

勤労青少年ホーム中期講座

勤労青少年ホームは、働く青少年が余暇時間を利用して、スポーツや趣味、文化教養など広く活動の場を提供することを目的とした公共の施設です。各講座のほか、講座参加者でつくる利用者会では年間を通して、さまざまなイベントも実施しています。初めての人も歓迎しますので、ぜひ参加してみてください。

講座名	とき	ところ	内容	定員	参加費	申込期限
ボウリング	12月7日～2月8日 毎週月曜(全7回) 午後7時30分～9時	黒磯ボウル	プロから基礎レッスンを受け、スコアアップを目指す	20人	3,000円	11月26日(木)
シルバーア クセサリー (彫金)	12月10日・17日 木曜(各1回) 午後7時30分 ～9時30分	勤労青少年 ホーム	リングかプレスレットを選択し、彫金造りを体験(希望日、種類を連絡ください。また、両日も可能ですが、希望順位を連絡してください)	各日 各種 6人	各2,000円	11月30日(月)
ユニホック	12月1日～15日 毎週火曜(全3回) 午後7時30分 ～9時30分	高林中学校 体育館	ユニホックを中心にニュースポーツを体験	24人	無料	11月20日(金)

対象 おおむね35歳以下の市民または市内勤務の勤労青少年
※定員に満たない場合は、上記以外の人も受け付けます。 ※申込者多数の場合は、抽選となります。

その他 教材費以外に利用者会費として、1,000円が必要です

申し込み 勤労青少年ホーム(午後1時～6時30分、土・日曜、祝日を除く)

☎(73)5300 ✉ home@nshome.jp (電子メールで申し込む場合は、住所・氏名・年齢・職業を明記)

問い合わせ 商工観光課(午前8時30分～午後5時30分、土・日曜、祝日を除く) ☎(62)7154

介護予防 筋力トレーニング

最近体力の衰えを感じたり、転びやすくなったりしていませんか。筋力は20歳代をピークに徐々に低下し、60歳を過ぎると急激に低下すると言われています。

安全な機械やプールを使ってからだを動かしましょう。専門家が指導しますので、安全に行うことができ、膝や腰などからだの痛みの軽減にも効果があります。

とき

① マシントレーニング

12月4日から毎週火・金曜

② プールトレーニング

12月7日から毎週月・木曜

※実施時間は、それぞれ午前

9時30分～11時および午後

2時30分～4時

※約3カ月間行います。

ところ 市シニアセンター

対象

65歳以上で介護保険認定を

受けていない市民

※特に体力に自信がない人や

身体機能が低下している人

が優先。

定員 各10人

内容

① マシントレーニング

ストレッチ体操、4種類のマシンを使用した筋力トレーニング、ボールなどを使ったトレーニング

② プールトレーニング

ストレッチ体操、水中ウォーキング、各個人に合わせた運動

参加費 1回当たり300円

申込期限 11月16日(月)

その他 送迎あり(希望者)

申し込み・問い合わせ

市シニアセンター

☎(73)2210

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、初めての人でも気軽に参加してみてください。

とき 11月28日、12月5日、

12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 高林麵道楽

申込開始日

11月11日(水)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

消費者講座「ハープを使ったクリスマス料理」

生活に役立つ情報発信として毎年開催する消費者講座。今年は、チキンのハープ焼きをメインに、クリスマスを迎える料理5品を作ります。ハープで一味違った料理に挑戦してみましよう。

とき

12月7日(月)

午前9時～午後1時

ところ 厚崎公民館

定員 30人(先着順)

参加費 500円

講師 井上智子氏

主催

市および市消費生活推進連

絡会

申込期間

11月11日(水)～17日(火)

申し込み・問い合わせ

☎(62)7126



催し

行政書士による 無料法律相談会

とき 11月15日(日)

午前10時～午後3時

ところ 西那須野公民館

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
※複雑な相談や、準備が必要になる相談の場合は、事前
に次へ連絡してください。

問い合わせ

栃木県行政書士会那須支部

☎(46)7527

「クレジット・サラ金 110番」「未払い賃金 110番」無料相談会

とき 11月21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)

内容

- ① 多重債務問題(任意整理、個人再生、自己破産など)
- ② 未払い賃金問題(給料未払い、サービス残業など)

問い合わせ

栃木県司法書士会

☎028(614)1122

全国一斉「労働時間 相談ダイヤル」(無料)

