

なすしおぼら

広報

2011
2.20
148



冷たい氷の上でもへっちらら！

横林小学校では、近くの水田に水を張ってスケートリンクを作り、体育の授業では子どもたちが元気にスケートを楽しんでいます。

これは30年ほど前から地元の人たちの協力により行われていて、今年は寒波により3年ぶりにスケートを楽しむことができました。

CONTENTS[もくじ]

タウンピックアップ.....	2 p
市シルバーファーマー制度	4 p
各種相談.....	5 p
地産地消お料理レシピ	18 p

タウン トピックス



スノーシュー...雪上歩行具、西洋かんじき。

白銀の世界へ出かけよう

1月23日、塩原温泉ビジターセンターが主催するスノーシューハイキングが開催されました。

上の原地区をスタートした参加者一行は、一路大沼を目指して緩い上り坂が続く山道を進みます。途中、動物たちの食べあとや雪上の足跡などを観察しながら雪に覆われた大沼に到着すると、参加者たちは新雪の上を楽しそうに歩いたり、小高い丘を滑り降りたりして、冬の塩原を楽しんでいました。



もちがおかそう 母智ヶ丘荘に 金一封が下賜されました

この度、上赤田の社会福祉法人誠心会軽費老人ホーム母智ヶ丘荘に対し、天皇陛下から金一封が下賜されました。これは民間社会福祉事業御奨励のため、社会福祉事業を実施する優良民間施設・団体に下賜されるものです。12月下旬に県庁で御下賜金の伝達式が行われ、御下賜金を受領した田口勇施設長は「県から連絡を受けたときはとても驚きました。御下賜金を賜ったことは、とてもありがたいことです」と話してくれました。



結成20周年を迎えた黒磯巻狩太鼓

黒磯巻狩太鼓が結成20周年を迎え、1月16日に黒磯文化会館で記念公演が行われました。当日は黒磯巻狩太鼓の演奏に加え、子ども巻狩太鼓が初演奏を披露したほか、友情出演として、ひまわりわんぱく太鼓（塩原）、子ども疏水太鼓（西那須野）、黒磯高校吹奏楽部の演奏も行われました。黒磯巻狩太鼓の安宅勝会長は「おかげ様で20周年を迎えることができました。今後も活動を続け、地域に貢献していきたい」と話していました。



空高くあがれ！～凧あげ大会～

1月15日、三島体育センターグラウンドで凧あげ大会が開催されました。これは、三島小学校子ども会育成会連合会が中心となり開催しているもので、今年で26回目になります。参加した約80組の親子は、自慢の凧を持ち寄り、グラウンドのあちこちで凧あげを行いました。

その後3班に分かれ、大凧あげに挑戦。高さ4m・幅3mの大凧に結ばれたロープを一斉に引くと、大凧はゆっくりと空中にあがっていきました。



新春の初市が開かれました

1月11日に西那須野駅前で花市が、22日には黒磯駅前で初市がそれぞれ開かれました。

花市・初市では、縁起物の造花やだるま、熊手などが売られ、家族の無病息災、家内安全、商売繁盛などを願いながら買い求める姿が見られました。また、子どもたちが喜ぶ露店が道の両脇に並び、多くの親子連れで賑わいました。黒磯会場では黒磯巻狩太鼓の演奏やフリーマーケットなどのイベントも開かれ、初市を盛り上げました。



苦しくてもあきらめないで 市社会福祉大会で講演

1月29日、黒磯文化会館で市社会福祉協議会主催による社会福祉大会が行われ、金澤泰子さんによる記念講演が行われました。金澤さんはダウン症の書家金澤翔子さんの母親で、翔子さんを25年間育ててきたエピソードを紹介しました。「ダウン症の翔子には希望がないと思い、悩みました。しかしだれにでも希望や絶望はある。翔子の書は多くの人を感動させている」と話し、どんな状況でも夢や希望を失わない大切さを訴えました。



毎日ミルクで骨元気

1月18日、黒磯高等学校で食育講演会「ミルクと骨のおはなし」が行われました。これは学校給食が終了し、牛乳摂取量が減少すると言われる高校生を対象に、牛乳の良さを知ってもらうため、市畜産振興会などが開いたものです。講師の管理栄養士小山浩子先生の講演後、1年生の印南星矢さんは「体や骨のためにカルシウムが大切なことが分かりました。これから牛乳を飲むようにしたい」と感想を話していました。

ダウン症候群：先天性染色体異常症の一種。ヒトの21番染色体の過剰による。おきる発達・成長の障害で、先天性心疾患を伴うことが多い。（広辞苑より）

あなたの力を農業に活かしてみませんか？

～ 那須塩原市シルバーファーマー制度を創設しました ～



シルバーファーマー制度とは
農業に関心があり労働意欲が旺盛な60歳前後の市民が、シルバーファーマーとして農家と雇用契約を結び、サポーター役として農業に従事する制度です。
その養成のため、圃場農地)での実践研修やテキストによる机上研修を通じて、野菜づくりの生産技術や知識を習得する研修を行います。
この制度により、農業に興味を持つているシルバー世代に働く場が提供され、所得の確保、労働力の有効活用などが図られます。
また、農家は労働力を確保することに、農業経営の継続、生産規模の拡大を図るきっかけとなり、農業経営の安定・生産性の向上・遊休農地の解消など、市農業全体の活性化が見込まれます。

シルバーファーマー制度とは

シルバーファーマー制度の2つの特徴

シルバーファーマー 養成支援塾

シルバーファーマーを養成するため、次の研修を行います。

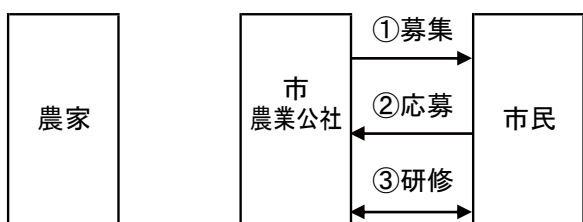
- 野菜づくり・肥料・農業など、農業に関する基礎を学ぶ「机上研修」
 - 野菜栽培や圃場管理など専門的な技術や農業機械操作などを畑で実践する「圃場研修」
- 農家が実際に栽培している現場で、具体的な作業を経験する「実地研修」

