

● まちの情報誌 ●



広報

2015
DECEMBER
12月号

たわとり

町の人口

男 3,398人

女 3,750人

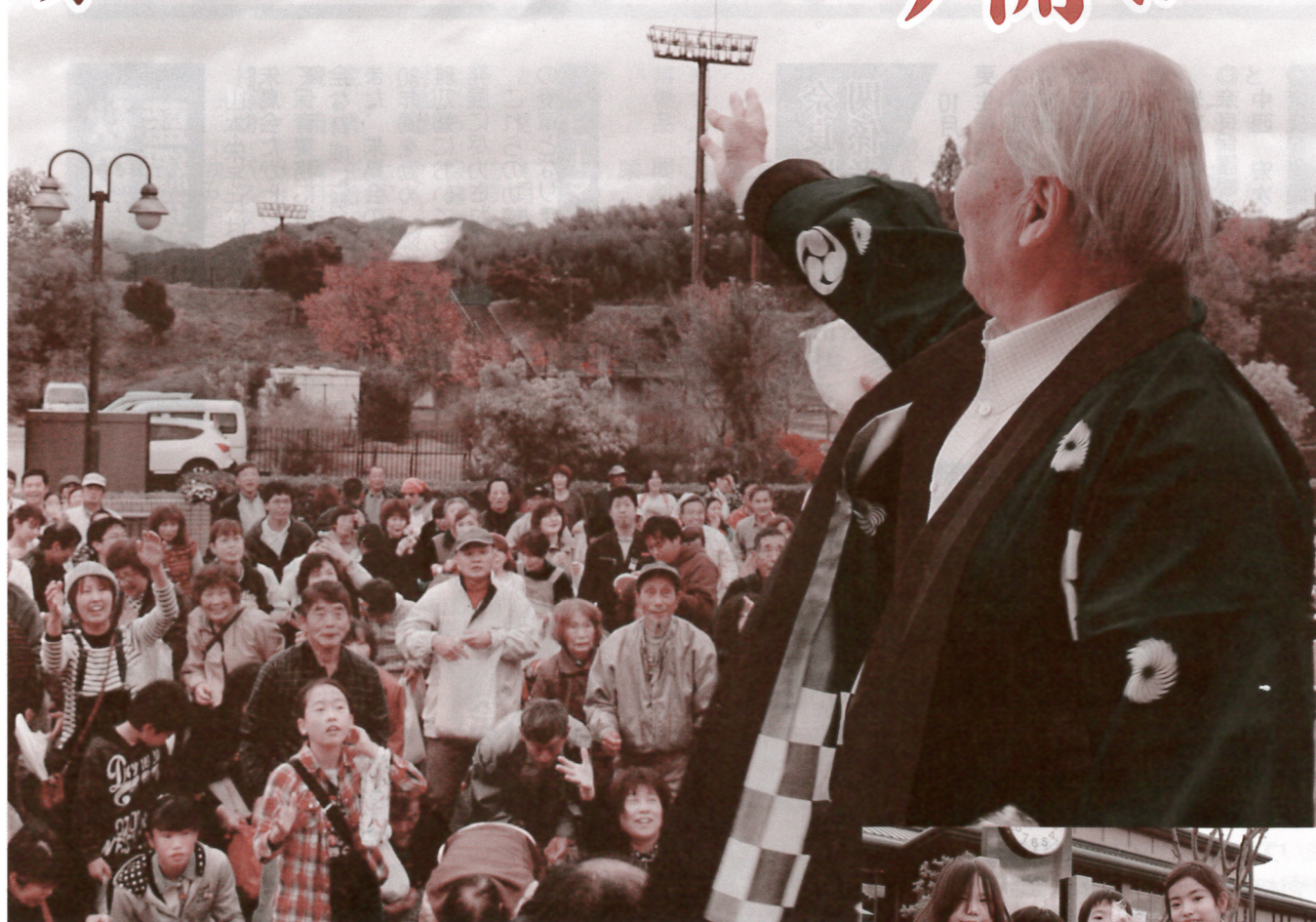
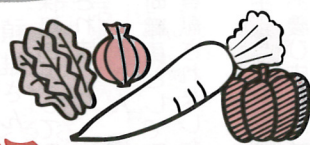
計 7,148人

世帯数 2,879戸

2015年10月末現在

No. 499

第25回 ごんだ祭り開催!



