

宗教と環境と道德の町

# KOYA

# 2

2025 Vol.127

高野町広報

## TOPICS

P2-3 高野町防災フェス

P10 町民税申告の受付について

P11 高野町営住宅等入居者の募集について



20th anniversary  
紀伊地の霊場参詣道

# 高野町 防災フェス



## 挨拶



秋季火災予防運動の恒例行事である消防観閲式・防火防災祈願会に参加する消防職・団員と金剛峯寺自衛消防隊。  
町長の挨拶では「この防災フェスを通じて、地域の皆さんの防災意識と地域防災力の向上を一步でも前に進めることができるよう切に願います」と述べました。

南海トラフ巨大地震が発生したとの想定で、周辺の地域に避難を呼びかける放送を流した後、学びの杜アリーナに設営された避難所に次々と住民が避難してきました。



歩行困難な高齢者は、消防団員がリヤカーに乗せ避難所に搬送しました。



## 避難訓練



タイトル： 一条の光  
場所： 高野山奥之院  
撮影日： 2024.1.28  
撮影者： 中居 香苗

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>

11月11日（月）高野山学びの杜において『高野町防災フェス 2024 in「学びの杜」』を開催しました。

今回の防災フェスは、今後発生する危険性が高い南海トラフを起因とする巨大地震に備え、地域の防災意識を高め、災害時の対応力を向上させるため、各関係機関と地域住民が協力して防災力を高めることを目的としたイベントで、天候にも恵まれ約270名の方に来場いただきました。

当日は、秋季火災予防運動の恒例行事である消防署・消防団による消防観閲式、防火防災祈願会にはじまり、防災関係機関の様々な訓練の見学や住民による避難訓練、起震車による地震体験、煙体験、防災講座等で防災・減災について学んでいただきました。

## 煙体験



火災で亡くなる原因で最も多い「逃げ遅れ」を防ぎ、火災から命を守ることを目的として、火災時の煙の怖さや避難方法などを疑似体験していただきました。

参加者は身を低くし新鮮な空気を吸うように顔を床に近づけ、煙からの避難の大切さを身をもって実施してくれていました。



倒壊家屋から救出された負傷者を吊り上げ、ヘリコプターに収容して安全な場所に搬送する訓練を和歌山県警が行いました。

## 和歌山県警ヘリ （きのくに）

地震発生時には、すぐに避難できるよう日頃から備えましょう。



まずは以下の項目をチェック  し確認！

- |                                       |                                 |  |
|---------------------------------------|---------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 家具の固定        | <input type="checkbox"/> 住宅の耐震化 | <input type="checkbox"/> 感震ブレーカーの設置    |
| <input type="checkbox"/> 非常用持ち出し袋の準備  |                                 | <input type="checkbox"/> 水や食料の備蓄の確認    |
| <input type="checkbox"/> 避難場所や避難経路の確認 |                                 | <input type="checkbox"/> 地域のハザードマップの確認 |
| <input type="checkbox"/> 家族との連絡手段の確認  |                                 | など                                     |

問 消防本部 総務係 ☎ 0736-56-0119

🌐 <https://www.town.koya.wakayama.jp/bousai/information/32362.html>

## 高野山の伝統文化 1

# おとぎ 御齋について

今回は高野山の伝統文化として今もなお行われている御齋にまつわる内容についてお話ししてまいります。

ここでいう御齋とは、寺院で行われる法事の先師年忌や高野山の学道がくどうに関わる行事、その他儀式などに付随して、主催者がそれらの行事の招待状の【手札てふだ】を配布し、当日出仕した僧侶やその親族等に対し、亭主と給仕人によって食事が振舞われる宴席のことを指します。

大方世間的には忌事などの仏事の際に食事を振舞うことを指す場合が多いと思いますが、高野山では祝い事の仏事も多々あるため、一般的に言われている概念と少し異なるかもしれません。



さて前置きはこのくらいにして、この御齋はいわば精進料理のフルコースなのですが、実は主催者・招待者それぞれにドレスコードやマナーなどの決まりがあることをご存じでしょうか？

僧侶については山内寺院か山外寺院かによって装束が異なり、山内寺院の場合には平衣とよばれる普段着に当たる空衣うつほと五条袈裟という法衣を着用します。それでは山外寺院はというと黒衣（場合によっては色衣しきえ）と如法衣じよほうえと呼ばれる七条袈裟を着用することになっています。

在家者の方々については、スーツや和装などの正装で参列するきまりとなっています。

次回は御齋にまつわる僧侶の所作などをご紹介します。 つづく

**問** 高野山真言宗 総本山 金剛峯寺

☎ 0736-56-2012



# まちの話題

高野町であったことやおしらせだよ



## 100歳

## おめでとうございます

本町住民の秋月 綾子様(あきづ ありな)が11月15日に100歳のお誕生日を迎えられました。町長より表彰状とお祝いの品が贈られ、ご家族や施設職員の方々と一緒に、心温まる時間を過ごされました。