シルバーファーマー 登録制度

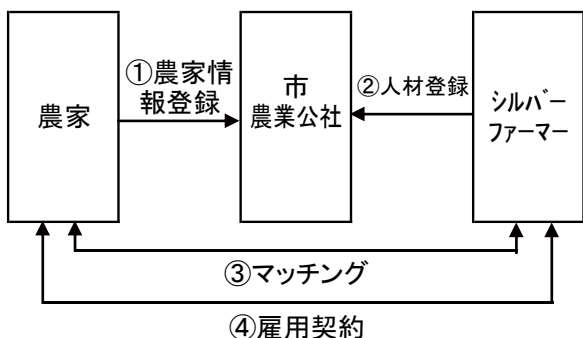
シルバーファーマーが就農するための制度です。

- 農家が求める人材や作業内容を登録
- シルバーファーマー養成支援塾修了者が人材として登録
- 両者が登録した情報をもとにマッチング(雇用内容相談)を行う
- 雇用契約にもとづき就業

シルバーファーマー養成支援塾



シルバーファーマー登録制度



シルバーファーマー養成支援塾の受講生募集

研修日時 期間 4月～12月(9カ月間)の日曜、全20回 研修日は右表のとおり。
時間 午前9時30分～午後3時30分(午前-机上研修、午後-圃場研修)

研修場所 栃木県農業試験場黒磯農場 那須塩原市埼玉9-5

対象者 農業に関心があり、労働意欲が旺盛な60歳前後の市民

募集定員 20人

研修内容
机上研修 野菜栽培(根菜類・果菜類・葉菜類)の基本、土壌づくり、病害虫防除、雑草防除、植物生理、農業気象と作物保護、農業機械の概論、農作業の安全知識
圃場研修 農業機械の操作、土壌づくり、圃場づくり、野菜類の播種、定植・栽培・収穫、圃場管理、施設(ハウス、トンネル)づくり
実地研修 野菜栽培農家での実践的な作業の研修

参加費用 保険料・テキスト代として5,000円程度の実費負担があります

申込期間 2月25日～3月18日

申込方法 ㊦農務畜産課、㊧産業観光建設課、㊨産業観光建設課に設置されている所定の受講申込用紙に必要事項を記入し、申し込んでください。応募者が多い場合は、書類選考を行います。(詳しくは、申込用紙受付時に確認してください)

申し込み・問い合わせ ㊦農務畜産課 0287(62)7147

《研修日》

回	月	日
1	4月	10日
2	4月	24日
3	5月	8日
4	5月	22日
5	6月	5日
6	6月	12日
7	6月	26日
8	7月	10日
9	7月	24日
10	8月	7日
11	8月	21日
12	8月	28日
13	9月	11日
14	9月	25日
15	10月	9日
16	10月	16日
17	10月	30日
18	11月	13日
19	11月	27日
20	12月	11日

各種相談

すべて無料です。

各種相談

市内は、市外局番0287を省略しています。

相談名	と き	ところ	問い合わせなど	
人権相談 行政相談	人権相談 3月3日 午前10時～午後3時	いきいきふれあいセン ター2階 相談室	行政相談 国、県、市など行政の仕事に対する 意見や要望 ☎秘書課 (62)7109	
	行政相談・移動県民相談 3月9日 午前10時～午後2時	いきいきふれあいセン ター2階 相談室	人権相談 人権保護などに関する相談 ☎社会福祉課 (62)7135	
	人権相談・行政相談 3月17日 午前10時～午後3時	健康長寿センター 2階 娯楽室	☎市民福祉課 (37)6231 ☎総務福祉課 (32)2912	
	人権相談・行政相談 3月22日 午後1時～3時	ハロープラザ		
ふれあい相談 (悩みごとや心配 ごとの相談)	3月7日・14日・22日・ 28日 午後1時～3時	いきいきふれあいセン ター2階 相談室	社会福祉協議会黒磯支所 (63)3868	
	3月8日・22日 午後1時～3時	健康長寿センター相談室	社会福祉協議会本所 (37)5122	
	3月22日 午後1時～3時	ハロープラザ	社会福祉協議会塩原支所 (32)5216	
弁護士による 法律相談 予約制 (各日先着18人)	4月5日 午後1時30分～4時30分	いきいきふれあいセン ター2階 相談室	3月1日 から受付開始。 社会福祉協議会黒磯支所 (63)3868	
	4月2日 午後1時30分～4時30分	健康長寿センター	3月1日 から受付開始。 社会福祉協議会本所 (37)5122	
法律相談 予約制	3月19日 午前10時～午後3時	西那須野公民館	県司法書士会による法律相談 県司法書士会 028(614)1122	
こころの相談 予約制	3月4日 午後1時～5時	黒磯保健センター	NPO 法人栃木県カウンセラー協会に よる相談 ☎社会福祉課 (62)7026	
	3月25日 午後1時～5時	西那須野保健センター		
少年相談	月～金曜 祝祭日を除く。 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 (37)5925	
教育相談	月～金曜 祝祭日を除く。 午前8時30分～午後5時	☎学校教育課	いじめ、不登校など学校生活で悩みを抱 える児童・生徒・保護者に関する相談 ☎学校教育課 (37)5349	
	児童生徒サポートセンター 適応指導教室 月～金曜 祝祭日を除く。 午前9時～午後4時	黒磯地区 ふれあい 西那須野・塩原地区 あすなる	児童生徒サポートセンター(ふれあい) (63)8526 あすなる (36)6989	
子育て相談 家庭児童相談	月～金曜 祝祭日を除く 午前8時30分～午後5時	子育て相談センター	0～18歳の子どもの悩みに関する相談 子育て相談センター (64)3724	
消費生活相談 巡回相談は予約制	常設 月～金曜 祝祭日を除く。 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 巡回相談の予約は前日まで。 消費生活センター (63)7900	
	巡回	3月11日・25日 午前10時～午後3時	西那須野庁舎 108会議室	
		3月17日 午前10時～午後3時	ハロープラザ	
交通事故相談	3月29日 午前10時～正午、午後1時～3時	本庁舎203会議室	☎生活課 (62)7127	
精神保健福祉 クリニック 予約制	3月9日 午後1時～3時	県北健康福祉センター	精神科医師によるこころの相談 県北健康福祉センター (22)2259	
労働社会保険 に関する相談 予約制	3月2日・16日 午後1時30分～4時30分	県社会保険労務士会館 (宇都宮市)	事業主や勤務者が対象 相談日の2日前までに予約。 県社会保険労務士会 028(647)2028	
不動産相談	3月23日 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)	県宅地建物取引業協会県北支部 (62)6677	
公正証書の相談 予約制	3月23日 午前10時～正午	大田原地域職業訓練セン ター	遺言の公正証書、土地建物や金銭の貸借、 離婚給付、任意後見契約などの相談 大田原公証役場 0287(23)0666	

