

SAKURA

6

2021

No.278

みんなでつくる
つながりの輪

contents

- | | | |
|-------|--------------------|--------------------|
| 02 特集 | ちょうどいい地域のつながりを目指して | 08 さくら Topics |
| 06 | 新型コロナワクチン接種 | 10 暮らし Information |
| 07 | さくらブランド認証品紹介 | |



こんな時代だからこそ、
つながりって大事だ。

特集

ちょうどいい

地域のつながりを目指して

8050問題

ヤングケアラー

ダブルケア

ひきこもり

最近のニュースでこれらの言葉を耳にする機会が増えていると感じたことはありませんか？

高齢化の中で人口減少が進行している日本では、住民の皆さんが抱える困りごとや必要とする支援が多様化・複雑化しています。

また、支える側の担い手不足、家族や地域、会社のつながりが弱まっています。

増加する新たな課題と今まで見えにくかった課題等に、既存の支援体制のみで対応することが困難になりつつあります。

この現状に対応するため、人と人、人と社会がつながり支え合う取組が生まれやすいようなまちづくりを進める必要があります。世代や分野を超えてつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会を地域共生社会といえます。

地域共生社会を実現させるためには、住民一人ひとりが地域共生社会のことを理解し、実践することが必要です。あなたの些細な行動が誰かの助けになることも。まずは知ることが、地域共生社会実現の第一歩です。

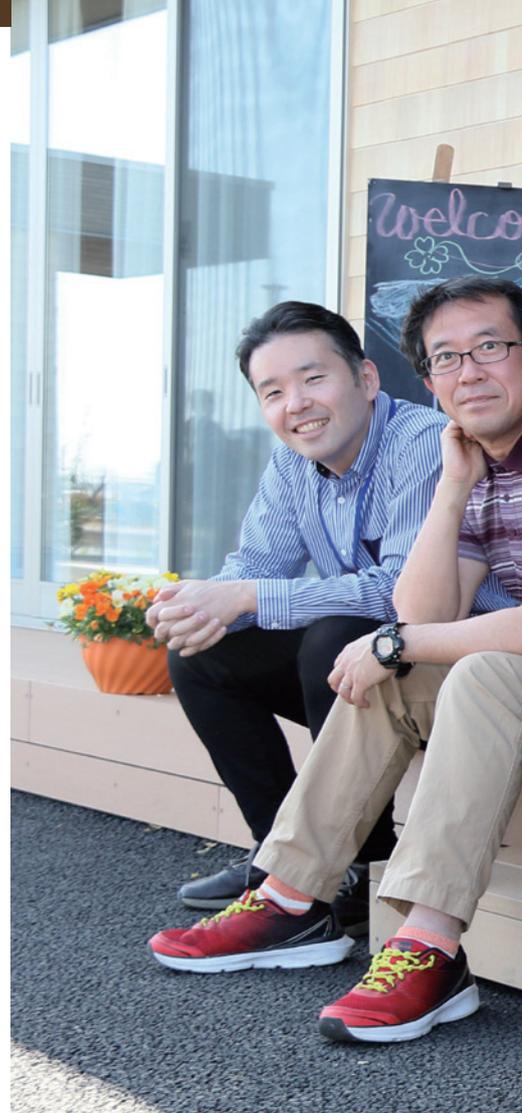
市民一人ひとりが 地域共生社会実現のカギ

困っていてもどこに相談すればいいのか、誰に相談すればいいのかわからない…。

そんなときに重要なのは、困りごとを抱えている人に気付いた方が誰かに相談することです。あなたの気付きと思いやりが、地域で困っている誰かを助ける力となります。

今すぐには解決することができない困りごとを抱えている方が増えています。そんな悩みを抱えている人の中には、「相談してもどうせ解決しないし…」と諦めている人がいるかもしれません。しかし、さくら市地域共生センターをはじめとした各相談窓口にご相談することで、あなたと継続的に関わり、悩みを軽くすることができるかもしれません。また、今抱えている困りごとが新たな困りごとにつながらないよう努めていきます。障がい・介護・児童・医療・教育・その他あらゆる分野の専門

専門職が連携して 悩みに寄り添う



地域では、さまざまなボランティア活動が展開されています。ボランティアは、自分がやりたいこと・応援したいことのために活動することが重要です。ボランティア活動に興味がある方は、市民活動支援センターにお越しください。コーディネーターがあなたにあった活動をサポートしてくれます。同じ想いを持った素敵な仲間に出会えるかもしれません。

楽しみながら 地域貢献する充実感

職と連携してあなたの悩みに寄り添います。



▲ 相談窓口のひとつ基幹相談支援センター等の相談員

行政×市民の可能性が 地域共生社会を実現させる

市内に専門職の皆さんやボランティア活動に励まれる方が多くいます。行政として皆さんの活動が継続・発展できるような仕組みを検討していきたいと考えています。

また、地域の皆さんと対話する機会を作り市民の要望を把握することで、皆さんと顔の見える関係を築いていきたいと思えます。

将来的には地域一丸となって地域共生社会を推進できるまちづくりを展開していきます。一緒に、さくら市をもっと暮らしやすい街にしていきたいでしょう！
福祉課 ☎(681)1160



地域を支える 活動を“知る”

市内で地域のつながりをつくる活動をされている方たちにインタビューしました。

ぴーちカフェ

2年前前に有志で始まった地域の居場所づくりの取り組みです。現在は、毎月第3金曜日にハッピークローバーで行っています。

木島さん

地域の中で安心して暮らすための居場所をつくりたいと思ったのが、はじまりでした。誰かと話したいけどどこに行ったらいいの？という人が自由に集まれる場が必要だと思いました。今ではさまざまな環境の方が楽しそうに活動してくれるのがうれしいですね。

葛西さん

介護士をしている中でアロマテラピーが認知症予防や進行を遅らせることがあると知り、勉強をしていたのがサロンに加わるきっかけになりました。



ぴーちカフェ 運営ボランティアの皆さん

左から木島さん、佐藤さん
葛西さん、上田さん



佐藤さん

た。アロマを使うと皆さんリラックスして穏やかな気持ちになれるんです。

ぴーちカフェは、手話の歌やアロマ、そしてなにより座談会を大事にした活動をしています。何ごとも楽しまないと続かない。ずっと続く地域のカフェになるよう、みんなで話し合いを進めていきたいと思っています。

今後は夏ばて防止法やスマホの使い方などもやっていきます。一緒に楽しくお話ししましょう。介護している方、されている方も参加していますよ。

今回は、6月18日(金)午前10時〜なんでも座談会です。興味のある方は、ぜひお越しください。

社会福祉法人 愛美会

「地域に恩返しをしたい」という思いから、駄菓子屋さん、カフェエナミズキなど地域に根ざした取り組みを始めました。地域の方の話を聞くうちに地域食堂など新たなアイデアも。現在は、元気な高齢者が活躍できる場として平日の午前9時〜午後4時までパソコンや手芸教室など常設の居場所づくりを進めています。

困った人がいれば相談にのれる複数の専門職がいるのは介護施設だからこそ。相談を受ける側の資質と周りとの連携が不可欠で、市やさまざまな方面の支援員との横のつながりが大切なんです。さまざまな活動を通して「地域の人で地域を支える“お手伝い”ができればと思っています。」

(福)愛美会 理事長
家守 美由紀さん



つながりの拠点 地域共生センター



Information /

2名の相談支援包括化推進員が常駐し、皆さんの相談にお応えします。

▶ 受付時間

午前 8 時～午後 5 時
(土日祝日、年末年始を除く。)

▶ 連絡先

電話 612-3557
FAX 612-3558

▶ 住所

氏家 1786 番地 2



地域共生センターはどなたでも利用できる地域の居場所です。談話室にはお茶やコーヒーをご用意しています。お気軽にお越しください。さくら市にあるさまざまな資源を活用しながら、地域で安心して暮らしていくためのお手伝いが出来ればと思います。

