

広報やいた

City of Yaita Public Relations NO.1090

2017

YAITA 10

爽やかな秋が

おっしゅんきた!



特集 **健康** から **健幸** へ。

広報やいた 10月号情報

TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 健康から健幸へ。
- 8 4人目の地域おこし協力隊員就任!
- 10 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
- 25 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 (9月1日現在)

33,209人 (△10)
 男 16,494人 (4)
 女 16,715人 (△14)
 13,178世帯 (7)
 出生 21人
 死亡 25人
 転入 54人
 転出 60人
 () 内は8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

表紙は、矢板高校農業経営科・栄養食物科の皆さんにご協力いただき、撮影したものです。農業経営科の生徒たちが育てたりんごを使って、栄養食物科の生徒たちがおいしい「りんごのコンポート」を作ってくれました。矢板高校では、17種類 100本以上のりんごの木のほか、さまざまな野菜や草花などを栽培していますが、実習用のため、普段は買うことができません。唯一、一般の方が購入できるのは、11月11日(土)に開催される「農産物即売会」の日だけ! 栄養たっぷりの旬の食材を料理に「+α」して、身体の中から健康になりましょう!

「りんごのコンポート」のレシピは裏表紙で紹介しています!



心を込めて育てました!
 農産物即売会にぜひお越しください!!

開催 矢板高校農産物即売会

農業経営科の生徒が栽培した農産物を販売します。数に限りがありますので、お早めにご来場ください。
 日時/ 11月11日(土) 9:00~12:00
 場所/ 矢板高校農場敷地内
 ※矢板高校北側のバスロータリーからお入りください。
 販売物/ 新米、野菜、りんご、草花 など
 問い合わせ/ 矢板高校 ☎(43) 0260

投稿コーナー

あなたの自慢の写真を大募集中!!

わがやのアイドルは①住所②名前をマジックアワー・ともなりくん写真館は①タイトル②名前③一言を添えて、秘書広報課まで写真をお持ちいただくかメールでお送りください。
 秘書広報課 ☒ yaita@city.yaita.tochigi.jp

わがやのアイドル



沢 高村 ともや 朋夜くん・るか 琉花ちゃん



荒井 久我 ひろと 仁人くん



富田 石川 はるか 春桜ちゃん

健康

から

健幸

プラス

+

アルファ

a

へ。

「**健幸**」とは、健やかな生活を営むことに「幸せと感じる何か」をプラスして生きること。

「スポーツや文化活動などの趣味を楽しむことができる」

「好きなものをおいしく食べることができる」

「自分の身体への不安がなく楽しく生活できる」

などなど、幸せの感じ方は十人十色です。

全国的に平均寿命が長くなってきている昨今、
いつまでも元気で暮らすことができる健康寿命の延伸が叫ばれており、
平均寿命と健康寿命の差を縮めていくことが大切です。

そのためにも、土台となる身体の状態をしっかりと把握し、守っていくために、
まずは、健診を受けて自分の身体がどのような状態なのかをチェックしてみましょう。
もし悪いところが見つかったとしても、重症化する前にきちんと治すことがとても大切なことです。

いつまでも健康で幸せに暮らすため、今の生活に少しのプラスを考えて実践してみませんか？
これを積み重ねることで、一人ひとりの幸せだけでなく、社会全体の幸せにもつながってゆきます。

特定健診やがん検診で 年に1度は身体の状態をチェック!

特定健診

- ・国民健康保険の40歳以上の方は500円、70歳以上の方は無料です。
- ・後期高齢者医療保険加入者、30歳・35歳の方は、特定健診と同様の検査が受診できます。

身体計測	腹囲測定
血圧測定	尿検査
心電図	眼底検査

血液検査



これらのほか、さまざまなリスクを発見することができます。



がん検診

- ・各500円（肺がん検診は200円）、70歳以上の方は無料です。
- ・国民健康保険以外の方でも受診できます。
- ・下記の年齢要件の方が対象です。

胃がん検診	40歳以上の方
胃がんリスク検診	40・45・50・55 60・65・70歳の方
肺がん検診	40歳以上の方
大腸がん検診	40歳以上の方
前立腺がん検診	50歳以上の男性
乳がん検診	30歳以上の女性
子宮がん検診	20歳以上の女性



※ご注意

- ・後期高齢者健康診査及び子宮がん検診は、医療機関でも受診することができます。
- ・会社の健診や人間ドックを受けた方は、受診することができません。
- ・上記の健診のほかに、骨粗しょう症検診や歯周疾患検診（医療機関にて受診）があります。
- ・詳しくは、市のホームページをご覧ください。遠慮なく健康増進課までお問い合わせください。



市ホームページ
(ワンコイン検診のお知らせ)

特定健診やがん検診を受けて健幸に!



健康は、いきいきと健やかに日常生活を送るための基本です。健康な時は、健康が当然と思っている方もいるでしょうが、一旦病気に罹ると、例えば風邪をひき寝込んだり高熱にうなされたりすると、健康のありがたさを痛感することと思います。しかし、糖尿病などの生活習慣病やがんなどは、初期段階には自覚症状を伴うこともなく、症状が現れたときは既に重症化していることも少なくありません。大切なことは、早期に病気を発見し、早期に治療を行うことであります。病気を早期に発見するためには、自己判断ではなく、

特定健診やがん検診を受診することです。健診結果が正常値範囲内か、正常値範囲を超えているのかなど、自分の健康状態を知ることができます。正常値範囲を超えている場合は、治療・生活習慣の改善を図ることなどにより、病気の進行・重症化を食い止め、健康な状態に戻していただきたいと思います。そして、何よりも大切なことは、定期的に特定健診やがん検診を受診することです。

矢板市は、今年度から「ワンコイン検診」事業を始めたといいました。上記のような個人負担で、気軽に市民の皆さんが受診しやすい環境を整えており、とても素晴らしい取り組みであります。

市民の皆さん、健康への第一歩は自分自身の健康状態を知ることです。そして、健康の保持・増進を図りながら、いきいきと「健幸」な生活を送られることを心から願っています。

健診(検診)費用の実例!

項目	正規料金	個人負担額
特定健診	6,696円	500円
胃がん検診	4,320円	500円
大腸がん検診	1,836円	500円
合計	12,852円	→ 1,500円

項目	正規料金	個人負担額
胃がん検診	4,320円	500円
乳がん検診	5,184円	1,000円 (超音波+マンモ)
子宮がん検診	4,860円	500円
合計	14,364円	→ 2,000円

安かろう悪かろうの
健診ではありません!

ワンコインで
お得!

各種健診を受けることで、がんや糖尿病、腎臓病など、中高年がかかりやすい病気のリスクをまとめて発見することができます。健診の費用は、多くを市が負担し、個人負担は、ワンコインです。

この機会にぜひお申し込みください。
ご連絡お待ちしております!

今年度の集団健診は、11月で終了です!!

人間ドックの助成も
絶賛募集中です!

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

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

※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。

日付	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
10月4日(水)	8:00~10:30	文化会館小ホール	○	○	✕ 受付終了
10月10日(火)	8:30~10:30	勤労青少年ホーム	○		
10月23日(月)			○		
11月10日(金)	8:00~10:30	文化会館小ホール	○	○	
11月15日(水)			○		無料温泉券付
11月16日(木)			○		
11月17日(金)			○		▲残りわずか
11月26日(日)			○		▲残りわずか

この日だけ!!
受診者全員に
プレゼント!

締め切り間近!! 健康増進課 ☎(43)1118 までお急ぎお電話ください。

健幸のためにこんな + a

生活習慣 + 節酒

矢板の人はお酒が大好き！でも、楽しく適量にしましょう



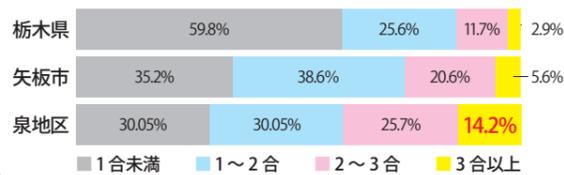
保健師 尾身 里江

市では、健診を受けていただく際に飲酒量を尋ねています。それによると矢板市の方々は、とてもお酒が好きなことがわかりました。特に泉地区の皆さんは3合以上飲まれる方が、県平均の約4.8倍、市全体と比べても約2.5倍となっています。

矢板市は、水も空気もおいしく、造り酒屋さんもあり、おいしいお酒を飲める環境は整っていますが、飲みすぎは身体にとってよくありません。糖尿病や肝臓の病気、高血圧症や脂質異常症など、さまざまな影響を及ぼします。お酒が好きな方は、適量のお酒を上手に取り入れて、楽しいコミュニケーションツールにしてほしいですね。

身体の状態は、正直に健診結果に数字で表れます。健康に関する相談は、健診結果説明会や健康増進課で受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

▼矢板の1日の飲酒量調べ（飲酒習慣のある人のうち）



健康 + 仲間

「私達の健康は、私達の手で」この言葉の意義



矢板市健康づくりみどりの会 会長 中嶋 加代子

皆さま、ピンクのエプロンを着けている私たちを見たことはありますか？私たちはいつも健康まつりなどのイベントや健診の結果説明会の時に、そのエプロンを着けて活動しています。「私達の健康は、私達の手で」が、会のスローガン。「減塩」や「食育」の推進など会員55人と力を合わせ楽しみながら、活動しています。

具体的には、「減塩みそ汁普及活動」や「親子のクッキング教室」「健康ウォーキング」などですが、経験豊富な仲間とさまざまな角度から意見を共有し合うことで、一緒に成長している実感があります。さらに、いきいき体操教室のお手伝いなど、会の活動を通して、市内の公民館などに出向くことがあります。そこで出会った方々と後に繋がることが多く、人口のあまり多くない矢板ならではの良さを感じることも多々あります。矢板市の方は、健康意識が



健康ウォーキング！

食育 + 親子の絆

食育は “楽しく食べること” から



管理栄養士 鈴木 千明

私は、保育所などで、収穫体験を通して、食べ物への興味を促すようにしています。季節の野菜を紹介し、触れる場面では、満面の笑みを浮かべて大事そうに野菜を抱える子どもたちですが、給食の場面では「これ、苦手なの…」と、本音もち

らほら。食育というと、バランスよく、好き嫌いをなく食べることを考えがち。しかし、鋭い感覚を持ちながらも、食経験の乏しい子どもたちだからこそ、食べることが不安になることもあるのです。ですから、子どもたちへの食育は“楽しく食べること”から始めてほしいと思っています。そして、その基本は食の興味をそそること。

- ・いっしょに買い物をし、食材を見る
- ・手伝いをする（盛り付け、箸などの準備）
- ・食べ物を話題とし、みんなで食べる
- ・マナーを守る（あいさつ、手洗い）



どれも子どもだけではできません。一緒に過ごす大人がよいお手本となり、“してみせる”ことが必要です。楽しいやり取りを交わしてできた食事は、きっといつもよりおいしいですよ！

栄養 + 自転車

消化に良く、携帯にも便利なりんごのチャリ飯はいかが？



管理栄養士 小森 武

矢板といえば、県内一の生産量を誇るりんご！これからの時期は、旬のりんごを味わう機会も多いのではないのでしょうか。りんごには、食物繊維が豊富で、便秘の解消にもいいですね。

さて、私は「自転車」乗りにおすすめの「りんご蒸しパン」のレシピをご紹介します。蒸しパンは脂質が少なく消化がよいため、胃に負担も少ない上に、携帯もしやすい食べ物です。

自転車に乗りながら食べたり、ちょっとした休憩時間に食べるのに、ちょうどよいのではないのでしょうか？簡単なので、ぜひ作ってみてください。

あなたの生活スタイルにちょっとスポーツをプラス。今年りんご狩りに自転車で行ってみたいはいかがですか？

かんたん！「りんご蒸しパン」のつくりかた

材料（アルミカップ約10個分）

- ・ホットケーキミックス 200g
- ・りんご 200g
- ・水または牛乳 大さじ2
- ・卵 1個



作り方

- ①りんごを1/3を角切りにし、残りはすりおろす。
- ②ホットケーキミックス、卵、水または牛乳、①を混ぜ合わせる。
- ③カップに生地を流し入れ、角切りのりんごを上に乗らす。
- ④蒸気の上があった蒸し器に③を入れ強火で約10分蒸す。

