

YAITA 12

特集

もっと近くに、
そして便利に。
公共交通リニューアル！



▼ PICK UP! ▲

PUBLIC TRANSPORTATION IN YAITA

中央部循環路線

デマンド交通

地域共助型生活交通 コリント号



広報やいた 12月号情報

TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 もっと近くに、そして便利に。
- 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 (11月1日現在)

31,453人 (△ 7)
男 15,624人 (△ 4)
女 15,829人 (△ 3)
13,263世帯 (6)
出生 11人
死亡 35人
転入 61人
転出 44人
() 内は10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、つくし保育園の園児と交通安全教室のため来園した「マロニエ号」を撮影したものです。マロニエ号とは、県警所有の運転適性検査システムやドライブシミュレーションなどが装備された交通安全教育車で、各市町に出向き、参加・体験型の交通安全教育の一環として利用されています。本市では、マロニエ号による交通安全教室を毎年、全保育施設で行うなど、幼児期からの交通安全教育に力を入れています。この日、県交通安全協会と市の指導員から横断歩道の渡り方などを教わった園児たちは、「マロニエ号に乗れてうれしい。これからは、遊びに夢中になっても道路に飛び出さないように気を付ける」と話していました。



【応募方法】

わがやのアイドルは、①お子さんの名前（ふりがな）②性別③お住まいの行政区などを、「やいこみゅ」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。

投稿コーナー

あなたの自慢の写真を大募集中！！

わがやのアイドル



扇町 高橋 明里 ちゃん



成田 齋藤 敬真 くん



片岡 蕎麦田 晴 くん

もっと近くに、そして便利に。 公共交通リニューアル！



皆さん、市の公共交通がリニューアルしたことを存じますか？
公共交通空白地域の解消や病院や商業施設への移動利便性の向上を図るため、市では従来の定時定路線型のバスを廃止し、10月から「中央部循環路線」と「デマンド交通」に再編しました。また、コロナ矢板・玉田地区では、両行政区の地域住民が主体で運行する地域共助型生活交通「コリンタ号」がスタートしています。
今号では、一新した本市の公共交通と外出支援制度についてご紹介します。公共交通を利用してお出かけしてみませんか。

NEW 矢板市公共交通はこれだ！



市の公共交通に関するお問い合わせはこちらまで！
総務課 / ☎ 43-1113



市 HP はこちら

中央部循環路線

中心市街地を定期的に循環する路線です。登録・予約なしで、市外の方も利用できます。

▶ 運行日 ▶

月～土曜（日・祝日、年末年始は運休）



▶ 運行時間 ▶

8:00～17:00 1時間ごとに運行（昼休憩を除く）

▶時刻表は市ホームページに掲載

▶ 利用料金 ▶

	大人 (中学生以上)	小学生・高齢者 (65歳以上) ・障がい者	ともなり パス	未就 学児
1回乗車	100円	50円		無料

※障がい者：障害者手帳（身体・精神）または療育手帳を掲示した方

▶ 定員 ▶

13人

▶ 路線図 ▶



デマンド交通

運行経路やルート、利用者の事前予約に合わせて、自宅から目的地まで乗り合い方式で市内全域を運行します。

▶ 運行日 ▶

月～土曜（日・祝日、年末年始は運休）



▶ 運行時間 ▶

8:00～17:00（8時の便から1時間ごとに運行）

▶乗り合いのため、発着の時間指定はできません。

▶ 利用料金 ▶

	大人 (中学生以上)	小学生・高齢者 (65歳以上) ・障がい者	ともなり パス	未就 学児
片道	500円	300円	200円	無料
往復	800円	500円	300円	

※障がい者：障害者手帳（身体・精神）または療育手帳を掲示した方

▶ 定員 ▶

4人

※「ともなりパス」に関することは、P7でご案内します。

▶ 利用できる方 ▶

市内在住で利用登録された方

▶中心市街地、コロナ矢板・玉田地区在住の方は利用できません。

▶ 運行方式 ▶

利用者の自宅⇄市内の指定施設

※指定施設：医療機関、公共施設、駅、主な商業施設、金融機関、温泉など（市ホームページに掲載）
※指定施設間の移動はできません。

▶ 利用方法 ▶



- ①電話、スマートフォン、パソコンで運行便と行き先を指定して予約します。
- ②ご自宅の近くで、乗り降りできます。
- ③目的の施設の入口付近で、乗り降りできます。



こんな使い方はいかが!?モデルコースを紹介♪

ここでは、新しい公共交通の利用イメージを分かっただけりよう、「中央部循環路線とデマンド交通をセットで利用」・「中央部循環路線のみを利用」するコースそれぞれについてご紹介します。
皆さん、ぜひ参考にしてみてください!

中央部循環路線

デマンド交通

「国際医療福祉大学 塩谷病院」と「城の湯温泉センター」を経由する2つのコースをご紹介します。



① 自宅へお迎え

▶事前に予約しておいた「デマンド交通」が自宅に到着。目的地まで乗せてもらいます!

② 「塩谷病院」に到着

▶定期受診のため塩谷病院へ。

③ 「塩谷病院前」で乗車

▶中央部循環路線に乗車して、次の目的に向かいます!

④ 「矢板市役所」で下車

▶市役所に到着。手続き終了後、歩いて道の駅へ。

⑤ 「道の駅やいた」で乗車

▶道の駅で買い物。その後、事前に予約していたデマンド交通で帰ります!

② 「城の湯温泉センター」に到着

▶温泉でゆったり、たっぷり、のんびり~。

③ 「城の湯温泉センター前」で乗車

▶中央部循環路線に乗車して、次の目的に向かいます!

④ 「末広町」で下車

▶商業施設付近に到着。買い物後、事前に予約していたデマンド交通で帰ります!

⑤ 「ベイシア」で乗車

⑥ 自宅に到着

▶自宅まで送ってくれるので楽ですよ!(^^)!

公共交通を利用して、市役所にも来てください!

今、私は民生委員を務めています。一人での外出が難しい方の付き添いなどでも活用できそうです。

福田 小夜子さん(龍ノ川)

中央部循環路線

「生きがいがづくり」や「健康づくり」にピッタリの利用方法をご紹介します。

私は、「木幡北山はつらつ館」で卓球をするために利用します! 「ともなりバス」を持っているので、無料で乗車できます。

▶木幡北山はつらつ館は、高齢者相互のふれあいと地域の子どもの交流を目的とした施設です。毎月さまざまな行事や講座を開催しています。詳しくはこちら



グラウンド・ゴルフ仲間です!! 2人で、城の湯温泉に行ったりするためにデマンド交通を利用しています。今度は中央部循環路線にも乗ってみようと思います!

河野 澄子さん(鹿島町)

① 「鹿島町」で乗車

▶定刻どおりバスが到着。行ってきます!

② 「木幡通り」で下車

▶約20分間の乗車で到着しました。

③ 「木幡北山はつらつ館」で卓球

▶ケガをしないようにみんなで準備運動です! イチ、二、サ〜ン

④ 「木幡通り」で乗車

▶絶対に負けられない戦いが始まりました!

(左) 和田 トシ子さん(越畑)
(右) 佐々木 友江さん(越畑)

④ 「木幡通り」で乗車

▶いい汗かきました。これから帰ります。

⑤ 「鹿島町」で下車

▶無事に到着です。楽しい1日でした(^^)!



コロナ矢板・玉田地区で県内初となる「地域共助型生活交通」がスタートしました。
 地域共助型生活交通とは、これまで主に交通事業者や行政が担ってきた公共交通の運行を、地域住民が主体で行う新しい形の公共交通で、住民ニーズに応じて、よりきめ細かな運行ができると期待されています。

県内初！地域共助型生活交通「コリント号」運行スタート！！

コリント号

コロナ矢板と玉田の両行政区でつくる運営会が主体となって運行する地域共助型生活交通です。地域住民がワゴン車を運転し、定時定路線型の乗合方式として利用者を有償で運びます。

運行日

月～金曜（土日祝日、8/13～15、12/30～1/3は運休）

運行時間

8：00～19：00

→時刻表および運行ルートはコロナ矢板施設管理組合ホームページに掲載



コロナ矢板施設管理組合 HPはこちら

利用料金

	中学生～74歳	小学生・75歳以上	未就学児
年間バス	3,000円（1世帯）		
1回乗車	200円	100円	無料
1日乗車	400円	200円	

定員

6人

利用できる方

コロナ矢板自治会員・玉田行政区の住民



◀10月16日にホテル&テニス コロナ矢板を会場に、運行セレモニーが行われました。



「コリント号は地域住民のもの。運行を通して、地域のコミュニティづくりにつなげたい」

運行に向けて心掛けたことは、地域の皆さんにとって「コリント号が自分たちのものである」という意識を持ってもらえるようにしたことです。

事前に地域住民への説明会やアンケートを実施し、できる限りその声を反映させたほか、バスの愛称・キャラクターを募集するなど、親しみや愛着を持ってもらえるよう工夫してきました。

これからコリント号がこの地区のシンボリックな存在となり、みんなで支えながら運行が継続して、地域のコミュニティづくりにつながってほしいと願っています。



コロナ・玉田共助バス運営会 会長 戸井 出琉さん

「みんなから、愛されるコリント号になってほしい」

私は、毎週月曜日に運転をしています。運転手を始めたのは、地域の皆さんとのつながりを増やしたいと思ったからです。そのため、利用する方が乗車を楽しくしてくれるよう、あいさつや車内での会話などのコミュニケーションを心掛けています。安全運転に努め、地域の皆さんにとって身近で愛されるコリント号になるよう貢献していきたいです。



コリント号運転手 長田 彩乃さん

家族としても地域の方が運転手をしてくれるので安心！子どもたちも、喜んでます！



お子さんが下校時にコリント号を利用している 村上さんご家族

外出支援事業をご紹介します☆

ともなりバス

高齢者の「生きがいづくり」や「社会参加」と、「交通事故防止」にむけて『ともなりバス』を交付しています。『ともなりバス』をお持ちの方は、中央部循環路線とデマンド交通の利用料金が、無料または割引となります。対象となる方は、ぜひ申請のうえ公共交通をご利用ください。

対象者・内容

	ともなりバス 75	ともなりバス 65
対象者	75歳以上で、本市に住所がある方	65歳以上の運転免許自主返納者で、本市に住所がある方
内容	<ul style="list-style-type: none"> 中央部循環路線が無料 デマンド交通が割引 → 片道：100円割引で200円／往復：200円割引で300円 	
申請窓口・問合せ先	高齢対策課 ☎ 43-3896	生活環境課 ☎ 43-6755