11月15日(日)、リベルテホールでごんだ祭り(農業祭)と大和薬草フェスティバルが行われ、薬膳鍋やごんだ鍋の振る舞い、農産物即売会で会場は大いに盛り上がりました。恒例の大ごくまき大会では、1万5千個の餅がまかれました。(2ページに関連記事)



◆ 心やすらぐふるさと 高取 ◆

自治功労者表彰



11月4日（水）、平成27年度高取町自治功労者表彰式が行われ、町の発展に尽くされた7名の方々が受賞されました。

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。

《表彰受賞者》

岡本 清さん（車木）
永年、監査委員等として町の発展に貢献されました。

武村 喜美子さん（市尾）
永年、社会教育委員として町の発展に貢献されました。

東 恭三さん（谷田）
永年、スポーツ推進委員として町の発展に貢献されました。

久保 正敏さん（下子島）
永年、スポーツ推進委員として町の発展に貢献されました。

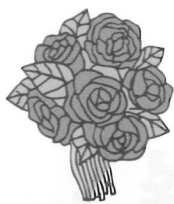
西脇 弘子さん（薩摩）
永年、スポーツ推進委員として町の発展に貢献されました。

《感謝状受賞者》

吉田 禎雄さん（兵庫）
永年、保護司として町の発展に貢献されました。

三井 一男さん（橿原市）
永年、町職員として町行政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。



秋の褒章 藍綬褒章受章

山本 栄子氏は、社会福祉法人朱鳥会（あひどり）たかとり保育園の園長として保育業務に従事され、園児の健全な育成に努めてこられました。また、朱鳥会の統括園長として、30年間を勤め、障害者支援施設雅乃郷においても、障害者福祉の発展に尽力されました。

これらの功績が認められ、今回の受章となりました。



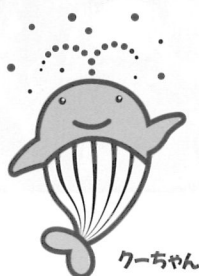
奈良県更生保護事業 関係者顕彰式典

10月22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。

- ◎法務大臣表彰
三浦 博司さん（上土佐）
- ◎全国保護司連盟会長表彰
岩室 裕子さん（市尾）
- ◎奈良県保護観察所長表彰（永年勤続）
中西 宏次さん（下子島）
- ◎奈良県保護観察所長表彰（感謝状）
高取町民生児童委員協議会

グリーンタウン自治会で コミュニティ助成事業を活用

今回、グリーンタウン自治会では、財団法人自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源として、住民の行うコミュニティ活動を推進し、その健全な育成を図るために実施しているコミュニティ助成事業を活用して、テントやグリドル、フライヤー、アイスストッカー、ワイヤレスマイクなどの備品を購入し、夏祭りや体育祭などのイベントに活用しました。昨年は、リースや持ち寄りで対応していましたが、助成事業を利用することで、イベント内容の幅が広がり、盛り上がりのあるイベントを実施することができました。



奈良県高等学校ユース 陸上競技対校選手権大会 優勝

近畿高等学校ユース 陸上競技対校選手権大会 5位入賞

8月18日～20日に開催された奈良県高等学校ユース陸上競技対校選手権大会に本町より浦田昂生くん（清水谷、智弁学園高校）が1年男子800メートルの種目で出場し、優勝しました。浦田くんは、9月21日～23日に開催された近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会にも同種目での出場し、5位入賞の好成績をおさめました。

感謝状を贈呈～ やすらぎ荘の管理に 貢献

11月9日、介護予防施設やすらぎ荘の管理人として永年にわたりその職務に精励して頂いた山添郁雄氏に対して、その功績を称えて植村町長から感謝状の贈呈を行いました。



第38回 高取町文化祭 盛大に開催!!

11月7日(土)・8日(日)

の2日間にわたり、今年で第38回目となる文化祭がリベルテホールで開催され、約1,000名の方々が来場されました。

芸術の秋・色となった館内では、展覧会が開催され、約318点の力作の数々に、たくさんの方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、高取中学校吹奏楽部のオーブニング演奏を幕開けに、文化協会員による発表が行われました。また、高取少年少女合唱団、生涯学習教室生ほか、今年は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、迫力ある和太鼓の演奏で最後を締めくくり、総勢227名を超える出演者による熱気溢れるステージで客席からは大きな拍手と歓声が沸き起こっていました。

