



下野家族

FOLLOW US!

栃木県 ^{しもつけ} 下野市 移住 LIFE STYLE BOOK

しもつけ家族



ちようどいい地方都市で
快適&ゆったりライフ

下野市総合政策部総合政策課
栃木県下野市笹原 26 (庁舎 2 階)
TEL.0285-32-8886



移住相談は
コチラから



発行 / 令和4(2022)年 3月

TAKE FREE

CONTENTS【目次】

- 04 下野市に住む家族インタビュー
～幸せな暮らしがある下野市の魅力～
- 12 “ちょうどいい”から暮らしやすい 下野市の魅力
- 14 下野市移住のススメ
- 16 しもつけ家族の休日
- 18 しもつけ家族の子育て
- 20 ストレスフリーのゆとり通勤がちょうどいい
- 21 手厚い医療環境で安心な暮らしを実現
- 22 移住・暮らしにうれしい耳より情報
- 23 しもつけ暮らしの本音あれこれ Q&A
- 24 下野周辺MAP
- 25 下野CityMAP
- 26 東の飛鳥 下野市歴史ロマン

栃木県 下野市 っって、
いったいどんなところ？

栃木県の南部に位置する下野市。
東京から北へ快速電車で約80分、関東平野の北部に位置し
起伏のない平坦な地形です。
市の中心部にはJR宇都宮線と国道4号線が通り
それに沿うように市街地が広がります。
また、市街地の東西には田畑が広がり
のどかな雰囲気も残します。

市街地の便利さと、自然豊かな環境があり
暮らしに、ちょうどいい バランスの取れた街です。

本誌では、この街で暮らしながら
下野ライフを満喫する5つのご家族をご紹介します。
みなさん、のびのびと自由に暮らしを楽しんでいます。

暮らしに、ちょうどいいまち 下野市。
ぜひ、その魅力を感じ取ってみてください。

栃木県 しもつけ 下野市 移住 LIFE STYLE BOOK

下野
家族

しもつけ家族

掲載している情報は2022年3月現在のものです。内容が変更になっている場合もあります。
あらかじめご了承ください。



幸せな暮らしがある下野市の魅力



智信さんが生まれ育った地域は、のどかな自然が広がる田園地帯。長男の尊丸（たけまる）君はトラクターが大好き。飲食店勤務の智恵さんは、トマト販売のシールデザインを考案するなど、自分でできることを模索しながら智信さんをサポート。智信さんも子育てに協力的なんだとか。家族全員がそろって休日、外遊びや室内で、ゆっくりと団らんの時間を過ごすのが日常という金子ファミリー。



Charm Point
01
金子智信さん

家族がのびやかな毎日を送れる下野市は暮らしに優しい街です

農家の跡取りとして、自然と地元暮らしを選んだ智信さん。他県出身の奥さんの智恵さんも、環境のよさに大満足。家族みな毎日を笑顔で送っている。

生まれも育ちも下野市の私は、地元の高校を卒業後、都内の農業大学に進学。兄弟は姉2人で、末っ子の私が長男だったので、実家の農業を継ぐのは自然な流れでした。妻とは大学時にバイト先で出会い、私が就農で地元に戻った1年後に結婚。神奈川県出身の妻が初めての田舎暮らしに慣れてくれないか、いろいろと心配でしたが、実際に困ったことといえば、苦手な虫が多かったことくらい（笑）。妻の祖父が暮らし九州の原風景とよく似ていたようで、どこか懐かしさもあり、すんなり馴染めたそうです。また、首都圏への交通の便もよく、神奈川県で暮らし両親との行き来も圏央道を使えばすぐなので、心細さもないまま、今ではすっかりこの街での暮らしを楽しんでいる様子。家から近い飲食店で、結婚前と変わらず、パティシエとして働き、いきいきと毎日を

過ごしている妻の姿に、私も安心していきます。3人の子どもたちも、すくすくと成長。家庭をもったことで、あらためて、この街の暮らしやすさを実感しています。近くに大きな病院があるし、18歳まで医療費が無料。今年の春からは、3つの小学校と中学校が統合し、新たに義務教育学校が誕生。スクールバスも出るそうです。トマト農家の私も、同年代で頑張っている他品目の農家も多く、励みになります。道の駅や直売所での販売を通じ、消費者の声をダイレクトに聞けるので、よりいいものを作ろうとモチベーションも上がります。大切な家族を守りながら、仕事にも力を注げる下野市。この街で暮らせる幸せに心から感謝したいですね。



金子智信さん

高校卒業後、東京農業大学に進学。卒業後は地元に戻りトマト農家として就農。現在は実家の敷地内に建てたマイホームで家族5人、仲睦まじく暮らす。

おすすめSPOT!!

街の魅力がいっぱい
アクセス抜群の道の駅

道の駅しもつけ



地元的新鲜野菜や果物を使ったグルメや、名産品や農産物の販売所、カフェなど下野市の魅力満載の道の駅。

子どもから大人まで
みんなが楽しめる

仁良川中央公園



住宅地にある広い公園。木製のアスレチック遊具や芝生広場を備え、のびのびと遊べる地域の人々の集いの場。

イタリアの片田舎風な
雰囲気が素敵なお店

L'ape Ronza (ラーペロンツァ)



のどかな農村地域にあるイタリアンカフェ・バル。ランチ、カフェ、ディナーとさまざまに楽しめる人気店。

おしゃべりな地味お増えしつれこー!

