

●まちの情報誌●



広報

たかとり

1
2014
JANUARY
月号

町の人口

男 3,516人

女 3,875人

計 7,391人

世帯数 2,904戸

2013年11月末現在

No. 476

迎春
牛
2014

謹賀新年

本年もよろしく
お願いします。



撮影協力：ポニーの里

◆心やすらぐふるさと高取◆

謹賀新年

行政力・プラス住民力で50年・100年後の街づくり

みなさん、明けましておめでとうございます。

平成26年の新春をつつがなく迎えることができましたことを、皆さま方ともにお喜び申し上げます。

私は昨年の新年挨拶に、住民による町おこしやイベントの数々が活力となり、高取町復活のエネルギーになつたことを申し述べました。そのエネルギーで出た芽を育て、次に繋げなければならぬときです。

次なるテーマは、町の長期的な将来を見越した事業の展開です。企業の誘致や施設の勧誘、観光の町高取町の魅力づくり、駅前整備、薬草栽培など多角的な農業振興・薬の町高取の復活などなど、行政サイドの政策課題は

いっぱいです。しかしその課題に取り組もうとする夢もいっぱいになります。

多々ある政策課題の中から、まずは駅前整備から長期的な街づくりをスタートさせようと考えています。駅前は町の玄関口です。その町を訪れた人々にとって、町を体感する最初の出会いの場であり、また、その町に住む人たちにとっての町の顔。我が家のも玄関にも匹敵する駅前という空間の整備は、長期的な街づくりを行う上でかかせないものです。

50年・100年先を見据える長期的な街づくりを考えるとき、すべてを行政だけの力で実行できるわけではありません。行政力、そして住民力の融合がま

ず必要です。地元主導・地元参画が街づくりを成功させる原動力となります。生まれ育った地元に対する熱意と相互理解の存在が、街づくり・駅前整備には必要不可欠です。

少子高齢化という大地殻変動が起こっている中、現状維持を目的とした行動では状況は何ら改善しません。

後に続く子や孫たちに高取の大人たちは何を残してやれるのだろうか? 50年・100年先を見据えた街づくりを、我々は、今このときにこそやらなければなりません。



第25回たかとり城まつり 盛大に開催!!

11月23日(土)、さわやかな晴天となつた第25回たかとり城まつりには、県内外より多くの観光客が訪りました。第25回を記念し復活した「駕籠かき競争」では7チームが出場し、駕籠や衣装の出来映えとタイムを競いました。



▲優勝した高取町商工会青年部

食べ物の命と感謝を学びました!



11月18日(月)、たかとり保育園

で食育の一環として魚の解体教室が開催されました。0歳から5歳までの園児88名が参加し、お魚クイズ、お寿司のネタやお魚について楽しく学びました。なかでも大きなフリの解体ショーは興味津々でした。魚屋さんに「これは何(部位)?」など質問したり魚に触つてみたりする機会もあり、その後給食でいただき、園児たちは大満足でした。

最後に、「食べ物そして命への感謝」いただきます」、食材が食卓に並ぶまでのたくさんの人の働きに感謝「ごちそうさま」の意味について学びました。

高取町長 植村 家忠



文部科学大臣表彰

(スポーツ推進委員功労者表彰)を受賞

11月21日（木）、第54回全国

スポーツ推進委員研究協議会に
おいて、東恭三さん（谷田）が

文部科学大臣表彰を受賞されま
した。東さんは、高取町のスポ
ーツの振興に努め、スポーツ推
進委員として長きにわたりご尽
力され、各スポーツイベントで
企画・運営・指導について、積
極的に取り組んでいることなど
の顕著な活躍に対しての受賞と
なりました。



東 恭三さん

中学生の「税についての作文」
高取町長賞を受賞

神谷 あいりさん

11月26日（火）、葛城納稅貯
蓄組合連合会並びに葛城稅務署
主催の平成25年度中学生の「税
についての作文」表彰式が開催

されました。

高取中学校2年生の神谷あい
りさんが、「税の必要性」と題
した作文で高取町長賞を受賞され、
植村町長から表彰状を授与され
ました。

たかむち小学校

『元気な大和つ子』

育む学校表彰
奈良県教育委員会賞を
受賞！



福祉人権学習

「人権の花」運動

11月14日（木）、高取中学校

1年生が、福祉人権学習の一環

として、車いすに乗りながら田

原本町地域支援センター「どん
ぐりの家」で働いておられる天

井純さんをお迎えしました。こ

の学習は、互いの違いを認め合い、
人権に対する理解を深めること

を目的としたものです。

生徒たちは、天井さんの講演「障
がいを乗り越えて」や、卓球で
の交流を通して、重度の障がい
を持ついても様々な物事に前
向きにチャレンジしていく天井
さんの姿勢を学び、元気をもら
つた様子でした。