また、リベルテホール和室ではお茶席が設けられ、駐車場では模擬店が出店されました。文化祭に訪れた大勢の人達が、秋の味覚に舌鼓をうっていました。リベルテキッズらんとの子どもたちも参加し、サツマイモスティックやゲーム等の模擬店で、



屋台の仕事体験しました。秋の恒例行事である文化祭は、たくさんの方々の笑顔の中、大成功のうちに終わりました。

第25回

ごんだ祭り開催

◆第58回 農産物品評会審査結果◆

今年度の品評会は、猛暑や台風による農産物の悪影響が心配されましたが、多くの優れた農産物が出品されました。特にダイコンや葉菜類は素晴らしい品質でした。また、初めて開催しました「ええモンドセレクション2015」では、町産のトウモロコシや黒豆などを使用し、工夫された加工品が多数出品されました。

特賞

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| ◆高取町長賞
ショウガ……………的場 久代(佐田) | 奈良県議会議長賞
キャベツ……………島田 繁一(上子島) |
| ◆奈良県知事賞
ダイコン……………片川 彦晴(寺崎) | ◆奈良県農業協同組合代表理事理事長賞
米……………米田 俊正(兵庫) |

一等賞

- | | |
|--|---|
| ◆高取町議会議長賞
カブラ……………中島 道子(佐田) | ◆奈良県農業会議会長賞
コンニャクイモ……………中川 清博(寺崎) |
| ◆高取町議会総務経済建設委員長賞
ニンジン……………中村 初枝(与楽) | ◆高取町農業委員長賞
ダイコン……………大喜多 和喜(佐田) |
| ◆奈良県中部農林振興事務所長賞
ヤマトトウモロコシ……………藤野 泰典(兵庫) | ◆大和平野土地改良区高取地区
管理事業推進協議会長賞
レモン……………浦畑 輝男(観音寺) |
| ◆中和農業推進協議会長賞
ホウレンソウ……………天前 良一(松山) | ◆高取町地域農業再生協議会長賞
キウイ……………弓場 文子(上子島) |
| ◆奈良県農業共済組合連合会長賞
カキ……………越智 公彦(寺崎) | ◆高取町農畜連合会長賞
サトイモ……………福角 和子(羽内) |
| ◆中和農業共済組合組合長理事賞
米……………谷本 巖(上土佐) | ◆高取町農業祭実行委員会委員長賞
イチゴ……………西井 美津留(松山) |
| ◆奈良県農業協同組合高取支店長賞
小豆……………幸田 節子(森) | |

二等賞

- ◆サツマイモ……………喜多 功(薩摩)
- ◆ネギ……………車谷 好亮(田井庄)
- ◆ハクサイ……………中島 道子(佐田)
- ◆ユズ……………吉田 浩(与楽)
- ◆金ゴマ……………島田 タケ子(上子島)

三等賞

- ◆くり……………吉田 圭吾(兵庫)
- ◆チンゲンサイ……………弓場 寿一(上子島)
- ◆ニンジン……………島田 繁一(上子島)
- ◆ショウガ……………廣瀬 智彦(下子島)
- ◆カキ……………杉本 正孝(寺崎)

特別賞

- ◆おもしろ野菜審査員特別賞
ダイコン……………西井 澄隆(松山)
- ◆どデカ野菜審査員特別賞
カボチャ……………中川 清博(寺崎)

ええモンドセレクション 2015

- ◆最高金賞 根菜チップス
……………ポニーの里ファーム(兵庫)
- ◆金賞 アーモンドパイ
……………ふれあい加工部(市尾)
- ◆銀賞 黒豆ケーキフリアン
……………ふれあい加工部(市尾)
- ◆銀賞 和風塩
……………ポニーの里ファーム(兵庫)

《敬称略》

第67回 人権週間



「世界人権宣言」は、基本的人権および自由を尊重し確保するために、世界のすべての人々とすべての国民とが達成すべき共通の基準として、昭和23年（1948年）12月10日の第3回国連総会において採択され、本年で67周年を迎えます。

国際連合は、世界人権宣言採択を記念して、採択日の12月10日を「人権デー」と定め、加盟国に対し人権擁護活動を推進するための各種行事を実施するよう要請しています。

法務省および全国人権擁護委員連合会では、「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、世界人権宣言の意義を訴えるとともに人権尊重思想の普及高揚に努めてきたところです。2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の開催決定を受け、我が国の人権状況に対する理解を