ますますのご健勝をお祈りいたします。



問 介護福祉課 介護保険係 ☎ 0736-56-2933

## 高野町英語教育研究発表会



11月19日(火)「高野山学びの杜」にて令和6年度高野町英語教育研究発表会が開催されました。

県内外から約100名の教育関係者が集まり、当日は高野管内の小中学校の取組に対して、授業見学や研究協議が行われました。参加者からは、「子どもたちの意欲的な姿に驚いた」「すべての子どもたちが目標を達成できるように、教師によるサポートが見られた」などの感想がありました。



事業パートナーである英国の公的な国際文化交流機関ブリティッシュ・カウンシルとの3年半に渡るプロジェクトにより今後、学校が主体的に研究を進めていくことが期待されています。



問 教育委員会 学校教育係

☎ 0736-56-3050



# 手話教室

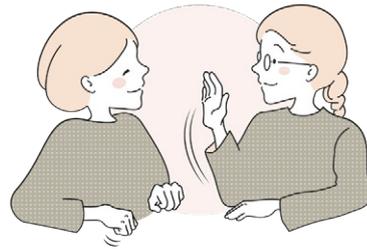
11月8日（金）耳が聞こえないことや手話について理解を深めていただくため、高野山小学校の3年生11名を対象に手話教室を開催しました。

手話での日常生活のコミュニケーションの取り方について学びました。

実演では挨拶や自分の名前を手話でひとりひとり苦戦しながらも覚え、手話について楽しく学ぶことが出来ました。



本町では、手話言語条例（令和4年7月1日施行）を制定し、手話が言語であるとの認識に基づき、手話に対する理解と普及を推進し、全ての町民が相互に尊重し合いながら共生する地域社会の実現を目指します。



**問** 介護福祉課 福祉係 ☎ 0736-56-2933

# 和歌山県農林水産業賞を受賞



令和6年度の「和歌山県農林水産業賞 林業部門」受賞者に、高野山寺領森林組合 西田 安則氏が選ばれました。

西田氏は、総本山金剛峯寺山林部を経て、現在高野山寺領森林組合の常勤理事として、木材生産や森林の整備、森林セラピー、森林環境教育などに尽力、今回40年を越えるこれらの活動が評価され受賞に至りました。

和歌山県農林水産業賞受賞、おめでとうございます。

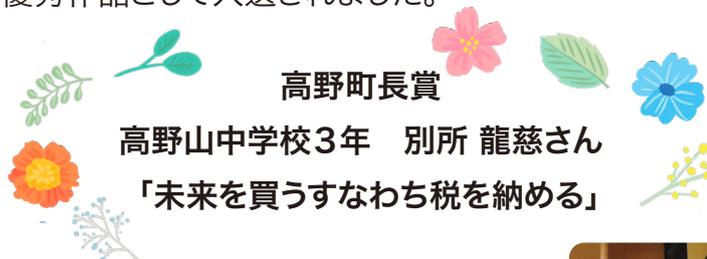
今後の更なる御活躍を祈念申し上げます。

**問** 観光振興課 ☎ 0736-56-2780



# 「税についての作文」に入選

全国納税貯蓄組合連合会と国税庁が募集した中学生の「税についての作文」について審査の結果、次の作品が高野町内の中学生の中から優秀作品として入選されました。



高野町長賞

高野山中学校3年 別所 龍慈さん

「未来を買うすなわち税を納める」



全文は高野町ホームページでご覧いただけます。

(暮らし・生活>税金>

令和6年度「税についての作文」

入選作品について)



問 税務会計課 税務係 ☎ 0736-56-3000

🌐 <https://www.town.koya.wakayama.jp/kurashi/zeikin/32523.html>



# 伊都地方中学校耐久リレー大会で4位



11月13日(水)に令和6年度伊都地方中学校耐久リレー大会が行われ、高野山中学校(男子チーム)が町としての新記録の4位という成績を収めました。後日、町長への表敬訪問も行われ、平野町長からは「みんなで力を合わせてよく頑張りましたね」と労いのお言葉をいただきました。

今回の結果は「小規模校でもここまでやれるんだ」という子どもたちの自信に繋がっており、これから始まる市町村ジュニア駅伝大会に向けての練習では更なる飛躍が期待されています。



