

医療費の節約にご協力ください

国民健康保険は、病気やけがをしたときに安心して病院にかかれるよう、加入者がお金（国民健康保険税）を出し合い、支え合う制度です。

医療費の中でも特に高い割合を占めているのが、がんのほか、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病です。生活習慣病の多くは、早期に適切な対応を行うことで、費用も時間もかけずに治療することができます。

しかし、実際には病気が進行するまで気付かず、重症化してしまうケースが多く、結果として、医療費がかさんでしまいます。

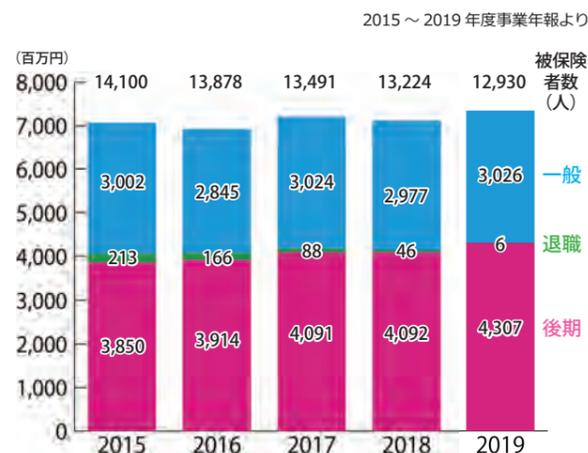
増大する医療費を少しでも抑えるため、次のことにご協力をお願いします。

- かかりつけ医を持ちましょう
- 同じ病気での重複受診はやめましょう
- 病気の早期発見のためにも
特定健診・がん検診を受けましょう
- 夜間や休日の受診はよく考えてから
- ジェネリック医薬品について
医師・薬剤師に相談してみましょう
- お薬手帳をうまく活用しましょう



問い合わせ／健康増進課 ☎（４３）１１１８

●年度別・医療費の推移

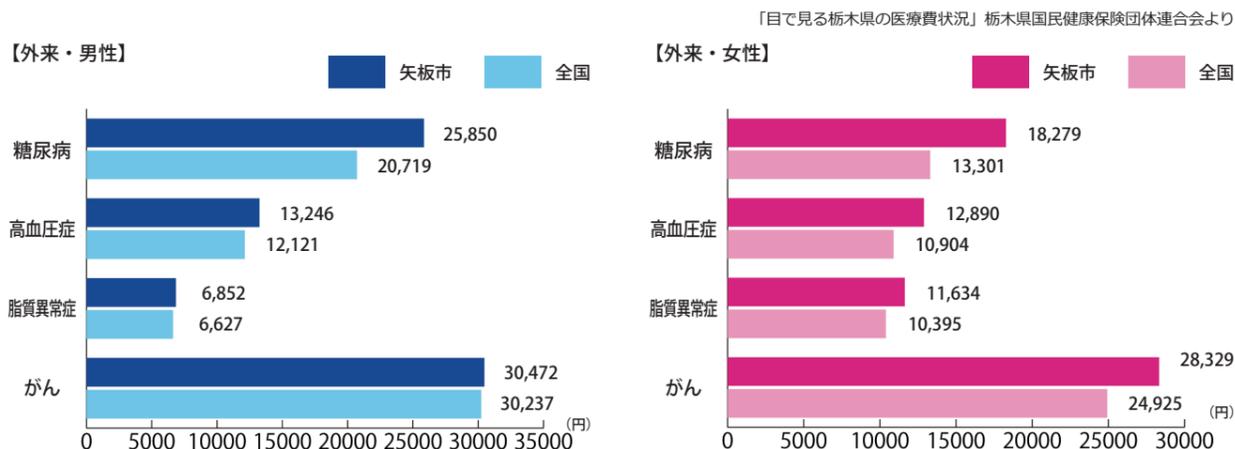


- 一般…職場の健康保険などに加入している人と生活保護を受けている方以外の75歳未満の方
- 退職…会社を退職し、国保に加入し被用者年金（厚生年金や共済年金など）を受けている65歳未満の方とその家族
- 後期…後期高齢者医療制度対象者で、75歳以上の方と65歳以上75歳未満で一定の障がいのある方

