

広報

たかはる

8

令和3年 No.724
2021.Aug





うそ電話詐欺を防止 高原郵便局長へ感謝状を贈呈

6月に高原郵便局において、うそ電話詐欺（架空請求等）を疑い、未然に防止したとして、小林警察署長から高原郵便局長の岡原新一さんへ感謝状が贈呈されました。

本町においても特殊詐欺に遭遇する実態が浮き彫りとなり、関係機関と連携を図りながら、被害防止に努めていかなければなりません。おかしいと思ったら、最寄りの警察署へ相談をお願いします。

バス利用者のためベンチを設置

6月末、高鍋信用金庫前のバス停に新しいベンチが設置されました。これは、高鍋信用金庫高原支店長の楡田俊郎さんが手作りで製作されたものです。

楡田さんは、以前からベンチの老朽化が気になっており、利用者に気持ちよく使っていただけるように製作したとのこと。木製の手作りのベンチで、バスの利用者は待ち時間を快適に過ごすことができるようになりました。



西諸地区中学校総合体育大会陸上競技で大健闘！

6月17日、小林市総合運動公園陸上競技場で西諸地区中学校総合体育大会陸上競技が行われました。町内中学校の選手は、これまでの練習の成果を遺憾なく発揮し、素晴らしい成績を収めました。県大会での活躍を期待しています。

※7月15日発行の教育委員会広報誌「友遊」に後川内中学校の結果を掲載していませんでした。お詫び申し上げます。今回は、その結果のみを掲載いたします。



共通男子走幅跳	第3位	肥田木 七斗（かずと）
	第4位	西村 優輝（ゆうき）
共通男子砲丸投	優勝	郡山 雅琥斗（がくと）
	第2位	入木 条士（じょうじ）
男子総合	第4位	後川内中学校
2年男子1000m	第4位	西村 優輝
2年男子1500m	第8位	奥 達矢（たつや）
3年男子1500m	第3位	温水 英真（えいしん）
共通男子800m	第3位	温水 英真
共通男子4×100mリレー	第5位	西村 優輝
		温水 英真
		肥田木 七斗
		奥 達矢



高原町の少年少女剣士が大活躍！

6月26日、第57回宮崎県スポーツ少年団西諸県ブロック大会剣道競技が開催され、本町の高原少年剣道、狭野少年剣道、忠武館の少年少女剣士が大活躍しました。

コロナ禍により、多くの大会が中止される中で、貴重な大会となりました。

【団体戦】 小学生の部 第1位 高原剣道スポーツ少年団
第3位 狭野剣道スポーツ少年団
中学生の部 第2位 忠武館

【個人戦】 小学生3年生以下の部
第1位 長崎 一輝（いつき）（高原剣道）
第2位 中武 大翔（ひろと）（高原剣道）
第3位 小野田 湊仁（みなと）（高原剣道）
小学生4・5年生の部
第3位 長崎 哉斗（かなと）（高原剣道）
小学生6年生の部
第1位 増田 結（ゆい）（狭野剣道）
第2位 増田 夏帆（かほ）（狭野剣道）
中学生の部
第2位 芝田 航（こう）（忠武館）



善意の寄付に感謝

7月2日、竹井靖人さん（並木区）より、新型コロナウイルス感染症対策に役立てて欲しいと、高原町に1,000万円、高原町区長会に100万円の寄付を頂きました。

当日は、竹井さんが来庁され、「コロナウイルス感染症の影響で大変な状況の中、少しでも高原町のためになれば」と話され、町長へ目録を手渡しました。町長からは、竹井さんの善意に感謝の意を表し感謝状が贈られました。



社会を明るくする運動 総理大臣のメッセージを伝達

7月2日に第71回“社会を明るくする運動”総理大臣メッセージ伝達式が、役場応接室で行われました。

当日は、新型コロナウイルス感染防止対策の観点から参加人数を制限しての実施となりましたが、本町の保護司参加のもと、小林地区保護司会の椎屋三八子会長が総理大臣のメッセージを伝達し、犯罪・非行の防止と更生保護のため、地域住民の理解と参加を呼びかけました。





東京 2020 オリンピック聖火リレーの トーチとユニフォームを展示

7月2日、本年4月26日に小林市で行われた東京2020オリンピック聖火リレーにおいて、第1区間を走られた温水英竜さん（下後川内区）が町長を表敬訪問されました。

今回、温水さんのご厚意により、聖火リレーのトーチとユニフォームを8月9日までお借りし展示させていただくこととなりました。役場庁舎1階産業創生課前に展示してありますので、ぜひ足をお運びください。

力強く開会を宣言！

7月3日、メディキット県民文化センターで、第35回国民文化祭・みやざき2020第20回全国障害者芸術・文化祭みやざき大会の開会式が開催されました。天皇皇后両陛下もオンラインで参加される中、代表者の一人として、狭野神楽舞手の二宮航大さん（南狭野区）が力強い開会宣言を行いました。

10月17日までの107日間に県内各地で特色のあるイベントが開催されます。本町においては、9月4日に高原町郷土芸能祭を実施予定です。



夏の全国交通安全県民総ぐるみ運動を実施

7月11日から7月20日にかけて、夏の全国交通安全県民総ぐるみ運動が実施されました。運動期間中には小林地区交通安全協会高原支部の会員及び関係機関の方々とJR高原駅前において、交通安全街頭キャンペーンを行いました。

キャンペーン当日は、通行されるドライバーの方々に交通安全のチラシ等を配布して交通安全についての啓発を図りました。また、7月12日から7月16日にかけて、町内各地区を青色パトロール車で巡回し、交通安全広報活動を行いました。

地域見守りあいさつ運動を実施

7月12日、地域の安全・安心活動推進モデル地区に指定されている下後川内区において、後川内小学校正門前で、後川内小学校とボランティアの方々が毎月取り組んでいる「あいさ2（ツー）の日」に合わせ、下後川内区長をはじめ各班長が参加し、地域見守りあいさつ運動を行いました。

