

# NASUSHIOBARA Newsletter

広報なすしおばら

6 / 5

June 2020 No.371



子どもたちも  
STAY HOME



**STOP!**  
**感染拡大**  
— COVID-19 —

力を合わせて  
乗り越えよう

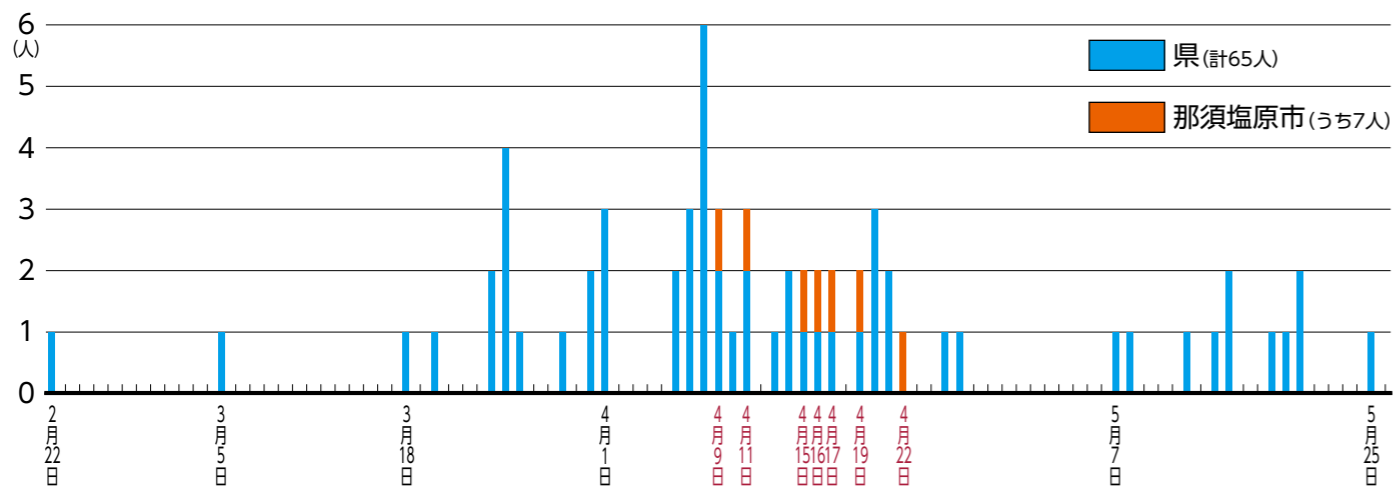


新型コロナウイルス  
関連情報公開中

最新情報は市ホームページを確認してください



県内の新型コロナウイルス感染症患者の発生状況 (令和2年5月26日時点)



### 新しい生活様式の具体例

県内の緊急事態宣言が解除されましたが、再度感染が拡大する可能性があります。政府の専門家会議では、これから一定期間は、この新たなウイルスとともに社会で生きていかなければならないことが見込まれるため、感染拡大を予防する「新しい生活様式」が提言されました。

<b>生活</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>毎朝検温する</li> <li>会話をするときにはマスクをし、できるだけ2メートルの間隔を空ける</li> <li>3密を回避して生活する</li> </ul>	<b>公共交通</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>会話は控えめに</li> <li>混んでいる時間帯は避ける</li> <li>徒歩や自転車、自家用車の利用も併用する</li> </ul>
<b>外出</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>マスクを着用</li> <li>遊びに行くなら屋内より屋外</li> <li>家に帰ったらまず顔や手を洗う</li> <li>帰省や旅行は控えめに</li> <li>誰とどこで会ったか記録する</li> </ul>	<b>食事</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>テイクアウトやデリバリーを活用する</li> <li>大皿の料理は避けて個別に。会話は控えめに料理に集中</li> <li>対面ではなく横並びで座る</li> </ul>
<b>買い物</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>少人数ですいた時間に</li> <li>展示品への接触は控えめに</li> <li>レジに並ぶときは前後にスペースを開ける</li> <li>通信販売を利用する</li> </ul>	<b>働き方</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>テレワークやローテーション勤務を</li> <li>時差出勤でゆったりと</li> <li>会議はオンラインで。対面での打ち合わせは換気とマスク</li> </ul>
<b>娯楽スポーツ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>公園はすいた時間、場所を選ぶ</li> <li>ジョギングは少人数で。すれ違う時は距離を取る</li> <li>予約制を利用してゆったりと</li> <li>狭い部屋での長居を避ける</li> </ul>	<b>冠婚葬祭などの親族行事</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>大人数での会食は避ける</li> <li>発熱や風邪の症状がある場合は参加をしない</li> </ul>

「3つの密(密閉空間・密集場所・密接場面)を避け、「手洗い」をしっかり行い、「人との距離を十分にとる」などの感染対策を行いなから生活する「新しい生活様式」を心がけるぞ」



