



無意識の思い込みをなくしていこう

一人ひとりが自分らしく生きられる社会に!

「男性はこうあるべき」「女性はこうあるべき」などと言われたり、思ったりしたことはありませんか? その背景には「無意識の思い込み」があります。県では、こうした思い込みにとらわれず、性別に関わりなく誰もが個性や能力を発揮することができる社会の実現を目指して取り組んでいます。

本県の男女の役割意識は...

「男性は外で働き、女性は家庭を守るべき」という考え方に対し、約23%が「賛成」と回答※。固定的な性別役割分担意識の解消には至っていません。

※出典:「令和4(2022)年度 県政世論調査」県広報課

とちぎの子どもたちは...

「G7栃木県・日光こども未来サミット」では、性別に関係なく誰もが輝く社会の実現に向けて、今自分たちができることについて話し合いました。



子どもたちからこんな意見がありました

私の家ではイギリス人の父も日本人の母も、同じくらい家事をしている

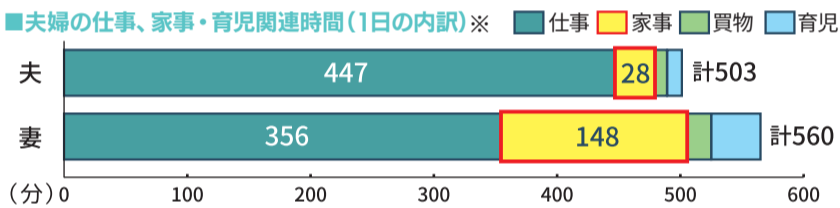
「こうでなくてはならない」という考えを捨て、一人ひとりが尊重されるべき

宣言書やサミットの様子はこちら▶



家族で家事の分担を話し合しましょう

夫婦間の家事時間には偏りがあるのが現状です。共働き世帯でも妻の方が約5倍、家事に時間を費やしていることがわかります。



出典:「男女共同参画白書令和4年版」内閣府 ※10歳未満の小学生を持つ夫婦で、ともに正規雇用



「料理」「洗濯」「掃除」などの家事の分担について、家族みんなで話し合うことが大切です。「お互いに協力し合う」、「家族の一員として家事をする」という意識を共有しましょう。

「とちぎのKAJIDANブック」で家事力UP!

家事をする男性を意味する KAJIDAN。「とちぎ KAJIDANブック」では、夫婦で家事を行うポイントや、プロによる衣・食・住の基本を紹介しています。ぜひ参考にしてください。



この冊子の作成に参加した県職員の藤本貢平さんにお話を伺いました!



座談会に参加し、「家事」について改めて考える良いきっかけとなりました。「妻への思いやりを持つこと」や「背伸びせず、できることから実践すること」など、座談会での他のメンバーに聞いた意見を参考に、家事について夫婦で話し合い、協力しながら取り組んでいます。

とちぎのすべての女性のための活躍応援ナビ「とちぎウーマンナビ」で「とちぎのKAJIDANブック」をチェック!▶



理系は男性の選択肢?女性も活躍中!



理工系分野への進路選択促進を図るために、女子小・中・高校生を対象に、さまざまなイベントを行っています。



このようなイベントを開催しました! /

- とちぎ女子サイエンスラボ
理工系の魅力発見 WORKフェスタ2023
理工系のお仕事魅力発見! 企業訪問2023

理工系分野で活躍する女性の声を紹介しています▶



女性活躍を推進する企業の皆さんへ

女性活躍の推進や働き方の見直しに積極的に取り組み、誰もがいきいきと働けることを目指している企業等を「男女生き生き企業」として、認定・表彰しています。

認定のメリットや認定団体はこちら▶



今後のイベント開催予定

- 11月3日(金・祝) G7記念シンポジウム
12月25日(月) 女性活躍応援フォーラム2023

詳細は決まり次第、県HPでお知らせします

6月24日(土)、25日(日)に日光市内でG7栃木県・日光男女共同参画・女性活躍担当大臣会合が開催されました!

