

YAITA 9

やいたCMコンテスト2017
「い～もんめえ～っけ！」
作品大大大募集中！！
審査するのも皆さんナリよ！



★部門は4つ！

★長さは
30秒程度！

★撮影機材は
スマホでも
OK！

一般の部

高校生の部

中学生
以下の部

企業の部





広報やいた 9月号情報

TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 9月1日はボウサイの日
- 6 【シリーズ矢板創生】第3回
- 8 まちの話題
- 12 暮らしいきいきコーナー
- 14 子育てコーナー
- 16 市からのお知らせ
- 24 まちの情報掲示板
- 26 施設からのお知らせ
- 28 やいた☆クッキング GOOD

人口 (8月1日現在)

33,219人 (△21)
 男 16,490人 (△8)
 女 16,729人 (△13)
 13,171世帯 (15)
 出生 14人
 死亡 28人
 転入 70人
 転出 77人
 ()内は7月1日との比較
 △は減
 ※住民基本台帳をもとに算出

表紙の写真

表紙は、現在開催中の「やいた CM コンテスト 2017」の撮影に取り組むともなりくんの様子をまとめたものです。このコンテストは、皆さんの視点から見たさまざまな「矢板市の魅力」を動画にして発信することで、矢板市をより多くの方にPRし、活性化につなげたいとの思いから開催しています。

作品に用いる機材は動画が撮影できれば何でもOK! もちろん、スマートフォンでも大丈夫です! また、グランプリをはじめ、各賞は皆さんの「高評価」や「再生回数」で決定します! ぜひ応募にも審査にもご参加ください!

皆さんが 好きだと思っ
 「い〜もん」を 伝える動画
 待ってるナリよ〜♪



★応募規格、応募方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください!



市ホームページ

★サンプル動画、制作上の注意点、応募作品は、本コンテストのYouTubeページでご覧いただけます。



YouTube

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



乙畑 鈴木 いちは 一生くん



片岡 大谷 ゆうま 侑正くん



中 福田 れん 蓮くん

9月1日は ポウサイの日

日本は、位置、地形、地質、気象等の自然的条件から、さまざまな災害が発生しやすい国土となっています。

近年、全国的に頻発している大雨ですが、「集中豪雨」は同じ場所で数時間強く降り続く雨、「局地的大雨」は狭い範囲で数十分の短時間に急に強く降る雨のことを指します。これらが起きると、中小河川のはん濫や土砂崩れ、がけ崩れなど、大きな被害が予想されますので、気象情報には十分注意し、万全の対策をとるようにしましょう。



災害からの被害を軽減するためには、これまで発生した災害から得られた教訓を生かし、日常から災害時の被害軽減につながる備えを十分に行うとともに、災害時に迅速かつ適切な防災活動を行うことが重要です。

皆さんは、「自助」「共助」「公助」という言葉を聞いたことがありますか？

- 自助＝自分や家族のことを自ら守ること
- 共助＝地域コミュニティで共に助けあうこと
- 公助＝行政や警察、消防などによる救助・支援

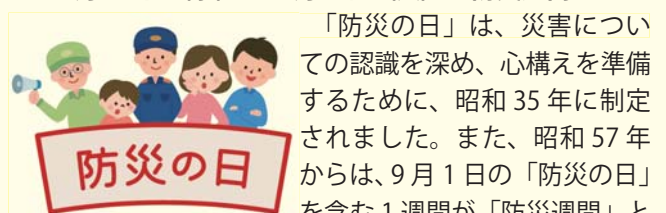
防災の基本は「自助」です。自分を守らなければ、知人・隣人などを助けることはできません。「自助」を行

うからこそ、「共助」につながります。つまり、「救助される人」ではなく、「救助する人」になることが大切なのです。

大規模災害が起こった時には、行政や警察、消防なども、同時に全ての現場に向かうことはできませんし、自衛隊など被災地の外からの応援の到着には時間がかかります。救出活動も消火活動も、早く始めるほど、そして、多くの人に参加するほど、被害を小さく抑えられます。つまり、災害が起きてすぐに重要なのは「自助」と「共助」です。

●9月1日(金)は防災の日

●8月30日(水)～9月5日(火)は防災週間



「防災の日」は、災害についての認識を深め、心構えを準備するために、昭和35年に制定されました。また、昭和57年からは、9月1日の「防災の日」を含む1週間が「防災週間」と定められています。9月1日という日付は、大正12年に発生し、10万人以上の死者・行方不明者を出した「関東大震災」に由来しています。

●9月3日(日)～10日(日)は水防災意識強化週間

「水防災意識強化週間」は、平成27年9月に発生した「関東・東北豪雨」を忘れずに、住民1人ひとりが水防災を意識する社会を目指して、平成28年に制定されました。

災害時に備える ～被害を減らすために～

台風の大雨のように予測ができ、事前に対策をとれるものもありますが、多くの災害は突然起こります。突然の災害に対処するためには、日ごろからの備えがとて大切で。

●自分の家を安全な空間にする

自分の家を安全な空間にすることは、自分にしかできないことです。被害を最小限にできるよう、次のようなことに備えておきましょう。

- 家具は転倒防止具で固定する
- 家具の上など、高いところに割れやすいもの、重いものは置かないようにする
- 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る
- 防災加工のカーテンにする



●家族間で決めておく

- 家族が離れ離れになった場合の避難場所、連絡方法を決めておきましょう。
- ※事前に家から避難所までの経路は安全に通行できるか、確認しておきましょう。



- 家族の役割分担を決めておきましょう。

●普段から近所付き合いや地域活動に参加する

- 近所に手助けが必要な高齢者や障がいのある方がいるか、確認しておきましょう。
- 地域の自主防災組織の活動、避難訓練などに積極的に参加して、地域で協力し合ひましょう。



災害用伝言ダイヤル（171）の使い方、知っていますか？

災害時に、家族・親戚・知人などの安否確認をする際は、電話や携帯電話の使用を極力控え、次のものを利用しましょう。

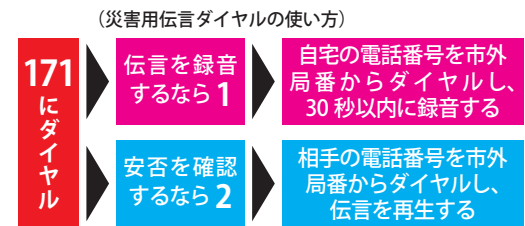
●「災害用伝言ダイヤル（171）」

大規模災害が発生した場合、被災地への電話が集中し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始される声の伝言板です。（伝言の例）「(名前)です。家族は全員無事です。○○避難所にいます。」

※30秒以内のため、必要な情報を簡潔に！

●「災害用伝言板（web171）」

パソコンやスマートフォンから、固定電話や携帯電話の電話番号を入力して、安否情報（伝言）の登録・確認を行うことができます。また、事前に設定を行うことで、登録内容をメール・電話に自動通知することができます。詳しくは、NTTのホームページをご覧ください。※携帯電話各社でも「災害用伝言板」サービスを提供しています。詳しくは、各社のホームページをご覧ください。



「災害用伝言ダイヤル」、「災害用伝言板（web171）」には、体験利用日があります。ぜひご利用ください。

- 毎月1日・15日（終日）
- 正月三が日（終日）
- 防災週間（8月30日9:00～9月5日17:00）
- 防災とボランティア週間（1月15日9:00～1月21日17:00）

非常持ち出し品は、準備してありますか？



非常時に備えて、食糧、衣類などは、最低3日分の備蓄をしておきましょう。また、定期的に消費期限切れがないかなどの点検を行いましょ。

●貴重品

現金、預金通帳、印鑑、健康保険証、身分証明書（運転免許証など）など

●応急・衛生用品

救急セット、常備薬・常用薬、包帯、ガーゼ、タオル、ティッシュ、トイレトペーパー、生理用品 など

●衣類

下着、靴下、上着、雨具 など

●食料品

非常食（乾パン・缶詰など）、水（1日3リットルを目安に）など

●情報収集のための道具

携帯ラジオ、携帯電話、家族の写真、家族・親戚・知人の連絡先、筆記用具 など

●道具類

懐中電灯、電池、ヘルメット・防災ずきん、ビニール袋、多機能ナイフ、マスク、軍手、ライター・マッチ、携帯用トイレ、使い捨てカイロ など

避難情報 ～危険を避けるために～

災害が発生する可能性があるときや発生した場合には、テレビ、ラジオなどで多くの気象情報が流れます。さらに、気象庁や市からも防災行政無線などを通して、さまざまな情報を提供します。災害について正しい知識を身につけ、いざというときに備えましょう。



●避難情報

災害による危険が迫ったときに、危険度に応じて、市から「避難準備情報・高齢者等避難開始」「避難勧告」「避難指示（緊急）」を発令します。これらの違いを理解し、発令された際には早めの避難を心掛けましょう。

また、指示がなくても身の危険を感じたときには、ためらわずに自主的に避難することが重要です。

	発令時の状況	住民に求める行動
避難準備・高齢者等避難開始	災害が発生する可能性があるとき（避難勧告や避難指示を発令することが予想される場合）	○いつでも避難できるように避難の準備をする。また、ラジオやテレビ、市からの情報などに注意する ○避難に時間を要する人（高齢者や障がい者、乳幼児など）は避難を開始する
避難勧告	人的被害の発生する可能性が明らかに高まったとき	○協力しあって、指定された避難場所に避難を開始する
避難指示（緊急）	人的被害の発生する危険性が非常に高まったとき	○避難場所へ直ちに避難する ※外出することで、かえって危険が及ぶような場合は、自宅内のより安全な場所に避難する

防災行政無線 ～人命を守るためのシステム～



防災行政無線では、市内101カ所に設置したスピーカーで、緊急・災害情報、行政情報などをお知らせしています。災害情報や国民保護情報は、国が運用する全国瞬時警報システム「Jアラート」で、市内一斉に自動放送されます。

●土砂災害が生じる可能性の高い地域には注意！

「土砂災害警戒区域」や「土砂災害特別警戒区域」とはどういう場所なのかを理解し、防災マップでどこが指定されているのか、事前に確認しておきましょう。

土砂災害警戒区域	○土砂災害が発生した場合に、住民の生命または身体に危害が生じるおそれがある区域
土砂災害特別警戒区域	○土砂災害が発生した場合に、建築物に損壊が生じ、住民の生命または身体に著しい危害が生じるおそれがある区域

●避難するときの注意点

家を出る前に	○外出中の家族に、避難先や安否がわかるメモを残しておきましょう。 ○ガスの元栓を閉め、ブレーカーを切りましょう。 ○できるだけ安全な服装を心掛け、必要最低限の携帯品にしましょう。
避難するときは	○あわてずに、2人以上で行動しましょう。 ○緊急車両の妨げになるおそれがあるため、特別な場合を除き、車での避難は控えましょう。 ○近所に声を掛けて、高齢者や子ども、障がいのある方など、手助けを必要とする人がいたら、協力して避難しましょう。 ○崖や川など、危険な場所には近付かず、安全なルートで避難しましょう。



