

広報やいた

City of Yaita Public Relations NO.1107



YAITA 3

2019



特集 **Yaita Mirai** 議会



広報やいた 3月号情報

TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 Yaita Mirai 議会
- 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 (2月1日現在)

32,497人 (△35)
 男 16,067人 (△14)
 女 16,430人 (△21)
 13,099世帯 (3)
 出生 15人
 死亡 43人
 転入 73人
 転出 80人
 () 内は1月1日との比較
 △は減
 ※住民基本台帳をもとに算出

表紙の写真

表紙の写真は、2月9日(土)、富田地区にあるボルダリングジム「T-Rox」で行われた、泉公民館主催の「親子で niko チャレ ボルダリング体験」で壁登りに挑む様子を撮影したものです。約20人の親子が参加したボルダリング体験では、準備体操の後、インストラクターの方から壁の登り方やルールについて説明を受けた後、親子で壁の踏破にチャレンジしました。

壁登りに挑む子どもたちに、「がんばれー！もう少し！」と声援を送り合うなど、参加者みんなでボルダリングを楽しみました。



投稿コーナー

あなたの自慢の写真を大募集中！！

【応募方法】

わがやのアイドルは①お子さんの名前(フリガナ)②性別③お住まいの行政区を、マジックアワーは①タイトル②名前③コメントを添えて、「やいこみゆ」のトークか、秘書広報課まで直接、またはメール(yaita@city.yaita.tochigi.jp)でお送りください。

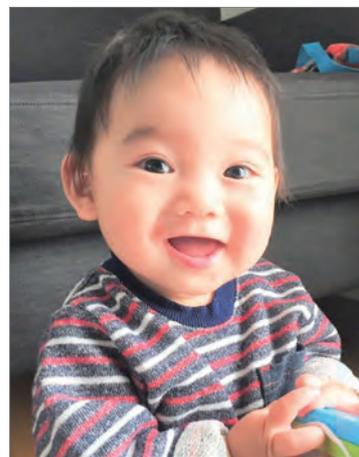
わがやのアイドル



ゆいと りの
乙畑 井上 結仁くん・璃乃ちゃん



めい
富田 石川 芽衣ちゃん



るか
東泉 手塚 琉翔くん

特集 Yaita Mirai 議会

～ 未来をより良いものに～



市が主催する市制施行 60 周年記念事業の一環で、「Yaita Mirai 議会」が 1 月 20 日（日）に開催されました。この「Yaita Mirai 議会」は、市内中学校の生徒たちが議員として、市の政策的な取り組みや議会の仕組みを学ぶこと、そして、地域の課題やその解決策を探る自発的な活動を通じて、矢板市民としての自覚やまちづくりへの関心を高めることを目的に行われたものです。

市議会と同じ流れで行う「Yaita Mirai 議会」を迎えるために、生徒たちは事前の議会傍聴や、総合計画にあるまちづくりの重点計画ごとにグループを作り、市執行部に対する質問を作成するため、延べ 2 日間にわたり研修や話し合いを行いました。生徒たちは、議場という独特の雰囲気や漂う場所にも関わらず、素直で夢のある意見を胸を張って堂々と述べました。

今号では、議会本番を迎えるまでの活動の様子や矢板の未来をより良いものにするために生徒たちが考えた意見を紹介します。



矢板の Mirai を想っ てみんな で考えま した。

【暮らしの安心】チーム名：安心安全班

すべての市民が心豊かに安心して日々の暮らしを送るためには、「健康の増進」「子育て環境の充実」「高齢者支援」「医療環境の充実」、「相互扶助につながる地域活動の支援」、「防災・防犯機能の充実」な

ど、多岐にわたる施策が必要だと感じました。質問で提案したことが1つでも多く実現され、市民が安心して暮らせるまちづくりにつながればうれしいです。



【市民力の向上】チーム名：市民力アップ隊

市民が主体・主役のまちづくりを進めるため、市民力の向上を目的に質問を作成しました。

子どもでも参加できるボランティアの仕組みづくり、まちづくりを進めるための人材育成、「クラウドファン

ディング」を活用した市民によるまちづくり活動の支援、市のPRを市民が主体的に協力しあいながら行うことなど、市民1人ひとりが意識してまちづくりを行うための支援のきっかけになったら良いと思います。



【交通機能の拡充】チーム名：通勤通学楽にし隊

JR 宇都宮線の矢板駅・片岡駅、東北自動車道のインターチェンジ、国道4号など広域幹線の公共交通機能が充実し、県北部の交通交流拠点として、これらの利便性向上を図ることは重要です。しかし、

矢板で生活する私たちにとって、段差が少なく、自転車でも安心して通ることができる道路の整備や高齢者の足となる市営バスの利便性向上など、身近な交通機能の充実も大切だと思います。



【教育の尊重】チーム名：矢板市教育委員会 JUNIOR

総合計画に書かれている「次世代を担う子どもたちが、ふるさとを愛し周囲の人や自然環境を思いやる心と、自ら考え行動できる力を身につける」を自ら体現するため、今学生として感じている課題を解

決する提案を行いました。全国平均を下回っている体力の向上や英語教育の充実、施設の安全確保、エアコンの設置による学習環境の整備など、こうあってほしいという思いを質問しようと思います。



【産業の活性化】チーム名：やいたブランド班

高原山をはじめ豊かな自然環境や、その環境が育む豊富な農林産物など、恵まれた「資源」が矢板にはあります。その「資源」の恵みである、やいたブランドの振興策として、ふるさと納税の返礼品にしたり、

海外販路を開拓したりする取り組みのほか、イベントのPRを効果的に行うことや空き地・空き家に商業施設を誘致するなど、特色ある取り組みを積極的に行うことが市内の産業活性化につながると考えました。



私たちの提案、検討して真剣にくれませんか？

ペットボトルの
リサイクルを
推進するため、
回収ボックス
の増設を
矢板中2年
更科虎丸議員

やいたブランド
の振興を図る
ため、海外への
販路拡大を
矢東附中2年
大和田莉典議員

高齢者見守り
訪問の登録
申請の
条件緩和を
泉中1年
津久井桃子議員

市民全員が
協力して
まちづくりに
参加できる
仕組みづくり
片岡中2年
柿沼憲宗議員

学力を高める
ため、学習
環境設備を
充実させる
取り組みを
矢板中2年
小倉誠佳議員

広域幹線道路
の利便性を
向上させ、
日常的な
渋滞解消を
矢板中2年
松田稜哉議員

やいたブランド
の振興を図る
ため、ふるさと
納税返礼品
として活用を
矢東附中2年
河野遼健議員

ともなり文芸
祭りへの
市民参加を
促すために
泉中2年
和氣誠朗議員

人口増加・活性
化につながる、
市内全域のバリ
アフリー化
推進を
片岡中2年
沼野雅奈議員

空き地・空き家
を利用した
商業施設の
誘致について
片岡中2年
笹沼春南議員

「クリーン矢板
everyday」
きれいな街の
イメージ戦略
矢板中2年
宮下慧六議員

小中学校教育
の充実のため、
読書活動の
推進を
片岡中2年
松本匠真議員

子どもが
活動できる
ボランティア
団体の育成
・支援
矢板中2年
二渡大愛議員

市営バスの
利便性を向上
させるため
「デマンドバス」
の導入検討を
矢板中2年
関本椋介議員

イベント集客を
図るため、
効果的なPR
方法の検討を
片岡中2年
小曾戸彩乃議員

集中力を高め、
学力向上に
つながる
エアコン設置
を早急に
泉中2年
大山莉奈議員

「クラウド
ファンディング」
を活用して、
市民主体の
街づくりを
矢東附中2年
石塚泰大議員

矢板の良さを
知ってもらう、
魅力的なPR
動画の活用
矢板中2年
長谷川拓光議員

児童生徒の体力
向上を目指し、
10分間活動の
導入検討を
泉中2年
平間啓介議員

スクール
ガードへの
参加者を確保
する取り組み
強化
矢東附中2年
長谷川果南議員

小中学校のALT
増員で外国語
活動の活性化
を図る
矢板中2年
鈴木麗乃議員

自転車専用通行
帯を設置し、
自転車のまち
をアピール
泉中1年
渡邊魁議員

コンビニエンス
ストアにAED
設置を / 高齢者
の健康づくり
推進を
矢東附中2年
赤塚妃莉議員

通学路の安全
確保を図る
ため、道の
拡幅や歩道
の設置を
片岡中2年
渡邊ゆうき議員

実現に向けて調査研究をします！

「Yaita Mirai 議会」の中で、皆さんが時間をかけて一生懸命考えた提案に対し、私たち市執行部は誠心誠意、市役所内で十分な検討を行い、本気で答弁をさせていただきました。全てのご提案に対しYESとは言えませんでした、皆さんの矢板を想う気持ちは十分に伝わってきました。

いただいた提案を1つでも多く実現できるよう努めたいと思います。

「Yaita Mirai 議会」で感じたことや学んだことを通して、将来、ふるさとである矢板市のことを考えて行動してくれる立派な人になってくれることを期待しています。

矢板市長 齋藤 淳一郎

これからの学校生活に、この経験を活かして！

中学生議員の皆さんが、今回、初めての経験であると考えたと、議長役も質問者もその堂々たる態度で、しっかりとした口調は、さすが各中学校を代表した生徒の皆さんであると感心しました。

質問内容も的確で、自分の意見を持ち具体的な提案をしているもの、将来の矢板市を見据えて提案するものなど、バラエティに富んでおり、素晴らしいものになっていったと思います。

今後、学校や日常生活などで疑問に思うことや課題と考えることについて話し合ったり、活動したりして、今回の経験を十分に活かして欲しいと思います。

矢板市教育委員会教育長 村上 雅之

Yaitaのaiを守り、より良い未来を築きたい！

私は今回、議長も務めさせていただきました。私に務まるのか最初は少し不安で、とても緊張しましたが、グループのみんなやYaita Mirai議会担当の方々、先生方のアドバイスのおかげで、無事務めることができました。とても感謝しています。そして、齋藤淳一郎市長をはじめ、たくさんの方々にお世話になりました。

