

さくら

2014年(平成26年)

5月

No.193



昨年の「第4回加須市民平和祭」で唄を披露した際の様子

地域の伝統「田植唄」を披露！

田植えが最盛期を迎えるこの時期、5月3日(土)に加須市で行われる「第5回加須市民平和祭」で今年も本市の野州田植唄保存会の皆さんが、市指定無形民俗文化財である野州田植唄などを披露します。また、5月10日(土)に柿木澤地内で開催される「お田植え祭り」でも唄を披露します。昔ながらの姿で唄に合わせて田植えをしますのでぜひご覧ください。

- 2 特集 さくら市は栃木SC「地域支援パートナー」です
- 4 SA・KU・RA FMの放送時間が変わりました!
- 6 春の狂犬病予防注射・犬の登録
- 7 人間ドック・脳ドック等検診の受付
- 10 さくらトピックス
- 15 暮らしの情報

地域支援パートナーの主な内容

- 栃木SCのホームゲームの際、ゴール横ピッチ看板等に市名と「日本三大美肌の湯・喜連川温泉」の掲出
- 栃木SCの広報ポスター等への市名と「日本三大美肌の湯・喜連川温泉」の掲載
- 「さくら市民デー」・さくら市の観光PRイベント開催
- さくら市が行う教育・健康増進・スポーツ振興事業等への協力（健康体操教室やサッカー教室開催等）
- さくら市が行うイベントへのマスコットキャラクター派遣



さくら市を応援します さくら市を応援してくれる頼もしい方々をご紹介します。

さくら市観光PR大使

うえの よしあき
上野佳昭ゼネラルマネージャー



喜連川出身で高校3年生まで喜連川で育ちました。生まれ育った故郷をスポーツを通して全国に発信すべく、活動を続けていく所存です。今後とも栃木SCの応援をよろしくをお願いします！

平成25年5月26日 委嘱

喜連川高出身。サッカー選手として中央大学・日本リーグ古河電工などで活躍。日本サッカーの育ての親であるデットマール・クラマー氏が惚れ込み「栃木のスッポン」と言われていました。

喜連川温泉PR大使

あかい ひでゆき
赤井秀行 選手



毎年さくら市から多くの方が応援に来てくださり、とても力になっています！これからも喜連川温泉やさくら市の魅力を多くの方に知ってもらえるように頑張ります!! また喜連川温泉に癒されに行きますね!!

平成24年12月12日委嘱

栃木SCに所属してから頻りに喜連川温泉を訪れ、各種メディアや平成24年11月に実施された「さくら市民デー」のマッチデープログラム内で喜連川温泉のPRを行っていただきました。



【写真左から】岡田教育長、橋本(株)新朝プレス社長、上野栃木SCゼネラルマネージャー、人見市長、天野日本知的障がい者サッカー連盟理事長、堀江広報・企画運営部長、角田副市長

もうひとつのワールドカップ 日本代表チーム合宿地に決定

今年8月にブラジルで開催される「INASサッカー世界選手権大会」に出場する日本代表チームの合宿地にさくら市が選定されました。

この大会は、FIFAワールドカップ開催年と同じ開催国で行われる知的障がい者サッカーの祭典で「もうひとつのワールドカップ」と言われています。

今回の合宿は5月3日(土)～6日(火)まで行われ、5月5日(月)には矢板中央高校との練習試合が市鬼怒川運動公園で予定されています。また、6月にも同所にて合宿が行われます。

皆さん、日本代表チームの応援よろしくをお願いします。

特集

さくら市は 栃木SC「地域支援パートナー」です



©TOCHIGI SC



【写真左から】赤井選手、上野栃木SCゼネラルマネージャー、人見市長、水沼栃木SC社長

市は、栃木サッカークラブ（栃木SC）と「地域支援パートナー」契約を結びました。これから、パートナーとしてさまざまなイベントを通して、お互いに協力をしていく予定です。詳しい内容は決まり次第、広報紙やホームページでお知らせします。

左の写真は、調印式の様子です。これから、栃木SCの選手と触れ合う機会が増えていきますので、皆さん、お楽しみに！

栃木SCはどんなチーム？

1946年北山寛氏を中心に栃木県初のクラブチームとして栃木蹴球団が創設。(1953年に教員中心の「栃木サッカークラブ」に名称を変更) 1999年、関東社会人サッカーリーグで初優勝。2002年ジュニアユース・ジュニアチーム、2007年レディースチームを設立。2007年2月Jリーグ準加盟、2008年12月Jリーグ加盟。2009年3月からJリーグディビジョン2に参戦しています。

ホームタウン・宇都宮市
活動地域・栃木県全域
マスコット・トッキー

栃木SC地域支援パートナーとは？

「Tochigiに感動を！こどもたちに夢を！」を合言葉にホームタウン活動を展開している栃木SCの理念に賛同し、栃木SC支援・協働と互恵の精神のもと連携を図り、栃木SCが目指す豊かなスポーツ文化の醸成の実現・スポーツの持つ力で地域の発展に寄与することを目的に、パートナー契約を締結した自治体を「地域支援パートナー」と称しています。

介護についておしゃべりしましょう会

【対象】 介護についての悩みや心配事のある方、介護について話をしたい方

- ① 【日時】 5月14日(水)
午前10時～11時30分
【場所】 まちづくりネットワーク「笑顔」(とちじゅう交流館)
※駐車場は喜連川支所をご利用ください。
- ② 【日時】 5月22日(木)
午前10時～11時30分
【場所】 市民活動応援館「樹」(eプラザ式番館1階)

【問】保険高齢対策課 ☎681-1116

おしゃべり場

- 【対象】 60歳以上の方ならどなたでも
【日時】 5月13日(火)
午前10時～11時30分
【内容】 おしゃべりや健康体操などを通して、口や手や脳を動かしながら楽しい時を過ごします。
【場所】 市民活動応援館「樹」(eプラザ式番館1階)



〈市内施設イベント情報〉

道の駅きつれがわ

【問】 道の駅きつれがわ ☎686-8180

■こどもの日イベント

- 【日時】 5月5日(月) 午前10時～午後3時
【内容】 宝探し、サッカーチャレンジゴール、コンタ君と写真を撮ろう
【対象】 小学生以下

■道の駅きつれがわウォーキング教室&ポピー畑散策ウォーク

- 【日程】 5月25日(日) ※小雨決行。
※午前9時に道の駅きつれがわ館内集合。
【費用】 1,000円 【定員】 30名(先着順)

eプラザ式番館

【共催・問】 さくら情報館 ☎681-5757(月休)

■市民水彩画展

- 【期間】 5月6日(火)まで
【内容】 賞翫会メンバーのコレクション品(水彩画)の展示
【問】 賞翫会(桑島) ☎682-9050

■美術協会純展 栃木支部 デッサン展

- 【期間】 5月16日(金)～21日(水)
【内容】 デッサン作品約30点の展示
【問】 美術協会 栃木支部(秋山) ☎090-7726-5602

データ放送発信中!

とちぎテレビ(3チャンネル)にて市の情報を発信しています。ぜひご覧ください!



データ放送をご覧いただくには…

とちぎテレビ(3チャンネル)にチャンネルを合わせ、1～2分してからリモコンの「d」ボタンを押してください。

骨髄提供希望者登録受付の実施

【日時】 第2・4火曜日 午前11時～11時30分
※電話または来所等により要予約。

【内容】 問診、血圧測定、採血

【登録要件】

- ①骨髄・末梢血幹細胞の提供内容を十分理解し、かつ家族の同意を得ている方。
- ②年齢が18歳以上54歳以下で体重が男性45kg以上、女性40kg以上の健康な方。

【申込先・場所】 県北健康福祉センター ☎0287-22-2679

SA*KU*RA FM

の

放送時間が変わりました!

Radio Berry (FM栃木)で毎週水曜日に放送している「SA*KU*RA FM」の放送時間が正午～午後0時49分に変更されました。1年ぶりにパーソナリティにカムバックした熊谷光紗さんと、レポーターの、Laugh (ラフ)さんが、イベント・観光情報、美味しい農産物情報等さくら市の魅力ある情報を皆さんにお届けしていきます!



〈番組内容〉

■さくら生レポート

新レポーター Laugh (ラフ)さんが、市内の観光名所や人気スポット等からフレッシュレポートをお送りします。

■さくらウォーカー

パーソナリティの熊谷光紗さんが、市内の様々なイベントや活躍している人を紹介します。

■さくらインフォメーション

道の駅きつれがわと市からのお知らせをお伝えします。

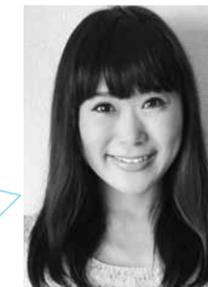
■MISA'Sキッチン

市内の直売所からオススメの旬な農産物を紹介。そして、パーソナリティの熊谷さんが農産物を使ってクッキング!美味しいレシピも紹介します。



〈お2人から皆さんへメッセージ!〉

ただいま!そして、はじめまして!初代パーソナリティの熊谷光紗です。再びこうして皆さんにお会いできる機会をいただき、とても嬉しく思います。さくら市は私にとって第2の故郷。街中駆け回り、沢山の街の人に出会い、さくら市の魅力をお伝えしていきます♪宜しくお願いします!



パーソナリティ
熊谷 光紗さん

楽しさいっぱい笑顔がいっぱいさくら市!定番のあのスポットやみなさんが知らないような穴場スポットなど、皆さんとさくら市を結び付けられるような、そんなレポートを心がけます!いつでも笑顔を大切に!精一杯頑張ります!



レポーター
Laughさん

「さくらメイツ」が決定しました!



