

2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/>

2月の休日当番医



昼間 診療時間：午前9時～午後5時

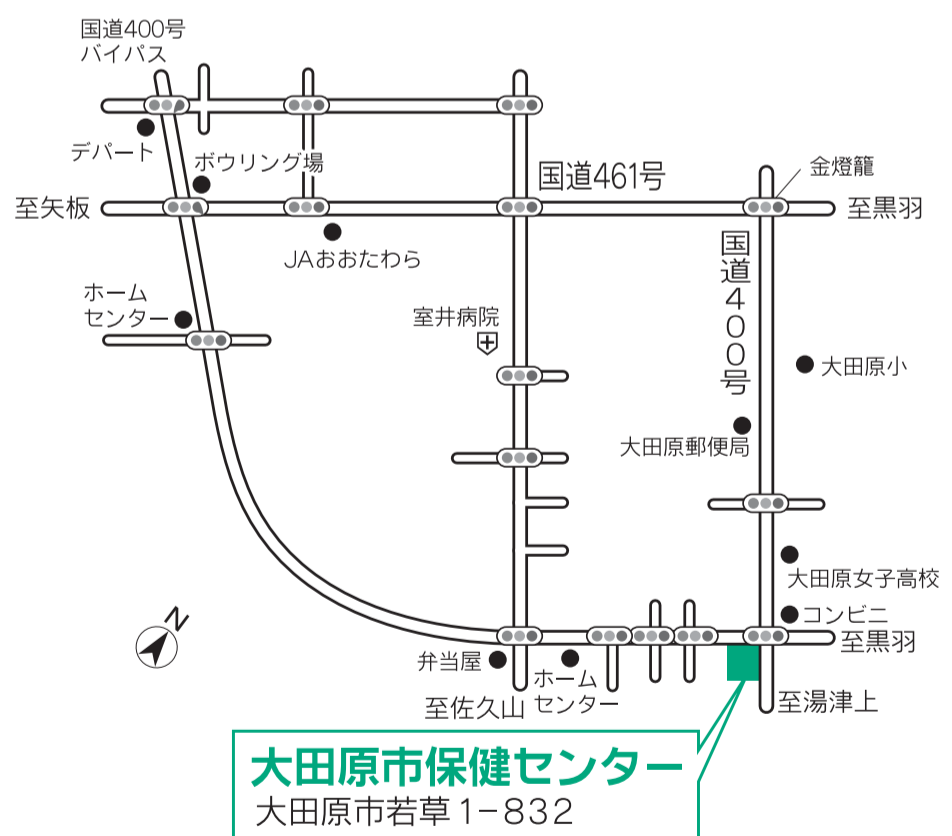
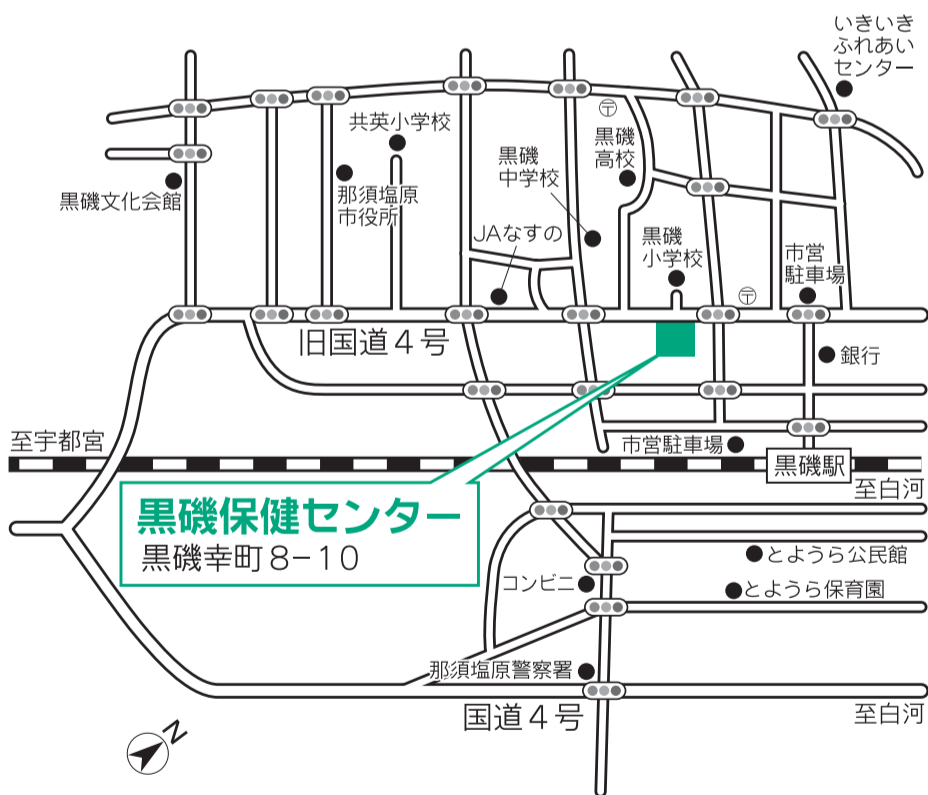
黒磯地区（那須町を含む）	診療日	西那須野・塩原地区
那須脳神経外科病院 [野間] ☎0287(62)5500	1日(日)	高澤クリニック [緑] ☎0287(37)9901
柄沢医院 [那須町] ☎0287(64)0311	8日(日)	西那須野内科循環器科クリニック [永田町] ☎0287(36)1100
ふじおか内科小児科医院 [東原2区] ☎0287(64)3366	11日(水)	大原クリニック [東三島] ☎0287(37)1133
渡部医院 [大原間] ☎0287(65)3535	15日(日)	原内科小児科医院 [西原町] ☎0287(36)0732
黒磯病院 [高砂町] ☎0287(62)0961	22日(日)	鈴木内科医院 [下永田] ☎0287(36)1232