# この今も 闘っている 医療現場の ためにも。



# STOP! 感染拡大 — COVID-19 —

世界各地で甚大な被害を巻き起こしている新型コロナウイルス感染症。本市においても7人の感染が確認されています(令和2年5月26日時点)。4月22日以降、本市では新たな感染者は確認されていませんが、まだまだ予断を許さない状況です。今回の特集では、新型コロナウイルスの現状と、これから新型コロナウイルスと共生していくための「新しい生活様式」の具体例、この苦境を乗り越えるための支援策を紹介します。

#### 世界的な感染拡大

昨年末から中国湖北省を発端に、世界中に広がりを見せている新型コロナウイルス感染症。感染しても8割の人は軽症で治癒する例が多い一方、高齢者や基礎疾患(糖尿病や心不全、呼吸器疾患など)を持つている人は、重症化するリスクが高いことが報告されています。

本市では、4月9日～22日にかけて、7人の感染が確認されています。新聞・テレビなどで報道されているように、新型コロナウイルスは感染力が強く、誰もが感染する可能性があります。感染者やその家族、関係者などに対する不当な差別や偏見、いじめ、インターネット上での誹謗中傷などは、絶対にあってはなりません。皆さんも正確な情報に基づいた、冷静な行動を心掛けましょう。

#### 日常生活にも大きな影響が

4月には全国に史上初の緊急事態宣言が発令される中、私たちの生活にも大きな影響が。市でも4月24日に非常事態宣言を発令し、緊張が走りました。感染拡大を防止するための不要不急の外出自粛、自治会活動の自粛を始めとするクラスター感染防止の徹底、市外からの不要不急の流入を抑制するための市有施設の休

止、民間の遊興施設などへの営業休止のお願いなどにより、普段のまちな様子とは一変しました。市でも速やかに対応するため、今年度の主なイベントや不急の事業は中止・延期し、対策費を捻出。旅館・ホテル向けの休業協力金の支給や、奨学金貸与による学生支援を行っています。

#### 引き続きの警戒を

本県においては、4月16日に発令された緊急事態宣言が5月14日をもって解除されました。しかし、「緊急事態宣言解除」ではありません。日常を段階的に取り戻すよう、行動することが大切です。また、感染拡大を防止するために、職場では時差出勤やテレワークなど前向きな変化がありました。このような感染予防に有効な取り組みは、これからも無理のない範囲で続けましょう。

本市においても、5月31日までの警戒期間が終了し、小中学校を始め、博物館や公民館などが、少しずつ再開しています(詳細は市ホームページを確認してください)。自分自身を守るために、そして、大切な人を守るために、専門家会議で提言された新しい生活様式を心掛け、ウイルスへの警戒を怠らず、感染予防の徹底をお願いします。



## 「飲食店でつかエール」チケット

休業を余儀なくされ売り上げ減少が顕著な飲食店。テイクアウトやデリバリーを始める店舗も多く、さまざまな工夫でこの苦境を乗り越えようとしています。そんな飲食店の力に少しでもなればと、加盟店でのテイクアウト・デリバリーなどで使えるお得な「飲食店でつかエール」チケットを販売します。



6,000円分のチケットを...

**5,000円** で販売!

※500円券が12枚で1セット。

- ▶対象 市民、市内勤務者
- ▶販売数 10,000セット  
※無くなり次第販売終了。
- ▶使用期限 7月31日(金)
- ▶購入方法 最寄りの商工会へ電話、メール、FAXで直接申し込み
- ▶その他 対象施設などの詳細は市ホームページを確認してください



- ▶申し込み・問い合わせ  
市商工会  
☎0287(62)0373/FAX0287(63)9451  
✉nasushiobara\_net@shokokai-tochigi.or.jp  
市商工会塩原支所  
☎0287(32)3767/FAX0287(32)2509  
✉shisho\_nasushiobara@shokokai-tochigi.or.jp  
西那須野商工会  
☎0287(36)0697/FAX0287(36)8279  
✉nishinasuno\_net@shokokai-tochigi.or.jp



## リフレッシュ! 宿泊キャンペーン

これまで市民の皆さんも外出自粛など日常生活の制約を受け、多くのストレスを抱えていると思います。今回、皆さんにリフレッシュしてもらうために、そして、市内の宿泊事業者を支援するために市民限定特別キャンペーンを実施します。



大人  
**半額**  
(上限10,000円)

