



とちぎから世界へ 目指せ! 未来のオリンピック選手

本県ゆかりの選手15人が出場しているパリ2024オリンピックがいよいよ始まりました。日々、熱戦が繰り広げられる中、「いつか世界のトップ選手と競ってみたい」と思った子どもたちもいるのではないのでしょうか。今回は、そうした子どもたちを応援する「とちぎ未来アスリートプロジェクト」を特集します。

とちぎ未来アスリートプロジェクトとは? 運動やスポーツが大好きな小・中学生の身体能力や知的能力を育成し、さまざまなスポーツに出会う機会を提供。子どもたちが、適性を生かせるスポーツを見つけることで、国際大会や国民スポーツ大会で活躍できる、未来のトップアスリートの輩出を目指しています。

応募対象 小学3~6年生 参加費 無料
参加までの流れ
ステージ1 新体力テストの結果による書類選考
ステージ2 運動能力測定 今年度は11月9日(土)に日環アリーナ栃木(宇都宮市)で開催
エクセレントキッズ(小学生)・ジュニア(中学生)に認定!(翌年度から育成プログラムに参加できます)

お申し込み
9月2日(月)まで
詳しくはこちらから。注意事項を確認の上お申し込みください

チャレンジするだけでもOK!
参加者全員に評価票をお渡します。
評価票

プログラムの内容と参加者の声をご紹介します

栄養学
栄養士の先生による講習や調理実習。年齢や体格などに応じて、必要な栄養について学びます。

SAQトレーニング
S(スピード)、A(アジリティ:身体をコントロールする能力)、Q(クイックネス:刺激に反応し速く動き出す能力)の、スポーツ動作での基礎能力を高めるトレーニングを行います。

競技体験
体験を通して、自分に合った競技を見つけます。
●セーリング ●ラグビーフットボール ●ボウリング
●ウエイトリフティング など

メンタルトレーニング
自己ベストを出すためのモチベーションの保ち方や、保護者からの声の掛け方などを学びます。

参加者や保護者の声
あいさつ、感謝の気持ちを持つこと、何事にも真剣に取り組むことなど、多くのことを学んでくれました。県内全域に友人ができて、娘の人生の大きな財産になりました。
競技体験でたくさんのスポーツに興味・関心を持つことができました。また栄養学やメンタルトレーニングの講義はとても貴重でした。
とても充実した内容で、子どもも楽しんで参加しています。このプロジェクトに参加しなければ体験できないようなスポーツを知ることができて良かったと思います。
一流の指導をしていただけのことや、いろいろなスポーツと出会う機会を与えていただけるとは、大変ありがたいです。
さまざまな競技体験をはじめ、栄養学やメンタルトレーニング等に参加したことで、それまで続けていた陸上競技だけでなく、他の競技への可能性が大きく広がったと感じました。現在は、ライフル射撃競技を行っています。

先輩たちも活躍しています! 国際大会や全国大会に出場している同プロジェクト修了生

飯塚 百合子さん [ローイング競技 第1回修了生]
応募しようと思ったきっかけは?
スポーツが大好きだったので、学校でもらってきたチラシを見て“面白そう!”と思ったからです。自分に合うスポーツを見つけて、本気で打ち込みたい、そして“全国大会に出たい!”と、思いました。
2023年 燃ゆる感動がごしま国体(特別国民体育大会)……成年女子シングルスカル 第7位
2023年 アジアポートジュニア選手権大会……女子シングルスカル 第7位

長島 結衣さん [陸上競技 第2回修了生]
応募を考えている方へ
このプロジェクトでしか経験できないことを、たくさん学ばせていただきました。どの競技にも共通して、大きくプラスになることだと実感しました。ぜひ応募して知識や技術を習得し、それぞれの目標を達成できるように頑張ってください。
2023年 燃ゆる感動がごしま国体(特別国民体育大会)……少年女子A800m 第6位
2023年 第39回U20日本陸上競技選手権大会……女子800m 第3位

問合せ 県スポーツ振興課 ☎028-623-3575

# とちぎで働きたい 皆さんを応援します!



県では、首都圏の大学生等をはじめ、本県企業へ就職を希望するすべての方を対象に、県内への就職をサポートする取組を行っています。今回はサポートセンターと制度をご紹介します。