当日は、早朝から後川内小中学校の児童・生徒の登校に合わせ見守り活動を行い、安全で安心に暮らせる地域づくりに取り組んでいただきました。





日帰り農業体験で農業や食の大切さを伝える

7月13日、たかはるヒト×コト交流センター（南狭野区）、つばきの里（上広原区）、Sano Farm（北狭野区）の3家庭が小林市立三松中学校（1年生）の日帰り農業体験を迎え入れ、トマトやトウモロコシ等の収穫や採れたての野菜を使ったピザ作り体験を行いました。

高原町の受け入れ家庭では、「はじめまして！の後はもう家族」を合言葉に実家のような雰囲気迎え入れ、体験を通じて農業や食の大切さ、山の恵みを伝えていました。

退任された人権擁護委員へ感謝状贈呈

7月13日、元人権擁護委員の温水克子さん（下後川内区）へ、法務大臣及び宮崎県人権擁護委員連合会会長より、人権意識の普及高揚にご尽力いただいた功績に対して感謝状が贈呈されました。

令和3年6月30日をもって退任された温水さんは3年間、人権擁護委員として人権相談や人権の啓発活動にご尽力いただきました。



町内小学校へゴーカートの無料乗車券をプレゼント

7月20日、奥霧島温泉郷旅館組合御池・皇子原事業部より町立小学校4校の全児童に対し、皇子原公園ゴーカート無料乗車券が贈呈されました。

この事業は今年で3回目となり、町内の子どもたちの楽しい思い出づくりに役立てていただきたいとの思いから実施されています。内村総支配人（写真右）は、小学生の皆さんに皇子原公園でゴーカートを楽しんで欲しいと話されていました。



布絵本の寄贈

7月21日、たかはるふるさと大使及び関東高原町友会の会長を務めている児玉繁信さんから布絵本の寄贈がありました。

布絵本は一つ一つ手縫いで丁寧に仕上げられており、カラフルな色合いに加え、手触りの良い質感で子どもの发育を促してくれます。布絵本は子育て支援センターに置いてありますので、ぜひご利用ください。





“豊かな自然に恵まれた あかるい大地の広がる この町のありのままの魅力を伝えたい” そんな想いで綴っていきます。

CHIKI OKOSHI KYORYOKUTAI 河原 恵美

「どう？この景色。私はおてらなばマ
チュピチュと呼んでるんです」と嬉しそ
うに微笑むのは、展望台の発案者である
小久保幸一さん（71）。役場職員を退職後、
観光協会勤務等を経験し65歳から鹿児島山
地区の区長を務めています。高瀬町を鼓
舞するようなことがしたい！と「感動・
歓声・感嘆」をキーワードに、アジサイロ
ード作りや地区の高齢者見守りとしての
黄色い旗活動等、最近では景勝地を生か
した「おてらなば展望台」を立ち上げま
した。



つゆ気分を優しく彩る アジサイロード

野尻方面から町内へ続く道沿いに植
え付けられた紫陽花群。運転の傍ら、
しとやかなその姿がふわっと目に入れ
ば、梅雨の鬱々とした心も優しく和ん
でいきます。これらは全て4年前に美
郷町から貰い受けた枝を挿し木した賜
物。一三〇〇本から始まり、その後も
毎年挿し穂を続けて現在は二〇〇〇本。
最初は10名ほどだった協力者も、花が
増えるとともに今年の草刈作業では55
名の方が集まりました。



「人に何かを強制したところでうまく
いかない。皆の心が変わってきたんで
す。そういうプロセスを大切にしたい」
と話す小久保さん。「県の土木事務所が
毎年8月に行う草刈りも、今年は6月
に時期を早めてくれた。紫陽花がきれ
いに見えるようにと配慮してくれたの
かもしれない」と目を細めます。

地域の方々の心で彩られたアジサイ
ロード、また来年どんな姿を見せてく
れるのか楽しみですね。

景色を愛で 心うるおす おてらなば展望台

岩瀬川を眼下に一望できる高台にあ
る「おてらなば展望台」は、高瀬町と
野尻町を結ぶ梅ヶ久保街道として賑
わった場所にあります。当時、旅人が
休憩してお茶を飲んだと言われている
「御茶屋場」（おちゃやんば）という地名か
ら名付けられました。小久保さんの幼
少期には、まだ見晴らしよくみえてい
たこの景色も、最近では山の斜面の樹
木が大きくなるにつれ見えなくなっ
てしまひ：そんな記憶とともに薄れかけ
ていたこの場所と再び向き合うきつ
けとなったのが一枚の古い写真でした。
去年8月、20年前のおてらなばの写真
を偶然目にする機会があったのです。



駐車場から降りて奥に進むと、景色を一望できる休憩所があります。植樹された樹々の成長とともに展望台の進展が楽しみです。

0から1へのエネルギー

このような活動を続ける小久保さんが感じるのは「人のつながり」の不思議。自分が動き始めて、最初は外から眺めるだけだった人達が、そのうち仲間に加わり、どんどん人の輪が広がっていき形になっていく。

小久保さん「養老孟司さんのベストセラー『バカの壁』の文章にこんな言葉があったんです。

『物事を起こす時は、0から1へのエネルギーが一番必要なんだ』と。人から何を言われようが何とかスタートして、0が1になった時。そこからは2、3、4…とその後後押し、玉転がしのように皆で力を合わせて：あとはもう速いんですね。



お話し好きな小久保さん。展望台に来た若者に、景色いいですか？と聞かれ「いや、ちんがらよ」と冗談を言い笑顔を交わします。

そして僕は他人に強制は100%ないし、他がやっているからやるということも無い。ただ地域にある特性を再構築したりして引き出していけばいいわけですから。一石を投じた輪立ちの原点が鹿児山地区になればいいなと思っています。



玄関先に毎日旗を掲げることで安否を確認する「黄色い旗」の活動は、高齢者の「無縁」「孤立」を防ぐため。誰もが気軽に声を掛け合い、そつと見守り、助け合う地域づくりを目指している。

