

広  
報

NASUSHIOBARA  
newsletter

2月号  
(1月20日発行)  
February 2026  
No.442

# なすしおばら



も  
く  
じ

那須塩原市からのお知らせ	2
お知らせ掲示板	8
健康だより	14
文化コーナー	15

## 羽ばたき

冬の光の中、純白の翼を大きく広げる白鳥  
戸田調整池には毎年冬に白鳥が飛来します



## 前回からの変更点

### 令和7年度税制改正実施

- ・基礎控除の見直し
- ・給与所得控除の見直し
- ・特定親族特別控除の創設
- ・扶養親族等の所得要件の改正



くわしくはコチラ▲

### 市会場受付時間の短縮

午前9時～11時  
午後1時～3時

### 市で受け付けない所得の追加

- ・株式などの譲渡所得
- ・上場株式等の配当所得

※上場株式等以外の配当により確定申告が必要な場合も市で受け付けできません。

### 本人確認

従来の健康保険証は身分証明書として使用できません。

### エルタックス eLTAX で住民税申告

eLTAX を使って、個人住民税の電子申告ができます。



くわしくはコチラ▲

### 確定申告が必要な人

#### 給与所得がある人

- 給与と退職金以外の収入があった人
- 2か所以上から給与を受けていて、年末調整に含まれない給与収入があった人
- 年末調整をしていない人
- 令和7年中に勤務先を退職した人

#### 年金所得がある人

- 公的年金以外の収入があった人
- 公的年金の源泉徴収票に記載されている所得控除以外の控除(医療費、生命保険料など)がある人

#### その他

- 事業収入(営業・農業)、不動産収入(地代・家賃など)があった人
- 土地・建物の譲渡収入があった人

### 市で受け付けない人 (スマホ・税務署で申告)

- 令和8年1月1日に本市に住所がない人
- 青色申告をする人
- 源泉徴収票が11枚以上ある人
- 公共事業以外の土地・建物の譲渡所得がある人
- 株式などの譲渡所得、上場株式等の配当所得を申告する人
- 株式などの譲渡損失を損益通算又は繰越控除をする人(譲渡損失を翌年へ繰り越すための申告を含む)
- 山林所得、総合譲渡所得がある人
- 先物取引による所得がある人
- 寄付金の領収書や受領証明書が21件以上ある人
- 雑損控除の申告をする人
- 初めて住宅借入金等特別控除を受ける人
- 増改築やリフォームで住宅借入金等特別控除の適用を受ける人
- 令和7年分より前の年分の申告をする人
- 納税義務者が亡くなり、死後4か月以上経過した場合

### 確定申告が不要な人

- 収入が年末調整をした給与のみの人
- 収入が公的年金(国民年金・厚生年金)のみで、収入金額が400万円以下の人

### ★昨年中に収入がなくても「住民税」の申告が必要な人

- 18歳以上の国民健康保険加入者か後期高齢者医療保険加入者とその世帯主
- 65歳以上の介護保険加入者
- 所得証明書や所得・課税証明書などの税の証明書が必要な人
- 年金や児童手当などの各種手当・給付に関する申請をする人

※収入が非課税収入(遺族年金、障害年金など)のみで、上記のいずれかに当てはまる人も住民税の申告が必要です。

令和7年1月1日から12月31日の間に収入がなかった人や非課税収入のみの方は、「どこでも窓口」で住民税申告ができます。  
※事前登録が必要です。

### 申告が必要かチェック

右のQRコードから、申告が必要か確認できます。



給与収入者用



年金収入者用



どこでも窓口

# 申告書を書かない / スマホで確定申告

パソコンでも

2月16日(月)～3月16日(月)

▶問い合わせ

課税課 ☎0287(62)7121



■マイナンバーカードを利用して、自宅から待ち時間なしで確定申告ができます！

【スマホ申告(e-Tax)の5つのメリット】



### 【用意するもの】



※1 マイナンバーカード読取対応のもの  
※2 ICカードリーダライタも必要です

### 【マイナポータル連携でさらに便利に！】

### マイナポータル連携で収入や控除の情報が自動入力できます

所得関係	控除関係
<ul style="list-style-type: none"> <li>・給与所得の源泉徴収票※</li> <li>・公的年金等の源泉徴収票</li> <li>・株式の特定口座年間取引報告書</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・医療費</li> <li>・ふるさと納税</li> <li>・生命保険</li> <li>・地震保険</li> <li>・社会保険</li> <li>・iDeCo(個人型確定拠出年金)</li> <li>・小規模企業共済掛金</li> <li>・住宅ローン控除関係</li> </ul>

※「給与所得の源泉徴収票」が自動入力の対象になるためには、お勤め先(給与の支払者)が税務署にe-Taxで給与所得の源泉徴収票を提出していることなどの要件があります。

