



# 県民だより

第21号

●昭和63年 5月20日発行 ●編集・発行/栃木県企画部広報課 〒320 宇都宮市埴田1丁目1番20号 ☎0286・23・2158 ●県人口/1,896,096人 男939,504 女956,592 ●世帯数539,667世帯(昭和63年4月1日概数)

## いきいき 長寿 とちぎ

### の実現をめぐって



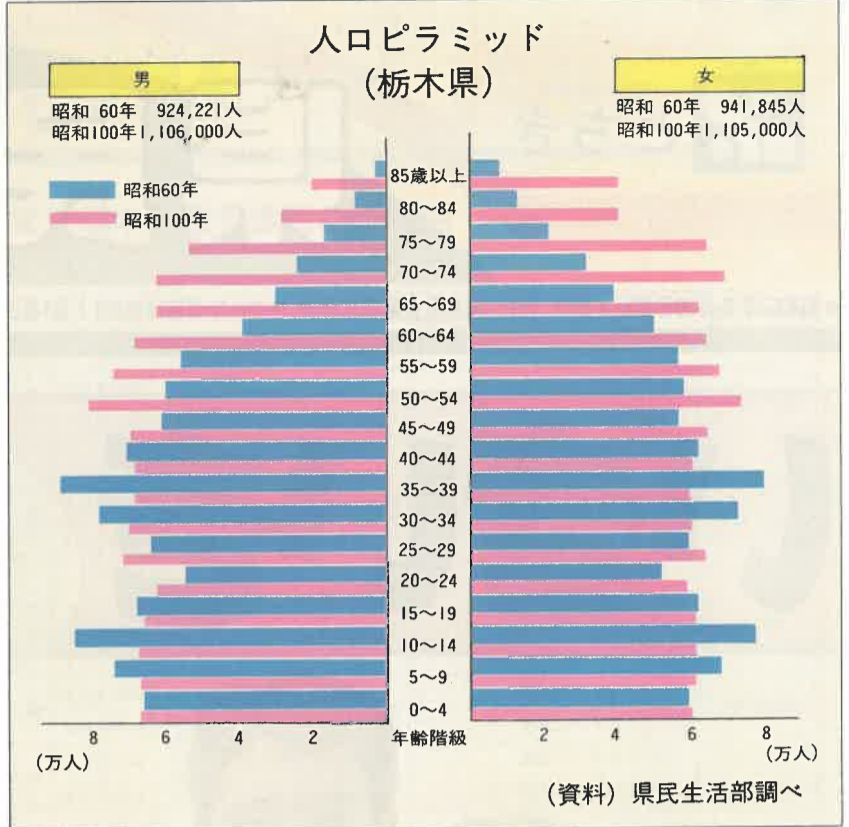
「寿命の伸長」という人々の夢が実現し、「人生50年」は遠い昔となり、今や日本は、「人生80年時代」を迎えようとしています。

さらに、生活水準の向上や都市化、情報化が進む中で人々の価値観は変化し、平均寿命の伸びをあいまって人々のライフサイクルは大きく変わってきています。

このような中で、「超・高齢社会」と予想される21世紀に向かって、県民の一人ひとりが、真に長寿を喜びあふことのできる「豊かで活力のある社会」——「いきいき長寿とちぎ」——を築いていくことが重要な課題となっています。