くらしの 情報

市役所本庁舎 〒325-8501	共墾社108番地2
西那須野庁舎 〒329-2792	あたご町2番3号
塩原庁舎 〒329-2993	中塩原1番地2
箒根出張所 〒329-2801	関谷1266番地4

お知らせ

証明書自動交付機が
一時的に停止します

設備点検のため、本庁舎と西
那須野庁舎に設置してある証
明書自動交付機が一時的に利
用できなくなります。

3月19日
午前8時30分～正午
問い合わせ

市民課 (62) 7132
市民福祉課 (37) 5102



市役所の電話が
一時不通になります

電話交換機の取替えにより、
市役所の電話が一時不通にな
ります。

とき

・本庁舎 3月12日
・西那須野庁舎 3月5日
・塩原庁舎 3月6日

不通となる時間はすべて
午前8時30分～正午です。

電話不通時の連絡先

不通となっている庁舎以外
の庁舎に電話してください

・本庁舎 (62) 7117
・西那須野庁舎 (37) 5105

・塩原庁舎 (32) 2911

問い合わせ (62) 7117
財政課

地上デジタル放送視聴
のため、低所得世帯に
支援を行います

今までのテレビ放送（地上
アナログ放送）は、7月24日
で終了します。

国では、経済的な理由で地
上デジタル放送がまだ受信で
きない人に対して、簡易チユー

ナーの無償給付の支援を行
います。
対象

まだ地上デジタル放送に対
応できず、世帯全員が市町
村民税非課税の世帯
NHK放送受信料が全額免
除の世帯は、従来の支援を
申し込んでください。

内容

地上デジタル放送対応の簡
易チューナー（1台）を無
償給付
設置方法や操作方法を電話
でサポートします。

申込期限 7月24日（消印有効）
申し込み

申込書に必要書類を添付し、
総務省地デジチューナー支
援実施センターへ申し込む
申込書は、インターネット
や電話などで申込先から入
手できます。また市役所1
階窓口（支所出張所を含む）
にも置いてあります。

問い合わせ
企画情報課

支援制度について (62) 7150
総務省地デジチューナー
支援実施センター
(0570) 023724

通学路が
整備されました

市では、少ない予算で歩行
空間を確保し、児童などの安
全・安心な通学路の整備を今
年度から進めています。

この度、整備第1号として、
二区町地内の道路に隣接する
土地所有者の皆さんのご協力
により、南小学校へ通う子ど
もたちの歩くスペースが整備
されました。

今回は県道西那須野下石上
線から市道二つ室・一区町
287号線までの約300m
の区間を、路肩の拡張と区画
線および車線分離標設置等の
整備を行いました。（写真）

今後も整備を進めていきま
すので、対象となる場合は申
請をしてください。

問い合わせ
本道路課 (62) 7049



自動電話催告を行っています

国民健康保険税の収納率向上対策として、
未納者に対し毎月上旬の土・日曜に自動音声
案内による電話催告を行なっています。
電話を受けた場合は、納付書または督促状に
より納税をお願いします。

問い合わせ 収税課 (62) 7190

広告

「広報なすしおばら」掲載広告を募集

広報に広告を掲載してみませんか。

掲載枠（いずれも黒単色）

1号広告(48mm×170mm)、2号広告(48mm×85mm)

掲載料（1回当たりの税込み掲載料）

1号広告：30,000円、2号広告：15,000円

発行部数 毎回34,000部発行（毎月2回発行）

4月5日号、4月20日号を除きます。

問い合わせ 秘書課 (62) 7109

平成23年
春季全国火災予防運動

期間 3月1日～7日

「消したかな」

あなたを守る 合言葉

(平成22年度全国統一防火
標語)

毎年春先は、風の強い日が多く、空気が乾燥した時期となるので、十分注意してください。

林野火災予防対策

・畦畔焼き(虫焼き火)
・畦畔焼きは、責任者を決めて地域ぐるみで計画的に実施する。

実施する。

・山際の畦畔焼きは、下刈りをして、山火事にならないよう注意する。

・最後まで監視し、残り火の完全な消火を確認する。

住宅防火対策

・寝たばこは絶対にやめる。
・ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する。
・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。

すべての住宅に平成21年6月1日から住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。

平成22年(1～12月)中の火災件数

	当年累計	前年比
火災件数	43件	-8件

火災種別	発生件数	前年比
建物火災	27件	-4件
林野火災	2件	-1件
車両火災	5件	-6件
その他(枯れ草・立ち木、屋外の集積物など)	9件	3件

主な出火原因	発生件数
電気・ガスコンロ	7件
放火(疑い含む)	4件
交通機関(自動車関係)	3件

過去に掲載した火災種別のデータに修正があったため、2月5日号に掲載したデータと数値が異なります。

問い合わせ

黒磯那須消防組合消防本部

予消防防課 (62)0864

板室分署 (69)0119

大田原地区広域消防組合消防本部予防課

0287(22)3016

西那須野分署

(36)2300

塩原分署 (32)2949

防火標語最優秀受賞者が決定しました

西那須野防火管理協会

は、春季全国火災予防運動の一環として、西那須野地区の各小中学校から防火標語を募集しました。

応募総数119点から入選者15人を選出。さらに、最優秀賞5点は、防火チラシを作成し、西那須野地区の各家庭・会員事業所などに配布しました。

最優秀受賞者(敬称略)

【小学校5年生の部】

郡山拓也(三島小)

「消したかな」

うたがう心は

消さないで

【小学校6年生の部】

大金 輝(南小)

確かめが

火災を防ぐ 第一歩

【中学校1年生の部】

江連可菜(三島中)

備えよう
防災意識 警報器

【中学校2年生の部】

松澤 瑞(西那須野中)

火を消した?

