



スマホでも読める！
とちぎ県民
だより
WEB版
はこちらから！

海なし県だけど、じ・つ・は…

とちぎと海

じ・つ・は…

とちぎの縄文人の家は あこがれのオーシャンビュー!?

約6,500年前(縄文時代前期)の日本は今よりも温暖な気候で海面が高かったため、現在の東京湾が野木町や栃木市近くまで入り込んでいました(縄文海進)。このことは、縄文人が食べた貝の殻が堆積した、貝塚の存在から分かります。県南で数カ所発見されている貝塚には、淡水と海水が混ざり合う水域に生息するヤマトシジミの殻が大量に含まれていたことから、当時の集落の近くには海があったことが推測できます。



縄文時代前期の想定 海岸線と主な貝塚

- 縄文時代前期の陸地
- 縄文時代前期の海
- 現在の海

出典:「木と木の実の考古学～縄文時代の低湿地遺跡と植物の利用～」栃木県立博物館編

7月21日は「海の日」です。海なし県のとちぎは海とどのような関わりがあったのか、県立博物館の学芸員の皆さんに話を聞きました。夏休みの自由研究のテーマにしてみませんか！



◆毎月第3日曜日は「県立博物館の日」(県博デー)

学芸員とおき講座「小山の地下に眠る化石たち」

開催 8月17日(日) 13:30～14:30

直接同館へ
お越しください

◆「県立博物館・美術館に行こう！ ワンコイン1日乗車券」発売中

数量限定！

500円(小児半額)で、関東自動車バス「宇都宮駅西口」～「中央公園博物館前」間が乗り降り自由。各館観覧料の割引や路線沿線施設での特典付き！

利用期間 乗車日当日限り

販売場所 関東自動車宇都宮駅前定期券センター



詳しくはこちら



じ・つ・は…

昔のとちぎ県民には “サメ”がごちそうだった!?

県内ではモロ(ネズミザメ)やサガンボ(アブラツノザメ)がスーパーで売られていたり、学校給食で提供されたりする身近な食材。特に県央から県北で食べられていて、昔、茨城県や福島県の沿岸部からヒレなどの部位を除いた身が流通してきたものと考えられます。サメの身は腐りにくいことから、冷蔵・運搬手段の限られていた時代にも内陸部で味わうことができる貴重な海の幸でした。江戸時代の文献にもサメの購入について記録されています。正月のような特別な日に食べるごちそうでもありました。

作ってみよう モロの煮付

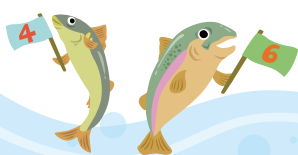
煮過ぎないのが
ふわふわ食感のポイント！

- 【材料】(4人分)
- モロ …………… 4切れ
 - ショウガ …… 1かけ
- [A]
- しょうゆ …… 大さじ2
 - みりん …… 大さじ1
 - 砂糖 …… 大さじ1
 - 酒 …… 100cc
 - 水 …… 100cc



- ①ショウガの半分を薄切り、残り半分を千切りにしておく
- ②[A]をあわせて鍋に入れ、煮立たせる
- ③薄切りにしたショウガとモロの切り身を②の鍋に入れ、中火で10分くらい煮る
- ④器に盛り、千切りにしたショウガを添える

レシピ提供:宇都宮伝統文化連絡協議会



とちぎの魚の養殖生産量は 全国トップクラス！

海なし県のとちぎでは、河川や湖沼などで行う漁業が盛んです。主な漁場には那珂川や思川、渡良瀬川、鬼怒川、中禅寺湖などがあり、アユやヤマメ、ウグイ、ヒメマスなどが釣れます。養殖生産量はアユが全国第4位、ニジマスは全国第6位と、いずれもトップクラス※。