### 【申告に困ったときは】

- 国税相談ダイヤル 0570(00)5901
- e-Tax操作ヘルプデスク 0570(01)5901
- ※土・日曜、祝日を除く。



動画で見る  
確定申告



税務相談  
チャットボット





市で申告するとき ※「市で受け付けない人」は3ページで確認してください。

〇市の確定申告会場

受付時間 午前9時～11時、午後1時～3時

※人数が上限に達した場合、受け付けを締め切る場合があります。

どこでも窓口から  
オンライン予約が  
できます ▶



日にち	黒磯地区 会場：本大会議室(201・202会議室)	西那須野地区 会場：西100会議室	塩原地区		
	対象地区	対象地区	対象地区	会場	
2月16日(月)	共墾社一丁目、共墾社、若葉町、下厚崎、渡辺	二つ室、一区町	上大貫、宇都野、接骨木	ハロー プラザ	
2月17日(火)	上厚崎		関谷(上町)、下田野、下大貫		
2月18日(水)	埼玉	二区町、東赤田	関谷(元町)、墓沼、折戸		
2月19日(木)	豊浦中町、清住町、新緑町、松浦町、春日町		関谷(旭町)、遅野沢		
2月20日(金)	上中野、笹沼、北和田、波立、中内、鹿野崎、無栗屋、上郷屋、唐杉、塩野崎、北弥六	三区町、南赤田、西赤田	関谷(京町、上の内、日の出)、上横林	塩原庁舎	
2月24日(火)	前弥六、沓掛、塩野崎新田、前弥六南町、大原間西一丁目・二丁目、方京一丁目～三丁目、沓掛一丁目～三丁目	四区町、千本松、上赤田、北赤田	金沢、横林、高阿津		
2月25日(水)	高林、箕輪、洞島、箭坪、木綿畑、湯宮、嶋内、百村	三島1丁目～5丁目、東三島1丁目～6丁目	受け付けていません (会場移動日)		
2月26日(木)	油井、亀山、細竹、西岩崎、板室、戸田、青木	西三島1丁目～7丁目、南郷屋1丁目～5丁目、睦	中塩原、上塩原		
2月27日(金)	本郷町、新朝日、宮町、本町、黒磯幸町、錦町、住吉町、豊町、中央町、高砂町		塩原、湯本塩原		
3月2日(月)	弥生町、橋本町、桜町、材木町、大黒町、東大和町、末広町				
3月3日(火)	鍋掛1085番地～1087番地	高柳、西富山			
3月4日(水)	越堀、寺子、鍋掛(上記以外の番地)、野間	下永田1丁目～8丁目、緑1丁目・2丁目	<div>混雑緩和のため受付票の 事前記入に協力を</div> <div>当日は、受付番号順ではなく、受付票の記入が終わっている人から案内します。 受付票をホームページからダウンロードし、事前に記入して持参すると、スムーズです。 ※オンライン予約した人の事前記入は不要です。</div> <div> 受付票 ダウンロード</div>		
3月5日(木)	大原間、東小屋、山中新田、上大塚新田	井口、西遅沢、東遅沢、関根、東関根、槻沢			
3月6日(金)	佐野、三本木、木曾畑中、沼野田和、下中野、島方	新南、石林			
3月9日(月)	東原				
3月10日(火)	豊浦南町、豊浦町、鳥野目、小結	永田町、扇町、あたご町、西大和、西原町、五軒町、西栄町、東町、西朝日町			
3月11日(水)	阿波町、西新町、豊住町、豊浦北町、美原町、北栄町				
3月12日(木)	新町、並木町、若草町	南町、西幸町、北二つ室、太夫塚1丁目～6丁目			
3月13日(金)	東栄一丁目・二丁目、黒磯				
3月16日(月)	豊浦、安藤町、原町、東豊浦				



受付票  
ダウンロード

市で申告する際に、4ページに記載の書類などに追加して用意するもの

個人番号確認書類

(マイナンバーカードがない場合)  
〇通知カード、マイナンバーの  
記載がある住民票のどちらか

身分証明書

〇運転免許証、パスポート、各  
種手帳など(従来の健康保険証は  
該当しません)

扶養親族などの個人番号がわか  
るもの

〇通知カード、マイナンバーの  
記載がある住民票など

スマホ・税務署で申告するとき

必ず用意するもの

スマホ(マイナンバーカード読取対応)

マイナンバーカードと暗証番号

- ・利用者証明用電子証明書(数字4ケタ)
- ・署名用電子証明書(英数字6～16文字)

本人名義の通帳や口座情報が分かるもの  
(所得税が還付になる場合)

利用者識別番号を確認できる書類  
(既に持っている人のみ)

所得の内容が分かるもの

給与、公的年金所得、退職金などの所得

〇源泉徴収票

※紛失した場合は、申告までに再発行をしてもらってください。市役所では発行できません。

- ・給与、退職金の源泉徴収票…勤務先
- ・公的年金の源泉徴収票…年金保険者

営業、農業、不動産所得

〇収支内訳書、領収書、報酬の支払調書など

※事前に帳簿を整理し、収支内訳書を作成してください。

個人年金、生命保険金の所得

〇保険会社からの支払通知書

上場株式等の譲渡所得

〇証券会社などが発行する特定口座年間取引報告書

公共事業に伴う土地・建物の譲渡所得

- 〇公共事業用資産の買取り等の申出証明書
- 〇公共事業用資産の買取り等の証明書
- 〇収用証明

所得控除の内容が分かるもの

医療費控除

〇医療費控除の明細書、医療費通知(原本)、控除を受けるために医師などが発行した証明書

※明細書は、事前に「個人ごと」「病院ごと」に整理してください。

社会保険料、生命保険料、地震保険料控除

〇令和7年中に支払った証明書または領収書

障害者控除

〇障害者手帳、障害者控除対象認定書など

寄附金控除

〇寄附金の証明書または領収書

※ワンストップ特例申請を行っていても、寄附金控除の再入力が必要です。

住宅借入金等特別控除

【最初の年】

- 〇登記事項証明書のコピー(土地・建物)
- 〇売買契約書(工事請負契約書)のコピー(土地・建物)
- 〇住宅ローンの年末残高証明書(調書方式を除く)
- 〇補助金の交付を受けた場合は、その金額が分かる書類のコピー

〈認定住宅の場合は次の書類も必要です〉

- 〇長期優良住宅建築等計画の認定通知書のコピー
- 〇住宅用家屋証明書のコピーまたは認定長期優良住宅建築証明書・認定低炭素住宅建築証明書のいずれか

【2年目以降】

- 〇税務署発行の住宅借入金等特別控除申告書
- 〇住宅ローンの年末残高証明書(調書方式を除く)