公園の駅





世取山大輔さん・香織さん夫妻

下野市出身のご夫妻。都内からUターンし、現在、大輔さんは地元ケーブルテレビ局、香織さんは資格を生かし地元で勤務。2人の男の子と家族4人暮らし。

私たち夫婦は2人とも下野市出身。僕は大学時から千葉・東京へ、妻はワーキングホリデーでカナダに滞在していた時期以外は、ほぼ地元暮らし。結婚を機に、2人揃って都内で新生活が始まったものの、やはり妻は都会暮らしが息苦しいようでした。

Uターンのきっかけは、妻が長男を妊娠中に東日本大震災が起きたことでした。当時私は映像関係の仕事で家を空けることが多く、震災時も妻に心細い思いをさせてしまったのです。妻はのびやかな環境で子育てをしたいと強く望んでいましたし、私も何かの時に頼れる存在がそばにいたほうがいいとUターンを決意。好きな仕事でしたが、情報の多い都会に少し疲れてしまった頃でしたし、一度リセットして家族とゆつくりと暮らしたいと思ったんです。情報は必

要なものだけで十分だし、些細な事だけでも洗濯は外でも中でも干せる。子どもが遊べる公園も多い。当然と思っていた地元のよさが当然じゃないことに、ようやく気付けたんですね。また、人口1人当たりの医師数が全国でトップクラスであることも、家族の健康を守る面でも大切なポイントとなっています。

下野市は、すごく自立ったものがあるわけでもないけれど、そこがいいんです。不便を感じない暮らし、公園や学校、病院、自然。大きな主張がない分、日常生活の基盤がしっかりとあることが、安心な暮らしにつながる。情報と一緒に、特別に手に入れたものがあるれば、外に出ればいい。そんなところが、今の時代にあっているんじゃないかと思えます。

暮らしにかかせないものがそばにあるから大切な家族を安心な毎日へと導いてくれる



幸せな暮らしがある下野市の魅力

Charm Point
02
世取山ご夫妻

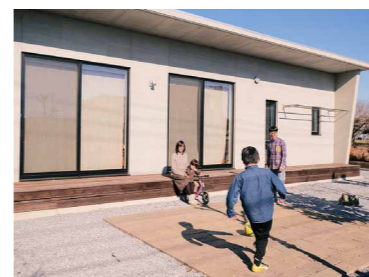


「下野市は道も平坦でサイクリングにぴったり」と、自転車好きの大輔さん。子どもたちと公園に行くときも、もちろん愛用の一台で。休日は近所の森へ次男の修麻(しゅうま)君と虫取りに出かけたり、サッカークラブに所属する長男の透目(とら)君と庭で練習をしたりと家族時間を満喫。駐車場と広い庭、ぜひとかな平屋住宅の夢を叶えられたのも、この街だったからと話す世取山さん夫妻。

暮らしに必要なものはこの街にあるそれが時代に合っていると思います



震災を経験し、安心できる家がほしいと地元工務店にRC住宅を注文。お互いの実家からも近く、共働きながらも安心な毎日を送っている。



おすすめSPOT!!

遊びもスポーツ競技も市民が集う運動公園

大松山運動公園



遊び場や運動施設、自然とふれあえる公園として市民から親しまれている大型総合運動公園。防災機能も備えている。

満開の桜に囲まれてピクニックも楽しもう

天平の丘公園



お花見の名所として知られる、美しい自然林と貴重な足跡が残された公園。園内にはデリカカフェやシェアスペースも。

大谷石蔵群を改装した農と食の複合施設

吉田村 VILLAGE



ホテル、ベーカリー、農産物直売、ガーデニングセレクトショップを併設する、農と食のライフスタイルコンセプト施設。

公園や病院が充実！子育て環境抜群です！





私自身が楽しく暮らせたから やっぱりこの街が安心なんです

便利で楽しめるものばかりがそろう都会生活から、生まれ育った下野市での暮らしを選んだ齋藤さん。結婚10年目、今は家族時間が一番の宝物となった。

Charm Point
03
齋藤秀晃さん



休日は家族みんなで過ごすことが多いという齋藤ファミリー。2人の女の子は地元のチャリーディングクラブに所属し、地元のイベントなどで披露。身体を動かすことが好きなお子さんたちと、家の中だけでなく、近所を散歩したり、運動公園に遊びに行くことも。思い入れのある老舗店から、オープンしたばかりの飲食店まで街の新店情報もチェックし、家族のお出かけも楽しんでいる。



齋藤秀晃さん
高校卒業後、東海大学に進学。都内の企業に就職しUターンし、現在は地元製造業に勤務。子育ても協力的な3児のパパ。

下野市出身の私は、高校を卒業するまで当然地元暮らし。県外にでたのは、大学進学のために上京した静岡県が初めてでした。4年間の大学生活の後は、都内の企業に就職し、横浜に住んでいた兄と同居するが、社会人生活をスタートしました。満員電車で揺られながらの通勤は、なかなか慣れないし、思いのほか疲れがたまるものでした。それでもなんとか無事に、数か月の研修期間を終えて、いよいよ全国各所へ配属先を決定するというときに、選択肢のなかに、栃木を発見したんです。東京は楽しいところですが、自分のなかで将来的に「住む」という想像がつかなくなりました。即、Uターンを希望しました(笑)。

