

# YAITA 6

これ  
食べたーい!

特集

NEW LIFE STYLE

～今の生活を守るために～



# 広報やいた 6月号情報

## TOPICS

- 2 広報情報・投稿コーナー
- 3 特集 NEW LIFE STYLE
- 6 暮らしいきいきコーナー
- 8 子育てコーナー
- 10 まちの話題
- 11 市からのお知らせ
- 17 まちの情報掲示板
- 18 施設からのお知らせ
- 20 やいた☆クッキング GOOD

## 人口 (5月1日現在)

31,901人 (△ 3)  
 男 15,804人 ( 3)  
 女 16,097人 (△ 6)  
 13,166世帯 ( 34)  
 出生 19人  
 死亡 36人  
 転入 117人  
 転出 103人  
 ( ) 内は4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、5月号の広報紙と合わせて配布された「やいたの“食”をお持ち帰り」のチラシを見てテイクアウトするお弁当を選ぶ親子を撮影したものです。この企画は、新型コロナウイルス感染症拡大防止につなげることを目的に、市民の皆さんに自宅での食事時間をより楽しんでもらうことと、来店客が減少している飲食店の経営支援を行うため、市と商工会が協働で行ったものです。

子どもたちは、たくさんあるメニューの中から大好きなハンバーグ弁当を選び、自宅でお店の味を楽しみました。お母さんは、「外食ができればよくなったら、今度はお店に食べに行きたい」と話してくれました。



### 【応募方法】

わがやのアイドルは、①お子さんの名前(ふりがな)②性別③お住まいの行政区を、「やいこみゅ」のトークか、秘書広報課まで直接またはメール(yaita@city.yaita.tochigi.jp)でお送りください。

# 投稿コーナー

## あなたの自慢の写真を大募集中！！

## わがやのアイドル



えいたろう  
つつじが丘 小川 瑛太郎くん



さき  
つつじが丘 竹村 咲希ちゃん



ゆずか  
中 斎藤 柚花ちゃん



---

## 特集

# NEW LIFE STYLE

～今の生活を守るために～

---



5月14日、新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴う国の緊急事態宣言が栃木県を含む39県で解除されました。矢板市内での感染者をゼロに留めることができたのも、感染予防の徹底と外出の自粛に協力して下さった市民の方1人ひとりの行動の結果です。

緊急事態宣言は解除されましたが、新型コロナウイルス感染症が終息したわけではなく、感染の第2波、第3波に備え、見えない敵であるウイルスと向き合いながらの新たな生活がスタートしました。今号では、厚生労働省から発表された「新しい生活様式」の実践例を取り上げるとともに市で実施している「巣ごもり応援企画」についてご紹介します。

コロナ時代と言われる今、今後も皆さん1人ひとりの行動が、自分の命、大切な人たちの命を守ることに繋がりますので、引き続きご協力をお願いします。

## 基本的な対策

感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保  
②マスクの着用③手洗いについては、これまで通りですが、普段の日常生活を営む上で、新しい生活様式を実践しましょう。  
ここでは、シーン別の実践例をご紹介します。



## 実践例

### 買い物

- 通販の利用
- 1人または少人数ですばやく
- 電子決済の利用
- サンスルや商品への接触は控えめに
- レジに並ぶ時はスペースの確保



### 食事

- テイクアウトやデリバリーの利用
- 大皿ではなく、個別の料理で
- 対面ではなく横並びで座る
- おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避ける



### 娯楽・スポーツ など

- 公園はすいている時間・場所を選ぶ
- 運動（筋トレ、ヨガなど）は自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で



### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避ける
- 徒歩や自転車を利用する



### 働き方

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤
- 広々としたオフィスの利用
- オンライン会議、オンライン名刺交換
- 打ち合わせは換気とマスク着用

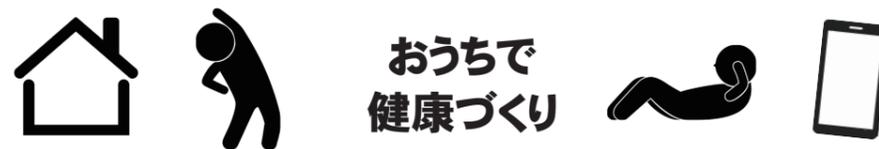


## やいたの“食”を お持ち帰り!



この企画は、来店客数の減少により経営状態の悪化が懸念される飲食店への応援と外出を控えても地域のお店の味を自宅で楽しんでもらうことを目的に市と商工会が協働で行っているもので、約30店を超える市内の飲食店が参加し、お弁当やおつまみなどをテイクアウトメニューとして販売しています。  
この機会に大好きなお店の味、気になっていたお店のメニューを自宅で楽しみ、みんなのテイクアウトオーダーで飲食店を応援しましょう!

《実施店舗に関すること》  
矢板市商工会 ☎(43)0272 実施店舗・メニューは、  
《当事業に関すること》  
市商工観光課 ☎(43)6211 専用サイトをご覧ください。



## おうちで 健康づくり

新型コロナウイルスによる外出自粛の影響で普段より自宅で過ごす時間が長くなっています。感染予防・感染拡大防止のための巣ごもり生活ですが、運動不足や栄養バランスの乱れ、ストレスなどから、私たちの体に悪影響を及ぼすといった懸念もあります。このような時期だからこそ、体力や免疫力を維持するためにも意識的に体を動かすことが大切です。市ホームページでは、自宅で手軽にできる運動を動画で紹介していますので、運動不足を解消し、健康維持に役立てて、ウイルスにも負けない体づくりをしていきましょう。



動画はこちらから

## ぬりえ&おりがみ

おうちの中で過ごす小さなお子さん向けにともなりくんのオリジナル「ぬりえ」とイラスト入り「おりがみ」を作成しました。市ホームページの巣ごもり応援サイトに掲載していますので、印刷してチャレンジしてみてくださいね。



## 新型コロナウイルス感染症情報

感染症対策に対する市の取り組みや市有施設の休館情報の変更などは、矢板市公式アプリケーション「やいたぶ」からすばやく取得することができます。また、市ホームページ特設サイトからもご覧になれます。



Android iPhone 市ホームページ特設サイト

塩谷郡市医師会リレーコラム  
シリーズ「かかりつけ医のことば」

問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3  
さくら市氏家保健センター内  
塩谷郡市医師会

第2回「ふるさと塩谷を熱くしたい」

生まれ育ったふるさと塩谷町に戻り、4代目として医院を継承して30年が経ちます。最初の10年は外科医として、2000年の介護保険スタートからはケアミックスの有床診療所として地域医療に没頭してきました。そして還暦を目前にハッと気づいたことがあります。医療を生業とし生活できているのは、生まれ育ったふるさとがあったからこそとの思いに至り、そこで始めたのが「みんなであって、健康に、元気に！」と銘打った落語会でした。当初は年6回のお知らせをA4判チラシにて行っていたのですが、2014年から春夏秋冬の年4回の開催とし、同時にタウン誌「おらんち・しおや」を季刊で発行を始めました。構成は寄席の他は塩谷町からの情報発信とし、A5判フルカラー18ページで3,000部を発行し、町内の商店や公共施設の他、近隣の矢板市、宇都宮市にも置いてもらいました。「我が家、塩谷」を意味する冊子名ですが、単なる町自慢に終始することではなく、町内外でがんばっている人からの原稿を寄せてもらい、冊子とし

塩谷郡市医師会 会長  
尾形医院 院長 尾形 新一郎（塩谷町）

て仕立てています。コンテンツはエッセイを中心に、闘病・介護体験記、医療史、旅行記、インタビュー記事などで構成し、記事の半分は連載物となっています。読者の皆さんからは「読みやすい」「町の新たな一面を知ることができた」「次号はいつですか」「どこに置いてあるの」などの声が数多く寄せられるようになりました。さらにはこの度の「日本タウン誌・フリーペーパー大賞2019」の読者投票部門1位の結果が拍車をかけ、配布開始後すぐになくなるほどの人気となり、次号からは4,000部に増やすことにしました。また塩谷町は2020年4月より「ウォーキングのまちづくり」を始めることになりました。これは「しおや湧水の里ウォーク大会」などの一連のウォーキング関連事業が評価されたもので、これからの取り組みに決意を新たにしているところです。

この地域の開業医として、そこに暮らす住民の健康を預かるのは当たり前のことですが、その地域を熱くする医者でもありたいです。

マイナンバー  
コンビニ交付サービス

問い合わせ／  
市民課 ☎（43）1117  
税務課 ☎（43）1115

マイナンバーカードを利用して、各種証明書が全国のコンビニエンスストアなどで取得できます。操作は、店舗内の複合コピー機にマイナンバーカードをかざして、タッチパネルの指示通りに操作するだけです。

サービスの利用時間／

毎日6:30～23:00（機器メンテナンス時を除く）

取得できる証明書／各1通200円

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書（印鑑登録が済んでいる方のみ）
- ・所得証明書（最新年度分のみ）
- ・住民税決定証明書（最新年度分のみ）

