

# YAITA 4



羽ばたこう  
思い出とともに

豊田小学校最後の卒業式



## 広報やいた 4月号情報

### TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 アフターコロナ矢板新時代開拓予算
- 10 暮らしいきいきコーナー
- 12 子育てコーナー
- 14 まちの話題
- 15 市からのお知らせ
- 29 まちの情報掲示板
- 30 施設からのお知らせ
- 32 やいた☆クッキング GOOD

### 人口 (3月1日現在)

31,306人 (△21)  
 男 15,576人 (△3)  
 女 15,730人 (△18)  
 13,238世帯 (4)  
 出生 8人  
 死亡 46人  
 転入 71人  
 転出 54人  
 ( )内は2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、3月18日に豊田小学校で行われた卒業式の様子を撮影したものです。明治7年開校で、ピーク時は児童約350人が在籍し、これまで3,621人の卒業生を輩出してきた当校は、児童数の減少などにより4月から東小学校へ統合されるため閉校となりました。この日、1人ずつ壇上にあがり卒業証書を受け取った卒業生13人は、在校生や保護者による花のアーチをくぐり、母校を巣立っていきました。

卒業生の1人は「6年間、楽しい学校生活を送ることができた。母校がなくなるのはさみしいけど、ここでの思い出を胸に、新たな一歩を踏み出したい」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



未広町 渡邊 ひさき 陽咲ちゃん、はるか 陽香ちゃん、せいた 晴太くん



ほまれ 沢石川 誉ちゃん



## 【特集】アフターコロナ矢板新時代開拓予算

いまだ新型コロナウイルスの感染拡大が続き、収束が見えない中、本市は国の令和3年度補正予算による「新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金」を財源に盛り込んだ令和4年度当初予算を編成しました。

本予算は、新型コロナウイルス感染症対策を最優先に、コロナ禍を乗り越え、新時代を開拓するための取り組み

を強力に推し進めるものとなっています。

そこで、令和4年度当初予算は、『アフターコロナ 矢板新時代開拓予算』と命名し、各種施策に取り組んでいきます。

今号の特集では、令和4年度当初予算の主要事業などについてご紹介します。

# 令和4年度当初予算「アフターコロナ 矢板新時代開拓 予算」主要事業について

令和4年度当初予算の主要事業について、「矢板市総合計画」における「まちづくりの重点項目」ごとにご紹介します。

また、予算編成のポイントとして、皆さんにぜひ知っていただきたい“地方自治体の貯金”とも言える本市の「財政調整基金」の現状についても併せてご説明します。

## 時代に即した産業を振興するまちづくり

### 林業人材確保育成事業 (1,660万円)

林業振興を目的に、令和4年度から配置する地域おこし協力隊（林業振興）3人を活用し、市有林・市管理林道や森林経営管理制度に基づく市が受託する森林の管理活動、農山村での事業継承の可能性調査などに取り組みます。

また、地域林政アドバイザー1人を増員して、地域おこし協力隊員（林業振興）の資質・技術向上を図ります。



## 災害に強いまちづくり

### 消防団活動事業 (4,230万円)

火災や自然災害から市民の生命・財産を守る消防団の活動を支援し、消防団員の増強を図るため、活動しやすい環境整備や団員教育に取り組みます。

今年度から火災や災害時などの出勤手当の増額や、消防車両全車にバックモニター付ドライブレコーダーを配備していきます。



## 健康なまちづくり

### 健康ポイント事業 (790万円)

市民の健康づくりの動機付けや運動習慣の定着を促進し、健康寿命の延伸と健康なまちづくりを実現するため、日ごろのウォーキングや市が主催する運動教室などへの参加、定期的な健康診断の受診など、健康づくり活動に対してポイントを付与します。

貯めたポイントは市内で使える商品券への交換や、市の子育て支援施策への寄附に利用することができます。



## 安心快適なまちづくり

### 地域公共交通運行事業 (3,830万円)

予約に合わせて相乗りで運行する「デマンド交通」と、中心市街地を定期的に循環する「中央部循環路線」を運行し、地域公共交通の利便性の向上を図ります。

また、コロナ矢板・玉田地区で運行する地域共助型生活交通「コリinta号」に対する支援を行います。



## 未来社会を切り拓くひとづくり

### 国民体育大会推進事業 (2億320万円)

10月に開催される第77回国民体育大会「いちご一会とちぎ国体」の成功に向けて、市実行委員会を中心に機運醸成を図ります。

本市は、矢板運動公園を会場にサッカー（少年女子）と軟式野球（成年男子）を実施します。

全国から選手や関係者をお迎えする準備として、運動公園内駐車場・園路の舗装修繕や周辺市道などの整備を行います。



### 体育施設整備事業 (8億1,090万円)

市文化会館・市体育館などを集約した「文化スポーツ複合施設」の令和6年度開業に向けて整備を進めます。令和4年度は、建設予定地であるとちぎフットボールセンター内で、本体建設・外構整備などに着手します。

市民が集う地域活性化の拠点や市外からの集客を図る観光拠点としての機能をもたせるなど、最先端のデジタル技術を備えた施設としてさまざまな事業の展開を予定しています。

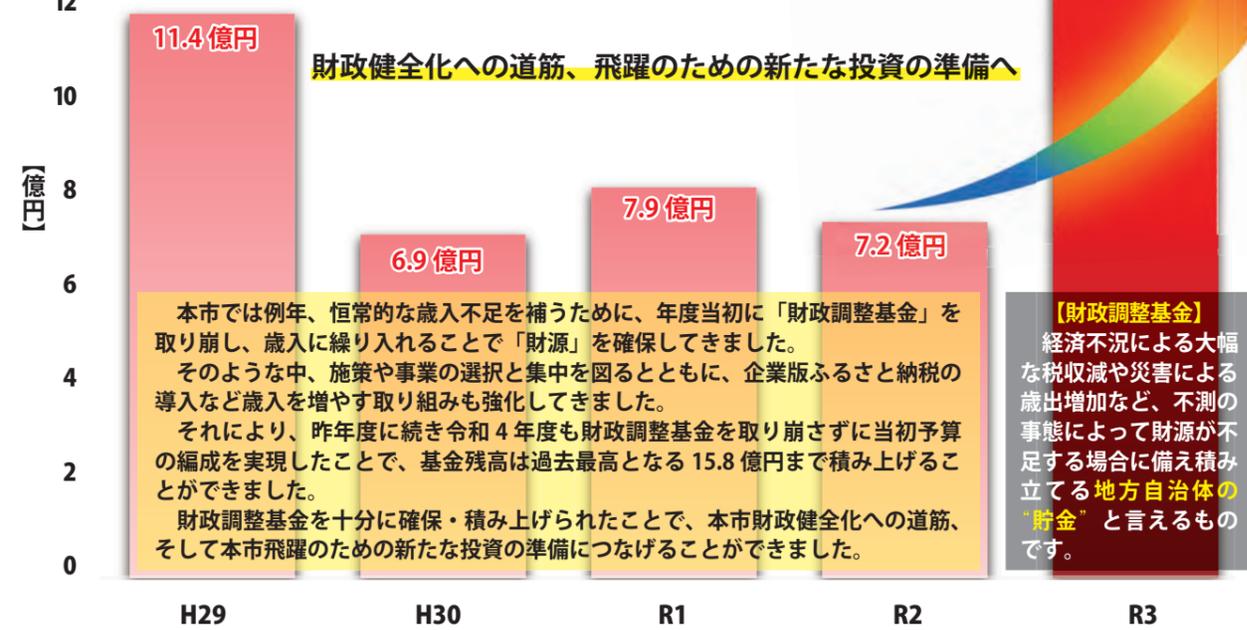


文化スポーツ複合施設のイメージ

## 令和4年度 当初予算編成のポイント

### 【財政調整基金残高の推移】

- ▶ 2年連続！財政調整基金、年度当初の取り崩しゼロ
- ▶ 過去最高！財政調整基金残高 15.8億円



財政健全化への道筋、飛躍のための新たな投資の準備へ

本市では例年、恒常的な歳入不足を補うために、年度当初に「財政調整基金」を取り崩し、歳入に繰り入れることで「財源」を確保してきました。

そのような中、施策や事業の選択と集中を図るとともに、企業版ふるさと納税の導入など歳入を増やす取り組みも強化してきました。

それにより、昨年度に続き令和4年度も財政調整基金を取り崩さずに当初予算の編成を実現したことで、基金残高は過去最高となる15.8億円まで積み上げることができました。

財政調整基金を十分に確保・積み上げられたことで、本市財政健全化への道筋、そして本市飛躍のための新たな投資の準備につなげることができました。

【財政調整基金】  
経済不況による大幅な税収減や災害による歳出増加など、不測の事態によって財源が不足する場合に備え積み立てる地方自治体の「貯金」と言えるものです。

本市では、これまで新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用し、「いのちを守る」・「経済を復興する」・「学びを取り戻す」の3つを基本方向とする『アフターコロナ矢板創生戦略』に基づき、感染拡大防止と社会経済活動の本格再開に向けた取り組みを推進するとともに、昨年5月からはワクチン接種にも力を注いできました。

令和4年度は、コロナ禍を克服した上で、新時代を開拓する新たな取り組みを強力に推し進めていくため、この交付金を活用し、アフターコロナを見据えた各種事業に取り組んでいきます。

**【新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金】**

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するとともに、感染拡大の影響を受けている地域経済や住民生活を支援し地方創生を図るため、地方公共団体が地域の実情に応じてきめ細かに必要な事業を実施できるよう、国が創設した交付金です。



**海外展開 PR ホームページサイト  
構築事業 (150万円)**

外資系企業の誘致や外国人観光客を呼び込むツールの1つとして、海外展開に向けたホームページを作成し、矢板の魅力を発信および地域経済の活性化を目指します。



**やいた応援クーポン券配布・プレミアム付き  
商品券・リフォーム券発行事業(3,490万円)**

各種クーポン券などを発行し、消費者の購買意欲の向上につなげ、市内店舗への来店機会の創出を図るなど、外出自粛などにより冷え込んだ経済の回復と市民生活の支援に取り組みます。



**やいたの魅力発信事業  
(300万円)**

コロナ禍により減少した流入人口の増加を図るため、夕方のテレビ番組内に本市の情報発信コーナー・情報告知コーナーを設けて、映像を活用したプロモーションを行います。



**認知症予防テキスト郵送事業  
(140万円)**

新型コロナウイルスの感染拡大の影響で、高齢者の外出や交流機会が減少しているため、自宅にいながら認知機能の維持・向上ができるよう、認知症予防テキスト「ともなり脳トレのすゝめ」を作成し、対象となる高齢者にお届けします。



**販路開拓ホームページサイト  
構築支援事業 (100万円)**

売上の拡大や新規顧客の開拓および顧客との継続的な取引などが図れるよう、市内製造業者の事業紹介コンテンツをまとめたホームページサイトを構築する費用の一部を補助します。



