



ましこ
MASHIKO PUBLIC RELATIONS

2023
7
No.696

豊かな自然に舞う幻想的な夕蛍～小字地区～

警戒レベル4 避難指示で必ず避難！

警戒レベル	町が発表する避難情報など	取るべき行動
5	 災害発生または切迫	緊急安全確保^{※1} (町が発令)
警戒レベル4までに必ず避難！		
4	 災害のおそれ高い	避難指示 (町が発令)
3	 災害のおそれあり	高齢者等避難^{※2} (町が発令)
2	 気象状況悪化	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁が発表)
1	 今後気象状況悪化のおそれ	早期注意情報 (気象庁が発表)

※ 1 町が災害の状況を確実に把握できるものではないため、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※ 2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も、必要に応じ普段の行動を見合わせたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

警戒レベル5は、すでに安全な避難ができず命が危険な状況です。
警戒レベル5緊急安全確保の発令を待つてはいけません！

避難勧告は廃止されましたので、**警戒レベル4避難指示**で危険な場所から全員避難しましょう。

避難に時間のかかる高齢者や障がいのある人は、**警戒レベル3高齢者等避難**で危険な場所から避難しましょう。



◀町ホームページ

災害時に限らず、ホームページやSNSで情報を随時更新しています。

「避難」とは「難」を「避ける」ことです

危険な状態になる前に安全な場所に避難できるよう心がけておくことが大切です。なお、安全な場所にお住まいの方は、豪雨の中、自宅から外に出るなどの危険をおかしてまで、避難所へ行く必要はありません。
※日頃から、自分のお住まいや勤務先が安全な場所か、防災マップで確認しておいてください！



避難先での新型コロナウイルス感染症を防ぐために

避難先での感染リスクを可能な限り軽減するため次のことについて準備・検討しておきましょう。

- ▶ 住んでいる場所は避難の必要があるか
→防災マップで再確認しましょう
- ▶ 親戚や知人宅への避難が可能か
→避難所が密集状態になることを防ぐため
- ▶ 手洗いなどの基本的な対策の徹底
- ▶ 家庭の備蓄状況の確認

益子町では以下のような手段により避難情報を発信します

▶ 防災行政無線

※防災行政無線の放送が聞き取れなかったときは、電話で内容を確認することができます。

☎ 72-9900

- ▶ 緊急速報メール(エリアメール)
- ▶ 町ホームページ
- ▶ Yahoo!防災アプリ
- ▶ 益子町防災メールなど



▲益子町防災メールの登録



◀ 町公式 Instagram



◀ 町公式 Twitter



◀ 町公式 Facebook

③ 広報ましこ

■ お問い合わせ 総務課 消防交通係 TEL.72-8826

令和6年4月採用予定

益子町職員採用試験

問 総務課 総務係 ☎ 72-8824

▶ 採用予定人員

一般事務 8名程度

保健師 1名

▶ 受験資格

平成5年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業以上の方（令和6年3月末日までに卒業見込みの方を含む）

※保健師は、保健師の資格を有する方（令和5年度の国家試験において保健師資格取得見込みの方を含む）

▶ 申込期間

7月3日（月）～8月3日（木）

※郵送の場合は8月3日必着

▶ 1次試験 9月17日（日）

【筆記試験・適性検査】

9:00～、真岡中学校

▶ 2次試験 10月18日（水）

【作文試験・面接試験】

10:00～、益子町役場

詳しくは採用試験案内、町ホームページをご覧ください。

▶ 申込書請求先・お問い合わせ

益子町役場 総務部 総務課 総務係

〒321-4293

益子町大字益子 2030番地

TEL: 72-8824 FAX: 72-6430

MAIL: soumu@town.mashiko.lg.jp



▲町ホームページ

6月18日、町民センター・グラウンドにおいて令和5年度益子町消防団夏季点検と操法大会が行われました。人員と服装点検の後、操法大会が行なわれ、機械器具の基本操作やスピードなどを競い合いました。

この大会は、放水までの機械操作の技術向上と団員の士気高揚を図り、非常時に確実な消火活動ができるように行われています。当時は小型ポンプの部に3部、消防ポンプ自動車の部に12部が参加しました。



▶ 優秀操法員 ▶ 小型ポンプの部

指揮者	斎藤 仁	第2分団第5部
1番員	小杉 蓮	第2分団第5部
2番員	木間 伸哉	第1分団第5部
3番員	大根田唯起	第3分団第4部

▶ 消防ポンプ自動車の部

指揮者	高橋 正幸	第1分団第1部
1番員	木村 真吾	第2分団第3部
2番員	櫻井啓一朗	第2分団第1部
3番員	高田 展史	第2分団第1部
4番員	柳 曙大	第3分団第3部