サービスが利用できる店舗／

- ・セブンイレブン ・ファミリーマート
- ・ローソン など

※マルチコピー機が設置されている全国のコンビニなどでご利用いただけます。

そのほか／

サービスを受けるためには、利用者証明用電子証明書が記録されたマイナンバーカードが必要です。

●税証明の年度切替について

令和2年度の税証明書（所得証明書・住民税決定証明書）は、6月11日（木）から発行します。

前年度分の証明書は発行できなくなりますので、税務課または市民課の窓口で申請してください。

なお、システム切替のため、6月10日（水）の税証明書の発行は、市役所窓口のみとなりますのでご注意ください。

矢板市歯科医師会  
「歯のはなし」その67

問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

先日、学校保健委員会からフッ素塗布が苦手といった意見がありましたので、それについてお話ししたいと思います。

歯の主要組成成分には、ハイドロキシアパタイトというものが含まれています。その成分は、フッ素を塗布することによりフルオロアパタイトという虫歯に対して強い構造と考えられている成分に化学変化します。特に萌出直後の永久歯に対して取り込みが強く、小学生の生え代わりの時期にうまく取り込まれると虫歯になりにくい歯をつくることができます。しかし、フッ素自体は、過剰に摂取すると全身的に害があることもわかっており、フッ素濃度などは、専門的な機関で定められた正しい方法で塗布する必要があるので、他の予防接種、放射性物質同様に個人の判断にゆだねられています。

疫学的実験にて、フッ素を含んだ水道水を摂取することにより、虫歯の罹患率が低下したといった報告もありますので、低濃度のフッ素をうまく利用することにより

歯質を強化できると思います。フッ素塗布が苦手だけでなく、フッ素の効果を利用したい場合は、フッ素洗口やフッ素入りの歯磨き粉の使用など他の方法を利用するのほひとつの方法だと思えます。

また虫歯は、歯の構造的なもの以外に、口の中の環境、食事の摂り方、かみ合わせなどさまざまな要因が、絡み合っ起こる疾患です。フッ素による歯の構造的な強化を必ずしも行わなくても防ぐことができる病気ですので、それ以外の予防をしっかり行うことができれば、よろしいと思えます。

お口の健康を保つことは、免疫力を低下させず、コロナウイルス対策にも効果がありますので、日ごろからお手入れしていくことが大事です。

\*次回の「歯のはなし」は、広報9月号に掲載予定です。

7月の集団健康診査日程  
～新規申し込み受付中!!～



※市ホームページ（トップページ＞健康・福祉＞健康診査・各種検診＞各種健診の日程）に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

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

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。）

	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
2日（木）	8:00～10:30	生涯学習館	○	○	※全体的に混雑
2日（木）	13:30～14:30		大腸がんのみ提出可	○	※全体的に混雑
10日（金）	8:30～10:30	市保健福祉センター	○		※全体的に混雑
16日（木）		生涯学習館	○		※全体的に混雑
28日（火）			○	○	※全体的に混雑

※5月および6月の集団健診中止に伴い、集団健診の日程を追加する予定です。決まり次第、「広報やいた」や市ホームページなどでお知らせいたします。詳しくは、電話でお問い合わせください。

国民年金  
保険料の支払方法が選べます

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

支払方法は、口座振替・クレジットカード・納付書の3種類から選べます。また、まとめて前払い（前納）すると、保険料額から割引引きされます。

【現金納付による保険料額と割引額】

6カ月前納	1年前納	2年前納
98,430円 (810円)	194,960円 (3,520円)	383,210円 (14,590円)

※（ ）は毎月納める場合と比較した割引額です。

●現金（納付書）による前納  
任意の月から翌年度末までの前納が可能になります。（最大で4月分から翌々年3月分までの2年分の前納が可能になります。）

※詳しくはお近くの年金事務所にお問い合わせください。  
※クレジットカードによる納付は、4月分から翌々年3月分までの保険料を4月末に前納するため、毎年2月末が申込期限となっていますので、ご注意ください。

6月30日までキャッシュレスのお支払いで5%還元

濡れても安心

現金買取

電池交換承ります

認定補聴器技能者

菊地 理

有効期間 2018年4月1日～2023年3月31日

公益財団法人 テクノエイド協会

おうちで過ごす時間が長い今こそ、メガネがあると便利です。体験だけでもぜひどうぞ。

やいた補聴器

ジュエリきくち

ダイヤー矢板店前木曜定休

時短営業 10:00～18:00

0287-43-1347

## 児童手当現況届のお知らせ

児童手当現況届は、引き続き児童手当を受ける要件を満たしているかを審査するための手続きです。6月1日現在の世帯構成や加入年金などの状況を市へ届け出てください。対象の方には、6月上旬頃に手続き案内を送付します。

また、子育て世帯への臨時特別給付金についてのご案内も送付します。



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、児童手当現況届は、原則郵送での受け付けとします。子ども課から送付された返信用封筒に児童手当現況届と必要書類を入れ、6月30日(火)までに郵送してください。  
※必要に応じて、別途書類の提出をお願いする場合があります。

問い合わせ/子ども課 ☎(44)3600

## 矢板市子ども・子育て支援事業計画「やいた子ども未来プラン」

本市では、平成27年3月に策定した「第1期矢板市子ども・子育て支援事業計画」に基づき、教育・保育や子育て支援に関する事業の質・量ともに充実を図るとともに、家庭、学校、地域、職域などの社会のあらゆる場において、すべての人が子ども・子育て支援についての関心や理解を深め、それぞれが協働しながら役割を果たしていく



まちづくりを推進してきました。

第1期計画の期間が令和元年度で終了したことから、これまで展開してきた施策・事業の評価を行うとともに、本市における子ども・子育て支援を取り巻く現状や課題などを踏まえ、新たに「第2期矢板市子ども・子育て支援事業計画」を策定しました。

問い合わせ/  
子ども課 ☎(44)3600



詳しくはこちら

## 矢板市育英会 奨学生追加募集

新型コロナウイルス感染症拡大に係る影響などで、家計が急変した方への対応として、奨学生の追加募集を行います。

出願期間/6月1日(月)~7月10日(金)

資格/市内に住所を有する方のお子さんなどで、次の条件に該当し、ほかに奨学金を借りていない方

- 健全な心を有し、学業に優れながら経済的理由で就学が困難と認められる方
- 高等学校・高等専門学校・専修学校・短期大学・大学・大学院に在学している方

申請・問い合わせ/矢板市育英会事務局(教育総務課)

☎(43)6217

### 【学資の給付(給付額・採用予定人数)】

- ①高等専門学校第4・5学年、専修学校・短期大学・大学・大学院に在学する奨学生 ⇒ 一時金200,000円(4人)  
※貸与型奨学金と併用することができます。

### 【学資の貸与(貸与額・採用予定人数)】

- ①高等学校、高等専門学校第1~3学年に在学する奨学生 ⇒ 月額15,000円(若干名)
  - ②高等専門学校第4・5学年、専修学校・短期大学・大学・大学院に在学する奨学生 ⇒ 月額30,000円(若干名)
- 貸与期間/令和2年7月分から在学する学校の正規の修了月まで。  
※ほかの貸与型奨学金との併用はできません。

**家事、毎日タイヘン!**

**水まわりのリモデルで解決!!**

洗面所 古い! 狭い! 片付かない! 掃除が大変!

お見積りは無料です。  
お気軽にご相談ください。

ご希望に沿った、コーディネートプランもご提案いたします。

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

**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

## 親子で遊ぼう 参加費記載なし…無料

予…要予約

### 泉保育所 ☎(43)0435

【星にねがい】予  
日時/7月6日(月)10:00~11:30  
内容/七夕飾りをつくり、短冊に願いごとを書きましょう

### 矢板保育園 ☎(43)0033

【どんな色が好き?】予※7月8日(水)まで  
日時/7月15日(水)9:30~11:00  
内容/絵の具でお絵かきを楽しみましょう

### つくし保育園 ☎(43)2411

【プールで遊ぼう!】予  
日時/7月2日(木)10:00~11:30  
内容/プールで玩具を使って、水遊びを楽しみましょう  
【リズムを楽しもう!】予  
日時/7月16日(木)10:00~11:30  
内容/いろいろなリズムを楽しみましょう(講師来園)

### ぴっころ保育園 ☎(43)0266

【夜空に夢を広げよう】予  
日時/7月7日(火)10:00~12:00  
内容/七夕飾りを作ろう  
参加費/300円  
【ぴっころ&KMCコラボ】予  
日時/7月16日(木)10:00~12:00  
内容/ベビーマッサージ ※バスタオル持参  
場所/P\_BASE 参加費/500円  
対象/1カ月児~1歳児  
【ウォーターパラダイス】予  
日時/7月18日(土)10:00~12:00  
内容/ミニミニウォーターパークで遊んじゃおう

### ちゅーりっぷ保育園 ☎(44)0763

【不思議?ふしぎ?フシギ?】予※5日前まで  
日時/7月8日(水)10:00~11:00  
内容/手形・足形アート(スタンプ遊び)

### こどもの森こころ保育園 ☎(48)1966

【お水ジャブジャブ楽しいな。】予  
日時/7月7日(火)10:00~11:00  
内容/保育園のこどもたちと一緒にプールで水遊びをします

### やいたこども園 ☎(43)0470

【ウェットティッシュ付きおむつポーチ&ランチトート作り】予※5日前まで  
日時/7月8日(水)10:30~11:30  
内容/とても便利です!プレゼントにもぜひ!

