



広報

にっこう

2016.10

Nikko City No.139
Information Magazine

『水』がテーマのまぎゅぷりイベント



主な内容

- ◇自殺予防～わたしたちにできること～ P 2
- ◇「地域包括ケアシステム」の実現に向けて P 4
- ◇公民館事業のご案内 P 6
- ◇インフルエンザ予防接種のお知らせ P 8
- ◇運動で健康と若さを手に入れませんか？ P 9

自殺予防 ～わたしたちにできること～

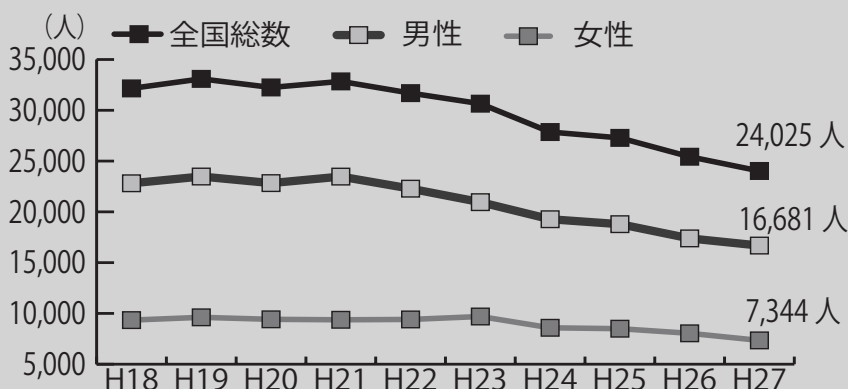
全国の自殺者数は、平成 24 年以降 3 万人を下回り、その後も減少傾向にあります(表 1 参照)。自殺の原因・動機としては、「健康問題」がほぼ過半数を占め、「経済・生活問題」、「家庭問題」と続きます(表 2 参照)。

また、年齢階級別の自殺死亡率推移では、40 代以上は低下傾向にある一方、15～39 歳の若い世代は、死因順位の第 1 位が自殺となっています。

自殺は個人の問題だけではありません。うつ病などの心の病や、孤立などから自殺しか解決策がないと思い込んでしまう場合が少なくありません。

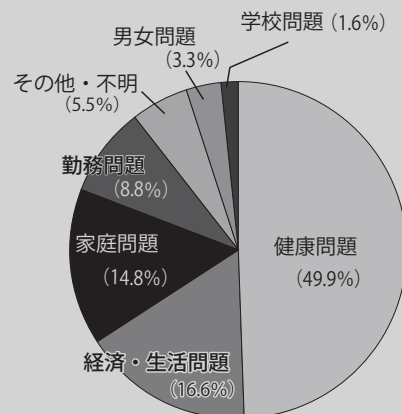
一人一人が悩みを抱える人の変化に気づき、見守り、地域みんなで支え合うことが自殺を防ぐ一歩です。

表 1：全国の自殺者数の年次推移



資料：警察庁「自殺統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

表 2：平成 27 年の自殺の原因・動機



あなたにもできる自殺予防のための行動



いのちを支える

上の「いのちを支える」

のロゴマークをご存じですか？ 人のつながりが「いのちを支える」というメッセージであり、人の横顔を 4 つ配置し、ゲートキーパー(※)の役割になる「気づき」「傾聴」「つながり」「見守り」を表しています。

次の「気づき」「傾聴」「つながり」「見守り」を地域みんなで実践し、かけがえない命を守りましょう。

1. 気づき… 家族や仲間の変化に気づいて声を掛ける

次に挙げるのは、悩みや問題を抱える人が発するサインです。サインに気づいたら、「眠れていますか？」など、自分にできる声掛けをしましょう。

・極端に食欲がなくなった。体重が減った

・睡眠不足、眠れない

・突然泣き出したり、イライラしたり感情が不安定

・性格が急に変わったように見える

・身なりに構わなくなったように見える

・職場を無断欠勤する

2. 傾聴… 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

悩みを相談されたら、時間をかけてできる限り傾聴しましょう。本人の気持ちを尊重し、共感した上で相手を大切に思う気持ちを伝えましょう。

3. つなぎ… 早めに専門家に相談するよう促す

心の病気や社会・経済的な問題などを抱えているのであれば、公的相談機関や医療機関などの専門家への相談を勧めましょう。

相談を受けた側も一人では抱え込まず、プライバシーに配慮した上で、本人の置かれている状況や気持ちを理解してくれる家族や友人、上司などの信頼できる人の協力を求め、連携を取りましょう。

4. 見守り… 温かく寄り添いながらじっくりと見守る

身体や心の健康状態について自然な雰囲気の中で声を掛けて、焦らずに優しく寄り添いながら見守りましょう。また、必要に応じ、信頼できる人と連携を取り、専門家に情報を提供しましょう。

※ゲートキーパー…家族や地域、職場、保健、医療、教育などの場面で身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき(悩んでいる人に気づき)、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと

メンタルチェックシステム「こころの体温計」



あなたの「こころ」は元気で
すか？

市は、携帯電話やパソコンを利用
して、気軽にストレス度や落ち
込み度が分かるメンタルチェッ
クシステムを導入しています(パソ
コンからは<https://fishbowlindex.jp/nikko/>を
入力。携帯電話・スマー
トフォンからは、下のQRコードを
ご利用ください)。

自分の心の健康状態
を知るためにも「こ
ころの体温計」を活用し
てください。



QRコード

なお、結果に関わらず、心配なこ
とが続くようなら、早めに専門家へ
相談してください。

※利用料は無料ですが、通信料は自
己負担になります

※個人情報は一切取得しません

※自己診断をするもので、医学的診
断をするものではありません

※「こころの体温計」は、何度でも
ご利用できます

ゲートキーパー公開講座のご案内

市は、地域における健康づくりの
担い手となる「健康づくり推進員」
の養成講座「健康づくり大学校」の
一部でゲートキーパーの役割につ
いて公開講座を実施します。どなた
でも受けられますので、この機会に
ぜひ受講してください。

◆日時 11月16日(水)午後1時30分
～3時(午後1時15分～30分受付)

◆会場 今市保健福祉センター(平
ヶ崎)

◆申込期間 10月17日(月)～28日(金)

◆申込・問合せ 健康課 ☎(21)2756



あなたの大切な人が発する
サインに、あなたは気づく
ことができますか？



こころの健康♡相談機関のご案内

もし、あなたが悩みを抱えていたら、相談し
てください。

大切な人が悩みを抱えていることに気づいたら、
声を掛けてみてください。そして、その人
が悩みを話してくれたら、話をそらしたり「そ
んなことで」と否定したり、安易に励ましたり
せず、じっくりと話を聴いて、相談窓口を紹介
してあげてください。

その後も「何かあったらまた話して」と寄り
添い、温かく見守ってあげてください。

♡こころのダイヤル	☎028-673-8341
♡栃木いのちの電話	☎028-643-7830
♡栃木県精神保健福祉センター	☎028-673-8785
♡今市健康福祉センター(瀬川)	☎21-1066
♡健康課	☎21-2756

「地域包括ケアシステム」 の実現に向けて

在宅医療・介護連携推進事業

くわしくは 高齢福祉課 介護サービス係 ☎ 21-5100

住み慣れた地域で安心して自分らしい生活をするために

厚生労働省は、団塊の世代が75歳以上となる平成37年に向け、要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい生活ができるよう支援することを目的として、「地域包括ケアシステム」の構築を推進しています。市も、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供できる仕組みを構築し、市民の皆さんがより住みやすいまちになるよう検討を進めています。

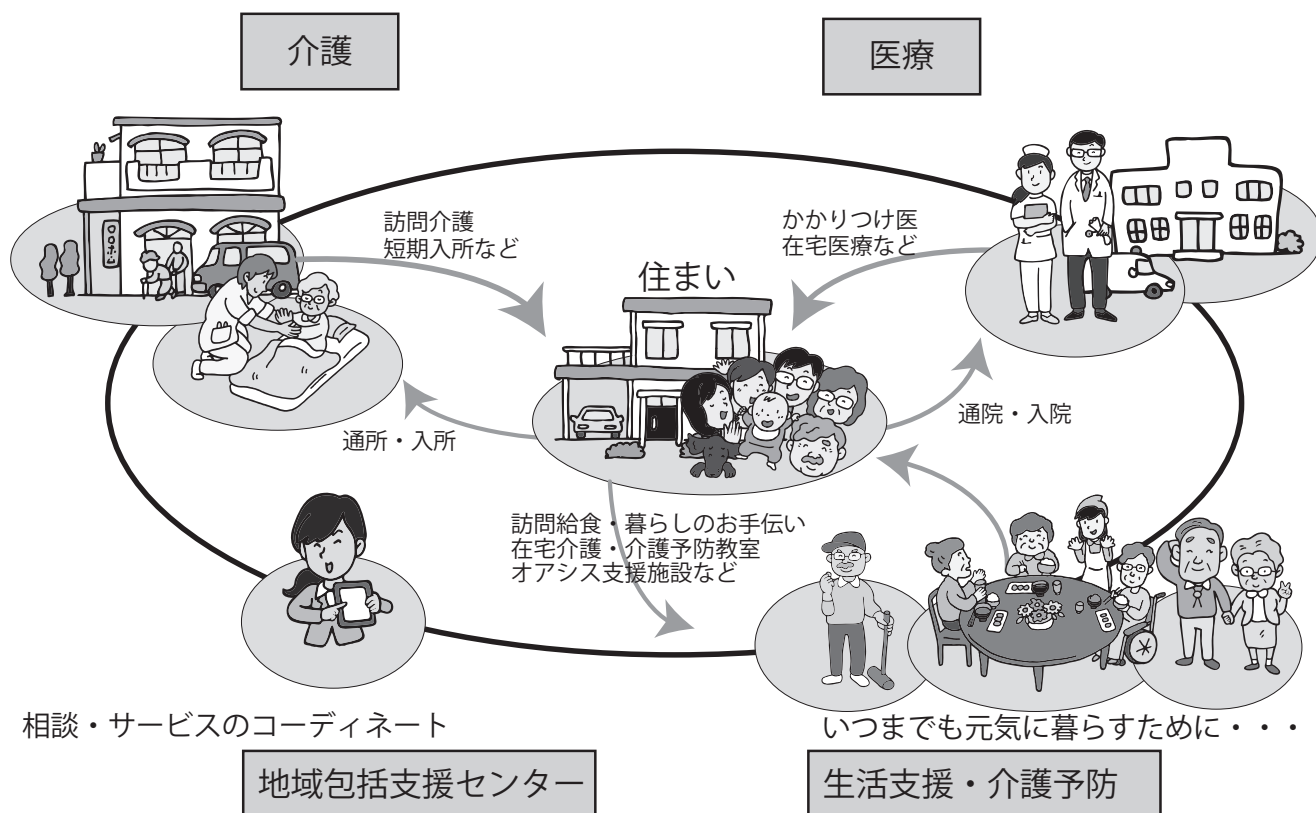
「在宅医療・介護連携推進事業」は、医師や看護師、介護士など医療と介護のスタッフが連携して、高齢者の「住み慣れた地域でのくらし」を支える仕組みづくりを行うものです。

現在、市の高齢化率は30%を越え、3人に1人が65歳以上の高齢者です。特に75歳以上になると、身体機能や認知機能が低下し、転倒や病気などで在宅生活に支障をきたすケースが増加します。住み慣れた地域でできる限り自分らしい生活をするためには、健康維持や介護予防を行い、医療や介護が必要な状態にならないことが大切です。

図：地域包括ケアシステム

介護が必要になったら・・・

病気になったら・・・



自分の健康について相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう

上野賀郡市北部医師団団長(木村内科医院院長) 木村安志先生

もし自分が病気や障がいので体の自由が奪われたとき、入院をするべきか在宅で治療を望むかを考えておかなければなりません。特に、認知症などによって自分の身の回りのことが行えなくなったときはどのようにしたら良いのでしょうか。自分の子どもや配偶者の手を借りるのでしょうか。

超高齢化の時代を迎え、人々には多くの病気を抱え、いくつもの病院へ通院や入院をする必要が出てきています。

肥満や高血圧、高脂血症、糖尿病などのメタボリックシンドローム、腰痛症や骨粗鬆症、変形性ひざ関節症などのロコモティブシンドロームなどの整形外科関連の疾患、さらに物忘れや不眠、考える力が低下してくる認知症など、これらは精神科や神経内科などのそれぞれの専門医による治療が必要となります。

また、末期がんや脳卒中などで



寝たきりになってしまった方の診療を今後どのように進めていくか、特に長期の入院や在宅の療養では大きな課題です。市民一人一人が自分の健康を自分で考え自分で健康を維持し、健康寿命を伸ばしていく必要があります。今後私たちも含めて、在宅での診療や訪問介護はさらに必要となり、その重要性も増すことになると思われます。少子高齢化社会のこれらを考えると、医療費の増大はある程度仕方がないのかもしれない。しかし、このまま何ら対策を立てなければ日本の医療は破綻する恐れがあります。医療費の増大を抑えるためには、一人一人が自分の健康を真剣に考えていく必要があります。

現在、政府と厚生労働省は、かかりつけ医の制度を作り、一人一人の患者に対して、医師・歯科医師・看護師・薬剤師などの訪問診療を充実させ、医療費の削減やより高度な医療への対応を進めています。

「地域包括ケアシステム」について



市介護サービス事業者連絡協議会副会長(ヴィラフォーレスタ森の家入所責任者) 川上浩明氏

介護が必要な状態になると、介護サービスを提供する事業者を利用することになります。市は、事業者が皆さんにより良くサービスを提供できるように協議会を組織しています。

介護サービス連絡協議会は、介護サービス事業者間のネットワーク化や、保健・福祉・医療分野の連携を図り、介護が必要な状況になっても本人らしい生活が送れるよう支援することが目的です。特に在宅生活を継続するには、最小限の介護負担となるようなサービスの提供が大切です。

今後、「地域包括ケアシステム」の構築を目指していく上で、地域住民がお互いに助け合う「互助」が重要となります。最後まで住み慣れた地域で暮らすためには、市民一人一人の当事者意識が求められています。

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者とその家族の悩みや相談に対応する総合相談窓口です。高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう介護や認知症に関する不安などさまざまな相談ができます。お住まいの地域によって担当するセンターが異なるため、確認の上、ご相談ください。

表：地域包括支援センター連絡先一覧

名 称	電話番号	担 当 地 区	受 付 時 間
日光市地域包括支援センター	21-2137	今市地区	月曜～金曜日 午前8時30分 ～午後5時15分 (祝日・年末年始を除く)
今市北地域包括支援センター	21-7081	豊岡地区、今市地区の一部	
今市南地域包括支援センター	25-6444	大沢南部地区、落合地区	
今市東地域包括支援センター	26-6537	大沢中部・北部地区、塩野室地区	
日光・足尾地域包括支援センター	25-3255	日光・足尾地区	
藤原・栗山地域包括支援センター	76-3333	藤原・栗山地区	