私は今回、「矢板市に足りないものは何か」を私なりに慎重に考え教育の尊重というテーマの中の「矢板市の小中学校のALTの増員について」という質問をしました。そして、村上雅之教育長にご回答いただきました。村上雅之教育長はどの質問にも1つ1つ丁寧に回答してくださいました。矢板市のALTの体制については小学校の教科化を見据えて、子

どもたちの英語環境の充実も十分に図られていて、万全な状態なので問題ないとのことで、私も安心しました。

私は今回、矢板市の未来の教育を守るためにはもっとこうすべき、などと対策を自分で考え、発言することができたので自分自身少し成長したと感じました。こうして自分の考えを公表することはめったにないので、貴重な体験ができてとてもうれしく思っています。

これからも、こうした機会があったらまた参加したいと思います。そしてこれからもYaitaのaiを子どもたちで守り、よりよい未来を築いていきたいです。

矢板中学校2年
鈴木 麗乃さん

私たちにできることを取り組んでいきたい！

私は、矢板市は人気がなく発展が遅いという悪い印象がありました。本番までに研修会が2回ありました。1日が長く原稿を考えてパソコンで打つのが大変でした。

また、人前で発表するのが苦手なので思いを正しく伝えられるか不安でした。

しかし、本番で私たちの考えを発表すると、市長はとうとう実現させようとして一生懸命考えてくれていることが分かりました。答えに対して私の方も変わらなくてはいけないと思いました。

私たちの意見の中にはボランティア活動やともなり文芸祭りなど私自

身ができることがいくつかありました。これからの矢板市を創っていく私たちができることは、少しずつ取り組んでいこうと思います。

矢板市長、教育長をはじめ議会に関わっていただいた多くの方々、このような場を設けてくださり本当にありがとうございました。

学校ではクラスの友達とYaita Mirai議会のことについて話しました。「エアコンの設置」の話になると盛り上がりました。今年の夏がとても楽しみです。

片岡中学校2年
笹沼 春南さん

この経験が、私のMiraiの役に立つ

将来、誰かの役に立てるような人になりたい！

僕は、このYaita Mirai議会に参加して気付いたことがたくさんありました。

まず1つ目は、議会という場で話すことの難しさです。僕が発表した質問文は作文用紙1枚半にも満たないくらい短いものでした。それでも、作るのに多くの時間を割きました。しかも、完成したと思っても、内容が薄かったり、提案が具体的ではなかったりして、何度も質問内容を検討しました。そして、やっとできた質問も数分で終わってしまいます。議会で話すということは、市民の代表として話をするということで、その難しさが分かりました。

2つ目は、自分の意見で世の中を動かすことの楽しさです。自分が生まれ育ったこの矢板市がもっと良く

なるようにと考え、調べ、考察することは本当に楽しいことでした。また、僕は「ともなり文芸祭り」についての提案をしたのですが、それが近い将来実行され、今よりも良い「ともなり文芸祭り」になっていたらうれしいですし、僕にとっても、とても良い経験になると思います。

議会に参加し、未来のことについて話すことは、人生で一度できるかどうかの貴重な経験なので、このYaita Mirai議会に参加できて良かったと思っています。ここで学んだことは、将来、社会生活を営むうえで、きっと活かされると思います。誰かの役に立てるようにしたいです。

泉中学校2年
和氣 誠朗さん

大人になっても矢板を好きでいたい！

私は今まで矢板市のことや市役所のことをあまり知りませんでした。矢板市をより良くするにはどうしたら良いか、と真面目に考えたのも初めてです。

1回目の研修では、「きちんとした質問や提案ができるのかな」と思ったりもしました。しかし、市役所の方や学校の先生などのアドバイスでより具体的な提案を作ることができました。

私は「やいたブランドの振興について」というテーマを設定しました。やいたブランドのことや、物をどうやって売るか、成功している市町村はどのようなことをしているのかなど、今まで知らなかったことを深く調べて考える良い機会になりました。

本番は、やはり緊張しました。議場に入るのも初めてで、矢板市役所にこんな立派なところがあったんだなと思いました。

たくさんの市役所の方々が議会に出席し、私たちの質問や提案に真剣に答えてくださいました。私の提案にも市長が丁寧に答えてくださり、矢板市が行っているやいたブランド振興への取り組みや現状など、さらに詳しく知ることができました。

Yaita Mirai議会は私にとってとても良い経験になりました。これからもっと矢板市に貢献して、大人になっても矢板市を好きでいたいです。

矢板東高校附属中学校2年
大和田 莉央さん

1/24 (木) 地域産業の担い手育成

文部科学省・経済産業省主催の「第8回キャリア教育推進連携表彰」で奨励賞を受賞した矢板高校の皆さんが市長を表敬訪問しました。総合選択制専門高校の特性を活かし、地域との連携を行いながら、地域産業の担い手育成に取り組んでいることが評価され今回の受賞となりました。

3年の山田真生さんは「この賞は、地域の方たちの協力によりいただけたもの。今後、矢板で学んだことを社会に出て活かしていきたい」と話してくれました。



1/27 (日) 栃木道を駆け抜ける

「第60回栃木県郡市町対抗駅競走大会」が開催され、選手たちは県庁から栃木市総合運動公園陸上競技場の往復コース10区間60.42kmを走り切りました。仲間たすきをつなぐため、矢板市の選手も力走し、総合で30チーム中14位の成績を収めました。

《総合結果》

- 往路 1時間39分18秒 19位
- 復路 1時間40分02秒 12位
- 総合 3時間19分20秒 14位



1/28 (月) おいしいイチゴをどうぞ

市役所で、JAしおのや稲澤代表理事組合長から、管内で生産されたイチゴの贈呈を受けました。これは、JAグループ栃木が一体となり、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を三本柱に掲げ、栃木県の特産品である「いちご」を県内の小・中学校給食に提供する取り組みの一環で行われたものです。

稲澤組合長は「矢板市内で生産されたイチゴを子どもたちに提供することで、食への関心・食を支える農業の役割の大切さを感じてもらえたら」と話されました。



▲(左から)
・JAしおのや稲澤代表理事組合長
・齋藤市長
▲市内の児童生徒に、5,000粒を超えるイチゴが贈られました。

1/28 (月) 筋トレでメタボ解消!

片岡の農業者トレーニングセンターで、「筋トレ教室」が開催され、14人の方が参加しました。参加した方は、講師の(一財)日本健康財団の菊田 遼先生から、機器の正しい使い方や効果的なトレーニング方法について丁寧な説明を受けながら、実際に機器を使用しトレーニングを行いました。

参加した方からは「これほど機器が揃っているとは思わなかった。正しい使い方を学べてよかった。友人を誘って早速明日から利用したい」などの感想が聞かれました。



P.23で3月開催の教室のご案内をしています。
check!!

受賞おめでとうございます

【水の郷を守る会】 子どもたちに地域資源の魅力や大切さを伝えるため、泉小・中学校と連携し、生きもの調査やマリーゴールドなどの植栽による景観形成を実施したことが高く評価され、栃木県元気な農業コンクール「いきいき農村部門農村環境保全向上の部」で優良賞を受賞しました。
【湧水の郷塩田環境保全会】 西小学校と連携して生きもの調査を行い、調査成果を絵や文章などで、うまくまとめたマップが高く評価され「たんぼまわりの生きものマップコンテスト」で審査員特別賞を受賞しました。



「水の郷を守る会」の皆さん
▼「湧水の郷塩田環境保全会」・西小学校児童の皆さん

※市内で13の組織が、地域ぐるみで草刈りなど農村の地域資源保全活動に取り組んでおり、特に活動が顕著な2団体が表彰されました。

2/3 (日) 今年の幸せを願う

片岡公民館で「第40回コミュニティ新春講演会」が開催されました。第1部では「日本のお医者さんはがんばっています!」と題し、講師の屋代隆医師より諸外国の状況と比較した日本の医療の特徴について、笑いを交えながら講演をいただきました。

第2部では、日本デコずし協会認定マイスター川井ゆかり先生を招き、参加者と一緒に長〜い恵方巻を作りました。完成した恵方巻は、今年の恵方「東北東」を向いて、みんなでおいしくいただきました。



▲第1部講師：屋代隆医師
▲参加者と恵方巻を食べる川井ゆかり先生(右)

2/5 (火) 14歳の決意

市立中学校で立志式が行われました。立志式は、昔の元服にちなみ、満14歳を迎える中学2年生が自己責任の自覚を持ち、将来への決意や目標を立てることを目的とし、大切な行事として行われているものです。片岡中学校の立志式では、生徒1人ひとりが両親や先生に向けて漢字1字で将来の目標などを堂々と発表しました。

その後の講演会では、こどもの森保育園園長の笹沼卓夫さんが「今、思うこと」と題し、何十年も経って感じる親の愛などについて熱く語っていただきました。



2/10 (日) 活躍する女性経営者たち

文化会館小ホールで「第34回やいたみんなのつどい」が開催されました。このつどいは、男女共同参画社会、すべての女性が輝く社会づくりの実現を目指すため、毎年行われているものです。

当日は「グループあい」によるワーク・ライフ・バランスについての啓発活動や「ハーモニー華」による演奏会が行われたほか、シンポジウムでは「新たな時代に向けた男女共同参画、女性活躍の推進」と題して、矢板の経済を動かす若手女性経営者の方たちの体験に基づいた意見交換が行われました。



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17回「脳卒中と在宅医療」

岡医院 院長 岡一雄（さくら市）

昨年12月衆議院で「脳卒中・心臓病対策基本法」が成立しました。この法律は、日本人に多い脳卒中や心筋梗塞などの病気の予防と早期発見・早期治療することを目的としており、ようやく国も脳卒中対策に本腰で取り組むことになりました。

脳卒中は、脳の血管が詰まったり、破れたりして脳の組織が損傷してしまう命に関わる重い病気です。仮に命が助かって半身まひなどの身体的な障がいが残ったり、言葉が出にくくなって周囲とのコミュニケーションも取りづらくなったりします。また、寝たきりなど重い障がいを抱えて病院や自宅で過ごすさなければならぬ場合もあります。

脳卒中の方が在宅でより快適につつがなく過ごしてもらうためには、在宅医療を担当する医師だけでなく、歯科医師、訪問看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、栄養士、ケアマネージャーなど、医療から介護・福祉におよぶ多職種の連携が重要です。

