



広報

# にっころ

2013.6

Nikko City No.099  
Information Magazine



## 主な内容

- ◇あなたと選ぶ日光ブランド P 2
- ◇日光市国際化基本計画を策定しました P 3
- ◇予防接種を受けましょう P 4
- ◇目指せ歯ッピー健口ライフ P 5
- ◇成人健康診査を受けましょう P 6
- ◇生活機能チェックリスト P 7
- ◇アンダーパスの冠水にご注意ください P 8



# あなたと選ぶ！ 日光ブランド

くわしくは 総合政策課 日光ブランド戦略室 ☎21-5131

4月1日(月)～5月2日(木)に募集を行った日光ブランドの地域資源(自然・歴史・文化・風習)の候補が審査を経てノミネート(推薦)されました。6月3日(月)～9月30日(月)の4カ月間、一般投票が行われます。お気に入りの地域資源を見つけて投票しましょう。

## ノミネートされた地域資源に投票するにはどうしたらいいの？

ノミネートされた地域資源は、日光ブランド認定制度のホームページ(<http://system.nikko-brand.jp/>)から閲覧・投票が可能です。また、投票はホームページの他、はがきでも受け付けています。はがきでの投票は、総合政策課、各総合支所市民福祉課、各支所・出張所で配布している案内チラシをご覧ください。

## 認定基準は？

- 日光ブランドの認定は、投票に加え次の項目についても審査をします。
- ① 推奨人(申請した地域資源の推奨人がいるか)
  - ② 地域性(日光市と関わりがあるか、地域に根ざしているものか)
  - ③ 歴史性・継続性(古くからあるものか、伝承されているものか)
  - ④ 認知性(広く知られているものか)

## 発表はいつごろなの？

ノミネートされた地域資源の審査結果は、ホームページなどで、10月ごろに発表を予定しています。

## 認定されるとどうなるの？

ホームページや広報紙、パンフレットなどへの掲載を行う他、各種宣伝活動などを行い、日光ブランド

## 地域資源はこれからも募集をするの？

今回募集した地域資源(自然・歴史・文化・風習)以外についても、今後募集を行います。食の地域資源の募集を7月に、環境・健康・産業・技術・生活を加えた、全ての分野の地域資源の募集を平成26年2月に、それぞれ予定しています。



## 「行ってみたい 住んでみたい 国際観光文化都市 日光市」の実現に向けて

# 日光市国際化基本計画を策定しました

日光市に住む人にとっても訪れる人にとっても、魅力あふれる国際観光文化都市として発展していくため、市は今年3月に「日光市国際化基本計画」を策定しました。この計画の概要をお知らせします。

### ❖ 計画策定の趣旨

市内には、今年3月現在で26カ国510人の外国籍の方が暮らしています。普段の生活の中で、さまざまな言語の人たちとの交流が生じることも特別なことではなくなりました。このため、日本人と外国人が共に安心して暮らせる多文化共生(※)の地域づくりを進めていくことや、国際感覚豊かな人材の育成、異文化との相互理解が求められています。

また、日光を訪れる多くの外国人観光客が安心・満足できる態勢づくりを、市の国際化の面から整えていく必要があります。

この計画は、今後さらに進展が予想される地域の国際化に対応し、魅力あふれる国際観光文化都市として発展していくための基本的な考え方

や具体的な取り組みの内容を明らかにするものです。計画の期間は、平成25～29年度の5年間です。

### ※多文化共生

国籍や民族などの異なる人々が、互いの文化的な違いを認め合い、対等な関係を築こうとしながら、地域社会の構成員として共に生きていくこと。

### ❖ 計画の基本理念

市が目指す国際化のイメージとして、「行ってみたい 住んでみたい 国際観光文化都市 日光市」を基本理念に定めました。世界中の人たちと交流し、外国籍の方も住みやすいまちづくりを進めることにより、海外における市の知名度がさらに向上し、「行ってみたい」「住んでみたい」と思われる都市を目指します。

### ❖ 計画の基本目標

市の国際化に関する現状や、外国籍の方も含めた市民アンケート調査などから見えてきた課題を踏まえて、

次の3つの基本目標を定めました。

- ① さまざまな文化を尊重し豊かに暮らす日光市(多文化共生の分野)  
言葉や生活習慣、文化など、さまざまな違いを乗り越え、誰もが市民の一人として共に働き、学び、共に暮らす、心豊かなまちをつくりたい。
- ② 世界に飛躍する日光市民(国際理解・国際交流の分野)  
市民それぞれが異文化を理解し、地域や団体と共に海外との広範囲な交流を活発に進め、その中からビジネスや文化、スポーツなど多様な分野で海外に飛躍する人材を育てる風土をつくりたい。
- ③ 世界の人々が集いあう日光市(観光産業の活性化の分野)  
豊かな風土を築き、海外との交流を盛んにすることによって、魅力あふれる観光資源が一層輝きを増します。情報の発信と受け入れ態勢の整備、特に心のこもったおもてなしで、世界中の人々が集いあう日光市をつくりたい。

### ❖ 計画の実現に向けて

市は、外国籍の方のニーズに即した行政サービスの提供や、国際化に関する市民への意識啓発、国際交流機会の提供、海外からの観光客の積極的な誘致など、さまざまな事業に取り組みます。また、市民や各種関連団体との協働関係を強化するとともに、国や県とも連携を図り、これらの事業を効果的に展開していきま

す。さらに、社会情勢の変化や計画の進捗状況などを考慮し、必要に応じて計画の見直しを行うことにより、国際化の着実な推進を図ります。  
※市ホームページで計画の全文をご覧いただけます。



くわしくは  
観光交流課観光交流推進係  
☎(21)5196



# 予防接種を 受けましょう

くわしくは 健康課 健康推進係(今市保健福祉センター内) ☎21-2756

二種混合(ジフテリア・破傷風)、日本脳炎の予防接種はお済みですか。対象年齢を確認し、該当する方でもまだ接種の済んでいない方は早めに予防接種を受けましょう。



## 二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種

二種混合予防接種は、幼児期の三種混合(ジフテリア・破傷風・百日せき)予防接種の追加接種として実施します。

### ●対象者

小学校6年生(今年度は平成13年4月2日〜平成14年4月1日生)接種時点で日光市に住所のある方

### ●接種方法

市内の指定医療機関で個別接種(要予約)

### ●接種期間

4月1日〜平成26年3月31日

### ●接種費用

5,250円(市が負担しますが、接種期間を過ぎた場合は自己負担となります)



## 日本脳炎予防接種

日本脳炎の予防接種は、接種を受けたお子さんが接種後に重い病気に

なったことをきっかけに、国の指示により、平成17〜21年度は案内を見合わせてきました。その後、新たなワクチンの開発に伴い、平成22年度からは予防接種が受けられるようになりました。

日本脳炎の予防接種は、期間をあけて第1期と第2期の接種が必要となります。予防接種の案内を見合わせていたため、定期接種が受けられなかった年齢の未接種者についても、特例接種対象者として接種を勧奨しています。

今年度、市が日本脳炎予防接種を個別に案内している対象者についてお知らせします。

### ●対象者

下表の対象年齢に該当し、接種時点で日光市に住所のある方

### ●接種方法

市内の指定医療機関で個別接種(要予約)

### ●接種費用

7,350円(市が負担します)

### ◆接種対象年齢の緩和について

現在、ワクチンの供給量が不十分なため、個別の案内はしていませんが、特例接種対象者(平成7年4月2日〜平成19年4月1日生まれの方)は、満20歳未満であれば接種を受けることができるようになります。

た(第2期の接種は9歳以上)。今後、国から示されるワクチン供給状況に従い案内していく予定です。今年度接種を案内している年齢以外の方で接種を強く希望される場合は、ワクチンの確保ができれば公費で接種を受けることができます。かかりつけの医療機関にご相談ください。

表：日本脳炎予防接種個別案内対象者(平成25年度)

区分	対象年齢	
	定期接種対象者	第1期(3回)
特例接種対象者	第1期(3回)	7歳(小学校1年生)、8歳(小学校2年生)、9歳(小学校3年生)、10歳(小学校4年生)
	第2期(1回)	17歳(高校2年生)、18歳(高校3年生)

※定期接種の標準的なスケジュール  
○第1期接種(3回)…3歳時に2回(6〜28日の間隔を置く)。その後おおむね1年後(4歳時)に1回の追加接種。計3回を生後90月(7歳6カ月)までに終了するように接種。  
○第2期接種(1回)…9歳時に1回(第1期接種終了後、おおむね5年後)。

# 目指せ!! 歯ッピー健ロライフ

## 歯科検診で歯周病対策!



健康課 保健指導班  
今市保健福祉センター内  
☎(21)2756

### 歯周病って何?

歯周病は、歯の周りの組織が壊れていく病気で、大人が歯を失う最大の原因です。一般的には、約80%の人が歯周病にかかっています。40歳を境に歯を失う人が急激に増え始めるといわれています。

歯周病は生活習慣病と深い関係にあります

歯周病は、痛みがなく進行することがほとんどで、気付いたときには全ての歯を失うこともあります。最近では、歯周病の原因菌が出す毒素などが血液中に入り込むことにより、動脈硬化や心筋梗塞、狭心症、脳卒中、早産の可能性が高くなるといわれています。これらの病気を防ぐためにも、歯周病の予防や早期発見が大切です。

### 最大の予防法は定期健診です

歯周病の予防のポイントは、「よく噛んで食べる」「食べたら必ず歯を磨く」「症状が無くても、年に一度は歯科検診を受ける」の3点です。歯と口の健康を一緒に守ってくれるかかりつけの歯科医を持ち、定期検診を受けましょう。自分の口の健康状態を確認して、いつまでも自分の歯で食えることができるように心掛けていきましょう。

歯科検診(無料)を受けましょう

市は、口の健康

チェックと歯周病

の予防・早期発見

のために歯科検診を実施しています。

身近な歯科医院で都合に合わせて歯科検診を受診できます。健康管理の一つとして、ぜひこの機会をご利用ください。

対象：19歳以上の日光市民

料金：無料(市が負担します)

※検査の結果、治療が必要となった場合は保険診療(有料)

検診内容：虫歯・歯肉の状況、口腔清掃状態などの確認。検診結果の説明・アドバイス

実施歯科医院：市内43の歯科医院

※希望する歯科医院で受診可能か、申し込み時に確認してください。

受診期間：6月1日〜平成26年3月31日

申込方法：健康課に電話で申し込みください。申込後、受診に必要な書類をお届けします。

申込・問合先：健康課



## 歯ッピー健ロフェスタのご案内

毎年恒例のイベント、歯ッピー健ロフェスタの情報が、31ページに掲載されています。多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

### 口は「生きる」の入り口

歯が丈夫な人は長生きをするというデータがあります。「食べる」「しゃべる」という行為はもちろんのこと、その先にある「喜び」まで口は支えています。口腔ケアは、自分で行うセルフケアと専門家が行うプロフェッショナルケアがあります。自分では磨けていないようでも、検診をすると磨き残しや小さな虫歯、付き始めた歯石をよく見かけます。定期的な歯科検診や歯科医院での口腔ケアは欠かせないものだと思います。一日でも長く健康な口「健口」を持続させ、「生きる」「喜び」をたくさん味わいたいものです。



日光歯科医師会  
なかむらまさお  
中村雅夫先生

**歯周病危険度チェック**  
次のうち、1つでも当てはまれば歯周病の可能性がります。歯科医師に相談しましょう。  
○歯ぐきから血がでる  
○歯の表面がザラザラする  
○口の中がネバネバする  
○歯肉を押すと痛みがでる  
○歯ぐきがむずがゆい  
○口臭があるとされる  
○歯と歯の間に隙間ができた  
○歯石がたまっている  
○冷たいものがしみる  
○1年以上歯科検診を受けていない

# 成人健康診査を

## 受けましよう

自分の健康状態を知り、生活習慣病を予防ましよう



健康に生活するために、運動、食事、体重コントロールに気を配っている方も多いのではないのでしょうか。普通に食べているのに太ってしまったり、健康に良いと思っていただけが間違っていたりということはありませんか。改めて毎日の生活について振り返ってみましよう。

❖まずは自分の標準体重(BMI)を知りましよう！

○標準体重(kg)：身長(m)×身長(m)×22  
○BMI：体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)  
※BMIとは体格指数を示すものです(やせ：18.5未満、標準：18.5以上25未満、肥満：25以上)。  
※標準体重に近づけるよう、体重をコントロールしましよう！

❖食生活を振り返りましよう！  
当てはまることはありますか？

①調理パンや菓子パンをよく食べる

菓子パンやサンドイッチなどの調理パンは、軽食のイメージがありますが、高カロリーなものが多くです。ご飯軽く1膳分(100g)188キロカロリーに対し、卵サンドは約300キロカロリー、あんパンやメロンパンは約400キロカロリーと高カロリーで、注意が必要です。



②甘い飲み物が好き

飲み物のカロリーは忘れがちで、太る原因の1つです。缶コーヒー(ミルクや砂糖入)やスポーツドリンク、果汁100%ジュースは高カロリーで、お茶や無糖の物を選ぶことが肥満予防につながります。



