

なすしおぼら

広報



7/20

平成24年7月20日号
2012 JUL No.182

写真 那須塩原クリーンセンター敷地内でのクワガタ放虫会



夏秋限定 なつおとめの収穫が始まる

栃木県が開発したいちごで、食味が甘酸っぱくさっぱりしている「なつおとめ」の収穫が渡辺正義さん(戸田)方のいちご畑で始まりました。なつおとめは市内の道の駅、明治の森黒磯・湯の香しおばらなどで販売され、夏秋に食べられるいちごとして今後の普及が期待されています。7月8日には日本テレビ系朝の情報番組「ZIP!」に出演している旅犬「ジッペイ」とダイスケさんが渡辺さん宅を収録で訪れ、なつおとめを味わいました。



目指せ栃木No.1! ポンプ操法競技大会

6月17日に西那須野消防団と塩原消防団が、24日に黒磯消防団がポンプ操作の正確さと素早さを競い合うポンプ操法競技会を行いました。各地区の優勝チームは、続く7月8日の県消防協会那須支部消防操法競技会に出場。大会では黒磯消防団第2分団第3部(寺子・石田坂)が自動車ポンプの部で、黒磯消防団第3分団第3部(沓掛・弥六・山中・大塚)が小型動力ポンプの部でそれぞれ優勝し、見事県大会出場を決めました。



一日駅長に任命された和泉真吾さん(右)と那緒ちゃん

30年の思い出を乗せて 出発進行!

6月23日に那須塩原駅で東北新幹線開通30周年記念セレモニーが行われ、30周年にちなみ市内在住の30歳と3歳の親子が一日駅長に任命されました。初代200系「やまびこ」が大宮～盛岡間を記念運行し、一日駅長が元気に発車の合図を出していました。当日は記念入場券販売やミニチュア「はやぶさ」列車の運行、駅前広場でゴヨウツツジとオオサカズキの記念植樹も行われ、鉄道ファンなど多くの人でにぎわいました。



白河市と災害時における協定を締結

7月2日那須塩原市役所で、鈴木和夫白河市長と阿久津市長が出席して「災害時における相互応援に関する協定」の締結式が行われました。この協定により、今後本市と白河市のいずれかで大規模な災害があった場合、被災地の要請に応じて迅速な災害対応の支援が行われます。鈴木市長は「国や県ではどうしても対応が遅くなる。電話1本で物資が届く自治体の連携を深めたい」と述べ、両市長は固い握手を交わしました。



2012 関東学生・東北学生 トライアスロン大会

7月1日戸田調整池周辺において、学生トライアスロン大会が開催されました。スイム・バイク・ランの総合距離51.5kmの鉄人レースに、関東地区と東北地区の大学生334人が挑みました。この大会は平成10年から本市で開催されており、当日は戸田自治会による巻狩鍋の振る舞いや、市内の中・高校生やボランティアの大会運営補助など、大学生たちが日頃の成果を存分に発揮できるよう、多くの市民が大会の支援に当たりました。



販売店の一つで、店主の君島達己さん

とて焼きに夏限定「Coolとて」が誕生

塩原温泉の新名物「とて焼き」に、アイスやゼリーなどを具材にした「coolとて」の販売が6店舗で始まりました。とて焼きはクレープ風の生地に各店舗オリジナルの具材を挟んだもので、昨年10月の発売以来1万2,000個を販売しました。とて焼き発案者の一人塩田和正さんは「各店舗で自信を持って作った新商品。ぜひ味わって欲しい」と話していました。販売は9月30日まで。問い合わせは塩原温泉観光協会☎0287(32)4000まで。



黒磯駅前キャンドルナイト

6月16日黒磯駅前通りで、今回で10回目となる黒磯駅前キャンドルナイトが開催されました。このイベントは、毎年、夏至と冬至の時期に黒磯駅前活性化委員会主催により、地元企業や団体、小学校が参加して開催されるイベントです。今回は黒磯小学校6年生約50人が運営協力に当たり、事前にオブジェを飾るイラストを描いたほか、当日はキャンドル点灯の準備やイベントの裏方として活躍していました。

国民健康保険

限度額適用認定証・減額認定証の申請をしましょう

窓口で医療費の支払いが限度額までになる制度や、入院時の食事が軽減される制度があります。自己負担限度額は所得区分に応じて異なります。対象となる人は申請をしてください。

また、認定証の有効期限は、申請した月の初日（申請した月に国民保険に加入した人は、国民健康保険者になった日）から、毎年7月31日までです。

現在認定証を使用している人は、有効期限が7月31日（火）までとなっています。引き続き必要な場合は、8月1日（水）以降にあらためて手続きをしてください。

国民健康保険加入者で次の要件を満たす人

70歳の未満の自己負担限度額（月額）

| 所得区分 | 外来診療+入院 | 4回目以降の限度額*2 |
|----------|-------------------------------|-------------|
| 上位所得者*1 | 150,000円+ (医療費-500,000円) × 1% | 83,400円 |
| 一般 | 80,100円+ (医療費-267,000円) × 1% | 44,400円 |
| 住民税非課税世帯 | 35,400円 | 24,600円 |

70～74歳の自己負担限度額（月額）

| 所得区分 | 外来診療 | 外来診療+入院 | 4回目以降の限度額*2 |
|-----------|---------|------------------------------|------------------|
| 現役並み所得者*3 | 44,400円 | 80,100円+ (医療費-267,000円) × 1% | 44,400円 |
| 一般 | 12,000円 | 44,400円 | 自己負担限度額に変更はありません |
| 低所得者Ⅱ | 8,000円 | 24,600円 | |
| 低所得者Ⅰ | | 15,000円 | |

- *1 基礎控除後の総所得金額などが600万円を超える世帯。所得の申告をしていない人も上位所得者とみなされます。
 - *2 12カ月間に、一つの世帯での支給が4回以上あった場合の4回目以降の限度額。
 - *3 課税標準額145万円以上、窓口負担<3割>の人
- ◎70歳以上で現役並み所得者・一般に該当する人は申請の必要はありません。保険証と高齢受給者証を医療機関窓口へ提示してください。