【写真左から】荒川 裕子さん 猪瀬 希さん(準グランプリ) 荒川 実香さん(グランプリ)
荒川 晴香さん(準グランプリ) 大久保 千尋さん

喜連川温泉は、佐賀県の嬉野温泉、島根県の斐乃上温泉に並び「日本三大美肌の湯」と称されています。

「さくらメイツ」は、喜連川温泉の知名度の向上を目指し、観光キャンペーン等の各種イベントで喜連川温泉のPR活動をしていただきます。また、喜連川温泉はもとより、さくら市の様々な魅力を全国に発信しますので、よろしくお願ひします。

人間ドック・脳ドック等検診の受付

市では、「人間ドック・脳ドック等」の検診費用の一部（20,000円）を助成しています。

検診機関	コース	個人負担(助成後)
栃木県保健衛生事業団 ☎623-8282	人間ドック基本 人間ドック婦人	21,688円 33,568円
黒須病院 ☎681-8811	日帰り人間ドック	23,200円
自治医科大学健診センター ☎0285-44-2100	人間ドック	25,500円
鷺谷病院 ※送迎あり(さくら市役所前から) ☎648-0484	脳ドック	18,880円
	一般人間ドック	22,120円
	心臓ドック	8,080円
	総合人間ドック(脳)	46,960円
	総合人間ドック(膵臓)	46,960円
	総合人間ドック(心臓)	39,400円
藤井脳神経外科病院 ☎673-6211	脳ドック	23,200円
宇都宮セントラルクリニック ※市役所前から送迎あり ☎657-7300	脳ドック	23,200円
	心臓ドック	23,200円
	一般ドック	21,040円
	レディースドック	34,000円
	総合脳ドック	55,600円
宇都宮記念病院 ☎625-7831	人間ドック	21,040円
国際医療福祉大学塩谷病院 ☎0287-44-1322	人間ドック	18,880円
	一泊ドック	39,400円
	脳ドック	17,800円
	日帰り+脳ドック	41,620円
済生会宇都宮病院 ☎643-4441 ※40歳以上の方は別途データ処理手数料として324円がかかります。	人間ドック男性	23,200円
	人間ドック女性	26,440円
	一泊人間ドック	45,880円
那須中央病院 ☎0287-29-2525	一泊人間ドック	43,720円
	日帰り人間ドック	21,040円
	日帰り脳ドック	21,040円
国際医療福祉大学病院 ☎0287-38-2751	日帰り人間ドック基本	21,040円
	日帰り人間ドック婦人	29,680円
	日帰り脳ドック	23,200円
那須脳神経外科病院 ☎0287-62-5500	日帰り脳ドック	15,640円
	一泊脳ドック	39,400円
宇都宮東病院 ☎683-5771	人間ドック	21,040円
	脳ドック	17,800円
	人間ドック+脳ドック	46,960円
星脳神経外科 ☎600-4410	日帰り脳ドック	23,200円
佐々木記念クリニック ※宇都宮駅から送迎あり ☎656-7117	日帰り人間ドック男性	23,500円
	日帰り人間ドック女性	25,500円
	脳ドック	23,500円
	心臓ドック	12,500円
冨塚メディカルクリニック ☎666-2555	日帰り人間ドック	34,000円
	日帰り脳ドック	7,000円

※保健センターで実施する総合健診と人間ドック・脳ドック等は、特定健診部分の検査項目が重複するため、ドックまたは総合健診のどちらか一方の受診となります。
※ドックの費用の一部助成は、年度内1回となります。

【対象者】

◎国民健康保険の被保険者
満30歳以上で本人が市税および国民健康保険税を完納している世帯に属する方。

◎後期高齢者医療保険の被保険者
本人が市税および後期高齢者医療保険料を完納している方。

【受診期間】

平成27年3月31日まで

【申込先】

保険高齢対策課
喜連川支所市民生活課

【持参品】

国民健康保険証
後期高齢者医療保険証
印鑑

※申請後「検診承認決定通知書」がお手元に届いてから、検診機関へ予約して受診してください。

6月上旬に特定健康診査受診券・健康診査受診券を発行します！

保健センターで総合健診を受診する際と、人間ドック等を受診する際は、被保険者証と受診券を提示してください。ただし、受診券は、6月上旬発送のため、6月4日(水)までに特定健診を受診する方は、受診券は必要ありません。

※特定健診とは40歳以上75歳未満の国保被保険者に対し、糖尿病等の生活習慣病に着目したメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の早期発見、予防をするための健診です。

※年度途中で国保加入された方は、保険高齢対策課までお問い合わせください。

【問】 保険高齢対策課 ☎681-1116

春の狂犬病予防注射・犬の登録

生後91日以上の全ての犬は、一生に一度の登録と、狂犬病予防注射を受けなければなりません。「問診票付案内ハガキ」を郵送しますので、注射当日にお持ちください。また、登録をしていない犬を飼っている人は、当日会場で登録手続きをしてください。(動物病院でも登録と注射ができます)

◆狂犬病予防注射料
3,500円
◆登録手数料
3,000円
※つり銭の無いようお願いいたします。



【氏家地区】

日	班	時間	場所	
5月9日(金)	A	9:00~9:20	大野公民館	
		9:30~9:45	櫻野集落センター	
		9:55~10:05	氏家新田公民館	
		10:15~10:25	上野公民館	
		10:35~10:50	柿木澤公民館	
		11:00~11:15	しおのや食材センター(旧JA狭間田支所)	
			11:25~11:35	根本公民館
	B	9:00~9:15	JA松山倉庫	
		9:25~9:35	横町公民館	
		9:45~10:15	ふれあい保育園東側駐車場	
		10:25~10:35	女性アグリセンター	
		10:45~10:55	松島公民館	
11:05~11:25		蒲須坂公民館		
5月11日(日)	A	9:00~9:15	下新田公民館	
		9:25~9:40	勝山町公民館	
		9:50~10:05	上阿久津公民館	
		10:15~10:30	川岸公民館	
		10:40~11:00	あおぞら保育園東側駐車場	
		11:10~11:25	富野岡公民館	
	B	9:00~9:15	馬場公民館	
		9:25~9:40	JA押上倉庫	
		9:50~10:05	長久保公民館	
		10:15~10:40	大野公民館	
		10:50~11:25	市役所正面入口付近	

【喜連川地区】

日	班	時間	場所	
5月10日(土)	A	8:55~9:10	葛城公民館	
		9:20~9:35	葛城上坪(連城橋付近)	
		9:45~10:00	旭町(旭橋付近)	
		10:15~10:40	鷺宿公民館	
		10:50~11:10	上河戸集落センター	
		11:20~11:35	下河戸北多目的集会施設	
			11:45~12:00	下河戸南多目的集会施設
	B	8:45~9:10	喜連川支所	
		9:20~9:35	早乙女公民館	
		9:45~10:00	小入公民館	
		10:15~10:30	フィオーレ公民館	
		10:40~10:55	金枝公民館	
11:05~11:20		鹿子畑公民館		
		11:35~11:50	穂積集落センター	

※都合のよい場所で受けてください。
※戸別訪問による予防注射をご希望の場合は、動物病院にご相談ください。

【問】

- 犬が死亡した場合、行方不明になった場合
環境課 ☎681-1126
- 犬・猫に関する苦情・相談
県動物愛護指導センター ☎684-5458

飼い主のみなさんへ…

🐾ふんの後始末はちゃんとしましょう！

散歩の仕方や「ふん」の始末についての苦情が数多く寄せられています。飼い主さんは、だれもが気持ちよく生活できるようマナーを守ってください。

- 散歩中にした「ふん」は必ず持ち帰りましょう。
- 散歩は必ずリード(引き綱)をつけましょう。

🐾迷子札をつけましょう！

最近、迷子の犬が増えています。ほとんどの犬に迷子札がついていないために飼い主と連絡を取ることができません。

飼い主を明らかにするため、市で交付した鑑札や予防注射済票、迷子札をつけましょう。

平成26年度から適用される市・県民税（個人住民税）の税制改正について

【問】 税務課 ☎681-1114

市・県民税（個人住民税）の均等割の税率が変わります

地方公共団体が実施する防災のための施策に要する費用の財源を確保するため、地方税法が改正され、市・県民税の均等割の税率がそれぞれ年額500円加算されます。

区分	改正前の税率	改正後の税率
市民税均等割	3,000円	3,500円
県民税均等割	1,700円	2,200円
計	4,700円	5,700円

※市・県民税が非課税の方は、税率引き上げの影響はありません。

※県民税の均等割には、「とちぎの元気な森づくり県民税」として700円が加算されています。

【適用期間】 平成26年度～35年度まで

給与所得控除の見直し

その年中の給与等の収入金額が1,500万円を超える場合の給与所得控除額について、245万円の上限が設けられました。

給与所得控除額	
改正前	改正後
給与収入金額×5%+170万円	245万円

特定支出控除の拡充

給与所得者については、給与所得控除とは別に、「特定支出控除」が認められています。平成26年度には、次の支出が追加されます。

- ①弁護士、公認会計士、税理士等の資格取得費
- ②勤務必要経費（図書費、衣服費、交際費など）として給与等の支払者による証明がされたもの（上限65万円）

軽自動車税・自動車税の納付について

軽自動車税（市税）・自動車税（県税）は4月1日現在の所有者に課税されます。平成26年度の納税通知書を、自動車税は5月1日（木）に、軽自動車税は5月9日（金）に発送しますので、6月2日（月）までに必ず納めましょう。

（銀行や郵便局等の金融機関のほか、コンビニエンスストアでも納付できます）

<適用判定基準の見直し>

適用判定の基準が給与所得控除額の2分の1（改正前：給与所得控除額の総額）に緩和されました。なお、給与等の収入金額が1,500万円を超える場合は、125万円の控除となります。

年金所得者が寡婦（寡夫）控除を受ける場合の申告手続きの簡素化

収入が公的年金収入のみで、これまで市・県民税申告で寡婦（寡夫）控除だけを申告した方について、年金保険者（日本年金機構や共済組合等）に提出する「扶養親族等申告書」で寡婦（寡夫）である旨を申告した場合は、市・県民税申告が不要となります。

※「扶養親族等申告書」に寡婦（寡夫）の記載漏れがあった場合は、税務署への確定申告または市への市・県民税の申告が必要となります。

ふるさと寄附金税額控除の見直し

平成25年から復興特別所得税が創設されたことに伴い、ふるさと寄附金に係る市・県民税の寄附金控除の算定に用いる所得税の限界税率に、復興特別所得税率（100分の2.1）を乗じて得た率を加算する措置が設けられました。

【適用期間】 平成26年度～50年度まで

<限界税率について>

所得税の課税所得金額	所得税限界税率
0円～195万円以下	5%
195万円超～330万円以下	10%
330万円超～695万円以下	20%

※所得税の課税所得金額が695万円を超える方は、お問い合わせください。

納期限を過ぎても納税しない場合は、督促状が送付され、延滞金もかかりますのでご注意ください。また、所有者や住所を変更した場合は、登録変更の手続きをお願いします。

【問】 ○軽自動車税（市税）に関する問い合わせ
税務課 ☎681-1114

○自動車税（県税）に関する問い合わせ
矢板県税事務所 ☎0287-43-2171

みんなで防ごう高齢者虐待！

高齢者虐待を防止するために

地域の人が、介護している家族やひとり暮らしの高齢者を見守り、次のようなサインに気付くことが虐待を防ぐ第一歩です。どれか一つでも当てはまる場合、虐待の疑いがあります。虐待に気付いた場合は、早めに通報してください。

- 高齢者の身体に傷、あざ、やけど等がある
- 高齢者宅から、高齢者の悲鳴や怒鳴り声が聞こえる
- 高齢者の体重が、短期間のうちに極端に減った
- 高齢者の住居や高齢者本人の身体が、極端に非衛生的で異臭がする
- 高齢者から「家族からお金をとられた」「年金が入ってこない」等の訴えがある
- 高齢者が、家に居たくないと言ったり、怯えたりしている
- 家族が、高齢者の健康への関心が低く、受診や入院の勤めを拒否する
- 家族が、介護が辛いことを理由に、体調不良を訴えている