詳細はこちら▶



- 「コロナ禍の教訓を生かす」「女性の経済的自立」について議論が行われ、「G7ジェンダー平等大臣共同声明(日光声明)」が取りまとめられました。県としても、男女が共に輝く「とちぎ」の実現に向けて、会合の成果を今後の施策展開につなげていきます
会合期間中は、地元主催のエキスカージョン、レセプションのほか、会場内での伝統工芸品の展示等を通じて、県の魅力を参加者にPRしました



声明文を持つ大臣たち 写真提供:内閣府男女共同参画局



エキスカージョンの様子(中禅寺湖にて)

もしかしたら認知症かも？

知っておきたい認知症のこと

2025年には高齢者の5人に1人が発症すると言われ、誰もが関わる可能性がある認知症。自分事として考え、地域で支え合っていくことが大切です。まずは家族のために、将来の自分のために、正しく理解して対応しましょう。

認知症を知ろう

認知症は、さまざまな原因で脳の働きが低下することで引き起こされます。代表的な症状として記憶障害があり、**加齢によるもの忘れとは異なります。**

認知症(記憶障害)	もの忘れ(加齢による)
体験のすべてを忘れる 例) 昨日の夜ごはんを食べたこと自体	体験の一部を忘れる 例) 昨日の夜ごはんのメニュー
もの忘れの自覚がなく、ヒントがあっても思い出せない	もの忘れの自覚があり、ヒントがあれば思い出せる 今日、孫の誕生日！
今日が何月何日なのか、分からない	今日が何月何日なのか、うっかり間違える 今日が3日か！

記憶障害の他に、時間や季節が分からなくなる、段取りや計画がうまく立てられなくなるなど、さまざまな症状があります。

さらに、本人の性格や周りの環境など複数の要因が絡み合い、以下のような症状が引き起こされます。これらの症状は**周りの人との関わり方によって緩和できる場合もあります。**

●例として…

不安・焦燥

興奮・暴力

介護の拒否



早期発見・早期受診することで、進行を遅らせたり症状を軽減させたりできる可能性があります。「認知症かも？」と思ったら、早めに相談してください。

生活サポート

これからの生活を相談しよう

認知症地域支援推進員

認知症の方や家族から相談を受け、必要に応じて、医療・介護サービスの関係機関につなぐ支援などを行っています。主に各市町の地域包括支援センターに配置されています。

配置先はこちら▼



認知症の人と家族の会

認知症の方を介護した経験を持つ相談員が、介護の悩みや本人の孤立感などの相談を受け付けています。

■電話相談(県委託事業) TEL 028-627-1122

受付時間/月～金曜日、午後1時30分～4時(祝日・年末年始を除く)
※第4水曜日(祝日の場合は前週の水曜日)は来所相談も可能
場所/とちぎ健康の森1階(宇都宮市)

医療機関

病気かどうか確認しよう

かかりつけ医、専門の医療機関(精神科、神経内科等)

まずは、かかりつけ医や近くの専門医療機関に相談を。

とちぎオレンジドクター

もの忘れや認知症の相談ができる医師として、県が認定した医師です。

認定プレートが院内などに掲示されています▲



認定医師はこちら▼



認知症疾患医療センター

都道府県指定の認知症疾患に関する病院。認知症の有無や原因疾患等を見極めるための診察、専門医療相談などを行います。

指定病院はこちら▼



地域の居場所

一人で悩まず気軽に相談できる場所をつくろう

人と交流することで、進行を遅らせたり症状が落ち着いたりする場合があります。一人で抱え込まずに相談を。

認知症カフェ 各市町にあります

認知症の方や家族、地域住民、介護・福祉の専門家など誰もが気軽に集い、情報交換や相談に加え、認知症の予防や症状の改善を目指した活動ができる場所です。

☎ お住まいの市町の高齢者福祉担当課

私たちのカフェは、もの忘れなどで不安を抱える方や認知症と診断された方が主役の場です。カフェでの交流で、以前より元気になった方も。不安を抱えたまま、引きこもらないで、仲間と話したり、やりたいことをしたり、オレンジドアを開けてみませんか？