後期高齢者医療の保険証が更新されます

現在使用している後期高齢者医療制度の保険証の有効期限は7月31日（火）までです。8月から使用する保険証を7月下旬に郵送します。8月1日（水）以降は、新しい保険証を医療機関などの窓口へ提示してください。

ご存じですか？

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証

世帯の全員が住民税非課税の場合は、診療を受ける際に、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関などに提示することで、1カ月あたりの医療費の支払が一定額にとどまります。また、入院時の食事も減額になります。該当する人は申請してください。

なお、次のどちらにも該当する人は、申請する必要はありません。新しい保険証に同封して送付します。

① 今までに限度額適用・標準

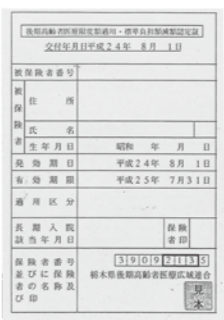
税決定証明書

問い合わせ

- 国保年金課 ☎0287(62)7129
- 西市民福祉課 ☎0287(37)5103
- 臨総務福祉課 ☎0287(32)2988

問い合わせ

- 国保年金課 ☎0287(62)7129
- 西市民福祉課 ☎0287(37)5103
- 臨総務福祉課 ☎0287(32)2988



負担額減額認定証の交付を受けたことがある人
②世帯全員が平成24年度の住民税について非課税である人
※今年度から、認定証の色が薄いピンク色に変更になります。

※期限切れとなる保険証と認定証は、8月以降に左記または帯根出張所へ返却してください。

那須野が原博物館

☎0287(36)0949

詳しくは

企画展

石の上にも3億年・生きた化石のキセキ

9月17日(月・祝)まで

「生きた化石」の代名詞・シーラカンスをはじめ、日本では数少ないカモノハシの標本も特別に展示します。



シーラカンス(現生)

ワークショップ 生きた化石レプリカづくり

とき 8月4日(出)、5日(日)、11日(出)、12日(日)、25日(出)、26日(日) 午前10時～12時、午後0時30分～3時30分
参加費 1個100円 ※別途観覧料が必要です。

昔のおもちゃをつくってみよう!

とき 8月17日(金)～19日(日) 午前10時～午後3時
ところ 黒磯郷土館
体験メニュー どんぐりごま、ぴよんぴよんガエルなど
問い合わせ 黒磯郷土館 ☎0287(63)1351

那須野が原ハーモニーホール

☎0287(24)0880

詳しくは

結成10周年!

トリオ・ラ・プラージュwithフレンズ

●0才からのファミリーコンサートvol.15

毎回好評のトリオ・ラ・プラージュによる人気コンサート。主に未就学児向けの約1時間のプログラムです。
7月29日(日)／午前10時45分開演／大ホール
自由席 大人 1,300円(友の会1,200円)
小学生～高校生 500円
子ども(0歳～小学生未満) 無料

●ファンタスティックコンサート

オーケストラ曲を6人で演奏してしまう驚異のミニミニオーケストラ!ご家族でお馴染みの名曲をどうぞ。
自由席 大人 1,300円(友の会1,200円)
中学生～高校生 500円 子ども(3歳～小学生) 無料
※3歳未満は入場できません。

黒磯文化会館

☎0287(63)3219

詳しくは

藤井フミヤ

Life is Beautiful
Fumiya Fujii Concert Tour 2012

大ホール

10月5日(金)
開場 午後6時 開演 午後6時30分
全席指定 7,000円
チケット発売日 8月4日(出)午前10時
特別電話 ☎0287(73)0202(初日のみ)
1回の電話で4枚まで予約できます。
※友の会会員の先行予約あり。



8月の親子体験チャレンジ

| とき | テーマ | 材料費 | 定員 |
|----------|-------------|------|-----|
| 8月5日(日) | 木の実でフォトフレーム | 100円 | 40人 |
| 8月19日(日) | 竹で水鉄砲をつくろう | 100円 | 30人 |
| 8月26日(日) | 小枝で虫をつくろう | 300円 | 30人 |

時間 午前10時開始(受け付け午前9時30分～55分)
ところ 博物館研修室 申し込み 博物館へ

大人向け土器づくり教室 参加者募集

| とき | テーマ |
|----------------------|-------------|
| 9月9日(日)午前9時30分～午後3時 | 道具づくりと粘土の練り |
| 9月16日(日)午前9時30分～午後4時 | 土器の成形 |
| 11月3日(出)午前9時30分～午後3時 | 野焼き |

ところ 博物館 参加費 1,000円 定員 10人
主催 西那須野土器づくりの会 申し込み 博物館へ

| | | |
|-----------|----------|--------|
| 友の会優先電話予約 | 8月9日(木) | 午前9時から |
| チケット発売 | 8月11日(出) | // |
| 一般電話予約 | 8月13日(月) | // |

ジャン＝マルク・ルイサダ ピアノ・リサイタル

11月11日(日)
午後6時開演／大ホール
全席指定
大人 S席 3,300円(友の会 3,000円)
A席 3,000円(友の会 2,700円)
学生 S席 1,500円(高校生以下)
A席 1,200円(高校生以下)
※未就学児は入場できません。
演奏予定曲目
ショパン：4つのマズルカ Op. 67 (遺作)
スケルツォ第2番 変ロ短調 Op. 31 など



影絵劇

魔法つかいのおとぎばなし

小ホール

8月5日(日)
開場 午後1時
開演 午後1時30分
前売り 1,000円
当日 1,200円
※3歳以上有料
チケット発売中!



