

研修会・講座

認知症サポーター養成講座

認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職場で認知症の人や家族を支援し、安心して暮らし続けることができる地域づくりをめざした講座です。

とき 9月16日(水)
午後2時～3時30分

ところ シニアセンター

定員 25人程度

参加費 無料

内容

「認知症とは」「早期発見と治療・予防」「対応と支援方法」「地域で支えていくには」「認知症サポーターとは」などを、寸劇を交えて楽しく学びます

※受講者に、認知症の人と家族を支援する目印としてオレンジリングを配布します。

申し込み・問い合わせ
シニアセンター

☎(73)2210



心を支える ボランティア講座

心の病をもつ人は、病気の障害や誤解から生活のしづらさを抱えています。講話や施設見学を通して、心の病やその障害について理解を深め、支え合いのあり方を考えていきます。

【第1回】

とき 9月30日(水)
午後1時30分～3時30分

ところ

那須庁舎別館(大田原土木事務所)会議室

定員 30人程度

内容

講話「心の病と地域生活」
「統合失調症・うつ病」

【第2回】

とき 10月28日(水)
午前9時30分～午後4時30分

ところ

茨城県大子町(県北健康福祉センター集合)

定員 20人程度(第1回の講座に参加した人)

内容

生活訓練施設などの見学

申込方法

事前に次へ電話で申し込んでください

申し込み・問い合わせ
県北健康福祉センター
☎0287(22)2259

平成21年度危険物取扱者保安講習

講習区分

給油および一般取扱所

とき 10月2日(金)

①給油 午前9時30分～午後0時30分

②一般 午後1時30分～4時30分

ところ 那須町文化センター

受講料 4700円(県収入証紙)

定員 先着各100人

申込期間

9月10日(木)～18日(金)

午前8時30分～午後5時30分

※土・日曜を除く。

※電話による受け付け、予約は一切行いません。

※申し込みの際は、危険物取扱者免状を忘れずに持ってきてください。

申し込み・問い合わせ

黒磯那須消防組合消防本部

予消防防課

板室分署

☎(62)0864

☎(69)0119

平成21年度 誰もがきりりセミナー

自分らしさを大切にするコツ ～自分が変わる5日間～

誰もがいきいきと輝ける社会を目指して、女性も男性もいろいろな分野から学べるセミナーです。セミナーを受講する間、満1歳から小学3年生までのお子さんを保育することもできます。

回	とき	ところ	テーマ	講師	保育申込期限
1	10月16日(金) 午後7時～8時30分	西那須野 公民館	今日からできる自分磨きの方法 「印象マナー」講座	ちとせ氏(私ブランド塾SHINBI主宰イメージコンサルタント)	10月1日(木)
2	10月23日(金) 午後7時～9時	三島公民館	あっ!と驚くコミュニケーション術～自分も相手も大切に～	谷津嘉子氏(企業組合とちぎ家族研究所・ウィル 代表理事)	10月8日(木)
3	10月28日(水) 午後7時～9時		お互いを認めあう～自分と他人の違いを認めよう～	高橋紘一氏(特別養護老人ホーム生きいきの里 理事長)	10月14日(水)
4	11月6日(金) 午後2時～4時		自分らしさを見つける～一歩踏み出すためのヒント～	廣瀬隆人氏(宇都宮大学教育学部)	10月23日(金)
5	11月15日(日) 午前9時～午後4時	パーティ (宇都宮市)	フェスタ in パーティに行こう! ～自分らしさの生かし方～	【公開講座】 西原理恵子氏(漫画家)	要確認

定員 40人 受講料 無料 申込期限 9月25日(金)

その他 11月15日の講座は、バスで会場へ移動します。

申し込み・問い合わせ ☎市民協働推進課 ☎(62)7019

市民公開医学講座 あなたは大丈夫？ 気になるメタボ

とき 10月4日(日)
午後1時30分～4時30分
ところ 那須野が原ハーモニ

ーホール

対象 主に成人
定員 360人(先着)

内容(講話)

①テーマ

「メタボにならないための運動療法の実際とそのチェックポイント」

講師

河合祥雄氏(順天堂大学スポーツ健康科学部教授)

②テーマ

「メタボと水泳」

講師

鈴木大地氏(順天堂大学スポーツ健康科学部准教授・ソウル五輪金メダリスト)

参加費 無料

後援 那須郡市医師会

問い合わせ

那須郡市医師会

☎0287(23)8647



催し

第5回那須塩原市 児童・生徒木工工作 コンクール作品展

市内の小中学生が工作した木工作品を展示します。

子どもらしい夢のある作品ばかりです。ぜひ見に来てください。

とき

9月9日(水)～16日(水)
午前9時～午後6時

ところ

いきいきふれあいセンター
展示部門

小学生低学年の部(1～4

年生)、小学生高学年の部(5～6年生)、中学生の部

その他 各部門で優秀な作品(各部門6品以内)は県大会へ出品します

問い合わせ

農林整備課

☎(62)7148

行政書士による 無料相談会

遺言・相続の手続き、許認可申請など、暮らしと役所の手続きについてお答えします。

とき/ところ
①9月13日(日) 午前10時～午後3時/イオンスーパーセンター那須塩原店
②10月1日(木) 午前10時～午後3時/市役所本庁市民室

内容

遺言・相続に関すること、成年後見制度、内容証明などの作成、法人設立、土地利用、公共用地払い下げ、建設業等の許可、自動車の登録、交通事故保険金請求に関することなど

その他

予約の必要はありません
※複雑な相談、準備が必要な相談の場合は、次へ事前に連絡ください。

問い合わせ

栃木県行政書士会那須支部
事務局 ☎(46)7527

平成21年度全国一斉 成年後見相談会

皆さんの老後の不安や高齢者を養護する人たちの不安や相談に、司法書士や社会福祉士がお答えします。

とき 9月19日(土)

