

宗教と環境と道徳の町

KOYA

7

2023 Vol.108

高野町広報

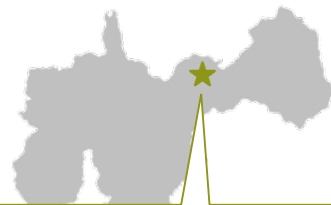


木造り

高野町 来てみたら

このコーナーでは、高野町に魅力を感じ移住された方や、高野町の魅力を経験するためにお越しになる方にインタビューをし、その魅力を語っていただきます。高野町に住んでいても、意外と知らない地元の魅力がまだまだたくさんあるはず。移住されてきた方から見た高野町の魅力をお届けします。

第2回目となる語り人は、杖ヶ藪地区に移住された宇奈手さんご家族です。



つえがやぶ
杖ヶ藪

「こや七不思議」のひとつで、弘法大師が道端に差し込んだ竹の杖で水が湧き、やがて大きな竹藪になった場所といわれています。



杖ヶ藪に移住したきっかけ

もともと妻は書道、僕は音楽をしていました。奈良や京都に住んでいましたが、コロナが流行りイベントがなくなり、もうどこを生活の拠点としても良いわあと思い、書道と音楽が出来る広い場所を探していたところ、西辻さんが企画した色々なイベントに参加していたご縁で「ここにきたらどうや。」とこの家を紹介してもらいました。

高野山を開山した弘法大師も書道の名人だったし、ここなら書道や表具をする広さもあり、人が少ないから24時間笛も吹けるし良いんちゃうかと提案してもらいました。都会は得意じゃないし杖ヶ藪はちょうど良い環境やなあと思い、僕が先に杖ヶ藪へ引っ越してきて、その後この子を授かり、家族全員でここに住もうと決めました。地域おこし協力隊の募集があり、ぜひ！と応募しました。物の片付けや床の修繕などが必要でしたが、それぐらいなら自分で直して住めるなあ。



▲杖ヶ藪に関する「摩尼」「如意」などの作品



▲杖ヶ藪神社の扁額を制作中



▲富貴産ホップ使用「天空般若」の奉納式のために奉納目録を筆耕（侑子さん）

杖ヶ藪の魅力

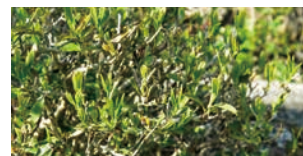
とても良いところやと思っています。空気がとてもおいしく、車もほぼ来ない。虫は多いけど、夜は星が凜としてもすごく綺麗で、冬には流星群がすごく良く見える。雪はそんなに降らず、氷点下も高野山ほどはきつくないので、昔の人達は避寒地にしてたんちゃうかなと思います。

インターネットで検索しても杖ヶ藪のことはあまり出てこないが、この家の掃除をしていると、昔役員などをしてきた家だからか、本や資料がたくさん出てきて、調べていくうちに歴史や風習がだんだんと分かり、なるほど面白いところだなあと。今は地域の社を丹生神社の1つにまとめていますが昔は点在していて、各社にろうそくを立てて疫病除けなどを祈る「火とぼし」という風習があったそう。地域おこしの事業に『観光』という項目があり、歴史や風習など、村を散策し体験できるようにできたら面白いなあと考えています。

もともと二人でラオスやカンボジアなど旅をしていて、世界遺産の「アンコール・ワット」などに興味がありました。弘法大師が唐にいた時にカンボジアやラオスに広がったものと、日本に来たもので共通点がすごくあると感じ、伽藍の中に神社があるなど神仏が分離する前の時代を感じられたりと、色々考えると個人的には宗教的にもとても面白い場所だと思っています。



▲杖ヶ藪で採れた茶葉のお茶



▲お茶の葉

杖ケ藪で半世紀ぶりに誕生

杖ケ藪で子どもが生まれるのはおよそ半世紀ぶりだそう。名前は風介^{ふうすけ}。西辻さんの先祖の方で「げんすけ」さんという人がいて、せっかくここのご縁もあるのでそこから「すけ」をいただきました。ここは、すごい風が吹いて雲がふわーっと流れていくのが水墨画のように綺麗で、そんな常に移りゆく「風」のように物事にこだわらんと生きていただきたい。人と人とを「介」する、結びつけるような人になってほしい、そんな意味を込めて風介とつけました。