▶ 競技結果 ▶ 小型ポンプの部

優勝	第3分団第4部
努力賞	第2分団第5部

▶ 消防ポンプ自動車の部

優勝	第1分団第1部
準優勝	第3分団第3部
努力賞	第2分団第3部
努力賞	第2分団第1部
努力賞	第1分団第4部



／ たのしい歯磨きでむし歯予防 ／
むし歯のない子！

昨年の3歳児健康診査を受診した際に、むし歯が1本もなかったお子さんを写真で紹介していきます。
 ※対象者には4月にハガキで通知しています。



川野 結翔 さん



赤羽 美月 さん



岩下 真大 さん



鈴木 惺愛 さん



藤澤 恵 さん



鈴木 天稀 さん



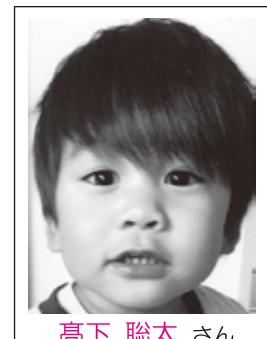
小森 遥太 さん



橋口 あん さん



黒岩 冬真 さん



高下 聰太 さん



森田 雅月 さん



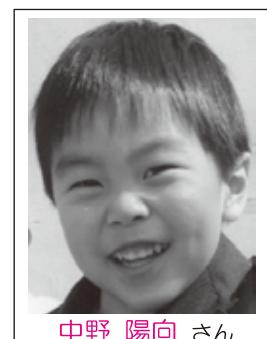
岡村 莉都 さん



滝田 萌乃夏 さん



笠井 七海 さん



中野 陽向 さん

第三セクターの経営状況を公表します

町が出資している第三セクター、株式会社ましこカンパニーの経営状況を公表します。株式会社ましこカンパニーは、平成28年10月にオープンした「道の駅ましこ」の指定管理者として、施設の管理運営を行っています。



▶ 所在地：益子町大字長堤 2271 番地

▶ 経営内容

自 令和4年4月1日
至 令和5年3月31日

▶ 設立年月日：平成27年11月25日

▶ 代表取締役：広田茂十郎

▶ 資本金：6千万円（うち町の出資額 5千万円、出資割合 83.3%）

▶ 業務内容：道の駅の管理運営に関する業務

道の駅の物販、飲食および加工品の製造販売業務

▶ ホームページ：<http://mr-mashiko.com/>

* 令和4年度中の施設来場者数は 80.3万人

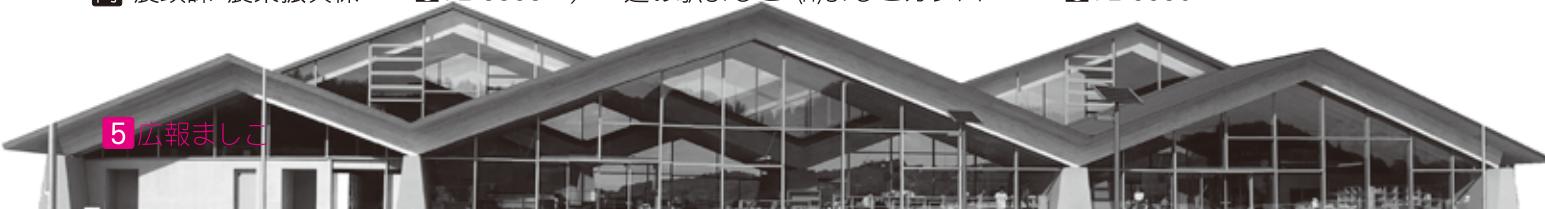
(オープンからの来場者数累計は 486.5万人)

貸借対照表		損益計算書	
項目	金額(千円)	項目	金額(千円)
総資産	238,620	純売上高	886,011
負債	85,913	(うち受託事業等)	18,779
(うち有利子負債)	0	営業利益	12,966
純資産	152,707	経常利益	13,977
(うち利益剰余金)	92,707	当期純利益	10,664

問 農政課 農業振興係

☎ 72-8853

/ 道の駅ましこ (株)ましこカンパニー ☎ 72-5530



保険税・保険料の納付書を発送します

— 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料 —

令和5年度分の国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付書を7月14日に発送します。

納期限までに納付をお願いいたします。

④ 保険証などの更新について

国民健康保険被保険者証（兼高齢受給者証）・後期高齢者医療被保険者証・介護保険負担割合証の有効期限はいずれも7月31日です。7月中に新しい被保険者証・割合証を郵送しますので、8月1日以降は新しいものをご使用ください。有効期限が切れたものについては、役場へご返却いただくかご自宅で破棄をお願いします。

国民健康保険の限度額適用認定証は、8月1日以降に更新のお手続きをお願いします。8月1日からお使いいただけるものは、7月中に発行の手続きができませんのでご注意ください。後期高齢者医療保険の限度額適用認定証をすでにお持ちの方は被保険者証と同封しますので、更新のお手続きはありません。



■ 軽減判定基準額の変更

地方税法施行令の一部改正により、国民健康保険税と後期高齢者医療保険料の軽減判定基準額が次のとおり変わりました。これは低所得者に対する軽減措置の対象を拡大するもので、軽減に該当する世帯は、その所得に応じて均等割額と平等割額が軽減されます。申請の必要はありませんが、世帯に所得の申告をしていない方がいる場合は適用されません。

軽減割合	軽減の基準となる所得金額		
7割軽減	変更なし	43万円 + 10万円	× (給与所得者等の数 ^{※1} - 1) 以下
5割軽減	変更前	43万円 + 28万5千円	× (被保険者数 ^{※2}) + 10万円 × (給与所得者等の数 ^{※1} - 1) 以下
	変更後	43万円 + 29万円	× (被保険者数 ^{※2}) + 10万円 × (給与所得者等の数 ^{※1} - 1) 以下
2割軽減	変更前	43万円 + 52万円	× (被保険者数 ^{※2}) + 10万円 × (給与所得者等の数 ^{※1} - 1) 以下
	変更後	43万円 + 53万5千円	× (被保険者数 ^{※2}) + 10万円 × (給与所得者等の数 ^{※1} - 1) 以下

※1 一定の給与所得（給与収入55万円超）と公的年金等の支給（60万円超（65歳未満）又は125万円

超（65歳以上））を受ける方

※2 同じ世帯の中で、国民健康保険の被保険者から後期高齢者医療の被保険者に移行した方も含む。

問 国民健康保険税について 税務課 町民税係… ☎ 72-8832

後期高齢者医療保険料について 住民課 国保年金係… ☎ 72-8848

介護保険料について 高齢者支援課 介護保険係… ☎ 72-8852

地籍調査事業



地籍調査とは

◆土地に関する戸籍調査といわれており、一筆ごとの土地について、所有者・地番・地目・境界および面積について調査・測量を行います。調査・測量の結果に基づき、新たに地籍図・地籍簿が作成され、法務局備え付けの登記簿・公図が更新されます。

