



# みんなで支えあい 安心して暮らせる地域社会を

## 介護サービスの充実をすすめています

介護保険制度がスタートして3年半が経過しました。介護サービスを利用する人や介護サービスの種類も増えており、介護保険制度は介護を支える大きな柱となっています。

介護が必要な高齢者へのサービスは大きく分けて二つ。ひとつは、住み慣れた地域での暮らしを支える在宅サービスで、ホームヘルプや通いながら介護を受けられるデイサービスなどがあります。もうひとつは、在宅が困難な方が特別養護老人ホームなどで介

護を受けながら生活できる施設サービスです。県では、サービスを受けたい方がいつでも利用できるよう、これらのサービスの充実や施設整備などをすすめています。

また、高齢者が安心して暮らすためには、制度や施設の整備だけではなく、地域全体で支えあっていくことも重要だと考えています。ここでは、高齢者福祉を支えるボランティアの皆さんのが活動をご紹介します。

## 地域に広がる助け合いの心

### 放課後



ひとり暮らしなどで支援が必要な高齢者に対し、病院などに外出する際の送迎や、寝具類の洗濯、理美容の訪問サービスなど、県では、地域支え合い事業として様々なサービスを提供する市町村を支援しています。その中のひとつ、高齢者の自宅にお弁当を届け

## 一人ひとりに家庭の味を

### 配食 ボランティア



この日はトイレットペーパーの芯で車のおもちゃを作りました。上手に走らせると歓声が

板荷中学校の皆さん「いつも喜んでくれるので、とてもやりがいがあります。マンネリにならないよう工夫しています」

鹿沼市立板荷中学校では、週に一度放課後ボランティアとして無量荘を訪問。七、八名が班をつくり、一緒に手作りゲームで遊んだり、漫才や踊りを披露したりしています。

「中学生たちは毎回工夫を凝らしてくれるので皆さん心待ちにしています」と無量荘の職員。板荷中学校の先生は「高齢者との交流活動を通じて、自分が社会に役立っている」という実感が生まれ、社会とのかかわりの中で生きているという自覚にもつながっていくのではないか」とボランティアの効果を話します。

「ここの中学生は、我々が困っていると町中でも親切にしてくれる。きっとここに来てくれるからだね」と話します。学校の活動が地域にも広がっています。

### 清掃 ボランティア

## 縁の下の力持ちに徹しています

### 竹内 敏雄さん(壬生町)



もともと福祉関係の職場で長く働いていたので、福祉の仕事にかかわってみたいと思っていたところ、近所に「のぞみホーム」という小規模多機能ホームがあったのでボランティアを申し出ました。

ここで職員と利用者が密にかかわっている姿を見て、自分のすべきことは、職員がやっている雑用を出来るだけ減らさるようにすることではと感じて、部屋の掃除や草むしりなどを行っています。直接のお手伝いではありませんが、少しでも助けになればと思っています。

「小規模多機能ホーム」…利用者の家庭の事情や身体状況の変化などに柔軟に対応するため、ホームヘルプやデイサービスなどの各種サービスを複合的に提供している小規模施設が一般的にこう呼ばれています。

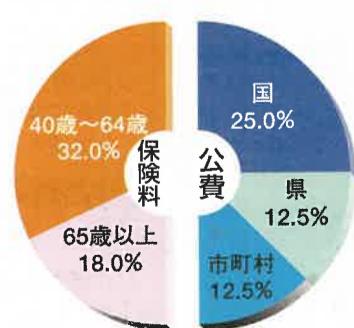
◇問合せ  
TEL 028-623-3048  
県高齢対策課  
一口メモ

## 平成15年度から介護保険料が見直されました

- 介護保険制度は、3年ごとに事業計画の見直しが行われ、保険料についても今年の4月から改定されています。
- 年金から天引きされる方は10月から保険料額が変更となっています。
- 介護サービスの利用者やサービスの量が増えているため、保険料はほとんどの市町村で上がっています。介護保険制度は皆さんの税金と保険料で支えられている制度です。詳しくはお住まいの市町村の介護保険窓口にお問い合わせください。

### 介護保険財源内訳

~皆さんの税金と保険料で成り立っています~



## とちぎ権利擁護センター(愛称:あすてらす)

~あなたの安心を応援します~

痴呆のある高齢者、知的または精神に障害のある方等で判断能力が十分でない方の権利や財産を守るお手伝いをしています。ご相談のうえ、契約を結び、サービスが開始されます。