運動 + ストレス 発散

家でもできるフィットネスで気分リフレッシュ！



インストラクター 藤田 明湖

普段の生活に運動を取り入れることは、なかなか難しいですね。でも、ちょっとした工夫をすることで、運動になります。寝る前の少しの時間や、歯磨きの時間などを利用して運動をするだけでも、全然違います。加えて、血流もよくなり、気分もすっきりしますよ。

今回の教室では、家でもできる簡単な運動を教えます。「最近運動不足かな」と思ったらぜひお申し込みください。

募集 からだ見なおしフィットネス ～家でもかんたんにできますよ～

日時/11月8・22日（水）19:00～20:30
場所/市体育館 参加費/100円（2日分の保険料込）
定員/限定50人 講師/藤田 明湖先生
内容/家でもできる簡単な体操やトレーニング
申込方法/10月20日（金）までに、電話でお申し込みください。
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎（43）1118

禁煙 + 歯の健康

禁煙で健口！健幸に！



歯科衛生士 桜岡 美穂（栃木県歯科衛生士会）

タバコの有害物質による健康被害は、皆さまもご存知だと思います。喫煙によって口の状態も悪化します。喫煙者の歯周病は見つけにくく悪化しやすい、また治療後の回復も悪くなります。妊婦の場合は早産や低体重児出産にもつながります。

そのほか、歯ぐきの抵抗力が下がることによって、不潔になりやすく、虫歯の発生や味覚の低下、口腔がんの心配も出てきます。特に子どもへの「受動喫煙」は気を付けたいものです。一生おいしく食べられるお口の「健幸」のために、ぜひ禁煙しましょう。毎日の歯磨き、歯科医院での定期健診も忘れずにね。



4人目の
地域おこし協力隊員
が就任しました!!

やまもと だい
山本 奈

観光資源としての
「スポーツの可能性」
を探ります!

【プロフィール】

名前 山本 奈 (愛称: だいちゃん)
 年齢 24歳 (平成4年12月4日生)
 出身 那須塩原市
 仕事 矢板市地域おこし協力隊 (矢板市観光協会の事務局スタッフ)
 経歴 ヴェルフェたかはら那須 (NPO 法人たかはら那須スポーツクラブ) 事務兼コーチ
 大学在学中、学生団体「World Fut」に参画し、カンボジアなどでイベント収益を
 基にした校舎建設やサッカー関連の支援、現地でのサッカー教室などを開催。
 アジアサッカー研究所主催のサムライフットボールチャレンジ「海外サッカークラブ
 実践体験プログラム」に参加し、プロチームの集客・啓発活動に従事。
 Jリーグクラブでインターンとして、クラブ運営の現場を経験。
 現在、ヴェルフェたかはら那須で、事務兼コーチとして活躍中。

開催 **地域おこし協力隊活動報告会**

日時 / 10月11日 (水) 10:00 ~ 12:00
 場所 / 市役所本館 2階 会議室
 内容 / 地域おこし協力隊としてこれまでに就任した
 3人の隊員の、これまでの取り組みやその成果
 などを発表します。
 定員 / 40人

発表者 /
 ①長島 教之 (自転車を活用したプロモーション)
 ②神崎 裕樹 (スポーツツーリズムの推進)
 ③高橋 潔 (泉地区の活性化)
 そのほか / 申込不要。直接会場までお越しください。
 問い合わせ / 総合政策課 ☎ (43) 1112

9月1日(金)、
矢板市で4人目の
地域おこし協力隊員
となる、山本奈さん
に委嘱状が交付され
ました。



齋藤市長から委嘱状を交付されました。

地域おこし協力隊
とは、矢板市の行政
課題や地域の課題
を解決する上で、必要な人材を確保するため、矢板市に
移住し、地域資源の発掘や地域ブランドの開発・販売・
PRなど、地域おこしの支援をする方のことです。

山本さんには、矢板市観光協会を拠点に「矢板市の隠
れた観光資源の掘り起こし・磨き上げ・PR」を目的と
して活動していただく予定です。

新たに地域おこし協力隊員の一人となった山本さんに、
お話を伺いました。

「地域おこし協力隊」に応募したきっかけは?



たかはら那須スポーツクラブで、子どもたちに
サッカーの楽しさを伝えています。

大学卒業後、市内
にある NPO 法人た
かはら那須スポー
ツクラブに事務兼サ
ッカー教室のコーチ
として就職し、地元
の那須塩原市から通
っていました。

矢板市が、スポー
ツを活用したまちづくりに力を入れて取り組んでいたこ
とは知っていましたし、今回の募集が「隠れた観光資源
を磨き上げる」という内容だったので、「観光と私の好
きなスポーツをうまく組み合わせることで、より魅力的
なまちとして PR できるのではないか」と思い、応募し
ました。

山本さんにとってのサッカーとは?

小学生の時にサッカーを始めたのですが、人に自慢で
きるほどの成績は残せませんでした。ですが、サッカー
が持つ大きな魅力は人一倍理解しているつもりです。サ
ッカーに限ったことではないですが、スポーツには人を
集める力、注目される力があるので、スポーツ自体が立
派な観光資源となる可能性を秘めていると思います。

特にサッカーは、私の経験・体験を通してですが、
・初対面の人や、たとえ言葉が通じない人とでも楽しむ
ことができる
・年代や障がいの有無に関わらず、誰でもできる
・人を巻き込む力がある
といった魅力があるように思います。

大学生の時には「WorldFut」という学生団体に所属し、
私が活動していた時は、国内でフットサル大会などのイ
ベントを開き、その収益を基にカンボジアのスマオンと

いう村にある小学校の校舎建設やサッカー関連の支援と
いった国際協力活動をしました。現地では、サッカー教
室や大会を開きましたが、その際、言葉の通じない現地
の子どもたちと一緒にサッカーを楽しめたことや「毎年
楽しみにしている」と感謝されたことがありました。

ほかに、アジアサッカー研究所が主催した「海外サッ
カークラブ実践体験プログラム」に参加し、タイのサッ
カー文化を学んだり、カンボジアでは、プロサッカーク
ラブの試合の集客活動や運動習慣のないカンボジア女性
を集めたフットサル大会を開催したりと、サッカーの楽
しさや魅力を人に伝える、体験してもらうといった活動
を行いました。

また、Jリーグクラブのインターンとして、試合や大
会などのクラブ運営に携わることができました。

学生時代、サッカーを通じたこれらの活動から得られ
た体験・経験が、私のサッカー人生の中で大きな糧にな
っています。



「海外サッカークラブ実践体験プログラム」では、カンボジアのプロサッカー
クラブの試合への集客活動を行い、多くの方が試合観戦に訪れました。

隊員として、どんなことに取り組みたいですか?

スポーツ単体でも、分野を絞り特化することで十分な
観光資源となりえると思いますが、スポーツと矢板市が
誇る自然を組み合わせることで、より魅力的な観光資源
に磨き上げることができるのではないかと考えています。
例えば、スポーツ大会に参加・観戦に来た人をターゲ
ットに、その前後で宿泊を伴った観光や自然体験をし
たくなるような仕組みづくりなどに取り組みたいです。



矢板市観光協会の事務局員として
矢板の強みとなる観光資源を探っています。

ヴェルフェたかは
ら那須で広報も担
当しているのですが、
PR するときは、速
報性・伝わりやすさ
を考慮し、注目され
るためにはどうする
か、といったことを
常に考えて発信して
います。この考えは、観光資源を PR するときにも通じ
るのではないかと思います。

まずは、自分自身の足で市内を駆け回り、そして各分
野で活躍する人、地域の方たちの話を聞く中で、隠れた
観光資源のヒントを見つけ、磨き上げていきたいと思
います。

やいた八方ヶ原ヒルクライムレース 2017

8月20日(日)、白石りんご園前をスタート、大間々駐車をゴールとする、距離13.4km、平均斜度7.1%の難コースに挑む、ヒルクライムレースが開催されました。前大会から100人以上多い739人が全国からエントリーし、今回から閉会式会場となった泉中学校では、メーカーブースのほか、地元団体が飲食ブースを出店するなど、これまで以上の盛り上がりを見せました。

また、運営面では、ボランティアとして矢板・泉中学校、地元企業などから130人を超える方にご協力いただき、華やかな銀輪の大会を支えていただきました。



大会結果(市内参加者)

	順位	氏名	記録		順位	氏名	記録
男子A 高校生以上 30歳未満	2	長島 教之	41:57	男子C	134	内田 英之	1:11:00
	61	手塚 純樹	1:01:11		140	三富 匠	1:13:13
	71	伊東 拓真	1:05:02		145	鈴木 基之	1:14:31
男子B 30歳以上 40歳未満	91	西川 正準	1:21:38	男子D 50歳以上	159	安部 真也	1:21:30
	77	横塚 良平	1:00:17		174	尾崎 克樹	1:26:50
	109	小川 侑一	1:08:21		183	水戸 祐一	1:56:53
男子C 40歳以上 50歳未満	138	君嶋 真行	1:36:19	ラン	57	香川 新	1:06:33
	54	前野 秀明	56:38	3	小山 強志	1:05:54	
	58	佐藤 大	58:16	19	栗屋 信雄	1:32:12	
	127	後藤 広一	1:10:03	25	前沢 利光	1:43:21	

第10回 光と音のあんどんまつり

8月26日(土)、川崎城跡公園であんどんまつりが開催されました。宮川の両岸に並べられた約5,500個のあんどんに、川崎小学校の児童やボランティア、一般来場者の方たちが点火すると、夕間に幻想的な光を放ち、訪れた方たちの目を楽しませました。

ステージでは、子どもたちによるよさこいソーランや吹奏楽、ハワイアンバンドによる生演奏が行われました。このほか10回記念として、次回のポスターを飾る「ミスともなり」を決める浴衣コンテストがやもり倶楽部主催で行われ、市内在住の方が初代ミス・準ミスに選ばれました。



8/17(木) 矢中吹奏楽東関東大会へ

「第59回栃木県吹奏楽コンクール」で金賞を獲得し、9月16日にひたちなか市で開催される「第23回東関東吹奏楽コンクール」出場の切符を手に入れた矢板中学校吹奏楽部が市長を表敬訪問しました。中学校B部門には県内79校が出場しており、並みいる強豪をおさえ、8年ぶりに東関東に出場する代表5校に選出されました。部長の沼野さんは「部員一丸となって、日々練習に励んできました。県代表として良い結果を出せるよう、気持ちを込めて演奏します」と意気込みを語ってくれました。



◀(左から) 万年先生・小林校長・軽部貴裕くん・遠藤麗菜さん・齋藤市長・沼野華さん・我妻美沙希さん・村上教育長

8/27(日) 子ども観光大使

渡辺りんご園で、「とちぎ子ども観光大使」のりんご狩り体験が行われました。「とちぎ子ども観光大使」とは、栃木県の魅力やよさを知ることで郷土愛を育て、自ら発信することができる小学生の育成を目指す事業で、県内全市町を会場に開催されています。初めに園主の渡邊幸史さんから、矢板のりんごの歴史や育て方などの説明を受けた後、りんご狩りを体験しました。

子どもたちは「矢板のりんごはすごくおいしかった。この魅力を多くの人に伝えたい」と話してくれました。



9/1(金) 矢板中央高 全国制覇!