●年度別・1人あたりの医療費の推移



●生活習慣病における1人当たり医療費（令和元年度）



○生活習慣病における1人当たり医療費（外来・男性）で最も高い金額はがんで30,472円、次いで糖尿病が25,850円になります。1人当たり医療費（外来・女性）で最も高い金額はがんで28,329円、次いで糖尿病が18,279円になります。

4月は国民健康保険適用適正強化月間です

国民健康保険資格の適正な適用について、ご協力お願いします。

●国民健康保険の届け出を忘れずに

国民健康保険（国保）は、74歳までの方で社会保険（健康保険、共済・船員保険も含む被用者保険）の被保険者、およびその被扶養者を除く、すべての方が加入する制度です。退職などの理由で社会保険に加入していない方は、国保に加入する必要があります。資格取得の届け出が遅れると、社会保険の資格喪失日までさかのぼって課税されますので、必ず14日以内に届け出ましょう。

※退職した場合には、手続きの際、社会保険を脱退した証明書（資格喪失証明書など）、本人確認できるもの（免許証など）、個人番号がわかるものを必ずお持ちください。

●社会保険などの加入に伴い、国民健康保険から脱退する方
社会保険などに加入したことで、社会保険と国民健康保険の両方の被保険者証（保険証）を持っている方は、国保の資格喪失届が必要です。届け出をしないと、国保税が課税されたままで、社会保険料と両方を納めている状態になってしまうので、忘れずに手続きをしましょう。
※手続きの際、社会保険の保険証と国民健康保険の保険証を必ずお持ちください。

●申告を忘れずに

国保に加入している方は、所得の申告が必要です。所得の申告をしないと、国保税の軽減が受けられなかったり、医療費の限度額認定申請時の判定が正しくできなくなったりします。申告していない方は、税務課までご相談ください。

問い合わせ／健康増進課 ☎（４３）１１１８
税務課 ☎（４３）１１１５

第1号被保険者の介護保険料について

今後3年間で必要となる介護保険サービス給付費などの推計を行い、第1号被保険者（65歳以上の方）の介護保険料額（年額）を次のとおり決めました。

なお、推計では増額の算定結果となりましたが、介護給付費準備基金を取り崩すことにより、令和2年度の保険料額を据え置いています。

- ※1 老齢福祉年金：明治44年（1911年）4月1日以前に生まれた方、または大正5年（1916年）4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。
- ※2 合計所得金額：収入金額から必要経費の相当額を控除した額で、雑損失・純損失の繰越控除前の金額です。

所得段階	対象	基準額に対する割合	保険料額（年額）
第1段階	生活保護受給者の方		
第2段階	世帯全員が住民税非課税	× 0.30	21,600円
第3段階	本人が住民税非課税（世帯に住民税課税者がいる）	× 0.50	36,000円
第4段階	本人が住民税非課税	× 0.70	50,400円
第5段階	本人が住民税非課税	× 0.90	64,800円
第6段階	本人が住民税非課税	× 1.00（基準額）	72,000円
第7段階	本人が住民税非課税	× 1.20	86,400円
第8段階	本人が住民税非課税	× 1.30	93,600円
第9段階	本人が住民税非課税	× 1.50	108,000円
第10段階	本人が住民税非課税	× 1.70	122,400円

問い合わせ／高齢対策課 ☎（４３）３８９６
税務課 ☎（４３）１１１５

広報やいたに 広告掲載 しませんか？

【問い合わせ】
秘書広報課 ☎（４３）３７６４

- ①裏表紙限定 60,000円/回 (12cm×17.8cm)
- ②スタンダード 20,000円/回 (4.1cm×17.8cm)
- ③気軽にできる 10,000円/回 (4.1cm×8.9cm)

募集 特殊詐欺等防止機器 購入に対する補助金

近年、高齢者や独居世帯を狙った特殊詐欺が多発しており、令和2年度の全国被害額は約278億円とされています。「自分は大丈夫」と思っている方でも電話がかかってくると冷静さを失い、被害に遭う恐れがあります。