11月は「労働時間適正化キャンペーン」月間です。

栃木労働局では、キャンペーン月間に、長時間労働や、賃金不払い残業(サービス残業)に関する無料電話相談を実施します。

とき 11月21日(土)

午前9時～午後5時

相談電話番号

☎0120(794)713

問い合わせ

栃木労働局

☎028(634)9115

無料調停相談会

大田原調停協会では、次の通り無料相談会を実施します。

事前の申し込みの必要はありませんので、当日希望する会場に直接きてください。

とき/ところ

- ① 11月29日(日)／大田原東地区公民館(大田原市若草)
- ② 12月2日(水)／いきいきふれあいセンター
- ③ 12月9日(水)／矢板公民館(矢板市矢板)

※時間はすべて午前9時30分～午後4時。昼休みも相談に応じます。

内容

- ・土地、建物、金銭、交通事故など民事に関する相談
- ・夫婦、親子、相続、戸籍など家事に関する相談

相談員

宇都宮地方・家庭裁判所大田原支部所属調停委員
田原支部 田原支所

問い合わせ

宇都宮地方・家庭裁判所大田原支部(檜山)

☎0287(22)2112

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 12月2日(水)

午後1時～4時

ところ

大田原市総合文化会館

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こと

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

平成21年度 秋期全国火災予防運動

期間

11月9日(月)～15日(日)

『消えるまで ゆっくり火の元 ならめっ子』

(平成21年度全国統一防火標語)

◆消火器の破裂に注意

平成21年9月15日、大阪市内で駐車場に置かれていた消火器が破裂し、小学4年生が重体となる事故が発生しました。

▽次のような消火器は注意してください

- ・ラベルに表示された「耐用年数」が過ぎている消火器
- ・さびたり、腐食していたりする箇所がある消火器
- ・大きなキズや変形した箇所

がある消火器

▽不用になった消火器を処分する場合は、次のことに注意してください

- ・ごみステーションには出さない
- ・絶対に分解や放射をしない
- ・消火器の廃棄は、製造した各メーカーまたは、回収している業者に相談や依頼をすること

・消防署では回収および処分はしていません

問い合わせ

黒磯那須消防組合消防本部 予防消防課 ☎(62)0864
塩原分署 ☎(69)0119
大田原地区広域消防組合消防本部 予防消防課 ☎0287(22)3016

西那須野分署 ☎(36)2300

塩原分署 ☎(32)2949

◆黒磯那須消防組合主催消防展

とき 11月14日(土)
午後1時～3時

ところ マックスバリュ那須店(那須町大字高久甲)

内容

消防車両の展示および体験乗車、防火風船・綿あめの無料配布など

問い合わせ

黒磯那須消防組合消防本部 予防消防課 ☎(62)0864

くらしの情報

※☎市内は市外局番0287を省略しています。

塩原温泉足湯寄せ

とき 11月14日～29日の土

・日曜、祝日

※午前10時30分、午後2時の
1日2回公演。

ところ 塩原温泉湯つ歩の里

内容 (日によって内容が変
わります)

①お笑いライブ

11月14・15・21・22・23・
28・29日

②琴の調べ(箏曲玉秀会)

11月14・22・23日

③かたりべ(塩原のかたりべ)

11月15・21・28・29日

④もちつき実演

・墓沼もちつき保存会
11月15・22・29日

・鍋掛もちつき唄保存会
11月14・21・23・28日

入場料

足湯利用料が必要です

問い合わせ

塩原温泉観光建設課

☎(32)2914

11月11日～17日は 税を考える週間です

国税庁では、毎年11月11日
～17日を「税を考える週間」

と定め、さまざまなイベント
などを開催しています。

◆税金展など(パネル展示)

とき

11月11日(水)～17日(火)

ところ 大田原税務署、東武

宇都宮百貨店大田原店、足

利銀行大田原支店ほか

◆納税表彰式・税に関する作
文表彰式

とき 11月11日(水)

午後3時

ところ カシマウエディング

リゾート(大田原市)

◆税に関する無料相談会

とき 11月14日(土)

午前10時～午後4時

ところ

東武宇都宮百貨店大田原店

その他

予約の必要はありません

問い合わせ

大田原税務署

☎0287(22)3115

環境企画展

ふるさとの動物

～哺乳類・鳥類～

豊かな自然環境を有する那
須塩原市とその周辺に生息す
る動物(哺乳類・鳥類)を写

真と標本で紹介します。

とき/ところ

①11月11日(水)～26日(木)

