

宗教と環境と道德の町

KOYA

1

2022 Vol.90

高野町広報

ほう
宝
う
来
ら
い



新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。

町民の皆さまには輝かしい初春を迎えられたことに謹んでお慶び申し上げます。

昨年を顧みますと、一昨年に続き新型コロナウイルス感染症により世界中が混乱した一年となりました。皆様には感染予防対策に対してご理解、ご協力を頂いていることを改めて感謝申し上げます。本町に於きましては、日頃から実践しているコロナ対策の他、新型コロナウイルスワクチンの接種事業等を推進し、いち早く希望する町民の方への2回接種を完了しました。3回目の接種についても速やかに実施できるよう準備を進めてまいります。第6波への備えなど、まだまだコロナと共存しなければなりません。町として皆さまが少しでも安心して生活ができるように、引き続き様々なことに対応できるように努めてまいります。

また、コロナの影響により、町民の皆様への経済支援策として、全町民向け「がんばろう!!高野町応

援商品券」の配布と、お客様向け「聖地高野山応援プレミアム付商品券」を販売させていただきました。これらのコロナ対策事業の推進により、住民の皆様には少しはお役に立つ事が出来たのではないかと思います。

町としては、政府(国)や与野党に対し地方自治体への更なる財政支援、政治主導の強力な感染対策をはじめ様々な事を引き続き要望してまいります。

結びになりますが、今年の干支「寅年」は芽を出したものが、成長していく(見えてくる)、これから成長する物事の「象徴が生まれる(始まる)」年と言われています。新型コロナウイルスの感染状況にもよりますが、コロナによって観光関連を中心にどん底を経験した本町ではありますが、以前のように人々で賑わう高野町に一日でも早く追いつき追い越せるよう行政として取り組んで参りたいと思います。今後更なる高野町の発展を願い、皆様にとって幸多き年となるようお祈りし、新年のあいさつといたします。

高野町長 平野 嘉也

今月の標語

空気の入替え、冬も寒さ対策をして定期的に



タイトル

宝来(ほうらい)

撮影者

高野町企画公室 様

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>

第一回 豊臣秀吉 金剛峯寺と桐の紋



豊臣家墓所。いちばん大きな秀吉の供養塔のみ、昭和15年(1940)に再建されたものです。

高野山の奥之院には、数多くの戦国武将のお墓(供養塔)があり、ゆかりの深いお寺には肖像画・書状などもたくさん伝わっています。毎回、一人の武将にスポットをあて、高野山とのつながりについてご紹介します。



宗ら諸大名が高野山に参詣し、能が大好きだった秀吉はこの時に新作能を披露したといわれています。歌舞音曲が禁止されていた高野山ではこの時、にわかには雷雨となり、秀吉は慌てて山を下りたと伝えられています。

まずは、天下統一を果たした豊臣秀吉(一五三七〜九八)です。金剛峯寺の寺紋である桐と巴は皆さんご存じかと思いますが、この桐は豊臣家の家紋です。現在の金剛峯寺の敷地には

明治二年(一八六九)まで青巖寺と興山寺という、秀吉が深く関わった二つのお寺がありました。秀吉による紀州攻めは有名です。根来寺を制圧し、高野山にも攻めてきた豊臣の軍勢ですが、木食応其上人の尽力によって和睦し、秀吉は高野山を庇護するようになりました。奥之院の御廟、燈籠堂や伽藍諸堂の再建・修理など、高野山の復興のため多大な援助を行い、勅願寺として国家安泰を祈る興山寺と、母の菩提を弔うために、のちに青巖寺となる剃髪寺を創建しました。母の三回忌には秀吉のほか、徳川家康、前田利家、伊達政

宗ら諸大名が高野山に参詣し、能が大好きだった秀吉はこの時に新作能を披露したといわれています。歌舞音曲が禁止されていた高野山ではこの時、にわかには雷雨となり、秀吉は慌てて山を下りたと伝えられています。

豊臣の世は長く続かず、まもなく徳川の治世となりますが、秀吉が高野山に奉納した国宝の五大力菩薩像、重文の紺紙金字法華一品経などの什宝、秀吉が発行した刀狩朱印状をはじめ多くの書状は今も大切に伝えられています。奥之院の豊臣家墓所(県指定史跡)には秀吉のほか、母(大政所)、弟(秀長)、子(鶴松)など一族の供養塔があります。秀吉の命日である八月十八日には、毎年墓所の前で法要が営まれています。また秀吉以降、各地の大名がこぞって高野山に巨大な石塔を建立するようになったので、今の奥之院の景観は秀吉の影響が大きい、といえます。