また、地域に住む方々が、お互い気にかけて合い、ケアし合う関係を築いていけるような地域づくりも担っていきます。

相談支援
包括化推進員
堀江 桂太さん



相談支援
包括化推進員
飯島 恵子さん



地域共生社会って、なんでしょう？
このまちの誰もが安心して暮らし続けていくために、制度や分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超えて、このまちの社会資源を活かしたコミュニティ・ケア、支えあう地域づくりを目指しています。

さくら市地域共生センターはその入口として、どなたでも気軽に参加できる語り場・居場所です。市民とともに「ひとり一人の暮らしと生きがい、地域を共に創っていく社会へ」。

新型コロナワクチン接種について



クーポン券(接種券)はいつ届くの？

65歳以上の方は、下の表のように、年齢ごと、段階的に発送を行います。クーポン券が届いた方は、さくら市新型コロナワクチン接種コールセンターに電話または予約サイトで接種予約ができます。接種は、氏家公民館で受けることができます。接種日はクーポン券に同封される案内でご確認ください。

予約の電話が繋がりにくい状況となり、ご不便をおかけしています。国は全ての高齢者が2回接種できるワクチン量を確保すると公表しています。あせらず安心してご予約ください。

今後の発送予定について

年齢 (R4.3.31までになる年齢)	「クーポン券(接種券)」の発送予定日			
	6/7		6月中旬	
75歳以上	発送済み			
70歳から74歳まで	→ 発送予定			
65歳から69歳まで			→ 発送予定	

氏家公民館の接種の予約
さくら市新型コロナワクチン
接種コールセンター



028-666-7755

午前8時30分～午後4時
(祝日、8/13～16は除く)



スマホ、パソコン
からも予約可

※市ホームページでは、
随時情報更新してます。

聴覚や言語の障害等でご相談が困難な方は
FAXまたはメールをご利用ください
FAX: 682-5156
mail: u-hoken@city.tochigi-sakura.lg.jp

ワクチン接種後の副反応等に関する相談
受診・ワクチン相談センター (栃木県)
☎ 0570-052-092

午前9時～午後9時
厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター
☎ 0120-761770 (フリーダイヤル)

午前9時～午後9時
その他相談 健康増進課 ☎ 682-2589

クーポン券をお持ちの方は黒須病院健診センターで新型コロナワクチン接種ができるようになりました！

予約場所：黒須病院健診センター

予約受付：月曜日～土曜日 午後3時30分～午後4時30分 (祝日・8/13～16は除く)

予約方法：黒須病院健診センターで直接予約 (電話予約はできません)

持参するもの：さくら市から送られたクーポン券(接種券)と黒須病院診察券(受診歴のある方)

接種日：黒須病院健診センター(1日60人)で予約時直接確認ください



※電話での予約はできません。通常診療と救急医療のさまたげになるため、電話での問合せ、申込みはしないでください。

新しいさくらブランド 認証品が決定しました



さくら
ブランド
SAKURA BRAND

市内で生産、製造または加工された農林水産物や特産品をさくらブランドとして認証しています。5回目となる認証審査会が3月に行われ、「榊さん家のピーちょこ」が認証されました。

また、特例認証品として「AT guitars」が認証されました。

さくら
ブランド

.....
令和2年度

認証品

榊さん家のピーちょこ

ちょこれーと此の花や

住所 上河戸 820

電話 666-7166

営業時間 午前10時～午後5時（月・火 定休日）

さくら市産の落花生を煎り、独自にブレンドしたミルクチョコレートにコーティングしました。

香ばしい落花生と口どけの滑らかなミルクチョコレートは相性抜群! ついつい手が伸びてしまう絶品チョコです。

※落花生が収穫される12月～4月の限定商品です。



AT guitars 高野 篤

住所 喜連川 4620-1

Email info@atguitars.com

AT guitars 高野 篤さんはギター各種・ウクレレ等の製作・修理を行っています。「WASURA SAKURA」は本体には日光杉と県産の桜を使用し、ラベルには烏山和紙を使用したウクレレです。その高い技術と地域素材を生かしたものづくりが認められ、「Lexus New Takumi Project 2016」で県代表に選出されました。

都道府県規模以上のコンクール等の大会で評価を受けていることから、この度認証されました。



● なかざわ てっしゅう 中澤 哲秀さん (前列左から1番目)
 長年保護司として、犯罪や非行の未然防止および罪を犯した人たちの更生に貢献されました。

● しばやま つねこ 柴山 恒子さん (前列左から2番目)
 氏家公民館に多額の寄附をされ、社会教育の振興と施設の充実に貢献されました。

● くぼい りゅういちろう 久保井 隆一郎さん (前列左から5番目)

● ながしま まさひろ 長嶋 正浩さん (前列左から6番目)

● すずき よしあき 鈴木 良昭さん (後列左から3番目)

● さいとう てつや 齋藤 哲也さん (後列左から4番目)

● つうら おさむ 津浦 修さん (後列左から5番目)

長年消防団員として消防防災活動に尽力されました。

【名前のみ紹介】

● たぐち あつし 田口 篤嗣さん ● こぼり まさとし 小堀 雅俊さん

● くろさき たかふみ 黒崎 高史さん ● いそ かずなり 磯 一成さん

● むらかみ さとし 村上 知さん ● ゆだ さとし 湯田 聡さん

● かねこ かずひろ 金子 和弘さん ● ひろの たかふみ 廣野 崇史さん

● ふくだ ゆきのり 福田 幸紀さん

長年消防団員として消防防災活動に尽力されました。

● なばため こういち 那波多目 功一さん

● くぼい ひろみ 窪井 裕美さん ● もり けんじ 森 賢司さん

市ミュージアム-荒井寛方記念館-に絵画を寄附され、市の芸術文化の発展に貢献されました。

● おか しんじ 岡 慎二さん

市ミュージアム-荒井寛方記念館-に多額の寄附をされ、本市の芸術文化の振興と資料の充実に貢献されました。



発見! さくらキラ人

さくら市で輝く人を紹介するコーナーです。

昭和44年創業の喜連川水産株式会社(旧喜連川漁業生産組合)の3代目代表取締役の柴山さん。2021年日本ギフト大賞に「喜連川湧水育ち炭火焼鮎」が都道府県賞(栃木賞)に選ばれました。水と餌にこだわり丹精込めて育てた鮎で造られた加工品は、さくらブランドにも認証されています。県が主催するコンテストでもお土産賞を受賞、航空会社(全日空)のファーストクラスの料理に採用されるなど、多方面から評価を受けています。

柴山さんは、「評価されたのは従業員の皆さんの努力のおかげで、大変ありがたいこと。コロナもあり厳しい状況ですが、鮎を食べた人が『美味しかった。』と声をかけてくれることもあり励みになる。これからも鮎を身近に家庭で食べてもらえる商品を作り続けたい。鮎は繊細で飼育が難しい魚ですが、次の世代にも鮎の養殖産業を残していけるよう努力していきたい。」と話されました。



しばやま よしなり
柴山 能成さん



Pick up

3/20

SDGs を楽しく学ぼう
(入門編) を開催

市民活動支援センター主催で(一社)県まちづくり協議会の板林勇輝さんを講師に迎え、カードを使ったゲーム方式でSDGsの考え方や取り組み方を学びました。SDGsの目標達成に向けて想定される、一方を追求すると他方が犠牲になるという関係が書かれた「トレードオフカード」と、地球上にある資源が書かれた「リソースカード」を使って、どのように問題を解決するかを話し合いました。

参加者は「初めての内容を楽しく学ぶことができた。」と話されました。



4/20

氏家中学校で人権講話を開催

市の人権擁護委員が氏家中で人権講話をリモート形式で行い、同校1年生の生徒が参加しました。参加した生徒達は映画「^{こえ}聲の形」を鑑賞し、障がい者への理解を深めるとともに、いじめについて考えました。

人権擁護委員からは、「相手はどう思うかを想像すること」についてのお話がありました。



お知らせ

令和3年度の自動車税（種別割）の納税はお済みですか？

納期限の5月31日を過ぎました。お忘れの方は至急納付してください。滞納した場合、延滞金がかかる場合があります。督促状を発してから10日を経過しても完納されない場合は、差押などの滞納処分を行います。