勤務先は宇都宮市。そこで妻と出会い、結婚。長女の小学校入学を機に、下野市に戻りました。現在は、妻と小学4年生の長女、2

年生の長男、幼稚園年中の次女と、にぎやかな毎日をおくっています。

市外出身の妻は、下野市での暮らしを「自分が住んでいた街よりはるかに生活がしやすい」と、満足しているよう。地方ならではの魅力もありませんが、同じ街中でも、便利なのは駅周辺だけという街も少なくないですね。でも下野市は、どの地域で暮らしても、交通にしろ買い物にしろ、生活面で不便しない街なんです。それは私自身が18歳まで不自由することなく、この街の暮らしを楽しんでこられたから、確信をもって言えること。だから安心して地元での暮らしを望むことができた。まだ小さい私の子どもたちも、この街で、たくさん楽しい思い出をつくり、すくすくと健やかに育ってくれたらと思っています。

不自由なく「住む」をイメージできる街
確信をもてたからこそ、今につながった



おすすめSPOT!!

香には見事な薄墨桜も市民憩いの史跡公園



下野国分尼寺跡
下野国分寺跡の東方約600mのところにある国立の寺院。近くの「天平の丘公園」とも、桜の名所としてにぎわう。

昭和5年創業！人気はブランド豚のとんかつ



高砂食堂
長年にわたり愛され続けてきた老舗食堂。「とちぎゆめボーク」のとんかつは、上品でジューシーな味わいが大人気。

キャンプや温水プール一日遊べる都市型公園



三王山ふれあい公園
築山の中央広場や遊具のある広場、3つの古墳からなる自然豊かな公園。温水プールや温浴を完備した施設も併設。



家族3人+1匹の愛猫で下野市暮らしを満喫する中村さんご一家。この春、息子さんは幼稚園に入園。「成長が楽しみです」。

Charm Point
05
中村紘平さん



中村紘平さん

青森県出身。自動車会社に勤務。宮城県仙台市から静岡県焼津市、下野市へJターン。

優しさとおたたかさ、人も魅力の下野市

妻とは仙台で出会い、そこから転職して静岡、そして栃木にやってきました。下野市での暮らしは3年目。マイホームを考えたときに妻が「下野市がいい」と熱望したのが、この街の移住のきっかけになりました。

職場までは車で15分ほど。通勤が楽というのも、この街で暮らす決め手のひとつではありますが、一番の理由は、人がよかったです。ゆかりのないところでの暮らしは、一日の大半を幼い子どもと過ごす奥さんに、心細さを感じさせてしまつかもしれません。でも、うちは心配無用。前に下野市内で住んでいた戸建ての住まいでは、子どもが泣いていると、近くのおばあちゃんが声をかけてくれたり、公園で遊んでいれば、同世代の方が気さくに話しかけてくれて友達になってくれたりと、みなさん親切にしてくれるようので、妻は全然寂しくないそうです。(笑)。

専門の病院も多いうえに、どの病院もいい先生や看護師さんばかり！移住者を優しく受け入れてくれる、みなさんのあたたかい人柄も、この街の大きな魅力だと思います。

何よりもこの街の“人のよさ”
それが一番の移住の決め手です



こだわりが詰まった念願のマイホーム。中村さんが休みの日は広い庭で、外遊びなど家族団らんを楽しむ。家のそばには公園や児童館があり、お子さんが0歳の頃から毎日のように利用していたそう。



公園の遊具で無邪気に遊ぶお子さんの姿を、微笑ましく見つめるご夫妻。神奈川の実家に帰省しても「早く家に帰りたい」と思ってしまうほど、この街に愛着を持っているという倉井さん。



身近に四季を感じる暮らしは
今も新鮮そのものなんです

季節の移り変わりや旬の味覚を楽しめる街



倉井真理子さん

神奈川県出身。現在はご主人の造園会社の事務を担当。2人のお子さんと4人暮らし。

Charm Point
04
倉井真理子さん

「大松山運動公園」は家族の憩いの場所。敷地内の図書館に行ったり、広場などで自然遊びをしたりと休日をおのびりと過ごす。



医療について (P21)

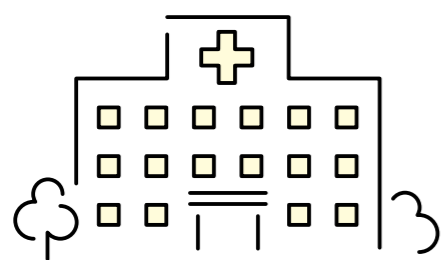
「安心感が“ちょうどいい”」

総合病院や地域医療が充実!
安心できる街

総合病院やクリニックが多く、医療環境が整っているのも下野市ならではの魅力。医療費は高校生（18歳）まで自己負担なし！子育て世代も安心して暮らせる医療環境が整っています。

18歳年度末まで 医療費 無料!
人口一人当たりの医師数 全国 1位

(※全国909市区サステナブル都市調査／平成23年日本経済新聞社)



子育て環境 (P18 ~)

「親子に“ちょうどいい”」

パパママにやさしい!
子育て・教育環境が整っています

児童表彰や、育児ママ・パパリフレッシュ利用券の発行など、子育てにやさしい制度が充実。義務教育学校が新たに新設されるなど、教育面でも安心できるまちです。



「地域子育て支援センターつくし」では絵本、紙芝居の読み聞かせ、子育て相談、主任児童委員による育児相談などを定期的に行っています。

【面積】 74.59km²

【人口】 60,244人

(令和3年11月現在)

さくっと早わかり

「ちょうどいい」から暮らしやすい
下野市の魅力

動画はコチラから!