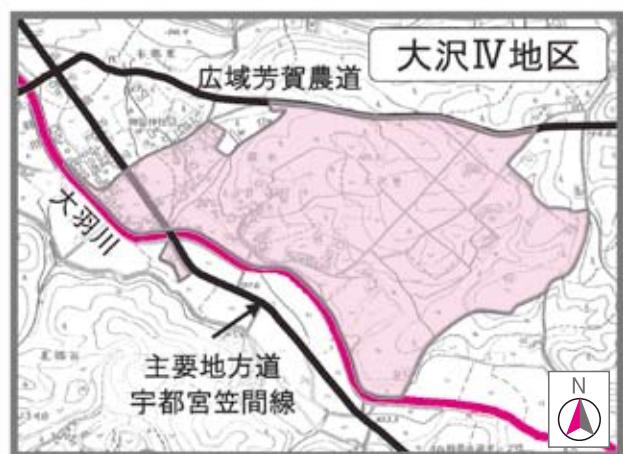
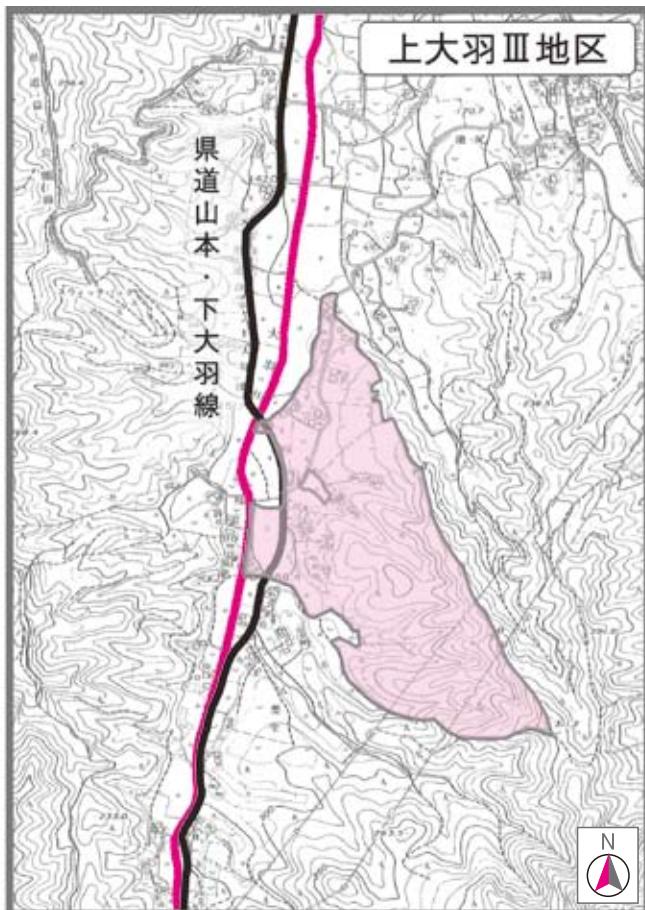
地籍調査の進め方

- ◆調査には、関係者立会いのもと境界を確認しますので、地権者などの協力が必要です。
- ◆土地改良および区画整理などが実施されている区域は除きます。
- ◆個別に土地に関する測量や境界確認を行う場合、多くの時間や費用を要します。地籍調査事業では、町が主体となって実施するため地権者の方々の費用負担はありません。

地籍調査の3つの効果

- ◆登記簿と公図の面積が一致するため、土地取引の円滑化に役立ちます。
- ◆土地の境界が明確になるので、境界争いを未然に防止できます。
- ◆災害があっても、境界を復元することが可能であることから、災害復旧工事を円滑に進めることができます。

令和5年度実施予定エリア【前沢IV・上大羽III・大沢IV地区】



問 建設課 地籍調査係 ☎ 72-8856



下水道排水設備工事責任 技術者更新・試験講習会

▶更新講習会対象者

現在この資格を有し、有効期限が令和6年3月31日までの方。または、有効期限が令和5年3月31日を過ぎ、資格が失効している方。

▶更新講習会(日時・場所)

- ・第1回10月5日栃木市岩舟文化会館
- ・第2回10月17日那須野が原ハーモニーホール
- ・第3回10月31日宇都宮市立南図書館
- ・第4回11月10日佐野市文化会館
- ・第5回11月12日コンセーレ
- ・第6回11月21日宇都宮市文化会館

※時間は全日14:00~16:00

▶試験講習会および模擬試験(日時・場所)

9月21日 10:00~17:00

コンセーレ(宇都宮市駒生1-1-6)

▶試験(日時・場所)

10月24日 14:00~16:00

コンセーレ

▶申込受付期間

① 更新講習会
7月3日~31日 ※当日消印有効

② 試験講習会および模擬試験

③ 試験

8月1日~31日 ※当日消印有効

▶申込書配布

②と③に関する申込書については公益財団法人とちぎ建設技術センターおよび役場建設課下水道係に備えてあります。受験資格などについては申込書をご覧ください。

▶申込先(問合せ先)

公益財団法人とちぎ建設技術センター企画研修課(宇都宮市竹林町1030-2)

☎028-626-3187



消防設備士試験案内

▶日時

9月10日 9時30分試験開始

▶願書申請期間

電子申請: 7月11日まで

書類申請: 7月3日~14日

(消防試験研究センター栃木県支部に郵送または持参してください)