平成28年度(後期・通年分)

公民館事業のご案内



市内の各公民館は、毎年さまざまな教室や講座を開催しています。どの教室や講座も皆さんの生活をより豊かにするお手伝いができるよう、趣向を凝らしています。友人や家族を誘っても、一人での参加也大歓迎です。皆さんも新しい事にチャレンジしてみませんか？

公民館教室 ※その他、公民館ごとに別途周知することがあります。

◎対象者別

教室名	担当公民館	対象者	期間	曜日	開始時間	回数	定員
今市少年少女合唱団	中央	小学1年生～中学3年生	通年	土曜日	午後3時30分	毎週	なし
日光少年少女合唱団	日光	小学1年生～高校3年生	通年	第2・4土曜日	午前9時30分	隔週	なし

◎趣味・教養

教室名	担当公民館	期間(開催日)	曜日	開始時間	回数	定員
はじめよう！英会話	今市	平成29年1月11日～3月22日	毎週水曜日	午後7時	10回	20名
お正月しめかざり	豊岡	12月16日	金曜日	午後1時30分	1回	15名
手打ちそば	大沢	11月18日～12月16日	毎週金曜日	午後7時	5回	10名
英会話	大沢	10月31日～12月19日	毎週月曜日	午前10時	8回	20名
そば打ち	三依	10月18日・26日、11月1日	火曜・水曜日	午後1時30分	3回	8名
そば打ち	足尾	11月12日、平成29年2月18日	土曜日	午前9時	2回	12名
デコパージュ	足尾	平成29年2月4日、3月4日・18日	土曜日	午後1時30分	3回	15名

◎スポーツ

教室名	担当公民館	期間	曜日	開始時間	回数	定員
健康ランニング(前期)	落合	11月30日まで	水曜日	午後7時	週1回	なし
駅伝競走トレーニング	落合	10月17日～11月28日	月曜・金曜日	午後7時	13回	なし
健康ランニング(後期)	落合	平成29年1月11日～3月29日	水曜日	午後7時	週1回	なし
スノーシュー体験	豊岡	平成29年2月7日	火曜日	午前8時30分	1回	20名
ZUMBA(ズンバ)	大沢	11月10日～12月22日	毎週木曜日	午前10時	7回	15名
ボール体操	足尾	11月5日～平成29年2月25日	土曜日	午後2時	6回	20名

勤労青少年ホームの講座 くわしくは 勤労青少年ホーム(サクシードにっこう) ☎ 22-6211

中央公民館の隣には、働く若者をサポートするための「勤労青少年ホーム」があります。
市内に在住または勤務している35歳未満の方を対象とし、いろいろな講座や事業を行っています。

講座名	対象者	期間(開催日)	曜日	開始時間	回数	定員
ハンドメイドパン&ケーキ	35歳未満	10月12日～平成29年2月22日	水曜日	午後6時30分	5回	20名
バドミントン(後期)		9月30日～10月21日	毎週金曜日	午後7時30分	4回	40名
ダンスダンス		10月4日～11月22日	火曜日	午後7時30分	6回	30名
ヨガ&ピラティス		平成29年1月5日～3月9日	毎週木曜日	午後7時30分	10回	30名

ひかりの郷にっこう出前講座 くわしくは 中央公民館 ☎ 22-6211

市民の皆さんの要望に応じ、市役所や関係機関の職員が直接出向いて講座を行います。
行政の仕組みや事業内容など、皆さんが「知りたい」「聞いてみたい」「身に付けたい」ことを分かりやすく説明し、地域や職場の方たちと気軽に学びあうことができる学習機会を提供します。

問合先(市内公民館)一覧

公民館名	郵便番号	住所	電話	F A X
中央公民館 今市公民館 勤労青少年ホーム	321-1262	平ヶ崎160	22-6211	22-8798
落合公民館	321-1107	小代439-3	27-1111	27-1279
豊岡公民館	321-2411	大桑町130	21-8216	21-8419
大沢公民館	321-2341	大沢町809-1	26-1975	26-5999
小林公民館	321-2353	沓掛260	26-8117	26-8113
日光公民館	321-1492	中鉢石町999(日光行政センター 2階)	53-3700	54-2425
		※建て替えのため、上記に移転しました。ご注意ください。		
清滝公民館	321-1444	清滝2-5-22	54-0894	54-0847
		※教室の受付・開催場所は女性サポートセンター(清滝桜ヶ丘町210-7) 電話・F A X 53-1010		
小来川公民館	321-1354	中小来川12667-1	63-3111	63-3384
中宮祠公民館	321-1661	中宮祠2478-4	55-0078	55-0056
藤原公民館	321-2503	鬼怒川温泉大原1404-1	76-1200	76-1223
三依公民館	321-2803	中三依319	79-0212	79-0115
足尾公民館	321-1514	足尾町通洞8-2	93-3322	93-4783
湯西川公民館	321-2601	湯西川709	98-0026	98-0028
川俣公民館	321-2717	川俣805	97-1139	97-1043
日向公民館	321-2711	日向457	(栗山公民館)	(栗山公民館)

----- ✂ 切り取ってお使いください ✂ -----

公民館教室申込書

公民館名	公民館
教室名	
ふりがな	
氏名	(男・女)
年齢	歳
住所	〒
電話番号	
携帯電話	※差し支えなければ記入してください
託児希望	有(人) ・ 無
受付番号	※公民館記入欄

◎教室への申込みについて

申込方法 左の申込書に記入し、各公民館へ持参するか、郵送またはF A X

※氏名は略字を使用しないでください

※持参する場合、各公民館の休館日をご確認ください

※F A Xの場合は送付先へ受信確認の電話をお願いします

申込期限 各公民館にお問い合わせください

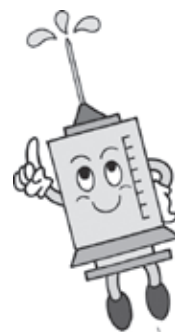
受講料 無料

※教室により、教材費などがかかる場合があります

その他

- ◆ 申込多数の教室は抽選になります。また、申込みが少ない教室は開催しないことがあります
- ◆ お子さんを預けたい方は、申込用紙の「託児希望」欄の「有」に○を付け、人数をご記入ください
※託児の希望に添えない場合がありますので、申込みの各公民館にご確認ください
- ◆ 申込用紙は各公民館にも置いてあります
- ◆ 申込書にご記入いただいた個人情報は、教室の運営目的以外では使用しません

平成28年度 インフルエンザ予防接種費用 一部助成のお知らせ



くわしくは 健康課 健康推進係 ☎ 21-2756

表：インフルエンザ予防接種費用助成について

区分	対象者	助成回数	助成額
高齢者	市内に住所があり、次のいずれかに該当する方 ①接種当日に 65 歳以上 ②接種当日に 60 ～ 65 歳未満で心臓や腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に身体障害者手帳 1 級相当の障がいがある	1 回	3,500 円 (一部助成)
小児	市内に住所があり、接種当日に 1 歳～小学校 6 年生	2 回	1,750 円 / 回 (一部助成)
中学校 3 年生 高校 3 年生 相当	市内に住所があり次の生年月日の方 ①平成 13 年 4 月 2 日～平成 14 年 4 月 1 日生まれ ②平成 10 年 4 月 2 日～平成 11 年 4 月 1 日生まれ	1 回	3,500 円 (一部助成)

インフルエンザは初冬から春先にかけて流行する急性の呼吸器感染症です。約 1 ～ 3 日の潜伏期を経て、高熱、頭痛、筋肉痛などの全身症状が突然現れ、やや遅れて咳や、のどの痛みなどの呼吸器症状が現れます。流行前に予防接種を受けることで、発病しにくくなる効果や発病しても重症化を抑える効果が期待できます。

市は高齢者や小児、中学 3 年生および高校 3 年生相当年齢者のインフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。助成の対象などについては上の表を参照してください。

★高齢者のインフルエンザ予防接種について

市外の医療機関で接種を希望する方は、事前に健康課までお問い合わせください（医療機関によって必要書類や手続きが異なります）

上記の高齢者の区分②に該当する方は、該当することが分かる身体障害者手帳などを医療機関に提示してください。

★注意事項

◆小児の接種を受ける方へ

小児のインフルエンザ予防接種

は、2 ～ 4 週間の間隔をあけて 2 回行います。

◆小児および中学 3 年生・高校 3 年生相当の接種を受ける方へ

小児のインフルエンザの予防接種、中学 3 年生および高校 3 年生相当の方のインフルエンザの予防接種は任意接種です。接種を希望する方は、予防接種の効果や副作用について理解した上で接種するようにお願いします。

また、市外の医療機関で接種をご希望の方は、接種前に必要な手続きをしてください。手続きをしないで接種してしまうと費用の助成が受けられません。詳しくは、健康課までお問い合わせください。

◆接種には事前予約が必要です

接種に当たっては、市内のインフルエンザ予防接種実施医療機関に事前に予約してください。

◆予防接種の期間

インフルエンザ予防接種の期間は、10 月 1 日（土）～平成 29 年 2 月 28 日（火）です。

◆接種の料金

接種料金は医療機関によって異なります。助成金額を超えた場合は自己負担となります。

◆生活保護受給の方へ

生活保護受給の方は、事前の手続きで全額助成が受けられます。

運動で健康と若さを 手に入れませんか！



くわしくは 健康課 保健指導班 ☎ 21-2756

図：正しいフォーム

- ◎しっかりと準備してから始める
- ◎正しいフォームでやや早足で歩く



市は、平成27年度に「健康づくり推進条例」を策定しました。これは市民一人一人が心身ともに健やかに歳を重ねていくことのできる地域社会を目指して、市民や関係団体、事業者および市の協働による健康づくりを推進するためのものです。

皆さん一人一人が生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙などの生活習慣改善の重要性について理解を深め、健康づくりを実践しましょう。健康維持には、適度な運動・バランスのとれた食生活・禁煙を実践す

ることが重要ですが、今回は運動について説明します。

運動には、有酸素運動と無酸素運動があります。比較的ゆるやかな強度で長時間行うのが有酸素運動で、水泳やジョギング、ウォーキングがあります。

ウォーキングの効果

ウォーキングには「脂肪の燃焼」や「心肺機能のアップ」、「免疫力のアップ」、「動脈硬化の予防改善」などの効果が挙げられます。

また、ウォーキングといっても無理は禁物です。「歩く」とときには上の図の注意ポイントに気を付けて行いましょう。

ウォーキングの注意点

食後すぐのウォーキングは避けましょう。歩き始める前にコップ1杯程度の水分補給をし、ウォーキングアップをすることを忘れないようにしましょう。

そして気候に合わせた服装や歩きやすい靴で行いましょう。最後に必ずクールダウンをしましょう。

ウォーキング教室のお知らせ

生活習慣病予防と運動習慣の定着を図る目的でウォーキング教室を開催しています。ぜひご参加ください。

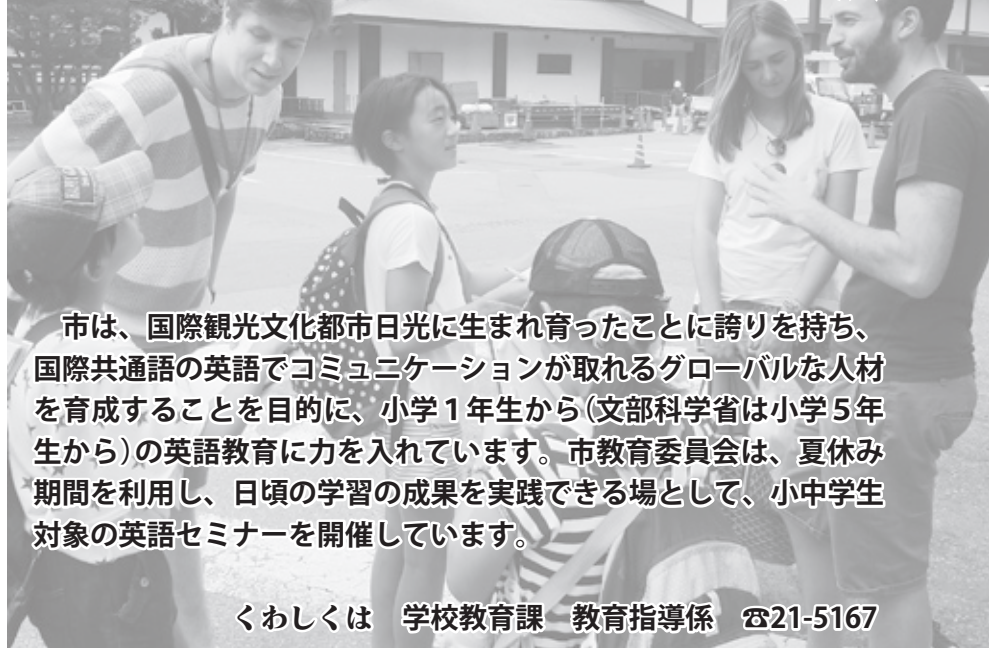
開催日：11月15日（火）午前9時30分集合

ところ：やしおの湯／憾満ヶ淵

申込方法：11月8日（火）までに、健康課保健指導班へ電話

※19～79歳の市民の方であれば参加することができます（ただし、運動制限のある方、妊娠中の方は不可）

サマーイングリッシュ セミナー体験



市は、国際観光文化都市日光に生まれ育ったことに誇りを持ち、国際共通語の英語でコミュニケーションが取れるグローバルな人材を育成することを目的に、小学1年生から（文部科学省は小学5年生から）の英語教育に力を入れています。市教育委員会は、夏休み期間を利用し、日頃の学習の成果を実践できる場として、小中学生対象の英語セミナーを開催しています。

くわしくは 学校教育課 教育指導係 ☎21-5167

サマーイングリッシュ セミナー for Kids

7月28日（木）、英語でコミュニケーションする楽しさを体験する「サマーイングリッシュセミナー for Kids」を開催し、中央公民館に小学1～4年生90名が集まりました。

9名のALT（外国語指導助手）がゲームや会話、フォニックス（発音学習法）などの講座をグループごと



楽しく英語でゲームする様子

に開設。参加者は、英語で自分の考えを伝えようと積極的に取り組みました。ALTと通じ合ったときの参加者の表情は、やりきった達成感と笑顔にあふれていました。

●参加者の感想

「いろいろな英語を教えてもらったのでよかった。英語がもっと好きになりました」

サマーイングリッシュ セミナー in Nikko

8月3日（水）、日光総合会館に小学5・6年生と中学生合わせて24名が参加しました。午前中は、世界遺産二社一寺の魅力を英語でどう表現するかをグループで考え、協力して紹介資料作りをしました。

午後は、二社一寺と神橋のチェックポイントを巡りながら「日光の魅力」を外国人旅行者に伝えるというミッション（使命）に挑戦しました。外国人に話しかけるだけでも大変な勇気が必要です。初めはALTに



英語で表現した紹介資料作り

背中を押され、「Excuse me. Do you have time?（お時間ありますか?）」と切り出すのがやっとでしたが、次第に自分から英語で話しかける姿が見られました。

●参加者の感想

「英語は実際に使えないと理解しているとは言えないと思った。もっと英語を話せるようになりたいで



外国人観光客に話しかける参加者

す」「英語の楽しさやおもしろさを改めて感じました。話しかけるのは勇気がいりましたが、フレンドリーで自分の英語が通じたときはうれしかったです」「日本の好きなところを聞いたら、「人」という答えが多かったのはうれしかったです」

児童クラブへのALT 派遣事業

夏休み中に希望する16カ所の児童クラブにALTを派遣して「国際理解講座」を実施しました。英語のゲームや英会話などを通じて、約700名の小学生が英語を学びました。

セミナーを通じ、参加者は英語でもっと伝えたいと思い、英語について考える機会になりました。市の子どもたちが英語によるコミュニケーション力を身につけ、グローバル化していく社会に対応できるように願っています。



いぬ

犬は一生に1回の登録が必要。また、飼い主は、毎年1回の狂犬病予防注射をさせる義務があります。

△放し飼いはやめましょう

法律では、動物が人に迷惑を及ぼすことのないよう飼い主の責務が規定されています。散歩の際はリードや引き綱を付けて放さないようにしましょう。

△必ずフンの後始末をしましょう

散歩中のフンは飼い主が必ず持ち帰り、道路や公園など汚さないようにしましょう。

△鳴き声で迷惑をかけないように

犬の無駄吠えは近所の迷惑になります。根気よくしつけましょう。

△避妊・去勢手術をしましょう

犬は最後まで責任を持って飼いまししょう。繁殖させたくない場合は、避妊・去勢の手術をお勧めします。

△無責任な餌やりはやめましょう

野良犬などへの無責任な餌やりは、結果的に不幸な命を増やすことになりません。飼わない場合は、安易に餌を与えないでください。



かわいがってね!