③体に良い食品を多量に食べる

インターネットなどで、牛乳にきな粉やゴマ、ハチミツを加えた飲み物が紹介されていますが、非常に高カロリーです。体に良いといわれている食品も、まとめて習慣的に取るに太る原因になります。

④野菜ジュースをよく飲む  
ジュースはビタミン類は取れても、食物繊維が十分に取れません。野菜などに含まれる食物繊維は腸内環境を整えることに加え、悪玉コレステロール(LDL)を排出し、少ない食量でも満腹感を得られるメリットがあります。野菜ジュースは、補助的なものとして1日コップ1杯(200ml)程度でましよう。

⑤主食を減らしておかずを多く食べている

おかずには脂肪や塩分が含まれています。ご飯を減らしておかずを多く食べる方がいますが、血圧や悪玉コレステロール、中性脂肪などが高めの方は注意が必要です。

⑥間食をする

間食で取るカロリーは1日100〜200キロカロリーまでに抑え、食べる時間帯を決めましよう。バターやクリームを使う洋菓子は高カロリーなので、食事だけでは不足しがちなビタミンやミネラルが取れるもの(果物や牛乳・乳製品など)を食べましよう。



また、間食の内容や回数などを決めることで、生活習慣病の予防につながります。

食生活を振り返ってみて、見直したいことはありませんか。できることから少しずつ始めていくことが生活習慣病の予防につながります。血糖値・血圧・悪玉コレステロール・中性脂肪が高めな方や体重が減らない方、食事のバランスが心配な方はご相談ください。

❖成人健康診査について

一般健診、特定健診、胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん検診、歯科検診が19歳から受けられます。(一部、加入保険・年齢・性別で対象あり)

自分が健康であることを確認するために、1年に一度は健診を受けましよう。

健診を受けることで、病気の早期発見や早期治療をすることができます。また、自分の健康状態を知り、生活習慣を改善するきっかけになります。健康診査の申し込みや問い合わせについては、健康課までご連絡ください。

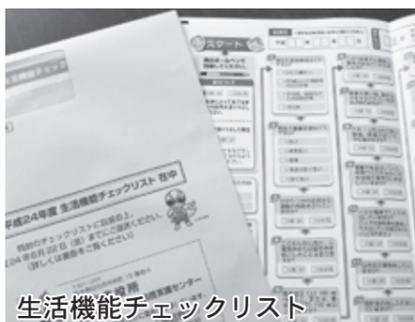
くわしくは

健康課(市保健福祉センター内)  
☎(21)2756

# 生活機能チェックリストにご回答ください



くわしくは  
高齢福祉課地域包括支援センター  
☎21-2137



生活機能チェックリスト

生活機能チェックリストで診断ましよう!!  
市は、市民の皆さんがいつまでも住み慣れた地域で健康で元気に生活していただけるよう、生活機能チェック

健康寿命って何？

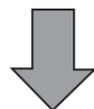
健康寿命という言葉をご存じましようか。健康寿命とは、介護を受けたり病気で寝たきりになったりせず、自立して生活できる期間のことをいいます。

県の調査によると、日光市の平均は、女性が82.1歳で県内24位(26市町中)、男性が77.3歳で県内19位(26市町中)です。

## 生活機能チェックリストの流れ

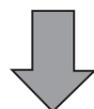
郵送

チェックリストが対象者宛てに郵送されます



記入

対象者本人が、自身の状態を振り返り、チェックリストに記入します。記入後、返信用封筒で郵送まします



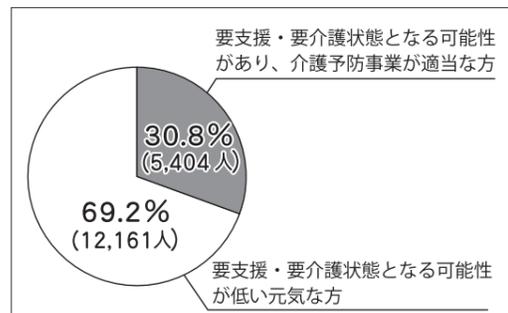
回答

チェックリストの結果に基づいたアドバイス票が対象者に届きます



※必要に応じ、介護予防教室の案内も送付まします

グラフ：生活機能チェックリストによる判定結果



# 子育て支援事業を 紹介します！



～ 幼稚園との連携 ～

市は子育て支援サービスの充実を目指して、さまざまな事業を行っています。  
その中のひとつ、市内の幼稚園と連携して行っている未就園児親子教室を紹介します。

くわしくは 子育て支援課 保育係 ☎21-5186

## 子育て支援事業

- ◆ 各園と連携し、それぞれの特色を生かした事業を行っています。
- ◆ 未就園児親子教室(下表参照)  
就園前の親子を対象に、月1回程度開催しています。幼稚園を体験してもらうと同時に、遊び場や友達づくりの場を提供しています。  
※全て親子での参加になります。
- ◆ 預かり保育  
働いている保護者の方が利用しやすいように、保育時間を延長してお子さんを預かりします。
- ◆ 特別支援教育  
障がいのあるお子さんと一緒に遊び、学ぶ保育を行っています。
- ◆ 園庭開放  
地域の方との交流の場や遊び場、友達づくりの場として、幼稚園の園庭を開放しています。公園に行く感覚で、気軽にご利用ください。  
※お子さんだけでなく、保護者の方も一緒にお願いします。また、ご利用の際には、必ず各園の職員に声を掛けてください。
- ◆ 子育て相談  
お子さんの健康管理や子育ての悩みなどの相談をお受けします。
- ◆ 満3歳児の受け入れ  
年度の途中でも、満3歳の誕生日から入園することができます。

## 未就園児親子教室

名称	とき	ところ	内容
つくしクラブ (毎月1・2回)	6月4日・18日(火) 午前10時から	清滝幼稚園	幼児スポーツ専任講師による親子体操教室・読み聞かせなど
ひよこ教室 (毎月1回)	6月10日(月) 午前10時30分から	聖アントニオ幼稚園	親子体操教室・パネルシアター・親子制作など
やんちゃるクラブ (毎月1回)	6月13日(木) 午前10時～11時45分	今市中央幼稚園	手遊び・運動遊び・制作遊び・芋掘りなど
わいわいクラブ (毎月1回)	6月19日(水) 午前10時30分から	今市幼稚園	手遊び・エプロンシアター・おもちゃ作りなど
ハレルヤ教室 (毎月1回)	6月20日(木) 午前10時20分から	聖ヨゼフ幼稚園	親子体操教室
Y・Yクラブ (毎月1回)	6月21日(金) 午前10時～11時	長畑幼稚園	親子体操教室・バルーン遊び
キティくらぶ (毎月1回)	6月26日(水) 午前10時30分から	きぬ川幼稚園	手遊び・親子体操教室・英語教室・観劇・制作遊びなど
お楽しみ会	7月9日(火) 午前10時30分から	輪王寺附属日光幼稚園	劇団すぎのこ
	10月25日(金) 午前11時から		おみせやさんごっこ

※直近のもののみ掲載しています。  
※詳細については、各園にお問い合わせください。



子育て支援事業・未就園児親子教室などについて、くわしくは

- 今市幼稚園 ☎21-1651
- 今市中央幼稚園 ☎22-4625
- 聖ヨゼフ幼稚園 ☎22-3889
- 長畑幼稚園 ☎27-0687
- 清滝幼稚園 ☎53-3767
- 日光幼稚園 ☎54-0814
- 聖アントニオ幼稚園 ☎53-4031
- ふたら幼稚園 ☎55-0258
- きぬ川幼稚園 ☎77-0214



**雨と冠水**  
短時間に大量の雨が降ったり、雨が続きたりすると、周囲から道路の低い場所などに水が流れ込み水没する「冠水」が発生することがあります。

## 通報などの協力

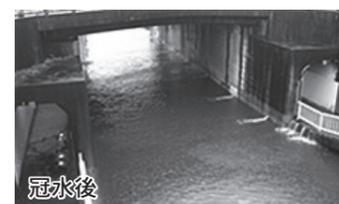
下表にある15カ所のアンダーパスについては、市や県、警察署、消防署などで情報を共有し、降雨時には重点的にパトロールを実施しています。  
しかし、緊急の場合には通報などのご協力をお願いします。

市内には、国道や県道、市道が、鉄道や有料道路などとアンダーパス形式で立体交差する場所のうち、冠水に注意が必要な場所が15カ所あります(下表参照)。  
雨の日に、冠水が疑われるような場所を車で通る場合は、道路の状況に十分注意し、徐行運転を心掛けてください。  
**※注意点**  
○車はマフラーから水が入るとエンジンが止まってしまいます。冠水が浅く見えても油断はできません。冠水に気付いて停車した場合は、追突されないようにハザードランプを点灯してください。  
○車が水没すると、水圧でドアが開かなくなります。窓からも脱出できない場合は、胸か首の辺りまで浸水し、水圧が弱まるのを冷静に待って、大きく息を吸い、ドアを開けて脱出します。

表：冠水に注意が必要な市内のアンダーパス

番号	アンダーパス名	アンダーパスの場所
1	あかがねこうしん 銅 庚申アンダー	県道庚申山公園線入口わたらせ渓谷鐵道ガード下(国道122号)
2	宝殿アンダー	東和町交差点東JR日光線ガード下(国道119号)
3	しどぶち 志渡淵アンダー	宝殿交差点日光IC側JR日光線ガード下(市道日14056号線)
4	七里アンダー	宝殿交差点大谷川側東武日光線ガード下(市道日34217号線)
5	平ヶ崎アンダー	春日町交差点南JR日光線ガード下(国道121号)
6	瀬川アンダー	春日町交差点北東武日光線ガード下(国道121号)
7	豊田アンダー	豊田公民館北東武日光線ガード下(市道今35081号線)
8	朝日町アンダー	如来寺北東武鬼怒川線ガード下(市道今33102号線)
9	千本木アンダー	JR今市駅東ガード下(市道今33443号線)
10	本町アンダー	日光市役所東東武日光線ガード下(市道今1008号線)
11	八日市西アンダー	八日市公民館北日光道ガード下(市道今36124号線)
12	八日市東アンダー	日光道大沢IC北ガード下(市道今56019号線)
13	大沢アンダー	日光道大沢IC西ガード下(県道下野大沢停車場線)
14	木和田島アンダー	日光道大沢IC東ガード下(市道今46021号線)
15	明神アンダー	星宮神社北東武日光線ガード下(市道今2040号線)

※市ホームページに、市内アンダーパスの位置図を掲載しています。



## くわしくは

国道・県道について  
県日光土木事務所保全部 ☎53-1213

市道について  
維持管理課 ☎21-5160  
産業建設課 ☎54-1164



# 野生鳥獣による被害を減らすために

市全域において、さまざまな野生鳥獣による農林産物被害が発生しています。特にイノシシの生息域拡大は顕著であり、被害が深刻化しています。

市は、捕獲や駆除、補助事業など各種事業を行っていますが、これまで以上に地元の皆さんの協力が必要不可欠です。お知らせする点に留意し、地域ぐるみで野生鳥獣対策に取り組みましょう。

## ◆まず地域でできること

次の点に注意し、身近なところへ野生鳥獣を寄せ付けないようにしましょう。

○生ごみや空き缶などを屋外に放置しない。また、ペットの餌、家畜の飼料などは鍵の付いた建物内に保管する。

○農地や人家周辺の茂みの刈り払いを行い、野生鳥獣が身を隠すことができないよう見通しをよくする。

○動物を寄せ付けてしまう原因となる集落内の柿や栗などの果実類は、可能な限り収穫する。

○電気柵やフェンスなどを設置し、野生鳥獣の侵入を防ぐ。

○安全に注意しながら、ロケット花火などで野生鳥獣を追いつぶす。

○安全に注意しながら、ロケット花火などで野生鳥獣を追いつぶす。



## ◆鳥獣の捕獲

市は、農作物や生活環境などに深刻な被害が生じた場合、野生鳥獣の捕獲(駆除)を実施しています。また、サル・シカ・イノシシについては、適正な保護管理を目的に個体数調整事業を実施しています。



捕獲されたイノシシ

捕獲は、地元の猟友会の協力を得て行いますので、安全で適切な捕獲が実施できるよう、地域の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

## ◆緩衝帯の整備

手入れ不足の里山林や、それに隣接した耕作放棄地は、野生鳥獣の格好の隠れ場所になります。これらの箇所の整備は、11ページの「とちぎの元気な森づくり事業」で紹介していますので、合わせてご覧ください。

## ◆被害防止のための支援

市は、被害を防止するための活動に対して、支援を行っています。補助対象は次の内容です。

○サル・シカ・イノシシなどの野生鳥獣から農作物を守るため、農地に電気柵などを設置する活動

○シカ・クマによる立木の皮剥ぎ被害を防止する資材を設置する活動

## ◆狩猟免許試験

県は次のとおり狩猟免許の取得試験および予備講習を行います。市内で行われるものは次のとおりです。なお、市は、新規狩猟免許取得者への支援を始めました。くわしくは情報なび24ページをご覧ください。

