



**元氣アップ栄養教室「糖尿
病予防と寒い季節に
体を温める献立」**

糖尿病は血管を傷つけ、さまざまな合併症(神経障害・網膜症・腎症など)を引き起こします。そのため、自覚症状の無いうちから生活習慣を見直すことが大切です。保健師・管理栄養士が糖尿病予防の生活のポイントについてお伝えします。また、朝晩の冷え込みが強まってくると体調を崩しやすくなります。体を温める食品を使った栄養バランスのよい献立を町食生活改善推進員が紹介します。

寒い季節を元気に乗り切りましょう。

▼対象 上三川町民の方(おおむね20〜74歳)

▼日程 平成31年1月22日(火)

▼時間 午前9時30分〜午後1時30分

▼場所 上三川いきいきプラザ

▼申込み 1月15日(火)までに健康課へご連絡ください。

▼参加費 5000円

▼持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ)、スリッパ、タオル

▼定員 25名

▼問い合わせ先 健康課 成人健康係

☎91333

家屋を取り壊したら

固定資産税は毎年1月1日現在、土地・家屋・償却資産を所有している方に課税されます。

町では、家屋の新増築・取り壊しの調査に努めていますが、特に取り壊しの場合、把握できないことがありますので、家屋を取り壊

今月の納期
納期限12月25日(火)

固定資産税……………第3期
国民健康保険税…第6期
後期高齢者医療保険料…第6期

今月の休日納税相談

日時=12月23日(日)
午前8時30分〜正午
場所=1階 税務課窓口
連絡先=税務課 納税係
☎(56)9121

した方又は取り壊す予定のある方は、税務課までご連絡くださいますようお願いいたします。

▼問い合わせ先 税務課 資産税係

☎(56)9123

カラス駆除の実施について

カラスによる農作物への被害を防止するため、有害鳥獣の駆除を実施します。駆除は銃器を使用して行いますので、ご理解、ご協力をお願いいたします。

▼日時 1月26日(土)・27日(日) 午前7時〜午後5時

▼実施場所 上三川町全域

▼対象鳥獣 カラス

▼問い合わせ先 産業振興課 農産園芸係

☎(56)91388

遺跡地図作成事業の告知らせ

現在、遺跡地図作成のための調査を実施しています。期間中、腕章を付けた調査員が町内を歩き、遺跡の範囲を確認します。近隣のみなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

▼調査期間 平成31年2月末まで

▼問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係

☎(56)9159

冬休み学習サポートボランティア募集中!

町内在住の中学生の自主学習を支援してくださるボランティアの方を次のとおり随時募集しています。

▼内容 中学生に問題の解き方や学習方法を個別に支援する。

▼問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係

☎(56)9159

上三川町 交通事故発生状況

	9月	10月
件数	5件	12件
負傷者数	7人	16人
死者数	0人	0人

(国語・数学・理科・社会・英語の中で可能なものだけで結構です)

▼対象生徒 町内在住及び町内の中学校に通う中学生から3年生

▼期日 中学校の夏休み・冬休み・春休み期間中

※都合の良い期日及び時間帯で結構です。

▼場所 上三川町立図書館

▼応募方法 「上三川町学習サポート事業学習支援ボランティア登録票」に必要事項を記入し、メール・ファックス・郵送・持参で生涯学習課に提出してください。

※登録票は生涯学習課窓口で配布のほか、町のホームページからダウンロードできます。

▼問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習係

☎(56)9159

**軽油引取税に係る農業
 用免税証の交付申請**

平成31年分農業用免税証の交付申請を次のとおり受付けます。

▼期日 2月5日(火) 上三川地区・明治地区のうち多功及び天神町

2月6日(水) 本郷地区・明治地区(多功及び天神町を除く)

▼時間 午前9時30分～午後3時

(正午～午後1時までは昼休み)