どんな道でも自分で切り開いてほしい、都会でも田舎でもどこでも自分で選んだら良い。昔の子どもたちはよく崖からジャンプしたり落ちたりしていたらしく、この環境で育てばだいぶ体力もつくんちゃうかなあ。この子が大人になっても、杖ケ藪の歴史や文化などがちょっとでも続いているように出来たら理想だなあと考えています。彼の故郷はここ杖ケ藪やから。

心配なこと

今心配なことは特にないけど、道や石垣が崩れたら生活が難儀になるなあと思います。支援物資が届いてWiFiが繋がってたらいいけれど。この子の医療の問題はあるけど、食料さえあれば、いざとなれば電気・ガスはなくてもいけるから。道や石垣は自分たちじゃどうにもならないが、自分たちで出来ることはしようと思っています。

赤ちゃんのこともよく保健師さんが見に来てくれるし、大雪になったら安否確認の電話もくれるし、少人数の地区でも色々手をかけてもらえるのは非常にありがたいなあと思います。

あとはこの子が大きくなった時、スクールバスが来てくれるのかどうか。オンラインでも出来るようになるのかなあと思うが、ネット環境の問題もある。できれば高野町の学校に通ってくれたらこの子にも良い気がします。英語主体などの高野町の教育方針も面白いなあと思っています。

これから

杖ケ藪にたくさんある歴史や文化を少しでも残していきたい。高齢化がすすみ、人もどんどん少なくなっている。もともと住んでいた人も戻って来れるような場所にしたい。人が来たときに、一体ここにどういう文化や風習があるかなどの発信元になれたらなというのが今のコンセプト。大師堂や昔あった場所などが分かるように、妻が書道で書いた看板を設置したりなど考えています。観光振興課の2人や杖ケ藪の人達と話しながらすめていこうと思っています。

実際に来た人は「令和じゃなく昭和の時間が流れている。」「縁側でぼーっとしているだけでも贅沢や。」という人も。そういうニーズの人に来てもらえたら。杖ケ藪は、ほとんど坂で丹生神社が一番上やから登ると結構いい運動にもなるし、餅つき、茶粥やこんにやくを食べてもらうなど、1日ゆっくり過ごしてもらえるツアー内容などにしたいなと考えています。秋ごろには、杖ケ藪を題材にした書道の作品を観光情報センターなどで展示できたら、なども考えています。書道や音楽やツアーなどで少しでも昔の文化をエッセンスとして残して、昔の人が何を思っていたかというのを感じてもらえるように、がテーマになっているかなと思います。

SNSでこの場所の発信を少しずつでもというところで、まずは電話もつながらず、来てくれた人にも使ってもらえるようにも、ネット環境整備からという現状。都会の若い子に聞いたが、案外都会の人とかは、ただただ自然の風景の映像をBGMとして流している人が



宇奈手さん Family



たけし
毅さん
ゆうこ
侑子さん
ふうすけ
風介くん(6か月)

令和4年8月1日に、杖ケ藪地区 地域おこし協力隊として侑子さんが着任されました。おふたりで地域活性化のために活動する中、11月には長男 風介くんが生まれ、地域ではおよそ50年ぶりとなる赤ちゃんの誕生となり、平均年齢が一気に下がることに！明るく楽しい毅さんと優しく穏やかな侑子さん。風介くんは、あまり泣かず、きりっとした表情で0歳児とは思えない貫禄の持ち主でした。



音と映像で描く杖ケ藪

<https://www.youtube.com/@tuegayabu>



杖ケ藪地域おこし

<https://instagram.com/Vtuegayabu?igshid=ZDdkNTZiNTM=>



多いみたいで、ずっとワンカットを流す動画もちよこちよこ見ている人が増えている。動画を見て、実際に来てみたいと思ってもらえるように。今Youtubeで配信している映像の閲覧者は、国内と国外5割ずつ。英語でも発信したほうがいいのかなどと思っています。



▲ 足で2種類の太鼓、鼻と口で笛を吹く毅さん



▲ 両方の鼻で笛を吹く毅さん



▲ 演奏する毅さんと聞き入る二人

「となりの人間国宝さん」(関西TV)に2回出ている。普段は渋い音楽やけど、出演時はおちゃらけ系。その時は足で太鼓を叩いて、鼻と口で笛を吹く。笛の種類は、篠笛や龍笛や尺八など。鼻で吹く笛は、台湾の原住民族が狩ったものの魂を鎮めるための儀式。滑稽に見えるが真剣で、口はものを言い嘘をつき汚れているので、神聖な鼻で神様に捧げるとい意味があります。