防災行政無線の放送は、強風や雨などの気象条件や周辺環境に影響されやすいため、地域によって聞き取りにくい場合があります。

また、放送がうるさいと感じる方もいらっしゃると思いますが、災害などが発生した場合に人命を守るためのシステムですので、ご理解とご協力をお願いいたします。

放送が聞き取りにくいときには…

- ☎（43）5151に電話して、確認する
24時間以内の放送内容を聞くことができます。
- メール配信サービスに登録し、メールを受け取る
「矢板市メール配信サービス」に登録すると、放送内容のうち、「Jアラート」を通じたもの（気象情報や警報、国民保護情報）が配信されます。右のQRコードを読み込み、そのままメールを送信してください。その後、受信したメール本文のURLに接続して、登録を行ってください。



問い合わせ／
くらし安全環境課危機対策班 ☎（43）1114

「矢板市公共施設再配置計画」の骨組みができあがりました

先月8月号の特集で、公共施設の改修や維持管理などを計画的に行うための「矢板市公共施設等総合管理計画」の主な内容をお知らせしました。

この計画を基に、今年度、矢板市では、公共施設ごとに、建て替えや改修、統廃合・維持管理などを具

体的に進めていくための指針となる「矢板市公共施設再配置計画」づくりに取り組んでいます。

今号では、「矢板市公共施設再配置計画」の中間報告として、骨組みの内容について、お知らせします。

「矢板市公共施設再配置計画」とは？

「矢板市公共施設等総合管理計画」では、課題として、少子高齢化の急激な進行と人口減少による施設ニーズの変化、公共施設の老朽化や更新費用の増大、そして、それにかかる財源の限界などが明らかになりました。

こうした課題を解決、対応していくために、公共施設の適正規模を図る目標と目標達成のための基本方針を定めました。これらを基に、「矢板市公共施設再配置計画」では、施設ごとの建て替えや改修、統廃合などの具体的な方針を定めます。再配置計画は、総合管理計画を基にした計画のため、対象施設、計画期間は同じ、平成29年度～平成58年度の30年間、市内133施設です。

●現地調査を実施しました

7月15日(土)、公共施設の現状を把握するため、矢板市公共施設再配置計画策定委員により、各公民館や市営住宅、学校など10カ所の現地調査が実施されました。



▲現地調査の様子(中市営住宅)

施設ごとに、維持費や耐用年数、利用状況などの説明を受けた後、施設の外観、室内の状況などの細部まで調査を実施。老朽化が進んでいる施設や今の矢板市に適さない設備などの現状を目の当たりにしました。

計画の骨組み

基本方針～行政サービス水準の維持・向上など3つの方針～

再配置計画は、総合管理計画でまとめた公共施設の現状と課題を踏まえ、再配置を検討するにあたって、全体的な方針として次の3つの基本方針を定めました。

●施設総量の最適化

過度な財政負担にならないよう、公共施設総量の最適化を図ります。原則として、新たな施設整備は行わず、既存施設の有効活用を第一に考えます。

●行政サービス水準の維持・向上

公共施設総量の最適化により、施設量を削減しても、効率的な行政サービス提供のあり方を検討し、行政サービスの水準は、現状維持、あるいは現状以上の水準に向上させていきます。

●公共施設の安全・安心を確保

いつ、どの施設も市民の皆さんが安全に安心して利用できるよう、耐震化や老朽化対策を万全に行い、公共施設の性能・機能の確保に向けた取り組みを進めます。

手法～建て替えや廃止、施設の状況に応じた手法の検討～

再配置計画の基本方針に基づき再配置を具体的に進めるため、次の手法を導入します。この計画では、今後、

それぞれの施設の状況に適した再配置のあり方を検討しながら、手法を選択していきます。

A 施設の廃止や運営方法等を見直し、行政では運営しない施設	
廃止	譲渡、貸付、複合化、建て替え、現状維持ができないと判断する場合は、施設を廃止、解体する。
譲渡	「無償」または「有償」で譲渡する。
貸付	譲渡先がない場合は、「無償」または「有償」で貸付の検討を行う。(所有は矢板市)
B 比較的新しく、状態の良い施設を対象とし、長寿命化を図る施設	
長寿命化(現状維持)	現状の場所で、現状の規模と行政サービスを維持する。また、個別施設について、長寿命化計画を策定する。
改修・更新	耐用年数を迎え、劣化した施設の性能・機能を同等以上に改修・更新する。

C 施設の状態や利用状況、機能性を踏まえ、拠点施設と位置付けられる施設	
統合(集約化)	<p>低利用施設、単独施設の機能を1つの施設に集約し、重複している行政サービスを拠点施設にまとめる。特に会議室やホール、集会スペースなど、多目的用途スペースは、利用状況を踏まえ、集約する。</p>
複合化	<p>1つの施設に異なる機能を複合させ、共用部分等の施設面積を圧縮する。</p>

留意事項～民間活力の導入など5つの事項に留意～

左ページの7つの手法を取り入れ、行政サービスや施設の利用状況、老朽化の観点から、施設の最適な配置を進めていきます。その際、民間活力の導入など、次の5つの事項に留意し、手法の選択を検討します。

●新規施設整備の抑制

時代の変遷に伴い、新たな行政サービスが生じた場合、既存施設の用途を変えたり、複合化するなど、既存施設の有効活用を第一に検討します。その上で、やむを得ず新規施設の整備が必要な場合は、他施設の削減などを行い、持続可能な財政運営を図ります。

●合理的な長寿命化

長期的観点で、必要性の低い施設は、大規模改修工事を抑制し、財源を確保した上で、今後も行政サービスを継続的に行うために必要な施設の長寿命化を積極的に行います。

●民間活力の導入

サービスと施設を切り分けて考え、サービス提供や施

設の所有を民間ができないかなどを検討します。民間が参画できる事業は、積極的に委託、指定管理、PFI*などの民間活力の導入を進めます。また、市が所有する必要がない施設は、民間からの賃借や民間資金を活用した施設整備に切り替えていきます。

●公有資産の有効活用

集約化や複合化などに伴い、不要になった施設は貸し出しや売却をします。また、有効活用の可能性が高い施設や敷地は、市全体での土地利用の最適化を目指します。

●公共施設への交通アクセスの再検討

今後、少子高齢化と人口減少の進行により、公共施設へのアクセスなどに課題が生じることから、施設の再配置にあたっては、アクセス手段についても、併せて検討します。

* PFI (プライベート・ファイナンス・イニシアティブ)
…公共施設等の設計・建設・維持管理運営・資金調達を、民間の経営能力・技術力・ノウハウを生かし、民間主導で公共サービスの提供を図る考え方

施設評価方法～施設の必要度の観点と対応時期の観点を評価～

今後、施設ごとの再配置を進める上で、何らかの観点から、各施設の状況を評価し、どの施設をどのような手法で再配置するかを検討する必要があります。

具体的には、施設の必要度の観点と、対応しなければならない時期の観点から、次の項目で各施設の状況を評価し、今後の方針を検討します。

必要度の評価観点	①法定事業か自主事業か	法定事業は、国として重要度が高いと判断されるものや、市の判断で実施しないことができないことから、必要度が高いと評価されます。
	②利用対象者は市民中心か	対象者が市民中心であるほど、必要度が高いと評価されます。
	③利用度(利用者数等)	利用度が高いほど、必要度が高いと評価されます。
	④対象地区の人口の見通し	対象地区の人口が増加する見通しがあるほど、必要度が高いと評価されます。
対応時期の評価観点	①耐用年数経過年度	耐用年数経過年度は、建物の減価償却期間が終了する年度です。耐用年数経過年度に近いほど、対応すべき時期が早いと評価されます。
	②補助金適化法の制約期間	補助金適化法の制約期間は、国の補助金などで建設した施設を、用途変更や廃止する場合、補助金の返還が必要になる期間です。対応時期の制約条件になります。
	③指定管理期間	指定管理期間は、施設管理を指定管理者へ委託した契約期間です。期間満了前は、対応時期の制約条件になります。
	④キャッシュフロー	キャッシュフローは、施設の運営維持・管理に要するコスト(減価償却費を含まない)から収入を差し引いたものです。キャッシュフローがマイナスであるほど、対応すべき時期が早いと評価されます。

今後の取り組みについて

「矢板市公共施設再配置計画」は、本年度末の完成を目指しています。今後は、施設ごとの評価を参考に、基本方針や留意事項なども踏まえ、さまざまな観点から、再配置の手法を検討していきます。

市民の皆さんには、広報やいたや市ホームページを通じて、計画素案の情報を発信したり、パブリックコメントなどを実施していきます。

また、右のとおり、シンポジウムを開催します。矢板市の公共施設の現状や課題、今後の施設のあり方など、「矢板市公共施設再配置計画」の内容について、パネルディスカッションを行いますので、ぜひご来場ください。

開催 次世代のために公共施設のあり方を考えるシンポジウム

日時／9月23日(土) 13:30～15:00
場所／文化会館 小ホール
コーディネーター／宇都宮大学 陣内雄次教授
パネリスト／矢板市公共施設再配置計画策定委員
そのほか／

- ・申し込みは必要ありません。
- ・当日、文化会館周辺はシニアゴルフカップの送迎用駐車場となるため、市役所北側駐車場をご利用ください。

祝 全国・関東大会出場おめでとうございます

7月に行われた中学校総合体育大会の県予選を見事勝ち抜き、矢板中学校 陸上競技部・相撲部・体操競技部・弓道部の皆さんが関東大会に出場しました。相撲部は5年連続、弓道部・女子は3年連続の関東大会出場となります。

また、個人戦の県予選で優勝を果たし、唯一の出場枠を勝ち取って全国大会出場を決めた弓道部の藤田侑暉さんは「引退した仲間の意思を背負い、県の代表として、悔いが残らないように全力で戦ってきます」と意気込みを語ってくれました。



弓道部・男子
藤田 侑暉 (3年)
8月19日(土)・20日(日)
第28回全国中学校弓道大会
(明治神宮至誠第二弓道場)



陸上競技部
福田 蒼依 (1年)
8月7日(月)・8日(火)
第45回関東中学校陸上競技大会
(県総合運動公園)



相撲部
大金 洋人 (3年) 菊地 啓太 (3年)
大島 佑之 (2年) 宮崎 伊吹 (2年)
森 天佑 (2年)
8月5日(土)
第41回関東中学校相撲大会
(群馬県桐生市相撲場)



体操競技部
大門 亜未 (3年) 君嶋 千弥 (2年)
藤田 寧々 (2年) 小林 愛里 (1年)
堀井 真佑 (1年)
8月8日(火)～10日(木)
第48回関東中学校体操競技大会
(東京都八王子市エスフォルタアリーナ八王子)