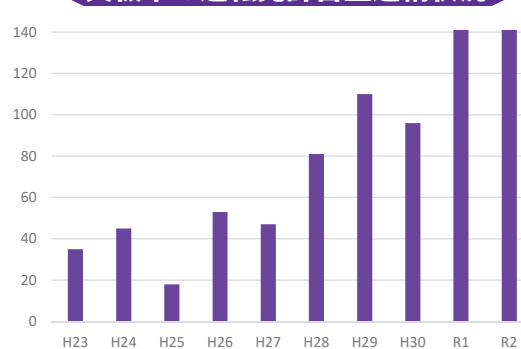
※利用には事前申請が必要です。申請方法、必要書類については市ホームページをご覧ください。

※「ともなりバス 65」の交付を受けている方は、75歳を迎えた後に「ともなりバス 75」の申請が必要です。



市 HP はこちら

矢板市の運転免許自主返納状況



「運転に不安を感じたら…まずは相談。気持ちハレハレ」

加齢に伴い、視野障害や筋力の衰えなど身体機能が低下すると、運転操作のミスへとつながります。これにより重大な交通事故を引き起こす可能性が高まります。運転に不安を感じたらお電話ください！

安全運転相談ダイヤル／#8080

運転免許自主返納の手続きに関するお問い合わせはこちらまで
 矢板警察署／☎ 43-0110



福祉タクシー券

重度の心身障がい者および高齢者の社会参加の促進を図るため、タクシー料金の一部を助成する『福祉タクシー券』を交付しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

対象者・交付枚数

対象者	交付枚数	申請窓口・問合せ先
<ul style="list-style-type: none"> 身体障害者手帳の等級が1級、2級の方、または3級で下肢または体幹の機能障がいがある方 療育手帳の等級がA1またはA2の方 精神障害者保健福祉手帳の等級が1級または2級の方 	48枚／年	社会福祉課 ☎ 43-1116
80歳以上の方	24枚／年	

助成額

1枚につき500円 ※1回の乗車につき、最大3枚まで利用できます。
 →乗車料金が500円以上で1枚、1,000円以上で2枚、1,500円以上で3枚まで利用することができます。



市 HP はこちら



総務部長 塚原 延欣

「リニューアル後の公共交通は好調な滑り出し。利用者目線で快適かつ安全な運行に取り組みます」

リニューアル後の公共交通の利用者延べ人数は、デマンド交通が572人、中央部循環路線が456人、コリント号が278人で合計1,306人となりました。1日当たりに換算すると49.4人となり、4月から9月までの61.9人を下回りましたが、路線変更時は他市町の事例でも認知不足から利用者の減少が見られるなかで、本市の減少幅は小さく、好調な滑り出しと考えています。

今後は、利用者目線でより快適で安全な運行に向け、事業者などと連携して取り組んでまいります。皆さんも、公共交通や外出支援制度を利用し、お出かけしていただけたらと思います。

祝 秋の叙勲受章

瑞宝双光章【警察功労】



平山 操さん
(中)
1965年栃木県警察に入り、主に刑事部門を歩む。
2007年に県警捜査3課で退職されました。

瑞宝単光章【消防功労】



坂主 公司さん
(荒井)
1971年塩谷郡市消防組合に入り、2007年に塩谷広域行政組合消防司令で退職されました。

瑞宝単光章【警察功労】



村嶋 進さん
(中)
1971年栃木県警察に入り、主に刑事部門を歩む。
2010年に那須塩原署刑事課で退職されました。

祝 市政功労者表彰受賞

11月1日(月)、矢板公民館で市政功労者に対する表彰式が行われました。

受賞された皆さんは、長年にわたり、各分野でご活躍された方、篤行に優れた方で、市長からはこれまでの功績に対する感謝の言葉とともに表彰状が手渡されました。



各分野で功労顕著な方			
大類 俊昭	消防	高橋 庸	文化財保護審議会委員
目崎 元康	統計	皆川 丈夫	
築瀬 辰雄	行政区長		

(順不同・敬称略)

篤行に優れた方				
市村ふみ子	援護厚生(老人給食)	新 邦之	健全育成(各種奉仕活動)	
岡本 満		荒井 亮一		
兼崎 章		江連 肇		
金田登智子		大類 正雄		
関本ミネ子		黒木 秀行		
関谷 敏江		高瀬 崇夫		
高橋 絹代		千野根友和		
津久井眞弓		野川 智広		
松平 宣秀		株式会社格和測量設計		市に対し寄附された方
見形恵美子		株式会社TKC		
渡辺 一枝	萩原建設株式会社			

(順不同・敬称略)

祝 各種表彰受賞

文部科学大臣表彰(地方教育行政)



伴瀬 良朗さん
東北大学卒業後、県立高等学校教諭となり、教頭・校長を務める。
平成19年10月から13年間、塩谷町教育長を務められ、その間、北関東町村教育長会会長・県町教育長部会会長などを歴任されました。

文部科学大臣表彰(生涯スポーツ功労者)



小松 範子さん
平成4年にレクリエーション活動団体、平成9年には市レクリエーション協会の設立に尽力。
現在も老若男女問わず楽しめるレクリエーション活動の提供を続けるなど、第一線で活躍されていることが評価されました。

第16回日本スポーツグランプリ



大谷津 節子さん
長年にわたりバレーボールやグラウンド・ゴルフを愛好し、全国大会などでも輝かしい成績を収めるなど「生涯スポーツ実践者の鑑」とであると高く評価され、公益財団法人日本スポーツ協会より表彰されました。

全国社会教育委員連合表彰



中嶋 加代子さん
平成13年度から20年に渡り、市社会教育委員および委員長として社会教育の充実発展に尽力。
現在は県社会教育委員協議会の副会長としてもご活躍されています。広く全国規模での社会教育推進への功績が評価されました。

知事表彰(青少年健全育成功労者)



奥原 初男さん
平成19年度から矢板市子ども会連合会の会長、令和元年度から(一社)栃木県子ども会連合会副会長を務めるなど、子ども会活動を通じて県全体の青少年健全育成へ尽力されていることが評価されました。

感謝 未来を担う子どもたちへ

11月12日(金)、(株)栃木銀行様から学校電子図書館「ともなりライブラリー」用電子書籍コンテンツ(10万円相当)の寄附をいただきました。これは同銀行が扱う、私募債受託に際し受け取る収益の一部を、私募債発行企業の希望先に寄附する寄贈サービス付私募債を活用したものです。今回、発行企業である針生の大進電気工事(株)様が市への寄附を希望されたことにより行われました。

寄附を受け齋藤市長は「子どもたちの読書活動の推進に最大限活用させていただく」と感謝を述べました。



▲(右から)(株)栃木銀行 矢板支店 渡邊 純一 支店長・法人営業部 富川 善守 部長、大進電気工事(株) 菅野 健二 代表取締役、齋藤市長

10/13 (水) マイナンバー出張申請

片岡四区自治公民館で、本市第1号となる行政区へのマイナンバーカード出張申請受付が行われました。これは、当カードの普及を図るため、行政区からの依頼に基づいて市職員が自治公民館などへ出向き、タブレット端末で写真撮影を行い、オンライン申請完了までをサポートするものです。カードは後日、自宅に郵送されるため、市役所に来庁せずに受け取ることができます。申請者は「近くで申請できるので助かる。カードを使ってコンビニで証明書を取得してみたい」と話していました。



▲片岡四区行政区では11人が申請を済ませました。10月末現在、16行政区から出張申請の依頼がありました。

10/16 (土) ミヤコタナゴ増加！

山田地区のため池で、国の天然記念物で絶滅危惧種に指定されている「ミヤコタナゴ」の生息調査が行われました。この調査は毎年行われ、今年はミヤコタナゴ保存会の会員など34人が参加しました。21回目となる今回の生息数は126匹と前回から8匹増加し、平成26年調査時に358匹が確認されて以降、続いていた減少傾向に歯止めがかかる結果となりました。参加者は「来年はもっと増えているように、地域のみんなで見守っていききたい」と話していました。



10/16 (土) 力を合わせて奉仕作業

市役所周辺で、シルバー人材センター会員・創年大学ぶらぶらクラブ・婦人会の有志約90人が参加して、毎年恒例の美化活動が行われました。これは、花火大会や福祉まつりなどの秋のイベントに、きれいな会場で来場者を迎えるために始まった活動です。昨年に続きイベントは中止となりましたが、参加者は今年も草刈り作業などに汗を流しました。活動を終えた参加者は「雨の中の作業で大変だったが、きれいになって気持ちがいい」と話していました。



10/29 (金) 高原山の環境保全に

八方ヶ原周辺で、市教育委員会と市文化財愛護協会が共催で「高原山環境保全パトロール」を初めて行いました。これは、日光国立公園内に位置し、貴重な動植物などの宝庫である高原山の自然を守るために、登山道などの美化活動を行うものです。今回は沢沿いの活動中に、氷河期の遺存種といわれる昆虫「トワダカワゲラ」を偶然見つけるなど、参加者は特別な体験をすることができました。活動を終えた参加者は「高原山を守っていくため、これからも活動していきたい」と話していました。



※入山する際は、ゴミは持ち帰り、植物や岩石などは観察するに留めましょう。

▼トワダカワゲラ

11/1 (月) 各々の作品が主役級

生涯学習館で、「第54回矢板市文化祭」が3日間に渡って開催され、皆さんの日ごろの文芸活動の成果が展示されました。コロナ禍のため、昨年に続き出品数を絞った展示会となりましたが、会場には制作者が丹精込めて作り上げた渾身の作品が並び、訪れた人の目を楽しませていました。来場した方は「全ての作品が繊細につくられ、見れば見るほどその素晴らしさに感心させられる。文化祭が楽しみで、毎年足を運んでいます」と話していました。



11/13 (土) 感謝と思い出を青空に

来年4月に、東小学校へ統合される豊田小学校で、全児童43人と先生・保護者・地域の方が参加して統合記念行事が開催されました。これは、学校を今まで支えてくれた全ての人に感謝を示そうと企画されたもので、参加した方の心に残る思い出になればとさまざまなレクリエーションが催され、最後には全員参加のバルーンリリースを行うなど、会場は終始笑顔であふれていました。6年生は「いい思い出になった。後輩たちには、新しい学校でも仲良く元気に頑張ってもらいたい」と話していました。