例えば…福祉サービス申込手続きの代行・同行などのお手伝い

貯金の出し入れ、公共料金の支払い、年金などの受領確認など

●お問い合わせは、お気軽にお住まいの市町村社会福祉協議会または

栃木県社会福祉協議会(☎028-621-1234)へ

●ご本人が「あすてらす」の契約を結ぶことが

困難な場合は、成年後見制度を利用し、契約

することもできます

●成年後見制度とは、家庭裁判所が後見人等

を選任した上で財産管理等、様々な契約が

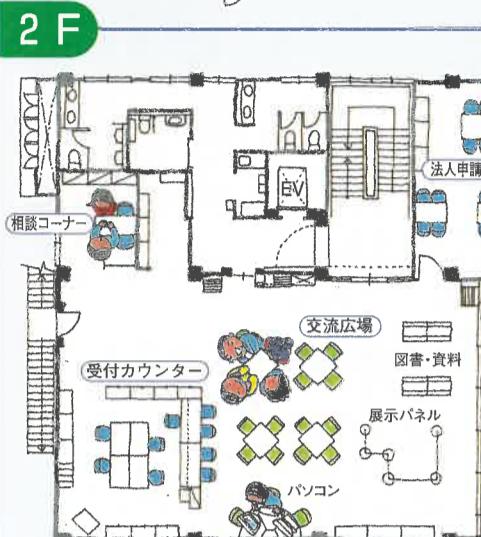
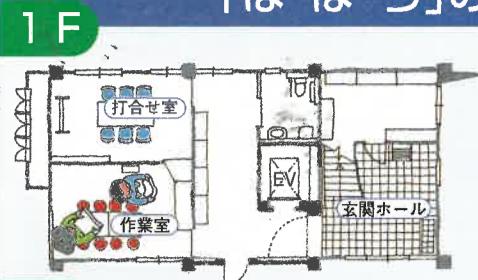
できる制度です

●無料相談会も開催されています(右欄参照)

### 成年後見制度の無料相談会

- 日 時 每月第2日曜日 午前9時30分～午後0時30分
- 場 所 とちぎ福祉プラザ404会議室
- 主 催 (社)成年後見センターリーガルサポートとちぎ
- 問合せ とちぎ福祉プラザ ☎028-623-0810

## 「ぼ・ぼ・ら」の主な機能



## 3F



## 研修室

研修室A(70名定員)と研修室B(30名定員)があります。AとBは合わせて使うこともできます。社会貢献活動に関する研修・交流会の会場としてご利用になれます。

## 多目的ルーム

畳敷きの和室です。研修会開催時に託児室や控え室などにもお使いください。

## 作業室

印刷機・コピーを利用(有料)して資料作成等ができます。紙折機などもあります。

## 打合せ室

6~8人程度の打ち合わせができます。

## 受付カウンター

施設利用登録の受付や申込み予約などを行う。「ぼ・ぼ・ら」の総合窓口です。お問い合わせもお気軽にどうぞ。

## 交流広場

書籍や各種資料の閲覧、パソコンの利用、チラシやパンフレットの展示などができます。交流テーブルは簡単な打合せなどにもご利用ください。

## 法人申請相談室

NPO法人の認証申請に関する相談を県文化振興課の職員がお受けします。事前に予約(028-623-3422)をお願いします。

十一月七日、「とちぎボランティアNPOセンター」がオープンします。このセンターは、ボランティアやNPOの活動など、県民の皆さんの社会貢献活動を支援する「人と情報の交流拠点」です。愛称は「ぼ・ぼ・ら」。ボランティア活動がしたい、NPO法人をつくりたい、こんな活動をしている団体を紹介してほしいなど、社会貢献活動に関する様々な相談に応じる場などを提供したりします。社員ひとりを応援して行きますので、お気軽にお問い合わせください。

TEL

028-623-3422

問合せ

県文化振興課

# はじめまして！ 「ぼ・ぼ・ら」です

## とちぎボランティアNPOセンター 11月7日オープン！



### みんなが元気になる場所に

「社会貢献活動に参加してみたい」と思っていても、そのきっかけがつかめない方が多いのではないでしょうか。また逆に、ボランティアさんがなかなか見つからないということも。誰もが気軽に訪れて、様々な人と交流できたり、相談できたり。「ぼ・ぼ・ら」は、多くの人と情報が自由に行き交う場所、みんなが元気になる場所にしていきたいですね。皆さんのお越しをお待ちしています。



