

●まちの情報誌●



広報

12月号
2016 DECEMBER

ちかとり

町の人口

男 3,333人

女 3,694人

計 7,027人

世帯数 2,880戸

2016年10月末現在

No. 511

第26回

ごんだ祭り開催



11月20日（日）、リベルテホールでごんだ祭り（農業祭）が行われ、薬膳鍋やごんだ鍋の振る舞い、農産物即売会などで会場は大いに盛り上りました。恒例の大ごくまき大会では、約1万個の餅がまかれました。



◆ 心やすらぐふるさと高取 ◆

薬事功労者

厚生労働大臣表彰 受賞

10月21日（金）、吉川善武さん（与楽）が薬事功労者厚生労働大臣表彰を受賞されました。永年にわたり医薬品配置販売業に従事し、国民保健の向上に尽力された功績が認められての受賞となりました。



地方公共団体税務職員 総務大臣表彰 受賞

10月31日（月）、本町職員の栗本佳永税務課長が地方公共団体税務職員総務大臣表彰を受賞しました。多年にわたり税務職員として職務に精励し、税務行政の向上に貢献したことが認められての受賞となりました。



自治功労者表彰

《表彰受賞者》

家本 光廣さん（森）

永年、教育委員として、町の発展に貢献されました。

藤井 章代さん（田井庄）

これは、高取町表彰条例に基づき、町の自治振興に寄与された方に贈られるものです。

永年、学校園の薬剤師として、町の発展に貢献されました。

岩室 裕子さん（市尾）

永年、保護司として、町の発展に貢献されました。

森下 秀夫さん（市尾）

永年、農業委員として、町の発展に貢献されました。

天の川実行委員会さん（上土佐）

永年、町議会議員として、町の発展に貢献されました。

中西 宏次さん（下子島）

永年、保護司として、町の発展に貢献されました。

《感謝状受賞者》

三浦 博司さん（上土佐）

永年、保護司として、町の発展に貢献されました。

森下 明さん（上土佐）

永年、町議会議員として、町の発展に貢献されました。

山本 健士木興業株式会社
代表取締役

山本 成一さん（丹生谷）

町に対して、ジヤングルジム等の寄附を賜りました。

籾下 道雄さん（市尾）

永年、町職員として、町の発展に貢献されました。

この栄誉ある受賞に対し、心からお慶び申し上げます。

奈良県更生保護事業 関係者 顕彰式典

10月21日に開催された奈良県更生保護事業関係者顕彰式典で次の方々が表彰されました。

《近畿地方更生保護委員会 委員長表彰》

吉川 春美さん（下土佐）

高取町人権擁護委員会さん



《奈良保護観察所所長表彰》

吉川 春美さん（下土佐）

高取町人権擁護委員会さん



第39回 高取町文化祭

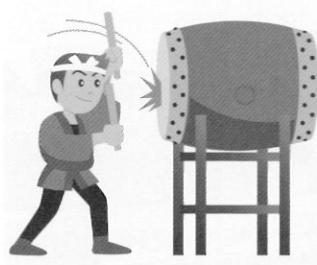
♪ 盛大に開催!!

第39回高取町文化祭が11月5日(土)・6日(日)の2日間リベルテホールで開催されました。芸術の秋一色となつた館内では、展覧会を開催し、協会員、生涯学習教室、一般の方から寄せられた339点の力作の数々に、訪れたたくさんの人々が目を奪われていました。

大ホールでは芸能発表会が行われ、文化協会大正琴アンサンブル「和なごみ」の皆さんのお手品演舞を幕開けに、文化協会員による発表が行われました。どの子どもたちも、サツマイモスタイルやゲーム等の模擬店で、屋台の仕事を体験しました。秋の恒例行事である文化祭は、たくさんの人々の笑顔の中、大成功のうちに終わりました。

高取少年少女合唱団、生涯学習教室生ほか、総合型地域スポーツクラブ「キッズダンス・ジュニアダンス」のダンス発表もあり、多くの町民の皆さんの日ごろの練習の成果をご披露されました。総勢219名を超える出演者による熱気溢れるステージは、高取中学校吹奏楽部の演奏で最後を締めくくり、客席からは大きな拍手と歓声が湧き起こっていました。

