

## 非常事態宣言

4月16日付けで、新型コロナウイルスの感染増加に対する緊急事態宣言の対象地域が全都道府県に拡大されました。

不要不急の外出は自粛してください。

自分や大切な人の命を守るためにも、一人一人が責任ある行動をお願いいたします。

また、市役所窓口も多くの人が集まると感染のリスクが高まります。

必要最低限の用事に限り来庁してください。



# 健康 だより 感染症対策をしましょう

## 皆さん一人一人の行動がとても重要です！ こまめな手洗いを心がけましょう！

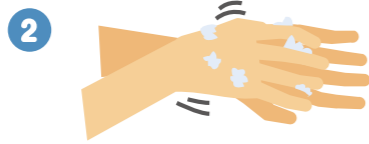
### 新型コロナウイルスなどの感染症対策の基本は、 「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

ドアノブや電車のつり革など、さまざまなものに触れることで、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。**外出先からの帰宅時**や**調理の前後**、**食事前**など、こまめに手を洗いましょう。

#### 正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

手洗いの前に  
・爪は短く切っておきましょう  
・時計や指輪は外しておきましょう

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、  
清潔なタオルやペーパータオルで  
よく拭き取って乾かします。

市ホームページで、新  
型コロナウイルス関連  
情報を公開しています



▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100

## 那須塩原市の**非常事態宣言**について 《那須塩原市長から市民の皆様へのメッセージ》

新型コロナウイルス感染症については、全国で猛威を奮っており、本市においても、感染症患者が増加傾向にあり、状況は日に日に深刻さを増しております。

本市内においては、感染経路が不明な事例も報告されており、現在、保健所を所管する県において調査中ではありますが、本市としては、今後の更なる感染拡大を防ぐ意味において、この事実を重く受け止めております。

以上の状況に鑑み、本市としては、去る4月16日に発令された国の緊急事態宣言とは別に、市民の皆様生命・健康を守るために、市政運営を預かっている那須塩原市長の責任として、本日(4月24日)から5月6日までの期間、市内に非常事態宣言をいたします。

今般、当宣言を踏まえ、去る4月13日に発表した「新型コロナウイルス感染症に対する市政運営における基本姿勢」の考え方を基に、改めて次の4点について願いますとともに、本市としての対応について、お知らせいたします。

市民の皆様に対しては、これまでも様々な媒体を通じて感染予防対策の徹底をお願いしてきたところです。本市としては、「那須塩原市としての非常事態」であると深く認識し、今まで以上に緊張感をもった対応を行いますが、市民の皆様にも、当宣言の趣旨を踏まえた行動をお願いいたします。

#### 記

1. 不要不急の外出を控えるようお願いいたします。市民の皆様のお一人、お一人の責任ある行動が感染拡大の防止につながることを深く自覚してください。ウイルスは目に見えないからこそ、常日頃、警戒を怠らないようお願いいたします。
2. 自治会は地域活動の中核をなす重要な地縁団体です。しかし、全国では、自治会活動を通じて感染が拡大している事案が発生しており、感染症対策としては、クラスター感染を防ぐ対応が非常に重要です。よって、規模や場所、屋内・屋外に関わらず、集会を含めた様々な自治会活動について、期間中自粛されますようお願いいたします。
3. 市の既存事業の徹底した見直しを行い、先ずはしっかりと財源を確保します。その上で、県の施策を補完するなど、基礎的自治体ならではの経済対策、市民生活対策が持続的に実施できるようにします。
4. 市内への不要不急の流入を抑制するために、引き続き主な市有施設を休止するとともに、民間の遊興施設等についても、営業を休止するよう、御協力をお願いいたします。

令和2(2020)年4月24日

那須塩原市長 渡辺 美知太郎





那須エリアを拠点として活動するプロ自転車ロードレースチーム、「那須ブラーゼン」の選手が、自宅で簡単にできるストレッチを紹介します！今回は下半身のストレッチを特集！コロナウイルスの影響で、外出や運動をする機会が少なくなり、健康面が心配な人も多いと思います。自宅で誰でもできる簡単なストレッチで運動不足を解消しましょう！



今回の講師  
竹村 拓 (22)  
大阪府出身で2020年に明治大学を卒業して那須ブラーゼンに加入。ブラーゼンイチの甘いマスクで那須の皆様を魅了します!!