“高原町を盛り上げたい”

その一心で迷いなく行動されている様子から原動力を聞いてみると「なんで悩むことがあろうか〜」と思うんです。そのうちに…と言っていると、延々と引きのばして、そのうちに墓標が立つ、というんですよ。」と笑います。「ああ…そうですよね」とそのうちを日々繰り返ししているような私：撃沈でしたが（泣）

本当にそう、何もせずただやり過ぎずより、行動して失敗でもした方がまだ得るものがあるんですね。小久保さんの瞬発力を見習っていつでも行動できるように心を整えていきたいと思うのでした。

くしのカケラ



朝の庭でひっそりと花開くつゆ草。はっとする美しさの青色を塩にうつして「つゆ草ソルト」を作りました。塩にお花を混ぜるだけ♪



夕方になるとぶっくりとした葉の中に隠れてしまうつゆ草子、なんて可愛いのでしょう。野花で自由に何かをこしらえて自然あそびを楽しんでみるのも色んな発見があり面白いですね。



新しい認知症施策

令和2年度の65歳以上の認知症患者は全国で約600万人、有病率は16.7%と言われており、約6人に1人が認知症ということになります。また、令和2年度に、認知症で行方不明になり警察に届け出があった方は全国で約1.7万人、その中で事故等により亡くなった方は約500名います。こちらにも認知症患者と共に増えていくことが見込まれます。もはや他人事ではない認知症。自分が、家族になるかもしれません。高原町では認知症の「予防」と「見守り」に関する2つの事業を新しくスタートします。ぜひご活用ください。

予防 いきいき教室

いきいき教室とは、東北大学・川島教授の研究から生まれた脳の健康維持法です。「公文」がプログラムを提供しています。

ポイントは「簡単」な計算と読み書きを「テンポよく」行うことです。川島教授によると、複雑で難しい計算をしている時より、意外にも簡単な計算をしている時の方が、前頭前野が活性化するとのことです。他にも読み書きが効果的であることがわかっています。

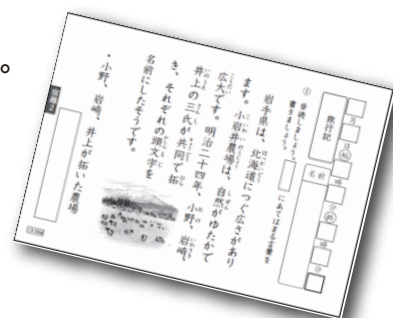
この前頭前野は、考える、記憶する、アイデアを出す、感情をコントロールする、判断する等、人間にとって重要な働きを持っています。この部分を鍛えることで脳の老化を防ぐことが目的です。

また、前頭前野を鍛えるには、勉強だけではなく人との関わりも重要です。教室で受講生の皆さんやサポーターの方とお話することで、更なる効果が期待されます。

ぜひ、教室サポーターの皆さんと楽しく学ぶ「楽習」をしてみませんか？



日 時	9月から6か月間。週に約1時間。 ※曜日・時間は調整中のため、希望時はまずご連絡ください。
開催場所	ほほえみ館
費 用	2,400円/月（半分の1,200円を町が助成します。）
参加条件	ほほえみ館に自分で来られる方。
申込方法	ほほえみ館高齢者あんしん係までご連絡ください。 ☎42-2581



見守り 高原町高齢者見守りシール



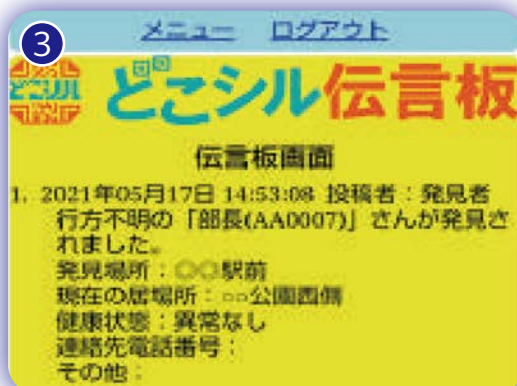
徘徊（はいかい）による事故やケガが心配な方に、見守りシールを交付します。衣類や身の回りの物にシールを貼っておくと、徘徊を発見した人がシールのQRコードを読み込み、家族等にメールで通知が行くシステムです。QRコードを読みとった後は、インターネット上の「どこシル伝言板」で発見場所を家族等に伝えて、迎えに来てもらいます。**見た目で分かりやすいのに、個人情報保護されるのが特徴です。**※見本のQRコードは、「伝言板」の説明ページに移ります。



見守りシールを目につく場所に貼っておく



発見者がQRコードを読み取る



どこシル伝言板で発見場所を家族に通知



通知を受けた家族が迎えに来る

6月16日、事業開始に先立って、消防、警察、医療・介護施設の方々等、関係者に向けた事前説明会を行いました。会場では実際にQRコードを読み取り、通知が家族等へ行く場面を体験しました。7月から実際に運用が開始されています。



利用条件

高原町内で在宅生活しており徘徊のおそれがある方。かつ、①認知症、②65歳以上、③その他必要と認められる場合、のいずれかの要件を満たすこと。

費用

初回交付のシール50枚は無料。 ※追加購入は有料。

申請方法

ほほえみ館高齢者あんしん係までご連絡ください。

☎42-2581

心のつながりで健康 豊かな人生を

～合言葉は「健康」「友愛」「奉仕」～

高原町老人クラブ連合会

高齢期を楽しく安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めていくことが必要です。人生100年時代を迎えた今日、老人クラブ活動に対する社会的な期待はますます大きくなっています。

高原町老人クラブ連合会では、会員相互の親睦を図り、健康づくりや生活を豊かにする活動を行うとともに、知識や経験を生かした明るい長寿社会づくりを目標に活動しています。