リベルテホール和室では恒例のお茶席も設けられ、駐車場では模擬店が出店され、大勢の人達が、秋の味覚に舌鼓をうつていました。リベルテキッズらん



第26回

ごんた祭り開催

◆◆第59回 農産物品評会審査結果◆◆

特等賞

- | | |
|-----------------------------|------------------------------------|
| ◆高取町長賞
サトイモ……堂原 義敏(与楽) | ◆奈良県議会議長賞
ハクサイ…森本 喜代子(觀覺寺) |
| ◆奈良県知事賞
ダイコン……大喜多 秀俊(佐田) | ◆奈良県農業協同組合代表理事理事長賞
米……藤野 泰典(市尾) |

一等賞

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ◆高取町議会議長賞
ミカン……片川 彦晴(寺崎) | ◆奈良県農業會議会長賞
クリ……池田 忠司(谷田) |
| ◆高取町議会総務經濟建設委員長賞
サツマイモ……中川 清博(寺崎) | ◆高取町農業委員会長賞
ジャガイモ…辻本 佳世子(与楽) |
| ◆奈良県中部農林振興事務所長賞
カブ……芳田 元子(羽内) | ◆大和平野土地改良区高取地区
管理事業推進協議会長賞
ホウレンソウ…天前 津代子(松山) |
| ◆奈良県中部地域農業推進協議会長賞
ニンジン……吉田 正義(田井庄) | ◆高取町地域農業再生協議会長賞
ニンジン……的場 ほの香(佐田) |
| ◆奈良県農業共済組合連合会長理事賞
大豆……廣瀬 智彦(下子島) | ◆高取町農畜連合会長賞
レモン……浦畑 輝男(觀覺寺) |
| ◆中和農業共済組合組合長理事賞
ネギ……和佐 匠氣(觀覺寺) | ◆高取町農業祭実行委員会委員長賞
ヤマトトウキ…井ノ上 里奈(丹生谷) |
| ◆奈良県農業協同組合高取支店長賞
ダイコン……的場 英則(佐田) | |

二等賞

- | |
|--------------------|
| ◆カキ……………中川 育子(寺崎) |
| ◆キヤベツ…森本 喜代子(觀覺寺) |
| ◆ナス……………大喜多 和善(佐田) |
| ◆ハクサイ……廣瀬 智彦(下子島) |
| ◆キュウリ……谷口 貞之(清水谷) |

三等賞

- | |
|--------------------|
| ◆ショウガ………中川 清博(寺崎) |
| ◆ゴボウ…………吉田 正義(田井庄) |
| ◆ユズ……………西尾 元嗣(藤井) |
| ◆チングンサイ…弓場 壽一(上子島) |
| ◆コマツナ………米田 義一(下子島) |

特別賞

- | |
|-----------------------------------|
| ◆おもしろ野菜審査員特別賞
オットセイ……中川 育子(寺崎) |
| ◆どデカ野菜審査員特別賞
サトイモ……石田 輝榮(清水谷) |

《敬称略》

てんいち先生



たかとり元気フェスタが開催されました!

10月22日（土）、児童公園で「たかとり元気フェスタ～老いも若きも世代をこえて～」が開催され、約500名の住民の皆さん方が参加しました。

雄大な和太鼓きららの演奏、やさしく会場を包み込む歌声を披露した少年少女合唱団、元気いっぱいの高取幼稚園の園児のみんなによる発表、また会場に訪れた皆さん全員での「365日の紙飛行機」大合唱は、今回のフェスタのタイトルにふさわしい“老いも若きも世代をこえて”来場者全員が一体となれたひと時でした。

体験コーナーでは、風船を動物や花など様々な形にアレンジするバルーンアートや野草を使ったパッタ作りなどが行われ、家族で楽しめるブースでは行列ができるほどでした。また、ふれあい加工部の200杯のごんだ汁ふるまい引換券は、配布開始後30分で無くなるほどの大盛況でした。

◇高取町ボランティア団体連絡会事務局 高取町社会福祉協議会



奈良県広域消防組合では、火災原因調査で活用する高度な鑑識・鑑定機器を備えた「鑑識・鑑定室」が完成し、10月5日から運用を開始しました。同室では、住民の方が普段ご家庭で使用されている家電製品などからの出火、不具合を製造者とともに、鑑識・鑑定調査を行い火災原因の究明に努めています。



◎問い合わせ

奈良県広域消防組合
警防部警防課調査係

0744(26)0118

奈良県広域消防組合 「鑑識・鑑定室」の 運用を開始

地域安全推進委員を ご存じですか？



◎問い合わせ
橿原警察署生活安全課
0742(23)0110

高取町の3つの駐在所（下土佐・市尾・車木）では、所管内別に地域安全推進委員会が設けられています。委員は橿原警察署長および橿原地区防犯協議会の委嘱を受け、警察や各種団体と連携し、安全・安心な街づくりのため、活動を行っています。