午前9時～午後4時30分

塩原温泉ビジターセンター
※11月17日・24日の火曜は休
館。

②11月28日(土)～12月10日(木)

午前10時～午後3時

板室自然遊学センター

※期間中の休館はありません。

③12月12日(土)～27日(日)

午前10時～午後5時

日新の館

※12月14日(月)・21日(月)・23日

(水・祝)は休館。

④来年1月27日(水)～2月11日

(木・祝)

午前9時～午後5時

那須野が原博物館

※2月1日・8日の月曜は休館。

入場料 無料

問い合わせ

環境管理課

☎(62)7193

平成21年度県北高等 産業技術学校学校祭

とき 11月14日(土)

午前10時～午後3時

ところ 県北高等産業技術学

校(那須町高久甲)

内容 無料体験教室、各種

模擬店 ほか

問い合わせ

県北高等産業技術学校

☎0287(64)4000

平成21年分 年末調整説明会

とき/ところ/対象地区

①11月17日(火)/黒磯文化会館

／那須塩原市

②11月18日(水)/那須町文化セ

ンター/那須町

③11月19日(木)/大田原市総合

文化会館/大田原市

※時間はすべて午前10時～正

午、午後2時～4時。

その他

・説明会では事前に送付され

た「年末調整のしかた」お

よび「給与所得の源泉徴収

票等の法定調書の作成と提

出の手引」などのパンフレ

ットを使って説明を行います

ので、当日持ってきてく

ださい。

・年末調整関係用紙や法定調

書の用紙が不足する場合は、

会場でお渡しします。

問い合わせ

大田原税務署

①法人課税第一部門(年末

調整事務関係)

☎0287(22)8090

②管理運営第二部門(法定

調書関係)

☎0287(29)9030

精神保健家族教室 うつ病講話

とき 11月20日(金)

午後1時30分～3時30分

ところ 県北健康福祉センター

対象 心の病をもっている

人の家族

※事前に申し込みが必要です。

内容(テーマ)

心の病を知ろううつ病

講師 齊藤健一郎氏(精神

保健福祉センター精神

科医師)

申し込み・問い合わせ

県北健康福祉センター

☎0287(22)2259

第4回自然体験塾

とき 11月21日(土)

午前9時～11時30分

※午前8時30分受け付け。

ところ 三島神社

※雨天時は社務所。

対象 市内の小学生と保護者

参加費 1人当たり100円

内容 木を使つてもの作り、

高校生とゲーム、焼きいも

その他 申し込み不要、当日

会場に直接来てください

問い合わせ

自然体験塾代表 橋本秀晴

☎(36)3618

第26回黒羽矯正展

とき

11月23日(月・祝)

午前9時～午後2時30分

ところ 黒羽刑務所

内容

刑務所作業製品の展示・販売、刑務所内見学、各種イベント、バザー、給食試食会、干支(トラ)の絵付け体験など

※給食試食会、干支の絵付け体験は有料になります。

問い合わせ

黒羽刑務所

☎0287(54)1198

第87回ちいさなふれあいコンサート

とき

11月25日(水)

午後0時10分～0時45分

ところ いきいきふれあいセンターロビー

内容 混声合唱団かでんつ

(コーラス)

主催

ひとときコンサートの会

問い合わせ

ボランティアセンター

☎(73)0073

第48回黒磯地区小中学校特別支援学級合同学習発表会

子どもたちが日ごろの授業の成果を発表する、年に一度の機会です。ぜひ見に来てくださ

ださい。

とき 11月27日(金)

午前9時30分～午後0時30分

※受け付けは午前9時10分から。

ところ

黒磯文化会館 小ホール

内容

黒磯地区小中学校特別支援学級児童生徒による劇・合奏・踊り・朗読・その他の発表

入場料 無料

問い合わせ

黒磯小学校

☎(60)1290

大田原法人会公開講演会

とき 11月28日(土)

午後2時開演

※開場は午後1時30分。

ところ

那須野が原ハーモニール 大ホール

対象

誰でも参加できます

※参加を希望する人は、事前に申し込みが必要です。

参加費 無料

内容

講演会「日本よ、のびやかなれ」

講師 櫻井よしこ氏

(ジャーナリスト)

申込期限 11月18日(水)

