

I 社会貢献(ボランティア)活動をしてみたい (まちづくり、福祉、災害ボランティア及び団体設立など)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	NPO法人、ボランティア活動、市民活動に関する相談及びサポート	とちぎ市民活動センター くらら 栃木市境町19-3	0282-20-7131	10:00~21:00 (日曜・祝日~17:00) 休館日:水曜日及び年末年始

【概要】

NPO法人、ボランティア活動、市民活動に関する相談を受け付けています。
福祉や社会参加、環境、子育て、まちづくり、国際交流など308の市民活動団体が登録しています。(R1.12.5現在)
登録団体は会議室や印刷機を利用できます。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	福祉に関するボランティア活動の相談及び情報提供	栃木市社会福祉協議会 栃木市今泉町2-1-40 栃木保健福祉センター内	0282-22-4457	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

主に福祉に関するボランティア活動の相談、助言、情報提供を行なっています。
また、ボランティア活動中の不測の事態に備えて、ボランティア保険の加入のご案内をしています。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	栃木市民活動推進事業補助金「とちぎ夢ファーレ」	栃木市地域づくり推進課 市民協働推進係 栃木市万町9-25 栃木市役所3階	0282-21-2332	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

主体的・公益的な市民活動を応援するための補助金制度で、毎年、高校生からシニアの方まで、様々な夢を持った方々がこの補助金を受け、元気に活動を行っています。
(年間30団体前後)
審査で認められた事業は、比較的小さな活動の5万円から、最大50万円の補助が受けられます。
福祉やまちづくりに限定せず、あらゆる公益的な市民活動を対象としておりますので、興味のある方は、ぜひ一度ご相談ください。

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	NPO法人の登録や相談受付	栃木市地域づくり推進課 市民協働推進係 栃木市万町9-25 栃木市役所3階	0282-21-2332	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

栃木市には、およそ50程度のNPO法人の登録があります。
NPO法人の設立や解散、NPO法の改正による諸手続きなどに関して、相談をお受けします。NPO法人の設立を考えている場合には、まずこちらまでご相談ください。

5	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	学校支援ボランティア活動(とちぎ未来アシストネット)	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15(土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

『とちぎ未来アシストネット』とは、学校・地域コーディネーターをつなぎ役として配置し、学校・家庭・地域が連携・協力することにより効果的に「教育の充実」や「地域の絆づくり」を図る本市独自の教育システムです。

地域の方は、特技や学んだことを生かして、学校支援ボランティア活動を行います。誰にでもできるボランティア活動もたくさんあります。

(例) 書写指導補助、ミシン操作補助、植木剪定 清掃活動など

◆問合せ先

公民館名(問合せ先)	住所	電話番号
栃木公民館	栃木市日ノ出町14-36	0282-24-0352
大宮公民館	栃木市大宮町422-1	0282-27-0073
皆川公民館	栃木市皆川城内町699	0282-22-1812
吹上公民館	栃木市吹上町782-1	0282-31-1792
寺尾公民館	栃木市梅沢町1183	0282-31-0002
国府公民館	栃木市惣社町228-1	0282-27-3002
大平公民館	栃木市大平町蔵井2001-3	0282-43-5231
藤岡公民館	栃木市藤岡町藤岡810	0282-62-4321
都賀公民館	栃木市都賀町原宿521	0282-27-5050
西方公民館	栃木市西方町本城1	0282-92-0316
岩舟公民館	栃木市岩舟町静2292-1	0282-55-2500

Ⅱ 仲間づくりをしたい(趣味・特技を活かした仲間づくり、地域の仲間づくり)

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 シニアクラブ活動	※下記のとおり	※下記のとおり	9:00~17:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

シニアクラブは、生きがいを持ち、日常生活を健全で豊かなものにするために、同じ地域に住む高齢者の方々が自主的に集い、レクリエーションや奉仕活動を通して友達づくりの輪を広げる組織です。