応おう其ご供く養よう塔とう

(高野山)



▲奥之院 応其上人廟

応其は近江の武士の家に生まれました。天正元年(1573)、38歳で高野山に上って得度しています。応其は五穀を絶ち、木の実を食す修行をしたことから木食上人もくじきともいわれています。

応其は豊臣秀吉からの信頼が厚く、秀吉が天下を掌握し、根来、高野、熊野の三山に帰順を求めた際も高野山との仲介役となり、高野山の無条件降伏に尽力しました。根来は秀吉に

逆らい焼き討ちにされましたが、一方高野山は応其に対する秀吉の信頼を反映して、高野山の所領が安堵されています。また、秀吉からの寄進で高野山に興山寺が建立され、興山寺は明治2年(1869)、青巖寺と合併し現在の金剛峯寺となりました。

弘法大師御廟前の西手に応其の五輪塔があります。この五輪塔は文禄4年(1595)に弟子によって建立されたものです。『紀伊国名所図会』に「銘文長し」とあるように、応其自身の修行の様子や、70あまりの堂塔を修復し、50あまりの池を新しく作ったりした応其の経歴がたくさん刻まれています。

また、奥之院のお茶処の向かい側には応其上人廟があります。

ほかにも奥之院には天正19年(1591)に建立された一石五輪塔の応其供養塔が残されています。この五輪塔は砂岩製で総高が約90cm。銘文に「天正十九年辛卯應其、興山上人、春二月初三日壽位」とあり、応其のために造立されたものです。

応其は紀ノ川に橋を架けることに尽力したり、塩市を開いて商業を発展させたり、高野山に限らず橋本伊都・那賀地方でも活躍しています。高野山の中興の祖である応其の多くの遺跡をこれからも大切に守り続けていきたいと思います。

(大名墓総合調査委員会 / 教育委員会)



▲天正19年 応其の一石五輪塔



タイトル 木を学ぶ

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>

北条氏直 「小田原攻め」

のその後



北条氏直供養塔

高野山には戦に敗れた武将が蟄居(謹慎)のために送られる場所となっていた、という面があります。俗世から隔絶された聖地であること

後豊臣秀吉の勢力が拡大すると、秀吉が大名間の私闘を禁じたにもかかわらず、真田昌幸と領地争いをしたため(名胡桃城事件)、天正十八年(二五九〇)秀吉率いる大軍が小田原城を包囲します(小田原攻め)。三ヶ月におよぶ籠城ののち、北条方は降伏、父の氏政は切腹し、氏直は家康の婿(むこ)というのもあって助命され、高野山へ配流となりました。同年八月十二日、重臣約三十名ら総勢三〇〇名と共に高野山に到着し、高室院

(生前に建立?)か十九年と読めます。ところで高野山内の「小田原通り」の名は、通りにある高室院に小田原北条氏の氏直が滞在したから、と言われますが、実際は平安時代の僧で高野聖の祖とされる教懐上人(二〇〇一〜一〇九三)が小田原(京都府加茂町)よりこの付近に移り住み、小田原聖と呼ばれる集団を形成して活動したことに由来します。

日本仏教の聖地「金剛峯寺」のお坊さんのおはなし

と、各地の大名家にゆかりのあるお寺が生活の世話をできる、ということも一因のように思います。今回ご紹介するのはそのような戦国大名の一人、北条氏直(一五六二〜九二)です。

氏直は北条早雲を祖とする小田原北条氏の第五代当主で、相模国(神奈川県)を中心として、氏直の代には関東一帯を領地としました。父は四代当主氏政、母は武田信玄の娘・黄梅院で

す。北条氏本拠地の小田原城で生まれ、家督を継いでからは織田信長・徳川家康らと共に武田家を攻め滅ぼし、信長没後の混乱期を経て家康の娘を妻とし、徳川家と同盟を結びます。その

氏直の供養塔は一の橋と中の橋の中間付近、参道から少し山手に入ったところにあります。北条家墓所にひっそりと建つ宝篋印塔は一部が欠損し、文字も判読しにくいですが天正十八年

