

特集
いくつになっても
生き活きと

最近
足腰が弱くなって
きたのう…

相談にいつてみっぺ!



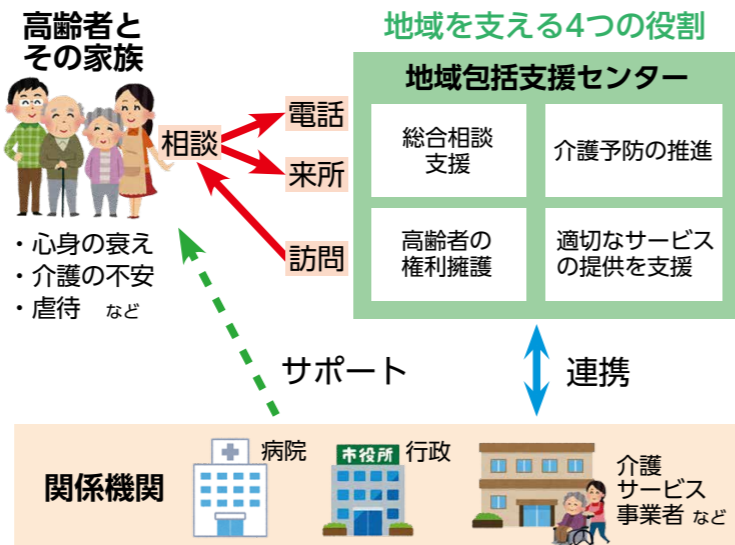
高齢福祉課窓口で2人が皆さんを迎えます

悩んだときは
地域包括支援センター 略して **"ほうかつ"** へ 相談してください

Q. "ほうかつ"って どんなところ？

A. 地域包括支援センターは、高齢者の皆さんやその家族が住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援する相談窓口です。ほうかつでは主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの専門職が連携して相談に応じています。関係機関と連携しながら皆さんのさまざまな悩みに応じていきます。

井口にある地域包括支援センターとちのみを実際に訪問して話を伺いました。



ほうかつが高齢者の皆さんの自立をサポートします



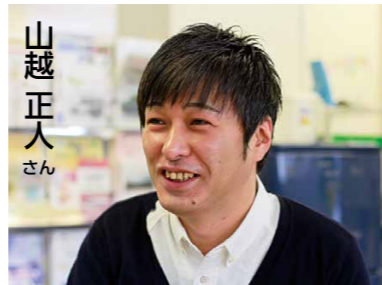
市民の利益が最優先です

市内の地域包括支援センターは市内からの委託を受け運営されているので、皆さんの利益を最優先に考えています。包括では、介護保険で要支援1・2と認定された人のケアプランを作成しています。



元気な暮らしを応援します

認知症や介護の事など、心配なときは気軽に相談してください。地域の病院や介護事業所などと連携して、皆さんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、一緒に考えていきたいと思っています。



皆さんの権利を守ります

社会福祉士として、1人暮らしの高齢者や身寄りのない人のサポートをしています。虐待や詐欺被害、成年後見の相談も受け付けています。困ったときなど、気軽に相談してください。

市内の地域包括支援センターはこちらです

名称	所在地	電話番号 ☎0287	担当地域*
地域包括支援センター 寿山荘	住吉町 5-10	(62) 9655	黒磯地区・厚崎地区の一部
稲村いたむろ地域包括支援センター	東原 166	(60) 3361	稲村地区・高林地区
地域包括支援センター あぐり	鍋掛 1416-3	(73) 2550	豊浦地区・厚崎地区の一部
地域包括支援センター さちの森	野間 453-23	(60) 1333	鍋掛地区
地域包括支援センター 秋桜の家	大原間 83	(65) 2972	東那須野地区
西那須野西部 地域包括支援センター	上赤田 238-658	(37) 8183	西那須野西部地区
地域包括支援センター とちのみ	井口 533-11	(37) 1683	西那須野東部地区
しおばら地域包括支援センター	下田野 282-6	(35) 3745	塩原地区

*担当の地域包括支援センターが分からない場合は、☎高齢福祉課☎0287(62)7327 に問い合わせてください。

ほうかつ 包括で いくつになっても 生き活きと

～高齢期の悩みを一緒に解決しませんか～

1人暮らしの寂しさ、体力・判断力の低下、消費者被害の増加、生活困窮、認知症など、高齢者が抱える悩みもさまざま。いくつになっても住み慣れたまちで元気に暮らしていくためには、地域をあげて高齢者を支えていく必要があります。あなたらしく生きる手助けをする「地域包括支援センター」があることを知っていますか。

本市の高齢者の状況

※2015年10月現在

高齢化率	23.6%
4.2人に1人が65歳以上	
後期高齢者比率	45.0%
高齢者の2.2人に1人が75歳以上	
1人暮らし高齢者	17.4%
高齢者の5.7人に1人が1人暮らし	

