

🍶 暮らし 高まる たかねざわ

たんたんボッチ

お焚き上げ

たんたんボッチとは…

「たんたん祭り」のシンボル。

「たんたんボッチ」という名前は、高根沢音頭の歌詞「たんたんたんほの高根沢」と「わらぼっち」を合わせたものです。



- ② 誇れる町民表彰
- ④ 令和三年度 消防団各種表彰
- ⑥ パブリックコメントを実施します
- ⑦ 3回目のワクチン接種について
- ⑱ 下水道審議会委員を募集します
- ⑲ 令和4年成人式を開催します

広報たかねざわが
スマホで読める



誇れる町民表彰

10月30日、改善センターにおいて、第59回町功労者、スポーツ功労者、スポーツ優秀選手、文化優秀者の表彰式が行われました。（敬称略）

第59回町功労者表彰

須藤 信之（すどう のぶゆき）
民生委員、司法保護司、区長、保健委員
野中 信夫（のなか のぶお）
司法保護司、農業委員会委員
高橋 雄二（たかはし ゆうじ）
学校医



スポーツ功労者表彰

石塚 雄一（いしづか ゆういち）
高根沢町スポーツ協会卓球部員
として卓球の普及発展に15年以上

に亘り貢献され、現在も活躍されている。

篠崎 孝光（しのぎ たかみつ）
高根沢町スポーツ協会柔道部指導者として柔道の普及発展に15年以上に亘り貢献され、現在も活躍されている。



スポーツ優秀選手表彰

並木章太郎（なみき しょうたろう）
第49回U10栃木県少年サッカー選手権大会 優勝
富永 アズイス 陽斗
『tonan』第10回北関東（関東

外環）U12少年サッカー大会 in GUNMA 優勝

井上 遥翔（いのうえ はると）
2021北関東2年生大会 優勝
第9回日本少年野球アトワークス杯2年生大会 優勝
第46回日本少年野球関東大会 出場

佐藤 結奈（さとう ゆいな）
第49回関東中学校陸上競技大会
2年女子100m 出場

新藤 蒼也（しんどう そうや）
第15回全国中学生空手道選抜大会
1年生 男子 形の部 出場

第15回全国中学生空手道選抜大会
県予選 1年生 男子 形の部 優勝

寺川 陽（てらかわ ひなた）
ボルダリング栃木カップ2021
in MIBU 優勝

芝 慶剛（しば のりたか）
第45回関東中学校水泳競技大会
男子100m背泳ぎ・200m背泳ぎ 出場

浅井 悠斗（あさい ゆうと）
第73回関東高等学校駅伝競走大会
出場

根岸 悠斗（ねぎし ゆうと）
第73回関東高等学校駅伝競走大会
出場

小宮 陽子（こみや ようこ）
第17回栃木県女子社会人アマチュアゴルフ選手権大会 優勝

アゴルフ選手権大会 優勝

アゴルフ選手権大会 優勝

アゴルフ選手権大会 優勝

アゴルフ選手権大会 優勝

アゴルフ選手権大会 優勝

阿久津中学校ソフトボール部
第43回全国中学校ソフトボール大会 出場



小堀 光郎 (こほり みつろう)
飯嶋 清 (いじま きよし)
加藤 啓一 (かとう けいち)
川俣 栄司 (かわまた えいじ)
小林 正光 (こばやし まさみつ)
瀧田 安行 (たきた やすゆき)
増山 孝高 (ますやま こうたか)
第35回全日本シニアソフトボール大会 出場
第35回全日本シニアソフトボール大会栃木県予選会 優勝



第49回関東中学校ソフトボール大会 5位
第73回栃木県中学校総合体育大会ソフトボール大会 優勝
阿久津中学校卓球部
第27回関東中学校選抜卓球大会 出場
高根沢OB
日本スポーツマスターズ2021 岡山大会 出場
日本スポーツマスターズ2021 軟式野球競技関東ブロック予選会 出場

日本スポーツマスターズ2021 栃木県大会 優勝
第27回関東・東北・北海道・壮年軟式野球選手権大会 出場
第71回壮年軟式野球大会 優勝

文化優秀者表彰

阿久津小学校金管バンド部
第40回全日本小学生バンドフェスティバル 出場
第20回関東小学生バンドフェスティバル 金賞
第20回栃木県小学生バンドフェスティバル 金賞
第27回東関東吹奏楽コンクール小学生の部 金賞
第63回栃木県吹奏楽コンクール小学生の部 金賞
阿久津小学校金管バンド部 (打楽器三重奏)
第26回東関東アンサンブルコンテスト 小学生部門 打楽器三重奏 金賞
第52回栃木県アンサンブルコンテスト 小学生部門 打楽器三重奏 金賞
阿久津中学校吹奏楽部
第27回東関東吹奏楽コンクール中学校の部 A部門 銀賞
第63回栃木県吹奏楽コンクール中学校の部 A部門 金賞

高根沢OB
第4回東日本都市対抗シニア軟式野球大会 出場



阿久津中学校吹奏楽部 (サクソフォーン三重奏)
第26回東関東アンサンブルコンテスト 中学校部門 サクソフォーン三重奏 銀賞
第52回栃木県アンサンブルコンテスト 中学校部門 サクソフォーン三重奏 金賞

令和三年度 消防団各種表彰

長年にわたる消防団活動に対して県知事などから次のとおり表彰されました。

知事表彰

模範消防団員知事表彰

上野 太平 (第5分団分団長)

消防関係功労者知事表彰

小林 貞之 (第6分団団員)

増淵 友信 (第6分団団員)

県消防協会会長表彰

功績章

小池 英行 (副本部長)

30年勤続

増淵 成一 (第1分団団員)

土屋 修一 (第1分団団員)

15年勤続

岡村 達弥 (本部次長)

大森 映孝 (第3分団団員)

大橋 一樹 (第3分団団員)

篠崎 孝光 (第4分団団員)

井上 智之 (第5分団団員)

10年勤続

永井 秀和 (第1分団分団長)

齋藤 真人 (第1分団班長)

小池 和寿 (第2分団分団長)

加藤 篤 (第3分団班長)

菅又 丈寛 (第4分団班長)

森島 貴之 (第5分団副分団長)

棚木 正肅 (第5分団部長)

西村 陽一 (第7分団班長)
小島 敬介 (第7分団団員)
野澤 康宏 (第8分団副分団長)
若柳 秀雄 (第8分団団員)

夫婦消防団員表彰

齋藤 秀文 (第3分団班長)

齋藤 倫世 (本部分団団員)

配偶者等表彰

土屋 順子 (第1分団団員)

土屋修一令夫人

県消防協会塩谷支部長表彰

優良分団表彰

無火災分団表彰

善行章

小池 和寿 (第2分団分団長)

中川 喜人 (第3分団分団長)

鈴木 誠 (第4分団分団長)

鈴木 健史 (第7分団分団長)

兄弟等表彰

田代 拓也 (第3分団班長)

田代 裕紀 (第3分団団員)

5年勤続

阿久津裕史 (本部分団部長)

岡本 達則 (第2分団団員)

亀田 匠 (第2分団団員)

鈴木 孝至 (第3分団団員)

手塚 翔太 (第3分団団員)

小川 剛 (第3分団団員)

消防団員募集

消防団は、それぞれの地域に密着し、災害発生時にはいち早く駆けつける、地域防災にとって欠かすことのできない存在です。消防団に入団することで、仲間づくりやコミュニケーションの輪が広がり、防災や応急手当の技術・知識を習得できるなど、数え切れない魅力があります。

あなたも消防団員として活動してみませんか？



町まとい会長表彰・さくら警察署
長表彰
優良団員表彰・特別防犯功労者表彰

町まとい会長表彰・さくら警察署

齋藤 諭 (前本部次長)

優良団員表彰・特別防犯功労者

山本 祥大 (第3分団団員)

鈴木 亨 (第4分団団員)

小室 純平 (第4分団団員)

伊藤 靖恭 (第5分団団員)

杉山 翼 (第5分団団員)

小川 智也 (第8分団班長)

町長表彰

優良団員表彰

真壁 宏幸 (本部分団部長)

大野 俊幸 (第1分団団員)

小野口達也 (第2分団班長)

齋藤 賢二 (第3分団班長)

古口 真一 (第3分団班長)

菅又 丈寛 (第4分団班長)

山本 悠平 (第5分団班長)

野中 優吾 (第6分団団員)

阿久津圭宏 (第7分団班長)

小川 智也 (第8分団班長)

消防功労者感謝状

齋藤 諭 (前本部次長)

山本 祥大 (第3分団団員)

鈴木 亨 (第4分団団員)

小室 純平 (第4分団団員)