午前10時～午後3時

ところ 栃木県司法書士会館

(宇都宮市幸町1-4)

内容 成年後見(高齢者の財産管理)に関する相談
相談方法 面談または電話
問い合わせ
リーガルサポートとちぎ支部
☎028(632)9420

ボランティア講演会 (第2弾)「歯ブラシ1本 が世界を救う」貧困から 見える真の豊かさとは

世界でも最貧困層の一つでもあるフィリピンの現状と、世界最高の福祉国家デンマークでの福祉・医療研修を通じて「豊かさ」という言葉をキーワードに講演会を行います。

とき 9月19日(土)

午前10時～11時30分

※開場は午前9時30分。

ところ

いきいきふれあいセンター

参加費 無料

※誰でも参加できます。

講師

関口敬人氏(市内の歯科医師でフィリピン医療を支える会に所属し、フィリピンでの医療奉仕活動に尽力しています)

問い合わせ

市ボランティアセンター
☎(73)0073

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。
とき 9月26日(土) 午前9時30分～午後0時30分
※受け付けは正午まで。

ところ 北那須浄化センター

(天田原市宇田川1790-1)

内容

下水道に関するポスター展および表彰式、浄化センター施設見学、下水道に関する資料の展示、水質試験にチャレンジ、ミニSL運行

スタンプラリー ほか

※先着500人に記念品を配布します。また、スタンプラリーチェック達成者およびアンケート回答者にも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

本市では、東那須野地区、西那須野地区、箒根地区の汚水が北那須浄化センターで処理されています



さがしてみよう! 里山の生きものたち

田や雑木林で、人の暮らしと生き物の暮らしの結びつきを観察します。観察会後にはミニ研修会も開きます。

とき 9月27日(日)
午前9時30分～午後3時

※雨天決行。

ところ 国道123号沿い「道の駅もてぎ」北駐車場(茂木町茂木1090-1)
内容 棚田と雑木林で生き物を観察します

対象 誰でも参加できます
※小学生以下は保護者同伴。

定員 35人

参加費 無料

申込方法

代表者の氏名・住所・電話番号・メールアドレスと参加者全員の氏名・年齢を郵送、ファックス、電子メールで報告してください

※日・月曜を除く。

申込期限 9月11日(金)

その他

・長靴、帽子、雨具、飲み物、タオル、筆記用具を持ってきてください

・そばレストランで昼食となります(各自実費負担)

※弁当持参可。

申し込み・問い合わせ

〒32010027

宇都宮市埴田2-15-1

共生ビル2階

日本野鳥の会栃木県支部事務局

〒028(625)4051

FAX 028(627)7891

☎ 028(627)7891

✉ wbsj-tochigi@nifty.com



よささウォーク2009

激甚な那須水害から11年がたちました。

安全で緑豊かな川によりみがえった「余笹川」をウォーキングしませんか。

とき 9月27日(日)

午前10時スタート

ところ 余笹川ふれあい公園(那須町スイミングドーム隣り)

コース 10km、20km

参加費 無料

問い合わせ

余笹川流域連携ネットワーク事務局長 福田

☎ 090(8726)8318

とちぎ求職者総合支援センター巡回相談会

求職活動をしている人の就職や生活・就労相談に専門のスタッフが対応します。

とき 10月2日(金)

午後1時～4時

ところ

西那須野庁舎201会議室

相談内容

- ・再就職に関すること
- ・公営住宅、生活資金、職業訓練に関すること
- ・賃金、労働時間など労働条件に関する事

問い合わせ

とちぎ求職者総合支援センター

〒028(600)4071

大田原労政事務所

☎ 0287(22)4158

シニアセンター秋まつり

とき 10月4日(日)

午前10時～午後3時

ところ 市シニアセンター

対象 市民

内容

シニアセンターの行っている健康体操教室やグラウンドゴルフなどが体験できます

- ①健康体操体験
- ②グラウンドゴルフ場開放および初心者一日体験会
- ③フリーマーケット
- ④鍋掛餅つき唄の会による餅つき実演と販売 ほか

問い合わせ

市シニアセンター

☎(73)2210

平成21年度下水道排水設備工事責任者試験

とき 11月13日(金)

午後2時～4時

ところ 栃木県河内庁舎大会議室(宇都宮市)

申込期間

10月1日(木)～15日(木)

