

下野市民と市政をつなぐ行政情報紙 [広報しもつけ]

Shimotsuke

1

平成 31 年 1 月発行 (毎月 1 日発行) No.156



ラジオ体操キャラバン



未来へつなぐ まちづくり

下野市長 広瀬 寿雄

新年、あけましておめでとうございます。

市民の皆さまには、希望あふれる新春をお迎えることと、心からお慶び申し上げます。

私は昨年の市長選挙におきまして、下野市政4期目の舵取り役を担わせていただくこととなりました。市長として果たすべき責任の重さを再認識し、その重責を全うするため全力を傾注してまいります。

下野市が誕生し、13年の歳月を経ようとしています。これまで、様々な課題と向き合いながら、「市民が主役のまちづくり」を念頭に施策を展開してまいりました。市としての基盤を作り上げることができたのも、皆さまからお寄せいただいた多くの声と、より強まった市民の絆の賜と感じております。

昨年、市内では、「三王山ふれあい公園」や古民家カフェ「夜明け前」、グリムの館「お菓子の家」がオープンしました。今年は、整備を進めてまいりました「大松山運動公園陸上競技場」がよいよオープンとなる予定です。2022年に本県で開催される「第77回国民体育大会」では、少年サッ

さらに、未来を見据えたまちづくりを進めるうえで、医療・福祉施策、教育環境の充実に加え、18歳までの医療費無料化については、平成31年度から実施したいと考えています。

また、政府は、増え続ける医療・介護にかかる社会保障費や、子育て支援などの財源として、今年10月に消費税増税を予定しております。本市においても、少子高齢化の進行による医療福祉関係経費や、公共施設の更新に係る費用の増加は避けることのできない課題です。今後とも、事務事業評価による「事業の選択と集中」に積極的に取り組むとともに、「第三次長期財政健全化計画」に基づき、県内トップクラスの健全財政の堅持に努めてまいります。

平成31年度は、「下野市まち・ひと・しごと創生総合戦略」の計画期間の最終年度となります。総合計画をはじめとしたこれらの計画に基づき、検証を繰り返しながら、より時代のニーズに応える施策を展開し、「市民の幸福感の向上」と「人や企業に選ばれる自治体」を目指したまちづくり

カーの試合会場となります。今後、2020年の東京五輪のキャンプ地誘致や、様々な競技大会で活用できるものと考えております。

世界に目を向けますと、TPP（環太平洋パートナーシップ）協定の発効に伴い、工業製品や農畜産品など、広い分野に及ぶ影響が我々の生活に顕著になってまいります。特に農産物に関しては厳しい国際競争にさらされることが予想されることから、国や県の施策のみならず、本市でも農産物のブランド化や生産振興などにしっかりと取り組んでまいりたいと考えております。

日本国内に目を向けますと、昨年は、度重なる台風の上陸や大雨、大規模な地震の発生など、記録的な自然災害が頻発した年でもありました。被災された地域の皆さまには心からお見舞い申し上げます。単純に比べることはできませんが、下野市は自然災害が少ない安全安心な地域であり、それが強みでもあると考えております。しかし、それに甘んじることなく、行政の防災体制の強化と市民の皆さまとの連携強化を図り、なお一層の安全安心なまちづくりに取り組んでまいります。

に取り組んでまいります。

2019年の干支は「己亥（つちのとい）」です。植物の成長に例えると、「己」は草木が成長を終えて姿が整った状態を表し、「亥」は十二支の最後にあたり、植物の生命が引き継がれて種の中にエネルギーがこもっている状態だそうです。そのような意味からも今年は、「国の内外、天地とも平和が達成される」という願いが込められた「平成」の掉尾を飾る、歴史的に意義深く、新たな時代へと引き継ぐに相応しい年であります。

下野市にとりましても、市としての基盤を固め、充実を図り、次のステージへジャンプアップするため、新たな発展につなげる年にしてまいりたいと考えております。

結びに、市民の皆さまにとりまして、本年がさらなる躍進の年となりますよう心から祈念申し上げますとともに、今後とも、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



進化する議会へ

下野市議会議長 秋山 幸男

新年明けましておめでとうございます。

輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、全国各地で地震、台風、そしてゲリラ豪雨等による甚大な災害が多発しました。本市議会では、大阪府北部地震・7月豪雨災害で被災された方々に対する義援金の募金活動を「道の駅しもつけ」で行いました。多くの皆さまからの心温まる募金に感謝とお礼を申し上げます。また、市議会としても、全国市議会議長会を通して義援金をお届けしました。被災された方々の一日も早い復興を心から願っております。

昨年本土を縦断した台風では、幸い本市に大きな被害はありませんでしたが、昨今の気象状況下でいつ発生するかわからない災害に対し、防災・減災の観点から議会として様々な政策を講じ、安全安心なまちづくりに努めてまいりたいと思います。

さて、4月23日に執行された市議会議員選挙では、8名の新人議員が誕生しました。新体制となり、期待と不安を抱えての議会運営となりました

若い方々が政治にもっと興味を持たれることを期待するとともに、今後は議会として、若い方々に対する主権者教育も視野に入れていかなければならないと思っております。

新体制となり会派制が導入され、9月の定例会では会派代表質問が行われました。各会派とも質問内容について討議をし、政策における課題等が検討されたことで、議員間の認識の共有と資質の向上が図られたことは有意義であったと思います。会派制導入により議会がより活性化され、市民の負託に応えられるよう努力してまいりたいと思います。

また、議会改革の一環として、これまで実施してまいりました議会報告会については、10月に「市民との意見交換会」として実施しました。各常任委員会からの報告の後、グループに分かれて、参加された市民の皆さまとの意見交換を行いました。これまでの議会報告会と異なり、かなり活発な内容となりました。いただいた意見・要望は今後の議会活動の参考とさせていただき、政策提言

たが、大きな問題もなく運営できておりますことは、皆さまのご協力の賜物と思っております。

6月の定例会には、「東海第二原発の稼働延長を認めない意見書の提出を求める陳情書」が提出されました。通常であれば所管する常任委員会に審議が付託されますが、原発については大きな課題と捉え、特別委員会を設置して議員全員で審議することとしました。原発の稼働延長に反対あるいは賛成、それぞれの立場からの説明を受け、特別委員会で慎重に審議したことは、今後の議会活性化につながってくると思っております。

また、8月20日には第2回目となる中学生議会が開催されました。多くの中学生議員にとっては初めての経験ですが、中学生とは思えない目線で、私たち議員が気づかないような観点から質問する姿は、将来を担う若者として頼もしく感じました。時間的余裕があれば、再質問することでさらに議論を深めることができるのではないかと思います。選挙権年齢が18歳に引き下げられ、初めてとなる市議会議員選挙の投票率は46.33%でありました。この中学生議会を通し、

等につなげていければと思います。また、さらなる議会の充実のために「議会活性化特別委員会」を設置しました。議会改革及び議員活動の充実強化等の5項目について、私議長から諮問し、現在、特別委員会において審議されているところです。

より親しまれる市議会を目指すため、11月29日には、市文化協会との共催により議場コンサートを開催し、「白鳳琴の会」の皆さまに演奏いただきました。大正琴のすばらしい音色に定例会開会前の緊張した心が癒されました。「琴の糸 張りすぎてダメ たるんでダメ ちょうどいいあんばいのときに ちょうどいいあんばいの音が出る」という相田みつを氏の言葉がありますが、私たち議員の活動も、日々一弛一緩、無理して背伸びせず、着実に一步一步前進していきたいと思っております。

結びに、新しい年が、市民の皆さま一人ひとりに幸せが実感できる年となりますことを心から祈念し、新年の挨拶といたします。

目次 Contents

- | | |
|--|---|
| 2 年頭のごあいさつ | 21 国民年金だより |
| 5 Shimotsuke-City Topics まちの話題 | 22 Let's SPORTS |
| 8 生涯学習 <small>たより</small> | 24 障がい福祉瓦版 |
| 10 市長のいきいきタウントーク結果 | 25  |
| 12 確定申告のお知らせ | 28 図書館だより |
| 14 市県民税の申告が始まります | 30 暮らしの情報 |
| 16 保健だより  | 42 1月のカレンダー |
| 19 ファミリーサポートセンター | 43 国際交流員カロリンのコラム |
| 20 新・下野市風土記 | 44 イベントカレンダー |

今月の表紙

～ラジオ体操キャラバンinしもつけ～

11月23日に石橋体育センターで、健康長寿とちぎづくり県民運動としてラジオ体操を行いました。栃木県ラジオ体操連盟の1級ラジオ体操指導士から、一つひとつの動きについて、正しいラジオ体操の方法を指導いただきました。参加者120名は、一緒に参加したカンピくんと気持ちの良い汗を流し、体操後に、健康〇×クイズやミニ健康コーナー

で健康に関する情報を楽しく学びました。

市の健康実態調査では、20～40歳代で運動習慣のある人が少なく、誰もが知っているラジオ体操を、運動をはじめめるきっかけづくりとして進めているところです。皆さんも健康長寿のためにラジオ体操を始めてみませんか？

今月の何の日

1月10日 110番の日

110番の適切な使用を推進しようということで、1985年に警察庁が決めました。

110番の正式名称は警察通報用電話です。番号が110となった理由は、覚えやすく誤報を少なくするためやダイヤル式電話のストッパーまでの距離が短い1を多くするためだと言われています。使う機会のはめったにないのに、誰もが知っている110番です。

事故や事件に遭遇したとき、緊張で何を話せばいいかわからず、慌ててしまうという人が多いようです。まずは落ち着いて、「何があったか」、「いつ」、「どこで」、「犯人は」、「どんな状況か」、「自分の住所・氏名・電話番号」という6つの要点を伝えることが大切です。また、携帯電話から通報する場合は、移動しながらだと声が聞こえにくく、電波状態が

不安定になり、通話途中で切れてしまうことがあるので、安全な場所で立ち止まって電話をかけましょう。

2017年の県内の110番通報は13万398件で、1日あたり357件、4分に1回もあったそうです。しかし、そのうちの約3割はいたずら電話や緊急性の低い問い合わせや相談の電話だったそうで、緊急時以外では使わないようにと警察庁では呼びかけています。110番は緊急時のために使用するものですが、いたずら電話、相談・問い合わせなどの電話により、本来の緊急を要する事件・事故の電話ができなくなることがあります。急を要さない相談や要望は警察署や警察安全相談専用電話（#9110）で受け付けているので、そちらに連絡するようにしましょう。

■人口と世帯（12月1日現在）

人口／60,174人（10）、男性／29,839人（0）、女性／30,335人（10）、世帯数／23,952世帯（16）

下野市公式
ツイッター

市ではホームページの最新情報や、災害発生時の避難場所などの情報配信を行います。右のQRコードからアクセスできます。

下野市公式アカウント @city_shimotsuke





税に関する標語・作文で各賞を受賞

おめでとうございます

税に関する標語の表彰

11月6日、石橋商工会アイリスホールにおいて、公益社団法人栃木法人会石橋地区会主催の税に関する標語の募集で各賞を受賞しました。(敬称略)

■**栃木税務署長賞** 本間友楽来(石橋小6年)

「税金は暮らしを支える 希望の力」

■**下野市長賞** 森山樹羅(古山小6年)

「税金で 築く未来 つながる笑顔」

■**下野市教育長賞** 堀希美(細谷小6年)「税金は 未来の樫 繫いでく」

■**(公社) 栃木法人会長賞** 矢上成龍(石橋北小6年)「子どもでも 買い物すれば のうぜいしゃ」

■**(公社) 栃木法人会石橋地区会長賞**

小濱珠彩(石橋小6年) 館野莉菜(石橋小6年) 阿部心美(石橋小6年) 山口礼(古山小6年)
落合隼都(古山小6年) 桑名美沙(古山小6年) 庄田侑叶(石橋北小6年)



税についての作文の表彰

11月15日、栃木市商工会議所において、全国納税貯蓄組合連合会・国税庁主催の税についての作文募集で、市内中学生の作品が各賞を受賞しました。(敬称略)

■**栃木県議会議長賞** 「感謝の思いをこめて」

星優莉香(南河内第二中2年)

■**栃木県教育長賞** 「妹から学んだ税の大切さ」

西村琉那(国分寺中3年)

■**栃木税務署長賞** 「『幸福』を感じるために」

神谷春陽(国分寺中3年)

■**下野市長賞** 「税金の大切さ」

渡邊陽奈(南河内中3年)



左から神谷さん、西村さん、星さん、渡邊さん

議場コンサートが開催されました

白鳳琴の会

11月29日、市議会議場において、市民により親しまれる市議会と文化芸術活動を推進するため、市議会と市文化協会の共催により、定例会本会議の開会に併せて第2回議場コンサートが開催されました。

コンサートは、白鳳琴の会の皆さまが大正琴により、恋の季節、風雪流れ旅、ふるさとなどの5曲を演奏いただきました。

参加者は、最後の曲「ふるさと」が流れると、それぞれの故郷への思いをはせながら、演奏に合わせて歌詞を口ずさんでおられました。





栃木県青少年健全育成成功労者等表彰

おめでとうございます

11月12日、栃木県公館で栃木県青少年健全育成成功労者等表彰式が開催され、下野市グリーンクラブ（代表吉住齊氏）が「子ども育成・憲章功労団体」として栃木県青少年育成県民会議から表彰されました。

長年にわたり、市内小学校での昔遊びのお手伝いや子どもの見守りなどのボランティア活動を行ってきたことが認められ受賞しました。



国土交通大臣表彰を受賞

おめでとうございます

10月15日、前日が25回目となる鉄道の日になみ、霞が関で国土交通大臣表彰式が行われ、刑部久子氏が、鉄道関係功労者として表彰されました。

刑部氏は、1986年から32年の長きにわたり、ボランティアとしてJR自治医大駅構内に生け花の提供を行い、駅の環境美化に貢献されました。

86年当時は、同駅利用者の多くの方が、自治医大病院を受診する人で、少しでも慰め、癒しになればとの思いから花の展示を始められました。



県民生委員児童委員協議会会長表彰を受賞

民生委員児童委員が表彰されました

11月26日、宇都宮市文化会館で第28回栃木県民生委員児童委員大会が開催されました。

本市の民生委員児童委員の皆さんが、地域福祉の推進に尽力した功績が認められ、表彰を受けました。

（敬称略）

県民生委員児童委員協議会会長表彰（6名）

伊澤正代 熊谷正臣
小平玲子 高橋義久
永山美津江 新村喜平



おいしいお米コンクールを開催

今年もおいしいお米ができました

10月28日、産業祭の会場において第2回下野市産おいしいお米コンクールの表彰式が開催されました。

市内農業者から出品していただいた本市産の新米52点を食味分析鑑定し、上野誠さんが下野市長賞を受賞されました。

また、下野市認定農業者連絡協議会長賞に荒川清光さん、宇賀地茂さん、野口俊明さんが受賞されました。おめでとうございます。

上位4名の方の新米は、第20回米・食味分析鑑定コンクール国際大会へエントリーしました。





人権教育講演会

ご来場ありがとうございました

12月1日、国分寺公民館において、人権教育講演会が開催されました。ジャーナリストの江川紹子氏を講師に迎え「命と人権の重さを測る」という演題でお話いただきました。

最近の時事問題を取り上げながら人権問題についてわかりやすい内容のお話で、講演後の質疑応答においても来場者の方の質問に丁寧にお答えいただき大変充実した講演会となりました。

当日は、市内はもちろん県内外から定員を超える約220名の来場があり一部立ち見となるなど大盛況のうちに終了しました。



しもつけワイズ

問2

休日や夜間の軽症患者に対する救急医療を提供する病院は？

①一次救急

②二次救急

③三次救急

文化遺産フェスティバル

子どもたちが発表しました

12月1日、道の駅しもつけにおいて、文化遺産フェスティバルが開催されました。このイベントは、日本の伝統文化であるお囃子、茶道、華道、和装礼法、琴などを多くの方に知っていただくために行われました。

これらは国の文化の基盤であるとともに、心豊かな生活を実現するために欠くことのできない貴重な財産であり、次世代へ継承していく必要があります。

当日は、市伝統文化親子体験教室に参加する小中学生が日頃の練習の成果を十分に発揮し、いずれの発表も大人顔負けの腕前を披露されました。



戦没者追悼式を行いました

ご冥福をお祈りします

戦後73年を迎え、戦没者追悼式が11月1日グリムの館で挙行政され、参列した遺族会員63名が戦没者へのご冥福を祈りました。

黙禱に続き園部孟遺族会会長から追悼式が合同で挙行政されたことへの感謝の意を表され式辞を述べられ、市長や来賓の方々からも追悼のことは頂き、献花が行われました。

時が過ぎても戦争の悲惨さを忘れることなく同じ悲しみを二度と繰り返すことがないように、さらに平和の大切さを継承していく契機となりました。



南河内第二中学校区小中合同クリーン活動

大人の参加により地域活性化

11月22日、南河内第二中学校区でクリーン活動を行いました。この事業は、学校周辺のゆうがお通りや公園を清掃する活動で毎年行っています。今回は、初めて3校の学校運営協議会が連名で地域に呼びかけたことで、たくさんの方々が参加し、子どもたちと一緒に汗を流して活動ができました。

小中学生の交流活動に地域の大人が参加したことで、活動の広がり地域活性化という面で大きな効果がありました。参加者の皆さま、ありがとうございました。



生涯学習たごより

しもつけクイズ

【正解は①】詳しくは、16ページをご覧ください。

パソコンスキルアップ講座「デジタル写真の編集」

写真の編集を学んで、楽しい作品を作りませんか。撮ったままになっていた写真が見違えるような作品になります。この講座は生涯学習情報センターと下野PC愛好会の協働開催です。ぜひ、ご参加ください。

■日時 2月25日(月)、26日(火)、28日(木)
3月1日(金)、2日(土)
午前9時30分～11時30分

■会場 生涯学習情報センター

■定員 15名(定員になり次第締め切ります。)