詳しくはこちら

市では、本市に住む65歳以上の方を対象に特殊詐欺等防止機器の購入に対して補助を行います。録音機能や詐欺電話撃退機能を活用して、特殊詐欺から身を守りましょう。

補助対象／

- ①申請時点で65歳以上であること
- ②市内に住居登録または外国人登録をしており、かつ1年以上居住していること
- ③市内の事業者などから機器の購入および取付工事を行っていること
- ④世帯全員に市税などの滞納がないこと

補助金額／機器購入金額の2分の1以内で、限度額5,000円 ※補助金交付額に100円未満の端数が出た場合は端数切り捨て

申請方法／購入後180日以内に、申請者氏名、品目および日付が記載された領収書、取扱説明書の写しを添付し、申請書を提出してください。

そのほか／予算に限りがありますので、購入および申請前にお問い合わせください。詳しい内容、申請書は、市ホームページ（トップページ>>暮らし・手続き>防犯>特殊詐欺等防止機器購入設置補助金）をご覧ください。

申請・問い合わせ／生活環境課 ☎（43）6755

認知機能簡易検査を受けましょう

最近「物忘れ」が気になる方や「意欲が無くなってきた」などの症状はありませんか。



認知機能簡易検査は、軽度認知障害（MCI：認知症の前段階）を早期に発見する検査です。

MCIを早期に発見し適切な治療や支援を受けると、認知症になる確率を低くできると言われています。この機会に、ぜひ受診することをお勧めします。タッチパネルを使った検査で、所要時間は20分前後です。

日程／6月～11月

※お住まいの行政区ごとに日時の指定があります。検査日の1～2週間前に、検査時間のご案内と問診票をお送りします。別日をご希望の方はお問い合わせください。

会場／自治公民館、泉公民館、片岡公民館、市保健福祉センター、農村環境改善センター など

対象／おおむね60歳以上の方 検査料金／無料

申込方法／

- ①令和3年度末時点で75歳以上の方
4月に届く「元気度チェック」（20～21ページ参照）の希望欄に○を付けて返送してください。
- ②令和3年度末時点で60歳以上75歳未満の方
電話でお申し込みください。

※早期発見のための検査です。すでに認知症の治療を受けている方は主治医にご相談ください。

申込・問い合わせ／高齢対策課 ☎（43）3896

後期高齢者医療保険制度の保険料について

所得の低い方への保険料均等割額軽減措置が、次のとおり見直されます。

均等割額の特例措置／保険料の軽減措置のうち、特例として実施している所得の低い方への均等割額の軽減特例措置が、国の医療保険制度改革により、段階的に見直しが行われ、令和3年度以降は本来の7割軽減となります。

均等割額軽減に係る基準額／世帯（被保険者全員と世帯主）の合計所得が以下の基準に該当する場合は、均等割額が軽減されます。世帯は、その年度の4月1日（年度途中で資格を取得した方は資格取得日）時点の状況で判定します。

7割軽減	【基礎控除額（43万円）+10万円×（給与所得者等の数※-1）】を超えない世帯
5割軽減	【基礎控除額（43万円）+10万円×（給与所得者等の数※-1）+28.5万円×被保険者数】を超えない世帯
2割軽減	【基礎控除額（43万円）+10万円×（給与所得者等の数※-1）+52万円×被保険者数】を超えない世帯

※給与所得者等の数とは、次のいずれかの条件を満たす者の合計数をいい、いない場合は1とします。

- ・給与収入額が、55万円を超える者
- ・公的年金等の収入額が、65歳未満の場合は60万円を超える者、65歳以上の場合は125万円を超える者

問い合わせ／県後期高齢者医療広域連合 ☎028（627）6805

募集 認知症予防教室 幸齢学級



詳しくはこちら

認知症の予防には、脳やからだを積極的に使うことが大切です。心身ともに生き生きと過ごしながら、幸せに歳を重ねるためにぜひご参加ください。

日時／全12回 水曜日 13:30～15:00

	日にち	日にち	日にち
①	5月12日	⑤ 6月9日	⑨ 7月14日
②	5月19日	⑥ 6月16日	⑩ 7月21日
③	5月26日	⑦ 6月23日	⑪ 7月28日
④	6月2日	⑧ 7月7日	⑫ 8月4日

