

広報なすしおばら

NASUSHIOBARA Newsletter

9 / 5

September 2015 No.257



広がれ! オレンジリング



実母が認知症に
一人暮らしをする実母が気に入り、平成14年から仕事の行き帰りに実家に寄って見守りをしていました。もの忘れや同じことを何度も繰り返すようになり「あれ、おかしいな？」と心配になったのは17年のころ。その後このような状態が続いたので、19年に病院のもの忘れ外来を受診させました。診断の結果は、軽度認知障害。医師と相談し薬は服用せず、介護保険のデイサービスを利用するようにしました。

家族の想い…介護者へのインタビュー



月井貴美代さん
(材木町在住)

今までできたことができなくなる焦り、いら立ち、不安、自尊心の傷つき。これらからくる暴言や暴力。病気に悲しみ、苦しんでいるのは認知症の本人であり、その家族です。認知症の実母と義母。長年2人を介護している月井さんが、これまでの介護生活を語ってくれました。

「認知症を病気として受け入れ、周りの助けを借りること。そうすることで心がずっと楽になった」

そんな時に事件が起きました。「お母さんを保護している」と警察から電話があり、迎えに行ってみると、そこには疲れ果てた母が。本人に話を聞いてもパニックで何も答えられず、持っていた財布や家の鍵もなくしていました。「林へ向かって高齢者が1人でさまよっている」と住民から通報があり保護した」と警察官から話を聞きました。「まだ大丈夫だろう」と思っていた私にとって、この事件はショックでした。本人もガックリきたのではないでしょう。それから「また迷子になったらどうしよう」と心配する日々。認知症も徐々に進行して、この時が一番つらい葛藤の時期でした。

二重の介護生活がスタート
21年、今度は一緒に暮らす義母がアルツハイマー型認知症になりました。ここから私の二重の介護生活が始まりました。幸いなことに、夫が定年退職していたので義母は夫が、実母は私が中心となり介護することに。しかし、夫は大変です。私は実母の介護を通して認知症に対する知識がありましたが、夫はそうではありません。耳が遠く意思疎通のうまくできない義母と口論になることもしばしば。夫が優しく接してもなかなか伝わらない。この葛藤は今も続いています。

皆さんに伝えたいこと

私の経験上、大切な人が認知症になったとき、最初の感情は「驚き」です。次に認めたくない気持ちから「否認」し、お互いが思い通りにいかないジレンマからくる「葛藤」。その葛藤を乗り越え、ようやく前を向いて進める状態が「受容」。「受容」の第一歩は、認知症を病気として受け入れることです。そして周りの助けを上手に利用すること。そうすることで心がずっと楽になります。

認知症になっても感情がなくなるわけはありません。今でも楽しいことがあると母は笑ったり、喜んだりしています。人生はまだまだこれからです。



大切な人のちょっとした言動の変化「もしかしたら認知症の兆候かも？」いち早く気付いてあげられるのは、一番身近にいる家族かもしれない…

認知症…あなたは大丈夫？

～認知症を知る・防ぐ・支える～

国が公表している認知症施策推進総合戦略(通称「新オレンジプラン」)では、認知症の人は平成24年で462万人、軽度認知障害^{*}の人は400万人いるとされています。65歳以上の人の4人に1人が、認知症かその予備群ということになります。しかし、これほど身近な病気であるにもかかわらず、認知症は正しく理解されていることが少ないようです。

9月21日は「世界アルツハイマーデー」、9月21日から10月4日までは栃木県の「認知症普及啓発週間」。この機会に認知症について正しく理解し、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすために、自分に何ができるか考えてみませんか。

※軽度認知障害とは

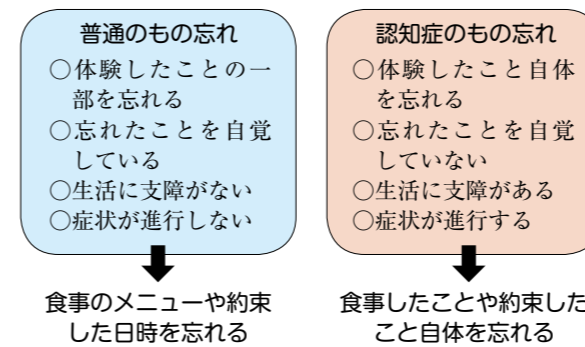
もの忘れなどの認知力が同年代のレベルよりも低下しているものの日常生活に支障をきたしていない状態。簡単に言うと、認知症と生理的老化現象の中間で、認知症予備群と呼ばれるものです。

認知症を知る

認知症って何？

「夕食に何を食べたのか思い出せない」
このような単なるもの忘れは、老化現象によるもので誰にでも日常的にあります。一方、認知症は「病気」であり、単なるもの忘れではありません。
(図1参照)

図1：普通のもの忘れと認知症のもの忘れの違い



アルツハイマー型認知症

原因：脳細胞にタンパクがたまることにより脳が縮んでいくこと。このタンパクは誰にでもたまる
症状：記憶障害や物盗られ妄想

前頭側頭型認知症(ピック病)

原因：脳の前頭葉と側頭葉という部分が縮んでいくこと。縮んでいく原因は明らかにされていない
症状：人格や性格が極端に変わり、進行すると非社会的な行動(万引きなど)を起こす

脳血管性認知症

原因：脳梗塞、脳出血などにより細胞に栄養や酸素が行かなくなり、細胞が死んだり働きが悪くなること
症状：記憶力、集中力、考える力が低下する。抑うつ状態を起こしやすい

レビー小体型認知症

原因：レビー小体と呼ばれる特殊なタンパクが脳内に出現すること
症状：幻視、小刻み歩行、手足の震え、筋肉のこわばり(記憶障害は目立たない)

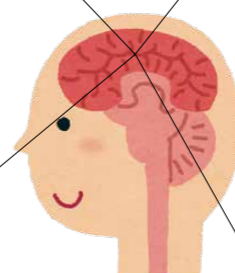


図2：代表的な4つの認知症

認知症の原因と症状
一口に認知症と言っても、その原因や症状などいろいろ。中にはもの忘れが目立たない認知症もあります。ここで代表的な4つの認知症を紹介いたします。
(図2参照)

Topics もっと知りたい人のために

認知症啓発パネル展を開催します

認知症の正しい理解と予防、本市の認知症に対する取り組み、相談先を紹介する「認知症パネル展」を開催します。ぜひ来てください。

▶とき 9月24日(木)～10月2日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※土・日曜は除く。

▶ところ 市役所本庁舎1階市民室

▶問い合わせ

☎高齢福祉課

☎0287(62)7327

認知症の人と家族への援助をすすめる 第31回全国研究集会 in とちぎ

▶とき 10月4日(日)午前9時30分～午後4時

▶ところ 県総合文化センター大ホール
(宇都宮市本町1-8)

▶内容 ○講演「私らしく、地域で暮らしていくために～在宅医の立場から～」

講師：高橋昭彦氏(ひばりクリニック院長・認定NPO法人うずりん理事長)

○事例発表、シンポジウムなど

▶参加費 一般2,000円、学生1,000円(資料代)

▶申し込み・問い合わせ

公益法人 認知症と家族の会栃木県支部

☎028(667)6711

認知症を 防ぐ

身近な病気である認知症。「どうすれば認知症になりにくいのか」ということが最近少しずつ分かってきました。ここでは、認知症にならないために普段から心掛けたらいい4つのポイントを紹介いたします。

① 脳を鍛える・脳トレ

脳には、記憶する・言葉を話す・物事の善悪を判断するなど多くの機能があり、これらを認知機能と言います。認知症の予防には、認知機能の低下を防ぐことが重要です。そのためには若い時から意識して脳を働かせることが有効で、その方法の1つに脳トレというものがあります。

脳トレは、難しい問題を解いたりするわけではなく、簡単な生活の一部として取り入れ、続けることが大切です。

【脳トレの例】

- 音楽を聴く・歌う
- 読み書きをする
- コミュニケーションを積極的に図る
- 昔の思い出話をする（回想法）

この中でも特に回想法が効果的と言われています。

② 丈夫な歯で脳が活性化

食べ物をかむことで脳が刺激されることが分かっています。歯と歯をかみ合わせ時の刺激が脳に伝わり、脳の感覚、運動、記憶や思考を司っている部分を活性化しているのです。

また、自分の歯がより多く残っている人の方が、認知症になりにくいと言われています。

【ポイント】

- よくかんで食べる
- 丈夫な歯を守るため口腔ケアをする
- 歯がなくなったら、入れ歯やインプラントなどで無くなった歯を補う

③ 体力アップ＝脳アップ

食べ過ぎ、運動不足、喫煙など、良いとは言えない生活習慣から起こる糖尿病・高血

圧・脳卒中・肥満などの生活習慣病。この生活習慣病が認知症と大きく関連している事が分かってきました。生活習慣病を予防するため、正しい生活習慣を身に付けることは、認知症の予防に限らず、他のさまざまな病気の予防にも効果的。できることから始めましょう。

【ポイント】

- 運動：生活スタイルや自分に合った運動習慣を持つ
- 食生活の改善：食べ過ぎ、栄養バランス、塩分の取り過ぎに気を付ける
- 禁煙：タバコは血圧の上昇や血流の悪化などを引き起こし、血管を傷つける原因になります

④ 早期診断・早期発見

「最近、もの忘れが…」と感じても、そのままにしないでませんか？「認知症かも」と思ったら、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。相談の結果、認知症が疑われる場合は、専門の病院を紹介してくれます。