■対象者

講座で使用するソフトwindowsフォトギャラリー2012インストール済みのパソコンをご用意できる方で、パソコンの文字入力等、基本操作のできる方。

■テキスト FOM出版「趣味発見！デジタル写真自由自在」

■費用 3,500円(テキストをお持ちの方は1,500円)

■講師 下野PC愛好会(パソコンボランティア講師団体)

■受付期間・方法

2月7日(木)、8日(金) 午前9時～午後5時

生涯学習情報センターに来館のうえ、費用を添えてお申し込みください。ソフトの有無がわからない方は確認しますので、申し込み当日に自分のパソコンをお持ちください。

※応募人数によっては中止になる場合があります。

■問い合わせ先

生涯学習情報センター ☎(40)0911

「いいこみ」を開催します

市在住の障がいを持つお子さんの保護者と特別支援学校や普通学校の特別支援学級の在校生や卒業生を対象に交流会を実施します。対象の方以外にも関心のある方はご参加ください。

交流会のテーマは「親子で食育」です。障がいを持つお子さんがいる家庭では、お子さん中心の食生活になりがちですが、最近は自分の健康診断の結果も気になりませんか？今回は管理栄養士さんをお招きし、子どもだけでなく、家族みんなの大切な食事について一緒に考えてみましょう。

■日時 2月7日(木)
午前10時～正午

■場所 生涯学習情報センター

■参加費 1人100円

■申込期限 1月31日(木)

■申し込み・問い合わせ先
生涯学習情報センター
☎(40)0911

ジュニアリーダーズクラブ(JLC)

会員募集中！！

下野ジュニアリーダーズクラブは、若い力を十分に発揮し、地域団体のお手伝いをするとともに、自らの向上にも努めることを目的とした中学生から高校生を対象とした団体です。



いろいろな活動や各種イベントへの参加を通して、新しい仲間と出会い、みんなで親睦を深めてみませんか？

■問い合わせ先

生涯学習文化課 ☎(32)8919

パソコン基本操作相談窓口

パソコンボランティアの方が相談に応じます。

■日時 2月4日(月) 午後1時～2時

■相談受付

下野PC愛好会(パソコンボランティア講師団体)

■会場・問い合わせ先

生涯学習情報センター ☎(40)0911

とちぎ県民カレッジについて

とちぎ県民カレッジでは、県内で開催される各種講座を体系的にまとめ提供しています。県民の皆さまが学びたいときに学べます。ご興味のある方は下記までお問い合わせください。

■問い合わせ先

とちぎ県民カレッジ事務局 ☎028(665)7206

公民館まつり開催

市内4か所の公民館では、2月から毎週土曜日・日曜日に公民館まつりを開催します。

各公民館を拠点として活動しているサークルや団体、公民館講座受講生が作品展示や演奏などの発表を行います。プロ級のすばらしい作品やステージをお楽しみください。

いろいろな人と楽しくふれあえる場、公民館まつりに皆さまおそろいでお出かけください。



美しいハーモニーを奏でます (南)



参加者みんなで健康体操 (南東)



打ち立てそばをその場で頂けます (国)



園児の力作を展示 (石)



おいしい軽食もあります (石)



みんなで待ってるよ (南)

■日時

○国分寺公民館まつり

2月2日(土) 午前10時30分～午後4時

2月3日(日) 午前10時～午後3時

○南河内公民館まつり

2月9日(土) 午前11時～午後4時

2月10日(日) 午前9時～午後3時

○石橋公民館まつり

2月16日(土) 午前10時～午後4時

2月17日(日) 午前9時～午後3時

○南河内東公民館まつり

2月23日(土) 午後1時～4時

2月24日(日) 午前10時～午後3時



力強いお囃子が会場に響き渡ります (国)

■問い合わせ先

国分寺公民館 ☎(40)5563

南河内公民館 ☎(48)2393

石橋公民館 ☎(52)1157

南河内東公民館 ☎(48)5511

しもつけワイズ

問3

市民の皆さまと市長が市政について意見交換する懇談会は?

①ランチトーク

②タウントーク

③タウンワーク

市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」を開催しました

■問い合わせ先 総合政策課 ☎(32)8886

平成30年10月18日から20日にかけて、平成30年度市政懇談会「市長のいきいきタウントーク」を市内3会場で開催しました。

3日間でのべ181名の方が参加され、市政に対する多くのご意見・ご要望が寄せられました。

いただいたご意見等は、今後のまちづくりに生かしていきます。



開催日・場所	参加者	アンケート	意見・要望数
10月18日(木) 友愛館	56名	9名	4件
10月19日(金) 薬師寺コミュニティセンター	60名	7名	8件
10月20日(土) きらら館	65名	4名	11件
合計	181名	20名	23件

ご意見・ご要望の内訳

市民生活	5	保健福祉	1
生活基盤	7	教育・文化	7
地方創生	2	その他	1
合計	23		

ご意見と回答

タウントークでいただいたご意見と市の回答の一部を紹介します。

回答一覧は、市ホームページでご覧になることができます。

公金詐取における損害額等について

Q 市職員の公金詐取事件に関して、損害額や再発防止策についてお聞きしたい。

A 裁判で結審された額は、37,157,619円です。今後も調査を進め、全額回収に向け取り組んでいきます。再発を防止するため第三者委員会を設置し、今後の対応について検討しています。

公民館の利用について

Q 市の事業で公民館を使用する際は市民の自主活動講座の利用を優先してほしい。

A 事業の計画段階で調整していますが、状況によりご協力をお願いしなければならないことがありますのでよろしくお願い致します。

国分寺運動公園の屋外トイレについて

Q 国分寺運動公園の屋外トイレをきれいにしてほしい。きれいにするために清掃の業務委託できないのか。

A シルバー人材センターに業務委託していましたが、担当者がやめてしまい、現在は職員が対応しています。改善に向け、清掃回数を増やし、今後の在り方についても検討いたします。

空き家バンクについて

Q 空き家バンクができたと聞いたが、市内の空き家はすべて把握しているか。

A 市内の空き家については、3年前に自治会長にご協力をいただいて調査し、その後も加除修正しております。空き家バンクを8月末に開始し、ホームページを開設したところですので、これから登録や活用について推進していきたいと考えております。

文化会館の建設について

Q 小中学校では音楽祭が毎年開催されている。子どもたちが発表する場として、文化会館が必要だと思います。現在、計画はどうなっているのか。

A 運営に関して維持管理費に対する不安があり、近隣市町にある既存施設の相互利用、補助金の活用など良い方法を検討しております。

災害対策について

Q 平成19年の頃に市の境界付近で火災があり、防火水槽に水がなく消火活動が遅れたことがあった。点検状況等についてお聞きしたい。

A 防火水槽が市内241か所ありますが、消防署において定期的に点検しております。ご指摘の場所につきましては、再度、早急に確認し、対応させていただきたいと思っております。その後確認した結果、常時使用できるよう整備されております。

水道水の水源について

Q 地下水100%の水道水の維持を求め、8,000人以上の署名とともに要望書を提出しました。多くの署名を提出しても、市議会における市長の答弁では、ダムの水を導入するという方針は変わらないように聞こえました。市の考え方を今一度お答えください。

A 水道の管理者として、想定外も想定し、市民のライフラインである水道を守らなければならない責務をもっています。地下水1系統だけではなく、地下水から人体に悪影響を及ぼす成分が検出されている昨今、万全を期すため表流水からの取水権利を確保し2系統とする検討をしたいと考えています。思川開発事業による水道水供給は県が実施主体であるため、県からの条件などの提示があった時点で具体的な検討や説明をさせていただければと考えています。

公営住宅について

Q 若者に住み続けてもらい、人口を増やすための市営住宅の建設や県営住宅の誘致など公営住宅の整備方針についてお聞きしたい。

A 市営住宅は国分寺地区に4戸、県営住宅はグリーントウン内に整備されています。現時点では新たな公営住宅の整備計画はありませんので、状況分析し検討してまいります。市は、定住に向けた政策として、空き家バンクのほか、東京圏（東京都、埼玉県、神奈川県、千葉県）から転入し、住宅を新築された方への補助や市の保留地を購入された方への補助制度などを設け定住促進を図っております。

下野薬師寺について

下野薬師寺について、理解を深めていただくためのお願いと提案をさせていただきます。

下野薬師寺は日本で最初にできたお寺である飛鳥寺に劣らない規模のお寺で、私は関西出身

だが、ここに薬師寺があったということは驚きだった。これは、下毛野朝臣古麻呂という人物の存在が大きく、これから歴史が解明されて、全国へ発信してお客さんがどんどん来られると思っていた。しかし、合併して市となり10数年が経つが、あまり変わってないと思う。東の飛鳥プロジェクトについて説明があったが、このプロジェクトを先導していくのは薬師寺だと思う。地域ブランドとして県と一緒に盛り上げていただきたい。

災害避難者の受入れについて

Q もし茨城県の原因に事故があり避難が必要な場合、市では避難者を受け入れると聞いている。福島からの避難者に意見を聞き、より良い避難者の受け入れ計画を策定していただきたい。

A 災害時の備品等の整備を含め、今後の計画の中で検討していきます。

自治医大病院の利用について

Q 以前のように自治医科大学附属病院で自由に受診できるよう開放していただけないか。

A 自治医科大学附属病院は、三次医療機関として、高度医療を提供する使命を果たしており、石橋総合病院や小金井中央病院などが二次医療機関となっています。病院ごとに役割分担がありますので、軽い病気やけがなどでの自治医大病院への突発的な利用はご遠慮いただき、最寄りの病院をご利用いただくようお願いいたします。

また、夜間休日診療については、本市への設置を希望しておりますが、小山地区において広域で行っているため、医師会などと協議しながら設置について検討してまいります。

平地林の伐採について

Q 市内の貴重な平地林が少なくなっていますが、大松山運動公園の改修で林が伐採されてしまいました。石橋図書館の周辺あたりも残してほしい。森林は地下水涵養の機能が高い。

A 今後、公共施設整備の際には平地林の大切さを考え、計画策定をしていきたいと思っております。

小金井一里塚について

Q 小金井一里塚の木から、毎年落ち葉がトラック三杯分くらい落ち、また、樹木が倒れたときは近隣の民家に被害が及ぶと思います。一里塚の管理計画はどのようなになっているのか。

A 現場を確認させていただいき、対応方法について検討させていただきます。

確認の結果、落葉の季節は定期的に清掃をおこない、樹木の剪定については、平成31年度予算で実施の予定です。

市長といきいきランチトーク 随時受付中！

まちづくりについて、市長とランチを食べながら気軽に話し合いませんか？

家庭の食卓ですのような話、そんな話をお聞かせください。まちづくりについて話し合い市政への理解を深めてもらうことを目的に、市民または市内に通勤・通学している大学生以上の5~10人の団体やグループを対象に実施しています。

■問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886

確定申告のお知らせ

■問い合わせ先 栃木税務署 ☎0282(22)0885 (自動音声案内)

確定申告の期間

平成30年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告と納税 2月18日(月)～3月15日(金)

平成30年分の贈与税の申告と納税 2月1日(金)～3月15日(金)

平成30年分の個人事業者の消費税及び地方消費税の確定申告と納税 4月1日(月)まで

※税務署の閉庁日(土・日曜日・祝日等)は相談及び受付は行っていませんが、申告書は郵便や信書便による送付または税務署の時間外収受箱への投函により提出することができます。

栃木税務署の確定申告会場は「栃木商工会議所大ホール」です

平成30年分の所得税及び復興特別所得税、贈与税、個人事業者の消費税及び地方消費税の申告相談及び申告書の受付を下記のとおり行います。

確定申告会場は大変混雑し、長時間お待ちいただくことが予想されます。申告書はご自分で作成して、できるだけお早めに提出してください。

	税務署による申告相談	税理士会による申告無料相談
場 所	「栃木商工会議所大ホール」 栃木市片柳町2丁目1番46号	
開設期間	2月18日(月)～3月15日(金)	2月18日(月)～3月12日(火)
受付時間	午前9時～午後4時	

■注意事項

- ・土・日曜日は開設していません。
- ・開設期間中は栃木税務署庁舎では申告相談を行っていませんのでご注意ください。
- ・申告会場では現金納付の窓口業務は行っていませんのでご了承ください。
- ・栃木商工会議所への直接のお問い合わせはご遠慮ください。
- ・申告会場の駐車場は、混雑が予想されますので、お車でのご来場はなるべくご遠慮ください。

確定申告書は確定申告書等作成コーナーで作成できます！

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと自宅等で確定申告書が作成できますので、書面で印刷して送付またはe-Taxで送信(事前準備が必要)のいずれかでご提出ください。

国税庁ホームページ ☎ <https://www.nta.go.jp/>

医療費控除を適用される方へ

平成29年分の確定申告から、医療費控除は領収書の提出が不要となり、代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

税務署から記載内容の確認を求める場合がありますので、領収書は5年間の保存が必要です。

提出が不要となる領収書には、医療費控除を受けるために必要な医師等が発行した証明書は除きます(例：おむつ使用証明書、在宅介護費用証明書など)。

平成31年分の確定申告までは、従来どおり領収書の添付または提示によることもできます。

確定申告に便利な利用者識別番号等を取得しましょう

1月からe-Tax利用手続が簡便化され、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、利用者識別番号とパスワードを入力するだけでe-Taxで確定申告ができるようになります。利用者識別番号・パスワードを使えば、マイナンバーカードやICカードリーダーライターをお持ちでなくても、ご自宅等からパソコンやスマートフォンで簡単にe-Taxで申告することができ大変便利です。利用者識別番号・パスワードは税務署において発行を受けられますので、是非取得してください。

なお、市の申告受付会場で申告をされる場合、平成30年分の確定申告から利用者識別番号が必要となります。利用者識別番号をすでに取得されている方は、税務署から送付される「確定申告のお知らせハガキ」や「利用者識別番号等の通知書」をお持ちください。取得されていない方は、市の申告受付会場で利用者識別番号を取得することになります。

配偶者控除・配偶者特別控除の改正について

平成30年分の確定申告から配偶者控除・配偶者特別控除が下表のとおり改正されます。納税者（申告者）本人の合計所得金額が1,000万円を超える場合、控除を受けられませんのでご注意ください。

				控除額			【参考】控除が可能な 配偶者の年収 (配偶者の収入が給与のみの 場合)
				納税者(申告者)の合計所得金額 ※1			
				900万円 以下	900万円超 950万円 以下	950万円超 1000万円 以下	
配偶者の合計所得金額	配偶者控除	38万円 以下	69歳以下 ※2	38万円	26万円	13万円	103万円以下
			70歳以上 ※3	48万円	32万円	16万円	
	配偶者特別控除	38万円超85万円以下		38万円	26万円	13万円	1,030,000円超 1,500,000円以下
		85万円超90万円以下		36万円	24万円	12万円	1,500,000円超 1,550,000円以下
		90万円超95万円以下		31万円	21万円	11万円	1,550,000円超 1,600,000円以下
		95万円超100万円以下		26万円	18万円	9万円	1,600,000円超 1,667,999円以下
		100万円超105万円以下		21万円	14万円	7万円	1,667,999円超 1,751,999円以下
		105万円超110万円以下		16万円	11万円	6万円	1,751,999円超 1,831,999円以下
		110万円超115万円以下		11万円	8万円	4万円	1,831,999円超 1,903,999円以下
		115万円超120万円以下		6万円	4万円	2万円	1,903,999円超 1,971,999円以下
120万円超123万円以下		3万円	2万円	1万円	1,971,999円超 2,015,999円以下		
123万円超		0円			2,015,999円超		

※1 ここでは所得として表記しています。納税者（申告者）の収入が給与のみの場合、収入に換算すると、900万円=1,120万円、950万円=1,170万円、1,000万円=1,220万円となります。

※2 昭和24年1月2日以降に生まれた方

※3 昭和24年1月1日以前に生まれた方

納税について

平成30年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告と納税は、2月18日(月)から3月15日(金)です。

申告書提出後に納付書等の送付によるお知らせはありませんので、ご注意ください。納付は、便利で安全な振替納税をご利用ください。

・振替納税をご利用の方

振替日は4月22日(月)です。2～3日前には口座の残高をご確認ください。新たに振替納税をご利用される方は、3月15日(金)までに「預貯金口座振替依頼書」を提出してください。

・現金納付または電子納税される方

納付期限は3月15日(金)です。納付書は税務署または所轄の税務署管内の金融機関窓口にあります。

なお、新たに電子納税をご利用される方は事前準備が必要となりますので、e-Taxホームページ（www.e-tax.nta.go.jp）でご確認ください。

市県民税の申告が始まります

■問い合わせ先 税務課 ☎(32)8891

市では、申告受付を以下のとおり行います。申告を忘れてしまいますと、「各種証明書の交付が受けられない」「国民健康保険税の軽減措置が受けられない」などの支障をきたすことがあります。必ず期間内に申告してください。

受付会場

市役所 1階ロビー 特設会場

受付期間

2月18日(月)～3月15日(金) (土・日を除く)

受付時間等と日程は別表(15ページ)のとおりです。

申告受付に必要なもの

- ・印鑑
- ・申告者のマイナンバー本人確認書類(番号確認書類及び身元確認書類)
- ・前年中の収入金額と必要経費のわかる書類(給与・年金の源泉徴収票や事業所得の収支内訳書など)
- ・社会保険料(国民健康保険税、国民年金保険料など)の支払金額を証明するもの
- ・障がい者控除を受ける方は、障がい者手帳などその障がいを証明するもの
- ・その他各種控除を受ける方は、それらの証明書または領収書など(医療費の場合は医療費控除の明細書を作成)
- ・銀行などの本人名義の預貯金口座(還付を受けるときに必要です)

