

県民だより

2005 5月号

編集・発行 栃木県広報課
平成17年5月15日発行

〒320-8501 宇都宮市埴田1-1-20
TEL 028-623-2192 FAX 028-623-2160
栃木県のホームページ http://www.pref.tochigi.jp/

栃木県の人口 2,010,844人(前月比-5,018人、前年同月比+1,214人)
◎男998,149人 ◎女1,012,695人
◎世帯数709,390世帯 (4月1日現在)

- 1 健康づくり 県民の日イベント
- 2 県からのお知らせ 県政トピックス
- 3 地域のおたより とちぎの元気印 ほか

栃木県民は肥満傾向
肥満者の割合は、男性では50歳代、70歳代を除く年代で、女性では全年代で全国平均を上回っています。エネルギー摂取量は県民全体の平均でみるとほぼ適正量となっており、五年前

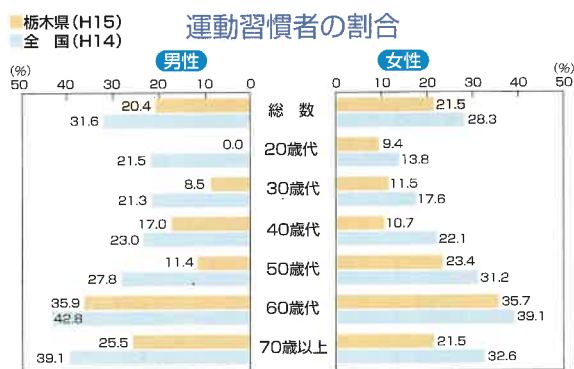
その結果がまとまりましたので紹介します。
県では、平成十五年十月から十六年二月にかけて、「県民健康・栄養調査」を実施しました。これは、県内の約五千八百名の方々に協力をいただき、栄養摂取の状況や生活習慣の実態、健康状況を把握するための調査で、五年に一度行っているものです。項目は「栄養・食生活」「運動・身体活動」「たばこ・アルコール」などです。

データで見る とちぎの健康

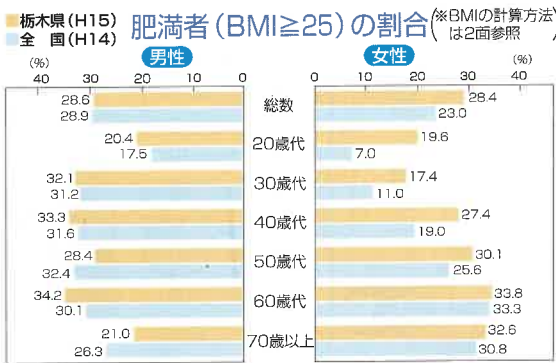


晴れた日は身近なところでウォーキング!

ずっと健康で暮らしたい! あなたのカラダは健康値?

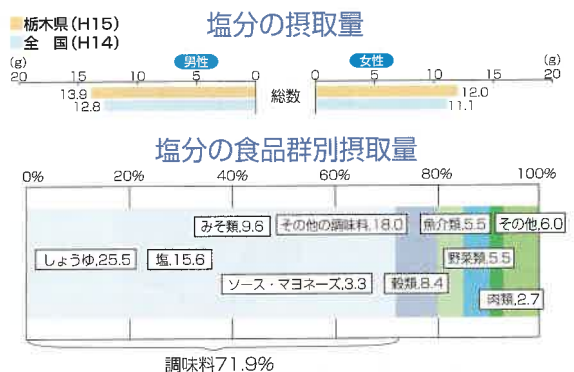


20歳代が最も運動不足
運動習慣のある人(一回三十分以上の運動を、週二



やっぱり多い塩分
たばこ・アルコールも
塩分の摂取量は一日あたり男性13.9g、女性12gで全国平均を上回っています。塩分の摂取はしょうゆ、みそなどの調味料からが七割を占めており、特にしょうゆからの摂取が最も多くなっています。

成人の喫煙率は男性で48%、女性で12%です。特に30歳代男性の喫煙率は60%、20歳代の女性は24%と高い数値を示しています。さらに、多量飲酒(一日三合以上飲酒)は、男性が30歳代、女性は20歳代が最も多くなっています。