その手その目で

もう一度

【中学校3年生の部】

薄井杏華(西那須野中)

火の始末

出る前寝る前 再確認

問い合わせ

大田原地区広域消防組合消防署

西那須野分署

(36)2300

ことで、割引・特典の優待サービスが受けられます。

現在、使われているカードは平成23年3月31日に有効期限がきれることから、新しいカードの配布を次のとおり行います。

園児・児童生徒の場合
園や学校を通して、子どもに配布します
妊娠している人の場合
母子手帳交付の際に、各保健センターで配布します
その他の場合
市の児童福祉担当窓口

【子ども課、西市民福祉課、西総務福祉課、篤根出張所】で配布します
配布開始日 3月9日
その他

詳しい事業内容などについては、とちぎ未来クラブのホームページをご覧ください

問い合わせ

子ども課

(62)7138

西市民福祉課

(37)6231

西総務福祉課

(32)2912

市内は、市外局番0287を省略しています。

くらしの情報

高林地区、板室地区に住んでいる皆さんへ
光ブロードバンドサービスの提供が始まります

市では、情報格差の解消を図るため、高林局(68局)管内と板室局(69局)管内で光ファイバー網の整備を行いました。

この光ファイバー網を、NTT東日本に貸し出し、NTT東日本が光ブロードバンドサービス(フレッツ光ネクスト)の提供を3月1日から開始します。ぜひ、利用してください。

なお、NTT東日本から業務を委託された会社()の担当者が、高林、板室両地区で「フレッツ光ネクスト」の案内のため、戸別訪問を実施しています。

戸別訪問担当会社
株式会社サイコム
(0120)121327
アデコ株式会社
(0120)680281

株式会社ノーバス
(0120)750516
戸別訪問する担当者は、常時身分証明書を携帯しています。また、戸別訪問の際に金銭を請求することは一

切ありません。
各社の受け付けは、すべて午前10時～午後7時。
土・日曜、祝日も可。
問い合わせ

☎企画情報課

(62)7150

募集

ふれあい農園を利用してみませんか

共通事項

利用期間

1年間(4月～来年の3月)

対象 市民

申込期間

3月1日～4日

午前8時30分～午後5時(先着順・電話可)

その他

申し込みの際、印かんと利用料を持ってきてください

【西那須野地区】

面積

1区画当たり50㎡

使用料

1区画当たり2000円

募集農園

- ・西三島農園(1区画)
- ・太夫塚農園(9区画)
- ・二区町農園(1区画)

・下永田六丁目農園(1区画)
申し込み・問い合わせ
農業公社西那須野支所
(函産業観光建設課内)
(37)6259

【塩原地区】

面積

1区画当たり100㎡

使用料

1区画当たり4000円

募集農園

中塩原農園(5区画)

申し込み・問い合わせ

農業公社塩原支所

(常根出張所内)

(35)4261

介護保険運営協議会
委員募集

第5期介護保険事業計画(平成24年4月～平成27年3月)の策定等、介護保険に関する施策を審議する「那須塩原市介護保険運営協議会」の被保険者委員を募集しています。詳しくは、広報なすおばら2月5日号をご覧ください。

申込期限

3月4日

申し込み・問い合わせ

☎高齢福祉課

(62)7191

住生活基本計画(案)に対する皆さんからの意見を募集しています

住宅および住環境に関する基本的・総合的な計画である住生活基本計画について、皆さんからの意見を広く募集しています。

募集期間 2月18日～3月15日

閲覧場所 ☎都市整備課または、市ホームページ
(HP <http://www.city.nasushiobara.lg.jp>)

提出方法

閲覧場所に備え付けの意見書に必要な事項を記入して提出してください(郵送・ファックス・電子メールでも提出可、意見書は市のホームページからもダウンロードできます)

氏名・住所・連絡先を明記してください。

個人情報公表しません。また、目的以外には使用しません。

提出された書面は返却できません。

電話による意見の受け付けは行いません。

その他 提出された意見は、整理した上で、市ホームページなどで公開します(個々の意見に直接回答はしませんので、ご了承願います)

提出先・問い合わせ

〒325 8501

那須塩原市共墾社108-2

那須塩原市役所 都市整備課

(62)7162 FAX(62)7224

☒ toshiseibi@city.nasushiobara.lg.jp



フラワーウエディング カップル募集

水と緑と花に囲まれたもみじ谷大吊橋で、思い出に残る結婚式を挙げませんか。

これから力を合わせて新しい人生を歩み始める2人から、すでに結婚していても、式を挙げていないご夫婦まで、320メートルのもみじ谷大吊橋パーズロードを、手を携えて渡り、愛を誓い合いたいカップルを募集します。

とき

6月12日

ところ

もみじ谷大吊橋特設会場

募集組数 5組

申込方法

2人のなれそめ、応募の動機などを400字以内にまとめたもの

2人の写っている写真

住所、氏名、生年月日、職業、連絡先(電話・FAX)

を申込先に持参または郵送してください。主催者による書類選考の上、当選者を決定し、4月中旬に応募者全員に通知します。

申込期限

3月31日 必着



参加特典があります

・挙式無料(牧師による結婚式)

・結婚衣装一式無料

・挙式前日は塩原温泉に宿泊招待

・記念品、記念写真、CD

Rプレゼント

申し込み際の注意事項

挙式を希望する本人からの申し込みのみ受け付けます

新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に

報道・掲載されることを承諾の上、申し込んでくださ

い

申し込み・問い合わせ

〒329 2921

那須塩原市塩原747

塩原温泉観光協会内「塩原

フラワーウエディング・カッ

プル募集」係

(32)4000

市内は、市外局番0287を省略しています。

県立大田原東高等学校 定時制高校生徒募集

学力検査日

3月17日 午前9時

平成23年4月1日現在で満20歳以上の人は、作文による受験もできます。

募集科目 普通科

定員 40人(男女)

出願書類

入学者査料納付票、入学願

書、受験票

必要に応じて他の書類が必要になる場合があります。

書類は中学校にあります。

県外の中学校出身者は問い

合わせ先に確認してください。

い。

出願方法

出身中学校を通して申し込

んでください(調査書必要)

中学卒業後5年以上の人は、

直接申込先に申し込んでく

ださい(調査書不要)

申込期間

3月11日～15日 正午

土・日曜を除く。

郵送の場合は11日 必着

申し込み・問い合わせ

〒324-0053

大田原市元町1-5-43

県立大田原東高等学校

0287(22)2808

市内は、市外局番0287を省略しています。

高齢者向け優良賃貸住宅 入居者募集中

対象物件 レクラン那須塩原
所在地 那須塩原市黒磯652-1
入居者負担額 23,000円～77,000円
共益費 10,000円
駐車場代 3,000円
間取り ワンルーム～1LDK
受付期間 随時募集(受け付けは先着順)
その他 緊急サービス(3,000円)あり

高齢者向け優良賃貸住宅とは...

