

# 県民だより

VOL.287  
2014 12 月号



目次  
2面 しっかり対策!感染症を予防しよう  
3面 県からのお知らせ ほか  
4面 吹き竹・文化情報 ほか



編集・発行 栃木県広報課 平成26年12月7日発行  
〒320-8501 宇都宮市瑞田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.lg.jp/>

1月号は1/3発行です

## とちぎの冬を 楽しもう!



スノーシュー体験イベント(日光自然博物館)

### 2014イルミネーションin那須烏山 12/12(金)~1/4(日)

約24万球のイルミネーションが幻想的な世界を演出。今年から「山あげ会館隣公園」に会場を移して実施します。

☎那須烏山市観光協会 ☎0287-84-1977

県内各地のイルミネーション情報は

とちぎ旅ネット



### スノーシューで雪の森へ 1月~2月 (実施日などは問い合わせを)

スノーシューはふわふわの雪の上を歩くことができる道具。ほとんど練習せずに、子どもから大人まで一緒にずんずん歩けます。冬の森には発見がいっぱい。みんなで探検に出かけよう!

☎那須平成の森フィールドセンター

☎0287-74-6808

☎塩原温泉ビジターセンター

☎0287-32-3050

☎なす高原自然の家 ☎0287-76-6240

☎日光自然博物館 ☎0288-55-0880

### 寒い冬は餃子がうまい!

冬は焼きたてアツアツの餃子はいかがでしょう。口いっぱいに広がる肉汁のうま味に、ご飯やビールもすすみます。

餃子のまち宇都宮には、餃子専門店が数多くありますが、一度にいろいろな店の餃子を味わいたい方は、「来らっせ」へどうぞ。

一皿で5店の餃子の食べ比べを楽しめる、盛り合わせもあります。

☎来らっせ本店(宇都宮市馬場通りラパーク宇都宮店地下1階)  
☎028-614-5388

また、ご家庭では餃子鍋を作ってみませんか。餃子と一緒に白菜やニラなどのお好みの具を入れて、また、いつものお鍋に餃子を入れるだけでもおいしいです。体の芯から温まりますよ~。



### おもちゃ団地 チャリティーバザール

12/13(土)・14(日) 午前9時~午後3時

壬生町のおもちゃ団地協同組合グラウンドで、クリスマスプレゼントにぴったりのおもちゃ、ぬいぐるみ、文具などを販売。模擬店やキャラクターイベントもあります。



☎おもちゃ団地協同組合  
☎0282-86-0331

### 真岡鐵道 クリスマス列車 「SL サンタトレイン2014」

12/20(土)・21(日) 1日1往復

リースで飾られたクリスマスムードいっぱいの車内にサンタクロースが登場。子どもたち一人ひとりにプレゼントを配ります。楽しいゲームでも盛り上がりよう。



☎真岡線SL運行協議会  
☎0285-82-9151

### とちまるくんからの クリスマス プレゼント!



「とちぎ県民だより」へのご感想をお寄せくださった方の中から抽選で5名の方に、「とちまるくん目覚まし時計(県民の歌アラーム付き)」を12/24に届くようにお送りします。はがきに、郵便番号・住所・氏名・年齢・ご感想を記入の上、次のあて先までお送りください。

[締切:12/18(木) 必着]

〒320-8501 栃木県広報課  
「とちぎ県民だより」係



### 悪口祭り・滝流しの式

12/31(水) 午後10時~

大岩毘沙門天(足利市)の悪口祭りは、大みそかの晩から元日の未明にかけて、道行く人に「バカやろう」などと大声を掛け合いながら山頂の本堂を目指す、江戸時代から伝わる奇祭。1年間に積もったうっづんを発散して、すがすがしい気分で新年を迎えられます。



また、新年を迎えると、額や頭に注がれた酒を大杯で受けて一気に飲み干す「滝流しの式」が行われます。こちらは、幸運が滝のごとく无尽蔵に降り注ぐことを祈念する儀式。酒好きならずとも、ぜひ挑戦を。