**デジタルミュージアム  
コンテンツ充実事業 (1,040万円)**

コンテンツ拡充を図るため、指定文化財などを中心に資料のデジタル化を実施し、多くの方に3次元画像や高精細画像を通して文化財に触れる機会をつくり関心を高めてもらうようにするなど、デジタルのメリットを最大限活かしていきます。



**農業経営収入保険加入促進事業  
(700万円)**

新型コロナウイルスの感染拡大の影響による休業や農作物の価格下落のほか、異常気象や自然災害による収量減など、経営努力では避けられないリスクに備えて、収入減少を補填する「収入保険制度」への加入促進を支援し、農業の危機管理の徹底と経営安定化を図ります。



**商品包装資材配布事業  
(300万円)**

「道の駅やいた」での安心・安全な農作物の提供を目的に、包装資材の利用促進による非接触化に取り組みます。

また、原油価格の高騰による包装資材費の負担軽減を図るため、道の駅やいたに出荷する会員へ各種包装資材を配布し、生産者支援を行います。



**小・中学校情報機器整備事業  
(2,300万円)**

小中学校全児童生徒への1人1台タブレット端末の配備によるタブレット端末の保守料やソフトリース料のほか、インターネット環境がない家庭のWi-Fi通信費を負担するなど、学校の臨時休業時に家庭での学習機会を確保できるよう、学習環境を整える支援を継続して取り組みます。



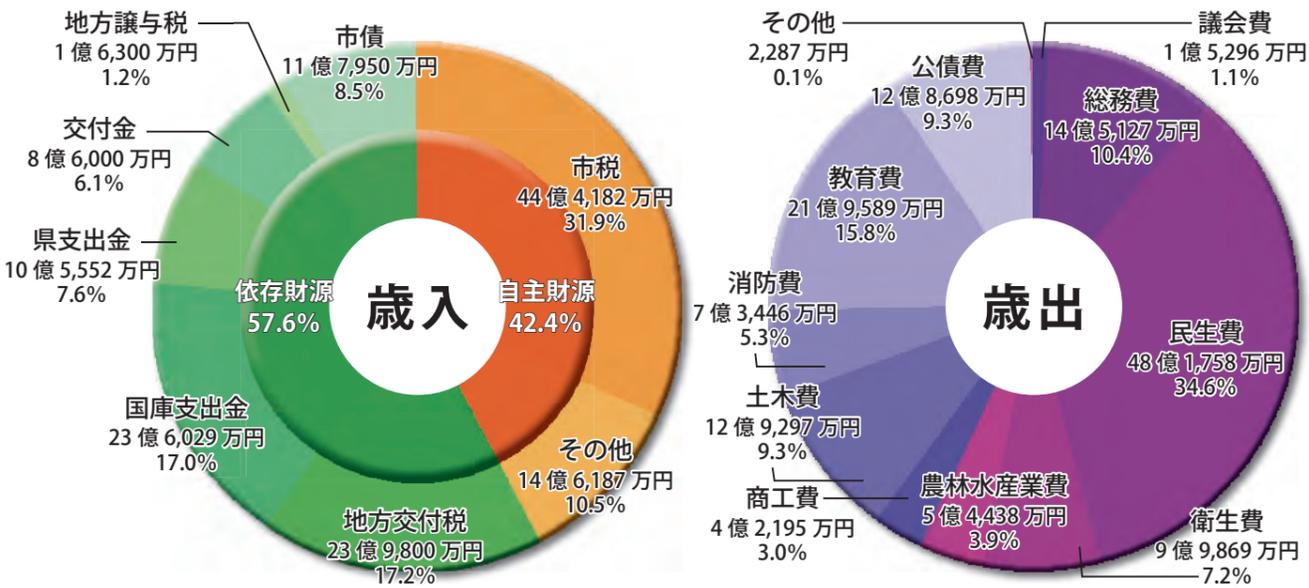
**学校体育館トイレ改修事業  
(350万円)**

誰もが安心して過ごせる避難所運営を目的に、災害時指定避難所の1つである矢板小学校体育館のトイレを洋式タイプに改修するとともに、多目的トイレを新たに設置します。



令和4年度一般会計当初予算

139億2,000万円



会計別予算額

区分	令和4年度	増減額(昨年度比)	増減率
一般会計	139億2,000万円	9億1,200万円	7.0%
特別会計			
介護保険	30億8,680万円	▲7,900万円	▲2.5%
国民健康保険	36億3,660万円	2,180万円	0.6%
後期高齢者医療	4億3,570万円	2,860万円	7.0%
ハッピーハイランド矢板排水処理事業	1,150万円	190万円	19.8%
小計	71億7,060万円	▲2,670万円	▲0.4%
水道事業会計	12億5,700万円	▲700万円	▲0.6%
下水道事業会計	11億8,390万円	▲1億820万円	▲8.4%
合計	235億3,150万円	7億7,010万円	3.4%

一般会計の予算額および市債残高の推移



【歳入】

市税のうち、市民税は、前年度厳しく見積もった新型コロナウイルス感染拡大に起因する景気悪化からの回復基調を見込み、個人市民税が5,561万円、法人市民税が5,175万円の増、また、固定資産税は新築家屋の増加などにより3,568万円の増となるなど、全体では1億5,920万円の増を見込んでいます。

国庫支出金は、地方創生拠点整備交付金、新型コロナウイルスワクチン接種体制確保事業費補助金の増加などにより5億5,842万円の増、繰入金は、財政調整基金繰入金を前年度に引き続きゼロとした一方で、ふるさと納税基金繰入金などの増加により、全体では1億7,448万円の増を見込んでいます。市債は、教育債などが増加しますが、国の地方財政計画を反映した臨時財政対策債の減少により、全体では1億9,020万円の減を見込んでいます。

予算総額に占める自主財源の割合は0.8ポイント減の42.4%となり、自主財源を確保することが難しい状況が続いています。

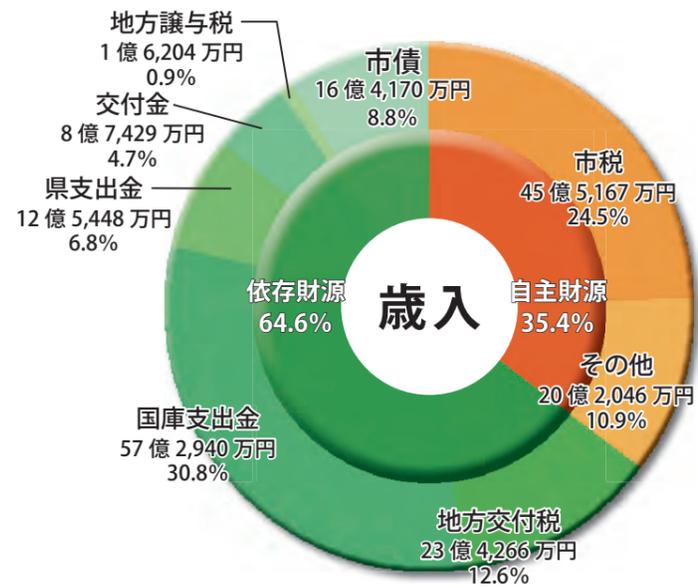
【歳出】

増加した費目・増加額は、総務費が地域再生可能エネルギー導入計画の策定や文書管理システムの導入経費などにより6,115万円、衛生費が新型コロナウイルスワクチン接種事業などにより1億7,169万円、商工費がアフターコロナを見据えた商業等活性化支援事業補助金などにより3,536万円、土木費が矢板運動公園やわかば通りの整備事業費などにより3,425万円、教育費が「文化スポーツ複合施設」建設工事費や「いちご一会とちぎ国体」開催に向けての市実行委員会補助金などにより7億50万円、公債費が借入れを行った市債の元利償還金の増加などにより1,900万円となっています。

一方、減少した費目・減少額は、民生費が生活保護費や施設型等給付費の減少などにより2,784万円、農林水産業費がため池長寿命化計画策定経費の減少などにより8,236万円となっています。

令和2年度一般会計決算

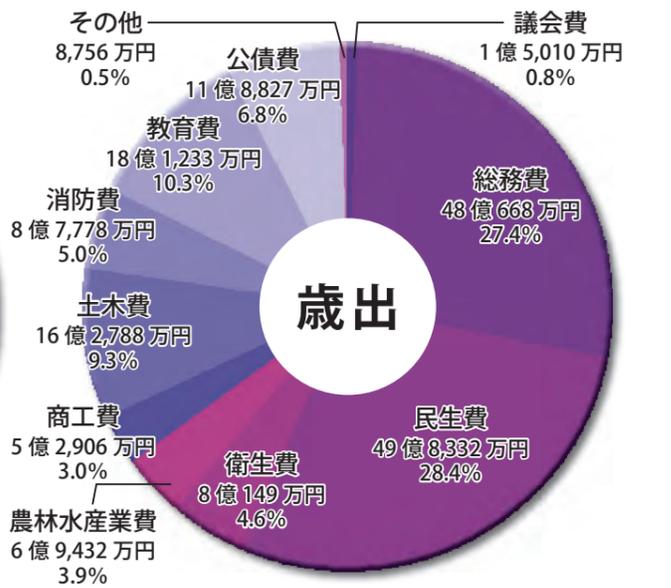
歳入 185億7,670万円



一口メモ

対象者1人あたり10万円を支給する「特別定額給付金」支給事業などにより、歳入・歳出とも過去最大規模の決算となりました。

歳出 175億5,879万円



会計別決算額

区分	歳入	歳出
一般会計	185億7,670万円	175億5,879万円
特別会計		
介護保険	32億5,320万円	30億6,127万円
国民健康保険	36億5,456万円	35億8,304万円
後期高齢者医療	4億1,619万円	4億317万円
ハッピーハイランド矢板排水処理事業	4,045万円	3,817万円

区分	収入	支出
水道事業会計	収益的 7億9,416万円 資本的 1億6,580万円	6億7,630万円 5億5,729万円
下水道事業会計	収益的 9億8,883万円 資本的 1億4,100万円	7億5,513万円 3億7,353万円

健全化判断比率と資金不足比率

健全化判断比率	項目	矢板市の比率	早期健全化基準	財政再生基準
	実質赤字比率	—	13.80%	20.00%
連結実質赤字比率	—	18.80%	30.00%	
実質公債費比率	9.1%	25.0%	35.0%	
将来負担比率	52.0%	350.0%		