また、専門病院で認知症と診断された場合、適切な治療を行うことでその進行を遅らせることができます。

認知症の人と家族を支える

認知症の人とその家族が住み慣れた地域で安心して暮らすためには、医療や介護の専門機関などはもちろん、地域社会全体でのサポートが必要です。市では、そんな地域社会の実現を目指して、地域全体が応援者になれる仕組みづくりを進めています。

地域包括支援センターへ相談を

市内8カ所に設置されている地域包括支援センター（表

名称	ところ	☎(0287)	担当地区
地域包括支援センター 寿山荘	住吉町5-10	(62)9655	黒磯地区、厚崎地区(一部)
地域包括支援センター 秋桜の家	大原間83	(65)2972	東那須野地区
地域包括支援センター あぐり	鍋掛1416-3	(73)2550	とようら地区、厚崎地区(一部)
稲村いたむる 地域包括支援センター	東原166	(60)3361	稲村地区、高林地区
地域包括支援センター さちの森	野間453-23	(60)1333	鍋掛地区
地域包括支援センター とちのみ	井口533-11	(37)1683	西那須野東部地区
西那須野西部 地域包括支援センター	上赤田238-658	(37)8183	西那須野西部地区
しおばら 地域包括支援センター	下田野282-6	(35)3745	塩原地区全域

参照)は、高齢者の皆さんが安心して生活を続けられるように支援を行う機関です。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの資格を持つ職員が、無料で相談に応じます。また、関係機関と連携し、虐待の防止や成年後見制度の利用支援、介護予防事業への参加の手伝いなどを行っています。

高齢者に関する悩み事や不安がある人は、気軽に担当地区の地域包括支援センターへ相談してください。

地域のみんが応援者に



地域包括支援センターでは、訪問活動などを通して高齢者を支えています

高齢者を支援するのは市、地域包括支援センター、医療機関、介護保険施設、その他の専門機関や団体だけではありません。市では平成20年から「認知症サポーター養成講座」を開催し、地域の応援者を増やす取り組みをしています。(Topicsを参照)

また市内には、以前から一人暮らしや孤立しがちな高齢者などを地域で支える催しや活動をしている自治会やコミュニティが多数あります。

このような地域の輪を広げ、一人暮らしでも、介護が必要になっても、認知症になっても地域で安心して暮らせるまちになるよう、無理のないさまざまな方法で高齢者を応援しませんか。

Topics

認知症サポーターになろう！

認知症サポーターとは、認知症に対する正しい知識、予防方法などを養成講座で学び、認知症の人やその家族を温かく見守り応援する人のことです。市内には、約3,000人の認知症サポーターがいます。サポーターが増え認知症に対する理解が進むことで、誰もが暮らしやすい地域社会の構築につながります。

養成講座は、団体などの希望を受け開催することも可能です。詳しくは、問い合わせください。



認知症サポーター養成講座修了後、認知症サポーターの証「オレンジリング」をプレゼント。あなたもゲットしてね！

認知症サポーター養成講座

- ▶とき 9月26日(土)午前10時～11時30分
- ▶ところ 稲村公民館研修室1・2
- ▶対象 市民(小・中学生も大歓迎)
- ▶内容 「認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族に対して自分で何ができるかを考える」をテーマに、認知症の理解を深めます
- ▶講師 飯島恵子氏(NPO法人ゆいの里理事長)
- ▶参加費 無料
- ▶定員 50人
※定員になり次第締め切り。
- ▶申込期限 9月18日(金)
- ▶申し込み・問い合わせ
☎高齢福祉課 ☎0287(62)7327

Topics

予防に取り組みたい人は

60歳以上の市民のための 介護予防施設「シニアセンター」

介護予防を目的として運動教室や生きがいづくりを行う施設「シニアセンター」。温泉を使ったプールや介護予防用のマシン、グラウンドゴルフ場など設備も充実しているので、ぜひ一度利用してみてください。(関連記事24ページ)

▶主な活動内容

- 囲碁、将棋、麻雀、グラウンドゴルフ
- 各教室(65歳以上に限る)…プールのトレーニング・マシントレーニング・短期運動教室
- ※施設利用料として100円が必要です。
- ※各教室への参加は事前申し込みが必要で、1回300円(施設利用料を含む)です。

▶休館日 土・日曜、祝日、年末年始

▶問い合わせ

シニアセンター ☎0287(73)2210



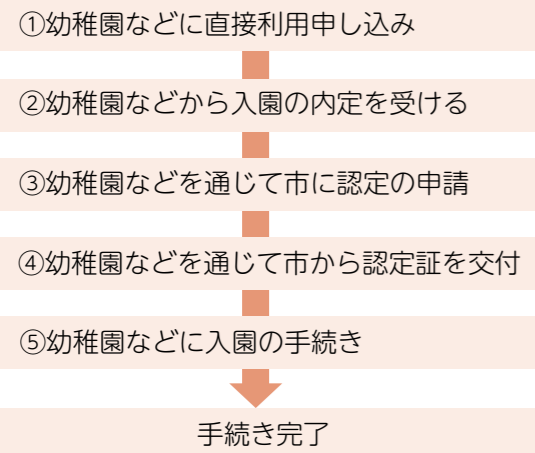
シニアセンターの他にも、各公民館などで実施している「元気アップデイサービス」(週2回程度)や各自治会などが運営している「生きがいサロン」(月2回程度)は、認知症の予防に最適です。興味がある人は、高齢福祉課に問い合わせてください。

確認しておこう！申し込み手続き

認定区分によって手続きが異なります

●**幼稚園**(※)、**認定こども園**を希望(1号認定)

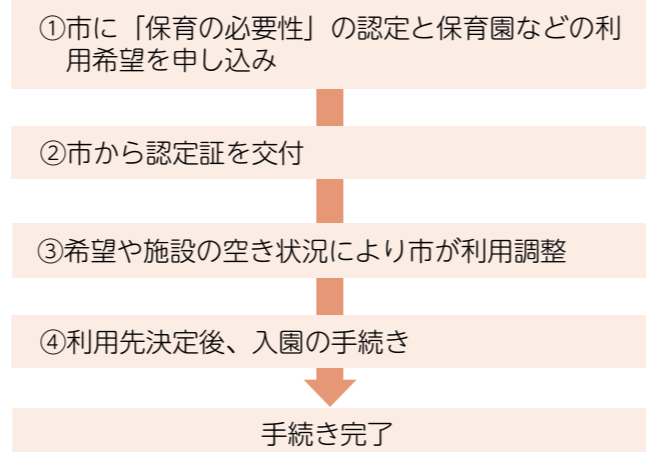
- ★申込開始日 9月1日(火)～
- ★必要書類 入園申込書
- ★書類の配布場所・申込場所
各幼稚園、各認定こども園



※幼稚園のうち、新制度の仕組みに移行していない西那須野幼稚園・すぎのこ三島幼稚園・第二ひかり幼稚園に申し込む場合は、手続きの③と④は不要です。

●**保育園**、**認定こども園**、**地域型保育**を希望(2号・3号認定)

- ★申込期間
 - ・1次 10月1日(木)～30日(金)
 - ・2次 11月2日(月)～12月25日(金)
 - ・3次 来年1月4日(月)～29日(金)
- ★必要書類
入園申込書、保育の必要性を証明する書類(事由によって必要書類が異なります)
- ★書類の配布場所・申込場所
☒保育課、☒子育て支援課、☒総務福祉課、☒根拠出張所、市内公立保育園



Check

保育園・認定こども園・地域型保育の入園手続きをする皆さんへ

申し込みに必要な書類は9月7日(月)から配布します。市ホームページからもダウンロードできるので、こちらも利用してください

平成27年1月1日時点で本市に住民登録がない人へ

27年度の課税証明書(非課税証明書)か住民税決定通知書の写しが必要です。27年1月1日時点で住民登録があった市区町村から取り寄せてください



来年度途中の入園を希望する人へ

来年度の途中で保護者の産休・育休期間が終わり、その時点からの入園を希望する場合も、期間内に申し込みが必要です



出産予定がある人へ

出生予定児童の入園は、出生後に申し込みをしてください



10月1日(木)から受け付け開始！

**保育園・認定こども園・地域型保育施設
平成28年度 園児募集**

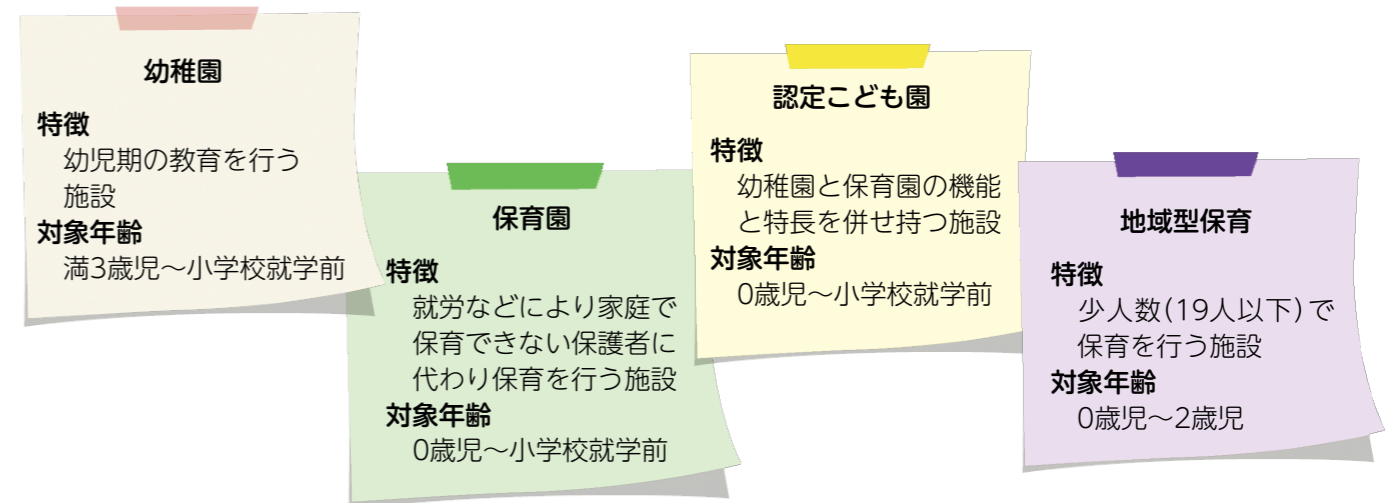
市では、来年4月以降に保育園・認定こども園・地域型保育施設に入園を希望する児童の申し込みを受け付けます。