生活のしやすい環境 (P14 ~)

コンパクトさが“ちょうどいい”

国道4号線と新4号バイパス、
高速も通るアクセス便利エリア

国道4号線と新4号国道は、県内や隣県へのお出かけに重要なルート。北関東自動車道の壬生（みぶ）ICも近いので、逃出もスムーズです。



暮らすのにちょうどいい
コンパクトシティ

宇都宮市と小山市の間にあり、南北約15.2kmの市としては県内最小面積のコンパクトな街。鉄道と国道に沿って市街地が連なり暮らしやすさ抜群！便利と安心がぎゅっと詰まっている街です。



生活に必要な施設が
主要道路沿線にあり便利

市街地には学校や病院などの公共施設があり、歩いて行ける範囲にスーパーやコンビニなど生活に便利なお店がそろっています。忙しい人でもストレスなく暮らすことができます。



市内にJRの駅が3つ!

県のほぼ中央を縦断するように伸びるJR宇都宮線のうち、小金井、自治医大、石橋と3つの駅が下野市内にあります。東京都内まで快速で約80分と好アクセス。



※2022年3月現在

文化のまち (P26)

「環境が“ちょうどいい”」

歴史ロマンが残る「東の飛鳥」
文化遺産と自然が調和した街

奈良時代には、奈良東大寺、筑前の観世音寺と並ぶ日本三戒壇、下野薬師寺が建立されたまさに「東の飛鳥」。国指定史跡の下野薬師寺跡や下野国分寺跡、下野国分尼寺跡など、古代からの史跡が数多く点在しています。



専用アプリ「VR 東の飛鳥」でCGで復元した様子を楽しめます。

首都圏通勤について (P20)

「通勤に“ちょうどいい”」

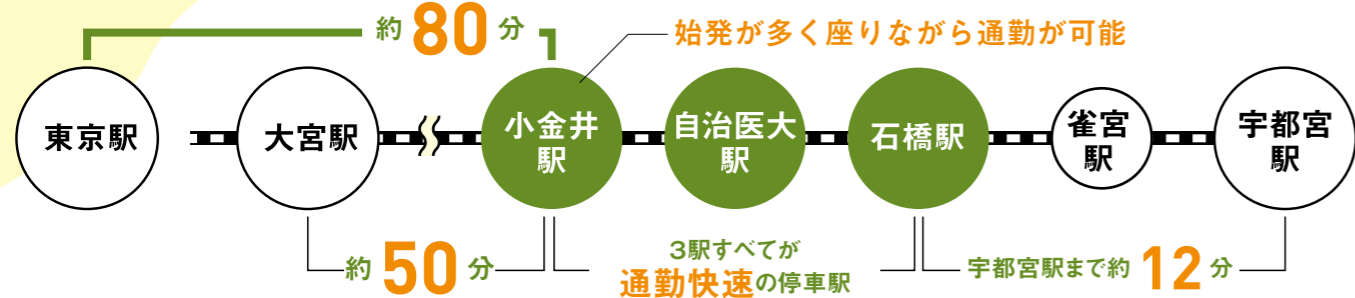
首都圏通勤も
ストレスフリー

都心まで快速で約80分。小金井駅からは始発電車も出ているため、座りながらラクラク通勤も可能。通勤ストレスが少なく、移動時間も有効活用できます。



小金井駅、自治医大駅、石橋駅の3駅からは、湘南新宿ライン、上野東京ラインで首都圏まで乗り換えなし！東京駅や上野駅までは快速で約80分。車両センターがある小金井駅は始発が多く、座りながら通勤が可能です。通勤時間は自分の時間としてゆったりと…。そんな時間の有効活用もできます。

東京まで乗り換えなしで
ラクラク通勤！



おだやかにのんびりと“ちょうどいい”暮らし方

下野市移住のススメ

「首都圏に通勤しながら、庭付き一戸建てでのびのびと暮らしたい」そんな理想の暮らしを実現できるのが下野市。都心まで快速で約80分とアクセスもよく、移住者をサポートする制度が充実しているのも大きなメリット。理想の暮らしを手に入れてみませんか？

憧れの庭付き
一戸建ても夢じゃない

東京都内に比べて圧倒的にリーズナブルな土地の価格。庭付き一戸建ての夢をサポートする制度も充実しています。東京圏から市内に住宅を取得し5年以上定住する方を対象とする「定住促進住宅新築等補助金制度」では、住宅の新築費用もしくは購入費用の一部を補助（自治会加入必須）しています。

持ち家世帯比率

71.8%

総務省「国政調査」(2015年)

1住宅あたり住宅
延べ床面積

114.13㎡

総務省「住宅・土地統計調査」(2013年)