食べ物の飲み込みが悪くなるために、食べ物が肺に入

り誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。それを防止するために歯科医師に相談して口腔ケアや嚥下訓練をしたり、栄養士のアドバイスをもとに食べ物を刻んだり、トロミをつけたりします。薬剤師に相談してより飲み込みやすい薬剤に変更してもら場合もあります。また、座ったり立ったり、歩いたりする機能が低下するのを防ぐために理学療法士によるリハビリを継続する必要があります。私が訪問診療している方は、退院時は起きるのがやっとだったのが在宅でのリハビリを行うことで杖を使って散歩ができるようになりました。医師が月1回の訪問診療をするスケジュールの場合は、それ以外の週に訪問看護師に訪問してもらうことで、患者さんや家族の状態をより切れ目なく把握することができます。

脳卒中の方の在宅医療は長期にわたることも多く、急に具合が悪くなることもあるため、家族の方の心労や苦勞もあり大変ですが、このように多職種が関わることで患者さんと家族の負担を減らすことができるのです。

矢板市歯科医師会 「歯のはなし」その62

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

健康な人の口の中にも、通常、なんと200種類前後の微生物が存在し、その数は少なくとも数十億という単位です。好気性菌（酸素がある状態が好き菌）、嫌気性菌（空気が少ない環境が好き菌）などの細菌やウイルスが、常に大量に存在します。

口臭に関わる細菌は嫌気性菌です。酸素が少なくなるほど活発に活動するという特徴があります。酸素がなくなる状態といえば、口の中が乾燥した時です。口が潤いて、唾液がアワアワ、ネバネバに濃くなってきた時がまさに酸欠状態なのです。

分泌された直後のさらさらの唾液には酸素がたっぷり含まれています。唾液は心配事がなく、楽しい気分じゃ

べったり、リラックスしている時に出てきます。逆に、不安を持っていたり、緊張していると唾液の量は減ってしまい余計な臭いを作り出します。渴けば渴くほど、口は臭くなるのです。

つまり、口の嫌な臭いを引き起こさないコツは、いかにしてサラサラした唾液の流れをつくり出すかということです。唾液に新鮮な酸素がたっぷりあることが最大のカギなのです。唾液の流れがスムーズになると口臭が出にくくなります。

*次回の「歯のはなし」は、広報6月号に掲載予定です。

国民年金 今年2月以降に出産の方へ 産前産後期間免除のお知らせ

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

4月1日から、自営業などの国民年金1号被保険者の方の出産に際し、産前産後の保険料免除制度が始まります。
対象者／

国民年金第1号被保険者で、今年2月以降に出産の方
免除期間／

出産予定日（出産日）の前月から4カ月間
※多胎妊娠の場合は、出産予定日（出産日）の3カ月前から6カ月間
申請期間／

出産予定日の6カ月前から
※なお、申請できるのは4月からとなります。

Q1. 流産したら免除にならないの？
A1. 妊娠85日以降であれば、早産も流産も死産も免除対象になります。

Q2. 2月に出産したらいつから免除になるの？
A2. 制度開始が4月からなので、2月出産の場合は4月分のみとなります。

マイナンバー制度 転入・転居をされた方へ

問い合わせ／
市民課 ☎（43）1117 FAX（43）5962
マイナンバーコールセンター ☎0120（95）0178

●個人番号に関するカードの住所変更が必要です
マイナンバー自体は引っ越しでも変わることはありませんが、マイナンバーカード・通知カードに新住所を追記する必要があります。転入届・転居届を提出する際に、市民課窓口でマイナンバーカード・通知カードの住所変



通知カード（裏面に記載）

更手続きを行ってください。その際、本人確認を行いますので、身分証明書をお持ちください。
※マイナンバーカードの住所変更手続きを行うことなく90日を経過すると、そのカードは失効となります。

●ご家族全員分のお手続きもお忘れなく
同一世帯の住所変更手続きをまとめて行うことも可能です。全員分のマイナンバーカード・通知カードをお持ちください。
※マイナンバーカードは、全員分の暗証番号（4桁）の入力が必要となります。

引っ越したら 住民票を移しましょう

問い合わせ／選挙管理委員会事務局
☎（43）6219

進学や就職などで引っ越しをされた方は、原則、現在住んでいる寮やアパートなどが住所地となります。
住民票は、選挙人名簿などの各種登録や行政サービスにつながる大切な情報です。忘れずに住所異動届（転入・転出）を提出しましょう。

【ご注意ください】
選挙で投票する場所は、原則として住民票のある市区町村です。異なる市区町村に転出した方で、住民票を移していない、または住民票を移して3カ月経過していない場合は、新しい住所地での投票はできません。

不要なプラチナ現金買取

新生活を応援

ソーラー&電波時計

「ハズキルーペ」あります

上手な使い方を教えさせていただきます

メガネではなくルーペなんです

倍率は3種類

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

やいた補聴器

ジュエリきくち

ダイユー矢板店前木曜休

営業時間 10:00 ~ 19:00

43-1347

矢板市商工会

安心マーク

新築・増築・改築・外構・ソーラー発電

安心リフォームやいた

建物の修理やリフォームはおまかせください

施工者は地元商工会員です

ご連絡先
矢板市本町2-18 矢板市商工会内 ☎0287-44-1440

お気軽に

募集 ファミリーサポートセンターで 地域の子育てに参加しませんか？

ファミリーサポートセンターは、地域全体で子育て家庭をサポートすることを目的として設置されました。会員登録による組織化を図り、お互いに助け合いながら育児支援を行う有償のボランティアで、市では2009年度から取り組んでいます。

自分の空いている時間を使って、子育てのサポートを試みませんか？参加をお待ちしています。

●2018年度支援活動状況

4～6月	29件
7～9月	28件
10～12月	53件
合計	110件

●平成30年度に行った主な活動

5月	ファミサポだより 19号発行	10月	ファミサポだより 20号発行
6月	第14回講習会 子どもの健康管理などについて	11月	第29回会員交流会 ステランタン作り
7月	第28回会員交流会 ハーブドリンク作り	12月	

問い合わせ/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

開催 シダレザクラのライトアップ

今年も矢板武記念館のシダレザクラの開花時期にあわせ、ライトアップを行います。

矢板武記念館は、2018年5月に日本遺産構成文化財にも選ばれました。ぜひこの機会にご覧ください。

ライトアップ期間/

3月29日(金)～4月7日(日)

※開花状況により期日の前倒しや延長をすることがあります。

※ライトアップ期間中は無休です。

※ライトアップは、日没～20:00です。

期間中の開館時間/

3月… 10:00～20:00

4月… 9:30～20:00

※入館受付は、19:30まで

そのほか/

- ・駐車場は、矢板市役所をご利用ください。
- ・最新の開花状況、ライトアップ期間については、市ホームページをご覧ください。



【関連イベント】

参加費、観覧料/観桜会「茶会」のみ、300円。

●日本遺産認定企画展

ライトアップ期間中、日本遺産「明治貴族が描いた未来～那須野が原開拓浪漫譚～」の紹介展示を行います。

場所/矢板武記念館 母家

●観桜会

市文化協会所属団体による華展・茶会・箏の演奏会を行います。

日時/3月31日(日)
10:00～15:00

場所/矢板武記念館 母家

●月と太陽～宮本優 美術作品展～

市内在住の芸術家の新星「宮本優」さんの絵画など15点を展示します。独創的な世界観をぜひご覧ください。

日時/3月27日(水)～4月21日(日)

場所/矢板武記念館 西蔵ギャラリー



●まちのあかり 朗読会

「矢板市に集う人たちの心に温もりを届ける」をコンセプトに活動している「まちのあかり」による朗読会です。

日時・内容/

	時間	内容	場所
4月6日(土)	18:00～19:00	夏目漱石「夢十夜」より	東蔵
	19:00～	島崎藤村「若菜集」より	
4月28日(日)	10:00～14:00	中原中也「在りし日の歌」よりほか 宮澤賢治「注文の多い料理店」	

定員/15人程度 *先着順

そのほか/

申込不要です。詳しくはFacebookをご覧ください。

朗読会の問い合わせ/

地域活動団体 まちのあかり

☎ machinoakari813@gmail.com



Facebook

入館料/100円 ※ライトアップ期間中は無料

問い合わせ/生涯学習課 ☎(43) 6218

親子で遊ぼう

参加費記載なし…無料
予…要予約

～就学前のお子さんと保護者が対象～

泉保育所 ☎(43) 0435

【おおきくなったかな】 予
日時/4月25日(木) 10:00～11:30
内容/身長・体重測定と手形足型を記念に残しませんか？

こどもの森こころ保育園 ☎(48) 1966

【ようこそ森へ。森ってこんなところですよ】 予
日時/4月16日(火) 10:00～11:00
内容/1年間の子育て支援についてのお話と、お友だちとの顔合わせをします

つくし保育園 ☎(43) 2411

【ようこそ“つくしほほろぼ”へ】 予
日時/4月18日(木) 10:00～11:30
内容/お話を聞いたあと、みんなで遊びましょう

ぴっころ保育園 ☎(43) 0266

【みんなでぴっころデビュー】 予
日時/4月12日(金) 10:00～12:00
内容/クッキーを作って春のお茶会をしよう
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

ほのぼのらんど(泉保育所) ☎(43) 0435

日時/4月8・15・22日(月) 10:00～11:30
※随時子育て相談を受け付けています

子育てサロンMori(こどもの森こころ保育園) ☎(48) 1966

日時/平日 10:00～15:00
※お越しいただく前に、お電話ください

つくしほ(つくし保育園) ☎(43) 2411

日時/平日 10:00～15:00
※支援室と園庭を開放しています

プチフレンド(認定こども園かしわ幼稚園) ☎(43) 5830

お子さんたちが自由に遊べる空間をご用意しています
日時/4月17日(水) 10:00～11:30

ちゅーりっぷ保育園 ☎(44) 0763

【ようこそ ちゅーりっぷへ!】 予 ※5日前まで
日時/4月17日(水) 10:00～11:00
内容/園内探索、茶話会

認定こども園すみれ幼稚園 ☎(44) 2390

【春のお庭でみ～つけた!】 予
日時/4月4日(木) 10:00～11:30
内容/何がかくれているのかな?
参加費/300円

【ちびっこたちの体操教室】 予

日時/4月26日(金) 10:00～11:30
内容/専門講師による親子体操教室
参加費/300円

認定こども園かしわ幼稚園 ☎(43) 5830

【ぱんだくらぶ(0・1歳児対象)】 予
日時/4月15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・3歳児対象)】 予

日時/4月19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
※園内・園庭を開放しています。子育て相談受け付けています
【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/4月11・25日(木) 10:00～12:00
場所/矢板児童館

ホットルーム(認定こども園すみれ幼稚園) ☎(44) 2390

【ホットルーム】
日時/4月11・18日(木) 10:00～11:30
【ベビーホット】
日時/4月16日(火) 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

もうすぐ春です
住まいもリフォームでリフレッシュ

システムキッチン システムバス ヴェストルーム

今から準備するのが
オススメです!