申し込み・問い合わせ

大田原法人会事務局

☎0287(23)4802

第37回栃木県北部地区(那須地区)特別支援学級児童生徒作品展覧会

とき

11月29日(日)・30日(月)

午前9時～午後4時

※30日は午後1時まで。

ところ 高林公民館

内容

那須地区小中学校特別支援学級児童生徒の作品展

入場料 無料

その他 見学する際は上履きを持ってきてください

問い合わせ

黒磯中学校

☎(60)1010



葉まで美しいシオガマ

秋の野原のいつもの場所に、いつものようにコシオガマが咲きました。シオガマの仲間には、エゾシオガマ・トモエシオガマ・ヨツバシオガマ・タカネシオガマなど(シオガマギク属)があり、多くは高山植物です。しかし、コシオガマは、平地の田の畦で見られます。秋に見られる花の中でもとても好きなものの一つです。コシオガマというくらいですから、小さな花です。約2センチメートルくらいです。

「コシオガマ」ゴマノハグサ科コシオガマ属

写真の花の色は濃いピンクです。図鑑によればもつと淡いものもあるようです。日当たりのよい田の畦などで見られます。花の数は1本に数個で、シオガマギク属に比べると、地味です。ママコナという同じ科の花に少し似ていますが、ママコナの花期は7、8月です。写真の葉の色は、中央部が淡い緑色で、縁がやや赤みを帯びた褐色です。

(おさむ)



コシオガマの花



コシオガマの葉



平成22年成人式を開催します

大人としての門出を祝福するため、次のとおり平成22年の成人式を開催します。ぜひ参加してください。

と き 来年1月10日(日) 午前10時
(受付開始：午前9時30分)

と ころ ・黒磯地区 黒磯文化会館
・西那須野地区 三島ホール
・塩原地区 ハロープラザ

対 象 平成元年4月2日～平成2年
4月1日に生まれた人

その他 11月1日現在、那須塩原市
に住民登録がある人に案内状
を送付します



前回の成人式の様子(黒磯文化会館)

※次の人には案内状が届かないので、
申し込みが必要になります。

- ① 市外に住んでいる那須塩原市出身者で、故郷の成人式に参加したい人
- ② 11月2日以降に那須塩原市に転入届を出した人

申し込み・問い合わせ **☎** 生涯学習課

☎ 0287(37)5925 **FAX** 0287(37)5479 **✉** shougai@city.nasushiobara.lg.jp

田舎ランド鳴内

鳴内725 (ゆ〜バス「湯宮線」
田舎ランド前下車)
☎ 0287(68)7006 **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)

手打うどん教室

と き 12月5日(土)
午前9時30分～正午
定 員 20人
内 容 手打うどんを作ろう
材料費 自己負担

陶芸教室

と き 12月6日(日)
午前9時30分～正午
定 員 形作り参加者
内 容 絵付け
材料費 自己負担

林業教室

と き 12月12日(土)
午前9時30分～正午
定 員 50人
内 容 きのこの原木きり
材料費 自己負担

木工工作教室

と き 12月5日(土)・19日(土)
午前9時30分～正午
定 員 30人
内 容 クリスマスリース作り
材料費 自己負担

手打そば教室

と き 12月13日(日)・27日(日)
午前9時30分～正午
定 員 20人
内 容 手打そばを作ろう
材料費 自己負担

料理教室

と き 12月20日(日)
午前9時～午後1時
定 員 12人
内 容 デコレーションケーキ作り
材料費 自己負担

正月飾り教室

と き 12月26日(土)
午後1時～4時
定 員 30人
内 容 門松作り
材料費 自己負担

と き 12月27日(日)
午前9時30分～午後4時
定 員 60人
内 容 玄関飾り作り
材料費 自己負担

※子供会育成会や総合学習などでも利用できます。



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。

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 12月5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。

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 11月14日、12月12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 11月11・25日、12月
9日の水曜 午前11時
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 12月5日(土) 午前10時
主催 サークルひばり
※「ハンドベルってなあに」「クリスマスカード」。

