

# なすしおぼら

広報

2010  
10.20  
No.140

## 塩原温泉に秋のにぎわい ～塩原温泉まつり～

塩原温泉最大のまつりである「塩原温泉まつり」が、9月12日～13日に開催されました。

地元の6地区から趣向を凝らした山車が繰り出され、多くの観光客が見守る中、2日間にわたり温泉街を練り歩きました。

### CONTENTS [もくじ]

- タウンピックアップ ..... 2p
- 各種相談 ..... 13p
- 地産地消お料理レシピ ..... 20p

# タウン トピックス



## みんなで食べるとおいしいね

9月11日、三島神社で第3回自然体験塾が行われました。残暑が厳しくなったこの日、集まった子どもたちは小枝や木の実を使った工作のほか、流しそうめんの時につかう「マイ箸」を作りました。

その後会場では、竹を割って作った2本の樋が用意され、流しそうめんが行われました。子どもたちは自作のマイ箸を使って、先を競ってそうめんをすくい上げ、おいしそうにほおばっていました。



## お湯の恵みに感謝

9月10日の夜、塩原温泉で古式湯まつりが行われました。これは温泉の恵みに感謝するために毎年行われているもので、塩原温泉発祥の地である元湯温泉（湯本塩原）の源泉で汲んだお湯を各温泉街に配湯して回ります。

狩衣かりまねや白装束姿に身を包んだ行列がお湯を守りながら温泉街を静かに進み、各地区では巫女姿の塩原中学校の生徒がお湯をくみ分けたり、巫女舞を披露したりしました。



## 力作がそろいました

9月9日～14日に那須塩原市児童生徒木工工作コンクールが開かれ17作品が県大会へ、うち6作品が全国大会へ進むことになりました。

昨年は、このコンクールで入選し、県大会から全国大会へ出展した作品のうち、次の作品が全国コンクールで賞を受賞しました。

林野庁長官賞（学年は現在のもの）

- ・小学校高学年の部「森の大きなハチの巣」  
田代優果さん、星 晶菜さん（高林小6年）
- ・中学校の部「高林牧場」相馬健太さん（高林中3年）



## 各地域で運動会が開かれました

地域の親睦や連帯感を深めることを目的として、各地域で運動会や体育祭が開催されました。

稲村地区では10月3日に、いなむらコミュニティ推進協議会の主催により、今年で21回目を迎える運動会が稲村小学校で開かれました。玉入れや綱引き、むかでリレーなど運動会では定番の種目のほか、小学1～6年生の男女による育成会対抗リレー（写真）など、子どもから大人までが参加してスポーツの秋を満喫しました。



## 練習の成果を披露しました

9月17日、上塩原の箒根神社で市無形民俗文化財の上塩原源太踊りが奉納されました。この日は、保存会のメンバーによる踊りのほか、塩原小学校の児童による踊りも披露されました。同校で参加者を募ったところ、全校生の約半数となる48人が参加。保存会のメンバーから指導を受け、この日のお披露目となりました。見物に来ていた人たちは、一生懸命踊る子どもたちの姿に、惜しみない拍手を送っていました。

↓息の合ったダンスを披露したT.M.G studioのメンバー



## 10回目を迎えた感謝祭

爽やかな秋晴れの10月3日、西那須野支所庁舎前広場で、西那須野商工会主催による「美味い上手いなすしおぼら感謝祭」が行われました。広場の階段を利用したステージではマジックショーやダンス、ミニライブなどが行われました。会場内には、太麺に煮込んだ牛すじをのせたB級グルメ「牛すじ麺」の試食会が行われるなど、たくさんの出店が立ち並びました。またiPadや旅行券が当たる抽選会が行われ、訪れた人は楽しい休日を過ごしました。



## 力を合わせた太巻き作り

10月1日、木綿畑本田集落センターで「<sup>ほんでん</sup>本田生きがいサロンの会」のメンバー16人が集まり、5メートル20センチの長い太巻きを作りました。

会の世話人である大田原博さんが、「力を合わせてできること」をメンバーに呼び掛け、今回の太巻き作りとなりました。掛け声とともに、一気にのりを巻くと、長くきれいな太巻きが完成しました。心配された断面も、切ってみると、彩りきれいな模様が見れ、皆さん満面の笑みで太巻きをほおぼりました。

# 那須塩原市環境基金事業がスタートします

## 那須塩原市環境基金について

問い合わせ ☎環境管理課 ☎0287(62)7193

ごみの減量化や資源化の促進を図り、良好な生活環境を確保するため「那須塩原市環境基金」を創設しました。

基金の原資は、ごみ有料化による収入（一般廃棄物処理手数料）の状況を考慮して毎年度その積立額を定めます。今年度の予算は3千万円です。

## 廃食用油（天ぷら油）の回収・リサイクル

問い合わせ

11月1日(月)から拠点回収を始めます

☎環境対策課 ☎0287(62)7301

現在、家庭から出る廃食用油は、薬品で固めるなどして可燃ごみとして処理していますが、資源物として回収を始めます。回収した廃食用油は、軽油の代替燃料であるバイオディーゼル燃料として再生利用されます。

捨てればごみになる廃食用油も、リサイクルすることができますので是非回収にご協力ください。

このバイオディーゼル燃料は那須塩原クリーンセンターのトラックで使用する予定です。

バイオディーゼル燃料から出る排気ガスは軽油のものに比べて「地球温暖化の原因となる二酸化炭素」「大気汚染の原因となる黒煙」「酸性雨の原因となる硫黄酸化物」が少ないという特徴があります。

### ◆回収場所（拠点回収）

市役所本庁舎、西那須野庁舎、塩原庁舎、ハロープラザ（箒根出張所）

※各施設入口付近に回収ボックスを設置します。

### ◆回収する油の種類

なたね油、ごま油、大豆油、オリーブオイル、コーン油などの植物性の油（天ぷら油）

### ◆回収できない油の種類

ラードなどの動物性油、薬品で固めた油、マーガリンなどの固形の油、水が入った油、灯油・エンジンオイルなど

### ◆廃食用油の出し方

使用済み食用油を濾し、500ml～2000ml程度のペットボトルに入れ、必ずふたをして拠点の回収ボックスに入れてください。未開封のもの（消費期限切れ等）は、封を開けずそのまま回収ボックスに入れてください。

※廃食用油を入れるペットボトルは、洗って乾かしたのを使ってください。

《注意》拠点回収以外での回収は行いませんので、ごみステーションに出す場合は、今までどおり、固めるなどして可燃ごみとして出してください

## せんてい 剪定枝・落ち葉の回収・堆肥化

問い合わせ

11月1日(月)から試行として始めます

☎環境対策課 ☎0287(62)7301

現在、剪定枝や落ち葉は、可燃ごみとして焼却していますが、可燃ごみの減量と資源化のため、回収し堆肥化する事業を始めます。庭木の剪定枝や大量に出る落ち葉などを次の方法で無料で回収しますのでご協力ください。

剪定枝や落ち葉を、ごみステーションに出す場合は、今までどおり可燃ごみの収集日に、剪定枝は太さ5cm長さ50cm程度以内で束ねて、落ち葉は指定ごみ袋に入れて出してください。

### ◆剪定枝・落ち葉の回収方法

#### 【家庭から出たもの】

#### ①訪問回収（予約制）

自治会や班・グループなどで回収日を電話で予約し、敷地入口などわかりやすい安全な場所に集積してください。訪問し回収します。戸別での回収はしません。

#### 回収の予約申し込み

予約専用番号（シルバー人材センター内）

☎0287(62)0603

受付時間 月～金曜（祝日、年末年始を除く）

午前9時～正午、午後1時～4時

※予約受付は、10月28日(木)から開始します。

#### ②堆肥センターへ自己搬入

堆肥センターの受付時間内に直接搬入してください。

#### 【家庭以外から出たもの】

#### ○堆肥センターへ自己搬入

堆肥センターの受付時間内に直接搬入してください。

### ◆剪定枝・落ち葉の出し方

市内の庭などから出た剪定枝および落ち葉は次の表のとおり出してください。

草、花、ウルシ等の毒性のある樹木、ツル状のもの、シュロなど繊維状のものは回収できません。

剪定枝・落ち葉の出し方の目安	
剪定枝	枝の太さ直径10cm以内、長さ1m以内で、一束30cm以内に束ねてください
落ち葉	450を目安に透明袋に入れてください ※土や石等は除いてください。