問 教育委員会 学校教育係

☎ 0736-56-3050



# 高野山小学校 PTA によるもちつき大会



12月6日(金)高野山小学校PTAによるもちつき大会が開催されました。12月の恒例行事となったもちつき大会。これまでは高野山小学校の児童や保護者で実施していましたが、今年は高野山こども園の園児、高野山中学校の生徒、教職員の皆さんも参加してくださいました。

子どもたちは、「よいしょ!」のかけ声とともに力いっぱい杵を振り上げ、おもちをつきました。その後は、砂糖醤油やきな粉などをおもちに付けてお腹いっぱいになるまで食べました。新校舎へ移転して初めてのもちつき大会でもあり、盛大に開催することが出来ました。



問 教育委員会 学校教育係

☎ 0736-56-3050

# NOUKA VOL.15

- 富貴野菜を作る人々 -

新鮮で美味しい『地産地消』を届けます。

昨年は勝間屋さん(毎週水曜日)、報恩高野市(毎月21日)、清浄心院さん(毎月第一日曜日)その他、各種イベント等で富貴野菜を手にとっていた方、本当にありがとうございました。「旬を大切に」する。から美味しい『富貴野菜』は、春にむけて充電期間中です。この期間に農家さんたちは野菜作りには欠かせない土づくりや手仕事をします。その間も、暮らしの中に野菜作りがある様々な人たちのインタビューをお届けします。富貴ってどんなところ?どんな人たちが住んでるの?など、地元野菜を安心して選んでもらえるキッカケになりましたら幸いです。



前田 緑さん

95歳

**Q: 野菜を作りはじめて何年で  
すか?**

A: はじめは教師をしながら自分の家で食べる分の米作りをしてました。主人が亡くなって田んぼで米が作れなくなっ  
てから畑を始めました。だから33年くらいかなあ。子どもが好きで退職してからも週に3日はピアノと算数を  
教えてたから、その空いてる時間でやってました。

**Q: 野菜作りが楽しいな〜ってどんな時ですか?**

A: 自分で作ったら愛着が湧きます。種を蒔いて草を抜いたりする中で愛情が湧いてくる、それが楽しいです。  
子どもに野菜を送る時、野菜を通して『気持ち』を送ってる。子どもが喜ぶというのもありますが自分も満足  
感があって、とても楽しいです。孫もお婆ちゃんが作った野菜は甘いと喜んでくれるし、送った野菜をお裾分  
けするのをキッカケにご近所とも親密になる。野菜ひとつにも『心』がこもっている。それが大事だと作りだ  
してから気がつきました。

**Q: 好きな野菜 TOP3 は?**

A: トマト、とうもろこし、黒豆

息子にお婆ちゃんが元気なのは黒豆を食べているからとよく言われます。

**Q: 富貴野菜の魅力を教えてください!**

A: 昔の富貴は『当帰』と『蒟蒻芋』が特産品やったんやで〜 囲炉裏で蒟蒻芋育てたんや、芋掘りやひげむしりも手伝ったよ〜。富貴は山仕事をする人もたくさんいました。蚕も皆んな飼ってたで〜。養蚕所を本宅の横に建ててな、畑では蚕に食べさせる桑の葉を作ってた。あ、野菜の話ちがうな〜(笑)

**Q: 読んでくれる方にメッセージをどうぞ!**

A: 目も悪い、耳も聞こえへん、達者なのは口だけ(笑)でも、よく似た年齢の人が一人暮らしでどっさりおるから、それが励みになっています。あとは教え子が社会人や大農家になって地域を守ってくれてるのは嬉しいです。立派になって本当にありがたいです。最後に、子ども達が増えてきて嬉しいです。これからも若い人達には期待しています。

- 地域おこし協力隊 - 足立 義剛

問 観光振興課 移住定住地域振興室 ☎ 0736-56-2780

# 町民税申告の受付について

申告書は収入の有無に関わらず  
必ず提出してください

## 日程及び会場

地区名	会場	受付日時
町内全域	役場・支所	2月17日(月)～3月17日(月)の平日 9:00～12:00 13:00～17:00
東富貴	富貴児童館	2月17日(月) 18日(火) 9:00～12:00 13:00～15:30
西富貴	富貴児童館	2月19日(水) 9:00～12:00 13:00～15:30
下筒香	下筒香集会所	2月20日(木) 9:30～10:30
上筒香・中筒香	筒香多目的集会所	2月20日(木) 13:00～15:30
東細川	東細川集会所	2月25日(火) 10:00～11:00
西細川	西細川多目的集会所	2月25日(火) 13:30～15:30
神谷	神谷集会所	2月26日(水) 10:00～11:00
西郷	西郷集会所	2月26日(水) 13:30～14:30
花坂	花坂多目的集会所	2月27日(木) 9:30～12:00