問い合わせ ☎保育課 ☎0287(46)5536



知っておこう！施設の違い

大きく分けて4種類の施設があります



知っておこう！認定区分

利用先の希望や年齢によって3種類の認定があります

認定区分	対象	利用できる施設
1号認定	満3歳以上で、教育のみを必要とする子ども	幼稚園、認定こども園
2号認定	満3歳以上で、保育を必要とする子ども	保育園、認定こども園
3号認定	満3歳未満で、保育を必要とする子ども	保育園、認定こども園、地域型保育

必要です！保育の必要性の理由

次のいずれかに該当する場合に2・3号認定が受けられます

- ①月48時間以上の就労
- ②産前産後
- ③保護者の疾病・負傷・障害
- ④同居親族の介護
- ⑤災害復旧
- ⑥求職活動中
- ⑦就学・職業訓練
- ⑧児童虐待やDV

※すでに保育施設を利用している子どもについては、保護者が下の子どもの育児休業に入っても下の子どもが1歳になる日の属する年度末まで、①～⑧の理由がなくても引き続き施設を利用できます。

来年度の各認定こども園の保育実施予定

区分	施設名	所在地	☎(0287)	保育年齢	開園時間	土曜保育	募集予定人数
●黒磯地区							
私立	虹ヶ丘認定こども園	黒磯6-38	(62)1393	生後6カ月～	午前7時～午後6時	午前7時～午後7時	28人
私立	認定あけぼのこども園	上厚崎523-3	(62)1226	生後6カ月～	午前7時30分～午後7時30分	午前7時30分～午後6時30分	27人
私立	認定こども園マロニエ幼稚園	埼玉8-478	(62)2760	生後8カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	29人
私立	黒磯いずみ幼稚園認定こども園	島方451-33	(65)0840	生後10カ月～	午前7時～午後7時	午前7時～午後6時	110人
私立	認定こども園黒磯幼稚園	住吉町3-6	(62)0661	生後10カ月～	午前7時30分～午後7時	午前7時30分～午後6時30分	88人
●西那須野地区							
私立	すぎのこ幼稚園認定こども園	扇町3-30	(36)0460	1歳～	午前7時30分～午後6時30分	—	15人
●塩原地区							
私立	塩原認定こども園	塩原652-1	(32)2360	生後2カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後5時30分	17人

来年度の各地域型保育施設の保育実施予定

区分	施設名	所在地	☎(0287)	保育年齢	開園時間	土曜保育	募集予定人数
●黒磯地区							
私立	創造の森	高林328-2	(68)1251	生後9カ月～2歳児	午前8時～午後5時	午前8時～午後5時	8人
私立	みるく保育園	小結200-48	(73)8802	生後2カ月～2歳児	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	8人
私立	たけのこキッズハウス	上厚崎444-53	(74)5077	生後3カ月～2歳児	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	5人
私立	小さな託児園りとりぐう	鍋掛1087-1285	(62)4744	生後2カ月～2歳児	午前8時～午後7時	午前8時～午後7時	1人
●西那須野地区							
私立	こども館くれよんぴーす	五軒町5-2	(46)6011	生後3カ月～2歳児	午前7時30分～午後7時30分	午前7時30分～午後7時30分	2人
私立	ベリーズ保育園	一区町300-9	(48)6008	生後3カ月～2歳児	午前7時30分～午後7時	午前7時30分～午後6時30分	7人
私立	ちびっくランドアクアス	西大和1-8	(48)6078	生後3カ月～2歳児	午前7時30分～午後7時	午前7時30分～午後6時30分	7人
私立	ひかりみどり保育園	緑1-8	(36)5311	生後6カ月～2歳児	午前7時30分～午後6時	午前8時30分～午後4時30分	7人

来年度の各保育園の保育実施予定

区分	施設名	所在地	☎(0287)	保育年齢	開園時間	土曜保育	募集予定人数
●黒磯地区							
公立	さくら	桜町1-9	(62)0369	生後3カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後6時30分	15人
公立	ひがしなす	東小屋189	(65)3716	生後8カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後6時30分	27人
公立	たかはやし	箭坪353-14	(68)0025	生後8カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	24人
公立	なべかけ	鍋掛539	(62)2251	生後8カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	20人
公立	わかば	若葉町9-21	(62)2123	生後8カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	20人
公立	いなむら	埼玉6-1165	(63)4721	生後3カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	37人
公立	さきたま	埼玉100	(63)7153	生後3カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	24人
私立	友里かご	豊浦12-209	(62)1116	生後2カ月～	午前7時～午後8時	午前7時～午後7時	6人
私立	ひばりヶ丘	埼玉370-5	(64)0425	生後5カ月～	午前7時30分～午後7時30分	午前7時30分～午後6時30分	12人
私立	コメット	黒磯6-44	(60)4150	生後2カ月～	午前7時～午後7時30分	午前7時～午後6時	18人
私立	ゆたか	新緑町92-280	(63)8282	生後3カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後6時30分	33人
私立	とようら(平成28年4月から民営化)	鍋掛1088-182	(63)2773(平成28年3月31日まで)	生後8カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後7時15分	24人
●西那須野地区							
公立	永田	下永田4-1341	(36)4649	生後10カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	22人
公立	三島	三島4-30	(36)3980	生後5カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後7時15分	27人
公立	南	一区町287	(37)0987	生後5カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後7時15分	20人
私立	ほし	東赤田343-158	(37)0614	生後2カ月～	午前7時15分～午後7時15分	午前7時15分～午後6時15分	16人
私立	東	南郷屋2-149	(36)0447	生後2カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後7時15分	24人
私立	西	四区町662	(36)2483	生後2カ月～	午前7時30分～午後7時15分	午前7時30分～午後7時15分	20人
私立	こひつじ	西大和6-5	(36)5033	生後10カ月～	午前7時15分～午後7時15分	午前7時30分～午後6時30分	9人
●塩原地区							
公立	大貫	上大貫2077-7	(35)2808	生後3カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	20人
私立	ひまわり	関谷1173-1	(35)2226	生後2カ月～	午前7時30分～午後6時30分	午前7時30分～午後6時30分	22人



昭和55年の東那須野駅(現 那須塩原駅)
写真提供：お食事処友喜

市誕生10周年記念 「地域物語 方京の今昔」の発行・配布・活用 方京自治会 ～地域の一体感醸成と地域力向上～

方京地区は、平成3年からの区画整理事業や那須塩原駅周辺の利便性向上で人口が増加し、景観も大きく様変わりしました。

そこで、地域の歴史や伝統行事、風習などを記録・共有し後世に伝えながら、新しい住民たちとの交流を図り地域の絆を深めるため、自治会で地域物語を編集することとしました。

25年度から、地域の高齢者から聞き取り調査を始め、資料収集などを重ねて編集作業を行っています。完成後は、貴重な郷土資料として次世代に継承し、自治会行事などでも活用していく予定です。



市誕生10周年記念 田んぼアート制作事業 アグリパル塩原会 ～地域活性化と景観形成への寄与～

観光客や地域住民に訪れてもらうことで地域の活性化を図るとともに、田んぼの持つ環境への役割や農業の大切さを知ってもらうため、野外美術館として田んぼアートを制作しました。今年は、市誕生10周年を記念し、塩原名産の塩原大根を持つ「みるひい」の姿が描かれています。

見頃は過ぎてしまいましたが、10月上旬の収穫体験イベントでは、子どもたちを中心に多くの参加者を募集します。

同会では、塩原温泉の玄関口にある名物として定着するよう、毎年絵柄を変えて続けていく予定です。



市誕生10周年記念 なすしおばらフェスタ まちづくり委員会 ～地域活性化と市への定住促進～

5月17日、那須塩原駅西口広場で「知ろう!」「伝えよう!」「育てよう!」をテーマに「なすしおばらフェスタ」を開催。これは、市誕生10周年を祝うとともに、市民が自分の住む地域を知り、県内外にその魅力を伝え、将来を見据えて人やものを育てていくことを目的に、地域の若手経営者グループが企画・実施したものです。

約2,000人による「牛乳で乾杯」、市の特産品や歴史を紹介するパネル展示、巻狩鍋の販売など、盛りだくさんの内容で、会場には多くの地域住民や那須塩原駅を利用する観光客が訪れていました。



傾聴ボランティア養成講座 三島地区コミュニティ運営委員会 ～地域福祉向上への寄与～

7月～8月の全5回にわたり、傾聴ボランティア養成講座を開催。地区住民らが、傾聴の基礎知識習得や高齢者施設での実技実習を行いました。

この講座の修了者は、10月から特別養護老人ホームなど地域の高齢者施設にボランティアとして出向き、入居者の心のケアを行います。

傾聴ボランティアは、施設入居者に限らずさまざまなケースで必要とされています。ますます需要が高まることが予想されるので、同委員会では今後、定期的・継続的な活動につなげていくこととしています。