#### 《堆肥センターの受付時間・所在地》

受付時間 月～金曜（祝日、年末年始を除く）

午前9時～正午、午後1時～午後5時

所在地 那須塩原市関谷1590-6

☎0287(35)4451

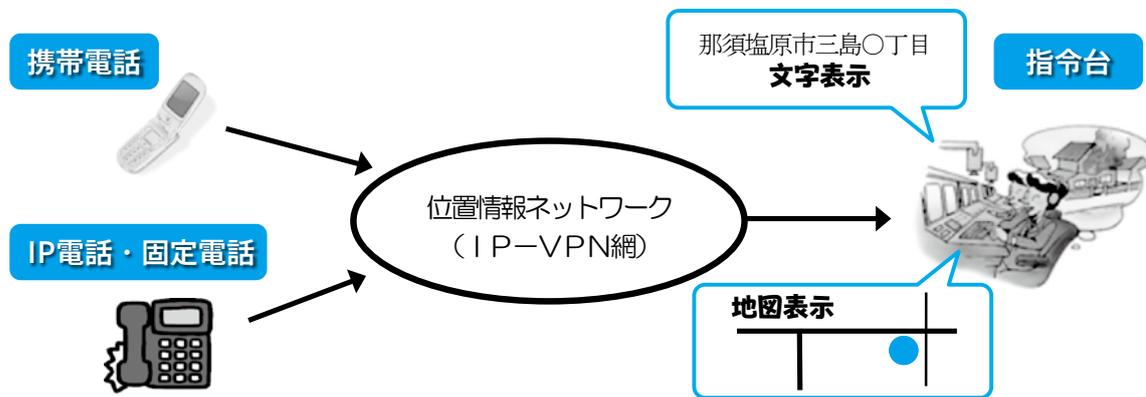
※剪定枝・落ち葉の回収事業は、平成24年3月まで試行期間として実施します。その後、状況によって回収方法等の見直しを行うこともあります。

# 統合型位置情報通知システムの運用開始について

## 《大田原地区広域消防組合からのお知らせ》

大田原地区広域消防組合消防本部では、平成 22 年 11 月 25 日から携帯電話・IP 電話および固定電話等からの位置情報通知システムの運用を開始します。

このシステムにより、大田原市、那須塩原市（西那須野地区・塩原地区）内の 119 番通報時に通報者の発信位置情報を速やかに把握することが可能になります。特に屋外における携帯電話からの 119 番通報で、住所がわからない場合でも、通報者の発信位置を把握することができるため、迅速かつ確実な救急活動や災害対応が可能となります。



### 【対象となる電話と通知される位置情報】

対象となる電話	通知される位置情報
第3世代携帯電話（GPS機能付）	位置情報（経度・緯度）を地図上に表示
IP 電話および固定電話等（電話番号が 050 で始まる電話サービスを除く）	住所と発信位置を地図上に表示

### 【留意事項】

- 1 新しく、本システムの対象となる携帯電話の機種やGPS対応機種については、各携帯電話事業者を確認してください。
- 2 GPS機能付の第3世代携帯電話からの通報であっても、電波等の状況により位置情報が十分に確認できないこともあります。119番通報の際は、これまでどおり口頭で住所等通報位置や目印となる目標物等を伝えてください。
- 3 「184」を付加した番号非通知発信の場合は位置情報が消防に通知されません。ただし、人の生命や身体等に差し迫った危険が認められ、緊急に通報情報が必要であると判断した時には、位置情報を取得する場合があります。



問い合わせ 大田原地区広域消防組合消防本部通信指令課  
 ☎0287(22)3152  
 HP <http://www.fire119-ohawara.jp/top.html>

※大田原地区広域消防組合ホームページでもご覧いただけます。

## 地デジに関する説明会・無料相談会を開催します

開催時間 各会場とも午前10時30分から正午まで、午後1時から午後3時まで

内容 午前10時30分から、および午後1時からの約20分間は、地デジに関する説明会を実施します。説明会后、個別の無料相談会を実施します。

問い合わせ

総務省栃木県テレビ受信者支援センター相談会グループ  
 ☎028(635)1152 (平日午前9時30分～午後5時30分)

開催日	開催会場
11月2日(火)	鍋掛公民館
11月4日(木)	高林公民館
11月5日(金)	西那須野公民館
11月6日(土)	いきいきふれあいセンター
11月9日(火)	ハロープラザ
11月10日(水)	いきいきふれあいセンター
11月11日(木)	西那須野公民館
11月12日(金)	三島公民館
11月13日(土)	東那須野公民館

# くらしの 情報

市役所本庁舎 〒325-8501	共墾社108番地2
西那須野庁舎 〒329-2792	あたご町2番3号
塩原庁舎 〒329-2993	中塩原1番地2
箒根出張所 〒329-2801	関谷1266番地4

## お知らせ

「あつたかハート号」は今年はお休みします

誰もが「であい・ふれあい・共感」を通して理解・協力しあう旅『あつたかハート号』が始まり20年。その間、時代の変化が大きく、皆さんから寄せられる要望も多様化しています。

現在、皆さんからの要望に応えることが出来るよう検討をしています。

ご意見・ご要望がありましたら次までお願いします。

問い合わせ

あつたかハート号実行委員会  
(ボランティアセンター)  
☎(73)0073

### 市有地を公売します

入札日 12月2日(木)

#### 公売物件

- ◆物件①
- 所在地 宮町40-1113
- 地目 雑種地
- 地積 1178㎡
- 用途地域 近隣商業地域
- 最低入札価格 3650万円

#### ◆物件②

- 所在地 塩野崎357-3
- 地目 山林
- 地積 6907㎡
- 用途地域 無指定
- 最低入札価格 2280万円

- ※物件②のみ、11月4日(木)に現地見学会(要予約)を行います。
- 売買契約に付する特約
- ・公序良俗に反する使用の禁止
- ・風俗営業の禁止
- ・産業廃棄物処理施設への使用の禁止

#### 申込期間

11月15日(月)～18日(木)

※市指定の申請書で申し込んでください。

その他  
実施要領を財政課で配布し

ます。なお、詳細は市ホームページにも掲載しています。申し込み・問い合わせ

☎財政課 ☎(62)7117

### 防火ポスター(絵画)入賞者が決定

入賞者(敬称略)

- ・最優秀賞
- 金田怜 (塩原小6年)
- 笠間健太郎 (箒根中1年)
- ・金賞
- 高久圭太郎 (金沢小5年)
- ・銀賞
- 塩田卓人 (塩原小5年)
- 櫻井大陸 (塩原小6年)
- 菅野麻衣 (箒根中1年)
- ・銅賞
- 山口凜 (塩原小5年)
- 高野奈々海 (関谷小6年)

※最優秀賞作品については防火ポスターを作成後、事業所および小中学校に配布します。

※火災予防期間中(11月9日(火)～15日(月))ハロープラザで、応募作品を展示します。

#### 問い合わせ

塩原防火管理協会事務局  
(大田原地区広域消防組合消防署塩原分署内)  
☎(32)2949

### 水道管取替え工事の交通規制に協力を

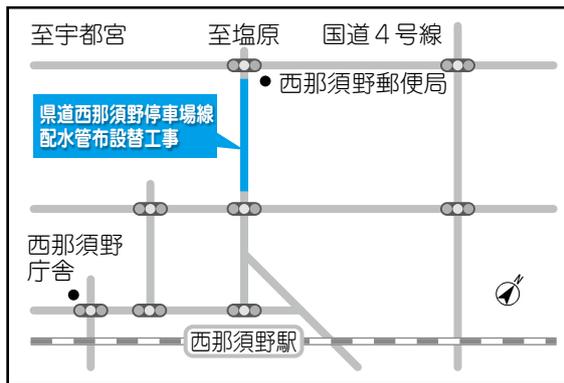
水道管取替え工事のため、県道西那須野停車場線で交通が規制されます。

ご迷惑をお掛けしますが、皆さんの協力をお願いします。

工事期間 平成23年3月末ごろまで

#### ところ

五軒町(図のとおり)



#### 規制内容

作業時車両片側交互通行(基本的に、夜間・日曜・年末年始は休工します)

#### 問い合わせ

国道施設課  
☎(37)5109

# 栃木県民感謝月間

11月1日(月)～11月30日(火)

栃木県にお住まいの方は、上記の期間

## 入国無料!

※入国ゲートにて住所の分かる証明書をご提示下さい。

栃木県那須郡那須町大島 1042-1 平日 10:00～16:30  
TEL 0287-77-1110 土日祝 9:00～17:00  
http://www.nasu-cukoku.com/ 定休日:水曜日(夏休み・夜日除く)