注意事項

- ・被扶養者などのマイナンバーを記載できるようにしてください。
- ・収支内訳書は帳簿などを基に事前に作成しておいてください。事前に作成されていない方は、作成をしていただくからの受付となります。
- ・医療費は、領収書を集計し、医療費控除の明細書(税務署や国税庁のホームページから入手できます)を作成してください。
- ・例年、書類を忘れていたり、お持ちにならずに会場にお越しになる方が見受けられます。必要な書類がないと、申告受付ができかねますので、必要な書類がそろっていることを事前に確認してから会場にお越しください。

市の会場で受付できない申告

譲渡所得(株式・土地など)の申告・青色申告・最初の年の住宅借入金等特別控除(住宅ローン減税)の申告・リフォーム等各種住宅関係の申告・

雑損控除の申告・過年度分の申告・贈与税・消費税の申告などをされる方は、栃木税務署の確定申告会場(栃木商工会議所大ホール)にて申告してください。

マイナンバーの記載・本人確認書類の提示または写しの添付が必要です

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入に伴い、税の申告には毎回マイナンバーの記載及び本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。本人確認書類の一例は右記をご参照ください。

マイナンバーカード(顔写真付きのもの)をお持ちの方

マイナンバーカードだけで、本人確認(番号確認と身元確認)が可能です。

マイナンバーカードをお持ちでない方

番号確認書類と身元確認書類が必要です。

番号確認書類

- ・通知カード
- ・住民票の写しまたは住民票記載事項証明書(いずれもマイナンバーの記載があるもの)などのうちいずれか1つ



身元確認書類

- ・運転免許証
- ・身体障がい者手帳
- ・パスポート
- ・在留カード
- ・公的医療保険の被保険者証などのうちいずれか1つ

市県民税申告受付日程表

混雑緩和のために対象地区ごとに受付日を設けてありますので、指定された日程での申告にご協力ください。来庁順（受付番号順）に受付を行い、申告内容の確認をさせていただき振分けを行います。申告受付の順番が前後する場合がありますのでご了承ください。混雑状況によってはお待ちい

ただくことがありますので、前ページの注意事項等をご確認いただき、待ち時間短縮にご協力をお願いします。

■受付番号札設置

午前8時に受付入口に設置します。

■受付時間

午前8時30分～午後3時30分（内容確認を午前8時10分から行います）

	南河内地区	石橋地区	国分寺地区
2/18(月)	下坪山	花の木	笹原・箕輪
2/19(火)	薬師寺	上大領	川中子
2/20(水)	薬師寺	大光寺	川中子
2/21(木)	薬師寺	石橋	川中子
2/22(金)	成田・町田	石橋	川中子
2/25(月)	上坪山・東根・花田・絹板	石橋	小金井
2/26(火)	本吉田・上吉田・下吉田・別当河原	石橋	小金井
2/27(水)	上川島・中川島・三王山・磯部	石橋	小金井
2/28(木)	谷地賀・下文狭・田中・仁良川	下石橋	小金井
3/1(金)	谷地賀・下文狭・田中・仁良川	中大領・細谷・橋本	小金井
3/4(月)	谷地賀・下文狭・田中・仁良川	東前原・下大領・上台・大松山	駅東・医大前・烏ヶ森
3/5(火)	祇園	上古山・下長田	駅東・医大前・烏ヶ森
3/6(水)	祇園	上古山・下長田	駅東・医大前・烏ヶ森
3/7(木)	祇園	下古山	駅東・医大前・烏ヶ森
3/8(金)	祇園	下古山	国分寺・紫
3/11(月)	緑	下古山	国分寺・紫
3/12(火)	緑	下古山	柴
3/13(水)	緑	下古山	柴
3/14(木)	緑	文教	柴
3/15(金)	予 備 日		

※予備日は、市申告会場で申告をし、書類不備等で再度申告される方を中心に受け付けます。

記帳・青色相談コーナーの設置について

市の申告会場内に、青色申告制度・記帳に関する相談コーナーを設置します。

青色申告は、日々の取引を所定の帳簿に記帳し、その帳簿に基づいて正しい申告をすることで、税金の面でいろいろ有利な特典を受けることができます。

特典の詳細や、青色申告をするために必要な手続きなど、素朴な疑問の相談にぜひご利用ください。

■設置日 2月20日(水)、21日(木)、25日(月)、26日(火)

■問い合わせ先 下野市青色申告会（下野市商工会内）
 本所 ☎(44)0202 支所☎(48)0059
 石橋商工会青色申告部会（石橋商工会内）
 ☎(53)0463





ヘルスイنفォメーション

Health Information

お知らせ

冬の感染症にご注意ください!

ノロウイルス感染症

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、特に冬季に流行します。手指や食品などを介して、経口で感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもやお年寄りなどでは重症化することがあります。

予防ワクチンがなく、また、治療は点滴などの対症療法に限られます。

■予防対策

・患者の便や吐ぶつには大量のウイルスが排出されるので、食事の前やトイレの後などには、必

ず手を洗いましょう。

- ・下痢やおう吐等の症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- ・胃腸炎患者に接する方は、患者の便や吐ぶつを適切に処理し、感染を広げないようにしましょう。
- ・食材はしっかり加熱・調理し、調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

詳しくは、厚生労働省ホームページ「ノロウイルスに関するQ&A」をご覧ください。

インフルエンザ

インフルエンザは突然の発熱、のどの痛み、せき等の呼吸器障害のほか、頭痛、関節痛などの全身症状が現れます。

持病がある人、妊婦、乳幼児、

高齢者は重症化の恐れがあるため、早めの受診が必要です。

■予防対策

- ・外出後は手を洗いましょう。
- ・人ごみを避けましょう。
- ・普段から十分な栄養と休養をとり体調管理に気をつけましょう。
- ・咳、くしゃみが出るときは、マスクを着用しましょう。

■かかったかな?と思ったら

- ・医療機関で受診しましょう。その際は必ずマスクを着用してください。
- ・診察の結果、インフルエンザと診断された場合は自宅療養に努めてください。周囲の方への感染を防ぐため、熱が下がってから2日程度、症状が治まった翌日から7日程度は外出を控えてください。

救急医療の体制について

本市の救急医療体制は、小山医療圏（小山市、下野市、野木町、上三川町）において患者の容態により一次救急、二次救急、三次救急の三種類に分けた受入体制を実施しています。

救急患者が迅速かつ適切な医療を受けられるよう、医療機関と消防機関の連携・協力をとっています。

■一次救急医療体制

主に休日や夜間の軽症患者（外来治療で済む救急患者など）に対する救急医療を提供するため、夜間休日急患診療所や在宅当番医制を行っています。

広報しもつけにその月の救急

告示医療機関当番（一次急患）が載っていますのでご覧ください。今月は42ページに掲載されています。

■二次救急医療体制

主に入院や手術を必要とする重症患者に対する救急医療となります。

①病院群輪番制病院

新小山市市民病院（月・水・土・日曜日）

☎(36)0200

石橋総合病院（火・木曜日）

☎(53)1134

光南病院（火・木曜日）

☎(45)7711

杉村病院（金曜日）

☎(25)5533

小金井中央病院（金曜日）

☎(44)7000

自治医科大学附属病院救命救急センター（日曜日）

☎(44)2111

②小児二次救急医療支援事業

新小山市市民病院（休日の昼間帯）

☎(36)0200

自治医科大学附属病院救命救急センター（毎日の夜間）

☎(44)2111

■三次救急医療体制

主に脳卒中や急性心筋梗塞など、特に症状の重い重篤患者に対する救急医療体制となります。

自治医科大学附属病院救命救急センター（毎日の夜間）

☎(44)2111

■ よい歯のコンクール表彰式

栃木県主催の平成30年度よい歯のコンクール表彰式が平成30年11月8日に県歯科医師会館で行われました。

市内からは、親と子のよい歯のコンクール部門で木村真由美さん・晃太郎さん、三歳児よい歯のコンクールで根岸航さんが優秀賞を受賞されました。おめでとうございます。これからも歯の健康管理を継続して行っていきましょう！

また、来年度もよい歯のコンクールを開催する予定です。詳細については広報4月号にてお知らせします。



木村真由美さん・晃太郎さん



根岸航さん

■ 高齢者肺炎球菌の 定期予防接種について

肺炎球菌ワクチンは、成人の肺炎球菌による感染症の80%をカバーすることができます。

今年度定期接種対象となっている方(下表)の助成期間はことしの3月31日(日)までとなります。接種希望の方は、忘れずに期間内にお受けください。

平成30年度定期接種対象者

- ・昭和28・4・2～29・4・1生
- ・昭和23・4・2～24・4・1生
- ・昭和18・4・2～19・4・1生
- ・昭和13・4・2～14・4・1生
- ・昭和 8・4・2～ 9・4・1生
- ・昭和 3・4・2～ 4・4・1生
- ・大正12・4・2～13・4・1生
- ・大正 7・4・1～ 8・4・1生
- ・60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器等の機能に障がい

を有する方
※過去に接種助成を受けている方は対象外となります。

助成額 3,500円

相 談

■ 子育て巡回相談

子育てに関する様々な悩みや心配事の相談を実施します。

子育て支援センターみるく

■日時 1月21日(月)

午前9時～11時

■場所 子育て支援センターみるく(わかば保育園内)

※「みるく」を初めて利用される場合には、防犯対策のため入館者登録(名札代)310円がかかります。

■相談員 臨床心理士・保育士

子育て支援センターつくし

■日時 1月28日(月)

午前9時～11時

■場所 子育て支援センターつくし(ゆうゆう館内)

■相談員 心理士・保育士

■ 育児・母乳・栄養相談

成長・発達や授乳、離乳食に関する相談をお受けします。

■日時 1月23日(水)

①午前9時30分～

②午前10時～

③午前10時30分～

④午前11時～

■場所 ゆうゆう館

■相談員

保健師・助産師・管理栄養士

■持ち物

母子健康手帳、案内状(乳幼児健診において案内状をもらった方)

■予約 1月21日(月)までに電話で予約をお願いします。

■その他 併せて、助産師による抱き方講座を開催します。予約は不要です。(時間は午前10時30分から11時30分)

■ こころの健康相談

「眠れない、食欲が落ちた、体や頭が重い」など、誰にも相談できずにつらい思いをしている方はいませんか？

市では、精神科医によるこころの健康相談を実施しています。※相談日以外でも随時保健師が相談をお受けします。

■日時 1月22日(火)

午後2時～4時

■場所 市役所

■相談員 精神科医

■料金 無料

■予約

1月16日(水)までに電話で予約をお願いします。

教 室

健康づくり基礎教室

健康診断を受けて、腹囲や脂質、血糖値などで基準値よりも高い項目があったら要注意です！生活習慣病の予防法をいっしょに学びませんか？

■日時 1月30日(水)

午前9時15分～午後1時30分
(受付は午前9時から)

■場所 きらら館

■対象者 40歳以上の健康診断を受けた市内在住の方

■内容 生活習慣病を知る、家でできる運動の実践、バランスの良い食事のポイントを知る(試食あり)

■持ち物 健診結果、筆記用具、運動ができる服装・運動靴、飲み物(水かお茶)

■定員 20名

■参加費 無料

■申込期限 1月23日(水)

■申込方法 電話

ヘルシースタート教室

運動の実践やバランスの良い食事の試食を通して、女性の健康を考える教室を開催します。

■日時 1月31日(木)

午前10時～11時30分

受付は午前9時40分から。血圧測定をしますので午前10時までにお越しください。

■場所 ゆうゆう館

■対象者 平成30年10月・11月生まれの生後2・3か月児を持つ保護者

■内容 バランスの良い食事についての講話、簡単な運動の実践、野菜料理の試食

■持ち物 母子健康手帳

■定員 約20名

■申込期限 1月24日(木)

■申込方法

電話またはQRコードからお申し込みください。



運動基礎教室

これから運動習慣をつけたい方、運動の方法について詳しく知りたい方、運動基礎教室に参加してみませんか？みんなで楽しく運動をしましょう！

■日時

2月7日(木)、14日(木)

午前10時～11時30分

(受付は午前9時45分～10時)

■会場 ゆうゆう館

■対象者 20～74歳の運動に興味がある市内在住の方。なお、治療中の病気等で主治医の指示を必要とする場合は、運動指導提供書を提出していただきます。

■持ち物

運動ができる服装、室内用運動靴、飲み物(水かお茶)、タオル

■定員 30名

■参加費 無料

■申込期限 1月31日(木)

■申込方法 電話

高血圧予防教室

高血圧は、気が付かないうちに様々な病気につながっていきます。症状がない今から高血圧を予防していきましょう！

■日時 2月8日(金)

午前9時30分～午後2時

■対象者 40歳以上74歳以下の市民の方で次のいずれかの項目に該当する方。

- ・血圧が要指導以上で内服治療していない方
- ・eGFRが要指導の方

■場所 ゆうゆう館

■持ち物 運動ができる服装・室内用運動靴、飲み物(水かお茶)、自分の血圧の値が分かるもの

■参加費 無料

■定員 30名

■申込締切 2月1日(金)

健康コラム

自分の血圧値をご存知ですか？

血圧は常に変動しています。自分の血圧値は把握しておくことで自分の健康状態を客観的に知ることができる大切な数値の一つです。

高血圧の状態が続くと血管が傷つきもろくなり、動脈硬化を引き起します。その結果、脳卒中や心臓病、慢性腎臓病(CKD)など深刻な病気を招いてしまう恐れがあります。

高血圧の予防・改善の一つとして毎日、測定時間を決めて血圧を測りましょう。朝夜の二回測定することが理想です。

血圧とは

血圧は心臓から送り出される血液が血管壁に与える圧力です。

心臓が収縮して血液を送り出すときを収縮期血圧、心臓が広がって血液が戻るときを拡張期血圧といいます。正常血圧値は以下のとおりです。

収縮期血圧：130mmHg未満

拡張期血圧：85mmHg未満

家庭血圧の測り方

朝は起床後1時間以内で排泄後・服薬前・朝食前に測りましょう。

夜は入浴後1時間以上時間をあけて、就寝前に測りましょう。測定した値を記録しましょう。

継続して記録することが高血圧予防・改善の第一歩です！



地域の子育て支援に参加してみませんか？

全3回

■問い合わせ先

ファミリー・サポート・センター

ファミリー・サポート・センター ☎(40) 5963
緑 3-5-4 南河内児童館内

その2 ファミサポの会員数と活動内容

連載2回目の今回は、ファミサポの会員数や活動内容をグラフから見てみます。

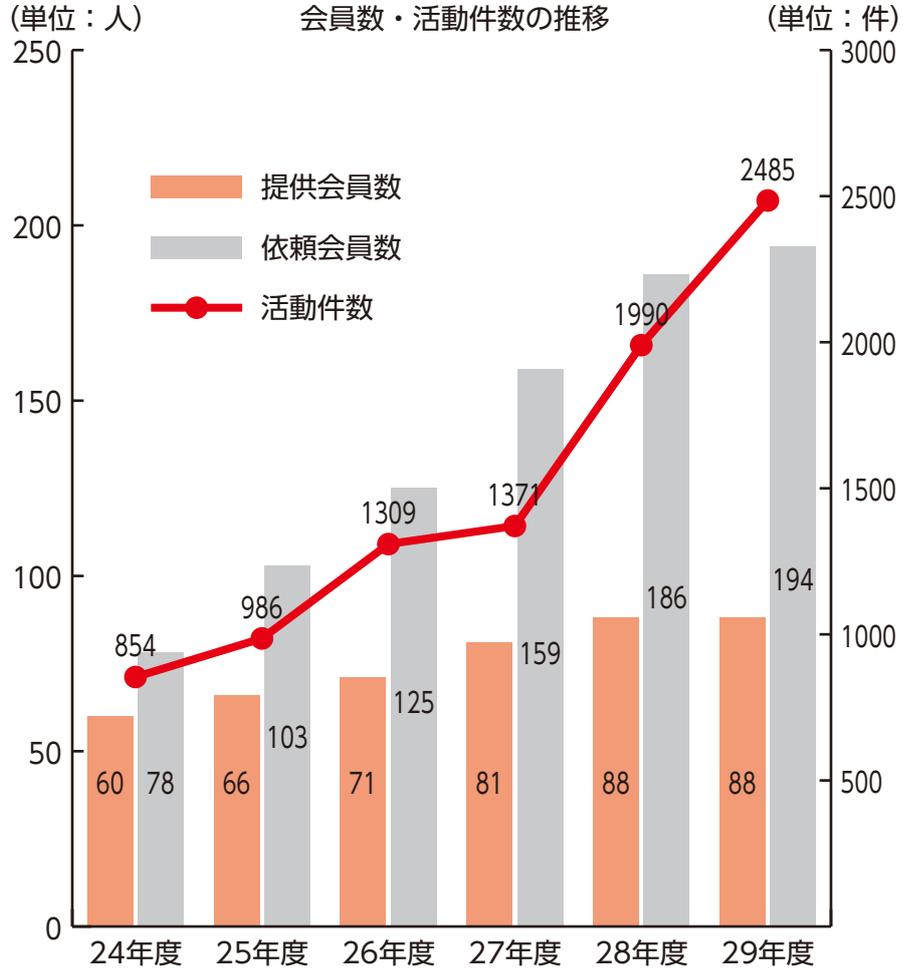
会員数の推移

平成23年6月に依頼会員13名、提供会員20名の総勢33名でゆうゆう館内にオープンしました。以来、着々と会員数が増え、平成30年度には依頼会員197名、提供会員81名、両方会員4名の総勢282名となり、活動も活発なセンターとなりました。