### ◆平成25年度試験

○わな・銃猟(第一種)  
日時：8月25日(日)午前9時30分から  
場所：中央公民館

### ◆予備講習(任意で受講)

日時：8月6日(火)午前9時から  
場所：中央公民館

◆野生鳥獣対策は地域ごとに行っていますので、各地域の担当課へお問い合わせください。

くわしくは

- 農林課 電話(21)5172
- ◎産業建設課 電話(54)1114
- ◎産業建設課 電話(76)4107
- ◎産業建設課 電話(93)3117
- ◎産業建設課 電話(97)1133

# 民間建築物の吹き付けアスベストの分析調査・除去などの工事を支援します

市は、建築物(旅館・ホテル、店舗、事務所などに吹き付けられたアスベスト)による健康被害を予防し、生活環境の保全を図るため、建材に含まれるアスベストの有無の調査や吹き付けアスベストの除去工事などの費用の一部を補助します。



## ◆アスベスト含有調査事業

補助内容：アスベストが含まれる可能性がある建築物の分析に要する費用についての補助です。限度額は対象経費以内(上限25万円)です。

対象事業：吹き付けられた建材のアスベストの有無について、分析機関に委託して行う調査  
対象建築物：アスベストが含まれているか、その可能性がある吹き付け建材が使用された建築物  
対象者：対象建築物の所有者など

## ◆アスベスト除去等事業

補助内容：建築物に吹き付けられたアスベストの除去や封じ込め、囲い込みの工事費用の補助です。限度額は、対象経費の3分の2以内、かつ150万円以内です。

対象事業：アスベストを含む吹き付け建材について、除去や封じ込め、囲い込みの工法で飛散防止を図る工事  
対象建築物：吹き付けアスベストが使用された建築物  
対象者：対象建築物の所有者など



くわしくは  
建築住宅課建築指導係  
電話(21)5197

# とちぎの元気な森づくり事業



次の世代に元気な森を引き継いでいくため、とちぎの元気な森づくり事業を実施しています。そのうち、市が主体となって実施している「明るく安全な里山林事業」についてお知らせします。

## 里山林整備事業

①地域で育み未来につなぐ  
地域提案により森林整備を実施し、里山林の価値を掘り起こし、継続的な管理の促進を図る。  
○平成24年度の整備実施箇所  
高知山(大沢)

②通学路や住宅地周辺の安全・安心を確保するために

○平成24年度の整備実施箇所  
足尾町、南小来川など



③野生鳥獣被害軽減のために

野生鳥獣被害が発生し、または発生するおそれのある田畑に隣接する里山林を整備し、野生鳥獣を人里に近づけない環境を創出する。  
○平成24年度の整備実施箇所  
和泉、足尾町向原、湯西川など

## 里山林管理事業

里山林の継続的な管理を担う活動団体の立ち上げを支援する

## 森林の保全と整備後の維持管理

整備された森林は、他の用途への転用が10年間禁止されるなど保全措置が取られます。また整備後4年間、管理団体に対し、1ha当たり年間5万円の維持管理費が交付されます。

## 活動団体募集

市内の自治会や地域組織などの団体で、本事業の活用を検討したい場合には、ご連絡ください。

くわしくは

- 農林課 電話(21)5172
- ◎産業建設課 電話(54)1114
- ◎産業建設課 電話(76)4107
- ◎産業建設課 電話(93)3117
- ◎産業建設課 電話(97)1133

特別企画・美術館でブックトーク  
「～あなたに伝えたい美術の本～」(全4回)

小杉放菴記念日光美術館では、さまざまな分野で活躍している方々を講師(ブックトーカー)に招き、美術に関わる本の魅力を紹介する講座を、6月から12月にかけて4回連続で開催します。

1 回目は、宇都宮大学教育学部教授・山口喜雄氏によるブックトークです。長年、美術教育に携わってきた山口氏のお勧めはどんな本でしょうか。この機会にぜひ、ご参加ください。

と き: 6月15日(土) 午後1時～2時30分  
講 師: 山口喜雄氏(宇都宮大学教育学部教授)  
テ マ: 美術文化形成の過程で出会えた美術の本たち  
参 加 料: 入館料のみで参加できます  
参加方法: 美術館へ電話で申し込む

◆展覧会「selection 2013 般若塚・黒崎家の扇面コレクション」  
会 期: 6月1日(土)～7月7日(日) ※毎週月曜日休館  
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…700(300)円、大学生…500(200)円、高校生以下…無料  
※( )内は市民割引券を利用した際の料金です。



ジンジャくん



たくみ

「おーい、たくみ！  
この本、読んでみよよ」

「美術の本だね！  
よく、読んでみたかったんだ  
ジンジャくん、ありがとう」

◆民俗芸能・技術記録映像紹介  
歴史民俗資料館では、平成23年度から市内に残る獅子舞などの民俗芸能や伝統的な生活技術の記録映像を作成しています。  
民俗芸能や生活技術は、生活や社会の変化に伴って常に変化し続けています。  
これらの現在の姿をしっかりと記録に残しておくことは、現在の市の魅力を将来に伝える地域の財産になると考えています。  
そのため、撮影は、事前の会議や練習、準備、片付けなど一連の行為を記録し、聞き取り調査を実施しました。  
23年度は、関ノ沢獅子舞、湯西川湯殿山神社祭礼、土呂部の獅子舞、関白流原宿獅子舞、岩芝伝統工芸技術の記録映像を作成しました。  
24年度は、東小来川の獅子舞、日陰の獅子舞、関白流下小林獅子舞、上栗山の獅子舞、野門の獅子舞、日向の獅子舞、生岡神社子供

歴史民俗資料館通信

日光市中央町29-1(今市図書館隣)  
開館時間 午前9時～午後6時(入館無料) 休館日 月曜日、祝日



撮影の様子  
(三所神社の弓取り童子の準備)

◆企画展「飢饉を乗り越える」  
6月30日(日)まで

強飯式、小倉・三所神社の神事を取り童子、日光下駄、杉線香つくりの記録映像を作成しました。  
25年度も引き続き、今市滝尾神社春季例大祭などの映像記録を作成します。  
これらの映像は歴史民俗資料館で上映しているほか、図書館でも貸し出しを行っていますので、ぜひご覧ください。  
皆さんの地域の習俗への関心が高まり、お祭りを現地で見学する方や、伝統工芸などに実際にふれてみる方が増えることを期待します。

ホッと HOTなまちをつくらう  
～日光市中心市街地活性化基本計画～ その②

今回は、今市市街地がこれから取り組んでいくまちづくりについてお知らせします。日光市中心市街地活性化基本計画の事業には、施設などの建設や道路の整備だけでなく、地域資源を活かしたまちづくり、にぎわいを取り戻すためのまちづくりを地域の皆さんと一緒に考え、取り組んでいくものもあります。



今、一生懸命！

どうすれば、今市市街地(以下、中心市街地)の楽しさを市民の皆さんや市外の人たちに知ってもらい、遊びに来てもらえるのか。商店会や自治会、まちづくりグループなど、中心市街地の皆さんは、にぎやかで楽しいいろいろなイベントを企画・実施し、まちなかに多くのお客さんが来てくれるよう、一生懸命頑張っています。

楽しさを広げたい！

中心市街地には、どんな魅力があるのでしょうか。実際に歩いてみると、有名な名所や史跡の他、ひっそりとたたずむ歴史遺産を見つかることができます。また、ときにはにぎやかで楽しいイベントが開催されています。個性のあるお店や、おいしいお店があったりと、まちなかには楽しめる素材がたくさんあることに気がきます。

なってもらうまちづくり作戦です。

中心市街地の皆さんと一緒に様々な企画を考えて、まちの楽しみづくりを仕掛けていきます。

そして、歩きたくなるまちとしての楽しみ方を、市民の皆さんや市外の人たちへ広げていきます。



郷愁をそそる玉藻小路

歩きたくなるまちづくり作戦、開始！

作戦その①

歩きたくなる散策

ルートマップづくり



この作戦では、その名の通り、手に取った方が、中心市街地を散策したくなるマップを作ります。

そこで、このマップづくりのメンバーを募集します。みんなでまちなかを歩いて、発見して、楽しんで、オリジナルあふれるマップを作ってみませんか。

経験・知識などは、全く必要ありません。

ません。まちづくりへの熱い思いと、行動力があれば大丈夫です。

情報なび26ページでメンバーを募集しています。応募をお待ちしています。

作戦その②

歩きたくなる散策ツアー企画  
中心市街地を、みんなでにぎやかに楽しみながら、お得な企画を盛り込んだ歩くとツアーを考えていきます。この企画は平成26年度から始める予定です。



水と緑あふれる遊歩道

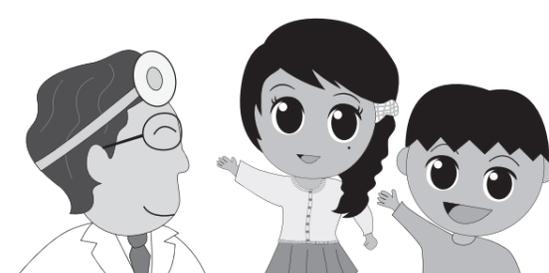
◆

まちづくりに興味のある方、サポートしてくれる方はまちづくり推進課に、ぜひご連絡ください。

まちづくりに必要です。あなたの熱い思いと行動力が大切です。

この連載についてくわしくは  
まちづくり推進課 ☎(30)11176

いしづか いさお  
今市医師団幹事 石塚クリニック 石塚早男



## 脂質異常症(高脂血症)④ 〜運動〜

脂質異常症を改善させるためには、生活活動と呼ばれる職業上の活動や掃除、歩行、階段昇降、自転車などでもある程度効果はありますが、やはり運動が重要です。運動は取り過ぎたエネルギーを消費し、内臓や皮下への蓄積を防ぎます。また血行を促進し血管の弾力性を高め、動脈硬化を予防します。体内でLDLコレステロールを減らし、HDLコレステロールを増やす酵素を活性化させます。脂肪は酸素と反応してエネルギーを生み出すため、体脂肪を燃焼させるには酸素が必要です。それにはジョギングやウォーキング、スイミング、適度な筋力トレーニングなど、酸素をたくさん取り込む有酸素運動が有効です。運動を開始してから体脂肪が燃焼し始めるまでに20分以上かかりますから、30分以上は続けて運動した方がよいでしょう。10分以上の運動をこまめに行っても効果はありません。週に2、3回の運動で

も十分効果があります。決してハードな運動をする必要はなく、自分に合った、長く続けられる運動を選ぶことが重要です。体を動かすことを楽しんで、だんだんに運動を習慣にしていってください。誰にでもお勧めなのはウォーキングです。中高年以上の人や、最近運動していない人はウォーキングから始めるのが無難でしょう。肥満の人は、体重が関節や骨・筋肉にかかって、けがをしやすいため、水中歩行や膝への負担が少ないエアロバイクが勧められます。健康のための運動ですから体調を崩したら逆効果です。体調や天候が悪いときは休みましょう。運動を始める前に十分にウォームアップし、クールダウンも忘れずに。水分はこまめに補給しましょう。遺伝的体質や病気、飲み薬などが原因での脂質異常症は避けられないこともあります。運動が嫌いな人や過食・飲酒・喫煙などの習慣がやめられない人も同じです。脂質異常症が長く続けば、寿命は短くなります。どんな治療が必要かは個人差があるので、血液検査で脂質測定をしてみてください。

## 俳句 選者 須藤火珠男

無骨なる嶺の峙ち冴え返る 星野恒志  
いろいろとあって人生春嵐 白土武夫  
唇にひとひら置きて風去りぬ 星野シズ  
山肌を頭に雨の立夏かな 渡辺ミチ子  
こもれびや清しく光る青き梅 福田美代子  
昼鐘やこの町過ぎる雪解風 松本武久

## 川柳 選者 日野原元児

あの人がいたからできた逆上がり 野口一徳  
無理ですと鏡は言えぬ試着室 大島仁章  
褒め言葉ばかりを拾う福の神 安井貴子  
肩車した子と酒を温める 大橋芳明  
人生の岐路に汗する太い眉 田中来川  
自叙伝は手あかのついた辞書で書く 福田恒産

## 短歌 選者 阿久津伸一

雨霽れしあしたの空へ紫木蓮目覚むるごとく花咲き初む 名古屋佳子  
マヒの吾子の黒子となりて四十年 関根真佐子  
春嵐の中駆け抜けてきて 関根真佐子  
携帯に合格の声弾みたりそを聴く庭に陽炎のたつ 狐塚昭子  
真夜中にかすかに聞こゆ救急車親しき友の逝く朝となる 青木照雄  
木蓮の花房揺れる晃明荘春真盛りの我が誕生日 赤羽よ志  
田植終り久しぶりなる昼風呂に入りて聴き入る郭公の声 池田三男

## 作品を募集しています!

川柳・俳句・短歌を募集しています。氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メールでご応募ください(二重投稿は不可)。なお、作品中の漢字には、ふりがなを明記してください。応募先及びくわしくは秘書広報課 広報広聴係  
☎(21)5135・FAX(21)5109