「県民健康・栄養調査結果」から～私はこう考えます～

日常生活の中で意識して体を動かすことが大切です。この結果で注意すべき点は、エネルギー摂取量が適正となっておりますが、これは県民の平均値が適正ということであって個人個人では差があるということです。一人ひとりが健康を意識して生活することが大切です。このため行政は、個人が健康づくりに取り組みやすい環境を整えられるよう今回の調査結果を検討し、「とちぎ健康21プラン」に生かしていかなければなりません。

また、高血圧や糖尿病といわれた人が増加していますが、これは病気を発見する率が上がった可能性もあります。脳卒中を防ぐため塩分を控えたり、糖尿病にならないよう適正な体重を保つといった基本的な予防はもちろん、健康診断などで早めに自分の健康状態を把握し、医師の診断に従って血圧を下げる薬や糖尿病の薬を飲むことも大切な予防のひとつです。

生活習慣や食生活を見直し、無理のない範囲で健康を意識しながら生活することが大切ではないでしょうか。

日常生活の中で無理なく健康づくりを
以前は感染症対策が中心だった予防医学は、生活習慣病対策へと移ってきています。この調査も、生活習慣病の予防を念頭に行われてきました。

今回の結果の中で、エネルギー摂取量は適正にもかかわらず肥満者が増えているのは、運動不足が原因と考えられます。特に、栃木県民は車の保有率が高く、生活の中で歩くことが少ないことが関係しているでしょう。日常生活の中で意識して体を動かすことが大切です。

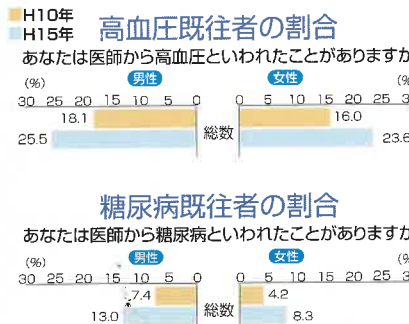
この結果で注意すべき点は、エネルギー摂取量が適正となっておりますが、これは県民の平均値が適正ということであって個人個人では差があるということです。一人ひとりが健康を意識して生活することが大切です。このため行政は、個人が健康づくりに取り組みやすい環境を整えられるよう今回の調査結果を検討し、「とちぎ健康21プラン」に生かしていかなければなりません。

また、高血圧や糖尿病といわれた人が増加していますが、これは病気を発見する率が上がった可能性もあります。脳卒中を防ぐため塩分を控えたり、糖尿病にならないよう適正な体重を保つといった基本的な予防はもちろん、健康診断などで早めに自分の健康状態を把握し、医師の診断に従って血圧を下げる薬や糖尿病の薬を飲むことも大切な予防のひとつです。

生活習慣や食生活を見直し、無理のない範囲で健康を意識しながら生活することが大切ではないでしょうか。



生活習慣病は増加傾向
現在の健康状態が「ふつう」以上に良いと思っている人は、男女ともに八割を超えています。しかし、過去に医師から高血圧、糖尿病といわれたことがある人は、五年前の調査より増加傾向にあります。(次ページにつづく)



生涯元気で心豊かに暮らすためには、健康であることが大切です。しかし、脳卒中や糖尿病、がんなどの生活習慣病になる人は年々増加しています。県では、家庭・学校・職場・地域と連携して、県民の皆さんの健康づくりを応援しています。

私たちも応援しています！ 健康のための環境づくり

「お隣さんからお隣さんへ」ヘルスメイトが活動中！



健康づくりのお手伝い
とちぎ健康21協力店



食生活の改善を推進するため、県内には約二千五百名の食生活改善推進員(愛称「ヘルスメイト」)が活動しています。各地域で「親子の食育教室」「介護食の講習」「乳製品や新郷土料理のコンクール」などを行い、健康づくりを呼びかけています。



那須塩原市内で行われた「消費者まつり」。バランスのとれた食事を楽しく学びます

ヘルスメイトの小川さんに話を伺いました。この活動は、戦後、農村の栄養失調を無くそうという趣旨から始まりました。今では「栄

養を取り過ぎずバランス良く食べよう」というように変わってきています。現在の活動の中心は減塩をすすめること。これは栃木県の長年の課題ですが、少しずつ塩分摂取量は減ってきています。活動の基本精神は「お隣さんからお隣さんへ」。地域での声かけが基本です」と話します。また、「最近では食の大切さが学校教育などでも見直されてきています。ひとりでも多くの方に食に関心を持っていただき、皆さんが健康でいられるよう頑張っていてほしいと思いますね」と意欲を話してくれました。