【相談窓口】

- 地域包括支援センター而今 ☎685-3294
（担当地区：喜連川地区、押上、長久保、蒲須坂、箱森新田、松山新田、松島在住者）
- 地域包括支援センターエリム ☎681-1213
（担当地区：上記以外の在住者）
- 保険高齢対策課 ☎681-1116

近年、高齢者を介護する中で、「虐待」と思われる行為が起きており社会問題となっています。平成18年には「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）」が施行されました。虐待を未然に防ぐため、高齢者虐待について正しく理解しましょう。

高齢者虐待とはどんなこと？

- ①身体的虐待
たたく・殴る・つねる等身体に傷を負わせる、または傷を負う恐れのある暴力を加えること
- ②介護・世話の放棄・放任
食事や排せつ等の世話をしない、医者に行かせない、介護サービスを利用させないこと
- ③心理的虐待
怒鳴る、無視する、恥をかかせる等精神的に傷つけること
- ④性的虐待
わいせつなことをしたり、させたりすること
- ⑤経済的虐待
金銭を渡さない、本人の年金や財産等を勝手に使うこと

※家族・親族だけでなく、介護サービス事業者や施設職員がこのような行為を行っている場合も虐待になります。

「成年後見制度」をご活用ください

成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がいなどのため判断能力が十分でない人が不利益を被らないように家庭裁判所に申し立てをして、財産管理や契約等の法律行為を代わって行う後見人等を付ける制度です。

- 例えば…
- 母が不要なリフォームの契約をしてしまった。
 - 私たちも高齢で知的・精神障がいを持つ子供の将来が心配だ。
 - 一人暮らしの親戚の人がいて金銭管理ができていないみたいなので心配。

<成年後見制度個別相談会>（要予約）

法律の専門家（司法書士）が本人、親族、支援に携わっている関係者の相談をお受けします。

【日時】 偶数月の第3水曜日 午前10時～正午

【場所】 氏家公民館（6月、10月、2月）
喜連川公民館（8月、12月）

【予約先・相談窓口】

- 地域包括支援センターエリム ☎681-1213
- 地域包括支援センター而今 ☎685-3294
- 障がい者支援センターふれあい ☎681-6666
- 障害者相談支援センター桜花 ☎681-6720
- 市民福祉課（障がい者） ☎681-1161
- 保険高齢対策課（高齢者） ☎681-1116



環境交流会を開催(3/22)

市民環境会議(藤田幸生 会長)主催による、第2回さくら市環境交流会が市役所で開催されました。「さくら市ごみ問題を考える会」の荒井美智子会長より活動内容の発表がありました。また、環境保全活動への取組をされています団体の皆さん、環境に対して関心をお持ちの皆さんが参加され、さまざまな活動紹介や意見交換などがなされました。

土地改良事業竣工記念碑の

除幕式・竣工記念式典を開催(3/24)

江川南部土地改良区主催による、土地改良事業竣工記念碑の除幕式および竣工記念式典が開催されました。人見市長、塩谷南那須農業振興事務所長をはじめ多数の来賓、関係者が出席し、江川南部地区圃場整備の完了を祝い、同地区の農業の発展を願いました。

事業の完了を記念して建立された記念碑には、同地区農業者の思いが込められた「豊穰江川三郷」という文字が刻まれています。



消防団辞令交付式(4/1)

今年度の体制は次のとおりです。市の安全のために、よろしくお願いします!

- | | | | | | |
|-------|-------|--------|-------|--------|-------|
| ◆団長 | 永井 久男 | ◆副本部長 | 中山 宗 | ◆第五分団長 | 寺坂 厚一 |
| ◆副団長 | 土屋 恭則 | ◆第一分団長 | 内藤 芳泰 | ◆第六分団長 | 村上 光洋 |
| ◆副団長 | 高瀬 裕之 | ◆第二分団長 | 斉藤 恒夫 | ◆第七分団長 | 角田 充也 |
| ◆本部長 | 村上 昇 | ◆第三分団長 | 小堀 将孝 | ◆第八分団長 | 小沼 豊治 |
| ◆副本部長 | 小林 正幸 | ◆第四分団長 | 荒牧 学 | | (敬称略) |

住宅用火災警報器普及作戦

塩谷広域行政組合消防本部では、住宅用火災警報器のイメージキャラクターを制作しました。その名は、「超住守備隊・住警ジャー」といい、住宅用火災警報器の紹介を始め、地域に密着した街づくりのお手伝いをします。

【問】塩谷広域行政組合消防本部
☎0287-44-2513



永年勤続退任民生委員・児童委員表彰を受賞



平成25年11月30日をもって主任児童委員を退任された、稲本敦子さん(川岸)が全国民生委員児童委員連合会長より永年勤続退任民生委員・児童委員表彰を受賞されました。これは、19年間にわたり主任児童委員として本市の地域福祉向上のためにご尽力され、その功績が評価されたものです。稲本さんは、「多くの方の協力があって長年勤めることができました。今後もこれまでの経験を生かし、市福祉事務所の相談員として少しでも皆さんのお役に立てればと思っています」と話されました。稲本さん、長い間ありがとうございました。そして、これからも市民のためによりしくお願いします。

認知症サポーター養成講座を実施(3/10)

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識を理解し、偏見を持たず、認知症の方やその家族を見守る応援者です。喜連川保健センターで認知症サポーター養成講座が実施され、寸劇も交えて認知症について学びました。講座を終えて参加者からは、「寸劇による表現がわかりやすく、理解できた」「認知症の方と心を穏やかに接していきたい」などの声がありました。今後も、随時認知症サポーター養成講座を開催します。概ね5名以上の希望者がいれば講座を開催しますので、希望の方は、保険高齢対策課(☎681-1116)へお問い合わせください。



地域包括支援センター職員による寸劇の様子

第5回福祉講演会を開催(3/15)



氏家公民館で第5回福祉講演会が開催されました。東日本大震災から3年が過ぎた中、第1部では、さくら清修高校生が被災地支援活動の様子を報告し、第2部では、宮城県女川町で避難所運営の第一線で活躍された平塚栄一さんによる講演会を行いました。想定外の大被害を引き起こした大震災の記憶が薄れつつある中で、もう一度振りかえることができ、参加者からも「とても良いお話を聞くことができました」との感想をいただきました。

サケ稚魚放流体験を実施(3/16)

道の駅きつれがわ隣の荒川で、那珂川北部漁協組合喜連川支部主催のサケ稚魚放流が行われました。この日は、地域の子もたちが集まり、約1万匹の稚魚を「大きくなって元気に帰ってきてね」と願いを込めて言いながら、放流しました。稚魚は、海へ出て約4年後に1~2%の割合で成魚となって放流された川に戻ってくるそうです。みんなの願いが叶ってまた再会できると良いですね。



臨時福祉給付金のご案内

① 臨時福祉給付金とは？

平成26年4月からの消費税率の引上げに伴い、所得の低い方々への負担の軽減を図るため、暫定的・臨時的な措置として支給する給付金です。

② 支給対象者

平成26年度分市町村民税（均等割）が課税されない方

（ただし、ご自身を扶養している方が課税される場合
生活保護制度の被保護者となっている場合 は対象外です）

③ 支給額

○支給対象者1人につき1回限り1万円

○給付対象者の中で下記に該当する方は5千円を加算

- ・高齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金等の受給者など
- ・児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

④ 申請手続

この給付金を受け取るには、基準日（平成26年1月1日）時点で住民票のある市町村への申請が必要になります。申請・支給手続き方法については、現在準備中です。

具体的な申請の受付時期・手続等については、決まり次第、市のホームページ、広報紙等でお伝えする予定です。

ご不明な点は、下記の連絡先までお問い合わせください。
【問】市民福祉課 ☎681-1160

厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>

給付をよそおった「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください。ご自宅や職場などに市町村や厚生労働省（の職員）などをかたった電話がかかってきたり、郵便が届いたら、迷わず、お住まいの市町村や最寄りの警察署（または警察相談専用電話（#9110））にご連絡ください。

春の交通安全県民総ぐるみ運動を実施



春の交通安全県民総ぐるみ運動が4月6日（日）～15日（火）までの10日間行われました。初日の6日（日）は、さくら警察署前で交通関所開きを行い、市の交通3団体（さくら地区交通安全協会・さくら地区安全運転管理者協議会・さくら地区職域交通安全連合会）を主体とする多くの交通団体や行政区の皆さんが参加しました。

また、市では今年度も交通教育指導員を設置し、交通講話や交通安全の指導と交通事故の防止等に取り組みますので、皆さんのご協力をお願いします。

姉妹都市交流事業を実施

◎第4回ミニバスケットボール交流大会OTONE-CUP2014（3/9）

加須市大和根文化体育館で第4回ミニバスケットボール交流大会OTONE-CUP2014が開催されました。本市から押上ミニバスケットボールクラブが参加し、見事ブロック別で優勝しました。

子どもたちは、「県外での試合は初めてでしたが、今のメンバーでの最後の試合で優勝することができてうれしかったです」と話されていました。



◎第1回加須ふじの里駅伝大会（3/16）



加須市ふじアリーナ周辺道路で第1回加須ふじの里駅伝大会が開催されました。市陸上教室に通う小学生2チームが姉妹都市交流事業として招待され、男子チームは7位、女子チームは14位と健闘しました。

参加したスタッフは、「今回は小学生の部にしか参加できませんでしたが、来年は一般の部も参加し、交流を深めていきたいです」と話されていました。

姉妹都市交流事業助成金の交付について

市民で組織する団体が姉妹都市（茨城県古河市・埼玉県加須市）の団体との親善や交流を図る事業に対し助成金を交付します。

【対象】 構成員が5人以上で会則・規約等を定めている団体

【助成金】 1人3,000円まで（30人を限度）

【応募期間】 随時

【申込先・問合せ先】 企画政策課 ☎681-1113

＊健康増進課からのお知らせ(5月)＊

〈健康相談〉 申込先：健康増進課（氏家保健センター） ☎682-2589

行事名	期日等	場所
栄養相談会 (要電話予約)	21日(水) 午前9時30分・10時30分・午後1時30分・2時30分	喜連川 保健センター
乳幼児相談 (要電話予約)	14日(水) 受付：午前9時30分～10時30分 内容：育児相談・栄養相談・身体計測	氏家 保健センター
ことばの相談(乳幼児) (要電話予約)	9日(金)	氏家 保健センター
こども発達相談 (要電話予約)	1日(木)	氏家 保健センター

〈心の健康相談〉 申込先：矢板健康福祉センター ☎0287-44-1297

行事名	期日等	場所
心の健康相談 (要事前予約)	23日(金) 受付：午後1時30分～3時	矢板健康福祉 センター

〈教室〉 申込先：健康増進課（氏家保健センター） ☎682-2589

行事名	期日等	場所
ママ・パパカフェ (要電話申込)	①6月7日(土) ②9月21日(日) ③12月7日(日) ④3月14日(土) 午前9時30分～11時 ※①～④のいずれかの日に参加してください。 内容：パパの妊婦体験、沐浴おむつ交換等の子育て体験等 対象：妊婦および家族 定員：各10組(先着順)	喜連川 保健センター
貯筋フィットネス (要電話申込)	9日(金) 受付：午後6時45分～ (対象：運動を始めたいと思う方)	氏家 保健センター

