実な農家の嘆きがここにある。 和地由紀子
雑木々の間を透き通る青田風昨日よりなお緑の匂う
(評) さわやかな新鮮な語感。感性が豊かである。 井上 和枝
紫の藤しなやかに百畳の棚に揺れおり息のみ仰ぐ
(評) 自然がおりなすドラマを鮮やかに表現している。 藤田 和子
病む友に玉ねぎ馬鈴薯送たりたあいなきことモツ添え
(評) 病む友への何気ない心配りが快い。 彦坂 寿子
西日本の日ごと報ずる水害に追討ちをかけ台風くる
(評) 水害に又台風とは、心配している作者の気持ちがよくわかる。 笹館 紀子
西日本の蒙雨の被災者思いつつボール打ちおり暑いぞい言えぬ
(評) 被災した人達への思いの深さが伝わってくる。 渡辺 和子
山脈に名残りの影を残しつつあかね雲北へと流る
(評) 大自然のおりなすドラマがここにある。 大谷 章
また違う愛の始まり感じつつ病の夫の着替え手伝う
(評) 選者 ほか

11月号 作品募集
種目/詩 期限/9月20日(木) *必着 応募先/〒329-2165 矢板市矢板106-2 矢板市生涯学習課
※作品の前に「種目」、作品の後に「氏名」をお書きください。その際、「作品」「氏名」にふりがなをお書きください。

道の駅やいた

◆秋のお彼岸フェア

●「切り花」「おはぎ」販売会
旬鮮やいた特設コーナーにてお彼岸の切り花・おはぎを販売いたします。※無くなり次第終了
日時/9月20日(木)~24日(祝・月)9:00~18:00
場所/旬鮮やいた内特設会場

◆新米フェア「試食会・すくい取り大会」

矢板の美味しい新米が出来ました。道の駅やいたで1,000円以上お買い上げの方に、「矢板産の新米すくい取り大会」参加チケットを進呈します。※無くなり次第終了
日時/10月6日(土)9:00~すくい取り大会
10:00~試食会
場所/農産物直売所前軒下

営業時間/旬鮮やいた 9:00~18:00
つつじ亭レストラン11:00~16:00 軽食10:00~17:00
問い合わせ/道の駅やいた ☎(43)1000 FAX(40)0662
HP http://www.michinoeki-yaita.com/

◆木工教室「子ども机をつくろう！」

日時/9月23日(日)10:00~12:00
場所/エコモデルハウス
定員/小学生10人程度 *先着順
参加費/800円(材料費、保険料、ソフトクリーム代など)
保護者は200円(保険料、ソフトクリーム代など)
申込方法/エコモデルハウス ☎(40)0661に直接、または電話でお申し込みください。

◆定休日

●旬鮮やいた・つつじ亭...9月12・26日(水)
●エコモデルハウス...毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は翌日)
※駐車場・トイレは24時間使用可能

城の湯温泉センター

開館時間/10:00~21:00 10月の休館日/1・15日(月)
利用料/大人(中学生以上)500円 65歳以上・小学生400円
問い合わせ/城の湯温泉センター ☎(44)1010
ふれあい館 ☎(43)2115

◆サービスデー

●第3日曜日『家庭の日』は小学生200円割引
→9月16日(日)、10月21日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→9月26日(水)、10月26日(金)

◆イベント

●竹細工教室(箸づくり)
箸づくりを体験して、自分専用のオリジナル箸を作りますか。
場所/ふれあい館 創作の間
対象/小学生以上
定員/20人
参加費/500円 *材料費
そのほか/小刀をお持ちの方は、ご持参ください。
※内容・日時などの詳細・申し込みは、城の湯温泉センターにお問い合わせください。

◆運動教室 ~どうぞお気軽にご参加ください~

場所/城の湯温泉センター研修室
申込方法/城の湯温泉センターに直接、または電話でお申し込みください。
参加費/1回500円
定員/各回10人(空きがあれば当日受付可)
※詳細は、城の湯温泉センターにお問い合わせください。
●3B体操教室(講師:田中 美知子先生)
日時/9月14・28日(金) 10月12・26日(金)
いずれも11:00~
●初心者ピラティス(講師:藤田 明湖先生)
日時/9月5・12・19・26日(水)
10月10・17・24・31日(水)
10:30~(中級者クラス)、11:40~(初心者クラス)
●初心者ヨガ教室(講師:八木沢 里美先生)
日時/9月5・12・19・26日(水)
10月10・17・24・31日(水)
いずれも13:30~

Advertisement for 'Husky' eyeglasses and hearing aids. Includes text: '大人気の「ハズキルーペ」あります', '補聴器選びは お店選びから', '認定補聴器技能者', 'ジュエリきくち', 'ダイヤー矢板店前 木曜定休', '営業時間 10:00~19:00', '43-1347'.