### 認定こども園すみれ幼稚園 ☎(44)2390

【ちびっこたちのなまつり】予  
日時/7月22日(水)10:00~11:30  
内容/室内で楽しむおまつりごっこ  
参加費/300円

### 認定こども園かしわ幼稚園 ☎(43)5830

【一緒にあそぼう】予  
日時/7月6日(月)10:00~11:30  
内容/流しそうめん 参加費/500円  
【ばんだくらぶ(0・1歳児対象)】予  
日時/7月13日(月)10:00~12:30  
内容/親子で活動、給食試食 参加費/600円  
【こあらくらぶ(2・3歳児対象)】予  
日時/7月3日(金)10:00~12:30  
内容/親子で活動、給食試食 参加費/600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

一緒に遊んだり、おしゃべりしたり、楽しい時間を過ごしましょう  
日時/7月13・20・27日(月)10:00~11:30  
※随時子育て相談を受け付けています

### つくしんぼ(つくし保育園) ☎(43)2411

日時/平日10:00~15:00  
※子育て支援室と園庭を開放しています

### 子育てサロンMori(こどもの森こころ保育園) ☎(48)1966

日時/平日10:00~15:00  
※お越しいただく前に、お電話ください

### エンジェルサロン(やいたこども園) ☎(43)0470

子育て便利グッズを作ろう!多機能マイバッグやお人形用抱っこひもなどなど…  
日時/7月1日(水)10:30~11:30

### ぴっころクラブ(ぴっころ保育園) ☎(43)0266

日時/平日10:00~15:30  
※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!ぴこクラ】  
ぴっころ保育園からとび出して、矢板児童館で親子のワクワクタイム!季節感あふれる製作など、毎回違ったプログラムでFun♥Fun♥Fun♥  
日時/7月9日(木)10:00~12:00  
場所/矢板児童館

### ホットルーム・ベビーホット(認定こども園すみれ幼稚園) ☎(44)2390

親子でホットと一息つきに来ませんか?自由に遊びながらいろいろな挑戦しよう。子育て相談受け付けています  
【ベビーホット】※よちよち歩きまでのお子さん限定  
日時/7月14日(火)10:00~11:30  
【ホットルーム】  
日時/7月2・16日(木)10:00~11:30

### プチフレンド(認定こども園かしわ幼稚園) ☎(43)5830

お子さんたちが自由に遊べる空間をご用意しています  
日時/7月1・8日(水)10:00~11:30

## 祝 春の叙勲受章



旭日小綬章  
【地方自治】  
大島 文男さん  
(境林)

1995年から6期連続で矢板市議会議員を務め、議長や農業委員会会長などを歴任されました。



瑞宝双光章  
【消防】  
藤田 實さん  
(鹿島町)

1969年に矢板市消防団に入り、消防団長や栃木県消防協会理事などを歴任されました。



藍綬褒章  
【調停委員】  
村上 周司さん  
(安沢)

民事調停委員、司法委員、大田原調停協会理事などを歴任されました。

## 4/17 (金) マスク不足の解消に

市内で省エネや環境関連製品の製造や販売を手掛ける(株)日省エンジニアリングから、マスク5,000枚が寄附され、同社の平久井社長からは「マスク不足で困っているところに役立ててほしい」との話がありました。

寄附されたマスクは、市内の医療機関、歯科医院、高齢者・障がい者福祉施設など58事業所へ配布され、特別養護老人ホームやしお苑、関谷課長からは「マスク不足で困っていたため、とてもありがたい。感染予防に役立てたい」との話がありました。



▲(左) 日省エンジニアリング 平久井社長  
◀(左) やしお苑 関谷課長

## 5/8 (金) 子どもたちのために

東小・矢板中にある共同調理場の調理員が、給食を提供できない臨時休校の期間を利用し、児童生徒に配布するマスクを手作りしました。マスクは学年によって異なる子どもたちの顔にもフィットするよう、大きさ・形を変えるなどさまざまな工夫をしながら作られていました。

調理員の方たちからは「学校に来ている子どもたちの顔を思い浮かべながら作っています。学校が早く再開し、子どもたちにおいしい給食を食べさせてあげたい」と話していました。



▲東小学校でのマスク作りの様子  
◀矢板中学校でのマスク作りの様子

## 5/9 (土) 青い光で感謝を

新型コロナウイルス感染症拡大防止の最前線で働く医療従事者への感謝と、市民の皆さんの感染予防に対する再確認となるようにとの願いが込められた青い光で、長峰公園シンボルタワーが包まれました。タワーの照明設備は、東日本大震災で被災し使用不可能となっていたが、改修にかかる費用相当分を針生の大進電気工事(株)から寄附していただきライトアップすることができました。

同社の菅野社長からは「医療従事者への感謝、1人ひとりが改めて感染予防に取り組んでほしい」と話がありました。



## 令和2年度 区長紹介

令和2年度の各行政区長が次のとおり決まりました。  
また、行政区長の勤続年数に応じた感謝状が受賞者に贈られました。

### 【感謝状受賞者（勤続年数4年）】

大谷津 昇（矢板三区）、青山 敏之（矢板六区）、  
関塚 利幸（針生）、大野 純一（成田）、  
片山 文夫（第二農場）、石川 宏（つつじが丘）、  
富川 寛（上大槻）、高橋 正（片岡四区）

### 【感謝状受賞者（勤続年数6年）】

秋葉 充（矢板五区）、羽田 榮（高原）

### 【感謝状受賞者（勤続年数8年）】

高久 修（東町）、齋藤 良蔵（玉田）

問い合わせ／総務課 ☎（43）1113

【敬称略】

### 【令和2年度区長】

	行政区名	氏名		行政区名	氏名		行政区名	氏名		行政区名	氏名
矢板地区	矢板一区	松本 育夫	矢板地区	塩田 笹沼 眞	泉地区	寺山 松平 宣秀	片岡地区	西乙畑 深井 雅晴			
	矢板二区	高田 常雄		幸岡 大柿 邦由		高原 羽田 榮		つつじが丘 石川 宏			
	矢板三区	大谷津 昇		下太田 君嶋 康夫		立足 野中 英利		白栗 渡邊 哲男			
	矢板四区	薄井 正則		荒井 荒巻 正		平野 谷口 甚一		上大槻 富川 寛			
	矢板五区	秋葉 充		針生 関塚 利幸		下伊佐野 吹上 秀男		下大槻 山口 久			
	矢板六区	青山 敏之		土屋 東泉 宏幸		上伊佐野 吉田 勉		石関 富川 英司			
	末広町	高山 六男		中 村上 和雄		第一農場 永井 純一		玉田 齋藤 良蔵			
	富田	花塚 猛男		ロビンシティ矢板 安田 幹雄		第二農場 片山 文夫		山苗代 笹沼 博			
	木幡東	高田 進		東町 高久 修		田野原 山口 誠一		片岡一区 和田 道幸			
	木幡西	野中 和男		沢 大森 敬生		山田 鈴木 敬一		片岡南 宮澤 昭夫			
	川崎反町	加藤 慎一		豊田 揚石 平		通岡 市村 敏夫		片岡二区 古河原 弘			
	境林	河井 茂		成田 大野 純一		前岡 柳田 則昭		片岡三区 江面 晃一			
	館ノ川	植木 純生		ハピネス・リゾート 矢板 山内 守		後岡 吉住 早苗		片岡四区 高橋 正			
	高塩	仲島 陽一		泉 吉沢 正光		梶ヶ沢 関谷 幸一		グリーン矢板 井舂 泰正			
倉掛	和氣 孝	上太田 小川 明秀	安沢 手塚 謙一								
合会	後藤 敏夫	東泉 江連 敏夫	越畑 植木 好子								
片俣	櫻岡 道生	長井 薄井 英夫	東乙畑 市村 順一								

## 募集 地域課題に取り組む行政区を応援します

矢板市総合戦略で掲げている基本目標の実現を目指すため、行政区が抱える社会的課題の解決を図る活動の中で、特に先駆的な取り組みに対し支援を行います。

### 【応募スケジュール】

事前相談／6月26日（金）まで

応募期間／6月29日（月）～7月10日（金）

※応募には事前相談を受ける必要があります。

応募要件／①かつ②～④のいずれかに該当すること

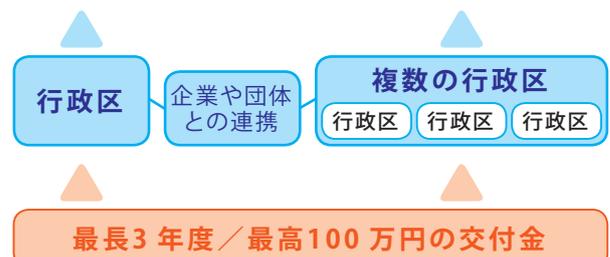
- ①自立性：市の支援終了後も自走できる事業であること
- ②民間協働：行政区と民間が協働で行う取り組み
- ③地域間連携：複数行政区と連携した広域的な取り組み
- ④政策間連携：複数の目的を関連させた取り組み

選考結果の通知／7月下旬

### 【矢板創生推進交付金の仕組み】

#### 地域で抱えている問題への取り組み

空き家 耕作放棄 森林荒廃 鳥獣被害  
担い手不足 高齢者・子育て支援 など



応募・問い合わせ／総合政策課 ☎（43）1112

## 道路に張り出した樹木は切りましょう



あなたの土地の樹木が道路に倒れる、または張り出したり枝が落ちたりして、歩行者などの通行の妨げになっていませんか？

樹木が倒れる、または枝が落ちることで、通行人がけがをしたり、車を破損したりすると、民法の不法行為となり、相手から損害賠償を請求されることがあります。このようなトラブルにならないよう、樹木の適正な管理をお願いします。

### ご存じですか？建築限界

建築限界とは、道路の交通を妨げないよう、建築物の設置や樹木などを制限する範囲のことです。



一般的な車道や路肩では高さ4.5m以上の確保が必要です

歩道上では高さ2.5m以上の確保が必要です

次のような行為は道路法で禁止されています。

- みだりに道路を傷つけたり汚したりすること
- みだりに道路に土や石・竹木などを堆積する、または、道路上で交通を妨げるような行為をすること

禁止行為に当たる場合、道路管理者から樹木の移転や伐採命令を受けることがあります。また悪質な違反には、3年以下の懲役または100万円以下の罰金が科されることがあります。道路に関してご不明な点がありましたら、管理者までお問い合わせください。