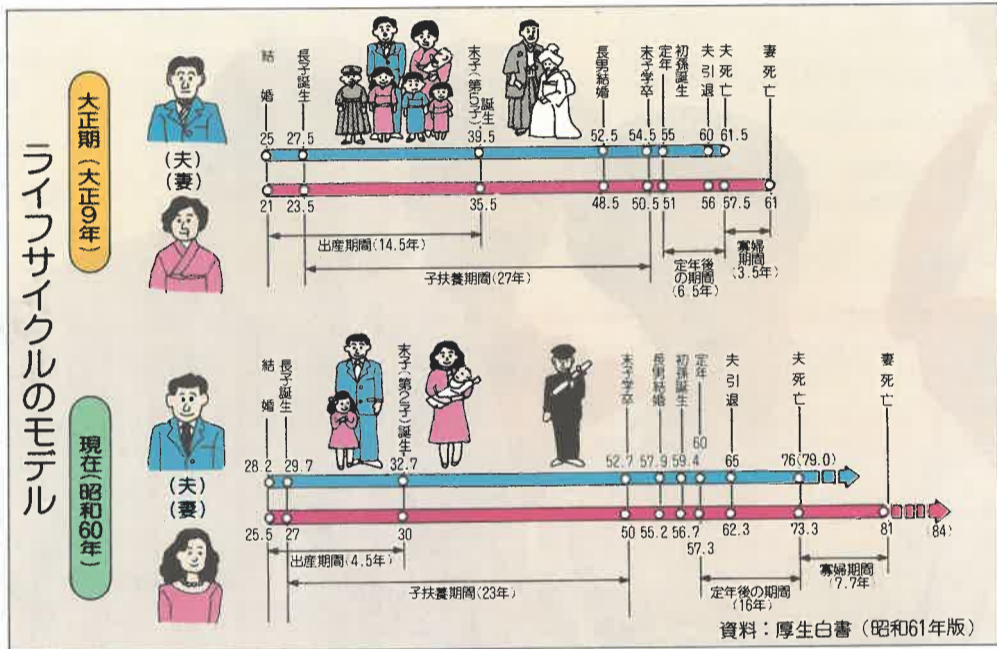
このため県では「人生80年時代」にふさわしい新しい社会システムを築くためのみちしるべを示すとともに、その具体的な施策を明らかにするために、「いきいき長寿とちぎ」を策定しました。





# いきいきライフプラン

## 健やかにシルバークライフ



### 高齢社会がやってくる

今、日本は食生活の改善や医療技術の進歩などさまざまな要因により、世界でも有数の長寿国になっています。さらに、出生率の低下等があいまって、世界のどの国もかつて経験したことのない速さと規模で人口の高齢化が進み、総人口に占める六十五歳以上の高齢者の割合(老年人口比率)も増加の一途をたどっています。

栃木県の状況をみますと、昭和六十年には一〇・五%であった老年人口比率は、試算では昭和七十五年(西暦二〇〇〇年)には一五・二%、さらに昭和百年には二二・八%に達すると予測され、県民四人に一人が高齢者ということになるわけです。

### ライフサイクルがかわる

人口の高齢化は、一般に現役世代と呼ばれる十五歳から六十四歳の人々(生産年齢人口)の負担の増加や、また高齢者自身の健康面など、さまざまな不安を生むことも避けられません。

しかし一方で、平均寿命の伸びは人々のライフサイクルを大きく変化させており、職業生活からの引退や子育ての終了など、いわゆる現役世代を退いて、ひと息つける六十五歳から、ほんとうの自分の人生を楽しむ時代とも言われています。

「人生80年時代」を迎えつつある今、こうした社会の変化に適切に対応できる環境の整備や体制の見直しが求められています。

さらに、高齢者の多くの経験と能力を生かし、高齢者が扶養される立場ではなく、その役割を再認識し、「社会の重要な担い手である」という意識を高めることも大切ではないでしょうか。

### めざすべき高齢社会

「いきいきライフプラン」は、高齢者が社会の重要な担い手として、その経験や能力を十分発揮できる環境や、生涯を通じての学習や活動の機会を確保し、また、誇りといきがいを持った「自立した高齢者」となる社会づくりをめざしています。

- 高齢者と若い世代が協力し合い、「人生80年時代」にふさわしい生活、文化を創造する……豊かで活力ある社会
- 80年の生涯を通じて、多方面で活躍できる「複線型の人生」が送れる……生涯を通じて自己実現のできる社会
- 個人、家庭、地域、行政等がそれぞれの役割と責任を自覚し、互いに協力しあえる……自立と連帯を基盤とする社会
- 高齢者のニーズに対する質の高いサービスシステムを備える……多様で柔軟な選択のできる社会

ールや立  
界」のコー  
な科学」の  
目「力と運  
覚の国」の  
などの「乗

斗金	展示場	プラネタリウム
七人	500円(400円)	200円(160円)
八人	200円(160円)	100円(80円)

は20名以上の団体料金です。  
団体利用の場合は、事前に電話予約をお願いします。  
開館時間(午前9時30分～午後4時30分)  
問い合わせ ☎0286-59-5555

### とちぎ再発見

#### 教科書にのった(寒川郡)

今は消えてしまいましたが、古代から明治時代まで続いた由緒ある郡名として「寒川郡」がありました。

古代の下野国には足利・梁田・安蘇・都賀・寒川・河内・芳賀・塩屋(塩谷)・那須の9郡が行政単位として置かれました。そのうち寒川郡は、県南部の思川流域にあって、中世には寒河郡と書かれ、また仮名で「さんかわ」とも書かれています。