夜間 科目：内科、小児科 ※保険証、診療費を持参してください。

黒磯那須地区休日等急患診療所 ☎0287(63)1100	大田原市休日等急患診療所 ☎0287(23)6500
---------------------------------	-------------------------------

診療時間：午後7時～10時
 診療日：毎週日・月・木・金・土曜
 2月11日(水)
 ところ：黒磯保健センター（黒磯小学校前）

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

とちぎ子ども救急電話相談 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。

国民健康保険加入者の皆さんへ

「特定健診」を受けていない人はぜひ受けましょう

市の集団健診は終了しましたので、特定健診をまだ受けていない人は、医療機関健診を受けてください。

対象

40～74歳の国民健康保険に加入している人で、本年度特定健診を受けていない人。治療中の人も対象になります。（国保の人間ドックを受けた人や受ける予定の人は、受けられません）

検査項目

問診、身体計測（身長・体重・腹囲測定）診察、血糖検査、脂質検査（中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール）、肝機能検査、尿検査、心電図検査、貧血検査、尿検査（尿糖・尿蛋白）

個人負担金 無料

健診の受け方 市内の実施医療機関で受けてください（本年3月末まで受けられます）

※実施医療機関がわからない場合は、下記にお問い合わせください。

持参するもの 特定健康診査受診券・保険証
※受診券がない場合は、下記にお問い合わせください。

◆20年度に、勤務先の健康診査や国保以外の人間ドックを受けている人は、健診結果(写)の提出をお願いします。その場合は、特定健診を受ける必要がありません。（健診結果は、特定健診・特定保健指導以外には使用しません）

特定健診とは

平成20年4月より、健診制度が変わり、今まで、基本健康診査として市が実施していたものを、特定健診・特定保健指導として、医療保険者が実施することになりました。

これは、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状態にある人や予備群となっている人を選び出し、特定保健指導を行うことで、生活習慣病の発症を予防するものです。40～74歳の国民健康保険の被保険者には、5月末に「特定健康診査受診券」を郵送しています。

問い合わせ

☎保健課 ☎0287(62)7128

普通救命講習会
いざというときのためのAED

AED（自動体外式除細動器）は、突然心臓が停止してしまった人を救うため、その場に居合わせた人の手で、すみやかに電氣的刺激（除細動）を施す医療機器です。



医師などの医療従事者だけでなく、一般の人でも使用できます。

大切な命を守るため、救急技能を修得したい人はぜひ参加してください。

とき 3月1日(日) 午後1時～4時

ところ 黒磯保健センター

対象 市民

内容 心肺蘇生法・AEDの取り扱いについて

定員 30人(先着)

受講料 無料

申込期間 2月2日(月)～20日(金)

申し込み・問い合わせ

黒磯保健センター ☎0287(63)1100

1・2月は「はたちの献血」
キャンペーン月間です

冬場から春先にかけては、年間で最も輸血用血液が不足しがちです。また、少子高齢化により、今、健康で若い皆さんの一層の献血への協力が求められています。

新成人の皆さん、「はたちの記念」に献血に行きましょう。キャンペーン期間中、たくさんの市民の皆さんのご協力をお待ちしています。

期限 2月28日(土)