高齢化と核家族化の加速
今や4人に1人が65歳以上の時代。内閣府の平成27年版高齢社会白書によると、高齢者のいる世帯は全体の4割を占め、そのうち高齢者のみの世帯は過半数を超えました。これは、核家族化が進んだ結果、子どもと別居する高齢者が増加したためです。

求められる 支援体制
こうした状況は、体力や判断力が低下傾向にある高齢者にとって、将来を不安に思う原因になりえます。

しかし、介護する側もされる側も負担が大きいの事実。だからこそ、地域をあげて高齢者を支える体制を作ることが求められています。

こんな悩みありませんか？

生 詐欺の電話に引っかかりそうになった
きがいを持って元気に暮らしたい

詐 1人きりで頼れる人がいない

親 の介護と仕事をどう両立させれば…

体 の自由が利かなくなってきた
最近の忘れが増えた

Topic 心配事の大半は身体的なこと だからこそ介護予防が大切

高齢者の「日常生活で不安に思う事」*(複数回答可)

- 1 健康や病気のこと 58.9%
- 2 介護が必要な状態になること 42.6%
- 3 自然災害(地震・洪水など) 29.1%

高 齢者の心配事の上位1・2位は身体的なもの。近年増加傾向にある認知症患者数も、10年後に2012年の1.5倍(高齢者の5人に1人)になると言われています。そうならないために早いうちから介護予防に取り組む必要があります。

*内閣府:「一人暮らし高齢者の意識に関する調査」(平成26年度)



みんな悩みは一緒じゃのう

02

親の介護と自分の生活を両立 大好きなハーモニカで輝く母

ハーモニカ同好会との出会い
お願ひしています。
サービスを利用して、5年ほどデイサービスとヘルパーをお願いしています。
この状況を相談したところ、色々な介護サービスの中から母にあったケアプランを提案いただきました。介護保険サービスを利用して、5年ほどデイサービスとヘルパーをお願いしています。



曲を披露する母・英子さん

母が毎回来しみにしている交流サロンで、ハーモニカ同好会を知りました。初心者からベテランまで誰でも受け入れていて、母も「やりたい」と言っていたのですぐに申し込みました。

今では仲間と一緒にハーモニカを練習して新しい曲に挑戦したり、グループ内で曲を披露したりと、生きがいが増えたようです。



右近英雄さん

仕事に打ち込んだ日々

医療機器のメーカーで働いていました。生産拠点の移転がきっかけで、神奈川県から那須塩原に転入して40年あまり。設計や部品の調達など、仕事に打ち込みました。

相談から介護サービスへ
高齢になり、年々足腰がおぼつかなくなってきた母。車も運転できず、出掛ける手段がありません。しかし、私と妻が共働きだったこともあり、日中に母の面倒を見られる人がいませんでした。

この状況を相談したところ、色々な介護サービスの中から母にあったケアプランを提案いただきました。介護保険サービスを利用して、5年ほどデイサービスとヘルパーをお願いしています。

"ほうかつ"で生きる人

地域包括支援センターを通してさまざまなネットワークでつながり、充実した生活を送る人たち。その生活の裏にどのようなエピソードがあるのか話を伺いました。

01

ボランティアで生きがい発見 前向き思考で身長3cmアップ



小西 章子さん

する重傷を負いました。2年間のリハビリを経て日常生活が送れるまで回復しましたが、家にこもりがちな生活は変わりませんでした。

相談からボランティアへ
この状況を変えたくて、以前、家を訪問してくれた「ほうかつ」の遠藤さんに相談。そうしたら「ボランティア活動をやってみてはどうか」と提案いただき、「なじみ庵」という街中サロンに行くことになりました。

私は、そこで食事の配膳・片付けなどのボランティアを半年ほど続けています。



心を込めて作った料理を配膳する小西さん

仲間と交流 人生前向きに
最初はなじめるか不安でした。でも歌を歌ったり、体操をしたり、おしゃべりしたりと、今は仲間との交流が生きがいです。驚いたのは、外に出るようになって身長が3cm伸びたこと。気持ちが前向きになったからでしょうか(笑)今の生活につながるきっかけをくれた遠藤さんも、「元気にしてますか」と連絡をくれます。気にかけてくれるのがありがたいですね。



みんなで物忘れ・筋力低下を防ぐ体操中。人との交流で生まれる笑顔は他の何にも代えがたい

生きがいを見つけてみませんか

各公民館や市民の自主サークルで、さまざまな教室や講座を行っています。あなたに合った生きがいが見つかるかも。ぜひ確認してみてください。

○各公民館の高齢者学級

- ・ものづくり
- ・体力づくり
- ・音楽鑑賞 など

※各公民館に問い合わせてください。



○市民の自主グループ・サークル活動

グラウンドゴルフ、カラオケ、ゲートボールなど多種多様な活動があります。

一覧はマナビィ・ボックスに掲載しています(市役所や公民館などの窓口で配布中)
※3月18日に最新号を発行予定。



次ページで活動の様子を紹介します

65歳以上の要介護認定を受けていない人 介護支援ボランティアを 始めてみませんか

ここがイイ!
**活動でためたスタンプを
商品券に交換**

※10日の活動で1,000円分。

- ①ボランティアの登録をしよう
高齢福祉課の窓口で手続き(ボランティア手帳の交付)
- ②活動の内容を決めよう
市が指定する介護サービス施設などでボランティア
→行事などの会場設営や運営補助、お茶出しや食堂の配膳、草取り・洗濯物の整理・シーツ交換、特技披露など
- ③活動をしてスタンプをためよう
1時間以上の活動をすれば手帳にスタンプを押印
- ④たまったスタンプを商品券と交換しよう
※年間5,000円分が上限です。