源頼朝が、源平合戦のとき頼朝に味方して功のあった小山朝光の母を寒河郡の地頭に任命したことは有名な話です。

特に、女性である朝光の母が任命されたことは、当時の女性の地位を考える上でも貴重な歴史事実として、今の高校の歴史教科書にものっています。この朝光の母は、寒河尼とよばれ、のちの時代に作られた墓が、現在小山市網戸の称念寺にあります。

寒川郡の範囲は時代によって違いますが、はじめ思川をはさんで兩岸にまたがっていたと推定されます。のちに思川西岸の地域のみが寒川郡となりました。

江戸時代の古文書によれば、寒川郡には、追間田・寒川・網戸・上生井・生井新田・馬場・檜木・井岡・鏡・中里・小袋・川原田の12村が含まれていました。

この寒川郡は、明治22年の行政組織の改正によって廃止され、その村々は下都賀郡に編入されました。

栃木県立文書館 ☎0286-23-3450

寒河尼の墓

### 充実した高齢期と活力ある社会をつくるために

- 生涯を通じる学習機会の確保
  - 生涯学習についての相談、各学習機会の情報提供等を行う中核的機関の整備
  - 生涯設計見直しのための40歳代からの「向老教育」への取り組み
  - “社会参加のための能力開発”ができるよう、老人福祉大学校や高齢者教室を充実→老人福祉大学校定員の増員
- 『人生80年型』の雇用・就業対策
  - 60歳定年の企業への定着促進
  - 臨時的、短期的な仕事を提供するシルバー人材センターの設置促進
  - 職業訓練を充実し、様々な変化に対応できる能力を育成
  - 地域の特産品、手づくり品の生産を奨励（むらづくり）
- 高齢者の社会活動への参加促進
  - “高齢者も社会の重要な担い手”としての意識啓発
  - 魅力ある老人クラブの育成
  - 高齢者の活動の拠点となる老人福祉センター等の整備
  - 様々な能力・技術を持つ高齢者の登録・紹介を行うセンターを地域に整備

- 痴呆性老人についての相談と処遇の充実
- 介護福祉士等介護従事者の養成



### 安心とゆとりの老後生活の基盤をつくるために

- 高齢者に配慮した住宅・住環境の整備
  - ひとり暮らし、夫婦のみの高齢者世帯向け住宅の建設
  - 安全で行動しやすい歩道、交通安全施設等の整備
  - 子どもとともに楽しむ、気軽に利用できる公園、コミュニティ道路の整備
- 安心と安全な暮らしの確保
  - 交通安全教育の推進と事故防止
  - 悪質な商法に対する情報提供・啓発活動
  - ひとり暮らし老人に対する緊急通報システムの整備
- ゆとりある老後生活の確保
  - 企業年金や個人年金等の普及
  - 豊かな自然の中で、充実した余暇を過せる、高齢者にも配慮したりゾート地域の整備
  - 多様で質の高いサービスの提供→シルバーサービスの振興