その他控除

〇その他必要な書類

〇大田原税務署の確定申告会場

税務署では、自分のスマホ・マイナンバーカードを使って申告書を作成します

- ▶とき 2月16日(月)～3月16日(月)  
午前9時～午後4時(午前8時30分受付開始)
- ▶ところ 大田原税務署別館会議室
- ▶持ち物 ・上記にある申告に必要な書類など  
・お知らせハガキ ・前年の申告書
- ▶問い合わせ 大田原税務署 ☎0287(22)3115  
☎324-8642 大田原市紫塚1-5-54

期間中の確定申告会場への入場には、  
入場整理券が必要です\*

国税庁LINE公式アカウントからの事前発行を  
おすすめします。

※申告会場入口で配付する当日券は、配付終了  
次第受け付けを終了します。



国税庁LINE  
公式アカウント  
はこちら



# 消費生活展と うえるる協働のつどい2025

身近な消費生活の問題や市民活動に関する情報発信をととして、意識や関心を高めるイベントです。

とき **2月15日(日)** 午前10時～午後3時

ところ **まちなか交流センター「くるる」**(本町6-32)

## 消費生活展



▶ 問い合わせ  
交通防犯課 ☎0287(62)7126

- 消費者問題に関するブースの出展
- 体験コーナー(eゆーバス乗車体験など)
- アンケート(参加者には景品をプレゼント！)



## ○講演会

『お財布と環境にやさしいエシカル消費』

▶ とき 午後0時30分～1時30分

## ▶ 講師

節約アドバイザー **和田 由貴 氏**  
(消費生活・家電製品・食生活アドバイザーほか)



「節約は無理をしないで楽しく！」  
をモットーに、耐える節約ではなく快適と節約を両立したスマートで賢い節約生活を提唱。メディア出演多数。

## うえるる 協働のつどい2025



▶ 問い合わせ  
市民活動センター ☎0287(73)5741

## ◆第1部(午前10時から)

「うえるるのまちポスターコンクール表彰式」

みんながしあわせ＝うえるる(ウェルビーイング)なまちって？ 小中学生が考える、いろいろなうえるるをポスターにしてみました。  
なしお博での展示と投票を行って決定した、優秀作品を表彰します。



昨年の様子

## ◆第2部(午前10時40分から)

「私たちが考えたまちづくり」

市民提案型協働のまちづくり支援事業補助金を活用して取り組んだ活動の事例発表を行います。

## 【展示・上映】

- うえるるのまちポスターコンクールの全応募作品
- 市民提案型協働のまちづくり支援事業補助金活用事例(第2部発表団体以外)のパネル展示や映像上映(午後1時30分から)

## ◆◆ 来場に当たって ◆◆

- ・駐車場は混み合います。乗り合わせや、ゆーバスなどの公共交通機関を利用してください
- ・催し物の内容は変更することがあります
- ・ゆーバス無料乗車証は市役所各庁舎、各公民館に設置しているチラシにも掲載しています

## 消費生活展と協働のつどい来場者限定

## ゆーバス 無料乗車証



- ・令和8年2月15日(日)に限り有効
- ・本券1枚で、来場される1グループ全員が利用できます
- ・利用時は、ゆーバス降車時に本券を乗務員に提示し利用人数を伝えてください
- ・西那須野線、黒磯線、西那須野外循環線、西那須野内循環線であれば、終日無料で利用できます



ハクビシン



ニホンジカ



ツキノワグマ



獣害対策啓発ポスター

- 野生鳥獣(クマ、イノシシ、シカ、サル、ハクビシン、カラスなど)による被害を減らすためには、皆さんの協力がが必要です。
- ▼身の周りにから始められる獣害対策
- ・野菜や果物は野外に放置せず正しく処分
  - ・ごみは夜ではなく、回収日の朝に出す
  - ・ペットフードは施設できる屋内で保管
  - ・野生鳥獣への餌やりは絶対禁止
  - ・野生鳥獣が身を隠せないよう、自宅や畑周辺の草刈りをする
  - ・防除柵などを使い敷地内への侵入を防ぐ
  - ・その他
  - ・農作物の生産者への防除柵設置費用補助金制度があります
- ※詳細は、問い合わせてください。
- ▼問い合わせ  
○ **ネイチャーポジティブ課**  
☎0287(74)2602

News  
01

身の周りに始める  
獣害対策に協力を！



- 市内で農業に意欲のある人を対象に、農業技術を習得するための研修を実施します。
- ▼ **チャレンジファーマー事業内容**
- ① 基礎コース  
栽培技術の基本を学ぶ講義と実習
  - ② おためしコース  
市内農家でのおためし研修
  - ③ インターンシップコース  
市内農家での農業体験
- ▼ **対象** ①市民 ②65歳以下の人で、新たに本市で農業経営を始めた人 ③本市の農業に興味があり、農業体験をしたい人
- ▼ **とき** ①4月～11月 ②4月～来々3月 ③日帰りまたは2日間
- ▼ **ところ**
- ① 県農業総合研究センター黒磯農場
  - ② ③ 各農家の圃場
- ▼ **申込期間** ①2月2日(月)～3月13日(金) ②③ 随時
- ▼ **申込方法** 電話連絡のうえ、所定の申請書を提出
- ※研修費用・定員その他詳細については、問い合わせてください。
- ▼ **申し込み・問い合わせ**  
○ **公財市農業公社**  
☎0287(60)1283

News  
02

チャレンジファーマー事業  
新規就農研修 参加者募集





※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。

本庁舎(共壘社108-2)  
西那須野庁舎(あたご町2-3)  
塩原庁舎(中塩原1-2)

