

## 各種検診の無料クーポン券は令和3年1月29日(金)まで

### ★早めに受診しよう！

無料クーポン券の使用期限がせまっています。対象者で検診を受けていない人は、早めに受診しましょう。

- ▶クーポン使用期限／令和3年1月29日(金)まで
- ▶受診予約／町健診センター ☎(52)1116

### ★クーポンは6月に送付しています！

見当たらない場合は、町健康長寿課へお問い合わせください。

- ▶問合せ先／町健康長寿課地域保健係 ☎(52)1307

| 検診内容                       | 対象者  |
|----------------------------|--|
| 肝炎ウイルス検診<br>(過去に受けたことのない人) | <ul style="list-style-type: none"> <li>・41歳／昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生</li> <li>・46歳／昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生</li> <li>・51歳／昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生</li> <li>・56歳／昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生</li> <li>・61歳／昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生</li> <li>・66歳／昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生</li> </ul> |
| 子宮頸がん検診                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・21歳女性／平成11年4月2日～平成12年4月1日生</li> </ul>  |
| 乳がん検診                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・41歳女性／昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生</li> </ul>  |
| 前立腺がん検診                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・51歳男性／昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生</li> <li>・61歳男性／昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生</li> </ul>   |

## 子育て世代 包括支援センターからの お知らせ♪

マスク着用のうえご参加ください。  
諸般の事情により中止となる場合があります。

このほか…

- ★助産師が対応する母乳ミルク相談や
  - ★妊娠・出産・育児に関わる個別相談もあります！
- お気軽にご連絡ください。



- ▶申込・問合せ先／町健康長寿課 ☎(52)5045

### すまいるサロン

申込  
12月22日(火)  
まで

ママ同士が楽しく交流できる場です。ベビーマッサージで赤ちゃんに触れ合う癒しの時間を過ごしませんか？

- ▶日 時／12月24日(木)10時～11時
- ▶場 所／げんき館
- ▶対 象／生後2か月～ハイハイ前までの赤ちゃん  
とママ6組
- ▶内 容／ベビーマッサージ、フリートーク、赤ちゃんの身体計測、おひるねアート等
- ▶持ち物／母子健康手帳、バスタオル、飲み物、赤ちゃんに必要な物、自宅で使用しているベビーオイル(あれば)

※予防接種後24時間以内のお子さんはベビーマッサージを行えません。

### 産後ママのエクササイズ

申込  
12月10日(木)  
まで

産後の疲れや骨盤のゆがみを解消し、体を動かしてリフレッシュしませんか？

- ▶日 時／12月22日(火)10時～11時  
(託児受付9時45分～)
- ▶場 所／げんき館
- ▶対 象／産後4～7か月頃のママ
- ▶内 容／産後のコンディショニング(骨盤調整)・ヨガ・ストレッチ
- ▶託 児／あり(先着8人)
- ▶持ち物／タオル、バスタオル、飲み物、赤ちゃんに必要な物

※動きやすい服装でお越しください。

## げんきアップ運動教室に参加しませんか♪

65 歳以上の人を対象にした運動教室です。すべてのコースで栄養や介護予防に関するセミナーの時間(15 分程度)があり、運動の効果を学んだり自分の食生活の振り返りができます。

※この教室は介護保険料を財源としています。



|         |   |
|---------|---|
| 対象者     | 65 歳以上で移動や着替えが自立で行える人。<br>介護予防教室に今年度初めて参加する方を優先します。<br>※健康状態によっては参加をお断りする場合があります。 |
| 参加料     | 1,200 円(スポーツ保険代 1 回のみ) ※初回参加時にお支払いください。   |
| 申込締切    | 12 月 25 日(金) 定員になり次第締切。   |
| その他     | コース毎に会場・時間が異なります。いずれか 1 コースをお選びください。<br>※教室の内容は変わることがあります。                        |
| 申込・問合せ先 | 町健康長寿課高齢者支援係 ☎(52)4478  |

### 筋力をつけたい方

#### しっかり筋トレコース

全 10 回

- ・トレーニングマシンを使つての筋トレ
- ・リズム体操など

◎場所/置賜スポーツ交流プラザ 湯るっと

◎定員/15 人

◎対象/65 歳~70 歳代

◎期間/1 月 15 日(金)~3 月 19 日(金)

◎時間/毎週金曜日 9 時 30 分~11 時



### 自分のペースで体を動かしたい方

#### らくらく<sup>ちよきん</sup>貯筋コース

全 10 回

- ・体をのばすストレッチや筋トレ
- ・イスを使ったスクワットなど

◎場所/げんき館

◎定員/20 人

◎期間/1 月 12 日(火)~3 月 16 日(火)

◎時間/原則毎週火曜日 13 時 30 分~15 時



俳句

湧く霧や墨絵か今朝の沼の山 高島 相田 承  
 朴落葉ムーンサルトの着地決め 一本柳 秋葉 徹  
 秋深しみやげは語る農の歩み 竹森 阿部とよ  
 冬蝗前へ進めぬ習いかな 高島 大河原京子  
 秋空に吾妻の稜線平和なり 相森 太田邦夫  
 風一陣置賜はいま冬に入る 高島 大塚喜久能  
 寂れたる狭庭に床し返り花 上和田 鏡たか子  
 菊の香に紋黄蝶が戯れる 入生田 金子微笑  
 ふと匂う浜の潮風秋知らせ 夏茂 小浅 昭  
 病室の窓辺に映える銀杏かな 福沢 佐藤津多  
 栗づくし秋を感じる日の光 相森 佐野温子  
 うまいもの食べておいしい芋煮会 二井宿 島津マサ子  
 にこやかなげんきでいるよほとみねよ 上平柳 鈴木カツ子  
 北風にコロナを乗せて飛ばしたい 高島 高橋とよ  
 はとみねの紅葉色つき朝の空 深沼 竹田キヌエ  
 年寄と思わづいきて彼岸花 夏茂 竹田美千子

