

宗教と環境と道德の町

KOYA

9

2023 Vol.110

高野町広報



夕暮れ
の縁日



▲ 四寸岩

四寸岩は、^{かみや}神谷と^{くわく}極楽橋の間の道に横たわる大岩です。高野参詣道の途中にあり、不動坂を経て女人堂、高野山に至ります。昔、登山者はみなこの岩の上を踏んで通ったといえます。

『^{きのくにめいしよずえ}紀伊国名所図会』には「^{しすんいわ}止駿岩とも書す、或は^{ぎかん}蟻関ともいふ、^{この}此岩^{なかくぼ}凹にして、^{わずか}纔に人を通ず、中に長さ^{すん}四寸ばかりの足跡に似たるもの^{ひとつ}一所あり、^{おうらい}往来の人^{かたあし}隻脚を^{ここ}斯にかけざれば、^{あゆ}歩む事なりがたし、故に^{ゆえ}世人^{つた}伝へて親の足跡を^ふ踏むといひ^{なら}習はせり、馬など^{かよ}通ふ

事なりがたければ、別に馬道あり、このあたり^{しばしば}屢^か棧^{はんしよ}ありて難所なり、又桜樹多し」と記されています。

この岩には「大師の足跡」といわれる幅が12cmほどのくぼみがあります。ここに足をかけずに歩む事はむずかしいため、親の足跡を踏むという言い習わしがあるということです。通行するには難所で、馬も通ることが出来なかったようで、別に馬道が作られました。

四寸岩の近くには寛政3年(1791)の「あびらうんけん 四寸岩」と記された石標があり、また明治27年(1894)の四寸岩の題額が立てられており、江戸時代から今に残る名所だといえます。



四寸岩(足跡) ▲



四寸岩の石標(寛政3年) ▲



四寸岩の題額(明治27年) ▲

(教育委員会)

四寸岩 (西郷)

タイトル 夕暮れの縁日
撮影者 高野町 企画公室



高野町では広報高野の表紙写真を募集しています。詳しくは、高野町 HP「表紙写真募集」ページをご覧ください。



<https://www.town.koya.wakayama.jp/town/bosyu/15755.html>

立花宗茂 — 「大圓院」は宗茂のこと —



立花宗茂供養塔前には石鳥居が建っています。

日本仏教の聖地「金剛峯寺」のお坊さんのおはなし

今回ご紹介するのは、

前回名前の挙がった

立花宗茂（一五六七〜

一六四三）です。豊後

国（大分県）に生まれ、

高橋家より立花道雪の

婿養子となりました。

妻の闇千代は七歳で家督を継ぎ、現在の福岡市

東部にあった立花山城主となった、数少ない女

城主です。宗茂は武勇に優れ、豊臣秀吉による

九州平定では次々と城を攻め落とし、その武功

から秀吉より筑後国柳川（福岡県柳川市付近）

八万石を与えられました。文禄の役（一五九二

〜三）では朝鮮半島での活躍めざましく、慶長

の役の最中に秀吉が死去すると、全軍が撤退す

るために奮戦し、その名を天下にとどろかせま

した。

慶長五年（一六〇〇）、関ヶ原の戦いでは西

軍として京極高次の大津城を攻めますが、高

次の命を救おうと降伏を勧め、降参した高次を

高野山に送っています。西軍が大敗し、宗茂軍

は柳川に戻るも城を攻められ、降伏して領地を

失い浪人となります。江戸で塾居生活を送って

いた宗茂ですが、本多忠勝の推挙で徳川秀忠の

側に仕え、大坂の陣には徳川勢として参戦しま

した。元和六年（一六二〇）、旧領の柳川藩約

十一万石を与えられ、関ヶ原に西軍として参戦

し、旧領に復した唯一の大名となりました。寛

永十九年（一六四三）、七十六歳で死去。宗茂

は生涯に何度も改名しましたが、戒名の「大圓

院殿松隠宗茂大居士」には後年の著名な「宗茂」

が入っています。

高野山大圓院はかつて多

聞院という名前で、現在の

清浄心院付近にありました。

立花家菩提寺で、宗茂は天

正年間に訪れています。『紀

伊統風土記』には文禄五年

（一五九六）に親成（宗茂の

当時の名前）は寺門を修理

して筑後国一六〇石の領地

を寄進し、寛永年中に宗茂

が堂宇を整備したことから大圓院に改名した、

とあります。大正時代の火災で大圓院は現在の

地に移りましたが（表門のみ焼失を逃れて移築、

現存）、一の橋のすぐそばには宗茂の大きな供

養塔があります。銘文によると甥で養子の立花

忠茂が建立し、梵字と銘文を書いたのは「新坊

宣雄」です。宣雄阿闍梨は宗茂が帰依した僧で、

古い絵図を見ると新坊というお寺と多聞院が合

併して大圓院となったようです。また表門は寛

永二年（一六二五）建立とされ、宗茂が造営に

関わっている可能性があります。



立花宗茂像 大圓院蔵
高野山霊宝館管理

橋本伊都財宝伝!

