

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。

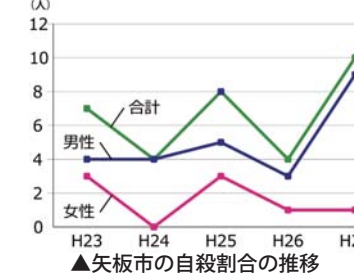
問い合わせ／
健康増進課 ☎（43）1118
市民課 ☎（43）1117

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。

【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

【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

- 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TOTORIMODEL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。
亡くなった日	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



鈴木 恒典
(矢板第一地区)

八板 るみ子
(矢板第一地区)

小川 幸子
(矢板第二地区)

藤田 トミ子
(矢板第二地区)

高野 孝子
(泉地区)

松平 宣秀
(泉地区)

山口 直子
(片岡地区)

富川 志津子
(片岡地区)

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。