



広報

# にっこう

2017. 6

Nikko City No.147  
Information Magazine



夢を乗せて  
日光に新しい風

■ S L大樹(写真上)・TRAIN SUITE四季島(写真中)・特急リバティ(写真下)



平成30年4月から  
家庭ごみ  
有料化

# 日光市役所本庁舎建設

## 実施設計がまとまりました

くわしくは 管財課 庁舎整備室 ☎(21)5132

本庁舎の整備は、平成27年に策定した「本庁舎整備基本計画」に基づいて進めてきました。今回、実施設計がまとまりました。

新庁舎は、現在の西側駐車場（4月より閉鎖中）に建設し、鉄骨造4階建てで、延べ面積は1万500㎡となる計画です。

市は、まとまった実施設計を基に工事を行い、新庁舎への移転を行った後、平成31年1月の開庁を予定しています。

なお、実施設計の概要版については、市ホームページをご覧ください。

### ◆新庁舎のコンセプト

新しい日光ブランドを創出する、まちづくりの拠点を作ります。

①新しい日光のまちづくりの拠点となる新庁舎

②市民に開かれ、交流の拠点となる新庁舎

③市民が利用しやすく業務効率の

い新庁舎

④安心・安全を支える拠点としての新庁舎

⑤環境に配慮した新庁舎

### ◆工事スケジュールについて

新庁舎建設工事に先立ち、4月から先行して本庁舎のスロープと西側駐車場の解体工事が始まり

ました。工事スケジュールは下図の通りです。

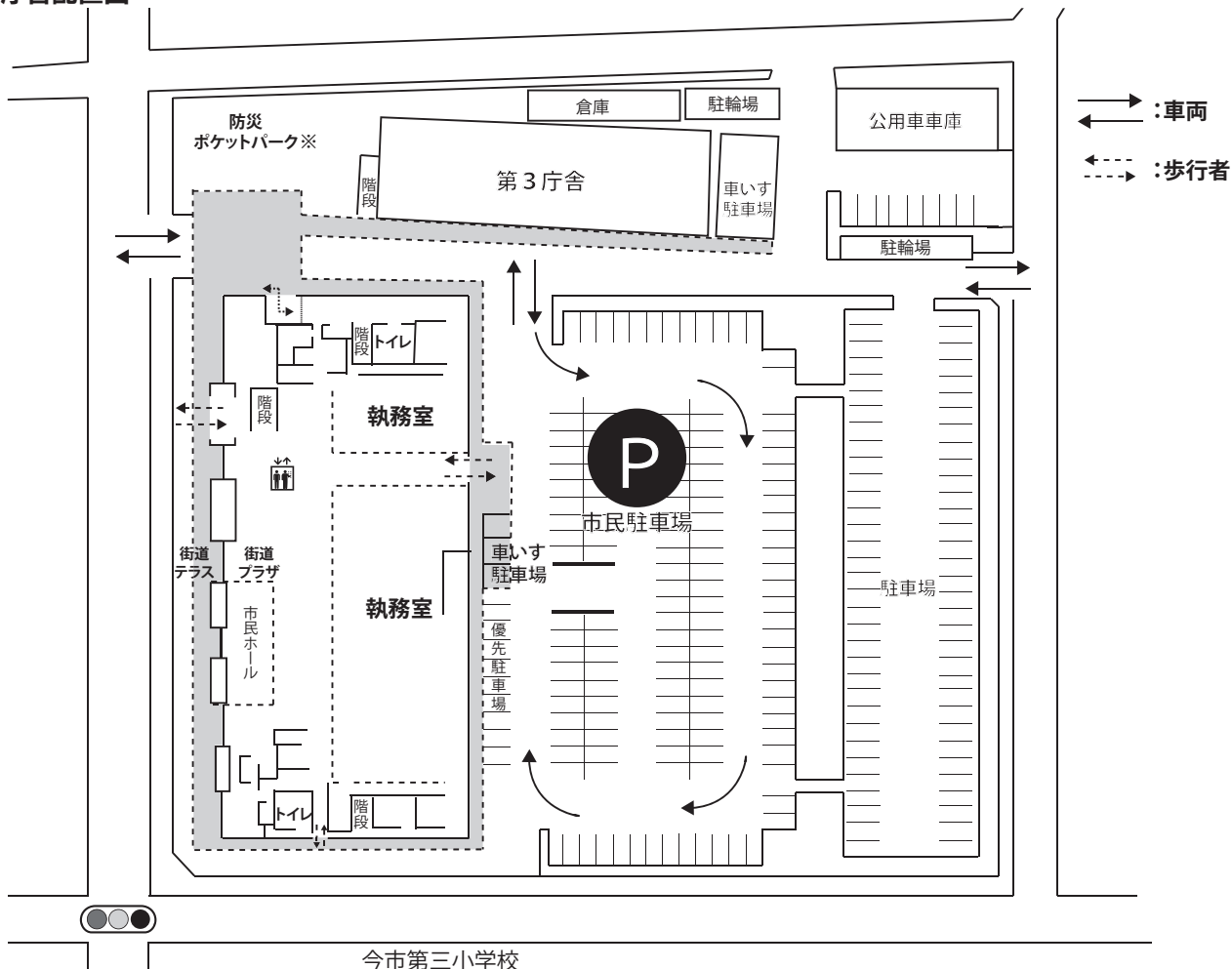
工事期間中も現在の本庁舎は継続して利用できます。

また、第3庁舎は新庁舎が完成した後も、継続して利用します。

図：工事スケジュール

| 平成 29 年度 | 平成 30 年度 | 平成 31 年度 | 平成 32 年度 |
|----------|----------|----------|----------|
| 本庁舎建設工事  | 一部開庁     | 解体・外構工事  |          |

図：新庁舎配置図



※防災ポケットパーク…災害時に炊き出し場所や仮設トイレが設置される場所

## ◆1階街道プラザ(市民交流スペース)

窓口フロアとなる1階は、市民交流スペースとして、地域のにぎわいの場や情報の発信・提供の場となる「街道プラザ」を作ります。



街道プラザ完成イメージ図

## ◆街道テラス

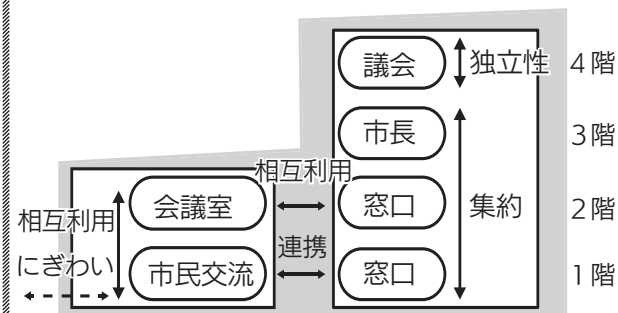
庁舎西側は、「街道テラス」として、今市宿のイメージを継承した庇(ひさし)を設けます。来庁者だけでなく、歩行者を雨や雪から守る歩行空間を作ります。



街道テラス完成イメージ図

## ☆新庁舎施設計画

- ・市民利用が多い窓口を1・2階に配置します。
- ・1階は、街道プラザと一体的に利用できる半屋外空間の街道テラスを配置します。来庁者が街道プラザに気軽に立ち寄れる空間とします。
- ・3階は首脳部フロアとします。災害対策会議室を設け、有事の際に迅速に対応できる防災中枢機能を配置します。
- ・4階は議場を中心に議会機能を配置します。日光連山を眺望できる西側に展望ロビーを配置します。



## ◆ご協力をお願いします

新庁舎の建設工事期間中は駐車場の変更など、市民の皆さんにご不便とご迷惑をお掛けします。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



上空から見た新庁舎完成イメージ図

# 風水害に備える

毎年、日本各地で台風や大雨による災害が発生し、尊い命が失われています。市内でも、豪雨による土砂崩れの災害が発生しています。

過去の災害からの教訓を踏まえ、風水害に備えましょう。

くわしくは 総務課 防災対策室 ☎(21)5166

## 災害発生に対する心構え

災害への備えには、自分で自分の身を守る「自助」、近所や地域などで助け合う「共助」、市役所や消防署などの行政機関による「公助」の連携が大切です。

生命や財産を守るため、次のことに心掛けましょう。

### 平常時には

災害に備えて、避難所や避難経路、危険箇所（ハザードマップを活用）、自治会内の連絡網などの確認をしておきましょう。

### 災害発生前の準備

台風などによる大雨が予想される場合は、周囲の様子に注意して、気象警報などを確認しながら情報を入

手するよう努めましょう（図1参照）。

また、非常持出品（懐中電灯やラジオ、飲料水・食料など）を用意し、いつでも避難できる準備をしておきましょう。

強風発生のおそれがある場合には、雨戸・窓の補強や、飛ばされたり倒れたりしそうな物を固定するなどの対策をしておきましょう。

### 土砂災害の前兆現象（図2）を確認したら

市役所や消防署に状況を連絡し、自治会長や地域住民など周囲の人たちに注意を促しましょう。

### 自主的な避難行動を

土砂災害警戒区域では、常に最新情報の入手を心が

け、危険と感じたら地域で呼びかけ合い、区域外に避難しましょう。

その他の地域では、周囲の状況を確認し、避難に関する支援が必要な方の避難に協力しましょう。

また、地域の公民館などの避難所では、地域内住民の安否確認と情報収集に努めましょう。

### 避難の際の注意事項

避難の前には、必ず火の始末をしましょう。

また、機器類の電源を切りブレーカーを落とすなど、火災の防止に努めましょう。避難の際の持ち物は背中に背負える程度の最小限のものにとどめ、両手が自由に使える状態にするよう心がけましょう。

長靴は水が入ると歩きにくくなるので避けた方が無難です。

### 災害をやり過ごすために

避難は、周囲の状況を確認し早め早めの行動が大切です。しかし、夜間の豪雨

図1：情報の入手方法

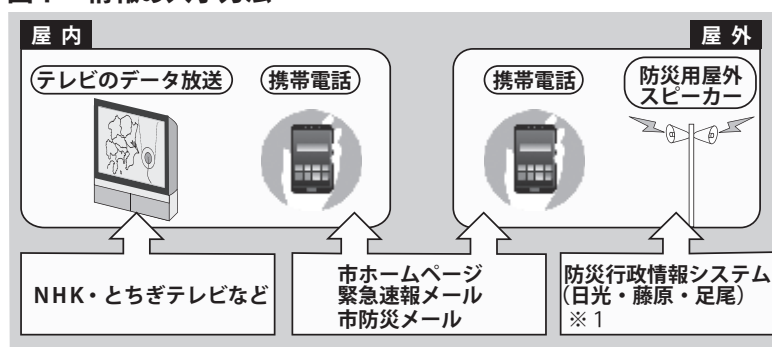


図2：土砂災害の前兆現象



### 市の防災メール配信サービスをご利用ください

市は、市内における気象や地震などの情報をはじめ、交通情報や杉並木倒木などの災害関連の情報を皆さんへ伝える手段として、メール配信サービスを行っています（通信料は利用者負担）。災害に備え事前に登録しておきましょう。

※1 今市・栗山地域は平成29年度内に防災行政情報システムを整備予定

# 市防災メールの登録方法

- 1 QRコードを読み取る  

- 2 空メールを送信する  

- 3 返信されたメールから必要な情報を選択する  

- 4 登録完了  
 ※緊急時にメールが届きます  


市防災メールは、市内に発表された気象情報や地震情報などを、メールで携帯電話やスマートフォンなどに送信する無料のサービスです。  
 ※メールを受信するための通信料は、利用者の負担になります。



表示例

配信内容（以下の項目から選択できます）

## 【気象情報】

- ☐地震情報 ☐気象警報・特別警報
- ☐火山情報 ☐土砂災害警戒情報
- ☐その他気象情報  
 （竜巻注意情報や記録的短時間大雨情報など）

## 【災害関連情報】

- ☐避難情報（緊急速報メールでも配信）
- ☐警報などの発令時の災害関連情報  
 （通行止め、交通情報、杉並木倒木情報、2時間を超える停電・断水の情報など）

## 【犯罪・不審者情報】

## 【クマ出没情報】

## 登録はこちらから

### 【パソコンから】

<http://service.sugumail.com/nikko-bousai/member/>

### 【携帯電話・スマートフォンから】

[touroku-nikko-bousai@sg-m.jp](mailto:touroku-nikko-bousai@sg-m.jp)

または右のQRコードを読み取り、空メールを送信してください。仮登録のメール受信後、本登録が必要です。



## 放射性物質対策の 実施状況と取り組み

くわしくは 総務課 防災対策室 ☎ (21) 5166

東京電力福島第一原子力発電所事故から6年が経ちました。

市は、「日光市除染実施計画」の優先順位に基づき、市内の小中学校や幼稚園、保育園、公園、通学路、住宅などの除染を実施してきましたが、平成28年度をもって除染の受付を終了しました。

なお、自宅や事業所の除染を実施された方で、増改築などにより、除去した土壌を保管している場所に影響を及ぼす場合は、敷地内の別の場所へ移設が必要になりますのでご連絡ください。

## 平成28年度の除染実施状況

市内の住宅（18歳以下の子どもがいる世帯、除染実施計画区域内の世帯）、民間の観光・商工

業施設などで、除染の申込みをした方について、空間放射線量の測定および除染を実施しました。

## 今年度の取り組み

モニタリングを継続して実施します。自宅や事業所などで空間放射線量が高い箇所があるような場合には、ご相談ください。状況を確認します。また、市民の皆さんの安全・安心を確保するため、引き続き市内の公共施設において、空間放射線量を測定・監視し、情報の提供を行います。

さらに、小中学校、保育園などの給食食材や、市場に流通しない自家消費する農林水産物などの放射性物質濃度測定、放射性物質の内部被ばくを確認するためのホールボディカウンタ検査や、甲状腺検査を継続して実施します。



# アンダーパスの

# 冠水

にご注意ください

くわしくは 維持管理課 維持係 ☎(21)5160

○国道・県道についてくわしくは

◆日光警察署管内

県日光土木事務所

保全部保全第一課 ☎(53)1213

◆今市警察署管内

県日光土木事務所

保全部保全第二課 ☎(53)1221

○市道についてくわしくは

◆今市警察署管内

維持管理課 ☎(21)5160

◆日光警察署管内

⑩産業建設係 ☎(54)1114



短時間に大量の雨が降ったり、長雨が続きたりすると、周りから水が流れ込んで道路が水没する「冠水」が発生することがあります。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形式で立体交差する場所のうち、冠水に注意の必要な場所が15カ所あります。