＊乳幼児健診・相談は母子手帳を持参してください。

子育て世帯臨時特例給付金のご案内

① 子育て世帯臨時特例給付金とは？

平成26年4月からの消費税率の引上げに伴い、子育て世帯の家計への負担を減らし、消費の下支えを図るため、児童手当を受給している方に支給する給付金です。

② 支給対象者

次のどちらの要件も満たす方

- 平成26年1月分の児童手当・特例給付を受給
- 平成25年の所得が児童手当の所得制限限度額未満

③ 対象児童

支給対象者の平成26年1月分の児童手当・特例給付の対象となる児童

〔ただし、「臨時福祉給付金」の対象となる児童 および
生活保護制度の被保護者にあたる児童 は対象外です〕

<注意点>

- 平成26年1月1日に生まれた児童については、平成26年2月分の児童手当・特例給付の対象となっていれば、対象児童に含まれます。
- 上記の児童手当・特例給付の対象児童であれば、子育て世帯臨時特例給付金の申請・支給時に中学校を卒業している場合であっても、対象児童に含まれます。
- 平成26年1月1日以後に亡くなられた児童は対象外です。
- 「臨時福祉給付金」の対象となる場合、別途申請が必要です。内容は、P.13の「臨時福祉給付金のご案内」をご覧ください。

④ 支給額

対象児童1人につき1回限り1万円

⑤ 申請手続

この給付金を受け取るには、基準日(平成26年1月1日)時点で住民票のある市町村への申請が必要になります。申請・支給手続方法については、現在準備中です。

具体的な申請の受付時期・手続等については、決まり次第、市のホームページ、広報紙等でお伝えする予定です。

ご不明な点は、下記の連絡先までお問い合わせください。
【問】児童課 ☎681-1125

厚生労働省ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/>

塩谷広域おすすめ情報

矢板市

- がんばっぺやいた軽トラ市・春
【日時】5月11日(日)午前10時～午後3時
【場所】本通り(国道461号)
【問】矢板市商工会 ☎0287-43-0272

高根沢町

- 版画の街・高根沢2014
【日時】5月10日(土)～25日(日)
午前9時～午後5時
(最終日は午後4時まで)
【場所・問合せ】高根沢町歴史民俗資料館
☎675-7117

塩谷町

- 尚仁沢はーとらんど新緑祭り
【日時】5月18日(日)午前10時～
【場所】尚仁沢はーとらんど
【問】塩谷町産業振興課
☎0287-45-2211

姉妹都市だより

古河市(茨城県)

- 第13回ふるさと古河新茶まつり
茶畑での茶つみ体験、野点茶会、新茶手もみ実演、お茶関連商品の販売など、お茶に関する催しを行います。
【日時】5月11日(日)午前10時～午後3時
【場所】古河総合公園(古河市鴻巣399-1)
【問】古河総合公園管理事務所
☎0280-47-1129

加須市(埼玉県)

- 「おとおね童謡のふる里室」で音の世界をお楽しみください
「たなばたさま」・「野菊」など数多くの童謡や、43都道府県426校の校歌を作曲した加須市の偉人、下總皖一の展示室です。
【開館日】土日祝祭日 午前10時～午後5時
※10～3月までは、午後4時まで。
【問】○おとおね童謡のふる里室
(開館日のみ) ☎0480-72-2990
○生涯学習課(平日) ☎0480-72-1023

日	月	火	水
			
4 当番 おのこどもクリニック9:00~12:00・14:00~17:30 ☎681-1600 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	5 道 こどもの日イベント 10:00~15:00 当番 森島医院9:00~12:00・14:00~17:30 ☎682-2116 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	6 有害鳥獣捕獲実施 当番 高瀬小児科医院9:00~12:00・14:00~17:30 ☎682-5511 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	7 SA・KU・RA FM 12:00~12:49 有害鳥獣捕獲実施 き幼 未就園児わんぱく広場
11 狂犬病予防注射・犬の登録(氏家地区) 当番 花塚クリニック9:00~12:00・14:00~17:30 ☎686-7667 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	12 氏保 喜保 健康相談・妊婦健康相談 9:00~16:00 喜保 すくすく計測(乳幼児) ☎9:30~10:30	13 樹 おしゃべり場 10:00~11:30 氏公 無料不動産相談会13:30~15:30 氏保 股関節脱臼検診 ☎12:45~13:30 ①平成26年1月生 氏保 BCG予防接種 ☎12:45~13:30 ①平成25年11月生 氏幼 キッズ相談室 ヒ園 未就園児オープンガーデン10:00~11:30	14 SA・KU・RA FM 12:00~12:49 とち交 介護についておしゃべりしましょう会 10:00~11:30
18 駅東 うじえ骨董市 9:00~14:00 有害鳥獣捕獲実施 氏体 市民体育祭卓球大会 当番 根本医院9:00~12:00・14:00~17:30 ☎682-2800 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	19 氏保 喜保 健康相談・妊婦健康相談 9:00~16:00	20 氏保 5歳児歯科健診 ☎13:00~14:00 ①平成20年11月生 氏幼 キッズ相談室	21 SA・KU・RA FM 12:00~12:49 き幼 未就園児わんぱく広場
25 Radio Berry Time goes by ~Pops Forever~公開収録 14:00~(鐵竹堂) 市内一斉清掃8:00~10:00 菜っ葉館オープン8周年記念イベント 9:00~17:00 当番 きぬの里クリニック9:00~12:00・14:00~17:30 ☎612-8710 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811	26 氏保 喜保 健康相談・妊婦健康相談 9:00~16:00	27 氏保 10か月児健診 ☎12:45~13:30 ①平成25年7月生 氏幼 キッズ相談室	28 SA・KU・RA FM 12:00~12:49 ヒ園 未就園児オープンガーデン 10:00~11:30

健康増進課からのお知らせ

2歳児歯科健診の対象が2歳3か月になりました。平成24年3月生まれのお子さんは、7月4日(金)になります。体調不良等で2歳児歯科健診を受診できなかったお子さんは7月4日(金)にお越しください。

【問】健康増進課 ☎682-2589



休日の届出(死亡・結婚・出生等)は本庁舎の日直が午前8時30分から午後5時まで行っています。緊急な連絡も本庁舎の日直にご連絡ください。(☎681-1111)

窓口延長

- 市役所本庁舎：税務課・市民福祉課・保険高齢対策課・会計課
毎週月曜日午後7時まで(祝日・お盆期間・年末年始を除く)
- 喜連川支所：市民生活課
毎週金曜日午後7時まで(祝日・お盆期間・年末年始を除く)

木	金	土
1 もとゆ温泉健康相談 10:00~11:30	2 き幼 子育て相談日	3 当番 小林医院9:00~12:00・14:00~17:30 ☎686-2061 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811
8 もとゆ温泉健康相談 10:00~11:30 氏幼 未就園児うさちゃんくらぶ開講式	9 氏公 狂犬病予防注射・犬の登録(氏家地区) 心配ごと相談・移動県民相談 10:00~13:00 き幼 子育て相談日	10 氏公 狂犬病予防注射・犬の登録(喜連川地区) おはなし会14:30~ 喜園 紙しばい14:30~ 氏幼 地域開放日 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811
15 B&G海洋センターオープン もとゆ温泉健康相談 10:00~11:30 氏保 1歳6か月児健診 ☎12:45~13:30 ①平成24年10月生 氏園 わらべうたの会11:00~ ①0~3歳児 氏幼 未就園児うさちゃんくらぶ	16 ホビー園開園(喜連川荒川河川敷)6/10まで 氏園 美術協会純展栃木支部デッサン展 5/21まで 氏保 3歳児健診 ☎12:45~13:30 ①平成23年4月生 き幼 子育て相談日	17 氏園 おはなし会11:00~ 喜園 おはなし会14:30~ 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811
22 もとゆ温泉健康相談 10:00~11:30 樹 介護についておしゃべりしましょう会 10:00~11:30 氏保 総合健診(成人) ☎7:00~10:00	23 き幼 子育て相談日	24 氏園 おはなし会14:30~ 喜園 紙しばい14:30~ 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811
29 もとゆ温泉健康相談 10:00~11:30 氏保 4か月児健診 ☎12:45~13:30 ①平成26年1月生 氏幼 未就園児うさちゃんくらぶ	30 喜保 総合健診(成人) ☎7:00~10:00 き幼 子育て相談日	31 ホビー祭(喜連川荒川河川敷)6/1まで 県立南那須特別支援学校運動会 9:30~14:10 喜保 総合健診(成人) ☎7:00~10:00 氏園 おはなし会14:30~ 喜園 おはなし会14:30~ 夜間 診療室くろす18:30~21:30 ☎682-8811

住民基本台帳ネットワークシステム停止のお知らせ

機器入れ替えのため、5月19日(月)~22日(木)は、住民基本台帳ネットワークシステムが停止になります。住民基本台帳カードの交付、公的個人認証サービスの申請、広域交付住民票の請求等ができませんのでご注意ください。

【問】市民福祉課 ☎681-1115

自動交付機利用可能時間

月曜日：午前8時30分~午後7時
火~金曜日：午前8時30分~午後5時15分
土日祝祭日：午前8時30分~午後5時
※年末年始は休止します

さくら市の人口

平成26年4月1日現在(前月比)
(毎月人口推計)

○人	口	44,806人(-136人)
○男		23,297人(-76人)
○女		21,509人(-60人)
○世帯数		15,427世帯(-11)

広報カレンダー



- 市 = 市役所本庁
- 支 = 喜連川支所
- 氏公 = 氏家公民館
- 喜公 = 喜連川公民館
- 氏園 = 氏家図書館
- 喜園 = 喜連川図書館
- 氏保 = 氏家保健センター
- 喜保 = 喜連川保健センター
- 氏体 = 氏家体育館
- 道 = 道の駅きつれがわ
- 駅東 = 氏家駅東口広場
- 樹 = 市民活動応援館「樹」(eプラザ式番館1階)
- とち交 = とちじゅう交流館
- 喜番館 = eプラザ喜番館
- 氏幼 = 氏家幼稚園
- き幼 = きつれ川幼稚園
- ヒ園 = ヒカリ園

- 当番 = 休日当番医
- 夜間 = 塩谷地区おとな・子ども夜間診療室

SA・KU・RA FM* = ラジオ番組
SA・KU・RA FM 12:00~12:49
(FM栃木)76.4FM

受 = 受付 対 = 対象

<公民館休館日>
氏家(5日・18日・19日)
喜連川(12日・18日・26日)

<市営温泉休業日>
もとゆ(7日)
露天風呂(12日)
道の駅きつれがわ(26日)