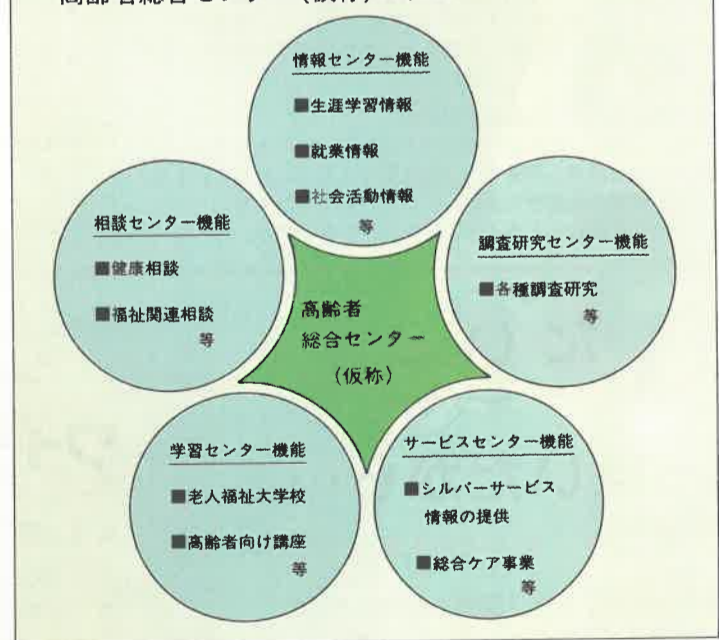
### 連帯と相互理解の上に立った地域社会をつくるために

- 世代間の相互理解の促進と青少年の健全育成
  - 学校でのクラブ活動指導者としての高齢者の参加
  - 地域行事など世代間の交流の場の拡大
  - 次代を担う青少年の健全育成
- 高齢社会についての県民の理解の促進
  - 啓発活動の推進
  - 「とちぎシルバースポーツフェスティバル」（仮称）の開催（9月18日(日)県総合運動公園）
    - オープニングセレモニー
    - ふれあいスポーツ・レクリエーション・フェア
      - ・輪投げ、ジャンボなわとび、綱ひき、グランドゴルフ、ジョギングほか
    - スポーツ交流会
      - ・卓球、テニス、ゲートボール、ソフトボールほか
    - ふれあい三世交代交流会
      - ・とちのきりレー（競歩、なわとび、むかで、二人三脚などをたすきりレーで）
      - ・ふれあいゲートボール
    - 健康・体力づくり教室
    - 健康・体力づくり機器展

### 自立のための支援システムを確立するために

- 総合的な保健医療対策の推進
  - 健康教育、健康相談など健康づくりを支援
  - 地域の健康づくりの拠点となる市町村保健センターの整備
  - 在宅福祉、保健等のサービス供給体制の整備→高齢者総合ケアシステム調査研究を実施
  - 地域で継続的に受けられるリハビリテーション体制の整備
- 要援護老人に対する総合的サービスの提供
  - 入浴、給食、ホームヘルプなど在宅サービスの充実→ディ・サービス事業の拡充
  - 特別養護老人ホームの整備促進

高齢者総合センター(仮称)の機能



※ この計画は、昭和63年度から昭和70年度までの8ヵ年計画です。

“いきいき長寿とちぎ”を築く  
人は誰でも、いつまでも健康で長生きしたいと願っています。高齢化の問題は、単に高齢者だけの問題ではありません。いづれは高齢者になるすべての世代の人々に共通した問題といえます。

“80年という長い生涯をどのように生きるのか”  
“それぞれがいかにその役割を果たしていくのか”  
などについて、県民の皆さん一人ひとりが自らの問題として考え、長い生涯にわたり、健康で充実した「いきいきライフ」を送ることのできる、真に長寿を喜びあえる社会「いきいき長寿とちぎ」をとともに築きましよう。

## 施設めぐり

科学っておもしろい!

—— 栃木県子ども総合科学館 ——



5月3日にオープンして間もない子ども総合科学館。県総合運動公園から西南に1.5kmの田園の中に、宇宙ステーションを思わせる近代建築が目を見せます。

“未来社会への追求、をメインテーマとして、館内では合計188点、240項目にのぼる展示が子どもたちをサイエンスの世界へと誘います。

一階は、宇宙の誕生や基礎的な天文知識をわかりやすく解説してくれる「宇宙の科学」、私たちが住んでいる地球を探る「地球の科学」、生命の誕生や進化、身体の機能や働きを解き明かしてくれる「生命の科学」、21世紀の暮らしと情報の役割を考える「情報の科学」、自然界に存在するエネルギーと人工のエネルギーについての原理を説明してくれる「エネルギーの科学」、乗物やロボットのメカニズムを解説してくれる「乗物とロボットの科学」の6つのコーナーに分かれています。

また、二階には、水のかわりにボールを入れた迷路など、小さい子どもたちも楽しめる「遊びの世界」や、「アリスの国の冒険」をテーマとした「身近コーナー」があり、「ものさしの国」「光の国」「音の国」「熱の国」「電気磁気の国」「物質の国」「感8つの国の冒険が楽しめます。