会場 県赤十字献血センター、うつのみや大通り献血ルーム、各市町村の献血会場

献血のできる人

- ・16～69歳までの健康な人（65歳以上の献血については、60～64歳の間に献血経験がある人）
 - ・1980年～96年までの間にイギリス滞在歴のない人
 - ・海外から帰国後4週間が経過している人
- ※不明な点については、お問い合わせください。

問い合わせ

県薬務課 ☎028(623)3119

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
 保健センターのホームページ <http://www2.city.nasushiobara.lg.jp/hokencenter/>

乳幼児健康診査と育児相談

●乳幼児健康診査

とき・ところ・対象

4カ月児健診		平成20年10月生まれの乳児
黒磯保健センター		2月26日(木)
西那須野保健センター		2月25日(水)
10カ月児健診		平成20年4月生まれの乳児
黒磯保健センター		2月27日(金)
西那須野保健センター		2月24日(火)
1歳6カ月児健診		平成19年7月生まれの幼児
黒磯保健センター		2月3日(火)
西那須野保健センター		2月17日(火)
2歳児歯科検診		平成19年1月生まれの幼児
黒磯保健センター		2月18日(水)
西那須野保健センター		2月6日(金)
3歳児健診		平成18年1月生まれの幼児
黒磯保健センター		2月4日(水)
西那須野保健センター		2月10日(火)

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・健康診査票を、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
 ※受付整理番号札を、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

●育児相談

とき・ところ

2月19日(木) 西那須野保健センター
 2月20日(金) 黒磯保健センター

受付時間 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

申し込み 西那須野保健センターは事前申し込みが必要です

問い合わせ 各保健センター

予防接種

お子さんの予防接種は済んでいますか。

まだ、受けていない場合は、少しでも早く免疫を高めるために早めに受けましょう。

はしか(麻しん)にかからないようにするためには、生まれてから2回の接種を受けることが大切です。

今後の就職や進学の際に、はしか(麻しん)に対する免疫をもっていることが条件とされることがあります。

●麻しん・風しん混合ワクチン ジフテリア・破傷風混合ワクチン

麻しん・風しん混合(対象)

第1期	1歳～2歳未満
第2期	小学校入学1年前 (平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ)
第3期	中学1年生に相当する年齢 (平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれ)
第4期	高校3年生に相当する年齢 (平成2年4月2日～平成3年4月1日生まれ)

ジフテリア・破傷風混合(対象)

第2期	小学6年生 (平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ)
-----	---------------------------------

接種期限 麻しん・風しん混合第1期以外については3月31日(火)まで

接種回数 1回

接種料金 無料(4月以降の料金は全額自己負担となりますので注意してください)

接種場所 医療機関(事前に予約をしてください)

問い合わせ 黒磯保健センター

2月の食生活相談(予約制)

食生活について栄養士、保健師が相談に応じます。

とき	ところ	受付時間
10日(火)	黒磯保健センター	午前9時～11時
18日(水)	西那須野保健センター	午前9時～11時
25日(水)	黒磯保健センター	午後1時～3時

申し込み・問い合わせ 各保健センター

新生児助産師訪問事業

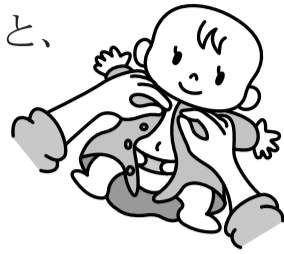
生後おおむね3カ月以内の赤ちゃんとお母さんを対象に、助産師などによる家庭訪問を行っています。

内容 赤ちゃんの体重、母乳のこと、
育児アドバイスなど

※電話での申し込みが可能です。

申し込み・問い合わせ

各保健センター



母親学級（予約制）

とき 2月2日(月) 午後1時30分～3時30分
受け付け：午後1時～1時30分

ところ 西那須野保健センター

対象 妊娠している人およびその家族

内容 元気な赤ちゃんを育てるために
(栄養・育児編)

その他 母子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

2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。(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)