4月から国民年金の制度が一部変わりました！

【問】宇都宮東年金事務所 ☎683-3211

- ①子のある夫にも遺族基礎年金を支給
 これまでは、妻が亡くなった場合、子のある夫には遺族基礎年金が支給されませんでした。子のある夫または子に支給されます。
- ②未支給年金の支給遺族の範囲を拡大
 これまでは、未支給年金(亡くなった方が受け取れるはずであった未払いの年金)を受け取ることができる遺族の範囲は、「配偶者、子、父母、孫、祖父母または兄弟姉妹」でしたが、「甥・姪、おじ・おば、子の配偶者など」まで拡大されます。
- ③国民年金の任意加入未納期間が受給資格期間に算入
 これまでは、国民年金の任意加入被保険者が保険料を納付しなかった期間については未納期間とされ、年金を受け取るために必要な期間に算入されませんでした。この未納期間が受給資格期間に算入されます。
- ④繰下げ請求が遅れた場合でもさかのぼって年金を受給
 これまでは、老齢年金の受給権を取得した日から5年を経過した日以後に繰下げの請求があったときは、請求の翌月から増額された年金が支給されていましたが、請求が遅れたときでも、5年を経過した日の属する月の翌月から増額された年金が支給されます。
- ⑤さかのぼって障害者特例が支給
 老齢厚生年金の受給権者が障害の状態(障害厚生年金の1級から3級に該当する程度)にある場合に適用される特例制度が改正され、すでに障害年金を受けている方が請求した場合には、定額部分の年金を受け取る時期が請求月の翌月ではなく、老齢厚生年金の受給権を取得したときまで遡って支給されます。

放射能濃度測定結果

【問】環境課 ☎681-1126 学校教育課 ☎686-6620

下記の詳細な測定結果および水道水・井戸水・下水道汚泥等の測定結果は、市ホームページで公表しています。

◎一般食品3月測定

市民が持ち込んだ食品について、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ご覧ください。

検出限界：ヨウ素131 セシウム合計それぞれ 25Bq/kg未満

※一般食品の放射能濃度基準：100Bq/kg
 全ての検体にヨウ素131は検出されませんでした。

品目	採取地	セシウム合計
原木しいたけ(ハウス) 4検体(出荷停止中)	市内	不検出~60.9
オガ粉	市内	不検出
精米	市内	不検出
原木しいたけ(露地) (出荷停止中)	市内	165
のびる	市内	不検出
クレソン	市内	不検出

・セシウムの単位はBq/kg
 ・スーパー、直売所等で販売されているものは、事前に検査されその安全性が確認されています。

◎空間放射線量率の測定

3月中に実施した公共施設定点測定の結果は0.05~0.13μSv/hとなり、全ての箇所で基準値を下回りました。

◎給食(保育園・幼稚園・小中学校)の測定

検出限界：ヨウ素131 25Bq/kg セシウム134 137それぞれ10Bq/kg未満
 測定期間：平成26年3月20日~4月18日まで
 測定結果：すべて不検出

◎食品中放射能濃度測定受付

市では、食品中放射能濃度測定を随時受け付けています。検査費は無料で事前予約が必要です。放射能測定室(☎612-2651)へご連絡ください。

図書館

氏家図書館 ☎682-9889 喜連川図書館 ☎686-7111

http://www.library.sakura.tochigi.jp

【開館時間】午前9時30分~午後6時

【休館日】氏家図書館 1 2 3 9 16 23 27 30日
 喜連川図書館 3 4 5 6 12 19 26 29日

小澤俊夫氏講演会 ~昔話が語る子どもの成長~

長い間語り伝えられてきた昔話に込められたメッセージは何か?子どもの成長を視点に考えた講演会です。

【日時】5月28日(水)

午後1時30分~3時30分

【場所・定員】氏家図書館・80名

【申込開始】5月1日(木)~

【申込先・問合先】氏家・喜連川図書館

※休館日は、申込みできません。

小澤俊夫氏

小澤昔ばなし研究所所長、筑波大学名誉教授、日本女子大学教授、筑波大学副学長、白百合女子大学教授を歴任、日本各地で昔ばなし大学を主宰。2007年ヨーロッパ・メルヒン賞受賞。主な著・訳書に「昔話からのメッセージ」「ろばの子」「グリム童話集200歳」「こんにちは、昔話です」季刊誌「子どもと昔話」「昔話の語法」「語りつぎたい日本の昔話」「語るためのグリムの童話」などがあります。

今月のオススメの一冊

「ちいさな あなたへ」 所蔵館◎・●

文:アリスン マギー 絵:ピーター ノルズ
 出版社:主婦の友社

母親や、これから母親になろうとしている女性、巣立とうとしている子どもたち・・・



各自の立場からの読みかたができて、それぞれの感動が味わえます。母になってわかる事、母にならなくてもわかる事、同じ位たくさんあります。はじめて、わが子を抱いて、その小ささやかわいさを知ります。そして、そうやって生まれたであろう自分を想像し、育ててくれた母にも思いをはせます。

更に、わが子の不安や痛みを知り、喜びをわかちあい、やがてその子も親になります。繰り返されてきた、大きな命の流れを、シンプルな言葉であらわして、読む人の心をそれぞれに映し出してくれる絵本です。「すべてのおかあさんとその子どもたちに…」という導入の通りに...

児童センター

【開館時間】午前9時~午後6時

【休館日】第3日曜日

上松山児童センター 【問】☎616-3660

■親子サッカー教室(要事前予約)

【開講式日時】5月24日(土) 午前10時~

【対象】年中親子・年長親子、小学生

【定員】各20組

※教室日程は、お問い合わせください。

■げんきっこ祭開催

(スタッフ・スローガン募集)

【日時】6月1日(日) 午前10時~

【内容】模擬店・遊び広場等のボランティア

【駐車場】上松山小学校校庭

※詳細は、お問い合わせください。

喜連川児童センター 【問】☎678-2651

■母の日プレゼント作り(ストラップ)

【日時】5月7日(水)~9日(金) 午後3時~

【対象】小学生以上

※なるべく事前にお申込みください。

■ふんわりチョウチョ作り

【日時】5月13日(火)~15日(木) 午前10時~

【対象】未就園児の親子 【定員】45組

氏家児童センター 【問】☎612-6145

■母の日プレゼントを作ろう(要事前予約)

【日時】5月4日(日)午前10時~

【対象】小学生以上 【定員】10名

■GWスペシャル ミニミニゲームランド

【日時】5月5日(月)・6日(火)

午前10時~・午後1時半~

【内容】魚つりや射的、ペットボトルボーリング等のゲーム

お知らせ

児童扶養手当額について

児童扶養手当額は、毎年全国消費者物価指数の実績値によって決まります。

平成26年4月分からの手当は次のとおりです。

○全部支給(月額) 4万1020円

○一部支給(月額) 9680円

4万1010円

児童課 ☎(681)1125

新聞を取っていない世帯に広報紙を送付します

広報紙は、毎月1日に新聞折込にて配布しています。新聞をお取りでない方には、希望により郵送料を負担していただき送付しています。また、次の方々は、申

し出により、郵送料の減免を受けることができませんのでご連絡ください。

○生活保護世帯の方
○すべての世帯員が65歳以上の世帯に属する方

なお、広報紙は市役所喜連川支所、公民館、図書館、体育館、ミュージアム、保健センター、福祉センター、児童センター、eプラザ吉番館、市内金融機関、温泉施設などの施設にも配布しています。

また、データ放送や市のホームページにも掲載していただきますのでご利用ください。

企画政策課 ☎(681)1113

「暮らしのガイドブック」を発行しました

行政情報等を掲載した市の情報誌「さくら市暮らしのガイドブック」を発行しました。配布は、4月上旬からポスティング方式により、

各ご家庭に配達していましたが、まだお手元に届かない場合は、企画政策課までご連絡ください。



企画政策課 ☎(681)1113

高齢者運転免許証自主返納支援事業をご利用ください

市では、高齢者の交通事故防止対策として、自主的に運転免許証を返納した高齢者に対し、タクシー利用券を支給します。

▼支援対象 市内に住所を有する満65歳以上の高齢者であり、保有する運転免許の全部の取消しを行った方
▼支援内容
①市内タクシー事業者で利用できるタクシー利用券1万円分を支給

有害鳥獣の捕獲にご協力ください

例年、田植えの時期になると、定植後間もない稲苗がカルガモ・カラスなどによって踏み荒らされる等の被害が発生しています。市ではこうした被害の拡大を防止するために、猟友会に依頼して市内一斉捕獲を実施します。発砲による捕獲のため事故防止には万全を期して実施しますが、住民のみなさんも趣旨をご理解のうえ、ご協力くださるようお願いいたします。

▼実施日 5月6日(火)・7日(水)・18日(日)

▼実施時間 日の出から日没まで

▼対象区域 市内の全水田

農政課 ☎(681)1117

※農作物への被害等が発生している場合にもご連絡ください。

県央広域都市圏生活行動実態調査にご協力ください

本調査は、さくら市を含む宇都宮市周辺の7市7町にお住まいの約38万世帯から無作為に抽出して選ばれた約12万世帯の方を対象に、「どのような人が」「どのような目的で」「どこからどこへ」「どのような交通手段で」移動したかなど、ある特定の一日の活動状況を調べ、将来のまちづくりに幅広く活用されます。

調査票は、5月下旬に郵送しますので、ご自宅に調査票が届きましたら、ご協力をお願いします。

○県央広域都市圏生活行動実態調査サポートセンター ☎0120(627)772

○都市整備課 ☎(681)1120

※費用等について表記がない場合は、原則無料です。

②希望により住民基本台帳カードの交付

▼申請時に必要なもの

①高齢者運転免許証自主返納支援事業申請書(総務課窓口にあります)

②運転免許証の取消通知書又は運転経歴証明書の写し

▼申請期間 随時受け付けています。平日(土日祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後5時15分まで

▼申込先 総務課 ☎(681)1111

介護保険料・後期高齢者医療保険料を年金天引きで納付している方へ

介護保険料および後期高齢者医療保険料の平準化に伴い、6・8月の納付額変更をお知らせする、仮徴収額変更通知書を5月中旬に送付します。

▼保険料の平準化とは? 年金から保険料が差し引かれている際に、年度の前半期(4・6・8月)

介護保険料および後期高齢者医療保険料の平準化に伴い、6・8月の納付額変更をお知らせする、仮徴収額変更通知書を5月中旬に送付します。

介護保険料および後期高齢者医療保険料がほぼ同額となるよう仮徴収額を変更します。詳しくはお問い合わせください。

税務課 ☎(681)1114

山火事にご注意ください

現在、栃木県内では山火事が多発しています。強風時や乾燥時および枯れ草等のある危険な場所では、たき火や喫煙を避けましょう。

農政課 ☎(681)1117

電気自動車用急速充電器の有料化について

市では、道の駅きつれ

がわに設置されている電気自動車用急速充電器の使用料をPRを兼ねて無料としていましたが、電気自動車用急速充電器設置者の誘導を図るため、6月1日から有料とします。

▼利用料金 1回 500円
▼利用時間 午前9時30分～午後5時30分(受付は午後5時まで)
※道の駅休館日は利用不可
道の駅きつれがわ ☎(686)8180

工事をを行います

工事期間中は、周辺住民の皆さん、付近を通過する皆さんには何かとご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