くわく

男女共同参画情報「みいな」  
市民編集委員募集

市民との協働による男女共同参画推進のため、令和8年度の市民編集委員を募集します。男女共同参画に関心のある人の応募をお待ちしています。

対象 次のすべてに該当する人

・市民または市内勤務者

・18歳以上

・平日日中の編集会議(年8回程度)に参加できる

・パソコンなどで文書編集ソフトを使用する

報酬 年間1万円

定員 2名

申込方法 申込書をメール、FAX、郵送または持参で申込先に提出

※面談などの審査あり。

申込期限 2月16日(月) 午後4時

申し込み・問い合わせ

本市民協働推進課

〒325-8501 共壘社108・2

☎(62)7019

FAX(62)7500

shiminkyoudou@

city.nasushiobara.tochigi.jp



プレミアム付商品券の  
利用期限が間近です

トクトクなすしおばらパレードキャンペーンで発行したプレミアム付商品券の利用期限は2月28日です。早めに利用してください。

問い合わせ

トクトクなすしおばら

パレードキャンペーン事務局

☎028(341)7473



利用できる店舗

大規模小売店舗の  
変更届出書が見られます

大規模小売店舗舗立地法に基づき、次の店舗の変更届出書が本商工振興課で見られます。内容に意見がある場合には、意見書を提出できます。

対象施設

①アクロスプラザ西那須野

②フードマーケットオータニ黒磯店

③フードマーケットオータニ西那須野店

④フードオアシスオータニ永田店

閲覧期間

①3月17日(火)まで

②③4月15日(水)まで

午前9時～午後4時

※土・日曜、祝日を除く。

問い合わせ・閲覧場所

本商工振興課

☎(62)7154



税理士の無料電話申告相談

税理士が確定申告に関する相談を受け付けます。

とき 2月5日(木)・6日(金)

午前9時30分～11時30分

午後0時30分～4時

対象 給与所得者または年金受給者

相談先電話番号

・080(7585)7552

・080(7587)0885

・080(7278)7142

・080(7586)6100

※相談日のみつながります。

問い合わせ

関東信越税理士会栃木県支部連合会

大田原支部

☎0287(23)4802

1月の人口

1月1日現在 ( )は前月比

合計	112,696人	(-150)
男	56,046人	(-81)
女	56,650人	(-69)
世帯	50,266世帯	(-71)
出生	39人	転入 304人
死亡	123人	転出 370人

問い合わせ 本市民課 ☎(62)7132

住まい・環境

秋の市民一斉美化運動  
実施結果

皆さんの協力のもと、11月9日に実施した秋の市民一斉美化運動の結果をお知らせします。

参加人数 1万3695人

回収量

・可燃ごみ 5・4トン

・不燃ごみ 2・0トン

問い合わせ

本サーキュラーエコノミー課

☎(62)7030



市公共下水道事業計画の  
変更案を縦覧します

下水道の計画的な整備のための整備区域や事業期間を定めた計画の変更案を縦覧します。

対象区域 黒磯処理区・塩原処理区

縦覧期間 2月9日(月)～24日(火)

午前9時～午後4時

※土・日曜、祝日を除く。

問い合わせ・縦覧場所

本整備課

☎(37)5921



広告

広告

お仕事説明会のご案内

もういちど元気に働きたい、地域に貢献したいと思っている60歳以上の仲間を募集しています

西那須野事業所	1/26(月)	2/5(木)	2/25(水)	3/5(木)	3/25(水)
黒磯事業所	2/16(月)	3/16(月)	時間：午前10時から(1時間程度)		

～頑張りすぎず、自分らしく～

入会キャンペーン実施中！！

公益社団法人 那須塩原市シルバー人材センター  
☎ 0287-37-5121(代表)



もしもの時に頼れる人がいたら...をお任せください！

「家族に代わって、みなさまの老後を一生涯サポート」

～通院・買い物・入院・介護・葬儀・納骨・遺品整理など～

身元保証

生活支援

緊急時対応

葬送納骨支援

死後事務支援

終活ライフケア



身元保証と生活支援、終活ライフケア支援

〒324-0062 栃木県大田原市中田原633-6

Tel.0287-53-7617

Fax.0287-53-7618 https://cocorich.jp/

《無料相談受付中》





※市内は、市外局番 0287 を省略した表記にしています。

☎…本庁舎(共聖社108-2)  
☎…西那須野庁舎(あたご町2-3)  
☎…塩原庁舎(中塩原1-2)



ごみ分別アプリを  
配信しています

明日は何ごみの日？  
ごみ分別アプリでごみ出しカレンダーの確認ができます！  
▶問い合わせ ☎サーキュラーエコノミー課 ☎(62)7301



▼問い合わせ  
〇栃木労働局労働基準部賃金室  
☎028(634)9109

最低賃金の件名	時間額	効力発生日
塗料製造業	1,159円	令和7年12月31日
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業	1,070円	
電子部品、デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	1,105円	
自動車・同附属品製造業	1,114円	
計量器・測定器・分析機器・試験機・測量機械器具製造業、医療用機械器具・医療用品製造業、光学機械器具・レンズ製造業、医療用計測器製造業、時計・同部分品製造業	1,104円	令和7年10月1日
各種商品小売業※	1,068円	

※各種商品小売業の最低賃金の改定はなく、県の最低賃金と同額です。

次の6産業を営む使用者  
とその産業に従事する労働  
者に適用されます。  
18歳未満または65歳以上の労働者には  
栃木県最低賃金が適用されます。



雇用・資格  
特定最低賃金が改定されました

〇(株)ワークエントリー栃木事業部  
☎028(612)8643  
FAX 028(612)8645  
✉shurushien@we-tochigi.sakura.ne.jp

※詳細はホームページを  
確認してください。  
申し込み・問い合わせ  
〇(株)ワークエントリー栃木事業部  
☎028(612)8643  
FAX 028(612)8645  
✉shurushien@we-tochigi.sakura.ne.jp

氏名・年齢・住所・電  
話番号を添えて、電話、  
FAX、メール、または申込フォームから  
申し込み  
※参加企業は事前に確認できます。  
※詳細はホームページを  
確認してください。  
申し込み・問い合わせ

