



キノコ収穫祭&東部台 marché 開催のお知らせ

キノコ圃場の整備を9月7日(土)に行い、ヒラタケがノコノコと順調に育ってきていることを確認できました！美味しいキノコ汁ができること間違いなし！！

詳細は後日チラシを配布します。多くの皆さまのご来場お待ちしております。

キノコ好き集まれー
400食限定配布！
あいつタケ平らげ
てくれよな～



たいすのたけもり
平 茸森

11月9日(土)

9:00～13:00

会場：東部台コミュニティセンター

1	式典	9:00～
2	東部台 marché	9:30～体験・飲食・物販ブース
3	第2回東部台で思いのタケをぶっちゃけよーコンテスト	9:40～家族や友人に普段伝えられな いでいた気持ちを伝えてみよう！
4	キノコ汁と赤飯の無料配布	10:20頃、調理室にて配布予定
5	東中学生ステージ発表	10:30～詳細は後日！

第2回東部台で思いのタケをぶっちゃけよー！ コンテスト出場者募集中♪

家族や友人、同僚や上司、身の回りの人などへの感謝や愛の言葉、文句(?)など、ふだん伝えられないでいた気持ちを伝えよう！

【開始時間】9:40(予定) 【定員】先着10名程 【参加要件】どなたでも

【ぶっちゃけ要件】2分以内。共感を得られる内容であること。

悪口や誹謗中傷を含まないこと。

【審査員】東部台地区コミュニティ推進協議会役員他

【申込方法】上の二次元コードから、又は東部台コミセンへ電話

【賞品】商品券 最優秀賞：5,000円、優秀賞：3,000円

優良賞：1,000円、参加賞：500円

参加賞もあるぜ～

東部台地区コミュニティ推進協議会 ☎64-6421(東部台コミセン内)

10月18日まで



めな愛子～♡
オレのジョキノノ
なってくれ～♡



丈夫な骨
を作ろう



骨太クッキング教室



普段の食事で過剰栄養や栄養不足になっていませんか？栄養バランスの良いカルシウムたっぷりの料理と一緒に作りましょう！

性別問わず、ひとりでも
お友達でもご夫婦でも！

【日時】10月15日(火) 午前9時30分～正午頃

【会場】東部台コミセン 調理室 【講師】食生活改善推進員会東部台支部

【内容】・カルシウムが摂れる魚料理をメインに、バランスの良い料理作り&試食
・健康的な食事についての学習

【対象】健康に興味のある方はどなたでも 【定員】16名

【持ち物】参加費300円・エプロン・頭おおい・マスク・ぞうきん

【申込方法】10月8日(火)までに、右上の二次元コードから、または東部台コミセンへお電話を。(先着順) 東部台コミセン ☎64-6421



選挙キャンペーンの協賛店募集 ～投票と消費のマインドを呼び起こせ！～

栃木県知事選(11月17日予定)の投票促進と地域商店街の活性化を目的としたキャンペーンの協賛店を募集します。

募集内容：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

キャンペーン期間：11月18日(月)～12月1日(日)
応募方法：下の二次元コードまたは電話で

投票率 UP や地域を盛り上げるためご協力ください！
※詳細はホームページへ



応募締切：10月20日(日)まで
かぬま選挙割実行委員会(東部台コミセン内) ☎64-6421

夏休み子ども体験教室 全10回 ～完！～

夏休みの期間に東部台コミセンにて、全10回の講座を実施しました。全力で楽しむ姿はとても輝いていました！



書道教室



子どもクッキング教室



粘土で創作♪
デコプレート作り



スポーツおにごっこ

また参加
したいな♪

10月の市民課休日窓口

10月13日は鹿沼秋まつりのため開設しません。

窓口開設日	開設時間
10月27日(日)	午前8時30分～正午

※内容によって、取り扱いできないものもあり。

市民課市民サービス係 ☎63-2121 **市HP**

エコライフ・フェア開催!

