

Takahata

広報たかはた



夏の夜を彩る
大輪の花火

今月の表紙



たかはた夏まつりの打ち上げ花火を撮影しました。この花火は、商工会青年部により、新型コロナウイルス感染症の終息と平和を願って打ち上げられました。音楽とともに打ちあがった花火は高島の夜空を明るく染めました。

人口と世帯数

人口…22,213人(-27)
男…10,873人(-15)
女…11,340人(-12)
世帯数…7,770(+3)

令和4年8月1日現在
()内は前月との比較

広報 たかはた

CONTENTS -目次-

- P 3 新型コロナワクチン接種情報
- P 4 豪雨被害の爪あと
- P 6 今日から始めるフレイル予防
- P 8 9月は健康増進普及月間です
- P10 9月はがん征圧月間です
- P11 高島町長寿番付
- P12 誰も自殺に追い込まれることのない町をめざして
- P13 9月9日は救急の日
- P14 令和5年4月からの新入園児を募集します
- P16 高島町からのお知らせ
- P24 暮らしの情報
- P31 総合防災訓練・消防団分団演習
- P34 第59回全日本35km競歩高島大会

連載コーナー

- P26 まちの話題あれこれ
- P28 もっくる子育て通信
- P29 図書館に行こう！
- P30 熱中小学校通信・わたしたちのサロン
- P32 文芸投稿作品
- P33 暮らしの連絡帳



高島町 公式

● ホームページ



高島町 公式 SNS

町の身近な情報や出来事など、魅力的な情報をタイムリーに発信しています。

※通信料は利用者負担です。



Facebook



LINE

新型コロナウイルス感染症に関する情報

新型コロナウイルス感染症に関する情報を、町ホームページにまとめています。補助金等のお知らせのほか、中止・延期するイベント、公共施設の開館状況などを掲載していますのでご確認ください。

健康づくりは地域の元気から



オクトーバー・ラン^アンドウォーク

町社会教育課スポーツ振興係 ☎(52)2719

オクトーバーランアンドウォークとは？

10月1日から31日の1か月間に、歩いたり走ったりした距離をスマートフォンアプリで記録して、同規模の参加自治体同士で、住民の合計平均行動距離を競うイベントです。

自分の好きな時間に自分の好きなペースで挑戦できます。また、楽しみながら気軽に運動ができ、健康促進にもつながります。

参加者には、豪華な参加特典も準備しています。スポーツの秋に爽やかな汗を流しましょう！

※詳細は広報たかはた 10月号や町ホームページ、公民館だより等をご覧ください。 ▲参加ガイド



新型コロナウイルスワクチン接種情報



町健康長寿課新型コロナウイルスワクチン接種対策室(げんき館) ☎(52)1312

最新情報はこちら

集団接種について

オミクロン株対応ワクチンについて

現在、ファイザー社およびモデルナ社にて、オミクロン株対応ワクチンの開発が進められており、国で接種の準備を進めています。

◆接種開始時期 / 10月中旬以降

◆対象 /

初回接種(2回目まで接種)が済んでいる人

※4月12日から30日までに3回目接種をした人で4回目の集団接種を希望する人は、オミクロン株対応ワクチンの集団接種までお待ちください。
※個別接種で4回目を接種したい場合は、右記と同じ対応となります。

今後の集団接種予定

【10月中旬頃～】

3回目または4回目接種を希望する人への接種

【12月上旬頃～】

5回目接種を希望する人への接種

※4回目接種から接種間隔を空ける必要があるため

オミクロン株対応ワクチンを早期に接種できる体制を構築するため、町では、9月11日(日)の集団接種をもって、現在実施中の4回目の集団接種を一時終了とさせていただきます。

個別接種について

初回接種(1回目・2回目)について

初回接種は**9月30日(金)**で終了となります。

9月8日(木)をもって、町内での1回目接種の受付を終了とさせていただきます。

2回目接種についても人数が集まらない場合は、接種ができませんので、希望する場合は、お早めに町ワクチンコールセンターまでご連絡ください。

追加接種(3回目・4回目)について

10月中旬頃からオミクロン株に対応したワクチン接種が始まる前に、2回目または3回目接種から5か月以上経過している人で9月12日から30日までの間で3回目または4回目接種を希望する場合は、町ワクチンコールセンターへ9月15日(木)までにご連絡ください。

新型コロナワクチンの接種証明書のコンビニ交付について

◆必要なもの / マイナンバーカード、接種証明発行手数料120円

※**県内ではセブンイレブンのみ**となっています。

詳しくは、厚労省ホームページをご覧ください。



町ワクチンコールセンター ☎(52)1224

受付時間 9時～17時
(土日祝日を除く)

広告

鍼灸専門治療院

まほろば鍼灸院

時間予約制 電話0238-52-4533

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

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ、一人で悩まずに無料個別相談会をご利用ください

B型肝炎 給付金について

9/25(日) 庄内産業振興センター 第1研修室 (JR鶴岡駅前マリカ東館3階)

完全予約制 ☎0120-013-621 (ご予約受付時間) 平日9:00～18:00

個別相談なので、他の方と話を合わせることはありません。

対象者 昭和16年7月2日～ ※ご遺族の方も給付金請求できます 昭和63年1月27日生まれ

給付金 50万円～ ※お断りください 3,600万円 ※お断りください

併せて 手数料・相談料 無料 成功報酬制 ※返金保証あり

弁護士法人 弁護士 夏目幸一(あいはらごういち) 東京弁護士会所属 登録番号35029 プレシャス総合法律会計事務所 東京都新宿区四谷4-3 福屋ビル6-A ☎TEL 03-5363-6333