60歳を過ぎて自立した日常生活を営むことができる健康状態の人で、所得に応じて入居者の家賃負担が軽減された住宅です。

問い合わせ

栃木県住宅供給公社 総務部管理課

028(622)0464(代)

ひとり親家庭等の 在宅就業支援事業 参加者募集

栃木県では、ひとり親家庭等の在宅就業を支援するため就業訓練プログラムの参加者を募集しています。

対象

県内在住の母子家庭の母、
父子家庭の父、寡婦の人

定員

140人

内容

キャリアアカウンセリング
就業訓練プログラム
(WEB、CAD、オフィス
ソフト等のパソコン訓練)

就業体験、就業紹介
参加費

無料(就業訓練プログラム
参加者には訓練手当てが支給
されます)

申込期限

3月31日

定員になり次第、締め切り

ます

その他

訓練期間・内容など、詳しくは次に問い合わせてください

申し込み・問い合わせ

(株)TBCスキャット
キャリアサポート事業部
028(651)5633

自衛隊幹部候補生、
一般曹候補生募集

【幹部候補生コース】

主に大学修了者を対象の、
幹部自衛官を養成するコース
試験日 5月14日

飛行要員希望者は、5月14日
～15日の2日間。

対象 次の ・ どちらか
に該当する人（平成24年4

月1日現在）

22～26歳未満の人

20～22歳未満で学校教育法
に基づく大学を卒業または、
卒業見込みの人

【一般曹候補生コース】

主に中堅リーダーとなり活
躍を期待する自衛官を養成す
るコース

試験日 5月21日

対象

平成24年4月1日現在で、18
～27歳未満の人（高校生を除
く）

共通事項

試験会場

自衛隊栃木地方協力本部

（宇都宮市）

申込期限 5月6日

申し込み・問い合わせ

自衛隊栃木地方協力本部

大田原地域事務所

0287(22)2940

研修会・講座・試験

子育てサポーター
養成講座

地域において、子育て中の
人の身近な相談相手や協力者
となる、子育てサポーターの
養成講座を開催します。

とき・内容

3月16日

午前9時～正午

子どもの発育・発達、子ど

も健康管理、事故予防

3月16日

午後1時～4時

普通救命講習

3月17日

午前9時～正午

子どもの遊び、保育の心、

那須塩原市の子育て支援

3つの講座すべてを受講し

た人に認定証を発行します。

ところ

いきいきふれあいセンター

対象 市内在住で子育て支

援に興味がある人、子ども

と接する機会がある人

定員 20人

参加費 無料

申込期限 3月9日

その他 託児あり（要予約）

申し込み・問い合わせ

☎子ども課 (62)7138

催し

第2回障害福祉
サービスマン
共同販売会

市内7カ所の障害福祉サー
ビス事業所で、障害のある人
がさまざまな製品を作ってい
ることを知ってもらうため、
障害のある人が作ったパン・
クッキー・手芸品などの共同
販売会を行います。

とき 3月9日

午前11時30分～午後1時

ところ 市役所本庁舎1階

主催 那須塩原市地域自立

支援協議会事業所部会

地域自立支援協議会事業所

部会とは？

地域自立支援協議会

障害者団体の関係者等で構

成され、市障害福祉施策に

対するさまざまな提案など

を行います。

事業所部会

地域自立支援協議会の下部

組織の一つで、市内の障害

福祉サービスマン事業所で構成

されています。

問い合わせ

地域自立支援協議会事務局

（☎社会福祉課内）

(62)7026

ひとり親家庭のための
子育て応援フェスタ

とき・内容

【1日目】

3月12日 午後1時～

海老名香葉子氏による講演

会

【2日目】

3月13日 午前10時～

各種イベント（バルーンパ

フォーマンス、写真撮影会

など）

ところ とちぎ男女共同参画

センター（宇都宮市）

問い合わせ

県子ども政策課

028(623)3067

消費者のつどい

テレビでおなじみの、住田
裕子弁護士による後援会です



とき

3月12日

午後1時15分～3時50分

ところ 三島ホール

入場料

無料（整理券が必要です）

問い合わせ

☎生活課 (62)7126

塩原公民館
つるし雛展示会



とき

2月25日～
3月15日

ところ

塩原公民館（塩原庁舎内）

内容

公民館の講座で作成した“つるし雛”を
館内に展示します

問い合わせ

塩原公民館 (32)3812

田舎ランド鳴内 4月の体験活動・教室

各教室で使用する材料費は自己負担です。

事業名	とき		定員	内容	受付開始日
手打ちうどん教室	16日	午前9時30分から	20人	自分でうどんを打ってみよう	募集中
パン教室	17日	午前9時から	16人	菓子パン(あん・カレー・ハム)	3月9日
陶芸教室	16日	午前9時30分から	30人	粘土をこねて形作り	募集中
	17日		30人		
	23日		30人		
料理教室	30日	午前9時30分から	20人	よもぎ大福(よもぎつみから)	3月16日
農園・園芸教室 (全11回)	4~11月	午前9時30分から	40人	年間の会員募集、詳しくは公民館に置いてあるチラシをご覧ください	募集中

施設の貸し出しも行っていきます。

子ども会育成会や総合学習、自主グループなどの活動の場としても利用できます。

申し込み・問い合わせ

田舎ランド鳴内 (68) 7 0 0 6 (ゆ~バス「湯宮線」田舎ランド前下車)

那須野が原公園「緑の相談所」催しもの

行事名	とき	ところ
春蘭展	3月5日・6日	緑の相談所展示ホール (入場:無料)
第24回栃木県都市公園写真コンクール作品展	3月8日~15日	
銀花-「銀のアクセサリー展示」	3月17日~23日	
ボケ展	3月25日~27日	
講座 山野草の育て方	3月20日 午前10時~正午	緑の相談所講習室 電話で申し込み可。

問い合わせ 那須野が原公園緑の相談所 (36) 1220

2月の人口

2月1日現在()内は前月との比

117,434人(+24)

男 58,337人(+27)

女 59,097人(-3)

世帯 44,233戸(+49)

出生 106人/死亡 123人

転入 274人/転出 233人

平成17年国勢調査をもとに算出しています。

夜間・休日の水道修繕連絡先

夜間および土・日曜、祝日の水道漏水工事は、次に連絡をしてください。

【連絡先】

・鳥野目浄水場

0287(62)0229

・千本松浄水場

0287(36)3145

問い合わせ ☎水道施設課 (37)5213

那須塩原市の交通事故状況

平成22年中の那須塩原市の交通事故状況は、件数・負傷者数が減少していますが、残念ながら死亡者数が2人増え6人の貴重な命が失われてしまいました。

【平成22年中の交通事故状況(人身事故)】

	発生件数	死亡者	負傷者
全国	724,811件	4,863人	894,281人
栃木県	10,053件	146人	12,815人
那須塩原市	530件	6人	686人
前年比	-26件	2人	-79人