まちの話題

高野町であったことやお知らせだよ



100歳長寿お祝い



高野山にお住いの岩脇はまゑさんが、9月28日に満100歳の誕生日を迎えられ、ご長寿のお祝いに町長が入所施設の南山苑に伺いました。町長からお祝いを申し上げるとともに「これからも健康にご留意しつつまでも健康で長生きしてください」と記念品をお贈りしました。ご家族や施設職員と一緒に心温まる時間を過ごすことができました。

図 福祉保健課 ☎ 0736-56-2933

新しいCIRが着任

10月より、ウィスナー・ジョナス・ディヴィッド (Wisner Jonas David) さんに代わり、新CIR (国際交流員) となるライカード・トラビス・アレン (Reichardt Travis Allen) さんが、アメリカのウィスコンシン州から来てくれました。Travis (トラビス) さんは、高野山観光情報センターで訪日外国人への情報提供やパンフレット等の翻訳に加え、新しい観光ホームページの制作や、外国人からみた高野山の魅力発信等をしていきます。日本語も堪能で高野山について勉強中ですので、ぜひ日本語でも英語でも高野山の魅力を伝えてあげてください。



図 観光振興課 観光係 ☎ 0736-56-2780

青少年育成強調月間 キャラバン隊来庁



子供・若者の健やかな育成、また社会生活を円滑に行うことができるようにするための支援、取組みとして、11月は子供・若者育成支援強調月間になっています。

仁坂知事からのメッセージを預かったキャラバン隊が和歌山県の各地を訪問し、11月2日(火)にキャラバン隊の隊員で、伊都地方青少年育成県民運動推進委員の中迫義弘さんから平野町長へ知事メッセージの伝達が行われました。

図 高野町教育委員会 ☎ 0736-56-3050

東京2020オリンピック聖火リレー 聖火トーチ寄贈



東京2020オリンピック聖火リレーの聖火トーチが寄贈されました。4月10日(土)に本町で開催された東京2020オリンピック聖火リレーにおいて、数珠屋佳兵衛別館から恵光院の間のランナーを務められました高野山出身の山本正樹さんより、10月21日(木)に実際に使用されたトーチ等が寄贈されました。

寄贈されたトーチは文化祭展示会で展示させていただき、今後は高野町内の小・中学校や町内の施設で巡回展示を行う予定です。山本さんのご意向により、トーチやグッズは自由に写真撮影ができますので、巡回展示の際は是非ご覧ください。

※巡回展示場所等については決まりしだいお知らせします。



図 高野町教育委員会 ☎ 0736-56-3050

高野町民文化祭



11月1日(月)から3日(水)の3日間にわたり、文化協会主催 高野町民文化祭作品展が町民体育館で開催されました。町内のこども園、小学校、中学校、各団体の方の絵画、書道、華道、陶芸、手芸などの作品、又歴史友好都市「善通寺市」の児童生徒の作品を展示しました。

たくさんの町民皆様のご来場ありがとうございました。



図 高野町教育委員会 ☎ 0736-56-3050

子供見守りプロジェクト

子供たちの登下校を見守る、和歌山県警子供見守りプロジェクト(高野山グループ)を実施中です。

皆さんで子供たちを見守るとともに、安心・安全なまちづくりを目指しましょう。



見守り活動の様子



中の橋での様子



集合写真



大学前での様子

図 高野幹部交番 ☎ 0736-56-2436
高野町教育委員会 ☎ 0736-56-3050



Information

問 ☎ 0736-32-0874

税金・お金

■ 給与支払報告書の提出について

●給与支払報告書は町県民税の申告に代わる重要なものです。

令和3年中に給与・賃金等（役員、パート、アルバイト、専従者給与も含む）を支払った事業主の方は、支払額の多少に関わらず、すべての従業員等の給与支払報告書を作成し、総括表とともにその従業員の令和4年1月1日現在の住所地の市町村へ令和4年1月31日までに提出してください。



●所得税の源泉税額がない場合、受給者本人が確定申告している場合も提出してください。

●従業員の個人住民税（町県民税）は特別徴収を実施してください。普通徴収として提出される場合は、「普通徴収切替書兼仕切書」の添付が必要です。

※平成29年分から給与支払報告書はマイナンバー制度の施行に伴い、法人番号および個人番号の記載が必要となっています。

問 総務課 税務係 ☎ 0736-56-3000

■ 町・県民税の申告について

申告期間：令和4年2月16日（水）

から3月15日（火）まで

※土・日曜日を除く

今年も町・県民税、所得税の

申告時期が近づいてまいりました。

もう準備はお済みでしょうか。所得等の申告は様々な証明資料になる大切なものです。申告書は忘れず期間内に提出してください。

※町・県民税の申告書は、2月上旬に前年実績に基づいて対象者と想定される方に郵送いたします。申告書が届かない方で提出が必要な場合は、お知らせください。※各地区の日程及び会場等については、2月号で掲載します。