無料電話相談も 同時受付中! お気軽にお電話ください

豪雨被害の爪あと

令和4年8月3日からの大雨



▲道路や農地等の冠水(蛇口地内)

◎総雨量比較

令和4年8月の大雨	131 mm
令和2年7月豪雨	157 mm
令和元年10月台風19号	240.5 mm
平成26年7月の大雨	188 mm
平成25年7月の大雨	157.5 mm

8月3日(水)、活発な前線の影響で山形県上空に線状降水帯が発生し、町内で大雨が降り続けました。町では、災害発生のおそれが高まったため、災害対策本部を設置。さらに大雨特別警報の発表に伴い、警戒レベル5の緊急安全確保を発令しました。

◆問合せ先

町総務課危機管理室

☎(52)3744

○町内の被害状況(8月19日現在)

住家被害	床上浸水：6棟 床下浸水：11棟
電力被害	停電：約500戸
道路関係	冠水：6路線、倒木：1路線、崩壊：1路線、林道洗掘：1路線
河川関係	護岸浸食等：2河川
農畜産物	農地冠水(水稲、大豆、啓翁桜)、養蜂用巣箱流出
農地・農業用施設	畦畔崩落、圃場・ぶどう園への土砂流出 ため池取水口部の土砂流出、堤体崩落、堰頭首工土砂堆積 用水路の洗堀・土砂堆積等：10か所、揚水機場ポンプの冠水・浸水：6か所 農道の洗堀等：1か所
避難所・避難人数	避難所開設：7か所(町内宿泊施設1か所を含む) 避難者合計：延べ34人

あたたかいご支援をお願いします

8月豪雨により県内各地で甚大な被害が発生しています。迅速な救助活動と復旧・復興への対応のため、次のとおり義援金や寄附金を受け付けておりますので、みなさんのあたたかいご支援をよろしくお願いいたします。

日本赤十字社

令和4年8月3日からの大雨災害義援金

日本赤十字社では、県内をはじめ各地で被害が発生したことを受け、義援金を受け付けています。

◆受付期間／令和5年3月31日(金)まで

◆問合せ先／

町福祉こども課地域福祉係 ☎(52)3564

ふるさと納税での支援(町外の方が対象)

町内でも被害が発生しており、復興のための災害支援寄附金を募集しています。お寄せいただいた寄附金は、復旧工事や被害に遭われた人の支援等に活用します。

【申込・納付方法】

①インターネット申し込み

QRコードを読み取り、手続きを行ってください。



▲ふるさとチョイス



▲楽天ふるさと納税

②直接申し込み

町商工観光課ブランド戦略係までご連絡ください。

【留意事項】

- ・災害支援寄附金にはお礼の品はありません。
- ・寄附受領書の発送に時間がかかる場合があります。
- ・寄附金額が2千円以下の場合、寄附金控除の対象外です。
- ・寄附申込後のキャンセルはできません。

◆問合せ先／

町商工観光課ブランド戦略係 ☎(52)1146

FAX : (52)1543

メール : takahata-hurusato@

town.takahata.yamagata.jp



▲崩落した町道(露藤地内)



▲冠水した大豆園地(蛇口地内)

防災情報・ハザード情報等を要確認!

高島町防災マップでは、防災情報の入手方法や、各自然災害への対応方法、町全体のハザード情報を得ることができます。内容は町ホームページでも確認できます。

必ず、家族や地域のみなさん等と、普段から内容を確認しておきましょう。



▲高島町防災マップ
(最新版 / 令和3年3月改定)

防災行政無線テレホンダイヤル

0238-52-5101

防災行政無線は、大規模災害時の警報や、避難情報等をお知らせするものです。放送を聞き逃した場合等に、放送内容を放送後24時間まで、このテレホンダイヤルで確認することができます。ぜひご利用ください。



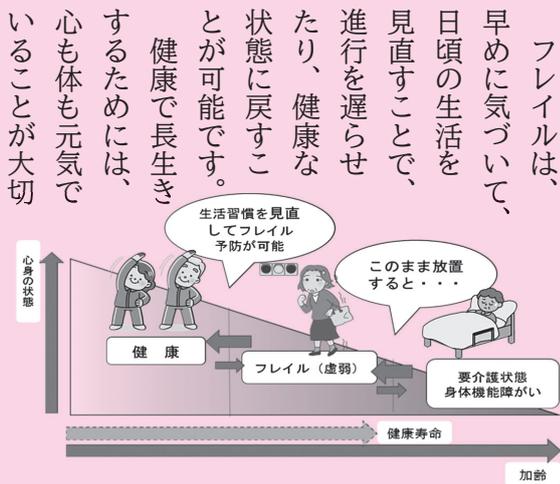
今日から始めるフレイル予防

◆問合せ先／町健康長寿課高齢者支援係

☎(52)4478

フレイルとは？

フレイルは、年齢と共に体力や筋力、心の働きが低下した状態で、「健康」と「要介護」の中間の「虚弱」な状態のことです。



フレイルは、早めに気づいて、日頃の生活を見直すことで、進行を遅らせたり、健康な状態に戻すことが可能です。健康で長生きするためには、心も体も元気であることが大切です。