深める取り組みを進め、全ての人々の人権が尊重される豊かで安心できる成熟した社会の実現を図っていく必要があります。

そこで、本年も、12月4日から10日までを「第67回人権週間」とし、次の強調事項を定めて啓発活動を実施します。

【平成27年度啓発活動重点目標】

- 「みんなで築こう人権の世紀」
育てよう 思いやりの心
- 女性の人権を守ろう
- 子どもの人権を守ろう
- 高齢者を大切にすることを育てよう
- 障害のある人の自立と社会参加を進めよう
- 同和問題に関する偏見や差別をなくそう
- アイヌの人々に対する理解を深めよう
- 外国人の人権を尊重しよう

- HIV感染者やハンセン病患者等に対する偏見や差別をなくそう
- 刑を終えて出所した人に対する偏見や差別をなくそう
- 犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう
- インターネットを悪用した人権侵害をなくそう
- 北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
- ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- 性的指向を理由とする偏見や差別をなくそう
- 性同一性障害を理由とする偏見や差別をなくそう
- 人身取引をなくそう
- 東日本大震災に起因する偏見や差別をなくそう

- 本町では、次の方々に人権擁護委員として活躍いただいております。
- 下邨 勲 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）

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、全ての加盟国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。

『中学生人権作文表彰式と人権を考えるついでに三郷』

◇とき 12月6日（日）

12時30分～15時10分（12時開場）

◇ところ 生駒郡三郷町勢野西

1丁目2番2号

三郷町文化センター

◇内容 全国中学生人権作文コンテスト奈良県大会表彰式

・一日人権擁護委員「宮川春菜さん」によるギター演奏

・三郷町立三郷中学校吹奏楽部による演奏

◇申込 不要（未就学児についてでも入場可）

◇主催 奈良県人権啓発活動ネットワーク協議会（奈良地方法務局・奈良県人権擁護委員連合会・奈良県）

◇問い合わせ 奈良地方法務局人権擁護課

0742（23）5457

短歌

ちろちろと清水流るる岸の辺に
みぞそば揺るる秋川の音

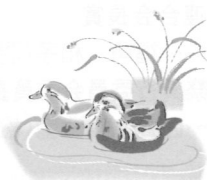
川合 文子

白鳳の仏のお姿拝して
秋のひと日の心洗わる

油谷 操

ゆつくりと秋を楽しむひまもなく
猛暑も今は遠き日のこと

松尾 多希子



俳句

毛糸編む針の手沢に母偲ぶ

辻 慶子

吟行に日和を得しや返り花

永野 永久

はたと止む数騒にいま笹鳴す

増田 貞子



12月3日～9日は「障がい者週間」

「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関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。

障がいのある方が各種サービスを受けるためには手帳が必要場合があります。対象者の年齢、障害の種類（難病の方も対象です）、程度および所得制限がある場合があります。詳しくは福祉課窓口へご相談ください。

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。）

・更生医療

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

・育成医療

18歳未満で肢体不自由・視覚障害・心臓機能障害等の機能障害があり、手術等により障がいの改善が見込まれる方

・精神通院医療

在宅で精神疾患を有し通院している方

〈福祉医療〉

身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの方にに対し、全診療科の保険適用分の医療費を助成（所得制限あり）

〈精神障害者医療〉

精神保健福祉手帳1・2級の方に對しては、全診療科の保険適用分の医療費を助成。上記以外で、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。（所得制限あり）

〈特別障害者手当〉

20歳以上で、心身に著しい障がいがあり、常時特別な介護が必要と認められた方

〈障害児福祉手当〉

20歳未満で心身に著しい障がいがあり、常時特別な介護が必要と認められた方

〈特別児童扶養手当〉

次のいずれかに該当する20歳未満の児童を扶養している方
医師の診断書により概ね療育手帳A程度の方、身体障害者手帳1・

日常生活支援・援助

〈福祉タクシー制度〉

身体障害者手帳1・2級、療育手帳Aの方に基本料金助成券を交付

〈補装具費の支給〉

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る方

〈自立支援給付〉

居宅介護（ホームヘルプサービス）・同行援護・行動援護・短期入所（ショートステイ）・療養介護・生活介護・就労移行支援・就労継続支援（雇用型・非雇用型）・施設入所支援・共同生活援助（グループホーム）など