☎足利市観光協会 ☎0284-43-3000

### 第56回栃木県郡市町 対抗駅伝競走大会

1/25(日)

往路スタート:午前10時 県庁正門  
復路スタート:午後0時30分 栃木市総合運動公園

中学生から社会人まで、郡市町代表の男女混成チームがたすきをつなぐ、県内最高峰の大会。郷土の誇りを胸に熱い戦いを繰り広げる選手たちを沿道やテレビの前で応援しよう。



☎県スポーツ振興課 ☎028-623-3415

### 日光キャンドルページェント 2/11(水・祝)~15(日) 午後5時~9時 (15日は午後8時30分まで)

大谷川が荒々しく流れる小渓谷「憾満ヶ淵」。岸には、数えるたびに数が違うことから「化け地蔵」とも呼ばれる約70体のお地蔵様が並ぶ、知る人ぞ知る景勝地です。

期間中は、約3,500本のキャンドルが灯され、昼間とはまた違う神秘的な雰囲気を楽しめます。花火の打ち上げ(午後6時から10分間)も実施。

☎日光温泉旅館協同組合 ☎0288-54-3126



### 本物の出会い 栃木 パスポート

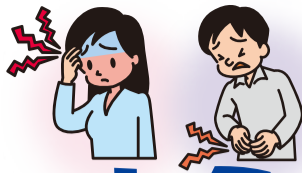
県内約800カ所の観光施設、宿泊施設、飲食店等の「おもてなし施設」でパスポートを提示すると、料金割引などの「おもてなし」が受けられます。さらに、おもてなし施設をめぐってスタンプを集めると、豪華な賞品が抽選で当たります。

本物の出会い 栃木パスポート

☎本物の出会い 栃木パスポート事務局  
(公社) 栃木県観光物産協会 ☎028-623-3213



# しっかり対策！ 感染症を予防しよう



感染症はその種類によって対策方法が異なります。相手を制するには、まず相手を知ることから！一人ひとりが「かからない」「うつさない」ために適切な対策を行い、冬の流行に備えましょう。

## あらゆる感染症予防の基本！

### ●正しい手洗い

手洗いにはウイルスを殺す力はありませんが、手指からウイルスを洗い流す効果があります。



①～⑥を  
2回くり返す  
まる～♪



石けんを泡立て、手のひらどうしをよくこすり合わせる



手のひらのくぼみ、指先、爪の間もしっかりと



両手の甲をこすり洗いする



両指の股をこすり合わせ、指の間・つけ根を洗う



親指のまわりも忘れずに



手首もしっかり洗いましょう

### ●日ごろからの体力維持

体力を維持することで体の抵抗力を高めることは、感染症を予防するのももちろん、感染後の症状の緩和にもつながります。



#### 【食事】

栄養バランスのとれた食事を、1日3食規則正しくとりましょう。



#### 【睡眠】

十分な休養をとり、翌日に疲れを残さないようにしましょう。

### ●海外旅行の前に



海外には、国内では見られない感染症が流行している地域があります。旅行先の流行状況を事前に把握し、必要な対策をとりましょう。

## 冬に流行する感染症

### ◆インフルエンザ◆ 流行期:12月～3月

**特徴** 突然の発熱(38度以上の高熱)・寒気・頭痛・筋肉痛や関節痛といった全身の痛みなどの症状が現れます。

**感染経路:人→人**

せきやくしゃみのだ液・しぶきによる飛沫感染、接触感染

**注意点** 幼児・高齢者などは肺炎等を併発すると生死にかかわることもあります。

### ◆ノロウイルスによる感染症◆ 流行期:11月～3月

**特徴** おう吐・下痢・腹痛・微熱などの症状が現れます。1～2日で回復しますが、ふん便からのウイルス排出は1週間～1か月程度続きます。

**感染経路:人→人 人→食べもの→人  
ウイルスに汚染された食べもの→人**

口からウイルスを取りこむことによる感染(感染した人のふん便やおう吐物を処理した手指、感染した人が触れてウイルスが付着した料理、ウイルスに汚染された食べものなどによる)