道路	道路管理者
国道4号	宇都宮国道事務所矢板出張所 ☎(44)0461
国道461号・県道	矢板土木事務所 保全部 ☎(44)2186
それ以外の道路	矢板市建設課 ☎(43)6212

問い合わせ/建設課 ☎(43)6212

## 下水道接続のお願い

令和2年度下水道推進標語

### マンホール 町をきれいに するとびら



#### ①きれいなまちに

家庭などからの汚水が下水道管に流れるので、家の周りに汚水がたまりません。そのため、ハエや蚊の発生・悪臭を防ぎ、水路の水質が改善されます。

#### ②美しい自然に

汚水を浄化してから放流するので、きれいな川や海を守ることができます。

#### ③さわやかな生活に

トイレを水洗化することで、清潔でさわやかな生活を送ることができます。

### 《1日も早く接続を》

公共下水道を使用できるようになった地域は、次のことが義務付けられています。

- ・くみ取り便所は、下水道が使用できるようになった日から3年以内に水洗便所にする。
- ・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。

下水道が完成すると、皆様のご家庭の生活排水を直接下水道に流すことができます。しかし、せっかくできあがった下水道も、各家庭に接続していただかないと地域一帯の生活環境の改善が進みません。

1日も早い下水道への接続をお願いします。

問い合わせ/下水道課 ☎(43)6214

## 漏水調査を実施中です

市では、水道管の漏水対策として、今年度も漏水調査を実施しています。場合により、昼間の時間帯に宅地内への立ち入りが必要になることがありますので、その際はご協力をお願いします。

期間/令和3年3月31日まで

場所/市内各所

委託会社/吉川水道サービス(株)

※調査期間中、調査員は「漏水調査員」の腕章を付けています。 ※この調査により、委託業者が費用を請求することはありません。

問い合わせ/水道課 ☎(44)1511

### 【昼間戸別調査】

- ・漏水探知器による路面調査
- ・各戸メーターボックス内の音聴調査



### 【夜間路上調査】

- ・道路上にある水道管のバルブ・消火栓を操作して調査



## 犬・猫の飼い主のみなさんへ

ルールやマナーを守り、地域のみなさんが安心して生活できる環境づくりにご協力ください。

### ①適正なしつけ

「鳴き声」「におい」「フン」などによって、近隣に迷惑が掛からないようにしてください。

### ②所有者の明示

迷子にならないよう配慮し、仮に迷子になったときのために所有者をはっきりさせましょう。(首輪に記載するなど) また、大切なペットが交通事故に遭わないように、犬の散歩時は必ずリード(引き綱)を付け、猫は室内飼いに努めてください。

### ③不妊手術の実施

むやみに繁殖させないようにしてください。 ※市では避妊・去勢手術補助金制度を設けています。

### ④終生飼養

最後まで飼い主としての責任をもって飼育しましょう。動物を捨てることは犯罪となります。

### ●無責任にエサだけを与えることはやめましょう!

エサを与える行為は「飼い主」とみなされ、終生飼養の責任が生じます。

### ●もし飼い犬・猫が迷子になったら…

栃木県動物愛護指導センター  
☎028(684)5458までご連絡ください。

問い合わせ/くらし安全環境課 ☎(43)6755

## 市で行っている広聴事業について紹介します

市では、市民の皆さんからご意見やご提案をいただき、よりよい市政運営を行うために、さまざまな広聴事業を行っています。ぜひ、ご利用ください。

### ●やいた未来づくり座談会

市民の皆さんからの要望を受けて開催します。市民の皆さんが決めたテーマに沿って、市長と意見交換を行います。※事前に申請が必要です。

### ●市長への手紙

専用紙を投函することで、市長に意見を届けることができます。専用紙は、矢板・泉・片岡公民館、

図書館、きずな館、生涯学習館、市民課窓口に設置しています。

### ●市政へのご意見

市ホームページトップ画面の「市長の部屋」から「市政へのご意見」を選択し、専用メールフォームより意見を送ることができます。

問い合わせ/秘書広報課 ☎(43)3764

## 国民健康保険被保険者証送付方法について

現在使用している国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、7月31日(金)です。7月中旬に保険証を送付しますので、8月から新しい保険証で受診してください。

保険証の送付については、令和元年から世帯ごとに**普通郵便**で送付していますが、簡易書留郵便での送付を希

望される方は、6月26日(金)までに健康増進課へご連絡ください。

問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

## 募集 木造住宅の耐震化に係る補助金

市民の皆さんの安心・安全な住まいづくりを支援するため、木造住宅の耐震診断・耐震改修などに対する補助事業を実施しています。

### ●木造住宅耐震診断補助制度

専門家による耐震診断を受けたい方に対し、診断にかかる費用の一部を補助します。

### ●木造住宅耐震改修等補助制度

専門家による耐震診断を受けた結果、耐震改修などが必要と診断された方に対し、補強計画と耐震改修または耐震建替にかかる費用の一部を補助します。

補助対象となる住宅／下記の①～③を満たす住宅

- 昭和56年5月31日以前に建築された住宅、または同年5月31日以前に建築された住宅で同年6月1日以降に過半未満（半分未満）の増築をした住宅
- 地上2階建て以下の在来軸組工法により建築された住宅
- 賃貸を目的としない住宅（※ただし、「矢板市空き家バンク制度」の実施要領に基づき、賃貸として登録した物件は補助対象に含まれます。）

補助対象者／

- 補助対象住宅を所有（共有を含む）する個人、または所有者の3親等以内の親族で、当該住宅に居住する方
- この補助金を初めて受ける方
- 国税、県税および市税を滞納していない方

補助金額／

	費用の内容	補助率	限度額
耐震診断に要する費用	耐震診断に要する費用	2/3	20,000円
	補強計画と耐震改修に要する費用	4/5	1,000,000円
耐震改修等に要する費用	耐震建替に要する費用	1/1	100,000円
	耐震建替において、県産出木材を10㎡以上使用する場合の加算額		

※詳しくは、市ホームページ（トップページ>>くらし・手続き>住宅>木造住宅の耐震化への支援について（補助制度））をご覧ください。

申込・問い合わせ／

建設課 ☎（43）6212

## 募集 市営住宅および特定公共賃貸住宅の入居者

市営住宅および特定公共賃貸住宅の入居者を募集しています。所得基準など、入居には条件がありますので、お問い合わせください。

なお、平成30年度より、中・高倉市営住宅の入居者募集は停止となりました。

申込・問い合わせ／施設管理公社 ☎（43）4620

【市営住宅】

場所	建築年度	構造	家賃	間取り	シャワー	湯沸器	倉庫	共益費等	駐輪場	駐車場
上太田	H19	4F	13,600～39,500円	1DK～3LDK (エレベーター有)	○	○	○	○	○	1台のみ 2,000円
石関	H1～3	3F	18,100～29,600円	3DK	△	△	○	○	○	1台のみ 2,500円
乙畑	H5～10	3F	22,500～35,100円	3DK	△	△	○	○	○	1台のみ 2,500円

【特定公共賃貸住宅】

場所	建築年度	構造	家賃	間取り	シャワー	湯沸器	倉庫	共益費等	駐輪場	駐車場
乙畑	H8	3F	50,000円	3DK	○	△	○	○	○	1台のみ 2,500円

※上太田の一部および単身者の部屋は、現在満室のため予約待ちとなります。 ※△：自費での設置が可能です。

## 募集 限定300口 緑とつつじの八方高原ふるさと便・お中元便

受付期間／

6月1日（月）～22日（月）  
※土・日・祝日を除く8:30～17:00  
（道の駅やいたは、土・日・祝日も申込可能）

発送予定日／7月9日（木）

申込方法／農林課、農業公社、道の駅やいたにある申込書に記入の上、代金を添えてお申し込みください。ファクス、ホームページからの申し込みも可能です。※農作物の生育や天候により、発送日・品目が変更になる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

問い合わせ／

矢板市ふるさと便推進協議会事務局（農業公社）  
☎（43）2650 ☎（43）2651  
🌐 <http://www.yaita-nougyoukousya.jp>

内容／

野菜便	12品目：3,900円	14品目：5,400円
	矢板たかはら米、巨峰、りんどう、生しいたけ、みつば、じゃがいも、なす、高原たまご など	
米便 (矢板たかはら米)	7kg：3,900円	11kg：5,400円
	15kg：7,000円	
バーベキュー便	6品目：5,400円	
	肉(牛・豚)、生しいたけ、ジャンボニンニク、たまねぎ など	

※すべて送料込みの金額です。  
（お届け先が北海道・四国・九州の場合は、別途300円、沖縄の場合は別途1,500円がかかります。）

## 募集 令和3年成人式実行委員

みんなの思い出に残る成人式をつくりませんか？

実行委員の役割／

SNSでの情報拡散、周知、成人式当日のサポートなど  
応募資格／令和3年成人式対象者（平成12年4月2日～平成13年4月1日生まれの方）で、成人式に興味のある方