場所／矢板公民館 大会議室

内容／脳を活性化させる運動、脳トレ、認知症予防に関する講話など

定員／市内にお住まいの65歳以上の方 15人程度

※申込多数の場合は抽選

参加費／無料

申込方法／4月23日（金）までに、

電話でお申し込みください。

そのほか／病気などで治療中の方は、主治医に参加の可否をご確認ください。

申込・問い合わせ／高齢対策課 ☎（43）3896



募集 国民健康保険および後期高齢者医療保険加入の皆さんへ 人間ドック・脳ドックでからだの定期点検を

市では、国民健康保険および後期高齢者医療保険の加入者の健康保持と潜在性疾患の早期発見のため、人間ドック・脳ドックの受診費用の一部を助成しています。

対象／市内に住所を有し、特定健診・後期高齢者健康診査を受けていないか受ける予定がなく、以下の条件を満たす方
①栃木県国民健康保険加入者（保険税の未納のない世帯）で、受診日に満35歳以上75歳未満の方 ※疾病治療中・妊娠中を除く
②栃木県後期高齢者医療保険加入者（保険料の未納のない方）
定員／・栃木県国民健康保険加入者 450人
・栃木県後期高齢者医療保険加入者 70人

助成額／18,000円（全コース共通）

申込方法／4月22日（木）までに、電話または窓口でお申し込みください。 ※申込多数の場合は抽選 ※過去2年間で助成の申し込みがあった方には、申込書をお送りしますので、郵送でお申し込みください。 ※申し込みの際は、必ず保険証をご用意ください。

そのほか／

- ・申込期限から10日程度で抽選結果を郵送します。
- ・定員に満たない場合は、期限後も随時受け付けます。
- ・同じ年度内には「人間ドックの助成」「脳ドックの助成」「特定健診・後期高齢者健康診査」のうち、どれか1つしか受けられませんのでご注意ください。
- ・年度途中で75歳になる方は、後期高齢者医療保険に加入される前に人間ドックを受けてください。

【各検診機関の費用額（税込・円）】

病院	コース	人間ドック			脳ドック 1日
		1日	1泊2日	簡易	
黒須病院		44,000	—	—	—
国際医療福祉 大学病院	男性	41,800	64,900	—	44,000
	女性	52,800	75,900	—	
済生会 宇都宮病院	男性	44,000	67,100	1日 42,900	55,000
	女性	47,300		1泊2日 63,030	
国際医療福祉 大学塩谷病院		41,800	64,900	—	41,800
栃木県保健 衛生事業団		42,130	—	—	—
獨協医科大学 日光医療センター		46,000	—	—	36,700
那須中央病院		41,800	64,900	生活習慣病検診 27,500	41,800
那須脳神経 外科病院		—	—	—	36,300

※本人の自己負担額 = 表の額 - 18,000円

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

成人向け 風しん・麻しん風しん 混合ワクチン(MR)予防接種

「先天性風しん症候群」の発生予防のため、風しんワクチン、または、麻しん風しん混合ワクチン(MR)の予防接種費用の一部を助成しています。接種を希望する方は、事前に健康増進課へお問い合わせください。

対象／市内に住所を有する方（妊娠している方を除く）で、次のいずれかに該当する方

- ①妊娠している女性の配偶者
- ②妊娠を予定、または希望している49歳以下の女性 およびその配偶者
- ③①・②の同居家族 ※抗体検査をして抗体価が低い方のみ

助成金額（上限額）／

- ・風しんワクチン 3,000円
- ・麻しん風しん混合ワクチン(MR) 5,000円

申請方法／

接種した後、領収書などの必要書類を提出してください。 ※接種確認後、助成金額を償還払いします。

そのほか／抗体検査を受けられる市内医療機関については、市ホームページ（トップページ>>健康・福祉>おとなの予防接種）をご覧ください。

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

医療費助成の申請の際は ご注意ください

各医療費助成制度（こども・妊産婦・ひとり親家庭・重度心身障害者）をご利用中の方は、下記の注意点について改めてご確認をお願いします。

●助成対象外の給付にお気を付けください

保育園や学校などの管理下で発生した病気・けがにかかる医療費が、独立行政法人日本スポーツ振興センターの「災害共済給付制度」から給付される場合は、助成対象外となります。重複受給が判明した場合は、助成額を返金いただきますので、ご注意ください。