若き日の母の声聞く曼珠沙華

元和田 田中千鶴子

古都の宵ライトアップに酔う紅葉

柏木目 中村康子

もつて菊茹でて夕餉の膳に乗り

竹森 原田利憲

はとみねの風呂に入りて生き返る

二井宿 藤田恒雄

和田山のもみじの色も美しい

下和田 舟山たか子

秋晴れのみんなの顔もにっこりと

上平柳 船山光子

アコーディオン蛇腹の深み秋の歌

飯森 皆川京子

稲架けや穫り入れ前の時雨かな

下和田 渡部忠一

だきやすい白菜ひとつもらいけり

馬頭 渡部美代子

短歌

世に狂う紅い物差毛の銭

新たな秩序と傍痛し

高島 相田 承

新装の山銀ホルの会場は

踊り手観る人輝く笑顔

相森 太田京子

床に入り歌の三つもそらんじて

ボケを確かめ安堵し寝入る

相森 太田邦夫

文化祭一つ一つの作品に

見入り感動心満たされ

亀岡 大槻京子

すき間なく空いっぱいにうろこ雲

辺りは爽やかにやさしき光

高島 金子協子

霜降や綺麗に咲いてた花々も

初冬に景色変へてゆくなり

入生田 金子微笑

ハサミ手に布を裁ち切る我母は

コロナ防止とマスクを作る

夏茂 小浅 昭

「こんにちは午後運動会だったよ」と

声かけ自転車こぐ下校の中学生

高島 後藤瑩子

とつげんの病にたおれ伏すベツト

看護師の優しさに日々ありがとう

福沢 佐藤津多

カテーター夫は平気のへいざ顔

野口英世の偉人伝よぎる

夏茂 竹田美千子

むらさきの葡萄の房に秋日さし

まぶしき蛭沢の道歩みゆく

柏木目 中村康子

十五夜の天体シヨウ眺めたいが

熊が出そうで闇より恐れ

入生田 ひまわり

住む人の絶えし屋敷に樹は高く

昨日も今日も落ち葉ふぶけり

三条目 和田彰造

日だまりで一服するもわずかなり

山に隠れて冷え込みてきぬ

塩森 渡部一博

枝蛙鳴く声高く学童等は

遊び忘れて早足になる

下和田 渡部忠一

見もしないテレビをつけて

ゆるゆると何もせずいる充実もある

馬頭 渡部美代子

○投稿方法

「作品、氏名、住所、電話番号、投稿部門」を明記のうえ、町企画財政課までご持参いただくか、郵送またはメールでご投稿ください。

【送付先】

〒 992-0392

高島町大字高島 436 番地

高島町役場 企画財政課 文芸欄宛

✉ kikaku@town.takahata.yamagata.jp

【問合せ先】

町企画財政課広聴広報係 ☎(52) 4 4 7 6

○投稿にあたって

- ・投稿は1人1作品まで(複数投稿の場合は1句目を掲載します)。
- ・掲載順はお名前の五十音順とします。
- ・誤字脱字等の手直しはいたしません。
- ・詩は掲載スペースの都合上この限りではありません。
- ・川柳はお題を設けません。自由な題材でお詠みください。
- ・投稿作品はお返しできません。

## シングルtonsとテレビ電話

10月15日(木)、22日(木)、29日(木)、高島中学校の3年生4人が、高島町と友好交流都市協定を結ぶオーストラリアシングルtonsの生徒と日本語や英語を交えながらテレビ電話で交流をしました。参加した生徒は「1回目は緊張してなかなか話せなかったけど、毎週顔を合わせたらどんどん気持ちが伝わるようになってきた。いつかシングルtonsに行って直接会いたい!」と話していました。



## 社会人への第一歩

10月21日(木)、「WAKU WAKU WORK in 高島高校」が行われ、高島高校の1年生が町内8つの企業の職業体験をしました。地域の仕事や働くことの魅力、体験を通して地元企業の認知度向上を図ることを目的に実施したものです。生徒たちは、金属をつぎあわせる半田付けや髪を編み込み、高齢者疑似体験など様々な分野の体験をしました。「思い通りにならなくて難しいけど楽しい!」と作業に苦戦しながらも、貴重な職業体験に目を輝かせていました。



## 文化・景色・秋の味覚を満喫

10月25日(日)、二井宿観音岩トレッキングが行われ、町内外から82人が参加しました。疫病の退散を祈願した後、3班にわかれて全長1.5kmの山を登り三十三の観音像をめぐるしました。トレッキング後は、松茸やホンシメジ入りの芋煮と打ちたての十割そば、どんぐりコーヒーで昼食。参加者は「高島にこんなステキなところがあったんだ!」と話し、たくさんの高島の魅力を満喫した1日となりました。



## スマートIC連結許可書伝達式

国土交通大臣より東北中央自動車道と周辺町道との連結が許可されたことを受け、11月13日(金)、山形河川国道事務所の竹下所長から寒河江町長へ「(仮称)高島スマートインターチェンジ連結許可書」の伝達が行われました。寒河江町長は「隣接する市町を含めた地域発展の社会資産となるよう、早期実現に向け取り組みを進めていきたい」と表明しました。



## 知事と若者が町の未来を語る

10月23日(金)、吉村知事が高島町を訪れ、「知事と若者の地域創生ミーティング in 高島町」を開催しました。町の様々な場所で活躍する16歳から44歳の男女10人が参加し、互いの取り組みに耳を傾けました。会が進むごとに白熱した議論が交わされ、終了後、興奮覚めやらない参加者たちは、今後の協力を約束し会場を後にしました。交わされた意見は町HPでご覧いただけます。



## トリックオアトリート

10月25日(日)、町立図書館でおはなし会とおりがみ講座が行われました。ハロウィンを意識して思い思いの仮装をした子どもたちは、いつもとは違う図書館にわくわく。おはなし会では、かわいいおばけやどきどきのシーンに聞き入り、おりがみ講座では、ハロウィンにちなんだおりがみを楽しみました。参加した子どもたちは「難しいところもあったけど、かわいくできてよかった」と満足気に話しました。