●黒磯地区

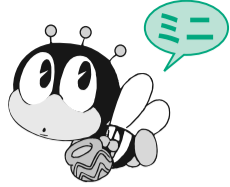
名称	期日	時間	ところ	問い合わせ(☎0287)
なかよしひろば	毎週月～金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午 午後1時～4時	いきいきふれあいセンター	子育て相談センター (64)3724
かるがもサロン	4日(水)	午前10時～11時30分	稲村公民館	黒磯保健センター (63)1100
とようらキッズ	5日(木)	午前10時～11時30分	とようら公民館	
つくしっ子サロン	13日(金)	午前10時～11時30分	東那須野公民館	
あつまれキッズ	16日(月)	午前10時～11時30分	厚崎公民館	
にこにこ広場	毎週水・金曜 ※祝日は休み。	午前9時～正午	たかはやし保育園	たかはやし保育園 (68)0025
子育て支援室 「もこもこ」	毎週木曜	午前10時～11時30分	友里かご保育園	友里かご保育園 (62)1116 ※実費負担でいろいろな教室を開催しています。

●西那須野地区

名称	期日	時間	ところ	問い合わせ(☎0287)
子育てサロン	4日(水)、9日(月) 16日(月)、18日(水) 20日(金)、23日(月) 27日(金)	午前9時30分～11時	西那須野保健センター	子育て相談センター (64)3724
	12日(木)、26日(木)	午前9時30分～11時	健康長寿センター 教養講座室(和室)	
	13日(金)、25日(水)	午前9時30分～11時	大山公民館	
	2日(月)、9日(月)	午前9時30分～11時	狩野公民館	
たんぽぽ	毎週火曜	午前10時30分～正午	西公民館	
にこにこルーム	6日(金)、20日(金)	午前10時～11時30分	三島公民館	三島公民館 (36)8531
子育てサロン	13日(金)、27日(金)	午前9時30分～正午	西那須野公民館	西那須野公民館 (36)1143 ※参加費100円が必要。
子育てひろば	4日(水)、18日(水)	午前10時～正午	南公民館大広間	南公民館 (36)7341 ※年会費500円が必要。
子育て支援・にじ (予約制)	毎週月・木曜	午前9時30分～ 11時30分	ほし保育園	ほし保育園 (37)0614 ※内容により実費負担あり。 ※1日限定、親子7組。

●塩原地区

名称	期日	時間	ところ	問い合わせ(☎0287)
子育てサロン	毎週月・水・金曜 ※祝日は休み。	午前10時～正午	ひまわり保育園	ひまわり保育園 (35)2226



新春囲碁大会 参加者募集

とき 1月25日(日)
午前9時受け付け、9時30分開
始

ところ いきいきふれあいセンタ
ー 3階大会議室

内容 級位の部、段位の部

参加費 1000円(当日持参)

申し込み 当日会場で受け付け

問い合わせ

黒磯公民館

☎0287(60)1115

漢詩・漢文教室 参加者募集

昨年度に続き、漢詩・漢文教室
を開催します。

今年度第2弾は「李白」です。漢

詩に親しんではいかがですか。

とき

2月15日・22日、3月1日・8日

の日曜(全4回)

午前10時～11時30分

ところ とうら公民館

内容 李白の漢詩について

受講料 無料

申込開始 2月5日(木)

申し込み・問い合わせ

とうら公民館

☎0287(60)3122

にしなすの運動公園プール臨時休業のお知らせ

塗装工事に伴い、次の期間が休業となります。

休業期間 2月1日(日)～28日(土)

問い合わせ 函スポーツ振興課 ☎0287(37)5439



●スポーツ大会参加者募集

名称	とき	ところ	対象・参加費・その他
スキーバ ッチテス ト	2月15日(日) 午前8時30分から 受け付け ※現地集合 (だいくらスキ ー場内ひるたき食 堂前)	だいくらス キー場	▶参加資格 【1級】中学生以上の2級取得者、ジュニアテスト2級取得者 【2級】中学生以上、ジュニアテスト2級取得者 【3～5級】小学生以上 ▶定員 20人 ▶検定料 1級5,000円、2級4,000円、3級3,500円 4級3,000円、5級2,500円 ▶申込期限 検定料を添えて2月6日(金)午後5時まで ▶その他 公認料、バッチ代が別途必要です リフト券、スキー用具は各自用意してください ▶問い合わせ 函スポーツ振興課 ☎0287(37)5439
アルペン ・ジュニ アスキー 記録会お よびジュ ニアテス ト	2月22日(日) 午前8時30分から 受け付け ※現地集合 (リフト券売場 前集合)	会津高原南 郷スキー場	▶参加資格 中学生以下で1級から6級受験で制限滑降のコースを滑ることができる人 ▶定員 60人 ▶検定料 1級800円、2級700円、3級600円 4級500円、5級300円 ※クラス1級は、記録会のみ参加可(参加料500円) ▶その他 ・公認料、バッチ代が別途必要です ・リフト券、スキー用具は各自で用意してください ・天候や参加者などにより日程を変更する場合があります ・各級完走者上位10人に記録証を授与します ▶申込期限 検定料を添えて2月13日(金)午後5時まで ▶申し込み・問い合わせ 函スポーツ振興課 ☎0287(37)5439