▼場所 役場3階 大会議室

※持参するもの等、詳しくは「広報かみのかわ平成31年1月号」に掲載いたしますので、ご確認ください。

また、12月に発行します「かみのかわ農委情報」にも同様の内容を掲載いたします。

▼問い合わせ先 栃木県宇都宮県税事務所 課税課

☎028(626)3018

☎(56)9166

議会を傍聴しませんか

議会定例会は、12月4日(火)から開会となります。

議会では、町の重要な施策や、皆さんの身近な問題が審議されます。

傍聴される方は、議会当日、役場4階議会事務局にて、備え付けの用紙に住所・氏名などをご記入ください。傍聴券を先着順で交付いたします。

なお、車いすでの傍聴もできますので、事前に議会事務局へご連絡ください。

日程等については町のホームページをご覧いただくか、議会事務局にお問い合わせください。

▶問い合わせ先＝
 議会事務局 ☎(56)9162

**水道管の凍結にご注意
 ください**

気温が氷点下を下回ると、水道管の凍結によって水が出なくなったり、蛇口や水道管が破裂して水が噴き出してしまふ恐れがあります。水道管が破裂した場合、水が使えなくなってしまうので、気象情報に注意し、普段から点検を行い、凍結対策をしておきましょう。対策方法などは、町のホームページに掲載しています。

もし水道管が凍結で破裂した場合の修理は、必ず町指定の給水装置工業者に依頼されるようお願いいたします。

▼問い合わせ先 上下水道課 水道業務係 ☎(56)9168

ご家庭で油を使用される場合は燃えるゴミとして処分してください

料理に使用するてんぷら油などの動植物油を下水道に直接流すと、管内で油脂が固着し管渠を閉塞させる原因となります。冬場は特に管内で油脂が固着しやすいことから、油の処理は次のように適正に行ってください。

1. ふき取る：食器やフライパンについた油は、調理で使用したキッチンペーパーなどできれいに拭きとってから洗ってください。
2. 吸い取る：揚げ物の油は凝固剤を使って固めるか、新聞紙などで吸い取ってから燃えるゴミとして出してください。

▼問い合わせ先 上下水道課 下水道業務係 ☎(56)9167

～エコベア－の安心一貫施工～
丸宇興業株式会社



上三川町上郷1927
 栃木県知事許可(般-27)
 第23313号

ECOベア－事業部 いろよくまんでん
 ☎0120 164910点

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

日産リーフ

NISSAN 栃木日産上三川店 ☎0285-56-7723

“第36回しらさぎマラソン大会” 開催に伴う、みずき通り 一時車両通行止めのお知らせ

今年も12月2日(日)に“第36回NISSANしらさぎマラソン大会in上三川”が、日産自動車(株)栃木工場第一グラウンドにて開催されます。

5キロコース・10キロコースは町内一般道も走りますので、当日はランナーに温かいご声援をお願いいたします。

なお、当日は午前10時20分から11時40分頃まで、日産自動車株式会社栃木工場南側みずき通りの一部が車両通行止めとなります。ご迷惑をおかけしますが、皆様のご協力をお願いいたします。

▶大会日時=12月2日(日)雨天決行

※開催・中止の案内はホームページ、とちぎテレビデータ放送、かみたんメールで行います。

▶大会会場=日産自動車株式会社栃木工場第一グラウンド

▶問い合わせ先=

しらさぎマラソン大会実行委員会事務局
(生涯学習課スポーツ係内)

☎569170 FAX566691

農業に関するご相談 は農業公社まで

農業を取り巻く環境は、農業所得の減少や農業者の高齢化、後継者不足、そして耕作放棄地の増加など厳しい状況にあります。農業公社では、町の農業を守るため、農業経営に意欲のある方を支援しています。