ペット(犬・猫)と楽しく暮らすために ～10月は「正しい犬の飼い方強調月間」です!～

あなたのペットが多くの人々に愛され、人間社会の中で共生できるように、ルールやマナーを守り、他人に迷惑をかけないように努めるとともに、愛情と責任を持って終生飼養しましょう。

くわしくは 県動物愛護指導センター ☎028-684-5458
生活安全課 生活安全係 ☎21-5112



ねこ

猫は犬と違い、登録義務がありません。飼い主の気配りが周囲とのトラブルを避けることにもつながり、猫との実りある生活が過ごせます。

△無責任な餌やりはやめましょう

無責任な餌やりは、不幸な命が増える原因となります。飼わない場合は、安易に餌を与えないでください。

△捨てないで!

動物を捨てる行為は犯罪です。違反すると懲役や罰金に処せられます。

△室内飼いをすすめます

猫は、室内で暮らせる動物です。

室内飼いは周囲に迷惑をかけないばかりではなく、感染症や交通事故、迷子などから愛猫を守るなど、多くの利点があります。

△避妊・去勢手術をしましょう

望まない繁殖による、不幸な命が増えることを防ぎましょう。

△猫が庭などに入らないようにする
猫が特定の場所でフンや尿をする

避妊・去勢手術費の一部を補助します!

市は、飼い犬や飼い猫がみだりに繁殖し不当に捨てられることを防止するため、避妊・去勢手術費用の一部を補助します。

★補助金額

避妊手術…

犬 1頭 5,000円

猫 1頭 4,000円

去勢手術…

犬 1頭 4,000円

猫 1頭 3,000円

※補助金の交付は、1世帯2頭まで(犬・猫合わせて1年度)で、申請は手術後30日以内(原則)です。

のは、猫にとって快適な場所だからであり、防止策として比較的效果があるといわれる次の方法を試してください。

①網やネットなどで穴や隙間などの進入路をふさぐ。

②通り道やフンをする場所にまめに水をまく。

③猫は匂いのする物質が身体につくのを嫌うため、庭の猫が来る場所にミントやレモングラスなどのハーブ類を植える(キャットニップ(イヌハッカ)は不可)。

④市販の猫用忌避剤や木酢液、薄めた塩素系漂白剤や食酢などを散布する。

⑤市販されている超音波発生器などの猫よけグッズを使用する。

(「栃木県猫の適飼養ガイドライン」より抜粋)

※個体差があるため、必ず効果があるわけではありません。また、猫が効果に慣れてしまう場合もあります。

日光街道 ニッコニッコ本陣

6

くわしくは 道の駅日光 ☎(25)7771

駅長から施設のご紹介



施設の魅力のご紹介第6弾は、「多目的ホール」です。多目的ホールは「日光杉並木」をイメージし、杉板を壁に使った落ち着いた内装となっています。ホールと聞くとコンサートや舞台、講演会で使用する会場と思われ方も多いと思います。

客席を壁面に収納し、16×16mの空間として、ダンスパーティーや囲碁・将棋教室、絵画展、写真展などさまざまな使い方も可能です。今年6月にはこの会場で結婚式も行いました。「催しをしたいけれど場所が見つからない」という方はお気軽ににご相談ください。

また、商業施設では、



6月に行われた結婚式

10月8日(土)から恒例の「秋の収穫祭」を開催します。今回は「きのこ類」や「栗」をクローズアップし、「きのこ&栗フェア」と題して秋の味覚をお届けします。「きのこ類」は惣菜コーナーやレストランで「きのこ料理」を、「栗」は「マロングラッセ」や「モンブラン」などの菓子やおかずに至るまで施設全体で展開します。さらに1周年記念で好評の「ガラポン抽選会」、「応募抽選会」を実施します。ぜひこの機会にお越しください。(道の駅駅長)

10月のイベント情報

10月は「芸術の秋」。9日(日)には「第一回日光国際音楽祭声楽コンクール本選大会」を多目的ホールで開催します。30日(日)には、「今市菓子組合秋の販売会」を午前10時から開催。各店舗の自慢の菓子などの販売や、つきたて餅の無料配布(午前・午後各2回予定)も行います。問い合わせは日光商工会議所 ☎(30)1171まで。

みんなで知ろう!

まちづくり基本条例

くわしくは 総合政策課 政策調整係 ☎(21)5131

6

今月は日光創新塾^{まちづくり塾}をご紹介したいと思います。名前は聞いたことのある方も多いのではないのでしょうか。日光創新塾は「市の未来を担う若者にまちづくりについて学んでもらうこと」を目的に開講しているまちづくりセミナーです。

「まちづくり」には、「人」が必要です。つまり、「まちづくり」をするには「人づくり」を進めることが重要になってきます。まちづくり基本条例の第15条には「人づくり」について次のように定められています。

市民は、協働の大切さを認識するために、様々な機会をとらえて、まちづくりに関する学習に努めるものとする。

日光創新塾は、まちづくりをしたいという熱い想いを持った若者が集い、まちづくりを学び、実践しています。塾生たちは講義を受けるだけでなく、グループに分かれて市の課題を発見したり、イベントを開催したりとさまざまな活

動をしています。昨年までの活動の一部をご紹介します。

○日光酒まつり

市内在住者をターゲットに、今地域の酒蔵をより身近に感じてもらう、日光の地酒を味わい、地元のすばらしさを体感してもらうイベントです。

○きものde日光けっこう良い処^{ところ}

日光地域を中心に、着物でまちなかの散策やお茶会への参加など日常では体験できないことを体験してもらいました。地域活性化および和装の似合う街というイメージで、日光への集客につなげることを目的に開催したものです。

今回ご紹介した2つのイベントは、これまでに何度か開催しているもので、回を重ねるごとにによりよいイベントへとパワーアップしています。今年も日光創新塾第4期生の活動が始まっていますが、今までは違った取り組みを企画しているようです。これからの日光創新塾、そして塾生の活躍にこころ期待!

日本初のプロアイスホッケークラブ

アイスホッケーは、大正14年の創部以来73年の歴史を重ねた古河電工アイスホッケー部を前身に、平成11年に誕生した日本初の



心を一つに観客熱狂

「H.C.C. 栃木日光アイスバックス」
アイスホッケーの試合を会場で見ただことはありますか？ 攻守が目まぐるしく変化し、選手たちの華麗なスティックワークとスケイティング技術、迫力あるシュートと体をぶつけ合つてのバックスの奪い合いは観るものを魅了します。その激しさから「氷上の格闘技」とも言われています。今回は、日光を代表するウインタースポーツであるアイスホッケー競技のトップチームH.C.C. 栃木日光アイスバックス（以下、アイスバックス）を紹介します。

今シーズンも9月からアジアリーグの熱戦が繰り広げられています。日光のスポーツ文化を体感しに行ってみてはいかがでしょうか。



一心不乱に攻める

プロアイスホッケークラブチームです。現在は、親企業を持たない市民クラブチームとして、地域と国内外のファンやクラブ会員、スポンサーに支えられ、日光霧降アイスアリーナをホームとして、アジアリーグを舞台に戦っています。平成24年にはアジアリーグ準優勝、平成26年には全日本アイスホッケー選手権大会で創部16年目で初優勝を飾り、人気・実力を備えたクラブチームとして、国内外に存在感を示しています。また、ホームタウンである日光市は、平成25年に2度目の「ホッケータウンインアジア」を受賞しました。

ぶらり日光ブランド探訪

vol.30

くわしくは
秘書広報課

シティプロモーション推進室

☎(21) 5135

提供：日光市農村生活研究グループ協議会



旬のレシピ 6

今月の注目食材は「カボチャ」



カボチャのサラダ

カボチャには^{ベータ}βカロテンといわれる成分が多く含まれています。βカロテンは必要に応じて体内でビタミンAに変わり、有害な活性酸素から体を守る抗酸化作用や、免疫を増強する働きがあるといわれています。

この時期にぴったりの一品となっています。日々の食卓のお供にいかがでしょうか？

◎材料／6人分

カボチャ…約400g、ニンジン…1／4本、キュウリ…2本、大根…約100g、塩…少々、マヨネーズ…大さじ5、ヨーグルト…大さじ2、こしょう…少々

◎作り方

- ①カボチャのわたと種を取り除き、一口大に切る。ニンジンを薄い輪切りにし、さらに千切りにする。
- ②①を耐熱皿に入れ、ラップをかけて600Wの電子レンジで4～6分加熱する。
- ③柔らかくなった②のカボチャをフォークで粗くつぶし、②のニンジンと一緒に室温で冷ます。
- ④キュウリを薄い輪切りにし、

大根を千切りにする。塩を少々振ってからめ、水気を絞る。

- ⑤ボウルに③、④、マヨネーズ、ヨーグルト、こしょうを加えて混ぜたら出来上がり。

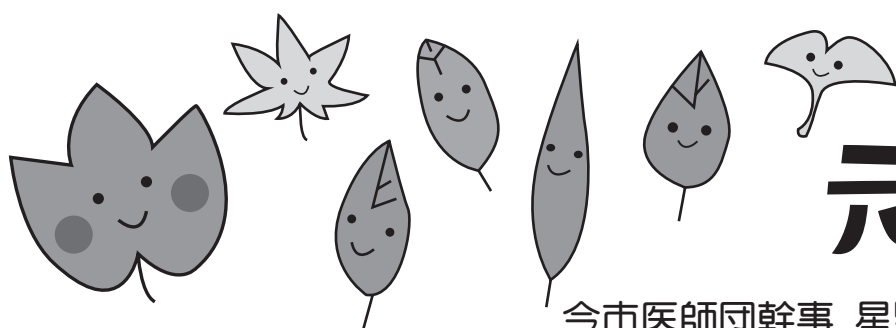
◎ポイント

カボチャにさっぱりとした味わいのキュウリと大根をプラスしてみました。お好みでトマトやレタスなどをトッピングに加えると色合いもきれいに仕上がります。

◎今回のレシピは

143キロカロリー（1人分）

- ・タンパク質…2.0g
- ・脂質…7.9g
- ・塩分…0.3g



元気予報

今市医師団幹事 星野レディスクリニック 星野 恵子 ほしの けいこ

腹圧性尿失禁

尿失禁とは、自分が排尿をしようと思っていないときに尿が漏れてしまう状態で、このために社会的または衛生的に支障をきたすものをいいます。

尿失禁はその症状からいくつかに分類されていますが、最も多いのは腹圧性尿失禁です。これは、急に立ち上がったときや重い荷物を持ち上げたとき、咳やくしゃみをしたときなど、お腹に力が入ったときに尿が漏れてしまう状況のことをいいます。

また、これらの症状は中高年女性に多く(85%が女性)、さらに全女性の約25%はこれを経験しているといわれています。病態は、骨盤の底にあり、肛門や尿道、膣が骨盤出口から脱出しないように支えている筋肉や靱帯(骨盤底筋群)または、尿道の尿を止めたり出したりする筋肉(尿道括約筋)が緩むために起こります。

腹圧性尿失禁の第一の原因は妊娠・分娩です。分娩以外には遺伝や閉経、慢性呼吸器疾患、便秘、

肥満などが原因となります。

診断は問診が重要です。尿失禁の起こる状態や頻度、職業、分娩歴とそのときの状況、骨盤内手術や便秘の有無などを聞き、尿疾患の程度を判定します。また、排尿日誌、パッドテスト(尿失禁定量テスト)・超音波による残尿測定、尿検査による血尿や膿尿の除外などがあります。

治療は、軽症の場合は骨盤底筋体操を行い、尿道括約筋や骨盤底筋群を強くすることにより、かなりの症状の改善が期待できます。体操の方法は、リラックスした姿勢をとり、膣および肛門を意識しながらゆっくり締め、5秒数えたら緩めます。これを5回1セットとして1日に10セット行います。効果が表れるまで3カ月以上かかるため、毎日続けることが大切です。

その他、薬物療法としてはβ受容体刺激薬(膀胱を広げる作用がある)などが使用されています。重症例や上記治療が無効な場合は外科的治療を考慮します。尿失禁が持続する場合は、医療機関への受診をご検討ください。