「第4回全日本ユース(U-18)フットサル大会」全国大会で日本一に輝いた矢板中央高校サッカー部が市長を表敬訪問しました。8月20日(日)に仙台市のゼビオアリーナで開催された全国大会決勝戦では、新潟・長岡向陵高校と対戦。大塚尋斗選手がハットトリックを決め、3-1と快勝し、初出場ながら見事優勝を果たしました。選手のみなさんは「優勝できてうれしい。これから始まる全国高校サッカー選手権でもよい結果が残せるよう頑張っていきたい」と意気込みを語ってくれました。



*大塚尋斗選手は、準々決勝、準決勝、決勝の3戦連続でハットトリックを達成し、歴代最多となる19得点をあげ、MVP(大会最優秀選手)に輝きました。

▲(左から) 齋藤市長・土澤昂太キャプテン・大塚尋斗選手・吉沢亮ゴールキーパー・飯島翼選手・君嶋監督

9/9(土) 泉小中学校合同運動会

泉小学校校庭で、初めて「泉小中学校合同運動会」が開催されました。泉小学校・泉中学校は、小中一貫教育を掲げ、普段からさまざまな行事で交流を図っており、今年からは運動会も合同での開催となりました。応援合戦では、紅白に分かれた小学1年生～中学3年生までと一緒に掛け声やダンスを披露しました。

泉中学校のPTA会長からは「小中学校の垣根を越えて交流ができたことは、小学生・中学生どちらにとってもよい経験になったと思う」との感想がありました。



塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

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

第1回「自宅で亡くなるということ」

厚生労働省の人口動態統計によると、今から60年ほど前の1950年代は大部分の方が自宅で最期を迎えていましたが、その後、病院で亡くなる方が徐々に増え、1970年代後半に逆転、今では自宅で亡くなる方は1割程度で、8割の方は病院で亡くなっています。

国民皆保険が実施され、所得水準も上がり、国民が等しく医療を受けることができるようになり、医学の進歩により心筋梗塞や脳卒中などの病気も入院加療が可能になりました。その結果、病院に入院すればどんな病気でも治り、延命できるという病院信仰が生まれ、最後の死に場所は病院へと代わってきたのです。一方、病院での高度先進医療が必ずしも高齢者に安らかな最期の時を保証してくれるわけではありません。

7月に105歳で亡くなられた日野原重明先生は、生前「よく生き、よく老い、よく病み、よく死ぬ」という生き方を説きましたが、最期は、長く院長を務めた聖路加病院ではなく、自宅で家族に見守られながら息を引き取

塩谷郡市医師会会長 岡 一雄（さくら市）
りました。

さくら市が65歳以上の高齢者2500人を対象に行ったアンケートによると、人生の最期をどこで過ごしたいかという質問に対し、7割の方は自宅、または自宅で療養して必要になれば医療機関に入院したいと答えました。一方、最初から医療機関を選んだ方は1割しかいませんでした。現状とは異なり、実際は多くの方が自宅での最期を望んでいます。

現在、日本の65歳以上の高齢者の割合は26.7%で、この割合は今後さらに高くなります。国は、高齢者が住み慣れた地域社会で自分らしく最期まで暮らせるかどうかをそれぞれの市町村の取り組みに任せています。今回から、リレーコラムは「在宅医療」をキーワードに医師会と行政が協働で取り組んでいる医療と介護の連携、在宅医療の推進について取り上げます。ぜひ自分自身と地域の問題として読んでいただき、ご意見をいただけたらと思います。

国民年金 年金の請求はお済みですか？

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

年金の受給資格期間が25年から10年に短縮されたことに伴い、新たに対象となる方には、右図の黄色の封筒で請求書を送付しています。請求がお済みでない方は、速やかにお手続きください。

なお、混雑が予想されますので、ご相談・お手続きの際は、**ねんきんダイヤル ☎0570(05)1165**、または、**大田原年金事務所 ☎(22)6311**にあらかじめご予約ください。



8/1時点で資格期間が
10年以上25年未満の方に
この黄色の封筒を
お送りしています。
ご予約の上、お早めに
手続きを行ってください。

マイナンバー カード交付に 「事前予約」をご利用ください

問い合わせ／
市民課 ☎(43) 1117 FAX(43) 5962

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

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

インフルエンザ 予防接種費用を助成します

提出・問い合わせ／
対象①～③ 子ども課 ☎(44) 3600
対象④・⑤ 健康増進課 ☎(43) 1118

インフルエンザの発病、重症化を防ぐには予防接種が有効と言われています。市では、中学3年生および高校3年生相当の方、65歳以上の方などへ、インフルエンザの予防接種費用を一部助成します。

接種期間／10月1日（日）～平成30年2月28日（水）
接種回数／1人1回
料金／1,000円（医療機関の窓口でお支払いください）
持ち物／健康保険証・予診票

対象（※矢板市に住民登録がある方に限る）	接種医療機関・予診票について
①中学3年生、または高校3年生として在学している方	【接種医療機関】 下表の市内医療機関で接種できます。 【予診票】 該当になると思われる方には事前に送付してありますが、お手元に届いていない場合は子ども課までご連絡ください。 （※医療機関には予診票はありませんので、必ず予診票を持参の上、接種してください。）
②平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの方	
③平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方	
④接種日に65歳以上の方	
⑤60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害があり、身体障害手帳1級相当の方	【接種医療機関】 下表の医療機関に加え、さくら市、塩谷町、高根沢町、および栃木県内の実施医療機関でも接種できます。 【予診票】 医療機関にありますので、予約の上、直接受診してください。

※②・③に該当する方の内、来年度以降に中学3年生、または高校3年生として在学予定の方は除きます。

医院名・病院名	電話	医院名・病院名	電話	医院名・病院名	電話
池田クリニック	☎(43) 0207	後藤医院	☎(44) 2323	橋本医院	☎(43) 0406
上田医院	☎(43) 7766	きうち産婦人科医院	☎(43) 5600	村井医院	☎(43) 0064
大島整形外科医院	☎(43) 5100	国際医療福祉大学塩谷病院	☎(44) 1155	村井胃腸科外科クリニック	☎(40) 3055
尾形クリニック	☎(43) 2230	佐藤病院	☎(43) 0758	矢板南病院	☎(48) 2555
かるべ皮膚科小児科医院	☎(43) 1210	なかじまクリニック	☎(48) 7701	谷仲医院	☎(48) 0800
かわしま循環器内科	☎(43) 5470	西川整形外科	☎(48) 2552	山田クリニック	☎(48) 1212

上記の医療機関（④・⑤に該当する方は塩谷地区の接種医療機関）以外で接種する場合は、医療機関の窓口で一旦接種費用を全額お支払いいただき、後日、担当課に必要書類（予診票、領収証、申請書など）を提出してい

ただ、償還払いとなります。
※医療機関によって実施期間が異なる場合がありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

高齢者用肺炎球菌ワクチン 予防接種費用を助成します

申請・問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

日本人の死亡原因の3位は肺炎です。特に高齢者や免疫不全の方は重症化しやすく、肺炎で亡くなる方の95%以上が高齢者です。そこで、高齢者用肺炎球菌ワクチンの予防接種費用を一部助成します。高齢者用肺炎球菌ワクチンは、肺炎の原因となりやすい23種類について感染を予防する効果があります。

希望される方は、申し込みが必要です。医療機関で接種を受ける前に、必ず健康増進課へお越しください。

対象（平成29年度）／※矢板市に住民登録がある方に限る
①65歳以上の方（昭和28年4月1日以前生まれの方）
②60歳以上65歳未満の方（昭和28年4月2日生～昭和33年4月1日生まれの方）で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、または、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害があり、身体障害手帳1級相当の方
個人負担額／4,000円
助成回数／生涯1回のみ（※過去に助成を受けた方は対象外）

テレビショッピング「ハズキルーペ」あります
で紹介された

メガネではなく
ルーペなんです
上手な使い方を
教えさせていただきます。

信頼の日本製
レンズ10年保証

補聴器選びは
お店選びから
認定補聴器技能者
菊地理

ご購入いただいてからが
本当のお付き合い。
いつでも相談できる
地元のお店をお選びください

補聴器
ジュエリきくち

ダイユー矢板店前 木曜定休

営業時間 10:00～19:00
43-1347

募集 星空観察会「星二願イヲ... キレイナ冬空ノ天体観測」

さえずる冬の夜空を観察しませんか？参加の際は、十分に暖かい服装でご参加ください。帽子や手袋の着用、靴下の重ね履きがおおすすめです。

日時／
11月25日(土)
18:15 矢板公民館(駐車場)集合
18:30 出発(市バスで移動)
19:00～20:30 天体観測
21:00 矢板公民館着・解散
場所／星ふる学校「くまの木」

対象・定員／
市内在住の小学4年生以上 25人 *先着順
(小・中学生は保護者同伴)
参加費／無料
講師／星ふる学校「くまの木」天文スタッフの皆さん
申込方法／
10月13日(金)～29日(日)に、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 親子わくわくチャレンジ教室「親子でアップルパイを作ろう！」

矢板のりんごを使って、アップルパイを作ってみませんか？

日時／11月25日(土)9:30～12:30
場所／片岡公民館 調理室
対象・定員／

5～10歳のお子さんと保護者 12組 *先着順
参加費／
1,200円程度(材料費)
*参加者数によって変動。当日集金します。

持ち物／
エプロン、三角巾、持ち帰り容器(20cm×20cm程度)、室内履き(お子さんのみ)
*持っている方は、めん棒、泡だて器(ハンドミキサーも可)
講師／野村 みどり 先生
申込方法／
10月20日(金)から、電話でお申し込みください。
申込・問い合わせ／
片岡公民館 ☎(48)0101
*月曜・祝日休館

第2期麻しん・風しん 予防接種はお済みですか？

第2期麻しん・風しん予防接種は、小学校入学前の年度に1回接種することになっています。今年度対象となるのは、平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれのお子さんです。

まだ接種が済んでいない場合は、早めに接種しましょう。定期接種として無料で接種できる期間は、**平成30年3月31日まで**です。

問い合わせ／子ども課 ☎(44)3600

社会的養護を担う 養育里親になりませんか？

養育里親とは、保護者のいない児童、または何らかの理由で保護者が養育できない児童を自分の家庭に迎え入れ、愛情を込めて養育して下さる方のことです。

養育期間は、①児童の社会的自立が可能になるまで、②保護者が児童を引き取れるようになるまでなど、児童の状況に応じて異なります。

養育里親になるためには、原則6日間の研修を受講していただきます。詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ／県北児童相談所 ☎0287(36)1058
市子ども課 ☎(44)3600

親子で遊ぼう

参加費記載なし…無料

～就学前のお子さんと保護者が対象～

泉保育所 ☎(43)0435

【どんぐりみつけた!】予
日時／11月10日(金)9:45～13:30
内容／秋の自然を感じながら、那須野が原公園に遠足に出かけましょう。

矢板保育園 ☎(43)0033

【リズムあそびを楽しもう】予 ※11/1まで
日時／11月8日(水)9:30～11:00
内容／リズムあそび。参加費／100円

こどもの森こころ保育園 ☎(48)1966

【森の秋祭りへようこそ!】予
日時／11月11日(土)11:00～14:00
参加費／親子で300円
内容／親子で森の秋祭りの雰囲気を楽しんでください。

つくし保育園 ☎(43)2411

【おもい会】予
日時／11月2日(木)10:00～11:30
内容／アツアツ・ホッカホカのお芋を食べよう。

ちゅーりっぷ保育園 ☎(44)0763

【葉っぱでお絵かきできるかな】予 ※5日前まで
日時／11月8日(水)10:00～11:00
内容／イチヨウの葉を使って製作。

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／11月17日(金)10:00～11:30
内容／専門講師による親子教室。参加費／200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。

エンジェル(矢板認定こども園) ☎(43)0470

【ママ作家さんによる♪手作りマルシェ&子供服リサイクル市】
日時／11月1日(水)10:00～12:00

【ベビーマッサージ体験教室】予
日時／11月7日(火)10:00～11:00
対象／生後2カ月～歩きだす前くらい
※予防接種後、24時間以内はできません。

【抱っこレッスン】予
日時／11月14日(火)10:00～11:00
対象／0～1歳くらい
※抱っこひもをご持参ください。

【ベビーヨガ体験教室】予
日時／11月28日(火)10:00～11:00
対象／生後10カ月～1歳2カ月くらい
※予防接種後、24時間以内はできません。

ほのぼのランド(泉保育所) ☎(43)0435

子育てについての相談を随時受け付けています。
日時／11月6・13・20・27日(月)10:00～11:30

ぴっころ保育園 ☎(43)0266

【ぴっころ&KMCコラボ】予
日時／11月2日(木)10:00～12:00
内容／ベビーマッサージ
参加費／500円

【Pクルーザー888に乗って出かけよう③】予
日時／11月17日(金)10:00～12:00
内容／おもちゃ博物館へ出かけよう。
参加費／1,000円

【X'masブーツを作ってサンタさんと呼ばう】予
日時／11月28日(火)10:00～12:00
内容／鈴や太鼓・トライアングルを鳴らして遊ぼう。
参加費／300円