▶問い合わせ 高年齢福祉課 ☎0287(62)7137



地域みんなで支え合う仕組みが必要です

これからの高齢化社会を乗り越えていくためには、悩みを抱える高齢者の生活支援と社会参加を考えなければなりません。高齢になると体力が低下し、社会と関わる機会が減っていく傾向にあります。そうすると家に閉じこもりがちになり、気付いたら介護の必要な状況に…。今回の小西さんのよ

うに、高齢者が生活支援の担い手として活躍することは、これからの地域社会に必要なモデルの1つです。市では、地域が一体となって高齢者の生活を支え合うことができるよう、地域包括支援センターを核とした「地域包括ケアシステム」の構築を進めていきます。



高齢福祉課 地域支援係 藤田 健司 係長

まちかど通信

◆まちかど通信員 高根沢満・大住みどり◆

<問い合わせ>
 シティプロモーション課
 ☎0287(62)7109

「余暇を上手に使いたい」「サークル活動に興味はあるけど、どこに問い合わせればいいのか分からない」という皆さん。市で発行している生涯学習情報誌「マナビィ・ボックス」を見てみませんか。今年も3月18日発行号では、市内で活動している自主グループ・サークルの紹介をします。今回は昨年3月号に掲載された2団体に話を聞きました。



あなたの人生変わるかも!? マナビィ・ボックス活用術

吹矢で心も体も健康に

まず話を聞かせてくれたのが、市スポーツ吹矢協会の皆さん。現会長の網島健一さんが「スポーツ吹矢は力も要らず、幅広い世代で楽しめる」と考え、この会を設立したそうです。

現在は、楽しくなければ吹矢でない、仲間との絆作りをモットーに、市内4教室で週1回活動しています。

皆さんに入会の動機と活動した感想を聞いてみると、術後のリハビリに薦められて始めたなら、腹式呼吸をす

るので姿勢が良くなった。仲間作りができると思っただけで、今では吹矢だけでなく、さまざまな付き合い合える仲間ができた。

退職後の地域との関係作りはなかなか難しいけれど、趣味を通じて関係を広げる第一歩にしたいと思ったと、いろいろな話を聞かせてくれました。

私も退職後を見据えて興味のあるサークルを探していた1人。そんなときに手に取ったのがマナビィ・ボックスでした。最初は、退職後の空いた時間をどう埋めようかと見ていたのですが、今は多くの人たちと触れ合いたいと思いがら見えています。

楽しく学べる 手話サークル

今回、もう1つ話を聞かせてくれたグループが、手話サークルつばさの皆さん。市内外から、聴覚障害の有無に関わらず老若男女幅広く参加しています（赤ちゃんも母さんの膝の上で参加！）。

活動では、VTR教材も活用しながらとにかく実践。あいさつや学習中のやり取りなどサークルでの「共通語」は

手話ですが、初心者にも丁寧な教えてくれるので心配無用。聴覚障害のある先生たちに「この場合はこんな表現もするよ」とバリエーション豊かに教えてもらえて、実践的な手話を学べるのはとても魅力的です。

そして、それ以上に大きな魅力は、皆さんが手話を通じて笑顔で楽しく交流していること。手話で積極的に会話している様子は、本当に生き生きと見えました。

まずは一歩 踏み出してみよう

市内には他にもたくさん自主グループ・サークルが活動しています。ぜひ、マナビィ・ボックスや広報なすしおばらを活用して、まずは一歩を踏み出してもらえたらと思います。

見てみて！ マナビィ・ボックス

マナビィ・ボックスは、6月、9月、12月、3月の年4回発行。博物館や図書館などの講座やイベントも紹介しています。

★マナビィ・ボックスに関する問い合わせ
 生涯学習課
 ☎0287(37)5364

Bonjour! アリスです Vol.8

ボンジュール
 ※Bonjour フランス語で「こんにちは」の意味

<問い合わせ>
 秘書課 ☎0287(62)7324



アリス パッキエさん(左)とおばあさん

【プロフィール】
 本市の国際交流員(CIR)。フランス出身。パリ第3大学、フランス国立東洋言語文化大学在学中は、日本語、英語と国際関係を専攻。卒業後は、アメリカの大学で教師として勤務。日本と故郷との交流に関わりたいたいと思い、平成25年7月から本市に勤務。趣味は料理、映画鑑賞、旅行、合気道、弓道、ソフトバレーボール。