しかし、図のとおり、依頼会員数の急激な伸びに比べて、提供会員が増えていないのが現状です。

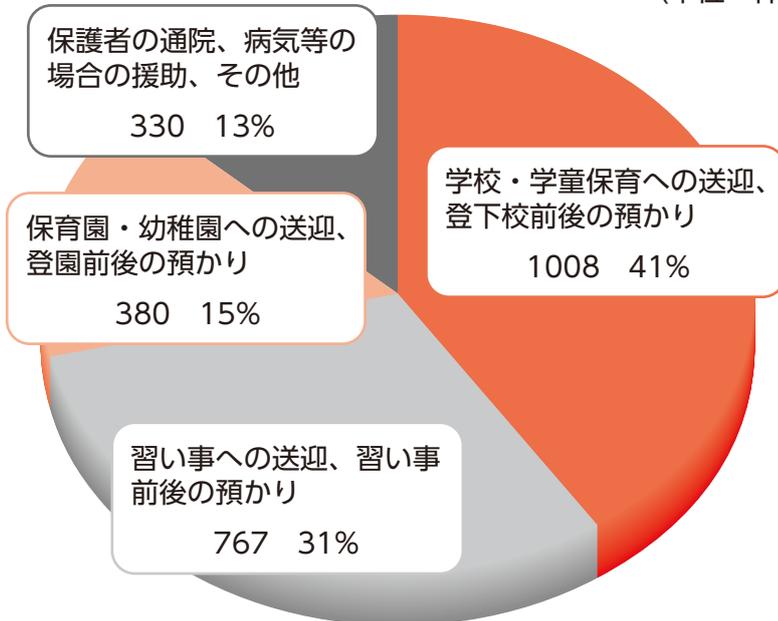
平成24年度に854件だった活動件数は、毎年増え続け、平成29年度は約3倍の2,485件となり、依頼会員のニーズがかなりの勢いで大幅に増えています。

一方で、少ない提供会員のままで援助しており、その負担は年々大きくなっています。



支援内容別の活動件数 (平成29年度)

(単位：件)



ファミサポの活動内容

ほとんどの活動は、保育園・学校等への送迎とその前後の預かりで、通院や病気の場合の支援も行っています。

提供会員を募集しています

グラフで見ていただいたように、依頼会員に対して提供会員の数が少ないのが現状です。提供会員の数が増えれば、ファミサポの活動件数も増え、みんなが笑顔で子どもを育てることができるようになります。

提供会員として入会を希望される方は、お電話でお問い合わせの後、ファミサポ（南河内児童館）までお越しください。入会時にアドバイザーがセンター利用の詳しい説明をします。

新・下野市風土記

続々々 三悪人？



下野市教育委員会 文化財課

先月号で、道鏡についてお話ししました。その中で、淳仁天皇・藤原仲麻呂vs孝謙帝・道鏡の対立構造が出来上がったことは既に述べたとおりです。権勢に陰りが見えだして、仲麻呂は相当焦ります。天平宝字8（764）年9月、仲麻呂は新設の「都督四畿内三関近江丹波播磨等国兵事使」に任じられます。この役職は近畿地方諸国管内の兵の招集・観閲が認められていました。9月5日、仲麻呂は必要以上の兵を集め、軍事力で政権を奪取しようと図りました。指示を受けた大外記高丘比良麻呂が、仲麻呂を裏切り孝謙帝にこの計画を密告します。さらに、陰陽師の大津大浦も裏切り密告。9月11日、度重なる通報を受け、孝謙帝は、皇権の発動に必要な鈴と印（御璽と印）を奪取。これを知った仲麻呂は、息子の訓儒麻呂を派遣し鈴印を奪回。孝謙帝は、ただちに授刀少尉坂上菟田麻呂（征夷大將軍田村麻呂の父）と授刀将曹牡鹿嶋足を

派遣して、訓儒麻呂を殺害します。この後、小競り合いが続き、孝謙帝は仲麻呂一族の官位と藤原の氏姓を剥奪。全財産の没収を命じ、さらに三関（伊勢国の鈴鹿関、美濃国の不破関、越前国の愛発関）の固関を実施し交通を遮断。仲麻呂は一族を率いて平城京を脱出。宇治を通過し、地盤である近江国の国衛を目指しました。孝謙帝は、造東大寺司長官の吉備真備（70歳）を討伐軍のトップに任命し軍を派遣。真備は仲麻呂をはじめとした藤原一族のために不遇な境遇にあった人物で、軍事については遣唐使として在唐中に学び優れており、勢多橋を焼いて東山道を封鎖。越前国府に逃げようとするが失敗して三尾（近江国高島郡）に退却。9月18日に琵琶湖の湖上で捕まり一族と共に殺害されました。この乱の後、仲麻呂側の勢力は政界から一掃され、淳仁帝は淡路国に配流されました。ここに孝謙帝が重祚し、称徳天皇となります。以

後、この乱の反動のように称徳帝と道鏡による独裁的な政権運営となり、前回書いたように国家財政も治世も辛苦を重ねることとなり、悪政の責任はすべて道鏡にある＝悪人道鏡の公式が出来上がります。

道鏡が聖武期の東大寺と法華寺を意識し、平城京の西寄りに西大寺、西隆寺という二大寺を造営したことも前回述べました。西大寺は、近鉄奈良線の大和西大寺駅の南西200mに所在します。春の茶会で直径60cmくらいの大きな茶碗を使うシーンがニュースに取り上げられる寺院です。現在は、伽藍の大半が個人住宅になっていますが、建て替えなどの際に発掘調査が行われ新たな発見がニュースとなっています。筆者も30数年前の学生時代、現金堂の北側のお宅に下宿していました。庭の犬小屋にいる犬をふと見ると庭を掘っています。20cmくらい掘るとそこからなんと緑釉の瓦片が出てきました。そのお宅の人は平然としていましたが、奈良はこのような足のすぐ下が1300年前につながるがあります。一方西隆寺は、現在、何も残っ

ていません。大和西大寺駅の北東、大型ショッピングセンター及び大手銀行建設の際に調査が行われました。寺域は約250m四方の大きさだったと想定されており、駅から平城宮大極殿へ向かう道筋には堀の跡などがカラー舗装され、大手銀行北側には塔跡が舗装されず保存されています。

西大寺も西隆寺も道鏡主導により建立された寺院です。当時の国政・国家財政を預かる官僚からすれば、東大寺の建立以降、保良宮の造営、平城京の改作など建設経費の支出超過のところに西大寺・西隆寺の建設は頭痛の種だったことでしょう。さらに、称徳帝の派閥に連なる道鏡の一族・一派の出世はどのように感じたことでしょうか。特に弟の弓削浄人は神護景雲2（768）年には大納言に任命されています。11月には浄人は大宰師に任じられています。そのような鬱々とした時勢の中で、神護景雲3（769）年の宇佐八幡神託事件は、一種のクーデターですが失敗に終わります。



国民年金 だより

問い合わせ先

市民課 ☎(32)8895
 栃木年金事務所
 ☎0282(22)4131

平成30年分公的年金等の源泉 徴収票が発送されます！

日本年金機構から、平成30年中に厚生年金保険、国民年金等の老齢または退職を事由とする年金を受け取られた皆様に、平成30年分として支払われた年金の金額や源泉徴収された所得税額等をお知らせする平成30年分公的年金等の源泉徴収票が1月中旬から送付されます。

公的年金等の源泉徴収票は、所得税及び復興特別所得税の確

定申告の際の添付書類として必要となります。

なお、障がい年金や遺族年金は所得税や復興特別所得税の課税対象になっていないため（非課税）、障がい年金や遺族年金を受けている人には源泉徴収票は送付されません。

万一、源泉徴収票を紛失された場合や届かない場合には、日本年金機構のねんきんダイヤルにおいて源泉徴収票の再発行の受付を行っています。発送まで2週間程度かかりますので、お急ぎの方は栃木年金事務所へお問い合わせください。

源泉徴収票は日本年金機構に登録されている受給者の住所宛に送付されます。

また、来訪による源泉徴収の再交付の受付、その他の年金の相談については年金事務所及び年金相談センターで受け付けて

います。

お問い合わせ等の際は、年金証書等の基礎年金番号・年金コードがわかるものをご用意ください。

ねんきんダイヤル

☎0570(05)1165

050から始まる電話からかける場合は☎03(6700)1165

■受付時間

月曜日

午前8時30分～午後7時

火～金曜日

午前8時30分～午後5時15分

第2土曜日

午前9時30分～午後4時

月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開庁日初日に午後7時まで相談をお受けします。

祝日(第2土曜日を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

20歳になったら国民年金加入 手続きを忘れずに！

国民年金は、日本に住む20歳から60歳の方が加入する制度です。

やがて訪れる長い老後生活の保障だけでなく、病気・けがにより障がいが残ったときなど、生活の安定を損なうような「万が一」の事態にあなたやあなたのご家族をサポートします。

■手続方法

20歳の誕生日の前月末頃に、日本年金機構より「国民年金加入のご案内」という封書が届きます。届きましたら市民課で加入の手続きをしてください。

※すでに第2号被保険者（厚生年金・共済組合等の加入者）となっている方が20歳になったとき、引き続き厚生年金等に加入している場合は、手続きの必要はありません。

なお、第2号被保険者に扶養

されている配偶者の方が20歳になったときは、第2号被保険者の勤務先を経由して第3号被保険者の加入手続きを行うことになります。

■受付窓口 市民課

■お持ちいただく物

国民年金被保険者資格取得届書（同封の書類）、印鑑

■手続き終了後の流れ

①年金手帳が届きます

保険料納付の確認や将来年金を受け取る際に必要です。大切に保管してください。

厚生年金保険の被保険者だった方、共済組合に加入していた方、障がい・遺族年金を受給している方（していた方）には送付されません。

②保険料納付書が届きます

平成30年度の国民年金第1号被保険者の保険料（定額）は月額16,340円で、毎月保険料を納める必要があります。

定額保険料のほかに月額400

円を追加して納付することにより、将来の老齢基礎年金を増額することができる付加保険料の加入や前納を希望される場合はお申し出ください。

なお、経済的な事情で保険料を納められないときのために保険料免除制度があります。一定の基準を満たしていれば申請により全額または一部保険料が免除されます。

学生の方には学生納付特例制度があり、50歳未満で納付困難な方には納付猶予制度があります。

手続きをせず、未納のままにしておくと時効により納付できなくなってしまい、将来受け取る年金額が減ってしまいます。病気やけがにより障がいが残っても障がい基礎年金を受けられない場合がありますのでご注意ください。

Let's SPORTS

問い合わせ先

スポーツ振興課
☎(32)8920

大会

下野オープンキンボールスポーツ大会参加者募集

家族や仲良しグループなど多くの方の参加をお待ちしています。

■日時 3月17日(日) 午前8時30分

■場所 石橋体育センター

■定員 フレンドリーの部(中学生以上) 15チーム
ジュニアの部(小学生) 15チーム

■チーム編成 4名以上8名以下で、性別不問。

■競技方法

予選リーグ(1チーム3試合) 10分×1ピリオド
決勝戦 7分×2ピリオド

※勝敗は勝点制となります。競技方法は変更する場合があります。

■表彰 各部門の上位3チーム

■参加料

フレンドリーの部 1チーム3,000円

ジュニアの部 1チーム2,000円

※当日受付時徴収

■申し込み

所定の申込書に必要事項を記入のうえ、1月31日(木)までにスポーツ振興課窓口へ提出いただくか、FAX、郵送、電子メールのいずれかの方法でお申し込みください。

※18歳未満の方は同意書が必要になります。

■組み合わせ抽選 主催者側で行います。

■申し込み・問い合わせ先

スポーツ振興課 〒329-0492 笹原26

☎(32)8920 FAX(32)8611

☒ sports@city.shimotsuke.lg.jp

クラブ対抗テニス大会

第11回下野市クラブ対抗テニス大会を開催します。

■日時 2月17日(日) 午前8時30分集合

※雨天時は翌週に順延

■場所 国分寺運動公園テニスコート

■対象者 市内在住か在勤の方1名以上を含む
1チーム(4~5名)

■種目 2組のダブルス対抗戦

※1勝1敗のときは代表者戦を行います。

■参加費 1チーム4,000円(当日徴収)

■申込方法 申込用紙に必要事項を記載し、石橋

体育センター、国分寺B&G海洋センター、南河内体育センターのうちのいずれかの窓口でお申し込みください。電子メールによるお申し込みも受け付けます。メールでのお申し込みの場合、①氏名②所属③住所または勤務先④連絡先を本文に記載して送信ください。受付が完了した方には、ご案内のメールを返信しますのでご確認ください。

■受付期間

1月28日(月)~2月13日(水)の午後5時まで

■問い合わせ先

テニス協会 井上 ☎090(1467)0265

☒ tennis_murao@nifty.com

URL <http://scta.b.la9.jp/>

オープンペア卓球大会

オープンペア卓球大会を開催します。

■日時 3月3日(日) 午前9時集合

■場所 石橋体育センター

■対象者 市内、近隣市町の中学生以上の男女

■内容・種目 硬式・ラージ

当日抽選の男女2名で組む団体リーグ戦(ダブルス1試合シングルス2試合) ①混合ダブルス②女子シングルス③男子シングルス

■参加費 1人1,000円(当日徴収)

■申し込み 1月8日(火)から2月9日(土)までにス

ポーツ交流館、南河内体育センター、国分寺B&G海洋センターの窓口へお申し込みください。申込書は各窓口にございます。

■郵送・FAXでの申し込み先

国分寺B&G海洋センター

〒329-0414 小金井277-2

FAX (44)5131

■その他

・参加者は必ずゼッケン着用

・キャンセルは2月9日(土)まで

■問い合わせ先 卓球部 水越 ☎(44)2382



教室

体幹トレーニング教室

■日時

1月26日、2月2日、9日（すべて土曜日午前10時～正午開催。全3回。）

■場所

南河内体育センター

■対象者

小学生以上の方

■参加費

1回100円
（保険代として当日徴収）

■申し込み

1月10日(木)から定員になるまで受け付けます。

※平日の午前9時から午後5時までに、南河内体育センター内窓口にてお申し込みください。

※1回の定員は40名です。

■持ち物

体育館シューズ・飲み物・タオル

■申し込み・問い合わせ先

NPO法人元気ワイワイ南河内

☎(48)5401 ㊟(48)5385

ゴルフ教室

未経験者でもクラブが無くても大丈夫！コースデビューまでサポートします。

■日時

・月曜クラス 1月21日～3月18日（2月18日を除く）
毎週月曜日午後7時～9時

・火曜クラス 1月22日～3月19日（2月19日を除く）
毎週火曜日午後7時～9時

・土曜（午前の部）クラス 1月26日～3月23日（2月23日を除く） 毎週土曜日午前10時～正午

・土曜（午後の部）クラス 1月26日～3月23日（2月23日を除く） 毎週土曜日午後1時～3時

※どのクラスも教室の回数は全8回です。

※レッスン前に30分の「ルール&マナー講習会」を行います。

■場所

フラワーヒルゴルフクラブ

■費用

レッスン代 8,000円 ボール代 1,000円

※レッスン代は一括払い、ボール代はレッスン一回ごとのお支払いになります。

※ゴルフ協会の会員でない方は、2,000円の会費が必要です。

■定員

各クラス先着8名

■参加資格

どなたでも参加できます。

■申し込み・問い合わせ先

ゴルフ協会 ☎(44)4433

実施報告

障がい者スポーツ交流会

11月10日に石橋体育センターにおいて障がい者スポーツ交流会が開催されました。この交流会は、障がいを有する方たちの健康と体力の保持・増進とスポーツの普及、コミュニケーションの場の創設を目的とし、スポーツ推進委員会の主催で行われています。

5回目となる今回は、市内外から約40名の方々が参加し、コントロールアタックやカーレット、卓球バレーボールを行いました。



シッps交流大会 ～スポーツ少年団の祭典～

12月2日に別処山公園において、下野市スポーツ少年団シッps交流大会を開催しました。

市内のスポーツ少年団21単位団、約500名の団員と関係者が参加し、競技の枠を超えて交流を深めました。



開会式の際には、模範となる団員へ送られるスポーツ少年団優良団員表彰が行われました。

■受賞された団員（敬称略）

中村幸誠（南河内サッカー）

手塚大貴（JBC男子）

塚田浩人（石橋クラブ野球）

大島梨央（石橋バレーボールクラブ）

高山舞（石橋シューターズミ

ニバスケットボール）

高野幸芽（石橋剣道）

佐藤海翔（石橋Jr陸上クラブ）

森山樹羅（石橋ジュニアバドミントン）

石崎達也（石橋グリム）

高橋椿（石橋空手）

岩崎吏南（国分寺柔道会）

山口翔也（国分寺ミニバスケットボールクラブ）

児珠拓実（薬師寺TTC）

山崎錬真（下野THUNDER KID'S WRESTLING）

高山莉樹（祇園空手）

渡辺陽奈（石橋ジェムストーンズミニバスケットボールクラブ）

谷田貝有菜（JJC下野）



障がい福祉瓦版

～2人と1匹(?)が歩む共生社会への道～



■問い合わせ先

下野市障がい者相談支援センター

☎(37)9970

第九歩 働くということ

【働いている現状について】

(ゆ) あけまして

(毛・鈴) おめでとうございます！

(ゆ) 今年も宜しくね。

(毛・鈴) こちらこそよろしくお祈りします。

(ゆ) さて、今年はどんな話からスタートしようかしらね。

(毛) 今年は障がいのある人の暮らしにもう少し踏み込んだ話をしていきたいなと！

(鈴) そこで、今回は「働く」をテーマにするのが良いかなと!!