町・県民税の申告が必要な人

（勤務先で年末調整が済んでいる人、所得税の確定申告をする人は不要です）

◆令和4年1月1日現在、高野町に住所がある人で次のいずれかに該当する人は、前年中の所得等について申告が必要です。

- ・給与所得、年金所得以外の所得がある人
- ・給与を2ヶ所以上の勤務先から受けている人
- ・事業（営業・農業など）、不動産、配当、雑所得などの所得があった人
- ・公的年金所得のみで各種控除の適用を受ける人

※申告書を提出しないと、所得証明書等の交付を受けることができません。また、国民健康保険税等の算定や各種申請にさまざまな支障をきたすことがあります。収入の無かった場合でも「収入はなかった」として申告が必要です。

申告に必要な各種証明書など

- ・印鑑（必要な場合がありますので、念のためご用意ください。）
- ・前年中の給与・公的年金等源泉徴収票（原本）、支払調書、帳簿書類等収入金額がわかる物
※事業所得（営業・農業など）、不動産所得がある方は、収支内訳書を作成し持参してください。
- ・控除を受けるための証明書
- ・生命保険料や地震保険料の控除証明書、国民年金保険料の支払証明書、医療費の明細書など
※医療費控除を受ける方は、個人別、病院別に集計して持参してください。
- ・障害者手帳等（本人または扶養家族が障害者控除の適用を受ける場合）
※障害者手帳等の交付を受けてない65歳以上の方で、要介護認定など、身体や日常生活の状況などが障害者に準ずると認められる方については、事前に福祉保健課へ申請し「障害者控除対象者認定書」の交付を受けてください。<お問い合わせ先／福祉保健課 介護保険係>



試験

■ 母子生活支援施設わかさ職員採用試験案内

採用予定人員 保育士 若干名

資格 昭和57年4月2日～平成14年4月1日までに生まれた方で、下記に該当する方

(1) 保育士資格を有する方（見込み可）

試験 第1次試験 試験内容 … 作文試験

第2次試験 試験内容 … 個人面接

第1次試験日および場所 令和4年1月30日（日）

伊都郡町村及び橋本市児童福祉施設事務組合（予定）

採用予定年月日 令和4年4月1日（予定）

申込用紙配布期間・場所 令和4年1月5日（水）～令和4年1月19日（水）までの9:00から17:00の間

和歌山県伊都郡九度山町九度山617 伊都郡町村及び橋本市児童福祉施設事務組合（母子生活支援施設 わかさ）

受付期間 令和4年1月7日（金）～令和4年1月21日（金）までの9:00～17:00の間

問 伊都郡町村及び橋本市児童福祉施設事務組合

母子生活支援施設 わかさ ☎ 0736-54-2168

相談会

■ 消費生活相談会

クーリングオフ、訪問販売、悪質リフォームなどの消費生活に関する心配事や悩み事の相談。



かつらぎ町役場（第1火曜日）、橋本市役所消費生活センター（第3火曜日）、九度山町ふるさとセンター（第4火曜日）で開催される消費生活相談会もご利用いただけます。

㊚ <http://www.town.koya.wakayama.jp/kurashi/information/12784.html>

時 1月11日（火）13時～16時

所 高野町役場 2階 応接室

問 総務課 庶務人事係 ☎ 0736-56-3000

■ 若者サポートステーション WithYou きのかわ

相談支援員が専門的な視点から、あらゆるご相談を受け付けます。必要に応じて、より適切な支援機関をご紹介させていただく場合があります。

サポステ（地域若者サポートステーション）-----

就職に向けてはじめての一步から継続的に支援します。

・職場見学、職場体験・就職支援セミナー（ビジネスマナー、応募書類の書き方など）

※サポステ対象年齢は15歳～49歳になります。

若者総合相談窓口 With You（ウィズ・ユー）-----

よりよい社会生活に向けて悩みを解決するお手伝いをします。相談内容に応じて、様々な支援機関と連携して支援します。

対 概ね15歳から39歳までの方とそのご家族など

¥ 相談・利用無料

- ・医療費控除の適用を受けられる方は、医療費控除の明細書や医療費通知書を確定申告書の提出する際に添付しなければならないこととされました。
(医療費の領収書は自宅で5年間の保存が必要で、税務署から求められたときは提示又は提出が必要です。)