伊藤 靖恭 (第5分団団員)

杉山 翼 (第5分団団員)

小川 智也 (第8分団班長)

※令和三年度消防団通常点検を10月17日に実施する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から中止しました。

問合せ先 地域安全課

☎675・8110

町の交通安全のために、あなたの力をお貸しください 交通指導員を募集します

町民の交通事故防止と、子どもたちの登下校（園）時の交通安全を見守る交通指導員を募集します。

◆募集人数 9人

◆任期

令和4年4月1日～

令和6年3月31日（2年間）

※再任も可能です。

◆応募資格

・本町に在住し、原則70歳未満で心身ともに健康で職務に従事できる人

・交通安全に深い関心と熱意のある人

・勤務場所の近くに居住し、所定の場所で交通指導や巡回指導できる人

◆勤務場所

- ①東小学校入口交差点
- ②宝積寺駅東口入口
- ③東町南区 魚鉄商店前
- ④北小学校北側入口
- ⑤宝石台ローソン西側
バイパス交差点
- ⑥光陽台和光メガネ西側交差点
- ⑦西町古口材木店西側交差点
- ⑧上高根沢小学校北側入口
- ⑨光陽台とりせん西側交差点

※勤務場所は、通学路の状況によって変更する場合があります。

◆報酬 月額45,000円

◆申込期間

12月6日（月）～

令和4年1月17日（月）

◆申込方法

「町交通指導員希望履歴書」に記入し、地域安全課へ持参または郵送してください。

用紙は、役場、改善センター、図書館3館で配布しています。

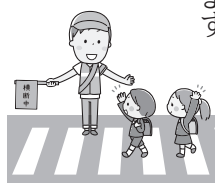
また、町ホームページからもダウンロードできます。

◆面接

・日にち 令和4年1月28日（金）

・場所 役場

※面接時間は、応募締め切り後、応募者へ通知します。



◆申込み・問合せ先

〒329-1129-2

高根沢町大字石末2053

地域安全課

☎675・8110

マナーアップ！あなたが主役です 年末の交通安全県民総ぐるみ運動

年末は交通事故が増加傾向にあるほか、飲酒の機会が増え、飲酒運転に起因する重大事故の発生が懸念されます。

一人ひとりが交通安全の意識を持ち、交通事故を起こさず新年を迎えましょう。

◆運動期間

12月11日（土）～31日（金）

みんなでつくる安心の町

防犯対策を心がけましょう！

一人ひとりが日ごろから防犯対策を行い、犯罪を寄せ付けない町をつくりましょう。

空き巣に注意！

外出時はもちろん、就寝の際もしっかり戸締りしましょう。

車上ねらいに注意！

車内に財布やバッグを置いたままにせず、車から離れる際は必ず鍵をかけましょう。

特殊詐欺に注意！

電話やメールでお金の話が出たら、オレオレ詐欺などの特殊詐欺

◆運動の重点内容

- ①子供と高齢者の交通事故防止
- ②飲酒運転等の根絶と安全運転の励行
- ③「ライト4（フォー）運動」と「原則ハイビーム」の推進



◆問合せ先

☎675・8110

地域安全課

に注意しましょう。

防災防犯メールを登録しましょう

町の防災防犯メールで町内の事件や防犯等の情報を配信しています。防災防犯メール登録サイトから登録しましょう。

メイト防犯登録サイト
↓
防災防犯メール登録



◆問合せ先

☎675・8110

地域安全課

パブリックコメントを実施します

皆さんの意見をお聞かせください

◆公表する資料

①高根沢町情報通信技術を活用した行政の推進に関する条例(案)

行政手続のデジタル化を推進し、町民等の利便性の向上や行政運営の簡素化・効率化を図るため、町の条例、規則等に基づく手続きについて、従来の書面等による手続きに加え、インターネットを通じての申請・届出等を可能にする共通事項を定めた「高根沢町情報通信技術を活用した行政の推進に関する条例(案)」を公表します。

②高根沢町犯罪被害者等支援条例(案)

町の犯罪被害者等の支援に関する基本理念を定め、町や町民、事業者等の責務を明らかにすることで、犯罪被害者等が受けた被害の軽減と回復を図ります。安全で安心して暮らすことができる地域社会の実現を目指し、「高根沢町犯罪被害者等支援条例(案)」を公表します。

③令和4年度当初予算編成経過

令和4年度当初予算の編成を進めています。そこで、予算の編成経過を公表します。

④高根沢町障害者元気プラン2021(案)

障がい者施策を推進するため、「第4期障害者計画」・「第6期障害福祉計画」・「第2期障害児福祉計画」を一体化した「高根沢町障害者元気プラン2021(案)」を公表します。

◆意見募集期間

12月10日(金)～

令和4年1月11日(火)

◆閲覧場所

図書館3館、町ホームページのほか、次の場所でも閲覧できます。

- ①の資料 総務課
- ②の資料 地域安全課
- ③の資料 企画課
- ④の資料 健康福祉課

◆提出方法

閲覧場所に用意してある提出用紙に必要事項を記入し、持参・郵送・FAX・Eメールのいずれかの方法で提出してください。

提出用紙は町ホームページからもダウンロードできます。

※新型コロナウイルス感染防止のため、来庁はなるべく控えてください。ホームページでの閲覧および郵送・FAX・Eメールでの提出にご協力をお願いします。

◆提出された意見の取扱い

- ・個々の意見について、個別の回答はしません。
- ・全ての意見を整理し、町の考えとともに後日公表します。あらかじめご了承ください。
- ・意見以外の住所・氏名などは公表しません。
- ・目的以外に住所・氏名などを使用することはありません。

公表する資料	提出・問合せ先
①高根沢町情報通信技術を活用した行政の推進に関する条例(案)	総務課 〒329-1292 大字石末2053 ☎675・8101 FAX675・2409 Eメール soumu@town.takanezawa.tochigi.jp
②高根沢町犯罪被害者等支援条例(案)	地域安全課 〒329-1292 大字石末2053 ☎675・8110 FAX675・2409 Eメール anzen@town.takanezawa.tochigi.jp
③令和4年度当初予算編成経過	企画課 〒329-1292 大字石末2053 ☎675・8102 FAX675・2409 Eメール keiei@town.takanezawa.tochigi.jp
④高根沢町障害者元気プラン2021(案)	健康福祉課 〒329-1292 大字石末2053 ☎675・8105 FAX675・8988 Eメール fukusi@town.takanezawa.tochigi.jp

新型コロナウイルス感染症

3回目の ワクチン接種について

皆さんへ注意点

ワクチン接種は強制ではなく、「受ける」「受けない」の選択は、あくまで本人の意思に基づくものです。接種を望まない人に接種を強制することはありません。

職場や周りの人などに接種を強制するなど、接種を受けていない人に差別的な扱いをすることがないようにご理解とご協力をお願いします。

ワクチンの接種時期は・・・

「2回目を接種してから、8ヶ月を経過したあと」

となります。

	2回目のワクチン接種を受けた日
★	3回目の接種時期(8ヶ月経過後)

5・6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月
								★		
									★	
										★

接種券の発送について

接種券は2回目の接種日から8ヶ月経過後に接種できるよう発送予定です。1・2回目の接種は、年齢順に接種券を発送しましたが、3回目は「2回目接種が終わった順」に発送予定です。

※同居している家族や同年齢の人であっても、2回目の接種日によって接種券の到着日が異なります。

詳細な発送スケジュール、接種できる会場、予約方法などは現在調整中です。決まり次第、町ホームページや広報紙等でお知らせします。



2回目の接種後に 高根沢町に転入した人へ（お願い）

他市町村等で2回の接種を受けた後に高根沢町に転入した場合、町から3回目接種の接種券を発送することができませんので、「予防接種済証」など接種履歴がわかるものを準備して、コールセンターに連絡してください。

医療従事者の皆さんへ

3回目の接種券を順次発送しています。

接種時期や接種会場等、詳細については、勤め先から別途案内がありますので、それまでお待ちください。

また、「接種券一体型予診票」と「接種済証」は接種の時期が来るまで、大切に保管してください。

問合せ先 コロナワクチンコールセンター ☎680・1155(平日 9時～17時)

★ 児童館コーナー

※行事・イベント等は新型コロナウイルス感染症対策をして実施します。



～中学生がやってきた! マイチャレンジ～

阿久津中学校の2年生5人が、きのこのもりにやってきました。最初はドキドキでしたが、すぐに小さなお友達と楽しく遊んでいました。また、お花を植えたり、薪ストーブに火をつけたりして、職員と一緒に仕事もしました。

きのこのもり

きのこのもり

～ひょうたんでランプを作ろう～

乾燥させたひょうたんにピンで穴をあけて、手のひらサイズのランプを作ります。好きな模様を描いて、オリジナルランプを作しましょう。

- ◆日時 12月18日(土) 10時～12時
- ◆対象 小学生以上(保護者も可)
- ◆定員 15人
- ◆持ち物 手ふきタオル、飲み物
- ◆受付開始 12月4日(土) 10時～
- ◆参加費 400円



◆開館時間

平日 9時～12時、13時～15時、
15時～17時
土日祝日 10時～12時、14時～16時

- ◆申込み・問合せ先 きのこのもり
☎675・2150

みんなのひろば

～クリスマス会～

※申込み多数のため、実施日を追加しました!