後豊臣秀吉の勢力が拡大すると、秀吉が大名間の私闘を禁じたにもかかわらず、真田昌幸と領地争いをしたため(名胡桃城事件)、天正十八年(二五九〇)秀吉率いる大軍が小田原城を包囲します(小田原攻め)。三ヶ月におよぶ籠城ののち、北条方は降伏、父の氏政は切腹し、氏直は家康の婿(むこ)というのもあって助命され、高野山へ配流となりました。同年八月十二日、重臣約三十名ら総勢三〇〇名と共に高野山に到着し、高室院

北条氏墓所 小田原と河内狭山の北条氏歴代の供養塔がコの字形に並んでいます。氏直は左奥の角です。(高室院管理)





まちの話題

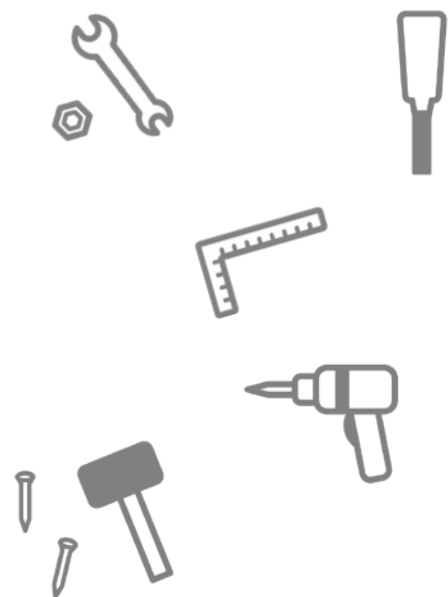
高野町であったことやお知らせだよ



高野山中学校で高野の木を使った 机天板製作授業

4月25日(火)、高野山中学校において、新1年生21名が林業について学ぶ「木育」の授業を受け、自ら使う机の製作を行いました。

机の天板と物入れ部分は、奥之院周辺の森で育った木を使用しています。高野町の木の温もりを感じ、勉強のお供として卒業まで大切に使うてください。



問 観光振興課 移住定住地域振興室 ☎ 0736-56-2780



高野町こども観光大使任命式

4月24日（月）高野山観光情報センターにおいて、高野山小学校6年生に「高野町こども観光大使」を任命しました。令和5年3月28日に「高野町観光広報大使」に任命された「高野町公式PRキャラクター りくぼくちゃん」も応援にかけつけました。