「ぼ・ぼ・ら」の管理・運営にあたる  
栃木県NPO協会会長の荒川恒昭さん

●開館時間 午前9時30分～午後9時

※日曜・祝日は午後5時まで

●休館日 毎週月曜日、年末年始

※ただし月曜が休日の時はその翌日

●利用に当たって

事前申込みや利用登録が必要なサービスもあります。詳細はお問い合わせください

●住所 宇都宮市昭和2丁目2番7号

●TEL 028-623-3455

### オープニングイベントを開催します！

記念講演 「新しい協働に向けて」

講師 山岸秀雄さん(NPOサポートセンター理事長)

●11月7日(金)午前11時10分～



### Topics 1

### 両陛下が御視察・ 御放鳥

天皇、皇后両陛下はご静養のため、九月十二日から十六日まで那須御用邸に滞在されました。十二日、西那須野町で農業を営む高松勝雄さん宅をご訪問され、養液栽培トマトハウスマスを御観察されました。また、十六日には、けがや病気で保護された鳥などを自然に帰す「御放鳥」をされました。



### Topics 2

### 「とちぎトーク21」開催 知事が若い世代と語り合う

九月二十八日、宇都宮市にあるとちぎ青少年センターで、栃木の今や未来について若い世代の方と知事が語りあう「とちぎトーク21」が開催されました。当日は、二十名の参加者が高校再編、環境に配慮した交通施策などについて意見が出され、活発な議論が行われました。



福田知事と語りあう参加者たち。知事から「とちぎ将来構想」についての講話をありました

### Topics 3

### 県庁舎本館を一般公開

九月十九日と二十日、永年に亘ってきた県庁舎本館の解体・移築工事を前に見学会が開催されました。公開されたのは正庁、旧貴賓室、旧議場、知事室です。天井や壁には植物の葉やソツナを模していました。デザインなどの装飾が施されており、訪れた方の目をひいていました。県庁舎本館は今後一部が解体され、「県勢資料館(仮称)」として保存、活用されます。



2日間で約2,000人が来場。65年間親しまれてきた県庁舎本館の最後の姿を惜しみました

## カラダに とちぎ

### 地産地消

地元の恵みを地元で食べよう！



<http://www.tochigipower.com>

### 今月のおいしい食材

#### 米 (コシヒカリ)

新潟に次ぐ流通量を誇る栃木のコシヒカリは、そのおいしさにも定評があります。おいしいお米をおいしく食べて、あなたもお米の達人に！

#### ○お米のおいしい食べ方

- お米は鮮度が肝心。精米日を確認して春は1ヶ月、夏は2週間、冬は2ヶ月を目安に、食べきれる量を購入しましょう
- 米とごは水の中に入れてさっとかき混ぜたら、すぐに水を捨てて、2、3回繰り返したら、あとはリズミカルにとぎます
- 炊きあがったごはんに②で取り出しておいたきのこを合わせる
- 白ゴマとみつばを散らしたら出来上がり

#### とちぎの米を使って

#### たきこみごはん

〈材料〉(1人分)

米180cc、もち米45cc、舞茸70g、しめじ70g、タケノコ水煮50g、銀杏25g、薄口醤油大さじ2、酒小さじ1、みりん大さじ2、だし汁250cc、白ゴマ・みつば各適宜

#### 〈作り方〉

- 米ともち米をとぎ、7~8時間水にひたす
- きのこは湯通ししてアクを取り、醤油・酒・だし汁で煮て取り出していく
- 米にタケノコ、銀杏を加え、②のきのこの煮汁で炊く
- 炊きあがったごはんに②で取り出しておいたきのこを合わせる
- 白ゴマとみつばを散らしたら出来上がり