- ◆日時 12月10日(金)
10時30分～11時10分
- ◆対象 0歳～未就園児親子
- ◆定員 10組(受付中)
- 手あそび 歌あそび アンパンマン体操
サンタさんも登場!?
- みんなで一緒に楽しみましょう!



◆開館時間

平日 10時～12時
(未就学児親子10組程度)
14時～16時30分
(小中高生 予約なし10人程度)
土日祝日 10時～12時、14時～16時30分

- ◆申込み・問合せ先 みんなのひろば
☎680・1311

最新の情報はSNSで!

フェイスブック
Facebook



きのこのもり



みんなのひろば

インスタグラム
Instagram



きのこのもり



みんなのひろば

「いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会」オールとちぎプログラム スタンプを集めて豪華賞品を当てよう♪

挑戦！いちご一会検定

オンラインで参加できる3択クイズ！全部で20種類の検定があり、1種類10問の問題が用意されています。全問正解でスタンプが1コもらえます！



検定サイト

いちご一会スタンプラリー

競技会場にある専用ポスターから二次元コードを読み取ると、スタンプが1コもらえます♪
各会場は専用サイトに登録後、確認することができます。

応募方法（共通）

スマートフォン専用サイトからアンケートに答えて、スタンプラリーに登録しましょう。
登録すると10スタンプごとに賞品に応募できます。



登録はこちら
(スマホ専用)

スタンプを集めて豪華賞品を当てよう♪

市町のおすすめ品 3000円相当

日光金谷ホテル宿泊券

国体・障スポとちまるくんぬいぐるみ

150名様にプレゼント

賞品の発送は2022年3月を予定

◆問合せ先 いちご一会とちぎ国体
・とちぎ大会実行委員会事務局
☎623・3845



ホームページ

- ◆賞品
 - ・市町のおすすめ品 (3,000円相当)
 - ・国体・障スポとちまるくんぬいぐるみ
 - ・日光金谷ホテル宿泊券
- ◆開催期間
 - 令和4年2月28日まで
- ※賞品の詳細はいちご一会オンラインイベントホームページで確認してください。

子育て支援センター

親子のふれあいを楽しむ場、子育て相談の場としてご利用ください。

元気づこクラブ

れんげそうクリスマス会
〜サンタクローズがやって来る！〜

◆日時 24日(金) 11時〜15時

◆内容 歌やパネルシアターを楽しみます。サンタクローズからのプレゼントがもらえます。

◆定員 各回10組

◆申込み 9日(木) 来館または電話申込み



わくわくタイム

毎月10日・20日・30日に製作やゲームなどを行います。

◆日時 10日(金) 20日(月) 11時〜15時

◆内容 クリスマスリースを作ろう

◆定員 各回7組

◆申込み 1日(水) 来館または電話予約

れんげそう

すくすくタイム

毎月5日・15日・25日にお子様の身長・体重を計測し、カードに記入してお渡しします。季節の寝相アートコーナーがあり、自由に撮影ができます。

◆日時 6日(月) 15日(水) 27日(月)

◆申込み 来館予約時に「計測希望」とお伝えください。今月の寝相アートのテーマは「雪だるまつくろく」です。



臨時休館のお知らせ

3日(金) 15時閉館
28日(火) 午後閉館

最新の情報はSNSで確認を！



れんげそうHP



Instagram

◆開館時間 (臨時休館除く)
9時〜12時・13時〜16時

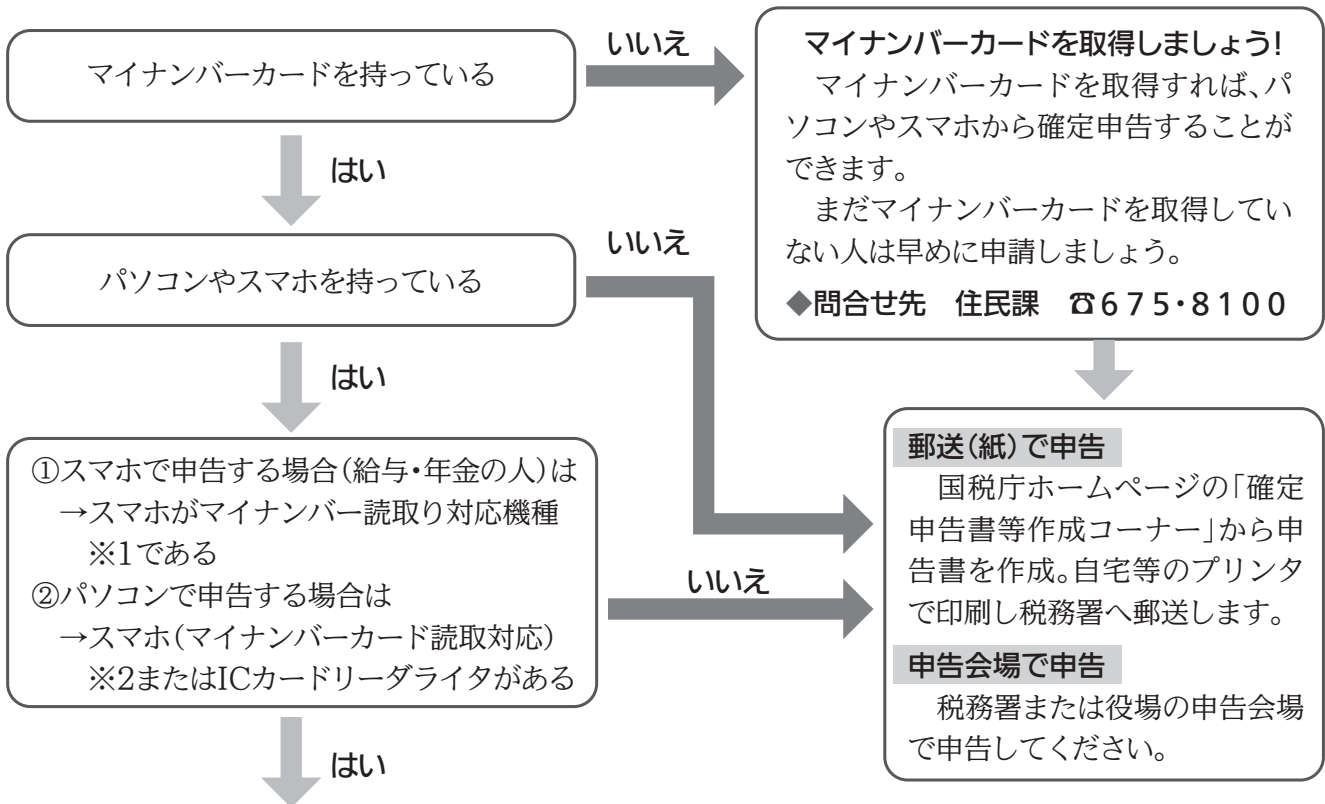
◆休館日 土日祝日、年末年始

◆予約・問合せ先
子育て支援センターれんげそう
☎676・1955

自宅から「e-Tax・スマホ」で確定申告!

3密回避!

フローチャートであなたに合った申告の方法を確認しましょう



マイナンバーカード方式で電子申告

①スマホで申告する人(スマホ専用画面※給与・年金の人)
スマホでマイナンバーカードを読み込み、カード取得時に設定した暗証番号を入力して送信します。

②パソコンで申告する人
スマホまたはICカードリーダーでマイナンバーカードを読み込み、カード取得時に設定した暗証番号を入力して送信します。

e-Tax・スマホ申告相談会

「やり方が難しそう…」「税金のことだから間違えたらイヤだ…」という人はぜひ参加してください。

日時 12月7日(火)・8日(水)
11時～14時(1人10～15分程度)

場所 役場大会議室
詳細は町ホームページを参照してください。

確定申告はe-Taxで提出! ほとんどの書類が添付省略できます♪さらに還付金の振り込みがスピーディー!