〈障害児通所給付〉

児童発達支援・放課後等デイサービスなど

〈地域生活支援事業〉

相談支援・コミュニケーション支援・移動支援・地域活動支援センター・日中一時支援・日常生活用具給付事業



12月1日は、『世界エイズデー』です AIDS IS NOT OVER だから、ここから



2014年1年間における新規HIV感染者報告数は1,091件（過去3位）、感染に気づかずにエイズを発症して報告された新規エイズ患者報告数は455件（過去4位）全体に占める新規エイズ患者の割合は約3割で推移しています。HIV/エイズは、まだ終わっていないのです。だからこそ、一人ひとりがそれぞれの立場から「予防、治療、支援、理解」という具体的な行動をとることが求められています。

②注射器（針）の共用は絶対にやめる
注射器（針）の共用は他人の血液が直接血管に入るため、感染率が非常に高いので、絶対にやめましょう。

③性的接触以外の日常生活では、感染の心配がないことを知ろう
HIVの感染力は非常に弱いため、性的接触以外の日常生活では心配はありません。

【たとえば次のようなことで感染の心配はありません】
①握手、抱擁、普通のキスから
②咳やくしゃみ、空気から
③シャワー、入浴、プールで

レドドリボンとは、HIV陽性者とエイズ患者への理解と支援のシンボルです。
奈良県内各保健所にて無料HIV検査や健康相談などを行っています。検査は匿名でも受けることができますので、ご自身やパートナーのためにも一度は検査をしましょう。

■中和保健所 橿原市常盤町605-5（橿原総合庁舎内）
0744（48）3037

税務課がらのお知らせ

☆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25日(金)の納期限までに納めていただきますようお願いいたします。

◎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・県税の一斉滞納整理強化期間」を設定し、県内全市町村および県税事務所が協働して、差押等をはじめとする滞納整理に集中的に取り組めます。期間中は各市町村および各県税事務所が、滞納者と取引のある金融機関や勤務先等に対し、法律に基づく財産調査についても集中的に行うこととなります。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

また、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。放置したままでは納付がない場合は、滞納処分(財産の差押)をすることとなります。

※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。

◇問い合わせ 税務課



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て「口座振替依頼書」を常備しています。通帳と届出印を持参の上、取扱い金融機関でお申込ください。

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て「口座振替依頼書」を常備しています。通帳と届出印を持参の上、取扱い金融機関でお申込ください。

葛城税務署がらのお知らせ

来年度の葛城税務署の確定申告会場の開設は、2月8日(月)を予定しております。なお、1月中および2月5日(金)までは、通常窓口もしくは少ない職員での対応となります。混雑状況によっては、長時間お待ちいただくことや、相談受付を早めに締め切る場合がありますので、あらかじめご了承ください。

◎確定申告書は国税庁のホームページから!!

また、ご自宅のパソコンを利用して国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」で確定申告書を作成し、郵送等で提出することが出来ます。

○問い合わせ 葛城税務署 0745(22)2721

作成コーナー 検索

国民年金がらのお知らせ

お知らせ

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

マイナンバー今後のスケジュール

■マイナンバー通知カードが届いたら:

平成28年1月以降、年金や保険などの社会保障関係の手続、税務関係の手続などに利用します。大切に保管しておいてください。

なお、通知カードが届いていない等不明な点がありましたら、住民課までお問い合わせください。

■通知カードが届いたら、個人番号カードの申請ができます。

申請方法は2通りです。

①郵送で申請

通知カードと一緒に届いた「個人番号カード申請書」には、氏名や住所がプレ印刷されています。

これにご本人の顔写真を添付し、署名して返信用封筒に入れ、ポストに投函で申請完了です。

②オンラインで申請

スマートフォンで顔写真を撮影し、所定のウェブサイトから申請できます。

※申請は任意ですが、マイナンバーを利用した手続の際に、マイナンバーの提示と顔写真による本人確認が個人番号カード1枚でできるため、非常に便利です。ぜひ申請をご検討ください。

◆受け取りの際に必要なもの

①通知カード(交付時に回収となります)

②申請後に届く「交付通知書(はがき)」

③運転免許証などの「本人確認書類」

※以下はお持ちの方のみ

④「住民基本台帳カード」(交付時に回収となります)

以上の3点(4点)を住民課にお持ちください。カードに暗証番号を設定していただいたのち交付となります。交付手数料は無料です。

なお、代理人が受け取りに来られる場合は、事前に住民課にお問い合わせください。

■新たに「マイナンバー総合フリーダイヤル」が開設されました。

「通知カード」「個人番号カード」に関することや、その他マイナンバー制度に関する問い合わせにお答えします。音声ガイダンスに従って、お聞きになりたい情報のメニューを選択してください。

