



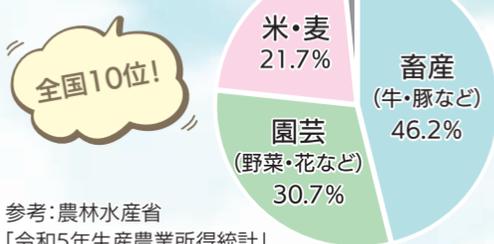
スマホでも読める
とちぎ県民
だより
WEB版
はこちらから!

おいしい食を届ける とちぎの農業

国際情勢の不安定化や気候変動など、農業を取り巻く状況は変化しています。これからもおいしい食を届けるために、県では消費者、生産者、関係団体と「とちぎの食と農業アクションプロジェクト」を開始。身近な食を例に農業の現状について理解を深め、県産農産物を選ぶなど、食と農業を応援しましょう。

栃木県の農業の現状

【農業産出額の割合】



生産量全国1位!

いちご strawberry



栃木県といえば、いちご!甘さが際立つ「とちあいか」は、収穫量が多く病気にも強いいため、作付面積が拡大中。また、新規就農者も増えています。これからも“とちぎのいちご”を味わってください。

生産量全国2位!

ニラ chinese chive



農家では、地下水でハウス内の温度を保つウォーターカーテンの導入や、生育が旺盛で収穫を重ねても品質が安定している「ゆめみどり」の栽培など、生産量アップを目指して取り組んでいきます。

ミニ情報

県では農家や大学、企業と連携して、作業負担を軽減する出荷調整機を開発中です。開発の様子は「栃木県農政部 YouTube チャンネル」でご紹介しています。



牛乳 milk

広大な農地や恵まれた気候などで生乳生産量本州トップ!一方で、不安定な国際情勢により飼料代が高騰し、農家の経営に大きな負担がかかっています。皆さんに県産牛乳を飲んでいただくことが支えになります。



原料の生乳が生産量全国2位!

生産量全国8位!

米 rice

最近の夏の猛暑は、品質に大きな影響を与えていますが、「とちぎの星」は高温に強く、品質が安定しています。大粒で甘みがあり炊飯後も粒がしっかりしていて、お弁当にも最適!

ミニ情報

ドローンによる肥料散布や自動運転できる農業機械 (GPS 搭載) での田植えなど、先端技術で農作業の自動化や効率化を推進しています。



生産量全国5位!

トマト tomato



農家では、温度や湿度、光の量などハウス内の環境を自動調整するシステムの導入が進んでいるほか、暑さに強い品種の栽培も増えています。生産現場の工夫・努力と先端技術の活用でおいしいトマトをお届けしていきます!

※各農産物の生産量順位は令和5年時点
※「とちあいか」「ゆめみどり」「とちぎの星」は、栃木県が開発した品種です

とちぎの食と農業を未来へつないでいくために

県産農産物の購入

農業体験イベントへの参加

SNSでの情報発信

おいしいものを共有!

で、盛り上げていきましょう!





LIFE **ライフ** デザイン DESIGN

～自分らしい人生を創るために～

「ライフデザイン」とは、自分の人生を自由に描き、楽しく実現していくために、これから先に起こりうるライフイベントを想像し、自分にとって幸せな選択を考えていくことです。県では若者を対象に人生にはどのような選択肢があるのか、自己実現をするにはどうしたら良いのかを考える機会を提供しています。

interview 「あなたの人生」を教えてください！

Type 01 地元(千葉)の大学→4年間の旅→Jターン(下野市)→起業「若者と地域をつなぐNPO法人の理事」 **Jターン × 起業**



鈴木 祐磨さん
[AGE:30]

大学生活が肌に合わず、4年間ノーマネー旅や最低収入生活などにがむしゃらに挑戦する日々でした。旅の途中で出会った栃木県出身の方から下野市の地域おこし協力隊*の誘いを受け、今につながりました。



advice for the young 少しずつ自分のあり方を見つけていけば、いつか自分が求める場所にたどり着けるかもしれません！

*地域おこし協力隊：地域に移住した「協力隊員」がまちづくりに携わる国の制度

Type 02 県外大学→就職→結婚・出産→開業「在宅ワークのデザイナー」→Uターン(高根沢町) **Uターン × 在宅ワーク**



小野島 友紀さん
[AGE:36]