市では、自治会やコミュニティ、NPO法人、ボランティア、企業などの市民活動団体が企画・提案し実践する公益性の高いまちづくり活動に対して、活動費の一部を補助しています。市民自らの熱意と創意工夫による事業の一部を紹介します。

なお、28年度も募集を予定しています。決まり次第広報なすしおばらでお知らせしますので、アイデアを生かした地域づくり事業を提案してください。

～平成27年度市民提案型協働のまちづくり支援事業～ まちづくりへのあなたの思い、 実現してみませんか？

問い合わせ 協働のまちづくり室(☎市民協働推進課内) ☎0287(62)7151

9/26 (土)
▶事業名
市誕生10周年記念
自治会活性化事業
「～絆をつくる・地域をつくる・あなたと創る地域の未来～」
▶団体名
市自治会長連絡協議会
▶概要
地域社会や自治会が抱えている問題や危機感を市民が共有し、今後の地域を考えるきっかけとするともに、市の一体感の醸成を図るための講演会を開催します

10/3 (土)
▶事業名
市誕生10周年記念
那須塩原グ～フェス2015
▶団体名
那須ナチュラルチーズ研究会(NNCフルール)
▶概要
牛乳やチーズをPRし、子どもや親への食育を推進するため「巻狩り鍋でつくるチーズご飯の提供」をメインとしたイベントを開催します(関連25ページ)

10/31 (土)
▶事業名
市誕生10周年記念
あつまれ!なすてつ
Episode5「なすしお玉手箱」号出発進行!
▶団体名
なすてつ(栃木・東北トラベルプロジェクト)
▶概要
市の特産品や観光地をPRするとともに、列車を迎えることにより鉄道の楽しさを体感してもらうため、イベント列車を運行します

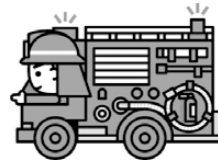
11/15 (日)
▶事業名
市誕生10周年記念
ふるさとにしなす産直会新そばまつり
▶団体名
ふるさとにしなす産直会
▶概要
地域ブランドをPRするとともに市のイメージを高めるため、地元産の玄そばを那須疎水を動力とした水車で挽いたそば粉を使用してそばまつりを開催します

済
▶事業名
第8回東那須野文化祭
(THE TEISHABA フェスティバル Vol.3)
▶団体名
東那須野文化祭会
▶概要
地域の交流・活性化、観光客への市のPRを行うため、那須塩原駅西口広場での文化祭(イベント)を開催しました

済
▶事業名
第11回日本伝統芸能セミナー
▶団体名
グローバルカルチャー那須
▶概要
各界で活躍する一流の講師を招き、日本の伝統芸能、伝統文化に直接触れてもらうため、楽器演奏や紹介、「江戸から現代へ」をテーマとした講話などを行いました

実施中
▶事業名
食育かるたで地域を盛り上げよう
▶団体名
特定非営利活動法人なす食育塾
▶概要
子どもたちが遊びを通して食の重要性やマナー、地域の特産品などを学べるよう、食育かるた(地域版)を作成、配布します

実施中
▶事業名
南地区の環境を子どもたちと考える事業
「ゴーヤ緑のカーテン&遊べ!の森づくり・クワガタ教室」
▶団体名
南地区コミュニティ推進協議会
▶概要
地域の子どもたちに環境教育を行うため、ゴーヤ緑のカーテンの設置、地域の雑木林「遊べの森」を活用した学習やイベントなどを実施します



10月1日那須地区消防組合がスタート 消防活動体制が強化されます

10月1日、大田原地区広域消防組合と黒磯那須消防組合の2消防組合が統合し「那須地区消防組合」としてスタートします。災害や事故の多様化・大規模化、都市構造の複雑化、住民ニーズの多様化など、消防を取り巻く環境は大きく変動しています。今回の統合は、このような状況に対応するためです。

ここが変わった!

- ① 消防活動体制が強化**
統合によって、それぞれの消防本部にあった管理部門や通信部門が効率化され、不足している現場の消防隊員として活動することができるようになります。また、出動車両も増加し、災害対応力が強化されます。
- ② 現場到着時間が短縮**
通報があると、瞬時に通報位置が地図画面で特定されるようになります。この情報をもとに、最も近い消防署・分署から出動するので、現場への到着時間が短縮されます。
- ③ 各種届け出の窓口**
予防業務を統括する予防課は消防本部に置き、消防同意や危険物の許認可などを受け付けます。火災予防条例に関する届け出、防火・防災管理に関する届け出は各消防署が分署に提出してください。なお、統合前と窓口が異なる場合がありますので、詳しくは消防本部予防課に問い合わせてください。

今までどおり!

- ① 119番通報**
119番通報すると、消防本部内に設置される「栃木北東地区消防指令センター」につながり、近くの消防署や分署から出動します。
- ② 消防団との連携**
今回の統合は常備消防を対象にするもので、消防団の活動は今までと変わりません。消防団との連携は、各消防署・分署を中心として、統合により消防団との連携を損ねないようにしていきます。
- ③ 消防署の配置**
消防署の配置は、今まで分署だった西那須野分署が



10月1日以降の消防署・分署の位置

- 問い合わせ
- 〇届け出に関すること
黒磯那須消防組合消防本部予防課 ☎0287(62)0864
大田原地区広域消防組合消防本部予防課 ☎0287(22)3016
 - 〇その他に関すること
黒磯那須消防組合消防本部総務課 ☎0287(62)0863
大田原地区広域消防組合消防本部総務課 ☎0287(22)3004
- 消防署の場所は、新消防本部庁舎と大田原消防署が那須赤十字病院の西側に移転するほかは変わりません。



とみやま しんのぶ
富山 忍 さん(83歳)

三本木在住。農業を営み、稲作農業では皇室に米を献上したことも。平成26年8月1日、自宅の裏山で栽培したヤシオツツジ1,000本を市に寄付。

ここに植樹!

- ☆木の俣園地
- ☆黒磯公園
- ☆烏ヶ森公園
- ☆箱の森プレイパーク



富山さんがヤシオツツジの栽培を始めたのは20年以上前のこと。きっかけは「家業である農業の引退後、代わりに何か取り組めることはないか」と考えていた時に、友人からヤシオツツジの種を譲り受けたことでした。「おもむろに種をまいたが、何も知識がない中での栽培は苦労も多かった」と語る富山さん。最初の1〜2年はネズミによる被害や気温変化、夏の猛暑などで5〜6千本の苗木を枯らしてしまっただけです。そんな中でも生育手法に改良を重ね、種をまいて5年で約15cmに育った苗木を、ビニールハウスか

ら自宅裏の山林に植樹。以後も手塩にかけて育てた苗木は、約150cmにまで成長しました。富山さんは「褒章をいただけただけは大変光栄なこと。皆さんの目を楽しませられたらそれだけで本望です。1人でも多くの人に花を楽しんでほしいですね」と話してくれました。

紺綬褒章とは

「公益のために私財を寄付し功績顕著なる者」に対し、国が授与する褒章。対象は次のとおり。
①500万円以上の寄付をした個人
②1,000万円以上の寄付をした企業・団体

このたび、市にヤシオツツジ1千本を寄付した富山忍さんに紺綬褒章が授与されました。寄付されたヤシオツツジは、地域活性化と観光誘客の目的で市内の各所に植栽。来年春にはきれいな花が楽しめます。

1人でも多くの目を楽しませたい
〜ヤシオツツジ1千本寄付で紺綬褒章 受章〜

～防犯の大切さを考えてみませんか?～

地域安全市町民のつどい・ 那須塩原市民防犯推進大会

とき 10月17日(土)午後1時～4時30分 ところ 三島ホール

講演会

「地域防犯活動とこどもの安全
～地域が主体となって犯罪防止を進めるために～」

講師

宮田美恵子氏
(日本こどもの安全教育総合研究所理事長)



アトラクション

〇栃木県警察音楽隊によるミニコンサート
～曲目は会場に来てみてのお楽しみ!～



各種表彰・事例発表

〇防犯ポスターの入賞者、地域安全功労者などの表彰
〇市民による防犯活動の事例発表 ～2団体～

- ▶定員 400人
- ▶入場料 無料(整理券が必要です)
- ※整理券は9月18日(金)から配布予定です。

- ▶整理券配布場所 生活課、市民福祉課、総務福祉課、箒根出張所、三島ホール
- ▶申し込み・問い合わせ 生活課 ☎0287(62)7127

個人住民税は特別徴収(給与天引き)で納めましょう

●特別徴収とは

個人住民税(市民税・県民税を合わせた地方税)の特別徴収とは、所得税の源泉徴収と同じように、事業主が従業員に代わって個人住民税を納入する制度です。

毎月従業員に支払う給与から住民税が天引きされるため、税の納め忘れの防止に役立っています。

●事業主の皆さんへのお願い

従業員の利便性向上などのため、県内一斉の取り組みとして、今年度から特別徴収を行う義務のある事業主を「特別徴収義務者」に指定しました。

事業主の皆さんには、法人・個人を問わず、全ての従業員について特別徴収してもらう必要がありますので、制度への理解と協力をお願いします。

問い合わせ 課税課 ☎ 0287(62)7121

特別徴収義務者

給与支払者
【事業主(会社)】

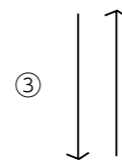


①給与支払報告書の提出(1月末まで) → ②税額の計算

③税額の通知(5月31日まで)