※147年の歴史に幕を下す豊田小学校では、これまで3,621人(今年度卒業を含む)の卒業生を輩出しています。

▲マリーゴールドの種が付けられた300個の風船が、澄み切った青空に舞い上がりました。

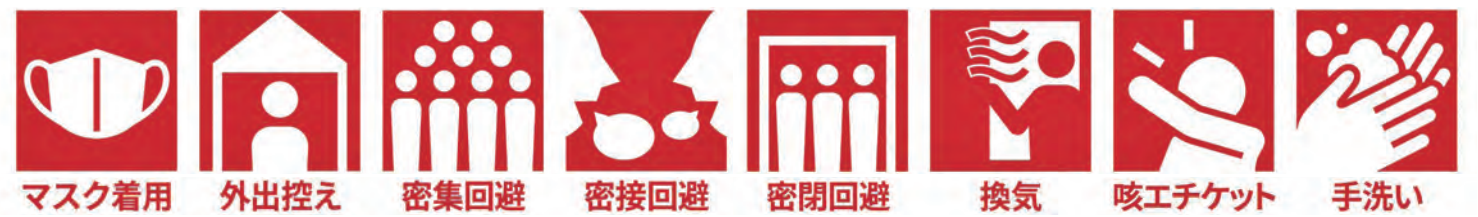
11/13 (土) 史上初の5連覇達成！

県グリーンスタジアムで、全国高校サッカー選手権大会栃木大会決勝戦が行われ、矢板中央高校が佐野日本大学高校と対戦し、5年連続県勢最多の12度目の全国大会出場を決めました。矢板中央は、序盤から優位に試合を進めるも、試合後半まで佐野日大の堅守に阻まれ無得点に抑え込まれましたが、試合終了間際、相手ゴール前の混戦から決勝点を奪い、全国大会への切符を掴み取りました。高橋監督は「全国では準決勝の壁を破り、今度こそ優勝旗を矢板に持って帰りたい」と意気込みを話してくれました。



▲前全国大会で3位の矢板中央高校は、12月31日(金)に2回戦から出場します。
◀後半38分、相手キーパーがはじいたこぼれ球を、#9FW 藤野 和哉が押し込んで決勝点をあげた。

基本的な感染対策を徹底しましょう！



塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「かかりつけ医のことば」

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

第20回「インスリン発見100年」

今年はBantingとBestにより、血糖値を下げるホルモンであるインスリンが発見されて100年になります。この発見で糖尿病がすぐ死に直結する病気ではなくなりました。しかし、インスリン不足が糖尿病の原因であると言われるように、インスリン注射やインスリン分泌促進薬によって血糖値は下がり細血管症の発症進展は防ぐのですが、インスリン抵抗性というインスリンがきかない状態が動脈硬化をはじめとする合併症や併発症に関わることがわかり、一筋縄ではいきませんでした。

1型糖尿病のようにインスリン分泌のほとんどない糖尿病患者ではインスリン注射は必須ですが、多ければ低血糖を起こします。私が医師になった頃は「少しぐらいの低血糖は大丈夫だ。血糖を下げるのが優先だ」と教えられたのですが、低血糖は心疾患のリスクや死亡率を上げ、認知機能に影響することも分かってきたため、特に高齢者はゆるめのコントロールがされるようになってきています。

最近では持続血糖（正確には間質液中の糖濃度）測定システムCGMが用いられるようになり、食事の糖質量管

国際医療福祉大学塩谷病院
糖尿病代謝内分泌内科 山内 恵史（矢板市）
理と合わせてより正確な血糖コントロールができるようになってきましたが、正確さ簡便さが求められます。CGMとインスリンポンプを組み合わせた簡易人工膵臓の実用化は間近となっていますが、使用は結構面倒です。血糖が高いと効き目がよくなるスマートインスリンも開発中とのことです。

インスリンは100年間、主に皮下注射で用いられてきました。吸入インスリンも一時期発売されたのですが、思ったより面倒なことなどもあってたいして話題にならないうちに消えていきました。経口インスリンは昔からの話題ですが、バイオアベイラビリティ[※]の低さなどあってまだ道半ばのようです。その中で、経口インスリン注射というカプセルに入ったデバイスが、胃内で胃壁に刺さることで注射をするというユニークな方法が報告され結構開発は進んでいます。子どもの頃に21世紀になれば熱核融合発電が可能になる、癌も解決すると言われていたのですが糖尿病の解決もまだまだ先のようです。

※バイオアベイラビリティ…人体に投与された薬物のうち、どれだけの量が全身に循環するのかわかる指標

矢板市歯科医師会 「歯のはなし」その73

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）11118

人は1日におおよそ1～1.5ℓの唾液を出すと言われています。けれども、1日中、いつも定量が出ているわけではありません。

人間の体には体内時計があり、さまざまな器官が規則正しく活動しています。唾液腺も同様に、日中には活発に唾液を分泌しますが、夜間には分泌量が減少するのです。睡眠薬や精神安定剤、抗うつ剤などを服用している場合や、口で呼吸する傾向が高い場合は、どうしても夜間のドライマウス（口腔乾燥症）が強まる傾向にあります。

【ドライマウスチェック】
・口がかわく（唾液が出ない）
・口がかわいて話しがしにくい
・食事の時に飲み物が必要
・夜間、水を飲むために起きる
・舌がひび割れやすく、口角炎を起こしやすい
・むし歯や歯周病になりやすい
以上の項目に当てはまる数が多ければ多いほど、ドライマウスの可能性が高くなります。
*次回の「歯のはなし」は、広報3月号に掲載予定です。

交通事故などにあつたときは

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）11118

【国保・後期高齢者医療制度加入のみなさんへ】

交通事故、または第三者の行為によるけがの治療で保険証を使用する場合には、必ず健康増進課に届け出をしてください。

原則的には加害者が負担すべき医療費を、国民健康保険や後期高齢者医療が立て替えた後、加害者へ請求します。

●ご注意ください
・加害者から治療費を受け取ったり示談したりすると、保険証が使えなくなる場合があります。
・勤務中や通勤途中のけがの場合は、労災保険が優先されるので、保険証は使えません。
・飲酒運転や危険運転致死傷罪が適用される事故など、故意に道路交通法などに違反し、処罰の対象となるべき行為で起きた事故によるけがの場合は、給付を制限する場合があります。

国民年金 社会保険料控除証明書

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

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が発行されます。年末調整・確定申告で使用しますので、大切に保管してください！

国民年金保険料は、年末調整や確定申告を行うことで社会保険料控除として課税所得から控除され、税額が軽減されます。控除の対象となるのは、令和3年1月から令和3年12月までに納められた保険料の全額です。

また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族の国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。

このため、1月1日から9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方には、11月上旬に日本年金機構から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られています。

確定申告書などの提出の際は、必ずこの証明書または領収証書を添付してください。

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れのないようきちんと納めましょう。

マイナンバーカード 手続予約 サイトをご利用ください

問い合わせ／市民課 ☎（43）11117
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120（95）0178

市では、マイナンバーカードの申請および受け取り手続きの予約ができる専用サイトを開設しています。延長窓口および休日窓口での手続予約を受け付けていますので、ぜひご利用ください。

予約方法などの詳細は、市ホームページ（トップページ）>くらし・手続き>マイナンバー>通知カード・個人番号カード）でご確認ください。なお、電話での予約も受け付けています。



詳しくはこちら

マイナンバーカード休日窓口（要予約）

平日にマイナンバーカードの申請や受け取り・更新が困難な方のために、休日窓口を開設します。ご希望の方は開設日の2日前までに、予約サイトまたは電話で予約をしてください。
日時／12月18日（土）、1月15日（土）9：00～12：00
※申請の際は、本人確認書類と通知カードを必ずお持ちください。



60才過ぎたら「メガネは、2つ」がおススメです。
楽に見える快適生活を提案します。
パソコンも新聞も読める
運転もお買物も値段も見え
2本目半額
12/29まで
（一式ご購入で安い方を半額にします）
認定補聴器技能者
ID番号 38532
登録番号 20-3418
菊地理
有効期間 2018年4月1日～2023年3月31日
公益財団法人 テクノエイド協会
営業時間 10:00～18:30 木曜定休
0287-43-1347
ジュエリきくち

福祉リフォーム 空き家リノベーション
不動産のご相談
株式会社あいる 矢板営業所
矢板市鹿島町 12-13
携帯：090-4360-3395 お気軽にお問い合わせください

Pay Forward Pay Forwardで「つなぐ」「つながる」
「やいた」のご当地アプリ登場！
加盟店募集中
お客様にイベントや商品情報などお得な情報を即時配信
活動報告などの情報発信としてもご利用出来ます！
Vesta
info@vesta8.com
0267-46-5180



病児・病後児保育の利用について

●病児保育の利用について

病気の回復期に至らない場合で、かつ、当面の症状の急変が認められない場合に、保護者の就労などの理由により家庭での育児が困難なお子さんを一時的にお預かりします。

病児保育施設	利用できる日時	
済生会宇都宮病院 病児保育施設 おはなほいくえん(宇都宮市) ・対象年齢/ 生後3カ月から小学6年生	月～金	8:00～18:00
	土	8:00～13:00
国際医療福祉大学 金丸こども園(大田原市) ・毎年度登録が必要です。 ・対象年齢/1歳から小学6年生	第2土曜日・日曜日・祝休日・ 年末年始・5月30日を除く	8:00～18:00
	月～金	8:00～18:00
	土曜日・日曜日・祝休日・ 年末年始を除く	

対象児童/本市に住民登録がある就学前の乳幼児または小学校就学児童(ぴっころ保育園は、市内の保育園などに通う市外在住のお子さんにも利用できます。)

そのほか/利用前に必ずかかりつけ医の診察を受け、診療情報提供書を記入してもらい、利用時に提出してください。ご利用は、1回の利用につき7日間を限度とします。

●病後児保育の利用について

病気の回復期にあつて保護者の就労などの理由により家庭での育児が困難なお子さんを一時的にお預かりします。

病後児保育施設	利用できる日時	
ぴっころ保育園(※)	月～土	7:00～18:00
	(日・祝・年末年始を除く)	
国際医療福祉大学 金丸こども園(大田原市)	月～金	8:00～18:00
	(土・日・祝・年末年始を除く)	
こぼと保育園(高根沢町)	月～金	8:00～18:00
	土	8:00～13:00
	(日・祝・年末年始を除く)	

問い合わせ/

おはなほいくえん ☎028(678)9600
金丸こども園 ☎0287(48)6610
こぼと保育園 ☎028(675)3315
(※)子ども課 ☎(44)3600

募集 親子で niko チャレ! 英語であそぼう!クリスマス会

英語を使って、ゲームや工作をしながら、みんなでちょっぴり早いクリスマスを楽しもう!
ぜひ、ご参加ください!
日時/12月18日(土)
9:00～9:40
場所/泉公民館 集会室
定員/未就学児とその保護者 8組 *先着順



参加費/1人500円
講師/ローディ ジャーマイヤ ダニエル先生
ローディ 保科 美樹先生
申込方法/12月15日(水)までに、電話でお申し込みください。その際、①参加者氏名②お子さんの年齢
③保護者の連絡先をお伝えください。
申込・問い合わせ/泉公民館 ☎(43)0402
*月曜・祝日休館

開催 遊びに行くべ!～お正月遊びを楽しもう～

昔のお正月遊びが体験できます!ぜひお越しください。
日時/1月15日(土)
10:00～14:00
場所/上伊佐野グラウンド
(上伊佐野761-2)
内容/
・たこあげ、竹馬、羽根つき、シャボン玉などで、自由に遊べます。