## 申告に必要なもの

- 申告書・本人確認の書類、印鑑(必要な場合がありますので、念の為に用意ください)
- 令和6年1月から令和6年12月までの1年間の収入がわかる書類等
  - 給与所得の源泉徴収票(原本)                      ○公的年金等の源泉徴収票(原本)
  - 事業(営業・農業)所得の明細書                      ○不動産・配当の明細書など
- 所得控除に必要な証明書(令和6年1月から令和6年12月までの1年間の支出)
  - 医療費の領収書等(医療機関別、個人別に仕分けしてください)
  - 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書                      ○生命保険料の控除証明書                      ○地震保険料の控除証明書
  - 国民健康保険や介護保険などの保険料の領収証書                      ○寄付金の受領書
- 申告者ご本人の銀行の通帳(還付を受ける方は必要になります)



**留意事項** 申告がない場合は、国民健康保険税の軽減措置や国民年金の免除申請、児童手当・児童扶養手当などの福祉関係の受給申請、町営住宅の手続きなどに必要な所得証明書の発行ができません。

**問** 税務会計課 税務係 ☎ 0736-56-3000 (代)

## 寄付受領 のお知らせ

令和6年、年の暮れ、一乗院様より125kgものお米  
をご寄付いただきました。

ご寄付に込めていただいたお気持ちに沿うよう、お困り  
のご家庭やご苦労されている方々等に様々な方法でお届  
けさせていただきます。

一乗院様のご厚意に厚く感謝申し上げます。



# 高野町営住宅等入居者の募集について



高野町営住宅入居者を下記により公募します。

## 【令和6年度2月 高野町営住宅入居者募集】

団地名	部屋番号	構造	1カ月の家賃	入居可能予定日	備考
うぐいす谷団地 2 号棟	304号	中層耐火 (1LDK)	① 26,000 円 ② 30,000 円 ③ 34,300 円 ④ 38,700 円 ⑤ 44,200 円 ⑥ 51,000 円	令和 7 年 3 月下旬	家賃+共益費 2,500 円
うぐいす谷団地 3 号棟	110号	中層耐火 (2DK)	① 20,100 円 ② 23,200 円 ③ 26,600 円 ④ 30,000 円 ⑤ 34,300 円 ⑥ 39,500 円	令和 7 年 3 月下旬	家賃+共益費 2,500 円
凌雲団地 5 号棟	102号	中層耐火 (3DK)	① 12,200 円 ② 14,100 円 ③ 16,100 円 ④ 18,200 円 ⑤ 20,800 円 ⑥ 24,000 円	令和 7 年 3 月下旬	家賃+共益費 1,500 円 風呂釜 無
凌雲団地 7 号棟	102号	中層耐火 (3DK)	① 12,200 円 ② 14,100 円 ③ 16,100 円 ④ 18,200 円 ⑤ 20,800 円 ⑥ 24,000 円	令和 7 年 3 月下旬	家賃+共益費 1,500 円 風呂釜 無

※家賃は、入居世帯全員の所得額により定まり、その月収額により、①～⑥段階になります。  
また敷金は入居時の家賃3カ月分です。(3LDKの部屋は、単身入居の申込はできません)

※今回は3LDKのお部屋は募集していません

### 1. 入居申込み資格 (次の要件を全て満たしていること)

- 1) 入居資格者は、高野町内に住所又は高野町内に勤務している方であること。  
(入居した場合は、住所を団地住所へ異動のこと。)
- 2) 一定の基準以下の月収額であること。
- 3) 現に住宅に困窮している方であること。(所有する住宅がないこと)
- 4) 町税を滞納していない方で、申込者及び同居人が暴力団員でないこと。

### 2. 申込みに必要な書類

- 1) 「町営住宅入居申込書」
- 2) 「令和6年度(令和5年)町・県民税課税証明書若しくは非課税証明書」(所得金額と扶養人数等の控除内容が記載のもの) 入居者及び同居者全員分(中学生以下を除く)
- 3) 入居者及び同居者全員の住民票
- 4) 入居者及び同居者の町税納税証明書
- 5) 「その他の必要書類」身体障害者手帳等の写し、その他の証明書

### 申込み等の日程

申込みの受付	期 日	令和7年 2月 3日(月) 9時から 令和7年 2月17日(月) 17時まで (土日祝日を除く)
	場 所	高野町役場

公開抽選	日 時	令和7年 3月 3日(月) 13時30分から
	場 所	高野町役場2階 会議室

※ 詳しいことは、ホームページ又は高野町役場 建設課住宅係までお問合せください。

**問 建設課 住宅係 ☎ 0736-56-2934**

## 寄付金活用 のお知らせ

12月中旬、ご寄付いただいた方のあたたかいご厚意と共に、生活支援を必要とするご家庭へお米や食料品をお届けさせていただきました。



## 寄付金受領 のお知らせ

毎月匿名の方から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

## 試験

### 令和7年度自衛官等採用案内

問 和歌山地方協力本部 橋本地域事務所  
 ☎ 0736-32-0744  
 🌐 <https://www.town.koya.wakayama.jp/town/bosyu/30653.html>