## 白熱！ビーチボール大会

11月8日(日)、町営体育館にて、第4回高島町企業対抗ビーチボール大会が行われました。各企業間の親睦と、福利厚生の一貫として社員・職員の健康体力づくりを目的としています。各チーム練習の成果を発揮し、好プレーが飛び出す熱戦が繰り広げられました。結果は次のとおりです。

1位…たかはた家 2位…平建設 3位…武藤林業



## 災害に強い地域を作ろう

地域における災害リスクを共有しながら、自主防災組織同士が連携し、災害に強い地域を作るために、地区ごとの自主防災連絡協議会を設立する取り組みを進めています。10月には、屋代・高島・糠野目で協議会が立ち上がりました。二井宿・亀岡は本年度内の設立を予定しています。平成27年に設立済みの和田を含め、町内全地区での設立となります。今後は、定期的に防災訓練や研修会を行い、防災への意識を高めていきます。



▲災害マップの作成を行う屋代地区

# 図書館秋フェスタ大盛況!!

11月3日(祝)に開催された「図書館秋フェスタ」が多くの来館者で賑わいました。

## 図書館に行こう!

高島町立図書館  
☎(52)4493

□開館時間 / 10時～19時

■12月の休館日(年末年始含む)  
7日(月)、14日(月)、21日(月)  
28日(月)～1月4日(月)

### ▼秋のおはなし会



まほろば語り部の会による昔話などの楽しいおはなし。親子ともにおはなしに聞き入っていました。

### ▼絵本づくりワークショップ



1枚の紙から絵本づくり。親子で協力しながら、世界で1冊の宝物ができました。

## 新着図書

クリスマスおはなし会と  
ちぎり絵ワークショップ  
～ちぎり絵でつくろう!  
クリスマスツリー!～

- ▶期日 / 12月20日(日)
- ▶時間 / 13時～15時30分
- ▶対象 / 小学生以上
- ▶定員 / 10人
- ▶申込 / 12月5日(土)～  
定員になり次第締切



半沢直樹 アルルカンと道化師

池井戸 潤 著 / 集英社



東京中央銀行大阪西支店の融資課長・半沢直樹のもとに、大手IT企業が業績低迷中の美術系出版社を買収したいという案件が持ち込まれる。半沢は大阪営業本部の強引な買収工作に抵抗するが、秘密の存在に気づき…。

- ◇口福のレシピ 原田 ひ香 著 / 小学館
- ◇竹林の七探偵 田中 啓文 著 / 光文社
- ◇シニア六法 住田 裕子 監修・著 / KADOKAWA
- ◇ブラック・ライヴズ・マター 高祖 岩三郎 他 監修 / 河出書房新社
- ◇簡単手作り石けん、ハンドジェル、ハンド&マスクスプレー 生活の木 著 / 主婦の友社 ほか

かしたつもり×もらったつもり かさい まり 著 / くもん出版



大切な恐竜図鑑を、れんは友だちのだいちに貸したつもりだった。だけど、だいちももらったつもりでいて…。このままじゃたいへん。どうなっちゃうの? 聞きまちがいからはじまる、男の子のけんか仲直りの物語。

- ◇どこどこかわいい たなか しん 作・絵 / KADOKAWA
- ◇けしごむぼんいぬがわん ほりかわ りまこ さく / ひさかたチャイルド
- ◇ぶかぶかほかほか ひだの かな代 作 / みらいパブリッシング
- ◇あとでやるよ。 津久井 たかゆき。文 / 文芸者
- ◇おじいちゃんとの最後の旅 ウルフ・スタルク 作 / 徳間書店 ほか

# もっくる 子育て通信

## ★ご利用にあたってのお願い

- ・マスクを着用してください。
- ・入場前に入口で手指の消毒と検温をお願いします。

## ☆年末年始期間の休館日

12月28日(月)～1月4日(月)

## ☆今月の見学会 12月16日(水)

※町内在住の方に限ります



開館日・開館時間等の最新情報は、町HPをご確認ください。

☎屋内遊戯場「もっくる」 ☎(49)7588

## 育児講座

- 日時／12月4日(金) 10時15分～11時15分
- 定員／10人
- 持ち物／筆記用具
- 講師／木戸 美樹氏(町健康長寿課主任管理栄養師)
- 内容／講演「子どもが喜ぶ食事について」
- 申込締切／12月2日(水)
- 託児／あり(要申込)

## お誕生会&クリスマスコンサート

- 日時／12月17日(木) 10時30分～11時15分
- 内容／12月生まれのお友だちのお祝い会と濱田香奈子先生によるピアノコンサート

## 健康相談日

- 日時／12月23日(水) 10時～11時15分
- 持ち物／バスタオル(2歳以下のお子さん) 体重測定時に使用します。

## エコ服

- おさがり服を展示します。気に入った服があれば自由にお持ち帰りください。また、ご自宅で眠っている服があればいつでも受け付けます。
- サイズ／60cm～150cm
- 日時／12月25日(金)、26日(土) 開館時間内

## ベビママヨガ体験会

- 日時／12月8日(火) 10時30分～11時15分
- 対象／生後3か月(首すわり後)～1歳未満
- 定員／10組程度(当日予約制) 定員に空きがあれば、途中参加可
- 講師／大塚 理恵氏(JAHA認定ベビーヨガ&ママヨガインストラクター)
- 持ち物／赤ちゃん用バスタオル、飲み物

## たかつき・はたつき オリジナルパズルを作ろう！

- 日時／12月19日(土) ①10時 ②14時 ③15時 各回50分
- 定員／各回10組
- 対象／小学生まで(保護者同伴)
- 内容／木製パズルを組み立て、好きな色に染めてパズルを完成させます。
- 参加費／パズル1組につき材料費300円
- 申込方法／もっくる設置の申込用紙にご記入の上、持参またはFAX、電話で申し込みください。
- 申込締切／12月2日(水)
- 申込先／子育て支援センター ☎(49)7586・FAX(57)3472



## Children

## 未来っ子登場

## 満1歳になる

お子さんを募集します

令和3年1月号に掲載するのは、令和2年1月中に生まれた町内在住のお子さんです。

- ♪申込締切／12月3日(木)
- ♪申込方法／写真を持参のうえ町企画財政課までお越しください。だくか、町ホームページより申し込みください。
- ♪現像済み写真・データ共に可能です。写真は編集の後ご返却します。
- ♪申込先／町企画財政課広報係 ☎(52)4476