フレイル予防に取り組み、毎日を自分らしく楽しく過ごし、健康長寿をめぎしましょう。

思い当たることはありませんか？

フレイル予防は自身の健康状態を知ることから始まります。昨年と比べて変わったと思う項目をチェックしてみましょう。

きちんと食事がとれていますか？

- 6か月間で体重が2〜3kg減った
- 固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物がむせることがある



疲れやすくなった、元気がない？

- 外出の機会が減った
- 人との交流が億劫になった
- 物忘れが増えた
- 今まで楽しんでできたこと(趣味など)が楽しめなくなった

体力が落ちてきたかも？

- 歩く速度が遅くなった
 - つまづきやすくなった
 - 握力が弱くなった
- (ペットボトルのふたが開けにくいなど)



社会参加

外出や人との交流を楽しみましょう。



フレイル予防3つのポイント

栄養と口の健康

よく噛んで、しっかり食べましょう。



運動活動

今より、10分多く体を動かしましょう。



運動教室で楽しく体を動かそう！

町で行っている65歳以上の人が対象の様々な運動教室をご紹介します。

◆申込・問合せ先／町健康長寿課高齢者支援係 ☎(52)4478

げんきアップ教室

◆場所／置賜スポーツ交流プラザユルト

◆参加費／1,200円(スポーツ保険料)

※初回参加時にお支払いください。

◆定員／各コース15人

◆申込方法／①②どちらかのコースを選び、電話でお申し込みください。

◆申込締切／9月28日(水)

筋力をつけたい人向け

①しっかりと筋トレコース(全10回)

◆期間／10月11日(火)～12月20日(火)

毎週火曜日

◆時間／9時45分～10時45分

◆内容／トレーニングマシンを使っての筋トレやリズム体操等

気軽に運動したい人向け

②うららかに貯筋コース(全10回)

◆期間／10月7日(金)～12月9日(金)

毎週金曜日

◆時間／9時45分～10時45分

◆内容／身体をのぼすストレッチや優しい筋トレ等

ステップアップ教室

◆期間／参加月から5か月間

◆日時／毎月第2・4金曜日13時30分～15時

◆内容／下肢筋力やバランス能力向上のための筋トレ、お口の体操、栄養に関する講話など

◆場所／屋代地区公民館

◆参加費／無料



「地域の茶の間」に参加してみませんか？

「地域の茶の間」とは？

子どもからお年寄りまで地域の誰もが参加できる交流の場です。お茶を飲みながらのおしゃべりや体操、編み物など自由に過ごせるみんなの「茶の間」。あなたも仲間づくりの輪を広げてみませんか？事前申込は不要、好きな時間から自由に参加可能ですので、お気軽にご参加ください！

※新型コロナウイルスの感染状況により休止または食事の提供を見合わせる場合があります。



地区	名称	場所	日時	費用
高畠地区	みんなの茶の間のんびり	高畠42-4 元鈴沼温泉	月曜日10時～13時	利用費：200円 食費：300円
二井宿地区	おらだの茶の間 ござとごえ	二井宿2028 二井宿わくわく交流館	木曜日10時～13時	利用費：300円
屋代地区	もりの里茶の間 ひなたぼっこ	深沼12-4 屋代地区公民館向かい	火曜日(第2火曜日は休み) 10時～14時	利用費：200円 食費：300円
和田地区	茶の間 わらい	上和田72-2 上和田交流館	水曜日10時～正午	利用費：200円
糠野目地区	糠野目 和楽茶の間	大字福沢578-2 本町公民館向かい	金曜日・第3日曜日 10時～15時	利用費：200円 食費：300円

運動教室・地域の茶の間に参加する場合はデマンド交通が片道100円で利用できます。

※割引には別途申請が必要ですので町健康長寿課までお問い合わせください。



9月は健康増進普及月間です

1に運動 2に食事 しっかりと禁煙 最後にクスリく健康寿命の延伸く

◆問合せ先／町健康長寿課健康推進係 ☎(52)5045

健康診査の結果は

いかがでしたか？



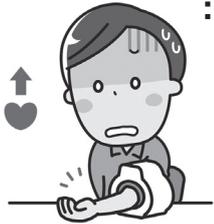
こんなあなたは**要注意**!



腹囲が増えた...

脂質や血糖が高い...

血圧が高い...



メタボリックシンドロームの判定基準
腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上
であり、高血圧、高血糖、脂質異常の
うち、2つ以上当てはまる人

メタボリックシンドロームは、自覚
症状がないまま動脈硬化を促進し、命
の危機や要介護状態につながる重大な
疾患に繋がります。

しかし...

食事の改善、運動の
習慣化、卒煙で改善
できます!



知っていますか？飲料に含まれる糖質

冷たい飲料は甘みを感じにくい
ため、大量の糖質が入っています。

【メタボリックシンドロームに
繋がる過程】

飲料の糖質は吸収がよく、急激
に血糖値を上昇させます。すると、
インスリンが代謝しきれず、高血
糖になり、血管が傷つきます。

また、糖質が急激に上昇すると、
脂肪の燃焼が遅れがちになり、内
臓脂肪が蓄積され、メタボリック
シンドロームの進行に繋がります。

ワンポイント



近年、歯周病菌も動脈硬化
を促進させることが明らかにな
りました。食事の後や寝る
前のブラッシングのほか、デ
ンタルフロスの使用、歯科医
院への定期通院を習慣化しま
しょう。

カフェイン入り炭酸飲料
1本(500ml)



クリアウォーター
1本(500ml)



エナジードリンク
1缶(355ml)



スポーツ飲料
1本(500ml)