家族で  
リフレッシュするモ〜



子ども  
(小学生以下)  
**無料**

- ▶対象 市民
- ▶実施期限 7月31日(金) チェックイン
- ▶対象施設 市観光局に問い合わせるか、市ホームページで確認してください



- ▶その他 宿泊施設に直接電話予約をして利用してください。宿泊時に、割引になります
- ▶問い合わせ 市観光局 ☎0287(46)5326

# コロナに負けない!

## ~支援策を紹介します~

皆さんの普段の生活はもちろんのこと、感染防止のための休業や外出自粛の影響で苦しい状況におかれている事業者も。ここでは、皆さんの生活の一助となる支援策の一部や事業者を救うための助け合いの取り組みを紹介します。



## 特別定額給付金

▶問い合わせ ☎新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0287(62)7197

皆さんの生活を支えるため、1人あたり10万円を給付します。世帯主あてに申請書を発送しているの、郵送かオンライン方式で申請してください。受け付けした申請内容を確認後、順次、振り込みます。

**申請期限：令和2年8月17日(月)**

### 郵送での申請方法

- ① 世帯主あてに郵送されている申請書(冊子)を準備してください。
- ② 申請書に必要な事項を記入し、「運転免許証など本人確認書類の写し」と「預金通帳の写しなど振込先口座がわかる書類」を申請書裏面に貼り付けてください。
- ③ 申請書(冊子)を切り取り作った返信用封筒で返送してください。

### インターネットでの申請方法

- ① 必要なものを準備しよう
    - 申請者(世帯主)のマイナンバーカード
    - マイナンバーカード読み取り対応のスマートフォン(またはパソコンとカードリーダー)
    - マイナンバーカード受け取り時に設定した暗証番号(英数字6~16桁)
    - 振込先口座がわかる書類
  - ② オンライン申請をしよう
    - Android
    - iPhone
    - パソコン
    - スマートフォン
- マイナンバーカードなど、申請に必要なものを準備したらスマートフォン(またはパソコン)に「マイナポータルAP」をインストールしてください。上記のQRコードを読み取って、インストールすることができます。
- マイナポータルにアクセスし、申請してください。申請方法は動画でも紹介されていますので必要に応じて確認してください。 申請方法動画

# おうち時間



市内で撮影された映画をぜひ！

## 369

▶問い合わせ 本シティプロモーション課 ☎0287(62)7128

各地の映画祭で好評を博した短編映画「HARMONY」と、昨年製作されたドキュメンタリー映画「ホットミルクロード」を、新型コロナウイルスが収束するまでの期間限定で公開しています。どちらも、多くの市民の皆さんに協力してもらい完成した素敵な作品なので、ぜひ、ご覧ください。そのほか、市内で撮影された作品も紹介しています。このまちの良さを感じて、「自粛疲れ」を癒してください。



▶問い合わせ 西那須野図書館 ☎0287(36)6001

図書館の新たな取り組み「電子図書館」サービスを7月1日から開始します。パソコンやスマートフォンで、いつでも・どこでも電子書籍の検索・貸し出し・返却が可能です。大人はもちろん、絵が動く絵本など子ども向けのものから、視覚障害者向けの音声読み上げ機能まで、幅広い層の皆さんに楽しんでもらえる内容になっています。

7月1日(水)  
利用開始



### 準備しよう

利用には、事前にIDとパスワードの発行が必要です。6月24日(水)から発行申し込みの受け付けを開始します。手続きの詳細は、図書館ホームページでお知らせします。



STAY HOME



※アマビエ…疫病から人々を守るとされる妖怪

### 充実した時間を過ごすために

新型コロナウイルスの感染拡大を防止するために、皆さんそれぞれが必死に、着実に、励ましあって「自粛」に努めていただきました。本当にありがとうございます。自宅で過ごす時間が増えている今、「おうち時間」をより充実した時間とするための取り組みも行われています。

現在は、新型コロナウイルスが収束するまでの期間限定で、本市の魅力がたっぷり詰まった映画を楽しめます。そのほかにも、国際交流員フロリンがオーストリアを紹介する動画など、「観て」楽しめる映像を公開しています。那須塩原市図書館「みるる」では、7月1日から「電子図書館」と題し、電子書籍が閲覧できるようになります。

また、外食の機会が減り、家事的負担も大きくなっています。市内の飲食店では各店舗の工夫を凝らしたテイクアウトメニューを作っていますので、ぜひ利用してください。引き続き警戒しながら、この困難を共に乗り越えましょう！

# 楽しく過ごそう



### テイクアウト情報 公開中！

なすしおばらファンクラブのホームページで、テイクアウト情報を掲載中です。ぜひ、チェックしてみてください。



テイクアウト  
お店の味を  
自宅で！  
アウト

▶問い合わせ なすしおばらファンクラブ事務局 (NPO法人なすしおばらまちづくりプロジェクト) ☎050(5586)7622

今だからこそ、お店でしか食べられなかったあの味を家庭でも味わうチャンス！

「たまには家事をお休みしたい！」  
「今日はお店のおいしいご飯が食べたい！」  
「お気に入りのあの店を応援したい！」  
そんなときは、テイクアウトを利用しましょう。