ゆったりした
住まいで豊かな
暮らしが実現！

【うれしい制度「住まい編」】

● 保留地等購入補助金制度

保留地や公有地を購入し、3年以内に自らの居住に供する住宅を新築する方に対し、1区画50万円を支給

● 下野市結婚新生活支援事業補助金

新築世帯に対し、結婚に伴う新生活に係る費用（新居の購入、家賃、または引っ越しに関する費用）の一部を助成する上限30万円とする補助金

● 空き家バンク制度

● 住宅用太陽光発電システム設備設置費補助

● 新規就農支援事業 ● 犬猫避妊および去勢手術補助金

● 消火器購入費補助金 ● スズメバチ駆除費補助金

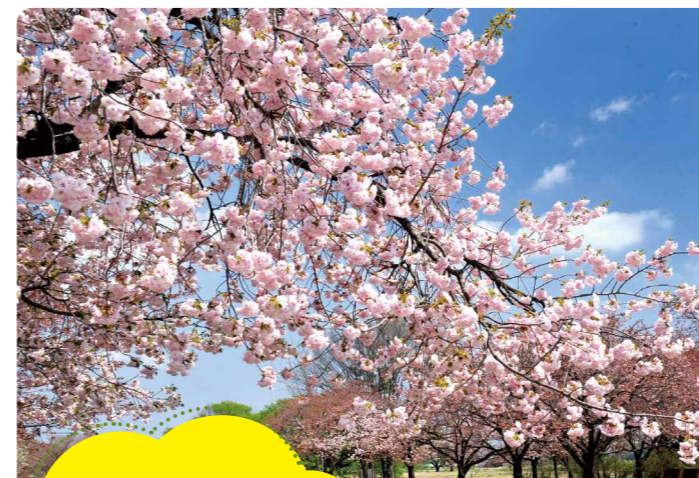
詳しくはお問い合わせを!!



※定住促進住宅新築等補助金

自然と街が共存する
住みやすい環境

閑静な住宅街には、大小さまざまな公園が点在。郊外に出れば自然豊かな田畑風景が広がり、絶滅危惧種のトウサワトランオの国内唯一の群生地もあります。市の面積のおよそ半分はのどかな農業地域。夏は暑さを緩和し、夕涼が涼しい風も運んでくれます。積雪はほとんどなく、年間を通して気候が安定しているので、穏やかに過ごせます。



平均気温約14℃。
気候も穏やかで
過ごしやすい！

新鮮な野菜や
農産物が安く
手に入ります！



この街の地形で
一番高い場所は…
なんと古墳だって
聞いたことがあるよ

穏やかな街なら
通学も安心だね！



平坦な地形で
災害が少ない

高低差がほとんどなく起伏の少ない地形で、昔から台風や水害など大きな災害がないのが特徴。家族の安全を守りながら安心して暮らしたいという願いも叶えられます。

休日
Life
3

OUTDOOR CAMP

公園キャンプでスローな家族時間

高さ10メートルの築山を中心にさまざまな設備が完備された「三王山ふれあい公園」は、遊具やドッグランのほか、本格的なキャンプ場が人気。ファミリーやキャンプ初心者安心して利用できる広々としたオートサイトだけでなく、愛犬と一緒に利用できるサイトも。星空の下で過ごす家族時間は、絆が深まる特別なひと時となるはず。



オートキャンプだけでなくデイキャンプの利用も可能。道具不要の手ぶらキャンププランも人気です。施設近くには地元新鮮食材が集まる「道の駅しもつけ」があり、BBQセットも利用できます。



のんびり派もアクティブ派も! 休日が豊かになる楽しみがいっぱい

しもつけ家族の休日

すぐそばに自然が広がるほどよい田舎でありながら、暮らしやすさがコンパクトにまとまった下野市。「休日のはのんびりと家族時間を満喫したい」という欲張りファミリーにもぴったりの充実した休日が過ごせるまちでもあります。休日が待ち遠しくなる、下野暮らしを楽しんでみませんか。

休日
Life
4

Event Marche

のんびりと地域イベントやカフェへ

季節ごとに多彩なイベントが目白押しの下野市。市民が主体となって企画するものから、官民一体となったものまで、世代問わず楽しめるイベントが市内各所で開催されています。地域の温かな輪が作り出す和やかな雰囲気を感じながら、お気に入りのイベントを探してみてください。



さまざまなワークショップを開催する古民家カフェ。



季節ごとにマルシェイベントや稲刈り体験、地域交流イベントも人気。



休日
Life
1

ショッピングやグルメめぐりを満喫

近隣タウンへのお出かけも楽々お買い物やグルメを楽しもう

下野市内はおしゃれなカフェや老舗の名店をはじめ、人気のベーカリーやスイーツ店も数多く点在。グルメな家族も満足できる食が充実しています。餃子の街として知られる宇都宮市が隣接。ラーメンの名店が軒を連ねる佐野市もすぐそば。大型ショッピングモールやアウトレットも近隣にあるので、ショッピングやグルメめぐりを楽しみたい家族におすすめです。



ショッピングモールなど大型施設の多い宇都宮市と小山市が隣接。人気カフェの出店など新店も増えています。

イベント



天平の花まつり



しもつけ燈桜会



天平の芋煮会



吉田村まつり



グリムの森イルミネーション

休日
Life
2

日帰りで観光地へGO! レジャー施設や温泉でおもいきりリフレッシュ

那須や日光も日帰り圏内! 気軽に人気のお出かけスポットへ

南北に走る国道4号線があり、東北自動車道や北関東自動車道、日光有料道路へアクセスしやすいのが魅力。レジャースポットが集まる那須エリアや、日光東照宮など歴史的文化遺産の多い日光エリアへも車で1時間ほどでお出かけできます。東西に走る北関東道を利用すれば、茨城県や群馬県もぐっと身近に。家族や友人と海や山などのレジャーを思いっきり楽しめます。

