



鹿沼さつき祭り協賛

「さつきグルメフェア&花火」を開催します

とき 5月25日(土)午後3時～8時

ところ 黒川河畔(予定)

○協賛募集

鹿沼さつき祭り協賛花火大会実行委員会事務局

観光交流課 ☎(63)2188・FAX(63)2189

鹿沼商工会議所 ☎(65)1111・FAX(65)1114

栗野商工会 ☎(85)2281・FAX(85)3355

申込 4月12日(金)までに、申込書を事務局へご提出ください。協賛申込書等は希望者に送付しますので、事務局までご連絡ください。

○出店者募集

観光交流課観光振興係 ☎(63)2188

対象 市のPRに貢献できる、市内に店舗等を有する企業・団体、個人等

販売品目 飲食物、物販等(キッチンカー等も可)

募集数 20小間程度

出店料 5,000円(別に案内する出店者会議で集金)

申込 必ず事前に出店要領を確認のうえ、4月12日(金)までに申込書等を事務局へご提出ください。応募多数の場合は抽選となります。



開催



ほんのす おはなし会

図書館東分館 ☎(63)4646

とき 4月6日(土)・20日(土)午前10時30分～11時

ところ 東分館 多目的室

内容 大型絵本「そらまめくんのぼくのいちにち」
大型絵本「くじらだ!」

担当 らっこくらぶ・鹿沼民話の会

入場料 無料

お知らせ

》》 INFORMATION 《《

鹿沼市の人口 令和6年3月1日現在

■人口 91,271人(-82人)
(男) 45,379人(-14人)
(女) 45,892人(-68人)

■世帯 36,766世帯(+6世帯)

※かっこ内は前月比です。

アイコンの説明



募集



開催



市役所のお知らせ



その他のお知らせ

募集



婚活イベント実施団体の募集

子育て支援課子ども支援係 ☎(63)2160

募集数 5団体程度 補助額 上限10万円

対象 婚活イベント開催の経験または意欲のある市内の団体等

申込 4月26日(金)までに、子ども支援係へ電話で。
※締め切り後も募集上限に達しない場合受け付けます。



上下水道事業経営委員会委員募集

企業経営課水道経営係 ☎(65)3142

下水道経営係 ☎(65)3241

任期 委嘱の日から2年間(令和6年8月から令和8年7月を予定)

応募資格 18歳以上の市内在住者で、上下水道事業に関心があり年4回程度の会議(平日昼間)に出席できる人

募集人員 2人

申込 5月15日(水)までに応募用紙に必要な事項および応募理由を記入の上、企業経営課(上下水道庁舎2階)に持参または郵送、FAX、電子メールのいずれかの方法で。※応募用紙は窓口もしくはホームページにあります。

家庭教師のトライ から生まれた個別指導塾

トライ+プラス 個別指導

当塾には1対少数の個別指導塾、集団塾から切り替えてくるお子さまが年々増加しています。トライプラスで成績アップその理由は・・・

理由①▷お子さまに「ぴったりの講師(専任)」がご指導にあたります

理由②▷お子さまに「最適な学習カリキュラム」をご提案し成績アップを目指します

理由③▷「安心の授業料金」16,390円/月～ 教科の選択・組み合わせは自由です



財源確保のために広告を掲載しています。



鹿沼市小中学校再編計画の策定に向けた意見交換会の開催のお知らせ

学校教育課学校教育係 ☎(63)2239

地区名	開催日	開催場所
板 荷	4月18日(休)	板荷コミュニティセンター
加 蘇	4月22日(月)	加蘇コミュニティセンター
南押原	4月26日(金)	南押原コミュニティセンター
南 摩	5月 2日(休)	南摩コミュニティセンター
栗 野	5月 8日(休)	栗野コミュニティセンター
粕 尾	5月10日(金)	粕尾コミュニティセンター
永 野	5月14日(火)	永野コミュニティセンター
清 洲	5月16日(休)	清洲コミュニティセンター
北犬飼	5月21日(火)	北犬飼コミュニティセンター
本 庁	5月23日(休)	かぬまケーブルテレビホール(市民文化センター) 大会議室
西大芦	5月28日(火)	西大芦コミュニティセンター
東大芦	5月30日(休)	かぬまケーブルテレビホール(市民文化センター) 大会議室
菊 沢	6月 4日(火)	菊沢コミュニティセンター
北押原	6月 6日(休)	北押原コミュニティセンター
東部台	6月13日(休)	東部台コミュニティセンター