市内のおおむね60歳以上の高齢者が加入できます。

◆問合せ先

地域	問い合わせ先(老人クラブ事務局)	住所	電話番号
栃木地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会栃木支部事務局	栃木市菌部町2-14-9 (長寿園内)	0282-23-5181
大平地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会大平支部事務局	栃木市大平町真弓1396 (社協大平支所内)	0282-43-0294
藤岡地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会藤岡支部事務局	栃木市藤岡町藤岡810 (社協藤岡支所内)	0282-62-5861
都賀地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会都賀支部事務局	栃木市都賀町家中2357 (社協都賀支所内)	0282-28-0254
西方地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会西方支部事務局	栃木市西方町元1601-1 (社協西方支所内)	0282-92-8080
岩舟地域	とちぎ蔵の街シニアクラブ連 合会岩舟支部事務局	栃木市岩舟町三谷1038-1 (社協岩舟支所内)	0282-55-2438

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
2 はつらつセンター	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役 所2階	0282-21-2247	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内の各地域の任意団体(自治会)により、高齢者の方への趣味・生きがいづくり事業や地域交流事業、健康講座、介護予防教室などの事業を開催し、生きがいとなるような集まりの場を提供しています。

詳しくは問合せ先までお尋ねください。

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
3 いきいきサロン	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役 所2階	0282-21-2244	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

市内の各地域において高齢者の方などを対象に、地域サロンによる生きがいつくり、介護予防、健康教室等の講座が開催されています。
講座の開催日は、各地域サロンにより異なりますので、詳しくは問合せ先までお尋ねください。

Ⅲ 学びたい(生涯学習講座・教室で学びたい)

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 公民館事業	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

趣味、教養、文化、スポーツなどの関する講座、教室、学級などを実施しています。
市内に在住の方であればどなたでも参加できます。

◆問合せ先

公民館名(問合せ先)	住所	電話番号
栃木公民館	栃木市日ノ出町14-36	0282-24-0352
大宮公民館	栃木市大宮町422-1	0282-27-0073
皆川公民館	栃木市皆川城内町699	0282-22-1812
吹上公民館	栃木市吹上町782-1	0282-31-1792
寺尾公民館	栃木市梅沢町1183	0282-31-0002
国府公民館	栃木市惣社町228-1	0282-27-3002
大平公民館	栃木市大平町蔵井2001-3	0282-43-5231
藤岡公民館	栃木市藤岡町藤岡810	0282-62-4321
都賀公民館	栃木市都賀町原宿521	0282-27-5050
西方公民館	栃木市西方町本城1	0282-92-0316
岩舟公民館	栃木市岩舟町静2292-1	0282-55-2500

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
2 はつらつセンター (再掲)	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役 所2階	0282-21-2247	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内の各地域の任意団体(自治会)により、高齢者の方への趣味・生きがいづくり事業や地域交流事業、健康講座、介護予防教室などの事業を開催し、生きがいとなるような集まりの場を提供しています。
詳しくは問合せ先までお尋ねください。

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
3 いきいきサロン (再掲)	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役 所2階	0282-21-2244	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

市内の各地域において高齢者の方などを対象に、地域サロンによる生きがいつくり、介護予防、健康教室等の講座が開催されています。
講座の開催日は、各地域サロンにより異なりますので、詳しくは問合せ先までお尋ねください。

IV 知識、技術を活かしてみたい

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 学校支援ボランティア活動(とちぎ未来アシストネット) (再掲)	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15(土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

『とちぎ未来アシストネット』とは、学校・地域コーディネーターをつなぎ役として配置し、学校・家庭・地域が連携・協力することにより効果的に「教育の充実」や「地域の絆づくり」を図る本市独自の教育システムです。

地域の方は、特技や学んだことを生かして、学校支援ボランティア活動を行います。誰にでもできるボランティア活動もたくさんあります。

(例)書写指導補助、マシン操作補助、植木剪定 清掃活動など

◆問合せ先

公民館名(問合せ先)	住所	電話番号
栃木公民館	栃木市日ノ出町14-36	0282-24-0352
大宮公民館	栃木市大宮町422-1	0282-27-0073
皆川公民館	栃木市皆川城内町699	0282-22-1812
吹上公民館	栃木市吹上町782-1	0282-31-1792
寺尾公民館	栃木市梅沢町1183	0282-31-0002
国府公民館	栃木市惣社町228-1	0282-27-3002
大平公民館	栃木市大平町蔵井2001-3	0282-43-5231
藤岡公民館	栃木市藤岡町藤岡810	0282-62-4321
都賀公民館	栃木市都賀町原宿521	0282-27-5050
西方公民館	栃木市西方町本城1	0282-92-0316
岩舟公民館	栃木市岩舟町静2292-1	0282-55-2500