0120(95)0178(無料)

平日:9時30分~22時

土日祝:9時30分~17時30分

(年末年始12月29日~1月3日を除く。)

◆問い合わせ

住民課・総務課

マイナンバー

マイナちゃん

マイナちゃん

マイナちゃん

マイナちゃん

マイナちゃん

マイナちゃん

国保だより

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、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。

今年度の受診期限は平成28年1月31日（日）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込ください。

○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）

まだ受診されていない方は、1月31日（日）までに受診しましょう！！

「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、健康づくりにお役立てください。

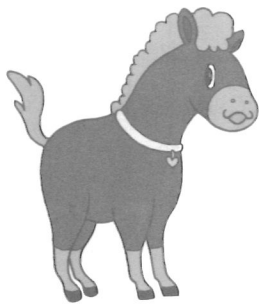
◇問い合わせ 住民課

◎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。



◇主催
福祉課
わくわくエンジェル

◇問い合わせ

※雨天時は12月11日（金）に延期
◇とき 12月9日（水）
10時～16時
◇ところ
たかとり保育園グラウンド
◇入場無料
※小さいお子様の休憩スペースあり
ラム、フラミンゴ、イグアナ、フラビーなど、珍しい動物がたくさん。ヒヨコ、ハムスターなどかわいい動物の抱っこ体験や先着100名でポニーの乗馬体験も！無料ボールハウスやわなげコーナーもあります。



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6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

親子体操（たっちゃん先生）

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 12月15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日前までにお申込ください。

12月の臨床心理士による 教育相談

◇相談日 12月11日（金）・18日（金）・25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 教育委員会事務局へ、電話でお申込ください。

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

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？

元気サロンでは毎月、「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、これからは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」

平成28年1月12日(火) 10時～11時(受付9時30分～10時)

「楽しく有酸素運動」

平成28年1月20日(水) 10時～11時(受付9時30分～10時)

「ステップアップ運動」

平成28年1月28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。

申込制『誤嚥にナラん！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！

全身を使って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も高まり転倒しにくいからだを目指しませんか？

◎と き 1月15日(金) 13時30分～15時

◎と ころ 兵庫憩いの家

◎定 員 各日30名(定員になり次第締め切ります)

※申込方法…12月1日(火)から申込を受付しますので、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

地域包括支援センターの介護予防事業に参加してみませんか？

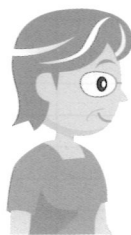
元気なうちからはじめることの大切さを知っていただけるように、認知症予防も含め介護予防全般の運動や講義など、どの年代の方々でも気軽に参加できるような内容です。

実際、元気サロンに参加されている60～90歳代の方々にお話をうかがってみました。



Hさん(60歳代)

- ①「参加したい友達が歩いていけず、乗せていってあげたのがきっかけ。自分も体力に自身がなくなってきたので参加してみようと思った。これからも参加したい。」
- ②「自分も友達も毎回大変喜んで参加でき、その他の予定よりも大切にしている。」
- ③「とても前向きに物事を考えるようになりました。」
- ④「認知症と診断されている友達のためにも、一緒にできるだけ頑張って休まずに参加しようと思います。」



Sさん(70歳代)

- ①「友達に誘われたのがきっかけ。ひとりではできない運動ができてよかった。」
- ②「普段から歩行時のつまずきなどに気をつけるようになった。」
- ③「大勢の中で楽しくできて、心も豊かになりうれしく思う。」
- ④「いつも講座をありがとうございます。」

- ①「友達に誘われて、日常生活に生きがいができました。これからも楽しみに参加したい。」
- ②「自分の健康寿命を延ばせることを学べている。」
- ③「講座に参加することが楽しみになり、生きがいできた。教えてもらった体操を続けて、坂道も以前より楽に上がれ、息切れしなくなった。」
- ④「生きがいになっているので、講座を続けてほしい。」



Sさん(80歳代)

- ①「広報で見たのがきっかけ。毎回参加していると、いろんな人としゃべりもでき友達ができた。これからも参加したい。」
- ②「体操などはもちろん、いろんな人と接する中で、人との接し方を学んだ。」
- ③「外へ出る機会になったことや、大勢の中に入ることが苦にならなくなった。」
- ④「これらの講座を続けてほしい。まだ知らない人たちに閉じこもり予防として呼びかけてほしい。」



Tさん(90歳代)