都内で幼児教育機関の教員として就職したものの、激務で心身ともに疲弊していました。ふらっと入ったお笑いライブで出会った夫と結婚後、退職。コロナ禍や長男出産などを機に「自分らしく生きよう」と思い、興味のあるデザインの道を志しました。

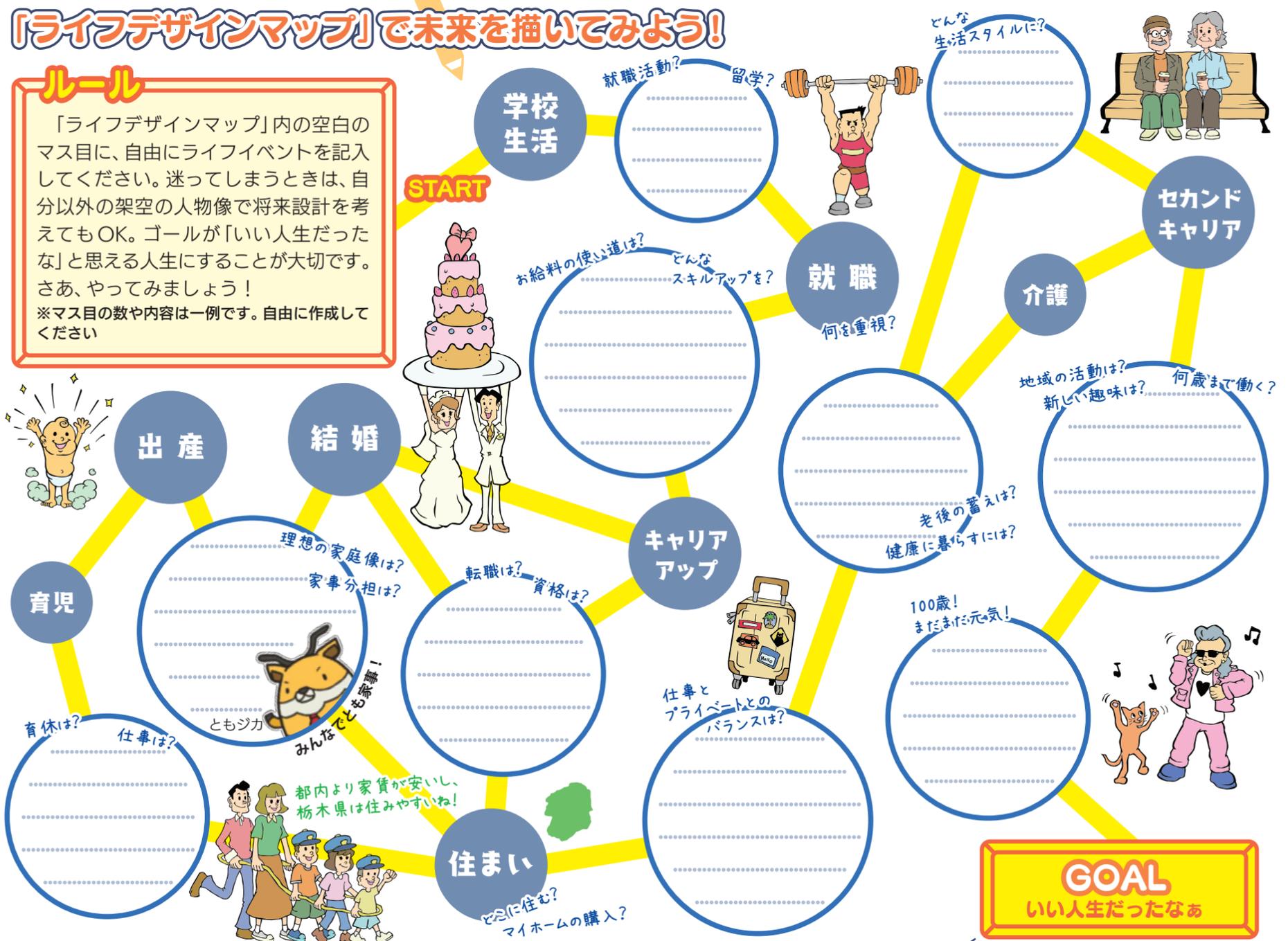


advice for the young 息苦しさや迷いがあるとき、一気にすべてを変えなくても、まずは目の前の環境を変えてみてほしいです

「ライフデザインマップ」で未来を描いてみよう！

ルール

「ライフデザインマップ」内の空白のマス目に、自由にライフイベントを記入してください。迷ってしまうときは、自分以外の架空の人物像で将来設計を考えてもOK。ゴールが「いい人生だったな」と思える人生にすることが大切です。さあ、やってみましょう！
※マス目の数や内容は一例です。自由に作成してください



【問合せ】県民協働推進課 ☎028・623・3076

役立つヒントがいっぱい！
ライフデザイン情報サイト
「とちぎライフデザイン」
先輩たちのリアルな経験談やアドバイスなど、将来設計のためのヒントや支援情報を発信しています。
デジタル冊子も掲載しています
▲こちら

＜マップを作成した学生の感想＞
結婚するイメージがなかったが、少し実感が湧きました
データを見て現状を把握し、将来を考えるきっかけになりました
県では、高校生や大学生を対象に「ライフデザインを考える講座」を学校で開催しています。

3月3日は
耳の日

加齢性難聴を知っていますか？



年齢とともに耳が聞こえにくくなることを「加齢性難聴」と言います。聞こえにくいとコミュニケーションが苦痛になり、サークルや集会などに参加しにくくなります。次第に社会とのつながりが減り、認知症やうつ病のリスクが高くなる場合も。いつまでも良い聞こえで元気に過ごすために正しく理解しましょう！

加齢性難聴の特徴

小さな音が聞こえにくい

高い音から徐々に聞こえにくくなり、小さい音にも気付かしくなくなります

言葉がはっきり聞こえない