スティックシュガー1本⇨砂糖約3g

日頃の水分補給は、水や麦茶など、糖質が含まれない物にしましょう。

＋10で健康寿命を延ばしましょう

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」を言います。今より10分多くからだを動かし、健康を手に入れましょう。

健康のための一歩を踏み出そう！

①気づく

からだを動かす機会や環境は身の回りにたくさんあります。

普段の生活を振り返ってみましょう。



②始める

今より少しでも長く、からだを動かすことが健康への第一歩です。次のことを心がけ、今よりプラス10分からだを動かしましょう。



- ・自転車や徒歩で通勤する
- ・エレベーターより階段を使う
- ・テレビのCM中はからだを動かすなど

③達成する

目標は、1日合計60分、からだを動かすことです。歩行では1日8000歩が目安です。

全国の平均歩数は、男性6793歩、女性が5832歩で男女ともに足りていません。
(令和元年国民健康・栄養調査より)



④つながる

一人でも多くの家族や仲間と一緒に行動することで、楽しさや喜びがより一層増します。



からだを動かすイベントに参加しましょう！

町や県では、からだを動かすイベントを開催します。ぜひ、ご参加いただき健康のための一歩を踏み出しましょう。

やまがた
健康長寿日本一
プロジェクト

町 たかはたウォーキングチャレンジ

目標歩数を目指して歩いてみませんか。目標歩数を達成した人に、参加賞をプレゼントします。
※チャレンジシートは、各地区公民館やげんき館、町ホームページから入手してください。

◆期間／9月1日(木)～30日(金)までの間の1週間

◆目標歩数／

たかっきコース：42,000歩以上

(6,000歩／1日)

はたっきコース：56,000歩以上

(8,000歩／1日)

◆参加賞／

たかっきコース：歯ブラシ(先着50人)

はたっきコース：タオル(先着50人)

◆申込締切／

10月14日(金)

◆申込先／

町健康長寿課健康推進係

▶町ホームページ



県 ウォーキングプロジェクト

【やまがた健康長寿日本一ウォーキング大会】

◆期日／9月24日(土)

◆場所／山形県総合運動公園

◆内容／8,000歩チャレンジコース、2kmコース、3kmコース

◆申込締切／9月5日(月)必着

【ウォーキング月間チャレンジ】

◆期間／9月26日(月)～12月18日(日)

◆内容／設定された歩数を達成した人に、抽選で賞品をプレゼントします。

※県のイベントの詳細、お申し込みは、特設サイトをご覧ください。

▶山形健康長寿日本一プロジェクト



◆問合せ先／県健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課 ☎023(630)2313

9月は『がん征圧月間』です

◆問合せ先／町健康長寿課健康推進係 ☎(52)5045

がんとその予防についての正しい知識と早期発見・早期治療の大切さを普及するために全国的に9月を『がん征圧月間』として取り組んでいます。

日本人は生涯に2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。がんは日本人の死亡原因第1位です。また、新たにがんと診断される人も年々増加傾向となっています。がんは生活習慣病であり、予防できる病気です(一部、遺伝やウイルス感染が原因のがんもあります)。この機会に改めて生活習慣を振り返り、健康を意識した生活を送りましょう。

がんを防ぐための新12か条

1条…たばこは吸わない

2条…他人のたばこの煙を避ける

肺がん、胃がん、すい臓がん、子宮頸がんなどのリスクを高めます。喫煙者だけでなく、周囲にも健康被害をもたらすため、禁煙を強くお勧めします。

3条…お酒はほどほどに

休肝日2日/週を設けましょう。

種類	適量
日本酒	1合
ビール	500ml
焼酎	100ml
ウイスキー	ダブル(60ml)
ワイン	240ml

食道がん、肝臓がん、大腸がん、などのリスクを高めます。

4条…バランスのとれた食生活を

5条…塩辛い食品は控えるに

【1日の塩分摂取量の目安】

男性7.5g、女性6.5g未満

塩分の摂り過ぎは胃がんのリスクを高めます。

6条…野菜や果物不足にならない

ように

野菜や果物はがんの予防効果があります。



7条…適度に運動

歩行またはそれと同等以上の強度の身体活動を60分/日行うことで

がんのリスクが低下します。

8条…適切な体重維持

BMI 25未満

《体重kg÷(身長m×身長m)》

9条…ウイルスや細菌の感染予防と治療

肝炎ウイルスやヒトパピローマウイルス、ピロリ菌によるがんへの進行例もあるため、機会があれば検査を受けましょう。

10条…定期的ながん検診

11条…身体の異常に気がいたら、すぐに受診を

早期がんは症状が出ない場合が多く、症状が出た段階では進行している場合も多いです。年1回検診を受けましょう。

12条…正しい情報でがんを知るこ

とから

がんは多数の要因が複雑に重なり合って発生する病気です。また、これさえ守れば絶対にがんにならないという方法はありません。



プレスト・アウエアネスが 提唱されています

プレスト・アウエアネスとは、乳房を意識する新たな生活習慣のことです。自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することで、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療につながります。

乳房の変化に気が付いたら迷わず医療機関を受診しましょう。

【4つのポイント】

- (1)自分の乳房の状態を知る↓乳房のセルフチェック
- (2)乳房の変化に気を付ける
- (3)変化に気が付いたらすぐ医師に相談する
- (4)40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける

触ってcheck

乳房のセルフチェック

- ①両腕を下げた状態で乳房の形を鏡で見ます。両腕を上げた時、くぼみ・ひきつれ・乳首のへこみ・湿疹のようなただれはありませんか？
- ②あおむけの状態、乳房が胸の上に平均に広がるよう寝ます。指の腹で圧迫するように乳房やわきの下に触れた時、固く小さなしこりはありますか？
- ③左右の乳首を指で軽くつまみ、キュッとしばった時、血のような液体は出ませんか？





高島町 長寿番付



ご長寿のみなさん、これからもお元気で長生きしてください。

東				西		
地区	年齢	氏名	祝	氏名	年齢	地区
露藤下	105	坂田とみ	横綱	安部さよ	104	塩森
まほろば荘	104	遠藤ナツエ	//	大浦トモ	104	上駄子町
まほろば荘	104	我妻しかよ	//	井田富實子	103	たかはた荘
たかはた荘	103	遠藤サタ	//	島貫はつの	103	相森
たかはた荘	103	竹田きよ	//			
たかはた荘	102	佐々木秀子	//	増渕みつ子	102	弥生町
下町	102	菊地トリ	//	佐藤孝一	102	竹上
南佐沢	102	青野美恵	//	神保好	102	蛇口
竹下	102	五十嵐つや	//	柴田よし子	102	たかはた荘
はとみね荘	101	岸トミ	大関	佐々木小太郎	101	幸町三
本町	101	齋藤誠	//	渡部ゆめよ	101	はとみね荘
蛭沢	101	木村トメ	//	後藤サクエ	101	砂押
まほろば荘	101	渡會マツエ	//	山口泰子	101	相森
まほろば荘	101	佐藤ミツ	//	河合千代	101	山越
沢口	101	渡邊ヨス子	//	佐藤みよ	101	はとみね荘
まほろば荘	101	原田操	//	舟山キミ子	101	露藤中
たかはた荘	101	田中要一	//			
元町	100	寒河江秀子	関脇	渡部ゆき子	100	川北下
まほろば荘	100	齋藤ふみ	//	原田きよふみ	100	下町
田沢	100	木村一雄	//	我妻つるふみ	100	馬頭東
東本町	100	金子貞	//	島津みち	100	東本町
大新	100	猪野せい	//	島津松子	100	下和田北
幸町三	100	堀内ちや	//	石川善	100	まほろば荘
たかはた荘	100	金子ふみ子	//	大浦榮子	100	弥生町
大町一	100	我妻澄	//	大野きみふみ	100	まほろば荘
東本町	100	近野勉	//	青野てい	100	馬頭西
根岸	100	嶋倉正夫	//	外山ナヲ	100	大新
まほろば荘	99	大竹トミ子	小結	山木良子	99	亀岡三
中才	99	鈴木やす子	//	森谷廣衛	99	駄子町
上和田第二	99	遠藤まさ	//	高橋やふみ	99	西町
駅前	99	佐藤幸	//	中川トミエ	99	本町
たかはた荘	99	鈴木ハルノ	//	鈴木キク	99	はとみね荘
幸町三	99	川崎てい	//	佐藤ふみ子	99	北目
深上	99	佐藤實	//	平良吉	99	中和田西部
中才	99	竹田まき	//	安孫子まさよ	99	中島南
まほろば荘	99	佐藤フチ	//	高梨ユキエ	99	はとみね荘
両組	99	金子サタ子	//	齋藤喜美代	99	深上
大笹生	99	齋藤よね	//	鈴木うめよ	99	南佐沢
沢口	99	渡邊きよ	//			

※紙面の都合により、番付には数え年で99歳以上の方々を掲載させていただきました。 令和4年8月16日現在

誰も自殺に追い込まれる ことのない町をめざして

山形県では年間約180人が自ら命を絶っており、令和3年の自殺死亡率を見てみると、全国では19位という状況です。

自殺の原因は健康問題、経済・生活問題、家庭問題などがいくつも重なっています。また、多くの場合「うつ病」などのこころの病気のため、正常な判断ができない場合がありますと言われています。

もし、先の見えない不安や生きづらさを感じるなどの様々なこころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。一人だけで悩んでいないで、気軽に連絡してみてください。

◆問合せ先／町福祉こども課
障がい者福祉係

☎(52)4473

こんな症状ありませんか？
当てはまるものがあれば、
早めの対処が必要です。

- 今まで楽しんでやれたことが楽しめない
- 自分が役に立つ人間だと思えない
- わけもなく疲れたような感じがして元気が出ない
- なかなか寝付けない、夜中に目が覚めて眠れない

症状が1つでもあったら…

◎ 自分にあつたストレスへの対処法を見つけてみましょう。

◎ 症状が改善しない場合は、早めに専門機関へ相談しましょう。

町では、平成30年度に高島町自殺対策計画を策定し、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざして、ゲートキーパー養成講座や普及啓発活動等に力を入れて取り組んでいます。



ゲートキーパー(こころのサポーター)

悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげ、見守る人がゲートキーパーです。

- 気づき** 家族や仲間の変化に気づいて声をかける
- 傾聴** 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- つなぎ** 早めに専門機関に相談するよう促す
- 見守り** あたたく寄り添いながら、じっくりと見守る