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。

くろいそ図書館 こどもまつり

楽しいおはなしや遊びがいっぱい。

大人も子どももわくわくな時間をどうぞ。

とき 11月29日(日)
午前10時～午後0時
30分

ところ 黒磯図書館

内容

人形劇「3びきのこぶた」、おはなしと紙芝居、おしばいと影絵つき朗読、手遊びうた遊び、折り紙、フェルト小物作り、点字・録音体験 など

問い合わせ 黒磯図書館

☎0287(63)9031



第9回

なすしおばら童謡フェスタ

～三世代で歌う日本の歌～

「三世代で歌う日本の歌」をテーマにした童謡コンサートを行います。ゲストは田中星児氏。童謡のほかNHK「みんなのうた」などでおなじみの三世代で楽しく歌える歌もたくさん披露します。

とき 11月22日(日)午後1時30分開演(午後1時開場)

ところ 黒磯文化会館 大ホール

入場料 無料

その他 [なすしおばら童謡フェスタ合唱団参加団体]

- 厚崎中学校合唱部
- 西原合唱団「ドルチェ」
- 黒磯少年少女合唱団
- コールなすのがはら
- 女声コーラスきさらぎ
- 黒磯女声コーラス「風」
- かでんつ
- くろいそオペラをつくる会
- コールルネッサ
- 一般参加者(順不同)

問い合わせ

なすしおばら童謡フェスタ実行委員会
(園生涯学習課内)☎0287(37)5419



ゲスト：田中 星児
(NHK「おかあさんといっしょ」
初代 うたのおにいさん)

♪オープニング

「肩たたき」「七つの子」

♪ゲスト：田中星児コンサート

「ビューティフル サンデー」「北風小僧の寒太郎」ほか

♪なすしおばら童謡フェスタ合唱団 コンサート

「黄金虫」「赤とんぼ」「ひなまつり」「十五夜」ほか

♪ゲストとなすしおばら童謡フェスタ 合唱団の共演

「犬のおまわりさん」「小さい秋みつけた」ほか

♪フィナーレ

みんなで歌おう「故郷」



とよら公民館

東豊浦23-110 ☎0287(60)3122

とよら公民館さわやかコンサート開催

と き 11月21日(土)
午後1時30分～3時

内 容 シンガーソングライターの『えりのあ』ライブ ほか

入場料 無料

ところ とよら公民館

問い合わせ

とよら公民館



スポーツ振興課

西那須野庁舎内 ☎0287(37)5439
FAX0287(37)5479

第5回市内卓球大会

と き 11月29日(日)
午前8時30分から

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、市内学生

内 容 男子シングルス一部
男子シングルス二部
女子シングルス一部
女子シングルス二部

定 員 200名

申込期限 11月16日(月)

参加費 500円(一般、大学生)
300円(高校生)
100円(小・中学生)

申し込み
市卓球クラブ事務局 常盤賢次
〒325-0026
那須塩原市上厚崎392-10
☎0287(64)2206
FAX0287(63)8642

問い合わせ
市卓球クラブ会長 田中伸夫
☎0287(63)2925

市民弓道納射会

と き 12月20日(日)
午前8時30分～午後5時

ところ 三島体育センター弓道場

対 象 市民

内 容 弓道大会

定 員 40人

申込期限 12月11日(金)

参加費 1,000円

その他 昼食は主催者側が準備

申し込み・問い合わせ
那須塩原弓道部 加藤 一雄
☎0287(36)1788

塩原B&G海洋センターの トレーニング機器撤去の お知らせ

トレーニングルームのトレーニング機器は、老朽化により安全性が確保できないため、来年3月末日をもってすべて撤去させていただきます。長い間、当機器をご利用いただきありがとうございました。

問い合わせ 塩原B&G海洋センター
☎0287(32)5255

第33回歳末チャリティー ソフトテニス大会

～歳末助け合い運動にご協力ください～

と き 12月6日(日)
午前9時～午後4時

ところ くらいそ運動場 体育館

対 象 市民、市内在勤者、市内の中高生

※小学生は参加できません。

内 容 予選リーグ、決勝トーナメント

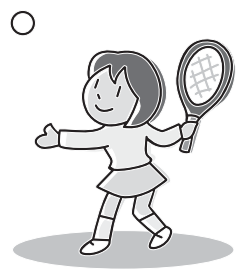
参加費 1,000円

※参加費は全額那須塩原市社会福祉協議会の「歳末助け合い運動」に寄付させていただきます。

申し込み 当日会場にて受け付けし、組合せ抽選をおこないます

その他 表彰は3位まで

問い合わせ 川嶋勇一
☎0287(63)5096



ふれあい映画祭開催のお知らせ

西那須野地区文化協会による「ふれあい映画祭」が開催されます。寒い冬のひと時を、暖かい気持ちで満たしてくれる素敵な映画をどうぞお楽しみください。

と き 12月6日(日)