時 間 午後7時～8時(受付 午後6時30分～)

対 象 市内にお住まいの人

申 込 当日の受付も行いますが、インターネット事前受付を行います。
こちらからお申込みください。



新築住宅の固定資産税減額期間満了のお知らせ

税務課資産税係 ☎(63)2113・2161

次の表に該当する住宅は、令和5年度をもって固定資産税の減額措置が満了となり、令和6年度から本来の税額に戻ります。

住宅の種類	新築日
一般住宅	令和 2年1月2日～令和 3年1月1日
中高層耐火住宅等	平成30年1月2日～平成31年1月1日
長期優良住宅	平成30年1月2日～平成31年1月1日
中高層耐火住宅等	平成28年1月2日～平成29年1月1日



千葉県三おはなし会

文化課文化振興係 ☎(65)6741

と き 4月21日(日)午前11時～

と ころ 千葉県三記念館学習室
(南押原コミュニティセンター内)

内 容 影絵「どんぐりと石ころ」
紙芝居「ばけねこたいじ」

担 当 楡木小KLV、南押原小KLV

入 場 料 無料

市からのお知らせ



ひとり親家庭等の放課後児童クラブ利用料を助成します

子育て支援課こども支援係 ☎(63)2160

対 象 本市に住所があって、市内の放課後児童クラブを利用し、次のいずれかに該当する人

- ①ひとり親家庭医療費助成金を受給している
- ②児童扶養手当を受給している
- ③生活保護を受けている世帯に属している

助成額 1. 対象①または②に該当する人
月額2,000円
2. 対象③に該当する人
月額利用料の全額

申 請 利用するクラブに申請書を提出

※詳しくは、市ホームページまたはこども支援係(市役所2階④番窓口)まで。



5・6月の市民課日曜窓口の開設

市民課市民サービス係 ☎(63)2121

5・6月の日曜窓口は変更して開設します。

窓口開設日	開設時間
5月19日(日)、6月2日(日)、6月16日(日)	午前8時30分～正午

※戸籍の広域交付の申請はできません。

※パスポートは受け取りのみです。

※内容によって、取り扱いできないものもあります。

市ホームページを確認し、ご来庁ください。

詳しくはこちら▶



詳しくはWebサイトへ
<http://ja-isupport.co.jp>

JA ss

じゃすぼーと鹿沼SS 鹿沼市赤松原町582-2

各種QRコード決済が使えます!

d払い PayPay R Pay au PAY LINE Pay Pay Wechat Pay ALIPAY

LINE 灯油の配送は定期配送がおすすめ! 使用量に合わせたサイクルでお届け! 配送価格もお安くになります。軽油・重油の配送もお任せください。

JAガス

ガス事業 明るく家を支えるLPガスを安心・安全にお使いいただけるよう 保安・サービスの向上に努めています。GAS BUSINESS

切り替え手続きは 弊社が代行いたしますのでご安心ください。 ※現在のご利用料金がかかるものをご用意ください。

JAでんき

簡単 申込書の記入だけ お手続きはカンタン!

安心 電気の運れるしくみは 変わらないので あんしん!

お得 安心な料金設定 でおトクに!