募集人数／約10人



実行委員会について／8月から成人式当日までに会議を3回程度、成人式前日にリハーサルを予定しています。

※すべての会議に出席しなければいけないわけではありません。  
申込方法／6月30日（火）までに電話、ファクス、またはメールでお申し込みください。

※ファクス、メールでお申し込みの際は、件名に「成人式実行委員」と明記し、名前・住所・電話番号をお知らせください。

申込・問い合わせ／

令和3年成人式実行委員会事務局（生涯学習課）  
☎（43）6218 ☎（43）4436  
✉ [syougaiakusyuka@city.yaita.tochigi.jp](mailto:syougaiakusyuka@city.yaita.tochigi.jp)

## 募集 環境文化都市やいた創造会議会員

地域の隠れた資源を再発見し、楽しく活用するため、活動に協力していただける方を募集しています。大学など地域外の方とも協働しながら、よりよい地域づくりに取り組みませんか？



主な活動内容／

- ・環境保全啓発活動
  - ・地球温暖化防止活動
  - ・リサイクル活動
- など、これらの活動を推進するためのさまざまなイベントの実施

求める人物像／

- ・18歳以上で自然が好きの方、健康な方
- ・地域づくり、環境づくりに関わりたい方

申込方法／氏名・電話番号を記載の上、メールでお申し込みください。

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](mailto:foryaita@gmail.com)



**感染症対策への  
ご協力を  
お願いします！**

**3つの感染症を避けましょう！**

POINT.1  
帰宅時や調理の前後、  
食事前など、  
こまめに手を洗う！

POINT.2  
くしゃみや咳が出るときに、  
ティッシュ等で口と鼻を覆ったり  
マスクを正しく着用する！

POINT.3  
換気扇の回りを除く、換気扇の回りを除く  
換気扇の回りを除く、換気扇の回りを除く

## 不妊治療費を助成します

市では、不妊治療における経済的負担の軽減を図るため、保険適用外の治療費の一部を助成しています。

対象／次の全てに該当する方（ご夫婦とも）

- ・人工授精、体外受精、顕微授精のいずれかの治療を受けた婚姻中の方（体外受精、顕微授精については県の助成を受けている方）
- ・矢板市に申請日の前日から起算して1年以上住民登録のある方
- ・市税を滞納していない方
- ・各種医療保険の被保険者、または被扶養者である方
- ・その他、市の交付要綱に定める要件を全て満たす方

助成金額／申請1回につき上限10万円

助成回数／

妻の年齢によって、助成を受けられる回数が異なります。

妻の年齢（助成を受けた初回治療開始時）	助成回数
40歳未満	通算6回まで
40～42歳	通算3回まで
43歳以上	助成対象外

※助成回数は、対象治療全てを通算した回数です。

※通算助成回数に達していない場合でも、妻の年齢が43歳以上で開始した治療は助成の対象になりません。

そのほか／県の助成制度（体外受精および顕微授精）について詳しくは、**県北健康福祉センター ☎（22）2259**にお問い合わせください。

申請・問い合わせ／子ども課 ☎（44）3600

### ●新型コロナウイルス感染症拡大に伴う不妊治療助成における対応について

新型コロナウイルス感染症の患者が増加する中で、今後特定不妊治療を受けている夫婦が、治療の延期などを余儀なくされることが想定されます。こうした状況に鑑み、感染防止の観点から一定期間治療を延期した場合について、時限的に年齢要件を緩和します。

対象者／

治療期間初日の妻の年齢：43歳未満→44歳未満  
通算回数／

初回助成時の治療期間初日の妻の年齢が40歳未満：6回（40歳以上：通算3回）  
→初回助成時の治療期間初日の妻の年齢が41歳未満：6回

## 募集 (公財) 矢板市育英会への寄付

(公財) 矢板市育英会は、健全な心を有し、学業に優れ、かつ身体が強健でありながら、経済的理由により就学困難な方に奨学金を貸与・給付し、将来、社会に貢献する有能な人材の育成にあたっています。

奨学金は、寄付金および奨学資金返還金などにより事業を実施しています。この事業をご理解いただき、夢と希望の実現のため勉学に燃える奨学生が自立し、自ら学ぶ環境を築けるよう、一人でも多くの方々のご支援をお願いします。

※貸与奨学金は、本市出身で高校、高等専門学校、または大学に在学する学生に貸与しています。

※給付奨学金は、高等専門学校、または大学に進学する学生に一時金を給付しています。

問い合わせ／(公財) 矢板市育英会 (教育総務課)

☎（43）6217

## ごみ搬出抑制のお願い

塩谷広域行政組合エコパークしおやの可燃ごみ処理施設では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、自宅待機や在宅勤務などの影響により、搬入される可燃ごみの量が例年に比べ非常に増加しています。

今後も安定的かつ継続的にごみ収集や処理が行えるよう住民の皆さまにおかれましては、ごみの排出抑制（ごみを出さない。ごみが出たら分別し資源化する。）により一層のご協力をお願いします。

問い合わせ／塩谷広域行政組合 エコパークしおや

☎（46）5711

**施設運営・教育現場の皆様へ** コロナウイルスの対策 相談、承ります。

卓上アクリルパーテーション ※お客様に沿ったご相談承ります。

**Vesta** 株式会社 ヴェスタ ☎0287-46-5180 info@vesta8.com

家族みんなで 行きたいお店

**理容&美容サロン CUORE**

《料金》

- ・メンズカット 1,000円
- ・カラー（ロング別料金） 3,000円
- ・レディースカット 1,200円
- ・前髪カット 500円

今年のプレゼントはCUOREで決まり!!  
CUOREでは、プレゼントできるサービス券（プチプレゼント付）を販売しております。大切な方に感謝の気持ちを込めてカット、カラーのプレゼントはいかがですか？

矢板市木幡 1370-3 1階テナント 電話\* 070-4067-2687  
営業時間\* 9:00～19:00 定休日\*不定休

完全個室なので お子様のカットも安心 そのほか、料金・定休日など、お気軽にお問い合わせください。

**募 集**

**求職者とシニアのための  
巡回相談会&巡回セミナー**

相談会のみ、セミナーのみの参加も可能です。いずれも無料ですので、ぜひご利用ください。

日にち／7月2日(木)、11月5日(木)

時間	10:30～12:00
内容	●巡回セミナー キャリアカウンセラーによるセミナーを実施します。 定員／15人 *先着順
時間	13:00～16:00
内容	●巡回相談会 キャリアカウンセラーが、就労に関するご相談をお受けします。
時間	13:00～15:00
内容	●とちぎ生涯現役シニア応援センター「ぶらっと巡回相談会」 生涯現役推進員が、シニア世代の社会参加活動に関するご相談をお受けします。

※開催日の前日の17:00までにご予約ください。

場所／矢板公民館

予約・問い合わせ／

大田原労政事務所

☎0287(22)4158

**令和2年度介護支援専門員  
実務研修受講試験**

日時／

10月11日(日)10:00～12:00

場所／

○第1会場…宇都宮大学峰キャンパス  
(宇都宮市峰町350)

○第2会場…とちぎ健康の森  
(宇都宮市駒生町3337-1)

【試験案内書(申込書)】

配布期間／6月1日(月)～30日(火)

配布場所／各市役所・町役場(介護保険担当窓口)、県庁(保健福祉部高

齢対策課)、各健康福祉センター、とちぎ福祉プラザ、栃木県シルバード各大学校各校、とちぎ健康の森(総合受付、土・日・祝日も配布)

受付期間／6月11日(木)～30日(火)

\*当日消印有効

申込方法／申込書を試験案内書に同封の封筒に入れ、簡易書留で送付してください。

※期間以外の受付は一切行いません。

受験料／13,800円

申込・問い合わせ／

(社)とちぎ健康福祉協会

☎028(650)5587

**つつじが丘ニュータウン宅地分譲**

現地宅地分譲受付および相談会を実施します。

日時／6月20日(土)、21日(日)

27日(土)、28日(日)

10:00～17:00

場所／エコプレミアムセンター

(乙畑1393-230)

宅地面積／220.93㎡～392.50㎡

販売価格／403万円～933万円

販売区画数／21区画 \*先着順

公社支援制度／

定住促進支援30万円助成

※条件についてはお問い合わせください。

問い合わせ／

栃木県住宅供給公社

☎028(622)0463

**お知らせ**

**農業者年金現況届について**

農業者年金現況届は、農業者年金受給者の方の受給資格があるかかについて、毎年1回確認するものです。5月に農業者年金基金から郵送さ

れている「農業者年金受給権者現況届」に必要事項を記入・署名の上、6月30日(火)までに農業委員会に提出してください。

※現況届の提出がないと、11月の支払いから年金が差し止められますので、ご注意ください。

問い合わせ／農業委員会事務局

☎(43)6220

**忘れていませんか?  
あなたの自動車税(県税)**

令和2年度の自動車税(種別割)の納税はお済みですか。納期限(6月1日)が過ぎましたので、お忘れになっている方は、至急納税してください。納税されませんと督促状が送付され、延滞金もかかります。

また、督促状を発してから10日を経過しても完納しないと、差し押さえなどの滞納処分を受けることになります。

問い合わせ／矢板県税事務所収税課

☎(43)2171

**国税局納税猶予センター設置**

国税について、新型コロナウイルス感染症の影響により、一時的に納付することが困難な方の相談を早期にお受けするため、専用電話を開設しましたので、ご利用ください。

対応時間／9:00～17:00

※土・日・祝日を除く

専用電話／048(615)3007

**塩谷広域おすすめ情報**

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市町間の移動を伴う情報の掲載は当面の間、見合わせいたします。

**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

なし

譲りたくて

なし



**家族葬・一般葬**

※少人数のお葬式には、家族葬専門の「矢板ホール」をおすすめします。少人数～15名様くらいがちょうどいい式場です。  
※ゆったり式場「つぎの花斎苑」は、家族葬、一般葬ができる式場です。ワンフロアで家族葬・一般葬。(左写真)