(ゆ) なんだか良いスタートがきれそうね。2人のところには働くことについての相談はくるの？

(鈴) くるよ。理由を聞いてみ

それと、同時にやりたいというより、できる仕事のあるところに行っているという人も少なくないという印象かな。

(毛) これは障がいのあるなしは関係ないところかもね。ただ、福祉サービス事業所での仕事の内容も幅が広がってきて、選択肢が増えてきているのは良いことだね。

(鈴) 会社で働いている人に対しても安心して働くことができるようにサポートしてくれる機関もあるから、障がい者が働く環境は徐々に整ってきているね。

(ゆ) あ、ちなみにね。お給料とかっていくらぐらいもらえるものなの？気になっちゃうわ。

(毛) それ大事なことだね。福祉サービス事業所で働いた場合の平均月収についてこんな調査結果があるよ。就労継続支援 A 型は約66,000円、就労継続支援 B 型は約17,000円。平均だから一律にこの金額って訳ではないけどね。

ると本当に色々。例えば「趣味を週末に楽しむ為のお金を稼ぎたい」とか、「生活していくため」とかね。特に理由はなく「やることがないから」という人もいたりします。

(ゆ) へえー、働くって言うても色々なのね。

(毛) そういえばゆうぽんって働いているの？

(ゆ) 私？私は色々な荷物を運ぶのが仕事よ。大小さまざまな荷物よ。昨日は「子どもたちへの無償の愛」を運んだわ。働くって…素敵なことよね。

(毛) さすがのスケール感…。

(鈴) でも確かに1日24時間のうち、寝ている時間を除いて相当な時間を働くことに使っているよね。

(ゆ) これってどうなの？高いの？安いの？

(鈴) うーん、それは人によって判断は分かれるんじゃないかな。

(毛) でもこの金額だけで生計を成り立たせるのは難しいかもね。

(ゆ) え？じゃあどうやって生活しているの？

(鈴) 年金とかいろいろな制度を活用したり、あとは家族の支援を受けながら生活をしている人が多いね。

(ゆ) そうなのね。仕事内容や支援体制の充実も大切だけど、お給料も充実してくるといいわね。

(鈴・毛) おっしゃるとおり。



(ゆ) たしか福祉サービスの中にも働くことに関連するものがあったわね？確か…えーと就労…なんとかC型とかD型とか。

(鈴) 就労継続支援のことかな？ちなみにA型とB型ね。就労移行支援っていうのもあったね。

(ゆ) そうそう！そういうサービスを使っている人もいれば、会社で働くことを選ぶ人もいるっていうことは前に話していた分かったの。でもどうなのかしら？みんな満足した働き方を選んでいるの？

(毛) そうだねー、そこは人によって違うかも。

(ゆ) あら？なんだか奥歯にモノが詰まったような言いぶりね。

(鈴) もちろん、やりたい仕事をしている人もたくさんいるよ。

【働くことの意味】

(ゆ) 働くということの意味とか目的って色々ね。

(毛) もちろんそうさ。働く事の考え方って人それぞれ。正解っていうのはなくて当然かもね。

(鈴) でも障がいの有無に関わらず、だれもが自分のやりたいことができる社会になるといいよね。

(毛) 確かに。働くことが生きざまってるというのはそのとおりのかもね。もちろん生活のため、お金のために働くっていうものもあるけど、働くことで得られるものってきっとそれだけでは無いように思うんだよね。

(ゆ) うんうん。障がいがある人が働くということについてちょこっとだけ理解できたきがするわ。

(鈴・毛) ちょこっとって…うん、よしとしよう。新年だし！

掲載内容や記事への感想募集中！

環境トピックス

■問い合わせ先■ 環境課 ☎(32)8898

ごみの分別説明会を行いました

10月から11月にかけて国分寺、南河内、石橋地区の3地区でごみの分別説明会を実施しました。

内容は、4月から稼働する下坪山のリサイクルセンターの稼働に伴うごみの出し方の変更点、プラスチック包装の分別の詳細についてです。

説明会にご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。今後もごみの分別にご協力ください。

説明会でいただいた質問

Q1 スプレー缶タイプのペンキは、新しい分別ルールではどのように出せばよろしいですか

A 新しいルールでは、中身を使い切って、穴を空けずにお出してください。その他スプレー缶も同様です。

Q2 ホチキスの芯が入っている本や雑誌はどのように出せばよろしいですか

A 通常の本、雑誌同様にひもで縛ってお出してください。無理にホチキスの芯を外す必要はありません。

Q3 なぜペットボトルを潰して出してはいけないのですか

A 処理施設で圧縮して梱包する際にうまく圧縮できず、梱包品の品質低下に繋がるためです。

Q4 説明会に参加できなかった方への対応について

A 窓口や市のホームページに資料を掲載しますのでご確認ください。

Q5 自治会未加入者のゴミステーションの利用の考え方について

A 自治会未加入者については、自治会の承諾を得てゴミステーションを利用している方や清掃センターへ直接持ち込む方など様々です。

設置には、自治会の承諾を得て、維持管理を行っているため管理責任の観点から自治会内等で話し合っていたいただき対応していただくようお願いいたします。なお、市でも関係者以外のごみ出し禁止の看板の貸し出しなどの協力をします。

Q6 自治会未加入者の分別方法の周知について

A 自治会への加入状況を市では把握できないため、広報紙で周知を行い、また、3月に全戸配布予定の市民生活ガイドブックにも掲載し周知を図ってまいります。

しもつけ環境フェア

しもつけ環境フェアは、環境情報の提供や環境についての知識の普及を目指し、環境に関する様々な展示や体験を通じて市民一人ひとりが楽しみながら、人と環境の関わりについて理解を深めようとするものです。ぜひお越しください。

■日時 2月10日(日)
午前9時30分～午後1時
(開場午前9時15分)

■場所 国分寺公民館

講演会

■講師 宇都宮大学教授
高橋若菜氏

■テーマ
地球温暖化の現状と展望

環境団体によるブース展示

・木工教室「マイ箸を作ろう」
■時間 午前11時
■定員 先着50名
・使わなくなったランドセルの募集ブース

■申し込み・問い合わせ先
環境課 ☎(32)8898

不用品リサイクル情報

市では、不用品リサイクルの情報を提供しています。

〈譲りたい〉

餅つき機・ベビーベット・ソファ・スキー靴と板・簡易トイレ・第二薬師寺幼稚園ブレザー・麻雀卓・電気カーペット

〈譲ってほしい〉

電子ピアノ・原付スクーター・タイマー付き扇風機・テレビ・テレビ録画機器・自転車・キーボード

4月からごみの分別方法が変わります

本市のごみ処理は、宇都宮市のクリーンパーク茂原、小山市の中央清掃センター、野木町の南部清掃センターの3か所で行っています。

4月から新たに下坪山地内の小山広域保健衛生組合リサイクルセンターが稼働することに伴い、ごみの分別方法が変更となります。そのため、10・11月に、各地区において、ごみの分別方法や減量化への取り組みについてご説明させていただきました。

つきましては、次のとおり各家庭でのごみの分別にご協力をお願いします。なお、分別方法は、市ホームページやごみ分別アプリ「さんあ〜」により情報を提供しているほか、行政カレンダーやごみの分別ルールブックを作成し、自治会や窓口などを通じて配布します。

国分寺・南河内地区の分別方法

分別方法及び持ち込み先が変更となるもの

3月までの分別	4月からの分別	主な品目	4月からの持ち込み先
不燃ごみ	不燃ごみ	扇風機・フライパン等	リサイクルセンター
	小型家電	携帯電話・ゲーム機等	
	燃やせるごみ	灯油のポリタンク等	中央清掃センター
粗大ごみ	可燃系粗大ごみ (60cm未満)	布団・カーペット等	リサイクルセンター
	可燃系粗大ごみ (60cm以上)	タンス・カラーボックス等	
	不燃系粗大ごみ (1mを超えるもの)	ゴルフクラブ等	
有害ごみ	有害ごみ	スプレー缶・蛍光灯等	リサイクルセンター
	不燃ごみ	ライター等	
アスベスト	不燃ごみ	ポット・魔法瓶等	リサイクルセンター
	小型家電	アイロン・トースター等	
	不燃系粗大ごみ	こたつ・暖房いす等	

持ち込み先が変更となるもの

分別品目	主な品目	4月からの持ち込み先
びん・缶	飲料用	リサイクルセンター
びん・缶 (不燃ごみ)	飲料用以外	
ペットボトル	ペットマークのあるもの	
新聞紙・雑誌・雑紙・牛乳パック	新聞紙・書籍・ちらし	
衣類・古布	衣類・毛布・カーテン	

変更がないもの

分別品目	主な品目	持ち込み先
燃やせるごみ	生ごみ等	中央清掃センター (小山市)
剪定枝	小枝	南部清掃センター (野木町)
プラ容器包装	プラマークのあるもの 発泡スチロール等	

石橋地区の分別方法

分別方法及び持ち込み先が変更となるもの

3月までの分別	4月からの分別	主な品目	4月からの持ち込み先
不燃ごみ	不燃ごみ	扇風機・フライパン等	クリーンパーク茂原 リサイクルセンター
	小型家電	携帯電話・ゲーム機等	
粗大ごみ	不燃系粗大ごみ（1mを超えるもの）	ゴルフクラブ等	
有害ごみ	有害ごみ	スプレー缶・蛍光灯等	
	不燃ごみ	ライター等	

持ち込み先が変更となるもの

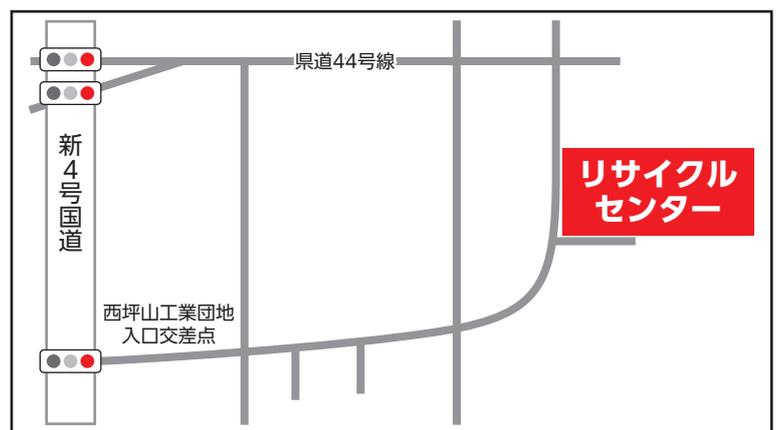
分別品目	主な品目	4月からの持ち込み先
びん・缶	飲料用	クリーンパーク茂原
びん・缶（不燃ごみ）	飲料用以外	リサイクルセンター
ペットボトル	ペットマークのあるもの	リサイクルセンター
新聞紙・雑誌・雑紙・牛乳パック	新聞紙・書籍・ちらし	リサイクルセンター
衣類・古布	衣類・毛布・カーテン	リサイクルセンター

変更がないもの

分別品目	主な品目	持ち込み先
燃やせるごみ	生ごみ等	クリーンパーク茂原
可燃系粗大ごみ（50cm以上）	布団・タンス等	
剪定枝	小枝	
プラ容器包装	プラマークのあるもの 発泡スチロール等	南部清掃センター（野木町）

リサイクルセンター

- 稼働開始日 4月1日(月)
- 受入品目 不燃ごみ・粗大ごみ・びん・缶・ペットボトル・紙類・布類・家庭用小型家電・有害ごみ（乾電池・蛍光灯）
- 所在地 下坪山1632
- 搬入受付
午前8時30分～11時30分
午後1時～4時30分
平日及び第2・4土曜日
※日曜・祝祭日を除きます。
※年末年始等、時期により搬入受付をしない場合があります。



リサイクルセンター周辺図

Android用



IOS用



ごみ分別アプリ「さんあ〜る」

スマートフォンで右のQRコードからダウンロードできます。毎日のごみ出しの際にぜひご利用ください。

図書館

Library Information

利用案内

■ 1月の図書館カレンダー
(○印は休館日)

石橋図書館 ☎52-1136

日	月	火	水	木	金	土
		①	②	③	④	5
6	7	8	9	10	⑪	12
13	14	15	16	17	⑱	19
20	21	22	23	24	⑳	26
27	28	29	30	31		

国分寺図書館 ☎44-3399

日	月	火	水	木	金	土
		①	②	③	4	5
6	⑦	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	⑳	22	23	24	25	26
27	⑳	29	30	31		

南河内図書館 ☎48-2395

日	月	火	水	木	金	土
		①	②	③	4	5
6	⑦	8	9	10	11	12
13	⑭	15	16	17	18	19
20	⑳	22	23	24	25	26
27	㉑	29	30	31		

開館時間
午前9時～午後7時

図書館ホームページ
(蔵書検索・予約システム)
PC・スマホからのご利用
<http://www.library.shimotsuke.tochigi.jp/>



QRコード

携帯電話からのご利用
<https://ilisod001.apse.jp/shimotsuke-lib/wopc/pc/mSrv>



QRコード

石橋図書館

■おはなし会

1月19日(土) 午前10時30分～
「三びきのやぎのがらがらどん」他

2月2日(土) 午前10時30分～
「だいくとおにろく」

■ちいさなおはなし会

1月21日(月) 午前10時30分～

■節分お楽しみ会

1月26日(土) 午前11時～正午

■新聞コラム書き写しの会

1月28日(月) 午前10時～11時30分

■リサイクル市書籍版

2月9日(土)～11日(月祝)

■工作会「食べちゃいけないチョコレートをつくろう！」

2月10日(日) 午後2時30分～

定員：先着申し込み10名

場所：視聴覚室

国分寺図書館

■お話ポケットの会のおはなし会

1月12日(土) 午後2時～
大型絵本「ぐりとぐら」ほか

■真冬の夜の図書館探検

1月13日(日) 午後4時～

対象：小学生以下

定員：15組 ※要申し込み

■読書会

1月19日(土) 午前10時～

テキスト「背中の勲章」 吉村昭 著

■ティーンズ読書クラブ

1月19日(土) 午後2時～

対象：小中学生

■リサイクル市(一般書・児童書編)

1月20日(日)～27日(日)

午前9時～午後5時

※初日のみ冊数制限あり

■新聞コラム書き写しの会(第1金曜)

2月1日(金) 午前10時～

■豆まき会

2月3日(日) 午前11時～

対象：小学生以下

定員：20名 ※要申し込み

■ぬいぐるみおとまり会

2月9日(土) 午前11時集合

2月10日(日) 午前11時以降お迎え

対象：小学生以下 定員：15名

※要申し込み

南河内図書館

■紙しばいと読み語り&パネルシアター

1月12日(土) 午前10時30分～

「あのくもなあに」ほか

1月26日(土) 午後2時～

「むかしむかしおにがきた」ほか

2月9日(土) 午前10時30分～

■南河内中学校美術部による紙しばい&工作会

中学生たち自作の紙しばいを上演。その後、中学生たちと一緒に工作会

1月19日(土) 午前11時～

定員：20名 ※要申し込み

協力：南河内中学校美術部

■節分おたのしみ会

1月27日(日) 午前11時～

定員：15名 対象：小学生以下

※要申し込み

※参加者にプレゼントがあります

■読書会

2月9日(土) 午前10時～

図書館講座や催しものについては、図書館ホームページでもご案内しています。
くわしくは各図書館におたずねください。

図書館購入図書のご案内 (一部)

<一般書>

- ・僕たちはどう伝えるか(石) …中田敦彦
- ・評伝田畑政治(石) …柰代哲雄
- ・野の春(石・国) …宮本 輝
- ・猫がいなけりゃ息もできない(石・国) …村山由佳
- ・黒いピラミッド(南) …福士俊哉
- ・追跡! 辺境微生物(南) …中井亮佑

<児童書>

- ・世界の子どもたち(石) …マーグリート・ルアーズ
- ・さよ(石) …森川成美
- ・それしかないわけないでしょう(石・国・南) …ヨシタケシンスケ
- ・そらはあおくて(石・国・南) …シャーロット・ゾロトウ
- ・うまくなる卓球(南) …山口隆一
- ・魔法ののろいアメ(南) …草野あきこ

※掲載の本は所蔵館に限らず、市内3図書館どこでも貸出(貸出中は予約)が可能です。

今月の
イチオシ



藤吉じいと イノシシ

藤 鳩十作
理論社

街で育った孫のわたしと山の斜面に住んでいる藤吉じいさんが、山で出会ったイノシシの親子。
逃げ出したイノシシ達のねぐらを、藤吉じいさんと調べると様々な工夫が見えてきます。線と色合いが美しい絵本。(南)

図書館であなたの人生の一冊に出会おう

読書人

今月のテーマ

「亥年(干支)」

新年あけましておめでとうございます。

今年も様々な本をご紹介しますので、どうぞよろしくおねがいします。

今月号のテーマは「イノシシ」です。

イノシシと関連した本をご紹介します。



閉店屋五郎

原 宏一 著
文藝春秋

「猪突猛進」な五郎は、閉店屋という閉店する店の物を買取りする業者。娘とともに様々なトラブルに巻き込まれてしまいます。(南)



親子で遊ぼう
あやとり
だいすき!