～光り輝く三鈷を見つけ出せ!～

橋本・伊都広域観光協議会^{*}は、空海御誕生1250年を記念して、橋本・伊都地域の歴史を含めた宝探しイベントを開催します。小学生から大人まで楽しんでいただけるイベントとなっておりますので、是非ご参加お待ちしております。

宝探し終了後、アンケートに回答していただいた方の中から抽選で、**豪華景品**が当たります!!

^{*}橋本市、かつらぎ町、九度山町、高野町、和歌山県伊都振興局で構成。



イベント概要

- 応募期間** 令和5年9月1日(金)～11月30日(木)
- 対象者** ファミリー層 (小学生低学年～大人)
- 参加方法** 参加冊子入手し、橋本・伊都地域 (橋本市、かつらぎ町、九度山町、高野町) に隠された宝箱を探す
- 冊子配置場所** 和歌山県伊都振興局地域振興部企画産業課、橋本市シティプロモーション課、かつらぎ町産業観光課、九度山町産業振興課、高野町観光振興課、ほか
- 賞品**
 - ①山荘天の里 1泊1組(大人2名)
 - ②かつらぎ温泉 八風の湯 1泊1組(大人2名、子供2名)
 - ③一心農園オリジナル柿アイスの詰合せ 6個入り 10名

※先着 300名様に参加賞をプレゼントいたします!
※当選については発送をもって発表とさせていただきます。

詳しくは



高野・山麓いと楽し

検索



問 橋本・伊都広域観光協議会
(和歌山県伊都振興局企画産業課内)

☎ 0736-33-4909



高野町で活動する地域おこし協力隊を紹介

本町では現在、4名の地域おこし協力隊が地域活性化のため、活動しています。

つだ むつこ
津田 睦子

【業 務】 伝統和紙「細川紙」の伝承および商品開発等
【前住所】 大阪府 豊中市 【現住所】 高野町細川 【前職】 グラフィックデザイナー
【活動時期】 R3.11～R6.10

【メッセージ】 西細川 津田睦子です。現在就任2期目の中盤を迎えています。古くよりこの地に伝わったとされる「紙作り」を軸に、住民の皆様と共に、伝統的文化・産業を守り、未来に伝える地域振興と課題解決に努めて参ります。



うなて ゆうこ
宇奈手 侑子

【業 務】 杖ヶ藪地区での田舎暮らし体験ツアーの構築および地域文化の保全等
【前住所】 奈良県 田原本町 【現住所】 高野町杖ヶ藪 【前職】 書家
【活動時期】 R4.8～R7.7

【メッセージ】 一度は、過疎の地となった杖ヶ藪ですが、独特の風習、文化がありました。そんな過去の遺産と、新たにこの地でできることを模索し、皆様に杖ヶ藪を知ってもらおうように励んでいます。

あだち よしたけ
足立 義剛

【業 務】 地域農作物の販路拡大および物流業務等
【前住所】 奈良県 王寺町 【現住所】 高野町東富貴 【前職】 会社員
【活動時期】 R5.5～R8.4

【メッセージ】 はじめまして。奈良県王寺町からきました足立 義剛です。自然豊かな富貴地区の野菜は全国的に見ても、同じような寒冷地で出来た野菜と比べても美味しいと選んでもらえる。美味しい野菜と一緒に、富貴の魅力セットを届けます。ぜひ一度食べてみてください！



うえはら
上原 にいな

【業 務】 大和当帰の栽培技術等の継承業務
【前住所】 大阪市 港区 【現住所】 高野町東富貴 【前職】 会社員
【活動時期】 R5.6～R8.5

【メッセージ】 大和当帰の栽培技術を引き継ぐため、6月から着任しました。富貴での生活はスタートしたばかりですが、日々地域の魅力にハマっています。活動を通して地域の活性に少しでも繋げていけたらと思っていますので、これからどうぞよろしくお願いいたします。