ところ 三島ホール

内容(上映作品)

①「ブタがいた教室」(妻夫木聡 主演)

午前10時上映開始(1時間49分)

②「母へえ」(吉永小百合 主演)

午後1時上映開始(2時間12分)

入場料 500円

※全席自由・入替制

チケット取扱

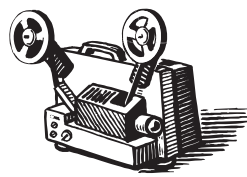
①教育委員会生涯学習課

②三島ホール

※西那須野地区文化協会会員も取り扱い扱います。

問い合わせ

生涯学習課 ☎0287(37)5419





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

往診こぼれ話

開院してもうすぐ20年になります。この地(旧西那須野)で生まれ(昭和28年)この地で育った私はいまだ未熟者ながら患者様の暖かいお気持ちに支えられて医師を続けています。

振り返れば約200人ほどは往診で診させていたできました。その中で最期をご自宅できちんと看取れたのは1割の20人ほどでしょうか。なかなか患者様ご本人の希望どおりにはまいません。

私は週に1回か月に2回くらいしか伺いませんから良いのですが、毎日見られているご家族の負担は大変です。介護保険制度ができたとはいえ、お嫁さんや、配偶者(ほとんど奥様ですが、まれに旦那様)、そして他家に嫁いでいる娘さんが協力して頑張っても最期まで見てもらえずに、あるいは、普段あまり顔を見せない遠くの親戚からの進言で入院することになり、ご本人があまり望んでいなかった形で人生を終えることが多いのです。20年やっとの感想は『人ひとり看取るのは大変な事』ということです。

あるおじいちゃんです。平屋の大きな家で日当たりの良い広い居間がある極めて良い環境に住んでいらっしゃるのですが、ご本人は息子夫婦とはうまくいかず一人暮らしです。脳梗塞で右半身が不自由です。ご飯は一人で何とか食べられますが、洗いものはできません。ヘルパーさんが週に1回、私が週に1回行くだけで家族はめったに顔を見せません。おそらく諸事情があつてのことでしょうが、結局お一人で誰にも看取られずに亡くなりました。お金があつてもどうにもできない無常さを感じます。

第31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。

小沼内科胃腸科クリニック 院長 小沼一郎

それと対照的ですが、小さな日当たりのあまり良くない家で、娘夫婦(どうも養子のような)と2人のお孫さんに看取られて穏やかに(少なくともそういう顔をして)亡くなったお婆ちゃんがあります。彼女は私が幼い頃から知っている人で、いつも大きな籠を背負い野菜やら果物やらを行商していた人で、私が開業してからは私を頼りに通院してくれていました。脳梗塞に倒れ自宅で寝たきりの状態になり、息子さん夫婦の要請で往診していました。

ご夫婦の献身的なお世話ももちろんでしたが、私がかつても感動したのは、私が往診を終え、その家を出たときに「先生、ありがとうね」と近所の旦那さんにお礼を言われたのです。びっくりすると共に涙が出てきました。家族にも最近はお礼を言われないこともあるのに、ご近所の他人が私に往診のお礼を言うのです。地域で人を守る姿勢に驚き、この地域の良さを再認識しました。「医師をやっていて良かった。ここに帰って来て良かった」と思いました。

平成21年 初秋に。

保健だより



とき 12月8日(火)
午前10時〜午後1時30分

ところ 健康長寿センター

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

主催 市食生活改善推進
団体連絡協議会

申込期限 12月3日(木)

申し込み・問い合わせ
各保健センター

胃粗しよつ症予防教室

とき/ところ
12月1日(火)
西那須野保健センター

・12月4日(金)
黒磯保健センター

※午後1時30分〜3時30分

対象 64歳までの女性

定員 各20人

内容 講話・実技

持ち物 筆記用具・上履き
(運動靴)・飲み物

参加費 無料

申込期限 実施日の前日

※食事体験とあわせて、ぜひ参加してください。

食生活改善教室「胃粗しよつ症予防のための食事体験」

とき/ところ
12月1日(火)
健康長寿センター

・12月4日(金)
黒磯保健センター

※午前11時30分〜午後1時

対象 64歳までの女性

定員 各20人

内容 カルシウムの摂り方、食事バランスについての講話

・大人の1食分の試食

参加費 200円(食材料料費)