▶試験の種類

甲種(特類 第1類から第5類)、乙種(第1類から第7類)

▶手数料

甲種 5,700円、乙種 3,800円

▶受験地

宇都宮市(宇都宮工業高等学校)

▶願書配布先

消防試験研究センター栃木県支部、県内消防局、各消防本部(各消防署、各分署)

問 (一財)消防試験研究センター

栃木県支部 ☎028-624-1022



水道メーター交換に ご協力をお願いします

ご家庭で使用されている水道メーターは、計量法により使用有効期間が8年と定められています。使用した水量を正確に計るため、期限を迎えるものについては、無料で新しい水道メーターに交換します。

▶実施期間

7月11日~19日
・作業は、企業団が委託した芳賀中部管工事組合が行います。

・立会いは不要です。

・交換作業中は、一時断水になります。

・メーター交換についての費用負担はありません。

問 芳賀中部上水道企業団

業務係 ☎028-677-1952



お知らせ information

イベント情報やお知らせなど、暮らしに役立つ情報を届けします

益子町役場 ☎72-2111(代表)
〒321-4293 益子町大字益子2030



令和4年中に 家屋を新築などされた方へ

令和4年中に新築された方または増築および改築された方は、今月、不動産取得税が課税されます。納税通知書が届いた方は、7月31日までに、県税事務所・金融機関の窓口やコンビニでの納付、またスマートフォン決済アプリなどによる納付をお願いします。

なお、公共事業のために収用を受けた家屋または被災した家屋の所有者などが代替家屋を取得した場合は、軽減措置を受けられる場合がありますので、真岡県税事務所までお問い合わせください。

問 真岡県税事務所・不動産取得税担当
☎0285-82-2136



民生委員・児童委員 が変わりました

6月1日から塙上1、雇用促進地区の民生委員児童委員が変わりました。

▶担当委員 安藤 芳夫さん
問 健康福祉課 児童家庭係
☎72-8865

9月16日(土)
13:30~15:30

知事と語ろう！

とちぎ元気フォーラム

参加には事前申し込みが必要です

県政の課題などについて、県民のみなさんと知事が直接話し合うフォーラムを開催します。

▶場所 益子町中央公民館 ▶対象 県内に在住、通勤・通学している方

▶定員 50名(定員を超えた場合は抽選により決定します)

▶申込方法 ①申込書兼参加アンケートに記入し、FAX、メール、郵送にて申し込み

②QRコードから申込受付フォーム入力

※用紙は県HPからダウンロードできます。

※役場にも用紙を備えてあります。

▶締切 8月31日(木)

▶その他 託児、手話通訳・要約筆記をご希望の方はその旨を記載してください。

▶申込・問合せ 栃木県広報課(〒320-8501※住所記入不要)

☎028-623-2158 FAX028-623-2160 E-mail kocho@pref.tochigi.lg.jp



たまない通信



(左から) 益子塾の清水さん、益子芳星高校の飯村先生、広田町長、益子芳星高校生の清水さん、仁平さん、宇都木校長、益子塾の篠原さん

被災地への救援金を呼び掛け

春の陶器市来場者へ向け、益子芳星高校の有志の生徒とボランティアグループ「益子塾」の皆さんにより、トルコ・シリア大地震被災地への救援金協力の呼び掛けが行われました。5月22日に益子芳星高校の清水新太さんたちが町長へその報告に訪れました。

今回集まった約36万円は、社会福祉協議会・日本赤十字社を通じて被災地へ送られました。

長年の交通安全活動に表彰



5月19日、関東管区警察局長・関東交通安全協会連合会長連盟表彰式において、真岡地区交通安全協会益子支部長の榎本敏之さんが、交通安全功労者表彰を受賞しました。これは長年の交通安全の確保および交通安全思想の普及活動に対する表彰です。

栃木県知事から感謝状



5月17日、栃木県庁昭和館前で山地災害防止パトロール出発式が行われ、黒子秀夫さんが感謝状を贈呈されました。黒子さんは16年以上にわたり、山地災害の未然防止および減災のため「山地防災ヘルパー」として、町内の山のパトロールをされています。

栃木県環境森林部長から感謝状



獣友会会員の久野清さんに、野生鳥獣による被害防止功労者として感謝状が贈られました。これはイノシシおよびニホンジカの年間捕獲頭数で顕著な功績を収めた方に贈られ、久野さんは今回で3回目となります。

固定資産評価審査委員会委員に 加藤栄一氏を選任

令和5年第31回町議会定例会において、固定資産評価審査委員会委員に加藤栄一氏（北中）を選任する同意が得られました。

任期は3年間で、加藤氏は今回が1期目となります。

スポーツの結果

令和5年度 第83回益子町ソフトボール大会

5月21日～6月4日 町民センターグラウンド

優勝 北中ソフト 準優勝 原ソフト

最優秀選手賞 小林 大輝(北中ソフト)

優勝監督賞 若林 正 (北中ソフト)

優秀選手賞 大幡 幸佑(原ソフト)



七井小学校に「人権の花」

6月6日に七井小学校において、人権の花贈呈式が行われました。

人権の花運動は、おもに小学生を対象とした啓発運動で、昭和57年度から実施されています。これは、学校に配布した花などを、子どもたちが協力し育てることによって生命の尊さを実感し、その中で豊かな心を育み、優しさと思いやりの心を体得することを目的としたものです。