雨の日にアンダーパスを車で通る場合は、道路の状況に十分注意し、徐行を心掛けて通行してください。

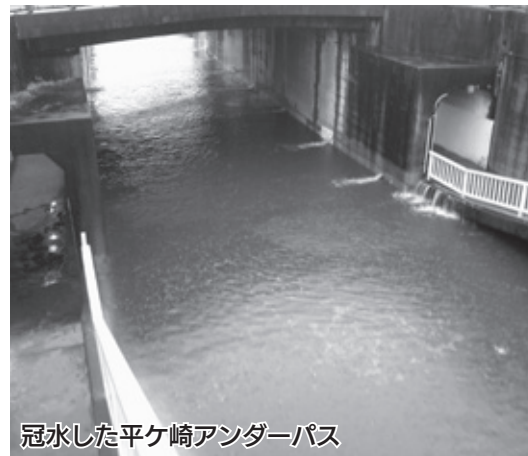
## ※注意点

- ・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。

なお、この15カ所については市や県、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が、緊急の場合には通報などのご協力をお願いします。



1.5 m以上の冠水時



冠水した平ヶ崎アンダーパス

表：冠水に注意が必要な市内アンダーパス

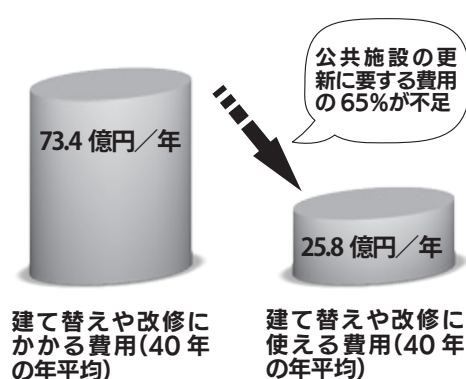
| アンダーパス名                   | アンダーパスの場所                         |
|---------------------------|-----------------------------------|
| あかがねこうしん<br>銅 庚 申ア<br>ンダー | 県道庚申山公園線入口 わたらせ渓谷鐵道ガード下(国道122号線)  |
| 宝殿アンダー                    | 東和町交差点東 J R日光線ガード下(国道119号線)       |
| しどぶち<br>志渡淵アンダー           | 宝殿交差点日光IC側 J R日光線ガード下(市道日14056号線) |
| 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)   |
| 平ヶ崎アンダー                   | 春日町交差点南 J R日光線ガード下(国道121号線)       |
| 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号線)        |
| 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)      |
| 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)       |
| 千本木アンダー                   | J R今市駅東ガード下(市道今33443号線)           |
| 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)       |
| 八 日 市 西ア<br>ンダー           | 八日市公民館北 日光道ガード下(市道今36124号線)       |
| 八 日 市 東ア<br>ンダー           | 日光道大沢IC北ガード下(市道56019号線)           |
| 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)          |
| 木 和 田 島ア<br>ンダー           | 日光道大沢IC東ガード下(市道今46021号線)          |
| 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のアンダーパスの位置図が掲載されています。

# 公共施設マネジメントに 取り組んでいます

くわしくは 管財課 公共施設マネジメント推進室 ☎(2) 5132

図1：公共施設の更新にかかる費用



市は、社会環境の変化など、時代のニーズに合わせて数多くの公共施設を整備してきました。

現在、市内には教育施設や市営住宅など600以上の施設があり、その多くは経年による施設の老朽化や設備、機能の低下など、今後、本格的な大規模改修や建て替えが集中する時期を迎えます。

今ある全ての施設の改修や建て替えを行う場合、年平均73・4億円が必要になりますが、人口減少や少子高齢化による税収の減少など厳しい財政状況の中で、使える金額は年平均

均25・8億円程度しか見込めません(図1参照)。借金をして全ての施設を現在の姿のまま維持するとなると、子どもや孫の世代に大きな負担を残すことになります。

そこで市は、施設量を40年間で32%削減総延床面積を平成25年度時点の53・6万㎡から36・5万㎡へ縮小(を目標にした「公共施設マネジメント計画」を策定し、施設の有効活用と改善に向けて取り組んでいます。

## どんな取り組みをしているの？

市が保有する公共施設を将来の人口や財政状況に合った規模にするために、全体的視点で考え、やりくりをすることが大切です。

実際に取り組んでいるものをいくつか紹介します。

### ■集約・複合化

1つの建物に複数の機能を集約します(公民館+図書館、小学校+中学校など)。

これまでの機能に他の機能を足すことで、サービスの向上や施設総量

の削減につながります。

**事例1**…現在、建て替え中の庁舎も、さまざまなサービスを1つの建物に集めることで、利便性を高め、防災拠点機能の向上や地域振興などの効果を目指します。

○日光庁舎(行政センター、公民館、図書館)

○藤原庁舎(行政センター、公民館)

○栗山庁舎(行政センター、保健センター、公民館、保育園)

**事例2**…藤原地域内の保育園も機能を集約し、さらに民営化することで地域のニーズに合わせた子育て機能の充実を図ります。

老朽化し空き教室が増えた学校

老朽化した公民館

改修・建て替え

機能移転



○藤原保育園、鬼怒川保育園、鬼怒川児童館を統合した保育園を新たに整備

○下原保育園、高德保育園を統合した保育園を新たに整備

### ■長寿命化

施設が痛んだり壊れる前に、定期点検や計画的な改修を行うことで建物を長持ちさせることができます。同じ施設を長く使うことで、施設全体にかかる費用の平準化やコストの削減につながります。

### 一緒に考えてみよう

公共施設の適正化を実現していくためには、市民の皆さんと情報を共有しながら一緒に考えることが重要です。マネジメントが進むと、身近な施設がなくなったり、不便になるなど、マイナスイメージを持たれるかもしれません。しかし、新たな「コミュニティ」が生まれたり、機能が充実するなど、プラスになることもあります。まずは、今までと違う見方で公共施設について考えてみませんか。

市は、7月21日(金)に「公共施設マネジメントセミナー」を開催します。公共施設マネジメントの取り組みについて理解を深めてもらうため、市民の皆さんの参加をお待ちしています(詳しくは「情報ナビ30ページ」をご覧ください)。

**公共施設マネジメントとは**…地方自治体が保有する公共施設を自治体経営の視点から総合的かつ統括的に企画、管理および利活用する仕組み

# 紹介します！ 子育て支援事業

くわしくは 子育て支援課 子育て環境係 ☎(21)5186

## 子育て支援事業

市は、子育て支援サービスの充実を目指し、市内の幼稚園と連携して次のようなさまざまな事業を行っています。

### ♡未就園児親子教室

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つと同時に、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、幼稚園の園庭を解放しています。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、保護者も一緒にお願いします。ご利用の際には、必ず各園の職員に声をかけてください。

### ♡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ています。

### ♡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。

新聞紙遊びを楽しむ子どもたち

表：未就園児親子教室

| 名称                 | とき                       | ところ             | 内容                               |
|--------------------|--------------------------|-----------------|----------------------------------|
| わいわいクラブ<br>(年間11回) | 6月4日(日)<br>午前10時から       | 今市幼稚園           | ～なかよしフェスタ～<br>模擬店、子ども向けショーやゲームなど |
|                    | 6月14日(水)<br>午前10時30分から   |                 | 手遊び、パネルシアター、おもちゃ作りなど             |
| ハレルヤ教室<br>(毎月1、2回) | 6月8日(木)<br>午前10時20分から    | 聖ヨゼフ幼稚園         | 親子体操教室、新聞紙遊び、制作、手遊び、おやつなど        |
|                    | 6月19日(月)<br>午前10時20分から   |                 | 園庭開放(親子で自由遊び)<br>※雨天の場合は園のホール    |
| ひよこ教室<br>(毎月1回)    | 6月12日(月)<br>午前10時30分から   | 聖アントニオ幼稚園       | 親子体操教室、親子制作、絵本読み聞かせなど            |
| つくしクラブ<br>(毎月1回)   | 6月13日(火)<br>午前10時から      | 認定こども園<br>清滝幼稚園 | 親子体操教室、英語で遊ぼう、読み聞かせ、季節の制作など      |
| やんちゃるクラブ<br>(毎月1回) | 6月20日(火)<br>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、水遊び、芋ほりなど          |
| Ｙ・Ｙクラブ<br>(毎月1回)   | 6月22日(木)<br>午前10時～11時30分 | 長畑幼稚園           | 親子体操教室、手遊び、制作、タオル遊び、絵本読み聞かせ      |
| キティくらぶ<br>(毎月1回)   | 6月28日(水)<br>午前10時から      | きぬ川幼稚園          | 制作遊び、ごっこ遊び、リズム遊び、親子体操教室、英語教室など   |
| れいんぼーくらぶ<br>(毎月1回) | 7月7日(金)<br>午前10時30分から    | 輪王寺付属日光幼稚園      | 園児と遊ぼう、手遊び、観劇会、ごっこ遊び、制作遊びなど      |

※直近の教室を掲載しています。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・未就学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

認定こども園清滝幼稚園

☎53-3767

輪王寺付属日光幼稚園

☎54-0814

聖アントニオ幼稚園

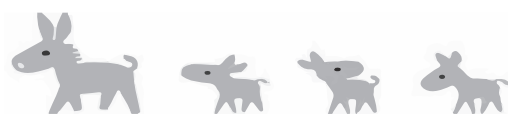
☎53-4031

きぬ川幼稚園

☎77-0214

6月1日(木)からスタートします

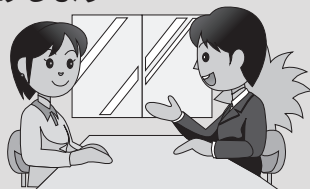
# にっこう応援隊



医療と介護の専門チームが認知症の早期の対応をお手伝いします。

## ■利用の流れ■

- ①各地域包括支援センターで受け付けします



- ②にっこう応援隊スタッフ2名程度が家庭訪問します



- ③利用する方の医療や介護などのアドバイスをします



私たち「にっこう応援隊」が、皆さんの認知症に関するご相談に対応します！



## ■認知症って？

脳は、人間が生きていくために必要なほとんどの働きをコントロールしています。

認知症は、いろいろな原因で脳の細胞がダメージを受けて働きが悪くなり、さまざまな障害が起こり、生活する上で支障が出る「脳の病気」のことをいいます。

市の高齢化率（人口のうち65歳以上の方が占める割合）は32%で、超高齢社会を迎えています。

認知症は、85歳以上になると4人に1人は症状があるといわれ、誰でもなりうる病気です。

## ■認知症で重要なこと

今の医学では、認知症を治す薬はありません。

しかし、脳血管性認知症の場合は、高血圧や糖尿病、高脂血症などの生活習慣病の影響もあるため、早期に発見できれば治療することも可能です。

早期に発見し、進行を遅らせる治療をすることが重要です。

## ■にっこう応援隊

にっこう応援隊（にっこう認知症初期集中支援チーム）は、市在住の認知症の疑いのある方や認知症の方とその家族を訪問し、医療や介護に必要なアドバイスをします。

悩む前に地域包括支援センターへご相談ください。

誰もが慣れ親しんだ地域で、いつでも元気で暮らしたいと思うことを、にっこう応援隊はお手伝いします。

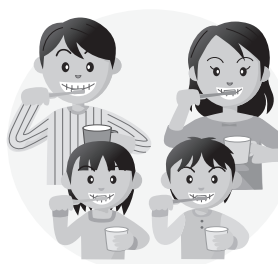
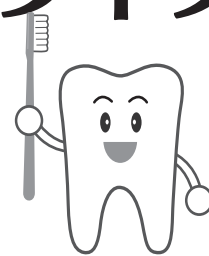
くわしくはお住いの地域の地域包括支援センターへお問い合わせください

| 地域・地区           | 地域包括支援センター      | 電話番号    |
|-----------------|-----------------|---------|
| 今市地区            | 日光市地域包括支援センター   | 21-2137 |
| 豊岡地区・今市地区の一部    | 今市北地域包括支援センター   | 21-7081 |
| 大沢北部・大沢中部・塩野室地区 | 今市東地域包括支援センター   | 26-6537 |
| 大沢南部・落合地区       | 今市南地域包括支援センター   | 25-6444 |
| 藤原地域・栗山地域       | 藤原・栗山地域包括支援センター | 76-3333 |
| 日光地域・足尾地域       | 日光・足尾地域包括支援センター | 25-3255 |

※受付時間は月曜～金曜日の午前8時30分～午後5時15分（祝日・年末年始を除く）

# 目指せ！ 歯ッピー ♥ けんこう 健口ライフ

## ～始めよう！ 「予防歯科」～



むし歯や歯周病などのトラブルが起きてから治療するよりも、そうならないよう予防に重点を置くことを「予防歯科」といいます。歯と口の健康を守るためには、自分で行う毎日の「セルフケア」と歯科医院などで受ける「プロフェッショナルケア」の両方の取り組みを継続して行うことが大切です。

くわしくは 健康課 保健指導班 ☎ 21-2756

### 歯科専門家のアドバイスでセルフケアを効果的に

歯垢は、細菌が作り出すネバネバの物質によって歯に強く付着しています。うがいだけでは落ちないので、歯ブラシによるブラッシングが欠かせません。特に歯と歯の間の汚れはデンタルフロス（歯の間の歯垢を清掃する細い糸）や歯間ブラシの使用も効果的です。

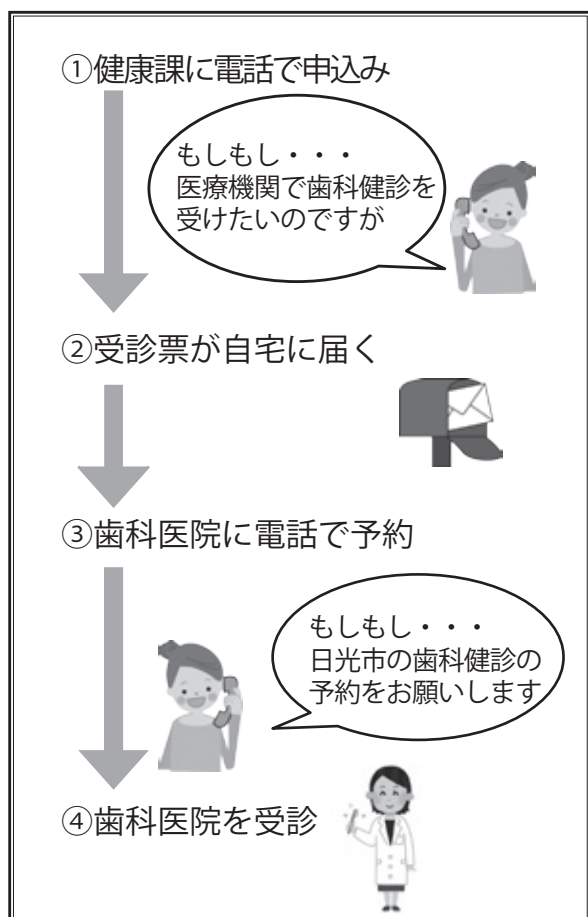
一人一人の顔が違うように、歯並びや歯の性質も個人差があります。効果的なセルフケアを実践するため定期的に歯科医師の診察を受け、適切なブラッシングができているかを確認し、自分に合った磨き方をアドバイスしてもらいましょう。

### 歯科医院などで定期的なチェックを

むし歯予防をはじめとする歯と口の健康づくりには家庭での「セルフケア」と共に、定期的に歯科医師や歯科衛生士などからプロフェッショナルケア（口の健康チェックやブラッシング指導など）を受け、毎日の磨き残しを減らすことが大切です。