### 01 もも裏のストレッチ

まず座って足を伸ばした状態から片足を右の図のように曲げます。その後、つま先に向けて手を伸ばし、もも裏が伸びることを意識しながらストレッチします。この時、反動をつけて伸ばしたり、無理にストレッチせず、ゆっくり深呼吸しながら行いましょう。もも裏は張っていると、腰や膝の痛みの原因になりますので、しっかりとストレッチしましょう！



### 02 前もものストレッチ

まず膝立ちになり、片足を前に出します。この時に両膝の角度が90度になるようにします。それから、膝が付いている方の足の甲を持ち、お尻に近づけてももの前を伸ばします。バランスがとりにくい人は足を持っていない方の手で、壁などをつかんでバランスを取ってください。前ももが張っている場合、膝などの痛みの原因になることがありますので、しっかりとケアしましょう。



### 03 お尻のストレッチ

まず足を伸ばして座った状態から、膝を90度に曲げて、両手を後ろにつきます。そこから片足を持ち上げ、反対の足の膝の上に乗せて、お尻の筋肉を伸ばします。余裕のある方は、身体を足に近づけて、さらに伸ばしてみてください。お尻の筋肉をほぐして、しっかり使えるようになると、膝の痛みなどが出にくくなりますのでぜひ行ってみてください！



4月1日、市とNASPO株式会社が、スポーツ振興、産業振興、まちづくりなどの地域活性化に向けて連携協定を締結しました。NASPO株式会社はこれまでも市と連携し、スポーツ振興、青少年の健全育成、地域交流を図ることを目的に活動を展開してきましたが、今後はより多くの分野で連携・協力し、那須塩原市の発展に取り組みます。

▼問い合わせ  
○本シティプロモーション課  
☎0287(62)7128

### 02 那須ブラーゼンとの連携協定を締結しました



▼対象 新型コロナウイルス感染症の影響で料金の支払いや納税が困難な人  
水道料金など 最長4カ月間、水道料金・下水道使用料・農業集落排水施設使用料などの支払いを猶予  
・市税 原則として1年以内、徴収・差押財産の換価(売却)を猶予

▼問い合わせ  
○国管理課 ☎0287(37)5100  
○本収税課 ☎0287(62)7190

### 01 水道料金などの支払いや納税を猶予します

#### Q. あなたが好きなコーナーはどれですか？(複数可)

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1. 表紙       | 2. 特集         |
| 3. 行政 info  | 4. タウントピックス   |
| 5. 子育て連絡帳   | 6. チャイルドトピックス |
| 7. 健康だより    | 8. 図書館へ行こう！   |
| 9. お便りBOX   | 10. なすしおばら珍百景 |
| 11. ちっちゃな自然 | 12. 編集後記      |
| 13. ものづくり若人 | 14. 私のまちの近い遺産 |

広報なすしおばらを読んだ感想、取り上げて欲しい話題や記事などをお書きください。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

那須塩原市 × **NASU BLASEN**

那須塩原市公式YouTubeチャンネルで那須ブラーゼンの選手による自宅でできる簡単なストレッチを紹介しています。ぜひご覧ください！

#### 広報なすしおばらの発行ページ数削減に関するお知らせ

広報なすしおばら5月5日号を読んでいただきありがとうございます。現在、新型コロナウイルスの感染拡大を防止するため、市内で予定されていた各種行事やイベントが中止となっております。

広報なすしおばらについても、新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載する内容を精査し、ページ数を削減して発行しています。広報なすしおばらを楽しみにしていただいている方には申し訳ありませんが、ご理解をお願いいたします。



### 04 地域で子どもたちを守る！「子どもを守る家」協力者募集

「子どもを守る家」は、子どもたちが危険を感じたときに駆け込める場所で、民家や店舗などの協力を得て設置しています。また、地域で子どもたちを見守っている目印として、不審者への抑止効果もあります。子どもたちにとってより安心・安全な地域づくりのために、「子どもを守る家」の協力者を募集します。皆さんの協力をお願いします。