一人では抱え込まずご相談ください

◎こころの健康相談統一ダイヤル

☎ 0570(064)556

◆受付／9月10日(土)～16日(金) 9時～17時
上記日程以外(土日祝日、年末年始を除く)は
9時～正午、13時～17時

◎心の健康相談ダイヤル

☎ 023(631)7060

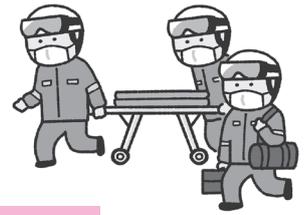
◆受付／月～金(祝日・年末年始除く)
9時～正午、13時～17時

大切な人を自死で亡くされた人

◎自死遺族相談

- ◆相談／精神科医師による個別相談(予約制)
- ◆集い／亡くされた人同士の語り合い・わかちあい
- ◆参加費／無料
- ◆場所・申込・問合せ先／山形県精神保健福祉センター ☎ 023(674)0139

9月9日は救急の日



高島署管内における救急件数等の傾向

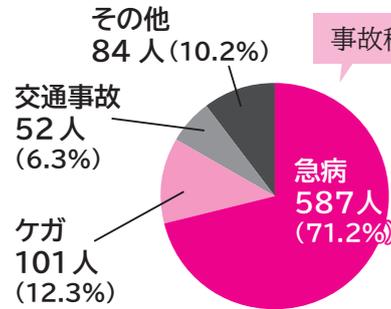
- 搬送された人の約7割が65歳以上です。
- 搬送された人の約3割が入院を必要としない軽症者です。
- 本場に救急車を必要としている人のために、適正利用にご協力をお願いします。

令和3年の搬送人数

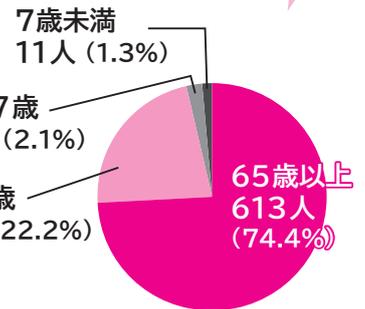
救急出動／867件 搬送人数／824人

救急出動件数の推移

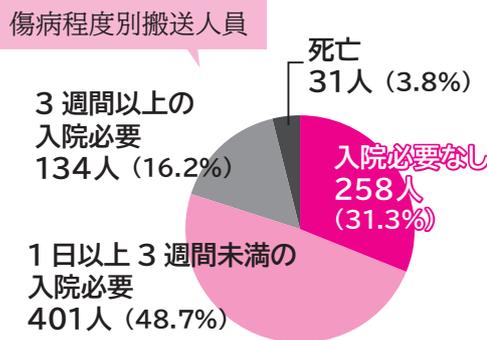
年	件数
昭和49年	198件
平成29年	892件
平成30年	960件
令和元年	905件
令和2年	822件
令和3年	867件



事故種別搬送人員



年齢別搬送人員



傷病程度別搬送人員

搬送した824人の項目別内訳

救急について考えてみませんか？

大切な人を救えるのはあなたです

突然の病気や事故では、その場に居合わせた人の早期認識と119番通報、救急車到着までの適切な応急処置が「命を救うカギ」になります。

命を救うカギ

- ☆心停止の予防
- ☆早期認識と通報
- ☆一次救命処置 (心肺蘇生やAEDの使用等)



応急手当を覚えましょう

あなたにとって大切な人が万が一ケガや病気になってしまったときは、身近にいるあなたの119番通報や応急手当・救命処置が必要不可欠となります。

講習開催については、高島消防署までお問い合わせください。

◆申込・問合せ先／高島消防署救急係

☎(52)1505

救急蘇生法の指針、変更点ははこちらから



感染症対策に留意し、応急手当の普及啓発にご協力をお願いいたします。

令和5年4月からの

新入園児を募集します

来年4月からの入所申し込みを開始します。希望する施設によって、申込方法や受付場所が異なりますのでご注意ください。

◆申請時の注意点

○出生前受付

4月1日からの入所申し込みに関り、令和5年2月1日まで出生予定である場合、申し込みが可能です。

○4月2日以降の申し込みについて

令和5年4月2日以降の入所を希望する場合、申込書提出の時期を問わず、随時入所調整となります。

○保育所等の(保育認定)入所基準について

保育所等は原則保護者が左記の要件に該当する場合に利用が可能です。

《保育認定要件》

就労、育児休業(次月まで復職する場合)、出産、求職中、就学、疾病、障がい、介護

※施設によっては、園の定員等の状況により、希望の施設に入所できない場合があります。

入園までの流れ

① 9月16日(金)～10月31日(月) : 書類配布(町福祉こども課または各施設)

② 10月 : 申込書の提出

③ 12月～1月上旬 : 書類審査

④ 1月中旬 : お子さんを交えた面接

⑤ 2月 : 入園内定

⑥ 3月上旬 : 入園承諾・保育料決定通知

⑦ 4月 : 入園

※町外の保育所等を希望する場合、決定までに時間がかかることがあります。

保育料(利用料)について

保護者(父母)やお子さんの生計を立てている人の住民税をもとに算定します。お子さんの扶養者が祖父母など父母以外の場合はご連絡ください。

また、保育料については、多子やひとり親世帯等の要件により軽減される場合があります。詳しい保育料(利用料)および保育料の軽減については、町HPをご覧ください。



詳細は町HPをご覧ください。



認定こども園・小規模保育所

就学前の子どもの成長と発達段階に応じた教育・保育を行います。

◎募集期間

10月3日(月)～31日(月)

①保育が必要で保育認定を受ける場合

提出書類

・支給認定申請書兼入所申込書
・就労証明書(町HPからダウンロード可)