歯科専門家の指導に基づいた毎日の「セルフケア」と歯科医院などでの「プロフェッショナルケア」の両方で歯と口の健康を守る「予防歯科」

図：歯科健診受診までの流れ



を進めていきましょう。

### 歯科健診（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、市内の歯科医院で歯科健診を実施しています。かかりつけの歯科医院や身近な歯科医院でご自身の都合に合わせて受診できます。健康管理の一つとしてぜひご利用ください。ご希望の方は、健康課までご連絡ください。

対象：19歳以上の市民（治療中の方は対象外）

料金：無料

※健診の結果、治療が必要となった場合は保険診療（有料）となります。

健診内容：むし歯・歯肉の状況、口腔清掃状態、義歯の状態などの確認。健診結果の判定・指導

実施歯科医院：市内の歯科医院

受診期間：6月1日から平成30年3月31日まで

申込み方法：健康課に電話でお申し込みください。受診に必要な書類を郵送します（左図参照）。

### 歯ッピー健口フェスタのご案内

毎年恒例のイベント、「歯ッピー健口フェスタ」を、7月1日（土）午後1時～4時に、今市保健福祉センター（平ヶ崎）で行います。

多くの皆さんのご来場をお待ちしています。

# 減塩を心がけて高血圧を予防しよう

くわしくは 健康課 保健指導班 ☎(21)2756

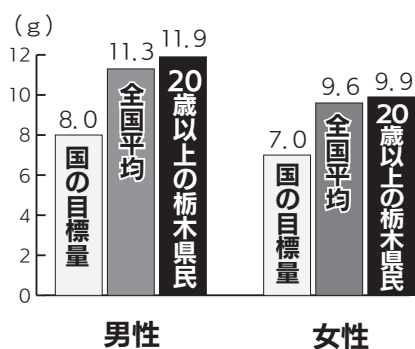


生活習慣病にかかっている市民の割合は、平成19年以降増加傾向にあります。

国民健康保険と後期高齢者医療制度の加入者が病院を受診した疾病の中で、特に多いのは高血圧性疾患です。後期高齢者(75歳以上)になるとさらに割合が増え、4、5人に1人が高血圧性疾患で受診・治療していることとなります。

生活習慣病予防について国の成人の塩分摂取の目標量は、男性が1日8g未満、女性が7g未満となっています。国が平成24年に調査した結果では、栃木県の20歳以上の成人の

グラフ：1日の成人の塩分摂取量  
(平成24年「国民健康・栄養調査」)



摂取量は、男性が11.9g、女性は9.9gで、全国平均の男性11.3g、女性9.6gに比べると、高い結果になっています。

## 塩分を取り過ぎると…

### ●喉が乾く

摂取した塩分は、体内でナトリウムになり骨や血液などに運ばれますが、ナトリウムの運び役のカリウムの摂取が不足すると、カリウムの代わりに体液(水分)を取り込み、塩分濃度を薄めようとして、塩分濃度を薄めるために水分が必要なので、喉が乾くのです。

### ●血圧が上がる

塩分濃度を薄めようとするために、水分(尿や汗)の排出も抑えられます。このとき、血液などに水分を多く取り込もうとするため、血液量が増えて血圧が高くなります。

### ●体にむくみが出る

水分を多く取り込もうとして溜め込んだ水分が細胞からあふれると、細胞周囲に溜まります。これが「むくみ」となります。塩分の取りすぎ

は、高血圧などの生活習慣病につながりますので、普段から減塩に取り組むことが大切です。

## 塩分を取り過ぎないためのポイント

- ①しょうゆやソースは直接かけず、小皿に取って付けて食べましょう。
- ②減塩調味料を上手に活用しましょう。
- ③めん類は、汁を残しましょう。
- ④みそ汁は具をたっぷり入れ、1日

表：塩分の高いメニュー

(出典：ヘルスケア・コミッティー クピオ)

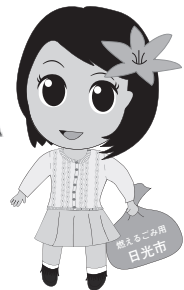
|     | メニュー            | 分量       | 塩分量(g) |
|-----|-----------------|----------|--------|
| ご飯物 | カレー             | 1杯(普通盛り) | 2.7    |
|     | 寿司              | 10貫      | 2.6    |
|     | 茶漬け             | 茶わん1杯    | 2.2    |
|     | コンビニのおにぎり(ツナ)   | 1個       | 1.5    |
|     | コンビニのおにぎり(塩にぎり) | 1個       | 1.1    |
|     | 炊き込みご飯          | 茶わん1杯    | 0.5    |
|     | 白いご飯            | 茶わん1杯    | 0      |
| 麺類  | ラーメン(汁含む)       | 1杯(普通盛り) | 6.0    |
|     | ラーメン(汁含まない)     | 1杯(普通盛り) | 3.0    |
|     | そうめん(つゆ含む)      | 2束分      | 5.9    |
|     | うどん(汁含む)        | 1杯(普通盛り) | 5.6    |
|     | うどん(汁含まない)      | 1杯(普通盛り) | 2.8    |
|     | かけそば            | 1杯(普通盛り) | 3.2    |
|     | スパゲッティミートソース    | 1皿(普通盛り) | 2.7    |
|     | パン              | 1枚(6枚切り) | 1.0    |

※塩分量は目安です

- ⑤漬物や梅干しを食べるのは1日1回までにしましょう。
  - ⑥レモンなどの酸味や香辛料を上手に使いましょう。
  - ⑦干物や練り製品、肉の加工品などの食品は控えましょう。
- 減塩に取り組むとともに、取り過ぎた塩分を排せつする働きがあるカリウムが多く含まれている野菜や海藻を積極的に食べるようにしましょう。しかし、腎臓に持病がある場合、カリウムを取り過ぎてはいけな場合があるので、摂取量については主治医に相談しましょう。この機会に、食生活を見直し、高血圧を予防しましょう。

## 第2回家庭ごみ有料化Q & A

平成30年4月から  
家庭ごみを  
有料化します



有料化まで  
あと10カ月

くわしくは  
廃棄物対策課 廃棄物対策係 ☎21-5138

広報「につこう」5月号からスタートした「家庭ごみ有料化Q & A」の第2回になります。

市民の皆さんからお問い合わせを多くいただいている点についてお答えします。

**Q7 指定ごみ袋はどこで買えるの？**

**A** 指定ごみ袋取扱店を募集・認定して、販売します。スーパー・コンビニなど日常生活において購入しやすい場所、また地域ごとにバランスのとれた取扱店の認定を行います。平成30年2月頃に販売開始予定です。

**Q8 現在使用している透明または半透明のごみ袋は使えなくなるの？**

**A** 家庭から排出される「燃えるごみ」については、指定ごみ袋を使用することになります。ただし、乳幼児や高齢者の紙おむつ、刈り草や落

ち葉には、現在使用している透明または半透明のごみ袋を使用することができません。

**Q9 指定ごみ袋の価格は、どうやって決めたの？**

**A** 家庭から排出される「燃えるごみ」の処理費用について、平成26年度日光市決算額から算出すると、燃えるごみ1kgあたり約37円のごみ処理費用がかかります。これを「ごみ袋容積換算(40ℓ袋あたり5kg)」により算出すると、1ℓあたりの処理費用は、約4円になります。市民の皆さんに過大な負担とならないように、また近隣市町の料金水準、ごみ減量化への動機付け効果を考え、1ℓあたり約4円の処理費用の約4分の1相当を負担してもらうとし、1ℓあたり1円の手数料を設定しました。

これにより、指定ごみ袋(10ℓ・20ℓ・30ℓ・45ℓ)の価格を10ℓは1枚10円、20ℓは1枚20円、30ℓは1枚30円、45ℓは1枚45円としました。



おかげさまで2周年 道の駅「日光」日光街道ニコニコ本陣

みんなて

ニコニコ

まちあるき

2

くわしくは 道の駅日光 ☎(25) 777-1

作曲家・船村徹と作詞家・高野公男との『男の友情』

「道の駅日光」と「日本のこころのうたミュージアム・船村徹記念館」は、開業から2周年。改めて、船村徹氏の展示についてご紹介します。

今年2月に84歳で逝去された市ゆかりの作曲家・船村徹氏は、平成28年秋に文化勲章を受章された日本を代表する作曲家です。市内には「楽想館」という仕事場があり、内弟子とともに住まわれ、日々作曲活動をされていました。

生前、船村氏は毎年、自身の誕生日の6月12日に都内の会場で「歌供養」を開催していました。

そこには音楽学校時代から苦勞を



共にし、26歳で亡くなった作詞家の高野公男氏と船村氏の実の兄・健一氏の遺影、そして自らが彫った木彫りの地蔵がまつられていました。船村徹記念館2階にも、盟友の高野氏を追悼するコーナーがあり、高野氏の絶筆『男の友情』の直筆原稿が大きな切株に埋込まれています。

高野氏からの「私は出身地の茨城弁で詩を書くから、君は栃木弁で曲を書き、働く者の歌を作れ」という遺志を継いで作られた船村メロディーは生涯で5500曲以上。二人が出会わなければ、代表曲『別れの一本杉』も生まれなかったでしょう。固い絆で結ばれたこの名曲たちの「根幹」を、2階展示ブース「船村徹・人生と仕事」で思い浮かべてはいかがでしょうか？

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

6月12日(月)に「船村徹を歌い継ぐ・内弟子五人の会追悼コンサート」を多目的ホールで開催します。詳しくは道の駅日光までお気軽にお問合せください。

## 地域で守る希少な植物

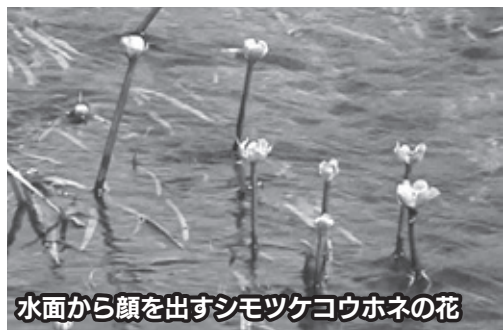
は小代の水路には一面に咲いていた時期もありましたが、水路を阻害するため雑草として除去さ



シモツケコウホネの自生する水路

シモツケコウホネは「シモツケ」の名を持つように、世界でも栃木県内の数カ所にしか見られない貴重な植物です。普通のコウホネが空中、水面、水中のいずれにも葉を持つのに対して、シモツケコウホネは水中の葉（沈水葉）しか持ちません。市内では小代地区に自生しており、ワカメのような葉の形状から、地元では「カワワカメ」という名で呼ばれていました。

か？



水面から顔を出すシモツケコウホネの花

れ、次第に姿を消してゆきました。小代地区では、地域の有志によって平成16年から保護の活動が始まりました。その後、平成18年に新種「シモツケコウホネ」として発表し、平成19年に新種として登録されました。平成26年には種の保存法による「国内希少野生植物」に指定されています。

その後も、「シモツケコウホネと里を守る会」によって、定期的な保護・保全の活動が続けられ、現在では、地域の小学校や育成会の観察・学習にも用いられています。

皆さんも、希少なシモツケコウホネを見て訪れてみてはいかがですか？

# ぶらり日光ブランド探訪

vol.38

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 14

### 今月の注目食材は「玉ネギ」



#### 玉ネギと大根の和風サラダ

保存に向き、万能野菜としてさまざまな調理方法で活用されている玉ネギ。なじみの深い食材のひとつですが、栽培の歴史は古く、古代エジプトやメソポタミア文明で始まったと言われています。

味わい豊かな旬の玉ネギを、ぜひご賞味ください。

#### ◎材料／4人分

大根…16cm、玉ネギ…1/2個、あさつき…適量、青じそ…適量

#### ◎Aドレッシング

濃い口醤油…大さじ1と1/3、みりん…大さじ1、酢…大さじ1と1/3、砂糖…小さじ1/2、塩…少々、おろししょうが…1片、オリーブオイル…大さじ1

#### ◎作り方

- ①大根をごく細い千切りにして水にさらし、水気をしっかり切る。
- ②玉ネギを薄くスライスして塩水にさらし、水気をしっかり切る。
- ③あさつきを小口切りにする。
- ④青じそを細い千切りにして

水にさらし、水気をしぼる。  
⑤器に①と②を盛り付け、Aをよく混ぜたドレッシングをかけた後③と④を散らす。

#### ◎ポイント

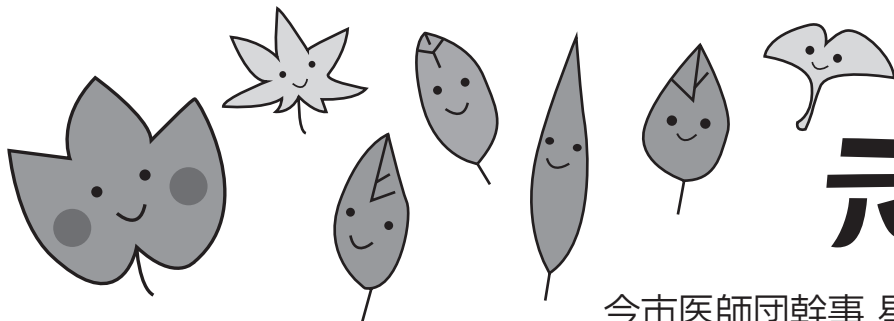
あっさりした味で体にも良いメニューです。新玉ネギを使う時は、水でさらしてください。

#### ◎今回のレシピは

77キロカロリー(1人分)

- ・タンパク質…1.4g
- ・脂質…3.2g
- ・塩分…1.0g





# 元 気 予 報

ほし の けい こ  
今市医師団幹事 星野レディスクリニック 星野 恵子

## 膵<sup>すい</sup>がんについて

膵臓は、胃の裏側にある約15cmの扁平<sup>へんぺい</sup>の臓器です。膵臓は食べたものを消化する消化酵素を作る働きと、血液中の糖分の量を調節するインシュリンなどのホルモンを作り、血液の中に送り出すという2つの大切な仕事をしています。膵がん(膵臓にできるがん)は男性のがんによる死亡の第5位、女性では第4位で、年間約3万人(2014年現在)の患者さんが亡くなっています。そして、日本では、罹患率<sup>りかん</sup>(がんと診断される率)・死亡率とも上昇しており、また、診断されてから亡くなるまでの期間が短いからです。

膵がんは40歳ぐらいから増加し始め、年齢が高くなるにつれて多くなっています。診断時にはすでに進行がんであることが多く、予後は極めて不良です。膵がんが発見されにくい理由として、がんが大きくなるまで症状が出にくいことが挙げられます。がんが2cm以下の場合、患者さんの20%に症状がなく、1cm以下の場合では30%以上で症状がありません。膵がんの症状は腹痛が最も多く、次いで黄疸<sup>おうだん</sup>、腰背部痛、体重減少と続きます。一方、約半数の患者さんに膵がん発症の2年以内に糖尿病の発症がみられます。しかしこれらの所見は、膵がんだけに現れるわけではありません。