那須野が原ハーモニーホール  
(大田原市本町1・2703・6)  
費用 無料  
対象 求職中の女性またはシニアの人など  
定員 約50名(申込者優先)  
申込方法 氏名・年齢・住所・電  
話番号を添えて、電話、  
FAX、メール、または申込フォームから  
申し込み  
※参加企業は事前に確認できます。  
※詳細はホームページを  
確認してください。  
申し込み・問い合わせ

働き方を選べる地元企業と直接話が  
できます。会場で、コーディネーター  
に相談することもできます。  
とき 2月24日(火)  
午後1時30分～3時30分  
ところ 那須野が原ハーモニーホール  
(大田原市本町1・2703・6)  
費用 無料  
対象 求職中の女性またはシニアの人など  
定員 約50名(申込者優先)  
申込方法 氏名・年齢・住所・電  
話番号を添えて、電話、  
FAX、メール、または申込フォームから  
申し込み  
※参加企業は事前に確認できます。  
※詳細はホームページを  
確認してください。  
申し込み・問い合わせ

女性やシニア対象の  
合同企業説明・面接会



✉uj-tochigi@we-tochigi.sakura.ne.jp  
申し込み・問い合わせ

申し込み・問い合わせ  
〇(株)ワークエントリー栃木事業部  
☎028(612)8643  
FAX 028(612)8645  
✉shurushien@we-tochigi.sakura.ne.jp

県内企業約30社が出席する合同企業  
説明会を開催します。  
とき 3月4日(水) 午後1時30分～3時  
※途中参加・退出可。  
対象 来年3月卒業予定の学生またはUI  
ターン就職を希望する若者など  
開催方法 オンライン(Zoom)  
申込方法 電話、メー  
ル、または申込フォー  
ムから申し込み。  
申込期限 3月3日(火)  
※詳細はホームページを確  
認してください。  
申し込み・問い合わせ

申し込み・問い合わせ  
〇(株)ワークエントリー栃木事業部  
☎028(612)8643  
FAX 028(612)8645  
✉shurushien@we-tochigi.sakura.ne.jp

とちぎUIJターン合同企業  
説明会(オンライン)

国民年金は20歳がスタート！  
国民年金は、老後や万が一の事態に  
備えて保険料を出し合い、お互いを支  
え合う制度で、20歳以上60歳未満の人  
は加入が義務付けられています。20歳  
を迎えた人(既に厚生年金などに加入  
している人を除く)は、原則として自  
動的に国民年金に加入します。基礎年  
金番号通知書と保険料の納付書が届き  
ますので、納付期限(翌月末)までに保  
険料を納付してください。  
※加入の届け出が必要な人もいます。  
申請により次の制度を利用できる場  
合があります。

・保険料免除制度  
本人・配偶者・世帯主の前年所得が一  
定額以下の場合、保険料の全部また  
は一部が免除になる場合があります。  
・納付猶予制度  
50歳未満の人で、本人と配偶者の所  
得が一定額以下の場合、納付が猶予  
される場合があります。  
・学生納付特例制度  
学生納付特例対象の学校に在籍して  
いる学生で本人の所得が一定額以下  
の場合に納付が猶予されます(対象  
校は指定されています)。

家族介護教室「いっぽん」  
自分や、家族などの身近な人が認知症  
になったときに役立つ知識を学べます。  
とき 2月25日(水)午前10時～11時30分  
ところ 厚崎公民館  
対象 家族や身近な人に認知症の人  
がいる市民、認知症に関心のある市民  
定員 30人(先着)  
申込期限 2月4日(水)～18日(水)  
申し込み・問い合わせ

申請方法 本人確認書類、基礎年金  
番号がわかるもの、学生証などを持  
参して申請、または電子申請  
※電話申請は受け付けていません。  
※本人以外の人が申請するときは委任  
状が必要な場合があります。  
※失業した人などに対する特例があり  
ます。詳細は問い合わせてください。  
申請先  
・書面申請 本県保年金課、西国保年  
金担当、塩原市民課、箒根出張所、大  
田原年金事務所(大田原市本町1・  
2695・22)  
・電子申請 日本年金機構  
※詳細はホームページを  
確認してください。  
問い合わせ

問い合わせ  
〇本県保年金課 ☎(62)7129

〇本高年齢福祉課 ☎(62)7327

家族介護教室「いっぽん」  
自分や、家族などの身近な人が認知症  
になったときに役立つ知識を学べます。  
とき 2月25日(水)午前10時～11時30分  
ところ 厚崎公民館  
対象 家族や身近な人に認知症の人  
がいる市民、認知症に関心のある市民  
定員 30人(先着)  
申込期限 2月4日(水)～18日(水)  
申し込み・問い合わせ

家族介護教室「いっぽん」  
自分や、家族などの身近な人が認知症  
になったときに役立つ知識を学べます。  
とき 2月25日(水)午前10時～11時30分  
ところ 厚崎公民館  
対象 家族や身近な人に認知症の人  
がいる市民、認知症に関心のある市民  
定員 30人(先着)  
申込期限 2月4日(水)～18日(水)  
申し込み・問い合わせ


広告

リヤンド・絆  
那須黒磯 / 那須  
スタッフ募集  
介護職・看護師  
大切なひとが、きらきら輝く場所  
まずは見学だけのご応募も大歓迎です！  
☎090-4067-3552 採用担当:加藤

「安心！信頼！快適！」をお届けいたします  
灯油の配達承ります！  
お電話一本で自宅まで迅速・丁寧にお届けいたします。  
灯油「定期配送」も受付中！  
忘れがちな補充も定期配送なら安心！注文の手間が省けてお得にご利用いただけます。  
軽油・免税軽油・重油の配送もおまかせ！  
トラクターにも、ハウスにも、安心サポート！  
ご注文お問い合わせはコールセンターまで  
株式会社JAエルサポート ☎0800-700-0085  
受付時間/AM8:00～PM5:30 定休日/日・祝日  
※内容確認や必要品費用のため、郵送させていただきます。