弓道部・男子
鈴木 一平 (3年) 藤田 侑暉 (3年)
大山 剛 (2年) 手塚 結 (2年)
8月10日(木)
第28回関東中学校弓道大会
(明治神宮至誠第二弓道場)
※藤田 侑暉さんは、全国大会に出場



弓道部・女子
小林 詩奈 (2年) 三浦 由真 (2年)
吉田 湖ノ美 (2年) 吉永 茉央 (2年)
8月10日(木)
第28回関東中学校弓道大会
(明治神宮至誠第二弓道場)

8/6 (日) 第25回 たかはらやまトライアスロン

矢板運動公園をスタート・ゴールにして、トライアスロン大会が開催されました。オリンピック・スプリント・リレー・キッズの4部門に全国から450人が参加し、熱戦を繰り広げました。四半世紀の節目を迎えた今大会では、初回から連続出場を果たしている4人の選手が表彰を受けました。

また、当日は矢板中央高校の生徒や地域団体などから200人ものボランティアが選手のおもてなしや運営のサポートなどに携わり、大会を大いに盛り上げました。



大会結果 (市内参加者)

オリンピックの部 (スイム1.5km/バイク40km/ラン10km)

順位	氏名	総合記録	順位	氏名	総合記録
20	佐藤 大	2:33:34	155	木下 正三	3:11:29
52	岡村 秀治	2:47:44	167	香川 新	3:13:46
91	大島 隆宏	2:57:37	209	笹沼 守	3:32:03
109	斎藤 正樹	3:01:38	244	木下 英亮	4:11:02
110	三富 匠	3:01:44			

スプリントの部 (スイム0.6km/バイク20km/ラン5km)

順位	氏名	総合記録	順位	氏名	総合記録
23	吉沢 勇輝	1:27:03	88	金子 文男	2:02:00
31	本橋 瑠唯	1:32:05			



25回連続出場中の選手たち

7/30 (日) 第1回 JBCF やいた片岡ロードレース

JR片岡駅から約0.5kmのたけのこ園前をスタート・ゴールにして、コリーナ矢板周辺の1周10.3km、標高差94mの周回コースを走る「第1回 JBCF やいた片岡ロードレース」が初開催されました。本大会では、Jプロツアー第13戦に加え、フェミニン、エリートカテゴリのレースも行われ、選手たちによる熱戦が繰り広げられました。

心配された天気にも恵まれ、約7,000人もの観客が会場を訪れ、選手に声援を送りました。また、事前の準備から、地域の方や高校生など、200人以上のボランティアが運営に携わり、大会の成功を支えました。



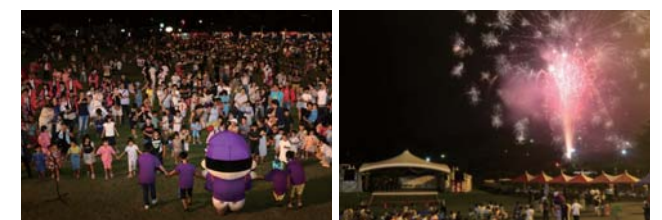
7月22日(土)片岡公民館で、本大会で片岡を訪れる方たちをおもてなししようと、地域の方や片岡中学校・美術部員を中心に七夕飾りづくりが行われました。できあがった約50本の七夕飾りはJR片岡駅の東西連絡通路や商店街に飾り付けられ、会場周辺を華やかに彩りました。

8/12 (土) 第35回 ふるさとまつり in 長峰

長峰公園で、「第35回ふるさとまつり in 長峰」が開催され、市内外から約18,000の方が来場しました。

会場内では、矢板高校のポップ自動車、ボルダリングなどの体験型イベントや市内の食材を使ったグルメが楽しめる「矢板のうまいもの祭り」が行われました。

ステージイベントでは、若手お笑い芸人20組による「しもつけお笑いグランプリ in 矢板」が開催され、さらに、司会のギョウゾウさんと特別ゲストの日本エレキテル連合によるスペシャルステージも行われ、大いに会場を沸かせました。



7/12 (水) 「夢」の大切さを伝える

泉中学校で、シンガーソングライターえりのあさんによる「とちぎ未来大使『夢』講座」が開催されました。この講座は、中学生たちに夢を持つことの大切さを伝え、将来を考えるきっかけづくりのために行われているものです。当日は、中学生時代の経験や夢を叶えるまでの悩みなど、実体験を踏まえた講話が行われ、さらに、生徒たちと歌やダンスをするなど、楽しい講座となりました。生徒からは「今はまだ夢がないけど、これから見つかるように頑張っていきたい」との話がありました。

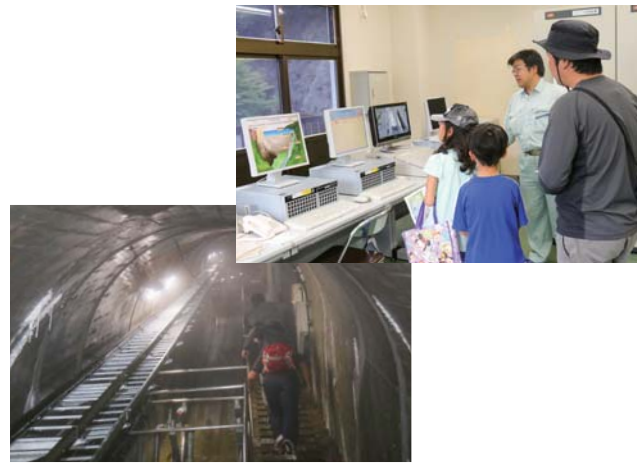


*「とちぎ未来大使」は、栃木県に深い愛着を持ち、とちぎの魅力・実力の対外的情報発信を積極的に行ってくれる方を知事が委嘱しているものです。

講座終盤にはともなしくんも登場し、えりのあさんが作詞・作曲・振付を行った「わか 和歌 ほんわかともなしくん」を泉中学校の生徒のみなさんと歌って、踊りました。

7/28 (金) 年に一度のダム公開

寺山ダムで、年に一度の一般公開が行われました。これは、森林やダムなどが持つ自然豊かな空間や社会生活に果たしている役割について理解を深める「森と湖に親しむ旬間」の一環として実施されているものです。当日は、夏休みということもあり、親子連れやダム愛好家など117人が訪れました。操作室や水量を調節するゲートなどの施設を間近で見学した後、年間を通し気温が一定で夏でも涼しい地下道を通るなど、ダムの構造や仕組み、働きなどについて学ぶ貴重な体験をしました。



7/28 (金) フットサル全国大会へ

「第4回全日本ユース(U-18)フットサル大会」関東大会で優勝した矢板中央高校サッカー部が市長を表敬訪問しました。7月16日(日)に茨城県笠松運動公園で開催された関東大会では、初出場ながら、全試合で圧勝。見事、全国大会への切符を勝ち取りました。8月17日(木)～20日(日)に仙台市内で開催された全国大会においても、2年生を中心としたチームは快勝を重ね、決勝戦では北信越第2代表の長岡向陵高校を3-1で下し、初優勝を果たしました。



▲(上段右から)橋本副校長・中村学院長・君嶋監督・齋藤市長・渡邊体育協会長・村上教育長・青木サッカー協会長(下段右から)吉沢亮ゴールキーパー・土澤昂太キャプテン・平山稔真選手

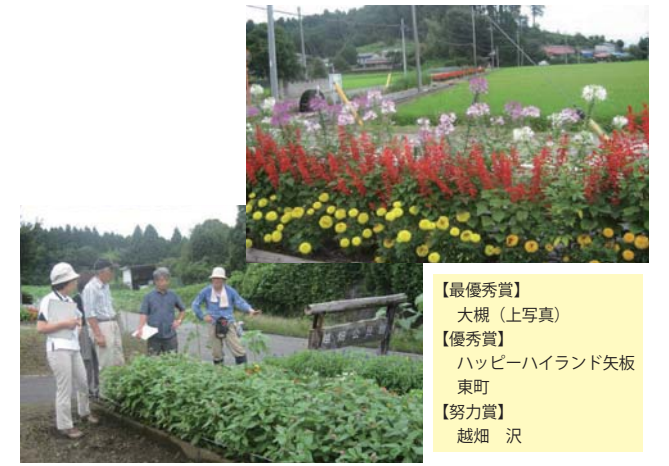
7/29 (土) 宝くじ文化公演

矢板市文化会館大ホールで、宝くじ文化公演ミュージカル「眠れる森の美女」が公演されました。この公演は、宝くじの社会貢献広報を行うとともに、地域の文化振興に役立つことを目的に行われているものです。今回は、世界中の子どもたちが大変親しまれている「眠れる森の美女」に脚色や創作を加え、人に対する思いやりの心や優しい心を持つことの大切さを伝える物語が公演されました。当日は、約800人以上の方が感動的な世界に引き込まれながら、ミュージカルを観賞しました。



8/3 (木) 花いっぱいコンクール

矢板市自治公民館連絡協議会による「花いっぱいコンクール」の審査会が行われました。このコンクールは、花づくり自慢の自治公民館がその出来栄を競うものです。今年は19の自治公民館が参加し、公民館の周囲と行政区内の道路の路肩を集中的に植栽した大槻が見事、最優秀賞に輝きました。どの自治公民館も、地域の皆さんの手により、カンナ・サルビア・マリーゴールドなど色鮮やかな花で美しく彩られており、公民館利用者やドライバーの心を和ませ、親しまれています。



【最優秀賞】大槻(上写真)
【優秀賞】ハッピーハイランド矢板東町
【努力賞】越畑 沢

8/11 (祝・金) 片中・被災地を訪問

片岡中学校の生徒会を中心とする生徒29人が宮城県東松島市にある小野駅前仮設住宅を訪問しました。生徒たちは、仮設住宅に住むお母さんたちが作る「おのくん人形」の材料となる靴下・綿や、5年前に訪問したことのある同中学校卒業生の寄せ書きなどを手渡しました。また、東日本大震災に関わる資料を展示している荒浜小学校跡を訪れ、地元の方から被災当時の説明を受けながら見学を行った生徒たちは、改めて自然災害の恐ろしさや日々の備えの大切さなどを感じていたようでした。



8/11 (祝・金) 夏の思い出・宿泊学習

県民の森キャンプ場で、たかはらさくら青年会議所主催の宿泊学習が開催されました。これは、小学生を対象に、自然の中で行うさまざまな体験を通して、日々の生活の大切さを知ることを目的に開催されたものです。当日は、市内外から親子31人が参加し、ツリークライミングや流しそうめんを体験したほか、やもり倶楽部協力のもと、米の育て方や養豚など、農業・畜産に関することを学びました。初めて体験することの連続に、参加者にとって思い出深い宿泊学習になったようでした。



8/19 (土) 宮川で川遊び体験!