国際交流員(※1)として忙しい日々を送るアリスさんが、故郷との生活の違いについて、日頃、ふと感じたことを紹介します。

3月上旬でも那須塩原の山間部は雪の白いコートを羽織っています。私にとって3月月の白のイメージ。

私は日本でスノーボードにチャレンジし、すぐに気に入りました。そのため、雪が3月まで降り続いていても、とてもワクワクします。スキー場の素晴らしいパウダースノーを味わい、露天風呂に入りながら雪景色を楽しみ、地元産の牛乳を飲む。これは、那須塩原の冬が一番いい過ごし方でしょう。

日本の3月のお祝いも白です。ホワイトデーの白は若者の純粋な愛のシンボル。フランス人も3月にチョコを食べますが、実は別のお祝い事するとき。それはパック(アイス・復活祭)という長い冬の終結を祝う日で、特に子どもたちにとってはとても楽しい1日なのです。庭のある家では、卵の形をし



真っ白なパウダースノーを見ると、ワクワクが止まりません！

たチョコを庭に隠し、子どもたちが探して遊びます。

ちなみに、日本では3月に女の子のお祝い、「ひな祭り」がありますが、フランスではおばあさんを祝う日があるんです。そういえば、年配者の白髪混じりの髪の色を「ま塩と言いますが、フランス語では塩こしよ」と言います。その面白い違いが大スキです！

(※1)国際交流員(CIR)とは…
 JETプログラム(※2)により招致される外国人青年の職種の一つで、地域における国際化の推進に取り組みます。
 (※2)JETプログラムとは…
 国や(財)自治体国際化協会の協力の下、地方公共団体が実施する「言語指導等を行う外国青年招致事業」のこと。



今月のテーマ
**相手が見えない取り引きは
 代金の支払いに注意して
 ～インターネット取り引き～**

代金の決済方法はいろいろあります。メリット・デメリットをよく理解し、安心安全な取り引きを心掛けましょう。

決済の種類

◆前払い
 商品・サービスの提供を受ける前に支払いをする方法。商品未着やサービス未提供といったリスクがある
 (例)プリペイドカード

即時払い

商品・サービスの提供を受けると同時に支払いをする方法
 (例)デビットカード

後払い

商品・サービスの提供を受けた後に支払いをする方法。

インターネット上でカード情報を入力するため、情報漏えいのリスクがある
 (例)クレジットカード
 キャリア決済(携帯電話)

決済の注意点

○カード払いや代金引換など、決済手段が複数用意されている販売店を選ぶようにしましょう

○前払いの際は、サイト運営者と口座名義人が同じか確認。特に個人名義の口座への振り込みは慎重に

○クレジットカード番号を入力する画面では、通信が暗号化(SSL)されているかを確認する

○IDやパスワードは推測されにくいものにして、他のサイトでの使い回しはやめる。また、パスワードは定期的に変更する

《困ったときの連絡先》

消費生活センター
 (いきいきふれあいセンター内)
 ☎0287(63)7900
 開設時間 平日午前8時
 30分～午後5時



分からないことがあればみんなで話し合えるアットホームな雰囲気です

65歳以上の
要介護者
のための

3月10日(木)から申請を受け付け 高齢者紙おむつ券・理美容利用券を配布します

3月10日から「在宅要介護高齢者紙おむつ券」と「高齢者理美容利用券」の申請を受け付けます。
券によって交付要件があります。詳しくは市の窓口か担当ケアマネジャーに相談してください。
※券の配布は、3月24日(木)からです。
※どちらの券も指定された店のみ利用可能です。
※紙おむつ券の対象者は、「市指定ごみ袋支給」の申請も合わせて受け付けます。

- ◆持参するもの 申請者の介護保険証、印かん
※代理人の場合は、これらに加えて代理人本人の身分証明証と印かんが必要です。
- ◆申し込み・問い合わせ
- 高齢福祉課 ☎0287(62)7137
 - 市民福祉課 ☎0287(37)6231
 - 総務福祉課 ☎0287(32)2912
 - 常根出張所 ☎0287(35)2511

券の種類	内容	対象	申請できる人
在宅要介護高齢者紙おむつ券	紙おむつ購入時に利用できる券を最大60枚(1枚1,000円分)配布します ※申請月で枚数が変わります。	在宅の65歳以上で要介護認定1～5の人のうち、医師の意見書か認定調査票で次の判定を受けている常時おむつが必要な人 ○障害高齢者の日常生活自立度のランクがBかCの人 ○認知症高齢者の日常生活自立度のランクがⅡ～Mの人	本人 ※原則としてケアマネジャーの代理申請となります。
高齢者理美容利用券	散髪を受ける際に利用できる券を最大8枚(1枚1,000円分)配布します ※申請月で枚数が変わります。	在宅の65歳以上で要介護認定1～5の人	本人 ※ケアマネジャー・家族の代理申請もできます。