2月の相談

※すべて無料です

相談名	とき、ところ	相談内容、問い合わせなど
行政相談 人権相談 移動県民相談	※相談時間はすべて、午前10時～午後3時 ただし、10日(火)は午後2時まで。 4日(水) ハロープラザ (人権相談) 5日(木) いきいきふれあいセンター (人権相談) 10日(火) いきいきふれあいセンター (行政相談) 19日(木) 健康長寿センター相談室 (行政相談・人権相談・移動県民相談) 25日(水) ゆっくりセンター (行政相談)	●行政相談・移動県民相談 国や県、市など、行政の仕事に対する意見や要望 〔本秘書課 ☎0287(62)7109〕 ●人権相談 人権保護などに関する相談 〔本社会福祉課 ☎0287(62)7135〕 〔西保健福祉課 ☎0287(37)6231〕 〔塩市民福祉課 ☎0287(32)2988〕
弁護士による 法律相談 (予約制)	25日(水) 午後1時30分～4時 健康長寿センター	先着14人 ※2月2日(月)から受け付け開始。 〔社会福祉協議会本所(西那須野) ☎0287(37)5122〕
	28日(土) 午前10時～正午 いきいきふれあいセンター	先着14人 ※2月2日(月)から受け付け開始。 〔社会福祉協議会黒磯支所 ☎0287(63)3868〕
ふれあい相談 (心配ごと相談)	※相談時間はすべて、午前10時～午後3時 毎週月・金曜 いきいきふれあいセンター	悩みごとや心配ごとの相談 ●いきいきふれあいセンター実施分 〔社会福祉協議会黒磯支所 ☎0287(63)3868〕 ●健康長寿センター実施分 〔社会福祉協議会本所(西那須野) ☎0287(37)5122〕 ●ハロープラザ、ゆっくりセンター実施分 〔社会福祉協議会塩原支所 ☎0287(32)5216〕
	10日(火)・24日(火) 健康長寿センター相談室	
	4日(水) ハロープラザ 25日(水) ゆっくりセンター	
少年相談	月～金曜 午前9時～午後4時 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 ☎0287(37)5925〕
教育相談	●学校教育課(西那須野庁舎3階) 月～金曜 午前8時30分～午後5時 ●適応指導教室 月～金曜 受付時間:午前9時～午後4時	心身に障害がある児童・生徒やいじめや不登校など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 ☎0287(37)5349〕 適応指導教室 〔黒磯地区:ふれあい ☎0287(63)8526〕 〔西那須野・塩原地区:あすなろ ☎0287(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 子育て相談センター	0～18歳までの子どものさまざまな悩みに関する相談 〔子育て相談センター ☎0287(64)3724〕
女性の再就職・起業相談 (予約制)	※相談時間は、午前10時～正午 10日(火) いきいきふれあいセンター 23日(月) 健康長寿センター	子育てをしながら再就職や起業などについて考えている人の相談 ※託児あり。 〔予約受付 ☎028(610)7388〕
消費生活相談	常設 月～金曜 午前8時30分～午後5時 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 ※巡回相談は予約制になります。(予約は前日まで) 〔消費生活センター ☎0287(63)7900〕
	巡回相談 13日(金)、27日(金) 午前10時～午後3時 西那須野庁舎108会議室 (予約制)	
	19日(木) 午前10時～午後3時 ハロープラザ (予約制)	
交通事故相談	24日(火) 午前10時～午後3時 市役所本庁203会議室	交通事故などに関する相談 〔本生活課 ☎0287(62)7127〕
法律相談 (予約制)	21日(土) 午前10時～午後3時 西那須野公民館	栃木県司法書士会による法律相談 〔予約受付(県司法書士会) ☎028(614)1122〕
労働社会保険に関する相談	4日(水)・18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)	事業主および勤務者を対象にした労働社会保険に関する相談〔県社会保険労務士会 ☎028(647)2028〕
不動産相談	20日(金) 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)	不動産取引に関する相談 〔県宅建協会県北支部 ☎0287(62)6677〕
こころの相談 (予約制)	4日(水)・17日(火) 午後1時～3時 県北健康福祉センター(大田原市)	精神科医師、保健師によるこころの相談 〔県北健康福祉センター ☎0287(22)2259〕
心の病 家族のつどい	20日(金) 午後1時30分～3時30分 県北健康福祉センター(大田原市)	心の病を理解するための家族教室(要予約) 〔県北健康福祉センター ☎0287(22)2259〕