▶問い合わせ 本秘書課 ☎0287(62)7324

皆さんの「おうち時間」をより楽しく過ごしてもらうため、オーストリアを紹介する動画の配信を始めました。民族衣装やカイザーメランジュ(コーヒー)など、フロリンが優しくわかりやすく紹介します。今後も、皆さんが「知らなかった」「作ってみたい」と思える動画を次々と配信していきますので、お楽しみに！



配信中！



皆さん、お元気ですか。おうちで過ごす毎日の中でも、何か新しい体験ができると楽しいですね。動画の撮り方は勉強中ですが、ぜひ、見てみてください。

一緒に楽しい時間を  
過ごしましょう！

01

新型コロナウイルス感染症対策のため  
たくさんの寄付をいただきました



本当にありがとう  
ごさいます

〔不織布マスク〕  
・3千枚(子ども用) (株)敷島ファーム  
・千枚 (有)愛月堂本舗  
・1万2千枚 北関東環境開発(株)  
・1万750枚 格闘技ジムFCY,s & 接骨院  
・450枚 天香一  
・3千枚 (有)萩島建設  
・3万枚(ウレタンマスク) (株)ブリヂストン栃木工場  
・500枚 「街弁」実行委員会  
・250枚 Izakaya Cava  
・250枚 (有)クローバーカンパニー  
・250枚 セグロ化粧品  
・2千枚 (有)ハーレー牧場  
・980枚(子ども用布マスク) 那須野農業協同組合  
・1万2千枚 西那須野ロータリークラブ (株)栄鈴  
・1万枚 (株)伸共 那須営業所  
・6千枚 (株)レオ・コーポレーション

02

市民・市内事業者を応援するための  
寄付金を募集します



市では、日々変化する新型コロナウイルス感染症の状況に対応するため、市民・市内事業者を応援する独自の対策を実施しています。この財源は、市の予算全体を見直し感染症の拡大防止のために中止する事業や延滞が可能な事業などを抽出し、捻出しています。このたび、新型コロナウイルス感染症への対応の長期化に備えるため、個人や企業、団体の皆さんからの寄付金の募集を開始します。皆さんの温かい支援をお願いします。

▼寄付方法 氏名、住所、電話番号、寄付する金額(千円単位)を、電話かメールで連絡 ※連絡後、金融機関で支払える払込取扱票か納付書を郵送します。  
※ふるさと納税とは異なるため、返礼品などはありません。

▼募集期間 当面の間  
▼寄付金の使い道 皆さんの集めた寄付金は、6月に設置予定の「(仮称)市新型コロナウイルス感染症対策基金」に積み立てた上で、追加対策に活用します。詳しい使い道は、寄付した人に郵送などでお知らせするほか、市のホームページでも公表します。

※寄付は基金の設置前から受け付けます。

▼申し込み・問い合わせ

○企画政策課 ☎0287(2)7315

✉kikakuseisaku@city.nasushiobara.lg.jp

03

令和2年国勢調査の  
調査員を募集しています



▼業務内容 担当地域の世帯を訪問し、調査の説明や調査票の配布・回収、提出書類の整理・点検など  
※直接面会しない方法で実施予定。  
▼活動期間 8月中旬～10月下旬  
▼応募条件 調査した情報を保護でき、警察・選挙に直接関係のない20歳以上の人  
▼応募期限 7月10日(金)  
▼申し込み・問い合わせ  
○市民協働推進課 ☎0287(62)7105

04

マスクとマスクの材料を募集!  
スマイルマスクプロジェクト



家庭で使う予定のない未使用のマスクやマスクの材料を募集しています。

▼募集内容 汚れないマスク(布製、ハンドメイド可)、マスク用布地(縦20センチメートル×横45センチメートル以上)、ゴムひも(長さ50センチメートル以上)

▼募集場所 ボランティアセンター (健康長寿センター内)

▼問い合わせ

○市社会福祉協議会 ☎0287(37)5122

子育て  
連絡帳

笑顔がずっと続くように

- 体罰などによらない子育てのために -

児童虐待防止対策の強化を図るため、令和2年4月から子どもへの体罰が法律で禁止されました。たとえ、しつけのためだと保護者が思っても、身体に何らかの苦痛を与えたり不快感を意図的にもたらしたりする行為(罰)をすると、どんなに軽いものであっても体罰に該当します。



！ 「しつけ」と「体罰」は違います

子育てには思うようにいかないことがたくさんあります。ダメだと思いつつ、手をあげてしまいそうになることもあるでしょう。しかし、痛みや苦しみを利用して子どもを抑えることは、子どもの発達に深刻なダメージを与え、明るい未来を奪う可能性があります。体罰によらず、言葉を使ったり見本を示したりして、子ども自身が理解できる方法で伝えましょう。