#### 【採用種目】

1. 幹部候補生（一般、歯科・薬剤科）
2. 一般曹候補生
3. 自衛官候補生
4. 予備自衛官補（一般・技能）

採用種目ごとに受験資格、受付期間、試験期日が異なります。

詳しくは高野町ホームページでご確認ください。



## 講習会・相談会

### 人権特設相談

問 総務課 ☎ 0736-56-3000

人権擁護委員による相談所を下記のとおり開設いたします。

日常生活において心配事・悩み事等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。

時 2月3日（月）13:00～15:00

所 高野町役場 2階 応接室

¥ 無料



## お知らせ

### 忘れてないですか？1年に1回は特定健診を受診しましょう！

問 住民健康課 保健衛生係 ☎ 0736-56-5600

40歳以上の対象者の皆さん！！特定健診は受診されましたか？生活習慣病は自覚症状がないため、毎年健診を受けることで体の変化に気づくことができます。また健康でいることは医療費の節約にも繋がります。

今年度の特定健診は、令和7年2月28日まで受診することが可能ですので、この機会にぜひ受診してください。ご不明点等ございましたら、住民健康課までお問い合わせ下さい。



### 後期高齢者医療制度に加入の皆様へ 2月中旬に医療費通知を送付します

問 和歌山県後期高齢者医療広域連合 業務課  
 給付適正化班 ☎ 073-428-6688  
 📍 和歌山市吹上 2-1-22 日赤会館9階

被保険者の方が医療を受けた状況を確認できるよう、受診された医療機関等を一覧にした医療費通知を送付しています。

これまで5月と1月の年2回発送していましたが、令和7年2月より年1回発送に変更となります。

#### 従来

発送時期	掲載する診療月
5月下旬	前年10月～12月
1月下旬	前年1月～9月

#### 令和7年2月発送分から

発送時期	掲載する診療月
2月中旬	前年1月～12月



## 正しい医療のかかり方

問 住民健康課 保健衛生係 ☎ 0736-56-5600

### ●医療機関や薬局を適正に利用しましょう。

かかりつけの医師を持ち、気になることがあったらまずはかかりつけの医師に相談しましょう。

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。医療費を増やすだけでなく、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などの心配もあります。

薬が余っているときは医師や薬剤師に相談しましょう（薬のもらいすぎに注意しましょう）。また、薬は飲み合わせによっては、副作用を生じることがあります。お薬手帳の活用などにより、すでに処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせには注意しましょう。

お薬手帳を複数お持ちの場合は、一冊にまとめるようにしましょう。

### ●セルフメディケーションに取り組みましょう。

セルフメディケーションとはWHO（世界保健機関）によると「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」とされています。具体的には、日ごろからの健康管理だけでなく、市販薬を上手に使うなどして自分自身で健康の維持・増進、病気の予防・治療にあたることです。以下のポイントを心がけ、自分の健康に主体的に向き合しましょう。

- 日ごろからの健康管理・生活習慣に気を付ける。
- 健康状態をチェックする。\*
- 病気や薬に関する正しい知識を持つ。
- 市販薬やサプリメントなどを上手に使う。

※ 高野町では健康状態をチェックするため特定健康診査を受診することができます（国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者は住民健康課までお問い合わせください。その他の医療保険に加入されている方はそれぞれの保険者にご確認ください）。また、40歳以上の方は無料で肺がん・胃がん・大腸がん検診を受けられます。20歳以上の女性は子宮頸がん検診を1,000円で、30歳以上の女性の方は乳がん検診を2,000円の負担金で受診することができます。詳細は住民健康課までお問い合わせください。

## 家屋新築・増改築時等の届出について

問 建設課 ☎ 0736-56-2934

新築・改築・増築、改修・

看板の設置、壁の塗り替え

工事、自動販売機の設置

などを行うときには必ず事

前にお問い合わせをお願いします。地区によって認定・許可申請又は届出が必要となります。



建築物の新築（改築）や工作物の建設、開発行為、木竹の伐採等の行為を行う場合は、高野町景観計画の基準に適合しているかどうか審査するため、事前に相談をお願いします。

様々な法律や条例がありますので、まず建設課にお問い合わせください。

### 《新築・改築・改修・外観の色彩変更等を行うときの申請》

#### ■景観条例にかかる申請・届出

高野町内全域において、認定申請・届出が必要です。地区により認定申請・届出内容は異なります。

#### ■建築確認申請

高野山地区（都市計画区域内）では、建物の新築を行う場合に必要です。改築等に関しては10㎡を超える場合は必要となります。また、高野山周辺地区でも、規模・面積・用途により必要となる場合がありますので、確認してください。受付は建設課で行っています。

申請を行わずに建築等を行いますと違反建築物になりますのでご注意ください!!