人権週間 駅前啓発活動



「人権週間」の初日の12月4日
(水)、近鉄壺阪山駅前におい
て人権週間駅前啓発活動が実施
されました。早朝から人権擁護
委員の皆さんをはじめ、町長、
副町長、教育長などにより啓発
物品を配布

いう人権尊重の思想を
のちの大切さ」や「相手への思
いやり」と
のものにす
ることを目
的としてい
ます。

11月20日（水）、たかむち小
学校において高取町の人権擁護
委員と児童たちがプランターに「人
権の花（パンジー）」を植え付
けました。子どもたちが協力し
合って育てることを通じて、「い
のう人権尊



古道「清九郎の道」復活！



参加者は30
0人を超
し、人権の
大切さを呼
びかけま
した。

かつて高取～大淀間を結んで
いた古道が「高取町の自然と環
境を守る会」などによつて整備
されたことを記念し、11月16日(土)
大淀町主催でフリーカルコンペ
が開かれました。

人権出前教室

「人権の花」運動

11月27日（水）に高取幼稚園、

おいて人権出前教室が行われま
した。人権擁護委員の皆さんが
園児たちに、紙芝居などを通して、
相手を思いやる気持ちといった、
人権の大切さを理解していただ
くために今回の出前教室が
開講されました。



てんいち先生



国民年金は、日本国内に住む20歳以上60歳未満の全ての人が加入する制度です。学生であっても20歳になれば国民年金に加入しなければなりません。

ただし、会社員や公務員などの方は厚生年金または共済年金に加入するため、国民年金に加入する必要はありません。また、厚生年金や共済年金の加入者に扶養されている配偶者の方も加入の必要はありません。

どのような人が加入するの？

加入手続きは？

納める場所は？

新成人のみなさんへ 20歳になつたら国民年金

20歳の誕生日の前月に届く「国民年金被保険者資格取得届書」で、20歳の誕生日の前日以降に、市町村の国民年金係へ届出してください。



加入手続き後、日本年金機構から送付される「国民年金保険料納付書」により、毎月の保険料を納めることになります。

保険料の納付は？

全国の金融機関、郵便局の窓口およびコンビニエンスストアで納めることができます。また、パソコンや携帯電話を利用したインターネットバンキングやモバイルバンキングで納めることも可能です。

保険料の納付は、□座振替を利用すると便利でお得です。

保険料納付が困難な場合は？

所得額によって保険料納付を免除される制度があります。

また、学生の場合には、在学期間中の保険料を後払いできる制度もあります。（所得制限あり、要申請）

国民年金は、国が責任をもつて安全かつ確実に運営しており、老後だけでなく、けがや病気で障害が残ったり、生活を支えている一家の働き手を亡くした場合にも、障害年金や遺族年金の給付があります。

これらを受給するには、国民年金加入と保険料の納付が前提となりますので、加入手続きおよび保険料の納付をお忘れなく。

加入手続きが済んでいない方は、住民生活グループまで届出をしてください。

俳句

かどさきは新らし年の準備して
花のひとつに心安らぐ

松尾 多希子

吉井 泰

短歌

男の子胎動はげしと笑顔みせ
孫は如月の誕生を待つ

平井 寿み枝



住民生活グループまたは
日本年金機構 桜井年金事務所
0744(42)00333

問い合わせ

長らへて八十路も半ば現し世に
過ぎ来し思へば束の間のこと

山峡の村をひそかに包みゆく
霧に焚火の煙融けあふ

干場 豊

はや八十路いやまだ八十路日記
買ふ
着ふくれを見せざる巫女の立ち
居かな

辻 慶子

永野 永久

寄り合ひて勧請縄縄、ふ村の春
増田 貞子

小学校・中学校の入学

「就学通知書」が ご家庭に届きます



4月に小・中学校へ入学される児童・生徒の保護者に対して、1月末までに「就学通知書」を送付します。（「就学通知書」は住民基本台帳を基に作成します。）保護者は入学式の当日、「就学通知書」を学校まで持参してください。