川崎城跡公園で、環境文化都市やいた創造会議主催の「大そうじ&川遊び」イベントが開催されました。これは、翌週に控えた「あんどんまつり」に向けて、会場となる川崎城跡公園をきれいにするとともに、生きもの探しや川遊びを楽しむことで、自然の豊かさを体感してもらおうと、宇都宮大学農学部とオム・アウトレック・アウトドア&スポーツクラブの協力により、行われたものです。当日は、市内外から45人が参加し、除草作業のほか、虫や魚を捕まえたり、川で安全に遊ぶ方法を学びました。



塩谷郡市医師会 市民公開講座のお知らせ

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら
塩谷郡市医師会までお問い合わせください。
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

リビングウィル

医療技術の進歩や高齢者の長寿健康志向によって健康寿命は延びており、2025年には5人に1人が75歳以上という超高齢社会に突入します。市民の皆さまも人生の最終段階に自分はどういう最期を迎えたいか考えることがあるでしょう。

しかし、突然の事故や病気などで救命措置を必要とする事態に直面し、また一時的に生命を維持しても、次第に悪化し治る見込みのない終末期を迎える場合があります。終末期とは現在の医療では回復を見込めない状態を指しますが、実際には終末期かどうかの判断が難しいケースが少なくありません。このため病気を治すのではなく、延命治療や延命措置と呼ばれる避けられない死を一時的に延ばすための医療行為が行われているのが現状です。

終末期の判断が難しいように、救命と延命の判断は医療従事者でも意見が分かれているのが現実です。現在、厚生労働省などが終末期医療のガイドラインを整備し、1人の医師で判断せず、患者や家族の意思を尊重するなどの条件を満たせば延命治療の差し控えや中止が可能になりました。

リビングウィルとは「生きている間に効力を発する遺

池田クリニック 院長 池田 斉 (矢板市)

言」という意味があり、人生の終末に患者本人や家族がいかに満足した状態で過ごし旅立つか、言葉を変えれば理想の最期のために自分自身が望む人生の最終段階の治療方針を書き記すことです。しかし現実には自分の意思を記している人はわずかです。

今回の市民公開講座は、日本尊厳死協会の理事長を務める岩尾総一郎先生に講演をお願いしました。終末期のあり方に市民の皆さまと私たち医師や医療従事者がどう関わり合いを持つかを考える機会とさせていただきます。第一部は2015年栃木観光大使「とちぎ未来大使」に就任したケーナ奏者 Ren 氏によるミニコンサートをお楽しみください。

開催 第13回市民公開講座「リビングウィル」

日時／10月22日(日) 13:00～

場所／文化会館 大ホール

内容／第1部 南米の縦笛「ケーナ」で奏でる世界の名曲たち

第2部 安らかな看取りを求めて

そのほか／入場無料・予約不要

後期高齢者健康診査を受けましたか？

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

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

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

対象／

- ・後期高齢者医療被保険者
- ・平成30年3月31日までに75歳になる方

料金／無料

そのほか／

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

10月の集団健康診査日程

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

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

	受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
4日(水)	8:00～10:30	文化会館小ホール	○	○	
10日(火)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム	○		
23日(月)			○		

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

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する際は、必ず健康増進課へご連絡ください。(※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。)

矢板市歯科医師会

「歯のはなし」その56

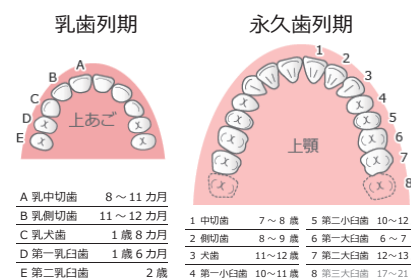
生まれた時、みなさんは歯がありましたか？誰もが経験していますが、覚えている人は少ないと思います。産まれてすぐは、母乳など液体の栄養のみを飲んで成長するので、歯があるとかがえって邪魔になってしまいます。成長するにつれてだんだん固形物を食べるようになるので、歯が生えてきます。

はじめに乳歯が生えてきて、混合歯列期を経て永久歯に生え替わります。乳歯列は上下合わせて20本の歯があります。生後半年ぐらいから3歳前後にかけて生えそろうていき、だんだんに硬い食べ物も食べられるようになります。

混合歯列期は、乳歯から永久歯に生え替わる時期で、6～12歳ぐらいにかけて、徐々に生え替わっていきます。

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

乳歯から混合歯列期は、体の成長もともなうので、調和をとって最終的な永久歯に生え替わっていきますが、上下の顎の成長や歯の大きさなどのバランスが悪いと歯並びに問題を生じることがあります。ですので、成長期にはバランスのとれた栄養を摂り、顎の成長を促すためにも正しい姿勢で噛みごたえのある食事をとることが大切で、全身的にも適度な運動をして健康的な体づくりが必要です。



国民年金 年金事務所からの 重要なお知らせ

年金を受けとるために必要な納付期間が25年から10年に短縮されました。対象となる方へは年金請求書を黄色の封筒でお送りしていますので、請求が済んでいない方は速やかに手続きください。

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

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、大田原年金事務所であらかじめご予約ください。

マイナンバー カード交付に 「事前予約」をご利用ください

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。

問い合わせ／市民課 ☎(43) 1117 FAX(43) 5962

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。

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
会員でない方も
お待ちしております!!

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
矢板市片岡1913-25
電話 0287(48)6785

募集 保育所・保育園 平成30年度分入所申込受付

	受付場所 (第1希望の保育所・保育園)	受付日時	所在地	電話番号
公立	泉保育所	10/18 (水) 9:00~17:00	泉 429 番地	☎ (43) 0435
	ちゅーりっぷ保育園	10/16 (月) 8:30~17:00	中 150 番地 389	☎ (44) 0763
私立	つくし保育園	10/16 (月) 8:30~17:30	木幡 289 番地	☎ (43) 2411
	かたおか保育園	10/17 (火) 9:00~17:00	乙畑 1439 番地	☎ (48) 0951
	ぴっころ保育園	10/17 (火) 9:00~17:00	富田 530 番地 4	☎ (43) 0266
	矢板保育園	10/21 (土) 10:00~15:00	木幡 1552 番地 1	☎ (43) 0033
	こどもの森保育園	10/25 (水) 10:00~18:00	石関 1204 番地 1	☎ (48) 1934
	こどもの森こころ保育園 ※	10/26 (木) 10:00~18:00	石関 1181 番地 5	☎ (48) 1966

●入所・入園申込書などの提出書類
→10/2 (月) から各保育所 (園)、子ども課で配布します。
●入所・入園申込書の受付場所
→第1希望の保育所 (園) となります。
※「こどもの森こころ保育園」の受付は、「こどもの森保育園」で行います。

対象/生後2カ月から就学前までの乳幼児

入所・入園条件/

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

面接/

受付時に行いますので、入所・入園を希望するお子さんと同伴の上、お越しください。なお、受付当日都合が

悪い場合は、各保育所 (園) または、子ども課にご相談ください。

障がいをお持ちの乳幼児の入所・入園申し込み/

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

入所・入園の内諾・承諾/

11月17日 (金) までに書類を提出された方に対して、下記のとおり送付する予定です。

内諾 (仮決定) の通知:平成30年1月中旬

承諾 (正式決定) の通知:平成30年3月中旬

問い合わせ/子ども課 ☎ (44) 3600

地域の子育てに参加しよう ファミリーサポートセンター

交流会など年間を通じて楽しいイベントを行っています。自分の空いている時間を使って、地域の子育てサポートをしてみませんか?

●天然石ジュエリーブレスレット作り交流会

7月10日 (月) に交流会を開催しました。16人が参加し、皆さん、すてきなブレスレットができあがりました。講師の方、ご参加くださいました皆さん、ありがとうございました。



募集 スキルアップ講習会

この講習会は「普通救命講習I」受講修了者の再講習会です。提供会員は支援活動を行う前に必ず受講することになっています。非会員の方の参加も大歓迎です。

日時/9月20日 (水) 9:00~12:00

場所/矢板消防署 定員/15人

参加費/無料 持ち物/汗ふきタオル

申込方法/

9月12日 (火) までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ/社会福祉協議会 ☎ (44) 3000



“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 矢板店
株式会社 えん
矢板市中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

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

【ハロウィンパーティーへようこそ】 予

日時/10月27日 (金) 10:00~11:30

内容/変身ごっこをして、パレードにでかけよう。

矢板保育園 ☎ (43) 0033

【うんとこしょ どっこいしょ】 予 ※10/11まで

日時/10月18日 (水) 9:30~11:00

内容/芋掘り。参加費/200円

こどもの森こころ保育園 ☎ (48) 1966

【森の運動会へようこそ みんなでヨーイドン!】 予

日時/10月7日 (土) 10:00~11:00

内容/森の運動会を見学し、かけっこに参加しましょう。

つくし保育園 ☎ (43) 2411

【さつまいも掘りをしよう!】 予

日時/10月19日 (木) 10:00~11:30

内容/ジャンボいも・ミニいも…どんなおいもが掘れるかな。

ぴっころ保育園 ☎ (43) 0266

【運動会ごっこで元気!元気!】 予

日時/10月19日 (木) 10:00~12:00

内容/玉入れ、かけっこ、親子競技など楽しもうね。

参加費/300円

【ちびっ子お店屋さんでお買い物しよう】 予

日時/10月27日 (金) 10:00~12:00

内容/本物の食べ物も、ミニミニサイズで登場するよ。

参加費/100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

【ふじ組さんと一緒に遊びましょう!!】

日時/10月3日 (火) 10:00~11:00

対象/0~3歳のお子さん

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。

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/10月2・16・23・30日 (月) 10:00~11:30

つくしぼ (つくし保育園) ☎ (43) 2411

日時/平日 10:00~15:00

ちゅーりっぷ保育園 ☎ (44) 0763

【ねえ、おはなし読んで】 予 ※5日前まで

日時/10月11日 (水) 10:00~11:00

内容/絵本の読み聞かせ。

認定こども園すみれ幼稚園 ☎ (44) 2390

【運動会にあそびに来てね】 予

日時/10月7日 (土) 9:00~13:30

内容/親子でかけっこ〜いドン。

【おもいで cooking!】 予

日時/10月18日 (水) 10:00~11:30

内容/幼稚園の畑のさつま芋がへんしん。

参加費/200円

矢板認定こども園 ☎ (43) 0470

【運動会】 予

日時/10月7日 (土) 10:00集合

内容/園の運動会と一緒にかけっこをしましょう。

対象/0~3歳のお子さん

【英語でハロウィーン】 予

日時/10月26日 (木) 10:00~11:00

内容/仮装大歓迎!!講師の先生とみんなで楽しくトリック・オア・トリート!!