今年は「自然環境の大切さを自然をとおして学ぼう」をテーマに、開催します。ぜひご来場ください。

日時: 11月2日(土) 10時～14時30分

場所: スノーピーク鹿沼キャンプフィールド&スパ

内容: 環境について学べるブース(my 著作りなど)



飲食販売(フルーツ飴など)、抽選会

環境課環境政策係 ☎64-3194

「議会報告会・意見交換会」開催

市民に開かれた議会活動のひとつとして、議会報告会・意見交換会を開催します。ぜひご参加ください。

日時: 11月12日(火) 19時～20時30分

場所: 東部台コミュニティセンター 視聴覚室

議事課議事調査係 ☎63-2203

いい汗かこう!ふれあいスポーツ

○体メンテナンス運動教室 赤羽根きよ美先生

日時: 第1, 2火曜、第3, 4水曜 16時～17時

会場: 東部台コミセン講堂

○ヨーガ教室 川嶋 陽子先生

日時: 毎週火曜 19時30分～

会場: 東部台コミセン作法室

持ち物: 体育館シューズ、運動着、タオル、飲み物、床に敷くマット(バスタオル等)

申込: 当日直接会場へお越しください。

問合せ: 東部台コミセン ☎64-6421

料金は300円
(両部門共通)



身近な場所で特定検診が受けられる!

今年の特定健診はもう、受けましたか?年に一度の、健康チェック!がん検診・肝炎ウイルス検診・骨粗しょう症検診も一緒に受けられます。

日時: 10月27日(日)8時～11時(時間指定あり)

場所: 東部台コミュニティセンター

対象: 40～74才の国民健康保険の方
75歳以上の後期高齢者医療の方

持ち物: ①保険証、②受診券、③問診票、検査容器(1週間前に送付)

保険年金課保健事業係 ☎63-2246

無料(がん検診は一部自己負担あり)

ぜひお申込みください!

ときめき鹿沼フォトコンテスト作品募集!

応募作品: 家庭や地域、職場、学校などの場面で、年齢や性別に関係なく、いきいきと活躍する写真

応募資格: 市内在住、在勤、在学

応募方法: 右の応募フォームまたは人権・男女共同参画課へ郵送・持参

賞: 最優秀賞1点10,000円

優秀賞2点5,000円、入選3点3,000円

主催: 鹿沼市男女共同参画社会づくり実行委員会・鹿沼市人権・男女共同参画課男女共同参画係 ☎63-8352



10月15日(火)必着



親子ハートフルクラブ

ハートフルクラブはお子さんの発達の事、家庭でのしつけなどを相談できる0歳児からの親子のためのおしゃべりサロンです。身長、体重を測定しますので母子手帳をご持参の上、自由な時間に直接お越しください。お散歩のついでなどお気軽にお越しください。

日時: 10月16日(水)

10時～12時

場所: 東部台コミュニティセンター 作法室

問合せ: 東部台コミセン ☎64-6421



国民健康保険・後期高齢者の被保険者証

12月2日(月)から保険証は新規発行されません。お持ちの保険証は、変更がなければ有効期限(令和7年7月31日)まで使えます。

★新規加入、負担割合等の変更、紛失による再発行で交付するもの

マイナ保険証	交付するもの	医療機関での受付方
あり	資格情報のお知らせ A4用紙(白) 「お知らせ」のみ受診不可	マイナ保険証を提示 ・利用できない窓口では、マイナンバーカードと「お知らせ」を一緒に提示
なし	資格確認書 現行の保険証と同サイズのカード型	資格確認書を提示 ・使い方はこれまでの保険証と同じ

★有効期限前に「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を郵送。

保険年金課保険年金係 ☎63-2125

ハーバリウムボールペン作りで認知症予防

日時: 10月29日(火) 13時30分～15時

場所: 特別養護老人ホームかめま花の風 地域交流スペース

内容: 押し花などを使いハーバリウムを作り、ボールペンと組み合わせる

対象者: 市内在住の認知症予防に興味・関心がある方

定員: 20名(先着順) 材料費: 300円

申込: 10月22日(火)までにお電話で。

鹿沼東部台地域包括支援センター ☎74-7337

参加者募集



犬の登録と狂犬病予防注射

日程: 10月27日(日)

場所: 東部台コミセン第3駐車場: 9時40分～10時

千渡自治会館: 10時10分～10時30分

市民情報センター: 10時40分～11時

環境クリーンセンター: 11時10分～11時20分

対象: 生後91日以上の子犬 持ち物: 案内はがき

費用: 登録3,000円(生涯1回)、注射3,300円(毎年1回)

環境課環境保全係 ☎65-1064

都合の良い会場で受けましょう。登録済みの犬には、「案内はがき」を送付します。



新規登録は不要