おおぬまたつのり
大沼辰徳さん

(青木在住)

2009年は丑年。那須塩原市は生乳産出額本州一というところで、これから市の酪農を担う若手酪農家にお話を聞いてきました。



1981年旧黒磯市生まれ。2004年大学卒業後に就農。仕事の合間に、一昨年産まれた子ども瑞来ちゃんと遊ぶのが楽しみ。

就農した理由は

祖父も両親も酪農家だったので、自分も何となく後継者になるつもりでいました。高校生の時、学校の牛を共進会に出品しました。そこで当日牛の乳房の張り、毛並み、体格などを最高の状態に仕上げるため、何日も前から牛の世話をします。その時夢中になって世話をした時、自分の牧場で、自分の手で育てた牛を共進会に出品したいと思ひ、酪農を仕事にしようと思ひました。

共進会の魅力は

昨年4回の共進会に出品しましたが、共進会に出ると、他の酪農家と交流することができて、経営や牛の飼育方などで良い刺激を受けます。また、共進会に牛を出すという目標があると、毎日の牛の世話にも緊張感があります。特に牛は汚さないこと、こまめに観察することを心がけています。こうすることで、作業性も上がり、えさを食べていない牛が分かります。

酪農という仕事は大変ですよ

朝は5時30分から10時まで、夕方は3時30分から7時まで働きます。生き物相手だから休みは無いですね。でも、この仕事は自分のやりたいように出来るし、自分が丹精込めて育てると、牛も応えてくれますからね。

牛乳のPR活動をしているそうですね

昨年9月に市の観光協会主催の牛乳の日のイベントに参加しました。市内の若手酪農家15人が集まり、那須ガーデンアウトレット内に子牛のふれあいブースを設け、来場者に牛を触ってもらいました。初めて牛を見る子どももいて、目を輝かせていました。牛乳の消費に直接つながる訳ではありませんが、少しでも多くの人に、酪農の魅力を感じて欲しいですね。

これからの目標は

2010年北海道で開かれる全日本ホルスタイン共進会に牛を出品できるように、日ごろの牛の管理をしっかりすること。そして今は厳しい酪農状況ですが、今後規模拡大を視野に入れ、酪農を「楽農」にしていきたいですね。

※共進会…牛の姿勢の美しさや体のバランス、形などの優劣を競う。別名牛の美人コンテスト。

まちかど通信

ひがしなす「今昔物語」

地名はありませんが、那須塩原駅周辺を、今でも「東那須」と呼んでいます。

那須塩原駅



東那須野駅

以前は「東那須野」駅と称し、急行も停まらない小さい駅でした。歴史は古く、明治31年11月に開業しています。当時は駅と国道との間はほとんど畑でした。駅周辺には、役場、学校、郵便局、店、住宅などが建ち発展してきました。

昭和57年6月に新幹線の停車駅となり「那須塩原」駅に改称されました。平成19年度の1日平均乗車人数は、約4900人となっています。

新幹線開通以降は、皇族の方々が那須御用邸に向かう際の最寄り駅として、当駅を利用されています。上空のヘリコプターの音で、ご来県が分かります。

大原間小学校

新幹線工事に伴い、昭和54年4月、現在地に移転しました。引越しの時は子どもたちのおのりが、自分のいすを持って運びました。校名を、当時の地名「島方」に

との意見も少数出ましたが、歴史ある名前が残りました。

那須塩原駅前交番

平成10年3月末に東小屋駐在所と厚崎駐在所が合併し、現在地に新築されました。モダンなデザインは、市民の意見も取り入れたものです。

本年には方京地区に、那須塩原警察署が移転の予定です。

区画整理事業

平成17年6月、西口の区画事業完了区域に「大原間西1・2丁目」「方京1・2丁目」「杏掛1・2丁目」「前弥六南町」と新しい町名が誕生しました。



大型商業施設誕生

昨年は、ショッピングセンターやリゾート型アウトレットモールがオープンしました。

わたしはこの地に移り住んで12年になります。日々景色が変わり、新しい出会いがあります。皆さんも、1日ゆっくり散策されてはいかがでしょう。 (豊田陽子)



問い合わせ
☎秘書課
☎0287(62)7109