対象/0~3歳のお子さん

かしわ幼稚園 ☎ (43) 5830

【一緒にあそぼう】 予

日時/10月23日 (月) 10:00~11:30

内容/おもひ会 参加費/300円

【ぱんだくらぶ (1歳児対象)】 予

日時/10月2・16・30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/10月6・13・20・27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

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!びこクラ】

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/10月12・26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/10月4・11・25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/10月5・12・19・26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/10月4・11・18日 (水) 10:00~11:30

国民健康保険からのお知らせ

保険証の更新について～新しい保険証は9月30日までに簡易書留で送付します～

現在使用している国民健康保険被保険者証（保険証）は、9月30日が有効期限となっています。10月から新しい保険証で診療を受けてください。なお、保険証が到着する日は地域によって異なりますが、9月30日までは送付されますので、お待ちください。なお、簡易書

留でお送りしますので、ご不在の場合は郵便局で保管されます。月末になっても届かない場合は、ポストに「郵便物等お預かりのお知らせ」がないかご確認ください。

※新しい保険証の有効期限は、平成30年7月31日までとなります。切替時期は、平成30年8月1日を予定しています。

国保の加入・脱退の手続きはお済みですか？～加入するとき・脱退するときは14日以内に届け出を！～

国民健康保険（国保）の加入は、届け出た日からではなく、本来国保の加入資格が発生した日（例えば、ほかの健康保険をやめたとき）までさかのぼります。そのため、国民健康保険税※についても、さかのぼって納めなければなりません。

国保で診療を受けてしまうと、国保が負担した分の医療費を返還していただくこととなりますので、早めの手続きをお願いします。

※国民健康保険税は、世帯主が納税義務者となります。世帯主が国保に加入していなくても、世帯の中に国保加入者がいれば世帯主宛てに納付書が送られますので、納期限内に納めてください。

また、脱退の届け出が遅れ、国保の資格がない時期に

手続きに必要なもの（印鑑を必ずお持ちください）

	こんな時に	届け出に必要なもの	届け出先	
			健康増進課	市民課
国保	入る時	ほかの市区町村から転入してきたとき		○★
		職場の健康保険をやめたとき	○	○
		職場の健康保険の被扶養者でなくなったとき	○	○
	やめる時	子どもが生まれたとき		○★
		生活保護を受けなくなったとき	○	
		ほかの市区町村に転出するとき		○★
そのほか	職場の健康保険に入ったとき	○	○	
	職場の健康保険の被扶養者になったとき	○	○	
	加入者が死亡したとき		○★	
	生活保護を受けるようになったとき	○		
そのほか	市内で住所が変わったとき		○★	
	世帯主や氏名が変わったとき		○★	
	世帯を分けたり一緒にしたとき		○★	
	修学のため、ほかの市区町村へ転出するとき	○		
	保険証をなくしたとき（汚れて使えなくなった時）	○		

※届け出先に健康増進課、市民課の両方に○が付いている場合、どちらでも手続きが可能です。
★転入、転居などの手続きは、市民課へお越しください。

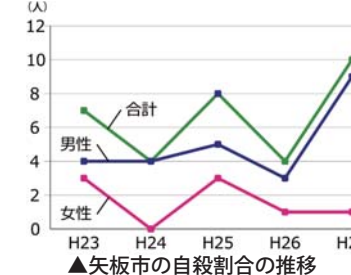
問い合わせ／
健康増進課 ☎（43）1118
市民課 ☎（43）1117

すこやか矢板 21 シリーズ⑦～休養・心の健康～ みんなで守る大切ないのち～9/10は世界自殺予防デー・9/10～16は自殺予防週間～

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

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

▲栃木県の年代別死亡原因（平成27年）



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

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

【心の健康相談】

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

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

【うつ病のサイン】

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

～こんな症状を感じたり、周りにいる人でこんな症状に気付いたら～1人で悩まず誰かに相談しましょう。悩んでいる方がいたら教えてあげましょう。
問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

- 市保健福祉センター ☎（43）1118
日時／10月24日（火）、平成30年2月13日（火）
いずれも13：30～15：30
- 県矢板健康福祉センター（市武道館北側）
☎（44）1297
日時／9月26日（火）、10月26日（木）
11月28日（火）、12月21日（木）
平成30年1月23日（火）、2月22日（木）
3月27日（火）いずれも13：30～15：30

国民健康保険運営協議会委員が決まりました

国民健康保険運営協議会は、国民健康保険法第11条に基づき、国民健康保険の保険者である市町村に設置が義務づけられているもので、国保事業の運営に関する重要事項の審議などを行っています。
国民健康保険運営協議会委員は、被保険者の代表、保険医・保険業薬剤師の代表、公益の代表が各4名ずつ、計12名で構成されています。任期は平成31年7月31日までの2年間です。

委員種別	氏名
被保険者	小野崎紳一 加藤 康雄
	和氣由里子 山崎智江子
保険医・保険業薬剤師	後藤 哲郎 尾形 享一
	阿久津透一 大貫 充隆
公益	今井 勝巳 高瀬 由子
	中嶋加代子 塩野 和子

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

こんなお悩みありませんか？

- バスルームをもっと地味よい空間にしたい。
- 外でくつろげるお洒落なテラスが欲しい。
- 夏の暑さ、冬の寒さ、もっと快適な部屋にしたい。
- 水まわりの掃除を簡単ラクラクにしたい。
- 愛犬が歩きやすく傷もつきにくい床に張り替えたい。
- 子どもと一緒に料理が楽しめる使いやすいキッチンにしたい。

リフォームの相談承ります！

お気軽にお問い合わせください。
お見積り無料です。

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

岩助 株式会社 スミスケ

矢板市針生71-3 ☎0287-43-0220
フリーダイヤル0120-82-5541
矢板市商工会会員・矢板市上下水道指定工事店

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

矢板市ホームページにバナー広告出しませんか？

掲載料 月額15,000円（1枠）
規格
・縦50ピクセル×横180ピクセル（10キロバイト以内）
・jpegまたはgif

【問い合わせ】秘書広報課 ☎（43）3764

きらきらサロン（高齢者サロン）で楽しい時間を

きらきらサロンは、高齢者やその他支援の必要な方など、誰もが気軽に集える場所です。現在 25 カ所のサロンが開設されています。サロンの内容は、お茶を飲みながらのおしゃべり会、軽い運動、レクリエーションなどさまざまです。団体の希望により、市の出前講座（歯科講話、栄養講話、介護保険の話、認知症サポーター養成講座など）も開催しています。外出や仲間との会話、活動は、介護予防、認知症予防にもつながります。お近くのきらきらサロンに参加して、楽しい時間を過ごしませんか。

また、きらきらサロンをやってみたいという団体は、お気軽にご相談ください。



*参加にあたっては、行政区やシニアクラブの代表の方、既に参加されている方等にお問い合わせください。

【きらきらサロン実施団体等】

行政区等単位対象

荒井行政区・石川学園(扇町)・片岡寿会・片岡四区行政区・川崎寿会・健康いきいきクラブ(塩田)・木幡東交友会・木幡西行政区・五区長寿会・コリーナ矢板自治会・沢長寿会・シニアクラブ末広会・立足きらきらクラブ・富田シニアクラブ・通岡シルバー会・中いきいきクラブ・ハッピーいきいきクラブ(成田)・針生はまぎくの会・ほほ笑み会(下伊佐野)・労協センター事業団(本町)・NPO ワーカーズコープ(長井)・六区ひまわり会・山田きらきらサロン

市内全域対象

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

認知症などによる徘徊高齢者等の事前登録制度

認知症などにより徘徊の恐れのある高齢者などの安心・安全を確保するために事前登録制度を始めました。制度概要/

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

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

登録方法/

申請者の印鑑と登録する方の写真(顔・全身)をお持ちの上、申請してください。



8月21日に、矢板警察署、市内2カ所にある地域包括支援センターと事前登録制度の実施に関する協定を締結しました。

申請・問い合わせ/高齢対策課 ☎(43) 3896

募集 介護入門研修会

介護ボランティアとしての活動など、地域での生活支援や介護予防に取り組んでいただける方を育成します。初心者向けの研修会ですので、ぜひご参加ください。

	日時	内容
①	9月26日(火) 9:30～12:00	・開講式・介護保険制度の概要 ・高齢者の状況、福祉サービス
②	10月3日(火) 13:30～16:30	・認知症サポーター養成講座 ・傾聴
③	10月11日(水) 13:30～16:00	・介護予防運動、生活指導 ・歯科講話
④	10月18日(水) 9:30～12:00	・栄養管理と食事の留意点 ・調理実習
⑤	10月24日(火) 9:30～12:00	・介護施設見学、介護実技体験 ・閉講式

場所/市役所会議室 ほか

対象・定員/市内在住のおおむね50歳以上で、介護に関心のある方 20人

参加費/無料

申込方法/9月19日(火)までに、電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

シルバー人材センターの会員を募集します!

(特に女性会員)

※室内清掃のできる方

条件/健康で働く意欲のある60歳以上の方



申込・問い合わせ/矢板市シルバー人材センター ☎(43) 6660

9月10日は下水道の日～下水道 水が自然にかえる道～

(第56回下水道推進標語)

1日も早く接続を!

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

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

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

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

公共下水道をご利用中の皆さんへ

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

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

問い合わせ/下水道課 ☎(43) 6214



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

9月21日(木)～30日(土) 秋の交通安全市民総ぐるみ運動

運動の基本

子どもと高齢者の交通事故防止

運動の重点

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

④飲酒運転の根絶

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

栃木県の重点目標

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

問い合わせ/

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

あなたは犬の飼い主として守っていますか?

犬の飼い主には、次のことが義務づけられています。

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

問い合わせ/くらし安全環境課 ☎(43) 6755

募集 犬・猫とのふれあいしつけ教室

日時/10月1日(日)9:30～12:00 *小雨決行
場所/鬼怒川河川公園「氏家ゆうゆうパーク」自由芝生広場
内容/長寿犬表彰式、獣医師体験、動物健康・しつけ相談、ドッグショー、しつけ教室 など

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

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

主任児童委員をご紹介します

○主任児童委員ってどんな人？

民生委員・児童委員の中から、子どもに関することを専門的に担当している、地域の相談相手です。

○どんな相談にのってもらえるの？

妊娠中の心配ごと、子育ての不安、しつけの悩み、親子関係、いじめ、非行、不登校、虐待 など

～ひとりで悩まないで～

主任児童委員は、地域の子ども達が元気に安心して暮らせるように、子ども達の見守りや皆さんが抱えている問題について、親身に相談にのります。個人の人格を尊重し、秘密を守ることが法律で義務付けられていますので、安心してご相談ください。

問い合わせ／子ども課 ☎(44)3600



9月1日(金)～10日(日) 屋外広告物適正化旬間

屋外広告物の適正化を一層推進するため、9月上旬を屋外広告物適正化旬間として、屋外広告物に関する意識啓発に取り組んでいます。

屋外広告物とは・・・

常時または一定期間継続して屋外で公衆に表示されるもので、看板、立看板、貼り紙、のぼり旗などが該当します。

絵や写真などであっても、何らかのイメージを伝えるものであれば屋外広告物になります。屋外広告物はどこにでも表示できるわけではなく、表示するにはルールがあります。屋外広告物を表示する際には、必ず市にご相談ください。