この1年、地域学習の一環として高野町の魅力をいろいろな角度から学び、多くの人に発信できるよう頑張ってください。



問 観光振興課 ☎ 0736-56-2780
教育委員会 ☎ 0736-56-3050

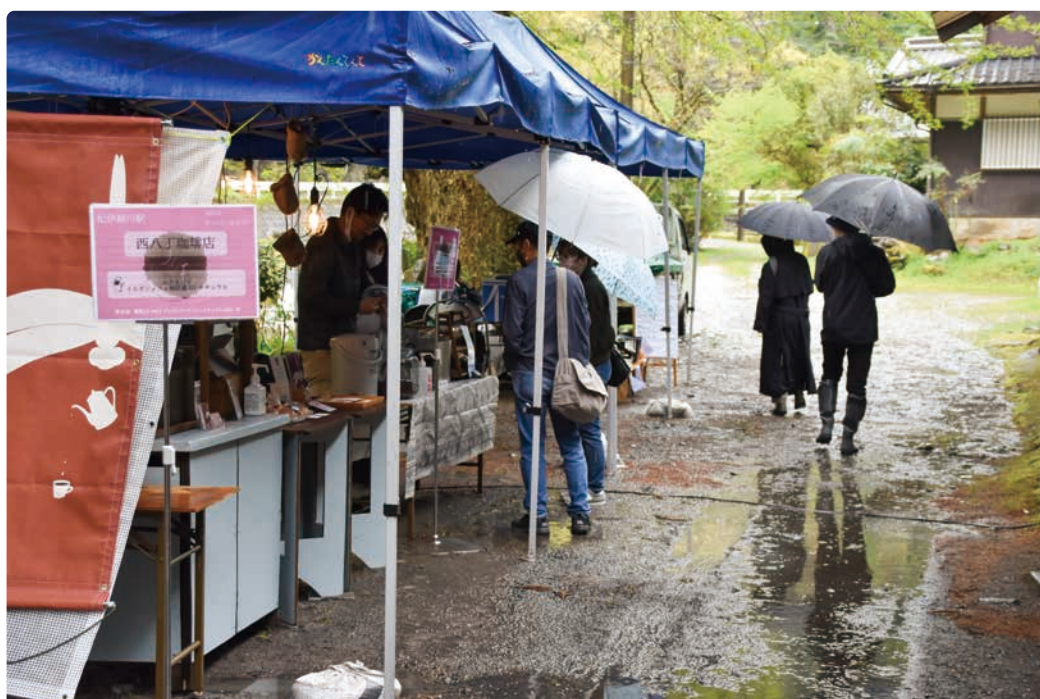


高野山とふもと ジャパンコーヒーフェスティバル2023が開催されました

4月15日（土）、16日（日）の2日間、南海高野線沿線各駅で「高野山とふもと ジャパンコーヒーフェスティバル2023」が開催されました。高野町内では、神谷地区の旧白藤小学校と細川地区の八坂神社が会場となり、各コーヒーショップや地元団体のブースが出店しました。2日間とも大勢の人でにぎわい、コーヒーを飲みながら思い思いの時間を過ごしていました。



coffee しらふじの刀祿さん



八坂神社の様子



問 観光振興課 移住定住地域振興室 ☎ 0736-56-2780



令和5年度 全国消防長会東近畿支部 消防職員意見発表会 結果報告



4月27日(木)に石川県金沢市において、東近畿支部消防職員意見発表会が開催され、高野町消防本部の門谷雅也副士長(23才)が和歌山県代表として出場しました。

同支部内1府6県から選び抜かれた9名の消防職員が、それぞれの発表テーマで熱弁を振るう中、消防歴5年の門谷副士長は、「手話は言語」と題して発表し、県大会以上の実力を発揮して健闘しました。

門谷副士長は、「この貴重な経験を今後の消防業務に活かしたい」と決意を新たにしました。



問 消防本部 総務係 ☎ 0736-56-0119

民生委員・児童委員 厚生労働大臣特別表彰

永年にわたる民生委員・児童委員としての功績を讃えられ、西山 和代氏が厚生労働大臣特別表彰を受賞されました。心よりお祝い申し上げます。

問 介護福祉課 ☎ 0736-56-2933



介護福祉課から寄付金受領のお知らせ

毎月匿名の方から生活に困っている方々へ、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。コロナ禍において寄付いただけることに深く感謝申し上げます。



Information

試験

警察官採用試験

問 橋本警察署 ☎ 0736-33-0110

和歌山県警察では、警察官の採用試験を予定しています。

採用試験案内は、橋本警察署もしくはお近くの交番・駐在所にて6月16日より配布されています。

また、申し込みについては和歌山県のホームページ「和歌山県電子申請サービス」からインターネット受付となります。

第1次試験の予定日は、9月17日(日)の予定です。

受験資格

●警察官A・・・

33歳未満(令和6年4月1日現在)大学卒業者(令和6年3月卒業見込みの者を含む)

●警察官B・・・

18歳以上33歳未満(令和6年4月1日現在)警察官Aの受験資格に該当しない方



事業者の皆様の経営上の『よろず』相談を、橋本商工会議所で

問 和歌山県よろず支援拠点(公益財団法人わかやま産業振興財団内) ☎ 073-433-3100 🌐 <https://yorozu.yarukiouendan.or.jp/>

「よろず支援拠点」は国が全国に設置する無料の経営相談所です。会議所と合同で事業者の皆様に売上拡大・経営改善等のお悩みやIT・チラシ等販促物見直しに関わる相談対応をいたします。事前予約制。上記までご連絡ください。



時 原則毎月第1火曜日(例外:令和6年1月9日開催) 13時～、14時～、15時～(60分)

所 橋本商工会議所

¥ 無料

申 上記問合せ先まで

行政相談員の委嘱について

問 総務課 ☎ 0736-56-3000

令和5年4月1日に、総務大臣から行政相談委員に中本勝也様が再委嘱されました。行政相談委員とは総務大臣が法律に基づいて有識者の中から委嘱しているボランティアです。全国で年間約8万件に及ぶ相談を受け付け、助言や関係行政機関に対する通知等を行なっています。

◎ 担当行政相談委員

住 所 高野町大字高野山765番地

氏 名 中本 勝也(総務大臣委嘱)