⑤徴収した住民税を納入(翌月10日まで)

市町村



④給与の支払いの際に住民税を徴収(天引き)
(6月から翌年5月までの毎月の給与支払いの際)



給与所得者
【納税義務者(従業員)】

実施日	入学予定学校	会場
10月 6日(火)	高林小学校 青木小学校	高林小学校
10月 7日(水)	鍋掛小学校	鍋掛小学校
10月19日(月)	東原小学校	東原小学校
10月20日(火)	豊浦小学校	豊浦小学校
10月21日(水)	槻沢小学校	槻沢小学校
10月26日(月)	埼玉小学校	埼玉小学校
10月28日(水)	東小学校	東小学校
10月30日(金)	南小学校	南小学校
11月 2日(月)	大原間小学校 波立小学校	大原間小学校
11月 4日(水)	稲村小学校	稲村小学校
11月 5日(木)	黒磯小学校	黒磯小学校
11月10日(火)	大山小学校	大山小学校
11月11日(水)	西小学校	西小学校
11月18日(水)	関谷小学校 大貫小学校 横林小学校 塩原小学校	関谷小学校
11月24日(火)	共英小学校	共英小学校
11月25日(水)	三島小学校	三島小学校

来年度小学校入学予定の 子どもの就学時健康診断 を実施します



問い合わせ 函学校教育課 ☎ 0287(37)5289

この健康診断は、就学予定の子どもの心身の状況を把握し、保健上必要な助言などを行うことを目的として行います。対象者には9月中旬に関係書類を郵送するので必ず受診してください。

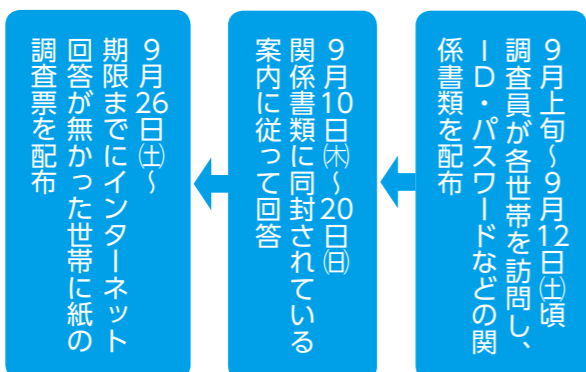
なお、当日は子どもが健康診を受けている間に、子どもとの接し方などを話し合うワークショップ「親学習プログラム」が開講されます。こちらにもぜひ参加してください。

また、指定の日程で都合が悪い場合には、他の会場でも受診できますので事前に連絡してください。

国勢調査 2015

国勢調査はインターネットで
らくらくスマートに回答しよう

インターネット回答の流れ



10月1日を基準日に国勢調査が行われます。今回からインターネットを利用して回答することができます。パソコン・スマートフォンを持っている人はぜひ利用してください。期間中は、担当地区の調査員が居住の有無を確認するため区域内を巡回します。

また、世帯主の氏名の確認や関係書類の配布回収のために各世帯を訪問するので、協力をお願いします。

〈お願い〉

○9月12日頃までに調査員の訪問が無いときは、実施本部まで連絡してください

○調査員は常に「調査員証」と「腕章」を身に付けています。不審に思ったときは連絡してください



募集

平成28年度採用 市社会福祉協議会職員

市社会福祉協議会では、来年度採用の職員を募集します。那須塩原で、市民の生活やボランティアなどの福祉活動を支える仕事をしてみませんか。

- ▶募集区分 一般事務
- ▶募集人数 若干名
- ▶応募資格

- 次のいずれかの条件を満たしている人
- ①昭和61年4月2日以降に生まれ、社会福祉士資格を有している人か平成28年3月31日までに社会福祉士資格取得見込みの人
- ②昭和51年4月2日以降に生まれ、現に社会福祉士資格を有し、社会福祉士としての業務の実務経験が3年以上ある人(平成28年3月31日までに3年になる人を含む)

▶申込方法

社会福祉協議会本所・黒磯支所・塩原支所にある試験申込書に必要事項を記入し、「申込書」を社会福祉協議会本所に持参か郵送

※申込書は、社会福祉協議会ホームページからもダウンロードできます。

▶申込期限 9月25日(金)(必着)

※持参の場合は、土・日曜、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分に受け付けます。

▶問い合わせ

社会福祉協議会総務課 ☎ 0287(37)5122



あなたの知らない世界 Stage1

～那須疏水～

まちかど通信

◆まちかど通信員 田部井一夫◆

<問い合わせ>
本シティプロモーション課
☎0287(62)7109

那須疏水を 知っていますか？



サイフォンの原理で蛇尾川の下をくぐり抜けてきた疏水は、上横林地内
で再び地上に出て流れて行きます

に通しましたが、日本は地面を掘り、トンネルを建設して水路を造りました。しかし、ここで問題になるのが蛇尾川と熊川の下に水をどう通すかです。ここで取り入れた技法がサイフォンの原理を用いた水の移動手段です。これによって2つの水なし川の地下を無事通す事ができ、千本松まで水路が延びています。

サイフォンの原理とは？

理科の実験で習った人も多いと思いますが、2つの水槽をパイプで結合させると、どちらの水槽の水面も1気圧の大気圧で水面が押されるので、水圧が釣り合い同じ水面になるうとします。これがサイフォンの原理で、江戸時代の初期には利用されていたらしいです。

余談ですが、蛇尾川や熊川の水が普通の河川のように地表を流れていけば、大がかりな疏水も必要無かったはず。なぜ水が伏流しているのか、昔の人々は不思議だったことでしょう。水なし川となった



西岩崎の取水口付近で遊ぶ子どもたち

Bonjour! アリスです Vol.2

ボンジュール
※Bonjour フランス語で「こんにちは」の意味

<問い合わせ>
本秘書課 ☎0287(62)7324



アリスパッキエさん

【プロフィール】
本市の国際交流員。フランス出身。パリ第3大学、フランス国立東洋言語文化大学在学中は、日本語、英語と国際関係を専攻。卒業後は、アメリカの大学で教師として勤務。日本と故郷との交流に関わりたいと思い、平成24年7月から本市に勤務。趣味は料理、映画鑑賞、旅行、合気道、ソフトバレーボール。

国際交流員(※1)として忙しい日々を送るアリスさんが、故郷との生活の違いについて、日頃、ふと感じたことを紹介します。

私は子どもの時から暑さに弱いです。初めて日本の夏を体験した時、すごくショックを受けました。なぜなら、フランスの夏は湿度がほとんどないのに、日本の夏はとても蒸し暑かったからです。私はこんな暑さでは、かき氷のように溶けちゃう！と思いました!! また、暑い日によく「今日は暑いですね」という言葉を聞きますが、日本人の大好きな夏の挨拶なのでしょうか？

花火のような黄色を帯びた赤でしたが、夏の暑さで顔が火照り、那須塩原ブランドの味恋とまのように真っ赤に変わりました。那須塩原の夏は美しいです。フランスでは嗅ぐことのできない夏の田んぼの匂いや、カエルの鳴き声を楽しんだり、浴衣を着て祭りに参加したり、ゆりパークでのんびり散歩をしたり。これは、ここでしか味わえない夏のせいだと思います。



浴衣を着るのは大好きです！
似合っていますか？

(※1)国際交流員とは…
JETプログラム(※2)により招致される外国人青年の職種の1つで、地域における国際化の推進に取り組みます。
(※2)JETプログラムとは…
国や(財)自治体国際化協会の協力の下、地方公共団体が実施する「言語指導を行う外国青年招致事業」のこと。



今月のテーマ
歌手の動画を見るつもりが
アダルトサイトから
登録料の請求が!

◆事例

歌手の動画を見ようとして画面をクリックしたら、年齢確認ボタンを押したことになる。突然、アダルトサイトの会員登録完了の画面になった。「誤操作の人は24時間以内に連絡するように」との表記があったので、電話をしたら、「すでに登録は完了している。登録料9万9千円の支払い義務がある」と言われた。どうしたらよいか。

アドバイス

○アダルトサイトには不用意にアクセスしないことが一番ですが、別のサイトや広告からアダルトサイトに誘導され、いきなり登録となることもあるので注意が必要です。
○このようなサイトでは、有

困ったときは、消費生活センターに相談してください。
消費生活センター
(いきいきふれあいセンター内)
☎0287(63)7900
開設時間 平日午前8時
30分〜午後5時

取材を終えて

原因として、弘法大師にまつわる言い伝えもあります。
那須疏水を守るため、多くの人たちが頑張ってきました。この疏水のおかげで田畑が生きて、人々が自然と共に生きて来られた事に感謝しなければなりません。これからも私たちが疏水の歴史や環境を守っていく責任を感じます。
今回の取材を通して、このような大きな疏水建設のすごさをあらためて実感しました。町を歩いているとき、何げなく見ていた変哲のない農業用水路に、このような歴史があることを再認識しながら、皆さんもハイキングのついでに、家族みんなで歴史散策などはいかがですか。

お知らせ

新しい国民健康保険証を
9月中旬に郵送します

国民健康保険証は、毎年10月1日に更新されます。それに伴い、10月1日から使用する新しい保険証を9月中旬に郵送します。

▼注意事項

- ①新しい保険証は薄緑色です
- ②保険証の記載事項に間違いがないか、国民健康保険に加入している人全員の保険証があるかなどを確認してください
- ③保険証は1人につき1枚です。氏名欄に記載された名前の人が、その保険証を使用できません
- ④世帯主名は世帯主が国民健康保険に加入していない場合でも記載されます
- ⑤使用期限が切れた保険証は10月以降に次の窓口か帯根出張所に返却してください

