



## 福を 求めて



### 主な内容

- 国保・健康だより 2~5
  - 引っ越しの時の各種届出 6
  - 第57回成人式 8
  - 春の火災予防運動 9
- あなたです 火のあるくらしの  
見はり役—

2月3日、壬生寺で行われた恒例の「厄よけ節分会」には、福を求めて県内外から大勢の参拝客が会場を訪れました。

# 国保だより

## 《医療費に関心をもちましょう》

医療費の主な財源となっているのは、みなさんの保険税です。医療費を大切にすちよつとした心がけで医療費を節約しましょう。

### ●医療費が増える主な理由●

- 1 人口構造の高齢化  
高齢社会で、病気になりがちな高齢者の人口が増えています。
- 2 医学・医療技術の進歩  
医療の進歩・高度化により、診療にかかる費用が増えています。
- 3 慢性疾患患者の増加  
生活習慣病などの長期治療を必要とする慢性疾患患者が増えています。
- 4 お医者さんのかかり方  
何度も病院を変えて受診（重複受診）したり、薬をたくさんほしがったりするなどの行為が医療費を増加させます。



### ●医療費を大切にするポイント●

- ◎ 生活習慣を見直し、栄養・運動・休養をバランスよくとりましょう。
- ◎ 重複受診や転医をひかえましょう。  
同じ診察、検査などの繰り返しは、医療費のムダ使いになります。  
お医者さんを信頼し、指示を守りましょう。
- ◎ 休日・時間外受診はなるべくさけましょう。  
割増料金がかかります。
- ◎ かかりつけ医をもちましょう。  
かかりつけ医は、日常的な診療のほか、家族一人ひとりの病気の予防や健康管理のアドバイスをしてくれます。  
病状によっては、適切な医療機関を紹介してくれたり、とっさの場合など、心強い存在です。



### ●交通事故に遭った場合、至急ご連絡ください！●

相手方のいる交通事故に遭い、国民健康保険で治療を受けた方は、町に被害届を出していただくことになっています（届出用紙は役場にあります）。まずは至急、役場保健課国民健康保健係までご連絡ください。

なお、明らかにご自身に責があると思われる場合でも、事故の状況により過失割合が発生することがあります。また、単独事故の場合でも同乗していた方は被害者となります。必ずご連絡ください。

連絡先 保健課国民健康保険係 ☎81-1836

# ★平成18年度分 国民健康保険 人間ドック・脳ドック検診費用助成金 ★ 申込受付について



平成18年度分の助成をご希望の方は、下記により受付いたしますので、申請をお願いいたします。

平成17年度から、対象者のいる世帯への申請書類の送付は廃止いたしました。18年度につきましても、ご案内の通知・申請書は送付いたしませんのでご了承願います。

## 【一斉受付】

日 時：平成18年4月7日（金） 午前8時 から整理券配布  
午前8時30分から整理券番号順に受付

場 所：壬生町保健福祉センター

※一斉受付終了後の申請は、随時、役場保健課で受付いたします。

持参いただくもの

壬生町国民健康保険証  
印鑑（認印）



## 【助成対象者】 下記の全ての項目に該当される方

- ①壬生町国民健康保険に加入している被保険者
- ②検診時に年齢35歳以上70歳未満の方（検診時に老人保健法の適用を受けている方を除く）
- ③壬生町国民健康保険税を完納している世帯に属する方

## 【助成金額】

人間ドック検診助成	日帰りコース：25,000円
〃	1泊2日コース：40,000円
脳ドック検診助成	日帰りコース：25,000円

◎検診医療機関及び検診日程については、受付当日に会場にてお知らせいたします。また、申請書類等は会場に備え付けますので、当日会場でご記入いただきます。

## 《遠隔地被保険者証をお持ちの世帯の方へ》 ～『学』『遠』表示のある保険証～

これから卒業シーズンを迎えますが、現在、修学等の理由で家族とは別に単独で『遠隔地被保険者証』をお持ちの方が、学校を卒業した場合には、資格喪失の手続きと被保険者証の返還をしていただく必要があります。

- 卒業の場合：卒業証書の写し（または、学校から発行される証明書等）  
印鑑（認印）

国民健康保険証（家族分と遠隔地用の両方）をご持参のうえ、手続きして下さい。

遠隔地被保険者証をお持ちの方で、その状況に変更があった場合（退学・長期滞在の終了等）にも、忘れずに手続きして下さい。

# 健康だより

64号

朝夕はまだまだ寒く、春とは名ばかりですが、梅が香り春の足音が近づいて参りました。

さて、国では、少子高齢社会を迎えて、国民医療制度の見直しが行われ医療制度改革を推進しているところですが、医療費の適正化が改革の課題ですが、年齢と共に糖尿病、脳梗塞や心筋梗塞などの生活習慣病の受療率が上がり医療費が伸びている状況で、今までは「健康な65歳」を目標に生活習慣病予防中心で事業を実施してきましたが、平成18年4月からは介護保険法が改正され、65歳以上の方は介護予防事業として「活動的な85歳」を目指して、生活習慣病予防と併せた事業を行って参ります。

健康と長寿は誰しもの願いです。今後は医療費を最小限にするために、予防することが重視され、国民一人一人みんながなんらかの行動をおこすことが必要とされています。禁煙する、歩く、食生活に気を付ける等、あなたは何をしますか？何ができますか？今回は、集団健康診査及び食事について記しましたので、参考にして下さい。

## 現在行っている基本健康診査

- ・対象年齢 40歳以上の方
  - ・内容 問診、視診等、検尿（糖、蛋白、潜血）
  - ・方法 循環器検査（血圧測定・血液・心電図検査・眼底検査）
  - ・方法 集団
  - ・健診料金 5,093円（町補助有）
  - ・個人負担金 1,300円
- \*70歳以上無料