お知らせ

食品の放射性物質簡易検査を実施しています

市民の不安解消を目的として、申し込みのあった食品に含まれる放射性セシウム濃度を測定しています。

対象 市民

対象品目 食品、加工食品、調理品など

※販売など営利を目的として取り扱う食品、土・堆肥・水は検査の対象外です。

検体の必要量 1kg

測定できる数 一人1回当たり1検体

検査場所

本庁舎、西那須野庁舎、塩原庁舎、ハロープラザ

検査時間

月(金曜(祝日は除く))の午前9時30分～午後5時

※検査や説明に約50分(ハロープラザは約70分)かかります。

申込方法

事前に予約が必要です。希望の検査場所の窓口に身分証明書(運転免許証、健康保険証など)を持参して直接申し込んでください。

検査方法や留意点の説明を確認した上で予約をしてください。(電話での予約は受け付けません)

申込受付時間 月(金曜(祝日は除く))の午前8時30分～午後5時15分

申し込み・問い合わせ

生活課

☎(62) 7126

困市民福祉課

☎(37) 5104

臨総務福祉課

☎(32) 2988

ハロープラザ(箒根出張所)

☎(35) 2511

被災住宅の再建を支援します

東日本大震災で被災した住宅の再建資金を借り入れた場合、その利子を補助します。

対象

・平成23年3月11日に対象住宅に住居登録していた人で、市内の自ら居住していた住宅に被害を受け、市内に自ら居住するための住宅の建設などを行う人の住宅の被害が半壊または一部損壊で、被災者生活再建支援金の交付を受けることができない人

・市税を滞納していない人

利子補給対象資金

金融機関などの被災者向け住宅融資資金等で100万円以上のもの

利子補給対象限度額

500万円

利子補給期間

5年間

利子補給率

2.75%以内

※金融機関などの融資利率を上限とします。

交付方法

支払いが確認できた利子分を年1回交付

申込期限

平成26年3月31日

申し込み・問い合わせ

困都市計画課

☎(62) 7159

耐震アドバイザーを派遣します

耐震アドバイザー派遣事業

皆さんからの要請に応じて、耐震アドバイザー(県の認定を受けた耐震の専門家)を派遣します。

この事業は、耐震アドバイザーがご自宅に向き、耐震診断・改修に関する相談を受けるものです。派遣に要する費用は、市がすべて負担するため、個人の費用負担はありません。

ません。

対象住宅

・2階建て以下の一戸建て木造住宅(併用住宅の場合は住宅部分の床面積が1/2以上)であること

・貸家でないこと

・着工が昭和56年5月31日以前であること

対象者

対象住宅を所有している人

申込方法

困建築指導課にある「耐震アドバイザー派遣申請書」に必要事項を記載して申し込んでください

耐震診断費等補助事業

昭和56年5月以前着工の木造住宅を対象に、耐震診断費用の補助を行っています。

補助金額

・耐震診断費用の2/3の額(限度額2万円)

・補強計画策定費用の2/3の額(限度額8万円)

※補助戸数に限りがありますので、補助できない場合があります。

申し込み・問い合わせ

困建築指導課

☎(62) 7169

市有地売却の媒介制度のお知らせ

新町地区、関谷地区で販売中の市有地(宅地)には、宅地建物取引業者の仲介で購入した場合でも手数料が掛からなくなる制度があります。制度のことや市有地(宅地)の価格など、詳しくはお問い合わせください。

また、新町地区、関谷地区のほか那須塩原駅西口地区の保留地(宅地)も価格を改定して販売中です。

住宅の新築などで土地購入をお考えの皆さん、市が販売している宅地を検討してみてください。

申し込み・問い合わせ

困都市計画課

☎(62) 7159

8月の納税

8月31日(金)が納期限です

- 市県民税 第2期
●国民健康保険税、後期高齢者医療保険料 第2期
●介護保険料 第2期
～納税は便利な口座振替で～

人権擁護委員を

紹介します

7月1日付けで、鈴木巳癸氏、菊地貴代美氏、郡司幸子氏の3人が、人権擁護委員に就任しました。



鈴木巳癸氏



菊地貴代美氏



郡司幸子氏

現在、市には13人の人権擁護委員が相談業務のほか、各学校や街頭での啓発活動、人権作文の審査など、人権擁護のための幅広い活動を行っています。

人権相談の開設日時、場所は、広報なすしおばら毎月20日号でお知らせしています。

「人権の花運動」を実施

この運動は、主に小学生を対象に、人権擁護委員協議会などの協力のもと人権啓発活動として行われています。

草花や苗木の植栽、栽培を協力して行うことで、生命の尊さ、優しさと思いやりの心の体得など、人権思想を育む目的で実施しています。

今年の植栽は5月下旬から6月上旬に実施されました。

平成24年度事業実施校 大原間小学校、波立小学校、三島小学校、関谷小学校



人権の花の植栽の様子(関谷小学校)

問い合わせ

困社会福祉課

☎(62) 7135

水道メーターを無償で交換します

計量法で水道メーターの有効期間は8年です。有効期間の満了するメー

ません。

対象住宅

・2階建て以下の一戸建て木造住宅(併用住宅の場合は住宅部分の床面積が1/2以上)であること

・貸家でないこと

・着工が昭和56年5月31日以前であること

対象者

対象住宅を所有している人

申込方法

困建築指導課にある「耐震アドバイザー派遣申請書」に必要事項を記載して申し込んでください

耐震診断費等補助事業

昭和56年5月以前着工の木造住宅を対象に、耐震診断費用の補助を行っています。

補助金額

・耐震診断費用の2/3の額(限度額2万円)

・補強計画策定費用の2/3の額(限度額8万円)

※補助戸数に限りがありますので、補助できない場合があります。

申し込み・問い合わせ

困建築指導課

☎(62) 7169

回収量 可燃ごみ 17.3t

不燃ごみ 3.6t

缶 1.1t

びん 0.9t

粗大ごみ 2.4t

処理不適物 1.0t

問い合わせ

困環境対策課

☎(62) 7301

来年1月から小売物価統計調査が始まります

小売物価統計調査は、消費者物価指数など、各種経済施策に必要な基礎資料を作成するために用いられるものです。

市内の代表的な小売店舗を対象に、食料品や日用品の価格を継続的に調査することになります。

県知事が任命した統計調査員が伺った際には、協力をお願いいたします。

問い合わせ

県統計課

☎0286(623) 2645

飲酒運転根絶キャンペーンを実施します

8月1日から31日まで今年度第1回目の飲酒運転根絶キャンペーンを実施します。

沼ッ原湿原に向かう道路の車両通行止め

板室地内の市道板室沼原線は、道幅の狭い箇所を解消するための道路改良工事により、次の期間に終日車両通行止めとなります。

この間、沼ッ原駐車場への車両乗り入れができませんのでご注意ください。

9月1日(土)～15日(土) ※天候などの状況で期間が延びる場合があります。

問い合わせ

困道路課

☎(62) 7166

コイヘルペスウイルス病を防ぎましょう

コイヘルペスウイルス病のまん延を防ぐため、皆さんの協力をお願いします。
・釣ったコイをその場所以外には放流しない
・自宅の池などで飼育しているコイを川や池などに放流しない
・調理した後のコイのクズや死んだコイは、川や池などに捨てないでゴミとして処理する