申込期限 実施日の3日前

申し込み・問い合わせ
各保健センター

那須野が原博物館

☎0287 (36) 0949

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

企画展

「明治の浮世絵－文明開化を彩る錦絵－」 11月14日(土)～1月24日(日)まで

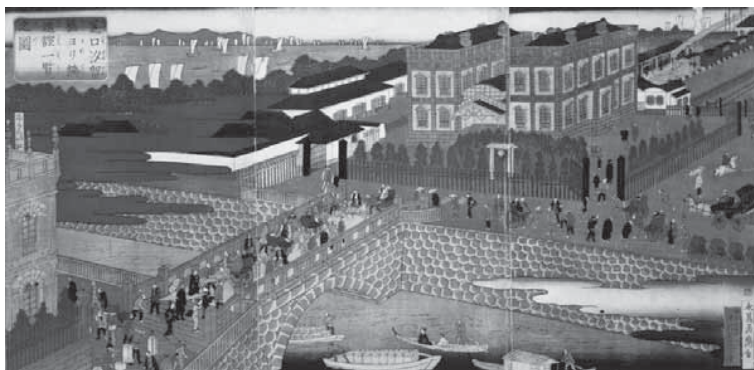
当館の収蔵品の中から文明開化を彩った錦絵を中心に、明治の浮世絵を紹介します。

明治維新をへて、近代化という激変のなか、時代の変化にいち早く順応したのが浮世絵です。江戸時代のようなテーマに制約がない新しい時代は、世相に敏感で大量生産を得意とする浮世絵にとって活躍の場を広げるのに適していました。マスメディアとしての役割も担い、文明開化とともに大量に摺られ、人々に広く受け入れられました。

江戸時代から続く木版画の高い技術と、赤に代表される幕末に輸入された鮮烈な化学染料の組み合わせによって摺られた錦絵は、文明開化の雰囲気をも今に伝えています。

新たな時代への転換、浮世絵の終焉を彩る明治の浮世絵をご堪能ください。

展示解説 11月15日(日) 午後2時から



芝口汐留橋ヨリ鉄道館一覽之図(歌川芳虎)



上野第三回内国勸業博覧会御幸之図(歌川国年)

黒磯文化会館

☎0287 (63) 3219

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

黒磯文化会館友の会会員募集中!!

◆会員特典

- ①催し物案内の定期郵送
- ②チケットの優先予約・購入およびチケット割引(事業により異なります)
- ③友の会事業への参加(芸術鑑賞バスツアー等への参加)
劇団四季ミュージカル「キャッツ」観劇バスツアー実施決定!!

実施日 来年3月7日(日)

募集人数 40人(応募者多数の場合は抽選)

参加費 11,000円

応募方法 往復はがきにて申し込みください

応募期限 12月4日(金)必着

※詳しくは、黒磯文化会館友の会事務局まで。

☎0287(63)3219

◆年会費 個人会員1,000円(本人のみ)

家族会員 2,000円(同一世帯のみ何人でも登録できます)

※有効期間 入会した日から、1年を経過した日の属する月の末日まで。

◆申込方法

○窓口の場合 入会申込書に必要事項を記入の上、年会費を添えて申し込んでください。

○郵便振替の場合

郵便振替用紙の通信欄に、郵便番号、住所、電話番号、氏名(家族会員の場合は、同一世帯のみ)、年齢を記入の上、以下の郵便口座へ年会費を入金してください。郵便振替手数料120円は、本人負担となります。

口座番号 00390-1-34231

口座名称 那須塩原市黒磯文化会館友の会

公演日迫る!! チケット絶賛発売中!!

●キマグレン TOUR2009[KID IN THE SKY-EXTRA-]

11月14日(土) / 午後6時開演 全席指定4,500円

♪ 逗子育ちの幼なじみであるイセキ(Vo. & G)とクレイ(Vo.)の2人により2005年に「キマグレン」を結成。2008年にはメジャーデビューを果たす。

最近では、ドラマの主題歌やCMソングなどでも使われ人気上昇中の彼らが10月から全国ツアーで各地を回っている。暖かいノリのよいサウンドは誰しもが一度は聴いたことのあるはず。今、話題沸騰の「キマグレン」をお見逃しなく!!