適正に管理してください！

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

屋外広告物の自己点検ポイント

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

問い合わせ／都市整備課 ☎(43)6213

開催 議会報告会・意見交換会

内容／

①議会報告

平成28年度決算審査などについて報告します。

②意見交換

市議会や市政、今後のまちづくりについて、皆さんのご意見をお聞かせください。



昨年の議会報告会の様子

日時・場所／

- 10月11日(水) 片岡公民館 コミュニティホール
- 10月12日(木) 泉公民館 集会室
- 10月13日(金) 文化会館 小ホール
- いずれも 19:00～21:00

そのほか／申し込みは不要ですので、ご都合のよい会場にお越しください。

問い合わせ／議会事務局 ☎(43)6216

募集 園芸作物振興補助金

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

対象／

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

対象園芸作物／

いちご、春菊、トマト、うど、ねぎ、花き

補助金額／

機械や施設の補助対象経費の1/2以内(上限100万円)
※国、県などの補助金対象とならないものに限りです。
※経費に消費税、工事費は含まれません。

そのほか／

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／農林課 ☎(43)6210

つつじの郷やいた花火大会 2017 交通規制のお願い

「つつじの郷やいた花火大会 2017」の開催にあたり、大会会場(市文化会館周辺)および道路の交通規制を実施します。地域住民の方々には、ご不便・ご迷惑をお掛けしますが、ご協力をよろしくお願いいたします。

日時／

- 10月14日(土) *荒天時は15日(日)に順延
- 15:00～ファミリータイム(ステージイベント等)
- 17:30～やいた de ハロウィン
- 19:00～花火打ち上げ

そのほか／

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



●やいた de ハロウィン

日本一早いハロウィン!?
優勝賞金、その他副賞あり!
個人でもグループでも参加OK!!
※詳しくは、ホームページをご確認ください。



●協賛のお願い

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

●道の駅やいたをご利用の方

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

●図書館をご利用の方

市役所敷地内に専用駐車場を設けますので、そちらをご利用ください。

問い合わせ／

やいた花火大会 2017 実行委員会事務局(市商工会内)
☎・FAX (43)1755
HP http://www.yaita.info/_hanabi

募集 トレセンヨガ教室(後期)

	日時	
木曜コース (計20回)	10月5日(木)～ 平成30年3月8日(木)の 毎週木曜日(年末年始は除く)	13:30～ 1時間程度
金曜コース (計20回)	10月6日(金)～ 平成30年3月2日(金)の 毎週金曜日(年末年始は除く)	10:45～ 1時間程度

場所／10月 農業者トレーニングセンター(片岡)
11～3月 農村環境改善センター(沢)

定員／各30人 *申込多数の場合は抽選。重複申込不可。

参加費／1,000円(後期20回分)

講師／上田 時子先生

持ち物／

ヨガマットまたはバスマット(なるべく厚めの物)

申込方法／

9月22日(金)～28日(木)8:30～19:00(※火曜日は17:00まで)に、直接お申し込みください。

申込・問い合わせ／

農業者トレーニングセンター ☎(48)0680

募集 水辺の生き物しらべ & カヤック体験会

市街地からすぐ近くの塩田地区は、自然が豊富なところ。昨年好評だった、宇都宮大学の飯郷先生による水辺の生き物観察会とカヤックを使った塩田ダムの探検を今年も行います。普段入ることができない塩田ダムの水辺で、カヤック体験をしてみませんか？



日時／10月21日(土)8:30～15:00 *荒天中止
塩田ダム8:30集合

対象・定員／小学生以上 40人 *先着順

参加費／1,500円

申込方法／

10月10日(火)までに、参加者の住所・氏名・年齢・連絡先を添えて、メールでお申し込みください。
そのほか／昼食は各自ご持参ください。

申込・問い合わせ／

環境文化都市やいた創造会議事務局(くらし安全環境課)
☎(43)6755 ✉ foryaita@gmail.com

開催 蔵 DE Night!! in 矢板武記念館

矢板武記念館の庭にキャンドルを灯します。キャンドルの灯りに照らされながら、秋の夜をお楽しみください。
 日時／9月30日(土) 10:10～20:00
 場所／矢板武記念館

	時間	イベント	場所
第1部	10:10～	小さな蔵の映画祭 「ローマの休日」(1953 アメリカ)	西藏
	17:00～	キャンドル点灯	庭園
第2部	17:45～	朗読会(蔵*武 Project)	西藏
	18:15～	演奏会(矢板ウィンドオーケストラ)	西藏
	20:00	キャンドル消灯	庭園

入館料／無料

そのほか／
 ・申し込みは不要です。直接会場までお越しください。
 ・駐車場は市役所をご利用ください。
 ・室内イベントは席数の関係上、入場を制限させていただく場合もあります。
 ・雨天時はキャンドル点灯は中止しますが、その他のイベントは実施します。

主催／蔵*武 Project
 共催／矢板市教育委員会

問い合わせ／
 蔵*武 Project <https://www.kuratake0401.com/>
 生涯学習課 ☎(43) 6218

募集 湯種方式で食パンを作ろう

湯種方式でおいしい食パンを作ります！
 日時・内容／全3回

	日時	内容
①	10月18日(水) 9:30	イギリス食パン
②	11月8日(水) }	ぶどうまたはクルミの食パン
③	12月6日(水) 13:00	プルマン食パン・ブリュレ風プリン

場所／片岡公民館 調理室
 定員／20人 *申込多数の場合は抽選
 参加費／3,300円(材料費3回分) *初回に集金します。
 講師／野村 みどり先生

持ち物／
 エプロン、三角巾など髪を覆うもの、持ち帰りの容器や袋、筆記用具(持っている方：めん棒、ゴムべら、パンマット、スケッパー、パン型)



申込方法／
 9月20日(水)までに、電話でお申し込みください。
 そのほか／後日、抽選結果を申込者に通知を送付します。
 申込・問い合わせ／片岡公民館 ☎(48) 0101
 *月曜・祝日休館

募集 第1回登山教室

日時／9月30日(土) 矢板市役所6:00集合、出発
 行先／福島県 箕輪山(標高1,728m 中級レベル)
 対象／市内に在住・在勤・在学している方
 定員／27人
 参加費／
 7,000円(バス代、保険料、入浴代等を含む)
 *説明会で集金します。

【説明会】
 9月27日(水) 19:00～生涯学習館 研修室(1)

申込方法／
 9月22日(金)までに、「登山教室参加希望」と明記し、住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入の上、直接お持ちいただくか、郵送またはファクスでお申し込みください。また、市外の方は勤務先・学校名を、グループの場合は全員の氏名を記入してください。
 主催／葵観光(栃木県知事登録旅行業 第2-682号)
 申込・問い合わせ／
 〒329-2165 矢板市矢板106-2 矢板市生涯学習課
 ☎(43) 6218 FAX(43) 4436

募集 ママパパKIDS おたのしみ会 リフレッシュ&矯正ヨガ

日頃の子育ての疲れを体のゆがみ&骨盤の矯正ヨガでリフレッシュしませんか?初心者の方も大歓迎です。
 日時／9月8日(金) 10:00～11:30
 場所／矢板公民館 大会議室
 対象／子育て中の保護者
 定員／30人(託児あり)
 参加費／無料
 講師／平木場 美由紀先生
 持ち物／
 ヨガマットまたはバスタオル、タオル、飲み物
 申込方法／
 9月7日(木)までに、お電話でお申し込みください。
 ※再募集のため、申し込み期間が短くなっております。
 そのほか／動きやすい服装でお越しください。
 申込・問い合わせ／矢板公民館 ☎(43) 0469
 *月曜・祝日休館

開催 バリアフリー映画上映会

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

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

日時／9月28日(木) 13:30～15:40
 場所／泉公民館 1階 集会室
 ※会場には、車椅子でご入場いただけます。
 上映作品／武士の家計簿
 そのほか／
 ・入場無料。申し込みは必要ありません。
 ・障がいの有無や年齢にかかわらず、ご覧いただけます。
 ・通常の映画と異なり、音声ガイドと字幕がつきますので、ご了承ください。
 問い合わせ／泉公民館 ☎(43) 0402
 *月曜・祝日休館

募集 シルバースポーツ大会

今年も参加しやすい競技を予定していますので、生きがいづくり、体力づくり、仲間づくりのために、楽しい1日を過ごしてみませんか?
 競技参加者の賞品はもちろん、応援の方にも参加賞を用意してお待ちしております。
 日時／10月19日(木) 9:00～
 *雨天時は、翌日に順延
 場所／矢板運動公園 陸上競技場
 対象／市内在住でおおむね60歳以上の方
 *シニアクラブ会員以外の方も参加できますので、地元シニアクラブに参加申込をお願いします。
 問い合わせ／高齢対策課 ☎(43) 3896
 社会福祉協議会 ☎(44) 3000

募集 アロマで認知症予防

認知症予防に効果のある香りをブレンドし認知症予防グッズを作ります。
 日時／10月20日(金) 9:30～11:30
 場所／片岡公民館 調理室
 定員／15人 *先着順
 参加費／1,000円
 内容／①認知症にいい精油とは…
 ②簡単な使用法を学ぼう
 ③認知症予防スプレー・オイルを作ろう
 申込方法／
 9月20日(水) 8:30～、直接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

開催 郷土資料館企画展「発掘された川崎城跡と御前原城跡」

県立博物館企画展「中世宇都宮氏～頼朝・尊氏・秀吉に仕えた氏族～」と時期を併せて、宇都宮氏と関わりが深い川崎城跡と御前原城跡を取り上げます。平成2～8年の発掘調査で出土した遺物などを一斉公開します。
 日時／9月16日(土)～11月5日(日)
 10:00～16:00
 場所／郷土資料館 多目的ホール
 入場料／無料
 問い合わせ／郷土資料館 ☎(43) 0423
 *月曜休館

開催 郷土資料館市民作品展 ハワイアンキルト展

市内でハワイアンキルトを制作している方の作品展を開催します。草花や海など自然をモチーフにした作品を約20点展示します。ぜひご覧ください。
 日時／9月2日(土)～9月10日(日)
 10:00～16:00
 場所／郷土資料館 多目的ホール
 入場料／無料
 問い合わせ／郷土資料館 ☎(43) 0423
 *月曜休館

11月11日(土)・12日(日) 矢板市農村環境改善センターにて、関東子ども健康調査支援基金による **甲状腺エコー検査** が今年も開催

震災事故当時0～18歳だった方優先
 震災当時0歳
 震災当時18歳

東日本大震災から6年。この機会に、検査を受けてみませんか。
 9月10日受付開始 先着110名
 ココマチ1階に申込書を配置しています

お問合せ
 甲状腺エコー検査実行委員会
 ☎090-1765-2975(伊原)