自動車税（種別割）は、金融機関のほか、コンビニエンスストア、クレジットカード、ペイジー、スマートフォン決済アプリでも納付いただけます。
問 矢板県税事務所収税課
 ☎0287(43)2171

氏家・喜連川公民館で公衆無線LANが使えます

スマートフォンやタブレットのWiFi機能を有効にすることで、誰でも無料でインターネットに接続できます。接続に必要な

パスワードは、提供場所に貼られているステッカーをご覧ください。

問 氏家公民館
 ☎(682)1611
 喜連川公民館
 ☎(686)6624

ダム放流のサイレンがなったら、川から離れてください

ダムからの放流によって河川の水位上昇が予想される場合は、サイレンを鳴らします。川沿いのサイレンが聞こえたら、ただちに川から離れて近づかないようにしてください。

また、豪雨などでダムの放流が必要なときは、避難情報を市からお知らせします。日頃から防災情報の入手方法を確認し、速やかに避難できるようにしてください。詳しくは、県矢板土木事務所ホームページをご覧ください。

詳細はこちら▼



問 県矢板土木事務所

☎0287(44)2187

ノルディックウォーキング用ポールの貸出場所が増えました

もとの温泉、道の駅きつれがわ、露天風呂に加えて高齢課と喜連川市民生活室でも貸し出しを始めました。健康づくりでノルディックウォーキングを体験してみたい方など気軽にご利用ください。詳細は市ホームページをご確認ください。

対象 市内在住者
貸出期間 最長1週間
貸出本数 高齢課 50組
 喜連川市民生活室 10組
問 高齢課
 ☎(681)1155

詳細はこちら▼



国民年金保険料の免除制度をご利用ください

7月1日から令和3年度分の免除申請を受け付けます。

これは、収入の減少や失業等の理由で保険料を納めることが困難な場合、本人の申請により、保険料の納付が免除される制度です。

免除等の申請をせず、障害や死亡といった不慮の事故が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。未納のままにせず、ご相談ください。

また、受給する年金額を増やすために、保険料免除・納付猶予になった保険料を後から納める追納制度もあります。遡って納めたいという場合もご相談ください。

問 宇都宮東年金事務所
 ☎(683)3211
 市民課
 ☎(681)1116
 喜連川市民生活室
 ☎(686)6611

後期高齢者個別健診は8月から受付開始します

詳しくは、広報さくら8月1日号でお知らせします。

問 市民課
 ☎(681)1116
 喜連川市民生活室
 ☎(686)6611

空き地は持ち主が適正に管理しましょう

空き地の雑草や樹木が伸びすぎると、隣接した敷地にはみ出す、病害虫が発生する原因となります。ともあります。

雑草等は秋まで伸び続けるため、持ち主の皆さんは、必要に応じて定期的に除草を行う等、適正な管理にご協力ください。

問 生活環境課
 ☎(681)1126



防犯灯・カーブミラーの不具合を見つけたらご連絡ください

点灯していない防犯灯や角度が変わってしまったカーブミラーなどを見つけた際は、ご連絡をお願いします。
※防犯灯・カーブミラーの新設は、行政区長を通じて申請が必要です。

▶ 防犯灯

電柱についている緑色のプレートの管理番号をお伝えください。



▶ カーブミラー

ポールについている白いシールの管理番号をお伝えください。
※電柱に共架されているものには、管理番号はありません。



問合せ先 | 生活環境課 (☎681-1126)

令和3年度 国民健康保険税に関するお知らせ

▶ 国民健康保険税医療分・介護分の課税限度額が変わります

区分	改定後	比較
医療分 (限度額)	630,000 円	+ 20,000 円
介護分 (限度額)	170,000 円	+ 10,000 円

用語解説

● 医療分

国民健康保険加入者の医療給付費などに充てられる保険税
(すべての加入者が対象)

● 介護分

介護保険制度を支援するための保険税
(40～64歳の加入者が対象)

▶ 国民健康保険税軽減制度

一定所得以下の世帯は、均等割と平等割が次の割合で減額されます。

軽減制度の適用には、世帯主と国民健康保険加入者の前年収入の申告が必要です。

減額措置の対象となる世帯の判定方法

均等割額	基準(世帯の総所得額)
7割軽減	{43万円+(給与所得者等の数(※1)-1)×10万円}以下
5割軽減	{43万円+(給与所得者等の数(※1)-1)×10万円+28万5,000円×被保険者数(※2)}以下
2割軽減	{43万円+(給与所得者等の数(※1)-1)×10万円+52万円×被保険者数(※2)}以下

※1 一定の給与所得者(給与収入が55万円を超える者)と公的年金等に係わる所得を有する者(65歳未満は、公的年金収入が60万円を超える者 65歳以上は、公的年金収入が125万円(15万円の特別控除含む)を超える者)

※2 同じ世帯の中で、国民健康保険の被保険者から後期高齢者医療の被保険者に移行したものを含む。

問合せ先 | 市民課 ☎681-1116(制度について)
税務課 ☎681-1114(税額について)

お知らせ

重度心身障害者医療費助成制度「助成の特例」の受付

重度心身医療費の医療分の自己負担500円が免除される制度があります。制度の適用には条件があり、申込みが必要です。

▼条件

助成対象者および同じ健康保険に加入する方全員が令和3年度市民税非課税であること。

▼免除対象期間

7月1日～

令和4年6月30日

▼受付期間

6月7日(月)～11日(金)

▼受付場所

福祉課

喜連川市民生活室

▼申込みに必要なもの

- 重度心身障害者医療費受給資格者証
- 健康保険証
- 個人番号カードまたは個人番号通知カード

（助成対象者および同じ保険に加入している方の分）身体障害者手帳または療育手帳

問 福祉課

☎(681)1161

地域生活支援事業「日中一時支援事業」の利用

身体・知的・精神などの障がいのある方の日中活動の場と介護者の就労や休息を目的に、日中、介護者のいない障がい者等に一時的な見守りの支援を行っています。

▼利用方法

申請書および障がい状態の分かる書類（各種障害者手帳または診断書等）を提出し、利用者証の交付を受けます。

利用者証交付後、既定の事業所の中から利用してください。利用した時間・回数等にに応じて利用者負担があります。詳しくは、福祉課までお問合せください。

問 福祉課

☎(681)1161

電話リレーサービスへのご理解をお願いします

「電話リレーサービス」は、通訳オペレーターが聴覚や発話に障がいを持つている方に代わり電話でやり取りを行うものです。

オペレーターを通じて相互に内容を伝えるため、時間がかかることもあります。電話リレーサービスによる通話を受けた場合には、ご理解とご協力をお願いします。

問 福祉課

☎(681)1161

▼狩猟を始めてみませんか

近年、野生鳥獣被害が増加し、捕獲の担い手が必要で、7月2日から令和3年度の狩猟免許試験の受付が始まります。

市では、新たにわな猟免許を取得し、県猟友会に加入した方に対して補助金を交付します。

▼対象

次のすべてに該当する方

- ① 市内在住
- ② 今年度新たにわな猟免許を取得
- ③ 今年度猟友会の市内分会に新たに加入
- ④ 市税を完納している

▼補助限度額

わな猟免許取得費 9,200円
県猟友会加入費 31,000円
※補助は1人1回

▼申込・問合せ先

農政課 ☎(681)1117

▼ブロック塀等撤去等事業補助制度

地震によるブロック塀等の倒壊を防止するため、道路に面した一定の高さ以上のブロック塀等の撤去等に要する費用の一部を補助します。

▼補助対象

市内にあるブロック塀等で道路等に面し、高さが60cm以上のもの

▼対象

次の全てに該当する者
● 市内に存するブロック塀等の所有者等

- 同一のブロック塀等の撤去等に対して補助金の交付を受けていない
- ブロック塀等の撤去等を事業者等に委託して行う
- ブロック塀等の撤去等を販売を目的とした整地または建物の解体に伴い行うものではない
- 市税の滞納がない