## 18年度から行う65歳以上の方の健診

現在行っている基本健診と併せて「介護予防のための生活機能に関する評価」（生活機能評価）が加わります。

これは、介護状況になることを早期に発見するために実施するもので、運動機能、栄養状況など生活機能の質問（チェックリスト）及び検査データを医師が総合的にみて判断し、対象になる方には介護予防サービス等の利用をお勧めします。

## がん検診

基本健診の他実施しているがん検診は、今までどおり胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がんは1年に1回、子宮がん、乳がんは隔年に1回の受診をお勧めします。

## 健診はきっかけづくり

健診は受ければ良いわけではありません。健診をきっかけに、精密検査が必要なら医療機関を受診し、また肥満や高脂血症があれば原因となる悪い生活習慣を改善する動機付けの機会にしてほしいのです。保健福祉センターの保健師や栄養士がお手伝いいたしますのでご相談ください。※平成18年度の「集団健診申込書」は、例年のとおり2月に保健委員さんを通して各世帯に配布いたしました。指定された日までに提出してください。

## インフルエンザを予防しよう

インフルエンザは、今年は昨冬より早く流行し始めております。最近では、人への感染力が強い新型インフルエンザが出現するのではないかとこの脅威が高まっていますが、手洗いやうがいなどの励行など次に上げる日常生活を心がければ、ある程度は予防できます。皆で心がけましょう。

## こうして防ごう インフルエンザ

### 抵抗力をUPする！ 8原則

①外出するときは、マスクを着用する



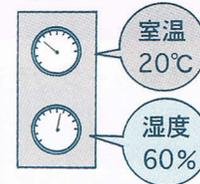
②外出先から帰ったらうがいをし、せっけんで手を洗う



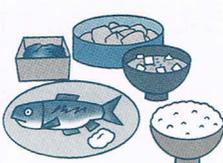
③薄手の服を重ね着し、温度調整をする



④室温を20℃程度、湿度を60%程度にする



⑤栄養バランスのとれた食事をとる



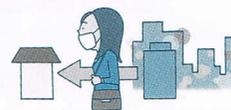
⑥適度に運動をする



⑦しっかり休養し、疲れを残さない



⑧できるだけ人ごみを避ける



問合せ先

町保健福祉センター内  
保健課健康増進係  
☎8213588

健康のためには、食生活が大切であることはご存知のことでしょう。

でも、平成15年国民健康・栄養調査によれば、30～60歳代男性では、エネルギーの取りすぎが原因で3人に1人が肥満といわれる一方、20歳代女性の2割以上は、やせに落ちているのが現状です。

また、若い方の中では、ビタミンやミネラル等の「栄養」を簡単に取ることができるとしてゼリー飲料やサプリメントが「便利だ」ともてはやされており、食事よりこれらに栄養を依存してしまう傾向にある様です。

このような食事では、食事をして味わうおいしい、おなかすがすいた、おなかがいっぱいで満足、しあわせだと心を満たす「食の豊かさ」は味わうことができません。

国では、厚生労働省、農林水産省、文部科学省と共によりよい食生活を送るために食生活指針を作成し、町でも啓発を進めております。

## 食生活指針

### 1 食事を楽しみましょう

- ・心とからだにうれしい食事を味わいましょう。
- ・家族の団らんや人との交流を大切にしましょう。

### 2 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを

- ・朝食は、一日の活力のスタートです。きちんと食べましょう。

### 3 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを

- ・間食や夜食はとりすぎないようにしましょう。
- ・いろいろな食品を組み合わせましょう。
- ・煮る、焼く、蒸すなど調理方法を工夫しましょう。

### 4 ごはんなどの穀類をしっかり食べましょう。

- ・穀類を毎食とって糖質からのエネルギーを適正に保ちましょう。

### 5 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせ

・たっぷり野菜と果物でビタミン、ミネラルを、牛乳、乳製品、緑黄色野菜、豆類、小魚などでカルシウムを十分とりましょう。

### 6 食塩や脂肪は控えめに

塩辛い食品は控えめに、食塩は1日10gに。

### 7 適正体重を知り、食べ過ぎないように

地域産物を生かしましょう。

### 8 調理や保存をうまくして無駄や廃棄を少なく。

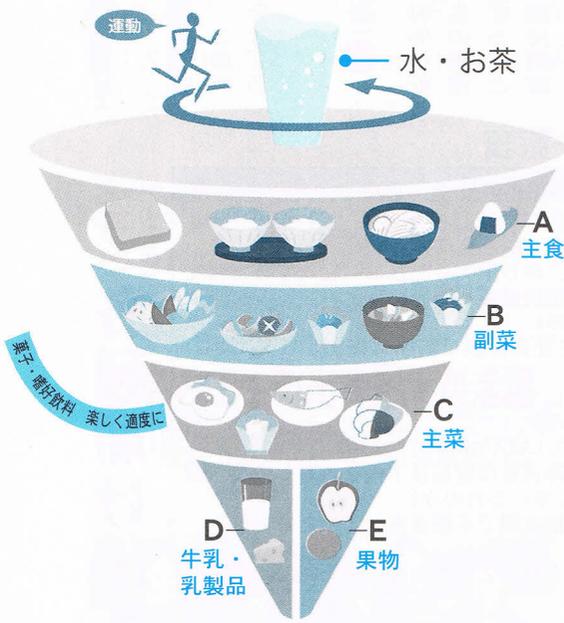
### 9 自分の食生活を見直しましょう。

国は、昨年「何を」「どれだけ」食べればよいかを分かりやすく示す目安として「食事バランスガイド」を作成しました。

形は「こま」をイメージし描いていて、1日に必要な食事がイラストで簡単に分かるようになっていきます。

例えば食事の際に主食に、味噌汁や煮物等の副菜を2つ加えるなど、ガイドを目安にすることでバランスのよい食事を組み立てることができます。

あなたの食事の状況をチェックしてみませんか。



## 『食事バランスガイド』あなたの食事は大丈夫？

〔1日分〕

### A 主食 (5～7つ)

ごはん (中盛り) だったら 4杯程度

1つ分 = ごはん = おにぎり = 食パン = ロールパン  
小盛り1杯 = 1個 = 1枚 = 2個

1.5つ分 = ごはん  
中盛り1杯

2つ分 = うどん = もりそば = スパゲティ  
1杯 = 1杯 = 1皿

### B 副菜 (5～6つ)

野菜料理 5皿程度

1つ分 = 野菜 = キウリと = 具だくさん = ホウレンソウ  
サラダ = ワカメの酢の物 = みそ汁 = のおひたし  
= ヒジキの = 煮豆 = きのこと  
煮物 = ソテー