**お葬式のご相談賜ります(無料)**

小さな葬儀社 ①  
矢板市片岡1913-25  
電話 0287(48)6785



図書館

開館時間/9:00~19:00
休館日/6月1・8・15・22・29日(月)
7月6・13・20・27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

読書感想画展 作品募集
読んだ本のお気に入りのシーンや感想を絵にしてみよう!
※読んだ本の表紙や、挿し絵の写しではなく、オリジナルの作品をお願いします。
募集期間/7月1日(水)~8月30日(日)
応募方法/図書館カウンターで配布する応募用紙に記入し、期間中に作品とあわせて、図書館までお持ちください。
※詳しくはスタッフにお問い合わせください。

◆新着図書

【一般書】 ★今月オススメ
トミカ究極のコレクション 1970-2020 講談社
1970年に第一弾として発売された6台のモデルから、2020年1月発売までの1,000種を超える歴代トミカの全車両を、パッケージとともに掲載する。
いちばんやさしい60代からのLINE改正民法のはなし
図解よくわかるナシ栽培基礎から学ぶ!スポーツ障害濱地健三郎の幽たる事件簿
増田由紀 内田貴 川瀬信三 鳥居俊 有栖川有栖 など

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/https://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/「六月燈の三姉妹」
大型店進出で苦しむ家族経営の和菓子店「とら屋」に、離婚調停中の次女、奈美江が帰ってきた。家族合わせてバツ4の一家は、六月燈の夜に新作和菓子で起死回生の大作戦に出るが…。一家再生と商店街の店主達の人間模様を描く。
日時/6月27日(土)14:00~15:45(開場13:30)
場所/図書館 視聴覚室

◆市民ギャラリー「七夕飾り」

6月19日(金)より七夕飾りを始めます。
お願い事を短冊に書いて、竹に飾りましょう。



【児童書】 ★今月のオススメ
キャラ絵で学ぶ!神道図鑑 すばる舎
日本文化の原点である「神道」を楽しいイラストでわかりやすく説明した本。日本神話から、神社の知識、季節の行事と暮らしまで、神道についての疑問に答えます。
僕たちの部活動改革 探して!見つけて!はじめての元素図鑑 マイク・バーフィールド
日本こままわし協会
ごきげんな毎日 小野崎典子
もりのかばんやさん 神谷拓
ふくざわゆみこ など

文芸 俳句 五味 しづ江 選

レンズ入る我が双眸の桜かな 菊地 壽一
(評) 白内障の手術をされて今まで見えにくかった色々なものが良く見えるようになった。自分の両目で確かめられる桜への感動を十七文字でしっかりと表現した。
芽柳の地向く力持ちて揺れ 彦坂 寿子
(評) 柳の芽と言えは市役所の川沿いの大樹を思う。優しい色で春を告げる。下五「揺れつつく」でもいいかと思ふ。
被写体はしだれ桜に夫と犬 小野崎典子
(評) 元の句「しだれ桜」となっていた。「に」に訂正してあったが「と」でもいい。桜があつての被写体なのだから。かしこまっている犬とご主人が見えて楽しい。
天ぶらに五、六個揚げる路のとう 吉澤 実
(評) その食べ方が一番おいしいし、春の味を満喫出来る。ただ「天ぶら」と「揚げる」をどちらか一つに。平凡だが「初彩」のまじりは天ぶら路の臺。
露の臺これぞ大人の苦みかな 笹館 紀子
(評) 「これぞ」と強調しているので下五「苦みかな」と断定した方がいい。
幼児に励まされ登る桜坂 大野 孝子
(評) 「幼児と励まし合ひつ桜坂」多分お孫さんとしてしよう。十七文字しか入れられないので「登る」は省略。「坂」が表現出来るし楽しい。
球根の重量挙げや霜柱 篠原 玲子
(評) 霜柱がチューリップ球根を押し上げているのをこんな風に表現出来るし楽しい。
街角を曲がりし人の影おぼろ 横塚 敏子
(評) 季節は「おぼろ」で春の夜のまよったした空気を表現している。ロマンチックな雰囲気がかもしている。
庭先を風雪のよう花舞う 大谷 章
(評) 素直に「庭中の嵐となりぬ桜舞ふ」
下萌えて食するものに目を凝らす 飯島 忠雄
(評) 「下萌えの食べられそうなる草多」
後に咲くもコロナに負けて散る桜 小澤 和枝
(評) コロナより遅れて咲いた桜も花見も出来ないうちま散ってしまった。皆の知る所、五月になっても木だ脱け出せないでいる。
桜花コロナ風邪故ひっそりと 渡辺 和子
(評) 前句同様コロナ風邪にふり回されているということ。

8月号 作品募集
種目/川柳 期限/6月19日(金) \*必着 応募先/〒329-2165 矢板市矢板106-2 矢板市生涯学習課
※作品の前に「種目」、作品の後に「氏名」をお書きください。その際、「作品」「氏名」にふりがなをお書きください。

道の駅やいた

◆旬鮮やいたパートさん募集

明るく元気で接客が好きな方、一緒に働きませんか?
時給/880円(土・日・祝日 930円)
勤務時間/8:00~18:30(2交代制)
内容/レジ打ち、店内整理、清掃
そのほか/委細は面談のうえ。
問い合わせ/旬鮮やいた ☎(43)1000

営業時間/旬鮮やいた 8:30~18:00
つつじ亭 レストラン11:00~16:00 軽食9:00~17:00
問い合わせ/道の駅やいた ☎(43)1000 FAX(40)0662
HP http://www.michinoeki-yaita.com/

◆生産者募集

市内で野菜を生産している方「旬鮮やいた」に商品を出荷してみませんか?
入会費/無料
事務手数料/年2,500円
問い合わせ/旬鮮やいた ☎(43)1000

◆定休日

- 旬鮮やいた…休まず営業いたします。
●つつじ亭…6月17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

城の湯温泉センター

開館時間/10:00~21:00
休館日/6月1・15日(月)、7月6・20日(月)
利用料/大人(中学生以上)500円 65歳以上・小学生400円
問い合わせ/城の湯温泉センター ☎(44)1010

◆サービスデー

- 第3日曜日『家庭の日』は小学生200円割引
→6月21日(日)、7月19日(日)
●毎月26日は風呂の日☆ダブルポイント
→6月26日(金)、7月26日(日)

◆イベント情報

- 環境ポスター展
日時/6月2日(火)~6月30日(火)
場所/温泉センター 通路
●七夕に願い事をしよう
七夕に向けて、笹の葉に願いをこめた短冊をかきませんか?
日時/6月26日(金)~7月7日(火)
場所/温泉センター ロビー
●城の湯将棋愛好会(6月例会大会)
日時/6月28日(日) 場所/温泉センター 研修室
●さつき展
日時/6月11日(木)~6月14日(日)
場所/温泉センター 研修室

◆運動教室 ~皆さまのご参加をお待ちしております~

- 場所/城の湯温泉センター 研修室
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/6月19・26日(金)
7月10(金)・24日(祝・金) 各回10:30~
●初心者ピラティス教室(講師:藤田 明湖先生)
日時/6月3・10・17・24日(水)
7月1・8・15・22・29日(水)
各回10:30~(中級者クラス)
11:40~(初心者クラス)
※6月10日はふれあい館で行います。
●初心者ヨガ教室(講師:八木沢 里美先生)
日時/6月3・10・17・24日(水)
7月1・8・15・29日(水) 各回13:30~
※6月10日はふれあい館で行います。

飲食店・施設運営の皆様へ コロナウイルスの対策・相談、承ります。
Vesta 0287-46-5180
感染防止対策シート(アクリルパーテーション)
感染予防ポスター
感染症対策サイン

# 元気であるために気をつけたいポイント

## ～口から要介護を防ぎましょう～

年齢が高くなると、歯の本数が少なくなったり、かむ力や飲み込む力が弱くなります。それを放置すると、食べる力がさら弱まり、栄養不足などで心と身体の手まで弱くなってしまいます。それらがさら進むと、最終的には要介護状態に近づいてしまいます。

### 当てはまるものがある人は注意

- むせる・こぼす
- 食欲がない・少ししか食べられない
- やわらかいものばかり食べる
- 滑舌が悪い・舌が回らない
- お口が乾く、においが気になる
- 自分の歯が少ない、あごの力が弱い

参考：日本歯科医師会ホームページ

### 認知症予防について

「話す」、「かむ」といった口を動かすことは、脳に刺激を与え、認知症予防にもつながります。現在、外出自粛で人と話す機会が減っていることで、口の力が弱まる可能性があります。意識して口を動かしましょう。

## やってみよう！パタカラ体操

口まわりの筋肉や飲み込む力など、食べるために必要な筋肉を鍛えます。特に食前に行うと、唾液が出やすくなったり、飲み込みがしやすくなります。

パ



口を閉じてしっかり「パパパ…」と10回発音する

タ



舌を上あごにくっつけ「タタタ…」と10回発音する

カ



のどの奥を閉じて「カカカ…」と10回発音する

ラ



舌を丸めて舌の先を上あごの前歯の裏につけて「ラララ…」と10回発音する

# ともなりくん



おうち生活を楽しく！



巣ごもり応援サイト

「巣ごもり応援サイト」では、ぬりえ&おりがみのほかにも、ヴェルフェ矢板の選手による、自宅でできるサッカーのトレーニング動画や、やいた応援大使で、女子プロ野球選手の笹沼菜奈さんによる、野球のトレーニング動画も公開しています。