入学式の日程は、後日学校より通知します。

なお、次の方は教育委員会事務局までご連絡ください。

○「就学通知書」が届かない

○「就学通知書」を受け取つてからのお住所・氏名の変更、他市町村への転出（予定者を含む）

○国立・私立学校、他市町村の公立学校へ入学予定の方

※問い合わせ
教育委員会事務局
0744(52)3715

防災とボランティア週間

1月15日（水）から21日（火）は、防災とボランティア週間です。

また、1月17日は、防災とボランティアの日です。この機会に一度、家族で防災についての話し合いをしましょう。

◇権原警察署

0744(23)0110



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？気軽に参加してみてください!!

○とき 1月21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☆ 節分制作
○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日前までにお申し込みください。

1月の臨床心理士による 教育相談

- △相談日 1月8日（水）・15日（水）・22日（水）・29日（水）
- 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（中学生まで）とその保護者
- △利用の仕方 教育委員会事務局へ、電話でお申し込みください。
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、高取中学校までお問い合わせください。
0744(52)2151

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 2月5日（水）10時～11時30分
○ところ 保健センター
○内容 ピアノでリトミック
○対象者 0歳～未就学児とその保護者
○問い合わせ 保健福祉グループ



12月4日（水）、わくわくエンジェルの活動として、ミュージカル「ピーターパン」を鑑賞しました。多くのお母さんお子さんが参加し、歌やダンスを楽しんでいる様子でした。わくわくエンジェルでは月に一度、体操教室などのイベントを企画しています。お友達作りのよい機会にぜひ一度、参加ください。

難聴児補聴器購入費 助成事業のご案内

平成25年4月から、身体障害者手帳の対象とならない軽度・中等度の難聴児の健全な発達を支援するため、補聴器の購入費用の一部を助成する事業が始まっています。左記に該当するお子様の補聴器の購入を考えておられる方は、窓口で申請、ご相談ください。ただし、補聴器購入後の申請は助成の対象外です。

- 助成対象
（修理費用は対象外）
補聴器の購入費用
- 対象者
（修理費用は対象外）
高取町に住所を有している18歳未満の難聴児
- 対象者
（修理費用は対象外）
両耳の聴力レベルが30デシベル以上70デシベル未満で、身体障害者手帳の交付対象者とならない場合
- 申請・問い合わせ
保健福祉グループ

補聴器の装用が必要であると医師の判断を受けていること
世帯内に市町村民税の所得割額46万円以上の方がないこと
基準価格の範囲内で購入価格の3分の2（1,000円未満切捨て）

税務課からのお知らせ

○平成25年中に従業員に給与などを支払った者（法人・個人事業主）で給与所得に係る源泉徴収をする義務のあるものは1月31日までに給与支払報告書を給与の支払いを受けている者（従業員等）の平成26年1月1日現在の住所地市町村へ提出しなければなりません。

○平成26年1月1日現在、高取町に事業用の償却資産を所有している方は、1月31日までに償却資産申告書を役場税務課まで提出してください。様式はホームページにも掲載しています。
また、給与支払報告書の提出・償却資産の申告には、昨年度から地方税電子申告（e-TAX）をご利用いただけます。

給与支払報告書・償却資産申告書の提出し忘れにご注意！

給与支払報告書の提出をしなかった場合、提出義務違反に関する罪に問われ1年以下の懲役又は50万円以下の罰金に処されます。（地方税法第317条の7）
償却資産申告書の提出をしなかった場合、固定資産に係る不申告に関する過料として10万円以下を科されます。（地方税法第386条）

申告期限までに必ず提出してください。

給与支払報告書・償却資産申告書不提出事業所に対する処分（町内外事業所）

高取町税務課による調査、指導により遡及等課税処分された件数

・給与支払報告書（町県民税） 133件

・償却資産申告書（固定資産税） 23件

平成24年度1月～平成25年度12月実績

◇問い合わせ 税務課

平成25年度「町県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税」の（随期分を除く）納期限が、すべて過ぎています。
納め忘れの町税があれば、至急に納付してください。