以上の4名のほか、下記を募集しています。

高野町観光協会との連携による地域の活性化・・・1名

「くらしのたすけあいちっらこ」での子育て支援業務・・・1名

大和当帰の栽培技術等継承業務・・・1名

地域おこし協力隊とは

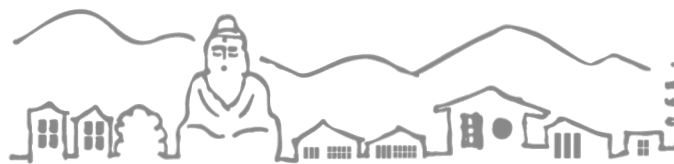
地域おこし協力隊は、都市部から過疎地などに住所と生活拠点を移し、伝統産業の継承、地場製品の開発協力、地域振興の推進、地域協力活動などを行いながら、地域への定着・定住を図る制度です。

問 観光振興課 ☎ 0736-56-2780



まちの話題

高野町であったことやお知らせだよ



弘法大師空海御生誕 1250 年記念 青葉まつり

6月13日(火)

高野山こども園園児たちによる稚児行列が行われました。鼓笛・旗振り隊として、大師音頭の音楽に合わせて元気よく練り歩きました。



6月14日(水)

青葉まつり前夜祭は、昨年と同じく雨天での開催となりました。「高野ねぶた奉燈行列」では、高野町商工会青年部をはじめボランティアの皆さまが製作された迫力満点の「高野ねぶた」が披露されました。

6月15日(木)

青葉まつり当日は、花御堂渡御の出発とともに激しい雨が降りましたが、記念すべき弘法大師御生誕を多くの方々と盛大にお祝いすることができました。渡御終了後には雨も収まり、高野町公式 PR キャラクター「りくぼくちゃん」が大親友である「こうやくん」と一緒に登場しました。

☎ 企画公室 企画広報係 ☎ 0736-56-2932





細川八坂神社 七夕まつり

7月2日（日）細川八坂神社にて「七夕まつり 紙の縁日」が行われました。七夕神事 御旅所巡行や、プチマルシェでの和紙雑貨や飲食店などの出店、浴衣の着付け体験、語り部などがあり、たくさんの人で賑わっていました。

「紙の縁日」高野山麓の紙作品展では、高野山こども園園児が製作したうちわや平野町長の書作品が展示され、参拝者の願い事を書いた『和紙あかり』は、境内をほんのりとあたたかく照らし、幻想的な夏の夜となりました。

問 企画公室 企画広報係 ☎ 0736-56-2932





和歌山県消防団長会 会長に 大前和也氏が就任

去る7月7日(金)有田市で開催された第54回和歌山県消防団長会総会において、高野町消防団長の大前和也氏が和歌山県消防団長会の新会長に選任されました。

高野町消防団長が同会の会長に就任するのは初めてのことで、任期は2年となっています。

大前団長は、今後、県下30消防団の代表として、消防団が抱える様々な課題に向き合い、消防団員の技術向上や処遇改善に努めながら、あらゆる災害に対して迅速に対応できる体制を構築していきたいと考えています。

町民の皆さまには引き続き、ご支援、ご協力をお願いいたします。



問 消防本部 総務係 ☎ 0736-56-0119

明治国際医療大学と救急救命士の臨地 実習施設としての覚書締結

高野町消防本部は令和5年6月22日付けで、明治国際医療大学(京都府南丹市)と「臨地実習に係る覚書」を締結しました。救急救命士の育成を行う保健医療学部救急救命士学科では、学生たちが実際の救急医療現場における業務の現状や、救急医療システムなどを理解することを目的に、各地で臨地実習を展開しています。

山間へき地でありながら世界遺産を抱える当本部では、地域に密着した住民サービスや、国際的で多様な観光客を救護する救急隊が特色であり、ぜひ学生に経験を積ませたいと大学から打診いただきました。8月には2人の学生を受け入れています。

また、学生の臨地実習だけでなく、当本部で働く救急救命士の生涯教育についても、ご協力いただけることとなりました。今後は、官学相互に連携しながら高野町の救急医療体制の向上に努めていきます。



明治国際医療大学 坪倉寛明 准教授(左)と井上消防長(右)