▼問い合わせ

- 国民保年金課 ☎(62) 7129
- 国市民福祉課 ☎(37) 5103
- 塩原福祉課 ☎(32) 2988

とちぎでの就職を考え
ている人にオススメ
「就活応援ガイダンス」

「地元で就職したい」「栃木の生活に興味がある」「どんな就職先があるのか話を聞いてみたい」

栃木労働局では、首都圏の学校に進学した皆さんの栃木県での就職を応援します。

個別相談会やミニ会社説明会付きの「とちぎUIJターン就活応援ガイダンス」を開催しますので、ぜひ参加してください。

▼とき

10月9日(金)午後1時～

▼ところ

東京新卒ハローワーク「出会いのフロア」(東京都新宿区西新宿2・7・1小田急第一生命ビル21階)

▼対象

○来年3月に大学・短大・専門学校などを卒業予定の人
○同学歴3年以内の既卒者

▼申込方法

宇都宮新卒応援ハローワークに電話で申し込み

▼申し込み・問い合わせ

- 宇都宮新卒応援ハローワーク ☎028(678)8311

知っていますか
障害年金

障害のある人のうち、一定の支給要件を満たす人は、国民年金・厚生年金保険の障害基礎年金・厚生年金を受給できます。

詳細な支給要件については問い合わせください。

▼年金額(障害基礎年金)

- 1級 97万5100円
- 2級 78万 100円

※障害厚生年金の金額は、厚生年金加入期間中の報酬額と加入期間で計算。

※配偶者や子どもがいる場合は、一定額が加算される場合があります。

▼申請方法

納付要件や病歴の確認などが必要となるので、まずは問い合わせください

○初診日が国民年金加入期間中か年金制度未加入の場合

↓市役所
○初診日が厚生年金加入期間中の場合 ↓年金事務所

【注意】

障害者手帳の障害等級と国民年金・厚生年金保険障害等級は、判断基準が異なるため、手帳の交付を受けていても障害年金を受け取れない場合があります。

場合があります。

▼問い合わせ

- 大田原年金事務所 ☎0287(22)6311
- 国民保年金課 ☎(62) 7129
- 国市民福祉課 ☎(37) 5103
- 塩原福祉課 ☎(32) 2988

「国民年金保険料」
「10年の後納制度」は
9月30日まで

「10年の後納制度」は、過去10年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することで、将来の年金額を増やすことができます。

◆後納制度が変わります

従来の10年後納が9月30日に終了することに伴い、「5年の後納制度」が始まります。これは、10月1日から3年間の期間限定で、過去5年間に納め忘れた国民年金保険料を納めることができる制度ですが、10年の後納制度よりも保険料の加算額が高くなります。 ※すでに老齢基礎年金を受給している人などは後納制度を利用できません。

住所変更は済んでいますか？

～マイナンバーの通知が10月からスタート～

10月から住民票の住所地にマイナンバーの通知を送付します。住民票の住所と異なる場所に住んでいる人は、この通知が正しく届きません。住民票と居所が一致しているかどうか確認をお願いします。

▶問い合わせ 国市民課 ☎(62)7132

- 国市民福祉課 ☎(37) 5103
- 塩原福祉課 ☎(32) 2988

▼問い合わせ
○大田原年金事務所 ☎0287(22)6311

○国民保年金課 ☎(62) 7129

納め忘れっていませんか
税の訪問催告を
行っています

市では、今年度の納期限を経過した納税者を対象に、自宅などを訪問して納税の催告をしています。

訪問は、市が委嘱した収税嘱託員が行います。収税嘱託員は、顔写真が添付された嘱託員証を携帯しています。納税への理解と協力をお願いします。

▼問い合わせ

- 収税課 ☎(62) 7123

農地の利用状況を
調査しています

農業委員会では、年に1回、市内全ての農地の利用状況を確認しています。

次の期間中、調査員証を携帯した調査員が現場を確認しますので、調査への協力をお願いします。

▼調査期間

9月10日(木)～11月30日(月)

▼問い合わせ

- 農業委員会事務局 ☎(62) 7185

食品の放射性物質簡易検査結果(平成27年7月分)

7月に実施した26件の検査結果を公表します。この検査は、市民の不安解消を目的に、市が独自に実施している簡易検査です。検査結果については参考としてください。なお、検体名は依頼者の申告によるものです。

【参考】厚生労働省が定めた一般食品の放射性セシウムの基準値は100Bq/kgです。

検体名	検査件数	最小値(Bq/kg)	最大値(Bq/kg)	検査結果(件数)			
				不検出	50Bq未満	50～100Bq	100Bq超
アンズ	1	不検出	不検出	1			
ウメ	6	不検出	不検出	6			
キャベツ	1	不検出	不検出	1			
キュウリ	2	不検出	不検出	2			
クワの実	1	15.0	15.0		1		
ジャガイモ	4	不検出	不検出	4			
タケノコ	2	13.0	18.5		2		
チタケ	1	238.9	238.9				1
トマト	1	不検出	不検出	1			
ナス	1	不検出	不検出	1			
ナス、ピーマン他 複合品	1	不検出	不検出	1			
自家製ハチミツ	1	不検出	不検出	1			
ビワ	1	不検出	不検出	1			
ブルーベリー	2	不検出	不検出	2			
モモ	1	不検出	不検出	1			
合計	26			22	3	0	1

※ 100Bq/kg を超えたものは、購入品ではありませんでした。

【検査結果の注意点】

1. 検査結果は、1kg当たりのセシウム134とセシウム137の合算値で集計しています。ただし、セシウム134とセシウム137のうち、片方のみが検出されている場合もあります。
2. 「不検出」とは、検出限界未満のことであり、検出限界はセシウム134とセシウム137の合計で25Bq/kg以下を目安にしています。
3. 検査に使用した簡易測定器は、日立アロカメディカル㈱食品放射能測定システム「CAN-OSP-NAI」です。
4. 市外で採取した検体も含まれます。

▶問い合わせ 国生活課 ☎(62)7126

臨時福祉給付金の申請を受け付けています

市では臨時福祉給付金の申請を受け付けています。支給対象となる可能性がある人がいる世帯や個人に申請書を送付しました。

申請の期限は12月1日までです。漏れなく手続きをしてください。

▼対象 平成27年1月1日時点で那須塩原市の住民基本台帳に記載され、今年度分の住民税(均等割)が非課税の人
※住民税が課税されている人の扶養親族や生活保護受給者などは除く。

▼支給額 1人につき6千円
▼申請方法 申請書に必要事項を記入し、必要書類を添付の上、返信用封筒で郵送してください

▼支給時期 審査終了後、通知でお知らせします
▼その他 申請書が届いても、支給の対象にならない場合がありますので注意してください

支給の対象と思われるにもかかわらず、10月になっても申請書が届かない場合は問い合わせてください



思いやり運転してませんか 秋の交通安全 市民総ぐるみ運動

9月21日(祝)〜30日(水)は秋の交通安全市民総ぐるみ運動期間です。歩行者を見かけたら減速・徐行・一時停止をするなど「思いやり運転」を心掛けましょう。

安全運転4つのポイント

- 1 うっかり スピードの出し過ぎに注意
2 夕暮れ時や夜間は 車両から目立つ格好を
3 全ての座席でシートベルトとチャイルドシートを着用しましょう
4 飲酒運転はやめましょう
▼問い合わせ
☎生活課 0287(62) 7127

問い合わせ 申請に関する事

臨時福祉給付金事業推進室 (☎社会福祉課内) ☎(62) 7170
○制度に関する事
厚生労働省「専用ダイヤル」 ☎0570(037)192

生活習慣アンケート 調査への協力を

市では、平成23年3月に策定した「第2期那須塩原市健康いきいき21プラン」に基づいて、「健康でこころ豊かな暮らし」の実現を目指し、健康づくり事業を進めてきました。

今回、新しい健康づくりの施策の参考とするため、市民の生活習慣の状況を調査する「生活習慣アンケート」を実施します。

個人が特定されることはありませんので、調査票が届きましたらぜひ協力をお願いします。

▼調査期間 9月10日(木)〜30日(水)
▼調査方法 無作為抽出した7千人にアンケート書類を郵送
※期間内に返信用封筒で提出

募集

国際医療福祉大学塩谷看護専門学校入学試験

▼試験日
○高校推薦・社会人入試 9月26日(土)
○一般入試 12月19日(土)
▼試験会場
国際医療福祉大学塩谷看護専門学校(矢板市富田77-6 塩谷病院敷地内)
▼試験科目
○高校推薦: 一般常識試験、面接
○社会人: 小論文、面接
○一般: 学力試験、面接
○必須科目: 国語(現代文のみ)
○選択科目: 英語I、数学I、生物基礎から1科目
▼受験資格
○高校推薦入試: 来年3月に高等学校卒業見込みで学科評定平均3.0以上、合格した場合に必ず本校に入学できる人
○社会人入試: 高等学校を卒業し、来年4月1日時点で2年以上経過した人
○一般入試: 来年3月に高等学校を卒業見込みの人、高等学校を卒業している人や

許可を受けていますか 屋外広告物の設置・掲出

屋外に広告物を設置する場合、栃木県屋外広告物条例に基づく市の許可が必要です。広告物の種類や表示する地域によって許可の基準(表示面積や色彩など)が異なりますので、広告物を設置する場合は事前に都市計画課の窓口で基準を確認してください。