参加費/無料
そのほか/
・申込不要。直接会場までお越しください。
・雨天や降雪の場合は中止します。
・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、矢板武記念館・郷土資料館館内の遊びは行いません。ご了承ください。
問い合わせ/生涯学習課 ☎(43)6218

親子で遊ぼう 参加費記載なし…無料 予…要予約 ～就学前のお子さんと保護者が対象～

ちゅーりっぷ保育園 ☎(44)0763

【1月のお遊び】予 ※5日前まで
日時/1月19日(水)10:00～11:00
内容/凧作り、ブンブンコマ作り

矢板保育園 ☎(43)0033

【デコ巻き寿司をつくろう】予 ※1月12日(水)まで
日時/1月19日(水)9:30～11:00
内容/巻き寿司大使、川井ゆかり先生のお寿司教室です
参加費/500円 ※お子様はお預かりします

泉保育所 ☎(43)0435

【おにはそと～ふくはうち～】予
日時/1月31日(月)10:00～11:30
内容/おにのお面を作って、豆まきごっこを楽しみましょう

認定こども園かしわ幼稚園 ☎(43)5830

【一緒にあそぼう】予
日時/1月17日(月)10:00～11:00
内容/体を使ってあそぼう

【ぼんだくらぶ(0・1歳児対象)】予
日時/1月24日(月)10:00～11:00
内容/親子で活動を楽しみます

【こあらくらぶ(2・3歳児対象)】予
日時/1月14日(金)10:00～11:00
内容/親子で活動を楽しみます

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

つくしんぼひろば(つくし保育園) ☎(43)2411

日時/平日10:00～15:00
※子育て支援室と園庭を開放しています

ベビーホット(認定こども園すみれ幼稚園) ☎(44)2390

親子で一緒に遊びながらお友だちを作ったり、ホッと一息。赤ちゃん中心でゆったりしています
日時/1月18・25日(火)10:00～11:30

ぴっころクラブ(ぴっころ保育園) ☎(43)0266

日時/平日10:00～15:00
※園内・園庭を大開放!なんでもおしゃべりリラックスTime♡
【とびだせ!ぴこクラ】
ぴっころ保育園からとび出し、P-BASE NEOで親子のワクワクタイム!季節感あふれる製作など、毎回違ったプログラムでFun♡Fun♡Fun♡
日時/1月13・27日(木)10:00～12:00
場所/P-BASE NEO(園東隣)

やいたこども園 ☎(43)0470

【園庭開放】予 ※4日前まで
日時/1月26日(水)10:30～11:30
内容/入園相談随時受付中

つくし保育園 ☎(43)2411

【運動遊びをしよう!】予
日時/1月6日(木)10:00～11:30
内容/身体を動かして楽しみましょう(講師来園)

こどもの森こころ保育園 ☎(48)1966

【みんなでお餅を焼いて食べましょう】予
日時/1月12日(水)10:00～11:00
内容/親子で焼いたお餅を食べて楽しみましょう
参加費/100円

ぴっころ保育園 ☎(43)0266

【PCクックワールド】予
日時/1月21日(金)10:00～12:00
内容/「ぴこクラ Snow Festival」スイスのIce-coldartをみんなのあったか♡でとかしちゃおう!!
参加費/500円 ※持ち物:エプロン、三角巾

認定こども園すみれ幼稚園 ☎(44)2390

【寒さに負けず、風と遊ぼう!】予
日時/1月13日(木)10:00～11:30
内容/風で動くおもちゃづくり 参加費/300円
【ちびっこたちの体操教室】予
日時/1月28日(金)10:00～11:30
内容/専門講師による親子の運動遊び 参加費/300円

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

エンジェルサロン(やいたこども園) ☎(43)0470

【園庭開放】予 ※4日前まで
日時/1月19日(水)10:30～11:30

ほのぼのらんど(泉保育所) ☎(43)0435

体操やふれあい遊び、絵本の読み聞かせなどのお楽しみタイムがあります。一緒に遊びましょう
日時/1月17・24日(月)10:00～11:30

ブチ・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。楽しみながらママも子どももお友達を作りましょう
日時/1月12・26日(水)10:00～11:00



新型コロナワクチン 追加接種（3回目接種）のお知らせ

諸外国において、新型コロナウイルスワクチンを2回接種した場合であっても、接種後の時間の経過とともにワクチンの有効性や免疫原性（中和抗体価）が低下することが報告されています。追加接種（3回目接種）を実施するに当たり、現在、次のとおり国から方針が示されました。今後、詳細が決まり次第、随時お知らせします。

※令和3年11月22日時点

国の追加接種方針（今後の検討状況により、変更される可能性があります）

対象者	2回目接種を終了した人のうち、原則8カ月以上経過した人 ※対象年齢は18歳以上		
	1回目	2回目	3回目
接種回数	1回		
使用するワクチン	基本的に1、2回目に接種したものと同一ワクチン		

← 原則8カ月以上空ける →

追加接種については、年齢や基礎疾患などによる優先接種区分はなく、2回目の接種時期を基に追加接種の接種券を発送する予定です。
具体的な接種券発送時期や予約方法などは、ホームページなどで随時お知らせします。

※令和3年11月22日時点

追加接種スケジュール（予定）

	2回目接種終了時期	主な対象者	接種券発送時期	接種時期
1	令和3年3～6月	医療従事者など	令和3年11月下旬～令和4年1月	令和3年12月～令和4年2月
2	令和3年5～8月	65歳以上の高齢者など	令和3年12月～令和4年1月	令和4年1～4月
3	令和3年8月以降	1、2以外の方	令和4年4月～	令和4年5月～

(注1) 国の方針により、変更となる場合があります。
(注2) 2回目の接種を受けていない人には、追加接種の接種券は発送されません。
(注3) 2回接種を受けた後に矢板市に転入した場合は、事前に本市への届出が必要となります。

問い合わせ／矢板市健康増進課ワクチン接種室 ☎(40)0011・(43)1118

確定申告について

確定申告には、ご自宅からスマホ・パソコンでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、確定申告会場に出向かなくても、マイナンバーカードとICカードリーダーまたはマイナンバーカード対応のスマホを利用して、e-Taxで申告書を提出できます。感染防止の観点からも、ぜひご自宅からe-Taxをご利用ください。また、申告書を印刷して郵送などで税務署に提出することもできます。

マイナンバーカードをお持ちでない方は、お早めの取得をお願いします。

- 問い合わせ／
- 確定申告書作成コーナーの操作等に関すること
e-Tax作成コーナーヘルプデスク
☎0570(01)5901
※9:00～17:00(土・日・祝日、12/29～1/3を除く)
 - 所得税の申告に関すること
氏家税務署 ☎028(682)3311
※音声案内で「2」を選択してください。

- 所得税・個人消費税・贈与税の確定申告
期間／1月24日(月)～3月15日(火)
受付時間／8:30～16:00 ※9:00相談開始
※土日祝日を除く
※新型コロナ感染症対策の一環として、還付申告の申告相談を2月15日(火)以前から受け付けします。
- 場所／氏家税務署 会議室
※スマホをお持ちの方は、確定申告会場において、基本的にスマホを利用して申告書を作成していただけます。
※混雑状況により、16:00前に相談受付を終了する場合があります。
※来場される際は、マスクを着用していただき、できる限り少人数でお越しください。
※入場の際に検温を実施しています。咳・発熱などの症状のある方は入場をご遠慮いただく場合があります。
※確定申告会場の入場には、当日配付または国税庁公式LINEアカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。
- 市の申告相談
例年通り、各公民館などを会場に行います。
期間／2月16日(水)～3月15日(火)



償却資産は毎年申告が必要です

固定資産税は、土地、家屋のほかに償却資産（事業用資産）も課税対象となります。償却資産の所有者は、毎年、1月1日現在の所有状況を、資産が所在する市町村に申告することが法律によって義務付けられています。

償却資産とは…
土地・家屋以外で事業に用いることができる有形資産。ただし、自動車税・軽自動車税の課税対象となる車両は除く。
例：外構、広告塔、畜舎やビニールハウスなどの構築物、太陽光発電設備、各種事業用の機械や装置、大型特殊自動車、工具、備品 など

○令和4年度償却資産申告書を発送しました
12月1日、前年度に申告した方や新規に事業を開始した方などに、申告書類を発送しました。下記の「申告が必要な方」に該当する方で申告書類が届かない場合は、ご連絡ください。
申告が必要な方／市内に該当資産を所有している個人または法人
申告方法／申告書を直接または郵送で提出してください。
申告期限／1月31日(月)
※なお、令和3年度(今年度)分の申告がお済みでない方は、早急に申告してください。
申告・問い合わせ／税務課 ☎(43)1115



新年をむかえる前に住まいの点検修理を！
具合の悪いところはありませんか？

玄関ドア、窓
室内建具、畳

屋根、外壁
雨どい、排水

キッチン、浴室
洗面所、トイレ

給湯器、換気扇
冷・暖房機

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
スミスケ
株式会社
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 シルバーサポーター養成講座

シルバーサポーターとは、市内自治公民館で行われている高齢者を対象とした介護予防教室などで、体操指導などのボランティアとしてご活躍いただく方です。あなたも地域のボランティアとして活動してみませんか？

定員 / 20人程度
 申込方法 / 12月17日（金）までに、電話または直接窓口でお申し込みください。
 申込・問い合わせ / 高齢対策課 ☎（43）3896

日時・内容 / 全5回

	日時	内容	場所
①	1月17日（月）	講義「シルバーサポーターとは？」 「認知症サポーター養成講座」	市保健福祉センター
②	1月27日（木）	講義「高齢期の栄養について」	
③	2月3日（木）	運動実技「自分の健康管理と介護予防のための体操」	
④	2月17日（木）	講義「お口・歯の健康について」	
⑤	2～3月中（未定）	「いきいき体操教室」の見学・体験 *実際に市内の自治公民館に行き、シルバーサポーターさんの活動を見学、体験します。	自治公民館