申込方法

(財)栃木県建設総合技術センターへ申込書を持参もしくは郵送(当日消印有効)してください

※申込用紙は、(財)栃木県建設総合技術センターまたは市下水道課で配布しています。

その他 試験講習は、実施しません

問い合わせ

(財)栃木県建設総合技術センター

☎ 028(626)3187

☎ 028(626)3187

☎ 028(626)3187

☎ 028(626)3187

☎ 028(626)3187

☎ 028(626)3187

第6回 那須野が原ウォーク

とちぎグリーンフェスタ2009のイベントとして那須疏水や田園空間博物館のサテライトを巡る「那須野が原ウォーク」を開催します。

とき 10月10日(土)

午前9時から

※受け付けは午前8時から。

集合場所 那須野が原公園管理センター前

定員 100人

参加費 無料

申込期限 10月5日(月)

申し込み

那須野が原公園管理事務所

☎(36)1220

問い合わせ

国産業観光課

☎(37)5108



21年度 塩原温泉ビジターセンターイベント情報(12~3月分)

知るほどに好きになる塩原の自然…。温泉にゆっくり宿泊しながら、参加してみたいですか。

No.	イベント名	期 日	場 所	内 容	参加費	定員	申込開始日
18	お正月リース作り	12月5日(土) 午後1時30分～ 3時30分	ビジター センター	稲を編んで作るベースに、 塩原の自然で育まれた色々 な材料が色を添えます	1,000円	20人	10月5日 (月)
19	カンジキ ウォッチング①	1月24日(日) 午前9時～正午	大沼公園、 奥塩原地区 ほか	雪に覆われた森林をスノー シューで満喫、植物の冬芽 の観察や動物の足跡を観察 して、普段見ることのでき ない自然の姿を堪能してく ださい	1,000円 + レンタル料 (注)	各日 25人	11月25日 (水)
20	カンジキ ウォッチング②	2月7日(日) 午前9時～正午					12月7日 (月)
21	カンジキ ウォッチング③	2月14日(日) 午前9時～正午					12月14日 (月)

(注) スノーシュー・ストック1セット 500円(大人・子ども同額料金)

※すべてのイベントに塩原温泉ハイキングパックを付けることができます。このパックを利用すると、ビジターセンターのイベント(上記)に無料で参加することができます。

その他

- ①全て予約制のため、定員になり次第締め切りとなります。
- ②予約をキャンセルする場合は1週間前までに連絡してください。
- ※1週間を過ぎるとキャンセル料として、参加費の半額、当日キャンセルの場合は全額を負担となります。
- ③スケジュールやコースは変更・中止になる場合があります。
- ④イベントについては最低限の保険に加入をしていますが、参加中のけがについては、自身の責任のもと参加してください。

申し込み・問い合わせ

塩原温泉ビジターセンター

☎/FAX (32) 3050 ✉ info@shiobara-vc.jp

塩原温泉ハイキングパック料金

1泊2日	A	B	C
料 金	7,500円	10,650円	13,800円
土・休日前料金	9,600円	12,750円	15,900円

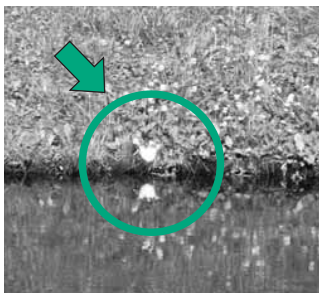
※上記料金は1人分の料金で、入湯税・消費税を含みます。

(原則2人以上で申し込んでください)

※1人で宿泊参加を希望する場合は、追加料金がかかりますので、宿泊施設に問い合わせてください。

※2日目の昼食が付きません。

※車で参加をしていない人のみ、宿泊先からビジターセンターまでの送迎あり。

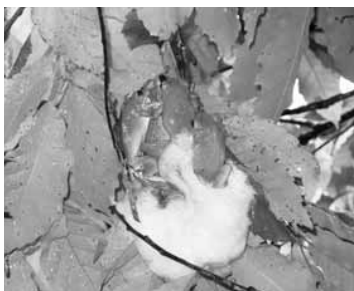


草の上にソフトボールが?

6月下旬のある日、箱の森の徒渉池付近を歩いていると、水際の草の上にソフトボール…?でも、よく見るとそれは、モリアオガエルの卵塊でした。

モリアオガエルは、全身緑色をした体長40ミリから80ミリの大型のカエルです。彼らの一癖の特徴は、木の上に泡状の卵塊を作ることです。塩原では、6月から7月上旬にかけて、1匹のメスに3〜5匹のオスが集まり、泡の中に150〜200個の卵を産みつけます。

しかし、この卵塊はというと、木の上ではありません。6月、雨が少なかったためか、



本当は、木の上で!

水のある所に生んでしまったのかも知れません。でも、ここは子どもたちにとって楽しい水遊びの場所です。このままでは、知らずに子どもたちが踏んづけてしまうかもしれません。

そこで、大きくなるまで、クワガタ・カブト館で預かることにしました。大きくなったら、徒渉池のそばにある湿性園の池へ返してやるつもりです。

9月上旬には、小さな緑色の子ガエルになっているでしょう。ぜひ、箱の森へ会いに来てください。

(あきお)

草の上に、ソフトボール?