！ こんなことしていませんか

- ・ 何度も注意したけど言うことを聞かないので、ほおを叩いた。
- ・ いたずらをしたので、長時間正座をさせた。
- ・ 友達とけんかをしてケガをさせたので、同じように子どもを殴った。
- ・ 食事の時間になってもゲームをやめないで、食事を与えなかった。
- ・ 部屋を片付けられないので、掃除中に雑巾を顔に押し付けた。

👉 これらはすべて体罰です！

- ・ 軽い気持ちで、「お前なんか生まれてこなければよかった」などと、子どもの存在を否定するようなことを言った。
- ・ きょうだいを引き合いに出してけなした。

👉 子どもの心を傷つける行為です！

！ こんな工夫があります

- 言うことを聞かないときは？
  - ・ 子どもに問いかけ、どうしたらよいか、一緒に考えましょう。
  - ・ 重要な問題ではない場合、今はそれ以上やり合わないというのも一つです。
- 肯定文でわかりやすく、手本を見せて
  - ・ 「ここでは歩いてね」など、肯定文で具体的に、落ち着いた声で伝えると、子どもに伝わりやすくなります。
  - ・ 「一緒に片付けよう」と、やり方を示すのもいいでしょう。
- 成長・発達には個人差があります
  - ・ 子ども自身が困難を抱えているときには、それに応じたケアをしましょう。例えば、やることを区切り、やりやすいことから具体的に伝える、持ち物リストを作って「見える化」するなどの工夫があります。

子育て中の保護者の多くが、子どもに腹が立ったり、イライラしたりと、さまざまな悩みや困りごとを抱えています。子育てに悩んだら、気軽に相談してください。

〈虐待かもと思ったら〉

▶ 問い合わせ  
 函子ども・子育て総合センター ☎ 0287(46)5537  
 児童相談所虐待対応ダイヤル(24時間対応・無料) ☎ 189(いちはやく)



厚生労働省  
ガイドライン



※写真は栃木県提供。



フラス(木くずとラン)

※写真は栃木県提供。



クビアカツヤカミキリ



オオハンゴンソウ



オオキンケイギク

〈見つけたら駆除してください〉  
 繁殖力が非常に強く、一度定着すると在来の野草を駆逐してしまうため、見かけたら駆除し、繁殖拡大防止に協力をお願いします。

○オオキンケイギク 開花時期は5〜7月頃。高さ0.3〜0.7メートル。黄色い花を咲かせ、葉の形が細長く丸みを帯びる。多年草

○オオハンゴンソウ 開花時期は7〜10月頃。高さ0.5〜3メートル。鮮やかな黄色い花を咲かせる。花びらは10〜14枚で細長く、やや垂れ下がる。多年草

▼駆除・排出方法 根元から引き抜き、天日にさらすなどして枯死させる。その後、ごみ袋(可燃)に入れ、種や根が飛散しないよう口元をしっかり結び、可燃ごみの日にごみステーションに出す

〈見つけたら連絡してください〉  
 クビアカツヤカミキリによる、サクラやウメなどの樹木への被害が、まだ市内では確認されていませんが県南部で確認されています。成虫やフラス(木くずとランが混ざったもの)を見つけたら、連絡をお願いします。

○クビアカツヤカミキリ 成虫は2.5〜4センチメートル。胸部(首部)が赤い。幼虫は6〜8月上旬に成虫となり、樹木の外に現れる。見つけたら逃がさず捕殺する

○本環境課  
 ☎ 0287(62)7141

05

特定外来生物に注意！  
見かけたら駆除に協力を

07

世界大会で銀メダル獲得の  
深澤舞選手に2度目の市長特別賞



昨年7月に開催された「学生のためのオリンピック」と言われる第30回ユニバーシアード競技大会。この大会の女子100メートル平泳ぎと女子4×100メートルメドレーリレーで共に銀メダルを獲得した深澤舞さんに、市長特別賞を贈呈しました。深澤さんは、「皆さんの応援のおかげです。スポーツができる状況になったら、また良い結果を報告できるよう、さらに頑張りたい」と話してくれました。

○本秘書課  
 ☎ 0287(62)7108



新型コロナウイルス感染症の情報いち早く皆さんにお届けするため、市公式LINEがスタートしました。本市の感染状況や支援施策などを随時お知らせします。上記のQRコードを読み取って、追加ボタンを押すだけで、簡単に登録できます。