▲ホームページへつながります

# 地域福祉計画通信 -共に生きる幸せなまちづくり-

## 第7回 赤十字奉仕団の活動

高島赤十字奉仕団委員長 我妻 由美子 さん

▶問合せ先/町福祉こども課地域福祉係  
☎(52)3564

高島赤十字奉仕団は、現在53人が所属しています。災害時等には炊き出しを行うため、訓練として、町の自主防災組織や、子どもたちへのアイラップを使った非常食づくりの指導もしています。

今年度は、コロナ禍の中何ができるかを考え、町のボランティアのみなさんと協力して町や企業に手作りマスクを寄付したり、清拭布を縫って老人ホームへ寄付する奉仕活動なども行いました。

日本赤十字社の活動を広くPRし、奉仕団の存在を様々な年代の方に知っていただくために、平成29年からは「赤十字フェスタ in たかはた」も開催しています。

今後も幅広い層の団員を募集し、様々な町内団体から協力いただきながら、町に根差した奉仕活動を続けていきたいと思っております。



▲奉仕団による炊き出し訓練（大町二）

## 地域おこし 協力隊通信

vol. 48



としまりの  
豊嶋 莉乃

任期満了のため、12月31日をもって退任となります。

3年間、お疲れ様でした！

この3年はあっという間の時間でした。退任という言葉を意識するようになってから、これまでの活動を振り返ることが多くなりました。着任当初は「高島町で新しいことをしたい」という気持ちを前面に出して活動していましたが、着任歴を重ねるにつれ、地域の方々の人柄や町内の景色、食の魅力を伝えたい気持ちが強くなっていました。ここで気づいたのが、着任当初の気持ちは意識しなくても自然とそうなるということ。何を伝えるか、どの伝え方がより町内のヒトやモノを引き立てて伝えられるか、そう考えることでアイデアが生まれることを知りました。そして、そこには必ず人の協力が必要不可欠でした。1年目は「アイデアを出さない！」と勝手な使命感を持っていましたが、2年目以降はその考えに違和感を覚え、色んな方との交流で生まれたアイデアこそが「地域で求められている高島町で新しいこと」につながると実感しました。

こんな風に私が思えるようになったのも、地域の方々の温かさがあったからこそと感じています。やってみよう！という活力と寛大な心をお持ちの方が多く高島町。3年間、高島町の地域おこし協力隊として活動することができたのは、みなさんのおかげです。感謝しかございません。本当にありがとうございました！

## 山形県 宝くじ情報

みなさん  
宝くじは  
山形県内で  
買ってね。



県内で販売された宝くじの収益金は、山形県のまちづくりに役立てられます。

## 年末ジャンボ宝くじ・年末ジャンボミニ

役場にて1日限定販売！

12月18日(金) 10時～14時

各1枚  
300円

◆場所/役場 第7会議室(1階)

◆問合せ先/町企画財政課財政係 ☎(52)1740

## 高畠町を代表する商品の証

# たかはたブランドを紹介します！

なんといってもおいしいこと、人に勧めたくなるうまさがあること、おいしさを裏付けるもの(こと)があること。たかはたブランドは高畠町を代表する商品の証です。たかはたブランドとして認証されている商品を連載形式でご紹介します。認証基準など、詳しくはホームページをご覧ください。

### 第4回 有限会社後藤屋

“お客様に喜ばれる付加価値の高い商品作り”を企業理念に、新商品の開発や、新規事業に常にチャレンジしている企業です。認証商品2種類も、「おいしさ」と「こだわり」には自信があります。



### 株式会社日本製乳

大正8年に創業して以来、乳製品の製造・販売を通じて、皆様の健康と豊かな生活に貢献してきました。おしどりミルクケーキは、町を代表する商品として10年以上たかはたブランドの認証を頂いています。



#### 後藤屋農園バジルのジェノベーゼソース

自社農園で愛情込めて大事に育てたスイートバジル。季節限定の朝摘みフレッシュバジルを使い、素材にこだわった本物の味をぜひ堪能ください。



#### おしどりミルクケーキ ミルク

「おしどりミルクケーキ」は山形県を代表する銘菓です。牛乳を母として作り上げたやさしいミルク菓子で乳由来のカルシウムが豊富。子供からお年寄りまで皆様に愛されています。



#### やまがたしぐさ

東北芸術工科大学と共同開発した、ふと目を引くデザインの商品です。山形の「しぐさの方言」に注目し、そのしぐさに合わせて使える3種類をディップソースにしました。



#### サクサクミルクチップ ミルク

山形を代表する銘菓「おしどりミルクケーキ」の姉妹品です。牛乳を母として作り上げた食感豊かなミルク菓子で、独自の製法で、サクサクっと仕上げました。食べる牛乳のお菓子です。

▶ 問合せ先/たかはたブランド事務局 (町商工観光課内) ☎(52) 4 4 8 2

たかはたブランド

検索

広告

「町公式ホームページ」



バナー広告募集中!!

町企画財政課広聴広報係 ☎(52) 4 4 7 6

月額¥12,000

詳細はホームページをご確認ください

「広報たかはた」



広告募集中!!