寄稿

ちっちゃな自然みつけた!

IN 那須塩原 56

第3回 那須塩原市畜産フェア

と き 10月18日(日) 午前9時～午後3時
ところ にしなすの運動公園

那須和牛の焼肉をはじめ、那須塩原産牛乳の販売、その他楽しいイベントが盛りだくさん！
皆さんの来場を心からお待ちしています。

内 容

【イベント】

那須和牛の試食／牛の乳搾り体験／子牛ふれあい体験／「ミニ搾乳装置」を使っの牛の搾乳作業公開／塩原堆肥センターの堆肥無料配布／その他楽しいミニイベント企画中です

【模擬店】

牛乳／アイスクリーム／豚肉加工品／和牛串焼き／フランクフルト／和牛もつ鍋／開拓鍋／かりんとう
その他 内容は一部変更になる場合があります。



◆焼肉前売り券販売(9月7日(月)から)◆

【焼肉セット 1枚4,000円 ※当日券は5,000円(50枚限定)】

内 容 (親子4～5人用)

那須和牛700g、焼きそば3玉、野菜

販売数 先着600枚

申込方法

- ・本農務畜産課・四産業観光課・五産業観光建設課の各窓口および郵送で販売します。
- ・郵送で購入する人は、事前に住所、氏名、電話番号、購入枚数を電話または電子メールなどで連絡してください。折り返し振込用紙を送付します。前売り券は入金確認後送付します。



※雨天決行です。台風などの荒天でイベントが中止になった場合でも、券と焼肉セットの引き換えは会場で行います。



申し込み・問い合わせ 那須塩原市畜産フェア実行委員会事務局(農務畜産課内) ☎(62) 7149
✉ noumuchikusan@city.nasushiobara.lg.jp

2009 那須野巻狩まつり

大将鍋出陣まつり

と き 10月24日(土) 午前9時～午後3時
 ところ 那須塩原駅東口駅前通り

那須野巻狩まつり

と き 10月25日(日) 午前9時～午後3時
 ところ 那珂川河畔運動公園



イベント参加者大募集!



◆ 巻狩踊り大会 ◆

個人でも、グループでも、みんなで踊ってまつりを盛り上げよう!当日飛び入り(個人の部)も大歓迎!

と き 10月25日(日)

参加資格

<個人の部> 自由参加(当日受け付け)

<団体の部> 1団体10人以上

※所定の用紙に必要事項を記入して、那須野巻狩まつり事務局(☎商工観光課内)へ。

申込期限 9月25日(金)

その他 ・服装は巻狩まつりにふさわしいもの
 ・団体の部は参加準備金を用意します
 ※1団体30人分を上限とします。

申し込み・問い合わせ

那須野巻狩まつり実行委員会

「イベント1部巻狩踊り」班 ☎(62) 7154

◆ 巻狩ショー ◆

親子で、または友達と一緒に昔の衣装を着て「那須野巻狩ショー」に参加しよう!素敵なTシャツをプレゼント。

と き 10月25日(日)

定 員 200人(誰でも参加できます)

申込期限 9月25日(金)

その他 衣装は用意してありますので、会場のテント内で着替えて、ショーに参加してもらいます。



申込方法 電話で次に申し込んでください

申し込み・問い合わせ

那須野巻狩まつり実行委員会

「イベント1部巻狩ショー」班 ☎(62) 7154

◆ 物産・企業フェア ◆

自社製品のPRや、商品などの販売促進活動をしてみませんか。

と き 10月25日(日) 午前9時～午後3時

出店スペース 1小間 間口2.7m/奥行き3.6m

※出店スペースに限りがあります。

出店料 1小間 1万円

申込期限 9月18日(金)

申し込み・問い合わせ

那須野巻狩まつり

実行委員会

「物産・企業フェア」班

(黒磯商工会内)

☎(62) 0373



◆ フリーマーケット ◆

と き 10月25日(日) 午前9時～午後3時

出店スペース 1小間 間口1.5m/奥行き3.6m

※1団体2小間まで。

参加料 1小間 2,000円

参加資格 市民

募集小間数 先着30小間

申込期間 9月11日(金)～25日(金)

※販売場所は申し込み時に抽選し、決定します。

※申込用紙は事務局(☎商工観光課内)にあります。

申し込み・問い合わせ

那須野巻狩まつり実行委員会事務局

(☎商工観光課内) ☎(62) 7154



財団法人三菱UFJ信託 地域文化財団による 平成22年度助成団体募集

音楽・美術・演劇の各分野における活動および、伝統芸能の継承、保存、後継者育成に努力している団体を募集します。

募集期限

11月30日(月)