申告における注意事項

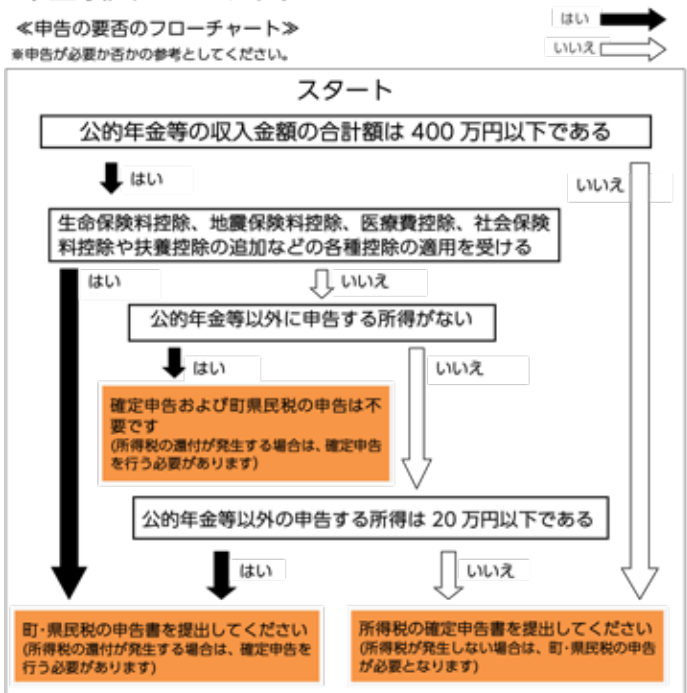
- ◆扶養親族等について、控除誤りが多く見受けられます。所得等が扶養控除の要件を超えていないか、他の所得者と重複していないか、ご家族内で確認してください。
※課税後に控除誤りがあった場合は、町・県民税及び所得税について追加税額を納付しなければなりません。
- ◆16歳未満の扶養親族(年少扶養)について、平成23年分より扶養控除が廃止されていますが、非課税判定の人数に算入しますので記入漏れにご注意ください。
- ◆申告書を郵送で提出される場合は、証明書など必要書類などの添付や記載もれがないことを確認し、できるだけ「書留郵便」などの方法で提出してください。
- ◆マイナンバー法施行の為、本人確認として「個人番号」及び身元確認が必要となりますので、「個人番号カード」又は「通知カード」及び顔写真付きの身分証明書などをご持参ください。
※顔写真なしの証明書の場合は、氏名、住所、生年月日の記載がある物2点が必須となります。

公的年金を受給されている方の申告について

その年の公的年金等の収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下(※)である場合には、その年分の所得税については確定申告書の提出は不要となりました。
※給与所得と公的年金所得の両方ある場合、所得金額調整控除額を給与所得の金額から控除して算出します。

なお、この場合であっても、所得税の還付を受けるための確定申告書を提出することができます。また、確定申告書の提出を要しない場合であっても、各種控除(生命保険料控除、地震保険料控除、医療費控除、社会保険料控除や扶養控除等の追加)の適用を受けるときや、公的年金等にかかる雑所得以外の所得がある人は町・県民税の申告が必要ですのでご注意ください。

年金収入のあった人



問 総務課 税務係 ☎ 0736-56-3000

■ 粉河税務署からのお知らせ

1 粉河税務署の申告書作成会場

粉河税務署の申告書作成会場は、「紀の川市商工会館(粉河)」です。

開設期間 2月16日(水)～3月15日(火)

※土・日・祝日は開設していません。

※2月15日以前及び3月16日以降は、通常窓口での対応となりますので、混雑状況によって、長時間お待ちいただくことがあります。

相談受付時間 9時～16時

所在地 紀の川市粉河878-2

出張相談会場のご案内 -----

所 橋本市保健福祉センター 3階多目的ホール(橋本市東家1-3-1)

時 2月3日(木)～2月9日(水)

※開設時間は9:30～12:00、13:00～16:00までですが、土・日は開設していません。

※会場への入場には「入場整理券」が必要となるほか、整理券の配付状況により、早めに相談受付を終了する場合があります。

※相続税、贈与税、土地・建物・株式等の譲渡所得等の相談は行っていません。

確定申告会場では(スマートフォンをお持ちの方は)、原則としてスマートフォンを利用して申告書を作成していただきます。

2 申告書作成会場での感染症対策にご協力ください

- (1) 混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要となるほか、整理券の配付状況により、早めに受付を終了する場合があります。
- (2) ご来場される際は、マスクの着用をお願いします。(マスクを着用されていない場合、入場をお断りする場合があります。)
- (3) 咳・発熱等の症状のある方や体調のすぐれない方は、入場をお断りします。
- (4) 会場内に筆記用具は用意しておりませんので、ボールペンや計算器具等をご持参ください。

3 国税の納付について

各税目の納期限と口座振替日は下記のとおりです。

申告所得税及び復興特別所得税(納期限) 令和4年3月15日(火)

(振替納税ご利用の方の振替日) 令和4年4月21日(木)

消費税及び地方消費税 (納期限) 令和4年3月31日(木)

(振替納税ご利用の方の振替日) 令和4年4月26日(火)

振替納税をご希望の方は、ご利用を希望される金融機関又は所轄の税務署に「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」を上記の納期限までにご提出ください。