このほか、屋外では、変わりだね自転車、ミニS1物広場や「水の広場」「遊びの広場」「冒険広場」「催し広場」、そして日本列島ゾーンなどの屋外展示も盛りだくさんです。

むずかしい科学も物理も、知らず知らずに興味を持てるよう、展示物の多くが実際に触れて体験でき、子どもたちだけでなくおとなも十分楽しめる施設です。

# 情報スクランブル

県庁のあて先  
〒320 宇都宮市埴田1-1-20

## 「イートピアとちぎ'88」

前売券抽選会&ミュージックショー  
▶日時 6月8日(木)午後5時30分開場▶場所 宇都宮市文化会館大ホール▶景品 海外旅行など総額1,000万円▶アトラクション出演者 ジャズシンガー：アンリ菅野、サクソフォーン奏者：本多勝之▶入場無料▶応募方法 「抽選会入場希望」と明記し、5月25日(木)までに往復ハガキで食と緑の博覧会——とちぎ'88実行委員会事務局「前売券抽選会の係」へ(県庁内) ☎0286-23-3914

## 環境週間(6/5~11)の記念行事

- せせらぎ MY TOWN展  
▶6月2日(木)~6日(月)に宇都宮市上野百貨店で▶内容 県内主要河川の写真展、名水によるお茶の試飲
- 低公害車フェア  
▶6月11日(土)~12日(日)に矢板市長峰公園で(県民の日県北会場)▶内容 電気自動車・メタノール車の展示・試乗
- 環境週間記念講演会  
▶6月10日(金)に宇都宮市文化会館小ホールで▶講師 作家 立松和平氏▶演題 「我が故郷の自然」
- 問合せ 県公害課 ☎0286-23-3188

## 水質環境モニタリングモニター募集

▶身近な河川で、水辺環境の指標となる生物の生息状況を観察し、河川の水質の状況を報

告していただくモニターを募集  
▶期間 8月(1ヵ月間)予定▶研修会を7月に実施▶応募方法 住所・氏名・年齢・職業・性別・電話番号を明記し、6月30日(木)までにハガキで県公害課水質係へ(電話での応募も可) ☎0286-23-3186

## イートピアとちぎ'88 コンパニオン募集

▶今年9月から開催する「食と緑の博覧会——イートピアとちぎ'88」をお手伝いいただくコンパニオンを募集  
▶応募資格 博覧会開催中(9/30~11/6)に勤務、通勤可能な18歳以上の女性で、9月中に行う研修に参加できる方▶募集人員 約70名▶業務内容 会場案内、パビリオン管理、ゲート改札等▶勤務条件 一週一休(日祭日を除く)、1日8時間勤務▶待遇 賃金日額6,000円、交通費1日1,000円限度、ユニホーム等支給▶応募方法 履歴書(顔写真貼付)に3ヵ月以内に撮影した全身正面のサービス判写真(裏面に氏名、身長、体重を記入)を添えて5月28日(木)までに郵送または持参▶選考 第1次(書類)、第2次(面接)を6月に実施▶応募及び問合せ 食と緑の博覧会——とちぎ'88実行委員会事務局(県庁内) ☎0286-23-3913

## 昭和63年度栃木県職員採用試験案内

### 試験日程

試験の名称	受付期間	試験日		最終合格発表	受験資格(年齢制限等)	案内・申込書配布開始日
		第1次(試験場)	第2次			
I種試験 [大学卒業程度]	6月6日(月) 6月18日(土)	7月17日(日) (作新学院)	8月上旬 ~下旬	9月中旬	昭和34年4月2日生 昭和42年4月1日生	5月20日(金)
II種試験 [大学卒業程度]	7月25日(月) 8月6日(土)	8月28日(日) (作新学院)	9月下旬 10月中旬	10月下旬	①昭和36年4月2日生~ 昭和42年4月1日生 ②昭和42年4月2日以降 生まれで (7)短大又は高専卒及び卒業 見込の者 (4)人事委員会が(7)と同等 の資格があると認める 者	7月8日(金)
III種試験 [高等学校卒業程度]	9月5日(月) 9月17日(土)	10月16日(日) (作新学院)	11月上旬 ~中旬	12月上旬	昭和42年4月2日生 昭和46年4月1日生	
警察官試験	8月8日(月) 9月10日(土)	9月25日(日) 県立宇都宮農業高校	10月中旬	11月下旬	昭和36年4月2日生 昭和46年4月1日生	7月22日(金)
交通巡視員試験	8月29日(月) 9月10日(土)	県立小山高校 県立那須農業高校 交通巡視員試験は県 立宇都宮農業高校	11月中旬		昭和38年4月2日生 昭和46年4月1日生	
資格・免許職試験	10月3日(月)	10月24日(日) (埴田会館)	11月中旬 ~下旬	12月上旬	職種によって異なります ので試験案内をご覧ください	9月22日(木)
選考者調査 (身体障害者を対象)	10月15日(土)	10月26日(日) (栃木県自治研修所)			昭和36年4月2日生 昭和46年4月1日生	