(上阿久津地内下水道管埋設工事)



【工事期間】 5月上旬～7月上旬頃
【問】 下水道課 ☎681-1118

開催

「人権擁護委員の日記」特設人権相談所開設

市の人権擁護委員が相談に応じ、秘密は厳守されます。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

▽日時 6月4日(水)
午前10時～午後2時

▽相談内容 いじめ・体罰・差別等の人権問題。家庭内(夫婦、親子、結婚、離婚、暴力等)・借地借家・近隣のもめごと・金銭問題での悩み事など毎日の暮らしの中で起こる様々な問題。

▽場所 氏家公民館
市民福祉課
☎(681)1161

市内一斉清掃

▽日時 5月25日(日)
午前8時～10時

※大雨等で、実施が困難な天候の場合は中止。

▽環境課
☎(681)1126

募集

イチゴ狩りとジャム作り体験

▽日時 6月8日(日)
午前8時半～正午

▽定員 20組(先着順)

▽場所 イチゴ農園(鹿子畑地区)

▽対象 小学生の親子

▽参加費 一組 1000円(別途傷害保険代として一人150円)

▽申込期限 5月15日(木)

▽申込先・問合せ先 農業委員会事務局
☎(681)1124

自然観察会参加者

河戸地区のカキツバタ自生地およびホンダさくら研究所ビオトープ周辺で植物や昆虫などを観察します。さくら市の貴重な自然を体感してみませんか。

▽日時 6月1日(日)

ホピー園が開園します

今年も約30万本のホピーが彩りを魅せます。

▽開園期間 5月16日(金)～6月10日(火)

※ホピー祭は、5月31日(土)・6月1日(日)に開催します。

▽場所 喜連川荒川河川敷
▽摘取り 1回 100円程度
喜連川観光協会
☎(686)3013

菜っ葉館オープン8周年記念イベント

新鮮な農産物や加工品を取り揃え、皆さんのお越しをお待ちしています。

▽日時 5月25日(日)
午前9時～午後5時

▽内容
・なかよし菜っ葉ちゃん鍋
・無料配布(先着200名様)
・抽選会(1000円以上お買い上げの方。景品がなくなり次第終了)
・寄せ植え教室(先着10名。参加費1000円)
・加工品の店頭販売、緑

の相談等

菜っ葉館
☎(681)1022

無料不動産相談会

▽日時 5月13日(火)
午後1時30分～3時30分

▽場所 氏家公民館

▽相談員 (公社)栃木県宅地建物取引業協会東北支部所属専門委員

▽内容 土地、建物に関する相談(予約優先)

▽(公社)栃木県宅地建物取引業協会東北支部
☎0287(62)6677

無料労働相談会

▽相談日 平日(土日祝日を除く)

▽時間 午前8時30分～正午、午後1時～5時15分

▽場所 県河内庁舎本館5階

▽内容 雇用条件、労働基準法等の解釈など労働問題全般

▽宇都宮労政事務所
☎(626)3053

喜連川B&G海洋センターオープン!

【開館期間】
5月15日(木)～10月31日(金)
※休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)

【開館時間(通常)】
①午後2時～4時45分
②午後5時30分～9時

【開館時間(夏休期間)】
①午前9時～正午
②午後1時～5時
③午後6時～9時

【料金】
子ども(小・中学生)、シルバー(満70歳以上)⇒200円
大人(高校生以上)⇒400円
乳幼児⇒無料(保護者同伴)

【問合せ】 スポーツ振興課 ☎682-8888



行政に対する意見や苦情、要望など 行政相談員へご相談ください!

行政相談委員は、総務大臣から委嘱され地域の皆さんの身近な相談相手として、行政サービスに関する相談や、行政の仕組みや手続きに関する相談を行っています。

相談することで、解決の糸口がつかめるかもしれません。どうぞお気軽にご相談ください。

さくら市の行政相談委員の皆さん

- ・添田 和夫さん ☎682-2094
- ・谷口 洋子さん ☎682-2061
- ・高野美智子さん ☎686-2618

臨時職員募集

職種	①募集人員 ②応募資格	③勤務内容 ④勤務時間/⑤報酬・賃金	⑥任用期間	⑦申込期限 ⑧業務に関する問い合わせ
市民福祉課 臨時福祉給付金一般事務員	①3名 ②18歳以上でパソコン操作のできる方	③一般事務補助 ④午前8時30分～午後5時15分 ⑤日額 6,400円 ※通勤距離に応じて通勤割増賃金を支給。 ※勤務時間等に応じて健康保険・厚生年金保険・雇用保険に加入。	⑥6月10日～9月30日	⑦5月14日(水) ⑧市民福祉課 ☎681-1160
税務課一般事務員	①1名 ②18歳以上でパソコン操作のできる方	③午前7時15分～午後7時30分の中の7時間45分(週5日勤務・月に1回程度土曜勤務あり) ⑤日額 8,400円 ※通勤距離に応じて通勤割増賃金を支給。 ※勤務時間等に応じて健康保険・厚生年金保険・雇用保険に加入。	⑥6月1日～平成27年3月31日	⑦5月15日(木) ⑧税務課 ☎681-1114
児童課一般事務員	①あおぞら・ふれあい・たいよう・わくわく保育園各1名 ②20歳以上で保育士の資格のある方		⑥6月1日～平成27年3月31日	⑦5月14日(水) ⑧児童課 ☎681-1125
保育士	①あおぞら・ふれあい・たいよう・わくわく保育園各1名 ②20歳以上で保育士の資格のある方	⑥6月1日～平成27年3月31日	⑦5月13日(火) ⑧児童課 ☎681-1125	

【申込方法】 申込書(総務課で配布。市ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、総務課に提出してください。

【申込に関する問合せ】 総務課 ☎681-1111

生ごみ処理機器設置補助金

- ▽対象
 - 市内在住者
 - 一般家庭のみ
 - 購入より1年以内の申請ができる方
 - 市税を完納していること

▽補助額
①生ごみ処理容器(密閉式・埋立式)

購入金額の3分の2
(上限額1台につき5000円)

※1世帯3台まで
②生ごみ処理機(機械式)
購入金額の2分の1
(上限額3万円)

※1世帯1台まで
随時申込みを受付けています。制度の詳細は、お問い合わせください。

環境課
☎(881)1126

資源ごみ回収団体報償金

各行政区、老人クラブ、子供会育成会、婦人会など

と営利を目的としない団体が古紙類や空き缶などを集団で回収して業者に売却した場合、その重量に応じて報償金を交付しています。

▽対象資源ごみ
(紙類)新聞紙、雑誌、ダンボール
(ビン類)酒びん、ビール、ジュース等のびん
(金属類)鉄くず、アルミくず(空き缶)等

▽報償金額 1キログラムあたり10円

環境課
☎(881)1126

木造住宅の耐震診断・耐震改修の一部補助



市では、市民の皆さんの安全・安心な住まいづくりを支援するため、木造住宅の耐震診断・耐震改修に対して、その費用

の一部を補助しています。
▽対象住宅
○昭和56年5月31日以前に着工された住宅
○木造2階建て以下の1戸建て住宅(併用住宅を含む)
○在来軸組工法により建築された住宅
○賃貸を目的としない住宅

スポーツ大会出場補助金

スポーツの振興発展と競技力向上や優秀な選手育成のため、補助金を交付します。

▽対象者 市内在住者で、県予選を経て県代表として関東大会以上の大会に出場する方。

▽補助金の額 (1人につき)
○県内 5000円
○関東甲信越・南東北 1万円

○右記以外 2万円
※大会の開催地により異なります。ただし団体での出場の場合、交付金額に上限があります。

▽交付回数 1人・1年度につき、関東大会・全国大会それぞれ1回までです。

※詳細は、お問い合わせください。

▽申込先・問合せ先
スポーツ振興課
☎(882)8888

ウオーキング教室参加者

の1部を補助しています。
▽対象住宅
○昭和56年5月31日以前に着工された住宅
○木造2階建て以下の1戸建て住宅(併用住宅を含む)
○在来軸組工法により建築された住宅
○賃貸を目的としない住宅

ウオーキング教室参加者

▽日程 6月3日(火)、12日(木)、17日(火)、24日(火)
午前9時～正午

※全4日間の教室内容ですが、参加可能な日程だけの申込みも可能です。

▽場所 氏家体育館

▽対象 市内在住・在勤で運動制限されていない方

▽内容 日本ウオーキング協会の方々を招いて、講話と実技を実施します

※詳しい教室内容等はお問い合わせください

▽持ち物 室内用靴、タオル、飲み物、筆記用具

▽定員 30名程度(先着順)
▽申込方法 氏家体育館へお申込みください(電話申込みも可。夜間や土日祝日を除く)
☎ スポーツ振興課
☎(882)8888

○耐震改修補助金を過去に受けたことがない方
▽補助金額
耐震改修に要した費用の2分の1以内の額(上限80万円)

「道の駅きつれがわ」についてご意見をお寄せください

市では、道の駅きつれがわの利便性の向上、さらなる魅力アップを図るため、道の駅構内やテナント等の再整備を検討しています。つきましては、多くの市民の皆さんからのご意見を募集しています。

▽募集期限 5月31日(土)

▽意見等提出先
①直接持参②郵送
③FAX④Eメール

※意見書の様式は問いません。

※内容の詳細は、市ホームページをご覧ください

建設課
☎(881)1119

第10回市卓球大会の参加者

▽日時 6月8日(日) 午前8時20分開始

▽場所 氏家体育館

▽対象 塩谷地区在住・在勤・在学の方

▽種目 男子・女子のシングルスとダブルス

▽参加費(当日持参)
○シングルス 300円
○ダブルス 500円(ダブルスに限り小・中学生、高校生は無料)

▽申込方法 氏家または喜連川体育館へお申込みください。(FAXも可)

▽申込期限 5月26日(月)

☎ スポーツ振興課
☎(882)8888

▽提出先・問合せ先
商工観光課
☎(886)6627

菜の花学級生(氏家教室・喜連川教室)

高齢期をいきいきと過ごすためのいろいろな活動を行っています。

▽開催回 年10回程度

▽時間 午前10時～正午

▽場所 氏家・喜連川公民館等

▽対象 おおむね60歳以上の方

▽参加費 年1000円

▽申込期限 5月23日(金)

▽申込先 氏家・喜連川公民館

☎ 氏家公民館
☎(882)1611

☎ 喜連川公民館
☎(886)6624

酒類販売管理協力員の方
▽種目
○女子シングルス 12名
○男子シングルス 12名
▽参加費 1000円(試合当日ご持参ください)
▽申込期限 5月7日(水)

▽申込先・問合せ先
市テニス協会 片山

☎(39915)5737

酒類販売管理協力員

関東信越国税局では、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、酒販店などへの買い物の機会にお酒売場の未成年者飲酒防止のための表示状況等を確認し、税務署に連絡していただく『酒類販売管理協力員』を募集します。