お元気ポイント交換申請・手帳の更新について

すでに年間上限の50ポイントが貯まっている方、年内にポイントを貯める予定のない方は、ポイント交換の申請を受け付けます。

日時 / 12月13日（月）・14日（火）9:00～16:00

場所 / きずな館 中会議室

持ち物 /

にこにこメイト・きらりんサポーター手帳、印鑑

※**両方の活動手帳をお持ちの方は、必ず2冊とも提出してください。**ポイント交換の申請を別々に行うことはできません。

※通常の**ポイント交換の受付期間は、1月4日（火）～31日（月）**です。1月中の申請にご協力ください。

※にこにこメイト活動手帳と令和3年のきらりんサポーター活動手帳をお持ちの方は、手帳更新の申請受付も同時に行います。

【きらりんサポーター養成講座】

新たにきらりんサポーターの活動をしたい方は、養成講座の受講が必要です。受講後に活動手帳を交付します。

日時 / 12月21日（火）13:30～1時間半程度

場所 / きずな館

申込方法 / 12月15日（水）までに、電話でお申し込みください。

【交換対象品などの詳細について】

●シニアクラブ、きらきらサロンに参加している方
代表者を通して、ご案内します。

●上記以外の方
シニアボランティアセンターにお問い合わせください。

問い合わせ / シニアボランティアセンター（社会福祉協議会内）
☎（44）3000

ふるさと納税のPRにご協力ください！



矢板市 ふるさと納税

ふるさと納税は、矢板市にとって貴重な収入源となっています。令和2年度は全国の皆さまより約1億1,800万円の寄附をいただき、その寄附金は、さまざまな事業に活用されています。

年末年始にかけて、矢板市外にお住まいのご家族やご親戚に対し、市のふるさと納税制度のPRにご協力ください！

寄附をいただいた市外の方へは、市の特産であるリンゴやイチゴなどの多彩な産品や地域事業者のサービスを返礼品としてお送りしています。

問い合わせ / 総合政策課 ☎（43）1112

募集 老人給食ボランティア

ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯の方にお届けするためのお弁当を調理する「調理ボランティア」と、お弁当を配送する「配送ボランティア」を募集します。

●調理ボランティア

・月に1回程度、9:00～11:30

●配送ボランティア

・月に1回程度、10:50～12:00

※配送時に車両の提供が可能な方、運転に自信のある方は、ぜひご協力をお願いします。

申込・問い合わせ / 社会福祉協議会 ☎（44）3000



基本的な感染対策を徹底しましょう！



感染対策 「3つの基本」を守りましょう！



12/11（土）～31（金） 年末の交通安全市民総ぐるみ運動

運動の目的

市民一人ひとりに交通安全意識の浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けて交通事故防止の徹底を図ることを目的とします。

運動の重点

①子どもと高齢者の交通事故防止

次代を担う子どもを交通事故から守るためには、社会全体で子どもを見守る諸活動が重要です。そのため、交通安全指導などは、具体的・実践的に行い、保護者を含めた地域全体で保護・誘導活動を行う必要があります。

あわせて高齢運転者の方は、ペダル踏み間違い時加速抑制装置などを搭載した安全運転サポート車への乗り換えや運転に不安を感じている方は、運転免許を自主返納することも大切です。

②飲酒運転など根絶と安全運転の励行

交通ルールの遵守とあわせて歩行者や他の車両に対する「優しさ」と「思いやり」を持って通行する正しい交通マナーの実践を心掛けてください。

シートベルトなどの非着用による衝突時の危険性を考え、全ての座席でシートベルトなどの着用を徹底することが重要です。また、飲酒運転を敢行する悪質違反者は未だに後を絶ちません。このため、飲酒運転の危険性、悪質性を繰り返し訴えて、飲酒運転を「しない・させない・許さない」環境づくりに取り組みましょう。

③「ライト4（フォー）運動」と「原則ハイビーム」の推進

夕暮れ時は、視認性の低下による交通事故が多発する傾向にあります。特に年末は、日没時刻が早まり、「見落とし」や「発見の遅れ」などに起因する交通事故の発生が懸念されますので、午後4時に前照灯を点灯する「ライト4（フォー）運動」を推進するとともに、夜間走行時は、対向車や先行車などがいる場合を除き、「原則ハイビーム走行」を徹底してください。

また、歩行者などは、夜間は反射材を必ず着用し、自ら積極的に交通事故防止を図りましょう。

問い合わせ／生活環境課 ☎（43）6755

矢板警察署 ☎（43）0110

12月は市税滞納整理強化月間です

市では県と協働で、滞納整理に重点を置いて徴収強化に取り組みます。

●皆さん一人ひとりが矢板市を支えています

皆さんが納めた税金は、市が取り組む施策の重要な財源となっています。税収が確保できないと、予定していた事業が行えなくなったり、必要な住民サービスが提供できなくなったりすることがあります。

●自主的な納付をお願いします

期限を過ぎても納付されないと、財産の滞納処分（預

貯金、生命保険、給与および不動産などの差し押さえ）を受けることになります。また、財産調査のために住居の捜索を行うこともあります。

滞納処分を受けないよう、自主的な納付をお願いします。


●休日収納窓口を開設します

日時／12月12日（日）9：00～16：30

場所／税務課（市役所本館2階）

内容／市税の納付、納税相談

問い合わせ／税務課 ☎（43）1115



おんしん価格

椿の花斎苑

家族葬・一般葬


※少人数のお葬式には、家族葬専門の「矢板ホール」をおすすめします。少人数～15名様くらいがちょうどいい式場です。

※ゆったり式場「椿の花斎苑」は、家族葬、一般葬ができる式場です。ワンフロアで家族葬・一般葬。（左写真）

お葬式のご相談賜ります（無料）

小さな葬儀社 ㊤

矢板市片岡1913-25
電話 0287(48)6785



凍結・漏水にご注意ください

凍結にご注意ください

冬がやってきました。寒い夜には、水道管の凍結に注意してください。もし、水道管が凍ってしまおうと、水が出なくなったり、破裂して漏水したりするため、

- ・朝、洗顔できない
- ・トイレが使えない
- ・食器を洗うことができない
- ・水道管が破裂すると修理代が掛かってしまうなど、日常生活が大変不便になってしまいます。

●水道の凍結を防ぐには…

- ・寒い夜には少量の水を蛇口から流しておく
 - ・水道管に布や保温材を巻く
- それでも水道管が凍ってしまった場合には、水道管にタオルや布をかぶせ、その上からぬるま湯を何度もまんべんなくかけて、ゆっくり溶かしてください。（※熱湯では水道管が破裂することがあります。）
- 万一破裂してしまった場合は、修理が必要となりますので、矢板市指定給水装置工事業者に連絡してください。（※修理費用は個人負担となります。）
- なお、凍結破損による漏水の水道料金は減免とはなりませんのでご注意ください。

漏水にご注意ください

最近、敷地内の給水管からの漏水が多くみられます。漏水を長期間放置していると、知らず知らずのうちに多額の水道料金になってしまいます。

下記の方法で簡単に調べることができるのでお試しください。

●漏水を調べるには…


水道蛇口を全部閉めた後、水道メーターの「パイロット」を見てみましょう。まだパイロットが回っていたら、敷地内給水管のどこかで漏水しています。



お早めに市指定給水装置工事業者に修理をご依頼ください。（賃貸住宅にお住まいの方は管理会社へ連絡してください。）なお、修理費用は個人負担となります。

水道料金の減免などについては、上下水道事務所までお問い合わせください。

指定給水装置工事業者一覧（市内・市外）は、市ホームページにも掲載しています。

問い合わせ／水道課 ☎（44）1511  市ホームページ

指定給水装置工事業者（市内）〔五十音順〕					
業者名	電話番号	業者名	電話番号	業者名	電話番号
(有)荒井プロパン	☎（43）0602	斎藤電機商会	☎（43）0607	(有)長峰設備工業	☎（48）1409
泉水道(有)	☎（43）5415	鈴木土木設備(有)	☎（43）9056	(株)新野重建	☎（43）9885
カンノ設備	☎（43）7086	(株)スミスケ	☎（43）0220	(有)沼野組	☎（48）1312
幸和設備工事(有)	☎（48）1555	西有工業(株)	☎（43）3134	(有)野川設備工業	☎（43）0847
(株)小堀建設	☎（43）3644	(有)大增設備	☎（44）1269	(株)ハツカコストラクショ	☎（48）3155
斎藤設備(有)	☎（43）8970	中居設備	☎（48）3532	ヒカリ空調	☎（43）5646

木造住宅の耐震について

昭和56年以前に建てられた建物は、大地震に対する安全性・耐震性が不足している可能性があり、耐震改修工事が必要な場合があります。



「耐震改修って必要なの？」「耐震診断ってどうすればいいの？」「耐震改修にはお金がかかるのでは？」など、耐震診断や改修などのお役立ち情報のほか、木造住宅の耐震診断・耐震改修などに対する市の補助事業などを市ホームページで紹介していますので、ご覧ください。

問い合わせ／建設課 ☎（43）6212  詳しくはこちら

粗大ごみの出し方・家電製品の回収について

年末年始にかけて、自宅の大掃除をする方も多いと思います。指定袋やコンテナに入らない大きさのごみは粗大ごみとなりますので、直接エコパークしおやへ持ち込みをお願いします。

●エコパークしおや (安沢 3640) ☎ (46) 5711
 受入時間/平日 8:30 ~ 17:00 ※祝祭日を含む
 土曜 8:30 ~ 12:00
 ※年末は通常通り受け入れを行います。混雑が予想されますので、事前にエコパークしおやにお問い合わせください。
 ※年始 (1月1 ~ 3日) は受け入れできません。
 料金/10kgにつき 100円

持ち込めないもの/家電リサイクル法対象製品 (エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機)、PCリサイクル法対象製品、自動車部品、農業資材、コンクリート等がれき類、その他産業廃棄物

また、家庭で使用したコンテナに入らない大きさの家電製品は、令和4年3月まで、生活環境課で無料回収しています。なお、それ以降は、直接エコパークしおやへ持ち込みをお願いします。

回収対象/家庭で使用した電気や電池で動く製品類
 ※家電リサイクル法対象製品 (エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機)、除湿機、オイルヒーター、電気毛布などの布製品類は回収できませんので、ご注意ください。
 問い合わせ/生活環境課 ☎ (43) 6755

募集 生涯学習情報誌「まなび」への登録情報

各種講座やスポーツ教室、ボランティア活動、出前講座、施設案内など、生涯学習に関する情報を掲載した生涯学習情報誌「まなび」を毎年発行しています。

2022年度版の作成に向けて、準備作業に入るため、現在サークル活動や自主活動のページに記載されている、団体名や代表者氏名・連絡先などに変更がありましたら、生涯学習課までご連絡ください。

また、新規掲載や削除を希望する場合も同様にご連絡ください。なお、2022年度から、電子ブック版に移行する予定です。

期限/1月21日 (金)
 問い合わせ/生涯学習課 ☎ (43) 6218



募集 令和4年度 緑新スタジアムYAITA (陸上競技場)・サッカー場利用のお知らせ

令和4年度に矢板運動公園緑新スタジアム YAITA (陸上競技場)・サッカー場の利用を希望する団体の申し込みを受け付けます。
 申込方法/12月16日 (木) までに、きずな館にある申込書でお申し込みください。

そのほか/大会などの行事開催や芝生保護のため、ご希望に添えない場合があります。事務局で調整後、2月下旬に結果をご連絡します。
 問い合わせ/市施設管理公社 ☎ (43) 8210