栃木県食生活改善推進団体連絡協議会 会長 小川 麻子さん(宇都宮市)

健康ワンポイントアドバイス

肥満予防編

- 適正体重を知りましょう
- ◇ BMI判定(18.5未満「やせ」、18.5~25未満「正常域」、25以上「肥満」)
- ・ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)
- ・ 適正体重(kg) = 身長(m) × 身長(m) × 22
- 食事は1日3食。よくかんで、ゆっくりと
- 野菜や海藻は十分に、果物はほどほどに
- 普段から積極的に体を動かす

高血圧予防編

- 1日の塩分は10g未満に
- ラーメンやそばの汁は残そう
- しょうゆ・ソースはかけずに小皿にとって
- 野菜は1日350gを目安に



健康づくりの相談窓口

- お住まいの市町村健康づくり担当課
- 最寄りの広域健康福祉センター
- 県健康増進課 ☎028-623-3094

お客様の希望にあわせて健康メニューを提供します！

メニューにエネルギー(カロリー)やカルシウム、塩分などの栄養成分を表示しています。うす味希望の方には、うす味調理を。半ライスやミニサラダといったヘルシーメニューも用意しています。また、できる範囲で分煙を実施しています。健康に注意するようになったのは、献血で血圧の高さを指摘されたことから。また、市主催の健康講座に参加してから、今まで以上に考えるようになりました。

お客様の身体にやさしく、そしておいしいものをご提供していきたいと思っております。お客様の健康づくりのきっかけになれば、常連のお客様が禁煙に成功したと聞いた時はうれしかったですね。



金子勝治さん(鹿沼市)

私たちは日常的に外食を利用しています。健康的な食生活を送るには、家庭での食事だけでなく、外食での環境を整えることも重要です。県では、県内の百三十二軒の飲食店を「とちぎ健康21協力店」として登録し、健康づくりに協力していただいています。この協力店の種類は三つ。①メニュー

に栄養成分が表示されている、②エネルギー(カロリー)や塩分が気になる方のためのヘルシーオーダーがある、③禁煙・分煙が実施されている、このいずれかに該当する飲食店です。お店にはステッカーが貼ってありますので、外食選びの参考にしてください。



みんなでしろう

生涯健康とちぎ

県では、平成十三年に健康づくりの総合的な指針である「とちぎ健康21プラン」を策定しました。この中で、栄養・食生活、運動、脳卒中、がんなど九つの項目で目標数値を設定しました。今年度は「県民健康・栄養調査」の結果を基に、数値を見直してまいります。

基本ですが、その個人を支える環境づくりも重要です。このため、県では、ヘルスメイトやとちぎ健康21協力店などの活動を広げていきたいと考えます。今後、家庭・学校・職場・地域と連携して、生涯健康でいられるような環境づくりに取り組んでまいります。

健康づくりは県民の皆さん一人ひとりの取り組みが

【問合せ】県健康増進課
028-623-3094

6月15日は県民の日です

～6月11日(土)・12日(日)は井頭公園にでかけよう～

明治6年6月15日、当時の宇都宮県と栃木県が一緒になり、ほぼ現在と同じ栃木県が誕生しました。メインテーマは「地域のふれあいを求めて」。関連イベントを紹介します。



「ふれあい健康ウォーク」参加者募集

- 6/12(日)午前9時30分スタート(荒天中止)
- 井頭公園周辺の約7キロのコースをみんなで歩こう ● 定員先着1,000名 ● 参加無料 ● 申込方法 代表者氏名・代表者住所・電話番号・参加者氏名・年齢・生年月日・性別を記入してハガキで ● 申込締切 6/3(金)
- ◎あて先・問合せ ☎320-8686下野新聞社事業部健康ウォーク係 ☎028-625-1134



フリーマーケット参加者募集

- 6/11(土)・12(日)午前10時～午後3時(荒天中止)
- 各日100区画(先着)
- 参加費 1区画(3.6m×2.7m)1日あたり1,000円
- 申込方法 住所・氏名・電話番号・出展内容・希望日・区画数を記入し、往復ハガキで
- ◎あて先・問合せ ☎320-8531とちぎテレビフリーマーケット係 ☎028-623-0032