川柳

選者

大橋芳明

やけ酒も祝杯もいる終電車

吉田貴博

待ちぼうけ女に毒の芽が生える

安井貴子

満天の星に祈った坂の上

吉新勝夫

正直に生きて背中を孫に見せ

大橋貢善

老いたりと言えど我が家の羅針盤

田中来川

俳句

選者

須藤火珠男

青芒一斉蜂起谷中村

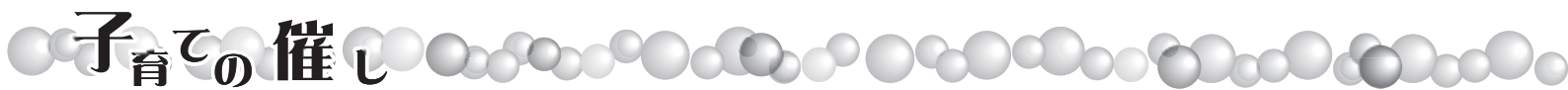
大河原晴子

昔知る人に寂しき盆踊り

白土武夫

盆踊り歌の切間にチチ口聴く

池田三夫



子育ての催し

講…講師 定…定員 ¥…費用 持…持ち物 申…申込期間 問…問合せ

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) 問…☎22-2299	10月5日(水) 午後1時30分～3時	◎ママのミニ学習会「からだ編」子どもの病気～知ってて安心！ 予防と対応～ 講… ^{よしはらしげみ} 吉原重美氏 申…10月3日(月)まで ※お子さんを預かります
	10月13日(木) (雨天の場合14日) 午前9時30分～11時30分	◎ミニ動物園～かわいい動物に触れてみよう～ 場所…今市運動公園(サッカー場)
	10月25日(火) 午前10時～午後2時	◎秋の遠足～りんご狩り～ 定…親子20組(先着順) 申…9月30日(金)午前9時から 行き先…リンゴ園(宇都宮市)
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) 問…☎54-3001	10月13日(木) 午前10時～午後0時30分	◎食育講座「簡単ごはんおやつ作り」 講…市栄養士 ¥…500円 申…10月3日(月)まで ※メニューは 3品程度試食あり ※お子さんを預かります
	10月27日(木) 午前10時30分から11時30分	◎「親子ふれあい体操」 講… ^{おぐらのりこ} 小倉則子氏 申…10月25日(火)まで ※毎日の生活に取り入れ られる親子のふれあい遊び
	10月31日(月) 午前10時30分から11時30分	◎「ハロウィーン」お楽しみ会 講… ^{かわでともこ} 川出朋子氏 申…10月27日(木)まで ※音楽で遊ぼうのコー ナーやパネルシアター、ハロウィンタウンめぐりなどで楽しく遊び ます
鬼怒川親子ふれあいひろば (藤原保健センター内) 問…☎76-0881	10月中いつでも(月間行事) 午前10時～正午	◎月間行事「ハロウィン工作」 講…職員 ※手作りでハロウィンを楽しみます
	10月7日(金) 午前10時～正午	◎ひだまりサロン「ミニミニ運動会」 講…オピニオンリーダー藤原支部 ¥…100円 ※室内でミニ運動 会、赤ちゃんでも参加できます
	10月19日(水) 午前10時～正午	◎食育「おやつをつくろう1～2歳児向け」 講…市栄養士 ¥…500円 定…10組 持…エプロン 申…10月7 日(金)まで ※お子さんを預かります(前日までに申し込む)

足尾親子ふれあいひろば(足尾認定こども園) 開催日時：10月17日(月)午前10時～正午
問…☎54-3001(日光親子ふれあいひろば)



作品を募集しています
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、漢字には、ふりがなを明記してください。
応募先およびくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
☎(21)5135・FAX(21)5109

短歌
選者 川田美佐男

蝉しぐれこの身を祓ふ木立風
植竹勝

朝雨に虹の大橋大谷川
植田義雄

脱穀機足踏み式も胸踊る手造りパンの香る麦畑
阿久津年秀

眞清水の囁くようなせせらぎに流れただよう梅花藻
池田三天

トラックの音敏感に暴れ出す虚ろ眼は飼い主を追う
青木照雄

夏祭り揃いの浴衣の踊り子が笑顔さやかに夜に華や
く
植竹勝

窓越しにすぎゆくバスを眺むれば昔なつかし旅の思
い出
渡辺文夫

♠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・足尾地域	19日(水)	午後 1 時～ 1 時15分	日光福祉保健センター
	大沢・落合・塩野室	26日(水)	午後 1 時～ 1 時30分	今市保健福祉センター
	今市・豊岡	27日(木)		藤原保健センター
	藤原・栗山地域	31日(月)		今市保健福祉センター
8 か月児 健診	今市・豊岡	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・足尾地域	19日(水)	午後 1 時～ 1 時30分	今市保健福祉センター
	大沢・落合・塩野室	20日(木)		藤原保健センター
	藤原・栗山地域	31日(月)		今市保健福祉センター
1 歳 6 か月 児健診	今市・豊岡	12日(水)	午後 1 時～ 1 時30分	今市保健福祉センター
	大沢・落合・塩野室	21日(金)		藤原保健センター
	藤原・栗山地域	26日(水)		今市保健福祉センター
2 歳児 歯科健診	今市地域全地区	6 日(木)		日光福祉保健センター
3 歳児健診	日光・足尾地域	5 日(水)	午後 1 時～ 1 時15分	日光福祉保健センター
	今市・豊岡	19日(水)	午後 1 時～ 1 時30分	今市保健福祉センター
	藤原・栗山地域	26日(水)		藤原保健センター
	大沢・落合・塩野室	28日(金)		今市保健福祉センター
12か月児 相談	日光・足尾地域	18日(火)	午前 9 時45分～ 10時15分	日光福祉保健センター
	藤原・栗山地域	21日(金)	午前10時～ 10時30分	藤原保健センター
	今市地域全地区	26日(水)	午前 9 時～ 10時	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	塩野室地区	6 日(木)	午前 9 時30分～ 11時	小林中学校体育館
	豊岡地区	14日(金)		豊岡公民館
	大沢地区			大沢地区センター
	日光・足尾地域	18日(火)	午前10時15分～10時45分	日光福祉保健センター
	藤原・栗山地域	21日(金)	午前10時～10時30分	藤原保健センター

❖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。

❖対象児および家族の中で感染症にかかっている方、または感染症の疑いがある方がいる場合は、事前に健康課までご連絡ください。なお、健診は月齢が過ぎていても受診できます。感染症が完治してから受診してください。

♠健康相談

地域の行政センターなどで毎月健康相談を実施します。

対 象 地 域	と き	受 付 時 間	会 場
日光地域	5 日 (水)	午前 10 時～正午	日光福祉保健センター
	18 日 (火)		
藤原地域	3 日 (月)	午後 1 時 30 分～ 4 時	藤原保健センター
	21 日 (金)	午前 10 時～正午	
足尾地域	4 日 (火)		午後 2 時～ 4 時
	18 日 (火)		
栗山地域	5 日 (水)	午前 10 時～正午	栗山行政センター
	18 日 (火)		

10月

健康診査・検診



くわしくは
健康課



日光市平ヶ崎109
(今市保健福祉センター内)
☎21-2756

10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(高德) ☎76-1515
- ◆8日(土) 午後5時～10日(月)午前8時
川上病院(並木町) ☎22-2311
- ◆10日(月) 午前8時～11日(火)午前8時
日光市民病院(清滝) ☎50-1188
- ◆15日(土) 午後5時～17日(月)午前8時
森病院(今市) ☎22-1024
- ◆22日(土) 午後5時～24日(月)午前8時
今市病院(今市) ☎22-2200
- ◆29日(土) 午後5時～31日(月)午前8時
獨協医大日光医療センター(高德) ☎76-1515

歯科

診療時間…午前10時～午後4時

- ◆2日(日)
入江デンタルクリニック(大室) ☎26-0090
- ◆9日(日)
大島歯科医院(花石町) ☎54-0832
- ◆10日(月)
てづか歯科医院(松原町) ☎53-1956
- ◆16日(日)
斎藤歯科クリニック(木和田島) ☎26-3110
- ◆23日(日)
鈴木歯科クリニック(土沢) ☎26-5566
- ◆30日(日)
鈴木歯科医院(鬼怒川温泉大原) ☎76-2112

休日急患こども診療所

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)

♠成人健康診査(完全予約制)

※■の色付きの日は、女性のみの健診日です。

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
4日(火)	小佐越地区多目的センター	午前9時～10時	○	○	○	○		○	○
7日(金)	落合公民館	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		○	○
13日(木)	豊岡地区センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		○	○
19日(水)	つつじヶ丘公民館	午前9時～10時	○	○	○	○		○	○
23日(日)	藤原保健センター	午前9時～10時30分	○	○	○	○		○	○
24日(月)	今市保健福祉センター	午前8時30分～11時	○	○		○		○	
25日(火)	今市保健福祉センター	午前8時30分～10時30分	○	○	○	○		○	○
27日(木)	大沢地区センター	午前8時30分～11時	○	○		○		○	
28日(金)	大沢地区センター	午前8時30分～11時	○	○	○	○		○	○

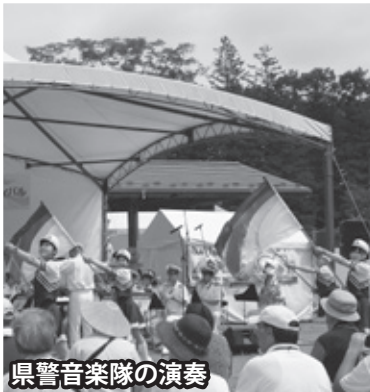
健康診査・検診項目

- ①特定健康診査(40～74歳で国民健康保険に加入の方)、はつらつ健康診査(後期高齢者医療制度に加入の方)、胃・肺・大腸がん検診(40歳以上)
- ②子宮がん検診(40歳以上で偶数年齢)、乳がん検診【マンモグラフィ・超音波(40歳以上で偶数年齢)、超音波(40歳以上で奇数年齢)】
※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(50歳以上)
- ④骨粗しょう症検診(40歳から5歳間隔で85歳までの女性)
- ⑤歯科健康診査(19歳以上)
- 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)

- ❖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。なお、ご希望の健診日がすでに満員となっている場合もありますので、電話でご確認ください。
- ❖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、特定健康診査を受診する場合は、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。
- ❖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。



8・9月に市内で行われたイベントについてお知らせします



県警音楽隊の演奏



お父さんと一緒に鉛筆作り体験

8月11日(木・祝)、今年から制定された祝日「山の日」を祝う「栃木県「山の日」制定記念フェスティバル」が日光だいや川公園で行われました。

特設ステージでは、県警音楽隊によるコンサートや栃木県出身のキーナ奏者「Ren」さんのキーナコンサート、タレントの金子貴俊さんのトークセッションなどが行われました。

公園内では、山の日にちなんだ食体験イベントや、アウトドアヨガ、山・森・水辺の生き物の観察会などの自然体験イベントが行われました。

木の枝から鉛筆を作る体験にお父さんと一緒に参加した大久保泰惺くん(4歳)は「この鉛筆で大好きな恐竜と魚の絵をいっぱい書きたい!」と元気に話してくれました。

世界遺産フェス in 輪王寺



マルシェの飲食物を楽しむ来場者

8月6日(土)～11日(木・祝)に日光開山1250年を記念した「世界遺産フェスティバル in 日光山輪王寺」が輪王寺境内で開催されました。

このイベントは、市観光協会や交通事業者などを中心とした「世界遺産「日光の社寺」プロモーション委員会」が主催したもので、公募により出店した飲食店や雑貨店などでマルシェ(市場)が行われました。

マルシェには、地元の名産品をはじめ、焼きそばやラーメンの他、いちごのスムージーなどのスイーツ店も軒を並べ、買い求める人たちの長い列ができていました。また、会場の中央には特設ステージが設けられ、音楽の演奏やアトラクションなどで盛り上がりました。

最終日には、シンガーソングライターのおくはなこさんのライブが開催され、多くの来場者でにぎわっていました。



満席になったライブ会場

栃木県「山の日」制定記念フェスティバル

足尾納涼祭

小来川納涼盆踊り



踊りを楽しむ田村さん一家

8月13日(土)、毎年恒例の足尾納涼祭が足尾行政センター前で開催されました。この日は時折小雨の降る天気でしたが、集まった大勢の参加者たちは、足尾に古くから伝わる「直利音頭」に合わせた盆踊りなどで盛り上がりました。

横浜市から訪れた田村さんは、「おばあちゃんの家が足尾にあるので来ました」と、家族で踊りを楽しんでいました。



演奏した地元中学生

8月14日(日)、小来川ふるさと交流館駐車場で小来川納涼盆踊りが行われました。午後6時～7時まで、小来川中学校の生徒たちが演奏をし、会場はにぎわいました。

愛媛県から帰省した横山明美さんは「久しぶりに地元へ帰る、お祭りに参加できたことがとてもうれしいです。これからもずっと続いてほしいですね」と話してくれました。



今月の表紙

日光水祭り



放水で全身ずぶ濡れ!

8月11日(木・祝)、大谷川グリーンパークで日光水祭りが行われました。これは、まちづくり団体である「まちづくり10課」が、日光の「水」をテーマに企画したものです。

当日は、市内から小学生や家族連れが大勢参加しました。また、このイベントには今市工業高等学校の生徒も参加し、水鉄砲の作り方教室が開かれました。参加者たちは自分だけの水鉄砲を熱心に作成し、自分で作った水鉄砲で的あてゲームやチームに分かれての水掛けゲームなどを行い楽しみました。

また、消防自動車による放水イベントも行われ、子どもも大人も全身ずぶ濡れになりながら楽しんでいました。



自作の水鉄砲で撃ち合い!!