那須どうぶつ王国  
NASU ANIMAL KINGDOM

**都市計画区域マスタープランの都市計画の決定に関する公聴会開催のお知らせ**

現在、栃木県が策定している、(仮称) 那須塩原都市計画区域の整備、開発及び保全の方針(都市計画区域マスタープラン)の都市計画の決定に関する公聴会を開催します。

なお、都市計画の構想について意見のある人は、縦覧期間内に知事あてに意見申出書を提出のうえ、公聴会で意見を述べることができま

**対象地域** 那須塩原市の一部

**とき** 11月30日(火) 午後6時30分

**ところ** 西那須野庁舎2階会議室

**縦覧期間・提出期間(必着)**  
10月25日(月)～11月8日(月)

**縦覧場所、意見申出書の提出先および問い合わせ**

**県都市計画課**  
☎0287(623)2468

**大田原土木事務所企画調査課**  
☎0287(23)5882

**那都市計画課**  
☎(62)7159

**◆◆ 水道メーターの無償交換委嘱業者一覧 ◆◆**

メーター交換を行う業者は、市から交換の業務委託を請け負ったことを証明する身分証を携行しています。また、メーター交換は無償で行いますので、業者が交換費用を請求することはありません。  
※メーター交換について、詳しくは「広報なすしおばら10月5日号(No.139)」をご覧ください。

地区・住所	工事業者
黒磯地区 (奇数月検針地区)	橋本町、弥生町、中央町、高砂町、豊町、住吉町、桜町、上黒磯、材木町、東大和町、大黒町、若葉町、末広町 (株)小畑工業社 ☎(64)2307
	清住町、新緑町、阿波町、松浦町、春日町、豊浦中町、豊浦町、豊浦南町、共墾社 (株)北英工業 ☎(62)2824
	東原、美原町、松原町、北栄町、若松団地、稲村、埼玉、豊住町、新町、西新町、豊浦北町、並木町、若草町、四方寺、新上厚崎、上厚崎、寺子、越掘、板室 (株)薄井産業 ☎(62)1051
黒磯地区 (偶数月検針地区)	本郷町、新朝日、宮町、本町、黒磯幸町、錦町、東栄一丁目、下黒磯、青葉台、原町、 (株)佐藤設備 ☎(62)1231
	東栄二丁目、安藤町、東豊浦、下豊浦、共墾社の一部、鍋掛豊浦、佐野、下厚崎 (株)佐藤設備 ☎(65)1164
	共墾社一丁目、鍋掛、野間、大原間、東小屋、上大塚新田、山中新田、沼野田和、下中野、三本木、北弥六、前弥六、沓掛、沓掛新田、方京、島方、上中野、笹沼、鹿野崎、木曾畑中、塩野崎、塩野崎新田、上郷屋、中内、無栗屋、波立、北和田、北和田新田、唐杉 (有)磯設備工業 ☎(62)0205
	青木、戸田、百村、細竹、油井、箭坪、小結、東原および埼玉・四方寺の一部、高林、木綿畑本田、木綿畑新田、箕輪、嶋内、湯宮 (有)藤原設備 ☎(68)0948
西那須野地区 (奇数月検針地区、塩原地区の一部を含む)	南郷屋1～5丁目、三島1～5丁目、東三島1～6丁目、五軒町、西米町、東町、永田町、西朝日町 中里工業(株) ☎(36)0278
	下永田1～8丁目(4・5丁目除く)、石林、新南、睦、西赤田、南赤田、東赤田、北赤田、上赤田、井口、西富山、高柳、槻沢、関根、東関根、東遅沢、西遅沢、接骨木 那須設備(株) ☎(36)0341
西那須野地区 (偶数月検針地区)	下永田4・5丁目、緑1・2丁目、二つ室、北二つ室、一区町、二区町、三区町、四区町、千本松 (株)小出熱機工業 ☎(36)0179
	太夫塚1～6丁目、西三島1～7丁目、西原町、西大和、扇町、あたご町、南町、西幸町 (有)大地設備 ☎(37)8850
塩原地区 (西那須野地区の一部を含む)	塩原、中塩原、上塩原、湯本塩原、関谷、金沢、宇都野、下大貫、上大貫、高阿津、下田野、折戸、上横林、横林、接骨木、千本松 (有)薄井設備 ☎(35)2932

問い合わせ 園水道施設課 ☎(37)5213

**広告**

新マスケット  
キャラクター



ピカイン ウルリン  
**塩原ランド**

TEPCO塩原ランドは、塩原発電所(揚水式)のしくみと自然エネルギーについて、音や映像、楽しく学べるゲームなどでわかりやすくご紹介している東京電力のPR館です。子どもから大人まで、見て！触って！楽しく学べる！水と電気の探検館にぜひお越し下さい。

**★イベント情報★ 恐竜のたまごを見つけよう!!**  
～館内に隠された恐竜のたまごを探して クイズに答えてプレゼントをもらっちゃおう～  
期間：10月9日(土)～11月14日(日)

開館時間：AM9:30～PM4:30  
休館日：毎週月曜日(祝日の場合 翌日) 臨時開館 11月1日(月)・8日(月)  
住所：那須塩原市関谷448-4 電話 0287-35-4390 <http://www.tepco-shiobara.com/>



# 11/3 第5回那須塩原ハーフマラソン開催に伴う交通規制のお知らせ

市内道路をハーフマラソンコースとして使用し、選手が走る午前10時頃から午後1時にかけて車両などの交通規制が実施されます。ご不便をおかけしますが協力をお願いします。

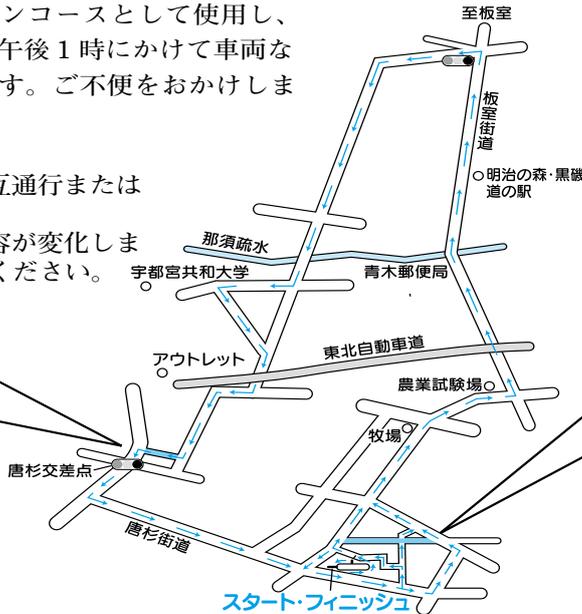
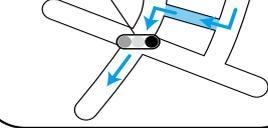
## 規制内容

大会開催中、車両片側交互通行または全面通行止め  
 ※場所により規制時間・内容が変化します。現場の指示に従ってください。

### 全面通行止め

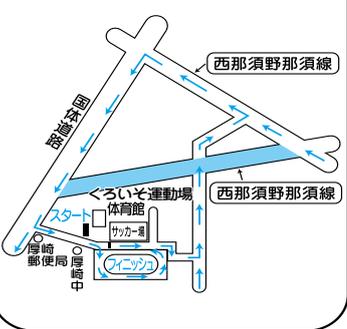
午前10時40分～正午

### 唐杉交差点



### 全面通行止め

午前9時55分～11時55分



← : マラソンコース  
 ■ : 全面通行止め区間

問い合わせ 函スポーツ振興課 ☎0287 (37) 5439

## ハンドル型電動車いすの事故にご注意!

歩行が困難な高齢者に利用されているハンドル形電動車いす（別称シニアカー）の重大製品事故が発生しています。脱輪して側溝や川に転落したり、道路から転落したりして死亡事故につながるケースもありました。使用する際は十分注意しましょう。

### 注意するポイント

- ① 新規の購入や買い替えの際には、必ず乗り方の指導を個別に受ける。
- ② 運転や操作に慣れるため繰り返し練習をする。販売事業者などが行なう運転講習会に参加する。
- ③ 取扱説明書に従って日常点検をする。
- ④ バッテリーの残量は必ず確認する。道路などの横断途中で立ち往生すると大変危険です。
- ⑤ 脱輪や転倒の危険を避けるため、道路の端に寄り過ぎない。
- ⑥ 砂利道、滑りやすい場所、舗装されていない道では使用しない。