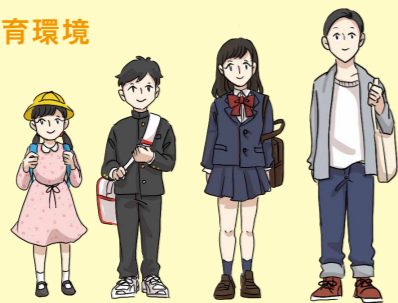


那須や日光をはじめ、良質な温泉で知られる鬼怒川や那須塩原も日帰り圏内なので、週末には家族や友人たちとさまざまなレジャーを楽しむことができます。

子育て支援・教育関連施設

のびのびと学べる安心の教育環境

子どもの未来を育む教育面も下野市なら環境や制度が充実。プログラミング授業や国内交流事業をはじめ、英検受験補助や奨学金制度など、のびのびと学べる環境が整っています。市内に3駅あるので進学先の選択肢が幅広くもてるのも下野市の魅力です。



小学校 11校	中学校 3校	
小中学校 1校	高校 1校	大学 1校

パパママに心強い子育てサポート

保育所入所待機児童数 **0人** (令和3年4月1日時点)

保育園や認定こども園の数も多く、育児と仕事を両立したいママも安心。交流の場として利用できる児童館も5カ所と充実しています。子育て支援センターや児童館では毎月さまざまな行事を開催。子育てファミリーを応援する万全のサポート体制が整っています。



園の数

公立保育園 3園	私立保育園 5園	私立認定こども園 6園	私立幼稚園 1園	私立小規模保育事業B型 1園
--------------------	--------------------	-----------------------	--------------------	--------------------------

児童館もたくさん

児童館・こどもの広場 **5カ所**

子育て支援センター・児童館の月行事

季節の行事／読み聞かせ／手遊び／親子ピクス 親子体操／親子ヨガ／赤ちゃん教室／育児相談 など



自然が気持ちいい！ 広々とした公園や遊び場もたくさん

公園の数は県内上位。緑豊かな公園が身近な場所にたくさんあります。子どもに人気の遊具を備える公園だけでなく、スポーツ施設やバーベキュー場、キャンプ場が利用できる公園も！豊かな自然を感じながら家族で思いっきり楽しむことができます。春は桜の名所になっている公園でのお花見もおおすすめです。



地域みんなで子育てを応援！家族にとことんやさしいまち

しもつけ家族の子育て

子ども一人ひとりが輝けるよう独自の取り組みを行う下野市は、子育て支援施設が充実。ママたちへのフォロー体制も万全で「主婦が幸せに暮らせるまち」ランキングでも全国26位※と高評価を得ました。

(※平成26年7月号学研パブリッシング/月刊誌 aene より)

児童表彰

全国に先駆けてスタートした児童表彰。市立小学校に通う6年生全児童に、一人ひとりの良いところを見つけ「健康賞」「親切賞」「明朗賞」など7つの賞を設けて表彰しています。



ママ・パパ リフレッシュ利用券

未就園児(3ヶ月～3歳未満)がいるママ・パパには、一時的に保育施設に子どもを預ける際に利用できるサービス「育児ママ・パパリフレッシュ事業利用券」を贈呈。最大36時間利用できます。下野市独自の制度で、冠婚葬祭や通院、急な用事などのほか、買い物や美容室などリフレッシュしたい時に利用できます。(※2016 栃木県ベスト育児制度賞を受賞)



ファミリー・サポート・センター

子育ての手助けをしてほしい人と、お手伝いをしたい人をつなぐ「ファミリー・サポート・センター」も充実。一時預かりや送迎のお手伝いなど、働くママ・パパのバックアップ体制も万全。

高校生(18歳)まで 医療費無料!

医療費は満18歳到達後最初の3月31日まで自己負担ナシ!さらに、おたふく風邪やインフルエンザなど、一部の予防接種には助成もあります。子どもの健やかな成長を見守る体制がしっかり整っているのも下野市ならではの。

子育て世帯外出支援

子育て世帯の外出を支援するため、未就学児を持つパパ・ママが外出する際に使えるデマンド交通「おかけ号」の利用券を1世帯につき10枚交付しています。



不妊治療・ 不育症治療への助成

下野市に1年以上在住し、人口授精や特定不妊治療、不育症治療などを受けた場合、治療費の一部を助成。男性不妊治療に係る医療費分の上乗せ助成も行っています。

妊産婦医療費助成

安心して出産できるよう、妊娠中の病気の早期発見・治療を促進する制度。病院や薬局、歯科医院での医療費の保険診療に係る一部負担金を助成しています。

まだある子育て世代にうれしい制度

- フレッシュママ・パパ教室(両親学級)
- 学童保育
- とちぎ笑顔つぎつぎカード
- 児童扶養手当
- こんには赤ちゃん訪問
- 小規模特認校
- 乳幼児健康診査
- 遺児手当
- お母さんに感謝状
- 国内交流・国際交流事業
- むし歯予防フッ素塗布
- ひとり親家庭医療費助成
- ファーストブック(絵本のプレゼント)
- 英語検定補助金
- 各種予防接種
- 第3子以降の保育料免除
- プログラミング授業
- ショートステイ(子育て短期支援)

医療体制の充実度は全国トップクラス!

手厚い医療環境で 安心な暮らしを実現

大きな総合病院から小さなクリニックまで医療施設が充実。小児科医や産婦人科医が多く、ファミリー世帯が生活するのにぴったりな街です。備えあれば憂いなし！子育て中も老後も安心して暮らせます。

総合病院から専門クリニックまで ドクターの数はトップクラス

自治医大駅の周辺には、最先端医療技術が集積する自治医科大学附属病院をはじめ、専門病院やクリニックが立ち並んでいます。ほかにも、石橋総合病院や小金井中央病院といった大きな総合病院も多く、まさに「医療のまち」。安心できる暮らしに欠かせない地域医療の充実が図られています。



首都圏へ好アクセスでオンもオフも充実!