## みんな集まれ! 子育ての催し

※特に記載のないものは申込みの必要はありません。  
地域子育て支援センターの催し

- ◎ママのミニ学習会「からだ編」  
〜子どもの病気 知って安心! 予防と対応〜  
とき 6月5日(水)午後2時〜3時30分  
講師 吉原重美氏  
申込期限 6月3日(月)  
※お子さんを預かります。  
◎シングルパパの子育て相談  
とき 6月8日(土)午後1時30分〜3時30分  
申込期限 6月6日(木)  
◎ママのミニ学習会「ことば編」  
〜豊かな会話を育むために〜 ことばの先生は、お母さん、  
とき 6月14日(金)午前10時15分〜11時45分  
講師 山崎育氏  
申込期限 6月12日(水)  
※お子さんを預かります。  
◎親子ふれあい歌あそびをしよう!  
とき 6月19日(水)午前10時30分〜11時15分  
◎パパも一緒にうれしいな!  
〜七夕かざり製作〜  
とき 6月30日(日)午前10時30分〜11時45分  
定員 20組(先着順)  
申込開始 6月10日(月)  
ところ・申込先・くわしくは地域子育て支援センター ☎(22)2299
- ◎消しゴムはんこでカード作り  
日光親子ふれあいひろばの催し

- とき 6月24日(月)午前10時〜正午  
場所 日光福祉保健センター  
講師 矢野美枝子氏  
参加費 500円  
申込期限 6月17日(月)  
※お子さんを預かります。  
◎えいごであそぼう  
とき 6月27日(木)午前10時45分〜11時15分  
ところ・申込先・くわしくは日光親子ふれあいひろば(日光福祉保健センター内)  
☎(54)3001
- 鬼怒川親子ふれあいひろばの催し

- ◎ネイルアート  
〜ジェルネイル〜  
とき 6月4日(火)午前10時〜正午  
講師 長谷川征子氏(ごルチエ工房)  
参加費 500円  
定員 10名程度(先着順)  
◎オピニオンリーダーによるひだまりサロン  
〜ベビーマッサージ〜  
とき 6月14日(金)午前10時〜正午  
参加費 500円  
持ち物 バスタオル  
◎えいごであそぼう  
とき 6月17日(日)午前10時45分〜11時15分  
ところ・申込先・くわしくは鬼怒川親子ふれあいひろば(藤原保健センター内)  
☎(76)0881



# 6月の休日当番医

## 医科

- ◆ 1日(土)午後5時～3日(月)午前8時  
獨協医大日光医療センター ☎76-1515
- ◆ 8日(土)午前8時～10日(月)午前8時  
川上病院 ☎22-2311
- ◆ 15日(土)午後5時～17日(月)午前8時  
森病院 ☎22-1024
- ◆ 22日(土)午後5時～24日(月)午前8時  
今市病院 ☎22-2200
- ◆ 29日(土)午後5時～7月1日(月)午前8時  
獨協医大日光医療センター ☎76-1515

## 歯科

診療時間…午前10時～午後4時

- ◆ 2日(日)  
湯澤歯科医院 ☎21-0113
- ◆ 9日(日)  
宮川歯科医院分院 ☎54-0932
- ◆ 16日(日)  
宮本歯科医院 ☎26-3700
- ◆ 23日(日)  
近藤歯科医院 ☎26-6620
- ◆ 30日(日)  
福田歯科医院 ☎22-1335

## 休日急患子ども診療所

ところ 今市保健福祉センター  
診療日 日曜日・祝日・振替休日  
診療科目 小児科  
※入院を必要としない、比較的軽症のお  
子さんが対象です。  
受付時間 午前9時～11時30分  
午後2時～4時30分  
午後7時～10時  
電話番号 30-7299(診療日のみ)

## 月 成人健康診査(完全予約制)

とき	会場	受付時間(予定)	健康診査・検診項目						
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
1日(土)	今市保健福祉センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
2日(日)	今市保健福祉センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
3日(月)	今市保健福祉センター	午前8時～11時	○	○	○	○	○	○	○
4日(火)	今市保健福祉センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
5日(水)	今市保健福祉センター	午前8時～11時	○	○	○	○	○	○	○
6日(木)	大沢地区センター	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
7日(金)	大沢地区センター	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
13日(木)	日光体育館	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
14日(金)	日光体育館	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
15日(土)	日光体育館	午前8時～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
17日(月)	今市保健福祉センター	午前7時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
18日(火)	日向公民館	午前8時30分～10時	○	○	○	○	○	○	○
19日(水)	高德生活改善センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
20日(木)	所野コミュニティセンター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○
21日(金)	足尾市民センター	午前8時30分～10時	○	○	○	○	○	○	○
28日(金)	皇海荘地域交流ホーム	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○	○	○	○

### 健康診査・検診項目

- ①特定健康診査(40～74歳で国民健康保険加入の方)、はつらつ健康診査【おもに75歳以上で、後期高齢者医療制度加入の方】、胃・肺・大腸がん検診
  - ②子宮がん検診(40歳以上で偶数年齢の方)、乳がん検診【マンモグラフィ・超音波(40歳以上で偶数年齢の方)、超音波(40歳以上の方)】  
※子宮がん検診・マンモグラフィは、奇数年齢でも前年度未受診者の方は受診できますが、事前に予約が必要です。
  - ③前立腺がん検診
  - ④骨粗しょう症検診(40歳から5歳間隔で70歳までの方)
  - ⑤歯科健康診査
  - ⑥若い女性の健診…19～39歳の女性が対象【一般健康診査・骨粗しょう症検診(20、25、30、35歳)、子宮がん検診(偶数年齢)、乳がん検診(30～39歳)】
  - ⑦若い男性の健診…19～39歳の男性が対象【一般健康診査】
- ◆■の色付きの日は、女性のための健診日です。
  - ◆健康診査申込書により申込みをした方には、各健診日の約2週間前に受診票を郵送します。申込みをしていない方は、各健診日の2週間前までに電話で予約をしてください。
  - ◆受付時間は予定であり、変更する場合があります。事前に送付する受診票で必ずご確認ください。
  - ◆社会保険に加入の方が、特定健診を受診する場合は、加入している保険から送られた特定健康診査受診券と健康保険証が必要です。なお、受診する日に他のがん検診を申し込んでいる場合は予約の必要がありませんが、特定健診だけを受診される場合は、各健診日の2週間前までに電話でご予約ください。
  - ◆過去に肝炎ウイルス検査を受診していない方で、肝炎ウイルス検査の受診を希望する方は、各健診日の2週間前までに電話で予約をしてください。

## 月 乳幼児健康診査・相談

内容	対象地域(地区)	とき	受付時間	会場
4か月児健診	日光地域	19日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	藤原地域	24日(月)	午後1時～1時30分	藤原保健センター
	今市・塩野室	26日(水)		今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	27日(木)		
8か月児健診	今市・塩野室	13日(木)	午後1時15分～1時30分	日光福祉保健センター
	日光地域	19日(水)		今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	20日(木)		藤原保健センター
1歳6か月児健診	今市・塩野室	12日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	豊岡・落合・大沢	21日(金)		
2歳児 歯科健診	今市地域全地区	6日(木)	午後1時15分～1時30分	藤原保健センター
	藤原地域	18日(火)		
3歳児健診	日光地域	26日(水)	午後1時～1時15分	日光福祉保健センター
	今市・塩野室	19日(水)	午後1時～1時30分	今市保健福祉センター
	藤原地域	27日(木)		藤原保健センター
	豊岡・落合・大沢	28日(金)		今市保健福祉センター
12か月児相談	日光地域	11日(火)	午前10時～10時30分	日光福祉保健センター
	藤原地域	12日(水)		藤原保健センター
	今市地域全地区	27日(木)		今市保健福祉センター
すくすく 子育て相談 ※母子健康 手帳持参	今市地区	7日(金)	午前9時30分～11時	今市保健福祉センター
	豊岡地区			豊岡支所
	日光地域	11日(火)	午前10時～11時	日光福祉保健センター
	藤原地域	12日(水)	午前10時～10時30分	藤原保健センター
	落合地区	14日(金)	午前9時30分～11時	落合中学校(体育館)
大沢地区	大沢地区センター			
塩野室地区			塩野室支所	

- ◆各健診の対象児は、受診日に対象月齢・年齢に達している乳幼児です。
- ◆健診はどの会場でも受けられますが、お住まいの地域以外の会場で受ける場合は、健康課まで必ずご連絡ください。



# 6月

# 健康診査・検診

お問い合わせは  
健康課(今市保健福祉センター内)  
☎(21)2756



今月の表紙

弥生祭



日光に春を告げる伝統的なお祭りである弥生祭が、4月13日(土)～17日(水)に行われました。

16日の宵まつりでは、東西11町の花家体がお囃子を奏でながら町内を巡り、神橋に集合し登橋神事が行われました。

翌17日には付祭が行われ、東町各町は、神橋から中山通りまで続く急な坂道である長坂を進行し、各町が協力しながら花家体を進める様子に、観客からも声援が飛びました。二荒山神社境内への繰り込みが終わり東西各町がそろると、「ご町内ご一同様によろしく」との口上を述べる名刺交換の儀式が、各町の若衆により威勢よく行われました。

表紙を飾ったのは今年の先番当番町の花石町。祭儀部長を務める三木輝男さんは「3月下旬からお囃子の練習をはじめ、直前までみんなで励んできました。先番当番町として、最後まで祭りを盛り上げたいと思います」と意気込みを話してくれました。



4月21日(日)に鬼怒川温泉街で鬼怒川温泉さくらまつりが開催されました。あいにくの雨でしたが、会場は多くの人でにぎわいました。イベントでは、書道家の涼風花さんとミュージシャンでとちぎ未来大使のi-n-o-sが書道とライブのコラボレーションなどを行いました。



また、桜並木通りでは、よさこいパレードが行われ、県内外から約400名が参加しました。栃木市からよさこいパレードに参加した松本米子さんは「5年以上続けて参加しています。雨の中、皆さん一生懸命踊っていました。この後のよさこいのコンテストが楽しみです」と笑顔で話してくれました。



4月26日(金)、霧降高原で霧降高原キスゲ平園地開園式が行われました。レストハウス前でテープカットの後、園地ではニッコウキスゲの植栽が行われました。園地には小丸山山頂に続く散策路が整備され、空に続くような1、4、4、5段の階段や一部バリアフリーのルートもあり、植物を間近で楽しむことができます。



レストハウスを指定管理する自然公園財団の瀬戸静恵さんは、「ニッコウキスゲをはじめ園内には多くの植物があるので、旬な情報をどんどん発信していきたいと思えます。日光の歴史についても勉強をしながら、地元の方々と交流を図っていききたいです」と意気込みを話してくれました。

鬼怒川温泉さくらまつり

霧降高原レストハウスオープン



初日の27日は、日差しは降り注いでいたものの、風が強く小雪も散らつくあいにくの天気。それでも県内外から集まった700名以上の参加者たちは、思い思いのペースで。



会場で、宇都宮市出身の歌手、せきぐちゆきさんによるミニコンサートが行われた他、温かい豚汁が振る舞われ、植樹を終えた参加者たちは舌鼓を打っていました。



4月13日(土)～5月12日(日)に鬼怒川温泉郷で、春一番風街道2013が催されました。約1万4,000本のピンク色や黄色、水色などのカラフルな風車が鬼怒川温泉駅前を彩りました。春風を受けてカラカラと音を立てて回る風車を、多くの観光客が足を止めて眺めていました。



4月19日(金)に、湯の郷湯西川観光センターで水陸両用バス運行開始式典が開催されました。運行初日の19日は、43名が乗車し、バスがダム湖に着水する瞬間に乗客は大きな歓声を上げていました。なお、このバスは、12月1日(日)まで1日5便運行しています。

春の植樹デー

春一番風街道2013

水陸両用バス運行開始

滝尾神社例大祭



4月13日(土)・14日(日)にかけて、今市地域の滝尾神社で春の例大祭が行われました。

今年は小倉町5丁目が当番町を務めました。

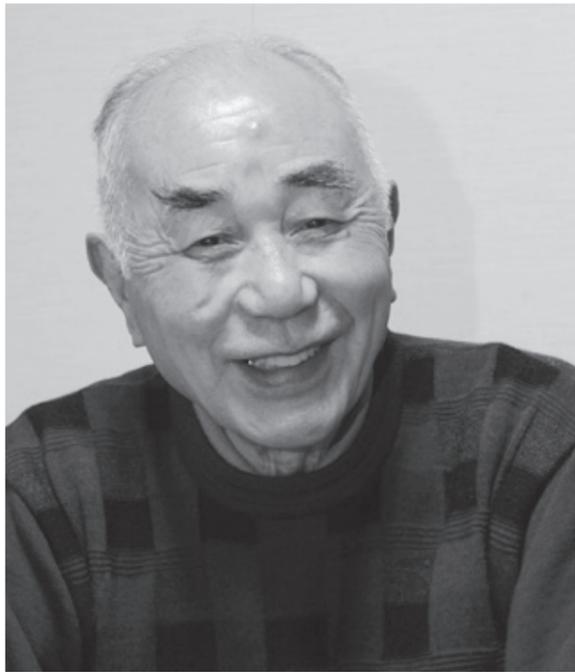
当日は、春の暖かい陽気の中、神社入口に立てられた山岡鉄磨ののぼりの下から、かつての公家装束を身にまとった人たちが、華やかな衣装を着飾ったかわいらしい稚児たちが神輿を先導し、氏子町内を練り歩きました。