オレンジドアにしなす 実行委員会 代表 飯島 恵子さん

チームオレンジ

認知症サポーターと認知症の方、家族の支援ニーズをつなぎ、外出支援や見守り、声掛け、話し相手などさまざまな活動を行っています。



認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクター ロバ隊長

「若年性認知症」を知っていますか？

65歳未満で発症する認知症のこと。いわゆる現役世代で発症し、診断を受ける前に症状が進行して、仕事など社会生活が困難になるケースも。

若年性認知症支援電話相談

TEL 028-627-1122
受付時間/土曜日、午後1時30分～4時(祝日・年末年始を除く)

若年性認知症コールセンター

TEL 0800-100-2707
受付時間/月～土曜日、午前10時～午後3時(祝日・年末年始を除く) ※水曜日は午後7時まで

あなたも認知症サポーターになりませんか？

認知症サポーター養成講座

県・市町では、認知症を正しく理解するための講座を開催しています。周りの方の理解が認知症の方への支援につながります。

☎ お住まいの市町の高齢者福祉担当課



各種試験のお知らせ

◎狩猟免許試験
●試験日:①10/14(土)②11/12(日)●申込期間:①9/22(金)~10/4(水)②10/23(月)~11/2(木)
◎栃木県土地開発公社職員採用試験
●試験日:10/15(日)●職種:事務職
◎同公社
◎県立学校職員採用選考試験
◎栃木県保健衛生事業団職員採用試験
◎危険物取扱者試験(第2回)
◎県職員(大学卒業程度)採用試験(追加募集)
◎障害者スポーツスクール参加者募集
◎知事と語ろう!とちぎ元気フォーラム さくら参加者募集
◎動物愛護ふれあい作品展作品募集
◎健康づくり体験談および川柳の募集

9/30時点
◎栃木県後期高齢者医療広域連合事務局
◎県営住宅の入居者募集
◎働く女性にエール!カフェ参加者募集
◎第17回なんびょうサポートとちぎのつどい
◎福祉・介護職関連のお知らせ
◎福祉のお仕事就職フェア
◎看職職関連催しのお知らせ

◎入居期日:11/1(水)●募集住戸:9/20(水)公表●申込期間:9/26(火)~10/5(木)
◎10/24(火)②11/7(火)いずれも午後1時30分~4時30分
◎9/9(土)午後1時~4時10分
◎10/21(土)午前10時~正午
◎9/13(水)午後1時~3時

◎10/21(土)、22(日)●職種:実習助手(理科・工業)、公仕●申込期間:9/13(水)~26(火)
◎10/28(土)●職種:事務職、臨床検査技師、保健師
◎11/12(日)●申込期間:9/11(月)~22(金)
◎10/22(日)●職種:総合土木、建築(警察本部)、電気
◎11/19(日)、12/10(日)
◎10/14(土)午後1時30分~3時30分
◎9/28(木)
◎9/20(水)午後1時30分~3時30分
◎9/28(木)までの期間中、複数テーマの講習を開催
◎9/30(土)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/6(金)午後1時~3時55分
◎9/29(金)午後1時~4時
◎9/29(金)午後1時~4時
◎9/22(金)午後1時~4時
◎9/30(土)午後1時30分~4時

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/14(土)午後1時30分~3時30分
◎9/28(木)午後1時~3時
◎9/20(水)午後1時30分~3時30分
◎9/28(木)までの期間中、複数テーマの講習を開催
◎9/30(土)午後2時~4時



◎10/24(火)②11/7(火)いずれも午後1時30分~4時30分
◎9/29(金)午後1時~4時
◎10/6(金)午後1時~3時55分
◎9/29(金)午後1時~4時
◎9/22(金)午後1時~4時
◎9/30(土)午後1時30分~4時

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

◎10/7(土)午後1時~4時
◎10/4(水)●障害特性や、任せる業務の選定方法についてのセミナー
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/7(土)午後1時~3時30分
◎10/16(土)午前11時~午後3時
◎10/7(土)午後3時~7時30分

を待ちながら日没後のたき火を楽しむ
◎対象:県内在住の中学生以上の方
◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

◎10/7(土)午後1時30分~3時30分、10/8(日)午前10時~午後3時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/12(木)午後1時30分~4時
◎10/21(日)午前11時~午後5時
◎10/14(土)午後1時~7時
◎10/12(木)午後2時~4時