問い合わせ  
**本生活課** ☎(62)7126

## 中小企業主の皆さんへ 中退共は退職金づくりをサポートします

中小企業退職金共済（中退共）制度は、中小企業で働く従業員のための外部積立型の国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇など、有利な特典もありますのでぜひ利用してください。

### 問い合わせ

（独）勤労者退職金共済機構  
 中小企業退職金共済事業本部  
 ☎(3436)0151  
<http://chutai-kyo.taisyokukin.go.jp/>

## 【平成22年9月中の交通事故状況（人身事故）】

	発生件数	死亡者	負傷者
9月中	46件	2人	60人
当年累計	381件	4人	498人
(前年同月比)	-16件	1人	-45人

## ● 10月の人口 ●

10月1日現在（ ）内は前月との比

**117,347人 (+119)**

男 58,273人 (+38)

女 59,074人 (+81)

世帯 44,094戸 (+84)

出生 103人 / 死亡 82人

転入 377人 / 転出 279人

平成17年国勢調査をもとに算出しています。

## 住民票・印鑑登録証明書を取るときは 証明書自動交付機が便利です

稼働日 毎日（年末年始を除く）  
 稼働時間 午前8時30分～午後9時  
 設置場所 本庁舎、西那須野庁舎  
 手数料 200円 / 1通  
 持参するもの 暗証番号を登録した  
 「印鑑登録証 市民カード」  
 問い合わせ **本市民課** ☎(62)7132  
**函市民福祉課** ☎(37)5102

夜9時まで  
 取れて  
 うれしい!



# 募集

## 歳末たすけあい募金 配分申請受け付け開始

### 対象

経済的に困窮しているながらも生活保護は受けずに自力で生活し、世帯員が生活維持に努力していることが認められる世帯

### 申込期間

10月20日(水)～11月7日(日)

### 申し込み

各地域担当の民生委員へ

### 問い合わせ

社会福祉協議会本所

☎(37)5122

なお、申請しても審査の結果配分できない場合もありますので、ご了承ください。

栃木県メールマガジン  
とちぎフレッシュ情報  
「つぎつぎ」とちぎ  
メール」読者募集

県からのお知らせや地域のイベント・グルメ情報など、県内外のフレッシュな情報を毎月1日と15日の2回、登録された電子メールアドレスにお届けします。  
登録は無料です。ぜひ利用してください。

登録はこちらから

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/merumaga/>

※携帯電話やPHSには対応していません。

### 問い合わせ

県広報課

☎028(623)2164

## 県北産業技術専門学校 訓練生(電気設備科)

### 訓練期間

12月6日(月)～

来年11月30日(水) (1年間)

### ところ

県立県北産業技術専門学校

(那須町高久甲5226-24)

### 対象

求職活動または、新たな職業に就こうとしている人

### 定員

5人

授業料 無料(教材費や資格試験受験料が別途必要)

### 申込期限

10月29日(金)

### その他

11月12日(金)に入校選考試験(適性、面接ほか)を行います

### 申し込み

最寄りの公共職業安定所

### 問い合わせ

県立県北産業技術専門学校

### 問い合わせ

☎(64)4000

# 研修会・講座・試験

## 陶芸教室

### とき

11月6日(土)、7日(日)、21日(日)、24日(水)、12月19日(日)、21日(火)

(全6回)

午後1時30分～4時30分

※時間は日により変更があります。

### ところ

南公民館

### 定員

20人

※全日程出席できる人。

内容 陶器の作成

参加費 1500円(材料代)

申し込み・問い合わせ

南公民館 ☎(36)7341

## 市営住宅入居者募集

募集团地	構造	戸数	間取り	家賃
黒磯	稲村	1	3DK	20,700～40,600円
	若松	2		17,200～33,800円
	磯原	1		15,400～30,300円
	錦	1		14,200～28,000円
	下厚崎	1		13,800～27,100円
	鍋掛	1		11,100～11,600円
西那須野	畑中	1	2DK	7,400～12,400円
塩原	福美	1		9,200～18,000円
関谷	親和	2		9,900～19,900円

- ・稲村、若松、磯原、錦、下厚崎、鍋掛は親族2人以上の世帯が対象です。
- ・畑中、福美、親和は、単身世帯(配偶者がなく、昭和31年4月1日以前に生まれた人に限る)でも申込可能です。
- ・家賃は、世帯収入などに応じて、記載の範囲内で決定します。
- ・入居に当たっては各種要件がありますので、必要書類とあわせて必ず事前に確認してください。
- ・応募者が募集戸数を超えた場合は抽選で入居者を決定します。
- ・鍋掛、畑中、福美、親和は風呂釜および浴槽は自己設置です。

受付期間 11月8日(月)～12日(金) 午後5時15分締め切り  
 申込方法 申込書に必要な書類を添えて、下記へ提出してください(各支所・出張所では申し込みできません)  
 申し込み・問い合わせ ☎都市整備課 ☎(62)7162

## 11月の納税

11月30日が納期限です

- 国民健康保険税、
  - 後期高齢者医療保険料 第5期
  - 介護保険料 第4期
- ～納税は便利な口座振替で～

## 市民公開講座

とき

11月6日(土)  
午後2時～4時

ところ

那須野が原ハーモニール交流ホール

定員 120人

※定員になりしだい締め切り。

内容

①「増え続ける大腸癌・治療の現状と腹腔鏡手術(きずの小さな手術)について」  
講師 細田桂氏(大田原赤十字病院 第四外科 部長)

②「栃木県の緩和ケアの現状と県立がんセンター緩和医療部の役割」  
講師 三宅智氏(栃木県立がんセンター 緩和医療部 副部長)

入場料 無料

申し込み・問い合わせ

大田原赤十字病院  
がん診療対策推進室  
☎0287(23)1122

毎週火曜

午後7時30分～9時30分

ところ

くろいそ運動場 体育館

対象

市民および市内勤務者(学生含む)

内容

初心者を対象としたバドミントン指導(基礎打ちから練習試合まで)

参加費 2000円

申し込み・問い合わせ

那須塩原市バドミントン協会  
黒磯支部事務局(阿部)  
☎(62)4188

## 認知症予防講座

とき

11月18日(木)  
午後2時30分～4時

ところ

シニアセンター

定員 25人程度

内容

「認知症予防や老後の過ごし方」  
講師 見川泰岳氏  
(見川医院院長)

参加費 無料

申し込み・問い合わせ

シニアセンター  
☎(73)2210

11月9日～12月21日

## バドミントン教室(初級)

とき

## ◆◆ 県北産業技術専門校 向上訓練 ◆◆

県北産業技術専門校では、在職者を対象に現在または今後の職務に必要な専門知識の習得や技能の向上などを目的とした、短期間の訓練講座を開設しています。詳しくは県立県北産業技術専門校へお問い合わせください。

コース名	とき	定員	受講料	申込期限
マシニングセンタープログラミングの基礎	11月8日(月)・9日(火)	10人	3,430円	11月1日(月)
データベースソフトの活用(Access編)	11月9日(火)・10日(水)	10人		11月1日(月)
半自動溶接	11月9日(火)～11日(木)	10人	4,820円	11月1日(月)
第1種電気工事士試験準備講習(実技)	11月17日(水)～19日(金)	10人		11月10日(水)

※時間はすべて午前9時～午後4時。

申し込み・問い合わせ 県立県北産業技術専門校 ☎(64)4000 HP <http://www.tochigi-nasuit.ac.jp/>

## ◆◆◆ 田舎ランド鳴内 12月の体験活動・教室 ◆◆◆

※各教室で使用する材料費は自己負担です。

事業名	とき	定員	内容	受付開始日
手打ちうどん教室	4日(土) 午前9時30分から	20人	うどん粉500gを打ちます	募集中
木工工作教室	5日(日) 午前9時30分から	20人	自然の素材を使ったクリスマスリースを作ろう	募集中
手打ちそば教室	18日(土) 午前9時30分から	20人	おいしい手打ちそばを作ろう	募集中
パン教室	23日(木・祝) 午前9時から	12人	クリスマス用デコレーションケーキを作ろう	11月9日(火)
正月飾り教室	25日(土)	各日 30人	ミニ門松作り	募集中
	26日(日)		玄関飾り作り	

施設の貸し出しも行っています。子ども会育成会や総合学習、自主グループなどの活動の場としても利用できます。

申し込み・問い合わせ 田舎ランド鳴内 ☎(68)7006 (ゆ～バス「湯宮線」田舎ランド前下車)