▼申し込み・問い合わせ  
○青少年センター(国生涯学習課内)  
☎0287(37)5925



### 03 那須塩原駅東口にエレベーターが設置されました

本市、大田原市、那須町、那珂川町の那須地域の4市町は、定住人口の増加を目的として、「那須地域定住自立圏構想」を形成しています。

このたび、「那須地域定住自立圏構想」の事業として、那須塩原駅東口にエレベーターが設置されました。今後も4市町で連携し、さまざまな事業に取り組んでいきます。

▼問い合わせ  
○国都市整備課 ☎0287(62)7160

※いただいたご意見は、内容を変えない範囲で添削させていただく場合があります。※紙面の都合上、掲載できない場合がありますのであらかじめご了承ください。





鳴き声を聞きましたか？ ~カッコウの子育て事情~



▲バックナンバーはこちら



カッコウ 撮影:平野 敏明 氏

カッコウって？

初夏から盛夏にかけて、繁殖に訪れる夏鳥。ハトよりやや小さめで、翼が長く、スマートな体形をしている。背側は青みを帯びた灰色で、腹側は白地に黒い横縞が入る。見た目はホトトギスに似ている。



宿主の一種のオナガ 撮影:平野 敏明 氏

なすしおばら 珍百景

あなたの"珍"を募集中

＜応募方法＞

方法① きらきらホット なすしおばらに投稿 珍百景投稿用フォームに 必要事項を入力。



方法② シティプロモーション課に電話 ☎0287(62)7109

●必要事項

住所、氏名(ペンネーム)、電話番号、年齢、性別、珍百景写真、タイトル、撮影日、コメント(100字程度)

●注意点

※人権侵害、政治・宗教活動、意見広告や宣伝につながるものなど、掲載できない内容があります。 ※内容を変えない範囲で添削する場合があります。 ※被写体の人物または所有者などに許可を得てから応募してください。 ※インターネットなどからの転載はご遠慮ください。 ※応募いただいた写真は市の情報発信活動に使わせていただく場合があります。



投稿者 インディゴ水平線さん(40代男性 寺子) 撮影場所 寺子(撮影日 2019.6)

ある初夏の朝、なんとなく落ち葉(毛布)をどけてみると、いました！2匹のダンゴムシ(かわいい子どもたち)が！ 遠い春にまた元気な姿を見せてくれヨ！ と声をかけ、落ち葉(毛布)を戻してあげました。

かっこう かっこう しずかに 童謡と特徴的な鳴き声でおなじみのカッコウは、5月のゴールデンウィークを過ぎた頃に、暖かい地域から日本に渡って来ます。霧に覆われた高原にいるイメージがありますが、平地の農耕地や市街地などでも見られます。 カッコウは、自分で巣を作ったり、子育てをしたりせずに、他の鳥の巣に卵を産み、その親鳥(宿主)にひなを育ててもらう「托卵」という習性をもっています。 托卵の相手は、オオヨシキリ、モズ、ホオジロ、オナガなどが知られています。 カッコウは、相手をだまして楽をする賢い鳥と思われがちですが、自分を育てた親と同じ種類の宿主にしか托卵しないため、宿主がいなくなると繁殖できなくなるリスクを背負っています。 カッコウは、ヨーロッパやアフリカ、アジアに広く分布します。しかし、イギリスなどでは近年著しく減少しているという報告があります。日本では、生息状況を調べたデータがほとんどないため、詳しい状況は分かっていません。 そこで、カッコウが市内のどこに生息しているかを調べてみたいと思います。 カッコウの鳴き声を聞いたら、日にちや場所を那須野が原博物館にお知らせください。アンケート調査の詳しい内容は、博物館ホームページをご覧ください。皆さんの情報をお待ちしています。

じゅんじ

編集後記

新型コロナウイルスの影響でイベントの中止が相次ぎ、市民の皆さんの写真が撮れない日々が続いています。今回も、特集やタウントップピクスの掲載ができず、残念でなりません。そんな中、取材写真を掲載した市内在住のご夫婦が、私を訪ねて来てくれました。移住して8年というお2人。「まだ観光客気分に住んでいたけれど、おかげでやっと市民になれた気がします」というお言葉をいただき、素敵な市民に出会えて良かったとうれしくなりました。この非常事態が収束し、皆さんの笑顔を掲載できる日が来ることを願います。(大貫)