ご注文お問い合わせはコールセンターへ ☎0800-700-0085 (通話無料)

受付時間/AM8:00～PM5:30 定休日/日・祝日

財源確保のために広告を掲載しています。



こども医療費助成制度

子育て支援課こども給付係 ☎(63)2172

市に住民登録のある高校生相当年齢までの子どもは、保険適用の医療費が無料になります。

○助成の受け方

県内の医療機関等を受診するときに、「こども医療費受給資格者証」と「健康保険証」を病院等の窓口に提示してください。

※県外の医療機関等を受診して医療費を支払った場合、助成申請書の提出により保険診療分を口座へ振り込みます。詳細は市ホームページをご覧ください。

○受給資格者証は2種類あります

未就学児と小学生はピンク色、中学生以上はベージュです。

※**中学校1年生になる子どもの保護者には、新しい受給資格者証を3月末までに送付します。**4月1日以降は新しい受給資格者証を使用してください。

○住所や健康保険などの登録内容が変わったときは

変更届の提出が必要です。また、**市外への転出日以降は、鹿沼市の受給資格者証は使えません。**転出先の市町村に、手続きを確認してください。

○学校(園)管理下でケガをしたときは

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度を優先してご利用ください。



令和6年度の固定資産評価額が確認できます

税務課資産税係 ☎(63)2113・2161

市内全ての土地・家屋の評価額を帳簿で閲覧できます。

とき 4月1日(月)～5月31日(金)※土・日・祝日を除く
各日午前8時30分～午後5時

ところ 税務課資産税係(市役所2階③番窓口)

対象 納税者または納税者の委任を受けた代理人

必要書類 納税者本人・本人確認書類(運転免許証等)

代理人…受任者の本人確認書類、委任状

※5月上旬に納税通知書・課税明細書を送付します。課税明細書には、土地・家屋ごとの評価額や課税標準額などが表示されています。

奨学金(看護師)

看護学校進学予定者並びに看護学校学生を対象に、奨学生を募集します。(返還免除制度あり)

募集期間 随時

貸与内容 月額6万円・一時金は要相談

貸与条件 卒業と同時に上都賀総合病院に就職

問合せ先 上都賀総合病院 総務課

☎(64)2161



昭和の日ごみ収集について

廃棄物対策課廃棄物対策係 ☎(64)3241

4月29日(月・祝)昭和の日は、通常どおりごみ収集を行います。午前8時30分までにごみステーションに出してください。なお、し尿収集、環境クリーンセンターへのごみの持ち込みは休みです。

	黒川東側 板荷地区	黒川西側
4月29日(月・祝)	燃やすごみ	ペットボトル



春の狂犬病予防集合注射を実施します

環境課環境保全係 ☎(65)1064

狂犬病予防注射と犬の登録を実施しますので、都合の良い会場で受けましょう。都合がつかない場合や飼い主が犬を制御できない場合などは、動物病院で個別に注射をしてください。なお、個別注射の場合は集合注射と料金が異なります。

とき 4月4日(木)・8日(月)・10日(水)・12日(金)・14日(日)・16日(火)・18日(木)・20日(土)・27日(土)

ところ 市内各地(案内はがきや市ホームページでご確認ください)

対象 生後91日以上の子犬

料金 注射3,300円(毎年1回) 登録3,000円(生涯1回)
(登録済みの犬は注射代のみ)

持ち物 案内はがき(新規登録の場合は不要)

※事前にはがきの問診票欄を記入し、会場に持参。



鹿沼市重度心身障がい者医療費助成

障がい福祉課障がい医療係 ☎(63)2127

対象者は、受給資格者証の交付申請が必要です。資格証交付後、医療費助成を受けることができます。

対象者

- ・身体障害者手帳1・2級または同程度の障がいのある人
- ・療育手帳A1・A2または知能指数35以下と診断された人
- ・身体障害者手帳3級・4級または同程度の障がいであって、療育手帳B1または知能指数が50以下と診断された障がいを重複している人
- ・精神障害者保健福祉手帳1級の人

JAかみつが給与受取 スプリングキャンペーン2024

令和6年
5月31日(金)
まで

鹿沼市内で働き始める方必見!

期間中給与受取口座を当JAでご契約いただくと



QUO
カード 1,000円分プレゼント!