膵がんがある場合の目安になる検査値である腫瘍<sup>しゅよう</sup>マーカーも、がんが初期の段階ではあまり上昇しません。膵がんを疑った場合、次に画像検査を行います。通常、複数の画像診断を組み合わせて行います。腹部超音波検査、造影CT検査、MRI検査などを行います。小さい膵がんではこれらの検査を駆使<sup>くし</sup>してもがんと診断できないことも多く、膵がんが疑われて手術をした患者さんのうち、5〜10%は良性疾患であったという報告もあります。

膵がんには危険因子があります。膵がんの家族歴がある人、糖尿病、肥満、慢性膵炎、膵嚢胞<sup>のうほう</sup>、喫煙、多量飲酒者などです。危険因子を複数もつ方は、症状が出る前に画像検査を定期的に行うことが望ましいといわれています。



## 市民文芸

川柳

選者

大橋芳明

手の胼胝に技の値打ちを語らせる

佐藤忠介

脳トレのパズルが作る顔のしわ

宇賀神サク子

免許返納ペダル漕ぐ足地に着かず

青木照雄

私に似合いの羅漢探してる

吉原一典

もう止そう止そうと思う隠しごと

田中来川

俳句

選者

須藤火珠男

神橋の下手にも橋水温む

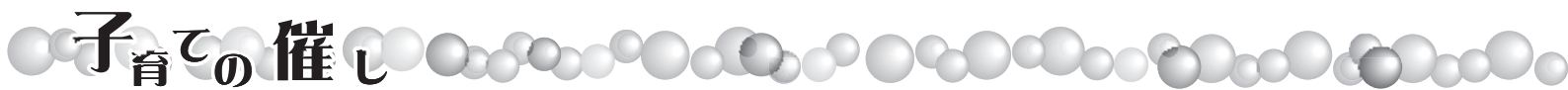
白土武夫

花万朶逢ひたき人は蔵の街

湯沢くに

痩せた恋愛暖炉の火むら燃えさかる

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<br>(ショッピングプラザ日光内)<br>問…☎22-2299 | 6月21日(水)<br>午前10時30分～11時15分 | ◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう！                                                                                           |
|                                             | 6月28日(水)<br>午前10時15分～11時45分 | ◎ママのお楽しみタイム つくってみよう！ 楽しい小物<br>申…6月21日(水)まで ※お子さんを預かります                                                      |
|                                             | 7月2日(日)<br>午前10時30分～11時45分  | ◎パパも一緒にうれしいな！ セタかざり製作<br>定…親子20組(先着順) 申…6月28日(水)まで                                                          |
| 日光親子ふれあいひろば<br>(日光福祉保健センター内)<br>問…☎54-3001  | 6月8日(木)<br>午前10時30分～正午      | ◎ママトーク<br>講…親学習チーム日光 申…6月5日(月)まで<br>※子育て中のお母さん同士、日頃の悩みを気軽に語り合しましょう<br>※お子さんを預かります                           |
|                                             | 6月13日(火)<br>午前11時15分～11時45分 | ◎えいごであそぼう<br>講…市国際交流員 ※英語のあそび歌や絵カード遊び、読み聞かせ<br>など ※年齢・月齢・障がいなどに関係なく参加できます                                   |
|                                             | 6月16日(金)<br>午前10時30分～11時30分 | ◎ベビーマッサージ<br>講…岩本恵利氏 定…親子15組(先着順) 申…6月13日(火)まで<br>※今回はオイルを使わず、洋服の上からのマッサージです。お母さん<br>とお子さんのリラックスタイムを楽しみましょう |
| 鬼怒川親子ふれあいひろば<br>(藤原保健センター内)<br>問…☎76-0881   | 6月2日(金)<br>午前10時～正午         | ◎ひだまりサロン「ベビーマッサージ」「ママのボディケア」<br>講…オピニオンリーダー藤原支部 ￥…50円 ※簡単にできる身体<br>の歪み改善体操などを行います。素足になれる靴下でお越しください          |
|                                             | 6月7日(水)<br>午前10時～正午         | ◎ポーセラングアート<br>講…斎藤球好氏 対象…親子 ※カップに絵付けをします                                                                    |
|                                             | 6月16日(金)<br>午前11時～11時30分    | ◎えいごであそぼう<br>講…市国際交流員 ※英語のリズムで遊びましょう ※どなたでも<br>参加できます                                                       |
| 足尾親子ふれあいひろば<br>(日光福祉保健センター内)<br>問…☎54-3001  | 6月12日(月)<br>午前10時～正午        |                                                                                                             |



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(hishokouhou@city.  
nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。  
漢字には、必ず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

転んでも泣かない子供福寿草  
桜の宴花びら一ツ添えて飲む  
植竹勝  
沼尾紫朗

子の挙式に飛ばす折鶴鮮らけし夫と繙く三十年の歴  
史 齋藤和江

浮き雲に梯子を伸ばし枝を伐る残り三本息を凝らし  
て 阿久津年秀

八人と師の旅路の果て月蒼く那須連山は雪崩れ鎮め  
て 石原悦子

カタクリの優雅な姿春美人里山の野に人引き寄せる  
青木林吉

早春の野に芹を摘み厨辺に香りたたせて天ぶら揚げ  
る 狐塚昭子

## ♠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<br>健診                    | 藤原・栗山地域   | 19日(月) | 午後1時～1時30分      | 藤原保健センター                             |          |
|                                | 日光・足尾地域   | 21日(水) | 午後1時～1時15分      | 日光福祉保健センター                           |          |
|                                | 今市・豊岡     | 28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 | 29日(木) |                 |                                      |          |
| 8 か月児<br>健診                    | 今市・豊岡     | 8日(木)  |                 | 午後1時15分～1時30分                        | 藤原保健センター |
|                                | 藤原・栗山地域   | 19日(月) |                 |                                      |          |
|                                | 日光・足尾地域   | 21日(水) | 日光福祉保健センター      |                                      |          |
|                                | 大沢・落合・塩野室 | 22日(木) | 午後1時～1時30分      | 今市保健福祉センター                           |          |
| 1 歳 6 か月<br>児健診                | 今市・豊岡     | 14日(水) |                 |                                      |          |
|                                | 大沢・落合・塩野室 | 16日(金) |                 |                                      |          |
|                                | 藤原・栗山地域   | 22日(木) |                 |                                      | 藤原保健センター |
| 2 歳児<br>歯科健診                   | 今市地域全地区   | 1日(木)  | 午後1時15分～1時30分   | 今市保健福祉センター                           |          |
|                                | 藤原・栗山地域   | 15日(木) |                 | 藤原保健センター                             |          |
|                                | 日光・足尾地域   | 28日(水) | 午後1時15分～1時30分   | 日光福祉保健センター                           |          |
| 3 歳児健診                         | 日光・足尾地域   | 7日(水)  | 午後1時～1時15分      | 今市保健福祉センター<br>藤原保健センター<br>今市保健福祉センター |          |
|                                | 今市・豊岡     | 21日(水) | 午後1時～1時30分      |                                      |          |
|                                | 藤原・栗山地域   | 22日(木) |                 |                                      |          |
|                                | 大沢・落合・塩野室 | 23日(金) |                 |                                      |          |
| 12か月児<br>相談                    | 日光・足尾地域   | 13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   | 16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   | 28日(水) | 午前9時～10時        | 今市保健福祉センター                           |          |
| すくすく<br>子育て相談<br>※母子健康<br>手帳持参 | 塩野室地区     | 1日(木)  | 午前9時30分～11時     | 小林公民館                                |          |
|                                | 豊岡地区      | 2日(金)  |                 | 豊岡公民館                                |          |
|                                | 大沢地区      |        |                 | 大沢地区センター                             |          |
|                                | 今市地区      | 9日(金)  |                 | 今市保健福祉センター                           |          |
|                                | 落合地区      |        |                 | 落合公民館                                |          |
|                                | 日光・足尾地域   | 13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   | 16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 | 7日(水)  | 午前10時～正午 | 日光福祉保健センター |
|      | 13日(火) |          |            |
| 藤原地域 | 16日(金) | 午後2時～4時  | 藤原保健センター   |
|      | 19日(月) |          |            |
| 足尾地域 | 16日(金) | 午前10時～正午 | 足尾行政センター   |
|      | 27日(火) |          |            |
| 栗山地域 | 6日(火)  | 午前10時～正午 | 栗山行政センター   |
|      | 23日(金) |          |            |

# 6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

# 6月の休日当番医

## 医科

◆3日(土) 午後5時～5日(月) 午前8時

獨協医大日光医療センター(高德) ☎76-1515

◆10日(土) 午後5時～12日(月) 午前8時

川上病院(並木町) ☎22-2311

◆17日(土) 午後5時～19日(月) 午前8時

森病院(今市) ☎22-1024

◆24日(土) 午後5時～26日(月) 午前8時

今市病院(今市) ☎22-2200

## 歯科

診療時間…午前10時～午後4時

◆4日(日)

斎藤歯科クリニック(木和田島) ☎26-3110

◆11日(日)

吉原歯科医院矯正歯科(今市) ☎22-6480

◆18日(日)

みやさか歯科クリニック(土沢) ☎26-6474

◆25日(日)

きりふり宮川歯科医院(所野) ☎53-0366

## 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(中学3年生まで)。

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)

※土曜・日曜日、祝日時の「休日当番医」のお問い合わせは市役所(☎22-1111)へ

## ◆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 |
| 2日(金)  | 今市保健福祉センター   | 午前7時30分～10時30分 | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 3日(土)  | 今市保健福祉センター   | 午前7時30分～11時    | ○         | ○ |   | ○ |   | ○ |   |
| 8日(木)  | 所野コミュニティセンター | 午前8時30分～10時30分 | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 9日(金)  | 足尾市民センター     | 午前8時30分～10時    | ○         | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 12日(月) | 今市保健福祉センター   | 午前8時～11時       | ○         | ○ |   | ○ |   | ○ |   |
| 13日(火) | 今市保健福祉センター   | 午前7時30分～10時30分 | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 14日(水) | 高德生活改善センター   | 午前8時30分～10時30分 | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 15日(木) | 日光体育館        | 午前8時～10時30分    | ○         | ○ |   | ○ |   | ○ |   |
| 16日(金) | 日光体育館        | 午前8時～10時30分    | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 17日(土) | 日光体育館        | 午前8時～10時       | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 20日(火) | 日向公民館        | 午前8時～10時       | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 22日(木) | 大沢地区センター     | 午前8時～11時       | ○         | ○ |   | ○ |   | ○ |   |
| 23日(金) | 大沢地区センター     | 午前8時～10時30分    | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 24日(土) | 小来川小中学校      | 午前8時30分～10時    | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 29日(木) | 皇海荘地域交流ホーム   | 午前8時30分～10時30分 | ○         | ○ | ○ | ○ |   | ○ | ○ |
| 30日(金) | 今市保健福祉センター   | 午前7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、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。



4～5月に市内で行われたイベントについてお知らせします



下鉢石町の花家体

**弥生祭**  
4月13日(木)～17日(月)にかけて弥生祭が行われました。宵祭、付祭とも東町から7台、西町から4台、計11台の花家体が繰り出しました。  
16日の宵祭では、花家体が神橋に集合し、登橋神事が行われました。神橋前にずらりと並んだ各町の花家体を背景にたくさんの観光客が写真を撮っていました。  
また、今年から「良い縁祈願笹



宵祭の登橋神事

めぐり」が行われ、笹を手にする観光客が見受けられました。これは観光客が11町の家体から、氏神などにまつわる短冊をもらい、縁結びの笹に飾り付け「良い縁笹」を完成させるものです。  
埼玉県から来たという小林奈緒美さんは「色とりどりの家体がとてもきれいだなと思いました。着物姿の子どもたちがかわいいですね」と笑顔で話してくれました。



約1500株のミズバショウ

**上三依水生植物園がオープン**  
ミズバショウが見頃を迎えた4月15日(土)、上三依水生植物園が今年もオープンしました。この日は、開園を待ちわびたリュウキンカやシヨウジョウバカマ、カタクリなどの愛らしい花々が、多くの来場者を迎えていました。  
男鹿川沿いの植物園は、敷地面積約2万2千平方メートルの広大な園内に約300種、3万本の草花が植えられ、これから季節ごと



ミスミソウを写真に収める愛好者

に楽しむことができます。  
高宮達也園長は、「5月下旬からはキシノウエやスイレン、クリソウなどが見頃になります。また、ヒマラヤの青いケシは、500株を植え、順調に育っています。皆さんに見に来てもらいたいですね」と話していました。  
園内の様子は専用ホームページ(<http://www.yamasayokubutu.co.jp>)で見ることができます。

## 鬼怒川温泉夜桜まつり



満開の夜桜を楽しむ大勢の来場者

4月7日(金)～16日(日)に鬼怒川温泉護国神社と温泉神社境内で、鬼怒川温泉夜桜まつりが開催されました。初日は二分咲きだった桜も、まつりが盛り上がるにつれ日に日に開花し、後半は見事に満開の桜となりました。

敷地内には、県内一大きいといわれる「茅の輪くぐり」も設置され、来場者は正月からのけがれをはらい、残り約半年の無病息災を祈願しようと、作法どおり真剣に輪をくぐっていました。

また、期間中の土曜・日曜日には、神楽殿で芸妓による踊りやお囃子、雅楽が披露され、ライトアップされた幻想的な雰囲気を作り上げ、一層盛り上げていました。

さくら市から訪れた岩崎正枝さんは、「桜が満開で感動しました。芸妓さんの踊りも雅楽の演奏も素晴らしい。雰囲気も最高ですね」と話していました。



雰囲気を盛り上げる雅楽の演奏



### 今月の表紙

#### 各鉄道の新列車が運行



「リバティ」出発式のテープカット

平成30年4月から栃木県でスタートする国内最大の観光キャンペーン「デスティネーションキャンペーン(DC)」に向け、市でも4月からプレDC(本番前のDC)の特別イベントが各地域で行われました。

そんな中、東武鉄道では、26年ぶりの新型特急「リバティ」が登場。4月21日(金)、東武日光駅で出発式を行いました。また、8月10日(木)から下今市駅～鬼怒川温泉駅を運行する、蒸気機関車SL「大樹」が5月2日(火)に下今市駅で披露され、多くの人でにぎわいました。一方、JR東日本では、豪華寝台列車の「TRAIN SUITE 四季島」が5月1日(月)にデビューし、日光駅で歓迎のおもてなしが行われました。

皆さんも列車を見かけたら、歓迎の気持ちを込めて手を振ってみませんか。



日光駅で「四季島」を歓迎



完成した「日光キッズゲルニカ」



ライトアップされた大猷院

### 「日光キッズゲルニカ」完成披露除幕式

4月29日(土・祝)に、ニコニコ本陣で「日光キッズゲルニカ」完成披露除幕式が行われました。この絵画は、横7.8m、縦3.5m。「平和をつなぐ」をテーマに、延べ100名が参加して描かれました。