**注意点** 保育所・幼稚園や学校、高齢者施設で集団感染が発生すると、抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は脱水症状などで重症化することもあります。

## ◆インフルエンザなどに有効な対策◆

### ●せきエチケット

インフルエンザなどは、感染した人のせき、くしゃみなどとともに飛び散ったウイルスを吸い込むことで感染します。感染を広げないようお互いに気をつけましょう。

#### 押さえる

せき・くしゃみの際は、ティッシュ等で口と鼻を押さえる。



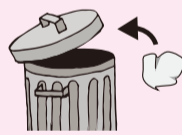
#### そむける

せき・くしゃみの際は、なるべくほかの人から顔をそむける。



#### すぐ捨てる

鼻水・たんなどを含んだティッシュは、すぐにふた付きのゴミ箱へ捨てる。



#### マスクを着用

せき・くしゃみの症状がある際はマスクを着ける(説明書を読み正しく着用)。症状がある人には着用をすすめる。



### ●室内の換気・加湿

(湿度50～60%程度を保つ)

### ●流行期はできるだけ人ごみを避ける

### ●予防接種

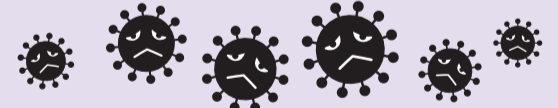
流行期前に予防接種を受けることも効果的です。仮に発症した場合でも重症化を予防する効果があります。予防接種を受ける場合は、お近くの医療機関へお問い合わせください。

### ■症状があるときは…

早めに医師の診察を受けましょう(必ずインフルエンザの症状があることを伝えてください)。

受診の際は、特に「せきエチケット」に注意して、周囲の人に感染させないよう気をつけましょう。

## ◆ノロウイルスによる感染症に有効な対策◆



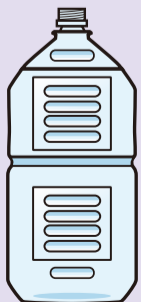
### ●次亜塩素酸ナトリウム(塩素系消毒液)

アルコール消毒はほとんど効果がありません。塩素系消毒液を作り使用してください(手指の消毒には使えません)。※作り置き不可  
作り方(台所用塩素系漂白剤(5%)を原液とした場合)

#### 通常のお掃除用(0.02%)

調理器具やドアノブ、手すりなど

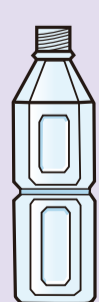
2ℓのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯(10mℓ)の原液を加える。



#### 汚染等の消毒用(0.1%)

ふき取った汚物、ペーパータオルなど

500mℓのペットボトルに水を入れ、キャップ2杯(10mℓ)の原液を加える。



### 注意

- ①使用時は十分な換気を。酸性のものと絶対に混ぜないように!
- ②皮膚や目に付着した際はすぐに大量の水で洗い流す
- ③金属に使用した場合はさびることがあるので、消毒後はよくふき取る

### ●ふん便、おう吐物の処理

#### 1



ペーパータオルなどで外側から内側に、ウイルスを飛ばさないよう静かにふき取る。

●食品・調理器具の加熱殺菌(中心温度85度以上で90秒以上)

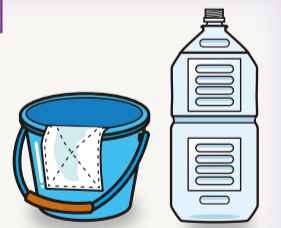
●自覚症状があるときは、食品を扱わない

#### 2



ふき取った汚物は直ちにビニール袋の中に入れ、0.1%の塩素系消毒液を染み込ませ消毒。しっかり縛って捨てる。

#### 3



汚染された場所は0.02%の塩素系消毒液を浸した布でふき、10分程度経ったら水ぶきする。

### ■症状があるときは…

早めに医師の診察を受けましょう。ノロウイルスに特効薬やワクチンはありません。水分と栄養補給で脱水や体力の消耗を防ぎながら回復を待ちます。

【栃木県ノロウイルス食中毒特別警戒情報】発信中! 県生活衛生課 ☎028-623-3109



料 受験・参加料金 身障者用駐車場  
 定 定員 身障者用トイレ  
 応 応募・申込締切 オストメイト対応トイレ  
 問 問い合わせ・申し込み先 県政情報インターネットサービス