消費税増税の前に
いかがでしょうか?

お見積りは無料です。
お気軽にご相談ください。

県北唯一認定 TOTOリモデルクラブ店
総合エネルギー(電気・ガス)&リフォーム

炭助 株式会社 スミスケ

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

4月は固定資産税縦覧期間です

(1) 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

固定資産税納税者は、「自己の土地または家屋の価格」のほか、「市内のほかの土地または家屋の価格」を確認することができます。

縦覧期間／4月1日(月)～5月7日(火)
8:30～17:15(土・日・祝日を除く)
手数料／無料(帳簿のコピーはしません)

縦覧できる方	縦覧できる内容	必要なもの
・固定資産税納税者 ・納税管理人 ・納税者と同居の親族	・固定資産税(土地)の納税者 →土地価格等縦覧帳簿	・納税者の納税通知書、または課税明細書 ・縦覧者の本人確認書類(運転免許証・保険証等)
・納税者の代理人	・固定資産税(家屋)の納税者 →家屋価格等縦覧帳簿	・納税者の納税通知書、または課税明細書 ・代理人の本人確認書類(運転免許証・保険証等) ・委任状

(2) 固定資産課税台帳の閲覧

固定資産課税台帳(縦覧帳簿に記載された事項、課税標準額※1など)を確認することができます。

※1 土地や家屋の評価額に特例措置などを加味したものの、これに税率を掛けたものが税額となります。
※2 市内に同一人が所有する土地、家屋、償却資産のそれぞれの課税標準額が土地30万円、家屋20万円、償却資産150万円に満たない場合、固定資産税は課税されません。

閲覧期間／
通年 8:30～17:15(土・日・祝日・年末年始を除く)
手数料／
300円【縦覧期間中の4/1～5/7のみ無料】

閲覧できる方	閲覧できる内容	必要なもの
①固定資産税の納税義務者	納税者 当該納税義務に係る固定資産 免税点未満の所有者※2	・納税者の納税通知書、または課税明細書 ・本人確認書類(運転免許証・保険証等) ・本人確認書類(運転免許証・保険証等)
②借地人	借地権、その他の使用、または当該権利の目的である土地	・賃貸借契約書の原本 ・本人確認書類(運転免許証・保険証等)
③借家人	収益を目的とする権利(対価の支払い有り)を有する方 当該権利の目的である家屋とその敷地である土地	
④固定資産の処分をする権利を有する方	当該権利の目的である資産	お問い合わせください
①～④の代理人	委任された固定資産	・上記の①～④に該当する書類 ・委任状 ・代理人の本人確認書類(運転免許証・保険証等)

縦覧・閲覧場所／税務課(市役所本館2階)
問い合わせ／税務課 ☎(43)1115

3月は県内一斉地方税滞納整理強化月間～滞納、見逃しません!～

納期限までに税金が納められていないときは、督促状が発表されます。発表の日から起算して10日を経過した日までに完納されないと、預貯金・保険・給与・土地・建物・自動車・オートバイの差押えなどの滞納処分を受けることになります。



自動車などを差押えるときはタイヤをロックします。

税金は、納期限までに納めましょう。
問い合わせ／
税務課 ☎(43)1115

軽自動車の廃車・変更手続きはお済みですか？

使えなくなったり、譲ったりして車両はないのに、廃車や名義変更などの手続きを忘れていませんか？軽自動車税は、毎年4月1日に登録されている車両に課税されます。忘れず、お早めに手続きしてください。

車の種類	問い合わせ
原動機付自転車 小型特殊自動車	市税務課 ☎(43)1115
二輪の軽自動車 小型自動車	関東運輸局栃木運輸支局 ☎050(5540)2019
四輪の軽自動車	軽自動車検査協会栃木事務所 ☎050(3816)3107

募集「矢板市空家等対策計画(案)」に係るパブリックコメント

市では、空家等対策の総合的かつ計画的な推進を図るため「矢板市空家等対策計画」の策定に取り組んでいます。この度、計画の策定にあたり、市民の皆さんの意見をいただくため、パブリックコメントを実施します。
閲覧・募集期間／3月1日(金)～3月18日(月) ※必着
閲覧方法／
①都市整備課、各公民館で文書閲覧
②市ホームページ(トップページ>パブリックコメント>矢板市空家等対策計画(案))に掲載
応募方法／直接お持ちいただくか、郵送・ファクス・メールのいずれかでお送りください。

様式／
様式は自由ですが、A4版で、住所・氏名・電話番号を必ず記載してください。
そのほか／
お寄せいただいたご意見・ご提案は、内容を整理し、市の考え方とあわせて、後日公表します。個人への回答は行いませんので、ご了承ください。
応募・問い合わせ／
〒329-2192 矢板市本町5-4 都市整備課
☎(43)6213 ㊟(43)9790
✉toshikeikaku@city.yaita.tochigi.jp

募集 姉妹都市交流事業交付金申請団体

姉妹都市である茨城県笠間市との交流活動を推進するため、笠間市との交流事業を行う団体に対し、姉妹都市交流事業費交付金を交付します。
対象／次に当てはまる市内の市民団体(5人以上)など
・市内小・中・高校の児童・生徒および指導者
・市内在住の社会人(大学生を含む)
・その他、市長が特に認めたる者
交付金額／
事業の必要経費の2分の1で、上限10万円
※1 団体において対象事業を各1回まで、計2回の交付を限度とし、食糧費(飲食代)は補助対象外とします。

対象事業／①矢板市団体の笠間市訪問による交流事業
②笠間市団体の矢板市訪問による交流事業
募集期間／4月1日(月)～26日(金)
※申請が少ない場合は、予算の範囲内で随時受け付けます。
※申請が多数の場合は、交付額が申請額と異なることがあります。
そのほか／
詳しくは、市ホームページ(トップページ>分類でさがす>市民の方へ>市民活動>市民協働>姉妹都市交流事業交付金申請団体募集)をご覧ください。
申込・問い合わせ／総合政策課 ☎(43)1112

野良猫にエサを与えている方へ

野良猫を見掛けて、「お腹が空いていないかな？」と思いやる優しい気持ちはとても大切です。しかし、野良猫にエサを与えると飼い主と見なされ、「終生飼養」の責任が生じます。また、増えた猫やフン、鳴き声などによりご近所に迷惑を掛けているかもしれません。責任ある行動をお願いします。
お願い／
・犬や猫の飼い主の方は、適正なしつけを必ず行ってください。特に、鳴き声によるトラブルが目立ちます。
・飼い猫の行方不明や交通事故、感染症を防ぐために、室内飼いに努めてください。
・動物を捨てることは犯罪です。「終生飼養」を守ってください。
・飼い犬や猫が迷子になったら、すぐに栃木県動物愛護指導センター ☎028(684)5458に連絡してください。

【野良猫による被害にお困りの方へ】
近年、野良猫に関する被害やご相談が多数寄せられています。しかし、動物愛護の観点から野良猫の捕獲や餌やりを条例で規制することは難しく、ご自身で防衛していただくしかありません。
防衛策の1つとして、市では猫よけ器の貸し出しを実施しています。貸し出しの予約は、くらし安全環境課窓口または電話で受け付けています。
※予約は、4月以降の貸出分になります。
期間／貸し出しを受けた日から14日以内
※貸し出しは、1世帯につき同一年度において1度限りです。
台数／2台まで
費用／無料(猫よけ器に必要な電池はご自身でご用意ください。)
問い合わせ／くらし安全環境課 ☎(43)6755

市営バス無料乗車券「ともなりパス」交付事業

市では、無料乗車券の交付による市営バスの有効活用を通して、高齢者の「生きがいくくり・社会参加」と「交通事故防止」への取り組みを進めています。

現在、75歳以上の方を対象に実施している「ともなりパス 75（高齢者外出支援事業）」と65歳以上の方の運転免許証の自主返納者を対象とした「ともなりパス 65（運転免許自主返納者支援事業）」について2019年度も継続して実施します。「ともなりパス 65」「ともなりパス 75」を組み合わせることで65歳で免許を自主返納すれば市営バスが生涯無料になりますので、ぜひ申請の上ご利用ください。

申請方法／
各窓口にある申請用紙に必要事項を記入の上、提出してください。

※代理人による申請の場合は、代理人の印鑑と使用者および代理人の本人確認書類が必要になります。

利用方法／
バス乗車時に、運転手へ無料乗車券（ともなりパス）を提示してください。

※日曜・祝日・年末年始は運休です。

そのほか／
すでに「ともなりパス 75」の交付を受けている方は、生涯無料のため更新の手続きは必要ありません。

「ともなりパス 65」の交付を受けている方は、75歳を迎えた後に「ともなりパス 75」の申請が必要になります。

	対象	内容	必要なもの	申請・問い合わせ
ともなりパス 65	65歳以上の運転免許自主返納者で本市に住所がある方	市営バスが75歳を迎えるまで無料（最長10年間有効）	・印鑑 ・本人確認書類（保険証等） ・運転免許取消通知書	くらし安全環境課 ☎（43）6755
ともなりパス 75	75歳以上で本市に住所がある方	市営バスが生涯無料	・印鑑 ・本人確認書類（保険証等）	高齢対策課 ☎（43）3896