2つ分 = 野菜の煮物 = 野菜いため = 芋の煮っころがし

### C 主菜 (3～5つ)

肉・魚・卵・大豆料理から 3皿程度

1つ分 = 冷ややっこ = 納豆 = 目玉焼き  
1皿

2つ分 = 焼き魚 = 魚の = マグロと  
天ぷら = イカの刺し身

3つ分 = ハンバーグ = 豚肉の = 鶏肉の  
ステーキ = しょうが焼き = から揚げ

### D 牛乳・乳製品 (2つ)

牛乳だったら 1本程度

1つ分 = 牛乳 = チーズ = スライスチーズ = ヨーグルト  
コップ半分 = 1かけ = 1枚 = 1パック

2つ分 = 牛乳瓶  
1本分

### E 果物 (2つ)

みかんだったら 2個程度

1つ分 = みかん = りんご = 柿 = なし = ぶどう = 桃  
1個 = 半分 = 1個 = 半分 = 半房 = 1個

# 引っ越しの季節到来

いよいよ引っ越しの季節到来です。進学や就職、転勤などで、この時期、引っ越しを考えている方、転入や転出、転居等をされる場合は、必ず届け出をしてください。

## ● 転校するとき ●

### ● 町内の学校間での転校

住民課発行の「住民異動届」、転校前に在学していた学校の発行する「在学証明書」「教科書給与証明書」を持って手続きをしてください。

### ● 町外への転校

担任の先生を通じて学校長に申し出て、「在学証明書」「教科書給与証明書」「日本体育・学校健康センター」の加入に関する書類をもらって、転校先の市町村教育委員会ですべて手続きをしてください。

### ● 町外からの転校

住民課発行の「住民異動届」と、転入前に在学していた学校が発行する「在学証明書」「教科書給与証明書」「日本体育・学校健康センター」の加入に関する書類を持って手続きをしてください。

## ● 進学するとき ●

進学のため、他の市町村等に転出する場合、これらの学生の医療費は、扶養者などが負担することになります。このため、国民健康保険では、このような学生に、親元と別の被保険者証が交付されます。

### 必要なもの

国民健康保険証・在学証明証又は学生証の写し・印鑑

### 問合せ先

民生部保健課国民健康保険係

☎ 81-1836

### 手続き先

民生部住民課 ☎ 81-1825  
 稲葉出張所 ☎ 82-1002  
 南大飼出張所 ☎ 86-0004

### 手続き・問合せ先

教育委員会学校教育課学校教育係

☎ 81-1871

## 引っ越しをされる時の届出一覧表

種類	内容と届け出期間	必要なもの
転入届	<ul style="list-style-type: none"> <li>他の市町村から引っ越ししてきたとき</li> <li>住み始めてから14日以内</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>印鑑</li> <li>前の市町村（前住所地）が発行した「転出証明書」</li> <li>国民健康保険に加入していた方は、申し出てください（転入する世帯で国民健康保険に加入していれば、国民健康保険証）</li> <li>国民年金手帳（加入している方のみ）</li> <li>国民年金の受給者は住所変更届を社会保険事務所に提出してください（住民課に用紙があります）</li> <li>国民年金老齢福祉年金証書（受給している方のみ）</li> <li>母子健康手帳（該当している方のみ）</li> <li>介護保険受給資格証明書（該当している方のみ）</li> <li>身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持参して福祉課で手続きをしてください。（該当している方のみ）</li> <li>児童手当用所得証明書を持参して福祉課で手続きをしてください（該当している方のみ）</li> <li>妊娠婦、乳幼児医療受給資格者証を持っていた方は、申し出てください</li> </ul>
転居届	<ul style="list-style-type: none"> <li>壬生町内で引っ越ししたとき</li> <li>住み始めてから14日以内</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>印鑑</li> <li>国民健康保険証（加入している方のみ）</li> <li>国民年金の受給者は住所変更届を社会保険事務所に提出してください（住民課に用紙があります）</li> <li>国民年金老齢福祉年金証書（受給している方のみ）</li> <li>老人医療受給者証・老人健康手帳、高齢受給者証（該当している方のみ）</li> <li>介護保険被保険者証（該当している方のみ）</li> <li>身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持参して福祉課で手続きをしてください。（該当している方のみ）</li> <li>支援費受給者証（該当している方のみ）</li> <li>住民基本台帳カード（所有している方のみ）</li> <li>各種医療受給者証（該当している方のみ）</li> </ul>
転出届	<ul style="list-style-type: none"> <li>壬生町から他の市町村に引っ越しするとき</li> <li>住み始めの日の前後14日以内</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>印鑑</li> <li>印鑑登録証（登録している方のみ）</li> <li>国民健康保険証（加入している方のみ）</li> <li>老人医療受給者証・老人健康手帳、高齢受給者証（該当している方のみ）</li> <li>介護保険被保険者証（該当している方のみ）</li> <li>介護保険各種減額認定証（減額認定されている方）</li> <li>支援費受給者証（該当している方のみ）</li> <li>各種医療受給者証（該当している方のみ）</li> <li>住所地特例適用届（介護保険施設に入所している方）</li> <li>児童手当用所得証明書を交付請求してください（児童手当に該当している方のみ）</li> <li>ナンバープレートと標識交付証明書（125cc以下の原動機付き自転車所有している方）</li> <li>住民基本台帳カード（所有している方のみ）</li> </ul>