矢板認定こども園 ☎(43)0470

【一緒にあそぼう】予
日時／11月16日(木)10:00～11:30
内容／りんご狩り 対象／0～3歳
参加費／無料(りんごの量り売りは実費)

かしわ幼稚園 ☎(43)5830

【一緒にあそぼう】予
日時／11月6日(月)10:00～11:30
内容／りんご狩り
参加費／500円

【ばんだくらぶ(1歳児対象)】予
日時／11月13・20日(月)10:00～12:30
内容／プチ入園(親子で登園、給食試食)
参加費／600円

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

つくしんぼ(つくし保育園) ☎(43)2411

日時／平日10:00～15:00

ぴっころクラブ(ぴっころ保育園) ☎(43)0266

日時／平日10:00～15:00
【とびだせ!ぴこくら】
ぴっころ保育園をとびだして、矢板児童館でお待ちしています。
日時／11月9日(木)10:00～12:00
場所／矢板児童館

ホットルーム・ベビーホット(すみれ幼稚園) ☎(44)2390

【ホットルーム】
日時／11月1・8・15・22日(水)10:00～11:30
【ベビーホット(0歳～よちよち歩きのお子さん限定)】
日時／11月2・9・30日(木)10:00～11:30
※毎週土曜日は園庭を開放しています。
※随時子育て相談を受け付けています。

プチ・フレンド(かしわ幼稚園) ☎(43)5830

お子さんたちが自由に遊べる空間をご用意しています。
日時／11月1・8・29日(水)10:00～11:30



“たかが掃除” “されど掃除”
気になる汚れ解消します!
入居率・集客率UP!に協力させて下さい。
空室・戸建クリーニング 水廻り・エアコン洗浄
アパート・マンション共用部
店舗ガラス・床クリーニング
安心価格!見積り無料! おそうじ隊501
株式会社 えん
矢板市2018-2
http://www.osouji501.com
mail: t-clean-service@wine.ocn.ne.jp
TEL 0287-43-1006

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

市有地販売情報 ～矢板に家を建てませんか？～

- 申込資格／
- ①都市計画法に規定されている用途地域にあった土地利用をする方
 - ②土地引き渡し後、善良な管理を行う方
- ※受付は随時行っています。
- 申込・問い合わせ／総務課 ☎(43) 1113

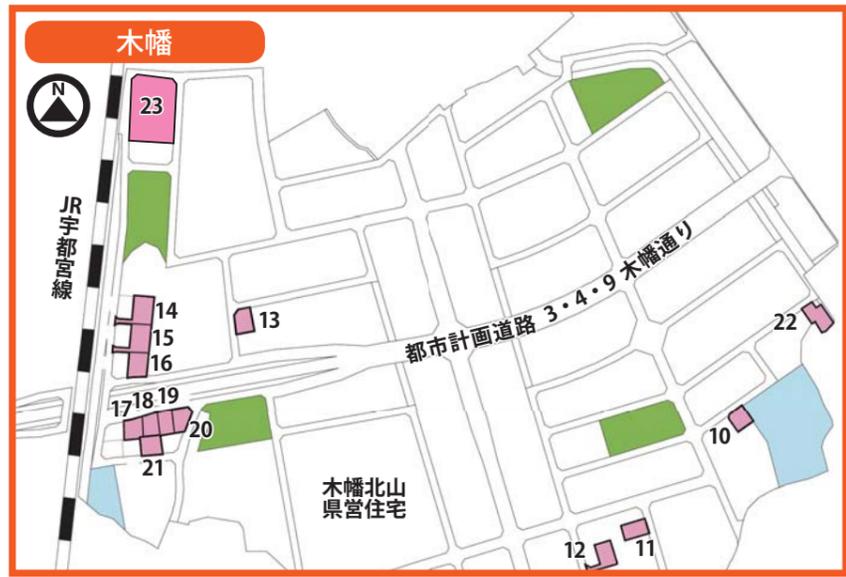
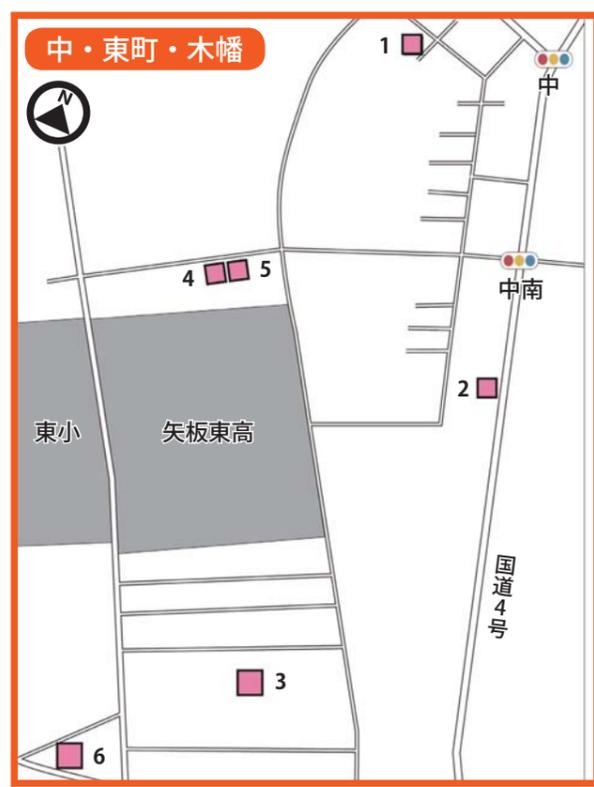
	大字	地番	面積 (m ²)	販売価格 (万円)	用途地域	
矢板駅東区画整理事業地ほか	1	中	2009-3	244.46	765	第二種低層住専
	2	東町	3019-3	329.74		売却済
	3	東町	1209-5	2,287.08	1,960	第一種低層住専
	4	東町	3004-4	441.48		売却済
	5	東町	3004-21	452.65		
	6	木幡	1308-8,-13 1314-1	1,670.39	1,568	第一種低層住専・第二種住居
つつじが丘	7	乙畑	1393-271	222.61	447	第一種低層住専
	8	乙畑	1393-272	216.82	436	
	9	乙畑	1393-274	222.51	447	
木幡土地区画整理事業地	10	木幡	2567-4	201.51	459	第一種低層住専
	11	木幡	2569-5	216.96		売却手続中
	12	木幡	2569-12	248.59	445	第一種低層住専
	13	木幡	2549-1	177.64		売却手続中
	14	木幡	2547-16	289.36	538	準工業
	15	木幡	2547-14	289.90	539	
	16	木幡	2547-12	287.42		売却済
	17	木幡	2586-2	228.95		売却手続中
	18	木幡	2586-3	229.26	422	準工業
	19	木幡	2586-4	229.23	438	
	20	木幡	2586-5	229.40	422	
	21	木幡	2586-8	239.88		売却手続中
	22	木幡	2566-2	319.70	611	第一種低層住専
	23	木幡	2543-1 2543-2	2,108.37	2,850	準工業



「暮らし」のびのび定住促進補助金制度をご活用ください。

矢板市では、マイホーム取得を応援しており、新たに住居を求める方に対して、補助金を交付しています。(たとえば…住宅新築+用地購入で補助50万円。さらに18歳以下の子どもがいる場合は1人につき5万円など) ぜひご活用ください。

問い合わせ／都市整備課 ☎(43) 6213



募集 水道料金検針票の広告

平成30年4月より、検針票のレイアウトを変更します。これに伴い、広告掲載が可能となりますので、広告掲載を希望する事業所・企業を募集します。

申込期限／10月31日(火)

対象／事業所・企業(市内外問わず)

掲載料／1枠につき120,000円(税込)

規格／大きさ 縦4.7cm×横5.3cm以内
色 単色刷り(青)

掲載箇所・枠数／検針票裏面に2枠

掲載期間／掲載検針票を使い切るまで

そのほか／

- ・今回印刷するのは600巻です。(1巻あたり検針票約180枚分になります。)
- ・検針は1月あたり、約6,500件です。
- ・申込方法などについては、お問い合わせいただくか、市ホームページ(トップページ>組織ですが>水道課>水道検針票 広告主募集)をご覧ください。

申込・問い合わせ／水道課 ☎(44) 1511

固定資産税の申告・届け出のお知らせ

土地と家屋(建物)には、固定資産税の課税に係る申告制度や各種届け出があります。次のような変更があった場合、所有者は速やかに申告書・届出書を税務課へ提出してください。

※関係書類は税務課にあります。市ホームページ「申請書配布サービス」からもダウンロードできます。

問い合わせ／税務課 ☎(43) 1115

こんな場合に	必要なもの	説明・手続き
住宅用地の内容を変更した場合	・住宅用地(変更)申告書 ・印鑑	専用住宅や併用住宅が建っている土地を住宅用地と言い、その面積によって特例措置が適用されます。住宅以外の建物(事務所、店舗など)を住宅用にまたはその逆など、用途を変更した場合は、速やかに申告書を提出してください。
土地の地目を変更した場合	・土地(地目変更)届出書 ・印鑑	固定資産税の課税地目は、登記簿の地目とは別に1月1日(賦課期日:課税の基準となる日)の現況で評価します。地目を変更した場合は、届出書を提出してください。 ※地目…土地の用途による分類(田、宅地など)
家屋を滅失・変更した場合	・家屋(滅失・変更)届出書 ・印鑑	取り壊しなどで家屋がなくなった場合や、増改築などで家屋の種類・構造・床面積などを変更した場合は、届出書を提出してください。
未登記家屋の納税義務者を変更した場合	・未登記家屋納税義務者(変更)届出書 ・新所有者および旧所有者の印鑑	売買・贈与・相続などで登記をしていない家屋の所有者(納税義務者)を変更した場合は、届出書を提出してください。
共有名義の代表者を変更した場合	・共有代表者(変更)届出書 ・新代表者および旧代表者の印鑑	土地、または家屋が共有名義で、その代表者を変更した場合は、届出書を提出してください。

市税等の滞納処分を強化しています

市税等を納期限内に納付している納税者との公平・均衡を図るため、次の取り組みを強化しています。

- 家宅捜索
自宅、事務所などに立入調査を行い、お金の換えられるものを差し押さえます。
- 自動車差し押さえ
所有している車をタイヤロックやミラーズロックなどで差し押さえます。
- 預貯金・生命保険・不動産の差し押さえ
勤務先、金融機関、保険会社、法務局などで調査を行い、所有している財産を差し押さえます。



問い合わせ／税務課 ☎(43) 1115

橋梁補修工事を実施します

11月から平成30年3月まで、市道泉・長井1号線に架かる「鹿島橋」、市道乙畑・大槻2号線に架かる「荒川橋」の老朽化対策や事前防災・減災対策の取り組みの



一環として補修工事を実施します。通行の支障となる場合もあるかと思いますが、ご協力をお願いします。

問い合わせ/建設課 ☎(43)6212



10月1日は浄化槽の日

～浄化槽 いつものために まさかのために～

●浄化槽は維持管理が大切です

浄化槽は、微生物の働きを利用して汚水を処理する装置のため、微生物が活動しやすい環境を保つように維持管理を行うことが大切です。浄化槽の維持管理は、保守点検、清掃および法定検査に分かれますが、浄化槽法でそれぞれ定期的実施することが義務付けられています。