過去に掲載したデータに修正があった為、1月20日号に掲載したデータと数値が異なります。

【平成23年1月中の交通事故状況(人身事故)】

	発生件数	死亡者	負傷者
1月中	31件	1人	38人
当年累計	31件	1人	38人
(前年同月比)	-13件	1人	-26人

問い合わせ ☎生活課 (62) 7 1 2 7

那須野が原博物館 ☎0287(36)0949

詳しくは

企画展

昭和の暮らし - 着る・食べる・住もう -
開催中 4月17日 まで



企画展 昭和の暮らし展示解説開催

とき 2月27日 午後2時～

ところ 博物館企画展示室

申し込みは不要です。観覧料が必要となります。

平成22年度地域研究発表会 「那須野が原をさぐる」受講生募集

とき 3月5日 午後1時30分～

ところ 博物館研修室

テーマ/講師

第1部 『那須塩原市（西那須野地区・塩原地区）の八チ目』 / 客員研究員 片山栄助氏

第2部 『那須文化研究会の歩みと展望』 / 那須文化研究会長 木村康夫氏

参加費 無料 定員 70人 申し込み 博物館へ

3月の親子体験チャレンジ

とき	テーマ	材料費	定員
3月20日	よく飛ぶブーメランを作ろう	100円	40人

時間 午前10時から

(受け付け午前9時30分～55分)

ところ 博物館研修室

黒磯文化会館 ☎0287(63)3219

詳しくは

T.M.Revolution

T.M.R.LIVE REVOLUTION'11-CLOUD NINE-

6月11日

午後5時30分開場、午後6時開演

全席指定 6,500円

3才以上は有料です。

友の会優先電話予約

3月22日～25日 午前9時～午後5時

個人・家族会員とも2枚まで予約できます。

一般発売初日 特別電話 0287(73)0202

3月26日 午前10時

1回の電話で4枚まで予約できます。

3月28日以降の受付時間と電話番号は次のとおりです。(残席がある場合のみ)

受付時間 午前9時～午後5時

0287(63)3219



T.M.Revolution 約2年振りとなる全国ツアー、
『T.M.R.LIVE REVOLUTION '11』開催決定！

3月19日の公演を皮切りに、全38都市44公演となる、T.M.R.デビュー15周年メモリアル・ロングツアー！

黒磯文化会館では1998年8月以来、約13年振りの公演となります。

友の会優先電話予約 3月17日 午前9時から
 チケット発売 3月19日 〃
 一般電話予約 3月21日 〃

うたもいっぱい! つくってあそぼショー



ワクワクさんとゴロリ

松原美香
(うたのおねえさん)

手先が器用でどんなものでも簡単に作ってしまうワクワクさんと、工作が得意で作って遊ぶのが大好きなゴロリ。二人が会場と一体となって繰り広げる世界唯一の工作バラエティーショーです。

5月22日 /
 2回公演 (開演 午後1時30分、午後3時30分)
 / 大ホール

全席指定 大人1,500円 (友の会1,400円)
 子ども500円 (3歳~小学生)

3歳未満は無料で、保護者の膝上での鑑賞ができます。(一人まで)

ただし座席を使う場合は有料になります。

友の会優先電話予約 3月24日 午前9時から
 チケット発売 3月26日 〃
 一般電話予約 3月28日 〃

バンド結成50周年祭りコンサート 寺内タケシとブルージーンズ



世界中のエレキファンから「エレキの神様」として敬愛される寺内タケシがハーモニーホールにやってきます。

6月18日 / 午後6時開演 / 大ホール
 全席指定 5,000円 (友の会4,500円)
 共演 レッド・ラビッツ (地元エレキバンド)

演奏予定曲目

夜空の星、慕情、運命、津軽じょんがら節ほか
 未就学児は入場できません。

ハーモニーホール自主講座受講生募集

ハーモニーホールでは、下記3講座の受講生を募集します。2、3月の演奏会を聞き、「ぜひ自分も!」と思った人はもちろん、少しでも興味のある人は申し込んでください。詳しくはハーモニーホールまで問い合わせてください。

オーケストラ養成講座

(那須フィルハーモニー管弦楽団)

受講日 水曜日 午後7時~9時

対象 小学校高学年以上でオーケストラが使う楽器を所有し、ある程度演奏できる人

講師 大井剛史 (音楽監督)、田中祐子 (合奏トレーナー)、執行恒宏 (コンサートマスター兼弦楽器トレーナー)、高橋貞春 (管楽器トレーナー)、前田広樹 (打楽器トレーナー)

合唱団育成講座

・一般の部 (那須野が原ハーモニーホール合唱団)

受講日 月曜日 午後7時~9時

対象者 高校生以上

講師 片岡真理 (合唱指導)、藤本美玲 (ピアノ)

・少年少女の部 (那須野が原少年少女合唱団)

受講日 木曜日 午後6時30分~8時30分

対象者 小・中学生

講師 佐藤綾 (合唱指導)、関真由美 (ピアノ)、日高万利子 (ソルフェージュ指導)

演劇講座

受講日 火曜日 午後7時~9時

対象者 中学生以上

指導 劇団らくりん座

申し込み 全講座3月1日 から受付開始

合同開講式 4月6日 午後7時/大ホール

チケット好評発売中

東京チェロアンサンブル公演

4月3日 / 午後2時開演 / 大ホール
 全席指定 大人2,500円 (友の会2,300円)
 学生1,500円

演奏予定曲目

フンパーティング: 前奏曲「ヘンゼルとグレーテル」より

パッヘルベル: シャコンヌ

ソッリマ: チェロよ歌え! ~ 2つのチェロと弦楽のためのバラード (チェロ8挺版)

グリーグ: ホルベルク組曲 ほか



3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/

休日当番医

かかりつけ医(日ごろ相談している医師)を持ちましょう。
 病気にかかったなと思ったら、昼間のうちに病院などで受診しましょう。



昼間

診療時間：午前9時～午後5時
 事前に医療機関に電話をして受診しましょう。

夜間

科目：内科、小児科
 保険証、診療費を持参してください。

診療日	黒磯地区(那須町を含む) 西那須野・塩原地区	
6日	渡部医院 [大原間] 高澤クリニック [緑]	(65)3535 (37)9901
13日	鈴木内科外科クリニック [上厚崎] 阿久津整形外科 [永田町]	(62)2337 (36)3639
20日	渡部医院 [大原間] 関南循環器消化器診療所 [東三島]	(65)3535 (36)8211
21日 (祝・月)	ふじおか内科小児科 [豊 浦] 佐藤医院 [西栄町]	(64)3366 (36)0147
27日	田崎医院 [那須町] きくち内科クリニック [下田野]	(72)0111 (34)0678