各種届け出も忘れずに！

## 便利な広域行政サービス

# 町外でも「住民票の写し」・「戸籍謄抄本」の 交付が受けられます。



壬生町・宇都宮市・下野市・上三川町・上河内町・河内町では、「住民票の写し」・「戸籍謄抄本」の相互交付を行っています。

6市町にお住まいのみなさんは、この区域内の「同一世帯の人の住民票の写し」や「同一戸籍の人の戸籍謄抄本」を、近くの窓口で受け取ることができます。

- ◆受付日時 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）  
午前8時30分～午後5時
- ◆問合せ先 住民課 ☎81-1825

## 水道の

### 閉栓手続きを

忘れずに！

●引越しの日が決まりましたら、前もって水道課へ閉栓の手続きをしてください。連絡の際は、住所・氏名・引越し日時・引越し先をお知らせ下さい。

●引越しまでの水道料金（精算分）は、前回の検針日から引越しまでの使用量をもとに計算いたします。

●連絡（閉栓の手続き）をいたadakませんと、水道を使用されていなくても、引き続き料金がかかってしまいますので、必ず水道課へご連絡をお願いいたします。

#### 問合せ先

水道部水道課 ☎82-2260



## 「お酒の消費者窓口」が設置されました。 御意見等をお寄せください！

関東信越国税局では、平成17年10月から課税第二部酒税課内に「お酒の消費者窓口」を設置しました。

これは、多数の消費者の皆様から、お酒に関するご意見、ご要望やご質問などをいただき、消費者利益の観点も含めた総合的な視点から、酒類産業界行政を実施していくためのものです。

●ご意見等は、電話、郵便、FAX、インターネットにより受け付けております。

なお、次の事項もできる限りお知らせください。

- ① 氏名
- ② 年齢（何十代でも結構です。）
- ③ 性別
- ④ 職業（職種でも結構です。）
- ⑤ 住所（都道府県まででも結構です。）
- ⑥ 電話番号（回答が必要な場合は必ずお知らせください。）

#### ■ご意見等の受付方法■

電話 048-601-3363（直通）

郵便 〒330-9719 さいたま市中央区新都心1番地1

関東信越国税局 課税第二部 酒税課内「お酒の消費者窓口」

あて

FAX 048-601-3364

インターネット 関東信越国税局のホームページ

(<http://www.kantoshinetsu.nta.go.jp>) をご利用ください。

※ 詳しくは、関東信越国税局のホームページや税務署の窓口で配布しているリーフレットをご覧ください。



# 新成人の門出を祝う!

## 第57回 成人式

1月8日、穏やかな晴天の下、壬生中央公民館と南犬飼中学校体育館の2会場で、499名の新成人を迎え、第57回成人式が開催されました。

式典は、成人式運営委員の成人者が司会進行を務め、和やかな雰囲気の中開催され、中央公民館では、主催者を代表して清水町長があいさつし「常にチャレンジという言葉を中心にとどめ、自らの人生を歩んでいってください。」と、激励しました。

成人者あいさつでは、成人者を代表して、壬生中学校区では梁島和博さんが、南犬飼中学校区では高山裕子さんが、新成人としての抱負や感謝の言葉を述べ、校歌を斉唱して第一部の式典は終了しました。

引き続き行われた第2部のアトラクションでは、恩師による抽選会が行われ、当時のクラスに戻ったような雰囲気の中、笑いや歓声がこぼれていました。また、南犬飼中学校区では、中学時代の写真紹介が行われ、成人者のみなさんは当時を懐かしそうに見入っていました。



### 成人者あいさつ

「本当に良かった」と思える人生に向かっています!



梁島和博さん

新春の今日の佳き日、多数のご来賓の皆様や中学校時代の先生方のご臨席を賜り、このように盛大な式典を催していただきましたことを大変嬉しく幸せに思います。ありがとうございます。

また、ただ今は、町長様をはじめ、ご来賓の皆様から、温かいお祝いの言葉と意義深い人生のご教訓をいただき、心からお礼申し上げます。

私は、現在、埼玉県で生活をしていますが、みなさんと共に育ち、多くのことを学んだ壬生町で、成人式を迎えることは、大変意義深いことであり、将来に向け自分を見つめ直す絶好の機会であると考えております。

私たちは、これから先輩の皆様が築いてくださった、大人社会に新しく入っていくものとして、しっかりと足を地に着け、進んでまいりたいと思います。成人式を迎えたといいますが、未熟ものばかりです。これからは、今日の成人式を節目として、一人前の社会人になったことを自覚し、自分の行動に責任を持つと共に、自分の掲げた目標に向かって、日々、努力していきたいと思えます。

何年か後に、自分の歩んできた道を振り返ったとき、「本当に良かった」と思えるように切磋琢磨していきますので、今後とも、ご指導・ご鞭撻くださるようお願い申し上げます。

最後になりましたが、この式典を開催するにあたり、ご尽力くださいました、皆様に深く感謝いたします。

「誇り」と「責任」を自覚して!