新型コロナウイルス情報
『令和5年秋開始接種』が始まります
現在の流行主流株であるオミクロン株(XBB.1.5)に対応した1価ワクチンの追加接種が始まります
接種が受けられる期間 9月20日(水)~令和6年3月31日(日)
対象者 初回接種を終了した生後6カ月以上のすべての方
初回接種がまだの方へ 9月20日(水)から、初回接種のワクチンもXBB.1.5対応ワクチンになります
県感染症対策課 028-623-3077

県政 テレビ番組
とちぎテレビで放送!
魅せます!とちブラ
とちぎブランド・ぶらり
9/9 カクテルの街・宇都宮
9/23 日光東照宮
9/16 プロスポーツ
9/30 木工のまち鹿沼
深掘り!とちぎ
9/13 住宅の耐震化
9/20 自主防災組織
9/27 救急車・救急医療の適正利用
県広報課 028-623-2190

吹き竹 ～孫との間合～



孫育てなどと大袈裟ではないにしても、里帰り等の際、何をやるべきか迷う。弟の孫達も含め、まずはテレビゲームとなる。

ゲームと一緒に遊ぶ能力は、私に備わっていない。そこで、60年前自分が遊んだ、水鉄砲、杉鉄砲、竹トンボ、竹馬などを思い起こした。

暑さもあって水鉄砲を作ることにした。しかし、竹筒はできて、水を押出す柄の布巻が難しく、なかなか双方がピッタリこない。

何とか孫達4人分ができ、遊び始まったが、すぐに飽きてしまったようだ。それでも、東京まで持ち帰った弟の孫は、その夜お風呂で兄弟で楽しんでいたとの連絡があり、ほっとした。

田舎ならではの昔遊びや手づくりおもちゃの作り方を学び直さなければと思った。

商品として購入した物ではなく、身の周りにある材料で造り遊ぶことの楽しさを教える、昭和世代の出番はまだある。

栃木県知事 福田富一

TOCHIGI 文化ガイド

栃木県子ども総合科学館

「プラネタリウム新番組」

◎一般向け番組「星空のシミュレーター 未来へつづくプラネタリウム百年物語」

近代プラネタリウムが誕生して今年で100周年。長年星空を映し出してきた「プラネタリウム」の歴史や仕組みを紹介する科学館オリジナル番組です。プラネタリウムと本県の意外な関係や普段見ることのできない投影機の内部に迫ります。



◎年少向け番組「プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる! 2 チコとキョエの星空タイムトラベル 謎のラニアケア超銀河団」

※いずれも12/27(水)まで料大人220円、中学生以下110円

休月曜(祝日を除く)※このほか休館日はホームページで確認を
問同館(宇都宮市) ☎028-659-5555

あの頃のどちぎ

県誕生150年連載コラム

50年前

栃木県職員初の女性係長が誕生



昭和48(1973)年度の人事異動で大きな話題となったのは、事務系の職員としては初めて本庁に女性の係長(当時の民生部厚生課)が誕生したことでした。

それから50年。県庁職員の約3分の1が女性で、係長級や課長補佐級では約3割が女性となりました。また、今年度は本庁部局長ポストに過去最多となる3人の女性を配置するなど、管理職(部課長級)に占める女性割合も13.7%となっています。

今後も年代に応じた能力開発・能力活用と配置、仕事と家庭の両立など、職員誰もが活躍できる環境づくりに取り組んでいきます。

とちぎ ジョブカレ!

とちぎ職業人材カレッジ



どこで学べるだろう?

ウェブサイト

自分が身に付けたい技術・技能が学べる学校等を検索できるほか、学校等への資料請求や専門窓口への相談もできます。

また、就職に役立つ情報もご紹介しています。

こちらからアクセス→
まずは会員登録(無料)を



県では、高校生、専門学校生等を対象に、とちぎで優れた技術・技能を身に付け、自分がやりたい仕事に就いて活躍できるように進学から就職までを一貫して支援しています。

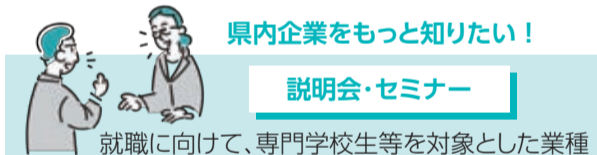
どんな進路があるのかな?