## 募集・試験

### とちぎボランティアNPOセンター 管理運営団体募集

●ボランティア活動をはじめとした県内の社会貢献活動に関するネットワークの拠点となるセンターです ●対象:県内に主たる事務所を持つ民間団体  
 ●現地説明会:12/16(火)※応募する場合は参加必須、公開プレゼンテーション:1/22(木) ●応募期間:12/16(火)～1/15(木) ●実施要領配布:1/9(金)まで ●応募方法などは問い合わせを  
 問 県民文化課 ☎028-623-3422

### 高等特別支援学校の校名アイデア募集

●軽度の知的障害がある生徒の職業的な自立を支援する高等部単独の特別支援学校(平成28年4月に開校)の校名アイデアを募集 ●応募期間:12/8(月)～1/16(金) ●応募方法などは問い合わせを  
 問 県特別支援教育室 ☎028-623-3428

### とちぎ食の安全・安心推進会議委員募集

●食の安全に関する情報や意見の交換を行います ●定員2名 ●応募期間:12/12(金)～1/16(金) ●応募資格や申込方法などは問い合わせを  
 問 県生活衛生課 ☎028-623-3114

### 窯業技術支援センター伝習生募集

●対象:県内で窯業に従事している方、従事しようとする方(H27/4/1時点で40歳未満の方) ●養成期間:1年 ●定員10名以内 ●料無料 ●申込期間:12/15(月)～1/23(金) ●応募方法などは問い合わせを  
 問 同センター(益子町) ☎0285-72-5221

### 「企業内結婚サポーター」募集

●企業・団体等内での結婚相談やとちぎ未来クラブ結婚支援事業の情報提供を行います ●対象:企業等から推薦を受けた方 ●応募方法などは問い合わせを  
 問 とちぎ未来クラブ ☎028-643-1006

### 県職員・警察官業務説明会

●12/21(日)午後1時30分～ ●県庁研修館 ●対象:職業としての公務員に興味のある方(参加・不参加は採用試験の可否に関係ありません) ●仕事内容などの疑問に答える職種別説明会 ●定員230名(先着) ●当日直接会場へ  
 問 県人事委員会事務局 ☎028-623-3313

### 陸上自衛隊 高等工科大学校生徒募集

●応募資格:中卒(見込み含む)で17歳未満の男子 ●定員1/9(金)  
 問 自衛隊栃木地方協力本部 ☎028-634-3385

## 催し・講座

### 栃木いのちの電話 電話相談員養成講座説明会

●ボランティア電話相談員になるための養成講座の内容や、栃木いのちの電話の活動に関する説明会 ●対象:23歳以上の方 ●12/13(土)午後2時:佐野市市民活動センター、12/14(日)午前10時30分:真岡市公民館、12/15(月)午後6時30分:とちぎ福祉プラザ(宇都宮市)、12/20(土)午後2時:群馬県太田市駅なか文化館、2/7(土)午後2時:足利市生涯学習センター ※いずれも1時間程度 ●料無料 ●電話で申し込みを  
 問 栃木いのちの電話事務局 ☎028-622-7970

### パルティの講座

◎パルティキャリア塾  
 職場で活かす!頭と心の「超」整理術  
 ●1/10(土)、24(土)、31(土)午前10時～午後3時 ●対象:3日間とも受講可能な女性 ●自信を高めて信頼を築き、元気に働くコツを学びます ●定員25名(抽選) ●料5,000円 ●12/10(水)  
 ◎アサーティブ・トレーニング講座  
 ●1/17(土)、18(日)午前10時～午後4時 ●対象:2日間とも受講可能な方 ●気持ちスッキリ伝え、対等なコミュニケーションをつくります ●定員30名(抽選) ●料4,000円(教材費別途必要) ●12/17(水) ※いずれも託児あり ●申込方法などは問い合わせを  
 問 パルティ(宇都宮市) ☎028-665-7706