「—」は赤字額がないことを示しています。

資金不足比率	会計名	矢板市の比率	経営健全化基準
	水道事業会計	—	20.0%
下水道事業会計	—	20.0%	

「—」は資金不足額がないことを示しています。

用語解説

一般会計	市の基本となる会計	
特別会計	特定の歳入を特定の事業に充て、一般会計と区別して経理する会計	
自主財源	市が自主的に収入できるお金(市税、繰入金など)	
依存財源	国や県から交付されるお金(地方交付税、国庫支出金など)	
歳入	市税	皆様に納めてもらう税金
	その他	分担金及び負担金、使用料及び手数料、財産収入、繰入金、繰越金など
	地方交付税	市町村の財政力に応じて国から交付されるお金
	国庫・県支出金	国・県が使い道を決めて交付するお金(社会保障、公共事業など)
	交付金・地方譲与税	国・県税の一部から市町村に配分されるお金で、その多くは使い道が自由
歳出	市債	国や金融機関などからの借入金(借金)
	議会費	議会運営や議員の議会活動などにかかる経費
	総務費	市役所の運営や広報やいたの発行などにかかる経費
	民生費	高齢者福祉や児童福祉、生活保護などにかかる経費
	衛生費	環境や健康の保持促進などにかかる経費
	農林水産業費	農業・林業・水産業の振興にかかる経費
	商工費	商業・工業・観光の振興にかかる経費
	土木費	道路や橋、公園などの整備管理などにかかる経費
	消防費	消防・防災活動などにかかる経費
	教育費	学校教育や生涯学習の推進などにかかる経費
公債費	市債の返済にかかる経費	
その他	労働費、諸支出金など	

実質赤字比率	一般会計等(矢板市の場合は、一般会計とハッピーハイランド矢板排水処理事業特別会計を合算したものを対象とした、実質赤字の標準財政規模に対する比率。標準的な一般財源の額のうち、借金の返済に使われた金額の比率を把握するための指標。)
連結実質赤字比率	矢板市のすべての会計を対象とした、実質赤字の標準財政規模に対する比率。矢板市全体の赤字の大きさを把握するための指標。
実質公債費比率	市が借りたお金を返済するために、一般会計等から充てている金額の標準財政規模に対する比率。標準的な一般財源の額のうち、借金の返済に使われた金額の比率を把握するための指標。
将来負担比率	一般会計等が将来負担すべき実質的な負債の額の標準財政規模に対する比率。一般会計等が抱えている借入金等の額が、標準的な一般財源の額の何年分になるのかを把握するための指標。
資金不足比率	公営企業会計単位での資金不足額の事業規模に対する比率。公営企業として実施している事業単位で、赤字の大きさを把握するための指標。
標準財政規模	地方公共団体の標準的な状態で通常収入されると見込まれる、経常的一般財源の規模を示すもの。
一般財源	市税・地方交付税など、使途を特定されずに、市が自由に使うことができる財源。

## 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23回「慢性腎臓病・腎不全：腹膜透析という選択」 かわしま循環器内科 院長 川嶋 章浩 (矢板市)

慢性腎臓病は、国民病の1つとして、大きな位置を占める疾患になってきています。3カ月以上持続する蛋白尿・血尿などの異常または腎機能が約6割以下に低下した状態を慢性腎臓病と言います。

慢性腎臓病になると、浮腫み・高血圧・易疲労感・貧血による息切れ・気分不快・食欲低下などの症状が出始めます。正常の約2割以下の腎機能となり、透析や移植が必要になってくる状態を末期腎不全と言います。

末期腎不全で、透析を受けている患者さんは、約33万人（うち腹膜透析は、約1万人）で、新たに透析の導入患者さんは年間約4万人に及びます。慢性腎不全は、現在の医療では元の正常な状態には回復せず、そのほとんどが末期腎不全に移行します。

腎不全の治療法には、血液透析・腹膜透析・腎臓移植があり、おのおのに長所、短所があります。

血液透析は、透析を行っている医療機関で週3回、1回約4時間行います。生活の制約は大きいですが、専門の医療機関で受ける治療なので簡便です。

腹膜透析は、通常1日4回、1回約30分自宅や職場

で行うことができるため、血液透析と比べ生活の制約が少なく、働いている方に向いています。さらに日中の交換を無くし、夜間就寝中に機械を使って透析液の交換を行う方法もあります。通院は、月に1～2回程度で済みます。腹膜透析は、腹腔カテーテル出口部や周囲の清潔を保ち、感染予防に努める事が大切で、透析液交換や装置の準備の手間もかかりますが、血液透析と比べ血圧変動がほとんど無く、残った腎機能を長く維持できます。主治医とも相談し、自分のライフスタイルに合った治療法を、考えていきましょう。

**血液透析** / 血液の体外循環により透析機器を通して、尿毒素を除去します。

**腹膜透析** / お腹にカテーテル（細い管）を入れ、それを通して透析液を出し入れし、体内の腹膜を使い、尿毒素の除去を行います。

**腎臓移植** / 家族などからの生体腎移植と死体腎移植がありますが、日本では年間1,600件程度で、米国の約1割とかなり少ないのが現状です。

## 国民年金 4月上旬に保険料 「納付書」をお送りします

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

### 令和4年度の国民年金保険料は、月額16,590円です。

国民年金からは、老齢基礎年金のほかに障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されます。また、納めた保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。

国民年金の保険料は毎年改定され、**令和4年度は月額16,590円**です。日本年金機構から4月上旬に送付される「納付書」で、翌月の末日までに納めてください。

なお、保険料は納付期限から2年を過ぎると納められなくなりますので、ご注意ください。

納付窓口は、金融機関（ゆうちょ銀行を含む）、またはコンビニエンスストアです。ほとんどの金融機関で口座振替もできますので、ご利用ください。

※年金事務所でも口座振替の申し込み（郵送可）ができます。

## 水道料金の納付は便利な 口座振替をご利用ください

問い合わせ / 水道課 ☎(44)1511

水道料金を納付書により納めている方は、ぜひ口座振替をご利用ください。

～口座振替はメリットのある納付方法です～

- 納期ごとに金融機関、コンビニなどへ足を運ぶ手間がなくなります。
- うっかり支払い忘れることがなくなります。
- 支払いのために現金を持ち歩く必要がなくなります。
- 一度手続きをすれば自動的に振替が更新されます。

手続き場所 /

・預金口座がある取扱金融機関  
(振替可能な銀行など…足利銀行、栃木銀行、塩野谷農業協同組合、大田原信用金庫、中央労働金庫、那須信用組合、ゆうちょ銀行)

手続きに必要なもの /

預貯金通帳、預貯金通帳の届出印

## 5月の集団健康診査日程 ～新規申し込み受付中!!～

やいた健康ポイント  
500

※市ホームページ（トップページ）健康・福祉＞健康診査・各種検診＞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番号札引換券（集団健診のお知らせと同封のピンク色の用紙）
- ④受診券（特定健診を受診する社会保険の方）

※受診券で特定健診を受診する社会保険の方は、尿検査容器をお送りしますので、お電話ください。  
※新規申込や受診日などを変更する場合は、必ずご連絡ください。  
※混雑を避けるため、受付時間を指定させていただいております。  
※発熱やせきなど体調がすぐれない場合は、後日改めて受診してください。

	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
13日(金)	8:00～10:30	片岡公民館	○		
14日(土)	7:30～10:30	片岡公民館	○	○	
16日(月)		市体育館	○	○	
22日(日)		片岡公民館	○	○	
23日(月)		市体育館	○	○	
24日(火)		泉公民館	○	○	
26日(木)		市体育館	○	○	
26日(木)		13:30～14:30	市体育館	大腸がんのみ提出可	○
31日(火)	7:30～10:30	片岡公民館		○	○

## マイナンバーカード 転入・転居をされた方へ

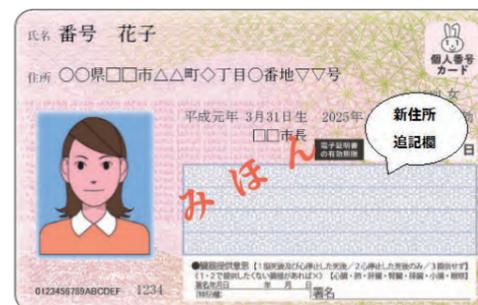
問い合わせ / 市民課 ☎(43)1117  
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178

マイナンバーカードをお持ちの方は、転入・転居時にカードの住所変更が必要です。手続きの際は、マイナンバーカードを忘れずにお持ちください。

なお、世帯全員のマイナンバーカードをお持ちいただければ、まとめて住所変更の手続きを行うことができます。

※手続きにはマイナンバーカードの暗証番号が必要になります。

※転入時の住所変更は、90日を経過するとマイナンバーカードが失効する場合がありますので、お早目に手続きをお願いします。



### 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 / 4月16日(土)、5月21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。



## 基本的な感染対策を徹底しましょう!



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントなどは状況により中止または延期することがあります。予めご了承ください。

※イベントなどに参加される場合は、マスクの着用や自宅での検温など感染予防にご協力ください。発熱や風邪の症状がある方は、参加をお控えください。



## 募集 よい歯のコンクール

応募条件/  
 ●親と子のよい歯のコンクール  
 →令和3年4月1日～令和4年3月31日に「3歳6カ月児健診」を受け、虫歯がなく健康な幼児とその親（親は治療済であれば応募可）  
 ●3歳児よい歯のコンクール  
 →令和3年4月1日～令和4年3月31日に「3歳6カ月児健診」を受け、虫歯がなく健康な幼児

審査日時/5月11日(水) 13:15～15:00頃  
 応募方法/4月28日(木)までに、子ども課にある応募紙でお申し込みください。  
 そのほか/両方のコンクールに応募することはできません。  
 応募・問い合わせ/子ども課 ☎(44)3600

## 募集 親子で Niko チャレ！ あさがおのつるでリースを作ろう！

植木鉢にあさがおを育て、つる外しをして、最後には、クリスマスリース作りをする計3回の講座です。



日時/①5月21日(土) 10:00～11:30 (種まき)  
 ②10月1日(土) 10:00～11:30 ※予定  
 ③12月3日(土) 10:00～11:30 ※予定  
 場所/泉公民館 集会室  
 対象・定員/小学生とその保護者 10組 \*先着順  
 参加費/200円 \*当日集めます  
 持ち物/直径18～20cmの植木鉢(お持ちの方)  
 申込方法/5月17日(火)までに、電話でお申し込みください。  
 申込・問い合わせ/泉公民館 ☎(43)0402  
 \*月曜・祝日休館

## 募集 いちご一会とちぎ国体開催記念イベント スーパーキックベースボール大会 2022

日時/5月15日(日) \*雨天中止  
 8:00～受付 8:15～開会式・講習会  
 8:45～ブロックリーグ  
 場所/リアンビレッジ矢板(とちぎフットボールセンター)  
 参加資格・チーム編成/  
 ・小学生以上の市民とし、居住地域より出場すること。  
 ・1チームにつき、監督1人、選手6人以上12人以内。  
 ただし、小学生が3人以上参加すること。  
 実施方法/ブロックリーグごとに順位を決定します。  
 参加費/1チーム2,000円 \*当日受付時に集金します。  
 申込方法/4月28日(木)までに、スポーツ推進委員または子ども会育成会会長がとりまとめの上、出場選手名簿をファクス・メールまたは直接提出してください。

※出場者名簿は、市ホームページ(トップページ)子育て・教育>スポーツ>スーパーキックベースボール大会2022を開催しますからダウンロードしてください。

そのほか/  
 ・実施の有無は当日7:00に事務局が決定します。  
 ・チャレンジコーナー(ニュースポーツ体験)も実施しますので、お気軽にご参加ください。(自由参加・無料)  
 申込・問い合わせ/  
 国体・スポーツ局 \*生涯学習課取次係  
 ☎(43)6218  
 ☎(43)4436  
 ✉sports@city.yaita.tochigi.jp