※

■期間中に新たに当JAで給与受取口座を指定し、3月から6月までに5万円以上の給与受取が確認できた方。

※昨年度に当企画の景品を受領されたお客様は、対象外とさせていただきます。

詳しくは最寄りのJA支店まで

財源確保のために広告を掲載しています。



筑波銀行窓口でのお支払いの 変更点について

会計課出納係 ☎(63)2133

4月1日より、筑波銀行窓口で税公金（上下水道料含む）の「納付書」でのお支払いができなくなります（ただし、地方税統一QRコード付き納付書は引き続きお支払いできます）。

なお、口座振替（引き落とし）はそのまま継続されます。



浄化槽設置費補助金の申請 受付について

企業経営課下水道経営係 ☎(65)3241

4月1日から先着順で受け付けます。

対象地域 公共下水道認可区域・農集排処理区域・地域下水処理施設対象区域を**除く鹿沼市内**

補助対象 個人住宅に設置する10人槽以下の合併処理浄化槽で、「単独槽・汲取り便槽からの転換」または「合併浄化槽の新設（建替え以外）」に該当するもの



公立保育園会計年度任用職員を 募集します！

保育課保育推進係 ☎(63)2231

○保育士

募集人数 5人 **応募資格** 保育士資格をお持ちの人
報酬 月額9,041円（時間額1,205円）

○看護師

募集人数 若干名 **応募資格** 看護師資格をお持ちの人
報酬 月額9,391円（時間額1,252円）

共通事項

勤務時間 午前8時30分～午後5時（7時間30分）

勤務日数 月20日

※期末手当、通勤手当、昇給あり

申込方法 事前に電話連絡の上、申込書に資格が確認できる書類を添えて保育課保育推進係（市役所行政棟2階）まで。

※申込書・試験案内は、市ホームページからダウンロードまたは保育課で配布しています。



雨水活用設備（貯留槽・浸透枘） 設置費用補助

企業経営課下水道経営係 ☎(65)3241

対象区域 ◆雨水貯留槽…市内全域

◇雨水浸透枘…市街化区域、用途地域（口栗野の一部）

対象者

- ・住宅、アパート、店舗、工場等に雨水活用設備を設置する人
- ・市税等に滞納がない人

○補助金額・補助限度

◆雨水貯留槽（市販専用製品）
設置経費の2分の1以内、補助限度額30,000円

◆雨水貯留槽（自主製作品） 5,000円

◇雨水浸透枘（単独で設置）
設置経費の2分の1以内・補助限度額50,000円

◇雨水浸透枘（隣接する10以上の建築物が集団で設置）
設置経費の2分の1以内・補助限度額70,000円
※1建築物につき、貯留槽は1基、浸透枘は4基まで。

○設置基準

◆雨水貯留槽…貯留容量が150ℓ以上

◇雨水浸透枘…内径30cm以上のコンクリート製または塩化ビニール製で、蓋付の構造の市販製品を使用

※開発行為の指導により雨水浸透枘を設置する場合は対象外



居住の実態に即した届出を お願いします

市民課市民サービス係 ☎(63)2121

住民票は、皆さんの居住関係を公に証明する唯一の公簿で、住所、氏名、世帯主や続柄などが記載されています。税金や各種保険制度、福祉サービスをはじめとした各種の行政サービスは、住民票の世帯構成などを基に決定されます。

公平で公正な行政サービスの提供のため、居住の実態に即した正確な届出をお願いします。

※世帯主は、世帯を構成する人のうちで、主として生計を維持する人をいい、その世帯を代表することが一般的に妥当であると認められる人を指します。

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎028-611-3545

結婚相談所 ムスベル

鹿沼市唯一の教習所

「自宅から」
オンデマンドの学科教習！

鹿沼自動車教習所

TEL 0289-62-8101

財源確保のために広告を掲載しています。



春の交通安全県民総ぐるみ運動がはじまります

生活課交通政策係 ☎(63)2163

期 間 4月6日(土)～15日(月)

○運動の重点

- ①子どもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- ②歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行
- ③自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守



飲用水等給水施設整備事業費補助金を交付します

企業経営課水道経営係 ☎(65)3142

対象区域 水道水未普及地域（給水区域以外の区域）
 対象者 個人または共同利用者（給水人口50人未満）
 対 象 住宅に、井戸、給配水管、貯水設備、浄水設備等の給水施設を新設または改修するために必要な費用。