### とちぎ不妊対策シンポジウム

●1/11(日)午後1時30分～4時 ●パルティ(宇都宮市) ●不妊治療と仕事の両立に関する講演、情報提供、パネルディスカッション ●定員200名(先着) ●料無料 ●託児あり(12/18(木)までに申し込み) ●申込方法などは問い合わせを  
 問 県子ども政策課 ☎028-623-3064

### とちぎ健康づくりセンターの講座

◎コツコツ元気講座～骨の元気を目指して～ ●1/14(水)午後1時30分～4時(生活の講話、運動実技、骨密度測定)、1/21(水)午後1時30分～3時(食事の講話、食事チェック) ●1/10(土) ●定員・料金・申込方法などは問い合わせを  
 問 同センター(宇都宮市) ☎028-623-5566

### 福祉の仕事復帰講座

●1/18(日)、25(日)、2/8(日)午前10時25分～午後3時 ●とちぎ福祉プラザ(宇都宮市) ●対象:介護職有資格者で現在就労していない方 ●定員各回35名(先着) ●料無料 ●1/7(水) ●申込方法などは問い合わせを  
 問 栃木県社会福祉協議会 福祉人材・研修センター ☎028-643-5622

### まちなか元気講演会

●1/21(水)午後2時～4時 ●県庁東館4階講堂 ●俳優 阿藤快さんによる講演「まちで出会ったあたたかい人たち」 ●定員200名(先着) ●料無料 ●12/17(水) ●電話で申し込みを  
 問 県都市計画課 ☎028-623-2464

## 案内

### 「栃木県職員ガイド2015」配布中!

●栃木県職員を目指す方のためのパンフレット ●職種別の業務内容・やりがいなどを分かりやすく紹介 ●県庁総合案内、県民プラザ、各県民相談室、県東京事務所等で配布  
 問 県人事委員会事務局 ☎028-623-3313



### 福祉のお仕事ミニ面談会

●求人事業所との面談会、相談コーナー  
 ①12/11(木):とちぎ福祉プラザ(宇都宮市) ②12/19(金):トコトコ大田原  
 ●各日とも午後1時～3時30分 ●対象地域:①宇都宮市 ②大田原市、那須塩原市 ●料無料 ●申込不要 ●当日直接会場へ  
 問 栃木県社会福祉協議会 福祉人材・研修センター ☎028-643-5622

### 動物愛護指導センターからのお知らせ

◎子猫の譲渡事前講習会  
 ●12/17(水)午後1時30分～3時 ●猫の飼い方などの講習会 ●料無料 ●12/16(火)  
 問 同センター(宇都宮市) ☎028-684-5458

### 不動産取引法律相談

●12/25(木)午後1時30分～4時 ●県庁研修館205研修室 ●弁護士などによる不動産取引の法律相談 ●定員3件(先着) ●料無料 ●要予約  
 問 県住宅課 ☎028-623-2488

### 身体障害者巡回相談

●1/21(水)午後2時～4時 ●芳賀町保健センター ●肢体に障害がある方の補装具・医学・生活相談 ●定員5名程度(先着) ●料無料 ●1/13(火) ●お住まいの市町の障害福祉担当課へ電話で申し込みを  
 問 とちぎリハビリテーションセンター ☎028-623-7010

### 年末の交通安全県民総ぐるみ運動 12/11(木)～31(水)

●年末は道路の混雑などにより、交通事故が多発します ●交通ルールを守り、正しい交通マナーを実践して交通事故を防止しましょう  
 【運動の重点】スピードダウン運動の推進、全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底、飲酒運転の根絶  
 問 県くらし安全安心課 ☎028-623-2185