## とちぎUIターン就職サポートセンター

県が都内に設置している就職支援施設。県外でも栃木の就職情報を入手できるとともに、専門の相談員による就職相談や面接練習などの充実したサポートを受けられます。



相談員の櫻井さん

### こんな方にオススメ

- ✓「栃木県に戻って就職したいけれど、何から始めたらいいのかわからない」
- ✓「県内にどんな企業があるのかわからない」

### 主なサポート内容

相談無料 要予約

- 就職相談  
対面の他、ウェブ相談も可能
- 求人、就職に関する情報の提供  
インターネットでは手に入らない企業に関する詳細な情報を提供
- 就職支援  
自己分析・適職診断や応募書類の添削、面接練習等
- 就職活動に関するイベントやセミナーの開催



私たちが実際に県内企業を訪問した、センターならではの情報もありますので、ぜひご活用ください!

相談員の梅野さん

こちらの制度も  
ご活用ください!

## 県内企業への就職を希望する大学生等の方へ 奨学金の返還を支援します

### とちぎ未来人材応援事業

- 助成金額／最大150万円
- 対象者／大学3年生、大学院修士課程1年生、短期大学1年生、高等専門学校4年生、専修学校の専門課程1年生  
⚠️最終学年は対象外となりますので、ご注意ください
- 対象業種／全業種(公務員を除く)
- 定員／50名
- 締め切り／11月25日(月)
- 応募方法／栃木県電子申請システムから申し込み  
※先着順ではありません。申し込み後、選考があります

就職情報は  
こちらから▼



WORKWORKとちぎ  
利用者別お役立ち情報や  
求人情報を掲載!

詳しくは  
こちら▼



## 《北関東三県連携紙面交換企画》

# 夏のひんやり 涼しい観光スポット

夏、真っ盛り! 涼しい観光スポットでリフレッシュしませんか。自然やレジャー、グルメなど、たくさんの魅力にあふれた栃木のお隣、群馬と茨城の「涼」をご紹介します。今年の夏は、足を延ばして余暇をお楽しみください。

### GUNMA 絶叫アクティビティで 爽快に楽しもう!

夏を迎えた草津温泉スキー場(草津町)では、子どもから大人まで楽しめる爽快アクティビティが体験できます。標高1,370メートルの天狗山の山頂から108メートル下まで一気に滑空する「草津温泉 BanZip TENGU」。グレンデ上空を鳥のように滑べる爽快感は最高! 草津の温泉街や周辺の山々の眺望を満喫できます。



さらに山頂にある日本一高いブランコからも、爽やかに涼しい風を感じながら温泉街を一望する最高の景色を楽しむことができます。



### 展望レストランで江戸前寿司を堪能

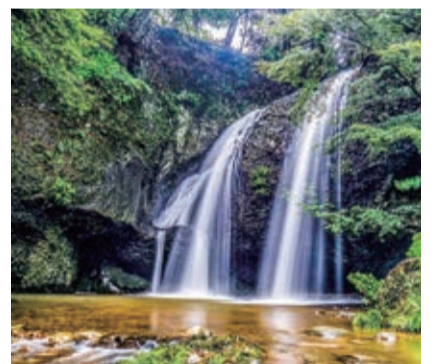
思いっきり遊んだ後は展望レストラン「クリスタル天おおぜき」で、東京銀座で修業した職人が握る江戸前寿司を堪能できます。テラス席はペットの同伴もOK!

問 群馬県観光魅力創出課 ☎027-226-3386



### IBARAKI ひんやりスポットで 夏グルメ!

大子町にある「月待の滝」は、“裏見の滝”“くぐり滝”とも呼ばれるひんやりスポット。マイナスイオンたっぷりの滝の裏側は、濡れずに歩くことができ、条件がそろえばまるで虹の中にいるような写真が撮れることも! 近くの「もみじ苑」では、天然氷のかき氷や空飛ぶ流しそうめんなど、夏ならではのグルメが楽しめます。



北茨城市にある「五浦海岸」は、大小の入江と美しい松林が見事な景観をつくりだす茨城屈指の景勝地です。本市は8月でも平均気温24度前後で、避暑地としても注目されています。

### 美術館で五浦ゆかりの作家と出会うひととき

海岸沿いの「天心記念五浦美術館」は、岡倉天心や横山大観をはじめとする五浦ゆかりの作家たちの作品を常設。企画展では「35周年記念 かいけつゾロリ大冒険展」(~9月1日まで)を開催中!