日	月	火	水
	1 延長窓口 休 図書館・城の湯	2	3
	4 力月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年5月生	えほんひろば 時間/ 10:00~ 場所/ 勤労青少年ホーム	
7	8	9 延長窓口	10
当番 後藤医院 ☎(44) 2323 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	当番 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30		赤ちゃんのじかん 時間/ 10:30~12:00 場所/ 図書館 (読み聞かせ11:00~11:30)
14	15 延長窓口 休 図書館・城の湯	16	17
当番 橋本医院 ☎(43) 0406 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30		えほんひろば 時間/ 10:00~ 場所/ 勤労青少年ホーム	
21	22 延長窓口 休 図書館	23 休 図書館	24 休 図書館
当番 かるべ皮フ科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30		乳幼児健康相談 予 受付/ 13:30~14:30 場所/ 保健福祉センター 内容/ 身体測定、健康・栄養・心理相談	3 力月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年7月生
28 休 図書館	29 延長窓口 休 図書館	30 休 図書館	31 休 図書館
当番 かわしま循環器内科 ☎(43) 5470 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30			

木	金	土
4	5	6 矢板時間 12:00~76.4PM
10 力月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年12月生	育児教室 ストロベリー 予 受付/ 13:00~13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年3~4月生 内容/ 乳幼児の事故防止	おはなしのじかん 時間/ 14:00~ 場所/ 図書館 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
11	12	13 矢板時間 12:00~76.4PM
乳幼児健康相談 予 受付/ 9:30~10:30 場所/ 保健福祉センター 内容/ 身体測定、健康・栄養・心理相談	2 歳児歯科健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成28年10月生	おはなしのやかた 時間/ 10:30~ 場所/ 泉公民館 時間/ 14:00~ 場所/ 片岡公民館 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
18	19	20 矢板時間 12:00~76.4PM
3 歳6 力月児健診 受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成27年4月生	育児教室 オレンジ 予 受付/ 13:00~13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年1~2月生 内容/ 歯の健康管理	ポットタイム 時間/ 14:00~ 場所/ 図書館 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
25 休 図書館	26 休 図書館	27 矢板時間 12:00~76.4PM 休 図書館
1 歳6 力月児健診 受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年4月生	育児教室 チェリー 予 受付/ 13:00~13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年5~6月生 内容/ ベビーとママのエクササイズ	障がい児和太鼓体験教室 時間/ 10:30~11:30 場所/ 市体育館 費用/ 300円(きょうだい参加400円、初回無料) 問合せ/ 障がい児者相談支援センター ☎(40) 0886 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30

2018

10

October

こども

矢板市休日当番医
当番 = 9:00~12:00
14:00~17:00
当番 = 17:00~19:00
※塩谷病院は小児科を除く。

塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30~21:30
※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関により異なりますので、必ず電話でご確認の上、受診してください。

健診 相談・育児教室
予約・問合せ/
子ども課 ☎(44) 3600

図書館
問合せ/
図書館 ☎(43) 5661

延長窓口 = 市役所窓口延長日
~19:00
市民課 ☎(43) 1117
税務課 ☎(43) 1115
社会福祉課 ☎(43) 1116
子ども課 ☎(44) 3600
健康増進課 ☎(43) 1118

自動交付機ご利用時間
平日 8:30~18:30
土・日・祝日 8:30~17:00
窓口延長日 8:30~19:00
問合せ/市民課 ☎(43) 1117

予…要予約



2018

10

October

おとな

矢板市休日当番医
当番 = 9:00～12:00
 14:00～17:00
当番 = 17:00～19:00
 ※塩谷病院は小児科を除く。

塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30～21:30
 ※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関により異なりますので、必ず電話でご確認の上、受診してください。