募集 クリスマスケーキを作ろう

オーストリアのクリスマスケーキ「クグロフ」を作ります。
 日時/12月25日 (土) 9:30 ~ 12:00
 場所/矢板公民館 調理実習室
 定員/12人 *先着順 参加費/1,500円 (材料費)
 講師/野村 みどり先生
 持ち物/エプロン、三角巾、ゴムべら、泡立て器、筆記用具、持ち帰り用の容器または箱 (縦横25cm程度)、(お持ちの方) 18cmのクグロフ型または丸型
 申込方法/12月11日 (土) から、電話でお申し込みください。
 申込・問い合わせ/矢板公民館 ☎ (43) 0469
 *月曜・祝日休館



募集 手作り味噌教室

材料はすべて無添加のものを使用し、手で大豆をつぶし、麴を混ぜ、樽に仕込むまで全て自分の手で行います。これがほんとの「わが家の味」自分だけの味噌を作ってみましょう。
 日時/2月5日 (土) 10:00 ~ 12:00
 場所/片岡公民館 コミュニティホール
 定員/20人
 *申込多数の場合は抽選。抽選結果はハガキにてお知らせします。

参加費/3,300円 ※材料費、容器 (樽) 代
 持ち物/エプロン、三角巾
 ※作った味噌樽 2kgをお持ち帰りになります。
 申込方法/1月14日 (金) までに、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 第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」リハーサル大会 兼 第18回栃木県障害者スポーツ大会参加選手

期日/5月21日 (土)、22日 (日)
 場所/カンセキスタジアムとちぎ (栃木県総合運動公園 陸上競技場) ほか
 ※競技によって会場が異なります。
 対象/以下の①、②の資格を満たす者
 ①令和4年4月1日現在で満12歳以上かつ身体障害者手帳、療育手帳および精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けている者 (取得の対象に準ずる障がいのある者を含む)
 ②県内に現住所を有する者。または県内にある施設や学校などに入所および通所・通学している者
 内容/
 ○陸上競技 (身・知) ○水泳 (身・知)
 ○アーチェリー (身) ○ボッチャ (身)
 ○ボウリング (知) ○フライングディスク (身・知)
 ○卓球 (身・知・精) ※サウンドテーブルテニス (身) を含む
 定員/約2,000名 (個人7競技合計)
 参加費/無料

申込方法/在宅、会社勤務の方などは、居住する市町の障がい福祉担当窓口にお申し込みください。学校、施設などに所属している方は所属先を通して、いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会事務局にお申し込みください。
 申込期間/12月1日 (水) ~ 1月14日 (金) ※必着
 そのほか/リハーサル大会における個人競技の記録は、第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」および特別全国障害者スポーツ大会「燃ゆる感動かごしま大会」に出場する栃木県の選手を選考する参考資料となります。
 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、内容の変更や中止の可能性があります。
 問い合わせ/
 〒320-8501 (住所不要)
 いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会事務局
 ☎028 (623) 3530 FAX028 (623) 3527
 ✉ syousupo@pref.tochigi.lg.jp

春休み短期コース

ご予約受付中!

卒業まで
追加料金なしの
保証で安心です!

新車導入
しました!

送迎バス
運転手募集中!

緑新 矢板自動車学校 ☎ 0120-037-194

詳しくはホームページを Check!
 矢板自動車学校 検索
 TEL: 0287-43-1267

募集

令和3年度第3回危険物取扱者試験

試験日/3月6日(日)9:30~
試験の種類および手数料/
・甲種:6,600円
・乙種(第1類~第6類):4,600円
・丙種:3,700円
申請期間/
1月11日(火)~21日(金)
そのほか/試験会場、申請方法など
詳しくは、(一財)消防試験研究センターのホームページをご覧ください。
問い合わせ/
(一財)消防試験研究センター栃木県支部
☎028(624)1022
塩谷広域行政組合消防本部予防課
☎(40)1129

放送大学に入学しませんか

放送大学は、2022年4月入学生を募集しています。10~90歳代の幅広い世代、約9万人の学生が大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。
テレビによる授業だけでなく、学生は授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。
心理学・福祉・経済・歴史・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり1科目から学ぶことができます。1科目の授業料は11,000円(入学金別)で、半年ごとに学ぶ科目分だけ払うシステムです。半年だけ在学することも可能です。
無料で資料を差し上げていますので、お気軽にお問い合わせください。
募集区分/
【教養学部】
・科目履修生(6カ月在学し、希望科目を履修)

・選科履修生(1年間在学し、希望科目を履修)
・全科履修生(4年以上在学し、卒業を目指す)
※学力試験はありません。
【大学院】
・修士科目生(6カ月在学し、希望科目を履修)
・修士選科生(1年間在学し、希望科目を履修)
※18歳以上の方は、どなたでも入学できます。
※修士全科生および博士後期課程の募集は、別日程で入学選考があります。

出願期限/
【第1回】2月28日(月)まで
【第2回】3月15日(火)まで
※インターネット出願も受け付けています。
出願・問い合わせ/
放送大学栃木学習センター
☎028(632)0572

栃木県医療安全講習会
~上手な病院のかかり方~

病院で、お医者さんや看護師さんの説明がよくわからないと感じたこと、自分の状態についてうまく伝えられなかったことはありませんか。
こんな悩みを少しでも解消できるよう、上手に病院にかかるためのポイントについて講演を行います。
日時/
12月16日(木)13:30~15:30
場所/
県総合文化センター 特別会議室
講師/
(公財)田附興風会医学研究所北野病院 消化器外科医師 山本 健人氏
定員/60人 *先着順
申込方法/電話でお申し込みください。
そのほか/
詳細は、県ホームページをご覧ください。
申込・問い合わせ/
栃木県医療政策課
☎028(623)3085

お知らせ

林業退職金共済制度(林退共)

林退共は林業界で働く方のために国が作った退職金制度です。
この制度は、事業主の方たちが従事者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その従事者が林業界を辞めたときに林退共から退職金を支払うという、いわば林業界全体の退職金制度です。
○掛金は、税法上、法人では損金、個人企業では必要経費となります。
○掛金の一部を国が免除します。
○雇用事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。
【事業主の皆さまへ】
○共済証紙は労働日数に応じて適正に貼付してください。
○共済手帳を所持している従事者が林業界を引退する時は、忘れずに退職金を請求するよう指導してください。
問い合わせ/
独立行政法人勤労者退職金共済機構 林業退職金共済事業本部
☎03(6731)2889

労働保険の加入はお済みですか?

労働保険は雇用保険と労災保険を総称したものです。労働者を一人でも雇用する事業所はすべて加入することになっています。
お済みでない事業主の方は、すぐに加入手続きを行ってください。未手続事業に対しては、職権成立、認定決定を実施することとなります。
詳しくは、各公共職業安定所または、労働基準監督署へお問い合わせください。
問い合わせ/矢板公共職業安定所
☎(43)0121

民生委員・児童委員

5月から末広町行政区において、民生委員・児童委員が欠員となっておりますが、12月1日付で下記の方を委員に委嘱しました。
・山口 忠男さん(末広町(南))
お問い合わせ/社会福祉課
☎(43)1116

農業用軽油免税証交付申請受付

令和4年中に使用する農業用軽油免税証の交付申請を受け付けます。
対象/
・農業を営み、農業用機械に軽油を使用する方
・機械を使う作業の全ての委託を受けて農作業を行い、農業用機械に軽油を使用する方
受付期間/
1月5日(水)~7日(金)
9:00~11:30、13:00~16:00
受付場所/県塩谷庁舎 101会議室
問い合わせ/矢板県税事務所課税課
☎(43)2173

ノロウイルスによる食中毒を予防しよう!

11月1日~3月31日は「栃木県ノロウイルス食中毒予防推進期間」です。ノロウイルスによる食中毒は、11月から3月頃の寒い時期に多発する傾向がある食中毒です。
ノロウイルスの特徴をよく理解して対策をしましょう。
【食中毒予防のポイント】
ノロウイルス食中毒の予防には、「持ち込まない」「拡げない」「やっつける(加熱する)」が必要で...

①持ち込まない...食品取扱者は健康管理を徹底し、体調不良時には食品を扱う業務に従事しない
②拡げない...感染があつた場合でも、周囲にウイルスを拡げない
・下痢やおう吐などの胃腸炎症状があるときには、食品を直接取り扱う作業は避ける
・感染源になりやすいトイレは、清掃消毒を実施して衛生的に管理する
③やっつける(加熱する)...食品は中心温度85~90℃以上で90秒以上加熱する
・調理器具は、洗剤と流水でよく洗ってから85℃以上で1分以上の加熱またはこれと同等の効果をもつ方法(次亜塩素酸ナトリウム200ppm)で殺菌する
・二枚貝を含む食品は十分に加熱してから食べる(中心部が85~90℃以上、90秒以上の加熱が必要)
④つけない...食品に、調理従事者の手や調理器具、調理環境からノロウイルスをつけない
・石けんを十分に泡立て、手を洗う
問い合わせ/
栃木県保健福祉部生活衛生課
☎028(623)3109

福祉サービスの苦情相談窓口

栃木県運営適正化委員会は福祉サービスの苦情の解決を図るため、利用者や家族などからの苦情や相談を受け、事業所への調査や話し合いによるあっせんなどを行っています。
例えば、こんな時.....