●保守点検は登録業者に

浄化槽の保守点検は、機械の点検補修や消毒剤の補給などを行います。浄化槽保守点検業者の登録制度が実施されていますので、登録業者に委託してください。保守

点検を行う国家資格者として、浄化槽管理士があります。

●清掃は市町村長の許可業者に

浄化槽内に溜まった汚泥などを抜き取る作業(=清掃)は、市町村長の許可を受けた浄化槽清掃業者が行わなければいけないため、許可業者に委託してください。

●指定検査機関の定期検査を受けてください

浄化槽の使用開始後3～5カ月の間に、以後は1年に1回、栃木県知事が指定した検査機関の実施する法定検査を受けることが浄化槽法で義務付けられています。

問い合わせ/下水道課 ☎(43)6214

10月は土地月間

大規模な土地の取引には届出が必要です。一定面積以上の土地について売買などの取引を行った場合に、国土利用計画法に基づき、その利用目的などの届出が必要となります。

届出に必要な面積/

- ・市街化区域(矢板市にはありません) 2,000㎡以上
- ・その他の都市計画区域 5,000㎡以上
- ・都市計画区域外 10,000㎡以上

※個々の面積は小さくても、取得する土地の合計が上記の面積以上となる場合(一団の土地)には、個々の契約ごとに届出が必要です。

届出の必要な取引/

売買、交換、共有持分の譲渡、営業譲渡、譲渡担保、権利金等の一時金を伴う地上権、賃借権の設定、譲渡など
届出者/権利取得者(土地売買の場合は買主)
届出期限/契約日から2週間以内(契約日を含む)
届出書類/土地売買等届出書2部(正本1部、副本1部)
問い合わせ/総合政策課 ☎(43)1112

開催 巡回行政相談

10月16日(月)～22日(日)は「行政相談週間」です。国の行政への苦情や意見・要望、困りごとなどをお聴きし、その解決や実現の促進を図るとともに、行政運営の改善に役立ちます。

●巡回行政相談

10月21日(土) 10:00～12:00 片岡公民館
13:30～15:30 泉公民館

●定例の行政相談

毎月第1火曜日 9:00～12:00 市きずな館
(※1月のみ第3火曜日)

問い合わせ/秘書広報課 ☎(43)3764

ごみの焼却は禁止です

産業廃棄物だけでなく、一般家庭から出るごみの焼却も「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で禁止されています。法に反してごみの野外焼却をした場合、5年以下の懲役、もしくは1,000万円以下の罰金、またはこれらが併科されます。

■ごみ焼却の問題点

- ①においやすすにより壁や洗濯物が汚れるなど、近所の迷惑になります。
- ②発生した煙が道路交通の妨げになります。
- ③火の粉が飛び、火災の原因になります。
- ④ダイオキシンなどの有害物質が発生します。

■せん定した枝の処分について

庭木のせん定枝を空き地等に放置しておく、風で散乱して危険です。また、ご近所トラブルの原因にもなりますので、適正な処分をお願いします。せん定した枝は、次の施設に直接持ち込み、処分することができます。

持込先/

塩谷広域環境衛生センター(さくら市松島823)

受入時間/

平日 8:30～16:30(12:00～13:00は除く)
土曜 8:30～11:30 ※祝祭日も同様

持ち込む際の注意点/

枝の直径が10cm未満の場合、長さ180cm以下に、10cm以上の場合、長さ20cm以下に切断してください。

問い合わせ/くらし安全環境課 ☎(43)6755

宿泊体験学習「キャンプにゴー」を開催しました

8月19日(土)～20日(日)の1泊2日で、宿泊体験学習「キャンプにゴー」を開催しました。

この事業は、矢板・泉・片岡公民館合同による初の試みで、異学年や他校の児童と集団生活をする中で、自主性や協調性を高め、心豊かでたくましく生き抜く力を養うことを目的に、郷土資料館で開催されたもので、市内の小学4～6年生29人が参加しました。

1日目、手打ちうどんづくりや木の枝でオリジナルの鉛筆づくり、バーベキューなどを体験しました。雨のため、キャンプファイヤーではなく、体育館でキャンドルファイヤーを行いました。また、夜には雨も上がり、星空観察をしました。

2日目、朝食に牛乳パックでホットドッグ作りをし

ました。みんなで一緒に清掃をした後の閉会式の中で、児童たちは、「初めてする体験が楽しかった」「新しい友達ができうれしかった」などの感想があがりました。

また、2日間親元を離れたことで、家族への感謝の気持ちも感じられたようで、それぞれに夏休みのよい思い出となりました。

問い合わせ/矢板公民館 ☎(43)0469



「北の大地体験ツアー」を開催しました

8月17日(木)～21日(月)の4泊5日で、「第22回北の大地体験ツアー」を実施しました。

この事業は、塩谷地方ふるさと市町村圏事業の一環として、「であい・ふれあい・チャレンジ」をテーマに、次代を担う児童を育成するために開催されたもので、塩谷郡市内21校から小学6年生68人が参加しました。

1～2日目は、片岡公民館での出発式後、茨城県大洗港からフェリーで出発し、約18時間の船旅を経て、苫小牧港に到着しました。国立日高青少年自然の家へ向かい、ナイトハイキングを行いました。

3日目は、ラフティング(川下り)を体験しました。夜は、キャンプファイヤーの火を囲みながら、班の仲間とともに

に出し物を披露し、楽しみました。

4日目、札幌市時計台など、札幌市街地を散策。夜は、みんなで思いを込めて、Tシャツに寄せ書きをしました。そして、最終日には、羊ヶ丘展望台で、数々の功績を残したクラーク博士の銅像と記念撮影しました。

解団式では、保護者の前で全員元気に体験発表。たくさん仲間と共に考え、共に体験をし、多くのことを学ぶことができました。

問い合わせ/塩谷広域行政組合 ☎(48)2066



募集 「矢板市お元気マップ（仮称）」掲載店舗

「矢板市お元気マップ（仮称）」は、高齢者や障がいのある方が安心して外出できるよう、理解ある対応をしていただける協力店舗の簡易な所在地図、店舗外観、設備（車いす、トイレ、駐車場など）を紹介するマップのことで、

この「矢板市お元気マップ（仮称）」は、平成26年3月から社会福祉協議会で開始した「高齢者等外出支援マップ」の後継事業でもあり、社会福祉協議会と社会福祉課で作成を行ってまいります。だれでも、いつでも、どこへでも、自由に出掛けられる「やさしい街づくり」を進めています。

マップはB6サイズで、平成30年3月に発行および全戸配布を予定しています。また、マップは一度作成して終わりではなく、発行後も改訂を加えていきます。

現在、マップ掲載店舗を募集していますので、ご希望の方はぜひお問い合わせください。

募集期間／10月2日（月）～26日（木）
申込・問い合わせ／社会福祉協議会 ☎（44）3000

開催 第3回 市民公開講座 「在宅生活を続けるための支援」

在宅医療や介護保険制度についてわかりやすくお伝えします。皆さまお誘いあわせの上、ぜひお越しください。

日時／11月5日（日）10：00～12：00
場所／文化会館 小ホール

内容／
第1部 介護保険制度について
・矢板市内の介護サービスの特徴について
・介護保険申請からサービス利用までの流れについて
第2部 基調講演「在宅医療という選択」
講師 佐藤医院（那珂川町） 佐藤 充院長

定員／300人
主催／・塩谷郡市医師会
・矢板市介護サービス事業者連絡協議会
そのほか／入場無料。申し込みは必要ありませんので、直接会場までお越しください。
問い合わせ／塩谷郡市医師会 ☎028（682）3518
高齢対策課 ☎（43）3896

開催 第8回 交通安全のつどい

日時／10月17日（火）13：00～（12：00開場）
場所／文化会館 大ホール

趣旨／交通安全意識の高揚を図り、事故防止に寄与することを目的に開催する。

内容／
第1部 交通安全講話
第2部 アトラクション
（高齢者の事故防止に関する寸劇、お楽しみ抽選会）

参加資格／主催・協賛団体の会員、および趣旨に賛同する方
主催／・矢板市シニアクラブ連合会
・矢板地区シルバードライバークラブ
協賛／・矢板地区交通安全協会女性部会
・矢板市シルバー人材センター

そのほか／入場無料。申し込みは必要ありませんので、直接会場までお越しください。
問い合わせ／矢板市シニアクラブ連合会事務局（社会福祉協議会内） ☎（44）3000

開催 第1回矢板市消防まつり ～防災を学ぼう！～

日時／11月5日（日）13：00～15：30（12：30開場）
場所／文化会館 大ホールおよび周辺

内容／
・チャリティージャズライブ
演奏 堀 秀彰氏“Jazz Arrows”
・講演会「東日本大震災から学ぶ」
講師 武田 文子氏
・講演会「市民の安全と安心を守る」
講師 矢板消防署特別救助隊 神永隊長

そのほか／
・入場無料。申し込みは必要ありませんので、直接会場までお越しください。
・会場外で、消防車両乗車体験、水消火器体験、記念撮影、炊出しなども行いますので、ぜひご来場ください。
問い合わせ／くらし安全環境課危機対策班 ☎（43）1114

募集 交通教育指導員

募集人数／1人
賃金／月額 176,000円
任用期間／平成30年4月～平成31年3月（更新有、最長5年）
※研修引継期間：平成30年1月初旬～3月下旬
勤務時間／月～金曜日 9：00～16：00、月18日
勤務場所／くらし安全環境課危機対策班内
仕事内容／
・児童などに対する交通安全教育の実施
・幼児安全クラブ、交通安全母の会、シニアクラブ、その他社会教育学級などにおける交通安全教育の実施
応募資格／普通自動車免許所持
※交通安全活動経験者・保育士の資格を有する者は優遇

募集期間／10月10日（火）～11月30日（木）
応募方法／①履歴書（市販の履歴書に必要事項を記入、写真貼付）、②作文（「交通安全教育について」を題材に、市販の原稿用紙に400～600字程度、氏名記入）を直接提出してください。
選考方法／書類選考、面接
※面接の日時・場所は後日、連絡します。
そのほか／
・社会保障制度あり（健康保険、厚生年金、雇用保険など）
・制服・携帯品は貸与、年次休暇あり、諸手当なし
応募・問い合わせ／くらし安全環境課危機対策班 ☎（43）1114

開催 泉公民館からのお知らせ

泉地区の団体や泉公民館講座生など、地域が一丸となって盛り上げる「泉地域ふれあい祭り」を開催します。泉地区以外の方の参加も大歓迎です。ぜひお越しください。

そのほか／・入場無料。直接会場にお越しください。
・詳しくは、市ホームページをご覧ください。
問い合わせ／泉公民館 ☎（43）0402
*月曜・祝日休館

	日時	場所	内容
第22回泉地域ふれあい祭り	10月21日（土）10：00～12：30 *雨天時は22日（日）	泉公民館 泉保育所駐車場	模擬店、野点、バザー、子ども会ゲーム、グラウンド・ゴルフ、藤工芸体験など
第37回泉地区作品展	10月21日（土）10：00～12：30 22日（日）9：00～13：00	泉公民館 集会室	書、絵画、切り絵、3D、藤工芸、盆栽など

募集 チャレンジ教室 英語で楽しくあそぼう！～色々な国の人と友達になろう～

英語を取り入れた歌やゲームを楽しみながら、自然に英語にふれあいましょ。日時／11月18日（土）10：00～ 2時間程度
場所／泉公民館 集会室
内容／

体を使ったアクティビティ（だるまさんがころんだの国際版）、世界の料理（各講師が自国の伝統料理や食事情を紹介）、英語の歌を歌おう（体を動かしながら、楽しく英語でリズムを刻む）、じゃんけん列車ゲーム、英語のクイズ ほか
対象・定員／市内小学生 30人 *先着順
参加費／無料
講師／木村 由貴子先生・外国人の先生数名
持ち物／筆記用具、飲み物
申込方法／11月8日（水）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 本格中華料理教室（後期）