現在、19クラブ・561名の会員でスポーツ大会開催や作品展示会への出展、各クラブ同士の交流活動など、様々な活動を行い、その活動が日々を元気に過ごす活力に繋がっています。

人は、なんとなく生きるとなんとなく老いてしまいます。いろんな人との交流を行うことが、健康で長生きできる秘訣です。60歳を過ぎたらぜひ、クラブの仲間とともに人生の長い午後を楽しく過ごしましょう。



高原町老人クラブ連合会
朝比奈会長



高原町老人クラブ連合会の活動

高原町老人クラブ連合会では、「健康づくり」の一環として、スポーツをとおした会員相互の親睦を目的に、夏と秋にスポーツ大会を開催しています。その他にも、各老人クラブ間同士の交流活動として、花壇の整備やスポーツ活動などにも取り組んでいます。

今年度も7月7日に、総合運動公園ふれあい広場と多目的芝生広場にて「ゲートボール・グラウンドゴルフ大会」が開催されました。約180名の会員が参加し、プレーではハイスコアを目指して熱中する中、「いいね」「おいしい！」など、元気な声が飛び交う楽しい大会となりました。

会員
募集中

高原町老人クラブ連合会では、会員を募集しています！

興味のある方はぜひ、事務局の高原町社会福祉協議会までご連絡ください。

高原町社会福祉協議会 ☎ 42-2233

一緒に
やってみよう!!



『自分の健康は自分で守りましょう』 健康に関するわだいをお届けします

ほほえみ館通信

「高原町の子育て世代包括支援センター」をご存知ですか？

妊娠期から子育て期まで、切れ目なくきめ細やかに支援するための「高原町子育て世代包括支援センター」をほほえみ館健康づくり推進係内に開設しております。

妊娠期から出産、育児、子どもの自立に至るまで、子どもを産み育てるには、悩みは尽きないし、体や心が疲れることもしばしばです。最近の子育て世代のパパ・ママたちの中には「子供を泣かせていると、虐待していると思われるのでは？」と不安になったり、発達障がいなどの情報も多くあふれており「うちの子大丈夫かしら？」と心配するなど、子育て世代の悩みは多様化しており、ニーズも変化しています。

「高原町子育て世代包括支援センター」では、妊娠・出産・子育てに関するさまざまな相談に対応し、必要に応じて関係する機関との調整などを行いながら、それぞれのニーズに合わせてサポートしていきます。妊娠・出産・子育てに関することをどこに相談していいか迷ったら一人で抱え込まず、まずはお気軽に「子育て世代包括支援センター」にご相談ください。

子育て世代包括支援センターではこんなことを行っています

- 妊娠期から子育て期にわたり、ワンストップで相談できる機関としてさまざまな相談に応じています。
- 母子健康手帳交付時に保健師が面談し、妊娠・出産などに関する助言、母子保健サービスの案内や子育てについての情報提供を行っています。
- 希望者や必要な人に対し、保健師が個別に支援プランを作成し、継続的にサポートしています。
- 子育て支援機関や医療機関などと連携し、切れ目のない支援を行っています。



新規事業紹介

産後ケア事業

「出産後に手伝ってくれる人がいない」、「授乳や赤ちゃんのお世話がうまくできるか心配」など、産後の育児や体調に不安や困りごとはありませんか？

高原町では、出産を終え心身ともに不安定になりがちなお母さんと赤ちゃんを対象に、新たに「産後ケア事業」をスタートしました。助産師がご自宅に訪問して心身のケアや育児指導等を行います。

○対象者

高原町に住民票がある方で、産後1年未満の方のうち、産後に心身の不調や育児に関する不安がある方

○利用期間・回数

産後1年以内に最大5回まで利用可能

○利用料

無料（高原町が全額負担）

○利用方法

利用には申請が必要です。ほほえみ館健康づくり推進係までご連絡ください。



【お問い合わせ先】ほほえみ館健康づくり推進係（☎42-4820）

いつぺこっぺ高原

コロナ禍での

オリンピック



昨年3月のオリンピックの開幕まで4か月を切った時期に新型コロナウイルスの感染が世界で拡大する中、東京オリンピック・パラリンピックの開催が今年の夏に延期されることが決定しました。当初、IOC（国際オリンピック委員会）は日程どおりの開催を強調していましたが、新型コロナウイルスの世界中での感染急拡大に伴い、予定どおり開催することに疑問の声が大きくなっていきます。代表選考会や国際大会などが各地で延期や中止となり、また選手が練習場所を確保できないといった影響も深刻となり、世論も含め各国のオリンピック委員会や競技連盟などからも大会の延期を求める声が上がリ、延期が決定しました。

このように東京オリンピック・パラリンピックの開催までには紆余曲折、様々な議論がありました。7月23日に開幕し各競技で熱戦が繰り広げられています。オリンピックは、4年に一回開催される最大のスポーツイベントですが、国境や人種を越え世界中からアスリートが集まる平和の祭典とも呼ばれています。各国で選考されたトップの選手達がどんなパフォーマンスを発揮してくれるのか楽しみです。

白血病治療を経て東京オリンピック代表に内定した競泳の池江璃花子選手にオリンピック開催に反対する一部の人が「出場を辞退してほしい」「反対の声をあげてほし

い」などのコメントが寄せられ、池江選手は、「非常に心を痛めたメッセージ」もあつたと、選手個人に当てるのはとても苦しいです」と胸中を明かしました。コロナ禍で多くの人が影響を受け、不安を抱えながらの生活を送っているのは理解できます。また、オリンピックの開催によりコロナの感染が更に広がるのではという声も理解できます。しかし、オリンピックに出場する選手に出場辞退を求めるのは余りにも酷ではないかと思えます。選手達は、日々過酷な練習に堪えながらオリンピックの出場権を獲得し、それぞれが最高の力を出し切るために競い合っています。これまでのオリンピックとは違い、言わばコロナの被害者でもあるアスリート達が無観客の中で健闘する姿は私達に変わらぬ感動を伝えてくれています。一日も早くコロナが収束し、アスリート達が歓声の中で競技できる日が来ることを祈りながらテレビ越しの声援を送りたいと思います。