福田 けい 監修
池田書店

珍しい十二支のあやとりが紹介されています。手順が写真付きでわかりやすい本です。今年の干支イノシシに挑戦してみましょう!(南)



うりぼうの
ごちそうさがし

国松 エリカ 著
東京佼成出版社

いのしし父さんがうりぼうたちにごちそうの探し方を教えます。おいしいもの、見つかるかな? いのしし一家のほのぼの絵本。(国・南)



万次郎茶屋

中島 たい子 著
光文社

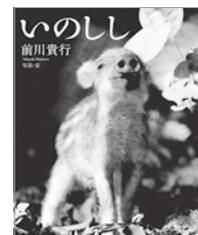
動物園の日陰者・イノシシのみる夢、じんわり事件を解決するヒーロー…。少し人生がラクになる、そんな不思議な短編集。(国)



まゆと
うりんこ

富安 陽子 文
福音館書店

迷子の赤ちゃんいのししを一生懸命お世話するまゆのお話。生き生きと描かれる、まゆたちの愛らしさがとても素敵な1冊(石・南)



いのしし

前川 貴行 写真文
アリス館

まるで笑っているようなかわいいうり坊の表紙が目を引きまます。厳しい自然に生きる命の生き様がリアルな写真絵本(石・南)

◇紹介文の最後に、所蔵している図書館を表示してあります。【(石)=石橋 (国)=国分寺 (南)=南河内】

所蔵館以外でも予約をかけていただければ貸出しが可能です。詳しくは図書館にお尋ねください。

石橋図書館 ☎(52)1136/国分寺図書館 ☎(44)3399/南河内図書館 ☎(48)2395



イベント

Shimotsuke
Information
1

教育のつどい

市の教育・文化・スポーツの振興を図るため教育のつどいを開催します。どなたでもご参加できますので、皆さまお誘いあわせのうえ、ご来場ください。

■日時 1月26日(土)
午前9時～11時30分

■場所 国分寺公民館

教育委員会表彰

県大会以上の大会やコンクール等において、優秀な成績を修めた方を表彰します。

■時間 午前9時～

記念講演

武術研究者であり、桑田真澄投手や卓球の平野早矢香選手の指導にあたるなど、スポーツや教育の分野で注目されている甲野善紀氏を講師に迎え、記念講

演を行います。

■時間 午前10時～

■テーマ

「はたして努力は、いいことか」～努力とは殆どの場合、ブレーキを踏みながらアクセルを踏んでいることになっている～

■講師 甲野善紀氏



子ども未来プロジェクト発表

市内中学校の生徒代表が、自分たちの学校生活をより良くする取り組みについて発表します。

■時間 午前11時～

■問い合わせ先

教育総務課 ☎(32)8917

国際交流員カロリンによる ママパパEnglishサロン

市国際交流協会では、子ども連れの方でも気軽に参加いただける英会話サロンを毎月開催しています。

国際交流員のカロリンさんと一緒に、遊びながら気軽に英会話を楽しんでみませんか？もちろん、大人の方のみの参加もOKです。子ども好きの方や外国人の方も大歓迎です！

■日時 2月14日(木)、28日(木)
午前10時～11時

■場所

薬師寺コミュニティセンター

■参加費 無料。ただし、参加者は国際交流協会に入会していただきます。(年会費1,000円)

■定員 10名

■申し込み・問い合わせ先

市国際交流協会事務局
(市民協働推進課)
☎(32)8887

子どもの発達特性についての講演会

地域に住む障がいのある方を理解し、誰もが安心して暮らせる共生社会の実現のため、講演会を開催します。

発達に遅れのある子どもや知的障がいのある子どもの特性を知り、子ども達との関わり方や支援者それぞれの役割について考える機会として、ぜひご参加ください。

■日時 1月23日(水)
午前10時～正午

■場所 きらら館

■内容 子ども達の発達特性の理解と特性に寄り添った関わり

■講師 臨床心理士
秋場美智子先生

■参加料 無料

■申込期限 1月18日(金)

■申し込み・問い合わせ先

こばと園
☎(44)6783 FAX(52)1300

時事講演会

下野市商工会では、テレビやラジオでお馴染みの与良正男氏を講師に迎え、時事講演会を開催します。

今後の政治経済の動向についてわかりやすくお話をさせていただきます。ぜひこの機会にご聴講ください。

■日時 1月24日(木)
午後2時～3時30分

■場所 下野市商工会(本所)

■演題 日本経済の展望と政治のゆくえ

■講師 毎日新聞論説委員
与良正男氏

■定員 先着100名

■聴講料 無料

■申し込み・問い合わせ先

下野市商工会 本所
☎(44)0202
南河内支所
☎(48)0059

グリムの里新春書きぞめ 大会作品展覧会

毎年恒例の新春書きぞめ大会が、6日に石橋小学校体育館で行われ、20日には市役所で授賞式が行われます。授賞式にあわせて、市役所1階ロビーにて全作品の展覧会を開催します。期間中はご自由にご覧いただけますので、ぜひご来場ください。

■会期

1月20日(日)～2月1日(金)
午前9時～午後5時

※1月26日(土)は除く

※初日は午前10時開場、最終日は午後3時閉場

■場所 市役所

■問い合わせ先

生涯学習文化課
☎(32)8919

消費者まつり

■問い合わせ先 安全安心課 ☎(32)8894

消費者が安全・安心で豊かに暮らすことができる消費社会の実現を目指して、一人ひとりが適切な判断を行えるための正しい知識や様々な情報の収集と、トラブル等が起きたときに対応できる正確な判断力を身につけていくことが必要です。

安全で安心な地域社会形成のために、消費者や各

団体等が協働・連携して生活に役立つ情報を発信し、情報交換し合う場として下野市消費者まつりを開催します。

安全・安心な消費生活を目指し、生活に役立つ情報を集めて賢い消費者になりましょう！！

■日時 1月27日(日)

午前9時～午後1時30分

■場所 きらら館

■オープニングセレモニー

午前9時よりグリム保育園年長児による歌などの発表を行います。

■内容

・消費者情報や各団体の活動内容の展示とチラシ・グッズの配布

・手づくりエコバッグ作成(先着50名)、オリジナル缶バッジ作成、ネームプレート作成

・電気安全・省エネ相談コーナー、消費生活相談コーナー、水消火器体験・煙道体験コーナー



子ども用耐火服試着体験

・軽食販売

赤飯、とりおこわ、弁当、寿司、焼きそば、サンドイッチ、草餅などの販売

・リサイクル品の展示、手作り品等の販売

・その他

スタンプラリークイズ、カンピくんがやってくる

消費者被害防止啓発劇

劇団らくりん座による啓発劇を行います。

■時間 午前10時45分～、11時45分～(2回公演)

■テーマ タヌキとキツネがだまされた?

消費者啓発講演会

■時間 午前10時～

■テーマ トラブルと悪質商法

■講師 日本貸金業協会

貸金業相談・紛争解決センターセンター長 遠藤清一氏

無料配布

午前11時から甘酒を、11時30分からかんぴょう汁を配布します。

木工教室

栃木県産材を使った木工教室を開催します。

木に触れる機会が少なくなっている市民の方々に、木の良さや、木のぬくもり、そして森の大切さを実感していただくとともに、森林を守り育てる重要性への理解を深めていただきます。

■時間

1回目 午前9時30分～

2回目 午前10時30分～

■内容 小物入れづくり



■募集対象・定員

市内在住の方先着50名
ただし、小学校3年生以下は保護者同伴。

■参加費用 無料

※室内履きをお持ちください。

■申込方法

電話による申し込みとなります。ただし、受付は先着順とし、定員になり次第締め切ります。

■申込期間

1月7日(月)～11日(金)

午前8時30分～午後5時15分(土・日を除く)

■申し込み・問い合わせ先

農政課 ☎(32)8906

イベント

お知らせ

募集

相談

就職

下野市全域 エリア拡大 しました!



ケーブルテレビ株式会社所在地

<栃木センター>栃木県栃木市樋ノ口町4-3-5 ☎0120-25-1819

<下野センター>栃木県下野市祇園1丁目7-23堀ノ内ビル1階

有料広告募集

多くの方の目に留まる広報しもつけ(毎月1日2万部発行)や市ホームページ(月間平均ユニークアクセス数7.2万件)へ広告を掲載してみませんか?

広告掲載の規格・掲載料などの詳細はホームページをご覧ください。



お知らせ

寄贈いただきました

新機能科学株式会社様から、シェリールジェル（192本）とアルカリミスト（64本）を寄贈いただきました。各小中学校に配布し、子どもたちのウイルス感染予防のために大切に活用させていただきます。ありがとうございます。

人権擁護委員のご紹介

1月1日付けで、近藤美知子氏が法務大臣から人権擁護委員として委嘱されました。

人権擁護委員は、人権に関する様々な問題について、相談所で定期的に相談をお受けするほか、電話などでも相談に応じていますので、お気軽にご相談ください。

全国共通人権相談

☎0570(003)110（ゼロゼロみんなのひゃくとおぼん）

■問い合わせ先 市民協働推進課 ☎(32)8887



ふるさととちぎ農業・農村児童画コンクールに入賞

（公財）栃木県農業振興公社による平成30年度（第27回）ふるさととちぎ農業・農村児童画コンクールにおいて、市内の小中学校から3名の児童が見事入賞されました。

■低学年の部（1・2年生）

優良賞 高橋啓介さん（薬師寺小2年）

画題 スイカをしゅうかくしたよ

■中学年の部（3・4年生）

優良賞 関洸太郎さん（吉田東小3年）

画題 おじいちゃんと育てたトウモロコシ

優良賞 横地陽太さん（石橋小3年）

画題 いねかり

■問い合わせ先 農政課 ☎(32)8906

お詫びと訂正

広報しもつけ平成30年12月号19ページ「石橋駅周辺公共用地利活用について」の記事におきまして、一部市民懇談会委員の氏名に誤りがありました。お詫びして、訂正いたします。

（正）笠野 幸男

（誤）笠野 幸夫

■問い合わせ先

総合政策課 ☎(32)8886

小規模契約希望者登録申請の受付

平成31・32年度に市が発注する小規模で内容が軽易な契約（小規模契約）について契約を希望する方は次の事項を確認のうえ、必要書類を提出してください。

市内業者の受注機会の拡大を図るため契約を希望する方を登録する制度です。登録された事業者を業者選定の対象としますが、指名や契約を約束するものではありません。

■小規模契約の範囲

- ① 1件の契約金額130万円以下の建設工事・修繕
- ② 1件の契約金額50万円以下の業務委託、役務の提供等
- ③ 1件の契約金額80万円以下の建設資材、物品の納入

■有効期間

4月1日(月)

～平成32年3月31日(火)

■登録できる業種

登録できる業種については、「小規模契約希望者登録記載要領」をご覧ください。

※市ホームページからダウンロードすることができます。

■登録できる方

市内に主たる事業所（本社・支店）及び住所（住所登録）を有する方。ただし、次のいずれかに該当する場合は登録できません。

- ・成年被後見人及び被保佐人並びに破産者で復権を得ていない方
- ・下野市入札参加資格者名簿に記載されている方
- ・希望する業種を履行するのに

必要な資格、免許等を有しない方

- ・市税を納めていない方

■申請方法

契約検査課にお持ちください。

■申請期間

2月15日(金)～3月15日(金)

午前9時～午後4時

■提出書類

下野市小規模契約希望者登録申請書、市税の納税証明書（全税目の納期限到来分までの納税証明書）、希望する業種を履行するために資格、免許等が必要な場合はそれらを証明する書類の写し

※申請書は、市ホームページからダウンロードすることができます。

■提出・問い合わせ先

契約検査課 ☎(32)8890

総合防災訓練を実施します

消防・警察・自衛隊などの防災機関や民間団体、そして地域の皆様のご参加により、一体となった訓練を実施し、地域の防災力を高めていきます。

■日時 2月9日(土)
午前9時30分～正午

■会場 国分寺運動公園

交通規制について

訓練会場の道路が2月9日(土)午前9時20分から正午まで、地図のとおり車両通行止めとなります。また、訓練会場付近の一部道路も迂回となります。

ゆうゆう館の営業時間変更について

2月9日(土)は午後1時からの営業となります。

■問い合わせ先

安全安心課 ☎(32)8894



イベント

お知らせ

募集

相談

就職



マイナンバーカードをお持ちですか？

顔写真付きマイナンバーカードの申請は郵送またはインターネットでお申し込みできます。

■申請方法

①郵送による申請

マイナンバー通知に同封されていた交付申請書に必要事項を記入・押印し、顔写真を貼り、同封の送付用封筒に入れて地方公共団体情報システム機構に郵送します。

申請書をお持ちでない方は市民課までお問い合わせください。

②パソコンによる申請

カメラで写真を撮影しパソコンに保存します。

申請用のWEBサイト(<http://www.kojinbango-card.go.jp>)にアクセスします。画面に従って必要事項を入力し、顔写真を添付して送信します。入力の際、マイナンバー通知に同封されて

いた交付申請書に記載のID23桁が必要になります。

③スマートフォンによる申請

スマートフォンのカメラで顔写真を撮影します。マイナンバー通知に同封されていた交付申請書のQRコードを読み込み、申請用WEBサイトにアクセスします。画面に従って必要事項を入力し、顔写真を添付して送信します。

■受け取りまでの期間

約1か月かかります。

カードができましたら受け取り案内ハガキを市民課よりお送りします。

■受け取り場所 市民課

受け取ることができるのは申請者本人のみになります。

■カードを利用してできる事

顔写真付き公的身分証明書としての利用、コンビニ交付(別途登録が必要)、e-taxを利用した確定申告等の公的個人認証(別途市販のカードリーダーが

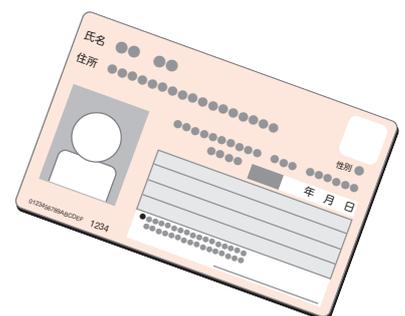
必要)

■受け取りまでの流れ

- ①郵送またはインターネットで申請する
- ②申請から約1か月後、市役所からマイナンバーカード受け取り案内ハガキが届く
- ③案内ハガキに記載のある必要書類を持参し、市民課にてマイナンバーカードを受け取る

■問い合わせ先

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178
市民課 ☎(32)8896



春休み期間中の学童保育室 入所児童募集

就労等により保護者が放課後に家庭にいない児童を対象に、春休み期間中の学童保育室入所申し込みを受け付けます。

■**受付期間** 2月1日(金)～15日(金)
※日曜日・祝日を除く。土曜日の受付は児童館のみ(午前9時～午後5時)

■**利用時間**
午前7時30分～午後7時

■**保育料** 日額500円

■**申込書類**
入所申込書に必要事項を記入し、勤務証明書(別世帯を含む

同一敷地内に住民登録がある18歳以上65歳未満の方全員分が必要)と一緒に提出してください。出産・傷病・介護・就学・求職中等の場合は、申立書または誓約書の他に、そのことを証明できる資料が必要です。

3人以上同時に学童保育室を利用する場合、年少者から数えて3人目以降の保育料が減免の対象となります。減免を希望する方は学童保育室減免申請書をご提出ください。書類は後述の問い合わせ先や市のホームページから取得できます。

詳細は、平成30年10月号の広報またはホームページでご確

認ください。

■その他

新1年生は4月1日(月)から利用可能です。

卒業生は3月29日(金)まで利用可能ですが、卒業式の日から春休みが始まるまでの期間は、各地区1か所での合同保育となりますのでご了承ください。

■申し込み・問い合わせ先

こども福祉課 ☎(32)8903
南河内児童館 ☎(44)8420
国分寺東児童館 ☎(44)2604
国分寺駅西児童館 ☎(44)0786
こどもの広場いしばし ☎(52)1129

子育て出前サロン「ほほえみ」

地域子育て支援センターでは、児童館と共催で地域の児童館に出向いて子育て出前サロン「ほほえみ」を行います。

手遊び、絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びなど、親子に遊びの支援をします。また、保護者の皆さんがお子さんを遊ばせながら、気軽におしゃべりや育児情報の交換ができます。

事前の申し込みは不要ですので、当日に児童館においでください。

■**対象者** 未就学児とその保護者

■**開催場所** 国分寺東児童館

■**開催日時** 1月18日(金) 午前10時～11時

■**内容** お花紙だるまさんを作ろう!

■問い合わせ先

子育て支援センターつくし ☎(43)1233

オレンジカフェ「しもつけ茶屋」

認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰もが気軽に参加でき、集うことのできる場所であるオレンジカフェ「しもつけ茶屋」の開催日をお知らせします。

介護や認知症に関する相談をお受けすることもできますので、悩んでいる方はもちろん、興味のある方はぜひ一度足をお運びください。

■**日時** 1月9日(水)、17日(木)
2月5日(火)、13日(水)、21日(木)
午前10時～午後2時

■**場所** 南河内児童館

■**参加費** 100円(飲み物代として)

■問い合わせ先

高齢福祉課 ☎(32)8904

年に1度は健康診断を受けましょう

平成30年度特定健診と後期高齢者健康診査の医療機関での受診(個別検診)は1月31日(木)までとなります。集団検診は日程追加により1月31日(木)が最終受診日となります。この機会に受診してください。

人間ドック検診費用助成の申し込みについて

国民健康保険及び後期高齢者医療制度被保険者の人間ドック検診費用助成の申し込みは、1月31日(木)で締め切らせていただきます。3月31日(日)までの受診が対象となりますので、希望される方は期限内にお申し込みください。

※平成30年度中に特定健診・後期高齢者健康診査を受診されている方は、助成対象外。

■**問い合わせ先** 市民課 ☎(32)8895

しば焼きを実施します

越冬病害虫を防除するため、あぜ道等のしば焼きを実施します。

■日時

1月27日(日) 午前9時～正午
※雨天等により実施できない場合は、2月3日(日)に順延

■場所

市内の水田・畑のあぜ道等

■問い合わせ先

農政課 ☎(32)8906

農業用免税軽油に係る申請について

栃木県では、毎年1月に農業用の軽油引取税免税証を一括で交付しています。

■日程

受付日	受付会場	対象地域	
		午前の部 (9:00~11:30)	午後の部 (13:00~15:30)
1月28日(月)	市役所 304会議室	石橋全地区	石橋全地区
1月29日(火)		国分寺全地区	国分寺全地区
1月30日(水)		南河内①地区	南河内②地区
2月8日(金)	下都賀庁舎 第2福利厚生棟会議室	共同・受委託	共同・受委託

※南河内地区については、下記①、②の区割りとなります。

- ①下原、西区、薬師寺一丁目～六丁目、成田、町田上、町田下、谷地賀上、谷地賀下、下文狭、東田中、西田中、地久目喜、仁良川上、仁良川下、祇園町
- ②本吉田北、本吉田南、絹板、絹板台、台坪山、的場、上坪山、東根、塚越、磯部、川島、上吉田、鯉沼、三王山、西坪山、祇園、緑

■申請時に必要なもの

- ・免税軽油使用者証
 - ・印鑑
 - ・免税軽油の引取等に係る報告書（新規申請以外の方）
- ※納品書または領収書を添付、写しでも可。未使用の免税証(原本)添付
- ・使用者証更新手数料420円（新規申請及び使用者証更新の場合）
 - ・耕作証明書（新規申請及び耕作面積が変更になった場合）