※応募方法等の詳細は、国税庁ホームページをご覧ください。宇都宮税務署までお問い合わせください。

宇都宮税務署
☎(821)2249

ご近所ふれあいサロン活動助成金

市社会福祉協議会では、高齢者の「仲間・居場所づくり」の場を進めるサロン活動に取り組み行政区域や団体等に対して助成します。

▽対象 行政区ごとや小地域のサロンで10名程度の参加が見込まれるもの
※趣味や緑化活動は対象外
▽助成額
・5〜7回/年 2万円
・8回以上/年 3万円
※ただし、年度予算の1/2を上限とする。

▽申請方法 当該年度の事業計画書・収支予算書・助成金交付団体名簿を添付し申請書を提出してください。

▽申請期限 5月30日(金)
※詳細は、お問い合わせください。

▽申請先・問合せ先
○社会福祉協議会本部
☎(686)2670

○社会福祉協議会氏家支部
☎(682)2217

県の施設を見る「県民バス」参加者

▽日時 6月26日(木)
○第1集合地 さくら市総合公園
(午前8時集合)
○第2集合地 矢板市役所
(午前8時10分集合)

▽見学施設 しもつけ風土記の丘資料館、埋蔵文化財センター、警察本部
※昼食は、道の駅しもつけ(各自自由)

▽対象 矢板市、さくら市、塩谷町在住者
▽定員 50名(応募多数の場合抽選)

▽申込期限 6月6日(金)
(当日消印有効)

▽申込方法 往復はがきの返信欄に①参加者全員(2人以内)の住所②氏名③電話番号④年齢⑤希望集合地を記入し、お申込みください。

▽申込先・問合せ先
〒320-8501 県広報課県民プラザあて
☎(623)3766

河川愛護モニター

▽活動内容 日常の生活の範囲内で知り得た情報を河川管理者に提供することを活動内容とします
▽活動期間 7月1日(火)〜平成27年6月30日(火)

▽応募資格 活動範囲から2km以内に居住する活動可能な満20歳以上の方
▽手当 通信・連絡費程度
▽募集人員 10名程度

▽応募方法 下館河川事務所ホームページおよび市建設課に備え付けの「河川愛護モニター募集要綱」をお読みになり、「応募用紙」に必要事項を記入し、郵送してください。

▽応募期限 5月9日(金)(必着)

▽応募先・問合せ先
国土交通省下館河川事務所 占用調整課 河川愛護モニター担当あて
☎0296(25)2151
〒308-0841 茨城県筑西市二木成1753番地



第10回 「里山整備山根会」

代表 荒井 平さん ☎(686)4876

団体のことについて教えてください。

平成22年、葛城中坪地域を囲む身近な里山を見直すことで、中坪の住民31名が立ち上げたボランティア組織です。

この地域の中央にある竹林と杉を伐採し、その跡地



にヤマザクラを中心に広葉樹を植樹し、山頂に約500メートルの丸太階段でできた遊歩道・樹木のネームプレート・案内看板・ベンチなどを設置しました。

現在どんな活動をしていますか？

植樹をした場所や遊歩道の下草刈を年2回以上実施しています。ほかには、地域の育成会や会員の家族を対象に1時間程度で周遊できる遊歩道の散策や「鳴神さくら」の花見も実施しました。また、絶滅危惧種やヤマユリの保護育成、カブトムシ生息の環境整備も行っています。

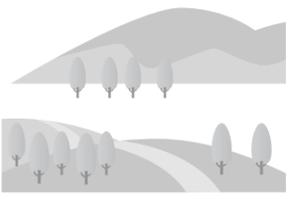
今後の活動目標はありますか？

親しみやすい歩道になるように、沿道にもみじを植栽したいです。また、地域住民ばかりではなく多くの方に「山根の里山」を開放

したいのですが、人手が足りないなので、広く皆さんに呼びかけをして、ボランティアによる案内人の養成などを通じて、里山環境学習のフィールドになればと思っています。

最後に一言お願いします。

市内にある2500ヘクタールの里山は、整備されれば多くの方の癒しの場となります。しかし、時代の流れで手入れが行き届かないのが現状です。竹林化、やぶ化、つる植物の繁茂、ごみの不法投棄、山火事の危険等が危惧されます。大切な里山を守るため、環境整備にご協力をお願いします。



市営住宅入居者

【問】 建設課 ☎681-1119

住宅名	募集戸数	完成年度	階数	間取り	家賃	敷金	風呂釜・浴槽	単身入居
草川A	3戸	昭和62年	2階建 メゾネット	3K	17,400円～ 26,000円	家賃 3か月分	×	×
豊原	1戸	平成3年	3階建 1階	3LDK	21,400円～ 31,900円		○	×
大沼台	1戸	昭和56年	2階建 メゾネット	3DK	15,600円～ 23,200円		○	×
大沼台	1戸	平成4年	2階建 戸建て	3LDK	21,300円～ 31,800円		○	×

※家賃は、前年の所得に応じて決まります。
【申込期限】 5月13日(火) 午前8時30分～午後5時15分(平日のみ)
【入居時期】 6月1日(日)
【申込方法】 申込書(建設課・喜連川支所市民生活課で配布。市ホームページからも入手可)に必要書類を添付し建設課に提出してください。



※寄贈(敬称略・順不同)

ありがとうございます。

- 【ふるさとづくり寄附金】
- ▼金5万円 栃木県ダンススポーツ連盟常務理事塩那南支部長 和氣久一▼金23万3000円(株)大和地所▼横浜市 小島薫
- 【熟田小】
- ▼図書カード10万円 上組坂本宣夫(故)坂本耕子
- 【上松山小】
- ▼図書カード5万円 馬場五 手塚靖男(故)手塚文雄
- 【押上小】
- ▼観察園水路の橋 磯カツ子・福田秩・蒲須坂がらがら会議

【社会福祉協議会】

- ▼金2359円 喜連川支所設置募金箱▼金1502円 喜連川社会福祉センター設置募金箱▼金10万円 上組 坂本宣夫(故)坂本耕子▼金4005円 匿名▼金10万円 石町 岩田文雄(故)岩田藤江▼金6700円 さくら市グラウ

栃木県政世論調査にご協力ください!

【対象】 県内在住の20歳以上の方から2,000名を無作為抽出
【期間】 5月21日(水)～6月13日(金)
【実施方法】 調査票を郵送します。(秘密は厳守します)
【問】 県広報課 ☎623-2158

ンド・ゴルフ協会(さくら市観光施設管理協会)長杯大合▼金7500円 さくら市グラウンド・ゴルフ協会(さくら市グラウンド・ゴルフ協会喜連川支部長杯大会)▼SAKURA3.11 絆事業プロジェクト寄付金 金5万7273円 〓SAKURA3.11 絆プロジェクト実行委員会 金1万円 〓上阿久津行政区、ネギ150本 〓川崎文也、折り紙コマ35個・手裏剣34個・楊枝入れ44個 〓喜連川中学校

第9回 不眠症とは？

「春眠暁を覚えず」といいますが、人間の生理的な睡眠時間は一般成人で7時間程度、65歳以上では6時間程度と高齢になるほど短くなっていくといわれています。また、6～7時間程度の睡眠をとっている人は高血圧、糖尿病、高脂血症などの身体疾患や、うつ病に罹患する頻度が少ないともいわれています。

不眠には、「寝付けない」、「途中で起きてしまう」、「早く目が覚める」、「眠った気がしない」という4種類があります。それらが週3回以上、1か月も続くと、昼間に眠気、倦怠感が生じ、活動性が低下してきます。更に、「今日も眠れないかもしれない」という恐怖心が、かえって頭を冴えさせて眠れなくなってしまう、眠れなかったためにいつまでも布団に入っていると翌日もまた眠れなくなるといった悪循環に陥ってしまい、結果的に不眠症となってしまいます。

つまり不眠症とは下記の3症状が中心になります。

①夜間に入眠困難、中途覚醒、早朝覚醒、熟眠困難などが少なくとも1か月間、週3回以上あり、②そのことで昼も夜も不眠にとられ、不眠が引き起こす影響について過度に

佐藤病院 稲葉 かほり(矢板市)

心配し、③毎日の生活での通常の活動が妨げられている。

不眠症は寝る時間になると緊張、不安、心配、抑うつ気分が生じ、アルコールや大量の薬を利用することで精神的、身体的不調の原因となる場合があります。また睡眠時無呼吸症候群（大きないびきと無呼吸が主症状）、むずむず脚症候群（安静時の下肢の不快感により下肢を動かさざるを得ない）などの特殊な睡眠障害が隠れていたり、内科・精神科的な疾患が原因となることもあります。

治療に関しては、最近では体内の概日リズムを整えるタイプの睡眠薬なども選べるようになってきました。

簡単にできる対処方法としては、毎日同じ時間に起きて、眠れても、眠れなくてもだらだら寝続けないこと。カフェインやニコチン、アルコールなどを取りすぎないことや、寝る前に20分ほどお風呂に入り体温を上げるのも効果的です。

中学生や高校生でも、寝る前のスマートフォン、携帯電話、パソコン利用は、不眠の原因となりやすいので注意が必要です。

＊ ＊ 休日当番医 ＊ ＊

診察時間：午前9時～正午・午後2時～5時30分

- 3日(祝) 小林医院 喜連川4347-2 ☎686-2061
- 4日(日) おのこどもクリニック 狭間田1923-1 ☎681-1600
- 5日(祝) 森島医院 櫻野1308 ☎682-2116
- 6日(祝) 高瀬小児科医院 氏家1916 ☎682-5511
- 11日(日) 花塚クリニック 喜連川841-1 ☎686-7667
- 18日(日) 根本医院 櫻野1250 ☎682-2800
- 25日(日) きぬの里クリニック 上阿久津1746-2 ☎612-8710

夜間診療室・休日当番医の日程は、P16～17の広報カレンダーにも掲載しています。

健康づくりコーナー

《問合先》健康増進課（氏家保健センター） ☎682-2589

高齢者肺炎球菌ワクチン接種の助成

高齢者の肺炎の原因となる病原体のなかで、最も頻度の高い「肺炎球菌」による肺炎を予防するワクチンです。（肺炎球菌以外の原因による病気に対しては予防効果がありません）

【対象】

満70歳以上の方。

【助成回数】

1人1回のみ（一度助成を受けた方は、今後助成を受けることはできません）

【受け方】

医療機関に予約をし、健康増進課に予診票を取りに来てください。

【助成額】

3,710円

【自己負担額】

4,000円（塩谷都市以外の医療機関で接種する場合はお問い合わせください）

オススメ！ヘルシーメニュー

■豚肉の蒸し焼きと野菜の盛り合わせ■

豚赤肉を使ったカロリー控えめの蒸し料理です。

【材料】 一人分

- 豚ロース赤肉薄切り ……60g
- しめじ ……20g
- にら ……20g
- たまねぎ ……30g
- 醤油 ……4g
- 砂糖 ……1g
- ごま油 ……1g
- トマト（飾りつけ） ……30g