参加してみたいけどと迷っておられる方、まだ若いから今は必要ないとお考えの方…。介護予防はどの年代においても必要なことです。迷っているなら一度、興味のある介護予防講座に参加してみませんか？

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
3日・7日・10日・14日・17日・21日・24日・ 28日【1月4日・7日・14日・18日】	1日・4日・8日・11日・15日・18日・22日・25日・ 29日(特別)【1月5日・8日・12日・15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
1日・15日 【1月5日】	8日・22日 【1月12日】	3日・17日 【1月7日】	10日・24日 【1月14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	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
7日・21日【1月4日】	2日・16日【1月6日】	4日・18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	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
14日・28日【1月13日】	9日【1月13日】	11日・25日【1月8日】

12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 住民課

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 1 日	火		丹生谷	丹生谷
2 日	水		丹生谷	丹生谷
3 日	木		丹生谷	丹生谷
4 日	金			観覚寺
7 日	月			下土佐・上土佐・下子島
8 日	火			上子島・下子島
9 日	水			吉備・下土佐
10 日	木			清水谷
11 日	金	森・佐田		清水谷
14 日	月	薩摩・松山・市尾		下土佐・観覚寺【駅前】
15 日	火	羽内・藤井・市尾		
16 日	水	市尾【曾羽】		
17 日	木	谷田・兵庫		
18 日	金	田井庄・兵庫		観覚寺
21 日	月		観覚寺・下土佐	下土佐・上土佐・下子島
22 日	火	兵庫・車木	下土佐・上土佐・下子島	上子島・下子島
24 日	木		下子島・清水谷	吉備・下土佐
25 日	金	越智	丹生谷	丹生谷
28 日	月	越智・寺崎	丹生谷	丹生谷
29 日	火	与楽	丹生谷	丹生谷
1月 6 日	水			清水谷
7 日	木			清水谷
8 日	金			下土佐・観覚寺【駅前】

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

3～5か月児・1歳6か月児 健康診査

とき 1月19日（火）

【3～5か月児】

13時30分～50分受付

【1歳6か月児】

13時～20分受付

ところ 保健センター

対象者

【3～5か月児】

平成27年7月21日～

平成27年10月19日生

【1歳6か月児】

平成26年4月2日～

平成26年7月1日生

内容 身体計測、内科・歯科

検診、歯科・栄養・保

健相談など

※（1歳6か月児のみ）尿検査

持参品 問診票、母子健康手帳、

尿（1歳6か月児のみ）

健康相談

とき 1月8日（金）

ところ 13時30分～15時受付

対象者 保健センター

内容 原則40歳以上

尿検査、身体測定、血圧

測定、体脂肪測定、健康

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。

◎管理栄養士による相談

【対象人数：4人】があります。

希望される方は、12月25日（金）

までに保健センターへお申込

ください。

いい歯（母）教室 （妊産婦交流会）（申込制）

とき 1月26日（火）

ところ 13時～10分受付

対象者 保健センター

妊娠4～8か月の妊婦

および産婦

内容 歯科検診、歯科相談、

助産師による産前産後

相談など

持参品 問診票（産婦は申込後に

送付）、母子健康手帳

申込 1月15日（金）までに保健

センターへお申込くだ

さい。

9～11か月児・3歳6か月児 健康診査

とき 1月26日（火）

【9～11か月児】

13時30分～50分受付

【3歳6か月児】

13時～20分受付

ところ 保健センター

対象者

【9～11か月児】

平成27年1月28日～

平成27年4月26日生

【3歳6か月児】

平成24年4月2日～

平成24年7月1日生

内容 身体計測、内科・歯科

検診、歯科・栄養・保

健相談など

※（3歳6か月児のみ）尿検査

持参品 問診票、母子健康手帳、

尿（3歳6か月児のみ）

ベビーマッサージ教室

とき 1月5日（火）

ところ 10時～11時

対象者 保健センター

2～7か月の赤ちゃん

とママまたはパパ

費用 先着10組

資料およびオイル代等で

300円

持ち物 バスタオルとお子さんの

飲み物・ミルク・お茶など、

おむつなど

申込 12月25日（金）までに保

健センターへお申込く

ださい。

年末のごみ収集

火・金コース

可燃物ごみ（もえるごみ）

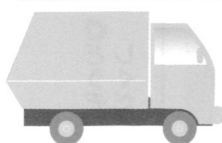
12月29日（火）

※年末特別収集のため、必
ず8時30分までに所定
の場所まで出してください。

粗大ごみ （大型ごみ）

12月16日
（水）

12時
申込締切



高齢者 インフルエンザ予防接種 実施医療機関 追加のお知らせ

高齢者インフルエンザ予防接種を受けることができる医療機関について、10月号広報誌折込にてご案内していますが、下記の医療機関においても接種できます。接種を希望される方は、直接医療機関に確認、予約をお願いします。