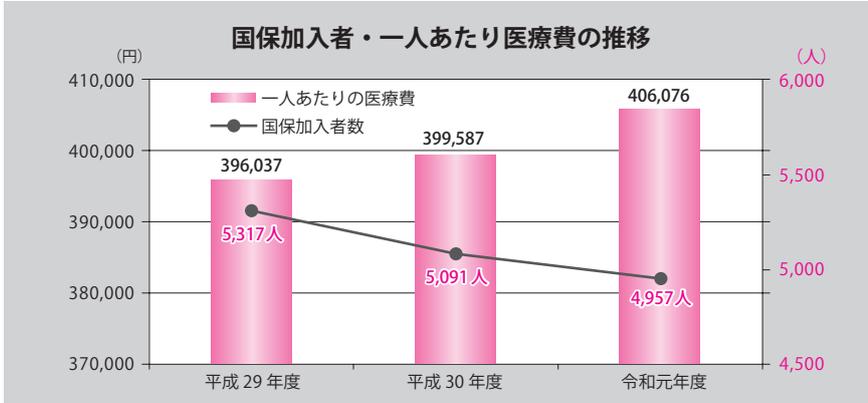
町企画財政課広聴広報係 ☎(52) 4 4 7 6

月額¥10,000~

詳細はホームページをご確認ください

# 高畠町国民健康保険の医療費等の状況

令和元年度の総医療費は 20 億 1,292 万円で、前年度より 2,138 万円(1.1%)減っています。しかし一人あたりの医療費は 406,076 円と前年度より 6,489 円(1.6%)多くなっています。令和元年度の国保加入者数は、4,957 人と、前年度に比べ 134 人(約 2.6%)少なくなっており、近年は被保険者数が年々減少する一方で一人あたりの医療費が増加するという傾向にあります。



国民健康保険は、病気やけがで病院にかかるときなどに、一部の自己負担で済むよう、みんなで支え合う制度です。医療技術の進歩により高度な医療が提供されるようになった反面、医療費の負担も増えています。医療や健康についてしっかり考え、適正な受診を心がけましょう。

## 医療費節約のポイント

### ①ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、新薬(先発医薬品)の特許期間が満了した後に発売される低価格のお薬です。有効成分・品質・効き目・安全性が新薬と同等であると国から認められたもので、価格は新薬より約3~6割程度安くなっています。また、新薬よりも味やにおいが改良されて飲みやすくなっているものもあります。

ジェネリック医薬品を希望する場合  
かかりつけの医師や薬剤師に  
お伝えください



### ②運動・栄養・休養に努めましょう

毎日の生活習慣を見直して、運動・栄養・休養に努め、しっかりと自己管理をしましょう。

### ③健康診査を受けましょう

40歳から74歳までの方が対象となる特定健診は、病気の進行を早期に発見する最良の機会です。特定健診・がん検診などを受け、病気の予防と早期治療に努めましょう。

### ④「かかりつけ医」を持ちましょう

気軽に相談できる「かかりつけ医」を持ち、病気が悪化する前に早めの受診を心がけましょう。

### ⑤重複受診は控えましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。医療費を増やしてしまうだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう場合もあります。

▶問合せ先/町民課医療給付係 ☎(52) 1 3 2 7

広告



毎週木曜!  
雪でお困りの方向けの  
無料セミナーを開催します!

「雪国住宅」を提案する当社が開発した特許公開中の新しい無落雪工法と仕組みを教えます。

一般の方: 毎週木曜 15:00~16:00  
業者の方: 毎週木曜 16:30~17:30  
【要予約】090-2888-2582(直通)



シンフォニー-Castle 1,480万円  
本体価格(税別)

不動産を科学する  
**株式会社菅野実務研究所**  
山形県高畠町大字高畠 522-3  
TEL 52-4133 カンノジウム 検索  
建設業許可/県(第25)第600047 宅建業許可/山形県001087

お気軽にご相談下さい! (相談無料・秘密厳守)

不動産登記・法人登記・遺産相続・債務整理  
自己破産・成年後見・示談交渉



## 菅野司法書士事務所

司法書士 菅野 行雄 司法書士 菅野 純子  
(簡裁訴訟代理認定第239033号) (簡裁訴訟代理認定第737014号)

町庁舎前 ☎ 52-4133  
E-Mail: kanno@omn.ne.jp

# 年金に関するお知らせ

年金について知りたいことがすぐに探せる

**年金ポータル** をご利用ください

年金ポータルは、年金に関する情報を簡単に見つけられるよう、厚生労働省が作成したポータルサイトです。自分のライフスタイルや日常生活のさまざまなシーンに合わせたテーマで、年金について知りたい情報をすぐに探すことができます。



65歳以下の国民保険のみなさんへ

**付加年金** をご存知ですか？

付加年金とは、毎月の国民年金保険料に、400円の付加保険料を上乗せして納めることで、将来受給する年金+額を増やせる制度のことです。

納付することで「200円×納付月額」が**将来受け取れる年金に加算**されます。

希望する方は、町町民課または米沢年金事務所へお越しください。

年金事務所に年金相談・お手続きをされる際は…

**予約相談** をご利用ください！

「予約受付専用電話」

**☎0570-05-4890**

〈予約受付時間帯〉

月曜～金曜（平日） 8時30分～17時15分

- 前日までにご予約ください。希望日の1か月前から予約可能です。
- ご連絡の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳や年金証書をご準備ください。
- お近くの年金事務所でも受付しています。

## 電話で口座番号や暗証番号 マイナンバー等を聞くのは 詐欺です

令和元年10月より始まった年金生活者支援給付金制度に便乗し、厚生労働省、日本年金機構または市区町村の職員を名乗る者から、「年金生活者支援給付金の振込口座が使えないため、新しい口座番号、暗証番号、マイナンバーを教えてください」という不審な電話がかかってきた事例が報告されています。



厚生労働省および日本年金機構では、電話でお客様の口座番号、暗証番号、マイナンバー等をお聞きすることはありません。このような電話があっても、口座番号等の個人情報を答えることのないようご注意ください。

▶問合せ先／

町町民課住民年金係 ☎(52) 1 3 4 5  
米沢年金事務所 ☎(22) 4 2 2 0

広告

## ～ 笑顔あふれる心の介護 ～

- ◆ 源泉かけ流し天然温泉
- ◆ お一人おひとりにあわせた  
専門職による機能訓練



見学体験随時受付・お気軽にお問い合わせください。

TEL **0238-58-5161**

高畠町大字入生田 2068-1 通所介護 竹とんぼ「彩時季」

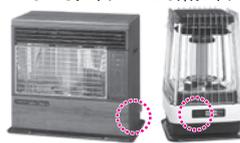
## 昭和57年～昭和59年製の トヨタ石油ファンヒーターを探しています

上記期間に製造された製品には、現在、取り付けが義務化されている安全装置が装着されておりません。誤った使用方法により、事故が起こる可能性があるため、1986年（昭和61年）より自主交換を行っております。