除幕後は、船村徹記念館の壁面に飾られる他、地域のイベントなどで出張公開される予定です。

### 世界遺産「日光の社寺」DC特別企画

4月29日(土・祝)～5月5日(金・祝)に、二社一寺で「夜間参拝」が行われました。

JRグループのデスティネーションキャンペーン(DC)を来春に控え、プレDCとして開催されました。灯籠などに明かりが灯され、ライトアップされた社寺に、訪れた方は日中とはまた違う荘厳な姿を感じていました。

### DC特別企画湯西川温泉竹の宵まつり

4月28日(金)から、毎年7月に開催している竹の宵まつりが、DCの特別企画として始まりました。湯西川温泉街が竹灯籠と、ライトアップされた番傘の淡い光に包まれています。

東京都八王子市から訪れた上野さんは「暖かな光がとても落ち着きますね」と話してくれました。6月4日(日)までの開催です。



温泉街を歩く観光客

### 足尾まつり

5月3日(水・祝)に、足尾まつりが開催されました。明治時代、銅山を守る山神社へ奉納するため、に執り行われた「山神祭」の伝統を受け継いだ祭です。

4町内から華やかに飾られた山車が繰り出され、ひよっこやおかめなどに扮した子どもたちが、お囃子の調子にあわせて、愛嬌あふれるしぐさで踊りを披露しました。



華やかに飾られた山車

# ま ち の ほ っ と NEWS



## ランチヨンマットの寄贈

3/23

入学シーズン前にJAかみつがから市内の小学校に入学する全ての新1年生へ、ランチヨンマットの寄贈がありました。安心で安全な栃木県産の農畜産物をたくさん食べて、大きく健やかに育ってほしいとの願いから贈られたものです。

新1年生はこのマツトを給食時に使用し、たくさんのおいしい県産食材を食べることでしよう。



文・写真：学校教育課

## 一言金次郎すごろくを作成

4/1 今市

日光学・わがまちきらり発見隊は、二宮尊徳を学び、その偉大さや素晴らしいさを伝えるため、楽しみながら学べる「一言金次郎すごろく」を、金次郎の「生涯」「教え」「残したもの」の観点で3種類作成しました。発見隊の皆さんは、学んだこと、伝えたいことを表現したすごろくの完成に笑顔がこぼれ、充実感でいっぱいでした。



文・写真：生涯学習課

## 小林公民館開所式

4/2 今市

新しい小林公民館が完成し、開所式を行いました。アトラクションでは、地元のコーラスきぬによる歌や、下小林獅子舞による東西南北をはらい清める四方固めの舞が披露され、式典を盛り上げました。木材をふんだんに使用した木造平屋建ての建物は、木の香りに溢れ、温もりを感じることが出来ます。ぜひ、ご来館ください。



文・写真：小林公民館

## チャリティー歌の祭典

4/9 今市

若林ふれあいカラオケ愛好会は、平成町文化交流会の協力で、歌の発表会を盛大に行いました。当日は約50名が参加し、チャリティー募金も行いました。集まった募金5万円は、「福祉に役立ててほしい」と市社会福祉協議会へ寄附しました。



文・写真：杉沢 洸

## 図書寄贈

4/26

金谷ホテル歴史館の申橋弘之氏から市内小中学校や図書館などへ「金谷力テッジン物語」と「金谷侍屋敷写真集」の図書の寄贈がありました。

これは、金谷ホテルの発祥の背景や経緯、日光の明治初期の歴史、建造物の素晴らしさを知ることができ、郷土愛を育み、先達の活動を広く知ってほしいと寄贈されたものです。



文・写真：生涯学習課

## ビーフピア栗山

5/3 栗山

月山ビーフピア広場で今年もビーフピア栗山を開催しました。ポリウム満点のおいしい肉が食べられると人気のあるこのイベントは、リピーターも多く、県内外から約300名が参加しました。残念ながらヤシオツツジは三分咲きでしたが、天候は良く、参加者は大自然を満喫しながら肉や野菜、焼きそばなどを堪能しました。



文・写真：栗山観光課

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 〒321-112 92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 hshokouhou@citynikko.lg.jp

## L I E B E 栃木を率いる若き指揮官

リベ  
L I E B E 栃木監督  
ふくだ  
福田 敏昭さん

練習は、主に週末と平日の夜に行っています。チーム全員が仕事をするため、思うように練習ができないことです。中には、仕事の都合

①監督として苦労していることは？

高校を卒業し、大学進学とともに上京しました。大学を卒業すると、名古屋の社会人フィールドホッケーチームに所属していました。実は、自分の中で選手としては30歳までと決めていたので、それを機に日光へ戻り家業を継ぎました。

### ④日光市へUターン

木県の社会人フィールドホッケーチーム「L I E B E 栃木」を率いる監督の福田さんは、姉の影響で小学校4年生からフィールドホッケーを始めました。上京して大学、社会人と現役プレイヤーとして活躍し、30歳を機に生まれ育った日光にUターンしました。現在36歳の福田さん。農業とホッケーを両立する若き指揮官をご紹介します。

で練習に参加できないメンバーもいます。少しでも練習時間が確保できるよう、選手の勤務先へ出向き、活動に対して協力をお願いすることもあります。

### ⑤監督の醍醐味を教えてください

選手たちのポジションを考え、作戦や連携などを考えることです。チームには日本代表に選出される実力のある選手もいるので、ゲームの組み立てを考えることがおもしろいです。

### ⑥ホッケーの魅力とは

フィールドホッケーはアイスホッケーと似ている競技といわれますが、フォワード・ミッドフィールダー・ディフェンスとポジションがあり、サッカーに近い競技です。また、サッカーを上回るボールスピードで、迫力があります。実際に2、3秒でゴールが決まってしまうこともあります。

L I E B E 栃木は、中盤の人材が豊富で、スピードがある攻撃的なチームです。多くの人に会場で観戦してもらいたいですね。

### ⑦今後の目標

4月から始まった日本リーグで



斎藤文夫市長(左から2人目)を表敬訪問時の福田さん(右から2人目)

1部昇格を目指しています。現在のH2(2部リーグ)で優勝し、1部に上がれるように頑張ります。また、国体に出場することも目標です。関東地区は1チームしか本戦に出られないため、栃木県は平成15年以降本戦に出場できていません。1部リーグで活躍する選手を擁する埼玉県や山梨県に勝って、本戦に進みたいです。

### ♡インタビューを終えて…

子育てをしながら農業を営み、監督業もこなす福田さん。「今は10年前と戦い方が違います。先入観に捕われず、柔軟に対応していきたい」と厳しい監督の表情をする一方、「子どもと初めて大笹牧場に行きました。楽しかった」とすてきな笑顔を見せるパパの一面も。福田監督の采配と選手たちの活躍を期待しています。頑張れ！ L I E B E !

※現在、L I E B E 栃木は日本リーグの真っ最中！ 6月3日(土)は福井クラブ戦(午後1時15分から)、6月4日(日)は東京農業大学戦(午後1時30分から)が市ホッケー場(今市青少年スポーツセンター内)で開催。みんなで応援に行こう！



旭日双光章を受章。平成13年～28年に日光商工会議所副会頭、平成23年～



渡邊 護氏(今市・77歳)

旭日双光章を受章。平成13年に県建設業協会理事となり、平成20年から同協会副会長に就任。平成22年に国土交通大臣表彰を受賞。



吉新 日夫氏(松原町・70歳)



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

㊦…日光行政センター  
〒321-1492 中鉢石町999番地  
㊧…藤原行政センター  
〒321-2595 藤原1番地  
㊨…足尾行政センター  
〒321-1514 足尾町通洞8番2号  
㊩…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  
訪ねて納得  
自然と笑顔になれるまち



27年に県酒造組合会長を務め、地域産業の振興に尽力。

伊藤 一徳氏(小倉・77歳)



旭日単光章を受章。平成12年に旧今市市選挙管理委員会委員、平成16年同委員長に就任。平成18年日光市合併後も日光市選挙管理委員会委員長に就任し、14年にわたり選挙管理事務に尽力。

小澤 秀昭氏(足尾町通洞・74歳)



瑞宝単光章を受章。昭和41年、旧日光市消防本部に入庁。平成18年日光市消防本部消防司令長兼日光消防署副参事で退職。



竹腰 泰二氏(七里・69歳)

消防吏員や警察など、危険な業務に長年従事した方に送られる叙勲です。



危険業務従事者叙勲

瑞宝単光章を受章。昭和57年から統計調査に従事し、平成16年に総務大臣表彰、平成23年に経済産業大臣表彰を受賞。



加藤 昭氏(和泉・75歳)

瑞宝単光章を受章。昭和41年旧足尾町消防団に入団。平成20年～23年日光市足尾消防団分団長を務める。平成18年に消防庁長官表彰を受賞。

**農の魅力満載！夏の貯めトクキャンペーン2017**  
期間中、30万円以上の定期貯金(1年・3年)をご契約いただいた個人の方に

①直売所クーポン券がもらえる  
30万円(お取引状況により60万円)ごとに500円分のJAかみつが直売所クーポン券をプレゼント!

②ちょりスグッズがもらえる  
クーラーバッグ(80万円以上)  
フロストポーチ(30万円以上)

**JAかみつが直売所クーポン券 ¥500**  
イメージです

●詳しくは最寄りのJA支店または信用企画課まで  
JAかみつが信用企画課 ☎0289-65-1003

**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/>



瑞宝双光章を受章。昭和25年から中学校教諭となり、昭和58年に轟小学校校長、昭和60年に大室小学校校長、昭和62年に今市第二小学校校長を歴任。



野田 三郎氏(今市・88歳)

満88歳に達した機会に、過去に各分野で功労のあった方に対し、勲章が授与されるものです。



## 高齢者叙勲

瑞宝単光章を受章。昭和41年、旧日光市消防本部に入庁。平成18年日光市消防本部日光消防署主幹で退職。



手塚 理一氏(七里・71歳)

## 表彰

### 総務大臣感謝状

行政相談委員として、長年市民の生活の改善に尽力した功績が認められ、感謝状が贈られました。

埴田 照子氏(清滝一丁目・76歳)



### 文部科学大臣表彰

子どもの読書活動推進の中核となり、特色あるすぐれた実践が認められ、表彰されました。

読み聞かせボランティアありんこ



代表の木村志津子氏(写真前列中央)とメンバーの皆さん

## お知らせ

### 児童手当現況届を提出ください

6月1日現在、市で児童手当を受給している方は、児童の養育状況などを確認するため、現況届の提出が必要です。未提出の場合は6月分以降の手当が受給できなくなりますので、忘れずに手続きをお願いします。

なお、児童手当は次代の社会を担う児童の健やかな成長を社会全体で応援するという趣旨のもと、保護者などに支給するものです。

申：6月上旬に郵送する児童手当現況届に必要事項を記入の上、受給者の保険証の写しなどの必要書類を同封し、返信用封筒で6月中旬に提出  
 問：子育て支援課 ☎(21)5101

### 国民健康保険・後期高齢者医療制度 人間ドック・脳ドック申込みのご案内

7月3日(月)～20日(木)に人間ドック・脳ドックの申込受付を行います。希望者は乳がん検診・子宮頸がん検診を追加することができます。詳しくは申込書をご覧ください。

受診期間：8月1日(火)～平成30年3月31日(土) 所：市内の医療機関 対

：次の全てを満たす方 ①国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者で、保険料(料)を完納している世帯

## 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

頑畳  
がんじょう

丈夫な畳

職人気質  
しやくにんきしやく

標準の畳

べぴ畳  
べぴじよう

美しい畳

畳屋 職人気質  
SYOKUNIN KATAGI



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  
<http://www.tatamiyasyokuninkatagi.com/>



有職の畳



②平成30年4月1日現在で、35歳以上  
※同年度内に市の特定健診・はつらつ  
健診・一般健康診査を受診する方は、  
人間ドックの申込みはできません(脳  
ドックは可) ※同年度内に市外で人  
間ドックを受診し、補助金申請する方  
は申込みできません 費…人間ドック  
…9,000円/脳ドック…7,000  
円 ※どちらかを選択 申…広報につ  
こう7月号に折込みの申込書に記入し、  
問合先または各行政センター、各地区  
センター・出張所、市民サービスセン  
ターへ持参 ※保険証も持参 ※申請  
書は問合先の他、各申込場所配布  
問…保険年金課 ☎(21)5110

## 国民年金の法定免除について

国民年金は国内に居住する20歳以上  
60歳未満のすべての方が加入し、保険  
料を納める公的年金制度です。しかし、  
障害年金を受給している方、生活保護  
法による生活扶助を受けている方など  
は、国民年金の第1号被保険者として  
納める保険料の納付を、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、問合先または各行政セン  
ター市民サービス係の窓口にご相談く  
ださい。

対…国民年金第1号被保険者で、障害  
基礎年金や障害厚生(共済)年金を受給  
し、障害等級が1級または2級の方、  
および生活保護法による生活扶助を受  
けている方

問…保険年金課 ☎(21)5110

## 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。一人でも  
多くの方のご協力をお願いします。

日…6月22日(木)午前10時～正午、午後  
1時～4時 所…市役所本庁舎 ※患  
者や献血希望者の安全を考えて、検診  
医が献血をお断りする場合があります  
問…健康課 ☎(21)2756

## 求職者とシニアのための巡回 相談会&セミナー

巡回セミナーのテーマは「応募書類  
の書き方」です。また巡回相談会では、  
キャリアカウンセラーが、就労に関す  
る相談、生涯現役推進員が、シニア世  
代の社会参加活動に関する相談をお受  
けします。

日…6月15日(木)巡回セミナー…午前  
10時30分～正午/巡回相談会…午後  
1時～4時 ※どちらかのみ参加可  
所…中央公民館 定…15名 申…6月  
14日(水)までに問合先へ電話 ※要予約  
問…商工課 ☎(21)5136

## 「ご連絡ください! 道路の穴

市は、市道の安全で快適な通行を確  
保するため、パトロールを行っていま  
す。しかし、市全域の市道を管理して  
いく上で、皆さんからの情報提供は非

常に重要です。市道に通行の妨げとな  
る穴などを見つけた場合は、ご連絡を  
お願いします。

問…発見時連絡先…

維持管理課 ☎(21)5160  
①産業建設係 ☎(54)1114  
②産業建設係 ☎(76)4107  
③産業建設係 ☎(93)3117  
④産業建設係 ☎(97)1133

## 家屋を新築などで取得された 方へ

平成28年中に家屋を新築や増築、ま  
たは改築により取得された方に対し  
て、「不動産取得税」が課税されます。  
7月初旬に送付される納税通知書  
で、7月31日(月)までに金融機関やコ  
ンビニエンスストア、県税事務所窓口  
などで納付してください。

問…鹿沼県税事務所  
☎0289(62)6202

## 県立今市特別支援学校からの お知らせ

お子さんの就学の参考にしてみらう  
ため、体験学習などを実施します。詳  
しくはお問い合わせください。

◎特別支援学校はどんなところ?  
日…6月8日(木)午前9時20分～11時  
30分 内…学校見学、学校概要説明、  
授業参観、就学相談 問…子どもの就  
学を検討している保護者、関係機関の方  
◎特別支援学校の授業に参加してみま



**co-op deli**  
生協の宅配コープデリ

つかうほど、じぶんらしく  
**コープデリ**

日光センター 0120-809-821  
(9:30~18:00月~金)

"コープデリ"は1都7県の都県単位のコープが集まって取組む生協の  
宅配サービスです。週に一度、ご自宅の玄関先までお届け致します。

運転免許証を返上したら、お買物は大変!