【主な活動内容】

○住民からの防犯対策相談

○青少年非行防止活動

○防犯懇談会等の開催

○小学校始業式、終業式での児童登下校見守り

○管内防犯パトロール巡回など

【支部長】

下土佐支部 中西 宏次
市尾支部 総谷 善弘
車木支部 山田 高福
（敬称略）

短歌

雨あがりのダリアの園にはなやぎで
姫三人がスマホかざす
豊島 チカ子

今日も無事に生かされ畑に種をまく
芽ふく喜び思ひはげまん
杉本 節子



秋思われ上がり框に躋きぬ
永野 永久

米どころ一に新米御饌となす
増田 貞子

御生家の庭横切れる猪の跡
増田 なづな

萌

こころの相談室

精神障害者および家族の支援をしている社会福祉法人萌では、障害者週間にちなみ、広く県民の皆さんを対象に「こころの健康相談」を実施します。

眠れない日や気分が落ち込む日が続く、やる気が出ない、不安でしかたがない、精神科への受診や薬への不安…等、こころの健康に関する相談を受け、つらい気持ちを傾聴し、精神保健福祉の情報提供をします。お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。相談は無料です。（通話料はかかります）

◎実施日 12月3日（土）～7日（水）の5日間
いずれも9時から22時

◎相談電話番号 0743（85）5639

◎お問い合わせ 0744（24）2020
(生活支援センター…ぴあ～と)

【医療・手当等】	【自立支援医療】
更生医療・育成医療・精神通院医療の3種類があり、指定された医療機関での医療費が原則1割負担になります。（所得により上限月額が設けられています。生活保護の方の自己負担はありません。）	18歳以上の身体障がいの方が、障がいの程度を軽くしたり、取り除いたりするための医療費を助成
更生医療	18歳以上の身体障がいの方が、
手帳A程度の方、身体障害者	手帳A程度の方、

12月10日は「人権デー」、12月4日～10日は「人権週間」

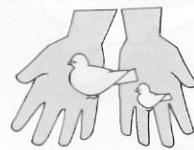
国際連合は、昭和23年（1948年）第3回総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、第5回総会において採択日の12月10日を「人権デー（Human Rights Day）」と定めるとともに、加盟国等にこれを記念する行事を実施するよう呼びかけています。

法務省と全国人権擁護委員連合会は、毎年、関係機関等の協力を得て、「人権デー」を最終日とする1週間（12月4日から10日まで）を「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及高揚のための啓発活動を全国的に展開しています。

～特設人権相談所を開設～

12月14日（水）13時～15時 老人福祉センター本町では、次の方々が人権擁護委員として活躍されています。

- ◎下邨 真さん（下土佐）
- ◎谷口 善美さん（観覚寺）
- ◎新宮 佐和子さん（藤井）
- ◎岡村 良子さん（車木）



「障がい者週間」は、国民の間に広く障がいのある方の福祉についての关心と理解を深めるとともに、障がいのある方が、社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加し、障がいのある人も、ない人も、ともに暮らせる社会実現に向かって一人ひとりが考える週間です。

障がいのある方へ主な福祉施策を紹介します。

「障がい者週間」は、国民の間に広く障がいのある方の福祉についての关心と理解を深めるとともに、障がいのある方が、社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加し、障がいのある人も、ない人も、ともに暮らせる社会実現に向かって一人ひとりが考える週間です。

12月3日～9日は「障がい者週間」



・育成医療	手帳1・2・3級および4級の一部の方（ただし（内部障害を除く）手帳を取得している方は、診断書に変えることが可能な場合有）、日常生活に著しい制限を受ける状態の疾病、精神障がいを持つ方
身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの方に対し、全診療科の保険適用分の医療費を助成（所得制限有り）	在宅で精神疾患を有し通院している方
精神保健福祉手帳1・2級の医療費支給認定を受けている方は、通院医療費を助成。（所得制限有り）	精神通院医療
記以外で、自立支援（精神通院）医療費支給認定を受けている方は、通院医療費を助成。（所得制限有り）	身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの方に基本料金助成
・精神障害者医療	身体障害者手帳を取得している方で補装具（補聴器、車いす等）の交付や修理が必要な方
・特別障害者手当	身体障害者手帳を取得している方で補装具（補聴器、車いす等）の交付や修理が必要な方
・障害児福祉手当	身体障害者手帳を取得している方で補装具（補聴器、車いす等）の交付や修理が必要な方
・特別児童扶養手当	身体障害者手帳を取得している方で補装具（補聴器、車いす等）の交付や修理が必要な方
・地域生活支援事業	身体障害者手帳を取得している方で補装具（補聴器、車いす等）の交付や修理が必要な方