各種人権相談窓口



悩みごとや困りごとについて、ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

みんなの人権 110番

こどもの人権 110番

女性の人権ホットライン

☎ 0570-003-110

☎ 0120-007-110

☎ 0570-070-810

豊田奈桜さん第3位入賞！

5月14日、郡山カルチャーパークアリーナにおいて開催された極真空手の第34回極真空手道選手権福島県大会で、益子道場の豊田奈桜さんが組手の部第3位に入賞しました。

また、豊田さんは栃木県大会において優勝し、7月に予定されている全国大会への出場権を獲得しています。



老朽化した本殿の扉を改修し、木製の旗竿をアルミポールに建て替えるなど計画的に整備をしています。敷地に接する県道の拡幅工事により歩道が新設され、周辺環境が整つてきましたことなどから、氏子総代の中野修氏を代表とする役員さんが相談し、町花の山ゆりを咲かせて、参拝者や地域の人たちに癒しの境内として親しんでもらえるようにと令和三年十月に山ゆりの球根を植付けました。



昨年の開花のようす

見てある記 —日枝神社探訪—

あめのふとたまのみこと

天太玉命を祭る七井の日枝神社は千年以上の歴史をもち、本殿は町指定の文化財となっています。また、境内には世間遺産に認定された八雲神社も鎮座しています。昔から地域の総鎮守として人々にあがめられ、地元の人たちは尊敬と親しみの念を込め「さんのん様」と呼んでいます。

このページは、生涯学習支援ボランティア
まなぼうかい
「学望会」
の編集協力により作成しています。

まなびの広場



マナビ

夏期の水難事故防止

水難事故の特徴

魚釣り、水遊びなどで河川に訪れた際に事故が発生し、年齢層は60歳以上が約50%を占めています。また、上流でゲリラ豪雨などの大雨が降ると、下流で急な増水が起きることがあります。

交通情報

交通事故発生状況

(5月31日現在)

区分	令和5年		令和4年		増減	
	5月	累計	5月	累計	5月	累計
件 数	3	11	2	7	1	4
死 者	0	0	0	0	0	0
傷 者	3	15	2	8	1	7

◆交通事故相談について

県民プラザ室では、土日祝日等を除き、交通事故相談員が電話相談などに応じています。秘密厳守・相談は無料です（予約不要）。

県民プラザ室交通事故相談所
(県庁内 ☎028-623-2188)

事故防止のポイント

■魚釣りなど

- 流れが速い場所や深みには近づかないでください。
- 胴付き長靴は川で転倒すると中に水が入り、溺れる可能性があります。ウェットスーツと上半身に浮力を与えるライフジャケットを着用してください。

■水遊びなど

- 川でのレジャー時には、開放感から川の危険性を忘れないでください。飲酒した場合は川に入らないよう注意してください。
- 溺れた人を救助するときは、空のクーラーボックスやロープなどを投げてください。不用意に近寄ると、しがみつかれて溺れますので注意してください。
- 子どもだけで遊ばせないでください。必ず大人が一緒にいて、見守るようにしてください。また、危険な場所については、なぜ危ないのか、分かりやすく教えてください。



交番だより



栃木県警察マスコット
ルリちゃん

問

芳賀地区消費生活センター ☎(81) 3881

消費者ホットライン ☎ 188



SNS上で有名百貨店の閉店セールの広告を見て、通販サイトにアクセスした。通販サイトでは、海外の高級ブランド品の財布が、通常価格の半値以下だったので、代引き配達で注文した。後日、代引き配達で届いた荷物を開封すると、百貨店の包装紙は無く、材質も本物とは違つていたので偽物だと思った。

注文した通販サイトを探したが見つからなかつた。

『代引き配達』で宅配事業者に代金を支払って商品を受け取つてしまふと、後で商品が偽物だとわかつても宅配事業者からの返金は困難です。「偽物」が届く通販サイトの特徴を知り、被害に遭わないようしましょう。

特徴としては、

① 販売価格が大幅に値引きされていいる。

② 「依頼人」が販売事業者の名称と異なる。

③ サイトに記載されている日本語の字体、文章表現がおかしい。

④ 販売事業者の名称、住所、電話番号などの情報がサイトに表示されていない。

不安に思つたりトラブルが生じた場合は、消費生活センターや消費者ホットラインにご相談ください。
などに注意してサイトを見てみましょう。

消費生活アドバイス

No205

届いたのが偽物！

インターネット通販で『代引き配達』の

トラブルが増加しています

消費者へのアドバイス

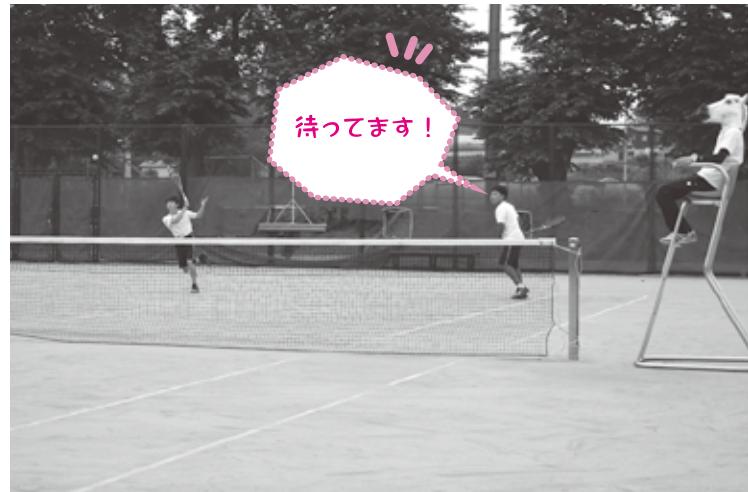
『代引き配達』で宅配事業者に代金を支払つて商品を受け取つてしまふと、後で商品が偽物だとわかつても宅配事業者からの返金は困難です。「偽物」が届く通販サイトの特徴を知り、被害に遭わないようしましょう。