おうちでゆっくりお買物♪

重いもの・かさばるものも、お・ま・か・せ  
届いて便利!

まずはお気軽にお電話下さい!

とちぎ"コープ"

単身または2人世帯で  
75歳以上の方は  
手数料半額!

ケータイ  
スマホ  
からは





平成27年9月の「関東・東北豪雨災害」により、市内や鹿沼市、宇都宮市で126カ所の山地災害が発生しました。今年も梅雨前線や台風の到来に伴

## 山地災害にご注意ください

目：6月13日(火)まで 対：県内に在住する18歳以上の方2,000名無作為抽出 実施方法：調査票を郵送 関：県広報課  
☎028(623)2158

## 「栃木県政世論調査」にご協力ください

所・関：今市特別支援学校  
☎(22)6417・FAX(22)7312

目：7月8日(土)午前9時30分～午後0時30分 関：手すきはがきづくり 対：小学生以上で市内在住の方、または市内の高等学校に在学の方 定：16名 申：6月5日(月)～30日(金)に問合先へ電話またはFAX

## ◎第1回学校開放講座「いまとくオーブンカレッジ」

目：7月4日(火)午前9時20分～11時30分 関：学校概要説明、授業参加、授業参観、就学相談 関：小・中学生 ◎高等部はこんなところですよ 目：7月21日(金)午前9時30分～11時30分 関：高等部概要説明、授業参加、入学相談 関：中学生

## せんか

い、山地崩壊や土石流の危険性が高まっています。

危険を感じたら指定された場所に早めに避難しましょう。

関：県西環境森林事務所 ☎(23)1003

## お詫びと訂正

「平成29年度日光市の予算」の表紙について、撮影場所を「常滑」と誤って表記してしまいました。正しくは「床滑」です。お詫びして訂正します。

## 募集

### 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、災害による被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方のことです。

防災士の資格を取得した方は、市内各地域において防災意識の啓発にあたってもらいます。

目：7月22日(土)午前8時30分～午後4時25分・8月5日(土)午前8時30分～午後5時20分 所：市役所本庁舎 関：次のいずれかに該当する方 ①市内に住所を有する満18歳以上の方で、地域防災力の向上・推進に意欲があり、自治会や自主防災会内における防

災の専門家として、平時または災害時に活躍できる ②市内の事業所などに勤務する満18歳以上の方で、地域防災力の向上・推進に意欲があり、事業所などにおける防災の専門家として、平時または災害時に活躍でき、また事業所などが所在する地域の自治会などの地域の防災活動にも活躍できる(事務所などの推薦が必要) ※資格取得者については地域防災力の向上、自主防災会の充実のため、在住の地域(事業所などは、所在する地域)の自治会長、自主防災会会長に名簿(氏名住所、電話番号)をお知らせします 定：65名(先着順) 関：無料(受講にかかる費用は市が全額負担) 申：6月5日(月)～30日(金)に受講申込書に記入の上、問合先へ持参、FAX、郵送またはメール ※受講申込書は問合先または各行政センター地域振興・防災係で配布の他、市ホームページからもダウンロード可 関：総務課 ☎(21)5166・FAX(21)5137・E:soumu@city.nikko.lg.jp

## 森と湖に親しむ旬間「上下流交流会・水陸両用バス乗車体験」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、宇都宮市在住の親子との交流会や水陸両用バスの乗車体験を行います。

目：7月28日(金) 所：湯西川地区他 関：市内在住の小学5・6年生とその

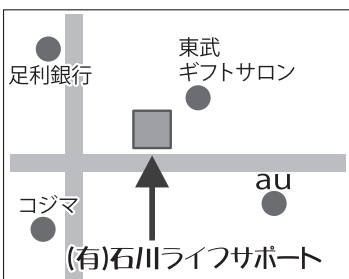
# アフラック

(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



## 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

何でもお気軽に  
お電話ください  
すべて対応致します



☎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

ご家庭なんでも応援隊 日光店

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 ご家庭なんでも応援隊

検索 <http://www.gokatei-ouantai.com/>

保護者(保護者1名につき児童1名)  
**定**…9組18名 ※申込み多数の場合は抽選 **費**…1組1,000円(昼食代)  
**申**…6月30日(金)までに問合先へ電話またはFAX ※FAXの場合は、住所、電話番号、児童の氏名、生年月日、学年、小学校名および保護者の氏名を明記  
**問**…地域振興課 ☎(21)5147・FAX(21)5109

## 離乳食教室参加者

離乳食を始めるにあたって、食形態のすめ方やだし汁のとり方などを具体的に話します。また、大人の方のみ、試食・試飲があります。

この機会に「離乳食の心配・わからないこと」を一緒に解決しましょう。

**日**…7月11日(火)午前10時30分～11時30分 **所**…今市保健福祉センター(平ヶ崎) **対**…生後4～6カ月の保護者(お子さん、ご家族の方も参加可) **定**…20名 **申**…7月10日(月)までに問合先へ電話  
**問**…健康課 ☎(21)2756

## 勤労青少年ホーム(サクシードにっこう)「ハンドメイドパン&ケーキ講座」参加者

**日**…6月10日(土)～平成30年2月10日(土) ※毎月1回土曜日午後12時に開催(11月のみ23日(木・祝)開催) **対**…市内に在住または勤務する35歳未満の方 **定**…20名 **費**…材料費1,000円

1,500円 **申**…利用者会費500円(今年度未登録の方を添え、問合先へ)  
**所**…勤労青少年ホーム  
**問**…(22)6211

## ファミリー・サポート・センターからのお知らせ

◎ファミリー・サポート・センター交流会参加者

**日**…6月20日(火)午前10時～正午 **内**…講演会「イライラとの上手な付き合い方」 **講師**…斎藤美華氏(カリア代表)

◎ファミリー・サポート・センター講習会受講者

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。

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。

協力会員になるための講習ですが、お子さん、お孫さんの養育にも役立ちます。

**日**…7月4日(火)～14日(金)午前9時～午後4時30分 ※受講内容により日時が変わるためお問い合わせください **内**…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 **費**…無料(調理実習のみ材料費500円程度)

### ◎共通事項

**所**…大沢公民館 **申**…開催日の1週間前までに問合先へ電話 ※託児あり  
**問**…ファミリー・サポート・センター ☎(21)4152

## 青少年ボランティアリーダー養成研修参加者

市社会福祉協議会は、青少年を対象とした「ボランティアリーダー養成研修」を開催します。楽しい研修やワークショップでの実践・ボランティア活動の中で、ボランティアリーダーとしての知識や技術が学べます。「自分を磨きたい」と思う方ぜひ参加ください。

**日**…6月11日(日)、25日(日)、7月8日(土)・9日(日)、7月23日(日)～8月9日(水)、8月17日(木) ※7月8日・9日は宿泊研修 ※7月23日～8月9日はコースにより日程を選択  
**定**…市内在住または通学する高校生以上の学生 **費**…1,000円(当日集合金) **申**…6月2日(金)までに問合先に電話または窓口へ  
**所**…社会福祉協議会 ☎(21)2759

## イベント

### 杉並木公園ギャラリーの催し

◎わかば水彩画展 **日**…5月30日(火)～6月5日(月) ◎中島みち子第3回絵画個展 **日**…6月8日(木)～12日(月) ◎旧今市市職員OB会趣味展 **日**…6月15日(木)～19日(月) ◎市シルバー人材センター会員作品展 **日**…6月21日(水)～26日(月)  
**問**…杉並木公園ギャラリー ☎(21)5359

## 美容室はじめました。

HAIR WORKS NORA  
 (ハアワークスノラ)  
 本和田島1697-16  
 ※大沢インター近く、菜もんさん隣

☎26-1577

※カット 3,000円(高校生2,500円・中学生まで2,000円)  
 パーマ3,500円～、カラー4,000円～など  
 今なら「広報にっこうを見ました」で割引ありませう！！

### お元気で時間のあるご高齢の方へ

老人ホームで若い介護職員のお手伝いをしていただけませんか。無理のない範囲で。

- お仕事は、介護助手として、見守り・話し相手・配膳・ベッドメイク・居室の片付けなどです。あまり体力は使いません。●時間は、1日2～4時間で週3～4日です。
- 時給は800円です。●各施設へお電話ください。



特別養護老人ホーム  
 「ひらがさ喜の里」  
 日光市平ヶ崎608-5  
 Tel:30-5511



特別養護老人ホーム  
 「喜わだ亭」  
 日光市本和田島3008-13  
 Tel:32-0003



特別養護老人ホーム  
 「きわだの郷」  
 日光市本和田島3008-11  
 Tel:32-0002



## 図書館の催し

### ▼今市図書館 ◎読書会(二水会) 日

6月14日(水)午後1時30分～3時

◎「最後の家族」(村上龍著) ◎

おはなし会 日: 6月10日(土)・24日

(土)午後2時～3時 日: 絵本の読み

聞かせや手遊びなど ◎フリフリおは

なし会 日: 6月21日(水)午前11時

11時45分 日: 絵本の読み聞かせや手

遊びなど 日: 0～2歳児とその保護

者 ◎「児童文学セミナー」講習会

日: 6月4日(日)午後2時～3時30分

講師: 高橋秀雄氏 日: 「幼少期から

の読書体験が今の作家活動にどう活き

ているか」 日: 中学生以上 定: 30

名 日: 今市図書館の窓口または電話

◎イクメンおはなし会 日: 6月17日

(土)午前10時30分～11時30分 講師

日: 川田容子氏 日: 食べる心たいせつ

子どもへの食の力を育てよう 日: 赤

ちゃん6歳のお子さんのパパとママ

定: 20名 日: 今市図書館の窓口また

は電話

### ▼日光図書館 ◎読書会(いずみの会)

日: 6月21日(水)午前10時から 所:

日光郷土センター 題名: 「花埋み」

(渡辺淳一著) ◎おはなし会 日:

6月3日(土)・17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: 6月1日

(木)・15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

6月7日(水)午前10時30分～11時30

分 ◎おはなし会 日: 6月24日(土)

午後1時30分～3時 日: 絵本の読み

聞かせや人形劇など ◎日光歴史講座

日: 6月25日(日)午後1時30分～3時

30分 題名: 川治の黄金埋蔵伝説につ

いて 講師: 吉野薫氏 定: 25名(先

着順) 日: 6月1日(木)から藤原図

書館へ電話または窓口へ

日: 今市図書館(22) 6216

日光図書館(53) 5777

藤原図書館(76) 1203

### 「丹羽宇一郎」講習会

栃木県日中友好協会の活動の一部と  
して「丹羽宇一郎 前中国大使の講演  
会」を開催します。

日: 6月17日(土)午後1時～3時 所

: 宇都宮大学講堂(栃木県宇都宮市峰

町350) 定: 100名(先着順)

日: 問合先へ電話

日: 県日中友好協会事務局

日: 028(643)3737

### 日光だいや川公園7月の催し

▼展示ホール ◎講座「夏のきのこの

鑑定会」 日: 7月1日(土)午前10時

～正午 定: 30名 ◎講座「日光だ

いや川公園夏の自然観察会」 日: 7月

9日(日)午前10時～正午 定: 30名

◎ヤマユリだけの絵画展 日: 7月13

日(木)～23日(日) ◎ギボウシ展 日

: 7月14日(金)～17日(月・祝) ◎講

座「ヤマユリを描こう」 日: 7月15

日(土)午前9時30分～午後0時30分

定: 30名 ◎講座「服などの布に絵

を描こう」 日: 7月23日(日)午前10

時～正午 定: 30名 ◎森の妖精とゼ

フィルス展 日: 7月26日(水)～8

月6日(日) ◎講座「絵手紙教室」

日: 7月29日(土)午前10時～正午 定

: 30名 日: 2000円

▼だいや体験館 ◎親子工作教室「虫

かごを作ろう」 日: 7月15日(土)午

前9時30分～11時30分 定: 20名

日: 7000円 ◎リフレッシュ・ヨガ

体験教室Ⅰ 日: 7月16日(日)午前

9時30分～11時30分 定: 16名 日:

1000円 ◎リフレッシュ・ヨガ体験

教室Ⅱ 日: 7月23日(日)午前9時30

分～11時30分 定: 16名 日: 1000

円

▼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

日のため翌日から) 日: 記載のないも

のは無料

日: 展示ホール(緑の相談所) (23)

0208/だいや体験館(21) 4421

### キリフリ谷の芸術祭

霧降高原をメイン舞台に、さまざま

なアーティストによる展示や体験、

ワークショップを集めたアートイベン

ト「キリフリ谷の芸術祭」を今年も開

催します。また、期間中は市内の飲食

店が限定メニューなどを提供する「食

の芸術祭」も開催します。

くわしくは専用ホームページ

([kiriuri-art.com](http://kiriuri-art.com))をご覧ください。

◎秋山俊也展 日: 6月中の金曜・日

曜日および6月29日(木)午前11時～午

後3時 所: ペンシヨントロール

の森(所野1541-1395) 日:

: 画家・秋山俊也氏の「心に残るも

の」を中心に10数点展示する予定

◎裏藝 日: 6月中の土曜日 ※カ

フェは午前11時～午後4時、カフエ

バーは午後7時～11時 所: ソラシラ

ヌアメ(稲荷町1-647-2) 日:

春画のガラス乾板をはじめ、文字と写

真のコラボ写真や活版印刷機を展示

◎PHOTO・Life cycle 日:

6月12日(月)～16日(金)午前11時

～午後3時 ※4日(水)は休み 所:

フォトスタジオ久良多(石屋町415)

日: 記念写真で観てもらおう人生サイク

ル ◎Switch Life 日:

6月中の午前9時～午後5時(常設)

※最終日は正午まで 所: 日光郷土セ

ンター 日: 日光のライフスタイルに

魅力と可能性を感じてもらおうことをコ

ンセプトに、アクティビティやそこで

暮らす人などを紹介し、新しい暮らし

を想像してもらおう写真展 ◎現代詩

の今 こんにちは 未来 日: 6月中

の土曜・日曜日正午～日没 所: 古書

店図書館「霧降文庫」(所野1541

-2546) 日: 詩集や詩論など約

100冊を展示 ※11日(日)と25日

(日)に朗読会 ◎「ねこ展」 日:

: 6月10日(土)～30日(金)午前10時

～午後6時 ※木曜日定休 所: One

Pearl・ait(所野1550-73)