（熱量：130kcal 蛋白：15.2g 脂質：4.54g 塩分：0.64g）

【作り方】

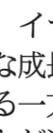
- ①豚肉に、醤油・砂糖・ごま油で下味をつける。
- ②30cmぐらいの長さのクッキングシートを用意する。シートに肉・たまねぎ・にら・しめじをのせて包んで蒸し器で10分程蒸す。

保健師の子育てQ&A

《問合先》健康増進課（氏家保健センター） ☎682-2589



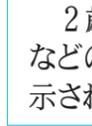
2歳の息子が、あれもイヤ、これもイヤと言うことを聞きません。今までは素直な良い子だったのに…



イヤイヤ期は、自分の気持ちや行動をコントロールすることを学んでいく大切な成長過程。2歳頃になると言葉が増えてきて、自分の要求を表現するようになる一方、まだ他人の心を推し測ることはできません。自分と他人の思っていることが違うということが理解できるようになるのは、4歳半頃なんですよ。



なにを言ってもイヤで、もうなにがイヤなのかわかりません。



2歳頃は、言葉が増えるとはいえ上手に表現することはできず、「イヤ」「しない」などの否定の言葉で自分の気持ちを表します。そのものがイヤというより、大人に指示されるのがイヤ、その気持ちが伝わらないのがイヤだという場合が多いのです。



どんなふうに接すればいいのでしょうか？

ダメと否定ばかりでは余計に反発します。時間に余裕をもって行動し、本人が満足するようにこっそり手伝ったり、一部分をやらせてみましょう。頭ごなしに命令するのではなく、気持ちを想像して共感したうえで説明したり、いつもとは違う言い方で誘ってみましょう。つらいときは一人で悩まず、保健師や児童センター等に相談してくださいね。

「塩谷地区おとな・こども夜間診療室」

診療時間：午後6時30分～9時30分

★塩谷地区おとな・こども夜間診療室

「くろす」（黒須病院 ☎682-8811）

開設日時：5月の土曜日、日曜日、祝日
(3, 4, 5, 6, 10, 11, 17, 18, 24, 25, 31)

※塩谷地区の協力医師が担当します。

※患者さんの症状等により診察に時間がかかることがあります。

※受診される方は必ず電話でご確認ください。



市政へのご意見をお待ちしています！

- 市長へのメール
✉mayor@city.tochigi-sakura.lg.jp
(市ホームページ「市長の部屋」から送ることができます)
- 市長へのFAX 682-0360
- 市長とeトーク
会食などをしながら、まちづくりについて話しませんか？
【対象】
市民または市内に通勤、通学している方で構成する4人以上のグループ(高校生を除く18歳以上)
- 市政懇談会
行政区単位の懇談会です。
- 【問】企画政策課 ☎681-1113

市内交通事故発生状況
(人身事故)
平成26年3月末日現在
※()は前年同月比

■発生件数	28 (-11)
■死亡者	0 (0)
■負傷者	34 (-20)

- 広報紙に広告を掲載しませんか？**
- ★掲載位置
毎月1日号の表紙、裏表紙を除く各ページの下1段。
 - ★1回の広告料
1段枠 20,000円
半枠 10,000円
 - ★申込期限
掲載希望日の40日前まで
 - ★問合せ
企画政策課 ☎681-1113

知っとくさくら市

生活に根付く「サ」の神様

さくら市の名前になっている「さくら」。この名前は、一説によると、「サ」は稲の神を示し、「クラ」はその神が座る(木に宿る)神座(かみくら)と考えられ、「サ」の「クラ」で「さくら」になったとされます。この「サ」という稲の神様はいろんなところで登場します。さくら市の弥五郎坂付近の地名「早乙女」。これは、機械化する以前に、田植え時期に稲を植える女性、つまり稲の神様に仕える乙女ということから「さおとめ」になったと考えられます。実は姉さんかぶりに赤いたすきは、神様へ見せる正装でした。昔の田植えは、ボロボロの作業着でできるものではなく、「神聖な」行事でした。そして稲の神様が田植えで活躍する5月を「サの月」＝「さつき」と呼び、その5月に花が咲くので、花の「さつき」の名前になったと考えられます。農業が身近にあるさくら市には、「サ」の神様が生活の中にたくさん見受けられますね。



【問】生涯学習課 ☎686-6621

文化振興事業のお知らせ

★Radio Berry Time goes by ~ Pops Forever ~ 公開収録★

【日時】5月25日(日) 午後2時～
【場所】栃木県指定文化財 瀧澤家住宅内 鐵竹堂
【出演】小田島建夫
【内容】・レコードの聞き比べ
・ビートルズナンバーリクエスト
ベスト10等



※詳細は、レディオベリーホームページをご覧ください。

お田植え祭り(市指定無形民俗文化財 田植唄披露)

【日時】5月10日(土) 午前9時～※雨天中止
【場所】柿木澤地内(熟田小学校より西900m)
※会場に駐車場がありませんので、熟田小学校体育館周辺駐車場に駐車してください。(校庭への駐車厳禁)

【問】生涯学習課 ☎686-6621

無料相談案内(5月)

相談は、無料でお受けします。秘密は守ります。

相談	内容	対応者	期日	時間	場所	問い合わせ等
法律相談(要予約)	法律的な諸問題の相談を行います。 定員：7名 申込開始：5月1日(木)	弁護士	16日(金)	午後1時～4時30分	氏家公民館 2階 第6研修室	社会福祉協議会支部 ☎682-2217
心配ごと相談所(人権・心配ごと・行政)	・いじめ、体罰、差別等、人権侵害に関する心配ごと ・身近な心配ごと ・国の行政機関、独立行政法人などへの要望	行政相談委員 人権擁護委員	9日(金)	午前10時～午後1時	氏家公民館 2階 第6研修室	企画政策課 ☎681-1113 市民福祉課 ☎681-1161
移動県民相談	行政相談、生活相談など	県民相談員	9日(金)	午前10時～午後1時	氏家公民館 2階 第6研修室	企画政策課 ☎681-1113
教育相談	小・中学生の悩み・問題などの相談、保護者の相談	学校教育課指導主事	月～金	午前8時30分～午後5時15分	喜連川支所第2庁舎 学校教育課	学校教育課 ☎686-6620
児童家庭相談	家庭における児童養育相談、虐待相談など	家庭相談員	月～金	午前9時～午後4時30分	市役所相談室	児童課 ☎681-1125
婦人相談	婦人相談(DV・離婚・生活一般)、母子自立相談(就労支援等)など	母子自立支援員兼婦人相談員	月～金	午前9時～午後4時30分	市役所相談室	児童課 ☎681-1125
虐待についての相談(随時受付)	虐待を受けているのでは？ 虐待をしてしまいそう…など悩んでいる方	児童虐待 障害者虐待	児童課 ☎681-1125 県北児童相談所 ☎0287-36-1058	市民福祉課 ☎681-1161	*休日、夜間の緊急時の連絡先 栃木県児童虐待緊急ダイヤル ☎665-3677 児童課 090-2640-9364・090-1059-0747	*休日、夜間の緊急時の連絡先 市民福祉課 090-5554-6968・090-1996-4484

※相談者多数の場合、お待ちいただくことがありますのでご了承ください。

さくら市消費生活センター
消費生活情報のひろば

【問】さくら市消費生活センター ☎681-2575
午前9時～正午/午後1～4時(平日のみ)

またまた増えている！？ 還付金詐欺にご注意！

市役所や社会保険事務所などの公的機関の職員を名乗り、医療費等の還付金手続きのためにATMへ誘導して送金させる『還付金詐欺』の被害が県内でも発生しています。

【事例】
市職員を名乗る人から、「払いすぎた医療費の還付(返還)金がある」と電話があり、教えられた番号に電話すると社会保険事務所の職員を名乗る人から「還付金を受け取るために近くのATMに行くように」と指示された。

近所のATM前から携帯電話で説明されるままに操作したところ、いつの間にか他の口座への振り込みを行っていた。

【アドバイス】
○公的機関の職員が還付金受取りのためにATM操作を行うように電話することはありません。「携帯電話を持ってATMへ」と言われたら、それは『還付金詐欺』です。
○「期限が今日まで」等とせかし、冷静に考える余裕を与えません。一度支払ってしまうと、お金を取り戻すことは極めて困難になります。
○「還付金がある」と言われても鵜呑みにせず、消費生活センター等にご相談ください。

荒井寛方展



寛方セミナー

【日時】 5月10日(土)、24日(土)、6月7日(土)
すべて午後2時～

【場所】 講座室 【講師】 当館学芸員 【定員】 30名
※参加無料、事前に電話でお申込みください。

心音コンサート

【日時】 5月11日(日)午後1時30分～

【場所】 エントランスホール

【出演】 ボーカル・松山美由紀、ピアノ・大島由紀

【主催】 さくら市ミュージアム友の会

※観覧料でお聴きいただけます。予約不要

うじいえ自然に親しむ会 観察会 「シルビアシジミ観察会」

【日時】 5月25日(日)午前10時～
【集合場所】 ミヤコグサ第一管理地
※参加無料、申込み不要。

うじいえ自然に親しむ会 観察会 「身近な植物をどのようにして守るか」

～シモツケコウホネを例にして～
【日時】 5月25日(日)午後2時～ 【場所】 講座室
【講師】 志賀隆氏 (新潟大学教育学部准教授)

■観覧料 一般300円、高校・大学生200円、小中学生100円 ※市内小中学生は無料

★5月3日(土)～6日(火)は、終日観覧無料

再開のお知らせ

さくら市ミュージアムは、
収蔵庫増設工事のため休館して
いましたが、5月1日(木)
から再開します。

5月の休館日 7日(水)、12日(月)、19日(月)～20日(火)、26日(月)
開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

■問合せ さくら市ミュージアムー荒井寛方記念館ー ☎682-7123



撮っておき。さくら市!

皆さんが撮った市内の写真を募集しています。投稿していただいた写真は、広報紙や市ホームページに掲載します。皆さんが見つけたさくら市の素敵なロケーションを紹介してください！
また、「こんな素敵なロケーションを見つけたけど、写真は撮れなかった」という方は、ぜひご連絡ください。広報担当者が可能な限り伺い、「撮っておき。さくら市!」でご紹介させていただきます。



我が家の自慢

撮影者 さくら市勝山 ぶー太郎さん
撮影日・場所 平成24年5月5日 午後2時頃・
自宅の庭
コメント うつぎの古木に這わせた、いいえ手入
れの仕方が出来なくて伸び放題の白藤
が自慢です。



デイゴの花

撮影者 さくら市上阿久津 若目田敏子さん
撮影日・場所 平成24年6月8日・自宅の庭
コメント 20年間丹精込めて育ててきました。デ
イゴは沖縄県などに咲く南国の花です。
この辺ではなかなか見られない花なの
で撮影しました。

【問】企画政策課 ☎681-1113