問 消防本部 警防係 ☎ 0736-56-0119



小学4年生の施設見学

6月16日（金）高野山小学校と花坂小学校の4年生20名が社会見学の一環として、上下水道施設を見学しました。

下水道処理施設で汚水を処理する仕組みや浄水場で水道水を作る過程など、ドローン映像を使った説明を熱心に聞き、勉強してくれました。



問 生活環境課 ☎ 0736-56-3760

介護福祉課から寄付金受領のお知らせ

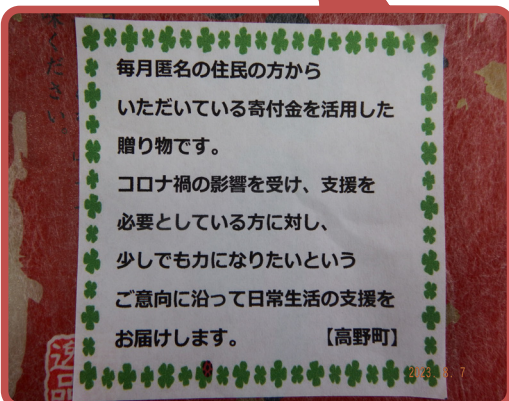


毎月匿名の方から、コロナ禍の影響を受けて家計が急変した子育て世帯やひとり親家庭、支援を必要としている方に対し、少しでも力になりたいというあたたかく心のこもったお手紙が添えられた寄付金をいただいております。

寄付いただいた方のお気持ちに沿うよう、寄付金は低所得の子育て世帯、ひとり親家庭や生活に支援を必要としている家庭に、日常生活の支援としてお盆までにお米をお届けさせていただきました。

今後もお盆、年末、年度末の3回に分けて日常生活の支援物資のお届けに活用させていただきます。

困ったときにはお互いに助け合う、善意のご寄付をいただけることに深く感謝申し上げます。



問 介護福祉課 ☎ 0736-56-2933

Information

※ただし、受験資格がないこと、職員採用試験申込書
その他提出書類の記載事項が正しくないことがあきらか
になった場合、又は採用時に必要な書類の提出がない
場合は、合格又は採用を取消すことがあります。



■ その他：申込時の提出書類は一切
返却いたしません。

試験・講座

養護老人ホーム・特別養護老人ホーム 「国城寮」職員採用試験受験案内

問 養護老人ホーム国城寮 総務係 ☎ 0736-32-1321

🌐 <https://kuniki.sakura.ne.jp/wp/info/>

① 看護師 1名

昭和44年4月2日以降に生まれた人で、看護師の資格を有する人(取得見込みを含む)。

② 介護員 1名

平成元年4月2日以降に生まれた人で、ヘルパー2級以上又は介護職員初任者研修の資格を有する人(取得見込みを含む)。

※ただし、次に該当する人は受験できません。(日本国籍を有しない方又は地方公務員法第16条各号に該当する人。)

①日本国籍を有しない方 ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまで又はその執行を受けることがなくなるまでの者 ③国城寮職員として懲戒免職の処分を受け、当該処分の日から2年を経過しない者 ④日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成し、又はこれに加入した者

時 第1次試験 10月1日(日)

第2次試験 第1次試験合格者に別途通知します

試 第1次試験 看護師：看護師適正検査(50分)、
一般性格診断検査(20分)

介護員：職場適応性検査、
一般性格診断検査(各20分)

第2次試験 面接

提出書類：

①採用試験申込書

※受験案内・申込書は、養護老人ホーム国城寮総務窓口又は、HPで入手できます。

②最終学校卒業証明書又は、卒業見込み証明

③資格免許証の写し(資格取得見込みを証明する書類)

④採用試験申込書に貼付したものと同一の写真(30mm×30mm)

⑤結果通知用封筒

※長形3号封筒に、郵便番号、住所、氏名を明記し、84円切手を貼付したもの。

提出先：橋本市隅田町河瀬 907 養護老人ホーム国城寮 総務係

受付期間：9/1(木)～9/15(金) 8:30～17:15

※土曜日・日曜日・祝日は受付できません。また、郵送による申込みできません。

給与等：伊都郡町村及び橋本市老人福祉施設事務組合職員の勤務時間、休暇等に関する条例及び職員の給与に関する条例等の規定による。

採用予定日：看護師：令和6年1月1日採用予定

介護員：令和6年4月1日採用予定

説明会・相談会

行政相談所の開設

問 総務課 ☎ 0736-56-3000

行政相談委員による相談所を下記のとおり開設いたします。役所等の仕事についての苦情や意見・要望がありましたらお気軽にご相談にお越し下さい。

相談は無料で、秘密は固く守られますので、お気軽にご利用下さい。

時 9月1日(金) 10:00～12:00

所 高野町役場 2階 応接室

¥ 無料



お知らせ

【事前予約制】マイナンバーカード 関係手続の夜間及び休日開庁の予約 受付について

問 住民健康課 住民窓口係 ☎ 0736-56-5600

夜間や休日にマイナンバーカードの受け取りや電子証明書の更新などの手続きを希望される方のために、以下の日程で夜間及び休日開庁の予約を受け付けます。

なお、予約がない日は開庁しません。

9月の日程

事前予約受付日時

9月1日(金)～9月7日(木)