さかほこ高原俳句会

八月号



高原

青田波^た佇^たつ百姓や笑顔ばれ

岩崎 富美子

雲遠し秋の七草まだつばみ

桑原 リツ

山の朝木漏れ日遊ぶ揚羽蝶

小村 明子

のほほんと鮎の友釣り楽しめり

坂元 孝徳

老人会の丹精の百合いま盛り

佐土原 武幸

ひとときの長寿体操風涼し

村原 澄子

征きし叔父還らぬ駅の終戦日

横田 修

肉刺^めの掌^てやボート漕ぎ暮る皇子港

中園 直子

山ぼうし夫^{つま}のぬくもり麻痺の手に

入佐 典子

「避難」の時期について

先月号では、新しくなった避難の基準や発令情報等についてお知らせいたしましたので、今月号では避難のタイミングをお知らせいたします。

避難する際、自治体からの避難指示等が発令される前に自らの判断で「自主避難」を行う方もいらっしゃいます。この場合、避難所の開設等についての準備を行いますので、事前に役場まで避難の意思をお知らせくださいますようお願いいたします。

役場から発令される避難に関する情報は、特に雨や台風など予見できる災害の場合、災害がピークを迎える前で可能な限り移動に危険が伴わない時間帯に前もって発令するようにしています。

一見するとまだ雨が降っていない状態や台風の

接近までには時間的な猶予があるときに避難指示等の情報が発表されることもあります。しかしながら、この機会を逃すと避難行動自体にリスクが付きまとう時間帯になることもありますので、テレビやラジオ、携帯電話の情報等について自ら事前に情報収集を行っていただき、避難の準備を進め、役場からの避難情報をきっかけとして避難行動に移っていただくようお願いいたします。

ただし、近年の大雨災害は、線状降水帯の発生や急激な雨雲の発達などにより予測が困難な場合もあります。日頃からの備えとして、ご自宅がどのような災害時にリスク（土砂災害警戒区域等）を抱える場所に立地しているのか、災害のリスクがある場所の場合はどの時点で避難行動に移るのかを検討するなど、平時の取組みをお願いいたします。

土砂災害警戒区域や、ご自宅の立地状況など災害に係るお問合せがある場合には、役場総務課危機管理係までお問合せください。

Topics 「災害時における物資供給に関する協定を締結

7月1日、地震、風水害、その他の災害により甚大な被害が発生し、又は発生するおそれがある場合に必要な物資の供給等を受けるため、株式会社ナフコと災害時における物資供給に関する協定を締結しました。災害時には食料、飲料水をはじめ、生活必需品や工具類、作業用品などの供給を受けることができ、本町にとっても災害時の物資調達について大変心強いものとなりました。



～「お薬手帳」を活用しよう！～

皆さんは、「お薬手帳」を持っていますか？

宮崎県では、同じ効能の薬剤を複数の薬局で処方してもらう「重複服薬」や、一定期間中に同じ病院に必要以上に通院する「頻回受診」等の解消に取り組んでいます。

高原町も取り組んでおり、病院から来たレセプトのデータを確認し、重複や頻回の兆候が見られる方に対し、保健師等が訪問し、服薬等の助言をしています。

こういった取組みは、医療費を下げるというのが主な目的ですが、薬剤を必要以上に服用した場合、副作用など体にとって良くない場合もあるため、それを防ぐという目的もあります。

特に痛み止め関係は、どうしても症状を和らげた

いという気持ちが強いため、ついつい多めの処方・服用の希望をされる方が多いですが、痛み止め系統を過剰に服用した場合、消化器系や腎・肝機能が悪化するだけでなく、却って頭痛が増す等の症状が出る場合があります。

こういった不安を訴える方の中には、複数の「お薬手帳」を使い分けて処方を受けるという事例もあります。目の前の不安を解消する分にはやむを得ないのですが、将来的により重い症状が来ることがわかっている以上は、そのようなことは行ってはいけません。

自らの健康のため、「お薬手帳」を有効に活用しましょう。

～「お薬手帳」は一人1冊持ちましょう！～

お問い合わせ先

町民福祉課保険係 ☎42-1067（内線161）

「日本で最も美しい村」連合の退会について

「日本で最も美しい村」連合（以下「連合」という。）は、過疎地域の美しい町や村が、地域資源の保護活用と地域経済の発展を理念として平成 17 年に設立されました。高原町も連合設立の翌年、平成 18 年に加盟し、全国の志を同じくする町村とともに活動して参りました。

本町におきましても、連合加盟後、失ったら二度と取り戻すことができない日本の原風景を維持するため、皆様の協力を得て、「日本で最も美しいまち たかはる」を目指し、清掃美化活動や各種団体の景観維持活動が各地域で根付き、独自の展開も生まれるなど、ふるさと愛の機運も高まり、その素晴らしい活動が自走し始めています。

ただ、一方では、連合加盟当初は、過疎地域から脱却を目指す加盟町村の代表による話し合いや、地域が抱える課題の解決につながるサポーター企業との連携などが期待されたところですが、具体的な取組みにはつながっていないのも実状です。

連合加盟から 15 年を経過した今、国内も本町も新型コロナウイルス感染症というこれまでにない危機に遭遇し、各自治体が限られた財源の中で新たな地方創生の形を築かなければなりません。

本町では、連合の設立主旨を否定するものではありませんが、これらの状況を総合的に判断し、町議会のご理解をいただいた上で、令和 3 年 7 月 2 日の連合総会での承認を受け、退会する運びとなりました。

今後は、これまで築かれた皆様の自主的な素晴らしい活動・精神を、高原町の独自ブランドとなる美しい景観や文化を次世代に継承していくための自立した活動へと飛躍させ、本町独自の「日本一美しい町」づくりをさらに推進して参ります。