▼補助金額

次のいずれかのうち少ない額の2分の1以内で、上限10万円

- 撤去等費用
 - 撤去等を行うブロック塀等の総面積に1㎡当たり1万円を乗じて得た額
- まずはお問合せください。

▼申込・問合せ先

都市整備課 ☎(681)1120



令和3年度 消防団の新体制

さくら市の安全のために、よろしくお願いします。

- 団 長 永井 久男
- 副 団 長 土屋 恭則・片岡 純雄
- 本 部 長 福田 広光
- 副 本 部 長 平山 健一・伊藤 孝紀
- 第一分団長 川俣 智史
- 第二分団長 岡田 慎
- 第三分団長 大塚 盛行
- 第四分団長 川崎 文也

- 第五分団長 塩田 学
- 第六分団長 高橋 徳玄
- 第七分団長 荒巻 祐一
- 第八分団長 鈴木 晴雄

詳細は、こちら▶



問合せ先 | 総務課 (☎681-1111)

自衛官募集相談員を委嘱しました

市と自衛隊栃木地方協力本部では、自衛官志願者に自衛隊に関する情報提供や地域での広報など、募集事務について活動を行う自衛官募集相談員を委嘱しました。

相談員として委嘱されたのは、新井 孝男さん、高瀬 一徳さんの2名です。任期は2年間です。よろしくお願いします。



▲新井 孝男さん



▲高瀬 一徳さん

問合せ先 | 総務課 (☎681-1111)

市の行政相談委員を紹介します

行政相談委員は、皆さんの身近な場所で、行政上の困りごとについての相談を受付けています。民間の有識者の中から総務大臣が委嘱しているもので、皆さんの苦情や意見・要望などをもとに、その解決や改善を進めることをボランティアとして行っています。

お気軽にご相談ください。

相談は無料で秘密は固く守られます。



そえた かずお
添田 和夫さん ☎682-2094



たにぐち ようこ
谷口 洋子さん ☎682-2061



かるべ かつこ
軽部 勝子さん ☎686-4469

問合せ先 | 総合政策課 (☎681-1113)

お知らせ

児童手当現況届の受付

児童手当・特例給付を受給している方は、毎年6月中に現況届を提出する必要があります。

これは、6月1日現在の世帯状況から児童手当を引き続き受給できる資格があるかを確認するための重要な届出です。

6月2日(水)に対象者へ現況届を発送します。同封の返信用封筒を使い提出してください。

提出しないと6月分(10月支給)以降の児童手当が受給できません。必ず6月中に提出してください。

※公務員は勤務先で手続きをしてください。

電子申請

政府が運営するオンラインサービス「マイナポータル(ぴったりサービス)」から現況届を電子申請できます。利用するには、マイナンバーカード等が

必要です。

詳細はこちら▼



問 こども政策課

☎(681)1125

6月は「食育月間」です

毎月19日は食育の日

①少しの工夫で食品ロス削減

食材を買い過ぎない
買い物前に冷蔵庫や食品庫にある食材を確認する習慣をつけましょう。

②食材を上手に使い切る

買いつぎで残った食材は他の調理法がないかレシピサイト等で確認しましょう。

③料理は食べきる

食べきれぬ量を作り、余ったら別の料理に作り変えましょう。

問 健康増進課

☎(682)2589

歯周病検診を受けましょう

対象の方に歯周病検診受診票を郵送します。検診費用が一部助成されますので、詳細をご確認ください。

歯の健康は身体の健康に

深く関わっています。この機会に指定歯科医院で検診を受け、ご自分の歯を守りましょう。

▼期間

6月1日～10月31日

▼対象

令和3年度に40歳、50歳、60歳、70歳を迎える方
※昨年度の対象(今年度41歳、51歳、61歳、71歳になる方)で、昨年受診できなかった方も受診可能です。受診票を紛失した方はお問合せください。

※歯科医を定期的に受診されている方は、今回の検診受診は不要です。

問 健康増進課

☎(682)2589

法人・個人事業主向け
地元事業者緊急支援助成金

▼交付要件

緊急事態宣言の再発令に伴う不要不急の外出・移動の自粛の影響で令和3年1月または2月の売上高が令和元年または令和2年同月比で10%以上50%未満減少(※1)(※2)していること。

※1 売上が減少した当該月が「対象月」です。

※2 国の「緊急事態宣言の影響緩和に係る一時支

援金」との重複受給を防ぐために令和3年3月の売上高も確認します。

▼対象

次のすべてに該当する法人、個人事業主

①法人の場合は、市内に本社、本店などの主たる事業所を置いていること。

個人事業主の場合は、主に市内で事業を行っていること。

②資本金10億円未満であること。

③令和2年12月までに創業し、申請日時点で事業を行っていること。加えて、今後継続する予定であること。

④「栃木県新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金」や国の「緊急事態宣言の影響緩和に係る一時支援助成金」の支給対象者でないこと。

▼助成上限額

法人 30万円
個人事業主 20万円

▼申請期限

6月30日(水)
(当日消印有効)

▼助成金の計算方法

助成額Ⅱ(令和元年または令和2年の1月および2月の事業収入)×2か月
対象月の事業収入×2か月

▼申請方法

申請書(商工観光課で配布、市ホームページからも入手可)に記入し、必要書類をつけて郵送で提出してください。

▼申込・問合せ

商工観光課
☎(686)6627

お役に立ちます! 随時 会員募集
シルバーパワー!!

(公社)さくら市シルバー人材センター

シルバー派遣事業も
行っています。

植木・草刈り・除草・襖障子貼り・
塗装・大工仕事など
お気軽にご相談ください。

本所 さくら市氏家2190-7
TEL・FAX.682-1369

喜連川事業所 さくら市喜連川4420-1
TEL・FAX.686-6225

6/1 人権擁護委員の日

人権擁護委員は、人権問題解決のお手伝いや、法務局の職員と協力して人権侵害による被害者の救済、人権について関心を持ってもらえるような啓発活動を行っています。

人権問題に関する相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

▶ 特設相談所を開設します

6月4日(金) 喜連川公民館第2研修室
12月7日(火) 氏家公民館(予定)
時間はいずれも午前9時30分～正午
※予約不要

▶ 人権擁護委員の退任者・新任者のご紹介

人権擁護委員の^{こじま} ^{ともこ}小島 智子さん(伝馬町)が退任されました。小島さんは平成28年10月から、多くの人権啓発活動や相談業務に貢献されました。大変お世話になりました。

小島さんの後任として、^{やしま} ^{じゅんこ}八嶋 純子さん(新町)が4月1日付で法務大臣から、新たに人権擁護委員に委嘱されました。よろしくお祈いします。

人権擁護委員(6月1日現在)

氏名	行政区
小森 茂	喜連川北
渡邊 幸雄	葛 城
和田 貞夫	蒲須坂
小堀 義明	柿木澤
瀧澤恵美子	上 町
小野恵美子	狭間田
木下 秀房	柿木澤
佐藤 淳子	上阿久津
八嶋 純子	新 町



▲八嶋 純子さん

問合せ先 | 福祉課 (☎681-1160)

みんなで防ごう高齢者虐待!