町内には多くの見物客が集まり、稚児たちに温かい声をかけていました。

行列を見学していた今市地域在住の中野京子さんは「滝尾神社の例大祭は毎年見物していますが、天候にも恵まれ、行列に参加している子供も多く、華やかで良かったです」と笑顔で話してくれました。



# クロースアップ 日光人



かずつね 鈴木 一常さん 匠町 在住

平成24年度に、伝統的工芸品産業大賞を受賞した、県伝統工芸士の鈴木一常さんを紹介いたします。鈴木さんは、「紅葉研ぎ出し」と「日光堆朱塗り」の技法を追究しながら、「木彫りの里工芸センター」で作品の展示販売を行っています。



紅葉研ぎ出し

の微粒子をふりかけ、下地の朱を研ぎ出す技法です。鈴木さんが漆塗りを始めたのは、昭和25年に日光社寺修理事務所に入所した頃からでした。

同時にその頃から、鈴木さんの父親で、紅葉研ぎ出し技法の発案者、島吉さんから紅葉研ぎ出しと日光堆朱塗りの技術指導を受け始めました。

漆塗りの作業では、漆に直接地肌で触れるとかぶれ、顔が2倍になるくらいに腫れたことがあったそうです。「今では漆に触れても、赤くなつてかゆくなくなる程度です」と笑いながら話してくれました。

**紹介したい人、サークルを募集しています！**

クロースアップ日光人では、活躍している人、サークルを紹介しています。このコーナーで紹介したい人やサークルの情報がありましたら、ぜひお寄せください。なお、自薦、他薦は問いません。

※掲載にふさわしくない活動内容が含まれている場合、紹介をお断りすることがあります。**連絡先及びくわしくは** 秘書広報課 広報広聴係

☎(21)5135

## まちのほっとNEWS



### 火災消火協力三家族に感謝状

3/29 今市

今市地域で発生した建物火災時に、早期通報・初期消火活動および火元居住者の避難救出を行なった3家族に感謝状を贈呈しました。協力者は、新村さん夫婦・小池さん夫婦・安井さんの、3家族5名です。迅速で適切な連携による初期消火活動を実施した結果、被害を最小限にとどめることができました。



文・写真：消防本部総務課

### 日光山唄日本一決定戦

4/13 4/14 日光

日光山唄の歌い手日本一を決める大会を、日光総合会館で開催しました。日光山唄は、四季折々の自然美と日光の社寺を中心とした人工美との調和を歌詞に盛り込んだ民謡で、全国から総勢189名の参加者が集まりました。決定戦の結果、茨城県筑西市から参加した渡部房子さんが、見事日光山唄日本一に輝きました。



文・写真：日光足尾教育行政事務所

### 桜を見る会に招待

4/20

内閣総理大臣主催の「桜を見る会」が、東京都の新宿御苑で開催されました。当市からは行政相談員の高橋園子委員が、長年の相談活動の功績により、夫婦で招待されました。御苑内の八重桜はすでに葉桜となつていますが、各界から約1万2,000人が参加しました。



文・写真：生活安全課

### 低公害バスの運行開始

4/26 日光

奥日光の小田代原、西ノ湖、千手ヶ浜を走る低公害バスが今シーズン運行を開始しました。開業20年目にあたる今年、新型車両のお披露目の式典が行われ、にぎやかな初日となりました。時折青空も見える穏やかな天気の下、シーズン到来を待ちわびた観光客で満員の出発となりました。



文・写真：日光自然博物館

### 足尾まつり

5/3 足尾

足尾の町に春を告げる足尾まつりが行われました。当日は天候に恵まれ、色鮮やかに飾られた山車と神輿が足尾町内各地から銅山観光駐車場まで練り歩きました。にぎやかなお囃子とともに、ひよっこやおかめに扮した子どもたちが、元気な踊りを披露し、観衆から大きな拍手を受けていました。



文・写真：足尾総合支所観光課

### ビーフピア栗山

5/3 栗山

ビーフピア栗山2013を、月山の麓にある上池タム広場で開催しました。昨年は大雨で中止となつてしまつたビーフピアですが、今年は晴天に恵まれました。すがすがしい新緑の中で、訪れた人たちは、斜面に咲き始めたアカヤシオを見ながら栃木和牛のバーベキューに舌鼓を打ちました。



文・写真：湯西川・川俣・奥鬼怒温泉観光協会

### 身近なニュースを募集しています!!

このコーナーでは、皆さんから記事と写真の投稿を募集しています。

**募集する記事** 自治会の催しや、地域のちよつと珍しい出来事、心温まるエピソードなど

※内容によっては掲載できない場合があります。**応募方法** 記事に写真を添え、住所・氏名・電話番号を明記の上、持参または郵送、メールでご応募ください。

○記事：140字程度(題名、日付、場所を別に記載してください)

○写真：紙焼きしたもの・デジタルデータどちらでもOKです。ただし、携帯電話のカメラで撮つたものなど、大きくした際に画像が荒れてしまうもの不可とします。

**あて先** 〒321-1292 今市本町1番地 日光市役所 企画部

秘書広報課 広報広聴係 **メール** hishokuhou@ty.nikko.lg.jp

最後に、伝統的工芸品産業大賞を受賞して、「今までやってきた甲斐がありました。これからも、良い仕事をするためにまだまだ頑張るつもりです」と力強く話してくれました。

鈴木さんの活躍に、これからも目が離せません。

漆塗りについて「人生の半分以上、漆塗りと共に生きています。漆は私にとって宝です」「紅葉研ぎ出しは、行程がたくさんありますが、特に紅葉の脈筋を出すことに苦労します。しかし、出来上がった作品を見ると嬉しいですよ」と鈴木さん。

最後に、伝統的工芸品産業大賞を受賞して、「今までやってきた甲斐がありました。これからも、良い仕事をするためにまだまだ頑張るつもりです」と力強く話してくれました。

鈴木さんの活躍に、これからも目が離せません。

漆塗りに関しては、「人生の半分以上、漆塗りと共に生きています。漆は私にとって宝です」「紅葉研ぎ出しは、行程がたくさんありますが、特に紅葉の脈筋を出すことに苦労します。しかし、出来上がった作品を見ると嬉しいですよ」と鈴木さん。

最後に、伝統的工芸品産業大賞を受賞して、「今までやってきた甲斐がありました。これからも、良い仕事をするためにまだまだ頑張るつもりです」と力強く話してくれました。

鈴木さんの活躍に、これからも目が離せません。

漆塗りに関しては、「人生の半分以上、漆塗りと共に生きています。漆は私にとって宝です」「紅葉研ぎ出しは、行程がたくさんありますが、特に紅葉の脈筋を出すことに苦労します。しかし、出来上がった作品を見ると嬉しいですよ」と鈴木さん。

最後に、伝統的工芸品産業大賞を受賞して、「今までやってきた甲斐がありました。これからも、良い仕事をするためにまだまだ頑張るつもりです」と力強く話してくれました。

鈴木さんの活躍に、これからも目が離せません。

# 情報 なび

市役所・各総合支所へのお申込みやお問い合わせは  
 ▶日光市役所 〒321-1292  
 日光市今市本町1番地 ☎22-1111(代表) FAX21-5137(代表)  
 ⊕日光総合支所 〒321-1492  
 日光市中鉢石町999番地 ☎藤原総合支所 〒321-2595  
 日光市藤原1番地 ⊕足尾総合支所 〒321-1523  
 日光市足尾町松原1番19号 ☎栗山総合支所 〒321-2712  
 日光市日蔭575番地

## 従事者業務

消防士員や警察官など、危険な業務に長年従事した方に贈られる叙勲です。  
**田村 満佐雄氏**(七里・71歳)

瑞宝双光章を受章。昭和36年、旧日光市消防本部に入庁。日光消防署長、日光地区消防組合消防長を歴任。  
**池田 勝英氏**(平ヶ崎・71歳)

瑞宝単光章を受章。昭和36年、旧日光市消防本部に入庁。日光地区消防組合消防司令長で退職。

## 春の叙勲

旭日双光章を受章。昭和54年から旧栗山村議会議員を7期27年務め、同議長、県町村議会会長などを歴任。長年、地方自治の発展向上に尽力。  
**山城 義宣氏**(湯西川・70歳)

瑞宝双光章を受章。昭和31年から教員を務め、旧栗山村教育委員会教育長などを経て、今市小学校校長で退職。  
**山内 章好氏**(大桑・80歳)

行政上の困りごとについての相談相手となる行政相談委員として、4月1日付けで、次の方が総務大臣から委嘱されました。  
**高橋 園子氏**(山口・77歳)再任

## 人事

農業委員  
 4月23日付けで、次の方が農業委員に任命されました。  
**旭山 登氏**(土沢・65歳)新任

**信行氏**(小林・64歳)新任

**信行氏**(小林・64歳)新任

## 表彰

瑞宝単光章を受章。昭和38年、旧足尾町消防団に入団。平成20年から4年間、副団長を務め、長年、地方の消防・防災活動に尽力。平成16年消防長官表彰を受賞。  
**山越 一志氏**(日蔭・72歳)

瑞宝単光章を受章。旧栗山村消防団分団長などを経て、平成3年から10年間、旧栗山村消防団副団長を務め、長年、地方の消防・防災活動に尽力。平成12年消防長官表彰を受賞。  
**星 力氏**(定尾町通洞・73歳)再任

困難な環境の中で、長年にわたり医療に従事し、顕著な功績が認められ表彰されました。  
**大類 修一氏**(湯西川・59歳)再任

国民年金は、国内に居住する20歳以上60歳未満の全ての方が加入し、保険料を納める公的年金制度です。しかし、障害年金を受給したり、生活保護法による生活扶助を受けたりしている方は、国民年金の第1号被保険者としての保

## お知らせ

国民年金の法定免除

**おおはしアイクリニック**  
**眼科**  
 診療日 土・日・月曜日 (保険診療)  
 受付時間 9:30-12:30 14:00-17:00  
 (但しコンタクトは 12:00、16:00まで)  
 東武下今市駅 徒歩2分(栃木銀行そば)  
 TEL 0288-30-3630

**畳屋 職人 気質**  
 SYOKUNIN KATAGI  
 健康な暮らしは畳から  
<http://www.tatamiyasokuninkatagi.com/>  
 畳の事なら何でもご質問下さい。  
 ☎0120-879-884  
〒321-1274 栃木県日光市土沢2009-6

**JAかみつが 特別金利 定期貯金**  
**「サマーキャンペーン2013」実施中**  
 実施期間：平成25年5月15日～7月31日まで  
 詳しくは最寄りの支店又は本店窓口でご確認ください  
**●本店問い合わせ先**  
 (信用部貯金課) ☎0289-65-1003

**平成27年 春**  
**上都賀総合病院は生まれ変わります**  
  
 ※工事期間中も診療は変わらず継続いたしますので、ご安心ください。  
 鹿沼市下田町1-1033 ☎0289-64-2161

除料の納付を、法律により免除される制度があります(法定免除)。法定免除を受けるには、届出が必要ですので、問合せまたは各総合支所市民福祉課、各支所・出張所、市民サービスセンターにご相談ください。

### 成分献血にご協力ください

県赤十字血液センターによる出張採血を次のとおり実施します。  
日：6月20日(木)午前10時～午後4時  
※成分献血受け付けは午後3時まで  
所：市役所第4庁舎 ※成分献血以外の献血も可 ※患者や献血希望者の安全を考え、検診医が献血をお断りする場合があります ※血液製剤の安全対策のため、献血者の本人確認を実施している  
ので、運転免許証や保険証、社員証、学生証など本人確認ができる物を持参  
申：6月19日(水)までに問合せ先へ電話  
問：健康課 ☎(21) 2756

### 民有地(住宅)の除染について

市除染実施計画に定める、除染対象区域内の民有地(住宅)の除染を実施します。対象の世帯へは、6月上旬に除染の意向について、申込通知を発送し

講習受講日以降最初の4月1日から3年以内(ごと)に、講習を受けなければなりません。忘れずに受講してください。  
日：7月5日(金) 所：中央公民館  
定：給油所講習10名、一般講習10名  
費：4,700円(足利銀行などで県収入証紙を購入) 申：6月17日(月)～24日(月)に、今市・日光・藤原の各消防署へ持参 ※申込書は各消防署・分署・分遣所で配布  
問：消防本部予防課 ☎(21) 0368

### ひとり親家庭対象就業相談(巡回相談)

日：6月27日(木)午前10時～正午 所：中央公民館 内：就職や転職の相談  
日：宇都宮市在住者を除く母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の方 申：6月26日(水)までに問合せ先へ電話  
※お子さんを無料で預かります。希望する方は6月20日(木)までに問合せ先へ電話  
問：人権・男女共同参画課 ☎(21) 5148

### 医療事務(医科コース)研修

日：8月10日～12月21日(全土曜日、全11回) 所：ちちぎ男女共同参画センター(宇都宮市野沢町4-1パルティ内) 内：医療事務資格取得のための研修  
日：宇都宮市在住者を除く母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の方で、就業意欲があり、全課程修了で