●郵送での申請も受け付けています

各助成申請書と領収書の原本を同封し、郵送してください。 ※診療明細や受診者名、保険点数の記載がない領収書は不可

●申請の際は支給通知書の添付をお忘れなく

高額療養費、および付加給付に該当する場合は、それらの支給額を控除した額が助成対象となります。申請の際は、当該支給決定通知書、またはその写しを添付して申請してください。

※各助成申請書は担当窓口、市ホームページ（トップページ>>申請書配布サービス）にあります。

問い合わせ／

- こども医療費、妊産婦医療費、ひとり親家庭医療費
子ども課 ☎（44）3600
- 重度心身障害者医療費
社会福祉課 ☎（43）1116

募集 申請方法が一部変更されました 矢板市「暮らし」のびのび定住促進補助金



市では、若い世代の移住・定住を促進するため、市内に新たに住居を求める方に補助金を交付します。

これまでに801人の方（令和3年2月28日現在）が利用しています。

【変更点】

- 4月1日以降に住居を取得予定の方は、事前の計画申請が不要になります。
- 3月31日までに住居を取得された方は、旧制度が適用されるため、事前の計画申請が必要です。

補助条件／新たに市内の住宅を購入した方で、次のすべてに当てはまる方

- ①その住宅に住居を異動し、5年以上の定住を誓約すること
 - ②その住宅に2人以上で入居すること
 - ③その住宅を取得した時点で45歳以下であること
 - ④申請者に、市税などの滞納がないこと
- ※市外から転入する方だけでなく、市内で転居する方も対象となります。

申請期限／住宅を取得した日から1年以内

補助対象外／

- ①公共工事に伴う住居の移転
- ②建て替えや増改築など、住所の異動を伴わない場合 など

補助金額／

基本補助（①～④のいずれか）	
①用地＋新築住宅購入 ※新築住宅とは、工事完了日より1年以内の住宅で、まだ人が居住したことがないものです。	60万円
②新築住宅のみ購入	40万円
③用地＋中古住宅購入	40万円
④中古住宅のみ購入	20万円

＋

条件による加算（該当する場合、追加）	
⑤18歳以下の生計を共にする子どもがいる場合、子ども1人につき	5万円
⑥矢板市内の建築業者を利用した場合の新築	10万円
⑦矢板駅西地区内の住宅を購入した場合 ※矢板駅西地区とは「矢板都市計画区域における土地利用方針」に示す地区です。	20万円
⑧新築住宅に太陽光発電設備を設置した場合 ※発電出力1kW当たり1.5万円で上限5万円	最大5万円
⑨矢板市移住支援金の交付決定を受け、1年以内に補助金を申請した場合	100万円

そのほか／詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

申請・問い合わせ／都市整備課 ☎（43）6213

募集 制度内容が変更されました 矢板市空家等活用支援補助金



市内における空き家の有効活用や本市への移住・定住を促進するため、空き家住宅を取得して改修する方に補助金を交付します。

対象者／次のすべてに当てはまる方

- ①矢板市空き家バンク制度により住宅を購入した方
- ②市外から転入する方（10年以上の定住を誓約すること）
- ③その住宅に2人以上で入居する方
- ④市区町村が課税する税に滞納がない方

補助条件／

- ①住宅の取得後に改修工事などを行うこと
- ②市内に事務所・事業所を有する法人または市内に住居を有する個人事業主が実施する改修工事であること
- ③工事完了後1カ月以内または交付決定を受けた日の属する年度の2月末日までに完了報告ができること