建設業退職金共済制度

建設業労働者を対象とした国の退職金制度で、建設業界で働いた期間を通算して退職金が支給されます。加入手続きは事業主が行います。
掛金 月額310円/人
問い合わせ
独立行政法人勤労者退職金共済機構
☎03(6731)2866

募集

黒磯巻狩太鼓・那須野巻狩踊りお囃子会会員募集

那須野巻狩まつりなどで活動する黒磯の郷土芸能の担い手演奏者・踊り手を募集しています。
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓
黒磯巻狩太鼓

那須野巻狩踊りお囃子会

対象 市民、市内勤務者
練習日・場所
各クラブに確認して下さい
申し込み・問い合わせ
黒磯倶楽部(遅沢)
☎090(3698)4608

那須塩原ソフトテニス連盟会員募集

対象 市民、市内勤務者
練習日・場所
各クラブに確認して下さい
申し込み・問い合わせ
黒磯倶楽部(遅沢)
☎090(3698)4608

ペットの写真コンテスト

「2012とちぎ動物愛護フェスティバル」において、皆さん自慢のペットの写真コンテストを実施します。
応募方法 ペットの写真(1規格以内)1枚と郵便番号・住所・氏名・電話番号・題名(15文字以内)を記載したものを持参・郵送して下さい
応募期限 8月31日(金)必着
申し込み・問い合わせ
2012とちぎ動物愛護フェスティバル実行委員会事務局(栃木県動物愛護指導センター内)
☎028(684)5458

毎日使える手作りのマイバッグ募集中

那須地区レジ袋削減推進協議会では、啓発活動としてマ

ローズクラブ(君島)

☎090(7705)9495
ガツククラブ(鈴木)
☎090(3527)6219
早起クラブ(相馬)
☎090(3246)2251

那須塩原ブランド認定の申請を付けています

対象者
市内で農林水産品や特産品を生産、加工製造している個人、企業、団体など
認定方法
認定基準(関係法令等の遵守、那須塩原らしさ・独自性・信頼性・安定性の有無)に基づき、ブランド認定審査委員会が審査します
申請方法
☎商工観光課(☎産業観光建設課、☎産業観光建設課にある申請書に、必要書類を添付して申し込んでください)
申請期限 8月20日(月)
申し込み・問い合わせ
市農観商工連携推進協議会事務局(☎商工観光課内)
☎(62)7130



那須塩原ブランド認定マーク

イバッグコンテストを実施します

小学校高学年(4~6年生)の部、中学生の部、高校生の部、一般の部
応募資格
市民または市内に通勤・通学している人
応募作品
素材は自由、大きさ・耐久性は1.5ℓのペットボトルを3本人れて持ち運びできるもの
応募方法
☎環境対策課または市ホームページの応募用紙に作品を添えて提出して下さい
応募期限 9月7日(金)
応募・問い合わせ
☎環境対策課
☎(62)7301

とちぎのふるさと田園風景百選写真コンテスト

県では、農村の魅力を県内外に広く発信していくため、田園風景百選の地域を対象とした田園風景写真を募集します。
テーマ 訪れてみたいとちぎの田園風景
対象地域
田園風景百選認定地域102カ所(市内では西岩崎、石林、三区町、接骨木地区の4カ所)
応募期間
【夏秋編】11月30(金)まで
【冬春編】12月1日(土)から来
年5月31日(金)まで
応募条件・規定・方法
応募には条件などがありますので、詳しくは県のホームページで確認して下さい
問い合わせ
県農村振興課
☎028(623)2338

研修・講座・教室

オリジナルえほんをつくらう(夏休み工作会)
とき
8月21日(火)午前10時~正午
ところ ハロープラザ第2・3会議室
対象 小学1~3年生・幼児とその保護者
定員 20組
申込開始日 7月27日(金)
申し込み・問い合わせ
塩原図書館
☎(48)7521

広告

通常入園料 大人¥1,000/子供¥500
2名様入園無料!
この広告をチケット売場までご持参下さい。
【有効期限】2012年ゆりパーク開園期間

那須塩原市民特別入園ご招待券!
ハンターマウンテン ゆりパーク
日本最大級! 500万輪のゆり畑
〒329-2922 栃木県那須塩原市湯本塩原字前黒
TEL:0287-32-4580
開園期間/2012年7/14(土)~9/2(日)
営業時間/9:00~16:00(リフトより最終)
ハンターマウンテン塩原 検索

平成24年7月20日号

※市内は、市外局番 0287 を省略しています。

☎本庁舎(黒磯) 函西那須野庁舎 函塩原庁舎

国際医療福祉大学 第3回キッズスクール

とき 8月25日(土)午前9時～午後5時

ところ 国際医療福祉大学大田原キャンパス

危険物取扱者保安講習会
消防法の規定に基づく危険物の取扱作業の保安に関する講習を実施します。

対象 危険物施設において、危険物の取扱作業に従事している危険物取扱者

定員50人、患者体験を通して体のしくみや働きを学ぶ中学生コース
定員30人、医療福祉の現場体験を通して職業を学ぶ申込方法

郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学校・学年を記載のうえ、はがき、FAXまたは大学のホームページで申し込んでください