ますので、ご希望の方は同封の申込書でお申し込みください。

対象区域：瀬尾、小百、佐下部、大桑町、原宿、栗原、高柴、川室、轟、大渡、町谷、倉ヶ崎、倉ヶ崎新田、芹沼、所野、滝ヶ原、鬼怒川温泉滝、鬼怒川温泉大原、小佐越、柄倉、高德、藤原、足尾町本山、足尾町愛宕下、足尾町赤倉、足尾町南橋、足尾町深沢、足尾町上の平、足尾町下間藤、足尾町掛水、足尾町向原、足尾町  
除染内容：地上1メートル地点で空間放射線量を測定し、その結果、毎時0.23マイクロシーベルト以上の雨どい、軒下などを除染します  
問：本庁総務課 ☎(21) 5166

### 農林水産物の放射性物質自主検査

市は、家庭菜園の野菜類や天然の山菜・きのこ類、川魚類など市場に流通しない農林水産物の放射性物質自主検査を実施しています。  
平成25年度から検査場所を3カ所に増やし、自家消費のために直売所などで購入した農林水産物も検査対象に加え、検査体制を拡充しました。結果は、4月1日測定分からのホームページで公表しています。  
検査場所：日光ブランド情報発信センター ☎(88) 2676(1608)、日光総合支所総務課内 ☎(54) 1121、藤原総合支所観光課内 ☎(76) 4113  
申：平日の午前9時～午後5時

### 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

宇都宮地方事務局と県人権擁護委員連合会は、子どもをめぐるさまざまな人権問題に積極的に取り組むことを目的に、全国一斉「子どもの人権110番」強化週間を行います。いじめや嫌がらせ、暴行、虐待など、子どもの人権問題についての相談に応じます。悩みのある児童・生徒とその保護者は、気軽にご相談ください。なお、強化週間は、子どもの人権問題に詳しい人権擁護委員が担当します。  
日：6月24日(月)～30日(日)午前8時30分～午後7時(土曜・日曜日は午前10時～午後5時)  
問：子どもの人権110番 ☎0120(007)110(フリーダイヤル)

### 募 集

期日前投票立会人  
7月に執行予定の参議院議員通常選挙における期日前投票立会人を募集します。

に各検査場所へ電話  
問：農林課 ☎(21) 5171

### 狩猟免許・猟銃所持許可費用などの補助

有害鳥獣駆除のため、4月1日以降に狩猟免許(銃器、わな)所持許可を新規に取得した方および更新した方を対象に、関係費用の一部を補助します。取得・更新した日から1年以内に申請してください。  
日：次の全てを満たす方 ①市内に住所を有し、市税・公共料金を完納している ②県猟友会日光支部に所属し、今後6年間以上(更新の場合3年間)市が委託する、有害鳥獣駆除や個体数調整業務に従事することを確約できる  
③狩猟者登録をしている ④過去に狩猟事故および狩猟違反がない 補助対象経費：講習会受講料、各申請手数料、医師診断書料金、実費全額/銃および保管庫購入費用(新規のみ)：上限17万円  
問：今市地域：農林課 ☎(21) 5172  
日光地域：①産業建設課 ☎(54) 1114  
藤原地域：②産業建設課 ☎(76) 4107  
足尾地域：③産業建設課 ☎(93) 3117  
栗山地域：④産業建設課 ☎(97) 1133

### 危険物取扱者保安講習会

危険物取扱者免状を持ち、現在危険物を取り扱う作業に従事している方は、

日：期日前投票期間中のうち、都合の良い日 本庁、各総合支所：午前8時30分～午後8時/各支所・出張所：午前8時30分～午後5時(土曜・日曜日、祝日は除く) 所：本庁、各総合支所、各支所・出張所 内：当該選挙権を有する方 報酬(日額)：9,500円(本庁、各総合支所)/7,100円(各支所・出張所) ※後日、口座に振り込み 申：6月14日(金)までに問合せ先へ電話  
問：選挙管理委員会事務局 ☎(21) 5180

### 日光創新塾生

市は、新しいものを創り出し、新しい日光を創造できる、将来に向けたひとづくり事業「日光創新塾」を開校します。

長年、市のまちづくりに携わってきた、宇都宮大学の廣瀬隆人教授をトータルコーディネーターとして迎え「ひとづくり」をメインテーマに掲げ、各分野で市を担う人材育成を目指します。  
日：7月～平成26年3月(月1回程度、火曜日午後7時から開催) 所：市役所本庁舎 内：市内に在住または勤務しているおおむね40歳以下でまちづくりに意欲のある方 定：20名程度 ※申込多数の場合は選考 申：申込書に記入し、6月28日(金)までに問合せ先へ郵送または持参、FAX、メール ※申込書は問合せ先、各総合支所総務課、各支所・出張所で配布の他、市ホーム

労福協 相談日/月・金 10:00~16:00 (祝日は除く)  
働く人の生活相談センター なんたい  
悩み事を、何処に相談したらいいのかわからない方へ!  
お問合せ先  
相談については無料です! お気軽にご連絡下さい。  
☎(0288)25-7201  
〒321-1261 日光市今市996-1 連合栃木なんたい地域協議会内

椅子の張替え  
業務用、家庭用椅子 トラクター オートバイ 自動車 建設車両 その他各種  
お見積り無料 お気軽にご相談ください  
電話 0288-27-1052  
新村シート店  
住所 日光市小代289-271

アブラック (アメリカンファミリー生命)  
募集代理店 (有)石川ライフサポート  
〒321-1261 日光市今市991-3  
☎0120-65-8160

新築から古民家のあったか再生リフォームまで  
hikostyle  
渡辺建築工房  
http://www.va-tanabe-kobo.com  
日光市手岡 023番地12 ☎0288-27-0155

ページからダウンロード可  
☎：総合政策課  
☎(21) 5131・FAX(21) 5109  
メール [seisaku@city.nikko.lg.jp](mailto:seisaku@city.nikko.lg.jp)

### 行政評価市民委員会委員

市が行う事務事業について評価し、必要性や改善点などの意見をいただく委員を募集します。  
☎：市内に在住または勤務している20歳以上の方 ☎：2名程度 任期：委嘱日から9月ごろまで(予定) ※任期中に3回程度、会議を開催 報酬：会議1回につき7,000円 申：応募用紙に記入し、6月14日(金)までに問合先へ郵送または持参、FAX、メール ※必着 ※応募用紙は問合先、各総合支所総務課、各支所・出張所で配布の他、市ホームページからダウンロード可  
☎：行政改革課  
☎(25) 7722・FAX(21) 5137  
メール [gyousei-kaiakaku@city.nikko.lg.jp](mailto:gyousei-kaiakaku@city.nikko.lg.jp)

### 産業遺産見学会参加者

☎：6月20日(木)午後1時30分～4時  
所：古河掛水倶楽部、通洞選鉱所 集合場所：古河掛水倶楽部 ☎：鉱山施設立ち入り際の際の保安教育を実施。倶楽部および重役宅見学後、移動し通洞選鉱所を見学 ☎：30名(先着順)  
申：6月11日(火)～13日(木)午前9時～午後5時に問合先へ電話

☎：文化財課 ☎(30) 1861  
歩きたくなるまちづくり委員会委員

市は、地域資源や歴史資源などを利用した、散策ルートマップ作成など、中心市街地の活性化事業を実施する委員を募集します。  
☎：マップづくりパソコン講習会(12回予定、市街地散策ツアーなど) ☎：まちづくり熱い思いのある方 ※経験・知識不要 ☎：7名 任期：委嘱の日～平成26年3月31日 申：応募用紙に必要事項と応募動機を記入し、6月14日(金)までに問合先へ郵送または持参、FAX、メール ※必着 ※応募用紙は問合先で配布する他、市ホームページからもダウンロード可 ※詳しくはお問い合わせください  
☎：まちづくり推進課  
☎(30) 1176・FAX(30) 1178  
メール [nachizukuri@city.nikko.lg.jp](mailto:nachizukuri@city.nikko.lg.jp)

### 森と湖に親しむ旬間「上下流交流会」参加者

森林やダム、河川などの重要性について、関心や理解を深めるために、千葉県在住の親子との交流会を行います。  
☎：7月26日(金)・27日(土) ※1泊2日 所：湯西川温泉地区他 ☎：ダム見学、森林教室、魚のつかみ取り、水質調査など ☎：市内在住の小学生・6年生とその保護者 ※児童1名

につき保護者1名参加 定：20組 ※申込多数の場合は抽選 費：1組5,000円(宿泊料、保険料など) 申：6月25日(火)までに問合先へ電話またはFAX ※FAXの場合は住所・参加者名・電話番号・生年月日・小学校名を明記  
☎：地域振興課  
☎(21) 5147・FAX(21) 5109

### 防災士養成講座受講者

市は、地域の防災力を高めるため防災士を養成する講座を開催します。  
防災士とは、災害を低減させる活動と社会の防災力向上のための活動について、十分な意識・知識・技能を持つと認められた人のことです。  
本講座を修了し、「防災士」資格取得試験に合格して認証登録された方は、市内各地域において防災意識の啓発に当たっていただきます。  
☎：7月6日・13日・20日の3日(全土曜日)午前10時～午後5時 ※各消防署が実施する普通救命講習を修了していない場合は、別に開催する普通救命講習(7月27日(土)または8月3日(土)の午前9時～正午に開催予定)を受講する必要があります 所：市役所本庁舎 ☎：市内に在住または勤務している方 ☎：60名 費：無料 申：申込書に記入し、5月27日(月)～6月14日(金)に問合先へ郵送または持参、FAX、メール ※申込書は問合先、各総合支所総務課で配布の他、市ホームページからダウンロード可

### 植物観察会参加者

霧降高原でツツジやニッコウキスゲなどの植物の観察会を行います。  
☎：6月23日(日)午前9時から 所：霧降高原 ☎：市内に在住または勤務している方 ☎：25名(最少催行10名) 費：無料 申：6月11日(火)までに問合先へ電話 ※詳しくはお問い合わせください  
☎：環境課 ☎(21) 5152

### 健康教室(運動編)参加者

☎：7月18日(木)午前10時～正午 所：今市保健福祉センター ☎：正しいウォーキングの方法、簡単ホームトレーニングなど ☎：市内在住の40～64歳の方 ☎：20名(先着順) 費：無料 持ち物：室内運動靴、タオル、飲み物 申：問合先へ電話  
☎：健康課 ☎(21) 2756

### プレママ教室参加者

☎：6月30日(日)午前9時30分～午後0時30分 所：今市保健福祉センター ☎：マタニティ・ウォーキング、妊婦さんのヘルシーメニューと離乳食の調理・試食、歯の手入れ、情報交換 ☎

### ボランティア日本語教師

在住外国人に日本語を教えるボランティアを募集します。  
資格、経験は問いません。外国語が話せなくても問題ありませんので、気軽にご応募ください。既に教えたことのある方も同時に募集します。アットホームな教室で一緒に日本語を教えるみませんか。  
☎：第1・2・4木曜日午後7時～8時30分 ※3～6月、9～12月開催 所：市民活動支援センター  
☎：市国際交流協議会事務局(観光交流課内) ☎(21) 5196

### 介護施設交流体験・体験レポート(小学生ふくし体験教室)

市社会福祉協議会広報紙「スベシヤルすまいる」の体験レポートとして市内の介護施設において、利用者との交流体験や、施設で働いている人たちの活動をレポートしてもらおう小学生の福祉体験を実施します。  
☎：①7月6日、②8月10日、③9月7日午前10時～午後4時30分(全て土曜日、全3回) 所：①あつとあささわデイサービス、②デイサービスセンター、③デイサービスひかりの里 ☎：市内の小学生 ☎：各5名 費：500円(昼食代) 申：6月3日(月)～17日(日)に問合先へ電話または窓口へ  
☎：市社会福祉協議会 ☎(30) 4117

### シニア子育て支援講習受講者

子育てに関わる就職を希望する高齢者を対象に、子育ての支援者としての役割や心構え、子どもの健康・安全・遊びなどの講習を行います。  
☎：6月25日(火)～7月4日(木) ※土曜・日曜を除く 所：生きがいセンター ☎：県内在住の55歳以上で、就職・就業の意欲があり、ハローワークに登録している方 ☎：15名(応募多数の場合は選考) 費：無料 申：6月13日(木)までに問合先へ電話  
☎：県シルバー人材センター連合会 ☎(028) 1179

### シルバー人材センター会員(杉並木観光ガイド)

シルバー人材センターは、杉並木観光ガイドをやってみたい方を会員として募集します。  
☎：団体客などに対し、杉並木と一緒に歩きながら、史跡などの説明や案内 ※約2時間 報酬：1回につき2,000円 ※団体客などの人数や時間によつて異なります  
☎：シルバー人材センター ☎(22) 5168

### ファミリー・サポート・センター講習会受講者(全4回)

通常の保育に加え、病児・病後児保育や宿泊の援助活動を行えるサポート

ページからダウンロード可  
☎：本庁総務課  
☎(21) 5166・FAX(21) 5137  
メール [sounu@city.nikko.lg.jp](mailto:sounu@city.nikko.lg.jp)

