

暮らし 高まる たかねざわ

## 津嶋神社 節分祭



- ② クリエイターズ・デパートメントに新しいお店がオープンしました！
- ⑤ 令和8年度から都市計画税の課税を再開します
- ⑭ 小山文化スポーツ振興基金助成事業の募集

「令和8年度高根沢町各種健診(検診)のご案内」が冊子の中央に入っています



広報たかねざわがスマホで読める



# クリエイターズ・デパートメントに 新しいお店がオープンしました！



3人のクリエイターが新たに入居します。個性豊かなお店に気軽に遊びに来てください。

2  
号棟

ドンナ プリュネル ビジュー  
**Donna & prunelle bijou**

店舗情報：ハンドメイド雑貨/交流スペース

3.24(火)  
Open

子どもの頃から今も、四つ葉のクローバーを探すことが好きです。本物のクローバーを使い、ハンドメイド雑貨やアクセサリーを一つ一つ心を込めて制作・販売しています。自然のものなので、表情はそれぞれ違い、美しい緑色が長く楽しめるよう加工しています。どなたでも気軽に立ち寄ってほっと一息つける交流スペースでもあります。あなたのお気に入りを見つけに、会いに来てください。

- ◆営業時間 10時-18時の間で営業
- ◆定休日 不定休
- ◆問合せ先  
【Instagram】  
@prunelle\_bijou  
【公式LINE】 @743gwely



Instagram  
(Donna)



Instagram  
(prunelle bijou)



店主 小池仁美

4  
号棟

ビッグ ハピネス クラフト  
**Big Happiness Craft**

店舗情報：手縫いの革製品の制作・販売

『暮らしに寄り添う革小物』をコンセプトに全て手縫いで制作している革製品のお店です。人との繋がりを大切にしながら、革小物や珈琲を通して、忙しさの合間にほっと落ち着けるような空間をお届けできればと思っています。ランドセルリメイク受注やレザークラフト体験も準備していますので、どうぞお気軽にお立ち寄りください。

- ◆営業時間 10時-15時
- ◆定休日 不定休
- ◆問合せ先  
【Instagram】  
@big\_happiness\_craft  
【公式LINE】 @356nvzbi



Instagram



ホームページ



店主 成田大幸

5  
号棟

**Herbal Scent～ハーバルセント～**

店舗情報：ハーブティー販売/アロマ雑貨/講座/ハーブ相談

オリジナルや月替りのハーブティー、アロマ雑貨を販売しています。ハーブティーは2包入りから気軽に購入いただけます。ご自身のお気に入りや大切な人へ贈りたくなるブレンドをぜひ見つけてください。体調に合わせてブレンドするハーブ相談や各種講座も随時行っています。

- ◆営業時間 13時-18時  
※10時-13時は講座/ハーブ相談がある場合に営業予定
- ◆定休日 月・金・日 (不定休)
- ◆問合せ先  
【公式LINE】 @Ine8293v  
【Eメール】  
herbalscent@hotmail.co.jp



Instagram



ホームページ



店主 内田優子

## クリエイターズ・デパートメントとは

JR宝積寺駅東口にある、小さなログハウスのお試し創業支援施設と移住・定住・創業支援センター、多目的広場からなる町の施設です。

※車でお越しの際は、JR宝積寺駅東口ロータリー駐車場（1時間まで無料）をご利用ください。

◆問合せ先  
町移住・定住・創業支援センター  
☎612・5771



Instagram



フェイスブック



# クリエイターズ・デパートメントを卒業したクリエイターの皆さん

2月に2人、3月に1人が卒業しました。

今後はこの施設での経験をもとにそれぞれの形で事業を継続します。卒業生の活躍をご期待ください。

2  
号棟

ネイル サロン ヌーク  
**nail salon neuk**

店舗情報：ネイルサロンの運営、施術

お客様をはじめ、沢山の皆さんに支えて頂き、充実した2年間を過ごすことができました。この場を借りて感謝申し上げます。卒業後は町内にて、自宅サロンをリニューアルオープンします。今後はネイルはもちろん、様々なことにチャレンジしていきますので、引き続きSNS等をご覧頂けますと幸いです。