一度に納めることが困難な場合や、特別な事情で納付が困難な場合は、早めに税務課徴収係へ相談に来てください。放置したまま納付がない場合は、滞納処分（財産の差押）をすることがあります。

※なお、納期限後に納付すると、督促手数料および納期限の翌日から納付日までの日数に応じ、その納付税額に年14.6%の割合で延滞金を加算した額での納付となりますので、ご注意ください。（地方税法等の改正により、平成26年1月1日以後の延滞金につきましては、改正後の法令を適用します。）

◆問い合わせ 税務課

国保だより

今年度も高取町の国民健康保険に加入している40歳～74歳の方を対象に特定健診を行います。

国民健康保険では40歳から74歳の方を対象に、生活習慣病の予防・早期発見・健康維持に役立てるよう特定健診を実施しています。

まだ受診していない方は、1月31日（金）までに受診しましょう!!

○自己負担金はありません。

無料で受けていただくことができます。

○5月上旬に対象者の方に特定健診の受診券と質問票を送付しています。

紛失した場合は保健福祉グループまで連絡ください。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申込んでください。

○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。

◆問い合わせ

保健福祉グループ 0744(52)3334

葛城税務署からのお知らせ

国税庁ホームページの積極的な利用奨励

○パソコンを利用して国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で確定申告書を作成し、郵送等で提出することができます。

www.e-tax.nta.go.jp

利用開始の手続、ご利用時間、パソコンの環境、e-taxソフトの操作方法、よくある質問(Q&A)など、e-taxに関する最新の情報についてお知らせしていますので、ご利用前に是非ご覧ください。
はじめてみませんか。ネットで申告、イータックス。

イータックスで検索できます。

平成25年分の申告と納税

○所得税および復興特別所得税は平成26年2月17日(月)～平成26年3月17日(月)まで、消費税および地方消費税は平成26年3月31日(月)までです

申告会場は大変混雑します。

混雑状況や相談内容によって、申告書の作成等に時間を要しますのでお早目(16時まで)にお越しください。

還付申告会場のご案内

会場	所在地	開設期間	開設時間
香芝市役所 (2階 大会議室)	香芝市本町1397 (近鉄下田駅より西へ徒歩5分) (JR香芝駅より西へ徒歩7分)	2月4日(火) ～5日(水)	9時30分 ～16時 ※昼休み (12時～13時) は除く。
河合町まほろばホール (小ホール)	河合町高塚台1-8-3 (近鉄佐味田川駅より西へ徒歩13分)	2月5日(水) ～6日(木)	
王寺町やわらぎ会館 (3階 研修室)	王寺町王寺2-1-18(王寺町役場隣り) (JR王寺駅より南へ徒歩3分) (近鉄新王寺駅より南へ徒歩5分) (近鉄王寺駅より南へ徒歩6分)	2月6日(木) ～7日(金)	
橿原市商工経済会館 (7階 大ホール)	橿原市久米町652-2 (近鉄橿原神宮前駅東口より徒歩1分)	2月12日(水) ～14日(金)	
五條市市民会館 (3階 会議室)	五條市本町3-1-13 (JR五条駅より西へ徒歩15分)	2月13日(木) ～14日(金)	

○混雑の状況により早めに当日の受付を終了させていただく場合がありますのでご了承ください。

○土地・建物・株式等の譲渡所得、贈与税、相続税の相談は行っておりません。

○駐車場は狭いのため、お車でのご来場はご遠慮ください。

地区相談会場の開催日程について

税理士による確定申告書の書き方などの相談(アドバイス)を行います。

会場	所在地	開設期間	開設時間
橿原市商工経済会館 (7階 大ホール)	橿原市久米町652-2 (近鉄橿原神宮前駅東口より徒歩1分)	2月17日(月) ～21日(金)	9時30分 ～16時 ※昼休み (12時～13時) は除く。
【香芝・北葛広域申告会場】 上牧町保健福祉センター 「2000年会館」 (2階 多目的室)	上牧町大字上牧3245-1 (JR王寺駅より奈良交通バス15分) (上牧町文化センターアー下車東へ徒歩3分)	2月25日(火) ～2月28日(金)	
五條市市民会館 (3階 会議室)	五條市本町3-1-13 (JR五条駅より西へ徒歩15分)	2月27日(木) ～2月28日(金)	