7月31日(火)消印有効
7月31日(火)受信有効
※申込者数が定員を超えた場合は抽選のうえ、当選者に「受講証」を発送します。

申し込み・問い合わせ
国際医療福祉大学
☎0287(24)3000
FAX、ホームページ
☎0287(24)3100
☎324-8501
大田原市北金丸2600-1

危険物取扱者保安講習会

消防法の規定に基づく危険物の取扱作業の保安に関する講習を実施します。

対象 危険物施設において、危険物の取扱作業に従事している危険物取扱者

※前回受講日以後、最初の4月1日から3年以内に受講しなければなりません。また、新たに作業に従事することになった人は、その日から1年以内に受講しなければなりません。

講習区分
給油取扱所講習
給油取扱所以外での危険物施設で取扱作業に従事する人

一般(その他)講習
給油取扱所講習
給油取扱所以外での危険物施設で取扱作業に従事する人

とき 8月29日(水)
給油取扱所講習 午前9時30分～午後0時30分
一般(その他)講習 午後1時30分～4時30分

ところ
大田原市金田北地区公民館
大田原市野沢1988-1
講習科目
危険物関係法令に関する事項、危険物の火災予防等に関する事項

第22回 平和を願う原爆写真展

とき 8月5日(日)
午前10時～午後3時30分

ところ
いきいきふれあいセンター
入場料 無料

内容 写真展示、DVD上映、朗読、被爆者の体験談「おばあちゃんから子どもたちに」

問い合わせ
新日本婦人の会黒磯支部
(浅野) ☎(69)0355

青木邸コンサート 「夏の日ジャズ」

とき 8月5日(日)午後3時～

ところ 道の駅明治の森黒磯
出演者 Kenn木村トリオ
曲目 イバネマの娘、黒いオルフェなど

問い合わせ
国生涯学習課
☎(37)5419

ジャズフェスタ しおばら2012

とき 8月5日(日)
午後3時～6時

ところ 塩原もの語り館
出演者 スウィングハリー

ドオーケストラ他

主催 大地の鼓動Beat塩原温泉を盛り上げる有志の会

問い合わせ
塩原もの語り館
☎(32)4000

栃木県シルバー大学校

北校学校祭
とき 8月4日(土)～5日(日)
午前10時～午後3時

ところ 県シルバー大学校北校(矢板市矢板54)

内容 学習成果発表(4日のみ)、演芸発表(5日のみ)、そば打ち実演(5日のみ)、作品展、バザー、陶芸体験、パソコン体験など

問い合わせ
県シルバー大学校北校
☎0287(43)9010

北校生徒作品サテライト展示会

とき 8月7日(火)～12日(日)
午前9時～午後9時

ところ 健康長寿センター
内容 書道、写真、絵手紙
主催 シルバー大学校北校生徒作品サテライト展示実行委員会

問い合わせ
市社会福祉協議会本所
☎(37)5122

受講手数料 4700円
※栃木県収入証紙で納入。

定員 各100人
申込期間 8月1日(水)～8日(水)
(土・日曜を除く午前9時～午後4時30分)

申し込み 大田原地区広域消防組合消防本部予防課

※申し込み時に危険物取扱者免状を必ず持参ください。

その他 受講申請書・講習会の案内は、大田原地区広域消防本部予防課、消防署・各分署にあります

問い合わせ
(社)栃木県危険物保安協会連合会
☎028(622)0438
大田原地区広域消防組合消防本部予防課
☎0287(22)3016

下水道排水設備工事責任技術者試験・試験講習会

工事責任技術者試験講習会
とき 9月28日(金)午後1時～5時

ところ
栃木県自治会館(宇都宮市)
工事責任技術者試験
10月30日(火)午後2時～4時

催し
道の駅「明治の森・黒磯」夏の感謝祭
とき 8月5日(日)午前9時30分～午後9時
ところ 道の駅明治の森黒磯
内容 牛乳の試飲販売、野菜類販売が1割引、PR販売、オカリナコンサートなど

道の駅「明治の森・黒磯」夏の感謝祭
問い合わせ
道の駅管理事務所
☎(63)0399

栃木県自治会館(宇都宮市)
申込方法
公益財団法人とちぎ建設技術センターへ郵送

申込期間
8月15日(水)～9月14日(金)
※9月14日(金)消印有効。

その他
申込書類は8月上旬から公益財団法人とちぎ建設技術センターおよび下水道課にて配付します

問い合わせ
公益財団法人とちぎ建設技術センター
☎028(626)3187
下水道課
☎(37)5110

労働青少年ホーム講座
問い合わせ 商工観光課 ☎(62)7154

Table with 5 columns: 講座, とき, ところ, 定員, 教材費, 申込締切日. Rows include 陶芸, 藍染, バドミントン(応用編).

対象 概ね40歳以下の市民または市内に勤務する人
※申込者多数の場合は、抽選等となります。
その他 教材費のほか、利用者会費として1,000円が必要です
申し込み 労働青少年ホーム ☎(73)5300 (土・日曜、祝日を除く午後1時～6時30分)
※メールでも可。 ☎home@nshome.jp [住所、氏名、年齢、電話、職業(勤務地)を記載]

空間放射線量測定結果 6月9日～7月9日測定

Table with 2 columns: 場所, 放射線量. Rows include 那須塩原市役所, 西那須野庁舎, 塩原庁舎, ハロープラザ(箒根出張所), 高林公民館.

※市役所、ハロープラザ(箒根出張所)は、4月からモニタリングポストでの測定数値を公表しています。
単位はすべてマイクロシーベルト/時
問い合わせ 環境対策課 ☎(62)7141

6月の交通事故発生状況(人身事故)

Table with 4 columns: 発生件数, 死亡者, 負傷者. Rows include 6月中, 24年累計.

()は前年同月との比較です。

那須野が原公園 緑の相談所 8月の催し

Table with 3 columns: 行事・講座名, 区分, とき. Rows include 水土里ネット那須野ケ原企画展, 那須野が原生きものネットワーク展, 夏の山野草展(食虫植物を含む), 草木染作品展, 草木染(I).

問い合わせ 那須野が原公園緑の相談所 ☎(36)1220

7月の人口 7月1日現在 ()は前月比

Table with 4 columns: 項目, 人口. Rows include 合計, 男, 女, 世帯, 出生, 死亡.