### とちぎ子ども救急電話相談 相談時間延長のお知らせ

●子どもの急な病気やけがに関する相談窓口 ●月曜～土曜:午後6時～翌朝8時、日曜・祝休日:午前8時～翌朝8時(24時間) ●#8000または028-600-0099へ ※平日の昼間はかかりつけ医にご相談ください  
 問 県医療政策課 ☎028-623-3157

### 障害者虐待の防止に向けて

●障害者虐待防止法により、障害者の虐待に気が付いた時の通報が義務付けられています ●少しでも気になることがあったら、各市町の障害者虐待防止センターへ連絡を(連絡した方の情報は守られます) ●連絡先は県ホームページから「障害者虐待防止センター」検索  
 ●詳しい内容は問い合わせを  
 問 県障害福祉課 ☎028-623-3492

### 労使間トラブルでお悩みの方へ

●栃木県労働委員会では、中立・公平な機関として労使間トラブルの解決をお手伝いします。お気軽にご相談ください  
 ●平日午前8時30分～午後5時15分 ●相談無料  
 問 県労働委員会事務局 ☎028-623-3337

### 平成26年工業統計調査にご協力を

●対象:製造業を営む事業所 ●12月から1月にかけて、統計調査員が調査票を持って各事業所を訪問します(一部の事業所へは郵送)  
 問 県統計課 ☎028-623-2250

### 個人事業者の皆さまへ

●個人の白色申告者は、記帳・帳簿等の保存が必要です ●詳しくは国税庁ホームページまたは最寄りの税務署へ問い合わせを  
 問 県税務課 ☎028-623-2101

### 政治家の寄附は禁止 贈らない!求めない!受け取らない!

●年末年始は何かと贈り物やお祝い事をする機会の多いシーズンですが、政治家が選挙区内の人にお金や物を送ることは公職選挙法で禁止されており、有権者が求めることも禁止されています ●ルールを守り、明るい選挙を実現しましょう  
 問 栃木県選挙管理委員会 ☎028-623-2126



## 栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター ポラリス★とちぎ

ひきこもり、ニート、不登校など、さまざまな悩みや困難を抱える方とご家族などが利用できる総合相談窓口です。専門の相談員がじっくりとお話をお聞きし「これから」について一緒に考えます。年齢は問いません。「どうしよう…」と思ったら、まずはご相談ください。

- ちょっと休憩と思ったら何年もたってた
- 結局何で悩んでいるんだろう
- もう一人じゃどうにもならない
- いろいろな所に相談したけれどうまくいかない
- どう聞けばよいかわからない
- ついつい言い合いになってしまう

セミナーや講演会も開催しています。詳しくは「ポラリス とちぎ」検索 問 県障害福祉課 ☎028-623-3492 または 県人権・青少年男女参画課 ☎028-623-3075

相談は無料。次の方法で受け付けています。

- 電話 028-643-3422
- メール soudan@polaris-t.net
- 来所面談 要予約
- 訪問面談 事前相談のうえ要予約



所在地 宇都宮市下戸祭2-3-3  
 開所日時 火曜～土曜 午前10時～午後7時  
 ※祝日・年末年始(12月28日～1月3日)は休所



# 吹き竹

～ 宇都宮ブリッツェン 2度目V ～



国内最高峰の自転車レース、Jプロツアーにおいて、宇都宮ブリッツェンが2度目の日本一に輝いた(馴染みがない方もいると思うが、サッカーに例えればJリーグで優勝するのと同じ)。全国から22チームが出場し、企業チームや歴史のあるチームもある中での市民チームの活躍は賞賛に値する。

平成20年10月にチームを設立して以来、23年に準優勝、24年に優勝、25年に準優勝と、稲妻が輝くさまを意味するドイツ語「BLITZEN」にふさわしい電光石火の躍進ぶりである。

那須を舞台に、自転車チームを題材としたNHKの地域ドラマ「ライド ライド ライド」が放送されたところでもある。

豊かな自然に恵まれた栃木は、自転車を楽しむには絶好の場所と言える。宇都宮ブリッツェンや総合5位に食い込んだ那須ブルーゼンを先頭に、老若男女を問わず、観光客にも加わってもらい、自転車で栃木を駆け巡ろう。