申請期限／住宅の売買契約を締結した日から1年以内
※交付決定後に、改修工事の請負契約をしてください。

補助金額／補助対象工事費の2分の1

※用途地域内上限50万円、その他地域上限30万円

補助対象外／

- ①公共工事に伴う住居の移転
- ②その他補助金との併用
- ③3親等内の親族間の取引

そのほか／詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

申請・問い合わせ／都市整備課 ☎（43）6213

募集 合併処理浄化槽設置費補助金



市では、良好な生活環境を保全する取り組みの一環として、生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、合併処理浄化槽の設置費用を助成します。

補助対象／次のすべてに当てはまる方

- ①公共下水道事業認可区域外、または農業集落排水処理施設などの集合処理区域外の方
※補助対象区域は、必ず事前にご確認ください。
- ②一般住宅（併用住宅は、住宅部分の面積が延床面積の2分の1以上）のくみ取りトイレや尿浄化槽を合併処理浄化槽に切り替える方、新築や増改築のため、10人槽以下の合併処理浄化槽を設置する方
- ③浄化槽を設置する業者が決定しており、令和4年2月未までに工事に着手し、3月末までに完了可能な方
- ④市内に住居を有する方。または、市外の方が市内に住居を新築・購入後、市内に転入し住所を有する方
- ⑤市税等を完納している方

補助金額／5人槽 332,000円 7人槽 414,000円
10人槽 548,000円

受付期間／4月5日（月）～令和4年2月21日（月）
申請に必要なもの／申請書、家屋評価証明書（既存住宅の場合）、印鑑（認め印可）、位置図（案内図）、建物平面図 など

申請方法／

本人、または家族が、設置前に申請してください。

そのほか／

- ・申請書類の作成には専門的知識が必要なため、施工業者などが書類作成を行っても差し支えありません。
- ・手続きの流れ、申請書などは、下水道課、市ホームページ（トップページ>くらし>手続き>し尿・浄化槽>合併処理浄化槽設置費補助金）にあります。

申請・問い合わせ／下水道課 ☎（43）6214

開始 市税などがスマホ決済アプリで納付できます

【市税などがスマホ決済アプリで納付できます】

4月から市税などが「PayPay」・「LINE Pay」で納付できるようになりました。いつでも市税などの納付ができますので、ぜひご利用ください。

利用できる税目など／

- 市県民税（普通徴収分） ●固定資産税・都市計画税
- 軽自動車税（種別割） ●国民健康保険税
- 介護保険料 ●後期高齢者医療保険料
- 水道料金 ●下水道使用料

※次のような場合はご利用になれないことがあります。

- ・納付書1枚につき30万円を超える場合（水道料金・下水道使用料が5万円以上の場合 *LINE Payのみ）
- ・納付書にバーコードが印刷されていない場合
- ・破損や汚損などでバーコード部分が読み取れない場合
- ・納期限が過ぎている場合
- ・金額の訂正がある場合

そのほか／

- ・領収証書や納税証明書（車検用）は発行されません。必要な方は、コンビニや取扱金融機関の窓口で納付することをおすすめします。なお、決済手数料はかかりませんが、利用にかかる通信料は、利用者負担となります。
- ・アプリでのお支払い後、コンビニや銀行などで重複して納付しないよう、ご注意ください。

【証明手数料、施設使用料などがPayPayでお支払いできます】

4月から市役所窓口での証明手数料、施設使用料等が、「PayPay」でお支払いできるようになりました。ただし、領収書の発行はできませんのでご了承ください。

問い合わせ／

- 市税などの納付について 税務課 ☎（43）1115
- 窓口での支払について 出納室 ☎（43）6215
- 水道料金について 水道課 ☎（44）1511
- 下水道使用料について 下水道課 ☎（43）6214

ネーミングライツパートナー・施設愛称が決定！

市が所有する施設の安定した管理・運営のための財源確保と官民連携による相互の活性化を図るため、施設に愛称を付ける権利を取得する企業などを募集し、次のとおり施設愛称が決定しました。

契約期間は、3施設ともに令和3年4月1日から令和6年3月31日の3年間となります。

問い合わせ／

- ①子ども課 ☎（44）3600
- ②・③国体・スポーツ局 ☎（43）6218

施設名	愛称	命名権事業者	年間契約料
① 矢板市子ども未来館	イケポス池田キッズハウス	(有)池田新聞店	30万円
② 矢板運動公園陸上競技場	緑新スタジアムYAITA	(株)アール・エス・ティ	33万円
③ 矢板運動公園多目的グラウンド	住まいのおたすけ隊大進電気グラウンド	大進電気工事(株)	30万円

外装のリフォームもお任せください！

屋根 カーポート
雨どい 窓リフォーム
ベランダ防水 手すり
外壁 白アリ対策

お見積り、ご相談は無料！お気軽にお問い合わせください。

早めの点検の対策を!!