対象部門

音楽、美術展、演劇、伝統芸能

対象公演等

平成22年度に実施される公演および美術展

応募方法

助成要望書および必要書類を直接財団事務局へ郵送。助成要望書、記入要領は生涯学習課にあります。

選考方法

選考委員会にて選考を実施。来年3月に最終決定後、財団事務局より直接通知

助成金の交付

助成対象公演等の原則1カ月前に団体あて交付

問い合わせ

財団法人三菱UFJ信託地域文化財団
☎03(3272)6993

生涯学習課

☎0287(37)5419

生涯学習課

西那須野庁舎内 ☎0287(37)5364
FAX0287(37)5479

宇都宮共和大学 那須塩原市民開放講座 受講生募集

—とちぎ県民カレッジ連携講座—
宇都宮共和大学との連携・協力により今年も市民開放講座を開催します。

「開かれた大学」を目指す宇都宮共和大学那須キャンパスで、楽しく学んでみませんか。

とき/内容

- 第1回 10月7日(水)
「まちづくりと観光」
講師 教授 山島哲夫
- 第2回 10月14日(水)
「那須塩原市におけるアウトレットモール運営と観光」
講師 那須ガーデンアウトレットチームマネージャー 高桑俊六
- 第3回 10月21日(水)
「観光とIT」
講師 専任講師 高丸圭一
- 第4回 10月28日(水)
「那須塩原市はもっと暮らしやすくなるのか」
講師 シティライフ学部長・教授 鈴木 博
- 第5回 11月4日(水)

「自然を観光に生かす」

講師 副学長・教授 大久保忠且
※時間はすべて午後6時30分～8時(午後6時から受け付け)。

ところ 宇都宮共和大学那須キャンパス(鹿野崎131)

受講料 無料

定員 120人

申込方法 電話またはファックスで申し込む

申し込み・問い合わせ

☎生涯学習課

三島公民館

東三島6-337 ☎0287(36)8531
休館日：月曜、祝日

「第26回市民カラオケ祭り」 出演者募集

平成21年度 産業文化祭芸術祭「第26回市民カラオケ祭り」の出演者を募集

とき 10月10日(土)

開演 午後1時

終演 午後4時30分

ところ 三島ホール

募集人数 先着38人

参加費 一人 1,000円

申込場所 三島公民館

申込開始日 9月19日(土)

午前9時～

問い合わせ

三島公民館



第59回栃木県発明展覧会 児童生徒発明工夫展覧会

県内の児童・生徒が、豊かな観察力と想像力を発揮した発明作品を紹介します。



【栃木県発明展覧会】

とき

10月7日(水)～9日(金)

ところ

栃木県産業技術センター

宇都宮市刈沼町367-1

☎028(670)3395

【栃木県児童生徒発明工夫展覧会】

とき

10月30日(金)～11月1日(日)

ところ わくわくグランディ科学ランド

（栃木県子ども総合科学館）

宇都宮市西川田町567

☎028(659)5555

問い合わせ

県総合教育センター研究調査部

☎028(665)7204

県産業技術センター

☎028(670)3395

(社)発明協会栃木県支部

☎028(670)1820



田舎ランド鳴内

鳴内725 (ゆ〜バス「湯宮線」田舎ランド前下車)
 ☎・FAX 0287(68)7006
 休館日：月曜(祝日の場合は翌日)

※施設の貸し出しもしています。
 ※全教室の申し込みは、田舎ランド鳴内へ。(直接または電話で)
 ※下記事業のほか、子供会育成会や総合学習などの活動の場としても利用できます。

陶芸教室

と き 10月4日(日)
 午前9時30分～正午
 定 員 形づくり参加者
 内 容 絵付け
 材料費 無料



料理教室

と き 10月11日(日)
 午前9時30分～正午
 定 員 20人
 内 容 かぼちゃまんじゅう
 材料費 自己負担

天体観察教室

と き 10月17日(土)
 午後6時30分～8時30分
 定 員 50人
 内 容 秋の星座と木星をみよう
 参加費 無料



山がっこう教室



①と き 10月3日(土)
 午前9時30分～正午
 定 員 50人
 内 容 隠れ家作り
 材料費 無料
 ②と き 10月17日(土)
 午前9時30分～正午
 定 員 100人
 内 容 秋のハイキング
 参加費 無料

林業教室

と き 10月31日(土)
 午前9時30分～正午
 定 員 20人
 内 容 木炭(窯入れ)
 材料費 自己負担

手打ちうどん教室

と き 10月31日(土)
 午前9時30分～正午
 定 員 20人
 内 容 手打ちうどんをつくろう
 材料費 自己負担



図書館だより



西那須野図書館

あたご町2-3 ☎0287(36)6001
 休館日：月曜、祝日

おはなし会

と き 毎週土曜 午後2時
 主 催 まほうのとびら
 ※楽しい絵本の読み聞かせ。

かみしばい

と き 毎週日曜 午後2時
 主 催 かやの実会
 ※どきどき・わくわくの紙芝居。

黒磯図書館

末広町53-43 ☎0287(63)9031
 休館日：月曜、祝日

おはなし会

と き 9月12日、10月10日の
 土曜 午後2時
 主 催 木馬
 ※絵本や紙芝居を使った楽しいお話。

おはなしとわらべうたの会

と き 9月9日、10月14日・
 28日の水曜 午前11時
 ※9月から水曜日に変わりました。
 主 催 いないないばあ
 ※赤ちゃんと保護者対象のわらべ歌と読み聞かせ。