※使用者証更新のみの場合、耕作証明は不要です。

- ・機械を取得したことが確認できる書類（契約書、納品書、領収書等）または、機械の「メーカー名」「型式」「馬力」を控えたメモ
- ※新規申請及び免税機械の追加や入れ替えをされる方のみ

■注意事項

- ・新規申請の方は、免税証の交付は後日になります。
- ・国税及び地方税の滞納処分を

受けられた方は、処分解除の日から2年を経過しなければ申請できません。

- ・受付開始直後の時間帯は混雑します。
- ・上記の期日に申請することができない場合は、県税事務所にお問い合わせください。

■問い合わせ先

県税事務所軽油引取税調査担当 ☎0282(23)6882
耕作証明書についての問い合わせ 農業委員会事務局 ☎(32)8915

水道管等の凍結にご注意ください

寒さが厳しくなると水道管の水が凍って出なくなったり、給水管が破裂したりする事故が起こります。特に、水道管が屋外に露出している場所や、風当たりが強く日かげにあるところや北側にある場所が凍りやすいです。露出している給水管などは、特に注意が必要です。

寒い時の対策

露出している水道管は、発泡スチロール製の保温材などで、保温しておく方法があります。

メーターボックス内の保温は、発泡スチロール製の保温材や布

切れなどを濡れないようにビニール袋に詰めて、メーターボックスの中に入れておくとう有効的です。

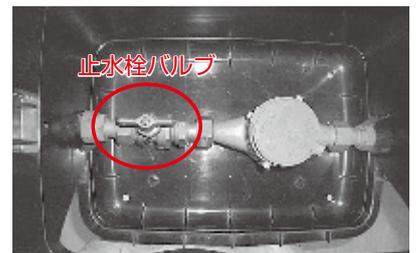


凍ってしまった場合

蛇口の場合はタオルをあてて、その上からぬるま湯をゆっくりとかけてください。熱湯を急にかけたりすると、ヒビ割れをおこしたり破裂する場合があります。

すので注意しましょう。

給水管が破裂したときは、メーターボックス内の止水栓（バルブ）を閉めて、水道の指定給水装置工事業業者に修理を依頼してください。アパート・マンションにお住まいの方は、建物を管理されている方にご連絡をお願いします。



■問い合わせ先

水道課 ☎(32)8911

誕生月の広報紙にお子さんの写真を掲載しませんか？

広報しもつけのイベントカレンダーに、小学生までの、お子さんの写真を掲載させていただいています。掲載してお子さんの成長の記録を楽しんでみてはいかがでしょうか。

■**申込方法** ①メール②市ホームページから簡単申請③総合政策課窓口のいずれかの方法で申し込みください。

■**締め切り** 掲載月の前々月末日まで

■**記載事項**

①申込者（住所、氏名、電話番号）

②お子さんの誕生日、

③お子さんのニックネーム

④写真（400キロバイト以上）



申し込みページ

■**メール送信先** info@city.shimotsuke.lg.jp

■**申し込み・問い合わせ先** 総合政策課 ☎(32)8886

土地区画整理審議会選挙

石橋駅周辺地区土地区画整理審議会は委員の任期が3月26日に満了となることから、審議委員選挙を行います。

■**選挙日** 3月17日(日)

■**選挙人名簿の縦覧**

審議会委員選挙に伴い、選挙人名簿の縦覧を行います。

■**縦覧期間**

1月25日(金)～2月7日(木)

午前8時30分～午後5時

■**縦覧場所** 区画整理課

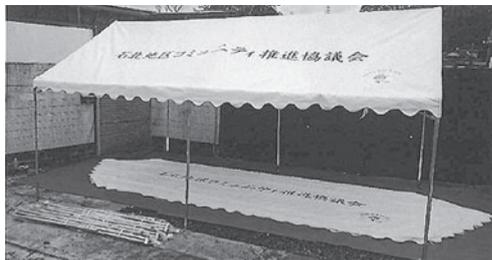
■**問い合わせ先**

区画整理課 ☎(32)8910

宝くじの助成事業で地域活動を活性化

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ助成事業を実施しています。

今年度は、石北コミュニティ推進協議会が、テ-



ブル、テント、倉庫、イベント用品、冷蔵庫などのコミュニティ活動備品を宝くじの助成金で整備しました。

この事業で整備された備品を活用し、地区住民の連帯感の醸成や積極的な行事参加が促されるなど、同協議会の活動がさらに活性化することが期待されます。

宝くじの収益金は、高齢化・少子化対策、防災対策、公園整備、教育及び社会福祉施設の建設・改修など、皆さまの日常生活に役立つように使われています。

■**問い合わせ先** 市民協働推進課 ☎(32)8887



精神障がいサポートセミナー

栃木県では、ひきこもりや人間関係で困っている当事者やその家族及び地域住民が正しい知識を学び、精神障がい者等にも優しい地域社会を作るために、精神障がいサポートセミナーを開催します。

■**第1回**

■**日時** 1月29日(火)

午後1時30分～4時

■**内容** 思春期以降の発達障がいとその対応について

■**講師** 柳川小児科医院

柳川悦子副院長

■**第2回**

■**日時** 2月13日(水)

午後2時～4時

■**内容** ひきこもりの基礎知識とその対応

■**講師** 筑波大学 齋藤環教授
秋田県藤里町社会福祉協議会 菊池まゆみ会長

■**場所** 県庁小山庁舎4階 大会議室(小山市犬塚3-1-1)

■**定員・対象者** 関心のある方(本人・家族・支援者等含む) 先着70名

■**申し込み・問い合わせ先**

県南健康福祉センター健康支援課 ☎(22)6192



市役所電気設備点検のご案内

1月26日(土) 午前8時～正午(予定)に市役所の電気設備点検を実施します。

市役所内が停電となるため、証明書マルチコピー機の使用や会議室等施設の貸し出しができません。

また、市ホームページの閲覧もできなくなります。

ご不便をおかけして申し訳ありませんが、ご了承ください。

■**問い合わせ先**

総務人事課 ☎(32)8888

ふれあい館教室のご案内

寒さで硬くなっている体を、ふれあい館の教室でほぐしましょう。

- ①骨盤調整コンディショニング
骨盤の歪みを調整し、普段使われにくい筋肉の強化により、腰痛・肩こり・冷え性・内臓の機能改善を目指したレッスンです。
- ②デトックスヨガ
“ねじりのポーズ”で体に溜まった毒素を外に排出していきましょう！便秘や美肌効果も期待できます。
- ③らくらくストレッチ
柔軟性の向上だけでなく、冷え性改善・関節痛予防・筋力の向上など、さまざまな効果が期待できます。
- ④簡単ステップ50
ステップ台を使い昇降運動をしながら音楽に乗って楽しくエクササイズしましょう！

家族介護者交流会

市では、介護している方や受けている方の交流や情報交換の場として、定期的に介護者交流会を開催しています。

今回は、かぼちゃ饅頭づくりをした後、それを食べながら語り部さんの話を聞いていただき、ゆったりとした時間を過ごしていただきます。また、栄養士からの健康に関する講話もあります。外出する機会の一つとして、ぜひご参加ください。

- 日時 2月13日(水)
午前10時～正午
- 会場 きらら館
- 参加費 一人200円(材料費)
- 対象者 介護している方及び介護を受けている方、介護経験のある方
- 定員 20名
- 申し込み・問い合わせ先
地域包括支援センターいしばし ☎(51)0633

初心者の方や体力に自信がない方でもご自身のペースで安心して気軽に参加できます。

- ※完全予約制
- ⑤やさしいヨガ
呼吸を意識しながら姿勢・体の歪みを修正し、瞑想により自分自身を見つめ直す心と体の健康を目指したレッスンです。
- ⑥ピラティス
ヨガとは異なり、正しい骨格を意識しながら、体幹の筋肉を整えていきます。
筋肉・バランスの強化を目的として柔軟性・筋持久力・体幹の向上を目指しましょう。
- 開催日時
- ①毎週火曜日
午前10時30分～11時40分
- ②毎週水曜日
午前10時30分～11時30分
- ③毎週木曜日 午後3時～4時
- ④毎週木曜日
午後6時40分～7時30分
- ⑤毎週金曜日

都市計画構想に関する説明会と縦覧の実施

都市計画構想について、県民より広く意見を伺うため、説明会と縦覧を実施します。

都市計画構想についての説明会と縦覧

- 都市計画の構想 宇都宮都市計画道路の変更(栃木県決定) 3・4・1号宇都宮栃木線、3・4・8号六美吾妻線、3・4・911号真岡壬生線及び3・5・902号壬生福和田線
- 対象となる区域 壬生町大師町、通町、本丸一丁目、大字壬生甲、大字壬生乙、大字壬生丁及び大字藤井の各一部並びに下野市上台の各一部
- 説明会の日時・場所
1月11日(金) 午後7時～
きらら館
- 縦覧期間
1月15日(火)～29日(火)

- 午前10時30分～正午
- ⑥毎週金曜日
午後2時30分～3時30分
- 場所 ふれあい館
- 受講費 1回700円(ワンレッスン制)
1階受付券売機でチケットをご購入ください。
すべての教室で使えるお得な共通回数券(4回分)もあります。(有効期限は購入日から2か月間で払い戻しはしません)
※レッスン後にプラス100円で日帰り湯もご利用できます。
- 対象 高校生以上
- 定員 ①③④⑥ 15名
②⑤ 20名
- 持ち物 タオル、①④は室内用シューズ。ヨガ受講のお客様でヨガマットをお持ちの方は、お持ちください。動きやすい服装でお越しください(更衣室はありません)。
- 申し込み・問い合わせ先
ふれあい館 ☎(47)1126

意見申出書の提出方法

構想についてご意見のある方は、必要な事項を書いた意見申出書に、公述人となる意思の有無を明記して、縦覧期間内に下記の提出先にお持ちになるか郵送で提出してください。

宇都宮都市計画道路の変更に関する公聴会

- 日時・場所 2月7日(木)
午後7時～ 壬生中央公民館
(壬生町本丸1-8-33)
- 留意事項
縦覧期間内に公述を希望する方がいない場合は、公聴会は開催しません。傍聴を希望される方は、開催の有無について、あらかじめお問い合わせください。
- 縦覧場所・意見申出書の提出先・問い合わせ先
栃木県都市計画課
☎028(623)2465
栃木土木事務所企画調査課
☎0282(23)3593
都市計画課 ☎(32)8909

募集

認知症サポーター養成講座

養成講座では、認知症を正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や家族を温かい目で見守ることを学びます。

■日時

- ①2月6日(水)
午後2時30分～4時
- ②2月7日(木)
午前10時～11時30分

■場所

- ①緑小学校体育館2階ミーティングルーム
- ②ゆうゆう館会議室

■対象者 市内在住の方

■参加費 無料

■申し込み・問い合わせ先

- ①地域包括支援センターみなみかわち
☎(48)1177
- ②地域包括支援センターこくぶんじ
☎(43)1229

グريم絵画展作品募集

多くの文化財や公園が点在する歴史とロマンの街「下野市」を広く知っていただくため、またふるさと「下野市」を再発見するために、昨年に続き、下野市の風景画を募集します。

■テーマ 一般の部 下野市の風景

幼小中の部 下野市の風景や日常風景など、発達段階に応じた独自性のある風景画。

■応募規定 大きさは4号から20号までとし、額装して展示できる状態で搬入してください。材料、画材、用具は自由です。応募作品は1人2点までとします。

■応募方法 グリムの館で配付している応募票に必要事項を記入し、搬入期間にグリムの館にお持ちください。

出品料は無料ですが、結果通知に62円切手が必要です。

■搬入期間

1月19日(土)、20日(日) 午前10時～午後4時

■展示 入賞、入選作品は、2月10日(日)から17日(日)までグリムの館に展示します。

■問い合わせ先 グリムの館 ☎(52)1180



第18回一般の部大賞作品

国際交流協会会員・交流団の募集

国際交流に関心のある方や外国の言葉や文化に興味のある方、外国人と交流したい方、市民と交流したい在住外国人の方、国際交流活動に参加してみたい方、自分の視野を広げたい方など、国際交流や異文化体験などを通して、世界への目を広げてみませんか。

市国際交流協会では、次のような事業を展開しています。

- ・外国人向け日本語教室
- ・在住外国人との交流会ティーパーティー
- ・英会話サロン
- ・小学生国際交流図画コンクール

また、この4月には、協会による交流団を姉妹都市のドイツ共和国ディーツヘルツタールへ派遣する予定で、現地と調整しています。協会会員がドイツを訪問し、市民レベルで交流を進めます。ご興味のある方は、事務局までお問い合わせください。

■日程 4月中旬の8日間を予定

■参加費 20万円程度

■申し込み・問い合わせ先

市国際交流協会事務局
(市民協働推進課) ☎(32)8887

道の駅しもつけ食のオープンスクール

道の駅しもつけでは、料理教室を毎月実施しています。

HAPPINESS AT THE TABLE.から
SUSHI&DASHI

■日時 2月14日(木) 午前10時30分～午後1時

■メニュー パール風SUSHI、おすまし

まるごと栃木 特産物料理教室2 カラダの中から
キレイに！ とちぎ和のフルコース

■日時 2月23日(土) 午前10時30分～午後1時30分

■メニュー

ピーナッツの五平餅、稚鮎の青じそフライ、かんぴょうの和風サラダ、糸こんにゃくの黒蜜かけ

■共通事項

■講師 白居芳美先生(料理研究家)

■参加費 各回1,500円程度

■定員 32名

■申込受付日 1月24日(木)

■受付方法 電話(午前9時30分～午後6時)または食のオープンスクールホームページ内メールフォーム(午前9時30分～夜12時)

■申し込み・問い合わせ先

食のオープンスクール運営事務局
☎028(635)2577

天平の花まつり出店者・出演者募集

■問い合わせ先

(一社)下野市観光協会 ☎(39)6900

イベント

お知らせ

募集

相談

就職

出店者募集

3月20日(水)から5月6日(月)まで天平の丘公園において開催する天平の花まつり出店者を募集します。

■出店日時

- ・淡墨桜期間(出店は任意)
3月20日(水)～31日(日)
午前10時～午後4時30分
- ・花しらべ期間(出店は任意)
4月1日(月)～9日(火)
午前10時～午後8時30分
- ・花まつり期間
4月10日(水)～30日(火)
午前10時～午後8時30分
- ・5月連休期間
5月1日(水)～6日(月)
午前10時～午後7時30分

※すべての期間で午後8時30分までの延長が可能です。

■出店場所

天平の丘公園内 花広場

■出店資格(すべてを満たす方)

- ・本市に5年以上住所を有する方(個人)、法人においては本店または支店があり、営業していること。
- ・本市の商工会に継続して3年以上加入している方。
- ・市税等の公共料金を滞納していない方。
- ・営業許可を有している方。法人においては、加えて登記簿または定款の目的欄に記載された業務に準じた出店であること。
- ・名義貸しはしないでください。
- また、出店者及びその家族(法人においては代表者及びその家族)が1名以上常駐すること。
- ・出店従事者は、出店申請書記載の代表者と従事者届書に記載の方であること。出店従事者については、検便など必要な検査及び手続きを行うこととし、従事者を変更する場合も同様とします。

- ・観光協会で指定する規格のプレハブ小屋で出店すること。
- ・出店者は、花まつり期間中効率的な運営を図るため、花まつり出店協力会に加入すること。
- ・4月10日(水)から5月6日(月)まで常時出店すること。ただし、3月20日(水)から4月9日(火)までは任意出店とします。

※条件を満たす出店希望者が、25店舗を超えたときは抽選とします。
※詳細は観光協会までお問い合わせください。

■申込書類

- ・出店許可申請書
 - ・使用人許可申請書
 - ・上下水道料金納入証明書
 - ・納税証明書
 - ・商工会会員証明書発行願兼会員証明書
 - ・販売品目届出書
- ※様式・出店要項は市内商工会にもあります。

1日出店者募集

第40回天平の花まつり期間中の4月10日(水)から30日(火)まで、市内における農産物・加工品・事業・サービス・活動のPRを目的とする「1日出店者」を募集します。

■出店方法

- ・期間中の5日以内の出店とします。ただし、飲食物の出店は4月18日(木)から22日(月)まで(連続5日以内)に限ります。
 - ・観光協会が設置するテントで、指定した場所での出店となります。
 - ・アルコールの提供はできません。
- ※出店資格は1日出店要項に基づきます。詳細については観光協会にお問い合わせください。

■申込書類

「1日出店」申込書・関係書類(臨時出店届等)

ステージ出演者募集

花まつりのステージに出演する方を募集します。

■応募資格

- 市内に在住・勤務する個人及び団体。
- ※内容は演舞、合唱、合奏、バンド演奏、大道芸など。
- ※花まつりの雰囲気損なわないものに限る。

■申込書類

- ステージ出演申込書
- ※出演は4月10日(水)から30日(火)までの内の1回で、出演時間は45分です。
- 応募する方は事前に出演要項をご覧ください。要項は観光協会ホームページからダウンロードできます。

各募集案内の共通事項

■出店及び出演応募方法

上記の申込書類等は観光協会窓口(オアシスポップ館)、または観光協会ホームページからダウンロードできます。必要事項を記入の上、観光協会

窓口までご提出ください。

■受付期間

1月8日(火)～31日(木) (日・月・祝日を除く)

■申し込み先 (一社)下野市観光協会

☎(39)6900 <http://www.shimotsuke-ta.com/>

相談

司法書士・行政書士 無料相談

司法書士相談

不動産登記、商業・法人登記、多重債務、140万円を超えない民事裁判手続き、成年後見関係など。

■日時

1月9日(水)、2月13日(水)

午前10時～正午

■相談時間

1相談者あたり概ね30分間

■会場

ゆうゆう館

■定員

4名(事前予約制)

■予約・問い合わせ先

栃木県司法書士会小山支部

本多絵美 ☎(37)9120

行政書士相談

相続や遺言、農地転用、開発行為、成年後見等についての相談など。

■日時

1月24日(木)