開始 重度の障がい者、高齢者の方へ 2019年度分福祉タクシー券交付申請受付

重度の障がい者、高齢者の方を対象に、1枚につき、タクシー基本料金（初乗料金）分を助成する福祉タクシー券を交付します。

受付開始日／3月25日（月）

受付時間／8：30～17：15（※土・日、祝日を除く）

受付場所／社会福祉課窓口

そのほか／

- ・交付申請は、毎年度必要で、年度1度限りとなります。
- ・代理申請の場合は、申請者の手帳または本人確認書類、および代理の方の本人確認書類が必要です。

対象者／

	対象	交付枚数	必要なもの
①	身体障害者手帳の等級が1級または2級の方 3級で下肢または体幹の機能障がいがある方	年間48枚分 (月4枚で計算)	・手帳
②	療育手帳の等級がA1またはA2の方		
③	精神障害者保健福祉手帳の等級が1級または2級の方	年間24枚分 (月2枚で計算)	・本人確認書類（運転免許証・保険証等）
④	80歳以上の方		

申請・問い合わせ／

社会福祉課 ☎（43）1116 FAX（43）5404

【ご注意ください】

福祉タクシー事業者を利用できる方は下記の方に限られます。詳しくは、福祉タクシー事業者にご確認ください。

- (1) 要介護認定を受けている方
- (2) 要支援認定を受けている方
- (3) 身体障害者手帳の交付を受けている方
- (4) 上記(1)～(3)に該当する方のほか、肢体不自由、内部障害、知的障害および精神障害その他の障害があるなど、単独での移動が困難な方

※一般タクシー事業者の利用についての条件はありません。

4月中は窓口が大変混み合います。申請月によらず一律枚数の交付となりますので、お急ぎでない方は5月以降の申請をお勧めします。

募集 手話奉仕員養成講座（入門・基礎編）

手話を必要とする聴覚障がい者のコミュニケーションを支援するため、日常会話程度の表現技術を取得する手話奉仕員の養成講座を開催します。

日時／5月～2020年2月

毎週水曜日 全40講座 19：00～21：00

※お盆、年末年始は休みあり

場所／さずな館 大会議室

対象／市内在住または在勤の15歳以上の方

※18歳未満の方は保護者の同意が必要です。

定員／20人程度 *申込多数の場合は抽選

参加費／無料（ただし、テキスト代3,240円は自己負担）

持ち物／筆記用具

申込方法／

3月29日（金）までに、①氏名②ふりがな③住所④年齢⑤電話番号⑥FAX番号⑦手話奉仕員養成講座の受講経験の有無を添えて、電話、またはファクスでお申し込みください。

そのほか／

受講の可否については、4月中旬ごろ、ご連絡します。

申込・問い合わせ／

社会福祉協議会 ☎（44）3000 FAX（43）6661

開催 フリースペースに集まろう

フリースペースは、障がい者やその家族などが集まり、交流や相談をすることができる場所です。

日時／4月17日（水）、5月16日（木）、6月14日（金）
7月17日（水）、8月21日（水）、9月12日（木）
10月3日（木）、11月13日（水）、12月13日（金）
2020年1月15日（水）、2月14日（金）
3月12日（木） いずれも13：00～16：00

場所／矢板公民館 団体事務室

対象／どなたでも

※障がい者やそのご家族、障がい者福祉やボランティアに興味のある方など

参加費／無料

そのほか／

- ・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。
- ・5月16日（木）、8月21日（水）、12月13日（金）は、イベント開催予定です。詳しくは、市ホームページ（トップページ>分類でさがす>市民の方へ>健康・福祉・衛生>障害者福祉>フリースペースを開催します）などでお知らせします。

問い合わせ／

地域自立支援協議会ケア部会事務局（社会福祉課）

☎（43）1116 FAX（43）5404

開催 第4回 市民公開講座 「健康体操で元氣いきいき！」

介護サービスと地域包括支援センターについてわかりやすくお伝えします。

また、社会福祉士と介護福祉士の資格を持つ、「えりのあ」さんによるミニライブと講演会を行います。

日時／3月30日（土）13：30～15：30

場所／文化会館 小ホール

内容／

- 第1部 介護保険制度と地域包括支援センターについて
- 第2部 「健康体操で元氣いきいき！～自分らしく生きるために～」

講師 えりのあ氏

定員／300人 *先着順

主催／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／

市介護サービス事業者連絡協議会

（八汐苑内）☎（43）1872

高齢対策課 ☎（43）3896

協議体（地域の皆さんと考え話し合う場）を設置します

高齢者の方がいつまでも住み慣れた地域で元気に過ごすことができるよう、矢板・泉・片岡の3地域に協議体を作り、生活支援コーディネーターを配置していきます。

これまでとこれからの活動の様子を社会福祉協議会のホームページに掲載していきますので、ぜひご覧ください。

協議体とは？

⇒「支え合う地域づくりの話し合いの場」として、地域の多様な主体がメンバーとなり、無理なくできることなどをみんなで話し合います。

生活支援コーディネーターとは？

⇒「支え合う地域づくりの調整役」として、協議体と協力し、自分たちのまちを良くしていくために、地域のさまざまな活動をつなぎ、組み合わせます。

問い合わせ／高齢対策課 ☎（43）3896

社会福祉協議会 ☎（44）3000

矢板市立小中学校の適正配置について答申を受けました

「矢板市立小中学校の適正規模及び適正配置について」の答申書が1月21日（月）に、矢板市立小中学校適正配置検討委員会の渡邊弘委員長（作新学院大学学長）から村上教育長へ手渡されました。

この答申には、小学校を4校・中学校を2校に統合することのほか、学校像についても小中一貫校や公共施設との複合化などの方向性が示されています。

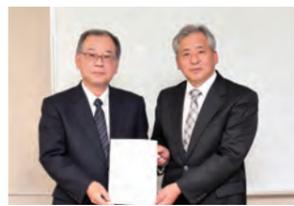
渡邊委員長の「子どもたちのために検討を重ねてほしい」との言葉に、教育長は、「数合わせの統合ではな

く、魅力ある学校をつくりたい」と述べました。今後は答申を踏まえ、基本計画を策定し、小中学校の適正配置を進めていきます。

問い合わせ／

教育総務課

☎（43）6217



▲ 渡邊委員長（左）、村上教育長（右）

募集 シルバー人材センター 会員

資格／60歳以上の健康で働く意欲のある方

内容／

植木の手入れ、除草、草刈り、清掃、網戸・ふすま・障子張り替え、大工仕事、塗装、あて名書き など
※仕事の内容に応じて配分金（手間賃）が支払われます。

会費／年2,000円

入会説明会／

毎月実施しています。直近の3カ月は以下の通りです。

日時／

3月13日（水）、4月15日（月）、5月20日（月）、
いずれも14:00～15:30

※出席を希望する方は、事前にご連絡ください。

問い合わせ／

シルバー人材センター ☎（43）6660

開催 中学生海外派遣事業 帰国報告会

1月11日（金）～17日（木）の7日間の日程で、「平成30年度矢板市中学生海外派遣事業」を実施しました。訪問先のアメリカ・ロサンゼルスでは、4泊5日のホームステイやホームステイ先の子どもたちが通学する学校で授業に参加するなどの交流体験をしてきました。

この度、参加団員16人が体験を通して学んだことや感じたことなどを報告する「帰国報告会」を開催します。ぜひお越しください。

日時／3月16日（土）14:00～

場所／文化会館 小ホール

そのほか／

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／

教育総務課 ☎（43）6217

公共下水道供用開始区域の 縦覧を行います

縦覧期間／3月15日（金）～29日（金）

8:30～17:15

縦覧場所／下水道課

縦覧内容／・公共下水道供用区域

・新たに供用開始区域となる地域
（末広町・富田・片岡地内の各一部）

問い合わせ／

下水道課 ☎（43）6214

下水道事業受益者負担金の 賦課対象区域を告示します

受益者負担金は、下水道が整備計画されている区域のすべての土地が対象となり、下水道の整備状況にあわせて、賦課徴収しています。この賦課徴収する区域を「賦課対象区域」といい、年度初めに告示し、皆さまにお知らせしています。

対象区域／木幡地内の各一部

負担金額／土地1㎡当たり300円

納付方法／5年分割の年4期（全20期）

※一括納付報奨金や徴収猶予等の制度があります。

問い合わせ／

下水道課 ☎（43）6214

募集 2019年度やいた健康ポイント事業

健康ポイントとは…？

参加者に活動量計（歩数計）を持っていただき、健康づくり活動（ウォーキング・健診の受診・健康教室への参加など）に対してポイントを付与する仕組みです。

貯まったポイントは、市内の商店などで使える商品券に交換することができます。



参加資格／①～③全てに該当する方

- ① 40歳以上（2020年3月31日現在の年齢）で市内に住所のある方
- ② この事業に賛同し、4月に開催する説明会（矢板公民館大会議室）への参加が可能なる方（必須条件）
- ③ 健康状態や体組成の数値、医療費などのデータ提供にご協力いただける方 ※説明会で体組成を測定します。

～参加者の声～

健康への意識が高まりました！

この事業に参加して、歩くことだけでなく、健康に対する意識が高まりました。運動教室などさまざま

なポイント対象事業に参加して貯まったポイントは、道の駅やいたの商品券に交換して仲間と食事をしようと思っています。健康にもなり、商品券ももらえて、とてもお得な事業です！



藤田明湖さん 川上文夫さん

一緒に歩く仲間が増えました！

夫婦で毎日、長峰公園を歩いています。歩くことを生活の中心に据えることで、食事や睡眠なども健康を意識した生活を

するようになりました。今では、60歳の頃よりも体調がいいように思います。一緒に歩く仲間も増えてきたので、これからも楽しく歩きます。



高野博志さん、敏子さん

参加費／1,000円（活動量計代）※説明会で徴収します。

募集人数／300人（申込多数の場合は抽選）

※参加の可否は、4月10日（水）までに通知します。

申込方法／

右下の申込用紙を切り取り、切手を貼って郵送するか、健康増進課窓口や各公民館（矢板・泉・片岡）まで直接お持ちください。申込用紙は、健康増進課窓口や各公民館に備え付けてあるほか、ホームページ（トップページ＞分類ですが＞市民の方へ＞健康・福祉・衛生＞健康づくり＞やいた健康ポイント事業参加者募集）からダウンロードできます。