12月は、町県民税第4期分・国民健康保険税第6期分の納期です。

町県民税第4期分および国民健康保険税第6期分は、12月26日（月）の納期限までに納めていただきますようお願いします。

※平成28年度から納期限を過ぎた納付書では納付することができなくなりました。期限経過後は役場税務課窓口で納付していただけ、後日送付される督促状で納付してください。（督促手数料および延滞金が加算される場合があります。）

☆町税の納め忘れはありませんか？

11月・12月は、地方税の公平・公正を確保し、納税者の信頼を守るため、「市町村税・県税の一括納整理強化期間」を設定し、



町税の納付は、便利で確実な口座振替で

近隣の取扱い金融機関の窓口に「□座振替依頼書」を常備しています。通帳と届出印をご持参の上、取扱い金融機関でお申込みください。



お知らせ 国民年金からの

社会保険料（国民年金保険料）の控除証明書が送付されます。

納めていただいた国民年金保険料は、社会保険料控除の対象となります。

このため、日本年金機構から「社

会保険料（国民年金保険料）控

除証明書」が送付されますので、

年末調整や確定申告を行うときまで大切に保管してください。

○問い合わせ

桜井年金事務所 国民年金課
0744（42）0033

リベルテホール図書室からの お知らせ

図書室からのお知らせ

年末年始のため次の日程を休室します。ご迷惑をおかけしますがご理解、ご協力をよろしくお願いします。

◆と き
12月27日（火）～1月5日（木）
※休室に伴い、12月15日（木）～12月25日（日）の貸出期間は1ヶ月となります。（通常2週間）

◆と き
12月1日（木）～1月15日（日）
※定員に達した場合は、募集を締め切ります。

◆申込方法 高市消防署救急係
リベルテホール
0744（52）3715

『上級救命講習』の お知らせ

奈良県無料職業紹介所 求職登録を受付しています

奈良県広域消防組合（五條消防署、御所消防署、高市消防署、吉野消防署、大淀消防署、下市消防署）では、住民の方が自由に参加できる「上級救命講習」を開催します。

心肺蘇生法【胸骨圧迫と人工呼吸】とAED【電気ショック】の使用方法など、普通救命講習で学ぶ内容に加えて、骨折、やけど、けが人の搬送法などを学ぶ講習です。

大切な命を救うため、ぜひこの機会に講習にご参加ください。

◆と き 平成29年1月21日（土）
9時～18時
4丁目3-23

◆ところ 奈良県五條市今井

奈良県広域消防組合
五條消防署 3階多目的ホール

◆対象者 中学生以上
◆受講費用 無料

◆定 員 30名

◆募集期間 12月1日（木）～
平成29年1月15日（日）

※昼食は各自ご用意ください。

◆申込方法 高市消防署救急係
リベルテホール
0744（52）4499
へ電話でお申ください。

◆問い合わせ

0744（52）3715

奈良県無料職業紹介所では、県のしごとマッチングアドバイザーが、求人企業のニーズ、求職者の経験や将来の方向性を把握するため、求人企業・求職者の双方と面談し、互いのニーズに合った紹介を行います。

利用にあたり、登録時の面談が必要です。“奈良で働きたい”、“地元で活躍したい”、そんなあなたをお待ちしています。まずは電話でご予約を。

○問い合わせ

奈良県無料職業紹介所
月～金曜日 9時～17時

※祝・休日、年末年始を除く

◆と き
12月1日（木）～1月15日（日）

奈良市西木辻町93-6
エルトピア奈良1階

FAX 0742(23)5729
TEL 0742(23)5757

・高田じーとーセンター
・大和高田市幸町2-3-3
奈良県産業会館3階

TEL 0745(24)2007
FAX 0745(24)0101



国保だより

また受診されていない方は、1月31日(火)までに受診しましょう!

1月になると、町内の医療機関が大変混雑しますので、できる限り年内に受診しましょう!