専門相談窓口

とちぎジョブモール(宇都宮市)に専門相談窓口を設置し、専門学校や職業能力開発施設等の案内、資格取得に関する相談、奨学金制度の紹介などを行っています。ウェブサイト、電話でお気軽にご相談ください。

料 無料(要予約)
問 ワークエントリー ☎028-612-8643



県内企業をもっと知りたい!

説明会・セミナー

就職に向けて、専門学校生等を対象とした業種別合同企業説明会や就職活動のポイントを解説するセミナーを開催します。

●10/25(水)午後1時～3時30分
●参加企業:40社程度 定100名程度 料無料 詳細はこちら



専門学校、企業、団体等の方へ!

外部講師を招いて実施する特別授業や講師等の指導力向上の研修など学習環境の整備を支援しています。詳細は県ホームページでご確認ください。

問 県労働政策課 ☎028-623-3238

県議会からのお知らせ

①次回の通常会議

9/19(火): 本会議(開議、議案上程)
9/21(木)、25(月)、26(火)
: 本会議(質疑・質問)
9/28(木): 常任委員会
10/5(木): 予算特別委員会(総括質疑)
10/10(火): 常任委員会
10/12(木): 本会議(採決、散会)

※いずれも午前10時開始予定。
なお、日程は変更となる場合があります。詳細は県議会ホームページでご確認ください

問 県議会事務局 ☎028-623-3772

②県議会傍聴

本会議や委員会はどこでも傍聴できます。

③県議会中継

本会議(質疑・質問)と予算特別委員会(総括質疑)は、とちぎテレビ、栃木放送(ラジオ)、県議会ホームページで、本会議(開議、議案上程、採決、散会)は県議会ホームページで生中継します。

県議会のSNSはこちら▼



抽選で5名様

ご意見募集! プレゼントコーナー

栃木県農業大学校で収穫された「梨(にっこり)2玉」をプレゼント!

郵便番号、住所、氏名、年齢、意見・感想を記入の上、はがきまたは栃木県電子申請システムでご応募ください。

宛先 〒320-8501 栃木県広報課「とちぎ県民だより」係

締切 9/22(金) ※10月中旬発送予定

※個人情報適切に管理し賞品の発送のみに利用、当選発表は発送をもって代えさせていただきます



広告

子育てが一段落した人も

資格を取って復職したい人も

准看護師になりませんか?

看護師へのステップアップ
資格取得も応援

詳しくは
お問い合わせ
ください

一般社団法人 栃木県医師会

TEL: 028-622-2655

広告主: 栃木県医師会

住所: 宇都宮市駒生町 3337-1 (とちぎ健康の森 4階)



広告

ひとり暮らし・夫婦世帯「老後の生き方セミナー」開催

親族に頼らず生きていく選択

- 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

「老後の生き方セミナー」

開催総数 第347・348・349・350回

医療・介護
看取りの支援

宇都宮会場

足利会場

栃木会場

9/28(水) 10/5(水)

9/29(金)

9/27(水)

宇都宮市文化会館

あしががフラワーパークプラザ

栃木市労働者総合福祉センター

【第2会議室 / 3F】

【本館102号室 / 1階】

【2階会議室】

■宇都宮市明保野町 7-66

■足利市朝倉町 2 6 4 (市民プラザ)

■栃木市今泉町 1-2-7

受付 13:30~ 時間 14:00~16:00

■資料代: 300円 ■講師: 石巻美智也 (代表理事) ■各日程: 先着13名

※当会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。日々の支援活動から事例をもとに課題と対策をお伝えしています。※新型コロナウイルス感染症の状況によって開催できない場合、日程を変更する場合があります。その際は申し込みされた皆様には、お電話などでご連絡いたします。

NPO法人 日本よりそい家族会

要予約

028-612-8370

宇都宮支所 / 宇都宮市下川俣町 206-23 サンポール宇都宮 103 ※各支所 / 長野市・松本市・高崎市
本 部 / 長野県上田市中央西 2 丁目 6-7 グリーンビル 1-2 各支所

【平日 10:00 ~ 17:00】