9:00～17:00(平日のみ)





交付手続き等の実施場所及び日時

■ **実施場所**：高野町役場 本庁窓口

■ **実施日時**：

(休日開庁) 9月10日(日) 9:00～12:00

(夜間開庁) 9月12日(火) 17:30～19:30

取扱業務

- ・ 交付申請書の発行及び申請補助 (必要書類：本人確認書類)
- ・ マイナンバーカードの交付
(必要書類：個人番号通知カード、交付通知書、本人確認書類等)
- ・ マイナンバーカードの暗証番号初期化
(必要書類：マイナンバーカード)
- ・ 電子証明書関係の更新
(必要書類：マイナンバーカード、有効期限通知書、暗証番号の分かるもの)

※ 上記取扱業務以外の業務は行いません

※ 当日は必ず予約時間までに窓口へお越しください

第9回 Art in 和歌山 —魂のであうところ—

問 社会福祉法人 和歌山県福祉事業団 ☎ 0739-47-6640

〒649-2102 和歌山県西牟婁郡上富田町岩田 2456-1

FAX 0739-47-6645 ✉ info@wfj.or.jp

和歌山県の障害者の芸術文化活動は、県内の各法人、各事業所等において絵画、写真、立体造形、陶芸、映像、書道等の多様な分野に渡って取り組みが行われています。

—魂のであうところ—は、作者一人ひとりの内なる衝動から生み出される障害の有無を超えた、自由で独自の表現との出会いの場となるよう企画した展覧会です。本展を通して、和歌山に生きる個性あふれる表現者たちの存在を、一人でも多くの方々に知っていただけることを、そして新たな感動が生まれることを願っています。

① **時** 10月13日(金)～10月19日(木)

10:00～16:30

所 高野山 別格本山 南院 (伊都郡高野町高野山 680)

② **時** 11月3日(金)～12月26日(火)

11:00～16:00

所 和歌山県福祉事業団 ぎやらりーなかがわ

(御坊市御坊 105)

休 毎週水曜日

③ **時** 2024年1月13日(土)～1月28日(日)

9:00～16:30

所 太地町立石垣記念館 (東牟婁郡太地町太地 2902-79)

誰も自殺に追い込まれることのない 社会の実現を目指して

問 和歌山県精神保健福祉センター ☎ 073-435-5194

和歌山市手平2丁目1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ
愛2階 FAX 073-435-5193



自殺対策の重要性の理解と関心を深め、自殺対策を総合的に推進するために、9月10日から16日までを自殺予防週間としています。(自殺対策基本法より)

全国の自殺者数は、毎年3万人を超える状態が続いていましたが平成22年以降低下を続け、令和元年には19,425人まで減少しました。しかし、令和2年には20,243人、令和3年には20,291人と増加をしています。

和歌山県では、平成18年以降、人口の比率では全国平均を超える状態が続いており、自殺者数は年間200人前後で、令和元年160人、令和2年151人、令和3年186人と増減を繰り返しています。(厚生労働省人口動態統計(確定数)による)

自殺の要因はひとつではなく、その多くが社会構造・経済的要因等、複雑な問題が関係した心理的に追い込まれた末の死であるといわれています。自殺対策は、生きることの包括的支援です。

ひとりでも多くの自殺者をなくすため、自身のことやまわりで悩んでいる人の心の健康やいのちの大切さを改めて考える機会となるように御協力をお願いします。



生きる支援相談窓口一覧

つらいとき、悩みを抱えたとき、どうしてよいかわからなくなったとき、困っているときに相談できる専門機関の一覧



子育て

情報コーナー



子育て支援センターだより

9月のイベント



7日(木) 散歩	10:00~11:00
20日(水) 制作(どんぐり)	10:00~11:00
29日(金) みんなの集い	10:00~11:00

日時 月曜日～金曜日 9:00～14:00
 (祝日・年末年始・気象警報発令時はお休みします)
 ※申込は不要です。 ※時間内の出入りは自由です。

場所 子育て支援センター(高野山こども園内)