○混雑の状況により早めに当日の受付を終了させていただく場合がありますのでご了承ください。

○土地・建物・株式等の譲渡所得、贈与税、相続税の相談は行っておりません。

○駐車場は狭いのため、お車でのご来場はご遠慮ください。

平成26年1月からの記帳・帳簿等の保存制度

平成26年1月から記帳・帳簿等の保存制度の対象者が拡大されました。

個人の白色申告者のうち、事業所得、不動産所得又は山林所得を生ずべき業務を行う全ての方(所得税および復興特別所得税の申告の必要がない方も対象となります)は、平成26年1月から記帳と帳簿書類の保存が必要です。

●問い合わせ 葛城税務署 TEL 0745(22)2721

平成26・27年度 高取町入札 参加資格申請

平成26・27年度において、高取町が発注する工事および業務委託等に係る競争入札に参加するための資格審査を受けようとする方は、次のとおり申請が必要です。

○申請受付期間

2月3日（月）～28日（金）
までの平日9時～17時

○要領・申請書類等

高取町ホームページをご覧いただき、総務課まで郵送請求してください。

（要：返信用封筒および返信用切手
※額は請求書類によって変わります。）

○問い合わせ 総務課

高取町民生・児童委員のご紹介

平成25年11月の任期満了に伴う一斉改選により、次の方々が12月1日付で厚生労働大臣から委嘱されました。地域の福祉向上のため、ご尽力いただきます。

民生・児童委員

氏名	住所	担当大字	氏名	住所	担当大字
牧山 武志	清水谷	清水谷	藤井 利治	丹生谷	丹生谷
古森 浩	清水谷	清水谷	岸本 次郎	丹生谷	丹生谷
森田 裕江	上子島	上子島	奥田 桃代	丹生谷	丹生谷
鎌田 完子	下子島	下子島	新澤 愛子	丹生谷	丹生谷
新田 晃彦	上土佐	上土佐	坂田 周子	兵庫	兵庫
森 弘恭	下土佐	下土佐	辻本 節子	車木	車木
山崎 直美	観覚寺	観覚寺	芦高 和子	越智	越智
皆巳 善美	松山	吉備・松山	皆己トヨ子	与楽	与楽・寺崎
西尾 智明	藤井	羽内・藤井	川本 清江	薩摩	田井庄・薩摩
川西 康陽	市尾	市尾	的場 勉	佐田	森・佐田
中本 富美子	谷田	谷田			

主任児童委員

小南 みゆき	清水谷	旧高取校区	藤田 泰	市尾	旧育成校区
--------	-----	-------	------	----	-------

魅力ある 『飛鳥・藤原』 コンベンション

世界遺産登録を目指している

飛鳥・藤原地域の魅力を、さまざまな角度から発信するイベントです。みなさまのご来場をお待ちしています。

◇とき 1月26日（日）
12時30分～

◇ところ
かしら万葉ホール

・劇団「时空」公演
・マンガ家里中満智子さん講演会
・持続天皇と飛鳥・藤原
・プレゼンテーションコンクール
「わたしたちの『飛鳥・藤原』
の魅力」

・内 容
1階ロマントピアホール

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
2月12日（水）10時～11時
(受付9時30分～10時)

◇申込・問い合わせ
Eメール、はがき、FAX、
電話で申込。

「コンベンション参加申込」と
件名を記入し、住所・氏名・
年齢・電話番号またはメール
アドレスをご記入ください。

飛鳥・檜原ユネスコ協会事務局

（檜原市教育委員会社会教育課内）
〒634-0075
TEL 0744(29)6991
FAX 0744(26)2555
shakaikyo@city.kashihara.nara.jp
タオル、水分補給のお茶など

高取町 地域包括支援センターです。

申込制『元気サロジ』のパンフレット 2月分



ここにちは

※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。

◇申込方法

1月6日（月）から申込を受付ますので、電話または、保健セ

ンターの中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
下土佐223-1
0744(52)5531
(平日8時30分～17時15分)