確定申告書の作成方法は動画でチェック! →  または [動画で見る確定申告](#)


◆問合せ先

○e-Tax の利用について e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570・01・5901

○確定申告について 氏家税務署 ☎682・3311(自動音声案内で「2」を選択)

※1 マイナンバー読み取り対応スマホの確認は → [スマホ確定申告](#)

※2 パソコンの画面に表示された2次元バーコードをスマホ(マイナンバーカード読み取り対応)で読み取れば、ICカードリーダーがなくてもマイナンバーカードを使ってe-Taxで送信できます!



広告募集



広告掲載
しませんか？

- ①郵便用封筒
- ②ホームページ
- ③広報たかねざわ

①郵便用封筒

町内外のたくさんの人の手に渡りますので、お店や企業のPRなどにぜひ活用してください。

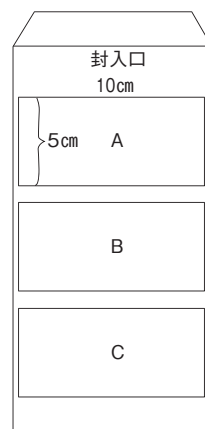
◆**申込期限**

令和4年1月14日（金）

◆**申込み・問合せ先**

総務課 ☎ 675・8101

作成枚数	20,000枚
掲載料金	30,000円（1 枠あたり）
封筒規格	長形3号
掲載位置	封筒の裏面（図のとおり）
掲載枠数	3 枠（A・B・C）
規 格	縦 5 cm × 横 10 cm （1 枠あたり）
刷 色	単色（封筒表面の刷色と同色）
掲載期間	令和4年4月から在庫がなくなるまで（半年～1年）



②ホームページ(随時)

◆**掲載料（1 枠）** 10,000円／月

◆**規 格**

縦60ピクセル×横150ピクセル

容量 4 KB以内

GIF、JPEG、PNG形式

◆**申込み・問合せ先**

企画課 ☎ 675・8102

毎月のホームページ平均閲覧数
約 36,000 件
（令和2年度実績）



毎月の発行
10,000部



申込方法(共通)

広告掲載申込書に広告原稿案を添えて、お申込みください。

広告掲載申込書は、町ホームページからダウンロードすることができます。

※事前に「町広告事業実施要綱」、「町広告掲載基準」および「町郵便用封筒広告掲載取扱要領」を、町ホームページ等で確認してください。



ホームページ

③広報たかねざわ(随時)

新聞折込で配布するほか、図書館や一部コンビニに配架しています。

◆**掲載料（1 枠）** 10,000円／月

◆**規 格** 4.5cm×8.5cm

◆**発行部数** 10,000部

◆**申込み・問合せ先**

企画課 ☎ 675・8102

♥…健康 ◎…役所 文…学校 目…図書館 +…休日当番医

★水曜日は窓口業務(住民課、税務課、水道料金センター)を19時まで行っています。
(転出入の届出受付など一部取扱いできない業務もあります。)

◆開庁時間
 8時30分から17時15分
 ※土・日・祝日・年末年始はお休み

木	金	土
2 ♥NIKO♥NIKO 教室(要申込) 10:00~ 13:30~ 保	3 ♥結果説明会 (対象:11/4 受診者) 保	4
9 ♥3歳児健診 (対象 H30.11 月生まれ) 保	10 ♥2歳児歯科健診 (対象:R1.11 月生まれ) 保	11
16 ♥結果説明会 (対象:11/17,11/18 受診者) 保	17 ♥ボディチェンジスクール⑦ (要申込) 保	18 ♥やってみよう④ き
23 ♥ボディチェンジスクール⑧ (要申込) 保	24 ♥4ヵ月児健診 (対象 R3.8 月生まれ) 保	25
30 (休館) 後 文 仁 上 改 民 工 夕 町 ホ 水 + 関根クリニック[光陽台] ☎612-7015	31 (休館) 後 文 仁 上 改 民 工 夕 町 ホ 水 + 高根沢中央病院[光陽台] ☎675-1133	

防災行政無線フリーダイヤル
 ほうさい きんきょう み
0120・43・9933
 でかくにん

施設の略称・問合せ先

役 役場	☎675-8100
改 改善センター	☎675-3175
保 保健センター	☎675-4559
福 福祉センター	☎675-4777
町 町民広場	☎675-3175
ホ 町民ホール	☎675-3175
ト トレーニングセンター	☎675-3175
民 歴史民俗資料館	☎675-7117
水 水道料金センター	☎675-5600
文 図書館中央館	☎675-6531
仁 図書館仁井田分館	☎676-3155
上 図書館上高根沢分館	☎680-1770
夕 宝積寺タウンセンター	☎675-0984
み 児童館みんなのひろば	☎680-1311
き 児童館きのこのもり	☎675-2150
れ れんげそう	☎676-1955
元 道の駅たかねざわ 元気あつむら	☎676-1126
ち ちよっ蔵広場	☎675-0004
工 エコ・ハウスたかねざわ	☎680-2080

今月の納期限

- 12月27日(月)
町県民税(4期)
国民健康保険税(6期)
介護保険料(6期)
後期高齢者医療保険料(6期)

今月の口座振替

- 12月10日(金)
学校給食費(12月分)
- 12月27日(月)
水道料金(東部・南部・北部地区)
下水道使用料(仁井田処理区)
農業集落排水施設使用料(12月分)
保育料(12月分)

◆今月のごみ収集日

収集地区	もえるごみ	資源びん・ 容器包装プラスチック	カン・ガラス・ 不燃物	古紙	ペットボトル・ 容器包装プラスチック
① 宝積寺(西町・中台・宝上・宝中・宝下・石神・さぎのや)	水・土	27日(月)	20日(月)	6日(月)	13日(月)
② 光陽台(宝積寺の一部を含む)・宝石台	月・木	7日(火)	28日(火)	14日(火)	21日(火)
③ 上高(南部・中部・東部・台の原・西根・金井)・栗ヶ島・ 寺渡戸・中郷・太田・上太田	水・土	22日(水)	15日(水)	1日(水)	8日(水)
④ 桑窪・上柏崎・中柏崎・下柏崎・亀梨・大谷・上阿久津・ 中阿久津・柳林・籠関・赤堀・笹原・向原・石末宿	月・木	22日(水)	15日(水)	1日(水)	8日(水)
⑤ 宝積寺(東町北区・東町中区・東町南区)・ フローラルアベニュー・石末(天神坂・石末原)	火・金	16日(木)	9日(木)	23日(木)	2日(木)
⑥ 仁井田・東高谷・花岡・西高谷・飯室・文挾・伏久	月・木	10日(金)	3日(金)	17日(金)	24日(金)

◆問合せ先 環境課 ☎675・8109

12月 ぐらしのカレンダー

日	月	火	水
<p>～塩谷郡市医師会からのお願い～</p> <p>休日当番医を利用する際、発熱や風邪症状のある人は受診前に必ず電話でご相談ください。感染予防のため直接の来院は控えてください。</p>			<p>1</p> <p>◎窓口延長業務(19:00まで) ㊟ ㊢</p>
<p>5</p> <p>⊕菅又病院[花岡] ☎676-0311</p> <p>◎エプロン講座 ㊟</p>	<p>6</p> <p>(休館) ㊟ ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩</p> <p>◎ボディチェンジスクール⑥ (要申込) ㊢</p>	<p>7</p> <p>◎離乳食教室(要申込) (対象:R3.5月生まれ) 受付 9:45~10:00 ㊢</p>	<p>8</p> <p>◎窓口延長業務(19:00まで) ㊟ ㊢</p> <p>◎にぎにぎクラブ① ㊟</p>
<p>12</p> <p>⊕高根沢中央病院[光陽台] ☎675-1133</p>	<p>13</p> <p>(休館) ㊟ ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩</p> <p>◎栄養相談(要予約) ㊢</p> <p>◎ことばの相談(要予約) ㊢</p> <p>◎こころの相談(要申込) ㊢</p> <p>◎もりのようちえん12月 ㊟</p>	<p>14</p> <p>(休館) ㊢</p> <p>◎1歳6ヵ月児健診 (対象 R2.5月生まれ) ㊢</p>	<p>15</p> <p>◎窓口延長業務(19:00まで) ㊟ ㊢</p>
<p>19 家庭の日</p> <p>⊕深澤クリニック[平田] ☎676-0671</p>	<p>20</p> <p>(休館) ㊟ ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩</p> <p>◎健康診査 ㊢</p>	<p>21</p> <p>◎こども相談(要予約) ㊢</p>	<p>22</p> <p>◎窓口延長業務(19:00まで) ㊟ ㊢</p> <p>◎10ヵ月児健診 (対象 R3.2月生まれ) ㊢</p> <p>◎にぎにぎクラブ② ㊟</p>
<p>26</p> <p>⊕中津川循環器科内科クリニック[宝積寺] ☎675-7521</p>	<p>27</p> <p>(休館) ㊟ ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩</p>	<p>28</p> <p>(休館) ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩</p>	<p>29</p> <p>(休館) ㊢ ㊤ ㊦ ㊧ ㊨ ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺</p> <p>⊕菅又病院[花岡] ☎676-0311</p>