高野町では、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 7月7日(金) 10:00～12:00

所 高野町役場 2階 応接室



説明会・相談会

消費生活相談会

問 総務課 庶務人事係 ☎ 0736-56-3000

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

時 7月11日(火) 13:00～16:00

所 高野町役場 2階応接室

内 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。





事業承継のご相談をお受けします

問 和歌山県事業承継・引継ぎ支援センター

☎ 073-499-5221

和歌山県事業承継・引継ぎ支援センターは、国が設置する公的な相談窓口です。円滑な事業のバトンタッチをサポートし、スムーズな承継を支援します。

「後継者がいない!」「誰かに引き継いでもらいたい!」「子供が後を継いでくれるらしい!」「従業員に会社を任せたい!」「新分野への進出を検討したい!」などのご相談があれば、お気軽にお電話ください。相談は無料。秘密は厳守します。

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。



7月の日程

事前予約受付日時

6月26日(月)～7月5日(水)

9:00～17:00(平日のみ)

実施場所及び日時

■ 受付場所：高野町役場 本庁窓口

■ 実施日時：

(休日開庁) 7月9日(日) 9:00～12:00

(夜間開庁) 7月11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

令和5年新型コロナワクチン接種について

問 住民健康課 保健衛生係 ☎ 0736-56-5600



令和5年においても引き続き、自己負担なく接種を受けることが出来ます。接種期間が春と秋に予定されており、対象となる方の年齢などにより接種可能な時期が異なります。

対象者	春開始接種 5月～8月	秋開始接種 9月以降
高齢者 (65歳以上)	○	○
基礎疾患がある方 (5歳～64歳)	○	○
医療従事者 ・介護従事者等	○	○
上記以外 (5歳以上)	—	○

令和5年春開始接種対象者(5月8日から8月)

初回接種を(1・2回目接種)を終了した方で、①～③に該当する方

- ① 65歳以上の方
- ② 基礎疾患がある5歳～65歳未満の方(接種券の申請が必要です)
- ③ 医療従事者・介護従事者等の方 (接種券の申請が必要です)

令和5年秋開始接種対象者


初回接種を(1・2回目接種)を終了した5歳以上のすべての方

※接種予約は前回の接種より、3か月以上経過しているか確認してください。

※未使用の接種券をお持ちの方は、お手持ちの接種券で接種できます。

※転入された方で、接種券の必要な方は接種済証を持参のうえ住民健康課までお越しください。





サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ3,000万円

(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。★宝くじの購入は和歌山県内で★

7月4日(火)2種類同時発売!

発売期間 7/4(火)～8/4(金)
抽せん日 8/18(金)

公益財団法人和歌山県市町村振興協会 各1枚 300円

子育て

情報コーナー



子育て支援センターだより

7月のイベント

7日(金) 七夕祭り	10:00~11:00
12日(水) 散歩	10:00~11:00
25日(火) 水遊び	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 9:00～14:00
 (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

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	R 5年 3月生	4ヶ月児	R 5年 4月生	7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	R 5年 1月生	6ヶ月児	R 5年 2月生	
10ヶ月児	R 4年 9月生	10ヶ月児	R 4年 10月生	
1歳6ヶ月児	R 3年 11月生	1歳6ヶ月児	R 3年 12月生	
3歳6ヶ月児	R 1年 11月生	2歳6ヶ月児	R 2年 12月生	
		3歳6ヶ月児	R 1年 12月生	

問 住民健康課 保健師 ☎ 0736-56-5600

子供食堂をはじめてみませんか？

和歌山県では、平成28年度からすべての子どもたちが安心して地域の大人とかかわり、社会性をはぐくむ場として、食事を提供し、学習支援や地域交流の拠点となる子供の居場所を、身近な地域において提供する団体の取り組みを支援しています。

これから子供食堂を実施しようと考えている方へ
 和歌山県が交付する補助金を活用し、食事の提供を通じて子どもの居場所や地域における交流拠点としての機能が期待される場所を提供する団体を募集しています。

募集期間 令和5年 7月14日(金) まで

※ 補助の対象となる団体や条件、対象経費等の詳細は、和歌山県のホームページをご覧ください。お問い合わせ先にご連絡をお願いします。

<https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/040200/kodomoshokudo/hojokin.html>