「農業を新規に始めたい」「農業経営規模を拡大したい」「個人経営から集

団化したい。」など、農業に関する相談は、農業公社までお気軽にお問い合わせください。

▼問い合わせ先Ⅱ

(公財)上三川町農業公社

☎564312

栃木県南健康福祉 センター薬物依存症 家族の集い

薬物依存症ってなんだろう？家族はどう関わったら良いのかわからない・・・

同じような問題を抱えている他のご家族と一緒に話してみませんか？

初めて参加を希望される

方は職員による事前面談があります。まず、お電話でご連絡ください。

▼日時Ⅱ平成31年1月10日

(木)午後1時30分～3時

▼会場Ⅱ栃木県庁小山庁舎

▼問い合わせ先Ⅱ

県南健康福祉センター生

活衛生課 生活薬事

☎0285(22)6119

放送大学4月生募集 のお知らせ

放送大学では、平成31年度第1学期(平成31年4月入学)の学生を募集中です。10代から90代の約9万人が様々な目的を持って学んでいます。

心理・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など約300の授業科目があり、1科目から受講できます。出願期間は平成31年3月17日(日)まで。資料を無料で差し上げています。

▼問い合わせ先Ⅱ

放送大学栃木学習センター

☎028(632)0572

～ デマンド交通(かみたん号)のご案内 ～

Q. かみたん号の料金について教えて

A. 大人は町内300円、町外施設が450円だよ。(石橋駅は300円)
小学生は町内外問わず150円で、未就学児は無料だよ。

●問い合わせ先【予約】予約受付センター ☎0120-272-315
(通話料無料・平日 午前8時～午後5時)
【登録】企画課 政策調整係 ☎0285-56-9118



**第2弾「COOL CHOICE
とちぎチャレンジ」
2018」ご御参加ください**

栃木県では、省エネ家電
買換キャンペーン「COOL
CHOICE とちぎチャレンジ」
第2弾を実施しています。

1月18日(金)までに、県
内の販売店舗で対象の省エ
ネ家電製品へ買換えて応募
いただいた方の中から抽選
で約100名の方に様々な
景品を進呈いたします。

町営住宅入居者募集

▶募集住宅・家賃月額＝

愛宕町営住宅	3DK(昭和49年築)	1戸	10,700～21,100円
下町第二町営住宅	3DK(平成元年築)	2戸	18,100～35,600円
下町第二町営住宅	3DK(平成5年築)	1戸	19,000～37,300円

▶受付期間＝12月3日(月)～14日(金)

(土日、祝日を除く)

- ※家賃は、入居者の年収等により決まります。
- ※入居には、家賃の3か月分の敷金が必要です。
- ※入居可能日は、翌月1日になります。

▶問い合わせ先＝

建築課 計画係 ☎(56)9145

▼応募方法＝
①「COOL CHOICE とちぎ」
総合サイトから応募
https://www.coolchoicetochi
gi.jp/challenge/index.html

②販売店等で配布されるチ
ラシ裏面の応募用紙により
郵送又はファックスで応募

▼問い合わせ先＝
栃木県地球温暖化防止活動
推進センター

☎028(673)9101
FAX 028(612)6611

**臨時保健師・助産師
を募集しています**

町では、母子保健業務に
従事する臨時職員(保健師
又は助産師)を募集してい
ます。

▼募集人数＝1名
▼任期＝任用の日から平成
31(2019年)年12月20日
頃まで

▼業務内容＝主に乳幼児健
診等の母子保健事業業務
▼応募方法＝履歴書に写真
(縦4cm×横3cm)を貼付し、
保健師又は助産師免許の写
しを添えて、健康課に提出
してください。

▼その他＝勤務時間、業務
内容等その他詳細について
は健康課にお問い合わせく
ださい。

※町では、右記の職員募集
に加え、保健事業に従事す
る保健師、助産師、看護師
の臨時職員登録を随時募集
しております。登録を希望
される方は、履歴書に当該
資格の免許の写しを添付の
上、健康課までご提出くだ
さい。