国税の納付は、便利な納付方法(ダイレクト納付・クレジットカード納付・インターネットバンキング、QRコードを使ったコンビニ納付等)の活用をよろしくをお願いします。また、金融機関の窓口でも納付できますのでご利用ください。

なお、税務署の窓口における納税は、午前9時から午後4時までにご利用をお願いします。

納税についての詳細は、国税庁ホームページ「国税の納付手続」をご覧ください。

☎ <http://www.nta.go.jp/taxes/nozei/nofu/01.htm>





お知らせ

■ 高野町役場 ATM 営業終了

＜最終営業日＞2022年1月6日(木) 18:00



日頃より高野町役場 ATM をご利用いただき、誠にありがとうございます。

当 ATM は、2022年1月6日(木) 18:00 をもちまして営業を終了させていただきます。

お客様には大変ご不便をおかけしますが、近隣の高野山支店 ATM をご利用下さいませよう、よろしくお願いいたします。

問 紀陽銀行 高野山支店 ☎ 0736-56-2531

■ 令和4年度橋本周辺広域市町村圏組合入札参加資格審査受付(追加登録)

◎ 物品購入(原材料、修繕、機械点検、リース、レンタル、医療機器、医療材料、医薬品、役務の提供などを含む)、建設工事、測量・建設コンサルタントなど

申込資格 地方自治法施行令第167条の4および11第1項の規定並びに次の各項目による。

- ①令和4年1月11日現在、引き続き一年以上その営業に従事していること
- ②国税及び地方税を滞納していないこと
- ③営業に関し許可、認可などを必要とする場合において、当該許可、認可などを得ていること
- ④営業状態が健全であると認められること

提出書類

○物品 …入札(見積)参加資格審査申請書及び組合が指定する必要書類(A4ファイル綴じ、各1部)

※様式は組合窓口配布又は、組合ホームページよりダウンロードできます。

○建設工事、測量・建設コンサルタント …国土交通省統一様式、その他必要書類(A4ファイル綴じ、各1部)

提出方法 持参または郵送(2月10日消印有効)

※提出書類・方法の詳細は、1月4日から組合HPに掲載しますのでご覧ください。

※受付期間(いずれも土・日・祝日は除く)

1月11日(火)～2月10日(木) ※土・日・祝日を除く

午前9時～正午、午後1時～5時

今回の申請は、令和4年度について有効です。

受付場所・問い合わせ 橋本周辺広域市町村圏組合事務局

〒648-0073 和歌山県橋本市市協一丁目1番6号

☎ 0736-32-7121 ① http://www.hashimoto-kouiki.jp/

■ 高野町入札参加資格審査受付

高野町が発注する建設工事、測量・設計コンサルタント等、物品製造等に係る「一般競争(指名競争)参加資格審査申請」の受付を行います。



受付期間 令和4年1月11日(火)～2月18日(金)

有効期間 令和4年4月1日～令和6年3月31日まで(2年間)

提出場所 高野町役場本庁1階 総務課

注意事項(1) 国土交通省統一様式(2) 各申請書はA4フラットファイル(焼却処分にできるもの)に綴じてください。(3) 受付は持参または郵送(郵送の場合は令和4年2月18日当日消印有効)

※受付票の必要な方は、返信用封筒(84円切手貼)または返信用ハガキを同封してください。

※詳細はお問い合わせください。また、高野町ホームページでもご覧になれます。

問 総務課 ☎ 0736-56-3000(内線122)

■ 糖尿病からの透析導入を避けるため!!

特定非営利活動法人和歌山県腎友会は透析治療をしている患者団体です。

昨今、生活習慣の乱れから糖尿病を患い人工透析を導入される方が非常に増大し、現在、透析をされている方の半数近くになりました。この傾向は、糖尿病を甘く見すぎ、健康診断や掛かり付け医の指示に従わない結果が透析導入に至ります。

糖尿病で透析導入される方は既に合併症を患い、週3回4、5時間の透析治療に耐えられない患者さんが多く見受けられます。

腎臓は「沈黙の臓器」と呼ばれ、体に異常が出た時、すでに手遅れです。一生、続く辛い透析治療を避けるために、「特定健診」や「定期健診」を受診し、早期発見に努めましょう!