どうゆうのけんちょう？

- 6/11(土)・12(日)午前10時～午後3時
- 県の10部局が、県の事業を紹介します
- スタンプラリー形式で、全部のブースを回られた方に先着で素敵な景品をプレゼント



それいけ！アンパンマンショー ● 6/11(土)①午前11時30分～正午②午後2時～2時30分
市町村・関係団体コーナー ● 県内の市町村の魅力が満載のコーナー。県内の特産品の販売を行います。

- 6/11(土)・12(日)を中心に、県・市町村・民間の施設で無料開放や利用料の一部割引があります。詳しくは実行委員会事務局または県のホームページでご確認ください。
- このほかにも、たくさんのイベントを用意して皆さんをお待ちしています。なお、都合により内容の一部が変更になる場合があります。

【問合せ】栃木県県民の日実行委員会事務局(県文化振興課) ☎028-623-2153



募集

とちぎ元気フォーラム開催 ～知事との対話集会に参加しよう～

●6/19(日)午後1時30分～●上三川町中央公民館 ●県民の皆さんと知事との対話集会を開催します ●県政に関することならどんな話題でも結構です。お気軽にご参加ください ●応募資格 県内に在住・通勤・通学する方 ●応募方法 住所・氏名・年齢・性別・電話番号・職業(学校名)・託児希望の有無を、6/6(月)までに電話・はがき・FAX・Eメールで

◎あて先・問合せ 〒320-8501県広報課
☎028-623-2158 FAX028-623-2160
Ekocho@pref.tochigi.jp

栃木県育英会高校奨学金の貸与者募集

●栃木県育英会では奨学生の募集をしています ●対象 平成17年度に高等学校または専修学校高等課程に入学した1年生 ●貸与月額 国公立18,000円、私立30,000円 ●募集期間 5/16(月)～6/15(水) ●申込みは在学する学校へ ●なお、奨学金の原資となる寄付金も募集しています。詳細は問合せを 同協会 ☎028-623-3459

国際理解活動に参加してみませんか

◎「わいわい地球っ子クラブ」会員募集
●対象 小学3～6年 ●ゲームや料理、工作、おしゃべりを楽しみながら、外国の人や文化にふれよう ●活動日 6/11、9/10、12/3、3/4(いずれも土曜) ●とちぎ国際交流センター(宇都宮市) ●年会費 1,000円(材料費別途) ●定員 先着100名 ●申込み 住所・氏名・電話番号を電話・FAX・Eメールで



◎「クラブ・リセ」会員募集
●対象 高校生 ●参加型セミナーや外国人との交流会などを通し国際理解を深めよう ●活動日 5月～平成18年3月の奇数月の第4土曜 ●とちぎ国際交流センター(宇都宮市) ●参加無料 ●申込み 住所・氏名・電話番号を電話・FAX・Eメールで 栃木県国際交流協会(TIA) ☎028-621-0777 FAX028-621-0951 Etia.sato@tia21.or.jp

こどもエコクラブ会員募集中!

●小・中学生が身近な環境活動に自由に取り組むクラブです。数人から30人位の仲間とサポーター(大人)で申込みください ●活動期間 平成18年3月末まで ●申込方法など詳細は問合せを 県環境政策課 ☎028-623-3186

省エネチャレンジ大作戦参加者募集

●家庭・学校・事業所などで7月～9月の電気使用量を前年よりも削減しよう。削減目標を達成した方(上位者)には副賞も ●対象 県内に在住の方、県内の学校や事業所 ●申込みは郵送・FAXなどで ●申込締切 6/30(木) 栃木県地球温暖化防止活動推進センター(河内町下岡本2145-13) ☎028-671-0457 FAX028-673-9084

催し・講座

親子で楽しむ炭焼き陶芸

●炭と七輪を使ってぐい飲みや箸置きをつくろう ●6/4(土)午前10時～午後3時 ●芳賀青年の家 ●対象 小・中学生とその保護者 ●定員 10組(抽選) ●参加費 ひとり800円 ●申込みはハガキ・FAXで ●申込締切 5/25(水) 同青年の家(益子町益子4470) ☎0285-72-2273 FAX0285-72-7434