お楽しみ会

と き 10月3日(土)
 午前10時
 主 催 サークルひばり
 ※「手品」「あきの虫を作ろう」。

映画会

と き 毎週日曜 午前10時
 ※毎回違った児童向けの作品を上映。

塩原図書館

関谷1266-4 ☎0287(35)2006
 休館日：月曜、祝日

おはなし会

と き 10月3日(土)
 午前10時～11時30分
 主 催 むささびの会
 ※絵本・紙芝居の読み聞かせ。



スポーツ振興課

西那須野庁舎内 ☎0287(37)5439
FAX0287(37)5479

那須塩原市スポーツ レクリエーション祭開催

スポーツレクリエーション祭では、いろんなニュースポーツが体験できます。ぜひ、家族や友人を誘って遊びに来てください。参加賞も用意しています。

と き 9月19日(土)
午前9時～12時

ところ くろいそ運動場、体育館、
武道館、サッカー場

対 象 市民・市内勤務者

内 容 ドッジビー、キンボール、
スポーツ吹矢、シャフルボ
ード ほか

参加費 無 料

その他 運動のできる服装で参加
体育館シューズ持参してく
ださい

問い合わせ 函スポーツ振興課

那須塩原市 小学生卓球大会

と き 9月27日(日)
午前8時30分

ところ にしなすの運動公園体育館
メインアリーナ

対 象 市内小学生

内 容 卓球個人戦

参加費 無料

申込期限 9月18日(金)

申し込み 那須塩原市卓球クラブ事
務局 常盤賢次

☎0287(64)2206

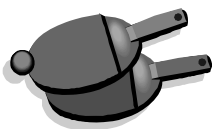
FAX0287(63)8642

問い合わせ

那須塩原市卓球クラブ 会長

田中伸夫

☎0287(63)2925



那須塩原市 ラージボール卓球大会

と き 9月27日(日)
午前8時30分

ところ にしなすの運動公園体育館
メインアリーナ

対 象 市民・市内勤務者(40歳以
上)

内 容 卓球個人戦
1部：中級者以上、2部：初級者
※人数が少ないときは一部制、また
男女混合とする場合があります。

参加費 800円

申込期限 9月18日(金)

申し込み 那須塩原市卓球クラブ事
務局 常盤賢次

☎0287(64)2206

FAX0287(63)8642

問い合わせ

那須塩原市卓球クラブ 会長

田中伸夫

☎0287(63)2925

那須塩原市黒磯 バトミントン教室

と き 10月6日～11月24日の毎
週火曜(全8回)

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・市内在勤者および在
学者

内 容 初心者を対象に基本習得か
らゲームに挑戦

定 員 30人

参加費 2,000円(保険料・シャト
ル代)

※参加費は教室開催初日に集めます。
申込期限 9月25日(金)

その他 運動のできる服装、体育館
シューズ・ラケット持参

申し込み スポーツ振興課

問い合わせ 黒磯バトミントンクラブ

阿部裕子

☎0287(62)4188



第5回県北社交ダンス 交流会

と き 10月11日(日)
午後6時～午後9時

ところ にしなすの運動公園体育館
メインアリーナ

対 象 社交ダンス愛好者

内 容 交流パーティー

参加費 1,000円(前売券発売中)

その他 ヒールカバーが付いたダン
スシューズ持参

申し込み・問い合わせ

那須塩原ダンス部事務局

鈴木清

☎0287(36)5222

第5回那須塩原市 ソフトバレーボール 後期大会

【大会】

と き 10月18日(日)
午前8時30分

ところ くろいそ運動場体育館

【代表者会議】

と き 10月13日(火)
午後7時30分

ところ 厚崎公民館

対 象 市民

種 目 グループリーグ戦

トリムA(年齢制限なしで
男女各4人)

レディスA(女性のみ8人
以内のチーム)

参加費 一般チーム 3,000円
協会加入チーム 無料

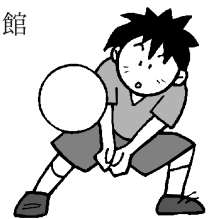
申込期限 10月7日(水)

申し込み・問い合わせ

市ソフトバレーボール協会

室井ト代子

☎090(3243)1536





保健だより

◆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/>

まちのお医者さんからの 健康アドバイス

第29回

このコーナーでは、三師会（医師会・歯科医師会・薬剤師会）から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。

「最近のお薬事情③」

黒磯薬剤師会 澤田 麻希

薬剤師といえば、医薬品や調剤をつかさどる仕事しかイメージがありませんが、公衆衛生の向上にもかかわっています。これは薬剤師法の任務にも明記されています。という事で9～11月は文化祭やバザーの時期です。食品を扱うことの多くなるこの季節に正しい手洗いについてお話したいと思います。

最近手洗いの消毒剤に、速乾性の消毒剤が使われ始めました。ポンプでシュッシュッと押して手をもみながら水に流さずに乾いてしまう。そう…あれです。はたして正しく除菌されているのでしょうか。そのポイントは!!