延長窓口 = 市役所窓口延長日
 ～19:00

市民課 ☎(43) 1117
 税務課 ☎(43) 1115
 社会福祉課 ☎(43) 1116
 子ども課 ☎(44) 3600
 健康増進課 ☎(43) 1118

法律 = 弁護士無料法律相談 予
 時間/9:00～12:00
 場所/きずな館
 対象/市内在住・在勤の方
 予約・問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

心配 = 心配ごと相談
 時間/9:00～12:00
 場所/きずな館
 問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

多重債務者相談・消費生活相談 予
 時間/月～金曜日(祝日を除く)
 9:00～12:00
 13:00～16:00
 場所/市消費生活センター(くらし安全環境課)
 予約・問合/くらし安全環境課 ☎(43) 3621

自動交付機ご利用時間
 平日 8:30～18:30
 土・日・祝日 8:30～17:00
 窓口延長日 8:30～19:00
 問合/市民課 ☎(43) 1117

予…要予約

日	月	火	水	木	金	土
	1 延長窓口 休 図書館・城の湯	2 まちなか 心配	3	4	5	6 矢板時間 12:00～76.4PM
	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764	行政相談 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764
	百歳健康教室 時間/13:00～14:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00	小物作り 予 時間/13:30～16:00	ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00	交通事故相談 予 時間/10:00～12:00 13:00～16:00 場所/保健福祉センター2階相談室 問合/くらし安全環境課 ☎(43) 6755	詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ・卓球ハレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
7	8	9 延長窓口	10 まちなか	11	12	13 矢板時間 12:00～76.4PM
当番 後藤医院 ☎(44) 2323 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間診療室しおや ☎(44) 1155 18:30～21:30	当番 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間診療室しおや ☎(44) 1155 18:30～21:30	人権相談 時間/10:00～15:00 場所/保健福祉センター2階相談室 問合/総務課 ☎(43) 1113	レッツ!よさこい 時間/10:00～11:30 はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	障がい者フリースペース 時間/13:00～16:00 場所/矢板公民館 団体事務室 問合/社会福祉課 ☎(43) 1116	電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00～11:30 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	クッキング(世代間交流) 予 時間/10:00～11:30 費用/200円 対象/小学生・65歳以上の方 詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ・卓球ハレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
	14	15 延長窓口 休 図書館・城の湯	16 心配	17	18 法律	19
当番 橋本医院 ☎(43) 0406 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間診療室しおや ☎(44) 1155 18:30～21:30	百歳健康教室 時間/13:00～14:00 はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00 小物作り 予 時間/13:30～16:00	健康相談 時間/10:00～12:00 ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00	詩吟 予 時間/10:00～12:00 コカリナ 予 時間/13:30～16:00	やさしいフラダンス 時間/13:00～15:00 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ・卓球ハレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
21	22 延長窓口 休 図書館	23 心配 休 図書館	24 休 図書館	25 休 図書館	26 休 図書館	27 矢板時間 12:00～76.4PM 休 図書館
当番 かるべ皮膚科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間診療室しおや ☎(44) 1155 18:30～21:30	絵手紙 時間/10:00～12:00 費用/200円 はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00 小物作り 予 時間/13:30～16:00	かんたん料理 予 時間/10:00～13:00	絵手紙教室 予 時間/10:00～12:00 小物作り 予 時間/13:30～16:00	電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00～11:30 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	ぬり絵(世代間交流) 予 時間/10:00～11:30 対象/小学生・65歳以上の方 詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ・卓球ハレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
28 休 図書館	29 延長窓口 休 図書館	30 心配 休 図書館	31 休 図書館	文化会館 ☎(43) 2212 休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)		
当番 かわしま循環器内科 ☎(43) 5470 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間診療室しおや ☎(44) 1155 18:30～21:30	健康栄養相談 予 時間/9:00～12:00 13:00～16:00 場所/保健福祉センター 費用/無料 予約・問合/健康増進課 ☎(43) 1118	たのしい折り紙 時間/10:00～11:30 詩舞 予 時間/10:00～12:00 小物作り 予 時間/13:30～16:00	たのしい折り紙 時間/10:00～11:30 ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00	【まちなか保健室】…「手軽に、気軽に、健康相談」をコンセプトに、保健師・栄養士などによる健康相談や血圧・体組成の測定、健康ポイントの付与などを行います。		
文化会館 ☎(43) 2212 休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)		まちなか保健室 健康増進課 ☎(43) 1118				
日時	行事名	入場方法	場所	日時	場所	備考
11日(木) 13:30～15:45	バリアフリー映画上映会	無料	小ホール	2日(火)	保健福祉センター	特定健診結果説明時
12日(金) 10:00～11:30	若葉学級	申込者	小ホール	10日(水)	城の湯温泉センター	
27日(土) 14:00～15:30	国際医療福祉大学塩谷病院市民公開講座	無料	小ホール	20日(土)	片岡公民館	
				29日(月)	保健福祉センター	健康栄養相談時
木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771				泉はつらつ館 ☎(43) 2231		
対象/市内在住でおおむね65歳以上の方 休館日/日曜日および祝日・休日 開館時間/9:00～16:00 利用料/1日100円 設備/輪投げ、囲碁、将棋、ルームランナー、卓球、血圧計 そのほかの講座/ラージボール卓球(月・水・金 13:30～16:00) ※講座参加には、利用料のほか別途費用がかかる場合があります。				対象/市内在住でおおむね65歳以上の方 休館日/日曜日および祝日・休日 開館時間/9:00～16:00 利用料/1日100円 設備/輪投げ、囲碁、将棋、カラオケ、卓球、マッサージ機、乗馬マシン、フィットネスバイク、ペタンク、血圧計 そのほかの講座/ラージボール卓球(火・木 9:00～16:00) グラウンド・ゴルフ(月～金 9:00～12:00)		