・約束したはずのサービスが受けられない
・支援の仕方が乱暴だ。職員の言動に傷つけられた
・もう少しプライバシーを守ってほしい など
相談は電話や来所のほか、文書やメールでも受け付けています。
問い合わせ/
栃木県運営適正化委員会
☎028(622)2941
(平日9:00~16:00)
✉ asu.sw@dream.ocn.ne.jp

自殺予防「いのちの電話」
~毎月10日・24時間無料~
~毎日16:00~21:00無料~

自殺予防「いのちの電話」では、全国のいのちの電話センターが一斉に特設電話により対応しています。

☎0120(783)556
※通話料無料

相談内容/死にたい、死のうと思っている、生きている意味がない、などの自殺予防相談

自殺予防「栃木いのちの電話」
~毎日24時間~

自殺予防「栃木いのちの電話」では、上記相談のほか、24時間体制で相談を受け付けています。

☎028(643)7830
※通話料がかかります

問い合わせ/
栃木いのちの電話事務局
☎028(622)7970

不用品登録情報
譲ります
・学習机と椅子のセット
・ドレッサー
・猫砂
譲ってください
・麻雀台
・ベビーカー
問い合わせ/消費生活センター(生活環境課) ☎(43)3621

矢板市ホームページにバナー広告出ませんか?
掲載料 月額15,000円(1枠)
規格
・縦50ピクセル×横180ピクセル(10キロバイト以内)
・jpegまたはgif
【問い合わせ】秘書広報課 ☎(43)3764

広報やいたに広告掲載しませんか?
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)
【問い合わせ】秘書広報課 ☎(43)3764

基本的な感染対策を徹底しましょう!
マスク着用 外出控え 密集回避 密接回避 密閉回避 換気 咳エチケット 手洗い

図書館

開館時間/9:00~19:00
休館日/12月6・13・20・27日(月)・29日(水)~31日(金)
1月1日(土)~3日(月)・17・24・31日(月)
貸出点数/全15点
貸出期間/2週間

図書館からのお知らせ

電子図書館のご案内
市立図書館では、8月3日より電子図書館を導入しました!
館内にある資料で電子書籍でもご利用いただけるものに目印をつけました。紙媒体だけでなく電子書籍もぜひご利用ください。電子書籍ならご自宅や外出先からもインターネットを通じてパソコン・スマートフォンなどから貸出・閲覧ができます。

電子図書館 https://www.d-library.jp/yaita/g0101/top/
電子図書館についての詳細は、ホームページや館内ポスターをご覧ください。

クリスマス工作会

日時/12月19日(日)13:30~15:00
申込方法/12月1日(水)から、図書館カウンターで直接お申込みください。
※詳細は図書館ホームページ、館内ポスターなどでご確認ください。

新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ
すごい平屋 エクスナレッジ
平屋の長所をいかに巧く引き出せるかが「すごい平屋」をつくるカギになる。60軒以上の平屋をイラストで徹底解剖し、平屋の「正解」を考える。
大角祐介 杉全美帆子
河西紀明・宮木俊明
小野桂之介
柚木麻子 など

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/https://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。
問い合わせ/図書館 ☎(43)5661

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/「くるみ割り人形」
14歳の少女クララは、ある夜、大切なくるみ割り人形をネズミの大群にさらわれてしまう。人形を追って少女が迷い込んだのは、ふたつ頭の白ネズミの女王に呪いをかけられた人形の国だった。極彩色ミュージカル・ファンタジー。
日時/12月25日(土)14:00~15:30(開場13:30)
※途中休憩含む
場所/図書館 視聴覚室

市民ギャラリー
~ヘルマン・ヘッセ昆虫標本展示~

市内の中学1年生が国語で学ぶ、ヘルマン・ヘッセ「少年の日の思い出」に関連する昆虫標本を展示します。各中学校で展示している標本とは別のものですので、中学生の皆さんもぜひご覧ください。
期間/12月7日(火)~25日(土)

【児童書】 ★今月のオススメ
きれいな字のひみつ 青山浩之 小学館
すき間を均等に。手首を固定する。字の中心をそろえる…。書くことが楽しくなる52のコツをマンガを交えて紹介する。
小学生でも安心!はじめてのモルモット正しい飼ひ方・育て方 方々ずかん いたうみく
レッツキャンプ 丸山誠司
ひめさま!ぞうはすくおおいでござる マット・デ・ラ・ペーニャ など

文芸 短歌 東泉 智恵子 選

刈り入れのすべて終わると俵の告げぬ安堵のお茶を共に味わう
(評) 調へが滑らかで充足感が伝わってくる。結句に親子の情愛の深い絆を感じた。
白々と明けゆく朝を迎えつつ今日のひと日を尊しと思ふ 沼尾 博夫
(評) 明けゆく空の光景が鮮明に伝わってくる。今日を生きてゆく姿勢と境目の向える一首である。本堂にひとひと日が大切で尊しと思ふ。満月の十五夜なれど少子化で「ぼろぼろあたる」の子の声をなく
(評) 今年は本堂に中秋の名月であった。少子化で子ども達の賑やかなぼろぼろを打つ声の絶えてしまった事を作者は寂しさと詠っている。
目を閉じれば私を案ずる母の顔幸せですよ子らに開まれ
(評) 目を閉じた時の事実の薄さ。母上奮つて気が母上を案ずる顔に浮かんで来た。寂しいけれど幸せと詠う作者。歌は真情を宿した言葉にうながされてきた。
形見なる格の着物に触れし時亡母の笑顔のよみがえりくる 小澤 和枝
(評) 衣替えの時期であるうか。形見の母上の格に触れた時、共に暮らした母上の日々が、笑顔がよみがえって来たと言っている。母上を懐しむ心が素直に表現されている。
清む空に群れて飛び交う赤とんぼ網持つ子らの姿見られず 菅野カツ子
(評) 身の回りの自然を感じるとる力は尊い。事実だけを述べた作者の寂しい気持ちが表現されている。情景が目に浮かんでくる。
前頭葉フルに使うがままとらず短歌の道に迷える一日 永野 桂子
(評) 短歌を詠もうとする気持ちが嬉しい。日々の生活の中で見た事、触れた事、思った事をメモしておくとよい。感じた事も歌の素材になる。
亡き義母の煮しめの味のなつかしく想い出しつつ芋の皮むく 酒井ミトリ
(評) お煮しめを手においしく煮くたさる義母上を懐かし思い出しながら芋の皮をむく。具体性があってよい。首の中に人間味の味わいがある。
秋晴れの空に子どもの声をきく運動会はやつぱりいいな 大谷 章
(評) 清々しく心地のよい歌である。下の句に作者の気持ちが素直に表現されている。
久々の散歩に新たな景色を見、黄金の穂波に心もはずむ 金子千加子
(評) コロナ禍で巣ごもりだった日々。久しぶりの散歩に景色の変化を見て心もはずむと表現しているのがよい。生き生きとした作者がいる。
あかとんぼ自由に空を飛び回りコロナ禍なんて無縁の世界 渡辺 和子
(評) コロナ禍の騒ぎの中。大自然に目を向け、自分の思った事を表現しているのがよい。

3月号 作品募集
種目/詩 期限/12月20日(月) *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

たまご特別販売会

たまごを特別価格にて販売します。
日時/12月26日(日)~30日(木)
場所/農産物直売所「旬鮮やいた」

今月の人気野菜ランキング

第1位 イチゴ 第2位 しいたけ 第3位 たまご
農家さんが丹精込めて栽培した新鮮野菜を揃えて、皆さまのご来店をお待ちしております。

営業時間/旬鮮やいた 8:30~17:00(冬季期間)
つつじ亭 レストラン11:00~16:00 軽食9:00~17:00
問い合わせ/道の駅やいた ☎(43)1000 FAX(40)0662
HP http://www.michinoeki-yaita.com/

「お蕎麦」「お餅」予約受付中!

旬鮮やいたで、今年もお蕎麦・お餅のご予約受付中です。また12月15日(水)までにご予約いただいた方には、たかはら米500gをプレゼント!

定休日
※駐車場・トイレは24時間使用可能

- 旬鮮やいた...12月31日(金)~1月3日(月)
※12月30日(木)は、15:00閉店
●つつじ亭...12月15日(水)・31日(金)~1月3日(月)
※12月30日(木)は、14:30ラストオーダー・15:00閉店
●エコモデルハウス...休館中

城の湯温泉センター

開館時間/10:00~20:00
休館日/12月6・7・13・20・21・27日
1月1・5・6・11・17・18・24・31日
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

サービスデー

- 第3日曜日『家庭の日』は小学生200円割引
→12月19日(日)、1月16日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→12月26日(日)、1月26日(水)

イベント情報

- クリスマスの飾りつけ
今年もロビーにて、クリスマスツリーに飾りつけをします。
期間/12月25日(土)まで
●当てくじ
お子さまから大人の方まで喜ばれる商品をご用意しています。
期間/12月25日(土)~1月4日(火)
場所/城の湯温泉センター受付
参加費/1回200円 ※賞品が無くなり次第終了

●2号館の入浴施設は休業しておりますが、食堂や物販などをご利用いただけます。

運動教室 ~皆さまのご参加をお待ちしております~

- 場所/城の湯温泉センター 研修室またはふれあい館
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/①~③1回500円、④1回1,000円
定員/各回10人(空きがあれば当日受付可)
※申し込みなど詳細は、お問い合わせください。
①3B体操教室(講師:田中 美知子先生)
日時/12/10・24(金)、1/14・28(金)各回10:30~
②初心者ピラティス教室(講師:藤田 明湖先生)
日時/12/1・8・15・22・29(水)、1/12・19・26(水)
各回10:30~(中級者クラス)、11:40~(初心者クラス)
③初心者ヨガ教室(講師:八木沢 里美先生)
日時/12/1・8・15・22(水)、1/12・19・26(水)
各回13:30~
④ココカラ体操教室(講師:佐藤 崇子先生)
月2回(曜日変動) ※予約は直接講師の方にお申し込みください。
☎080-6006-7556

山の駅たかはら

イベント情報

- 星空観察ナイトハイキング
温かい飲み物と食事を楽しみながら、星空に近い八方ヶ原の幻想的な空間を満喫します。星空の専門家による講義もあります。
※天候により、延期または中止する場合があります。
日時/12月26日(日)
17:30~18:00 星空専門家による講義
18:00~19:20 星空観察(会食含む)
場所/山の駅たかはら周辺 参加費/1,000円
対象/小学生以上の方10人 *先着順
そのほか/万全な防寒対策の上、動きやすい服装でお越しください。
申込方法/電話またはメールでお申し込みください。

営業時間/10:00~15:00(冬季期間:金・土・日・祝のみ)
※年末年始12月28日~1月3日は休館(予定)
申込・問い合わせ/山の駅たかはら ☎(43)1515
☎yamanoeki2016@yahoo.co.jp



山の駅HP

日	月	火	水
12月29日(水)～1月3日(月) 年末年始の業務のお知らせ			
●市役所 12月29日(水)～1月3日(月)は通常業務を行っておりません。 ※市役所閉庁日は日直が対応します。 日直室直通 ☎(43) 1111	●自動交付機 (住民票写し・印鑑登録証明書) ☎(43) 1117 12月31日(金)～1月3日(月)は利用できません。	●ごみ収集・資源物回収 ☎(43) 6755 ご家庭に配布してある「ごみ収集カレンダー」、または市ホームページを参照ください。	●生涯学習館 矢板・泉・片岡公民館 12月29日(水)～1月3日(月)は休館です。
新型コロナウイルス感染予防対策に伴う、イベント・行事などの中止・変更について 新型コロナウイルスの流行状況により、イベント・行事などが中止または変更になることがあります。 開催の有無など、詳しくは、各主催者までお問い合わせください。			
2 休 図書館	3 休 図書館	4	5 休 城の湯 延長窓口
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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	当番 谷仲医院 ☎(48) 0800 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00		
9	10	11 休 城の湯	12 延長窓口
当番 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	当番 村井胃腸科外科クリニック ☎(40) 3055 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	えほんひろば&赤ちゃんのじかん 時間/ 10:00～11:30 場所/ 図書館	
16	17 休 図書館・城の湯	18 休 城の湯	19 延長窓口
当番 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	4カ月児健診 受付/ 13:00～13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和3年8月生	乳幼児健康相談 予 受付/ 13:30～14:00 場所/ 保健福祉センター 内容/ 身体測定、健康や栄養の相談など	3カ月児健診 受付/ 13:00～13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和3年10月生
23	24 休 図書館・城の湯	25	26 延長窓口
当番 上田医院 ☎(43) 7766 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 18:30～21:00		えほんひろば&赤ちゃんのじかん 時間/ 10:00～11:30 場所/ 図書館	
30	31 休 図書館・城の湯		
当番 佐藤病院 ☎(43) 0758 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 18:30～21:00			