問 茨城県観光誘客課 ☎029-301-3632



## “北関東周遊フリーパス”を利用して おトクに夏旅しませんか!

北関東の対象エリア内の高速道路が連続する2日間または3日間、定額で乗り降り自由となるお得な割引商品です!  
※ゴールデンウィーク、お盆、シルバーウィーク、年末年始期間は除きます  
※ETC限定、要事前申し込み

問 NEXCO 東日本お客さまセンター  
☎0570-024-024または☎03-5308-2424  
詳しくは高速道路情報サイト「ドラぷら」へ→





各種試験のお知らせ

自衛官採用試験
募集種目:自衛官候補生、一般曹候補生、航空学生
試験日や募集期間などは種目により異なる
詳細は問い合わせを
自衛隊栃木地方協力本部 028-634-3385
栃木県職員採用選考考査
1次考査日:①9/22(日・祝)②9/29(日)
職種:①警察情報処理技術者②学芸員(油彩画)、埋蔵文化財発掘調査技術者
※いずれも定1名 8/19(月)
県人事委員会事務局 028-623-3313
産休・育休代替職員等の登録試験
1次試験日:9/29(日) 職種:行政
合格者は任用候補者名簿に登録され、勤務希望地・期間等の条件が一致した場合に勤務定60名程度
申込期間:8/7(水)~9/20(金)
県人事課 028-623-2039
栃木県保健衛生事業団職員採用試験
1次試験日:9/29(日) 職種:事務職、臨床検査技師
9/9(月)
同事業団 028-623-8181
栃木県立岡本台病院職員採用試験
試験日:9/29(日) 職種:事務職
申込期間:8/9(金)~9/13(金)
同病院 028-673-2298
就学義務猶予免除者等の中学校卒業程度認定試験
試験日:10/17(木) 対象:就学義務猶予免除者、日本国籍を有せず今年度末までに15歳以上になる方など
8/30(金)
県義務教育課 028-623-3389
行政書士試験
試験日:11/10(日) 料10,400円 8/30(金)
行政書士試験研究センター 03-3263-7700

知事と語ろう!とちぎ元気フォーラム
大田原参加者募集
9/14(土)午後1時30分~3時30分
大田原市役所
対象:県内に在住、通勤・通学している方定50名(抽選)
8/28(水)
県広報課 028-623-2158

作品募集
第74回栃木県発明展覧会作品
対象:県内に在住する方または県内の法人
8/30(金)
県産業技術センター 028-670-3391
第32回ジュニア知事さん作文
テーマ:ふるさと"とちぎ"の未来予想図~夢の実現に向けて、私が知事になったら、やりたいこと~
対象:県内在住・通学する小学4~6年生
9/6(金)
県広報課 028-623-2158
第74回栃木県児童生徒発明工夫展覧会作品
対象:県内に通学する小・中・高校生等
申込期間:8/23(金)~9/10(火)
県総合教育センター 028-665-7204

山火事予防のポスター用原画・標語
対象:[原画]中、高校生[標語]中学生以上の方
10/1(火)
日本森林林業振興会 03-3816-2471

とちぎ材の家づくり支援事業(第3期)の募集
県産出材を一定以上使用して住居を新築または増改築した方に、最大60万円の助成
9/6(金)
詳細は県ホームページで確認を
県林業木材産業課 028-623-3277

奨学のための給付金(私立)受給者募集
対象:私立高校等に通う高校生等の保護者等で県内に居住する生活保護受給世帯・住民税非課税世帯・家計急変世帯(R6/7/1時点)
9/13(金)
県文書学事課 028-623-2056



職業訓練10月コース入校生募集
[県北産業技術専門学校(那須町)]セレクトスキル科、おもてなし観光科
[県南産業技術専門学校(足利市)]セレクトスキル科、溶接板金科
※いずれも定5~15名 料無料(テキスト代等別)
申込期間:8/19(月)~9/25(水)
県労働政策課 028-623-3235

働き方改革セミナー[オンライン]
8/8(木)午後1時30分~4時
働き方改革における課題の把握や方策に関する講演、パネルディスカッションを行います
対象:県内企業の経営者、人事労務担当者等定100名(先着) 料無料
県労働政策課 028-623-3536