高山裕子さん

新春の今日の佳き日、多数のご来賓の皆様や中学校時代の先生方のご臨席を賜り、このように盛大な式典を催していただきましたことを大変嬉しく幸せに思います。ありがとうございます。

また、ただ今は、助役様をはじめ、ご来賓の皆様から、温かいお祝いの言葉と意義深い人生のご教訓

をいただき、心からお礼申しあげます。

私たちは今日から、大人の仲間入りさせていた、たくことになりましたが、ここまで育ててくださった家族や学校、地域の皆様には深く感謝いたします。

今まで、たくさん仲間と多くのことを学び、共に笑い、共に成長してきたこの南犬飼中学校で成人式を行えることは、大変嬉しいことです。また、これまでの自分を見つめ直すことが出来る大変意義深い日であり、身の引きしまる思いがします。

私たちは、これから一人の大人として、また、社会の一員として、自分のこと、地域のこと、国のこと、そして世界のこと、様々な事柄や人々と関わり合って生きていくこととなります。その中で、「社会人としての「誇り」と「責任」を自覚し、自分の目標をしっかりと持ち、それに向かって努力していきたく思います。

最後になりましたが、この式典を開催するにあたり、ご尽力くださいました皆様に深く感謝いたします。今後とも皆様方のさらなるご指導・ご鞭撻をお願い申しあげ、新成人を代表しましてお礼の言葉とさせていただきます。

# できることから始めよう、火災予防!

## — あなたです 火のあるくらしの 見はり役 —

春は降水量が少なく、空気が乾燥しており、強風が吹くといった気象条件のため、火災が発生したときの被害が大きくなりやすい傾向があります。

平成17年中に石橋地区消防組合管内（壬生町を含む5町）で発生した火災件数は70件を数え、壬生町内では前年に比べ16件減少しましたが18件発生しています。

火災の原因別に見ると、原因不明・調査中を除くと、出火原因の第1位は「たき火」で16件、「配線器具」5件、「たばこ」、「放火」、「火遊び」、「焼却炉」が各3件となっています。

火災による損害額は、管内全体で1億2,843万1千円となります。また、火災により5名の方が亡くられています。火災は貴重な財産ばかりでなく、尊い生命までも奪ってしまいます。くれぐれも火の元には十分気を付けてください。

### 住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

#### 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
- 火災を小さい内に消すために、住宅用消火器を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。



#### 3つの習慣

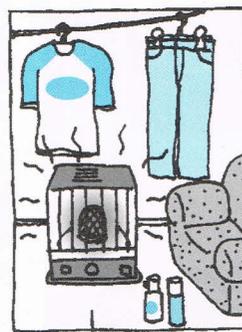


布団で一服…。寝たばこによる火災が怖いのは、ちやうど寝入った頃に発生するからです。

寝たばこは絶対にしない。

#### 7つのポイント

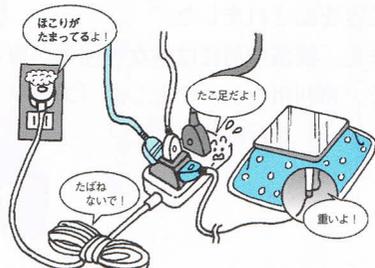
- 家のまわりに燃えやすいものを置かない。
- 寝たばこやたばこの投げ捨てをしない。
- 天ぶらを揚げるときは、その場を離れない。
- 風の強いときは、たき火をしない。
- 子どもには、マッチやライターで遊ばさない。
- 電気器具は正しく使い、たこ足配線はしない。
- ストープには、燃えやすいものを近づけない。



ストーブの上の洗たく物  
ストーブの前のスプレー缶など

暖房器具による火災の中で見逃せないのが、洗濯物を乾かす等の暖房以外の目的での使用によるものです。ストーブの上に落ちたりして、とても危険です。

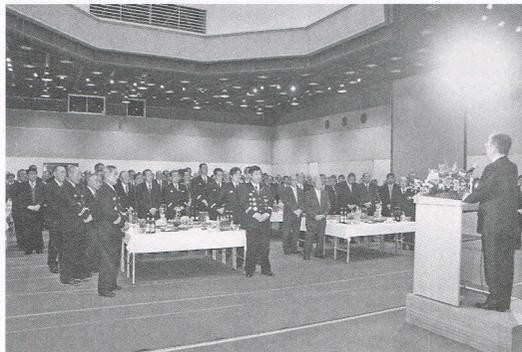
ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する。



ガスコンロの火に鍋をかけたまま、ちよつとの間”と思つて電話に出てる最中に、火事になってしまったケースが多々あります。

ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消す。

# まちのわだい



## さらなる町の発展を願って 賀詞交歓会を開催

新年を迎えた1月6日、壬生中央公民館中ホールにおいて、約450名の各界代表者が出席して、賀詞交歓会が開催されました。

主催者あいさつで清水英世町長は、「今後も、より一層個性あふれた、魅力あるまちづくりの実現に向け、全力を挙げて取り組んでまいります。」と述べました。

続いて、鯉沼義則県議会議員を始め来賓祝辞の後、池節子教育委員会委員長の発声で乾杯が行われた後、下稲葉の喜峰会（出井喜好会主）による新春謡曲が披露されました。最後に壬生町農業委員会会長中嶋正氏の発声により、壬生町のさらなる発展を祈願して、万歳三唱が行われました。

## 新たに3名が 「農業経営改善計画」の認定を受ける

認定農業者制度に基づき、新たに3名の農業者が認定を受け、1月12日に役場会議室において、認定書の授与式が行われました。

認定農業者制度は、経営規模の拡大や、生産方式・経営管理の合理化、休日制・給与制の導入など、向こう5年間の経営目標をまとめた「農業経営改善計画」を認定する制度です。

認定を受けると、農地取得や機械・施設などの取得資金が低利で融資を受けられるのをはじめ、税制の特例、経営相談や各種研修などが受けられます。

今回認定を受けた方々（敬称略）（ ）内は目標とする営農類型

- 神長陽吉 上 町（苺、水稲）
- 梁島貞男 鹿 島（苺、米麦）
- 山崎久雄 福和田（米麦、露地野菜）



神長陽吉 山崎久雄  
梁島貞男 清水町長 落合会長



講演の様子

## 環境問題を通して「もったいない」を考える 第18回女と男とのつどい

1月28日、壬生中央公民館中ホールにおいて、壬生町教育委員会・壬生町女性団体連絡協議会（鯉沼玲子会長）主催の「第18回女と男とのつどい」が、会員等約150名が参加して行われました。