キマグレン

イルミネーション・ライトアップシリーズ①

●青島広志おしゃべりコンサート

～オペラ409年史～

♪指揮者、ピアニストとしても活躍する日本クラシック界の第一人者、青島広志のおしゃべりコンサート。

11月29日(日)／午後2時開演／大ホール

全席指定 一般3,000円(友の会2,700円)

3歳～高校生2,000円

※入場は3歳児以上となります。



青島広志 ©Gakken

イルミネーション・ライトアップシリーズ⑦

●佐藤美香ピアノ・リサイタル

♪今、最も注目されている新進気鋭のピアニスト。

12月19日(土)／午後3時開演／小ホール

全席指定 一般2,000円(友の会1,800円)

学生1,000円

※入場は就学児以上となります。

※翌日開催の佐藤美香公開

ピアノレッスンのチケットも

同時発売(全席自由500円)



佐藤美香
©Koichi Miura

那須野が原ハーモニーホール・ニューイヤーコンサートシリーズ①

●スーパー・ライジングスター・ニューイヤーコンサート

♪今が旬の若手演奏家が、那須野が原の舞台に集合し、初夢コンサート。

来年1月11日(月・祝)

午後2時開演／大ホール

全席指定 一般2,000円

(友の会1,800円)

小学生～大学院生1,000円



日原大朗



須藤梨菜



吉成律子



藤本美玲



寺田功治

ハーモニーフェスティバル

【地域振興文化活動育成事業】

11月16日(月)／午前9時 入場整理券配布

※整理券はハーモニーホールのみ配布となります。

●ハーモニーライブ

12月6日(日)／午後3時開演／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、バッカス(男声三重唱)

●イルミネーション&クリスマスコンサート
エレキ・サウンド

12月16日(水)／午後6時30分開演／第1ギャラリー

出演 THE Red Rabbits

フラダンス・クラシック

12月17日(木)／午後6時30分開演／第1ギャラリー

出演 フラダンスサークル、ユング・アイベックス(アルプスホルン)

ハッピーライブスタイル

12月21日(月)／午後6時30分開演／喫茶ラウンジ

出演 ハッピーメイカーズ[君島大輔、JIRO、屋代篤司] 那須野が原少年少女合唱団

バラエティ

12月22日(火)／午後6時30分開演／喫茶ラウンジ

出演 那須塩原市国際交流バンド・ザ・クロス

穴山久美子

P o P o カルテット



塩原軌道「塩原口」 駅舎跡



花電車

■所在地 関谷のがま石園地内

塩原軌道は、明治45年(1912)7月8日に西那須野～関谷間が開通し、大正4年に新塩原駅(現在の入勝橋付近)まで延長し、大正10年には西那須野～関谷間が電化された。大正11年には塩原口(現在のがま石園地)まで延長され、4月9日には花電車が運行され開通を祝った。

路線は西那須野駅から関谷までは、一部を除いて塩原街道の路面が利用され、関谷駅から新塩原駅までは道路から大きく南にそれ山腰を迂回するコースが取られた。運行本数も多い時は8往復を数えたが、昭和2年の金融恐慌、そして世界恐慌などによる全国的な大不況のあおりを受け、利用者は減少。

さらに、大正15年から営業を開始した乗合自動車の普及も重なり、昭和8年に営業休止を申請し、昭和10年12月に廃止が許可され、ここに塩原軌道は23年間の幕を閉じた。
(塩原町の文化財より)



●材料:5・6人分

- ・かぼちゃ……………120g
- ・粉ゼラチン……………5g
- ・牛乳……………50cc
- ・水……………大さじ3
- ・バニラアイス……………250g
- ・ココアパウダ……………少々



地産地消お料理レシピ

黒磯公民館「女性セミナー」協力
地元食材を使って楽しくクッキング



① かぼちゃは、皮、種、ワタを取り除き一口大にカットする。



② 蒸すまたはレンジにかけて加熱した後、粗熱をとり、かるく潰しておく。



③ 粉ゼラチンは水を加えふやかし、レンジに30秒かけて溶かす。

ポイント かぼちゃをレンジにかける時は、ゆったりラップをして約7～10分程度かける。



④ ①のかぼちゃと牛乳、アイスをともにミキサーにかける。よく混ぜたら③のゼラチンを加えさらに混ぜる。



⑤ 型に流し、冷やし固める。



⑥ 皿に盛り付け、ココアパウダーを降りかける。



※「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