違反者には罰則が

違反広告物を設置した場合、撤去の指導を受けたり、罰金を科されることがありますので、必ず許可を受けてください。

10月1日から那須塩原市屋外広告物条例が施行されます。これに伴い、許可基準が変更となる地域があるので注意してください。

▼問い合わせ ☎(62) 7159
○都市計画課
これと同等の資格を有する
▼修業年数 3年(全日制)
▼定員 一般・高校推薦・社会人枠全て合わせて40人程度
▼願書受付期間
① 9月7日(月)〜18日(金)
② 11月27日(金)〜12月11日(金)
▼その他 願書の郵送を希望する場合には、問い合わせ
▼問い合わせ
国際医療福祉大学
塩谷看護専門学校事務部
☎0287(44) 2322

障害者のための 就職面接を行います

障害者と企業が相互理解を深め、障害者が社会で活躍できる雇用機会を確保するための「とちぎ障害者合同就職面接会(県北会場)」を開催します。

▼とき 9月17日(木)午後1時〜
▼ところ カシマウエデザイングリゾート(大田原市本町1-2714)
▼対象 県北地区に就職を希望している障害者
※事前申し込み不要。
▼対象企業 県北地区に事業所などがある企業(おおむね30社)
※事前に求人票の提出が必要です。

▼問い合わせ ☎(62) 0144
☎(64) 3884
FAX ☎(64) 3884
ハローワーク黒磯

にしなすの運動公園の屋内施設を臨時休館します

館内清掃に伴い、メインアリーナ、サブアリーナ、トレーニングルーム、研修室を臨時休館します。

みんなであちづくりを 考えよう 都市計画の構想

新しくできた都市計画道路の構想に関する皆さんの意見を募集します。
▼都市計画の構想・区域
(1) 県の計画路線
○3・2: 1号東那須野大通り
↓島方、前弥六の各一部
○3・3: 5号黒磯本通り
↓本町、中央町、高砂町、材木町、東大和町、豊住町、豊浦北町の各一部
(2) 市の計画路線
○3・4: 1号本郷通り
↓北栄町、黒磯の各一部
○3・4: 5号東豊通り、3・4: 6号東栄伸通り
↓東栄一丁目の一部
▼受付期間 9月25日(金)〜10月9日(金)
※土・日曜、祝日を除く。

9月の納税

9月30日(水)が納期限です
●国民健康保険税 第3期
●後期高齢者医療保険料 第3期
●介護保険料 第3期
※納税は便利な口座振替で〜

Table with 2 columns: 火災 (建物6件, 林野0件, その他6件, 27年の累計72件) and 救急 (交通事故52件, 急病261件, その他108件, 27年の累計2,598件)

7月の火災と救急
火災のテレフォンサービス ☎0180-992009(黒磯地区) ☎(22)0119(西那須野・塩原地区)

※期間中に問い合わせ先の窓口で構想を見ることができ
ます。
※構想について意見のある人は、意見申出書に必要事項を記入し、持参か郵送で提出してください。
(☎公聴会を開催します)
提出のあった意見に対する公聴会を開催します。
▼とき 10月21日(水)午後7時〜
▼ところ いきいきふれあいセンター
※意見を提出した人がいない場合は公聴会を開催しません。傍聴の希望者は、あらかじめ問い合わせで開催の有無を確認してください。
▼申出書提出先・問い合わせ
○都市計画課 ☎325・8501
共墾社108・2 ☎(62) 7159
※栃木県決定の2路線は
○県都市計画課 ☎320・8501
宇都宮市塩田1-1・20 ☎028(623)2465
○大田原土木事務所 ☎324・8765
大田原市 紫塚2-2564・1 ☎0287(23) 5882

黒磯・板室温泉写真コンテスト作品募集

旧黒磯市・板室温泉周辺の風景、名所旧跡、イベントなどを題材にした観光写真を募集します。

▼応募規定

- 4つ切りサイズ(ワイド可)のカラードリント
○ネガやフィルムなどでの応募はできません
○旧黒磯市・板室温泉地区で本人が撮影した未発表の作品に限りです
○入賞は原則として1人1賞
○写真の著作権は応募者に属しますが、黒磯観光協会が必要とする場合に、無償で使用することに同意いただけることを条件とします



昨年度の入選作品(板室のこいのぼり)

- ▼賞品
○最優秀賞(1点):板室温泉旅館ペア宿泊券(3万円相当)、特産品詰め合わせ
○優秀賞(2点):板室温泉旅館宿泊券(1万円相当)、特産品詰め合わせ
○入選(10点):特産品詰め合わせ
※12月中旬頃に直接入賞者に通知します
▼申込方法 黒磯観光協会の窓口にある応募用紙に必要な事項を記入し、作品写真の裏面に貼り付けた上で、郵送か持参
▼申込期間 11月13日(金)〜30日(月)
▼申し込み・問い合わせ 黒磯観光協会 ☎325・8501 共墾社108・2(本庁内) ☎(62)7155

研修・教室・講座

塩原図書館 「絵本を楽しむ講座」

- 親子で絵本に出てくる料理を作ってみませんか。試食をしながら、絵本の読み聞かせもあります。
▼とき 10月25日(日)午前10時〜正午
▼ところ ハロープラザ調理室

歴史体感まち歩き教室 ～歩いて発見!～ 那須野が原

- 那須野が原には多くの名所・旧跡があります。まち歩きで歴史を感じながら、健康づくりをしてみませんか。
▼とき 10月8日・22日、11月5日の毎回来曜 午前8時30分〜正午
▼対象 20歳以上の市民 ※3回とも参加できる人。
▼定員 20人
▼内容 ①那須疏水と那須野が原公園周辺(約5km)
②三島開墾社地区を訪ねる(約5km)

市民大学連携講座 ～初心者のためのパソコン教室(秋期)～

- Windows 7搭載のパソコンを使い、操作方法を学べる初心者向けの教室です。
※パソコンは公民館で用意。
▼とき 10月7日〜12月9日の毎週水曜 午後1時30分〜3時30分(全10回)
▼ところ 三島公民館
▼対象 市内在住のパソコン初心者
▼定員 14人
※定員を超えた場合は抽選。
▼内容 ①文書・チラシ・年賀状の作成②インターネット体験など(予定)
▼参加費 千円(初回に集合金)
▼申込期間 9月15日(火)〜18日(金)
▼申し込み・問い合わせ 三島公民館 ☎(36)8531

市民大学連携講座 ～文学歴史散歩～

- 雄大な自然の中、会津地方の精神文化の源流に触れてみませんか。
国宝や会津藩祖・保科正之の墓所、平安時代に創建された壮大な伽藍跡などを訪ねます。
▼とき 10月10日(土)午前8時30分〜午後6時
▼主な見学先(会津磐梯方面) 勝常寺・土津神社・磐梯山 慧日寺資料館ほか
▼対象 市民
▼定員 27人
※定員を超えた場合は抽選。
▼参加費 3千円
※高速料金・昼食代・入館料・保険料などが含まれます。
▼申込期間 9月19日(土)〜26日(土) 午前9時30分〜午後6時
▼その他
○集合場所・時間など、詳しくは参加者に通知します
○歩きやすい服装(靴)で参加してください
○飲み物は各自持参してください
▼申し込み・問い合わせ 西那須野図書館 ☎(36)6001

市民大学連携講座 ～おいでよ黒磯・レトロまち歩きカフェめぐり～

- 昭和レトロの趣を楽しみながら黒磯駅周辺を散策。
黒磯郷土資料館などで歴史に思いをはせ、おしゃれなカフェでティータイムやランチをしませんか。
▼とき 全3回
①10月1日(木)午後1時〜4時 「駅前歴史的建築」
②10月9日(金)午前10時〜午後1時30分 「歴史ミステリアー」
③10月18日(日)午前11時〜午後4時 「駅前美術鑑賞」
※徒歩での移動があります。
▼集合場所 いきいきふれあいセンター
▼対象 市民 ※3回とも参加できる人。
▼定員 10人
▼参加費 3千円
▼申込期間 9月8日(火)午前9時〜18日(金)午後5時15分
※定員を超えた場合は抽選。
▼申し込み・問い合わせ 黒磯公民館 ☎(60)1115

国際医療福祉大学公開講座 「学び直しの英文法」

- 10月22日〜11月12日の毎週木曜 午後7時〜8時(全4回)
▼ところ 国際医療福祉大学 大田原キャンパス(大田原市北金丸2600・1)
▼対象 18歳以上の人(学生を除く)
▼定員 30人
※定員になり次第締め切り。
▼内容 英語を学び直したい人のための初級(中学校・高校)レベル英文法プログラム
▼参加費 2千円(テキスト代含む)
▼申込方法 大学ホームページからダウンロードできる「申込者記入シート」に必要事項を添えて、FAXかメールで申し込み
▼申し込み期限 10月15日(木)
▼申し込み・問い合わせ 国際医療福祉大学 事務局総務課 ☎324・8501 大田原市北金丸2600・1 ☎0287(24)3000 FAX0287(24)3100 ☎sounmu@iuhw.ac.jp

保育士就職支援講座

- 保育士資格を持っていて就労していない人の職場復帰を支援します。
▼とき 全4回
①10月9日(金) (午前10時〜午後4時)
②10月15日(木)・③16日(金) (午前9時〜午後4時)
④10月23日(金) (午前9時〜11時30分)
▼ところ
①西那須野庁舎3階会議室
②市立保育園
④西那須野庁舎2階会議室
▼定員 30人
▼内容
①保育に関する講座
②③保育園での保育実習
④就職支援
▼参加費 無料
※②③の保育園実習では給食の実費負担あり。
▼申し込み・問い合わせ 西那須野庁舎 ☎(46)5536