※糖尿病から透析導入になった方の声

- ・針金のような太い針を動脈・静脈、2ヶ所を毎回、刺されるのが痛くて非常に辛い。
- ・週3回、4～5時間の透析が一生続くと思うと後悔の念に駆られる。
- ・健診で糖尿病と言われた時、病院に通院し食事管理など医師の言う通り従っていればよかった。
- ・透析をしていると日常の行動に制約が大きい。
- ・水分や体重のコントロールが難しい。

問 和歌山県腎友会 ☎ 073-427-1220

町民広場

町民広場は、地域団体等のイベントやお知らせ、活動紹介をするためのコーナーです。掲載ご希望の方は企画室至企画広報係まで

高野山ねぶたまつり

例年、高野ねぶたは『青葉まつり』で披露巡行されておりましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となったため、高野町商工会青年部が主催となり、10月17日(日)『高野山ねぶたまつり』を開催しました。

当日は、金剛峯寺駐車場に、新旧合わせて4台のねぶたと、小学生が作成したねぶたを披露し、夜間には盆踊りなども行いました。

問 高野町商工会 青年部事務局 ☎ 0736-56-2184



子育て

情報コーナー



子育て支援センターだより

1月のイベント

11日(火)	3B 体操	10:30~11:30
19日(水)	園庭遊び(雨天中止)	10:00~11:00
20日(水)	制作(鬼の面)	10:00~11:00
31日(月)	みんなの集い	10:00~11:00

日時 月曜日～金曜日 9時～14時
(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(高野町保健福祉センター内)

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. 保護者はマスクを着用。
 2. 手指の消毒及び検温の実施。
 3. 体調が悪いときは利用を控える。
 4. 支援センター内での飲食は行わない。
 5. 施設は常時換気しているため、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 ☎ 0736-56-3938
福祉保健課 ☎ 0736-56-2933

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	R3年9月生れ	4ヶ月児	R3年10月生れ	令和4年1月24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	R3年7月生れ	6ヶ月児	R3年8月生れ	
10ヶ月児	R3年3月生れ	10ヶ月児	R3年4月生れ	
1歳6ヶ月児	R2年5月生れ	1歳6ヶ月児	R2年6月生れ	
3歳6ヶ月児	H30年5月生れ	2歳6ヶ月児	R元年6月生れ	
		3歳6ヶ月児	H30年6月生れ	

問 福祉保健課 保健係 ☎ 0736-56-2933

中央公民館 図書室だより



図書の貸し出しは、お一人5冊まで
期間は2週間です。

まちかどサロン縁で開催を予定していた1月のよみきかせの会は都合によりお休みとさせていただきます。中央公民館図書室は、月曜日～金曜日(祝日・年末年始の閉館日を除く)の9:00～17:00に開室していますので、お気軽にお越し下さい。

ご来館のお客様へのお願い

・咳や発熱など体調がすぐれない方は、ご来館をお控えください。・ご入館の際は必ずマスクを着用し、手指の消毒にご協力ください。※イベントについては、今後の新型コロナウイルス感染症の状況等によって変更・中止する場合があります。ご了承ください。

問 高野町中央公民館 図書室 ☎ 0736-56-2076



1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	中央公民館	フレッシュ体操	6日、20日、27日(木)	13:30~15:00	高野町 中央公民館 ☎56-2076
		3B体操	17日、31日(月) 27日(木)	19:30~21:00	
	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	
		卓球クラブ	月曜日~金曜日	13:00~15:00	
富貴	富貴小・中学校 体育館	健康体操GLEE	毎週金曜日	19:30~21:00	高野町地域包括 支援センター ☎0120-814-180
		富貴テニス教室	土曜日(2~3回)	18:30~20:30	
	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~	
花坂	花坂小学校 グラウンド	グラウンドゴルフ(花坂)	25日(火)	9:00~11:00	
高野山	屋内 ゲートボール場前	グラウンドゴルフ(高野山)	毎週木曜日	9:00~	福祉保健課 ☎56-2933
	高野町 保健福祉センター	健康づくりウォーキング 下記参照	18日(火)	10:00~ (受付 9:30~)	

※諸事情により変更する場合があります。

みんなで歩こう! 高野町 健康づくりウォーキング

日時 令和4年1月18日(火) 10:00開始(受付 9:30から)

※高野町に警報が発令している場合は中止します。

場所 高野町保健福祉センター

※高野山以外の地区にお住まいで運転されない方は、
送迎いたしますので事前にお問い合わせください。



内容 作業療法士と一緒に運動教室

※報恩高野市で使用できるチケット発券!

持ち物 タオル、上靴、飲み物等 ※動きやすい服装でご参加ください。

主催: 高野町福祉保健課 協力: (一社) 高野町観光協会

☎ 福祉保健課 保健係 ☎ 0736-56-2933

今月の俳句

境内の 一杯の 振りかえり 枯草を 里山の
銀杏ひとつ コーヒー旨し そっとふれたく 集めて燃やす 晩秋の色
落ちる音 冬の朝 夫の背 移りゆく

宮口進 岡本澄美子 角田久栄 中垣内啓子 松岡智美

このコーナーでは、町民の皆様からの
俳句・川柳などを掲載いたします。
ふるってご参加ください。
掲載希望の方は企画公室・企画広報係
(☎ 56-2932) まで!