②幼稚園(教育のみ)利用の場合

提出書類

・支給認定申請書兼入所申込書
※保護者の就労は問いません。
◎受付・問合せ先/左ページの各認定こども園をご覧ください。

町外認定こども園等

◎募集期間

10月3日(月)～31日(月)

提出書類

・支給認定申請書兼入所申込書
・就労証明書(町HPからダウンロード可)

・保育の必要性に係る申告書

◎受付・問合せ先/町福祉こども課子育て支援係 ☎(52)3031

私立保育園・町外保育園

保護者が就労や病気等のため家庭で保育ができず、保育の必要性が認められた場合にご利用いただけます。

◎募集期間

10月3日(月)～31日(月)

提出書類

・支給認定申請書兼入所申込書
・就労証明書(町HPからダウンロード可)

・保育の必要性に係る申告書

◎受付・問合せ先/町福祉こども課子育て支援係 ☎(52)3031

届出保育施設等

4月1日時点で3歳のお子さんか、保護者が非課税世帯である3歳未満のお子さんの場合、幼児教育・保育の無償化の対象となります。詳細は町福祉こども課へお問い合わせください。

◎募集期間/随時

◆入所資格/健康診断有

幼児教育・保育の
無償化について



令和元年10月より、幼児教育・保育の無償化がスタートしました。

◆対象／保育認定を受けた3歳児から5歳児および教育認定を受けた満3歳児から5歳児。

保育認定を受けた住民税非課税世帯の0歳児から2歳児。

※延長料金、送迎代、副食代(おかず代)は無償化の対象外です。

令和5年度より町内の施設はすべて認可施設となる予定です。

施設名・問合せ先		定員	保育時間	特記事項 △は別途費用がかかります
保育園	つくし保育園 (糠野目大通り線沿い) ☎(57)3213	70人	月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／18時30分まで	・0、1、2歳児のみ受け入れ ・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(4か月から)
	やしろ保育園 (国道113号線沿い) ☎(52)0093	100人	月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／18時30分まで	・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(4か月から) ※令和5年度よりバスの運行 が終了します。
認定こども園	たかはたこども園 (高畠小学校隣) ☎(52)0035	300人	保育認定幼児(保育園分)…定員276人 月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／19時15分まで	・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(6か月から) △通園バス利用可
			教育認定幼児(幼稚園分)…定員24人 平日／9時～15時 土曜／9時～11時30分	・満3歳児から △通園バス利用可
	にじいろこども園 (二井宿小学校前) ☎(52)2322	20人	保育認定幼児(保育園分)…定員10人 月～土曜／7時30分～18時30分 延長保育／18時30分まで	・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(6か月から) △通園バス利用可
			教育認定幼児(幼稚園分)…定員10人 平日／9時～15時	・満3歳児から △通園バス利用可
	なかよしこども園 (亀岡地区公民館隣) ☎(52)0589	110人	保育認定幼児(保育園分)…定員100人 月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／19時15分まで	・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(6か月から) △通園バス利用可
			教育認定幼児(幼稚園分)…定員10人 平日／9時～15時	・満3歳児から △通園バス利用可
なごみこども園 (旧高畠三中跡地) ☎(56)2110	100人	保育認定幼児(保育園分)…定員90人 月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／19時まで	・乳児(2か月から)保育可 △一時預かり可(6か月から) △通園バス利用可	
		教育認定幼児(幼稚園分)…定員10人 平日／9時～15時	・満3歳児から △通園バス利用可	
幼稚園型	まつかわ幼稚園 (高畠駅西400m) ☎(57)3216 ★9月24日(土) 説明会有(希望児)	145人	保育認定幼児(保育園分)…定員110人 月～土曜／7時15分～18時15分 延長保育／18時30分まで	・3歳児以上から △通園バス利用可 △一時預かり可(2歳6か月から)
			教育認定幼児(幼稚園分)…定員35人 平日／8時30分～14時30分	・満3歳児から △通園バス利用可 △一時預かり可(2歳6か月から)
小規模保育所	あいいく幼児園 (馬頭交差点西100m) ☎(56)2544	9人	平日・土曜／7時30分～18時30分 延長保育／19時30分まで 最大延長／21時まで(要予約)	・0、1、2歳児のみ受け入れ ・乳児(6か月から)保育可 ・学習型保育 ・自園完全給食 ・祝日保育、盆・正月休みの 特別保育可(要予約)

※あいいく幼児園以外の各施設の内容は、9月1日時点のものです。

※あいいく幼児園は、令和5年4月1日に認可外施設から認可施設となる見込みです。

※保育利用時間は保護者の就労状況等によって異なりますので、詳細は町福祉こども課へお問い合わせください。



9月はアルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです

岡町健康長寿課地域包括ケア係 ☎(52)4495

アルツハイマーデーとは？

第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催された、最初の日です。アルツハイマー病等に関する認識を高め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的として、国際アルツハイマー病協会(ADI)と世界保健機関(WHO)が共同で、会議の初日であった9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。

また、2012年からは9月をアルツハイマー月間と定め、様々な取り組みを行っています。

認知症とは？

脳は私たちの身体を動かす司令塔です。様々な原因で脳細胞が死滅することで脳が上手く指示を出せなくなり、日常生活や社会生活に支障をきたす病気です。

厚生労働省の調査では、65歳以上の認知症の人は600万人(2020年)と推計され、2025年には高齢者の5人に1人である約700万人が認知症になると予測されています。