特大カブトムシが登場

子ども夏祭り「縁日で遊ぼう」が開催されました。「図書館ボランティアかたくり」が、飾りつけや縁日の商品を手作りし、その精巧さに子どもたちは驚いていました。

また、影絵遊びでは最後に50センチ以上の手作りのカブトムシが登場しました。本物そっくりに作られた大きなカブトムシに会場からは歓声が上がっていました。



日光橋を渡る参加者

9月3日(土)・4日(日)の2日間、日光・今市地域で日光開山1250年記念第17回日光ツデーウォークが開催され、北は北海道、南は鹿児島県から延べ1,599人が参加しました。

2日間とも天候にも恵まれ、初日はギネスブック「日光杉並木」コース、2日目は世界遺産「日光の社寺」コースにチャレンジ。残暑厳しい日光路をそれぞれに楽しみました。

子ども夏祭り

日光ツデーウォーク

産業遺産見学会



足尾事業所の職員の説明

9月1日(木)、国登録有形文化財に指定されている古河掛水倶楽部で、産業遺産見学会が開催されました。産業遺産見学会は今年で13回目の開催となり、以前は年に2回開催されていましたが、今年から年1回になりました。当日の参加者の人数は27名で、参加者は足尾事業所の職員の説明を聞きとても興味がある様子で楽しそうに見学をしていました。



参加者へのインタビュー

東京都から参加した秋谷^{あきや}さんと宮下^{みやした}さんに話を聞いたところ、秋谷さんは、足尾出身で本山に14歳まで住んでいて「久々に来て懐かしさがある」と満足そうな笑顔で見学会を楽しんでいました。

宮下さんは、「見学会には今まで参加したことがなく、興味があったので来ました」と、産業遺産を見て感動している様子で笑顔で話してくれました。

※産業遺産見学会の記事および写真(上段)は、職業体験学習(マイチャレンジ)で広報紙編集を体験した、大沢中学校2年生の山崎美和さんによるものです。

ま ち の ほ っ と NEWS



県消防操法大会で準優勝

7/30

技術向上などを目的に、第42回栃木県消防操法大会が県消防学校で開催されました。各地区の消防団の代表としてポンプ車の部8チーム、小型ポンプの部7チームが出場し、技術とタイムを競いました。小型ポンプの部に出場した今市消防団第2分団は、日頃の訓練の成果を存分に発揮し、見事準優勝に輝きました。



準優勝の今市消防団第2分団

文・写真：今市消防署

「納涼列車」運行しました！

8/5

藤原

野岩鉄道は、夏恒例の生ビール飲み放題「納涼列車」を新藤原駅〜会津高原尾瀬口駅間で一往復運行しました。当日は晴天で気温が高い絶好のビール日和。乗車した方々には冷えた生ビールを存分に味わってもらいました。

また、会

津高原ファミリーバンドのライブなどもあり、車内は大いに盛り上がりまして。



あいさつする佐久間弘之社長

文・写真：野岩鉄道株式会社

へアカット講座開催

8/9

今市

ママサークル「PEEK A BOO mama」主催のへアカット講座が南原コミュニティセンターで開催されました。講師に美容室「Keiji Cias」代表でNHKEテレビの番組「すくすく子育て・まいにちスクスク」でおなじみの中村啓二さんを迎え、参加者はハサミの持ち方やヘアアレンジを熱心に教わりました。



プロのテクニックを受講

文・写真：市民リポーター大野ひとみ

広島平和記念式典派遣事業報告会

8/20

広島平和記念式典に派遣された中学生40名の報告会が開催されました。「ヒロシマがわたしたちに教えてくれたこと」などをテーマに、8月5日(金)〜7日(日)の広島での活動内容についてグループごとに発表しました。

最後に原

爆や戦争の恐ろしさや悲惨さに触れ、平和の尊さを伝えていきたいとの誓いがありました。



堂々と発表する中学生

文・写真：学校教育課

北海道体験研修事業成果報告会

8/20

小学6年生〜中学1年生と青少年リーダーを対象とした5日間の北海道体験研修の成果報告会を、大沢地区センターで行いました。参加者はそれぞれ、研修中に学んだことをテーマに壁新聞を作成。グループごとに感想を交えながら発表しました。発表を通し、一人一人が大きく成長した様子が見られました。



成果報告会を終えた参加者

文・写真：生涯学習課

「ブルタブ」で車椅子寄贈

8/30

今市

大貫静子さん(今市)から、車椅子の寄贈がありました。これは、空き缶の「ブルタブ」を収集・換金し購入したもので、寄贈は今回が2台目。9年前から一緒に収集を続けてきた夫が3年前に他界した後は、地域の協力を得て今回の寄贈となりました。

車椅子は、

道の駅「日光」日光街

道ニコニコ本陣で使用

される予定です。



車椅子を寄贈した大貫静子さん(左)

文・写真：社会福祉課

身近なニュースを募集しています

まちのほっとニュースでは、皆さんから記事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可能です。ただし、携帯電話のカメラで撮ったものなど、大きくした際に画像が荒れてしまうものは不可とします。

あて先 〒321-1292 今市本町1番地

日光市役所 総合政策部 秘書広報課 広報広聴係

メール hishokouhou@city.niko.lg.jp

city.niko.lg.jp

世界の山々を駆け登る トップランナー



※この写真は、職業体験学習(インターンシップ)で広報紙の取材を体験した、今市高等学校2年生の成井京夏さんが撮影したものです。

トレイルランナー 星野 由香理 さん

今月は、神奈川県から移住し、世界で活躍しているトレイルランナーの星野由香理さんにお話を伺いました。最近では、7月にスペインで行われた世界大会で8位(アジア勢唯一のトップ10入り)という成績を残しています。

◎トレイルランニングとは？
トレイルランニングには明確な定義はありませんが、未舗装の道を走ることです。他にも標高2、000m以上を走る「スカイランニング」や、標高差1、000mの斜面を一気に駆け上がる「バーティカル」などさまざまな山岳を走る競技があります。

◎トレイルランニングを始めたきっかけは？
滝が大好きなので、よく山を歩いていました。社会人になってから会社のランニングチームに所属して、そこからランニングの楽しさを感じて山で走るようになりました。

◎トレイルランニングの魅力とは？
景色が最高です。山を駆け上がって

るときは、辛く苦しいこともありませんが、頂上から眺めた時の景色に達成感を感じ、癒されています。

◎普段の練習は？
週に5・6日は走っています。現在は、9月に行われるUTMF(ウルトラトレイル・マウントフジ)という大会に向けて練習をしています(距離170km、累積標高9、500mを走るレース)。高所でのトレーニングをするために富士山や南アルプスなどで練習を行っています。昨年のUTMFではタイムが29時間くらいで6位だったので、今年は優勝を目指しています。

◎日光市に移住するきっかけは？
結婚を機に日光市にきました。昔から山登りや滝を見によく訪れていて、とても好きな場所でした。標高の高い場所での練習もできまし、練習後の温泉が最高ですね。

◎今後の目標を教えてください
直近の目標はUTMF優勝と2年後に行われるスカイランニングの世界大会で入賞を目指しています。そして、11月に市内で「日光国立公園マウンテンランニング」というトレイルランニングの大会が行われます(情報なび27P参照)。選手目線からアドバイスなどをさせてもらったので成功してほしいですね。

◎インタビュを終えて…

過酷なレースを戦っているとは思えないほど柔らかい雰囲気の方の星野さん。目標を尋ねたときの「すぐくたくさんあるんですよ…」と目をキラキラさせながら話す表情がとても印象的でした。

紹介したい人、サークルを募集しています

「輝き人」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せん。ぜひお寄せください。

※掲載にふさわしくない内容が含まれている場合は、紹介をお断りすることがあります。

連絡先およびくわしくは
秘書広報課 広報広聴係
☎(21)5135



ポルトガルでの大会の様子



8月に開催された全日本中学生ホッケー選手権大会3位



今市中学校男子ホッケー部

全日本中学生ホッケー選手権大会優勝
8月に開催された全日本中学生ホッケー選手権大会で、2年ぶり2度目の優勝をしました。



10月1日(土)から、0歳児に対するB型肝炎の予防接種が国の制度に基づく予防接種となります。対象は4月1日(金)以降に生まれたお子さんで、1歳になるまでに3回の接種が必要です。対象者には、生まれた翌月末を目

B型肝炎の予防接種が始まります



大沢中学校男子ホッケー部

ケー選手権大会で、入賞しました。

▼日光市役所
〒321-1292
今市本町1番地
☎ 22-1111(代表)
FAX 21-5137(代表)

⑧…日光行政センター
〒321-1492 中鉢石町999番地
⑨…藤原行政センター
〒321-2595 藤原1番地
⑩…足尾行政センター
〒321-1514 足尾町通河8番2号
⑪…栗山行政センター
〒321-2712 日蔭575番地

フィール ソー グッド
feel so good!

暮らして満足
訪れて納得
自然と笑顔になれるまち



◎骨髄バンク登録にご協力ください
白血病などの血液難病の患者にとつて、骨髄移植や末梢血幹細胞移植は大変有効な治療法です。この治療には白血球の型が一致する提供者(ドナー)が必要ですが、一致する割合は兄弟姉妹間で4分の1、非血縁者間では数百から数万分の1であり、個人の力でドナーを見つけるのは大変困難です。一人でも多くの患者を救うためには、多くの方のドナー登録が必要です。登録については、県西健康福祉センター(☎0289(64)3125)、県骨髄データセンター(☎028(659)0111)へお問い合わせください。

◎骨髄移植ドナー支援事業奨励金
対：骨髄などのドナーのうち、市内に住所を有するか市内の事業所に勤務する方で、日本骨髄バンクを介して提供を行った方、およびドナーが勤務する事業所 奨励金額：骨髄などの提供のために通院・入院した日数に応じ、ドナーは1日につき2万円、事業所は1日につき1万円(いずれも7日を限度) 申：骨髄などの提供後、90日以内に問

す10月は骨髄バンク推進月間で

安に、市からお知らせを送付します。
また、市は対象となるお子さんが9月30日(金)までに任意でB型肝炎の予防接種を受けた場合、その費用の助成をしています。
問：健康課 ☎(21)2756

JR 今市駅前 喫茶
風のギャラリー

10月のティータイムコンサート
10月15日(土) 午後2時から

ピアノ演奏と共に織りなす心響く音楽

出演：シンガーソングライター fusae

珈琲 or 紅茶+ケーキ付 1,000円

お申込み・お問い合わせ 0288-25-3396

風のギャラリーはシルバー人材センターが運営しています。



年金のお受取りはJAへ!

年金受取口座指定替えて

3,000円分の
クオカードプレゼント!

●詳しくは最寄りのJA支店
または本店貯金課まで

JAかみつが本店貯金課
☎0289-65-1003





合先窓口へ

☎健康課 ☎(21) 2756

身体障がい者巡回相談

☎11月17日(木)午後2時～4時 所

…今市保健福祉センター(平ヶ崎) 内

…相談医が、医学的な相談や身体障害者手帳の取得・等級変更、補装具やリハビリに関する相談などを行います

☎身体に障がいがある方 ☎11月2日(水)までに、問合先へ電話またはFAX

☎社会福祉課 ☎(21) 5174

「商品メニュー等多言語化促進事業補助金」の制定

10月1日(土)から、外国人観光客の誘致を目的に、宿泊施設や飲食施設などで案内パンフレットや商品メニューなどに外国語表記を行う事業者に、経費の一部を補助します。

☎市内の宿泊事業者、飲食事業者、土産品販売店など 補助金額…経費の3分の2以内(上限10万円) ※1年度当たり1回 ※詳しい要件などについては、問合先へお問い合わせください ☎観光交流課 ☎(21) 5196

浄化槽を設置している方へ

◎維持管理

浄化槽の維持管理には保守点検と清掃があり、定期的に実施することが法

律で義務付けられています。

保守点検は、浄化槽の機能が正常に保たれるよう、機械の点検・調整・補修や消毒剤の補給などを行います。県知事の登録を受けた浄化槽保守点検業者に委託してください。

清掃は、浄化槽内にたまった汚泥を抜き取ります。市長の許可を受けた浄化槽清掃業者に委託してください。

◎法定検査

浄化槽は、業者による保守点検とは別に、指定検査機関(県内では栃木県浄化槽協会)による年1回の検査が法律で義務付けられています。保守点検を委託している業者にご相談ください。

検査料金は、県内一律で浄化槽1基につき1回3,000円です。

☎下水道課 ☎(21) 5150

集団災害対応訓練

集団災害発生時の初動体制確立と、ドクターヘリや防災ヘリなどの連携を目的に消防訓練を行います。ヘリコプターの離着陸の他、消防自動車やサイレンを鳴らして通行しますが、災害ではありませんのでご注意ください。

☎10月28日(金)午前10時から 所…西川運動場他 ☎藤原消防署 ☎(76) 1444

足尾消防団通常点検

☎10月30日(日)午前9時～正午 所…足尾中学校(式典)・わたらせ渓谷鐵

道通洞駅前(分列行進) ※分列行進のため、午前11時40分～午後0時10分ごろに足利銀行足尾支店～アート門の区間が通行止めになります

☎日光消防署足尾分署 ☎(93) 3839

歴史民俗資料館くん蒸業務の実施および休館のご案内

資料の防虫・防菌のため、薬剤によるくん蒸を行います。お手持ちの古文書などのくん蒸を希望される方はお申し込みください。

なお、くん蒸業務のため10月10日(月・祝)～17日(月)は休館します。

☎10月10日(月・祝)～17日(月) ☎無料 ☎10月5日(水)までに問合先へ電話 ※分量によつては受け入れられない場合があります

☎歴史民俗資料館 ☎(22) 6217

細尾ドームリンクオープン

営業期間…10月8日(土)～平成29年3月20日(月・祝) 営業時間…各種大会の開催日を除く、午前8時～午後4時30分 ☎一般…720円/高校生…410円/小中学生…200円 ※シーズン券あり ※貸し靴なし ☎細尾ドームリンク ☎(54) 0474

予約制による年金相談のご案内

年金相談の予約は、相談希望日の1

日光市大室1146-21

車いすでも乗れるタクシー

おたすけ隊 はなちゃん 福祉タクシー

日光市福祉タクシー券利用可

ご予約・お問い合わせは…

☎0288-25-3803

お気軽にお電話ください!

はなちゃん福祉タクシー 検索

- 通院
- 送迎
- 買物
- 旅行
- その他

力月前から電話または窓口で受け付けています。予約の際は、相談者および配偶者の氏名、基礎年金番号、電話番号、相談内容などについて確認が必要になります。

日…月曜～金曜 午前8時30分～午後4時(土曜・日曜、祝日および12月29日～1月3日を除く) 申…専用電話番号(☎22)1057へ電話

問…今市年金事務所☎(88)0082

国民年金保険料の納付は前納がお得です

国民年金保険料(月額1万6、260円)は、保険料を一括で支払う「前納制度」があります。

月々の保険料を納付書で納付している(現金で納めている)方が、10月から平成29年3月までの6カ月分の保険料をまとめて前納すると790円の割引になります(納付期限10月31日(月))。

また、ご希望月から平成29年3月までの保険料を前納することも可能です。その他、口座振替やクレジットカードでの納付による割引もあります。

問…今市年金事務所☎(88)0082

県民健康・栄養調査にご協力ください

県民の食生活や身体状況、生活習慣などの実態を把握し、今後の健康づくり施策に役立てるため、県民健康・栄養調査を実施します。ご協力をお願いします。

問…郵送によるアンケート調査：無作為に抽出した20歳以上の住民(県全体で2万2、500人)／調査員の訪問による調査：無作為に抽出した地区の住民(県全体で約1、500人) 調査時期…10月～11月

問…県保健福祉部健康増進課 ☎028(623)3094

行政書士会による無料相談会

日…10月29日(土)午後1時～3時 所…大沢公民館 問…相続・遺言・農地法に関すること

問…県行政書士会日光支部 福田 豊 ☎(26)5000

不正軽油に関する情報をお寄せください

毎年10月は全国不正軽油撲滅強化月間です。不正軽油とは、軽油引取税の脱税を目的に灯油や重油などを混ぜて使用するもので、不正に関わった方は全て罰則の対象になります。不正軽油に関する情報は、問合先へご連絡ください。

問…不正軽油110番(栃木県税事務所内) ☎0282(23)3862

「聞こえのサポート・補聴器相談と交流」のご案内

聞こえない、聞こえにくいことで困っていませんか？ 補聴器の装用を検討している方や関心のある方、聞

こえに不自由を感じている方やその家族などを対象に、相談講座と交流会を行います。会場ではコミュニケーションに配慮しますので、聞こえない方でも安心して参加できます。

日…相談会・個別相談・座談会…11月10日(木)午前10時～正午(受付は午前11時まで)／コミュニケーション体験・交流会…午後1時～3時(受付は午後1時まで) 所…今市保健福祉センター(平ヶ崎) 問…補聴器相談(聞こえと補聴器に詳しい専門家が質問にお答えします) ※販売はしません

※聞こえの悩み相談(身体障がい者相談員などが相談にのります) ※その他(難聴者に役立つ福祉機器の展示など) ※無料

問…NPO法人とちぎ難聴 ☎080(8742)9811 ☎0285(51)1326

募 集

高齢者保健福祉施設整備事業に伴う整備法人(再募集)

市高齢者福祉計画・第6期介護保険事業計画に基づく、高齢者保健福祉施設の整備法人を募集します。
整備施設…認知症高齢者グループホーム(1カ所・定員9名、1ユニット)
※募集要項は9月29日(木)～10月14日(金)に問合先で配布の他、市ホームページからもダウンロード可 ※説明

ご家庭のお困り事、なんでも解決します!

