

(1枚につき、5名様まで有効)
開館時間：午前9時30分～午後5時
休館日：毎週月曜日(祝日などの場合は翌日)

切り取ってご利用ください

〒321-1431 日光市山内 2388-3 TEL: 50-1200
ホームページ <http://www.khmoan.jp/>

日光出前寄席 陸 上方落語の楽しみ

美術館は、6回目となる出前寄席を開催します。今回は、京の画家・竹内栖鳳を紹介する展覧会「日光市市制施行10周年記念 生誕一五〇年記念 竹内栖鳳展」に合わせて、京の噺家・桂米二氏による上方落語を楽しみます。関東ではあまり接する機会のない上方文化の精髓を展覧会とともにじっくりとご堪能ください。

と き：8月22日(土)午後5時30分開場・午後6時30分開演
場 所：エントランスホール
出 演：桂米二氏(噺家)
入 場 券：2,000円
発売場所：小杉放菴記念日光美術館・中央公民館
県総合文化センタープレイガイド



桂米二氏

日光市市制施行10周年記念 生誕一五〇年記念 竹内栖鳳展

と き：8月30日(日)まで
休 館 日：毎週月曜日(祝日・振替休日のときは開館し翌日を休館)
開館時間：午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)
入 館 料：一般720(300)円、大学生510(200)円、高校生以下は無料
※()内は市民割引券を利用した際の料金です。

高原の牧場

豊かな自然が息づくのどかでおおらかなロケーションで、標高の高さから夏でも涼しく、県内外から気軽に来られるためドライブコー



広大な放牧地

ソフトクリームなど自慢のグルメを味わうことができます。この夏、暑さを忘れにぶらりと訪れてみてはいかがでしょうか。



ブラウンスイス牛

今月の日光ブランドは「大笹牧場」

大笹牧場は、日光国立公園の標高1,030〜1,320メートルに位置し、日光地域から霧降高原を通り、栗山地域へと向かう途中にあります。362ヘクタール(東京ドーム約77個分)の全国でも屈指の広さを誇ります。観光牧場として広く知られていますが、本来は酪農家から子牛(育成牛)を預かり、大きく育てるといふ放牧育成の牧場です。

牧場内には大自然の中で動物と一緒に遊ぶふれあい施設や乳搾り体験施設、ジャンボ滑り台、アスレチック、オートキャンプ場などがあり、憩いの牧場として家族で楽しむことができます。オートキャンプ場は、電源やかまどなどが併設されており、アウトドア慣れしていない方でも気軽にキャンプを楽しむことができます。また、場内のレストハウスでは、大笹牧場名物のジンギスカンや国内でも数少ないスイス原産のブラウンスイス牛の牛乳、その牛乳を利用したソフトクリームなど自慢のグルメを味わうことができます。この夏、暑さを忘れにぶらりと訪れてみてはいかがでしょうか。

くわしくは 日光ブランド戦略室 ☎(21)5131

ぶらり日光ブランド探訪 vol.16



あなたの健康寿命、延ばしましょう！

4

◎脳梗塞は夏に多い！

脳梗塞や脳出血などは、血圧が上昇しやすい冬に多いと言われています。しかし、脳梗塞に限っては夏に多いことが調査で分かっています。その主な原因は、脱水症状です。夏は汗をかくため、気付かないうちに水分不足になります。その結果、血液の流れが悪化し、血管が詰まりやすくなるのです。予防には水分補給が大切ですが、ただ多く取ればいいものではないため、上手な予防法を知っておきましょう。

◎上手な水分の取り方

水分補給をしても、体全体に浸透するには15〜20分かかります。大切なのは汗をかいていなくても早めに、そしてこまめに水分補給を行うことです。エアコンの効いた室内は、思いの外乾燥しています。そのため、室内にいるときもこまめに水分補給をしましょう。高齢になるほど喉の渇きに気が付きにくくなるため、定期的な水分補給が大切です。

◎県脳卒中啓発プロジェクト

県は、脳卒中の予防と重症化の防止を図るため、啓発プロジェクトを実施しています。プロジェクトの趣旨に賛同し、主体的に脳卒中の予防や早期発見・対応の啓発活動を行う団体や企業などの参加を募っています。詳しくは、「栃木県脳卒中プロジェクト」(http://www.pref.tochigi.jp/e04/kennkoujuyutoti_giodukunisuiskennminkaigijyutennpro.html)をご覧ください。

くわしくは 健康課 保健指導班 ☎(21)2756

進め！地域おこし協力隊



くわしくは

地域振興課 地域振興係 ☎(21)5147

皆さんこんにちは。6月1日から新たに三依地区1名、栗山地域1名の地域おこし協力隊員が活動を開始しました。今月号では熱意あふれる2名をご紹介します!!
齊藤さんと嶋崎さんは、市長から委嘱状が交付された際、地域おこし協力隊員として地域の役に立ちたいと決意を語ってくれました。人や自然が大好きな2名です。

で、地域の皆さんとのふれあいや、地域の内外への魅力や情報発信に尽力して欲しいと思います!!
新メンバーが加わり、市内の協力隊員は三依地区2名、足尾地域2名、栗山地域4名の計8名での活動体制となりました。
来月号からそれぞれの地域の今年度進行中の活動内容を紹介していきますので、皆さんお楽しみに!!



三依地区 齊藤雅樹隊員 (栃木県栃木市出身)

こんにちは。前職は介護の仕事をしていました。野球やサイクリングなど、体を動かすことが好きです。私の目標として「毎日、笑顔で!!」を心掛けています。地域に貢献できるよう精一杯頑張ります!! よろしくお願います。



栗山地域 嶋崎義将隊員 (北海道千歳市出身)

こんにちは。私は、以前北海道千歳市に住んでいました。栗山地域の気候は北海道の気候に近くとても住みやすい環境という印象を受けました。これから自分のできることを精一杯頑張りますのでよろしくお願います。