※出典:「令和5年漁業・養殖業生産統計」農林水産省

「栃木県水産試験場」ではニジマスを品種改良して大きくておいしい「ヤシオマス」を開発。同試験場で研究している魚は「栃木県なかがわ水遊園」で観察できます。

ヤシオマス



県民の海!? 「とちぎ海浜自然の家」がある！

海なし県だけど…

茨城県鉾田市にある同施設は、普段、海に接することの少ない本県の子供もたちが、海の自然や海に関わる産業・文化などに触れることができる“海の分教場”。年間を通じて、主に県民を対象としたさまざまなイベントを開催しています。

「海を満喫！大洗水族館バックヤードツアー」

開催 9月6日(土)・7日(日) 1泊2日 申込 7月7日(月)～8月3日(日)※

内容 砂浜遊び、創作活動、大洗水族館バックヤードツアー など

「海を満喫！さかなつり」

開催 9月20日(土)・21日(日) 1泊2日 申込 7月21日(月・祝)～8月18日(月)※

内容 海釣りや塩づくり、磯釣りなど

※応募者多数の場合は抽選 詳細は ☎0291-37-4004 こちら▶



けんりつ や かんちゅうがく
県立夜間中学

ねん がつ
2026年4月

とちぎ けんりつ

栃木県立「とちぎ学びの夢学園」開校!

2026年4月、栃木県内では初めての県立夜間中学「とちぎ学びの夢学園」が開校します。本校は「自分の夢に向かって学び続ける人を育てる学校」です。皆さんも夜間中学への理解を深め、多様な学びの場について考えてみませんか。

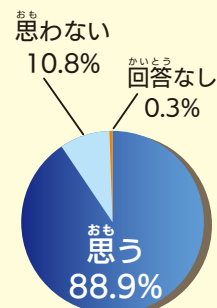
“夜間中学”って何？

夜間中学は、夕方から夜の時間にかけて授業をする中学校です。さまざまな理由で義務教育※を受けられなかった人や外国人など、勉強したい人なら誰でも学べます。

- 戦後の混乱期に小・中学校に通えなかった人
- 日本や自分の国で義務教育を終えていない外国籍の人
- 学校に通えないまま卒業して学び直しをしたい人 など

※義務教育とは…すべての人が平等に基礎的な教育を受けられるように、国や自治体はその教育を無償で提供する制度

◆◆ 夜間中学があったらいいと思いますか? ◆◆



出典:「2019年度『夜間中学』に関するニーズ調査結果」県教育委員会

調査では多くの方が「夜間中学が必要」と感じています。さらに2020年の国勢調査によると、県内には「小・中学校に在学したことがない人や小学校を卒業していない人」は1,648人、「最終卒業学校が小学校の人」は12,145人いることが分かりました。そのほか、不登校などの理由で十分に学ぶことができないまま小・中学校を卒業した人もいます。

高校に行くために勉強したい

働きながら勉強したい

学校生活を送ってみたい

もう一度勉強したい

「とちぎ学びの夢学園」はどんなところ？

- 15歳以上の人なら、誰でも、いつからでも学べる学校です
- 中学校の学習内容を勉強します
※小学校の学習内容や日本語の勉強もできます
- すべての課程を修了すると、中学校卒業になります

どんな生活になるの？ <1日の生活例>

17:00ごろ 登校



はじまりの会

授業



<40分間の授業×4回>

20:30ごろ 下校



おわりの会

入学試験はありますか？

入学試験はありません。先生と学びたい内容について面談をして決めます。

お金はかかりますか？

入学金や授業料はかかりません。学習用品など、自分で支払うものもあります。

日本語が話せませんが、入学できますか？

入学できます。日本語を覚えてから教科の勉強をします。

入学するにはどうしたらいいの？

ステップ①



説明を聞く

ステップ②



面談をする

ステップ③



書類を提出する

ステップ④



入学決定

入学希望者に説明会を行います

7月25日(金)
18:00~

7月27日(日)
10:00~

会場 県立とちぎ学びの夢学園
(県立学悠館高校の校舎内)
栃木市沼和田町2-2
※栃木駅(JR/東武)から歩いて5分

申し込みはこちら▼



問い合わせは…県義務教育課
☎028-623-3527 [月~金 9:00~17:00]