講師にとちぎコープ生活協同組合理事長竹内明子先生を迎え、『「もったいない」とは～環境問題を考えて～』と題して講演が行われ、地球環境問題はエネルギー、食糧、平和等我々の生活すべてに関係し、この問題は「物を大切に」、「もったいない」を考えることへと繋がっていることを話されました。

また、講演の前には各女性団体が取り組んでいる、再利用をテーマとした「エコファッションショー」が行われました。



エコファッションショー

# 祝100歳

## 川場サクさん、石崎富子さんに 特別敬老金



川場サクさん



石崎富子さん

1月15日に川場サクさんが、1月18日に石崎富子さんが満100歳を迎えられ、町から特別敬老金を贈り、長寿を祝いました。

長寿の秘訣をうかがったところ、川場さんからは「好き嫌いなく何でも食べる」とお答えいただき、石崎さんからは「毎日規則正しい生活をする」とお答えいただきました。また、お二人とも家の仕事をよくやっていたとのことでした。正しい生活習慣をし、体を動かすことが長寿の秘訣のようです。

※この制度は、平成4年4月から実施しており、10年以上本町に暮らし、100歳を迎えた方の長寿を祝い、特別敬老金を贈っているものです。

## 5名の壬生町出身選手が活躍 第47回栃木県郡市町対抗駅伝競走大会



細井崇明 山川慶一  
高田晴奈 梁島エリカ 鈴木信彦

1月29日、第47回栃木県郡市町対抗駅伝競走大会が、宇都宮―壬生―栃木間の往復10区間60キロのコースで実施されました。  
大会には、県内郡市町から28チームが出場し、壬生町を含む下都賀チームは、壬生町出身の5選手の活躍もあって、見事5位に入賞しました。  
天候に恵まれ駅伝日和となった当日は、大勢の駅伝ファンが治道に詰めかけ、「がんばって」と声援を送っていました。



人見さん 清水町長

「表彰状は、交通安全協会女性部連合会長として、交通安全は家庭からのスローガンのもと、高齢者交通安全家庭訪問指導を推進してまいりたい。」と、抱負を話されました。

同章は、多年にわたり交通安全に尽力し、交通事故の防止と交通秩序の確立に貢献され、功績顯著な方に贈られるものです。

人見さんは、壬生町女性ドライバークラブが発足した昭和54年当初から初代会長として活動され、現在は、栃木地区（栃木市・壬生町・大平町・岩舟町・都賀町の1市4町）交通安全女性部会長、栃木県交通安全協会女性部連合会長として、交通事故防止のため活動されています。

## 人見イハさん

### 交通栄誉緑十字銀章を受章

本丸二丁目の人見イハさんは、1月18日、東京日比谷公会堂において、常陸宮、同妃両殿下ご臨席のもと開催された、第46回交通安全全国国民運動中央大会（全日本交通安全協会、警察庁主催）において、交通安全栄誉緑十字銀章を受章されました。

# まちのわだい



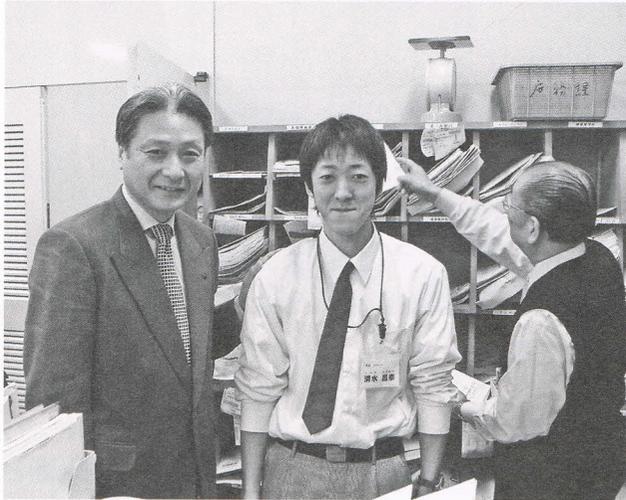
## 県知事 障がい者就労に取り組む

### 壬生町を視察

県内の障がい者の自立に向けた取り組み状況視察のため、1月20日、福田富一知事が来町し、役場、獨協医科大学、授産施設むつみの森を訪問しました。

役場では、町職員から関係機関と連携した知的障がい者の就労促進への取り組みについて説明を受けた後、栃木養護学校生が福祉課で職場実習をしている様子を見学されました。

次に訪問した獨協医科大学では、実習生（栃木養護学校生）が会議資料のセットや郵便物の区分け作業等を行っている様子を見学され、実習生の肩をたたいて「頑張ってください。」と励まされていました。



実習生に声をかけられる知事（獨協大内において）



実習生から仕事の内容を聞かれる知事（役場内において）

## 昔ながらの伝統行事“どんど焼”を実施 六美北部自治会



1月14日、六美北部自治会地内の田んぼにおいて、六美北部どんど焼実行委員会（星元寿委員長）は、「子どもたちに昔ながらの伝統行事を体験させよう。」と、初めてどんど焼きを実施しました。

当日は、あいにくの雨模様となりましたが、約130名が参加し、無病息災を願ってまゆ玉を食べたり、豚汁や甘酒をご馳走になり、冬の一夜を楽しんでいました。

初めてどんど焼を体験したという小林未奈さん（睦小1年生）は、「火がすこし怖かったけど、すごく楽しかった。」と、初めてのどんど焼に満足した様子でした。

## 地元産の“イチゴ”と“トマト” のプレゼントに感激



この程、壬生町苺出荷組合（中村正組合長）と下野農協壬生トマト部会（落合義治部会長）は、獨協医科大学病院等に、イチゴとトマトをプレゼントしました。

両組合では、美味しいと評判の壬生町産のイチゴ「とちおとめ」とトマト「麗容」を味わってもらおうと、しもつけ荘に食材を供給している共栄商事株式会社と協賛で、今回初めて実施しました。