※保健センターの番号とは異なりますので、ご注意ください。

※保健センターの番号とは異なりますので、ご注意ください。

◎当日は健康チェックを行いますので、9時30分～10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

◇対象者
の方（第一号被保険者）

なり次第締め切らせていただきます。

タオル、水分補給のお茶など



1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。
*ごみ分別をおこなわれるときには、ごみパンフレットをご覧ください。

可燃物〔もえる〕ごみ

●ごみ110番 ●TEL 0744(52)3334 内線 500 住民福祉課
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	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
6日・9日・16日・20日・23日・27日・30日 【2月3日・6日・10日・13日】	7日・10日・14日・17日・21日・24日・28日・ 31日【2月4日・7日・14日・18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	清水谷・上子島・ 下子島・上土佐
7日・21日 【2月4日】	14日・28日 【2月25日】	16日 【2月6日】	9日・23日 【2月13日】

資源物「リサイクル」ごみ①

第1週・第3週月曜日	第1週・第3週水曜日	第1週・第3週金曜日
市尾・谷田・与楽・ 寺崎・越智・車木	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
6日・20日【2月3日】	15日【2月5日】	17日【2月7日】

資源物「リサイクル」ごみ②

第2週・第4週月曜日	第2週・第4週水曜日	第2週・第4週金曜日
市尾・谷田・与楽・ 寺崎・越智・車木	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
8日(特別)・27日【2月10日】	8日・22日【2月12日】	10日・24日【2月14日】

1月の し尿収集予定表

☆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 住民生活グループ

日	曜日	向本班収集大字	岡本班収集大字	大中班収集大字
12月 25日	水		丹生谷	丹生谷
26日	木		丹生谷	丹生谷
27日	金		丹生谷	丹生谷
1月 7日	火	田井庄・兵庫		
8日	水	兵庫・車木		
9日	木	越智		観覚寺
10日	金	越智・寺崎		下土佐・上土佐・下子島
14日	火	与楽		上子島・下子島
15日	水			吉備・下土佐
16日	木			清水谷
17日	金			清水谷
20日	月			下土佐・観覚寺【駅前】
21日	火	森・佐田	観覚寺・下土佐	
22日	水	薩摩・松山・市尾	下土佐・上土佐・下子島	
23日	木	羽内・藤井・市尾	下子島・清水谷	
24日	金	市尾【曾羽】		
28日	火	谷田・兵庫		
29日	水	田井庄・兵庫		
30日	木	兵庫・車木		
31日	金	越智		

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



とき	2月12日（水） 10時～11時受付
ところ	保健センター
対象者	乳（幼）児とその保護者
内容	身体計測、育児等の相談、離乳食相談など
持参品	母子健康手帳

離乳食教室



申込	2月26日（水） 9時50分～10時受付
対象者	4～9ヶ月児の保護者
持参品	母子健康手帳、筆記用具など
ところ	保健センター
お申し込みください。	2月3日（月）～7日（金）までに保健センターへ

健 康 相 談

とき	2月12日（水） 13時30分～15時受付
対象者	保健センター原則40歳以上
内容	尿検査、身体測定、血圧測定、体脂肪測定、健康新規に関する相談
持参品	健康手帳（お持ちでない方は、当日、保健センターで交付します。）

◎高血圧、糖尿病、高脂血症など生活習慣病でお悩みの方は、ぜひお越しください。



心臓に流れ込み負担を与えることになります。また、暖かい部屋から急に寒い部屋に出て運動すると血流や血圧に変化が起こり心筋梗塞などの原因になります。

外に出て急に力いっぱい走るなど無理をせず、十分にウォーミングアップをして外気温に身体を慣らしてからゆっくり無理のない運動をするようにしましょう。特に早朝や夜は気温も低いので十分気をつけるようにしましょう。

実際に準備万端なんていように周りに準備万端なんていことになりがちですね。冬場はついつい運動量が減ってしまいがちです。

運動をしないことは消費エネルギーに関係しますが、それだけでなく筋力が低下してしまったり、血行が悪くなつて肩こりになりやすくなつたり、エネルギー代謝が落ちてしまったりします。