(富貴俳句会)

冬場の「脱水」に気をつけて



先月号でお知らせした「閉じこもり」のおわりに添えた「脱水」
についてお話しします。

「脱水」というと、汗をかく夏をイメージする方も多いのではないのでしょうか。しかし、
空気が乾燥し、夏に比べ水分摂取が少なくなりがちな冬場は、高齢の方にとって
脱水の危険が高まる季節です。特に、暖房器具などの使用で乾燥した環境では、皮
膚や粘膜から水分が失われるので、こまめな水分補給が必要です。普通に呼吸をする
だけでも体内の水分は奪われます。1時間に100cc程度の飲水に心がけましょう。

高野町地域包括支援センターとは

高野町地域包括支援センターは、高野町役場(福祉保健課内)にある総合相談窓口です。誰に相談
すればいいかわからない、介護や福祉、介護保険の疑問などにお答えしています。介護・医療・保
健・福祉の専門職と連携して、皆さまが住み慣れた地域で暮らし続けていくことをサポートしてい
きます。ご相談は、高野町役場内(地域包括支援センター)までお問い合わせください。

☎ 高野町地域包括支援センター(高野町役場内)
☎ ☎0120-814-180 または 0736-56-2933

大人の健康づくり

健康相談 ※保健師による相談と簡単な健康チェック（血圧測定、検尿等）を行います。



実施日時	会場名	備考	
1月5日(水)	10:00~10:30	大滝集会所	
	高根地区については、地域包括支援センターが個別に対応します。		
1月6日(木)	10:00~10:30	相ノ浦集会所	
	15:30~16:00	杖ヶ藪 龍福寺	
1月7日(金)	13:30~15:00	高野山多目的集会所	
1月11日(火)	9:30~10:00	西細川多目的集会所	
	10:15~10:30	東細川集会所	
1月13日(木)	12:30~13:00	桜茶屋(秋月様宅)	
	13:15~13:45	西郷集会所	理学療法士が同行します
	10:00~10:30	湯川集会所	
1月15日(土)	9:30~10:00	下筒香集会所	
	11:00~11:30	(旧)筒香小学校	
	13:30~14:00	上筒香集会所	
1月19日(水)	10:00~12:00	神谷多目的集会所	
	13:00~15:00	明遍集会所	
1月25日(火)	9:30~11:00	花坂多目的集会所	
1月26日(水)	13:00~15:00	中の橋老人憩いの家	

問 福祉保健課 保健師 ☎ 0736-56-2933

知ってください。 「自筆証書遺言書保管制度」

遺言書は、次世代に残す故人の意思であり、残された親族間の紛争を未然に防ぐものです。ご自身で作成された遺言書を法務局へ預けることで、より安心なものとなります。あなたの大切な遺言書を法務局が守ります。自筆証書遺言書保管制度をぜひご利用ください。

問 和歌山地方法務局橋本支局 ☎ 0736-32-0206



保存版

預けて安心! 自筆証書遺言書保管制度

**和歌山地方
法務局**

遺言書の保管の申請には
手数料 **3,900円**が
かかります。

あなたの
大切な遺言書を
守ります

お気軽に
お問い合わせ
ください

お問合せ先

和歌山地方法務局 本局	073 - 422 - 5131 (代表)
和歌山地方法務局 橋本支局	0736 - 32 - 0206
和歌山地方法務局 田辺支局	0739 - 22 - 0698
和歌山地方法務局 御坊支局	0738 - 22 - 0335
和歌山地方法務局 新宮支局	0735 - 22 - 2757

手続には予約が必要です

詳しくは **和歌山地方法務局 遺言 検索**

高野山総合診療所

1月診療のお知らせ

診療日程と担当医師

※都合により内容が変わる場合がありますのでご了承ください。

☆1月6日(木) 午後2時30分から4時まで 臨時的眼科診療を行います。(受付時間:午後1時00分から午後3時00分まで)

曜日	総合診療科				眼科 受付時間 午前 8時～10時半	夜間
	1診(予約診療)		2診(初診・急患)・整形外科			
	午前 9時～11時半	午後 1時～4時	午前 9時～11時半	午後1時～4時 整形外科2時～4時		
月	廣内	田中	田村	整形外科 (木岡先生・峰先生)	午前10時～11時半 金先生/永井先生	
火	脳神経内科 廣西先生	廣内	田中			
水	廣内		総合内科(第1・3 橋本先生) 田村			
木	廣内		総合内科(第2・3・4 石亀先生) 田村			
金	(第2小児科古宮先生) 田村	田村		整形外科 (木岡先生・峰先生)		*急患のみ対応可 午後7:00～翌朝7時 ※医師の都合により午後 8時～の場合もあります
土	休診 *急患のみ対応可					*急患のみ対応可 午後7:00～翌朝7時
日	休診 *急患のみ対応可					

専門外来

*受付時間は、午前8時30分～11時30分、午後1時～4時まで

眼科(月曜日 午前)