夜間・休日の水道修繕連絡先

夜間と土・日曜、祝日の水道漏水工事は、次に連絡をしてください。
・鳥野目浄水場 ☎(62)0229
・千本松浄水場 ☎(36)3145
問い合わせ 水道課 ☎(37)5217

田舎ランド鳴内 9月の体験活動・教室

Table with 4 columns: 内容, とき, 定員, 受付開始日. Rows include 陶芸教室(皿やカップ、花びん、置物など), 料理教室(ピザづくり), 手打ちうどん教室, パン教室(食パンづくり), 手打ちそば教室.

子供会育成会などへの施設の貸し出しもしています。
問い合わせ 田舎ランド鳴内 ☎(68)7006

8月の保健

申し込み・問い合わせは

健康増進課（黒磯保健センター） ☎ 0287(63)1100

（西那須野保健センター） ☎ 0287(38)1356

詳しくは

乳幼児健康診査

4か月児健診 平成24年4月生まれの乳児

黒磯保健センター 8月30日(木)

西那須野保健センター 8月29日(水)

10か月児健診 平成23年10月生まれの乳児

黒磯保健センター 8月31日(金)

西那須野保健センター 8月28日(火)

1歳6か月児健診 平成23年1月生まれの幼児

黒磯保健センター 8月8日(水)、8月21日(火)

西那須野保健センター 8月10日(金)

2歳児歯科検診 平成22年7月生まれの幼児

黒磯保健センター 8月24日(金)

西那須野保健センター 8月7日(火)

3歳児健診 平成21年7月生まれの幼児

黒磯保健センター 8月22日(水)

西那須野保健センター 8月1日(水)

受付時間 午後1時～1時30分

持参するもの

母子健康手帳、健康診査票、採尿したもの（3歳児健診）

8月の健康相談・食生活相談

| 場所 | 期日 | 時間 |
|------------|---------------------------|-------------|
| 黒磯保健センター | 10日(金)、23日(木) | 午前9時～11時 |
| | 10日(金) | 午後1時～3時 |
| 西那須野保健センター | 3日(金)、5日(日)、24日(金)、27日(月) | 午前9時～11時 |
| 東那須野公民館 | 1日(水)、28日(火) | 午前9時30分～11時 |
| 厚崎公民館 | 6日(月) | |
| 鍋掛公民館 | 7日(火) | |
| ハロープラザ | 21日(火) | |
| 塩原公民館 | 21日(火) | 午後1時30分～3時 |

※食生活相談は予約制です。

※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

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。

「生活習慣病の発症予防のために」

塚原医院 塚原 純雄

●生活習慣病予防の基礎知識

メタボリック症候群をはじめ生活習慣病発症予防のために身体活動・運動・生活活動があります。身体活動とは、安静にしている状態より多くのエネルギーを消費する全ての動きのこと、運動とは、身体活動のうち体力の維持・向上を目的として計画的・意図的に実施するもの、生活活動とは、身体活動のうち、運動以外のものをいい、職業活動上のものも含まれます。ここで身体活動の強さについては「メッツ」を、身体活動の量については「メッツ×時」を「エクササイズ」と呼ぶこととしました。

①メッツ（強さの範囲）

身体活動の強さを安静時の何倍に相当するかで表す単位で、座って安静にしている状態が1メッツ、普通歩行が3メッツに相当します。

②エクササイズ（Ex）（＝メッツ×時）（量の単位）

身体活動の強度（メッツ）に身体活動の実施時間（時）をかけたものです。より強い身体活動ほど短い時間で1エクササイズとなります。

（例）3メッツの身体活動を1時間行った場合：3メッツ×1時間＝3エクササイズ（メッツ×時）

●適切な身体活動量

健康づくりのための身体活動量として、週に23エクササイズ以上の身体活動（運動・生活活動）を行い、そのうち4エクササイズ以上の活発な運動を行うことが目標とされています。週23エクササイズの身体活動を歩数に換算すると、1日当たりおよそ8,000～10,000歩位（1週間で56,000～70,000歩位）となります。

活発な身体活動を行うと、消費エネルギーが増えて身体機能が活性化することにより、糖や脂質の代謝が活発となり、内臓脂肪の減少が期待されます。

内臓脂肪を確実に減少させるためには、週に10エクササイズ程度かそれ以上の運動量が必要と考えられます。30分間の速歩を週5回行うと10エクササイズの運動量に相当します。

●終わりに

食事摂取量を変えないまま週10エクササイズ程度の運動量を増加させることにより、1カ月で1～2%近くの内臓脂肪が減少することが期待されます。無理せず少しずつ試みて下さい。

休日夜間診療

※内科・小児科のみ

8月の休日当番医

※午前9時～午後5時まで

事前に医療機関に電話をして受診しましょう。

| | |
|---------------|--------------------------------|
| 5日(日) | 那須脳神経外科病院（野間） ☎ 0287 (62) 5500 |
| | はらクリニック（東三島） ☎ 0287 (39) 5232 |
| 12日(日) | 福島整形外科病院（弥生町） ☎ 0287 (62) 0805 |
| | 北整形外科内科（三島） ☎ 0287 (38) 2151 |
| 19日(日) | 塩田医院（寺子丙） ☎ 0287 (72) 1860 |
| | 小関整形外科（扇町） ☎ 0287 (36) 0203 |
| 26日(日) | 黒磯病院（高砂町） ☎ 0287 (62) 0961 |
| | 高澤クリニック（緑1丁目） ☎ 0287 (37) 9901 |

救急電話相談 ※診断などの医療行為は行いません

○とちぎ子ども電話相談

毎日 午後7時～11時 ☎ 028 (600) 0099

○那須地区夜間急患診療所

大田原市中田原1081-4（中田原工業団地内）

（那須赤十字病院本館1階）

☎ 0287 (47) 5663

診療日時 毎日、午後7時～10時



※那須赤十字病院への併設であり、那須赤十字病院とは別の医療機関です。

育児相談

8月2日(木)