行政書士による市民無料公開講座 開催のお知らせ  
テーマ「遺言書の書き方」について  
遺言書の書き方について行政書士が分かりやすく解説します。  
無料相談会も実施します。テーマに限らずご相談ください。  
日時：2月15日(日)午後1時30分から公開講座、3時から無料相談会  
場所：那須塩原市 西那須野公民館 講座室  
後援：那須塩原市 (那須塩原市太夫塚1丁目194番地78)  
要事前  
予約  
■事前予約申込先  
栃木県行政書士会那須支部 赤岡  
電話 090-6710-8222





歴史が夢みた大地  
舞台  
那須野が原に  
華ひらく  
2月14日(土)入場無料  
開演15時から 開演18時から(90分・休憩あり)  
※大正堂くろいそみるひいホール(那須野が原 大ホール)  
1750-2222 那須野が原市観光課(0287-5419)

日本遺産「那須野が原開拓浪漫譚」のストーリーを題材にした、劇団らくりん座による演劇を公演します。

12歳の小学生「つくる」が、明治時代の那須野が原にタイムスリップ。開拓浪漫に溢れる華族たちと出会い、彼らの思いや那須野が原の歴史をたどる、ファンタジー演劇です。

▼とき 2月14日(土) 午後2時  
公演時間90分(休憩あり)

▼ところ 大正堂くろいそみるひいホール


▼料金 無料

▼申し込み 申込フォームから申し込み

▼申込期限 2月6日(金)

▼問い合わせ 那須野が原開拓日本遺産活用推進協議会事務局(国生涯学習課内)

☎(37)5419



申込フォーム

○11月の交通事故発生状況(人身事故)

	発生件数	死亡者	負傷者	重傷者
11月中	17件(+ 6)	0人(+ 0)	23人(+ 8)	3人(- 3)
うち高齢者	8件(+ 1)	0人(+ 0)	4人(- 3)	1人(- 2)
本年累計	183件(+18)	3人(+ 1)	211人(+10)	28人(- 1)
うち高齢者	78件(+14)	1人(+ 0)	46人(+ 2)	11人(- 3)

( )は前年同月比

▶問い合わせ ☎交通防犯課 ☎(62)7127

マイナンバーカード  
【休日】交付・申請・  
マイナ保険証利用申し込み支援

2月28日(土)

※交付は要事前予約  
※更新は早めに手続きしてください

▶問い合わせ  
○☎市民課 ☎(62)7132



詳しくはこちら

2月の納税

3月2日(月)が納期限です

〈市税〉  
●国民健康保険税 第8期  
●後期高齢者医療保険料 第8期

～納税は便利な口座振替で～

○NPO法人黒磯観光協会

☎(74)2822

▼問い合わせ  
※詳細はホームページを確認してください。



参加施設などの詳細はこちら

▼開催期間 3月31日(火)まで  
▼スタンブ台紙配布場所 参加施設、黒磯地区のスーパー・ドラッグストア・金融機関・郵便局など  
▼応募方法 応募はがき(スタンブ台紙)に必要事項を記入して郵送  
▼応募期限 3月31日(火)消印有効  
※詳細はホームページを確認してください。

日本一はやり？  
黒磯めぐりスタンプリ  
黒磯・鍋掛・東那須野・高林・板室温泉の各エリアの雛人形を巡ってスタンプリを集めると、抽選でプレゼントが当たります。

○11月の火災と救急

火 災		救 急	
建物	1件	交通事故	33件
林野	0件	急病	367件
その他	0件	その他	130件
本年の累計	39件	本年の累計	5,743件

▶火災のテレフォンサービス ☎0287(22)0119

○公益社団法人 大田原法人会

☎0287(23)4802

わたなべういち  
渡部陽一講演会  
「世界からのメッセージ」

戦場カメラマン渡部陽一氏の、戦場でのリアルな体験談を通じて、平和について考える講演会です。

▼とき 2月7日(土) 午後3時  
▼ところ 那須野が原ハーモニーホール

▼対象 どなたでも

▼定員 800人

▼料金 無料

▼申し込み 不要

▼問い合わせ 公益社団法人 大田原法人会

☎0287(23)4802



渡部陽一氏

広報なすしおばらの有料広告掲載

利用してみませんか

「会社のPR広告をどこかに載せたいけど予算が…」  
「市内全域にまんべんなくPRを行いたい」  
そんなときは広報なすしおばらの有料広告が便利です！  
(メリット)

- 自治会に加入している市内の全世帯に配布
- 駅・公共施設・病院など、人目につきやすい場所に設置
- 1回当たりの掲載料が15,000円からとリーズナブル

※この赤枠が1号広告のサイズです。

掲載枠	サイズ	1回当たりの掲載料
1号広告	48mm×170mm	30,000 円
2号広告	48mm×85mm	15,000 円

※使用色はいずれもカラーです。

▶発行部数 約 35,000 部

▶問い合わせ

☎企画政策課 ☎(62)7109



市公式SNSなどで最新情報をチェック！

市のイベントや市政の情報、災害時の緊急情報などをいち早く皆さんに届けます。



X



Instagram



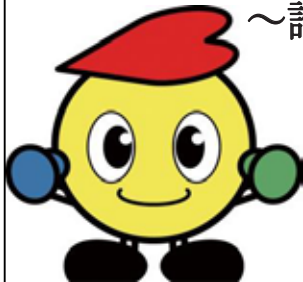
LINE



YouTube

福祉に関するどんな相談でも受け止めます

～誰一人取り残さない社会を目指して～



社会福祉法人  
那須塩原市社会福祉協議会

☎0287-37-5122 (代表)