「音は聞こえるが、何を言っているのか分からない」という方が多いです

難聴の自覚がない

30代から加齢とともにゆっくり進行していきます

耳の聞こえに不安を感じたら、耳鼻咽喉科の受診を！

自身の状態や特徴を知ることが大切です。高齢者の難聴の中には、治療できるものがあるほか、補聴器を使用することで、聞こえを一定程度取り戻せる場合もあります。耳鼻咽喉科の医師に相談しましょう。



耳の聞こえに関する専門家「補聴器相談医」はこちら▶



日ごろから気を付けよう！

- 大きな音を聞き過ぎない
- 栄養バランスが取れた食事
- 適度な運動
- 規則正しい睡眠
- 禁煙

問 県高齢対策課 ☎028-623-3148

3月24日から 運転免許更新手続きなどが変わります



変更その1 マイナンバーカードを運転免許証として利用できます

- メリット
- ① 運転免許センター等での住所・氏名・生年月日の変更は不要
 - ② 更新時講習がオンラインで受講できる
 - ③ 更新手数料が安い など
- 手続き
- 運転免許センターにマイナンバーカードをお持ちください。メリット①②をご利用の方は、署名用電子証明書暗証番号をご準備ください

変更その2 運転免許証の手数料が変更になります

	新規取得(現行2,050円)	更新(現行2,500円)
マイナ免許証	1,550円	2,100円
通常の免許証	2,350円	2,850円
双方所持	2,450円	2,950円

変更その3 マイナ免許証の方はオンラインで安く更新時講習を受講できます

講習区分	対面	オンライン
優良	500円	200円
一般	800円	200円
違反・初回	1,400円(現行1,350円)	不可

※オンライン受講者も運転免許センター等で適性検査等を受ける必要があります

⚠ 3月23日(日)は、システム改修のため運転免許センターでの免許更新手続き等はできません

問 県警察本部運転免許管理課 ☎0289-76-0110



県政 Information

インフォメーション

- 試験・募集
- イベント
- 講座・催し
- お知らせ

詳しくは▶
県HPで!