# 特別定額給付金のお知らせ

料金後納郵便

329-0000  
栃木県矢板市 〇〇〇番地  
〇〇 〇〇 様  
000000 000000-000000 #

特別定額給付金に関するお知らせです

特別定額給付金とは？

「新型コロナウイルス感染症緊急経済対策」として、感染拡大防止に留意しつつ、簡素な仕組みで迅速かつ的確に家計への支援を行うため、特別定額給付金事業が実施されることになりました。

給付対象者	申請書受付期限
基準日（令和2年4月27日）に、市区町村の住民基本台帳に登録されている方	令和2年8月14日
基準日以前に、住民票を削除されていた方で、基準日において、日本国内で生活していたが、いずれの市区町村の住民基本台帳にも登録されておらず、かつ、基準日の翌日以後初めて市区町村の住民基本台帳に登録されることとなった方を含む。 *外国人のうち、短期滞在者及び不法滞在者は、住民基本台帳に登録されていないため対象外です。	お問い合わせ 329-2190 矢板市本町5番4号 栃木県矢板市 健康増進課感染症対策班 0287-40-3003 詳しくはホームページをご覧ください。
給付金額	
世帯構成員1人につき10万円	

こちらからゆっくり開封してください。

郵送申請の書類は **5月15日** に発送しております。申請書の受付期限は **8月14日** までですので、お忘れのないよう、ご注意ください。

「**本人確認書類**」と「**振込先口座の確認書類**」の同封がもれると振込までにお時間がかかりますので、**封をする前に再度確認**してください。

申請書・返信用封筒は、**送付書類の内側**にあります。裏面のミシン目は**返信用封筒を切り離す**ためのものです。開封の際は、**ご注意ください**。

←書類の開封はこちらから。

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、**市役所窓口での申請はお受けしておりません**。作成方法がわからない場合は、お電話でお問い合わせください。

申請に関するお問い合わせ先

矢板市健康増進課 感染症対策班 Tel 40-3003

応対時間 9時00分～17時00分（土・日・祝日を除く）

## 給付金の詐欺に注意！

市区町村や総務省などをかたった不審な電話がかかってきたり、不審な郵便・メールが届いたら、市役所や最寄りの警察署（または警察相談専用電話#9110）にご連絡ください。



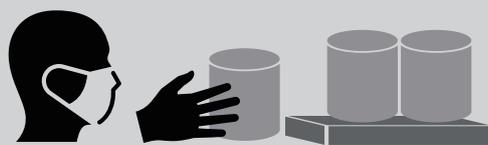
買い物ものは  
できるかぎり  
世帯 1 人で

Shop alone, not in groups.



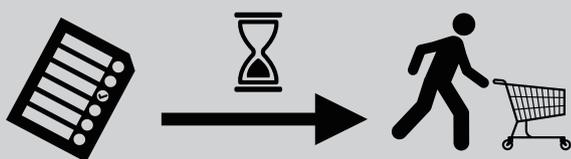
咳エチケットを守り  
手に取るのは  
買う商品のみを

Cover your cough and only touch  
items that you intend to buy.



必要なものだけ  
買い物リストを作り  
短時間で

Make a shopping list and  
limit your time in the store.



レジに並ぶ時は  
十分な距離を

Keep a safe distance  
from others.



買い物前後に  
徹底した手洗いを

Wash your hands thoroughly  
before and after shopping.



おもいやりも  
お忘れなく

Respect each other with  
your warm heart.





**矢板市休日当番医**  
**当番** = 9:00～12:00  
 14:00～17:00  
**当番** = 17:00～19:00  
**夜間** = 夜間診療  
 ※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、医療機関によりますので、必ず電話でご確認の上、受診してください。

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

**法律 = 弁護士無料法律相談** 予  
 時間/9:00～12:00  
 対象/市内在住・在勤の方  
**心配 = 心配ごと相談**  
 時間/9:00～12:00  
**後見 = 成年後見相談会**  
 時間/10:00～12:00 予  
 ※奇数月のみ行います。  
 場所/きずな館  
 予約・問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000

**多重債務者相談・消費生活相談** 予  
 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

**心の健康 = 心の健康相談**  
 時間/13:30～15:30(偶数月)  
 14:30～16:30(奇数月)  
 場所・問合/(県塩谷庁舎内) 県矢板健康福祉センター ☎(44) 1297

**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
<b>新型コロナウイルス感染予防対策に伴う、イベント・行事などの中止・変更について</b> 新型コロナウイルスの流行状況により、イベント・行事などが中止または変更になることがあります。 開催の有無など、詳しくは、各主催者までお問い合わせください。	<b>まちなか保健室</b> <b>健康増進課</b> ☎(43) 1118			<b>1</b> <b>ハワイアンダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>2</b> <b>音楽ではつらつ</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>地域交流会</b> 予 時間/13:30～16:00	<b>4</b> <b>クッキング(世代間交流)</b> 予 時間/10:00～11:30 費用/100円 対象/小学生・65歳以上の方 10人 <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流)</b> 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811
	日時 6日(月) 14:00～16:00 18日(土) 22日(水) 27日(月)	場所 ダイユー矢板店 片岡公民館 ココマチ 保健福祉センター	備考 体組成測定なし 体組成測定可能 体組成測定なし 体組成測定可能			
<b>5</b> <b>当番</b> 西川整形外科 ☎(48) 2552 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>6</b> <b>百歳健康教室</b> 時間/13:00～14:00 <b>ATM健康体操</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>7</b> <b>行政相談</b> 時間/9:00～12:00 場所/きずな館 問合/秘書広報課 ☎(43) 3764 <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>小物作り(鉤編み、クラフト他)</b> 予 時間/13:30～16:00 <b>やさしい手話教室</b> 予 時間/14:00～16:00	<b>8</b> <b>研修旅行</b> 予 時間/8:30～15:30 費用/3,000円 定員/25人 <b>介護相談会</b> 予 時間/10:00～16:00 *利用料不要	<b>9</b> <b>絵手紙</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>地域交流会</b> 予 時間/13:30～16:00	<b>10</b> <b>はつらつダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>11</b> <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流)</b> 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811
<b>12</b> <b>当番</b> かるべ皮膚科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>13</b> <b>ATM健康体操</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>14</b> <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>小物作り(鉤編み、クラフト他)</b> 予 時間/13:30～16:00 <b>やさしい手話教室</b> 予 時間/14:00～16:00	<b>15</b> <b>成年後見相談会</b> 予 時間/10:00～12:00 場所/きずな館 問合/社会福祉協議会 ☎(44) 3000 <b>健康相談</b> 時間/10:00～12:00 <b>ハワイアンダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>16</b> <b>特別ケア体操</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>コカリナ</b> 予 時間/13:00～16:00	<b>17</b> <b>スポーツ吹矢</b> 時間/10:00～12:00 <b>はつらつダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>18</b> <b>輪投げ(世代間交流)</b> 予 時間/10:00～11:30 ※小学生無料 対象/小学生・65歳以上の方 10人 <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流)</b> 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811
<b>19</b> <b>当番</b> なかじまクリニック ☎(48) 7701 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>20</b> <b>百歳健康教室</b> 時間/13:00～14:00	<b>21</b> <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>小物作り(鉤編み、クラフト他)</b> 予 時間/13:30～16:00	<b>22</b> <b>かんたん料理</b> 予 時間/10:00～13:00	<b>23</b> <b>当番</b> 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>24</b> <b>当番</b> 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>25</b> <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>輪投げ・卓球バレー(多世代交流)</b> 予 時間/13:30～16:00 小学生以上～ <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811
<b>26</b> <b>当番</b> かわしま循環器内科 ☎(43) 5470 9:00～12:00 14:00～17:00 <b>当番</b> 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00～19:00 <b>夜間くろす</b> ☎028(682)8811	<b>27</b> <b>健康栄養相談</b> 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 <b>絵手紙</b> 時間/10:00～12:00 <b>ATM健康体操</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>28</b> <b>詩舞</b> 予 時間/10:00～12:00 <b>小物作り(鉤編み、クラフト他)</b> 予 時間/13:30～16:00 <b>やさしい手話教室</b> 予 時間/14:00～16:00	<b>29</b> <b>ハワイアンダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>30</b> <b>たのしい折り紙</b> 時間/10:00～11:30 <b>視察研修旅行(日光方面)</b> 予 時間/10:00～16:00 費用/2,000円 定員/25人 <b>はつらつダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	<b>31</b> <b>はつらつダンス</b> 予 時間/10:00～12:00	
<b>認知機能簡易検査 高齢対策課</b> ☎(43) 3896 ※6月17日(水)までに、電話でお申し込みください。 ※他地区の方で早めの検査をご希望の方はご相談ください。						
<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)	<b>実施日</b> 時間帯 場所(対象地区)
7日(火) 午前 第一農場公民館(第一農場) 午後 第二農場公民館(第二農場)	17日(金) 午前 木幡東公民館(木幡東) 午後 泉公民館(寺山・高原・田野原)	28日(火) 午前 泉公民館(寺山・高原・田野原) 午後 泉公民館(寺山・高原・田野原)	28日(火) 午前 泉公民館(寺山・高原・田野原) 午後 泉公民館(寺山・高原・田野原)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板4区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板5区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板5区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)
10日(金) 午前 山田公民館(山田) 午後 立足公民館(立足)	20日(月) 午前 保健福祉センター(矢板4区) 午後 保健福祉センター(矢板4区)	20日(月) 午前 保健福祉センター(矢板4区) 午後 保健福祉センター(矢板4区)	20日(月) 午前 保健福祉センター(矢板4区) 午後 保健福祉センター(矢板4区)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板5区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板5区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)	30日(木) 午前 保健福祉センター(矢板5区) 午後 保健福祉センター(矢板5区)
13日(月) 午前 保健福祉センター(矢板1、2、3区) 午後 保健福祉センター(矢板1、2、3区)	27日(月) 午前 泉公民館(泉、上太田、東泉) 午後 泉公民館(泉、上太田、東泉)	27日(月) 午前 泉公民館(泉、上太田、東泉) 午後 泉公民館(泉、上太田、東泉)	27日(月) 午前 泉公民館(泉、上太田、東泉) 午後 泉公民館(泉、上太田、東泉)	31日(金) 午前 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板) 午後 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板)	31日(金) 午前 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板) 午後 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板)	31日(金) 午前 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板) 午後 ハッピーハイランド矢板公民館(ハッピーハイランド矢板)
検査料金/無料 対象/概ね60歳以上の方 *検査の所要時間は約20分です。						