持ち物 水筒、タオル、着替え

お願い

- ・センター内では、お子様の事故防止のため、保護者の見守りをお願いします。
- ・新型コロナウイルス感染症予防のため、下記事項に注意してご参加ください。
- 1. 保護者の方は、様々な事情により感染不安を抱く場合は、マスクを着用してください。
- 2. 手洗い、手指消毒の実施をします。
- 3. 熱、せき、倦怠感など体調が悪いときは利用を控える。
- 4. 施設は常時換気しているのので、体温調整しやすい服装でお越しください。

問 子育て支援センター ☎ 0736-56-2320



新高野町子育て支援センター

4月から新高野山こども園内に移転しました高野町子育て支援センターでは毎月3回さまざまなイベントを予定しています。

すべり台やボールなどのおもちゃで遊んだり、親子の交流の場としても、楽しい時間を過ごしていただけます。ぜひ、気軽に遊びに訪れてみてください♪



7/7 セタかざりで遊ぶようす

☆対象者 未就学のお子様とその保護者の方

☆利用 無料

☆実施主体 学校法人 高野山学園(令和5年度から業務を委託し実施)

問 企画公室 企画広報係 ☎ 0736-56-2932



こどもの健康づくり



健康診査・相談

乳幼児健診の対象児 13:30～14:00		健康相談の対象児 10:00～11:00		実施日/会場
4ヶ月児	R5年 5月生	4ヶ月児	R5年 6月生	9月25日(月) 高野町保健福祉センター 健康相談(4,6,10ヶ月児) ※上記以外の対象児は、 個別に日程相談のうえ実施。
6ヶ月児	R5年 3月生	6ヶ月児	R5年 4月生	
10ヶ月児	R4年11月生	10ヶ月児	R4年12月生	
1歳6ヶ月児	R4年 1月生	1歳6ヶ月児	R4年 2月生	
3歳6ヶ月児	R2年 1月生	2歳6ヶ月児	R3年 2月生	
		3歳6ヶ月児	R2年 2月生	

問 住民健康課 保健師 ☎ 0736-56-5600

9月のサークル／教室



地域／場所	サークル／教室	日 時	問い合わせ先	
高野山	フレッシュ体操	木曜日(月3回程度) ※日程についてはお問い合わせください。	13:00～16:00	
	中央公民館 3B体操	木曜日・月曜日(月4回) ※日程についてはお問い合わせください。	18:30～21:00	
	書道教室	第2、第4水曜日(月2回) ※日程についてはお問い合わせください。	19:00～21:00	
	町民体育館 高野山バドミントンクラブ	毎週木曜日	19:00～22:00	
	高野山森林公園 屋内多目的広場	グラウンドゴルフ(高野山)	毎週木曜日	9:00～11:00
高野山テレワーク センター (旧森林公園管理棟)	健康づくりウォーキング コース:テレワークセンター → 奥の院 → テレワークセンター <報恩高野市で使用できるチケット発券!> 協力:(一社)高野町観光協会 持ち物:タオル、飲み物、帽子等 *動きやすい服装でご参加ください *高野町に警報が発令されている場合は中止します。*送迎が必要な方は事前にお問い合わせください。	19日(火)	10:00～(受付9:30)	
富貴・筒香	富貴小・中学校 体育館	健康体操GLEE	毎週金曜日	19:30～21:00
	富貴テニス教室	土曜日(2～3回)	18:30～20:30	
	バルシューレ(有料)	未定 ※お問い合わせください	14:00～15:00	
	東富貴 多目的集会所	体操教室	1日(金)	9:30～(受付9時)
	みんなでポッチャ	11日(月)	13:30～15:00 (受付13時)	
	富貴児童館	朝から60分間ウォーキング	22日(金)	9:30～(受付9時)
	富貴小・中学校 グラウンド	グラウンドゴルフ(富貴)	毎週水曜日	9:30～11:30
花坂	花坂小学校 グラウンド	グラウンドゴルフ(花坂) <毎月第4火曜日>	26日(火)	9:30～11:00