詳しくはこちら



## 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～

こどもの森こころ保育園 ☎(48)1966

【新緑の森を満喫しよう】予  
 日時/5月10日(火) 10:00～11:00  
 内容/保育園の周りの山を散策して5月の新緑を満喫します

矢板保育園 ☎(43)0033

【ドキドキ♡ワクワク♡】予※5月11日(水)まで  
 日時/5月18日(水) 9:30～11:00  
 内容/保育園で遊んで離乳食を食べてみよう 参加費/400円

つくし保育園 ☎(43)2411

【お庭でいっぱい遊ぼう！】予  
 日時/5月19日(木) 10:00～11:00  
 内容/園のお庭で、思いっきり遊びましょう

やいたこども園 ☎(43)0470

【ふじ組さんと一緒に遊ぼう】予  
 日時/5月25日(水) 10:00～11:00  
 内容/園庭で1歳児クラスの園児と一緒に遊びます

認定こども園すみれ幼稚園 ☎(44)2390

【ちびっこたちの体操教室】予  
 日時/5月13日(金) 10:00～11:30  
 内容/専門講師による未就園児向けの親子体操教室 参加費/300円  
 【くるくるべたべた絵の具となかよし】予  
 日時/5月27日(金) 10:00～11:30  
 内容/絵の具アートが盛りだくさん 参加費/300円

## 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

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

ホットルーム(認定こども園すみれ幼稚園) ☎(44)2390

赤ちゃんから就園前までのお子さんとお家の方が対象。遊びながら相談もでき、ホッとできる場所です  
 日時/5月10・17・24・31日(火) 10:00～11:30

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。  
 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/5月11・18・25日(水) 10:00～11:00

泉保育所 ☎(43)0435

【風って気持ちいいね】予  
 日時/5月23日(月) 10:00～11:30  
 内容/折り紙や紙コップで風車を作って、保育所の周りをお散歩しましょう

ちゅーりっぷ保育園 ☎(44)0763

【お散歩にGO!】予※5日前まで  
 日時/5月18日(水) 10:00～11:00  
 内容/たんぼぼやてんとう虫・ダンゴ虫など、小さな生き物との出会い(散歩)

ぴっころ保育園 ☎(43)0266

【新聞紙!ちぎってまるめて遊んじゃおう!】予  
 日時/5月13日(金) 10:00～12:00  
 内容/新聞紙ってすご〜い!いろんなものに大変身 参加費/100円  
 【Pクルーザー888に乗って出かけよう1】予  
 日時/5月30日(月)未定  
 内容/いちご狩り体験 参加費/300円

認定こども園かしわ幼稚園 ☎(43)5830

【一緒にあそぼう】予  
 日時/5月16日(月) 10:00～11:00  
 内容/いちご狩り 参加費/500円  
 【ばんだくらぶ(0・1歳児対象)】予  
 日時/5月23日(月) 10:00～11:00  
 内容/親子で活動を楽しみます 参加費/200円  
 【こあらくらぶ(2・3歳児対象)】予  
 日時/5月13・27日(金) 10:00～11:00  
 内容/親子で活動を楽しみます 参加費/200円

ほのぼのらんど(泉保育所) ☎(43)0435

親子で一緒に遊んだり、体操したり、楽しい時間を過ごしましょう。子育ての悩みを話し合います。  
 日時/5月9・16・30日(月) 10:00～11:30

エンジェルサロン(やいたこども園) ☎(43)0470

【えのぐであそぼう】予  
 えのぐを使って遊びます  
 日時/5月11日(水) 10:00～11:00

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!ぴこくら】  
 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/5月12・26日(木) 10:00～12:00  
 場所/P\_BASE NEO(園東隣)

**補聴器**  
**ジュエリきくち**  
 ダイユー矢板店前 木曜休  
 営業時間 10:00～18:30  
 ☎0287-43-1347

**認定補聴器技能者**  
 菊地理  
 娘の入学式があります。その後は授業参観、体育祭があります。お友達も増えるかなあ(〜)

## 2/10 (木) 国体でのおもてなしに

市役所で、寄附贈呈式が行われ矢板市建設業陸会の萩原会長から50万円の目録が手渡されました。これは、市内建設事業者の有志で構成される同会が、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため親睦行事を自粛するなか、行事費の一部を今年10月に開催される「いちご一会とちぎ国体」において、本市PRに役立ててほしいと寄附されたものです。齋藤市長は「道路の環境整備に活用し、全国からお越しになる選手や関係者の皆さんを万全の体制でおもてなしできるようにしたい」と感謝を述べました。



▲(左から) 齋藤市長、矢板市建設業陸会萩原会長・渡辺副会長・新野副会長

## 2/22 (火) 林業・木材産業の発展に

市商工会館で、「第1回矢板木材安定需給協定会議」が開催されました。初会合となるこの会議は、昨年9月に「矢板地域の森林資源の持続可能な利用を推進するための木材の安定需給に関する協定」の現協定者である市ならびに市内5事業者と、同協定に賛同し1月下旬に新たに加入した市外の木材利用3事業者が参加して行われ、会議終了後に公開勉強会も開かれました。齋藤市長は「協定事業者と連携し、矢板の林業・木材産業の持続的な発展につなげていきたい」と話されました。



林業・木材産業の成長産業化に向けた公開勉強会の様子

【参加者による記念撮影】



- ▲(左から)
- ・たかはら森林組合 高瀬室長
  - ・高原林産企業組合 白石社長
  - ・(有) 東林 東泉社長
  - ・齋藤市長
  - ・(株) イーカム 小林工事部長
  - ・(株) トーセン 兼
  - ・(株) 那珂川バイオマス 東泉社長
  - ・(有) マルハチ 渡邊社長
  - ・物林 (株) 大真理事

## 3/5 (土) 高原山を火事から守る

道の駅やいたで、山火事予防を呼びかける啓発活動が市と塩谷広域行政組合消防本部との合同で行われました。この活動は、令和4年春季火災予防運動・山火事予防運動期間中に合わせて行われ、啓発チラシなどの配布のほか、昨年2月に発生した足利市の両崖山での大規模な山火事の様子を紹介するパネルが展示されました。同消防本部担当者は「山火事の多くは、たき火やたばこなど人的不注意が原因。春を迎え高原山などへの入山者が増えるが、入山の際は火気に注意してほしい」と話していました。



## 3/7 (月) まちづくりの事例を学ぶ

市商工会館で、「栃木県まちなか元気会議 矢板市タウンミーティング」が開催されました。これは、栃木県と本市が共催し、中心市街地活性化を目的に行われたものです。当日は、2024佐賀国体の施設整備に携わる(株)ワークヴィジョンズの西村 浩氏から「スポーツ施設を核としたまちづくり」、市都市計画審議会委員の田中 佑朋氏から「新しい矢板駅デザインのアイデア」に関する講演が行われました。受講者は「ハード・ソフトの一体的な整備によるまちづくりの大切さを学ぶことができた」と感想を話していました。



まちやどの未来

## 募集 矢板市「暮らし」のびのび定住促進補助金



詳しくはこちら

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887人の方（令和4年1月31日現在）が利用しています。

補助条件／市内に住宅を取得した方で、次のすべてに当てはまる方

- ①その住宅に住所を異動し、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
- 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

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

## 募集 合併処理浄化槽設置費補助金



詳しくはこちら

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および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し尿浄化槽を合併処理浄化槽に切り替える方か、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5年2月末までに工事に着手し、3月末までに完了が可能な方
- ④市内に住所を有する方。または、市外の方が市内に住宅を新築・購入後、市内に転入し住所を有する方
- ⑤申請者に、市税などの滞納がないこと

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（火）～令和5年2月21日（火）

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>暮らし・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

## 外装のリフォームもお任せください！

**屋根**

雨どい

ベランダ防水

外壁

**カーポート**

窓リフォーム

手すり

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・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

**炭助** 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

## 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に、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。

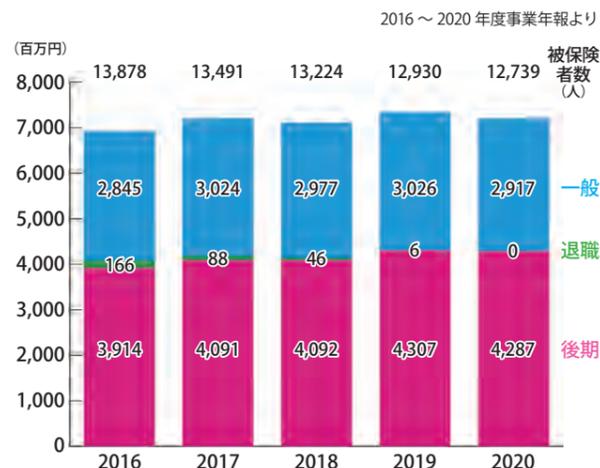
増大する医療費を少しでも抑えるため、次のことにご協力をお願いします。

- 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

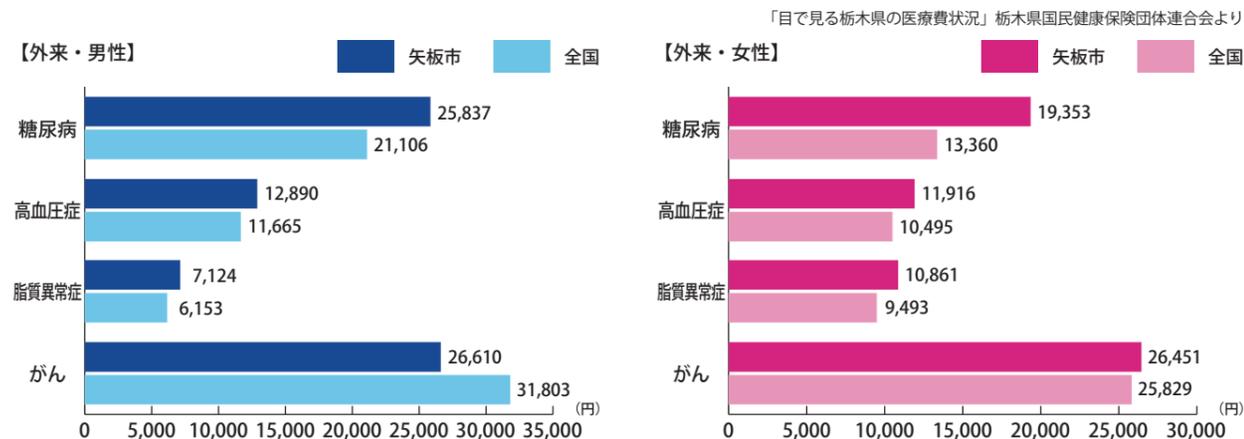


- 一般…職場の健康保険などに加入している人と生活保護を受けている方以外の75歳未満の方
- 退職…会社を退職し、国保に加入し被用者年金（厚生年金や共済年金など）を受けている65歳未満の方とその家族
- 後期…後期高齢者医療制度対象者で、75歳以上の方と65歳以上75歳未満で一定の障がいのある方