▼問い合わせ先＝
健康課 母子健康係
☎(56)9132

「福祉のお仕事就職フ
ィア(小山市、宇都宮
市開催)」のお知らせ

▼内容＝福祉の仕事に就き
たい方と求人事業所との相
談会。福祉の仕事や資格の
相談もできます。

小山市開催
▼日時＝平成31年1月26日
(土)午後1時～3時30分
▼会場＝小山市立中央公民館
宇都宮市開催
▼日時＝平成31年2月16日
(土)午後1時～3時30分
▼会場＝とちぎ福祉プラザ

▼問い合わせ先＝
栃木県社会福祉協議会
福祉人材・研修センター
☎028(643)5622

日用品、生活雑貨、作業用品、季節の商品、LPガス、灯油

暮らしの店 **海老原善次商店**

商品1個から配達します。お気軽にご注文ください。 ☎ 0285-56-2065

ギャラリー & 多目的スペース **やねうら** ご利用を、随時受け付けています。お気軽にお申し込みください。

上三川町上三川4879 FAX 0285-56-0390 URL http://ebiharashouten.com/



こころの相談

開催日 = 12月21日(金)
1月27日(日)
相談時間 = 午前9時～午後0時20分
(1人あたり約1時間)
場所 = 上三川いきいきプラザ
共用相談室
相談員 = カウンセラー
申込期間(予約制)
= 相談の1週間前まで(土日祝日は除く)
費用 = 無料
問い合わせ先 =
健康課 成人健康係
☎56 9133

隣保相談

地域住民の生活上の相談、人権にか
かわる相談に応じます。
日時 = 12月8日(土)
午前10時～正午
場所 = 東館南集会所
問い合わせ先 =
福祉課 福祉人権係
☎56 9128

法律相談

日時 = 12月16日(日)
午前10時～午後1時(1人20分)
場所 = 上三川いきいきプラザ
共用相談室
相談員 = 栃木県弁護士会 弁護士
申込期間(予約制)
= 12月3日(月)～14日(金)
(土日祝日を除く)
費用 = 無料
問い合わせ先 =
福祉課 福祉人権係
☎56 9128 FAX 56 6868

心配ごと相談

日時 = 第2・第4水曜日
午前9時～正午(祝日を除く)
場所 = 上三川いきいきプラザ
共用相談室
内容 = 日常生活上に生じる心配ごと、
困りごとなど
問い合わせ先 =
上三川町社会福祉協議会
☎56 3166

まごころ～善意銀行～(敬称略)

(平成30年11月9日現在)

- ・パッチワークキルトサークルハーモニー 10,904円(第25回)
- ・七宝焼 彩の会 6,260円(第40回)
- ・上三川町更生保護女性会 20,000円(第8回)
- ・上町自治会パッチワーク教室 10,634円(第6回)
- ・吉澤啓子 590円(第75回)
- ・四つ竹健康踊り雅流会員一同 5,000円(第14回)
- ・北小地区社会福祉協議会1円玉募金 2,875円(第16回)
- ・成願寺 46,615円(第6回)
- ・上三川町消費者友の会 3,000円(第33回)
- ・日産自動車労働組合栃木支部 87,950円(第22回)

みなさまの温かいごころざし、
ありがとうございます。

上三川町社会福祉協議会

園芸総合相談所(愛称「みのりす」)の設置



「園芸大国とちぎ」の実現に向け、栃木県河内農
業振興事務所内にトータル的なサポートを行うウ
ンストップの相談窓口「園芸総合相談所(愛称「み
のりす」)」を設置しました。

「新たに園芸作物を導入したい」、「規模拡大・機
械化をしたい」、「新たな販路を確保したい」など、
お気軽に御相談ください。

▶ 問い合わせ先 =
河内農業振興事務所 経営普及部
☎028(626)3068



【とちぎ救急医療電話相談】

大人(15歳以上)の救急電話相談
#7111 又は ☎028-623-3344 【毎日】午後6時～午後10時

【とちぎ子ども救急電話相談】

お子さんが急な病気やけがで心配なとき…
#8000 又は ☎028-600-0099
【月～土曜日】午後6時～翌朝8時
【日・祝日】午前8時～翌朝8時(24時間)