2月28日(木)

午前10時～正午

■相談時間

1相談者あたり概ね30分間

■会場

ゆうゆう館

■定員

4名(事前予約制)

■予約・問い合わせ先

行政書士会小山支部

生田目安夫 ☎(52)2350

還付申告無料税務相談

税理士会による還付申告無料税務相談を行います。

■日時

2月6日(水)

■場所

税理士会栃木支部

各会員事務所

■対象 所得金額300万円以下の給与所得者及び年金受給者で、少額の還付申告相談(内容により有料になる可能性や混雑のことを考え、事前に予約をお願いします。)

■問い合わせ先

税理士会栃木支部

☎0282(24)4861

就職

平成31年度臨時職員登録者の募集

本市では、臨時職員の候補者を登録し、その中から選考のうえ採用しています。

■採用時期

- ・現臨時職員の採用期間満了による任用替えを行う場合
- ・その他、管理運営上必要が生じた場合

■採用期間

6か月以内で採用し1回のみ更新可能です。

■職種・賃金(時給)

- ・一般事務 880円
- ・保育士
 - 保育園勤務(フルタイム)
 - 早番遅番あり 1,300円
 - 通常時間勤務 1,200円
 - 保育園勤務(短時間)
 - 早番遅番あり 1,100円
 - 通常時間勤務 1,050円
- ・保健師 1,200円
- ・看護師 1,100円
- ・管理栄養士 1,200円
- ・栄養士 1,100円
- ・臨床心理士 2,320円
- ・心理士 1,550円
- ・調理員・用務員 940円

- ・道路補修作業員 1,100円

■応募方法

市販の履歴書または臨時職員登録申請書(市ホームページからダウンロードできます)を総務人事課へ提出してください。(郵送可)

※資格職の場合は、資格等を証明する書類の写しを添付してください。

※登録はその年度内において有効です。

■申し込み・問い合わせ先

〒329-0492 下野市笹原26

総務人事課 ☎(32)8888

学童保育支援員の募集

本市では、放課後、児童をみていただける学童保育支援員を募集しています。

■賃金等(時給)

- ・有資格者(保育士資格または幼稚園、小中高等学校教員免許状を持つ方) 1,050円
- ・無資格者 850円

有給休暇、通勤手当有り。社会保険加入は諸要件有り。

■勤務先

市内の公立学童保育室(支援員配置状況による)

■勤務日

月曜日～土曜日で1か月に17日程度(応相談)

■勤務時間

勤務時間はシフト制となっています。

- ・平日 午後1時～7時(時間内の2～5時間程度)

- ・土曜日 午前8時～午後7時(1か月に1回6時間程度)

- ・長期休業中 午前7時30分～午後7時(時間内の5～最大7時間45分)

間45分)

■応募方法 履歴書に写真を貼付のうえ提出してください(有資格者は資格証の写しを添付してください)。

郵送の場合は、学童保育支援員希望と封筒に明記してください。

■申し込み・問い合わせ先

〒329-0492 下野市笹原26

こども福祉課 ☎(32)8903

4月採用 下野市職員採用試験について(追加募集)

4月1日に採用する市職員の採用試験(追加募集)を実施します。

受験を希望される方は試験案内により受験資格や申込方法などをご確認ください。

下野市はこんな人を待っています

本市では、人材育成基本方針のもと、新時代に求められる職員像として、次のような人材を求めています。

- ・時代や状況の変化を読み取りながら仕事を進める職員
 - ・市民から信頼される職員
 - ・市民と連携して地域づくりのできる職員
- 皆さまのお申し込みをお待ちしています。

採用職種

- ・土木技師・建築技師 2名程度
- ・一般事務(身体障がい者) 1名程度

試験案内・申込書の入手方法

試験案内及び申込書はホームページや総務人事

課で配布します。郵送請求する場合は、郵便番号・住所・氏名を記入し、140円切手を貼付した返信用封筒(角2)を総務人事課へ郵送してください。郵送する封筒の表には「下野市職員採用試験案内請求」と朱書きしてください。

■申込方法

総務人事課へ直接または郵送にて提出してください(1月25日(金)必着)。

※その他詳細については試験案内をご覧ください。

■試験日

第1次試験 2月3日(日)

第2次試験 2月15日(金)

※詳細は受験者に通知します。

■試験場所 市役所

■申し込み・問い合わせ先

〒329-0492

下野市笹原26

下野市役所 総務人事課

☎(32)8888 ㊚(32)8606

✉ soumujinji@city.shimotsuke.lg.jp

まずは相談

光回線サービスを変更する際は、内容をよく確認しましょう!

「電力工事のお知らせに訪問したい」と電話があったので、契約中の電力会社だと思い了解した。その後訪問があり、「この地域は皆、この光回線にしている」と変更が必要であるかのように言われ、書類に記入した。あとでわかったが、別会社への光回線申し込みだった、という事例があります。

また、光回線での勧誘では、大手通信事業者の関連会社のように名乗り「光コラボの案内です。今より1,000円ほど安くなる」などと低料金をうたい契約しようとする業者がいます。

「安くなる」と勧誘されても、他のオプションサービスとセット契約だった場合には、今の料金より高くなる場合があります。

勧誘されてもすぐに返事をせず、契約先の事業者名、サービス名など契約内容を確認しましょう。内容が理解できないと

きや、必要がないと思った場合は、きっぱり断りましょう。

光回線サービスは、電気通信事業法の解約ルールである「初期契約解除制度」の対象です。8日以内であれば、書面で事業者に対して送付することによって契約解除ができます。

わからないことや不安なことがあったら、悩まず消費生活センターにご相談ください。

**下野市消費生活センター
専用ダイヤル☎(44)4883
市役所2階**

■相談日時

月～金曜日

午前9時～午後5時

※来所での相談の場合は、事前に電話でご予約ください。

※土曜日の電話相談は
栃木県消費生活センターへ

☎028(625)2227



下野ブランド

かんぴょうのきんぴらまん

寒い冬に食べたくなるホカホカの中華まんが、下野ブランドに認定されていることを知っていますか。

「かんぴょうのきんぴらまん」は、宇都宮短期大学附属高校調理科の生徒さんとフタバ食品(株)の共同開発商品で、生産量日本一、下野市産のかんぴょうを使用した地産地消の中華まんです。皮生地に炒り胡麻を混ぜ込み、中の具にはゴボウの替わりにしゃきしゃき食感のかんぴょうを使用し、甘辛なきんぴら風に仕上げました。

各種イベントで、蒸したてが販売されているほか、道の駅しもつけでは、6個入り900円(税込み)で冷凍販売もされていますので、ご家庭で本格的な味を楽しむことができます。

お正月はおせちもいいですが、寒いこの季節にぴったりの逸品を食べて、心も体も温まってみてはいかがでしょうか。

1月
むつき
睦月
January

ふれあい館・ゆうゆう館・きらら館休館日

きらら館は
トレーニング室

ふれあい館 ☎(47)1126	ゆうゆう館 ☎(43)1231	きらら館 ☎(52)3711
日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土	日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12	6 7 8 9 10 11 12	6 7 8 9 10 11 12
13 14 15 16 17 18 19	13 14 15 16 17 18 19	13 14 15 16 17 18 19
20 21 22 23 24 25 26	20 21 22 23 24 25 26	20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30 31	27 28 29 30 31	27 28 29 30 31

※16日のふれあい館のお風呂は午後1時から営業

おもちゃの図書館

ハンディをもつ子も、もたない子も、一緒に遊ぶ場所です。

日時	12(土)・26(土)
場所	南河内児童館

■問い合わせ先
社会福祉協議会 ☎(43)1236

シルバー人材センター

■刃物研ぎ 午前9時～午後2時

8日(火)	シルバー人材センター (薬師寺1949)
15日(火)	小金井駅東口
18日(金)	ゆうがおパーク

■入会説明会 (要申し込み)
午前10時～

16日(水)	シルバー人材センター (薬師寺1949)
--------	----------------------

■問い合わせ先
シルバー人材センター ☎(47)1124

心配ごと相談

人権、児童母子、行政など、日常生活でのあらゆる相談に応じています。

国分寺会場	一般相談・総合相談 1月8日・15日 (いずれも火曜日) 児童母子相談 1月22日(火) 法律相談 1月10日(木) 会場：ゆうゆう館
石橋会場	一般相談・総合相談 1月7日・21日 (いずれも月曜日) 児童母子相談 1月28日(月) 会場：石橋公民館
南河内会場	一般相談・総合相談 1月4日・11日・18日 (いずれも金曜日) 児童母子相談 1月25日(金) 会場：南河内図書館2階

■時間 午後1時30分～3時30分
(法律相談のみ要予約)
(午後1時～4時30分)

■問い合わせ先
社会福祉協議会 ☎(43)1236

納税ごよみ

■納期限 1月31日(木)

固定資産税・都市計画税	第4期
国民健康保険税	第7期
介護保険料	第7期
後期高齢者医療保険料	第7期
国民年金保険料	12月分

平美林清掃計画

1月	天平の丘	—
	花広場	—
2月	天平の丘	花まつり協力会
	花広場	図書館友の会

■問い合わせ先
商工観光課 ☎(32)8907

メール配信サービス下野インフォメーション

簡単登録で気象情報(注意報・警報)や地震情報、行政情報、イベント情報などをメール配信します。

■問い合わせ先
総合政策課 ☎(32)8886

↑携帯電話用QRコード

一次救急医療機関情報

救急告示医療機関当番(一次急患)

●平日・日曜日 17:00～翌日9:00
●土曜日・祝日の前日()の部分) 17:00～翌日17:00
カレンダー内番号が当番医療機関です。事前に電話で確認してください。

日	月	火	水	木	金	土
		1 (4)6	2 (1)5	3 (2)6	4 (1)3	5 (2)4
6 (3)5	7 (4)6	8 (1)5	9 (2)6	10 (1)3	11 (2)4	12 (3)5
13 (4)6	14 (1)5	15 (2)6	16 (1)3	17 (2)4	18 (3)5	19 (4)6
20 (1)5	21 (2)6	22 (1)3	23 (2)4	24 (3)5	25 (4)6	26 (1)5
27 (2)6	28 (1)3	29 (2)4	30 (3)5	31 (4)6		

番号・医療機関名・所在地
①小金井中央病院 小金井2-4-3 ☎(44)7000
②石橋総合病院 下古山1-15-4 ☎(53)1134 ※休日・夜間は小児科対応不可。
③小山整形外科内科 小山市雨ヶ谷753 ☎(31)1331
④杉村病院 小山市城山町2-7-18 ☎(25)5533
⑤光南病院 小山市乙女795 ☎(45)7711
⑥野木病院 野木町友沼5320-2 ☎0280(57)1011

■とちぎ子ども救急電話相談 ☎#8000
携帯電話とプッシュ回線以外は、☎028(600)0099
月～土曜日：18時～翌朝8時 日曜日・祝休日：24時間(8時～翌朝8時)

■とちぎ救急医療電話相談(大人の救急電話相談) ☎#7111
携帯電話とプッシュ回線以外は、☎028(623)3344 毎日18時～22時
急な病気やけがに関する家庭での対処方法や救急医療の受診の目安などを看護師がアドバイスします。

夜間休日急患診療所

平日・土曜日 19時～22時
日曜、祝日、振替、年末年始
(12月31日～1月3日)
10時～12時、13時～17時、
18時～21時
診療科目：内科、小児科
事前に電話で確認してください。
☎0285(39)8880

休日急患歯科診療所

日曜、祝日、振替、年末年始
(12月31日～1月3日)
10時～12時、13時～16時
☎0285(39)8881
所在地：小山市神鳥谷2251-7
(小山市健康医療介護総合
支援センター内)





国際交流員カロリンのコラム

クリスマスツリーを まだ置いていますか？

Steht der Weihnachtsbaum noch? (シュテートデア ヴァイナヒツバウム ノフ?)



明けましておめでとうございます！皆さんは穏やかに新年を迎えましたか。クリスマスはどう過ごしましたか。

クリスマスはもう終わりましたが、ドイツの家には、今でもまだクリスマスツリーが飾られています。驚きますね！

クリスマスツリーの慣習はドイツの地域によりますが、多くのドイツ人は、クリスマスツリーを12月23日に組み立てます。24日のお昼からクリスマスソングを聞いて踊りながら、家族のみんなで飾りつけをします。小さい子どもはその間に昼寝をします。昼寝から目覚めたときにはもう外は暗いので、クリスマスツリーがライトアップされていてとてもきれいです。



伝統的に、常緑樹に赤の飾りつけをします。緑は希望を意味していて、赤は私たちのためにメシア（救世主）が流した血を意味しています。その他の飾りは木で作られた自然な色のものです。

昔は、本物の赤いリンゴやナッツ、ろうそくを飾っていました。でも、温かい部屋の中では本物の食べ物やろうそくは傷んでしまいますし、ろうそくは危ないので飾らなくなりました。

今は、赤い球の飾りから銀色のリボンまで、たくさんの飾りがあります。一番人気がある飾りは、星、鈴、天使の飾りでしょう。雪をイメージしたキラキラしたのも流行っています。

私が小さい頃、私のお母さんはよく飾りを手作りしてくれました。色々な形の pasta を組み合わせて、天使の姿を作り、金色に塗って飾ってくれました。飾り付けで一番大事なのはクリスマスツリーの頂上で、大きな星や天使がよく飾られます。その飾りは藁で作られていることが多く、幼いキリストが寝かされていた桶の中にあつた牧草を象徴しています。



さて、すでに1月なのに、どうしてクリスマスツリーがまだ置いてあるのでしょうか？

それは、3人の賢者が贈り物を持ってキリストのもとへお祝いにやって来た日の1月6日、または、キリストが生後40日後に神殿で祝福を受けた日の2月2日に、クリスマスツリーを捨てるからです。

どちらの日に片づけるかは、家によります。私の家では2月2日まで飾ったら、飾りを取って、お父さんがツリーを切ります。ツリーは薪になって、次の年に暖炉で燃えて、家を温めてくれます。

私はクリスマスシーズンが大好きなので、2月まで楽しめるのが本当に嬉しいです。

第7回ティーパーティーを 開催します

市国際交流協会では、在住外国人の方との交流会としてティーパーティーを開催します。

今回のテーマは「日本」です。日本の冬の定番、こたつに入ってミカンやおもちを食べながら交流します。かるたで遊んだり、

浴衣の体験もあります。

日本人、外国人は問いません。みなさん、ぜひお越しください！

■日時 1月20日(日)
午後1時～3時

■場所
薬師寺コミュニティセンター

■参加費 200円
※当日集めます。

■定員 20名

■申込期間
1月7日(月)～15日(火)

■申し込み・問い合わせ先
市国際交流協会事務局
(市民協働推進課)
☎(32)8887

※ママパパ English については、30ページを check !



TAKE FREE

広報しもつけを設置協力いただけるコンビニエンスストアなどのお店を募集しています。

ご協力いただける場合は総合政策課 ☎0285 (32) 8886 情報広報グループまでご連絡ください。

PC・スマホ
市ホームページ



とくにおすす
め!



- 1 教育のつどい…P30
- 2 マイナンバーカードをお持ちですか?…P33
- 3 市役所電気設備点検を行います…P36
- 4 国際交流協会会員・交流団の募集…P38
- 5 天平の花まつり出店者・出演者募集…P39

くらしの情報



一目でわかる 見逃せないイベントカレンダー

カッコの数字は掲載された月とページです。
詳しくは記事をご覧ください。

月	火	水	木	金	土	日
	1/1 元日 	2	3  ひめちゃん	4	5	6 書初め大会 (11.35)
7 パソコン基本 操作相談 (12.30)	8	9 司法書士相談 (1.40) オレンジカフェ (1.34)	10 がん患者と家 族のサロン (12.49)	11 都市計画構想 説明会 (1.37)	12	13 
14 天平マラソン 大会 (9.6)	15  まいくん	16	17 オレンジカフェ (1.34)	18 子育て出前サ ロン(1.34)	19 かんぴょう巻き 	20 ティーパーティー(1.43) 親子スキー教室 (12.33)
21 子育て巡回相 談 (1.17)	22 こころの健康 相談 (1.17)	23 子どもの発達 特性について の講演会 (1.30) 育児相談 (1.17)	24 行政書士相談 (1.40) 時事講演会 (1.30)	25  優奈ちゃん	26 教育のつどい(1.30) 市役所電機設備点検停電 (1.36)	27 消費者まつり(1.31) しば焼き (1.34)
28 子育て巡回相 談 (1.17)	29	30 健康づくり基 礎教室 (1.18)	31 ヘルシースタ ート教室 (1.18) ママパパ Englishサロン (12.39)	2/1	2 国分寺公民館まつり (1.9)	3
4 パソコン基本 操作相談 (1.8)	5 オレンジカフェ (1.34)	6 認知症サポー ター養成講座 (1.38)	7 いいこみ (1.8) 運動基礎教室 (1.18)	8 高血圧予防教 室 (1.18)	9 総合防災訓練(1.33) 南河内公民館まつり (1.9)	10 環境フェア (1.25)

今月誕生日の児童を掲載しています。掲載されている日付けと写真児童の誕生日は関係ありません。

今月誕生日!・・・誕生月の広報のこのページにお子さん(小学生まで)の写真を載せませんか。メールまたは窓口(総合政策課 ☎(32)8886)で掲載月の前々月末日(例12月号希望の場合は10月31日)までにお申し込みください。メール申し込みの場合は、①申込者(保護者)の氏名・住所・電話番号②誕生月③写真の児童のニックネーム(記載がない場合は無記名で掲載します)及び写真データ(400キロバイト以上が望ましい)をinfo@city.shimotsuke.lg.jpまで送信ください。申込者多数の場合は抽選。提出いただいた写真は返却いたしません。掲載可否のお問い合わせにはお答えできませんのでご了承ください。著作権は市に帰属するものとします。広報しもつけは市ホームページでも公開します。