何卒、退会につきましては発展的な退会とご理解を賜わり、これまで以上に皆様方のご協力をよろしくお願い申し上げます。



今後、左記にあるロゴ等を本町は使用できなくなります（個人会員は除く。）。

ただし、皆様が購入されたロゴ入りポロシャツの着用や、既に製造されているロゴ入りのもので在庫があるもの等は、なくなるまで、ご使用いただいても構いません。

お知らせ

マイナンバーカード
窓口の開設について

仕事や学業などで、平日の開庁時間内に窓口へ来られない方のため、左記の日程で窓口時間の延長と休日の窓口開設を実施いたします。

【8月の延長窓口】

○日時 8月12日（木）

午後5時15分～午後7時

○場所 高原町役場1階

町民福祉課住民係

【8月の休日開庁】

※事前予約が必要

○日時 8月29日（日）

午前8時30分～午後4時30分

（正午～午後1時を除く）

○場所 高原町役場1階

町民福祉課住民係

○予約締切日 8月25日（水）

午後5時まで

※定員になり次第、予約を締め切らせていただきます。

○注意事項

- ・休日開庁については予約制ですので、必ず事前にご連絡ください。事前予約が0件の場合、開庁いたしません。
- ・正面玄関は施錠されているため、役場西側（守衛室側）からお入りください。
- ・窓口ではマイナンバーカードに関する手続きのみ受け付けます。紛失等によるマイナンバーカードの再交付（有料）は、平日のみの受け付けとなります。各種証明書の発行や住民異動届は受け付けできません。
- ・15歳未満の方の手続きは、法定代理人の付き添いが必要です。本町のシステムにて同一世帯の続柄が確認できない場合は、法定代理人と本人の関係を確認できる戸籍謄本が必要となります。

◎お問い合わせ先

町民福祉課住民係

☎42-1067

Eメール

cyounin@town.takaharu.lg.jp



令和3年度被爆者二世

健康診断調査事業の実施

宮城県では、被爆二世の方に對して健康診断を実施します。受診を希望される方は、左記の要領によりお申込みください。

○対象者

両親のどちらかが被爆者健康手帳を所持しており、原爆投下後に生まれた者（胎児被爆者は除く）のうち、健康診断受診を希望する者

○受診料 無料

○申込期間

令和3年7月26日～

令和3年8月20日 ※必着

○健診期間

令和3年9月中旬～

令和4年3月4日（予定）

※受診希望者に後日詳細を通知

○健康診断実施医療機関

県立宮崎病院、県立日南病院、串間市民病院、都城健康サービスセンター（都城市郡医師会病院内）、園田病院、国立病院機構宮崎病院、済生会日向病院、県立延岡病院、高千穂町国民健康保険病院、

○申込方法

任意の様式に、次の必要事項を記入し、封書で申し込んでください。

【必要事項】

- ①本人の氏名（フリガナ）、性別、生年月日、住所、電話番号、過去の受診歴（年度及び受診結果）、受診を希望する医療機関名、多発性骨髄腫検査の希望の有無
- ②親の氏名（フリガナ）、住所、電話番号、被爆者健康手帳の番号

○その他

既存検査項目を受けずに、多発性骨髄腫検査のみを受診することはできません。また、県立日南病院、園田病院では、多発性骨髄腫検査はできません。

◎申込及びお問い合わせ先

宮崎県福祉保健部健康増進課

健康づくり・歯科保健担当

〒880-8501

宮崎市橘通二丁目一〇番一〇号

☎0985-26-7078

子育て世帯生活支援

特別給付金を給付

長引く新型コロナウイルス感染症の影響を鑑み、低所得の子育て世帯に対して、子育て給付金を支給します。※ひとり親子育て給付金で既に支給対象になった児童は除きます。

○支給対象者

次の①と②どちらにも該当される方

- ①令和3年3月31日時点で（令和4年2月28日まで）生まれた新生児等も対象）18歳未満の児童を養育する父母等
- ※特別児童扶養手当の認定を受けている障がい児の場合、20歳未満が対象
- ②令和3年度分の住民税均等割が非課税の方又は新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和3年1月以降の収入が急変し、住民税均等割非課税相当の収入となった方（家計急変者）

○支給額

児童1人あたり一律5万円

○申請期限

令和4年2月28日まで

○申請方法

高原町ホームページから申請様式をダウンロードいただき、申請を行ってください。

なお、本給付金は申請を必要とせずに給付金が振り込まれる方と申請を必要とする方がいますのでご注意ください。

○その他

詳細は高原町ホームページでご確認ください。

○お問い合わせ先

町民福祉課福祉係
☎42・1067



建退共制度について

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき、建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに、建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

○加入できる事業主

建設業を営む方

○対象となる労働者

建設業の現場で働く人

○掛金

月額310円
※令和3年10月から320円

○その他

建退共ホームページに、制度説明用動画、Q&Aなど建退共制度の情報が掲載されています。

○お問い合わせ先

建退共宮崎県支部
☎0985・20・8867



自筆証書遺言書

保管制度について

法務局（遺言所保管所）で自筆証書遺言に係る遺言書を保管する制度が利用できます。遺言書を法務局に預けることで、紛失や改ざんの防止、裁判所での検認が不要となるなどのメリットがあります。

○申請方法

遺言書、保管申請書をあらかじめ作成の上、遺言者本人が法務局に提出してください。※事前予約制

○手数料

3千900円／1件

○その他

詳細は、法務省ホームページ内の「遺言書保管制度」をご覧ください。左記までお問い合わせください。

法務局では、遺言の内容についての質問、相談はお受けできません。

○お問い合わせ先

宮崎地方法務局都城支局
☎0986・22・0490

募集

広報たかはる企業紹介 掲載希望事業所募集

地元企業への就業契機や就業拡大による移住定住を推進するとともに、地場産品の構築機運の醸成による本町の産業振興を図ることを目的とし、高い技術や製品・商品を持つ高原町内の企業を本誌（広報たかはる）で紹介します。掲載を希望される事業所は、ぜひご応募ください。