平成22年度  
子育てセミナー

とき

11月18日(木)  
午前10時～11時30分  
※受け付けは午前9時30分  
から。

ところ 三島ホール

内容 「親の表現力で子どもを開花  
させるコーチング」

講師 江藤真規氏  
(生涯学習開発財団  
認定講師)



参加費 無料  
申し込み

①小・中学校の保護者  
各小・中学校へ申し込む  
②その他  
生涯学習課へ申し込む  
問い合わせ

生涯学習課  
☎(37)5364

手話体験学習会  
手話でおしゃべり  
しませんか

気軽に手話を体験したい人、  
初心者を対象とした体験学習  
会です。

とき

11月18日～12月16日  
毎週木曜(全5回)

午後7時30分～9時  
健康長寿センター

定員 30人  
参加費 300円  
申込期限 11月12日(金)

主催 手話サークル「つばさ」

申し込み・問い合わせ  
社会福祉協議会本所

☎(37)5122

そば打ち教室

新そば粉を使い、ベテラン  
講師が丁寧に指導しますので、  
初めての人も気軽に参加し  
てみてください。

とき

11月27日、12月4日・11日  
の土曜

※すべて午前10時から。

ところ

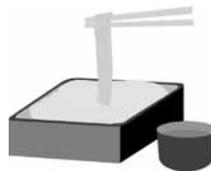
板室自然遊学センター

定員 各日16人

参加費 500円  
講師 高林麺道楽  
申込開始日  
11月1日(月) 午前10時から  
※土・日曜も受け付けます。

申し込み・問い合わせ  
板室自然遊学センター

☎(69)0231



介護ボランティア  
養成講座

とき

12月8日～22日の  
毎週水曜(全3回)

午後1時30分～4時  
健康長寿センター

ところ 健康長寿センター

対象 市民

定員 20人

内容 高齢者などの心と体の理解、  
外出介助方法および外出支  
援体験などの実技

参加費 無料

申込期間

11月1日(月)～15日(月)

申し込み・問い合わせ  
社会福祉協議会本所

☎(37)5122

催し

とちぎ県北若者  
サポートステーション  
出張相談(無料相談)

就職をしていない若者のた  
めの出張相談を実施します。

とき

毎月第4金曜

午前10時～午後4時

ところ 黒磯駅前商店街  
「カワツタ屋」(本町6-29)

対象

15歳から概ね39歳の無業者  
およびその保護者

内容

キャリアアカウンセラーによ  
るカウンセリング

問い合わせ

NPO法人キャリアコーチ  
(二区町105-89)  
☎(47)5200

環境企画展

那須塩原市に生息・生育す  
る希少な野生動物植物を、写真  
で紹介いたします。

とき/ところ

①10月22日(金)～11月7日(日)

午前9時～午後4時30分

塩原温泉ビジターセンター

※休館日 毎週火曜。

②11月9日(火)～23日(火・祝)  
午前10時～午後3時  
板室自然遊学センター  
※期間中の休館なし。

③11月25日(木)～12月9日(木)  
午前10時～午後5時  
日新の館

※休館日 毎週月曜。

④12月11日(土)～26日(日)

午前9時～午後5時

那須野が原博物館

※休館日 毎週月曜。

入場料 無料

問い合わせ

環境管理課  
☎(62)7193

6年ぶりに  
市場祭りを開催します

とき 11月7日(日)

午前9時～午後1時

ところ

黒磯那須公設地方卸売市場

内容

水産物・果実・花木の即売  
と地場野菜の卸売り

・とん汁サービス(午前11  
時から)

・お楽しみ抽選会(正午から)

問い合わせ

黒磯那須公設地方卸売市場

☎(63)5555

## 合併5周年記念 産業振興大会

とき 11月10日(水)  
ところ 黒磯文化会館

養成講座」を7月より行なってきた。その講座受講生たちのガイドお披露目として、「まち歩きガイドツアー」を実施します。

とき 11月13日(土)

午後1時～3時

・午前11時から  
「那須塩原ブランド」認定(予定)品や市内農産物・工業製造品の展示・商談・試食会

・午後1時から  
ブランド認定品・ブランドマーク認定式

・午後1時50分から  
パネルディスカッション

・午後3時から

講演会「日本経済のゆくえ」  
講師 金子勝氏(慶應義塾大学経済学部教授)

入場料 無料

問い合わせ

那須塩原市農観商工連携推進協議会(因農務畜産課内)

☎(62)7147

## 塩原温泉 観光マイスター学院 まち歩きガイドツアー

塩原温泉観光マイスター学院では、塩原温泉の魅力を自分の言葉で多角的に紹介できる人材育成として「伝える人

## 精神保健福祉 クリニック(予約制)

「こころの悩み」について、気軽に相談してください。

とき 11月10日(水)、12月24日(金)

両日とも午後1時から

ところ 県北健康福祉センター  
(大田原市住吉町2-14-9)

対象

・精神疾患で悩んでいる人  
・アルコール・薬物で悩んでいる人

・認知症で悩んでいる人  
・人との関わり方で悩んでいる人

・思春期のことで悩んでいる人

ほか

※本人以外に家族でも可。

内容 精神科医師、保健師による 相談

申し込み・問い合わせ

県北健康福祉センター

☎0287(22)2259

## 平成22年度なよう祭 (交流学习発表会)

とき 11月20日(土)

午前9時30分～

午後3時10分

ところ 那須特別支援学校

(下永田8-7)

## 那須野が原公園「緑の相談所」催しもの

行事名	とき	ところ	
第8回栃木花蓮写真展	11月3日(水・祝)～10日(水)	緑の相談所 展示ホール (入場：無料)	
春蘭柄物・寒蘭展	11月13日(土)・14日(日)		
栃木県北合同臈月秋季展	11月19日(金)～21日(日)		
水墨画展	11月26日(金)～28日(日)		
那須連峰の花写真展	11月30日(火)～12月7日(火)		
講座	写真教室Ⅰ	11月6日(土) 午前10時～午後3時	緑の相談所 講習室 ※電話で申し込み可。
	写真教室Ⅱ	11月20日(土) 午前10時～正午	
	竹工芸Ⅰ	11月12日(金) 午前9時～正午	
	竹工芸Ⅱ	11月19日(金) 午前9時～正午	

問い合わせ 那須野が原公園緑の相談所 ☎(36)1220

内容

- ①児童生徒の演技発表
- ②児童生徒・PTAの作品展
- ③中学部の作業実演および製品販売、イベント
- ④高等部各作業学習班の製品販売
- ⑤PTAおよび同窓生と親の会バザー
- ⑥福祉施設などの食品販売

問い合わせ 県立那須特別支援学校  
☎(36)4570  
FAX(37)5488

## 夜間・休日の水道修繕連絡先

夜間および土・日曜、祝日の水道漏水工事は、次に連絡をしてください。

【連絡先】

・鳥野目浄水場

☎0287(62)0229

・千本松浄水場

☎0287(36)3145

問い合わせ 函水道施設課 ☎(37)5213

# 各種相談

※すべて無料です。

本庁舎(黒磯)