塩谷地区夜間(18時30分~21時30分)診療室

12月29日(水)から1月3日(月)

塩谷地区夜間診療室「くろす」
(さくら市黒須病院)
☎682・8811



◆生涯学習関連施設の使用抽選

町民ホール	6月分
町民広場スポーツ施設・石末運動場・武道館	3月分
仁井田体育館	2月分
情報の森テニスコート	1月分
学校体育施設(夜間)	
キリン体育館・運動場	

- ◆使用抽選申込期間 12月15日(水)~19日(日)
- ◆自動抽選日 12月20日(月)
- ◆問合せ先 生涯学習課 ☎675・3175

こくちばん

町のごき

令和3年11月1日現在

	前月比
世帯数	12,757世帯 +1
人口	29,405人 -8
(内)男	15,436人 -1
女	13,969人 -7

(住民基本台帳より)

案内 町ホームページの閲覧停止について

システムメンテナンスのため、次の期間、町ホームページの閲覧ができなくなります。

◆停止期間

12月9日(木) 19時
～10日(金) 6時



町ホームページ
が使えません

◆問合せ先 企画課
☎675・8102

募集 高校生の保護者のための合同企業説明会

◆日時 12月11日(土)
13時～15時
(受付11時30分～)

◆場所 ホテルマイステイズ宇都宮
(宇都宮市東宿郷2-4-1)

◆対象 高校生の保護者

◆定員 100人
(先着順・事前予約制)

◆費用 無料

◆内容
第1部 ミニセミナー
「高校生の就職事情について」
第2部 企業プレゼンテーション
第3部 企業個別説明会

◆申込み・問合せ先
県保護者合同企業説明会事業受託
㈱ワークエントリー栃木事業部
☎612・8643



ホームページ

案内 年末年始のごみ収集休止のお知らせ

年末年始は下記の期間、ごみの収集を休止します。

ごみステーション

もえるごみ、資源びん、カン・ガラス・不燃物、古紙、ペットボトル、容器包装プラスチック

◆期間 令和4年1月1日(土・祝)
～3日(月)

エコパークしおや(矢板市安沢)

もえるごみ・粗大ごみ

◆期間 令和4年1月1日(土・祝)
～3日(月)

エコ・ハウスたかねざわ

資源回収ステーション

◆期間 12月26日(日)～
令和4年1月3日(月)

※年末のエコ・ハウスは大変混雑します。できるだけ地域のごみステーションを利用してください。

◆問合せ先 環境課
☎675・8109

エコパークしおや

☎0287・46・5711

エコ・ハウスたかねざわ

☎680・2080

案内 償却資産を持っている人へ(固定資産税)

所得税・法人税の経費に算入している償却資産を所有する個人・法人は固定資産税申告が必要です。

◆対象外の資産

固定資産税の課税対象家屋、自動車税や軽自動車税の課税対象車両等

◆申告方法

申告書に必要事項を記載して税務課に提出してください。なお、初めて申告する人は、税務課に連絡してください。

◆申告期限

令和4年1月31日(月)

◆問合せ先 税務課

☎675・8103

案内 小中学生の給食費などを援助します

町では、小中学生のいる世帯で経済的に困っている人を対象に、学用品費や給食費などの一部を援助する「就学援助」を実施しています。

令和4年度に小学校に入学する子どもがいる世帯には、入学前に新入学学用品費を支給します。

世帯の収入状況によって対象になるか確認します。ぜひ気軽に問い合わせてください。

※詳しくは町ホームページを確認してください。

◆問合せ先 学校教育課
☎675・1037

案内 マイナンバーカード交付の休日窓口開設(予約制)

マイナンバーカード交付の休日窓口を開設します。

休日窓口は予約制です。事前に電話かネットで予約してください。

◆開設日

12月26日(日)

◆開設時間 9時～15時

平日の受け取りや手続きが難しい人はぜひこの機会を利用してください。

◆予約方法

- ・住民課に電話予約
(平日、開庁時間のみ)
- ・ネット予約
(24時間いつでも予約可能)



予約サイト

◆予約・問合せ先
住民課 ☎675・8100

報告 寄付をいただきました

- たかねざわ愛の基金（敬称略）**
- ◆ 連合栃木なんたい地域協議会 5,000円
 - ◆ 地域支えあいセンター開所記念講演会募金箱 1,250円
 - ◆ 匿名 3,000円
 - ◆ 匿名 4,192円
- 10月31日現在合計額 128,189,158円

フードバンク（敬称略）

- <個人・団体>
- ◆ 株式会社セレモニー宝典
 - ◆ 高根沢中央病院
 - ◆ 株式会社司工業
 - ◆ 上杉晴基・古口智則・仲澤佳子・手塚真砂子・池田海十・岡本俊夫・匿名20件
- <フードポスト>
- ◆ エコハウスたかねざわ
 - ◆ 山崎新聞店
 - ◆ 図書館3館
 - ◆ グループたすけあいエプロン
 - ◆ 役場（正面玄関）
 - ◆ 福祉センター
米・インスタント・レトルト食品、缶詰、調味料、生活必需品など1,177点955kg
 - ◆ 問合せ先 社会福祉協議会 ☎675・4777

報告 スポーツ結果

第12回高根沢町グラウンド・ゴルフ協会ペアー大会

- 優勝 大和田貞男
吉野起世子
- 準優勝 高橋 豊
久保 セツ子

第52回会長杯野球大会

- 優勝 ホルモンズ
- 準優勝 ピストンズ
- 最優秀選手 早川 顕太
- 優秀選手 井上 颯太
- 優秀監督 荒井 陽介

募集 障がい者スポーツ大会
参加選手の募集

競技等を通じて、障がい者の健康保持・増進を図るとともに、県民の理解を深め、障がい者の自立と社会参加の促進を目指します。

- ◆ 日時 令和4年5月21日（土）、22日（日）
- ◆ 場所 カンセキスタジアムとちぎ（県総合運動公園陸上競技場）ほか ※競技によって会場が異なります。
- ◆ 申込期間 12月1日（水）～令和4年1月14日（金）
- ◆ 申込方法
 - ① 在宅、会社等に勤務している人 健康福祉課窓口で申込み
 - ② 学校・施設等に所属する人 所属先から申込み
- ◆ 参加費 無料
- ◆ その他 協議内容など、詳しくはホームページを確認してください。



- ◆ 問合せ先 いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会事務局 ☎623・3530 健康福祉課 ☎675・8105

報告 第75回県芸術祭入賞者

書道部門

- 準芸術祭賞 見目月華
- 入選 秋本貞子
- 入選 鈴木記道
- 入選 野中林雨

洋画部門

- 入選 櫻井和恵

工芸部門

- 入選 野澤邦江
- 入選 加藤恭子

募集 地域包括支援センターからのお知らせ

オレンジカフェ

認知症の人やその家族、認知症に関心のある人など誰でも参加できます。

- ◆ 日時 12月17日（金） 14時～15時30分
- ◆ 場所 図書館中央館 アートホール

◆ テーマ

「認知症になっても安心して暮らすために」

- ・ 講座 「知って安心！成年後見制度」
- ・ 脳トレ体操
- ・ 介護予防体操
- ・ 相談会・交流会
- ◆ 参加費 無料



- ◆ 申込み・問合せ先 西地域包括支援センター ☎680・3503

らくらく介護教室

負担の少ない介護方法を一緒に学びませんか？

- ◆ 日時 12月25日（土） 13時30分～15時
- ◆ 場所 タウンセンター
- ◆ 対象 介護をしている家族
- ◆ テーマ 「腰痛予防」
- ・ 腰痛の原因と治療
- ・ 骨密度測定
- ・ 腰痛予防のコツ、ストレッチ
- ◆ 参加費 無料



- ◆ 申込み・問合せ先 東地域包括支援センター ☎676・0148



総合相談

皆さんからの相談に、相談員が合同で誠実に対応します。

- ◆日時 12月22日(水) 9時30分～12時
- ◆場所 図書館中央館

相談内容	対応者	問合せ先
【人権相談】 いじめ、差別等人権侵害に関する事等	人権擁護委員	健康福祉課 ☎675・8105
【行政相談】 国・県・町などへの意見や困りごと等	行政相談委員	総務課 ☎675・8101
【心配ごと相談】 生活上の悩みごと等	民生委員	社会福祉協議会 ☎612・3440

