



### AEDの設置場所を確認しましょう

市の施設(市役所・各支所、公民館、小学校、保育園など)ではAEDを設置しています。設置状況は「財団全国AEDマップ」(日本救急医療財団のホームページ)で確認することができます。もしものときに備えて、普段からAED設置場所の確認をしておきましょう。

※携帯アプリ「QQMAP」でもAED設置情報を確認することができます。

※AEDを設置している施設などで設置情報の公開に協力できる場合は、「財団全国AEDマップ」へ設置情報の登録・更新をお願いします。

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(62)7197



### 健康ポイントで特典が当たる！ ～エンジョイヘルスなすしおばら～

健康ポイントを貯めて特典が当たる、「エンジョイヘルスなすしおばら」アプリを開始しました。楽しみながら健康習慣を身に付けましょう。



- ▶特徴
  - ・歩数、運動記録、健診記録などの健康記録によって健康ポイントを獲得できます
  - ・健康ポイントで、特典が当たる抽選に応募できます
- ▶対象 18歳以上の市民
- ▶注意 特典に応募するときは、マイナンバーカードの公的個人認証サービスでの確認が必須です
- ▶問い合わせ エンジョイヘルスなすしおばら運営事務局 ☎0570(077)799



### 保健福祉セミナー

子育て支援・健康増進のための2部制のセミナーです。

- ▶内容
  - 第1部 子育て支援
  - 第2部 子どものためのスポーツ栄養学
- ▶とき 12月15日(日)
  - 第1部 午後2時～
  - 第2部 午後3時15分～
- ▶ところ 那須与一伝承館 (大田原市南金丸1584-6)
- ▶定員 各部160人
- ▶申込期限 12月6日(金)
- ▶申込方法 ホームページから申し込み
- ▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



### 心臓をいたわる生活習慣のすすめ

心疾患はLDLコレステロールの高値や高血圧、喫煙習慣があると特に発症リスクが高くなります。以下を参考に生活習慣を見直し、心疾患を予防しましょう。

- ・肉の脂身、バター、お菓子、加工食品などに多く含まれる飽和脂肪酸のとりすぎに注意する
- ・植物性油脂や魚をバランスよく取り入れる
- ・食塩の多い食品を控える
- ・野菜、大豆製品を積極的にとる
- ・少しでも多く体を動かす
- ・たばこをやめる
- ・お酒は適量にする
- ・趣味などでストレスを解消する

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



## 市民意見募集



各種計画の策定に向け、皆さんの意見を募集します。詳細は市ホームページを確認してください。

ホームページ

### 〈都市計画マスタープラン・立地適正化計画〉

都市計画の方針を定めるプランと、集約型都市構造の実現を目指すための計画です。

- ▶募集期間 11月25日(月)～12月23日(月)
- ▶閲覧場所
  - ☑都市計画課、☑西那須野支所、☑塩原支所、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑都市計画課 ☎0287(62)7159 FAX0287(62)7224
- ✉toshikeikaku@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 〈観光施設長寿命化計画〉

観光施設の計画的な改修などを行うための方針を定める計画です。

- ▶募集期間 11月25日(月)～12月23日(月)
- ▶閲覧場所
  - ☑ツーリズム推進課、☑西那須野支所、☑ツーリズム推進課、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑ツーリズム推進課 ☎0287(74)2618 FAX0287(62)7223
- ✉tourism@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 〈地域防災計画〉

「災害対策基本法」などの改正に伴い、計画の改訂を行います。

- ▶募集期間 11月25日(月)～12月20日(金)
- ▶閲覧場所
  - ☑危機管理課、☑西那須野支所、☑塩原支所、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑危機管理課 ☎0287(62)7150 FAX0287(62)7220
- ✉kikikanri@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 〈子ども・子育て未来プラン〉

こども子育て施策を総合的・計画的に推進するための計画です。

- ▶募集期間 12月2日(月)～27日(金)
- ▶閲覧場所
  - ☑子育て支援課、☑子育て支援課、☑塩原支所、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑子育て支援課 ☎0287(46)5532 FAX0287(37)9156
- ✉kosodatechien@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 〈保育園整備計画〉

保育園などの整備の方向性を定める計画です。

- ▶募集期間 12月2日(月)～27日(金)
- ▶閲覧場所
  - ☑子育て支援課、☑保育課、☑塩原支所、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑保育課 ☎0287(46)5535 FAX0287(37)9156
- ✉hoiku@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 〈空き家等対策計画〉

「空家等対策特別措置法」の改正に伴い、計画の改定を行います。

- ▶募集期間 11月25日(月)～12月23日(月)
- ▶閲覧場所
  - ☑都市計画課、☑西那須野支所、☑塩原支所、☑箒根出張所
- ▶問い合わせ ☑都市計画課 ☎0287(62)7162 FAX0287(62)7224
- ✉toshikeikaku@city.nasushiobara.tochigi.jp

### 共通事項

- ▶【意見を提出できる人】市民、市内勤務・通学者、市内に事務所・事業所を持つ個人や法人、本件に利害関係を有する個人・法人・その他の団体
- ▶【提出方法】意見書の様式(閲覧場所か市ホームページから取得)に氏名、住所、意見を記入し、各問い合わせ先に持参、郵送、FAX、メールのいずれかの方法で提出
- ▶※持参のみ各閲覧場所でも受け付けます。
- ▶※氏名と住所の記入が必要で、電話での受け付けはできません。
- ▶※個人情報(目的以外には使用せず、公表しません。また、提出された書面の返却はできません)。
- ▶【問い合わせ(提出先の住所)】
  - ☑本庁舎 ☎325・8501
  - ☑共 壱社108・2
  - ☑西那須野庁舎 ☎329・2792
  - ☑あ たらご町2・3
- ▶【意見の公表】提出された意見の内容や市の考え方を取りまとめ、窓口やホームページで公表します。なお、本件に直接関係がない意見には市の考へ方は示しません