本場中国の家庭料理や薬膳料理を作ります。日時／11月～平成30年3月の第2土曜日 13：30～16：30 全5回
場所／矢板公民館 調理実習室
定員／12人 *申込者多数の場合は抽選
参加費／4,000円（材料費5回分）*初回に集金します。
講師／川俣 優子先生
持ち物／エプロン、三角巾、持ち帰り容器（必要に応じて）
申込方法／10月6日（金）～22日（日）に、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



レストルームを快適な・居心地のよいプライベートルームに！

あなたの希望に沿ったトイレ選びの
お手伝いをさせていただきます。

見積無料

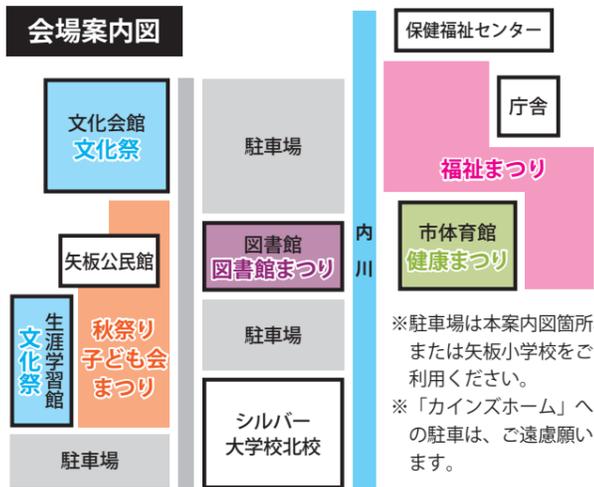
事務員募集中（正社員・パート）詳しくは当社まで！

市内唯一認定 **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

開催 文化祭・福祉まつり・健康まつり・図書館まつり
秋祭りを楽しもう・矢板地区子ども会まつり



第40回福祉まつり

障がいを持つ方もそうでない方も、子どもからお年寄りまでがともに楽しみ、交流を深め、さらに福祉活動に携わるボランティアグループを広く市民の皆さんに知っていただくために開催します。



当日は、泉中学校の全生徒がステージイベント（司会・書道パフォーマンスなど）や模擬店で大活躍！そのほか、矢板・片岡中学校の生徒もボランティアで参加します。ぜひお越しください。
 時間／11月3日（祝・金）10：00～14：00
 場所／市体育館周辺駐車場
 内容／
 ・模擬店 ・くじ引き ・バルーンアート無料配布など
 問い合わせ／社会福祉協議会 ☎（44）3000

第50回矢板市文化祭

たくさんのご来場をお待ちしています。

日時	内容	場所
11月1日（水） 11月3日（祝・金）	(1・2日) 9:00～16:00 (3日) 9:00～15:00	作品展 生涯学習館 体育室
11月3日（祝・金）	9:00 開場 9:30 開演	盆栽展 生涯学習館 ロビー
11月3日（祝・金）	9:00 開場 9:30 開演	芸能発表会 文化会館 大ホール

問い合わせ／文化祭運営事務局（生涯学習課）
☎（43）6218

**第9回秋祭りを楽しもう／
矢板地区子ども会まつり**

昭和の遊びに触れてみましょう。

時間／11月3日（祝・金）
10：00～14：30
場所／生涯学習館駐車場
文化会館前広場



内容／
 ・アトラクション ・模擬店
 ・昔あそび（竹とんぼ・ペーゴマ体験）など
 問い合わせ／生涯学習課 ☎（43）6218

健康まつり

この機会に自分のカラダ、見直してみませんか？

時間／11月3日（祝・金）
10：00～14：00

場所／市体育館

内容／
 ・からだの測定コーナー（体組成測定など）
 ・骨密度測定（先着100名）
 ・保健師による健康相談
 ・薬剤師によるお薬相談所
 ・健康づくりみどりの会コーナー
 ・国保・後期高齢者医療コーナー（パンフレット・資料配布）
 問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118



図書館まつり

日時	内容	場所
11月3日（祝・金）	9：00～ ※なくなり次第終了	本のリサイクル市 図書館 入口
	13：00～14：00 (12：30開場)	人形劇 図書館 視聴覚室

問い合わせ／図書館 ☎（43）5661

募集 歩き・み・ふれる歴史の道

市文化財愛護協会の会員による解説を聞きながら、安沢地区の文化財をめぐる。矢板の文化に触れながら、健康ウォーキングをしてみませんか？

日時／10月21日（土）9：00～12：00

8：50 安沢公民館駐車場集合

定員／40人 *先着順

参加費／100円（保険料）

*文化財愛護協会会員は無料

見学地／

萬屋・島屋跡、湯泉神社、中坪のヒイラギ、薬師堂、谷中のケヤキ、大乗寺跡など（※歩行距離約3.5km）

必要なもの／

飲み物、雨具、参加費、ウォーキングに適した服装

申込方法／

10月18日（水）までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ／生涯学習課 ☎（43）6218

募集 おさんぽクラブやいた

沢観音寺から歩いて、自然豊かな矢板を再認識してみませんか。普段、何気なく見ている植物名を覚えてもらったり、その地に伝わるお話を聞き、いにしえに思いをはせましょう。

日時／10月25日（水）*荒天中止

9：00 沢観音寺駐車場集合 11：30 解散予定

定員／20人 *先着順

参加費／無料

コース／

沢観音寺～沢村城跡～湯泉神社～將軍塚（豊田）～沢観音寺（※沢観音寺では、寺宝で県指定文化財でもある曜変天目茶碗（采目天目）の観賞ができます。）

必要なもの／飲み物、雨具、帽子、汗ふきタオル

申込方法／

10月22日（日）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

開催 かたおか軽トラ市

軽トラックの荷台などで、採れたての野菜や手作り品などを販売します。地元片岡の商店も出店します！

ぜひお越しください。

日時／11月5日（日）

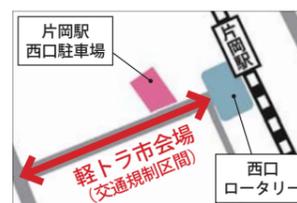
10：00～15：00

場所／JR片岡駅西口周辺

駐車場／片岡小学校校庭

*台数に限りがありますので、

公共交通機関をご利用ください。



11：00～ 苗木配布会

内容／2種類の苗木を約500本配布します。

問い合わせ／

緑化推進委員会（農林課内）☎（43）6210

問い合わせ／軽トラ市実行委員会（市商工会内）

☎（43）0272

**市内小学校運動会への
高齢者招待について**

学校名	開催日	招待対象者	連絡先
矢板小学校	10/21 (土)	75歳以上の方	☎（43）0043
東小学校			☎（44）2515
片岡小学校			☎（48）0510
乙畑小学校			☎（48）0610
豊田小学校			65歳以上の方 ☎（43）0332

上記の小学校で開催する運動会に、お近くの高齢者の方々をご招待します。対象になる各地区の高齢者の方は、ぜひご参加ください。

※東小学校、乙畑小学校へ参加を希望される方は、お手数でも事前に各学校にご連絡くださいますようお願いいたします。

問い合わせ／教育総務課 ☎（43）6217

今！静かなブームです
 懐かしむ・・・ゼンマイ巻の柱時計・腕時計など
 お手入れしてみてもいいですか。
 矢板市泉13-4 塩原街道・泉郵便局前 **河越時計店**
 TEL 43-0477

ご家庭なんでも応援隊 矢板・さくら店
 「ご家庭の困った」をお助けします!!
 不用品回収 ハウスクリーニング 庭木剪定
0120-123-326
 真田ジャパングループ 本部 那須塩原市井口198番地1
 ご家庭なんでも応援隊 検索

大切な一着にクリーニング
 寒くなる季節、衣替えの準備はお済みですか？洗濯のことなら、手洗い仕上げの当店にお任せください！お電話にて集配も承ります。
 今なら本券キリトリ
 持参の方に**500円分の割引券**を進呈します。
 洗濯工房本橋 ☎43-0639
 矢板市扇町1-9-3（前新通り）

開催 第28回 矢板たかはらマラソン

ランナーの皆さんへの声援をよろしく申し上げます。

日時／

11月12日(日) 10:00～

順次、選手スタート

交通規制／

10:00～10:30の間、幸岡交差点～カインズホーム前交差点が交通規制されますのでご注意ください。

問い合わせ／生涯学習課 ☎(43) 6218



消防団通常点検を実施します

10月14日(土) 8:00～12:00、矢板小学校校庭で、市消防団が通常点検を実施します。これは、消防自動車や消防器具等、緊急時に備えて、不備や欠陥がないことを点検するとともに、団員の士気高揚を図ることを目的とし、一堂に会して行うものです。自由にご見学いただけますので、ぜひお越しください。

なお、実施にあたり、**当日朝5:00にサイレンを吹鳴**します。多くの方が就寝中の時間であるため、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。また、火災発生と間違わないよう、ご注意ください。問い合わせ／くらし安全環境課危機対策班 ☎(43) 1114

開催 栃木県労働委員会による労働相談会

日時／10月27日(金) 13:00～19:00

場所／トコトコ大田原 3階市民交流センター 小会議室1

内容／労使関係トラブルに関わる相談

参加費／無料

講師／

栃木県労働委員会委員(弁護士等)

その他／

予約者優先(当日参加も可)、相談時間1時間以内

予約・問い合わせ／

栃木県労働委員会事務局 ☎028(623)3337

市商工観光課 ☎(43)6211

開催 人権フェスタ

日時／11月11日(土) 13:00～

場所／宇都宮共和大学那須キャンパス 大講義室

内容／人権教育講演会

「私を助けて!～即興劇で考えるいじめ問題～」

講師／・鹿沼家庭教育オピニオンリーダーせせらぎ会

・臨床心理士 丸山 隆氏

主催／那須人権啓発活動地域ネットワーク協議会

*上記協議会は県北市町などから構成されており、矢板市もその一員です。来年度の「人権フェスタ」は矢板市で開催予定です。

問い合わせ／

那須塩原市社会福祉課 ☎0287(62)7135

市くらし安全環境課 ☎(43)6755

開催 障がい者スポーツ大会

どなたでもご参加いただけます。みんなでワイワイスポーツを楽しみましょう。

日時／10月22日(日) 9:30～(9:00受付開始)

場所／市体育館

参加費／無料

申込方法／

10月13日(金)までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ／社会福祉課 ☎(43)1116

トレーニングセンター 改修工事のお知らせ

11月6日(月)～平成30年2月に、農業者トレーニングセンターの改修工事を予定しています。工事期間中、アリーナはご利用いただけません。トレーニングルームは17:00までご利用いただけます。

また、片岡運動場の利用申し込みは、変わらずトレーニングセンター窓口で行います。ご不便をお掛けしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

問い合わせ／農業者トレーニングセンター ☎(48)0680

一期一会を大切に 小さな葬儀社

家族葬ホール 矢板ホール
ゆったりホール 椿の花斎苑

もしもの時、ご心配な時は、いつでもお電話ください

☎0287(48)6785(365日24時間対応)

会員様も 人形供養祭 11月12日(日)



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



小さな葬儀社 ⑩
矢板市片岡1913-25
電話 0287(48)6785



募 集

県市町村総合事務組合職員

採用人数／若干名
 受験資格／
 昭和63年4月2日から平成8年4月1日までに生まれた方
 試験日／1次試験 11月19日(日)
 2次試験 12月中旬
 受付期間／
 10月16日(月)～30日(月) *必着
 申込・問い合わせ／
 県市町村総合事務組合
 ☎028(625)3011

心豊かな青少年を育む県民の集い参加者

日時／11月4日(土) 13:30～16:30
 場所／栃木市岩舟文化会館
 内容／栃木県少年の主張最優秀賞発表、佐久間レイ氏講演会ほか
 主催／栃木県青少年育成県民会議

*当日は、矢板市役所から送迎バスが出ます。
 参加費／無料
 定員／15人程度 *先着順
 申込方法／
 10月16日(月)までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ／
 矢板市青少年育成市民会議 齋藤
 ☎090(3476)9675