森のパソコン教室 ～親子で作ろうオリジナルTシャツ～

●6/18(土)～19(日)1泊2日 ●南那須少年自然の家 ●ワードを使って、オリジナルTシャツを作ろう ●対象 子どもとその保護者 ●定員 先着20組 ●参加費 小学生2,500円、中学生2,700円、保護者3,300円 ●申込みはハガキ・FAXで ●申込締切 6/10(金) 同自然の家(南那須町上川井1299) ☎0287-88-9341 FAX0287-88-0229

県立図書館の催し

◎子どもの本のつどい
●5/28(土)午後2時30分～3時 ●小さなお子さん向けの絵本の読み聞かせ 同館 ☎028-622-5112

生涯学習ボランティア (福祉ボランティア)養成研修会

●6/25(土)～26(日)1泊2日 ●なす高原自然の家 ●高齢者疑似体験や車椅子の使い方、手話などを学ぼう ●対象 福祉に興味のある高校生以上の方 ●参加費 大人5,000円、高校生3,500円 ●定員 先着40名 ●申込みは住所・氏名・郵便番号・電話番号・性別・年齢を記入して、郵送・FAXで ●申込締切 6/17(金) 同自然の家(那須町湯本157) ☎0287-76-6240 FAX0287-76-6241

自然ふれあい活動指導者養成講座

●前期6/25(土)～26(日)1泊2日、後期9/23(金)～25(日)2泊3日 ●今市少年自然の家 ●受講料 前期5,000円、後期8,000円 ●定員 25名(抽選) ●申込み 6/8(水)までに所定の申込書に記入し、郵送・FAXなどで

◎あて先・問合せ 〒320-8501県自然環境課 ☎028-623-3211 FAX028-623-3212

パソコンボランティア (障害者支援)養成講座

●手足や視覚に障害がある方のためのパソコンソフトや支援機器の操作を学びます ●[第1回] 6/12・26、7/10 [第2回] 7/24、8/7・28(いずれも日曜)午前9時30分～午後4時 ●県総合教育センター(宇都宮市) ●対象 県内に在住の18歳以上の方で、受講後ボランティア活動に協力いただける方 ●受講無料 ●定員 各回15名(先着) ●申込みは6/3(金)までにEメールで NPO法人とちぎアイ・ティ普及協会 ☎028-643-1990 Etochigi-pcvol@khaki.plala.or.jp

栃木県実習指導者講習会

●8/26(金)～10/21(金)、土・日・祝日を除く38日間 ●とちぎ健康の森(宇都宮市) ●対象 実務経験3年以上で、看護師等学校養成所の実習指導者をめざす方 ●受講経費 21,000円(資料代等) ●定員 45名 ●申込方法 申込書と作文「実践の中で看護をどう考えるか」(800字程度)を郵送などで ●申込締切 5/20(金)必着 ●詳細は問合せを 栃木県看護協会(宇都宮市駒生町3337-1) ☎028-625-6141

県立文書館の講座 「古文書研修会」入門コース(全5回)

●6/24(金)、7/19(火)、8/9(火)、9/1(木)、9/21(水) ●古文書の読み方や扱い方など、基礎的な知識を学びます ●受講無料 ●定員 先着40名 ●申込期間 5/23(月)～6/23(木) 同館 ☎028-623-3450

パーティの講座

◎再就職支援セミナー 就職準備講座(全2回) ●7/7(木)・14(木)、いずれも午前10時～午後3時 ●自分らしい仕事さがしや職業適性、履歴書の書き方、面接の受け方など ●受講料 2,000円 ●定員 30名 ●申込締切 6/23(木) ●託児あり(要予約) 同とちぎ男女共同参画センター ☎028-665-7706

案内

県政世論調査にご協力を

●調査期間 5/20(金)～6/10(金) ●対象 県内にお住まいの20歳以上の方2,000名 ●調査票を郵送しますので、ぜひご協力ください ●調査内容を他に漏らすことは決してありません 県広報課 ☎028-623-2158