HP



Facebook



Instagram



LINE



## 那須野が原ハーモニーホール

☎0287(24)0880

### ●演劇講座 第29回定期発表会

▶とき 3月8日(日) 午後2時30分開演

▶入場料(全席自由) 一般500円

小・中学生無料(要入場券)

※小学生以上入場可。

▶チケット販売開始

1月24日(出)



### ●オーケストラ養成講座

#### 那須フィルハーモニー管弦楽団第27回定期演奏会

▶とき 3月22日(日) 午後2時開演

▶入場料(全席自由) 一般1,000円(友の会900円)

小・中学生無料(要入場券) ※小学生以上入場可。

▶出演 指揮：西口 彰浩

コンサートマスター：村井 俊朗

▶チケット販売 発売中

### ●令和8年度オルガンスクール受講生募集

▶対象 小学4年生以上(鍵盤楽器演奏経験あり)

▶実技審査 4月19日(日)

▶申込期間 2月15日(日)～3月1日(日)

※受講料など詳細は問い合わせください。

### ●館内作業のため休館します

▶とき 2月25日(水)・26日(木)



ホームページ

## 三島ホール ☎0287(46)5340

### ●THE カルテットの昭和歌謡コンサート



▶とき 3月30日(月) 午後2時開演

▶料金(全席指定)

前売 2,500円(友の会2,300円)

当日 3,000円 ※小学生以上入場可。

▶チケット販売 発売中



ホームページ

## 地域おこし協力隊 奮闘記

▶問い合わせ 企画政策課 ☎0287(62)7106



中身は  
見てのお楽しみ!

ひるた ゆい  
蛭田 結衣 隊員

SNSをチェックしてね! インスタグラム



協力隊  
Instagram

旅行に行った際に「つい買ってしまう」というものはありますか? 私にとっては「ご当地カプセルトイ」なのですが、今回その憧れのカプセルトイを作成することができました! 那須エリアに来てほしいとの想いで那須町の地域おこし協力隊とコラボした、冬季限定モデルです。1月8日から3月31日まで、道の駅「明治の森・黒磯」に設置予定です。近くを訪れた際はちらっと見に行ってみてください!



## 那須野が原博物館

☎0287(36)0949

### ●企画展「古地図に描かれた那須塩原の姿」

古地図は、作られた当時の地域の姿を知ることができる貴重な資料です。

江戸期から昭和期にかけて作られた古地図を公開し、時代的な特色とそこに描かれた当時の那須塩原市の姿を紹介します。

▶開催期間 1月24日(出)～4月12日(日)

▶料金 一般 300円

高校生・大学生 200円

小学生・中学生 100円

<展示解説>

▶とき 2月15日(日) 午後2時～

▶料金 無料

▶定員 20人(先着)



栃木県管内全図

### ●見学会「古地図で歩く原街道」

市内に残る江戸時代の道を、古地図を見ながら那珂川から黒磯駅前まで歩きます。

▶とき 2月28日(出) 午前9時～正午

▶定員 20人(先着)

▶料金 無料

▶申込方法 電話で申し込み

▶申込期間 2月3日(火)～15日(日)

### ●地域研究発表会「那須野が原をさぐる」

▶とき 3月7日(出) 午後2時～4時

#### 第1部「那須地域における教育版画運動」

発表者：作間 亮哉 氏

#### 第2部「黒磯村と高久村の村境争論」

発表者：松本 裕之 氏

▶定員 50人(先着)

▶料金 無料

▶ところ 研修室

▶申込方法 電話で申し込み

▶申込期間 2月3日(火)～3月6日(金)



ホームページ



## 介護予防筋力トレーニング参加者募集

最近、体力の衰えを感じたり、転びやすくなったりしていませんか。歩行用の温水プールや介護予防用の安全なマシンを使って体を動かしましょう。

▶内容・とき

・プール 4月3日～7月3日の毎週火・金曜

・マシン 4月2日～7月2日の毎週月・木曜

※午前の部 午前9時30分～10時40分(全26回)

午後の部 午後2時30分～15時40分(全26回)

▶ところ 市シニアセンター(来所困難な人のみ送迎)

▶対象 介護保険認定を受けておらず、総合事業対象者になっていない65歳以上の市民

▶定員 プール 各コース12人、マシン 各コース10人

▶参加費 1回当たり300円 ▶申込期限 2月27日(金)

▶申し込み・問い合わせ(申し込みには来所が必要です)  
市シニアセンター ☎0287(73)2210



## 生活習慣病を予防しましょう

生活習慣病とは、食生活の乱れ、運動不足、ストレス、アルコール、たばこなど、日々の習慣などが発症に関わる、がんや糖尿病、高血圧症、心臓病、脳卒中などの病気の総称です。知らず知らずのうちに動脈硬化を進め、放っておくと命に関わる病気やさまざまな後遺症につながります。2月は「全国生活習慣病予防月間」です。皆さんの生活習慣を振り返り、予防を心掛けましょう。

### 【生活習慣改善のポイント】

食事…1日3食バランスよく食べる

運動…今より10分多く体を動かす

休養・こころ…心身の疲労を回復し、明日への英気を養う

アルコール…節度ある適度な飲酒をする

たばこ…喫煙本数を減らす

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100



## 健康ポイント事業 スマホアプリ 「エンジョイなすしおばら」

歩数、運動記録、健診などの健康記録によって健康ポイントを獲得しましょう。貯めた健康ポイントで特典(選べるPay500円分、1,000円分、市共通商品券2,000円分)が当たる抽選に応募できます!