今回紹介するのは町民センターテニスコートです。面数は5面、オムニコートになります(ナイター設備はありません)。

利用料金はコート1面利用1時間300円~となります(町外の方の場合は1.5倍の料金となります)。

予約は1カ月前の1日から、総合体育館窓口で受付します(例:8月15日に利用する場合は7月1日から予約可能)。空いている場合は当日の予約も可能です。

空き状況についてはお問い合わせください。
皆さまのご利用をお待ちしています。



テニスコート利用のようす(撮影協力:益子中ソフトテニス部)

※1:ラケットやボールの貸出しはありませんのでご用意ください。

※2:中学生以下の方だけでの利用はできません。保護者など付添いのもと利用してください。

問 総合体育館 ☎ 70-2727 (月曜休館)

日本遺産

かさましこ

2008年をピークに日本の人口は減少し始め、全国の各地方は今後の急激な人口減少に向き合いながら、特に観光面で地域外との交流も重要な課題となっています。そして自然環境と人の暮らし方のバランスが、より一層問われるこれから時代を踏まえ、私たちの住む地域で先人たちがどのように自然と向き合い生業を営んできたのか、地域の資源と歴史文化を見直すことで将来へのヒントが見つかるかもしれません。

益子町は焼き物で知られる特ある町ですが、益子をより多面的に捉えるため、日本遺産かさましこのストーリーには古代・中世の時代が含まれています。例えば益子焼につながる歴史として、笠間を含む常陸の人々との技術交流とともに作られてきた須恵器づくりを紹介しています。益子には焼き物に必要な土や薪があり焼き物が始まつたわけですが、その材料資源は古代の須恵器や瓦づくりに活



陶芸メッセ 旧濱田庄司邸母家

問 生涯学習課 ☎ (72) 3101

用されていました。益子の器作りの原点とも言えます。また、平安時代以降の宇都宮氏一族による文化の奥深さは特徴的です。京都との交流を持ちながら笠間も含めた領地を治めた宇都宮氏一族は、寺社建立や仏像造立に関わりました。その信仰の深さと文化的な造詣の深さは文化財から今も感じることができます。益子の歴史を振り返ると時代ごとに関わりを持つている笠間の存在が見えてきます。今年度もかさましこ一体となりこの地域の文化を紐解く事業、イベントを開催予定ですので、ぜひご参加ください。

健康づくり事業 「健康デー」 を紹介します！

町では、毎月1回、『体組成』の測定をきっかけに、健康管理のサポートをしています。

体組成とは、筋肉や脂肪、骨など私たちの体を構成する組織のことをいいます。その体組成を推定して表示するのが体組成計です。体重だけではなく、体脂肪率の測定、さらにその脂肪内容（皮下脂肪か内臓脂肪か）や筋肉量の測定など、健康管理に役立ちます。自分の体の状態を確認することができるほか、その推移をチェックすることで理想の体づくりにつながります。

●体組成計測定



測定した結果を印刷し、お持ち帰りいただけます。

●個別栄養相談(要予約)



日頃の食生活の見直しができます。
高血圧や腎臓病など、さまざまな状態に合わせた食事を提案します。

●個別運動相談(要予約)



運動をしたいのに、膝が痛いなど、思うように運動ができない方も安全に取り組める運動方法を提案します。

毎月健康テーマに沿って様々なイベントを予定しております。ぜひご参加ください。

日程	同時開催イベント(予約不要)
7月18日(火)	フレイルチェック・握力測定
8月 8日(火)	間食について学ぼう
9月12日(火)	ましこっと体操をしよう
10月17日(火)	骨粗しょう症を予防しよう
11月 4日(火)	糖尿病・腎臓病を予防しよう
12月12日(火)	高血圧予防(塩分測定※、味覚チェック)
1月16日(火)	郷土料理の紹介(健康レシピ)
2月20日(火)	フレイルチェック・握力測定
3月19日(火)	高血圧予防(塩分測定※、味覚チェック)



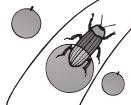
高血圧予防(塩分測定)のようす

※塩分測定の日は、自宅のみそ汁50ミリリットル程度をご持参ください。塩分濃度を測定します。

▶時間 9：00～11：00、14：00～16：00

▶場所 保健センター

ましーこ文芸



俳句

露草に身動きとれず地蔵尊
神の息ボツと吐き出す泉かな
若楓祝つておりぬわれ傘寿
凌霄花眼鏡の儘の寝落ちまた
稜線の雲押し上ぐる夏燕
御朱印の山折り谷折り梅雨に入る(田町)
短夜や背表紙まろき新刊書
雷や裏の湧き水うなる朝
おのが名を知らず真つ赤に蛇苺
精いっぱい生きるを声に雨蛙

(星ノ宮) 根岸 正美
(塙) 萩庭 正幸
(上大羽) 福島 文代
(田町) 飯塚 隆
(栗生) 磯部のり子
(角ノ川) 市川しづ子
(上大羽) 薄羽 豊典
(山王前) 鈴木 美子
(山王前) 佐藤 恵子
(上大羽) 関澤満喜枝

(道祖土) 山口 秀雄
(塙) 宮本 恵美
(芦沼) 伊崎 アサ
(田町) 豊田 君恵
(上山) 野澤 一志
(塙) 野崎 繁
(田町) 豊田 君恵
(山王前) 佐藤 恵子
(上町) 大岡ミネ子
(台町) 桜井 トク
(生田目) 小宅 光子
(小宅) 床井 和子
(台町) 野崎 光盛
(リバティ) 小沼美江子
(道祖土) 山口 秀雄
(台町) 桜井 子風
(栗崎) 山川俊子
麦の穂の鉄絵やさしき湯呑茶碗使ひづけし
陶のぬくもり