心配ごと相談

- ◆日時 12月7日(火) 9時30分～12時
- ◆場所 図書館中央館
- ◆問合せ先 社会福祉協議会
☎612・3440

ひきこもり相談

県子ども若者・ひきこもり総合相談センター「ボラリス☆とちぎ」の出張相談を開催します。

- ◆日時 12月15日(水) 10時～16時
- ◆場所 改善センター
- ◆対象者 当事者と家族
- ◆申込方法
前日までに電話で予約をしてください。
- ◆申込み・問合せ先
健康福祉課 ☎675・8105

アイヌの人からの相談受付中

相談は無料です。匿名で相談もできます。秘密は守りますので安心して相談してください。

- ◆相談専用フリーダイヤル
☎0120・771・208
- ◆受付時間 平日 9時～17時
(祝日、年末年始を除く)
- ◆実施機関
公益財団法人 人権教育啓発推進センター
※この相談事業は厚生労働省が実施しています。
- ◆問合せ先 健康福祉課 ☎675・8105

「騙されないうで!! 悪質商法」

「解約したはず!」「契約してない!」? 「契約してない!」? 「請求トラブルに注意!」

「サブスクリプション(サブスク)」とは、定められた料金を定期的に支払うことにより、一定期間、商品やサービスを利用できるサービスです。一般的に、一度契約すると、解約しない限り自動的に支払いが継続されます。お試し期間は、無料でサービスを受けることができますが、有料プランに自動で移行し、料金引き落とされます。パソコンやスマートフォンからインターネット上で契約できます。申込み画面では、クレジットカード番号の入力を求められることがあります。また、「無料期間を過ぎて解約しない場合は、自動的に有料プランに移行する」旨や、有料プランの開始日など、契約条件が表示されます。サブスクで提供されるサービスは、動画配信、音楽配信、レンタル、学習教材、専門家相談、外食などがあります。利用していただくにも料金が発生します。また、解約しない限り自動的に契約は更新されるため、支払い

も続くこととなります。

アドバイス①「無料体験」「無料トライアル」の広告・表示をきっかけにサブスクを申し込む際には、契約条件をよく確認してから契約しましょう。②解約する場合は、事業者の公式ホームページなどで手続き方法を確認しましょう。③申し込む前に、契約の相手方の事業者名、サービス内容、解約方法を確認しましょう。④申込み時の登録情報は解約手続きに必要になりますので忘れないようにしましょう。⑤利用していないサブスクの支払いがないか、クレジットカード等の明細は毎月確認しましょう。⑥不安に思った場合や、トラブルが生じた場合は、すぐに最寄りの消費生活センター等へ相談しましょう。

一人で悩まず、相談ください!

◆消費生活センター(産業課内)

☎675・3000

相談時間 9時～16時(土日

祝日、年末年始を除く)

◆消費者ホットライン ☎188

12月4日から10日は人権週間

「人権」について考えてみましょう

最近の人権問題

◆インターネット上の人権侵害

インターネットには、知りたいことをすぐに調べられる機能や不特定多数の人とコミュニケーションをとる機能があり、生活を便利に楽しくすることが出来ます。しかしその一方で、特定の人物に対する誹謗中傷やプライバシーの侵害が問題になっています。

インターネット上の人権侵害として、差別的な書き込みやチャット上でのいじめ、リベンジポルノとされる画像の流出や拡散などがあります。これらの書き込みや画像は、一度インターネット上に流出するとコピー（複製）されることもあり、データの根絶が極めて困難になります。

また、根拠のないうわさや心ない書き込みなどから、自殺に追い込まれるケースもあります。人の心身を深く傷つけ、平穏な生活を脅かす行為は許されることではありません。インターネットを利用する際は、一人ひとりがルールやマナーについて、正しく理解する必要があります。

おしらせ

◆正しくインターネットを利用するためには

インターネット上でやり取りを行う際は、相手の気持ちを考え、行動することが大切です。何気ない行動でも相手を傷つけてしまう可能性があることにも注意が必要です。顔や名前が分からない人に対して、おもいやりのある行動を心がけましょう。

もし、インターネット上の人権侵害の被害を受けている場合は、一人で悩まずに身近な家族や友人、相談機関などに相談しましょう。誰もが悲しむことなく、インターネットを便利に楽しく使うことができる社会を目指しましょう。



人権問題に取り組む町の人権擁護委員がいます

人権擁護委員は町の推薦を受け、法務大臣から委嘱された民間ボランティアです。町では現在6人の

委員が活躍しています。
町の人権擁護委員

吉澤政夫・金氏弘雄
安達奈美・佐藤正行

古口道子・永井弘美

悩んだ時はまず相談しましょう！

いじめや家庭内暴力、虐待、差別、職場でのハラスメント、インターネット上の誹謗中傷など様々な問題に応じています。

◆常設人権相談

・宇都宮地方事務局常設相談

☎0570・0003・110

・子どもの人権110番

☎0120・0007・110

・女性の人権ホットライン

☎0570・0700・810

・外国人人権相談

☎0570・0900・911

・インターネット人権相談

<https://www.jinken.go.jp>

◆町人権相談

○毎月1回（総合相談日に実施）

・時間 9時30分～12時

・場所 図書館中央館

○人権週間特設相談

・日時 12月8日（水）

13時30分～16時30分

・場所 図書館中央館

※予約は不要です。直接会場へお越しください。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によって、中止する場合がございます。

あります。
人権啓発活動

○人権教室

小・中学校を訪問し、DVDや作文、絵画等を使用しながら、「相手への思いやりの心を育むこと」や「命の大切さ」について町の人権擁護委員が話をします。

○人権の花活動

毎年、順番に小学校一校に「人権の花」として花の苗を贈ります。花を育てる事を通じて、「助け合うことの大切さ」や「命の大切さ」を育んでもらうことを目的としています。



▲西小学校で「人権の花活動」

◆問合せ先

健康福祉課

☎675・8105

下水道審議会委員を募集します

適正な下水道使用料について調査および審議するにあたり、より広い視点から意見をいただくため下水道審議会の委員を募集します。

- ◆**募集人数** 3人以内
- ◆**任期** 委嘱の日から2年間（予定）
- ◆**委員報酬** 出席1日につき6,000円
- ◆**応募資格** 次のすべての要件を満たす人
 - ①令和3年12月1日現在、高根沢町に在住しており、公共下水道を使用している人
 - ②令和3年12月1日現在、満18歳以上の人
 - ③令和3年12月1日現在、議会議員、国家公務員および地方公務員でない人
 - ④平日の日中に開催される会議に参加できる人（審議会は2ヶ月に1回程度。令和4年1月下旬から8月頃までを予定）
- ◆**募集期間** 12月1日（水）～15日（水）17時15分【必着】

◆応募方法

応募用紙またはインターネットの応募専用フォームに必要事項（氏名、性別、生年月日、住所および電話番号）を記入して、次のいずれかの方法で上下水道課に応募してください。

- ①郵送
- ②持参

【郵送・持参先】

- 〒329-1231 高根沢町宝石台二丁目7番地1
- ③FAX 675・2445
- ④インターネット応募専用フォーム

応募用紙のダウンロード・応募専用フォームはこちら



◆選考方法

町内の居住地、性別、年齢のバランスを考慮して選考します。

◆選考結果

応募者全員に通知します。

◆応募・問合せ先 上下水道課

☎675・2449

町税は皆さんの暮らしを支える大切な財源です

税金の納め忘れはありませんか？

税金は納期限内に納めましょう！

町税は福祉や教育をはじめとする様々なサービスを町が提供するための大切な財源です。

町税の滞納は、町の財政を圧迫し、町民サービスに支障をきたします。

納期限内納付率92・88%

（令和2年度実績）

税金を滞納するとどうなるの？

町では、督促しても納めない滞納者に対し、財産（預貯金、給与、生命保険、不動産、自動車、動産等）の

差押えなど滞納処分を行います。

こんな時は、早めににご相談を！

災害、事業の廃止、失業、病気等のやむを得ない事情により、一時的に納税が困難な場合は、徴収の猶予や分割納付ができる場合があります。

納税は便利な口座振替を利用しましょう！

通帳と届出印を持参し、町内金融機関または税務課で手続きしてください。

◆問合せ先 税務課収納対策係

☎675・8124

宝くじの助成金で整備しました

南区自治会では、コミュニティ助成事業※を活用してコミュニティ活動に必要な備品（祭事備品等）を整備しました。



が、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているものです。この事業により、コミュニティ活動に必要な備品の整備等に対する助成が行われております。