毎日少しずつ健康づくりに取り組み、健康習慣を身に付けましょう。

▶対象 満18歳以上の市民(4月1日時点)

▶方法 専用アプリで利用者登録

※特典応募の際には、「マイナンバーカードの公的個人認証サービス」による対象者の確認が必須です。

※詳細は問い合わせください。

▶問い合わせ

エンジョイなすしおばら運営事務局

(コールセンター) ☎0570(077)799



## 歯の健康講座と スマイルレッスン

全身の健康を守る歯の知識と、魅力を引き出す笑顔の作り方を学ぶ講座を開催します。歯ブラシやフロスの正しい使い方、割りばしを使った口角トレーニングなど、実践を豊富に取り入れた講座です。健康の土台は、「口」にあります。高齢になっても、自分の歯を20本以上保つことを心掛けましょう。

▶とき 2月21日(出) 午後2時～3時30分

▶ところ まちなか交流センター「くるる」

▶対象 市民

▶参加費 無料

▶申し込み 不要

▶持ち物 手鏡(なくても受講可能)

※詳細は問い合わせください。

▶問い合わせ 健康増進課 ☎0287(63)1100





一人で悩まず困ったら相談を

2月の各種無料相談カレンダー

各種相談の市ホームページはこちら→



相 談	相談日	時 間	会 場	問い合わせ・備考
行政相談	3日(火)	午後1時～3時	ハロープラザ	●国、県、市など行政の仕事に対する意見や要望 ☎企画政策課 ☎0287(62)7109
	12日(木)		いきいきふれあいセンター2階	
不動産相談 (予約制)	20日(金)	午後1時30分～3時30分	県不動産会館県北支部 (大正堂くろいそみるひいホール前)	※相談日前日までに要予約。定員3人 県宅建協会県北支部 ☎0287(62)6677
司法書士による相談 (予約制)	7日(土)	午前10時～午後3時	西那須野公民館	※相談日3日前までに要予約。 県司法書士会 ☎028(614)1122
人権相談	3日(火)	午後1時～3時	東那須野公民館	●人権相談、人権保護などの相談 市民活動センター ☎0287(73)5741
成年後見無料相談会 (予約制)	17日(火)	午前10時～正午	西那須野公民館	●障害者や認知症の人のための相談 ☎社会福祉課 ☎0287(74)2607
ポラリス☆とちぎ 出張相談会	2日(月)	午後1時30分～4時30分	いきいきふれあいセンター 2階	●ひきこもりで悩んでいる本人、家族のための相談 ☎社会福祉課 ☎0287(74)2607
広域無料法律相談 (予約制)	12日(木)	午後1時30分～4時30分	トコトコ大田原 市民交流センター (大田原市中央1-3-15)	※予約受付期間 2月5日(木)～10日(火)。定員18人 大田原市総務課 ☎0287(23)1111
弁護士による 法律相談(予約制) ※年度内1人2回 まで可。	10日(火)	午後1時30分～3時50分	いきいきふれあいセンター 2階	※予約受付期間 2月2日(月)～9日(月)。定員14人 ☎社会福祉課 ☎0287(62)7135
	25日(水)		健康長寿センター	※予約受付期間 2月16日(月)～24日(火)。定員14人 ☎社会福祉課 ☎0287(62)7135
育児相談 (予約制)	12日(木)	午前9時30分～10時30分	西那須野保健センター	●保健師や栄養士などによる育児に関する相談 西子育て相談課 ☎0287(38)1356
	19日(木)	午後1時～2時30分	黒磯保健センター	
健康相談 食生活相談 (予約制)	12日(木)	午前9時30分～11時	黒磯保健センター	●保健師や管理栄養士による健診の結果相談や、 その他心身の健康相談 健康増進課 ☎0287(63)1100
	24日(火)		西那須野保健センター	
こころの相談 (予約制)	12日(木)	午前10時～正午 午後1時～5時	黒磯保健センター	●日本カウンセリング学会カウンセリング心理士による相談 ※相談日前日までに要予約。定員6人 健康増進課 ☎0287(63)1100
	24日(火)		西那須野保健センター	
マザーズコーナー 出張職業相談	12日(木)	午前9時15分～正午	いきいきふれあいセンター 2階	●子育て中の人の出張就職相談 ※相談日前日までに要予約。 ハローワーク大田原 ☎0287(22)2268
	18日(水)	午後1時～3時	つどいの広場「ほっぺ」(方京)	

2月の休日当番医

診察時間は各医療機関に  
問い合わせてください

1日 (日)	たかさわ 高澤クリニック	(緑1丁目) ☎0287(37)9901
8日 (日)	那須北病院	(野間) ☎0287(62)5500
11日 (祝水)	たちばな 立花医院	(那須町寺子乙) ☎0287(72)0311
15日 (日)	はらクリニック	(東三島4丁目) ☎0287(39)5232
22日 (日)	福島整形外科病院	(弥生町) ☎0287(62)0805
23日 (祝月)	こせき 小関整形外科	(扇町) ☎0287(36)0203

休日当番医は変更となる場合があります。最新の情報は、  
市ホームページや当日の新聞で確認してください。

夜間診療(毎日)

受付時間…午後6時30分～9時  
診療時間…午後7時～9時30分

那須地区夜間急患診療所 ☎0287(47)5663

○診療科目…内科、小児科  
○ところ…大田原市中田原1081-4(那須赤十字病院本館1階)  
※那須地区夜間急患診療所は那須赤十字病院に併設された、  
那須赤十字病院とは別の医療機関です。

とちまる救急安心電話相談

急病やけがで心配なとき、相談してください。家庭での対処法など、  
経験豊富な看護師がアドバイスします。  
※緊急時や重症の場合は、迷わず119番を利用してください。

▶子ども向け(おおむね15歳未満)

○相談時間…毎日午後4時～翌午前10時  
(土曜・日曜・祝日は24時間対応)  
○電話番号…局番なし ☎#8000 または ☎028(623)3511  
※QRコードは株式会社デンソーウェアの登録商標です。