西那須野庁舎

塩原庁舎

各種相談

※市内は、市外局番0287を省略しています。

相談名	と き	ところ	問い合わせなど
人権相談 行政相談 移動県民相談	人権相談 11月4日(木) 午前10時～午後3時	いきいきふれあいセンター2階 相談室	<ul style="list-style-type: none"> <li>●行政相談、移動県民相談 国、県、市など行政の仕事に対する意見や要望</li> <li>☎秘書課 (62)7109</li> <li>●人権相談 人権保護などに関する相談</li> <li>☎社会福祉課 (62)7135</li> <li>☎市民福祉課 (37)6231</li> <li>☎総務福祉課 (32)2912</li> </ul>
	行政相談 11月10日(木) 午前10時～午後2時	いきいきふれあいセンター2階 相談室	
	人権相談・行政相談・移動県民相談 11月18日(木) 午前10時～午後3時	健康長寿センター2階 娯楽室	
	人権相談・行政相談 11月24日(木) 午後1時～3時	ハロープラザ	
ふれあい相談 (悩みごとや心配ごとの相談)	毎週月曜 午後1時～3時	いきいきふれあいセンター2階 相談室	社会福祉協議会黒磯支所 ☎(63)3868
	11月9日(火)・24日(水) 午後1時～3時	健康長寿センター相談室	社会福祉協議会本所 ☎(37)5122
	11月24日(水) 午後1時～3時	ハロープラザ	社会福祉協議会塩原支所 ☎(32)5216
弁護士による 法律相談 <b>予約制</b> (各日先着18人)	12月7日(火) 午後1時30分～4時30分	いきいきふれあいセンター2階 相談室	※11月1日(月)から受付開始。 社会福祉協議会黒磯支所 ☎(63)3868
	12月4日(土) 午後1時30分～4時30分	健康長寿センター	※11月1日(月)から受付開始。 社会福祉協議会本所 ☎(37)5122
	12月21日(火) 午後1時30分～4時30分	ハロープラザ	※12月1日(水)から受付開始。 社会福祉協議会塩原支所 ☎(32)5216
法律相談 <b>予約制</b>	11月20日(土) 午前10時～午後3時	西那須野公民館	県司法書士会による法律相談 県司法書士会 ☎028(614)1122
こころの相談 <b>予約制</b>	11月5日(金) 午後1時～5時	西那須野保健センター	NPO 法人栃木県カウンセラー協会による相談 ☎社会福祉課 (62)7026
	11月19日(金) 午後1時～5時	黒磯保健センター	
少年相談	月～金曜 午前9時～午後4時 ※祝祭日を除く。	青少年センター (☎生涯学習課内)	小・中学生や青少年に関する相談 ☎青少年センター (37)5925
教育相談	月～金曜 午前8時30分～午後5時 ※祝祭日を除く。	☎学校教育課	いじめ、不登校など学校生活で悩みを抱える児童・生徒・保護者に関する相談 ☎学校教育課 (37)5349
	児童生徒サポートセンター 適応指導教室 月～金曜 午前9時～午後4時 ※祝祭日を除く。	黒磯地区 ふれあい 西那須野・塩原地区 あすなる	児童生徒サポートセンター(ふれあい) ☎(63)8526 あすなる ☎(36)6989
子育て相談 家庭児童相談	月～金曜 午前8時30分～午後5時 ※祝祭日を除く。	子育て相談センター	0～18歳の子どもの悩みに関する相談 子育て相談センター ☎(64)3724
消費生活相談 <b>巡回相談は予約制</b>	常設 月～金曜 午前8時30分～午後5時 ※祝祭日を除く。	消費生活センター	商品の購入、サービスの利用、契約に関するトラブル、多重債務など、消費生活全般に関する相談 ※巡回相談の予約は前日まで。 消費生活センター ☎(63)7900
	巡回 11月12日(金)、26日(金) 午前10時～午後3時	西那須野庁舎 108会議室	
	巡回 11月18日(木) 午前10時～午後3時	ハロープラザ	
労働社会保険に関する相談 <b>予約制</b>	11月10日(水)・17日(水) 午後1時30分～4時30分	県社会保険労務士会館 (宇都宮市)	事業主や勤務者が対象 ※相談日の2日前までに予約。 県社会保険労務士会 ☎028(647)2028
不動産相談	11月22日(月) 午前10時～正午、午後1時～3時	県不動産会館県北支部 (黒磯文化会館前)	県宅建協会県北支部 ☎(62)6677
公正証書の相談 <b>予約制</b>	11月24日(水) 午前10時～正午	大田原地域職業訓練センター	遺言の公正証書、土地建物や金銭の貸借、離婚給付、任意後見契約などの相談 大田原公証役場 ☎0287(23)0666

## 博物館フェスタ 2010 開催

10月30日(土)・31日(日)・11月3日(水・祝)

※期間中展示観覧料無料  
11月1日(月)は休館です。

### ●展示おもしろクイズ

とき 10月30・31日、11月2・3日  
午前9時30分～午後4時

### ●博物館関連団体活動展示

とき 10月19日(火)～11月14日(日)

### 10月30日(土)

#### ●フェスタ映画会「ナイトミュージアム2」

とき 午前9時30分～

#### ●特別講演会

「インダス文明と南アジアの古代文明」

とき 午後1時30分～3時30分

講師 上杉彰紀氏 (総合地球環境学研究所)

定員 70人 (定員になり次第締め切り)

申し込み 博物館へ

#### ●ギャラリーコンサート「ジャズの夕べ」

演奏者 アキラ guitar feat. Tenko

とき 午後7時～

### 10月31日(日)

#### ●フェスタ見学会

「那須野が原の水を求めて」

とき

午前8時30分～午後3時30分

コース 深山ダム、水管理センター、那須疏水探訪の小径、出釜湧水地、板倉、水元神社湧水地、墓沼用水、乃木清水など

定員 30人 (定員になり次第締め切り)

申し込み 博物館へ



### ●ものづくり体験

#### ①まが玉

とき 午前9時30分～  
(受け付け午前9時25分まで)

#### ②ミンミンゼミ

とき 午前9時30分～、10時30分～

#### ③折り紙 (お手玉・小物入れ・紙飛行機2種)

とき 午後1時30分、  
2時30分、3時30分

#### ④はたおり

とき 午前9時30分～午後4時  
(受け付け午後3時30分まで)

### ●リレー講演会

第1部 午後1時30分～「江戸時代の那須与一」

第2部 午後2時50分～「ほととぎす不如歸雑感」



### 11月3日(水・祝)

#### ●一品販売・フリーマーケット

古書市、農作物直売、家庭用品、カレーライスなど

とき 午前9時～午後4時

#### ●よくばり親子体験チャレンジ

とき 午前9時30分～午後4時  
(受け付け午後3時まで)

内容 えんぴつストラップ、かざぐるま、折り紙ちょうちよ、恐竜の爪レプリカ、うぐいす笛

#### ●制作土器の野焼き

とき 午後12時30分～



### 企画展 12月12日(日)まで

#### 那須をとらえるー地域研究者からの発信ー



日光塩原御案内



大田原家行列図 (光真寺蔵)

### 11月の親子体験チャレンジ

とき	テーマ	材料費	定員
11月21日(日)	よく飛ぶ竹トンボを作ろう	100円	30人
11月28日(日)	シノデッポウを作ろう	100円	40人

時間 午前10時から

(受け付け午前9時30分～55分)

ところ 博物館研修室

地域振興文化活動育成事業

## ハーモニーホール フェスティバル

入場には整理券が必要です。

整理券はハーモニーホールのみでの配付となります。

### 11月8日(月)入場整理券配付

#### ●ハーモニーライブ クラシッケー

12月12日(日)／午後3時30分開演／交流ホール

出演 トーノ・リコーダ・アンサンブル、アンサンブルcozy

#### ●エレキ・サウンド&合唱

12月15日(水)／午後6時30分開演／第1ギャラリー

出演

第1部：那須野が原青少年少女合唱団、ヴォーカルアンサンブルAya Concerto、綾声会合唱団

第2部：ザ・レッド・ラビッツ

#### ●フラダンス&アルプスホルン

12月16日(木)／午後6時30分開演／第1ギャラリー

出演

フラダンスグループ、ユング・アイベックス

### 11月22日(月)入場整理券配付

#### ●イルミネーション&クリスマス・コンサート 邦楽・洋楽カバー、フォークソング、ジャズ

12月21日(火)／午後6時30分開演／喫茶ラウンジ

出演 coco blue、ever boy、LOVE4

#### ●イルミネーション&クリスマス・コンサート ゴスペル、クラシック、ポップス

12月22日(水)／午後6時30分開演／喫茶ラウンジ

出演

JJ and Friends(ゴスペル)、弦楽カルテットグループ(クラシック)、国際医療福祉大学(クラシック)、那須塩原市国際交流協会バンド(ポップス)



昨年のコンサートの様子

チケット好評発売中

## グレン・ミラーオーケストラ 2010

12月7日(火) 午後6時30分開演／大ホール

指定席 S席 5,000円(友の会 4,500円)

A席 4,000円(友の会 3,600円)

※未就学児は入場できません。

## 那須野が原ハーモニーホール 喫茶ラウンジ・ホールバー出店募集 募集条件

### ①出店募集施設

那須野が原ハーモニーホール内喫茶ラウンジ、ホールバー

### ②出店募集事業者…1社

※出店申込者多数の場合は選考の上、出店事業者を決定します。

### ③出店時期 12月1日(水)

申込期間 10月21日(木)～31日(日)

※申込用紙は那須野が原ハーモニーホールにあります。

### 申し込み・問い合わせ

那須野が原ハーモニーホールまで

友の会優先電話予約	11月4日(木)	午前9時から
チケット発売	11月6日(土)	午前9時から
一般電話予約	11月8日(月)	午前9時から

## ハーモニー寄席 三遊亭好楽・三遊亭王楽親子会 ゲスト堺すずむ

2月6日(日)／午後2時開演／大ホール  
指定席 3,000円(友の会2,700円)