問 和歌山県 福祉保健部 福祉保健政策局 子ども未来課
 家庭福祉班 ☎ 073-441-2493



7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) ※日程の詳細につきましては中央公民館までご連絡ください	13:00~16:00
	中央公民館 3B体操	木曜日・月曜日(月4回) ※日程の詳細につきましては中央公民館までご連絡ください	18:30~21:00
	書道教室	第2、第4水曜日(月2回) ※日程の詳細につきましては中央公民館までご連絡ください	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
	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	9:00~11:00
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。	18(火)	10:00~(受付9:30)
富貴・筒香	健康体操GLEE	毎週金曜日	19:30~21:00
	富貴小・中学校 体育館 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	7日(金)	9:30~(受付9時)
	みんなでポッチャ	11日(火)	13:30~(受付13時)
	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)	25日(火) <毎月第4火曜日>	9:00~11:00

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



後期高齢者医療制度の被保険者証の色が

うすい緑色 から みず色 に変わります

令和5年7月31日の有効期限満了に伴い被保険者証（以下、「保険証」という。）を更新いたします。新しい保険証は『みず色』です。

7月初旬頃から順次（簡易書留・特定記録）郵便にて郵送する予定となっております。

今回お届けする『みず色』の保険証は7月1日から令和6年7月31日まで使えます。

それが届くまでは現在お持ちの保険証「うすい緑色」をご使用ください。

（「うすい緑色」の保険証は8月1日以降使用できません。）

現在お持ちの保険証「うすい緑色」について

新しい保険証『みず色』がお手元に届き次第、「うすい緑色」の保険証は、下記問い合わせ先にお越しの際にご返却いただくか、ご自分で細かく裁断するなどして、住所・氏名などが他人に知られないよう十分ご注意のうえ、処分してください。

※令和5年度住民税の課税所得等により、一部負担金の割合が変更になっている場合がありますのでご確認ください。

（例①）

今まで1割であった方が2割負担に変更となる場合
「2割（令和5年7月31日までは1割）」と表示されます。

（例②）

今まで1割であった方が3割負担に変更となる場合
「3割（令和5年7月31日までは1割）」と表示されます。



問 住民健康課 保健衛生係 ☎ 0736-56-5600

高野町地域包括支援センターコラム

夏は食中毒にご用心を！

この季節は気温や湿度が上がり、人間が活動するにはあまり快適な季節とはいえません。しかし、細菌の活動にとっては良い季節となり、細菌性食中毒が多く発生します。

「若いときは一度にたくさん食べることができたけれど、今は…」

STOP ⚠️ 食中毒



「買ってきたお惣菜やお弁当も半分しか食べられない。明日食べよう…」

という言葉をよく耳にします。しかし、



残した食べ物の中で、カビや腐敗臭のないまま食中毒菌は増え続けています。

また、年齢を重ねると食中毒による嘔吐や下痢は脱水状態をひきおこし、重症化を招きます。



自宅で作った料理を鍋にいれたまま食卓に放置せず、冷蔵庫へ入れて、2日以内に、火を通すなどして食べてみましょう。

買ってきたお弁当やお惣菜が残っても、もったいないですが処分しましょう。

問 高野町地域包括支援センター
☎ ☎ 0120-814-180

大人の健康づくり



7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
3日 (月)	10:00 ~ 10:30 相ノ浦集会所
	13:30 ~ 14:00 上筒香集会所
4日 (火)	10:00 ~ 11:00 (旧) 筒香小学校
5日 (水)	10:00 ~ 11:00 神谷多目的集会所
	13:30 ~ 15:00 高野山多目的集会所
10日 (月)	10:00 ~ 10:30 大滝集会所
	12:30 ~ 13:00 桜茶屋(横谷様宅)
	13:15 ~ 13:45 西郷集会所

実施日時	会場名
18日 (火)	13:30 ~ 14:00 高根
	15:30 ~ 16:00 杖ヶ藪 龍福寺
19日 (水)	12:30 ~ 13:00 西細川 多目的集会所
	13:30 ~ 13:45 東細川集会所
20日 (木)	13:30 ~ 15:00 明遍集会所
25日 (火)	10:00 ~ 10:30 花坂多目的集会所
26日 (水)	13:00 ~ 13:30 下筒香集会所
28日 (金)	10:00 ~ 10:30 湯川集会所
	13:30 ~ 15:00 中の橋 老人憩いの家



保健師 コラム

朝ごはんは大切!



朝ごはんを食べるといことは!!

