

## とちぎ海浜自然の家(茨城県)で海釣り&涸沼でイカダ乗り

▼期日 5月8日(土)・9日(日)。1泊2日▼内容 大洗海岸で磯釣り・磯遊び、涸沼で大きな筏に乗るなど、家族で楽しめる体験教室▼対象 小学4年生以上～高校生とその家族▼定員 抽選80人程度▼申込期限 4月5日▼その他 複数の家族でも1組10人まで申し込み可。費用や申込方法など、詳しくは、とちぎ海浜自然の家HP URL1 をご覧になるか、とちぎ海浜自然の家 ☎0291(37)4004、✉kaihin-info@tmf.or.jpへ。



▲とちぎ海浜自然の家HP

## ねんりんピックとちぎ2021スポーツ・文化交流大会

▼期間 4月20日～5月30日▼種目 卓球、テニス、ソフトテニス、ソフトボール、ゲートボール、ペタンク、弓道、剣道、グラウンド・ゴルフ、太極拳、ソフトバレーボール、水泳、ダンススポーツ、ターゲット・バードゴルフ、インディアカ、バウンドテニス▼対象 県内在住で60歳以上の人▼その他 会場・種目・費用・申込方法など、詳しくは、とちぎ健康福祉協会HP URL2 をご覧になるか、各競技団体へお問い合わせください。☎とちぎ健康福祉協会 ☎(650)3366



▲とちぎ健康福祉協会HP

## 健康で豊かな人間性を育もう 食育情報コーナー ⑩1004752

▼日時 休館日(水曜日・祝休日・年末年始)を除く毎日、午前9時～午後5時。入館は午後4時30分まで▼会場 市保健センター(トナリエ宇都宮9階)▼内容 3月は「なかしよく中食の上手な使い方」をテーマに、食に関する情報などのパネル展示、パンフレットやレシピの配布など。☎市保健センター ☎(627)6666

## 子どもの里親(養育里親・養子縁組里親など)になりませんか

里親制度は、虐待や望まない妊娠など、さまざまな事情により家庭で暮らすことができない子どもたちを実の親に代わり家庭的な環境のもとで養育するための制度です。県では里親になる人を求めています。里親になるために特別な資格は必要ありません。子どもの養育に理解があり、熱意と愛情を持っている人で、一定の要件を満たしていれば、どなたでも里親になることができます。なお、子どもの養育に必要な経費などが支給されます。手続きや里親制度などについて、詳しくは、県中央児童相談所 ☎(665)7830、✉chuuou-js@pref.tochigi.lg.jpへお問い合わせください。

## 所得税・消費税などの申告・納付期限を延長します

▼申告・納税の期限 所得税・贈与税・消費税=4月15日▼口座振替日 所得税=5月31日、消費税=5月24日▼その他 パソコンやスマートフォンからもe-Taxを使って口座振替の手続きができます。詳しくは、国税庁HP URL3 をご覧ください。☎宇都宮税務署 ☎(621)2151 (自動音声案内)



▲国税庁HP

## 宇都宮精神保健福祉会「やしお会」 ⑩1004486

1個別相談会 ▼日時 3月18日(木)午前10時～正午▼内容 精神障がい者を抱えた家族に対し、共通の体験をした家族が相談員として相談を受ける。2定例会 ▼日時 3月18日(木)午後1時30分～3時30分▼内容 話し合いながら、精神障がいについて学ぶ。■会場 保健所(竹林町)。■申込方法 電話で、保健予防課 ☎(626)1114へ。

## 北宇都宮駐屯地(宇都宮飛行場)ヘリコプター夜間飛行訓練

▼期日 3月2～4・8～11・15～18・22～25・29～31日。時刻は午後9時頃までを予定。天候などにより実施日・時刻の変更あり▼その他 飛行場周辺(宇都宮市内)でのドローン、ラジコン飛行機などの飛行は、航空法により禁止されています。☎陸上自衛隊北宇都宮駐屯地 ☎(658)2151

## 新生活の準備に「わく・わくショップU」を利用しませんか

わく・わくショップU(市役所1階)では、障がい者支援施設などで作られた製品を販売しています。3月は入園・入学に向けて、手作りの布バッグや小物入れなどを用意してお待ちしています。新生活の準備にいかがですか。▼営業時間 午前10時～午後3時▼休業日 毎週土・日曜日、祝休日▼その他 詳しくは、わく・わくショップUHP URL4 をご覧になるか、障がい福祉課 ☎(632)2229へ。



▲わく・わくショップUHP

## 令和3年度法務省専門職員(人間科学)採用試験

▼試験日 6月6日(日)▼申込期間 3月26日～4月7日(インターネット申込)▼その他 業務内容や受験資格、申込方法など、詳しくは、法務省HP URL5 をご覧になるか、東京矯正管区職員課 ☎048(600)1502へお問い合わせください。



▲法務省HP

## 家内労働委託状況届の提出は4月30日までに栃木労働局へ

家内労働者(内職者)へ業務を委託した場合には、その状況を報告する委託状況届を、4月30日までに労働基準監督署を通して栃木労働局に提出してください。詳しくは、栃木労働局 ☎(634)9109または最寄りの労働基準監督署へ。

## 音訳ボランティアによる対面朗読サービス

▼日時 日曜日と3月20・25～31日を除く毎日、午前9時～午後4時▼会場 市総合福祉センター(中央1丁目)▼対象 視覚に障がいのある人など▼申込期限 朗読希望日10日前▼申込方法 電話で、市社協ボランティアセンター ☎(636)1285へ。

## 図書館の郵送貸出(送料無料)のご利用を

▼対象 市内在住の視覚障がい・肢体不自由(1～6級)、要支援・要介護認定の人▼申込方法 直接または電話で、中央図書館(明保野町) ☎(636)0231へ▼その他 障がい者手帳番号などの登録が必要です。

## 毎月10日はフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

▼日時 3月10日(水)午前8時～11日(木)午前8時(24時間)▼内容 死にたい・死のうと思っている人などの自殺予防相談▼フリーダイヤル ☎0120(783)556。☎栃木のいのちの電話事務局 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

## 自死遺族支援わかちあいの会「こもれび」 ⑩1004481

▼日時 3月6・27日、4月3日。午後2時～4時▼会場 とちぎ福祉プラザ(若草1丁目)▼対象 家族や身近な人を自死によって亡くされた人▼費用 1回200円(当日受付)。☎栃木のいのちの電話事務局 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

## 「断酒屋例会(酒害相談)」に参加しませんか ⑩1021691

▼日時 3月19日(金)午後1時～3時▼会場 市保健センター▼対象 お酒で悩んでいる人や家族▼その他 毎週、各區で断酒屋例会を行っています。会場など、詳しくは、市HPをご覧になるか、保健予防課 ☎(626)1114へ。