国民生活基礎調査にご協力を

●調査内容 家族構成、健康、仕事の状況、年金の加入状況など ●調査員が訪問しますので、ぜひご協力ください ●調査内容を他

へ漏らすことは決してありません ●調査日 6/2(木) 県健康増進課 ☎028-623-3095

福祉のしごと相談会

●5/21(土)午前10時30分～午後3時(受付は午後2時30分まで) ●小山市保健福祉センター ●相談無料 福祉人材・研修センター ☎028-643-5622

住宅融資をご利用ください

◎のびのびキッズ融資 ●対象 義務教育修了前のお子さんを2人以上扶養している方 ●限度額 500万円 ●利率 当初5年公庫利率から1%引いた率、6年目以降は公庫利率 ●償還期間 10年以内または公庫と同じ期間
◎バリアフリーリフォーム融資 ●対象 手すりを2カ所以上設置し、改修部位が2カ所以上のバリアフリー工事をする方 ●融資限度額 300万円 ●利率 1% ●償還期間 10年以内
◎県木造住宅建設促進特別融資 ●公庫の融資を受けて県内製材品を50%以上使用した住宅 ●融資額 600万円 ●融資利率 当初5年間公庫利率から1%引いた率、6年目以降は公庫利率 ●償還期間 35年以内 県住宅課 ☎028-623-2483

「一日合同行政相談所」をご利用ください

●5/18(水)午前10時～午後3時 ●大田原市役所庁舎別館2階大会議室 ●行政に関する苦情、意見・要望などをお受けします 総務省栃木行政評価事務所 ☎0570-090110

スイット栃木! 上河内・那須高原サービスエリアから出かけよう

●東北道下り線河内サービスエリアと東北道下り線那須高原サービスエリアにETC専用出口を設置する「東北道スマートIC社会実験」を行っています ●実施日時 8/28(日)までの午前7時～午後7時 ●対象車種 ETC搭載の軽自動車・普通車 同河内SAスマートIC地区協議会事務局 ☎028-674-3131 同那須高原SAスマートIC地区協議会事務局 ☎0287-72-6907

血液が不足しています

～献血にご協力を～

●成分献血と400ml献血に、ぜひご協力ください ●献血場所 うつのみや大通り献血ルーム、栃木県赤十字血液センターなど ●県業務課 ☎028-623-3119



3 県立学悠館高校 開校記念式典
四月二十八日、本県初のフレックス・ハイスクール学悠館高校(栃木市)の開校記念式典が行われました。学悠館高校は、定時制課程と通信制課程を併せ持つ単位制による独立校です。定時制課程は、午前・午後・夜間の三部からなり、通信制課程との間で互いに学習できるなど生徒のさまざまなニーズに対応しています。四階建ての校舎は、太陽光発電を導入するなど省エネルギーに配慮した設計で



福田知事から代表者に委嘱状が手渡されました

1 県政モニター 委嘱式
四月二十日、新たに選ばれた県政モニターの委嘱式が行われました。任期である二年間、県政モニターの方々の回答や県政に対する意見、提案をいただきます。福田知事は「県政について遠慮なくご意見やご提言をいただきたい」とあいさつしました。

す。エレベーターや点字ブロックを設置するなどバリアフリー化が図られています。また、学習コーナーや開放的なラウンジなどが、生徒の学習活動を支援しています。



お問い合わせは、日光だいや川公園(☎0288-23-0111)へ

2 日光だいや川公園 体験学習施設オープン
四月二十五日、日光だいや川公園に体験学習施設がオープンしました。炭焼きや稲作りなど、子どもから大人まで楽しむことができ、さまざまな体験メニューを用意しています。また、日光東照宮を精巧に再現した十分の一の模型を展示しています。ぜひお越しください。

オペラ「日光」を開催

「県民の日制定20周年記念」として6月12日(日)に県総合文化センターで、オペラ「日光」が上演されます。知られざる日光の歴史をたどりながら、現代に生きている喜びを歌い上げます。日光という世界遺産を未来に伝えていきたいという思いが込められています。

主人公「梨沙」役の柳田さんにお話を伺いました



柳田明美さん

オペラ「日光」は県内出身のソリスト、子どもや大人の合唱団、栃木県交響楽団が出演する県民参加型のオペラです。主人公の梨沙は感受性が豊かで、それを素直に表現することができる人ですが、このオペラの中で梨沙が感じたり、日光の歴史に思いをはせたりする部分を表現できるように言葉を大切に歌いたいと思います。オペラを見に来ていただいた方に、日光の魅力を知るきっかけにしていきたいと思います。