障害者の
外出を支援

3月24日(木)から申請を受け付け 障害者福祉タクシー券を配布します

3月24日から「障害者福祉タクシー利用券」と「重度肢体不自由(児)者のための車イス用タクシー利用券」の申請を受け付けます。

- ◆持参するもの 障害者手帳、印かん
※代理人の場合は、これらに加えて代理人本人の身分証明証と印かんが必要です。

券の種類	内容	対象(施設入所者は対象外)	申請・配布窓口
障害者福祉タクシー利用券	月額2,900円分のタクシー利用券を配布します ※申請月で枚数が変わります。	次の手帳を持っている人 ・身体障害者手帳1～3級 ・療育手帳 A、A1、A2 ・精神保健福祉手帳1級、2級	社会福祉課 ※3月24日(木)・25日(金)は1階市民室で受け付け。 市民福祉課 総務福祉課 常根出張所
重度肢体不自由(児)者のための車イス用タクシー利用券	年額15,000円分の車イス用タクシー利用券を配布します	重度の肢体不自由(児)者で、福祉事務所から車イスの給付を受けた人	

- ◆問い合わせ
社会福祉課 ☎0287(62)7026 市民福祉課 ☎0287(37)6231 総務福祉課 ☎0287(32)2912



4月1日から市役所の 組織機構の一部が変わります

問い合わせ 企画政策課 ☎0287(62)7106

1 歩いて暮らせる集約型まちづくりを目指して 「駅周辺整備室」を設置

3つのJR駅(那須塩原駅、黒磯駅、西那須野駅)を中心としたまちづくりをさらに進めていくため、都市整備課内に駅周辺整備室を設置します。

【4月1日以降に新設される部署】

本庁舎		
建設部	都市整備課	駅周辺整備室

※電話番号は広報なすしおばら3月20日号でお知らせします。

2 除染センターを閉鎖し 「危機対策・放射能対策室」を設置

除染業務に一定の目途がつき、今後の危機対策、放射能対策を総合的、弾力的に進めるため、現行の放射能対策課(除染センター)と総務課危機対策係を統合し、新たに総務課内に危機対策・放射能対策室を設置します。
※除染センターは閉鎖となります。これに伴い、4月1日以降、放射能対策課(除染センター)の電話番号やメールアドレスは使用できなくなります。

【4月1日以降に再編される部署】

本庁舎			
総務部	総務課	危機対策・放射能対策室	危機対策担当 放射能対策担当

※電話番号は広報なすしおばら3月20日号でお知らせします。

3 新庁舎建設の延期に伴い 「庁舎準備室」を廃止

新庁舎建設の延期に伴い、企画政策課内室の庁舎準備室を廃止します。新庁舎建設に関して必要な調査・研究などの業務は、同課企画政策係に統合します。

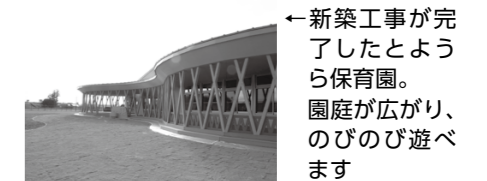
4月1日以降の新庁舎建設
に関する問い合わせ

企画政策課 ☎0287(62)7106

就学前児童の教育・保育環境の充実へ 2つの施設を民営化

就学前児童の教育・保育環境の充実に向けて、老朽化が進んでいる2つの公立の施設を建て替え、民間の施設へと移行します。

- ① とうら保育園
→ 4月1日から私立とうら保育園として運営開始。
場所は「鍋掛1088-182」に移転します。
- ② 塩原幼稚園
→ 塩原幼稚園と私立塩原保育園が閉園し、
4月1日から私立塩原認定こども園として運営開始。
場所は「塩原652-1」に移転します。



← 新築工事が完了したとうら保育園。園庭が広がり、のびのび遊べます

4月1日以降の問い合わせ

- 私立とうら保育園 ☎0287(62)2222
- 私立塩原認定こども園 ☎0287(32)2360

お知らせ

マイナンバーの通知カードは受け取りましたか

通知カードの保管期限は3月31日までです。まだ受け取っていない人は、早急に取りに来てください。

なお、受取場所や必要書類は決まっているので、事前に問い合わせてください。

問い合わせ

〇市民課(特設番号)

☎(73) 5171

〇市民福祉課

☎(37) 5102

〇総務福祉課

☎(32) 2988

〇簿根出張所

☎(35) 2511

ごみ出しカレンダーを配布しています

4月から来月3月までのごみ出しカレンダーを行政連絡員経由で配布しています。カレンダーは次の場所でも入手できるほか、市ホームページやごみ分別アプリでも見ることが出来ます。

※収集区域やごみの分け方・出し方は変更なし。

〇配布場所 〇環境対策課、〇市民福祉課、〇総務福祉課、〇簿根出張所、〇那須塩原クリーンセンター、各公民館、黒磯図書館、西那須野図書館、黒磯保健センター、西那須野保健センター