ご注意ください！今年度の国保特定健診の受診期限が迫っています！

今年度も国民健康保険に加入している40歳～74歳の方を対象に、生活習慣病の予防・早期発見・健康維持に役立てていただけるよう特定健診を実施しています。

受診期限は平成29年1月31日(火)までですので、ご注意ください。

○自己負担金は0円です！

○5月上旬に対象者の方に特定健診の受診券と質問票を黄色の封筒で送付しています。

紛失された場合は役場住民課までご連絡ください。受診券を再発行します。

○県内の特定健診実施医療機関で年に1回受けることができます。特定健診実施医療機関に直接お申ください。

○特定健診当日は、被保険者証・受診券・質問票を必ずご持参ください。

○国民健康保険の資格が無くなった後に特定健診を受診することはできません。（転出・社会保険に加入・後期高齢者医療制度の被保険者になった場合）

○基本的な検査項目

○問診 ○身体計測（身長・体重・腹囲・BMI）

○血圧測定 ○検尿 ○血液検査（脂質検査・肝機能検査・血糖検査・腎機能検査・尿酸）

○貧血検査 ○心電図検査

※眼底検査については、医師の判断により実施します。

※健診当日は血液検査をしますので、食事・喫煙をしないで受診してください。



「健診に行く時間がない。」「去年健診を受けたから大丈夫」では、本当の今の健康状態はわかりません。ぜひこの機会に、体の状態をきっちり確認し、健康づくりに役立ててください。

受診されていない方には、黄色の封筒でご案内を送付しています。必ず開封し、中身を確認してください。

◆問い合わせ 住民課

ご存じですか？ アミイクラブ 地域子育て支援センター

子育ての楽しさを見つけましょう！
親子の交流の場として参加ください。
家庭での育児不安や様々な悩みなどを解消するためたかどり保育園に「子育て支援センター」を設置しています。

地域子育て支援センターでは、育児・保育に詳しい知識を有する保育士を中心として育児に関する相談支援活動や情報の提供、同じ子育てをしている保護者が互いに交流できる場の提供等、地域全体で子育てを支援する基盤づくりを行っています。

① 育児不安などの相談・援助
② 園庭開放
③ 保育園との連携

保育園の園庭を開放していろいろなイベントや保育園の行事への参加などを実施しています。

家庭での育児不安や悩みなどを育ててに関する幅広い相談に關して、窓口を設けています。

子育て支援センター アミイクラブ

親子でふれあい、楽しい時間を一緒にすごしてみませんか？お気軽にご参加ください!!

○とき 12月13日(火)10時～11時30分

○ところ たかとり保育園

○対象者 0～3歳児とその保護者

○内容 お誕生日会☆ クリスマス会♪

○問い合わせ

子育て支援センター(たかとり保育園内)

0744(52)4368

○申込時間 9時～16時まで

※会場の都合がありますので、参加を希望される方は開催日の2日前までにお申ください。

12月の臨床心理士による 教育相談

◆相談日 12月2日(金)・9日(金)・16日(金)

いずれも13時から17時

(1回約45分の事前予約制)

◆相談場所 リベルテホール

◆対象者 町内在住の子どもたち(中学生まで)とその保護者

◆申込方法 教育委員会事務局・学校教育担当へ、電話でお申ください。

0744(52)3715

◆費用 相談は無料です。

◆その他 高取中学校を拠点校として、スクールカウンセラーによる相談も行っています。

日時等につきましては、高取中学校へお問い合わせください。

0744(52)2151

◆申込
地域子育て支援センター事務局
(たかとり保育園内)
0744(52)4368

わくわく エンジェル

お友達作りの育児サークル「わくわくエンジェル」に参加しませんか？

○とき
1月11日(水)
10時～11時30分

○ところ
保健センター

○対象者
0歳～未就学児と
その保護者

○内容
親子ふれあい遊び、
パネルシアターなど
(サロンドキッズさん)

○問い合わせ 福祉課



第4回 定例会日程

「かたちのないおくりもの」
コンサート観覧者募集!

歌やダンスで大切な人へ想い
を伝えるコンサート「かたちの
ないおくりもの」を開催します。
音楽のある楽しいクリスマスを
お過ごしください。お楽しみ抽
選会もあります。

△とき 12月23日(金・祝)
16時開演

△ところ 万葉ホール1階
ロマントピアホール

△出演者
奈良県立歎榜高等学校音楽部
高取少年少女合唱団

△とこころ 老人福祉センター2階
総務経済建設委員会

△とこころ 12月6日(火)10時
議場
※本会議(議案上程後)一般質問

△教育厚生委員会
とき 12月8日(木)10時
ところ 老人福祉センター2階

△本会議(閉会)
とき 12月9日(金)10時
ところ 議場
※日程や開議時刻は変更される
場合があります。
※傍聴を希望される方は、議会事務局へお問い合わせください。



※詳細は組合のホームページを

ご覧ください。あたかちゃん

検索

放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを通して学ぶ通信制の大学です。学期(4月入学)の学生を募集中です。