やいた☆クッキン GOOD



～揚げナスの肉みそあえ～



レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅

材料 (4人分)

- ・ナス……………270g
 - ・ネギ……………適量
 - ・サラダ油……………適量
 - ・ひき肉……………140g
- A
- ・みそ……………大さじ2
 - ・醤油……………大さじ1
 - ・砂糖……………大さじ1
 - ・塩……………少々

作り方

- ①ナスは大きめの乱切り、ネギは千切りに切る。
- ②ナスを素揚げか多めの油で焼く。
- ③熱したフライパンに油を入れ、ひき肉を炒める。
火が通ったらAを加え、肉みそを作る。
- ④ナスと肉みそを和え、お皿に盛る。
ネギをのせ、お好みで七味唐辛子をかける。

《編集後記》 いいあんばいだね～

9月中旬、6年生の次男は小学校最後の運動会を迎えます。気付けば妻の身長を追い越し、大病もせずスクスクと育ってくれました。
土ぼこりをあげて一生懸命走る息子の姿を目に焼き付けながら、精一杯の声援を送りたいと思います。(恒)

今月は「敬老の日」がありますね。私の祖父母は100歳近いのですが、まだまだ元気です。「今度、遊びに行くよ～」と電話をすると、話し相手があるのを首を長くして待っているとのこと。幼い頃からたくさん可愛がってもらっている分、祖父母孝行しなければなあ～と二人の顔を見るたびに思います。(こっこ)

朝晩は過ごしやすくなってきましたが、日中はまだまだ暑い日が多いので、体調管理にはお気を付けてください。秋になると夜は気温も低下し、空気も乾燥するため夜空を見るのに良い時期ではないでしょうか。今年の中秋の名月もきれいにみられるといいですね。(双)

「あれ?この間までここに置いてあったライトは?おばけ屋敷ごっこをするって使って使ったでしょ!」先月の雷雨でおこった停電。私は、イライラ半分あたふた…
災害時に備え、見なおすきっかけになりました。みなさんは、いざという時の準備はできていますか? (ゆいひ)



東色ピグメント Toshiki International



パート社員募集中!

矢板で唯一の化粧品会社です!
私たちと一緒ににはたらきませんか?





矢板工場
社関
吉番屋
カインズ矢板物流センター
東北自動車道
矢板IC

東色ピグメント株式会社 URL <http://www.toshiki-p.co.jp>
【矢板工場】 〒329-1579 栃木県矢板市こぶし台6-3
 TEL: 0287-48-6231