川柳

ぎくしゃくが花をはさんで話出す(台町) 石川ぶん子
思うまま持続可能な庭いじり (山王前) 佐藤 恵子
夢覚めてしばらく夢の中に居る (上町) 大岡ミネ子
円満な暮らし話に花が咲き (台町) 桜井 トク
一人見るテレビ遠慮のない笑い (生田目) 佐藤 峰子
穏やかな人柄だから好きになり (小宅) 床井 和子
生き返る春の菜園土匂う (台町) 野崎 光盛
窓元の煙たなびく益子焼 (リバティ) 小沼美江子
妻の酌サービスですと誕生日 (道祖土) 山口 秀雄
老妻も浴衣を着ると見直され (台町) 桜井 子風

(星ノ宮) 根岸 正美
(塙) 萩庭 正幸
(上大羽) 福島 文代
(田町) 飯塚 隆
(栗生) 磯部のり子
(角ノ川) 市川しづ子
(上大羽) 薄羽 豊典
(山王前) 佐藤 恵子
(上大羽) 関澤満喜枝

(道祖土) 山口 秀雄
(塙) 宮本 恵美
(芦沼) 伊崎 アサ
(田町) 豊田 君恵
(上山) 野澤 一志
(塙) 野崎 繁
(田町) 豊田 君恵
(山王前) 佐藤 恵子
(上町) 大岡ミネ子
(台町) 桜井 トク
(生田目) 小宅 光子
(小宅) 床井 和子
(台町) 野崎 光盛
(リバティ) 小沼美江子
(道祖土) 山口 秀雄
(台町) 桜井 子風
(栗崎) 山川俊子
麦の穂の鉄絵やさしき湯呑茶碗使ひづけし
陶のぬくもり

短歌

(栗崎) 日渡 君枝
(道祖土) 山口 秀雄
(塙) 宮本 恵美
(芦沼) 伊崎 アサ
(田町) 豊田 君恵
(上山) 野澤 一志
(塙) 野崎 繁
(田町) 豊田 君恵
(山王前) 佐藤 恵子
(上町) 大岡ミネ子
(台町) 桜井 トク
(生田目) 小宅 光子
(小宅) 床井 和子
(台町) 野崎 光盛
(リバティ) 小沼美江子
(道祖土) 山口 秀雄
(台町) 桜井 子風
(栗崎) 山川俊子
麦の穂の鉄絵やさしき湯呑茶碗使ひづけし
陶のぬくもり

(栗崎) 日渡 君枝
(道祖土) 山口 秀雄
(塙) 宮本 恵美
(芦沼) 伊崎 アサ
(田町) 豊田 君恵
(上山) 野澤 一志
(塙) 野崎 繁
(田町) 豊田 君恵
(山王前) 佐藤 恵子
(上町) 大岡ミネ子
(台町) 桜井 トク
(生田目) 小宅 光子
(小宅) 床井 和子
(台町) 野崎 光盛
(リバティ) 小沼美江子
(道祖土) 山口 秀雄
(台町) 桜井 子風
(栗崎) 山川俊子
麦の穂の鉄絵やさしき湯呑茶碗使ひづけし
陶のぬくもり

新着図書の紹介

〈一般書〉

- 聞く習慣 いしかわゆき／著 クロスマディア・パブリッシング
- 視力防衛生活 綾木雅彦／著 サンマーク出版
- 農家が教える野菜の収穫・保存・料理 西東社編集部／編 西東社
- 江戸の絵本読解マニュアル 叢の会／編 文学通信
- 時計泥棒と悪人たち 夕木春央／著 講談社

〈児童書〉

- だじやれべんとう 岡田よしたか／著 偕成出版社
- 哲学のメガネで世界を見ると 河野哲也／監修 ポプラ社
- はじめての梅しごと 高野紀子／〔作〕偕成社
- 読書感想文大全 莎部世詩絵／著 新興出版社啓林館
- ノクツドウライオウ 佐藤まどか／著 あすなろ書房

読んでみませんか…

三省堂国語辞典から消えたことば辞典



編著 見坊行徳 編著 三省堂編修所 出版 三省堂
「現代の日常生活で使われないことばは取り入れない」という『三省堂国語辞典』では、改訂ごとに採録語の見直しを行っています。見直しにより「消えた」ことばとその経緯を辞典風にコンパクトに総覧できるこの本からは、ことばの移り変わりとともに時代の動きを感じられます。

あさがおとはるくん



作 キッチンミノル 出版 PHP研究所
あさがおのタネをもらった、はるくん。「あつ、めがでた！！」「あさがおは、うごいているんだ！」はじめてそでてるあさがおは、あたらしいはつけんがいっぱいです。
あさがおの成長が臨場感たっぷりに写真でつづられ、はるくんと一緒に育てている気分になってドキドキワクワクしてきます。

計 報

東田井下	道祖土上2	北郷谷	台町	前沢	本原	上西山	山後	北中	塙2	星ノ宮2	生田目北	自治会名
上野	柴子	小河原	高野	塚田	佐藤	薄井	大関	佐藤	石川	齋藤	秋山	廣澤
久子	英子	徳之介	美恵子	節	もと	光子	正司	忠男	清美	光一	良一	亡くなられた方
90	69	41	74	84	89	83	79	65	84	60	86	5月届出分(敬称略)
本人	邦人	太郎	平和	トキ	本好	誠祥	祥晴	二郎	芳夫	英之	祐那也	星ノ宮上2
					巳子	巳子	子子	子郎	夫		本郷	内
											鶴岡	木
											泉例	悠真
												な
												な
												想
												た
												乃
												前
												保護者名
												将
												恵平
												敬称略