受付時間:午前8時～10時30分
診察時間:午前10時～11時30分

整形外科(月曜・金曜日 午後)

受付時間:午後1時～4時
診察時間:午後2時～4時

脳神経内科(火曜日 午前)

受付時間:午前8時30分～11時30分
診察時間:午前9時～11時30分
※物忘れや認知症などの相談も行なっています。お気軽にご相談下さい。

総合内科(第1・3水曜日、第2・3・4木曜日)

小児科(第2金曜日 午前)

受付時間:午前8時30分～11時
診察時間:午前9時～11時
※第1木曜日の午後1時から、子育て相談を行なっています。
お気軽にお越しください。

禁煙外来(月～水・金曜日 要予約!!事前にご相談ください。)

※禁煙認定指導医・禁煙支援士が治療にあたります。

お知らせとお願い

- *予約診療については、日により時間制限がありますのでご了承下さい。
- *月曜日の午後と金曜日の1診では、初診・急患の対応させていただきます。
- *診療時間外の急患対応について
「休祝日の昼間」と、「木・金曜日の夜間」、「土曜日及び連休の場合の休祝日前日の夜間」は急患対応しますが、病状によっては他の医療機関の受診をお願いする場合もございますので、**受診前に必ず電話でお問い合わせ下さい。**
- *不定期で富貴診療所の代診(田中・田村)
- *当院は、臨床研修医の研修協力機関となっております。令和3年4月1日から令和4年1月31日まで臨床研修医が診察等行いますのでご理解いただきますようお願い致します。

診療時間内に体調不良を感じたら、できるだけ早く受診するようにして下さい。

〒高野山総合診療所 ☎0736-56-2911

保健師 コラム

おせち料理は塩分に注意!!

正月の料理として古くから日本に伝わる「おせち」。かつては手作りが当たり前でしたが、近頃ではスーパーやコンビニでも様々なおせち料理を購入することができるようになりました。家族の健康長寿・無病息災を祈るというのがおせち料理の昔からの習わしです。さらに、お正月の間は料理から解放され、主婦にも休んでもらうという意味もあることから、保存性が高まるよう、食塩が多く使われています。そのため血圧が高い人は注意が必要です。例えば、「喜ぶ」の語呂合わせから縁起物である昆布巻きは、1個(35g)あたり、約0.7gの塩分が含まれています。また、形が日の出を表している点から縁起が良いとされているかまぼこは、3切れ(40g)あたり約1gの塩分が含まれています。(日本食品標準成分表をも

とに算出) 現在和歌山県全体では、男性10.6g/日、女性8.8g/日の塩分を摂取しているという報告があります。(H28.国民健康栄養調査)それを踏まえて、第三次和歌山県健康増進計画では、男女ともに塩分量の目標が8.0g/日と定められました。つまり、普段の食事のときから塩分量が目標値より多いことがわかります。そこで大切になるのが、普段からカリウムを摂取することです。カリウムは水に溶けやすく、体内の過剰な塩分の排出を促す働きがあります。おせち料理は普段の味よりも濃い食事になっているので、一緒に摂れるようにするのもいいと思います。

カリウムの多い食品

ほうれん草・小松菜・キャベツ・白菜・大根・ごぼう・さといも・じゃがいも・柿・りんご・バナナ・いちご・レモン など

☎ 福祉保健課 保健師 ☎ 0736-56-2933

昔から今も残る

高野町内の名所シリーズ

68



観音堂

かんのどう



▶ 観音堂

観音堂は相ノ浦にあるお堂で、現在、相ノ浦丹生神社の北側に位置し、観音菩薩坐像がまつられています。観音寺とも呼ばれています。江戸時代の地誌『^{きいしよくふどき}紀伊続風土記』に「観音寺 境内周三十間、明神の境内にあり、堂方七間」とあります。

また、相ノ浦区有文書によると、観音堂は享保 13(1728)年に焼失、3年後の享保 16(1731)年に再建され、その後も屋根替えなどの普請が度々行われてきました。現在の観音堂は昭和 27(1952)年に再建されたものです。

観音堂の前には佐田氏奉納の常夜燈が立てられています。佐田氏は「貞」から「佐田」に変わられたようで、貞氏は、南朝に仕え官位を得た旧家であることが『紀伊続風土記』に記されています。また、「相之浦村由来記」によれば南北朝時代に貞藤左衛門が同志とともに吉野から相ノ浦に移り住んだとあります。

貞氏をはじめ相ノ浦の住民に支えられ、観音堂は今も大切に守られています。

(教育委員会)

(相ノ浦)

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も登場▶



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。

高野町の人口
11月末日現在

人口 2,812 人 (前月比-8) 男 1,353 人 / 女 1,459 人 世帯 1,575 戸 (前月比-2)
出生 1 人 死亡 6 人 転入 5 人 転出 8 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。