県のSNSは
こちら▶



採用試験のお知らせ

◎県職員(大卒程度)採用試験 早期枠

- 1次試験日:4/1(火)~14(月) ● 全国にあるテストセンターで受験 ● 採用予定:行政、林業、総合土木 ● 申込期間:3/3(月)~21(金)

◎県警察官採用試験

- 1次試験日:5/11(日) ● 試験区分:大学卒業者、高校卒業者等、サイバー犯罪捜査官 ● 申込期間:3/3(月)~4/7(月)

問 県人事委員会事務局 ☎028-623-3313

第三種冷凍機械講習会[オンライン]および検定試験(高圧ガス保安法)

- 講習会:5/30(金)~6/19(木) ● 検定試験:6/29(日) 料17,500円(テキスト代等別) ● 申込期間:4/3(木)~16(水)

問 高圧ガス保安協会 ☎03-3436-6102

県営住宅の入居者募集

- 入居時期:5/1(木) ● 募集住戸の公表:3/21(金) ● 申込期間:3/26(水)~4/4(金)

問 県住宅課 ☎028-623-2486

消防団員募集

- 地域の安心・安全を守るため、消火・救助活動、啓発活動などを行います ● 対象:市町に在住、通勤・通学している18歳以上の方(市町により異なる)

問 県消防防災課 ☎028-623-2127

県ホームページのバナー広告募集

- トップページをはじめ約2万6000ページに掲載されるバナー広告の募集 ● 全体のアクセス数は月平均約250万回 ● 掲載

料:5万円/月・枠 ● 詳しくは問い合わせを
問 県広報課 ☎028-623-2191

手話通訳者養成講習会(3コース)

- ①手話通訳I(全36回)②手話通訳II(全34回)③手話通訳III(全12回) ● 5/10(土)~R8/2/28(土)期間中(コースにより異なる) ● 入講試験:①4/12(土)②③4/19(土) ● 定各25名 料無料(テキスト代別) ● 3/29(土) ● 詳しくはホームページで確認を
問 とちぎ視覚障害者情報センター ☎028-627-6889 FAX028-627-6889

「知ってほしいな、ぼくたちわたしたちのこと」世界ダウン症の日JDS 栃木支部啓発展2025

- 3/14(金)~21(金) ● 県庁本館1階県民ロビー ● 日本ダウン症協会の活動を紹介する展示 料無料
問 県障害福祉課 ☎028-623-3623

企画展「洋ラン展」

- 5/6(火・振休)まで ● 県内で生産されたコチョウランやシンビジウムなどさまざまな種類の洋ランを展示 料大人500円、子ども110円
問 とちぎ花センター(栃木市) ☎0282-55-5775

女性の健康週間(3/1~8)

- 女性特有の体と心の仕組みを知り、生活習慣を見直しましょう ● 「自分は大丈夫」「まだ若いから」とがん検診・健診を先延ばしにせず、病気の早期発見・早期治療が大切です
問 県健康増進課 ☎028-623-3094



国際女性デー記念県庁コンサート

- 3/3(月)午後0時10分~50分 ● 県庁本館1階県民ロビー ● マロニエウインドオーケストラによるアンサンブル演奏 定120名程度 料無料 ● 当日直接会場へ
問 県人権男女共同参画課 ☎028-623-3074

働く人のメンタルヘルス相談

- 職場でストレスやメンタル面の不調を抱えている方やその家族、上司・同僚の方からの相談に、産業カウンセラーが応じます(秘密は厳守します)
[県央会場(県庁)] ● 3/11(火)、21(金)
[県北会場(那須庁舎)] ● 3/18(火)
[県南会場(足利庁舎)] ● 3/12(水)
※いずれも ● 午後1時30分~4時30分(1人50分) ● 開催日の3日前 料無料 ● 面接、電話相談(県央会場のみ)
問 県労働政策課 ☎028-623-3217

解雇・パワハラ等でお悩みの方へ

- 労働者と事業主とのトラブルを解決するため「あっせん」を行っていますので、ご相談ください 料無料
問 県労働委員会事務局 ☎028-623-3337

確定申告と納税は期限内に

- ◎ 確定申告はe-Taxをご利用ください ● ご自宅からインターネットで24時間申告できます ● 申告受付期間:所得税および贈与税は3/17(月)まで、個人事業者の消費税および地方消費税は3/31(月)まで ● 所得税と消費税の納税には、便利で確実な口座振替をご利用ください ● 口座振替日:所得税4/23(水)、消費税