#### ■周知の埋蔵文化財包蔵地内における工事等について

詳しくは教育委員会へお問い合わせ下さい。

☎ 0736-56-3050

#### ■自然公園法について

詳しくは観光振興課へお問い合わせ下さい。

☎ 0736-56-2780

# 子育て

## 情報コーナー



### 子育て支援センターだより

子育て支援センターは「乳幼児と子育て中の保護者が交流を深める場所」「子育ての不安や悩みを相談できる場所」として開設しています。

**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。  
※利用時間内のお好きな時間に遊びに来てください。

**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、着替えなど

**お願い** 子育て支援センターでは、来られた皆さんが楽しく安心してご利用いただくために下記の5つのことをお願いしています。ご協力よろしくお祈いします。

- 1 お子さんの事故やケガを防ぐため、保護者の方の見守りをお願いします。
- 2 保護者の方で、様々な事情により感染等の不安を抱く場合は、マスクを着用してください。
- 3 手洗い、手指の消毒を実施してください。
- 4 発熱、せき、下痢、嘔吐、倦怠感など体調が悪い時は、利用を控えてください。
- 5 施設内は常時換気していますので、体温調節のしやすい服装でお越しください。

### 2がつのイベント

3日(月) 10:00～11:00

豆まき



13日(木)

親子ふれあい遊び

午前の部 10:30～11:00

午後の部 13:30～14:00



28日(金) 10:00～11:00

みんなの集い



**問** 子育て支援センター  
(高野山こども園内)  
☎ 0736-56-2320

### 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	R6年10月生	4ヶ月児	R6年11月生	2月17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	R6年8月生	6ヶ月児	R6年9月生	
10ヶ月児	R6年4月生	10ヶ月児	R6年5月生	
1歳6ヶ月児	R5年6月生	1歳6ヶ月児	R5年7月生	
3歳6ヶ月児	R3年6月生	2歳6ヶ月児	R4年7月生	
		3歳6ヶ月児	R3年7月生	

**問** 住民健康課 保健師 ☎ 0736-56-5600

# 2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	13:00～16:00		
	高野山 学びの杜 中央公民館	3B体操	12月～2月は活動休止	19:00～21:00	
	書道教室	1月～3月は休講	19:00～21:00	中央公民館 ☎0736-56-2076	
	町民体育館	高野山バドミントンクラブ	毎週月・木曜日	19:00～22:00	
		高野町卓球クラブ	不定期 メンバー募集中! ※詳細はお問合せください	13:00～15:00	
	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	高野町地域包括 支援センター 0120-814-180
高野町保健福祉 センター2F	体操教室	25日(火)	10:00～ (受付9:30)	住民健康課 ☎0736-56-5600	
富貴・筒香	富貴小学校 体育館	健康体操GLEE	毎週金曜日	19:00～20:30	中央公民館 ☎0736-56-2076
		富貴テニス教室	土曜日(2～3回)	18:30～20:30	
	富貴児童館	朝から60分間ウォーキング	21日(金)	9:30～ (受付9:00)	住民健康課 ☎0736-56-5600
	東富貴 多目的集会所	体操教室	7日(金)	9:30～ (受付9:00)	
		みんなでポッチャ	14日(金)	13:30～15:00	高野町地域包括 支援センター  0120-814-180
	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	



# 高野ふれ愛講「TSUNAG」通信



## 「TSUNAG」お助け隊の活動報告です！

富貴地区にお住いの矢辻 須磨子さんは現在91歳。息子さんとお孫さんが家の前の畑を耕しに来るのを楽しみに、元気に過ごされています。

矢辻さんはTSUNAG お助け隊のゴミ出しのサービスを、昨年9月から利用されています。

### 矢辻さんからの一言

お助け隊のサービスを利用するまでは、ゴミの日には手押し車にゴミ袋を載せて300m程離れた集積所まで坂道を運んでいました。今は電話でゴミ出しをお願いしますの一言で済むようになり、大変ありがたいです。91歳になり、まだ自宅で生活できることに感謝です。できることは自分で、しんどい時はお助け隊です！