会員になるために必要な講習会です。ぜひご参加ください。  
☎：6月18日(火)・21日(金)午前9時～午後3時30分、6月26日(水)午前10時～午後4時、6月27日(木)午前9時30分～午後4時30分 所：勤労青少年ホーム ☎：「小児看護」「子どもの世話」「子どもの食事」など 費：無料 申：問合先へ電話 ※お子さんを無料で預かります  
☎：ファミリー・サポート・センター ☎(21) 4152



### 図書館の催し

▼今市図書館 ◎おはなし会 ☎：6月8日(土)・22日(土)午後2時～3時  
◎読書会(一水会) ☎：6月12日(水)午後1時30分～3時 ◎著者を囲む会  
☎：6月8日(土)午後1時30分～3時  
☎：「八重の生涯」について 講師：新井恵美子氏 ☎：40名(先着順) 費：無料 申：今市図書館へ電話または窓口へ ◎全国訪問おはなし隊 ☎：6月16日(日)午前10時30分～11時35分  
申：今市図書館へ電話または窓口へ  
◎映画会(幼児・児童向け) ☎：6月30日(日)午後1時30分～3時 作品名：トムとジェリーの大冒険  
▼日光図書館 ◎読書会(いずみの会) ☎：6月18日(火)午前10時～正午 ◎おはなし会 ☎：6月1日(土)・15日

▶▶ 市民などを対象とした無料相談です。

相談内容	会場	とき	受付時間	問い合わせ先
消費生活相談 (多重債務相談を含む)	消費生活センター (ショッピングプラザ日光4階)	月曜～土曜日 (祝日を除く)	午前10時～午後4時	消費生活センター ☎22-4743
人権相談 (困りごと・心配ごと相談)	消費生活センター	毎週木曜日 (祝日を除く)	午後1時30分～4時30分	人権・男女共同参画課 ☎21-5184
	日光公民館	3日(月)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎54-1110
	藤原公民館	21日(金)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎54-1110
		3日(月)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎76-4104
	藤原公民館	18日(火)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎76-4104
		銅やまなみ館	3日(月)	午後2時～4時
栗山総合支所	3日(月)	午前10時～正午	市民福祉課 ☎97-1114	
行政相談	消費生活センター	27日(木)	午後1時30分～4時	消費生活センター ☎22-4743
	日光公民館	3日(月)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎54-1110
		21日(金)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎54-1110
	藤原公民館	3日(月)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎76-4104
		18日(火)	午後1時30分～3時30分	市民福祉課 ☎76-4104
銅やまなみ館	3日(月)	午後2時～4時	市民福祉課 ☎93-3112	
教育相談 ※1	消費生活センター	14日(金) 28日(金)	午後2時～4時30分	消費生活センター ☎22-4743
交通事故相談	消費生活センター	18日(火)	午前10時～午後2時	消費生活センター ☎22-4743
杉並木相談 ※2	小倉町分庁舎 (今市図書館向かい)	18日(火)	午前10時～正午、午後1時～2時	文化財課 ☎30-1861
在住外国人相談 ※3	市役所第2庁舎	18日(火)	午後2時～5時	観光交流課 ☎21-5196
弁護士による法律相談 ※4	市社会福祉協議会本所	5日(水) 19日(水)	午前9時～正午	市社会福祉協議会本所
	日光福祉保健センター	12日(水)	午前10時～正午	☎21-2759
	ふじの郷	26日(水)	午前10時～正午	
司法書士による法律相談 ※5	市民活動支援センター	15日(土)	午前10時～午後3時	栃木県司法書士会 ☎028-614-1122
障がい者のための相談	市役所本庁舎	月曜～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～午後5時15分 (電話相談は毎日24時間対応)	障がい者相談支援センター ☎22-8522
		医師 14日(金) 心理士11日(火)	午後1時～3時	栃木県今市健康福祉センター ☎21-1066
精神保健福祉相談(医師) ※6	栃木県今市健康福祉センター	月曜～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～午後5時	子どもと親の相談室 ☎30-7830
精神保健福祉相談(保健師) ※6		家庭児童相談室 (今市中学校向かい)	月曜～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～午後5時15分 (電話相談は毎日24時間対応)
家庭児童相談 ※7	市民活動支援センター	毎月最終日曜日	午前11時～午後7時 (電話予約は随時受付)	市民活動支援センター ☎22-2271
ボランティア・NPO相談	電話による相談	月曜～金曜日 (祝日を除く)	午前10時～午後4時	(社)被害者支援センター とちぎ ☎028-643-3940
土地家屋調査士による登記・境界の相談 ※8	市民活動支援センター	8日(土)	午前9時30分～正午	栃木県土地家屋調査士会 日光支部長 永岡 ☎30-7727

※1 第2金曜日は少年相談員と教育相談員が、第4金曜日は家庭相談員が相談に応じます。開催日の前日までに電話での予約が必要です。  
 ※2 杉並木街道の両外側約20m内の開発や土地買収などに関する相談です。  
 ※3 日本語または英語が話せない方は、言葉を仲介できる方の付き添いが必要です。  
 ※4 開催日の2日前までに窓口か電話での予約が必要です。(定員 市社会福祉協議会本所: 8名、日光福祉保健センター: 5名、ふじの郷: 5名)  
 ※5 不動産・裁判所手続き・成年後見などに関する相談で、開催日の2日前までに電話での予約が必要です。(定員: 8名)  
 ※6 こころの健康・病気などに関する相談で、開催日の前日までに窓口か電話での予約が必要です。  
 ※7 児童の養育や子育て不安、児童虐待の疑い、学校の人間関係などの悩みに対し、相談をお受けします。  
 ※8 土地や建物の登記・測量、境界に関する相談で、開催日の2日前までに電話での予約が必要です。

日…とき 所…ところ 内…内容 対…対象者 定…定員 費…費用 申…申込方法 問…問合せ先

(土)午後2時～3時 ◎赤ちゃんのた  
めのおはなし会 日: 6月6日(木)・  
20日(木) 午前10時30分～11時 ◎  
桂扇生独演会 日: 6月2日(日) 午  
後2時～4時 所: 日光公民館 内:  
落語 申: 日光図書館へ電話または窓  
口へ  
▼藤原図書館 ◎幼児おはなし会 日  
: 6月6日(木) 午前10時30分～11時30  
分 ◎おはなし会 日: 6月22日(土)  
午後1時30分～3時 ◎日光歴史講座  
日: 6月16日(日) 午後1時30分～3時  
30分 講師: 吉野薫氏 定: 25名先  
着順 申: 6月1日(土)から藤原図  
書館へ電話または窓口へ  
◎子どもの読み聞かせボランティア養  
成講座(実践編) 日: 6月29日(土) 午  
後1時30分～3時 講師: 荒川千史氏  
定: 20名(先着順) 申: 6月1日(土)  
から藤原図書館へ電話または窓口へ  
問: 今市図書館 ☎(22) 6216  
日光図書館 ☎(53) 5777  
藤原図書館 ☎(76) 1203

1日(土)午前10時から12月の使用予約  
を受け付けます  
問: 杉並木公園ギャラリー  
☎(21) 5359  
**日光だいや川公園7月の催し**  
▼展示ホール ◎ヤマユリだけの絵画  
展 日: 7月6日(土)～21日(日) ◎  
講座「夏のきのこの鑑定会」 日: 7  
月6日(土) 午前10時～正午 定: 30名  
◎ギボウシ展 日: 7月11日(木)～15  
日(月) ◎講座「日光だいや川公園で  
ヤマユリを描こう」 日: 7月13日  
(土) 午前10時～正午 定: 30名 ◎講  
座「手描きの服をつくろう」 日: 7  
月14日(日) 午前10時～正午 定: 30名  
◎多様性の星「地球昆虫展」 日: 7  
月25日(木)～8月11日(日) ◎講座  
「絵手紙を書こう」 日: 7月27日  
(土) 午前10時～正午 定: 30名 費:  
200円 ◎講座「公園をスケッチしよ  
う」 日: 7月28日(日) 午前10時～正  
午 定: 30名  
▼だいや体験館 ◎リフレッシュヨー  
ガ体験教室Ⅰ・Ⅱ 日: 7月7日(日)・  
21日(日) 午後1時30分～3時30分 定  
: 15名 費: 100円 ※受け付けは各日  
ごと ◎親子科学教室「太陽熱を集め  
てゆで卵を作ろう」 日: 7月20日  
(土) 午前9時30分～11時30分 定: 20  
名 費: 600円 ◎親子工作教室「ペッ  
トボトルでレーシングカーを作ろう」  
日: 7月27日(土) 午前9時30分～11時  
30分 定: 20名 費: 300円 ◎親子手

芸教室「ビーズでアクセサリを作ろ  
う」 日: 7月28日(日) 午前9時30分  
～11時30分 定: 20名 費: 800円 ※  
受け付けは全て開催日の1カ月前、午  
前8時30分から ※費の記載がないも  
のは無料  
問: 展示ホール(緑の相談所) ☎(23) 0  
208 / だいや体験館 ☎(21) 4421  
**サークル**  
バーベキューでの  
男女出会いイベント開催  
日: 7月21日(日) 午前10時～午後3時  
所: 日光杉並ユースホステル(しんこ  
う苑) 内: 自己アピールや自由会話  
など 対: 20歳以上の方 定: 40名  
費: 男性2,000円 / 女性1,000  
円 申: 7月19日(金)までに会のホー  
ムページ(<http://arigatou5.web.fc2.com/~s5rsm/>)  
入力フォームまたは問合せ先へ  
メール  
問: NPO結婚を考える会「ありがと  
う」金山欽治 ☎(65331) 9920  
携帯メール(dream5963@softbank.ne.jp)

**奥日光水の会ガレージセール**  
奥日光水の会は、中宮祠、湯元地区  
の水質保全活動を行っているポラン  
ティア団体です。  
保全活動の資金集めや活動報告、案  
内を兼ねてガレージセールを行います。

日: 7月10日(水) 午前10時～午後4時  
所: 中禅寺湖畔、欧州浪漫館シエ・ホ  
シノ 出店料: 1,000円 ※参加  
費は環境保全に使います 申: 問合せ  
先へ電話  
問: 奥日光水の会 福田  
☎(62) 2139  
**プリムローズ(読書ボランティア  
ア連絡会英語部会)の催し**  
日: 6月22日(土) 午後1時30分～2時  
30分 所: 今市図書館 内: 英語の絵  
本の読み聞かせ、工作  
問: 増川 ☎(6944) 4422  
**アロマテラピー教室**  
日: 6月19日(水) 午前10時～正午 所  
: 大沢公民館 内: 精油について講義、  
安全な防虫スプレー作り 講師: 中村  
都氏 費: 800円 ※お子さんを無料  
で預かります  
問: NPO法人咲らん坊 高橋恭子  
☎(3007) 4153  
**今市柔道スポーツ少年団**  
幼児から大人まで、柔道を通して丈  
夫な体や礼儀作法を身に付けませんか。  
日: 月曜・水曜日 午後7時～8時30分  
土曜日 午後6時30分～8時 ※幼児は  
30分早く終了 所: 東原中学校武道場  
問: 今市柔道スポーツ少年団 星野  
☎(22) 5459

# 第5回 けんこう 日光市歯ッピー健口フェスタ

「歯とお口の健康」がテーマのイベントを開催します。80歳以上で20本以上自分の歯がある方や、「よい歯のポスター・標語コンクール」の表彰式を行います。さまざまな体験ができる各コーナーや、素敵なプレゼントがもらえるクイズラリーもありますので、皆さんぜひお越しください。

日…7月6日(土)午後1時～4時

所…今市保健福祉センター

内…表彰式、市内小学生のポスター・標語作品展示、「歯科技工士さんのコーナー(指模型作成)」、「ハミガキコーナー」、「虫歯なりやすさ診断コーナー」、「歯とお口のお悩み相談コーナー」、「お口の健康体操コーナー」、「歯ッザニア(歯医者さんのお仕事体験)」、「マウスガード講習会」、移動歯科診療バス「ルリちゃん号」展示、「AED講習会」

問…健康課 ☎21-2756



歯ッザニア(歯医者さんのお仕事体験)

## 携帯電話・パソコンでストレスチェック 「こころの体温計」サービス開始

市は、5月1日からセルフチェックシステム「こころの体温計」サービスを開始しました。これは、携帯電話やパソコンを利用して、いつでも簡単に自分でストレスや落ち込み度をチェックできるものです。健康状態などを入力すると、水槽の中の金魚や猫などの様子であなたのストレス度を教えてくれます。ぜひ健康管理にお役立てください。

### 利用方法

○パソコン…市ホームページ(くらしのガイド→健康→こころの健康「こころの体温計」)および「健康タウン日光」のバナーからご利用できます。直接入力する場合は、こちらから(<https://fishbowlindex.jp/nikko/>)

○携帯電話・スマートフォンは下のQRコードをご利用ください

※システム利用は無料ですが、通信料は自己負担になります  
※医学的診断をするものではありません



こころの体温計QRコード

問…健康課 ☎21-2756

**こころの体温計(本人モード)**

ご本人の健康状態や人間関係、住環境などの4択式の質問11問に回答していただくと、ストレス度や落ち込み度が、水槽の中で泳ぐ金魚、猫などの絵になって表示されます。

猫  
社会的な  
ストレス

水槽のヒビ  
住環境の  
ストレス

赤金魚  
自分自身の  
ストレス

石  
その他のストレス

【赤金魚】自分の気気などのストレス

※レベルが上がる毎にクガがしてきます

【水の透明度】落ち込み度

※レベルが上がる毎に水が濁っていきます

結果画面(例)

詳しくお知らせしたい情報を写真やイラスト付きで掲載するコーナーです!