- ・ゴミの片付け
- ・リフォーム
- ・プチ解体
- ・室内の清掃
- ・電球交換
- ・ハチの巣駆除
- ・重量物の移動
- ・家事代行
- ・遺品整理
- ・草取り



☎0120-123-326

受付時間 午前8:00～午後8:00 (日・祝祭日は休業)

ご家庭のお困りごとなら 株式会社 近代環境整備社 株式会社 近代環境整備社 栃木県日光市大室362 TEL0288-26-3962

ホームページは 株式会社 近代環境整備社 検索 http://www.gokatei-ouentai.com/

日光市民限定夕食

晩ごはん 1,000円

築地刺身、北海道焼魚、天婦羅
ごはん、味噌汁

割烹居酒屋

驛のまえ

東武下今市駅正面 ☎0288-22-8282

PM4:30～11:00 / 第1・第3木曜日定休



会を10月6日(木)に開催。詳しくは募集要項を確認 ※説明会に出席する場合は、10月4日(火)午後5時までに問合先へFAX、またはメール
 問：高齡福祉課 ☎(21) 5100
 FAX(21) 5105
 E-mail: kourei-fukushi@city.nikko.lg.jp

キャリア・マネジメント講座 受講者

女性リーダーとして部下を指導する際のリーダーシップなどを学び、人を育てる力や組織を動かす力身につけます。
 日：11月10日(木)・22日(火)、平成29年1月24日(火)午後1時30分～4時30分 所：日光商工会議所今市事務所
 対：市内企業や団体などに勤務する女性、市内在住の女性 講師：野内比佐子氏(株式会社あしぎん総合研究所) 定：30名 費：無料 申：10月27日(木)までに、問合先へ電話、FAX、またはメール
 問：人権・男女共同参画課 ☎(21) 5148・FAX(21) 5105
 E-mail: jinken-danjo@city.nikko.lg.jp

企業向けトップセミナー参加者

女性が活躍する職場環境づくりを行う企業の育成を目指し、セミナーを行います。
 日：10月26日(木)午後2時～4時 所：日光商工会議所今市事務所 講師：早川美由紀氏(株式会社真経営代表取締役)

締役 演題：「女性の力をもつと活用して儲かる職場を創る！」 対：市内企業の経営者または人事労務管理部門の統括者や担当者、その他希望する方 定：50名 費：無料 申：問合先へ電話またはメール
 問：商工課 ☎(21) 5136
 E-mail: shoko@city.nikko.lg.jp

成人の主張発表者(今市地域会場)二十歳の想い、伝えませんか

平成29年1月8日(日)に開催する成人式(今市地域会場)で、成人の主張を発表する方を募集します。
 募集原稿：1、200字程度、テーマは自由(例：二十歳になって、私の夢など) 対：新成人で、今市地域会場に出席予定の方 定：2名程度 ※応募者多数の場合は事務局で選考 申：原稿に住所・氏名・電話番号を明記の上、11月7日(月)までに問合先へ郵送または持参
 問：生涯学習課 ☎(21) 5182

期日前投票立会人

11月20日(日)執行予定の栃木県知事選挙の期日前投票立会人を募集します。
 立会予定日：11月4日(金)～19日(土)のうち都合の良い日 立会場所：市役所本庁、各行政センター、各地区センター・出張所、三依地区3投票所(芹沢生活改善センター、上三依公民館、横川公民館) ※三依地区3投票所は1日のみ 立会予定時間：本庁・各行政センター：午前8時30分～午後8時／各地区センター・出張所：平日午前8時30分～午後5時／三依地区3投票所：午前10時～午後3時30分 ※立会予定時間は変更の場合あり 対：当該選挙の選挙権を有する方 報酬(日額)：本庁・各行政センター：9、500円／各地区センター・出張所：7、100円／三依地区3投票所：4、700円 ※立会時間の変更により変わる場合あり 申：10月21日(金)までに問合先に電話
 問：選挙管理委員会事務局 ☎(21) 5180

平成29年度児童福祉週間標語

平成29年度の児童福祉週間(毎年5月5日～11日)に向けて、元気で頑張る子どもたちを応援する標語の募集を行います。なお、今年度の最優秀作品は「その笑顔未来を照らす道しるべ」で事業の象徴として、広く普及・啓発に活用されています。詳しい内容については、問合先へお問い合わせください。
 申：10月20日(木)までに問合先へ郵送、または持参
 問：子育て支援課 ☎(21) 5186

市スポーツボランティア養成講習会受講者

スポーツイベントのスタッフやユニ

学割あり

阿久津眼科となり 今市コンタクト

メガネ コンタクトレンズ 補聴器

- 各種コンタクトレンズ無料お試し体験実施中!
- お子様メガネ・各種ブランドメガネ特価奉仕中!
- 補聴器のこともお気軽にご相談ください。

日光市今市1157-1 ☎0288-21-3711
 ホームページ→<http://www.allvision-eye.com/>

手ぶらで楽ちん

ホテル森の家

地元割引 4名様1万円から
 昼のバーベキュー
 ☎070-5556-3333
 (予約制・値段と内容は応相談)
 パート募集
<http://www.citywalker.net> 日光市鬼怒川温泉大原 342-1



スポーツなどの指導補助に携わる意欲のある方を対象に、講話と体験講習を行います。受講修了者には認定証を交付します。

日…10月29日(土) 午前9時～午後4時
所…大沢体育館 内…市内または近隣市町に在住の18歳以上の方 定…30名
費…無料 申…10月21日(金)までに問合先へ電話または連絡先など必要事項を記入の上、FAX
問…スポーツ振興課
☎(21)5183・☎(21)5185

健康づくり応援教室～血糖値が高めの方へ参加者

日…10月28日(金) 午前10時～午後1時
所…今市保健福祉センター(平ヶ崎) 内…糖尿病のメカニズム・予防法について、糖尿病の予防に役立つ栄養法(脂質・糖分の取り方)、ヘルシーバランス食の試食 内…市内在住の19～74歳で、血糖値が高めの方 定…20名
費…500円 持…筆記用具、健診結果書、普段使用している茶わん、普段よく食べている菓子 申…10月21日(金)までに問合先へ電話
問…健康課 ☎(21)2756

楽しい軽運動教室参加者

日…10月25日、11月8日・22日、12月6日・20日(いずれも火曜日) 午前10時～正午 所…清滝体育館 講師…狐塚崇宏氏 対…市内に在住または勤務

している方 定…20名(申込多数の場合は抽選) 費…無料 申…10月10日(月・祝)までに問合先へ電話 ※お子さんを無料で預かります(要予約)
問…女性サポーターセンター
☎(53)1010

「オアシスぴあのコンサート」出演者

スタインウェイピアノを使用した、ピアノ発表会の出演者を募集します。
日…11月27日(日) 午前9時30分から受付 ※開演は午前10時 内…ピアノソロ・連弾、ピアノを含む少人数の合奏・ピアノ伴奏によるソロ演奏 ※生楽器に限る。マイク、スピーカーは使用不可 ※持ち時間は中学生以下1組5分以内、高校生以上1組10分以内 ※曲数は不問 対…市内に在住または勤務・在学している方 定…100組(先着順) 費…高校生以上…1人1,000円/中学生以下…1人500円 申…10月1日(土)～25日(火)に、申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて問合先へ持参 ※月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)休館 ※申込用紙は問合先で配布
所・問…今市文化会館 ☎(22)6213

日光彫教室受講生

日…11月～平成29年3月の土曜・月曜日 ※年末年始を除く 対…55歳以下の方 ※日光彫講師希望者は、年齢性

別を問いません。教室修了後に熟度検定を行います コース…月曜コース・土曜コース 定…各コース20名(先着順) 費…無料 ※材料費は実費 持…彫刻刀 申…10月3日(月)以降に問合先へ電話
所・問…日光木彫りの里工芸センター
☎(53)0070

ハロウィン体験参加者

ハロウィンにちなんだゲームや、「Trick or Treat」を合言葉にまちを歩きます。コンテストがあるので、仮装で参加してください。
日…10月29日(土) 午後2時～5時 所…道の駅「日光」日光街道二コニコ本陣 対…幼児・高等学校生(小学生以下は保護者同伴) 定…100名(先着順) 費…市国際交流協会会員の家族1名につき200円、非会員500円 申…10月3日(月)～21日(金)に問合先へ電話
問…市国際交流協会事務局 観光交流課内 ☎(21)5196

勤労青少年ホーム(サクシードにつこう)「ダンスダンス講座」参加者

日…10月4日～11月22日(いずれも火曜日・全6回) 所…中央公民館 内…市内に在住または勤務する35歳未満の勤労者 定…30名 費…無料(未登録の方は利用者会費500円が別途必

椅子の張り替え

業務用椅子 家庭用椅子 自動車内装
お見積もり無料 お気軽にご相談ください
新村シート店 日光市小代289-271
Tel 0288-27-1052

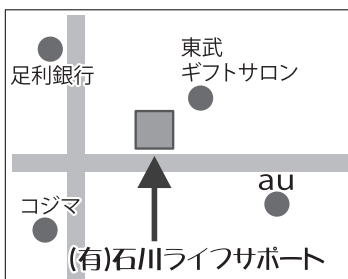
アフラック

(アメリカンファミリー生命保険会社)



ご相談お気軽に!

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





要) 時: ヨガマット、運動靴、ドリンク、タオルなど ※詳細についてはお問い合わせください 申: 問合先へ電話または窓口へ
 関: 勤労青少年ホーム ☎(22) 6211

市レクリエーション協会ハイキング講座参加者

日: 11月6日(日) ※雨天中止 集合場所: 市役所(午前9時集合) コーナス: 市役所出発、霧降滝、下子滝、玉簾滝、マックラ滝、昼食、大笹牧場、市役所帰着 定: 20名(先着順) ※小学生以上 ※小学生は保護者同伴 ※10名以下の場合は中止となります ¥: 2,000円(バス代、保険料など) ※3日前からキャンセル料が発生します 時: 歩きやすい服装・靴、リュック、帽子、タオル、おやつ、飲み物、弁当(昼食)、雨具(カッパ) 申: 10月11日(火)〜28日(金)に問合先へ電話 関: 市レクリエーション協会事務局(スポーツ振興課内) ☎(21) 5183

避難所1泊体験・避難訓練の参加団体

災害に対応するには備えと経験が重要です。地域や団体で、災害を乗り越える力を身につけませんか。
 日: 平成29年2月28日(火)までの2日間 ※応募団体に合わせて調整 関: 避難訓練および避難所1泊体験詳細は要相談 対: 自主防災会など地

域防災を推進している団体 ※地域(自治会やエリア単位)での開催を予定 定: 1団体 ※応募複数の場合は調整 申: 11月30日(水)までに問合先へ電話 関: 市社会福祉協議会本所 ☎(21) 2759

家庭の日制定50周年記念事業「家族フォトエッセイコンテスト」

県は、明るく楽しい家庭づくりを進めるきっかけとするため、毎月第3日曜日を「家庭の日」と定めています。制定50周年の節目である今年度は、記念事業の一つとして「家族フォトエッセイコンテスト」を実施し、作品を募集しています。
 関: 県青少年男女参画課 ☎028(623) 3150

日光国立公園マウンテンランニング大会参加者

近年大きな人気を誇るアウトドア競技「トレイルランニング」。この秋、日光で初の本格的なトレイルランニング大会が開催されます。
 日光の誇る世界遺産や大自然を、存分に感じながら駆け抜けてみませんか。
 日: 11月13日(日) ※受付は12日(土) コース: 日光東照宮表参道スタート、霧降高原・丸山、日光二荒山神社鳥居ゴール(距離約31km) 定: 400名 ¥: 7,000円 申: 問合先専用

ホームページ(<http://nikkorun.com>)から直接申し込む ※電話やFAXなどでの申し込みはできません
 関: 日光トレイルランニング実行委員会 ☎080(5510) 9857

「孫育て」にも役立つファミリー・サポート・センター講習受講者

子育ての経験や、空いている時間を生かして子育ての応援をしませんか。ファミリー・サポート・センターは、お子さんの預かりや送迎、産前産後の支援を有償で行う会員制組織です。協力会員になるための講習ですが、お父さん、お母さんの養育にも役立ちます。ぜひご参加ください。
 日: 11月16日(水)・18日(金)・21日(月)・22日(火)・25日(金) 午前9時30分〜午後4時30分 ※支援の内容により、必須項目が変わります 所: 藤原公民館 関: 子どもの世話や遊び、安全と事故などについての講習、調理実習など ※無料でお子さんを預かります ¥: 無料 ※調理実習のみ材料費500円程度が別途必要 申: 問合先へ電話 関: 市ファミリー・サポート・センター ☎(21) 4152

にっこう縁結びイベント参加者

イベント会場でのトークタイムの

他、市内の縁結びスポットなどを貸切バスで回って散策し、親睦を深めるツアーです。日光のパワースポットで、すてきな縁を結びましょう(昼食付)。
 日: 10月30日(日) 所: 鬼怒川温泉内イベント会場、市内社寺など 対: 男女ともに20歳以上で独身の方 ※男性は市内に住所を有する方 定: 男女各20名 申: 10月14日(金)までに、問合先へ電話、またはFAX 関: 株式会社関東バス旅行社 ☎028(614) 4377 ☎028(614) 4363

日光だいや川公園11月の催し

▼展示ホール ◎展示「菊花展」 日: 11月3日(木)〜8日(火) ◎講座「はじめてのブリザードフラワー」 日: 11月5日(土) 定: 30名 ¥: 1,000円(教材費) ◎講座「初級〜中級者デジタル写真教室」 日: 11月6日(日) 午前10時〜午後3時 定: 30名 ◎展示「高文連生け花美術展」 日: 11月11日(金)〜13日(日) ◎講座「果樹の剪定」 日: 11月13日(日) 午前10時〜正午 定: 30名 ◎展示「竹製品展」 日: 11月17日(木)〜27日(日) ▼だいや体験館 ◎「下漬けのハクサイを持ち寄りのキムチ作り教室」 日: 11月13日(日) 午前9時30分〜11時30分 定: 20名 ¥: 1,000円(教



材費)