※新設・改修前に申請が必要です

補助率 対象経費の2分の1

上 限 個人：100万円、共同利用者：100万円/戸



手話奉仕員養成講座

障がい福祉課障がい福祉係 ☎(63)2176

と き 5月15日(水)～令和7年2月26日(水)全40回

時間帯 昼の部 午前10時～正午
 夜の部 午後7時～9時

ところ 市民情報センター他

募集期間 3月25日(月)～4月19日(金)

対 象 18歳以上の市内在住・在勤者

定 員 各20人

参加費 3,000円程度（テキスト代）

申 込 障がい福祉課へ直接または電話で。

その他のお知らせ



定額減税実施に向けた源泉徴収義務者向けの説明会開催

鹿沼税務署 ☎(64)2193

と き 3月28日(木)、4月10日(水)、23日(火)、
 5月13日(月)、29日(水)

時間帯 各回午後2時～3時（約60分間）

ところ 鹿沼税務署 2階会議室

定 員 各回25人

申 込 3月1日(金)から右の特設サイトにて。



犬猫の不妊手術費用の一部助成について

環境課環境保全係 ☎(65)1064

申請期間 4月1日(月)～令和7年1月31日(金)

※申請は手術日から1カ月以内に行ってください。

対象期間 4月1日(月)～令和7年1月31日(金)に実施する不妊手術

※予算の範囲内での助成となりますので、年度途中でも受付を締め切らせていただく場合があります。

対象者 次の①②のいずれも満たす人

- ①市内在住で鹿沼市に住民登録がある人
- ②市税等を滞納していない人

助成条件 次の①②③④のすべてを満たすこと

- ①メス犬、メス猫の不妊手術であること
- ②販売を目的としない飼い犬、飼い猫であること
- ③犬の場合、登録と申請年度の狂犬病予防注射を受けていること
- ④世帯につき、1年度の助成が犬猫どちらか1頭のみ

助成額 メス犬 5,000円、メス猫 4,000円

提出書類 申請書兼請求書、領収書（原本または写し）、口座の通帳等の写し

提出先 環境課（環境クリーンセンター事務所2階）
 ※手術後、申請書兼請求書に手術を実施した獣医師の証明をもらってください。

※申請書兼請求書は、環境課窓口や市内動物病院にあります。また、市ホームページからもダウンロードできます。

4月の休日等の水道修理工事当番店

4月 6日(土)	(有) キクチ設備	☎(76)2013
7日(日)	(株) オオモリ	☎(85)2195
13日(土)	スズキ設備工業(有)	☎(85)2418
14日(日)	(有) 安生工業	☎(85)3841
20日(土)	(株) 横山設備	☎(74)7605
21日(日)	山野井設備工業	☎(62)1897
27日(土)	(株) 大類総合設備	☎(75)2887
28日(日)	ダイセイ住設	☎090(7278)4394
29日(月)	(有) 電友社	☎(62)6984

1人ひとりの目標実現をサポート

能開の個別指導 アクセス Axis



新鹿沼校



TEL:0289-74-7771

万町942-1(新鹿沼駅より徒歩5分)



財源確保のために広告を掲載しています。

i 鹿沼市民文化センター 自主事業アシスタント募集

かぬまケーブルテレビホール(市民文化センター)
☎(65)5581

活動内容 自主事業の受付、場内整理などのアシスタント。年4～5回程度の活動。

応募資格 18歳以上70歳以下(令和6年4月1日現在)の健康な人(在職中でも可)

募集人数 20人程度 **手当** 時給954円

申込 4月26日(金)までに、申込書に必要事項記入のうえ、提出または郵送。

※申込書は、窓口またはホームページから入手ください。(火曜日休館)

i 「メンズ第九講座」

男性のための初めての第九ー受講生募集ー

かぬまケーブルテレビホール(市民文化センター)
☎(65)5581

「市民歌の集い」と一緒に出演しよう!