**内**…さまざまな姿態のネコたちをテラコッタ(粘土で作った素焼き陶器)、食器類などに表現 ◎「Keep walking」**日**…6月中(常設)  
**所**…野外 **内**…村上直樹氏(金属彫刻家)の作品展示 ◎「風の音」**日**…6月中(常設) **所**…屋外 **内**…上村浩史氏(ポント主宰)の風によりゆっくり動くガラスと鉄のモビール ◎「ポントが集めたガラスマエストロ達の作品展」**日**…6月中旬前10時〜午後5時(常設) ※火曜・第4水曜定休 **所**…グラススタジオポント(所野1541-1499) **内**…国内外のガラスマエストロたちの作品を展示 ◎「ステンドグラスと共に…☆」**日**…6月中の火曜・木曜・日曜日午前11時〜午後3時 ※火曜・木曜のワークショップは午後2時まで **所**…岡崎ひろみステンドグラス工房(所野1541-12) **内**…作品の展示・小物販売 **費**…1,000円 ◎「ネーデルランドのリユート音楽」**日**…6月10日(土)午後6時30分開演(午後5時30分開場) **所**…小杉放菴記念日光美術館 **内**…オランダ王立ハーグ音楽院教授を30年にわたり勤めた世界的リユート奏者佐藤豊彦氏を中心に、日本を代表するリユート奏者櫻田亨氏、佐藤美紀氏による3台のリユートの演奏会 **費**…3,000円 ◎「森の絵本展」**日**…6月18日(日)午前11時〜午後4時 **所**…ペンション「トロールの森」 **内**…お子さんにも大人にもお薦めの選び抜かれた絵本の数々を展示。絵本作家

しまだともみ氏の原画展示や森百貨店BOOKFORESTの歌読みみかせと絵本販売・ワークショップなど ◎「霧降の森ジョイントコンサート」**日**…6月25日(日)午後1時〜2時30分 **所**…ペンション「トロールの森」 **内**…ペンション「トロールの森」の音楽仲間によるジョイントコンサート ◎「キリフリ谷の芸術祭2017エンディング・コンサート&パーティー」**日**…6月29日(木)午後6時30分〜8時30分 **所**…グラススタジオポント **内**…フルートとバンドネオンのデュオにアルパ(アンデスのハープ)が加わったミニコンサート **費**…2,000円 ◎「詩・歌朗読会」**日**…6月11日(日)・25日(日)午後1時〜3時 **所**…古書店図書室「霧降文庫」 ◎「みんなで作ろう! FUN FUN ART 陶板」**日**…みんなで制作…6月10日(土)〜17日(土)午前10時〜午後5時/完成陶板展示…6月24日(土)〜30日(金)午前10時〜午後6時 ※木曜定休 **所**…One play it ◎「藝術の原石を生み出せ! 鉱物キャンドルワークショップ」**日**…6月18日(日)〜30日(金)午前10時〜午後4時 ※木曜定休 **所**…One play it **内**…世界にひとつ。自分だけの鉱物を口ウを使って作り出そう! ◎「かぎりなく」**日**…6月14日(水)〜29日(木)午後1時〜6時30分 ※金曜日定休 **所**…幾何楽堂(所野1543-332) **内**…渡邊恵美子氏(織造形家)の作品展示、原始的な縦

織機の設定 **費**…3000円 ※小学生以下無料 ◎「メイク講座」**所**…幾何楽堂 **日**…6月3日(土) 昼の部…午後1時〜5時(最終受付午後3時)/夜の部…午後6時〜10時(最終受付午後8時) ※所要時間約2時間、要予約 **内**…劇団四季や宝塚歌劇団出身の方に舞台メイクを教わって、変身! その後、舞台照明を浴びて写真撮影 **持**…タオル、メイク落とし、化粧水、乳液、汚れても良いTシャツ、カメラなど **費**…2,000円(メイク材料費込) ◎「ミュージックシャワー・ヨガ」**日**…6月6日(火)午後7時〜9時 ※所要時間1時間30分、要予約 **内**…ミュージックシャワーヨガとは劇団四季・宝塚歌劇団出身俳優の生の歌声を浴びながら、心と身体をゆつくりストレッチしていく、癒しのヨガプログラム **持**…動きやすい服装、水 **所**…幾何楽堂 **費**…1,500円 ◎「プラネタリウムミュージカル「あなたへの贈り物」」**日**…6月11日(日) 昼の部…午後1時から(午後0時30分開場)/夜の部…午後7時から(午後6時30分開場) ※上演時間2時間45分予定(休憩含む) **所**…幾何楽堂 **定**…各回50名 ※要予約 **費**…一般4,500円、小学生以下3,500円 **内**…1部…心魂ライブ(ミュージカルソングやジャズなど)/2部…プラネタリウム・ミュージカル「あなたへの贈り物」劇団四季出身俳優・宝塚歌劇団出身俳優を中心に、さまざまなジャンルのアーティストから構成されるライブや

ミュージカル ◎「織のワークショップ」**日**…6月18日(日)午後1時〜5時 **所**…幾何楽堂 **内**…渡邊恵美子氏による織のワークショップ **費**…無料 ※別途入場料大人3000円、小学生以下は無料 **問**…ペンション「トロールの森」 ☎(53)1007

**モリ森塾**  
 専門職が介護予防・健康増進を目的として、講話や体操を行います。6月は「転倒予防」です。  
 参加ご希望の方はお気軽にご連絡ください。  
**日**…6月21日(水) (毎月第3水曜日) 午後1時30分〜3時 **所**…大沢公民館 **持**…筆記用具 **問**…問合先へ電話 ☎(26)6500

**「すかいの郷こもれび」作品展**  
**日**…6月10日(土)〜7月9日(日) 午前10時〜午後5時まで **所**…すかいの郷こもれび(小佐越8-25) **内**…日本刺繍「夢縷ゆめぬい(想像の羽ばたき)」作家…島崎のみち氏 **問**…社会福祉法人すかい「すかいの郷こもれび」 ☎(25)5271

| 相談内容                                        | 会 場                         | と き               | 受付時間                                   | 問合先                                 |
|---------------------------------------------|-----------------------------|-------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|
| 人権相談<br>(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<br>(ショッピングプラザ日光4階) | 毎週木曜日<br>(祝日を除く)  | 午後 1 時30分～ 4 時                         | 人権・男女共同参画課<br>☎21-5184              |
|                                             | 日光郷土センター                    | 1日(木)・16日(金)      | 午後 1 時30分～ 3 時30分                      | ⑩市民サービス係☎54-1110                    |
|                                             | 藤原公民館                       | 1日(木)・12日(月)      |                                        | ⑨市民サービス係☎76-4104                    |
|                                             | 銅やまなみ館                      | 1 日 (木)           | 午後 2 時～ 4 時                            | ⑤市民サービス係☎93-3112                    |
|                                             | 栗山行政センター                    | 15日(木)            | 午前10時～正午                               | ⑨市民サービス係☎97-1114                    |
| 行政相談                                        | 消費生活センター                    | 22日(木)            | 午後 1 時30分～ 4 時                         | 生活安全課<br>☎21-5112                   |
|                                             | 日光郷土センター                    | 16日(金)            | 午後 1 時30分～ 3 時30分                      |                                     |
|                                             | 藤原公民館                       | 12日(月)            |                                        |                                     |
|                                             | 銅やまなみ館                      | 15日(木)            | 午後 2 時～ 4 時                            |                                     |
|                                             | 栗山行政センター                    |                   | 午前10時～正午                               |                                     |
| 生活困窮相談 ※2                                   | 市役所本庁舎                      | 月曜～金曜日<br>(祝日を除く) | 午前 8 時30分～午後 5 時15分                    | 社会福祉課<br>☎25-3109                   |
| ひきこもり相談※3                                   | ひきこもり相談センター<br>かがやき         | 火曜～土曜日<br>(祝日を除く) | 午前 9 時～午後 5 時                          | ひきこもり相談センター<br>かがやき<br>☎25-5508     |
| 消費生活相談                                      | 消費生活センター                    | 月曜～土曜日<br>(祝日を除く) | 午前10時～午後 4 時                           | 消費生活センター<br>☎22-4743                |
| 教育相談 ※4                                     | 消費生活センター                    | 9日(金)             | 午後 2 時～ 4 時30分                         | 学校教育課<br>☎21-5167                   |
|                                             |                             | 23日(金)            |                                        |                                     |
| 交通事故相談 ※5                                   | 消費生活センター                    | 19日(月)            | 午前10時～正午、午後 1 時～<br>2 時                | 県民プラザ室<br>☎028-623-2188             |
| 杉並木相談 ※6                                    | 文化財課<br>(二宮尊徳記念館内)          | 20日(火)            |                                        | 文化財課<br>☎25-3200                    |
| 在住外国人相談 ※7                                  | 市役所本庁舎                      |                   | 午後 2 時～ 5 時                            | 市民課<br>☎21-5111                     |
| 弁護士による法律相談 ※8                               | 市社会福祉協議会本所                  | 7日(水)・21日(水)      | 午前 9 時～正午                              | 市社会福祉協議会本所<br>☎21-2759              |
|                                             | 日光福祉保健センター                  | 14日(水)            | 午前10時～正午                               |                                     |
|                                             | ふじの郷                        | 28日(水)            |                                        |                                     |
| 司法書士による法律相談 ※9                              | 市民活動支援センター                  | 17日(土)            | 午前10時～午後 3 時                           | 栃木県司法書士会<br>☎028-614-1122           |
| 障がい者のための相談                                  | 市役所本庁舎                      | 月曜～金曜日<br>(祝日を除く) | 午前 8 時30分～午後 5 時15分<br>(電話相談は毎日24時間対応) | 障がい者相談支援センター<br>☎22-8522            |
| 精神保健福祉相談<br>(医師・心理士) ※10                    | 県今市健康福祉センター<br>(瀬川)         | 医師 9日(金)          | 午後 1 時～ 3 時                            | 県今市健康福祉センター<br>☎21-1066             |
| 精神保健福祉相談<br>(保健師) ※10                       |                             | 心理士 13日(火)        | 午前 8 時30分～午後 5 時                       |                                     |
| 家庭児童相談 ※11                                  |                             | 月曜～金曜日<br>(祝日を除く) |                                        |                                     |
| 家庭児童相談 ※11                                  | 家庭児童相談室<br>(今市中学校向かい)       |                   |                                        | 家庭児童相談室<br>☎30-7830                 |
| ボランティア・<br>NPO相談                            | 市民活動支援センター                  | 随時                | 午前 9 時～午後 7 時<br>(要電話予約)               | 市民活動支援センター<br>☎22-2271              |
| 犯罪被害者相談                                     | 電話による相談                     | 月曜～金曜日<br>(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<br>☎028-643-3940       |
| 土地家屋調査士による<br>登記・境界の相談<br>※12               | 市民活動支援センター                  | 10日(土)            | 午前 9 時30分～正午                           | 栃木県土地家屋調査士会<br>日光支部長 小柳<br>☎21-2071 |

※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 失業・病気などさまざまな問題で生活に困っている方へ解決に向けた相談支援を行います。

※3 ひきこもり・ニート、不登校などの悩みや困難を抱える方と、その家族への相談支援を行います。

※4 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要予約。

※5 相談予定日の3日前までに要予約(土曜・日曜日、祝日を除く)

※6 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。文化財課は二宮尊徳記念館(日光市今市304-1)へ移転しました。

※7 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。

※8 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)

※9 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)。

※10 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。

※11 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。

※12 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。



詳しくお知らせしたい情報を写真やイラストで掲載するコーナーです！

## 予防接種を受けましょう

### ◎麻しん(はしか)風しん予防接種(MR 混合ワクチン)

麻しんは感染力が非常に強い病気で、主な症状は発熱や咳、発疹などです。風しんは、発疹や発熱など麻しんのような症状で、3日間くらいでおさまるので「3日はしか」などといわれます。麻しん風しん予防接種の対象年齢になったら、なるべく早めに受けましょう。

**第1期 対象年齢**…1～2歳未満

**接種期間**…1歳の誕生日から2歳の誕生日前日まで

**第2期 対象年齢**…平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ

**接種期間**…平成30年3月31日(土)まで

### ◎二種混合(ジフテリア・破傷風混合)

二種混合予防接種は、幼児期に受けた三種混合(ジフテリア・破傷風・百日せき混合)予防接種の第2期として1回受けます。

**対象年齢**…11～13歳未満(小学校6年生のお子さんに接種について通知しています)

### ◎共通事項

MR混合ワクチン、二種混合ワクチンとも接種期間内は無料で受けられます(接種時点で市内に住所がある方)。また、MR混合ワクチン、二種混合ワクチンとも市内の指定医療機関で個別接種となります。医療機関は市ホームページや通知に掲載しています。

問…健康課

☎21-2756



## 中心市街地散策バル参加希望店舗募集

歩きたくなるまちづくり委員会は、中心市街地で開催されるバル(飲み歩き)イベントへの参加を希望する店舗の調査を行います。

参加意向のある店舗については、開催日などの詳細が決まり次第、委員による聞き取りを行います。

**対**…中心市街地(ニコニコ本陣からおおむね半径600メートル)に所在する飲食店

**申**…6月23日(金)までに調査用紙に記入の上問合先へ郵送、持参、FAXまたはメール(必着)

※応募用紙は問合先で配布の他、市ホームページからもダウンロード可

問…商工課

☎21-5136・FAX21-5128・✉shoko@city.nikko.lg.jp

## 「公共施設マネジメントセミナー」

市は、公共施設マネジメント計画を策定し、これから迎える公共施設の大量更新、老朽化問題の解決に向けて取り組んでいます。

市民の皆さんと行政が情報や問題を共有しながら一緒に考えていくための機会としてセミナーを開催します。

**日**…7月21日(金)午後1時30分～4時

**所**…中央公民館 中ホール

**定**…100名(先着順)

問…管財課

☎21-5132

## 6月15日は県民の日です

県は、郷土への理解と関心を深めることなどを目的に6月15日を県民の日と定めています。

6月17日(土)に県本庁舎などで記念イベントの開催や県民の日を中心に県内外協賛施設で無料開放や一部割引などが行われます。詳しくは、

イベントガイドは県のホームページに掲載の他、県本庁舎などに設置しています。

問…県県民文化課 ☎028-623-3422



県民の日マスコット「ルリちゃん」

## ヘルプカードをご活用ください

市は、障がいのある方やなんらかの理由で支援が必要な方に対して、日常生活の中で困った際や災害時に周囲の方からの支援や配慮が必要な時に適切に支援ができるよう、また支援する方も必要な方に対して適切に支援ができるよう、ヘルプカードを作成しました。

### ◎ヘルプカードとは

日常生活や緊急時・災害時に発生する困りごとを周囲に伝えることが難しい方がいます。いざという時のために必要な支援や配慮を周囲の方をお願いするためのカードです。

また、助けたいけれど何をしたらいいかわからない方もいます。ヘルプカードを持つこと・見ることで、その方に合った支援や配慮をすることができます。地域でヘルプカードを提示されたらその記載内容に沿った支援をお願いします。