なお、申し込みは、ひとり1枚です。複数枚申し込まれた方は無効となります。

申込期限／3月22日（金）※必着

※2018年度から参加されている方は、自動継続となりますので、改めて申し込む必要はありません。

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

健康ポイント事業の詳細は、次ページをご覧ください。

郵送の場合は62円切手を貼付してください。

〒329-2192

矢板市本町5-4

矢板市 健康福祉部 健康増進課
健康増進担当

やいた健康ポイント事業担当 宛

健康ポイントは市内の商品券に交換できます！

貯まったポイントは、交換期間に、道の駅やいたや市内の各商店などで使用できる商品券に交換することができます。今年度 150 人の参加者が商品券と交換し使用することで、経済の好循環にもご協力いただきました。

年間で最大 10,000 ポイントまで交換することができます。中には半年で、7,000 ポイント以上貯めた方もいました！ポイントの貯め方は下記をご覧ください。

健康ポイントが貯まる4つのメニュー！

1. あるく！ ウォーキング	1日 8,000 歩を目標に、活動量計（歩数計）を持って歩きます。	1日 5,000 歩で 10 ポイント、8,000 歩以上で 20 ポイントが毎日付与されます。
2. はかる！ 健診・検診	市や勤務先で行う特定健診やがん検診、人間ドックなどを受診します。	人間ドックで 1,000 ポイント 特定健診で 500 ポイント がん検診・歯周疾患検診で 500 ポイント
3. でかける！ まちなか保健室	市の施設やスーパーなどで、随時開設される「まちなか保健室」（右下参照）でからだの健康状態をチェックします。	年間最大 1,000 ポイント
4. さんかする！ イベント参加	市が行うポイント対象事業（さまざまな教室やイベント）に参加します。	健康運動教室や健康に関する講演会などの対象イベントに参加すると 20～50 ポイントが付与されます。

子宮がん・乳がん検診を受けましょう ～検診で早期発見を！～

3月 は「女性の健康づくり月間」です。

「自分は大丈夫」「まだ若いから」「恥ずかしいから」「面倒だから」と子宮がん検診・乳がん検診を受けずにいませんか？早期に発見して治療につなげられるよう、がん検診を受けましょう。

●こんな症状が出たら要注意！

<子宮頸がん>
不正出血・性交時の出血・異常なおりもの・下腹部の痛み・排尿障害・排便異常

<子宮体がん>
月経とは無関係の出血・閉経後の出血・月経不順・下腹部の痛み・排尿時の痛み

<乳がん>
乳房のしこり・左右の乳房の形が違う・皮膚がひきつる・えくぼのようなくぼみが現れる・表皮がただれる・乳首から液体が出る

	子宮がん検診		乳がん検診	
対象	20歳以上の女性		30歳以上の女性	
実施方法	集団健診	個別検診 ※矢板市と契約している医療機関	集団健診	
実施期間	5～11月	年間を通じて	5～11月	
検査内容	子宮頸部検診	子宮頸部検診	子宮頸部・体部検診	30～39歳 超音波検査のみ
				40歳以上 超音波検査＋マンモグラフィ
検査料金	500円 ※21歳と70歳以上は無料		2,200円 ※70歳以上は無料	500円 1,000円 ※41歳は無料

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

募集 シニア健康教室

シニア世代を対象に、スポーツ吹矢を通した健康づくり教室を開催します。ぜひご参加ください。

日時／3月19日（火）9：00～11：00

場所／農村環境改善センター

定員／50人 *先着順 参加費／無料

講師／日本スポーツ吹矢協会なすの支部

申込方法／電話でお申し込みください。

申込・問い合わせ／市シニアクラブ連合会(社会福祉協議会内)

☎(44) 3000

募集 献血にご協力ください

日時／3月18日（月）

10：00～11：45、13：00～16：00

場所／保健福祉センター（東側駐車場）

内容／全血献血のみ 200ml、400ml

※移動献血車（バス）での献血となり、全血献血のみとなります。

問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

募集 筋トレ教室

農業者トレーニングセンターに設置してあるトレーニング機器の正しく、効果的な使い方を学びます。

日時／3月20日（水）19：00～20：30

場所／農業者トレーニングセンター

対象・定員／

18歳以上の市内在住の方 15人 *初めての方優先

参加費／無料 *先着順

講師／（一財）日本健康財団 菊田 遼氏

申込方法／

3月13日（水）から電話でお申し込みください。

持ち物／運動のできる服装、上履き、飲み物 など

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43) 1118

勤労青少年ホームに関するお知らせ

矢板市勤労青少年ホームは、3月31日をもって廃止となります。併せて、施設の利用につきましても、終了となります。なお、勤労青少年ホーム内にある市施設管理公社の事務所は、4月1日からきずな館内（扇町二丁目4番19号）へ移転します。

また、現在行っている資源ごみの拠点回収（食用油、牛乳パック、ペットボトル、発泡スチロール、食品トレイ）についても中止させていただきます。今後の処分方法については、くらし安全環境課へお問い合わせください。

問い合わせ／商工観光課 ☎(43) 6211

施設管理公社 ☎(43) 4620

くらし安全環境課 ☎(43) 6755

まちなか保健室

まちなか保健室とは、「気軽に、手軽に、健康相談」をコンセプトに、市内のさまざまな場所で開設するもので、体組成計や血圧計で身体の状態をチェックし、保健師や栄養士などと相談を行うものです。

健康ポイント事業の参加者だけでなく、誰でも参加できます。日程や場所については、「広報やいた」のカレンダーをご覧ください。

【3月の開催日程】

3月13日（水）ベイシア矢板店

3月16日（土）城の湯温泉センター

3月25日（月）市保健福祉センター

※いずれも 13：30～16：00



2019年 3月 日

やいた健康ポイント事業参加申込書

やいた健康ポイント事業に参加したいので、下記のとおり申し込みます。

記

住所	〒 矢板市
氏名	
生年月日	
連絡先	☎
説明会 参加 予定日	第1希望 <input type="checkbox"/> 第2希望 <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> 4月25日（木）18：30～19：30
	<input type="checkbox"/> 4月26日（金）10：30～11：30
	<input type="checkbox"/> 4月27日（土）10：30～11：30
	<input type="checkbox"/> 4月27日（土）13：30～14：30
	<input type="checkbox"/> いずれの日でも参加可能
参加が可能な日（第1希望、第2希望）の□にチェックを入れてください。（参加必須条件）	

受付№

開催「ツール・ド・とちぎ」第2ステージ

今年で3回目となる国際公認の自転車レース「ツール・ド・とちぎ」。初めての周回レースが道の駅やいたをスタート・ゴールに開催されます。



日時／3月23日(土) 9:00～14:00

*レースは10:00スタート

場所／道の駅やいた

駐車場／市役所、矢板小学校、JA しおのや

内容／

時間	内容
9:00～	会場イベントスタート
9:50～	第2ステージ開会式
10:00～	レーススタート
13:00～	表彰式

問い合わせ／商工観光課 ☎(43)6211

市営バスは交通規制中、コース内が一部運休になるほか、道の駅には停車しません。ご了承ください。

大型ビジョンでレースを観戦!

会場に大型ビジョンを設置し、パブリックビューイング、MCによるステージショーを行います。



MC:高坂 美歩氏
(やいたシクロアンバサドール)



コースを体験!

「ツール・ド・とちぎ」のコースを楽しめる体験シュミレーターを設置します。気軽にご参加ください!

対象/どなたでも
参加費/無料



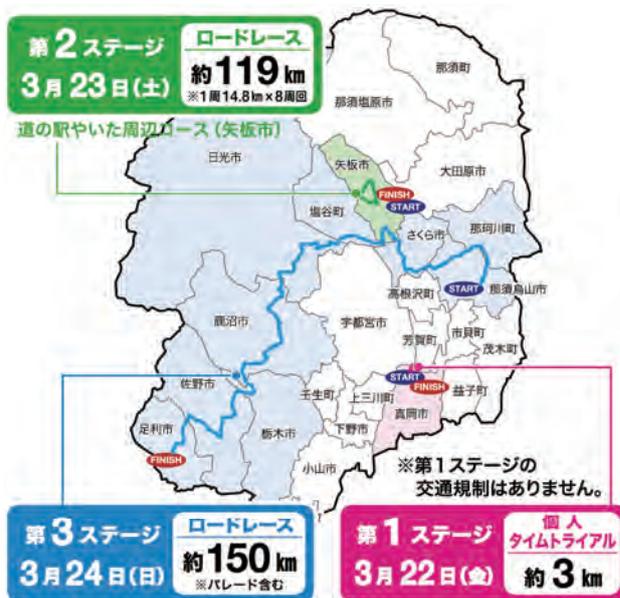
自転車に興味がなくでも大丈夫!

おいしいものを食べながらレースを観戦しませんか?

また、子どもが楽しめる大型遊具や自転車パーツを使ったゲームなどもあります!



- 栃木のグルメお店
- 県内特産品の試食・販売
- 自転車パーツを使ったゲーム(つり、輪なげなど)
- 大型ふわふわ遊具(無料)



レース生中継!!!

「FRESH LIVE サイクルロードレースTV」にてライブ配信!

ステージでも実況解説!