また、みるメールでも引き続き情報発信をしますので、そちらの登録もお願いします。

○本シティプロモーション課  
 ☎ 0287(62)7529

06

市公式LINEの運用が  
始まりました



# POST お便りBOX

皆さんからいただいたお便りを紹介します。  
今後の広報誌づくりの参考にさせていただきます。

◆ 昨年12月に那須塩原市民になりました。それまでは神奈川県  
の大きな都市に住んでいました  
が、広報誌を読んで行政や那須  
という土地にすでに距離の近  
さ、親しみを感じています。今  
まで住んだ土地には感じたこと  
のない特別な気持ちです。まだ  
知らないことがたくさんあると  
思うので、ローカル情報楽し  
みにしています。4月5日号の予  
算を家計に例える誌面がおもしろ  
かったです。

エリーさん(下永田)30代女性

◆ 広報の表紙の「広報なすしお  
ばら」の、日本語と英語の大き  
さを逆にして頂きたいです。  
トチギーブックスで広報が  
見られるとの事で拝見したら、  
他の市はひらがなや漢字でパツ  
と目に入り見つけやすいのに、  
那須塩原は見つけづらかったで  
す。ささいな事ですが、頑張っ  
て作っていらっしやる広報なの  
にどこか分からず目に留まら  
ないのもつたいないです。

たろいもさん(西三島)30代女性

◆ 野菜もみんなが必要であり、  
買ったたりもらったりするのは大  
好きでありながら自分で仕事に  
するのは、ほとんどの人がイヤ  
な仕事なのです。  
昔からの大きな農家の空き家  
が目立つこの頃、りっぱな人達  
がいて頭が下がります。いつぱ  
い書きたくても、書く所がもう  
ありません。

T・Oさん(西新町)70代女性

## 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. げんきびと     | 14. ものづくり若人   |
| 15. 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。

## 持続化給付金の 申請サポート会場を開設しました

申請方法がわからない人、できない  
人向けのサポート会場を開設したので、  
利用してください。

- ▶ **会場** いきいきふれあいセンター
- ▶ **開設予定日** 7月31日(金)まで
- ※7月4日～25日の毎週土曜、祝日を除く。



詳しくは  
こちら

### 〈事前予約が必要です〉

電話かホームページで予約してくだ  
さい。電話の場合は、会場番号「0910」  
を伝えてください。



- ・会場受付専用ダイヤル(24時間受付)  
☎ 0120(835)130
- ・会場電話予約窓口(午前9時～午後6時)  
☎ 0570(077)866

※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。

# 図書館へ行こう！



現在、図書館は新型コロナウイルス感染拡大防止のため休館して  
いますが、インターネット、電話などでの予約による貸出・返却  
の一部サービスを再開しました。詳しくは問い合わせてください。



## NEW!

### 『ステップアップ0歳音読—親子で楽しむ知育—』



著：山口 諒司 ざくら舎  
「あむあむ」など、0歳児でも発音でき  
るリズムカルでおもしろいことばと、  
楽しい絵がちりばめられている知育絵  
本。目・耳・口を使って、赤ちゃんも  
大人も一緒に楽しめます。  
一緒に音読楽しいね。

### 『空とぶ船とゆかいなななま ウクライナのむかしばなし』



再話：パレリー・ゴルバチョフ 光村教育図書  
「空とぶ船に乗って城まで来たもの  
を王女と結婚させる」というおふれ  
を聞いて旅に出た「世界一のまぬけ」  
と呼ばれる若者。船を手に入れ、な  
なまたちと共に城に向かいますが…  
個性豊かなななまたちが大活躍！

### 『踏み跡にたたずんで』



著：小野 正嗣 毎日新聞出版  
小説家の男性と猿の不思議な因縁を  
描いた「猿染めの沼」をはじめとす  
る、いつか見たような場所で巻き起  
こる、白昼夢のようなできごと。ど  
こか懐かしい掌編小説集です。  
非日常に浸ってみませんか？

### 『デイビッド・マックチャーパーと29ひきの犬』



文：マーガレット・ホルト 大日本図書  
おつかいに行った先で、袋が破れて  
買ったお肉の包みを落としてしまっ  
たデイビッド。お肉を狙う犬たちか  
ら逃げていたら、町の人たちも集まっ  
てきて、気が付けば大行列に。  
大行列の行く末は？

### 『毒薬の手帖』



著：デボラ・ブラム 青土社  
人はどのようにして毒殺事件の解明  
に取り組んできたのか。アメリカ社  
会の歴史に爪痕を残してきたさまざ  
まな毒薬と、それらを用いた事件に  
立ち向かった二人の捜査官の記録。  
法医学はどのように発達したのか。



著：中川 なをみ あすなる書房  
沖縄の伝統工芸を代表する「紅型(びんが  
た)」。幾度も消えかかったその美しい染  
物をここにちまで伝え、発展させてきた  
人々の足跡を辿る。沖縄の歴史や文化を  
知る手がかりにもなる1冊。