放送大学はテレビ、ラジオ、インターネットを通して学ぶ通信制の大学です。

文理・教育・福祉・経済・歴史・地理・情報・自然科学など、幅広い分野を学べます。

働きながら学んで大学を卒業したい、遊びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

○15歳以上の方なら、1科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。

○18歳以上の大學生資格をお持ちの方なら、入学試験はなく、全科履修生として入学でき、4年以上在学して、124単位を修得し卒業すると、学士(教養)の学位を取得できます。

○一つの分野を体系的に学びたい方には「放送大学工キスパート」を実施しています。出願期間は、第1回が2月28日まで、第2回が3月20日まで。資料は無料です。放送大学ホームページでも出願できます。

○資料請求・問い合わせ
放送大学奈良学習センター
0742(20)7870

放送大学で
学んでみませんか?

インフルエンザ

インフルエンザの流行は、例年12月上旬から始まり、翌年の1~2月にピークを迎えます。

予防には、うがい、手洗いの励行、マスクの着用、人ごみを避ける、睡眠を充分にとつて体調を整えることを心掛けましょう。流行前に予防接種を受けることも大切です。

インフルエンザは、発病した人が咳やくしゃみをした時に、そのウイルスが飛び散って、それを他の人が吸い込むことにより感染します。また、感染した人の手についたウイルスが、物を介してほかの人の手に付着して、そのまま鼻や口を触ることでも感染します。感染してから発症までの潜伏期間は1~3日です。

症状は急な発熱、寒気、全身のだるさ、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状があらわれ、同時に少し遅れて鼻水、咳などの痛みなどの呼吸器症状があらわれます。

そして、発熱が3~4日続いた後、1週間程度で落ちきます。しかし、ぜんそくなどの呼吸器の病気や、心臓、腎臓、肝臓に重い病気のある人、糖尿病、ステロイドのような免疫力が低下する薬を服用しているなど、基礎疾患



こんにちは



地域包括支援センターです。

申込制『元気サロン』のご案内～1月分～

「運動したいけど、機会がない」、「ひとりではなかなかできない」など、せっかくやる気があるのに心もからだも閉じこもってはいませんか？

高取町では、毎月、65歳以上の方を対象に“筋力アップ運動”や“有酸素運動”などを取り入れた、介護予防運動を行っています。ぜひこの機会に、これからもますます元気で過ごすためにも、一緒に楽しく運動してみませんか？

◎とき

「筋力アップ運動」

1月10日(火)10時～11時(受付9時30分～10時)

「楽しく有酸素運動」

1月18日(水)10時～11時(受付9時30分～10時)

「ステップアップ運動」

1月26日(木)14時～15時(受付13時30分～14時)

※当日は健康チェックを行いますので、9時30分～10時
または13時30分～14時までにお越しください。

◎ところ リベルテホール 2階大研修室

◎定員 各日、40名(定員になり次第締め切ります。)

◎持ち物 運動できるくつ、タオル、水分補給のお茶など

※現在、通院中の方や、身体等に心配のある方は、かかりつけ医に相談してください。

◎対象者 町内在住の65歳以上の方(介護保険第一号被保険者)

◎申込方法 電話または、文化センター1階にある地域包括支援センターにお越しください。

◎申込・問い合わせ 地域包括支援センター 0744(52)5531

申込制『誤嚥にナラン！体操』のご案内

全身運動を通じた誤嚥予防と身体機能の向上のための体操です！飲み込む力の維持やむせる力の向上、さらにバランス機能を高めて転倒しにくいからだをめざしませんか？

◎とき 1月13日(金)13時30分～15時

◎ところ 兵庫憩いの家

◎定員 40名(定員になり次第締め切ります。)

申込制『にこにこ介護予防講座』のご案内

【これからの介護予防】

元気なうちから介護予防ははじまっています。
ちょっとした心がけで、これからの生活が明るく
楽しいものになるかもしれません。

◎とき 12月6日(火)13時30分～15時

◎ところ リベルテホール2階 大研修室

◎定員 40名(定員になり次第締め切ります。)

申込制『スペシャルリハ運動』のご案内

膝が痛くなると日常生活に不便を感じることが多くなり、からだを動かす機会が減っていないませんか？理学療法士による膝痛の対策・悪化予防などについて学びましょう。

◎とき 12月8日(木)9時30分～11時

◎ところ リベルテホール2階 大研修室

◎定員 20名(定員になり次第締め切ります。)



健康のため、こまめに水を飲みましょう！

寒い時期でも水分補給

水分不足に注意が必要なのは夏だけではありません。熱中症予防の為の夏場の水分補給の重要性は広く知られていますが、水分をとりにくくなる冬場の水分補給も健康のために大切なことです。