1. 朝ごはんに必要なエネルギー(ブドウ糖)を取り入れた脳は、活発に活動して**集中力もアップ**します。仕事の**効率や勉強の集中力**も高まります。テストの得点も朝ごはんを食べた人の方が高いそうですよ。
2. 朝ごはんを食べると食事の量が増え、朝から胃腸の働きが活発になり、**便秘解消**にもつながります。胃腸の働きが整うとお肌のコンディションが改善されて、**美肌**になるかも。

3. 朝食をとると代謝量が上がって**太りにくい体質**になり、肥満予防につながります。間食も少なくなるので、ダイエットにも効果的です。
4. 朝ごはんの「噛む」動きが、脳に刺激を与え、**ハッキリ目覚め**ます。胃腸が活動し熱を発生させるので、体温が上がって身体全体をシャキッと!
5. 「**ごはん食**」がおすすめ。ごはんはゆっくり消化され、血糖値もゆっくり上昇するので「**腹持ち**」がいいのです。脳にエネルギーが長く補充できるので、**集中力も長持ち**。

朝ごはんにはシリアルだけやバナナ、ヨーグルトだけでも立派な食事です。

気負わずに、朝ごはん習慣を身につけるところから始めましょう~



問 保健師 ☎ 0736-56-3000 (代)



高野町長 平野 嘉也

町長のつぶやき

近畿地方の梅雨入りは、平年より約10日早いと報道がありました。「大きな被害が出ない年でありますように」と願った4日後、本町含む多くの地域が梅雨前線による線状降水帯に覆われ、大きな被害が各地で発生しました。被害に遭われた全ての皆様に、お見舞い申し上げます。

町内では、その降水帯がかかる頃から雨量は増えて降雨時間は長く、時間の経過とともに様々な被害報告が入り、いつまで降り続くのかと皆さんも不安になったことと思います。雨が長く長く降れば山の保水力がオーバーとなり（山の中が水でタプタプ）様々な被害が一気に拡大します。台風等への対応は、タイムライン（災害の発生を前提に、いつ・誰が・何をするかを防災行動として時系列で整理した計画）をもとにして接近数日前から準備をし、通過後は各被害対応にあたりますが、初めて経験した線状降水帯への初動対応の難しさを今回思い知らされました。線状降水帯がかかる可能性が低いと言われた県北部でありましたが、土嚢の設置や避難など事前に行える事は全部するという意識を全町民で高め、今回の災害から得た多くの事例を次に活かしたいと思います。

今月はお大師様の御誕生1250年記念大法会も最終盤を迎え、中旬以降は第3回高野山会議や第28回全国学童軟式野球大会はじめ関連イベントが数多く開催されます。更には多くのお客様で賑わう月になればと思います！

そして忘れてはいけないのが防災意識。次への備えとしてハザードマップ（赤い本）を見て、防災についての諸準備をお願いいたします。

夏本番といえども朝晩の気温の差が大きい高野です。町民の皆さんにおかれましては「うがい、手洗い、換気」を心がけご自愛ください。

2023.6.6 記

大雨・台風シーズンでの「停電」に備えて！

これからの大雨・台風シーズン前、“いざ”という時のために準備しておきましょう。

停電情報アプリ

「スマホ」で停電情報が確認できます。

今すぐダウンロード（無料）
・対象OS：iOS 12.1以降、Android 6.0以降
・別途通信料がかかります。

詳しくはこちら ▶▶▶

関西停電情報 🔍 検索

- ・関西電力送配電網が提供する停電情報の確認アプリです。
- ・復旧作業の進捗状況や復旧見込み時間が確認できます。
- ・停電情報をプッシュ通知でお知らせします。
- ・関西エリア全域の停電情報を確認できます。

停電情報自動応答サービス

「電話」で停電情報が確認できます。

0800-123-7800（無料）

- ・AI（人工知能）を活用した関西電力送配電網が提供する停電情報自動応答サービスです。
- ・確認したい住所を県からお話ください。また、住所に大字がつく場合は、大字をつけてお話ください。
- ・発話状況により、音声（住所）を正しく認識できない場合があります。
- ・住所をお聞きする時間は約10秒です。
- ・お客さまの声を自動認識して、その地域の停電情報を自動音声にてお答えします。

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。



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
5月末日現在

人口 2,699人（前月比 -11） 男 1,308人 / 女 1,391人 世帯 1,543戸（前月比 -9）
出生 1人 死亡 5人 転入 8人 転出 15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。