〈沖縄のこころ〉を伝えた人々のノンフィクション。

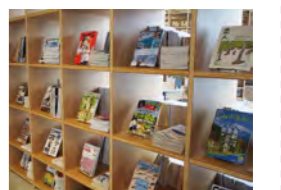
## ちょこっとコラム

那須塩原市図書館「みるる」の開館に向けた本格的な引っ越し  
を行いました。閉館後の黒磯図書館では、引っ越しを待つ  
15万冊を超える本が入った段ボール箱がところ狭しと並び、圧  
巻の光景でした。4月以降、「みるる」の本棚に本が並び、一段  
と図書館らしくなってきました。これから、テーマごとに本を  
集めた企画展示や、皆さんにより多くの本を手にとっていただ  
けるようなレイアウトなどの作業を行っていきます。

※7月1日(水)を予定していた「みるる」の開館は、新型  
コロナウイルス感染拡大防止のため延期します。



「みるる」への引っ越しを待つ  
黒磯図書館の段ボール箱の海



本が並び「みるる」の本棚

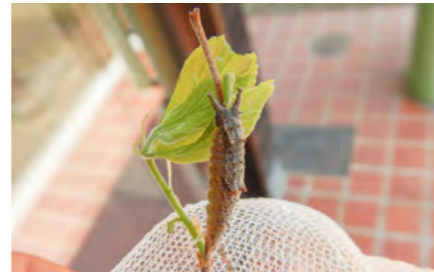


▲バックナンバーはこちら

### エノキに登りました ～オオムラサキの春～

#### 実は・・・

オオムラサキがエノキに登った2日前、オオムラサキの幼虫より大きくて、背中に3列の突起があるゴマダラチョウの幼虫が登ったことを確認しました。オオムラサキよりも早く、エノキに登るようです。塩原では、ゴマダラチョウはオオムラサキより数が少ないようなので、無事に羽化するよう、こっちも見守っていこうと思います。



少し早く登ったゴマダラチョウの幼虫



エノキに登ったオオムラサキの幼虫 撮影日:2020.4.17

4月17日、植木鉢に植えてあるエノキをのぞいていると、『あっ、登ってる、登ってるぞ!』いつもの叫び声が、箱の森の童夢館に響きました。それは、エノキの二股の所に、まだ体色の黒っぽいオオムラサキの幼虫を見つけたからでした。オオムラサキの幼虫は越冬するため、冬の初めにエノキの木を下りて、落ち葉の下でじっとしています。月日が経ち春を迎えると、再びエノキに登ります。エノキに登るのがいつごろなのかを確かめるため、私は去年の冬に、10匹のオオムラサキの幼虫を植木鉢のエノキの下で、越冬させました。3月中旬になるとエノキの芽も大きくなりましたが、幼虫たちは、まだ葉の裏でじっとしています。4月の中旬になると、新しい葉が開き始めてきました。そして、この日を迎えたのです。オオムラサキの幼虫が、ついにエノキに登ったのです。蝶の先生に話を聞くと、幼虫たちはここから1カ月ぐらい、ジツとしていて、それから活動を始めるとのことでした。この日、登った幼虫は、2匹確認できました。先生から、「すべての幼虫が登れるとは限らないんだ。3分の2ぐらい登ればいい方だよ」と聞いて、自然の厳しさを再確認させられました。「これから、あつたかくなるから、がんばって登れよ!」と声をかけて、これからも見守っていくことにしました。

あきお

## 編集後記

今年も引き続き広報担当の1人目の高久です。新聞やテレビも新型コロナウイルスの話題ばかりですね。これまでとは変化した日々、皆さん大変な思いをされていることと思います。イベントなどが中止になり取材に行く機会もめっきり減っていますが、広報担当からすれば、取材に行き、たくさんの人の魅力を感じられるところがこの仕事の醍醐味です。今はただ1日も早い収束を願うばかりです。これからは新しい生活様式を取り入れ、感染に気をつけながら、少しずつ日常を取り戻していきましょう!

(高久た)

この春から念願の広報担当になりました、2人目の高久です。この名字、東北地域では地名にもなっていて、なじみのある方も多いかと思えます。しかし、進学のため県外に引っ越したとき、周囲の人に「初めて会った」「なんて読むの?」と、とても珍しがられた経験が。今まで当たり前だと感じていたことが、実はこの地域ならではの特色だったという、印象深い思い出です。広報づくりを通じて、まちの魅力や大切な情報をもれなく届けられるよう、勉強していきたいと思えます。よろしくお願ひします。

(高久ま)



## おうちでできるストレッチ特集!! vol.2

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、自宅ですぐにできるストレッチを紹介! 第2回はお尻や肩周りのストレッチです! 外出する機会が少なくなり、自宅ですぐ座っているとお尻や肩回りが凝りやすくなります。今回紹介するストレッチで身体のストレスを解消しましょう!