移住担当、情報システム担当を経て、この4月から広報を担当することになりました。今までもSNSや市ホームページで情報発信をしてきましたが、広報誌はそれらと違う難しさがあります。市民として毎号楽しく広報誌を読んでいましたが、いざ編集に携わると言葉を選んだりレイアウトを考えたり…。それでも、新しいことにワクワクドキドキしながら、一歩ずつ前進しています。1人でも多くの方に読んでいただける広報誌にできるよう、力の限り頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします！(齋藤)

募集中

なすしおばら 珍百景 あなたの"珍"がまちの魅力に？

あなたの身の回りの"珍"な光景、出来事、思い出などの写真を募集します。その1枚が新たな魅力の発見につながるかも。

※応募は上部のQRコードを参照してください。

お便りBOX



皆さんの声を紙面で紹介します

皆さんからいただいたお便りを紙面で紹介していきます。広報なすしおばらを読んだ感想、取り上げて欲しい話題などを投稿してください。

※応募ははがきかQRコードから。



3 2 5 8 5 0 1

お手数ですが 63円切手を 貼ってください

那須塩原市役所 シティプロモーション課 「広報なすしおばら係」行

ご住所 □□□□□□□□

那須塩原市

※掲載する場合は実名ではなく、イニシャルまたはペンネームで掲載します。

フリガナ ペンネーム お名前 (希望者のみ)

☎電話

年齢 歳 性別 男 ・ 女



# もめづくり 若人

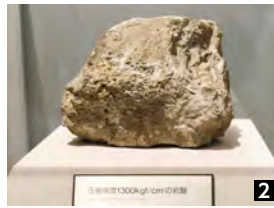
Vol.22

問い合わせ 本商工復興課  
☎ 0287(62)7130

**1**海底の岩盤を掘り進める様子を再現した船の模型。先端にはカッターヘッドと呼ばれる巨大なドリルがついている **2**スエズ運河拡張工事で行く手を阻んだ極めて硬い岩盤 **3**実際の工事で使い終わった後のカッターヘッド。あまりにも岩盤が硬いため、20分ほどで摩耗してしまう **4**敷地内にある22個のピラミッドと20個のピット(くぼみ)。ピラミッドは自己を成長させ、さらなる高みを目指すことを示し、ピットは何事も深く掘り下げ、探求することを意味している



チュ ドウック タンさん 土木技術開発部 海岸海洋チーム 博士(工学) 入社4年目



## 海の災害から人々の命や財産を守りたい

地震や台風が頻発するわが国において、海洋土木から陸上土木まで社会インフラ整備に大きく貢献してきた五洋建設。事業展開は国内にとどまらず、アジア各国などにも進出し、積極的な人材交流を行っています。

### 海洋土木研究のために日本へ

2011年に日本で起きた東日本大震災は、ベトナムでも毎日のように報道され、その映像は今でも鮮明に覚えています。ベトナムにおいても台風や高波の被害は深刻な問題となっており、海洋に関わる土木・建設技術の勉強をしたいと思い、妻と共に日本へ来ることを決意しました。

### より安全な護岸整備を目指して

大阪大学での3年間の勉強を経て、五洋建設に入社し4年目になります。私の業務は、海岸堤防や港湾整備などの社会基盤構造物が、高波や高潮、津波がきても安全かどうかを実験や数値解析を用いて検討することです。また、いろいろなデータを用いて、来襲する高波や高潮などの推定をすることも行います。東日本大震災や、最近頻発する高潮や河川氾濫による水害などから市民の安全を守る社会インフラの検討を行うことは、建設業に携わるものと

して重要な業務だと感じています。この研究所にはこれらの検討を行うための設備が整っており、毎日、充実した日々を送っています。

### 自分のアイデアを生かし世界に貢献

研究者として、新しいものを開発することが何より大切であると考えます。自分のアイデアを上司やチームのみんなに承認してもらえたときや、研究成果をお客様に満足していただけたときがとてうれしいです。これからの目標は、海外の海洋技術や海洋以外の土木技術についても勉強し、自分の知識の幅を広げること。併せて、AIの導入についても考えていかなければなりません。国内だけではなく、海外のプロジェクトもいくつも担っている五洋建設。世界の最前線の技術を有する会社の一員として働いていることに誇りを持ち、世界に貢献できる立派な研究者を目指したいと思っています。



五洋建設株式会社  
技術研究所(四区町1534-1)  
【業種】総合建設業  
【業務の内容】建設工事に関わる技術の開発・研究、現場支援  
【問い合わせ】☎0287(39)2100