4/30(水)
問 宇都宮税務署 ☎028-621-2151

自動車税納税通知書の送付先変更のお願い

- 自動車税種別割納税通知書は、自動車検査証(車検証)に登録された4/1時点の住所に送付します ● 転居の際は、3/31(月)までに運輸支局等で車検証の住所変更をお願いします ● 住所変更が間に合わない場合は、3/31(月)までであれば栃木県電子申請システムで納税通知書の送付先のみ変更できます
問 自動車税事務所 ☎028-658-5521

盛土等を行う場合は許可または届出が必要になります

- 令和7年4月に盛土規制法に基づく規制区域を指定し、運用を開始します ● 規制区域内で一定規模以上の盛土等を行う場合は、許可または届出が必要になります
問 県都市政策課 ☎028-623-2801

県政 テレビ番組



土曜 9:30 ~9:45 水曜 21:50~21:55
西木曜 20:00~20:15

放送後、県公式YouTubeチャンネル「15Tube」でも配信します▶

問 県広報課 ☎028-623-2190

《障害のある方へ》

4月1日から料金免除・運賃割引の対象者が拡大されます



問 県障害福祉課 ☎028-623-3053

県施設の料金免除

障害者手帳のほか、下記の受給者証をお持ちの方も、県施設の料金が免除されます。

- 対象
- 障害福祉サービス受給者証
 - 特定医療費(指定難病)受給者証
 - 小児慢性特定疾病医療費受給者証

利用方法

受け付けで受給者証を提示してください
【対象施設】とちぎ花センター、なかがわ水遊園、とちぎわんぱく公園、県立美術館、県立博物館等



鉄道運賃の割引

身体障害者手帳、療育手帳のほか、下記の手帳をお持ちの方も、JRグループ等の運賃が割引されます。

- 対象
- 精神障害者保健福祉手帳

必要な手続き

手帳を持参し、お住まいの市町窓口で顔写真の貼付と減額区分の記載を申請してください(顔写真が必要です)



吹き竹

～回り道～



長い人生には、余儀なく回り道をせねばならないことも多い。

この季節になると、特に2度の回り道を思い出す。小学3年生から4年生への進級時、腎臓病での約40日の入院療養だ。授業が受けられない、運動もできない等計り知れないストレスを受け、精神的にも不安定になってしまった。

また、ある挑戦が叶わなかった翌朝、誰かが我が家のポストに残してくれた「花が咲かない冬の日は、下へ下へと根を伸ばせ！」のメモに励まされてから、35年目の春を迎える。

3月は、卒業や受験、人生のリスタート等大きな節目の月だ。生き抜くためには、雪の重みに負けない「節」や、強風でも倒れない十分な「根」を張ることも重要だ。

いつか人生を振り返った時、節を持ち根を張るための大切な通過点だったと思えるよう、様々な困難を踏み越えていってほしい。

栃木県知事 福田富一

3月11日は
とちぎ防災の日

地震に備えよう

いつ、どこで起こるか分からない地震への対策に、今一度目を向けてみませんか。

日ごろの備え

- 家の中の安全対策**
家具を固定して倒れないようにする
ガラスには飛散防止フィルムを貼る
- 避難場所・避難経路のチェック**
ハザードマップで避難場所や避難経路、危険箇所などを確認する(お住まいの市町の窓口やウェブサイトから入手できます)
- 非常備蓄品や持ち出し品などの確認**
飲料水や非常食・生活必需品などを備蓄する(最低3日以上)
避難所生活に備え、必要なものをリュックサックなどに詰めておく
- 家族との連絡方法などを相談**
安全な場所の確認や待ち合わせ場所・非常時の連絡方法などについて話し合う