※コミュニティ助成事業とは

一般財団法人自治総合センター

◆問合せ先 総務課

☎675・8101

テーマは「天涯比隣」離れていても変わらない友情」 令和4年成人式を開催します

令和4年成人式は新型コロナウイルス感染症防止対策のため、2部制で開催します。県の警戒度レベルがまん延防止等重点措置となった際には、式典を延期する場合がありますので、参加予定者は事前にホームページを確認してください。

- ◆期日 令和4年1月3日(月)
- ◆時間 第一部(北高根沢中学校) 式典11時～12時
第二部(阿久津中学校) 式典14時～15時

住宅見学会も行っています

町営住宅の入居者を募集します

◆募集住宅・戸数

- 光陽台住宅
 - ・A棟3階(3LDK)…2戸
 - ・E棟2階(3DK)…1戸
- 宝積寺住宅
 - ・A棟1階(1LDK)…1戸
 - ・B棟1階(1LDK)…2戸
 - ・F棟1・2階(3LDK)…1戸

※駐車場は1戸につき1台、家賃は収入に応じた金額です。

- ◆申込期限 令和4年1月7日(金)
- ◆申込方法 「町営住宅入居申込書」に必要事項を記入し、都市整備課に提出してください。

◆場所 町民ホール

◆出欠確認用の往復はがき発送 11月15日に欠確認用の往復はがきを発送しました。令和4年成人式に出席する人は必ず回答をお願いします。

◆座席指定について 出席の回答をした人に座席指定の通知を発送します。

- ◆問合せ先 令和4年成人式実行委員会事務局(生涯学習課内) ☎675・3175

備課に提出してください。申込書は都市整備課で配布しています。

◆入居資格

町内在住者、または町内に勤務している人が対象です。その他要件もありますので、詳しくは都市整備課に確認してください。

◆住宅見学会

- ・日時 12月19日(日) 9時～12時
- ・申込期限 12月15日(水)まで

- ◆申込み・問合せ先 都市整備課 ☎675・8107

凍結による漏水に注意が必要です

防寒対策が不完全な場所では、凍結が原因で給水管が破裂して漏水する恐れがあります。

◆注意が必要な場所

- ・給水管がむき出しになっている箇所
- ・建物の北側など日当たりが悪い場所にある水道設備
- ・風当たりが強い場所にある水道設備
- ・給水管に保温材を取り付けるなどの防寒対策をとりましょう。

身の安全や農作物被害防止のために

野生鳥獣に注意してください！

町内で「イノシシ」や「ハクビシン」など、野生鳥獣の目撃情報が多く寄せられています。

野生鳥獣に遭遇しても不用意に近づかないでください。襲ってくる場合があります。

また、町内での野生鳥獣等の捕獲は、鳥獣の保護および管理ならびに狩猟の適正化に関する法律によって、町長の許可を受けた場合を除き、原則禁止されています。

また、出張や旅行等により長期間水道を使用しない場合、水道メーターボックス内の元栓を閉め、給湯器等の水抜きをしてから出かけましょう。

◆もしも凍結してしまったら

凍結している箇所タオルをかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりとかけてください。熱湯をかけると、破裂する恐れがあります。

- ◆問合せ先 水道料金センター ☎675・5600

◆地域で出来る被害防除対策

- ①エサとなる放任果樹の除去
 - ②鳥獣の隠れ場所を無くす草刈り
 - ③鳥獣の侵入防止の柵の設置
- ※その他不明な点は問合せ先に確認してください。

◆問合せ先

- 野生鳥獣の目撃情報・捕獲許可 産業課 ☎675・8104
- 野生鳥獣による農作物被害 町農作物広域共同防除事業協議会

- ☎676・1441

かかりつけ医のことは第20回 インスリン発見100年

国際医療福祉大学塩谷病院 糖尿病代謝内分泌内科
山内 恵史 (矢板市)



今年(2021年)はBantingとBestにより血糖値を下げるホルモンであるインスリンが発見されて100年になります。この発見で糖尿病がすぐ死に直結する病気ではなくなりました。しかしインスリン不足が糖尿病の原因であると言われるように、インスリン注射やインスリン分泌促進薬によって血糖値は下がり細血管症の発症進展は防ぐのですが、インスリン抵抗性というインスリンがきかない状態が動脈硬化を初めとする合併症や併発症に関わることがわかり、一筋縄ではいきませんでした。1型糖尿病のようにインスリン分泌のほとんどない糖尿病患者ではインスリン注射は必須ですが、多ければ低血糖を起こします。私が医師になった頃は「少しぐ

らいの低血糖は大丈夫だ。血糖を下げるのが優先だ。」と教えられたのですが、低血糖は心疾患のリスクや死亡率をあげ、認知機能に影響することも判ってきたため、特に高齢者はゆるめのコントロールがされるようになって来ています。最近(2021年)は持続血糖(正確には間質液中の糖濃度)測定システムCGMが用いられる様になり食事の糖質量管理と合わせてより正確な血糖コントロールができるようになってきました。CGMとインスリンポンプを組み合わせた簡易人工膵臓の実用化は間近となっていますが、使用は結構面倒です。血糖が高いと効き目がよくなるスマートインスリンも開発中とのことです。

インスリンは100年間主に皮下注射で用いられてきました。吸入インスリンも一時期発売されたのですが思ったより面倒なことなどもあってたいてい話題にならないうちに消えていきました。経口インスリンは昔からの話題ですが、バイオアベイラビリティの低さなどあってまだ道半ばのようです。その中で経口インスリン注射というカプセルにはいったデバイスが胃内で胃壁に刺さることと注射をするというユニークな方法が報告され結構開発は進んでいます。子どもの頃に21世紀になれば熱核融合発電が可能になる、癌も解決すると言われていたのですが糖尿病の解決もまだまだ先のようなようです。

文芸コーナー

短歌 町文化協会短歌会選

デイサービスの「木の香」は休み

ひとり居を晴耕雨読に充たせり今日も 岡村 安子 (宝積寺)

草木染日本古来の藍色は

平安時代のジャパンプルーなり 水谷 兄子 (宝積寺)

赤まんまのお椀手に持ち笑む友らと

食べるしぐさの遠きあの頃 坪山 淑子 (宝石台)

八時間待ちて診察室に入る

名医はパソコンの画面見るのみ 小林 信子 (寺渡戸)

干天の雨は慈雨なり ズブズブと

濡れて大きく育つ野菜ら 赤羽 孝子 (上高根沢)

俳句 町文化協会俳句会選

開け放つ陣屋の豊風の色

佐藤 典子 (宝石台)

石女の蟻螂ゆるりと日向道

森野マロン (宝積寺)

秋の暮父の世話して帰りけり

小林 信江 (文 挾)

嫁ぐ娘や夜をしみじみと虫すだく

伏木 友子 (上阿久津)

作品集

締切：毎月25日 提出先：企画課
作品の掲載時に添削される場合があります。



事故で国民健康保険証を使う際は

「第三者行為による傷病届」が必要です

・交通事故にあった
 ・他人の犬にかまれた
 ・暴力を受けてケガをした
 など、第三者の行為でケガをした場合でも、国民健康保険証を使って治療を受けることができます。しかし、加害者が支払うべき医療費を町が立て替えているため、加害者へ医療費の請求を行います。町から加害者への請求には、被害者である国民健康保険加入者の「第三者行為による傷病届」が必要

です。保険証使用から30日以内に、住民課保険年金係へ提出してください。

被害者なのに不利益を被ることも

先に示談を済ませると、場合によっては国民健康保険証を使った治療が受けられなくなります。示談の前に必ず連絡してください。

◆提出・問合せ先

住民課保険年金係

☎675・8141

援助を必要とする人のための目印

ヘルプマーク・カードを活用してください

ヘルプマークは、病気や障がい、妊娠などで配慮を必要としていることを周囲に知らせるためのマークです。

また、ヘルプカードは、必要な情報を記入しておき、緊急時などに援助をスムーズに受けられるようにするためのカードです。

町では、ヘルプマーク・ヘルプカードの無償配布を行っています。

◆配布対象者 病気や障がいを持つ人や妊娠中の人で、希望する人

◆ヘルプマークを身につけた人を見かけたら

電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声を掛ける等、思いやりのある行動をお願いします。



ヘルプマーク



ヘルプカード

◆問合せ先

健康福祉課

☎675・8105

生活習慣病を予防しましょう

冬は暑い時期に比べて、こってりしたものの、味の濃いものが美味しく感じやすくなります。これから年末年始となり、美味しい料理やお酒の量が増え、食生活が乱れやすくなります。また、外は寒いので暖かい家の中で過ごす時間が増え、運動不足になりやすくなります。