一つでも当てはまる場合、虐待の疑いがあります。

▶ 見逃さないで! 高齢者虐待のサイン

- 身体に傷、あざ、やけど等がある
- 悲鳴や怒鳴り声がきこえる
- 体重が、短期間のうちに極端に減った
- 居住や身体が、極端に非衛生的で異臭がする
- 「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
- 家族が、高齢者の健康への関心が低く、受診や入院の勧めを拒否する。

地域の人などが虐待に気付いた場合は、**早めに通報してください。**

相談窓口

地域包括支援センター^{にこん}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

☎ 681-1150

(担当地区:上記以外の在住者)

高齢課

☎ 681-1155

開催

令和3年第2回
市議会定例会

▼日程(予定)

●開会、提案、即決議案採
決または委員会付託
6月3日(木)

●一般質問
6月4日(金)

●新型コロナウイルス感染
症対策特別委員会
6月9日(水)

●文教厚生常任委員会
6月10日(木)

●建設経済常任委員会
6月11日(金)

●委員長報告、質疑、討論、
採決、閉会
6月16日(水)

※都合で日程が変更になる場合も
あります。

※傍聴は、新型コロナウイルス感
染拡大防止のため自粛をお願い
します。

問 議会事務局

☎(681)1123

身体障害者巡回相談

主に身体に障がいのある
方を対象に、整形外科
医・リハビリ専門職・保
健師などが相談に対応し
ます。

▼日時

7月7日(水)
午後2時～4時

▼場所

烏山公民館

▼内容

医学的な相談、補装具
の相談、身体障害者手帳
の取得や等級変更に関する
相談、リハビリ相談など

▼申込期限

6月24日(木)

▼申込・問合先

福祉課

☎(681)1161

子育て世帯向け
早期教育(就学)相談会

お子さんの学校や育ち
のことについて相談して
みませんか。

▼日時

6月18日(金)
午前10時～午後4時

(予約優先、一人30分まで
を目安)
※随時、教育相談を受け付けてい
ます。相談会に都合がつかない
方もご連絡ください。

▼場所
氏家図書館

▼対象

原則、令和4年4月に入
学する年長のお子さんが
いる方
※要事前申込み
(当日でも、空き状況により対
応可)

▼申込・問合先

学校教育課

☎(686)6620

子育て世帯向け
教科書展示会

令和4年度から使用する
教科書の展示です。

▼期間

6月11日(金)～30日(水)
午前9時～午後5時
(土日、祝日を除く)

▼場所

矢板教科書センター
(県塩谷庁舎4階)

塩谷南那須教育事務所

☎0287(43)0176

令和3年度介護支援専門
員実務研修受講試験

▼日時

10月10日(日)
午前10時～正午

▼場所

①宇都宮大学峰キャンパス
②とちぎ健康の森

▼申込書の配布場所

高齢課、喜連川市民生
活室、県高齢対策課、各
健康福祉センター、とち
ぎ福祉プラザ、県シルバー
大学校、とちぎ健康の森

▼配布期限

6月30日(水)

▼申込期間

6月11日(金)～30日(水)
(当日消印有効)

問 とちぎ健康福祉協会

生きがいづくり課
☎(650)5587



寄附

ありがとうございます

●絵画(25号)

刑部人「春の富士」

富士フィルター工業(株)

ふるさとづくり寄附金

横浜市 小島薫

金46,863円

桑島俊雄

わくわく保育園

タンバリン・すず・

マラカスⅡ歌のひろば

たいよう保育園

ぬいぐるみ等

宇都宮市 上野工房

●氏家小学校

図書カード5万円分

石田英美・(故) 石田芳夫

●上松山小学校

図書カード5万円分

安藤靖夫・(故) 安藤忠

●氏家中学校

図書カード 5万円分

安藤靖夫・(故) 安藤忠

科学図書購入費2,500

円(匿名)

●喜連川中学校

科学図書購入費2,500

円(匿名)

令和2年度情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

情報公開制度による公開請求等の状況

部局	請求件数
市長	38 (15)
教育委員会	13 (1)
選挙管理委員会	1
農業委員会	7

個人情報保護制度による個人情報開示請求状況

部局	請求件数
市長	2

個人情報保護制度による個人情報訂正等請求は、ありませんでした。

※請求があった部局のみ件数を掲載しています。

※請求件数のうち () 内は、任意的な情報公開申出の件数です。

用語解説

- 情報公開請求
市内在住・在勤・在学者からの請求
- 任意的な情報公開申出
情報公開請求者以外の申出

問合せ先 | 総務課 (☎681-1111)

eプラザ参番館出店者募集

氏家駅前のeプラザ参番館「テナントD」の新たな出店者を募集します。飲食業の新規開業や独立開業を考えている方は、ご検討ください。

提出書類は、商工観光課および氏家商工会で配布（市ホームページからも入手可）しています。

▶申請期限

7月30日（金）午後5時

▶入居開始

12月予定



問合せ先 | 商工観光課 ☎(686-6627)
氏家商工会 ☎(682-2019)

市営住宅入居者募集

申込期限 6月9日（水）

入居時期 7月1日（木）

申込者多数の場合は抽選会を開催します。

申込方法

申込書（建設課・喜連川市民生活室で配布、市ホームページからも入手可。）に必要書類を添付し、提出してください。また、申込条件がありますのでお問合せください。

※家賃は前年の所得に応じて決まります。

※豊原は別途、駐車場使用料 2,000 円

（1戸1台のみ）

住宅名	豊原	大沼台	ひばりヶ丘
募集戸数	2戸	1戸	1戸
完成年度	平成元年～平成3年	平成3年～平成4年	平成6年～平成7年
階数	3階建 1・2階	2階建 戸建て	2階建 戸建て
間取り	3LDK	3LDK	3LDK
家賃	21,100円～32,200円	20,800円～31,300円	21,300円～31,700円
単身入居	可	不可	不可
敷金	家賃3か月分		

申込・問合せ先 | 建設課 (☎681-1119)

募集

会計年度任用職員

市ホームページで随時募集案内を公開しています。(時期によっては募集がない場合もあります。)

ホームページを閲覧することができない場合には、総務課で求人情報をまとめた冊子を配布していますので、お問合せください。

▼申込方法

さくら市会計年度任用職員採用申込書(市ホームページ、総務課で配布)に記入し、郵送または直接持参により提出。

▼(郵送推奨)

※募集職種や勤務条件などは、市ホームページをご覧ください。

▼申込・問合せ先

〒329-1139
 氏家2771番地
 総務課 人事係あて
 ☎(681)1111

詳細はこちら▼



市観光施設管理協会 臨時職員

▼勤務場所

市第1・第2温泉浴場

▼募集人員

若干名(女性)

▼勤務時間・日数

午前6時～午後9時15分
 (8時間勤務で土日、祝日を含めた交代勤務)

▼勤務内容

温泉受付および館内清掃などの施設管理

▼賃金

日給 6,880円

▼雇用期間

6月26日(土)～
 令和4年3月31日
 (以後更新あり)

▼申込方法

履歴書に記入し、もとゆ温泉事務所に提出。

▼問合せ先

(財)市観光施設管理協会
 ☎(686)3284

高年齢者向け スマートフォン講座

宇都宮大学の授業の環境で大学生が便利なアプリケーションなどの使い方

方を教えます。

新型コロナウイルス感染症のネット予約にも役立つ内容です。

▼日時

6月15日(火)

▼対象

○初心者コース
 午後1時～2時20分

▼実践コース

○自身でインターネット検索やラインができる方
 午後2時30分～4時

▼場所

市民活動支援センター
 (講座の最後に学生のアンケートにご協力ください)

▼対象

スマートフォンやタブレット端末をお持ちで、これから活用したい方



参加お待ちしております！

▼定員

8名

※申込多数の場合、抽選。

▼申込締切

6月4日(金)

▼申込・問合せ先

総合政策課
 ☎(681)1113

市健康づくり推進協議会 の市民代表委員

市民の意見をより反映させた健康づくり事業を行うため、市民代表委員を募集します。

▼募集人数

2人

▼任期

令和5年3月31日まで

▼申込方法

応募用紙(保健センターで配布)に記入し、提出。

※喜連川保健センターは、月水金の午前9時～午後4時30分

▼申込期限

6月18日(金)

▼申込・問合せ先

健康増進課
 ☎(682)2589

令和3年度さくら市経営 活性化支援事業補助金

経営品質向上や新商品開発等、新たな事業活動

に取り組む企業と小規模企業者に補助金を交付します。

▼申込期限

6月18日(金)

▼対象

商工会の会員または会員になる見込みがある中小企業者または小規模企業者のうち、次のすべてを満たす者。

①商工会の経営指導を受けている。

※申請前に商工会へご相談ください。

②市税を完納している。

▼補助金額

●中小企業者

補助対象経費の2分の1

●小規模企業者

補助対象経費の3分の2
 (どちらも上限50万円)

※事業の認定は、専門家による審査会で決定します。

※「店前景観整備事業」または「売上アップ店内改修モデル事業」の採択を受け、その事業に即した改修や備品購入を行う事業者と「さくらブランド」に認証され、ブランド認証品のパッケージ制作・PR等を行う事業者を優先的に採択します。

▼問合せ先

商工観光課
 ☎(686)6627

6/19 さくら市民デー栃木 SC 戦を盛り上げよう!