ヒトゴトじゃないよ。

募 集

栃木県シルバー人材センター連合会主催の講習会

	造園管理スタッフ講習	自動車安全運転講習	建物内装講習
講習内容	造園に関する基礎知識や樹木管理技術の修得、実習による技能向上を目指します。	送迎など自動車運転で就業する会員のための安全運転技術の向上を目指します。	障子・ふすまの張替など、請負就業に即戦力となる技能の習得を目指します。
期間	10/31(火)～11/2(木)	9/21(木)	11/27(月)～29(水)
時間	10:00～16:00	10:00～15:30	10:00～16:00
場所	長峰墓苑	矢板自動車学校	さずな館
対象・定員	県内在住でハローワークに求職登録した55歳以上の高齢求職者 20人	現在シルバー人材センター会員、または今後、会員登録する予定の60歳以上の高齢者 各15人	
申込締切	10/17(火)	9/11(月)	11/15(水)
申込方法	申込締切までに、申込用紙を郵送、またはファクスでお申し込みください。 ※申込用紙は、ハローワーク、市シルバー人材センターにあります。 また、県シルバー人材センター連合会のホームページからもダウンロードできます。		
その他	・受講料は無料(テキスト代も無料) ・応募者多数の場合は選考		

申込・問い合わせ／〒320-8503 宇都宮市駒生町 3337-1 とちぎ健康の森内
栃木県シルバー人材センター連合会
☎028(627)1179 ㊟028(627)2522
HP http://www.sjc.ne.jp/tochisiren/

防衛大・防衛医大生

	防衛医科大学校		防衛大学校
	看護科	医学科	一般(前期)
受験資格	高卒(見込含む)で21歳未満の方		
受付期間	9/5(火)～29(金)		
1次試験日	10/14(土)	10/28(土)	11/4(土)
試験会場	宇都宮市		

申込・問い合わせ／
自衛隊大田原地域事務所
☎0287(22)2940

県農業大学校生

募集人数／農業経営学科 25人
園芸経営学科 40人
畜産経営学科 15人

	推薦入試		一般入試	
	前期	後期	前期	後期
受付期間	9/1(金)～15(金)	11/20(月)～12/4(月)	2/2(金)	2/16(金)
試験日	10/27(金)	1/10(水)	2/23(金)	

問い合わせ／
県農業大学校
☎028(667)0711

塩谷看護専門学校看護学生(推薦・社会人入試)

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

	推薦入試	社会人入試
	受験資格	平成30年3月に高校卒業見込みで学科評定平均3.0以上、合格した場合には必ず本校に入学できる方
試験科目	・一般常識試験 ・面接	・小論文 ・面接

受付期間／9月7日(木)～21日(木)
試験日／9月30日(土)

試験会場／

国際医療福祉大学塩谷看護専門学校(塩谷病院敷地内)
問い合わせ／
国際医療福祉大学塩谷看護専門学校
☎(44)2322

エコモデルハウス臨時職員

募集人数	1人
賃金	時給850円
任用期間	10月1日～平成30年3月31日 *契約更新あり
勤務時間	8:30～17:15
勤務休日	火・水曜日
仕事内容	エコモデルハウスの管理業務 ・出納簿等の記帳業務 ・来場者への説明 *研修あり ・清掃業務 など
応募資格	・ワード、エクセルなど、簡単なパソコン操作ができる方 ・休日勤務ができる方 ・普通自動車運転免許所持
その他	・社会保障制度あり(健康保険、厚生年金、雇用保険) ・年次休暇あり ・諸手当なし
応募期間	9月1日(金)～25日(月)
応募方法	市販の履歴書を直接、または郵送で提出してください。
選考方法	書類選考、面接(日時、場所は後日連絡)

応募・問い合わせ／
〒329-2165 矢板市矢板 114-1
エコモデルハウス ☎(40)0661

議会だより 11月1日号表紙写真テーマ／

市内の時節にふさわしい写真(風景・催し物など)
規格／カラー写真(デジタルデータ可・合成写真不可)
応募資格／アマチュアの方

応募方法／

写真の裏面に撮影場所、撮影者の住所・氏名・電話番号を明記して、10月13日(金)までに郵送、または直接お持ちください。

その他／

・応募は1人1点まで。未発表の写真に限りません。
・採用者には粗品を進呈します。
応募・問い合わせ／
〒329-2192 矢板市本町 5-4
矢板市議会事務局 ☎(43)6216

八方ヶ原ツツジの枯れ枝除去・遊歩道整備ボランティア

日時／10月1日(日) 9:30～11:00
大間々駐車場 9:30 集合
*雨天中止

必要なもの／

作業に適した服装、小枝切りのこぎり、剪定ばさみなど

申込方法／

9月22日(金)までに電話でお申し込みください。送迎バス(※市役所8:30出発。定員20人 *先着順)をご希望の方は、併せてお伝えください。
申込・問い合わせ／
商工観光課 ☎(43)6211

元気な森づくりの日記念イベント

日時／9月30日(土) 10:00～15:00
場所／県民の森 森林展示館
定員／県内在住の方 25人 *先着順
参加費／無料(※食事などは自己負担)
内容／①竹林の伐採体験 ②木工教室
③企業の森・宮川渓谷散策

申込方法／

9月20日(水)までに、直接または電話でお申し込みください。
申込・問い合わせ／
矢板森林管理事務所
☎(43)0427

奨学金の返還を助成します

県では産業界と協力して「とちぎ未来人材応援基金」を設置し、産業を担う人材確保を推進しています。
対象／

日本学生支援機構第一種奨学金、または栃木県育英会奨学金を借りている大学3年生・大学院修士1年生・短期大学1年生・高等専門学校4年生で、県内の製造業に就職を希望する方
申込期限／11月30日(木)まで
申込方法／
県ホームページで確認してください。

申込・問い合わせ／
県労働政策課
☎028(623)3224

県の施設をみる「県民バス」

日時／10月26日(木)
市役所8:50集合、16:40解散
見学施設／
花センター、防災館、昼食は道の駅どまんなかたぬま(各自自由)
対象／

矢板市・さくら市・塩谷町在住の方
定員／50人 *申込多数の場合抽選
申込締切／

10月5日(木) *当日消印有効
申込方法／
124円の往復はがきの「往信用裏面」に、①氏名 ②住所 ③当日連絡可能な電話番号 ④年齢 ⑤性別を記入の上、「〒320-8501(住所不要) 栃木県庁広報課県民プラザ室」までお送りください。
※1枚のはがきで最大2名申込可能。2名の場合はそれぞれ①～⑤を明記してください。
申込・問い合わせ／
県民プラザ室
☎028(623)3766

市民公開講座「その症状 何科にかかる?～総合診療医の仕事～」

日時／9月9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 総合診療科部長 北 嘉昭医師
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

介護職就業支援研修

日時／9月14日(木)・15日(金)
9:00～16:00
場所／国際医療福祉大学塩谷病院
対象／介護経験がある方またはヘルパー資格をお持ちの方
定員／5人程度
参加費／無料
内容／介護講義および実技指導
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37回矢板市サッカーフェスティバル

日時／10月9日(祝・月) 8:00～
場所／矢板運動公園陸上競技場
種目／
①ボールリフティングチャンピオン大会
②ドリブル競争 ③フットサル大会
申込期限／9月20日(水)

その他／

ボランティアスタッフも募集しています。詳しくはお問い合わせください。
申込・問い合わせ／
市サッカー協会
☎(43)7667

「世界に羽ばたく」ドリームプロジェクト・夢を叶える一日体験

消防士・図書館司書・ピザ屋・ハンバーガー屋など、「なりたい」「なれなかった」職業を体験してみませんか?
日時／9月17日(日) 9:30～16:00
場所／エコモデルハウス・各体験会場
定員／各コース20人 *先着順
対象／どなたでも
参加費／無料(材料費がいる場合は別途)
申込方法／
9月10日(日)までに、電話またはメールでお申し込みください。
※詳しくは、Facebookをご覧ください。
申込・問い合わせ／
ソフィア 高瀬
☎090(3401)1755
✉Sophia_yaita@yahoo.co.jp



市民公開講座「あなたはどんな看取りを望みますか？」

自宅で病気療養するってどんなことなのか、皆さんで考えてみませんか?
日時／9月16日(土) 13:00～16:00
場所／乃木温泉ホテル
定員／50人 *先着順
申込方法／
①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤連絡先を記入の上、ファクスでお申し込みください。
申込・問い合わせ／
メッセンジャーナースの会 栃木
☎080(8427)6350
㊟028(682)6898

お知らせ

栃木県芸術祭(茶華道展、民謡・民舞)

	日時	場所
茶道	10/8(日) 10:00～	矢板公民館 生涯学習館
茶道(呈茶)	10/7(土)・8(日) 10:00～	文化会館 大・小ホール ロビー
華道		
民謡 民舞	11/23(祝・木) 10:00～	文化会館 大ホール

料金／茶券1,500円、呈茶300円
※ただし、見学は無料。
問い合わせ／
生涯学習課 ☎(43)6218

しおや聖苑 「小動物炉の運転停止」について

補修工事のため、期間中は民間事業者へご依頼いただくようお願いいたします。
工期／9月13日(水)～18日(祝・月)
問い合わせ／
しおや聖苑 ☎(48)0411

第3回精神障害者家族教室

日時／9月25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「成年後見制度について」
その他／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

塩谷広域おすすめ情報

さくら市

「第77回国際写真サロン展」
「全日本写真展2016」同時開催
日時／
9月16日(土)～10月9日(祝・月)
9:00～17:30(入館は16:30まで)
場所／
さくら市ミュージアム-荒井寛方記念館-
※入場料や休館日は、お問い合わせください。
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

図書館ご縁まつり
子ども向け人形劇や備蓄ごはん教室など、楽しいイベントが盛りだくさん!縁日コーナーや模擬店もあります。
日時／9月16日(土) 10:00～16:30
場所／高根沢町図書館中央館
問い合わせ／
高根沢町図書館中央館
☎028(675)6531

塩谷町

ミニSL体験
in 道の駅湧水の郷しおや
道の駅にミニSLが登場!どなたでもご乗車いただけます。
日時／9月16日(土) 10:00～
場所／道の駅湧水の郷しおや
問い合わせ／
塩谷町産業振興課
☎0287(45)2211

図書館

開館時間/9:00~20:00
10月の休館日/2・16・30日(月)・23日(月)~26日(木)
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



図書館入口前の
掲示板には、企画展示の
紹介や映画会のお知らせを掲示
しています。イベントカレンダーも
掲示していますので、
ぜひご覧ください！

ごうくん・りんちゃんも
季節に合わせておめかしするよ！

◆新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ



指先の運動になるたのしい・かわいい
折り紙手芸 岡田郁子 プティック社
三角パーツを折って組み立てる「折り紙手芸」
を紹介。うさぎ、こねこ、カモ、ドレス人形な
どの作り方をカラーの写真と図版で解説します。

無宗教でも知っておきたい宗教のことは
歴メシ！
三菱航空エンジン史
ヤマト正伝
AX

島田裕巳
遠藤雅司
松岡久光
日経ビジネス
伊坂幸太郎
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/ムーミン ~パパの青春の巻~
ムーミンがパペットアニメーションにより色鮮やか
によみがえります。今回は、「ムーミンパパの思い出」
「竜のエドワード」「ある夜のできごと」など9
話を上映します。
日時/9月23日(土)14:00~15:30(開場13:30)
場所/図書館2階 視聴覚室