認知症は早期発見・早期治療が大切です！

早期の治療開始で進行を遅らせることができます。また他の病気が元になって引き起こされる認知症もあります。その場合、原因となっている病気の治療で、症状が軽くなったり治ったりするものもあります。

加齢による物忘れ

今朝は何を食べたっけ

病院を予約していたのに忘れてしまった

誰からの電話だったかな



認知症による物忘れ

朝は何も食べていない

病院の予約？病院になんてかかっていない

電話なんてきてない



高島町の取り組み

町では、認知症について正しい理解を持ち、認知症の症状がある人、またご家族を優しく見守り、困ったときには「困っている」と言うことができる町を目指し、認知症の普及啓発活動を行っています。

認知症サポーター養成講座

認知症に関する正しい知識を持ち、身近な地域や職域において認知症の人や家族を支援するサポーターを養成する講座です。町内には養成講座を受講した認知症サポーターが約2,700人います。

どこシル伝言板

見守りシールを使用し、発見者が登録されたQRコードを読み取るだけで自動的に保護者へ連絡・通知することができます。早期発見と安全の確保を迅速に行います。

高齢者見守り徘徊ネットワーク

徘徊のおそれのある高齢者などが所在不明になった場合に、早期発見・保護による本人の安全確保とご家族支援ができるよう事前登録事業を行っています。南陽警察署等と連携し迅速な捜索に繋がります。

認知症サポート企業

認知症への適切な理解と対応に努め、認知症サポーター養成講座の受講と見守りネットワークに登録をしている企業・団体です。町内では現在8団体が認定されています。

認知症ケアパス

医療・介護の専門職がご自宅へ訪問します。専門職による認知症初期集中支援チームを作り、必要な医療や介護保険サービスの導入、調整、家族支援を行います。

見守りネットワーク企業団体

町内にある企業・団体には、地域に暮らす高齢者や障がい者だけでなく、子どもの安全を見守り適切な支援につなげたり、補助捜索等の協力をいただいています。現在66団体が登録されています。



高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種の費用を助成します
 支 援 町健康長寿課予防接種係 ☎(52)1312

◆助成対象者／

過去に肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次のいずれかに該当する人

- ①令和5年3月31日までに以下の年齢となる人
65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳

※対象の人には、令和4年4月にハガキを送付しています。

- ②60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級相当)

◆助成期間／令和5年3月31日まで

※新型コロナウイルスワクチン接種と2週間空ける必要がありますので期間にご注意ください。

◆助成額／3,700円

◆接種方法／医療機関に連絡のうえ、予約してください。



たかはたち 高島町に住んでいる外国人住民へ
 まちしょうこうかんこうかしょうこうしんこうかか
 町商工観光課商工振興係 ☎(52)2019

生活に必要な情報をたくさんの国の言葉で見ることが出来るウェブサイト「まちのくらしサポートナビ」を作りました。町に住んでいる人が町へ支払う税金の種類や緊急の時にどのようにすれば良いかが分かります。ぜひ使ってください。

また、総合交流プラザ1階情報交流コーナーに、外国人向けのお知らせコーナーがあります。国や県のお知らせや、高島町国際交流協会のイベントのお知らせがあります。総合交流プラザでは、外国人住民が困ったとき相談することができます。お気軽に来てください。

まちのくらしサポートナビについて

町商工観光課商工振興係 ☎(52)2019

外国人住民向け情報コーナーについて

総合交流プラザ ☎(52)5702



▲町町民課と総合交流プラザで配っています



▲総合交流プラザ情報コーナー



令和4年度住民健診日程 予定集落
 町健康センター ☎(52)1116

◆受付時間／7時～7時30分

◆場所／町健康センター(げんき館内)、公立高島病院

◆健診日程／健診日の3～4週間前に、問診票等の健診セットをお届けします。日程変更を希望する人はご連絡ください。

【9月】

期日	予定集落	期日	予定集落
1日	下和田 12	14日	安久津一
2日	下和田南・下和田北	15日	安久津一・緑町
5日	下和田北	20日	緑町・御入水
6日	蛭沢・入蛭沢・駄子町	21日	御入水
7日	駄子町	22日	御入水
8日	金原湯在家・金原新田	26日	高安
9日	金原熊の前・鳥居町	27日	青葉町・旭町
12日	鳥居町	28日	旭町
13日	安久津二	29日	旭町・小郡山

【10月】

期日	予定集落	期日	予定集落
3日	大町一	17日	幸町三
4日	大町一・大町二	18日	幸町三・横町
5日	大町二	19日	横町・荒町二
6日	大町三	20日	荒町一
7日	大町三・桜木町	24日	元町三
11日	北目	25日	元町
12日	北目	26日	元町・塩森
13日	北目・幸町一	27日	飯森・泉岡
14日	幸町一・幸町二	31日	泉岡



献血バスが中央公民館に来ます
 町健康長寿課健康推進係 ☎(52)5045

血液が不足している状況です。多くの人のご協力をお待ちしています。

※400ml献血のみとなります。成分献血は行いません。

◆期日／9月27日(火)

◆場所／町中央公民館

◆時間／9時30分～11時30分、13時～16時

【献血の予約について】

下記のQRコードから事前予約をしていただくと、スムーズに受付ができます。(予約期間は9月12日～26日17時まで)

※ラブラッド会員に登録後、事前予約ができます。

※事前予約が無くても、ご来場いただけます。



すでにラブラッド会員に登録している人はこちら



新たにラブラッド会員に登録する人はこちら