〔洗うタイミングは?〕

トイレに入った後、調理や製造開始前、肉・卵・魚や土の付いた野菜などに触れた後、作業工程が変わる時〔手洗いの仕方は一速乾性手指消毒剤の場合一〕



①消毒薬約3mlを手掌に取ります。



②最初に両手の指先を十分に消毒します。



③指を合わせ、指間にも擦り込みます。



④反対の手掌で爪までよく擦り込みます。



⑤両手を合わせ、手掌を擦り合わせます。



⑥手背にもよく擦り込みます。



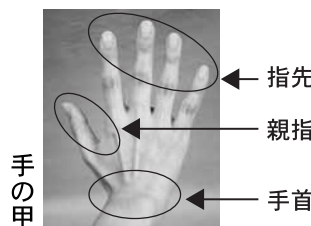
⑦親指を反対の手掌で包むようにしてねじりながら擦り込む。



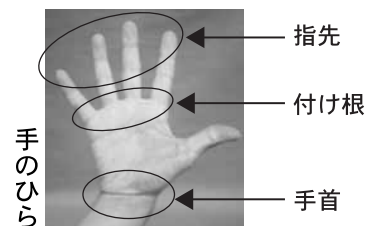
⑧最後に手首も忘れずに擦り込みます。

〔手洗いで菌が残りやすいところは〕

○で囲んだ部分は、念入りに洗いましょう。



手の甲



手のひら

〔消毒剤で手荒れをしてしまう人は〕

石けんや消毒薬で頻回に手洗いを行うと手の皮膚トラブルを起こしやすくなります。皮膚炎など手荒れが生じていると、手洗いをしなくなるだけでなく、付着細菌数が増加し接触感染の危険性が高くなります。手荒れを予防するために、自分に適した消毒剤を選ぶこと、スキンケアを十分に行うこと、皮膚保護成分を含んだ消毒剤を使用すること、使い捨て手袋を利用することなどを考えてみてください。

9月は
健康増進推進月間!

「1に運動 2に食事
しっかりと禁煙 最後にクスリ
よい生活習慣は、
気持ちがいい!」

- 健康的な生活習慣とは：次の7つの健康習慣の有無が寿命に影響すると言われています。いくつ当てはまるか、確認してみましょう。（カリフォルニア大学ブレの7つの健康習慣「より」）
- ①喫煙をしない
- ②定期的に運動をする
- ③飲酒は適量を守るかしない
- ④1日7～8時間の睡眠を
- ⑤適正体重を維持する
- ⑥朝食を食べる
- ⑦間食をしない

9月24日(木)～30日(水)は
結核予防週間です

市では予防接種協力医療機関でBCGワクチン接種をしています。

予防接種を受けるときは事前に医療機関へ予約をし、お子さんの体調の良いときに早めにご受けましょう。

対象 生後6カ月未満の乳児

イベント情報

那須野が原博物館

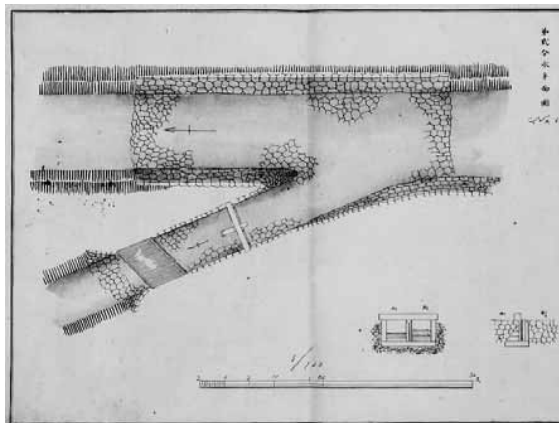
☎0287(36)0949

<http://www2.city.nasushiobara.lg.jp/hakubutsukan/>

特別展「近代を潤す 三大疏水と国家プロジェクト —安積疏水・那須疏水・琵琶湖疏水—」 9月5日(土)～11月8日(日)

那須野が原博物館開館5周年を記念し、日本の近代化を支えた殖産興業政策をベースにして、日本三大疏水である安積疏水・那須疏水・琵琶湖疏水の姿を描きます。

那須疏水は、明治18年4月15日に烏が森丘上において起工式が行われ、同年9月15日に肇耕社(後の三島農場)事務所前で通水式が挙行政され、本幹水路16.3kmが完成しました。その後、那須疏水は、那須野が原の原野を潤し、地域発展の原動力となりました。



那須原疏水線建築図綴第二分水(那須疏水土地改良区蔵)



那須原疏水線実測全図(那須疏水土地改良区蔵)



矢板武に下賜された銀杯(個人蔵)

黒磯文化会館

☎0287(63)3219

<http://www.kurobun.com/>

チケット好評発売中!!

●ジェロ ファーストコンサートツアー2009～一期一会～

9月19日(土) / 午後6時開演

全席指定5,000円(友の会4,800円)

※5歳から有料です。

♪新曲を発表し、ますます波に乗る黒人演歌歌手ジェロ。
初の全国コンサートツアーをぜひお楽しみください!!



ジェロ

●第6回アマチュアバンドフェスティバル

9月27日(日) / 午後1時開演 / 小ホール

入場無料

出演団体 Crapheus(クラフェウス)・サイコアパッチ・Bn'z(ビーンズ)・Full Volume maker's(フルボリュームメーカーズ)・ケミカルクラッチ・健康新幹線・PINE CONE(パインコーン)・THAIKS(サンクス)・ザ・レッドラビッツ・ヨンフランシスコ(順不同)

♪那須塩原市を中心に活動しているアマチュアバンドが出演します。日頃の成果をぜひご覧ください!!