バレーボール体験会

バレーボールを楽しみませんか？
 動きやすい服装でお越しください。
 日時／10月9日(祝・月) 10:00～12:00
 場所／市体育館
 対象・定員／市内小学生 30人
 持ち物／
 体育館シューズ、タオル、飲み物
 申込方法／
 10月8日(日)までに電話でお申し込みください。(※当日参加も可)
 申込・問い合わせ／
 白相 ☎090(8000)4103

お知らせ

議会報告会・意見交換会

日時	場所
10/11(水) 19:00	片岡公民館 コミュニティホール
10/12(木) 21:00	泉公民館 集会室
10/13(金)	文化会館 小ホール

そのほか／申し込みは必要ありません。
 問い合わせ／
 議会事務局 ☎(43)6216

とちぎ景観展

県内の美しい景観のパネルや、景観形成の取組内容などを展示します。
 期間／10月30日(月)～11月10日(金)
 場所／県庁舎本館 15階
 展望ロビー企画展示ギャラリー
 問い合わせ／
 県県土整備部都市計画課
 ☎028(623)2473

不動産無料相談会

日時／10月16日(月) 13:30～15:30
 場所／保健福祉センター 2階 会議室
 相談員／県北支部相談担当委員
 内容／不動産相談 ※予約制
 問い合わせ／
 (公社)県宅地建物取引業協会県北支部
 ☎0287(62)6677

秋の山野草展

日時／10月14日(土) 10:00～16:30
 15日(日) 9:00～15:30
 場所／片岡公民館 コミュニティホール
 内容／単品植え、寄せ植えの作品展など
 入場料／無料
 問い合わせ／片岡山野草会 谷田方
 ☎(48)0146

第5回 デイサービスセンターひだまりみんなの作品展

日時／11月11日(土) 9:30～15:30
 場所／デイサービスセンターひだまり
 内容／パッチワーク、デッサン、写真、貼り絵など
 問い合わせ／
 デイサービスセンターひだまり
 青木 ☎(40)0345

第5回 市民公開講座

「てんかんと暮らす」ための知識
 -患者さんと社会の理解を深めるために-
 日時／10月21日(土) 14:00 開演
 場所／文化会館 小ホール
 定員／250人
 参加費／無料
 講師／国際医療福祉大学塩谷病院
 副院長 小黒 恵司 医師
 申込方法／電話でお申し込みください。
 申込・問い合わせ／
 国際医療福祉大学塩谷病院
 ☎(44)1155

第4回精神障害者家族教室

日時／10月23日(月) 14:00～16:00
 場所／栃木県矢板健康福祉センター
 対象／精神障がい者の家族、支援者等

内容／

講話「障害福祉サービスについて」
 そのほか／申込不要。参加費無料。
 問い合わせ／
 栃木県矢板健康福祉センター
 保健衛生課 ☎(44)1297

第9回きつれ川矯正展

日時／10月28日(土) 9:30～15:00
 場所／喜連川社会復帰促進センター
 内容／施設内見学、展示即売、各種イベント、模擬店など
 そのほか／入場無料。雨天実施。
 問い合わせ／
 喜連川社会復帰促進センター
 ☎028(686)3111

塩谷広域おすすめ情報

さくら市

第72回 春の院展 栃木展
 90点もの豪華な日本画の展示をぜひお楽しみください。
 期間／10月14日(土)～11月19日(日)
 開館時間／
 9:00～17:00 (入館は16:30まで)
 ※休館日や観覧料等はお問い合わせください。
 場所／さくら市ミュージアム-荒井寛方記念館-
 問い合わせ／
 さくら市ミュージアム-荒井寛方記念館-
 ☎028(682)7123

高根沢町

たんたんまつり～花火と食と遊びの祭典 with ハロウィーン～
 日時／10月28日(土) 10:00～19:00
 *雨天時は29日(日)に順延
 場所／麒麟ビール所有地(工場跡地)
 内容／熱気球体験、たんたんライブ、模擬店、打ち上げ花火など
 問い合わせ／
 たんたん祭り実行委員会
 (高根沢町産業課)
 ☎028(675)8104

塩谷町

道の駅「湧水の郷しおや」収穫祭
 日時／10月29日(日) 10:00～15:00
 場所／道の駅「湧水の郷しおや」
 内容／女川産さんまのつかみ取り(1回500円)、新米食べくらべなど
 問い合わせ／
 塩谷町産業振興課
 ☎0287(45)2211

不用品登録情報

問い合わせ／
 消費生活センター(くらし安全環境課)
 ☎(43)3621

譲ります

・電動ろくろ(陶芸用具)

譲ってください

・なし

図書館

開館時間/ 9:00~20:00
11月の休館日/ 6・13・20・27日(月)
貸出点数/全15点 貸出期間/2週間
問い合わせ/図書館 ☎(43)5661

館内案内コーナー

図書館からの
オススメ本を紹介する
「ごくん、りんちゃん
この本読んだ？」は春と秋の
年2回発行しています。



小さなお子様向けのものと中学生向けYA編の2種類があります。簡単な内容紹介も載せていますので、「家読」にもご活用ください。

◆新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ



まるごとお灸百科
岡田明三 医道の日本社
体質診断からお灸の治療法までを解説するほか、もぐさの原料となるヨモギの種類やもぐさの製法、多様な灸療法、お灸製品も紹介します。

しま山100選
警視庁生きものがかり
くらしの昭和史
鉄道切符ガイドブック
マツリカ・マトリヨシカ

福原秀一郎
小泉和子
澤村光一郎
相沢沙呼
ほか

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

◆映画会 毎月第4土曜日に映画会を開催しています。お気軽にご来館ください。(無料・申込不要)

作品/新・御宿かわせみ
旅籠「かわせみ」の女主人・るいは、東吾と結ばれ満ち足りた暮らしを送っていたが、東吾は戊辰戦争へ出征し、行方不明となってしまう。その後、東吾の消息を聞き及んだるいは心を揺らす…。
日時/ 10月28日(土) 14:00~15:30(開場13:30)
場所/ 図書館2階 視聴覚室

◆開館時間の変更・休館のお知らせ

- 10/14(土) やいた花火大会による閉館時間変更
道路・駐車場規制のため、閉館時間が17:00となります。あらかじめご了承ください。(※荒天時は15日(日))
●10/23(月)~26(木) 特別整理期間による休館
蔵書の一点検作業のため、休館します。休館中の返却は、図書館正面玄関左側の「返却ポスト」にお入れください。(※視聴覚資料・他館からの借受資料は除く) ご協力をお願いします。

【児童書】 ★今月のオススメ



知ってる?空手道
町田直和 ベースボール・マガジン社
形は何のためにやるの?組手ではどこを狙えばポイントになるの?形、組手の基本技術やルールなどを、クイズ形式でわかりやすく解説します。

恐怖!なぞなぞじごくめぐり
ながたみかこ
おもちゃの迷路
香川元太郎
サーティナイン・クルーズ25
小浜杏
もしかしてオオカミ!?
ヴェロニク・カブラン
だいぶつさまのうんどうかい
荻田澄子
ほか

文芸 詩 村上 周司 選

先行きに思う 和地 由紀子

六十歳 還暦いよいよ六十歳かと: 少し妙な気持ちを抱いたあの時

七十歳 古稀 あの日からもう十年が過ぎた事に

時の経つ早さに驚きを感じる

七十七歳 喜寿の七十七歳には然程気にせず迎える事が出来た

八十歳 月日が進むごとに農家の仕事の重い物に力が入らない

少しの重さにも疲れを覚え動く事が億劫になる

一年の半ばを過ぎた頃 こんな調子で何時迄健康でいられるのか

今や日本人の寿命は延びて長生きの時代:

回りの年配の人達の現在を見ている今

先行き不安となる

然るにベッドに入ってもどんな最後を迎えるのかと思うと

きりが無く淋しい結末へと想像が続く

兎に角その時期を迎える迄は元気でお願い 毎日を過ごそうと

プラス思考を考えて生きようと思おう

因みに私は今GGを週に五日の運動と

している

次回作品募集 種目/短歌 期限/10月20日(金) *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。

ともなひ文芸祭り誌上大会作品募集中! 募集期間/10月13日(金)まで
詳しくは、市ホームページ、または広報やいた7月号25ページをご確認ください。

道の駅やいた

◆りんごフェスタ

りんごジュースの試飲・りんごを使ったお菓子の試食会を行います。
日時/ 10月22日(日) 9:00~ ※無くなり次第終了
場所/ 旬鮮やいた前軒下

◆やいたブランドフェア

やいたブランド大集合! 試食・試飲がもりだくさんの販売会を開催します。
日時/ 10月28日(土)・29日(日) 10:00~15:00
場所/ イベントスペース
問い合わせ/ 矢板市商工会 ☎(43)0272

※10月14日(土)(※荒天時は15日(日))のやいた花火大会開催時は、旬鮮やいた・つつじ亭ともに臨時休業します。駐車場も10:00~21:00の間は駐車できませんので、あらかじめご了承ください。

城の湯温泉センター

◆ビンゴ大会

花火大会にあわせ開催します。どなたでも参加OK!
日時/ 10月14日(土) 16:30~ *荒天時は15日(日)
場所/ 城の湯温泉センターロビー
参加費/ カード1枚100円(1人5枚まで)
※事前購入可能です。受付までお申し付けください。
定員/ 150人

◆やいた花火大会を観覧しませんか?

城の湯温泉センターから、美味しい料理とともに花火を観覧しませんか?
日時/ 10月14日(土) 17:00~ *荒天時は15日(日)
場所・定員
城の湯温泉センター
多目的室(和室) ...2組(1室4~10人まで)
研修室(和室) ...2組(1室6~12人まで)
料金/
食事代...1人2,000円、部屋代...1室1,000円
※飲み物は別料金、子ども用メニューあり。
※詳細は、電話またはフロントでお聞きください。

※改修工事のため、ふれあい館は「11月~平成30年3月」までの間、休館を予定しております。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解の程、よろしくお願いたします。

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

◆さんまプレゼント

東日本大震災復興企画! 道の駅やいたで1,000円以上お買い上げの方に「さんまプレゼント」チケットを進呈します。
※さんま漁の終了および漁獲量により、内容を変更する場合がございます。
日時/ 11月3日(祝・金) 9:00~
※無くなり次第終了
場所/ 道の駅やいた特設会場

◆定休日

- 旬鮮やいた・つつじ亭...10月11・25日(水)
●エコモデルハウス...毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は翌日)
※駐車場・トイレは24時間使用可能

開館時間/ 10:00~21:00 11月の休館日/ 6・20日(月)
利用料/ 大人(中学生以上)500円 65歳以上・小学生400円
問い合わせ/ 城の湯温泉センター ☎(44)1010
ふれあい館 ☎(43)2115

◆サービスデー

- 第3日曜日『家庭の日』は小学生200円割引
→10月15日(日)、11月19日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→10月26日(木)、11月26日(日)

◆運動教室 ~どうぞお気軽にご参加ください~

- 場所/ 城の湯温泉センター研修室、またはふれあい館ふれあいの間
申込方法/ 城の湯温泉センターに直接、または電話でお申し込みください。
参加費/ 1回500円
定員/ 各回12人(空きがあれば当日受付可)
※詳細は城の湯温泉センターにお問い合わせください。
●3B体操教室(講師: 田中 美知子先生)
日時/ 10月13・27日(金)
11月10・24日(金) いずれも11:00~
●初心者ピラティス(講師: 藤田 明湖先生)
日時/ 10月4・11・18日(水)
11月1・8・15・22日(水) いずれも10:30~
●初心者ヨガ教室(講師: 八木沢 里美先生)
日時/ 10月4・11・18・25日(水)
11月1・8・15・22日(水) いずれも13:30~