うぶごえ

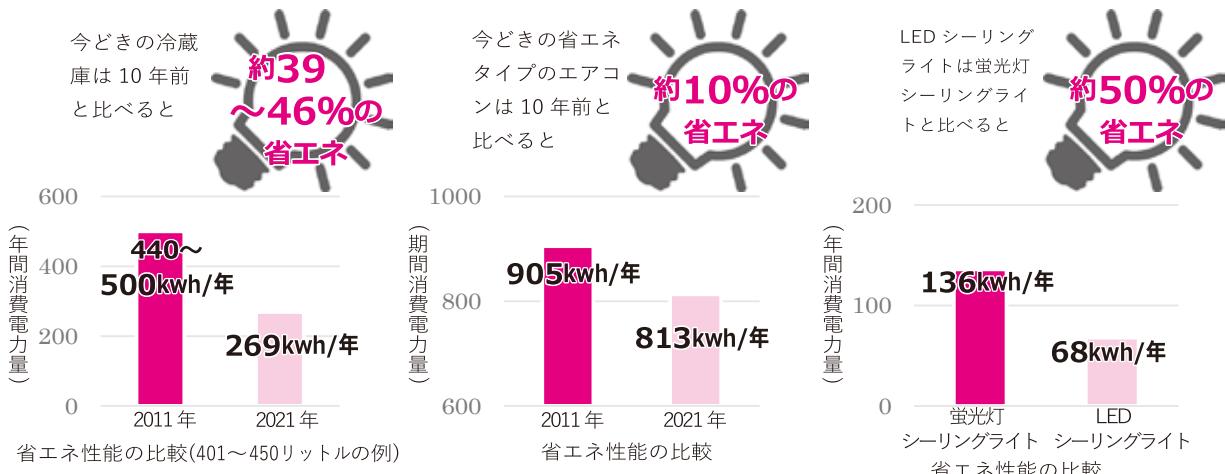
城内	星ノ宮上2	本郷	道祖土上2	道祖土上2	自治会名
		小玉	館野	大川	名
		想	楠	前	の
		太	乃	将	保護者名
		（祐）	（綾）	（祐）	（将）
		泉亮	望大	綾拓	幸帆輔
		美士	那也	志祐	惠平
					敬称略



家電の買い替えで省エネ節約してみませんか？

～省エネ家電購入に対する補助金を交付しています～

家電製品を始めとする近年のエネルギー消費機器は、効率が大幅に向上しています。機器を購入する際に、省エネ性能の高い製品を選択すると、家庭の省エネにつながります。



出典:資源エネルギー庁 HP・(一財)家電製品協会「2022年度版スマートライフおすすめBOOK」

▶対象となる家電 エアコン・照明器具・電気冷蔵庫・エコキュート
(省エネ基準達成率100%以上のもの)

▶購入経費(本体購入費、工事費)の4分の1を補助

上限額は町内事業者から購入の場合5万円、町外事業者からの購入を含む場合4万円となります。

詳細は町ホームページをご覧ください→



問 環境課自然環境係 ☎72-8519

資源ごみ・もえないごみ 収集日程		* 田野地区全域 * 益子地区 生田目・石並・内町・西明寺	* 益子地区 一ノ沢・城内・新町・田町・塙・星ノ宮	* 益子地区 栗崎・道祖土・北郷谷 北益子・栗生・上大羽 下大羽 * 七井地区全域
紙類、缶類 ペットボトル	7月	3・14	4・18	6・20
	8月	3・18	4・21	7・23
もえないごみ びん、衣類	7月	4	5	11
	8月	1	2	8

■休日受付(家庭ごみの日) 日時:8月6日(日) 9:00~12:00 場所:芳賀地区エコステーション

※混雑が予想されますのでご注意ください



MF 7
西谷 優希

栃木 SC サッカー応援 益子町民デー開催 観戦者募集



今年も栃木 SC のハイレベルな試合を小中高生をはじめ多くの益子町民のみなさんに観戦していただくことにより、スポーツの面白さや親しみを感じてもらい、益子町出身の Jリーガー西谷優希選手を応援することを目的に「益子町民デー」を開催します。

vs 徳島ヴォルティス
8月13日 [日]
18:00 KICK OFF

会場 栃木県カンセキスタジアム
詳しくは、広報ましこお知らせ版 7月下半期号をご覧ください。
問 総合体育館 ☎ 70-2727

今月が納期です

- ▶ 固定資産税（第2期）
- ▶ 国民健康保険税（第1期）
- ▶ 介護保険料（第1期）
- ▶ 後期高齢者医療保険料（第1期）

町の人口 6月1日現在

男 10,427人 (△ 8人)	
女 10,583人 (△ 6人)	
計 21,010人 (△14人)	
世帯数 7,856戸 (△ 2戸)	

()の数は前月との比較を表します

益子町ふるさとづくり基金

5月累計 132件 / 2,625,000円
年度累計 196件 / 4,255,000円

キラキラ★キッズ

益子剣道クラブ



私たちのクラブは約20名が在席し、週2回の練習を行っています。園児から大人の方まで幅広く門戸を開いておりますので、ぜひ一緒に剣道を楽しみましょう！まずは見学にお越しください！

最近の戦績 芳賀地区錬成大会 小学5年男子 3位
茂木剣道大会 小学5年男子 3位
茂木剣道大会 小学団体準優勝

活動日 水曜日 19:00~21:00 総合体育館武道場
金曜日 19:00~21:00 田野中学校武道館

問合せ 山本 ☎ 080-5060-4886
ましこチャレンジクラブ事務局(南運動公園管理棟)
☎ 72-7985