LCR-3タイプ LS系タイプ

対象機種

LCR-3・LCR-3-1・LS-3・LS-3-1・LS-6



型番表示部

ご連絡先

株式会社 トヨタミ ☎467-0855  
名古屋市瑞穂区桃岡町5番17号

フリーコール **0120-104-154**

お客様よりお知らせ頂きました個人情報、商品の交換目的以外には使用いたしません。

\*現在の石油ファンヒーターはPSCで定められた安全装置が全機種についております。

## 子育て支援医療証

有効期限が12月末の人には、12月中旬以降に新しい医療証をお送りしますのでご確認ください。健康保険に変更があった場合は、保険証と医療証、印鑑をお持ちのうえ、町町民課まで届出をしてください。

## 70歳を迎える人の保険証

下記の国保加入者のみなさんには12月中旬以降に新しい保険証をお送りします。届きましたら同封している書類をご確認ください。

対象者/昭和25年12月2日  
～昭和26年1月1日生  
※国保以外の人には、現在加入している健康保険より交付されます。

▶問合せ先/町町民課医療給付係  
☎(52)1327

## <公立高島病院からのお知らせ>

▶問合せ先/公立高島病院 ☎(52)1500

## 12月の土曜開院日は 『12日』と『26日』です(午前中開院)

糖尿病教室は、諸般の事情により今年度中止とします

## 新任の先生を紹介します

12月1日より、<sup>わたなべ けん</sup>渡部 賢 医師が、内科医として着任されました。詳しい診療日時は、公立高島病院診療体制やホームページをご確認ください。

## ありがとうございました

田中 智視 医師が11月末日で山形大学医学部附属病院に異動されました。

## 高島町観光協会からのお知らせ

▶問合せ先/高島町観光協会 ☎(57)3844

## ☆道の駅たかはた情報

### 館内展示

- 高島中学校作品展  
12月1日(火)～13日(日)
- 趣味の木彫り彫刻作品展 米沢市 伊藤 政重氏  
12月15日(火)～29日(火)

### 案内

- 季節限定メニュー「鍋焼きうどん」  
天ぷら盛合せ、ごはん、小鉢付き 
- 1月1日(金)～3日(日)
  - ・初詣振る舞い 無くなり次第終了
  - ・山形県道の駅限定商品プレゼント 各日30袋限定  
年末年始も休まず営業!ぜひお越しください。

▶問合せ先/道の駅たかはた ☎(52)5433

## ☆太陽館情報

- 特選ウィンターギフト  
うまいものギュッと美味玉手箱 発売!  
高島町の特産品を詰めたお得なセットを期間限定で3種類販売します。売店にサンプル展示中です。
- ポイントアップデー ふるのび
  - ・毎月26日 大広間が無料でお使いいただけます!
  - ・火曜日「レディースデー」 
  - ・水曜日「メンズデー」
- 温泉休館日 12月7日(月)  
年末年始は通常通りの営業時間です。
  - ・営業時間:7時～22時(最終受付21時30分)
  - ・月曜日のみ21時まで(最終受付20時30分)

▶問合せ先/太陽館 ☎(57)4177

広告

持ち込み歓迎!

不要なものは  
ありませんか?

※自転車・廃タイヤ・家電製品(テレビ・洗濯機・エアコン・冷蔵庫)家具・農機具など  
その他、廃棄(ごみ)処分にお困りのもの

そんな時は

お電話ください  
おひとつでもお伺いします

産業・一般廃棄物処理業者 許可番号 第0618049390号

高島町大字高島2607-1

有限会社 高島清掃  
☎52-0235

# ⚠ 防災コラム ⚠

▶問合せ先／町総務課危機管理室  
☎(52) 3 7 4 4

## 年末は防災大掃除でおうちをメンテナンス！



年末の大掃除は、おうちの防災対策を考える絶好のチャンス！

普段できないような家具類の補強や、細かい部分の点検なども、このタイミングで一緒に実施してみましょう。

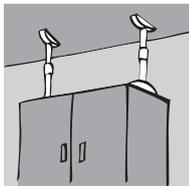
### ①非常持ち出し袋の中身を確認しよう

- 非常食・飲料水の賞味期限を確認し、補充や入替を行う



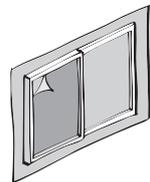
### ②家具や家電の転倒・落下を防ごう

- L字金具、突っ張り棒、粘着シート、ストッパーなどで複数箇所を止める
- 食器棚の棚板にはゴムシートを敷き、食器の落下を防ぐ



### ③ガラスが飛び散らないようにしよう

- 戸棚、ドレッサーや洗面台の鏡などにガラス飛散防止フィルムを貼る
- 地震に強いガラスに交換することも検討する



### ④防火対策をチェックしよう

- 使わない家電のコンセントを抜く
- コンセントのほこりを取り、タコ足や絡まった配線にならないように整理整頓
- コンロまわりの掃除
- 消火器の場所や使い方を確認
- 火災報知機の動作確認



### ⑤安全ゾーンをつくらう

- 玄関までの道のりに、ガラスが飛び散ったり物が落ちてこないか確認
- いざという時に転倒・落下物が少なく、閉じ込められない場所をつくる
- 寝室や子ども、お年寄りのいる部屋には家具を置かない



## 今月の水道修理指定店

▶(有)県南設備工業 ☎(52) 1 0 9 3 ▶(株)ハギウダ ☎(52) 3 4 8 5 ▶(株)住器サービス佐藤 ☎(56) 2 1 8 6

広告

## 鍼灸専門治療院 まほろば鍼灸院

時間予約制 電話 0 2 3 8 - 5 2 - 4 5 3 3

午前8:30~12:00 午後2:30~6:00

休診日 日曜日、祝祭日、木曜日

各種保険治療 (要医師同意書)

交通事故保険治療ご相談下さい

〒992-0302 高島町大字安久津2368-1

鍼灸師(認定心理士) 平田 朋子

1/23(土) 24(日) 新築完成見学会 米沢市吾妻町 地内にて OPEN!!  
9:00~16:00

~夫婦で家事と子育てを楽しむグルグル家事動線の家~

- ① 浴室・洗面・キッチンを一直線に配置し、最小限の移動で家事負担を軽減。家事時間を短縮します☆
- ② 使う物が近くにあると家事効率もアップ! 各所に収納があるので、室内も片付けしやすくスッキリ☆
- ③ どこに居てもお子様が見えるので、リビングや和室でのびのび遊んでも安心です!
- ④ 玄関からキッチンまでの動線が2カ所ある回遊する間取り。買い物帰りやゴミ出しもスムーズです!