とき 4月26日(金)～7月12日(金)
午後7時～8時30分(金曜日・全8回)

ところ かぬまケーブルテレビホール リハーサル室

講師 坂寄 和臣 **対象** 高校生以上の男性

定員 30人程度

受講料 5,000円(学生2,500円)

申込 4月6日(土)10時から、市民文化センターへ電話で。

i 選挙割キャンペーン協賛店募集

実行委員会(東部台コミュニティセンター内)
☎(64)6421

鹿沼市長選挙(6月9日予定)での投票促進と地域商店街の活性化を目的とした選挙割キャンペーンの協賛店を募集します(キャンペーン期間:6月10日(月)～23日(日))。

募集内容 市長選挙に投票した人だけが受けられる限定サービス(例:割引、ポイント付与、1品サービス等)を提供していただけるお店等

応募方法 二次元コードまたは電話で。

応募締切 4月21日(日)まで



i 鹿沼史談会記念講演会

鹿沼史談会(福田) ☎080(6575)5628

とき 4月21日(日)午後2時～

ところ 御殿山会館大会議室

内容 「芸妓たちの野球チーム
一鹿沼町における花街の形成ー」

講師 野中富弘氏 **参加料** 無料

申込 事前申し込みは不要です。

i 相続登記の申請が義務化されます

宇都宮地方務局 ☎028(623)0916

令和6年4月1日から不動産の相続登記が義務化されます。相続(遺言も含まれます)によって不動産を取得した相続人は、その所有権の取得を知った日から3年以内に相続登記の申請が必要です。相続登記の免税措置も拡大されていますので、今のうちから相続した土地・建物の相続登記をしましょう。

詳しくは、宇都宮地方務局ホームページをご覧ください。栃木県司法書士会が運営する「相続登記相談センター☎0120(13)7832」もご利用ください。

※正当な理由がなく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科されることがあります。



i 国民年金保険料と納付方法

宇都宮西年金事務所 国民年金課
☎028(622)4281(音声案内②→②)

○令和6年度の国民年金保険料額

	口座振替納付	現金・クレジット納付
翌月末納付	16,980円	16,980円
早割(当月末納付)	16,920円	—
6カ月前納	100,720円	101,050円
1年前納	199,490円	200,140円
2年前納	397,290円	398,590円

※経済的理由で納付が困難な場合は、申請時から2年1カ月前までさかのぼり、免除申請をすることができます。詳しくは、お問い合わせください。

i 野生のきのこ・山菜類を採取・販売する方へ

栃木県保健福祉部生活衛生課食品安全推進班
☎028(623)3114

野生のきのこ・山菜類については、原子力災害対策特別措置法に基づき出荷制限区域で採取されたものは飲食店等での提供や販売(インターネット販売、通販を含む)はできません。また、出荷制限区域外の地域で採取されたものは、販売前に放射性物質モニタリング検査が実施されていることを確認してください。検査結果は栃木県ホームページで「作物別モニタリング」で、出荷制限については「出荷制限」で検索できます。