黒磯保健センター

8月9日(木)

西那須野保健センター

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

※西那須野保健センターは事前に申し込みが必要です

毎日の食事で

キレイになりたい

20代・30代のバランス食

とき 9月8日(土)、午前10時～午後1時

ところ 健康長寿センター

内容 講話、調理実習（夏の食材で簡単メニュー）

対象 20・30歳代の市民

参加費 200円（試食材料費）

申込締切 8月27日(月)

キッズ楽しい！お弁当作り

とき 8月18日(土)

午前9時～午後2時

ところ いきいきふれあいセンター

内容 調理実習など

対象 小学生（保護者と一緒の参加も可能です）

参加費 200円（試飲材料費）

申込締切 8月10日(金)

母親学級（予約制）

とき 8月23日(木)、午後1時30分～3時

ところ 西那須野保健センター

受付時間 午後1時15分～

内容 産後の生活をイメージしよう

対象 妊婦、夫、その家族

※母子健康手帳をご持参ください

ポリオ予防接種

8月3日(金)

西那須野保健センター

8月23日(木)

黒磯保健センター

午後1時～1時45分

対象

生後3カ月～7歳6カ月未満

8月の成人検診・検診日程

| 場所 | 期日 | 内容 |
|------------|--------|--------|
| 黒磯保健センター | 1日(水) | 子宮・乳の日 |
| | 7日(火) | 男女 |
| | 9日(木) | 子宮・乳の日 |
| | 29日(水) | 女性 |
| 西那須野保健センター | 2日(木) | 子宮・乳の日 |
| | 6日(月) | 男女 |
| | 20日(月) | 子宮・乳の日 |
| | 22日(水) | 子宮・乳の日 |
| | 30日(木) | 男女 |

※8月以降の日程などの問い合わせは各保健センターへ。

チャレンジ 成分&400ml 献血キャンペーン

8月3日(金)

ザ・ビッグエクストラ那須塩原店

午前10時～午後4時

8月26日(日)

那珂川河畔公園（ふれあい広場会場）

午前9時30分～午後3時

8月の相談

※弁護士による法律相談は8月と9月の日程です。

相談はすべて無料です。

| 相談 | 相談日 | 時間 | 会場 | 問い合わせ・備考 |
|------------------------|------------------|------------------|-------------------------|--|
| 人権相談 | 2日(木) | 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・移動行政相談・移動県民相談 国、県、市など行政の仕事に対する意見や要望 本秘書課 ☎(62)7109 |
| 行政相談 | 8日(水) | 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 人権保護などへの相談 本社会福祉課 ☎(62)7135 西市民福祉課 ☎(37)6231 西総務福祉課 ☎(32)2912 |
| 人権相談 行政相談 移動県民相談 | 16日(木) | 午前10時～午後3時 | 健康長寿センター2階 娯楽室 | |
| 人権相談 行政相談 | 28日(火) | 午後1時～3時 | ゆっくりセンター | |
| 心配ごと相談 | 6日(月)、20日(月) | 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 |
| | 14日(火)、28日(火) | 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 |
| | 28日(火) | 午後1時～3時 | ゆっくりセンター | 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) | 9月4日(火) | 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 | ※8月1日(水)から受付開始。先着18人 社会福祉協議会黒磯支所 ☎(63)3868 |
| | 9月1日(土) | 午後1時30分～4時30分 | 健康長寿センター | ※8月1日(水)から受付開始。先着18人 社会福祉協議会本所 ☎(37)5122 |
| | 8月24日(金) | 午後1時30分～4時30分 | ゆっくりセンター | ※8月1日(水)から受付開始。先着9人 社会福祉協議会塩原支所 ☎(32)5216 |
| こころの相談(予約制) | 17日(金) | 午後1時～5時 | 黒磯保健センター | 日本カウンセリング学会認定カウンセラーによる相談 |
| | 30日(木) | 午後1時～5時 | 西那須野保健センター | ※託児の希望は2週間前までに要予約。 本社会福祉課 ☎(62)7026 |
| 精神保健福祉クリニック(予約制) | 24日(金) | 午後1時～3時 | 県北健康福祉センター(大田原市住吉町) | 精神科医師によるこころの相談 県北健康福祉センター ☎0287(22)2259 |
| 少年相談 | 月～金曜 | 午前9時～午後4時 | 青少年センター(西生涯学習課内) | 小・中学生や青少年に関する相談 西青少年センター ☎(37)5925 |
| 教育相談 | 月～金曜 | 午前8時30分～午後5時 | 西学校教育課 | いじめ、不登校など学校生活に関する相談 西学校教育課 ☎(37)5349 |
| | 月～金曜 | 午前9時～午後4時 | 児童生徒サポートセンター | 児童生徒サポートセンター ☎(63)8526 |
| 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歳の子どもの悩みに関する相談 子育て相談センター ☎(64)3724 |
| 子育て支援 [ワンストップサービス] | 28日(火) | 午前9時～正午 | 本庁舎 市民室 | 子育て中の方の出張就職相談 ハローワーク大田原 ☎0287(22)2268 |
| 消費生活相談(巡回相談は予約制) | 常設 月～金曜 | 午前8時30分～午後5時 | いきいきふれあいセンター1階 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 10日(金)、24日(金) | 午前10時～午後3時 | 西那須野庁舎108会議室 | ※巡回相談は前日までに要予約。 |
| | 巡回 16日(木) | 午前10時～午後3時 | ハロープラザ | 消費生活センター ☎(63)7900 |
| 交通事故相談 | 28日(火) | 午前10時～正午、午後1時～3時 | 本庁舎 206 会議室 | 本生活課 ☎(62)7127 |
| 司法書士総合相談(予約制) | 18日(土) | 午前10時～午後3時 | 西那須野公民館 | 栃木県司法書士会事務局 ※2日前までに要予約。 ☎028(614)1122 |
| 労働社会保険に関する相談(予約制) | 1日(水)、22日(水) | 午後1時30分～4時30分 | 県社会保険労務士会館(宇都宮市鶴田町) | 事業主や勤務者が対象 ※相談日の2日前までに要予約。 県社会保険労務士会 ☎028(647)2028 |
| 不動産相談 | 23日(木) | 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) | 県宅建協会県北支部 ☎(62)6677 |
| 公正証書の相談(予約制) | 22日(水) | 午前10時～正午 | 大田原市福祉センター(大田原市浅香3丁目) | 遺言の公正証書、貸借契約などの相談 大田原公証役場 ☎0287(23)0666 |