## 農業者年金現況届受付のお知らせ

農業者年金の受給該当者には、5月末までに農業者年金基金から現況届が郵送されます。必要事項を記入し、受付窓口へ提出してください。

受付時間…午前8時30分～午後5時15分

※足尾地域には該当者がいないため、足尾総合支所では受け付けを行いません

### 農業者年金現況届受付窓口

地域	受付窓口	受付日・期間	問合せ
今市	農業委員会	6月3日(月)～28日(金) ※土曜・日曜日を除く	農業委員会事務局 ☎21-5173
	豊岡支所		
	大沢支所		
	落合支所(落合中学校体育館内)		
	塩野室支所		
日光	産業建設課	☎54-1114	
藤原	産業建設課		☎76-4107
栗山	産業建設課		☎97-1133



## 指定管理者公募施設のご案内

平成25年度の、指定管理者公募予定施設は以下のとおりです。詳しくは各担当課へお問い合わせください。

なお、公募の詳細なスケジュールを記載した募集要項の配布、および市ホームページへの掲載は、7月頃を予定しています。

### 指定管理公募予定施設一覧

施設名	区分	担当課
霧降スケートセンター	新規	霧降スケートセンター ☎54-2401
中宮祠介護サービスセンター	2期目	介護保険課 ☎21-5124
藤原福祉センター「ふじの郷」	3期目	高齢福祉課 ☎21-5100
みよりふるさと体験村	3期目	観光課 ☎76-4111



## かたくりの湯 ストレッチ教室のお知らせ

日…6月6日(木)・14日(金)・18日(火)

午前11時～正午

所…かたくりの湯

費…無料

※事前予約は必要ありません

※別途、施設利用料金300円(65歳以上は200円)が必要です

問…かたくりの湯 ☎21-8671



## 日光市公衆無線LAN「Nikko City Wi-Fi」 協力施設・店舗向け説明会のお知らせ

市は、旅行者の滞在・周遊の利便性向上のために、外出先でスマートフォンやタブレット(多機能携帯端末)、パソコンなどをインターネットに接続できる公衆無線LANサービス「Nikko City Wi-Fi」を始めます。  
公衆無線LANサービスを便利に活用できるようにするためには、より多くのアクセスポイント(利用場所)が必要なことから、設置に協力いただける施設・店舗を募集します。  
今回、募集に先立ち、この事業に興味をお持ちの施設・店舗を対象とした説明会(所要時間90分程度)を実施します。特に、旅行者の訪れる宿泊施設や観光施設、飲食店、物産店などの皆さんは是非ご参加ください。  
※NTT東日本の光インターネットサービス「フレッツ光ネクスト」、公衆無線LANサービス「光ステーション」を施設・店舗へ導入していただきます(導入・運営費用は施設・店舗の負担になります)  
※協力施設・店舗へはサービス利用場所を示す共通ステッカーなどを提供、Nikko City Wi-Fi利用者へは観光パンフレットの無料ダウンロードサービスを提供します

**Nikko City Wi-Fiの特徴**

- スマートフォンなどの契約先を限定せず、Wi-Fi機能を持ったほぼ全ての端末で利用できます。
- 一般の利用者は1日最大30分(15分×2回)の無料利用ができます。
- 海外からの旅行者には14日間(336時間)無料利用できるカードを、特定窓口で配布します。
- 光インターネット回線を利用するため、高速の通信環境が得られます。
- 万が一の災害時には、公衆無線LANを無料開放します。
- 公衆無線LANとは別に、施設・店舗スタッフが使用する無線LAN環境も得られます。



### 説明会日程

地域名	開催日	開始時間	会場
足尾地域	6月18日(火)	午前10時	足尾公民館
今市地域		午後3時	中央公民館
日光地域(中宮祠・湯元)	6月19日(水)	午後2時	中宮祠公民館
日光地域		午後6時30分	市総合会館
栗山地域(湯西川)	6月20日(木)	午後2時	湯西川公民館
藤原地域		午後6時30分	藤原公民館

※お住まいの地域にかかわらず、どの会場へも参加できます  
問…総合政策課 情報政策室 ☎21-5131



Nikko City Wi-Fiステッカー

## 県立今市特別支援学校見学会 「特別支援学校はどこなところ？」

お子さんの就学の参考のために、学校見学会を実施します。お気軽にご参加ください。

日…6月19日(水)午前9時30分～11時30分  
所…県立今市特別支援学校  
内…学校見学、就学相談  
対…保護者、関係機関の方々  
料…無料  
申…問合せ先へ電話  
問…県立今市特別支援学校 ☎22-6417



## こころの病を抱えているご家族の教室 ～家族自身が疲れていませんか？～

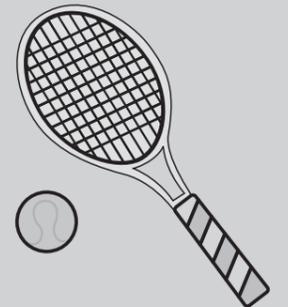
家族自身が落ち着き、自分の生活を取り戻すことが本人の過ごしやすい家庭環境づくりの第一歩です。教室は全4回開催します。くわしくはお問い合わせください。

日…6月19日(水)午後2時～3時30分  
所…今市健康福祉センター  
内…障害者計画支援センター相談支援専門員による「相談支援体制について」の講話  
対…心の病を抱えている家族  
料…無料  
申…6月12日(水)までに問合せ先へ電話  
問…今市健康福祉センター ☎21-1066



## 平成25年度テニス講習会のお知らせ

日…7月4日～8月22日午後7時～9時  
※毎週木曜日、全8回  
※予備日は8月29日(木)、9月5日(木)・12日(木)  
所…丸山公園テニスコート  
対…テニスを始めたいと思っている方や初心者、技術向上を目指している中級者で、市内在住または市内に勤務、在学している方  
料…5,000円(予備日を含む全8回分)  
※初日に持参  
定…30名(先着順)  
申…6月15日(土)～21日(金)に、問合せ先へ電話  
問…テニス講習会事務局 黒須 純 ☎26-4244



## ボランティアリーダー 養成研修受講者の募集

夏休みに開催する中学・高校生のワークキャンプ(ボランティアスクール)のリーダーを養成する講習会を開催します。

日…日帰り研修…6月23日(日)、7月7日(日)・21日(日)、8月12日(月)／宿泊研修…7月14日(日)～15日(月)／選択研修…7月28日(日)～8月11日(日)のうち、コースによって受講日を選択  
所…市社会福祉協議会、交流促進センター他  
内…ワークショップなどによる研修  
対…市内在住または市内に在学する高校生、大学生、専門学校生  
定…20名(先着順)  
料…1,000円  
申…申込用紙に記入し、6月14日(金)までに問合せ先に持参  
※申込用紙は問合せ先で配布 ※必着  
問…市社会福祉協議会 ☎21-2759





**竹の宵まつり**

日…7月7日(日)～8月4日(日)  
午後7時～9時(予定)

所…湯西川湯平温泉街  
問…湯西川・川俣・奥鬼怒温泉観光協会  
☎97-1126

**第23回 日光テニス選手権大会**

日…6月23日(日)午前9時から  
※予備日は6月30日(日)

所…丸山公園テニスコート  
種目…男子ダブルス/女子ダブルス  
試合方法…8ゲームマッチ  
※8-8タイプレーク  
※セルフジャッジ制

料…1ペア3,000円  
申…6月14日(金)までに、参加料を添えて問合先へ持参  
問…市体育協会テニス部  
大島雄二 ☎26-0357

**いまずぽフェスタ 2013**

日…6月16日(日)  
所…今市青少年スポーツセンター  
内…栃木SCサッカースクール(要申込み)…午後2時～3時30分 ※小学生100名募集/小学生ホッケーセミナー(要申込み)…午後1時～3時 ※小学生80名募集/チャレンジライミング…午前9時～正午/リラックスヨガ…午前10時30分～11時30分/エアロビクス…午後1時30分～2時30分

申…問合先へ電話  
問…今市青少年スポーツセンター  
☎26-1155

**一喜一憂**

皆さん、お気づきですか? 実は、広報にっこうは5月号からリニューアルしています。レイアウトを変更したり、写真やイラストを多用し、さらに読みやすくなるように努めました。

その中でも目玉は、広報キャラクターの登場です。今月号では、2ページのブランド戦略室の記事に出てくる、横結びでほころのある女の子とその仲間たちです。名前は、日光若葉で、市の新規採用職員という設定です。今までも試験的に登場していましたが、このたび正式にデビューしました。仲間のキャラクターたちと四コマ漫画などで、市民の皆さんに楽しく分かりやすく、市政情報やイベント情報をお知らせしていきます。(み)



やまだれいこ いぶくべ **山田令子** × たての あきら **ヤンネ館野デュオ**  
～伊福部昭とモーツァルト～




日…6月15日(土)午後5時30分開場、午後6時30分開演  
所…小杉放菴記念日光美術館  
出演…山田令子(ピアノ)、ヤンネ館野(バイオリン)  
曲目…モーツァルト(ピアノソナタ第13番変ロ長調K.333)、伊福部昭(バイオリンソナタ)など

定…100名  
料…3,000円 チケット取扱所…小杉放菴記念日光美術館、中央公民館、日光公民館  
※各館休館日を除く  
問…小杉放菴記念日光美術館 ☎50-1200

県民の日協賛行事

**春の音楽祭** ～新緑の箏の調べ～

日…6月16日(日)午前11時、午後2時  
※2回公演  
所…日光田母沢御用邸記念公園  
内…和久文子と和久箏アンサンブル  
料…入園料(大人500円/小人250円)のみ  
問…日光田母沢御用邸記念公園管理事務所  
☎53-6767



山口 莉央 ちゃん  
2歳・今市



# ハイチーズ!

福田 紗希 ちゃん  
7カ月・瀬尾



お子さん(就学前)の写真募集!!

写真の裏にお子さんの名前(ふりがな)・生年月日・住所・保護者名・電話番号を明記してください。  
※市内在住の方に限ります。  
※掲載は1人1回のみで、受付順になります。  
※なるべく、ご自宅のプリンタで印刷したものはなく、紙焼きした写真をお送りください。  
送り先 秘書広報課 広報広聴係



山口 泰生 ちゃん  
6カ月・今市



阿部 悠成 ちゃん  
1歳・今市



渡辺 結絆 ちゃん  
1歳・瀬尾



渡辺 愛奈 ちゃん  
4歳・瀬尾

## 日光の美味しいレシピ 73

提供：とちぎ食育応援団 日光市農村生活研究グループ協議会



### トマトのツナマヨ焼き

トマトの赤は色素成分のリコピンの色です。リコピンは生活習慣病や老化の予防となる抗酸化作用があり、加熱した方が体内への吸収が高まります。缶詰などの加工品にも多く含まれていますので、トマトメニューを食卓に取り入れてみませんか。

**\*作り方\***

- ①耐熱容器にへたを取ったトマトを1cmの厚さの輪切りにして並べる。
- ②ツナをよく絞り、絞り汁を①にかけておく。
- ③ボールにツナとマヨネーズを入れて混ぜ、②に乗せる。
- ④③にチーズを乗せ、オーブントースターでほどよい焼き色がつくまで焼く。
- ⑤④に小さくちぎったパセリを乗せたら出来上がり。

**\*材料/4人分\***

トマト…2個(300g)、ツナ缶…小1個、ピザ用チーズ…100g、パセリ…適量、マヨネーズ…大さじ2

**今回のレシピは**

161キロカロリー(1人分)  
・タンパク質…10.0g  
・脂質…11.6g  
・塩分…1.0g

**この料理を作ってくれたのは**



明神生改クラブの皆さん

**\*ポイント\***

トマトは、生で食べるよりも加熱することによって甘みが増します。

5月の人口と世帯数	男	女	計	世帯数
今市地域	30,083人(-47)	31,137人(-38)	61,220人(-85)	23,484世帯(+26)
日光地域	6,835人(+7)	7,513人(-16)	14,348人(-9)	6,218世帯(+2)
藤原地域	4,517人(-9)	5,018人(+1)	9,535人(-8)	4,551世帯(+3)
足尾地域	1,169人(-3)	1,269人(-1)	2,438人(-4)	1,439世帯(-1)
栗山地域	724人(-1)	757人(0)	1,481人(-1)	678世帯(+3)
日光市	43,328人(-53)	45,694人(-54)	89,022人(-107)	36,370世帯(+33)

※住民基本台帳による(5月1日現在) ※( )内は前月比

日光市メール  
配信サービス



携帯電話登録用  
QRコード