※2026年4月以降も随時、入学はできます

今月のお知らせ

試験・募集

消防設備士試験(第1回)

●試験日:9/14(日) ●申込期間:7/7(月)～18(金)
問消防試験研究センター栃木県支部 ☎028-624-1022

県職員等採用試験

◎県警察官採用試験

●1次試験日:9/21(日) ●採用予定:大学卒業者、高校卒業者等 ●申込期間:7/11(金)～8/15(金)

◎県職員等採用試験(高校卒業程度、資格・免許職)

●1次試験日:9/28(日) ●採用予定:高校卒業程度(行政、総合土木、電気、警察行政、小中学校事務)、臨床検査技師、栄養士 ●申込期間:7/11(金)～8/15(金)

◎県職員・小中学校事務職員採用選考考査(障害者対象)

●1次考査日:11/2(日) ●採用予定:行政、警察行政、小中学校事務 ●申込期間:7/11(金)～8/15(金)

◎県職員・警察官採用試験等説明会[オンライン]

●8/5(火) ●対象:令和7年度試験等の受験を検討している方 ☎7/31(木)

問県人事委員会事務局 ☎028-623-3313

刑務官(国家公務員)採用試験

●1次試験日:9/21(日) ●採用予定:高校卒業者、大学卒業者、社会人、特別区分(柔道、剣道) ●申込期間:7/11(金)～24(木)
問栃木刑務所 ☎0282-27-1885

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:10/16(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歳以上になる方等 ☎8/29(金)
問県義務教育課 ☎028-623-3389

第1回パラスポーツスクール参加者の募集

●8/23(土) 午前9時15分～午後3時30分 ●わかかさアリーナ(宇都宮市) ●体力測定や個別相談会、競技体験会 ●対象:県内在住で12歳以上の障害のある方等 定内容により異なる 料無料 ☎7/22(火)
問栃木県障害者スポーツ協会 ☎028-624-2761

とちぎ材の家づくり支援事業(第2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60万円を助成 ☎7/31(木) ●詳細は県ホームページで確認を
問県林業木材産業課 ☎028-623-3277

作品の募集

◎第37回栃木県マロニエ建築賞

●対象:県内においてR4/4/1以降に竣工・改修した都市景観の形成、歴史・文化の創造、建築水準の向上に寄与する建築物等 ☎7/31(木)
問県建築指導課 ☎028-623-2863

◎明るい選挙啓発ポスターコンクール

●対象:小・中・高校生 ☎9/12(金)
問お住まいの市町選挙管理委員会
または県選挙管理委員会 ☎028-623-2126

講座・催し

福祉・保育のお仕事就職フェア2025・夏

●7/13(日) 午後0時30分～3時30分 ●ライトキュー

ブ宇都宮(宇都宮市) ●求人事業所との合同相談会等 ●対象:福祉・保育職を希望する方(学生を含む) 料無料 ●託児は要予約
問福祉人材・研修センター ☎028-643-5622

医師を目指す高校生向けセミナー

●7/27(日) 午後1時30分～4時30分 ●県庁 ●大学案内や現役医師による講演会等 ●対象:高校生(既卒生も含む)とその保護者等 料無料 ☎7/13(日)
問県医療政策課 ☎028-623-2809

県庁見学「県庁Walk」

●7/25(金)、30(水) ※いずれも ●午後1時30分～4時 ●県庁舎および周辺施設の見学 ●対象:県内在住の小学3～6年生とその保護者 定各回20名(抽選) 料無料 ☎7/16(水)
問県県民プラザ室 ☎028-623-3757