栃木県知事 福田 富一

## とちぎのいいとこ アイススケート

アイススケートは、手軽にできるウィンタースポーツ。手袋・帽子と暖かめの服装のほかには用意する物はありません。県内には5カ所の公共施設があり、屋内リンクでは天候も気にせず楽しめます。

コツをつかむまでは壁沿いをおそるおそる……。だけど、子どもなら慣れるのも早いものです。この冬、ちょっと勇気を出してスケートにトライしてみませんか？



**県立日光霧降アイスアリーナ**  
日光市所野2854 地先  
☎0288-53-5881

**今市青少年スポーツセンター**  
日光市根室609-1  
☎0288-26-1155

**宇都宮市スケートセンター**  
宇都宮市城南3-15-32  
☎028-655-6817

**日光市立日光霧降スケートセンター**  
日光市所野2854 地先  
☎0288-54-2401  
※屋外リンクです

**日光市細尾ドームリンク**  
日光市細尾町676-12  
☎0288-54-0474  
※貸し靴はありません

開場日・時間・料金は、施設により異なります

### 栃木県本庁舎からのお知らせ

◎あしぎんマロニエ県庁コンサート

- 12/17(水)午後0時10分～50分
- 本館1階県民ロビー ●出演:ウィンビーハンドベルリンガーズ
- 内容:ハンドベルによるコンサート



◎けんちょうde愛ふれあい直売所

- ～毎月18日はとちぎ地産地消の日～
- 12/18(木)午前10時～午後2時
- 本館1階県民ロビー、昭和館前庭
- 安全安心な県産農産物とその加工品の販売・情報発信、農業の6次産業化取り組みPR
- ◎次回の閉館日  
12/13(土)、12/29(月)～1/3(土)

### 文化情報

県立博物館 ☎028-634-1311

休 月曜(祝日を除く)、祝日の翌日、年末年始

◎県博デー【毎月第3日曜日にオープンスペース等を活用した「県立博物館の日イベント」を開催しています】

- 12/21(日) ●展示資料に関するクイズ(午前10時～11時30分)、コンサート・ファッションショー(午前10時30分～午後0時30分)、キッズツアー(午後2時～2時30分)、公開講座「舶来品の文化史—光源氏から徳川家康まで」(午後2時～3時30分、要事前申込)ほか

県子ども総合科学館 ☎028-659-5555

休 月・第4木曜(祝日を除く)、祝日の翌日、年末年始

◎プラネタリウム「星空からの贈り物～クリスマスソング特集」

- 12/20(土)、21(日) 午後3時～3時50分

◎クリスマスをおそぼう

- 12/21(日)午後1時～4時 ●遊びの世界 ●工作・チャレンジゲームなど

◎サンタさんからの挑戦状

- 12/23(火・祝)午前9時30分～午後4時20分 ●メインホール ●クイズラリー(全問正解するとくじ引きでサンタさんからクリスマスプレゼントがもらえます)



### 自然とふれあう

芳賀青年の家

◎ろくろで作る益子焼

- 1/17(土)～18(日)1泊2日、1/24(土)、2/7(土)、2/14(土)全4回 ●ろくろ形成、高台削り、釉薬がけなどの体験 ●対象:4回とも参加できる成人の方定30名(先着)料9,000円(県外在住者9,790円) 1/9(金)

☎同青年の家(益子町) ☎0285-72-2273

とちぎ海浜自然の家

◎冬の星空観察

- 1/24(土)～25(日)1泊2日 ●1日目:県子ども総合科学館(宇都宮市)でプラネタリウム鑑賞・天文台での太陽観察、2日目:同自然の家で解説を聞きながら星空観察・塩づくり・貝殻キーホルダーづくりなど定約40名(抽選)料大人5,200円、高校生以下は学年・年齢により異なります 12/25(木)