○応募資格

①町内に事業所を有すること

○掲載内容

事業所の概要、技術や製品等

- ②家族以外の従業員を雇用している事業所であること
- ③税金の滞納がないこと
- ④公序良俗に反する若しくは反する恐れのある事業所でないこと
- ⑤本事業の趣旨を理解し、商品等の広告宣伝のみにならなないこと
- ⑥今後も雇用見込みのある事業所であること
- ⑦暴力団員による不当な行為の防止に関する法律（平成3年法律第77号）第2条第2号に規定する暴力団若しくは同条第6号に規定する暴力団員と密接な関係のある事業所でないこと

○申込方法

総合政策課へ電話で申込みください。申込み後、誓約書の提出が必要となります。予めご了承ください。

○その他

掲載については申込みの先着順となります。
詳細については、総合政策課に電話でご確認ください。

○お問い合わせ先

総合政策課地域政策係
☎42・2115

につぼん縦断こころ旅 お手紙の募集

NHK放送番組「につぼん縦断こころの旅」では、視聴者からのお手紙をもとに、俳優の火野正平さんが旅をします。

2021秋の旅では、長野県をスタートし、宮崎県を巡り、ゴールの沖縄県を目指します。番組では、あなたの思い出の風景や景色を募集しています。

○投稿方法

①はがき・封書
〒150・8501

「こころ旅」係 ※住所不要
②FAX

☎03・3465・1327

③番組HP投稿フォーム

○記入事項

名前、年齢、住所、電話番号、思い出の場所や風景、エピソード

○募集締切

10月25日（月）必着

○お問い合わせ先

NHKふれあいセンター
☎0570・066・066



読書の旅人

オススメ新着本①

鬼人幻燈抄

出版社／双葉社 著／中西モトオ



江戸時代、山間にある集落には火を司る女神に祈りを捧げる「いきつひめ」と呼ばれる巫女がいた。巫女を守る青年、甚太。甚太は森で遙か未来の災厄を語る不思議な鬼に出会う…。170 年先の未来への戦いがはじまる…。

オススメ新着本②

こども『話し方入門』

出版社／創元社 著／齋藤 孝



人前で話し始める方法から、話す前の準備、話す内容、間の取り方、緩急、注目の惹き方など、面白いイラスト入りで、大人にも子どもにも分かりやすく読みやすい本です。

●中央公民館図書室

開室時間 平日 8:30～17:15 休日 10:00～16:00

8月の閉室日 9日(月)

※急遽お休みになる場合がございます。ご了承ください。

※来館される際は、マスク着用をお願いします。

●お問い合わせ先

教育総務課社会教育係 ☎42-1484

|| 寄付 ||



社会福祉協議会へ
6月受付分・敬称略

香典返し

【遺族】	【続柄】	【故人】	【地区名】
西村 幸子	母	ミツ	下後川内区
森田 勇二	弟	丸山 祐一郎	上後川内区
河野 令子	母	三宅 ミエ	並木区
飯田 ノキ	夫	友則	蒲牟田区

善意の寄付

柳原 崇成 (小林市)

☆ありがとうございました。

|| 110番
だより ||

6月の交通事故発生状況

人身	1	年計	5
物損	11	年計	52

相手が名乗らない電話は要注意!! その電話オレオレ詐欺かも

先般、県内でオレオレ詐欺と思われる不審電話が確認されました。電話の内容は、

- ・俺やけど(自分から名前は名乗らない)
- ・置ききの被害に遭って、携帯や財布を盗まれた
- ・お金は上司が立て替えてくれる
- ・お金を用意してほしい

など、子どもや孫、親族になりすまして仕事や私生活でのトラブルを口実に、お金を要求してくるものです。

被害に遭わないために

- ◆「相手が名乗らない」「お金を用意して」は詐欺を疑う。
- ◆相手が名乗らないうちは、自分が知っている人と思えない込まない。
- ◆電話相手の家族に、自分から電話をして確認する。
- ◆留守番電話や迷惑電話防止機能がある電話を活用する。

不審に思ったりトラブルに遭ったりした場合は、警察相談専用電話又は最寄りの警察署や駐在所にご連絡ください。

●相談窓口

警察相談専用電話 #9110

小林警察署 ☎23-0110

|| 119番
だより ||

6月の出動状況

火災	0	年計	10
救急	21	年計	157

6月中、高原町で火災はありませんでした。

引き続き、火の取扱いには十分注意しましょう。

|| 人口の動き ||

現住人口調査 令和3年7月1日現在

町の総人口		対前月比	対前年同月比
総人口	8,541 人	-7	-63
男	4,072 人	-5	-18
女	4,469 人	-2	-45
世帯数	3,749 世帯	3	-80