◆「読書感想画展」を開催します

夏休みに応募いただいた読書感想画を展示します。
個性豊かな作品たちをぜひご覧ください。
日時/9月23日(土)~10月29日(日)
※最終日は15:00まで

【児童書】 ★今月のオススメ



魔女学校の教科書
西村佑子 静山社
本物の魔女ってどんなことをするの？どん
な魔法を使うの？魔女ザグによる秘密の
特別授業で、魔女の本当の姿をお教えます。

サイエンスコナン元素の不思議 青山剛昌
空で出会ったふしぎな人たち 斉藤洋
メアリと魔女の花 メアリー・スチュアート
くいしんぼうのこぶたのグーグー 得田之久
ボンネットの下をのぞいてみれば… エスター・ポーター
ほか

文芸川柳

松平 祐宣 選

亡母の歳越えて手さぐり老の道
評 死ぬまで勉強生き抜く人世
美しい嘘はだまって聞いてやる
評 病気見舞で受ける挨拶
通販の写真に惚れて買ったゴミ
評 プリント技術美し過ぎる
平凡な中に幸せ見えかくれ
評 変わらない日々笑顔の夕餉
ジーンズの破れはじめと思う歳
評 新調スボン破る感覚
コンビニがあつて助かる妻の留守
評 チンする手間も要らぬ駆け込み
それからお世辞に伸ばす鼻の下
反対の意見言えずに持ち帰る
メモ忘れ客のカゴ見て気付く品
今日明日がヤマだと言われ決意する
素手で風春を掴める散歩道
行きずりの人振り向かず紅牡丹
ほめられて年甲斐もなく頼ゆるむ
庭師切る家主切らぬと梅の枝
連勝のデビュー鮮やか中学生
心ないいじめの言葉消せぬ傷
コンビニが暮らし支える山男
少年のひたむきの目が駒を追う

次回作品募集 種目/俳句 期限/9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。

ともなり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

◆もつ煮チャリティー販売

400食のもつ煮を提供し、豪雨災害への義援金を募
ります。
日時/9月10日(日)9:00~ ※無くなり次第終了

◆秋のお彼岸フェア

●たまごの掴み取り大会
1,000円以上お買い上げの方に参加券を進呈します。
日時/9月23日(土)9:00~ ※無くなり次第終了
●切り花・おはぎ販売会
日時/9月20日(水)~23日(土)9:00~18:00
※各日商品が無くなり次第終了

◆新米フェア・新米すくい取り大会

1,000円以上お買い上げの方に参加券を進呈します。
日時/10月1日(日)9:00~ ※無くなり次第終了
※11:00~新米試食販売会(無料)も行います。

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
HPhttp://www.michinoeki-yaita.com/

◆親子で子ども机をつくろう(木工教室)

日時/9月24日(日)10:00~12:00
場所/エコモデルハウス
対象/主に小学生
定員/10人程度 ※先着順
参加費/
800円(材料費、保険、ソフトクリーム代など)
保護者は、200円(保険、ソフトクリーム代など)
申込方法/
エコモデルハウス ☎(40)0661に直接、ま
たは電話でお申し込みください。

◆定休日

●旬鮮やいた・つつじ亭…9月13・27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 10月の休館日/2・16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

◆運動教室 ~どうぞお気軽にご参加ください~

場所/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/9月8・22日(金)、10月13・27日(金)
いずれも11:00~
●初心者ピラティス(講師:藤田 明湖先生)
日時/9月6・13・20・27日(水)
10月4・11・18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/9月6・13・20・27日(水)
10月4・11・18・25日(水)いずれも13:30~

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
→9月17日(日)、10月15日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→9月26日(火)、10月26日(木)

◆イベント情報

●季節の変わり湯
ハーブの香りで、心身ともにリラックスしてみませ
んか。
日時/9月17日(日)
場所/温泉センター1号館 露天風呂
※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
お願いいたします。

Advertisement for 'Haskilupe' eyeglasses, featuring a pair of glasses and text about a 10-year lens warranty and a special price. Includes contact information for 'Jewelry Kichu'.

日	月	火	水
1 当番 池田クリニック ☎(43) 0207 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	2 延長窓口 休 図書館・城の湯 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5月生	3 えほんひろば 時間/10:00~ 場所/勤労青少年ホーム	4
8 当番 村井医院 ☎(43) 0064 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	9 当番 かるべ皮フ科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	10 延長窓口 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4月生 えほんひろば 時間/10:00~ 場所/勤労青少年ホーム	11 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
15 当番 橋本医院 ☎(43) 0406 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	16 延長窓口 休 図書館・城の湯	17	18
22 当番 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	23 延長窓口 休 図書館	24 休 図書館 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7月生	25 休 図書館
29 当番 かわしま循環器内科 ☎(43) 5470 9:00~12:00 14:00~17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30	30 延長窓口 休 図書館	31 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	

木	金	土
5 育児教室 ストロベリー 予 受付/13:00~13:15 場所/保健福祉センター 対象/平成29年3~4月生 内容/生活リズムのお話	6	7 矢板時間 12:00~76.4PM 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 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
12 育児教室 オレンジ 予 受付/13:00~13:15 場所/保健福祉センター 対象/平成29年1~2月生 内容/歯の健康管理	13 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10月生 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	14 矢板時間 12:00~76.4PM おはなしのやかた 時間/10:30~ 場所/泉公民館 時間/14:00~ 場所/片岡公民館 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
19 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28年12月生	20	21 矢板時間 12:00~76.4PM ポットタイム 時間/14:00~ 場所/図書館 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30
26 休 図書館 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4月生	27 育児教室 チェリー 予 受付/13:00~13:15 場所/保健福祉センター 対象/平成29年5~6月生 内容/乳幼児の事故防止	28 矢板時間 12:00~76.4PM 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 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30~21:30

2017
10
October

こども

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

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

健診 相談・育児教室
予約・問合/
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



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

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

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

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

Calendar grid for October 2017. Columns: 日, 月, 火, 水, 木, 金, 土. Includes dates 1-31 with various event listings and clinic hours.

未来づくり懇談会

Table for Future Building Dialogue sessions. Columns: 日時, 行政区名, 場所. Lists dates from 9/25 to 10/31 and locations like 梶ヶ沢 and 通岡.

文化会館

Table for Cultural Center events. Columns: 日時, 行事名, 入場方法, 場所. Lists events like 翔之流見之介会 and 栃木県芸術祭.

Calendar grid for October 2017 (continued). Columns: 木, 金, 土. Includes dates 5-31 with various event listings and clinic hours.

木幡北山はつらつ館

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
その他/ラージボール卓球(月・水・金 13:30~16:00)

泉はつらつ館

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
その他/ラージボール卓球(火・木 9:00~16:00)
グラウンド・ゴルフ(月~金 9:00~12:00)



やいた☆クッキン GOOD
～野菜たっぷり和風ピザ～



【1/6枚分】熱量 78.2kcal 塩分 0.4g

レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅 2017

材料(直径24cmのフライパン1枚分)

- ・じゃがいも(中)……1個
- ・ナス……4個
- ・ネギ……1/4個
- ・しいたけ……1枚
- ・ピーマン……1個
- ・ピザ用チーズ……50g
- ・ケチャップ……小さじ2
- ・みそ……小さじ1
- ・油
- ・トマト(お好みで)

作り方

- ①ナスは5mm幅の輪切り、ネギは斜め薄切り、しいたけも薄く切り、油(小さじ2)をしいたフライパンで炒め、取り出しておきます。
- ②じゃがいもは皮をむいて、2mm幅の細めのせん切りにします。(水にはさらさない)よく熱したフライパンに油(小さじ1)をしき、切ったじゃがいもを平らに入れます。フタをして5分弱火で加熱し、焼き色がついたら、皿などを使ってひっくり返します。
- ③ケチャップとみそを混ぜ、②の上にぬります。
- ④③の上に①を並べ、チーズをのせます。ピーマンは種を取って2mm幅の輪切りにし、チーズの上ののせ、フタをして弱火で5分加熱します。
- ⑤チーズがとけ、切ったトマトを飾りつければできあがり。

《編集後記》 いいあんばいだわ～

今年の夏も市内各所で多くのイベントが開催されました。各イベントの取材を通じて感じたことは、矢板を想い、矢板を盛り上げようと一生懸命取り組む人たちが大勢いるということです。このような人たちが矢板の魅力を作り上げているのだな、と感動しました。(奏)

早生のリンゴの実が赤く色づきはじめ、秋の訪れを感じる季節がやってきました。市内で多く生産されているふじの旬は11月ですが、ほかの品種は10月中に旬を迎えるものが多いので、食べ比べをしたい方には10月のリンゴ狩りがおすすめです。(凜)

「ゆるキャラグランプリ2017」が始まり、ひと月が経ちましたね。「ともなりくん」は地元での活動を重視するため、参戦していませんが、今年も全国で熱戦が繰り広げられていますので、皆さんお気に入りの「キャラ」に1ポチしてあげてくださいね。(コロ助)

暑かった、そして「熱」かった夏が終わりました。皆さん夏のイベントはどうでしたか?私はカメラを持って駆け回っていました。思い出を記録し、次に伝えることが大事だと思います。そうそう、CMコンテストも引き続き募集中ですので、お忘れなく!(M3)

カラダバランス、スッキリと。アンチエイジングと健康維持に。
痛スッキリ。

整体 45分 4,000円～

短時間で効果のあるクイック整体。「痛い」と感じる方がほとんどです。しかしその痛みを感じる部分はとても重要な部分です。足裏から頭まで全て手に触れて状態を見ながら施術します。*90分コースが人気です。

老化は酸素不足が一因。

- 高気圧酸素カプセル 30分 2,000円～ ※整体との併用割引あり
- 飲む酸素O₂サプリ 1本 3,000円
- 自転車ポジショニング 1台 1,000円～



那須塩原インターネットテレビ&レディオアークス 毎週木曜日夜8:00「もくはち」出演中 パーソナリティ「ふーちゃん」 http://radio-aquas.net/

●矢板市公認チャリプロ連携パートナー (月1回「チャリ整え会」を開催)
●ともなりくん応援企業 ●じてんしゃの駅



コロナ矢板の「隠れ家整体」

〒329-1577 栃木県矢板市玉田 404-262 コロナ矢板 H-1784 tel/fax. 0287-48-0831 E-MAIL sekibori836@docomo.ne.jp

ふるや こうじ
古谷 幸樹
誕生日: 1972年12月31日 / 血液型: O型
元プロ競輪アスリート歴21年

カラダを整える野菜作り オーガニックととのえや農園

クイック整体
整え屋
TOTONOEYA

営業 10:00～20:00 (定休: 水曜・木曜)
完全予約制 090-3086-8034