黒磯那須地区休日等急患診療所 0287(63)1100	
診療時間	午後7時～10時
診療日	毎週日・月・木・金・土曜
ところ	黒磯保健センター(黒磯小学校前)
大田原市休日等急患診療所 0287(23)6500	
診療時間	午後6時30分～9時30分
診療日	毎週日・火・水曜、21日
ところ	大田原市保健センター

予防接種を受けましょう！

ポリオ予防接種

対象 生後3カ月～7歳6カ月未満で、初めてまたは1回のみ接種の乳幼児

B C G、ジフテリア・百日せき・破傷風(三種混合)
 1期初回3回の接種を受けてから、なるべく早く受けましょう。

持参するもの 母子健康手帳、予診票

受け付け 午後1時～1時45分(番号札順)

番号札は午前11時55分から配布しますが、必ずしも番号札を取りに来る必要はありません。

その他

当日は、お子さんの体調をよく知っている保護者が連れてきてください。

パンフレット「予防接種と子どもの健康」をよく読んでから受けましょう。「予防接種と子どもの健康」は生後2カ月児のお子さんを対象に送付しています。手元にない場合は、黒磯保健センターへ連絡してください。

とき	ところ
3月2日	西那須野保健センター
3月18日	黒磯保健センター

小児救急電話相談

とちぎ子ども電話相談

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。

「愛の献血」にご協力を！

輸血用血液の使用量は、年々増加しています。その中で、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。

少子高齢化により、今、健康で若い皆さんの献血への協力が一層求められています。

とき・ところ

3月3日 市役所本庁舎 市民室

3月27日 メガドン・キョーテ黒磯店

時間 午前10時～午後4時

問い合わせ 黒磯保健センター

3月1日 から7日 までの7日間は
 「こども予防接種週間です」

3月の健康相談・食生活相談(成人)

健診の結果相談、食生活相談および心身の健康相談を実施します。(今までの健診結果や健康ファイルを持っている人は持参してください)



食生活相談は予約制です。

とき	ところ	受付時間
6日	西那須野保健センター	午前9時～11時
16日		
17日	黒磯保健センター	午後1時～3時
23日		

申し込み・問い合わせ 各保健センター

知る、体験する バランス食の試食「キッチンバランス」

食事の適量、バランス、適塩、調理の工夫について、試食会を通して学び、自分の食生活と比較してみましょう。食生活や食事についての相談もできます。

とき 3月4日 午前11時40分～午後1時
(受け付け 午前11時30分～)

ところ 黒磯保健センター

対象 市民
(病院で食事指導を受けている人を除く)

定員 20人

内容 大人のバランスのとれた食事1食分の試食
講話、食生活・食事に関する相談

参加費 200円(試食材料費)

申込期限 3月1日

申し込み・問い合わせ 黒磯保健センターへ

おやこの食育

簡単にバランスの良い食事作りを行います。

おやこで食事を作る楽しさを体験してみたいかがでしょうか。

とき 2月27日
午前10時～午後1時30分

ところ 厚崎公民館

対象 小学生とその保護者

定員 10組

内容 調理実習・試食

持ち物 エプロン・三角巾

参加費 1人200円

主催 市食生活改善推進団体連絡協議会

申込期限 2月24日

申し込み・問い合わせ 黒磯保健センター

飲酒と健康について

美味しいお酒を楽しく飲んで健康に過ごすには「正しいお酒の飲み方」、すなわち「適正飲酒」を実践することが大切です。

次のことに心掛けて、上手にお酒と付き合いましょう。

『適正飲酒10カ条』

1. 談笑し 楽しく飲むのが基本です
2. 食べながら 適量範囲でゆっくりと
3. 強い酒 薄めて飲むのがオススメです
4. 作ろうよ 週に二日は休肝日
5. 止めようよ きりなく長い飲み続け
6. 許さない 他人への無理強い・イッキ飲み
7. アルコール 薬と一緒に飲むは危険です
8. 飲まないで 妊娠中と授乳期は
9. 飲酒後の運動・入浴要注意
10. 肝臓など 定期健診を忘れずに

(社)アルコール健康医学協会より

『適量ってどれくらい?』

日本酒 = 1合

ビール = 中ビン1本(500ml)

ワイン = グラス2杯(200ml)

焼酎(25度) = 100ml

ウイスキー = ダブル1杯(60ml)



新生児助産師訪問事業

生後おおむね2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

電話での申し込みも可能です。

申し込み・問い合わせ 各保健センター



第46回

まちのお医者さんからの
健康アドバイス

このコーナーでは、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。

「腹部大動脈瘤に対するステントグラフト治療」
— お腹を切らずに根治手術が可能に —国際医療福祉大学病院
心臓血管外科部長 村上 厚文

1 血管の病気は瘤になる病気と詰まる病気に分けられます。

前回紹介した閉塞性動脈硬化症は、血管が詰まる病気の代表です。歩くとふくらはぎが痛くなる症状、思い当たった方も多かったのではないのでしょうか。

そこで今回は血管に瘤が出来る病気、“動脈瘤”の診断や治療について紹介致します。

2 腹部大動脈瘤が代表で破裂予防が大事です。

どこの動脈にも瘤は出来る可能性があります。代表は腹部大動脈瘤です。正常の血管径はおよそ2~2.5cm程度で、約2倍すなわち4~5cm程度に拡大すると破裂する率が急速に上昇します。年間に5mm以上大きくなる瘤や特殊な形をした瘤も破裂しやすいと考えられています。

治療の目的はなんと言っても破裂予防です。一旦破裂すると予後不良で“癌”より性質が悪いとも言えます。しかし破裂前であれば治療成績は極めて良好で、積極的に治療に取り組むべき疾患の一つと言えるでしょう。