前もって災害に備える
リフォームや修繕
始めませんか？

県北唯一認定 TOTOリモデルクラブ®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

募集 飼い犬・猫の避妊・去勢手術補助金

動物を捨てることは犯罪です。市では、飼い犬・猫に対して「避妊・去勢手術補助金制度」を実施しています。繁殖させる予定がなければ、不幸な命を増やさぬよう制限措置をしましょう。

補助対象／矢板市に住居登録、または外国人登録をしている方
補助条件／次のすべてに当てはまる方

- ・飼い主、および同居する家族全員（同一世帯）が市税などを完納していること
- ・飼い犬・猫を販売目的に飼っていないこと
- ・飼い犬の場合は、「犬の登録」と「当該年度の狂犬病予防注射を実施」していること
- ・手術は栃木県獣医師会に属する獣医師が行うこと（対象となる獣医師は、栃木県獣医師会のホームページ <https://www.tochigi-vet.or.jp/> でご確認ください）

補助金額／

	犬	猫
避妊手術（メス）	5,000円	4,000円
去勢手術（オス）	3,000円	3,000円

申請方法／手術後、30日以内に申請書を提出してください。

※申請書は、市ホームページ(トップページ>>くらし・手続き>ペット>矢板市飼い犬等の避妊等手術補助金のご案内)にあります。



申請・問い合わせ／生活環境課 ☎(43) 6755

募集 骨髄移植ドナー支援奨励金

市では、日本骨髄バンクが実施する事業において、多くの骨髄などの移植の実現とドナー登録者の増加を図る支援として、骨髄などの提供のために通院・入院した日数に応じて奨励金を交付します。

対象／

- ①骨髄バンクにドナー登録し、市内に住居を有するドナー
- ②①の方が働いている市内事業所
(国・地方公共団体、独立行政法人、個人事業者は除く。)

※ただし、市税に滞納がある方、他の助成金などの交付を受けている方、移植を受ける患者と血縁関係にある方は対象外です。

奨励金額／①ドナー 1日につき2万円

②事業所 1日につき1万円

※提供のために通院・入院した日数で、延べ7日を限度

申請方法／骨髄などの提供を完了した日から90日以内に必要書類を提出してください。書類は窓口にお越しいただくか、市ホームページ(トップページ>健康・福祉>健康づくり>骨髄移植ドナー支援奨励金)にあります。



申請・問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

募集 「経営リーダー育成塾」受講料補助金

「経営リーダー育成塾」とは、中小企業の経営者と次代を担う後継者を対象に、経営の基本、財務管理、マーケティング戦略など、企業活動のマネジメントに必要な知識を学ぶ塾で、研修生間の人的ネットワークづくりも目的としています。



補助対象／市内中小企業の経営者（後継者を含む）など
定員／1人 *応募多数の場合は選考

補助条件／全講義時間の75%以上を受講すること

補助金額／受講料相当額

主催／(公財) 県産業振興センター
(株) とちぎ産業交流センター

申込期間／4月1日(木)～30日(金)

その他／

- ・受講修了後に交付します。また受講料以外の経費(交通費、宿泊料など)は自己負担となります。
- ・申込書は、市ホームページ(トップページ>>しごと・産業>融資・支援>矢板市後継者育成支援補助金)にあります。

申込・問い合わせ／商工観光課 ☎(43) 6211

募集 わいわい輪い学級

暮らしに役立つことを学びながら、仲間との交流や生きがいを見つけてみませんか?男性参加者も募集しています!