協力: 栃木とちぎ農産物マーケティング協会

**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

- 児童館フェア「わいわい遊びの屋台村」 10月18日(土)・19日(日) 午前10時～午後3時30分
- 県内の児童館が大集合! 工作や遊びの屋台で楽しめよう
- 星を見る会 11月1日(土) 午後7時～ みなみのうお座をさがそう
- ミニ工作室「コマを作つて遊ぼう」 11月8日(土) 午前11時15分～午後2時15分～ 定員 小学生以上各回30名 ボール紙を重ね合わせて簡単でカラフルなコマをつくります
- 科学技術コンクール「チャレンジ・トゥ・ザ・リミット」 中学生部門11月8日(土)、高校生部門11月15日(土) 県内中高生が自作のメカ(車両)で白熱の競技を繰り広げます

漢字で「秋明菊」と表記しますが、原産国の中では「秋牡丹」と言うそうです。ちなみに英名は「ジャバニーズアネモネ」。花びらに見える部分は本当はガク片です。赤・ピンク・白の3色があります。

【ウォッキングポイント】

鮮やかな秋の花として庭や公園に多く植えられています。花期が長く10月下旬までが見頃です。

**自然とふれあう**

森の集い「好評! リース&バスケット」

- 樹木の成長を阻害するツルを探り、リースやバスケットをつくってみよう
- ①10/29(水)  
②11/13(木)  
③11/26(水)  
④12/20(土)
- ※④は親子で参加できる方が対象
- 定員 各回先着20名 ●参加無料

県民の森管理事務所☎0287-43-0479

**とちぎ花センターの催し**

○秋のフラーフェスティバル  
●10月18日(土)・19日(日)

●プランターコンテスト作品や創作ミニガーデンの展示ほか、楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひご来場ください

●入場無料(観賞大温室のみ有料)

とちぎ花センター☎0282-55-5775

**11月の唐沢の森と遊ぼう**

●秋の味覚で昼食づくり。小枝や木の実を利用したクラフト活動の後は、夜のキャンドルサービスを楽しもう

●11月1日(土)～2日(日) 1泊2日

●対象 小・中学生

●定員 先着50名

●参加費 3,500円

唐沢青年の家☎0283-22-2543

**海浜自然の家で冬の海を体験しよう**

●冬の海や日の出の美しさなどを体験。干物づくり、貝殻細工などもできます

●第1回12月6日～7日(11/21締切)  
第2回12月13日～14日(11/28締切)  
第3回 1月10日～11日(12/19締切)  
※いずれも土・日曜、1泊2日

●定員 各回先着15家族程度

●参加費 幼児2,100円～大人6,000円

とちぎ海浜自然の家(茨城県旭村)☎0291-37-4004

**ふるさと栃木フェア2003**

見たい! 食べたい! 遊びたい! ふるさと栃木

●県内特産品の展示・販売や観光等の紹介、農産物販売、ふるさとの味提供など。ふるさと「栃木」の魅力を味わおう!

●10月24日(金)・25日(土)・26日(日)  
※午前10時～午後5時  
(26日は午後4時まで)

●会場 マロニエプラザ

●入場無料

●JR宇都宮駅東口から会場まで無料シャトルバスを運行します

県観光課☎028-623-3305

**ふるさと栃木フェア2003**

information とちぎテレビ

県の広報番組

クローズアップとちぎ

10月19日 マロニエ建築賞  
26日 環境にやさしい農業

●毎週日曜日 9:00～9:45  
11月2日 とちぎの経済活性化に向けて  
●(再)月曜日 20:00～20:45  
9日 人とサルとの共生のために

**文化情報**

県立美術館  
宇都宮市桜4-2-7  
☎028-621-3566 月曜日

●企画展「鉄道と絵画」—夢はこぶモダン列車 11月1日(土)～12月23日(祝・火) 鉄道が発明された19世紀イギリスを皮切りにフランスやアメリカそして近代日本まで、鉄道にかかわる絵画・版画・写真・ポスター約200点で、鉄道の文化的社会的意味を探る

◇11月3日「文化の日」は、無料観覧日です。ぜひご来館ください

**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「ものが語る人と文化」—ミュージアム・コレクション再発見 11月24日(祝・月)まで開館以来収集してきた人文系コレクションの中から、えりすぐりの資料を一堂に展示します。ひとつひとつの資料(もの)が語ってくれる人と文化の世界をお楽しみください

朝鮮使節行列図屏風(部分)