3 症状はないのが特徴です。

自覚症状が無いというのが特徴です。やせた方では時々自分で拍動のある瘤（やや左寄りの上腹部あたり）に気がつく方もいらっしゃいますが、

ほとんどの方は腹部エコーやCT検査などを受けた際に偶然発見されます。従って検診が重要です。

4 治療の主体は、低侵襲治療の代表格であるステントグラフト内挿術です。

約3年前までは腹部を大切開して人工血管を移植する方法が唯一でしたが、現在では急速に普及したステントグラフト内挿術が6~7割近くを占めるようになりました。ソケイ部の小切開のみで、瘤の中に人工血管を植え込む方法です。（図1、2）手術翌日からの歩行、食事開始が可能で一週間程度の入院で済む場合も多くなってきました。低侵襲治療で、しかも従来の治療法より成績が向上した疾患として大きな注目を集めています。一方もしこの方法の適応がないと診断された場合でも、あまりがっかりすることはありません。治療成績は安定しておりますので、良く相談のうえで最終決定することが重要です。



図1. ステントグラフトのイメージ



図2. 実際の症例（左術前）（右術後）

乳幼児健康診査

とき・ところ・対象

4か月児健診 平成22年11月生まれの乳児

黒磯保健センター 3月24日

西那須野保健センター 3月23日

10か月児健診 平成22年5月生まれの乳児

黒磯保健センター 3月25日

西那須野保健センター 3月17日

1歳6か月児健診 平成21年8月生まれの幼児

黒磯保健センター 3月1日

西那須野保健センター 3月15日

2歳児歯科検診 平成21年2月生まれの幼児

黒磯保健センター 3月16日

西那須野保健センター 3月4日

3歳児健診 平成20年2月生まれの幼児

黒磯保健センター 3月2日

西那須野保健センター 3月18日

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・健康診査票は、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
受付整理番号札は、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お問い合わせください

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を。

問い合わせ 各保健センター



母親学級（予約制）

とき 3月7日 午後1時30分～3時30分
 ところ 西那須野保健センター
 受け付け 午後1時15分～1時30分
 対象 妊婦およびその家族
 内容 「赤ちゃんと家族の健康のために」
 その他 母子健康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



育児相談

とき・ところ
 3月10日 西那須野保健センター
 3月11日 黒磯保健センター
 受け付け 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
 その他 西那須野保健センターは、申し込みが必要です
 問い合わせ 各保健センター



3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。

名称	ところ	期日	時間	問い合わせ（0287）
かるがもサロン	稲村公民館	2日、28日	午前10時～11時30分	子育て相談センター (64)3724
子育てサロン	厚崎公民館	14日		
とようらキッズ	とようら公民館	3日		
つくしっ子サロン	東那須野公民館	17日		
なかよしひろば	いきいきふれあいセンター	毎週月～金曜 祝日、3月30日～4月1日は休み。	午前9時～正午 午後1時～4時	
にこにこ広場	たかはやし保育園	毎週水・金曜 30日は休み。	午前9時～正午	たかはやし保育園 (68)0025
子育て支援室「もこもこ」	友里かご保育園	毎週月～金曜 祝日、3月31日～4月1日は休み。	午前9時～正午 午後1時～3時	友里かご保育園 (62)1116 実費負担で各種教室を開催。
サンサンひろば	コメット保育園	毎週月・水・金曜 祝日は休み。	午前9時～正午 午後0時30分～2時30分	コメット保育園 (60)4150 内容により実費負担あり。 前日まで必要予約。
子育てサロン	西那須野保健センター	3日、7日、9日、11日、16日、24日、25日、28日	午前9時30分～11時30分	子育て相談センター (64)3724
	大山公民館	9日、23日	午後1時～4時	
	狩野公民館	7日		
たんぼぼ	西公民館	毎週火曜	午前9時30分～11時30分	
にこにこルーム	三島公民館	4日、18日		
子育てサロン	西那須野公民館	3月は休み。	—	西那須野公民館 (36)1143
子育てひろば	南公民館大広間	2日、16日	午前10時～正午	南公民館 (36)7341 月会費100円が必要。
子育て支援・にじ	ほし保育園	毎週月～金曜 祝日、3月25日～4月11日は休み。	午前9時30分～午後0時30分 午後1時～3時	ほし保育園 (37)0614 内容により実費負担あり。
きらっとルーム	ひまわり保育園	毎週月～金曜 祝日、3月31日～4月8日は休み。	午前9時～正午 午後1時～5時	ひまわり保育園 (35)2226 火・木曜は園庭開放のみ。

レシピ No.30
かぶとシーフードのミルク煮

地産地消お料理レシピ



材料 (4人分)

- ・かぶ(葉つき) 2個
- ・にんじん 80g
- ・牛乳 100ml
- ・鶏もも肉 120g
- ・シーフードミックス 100g
- A { 中華スープの素 小さじ1
- ・水 2カップ
- ・こしょう 少々
- ・片栗粉、水 各小さじ2

提供:(財)日本食生活協会

黒磯保健センターの「牛乳・乳製品を使ったクッキングの会」講座で作った料理だも!!
みんなもどどん乳製品を使って、美味しい料理を食べてモ~。



作り方

- ① かぶは1個を8等分にし、葉は4cmの長さに切る。
- ② にんじんは乱切りにする。鶏肉は、食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋に油をひき、鶏肉を炒める。火が通ったらA・かぶ・にんじんを加える。沸騰したら、かぶの葉を加え、5分程煮る。
- ④ かぶが柔らかくなったら、牛乳・シーフードミックスを加えて一煮立ちさせる。あまり沸騰しすぎないように注意する。
- ⑤ こしょうを少々ふり、水溶き片栗粉をまわし入れて、とろみを付ける。



講座「牛乳・乳製品を使ったクッキングの会」参加者と食生活改善推進団体連絡協議会の皆さん

那須塩原市食生活改善推進団体連絡協議会協力
「牛乳・乳製品を使ったクッキングの会」講座

※「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 本 秘書課



カヤラン

樹木の幹や枝あるいは岩上など、土壌以外の基物に根を張って生活する植物を着生植物といえます。
多くの植物類は安定した地中に根を張って体を支え、水分や養分を吸収しています。そこで、競争の少ない環境へ進出するため、低湿度でも乾きに耐えられるように適応した種類が現われたのです。
その仲間としては、コケ類や地衣類、シダ類やラン科植物などがあります。
着生するラン類としては、デンドロビウム属やオンシジウム



クモイジガバチ



モミラン

属など海外に多くの種類が知られていますが、那須塩原市内にも何種類が生育しています。今回はその内の3種類をご紹介します。この中でカヤランは比較的広く分布します。(つよし)

着生するラン科植物

寄稿



ちっちゃな自然
みつけた!

IN 那須塩原 73