中央公民館
☎56-2076



高野町地域包括
支援センター
☎0120-814-180

住民健康課
☎56-5600

中央公民館
☎56-2076



住民健康課
☎56-5600

高野町地域包括
支援センター
☎0120-814-180

住民健康課
☎56-5600

高野町地域包括
支援センター
☎0120-814-180

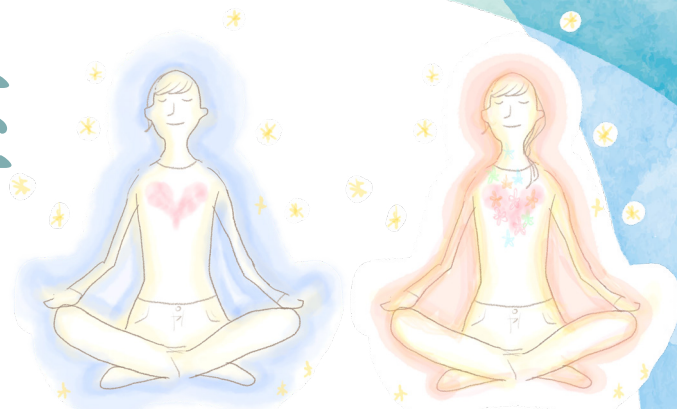
☎0120-814-180



健康公開講座

9/30 (土)

高野山大師教会 (高野山361番地)



心の健康に関する講話と
阿字観 (瞑想) 体験

14:30 ~ 16:20

講師: 総本山金剛峯寺 藪邦彦先生

☎ 高野町地域包括支援センター

☎ ☎ 0120-814-180

橋本・伊都在宅医療・介護連携支援センター

☎ 080-2520-6078 平日 11:00 ~ 16:00 当日は 8:00 ~

展示、相談ブース

13:30 ~ 14:30

WEB からでも簡単に申込できます

🌐 <https://docs.google.com/forms/d/1eTffsUIKV8D0bjLHetIAEi9f3zG5o849EWWjJ9KlwkQ/edit>



主催: 橋本・伊都在宅医療・介護連携支援センター

※入場無料 ※駐車場有り ※手話通訳有り
※参加には事前申し込みが必要です。申込締め切り 9月19日 (火) まで。

☎ 高野町地域包括支援センター

☎ ☎ 0120-814-180

高野町民で送迎が必要な方は、参加申込時に
地域包括支援センターまでご相談ください

高野町地域包括支援センターコラム

棒体操で元気にすごそう!

まだまだ残暑厳しいですが、いかがお過ごしでしょうか。

地域包括支援センターでは社会福祉法人聖愛会の辻本作業療法士を講師にお迎えして、花坂地区と筒香地区で毎月1回体操教室を開催しています。この教室では、自分たちで作った新聞紙の棒1本で体操をしています。毎日自宅でも簡単に取り組むことができ、日々の運動不足の解消に役立ちます。

参加された方々からは

「棒1本でこんな運動ができるんやな〜」

「肩が前よりも上がるようになってきたよ」

「体操が終わった後、肩が軽くなったように思う」

「毎日、家でもするようにがんばるよ」

といった声をいただき、うれしく思います。



さあ、これからも住み慣れたこの高野町で毎日元気に過ごせるように、みんなで介護予防に取り組んでいきましょう。

☎ 高野町地域包括支援センター ☎ ☎ 0120-814-180

大人の健康づくり



9月の健康相談

※保健師による健康相談と血圧測定等の簡単な健康チェックを行います。

実施日時	会場名
1日 (金) 13:30～14:00	上筒香集会所
4日 (月) 10:00～10:30	相ノ浦集会所
	13:30～15:00
5日 (火) 10:00～11:00	(旧)筒香小学校
6日 (水) 10:00～11:00	神谷多目的集会所
11日 (月) 13:30～14:00	高根
	15:30～16:00
19日 (火) 12:30～13:00	西細川多目的集会所
	13:30～13:45

実施日時	会場名
20日 (水) 12:30～13:00	桜茶屋(横谷様宅)
	13:15～13:45
21日 (木) 13:30～15:00	明遍集会所
26日 (火) 9:00～9:30	花坂多目的集会所
27日 (水) 13:00～13:30	下筒香集会所
28日 (木) 10:00～10:30	大滝集会所
29日 (金) 10:00～10:30	湯川集会所
	13:30～15:00

問 住民健康課 保健師 ☎ 0736-56-5600



保健師 コラム

9月は健康増進普及月間

「健康で長生きしたい」ということは多くの人が願うことですが、仕事や育児で忙しい毎日を過ごしていると、つい自分の健康を後回しにしていますか。健康づくりの基本は「栄養・運動・休養」と言われ、日々の暮らしの積み重ねが健康に大きく関わっています。