★各種セミナー同時開催! 詳しくはWEB、1/20(水)の新聞折り込みチラシで!



株式会社 本多建設

〒992-0047 米沢市徳町7-52  
TEL 0238-21-5100  
WEBで検索! 本多建設 検索

# 情報くらぶ

## 報

Information

Event  
Examination  
Lecture  
Consultation

町施設の年末年始休館情報は  
本誌10ページをご覧ください。

### 催し

#### 「みそ餅」つくり体験

- 昔なつかしい「こだわりのみそ餅」を手づくりしてみませんか。
- ▼日時／12月20日(日)9時30分～2時間程度
- ▼参加費／1,700円(1kg程度の完成品)
- ▼持ち物／エプロン、三角巾、マスク、完成品を入れるタッパー等

- ▼募集人数／15人
- ▼申込締切／12月18日(金)17時
- ▼場所・申込・問合せ先／ゆききの里・さんさん管理事務所
- ☎(58)3060

#### 浜田広介記念館 クリスマススイベント

- ▼日時／12月13日(日)10時30分～正午(10時開場)
- ▼場所／ひろすけホール
- ▼内容／人形劇、大型紙芝居、クリスマスソングほか。ミニ縁日も同時開催。
- ※入館券が必要です。幼児、町内の小中学生は無料。
- ▼問合せ先／浜田広介記念館
- ☎(52)3838

#### 高島町国際交流協会 寺本真将講演会

- 世界の様々な貧困とインドに学校を建設中のプロジェクトについてお話いただきます。講演後交流会あり。
- ▼日時／12月10日(木)19時～21時
- ▼講師／寺本真将氏(写真家)
- ▼テーマ／世界の貧困とフリースクールプロジェクト
- ▼定員／50人程度
- ▼場所／町総合交流プラザ
- ▼申込・問合せ先／国際交流協会事務局
- ☎(52)5702

#### 古文書を読み解こう

- 柏木目録木家の古文書を読み解きます。(全5回)
- ▼日時／1月23日(土)、30日(土)、2月6日(土)、20日(土)、27日(土)13時30分
- ▼場所／町総合交流プラザ
- ▼講師／須崎寛二氏(南陽市史編纂室)
- ▼テキスト／元禄四年連判請状、明和八年夫食米拝借願、万延元年二井宿峠開発願など
- ▼参加費／無料
- ▼申込締切／1月15日(金)
- ▼申込先／町郷土資料館
- ☎(52)4523

#### 新春まぼら寄席 三遊亭円楽 独演会

- 【チケット絶賛発売中】
- ▼日時／令和3年1月23日(土)開場13時、開演14時
- ▼場所／町文化ホールまぼら
- ▼料金／全席指定
- ▼前売り 3,500円(税込)
- ▼当日 4,000円(税込)
- ▼チケット取扱／町文化ホール、太陽館、道の駅たかはた、高砂屋、SEITチケットサービス、ローンチケット(Lコード:21841)
- ▼問合せ先／町文化ホール
- ☎(52)4489

### 講座

#### 老人福祉センター趣味の講座 筆ペン絵文字講座

- ▼日時／12月15日(火)10時～正午
- ▼場所／高島町老人福祉センター
- ▼対象／おむね60歳以上
- ▼定員／10人
- ▼参加費／1,600円
- ▼申込締切／12月10日(木)
- ▼申込・問合せ先／高島町老人福祉センター
- ☎(52)4486

#### 騙されないための 消費者力アップ講座

- ▼日時／12月22日(火)14時～15時
- ▼場所／シエルターななようホール
- ▼内容／消費トラブルの解説、落語で学ぼう悪質商法
- ▼対象／30人(県内在住者)
- ▼申込・問合せ先／県消費生活・地域安全課
- ☎023(630)3101

#### 傾聴ボランティア養成講座

- 相手の気持ちに寄り添い、ありのままを受け入れられるような人になってみませんか。
- ▼日時／1月22日(金)、29日(金)、2月26日(金)13時30分～15時
- このほか体験実習日あり。
- ▼場所／高島町老人福祉センターほか
- ▼内容／講義、演習、実習

広告

ご家庭でも使える

不要物を入れるだけ！  
大掃除などにも役立ちます。

# 楽々便利!! クリーンBOX



(有)高万商店

※燃えがら、農薬、廃油、生ごみはご遠慮ください。

高島町  
根岸273

TEL 0238-52-4354



有限会社  
高万商店

高万商店

▼定員／20人  
▼講師／柴田 邦昭氏(柴田社  
会福祉士事務所)

▼申込締切／1月13日(火)  
▼申込・問合せ先／高島町老人  
福祉センター ☎(52)4486

## 相談

▼交通事故の損害賠償  
問題でお困りの方へ

自動車事故の被害にあわれ、  
示談をめぐる損害賠償の問題で  
お困りの方へ、弁護士が「中立・  
公正」な立場で、当事者間の紛  
争解決のお手伝いをします。弁  
護士費用は一切かかりません。  
まずはお電話ください。

▼問合せ先／(公財)交通事故紛  
争処理センター仙台支部  
☎022(263)7231

## 債務相談会(予約制)

▼日時／12月7日(月)10時～16時  
▼場所／米沢商工会議所  
▼対象／個人事業主・小規模事業者  
▼申込・問合せ先／山形財務事  
務所 ☎023(641)5201