〇ごみ分別アプリのダウンロード

【iPhone版】



【Android版】



問い合わせ 〇環境対策課 ☎(62) 7301

集団資源回収を行う団体に交付金が出ます

市では、ごみの減量化と資源の有効利用のため、集団で資源物を回収している団体に、交付金を出しています。平成28年度に交付金を希望する団体は、登録の手続きをしてください。

〇対象 次の全ての条件を満たす

〇自治会、子ども会、PTA、老人会などの営利を目的としない地域団体

〇1年を通して定期的かつ継続的に集団資源回収を実施する団体

〇1回の回収で2トトラック1台分以上の回収量が見込める団体(直接回収業者を持ち込む場合は除く)

〇登録方法 団体代表者の印かんとう交付金振込用の団体名義の通帳の写しを持参の上、問い合わせ先か簿根出張所に申請書を提出

〇申請書は市ホームページからもダウンロード可能。

〇注意

〇登録期間は、登録を受けた月から3月31日まで。3月中に申請した場合は4月1日からの登録

〇口座名義人と登録する団体名・代表者名とが同じであること

〇個人口座の指定は不可

〇問い合わせ

〇環境対策課

☎(62) 7301

〇市民福祉課

☎(37) 5104

〇総務福祉課

☎(32) 2939

水道開閉栓手数料の支払い方法が変わります

現在、水道の開閉栓手数料は開閉栓の届け出と同時に支払っていますが、4月1日から水道料金と併せての支払いになります。

なお、開閉栓手数料は1回につき千円で、金額の変更はありません。

〇実施時期 4月1日以降の受け付け分から

〇開栓の場合 「給水装置使用開始届」の届け出が必要。手数料は、最初の水道料金と併せて支払い

〇閉栓の場合 「給水装置使用休止届」の届け出が必要。手数料は、最後の水道料金と併せて支払い

〇問い合わせ

〇水道課 ☎(37) 5100

行政書士による無料相談会

〇とき 3月26日(土)午前10時～午後3時

〇内容 遺言・相続に関する

戦没者遺族の相談に乗ります

戦没者遺族の皆さんの恩給や年金、弔慰金の受給、生活上の困りごとなどの相談に、戦没者相談員が応じます。

〇黒磯地区 〇渡邊穰氏 ☎(62) 3318

〇西那須野地区・塩原地区 〇稲垣重弘氏 ☎(36) 2724

〇問い合わせ

〇社会福祉課 ☎(62) 7135

家内労働委託状況届の提出は4月30日まで

家内労働者(内職者)に業務を委託した場合は速やかに、それ以後は毎年4月1日現在の委託状況届を提出することが法律で定められていま

募集

建設発生土の受け入れ候補地募集(第1次)

大田原土木事務所が公共工事等で発生した土の受け入れ候補地(民有地)を募集します。土地の造成などを考えている人は、ぜひ検討してみてください。

〇申し込み・問い合わせ

〇大田原土木事務所 企画調査課 ☎0287(23) 5882

〇黒磯巻狩太鼓 打ち手募集

〇とき 毎週土曜午後5時～

食品の放射性物質簡易検査結果(平成28年1月分)

1月に実施した3件の検査結果を公表します。この検査は、市民の不安解消を目的に、市が独自に実施している簡易検査です。検査結果については参考としてください。なお、検体名は依頼者の申告によるものです。

【参考】厚生労働省が定めた一般食品の放射性セシウムの基準値は100Bq/kgです。※100Bq/kgを超えたものは、購入品ではなし。

Table with 5 columns: 検体名(市外採取も含む), 検査件数, 最小値(Bq/kg), 最大値(Bq/kg), 検査結果(件数) [不検出, 50Bq未満, 50~100Bq, 100Bq超]

【検査結果の注意点】

- 1. 「不検出」とは、検出限界未満のことであり、検出限界はセシウム134とセシウム137の合計で25Bq/kg以下を目安にしています
2. 検査に使用した簡易測定器は、日立アロカメディカル(株)食品放射能測定システム「CAN-OSP-NAI」です
3. 検査結果は、1kg当たりのセシウム134とセシウム137の合算値で集計しています。ただし、セシウム134とセシウム137のうち、片方のみが検出される場合もあります

問い合わせ 〇生活課 ☎(62)7126

研修・教室・講座

65歳以上のウォーキング教室

〇とき 3月23日(水)午前9時～正午

〇ところ 〇くろいそ運動場武道館

〇内容 〇演習は体育館とグラウンドで行います。

〇対象 65歳以上の市民

〇定員 30人

〇参加費 無料

〇その他 運動のできる服装で、体育館シューズ、飲み

〇活動内容 イベントなどでの太鼓演奏と技術向上のための練習

〇年会費 〇大人 3000円

〇20歳未満の人 1500円

〇その他 新規入会は常時受け付け。見学も可能

〇申し込み・問い合わせ

〇黒磯巻狩太鼓事務局(茨江) ☎090(4626)6671

〇申込期限 3月22日(火)