あらすじ

主人公のカップルが近代の日光を生きた先人たちに出会い、日光の自然と文化遺産の素晴らしさに気づいていくという物語

オペラ「日光」を鑑賞ください

- 6/12(日)午後3時開演 ● 県総合文化センター(宇都宮市) ● 定員 1,400名(抽選) ● 入場無料 ● 申込み イベント名・住所・氏名・電話番号を記入し、往復ハガキで(1人1枚) ● 応募締切 5/20(金)
- ◎あて先・問合せ 〒320-8530とちぎ生涯学習文化財団 ☎028-643-1010



とちぎの元気印



那須塩原市

那須塩原市は、県の北西部にあり、広大な那須野ヶ原の北西一帯を占めています。那珂川と箒川の扇状地には農地がひろがり、国道4号と国道400号沿いに市街地が形成されています。また山間部には塩原温泉と板室温泉があります。

地域のあたより

人口 114,799人
(4月1日現在)
面積 592.82km²



佐藤峰子さん

塩原で文学散歩のガイドをしている佐藤さんにお話を伺いました

塩原文学研究会では、10年間ボランティアで文学散歩のガイドを行っています。観光客の皆さんと一緒に、文学碑を巡ります。文豪が愛した塩原の素晴らしさを楽しんでいただければうれしいです。塩原には、さまざまな泉質の温泉があります。溪流沿いの温泉にゆっくりつくと、疲れが一気に吹き飛びます。ぜひ塩原に来てくださいね。

観光スポット



塩原もの語り館

● 塩原の自然・歴史・観光・文学の情報館 ● 語り部による口演あり ● 入館無料(展示室300円)



道の駅「明治の森・黒磯」の青木別邸

● 明治の外交官青木周蔵別邸を訪ねよう ● 月曜休館

☎塩原温泉観光協会 ☎0287-32-4000

☎道の駅管理事務所 ☎0287-63-0399



那須野が原博物館

● 那須疏水をはじめ那須野が原の開拓の歴史や自然を紹介 ● 月曜休館 ● 観覧料 300円 ● 同館 ☎0287-36-0949

自然とふれあう

県民の森「森の集い」

- ◎森からの贈り物～春の色～
- 県民の森に生育する植物を材料にして、草木染めを体験しよう
- 5/24(火)午前9時30分～午後3時
- 定員 先着20名 ● 参加無料
- ☎同管理事務所 ☎0287-43-0479

みずウオーク2005渡良瀬遊水地大会

- 水辺の自然を楽しみながらウオーキングしよう
- 種目 8kmコース、12kmコース、20kmコース
- 5/29(日)午前10時スタート
- 渡良瀬運動公園(藤岡町)
- 対象 小学生以上の方
- 参加費 大人700円、小・中学生500円
- 申込みは当日直接会場で受け付けます
- ☎読売新聞東京本社事業開発部「みずウオーク」係 ☎03-5159-5886

とちぎ海浜自然の家の催し

- ◎山の子・海の子交流キャンプ
- 茨城県の子もたちと一緒に、野外調理や砂浜ハイキング、地引き網体験にチャレンジしよう
- 8/8(月)～10(水)2泊3日
- 対象 小学4～6年生
- 定員 150名(抽選)
- 参加費 10,300円
- 申込締切 7/13(水)
- ☎とちぎ海浜自然の家 ☎0291-37-4004

とちぎ花センターの催し

- ◎「あじさい展」色鮮やかなあじさいがいっぱい! ● 5/22(日)まで
- ◎「日陰に強い植物展」
- 室内でも育つ日陰に強い植物を多数紹介します ● 5/24(火)～7/18(月)
- ◎開館時間 午前9時～午後4時30分
- ◎月曜休館(祝日の場合は翌日)
- ◎入館料 大人420円 子ども210円
- ☎同センター ☎0282-55-5775

蝶々からの花便り



私はクロアゲハによく似ていますが、オナガアゲハといえます。ほら、しっぽが少し長いでしょ。花の量がたくさんあるツツジの仲間が大好きです。私たちは里山の溪流沿いが一番のすみかです。

文化情報 子ども総合科学館

- 宇都宮市西川田町567 ☎028-659-5555 ● 月・第4木曜
- プラネタリウム特別番組「星と音楽のひととき」
- 5/21(土)・22(日)、いずれも午後3時～
- 「星空に響かせて～きらめく歌姫特集～」
- 満点の星空のもと、宇多田ヒカルやエンヤ、MISIAなどのヒット曲の織りなす神秘的なひとときを楽しもう(CDによる演奏)
- ミニ工作室「紙コップターを飛ばそう!」
- 5/21(土)①午前11時～②午後2時30分～
- 対象 小学生以上の方(低学年は保護者同伴で)
- 定員 各回30名 ● 参加無料 ● 紙コップで作った羽を、わりばしなどを使った発射機で飛ばします。楽しい工作にチャレンジしよう!