定住外国人のための就職支援セミナー

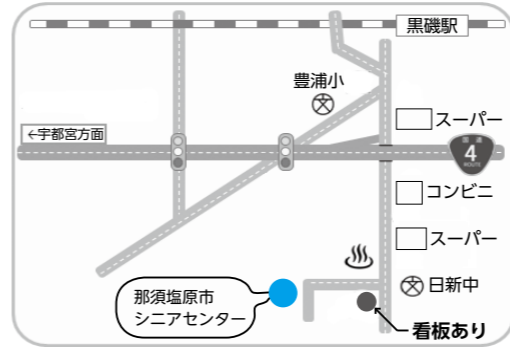
- 就職活動に必要な知識や職場でのマナー、日本語の日常会話を学べる就職支援セミナーです。さまざまな業種の紹介も行います。
▼とき 10月2日〜30日の毎週金曜 午前9時30分〜午後0時30分(全5回)
▼ところ いきいきふれあいセンター
▼対象 県内に住む就労資格を持つ外国人
▼内容
①就職活動の流れと準備/業種紹介(製造・食品工場)
②履歴書の書き方/業種紹介(介護施設)
③面接時のマナー/業種紹介(レストラン)
④職場マナーと会話レベル1/業種紹介(スーパーマーケット)
⑤職場マナーと会話レベル2/業種紹介(翻訳・通訳)
▼定員 30人(要予約)
▼参加費 無料
▼その他 本セミナー受講者のうち、希望者には、別途、職場体験プログラムを紹介します
▼申し込み・問い合わせ 県国際交流協会(TIA) ☎028(621)0777

アルティメット教室

- アルティメットとは、バスケットボールとアメリカンフットボールを合わせたような競技で、フライングディスクを用いるスポーツです。
▼とき 10月9日・23日・30日の毎週金曜 午後7時〜8時
▼ところ にしなすの運動公園サブアリーナ
▼対象 市民、市内勤務・通学者
▼参加費 200円(中学生以下100円)
▼申し込み 当日会場で受け付け
▼その他 体育館シューズ、飲み物を持参してください
▼問い合わせ 那須塩原フライングディスク協会(河内) ☎090(4712)8539 (午前8時〜午後8時) ☎FAX(36)6131 nasudiscgolf2000@yahoo.co.jp

介護予防 筋力トレーニング

- プールトレーニング
12月4日〜来年3月15日の毎週火・金曜(全28回)
内容 体力測定、水中運動など
定員 午前・午後の部各10人



プール講座 泳ぎのレッスン

- クロールをマスター
10月6日〜27日の毎週火曜 午前10時35分〜11時5分
背泳ぎをマスター
10月2日・16日・23日・30日の毎回金曜 午前10時35分〜11時5分

キャップ、着替えなど
申し込み・問い合わせ
にしなすの運動公園
☎(36) 4785

催し

沼ッ原湿原自然観察会



秋の沼ッ原湿原の自然を観察しながらハイキングを楽しんでみませんか。
10月3日(土)
午前8時30分〜午後3時

申し込み・問い合わせ
黒磯観光協会
☎(62) 7155

よちよちウォーク2015

那須高原の秋風に触れ、稲穂の香りと川のせせらぎに耳を傾けながら、家族や友だちと一緒に「余笹川」をウォーキングしませんか。
9月27日(日)午前9時スタート(受け付けは午前8時30分)
余笹川ふれあい公園(那須町大字寺子乙2584・6)
コース 5km、10km、20km
参加費 無料

北那須浄化センターのつどい

下水道に関する展示や楽しい催し物がいっぱいあります。ぜひ遊びに来てください。
9月26日(土)午前9時〜正午



北那須浄化センター(大田原市宇田川1790・1)
内容 下水道PRポスター展と表彰式
浄化センター施設見学
下水道水酸化コーナー
水質試験にチャレンジ
ミニSL運行
スタンプリアリ
ヨーヨー風船つり
ポップコーン配布
・与一太鼓の演奏
※各種イベント参加者に記念品を用意しています。
問い合わせ
北那須浄化センター
☎0287(28) 2277

美味しい・上手い、なすこぼら感謝祭

- 今年、那須塩原の「美味しい」を舌で味わい、那須塩原の「上手い」を体で体験する職業体験型(小・中学生向け)のイベントです。
他にも市民グループによるステージイベントなどを企画しています。ぜひ遊びに来てください。
9月27日(日)午前10時〜午後3時
西那須野庁舎前広場
問い合わせ
西那須野商工会
☎(36) 0697

市誕生10周年記念、那須塩原、グ〜フェス2015

- 那須塩原市にキッズ☆フリードキャンパスがオープン!
10月3日(土)午前10時〜午後3時
鳥ヶ森公園
内容 直径2.2mの巻狩大将鍋で「那須チーズごはん」販売
直径1.2mの巻狩勢子鍋で「ミネストローネ」販売
キッズフード名刺交換会
玉ねぎ袋詰め選手権
フードキックターゲット
食育デイスカッション
フードマーケット
子ども店長
食育謎解きゲーム
「ステージイベント」
子どもダンス披露
子ども武術披露
栃木×福島のご当地ヒーローショー ほか多数
入場料 無料
※レジャーシートを持参してください。
問い合わせ
那須ナチュラルチーズ研究会(五関)
☎090(2469)5614

マリンバ・ソナータ〜Heartful Melody〜

今年2度目となるギャラリートコンサートを開催します。クラシックからポップスまで、心温まる名曲の数々:誰もが耳にしたことのある名曲を取りそろえ、幅広い世代で楽しめる内容となっています。
耳なじむ心地よい音色に身を預けてはいかがでしょうか。コンサートの休憩時間に、特別展「東京国立近代美術館工芸館名品展」を無料公開します。
10月10日(土)午後6時30分〜8時
那須野が原博物館
演奏者 マリンバアンサンブルドルチェ
問い合わせ
園生生涯学習課
☎(37) 5419

ドッジビー大会

9月27日(日)正午〜午後5時
にしなすの運動公園サブアリーナ
対象 市民、市内勤務・通

秋季バレーボール大会

10月4日(日)午前8時30分〜
くろいそ運動場体育館
対象 市民や市内勤務者で構成したチーム
内容 男女混合9人制バレーボール
参加費 協会登録チーム 500円
未登録チーム 3500円
申込方法 9月24日(木)午後7時30分から勤労青少年

市民空手道交流大会

11月3日(祝)午前9時〜午後5時
にしなすの運動公園メインアリーナ
対象 市内に居住・通学する幼児から中学生
内容 空手道の形、自由組手、防具付組手の3競技種目から選択
参加費 1種目千円、2種目参加は1500円、3種目参加は2千円
その他 大会や練習の見学も可能です
申込期限 9月30日(水)
申し込み・問い合わせ
市空手道連盟事務局(大貫)
☎(62) 6619
nuki_cock@yahoo.co.jp



子育ての"こつ"は「頑張り過ぎないで楽しむこと」



↑ 共通の悩みを持つ保護者同士、自然と本音が飛び交う「親学習プログラム」。いろいろな意見を聴くことで、自分に合った子育てのヒントが見つけれられるかも



↑ 子育てひろばでは季節に合わせて人形劇などのイベントも開催



↑ 子育てにちょっと疲れたら…ママ友と息抜きも"〇"



チャレンジing

なすしおばら^{げんきびと}元気人 No.17

一歩踏み出す人を応援するまち

「私のしつつけて間違っていないかな?」「もっと厳しくしたほうがいいのかな?」古今東西、子を持つ親の共通の悩みです。今回は、そんな親たちの良き理解者「家庭教育オピニオンリーダー」として活動する伊吹桂子さんに話を伺いました。

娘2人が中学生。私自身も子育て中でしつつけに関心を持っていた時に、市家庭教育オピニオンリーダー「よもぎの会」に入りました。

現在、よもぎの会のメンバーは18人。南公民館で子育てひろば(子育てサロン)を月2回ほど開催したり、10〜11月に各小学校で行われる就学時健康診断の際に、子どもとの接し方などを話し合う「親学習プログラム」でファシリテーター(司会・進行役)を務めたりしています。

親学習プログラムは、いろいろなテーマに沿って保護者同士が意見交換をする場。例えば私が「野菜嫌いな子どもはどうすれば直るの?」と問いかけると、「好きなカレーに混ぜた」「種まきをさせて収穫する喜びを体験させたら食べられるようになった」など保護者からたくさん



いぶきけいこ
伊吹桂子さん

～プロフィール～

県の家庭教育オピニオンリーダー養成講座修了後、平成12年から「よもぎの会」に所属し、2人の娘を育てた経験を生かしながら、家庭教育支援に尽力。県内の40支部で組織される県家庭教育オピニオンリーダー連合会会長になった現在も、精力的に活動を続け、子のしつけ方や接し方などで悩む親の身近なサポーターとして、充実した日々を過ごしています。

意見が出ます。皆さんもこのような経験があると思いますが、正解が分かりますか? 答えは「正解なし」です。親学習プログラムの狙いはまさにそこ、しつけの正解は1つだけではないこと、たくさん意見の中から自分に合う子育てのヒントを見つけてもらうことです。

活動を通して保護者の皆さんとお話すると「今の若い人も子育てを頑張っているな」と感心することもしばしば。逆に「頑張り過ぎないで」と心配になるほどです。だからこそ肩の力を抜いて子育てを楽しみ、愛情を持って子どもに接してあげてほしい。そういう親の姿を見て子どもは成長していくものですから。

問い合わせ

〇 園生涯学習課

☎ 0287(37)5364