▼共通事項 受付は開催日の1カ月前、午前8時30分から(火曜日は休館のため翌日から) ※¥の記載が無いものは無料

問：展示ホール(緑の相談所) ☎(23) 0208/だいや体験館 ☎(21) 4421

図書館の催し

▼今市図書館 ◎読書会(二水会) 日

：10月12日(水)午後1時30分～3時

題名：「校守」(水上勉著) ◎おは

なし会 日：10月8日(土)・22日(土)

午後2時～3時 ◎プリプリおはな

し会 日：10月19日(水)午前11時か

ら 対：絵本の読み聞かせや手遊びな

ど 対：0～2歳児とその保護者 ※

毎月第3水曜日に開催 ◎著者を囲む

会「聖なる衝動」日光開山の祖・勝道

上人について 日：10月15日(土)

午後1時30分～3時30分 講師：水樹

涼子氏 対：中学生以上 定：40名

(先着順) ¥：無料 申：今市図書館

へ電話または窓口へ ◎気功教室全

2回 日・対：10月22日：「気」と

は何か? / 10月29日：「気功の実

践」 ※いずれも土曜日、午後3時～

4時30分 講師：塚越義幸氏(國學院

大學栃木短期大学教授) 対：中学生

以上 定：各回25名(先着順) ※1回

のみの参加も可 ¥：無料 申：今市

図書館へ電話または窓口へ ◎図書館

ボランティア養成講座「パネルシア

ターを楽しく学ぼう!」(全3回) 日

・対：11月5日：「パネルシアターを

知ろう!」 / 11月12日：「パネルシア

ターを作ってみよう!」 / 11月19日：

「パネルシアターを発表しよう!」 ※

いずれも土曜日、午前10時～正午 講

師：榛葉小夜子氏(高根沢町むぎっこ

定：15名(先着順) 対：図書館や学校

支援ボランティアに興味のある方 ¥

：全3回1,000円(材料費) ※当

日会場で徴収 持：筆記用具(鉛筆、

サインペン)、白糸、針、ハサミ 申

：今市図書館へ電話または窓口へ ◎

パネルシアターお楽しみ会 日：11月

19日(土)午後1時30分～2時30分 内

：ボランティア養成講座参加者によ

るパネルシアターの発表会 対：幼児

と大人 定：30名(先着順) ¥：無料

申：今市図書館へ電話または窓口へ

▼日光図書館 ◎読書会(いずみの会)

日：10月19日(水)午前10時から 所：

日光郷土センター 題名：「紀ノ川」

(有吉佐和子著) ◎おはなし会 日：

10月1日(土)・15日(土)午後2時～3

時 所：日光郷土センター ◎赤ちゃ

んのためのおはなし会 日：10月6

日(木)・20日(木)午前10時30分～11時

所：日光郷土センター

▼藤原図書館 ◎幼児おはなし会 日

：10月5日(水)午前10時30分～11時30

分 ◎おはなし会 日：10月22日(土)

午後1時30分～3時 ◎日光歴史講座

日：10月16日(日)午後1時30分～3時

30分 内：足尾銅山発見の謎 講師：

池野亮子氏 定：25名(先着順) ¥：

無料 申：10月1日(土)～15日(土)に

藤原図書館へ電話または窓口へ ◎手

と手で話そう、はじめての手話(全2

回) 日・対：11月5日(土)：あいさ

つ編 / 11月12日(土)：おもてなし編

※いずれも午後1時30分～3時 講師

：竹澤貴子氏 定：15名(先着順) ¥

：無料 申：10月1日(土)～11日(金)

に藤原図書館へ電話または窓口へ

▼臨時休館のお知らせ

蔵書点検のため、次の期間は休館で

す。図書と雑誌の返却は返却ポストを

ご利用ください。※CD、DVD、ビ

デオ、紙芝居などは壊れやすいため、

返却ポストへは入れないでください

今市図書館：10月10日(月)・祝～14日

(金)

藤原図書館：10月18日(火)～21日(金)

日光図書館：11月21日(月)～25日(金)

問：今市図書館 ☎(22) 6216

日光図書館 ☎(53) 5777

藤原図書館 ☎(76) 1203

杉並木公園ギャラリーの催し

◎フォトクラブ銀影会写真展 日：10

月6日(木)～12日(水) ◎市民文化祭

今市文化祭ギャラリー部写真展 日

：10月13日(木)～16日(日) ◎市民文

化祭今市文化祭ギャラリー部(絵画)展

日：10月20日(木)～23日(日) ◎日光

彫教室大島工房生徒作品展 日：10月

26日(水)～11月1日(火) ◎共通事項

催し物によって展示時間が異なります

のでご確認ください。10月1日(土)午

前10時から、平成29年4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



ちぎり絵展示会

日：10月8日(土)～10日(月・祝)午前

10時～午後5時 所：イオン今市店イ

ベント広場

問：市身体障がい者福祉連合会今市支

部文化部 ☎(26) 4951

日光吹奏楽団演奏会

日：11月20日(日)午後2時30分開場、

午後3時開演 所：日光総合会館 曲

名：英雄の証「モンスターハンター」

より、アンパンマン・メドレー他 ¥

：無料

問：篠原久生 ☎(53) 1085

咲らん坊One day shop

手作りの作品を展示・販売します。

ハンドメイドに興味のある方はぜひお

越しください。

日：10月23日(日)午前10時～午後3

時 所：咲らん坊交流スペース(今市

399-6) ※駐車場は今市図書館

向かいの市営中央町駐車場を利用

問：NPO法人咲らん坊

☎090(3007)4153

相談内容	会 場	と き	受付時間	問合せ先
人権相談 (差別、いじめ、嫌がらせなど人権に関する困りごと・心配ごと相談) ※ 1	消費生活センター (ショッピングプラザ日光4階)	毎週木曜日 (祝日を除く)	午後 1 時30分～ 4 時	人権・男女共同参画課 ☎21-5184
	日光郷土センター	21日(金)	午後 1 時30分～ 3 時30分	㊤市民サービス係 ☎54-1110
	藤原公民館	4 日(火)		㊤市民サービス係 ☎76-4104
	三依支所	18日(火)		
	銅やまなみ館	20日(木)	午後 2 時～ 4 時	㊤市民サービス係 ☎93-3112
	栗山行政センター	5 日(水)	午前10時～正午	㊤市民サービス係 ☎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	生活安全課 ☎21-5112
	日光郷土センター	21日(金)	午後 1 時30分～ 3 時30分	
	藤原公民館	4 日(火)		
	三依地区センター	18日(火)		
	銅やまなみ館	20日(木)	午後 2 時～ 4 時	
	栗山行政センター	5 日(水)	午前10時～正午	
消費生活相談	消費生活センター	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
教育相談 ※ 2	消費生活センター	14日(金)	午後 2 時～ 4 時30分	学校教育課 ☎21 - 5167
		28日(金)		家庭児童相談室 ☎30 - 7830
交通事故相談	消費生活センター	18日(火)	午前10時～正午、午後 1 時～ 2 時	県民プラザ室 ☎028-623-2188
杉並木相談 ※ 3	市役所第 4 庁舎		午後 2 時～ 5 時	文化財課 ☎30 - 1861
在住外国人相談 ※ 4	市役所本庁舎			市民課 ☎21 - 5111
弁護士による法律相談 ※ 5	市社会福祉協議会本所	5 日(水)	午前 9 時～正午	市社会福祉協議会本所 ☎21 - 2759
		19日(水)		
	日光福祉保健センター	12日(水)	午前10時～正午	
	ふじの郷	26日(水)		
司法書士による法律相談 ※ 6	中央公民館	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
精神保健福祉相談 (医師・心理士) ※ 7	県今市健康福祉センター (瀬川)	医師 14日(金)	午後 1 時～ 3 時	県今市健康福祉センター ☎21-1066
精神保健福祉相談 (保健師) ※ 7		心理士11日(火)		
		月曜～金曜日 (祝日を除く)	午前 8 時30分～午後 5 時	
家庭児童相談 ※ 8	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)	家庭児童相談室 ☎30 - 7830
ボランティア・NPO相談	勤労青少年ホーム	随時	午前 9 時～午後 7 時 (要電話予約)	市民活動支援センター ☎22 - 2271
犯罪被害者相談	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	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 ※ 9	中央公民館	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 ☎090-2740-5235

- ※ 1 人権相談は、会場のみの相談です。予約は不要です。直接、会場にお越しください。
- ※ 2 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。
- ※ 3 杉並木街道の両外側約20m内の開発などに関する相談です。
- ※ 4 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。
- ※ 5 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)
- ※ 6 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)。
- ※ 7 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。
- ※ 8 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。
- ※ 9 土地や建物の登記・測量、境界の相談です。開催日の 2 日前までに電話での予約が必要です。

携帯サイト「モバイル日光市」でも放射線量などの測定結果を公表しています。

携帯サイト
QRコード



奨学金に関するお知らせ

▼平成29年度奨学生募集

◎修学資金(無利子、他の奨学金との併用可)

受付期間…10月3日(月)から随時

※平成29年4月末日までに貸付希望の方は、平成29年3月17日(金)締切

※平成29年5月以降に申込みの場合は、申込月から支給開始

貸付金額…

区分	自宅通学(月額)	自宅外通学(月額)
高等学校生・高等専門学校生	2万円	2万円または3万円
短期大学生・大学生・専門学校生	4万円	4万円または5万円

貸付期間…在学する学校の正規の修学期間

貸付時期…平成29年4月以降3ヵ月または6ヵ月ごと

◎入学一時金(無利子、他の奨学金との併用可)

受付期間…10月3日(月)～平成29年3月17日(金)

貸付金額…高等学校生・高等専門学校生…10万円以内／短期大学生・大学生・専門学校生…30万円以内

貸付時期…平成29年4月末日予定

※推薦入試などで早期に入学手続きが必要な方には、早期貸付も行います

◎共通事項

対…平成29年4月から高等学校・高等専門学校・短期大学・大学・専門学校に入学見込みまたは在学中の方

応募資格…次の全てを満たす方 ①保護者が市内に居住している ②学業成績が優秀で健康である ③経済的理由で修学が困難である ④確実な連帯保証人がいる ⑤保護者、連帯保証人に市税の滞納がない

償還方法…修学資金、入学一時金とも、卒業後1年据え置きで貸付期間の3倍に相当する期間内に償還

用…問合先へ電話または窓口へ

▼奨学金償還免除制度を開始しました

対…現行の市奨学金貸付制度を利用している方のうち、次の条件に該当する方 ①奨学金の貸付を2年以上受けて、大学・短期大学・専門学校・高等専門学校を卒業後、平成28年4月以降に奨学金の償還を開始した、または開始する ②学校などを卒業した翌月から、奨学金の償還が完了する日までの間に、市内に住所を定め、引き続き5年間定住して就労する(在学中に市内に住所を定めている方、および市内在住であれば、市外に勤務している方も対象) ③奨学金の償還および市税納付に滞納がない

※高等学校生の修学資金は対象外

※入学一時金は対象外

償還免除額…奨学金(修学資金)の償還期間(貸付期間の3倍の期間)において、各年度で均等償還する場合の免除要件を満たした時点の償還残額。ただし、貸付総額の1/3を上限とする

用…奨学金償還免除事前申請書、就労証明書、住民票を持参の上、問合先窓口へ

※現在、奨学金の貸付を受けている方は、償還開始時に申請

※事前申請書提出後、5年間の定住、就労および市税・奨学金の滞納がないことが確認された時点で、再度申請が必要になります

※提出書類は、市ホームページからダウンロード可

問…教育総務課 ☎21-5181



パブリックコメントを実施します

計画の名称	担当課	意見募集予定期間
第3次日光市交通安全計画(原案)	生活安全課 ☎21-5151	10月中旬～下旬

問…秘書広報課 ☎21-5135

市営住宅入居者募集

◎一般募集住宅(使用料別途駐車場あり)

地域	名称	間取り	階数	戸数	家賃(月額)	単身入居	エレベーター	優遇対象住戸
今市	松原住宅	3DK (6畳×2、4.5畳)	1階	4戸	17,500円～35,200円	不可	無	有
			2・3階	2戸				
		3DK (6畳×3)	1階	1戸	18,700円～37,300円			
			2・3階	6戸				
	豊田住宅	4DK	1階	各 1戸	21,000円～41,200円	有		
		3DK	2階		26,200円～51,500円		有	
		明神住宅	2LDK		2階		23,000円～45,100円	無
倉ヶ崎住宅	2DK	2階	21,500円～42,200円		可	有	無	
	3DK	3階	26,100円～51,300円		不可			
		2階	27,000円～53,000円					
藤原	大原住宅							

◎高齢者用住宅(満60歳以上で市内に1年以上在住の方対象。緊急通報システム、生活援助員による支援あり)

地域	名称	間取り	階数	戸数	家賃(月額)	単身入居	エレベーター	優遇対象住戸
今市	倉ヶ崎住宅	2DK	2階	1戸	21,500円～42,200円	可	有	無

対…次の全てを満たす方

- ①持ち家がなく、住宅に困っている ②同居親族がいる。ただし、満60歳以上の方や障がいのある方などで、自立できる方は単身でも申込可 ③市税や上下水道使用料の滞納がなく、扶養控除などを除いた月の平均所得が15万8,000円(未就学児のいる世帯は21万4,000円)以下である ④暴力団員でない

優遇対象住戸…次のいずれかの世帯は、抽選の際に一般の世帯より有利になります

- ①身体障害者手帳1～4級の方がいる ②精神障害者福祉手帳1、2級の方がいる ③18歳未満の子が2人以上いる ④高齢者(60歳以上) ⑤ひとり親が20歳未満の子を扶養している

注意事項…①家賃は所得により決定します ②申込多数の場合は選考、または抽選を行います ③家賃の他に駐車場代(1台2,050円)・共益費が別途必要です ④敷金は家賃の3カ月分で前納です ⑤入居時に、市が定める要件を満たす連帯保証人が1名必要です

申…申込書に記入して必要書類を添え、10月11日(火)～21日(金)に問合先へ持参

※12月中旬入居予定

◎随時募集住宅

清原住宅(今市)、自由ヶ丘住宅・下原住宅(藤原)、日光・足尾・栗山地域の住宅は、全て随時募集しています。詳しくはお問い合わせください。

問…建築住宅課 ☎21-5164 / 産業建設係 ☎54-1114 / 産業建設係

☎76-4107 / 産業建設係 ☎93-3117 / 産業建設係 ☎97-1133



児童扶養手当の加算額が変わります

児童扶養手当法の一部が改正されたことにより、8月1日から多子加算額が増額されました。

◎加算額

区分	変更前	変更後
第2子	月額5,000円	最大で月額1万円
第3子以降	月額3,000円	最大で月額6,000円

◎増額の支払い月

8月～11月分は12月期支払い、12月～平成29年3月分は平成29年4月期支払い

※平成29年4月から児童扶養手当の加算額にも物価スライド制(物価の上下に合わせて支給額が変わる制度)が導入されます

問…子育て支援課 ☎21-5101





平成27年度電源立地地域対策交付金事業についてのお知らせ

市は、国の電源立地地域対策交付金を活用し、さまざまな事業に取り組んでいます。

電源立地地域対策交付金とは、国のエネルギー施策の一つです。発電用施設の設置や円滑な運転を図るため、電源地域の市町村で行われる公共用施設の整備や、地域住民の福祉の向上を図るための地域活性化事業に対して交付されます。なお「電源地域」とは、発電所や発電用のダムなどの発電用施設（ダムや貯水池、貯水池の水を利用した発電所、ダム下流の河川など）が所在する市町村とその周辺の市町村のことです。