**問** 高野町生活支援体制整備事業協議体 (TSUNAG)  
生活支援コーディネーター(上西) ☎0736-56-2941  
地域包括支援センター ☎ ☎ 0120-814-180

## 2月の介護予防教室

2月に地域包括支援センターが開催する介護予防教室です。どの会場でもご参加いただけますので、ぜひお越しください。



会場	日時		内容	講師
中の橋老人憩いの家	17日(月)	13:30～14:30	認知症サポーター養成講座	関西福祉情報センター
明遍集会所	13日(木)	13:30～15:00	健康講話と体操	地域包括支援センター保健師
紫雲団地集会所	19日(水)	10:00～11:30	認知症サポーター養成講座	関西福祉情報センター
花坂多目的集会所	25日(火)	10:00～11:30	骨密度測定と体操	県スポーツ振興財団
細川へき地集会所	3日(月)	14:00～15:00	骨密度測定と体操	県スポーツ振興財団
神谷集会所	12日(水)	09:30～10:30	健康講話と体操	地域包括支援センター保健師
筒香多目的集会所	19日(水)	13:30～14:30	認知症サポーター養成講座	関西福祉情報センター
富貴高齢者生活福祉センター	18日(火)	13:30～15:00	骨密度測定と体操	県スポーツ振興財団

**問** 地域包括支援センター ☎ ☎ 0120-814-180

# 大人の健康づくり



## 2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。  
※高根地区については、地域包括支援センターより訪問します。

実施日時	会場名
3日 (月)	12:30～13:00 西細川多目的集会所
	13:30～14:00 東細川集会所
7日 (金)	13:30～14:00 上筒香集会所
10日 (月)	10:00～10:30 相ノ浦集会所
	15:30～16:00 杖ヶ藪 龍福寺
12日 (水)	10:00～11:00 神谷集会所
	13:30～14:00 西郷集会所

実施日時	会場名
13日 (木)	9:30～10:00 下筒香集会所
	10:30～11:00 (旧)筒香小学校
20日 (木)	13:30～15:00 明遍集会所
	9:30～10:00 大滝集会所
21日 (金)	13:30～14:30 高野山多目的集会所
25日 (火)	9:30～10:00 花坂多目的集会所
26日 (水)	10:00～10:30 湯川集会所
	13:30～15:00 中の橋老人憩いの家

問 住民健康課 保健師 ☎ 0736-56-5600

## 高野町地域包括支援センターコラム

11月21日(木)、富貴「かがやきサロン」で「正しい手洗いで感染予防」と題して、橋本市民病院感染管理室長の柘田 美加子先生に感染症予防についてお話をいただきました。

インフルエンザをはじめとした感染症が流行する季節を前に、「正しく知って楽しく感染対策!」として、

家庭に感染症を持ち込まないためには、

- ① 予防接種を受けること
- ② 人込みの中ではマスクを着用すること
- ③ 帰宅前に衣服をはたくこと
- ④ 手洗い・うがいの励行



などをご講義いただきました。

また、マダニ感染症については、参加者からもマダニにかまれた体験談を語っていただき、より身近な研修となりました。



問 地域包括支援センター ☎ ☎ 0120-814-180

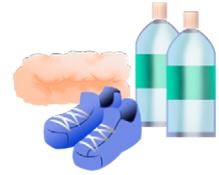
# 生活習慣病の予防のために大切な運動について

土曜・日曜のみの「週末だけ運動」でも糖尿病や高血圧のリスクは減少するといわれていて、運動は自分がやりやすい方法で効果があります!!

イギリスやアメリカの行った研究で、週末の1～2日のみの「週末だけ運動」のパターンの人は、まったく運動をしていない人に比べ、糖尿病や高血圧、腎臓病、心臓代謝疾患などの疾患のリスクを減らせることが明らかになっています。

また、運動を週に1～2回行っている人は、運動をしていない人に比べて、心血管疾患による

死亡リスクが40%低く、がんによる死亡リスクが18%低かったという研究結果も出ています。



「ウォーキングなどの運動を毎日行うのが理想的ですが、それができないという人も、運動をあきらめる必要はありません。どんな運動であつとも、まったくしないでのよりは良いのです。週末しか運動できないとしても、効果を期待できます」と、研究者はアドバイスしています。



運動の時間がなかなか作れない、という声も皆さんからよくお聞きします。

休みの日に、まずはラジオ体操からでも実践してみましょう!!