●乾く前に、飲む

人間のからだの約60%は水分でつくられています。体重60kgの人の場合は、約36kg分が水分となりからだの大半を水分が占めていることになります。どの渴きは脱水状態の証拠です。渴きを感じる前の水分補給が大切です。

●脳卒中、心筋梗塞：風邪対策にも水分補給！

冬場に増加する脳卒中や心筋梗塞は、寒くなつて血压が上がり、血管が詰まりやすくなります。冬場も大いに関わっています。冬場は汗をかかなくなりのどが渇きを自覚しにくいうことから水分摂取が少なくなりがちです。また、冬場に流行する風邪や

インフルエンザ等の原因となるウイルスは、乾燥した状態で活動に活動量は低下します。するとその活動量は低下します。水分補給は、ウイルスの侵入を防ぎ、鼻水などで体外への排出作用を助けます。さうに、風邪をひいてしまった時は発熱や下痢、食欲不振等で水分不足が進行しやすくなりますので、普段以上に水分を補給する必要があります。

●「目覚めの一一杯」「寝る前の一杯」

私たちも、入浴後と起床時には特に水分が不足しがちです。毎日の生活であと2杯の水を飲む習慣を身につけましょう。

忘年会や新年会…アルコールで水分補給はできません！お酒を飲む機会の増える時期ですが、アルコールには利尿作用があるため飲酒が過ぎると体は水分を排出する作用があり脱水状態になります。「ビール10本、失う水分11本」です。飲酒の合間に水分補給をお忘れなく。

12月のごみ収集日

- *ごみ搬出は、所定の場所に午前8時30分までにお願いいたします。
- *【 】内は次月の最初の収集日。
- *ごみを分別するときは、ごみの分別表および家庭ごみの出し方と分け方ガイドブックを参考にしてください。

可燃物 [もえる] ごみ

●ごみ110番 ●TEL 0744(52)3334 内線 500 住民課
501 環境事務所

月曜日・木曜日コース	火曜日・金曜日コース
下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井・市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	グリーンタウン・清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・森・田井庄・薩摩・佐田
1日・5日・8日・12日・15日・19日・22日・26日・29日(特別)【1月5日・12日・16日・19日】	2日・6日・9日・13日・16日・20日・27日・30日(特別)【1月4日・6日・10日・13日】

不燃物 [もえない] ごみ

第1・第3火曜日	第2・第4火曜日	第1・第3木曜日	第2・第4木曜日
下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井	市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	グリーンタウン・清水谷・上子島・下子島・上土佐
6日・20日 【1月17日】	13日・27日 【1月10日】	1日・15日 【1月5日】	8日・22日 【1月12日】

資源物「リサイクル」ごみ①

第1・第3月曜日	第1・第3水曜日	第1・第3金曜日
市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	グリーンタウン・清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井
5日・19日【1月4日】	7日・21日【1月4日】	2日・16日【1月6日】

資源物「リサイクル」ごみ②

第2・第4月曜日	第2・第4水曜日	第2・第4金曜日
市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	グリーンタウン・清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井
12日・26日【1月11日】	14日・28日【1月11日】	9日・28日(特別)【1月13日】

年末特別ごみ収集

※粗大ごみ(大型ごみ)

最終収集 12月14日(水) 申込締切 12月7日(水)

月・木コース

可燃物ごみ(もえるごみ)

12月29日(木)

火・金コース

可燃物ごみ(もえるごみ)

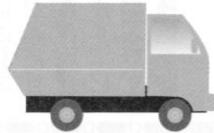
12月30日(金)

※年末収集のため、必ず**8時30分**までに所定の場所まで出してください。

※事業系ごみも同じく8時30分までにお出しください。

通常収集は**1月4日(水)**より行います。

上記収集予定の次月分、もしくは来月広報を参考にしてください。



保健だより

問い合わせ：高取町保健センター
電話番号 0744(52)5111
FAX番号 0744(52)3351

ベビーマッサージ教室

対象者	ところ	とき	12月12日（月）
費用	対象者	とき	平成29年1月16日（月）
内 容	ところ	とき	12月12日（月）
持 参 品	対象者	とき	12月12日（月）
持 参 品	対象者	とき	12月12日（月）

対象者	ところ	とき	1月10日（火）
持 参 品	対象者	とき	1月10日（火）
持 参 品	対象者	とき	1月10日（火）
持 参 品	対象者	とき	1月10日（火）
持 参 品	対象者	とき	1月10日（火）