なかよしひろば

いきいきふれあいセンター2階なかよしルーム



子育てサロンを紹介します!
Vol.1



- ① 7月12日、なかよしひろばに参加した皆さん
- ② この日はトランポリンやボールプールがある「おもちゃルーム」の開放日でした。



利用者 慶野麻梨子さん(東豊浦)の「声」月2～3回あるおもちゃルームの開放日は雨でも子どもが体を動かして遊べるので便利です。スタッフや友達に相談もできるので、私の息抜きになっています。

8月の子育てサロン

※保育園でのサロンは、都合により実施日が変更になる場合があります。

| 名称 | 場所 | 期日 | 時間 | 問い合わせ(☎0287) |
|--------------|--------------|--|-----------------------------|-----------------------|
| なかよしひろば | いきいきふれあいセンター | 毎週(月)～(金) (14日(火)～16日(木)は休み) | 午前9時～正午 午後1時～4時 | 子育て相談センター (64)3724 |
| かるがもサロン | 稲村公民館 | (8月は休み) | | |
| 子育てサロン | 厚崎公民館 | | | |
| とようらキッズ | とようら公民館 | | | |
| つくしっ子サロン | 東那須野公民館 | | | |
| にこにこ広場 | たかはやし保育園 | | | 毎週(水)・(金) (15日(水)は休み) |
| 子育て支援室「もこもこ」 | 友里かご保育園 | 毎週(月)～(金)、木曜は交流会 (13日(月)～16日(木)は休み) | 午前9時～正午 午後1時～3時 | (62)1116 実費負担⑤ |
| サンサンひろば | コメット保育園 | 毎週(月)・(水)・(金) | 午前9時～正午 午後0時30分～2時30分 | (60)4150 要事前連絡 |
| 子育てサロン | 西那須野保健センター | 8日(水)、13日(月)、17日(金)、 21日(火)、24日(金)、27日(月)、 30日(木)、31日(金) | 午前9時30分～11時30分 午後1時～4時 | 子育て相談センター (64)3724 |
| 子育てサロン | 大山公民館 | 8日(水)、22日(水) | 午前9時30分～11時30分 | |
| 子育てサロン | 狩野公民館 | 6日(月)、20日(月) | | |
| たんぼぼ | 西公民館 | 毎週(火) (14日(火)は休み) | | |
| にこにこルーム | 三島公民館 | 3日(金)、17日(金) | | 午前10時～正午 |
| わくわく子育てネット | 西那須野公民館 | 22日(水) | (36)7341 月会費⑥ | |
| 子育てひろば | 南公民館 | (8月は休み) | | |
| 子育て支援にじ | ほし保育園 | 毎週(月)～(金) (火)・(水)・(木)の午前は交流会 (13日(月)～17日(金)は休み) | 午前9時30分～午後0時30分、 午後1時～3時 | (37)0614 |
| きらっと☆ルーム | ひまわり保育園 | 毎週(月)～(金) (月)・(水)・(金)の午前は交流会 (14日(火)、15日(水)は休み) | 午前9時～正午 午後1時～4時 | (35)2226 |

キュウリのあんかけ

地産地消お料理レシピ



材料 (4人分)

- | | | |
|--------------|-------------|-------------|
| キュウリ・・・2本 | 塩・こしょう・・・少々 | |
| セロリ・・・1/2本 | 水溶き片栗粉・・・ | |
| ニンニク・・・1かけ | 大さじ1強 | |
| むきエビ・・・100g | A { | |
| 油・・・大さじ1 | | 塩・こしょう・・・少々 |
| 紹興酒・・・大さじ1 | | 紹興酒・・・少々 |
| がらスープ・・・2カップ | | ごま油・・・少々 |
| | ブチトマト・・・適量 | |

作り方

- ① キュウリは皮をむいて縦半分にして、3cm幅に切る。セロリは筋を取り、斜めに1cm幅に切る。ニンニクは千切りにする。
- ② むきエビは背わたを取り、Aで下味をつける。
- ③ フライパン(中華鍋)に油を熱してニンニクを炒め、キュウリ、セロリ、エビを加えて手早く炒める。
- ④ 紹興酒、がらスープを順に加え、塩・こしょうで味を調える。
- ⑤ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、器に盛る。色づけに刻んだブチトマトを加えて完成。

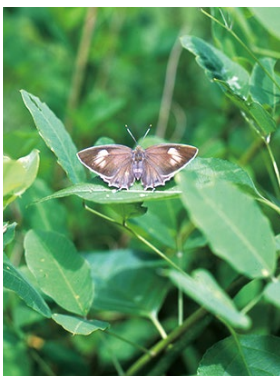
みるひいのお料理ワンポイント

トウガンやズッキーニを入れてもいい。一風変わった料理に変身!



みそらの会の皆さん

東那須野公民館自主グループ「みそらの会」協力



オオミドリシジミ



アカシジミ



アイノミドリシジミ



ウラミスジシジミ

那須塩原市には、120種ほどのチョウ類が生息しています。このうち、シジミチョウ科の21種類のミドリシジミ類は、ゼフィルス(「西風の精」という意)の愛称で親しまれています。

この仲間には里山の雑木林や、山地のブナ・ミズナラ林にすみ分かれています。

全ての種類が卵の状態です。

し、春に幼虫の食樹の芽吹きと共に孵化します。

成虫のハネの色は、金緑・青緑・紫・橙・銀・黒褐色など非常に多様な色彩をしており、とても可憐です。

種類によって、朝・昼・夕と活動時間帯がほぼ決まっており、お互いによく似た種類同士が競合しないようになっています。

つよし

西風の精 ゼフィルス