●定時解説 毎日午後2時～ 解説員が企画展を案内します

**文化情報**

県総合文化センター  
宇都宮市本町1-8  
☎028-643-1010

●チエン・ミン 二胡コンサート 10月31日(金)午後6時30分開演 チエン・ミンが奏でる気品あふれる美しい二胡の響きをお楽しみください 好評発売中

●ブロードウェイ・ミュージカルカンパニー 11月1日(土)午後4時開演 世界中で愛されているミュージカルの名曲、名シーンをオーケストラ・歌手・ダンサーらがハイライトでお贈ります 好評発売中

の連携交流が生まれますビジネスチャンス及びパネルディスカッション 受講無料 定員先着150名 申込締切 10月24日(金) 県商工振興課☎028-623-3203

### 建設業者講習会

●①11月4日(火)・県総合文化センター(宇都宮市)②11月7日(金)・那須野が原ハーモニーホール(大田原市)③11月11日(火)・おひら町民ホール(大平町)※いずれも午後2時～3時30分 ●労働災害防止、入札参加資格申請追加受付についてほか 対象 建設業関係者 ●当日直接会場へ 県監理課☎028-623-2390

### パルティの講座

●トークイントーク 11月15日(土)午後1時30分～3時30分 テーマ 「私流」生きること、働くこと 講師 残間里江子さん(プロデューサー)、西山昭彦さん(東京ガス都市生活研究所長) 受講無料 託児・よみがたりあり(要予約) 定員 378名 申込締切 10月28日(火) とちぎ女性センター☎028-665-7706

### 案内

#### 臓器移植街頭キャンペーンのお知らせ

●10月19日(日)午前11時～午後1時 宇都宮市オリオン通り献血ルーム前、パルコ西口 ●臓器提供意志表示カード配布や腎臓病等の無料医療相談などを実施します ぜひお立ち寄りください 県健康増進課☎028-623-3086

#### 母子家庭等実態調査にご協力を

●11月1日現在で母子家庭等を対象に調査を実施します この調査結果は県の母子福祉施策の参考としていきます 調査対象のご家庭に調査票を郵送しますので、ご協力ください 県児童家庭課☎028-623-3067

#### あなたが飼っているのは野鳥ではありませんか?

●許可を受けずにメジロやオオルリなどの野鳥を飼うのは違法 オオルリです 野鳥を捕まえたり売ったりしているのを見かけた時は、林務事務所または県自然環境課☎028-623-3261へご連絡ください

#### 犬の飼い主の皆さんへ

●犬は家族の一員としてきちんとしつけ、周りに迷惑をかけずに飼いましょう 犬のしつけに関する相談は 県動物愛護指導センター☎028-684-5458へ、犬の登録・狂犬病予防注射については各市町村へご相談ください

#### 朝鮮半島・台湾出身の旧軍人・軍属等であった方とその遺族の方へ

●ご存じですか?弔慰金等が支給されています 遺族への弔慰金260万円、重度戦傷病者への見舞金400万円 請求期間は平成16年3月31日までです お心あたりのある方はお問い合わせください 県高齢対策課☎028-623-3054

|                               |                       |                                      |
|-------------------------------|-----------------------|--------------------------------------|
| なるほど!とちぎ                      | 10月18日 森林を守るのは、みなさんです | 10月18日 高校生のインターンシップ                  |
| ●毎週土曜日 9:00～9:45              | 25日 とちぎの雰囲! 日光杉並木     | 25日 障害児教育の充実をめざして                    |
| ●(再)日曜日 20:00～20:45           | 11月1日 いで湯達人に聞く「温泉ノ鏡メ」 | 11月1日 ものづくりをしよう!                     |
|                               | 8日 食と農の郷とちぎ           | 8日 子どもたちの育ちを点から線へ~幼・保・小連携~           |
|                               | 15日 クリーンアップフェア        | 12:10～12:30 15日 訪ねてみよう!とちぎの文化財~塙原町編~ |
| 県政ひとくちメモ                      | 10月16日 ふるさと栃木フェア2003  | 県の行事、募集案内、イベント情報を5分間でお知らせします         |
| ●毎週木曜日 「イブニング6」内 18:20～18:25頃 | 23日 クリーンアップフェア2003    | 11月6日 8:10～、12:05～、21:55～            |
|                               | 30日 栃木県発明展・児童生徒発明工夫展  |                                      |
|                               | 11月6日 ボランティアNPOセンター開設 |                                      |
|                               | 13日 薄暮時間帯の事故防止        |                                      |



オオルリ