失語症者向け意思疎通支援者養成研修(全8回)
8/25~12/15の日曜
とちぎ福祉プラザ(宇都宮市)ほか定15名(先着) 料無料
8/10(土)
栃木県言語聴覚士会
050-3588-4094 FAX050-3588-4094

リスキリング導入セミナー・相談会
①8/26(月):県那須庁舎(大田原市)
②8/27(火):県南産業技術専門学校(足利市)
③8/30(金):県央産業技術専門学校(宇都宮市)定①、③各50名②40名(先着)
※いずれも午後1時30分~3時30分
対象:県内に本社または事業所がある企業 料無料
8/20(火)
県労働政策課 028-623-3237

保育のお仕事就職フェア(県北)[オンライン]
9/6(金)午後1時30分~3時30分
求人事業所との合同相談会等
対象:保育職を希望する方(学生を含む) 料無料
とちぎ保育士・保育所支援センター
028-307-4194

消防設備士講習
避難設備・消火器:9/30(月)、10/1(火)、2(水)、警報設備:10/7(月)、8(火)、9(水)、10(木)、消火設備:10/22(火)、23(水)、24(木)期間中
県自治会館(宇都宮市)
対象:消防設備士の方 料7,000円 定各区分70名(先着)
申込期間:8/19(月)~23(金)
栃木県消防設備保安協会 028-625-4611

とちぎ障害者合同就職面接会(県北)
10/11(金)午後1時30分~3時55分
那須塩原市役所西那須野支所
対象:就職を希望する障害者の方 料無料
8/16(金)
ハローワーク矢板 0287-43-0121

日光大使館別荘サマーフェスト2024
8/10(土)午前9時~午後2時30分
英国大使館別荘記念公園、イタリア大使館別荘記念公園(いずれも日光市)
日光国立公園指定90周年連携イベントとして高校生による、ドレスのお披露目やコンサート、スイーツ販売、書道パフォーマンスなど
県自然環境課 028-623-3206

県南産業技術専門学校製作体験
8/23(金)①アロマキャンドル製作②ピンキーリング製作
対象:①小学生以上②中学生以上
※いずれも午前10時~正午定10名(先着) 料無料
8/16(金)
同校(足利市) 0284-91-0803

ツリークライミングin県民の森
9/14(土)①午前9時~11時15分②午後0時30分~2時45分
対象:県内在住の小学生以上の方 定各回10名(先着) 料1人2,000円
申込期間:8/17(土)~30(金)
同施設管理事務所(矢板市)
0287-43-0479



もみじ狩り登山教室
10/12(土)~13(日)1泊2日
登山の基礎知識・技術を習得しながら姥ヶ平を目指します
対象:18歳以上の方 定35名(抽選) 料年齢等により異なる
申込期間:8/13(火)~9/13(金)
なす高原自然の家(那須町)
0287-76-6240

美りの秋、満腹ツアー
10/19(土)~20(日)、10/26(土)~27(日)いずれも1泊2日
さつまいも掘りや地引網体験
対象:県内在住の方(26~27日は茨城県在住の方も含む) 定各120名30組(抽選) 料年齢により異なる
申込期間:8/19(月)~9/16(月・祝)
とちぎ海浜自然の家(茨城県鉾田市)
0291-37-4004

あしぎんマロニエ県庁コンサート
8/7(水)午後0時10分~50分
県庁本館1階県民ロビー
マリimba、ヴァイオリン、ピアノによる演奏 料無料 定120名程度
当日直接会場へ
県文化振興課 028-623-2153

盛土規制法に基づく規制区域(案)に対する意見募集
令和7年4月から盛土規制法の運用開始を予定しています。規制区域(案)を公表していますので、ご意見をお寄せください
8/29(木)
県都市政策課 028-623-2801



「栃木県立夜間中学」の校名募集
令和8年4月に開校予定の「栃木県立夜間中学」の校名を募集します
募集期間:8/7(水)~9/9(月)
県義務教育課 028-623-3527



とちぎ未来人材応援基金寄附募集
県内企業等に就職する大学生等に貸与された奨学金の返還を支援するための寄附金を募集しています
詳しくは問い合わせを
県労働政策課 028-623-3224

栃木県人権教育・啓発推進県民運動 強調月間(8月)
「人権」について考え、平和で豊かな社会をつくりましょう
人権侵害による被害を受けたら一人で悩まずお電話ください
[相談窓口]
みんなの人権110番 0570-003-110
こどもの人権110番 0120-007-110
女性の人権ホットライン 0570-070-810
県人権男女共同参画課 028-623-3027