保育のお仕事ステップアップ講座

●7/29(火) 午前10時～午後3時 ●とちぎ福祉プラザ(宇都宮市) ●幼児リトミック講座や幼児安全法講習 ●対象:保育職を希望する方(学生を含む) 定70名 料無料 ●託児は要予約
問とちぎ保育士・保育所支援センター ☎028-307-4194

デジタルスキル習得講座

◎女性デジタル人材育成・活躍支援講座

●8/22(金)～12/26(金) 期間中eラーニング・オンライン等で受講(3コース) ●対象:県内在住の未就労・非正規雇用の女性等 定180名(先着) 料20,000円(割引・キャッシュバック制度あり) ☎8/15(金)

◎栃木でじたるわ～女子プロジェクト

●9/1(月)～R8/1/9(金) 期間中eラーニングで受講 ●対象:県内在住の18歳以上の女性 ●受講後、仕事をご紹介します 定30名(選考) 料33,000円 ☎8/6(水)
問県産業政策課 ☎028-623-3203

消費生活相談員に関する講座

◎消費生活相談員(国家資格)試験対策講座

●eラーニングで受講 ●対象:同資格を保有していない方 定2,000名(先着) 料無料

◎消費生活相談員養成講座

●9/13(土)～R8/1/17(土) 期間中オンラインと対面で受講 ●対象:同業務に就いていない方等 定300名(選考) 料無料 ●申込期間:8/7(木)～21(木)
問日本消費者協会 ☎0120-121-009

イベント

企業局施設見学バスツアー

●7/28(月) 午後0時20分～4時30分 ●風見発電所および鬼怒浄水場の見学 ※県庁に集合後、出発 ●対象:小学生以上の方(小・中学生は保護者同伴) 定25名(先着) 料無料 ☎7/18(金)
問県経営企画課 ☎028-623-3824

動物愛護ふれあいサマースクール

●8/24(日) 午後1時～3時30分 ●対象:県内在住の小学3～5年生 定15名(先着) 料無料 ●申込期間:7/22(火)～8/1(金)
問動物愛護指導センター(宇都宮市) ☎028-684-5458

お知らせ

衛生福祉大学校オープンキャンパス

●①7/19(土)②7/27(日)③8/6(水) ●対象:同校の受験を希望している方とその家族 定学科により異なる 料無料 ☎①7/15(火)②7/22(火)③8/1(金)
問 ☎028-645-9227

県立中高一貫教育校説明会

◎矢板東高等学校附属中学校

●7/26(土) 午後1時30分～3時 ●矢板市文化スポーツ複合施設 ●対象:小学生とその保護者 定600名
問 ☎0287-43-1243

◎宇都宮東高等学校附属中学校

●8/2(土) 午前10時～11時30分 ●県教育会館(宇都宮市) ●対象:小学6年生とその保護者 定1,000名
問 ☎028-656-5155

◎佐野高等学校附属中学校

●8/11(月・祝) ①午前10時～11時30分:佐野市内在住者 ②午後1時30分～3時:佐野市外在住者 ●佐野市葛生あくとプラザ ●対象:小学5、6年生とその保護者 定各回547名
問 ☎0283-23-0161

※詳細は各学校ホームページで確認を

県央産業技術専門校一日体験

●8/8(金) ①午前9時～11時45分 ②午後1時30分～4時15分 ●対象:高校3年生等 定各科20名(機械技術科は30名) 料無料 ☎8/5(火)
問 ☎028-689-6374

カメムシ防除にご協力ください

●稲の害虫「イネカメムシ」が増えています ●農業者は除草や農薬の散布など適時適切な防除対策をお願いします
問県生産振興課 ☎028-623-2326

第27回参議院議員通常選挙のお知らせ

●投票期間:7/20(日)まで ●7/19(土)までは期日前投票所で、7/20(日)は指定された投票所で投票してください
●大切な一票を無駄にすることなく必ず投票しましょう
問お住まいの市町選挙管理委員会
または県選挙管理委員会 ☎028-623-2126

今年は宝くじ発売80周年!