対象者	ところ	とき	1月10日（火）
費用	対象者	とき	1月10日（火）
定 員	ところ	とき	1月10日（火）
申 込	対象者	とき	1月10日（火）
持ち物	対象者	とき	1月10日（火）

5月下旬に、次の対象年齢の方には、子宮がん・乳がんの無料クーポン券・検診手帳等を送付しています。クーポン券が届いていない方は、または転入等で他市区町村のクーポン券をお持ちの方は、保健センターにて相談ください。

【子宮頸がん検診対象】

昭和51年4月1日生
平成7年4月2日生
昭和51年4月1日生
平成8年4月2日生



がん検診推進事業 無料クーポン券のお知らせ



年末火災 予防運動

12月19日(月)から12月31日(土)までの期間、高市消防署管内において年末火災予防運動を実施します。

年末の準備に追われ、慌しく過ごす中で火の元への注意が疎かになり、ちょっとした不注意や油断が火災を引き起こす原因となっています。

年末になりますます寒さの厳しくなる季節を迎え、暖房器具やガスコンロなどの火を使う機会が増加します。この機会にもう一度、住宅用火災警報器の点検や消火器の設置を検討するなど、家庭内の火災予防について家族みんなで考えましょう。

皆さんの大切な尊い命や財産などを火災から守るため、ご協力をお願いします。

12月の尿収集予定表

曜日	岡本班収集大字	勝班収集大字
12月 1 日	木	丹生谷
2 日	金	丹生谷
5 日	月	丹生谷
21 日	水	観覚寺・下土佐・上土佐・下子島
22 日	木	森・佐田・薩摩
26 日	月	清水谷・吉備・下土佐・上子島
27 日	火	羽内・藤井・田井庄
28 日	水	下土佐・観覚寺【駅前】
29 日	木	市尾【曾羽】・谷田
		下子島・清水谷
		兵庫・車木・越智
		丹生谷
		寺崎・与楽

☆作業の都合上日程が前後する場合があります。

問い合わせ 住民課



高取町臨時職員募集

職種	雇用予定人数	応募資格	雇用期間	給与
税務課事務補助	1人	自動車の運転およびパソコンの操作ができること	平成29年1月1日～3月31日	月額 137,100円 (通勤手当あり)
ごみ収集作業員	1人	健康で体力に自信があること		日額 6,530円

【雇用試験】 ◎試験日 12月20日(火)受付 9時～ ◎場所 役場2階 ◎内容 面接

【申込受付期間】 12月19日(月)まで

職種	雇用予定人数	応募資格	雇用期間	給与
放課後児童クラブ指導員	若干名	資格の有無は問いませんが、保育士、幼稚園、小学校教諭資格などがある方を優先します	合格後応相談～平成29年3月31日	時給 816円 (有資格者 895円)

【雇用試験】 ◎試験日・場所 応募時に調整し、連絡します。 ◎内容 面接・作文

【申込受付期間】 随時(必要人数に達するまで)

【申込方法】

- ・高取町臨時職員雇用試験申込書(町ホームページからダウンロードするか、総務課で配布を受けてください)
- ・写真2枚(うち1枚は申込書に貼付)
- ・放課後児童クラブ指導員に申し込む方で有資格者の場合、資格の証明書の写しを持参のうえ、総務課へ申込ください。
- ※郵送不可、代理人による提出可
- ※勤務条件など、詳しくはホームページをご覧ください。

【問い合わせ】 総務課



○申込
お住まいの地域の地区担当民生児童委員を通じて、または、福祉課で申込を受け付けます。
費用は、無料です。

○問い合わせ
福祉課
町内の70歳以上のひとり暮らしの方など

「命のバトン」救急医療情報キットを
ツトとは、かかりつけ医や服薬内容、持病などの医療情報を専用の保管容器に入れ、冷蔵庫に保管し、救急事態に備えるための道具です。ひとり暮らしの高齢者の方などが自宅で救急車を呼び、医療行為を受ける際、持病や服薬等の医療情報を確認することで、適切かつ迅速な処置を行うことができます。また緊急連絡先の把握により親族の方などのいち早い協力が得られます。

「命のバトン」救急医療情報キットを
配布します！



◎どうぞ、お気軽に越しください。

12月の相談日

14日 川西 善美
下邨 勲
(人権相談)
岩室 裕子
(行政相談)
(敬称略)
21日 鎌田 完子
小南みゆき
(一般相談)

とき 水曜日
ところ 老人福祉センター
とこりう
2階

心配ごと相談所