今回の講師  
谷 順成 (25)  
岐阜県出身で、広島から移籍して那須ブラーゼンに新加入。昨年プロ初勝利した勢いで、那須でも旋風を巻き起こします!!

※ストレッチは自分のレベルに合わせて行ってください。

### 01 お尻のストレッチ

四つんばいの状態から、お尻をゆっくりと横方向へ動かして、お尻の側面を伸ばしていきます。このとき動かした方向のお尻(右図赤丸)が伸びていることを意識してストレッチしていきます。反対も同様にゆっくり伸ばしていきます。床にしている膝が痛い場合は、クッションなどの上で行ってください。

※上から見た状態



### 02 肩回りのストレッチ1

まず四つんばいの状態になり、お尻を後ろに下げて腕を伸ばしていき、肩回りを伸ばします。このとき、しっかりと深呼吸してリラックスしながら10秒程度伸ばしてください。先ほどと同様、床にしている膝が痛い場合は、クッションなどの上で行ってください。



### 03 肩回りのストレッチ2

イスや床に座り、頭の後ろで片方の手をつかみ、頭の中央の方向へ引っ張ります。この状態で、肩回りを10秒程度伸ばしていきます。反対側も同様に行ってください。無理に引っ張らずに、ゆっくりと深呼吸しながらストレッチするようにしましょう。



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!

トチギーブックス  
TOCHIGI eBOOKS  
栃木県のすべてがそろう「電子書籍」ポータルサイト「トチギーブックス」



#### Tochigi ebooks とは

広報なすしおばらを含む県内の自治体が発行する広報誌などを電子書籍化し、無料閲覧できる地域特化型電子書籍ポータルサイトです。

check!!



お手数ですが  
63円切手を  
貼ってください

3 2 5 8 5 0 1

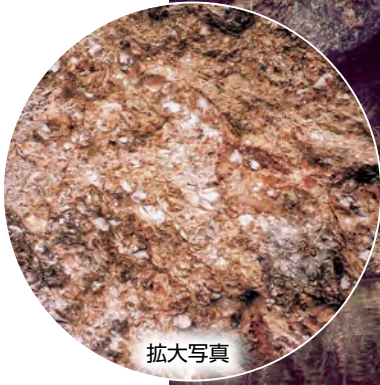
那須塩原市役所  
シティプロモーション課  
「広報なすしおばら係」行

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





大黒岩(含化石チャンネル堆積物)(金沢市内)



拡大写真

## 私のまちの 近い 遺産

▶ 問い合わせ  
国生涯学習課  
☎0287(37)5419

### 岩は何にもイワないけれど ～過去からのメッセージ～

令和2年3月31日に大黒岩(含化石チャンネル堆積物)が栃木県の天然記念物に指定されました。それを記念し、今回は岩や石の文化財を紹介し

今から約1200万年～約1000万年前の中新世中期ごろ、日本の海岸線は今と大きく異なっていました。本県は現在海なし県ですが、かつて八溝山地と足尾山地の一部以外はほぼ海だったため、県内各地からこのころの化石が産出します。中でも塩原地域は日本を代表する化石産地の一つで、日本の古生物研究が始まったことから多くの研究者が調査を行ってきました。塩原地域で産出する化石の多くは貝類で、塩原動物群と呼ばれています。これが産出すると、かつてこの場所が沿岸域で冷涼な気候だったと類推され、この時代の日本の貝類動物群の指標になります(近年では調査が進み、暖流系動物群の特徴種につながる系統も報告

されています)。さらに、化石を含む堆積物の土の粒が細かいと沖合だったことを示し、粒が大きいと沿岸であったことがわかります。大黒岩には、隣接する同時期の堆積物とは異なった特徴の堆積物が含まれています。隣接する堆積物より粒が大きく(含礫砂岩・粗粒砂岩)、そこに含まれる貝類化石が2枚そろっていなかったり割れていたり、殻がバラバラだったりすることから、別の場所(より浅い海底)から流されて積もったものと考えられます。大黒岩は沖合の貝類化石と沿岸域の貝類化石が一つの場所にまとまり、この地域を特徴づける化石を豊富に含み、学術的な価値が高いため、県の天然記念物として指定されたのです。

#### Topic

#### 自然が作り出す結晶 「塩原の材木岩」

溶岩やマグマは冷えて固まる時、少しかだけ体積が小さくなって縮みます。冷えていく過程で五角形や六角形の柱状の割れ目ができます。これを柱状節理といいます。溶岩が川の流れて浸食されたり、地下にあったマグマが隆起して地表に姿を現したりと、その中にできていた柱状節理が私たちの目の前に現れます。「塩原の材木岩」は、その名のとおり材木のような形をしています。箒川の布瀧左岸には一面の柱状節理をみることができ、代表的な景勝地となっています。