### ●年度別・1人当たりの医療費の推移



### ●生活習慣病における1人当たりの医療費（令和2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26,610円、次いで糖尿病が25,837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26,451円、次いで糖尿病が19,353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、ご協力をお願いします。

### ●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（マイナンバーカードなど）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

## 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（保険料の未納のない世帯）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 80人

助成額／18,000円（全コース共通）

### 【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	2日通院	
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 1泊2日 63,030
	女性	47,300			
国際医療福祉大学塩谷病院		41,800	—	58,300	—
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	—	—	—
那須中央病院		41,800	—	—	生活習慣病検診 27,500
那須脳神経外科病院		—	—	—	—

※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

## 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、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。

そのほか／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

## 後期高齢者医療保険制度 の保険料について

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

令和4・5年度の保険料率などは、次のとおりです。

	令和2・3年度	令和4・5年度
均等割額	43,200円	43,200円 ※変更なし
所得割率	8.54%	8.54% ※変更なし
賦課限度額	640,000円	660,000円

・均等割額とは、被保険者全員に等しく負担していただくものです。  
・所得割率とは、被保険者の所得に応じて負担していただく所得割額を算出するために用いる割合のことです。  
・賦課限度額とは、賦課される保険料（年額）の上限額のことです。

### 【軽減措置について】

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

問い合わせ／栃木県後期高齢者医療広域連合  
☎028（627）6805

## 開催 精神保健福祉相談 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。

日時／偶数月：木曜日 13：30～15：30  
奇数月：火曜日 14：30～16：30

	日にち	日にち	日にち
①	4月14日	⑤ 8月25日	⑨ 12月22日
②	5月24日	⑥ 9月27日	⑩ 1月24日
③	6月23日	⑦ 10月27日	⑪ 2月16日
④	7月26日	⑧ 11月22日	⑫ 3月14日

場所／矢板健康福祉センター（県塩谷庁舎内）

内容／  
・不安、眠れない、対人関係などの悩み相談  
・思春期、認知症に関する相談  
・アルコール、薬物に関する相談  
・身近な人の問題行動などでお困りの方の相談

相談担当者／精神科医師、保健師  
申込方法／1週間前までに電話でお申し込みください。

期日に間に合わない場合は、ご相談ください。  
申込・問い合わせ／矢板健康福祉センター保健衛生課  
☎（４４）１２９７

## 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
- ③ ①・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

## 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、市内に住所を有するドナー  
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20,000円  
②事業所 1日につき10,000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）にあります。

申請・問い合わせ／健康増進課 ☎（４３）１１１８

## 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、不幸な命を増やさないためにも、避妊・去勢手術を受けさせましょう。

補助対象／本市に住居登録、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>暮らし・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 医療用ウィッグ・乳房 補正具購入助成金

がん患者の皆さまの精神的苦痛や経済的負担を少しでも軽くするため、4月より「矢板市がん患者医療用ウィッグ等購入費助成事業」を開始します。

助成内容／令和4年4月1日以降に購入した医療用ウィッグまたは乳房補正具の購入費（税込）の10分の9に相当する額

【医療用ウィッグ本体】※付属品、ケア用品は対象外  
助成上限額／30,000円  
【乳房補正具（左右）】※補正下着、シリコンパットなど  
助成上限額／20,000円

そのほか／対象者や申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

申請・問い合わせ／健康増進課 ☎（４３）１１１８

## 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3年の全国被害額は約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。

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

# 75歳以上の皆さん、年に1度は 元気度をチェック!



住み慣れた地域でいつまでも元気に生活するためには、筋力の低下やもの忘れなどを早期に気づき、介護予防に取り組むことが大切です。

この事業は、要支援・要介護などの介護認定を受けていない75歳以上の方を対象にしたもので、「元気度チェック」の回答から生活していく力（生活機能）が維持できているかどうかを判定するものです。

75歳以上の方の所在確認も兼ねていますので、健康に自信のある方も調査票を必ず返送してください。

## 元気度チェックの流れ

- ① 4月10日頃に「元気度チェック」調査票をお送りします。
- ② 調査票は、ご本人が回答してください。  
(ご本人の回答が難しい場合は代理も可)
- ③ 同封の返信用封筒に入れて、4月28日(木)までにポストに投函してください。
- ④ 保健師が生活機能の判定をします。

## 生活機能の低下がみられた方には...

判定結果と各種教室のご案内をお送りします。教室に参加して、機能回復を目指しましょう。



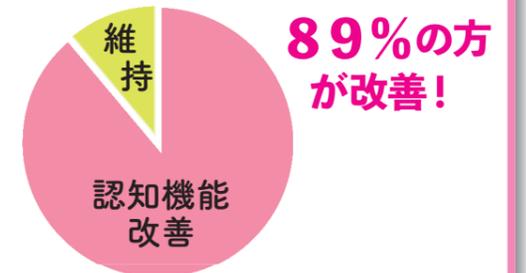
### いろいろな教室に参加しましょう

「転倒予防教室」、「認知症予防教室」、「短期リハビリ教室」、「泉地区介護予防教室」などを開催します。

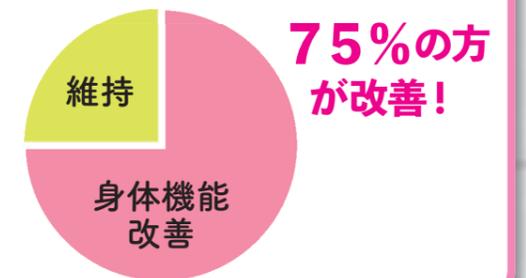
昨年度参加した方たちの多くが「元気」を回復しています。教室のご案内が届いた方はぜひ参加して元気になりましょう!



### 認知症予防教室



### 転倒予防教室



## 生活機能が維持されている方は...

判定結果に問題がない場合は、ご案内をお送りしません。引き続き、趣味や生きがいを持ち、ウォーキングなどの適度な運動を取り入れ、健康的な生活を送ってください。

市では高齢者サロンや体操教室、認知症予防のための「幸齢学級」(22ページ参照)なども行っていますので、積極的に参加しましょう。



### ~ご協力をお願い~

調査票の返送がない場合は、健康状態確認のため、お住まいの地域を担当する「地域包括支援センター」や市の保健師などから電話または訪問で、ご様子を聞かせていただくことがありますので、ご承知おきください。

問い合わせ 高齢対策課 ☎ (43) 3896

## 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。

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。



日程／6月～11月  
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4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4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

## 募集 認知症予防教室 幸齢学級

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11日	⑤ 6月8日	⑨ 7月20日
②	5月18日	⑥ 6月15日	⑩ 7月27日
③	5月25日	⑦ 6月29日	⑪ 8月10日
④	6月1日	⑧ 7月13日	⑫ 8月24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22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 わいわい輪い学級

仲間づくりを通して、生きがいを見つけてみませんか？

みんなでわいわい笑顔あふれる学級です。

日時・内容／全5回 金曜日 10:00～11:30

	日時	内容
①	5月27日	3B体操にトライ!
②	7月29日	はじめてのSDGs
③	8月26日	御朱印帳作り
④	9月9日	矢板御朱印の旅(館外研修)
⑤	12月2日	琵琶尺八コンサート

場所／片岡公民館 研修室など

対象／50歳以上で健康な方 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(金)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



## 感染対策 「3つの基本」を守りましょう!



身体的距離の確保

マスクの着用

手洗い

## 募集 高齢者学級 ～仲間づくり、生きがいづくりを～

各公民館では、高齢者の仲間づくり、生きがいづくりを目的に学級生を募集します。心身ともに健康な生活を送れるよう、仲間づくりを行いながら、年間を通して幅広いテーマの学習講座を楽しく学びます。

参加費／無料

申込方法／5月6日(金)までに、電話または窓口でお申し込みください。

そのほか／公民館は、月曜・祝日は休館です。

### 矢板地区「若葉学級」

日時／全7回 木曜日 9:30～10:20、10:50～11:40

場所／矢板公民館 大会議室

対象・定員／矢板地区にお住いの65歳以上の方 80人

申込・問い合わせ／矢板公民館 ☎(43) 0469

※シニアクラブ会員の方は、各クラブの会長にお申し込みください。



	日にち	内容
①	5月26日	開講式・レクリエーション
②	6月16日	ミニコンサート
③	7月21日	講話(相続について)
④	9月15日	講話(健康は腸内から)
⑤	10月13日	3B体操
⑥	11月17日	音楽会
⑦	12月15日	ビンゴ大会・閉講式

### 泉地区「高齢者学級」

日時／全8回 木曜日 9:30～11:00

場所／泉公民館 集会室

対象・定員／泉地区にお住いの65歳以上の方 50人

申込・問い合わせ／泉公民館 ☎(43) 0402

※④は日曜日、⑦は祝日・月曜日の開催です。



	日にち	内容
①	5月19日	開講式・講話(駐在所ほか)
②	6月30日	出前講座(人権について)
③	9月29日	バリアフリー映画会
④	11月6日*	グラウンドゴルフ大会
⑤	11月17日	アコースティックギターコンサート
⑥	12月15日	津軽三味線コンサート
⑦	1月9日*	新春講演会
⑧	1月19日	出前講座(社会福祉協議会)・閉講式

### 片岡地区「いきいき学級」

日時／全7回 木曜日 10:00～11:30

場所／片岡公民館 コミュニティホール

対象・定員／片岡地区にお住いの65歳以上の方 80人

そのほか／新規の方は、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



	日にち	内容
①	5月12日	開講式・講話(駐在所)
②	6月9日	マジック・ハーモニカショー
③	7月7日	座ってできるラジオ体操
	7月21日	
④	9月8日	講話(防災お役立ち情報)
⑤	10月13日	田螺踊理のおもしろ漫談
⑥	11月10日	クラシックコンサート
⑦	12月8日	輪投げ大会・閉講式

## 募集「経営リーダー育成塾」受講料補助金

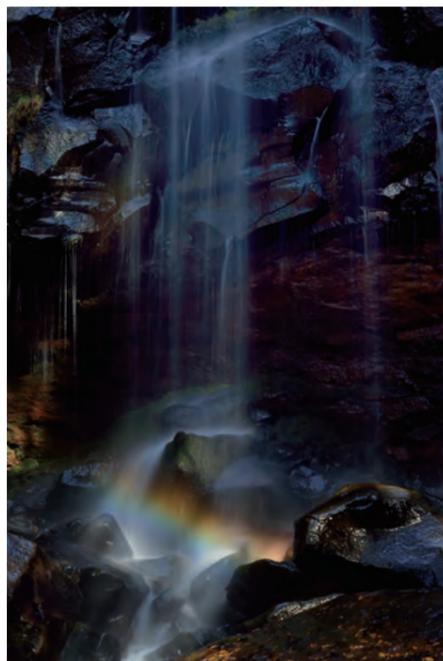
「経営リーダー育成塾」とは、中小企業の経営者と次代を担う後継者を対象に、経営の基本、財務管理、マーケティング戦略など、企業活動のマネジメントに必要な知識を学ぶ塾で、研修生間の人的ネットワークづくりも目的としています。  
 補助対象／市内中小企業の経営者（後継者を含む）など  
 定員／1人 ＊応募多数の場合は選考  
 補助条件／全講義時間の75%以上を受講すること  
 補助金額／受講料相当額