昭和20(1945)年の戦後間もない頃、当時の政府が現在の宝くじの原型となる「政府第1回宝籤」を発売しました。
＼記念の年に“夢”を買ってみませんか?／

県内で発売された宝くじの売り上げの一部は、本県の財源となり、芸術文化の振興や高齢化対策、公共施設の整備など、さまざまな事業に活用されています。お買い求めはぜひ県内で!

●レインボーくじ 1等 1,000万円 詳細はこちら▼
発売期間:7/9(水)～8/5(火)
●サマージャンボ宝くじ 1等 5億円
発売期間:7/11(金)～8/11(月・祝)

問県財政課 ☎028-623-2021

県のラジオ・テレビ番組をチェック!

ラジオ
県政インフォメーション/栃木放送(月)～(金)7:10～、17:30～
マロニエ・インフォメーション/エフエム栃木(月)～(木)17:25～、(金)17:26～
ダイヤモンド☆ユカイのVERY GOODとちぎ/栃木放送(土)12:10～ ※第4土曜日除く

テレビ
魅せます!とちぐら/とちぎテレビ(土)9:30～ 囲(木)20:00～
まるわかり!とちぎ/とちぎテレビ(水)21:50～

下線はYouTube でも配信▶



今月のお出かけスポット

pick up 涼を求めてダムへ! ～年に1度のダム一般公開～

7月21～31日の「森と湖に親しむ旬間」に合わせて、県内のダムを無料公開!ダムの構造や仕組み、働きを分かりやすくご紹介!します。ダム内部や操作室など普段は入ることができない場所も!

問県砂防水資源課 ☎028-623-2565



7/23(水) 深山ダム(那須塩原市)、寺山ダム(矢板市)
7/25(金) 中禅寺ダム(日光市)、塩原ダム(那須塩原市)
7/28(月) 松田川ダム(足利市)
7/29(火) 東荒川ダム(塩谷町)

●午前10時～午後3時に随時受け付け。当日直接各ダムへ(深山ダムは午前10時～正午、午後1時30分～3時30分) ●悪天候時は内容変更や中止の場合があります。事前に県HPをご確認ください





1. 資格確認書を交付します

現在お持ちの健康保険証の有効期限は
令和7(2025)年7月31日までです
有効期限が切れた後は
マイナ保険証が資格確認書
を利用して医療機関等を受診してください

2. マイナ保険証をご利用ください！

従来の健康保険証は新たに発行されず、マイナ保険証(健康保険証として利用登録したマイナンバーカード)を基本とする仕組みに移行しています。

利用登録と医療機関等での利用方法

STEP.1

マイナンバーカードを申請

■申請方法

- ①オンラインで
(パソコン・スマートフォンから)
- ②郵便で
- ③まちなかの証明写真機から

STEP.2

健康保険証として登録

■利用登録の方法

- ①医療機関・薬局にある
顔認証付きカードリーダーで
- ②「マイナポータル」から
- ③セブン銀行ATMから

STEP.3

医療機関・薬局で使用

■受付方法

- ①顔認証付きカードリーダーに
マイナンバーカードを置く
- ②本人確認を行う(顔認証・暗証番号)
- ③各種情報提供の同意選択をする

メリット

- ☑ 過去のお薬情報や健診結果を踏まえたより良い医療を受けられる
- ☑ 手続きなしで高額医療の限度額を超えた支払いを免除される
- ☑ 救急現場で、搬送中の適切な応急処置や病院の選定等に活用される

