11月8日号

ひびこれ うつのみや
HIBIKORE UTSUNOMIYA

明るいシニアライフを応援する情報紙
誰にでも読みすすめやすいユニバーサルデザインと大きめの文字で制作しています
ヒビコレうつのみや 検索
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
発行／株式会社井上総合印刷

ヒビコレ家族の小さな旅

詳しくは ヒビコレ家族の小さな旅 検索

『紅葉を楽しむ わたらせ渓谷鉄道』

ヒビコレ家族が何度も訪れている、「わたらせ渓谷鉄道」。景勝地に市街地と標高差が550メートルほどあることから、紅葉の見頃である10月下旬から11月下旬頃まで色とりどりの絶景をトロッコ車窓から楽しむことが出来ます。今回訪れたのは10月初旬で紅葉はまだでしたがAIで彩りを付けてみました。



わっしー号
わたらせ渓谷鐵道のキャラクター「わ鐵のわっしー」をモチーフのトロッコ列車です。







わたらせ渓谷鐵道 第二渡良瀬川橋梁
栃木方面からは足尾～大間々を走る『わたらせ渓谷号』と間藤～桐生間を走る『トロッコわっしー号』があります。



足尾駅で待機中の赤いディーゼル車両の『わたらせ渓谷号』DE10-1678。

人気の鉄印帳に、お弁当。車内でお酒も買えちゃいます！

気持ちの良い風を受けながら、渓谷を縫うように走る絶景の列車内で食べるお弁当やおつまみ。弁当は神戸駅に事前予約することでトロッコ列車へ届けて貰えます。



■鉄印帳



■トンネルでのイルミネーション



■トロッコ弁当（要予約）



■鉄印帳は洞通駅舎で購入



■神戸駅で購入出来ます



■車内の自販機ではお酒も

"Mind-only" and Japanese Traditional Crafts

カタチになったこころ

（伝統工芸） （唯識）

『唯識』

ゆいしき

2027年 3月26日(金)～3月29日(月)

開館時間：11:00～17:00　会場：大谷グランド・センター

昔、全てのお坊さんは「唯識」を勉強しました。その歴史や思想をテーマにした、日本を代表する美術工芸家の唯一無二の作品が一堂に揃います

特別講演：法相宗大本山 薬師寺 加藤朝胤長老（前管主）　京都大学 人文科学研究所 石垣明貴杞氏



白幡 明



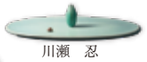
小森 邦衛



田渕 俊夫



森 陶岳



川瀬 忍



加藤 孝造



鈴木 藏



十四代 今泉 今右衛門



江里 康慧・江里 朋子



並木 恒延



前田 昭博



中村 信喬（三代）



三輪 休雪（十三代）



小宮 康正（三代）



勝城 蒼風



四代 田辺 竹雲斎



千住 博

宇都宮の文化と未来を共に創る、協力者・協賛者様募集のご案内

日本最高峰の美術工芸家が「唯識」に挑んだ、国家級の文化プロジェクトです。趣旨にご賛同いただき、上質な文化を発信していただける、皆様を募集いたします。

カタチになったこころ「唯識」実行委員会事務局（株式会社井上総合印刷内）
TEL. 028-661-4723　（受付時間／月曜～金曜　8:30～18:00まで）
https://sites.google.com/view/yuishiki/home

詳しくは唯識ホームページで

hibikore culture school ひびこれ文化教室

気軽に学べる街中コミュニティー

ヒビコレ文化教室

来月 12月12日 第 2土曜 開催

再来月 2027年 1月9日 第 2土曜 開催

会場 カフェインクブルー オリオンスクエア東側通路沿い

カフェ インクブルーでは店内をレンタルスペースとしてご活用いただけます。音楽ライブやギャラリー料理教室など様々なケースにご対応いたします。



レンタルスペース カフェインクブルー 検索

ご予約は、お電話またはWEBから！

井上総合印刷『ヒビコレ文化教室係』
TEL.028-661-4723 月曜～金曜 9:00～17:00

WEB受付▶ 教室の詳しい内容も掲載

遊び筆文字教室

時間：10:00～12:00





【講師】
大橋 好美
（アートディレクター）

参加費：1,000円

施設利用として別途ワンドリンクのご注文をお願いしております。
持ち物：市販の筆ペン（毛筆）
定 員：15名



初心者写真教室

時間：13:30～16:00





【講師】
岡田 康男
（カメラマン歴 50 年）

参加費：1,500円

施設利用として別途ワンドリンクのご注文をお願いしております。
持ち物：デジタルカメラ
定 員：15名



金継ぎ体験教室

時間：13:00～15:30





【講師】
伊原 実穂
（栃木県伝統工芸士）

参加費：6,000円

施設利用として別途ワンドリンクのご注文をお願いしております。
持ち物：陶磁器（口欠け）1点
定 員：5名



ヒビコレうつのみや　2026年11月8日号（第2日曜日発行）【総発行部数】53,400枚（下野新聞宇都宮全域52,200枚折込・栃木県シルバー大学校生800名に配布・宇都宮市内協力店に400枚配置）