食生活の乱れや運動不足、お酒の飲みすぎは生活習慣病の原因となります。生活習慣病は、普段の生活を改善することで予防することができます。

◆食生活の3つのポイント

①1日3食規則正しく食べる

人の体は食事回数の減少や、間隔が空きすぎると、エネルギーを貯めこみ、太りやすくなります。

②野菜をしっかりと摂る

野菜は栄養豊富で食物繊維が含まれているため、満腹感が得やすく、食べ過ぎ防止に役立ちます。

③脂肪のとり過ぎに注意

脂肪は体のエネルギー源として大切な栄養素です。しかし、脂肪のとり過ぎは肥満の原因になり、体に悪影響を与えます。

◆飲酒は控えめに

飲酒習慣は中性脂肪や血糖値、血圧を上げやすくなります。飲酒は控えめに、節酒を心がけましょう。

◆禁煙を心がけましょう

たばこには多くの有害物質が含まれており、血管障がいを起こし、動脈硬化や発がんの原因になるといわれています。

◆運動習慣をつける

無理のない範囲で自分に合った運動を見つけてみましょう。毎日の運動が難しい人は1日10分、体を動かすことを意識しましょう。

◆健診を受けましょう

健診を受けることで、病気の早期発見・早期治療につながります。まだ健診を受けていない人は、早めに申し込んでください。

町の集団健診は、会場内の換気や消毒等、感染症対策をして実施しています。

◆健診日 令和4年1月27日(木)

1月28日(金)

※今年度最後となります。

◆申込方法

電話・ネット申込み

◆申込み・問合せ先 保健センター

☎675・4559

図書館コーナー



12月の展示

「SDGsで明るい未来を目指そう！」

最近よく耳にする「SDGs」。どんなものか学んでみませんか？ 明るい未来のために出来ることから始めましょう！

図解SDGs入門

◎村上 芽／著 日経BP日本経済新聞出版本部◎

SDGsの指標やターゲットの中から、今すぐ取り組める65テーマを集め、イラストや図表を使って分かりやすく解説します。



未来からの伝言

◎那須田 淳／作 梶山 直美／絵 講談社◎

「子ども近未来研究室」に迷い込んだ小学5年生の子どもたちがSDGsについて話し合います。物語を通してSDGsのことをわかりやすく伝えます。

中央館のイベント

おはなしかいのお知らせ

※当分は中央館のみ月1回開催の予定です。

◆日時 12月19日(日)
11時～11時30分

◆定員 4組(1組3名まで)

◆場所 中央館和室

※今後の感染状況によっては、中止の場合もあります。詳しくは、各ポスターやホームページをご確認ください。

休館のお知らせ

年末年始は、12月29日(水)から1月3日(月)まで、3館すべて休館となります。新年は、1月4日(火)9時30分からの開館となりますのでご注意ください。

開館時間

中央館 9時30分～19時
仁井田分館・上高根沢分館 9時30分～18時

休館日

月曜日(祝日の場合は開館)、
年末年始、特別整理日

問合せ先

中央館 ☎675・6531
仁井田分館 ☎676・3155
上高根沢分館 ☎680・1770

歴史民俗資料館

企画展「Honda Exhibition」

今年も高根沢町にゆかりのある本田技研工業株式会社の車両を展示する「Honda Exhibition」を開催します。今年

は、世界最高峰のレースに出場していたフォーミュラカー2台を展示します。
1台目は、1991年にアイルトン・セナがシーズン7勝をあげ、3度目のドライバーズタイトルを獲得し、さらにコンストラクターズチャンピオン(参戦しているチームの中で最も多くポイントを獲得したチーム)に輝いた『MP4/6』。
2台目は、2001年に5戦連続で入賞を果たした『ジョーダン Honda EJ11』。

Hondaのレーシングスピリッツを感じられる2台を、ぜひ間近でご覧ください。

◆期間 12月4日(土)～
12月26日(日)

「みんなの年賀状展」作品募集

あなたの手作り年賀状を資料館に展示してみませんか。

◆作品数 制限なし
◆規格 はがきサイズ
縦・横 自由

◆内容 自作の年賀状であること
※画材や表現方法は問いません。自由に表現してください。
※作品面に作者名のみ記載し、差出人欄に作者の氏名・住所・電話番号を記載してください。

◆申込方法 資料館に郵送または持参

◆申込期間 令和4年1月23日(日)まで

◆展示期間 令和4年1月6日(木)～23日(日)

◆入館料 無料

◆開館時間 9時～17時

◆休館日 月曜日
12月27日(月)～1月4日(火)

◆申込み問合せ先 歴史民俗資料館
〒329-1122-5
高根沢町大字石末1825
☎675・7117

スタンプラリー対象



令和3年成人式代替イベントをオンラインで開催しました

11月6日、令和3年成人式の代替イベント「成人の『集い』」がオンラインで開催されました。当日は、中学時代の写真をまとめたスライドショーの上映や、恩師の先生からの応援メッセージ、連絡先交換会など、和やかな雰囲気の中交流が行われました。

参加した人は「中学時代の友達と繋がる機会をいただき、ありがとうございました」「担任の先生と久しぶりに話ができて元気が出ました！」と話していました。

～実行委員長からのメッセージ～

成人式代替イベントを無事開催することができました！皆さんの“支え”があって、悔いのない晴々とした気持ちで終わることができました。皆さんが成人の『集い』を楽しんで参加してくれたこと、今まで委員長として頑張ってきて良かったと思えました。本当にありがとうございました。

令和3年成人式実行委員長 高松 将太



「北小スクールガード」防犯功労団体表彰

「北小スクールガード」が10月15日に開催された「第46回地域安全県民のつどい」において、県警察本部長と県防犯協会長から防犯功労団体として表彰されました。11月8日、スクールガード隊長の齋藤さん、仲澤さんが改善センターを訪れて、教育長に受賞の報告をしました。平成27年度の受賞に次いで、今回が2度目の受賞になります。

表彰は自主的な防犯組織として、北小学区の地域安全に貢献していただいた功績に対して贈られたものです。



「たんたんボッチ」展示会

11月5日～19日、道の駅たかねざわ元気あっぷむらで「たんたんボッチ」展示会が開催されました。このイベントは、新型コロナウイルス感染症の拡大によって令和2年から中止している「たんたん祭り」を風化させないことを目的に実施しました。期間中は、たんたん祭り実行委員会と宇都宮メディア・アーツ専門学校の学生が制作した「たんたんボッチ」が展示されました。

また、実行委員会は過去の「たんたん祭り」の動画や写真を編集して紹介動画を作成しました。皆さんぜひご覧ください。

<https://www.youtube.com/watch?v=6qulopZYIUQ> URL



HAPPY BIRTHDAY

満5歳までのアイドルを募集しています。1人1回の掲載です。誕生日(掲載月)の3ヶ月前から前の月の5日まで受け付けます。ご希望の方は企画課☎675・8102まで。



岡 巨(なお)ちゃん
令和元年12月15日(平田)
順基さん・由佳さんの子



平石 恵廉(えれん)ちゃん
平成29年12月21日(文挾)
和宏さん・さとみさんの子



寺内 光史(みつひと)ちゃん
平成28年12月23日(石末)
宏光さん・明日美さんの子

元気あつぷ クリスマスマルシェ

県内の作家さんが集まるマルシェを開催!
素敵な雑貨や焼き菓子の販売、ワークショップも楽しめます。
詳しくはホームページ、SNSをご覧ください!

- ◆日時 12月19日(日) 10時~15時
- ◆会場 円形広場・本館アトリウム
- ◆出店 県内の作家さん34店舗、キッチンカー10店舗

※変更する場合があります。

◆申込み・問合せ先 **道の駅たかねざわ 元気あつぷむら**
〒329-1212 高根沢町上柏崎588-1 TEL:028-676-1126
E-mail event@genkiupmura.com

◆休館日 12月14日(火)、28日(火)

公式ホームページ Instagram Facebook

令和3年成人式の代替イベント「成人の『集い』」にお邪魔させていただきました。(23ページ)私が経験した成人式を思い返すと、学生時代の友人と再会して、お互いの成長に驚きつつ、当時の思い出話に花を咲かせるなど「貴重な経験をさせていただいたなあ」と今更ながら感じています。

「成人の『集い』」は、インターネットを利用したオンラインで開催されました。コロナ禍での新しい試みに「どんな雰囲気になるのかな」という「期待」と「オンラインで大丈夫なのかな?」「という不安」のなか取材させていただきました。実際に式典がはじまると、画面の向こう側に写る当時のクラスメイトに、参加者の皆さんも自然と笑顔になっていて、明るく楽しい雰囲気。また、担任の先生が当時を振り返り、涙ぐむシーンも見られました。

「オンライン」という方法が今まで当たり前だった「直接体験する」という方法に負けず劣らずの感動と経験を与えてくれるのだなと実感した一日でした。(しる)