三遊亭好楽

三遊亭王楽

堺すずむ

※未就学児は入場できません。

## 黒磯文化会館 ☎0287(63)3219

詳しくは

## 栃木県高等学校文化連盟 県北地区演劇研究大会

10月30日(土)・31日(日)

両日とも午前9時40分～／大ホール

参加予定校 黒磯南高校、那須清峰高校、那須拓陽高校、大田原女子高校、黒羽高校、矢板東高校、さくら清修高校、烏山高校

入場料 無料

## 臨時休館のお知らせ

11月3日(水・祝)は臨時休館となります。



# 11月の保健

## ◆各保健センターの連絡先

黒磯保健センター ☎0287(63)1100

西那須野保健センター ☎0287(38)1356

☎http://www2.city.nasushiobara.lg.jp/hokencenter/

## 休日当番医

※かかりつけ医(日ごろ相談している医師)を持ちましょう。

※病気にかかったなと思ったら、昼間のうちに病院などで受診しましょう。



## 昼間

診療時間：午前9時～午後5時

※事前に医療機関に電話をして受診しましょう。

## 夜間

科目：内科、小児科

※保険証、診療費を持参してください。

診療日	黒磯地区(那須町を含む) 西那須野・塩原地区	
3日(水・祝)	緑の杜クリニック[大原間西] 鈴木内科医院[下永田]	☎(67)3339 ☎(36)1232
7日(日)	三森医院[宮町] 原内科小児科医院[西原町]	☎(62)1095 ☎(36)0732
14日(日)	河島医院[那須町] 大原クリニック[東三島]	☎(75)0030 ☎(37)1133
21日(日)	なすのクリニック[共墾社] 西那須野内科循環器科クリニック[永田町]	☎(60)5211 ☎(36)1100
23日(火・祝)	柄沢医院[那須町] みどりクリニック[一区町]	☎(64)0311 ☎(37)8231
28日(日)	中川医院[黒磯幸町] みずぬまクリニック[東三島]	☎(62)0040 ☎(39)1581

## 黒磯那須地区休日等急患診療所

☎0287(63)1100

診療時間 午後7時～10時  
診療日 毎週日・月・木・金・土曜、3日(水・祝)、  
23日(火・祝)  
ところ 黒磯保健センター(黒磯小学校前)

## 大田原市休日等急患診療所

☎0287(23)6500

診療時間 午後6時30分～9時30分  
診療日 毎週日・火・水曜  
ところ 大田原市保健センター

## 小児救急電話相談

### ■とちぎ子ども電話相談

毎日 午後7時～11時 / ☎028(600)0099

### ■大田原赤十字病院電話相談

毎日 24時間対応 / ☎070(6571)8537

※診断などの医療行為は行いません。

## 予防接種を受けましょう！

### ポリオ予防接種

対象 生後3カ月～7歳6カ月未満で、初めてまたは1回のみ接種の乳幼児

持参するもの 母子健康手帳、予診票

受け付け 午後1時～1時45分(番号札順)

※番号札は午前11時55分から配布しますが、必ずしも番号札を取りに来る必要はありません。

注意 当日は、お子さんの体調をよく知っている保護者が連れてきてください。

とき	ところ
11月10日(水)	西那須野保健センター
11月19日(金)	黒磯保健センター

### 高齢者の肺炎球菌予防接種

対象 予防接種の接種日に満70歳以上の人で、過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがない市民

助成回数 1回 助成金額 3,500円

接種場所 市予防接種協力医療機関(事前予約制)

### 麻しん・風しん混合予防接種

種類	対象者
第2期	平成23年4月に小学校へ入学する者 (平成16年4月2日～17年4月1日生)
第3期	中学1年生に相当する年齢の者 (平成9年4月2日～10年4月1日生)
第4期	高校3年生に相当する年齢の者 (平4年4月2日～5年4月1日生)

### ジフテリア・破傷風混合予防接種

第2期 小学6年生(平成10年4月2日～11年4月1日生)

接種期間 平成22年4月1日～平成23年3月31日

接種回数 上記接種期間内に1回

接種料金 無料 接種場所 市予防接種協力医療機関

### ○「愛の献血」にご協力を○

とき・ところ 11月11日(木) 西那須野庁舎3階

時間 午前9時50分～午後4時

問い合わせ 黒磯保健センター

## 11月の成人検診

すでに集団検診を申し込んでいる人には、検診日が近づきましたら「受診票」をお送りします。

医療機関検診を受ける場合は「受診券」が必要です。これから申し込む人は、各保健センターへ申し込んでください。随時受け付けてはいますが、すでに定員に達している日もあります。

特定健診の希望者は「特定健診受診券」と「保険証」を持参してください。

とき	内容	ところ
1日(月)	男女の日	塩原公民館
4日(木)	男女の日	西那須野保健センター
5日(金)	女性の日	黒磯保健センター
8日(月)	男女の日	

● 11月で集団検診は終了となります。  
申し込み・問い合わせ 各保健センター

## 11月の健康相談・食生活相談(成人)

健診の結果相談、食生活相談および心身の健康相談を実施します。(今までの健診結果や健康ファイルを持っている人は持参してください)

※食生活相談は予約制です。

とき	ところ	受付時間
1日(月)、9日(火)、19日(金)、29日(月)	西那須野保健センター	午前9時～11時
5日(金)	鍋掛公民館	午前9時30分～11時
8日(月)	東那須野公民館	午前9時30分～11時
14日(日)	黒磯保健センター	午前9時～11時 午後1時～3時
15日(月)	厚崎公民館	午前9時30分～11時
16日(火)	ハロープラザ	午前9時30分～11時
30日(火)	黒磯保健センター	午前9時～11時

申し込み・問い合わせ 各保健センター

## 子育て中の親のための・・・ 食育教室

育ち盛りの子どものための、簡単なバランスのとれた食事を作ります。実習をしながら、子どものための「食」の基礎づくりについて楽しく学びましょう。

とき 11月25日(木) 午前10時～午後1時30分

ところ 西那須野保健センター

対象 子育て中の親

定員 20人

内容 調理実習・試食・紙芝居

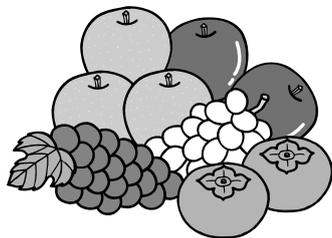
参加費 200円

その他 託児があります

主催 市食生活改善推進団体連絡協議会

申込期限 11月18日(木)

申し込み・問い合わせ 西那須野保健センター



## 30歳・35歳節目健診

30歳代は、健康的な生活スタイルを身につけていく時期です。健診を機会に、自分のからだと生活習慣を見直しましょう。

とき	ところ
11月11日(木)	黒磯保健センター
11月14日(日)	
10月28日(木)	西那須野保健センター
11月25日(木)	

対象 今年度中に

・30歳(昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれ)

・35歳(昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ)

内容

○健康診査(身体計測・血圧・血中脂質調査・肝機能検査・尿検査・腹囲・心電図・貧血検査)

○骨密度検診(女性のみ)

料金 健康診査：500円、骨密度検査：200円

その他 託児があります

申し込み・問い合わせ 各保健センター

第42回

まちのお医者さんからの  
健康アドバイス

このコーナーでは、市民の皆さんにあてた、健康や病気についてのアドバイスを紹介しています。



## 「歩くと足が痛くなったり、しびれたりする方へ」

国際医療福祉大学病院 心臓血管外科部長 村上 厚文

むらかみ あつbumi  
村上 厚文

## 1. 21世紀に取り組むべき病気は大きく二つあります

一つはなんと言っても“がん”です。遺伝子レベルでメスが入っており今後の研究成果が楽しみです。二つ目は血液の流れに支障を来たすために起こる病気、専門用語で“アテローム血栓症に起因する病気”といいます。難しい話ではなく、皆さん良くご存知の病気です。つまり頭の血管が詰まると脳梗塞、心臓の血管が詰まると狭心症や心筋梗塞というわけです。今日はその中でも足の血管（動脈）が詰まる病気、すなわち足の狭心症、梗塞に相当する話です。