友の会優先電話予約 9月17日(木) 午前9時から
 チケット発売 9月19日(土) 午前9時から
 一般電話予約 9月21日(月) 午前9時から

●Akemi「メロディア・センチメンタル」
 ～癒しのアコースティック・サウンド～

12月12日(土)／午後3時30分開演／小ホール
 全席自由 大人3,000円



(友の会2,700円)
 高校生以下1,500円
 ※入場は就学児以上となります。

Akemi(ソプラノ)

♪レコード芸術誌でも畑中良輔氏などから絶賛された癒しのアコースティックサウンドをメインにしたコンサート。

●劇団わらび座ミュージカル「おくのほそ道」
 ミュージカル体験ワークショップ

9月22日(火)／午後1時30分開演／大ホール
 入場無料(要入場整理券)

※入場は就学児以上となります。
 ※同日、同時刻に那須塩原市黒磯文化会館小ホールにおいてもワークショップ「わらび座ミュージカル『おくのほそ道』の曲を歌ってみよう！」開催。
 ※参加者の募集は締め切りました。

参加者募集!!

●楽器と遊ぼう

～子ども・オーケストラたんけん～

♪今年も子どもたちがオーケストラの楽器に触れて、オーケストラを丸ごと楽しめる「楽器と遊ぼう～子ども・オーケストラたんけん～」を開催します。詳しくはハーモニーホール事務局にお問い合わせください。

と き	10月24日(土) 午後1時
と ころ	那須野が原ハーモニーホール 小ホールほか
内 容	楽器の音出し体験、オーケストラ音楽体験 [楽器指導・演奏] 那須フィルハーモニー管弦楽団
対 象	小学生・中学生(定員100人)
申し込み	参加費100円
	9月15日(火)から27日(日)の期間中に ハーモニーホール事務局まで



◆臨時休館のお知らせ

9月28日(月)から9月30日(水)の3日間は館内衛生防除のため臨時休館します。

貸館およびチケットの予約・販売等の業務も休みとなります。何かとご不便をおかけしますがご協力をお願いします。

チケット好評発売中!!



太鼓集団天邪鬼

●太鼓集団天邪鬼 あまのじゃく 魂の響き -soul beat-

10月4日(日)／午後2時開演
 全席自由 一般2,000円 小中学生1,000円
 (友の会会員は200円引き)
 地元出演 黒磯巻狩太鼓・流響塩原太鼓

♪太鼓集団天邪鬼は、1986年の結成以来伝統芸能である和太鼓に現代的な要素を取り入れ、新たな太鼓音楽の確立を目指し、あらゆる音楽的挑戦を続ける和太鼓プロ集団です。世界を舞台に活躍し、これまで北米・中南米・アジア・ヨーロッパ等40数カ国に及ぶ公演は圧倒的な支持を得、高い評価を受けています。その迫力あるステージをどうぞお楽しみください!

鍋掛の一里塚



■所在地 鍋掛944番地

江戸時代、全国の主要な街道に日本橋を基点として一里ごとにその目印として築かれた塚で、ここ鍋掛愛宕峠あたごとうげの塚は奥州街道41番目のもので、江戸より41里(約161キロメートル)の距離を示す塚である。

当時の旅人の目印として、その休憩地として親しまれていたそうである。「野間の大野家文書」によれば、慶長9年(1604年)甲辰に樋沢村と鍋掛村きのえたつ ひさわむらの間の愛宕峠に一里塚が築かれたと記述があり、当時の地形は峠道であったために現在も一里塚は高台に位置している。

北側の塚は平成6年(1994年)3月まで往時のものが現存していたが、街道整備のため現在地へ移築した。

また、かつては街道の南側にも塚があったが、昭和40年代に土砂採掘のため消失し現在は残っていない。

(鍋掛宿誌、黒磯市の文化財より)

■概要

直径 約3.6メートル
高さ 約1.5メートル



●材料：4人分

- 鰹(切り身) …… 4切れ
- 塩、こしょう …… 少々
- 小麦粉 …… 大さじ1
- 油 …… 大さじ1
- トマト、レタス …… 適量

●グリーンソース

- きゅうり …… 1本
- 塩、こしょう …… 少々
- マヨネーズ …… 大さじ2
- 酢 …… 大さじ1



地産地消お料理レシピ



1 鰹はキッチンペーパーなどで水気を切り、塩・コショウして小麦粉をまぶす。

★カチカチに焼けてしまうから、小麦粉は薄めに付けてね。多い時は落とそう。



2 フライパンに油をまわし油から煙が出たら鰹を焼く。(皮から焼く)



3 グリーンソースを作る。きゅうりはすりおろし、水気を切って調味料と合わせる。

★グリーンソースのこしょうを多めにすると一味違うよ



皿にトマト、レタスを彩りよく盛り付け、鰹にたっぷりのグリーンソースをかける。

東那須野公民館自主グループ「にぎやま」協力の地産地消お料理レシピ

※「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 秘書課