◎海浜の匂い・あんこう

- 2/7(土)～8(日)1泊2日 ●冬の味覚あんこうの吊るし切り実演を見学後、あんこうを味わいます定約250名(抽選)料大人5,100円、高校生以下は学年・年齢により異なります ※活動内容、食事の希望により別途料金加算あり 1/12(月・祝)

☎同自然の家(茨城県銚田市) ☎0291-37-4004

なす高原自然の家

◎冬のふれあい広場

- 2/14(土)～15(日)1泊2日 ●雪遊びや調理活動など ●対象:障害のある方、特別支援学校・学級に通う方とその家族定15家族(抽選) ※ボランティアも募集しています(15名)料大人6,000円、高校生以下は学年・年齢により異なります ●申込期間:12/14(日)～1/14(水)

☎同自然の家(那須町) ☎0287-76-6240

とちぎ花センター

- ◎クリスマスファンタジー ●12/21(日)までの土日 ●各日午後5時～8時30分 ●園内と鑑賞大温室を約20万球のイルミネーションでライトアップ!コンサートやゲームも楽しめます ●入園料:大人400円、子ども200円(クリスマスファンタジー開催時)

☎同センター(栃木市) ☎0282-55-5775

**北朝鮮人権侵害問題啓発週間**  
12/10(水)～16(火)  
「北朝鮮による拉致被害者を救出する知事の会」は、全ての拉致被害者の早期救出のため、啓発活動などの取り組みを進めています。  
☎県人権・青少年男女参画課 ☎028-623-3027

とちまるくんと県内各市町の Mascot キャラクターで結成した「とちキャラーズ」を紹介!

**とちキャラーズ**

No.8 **タンタン・モモタン** (高根沢町)

★タンタン・モモタンからの一言★  
元気あっぷむらや町のイベント会場で待っているから会いに来てね!!

**理想の水** IDEAL WATER natural mineral water Mt. FUJI 25

赤ちゃんや妊婦さんにも優しい軟水! 健康で安全な富士山の天然水100%!

12ℓボトル1本 **1,785円** (税抜)  
高品質な富士の天然水が **1ℓあたり149円**

ウォーターサーバーの料金・初回事務手数料・初期費用全て**無料**です!!

初期費用 無料

自由に選べる3カラー

※ご注文は2本から、偶数単位となります。 ※北海道は別途、ボトル2本あたり600円(税込648円)の送料をご負担いただきます。 ※沖縄県・離島は、お取扱い出来ません。 ※2年未満での契約解除の場合は、契約解除料12,500円(税込13,500円)をお支払いいただきます。 ※事前にご連絡がなくお客様のご都合により配送後のお水を受け取りいただけなかった場合、お水の返送料として2本あたり1,000円(税込1,080円)を申し受けます。 ※商品の引き渡しは宅配にて指定住所にお届けします。 ※お支払い方法は口座振替又はクレジット払いとなります。 ※到着時における破損や商品違いがあった場合、商品到着後、速やかにご連絡下さい。 新しいものとお取替えさせていただきます。尚、お客様の都合による返品・交換はお受けしておりません。

お問い合わせ ☎0120-299-204 受付時間 10:00～20:00

株式会社INE 東京都豊島区南池袋3-13-5 tel.03-5957-7346 原簿番号: 2014-00045

**今にゆとり** | 掛金は全額所得控除で税金がおトク。

**老後にゆとり** | 基本は終身年金。だから一生涯お受け取り。

自営業・フリーランスの味方です。

**栃木県国民年金基金**

国民年金にゆとりをプラス。自分で入る公的な個人年金。

年末特別キャンペーン実施中 11/4～12/26まで

資料請求・ご相談・お問い合わせはお気軽に今すぐこちらへ!

フリーダイヤル ☎0120-65-4192 http://www.npfa.or.jp/

栃木県国民年金基金 〒320-0032 宇都宮市昭和1-7-10東昭ビル4階 TEL 028-623-0580

わたしも、国民年金基金です。 優香