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(金)～28日(木)  
 そのほか／  
 ・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

## 結果 第40回「やいたの四季」観光写真コンテスト

市内外をはじめ、県外の方も含む61人から、184点の応募がありました。推薦には、田代 宏明さんの作品「光射す赤滝」が選ばれました。  
 入賞作品は、市ホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧ください。  
 問い合わせ／秘書広報課 ☎(43) 3764



推薦「光射す赤滝」

入賞作品 (敬称略)		
賞	氏名	作品名
推薦	田代 宏明 (塩谷町)	光射す赤滝
特選	志賀 実 (矢板市)	滝行
	林 佐智子 (那須塩原市)	春雪に耐える
入選	齋藤 寛 (矢板市)	優雅に染まりゆく
	佐川 栄治 (那須塩原市)	青空に咲く
	高橋 尚義 (那須塩原市)	あの空に向かって
	中嶋 太一 (那須塩原市)	氷柱輝く
	矢嶋 健次 (宇都宮市)	林道を飾る
佳作	江川 多嘉 (宇都宮市)	伝統継承
	大谷 章 (矢板市)	花街道と水車
	小林 正行 (大田原市)	気嵐
	島田 俊男 (芳賀町)	イルミネーションにうっとり
	野川 健一 (宇都宮市)	無病息災
	花塚真由美 (那須塩原市)	仰ぐ
	山下 一男 (塩谷町)	梅雨空に彩る
	山根 大嗣 (宇都宮市)	秋の山縣(栃木なのに…)
	米原 慎 (宇都宮市)	八方の空で輝く
	和泉 一雄 (那珂川町)	早過ぎた花見

## 募集 プロが教えるパン教室 ～好評の時短シリーズ「菓子パン編」～

忙しい朝でも、のんびりとした休日でも「時短」だから作ってみたいくなる。おいしい菓子パン作りを学びましょう。  
 日時／全3回 金曜日 9:00～12:00  
 ①5月20日 ②6月17日 ③7月15日  
 内容／①あんパン2種 ②焼ピロシキパン ③メロンパン2種  
 場所／片岡公民館 調理室  
 定員／8人 ＊申込多数の場合は抽選



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、泡だて器  
 申込方法／4月22日(金)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 手作り味噌教室

1度食べたら忘れられない「我が家の味」大人気の手作り味噌教室を5月に開催。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、樽に仕込むまですべて自分の手で行います。  
 日時／5月28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  
 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／5月6日(金)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

## 投票時間の繰り上げおよび投票所の変更について

- 投票日当日の投票所閉鎖時刻が午後7時になります。  
 投票日当日の投票時間／7:00～19:00  
 期日前投票期間の投票時間／8:30～20:00  
 ＊仕事の都合などで19:00以降に投票せざるを得ない方は、期日前投票をご利用ください。
- 投票所が変更になります。  
 一部の投票区で、投票所が右図のとおり変更になります。  
 問い合わせ／選挙管理委員会事務局 ☎(43) 6219

投票区の区域	変更前の投票所	変更後の投票所
土屋	土屋公民館	農村環境改善センター
沢、成田、豊田	豊田小学校	旧長井小学校
長井(字弓張、高原)	高原自治公民館	旧長井小学校
山田	山田農林漁家婦人活動促進センター(山田公民館)	基幹集落センター(泉公民館)
大槻(2317番地～2320番地を除く)	大槻地区多目的集会所(大槻公民館)	乙畑小学校

## 住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金支給要件確認書の提出はお済ですか？

この給付金は、新型コロナウイルス感染症の影響が長期化していることから、令和3年度住民税非課税世帯に対し、1世帯当たり10万円を給付するものです。  
 該当になるとと思われる世帯には、2月中旬に確認書を郵送しています。確認書の内容をご確認のうえ、必要事項を記入し、同封の封筒で返送してください。



提出期限／5月10日(火)まで  
 ＊感染防止のため、原則、同封の封筒で返送してください。  
 そのほか／支給口座が空欄または支給口座を変更する場合は、通帳のコピー、本人確認書類(マイナンバーカードの写しなど)が必要です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
 問い合わせ／社会福祉課 ☎(43) 1116



概要はこちら

うちの子「結婚」しないのかしら？  
 独身のお子様の結婚相談承ります  
 お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。  
 まずはお気軽に仲人にご相談下さい  
 ☎028-611-3545  
 結婚相談所 ムスベル

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

## 募集 健康ひろば（ニュースポーツ教室）

「健康のために運動をしたい」「何かスポーツを始めたい」「新しいスポーツにチャレンジしたい」.....健康ひろばは、誰でも気軽に楽しめるニュースポーツ講座です。家族や友人と一緒に、ぜひご参加ください。

日時／5月11日～6月15日の毎週水曜日  
19:30～21:00（全6回）

※国体の開催年に伴い、回数が少なくなっています。  
場所／市体育館 対象／小学生～一般の方  
参加費／1回100円 ＊保険料  
※チャレンジやいた正会員は無料で参加できます。会員証をお持ちください。



指導者／スポーツ推進委員  
持ち物／室内シューズ、飲み物、タオル  
そのほか／予約不要です。お気軽にお越しください。  
問い合わせ／国体・スポーツ局 ☎（43）6218  
＊生涯学習課取扱



## 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12日～9月22日の毎週木曜日  
13:30～1時間程度（全20回）

●金曜日コース  
5月6日～9月16日の毎週金曜日  
10:45～1時間程度（全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（金）～22日（金）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 お腹スッキリヨガ

さあはじめよう！心身のバランスを保ちより良い生活のために、ストレス解消・姿勢改善のヨガを学びましょう。

日時／全6回 日曜日10:00～11:30  
①5月8日 ②5月22日 ③6月5日  
④6月19日 ⑤7月3日 ⑥7月10日

場所／片岡公民館 コミュニティホール  
定員／15人 ＊申込多数の場合は抽選。  
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（金）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 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10日～9月27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（金）～22日（金）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。皆さんの参加をお待ちしています。

日時／5月～令和5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（金）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

## 募集 いちご一会とちぎ国体開催記念 栃木ゴールデンブレース野球教室

2022年のいちご一会とちぎ国体で、軟式野球競技（成年男子）が本市を会場に実施されることから、栃木ゴールデンブレースの選手による野球教室を開催します。

日時／4月17日（日）  
試合終了後1時間程度 ＊荒天中止

場所／矢板運動公園野球場  
対象／市野球連盟加入チームに所属している小学生  
定員／50人 ＊先着順  
参加費／無料

申込方法／所属チームでとりまとめの上、市野球連盟に直接お申し込みください。  
そのほか／試合観戦希望の場合は、チケットの購入が必要です。  
問い合わせ／国体・スポーツ局 ☎（43）6218  
＊生涯学習課取扱



詳しくはこちら



栃木ゴールデンブレース

2017年にプロ野球独立リーグ「ルートインBCリーグ」に参入した「栃木ゴールデンブレース」。

球団創設5周年となる2021シーズンは原点に戻り、野球ができる事の喜びを感じ、スポンサー・ファン・地域の皆さまと勝利を分かち合い、栃木県民がひとつになれる熱いチームづくりに努めてきました。昨シーズンに引き続き2022シーズンも熱いご声援をよろしくお祈りします。

【2022開幕戦 栃木県総合運動公園野球場】  
日時／4月9日（土）13:00 試合開始  
【矢板運動公園野球場（読売ジャイアンツ戦）】  
日時／4月17日（日）12:00 試合開始



詳しくはこちら



## 募集 国体ボランティア ～共に感動を分かち合おう～

いちご一会とちぎ国体の成功に向け、一緒に活動していただける、運営ボランティア、広報ボランティアを募集します。

活動期間／  
ボランティア登録日から大会終了（10月7日）まで  
活動内容／

- ①運営ボランティア／  
競技会場内の受付や休憩所などで大会運営のご協力をいただきます。
- ②広報ボランティア／  
市内で開催されるさまざまなイベントなどで、広報・PR活動のご協力をいただきます。  
※登録時に希望調査を行い、ご協力いただく活動内容などを決定します。

対象／  
①市内に在住・在勤・在学している中学生以上の方  
＊中学生の方は、保護者の同意が必要です。

②市内に活動拠点を有する団体  
申込方法／8月31日（水）までに、直接または郵送・ファクス・Eメールでお申し込みください。登録申込書は、窓口にあるほか市ホームページからダウンロードすることができます。

そのほか／詳しくは、市ホームページをご覧ください。  
問い合わせ／  
国体・スポーツ局 ＊生涯学習課取扱  
☎（43）6218 FAX（43）4436  
✉ sports@city.yaita.tochigi.jp



詳しくはこちら

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!

 info@vesta8.com ☎0287-46-5180

ダウンロードはアプリストアから  iPhoneはこちら

 Androidはこちら

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



## 水道メーター器の交換を実施します

計量法に基づく検定期間が満了となる水道メーター器を無料で交換します。対象のお宅には検針員を通じて事前にお知らせします。

交換作業は「メーター交換」の腕章をつけた矢板市指定水道工事業者が行います。交換に要する時間は20分程度で、作業中は断水となります。立ち会いは不要ですが、宅地内へ立ち入りますのでご了承ください。

交換期間／

●水道料金偶数月納付の方

4月19日(火)～11月10日(木)

●水道料金奇数月納付の方

5月19日(木)～12月12日(月)

問い合わせ／

上下水道事務所

☎(44)1511

上下水道料金お客様センター

☎(40)0373

## 毎月5と8のつく日は「栃木県民ごはんの日」です

ごはんは私たちの大事な主食

毎月「5(ご)」と  
「8(はん)」の

5日、8日、15日、18日、25日、28日

つく日は

栃木県民  
ごはんの日



1日3食  
ごはんを  
食べよう

【お米・ごはんの大切な役割】

お米の主成分は炭水化物です。炭水化物は、体作りに欠かすことができない三大栄養素のひとつで、体の中でブドウ糖に分解され、エネルギー源として利用されます。

生命を維持するための司令塔である脳を働かせる、唯一のエネルギー源がこのブドウ糖\*です。お米はそんな重要な成分を多く含んでいる食材です。

しかも、お米には血や筋肉など身体形成に必要なたんぱく質のほかにもビタミン・ミネラルも多く含まれています。つまりとても栄養バランスの良い食べ物なのです。

ごはんは、どんな料理にも良く合います。健康的な毎日を送るために、ごはんを中心としたバランスの良い食事を取りましょう。

\*絶食が続いた場合など、特別な状況を除きます。

ごはん茶わん1杯分の栄養(150g)