戦没者を追悼し平和を祈念する日(8/15)
日本武道館(東京都)で「全国戦没者追悼式」が行われます
正午から1分間、黙とうをささげられるようお願いいたします
県高齢対策課 028-623-3054

核兵器を廃絶し世界平和を実現しよう
8月6日は広島に、9日は長崎に原子爆弾が投下された日、15日は終戦記念日です。この機会に核の廃絶と世界の恒久平和の実現への認識をさらに深めていきましょう。
県総合政策課 028-623-2205

県政 テレビ番組
とちぎテレビで放送!
とちぎプラザ
土曜 9:30 ~9:45 木曜 20:00 ~20:15 水曜 21:50 ~21:55
放送後、YouTube栃木県公式チャンネルでも配信します
県広報課 028-623-2190

栃木県子ども総合科学館
ロケット塗装のデザイン投票
令和7年秋の同館リニューアルオープンに先駆けて、シンボルのロケットに愛称を付け、再塗装します。県内の小学生のアイデアを基に大学生がデザイン化!皆さんの投票結果を踏まえ、決定します。
期間:8/8(木)~9/1(日)予定
※結果は9/11(水)に公表予定
県民協働推進課 028-623-3075

2050年カーボンニュートラル実現に向けた新たな県民運動キックオフイベントを開催!
8月19日 11:00~16:00 ライトキューブ宇都宮
U字工事が出演!運動の名称や内容を発表(13:00~)
太陽光パネル設置に関するセミナーを開催(14:40~)
EV展示、オリジナルマイボトル制作体験等
県気候変動対策課 028-623-3187

## 吹き竹 ～マイナンバーカードと運転経歴証明書～



県内では、7月盆の栃木市等を除き、月遅れのお盆を間もなく迎える。初(新)盆を迎えるにあたり、気ぜわしい家庭も多いことと思う。

我が家も父母を送ったところだが、ここ数年、介護手続・入退院・葬儀等の責任を妻や兄弟とともに果たし、現在は相続手続中だ。

両親とも、運転免許返納時に運転経歴証明書の交付を望まなかったし、当然マイナンバーカードも取得していない。(私達も今後の重要性を認識できなかったため。)両親の認知機能が低下し、金融機関等で身分証明ができず用が足りない事態が発生。

土地の所在等含め、両親が身心ともに健康なうちに準備することの重要性を知るようになった。

マイナンバーカードや運転経歴証明書等の取得は極めて重要なことである。

県民の皆様、転ばぬ先の杖のご用意を!

栃木県知事 福田 富一



## とちぎだいすき!

とちぎ未来大使にインタビュー

### 今回の語り手 高瀬 くるみさん

ハロー!プロジェクトのグループ「BEYOOOOONDS」に所属。アイドル活動の傍ら、声優等の仕事も精力的にこなす。2020年には宇都宮市観光PR大使、2023年にはとちぎ未来大使に任命されるほか、県政テレビ番組「魅せます!とちプラ」に出演するなど、栃木県の魅力を発信している。



### 高瀬さんにとって栃木県とは?

私は栃木で生まれ育ち、栃木で芸能のスタートを切りました。地元のミュージカルスクールに通っていた頃から、地域のお祭りで歌っていて、その延長でアイドル活動を始めたんです。栃木県は、高瀬くるみという人間、表現者を作ってくれた場所。原点です!私のことを送り出してくれた方々が自慢してくれるような人間になりたいと思っています。

### 今の栃木県について感じていること

鬼怒川などの温泉地や、動物園などのレジャー施設、世界遺産もあるので、家族旅行や小旅行にもピッタリです。老若男女幅広い世代の方々に楽しんでいただけたと思います!私も小さい頃は、アウトドア好きの父に連れられ、いろいろな場所を家族と旅行しました。県民の方はもちろん、県外の方にもオススメです。

### これからの栃木県に期待すること

最近は、おしゃれなカフェや写真映えするスポットも増えているので、若い世代の方にも遊びに来てほしいです。私も積極的にそういったスポットに足を運んで、写真を撮って広めていけたらと思っています。

また、私自身、栃木に育ててもらったという気持ちが強いので、多くの方にBEYOOOOONDSのことを知っていただき、お仕事を通して栃木に貢献したいです。頑張ります!!