V 働きたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	ハローワーク栃木の 職業あっせん	ハローワーク栃木 栃木市神田町8-5	0282-22-4135	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

ハローワークは、職業紹介を行う国の機関です。
求人情報の閲覧や検索ができます。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	栃木市シルバー人材 センターの就業紹介	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

シルバー人材センターは、各市町単位に置かれている県の指定を受けた公益財団法人
です。
企業、家庭、公共団体等から仕事を引き受け、会員に提供しています。
生きがいを得るための就業を目的としているため、就業や収入の保証はありませんが、
各人の能力や希望に応じた働き方ができます。
会員の働いた内容により「配分金」や「賃金」が支給されます。
会員の技能、技術を高めるための技能講習を実施しています。
市内に在住するおおむね60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会
員登録できます。

◆問合せ先

地域	問い合わせ先	住所	電話番号
栃木地域	栃木センター	栃木市日ノ出町14-36	0282-23-4165
大平地域	大平連絡所	栃木市大平町西野田 1527-3	0282-43-0155
藤岡地域	南部事業所	栃木市藤岡町大前3554-1	0282-62-1534
都賀・西方地 域	北部事業所	栃木市都賀町原宿585-2	0282-27-8812
岩舟地域	岩舟連絡所	栃木市岩舟町下津原155- 19	0282-55-8358

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	生活サポーター(あつたかいご員)養成講座	栃木市地域包括ケア推進課 介護保険係 栃木市万町9-25 栃木市役所2階	0282-21-2251	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

高齢者相手のボランティアや家族の介護を行うときに役立つ知識を得るための講座を開催しています。(7日間の講義と3時間の実習)
介護に興味がある方で、講義の全日程を受講できる方であればどなたでも受講可能です。
講座を修了した方には認定証を交付し、簡単な生活援助や身体介護ができるようになります。

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	栃木市・壬生町 中高 年者合同就職面接会	栃木市商工振興課 工業労働係 栃木市万町9-25 栃木市役所4階	0282-21-2371	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

中高年者の地元企業への就業機会を創出するとともに、企業が必要としている労働力の確保を図るため、概ね40歳以上の中高年者を対象に年に1回、ハローワーク栃木・栃木市・壬生町が主催となり開催している就職イベントです。①就職面接会②ハローワーク職員による就職相談、アドバイスコナー③参加企業による企業説明会が主なイベント内容です。

5	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	蔵の街とちぎビジネス プランコンテスト	栃木市商工振興課 商業金融係 栃木市万町9-25 栃木市役所4階	0282-21-2371	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

栃木市において創業や新事業展開を目指す方からビジネスプランを広く募集し、新規性や実現可能性等において特に優秀なプランには表彰の上、奨励金を贈呈するものです。
また、コンテストの一環として、プレゼンテーション能力の向上を図るセミナーや、若手経営者との意見交換会等を開催し、参加者に寄り添った支援を行います。
栃木市内で創業・起業、新事業への参入を考えている方を様々な面から応援する事業です。

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

6	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	中小企業創業資金	栃木市商工振興課 商業金融係 栃木市万町9-25 栃木市 役所4階	0282-21-2371	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

市内で新たに創業する者等の設備資金、運転資金の調達を支援するための市の制度融資です。 融資限度額:500万円 貸付金利:1.6% 返済期間:5年以内

7	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	創業トータルサポート 窓口	栃木市商工振興課 商業金融係 栃木市万町9-25 栃木市 役所4階	0282-21-2371	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

商工会議所・商工会等と連携し、創業に関する様々な相談に対応します。

VI 健康づくりをしたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	老人福祉センター・健康福祉センター	※下記のとおり	※下記のとおり	※各施設へお尋ねください

【概要】

市内各地域の老人福祉センター・健康福祉センターでは、高齢者の方の健康増進、教養の向上、レクリエーション活動のための場所を提供しています。
休館日や入館料、開館時間、設備などは施設により異なりますので、詳しくは各施設までお尋ねください。

◆問合せ先

施設名	住所	電話番号
老人福祉センター長寿園	栃木市菌部町2-14-9	0282-22-0333
老人福祉センター福寿園	栃木市千塚町210	0282-31-3666
老人福祉センター泉寿園	栃木市今泉町1-2-7	0282-27-3818
大平健康福祉センター「ゆうゆうプラザ」	栃木市大平町西野田666-1	0282-45-2601
渡良瀬の里	栃木市藤岡町赤麻502-1	0282-62-1635
西方ふれあいプラザ	栃木市西方町元1600-1	0282-92-0800 (利用には事前申請が必要)
岩舟健康福祉センター「遊楽々館」	栃木市岩舟町三谷1038-1	0282-54-3331