いざというとき

地震発生時は、主に以下のような行動をとりましょう。

詳しくはこちら▶



- 直後**
 - まずは落ち着いて身の安全を守る
 - ドアや窓を開けて逃げ道を確保
 - 家族の安全を確認
- 5分後**
 - 火元の確認
 - 避難の準備
 - 山崩れ・がけ崩れの危険が予想される場合は即避難
- 10分後**
 - 近所の人と消火・救出・救護活動
 - テレビやラジオ、インターネットなどで正しい情報を確認

自宅が壊れた場合は避難所へ

県危機管理課 ☎028-623-2695

出張版! TOCHIGI 文化ガイド

喜多川歌麿ゆかりのまち 栃木市

江戸時代の浮世絵師として知られる喜多川歌麿は、栃木市の豪商たちと親交を結び、何度か同市を訪れたと考えられています。市内の民家およびゆかりの旧家から歌麿の肉筆画3点が発見され、栃木市立美術館に所蔵されています。例年、



▲喜多川歌麿<女達磨図> 寛政2~5(1790~93)年頃 栃木市立美術館蔵



秋に開催される「歌麿まつり」に合わせて展示されます。

また、とちぎ歌麿交流館(写真左)では、歌麿の作品等の複製25点のほか、歌麿の才能を見いだした蔦屋重三郎と同市の関係を紹介するコーナーも! ぜひお越しください。

問 栃木市立美術館 ☎0282-25-5300 (休) 月曜(祝休日を除く)、祝休日の翌平日
問 とちぎ歌麿交流館(栃木市蔵の街課) ☎0282-21-2573 (休) 火・水・木(祝休日を除く)

開催間近!

EXPO2025 大阪・関西万博

テーマはいのち輝く未来社会のデザイン

そういえば... **万博ってなんだろう?**

4/13(日)~10/13(月)に大阪府夢洲で開催されます。地球規模のあらゆる課題に取り組むために、世界各地から英知が集まる場。2005年の愛・地球博に続き、日本での開催は20年ぶりです。

6/27(金)~29(日) 本県も出展します

さまざまな国や団体、企業が参加する大阪・関西万博。本県も3日間EXPOメッセ「WASSE(ワッセ)」に出展し、とちぎの魅力を国内外に発信します。※出展内容の詳細は後日、県ホームページ等でお知らせします

アクセス ※新幹線を利用の場合
新大阪駅からOsakaMetro(大阪メトロ) 御堂筋線および中央線に乗り、夢洲駅で下車。

チケット
前売り限定の開幕券や前期券、早割一日券は4/12(土)までの販売になります。購入方法や料金、その他のチケットについては公式ホームページをご覧ください。

問 県総合政策課 ☎028-623-2209




抽選で5名様

ご意見募集! / プレゼントコーナー

「とちぎファミリーランド乗り物ご招待券10回分(一部の乗り物を除く)」をプレゼント!

提供:(公財)栃木県民公園福祉協会

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。

宛先 〒320-8501 栃木県広報課「とちぎ県民だより」係
締切 3/21(金) ※4月中旬発送予定

※個人情報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



雨引山楽法寺 薬膳中華茶坊

「医食同源」「地産地消」「手作り」を基本理念とし、
地元の厳選食材をバランス良く調理した、
薬膳本格中華料理を提供させていただきます。

名勝「雨引観音」近く

TEL 0296-54-5009 〒309-1231 茨城県桜川市本木1
http://www.sabo-mikasa.jp/

営業時間 ランチ 11:30~14:00 ディナー17:30~20:00
火曜日定休日
※週によって営業する場合もございますので、確認のご連絡をお願いいたします。



免許返納後の新たな選択肢!!

電動アシスト付4輪自転車 **遊歩リベルタ** (GOOD DESIGN AWARD 2023年度受賞)

免許不要のシニアカー **遊歩フジ**

4つの特長 ① こぎ出し・停止が安全 ② ゆったり安楽な後傾姿勢
③ 安定のハンドル操作 ④ 低床・低重心で安心

《利用方法》 購入 | レンタル | リース 最適な利用方法をご提案します!!

お店で自宅でも **試乗無料**

モビリティショップ 宇都宮
宇都宮市西原町558-12 定休日 火曜・水曜 TEL 028-680-7395