日	月	火	水
			1
5	6	7	8
<p>当番 佐藤病院 ☎(43) 0758 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>延長窓口 休 図書館・城の湯</p> <p>4カ月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年6月生</p>	<p>えほんひろば 時間/ 10:00~ 場所/ 勤労青少年ホーム</p>	<p>赤ちゃんのじかん 時間/ 10:30~12:00 (読み聞かせ11:00~11:30) 場所/ 図書館</p>
12	13	14	15
<p>当番 村井胃腸科外科クリニック ☎(40) 3055 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>延長窓口 休 図書館</p>		<p>乳幼児健康相談 予 受付/ 9:30~10:30 場所/ 保健福祉センター 内容/ 身体測定、健康・栄養・心理相談</p>
19	20	21	22
<p>当番 谷仲医院 ☎(48) 0800 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>延長窓口 休 図書館・城の湯</p>	<p>えほんひろば 時間/ 10:00~ 場所/ 勤労青少年ホーム</p> <p>3歳6カ月児健診 受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成26年5月生</p>	
26	27	28	29
<p>当番 上田医院 ☎(43) 7766 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>延長窓口 休 図書館</p>	<p>乳幼児健康相談 予 受付/ 13:30~14:30 場所/ 保健福祉センター 内容/ 身体測定、健康・栄養・心理相談</p>	<p>3カ月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年8月生</p>

木	金	土
2	3	4
	<p>当番 西川整形外科 ☎(48) 2552 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>矢板時間 12:00~76.4PM</p> <p>おはなしのじかん 時間/ 14:00~ 場所/ 図書館 内容/ 図書館スタッフによる読み聞かせ</p> <p>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30</p>
9	10	11
	<p>2歳児歯科健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成27年11月生</p>	<p>矢板時間 12:00~76.4PM</p> <p>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</p> <p>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30</p>
16	17	18
<p>10カ月児健診 受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年1月生</p>	<p>育児教室 ストロベリー 予 受付/ 13:00~13:15 場所/ 矢板公民館 対象/ 平成29年3~4月生 内容/ 離乳食の進め方(中期)</p>	<p>矢板時間 12:00~76.4PM</p> <p>ポットタイム 時間/ 14:00~ 場所/ 図書館</p> <p>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30</p>
23	24	25
<p>当番 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30</p>	<p>育児教室 メロン 予 受付/ 13:00~13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年7~8月生 内容/ 子どもの健康管理</p>	<p>矢板時間 12:00~76.4PM</p> <p>障がい児和太鼓体験教室 時間/ 10:30~11:30 場所/ 市体育館 費用/ 300円(兄弟参加400円、初回無料) 問合/ 障がい児者相談支援センター ☎(40) 0886</p> <p>夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30</p>
30		
<p>1歳6カ月児健診 受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成28年5月生</p>		

2017

11

November

こども

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

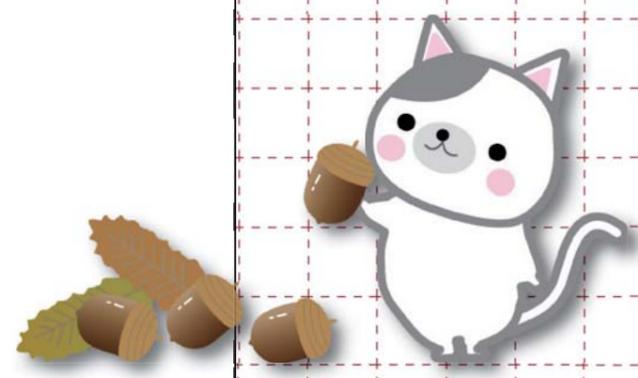
塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30~21:30
 ※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関によりますので、必ず電話でご確認の上、受診してください。

健診 相談・育児教室
 予約・問合/
 子ども課 ☎(44) 3600

図書館
 問合/図書館 ☎(43) 5661

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

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



日	月	火	水
未来づくり懇談会 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 問い合わせ/秘書広報課 ☎(43) 3764			
14日(火)	18:30~19:30	東乙畑	東乙畑自治公民館
5	6	7	8
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 18:30~21:30	はつらつ体操 時間/10:00~11:30 百歳健康教室 時間/13:00~14:00 はつらつ健康体操 予 時間/10:00~12:00	行政相談 時間/9:00~12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764 詩舞 時間/10:00~13:00	ハワイアンダンス 時間/10:00~12:00 手芸 時間/13:30~16:00
12	13	14	15
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 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	はつらつ健康体操 予 時間/10:00~12:00	人権相談 時間/10:00~15:00 場所/保健福祉センター2階相談室 問合/くらし安全環境課 ☎(43) 6755 詩舞 時間/10:00~13:00 コカリナ 予 時間/13:30~16:00	成年後見相談会 予 時間/10:00~12:00 場所/きずな館 問合/地域包括支援センター ☎(43) 4611 障がい者フリースペース 時間/13:00~16:00 場所/矢板公民館 団体事務室 問合/社会福祉課 ☎(43) 1116 ハワイアンダンス 時間/10:00~12:00 手芸 時間/13:30~16:00
19	20	21	22
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 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	百歳健康教室 時間/13:00~14:00 はつらつ健康体操 予 時間/10:00~12:00	誕生会(10月~12月生まれ) 予 時間/10:00~12:30 費用/実費 定員/20人 かんたん料理 予 時間/10:00~13:00 費用/実費 手芸 時間/13:30~16:00	絵手紙教室 予 時間/10:00~12:00 費用/実費 新聞ちぎり絵 予 時間/13:30~16:00
26	27	28	29
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 18:30~21:30	はつらつ健康体操 予 時間/10:00~12:00 健康栄養相談 予 時間/9:00~12:00 13:00~16:00 場所/保健福祉センター 費用/無料 予約・問合/健康増進課 ☎(43) 1118	レッツ!よさこい 時間/10:00~11:30 詩舞 時間/10:00~13:00	たのしい折り紙 時間/10:00~11:30 ハワイアンダンス 時間/10:00~12:00

文化会館 ☎(43) 2212 休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)			
日時	行事名	入場方法	場所
3日(金)	9:00~ 矢板市文化祭	無料	大ホール
	10:00~14:30 秋祭りを楽しもう		小ホール
11日(土)	9:00~17:00 共催映画	有料	大ホール
11日(土) 12日(日)	9:00~18:00 一文字書道コンクール	無料	小ホール
14日(火)	9:00~12:00 若葉学級	関係者	

木	金	土
2	3	4
詩吟 予 時間/10:00~12:00 絵手紙教室 予 時間/10:00~12:00 費用/実費 新聞ちぎり絵 予 時間/13:30~16:00	当番 西川整形外科 ☎(48) 2552 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	矢板時間 12:00~7:45PM 詩舞 時間/10:00~12:00 手芸(初心者・小物作り) 予 時間/13:30~16:00 費用/実費 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
9	10	11
絵手紙教室 予 時間/10:00~12:00 費用/実費 新聞ちぎり絵 予 時間/13:30~16:00	交通事故相談 予 時間/10:00~12:00 13:00~16:00 場所/保健福祉センター2階相談室 問合/くらし安全環境課 ☎(43) 6755 やさしいフラダンス 時間/13:00~15:00 電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00~11:30 はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	矢板時間 12:00~7:45PM 結婚 卓上ホッケーと輪投げ(世代間交流) 予 時間/10:00~11:30 費用/無料 定員/小学生・65歳以上の方 計10人 詩舞 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 時間/13:30~16:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
16	17	18
詩吟 予 時間/10:00~12:00 コカリナ 予 時間/13:30~16:00	やさしいフラダンス 時間/13:00~15:00 はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	矢板時間 12:00~7:45PM 詩舞 時間/10:00~12:00 手芸(初心者・小物作り) 予 時間/13:30~16:00 費用/実費 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
23	24	25
当番 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室しおや ☎(44) 1155 18:30~21:30	電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00~11:30 やさしいフラダンス 時間/13:00~15:00 はつらつダンス 予 時間/10:00~12:00	矢板時間 12:00~7:45PM クッキング(世代間交流) 予 時間/10:00~11:30 費用/100円 定員/小学生・65歳以上の方 計10人 詩舞 時間/10:00~12:00 輪投げ・卓球バレー(多世代交流) 時間/13:30~16:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
30	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、ルームランナー、卓球、血圧計 そのほかの行事/ 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、マッサージ機 乗馬マシン、フィットネスバイク、ペタンク、血圧計 そのほかの行事/ 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)		

2017
11
 November
 おとな

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

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

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

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

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

結婚 = 結婚相談窓口 予
 時間/10:00~12:00 場所/きずな館
 予約・問合/やいた未来クラブ事務局
 ☎(44) 3000

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

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



やいた☆クッキン GOOD

～たかしくんとりんごちゃん煮～
 (りんごのコンポート)



★アイスクリームを添えたり、ヨーグルトに入れても Good!
 ほかに、アップルパイやアップルトーストなど、いろいろアレンジしてお楽しみください。
 (レシピ提供元：矢板高校栄養食物科)

- 材料**
- ＜たかしくん煮＞
 ・りんご…………… 1個*
 A { 白ワイン……………150g
 水……………170g
 砂糖……………100g
 レモンスライス… 1枚
 バニラエッセンス… 少々
- ＜りんごちゃん煮＞
 ・りんご…………… 1個*
 B { 赤ワイン……………150g
 水……………170g
 砂糖……………100g
 クローブホール… 3粒
 シナモンパウダー… 少々
- *りんごは皮をむいた後の重さが 300g 程度

- 作り方**
- ①りんごは 8 等分に切り、皮をむく。
 - ② A と B をそれぞれ火にかけ、沸騰させる。
 - ③①のりんごをそれぞれ加え、落としふたをして、弱火で 15 分を目安に煮る。
 - ④冷ました後、密封容器に入れ冷蔵庫で冷やせば、できあがり！早めに食べきるようにしましょう。

「たかしくん」と「りんごちゃん」って？
 料理の名前になっている「たかしくん」と「りんごちゃん」は、矢板高校の森生まれのドンダリの妖精で、矢板高校のマスコットキャラクターになっています。2人の名前は、高原山とりんごに由来しています。



《編集後記》 いいあんどわね～

カラリと晴れる日が増えてきました。自転車で遠出するのにとてもよい季節です。澄んだ青空の下、爽やかな汗をかくのは気持ちがいいものです。実りの秋、食べ物もおいしい季節ではありますが、食欲に見合うだけの適度な運動も心掛けたいと思います。(葵)

表紙の写真で栄養食物科の生徒さんが持っている「りんごのコンポート」を試食させていただきました。＜たかしくん煮＞は甘くて、＜りんごちゃん煮＞はちょっぴり大人の味。とってもおいしかったので、上のレシピを参考に作ってみたいと思います。(凜)

秋といえば、食欲・スポーツ・芸術・読書などなど、連想されることがたくさんあります。さらに行事や楽しいイベントも盛りだくさんの季節です。皆さんはどんな秋を楽しみますか？私は食べすぎに注意しながら、いいあんどわねに食欲の秋を楽しむ予定です。(双)

ソフィアの宝の山発見！オリエンテーリング

全日本大会開催地「オリエンテーリングの聖地」矢板で

①宝探しオリエンテーリング ②子ども体験遊びリンピック ③プランター苗植え ④文芸活動

入賞者には 漫画家・松本零士先生のメダルと賞状を進呈!

＜日時＞ 10月15日(日) 10:00～15:00
 ＜場所＞ 矢板運動公園
 ＜対象＞ 5歳以上ならどなたでも
 ＜定員＞ 200名(先着順)
 ＜参加費＞ ①②…100円(保険代)、③④…無料
 ＜申込方法＞ 10月10日(火)までにチラシの申込書、または氏名・性別・年齢・住所・電話番号・①～④のうち参加希望の番号を記載し、直接または郵送でお申し込みください。
 ※参加費は、直接の場合は現金、郵送の場合は現金書留で同封ください。

＜申込・問い合わせ＞
 〒329-2142 矢板市木幡 2054-1
 青少年リーダー育成・子育て生涯学習支援 ソフィア 代表 高瀬 ☎090-3401-1755
 ✉ sophia_yaita@yahoo.co.jp

無料だから みんなで楽しむナリ～!

花いっぱい運動

Vサインで疾走

壇上で表彰

山川先生からのオリエンテーリング説明

24時間電話自動応答 ☎(43)5151

*詳しくは Facebook をご覧ください。