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	はつらつセンター(再掲)	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役所2階	0282-21-2247	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内の各地域の任意団体(自治会)により、高齢者の方への趣味・生きがいづくり事業や地域交流事業、健康講座、介護予防教室などの事業を開催し、生きがいとなるような集まりの場を提供しています。
詳しくは問合せ先までお尋ねください。

セカンドライフ応援事業一覧(栃木市)

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	いきいきサロン (再掲)	栃木市地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 栃木市万町9-25 栃木市役 所2階	0282-21-2244	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

市内の各地域において高齢者の方などを対象に、地域サロンによる生きがいつくり、介護予防、健康教室等の講座が開催されています。
講座の開催日は、各地域サロンにより異なりますので、詳しくは問合せ先までお尋ねください。

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	中高年スポーツ振興 事業	栃木市スポーツ振興課ス ポーツ振興係 栃木市川原田町760(栃木市 総合体育館内)	0282-25-0930	8:30~17:15(土・ 日・祝日・年末年始を 除く)

【概要】

中高年を対象とした各種スポーツ大会等を開催することで、健康・体力づくりの増進や、スポーツを始めるきっかけづくりを目指し、生涯スポーツの推進を図っています。

5	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健康診査・がん検診 (栃木市民対象)	栃木市健康増進課 検診係 栃木市今泉町2-1-40 栃木保健福祉センター内	0282-25-3511	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

「いきいき元気！あったか”とちぎ”」のスローガンのもと、毎年1回の健康診査と、定期的ながん検診で自分の身体の状態を知りましょう。
健康診査・がん検診は、自覚症状のない方が対象です。自覚症状のある方は、検診ではなく、なるべく早く医師の診断を受けましょう。
詳細(集団検診の日程、項目、個別検診の医療機関名等)は、毎年5月下旬にお送りしている「けんしんガイドブック」、広報または市のホームページをご覧ください。

6	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健康マイレージ (栃木市民対象)	栃木市健康増進課 検診係 栃木市今泉町2-1-40 栃木保健福祉センター内	0282-25-3511	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

健(検)診を受診し、健康づくりやボランティア活動に参加することでポイントがたまりま
す。「けんしんパスポート」についているポイントカードに記入してご提出いただくと、抽選
でクオカードやふれあいバス回数券等が当たります！詳しくは、毎年5月下旬にお送り
している「けんしんパスポート」または市のホームページをご覧ください。

VII 生き方について相談したい

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 地域包括支援センター	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内の各地域包括支援センターは、高齢者の方が住み慣れた地域でいつまでも「自分らしく」「安心して」暮らせるように、医療機関や介護サービス事業所、ボランティアの方などと連携しながら、必要な援助や支援をする地域の総合相談窓口です。

◆問合せ先

地域	問い合わせ先	住所	電話番号
栃木地域	栃木中央地域包括支援センター	栃木市万町9-25 栃木市役所2階	0282-21-2245
	吹上地域包括支援センター	栃木市吹上町782-1 吹上公民館内	0282-31-1002
	皆川地区包括支援センター	栃木市皆川城内町699 皆川公民館内	0282-22-3991
	寺尾地区包括支援センター	栃木市梅沢町1183 寺尾公民館内	0282-31-1120
	国府地域包括支援センター	栃木市惣社町228-1 国府公民館内	0282-27-3855
	大宮地区包括支援センター	栃木市大宮町422-1 大宮公民館内	0282-28-2113
大平地域	大平地域包括支援センター	栃木市大平町富田558 大平総合支所内	0282-43-9226
藤岡地域	藤岡地域包括支援センター	栃木市藤岡町藤岡1022-5 藤岡総合支所内	0282-62-0911
都賀地域	都賀地域包括支援センター	栃木市都賀町家中5982-1 都賀総合支所内	0282-28-0772
西方地域	西方地域包括支援センター	栃木市西方町本城1 西方総合支所内	0282-92-0032
岩舟地域	岩舟地域包括支援センター	栃木市岩舟町静5133-1 岩舟総合支所内	0282-55-7782