## 住まいの無料法律相談(予約制)

▼日時／12月17日(休)13時30分～  
▼場所／置賜総合支庁  
▼定員／3人(1人40分)  
▼申込・問合せ先／県営住宅指  
定管理者(株)西王不動産  
☎(24)2322

## お知らせ

### ねほだれ大会中止

今年度の「世代交流歌謡フェ  
スティバルねほだれ大会」は新  
型コロナウイルス感染症拡大防  
止の観点から中止します。また、  
来年度以降も開催しないことと  
しましたのでご了承ください。

▼問合せ先／高島町老人福祉セ  
ンター  
☎(52)4486

### 年末のし尿くみ取り 申込みはお早めに

年末のし尿くみ取りは、大変  
混みあいますので、お早めに申  
込みください。

▼年内のくみ取り希望の場合  
12月14日(月)までに申込みくだ  
さい。15日以降の申込みの場合、  
くみ取りが正月明けになること

があります。  
※未納分がある場合は申込みま  
せん。

▼受付・問合せ先／南陽クリー  
ンセンターし尿くみ取り申込  
所(平日8時30分～17時)  
☎(40)2612

### 結婚のお祝いに 県産品を贈呈します

県では、新型コロナウイルス  
感染症が収束しない中、不安を  
抱えながら結婚するお二人を祝  
福する「やまがた結婚応援事  
業」を実施しています。

▼贈呈品／県産米(つや姫・雪  
若丸各2kg)、県産品カタログ  
▼対象／11月1日(日)令和3年  
3月31日(水)に県市町村窓口  
に婚姻届を提出した県内在住の  
夫婦

▼問合せ先／県子育て若者応援  
部 ☎023(630)2668

## やまがた出会い サポートセンター

マッチングシステムを活用し希  
望に合う相手を探し、1対1のお  
見合いの申込みができる会員制サ  
イトを使ってみませんか?  
20歳以上なら、どなたでも登  
録いただけます。

☆登録料／1万円  
☆登録期間／3年間



やまがた 出会い 検索

【問合せ先】  
やまがた出会いサポートセンター  
☎023(687)1972



山形おきたま農業協同組合  
カーブミラー4基

「小さな親切」運動山形県本部  
町立図書館へ 車椅子1台

高島「小さな親切」の会  
亀岡小学校へ 車椅子1台

【社会福祉協議会へ】

◎福祉のために  
森谷栄次さん 3万円

高島町樹石愛好会 1万円

元町鶴亀会 6千円

一玉募金5、299円  
清拭布8枚、タオル15枚

▼屋代地区更生保護女性会  
清拭布27枚

▼糠野目地区更生保護女性会  
清拭布8枚、雑巾40枚

【太陽の家へ】  
▼匿名 かぼちゃ24個  
▼匿名 のど飴2kg

### 【お詫びと訂正】

広報たかはた11月号に掲載し  
た高島町教育委員工藤俊康氏の  
任期が誤っておりました。正し  
くは「令和6年9月30日まで」で  
す。お詫びして訂正いたします。

広告

# ほし薬局

- 処方せん調剤
- 一般用医薬品
- 漢方薬
- 動物用医薬品

営業時間  
平日AM9:00～PM6:30  
土曜AM9:00～PM4:00  
高島町泉岡426-1  
(文化ホールまほら向い)  
☎52-4081  
FAX 52-4888

## 小冊子「はじめての遺産相続」を差し上げます!

費用は? いつまで? 必要書類は?

税金は?

ハンコ代は  
いくら?

# 遺産相続

これ1冊で解決!

もめない  
かしら?

お電話  
ください!

司法書士・土地家屋調査士・行政書士  
高橋秀一事務所 Tel.52-3400  
相森81-8 町役場から西に450m



# 2050年までに CO<sub>2</sub>・ZERO

## 二酸化炭素排出を実質ゼロに

### ゼロカーボンシティ宣言

#### 高畠町ゼロカーボンシティ宣言

高畠町の美しい自然は、縄文早期から人々が住み、守り育ててきた私たちの大切な宝です。すべての命のつながりに、美しい風景と豊穡の里たかはたは変えられてきました。

しかしながら、近年、世界各地では地球温暖化が原因とみられる異常気象による災害が多発しており、この高畠の地でも日々の生活を脅かす影響が出始めています。

2015年に合意されたパリ協定では、「産業革命からの平均気温上昇の幅を2℃未満とし、1.5℃に抑えるよう努力する」との目標が国際的に広く共有されました。その後、2018年に公表されたIPCC（国連の気候変動に関する政府間パネル）の特別報告書では、「気温上昇を2℃よりリスクの低い1.5℃に抑えるためには、2050年までに二酸化炭素の実質排出量をゼロにすることが必要」と示されています。

高畠町は、自然の恵みを将来にわたって享受でき、安心して住み続けられる「まほろばの里」を未来につないでいくため、2050年までに二酸化炭素排出実質ゼロを目指し、取り組みを進めることをここに宣言します。

令和2年11月2日

高畠町長 寒河江 信

# ZERO CARBON CITY



気候変動問題は、地球に生きる全ての生き物にとって避けることのできない差し迫った重要な課題です。

高畠町は、安心して住み続けられる「まほろばの里」を未来につないでいくため、令和2年11月2日、2050年までに二酸化炭素排出実質ゼロを目指すことを宣言しました。

### ▶ これからの取り組み

来年度から策定に着手する新たな環境基本計画や地球温暖化対策実行計画（区域施策編）に、ゼロカーボンに向けた施策等を盛り込み、取り組みを進めていきます。



体育館



教室

#### 糠野目小学校

### 温暖化対策の一例をご紹介します

令和2年3月から教室と体育館等がLED照明に切り替わりました。

年間を通じて、電気使用量は約3万kWh（一般家庭の約10世帯分※1）、CO<sub>2</sub>排出量は約16t/年※2の削減効果が期待されます。

なお、令和2年10月までの省エネ効果は、前年度同月比で最大約2,300kWh/月の電気使用量の削減となりました。



※1 電気事業連合会ホームページ掲載の一世帯当たりの電力消費量の推移グラフより算出

※2 排出係数：0.522kg-CO<sub>2</sub>/kWhで算出