**木幡北山はつらつ館** ☎(43) 6771  
 対象/市内在住でおおむね65歳以上の方  
 休館日/日曜日および祝日・休日  
 開館時間/9:00～16:00 利用料/1日100円  
 設備/輪投げ、囲碁、将棋、ルームランナー、卓球、血圧計  
 そのほかの講座/  
 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。

**泉はつらつ館** ☎(43) 2231  
 対象/市内在住でおおむね65歳以上の方  
 休館日/日曜日および祝日・休日  
 開館時間/9:00～16:00 利用料/1日100円  
 設備/輪投げ、囲碁、将棋、カラオケ、卓球、マッサージ機  
 乗馬マシン、フィットネスバイク、ペタンク、血圧計  
 そのほかの講座/  
 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)  
 ※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。

日	月	火	水
<p><b>塩谷郡市医師会からのお願い</b></p> <p>休日当番医を利用する際、発熱や風邪の症状がある方は、 受診前に必ず電話でご相談ください。</p> <p>感染症予防のため、直接の来院はお控えくださいますよ うお願いします。</p>			1
5	6 <small>休 図書館・城の湯</small>	7	8
<p>当番 西川整形外科 ☎(48) 2552 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>	<p>4 カ月児健診</p> <p>受付/ 13:00~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和2年2月生</p>		<p>育児教室 アップル 予</p> <p>受付/ 9:30~9:45 場所/ 農村環境改善センター 対象/ 令和元年11~12月生 内容/ 離乳食の進め方(中期)</p>
12	13 <small>休 図書館</small>	14	15
<p>当番 かるべ皮膚科小児科医院 ☎(43) 1210 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>		<p>えほんひろば&amp;赤ちゃんのじかん</p> <p>時間/ 10:00~11:30 場所/ 図書館</p>	<p>乳幼児健康相談 予</p> <p>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</p>
19	20 <small>休 図書館・城の湯</small>	21	22
<p>当番 なかじまクリニック ☎(48) 7701 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>		<p>1 歳 6 カ月児健診</p> <p>受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成31年1月生</p>	<p>3 カ月児健診</p> <p>受付/ 13:00~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和2年4月生</p>
26	27 <small>休 図書館</small>	28	29
<p>当番 かわしま循環器内科 ☎(43) 5470 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>	<p>えほんひろば&amp;赤ちゃんのじかん</p> <p>時間/ 10:00~11:30 場所/ 図書館</p> <p>育児教室 オレンジ 予</p> <p>受付/ 9:30~9:45 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和2年1~2月生 内容/ 乳幼児の事故防止</p>		
<p><b>知っ得! 子育て情報</b> 子ども課 ☎(44) 3600</p> <p>市ホームページには、意外と知らない、 知っておくためになる子育て情報や 子ども向けイベントなどをまとめた 特設ページがあります。</p> <p>詳しくは、 こちらを Check!!</p>  			<p><b>新型コロナウイルス感染予防 対策に伴う、イベント・行事 などの中止・変更について</b></p> <p>新型コロナウイルスの流行 状況により、イベント・行事 などが中止または変更になる ことがあります。 開催の有無など、詳しくは、 各主催者までお問い合わせく ださい。</p>

木	金	土
2	3	4 <small>矢板時間 12:00~76:4PM</small>
<p>乳幼児健康相談 予</p> <p>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</p>	<p>2 歳児歯科健診</p> <p>受付/ 13:00~13:30 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成30年7月生</p>	<p>おはなしのじかん</p> <p>時間/ 14:00~15:00 場所/ 図書館</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>
9	10	11 <small>矢板時間 12:00~76:4PM</small>
<p>3 歳 6 カ月児健診</p> <p>受付/ 12:50~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 平成29年1月生</p>		<p>おはなしのやかた</p> <p>時間/ 10:30~ 場所/ 泉公民館 時間/ 14:00~ 場所/ 片岡公民館</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>
16	17	18 <small>矢板時間 12:00~76:4PM</small>
<p>えほんひろば</p> <p>時間/ 11:00~12:00 場所/ ココマチ こどものひろば</p> <p>10 カ月児健診</p> <p>受付/ 13:00~13:20 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和元年9月生</p>		<p>ポットタイム</p> <p>時間/ 14:00~15:00 場所/ 図書館</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>
23	24	25 <small>矢板時間 12:00~76:4PM</small>
<p>当番 尾形クリニック ☎(43) 2230 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>	<p>当番 山田クリニック ☎(48) 1212 9:00~12:00 14:00~17:00</p> <p>当番 塩谷病院 ☎(44) 1155 17:00~19:00</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>	<p>25 矢板時間 12:00~76:4PM</p> <p>夜間 くらす ☎028(682)8811</p>
30	31	
	<p>育児教室 ストロベリー 予</p> <p>受付/ 13:00~13:15 場所/ 保健福祉センター 対象/ 令和2年3~4月生 内容/ ベビーマッサージ</p>	

2020

**7**

July

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

夜間 = 夜間診療

※診察の内容、時間帯は患者さんの状態、  
医療機関によりますので、必ず電話で  
ご確認の上、受診してください。

**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

**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

**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





# やいた☆クッキン GOOD

～ズッキーニの麻婆風炒め～



レシピ提供元：矢板高校栄養食物科チーム☆道の駅

## 材 料

- ・ズッキーニ (大)……2本
- ・油……………大さじ1
- ・豚ひき肉……………200g
- ・ニンニク……………5g
- ・ショウガ……………10g
- ・唐辛子……………1本
- ・酒……………大さじ1
- ・しょうゆ……大さじ1
- ・みそ……………大さじ1
- ・砂糖……………小さじ1
- ・鶏ガラスープの素……………小さじ1
- ・水……………100ml
- ・片栗粉……………適量

## 作り方

- ①ズッキーニを縦1cm幅のしま目に皮をむき、2cm大の乱切りにしたら、油をひいたフライパンで炒め取り出す。
- ②①のフライパンで、豚ひき肉を炒め、細かく切ったニンニク、ショウガ、唐辛子を加えて軽く炒める。
- ③②に酒、しょうゆ、みそ、砂糖、鶏ガラスープの素と水を加え、豚ひき肉に火が通ったら①を入れて軽く炒め合わせる。
- ④汁が多いようなら水とき片栗粉でとじる。

## 《編集後記》 いいあんばいだわ～

GWは外出自粛で旅行に行けず…。そこで私は、毎日ジョギングして100km達成、プチ贅沢なテイクアウト、家庭菜園に挑戦など、無理やり充実した連休にしました。適度な運動、栄養満タンの食事、自由な時間でリラックスして免疫力UPしたかな!? (チャーリー)

表紙の写真は、3人の子どもがいるご家庭に協力していただき撮影しました。今回は、元気な子どもたちの声を皆さんに届けたいと思い、初の試みとしてQRコードを読み取ると動画でその時の様子が見られるようになっています。ぜひお試しください。(こっこ)

6月第3日曜日は「父の日」ですね。「母の日」と比べて忘れられがちなイメージがありますが、自身の胸に手を当てて考えてみると、家庭内で感謝してもらえるような行動をしていない思い…。今年のご家族に感謝してもらえるように頑張りましょう。(おじやる)

コロナ禍によるステイホームの影響で、我が家ではデザート系の供給過剰が続いています。外出自粛で時間を持て余していると思えばストレスも溜まりますが、今まで以上に家族で楽しい時間が共有できたとなると、なんだか素敵な時間が過ぎていくと感じます (RYU)

コスメの工場で  
働いてみませんか?

# 見学 & 説明会

2020

6/18(木)、6/25(木)、7/2(木)、7/9(木)、7/16(木)

受付時間：9時50分～ 開始時間：10時

仕事内容：化粧品全般の製造・検査業務  
■化粧品の仕上げ～梱包  
■製品の検査  
雇用：パートタイマー  
※正社員登用制度あり

勤務時間：9:00～17:00  
時給：900円～  
休日：土日祝日(年間休日125日)  
福利厚生：社会保険完備  
交通費支給あり  
昼食補助あり

## 参加者募集

東色ピグメント株式会社

〒329-1579 栃木県矢板市こぶし台6-3  
矢板ICから車で約5分

URL: <http://www.toshiki-p.co.jp>

お問い合わせはこちらまで  
0287-48-6231

【受付時間】9:00～17:00

※上記日程以外に希望の日時があれば  
お気軽にお問い合わせください。

Instagram  
はじめました!



座り仕事で  
楽ちん!

黙々と作業  
できる

産前産後も  
働きやすい