<https://freshlive.tv/roadrace/>



コース上では交通規制が行われますので、ご協力をお願いします。

イベントやコースなど、詳しくは大会公式ホームページをご覧ください。



詳しくはこちら

募 集

栃木県警察官採用試験

「至急、栃木県警に応援を！とちぎのヒーロー・ヒロインになろう!!」試験区分／

- ・大学卒業者（見込含む）
男性 55 人程度、女性 10 人程度
- ・高校卒業者等 *男性のみ
5 人程度
- ・特別区分（サイバー犯罪捜査官）
3 人程度

受付期間／

3月1日（金）～4月12日（金）

1次試験／

5月12日（日）

2次試験／

5月30日（木）または31日（金）

および7月3日（水）～5日（金）、8日（月）のいずれか1日

合格発表／

7月18日（木）（予定）

申込・問い合わせ／

矢板警察署

☎（43）0110

第9回 市民公開講座

「知っておきたい！心筋梗塞の基礎知識」

日時／3月9日（土）14：00 開演

場所／文化会館 小ホール

定員／250 人

入場料／無料

講師／

塩谷病院循環器内科部長

稲見 茂信医師

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

お知らせ

4月は、統一地方選挙

統一地方選挙の日程をお知らせします。

○栃木県議会議員選挙

投票日／4月7日（日）

告示日／3月29日（金）

期日前投票／

3月30日（土）～4月6日（土）

○矢板市議会議員選挙

投票日／4月21日（日）

告示日／4月14日（日）

期日前投票／

4月15日（月）～20日（土）

※次の投票所の場所が変わります。詳細は、送付される入場券でご確認ください。

・第5投票所 西小学校から

「塩田公民館」へ

・第8投票所 勤労青少年ホームから

「東小学校」へ

問い合わせ／

選挙管理委員会事務局

☎（43）6219

矢板健康福祉センターの業務窓口開設日時変更

4月1日から矢板健康福祉センターでの食品衛生・生活衛生・薬事などの窓口の開設日時が下記のとおり変更になります。

また、食品衛生・生活衛生・薬事などの業務専用電話 ☎（44）1268を設置しますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

窓口開設日時／

水・金曜日 9：00～16：30

問い合わせ／

県北健康福祉センター 生活衛生課

☎（22）2364

農村環境改善センター休館日変更

4月から休館日が下記のとおりとなります。

休館日／

毎週月曜日

国民の祝日

年末年始(12月29日～翌年1月3日)

問い合わせ／

矢板公民館 ☎（43）0469

※月曜・祝日休館

栃木県「春の山火事防止強調週間」

山火事が発生しやすい時期なので、たき火やタバコなどの後始末を徹底するようにお願いします。

森林やその周囲で火入れを行う際には、市長の許可が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

期間／

3月1日（金）～5月31日（金）

問い合わせ／

農林課 ☎（43）6210

家内労働委託状況届の提出は4月30日まで

家内労働法第26条、同法施行規則第23条により、家内労働者（内職者）へ業務を委託した場合には遅滞なく、それ以後は毎年4月1日現在の委託状況について4月30

日までに労働基準監督署を經由して栃木労働局に委託状況届を提出することが定められています。

詳しくは、栃木労働局労働基準部賃金室、または最寄りの労働基準監督署にお問い合わせください。

問い合わせ／

栃木労働局労働基準部賃金室

☎028（634）9109

塩谷広域おすすめ情報

さくら市

氏家ゆうゆうパーク桜づつみライトアップ

氏家ゆうゆうパークにある1,560mの桜づつみは約500本の桜が植えられています。昼に見る景色とは一味違った桜づつみをお楽しみください。

日時／

3月30日（土）～4月14日（日）

17：30～21：00

※開花状況によって変更あり。

場所／氏家ゆうゆうパーク

問い合わせ／

さくら市氏家観光協会

☎028（681）5757

高根沢町

駅前のマーケット&のぶおの音楽祭
約50のフードや雑貨のお店が大集合、バンドの生演奏も楽しめます。ぜひご家族でお越しください。

日時／3月17日（日）

10：00～15：00

場所／ちよっ蔵広場（宝積寺駅東口）

問い合わせ／

高根沢町移住・定住・創業支援センター

☎028（612）5771

塩谷町

グッバイ！～HEISEI～inしおや

川柳などを添えたおもしろ写真の展示や平成を奏でるコンサートなどで楽しみませんか？。

日時／3月17日（日）

13：00～15：00

※おもしろ写真展は3日から展示

場所／道の駅「湧水の郷しおや」

多目的ホール

入場／無料

問い合わせ／

船生地区コミュニティ推進協議会事務局

☎（41）6102

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

- ・学習机
- ・折りたたみベッド
- ・電気ストーブ（小）
- ・セラミックヒーター
- ・ペビーベッド

譲ってください

- ・冷蔵庫（冷凍付）

図書館

開館時間／9:00～20:00
 ※4月以降9:00～19:00
 休館日／3月4・11・18・25日(月)
 4月1・8・15・22日(月)
 貸出点数／全15点 貸出期間／2週間

図書館からのお知らせ



☆閉館時間の変更☆
閉館時間が19:00になります。
 2019年4月1日より閉館時間が19:00に変更になります。
 併せて、2階学習室は18:50までとさせていただきます。

☆利用者カード更新について☆

2019年4月1日より、2年に一度の「利用者カード」のデータ更新に際し、正確な情報の維持を目的に、ご本人様の身分証(免許証・保険証等)のご提示をお願いさせていただきます。
 また、ご住所やお電話番号等に変更が生じた場合は、お早めにスタッフまでお申し出くださいよう併せてお願い申し上げます。

ご利用の皆様にはご不便をおかけ致しますが、より一層の接遇向上に努めてまいりますので、ご理解とご協力のほど、お願い申し上げます。

◆新着図書

【一般書】 ★今月のオススメ



南極ではたらく
 渡貫淳子 平凡社

一念発起して南極地域観測隊の調理隊員になった著者が、昭和基地での生活について綴る。天かすをリメイクした「悪魔のおにぎり」のレシピも掲載。

図解超早わかり 18歳成人と法律
 街角の昭和遺産
 幸せを呼ぶ和布のつるし飾り
 革の編みとかがり
 メアリ・ポピンズ

南部義典
 河畑悠
 井上美智子
 トラバース
 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。
 問い合わせ／図書館 ☎(43)5661

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

作品／ライオン
 養子としてオーストラリアで幸せに暮らす青年サルー。しかし彼はインドで生まれ、5歳の時に迷子になり、以来、家族と生き別れたままだった。成人した彼は、母と兄に“ただいま”を伝えるため、家を探し出すことを決意する。
 日時／3月23日(土) 14:00～16:00(開場13:30)
 場所／図書館2階 視聴覚室 ※入場無料

◆市民ギャラリー

ボーイ・ガールスカウト&ソフィア「Discover 栃木！」
 期間／3月26日(火)～4月14日(日)
 (最終日は15:00まで)

◆えほんひろば

勤労青少年ホームのえほんひろば(読み聞かせ)は4月から図書館で「えほんひろば&赤ちゃんのじかん」としてスタートします!

【児童書】 ★今月のオススメ



おおあたり!
 もとしたいつみ 小峰書店

福引き券をもらった、だいくんと妹のまなちゃん。ふたりが「当たりますように!」と願いながら、福引きをひくと...

未来をつかめ!平成ビジュアル図鑑1
 電気・ガスはどこから来るのか?
 どんどんご、さいた
 子犬たちのあした
 はいたちち

中住千春
 ミーガン・リクス
 からさわようすけ
 ほか

文芸 川柳 松平 祐宣 選

便せんのためたつた一枚書く苦勞
 評 度忘れ漢字続く文章
 味付けは誰に合わせる三世代
 評 エコヒイキなく無難なカレー味
 ダイエット少し足りない試着室
 評 腰のゼイ肉ダダをこね出す
 コマーシャルほどには出ない宿の膳
 評 連泊すると採算取れぬ
 老いにつれまだやり残すあれやこれ
 評 老女でまた学習夢見る
 踏み台の要らない孫の背を借りる
 評 伸びる内孫重宝がら
 値札見てこれが似合うと女房言
 評 似合う似合わない値札が決める
 セクハラに男尊女卑が潜んでる
 評 女性課長の指揮下の不満
 人助けしたか戻ってこない傘
 評 雨止めばすぐ忘れて無責任
 卒寿までハンドル握る夢を持つ
 元号が気にかかりだす年の暮れ
 歌声も会話も弾むOGコーラス
 ポリプか二〇個もある身の人生
 尻餅をついても抜けない大根の伸び
 それでいいそと背を押す友がいる
 どの人が先生背くらべ趣味の会
 選者詠
 内孫のお箸が揃う初春の膳
 松平 飯島 三浦 大谷 大森あや子 大野 孝子 渡辺 和子 吉成 豊 岡本 芳子 小畑 正夫 竹内 勇 渡辺 昌寿 武田 正雄 和地由紀子 青木 良雄 栗田サエ子 井上 和枝

次回作品募集 種目/俳句 期限/3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。

道の駅やいた

◆春のお彼岸フェア

切り花や手作りぼたもちを販売します。
 日時/
 3月21日(祝・木) 9:00～ ※無くなり次第終了
 場所/道の駅やいた農産物直売所内

◆タマゴのつかみ取り

道の駅やいたにて1,000円以上お買い上げのお客様に参加チケットを進呈します。
 日時/
 4月7日(日) 9:00～ ※無くなり次第終了
 場所/道の駅やいた農産物直売所前軒下

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

◆定休日

●旬鮮やいた...3月13日(水)、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

【お知らせ】
 「ツール・ド・とちぎ」開催日の3月23日(土)も通常通り営業します。会場の混雑により、お客様には、ご不便とご迷惑をお掛けしますが、ご理解のほど、よろしくお願い致します。

城の湯温泉センター

開館時間/10:00～21:00
 休館日/3月4・18日(月) 4月1・15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
 →3月17日(日)、4月21日(日)
 ●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
 →3月26日(火)、4月26日(金)

◆イベント情報

●ホワイトデー
 女性のお客様に受付でキャンディーをプレゼント!
 日時/
 3月14日(木) 10:00～

◆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
 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10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/3月8・22日(金)、4月12・26日(金)
 各回11:00～
 ●初心者ピラティス(講師:藤田 明湖先生)
 日時/3月6・13・20・27日(水)
 4月3・10・17・24日(水)
 各回10:30～(中級者クラス)、11:40～(初心者クラス)
 ●初心者ヨガ教室(講師:八木沢 里美先生)
 日時/3月6・13・20・27日(水)
 4月3・10・17・24日(水)
 各回13:30～



家族葬・一般葬
 ※少人数のお葬式には、家族葬専用の「矢板ホール」をおすすめします。
 少人数～15名様くらいがちょうどいい式場です。
 ※ゆったり式場「椿の花斎苑」は、家族葬、一般葬ができる式場です。
 ワンフロアで家族葬・一般葬。(左写真)
 ツーフロアを使う事で会葬者が増えても対応可能です。(大駐車場完備)

小さな葬儀社
 矢板市片岡1913-25
 電話 0287(48)6785



やいた☆クッキン GOOD



～大豆ナゲット～



レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅

材料 (4人分)