厚生労働省では、毎年9月1日～9月30日の1ヶ月間を「健康増進普及月間」と定めて健康に関する普及啓発活動を全国的におこなっており、

「1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後にクスリ ～健康寿命の延伸～」

という標語を掲げています。この標語にもある

ように、健康のためにはまずは運動です。運動といっても、「何をしたらいいかわからない」といった悩みを持つ方も多いのではないのでしょうか。

例えば、「お風呂上りにストレッチをする」「テレビを見ながら片足立ちをする」「毎朝ラジオ体操をする」なども運動に当たります。運動習慣は個人差があるので、日々の生活のなかで少しずつ自分にできる体を動かす時間を増やしましょう。そして、特に取り組みやすい運動として**ウォーキング**があげられます。

20分以上続けて歩くことで、より脂肪が燃焼されやすいですが、10分ずつに分けて歩いても構いません。大事なことは日々継続することです。

「健康増進普及月間」をきっかけに、健康について意識し運動に取り組んでいきましょう。

高野町でも高野山地区・富貴地区でそれぞれ毎月1回ウォーキングを実施しますので、ぜひ参加して下さい。



問 保健師 ☎ 0736-56-3000 (代)

町長のつぶやき



高野町長 平野 嘉也

残暑お見舞い申し上げます。日中は気温が30度を超える日が続きますが、朝夕には秋風が感じられるようになってまいりました。町民の皆さまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか。大雨等による災害が全国各地で発生し、被害のあった道路や建物の復旧が急がれているなか、台風発生で気温の上昇など様々な自然現象で生活にも大きく影響が出ておりますが、いざという時には命を守る行動がとれるように日頃から準備をお願いします。

さて、学びの交流拠点事業に関しては、旧園舎の撤去も終え、その跡地では学校校舎や公民館の建設が本格的に進んでいます。杭工事では一部難航しましたが、無事に施設全体の杭工事を終えることができ、大型クレーンも現れ、基礎工事と躯体工事が急ピッチで進行中です。7月末現在、アリーナ棟（体育館やプール）の1階の躯体工事が完成し、2階の型枠工事が進み、施設全体の形が次第に明確になってきました。

今後は、冬までに本体の躯体工事を終えたいため、コンクリートミキサー車の往来が増えると教育委員会から報告を受けています。安全・安心を最優先に工事を進めますが、住民の皆様には騒音や交通規制等でご迷惑、ご不便をお掛けします。何卒ご理解とご協力をお願いいたします。工事等の進捗状況は引き続き、町のウェブサイトや広報誌でお知らせしてまいりますので、ご関心のある方はご遠慮なく教育委員会までお問合せください。

まもなく、今年度のタウンミーティング（行政報告会）を行いたいと思います。昨年度まではコロナ禍対応としてオンライン形式で行い、現地に出向くのは私と設営の職員のみで、他の課長等は役場自席か自宅からの出席でした。本年度は少し工夫をし、様々なご意見を頂くことは勿論のこと、地域の皆様との懇談も楽しみにしています。例年通り15地域で行う予定ですので、よろしく願いいたします。

本格的な台風のシーズンに入りますが、皆様におかれましては「うがい、手洗い、換気」等に心がけご自愛くださいませ。

2023.8.4 記



Q なんと読む？

1. 依存心
2. 漸く
3. 早急
4. 間髪
5. 代替
6. 一段落

A こたえ

- | | | |
|----------|---------|-----------|
| 1. いそんしん | 2. ようやく | 3. さつきゅう |
| 4. かんはつ | 5. だいたい | 6. いちだんらく |

よく間違っている漢字の読み方です。全問正解できたでしょうか。

現在は「慣用読み」として普及したものもありますが本来の読み方を覚えておきましょう。

※「慣用読み」というのは、本来は間違った読み方のはずが、定着したことで新しい読み方として広まった一種の誤読のことです。

知らせてネットこうや

高野町では、EメールもしくはLINEを使った高野町からの情報提供サービス「知らせてネットこうや」を運用しており、ご登録いただいた方に、町政ニュースや、防災情報、各種イベント情報等を提供しています。まだご登録されていない方は、ぜひご登録をお願いします。

LINE版もあるよ▶



サイトにアクセスし、登録してください。EメールまたはLINEでお知らせを受け取ることができます。

QRコードが読み込めない方は

Email ⇒ t.koya@sg-p.jp に空メール

LINE ⇒ アカウント：高野町 ID: @town.koya からご登録ください。