- 資格・免許職試験は、保健婦、栄養士等法令に基づく資格・免許等を必要とする職を対象とする試験です。
- 受験を希望される方は、それぞれ試験案内を取り寄せて詳細をご覧ください。
- 試験案内の配布場所 各県民センター、各県民相談室、県東京事務所
- 問合せ 県人事委員会事務局 ☎0286-23-3316

## くらしに アドバイス

### 調べてみました、カルシウム入り食品

日本人はどちらかというと「栄養のとり過ぎ」と言われていますが、「カルシウム」だけは、やや不足気味であると指摘されています。こうした要求に応じてか、近頃は「自然食品」とか「健康食品」という形で、カルシウム含有食品が大もてのようです。そこで、特に「カルシウム含有」を強調している菓子スナック類、ふりかけ類、調味料、総菜、小魚など日常食品を含めて、合計91の銘柄について、その含有量を調べてみました。

★表示に惑わされないように  
“カルシウムたっぷり” “カルシウムが豊富”などの「量」を強調した表示のあるものとないものを比較してみると、特に健康食品では、表示があるものが、ないものの約半分しか含まれていないなどがわかりました。

★ただ食べれば良いというものではない  
カルシウムの吸収は、たんぱく質やビタミンD、マグネシウムなどと重要な関係があるほか、戸外での運動も影響するといわれています。したがって、特定の食品から大量にとるよりも、他の栄養のバランスも考えた3度の食事からとるように心がけたいものです。

★1日の必要量600ミリグラムをとるにはいくらかかるの?

- 健康食品・自然食品.....1,440円
- 菓子スナック類.....504円
- ふりかけ類.....1,072円
- 調味料.....1,104円
- 総菜.....1,056円
- 小魚.....168円
- 牛乳.....126円

消費生活に関するご相談は  
県消費生活センター ☎0286-34-3181  
又は、市町村の消費者行政担当課へお気軽にお寄せください。

## 第1回 サイクリングリゾート in TOCHIGI



開催期間 昭和63年6月4日(土)~5日(日)：雨天決行  
コース ※全コースとも、スタンプクイズラリーを盛込んだサイクリングツーリング  
6/4・Aコース 日光市—栗山村—藤原町(51km)  
・Bコース 日光市—今市市—藤原町(17.3km)  
6/5・Cコース 藤原町—(矢板市)—塩原町—西那須野町—  
黒磯市—那須町(73km)  
問合せ 「サイクリングリゾート IN TOCHIGI」事務局  
☎0286-24-9966(代)

## 伝えたいこと

### いっぱいだから...

「県民だより」がかわりました!

▶「県民だより」が年7回皆さんのもとにお届けできるようになりました。▶毎奇数月・20日発行の年6回、さらに特集号をプラス1(ワン)してのイメージアップです。

## 県政テレビ番組 ウィークリー栃木

毎週土曜日  
午前8時45分~9時  
テレビ東京  
12チャンネル  
レポーター  
高松しげお・相馬宏美



## 新聞広報

- 県政だより  
毎月第2水曜日(日経は前日)・第4水曜日  
朝日・読売・毎日・サンケイ・東京・日経・下野・栃木
- 県政キャンペーン  
毎奇数月第1水曜 下野・栃木

### あなたの声を県政に!

県に対する苦情・要望は各県民センターへ  
●中央県民センター ☎0286-23-3765  
●県南県民センター ☎0282-24-5665  
●県北県民センター ☎0287-23-1555  
※このほか上都賀、芳賀、安蘇、足利、塩谷、南那須の各庁舎にも、県民相談室が設置されています。お気軽におたずねください。

## 県政ラジオ番組(栃木放送)

- 県民の窓  
毎週日曜日~金曜日  
午後0時15分~0時30分
- 県庁ダイアリー  
毎週月曜日~土曜日  
午前8時42分~8時47分
- 県政アラカルト  
「知事さんこんにちは」  
毎月第3日曜日  
午前9時15分~9時45分



## 文字放送「広報の窓」

毎日  
午前6時~午後12時  
常時送信  
NHK総合テレビ  
1チャンネル



地域のふれあいを求めて  
**6月15日は栃木県民の日**