- ・大豆 …………… 80g
- ・鶏肉 …………… 75g
- ・卵 …………… 1個
- ・小麦粉 …………… 大さじ2
- ・塩…………… 小さじ 1/3
- ・こしょう…………… 適量
- ・カレー粉…小さじ 1/2
- ・唐揚げ粉…………… 適量

作り方

- ①鶏肉の皮と余分な脂を取りぶつ切りにする。
- ②大豆を柔らかくなるまで茹でる。
- ③鶏肉をフードプロセッサーにかけなめらかにする。
- ④③に大豆、卵を加えさらに混ぜる。
- ⑤なめらかになったら、④に小麦粉、塩、こしょう、カレー粉を加えさらに混ぜる。
- ⑥⑤を小判形に成形し、表面に唐揚げ粉をまぶす。
- ⑦⑥を 175℃の油できつね色になるまで揚げる。

《編集後記》 いいあんばいだわ～

息子が通う小学校でスキー教室がありました。講師として地域の方たちにご協力をいただきながら続けている学校行事です。今年には保護者の立場で講師を務め、学校の粋な計らいで息子がいる班を受け持つことができ、良い思い出になりました。来年以降も、地域の協力者として教室に参加しようと思います。(恒)

インフルエンザが終息する時期になり一安心かと思いきや、花粉のピーク時期となり、まだまだマスクが手放せない人も多いのではないのでしょうか。花粉を気にすることなく、散歩をしながらお花見ができる穏やかな春が待ち遠しいですね。(こっこ)

まだまだ寒い日もありますが、春の訪れを感じられることが多くなってきます。暖かくなったら何をしようか、どこに行こうか…と、あれこれ考えると何かウキウキしてきます。体をたくさん動かしたいし、その時々季節ならではのイベントを楽しみたいものです。(双)

今月下旬はプロ野球の開幕・選抜高等学校野球大会の開催と野球好きな方には待ちに待った季節ですね。息子は保育園の頃から野球をやるのも観戦も好きで、極めつけはプロ野球選手名鑑を毎年購入してしまうくらいです。ここまで没頭できる何かに出会えた息子がうらやましくもあります。(ゆいひ)

記念撮影コーナーを設置しました！

ご結婚・ご出産などの記念に撮影はいかがですか？

記念撮影コーナーは、市制施行60周年記念事業の1つとして、皆さんに矢板を好きでいてもらいたい、好きになってもらいたい、「郷土愛(ai)」を持ってもらいたいとの想いを込めて設置しました。

バックボードは、矢板市の特産品である「りんご」がちりばめられた背景となっており、婚姻届が貼り付けられるボードや手持ちパネルなどご用意しています。

設置場所／矢板市役所本館1階 市民課東側
 利用時間／開庁時間内（原則として8：30～17：15）
 利用方法および注意事項／

- ・バックボードはロールスクリーンとなっているため、普段は収納してあります。
- ・各種戸籍届と一緒に撮影する場合は、提出前に撮影をお済ませください。受付済の届出書類を返却することはできません。
- ・カメラや三脚のご用意はありません。スマートフォンなどで利用できる自撮り棒をご用意してあります。



※写真はイメージです。

4

April

こども

矢板市休日当番医

当番 = 9:00～12:00
14:00～17:00
当番 = 17:00～19:00

塩谷地区夜間診療室

夜間 = 18:30～21:30

※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

予…要予約



日	月	火	水	木	金	土
	1 延長窓口 休 図書館・城の湯	2	3	4	5 育児教室 メロン 予 受付/13:00～13:15 場所/保険福祉センター 対象/平成30年7～8月生 内容/歯の健康管理	6 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 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
7 当番 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	8 延長窓口 休 図書館 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30年11月生	9 えほんひろば&赤ちゃんのじかん 時間/10:00～11:30 場所/図書館 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27年10月生	10	11 乳幼児健康相談 予 受付/9:30～10:15 場所/保健福祉センター 内容/身体測定、健康・栄養・心理相談	12 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29年4月生	13 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
14 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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	15 延長窓口 休 図書館・城の湯	16	17	18 10カ月児健診 受付/13:00～13:15 場所/保健福祉センター 対象/平成30年6月生	19 育児教室 グレープ 予 受付/9:15～9:30 場所/保健福祉センター 対象/平成30年9～10月生 内容/乳幼児の事故防止	20 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
21 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	22 延長窓口 休 図書館	23 えほんひろば&赤ちゃんのじかん 時間/10:00～11:30 場所/保健福祉センター 内容/身体測定、健康・栄養・心理相談 乳幼児健康相談 予 受付/13:30～14:15 場所/保健福祉センター 内容/身体測定、健康・栄養・心理相談	24 乳幼児健康相談 予 受付/9:30～10:15 場所/保健福祉センター 内容/身体測定、健康・栄養・心理相談 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31年1月生	25 育児教室 アップル 予 受付/9:15～9:30 場所/保健福祉センター 対象/平成30年11～12月生 内容/ベビーとママのエクササイズ 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29年10月生	26	27 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(きょうだい参加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
28 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	29 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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	30 当番 後藤医院 ☎(44) 2323 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		 <p>3月23日(土)～4月7日(日) 小・中学校春休み 4月9日(火) 中学校入学式 4月10日(水) 小学校入学式</p> 		

4/27(土)～5/6(祝・月)の業務のお知らせ

●市役所	日直が対応します。 日直室直通 ☎(43) 1111	●自動交付機 (住民票写し・印鑑登録証明書) ☎(43) 1117	通常通り利用できます。
●上下水道事務所	4/27(土)のみ料金支払を受付します。	●塩谷広域環境衛生センター (個人がごみを搬入する場合) ☎028(682)5619	通常通り受け入れを行います。
●市営バス	4/27(土)のみ運行します。	●ごみ・資源物収集 ☎(43) 6755	ご家庭に配布してある「ごみ収集カレンダー」、または市ホームページを確認ください。
●生涯学習館・矢板・泉・片岡公民館・農村環境改善センター	4/27(土)・28(日)のみ開館します。		

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

塩谷地区夜間診療室
夜間 = 18:30～21:30

※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

多重債務者相談・消費生活相談
 時間/月～金曜日(祝日を除く)
 9:00～12:00
 13:00～16:00
 場所/市消費生活センター
 (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

予…要予約

日	月	火	水
	1 延長窓口 休 図書館・城の湯	2 心配	3
		詩舞 予 時間/10:00～12:00	ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00
	はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	小物作り 予 時間/13:30～16:00	
7	8 延長窓口 休 図書館	9	10
当番 矢板南病院 ☎(48) 2555 9:00～12:00 14:00～17:00 当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	人権相談 時間/9:30～12:00 場所/保健福祉センター2階相談室 問合/総務課 ☎(43) 1113	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	介護相談 予 時間/10:00～16:00 *利用料不要
	はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00	健康相談 時間/10:00～12:00
		小物作り 予 時間/13:30～16:00	ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00
14	15 延長窓口 休 図書館・城の湯	16 心配	17
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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	百歳健康教室 時間/13:00～14:00	行政相談 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	障がい者フリースペース 時間/13:00～16:00
	はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00	健康相談 時間/10:00～12:00
		小物作り 予 時間/13:30～16:00	ハワイアンダンス 予 時間/10:00～12:00
21	22 延長窓口 休 図書館	23 心配	24
当番 かわしま循環器内科 ☎(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	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	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	かんたん料理 予 時間/10:00～13:00
	絵手紙 時間/10:00～12:00 費用/別途	詩舞 予 時間/10:00～12:00	
	はつらつ健康体操 予 時間/10:00～12:00	小物作り 予 時間/13:30～16:00	
28	29	30	
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	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 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30	当番 後藤医院 ☎(44) 2323 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	
文化会館 ☎(43) 2212 休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) ※共催映画: 友の会会員は無料です。			
まちなか保健室 健康増進課 ☎(43) 1118			
日時 場所 備考			
「まちなか保健室」は、5月から開催いたします。			
【まちなか保健室】…「手軽に、気軽に、健康相談」をコンセプトに、保健師・栄養士などによる健康相談や血圧・体組成の測定、健康ポイントの付与などを行います。			

木	金	土
4	5	6 矢板時間 12:00～16:45
詩吟 予 時間/10:00～12:00	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	詩舞 予 時間/10:00～12:00
地域交流会 予 時間/13:30～15:00	はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	輪投げ・卓球ハレー(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
11	12	13 矢板時間 12:00～16:45
絵手紙 予 時間/10:00～12:00	電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00～11:30	詩舞 予 時間/10:00～12:00
カラオケ教室※1&コーヒータム 予 時間/13:30～16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	カラオケ教室※1(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
18	19	20 矢板時間 12:00～16:45
詩吟 予 時間/10:00～12:00	法律	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 10人
コカリナ 予 時間/13:30～15:00	はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00
25	26	27 矢板時間 12:00～16:45
絵手紙 予 時間/10:00～12:00	電子オルガンに合わせて歌いましょう 時間/10:00～11:30	ストラックアウトをしましょ(世代間交流) 予 時間/10:00～11:30 対象/小学生・65歳以上の方 10名
カラオケ教室※1&コーヒータム 予 時間/13:30～16:00	はつらつダンス 予 時間/10:00～12:00	詩舞 予 時間/10:00～12:00
		カラオケ教室※1(多世代交流) 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ 夜間 診療室くろす ☎028(682)8811 18:30～21:30
4月は、統一地方選挙です。 【栃木県議会議員選挙】 投票日:4月7日(日) 期日前投票:3月30日(土)～4月6日(土) 【矢板市議会議員選挙】 投票日:4月21日(日) 期日前投票:4月15日(月)～20日(土) 問い合わせ/選挙管理委員会事務局 ☎(43) 6219		
木幡北山はつらつ館 ☎(43) 6771	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、ルームランナー、卓球、血圧計 そのほかの講座/ ラージボール卓球(月・水・金 13:30～16:00) ※1 CDやDVDをご持参ください。 ※講座参加には、利用料のほか別途費用がかかる場合があります。	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 そのほかの講座/ ラージボール卓球(火・木 9:00～16:00) グラウンド・ゴルフ(月～金 9:00～12:00)	