栃木 SC 対 V・ファーレン長崎を「さくら市民デー」として開催します。

チケットは、事前に申込みされた**市民限定で無料**です。(発券手数料は別途かかります)

日時

6月19日(土) 午後6時キックオフ

場所

カンセキスタジアムとちぎ
(宇都宮市西川田町2丁目4)

席種

バックB席、ホームゴール裏席

申込方法

6月9日(水) 午前11時から受付開始
QRコードを読み取り、事前に専用申込サイトからお申込みください。
QRコードの読み取りができない方はFAXでお申込みください。

(FAX 申込期限: 6月16日正午)

申込書(市ホームページから入手可)に①氏名②住所③電話番号④チケット枚数を記入し、FAX686-2055へ送ってください。

注意事項

- 発券手数料が210円(税込)かかります。
- 発券手数料のお支払方法はd払い、楽天ペイ、クレジットカードです。
- ※ FAXで申込みされた方のみ、当日発券手数料をお支払いください。
(支払い場所: ゲートBのチケット売り場)
- 新型コロナの状況により内容が変更になる場合があります。その際は、市ホームページ等でお知らせします。



申込みはこちら▶



問合せ先 | 商工観光課 (☎686-6627)

令和3年度あおぞら元気塾参加者募集

専門職の指導のもと、野外で運動やレクリエーション活動等を通して楽しく介護予防に取り組む教室です。

対象

市内在住の65歳以上で、
教室での感染症対策に協力いただける方

場所

さくらスクエア、総合公園野球場、
セブンハンドレッドクラブ

日時

月3回 午前10時~11時
(詳細は市ホームページをご確認ください)

申込方法

次の期間に電話で申込みください。

- 初参加の方
6月1日~16日
- 2回目以降の方
6月9日~16日

※感染症拡大状況によって中止となる可能性があります。



詳細はこちら▶



申込・問合せ先 | 高齢課 (☎681-1155)

募集

氏家保育園保育士

▼募集人数・勤務時間

●パート職員 1名

午前9時から7時間程度
週5日

●代替職員 若干名

午前9時から7時間程度
月数日程度

▼応募資格

保育士資格または

幼稚園教諭免許をお持ち

の方

▼勤務開始日

7月1日

▼賃金

時給1,000円

▼申込期限

6月30日(水)

▼申込・問合せ先

氏家保育園

☎(682)2402

放送大学10月入学生

心理学・福祉・経済など、
約300の幅広い科目から
学べます。

▼申込期限

第1回 8月31日(火)

第2回 9月14日(火)

問 放送大学

栃木学習センター

☎(632)0572

令和3年度税務職員

▼申込方法

原則インターネット

▼申込期間

6月21日(月)午前9時～
30日(水)

▼1次試験日

9月5日(日)

問 人事院試験課

☎03(3581)5311

申込みはこちら



水道工事のため通行規制となります

草川

(6月下旬～8月下旬)



草川

(6月下旬～8月下旬)



上阿久津

(6月下旬～10月下旬)



上河戸

(6月下旬～9月下旬)



狭間田

(6月下旬～10月下旬)



ご協力
お願いします



問合せ | 水道課 ☎681-1121



無料相談案内(6月)

* 社会情勢により急きょ変更や中止になる場合があります。

相談	内容	日時	場所	問合せ等
法律相談 (要予約)	法的な諸問題の相談を行います。 定員：7名	18日(金) 午後1時～4時30分	氏家福祉センター	申込み：1日(火) 午前9時～社会福祉協議会氏家支部 ☎682-2217
心配ごと相談所	生活上の苦しみや悩みごと相談	10日(木) 午前9時30分～午後0時30分		社会福祉協議会氏家支部 ☎682-2217
	国・県・市などへの要望やその他困りごと いじめ、体罰、差別等人権侵害に関する心配ごと			総合政策課 ☎681-1113 福祉課 ☎681-1160
もの忘れ相談会	もの忘れや認知症に関する相談	17日(木) 午後2時～4時	氏家図書館	高齢課 ☎681-1155
特 人 権 相 談	人権問題に関する相談	4日(金) 午前9時30分～正午	喜連川公民館 第2研修室	福祉課 ☎681-1160

相談	場所	問合せ等	相談	場所	問合せ等
教育相談	喜連川支所 学校教育課	学校教育課 ☎686-6620	児童家庭 相 談	市役所相談室	こども政策課 ☎681-1125
生活困窮・ ひきこもり相談	社会福祉協議会氏家支部 ☎601-7123		婦人相談		
無戸籍の相談	市民課 ☎681-1115 宇都宮地方法務局戸籍課 ☎623-0921		ひとり親相談		

相談	内容	問合せ等
虐待相談 (随時受付)	児童虐待	* 休日、夜間の緊急時 児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189 こども政策課 ☎090-2640-9364・☎090-1059-0747
	障がい者虐待	* 休日、夜間の緊急時 福祉課 ☎090-5554-6968・☎090-1996-4484
	高齢者虐待	○地域包括支援センター而今 ^{にこん} ☎685-3294 (喜連川地区、押上、長久保、蒲須坂、箱森新田、松山新田、松島) ○地域包括支援センターエリム ☎681-1150 (上記以外) ○高齢課 ☎681-1155

相談は、無料でお受けします。秘密は守ります。
相談者多数の場合、お待ちいただくこともあります。



児童センター

〈氏家児童センター〉

☎ 612 - 6145



● 父の日のプレゼントを作ろう

【日時】 9日(水) 午前10時～午後4時

● ゆうゆうパークであそぼう *雨天中止

【日時】 15日(火) 午前11時～11時30分

〈上松山児童センター〉

☎ 616 - 3660



● 子育てボランティアクラブ「Hug」

センター行事中の乳幼児の託児等(1時間程度)
【対象】 成人女性でボランティアに関心がある方

● 子育て相談日

【日時】 15日(火) 午前10時30分～

〈喜連川児童センター〉

☎ 678 - 2651



● 子育てひろば 栄養相談講座 *要予約

講師からアドバイスがもらえます。

【日時】 28日(月) 午前10時30分～

【対象】 1歳半まで

開館時間 午前9時～午後6時

(休館日) 第3日曜日



図書館だより

〈おすすめ本紹介〉

ちいさなあめふりぐも

せな けいこ作・絵

たのしくあそんでいるねこ
たちにちかづいた、ちいさ
なあめふりぐも。でもねこ
たちはにげてしまいます。

出版 鈴木出版



〈お知らせ〉

和紙をつかった手作りチャーム の作成キットを配布しています

【配布場所】 氏家図書館 *先着順

*制作には接着剤が必要です。

開館時間 午前9時～午後7時

氏家図書館 ☎ 682 - 9889

(休館日) 11日、25日

喜連川図書館 ☎ 686 - 7111

(休館日) 7～11日、21日



電子図書館▲



ホームページ▲



子育てサロン

〈アップル保育園〉 ☎682-9957

● 水遊び

【日時】 4日、15日、29日 午前10時～11時

● 工作しましょう

【日時】 18日、25日 午前10時～11時30分

〈こどもの森YOU保育園〉 ☎612-5783

● みんなでリズム。ランラン♪

【日時】 9日 午前10時～11時

● 第3回 子育て講演会

【日時】 30日 午前10時～10時30分

未就学のお子さんと保護者

対象の講座・イベント

〈氏家幼稚園〉 ☎682-8393

● 未就園児うさちゃんくらぶ

【日時】 3日 午前10時～11時 (受付9時45分)

● 園庭開放日

【日時】 3日、10日、17日、24日 午前9時～正午

● キッズ相談室

【日時】 1日、8日、15日、22日、29日

〈きつれ川幼稚園〉 ☎685-3759

● わんぱく広場(未就園児親子教室)