寒いからといって家に閉じこもりず、思い切って外に出て歩いたりしましよう。心も体もリフレッシュして気持ちがよくなりますよ。

◆ながら運動 いかがですか？

テレビを見ながら踏み台昇降運動や、コマーシャルの合間にストレッチや腹筋、足上げ運動。

料理をしながら、つま先立ち運動。室内で手軽にできますよ。

◆ついでに運動

歩いて買い物に出かける。お友達に歩いて会いに行く。夫婦で電車でかけ、歩いて散策！ お買い物や遊びのついでに運動を取り入れてみましょう。

運動というのはさまざまな

冬の屋外での運動は怪我や病気に繋がらないよう注意が必要です。寒い場所で運動をすると、手足で冷やされた血液が

特定最低賃金改定が改正されました



○

はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業

○

時間額：810円
(平成25年12月27日発行)

○

電気関係製造業 電子部品・デバイス・電子回路、発電用送電用・配電用電気機械器具、産業用電気機械器具、民生用電気機械器具製造業

○

時間額：808円
(平成25年12月27日発行)

○

木材・木製品、家具・設備品 製造業（製材熟練等）

○

時間額：816円
(平成元年1月25日発行)

○

時間額：810円
(平成25年10月20日発行)

○

奈良県最低賃金
時間額：710円
(平成25年10月20日発行)

○

問い合わせ
奈良労働局賃金室
0742(32)0206
葛城労働基準監督署
0745(52)5891

第35回 高市郡球技大会結果のお知らせ

第35回高市郡球技大会が12月1日（日）高取健民運動場等で開催されました。4種目にわたり、約230名が参加して熱戦が繰り広げられました。各種目の結果は次のとおりです。

【ソフトボール】

Aブロック
優勝 ユバース（明日香）
準優勝 あすかクラブ（明日香）

Bブロック
優勝 車木カーリーズ（高取）
準優勝 46年会（高取）

【テニス】

男子ダブルス
優勝 花井 信好（明日香）・
井上 誠（明日香）ペア

女子ダブルス
優勝 米田 博行（明日香）・
島田 和高（明日香）ペア

【ゲートボール】

優勝 福田 恵子（高取）・
辰巳 智子（高取）ペア

【ゲートボール】

優勝 高取チーム（高取）
準優勝 阪合チーム（明日香）



【グランドゴルフ】

男子の部
優勝 青木 一晃（明日香）
準優勝 澤井 康夫（明日香）
三位 森川 一二三（明日香）

女子の部
優勝 寺口 茂子（明日香）
準優勝 喜田 勝子（明日香）
三位 友定 宏子（明日香）

【ホールインワン達成者】

（高取の選手のみ）
池田 博光・小川 成子
岸本 士郎・幸田 設江
武村 淳次・武村 ミネ子
中村 友子・福本 澄子
前田 伊津子・前田 清司

【グリーンタウン自治会】

12月15日（日）たかむち小学校体育館にて、グリーンタウン自治会設立総会およびタウンミーティングが開催され、多くのグリーンタウン住民が参加される中、「グリーンタウン自治会」の設立が承認されました。新たな自治会の誕生により、今後、新しいまちづくりと地域の活性化が期待されます。

また、設立総会後にはタウンミーティングが開催され、住民のみなさんから地域の課題に関する積極的な意見、提言が出され、町長および副町長と意見交換が行われました。

◆区域：高取町大字清水谷1
300番地を中心とした高取町グリーンタウンの周辺区域
◆区長：内田 守夫氏
◆世帯数：245世帯
(設立総会時点)



『グリーンタウン自治会』が新たに設立されました!!

高取オール寿 紀伊半島寿野球大会で 2年ぶりV

11月3日（日）、高取オール寿が三重県熊野市で開催された第21回紀伊半島寿野球大会において、2年ぶり3度目の優勝を飾りました。チームは40歳から73歳までの高取中野球部OBを中心とした総勢31名で、「いつまで出来るこの野球」をキャッチフレーズに生涯現役・生涯感動・生涯青春をモットーとしています。



バザー協力のお礼

11月17日（日）に開催しました老人クラブ連合会主催のバザーに協力いただき、大盛況のうちに終わりましたことを感謝申し上げます。
◆老人クラブ連合会



1月の相談日

◎どうぞ、お気軽にお越し
ください。

〈敬称略〉

22日

奥田 桃代
森 弘恭
西尾 智明
(人権相談)

8日

谷口 善美
下邨 勲
(人権相談)

とき
水曜日

13時～16時

ところ
老人福祉センター
2階

心配ごと相談所