ストレスフリーの ゆとり通勤がちょうどいい

住みやすいまちとして下野市が選ばれる理由のひとつ“交通利便性の良さ”。首都圏への通勤もスムーズで、ゆったり座りながらストレスなく通勤できます。心にゆとりがもてる快適通勤を実現しませんか。

JRの駅が下野市内に3つ! 都心へ通いやすい

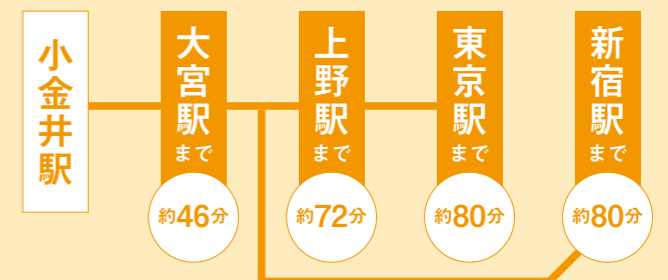
東京都内まで乗り換えなく、快速約80分で行き来が可能。市街地のほとんどが3つの駅から2km圏内に集中しているため、駅も徒歩や自転車圏内です。さらに、小金井駅は始発・終着電車がため、座りながら通勤ができるのも大きなメリット。適度な距離感だからできる二拠点居住も可能です。



【新幹線の場合】



【在来線快速の場合】



この移動時間がちょうどいい!

オンオフが切り替えにぴったり
通勤時間を有効活用できる

毎日この移動時間を自分の時間として活用すれば、読書はもちろん、スマホで映画を見たり、資格の勉強やネットショッピングなどオフが充実。楽しみが広がります。



人口10万人当たりの
一般診療所数

県内第1位

(令和2年度版ふるさとウォッチング)

人口1人当たりの医師数

全国第1位

(全国809市区サステナブル都市調査平成23年度版 栃木県)

生活習慣病による
死亡者数の少なさ

全国第2位

(全国809市区サステナブル都市調査平成28年度版 栃木県)

15～49歳女性
1万人当たり産婦人科医師数

全国第2位

(全国813市生活ガイド.com平成28年ウェイブダッシュ)

心疾患による
死亡者数

県内最小

(統計資料ふるさとウォッチング H28年度版 栃木県)

病院・診療所の数 60箇所

体調面や予防接種など、何かと病院にかかることが多い子育て世代に心強い小児科や産婦人科の医師数の多さ。これからパパママになる人も安心して子育てができます。



しもつけ暮らしの本音あれこれ Q&A

実際に暮らしをイメージする際に頭に浮かぶ、暮らしのこと、仕事のこと、子育てについてのさまざまな疑問。下野市のリアルを知って、移住計画に役立ててください。

Q1 下野市で働いている人の職業割合は？

A 製造業	医療・福祉	卸売り・小売業
約 20%	約 17%	約 13%
農業・運輸業・建設業・教育学習支援業	飲食店・宿泊業	
それぞれ 約 20%	約 4%	

Q2 就職先はあるの？

A 市内には5つの工業団地があります。製造業をはじめ、医療・福祉に従事している人の割合が他の市町村に比べて高いのが下野市の特徴。電車、マイカー通勤どちらも選択しやすく、広く勤務地を選ぶことができます。



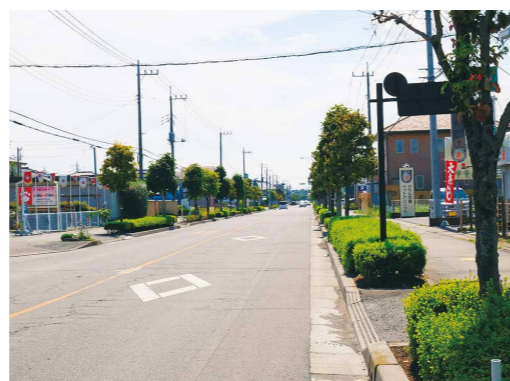
Q3 家賃はどれくらい？

A 東京都と比べると家賃相場は1/2程度。2LDKの相場は東京都平均15万円なのに対し、下野市では平均7万円前後と圧倒的にリーズナブル！さらに、土地の価格や物価も安く家計にうれしいことばかり。生活設計への不安も軽減できます。



Q4 自家用車がないと生活が不便？

A 国道や高速道路など道路交通網が発達しているのでマイカーがあると便利です。首都圏とは異なり駐車場代不要か格安なので負担も少なめ。周辺には自然豊かな場所が多く、一家に一台あるとレジャーの楽しみが広がります。



Q5 共働きだけど保育所の待機児童は？

A 下野市内の保育所待機児童数はゼロです（2021年4月）。通常保育だけでなく、早朝保育や延長保育といった長時間保育、休日保育、一時保育などに対応している保育所も。働き方に合わせた多様な保育支援、保育環境が整っています。



Q6 移住に関する問い合わせは？

A 窓口やメール、オンラインでも相談ができます。下野市総合政策課までご連絡いただくか、QRコードよりご相談内容をご入力ください。



移住・暮らしにうれしい 耳より情報

下野市には移住や暮らしをサポートするうれしい制度がたくさんあります。自分のライフスタイルと照らし合わせて、気になる制度をぜひチェックしてみましょう。

定住促進住宅新築等補助金制度

東京圏に1年以上住んでいた家族4人が下野市内の特定区域へ移住した場合

下野市への定住促進のため、東京圏から市内に住宅を取得し5年以上定住する方を対象に、住宅の新築費用もしくは購入費用の一部を補助。制度の利用には自治会への加入が必須。