同病院や老人ホームしもつけ荘、同病院のレストラン等に1,200人分がプレゼントされ、昼食のデザート等として食膳を飾りました。患者さんからは、「新鮮でみずみずしくとても美味しい。」と、思いがけないプレゼントに感激の様子でした。

## 人権意識の高揚を図る

### 人権講話、人権街頭啓発活動を実施

— 思いやる、かけがえのない命を大切に —



壬生中学校での講話会

#### ●壬生東小、壬生中で人権講話・ビデオフォーラム開催●

町人権擁護委員協議会（大森忠会長）による人権講話・ビデオフォーラムが、11月29日壬生東小学校、12月2日壬生中学校で行われました。

これは、お互いの人権を認め、守ることの大切さへの理解を深めてもらうために行われました。

3年生から6年生を対象に行われた壬生東小学校の講話会では、石崎典子委員から「仲間はずれが一番つらい、友だちは大切にしてください。」との講話といじめに関するビデオ（しらんぷり）を鑑賞しました。

また、3年生を対象に行われた壬生中学校の講話会では、大森忠委員から「いじめは、しない・させない・見逃さない。」との講話とビデオ（いじめ～その実態と克服の道を探る～）を鑑賞しました。両校の児童、生徒とともに人権について真剣に取り組んでいました。



店頭での啓発活動

#### ●人権街頭啓発活動の実施●

法務省・全国人権擁護委員連合会では、「人権デー」（12月10日）を最終日とする1週間（12月4日から10日まで）を「第57回人権週間」と定め、広く国民に人権デーの意義を訴えると共に人権意識の高揚を図っています。そこで町人権擁護委員協議会では、12月9日町内のスーパー2カ所において、街頭啓発活動を実施しました。



宇賀神隆 手塚健太君 篠原教育長  
(壬生町少年剣道教室代表)

### 手塚健太君 体験・実践作文コンクールで最優秀賞を受賞

この程、壬生町少年剣道教室の手塚健太君（壬生東小6年）は、全日本剣道場連盟主催の体験・実践作文コンクール栃木県大会において、日々稽古をしている剣道を通しての体験や実践活動を発表し、その成績が極めて優秀であるとして、小学生の部で見事、最優秀賞を受賞しました。

また、1月7日、千葉県で開催された関東大会に栃木県代表として出場し、敢闘賞を受賞しました。



### 伝統行事や遊びを体験

#### 町児童館

子どもたちに伝統行事や遊びを体験してもらおうと、12月17日、恒例の餅つきとカルタ取り大会が行われました。

当日は、子どもたち約200名が参加し、児童館母親クラブや民生委員、壬生高校生等ボランティアのみなさんの手助けを受け、ペタンペタンと餅つきをしました。ついたお餅は、きな粉餅や雑煮にして振る舞われ、みんなであついたお餅は特別美味しく、おかわりするほどでした。また、大人も加わってのカルタ取り大会も行われ、真剣にカルタを追う姿があちこちで見られました。

# 朗読奉仕の精神で地域福祉活動を実施

## 壬生町朗読ボランティアグループ「ひばり」



テープの録音作業をする会のみなさん。手を少し休めていただきました。

昭和58年に発足以来、視覚障がい者の福祉の向上、幼児や児童の豊かな情操を育む手助けとして、読み聞かせ等を行っている壬生町朗読ボランティアグループ「ひばり」（小島恵美子会長・会員16名）をご紹介します。

同「ひばり」は、朗読テープの作成や保育園、学校等への訪問活動、地域施設等での朗読等、地域福祉活動を実施しています。

**朗読テープを  
ご利用ください！  
ご利用は無料です**

現在視覚に障がいをお持ちの4名の方が、「広報壬生」や「おしらせ版」、「社協だより」等の朗読テープを利用されていますが、会では「もつと多くの方に利用していただきたい。」と話しています。

また、お年寄りの方などで、読むのがどうも苦手という方にも、是非利用していただきたいとしています。依頼があれば、書籍（文学作品等）や各種パンフレット等の朗読テープ作成もいたします。



図書館で実施した「人形劇」

### 活動内容

- ・「広報壬生」、「広報みぶ おしらせ版」、「社協だより」等の朗読テープの作成と送付。
  - ・視覚障がい者の要請に応じ、書籍、各種パンフレット、説明書等の朗読テープの作成と送付。
  - ・町立図書館における「お話し広場」の活動。
  - ・小・中学校での「読み聞かせ」活動。
  - ・地域の施設や団体等の要請による朗読、紙芝居等の奉仕活動。
  - ・研修及び勉強会の開催。
  - ・会報「ひばり通信」の発行。
  - ・壬生町ボランティア連絡協議会への加入と活動
- ※録音テープのご利用、会への関心等のある方は町社会福祉協議会 ☎82-7899まで、ご連絡ください。