文化情報 県立美術館

- 宇都宮市桜4-2-7 ☎028-621-3566 ● 月曜日
- 栃木県・インディアナ州姉妹提携5周年記念「江戸絵画への熱いまなざし」インディアナポリス美術館名品展
- 5/29(日)まで
- 江戸時代を中心とした73件を紹介する初の里帰り展
- 関連企画「インディアナポリスとインディカーシリーズ」
- パネルによる紹介と車両の展示(会期中)
- ギャラリーコンサート「マイ・ドリーム マイ・トリップ」
- 5/22(日)午後3時～

文化情報 県立博物館

- 宇都宮市睦町2-2 ☎028-634-1312 ● 月曜日
- 企画展「レッドデータブックとちぎ一栃木県の保護上注目すべき地形・地質・野生動物植物」
- 好評開催中 ● 6/26(日)まで
- 岩船山の地質・植物観察会
- 6/4(土)午前9時30分～正午
- 現地集合(岩舟町) ● 申込みは、参加者全員の名前(5名まで)を記入し5/25(水)までに往復ハガキで ● 参加費 100円 ● 定員 25名
- 映画会「森は生きている」
- 5/29(日)午後2時～ ● 参加無料

文化情報 県総合文化センター

- 宇都宮市本町1-8 ☎028-643-1010
- NHK交響楽団特別演奏会
- 5/20(金)午後6時30分開演 ● 指揮/岩城宏之、ピアノ/清水和音 ● ベートーヴェン:ピアノ協奏曲第5番「皇帝」、交響曲第5番「運命」ほか
- ロシアバレエフェスティバル
- 5/22(日)午後5時開演 ● 演目/「カルメン」ほか
- ウィーン・セレナーデ ● 6/3(金)午後7時開演 ● ジブシー・ヴァイオリンの名家ラカトシュ家の親子2代の競演とチャイコフスキーの演奏

ご意見募集!

「とちぎ県民だより」へのご感想をお寄せください。ご意見をいただいた方の中から抽選で20名の方に、栃木県の美しい風景を満載した好評の写真集「とちぎ春夏秋冬」を差し上げます。官製ハガキに住所・氏名・年齢・ご意見を記入の上、次のあて先までお送りください。〒320-8501 県広報課 「とちぎ県民だより」係

information とちぎテレビ

県の広報番組

- なるほど!とちぎ
- 毎週土曜9:00～9:30
- (再)日曜20:00～20:30
- 5月21日 | とちぎ元気化計画!
- 28日 | 森へ行きましょう! ~栃木県民の森~
- 6月4日 | 健康づくり
- 11日 | とちぎの文化財

クローズアップとちぎ

- 毎週日曜9:00～9:30
- (再)月曜22:00～22:30
- 5月22日 | 始めよう!豊かなスポーツライフ
- 29日 | たばこと健康
- 6月5日 | 6月15日は県民の日です
- 12日 | 介護予防の推進

とちぎ教育新事情

- 毎週日曜10:10～10:30
- (再)月曜12:05～12:25
- 5月22日 | 県立学校紹介~小山西高校~
- 29日 | とちぎ海浜自然の家
- 6月5日 | 特定文化財の紹介 ~寺野東遺跡編~
- 12日 | 県立学校紹介~真岡女子高校~

県政ひとくちメモ

- 毎週木曜18:13頃~「イブニング6」内
- 5月19日 | 難病相談支援センター
- 26日 | 歯の衛生週間
- 6月2日 | 健康栄養調査
- 9日 | 太陽光発電システム融資制度
- 16日 | 地籍調査の推進

とちぎのオンリーワン

- 毎週月曜18:13頃~「イブニング6」内
- 5月16日 | 丸彦製菓(株)
- 23日 | ㈱インフォメーションヒーローズ
- 30日 | イシバシ(株)
- 6月6日 | 大畑家の武者絵のぼり
- 13日 | ㈱中村製作所