基本額

※交付要件に該当する方

30万円



居住地加算

※交付対象となる住宅を
対象区域内に取得した場合

10万円



若年世帯加算

※申請者もしくは
配偶者が40歳未満

10万円



子ども加算

※中学生以下 ※上限なし

10万円/人

移住希望者 宿泊費補助金

栃木県外に住所を有する方が移住後のイメージを明確にできるように本市での暮らしぶりの体験や仕事探し、住まい探しを行う際の宿泊代金の一部を補助します。

※1人1泊当たり補助対象額の1/2
(上限：3,000円) 2泊分を限度

空き家バンク制度

下野市内の空き家を売却・賃貸したい所有者が空き家バンクに登録。その空き家を購入・賃貸したい人の申し込みを受け紹介を行う制度です。新築より低価格で物件を探すことができます。

テレワーク 移住促進補助金

東京23区での勤務を継続しながら、テレワークのために下野市に住まいを移し、住宅を賃借される移住者の方を対象に月額最大5万円の家賃を補助する制度です。

結婚新生活 支援事業

新たに下野市に住まいを取得、賃貸する新婚世帯に対し、結婚に伴う新生活にかかる費用（新居購入・家賃および引越しに関する費用）の一部を、一世帯当たり30万円を上限として補助しています。

保留地等購入 補助制度

保有地や公有地を購入し、3年以内に自らの居住に供する住宅を新築し居住する方（自治会加入者）に対し、1区画50万円が支給されます。

※下野市定住促進住宅新築等補助金の交付を受けていない方が対象

住宅用太陽光発電 システム設置費補助金

住宅用太陽光発電システムを設置する市民の方に、予算の範囲内において費用の一部を補助しています。太陽電池の最大出力1kW当たり1万円（上限4万円）。千円未満端数の切り捨てが予算の範囲内。

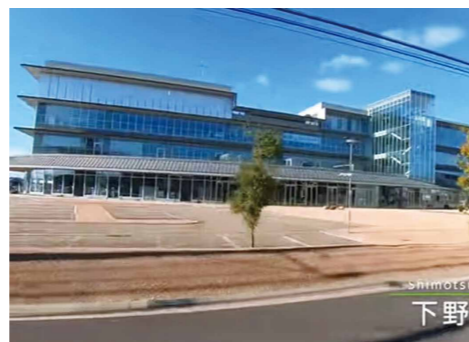
ほどよい幸せみつかる情報サイト
栃木県下野市の魅力を紹介



プチハピしもつけ
 来て見て住んで下野市



<https://shimotsuke-pr.jp/>




東の飛鳥
下野市歴史ロマン



下野古麻呂
 下野市出身の歴史上の人物

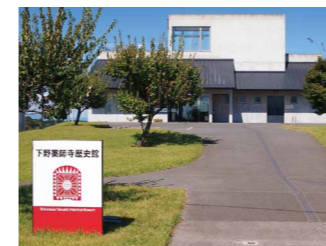
**自然と街が共存する
 住みやすい環境**

平成18年、平成の大合併により誕生した下野市。その歴史は古く、旧石器時代までさかのぼります。今も多くの文化遺産があり、それらの近くには資料館などもあります。実際に出土した瓦や埴輪などの遺物や、復元模型なども展示され、その歴史を学ぶことができます。

史跡	古墳
下野薬師寺跡、下野国分寺跡・国分尼寺跡など古代東国地方の仏教文化の中心地として栄えました。	旧石器時代から居住した痕跡が残る下野。甲塚古墳からは貴重な機織形埴輪が全国で初めて出土しました。
	寺・神社 薬師寺八幡宮は地域の氏神として多くの参拝客が訪れます。時の流れを感じさせる龍興寺のシラカシは推定樹齢500年。

多くの文化遺産が残され自然と歴史が調和したまち

下野薬師寺跡



下野薬師寺歴史館
 下野薬師寺跡のガイドス施設。発掘調査で見つかった瓦や遺物、復元模型などを展示しています。



下野薬師寺跡
 【国指定史跡】
 天武天皇の時代に、下毛朝臣古麻呂（しもつけのあそんこまろ）によって建立されたとされる古代寺院跡。日本三戒壇の一つ。

天平の丘公園内



しもつけ風土記の丘資料館
 古墳時代から奈良・平安時代に作られた数々の史跡から、古代の生活や文化などを学ぶ資料館。



機織形埴輪
 【国重要文化財】
 国内で初めて確認された機織形の埴輪。国分寺跡の南西部にある甲塚古墳から2基出土しました。



下野薬師寺跡
 【国指定史跡】
 奈良時代に、聖武天皇の詔（みことのり）によって全国60数か所に建てられた国立の寺院の一つ。



下野国分尼寺跡
 【国指定史跡】
 国分寺建立の詔によって作られた寺院の一つ。全国の国分尼寺のなかでも最初に整備されました。



どうして史跡がたくさんあるの？

古来から人々が住まい、重要な建造物が数多く建てられたことは、昔から災害が少なく、穏やかな土地柄であったことの何よりの証し。
 東山道や日光街道といった重要な街道に沿って栄えてきた歴史を今に刻んでいる。