よくある質問

Q. マイナンバーカードには大事な情報が入っていますか？

A. マイナンバーカードにはプライバシー性の高い情報は入っていません。マイナ保険証利用時は、保険資格情報と過去のお薬情報や診療内容(本人同意時のみ)が参照されます。

Q. 暗証番号を忘れてしまわないか不安です、どうしたらよいですか？

A. 暗証番号を忘れてしまっても顔認証で受け付けすることができます。顔認証付きカードリーダーを操作できない場合は、ご本人の顔とマイナンバーカードの写真を医療機関等の職員が目視で確認することも可能です。



詳しくはこちら▲

問 栃木県後期高齢者医療広域連合 ☎028-627-6805

文化ガイド

県立美術館

企画展

親愛なる友 フィンセント
動くゴッホ展 — デジタルアートは実物を超えるのか

会 期

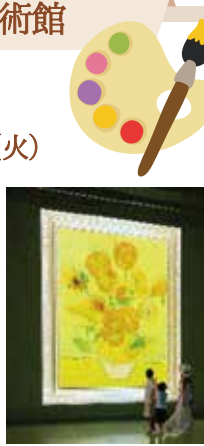
9/7(日)まで 休 月曜(7/21、8/11を除く)、7/22(火)、8/12(火)

料 金

一般1,250円、大高生600円、中学生以下無料

フィンセント・ファン・ゴッホ(1853-1890)は、19世紀フランスで活躍したポスト印象派を代表する画家です。本展では、ゴッホの残した言葉を紐解きながら、その代表作を「動く絵画」として映像化します。先進のデジタル技術によって命を吹き込まれた作品を、迫力ある映像体験によってご紹介する「デジタルファインアート」展です。栃木会場が初公開となる最新映像とともに、「動く」ゴッホの新たな魅力に迫ります。

問 ☎028-621-3566



広告

共催/日本相続知財センター宇都宮支部・おかねの相談室(嶋田商事株式会社) 後援/下野新聞社

専門用語を使わない！

相続セミナー

無料
開催

相続は「考えなくちゃ」と思いながら、つい先延ばしにしがち。でも、「そのとき」が来てからでは手遅れになることもあります。このセミナーでは、相続専門のFPが相続・介護・認知症への備えを、専門用語なしでやさしく解説。「何から始めればいいのか」という方にこそ聞いて欲しい、相続を考えるきっかけになるセミナーです。

- 講座内容
- ・相続(争続)のトラブルパターン
 - ・こんなひとは遺言が必要
 - ・トラブルの原因ナンバー1は「〇〇〇」
 - ・相続だけではなく介護、認知症対策も必要？
 - ・自分の家は相続税がかかる？かからない？…など

セミナー日程・会場

計4回開催

7/24(木)	1	9:30-11:30
7/25(金)	2	14:00-16:00
	3	18:30-20:30
7/26(土)	4	9:30-11:30

定員 先着順 宇都宮市文化会館
各回30名 要予約 ※宇都宮市文化会館の
駐車場利用が可能

セミナーのお申し込み方法

HPからお申込みの場合 右記二次元コードにアクセスして、必要事項をご入力ください。

お電話でお申込みの場合 ☎028-908-4143

〔電話受付時間〕平日10:00～17:00まで

※セミナーにご応募頂きましたお客様の個人情報につきましては、本セミナーに関する通知・受付等のみに利用させていただきます。

お問い合わせ

おかねの相談室事務局

☎028-908-4143 10:00～17:00 ※土日祝日を除く
〔住所〕栃木県宇都宮市花園町3-2



広告

積水製の古いポータブルトイレ

探しています！

約10cmのすき間に身体をはさむ危険！

ご親戚やご近所にも
お持ちの方はいませんか？



対象製品:1996年～2002年の販売品

リコール|対象品を新品の改良品と無料で交換します

0120-011-578

受付時間/9:00～17:00
(土・日・祝日・年末年始除く)

詳細はこちら▼

積水化学工業株式会社

東京都港区虎ノ門2-10-4 積水ポータブルトイレ



- 発見例
- ☑ 押入れ
 - ☑ 物置き
 - ☑ 納戸