【日時】 2日、16日 午前10時～11時

● 子育て相談日 *随時受付



健康コーナー

健康相談・健診・教室のご案内

* 乳幼児健診・相談は母子手帳を持参してください。

〈健康相談〉 申込先 健康増進課 ☎682-2589

行事名	日時等	場所
健康・妊婦健康相談	7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月) 午前9時～午後4時	氏家保健センター 喜連川保健センター
乳幼児相談(要電話予約)	8日(火) 内容：育児相談・栄養相談・身体計測	氏家 保健センター
すくすく計測(要電話予約)	29日(水) 午前9時30分～10時45分 *身体計測のみ	
栄養相談会	11日(金) 午前9時30分・10時30分・午後1時・2時・3時	喜連川 保健センター
ことばの相談(要電話予約)	4日(金) 内容：言語やコミュニケーションに関する相談	氏家 保健センター
こども発達相談(要電話予約)	18日(金)・30日(水) 内容：子どもの発達や行動に関する相談	
こころのメンテナンス(要電話予約)	15日(火) 午前9時・10時・11時	

〈健康診断〉

行事名	日時等	場所
4か月児健診	24日(木) 対象：令和3年2月生	氏家 保健センター
10か月児健診	22日(火) 対象：令和2年8月生	
1歳6か月児健診	17日(木) 対象：令和元年11月生	
2歳6か月児健診	4日(金) 対象：平成30年11月生	
3歳6か月児健診	18日(金) 対象：平成29年11月生	
総合健診	29日(火) *完全予約制	喜連川 保健センター

休日当番医 午前9時～正午/午後2時～5時

6日(日)	にし内科ハートクリニック	☎682-8920
16日(日)	岡医院	☎681-1251
20日(日)	檜山医院	☎682-2730
27日(日)	小林医院	☎686-2061

塩谷郡市医師会からのお願い
休日当番医を利用する際に風邪症状がある方は、
受診前に必ず電話で相談してから来院してください。

夜間診療 午後6時30分～9時

- くろす ☎682-8811
- しおや ☎0287-44-1155

日	月	火	水	木	金	土
6月						
			1	2	3	4 5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



専門職による
リレーコラム

さくら*スマイルゼミ

今月の特集

深呼吸してみましょ

毎日がんばるママ、パパへ
イライラスイッチが
入りそうになったら…

毎日子育てをがんばっていると疲れますよね。
なかなか寝てくれない、泣き止んでくれない…。
仕方がないことだと分かっているけど、ついイライラ。
そんな時は、まず深呼吸してみましょ！

深呼吸すると

- 緊張がほぐれ、リラックスできます。
- ストレス軽減にもつながります。



育児が「つらい」ときには
ひとりでかかえこまないで

育児がつらい、不安で押しつぶされそうときには「Help!」のサインを出して周りの助けを借りましょう。

周りに相談できる人がいない場合は、私たち相談員に気軽に相談してください。

相談時間

月～金（祝日除く）
午前8時30分～午後5時15分
事前に連絡いただくとスムーズです。

執筆 子ども家庭支援員兼
家庭相談員 小栗さん



問合せ先… こども政策課 (☎681-1125)



市内でいきいき活動する
団体紹介

ハロー! 市民団体

今月のピックアップ

さくら市地域婦人会

婦人会は、成人女性の親睦・娯楽・ボランティア・教養などの目的で結成された団体のことです。交通安全母の会と赤十字奉仕団も担っています。

1876年に東京で最初の婦人会が結成され、長い歴史のある婦人会をさくら市の女性たちが議会の傍聴やイベント協力、研修を通じて会親睦を図りながら今につないできました。皆さん「会員のつながりが何よりの宝です」と笑顔で話されていました。

今年は、テレビで見聞きすることが多くなったSDGs12番の「つくる責任 つかう責任」に貢献するため食品ロスを減らすことに取り組んでいくそうです。

市民活動支援センター
谷口 記者



会員募集中です！
一緒に活動しませんか？



問合せ先 ……………
代表 手塚 (☎090-4394-0954)



塩谷郡市医師会
リレーコラム

～シリーズ～「かかりつけ医のことば」

今月のテーマ

第14回 コロナ禍におけるメンタルヘルス

中国武漢で始まった新型コロナウイルス感染症は瞬間にパンデミック（世界的大流行）となってしまう、世界中の生活様式を一変させました。日本でも感染拡大の波を受け、仕事や家庭における環境変化がみられ、多くの方がコミュニケーション減少による孤独を感じたり経済的な苦境に追い込まれたりしています。また、自粛生活の中で、新型コロナウイルスの実態も未だ解明されておらず、いつ収束するかもわからない状況で、感染への不安を日々抱きながら暮らしています。

このようなコロナ禍による環境や生活様式の変化というストレス（ストレスの原因となる刺激）に長く晒されると、自律神経のバランスが崩れて、心と身体に色々な症状が出て日常生活に支障を来すようになります。症状は心の症状として、憂うつ、やる気がしない、楽しめない、人に会いたくない、不安、いらいら、涙もろいなど、身体の症状として、眠れない、食べたくない、頭痛、腹痛、下痢、だるい、動悸、胸苦しさ、めまいなど、さまざま

氏家病院

院長 松村 茂（さくら市）



です。これらの症状はストレスによる反応なので対処・解消法はストレスから適切な距離を取る環境調整が必要です。

まず、メディアによる新型コロナの情報が出回っていますが、見過ぎ・聞き過ぎも考えものです。視聴時間を制限して物理的に距離を取って下さい。

また、自粛生活や在宅勤務等で生活リズムが不規則になると心身の不調につながるため、規則正しい生活をして、生活変容による運動不足があれば、三密を避け散歩やジョギング等の適度な運動をこころがけましょう。趣味や楽しみをみつけて始めることも気分転換になりますので、いいのではないのでしょうか。

なかなか症状が良くならない時や長引く時は、精神科や心療内科の医療機関での治療を含めた適切なケアを受けることをおすすめします。

そして、新型コロナウイルスのワクチンと特効薬が早く出来ることを期待して、このコロナ禍を負けずに乗り越えていきましょう！



さくら市消費生活センター

消費生活情報ひろば

今月のテーマ

携帯電話の格安プラン サービス内容も確認を！

4月からサービスの提供が始まった大手携帯電話事業者の格安プラン。

家族で新プランに変更すれば、節約効果が高くなる一方、注意すべき点もあります。あとから後悔しないために契約前に既存サービスとの変更点をしっかり確認した上で契約しましょう。

問 合 先

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

特に注意が必要な変更点

- サポートは基本オンラインのみです。故障や紛失の時にパソコンなどネットに繋がる他の機器がないと困るかもしれません。手続きをネット上で完結できるスキルも必要です。
- 留守番電話サービスやキャリアメールが使えません。キャリアメールの登録を推奨しているサービスが受けられなくなるかもしれません。
- 格安プランへの移行には、事前に解約やプラン変更が必要なケースもあります。詳細は、各事業者に確認してください。

さくら市ミュージアム

〜 荒井寛方記念館 〜

INFORMATION

開館時間 午前9時～午後5時
 休館日 7日、14日、15日、
 21日、28日
 ☎ 682 - 7123



ホームページ▲



▲ベロ藍の風景 I



▲ベロ藍の風景 II

作品紹介

世界の名所日本の名所
 - いつか見た景色 -

べろ藍の風景 I II

海の景色か山から見た壮大な風景かー。

現在開催中のミュージアム収蔵展に展示の「べろ藍の風景 I II」である。シンプルな青と白のみで描かれた作品である。なにげなく塗られている青色であるが、実は細い絵筆で根気のある書き込みがされている。筆跡を残さない高度な技術をぜひ会場でご覧いただきたい。

作品タイトルにある「べろ藍」とはドイツベルリンで発見された色であり、日本では江戸時代に浮世絵で使用された。その中でも葛飾北斎の「富嶽三十六景」は有名である。

作者の荒井経氏は「神秘的な青の作家」と称され、現在は東京藝術大学教授として、絵画修復保存等の研究をする一方で作家活動を行っている。

この作品の前に立つと記憶の景色がオーバーラップし、懐かしい不思議な気持ちになるだろう。

世界の名所日本の名所 — 7月4日(日)まで

● 第17回さくら市成人式実行委員募集

令和4年1月9日(日)に開催する成人式の実行委員を募集します。思い出に残る成人式と一緒に企画しませんか？

【対象】 令和3年度新成人
 (平成13年4月2日～14年4月1日生まれ)