平成27年度は、次の3つの事業を実施しました。

①栗山ふるさとサマーウオーク実行委員会への補助事業（交付金額500万円）

栗山地域のウオーキングイベント、栗山ふるさとサマーウオークの事業費の一部を実行委員会に補助しました。

②日光聖苑バリアフリー化改修工事（交付金額500万円）

日光聖苑のバリアフリー化を目的として、スロープを設置しました。

③小中一貫教育における英語教育事業（交付金額4,860万円）

小中一貫教育による市内全域での英語指導助手（ALT）および臨時指導助手を活用した小中学校の英語教育事業を実施しました。

問…総合政策課 ☎21-5131



小中一貫教育の授業風景

ホテル・旅館の「表示マーク」をご存じですか？

平成24年5月に発生した広島県福山市のホテル火災を受け、平成26年度から収容人員30名以上の3階建て以上のホテル・旅館などの防火安全対策として「防火対象物に係る表示制度」が始まりました。申請に基づく消防機関の審査後、基準適合施設に表示マークを交付します（市は平成26年8月1日から交付）。

このマークは、宿泊施設の利用者への情報提供と、事業者による防火安全体制の確立を目的としています。表示マーク交付施設は、市ホームページをご覧ください。

問…消防本部予防課 ☎21-0368 / 日光消防署
☎54-0050 / 藤原消防署 ☎76-1444



2016市民チャリティーゴルフの集い日光大会参加者募集

日…10月25日（火）

所…日光カンツリー倶楽部

対…市内在住の方

¥…プレー代…1万円 / 参加費…3,000円
※当日徴収

申…代表者が申込用紙を市民ゴルフ場へ持参（10月3日（月）から受付開始）
※申込書は市民ゴルフ場、または体育協会事務局で配布

問…体育協会ゴルフ部 高野
☎090-1047-7607

霧降スケートセンターからのお知らせ

◎施設オープン

営業期間…11月3日（木・祝）～平成29年2月19日（日）（11月3日（木・祝）は、午前10時30分ごろから無料開放）
※11月7日（月）～10日（金）、平成29年1月19日～23日（月）は、大会などの開催により一般滑走休止です。

また、この他にも天候やイベント開催などで利用できない場合がありますので、事前にご確認ください

営業時間…平日…午前9時30分～午後4時 / 土曜・日曜日、祝日…午前9時30分～午後4時30分

滑走料…高校生以上…1,540円 / 中学生以下…820円 / 3歳以下…無料

※シーズン券あり。貸し靴代は510円

◎インストラクター募集

初心者にスケートの基礎を指導するボランティアを募集します。

日…11月3日（木・祝）～平成29年2月19日（日）

対…午前10時から指導できる、健康でスケートに理解のある方

申…10月から問合先で配布している募集用紙に記入の上、問合先へ持参

問…霧降スケートセンター ☎54-2401



市民文化祭今市文化祭のご案内

日・所・内…

部門	内容	日時	会場
生活文化	盆栽・文芸展	盆栽や短歌、俳句、川柳、現代詩、随筆などの作品展示、文芸表彰式	中央公民館
	華展	各流派の華やかな生け花の共演	
	茶席	季節のお菓子と抹茶でおもてなし	
ギャラリー	陶芸・書道・造形作品展	陶芸、書道、藤工芸、彫刻、ちぎり絵、押絵、人形などの造形作品展	杉並木公園 ギャラリー
	絵画展	日本画、洋画、水彩画、水墨画などの展示、絵画批評会（講師：荒井孝氏）	
	写真展	写真の展示、写真批評会・表彰式（講師：鹿野久氏）	
ふるさと	郷土の文化や自然科学の調査・研究などの発表	10月21日（金）～23日（日）午前9時～午後5時 ※23日は午後4時まで	中央公民館
ステージ	芸能発表会 お囃子、カラオケ、民謡、舞踊、合唱、吟詠、争曲、謡曲、太極拳など	10月22日（土）・23日（日）午前9時30分開演予定 ※詳しくは回覧のプログラムをご覧ください	今市 文化会館

※入場などは全て無料。スタンプラリーを同時開催。なお、駐車場に限りがありますので、なるべく乗り合わせで来場ください

問…市文化協会今市支部事務局（生涯学習課内） ☎21-5182

ガソリン購入についての注意

草刈機などにガソリンを使用することがあると思います。
ガソリンは揮発性が高く危険なため「ポリ容器」での購入はできません。購入の際は、ホームセンターなどで販売されている危険物保安技術協会（KHK）認定のガソリン携行缶を使用しましょう。

また、ペンキやオイルなどの空き缶にガソリンを入れることもできません。詳しくは、危険物保安技術協会の専用ホームページ（<http://www.khk-syoubou.or.jp/>）をご覧ください。お問い合わせください。

問…消防本部予防課 ☎21-0368 認定マーク



上都賀北部地区特別支援学級児童生徒作品展覧会

市内小中学校の特別支援学級児童生徒が制作した絵画や習字、工作などを展示します。

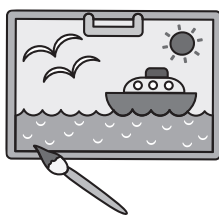
日…10月5日（水）・6日（木）

午前9時～午後4時

※6日は午後3時まで

所…藤原総合文化会館

問…今市第二小学校 ☎21-0866



TOCHIGI ebooksで市の広報紙が見られます

県内の電子書籍を無料で閲覧できる、地域特化型電子書籍ポータルサイト「TOCHIGI ebooks」（<http://www.tochigi-ebooks.jp/>）で、広報「にっこう」が見られます。

パソコン上のウェブサイト、スマートフォンやタブレットなどで、いつでも、誰でも、どこからでも全て無料で読むことができます。

上記のサイトまたは、「トチギーブックス」で検索してください。

なお、スマートフォンやタブレットからは、右のQRコードをご利用になると便利です。

問…秘書広報課 ☎21-5135

紙媒体のすべての「電子書籍」ポータルサイト「トチギーブックス」
TOCHIGI ebooks
TOCHIGI ebooks ロゴマーク
広報「にっこう」8月号



【主な内容】

- 「にっこう」の紙媒体のコンテンツを閲覧
- 紙媒体の電子書籍のダウンロード
- 紙媒体の電子書籍の検索
- 紙媒体の電子書籍の購入
- 紙媒体の電子書籍の予約

TOCHIGI ebooks の画面



QR コード



10月13日(木)

午後1時30分～3時30分

男女共同参画セミナー2016日光地域「おもてなしの心と男女共同参画」

男女共同参画社会の実現には、自分自身が持っている男女などに対する固定観念に気づくことが大切です。誰もが協力して生活できる社会となるよう、よりよい人間関係づくりについて考えてみませんか？

所…日光交流促進センター

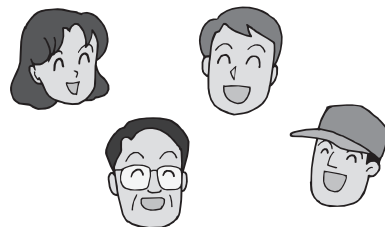
講師…宮崎 哲 氏(県ふれあい学習課副主幹)

対…市内に在住、または勤務している方

定…50名

申…当日会場で受付(託児希望者は9月30日(金)までに問合先へ電話)

問…人権・男女共同参画課 ☎21-5148



10月16日(日)

午前10時～午後3時30分

つりコン in 三依

豊かな自然溢れる三依で、釣りを通じてすてきな出会いを見つけてみませんか。

所…三依溪流釣り場

内…釣り、バーベキュー、ゲームなど

対…20歳以上の未婚の男女

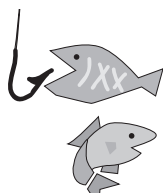
定…男女各20名(先着順)

※1名のみでの参加も可

¥…男性…5,000円/女性3,000円
(材料費など)

申…各開催日の1週間前までに三依溪流釣り場
ホームページ(<http://www.sk28.com/miyori/>)
専用フォームから申込み

問…三依溪流釣り場 ☎79-0110



2016ビーフピア in ふじはら

10月22日(土)

午前11時から

所…会津鬼怒川線男鹿高原駅前広場

内…バーベキュー、農産物直売、カラオケ大会、抽選会他

定…80組(先着順)

¥…1万円(4名1組の場合)

申…代表者の郵便番号・住所・氏名・電話番号・参加人数を明記し、10月12日(水)までに問合先へ郵送またはFAX

問…ビーフピア in ふじはら実行委員会
(産業建設係内)

☎76-4107・FAX 76-1110



前回の開催時の様子



小杉放菴記念日光美術館情報

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

※()内は市民割引券利用時の料金

◎特別企画「小杉小二郎氏によるギャラリートーク」

企画展「小杉小二郎 - 窓辺物語」に合わせて、画家・小杉小二郎氏によるギャラリートークを開催します。

小杉放菴の孫である小二郎氏が描く、穏やかな情感と豊かな詩的空間をたたえた世界を、ご本人と一緒に楽しみください。

日…10月22日(土)午後2時～3時30分

講師…小杉小二郎氏(画家)

¥…入館料のみで参加できます

所・問…小杉放菴記念日光美術館 ☎50-1200



小杉小二郎「月とうさぎ」平成28年 個人蔵





10月17日(月) オープニングセレモニー 午後4時～6時10分
交流レセプション 午後6時20分～7時30分

アセアン ASEAN(東南アジア諸国連合)大使交流事業

ASEAN10カ国の駐日大使夫妻を招待し、伝統文化の披露や日光産の食材を使用した料理などを提供する交流レセプションを開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

所…日光総合会館

定…オープニングセレモニー…600名程度／交流レセプション…100名

￥…交流レセプションに参加する場合のみ3,000円

申…問合せ先へ電話

問…ASEAN大使交流事業実行委員会事務局(観光交流課内) ☎21-5196



11月13日(日)
午前10時～午後5時(予定)
「日光あーとさんぽ」体験ツアー

市内のアート体験ツアーです。小杉放菴記念日光美術館の学芸員と一緒に、今市屋台まつりの彫刻屋台と追分地蔵尊の鑑賞後、美術館に移動し、「小杉小二郎-窓辺物語」展の鑑賞とワークショップ(県内在住の銅版画家・三浦麻梨乃氏による紙版画「落ち葉の羽で飛ぶ鳥」の体験)をします
コース…市役所本庁～道の駅「日光」日光街道ニコニコ本陣～追分地蔵尊～小杉放菴記念日光美術館

※移動はバスと徒歩です

対…小学生以上(小学3年生以下の児童は保護者同伴)

定…20名程度(先着順)

￥…500円(材料費など)

※弁当を予約される方は、別途520円必要

申…10月18日(火)までに、問合せ先へ郵送、電話、またはFAX

問…生涯学習課

☎21-5182・FAX 21-5185



紙版画の見本



10月29日(土)・30日(日)
午前10時～午後4時
とちぎ「食と農」ふれあいフェア

「きてみて感じる! とちぎの農力^{のうりよく}ふるさと^{みりよく}の味力」をテーマに、市内をはじめ、県内各市町の自慢の特産品や新鮮野菜、特色ある麺類などの販売、最先端農業の紹介などを行います。

また、生産者と料理人とのコラボ企画など多彩なステージイベントも行います。

ぜひお越しください。

所…県庁および周辺施設

問…とちぎ「食と農」ふれあいフェア実行委員会

☎028-623-2333



9月の人口と世帯数

地域名	男	女	合計	世帯数
今市	29,429人(-27)	30,289人(-15)	59,718人(-42)	23,919世帯(+0)
日光	6,312人(-9)	6,966人(-11)	13,278人(-20)	6,005世帯(+1)
藤原	4,250人(-10)	4,705人(-9)	8,955人(-19)	4,543世帯(-8)
足尾	997人(-2)	1,089人(+0)	2,086人(-2)	1,299世帯(-1)
栗山	655人(+0)	669人(+1)	1,324人(+1)	655世帯(+2)
市全体	41,643人(-48)	43,718人(-34)	85,361人(-82)	36,421世帯(-6)

※住民基本台帳に住民基本台帳による(9月1日現在)

※()内は前月比

一喜一憂

8月下旬に授業の一環として、今市高等学校2年生の成井京夏さんと大沢中学校2年生の山崎美和さんが広報広聴係の仕事体験しました。
成井さんは、この10月号の「輝き人」(21P)の写真撮影や「旬のレシピ」(13P)などのコーナーを担当。スムーズにカメラや編集機を使いこなす姿に広報担当者も驚き! 山崎さんは「産業遺産見学会」の取材に果敢に挑み、フォトダイアリー(19P)ですばらしい記事を書き上げました。…お二人とも大変グッドです!(杉蔵)



喜井彩人ちゃん
10カ月・所野



ハイチーズ!



岸本蒼空ちゃん
11カ月・今市本町

手塚月愛ちゃん
6カ月・高德



安生大輝ちゃん
4歳・今市



お子さん(小学生まで)の写真募集

※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(市内在住の方に限る)

※掲載は1人1回のみ、受付順。

※郵送またはメール(hishokouhou@city.nikko.lg.jp)でデータを送付。

携帯電話・スマートフォンからは、右のQRコードも利用可。



あんじょう ひなこ
安生 陽菜子ちゃん
11カ月・今市



もりもと こうき
森本 煌希ちゃん
5歳・森友



もりもと ゆうき
森本 勇騎ちゃん
1歳・森友



あべ はやと
阿部 隼大ちゃん
1歳・土沢

地域おこし協力隊通信



第5回(栗山地域)

先日、地域の方々から今と昔で変わったことなど、いろいろな話を伺う機会がありました。「昔はこんな建物があった」「学校ではこんな風に過ごしていた」「行事のときはこんな食事を用意した」など、どの話もとても興味深いものでした。同時に、皆さんが思い出話などを楽しそうに話す姿に、私までうれしくなりました。

また、7月末に開催された「栗山ふるさとサマウオーク」に合わせ、栗山地域の「お食事マップ」(写真右上)を作成しました。手書



今月のリポーター：倉持みふ隊員
(栗山地域おこし協力隊)

皆さん、こんにちは。
4月から栗山地域の地域おこし協力隊として活動している倉

さの地図ですが、参加者に地域に数多くあるおいしい「食事処」を知ってもらうため、一目で分かるよう工夫しました。

まだまだ勉強中の身ではありますが、もっと地域の皆さんと触れ合い、地域の魅力を多くの人に知ってもらえるよう頑張ります!



高齢化集落巡回相談



中学校で「地域を知る」授業に参加