ヒビコレうつのみや 検索

11月のランチプレート



燻製ヤシオマスと高原ほうれん草の
チーズクリームソース ¥1,980



栃木県産ブロッコリーと
サルシッチャのトマトソース ¥1,980



栃木県産柿とゴルゴンゾーラのタルティーヌ
¥2,035



鹿沼産ニラのジェノベーゼとシーフードのピザ
¥2,300



たかくらかずき SOLO EXHIBITION

電脳寺 PLAY=PRAY

2026.11.21(土)ー2027.3.29(月) まで

詳細はこちら

大谷寺の磨崖仏や平和観音のように、大谷石には、人々の祈りが刻まれてきました。その大谷の地を舞台に、デジタル表現を用いた作品やゲームを「操作・PLAY」する体験を通じて、現代の「祈り・PRAY」のあり方に向き合います。現代美術家、たかくらかずきによる「電脳寺」の世界をぜひご覧ください。

主催／井上総合印刷　企画／DDD ART　協力／bonvoyage、egographica



当館再構築の記録を辿る
企画展示。16日までの開催です

「大谷グランド・センター(展)」は、11月16日(月)までの開催です。当展示では昭和42年に開業した観光浴場施設が、新たに文化創造拠点へと再構築されるまでの歩みを紹介します。館内では、かつての建物の写真や資料、再生に携わった方々のインタビューや、回収時の廃材から生まれたアート作品などを展示。さらに、印刷会社が運営する当館ならではの、古の活版印刷機を用いたセルフプレス体験もお楽しみいただけます。建物に刻まれた時間や記憶、人々の想いに触れてみてください。

食とアートの文化創造拠点

大谷グランド・センター

宇都宮市大谷町1396-29
営業時間：11時～17時　定休日：通常火曜・水曜
カフェ L.O. 16:30/ランチタイム L.O. 14:30

TEL.028-688-8830

Instagram





臨床歴25年、臨床数10万人以上!安心して歩ける毎日を目指して一緒に取り組んでいきましょう。

初回限定 1日3名限定(要予約)
従来1回6,600円のところ
2回で1,980円
11月30日(月)まで お電話でご相談ください

脊柱管狭窄症やシビレで長く歩けない方へ

歩くと足が痛む、しびれる。少し休まないと歩けない…。そんなお悩みはありませんか？年齢のせいとあきらめず、まずは一度ご相談ください。当院では、お一人おひとりの症状やお悩みを丁寧に伺い、状態に合わせた施術をご提案します。

元気の森 整体院

宇都宮市越戸町93-3　定休日：日・祝
営業時間：午前9時～12時
午後2時～ 7時半
土曜8時半～12時半

ホームページ

TEL.028-662-3871



『合盛りセット食べくらべ』1,800円税込

大谷の高台、稲荷山で新そばと紅葉を楽しむ

香り高い「新そば」が登場。人気の『合盛りセット』では、二八・十割など二種を食べくらべできます。旬の野菜天ぷらや「ちたけ汁」との相性も抜群。食後は大谷の紅葉と石の風景をゆったり散策。

そば倶楽部 稲荷山

宇都宮市大谷町1228-3
営業時間：11時～15時 平日14時
定休日：火曜日・水曜日

TEL.028-612-5380

案内地図



高額査定
迅速対応
完了証明

運転免許を返納された方

自主返納特典「QUOカードプレゼント」
普通車：5,000円／軽自動車：3,000円

高価買取30年の実績
廃車買取ならトチパへ

下取り0円の車や低年式の車、動かない車、過走行車などの車を買取いたします。宇都宮市内への廃車引取り無料サービスを実施。運転免許自主返納特典キャンペーン実施中です。

株式会社トチパ

佐野市高萩町399
営業時間：9時～18時
定休日：日・祝

TEL.0283-23-3256

ホームページ

宇都宮市がん検診・人間ドック
※月に1回日曜日も実施あり！(事前予約制)

人間ドック基本コース(1日)
44,000円(税込)お食事付き！
※健康保険組合等により料金が異なります。
※まずはお問合せください。

眺め楽しむランチ付！
日帰り人間ドック

当院ではお食事付きの人間ドックをご提案。検診後、日光連山や市内を一望できる12階レストランで、ランチを楽しみませんか？



社会医療法人中山会 宇都宮記念病院 総合健診センター

宇都宮市大通り1-3-16
営業時間：平日 8時半～17時
(土曜12時迄) ※日・祝 定休

ホームページ

0570-077831



oticon Zeal「ジール」新発売！

秋の補聴器お試しフェア!

お気軽にお使いになれる目立たない補聴器をご自宅でお試しになれます。試聴無料。

オーディカ　認定補聴器専門店
Audika 宇都宮店

宇都宮市中央5-17-12(中央郵便局の東)
営業時間：9時～17時
定休日：日・月・祝日

TEL.028-638-0131

ご予約はこちら



遺品整理・家財整理専門店

買取店も運営している当店だから整理費用を最大限抑えます!!

とちぎ家財整理サポートセンター

宇都宮市大曽4-1-8【買取店リッチ併設】
営業時間：10時～18時半
定休日：水曜日・第4木曜日 他

日々の活動

TEL.0120-381040

『ヒビコレうつのみや』は、毎月第2日曜日に下野新聞宇都宮全域に新聞折込にて発行しています。【企画制作】株式会社井上総合印刷／宇都宮市岩曽町1355番地　TEL.028-661-4723

ヒビコレうつのみや　検索