問 保健師 中川・中西  
☎ 0736-56-3000



## 高野町交流ひろば 2024

11月2日(土)高野山学びの杜特設会場にて高野町交流ひろば2024を実施しました。

町内で活動されている団体や事業者、地域おこし協力隊の方々8団体が出店いただき、町内産の農作物やジビエ、コーヒー、和菓子、クラフトビールなどを販売しました。また、高野町と「観光まちづくり相互連携協定」を締結した九度山町、白浜町のブースも出展し、PRしていただきました。その他企画として町有林で採れた松茸の抽選会も併せて実施しました。当日はあいにくの天候となりましたが、訪れた人々は、商品を買って求めたり、和菓子を食べたりと思い思いの時間を過ごしていました。



問 観光振興課 移住定住地域振興室 ☎ 0736-56-2780

吉野川・紀の川流域協議会主催

# 20周年記念事業

## 「源流体験会」参加者募集!

高野町も参画している本協議会は、吉野川・紀の川の水環境保全の取組を自分自身の活動としてもらえるよう啓発を行っています。この一環として、以下のとおり「源流体験会」を「森

と水の源流館」の協力のもと実施します。奈良県川上村、紀の川（吉野川）の源流の森を訪ね、水環境について考えましょう。みなさまのご参加を心よりお待ちしております。



**日時** 3月22日（土）10：00 集合（16：00 頃解散予定）

**集合場所** 森と水の源流館（奈良県吉野郡川上村宮の平（迫 1374- 1））

※希望者には、大和上市駅（9：30 分発）と森と水の源流館間の送迎有り（要事前申込）

**定員** 50 人（応募多数の場合は抽選）

**申込締切** 2月20日（木）

応募フォームまたは電話での申し込み（参加者全員の氏名と年齢、住所、電話番号、メールアドレス、生年月日、緊急連絡先）

※締め切り後、事務局から結果通知を発送予定

**参加費** 無料

**備考** 昼食、飲み物各自持参

応募フォーム



<https://logoform.jp/f/jUujM>

問 企画公室 ☎ 0736-56-2932

## 高野山に流された戦国武将についての歴史対談

11月24日（日）に金剛峯寺新別殿で「紀伊山地の霊場と参詣道」の世界遺産登録20周年を記念して、「歴史対談 高野山に流された戦国武将たち」が開催されました。

大河ドラマの「秀吉」や「江」の時代考証なども務められた戦国時代史研究の大家である小和田先生と大阪城天守閣の前館長で九度山真田ミュージアム名誉館長の北川先生のお二方を講師として、豊臣秀次や真田昌幸、信繁など高野山に流された戦国武将について、対談形式で分かりやすくお話していただきました。

会場は、新別殿が満席となる盛況ぶりで、参加者は、戦国武将の生涯についての詳しい話を興味深く聞き入っていました。



問 教育委員会 ☎ 0736-56-3050

# こうやわだいこわらべ ドンカカ 高野和太鼓童 DONKAKA

## 第27回 日本太鼓ジュニアコンクール出場決定!

令和6年12月8日(日)、有田市民会館紀文ホールで「第2回和歌山県ジュニアコンクール」が開催されました。今回のジュニアコンクールは、県内7チームが参加し、町内で活動する高野和太鼓童 DONKAKA が優勝しました!

ジュニアコンクールは、高校生までの15名以内で構成されたチームが、4分以内の曲を演奏し、①礼節・衣装、②構え・打法、③演奏技術、④音楽表現、⑤チームワークの項目で採点され順位が決まります。DONKAKA の演奏は6人という少人数で圧倒的に不利と言われていましたが、元気にしっかり打つ、しっかり声を出すことを一番の目標にして、一人ひとりが演奏をして優勝を果たしました。

講評では、「6人とは思えない迫力」「声がしっかり出ていて、よく通っていた」などのコメントをいただき、審査項目の音楽表現では、満点に近い点数を獲得しました。



表彰式の様子 ▲



町長室への表敬訪問 ▲

令和7年3月23日(日)には、大分市「いいちこグランシアタ」で開催される第27回日本太鼓ジュニアコンクールに和歌山県代表としてDONKAKA の出場が決定しています。

代表の中西さんは、「全国大会まで、練習を積んで全国代表が参加するコンクールでも恥ずかしくないパフォーマンスにしていきたい。応援よろしくお願ひします。」と意気込みを語っていました。皆さまの応援よろしくお願ひします。



▲ 演奏の様子

問 企画公室 企画広報秘書係 ☎ 0736-56-2932

## 放送大学入学生募集のお知らせ

放送大学は、2025年4月入学生を募集しています。  
幅広い世代の8万5千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、様々な目的で学んでいます。  
心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。  
資料を無料で差し上げています。お気軽に「放送大学和歌山学習センター(☎073-431-0360)」までご請求ください。  
出願期間は、第1回が2025年2月28日まで、第2回が3月11日まで。



高野町の人口 12月末日現在	人口 2,605人 (前月比 -19)	男 1,273人 / 女 1,332人	世帯 1,522戸 (前月比 -14)	出生 1人	死亡 10人	転入 4人	転出 14人
-------------------	---------------------	---------------------	---------------------	-------	--------	-------	--------

高野町の最新情報は  
公式ホームページを  
ご覧ください。