日時・内容／全7回 10:00～11:30

日時	内容
① 5月28日(金)	おうちでエクササイズ～心身の凝りをほぐそう～
② 6月25日(金)	手作り味噌教室
③ 7月30日(金)	わが町の日本遺産
④ 9月24日(金)	尺八・琵琶コンサート
⑤ 10月22日(金)	エンディングノートを書いてみよう
⑥ 11月26日(金)	骨盤底筋を鍛えよう
⑦ 12月17日(金)	クラフトリース作り

場所／片岡公民館 研修室など

対象／50歳以上で健康な方

定員／20人 *申込多数の場合は抽選

参加費／無料(材料費は実費負担)

申込方法／5月6日(木)までに、電話または窓口でお申し込みください。

※抽選結果はハガキでお知らせします。

申込・問い合わせ／片岡公民館 ☎(48) 0101
*月曜・祝日休館

募集 パワーヨガ

呼吸と動作を連動させる「ヴィンヤサスタイル」ヨガを学びます。

日時／全6回

5月16・30日(日) 10:00～11:30

6月13・27日(日) 10:00～11:30

7月11・25日(日) 10:00～11:30

場所／片岡公民館 コミュニティホール

定員／20人 *先着順

参加費／無料

講師／藤田 明湖先生

必要なもの／ヨガマット(なければバスタオル)、タオル、飲み物、5本指靴下など各自必要なもの

申込方法／4月22日(木)から、電話または窓口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～時短パン編～

時短で作れるプロの味を伝授します。自分で作ったパンは持ち帰り、おうちでゆっくり召し上がってください。



日時／2期各3回 9:30～12:00

【1期】①5月7日(金) ②6月11日(金) ③7月2日(金)

【2期】①5月21日(金) ②6月18日(金) ③7月9日(金)

内容／①ロールパン ②総菜パン ③食パン

場所／片岡公民館 調理室 定員／各期8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

必要なもの／エプロン、三角巾、持ち帰りの容器または袋、筆記用具、(お持ちの方)めん棒・ゴムべら・パンマット・スケッパー

申込方法／4月22日(木)から、電話または窓口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

呼吸を意識しながら体幹トレーニングします。健康維持のため、皆さんふるってご参加ください。

日時／5月11日～9月28日の毎週火曜日

10:30～1時間程度 計20回

場所／片岡トレーニングセンター

定員／20人 *申込多数の場合は抽選

参加費／3,000円(前期20回分)

講師／斎藤 史子先生

必要なもの／ヨガマット(厚めのバスマット)、タオル、飲み物

申込方法／4月15日(木)～22日(木) 8:30～19:00(火曜日は17:00まで)に、直接窓口でお申し込みください。

申込・問い合わせ／片岡トレーニングセンター ☎(48) 0680

募集 トレセンヨガ教室

体力にあわせ無理なくできます。健康維持のため、皆さんふるってご参加ください。

日時／●木曜日コース

5月6日～9月23日の毎週木曜日

13:30～1時間程度 計20回

●金曜日コース

5月7日～9月24日の毎週金曜日

10:45～1時間程度 計20回

場所／片岡トレーニングセンター

定員／各20人

*申込多数の場合は抽選・重複申込不可

参加費／3,000円(前期20回分)

講師／上田 時子先生

必要なもの／ヨガマット(厚めのバスマット)

申込方法／4月15日(木)～22日(木) 8:30～19:00(火曜日は17:00まで)に、直接窓口でお申し込みください。

申込・問い合わせ／片岡トレーニングセンター ☎(48) 0680

募集 ショートテニスクラブ

トレセンのクラブ活動です。ショートテニスやラージボール卓球などをわきあいあいと楽しく運動しています。皆さんの参加お待ちしております。

日時／5月～令和4年3月の第2・4水曜日

9:30～11:30

場所／片岡トレーニングセンター

定員／20人 *先着順

参加費／年間1,000円

必要なもの／ショートテニスラケット、卓球ラケット、体育館シューズ

申込方法／4月15日(木) 9:00～19:00(火曜日は17:00まで)から、直接窓口でお申し込みください。

申込・問い合わせ／片岡トレーニングセンター ☎(48) 0680