【活動内容】

- 企画会議、リハーサルなど
 (8月～1月頃、3～5回程度)
- 式当日の運営(司会、誓いのことばなど)

【申込期限】 6月30日(水)

【申込方法】 電話でお申込みください。

令和4年度以降の方針

令和4年度からの成年年齢引下げ後も、成人式は20歳を迎える方を対象に行います。

【開催日】 1月の第2日曜日(成人の日の前日)

【申込・問合せ先】 生涯学習課 ☎ 686-6621

くらし information

インターネットで
情報発信中



ホームページ



ツイッター
@ sakura_ _city



インスタグラム
@sakurasogoseisaku



LINE
@ sakura_city



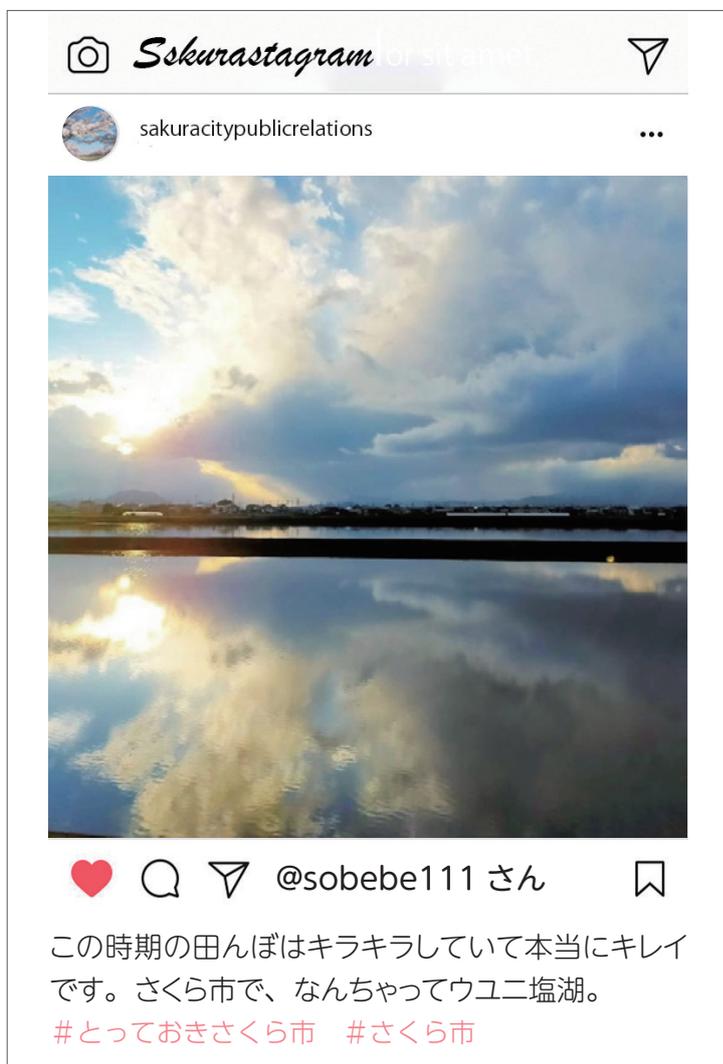
YouTube
Sakura_city



観光ナビ



#撮っておき。さくら市



市内で撮影した風景やグルメ、家族などの写真をインスタグラムで投稿してください。

#とっておきさくら市 #さくら市 のハッシュタグがついた投稿の一部を紹介します。投稿の中からプレゼントも当たります♪



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
- 市長へのFAX 682-0360
- 市政懇談会
- 市長とカフェトーク
- 【問】総合政策課 ☎681-1113



さくら市の人口

令和3年5月1日現在
(前月比・毎月人口推計)

- 人 □ 44,673人(-39人)
- 男 23,291人(-21人)
- 女 21,382人(-18人)
- 世帯数 16,877世帯(-5)

広報カレンダー 6月

※ 全市民に関わる内容、どなたでも予約なしで参加いただけるイベントです。
※ 新型コロナの状況によりイベント等が中止・延期になる場合があります。



1 火	<ul style="list-style-type: none"> 「梅雨の日企画」 温泉スタンプラリー ～6/30 (道の駅きつれがわ) 市企業振興協議会企画展 (株)壮関 ～6/13(さくらテラス) 	10 木	<ul style="list-style-type: none"> 市議会文教厚生常任委員会(市役所) 開駅20周年記念感謝祭 ～6/27 (道の駅きつれがわ) 開駅20周年記念「温泉祝袋」販売 限定200 6/10～ (道の駅きつれがわ) 心配ごと相談所 (9:30～12:30・氏家福祉センター) オレンジカフェ行ってみよう (10:00～13:00・桑久保さんち) 	19 土	<ul style="list-style-type: none"> みんなの市 (9:00～12:30・さくらスクエア) 栃木SC戦さくら市民デー (P19)
2 水	<ul style="list-style-type: none"> おしゃべり場 (10:00～11:30・喜連川公民館) 	11 金	<ul style="list-style-type: none"> 市議会建設経済常任委員会 (市役所) 	20 日	<ul style="list-style-type: none"> 小学生入浴無料 (もとゆ・露天風呂)
3 木	<ul style="list-style-type: none"> 市議会定例会開会 (市役所) 	12 土	<ul style="list-style-type: none"> みんなの市 (9:00～12:30・さくらスクエア) 	21 月	
4 金	<ul style="list-style-type: none"> 市議会定例会一般質問 (市役所) 特設人権相談 (9:30～12:00・喜連川公民館) プロジェクションマッピング ～毎週金土の日没後 (道の駅きつれがわ) 	13 日		22 火	<ul style="list-style-type: none"> おしゃべり場 (10:00～11:00・市民活動支援センター)
5 土	<ul style="list-style-type: none"> プリザーブドフラワー作品展 ～6/26(和い話い広場) みんなの市 (9:00～12:30・さくらスクエア) 	14 月		23 水	
6 日		15 火	<ul style="list-style-type: none"> おしゃべり場 (10:00～11:30・喜連川公民館) 	24 木	<ul style="list-style-type: none"> 介護についておしゃべりしまし ょう会 (10:00～12:00・たつきさん家)
7 月		16 水	<ul style="list-style-type: none"> 市議会定例会閉会 (市役所) 市企業振興協議会企画展 シンテックス(株) ～6/27(さくらテラス) 	25 金	<ul style="list-style-type: none"> こころの健康相談 (13:30～15:30・県塩谷庁舎)
8 火	<ul style="list-style-type: none"> おしゃべり場 (10:00～11:00・市民活動支援センター) 	17 木	<ul style="list-style-type: none"> もの忘れ相談会 (14:00～16:00・氏家図書館) 	26 土	<ul style="list-style-type: none"> みんなの市 (9:00～12:30・さくらスクエア) 温泉ソムリエおすすめの健康風呂 「うめ湯」(もとゆ)
9 水	<ul style="list-style-type: none"> 議会新型コロナウイルス感染症対 策特別委員会 (市役所) 	18 金	<ul style="list-style-type: none"> ぴーちサロン (10:00～11:30・ハッピークローバー) 季節の湯「どくだみの湯」 (道の駅きつれがわ) 喜連川のむかしばなし 昔話風呂 「お城と東漸寺の焼きくらべ」 ～6/26(道の駅きつれがわ) 	27 日	
				28 月	
				29 火	
				30 水	<ul style="list-style-type: none"> 市県民税納期限(1期)

窓口延長

- 市役所本庁舎・卯の里庁舎
市民課・福祉課・税務課・高齢課・こども政策課・
会計課・上下水道料金センター
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
喜連川市民生活室
毎週金曜日午後7時まで
(祝日・お盆期間・年末年始を除く)

休日の届出(死亡・結婚・出生など)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。TEL:681-1111

施設休館日

氏家公民館(7日、20日、21日、土日・祝日)
喜連川公民館(14日、20日、28日)
体育施設(7日、21日)

市営温泉休業日

もとゆ(9日)
露天風呂(21日)
道の駅きつれがわ(14日、28日)