健康ふくしまつり会場で実施した「紙芝居」

### 2月は 省エネルギー1月間です

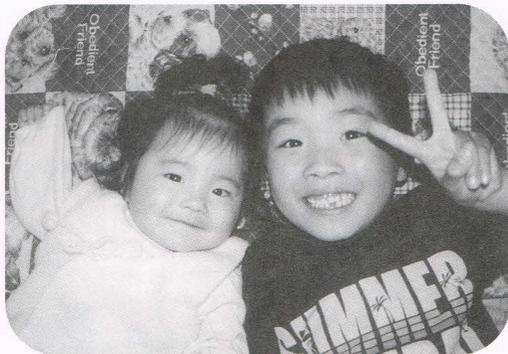
次の項目で省エネ度を調べてみましょう。

- ◆省エネ行動
  - 暖房は20℃、冷房は28℃を目安に温度設定をしている。
  - 冷暖房機器は必要なつければなしにしないように気を付けている。
  - 照明は、省エネ型の蛍光灯や電球型蛍光灯を使用するようにしている。
  - 人のいない部屋の照明は、こまめに消灯している。
  - テレビをつけっぱなしにしたまま、他の用事をしないようにしている。
  - こたつの温度設定をこまめに調節している。
  - 洗いのをする時は、お湯の温度を低くしている。
  - 冷蔵庫は季節にあわせて温度調節をしたり、物を詰め込み過ぎないように整理整頓している。
  - 冷蔵庫の扉は開閉を少なくし、開けている時間を短くするように気を付けている。
  - 煮物等の下ごしらえは電子レンジを活用している。
  - お風呂は、間隔をおかずに入るようにして、追い炊きをしないようにしている。
  - シャワーはお湯を流しっぱなしにしないように気を付けている。
  - 外出時は、車に乗らず、できるだけ公共交通機関を利用する。
  - 電気製品は、使わない時はコンセントからプラグを抜いている。
  - 電気、ガス、石油機器等を買う時は、省エネルギータイプのものである。

# みんなの広場



井ノ山舜一朗ちゃん (H17・2・17生)  
(城内)



早川直輝ちゃん (H12・4・9生)  
心晴ちゃん (H17・2・16生)  
(松原)



次回は4月生まれのアイドルを募集します。  
(締切3月20日)。写真はお返しします。  
応募者多数の場合は抽選になることもありますのでご了承ください。

写真裏に住所、氏名、保護者名、生年月日、電話番号を書いて、役場企画財政課(直接或は郵便で〒321-0292壬生町通町12-22)または、稲葉・南犬飼各出張所、生涯学習館へ。



関口美空ちゃん (旭町)  
(H14. 2. 23生)



寺内陽菜ちゃん (中央)  
(H15. 2. 13生)

## 歴史 民俗 資料館だより

「前庭部」は写真のように、川原石を巧みに積み上げるなどして築かれています。きつと死者を埋葬する際に、死者との最後のお別れの儀式を行ったのかもしれない。また、桃花源古墳の墳丘には、多くの川原石が並べられ、古墳が造られた当時の人々は、高く築き上げられた川原石の山を見上げていたと思われる。

桃花源古墳の発掘調査は平成13年度から行われ、現在までに「前庭部」(写真2)と称される祭りの場がほぼ完全な形で発見されるなど、大きな成果をあげることができました。

## 『みぶの史跡を訪ねて』 桃花源古墳(1)

桃花源古墳は、古墳時代における羽生田地区最後の権力者のお墓です。古墳は羽生田小学校から北に約1kmのところにある大円墳(写真1)です。桃花源古墳の墳頂部からは北東の丘陵上にある茶白山古墳と富士山古墳を、南には長塚古墳が望めるよう、歴代の権力者の墓が一望できる位置に築かれています(今は山林に遮られ長塚古墳はみられません)。



次回は、この「前庭部」から発見された金や銀で飾られた馬具や長さが1mを超える鉄刀、そして「斧状鉄製品」と称される全国的にも数少ない出土品について、紹介いたします。

問い合わせ/資料館 ☎82-8544



(写真2) 正面から見た「前庭部」



(写真1) 南側上空より撮影

# おいしい学校給食 児童と生産者が交流



1月25日、壬生小学校において、児童と農産物生産者との交流会が、学校給食週間に合わせて行われました。

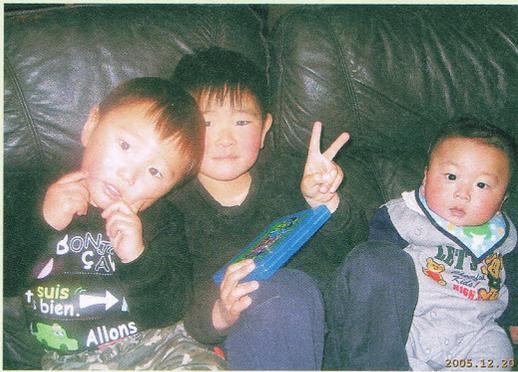
交流会は、地元産食材についての知識を深め、地産地消や食育の取り組みを促進しようと、実施されました。

当日は、イチゴやトマト、ゴボウの生産者、農産物の直売関係者、下野農協職員等16名が、児童たちと給食を共にし交流をしました。

この日のメニューは、地元産のゴボウを使った「牛肉とゴボウのぴりからいため」で、児童たちは「柔らかくておいしい」とお代わりをしていました。

給食の後行われた意見交換会では、生産者から「たくさんある地元産の食材をもっと多く使ってほしい。」との意見や、栄養士からは「安全・安心な食の観点からも、生産者の顔の見える食材を多く使えるようになってほしい。」といった意見がだされました。

## すこやかベビー 〇 家族紹介



倉井 琉希ちゃん(原宿)兄弟

町では、第3子以上の児童を養育している方に「すこやか子育て支援金」を交付しています。

※支援金の受給要件、申請方法等は、町福祉課児童福祉係(☎81-1831)へ

## お詫びと訂正

広報壬生1月号26頁『まちのうごき』で、「総人口 40,072人(12) 男 19,651人(11)」は「総人口 40,073人(13) 男 19,652人(12)」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

## まちのうごき

2月1日現在

総人口	40,101 人 ( 28 )
男	19,666 人 ( 14 )
女	20,435 人 ( 14 )
世帯数	13,682 世帯 ( 20 )
	( )内は前月比

小林榮様①

◆社会福祉協議会へ

○数字は寄付回数

5千円

寄付



版画「バスケットボール」



安塚小 6年

塩澤 俊昭



版画「私と習字」



安塚小 6年

いぐみ 糸川 郁美