転入	13	出生	0
転出	10	死亡	10





8月のカレンダー

神武の里

日 曜	内 容	場 所	時 間	担当課
8 日	● 山の日 肺がん検診 リサイクル・有害・その他ごみの日	ほほえみ館 各リサイクル 集積所	9:00 ~ 7:30 ~ 9:00	ほほえみ館 町民福祉課
9 月	● 振替休日 もやせるごみの日 (祝日収集)	もやせるごみ集積地区 の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課
10 火	トレーニングコース 母子健康手帳交付 古紙リサイクルの日	ほほえみ館 ほほえみ館 もやせるごみ集積地区 の各ごみ集積所	17:30 ~ 21:00 9:30 ~ 11:30 8:30まで	ほほえみ館 ほほえみ館 町民福祉課
11 水	肩こり腰痛予防教室 乳児健診 廃プラリサイクルの日 消費生活相談	ほほえみ館 ほほえみ館 各ごみ集積所 高原町役場	9:30 ~ 11:30 13:00 ~ 13:30 受付 8:30まで 10:00 ~ 15:00	ほほえみ館 ほほえみ館 町民福祉課 ほほえみ館
12 木	トレーニングコース 民児協定例会 古紙リサイクルの日	ほほえみ館 ほほえみ館中 研修室 もやせるごみ集積地区 の各ごみ集積所	17:30 ~ 21:00 13:30 ~ 16:30 8:30まで	ほほえみ館 社会福祉 協議会 町民福祉課
13 金	古紙リサイクルの日	もやせるごみ集積地区 の各ごみ集積所	8:30まで	町民福祉課
14 土				
15 日				
16 月	結核健康診断	町内巡回	終日	ほほえみ館
17 火	結核健康診断 トレーニングコース 育児学級	町内巡回 ほほえみ館 ほほえみ館	終日 17:30 ~ 21:00 10:30 ~	ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館
18 水	結核健康診断 肩こり腰痛予防教室 町民生活相談 廃プラリサイクルの日 オレンジカフェたかはい さの	町内巡回 ほほえみ館 ほほえみ館 各ごみ集積所 南狭野区東前野	終日 9:30 ~ 11:30 9:00 ~ 12:00 8:30まで 14:00 ~ 16:00	ほほえみ館 ほほえみ館 社会福祉 協議会 町民福祉課 高齢者 あんしん係
19 木	結核健康診断 トレーニングコース	町内巡回 ほほえみ館	終日 17:30 ~ 21:00	ほほえみ館 ほほえみ館
20 金	結核健康診断 肩こり腰痛予防教室	町内巡回 ほほえみ館	終日 9:30 ~ 11:30	ほほえみ館 ほほえみ館
21 土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00 ~ 18:00	ほほえみ館
22 日	結核健康診断	町内巡回	終日	ほほえみ館
23 月	結核健康診断 集団健診	町内巡回 ほほえみ館	終日 8:30 ~	ほほえみ館 ほほえみ館

日 曜	内 容	場 所	時 間	担当課
24 火	結核健康診断 母子健康手帳交付 集団健診 オレンジカフェたかはい 上麓 トレーニングコース	町内巡回 ほほえみ館 鹿児山農業構造 改善センター 霧島団地前 ほほえみ館	終日 9:30 ~ 11:30 8:30 ~ 10:00 ~ 12:00 17:30 ~ 21:00	ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館 高齢者 あんしん係 ほほえみ館
25 水	結核健康診断 集団健診 肩こり腰痛予防教室 廃プラリサイクルの日	町内巡回 上後川内地区 多目的活動施設 ほほえみ館 各ごみ集積所	終日 8:30 ~ 9:30 ~ 11:30 8:30まで	ほほえみ館 ほほえみ館 ほほえみ館 町民福祉課
26 木	集団健診 トレーニングコース	南狭野活性化 センター ほほえみ館	8:30 ~ 17:30 ~ 21:00	ほほえみ館 ほほえみ館
27 金	集団健診 肩こり腰痛予防教室	下広原農業構造 改善センター ほほえみ館	8:30 ~ 9:30 ~ 11:30	ほほえみ館 ほほえみ館
28 土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00 ~ 18:00	ほほえみ館
29 日				
30 月				
31 火	トレーニングコース	ほほえみ館	17:30 ~ 21:00	ほほえみ館

9月のカレンダー

日 曜	内 容	場 所	時 間	担当課
1 水	肩こり腰痛予防教室 町民生活相談 もやせないごみの日	ほほえみ館 ほほえみ館 相談室 各ごみ集積所	9:30 ~ 11:30 9:00 ~ 12:00 8:30まで	ほほえみ館 社会福祉 協議会 町民福祉課
2 木	トレーニングコース	ほほえみ館	17:30 ~ 21:00	ほほえみ館
3 金	肩こり腰痛予防教室	ほほえみ館	9:30 ~ 11:30	ほほえみ館
4 土	トレーニングコース	ほほえみ館	13:00 ~ 18:00	ほほえみ館
5 日				
6 月				
7 火	トレーニングコース	ほほえみ館	17:30 ~ 21:00	ほほえみ館

今月は、町県民税(2期)、国民健康保険税(3期)、
後期高齢者医療保険料(2期)、介護保険料(3期)の
納期です。

編集後記

今回の表紙は、夏を象徴する花、ひまわりです。撮影中も、照り付ける日差しに汗がしたたり、夏の到来を感じる日々となりました。

余談ですが、私が子供の頃は、夏になるとカブトムシ採りに夢中でした。先日、息子が「友達がかぶトムシを捕まえてた。僕も欲しい!」と。すぐに、子供の頃かぶトムシを採っていた場所が頭に浮かび、それと同時に、その場所は今も変わらず、雄大な自然が残っていることに気づかれました。

以前、島根県海士町の山内元町長が、本町で講演いただいた話を思い出します。

『ないものはない。都会のような便利さはないが、その一方で、自然や郷土の恵みは潤沢である。暮らすために必要なものは充分あり、今あるものの良さを活かしていけば良い。』
ないものを求めるよりも、この町でしか得られない幸せを、これから沢山見つけていければと改めて思いました。

なお、カブトムシが採れる場所は思い浮かぶものの、私の重い腰は一向に動く気配を見せておりません。

石ヶ野



高原町ホームページ
QRコード



我が家のアイドル むじむじ



そうすけ
吉元 颯亮 くん (11か月)

父：和孝さん 母：梨沙さん (下麓区)

～Message～

もうすぐ1歳の誕生日を迎えます。

これからも元気にすくすく育てね！

高原の風物詩



ふたば花壇

ふたば会の皆さんにより、年間を通して季節の花が咲き誇るふたば花壇。

この時期には、霧島山を背景にして咲くひまわりが風物詩となっています。

高原の風物詩

上後川内区 (入木)

上後川内区入木の県道414号線の沿道には、ひまわりの花が咲き並んでいます。

このひまわりは、4～5年程前から、川平重信さん、公子さん、今西ヤス子さんが植えられているもので、今年も200本以上のひまわりが咲き誇りました。

太陽に向かって大きく開くひまわりに、道行く人々は元気をもらっています。



川平公子さん 川平重信さん 今西ヤス子さん