〇申し込み・問い合わせ

〇〇スポーツ振興課 ☎(37) 5439

1月の火災と救急

Table with 2 columns: 火災, 救急

火災のテレフォンサービス ☎0287(22)0119

自家栽培天日干し 手打ちそば 手打ちうどん 麵工房 式右衛門 営業時間 11:30~14:00(夜の部は予約制) 定休日 月・火(祝日は営業し、翌日休み) 栃木県那須町大字大和須91 TEL:0287-75-7799 ~ 3月19日から27日まで 寒ざらしそば ~

上級救命講習会

- ▼とき 3月27日(日)午前9時～午後6時
- ▼ところ 那須消防署(那須町寺子乙3967・94)
- ▼対象 中学生以上の市民、市内勤務・通学者
- ※企業単位での申し込みはできません。
- ▼定員 30人
- ▼内容 心肺蘇生法(成人・小児・幼児)、AEDの使用法、大出血時の止血法、副子固定や熱傷の手当て、傷病者管理法、搬送法など、実技・筆記試験あり
- ▼受講料 無料
- ▼申込期間 3月14日(月)～18日(金)の午前8時30分～午後5時15分
- ※定員になり次第締め切り。
- ▼その他 この講習会は経験の有無を問いません
- ▼申し込み・問い合わせ ○那須地区消防本部警防課 ☎0287(28)5102

社交ダンス講習会

- ▼とき 4月2日～来年3月18日の毎週土曜
- 初級コース 午後7時～8時
- 中級コース 午後8時～9時30分
- ▼ところ 西那須野公民館 多目的ホール
- ▼内容 社交ダンス講習会(コース別)
- ▼年会費 ○初級コース 4千円 ○中級コース 5千円 ○初級+中級 8千円
- ▼申し込み 練習日に直接会場申し込み
- ▼申込開始日 4月2日(土)～
- ▼問い合わせ ○那須塩原ダンス部事務局(閑林) ☎(36)4711

プール講座

- 《平泳ぎをマスター》
- ▼とき 4月5・12・19・26日の毎週火曜午前10時35分～11時5分(全4回)
- 《バタフライをマスター》
- ▼とき 4月15・22日金曜午前10時35分～11時5分(全2回)
- 《肩こり腰痛改善》
- 歩きながら関節や筋肉の可動域を広げます。
- ▼とき 4月～6月の毎週火曜午前10時～10時30分(全12回)

市民大学 ミニ着物づくり教室

- 観賞用のミニチュア着物を作る講座です。
- ▼とき 5月～11月の毎月第2木曜午後1時30分～4時(全7回)
- ▼ところ 高林公民館
- ▼対象 市民
- ▼定員 20人
- ▼参加費(1着分) 2400円～3000円
- ※展示用の台、飾り用紐などの雑費が別途かかります。
- ▼持ち物 裁縫道具一式
- ▼申込期間 3月22日(火)～4月5日(火)
- ※定員になり次第締め切り。
- ▼申し込み・問い合わせ ○高林公民館 ☎(68)0115

催し

農業・農村地域 活性化講演会

- 都会に暮らす人たちが外国人観光客が農村を訪れ、農業体験や農家に宿泊するグリーンツーリズム。これが地域活性化の新たな取り組みとして脚光を浴びています。
- 鈴木元氏：国際医療福祉大学大学院教授、県放射線による健康影響に関する有識者会議座長、市放射能対策アドバイザー
- 津田敏秀氏：岡山大学大学院環境学研究所教授、国際環境疫学会発行の医誌に発表した「2011年から2014年の間に福島県の18

テニス講習会

- ※祝日は休講。
- 《脂肪燃焼、筋力アップ》
- 水温、水圧を利用して効率よく脂肪を燃焼し、全身を鍛えます。
- ▼とき 4月～6月の毎週火曜午後6時～6時30分(全12回)
- ※祝日は休講。
- 《美容体操》
- 水圧を利用してリンパや血液の流れを良くし、むくみを解消します。
- ▼とき 4月～6月の毎週金曜午前10時～10時30分(全11回)
- ※祝日は休講。
- 《共通事項》
- ▼ところ にしなすの運動公園プール
- ▼対象 18歳以上の市民
- ▼定員 各15人程度
- ▼参加費 プール入場料
- ▼持ち物 水着、水泳帽、着替えなど
- ▼申し込み 当日窓口で申し込み
- ※定員になり次第締め切り。
- ▼問い合わせ ○にしなすの運動公園 ☎(36)4785



市春季 ダブルステニス大会

- 歳以下の県民から超音波エコーにより検出された甲状腺がん」が注目されている
- ▼とき 3月27日(日)午後1時～
- ▼ところ 大田原市総合文化会館(大田原市本町1-3-3)
- ▼参加費 千円(資料代)
- ▼問い合わせ ○第5回「311」つながる、つたえる、そして未来へ」集い実行委員会(田代) ☎080(1002)4504