【出典：農林水産省HP】

問い合わせ／県経済流通課農産物ブランド推進班

☎028(623)2298

市農林課

☎(43)6210



あんしん価格

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。

※ゆつたり式場「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 ①  
矢板市片岡1913-25  
電話 0287(48)6785



## 募 集

### 自衛隊幹部候補生採用試験

種目	幹部候補生				一般曹候補生	一般曹候補生 (高校在学者)
	一般(大卒程度)	一般(院卒)	歯科	薬剤科		
応募資格	・22歳以上26歳未満の方 ・大卒(見込)で 20歳以上22歳未満の方 ・修士課程修了等(見込)で 28歳未満の方	修士課程修了者等 (見込)で 20歳以上28歳未満の方	専門の大卒(見込)で 20歳以上30歳未満の方		18歳以上33歳未満の方	
受付期間	4月14日(木)まで				5月10日(火)まで	7月1日(金) ～9月5日(月)
試験日	4月23日(土)・24日(日)		4月23日(土)		5月20日(金) ～29日(日) のいずれか1日	9月15日(木) ～18日(日) のいずれか1日
試験場所	宇都宮市内					

問い合わせ／自衛隊栃木地方協力本部大田原地域事務所 ☎0287(22)2940

## お知らせ

### 協会けんぽ 保険料率変更

中小企業などで働く方やその家族が加入する健康保険「協会けんぽ栃木支部」の保険料率が、4月納付分から下記のとおり変更となります。

- ・健康保険料率：9.87% → 9.90%
- ・介護保険料率：1.80% → 1.64%

※40～64歳の方は、介護保険料率が加わります。

問い合わせ／

協会けんぽ栃木支部

☎028(616)1692

### 狂犬病予防集合注射中止のお知らせ

今年度の狂犬病予防集合注射は、新型コロナウイルス感染症の収束のめどがつかず、飼い主の皆さまの安全を確保できないことから、中止とさせていただきます。

狂犬病予防注射は、個別に各動物病院で接種していただくようお願いいたします。なお、動物病院により費用が異なる場合があります。事前に注射料金や診察時間、混雑状況などを動物病院にお問い合わせください。

大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

※犬の飼い主は、「狂犬病予防法」により予防注射の接種(毎年1回)と犬の登録(生涯に1度)が義務付けられています。

問い合わせ／

生活環境課 ☎(43)6755

### 4月6日(水)～15日(金) 春の交通安全市民総ぐるみ運動 ～マナーアップ!あなたが主役です～

#### 【全国の運動重点】

- 子どもを始めとする歩行者の安全の確保
- 歩行者保護や飲酒運転根絶などの安全運転意識の向上
- 自転車の交通ルール遵守の徹底と安全確保

#### 【栃木県の運動重点】

- 「子どもや高齢者に優しい3S(スリーエス)運動」の推進
- 「夜間走行中の原則ハイビーム」の徹底

問い合わせ／

矢板警察署 ☎(43)0110

生活環境課 ☎(43)6755

### 長峰公園ライトアップ

サクラからツツジの見ごろの時期にかけて、ライトアップを行います。

期間／

3月25日(金)～5月10日(火)

点灯時間／

18:00～21:00

問い合わせ／

商工観光課 ☎(43)6211



### 自転車の安全・適正な利用について

自転車に関係する交通事故防止や被害者の保護を図ることを目的とした「栃木県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」が制定され、4月1日から施行されました。

これを機会に、ご自身の保険加入状況などを改めて確認しましょう。

#### 【主な内容】

- ①自転車利用時の乗車用ヘルメット着用(努力義務)
- ②自転車の点検整備(努力義務)
- ③自転車利用者の自転車損害賠償責任保険などへの加入(義務)

※7月1日施行

問い合わせ／

県くらし安全安心課

☎028(623)2185

### 借金で悩んでいませんか?

借金などの債務問題は、仕事や家庭、心身の健康などさまざまな問題と複雑に関連していることが少なくありません。生活再建につなげるためには、背景にあるご事情も含めてじっくりと検討した上で、最も適切と思われる方法を選択することが大切です。

専門相談員が丁寧にお話をお伺いし、必要に応じて弁護士などの法律専門家をご紹介します。国の無料相談窓口です。安心してご利用ください。

☎028(633)6294

平日8:30～17:00(祝日を除く)

※通話料がかかります

問い合わせ／財務省関東財務局宇都宮財務事務所

### 不用品登録情報

問い合わせ／  
消費生活センター(生活環境課)  
☎(43)3621

譲ります

- ・ドレッサー
- ・テレビ台
- ・バーベキューコンロ
- ・五月人形かぶと飾り



詳しくはこちら

譲ってください

現在登録はありません

図書館

開館時間/9:00~19:00 貸出点数/全15点 貸出期間/2週間
休館日/4月4・11・18・19・25日、5月2・9・16・17・23・30日
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・予約ページ/https://www.yaita-city-tosyokan.jp/
電子図書館/https://www.D-library.jp/yaita/G0101/top/
問い合わせ/図書館 ☎(43) 5661 電子図書館



図書館からのお知らせ

電子図書館の電子書籍が増えました!
YA(中高生向け書籍)、ライトノベルなど
第1回 電子図書館 スマホ・タブレット体験会
日時/4月29日(祝・金) 13:00~15:00
詳しくは、お問い合わせください。

◆新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ
甘長トウガラシ 寺岸明彦 農山漁村文化協会
知るほど不思議な平安時代 上・下 繁田信一
最新不動産取引の法律 来住憲司
関東の鉄道車両図鑑2 リンクアップ
今すぐ使えるかんたん自作パソコン コーリング・ユ一 永原皓 など

◆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/「アンデルセン物語」
「人魚姫」「親指姫」「裸の王様」「みにくいアヒルの子」など、子どもの心の記憶に残る童話作家ハンス・アンデルセンの物語。音楽やバレエによって語られる心温まるミュージカル作品。
日時/4月23日(土) 14:00~16:10 (開場 13:30)
※途中休憩含む
場所/図書館 視聴覚室

◆企画展示「こどもの読書週間」

こどもの読書週間に合わせて企画展示を行います。ぜひお越しください。
期間/4月23日(土)~5月15日(日)

◆市民ギャラリー

「元陽会」のみなさまの絵画を展示します。
期間/4月24日(日)~5月15日(日)

【児童書】

★今月のオススメ
ゼロからわかる!電気のはたらき3
実験や工作を通して、電気がどんな仕組みではたらくのかを探知しよう。回路を流れる電気には、向きや大きさがある? モーターや検流計を使った実験で「電気の流れ」を学ぶ。
みんなでまなぼう認知症のこと3
ポスターで伝えよう見るコツつくるコツ2
ぼくらは少年鑑定団! くすのきしげのり
どうしよう 浜田桂子
妖怪横丁大運動会 広瀬克也 など

道の駅やいた

今月の人気野菜ランキング
第1位 イチゴ 第2位 トマト 第3位 しいたけ
農家さんが丹精込めて栽培した朝採り野菜、果物などを揃えて、皆さまのご来店をお待ちしております。
春のお野菜レシピを設置します
道の駅やいたにて、春のさまざまなお野菜を使ったレシピを設置し、ご来店いただいたお客さまへお配りします。

営業時間/旬鮮やいた 8:30~18:00
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/

◆Tポイントカードをお忘れなく!

旬鮮やいたで、Tポイントが貯まる、使えるサービスを始めました。お買い物の際にはTカードをお忘れなく!

◆定休日 ※駐車場・トイレは24時間使用可能

- 旬鮮やいた...休まず営業します。
●つつじ亭...4月20日(水)
●エコモデルハウス...休館中

城の湯温泉センター

◆サービスデー

- 第3日曜日『家庭の日』は小学生200円割引
→4月17日(日)、5月15日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→4月26日(火)、5月26日(木)

◆イベント情報

- 当てくじ
おさまや大人の方に喜ばれる商品をご用意しています。
日にち/4月26日(火)~
場所/城の湯温泉センター受付
参加費/1回200円 ※無くなり次第終了
●しょうぶ湯
日にち/5月5日(祝・木)
場所/男女露天風呂

- 1号館入浴施設、食堂や物販などは、ご利用いただけます。
●2号館に卓球場オープン!ぜひご利用ください。

開館時間/10:00~20:00
休館日/4月4・5・11・18・19・25日
5月9・10・16・17・23・30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

◆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/4/8・22日(金)、5/13・27日(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/4/6・13・20・27(水)、5/4・11・18・25(水)
各回10:30~(中級者クラス)、
11:40~(初心者クラス)
③やさしいヨガ教室(講師:藤田 明湖先生)
日時/4/6・13・20・27(水)、5/11・18・25(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

- 滝めぐりハイキング
専門ガイドのもと、山の駅たかはらを出発地として雷雲の滝・咆哮露露の滝などを巡るハイキング。
さまざまな滝を巡り、滝の周辺でランチをします。

営業時間/9:00~16:00
定休日/4月6・13・20・27日(水)
申込・問い合わせ/山の駅たかはら ☎(43) 1515
yamanoeki2016@yahoo.co.jp
山の駅HP

日時/4月16日(土) 10:00~15:00 (9:45集合)
対象/小学生以上の方
定員/15人 \*先着順
参加費/通常6,000円のところ
⇒今回限り 特別価格 3,000円!
※山の駅たかはら特製弁当、保険代、ガイド料
持ち物/動きやすい服装・運動靴(サンダルなどは不可)
申込方法/電話またはメールでお申し込みください。

文芸 俳句 五味 しづ江 選

類光るデイサービスの夫 柚子湯
(評)「柚子湯の香残しデイサービスの夫 類光る」上五で冬至風呂に入ってきたのが迎えに出た妻には分かる。中七が長くなったが省略出来な言葉なのでそのまま良かったです。柚子の残り香が良かった。
新社員靴音高く初志高く
(評)見える様です。繰り返して軽快感がよく出ていると思います。
一室を満たすひひなの息づかひ
(評)上五言葉が直だから「ひと部屋を」と柔らかく、お雛様の顔も和らぐ。
伸びる影日差し祝福一年生
(評)かけ出せる吾子へ朝の日一年生 上五は夕焼けのイメージがある。
正月や賑やか成りし子等と孫
(評)正月はやっぱり皆が集まって賑やかに新しい年を祝いたい。中七にも少し動きが欲しい。この一年どうぞよろしくお願いたしたします。
厨事妣の手順のちゃんちゃんこ
(評)「妣」耻へなれたおかあさんを想いながらの厨事。
一隅に隠れし二輪福寿草
(評)「庭隅に見つけた「輪福寿草」と素直に表現した方があの黄色がひと際目立って見えると思う。
株増えて咲く福寿草嬉しかな
(評)これもいいが天地して「嬉しかな株の増えたり福寿草」も。
ランドセル黄色カラーに風薫る
(評)ランドセルの黄色のカラーは一年生だけと聞いている。いい所を見つけた。季節の「風薫る」は初夏の季節なので、春の季節にした方がいい。
黄実浮きて乳に戯る冬至の夜
(評)「黄実」と言う言葉は辞書にありませんでした。「柚子」でいいと思う。季重ねを避けて「柚子浮かせ乳と戯る終ひ風呂」戯れ。
盆栽の梅が七輪胸を張り
(評)「丹精の盆梅七輪胸らみぬ」黄や色を表現できたらいいなと思う。
春の雨絵筆のごとく霞み画
(評)「春の雨絵筆で霞描く」と「画」ではなく「描く」降る雨一本一本が見えることがある。

6月号 作品募集
種目/川柳 期限/4月20日(水) \*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。



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

マイナンバー休日窓口

=マイナンバーカード休日窓口  
9:00~12:00  
市民課 ☎(43) 1117

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  
時間/10:00~12:00

後見 = 成年後見相談

時間/10:00~12:00  
※奇数月のみ行います。  
場所/きずな館  
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

予…要予約

Calendar grid for May 2022 with daily events, medical shifts, and notices. Includes a 'Medical Institutions' section at the bottom.