販売の際は、「品目名」のほか、「産地(都道府県名+市町名)」と「野生」の表示を徹底してください。

○野生のきのこ・山菜類について

県西環境森林事務所 ☎0288(21)1229

○食品の安全性について

県西健康福祉センター ☎(64)3028

4月の市民相談カレンダー

	と き	と ころ	問 い 合 わ せ	内 容
法律相談 (予約制)	5月10日(金)・17日(金) ・24日(金) 午後1時30分～4時30分			弁護士が専門相談に応じます。 ※予約は5月10日分は4月1日(月)、5月17日分は4月8日(月)、 5月24日分は4月15日(月)から受け付けます。
登記相談 (予約制)	5月21日(火) 土地家屋調査士 午前10時～正午 司法書士 午後1時30分～3時30分	市役所2階	生活課生活係 ☎(63)2122	司法書士・土地家屋調査士が、相続・登記の手続き、 境界測量、家屋の新築等に伴う登記等に関する相談 に応じます。※予約は4月1日(月)から受け付けます。
市民生活相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	市役所2階		相談員が日常生活上の悩み等の相談に応じます。
行政相談	4月19日(金) 午後1時30分～3時30分	市民情報センター 1階		行政相談委員が国・県・市などの行政に関する相談 に応じます。 石川実 島田哲英 小森基伊 大塚久行
生計の悩み 相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	市役所1階	生活相談・支援センター ☎(63)2167	生計や就労等の悩みを相談員が聞き、問題解決に向 けて支援します。
こころの健康 相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	市役所2階	健康課市民健康係 ☎(63)8312	一人で解決しようと頑張りすぎていませんか？ 抱え込まず、ご相談ください。
人権なんでも 相談	4月11日(木) 午前10時～午後3時	市役所2階	人権・男女共同参画課 ☎(63)8351	日常生活の中で「これは人権問題では?」と思うことは ありませんか。人権擁護委員が相談に応じます。
消費生活相談	月～金曜日 午前9時～午後4時	市役所2階	消費生活センター ☎(63)3313	消費生活相談員が商品やサービスに関するトラブル など消費生活全般についての相談に応じます。
成年後見制度 相談(予約制)	4月18日(木) 午前10時～正午	市役所4階 会議室4-4	地域包括支援センター ☎(63)2175	司法書士が成年後見制度に関する相談に応じます。
教育相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	総合教育研究所 教育相談室	教育相談室 ☎(63)0082	集団不適應、いじめ、不登校、発達の遅れ等の相談に 応じます。(電話による相談も予約制で受け付けます)
青少年相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	市民情報センター 4階	青少年指導センター ☎(63)8324	子ども、若者の思春期における悩み、ひきこもり、ニート、 非行などの相談に応じます。
女性相談	月～金曜日 午前8時30分～午後4時	市民情報センター 4階	こども・家庭サポート センター ☎(63)2159	女性相談員が離婚やDV(夫やパートナーなど親密 な関係にある男性から受ける女性への暴力)被害等 の相談に応じます。
外国人相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	コミニエテ (まちなか交流 プラザ内)	市国際交流協会 ☎(60)5931	日常生活の中で困っていること、聞きたいことなどの 相談を、スペイン語、ポルトガル語、英語、ベトナム語、 日本語で受けます。市役所窓口での通訳もします。
国籍・在留資格 相談	第3水曜日 午前10時～正午			行政書士が、在留資格やビザなどの相談に応じます。 (前々日までに予約)
不動産なんでも 相談	4月12日(金) 午後1時30分～3時30分	市役所4階 会議室4-1	(公社)県宅地建物取引業協会 ☎028(634)5788	毎月1回、宅地建物取引士が不動産に関わるさまざ まな相談に応じます。(完全予約制)

第43回

信ちゃんの ひびくこ



鹿沼市長
佐藤 信

今期限りで退任することになりました。
長い間、大変お世話になり、ありがとうございました。
ございました。

なにせ16年間、ほぼ毎日のように公務に
追われた日々から解放されるわけですが
から、今はホッとした気持ちですが、だんだ
ん淋しくなったりするんでしょうね？

思い起こせば2008年6月、やる気
と「不安」の入り混じったなかで初登庁。
以来、今日までいろいろなことがありまし
たが、なんとかなる。時間が解決してく
れる」といった楽観主義者の性格が幸いし
たのか、どちらかというと楽しく16年間走
り切ることが出来ました。

残すところあと3か月。全力疾走します
のでよろしくお願いたします。
さて、久しぶりの健康講座です！

皆さん「殿様枕症候群」て聞いたことあ
りましたか？枕が高いほど、脳卒中リス
クが高くなるということです。

12cm以上を『高い』、15cm以上を『極端
に高い』と定義。枕が高いと首の屈曲が大
きくなり寝返りなどで血管が傷つきやす
いとか…。

江戸時代の随筆に枕の高さは「寿命3
寸、楽4寸」といった記述があるそうで、
早死にしたくなければ、9cm程度がいいと
いうことなのでしょう。

参考にしてみてください。

令和6年2月27日 記