## 2. 足の狭心症や梗塞に相当する“閉塞性動脈硬化症”

歩き始めは大丈夫でも、しばらく歩いているとこわばり、痛み、しびれ、脱力などの症状が出て歩けなくなります。しかし少し休むとまた歩ける症状を“間欠性跛行”といいます。その代表的病気を閉塞性動脈硬化症と言います。字のとおり動脈硬化が原因で血管が狭くなったり、閉塞したりします。安静でも冷えやしびれがある場合、初期症状のことも多いです。そう言えば、思い当たるぞという方も多いのでは。診断から治療法までかなり確立されたものになっていますので、近くのお医者さんに相談しましょう。治療は薬や運動療法とともに手術がありますが、最近は血管内手術という“切らない手術”で治せることも多いので臆せず診てもらおうことが大事です。

それでも放っておくと中には壊疽を来たして、切断という憂き目になりかねません。特に糖尿病やタバコを吸う方は要注意です。

## 3. もう一つの大事な病気

“間欠性跛行”を来たす病気は、またまた大きく二つあります。一つは血管性で、すでにお話した閉塞性動脈硬化症です。もう一つは腰部脊柱管狭窄症（きょうさくしょう）といい神経性です。背骨には脊柱管という穴があり、この中を脊髄（せきずい）という神経が通っています。加齢で変形し脊柱管が狭くなり、中の神経を圧迫する病気です。これらは治療法が異なるため、出来れば早めに診断を受けることが、より良い結果につながるのは当然でしょう。腰部脊柱管狭窄症では、前かがみになると症状が軽くなる特徴があります。自転車だと前かがみなので症状が出にくいのです。

## 4. 年のせいだとあきらめてはいませんか！

早期発見、早期治療が大事です。思い立ったらすぐに相談してみましょう。また、症状があるのに年のせいだとあきらめている方も多い様ですが、どの段階でも治療法はあります。少しでも良くする、進行を遅らせるといった考え方も大事です。より良い生活は、より良い歩行からです。

## 11月の乳幼児健康診査



## とき・ところ・対象

4か月児健診 平成22年7月生まれの乳児	
黒磯保健センター	25日(木)
西那須野保健センター	30日(火)
10か月児健診 平成22年1月生まれの乳児	
黒磯保健センター	26日(金)
西那須野保健センター	18日(木)
1歳6か月児健診 平成21年4月生まれの幼児	
黒磯保健センター	9日(火)
西那須野保健センター	19日(金)

2歳児歯科検診 平成20年10月生まれの幼児	
黒磯保健センター	17日(水)
西那須野保健センター	12日(金)
3歳児健診 平成19年10月生まれの幼児	
黒磯保健センター	10日(水)
西那須野保健センター	11日(木)

持参するもの 母子健康手帳、健康診査票

※3歳児健診は採尿したもの。

## 受付時間

・黒磯保健センター 午後1時～1時30分

※母子健康手帳・健康診査票は、午前11時50分から預かります。

・西那須野保健センター 午後1時～1時30分

※受付整理番号札は、午前11時55分に出します。

注 意 上記日程で受けられない場合は、事前に各保健センターへ問い合わせてください

問い合わせ 各保健センター

## 母親学級（予約制）

とき 11月2日(火) 午後1時30分～3時30分  
 ところ 西那須野保健センター  
 受け付け 午後1時15分～1時30分  
 対象 妊婦およびその家族  
 内容 「赤ちゃん和家人の健康のために」  
 その他 母子健康手帳を持参してください  
 申し込み・問い合わせ 各保健センター



## 育児相談

とき・ところ  
 11月12日(金) 黒磯保健センター  
 11月24日(水) 西那須野保健センター  
 受け付け 午前9時30分～11時、午後1時30分～3時  
 内容 お子さんの身体測定、保健師・栄養士による相談  
 その他 西那須野保健センターは事前に申し込みが必要です  
 問い合わせ 各保健センター



## 11月の子育てサロン

子育て中のお母さんや子どもたちの交流の場として、気軽に利用してください。

名称	ところ	期日	時間	問い合わせ (☎ 0287)
かるがもサロン	稲村公民館	10日(水)、22日(月)	午前10時～ 11時30分	子育て相談センター (64)3724
子育てサロン	厚崎公民館	※11月は休み。		
とようらキッズ	とようら公民館	4日(木)		
つくしっ子サロン	東那須野公民館	18日(木)		
なかよしひろば	いきいきふれあいセンター	毎週月～金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午 午後1時～4時	
にこにこ広場	たかはやし保育園	毎週水・金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午	たかはやし保育園 (68)0025
子育て支援室 「もこもこ」	友里かご保育園	毎週月～金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午 午後1時～3時	友里かご保育園 (62)1116 ※実費負担で各種教室を開催。
サンサンひろば	コメット保育園	毎週月・水・金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午 午後0時30分～ 2時30分	コメット保育園 (60)4150 ※内容により実費負担あり。 前日までに要予約。
子育てサロン	西那須野 保健センター	4日(木)、8日(月)、17日(水)、 22日(月)、25日(木)、26日(金)、 29日(月)	午前9時30分～ 11時30分	子育て相談センター (64)3724
		8日(月)、17日(水)、25日(木)、 26日(金)	午後1時～4時	
	大山公民館	10日(水)、24日(水)	午前9時30分～ 11時30分	
狩野公民館	1日(月)、29日(月)			
たんぽぽ	西公民館	毎週火曜※祝日は休み。		
にこにこルーム	三島公民館	5日(金)、19日(金)		
子育てサロン	西那須野公民館	12日(金)、26日(金)	午前9時30分～ 正午	西那須野公民館 (36)1143 ※参加費100円が必要。
子育てひろば	南公民館大広間	17日(水)	午前10時～正午	南公民館 (36)7341 ※月会費100円が必要。
子育て支援・にじ	ほし保育園	毎週月～金曜 ※祝日は休み。	午前9時30分～ 午後0時30分 午後1時～3時	ほし保育園 (37)0614 ※内容により実費負担あり。
子育てサロン	ひまわり保育園	毎週月～金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午 午後1時～5時	ひまわり保育園 (35)2226

※保育園で実施する場合、保育園の都合で実施日が変更になる場合があります。

# サンマのワイン煮

地産地消お料理レシピ



## 材料 (4人分)

- ・サンマ 2尾
- ・赤ワイン 200cc
- ④ { ・しょう油 大さじ1強
- ・砂糖 小さじ2
- ・水溶き片栗粉 (薄め) 大さじ1
- ・しょうが 適量
- ・ごぼう 150g

## 作り方

- ① ごぼうは皮をこそいで、たたきごぼうにする。長さ4~5cmにぶつ切りにし、水につけておく。
- ② しょうがは皮をむき繊維にそって薄切りにし、2~3枚重ねて針のように細かく切る。さっと水にさらしておく。
- ③ サンマは頭と内臓を除いて流水で洗い、4等分に切る。鍋に④を入れて煮立たせ、サンマとごぼうを入れ弱火で30分煮る。  
サンマとごぼうを取り出し、煮汁を細かいざるで濾し、鍋に戻す。煮立ったところに水溶き片栗粉を入れ、とろみをつける。
- ④ 器にサンマとごぼうを盛り、針しょうがをのせる。④のソースをかける。



サンマとごぼうは、落し蓋をしてじっくり煮込むと美味しいモ!!

紹介してくれた「にこにこクッキング」の皆さん



東那須野公民館自主グループ「にこにこクッキング」協力  
地元食材を使って楽しくクッキング

※「地産地消お料理レシピ」では、レシピを募集しています。紹介したい料理を掲載してみませんか。問い合わせ 本秘書課

寄稿

ちっちゃな自然みつけた!

IN 那須塩原 69

## ピオトープがトンボの楽園に!

台風が通過し、それまでの猛暑から、秋の風が感じられるようになった9月上旬。久しぶりに、クリーンセンターのピオトープの観察に出かけました。

ツクツクポウシの鳴き声のシャワーを浴びながら、遊歩道のカーブを曲がると、……ピオトープの上空をたくさん飛ぶトンボが飛びかっています。8月上旬に来た時には、異常な暑さのためか、昨年よりトンボの数が少なく心配しましたが、この日は、水面近くをいろいろな「赤とんぼ」が飛びまわり、その上を大型のオオルリボシヤンマが、自分の縄張りを主張するかのよう、ゆうぜんと滑空していました。まさに、ピオトープが、トンボの楽園になっています。

ホッと、胸をなでおろし、立ち上がろうと、足元の石に目をやると、ニホントカゲの赤ちゃんが、日光浴の真っ最中。驚かさぬようにピオトープを後にしました。

(あきお)



トンボの楽園  
ピオトープ



こんな  
赤トンボも!