**対…**障害者手帳所有者(身体障がい・知的障がい・精神障がい)、指定難病者(一般・小児)、その他ヘルプカードを必要とする方

**配布場所…**問合先および各行政センター市民サービス係

### 支援の方法…

#### 普段の生活の中で困っているような方を見たら…

1. 「何かお手伝いすることはありますか」と声を掛ける
2. ヘルプカードの提示があったら、記載している内容に沿って支援します

#### 災害が発生し、避難が必要な時に危険を察知していない方や動けない方がいたら…

1. ゆっくり相手に伝わっているか確認しながら具体的に状況を伝えます
2. ヘルプカードに連絡先が記載されている時は連絡をお願いします

#### 避難所で過ごす時、困っているような方を見たら…

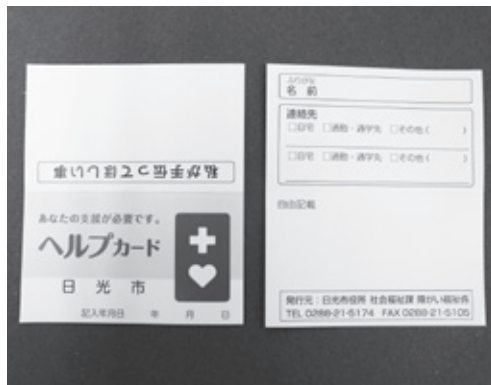
1. ヘルプカードを持っているか確認し、提示があったら記載内容に沿った支援や配慮をお願いします

#### 緊急時、パニックや発作などを起こしている方を見たら…

1. まずは短い言葉で優しく声を掛けます
2. ヘルプカードにはパニックや発作の際にどうしてほしいか書いてあります。周りの方と協力して対応をお願いします

**問…**社会福祉課

☎21-5174



## 日光市職員(技術職10月採用)採用試験

**日…**一次試験(教養・専門試験)…7月1日(土)／二次試験(作文・適性試験)…7月2日(日)

**所…**日光市役所

**対…**日本国籍を有し、昭和57年4月2日～平成12年4月1日生まれで土木に関する学科を履修した方

**定…**2名程度

**申…**6月1日(木)～16日(金)に、申込書に記入の上問合先へ持参、または郵送(郵送の場合は14日(水)消印有効)

※申込書および試験案内は問合先または各行政センター、各地区センター・

出張所、市民サービスセンターで配布の他、市ホームページからもダウンロード可

**問…**人事課

☎25-7008



## 日光創新塾塾生募集

市は、将来に向けたひとづくり事業の一環として「日光創新塾」を開催します。5期目となる今年度も、宇都宮大学地域デザイン科学部の石井大一郎准教授をトータルコーディネーターとして迎え、先進事例の紹介やまちづくりの実践事業などを行います。

地域活性化のため、各分野で「将来のまちづくり」を担う人材の養成を目指します。

**日**…7月～平成30年3月(月1～2回)午後7時から

**所**…市役所本庁舎

**対**…市内に在住または勤務するおおむね40歳以下でまちづくりに意欲のある方

**定**…30名程度(申込み多数の場合は抽選)

**申**…6月30日(金)までに、申込書に記入の上問合先へ郵送、持参、FAXまたはメール

※申込書は問合先または各行政センター、各地区センター・出張所で配布の他、市ホームページからもダウンロード可

**問**…総合政策課 ☎21-5131・FAX21-5109・Eseisaku@city.nikko.lg.jp



## 学校支援ボランティア活動研修会参加者募集

**日**…6月15日(木)午後1時30分～4時(受付は午後1時から)

**所**…今市小学校

**内**…学校支援ボランティア活動の見学や、学校支援ボランティアに関する話し合いなど

**対**…学校支援ボランティアや地域コーディネーター、地域で子どもを育てる活動に興味・関心のある方

**定**…30名

**申**…6月12日(月)までに問合先へ電話またはFAX

**問**…生涯学習課 ☎21-5182・FAX21-5185



## 農業者年金現況届の受付について

今年度の農業者年金の現況届の受付を行います。該当する方には、農業者年金基金から5月末までに現況届が郵送されます。必要事項を記入の上、下記の窓口へ提出してください。

**日・所・問**…

| 地域 | 受付窓口      | 受付期間                         | 問合先               |
|----|-----------|------------------------------|-------------------|
| 今市 | 農業委員会事務局  | 6月1日(木)～30日(金)<br>※土曜・日曜日を除く | 農業委員会事務局 ☎21-5173 |
|    | 落合地区センター  |                              |                   |
|    | 豊岡地区センター  |                              |                   |
|    | 大沢地区センター  |                              |                   |
|    | 塩野室地区センター |                              |                   |
| 日光 | ㊸産業建設係    |                              | ㊸産業建設係 ☎54-1114   |
| 藤原 | ㊹産業建設係    |                              | ㊹産業建設係 ☎76-4107   |
| 栗山 | ㊺産業建設係    |                              | ㊺産業建設係 ☎97-1133   |

※足尾地域には該当者がいないため、足尾行政センターでは受付を行いません

## 指定管理者公募予定施設

平成29年度の指定管理者公募予定施設は、下表のとおりです。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。

内・問…

| 施設名            | 区分  | 問合せ先  | 電話番号      |
|----------------|-----|-------|-----------|
| 斎場「日光聖苑」       | 2期目 | 生活安全課 | ☎ 21-5112 |
| 日光ブランド情報発信センター | 2期目 | 農林課   | ☎ 21-5171 |

## 「しりとしょかんポイントカード」が始まります！

日…6月1日(木)から

所…市立図書館(今市・日光・藤原)

内…図書やCDの貸出1回および行事に参加でシールを1枚配布します。毎月4の付く日(日光市読書の日)はシールを2枚配布します。集めたシールの枚数に応じて記念品をお渡しします

対…市内図書館利用者

記念品…ポイントカード1冊(シール30枚)…オリジナルブックカバー／ポイントカード10冊(シール300枚)…オリジナルエコバッグ

問…今市図書館 ☎22-6216

日光図書館 ☎53-5777

藤原図書館 ☎76-1203

## 介護職員初任者研修講座受講者募集

日…8月下旬～12月中旬

所…講義…通信による自宅学習／実技…生きがいセンター(今市会場)または日光福祉保健センター(日光会場)／実習…市内の介護保険事業所

対…市内在住または勤務・在学する16歳以上65歳以下(4月1日現在)の方で、講座の各課程を受講できる方

定…今市会場15名、日光会場10名(申込み多数の場合は抽選)

￥…5万5,000円～7万5,000円(世帯の市民税課税状況に応じて)

※足尾・栗山地域の介護保険事業所などに勤務した場合は受講料が無料になる制度あり

申…6月5日(月)～30日(金)に、申込書に記入の上、問合せまたは各行政センター市民サービス係へ持参

※申込書と募集要項は問合せまたは各行政センター市民サービス係で配布の他、市ホームページからもダウンロード可

問…高齢福祉課 ☎21-5100

## 声の広報をご利用ください

視覚障がいのある方を対象に、広報にっこうや議会だより、社会福祉協議会広報誌などの声の広報(朗読したCDやテープ)を利用者へお届けしています。利用を希望する方は、問合せまでご連絡ください。

なお、声の広報は、音訳ボランティアグループの協力を得て発行しています。市社会福祉協議会は音訳ボランティアの募集も行っていますので、お気軽にお問い合わせください。

### ◎音訳ボランティアグループ「こだまの会」

視覚に障がいのある方の支援を目的に、市の広報などの情報を音訳し、CD・テープなどに記録をしたものを利用者へお届けしています。

こだまの会は「かわせみ」(今市地域)、「つくしの会」(日光地域)、「ひまわり」(藤原・栗山地域)の3つの音訳ボランティアのグループで構成され、音訳活動を通して、地域の視覚障がいのある方への情報提供や社会参加の手伝いをしています。

問…市社会福祉協議会 ☎21-2759・☎21-3110



音訳ボランティア「つくしの会」の録音風景



## 小杉放菴記念日光美術館からのご案内

### ◎開館20周年記念講演会「小杉放菴の東洋回帰」

美術館は、展覧会「開館20周年記念 小杉放菴 コレクション名品撰」に合わせて、画家・小杉放菴をテーマとした講演会を開催します。

日本洋画界の将来を担う画家として期待されながら、なぜ小杉放菴の画業は日本画中心へと変わっていったのか。近世・近代の美術史に精通した気鋭の研究者にその秘密を分かりやすく語っていただきます。ぜひご来館ください。

日…6月17日(土)午後1時30分～3時

講師…出光佐千子氏(青山学院大学比較芸術学科准教授)

¥…入館料のみ

入館料…一般720(300)円、大学生510(200)円、高校生以下は無料

※( )内は市民割引券を利用した際の料金です

日…当日午後1時20分までに美術館受付へ(事前予約は必要ありません)

### ◎特別企画 劇団 today 第28回本公演「親子ファミリー劇場」

美術館は、日光市を拠点に活動している劇団 today の第28回本公演を開催します。今回のテーマは「親子ファミリー劇場」です。

日…6月24日(土)午後5時30分開場、午後6時30分開演

演目…「オムニバス昔話」(脚色・演出…鳥居孝文)／  
「よっころしよ・どっこいしょ」(脚色・演出…大藤浩輝)

定…100名

¥…1,000円

※問合先または中央公民館でチケットを販売

所・問…小杉放菴記念日光美術館 ☎50-1200



出光佐千子氏



劇団 today



6月24日(土)・25日(日)

午前10時～午後3時

## 日光夏の新そばまつり

毎年7月に開催している日光夏の新そばまつりをDC特別企画として6月に開催します。

6月に市内で刈り取られた清涼感のある夏の新そばをいち早くお届けします。

食分野の日光ブランドに認定された「夏の新そば」をぜひ味わってみませんか。

所…日光だいや川公園

問…観光振興課 ☎21-5170



6月28日(水)～30日(金)

午後8時30分～9時

## 湯西川温泉 心かわあかり

毎年7月に開催している湯西川温泉の心かわあかりをDC特別企画として6月に開催します。

7色に光るLEDボール「やまほたる」1,200個を湯西川に放流します。

静かな湯西川温泉の夜を彩る幻想的な光景が広がります。

所…湯西川温泉

問…観光振興課 ☎21-5170





**7月15日(土)**

午前9時～午後3時

## 「奥日光の湿原」自然観察会

7月中旬の奥日光を散策し、野鳥のさえずりを聞き、植物(ヤマオダマキなどが見ごろ)などを観察します。ラムサール条約登録湿地「奥日光の湿原」の多様性を感じ、学び、一緒に考えてみましょう。

自然解説員が詳しく説明します。

所…戦場ヶ原

対…市内に在住または勤務している方、小学生以下の方は保護者同伴

定…25名

申…6月15日(木)までに問合せ先へ電話またはFAX

問…環境課

☎21-5152・FAX21-5128



**6月22日(木)**

午前8時30分開会

## 日光市長杯ゴルフ競技会

所…杉の郷C・C

対…日光市民または市内の事業所に勤務する方  
※上記の方が紹介する方も可

競技方法…18ホールストロークプレー(ノータッチ、完全ホールアウト)、  
新ペリア方式(トリプルボギーまで。最高36打切り)

定…150名(先着順)

￥…参加料…3,000円(当日納入)／プレー費…6,000円(食事付き)

申…申込用紙に記入の上、スポーツ振興課または杉の郷C・Cへ持参

※申込書はスポーツ振興課または杉の郷C・Cで配布

※4名1組の参加も受け付けています

問…市体育協会ゴルフ部 <sup>かわせ</sup>川瀬

☎090-7709-3111



5月3日(水・祝)に足尾まつりに初めて出かけました。朝から足尾の町の山車が出し、山車の周りで、おかめやひよっとこに扮した子どもたちが元気いっぱい踊りを見せしてくれて、こちらも思わずこりしました。自分の出身地域以外の催しを見て回るのもいいですね。お出かけが心地よいこれから季節、市内のいろいろな場所に出かけて、広く市内のさとう光を楽しんでみてはいかがでしょう。(おかめ)

一喜一憂



## 5月の人口と世帯数

| 地域名 | 男            | 女            | 合計           | 世帯数           |
|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 今市  | 29,241人(-26) | 30,070人(-22) | 59,311人(-48) | 24,123世帯(+43) |
| 日光  | 6,127人(-17)  | 6,770人(-20)  | 12,897人(-37) | 5,914世帯(+3)   |
| 藤原  | 4,210人(±0)   | 4,647人(+14)  | 8,857人(+14)  | 4,556世帯(+37)  |
| 足尾  | 982人(+4)     | 1,059人(-3)   | 2,041人(+1)   | 1,275世帯(+2)   |
| 栗山  | 629人(+2)     | 648人(+6)     | 1,277人(+8)   | 640世帯(+11)    |
| 市全体 | 41,189人(-37) | 43,194人(-25) | 84,383人(-62) | 36,508世帯(+96) |

※住民基本台帳による(5月1日現在)

※( )内は前月比

篠原 龍蘭 ちゃん  
1歳・荊沢



# ハイチーズ!



宇根 衣織 ちゃん  
2歳・宝殿



沼尾 空軌 ちゃん  
9カ月・鬼怒川温泉大原

## 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。



かじ ありさ  
梶 有沙 ちゃん  
1歳・瀬尾



おおしま あやか  
大島 綾菜 ちゃん  
4歳・瀬尾



おおつか ななこ  
大塚 菜々子 ちゃん  
6歳・川治温泉川治

## 地域おこし 協力隊通信



第13回(栗山地域)

域の方が  
気軽に集  
まり、定  
期的に顔  
合わせが  
できる環  
境作りと  
して「集  
まる会」  
を設立し  
活動して  
います。

さて、私の活動についてお話を  
させていただきます。地区ごとに地  
域の方が  
気軽に集  
まり、定  
期的に顔  
合わせが  
できる環  
境作りと  
して「集  
まる会」  
を設立し  
活動して  
います。



「集まる会」での楽しいひととき



今月のリポーター：嶋崎義将隊員  
(栗山地域おこし協力隊)

皆さん  
お久しぶ  
りです。  
栗山地域  
おこし協  
力隊3年  
生の嶋崎  
です。時  
が経つ  
は早いも

います。住民同士の横のつながりが深い栗山地域の魅力を、これからも残していきたいという思いからこの取り組みを始め、現在は3地区(青柳平・黒部・野門)で開催しています。当初は、協力隊が中心に運営していましたが、現在は、地区によっては自治会が中心となつて集まる会を続けていくこととなりました。今後も、集まる会が地域に根付いていくように活動していきたいと思っています。その他にも、川俣地区で活動している社会福祉協議会主催の「高校生ボランティア」との連携にも力を入れています。

日光市に移住をして3年目となるので、協力隊卒業後のこともしっかりと考えながら、活動を頑張っていきます。よろしくお願ひします。



高校生ボランティアによるそば作り