木	金	土
医療機関からのお願い 休日当番医を利用する際、発熱や風邪の症状がある方は、受診前に必ず電話でご相談ください。 感染症予防のため、直接の来院は控えさせていただきますようお願いいたします。		
6 休 城の湯	7	8 矢板時間 12:00～17:45 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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00
10カ月児健診 受付/ 13:00～13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和3年3月生	2歳6カ月児歯科健診 受付/ 13:00～13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和元年7月生	おはなしのじかん 時間/ 11:00～11:30 場所/ 図書館 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
13	14	15 矢板時間 12:00～17:45
1歳6カ月児健診 受付/ 12:50～13:10 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和2年7月生		ポットタイム 時間/ 14:00～15:00 場所/ 図書館
20	21	22 矢板時間 12:00～17:45
3歳6カ月児健診 受付/ 12:50～13:10 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年7月生	育児教室 メロン 予 受付/ 9:30～9:45 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和3年7～8月生 内容/ 乳幼児の事故防止	
27	28	29 矢板時間 12:00～17:45
	育児教室 グレープ 予 受付/ 13:00～13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和3年9～10月生 内容/ ベビーマッサージ	
知っ得!子育て情報 子ども課 ☎(44) 3600 市ホームページには、意外と知らない、知っておくためになる、子育て情報や子ども向けイベントなどをまとめた特設ページがあります。 『矢板市子育てポータルサイト』 詳しくは、こちらを Check!!		

2022

1

January

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

塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30～21:00
 ※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

健診
相談・育児教室 予
 予約・問合/
 子ども課 ☎(44) 3600

図書館
 問合/
 図書館 ☎(43) 5661

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
 ※自動交付機は令和4年2月をもって廃止になります。

予…要予約



矢板市休日当番医
当番 = 9:00～12:00
 14:00～17:00
当番 = 17:00～19:00

塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30～21:00
※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。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

法律 = 弁護士無料法律相談
 時間/9:00～12:00
 対象/市内在住・在勤の方

心配 = 心配ごと相談
 時間/9:00～12:00
後見 = 成年後見相談会
 時間/10:00～12:00
※奇数月のみ行います。
 場所/さすな館
 予約・問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

多重債務者相談・消費生活相談
 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(生活環境課内)
 予約・問合/生活環境課 ☎(43) 3621

心の健康 = 心の健康相談
 時間/13:30～15:30(偶数月)
 14:30～16:30(奇数月)
 場所・問合/(県塩谷庁舎内) 県矢板健康福祉センター ☎(44) 1297

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
※自動交付機は令和4年2月末をもって廃止になります。

☎…要予約

日	月	火	水															
まちなか保健室 健康増進課 ☎(43) 1118 <table border="1"> <thead> <tr> <th>日時</th> <th>場所</th> <th>備考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>5日(水)</td> <td>健康増進課窓口</td> <td>体組成測定なし・健康相談</td> </tr> <tr> <td>8日(土)</td> <td>保健福祉センター</td> <td>体組成測定</td> </tr> <tr> <td>17日(月)</td> <td>健康増進課窓口</td> <td>体組成測定なし・健康相談</td> </tr> <tr> <td>24日(月)</td> <td>健康増進課窓口</td> <td>体組成測定なし・健康相談</td> </tr> </tbody> </table> <small>開催日程や場所は新型コロナウイルスの感染予防のため変更になることがあります。最新の情報は、市公式アプリケーション「やいたふ」または市ホームページで確認することができます。</small>				日時	場所	備考	5日(水)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談	8日(土)	保健福祉センター	体組成測定	17日(月)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談	24日(月)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談
日時	場所	備考																
5日(水)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談																
8日(土)	保健福祉センター	体組成測定																
17日(月)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談																
24日(月)	健康増進課窓口	体組成測定なし・健康相談																
2 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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	3 図書館 当番 谷仲医院 ☎(48) 0800 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	4 心配 詩舞 予 時間/10:00～12:00 手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30～16:00	5 城の湯 延長窓口 ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00															
9 当番 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	10 当番 村井胃腸科外科クリニック ☎(40) 3055 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	11 城の湯 詩舞 予 時間/10:00～12:00 手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30～16:00	12 延長窓口 囲碁・将棋 予 時間/10:00～12:00															
16 当番 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00	17 図書館・城の湯 百歳健康教室 時間/10:00～11:00 はつらつ健康講座 予 時間/10:00～12:00	18 心配 行政相談 時間/9:00～12:00 場所/さすな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764 人権相談 時間/9:30～12:00 場所/保健福祉センター 問合/総務課 ☎(43) 1113 詩舞 予 時間/10:00～12:00 手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30～16:00	19 延長窓口 後見 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															
23 当番 上田医院 ☎(43) 7766 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 18:30～21:00	24 図書館・城の湯 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 予約・問合/健康増進課 ☎(43) 1118 絵手紙 時間/10:00～12:00 はつらつ健康講座 予 時間/10:00～12:00	25 心配 詩舞 予 時間/10:00～12:00 手芸 (棒針、鉤編み、クラフト他) 予 時間/13:30～16:00	26 延長窓口 詩舞 予 時間/10:00～12:00															
30 当番 佐藤病院 ☎(43) 0758 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 18:30～21:00	31 図書館・城の湯 楽しい折り紙 時間/10:00～11:30																	

木	金	土
医療機関からのお願い 休日当番医を利用する際、発熱や風邪の症状がある方は、受診前に必ず電話でご相談ください。 感染症予防のため、直接の来院は控えさせていただきますようお願いいたします。		
6 城の湯 ハーモニカ教室 予 時間/13:30～15:30	7 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	8 矢板時間 図書館・城の湯 12:00～17:45 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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:00 詩舞 予 時間/10:00～12:00
13 絵手紙 予 時間/10:00～12:00 やさしい手話教室 予 時間/14:00～16:00	14 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	15 矢板時間 12:00～17:45 マイナンバーカード休日窓口 時間/9:00～12:00 予約・問合/市民課 ☎(43) 1117 お正月遊び(世代間交流) 予 時間/10:00～11:30 ※小学生無料 対象/小学生・65歳以上の方 10人 詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00
20 法律 ハーモニカ教室 予 時間/13:30～15:30	21 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	22 矢板時間 12:00～17:45 オセロ(世代間交流) 予 時間/10:00～11:30 ※小学生無料 対象/小学生・65歳以上の方 10人 詩舞 予 時間/10:00～12:00 卓球バレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00
27 絵手紙 予 時間/10:00～12:00 やさしい手話教室 予 時間/14:00～16:00	28 はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	29 矢板時間 12:00～17:45 詩舞 予 時間/10:00～12:00 輪投げ(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00
木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771 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、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)	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、カラオケ、卓球など 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)	
<small>※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。</small>		



やいた☆クッキン GOOD

～炊飯器で！
ブルーベリーケーキ～



レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅

材料 (ひとかま分)

- ・バター …………… 50g
 - ・卵 …………… 2個
 - ・牛乳 …………… 100ml
 - ・ホットケーキミックス …………… 150g
 - ・ブルーベリージャム …………… 大さじ2
- 【飾り用】
- ・ブルーベリー
 - ・ミント

作り方

- ①バターはレンジで溶かしておく。
- ②ボウルに、卵と牛乳を入れてよく混ぜる。
- ③②にホットケーキミックスとブルーベリージャムを入れて混ぜ、次に溶かしバターを加えてよく混ぜる。
- ④③を炊飯釜に入れ、炊飯スイッチを入れて焼く。
※焼き足りない場合は10分ずつ様子を見て焼く。
★特にケーキモード付きの炊飯器を使うと簡単にできますよ♪

《編集後記》 いいあんぼいだわ～

先日、職場の健康診断を受診しました。心臓がドキドキして緊張する血圧測定が大の苦手な私。ここ数年は受診前に入念に心を落ち着かせて臨むなど対策を講じてきました。今回は朝一からの受診で対策が間に合わず、上150下100で惨敗でした(*_*)(チャーリー)

すっかり寒くなり布団の中でヌクヌクと幸せを感じる季節になりました。愛猫も寒いようで、私の掛布団の上、ちょうど膝辺りで丸まって寝るのがお気に入り。私が寝る時も頑なにその場所を譲りません。寝返りで振り落とさないよう毎晩気を遣いながら寝ています。(RYU)

秋が深まり、空気が澄んできて、空が綺麗な季節になってきました。矢板のいい所の1つですが、少し光の少ない場所に行けば、満点の星空を楽しむことができます。しかし、この季節にしか星空をあまり見ないので、秋冬の星座しか理解していません…。(虎之助)

数年前から、干し柿作りをしています。蜂谷柿という大玉の柿の皮をむいて、カビを生えにくくするために沸騰したお湯につけ、風通しのいい所に吊ります。あんぼ柿のように柔らかい干し柿もいいですが、私は白い粉が吹いた干し柿が好きです。今年も上手く出来るといいな。(タッペン)

2021商業祭 福引き大売り出し

12/11(水)～各加盟店でお買い上げ
2,000円以上で
その場で当たる
スピードくじ抽選!
(※各加盟店のくじが無くなり次第終了)

- 1等 商品券 5,000円分 (80本)
 - 2等 商品券 3,000円分 (120本)
 - 3等 商品券 500円分 (400本)
 - 4等 現金 50円 (6,000本)
- 加盟店賞 (加盟店独自の特別賞)

プレミアム付 商品券
使用期限 令和3年12月31日まで!

つつじの郷やいた 商品券 ¥1,000	つつじの郷やいた 商品券 ¥1,000	つつじの郷やいた 商品券 ¥12,000
---------------------	---------------------	----------------------

令和3年7月1日より販売いたしましたプレミアム付商品券「つつじの郷やいた商品券」は、ご利用いただけましたでしょうか。お手元にお持ちの方は、令和3年12月31日までに取扱店にてご利用ください。

やいたのカレー 好評発売中!

定番の あっふるカレー 1ヶ432円(税込)

お土産 ご贈答 常備食

用途はいろいろ。お求めは、市内取扱店で!

美味保証! やいた黒カレー 1ヶ540円(税込)

問い合わせ/矢板市商工会 ☎(43)0272