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。

Calendar grid for May 2022 (continued) with daily events, medical shifts, and notices. Includes a 'Business Notice' section for 4/29-5/5.

4/29(祝・金)~5/1(日)・5/3(祝・火)~5/5(祝・木)の業務のお知らせ
※5/2は、平日のため通常どおり業務を行います。
●市役所(日直室直通) ☎(43) 1111 土・日・祝日は、日直が対応します。
●上下水道事務所 4/30(土)のみ料金業務受付をします。
●市営バス デマンド交通 4/30(土)のみ運行します。
●生涯学習館 改修工事のため終日休館します。※詳しくは、広報やいた3月号24ページをご覧ください。

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
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

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

予…要予約

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	<p><b>4/29(祝・金)～5/1(日)・5/3(祝・火)～5/5(祝・木)の業務のお知らせ</b> ※5/2は、平日のため通常どおり業務を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●市役所(日直室直通) ☎(43) 1111 土・日・祝日は、日直が対応します。</li> <li>●上下水道事務所 4/30(土)のみ料金業務受付をします。</li> <li>●市営バス デマンド交通 4/30(土)のみ運行します。</li> <li>●生涯学習館 改修工事のため終日休館します。 ※詳しくは、広報やいた3月号 24ページをご覧ください。</li> </ul> <p>矢板・泉・片岡公民館・農村環境改善センター 4/30(土)、5/1(日)のみ開館します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●エコパークしおや ※個人がごみを搬入する場合 ☎(46) 5711</li> <li>●ごみ・資源物収集 ☎(43) 6755 または ☎(43) 1111</li> </ul> <p>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</p> <p>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。</p> <p>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。</p>			
<p><b>矢板市休日当番医</b> <b>当番</b> = 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> = 17:00～19:00</p> <p><b>塩谷地区夜間診療室</b> <b>夜間</b> = 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。</p> <p><b>延長窓口 = 市役所窓口延長日</b> ～19:00 市民課 ☎(43) 1117 税務課 ☎(43) 1115</p> <p><b>健診</b> <b>相談・育児教室</b> 予 予約・問合/ 子ども課 ☎(44) 3600</p> <p><b>図書館</b> 問合/ 図書館 ☎(43) 5661</p> <p>予…要予約</p>						

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!!



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、直接の来院はお控えくださいますようお願いいたします。



## あなたの夢グッズ“まなび”

「まなび」がデジタル版になりました。これまで使っていた方も、これから使う方も矢板市の生涯学習情報を知り、より活用いただけるようリニューアルしました。PCやスマートフォンなどでの使い方を紹介します。



3

ものづくり・自然体験・運動・文化教養…子どもから大人まで楽しめるいろいろな活動があるよ。

1. もくじ

P1

1

このページから目的に応じたページに行けるよ!

2. 市内生涯学習施設 MAP

P2

3. 気になる活動に参加してみたい

P3~8

6

同じ趣味の人とつながろう!新しいことに挑戦してみよう!ちょっと遊びに行くような気持ちで気軽にどうぞ!

4. スポーツ教室・スポーツイベントに参加してみたい

P9~10

5

グラウンドや体育館などを探せるよ。

5. スポーツ施設を予約したい

P11

6. サークル活動を始めてみたい

P12~15

8

妊娠初期から子育て期にわたるさまざまなご相談はおまかせ!

7. 出前講座を頼みたい

P16~20

8. 子育て応援します

P21~22

7

市の職員や登録している市民が講師となって、みなさんが知りたいこと、身につけたいことなどを楽しく学べるよ。自治公民館や団体、仲間同士で活用してね。

9. デジタルを活用しよう

P23

1-0

ボランティアは意外と身近なものですよ。はじめの一步を踏み出してみ。

10. ボランティア活動に興味がある

P24

11. 会議や研修に使える場所を探す

P25

12. 教育委員会はこんなところ

P26

## 生涯学習情報「まなび」で出前講座を活用されている千葉さんにインタビューさせていただきました。

「まなび」を使うことになったきっかけは何ですか？

令和3年の春、私が成田きらきらサロンの代表になったことです。

これまでは月に1度集まって、おしゃべりすることが主な活動でしたが、もう少し別の活動も入れてみてはどうかという話になったんです。

その流れで、何か調べようとしていたら、いろいろな出前講座が載っている「まなび」の存在を知りました。



成田きらきらサロン  
代表 千葉 茂さん

どのように利用されましたか？

「まなび」には、いろいろなジャンルの出前講座があるんですね。

私たちの会は、年配の方が多いので、健康の話、介護、防災、交通安全、地域の昔話、あとは、毎年やっているクリスマスのときのミニ演奏会みたいなものができたらいいなと考えていました。

毎月の活動に何をを選ぶかは、代表の私に一任されていたので、講師の方の日程に合わせて計画を立てていきました。

打ち合わせや事前準備などで、いろいろな方とつながりが広がったことが私としてはとても楽しかったです。

出前講座を受けたみなさんはどんな反応でしたか？

反応はすごくよかったですね。

どの講座も新鮮な気づきや学びがありました。

特にクリスマスにお願いしたケーナの演奏が心に残っています。丁寧に打ち合わせをしてくださった上でリクエストした曲まで演奏してくれるなど、本当に楽しませていただきました。

「まなび」を利用していただいた感想をお願いします。

いろいろなジャンルのこれまで知らなかった人とつながるのがいいですね。世界が広がると思います。

ありがとうございました。

これからもどんどん活用してください。



### 問い合わせ

矢板市教育委員会生涯学習課 まなび担当

☎0287-43-6218 ☎0287-43-4436

Email: syougaiagakusyuka@city.yaita.tochigi.jp

QRコードからメール送信

QRコードを読み取り  
→メール作成画面はこちら  
→メール送信



# 4. スポーツ教室・スポーツイベントに参加してみたい

**P9~10** を見たい場合 (スマートフォン・タブレットでの開き方)

## 「まなび」の開き方

まなびHP



右のまなびHPのQRコードを読み取り  
→生涯学習情報「まなび」2022年度版を活用ページ  
→「まなびのPDF」をタップ

まなびHP ▶ <https://www.city.yaita.tochigi.jp/soshiki/syougaiakusyu/manabi2022.html>



**1** P9~10 ページを  
タップ※1

**2** 気になる  
箇所をタップ

**3** タップした箇所が  
見やすく拡大!

**4** もくじ  
ボタンをタップ



**4** もどる  
ボタンをタップ



他のページが  
見たい場合は  
違うページをタップ!



どの教室が  
いいかな?

大きくて  
見やすいね!



※1 指で画面を軽く叩く操作のこと。ディスプレイに表示されたボタンを押したり、ディスプレイ上の一点を指定したりする際に使用する操作方法。



## やいた☆クッキン GOOD

～くるくる明太子しそカツ～



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)

- |                         |              |
|-------------------------|--------------|
| ・豚ロース肉 (薄切り) …………… 200g | 【衣】          |
| ・塩こしょう……………少々           | ・卵……………2個    |
| ・しそ……………10枚             | ・小麦粉……………60g |
| ・明太子……………40g            | ・パン粉……………40g |
|                         | ・揚げ油……………適量  |

### 作り方

- ①豚ロース肉に塩こしょうをふり、下味をつける
- ②①で下味をつけた豚ロース肉の上にしそをのせ、しその上に明太子をぬり、くるくると巻く
- ③卵と小麦粉をよく混ぜ、②の豚ロース肉をつける
- ④③にパン粉をつけて、170℃の油できつね色になるまで揚げたら完成!

★断面がくるくるになっているので、半分に切って盛り付けるときれいです♪

★豚肉にはビタミンB1が含まれているので、疲労回復に効果的です♪

## 《編集後記》 いいあんばいだわ～

編集後記72回書いた先輩へ。秘書広報課在籍6年間、お疲れ様でした!少しお肉がつき、丸みを帯びた先輩の背中を見て、仕事に対する姿勢や気配りなど多くのことを学ばせてもらいました♪新部署での活躍、期待してます☆編集後記24回書いた後輩より(チャーリー)

ついにこの時がやってきました。いいあんばいな編集後記を綴ること72回。今号をもって書き納めでございます。取材などを通して、矢板に住む人の温かさ自然の豊かさを改めて再認識できました。新しい環境での新たな出会いに期待して... (RYU)

この時期道端など日当たりの良い所に、可愛らしい青色の小さな花が咲いています。春の訪れを教えてくれるこの花はオオイヌノフグリ。別名瑠璃唐草。ヨーロッパ原産の帰化植物で、今では全国に広がっています。感染予防をしっかりと行い、身近な春を満喫したいと思います。(万年筆)

先月の卒業・卒園式では凛々しい姿を見せてくれた子ども達。今月の入学式では、どんな表情を見せてくれるのでしょうか。小学生の娘2人には「毎日、元気に楽しく」。中学生になる息子には「勉強もしっかり」とちよっと厳しめ?にエールを送りたいと思います。(さんま)

## 「矢板時間」がリニューアルします!

FMとちぎ(RADIO BERRY 76.4FM)で、矢板の旬な情報をアクティブにお届けしている「矢板時間」が、4月からリニューアルします。

放送時間帯が、毎週火曜日の生放送番組「B・E・A・T」内に移り、パーソナリティは2年ぶりに「やいた応援大使」の高賀茂 沙緒里さんが務めます。

引き続き、皆様のご愛聴よろしく申し上げます。

番組名/矢板時間(ヤイタジカン)

放送時間/毎週火曜日 17:10～17:20

※生放送番組「B・E・A・T」内での放送

パーソナリティ/高賀茂 沙緒里(たかかも さおり)

放送内容/観光・アウトドア・スポーツ・イベント・おいしい食べ物など情報満載でお送りします。



番組に対するご意見・ご要望、取材先情報などがありましたら、ぜひ秘書広報課までお寄せください。



RADIO BERRY  
「矢板時間」

問い合わせ/秘書広報課 ☎(43)3764