ドッジビー大会

- 原発事故から6年目を迎えて、あらためて放射線による健康影響が心配です。2人の十分な討論により、放射線問題をともに考えましょう。
- 鈴木元氏：国際医療福祉大学大学院教授、県放射線による健康影響に関する有識者会議座長、市放射能対策アドバイザー
- 津田敏秀氏：岡山大学大学院環境学研究所教授、国際環境疫学会発行の医誌に発表した「2011年から2014年の間に福島県の18

市民大学地域いきいき学部 「科学文明の基礎の基礎、力学の神髄」

- ▼とき 4月16日、5月14日、6月11日の毎週土曜 午後6時～8時(全3回)
- ▼ところ 西那須野公民館
- ▼対象 市民、市内勤務・通学者
- ▼定員 20人
- ▼内容 ①科学の基本原理と哲学、デモクリトスと釈迦 ②ニュートンの法則の不思議、それは相対性理論の先導役だった ③エネルギーと運動量の概念、いまだに奇奇怪怪
- ▼講師 大槻義彦氏(早稲田大学 名誉教授)
- ▼参加費 無料
- ▼申込期間 3月28日(月)
- ※定員を超えた場合は抽選。
- ▼申し込み・問い合わせ ○函生涯学習課 ☎(37)5364



平成28年度 園児募集

地域で一番相談できる保育園を目指しています!

那須の共生コミュニティーゾーン

学童 × 保育 × デイサービス

那須の共生コミュニティーゾーン 平成27年4月に那須塩原市春日町に開設させて頂きましたまだまだ新しい保育園ですが、子どもたちに「自分の夢を自分の力で実現できる人」になってほしいと願い、スタッフ一同、保育を実践させて頂いています 園長

定員40名 異年齢児保育

※年齢により園児受入人数異なりますのでお手数ですがお問い合わせ下さい。年齢によってご入園頂けない場合がありますので予めご了承下さい。

運営法人 株式会社T-インベーションズ SHIKA フォレスト春日 0287-73-5771

HP http://www.shika-forest.jp/



たくさんの人に
このまちを好きになってもらいたい

↑演技ではなく、“今までできなかった逆上がり”に本気でチャレンジ。結果はいかに…



↑動画は「わがまちCMコンテスト2015 栃木大会」の自治体部門で最優秀賞を受賞。君島市長と動画制作班のメンバー（右から3番目が小川さん）



↑消防団の操法競技。仲間の応援が背中を押しします



チャレンジing

げんきびと
なすしおばら元氣人

チャレンジ精神あふれるナイスガイ

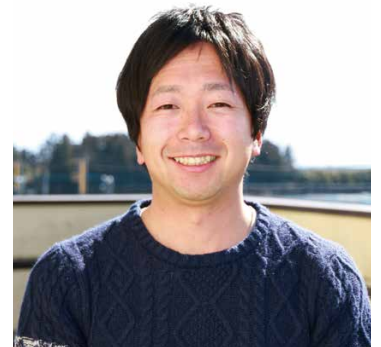
一步踏み出す人を
応援するまち

No.23

市のブランドメッセージ「チャレンジing那須塩原」を表現するため、体当たりで逆上がりに挑戦しました。仕事帰りに夜の公園でこっそり練習していましたが、何度挑戦しても失敗続きで募るのは不安ばかり。でも本番が終わった時は、応援してくれた人や仲間たちの声がとてもうれしかったですね。今回は私の小さなチャレンジでしたが、誰かが応援してくれることが力になると実感できました。

私がSPACに参加したのは、動画で市のPRをしてみたいという気持ちがあったからです。でも動画制作班の打ち合わせの時に何気なく言った「昔から逆上がりができない」、この一言からCMの主役をやることになるなんて思ってもみませんでした。

市職員の有志で構成するプロジェクトチーム定住促進実行部隊（SPAC）。その使命は、皆さんに本市を好きになってもらうために魅力を伝えていくこと。今回はメンバーの小川真吾さんに話を伺いました。



おがわしんご
小川真吾さん

～プロフィール～

市役所に入って10年目。昨年発足した定住促進実行部隊（SPAC）に発足当初から参加。旺盛なチャレンジ精神で、日々体を張って物事にぶつかっています。そのほか、消防団などにも加入して地域活動を続ける「このまちが大好き」な青年です。趣味はソフトテニスと登山。富士山の御鉢めぐりをするのが目下の目標。

今回の動画を通じて、「チャレンジする勇氣」や「応援者の力」の大切さに気付いてもらえたら、そういう人たちが那須塩原にたくさんいることを知ってもらえたら…。そして、多くの人たちがこのまちを好きになってくれたら最高にうれしいですね。

問い合わせ

〇〇シティプロモーション課

☎0287(62)7128



小川さんが出演した動画
「SHINGOの
GO!GO!チャレンジing」
はこちらから見られます