医療機関名	高岡医院
住 所	橿原市石川町503
電話番号	0744(27)8325

通常収集は1月4日（月）より行います。

9ページの収集予定の次月分、もしくは来月広報を参考にしてください。

高取町長選挙 立候補予定者 説明会

平成28年2月7日執行の
高取町長選挙立候補予定者
説明会を次のとおり行います。

- とき
12月22日(火) 14時から
- ところ
老人福祉センター2階集
会室
- ※候補者1名につき、3名
まで入室可
- 問い合わせ 高取町選挙
管理委員会(総務課内)

平成28年 連合消防出初式

式典では、消防車が一斉に放水を
行う放水演習などを行います。ご
家族揃って見学にお越しください。

- とき
1月6日(水)
10時～11時15分
- ところ
檀原市慈明寺町
檀原運動公園駐車場

※雨天時は、大和高田市「さざ
んかホール」で式典のみを挙
行し、分列行進、放水演習等
は中止します。

○体験コーナー
梯子車の体験乗車
10時20分～11時
式典会場内東側
※小学生未満搭乗不可



「命のバトン」 救急医療情報キットを配布します！

「命のバトン」救急医療情報キ
ットとは、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。
- 配布対象者
町内の70歳以上のひとり暮らし
の方など
- 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 無料
- 問い合わせ 福祉課

要介護等認定調査員を募集します

高取町に在住する介護保険被保険者からの要介護等認定更新申請に
対し、要介護等認定業務に遅滞が生じないよう調査受入可能件数を増
やす必要があるため、次の応募要件を満たす人の公募を実施します。

①業務概要

- (1)業務名
要介護等認定調査業務
- (2)業務内容
要介護等認定申請があった被
保険者に面接し、その心身の状況、
その置かれている環境その他厚
生労働省令で定める事項(被保
険者の病状および当該者が現に
受けている医療の状況)につい
ての調査を、記入の手引きに従
って指定の認定調査様式を用いて
行つたものです。

③応募書類等の提出

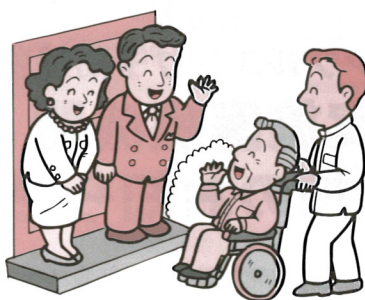
- (1)提出書類
ア 履歴書(市販のもので可)
イ 上記②(1)の資格に係る資格
書等の写し
- (2)募集期間 随時募集しています。
- (3)提出場所 福祉課
- (4)提出方法 右記提出場所に持
参してください。ただし、持参
時に面談させていただきますの
で事前に役場福祉課へお電話く
ださい。受付時間は平日9時～
17時。郵送・電子メール・FAX
での提出は受け付けません。

②応募要件

次のすべての要件を満たして
いること。

- (1)保健師、看護師、准看護師、
介護支援専門員、社会福祉士、
作業療法士、理学療法士のいず
れかの免許取得者で認定調査員
初任者研修を受講していること。
- (2)平成28年4月1日現在、65歳
未満であること。
- (3)平成28年4月1日現在、居宅介護
支援事業所等に所属していないこと。
- (4)普通自動車免許を取得していること。

◆問い合わせ 福祉課



リベルテホール図書室からのお知らせ

リベルテホール図書室では、年末年始のため
次の日程を休業します。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(日)～1月5日(火)
※休業に伴い、12月13日(日)～26日(土)
の貸出期間は3週間となります。(通常2週間)
- ◇問い合わせ リベルテホール(教育委員会事務局)
0744(52)3715

12月の相談日

- とき 13時～16時
- ところ 老人福祉センター
2階
- 9日(水) 谷口 善美
下邨 勲
(人権相談)
- 24日(木) 奥田 桃代
鎌田 完子
藤田 泰
(一般相談)
- 〈敬称略〉

◎どうぞ、お気軽にお越
しください。

心配ごと相談所