## TOCHIGI 文化ガイド

### 栃木県立博物館

#### 企画展「とちぎのキノコ」

食材として私たちの生活に深く関わっている「キノコ」。本展では、県産キノコの標本と生態写真ははじめ、拡大模型等を楽しめます。また、食用・毒キノコに関する内容と、キノコがどのような生物なのか学べる内容を取り入れ、本県でしか見られない珍しい種類も展示します。



▲「ちたけ」の愛称で知られるチチタケ  
▲昭和天皇が最初に発見されたキノコ、アカヒトデタケ



会期:11/4(月・振休)まで 休月曜(祝休日を除く)、祝休日の翌平日  
問 同館(宇都宮市) ☎028-634-1312

### 栃木県子ども総合科学館

#### 企画展「科学館がやってきた! とちぎサイエンスツアー2024」

同館は現在改修中のため、今年の夏は以下の施設で展示品や無料の工作ブースなどが楽しめます。

- とちぎ花センター:8/6(火)~12(月・振休)
- 県立博物館:8/20(火)~25(日)

※いずれも無料(会場の施設等を利用する際は、別途料金がかかる場合があります)

休 各施設の休園・休館日に準ずる

問 栃木県子ども総合科学館(宇都宮市) ☎028-659-5555



## 夏休みに親子で 作ろう! レンジで簡単!

### ナスの煮浸し風

#### 材料(2人分)

- ナス:2本 ●ごま油:大さじ1/2 ★ポン酢しょうゆ・水:各大さじ1と1/2
- ★すりおろししょうが:1/2片 ●万能ねぎ:適量



レシピ提供:JA全農とちぎ 料理が苦手な編集者でも作れました!

#### 豆知識コーナー

おいしいナスの特徴じゃ!

- 黒光りしているもの
- 全体的にふっくらとした、へたまで太いもの
- とげが黒く、触ってみて痛いくらいのもの

よく見て 選んでね!

ナスは県内各地で生産されており、生産量は全国7位!(令和4年)おいしい「とちぎのナス」を食べて、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

#### 作り方

- ①★を混ぜ合わせる
- ②へたを切り落としたナスを縦半分に切り、皮に格子状の切れ目を入れ、水にさらす
- ③耐熱皿に水気を拭き取った②を入れてごま油をかけ、ラップをしてレンジ(500W)で5分加熱
- ④③を①に入れて冷蔵庫で30分冷やす
- ⑤万能ねぎを散らす

問 県生産振興課 ☎028-623-2328

抽選で 5名様

### ご意見募集! プレゼントコーナー

郵便番号、住所、氏名、年齢、意見・感想を記入の上、はがきまたは栃木県電子申請システムでご応募ください。

### 「レモン牛乳カップアイス12個」をプレゼント!

提供:フタバ食品(株)

- 宛先 〒320-8501 栃木県広報課「とちぎ県民だより」係
- 締切 8/23(金) ※9月中旬発送予定

※個人情報に適切に管理し賞品の発送のみに利用、当選発表は発送をもって代えさせていただきます



## 広告

# ご家族の暮らしの安心は 県民共済が支えます。

県民共済は、家族みんなで加入しても家計負担を抑えて保障が備えられると評判です。生命共済にご加入の6割以上\*の方がご家族で加入されています。この機会にぜひご検討ください。

\*生命共済で一つの口座に複数でご加入の方の割合(2023年3月末現在/都道府県民共済グループ)

家族が入って 家計にゆとりができました!



#### 住宅や家財には

火災にも自然災害にも備えたいから (地震基本共済金付) **新型火災共済**

手頃な掛金で住宅や家財をしっかり保障! 家財だけでもご加入いただけます。

保障内容についてはホームページをご覧ください。

#### スマホで完結!

スマホやパソコンから お申し込みいただけます。

栃木県民共済

検索



都道府県民共済グループ

## 栃木県民共済

☎028(627)2030(代) 【受付時間】

9:00~17:00(日・祝日 除く)

おかけ間違いのないよう、電話番号をもう一度お確かめください。

共済取扱団体/栃木県認可 栃木県民共済生活協同組合 〒321-0974 宇都宮市竹林町488-2

共済元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会 〒330-8708 さいたま市大宮区大門町2-118