問合せ先：【公式LINE】@515nnslb【Instagram】@neuk\_okome



Instagram



店主 久郷早紀



4  
号棟

**行政書士クアドラプル法務事務所**

店舗情報：行政書士事務所

クリエイターズ・デパートメントにいる間に行政書士の業務を軌道に乗せることができました。今後は、高根沢町のみならず、県内全域を対象に業務を提供していきたいと思っています。

問合せ先：【Eメール】mabo198308@gmail.com



店主 岸昌宏



5  
号棟

スタジオ ココロネ  
**STUDIO KOKORONET**

店舗情報：ガラス雑貨

多くのお客様に支えられた2年間でした。クリエイターズ・デパートメントでガラス作家として制作と発信を重ねる中で、人との出会いが作品を育ててくれることを実感しました。高根沢町にある工房を拠点に、これからもガラスを通して自分を表現し続けていきます。これからもよろしくお願いいたします。(店主 大貫智子)



Instagram



問合せ先：【Eメール】info@kokoronet.work【Instagram】@studiokokoronet

## みんなあつまれ！ヨーロッパの小さな祭り 宝積寺イーストバザールvol.10

**3.20 (金・祝) 10時～15時**

クリエイターズ・デパートメント&ちょっ蔵広場  
(JR宝積寺駅東口)

ヨーロッパの街角で子どもたちが元気いっぱい遊ぶお祭りがテーマ。親子で楽しめるワークショップやフィンランド発祥のモルック体験、ヨーロッパのグルメが大集合！まちがいさがしクイズにもチャレンジしよう！（雨天等、一部内容が変更になる場合があります）  
※当日は役場駐車場を無料開放しますが、来場する際は、ぜひ電車をご利用ください。

◆問合せ先

町移住・定住・創業支援センター ☎612・5771



# 役場での確定申告は3月16日(月)までです(予約制)

**時間** 予約時間の15分前に来場してください

午前の部	① 8時30分	② 9時	③ 9時30分	④ 10時	⑤ 10時30分	⑥ 11時	⑦ 11時30分
午後の部	⑧ 13時	⑨ 13時30分	⑩ 14時	⑪ 14時30分	⑫ 15時	⑬ 15時30分	

**会場** 役場大会議室(第3庁舎1階)

**予約方法** ①ネット予約 ②電話予約 ③窓口予約



**ネット予約** 24時間受付

町ホームページから予約フォームにアクセスして、必要事項を入力してください。  
※前日までに予約してください。

おスズメ



Q 高根沢町 確定申告



町ホームページ



**電話予約** 8時30分～17時15分  
(土日・祝日を除く)

税務課 ☎ 675・8103

に電話をかけ「申告の予約」と伝えてください。  
※申告希望日が月曜日の場合は、前週の金曜日までに予約してください。

回線数に限りがあるため、できるだけネット予約を利用してください。

**Q.同時に複数人分の申告をする場合の予約方法は？**

- 2人まで ... 1枠
- 3～4人 ... 連続する2枠
- 5人以上 ... 電話・窓口で予約してください

## 持ち物リスト

- マイナンバーカードまたは通知カード  
+本人確認書類(運転免許証など)
- 扶養親族のマイナンバーが確認できる書類
- 所得が確認できる書類  
(給与や年金の源泉徴収票、支払証明書、収支内訳書)  
※事業所得(農業含む)や不動産所得がある人は、収支内訳書を必ず記入してきてください。
- 控除を証明する書類  
(国保・介護・生命保険・地震保険、国民年金などの控除証明書)
- ふるさと納税等の寄付金受領証明書  
※ワンストップ特例制度を利用した人も必要です。
- 障害者手帳、療育手帳、障害者控除対象者認定書(障害者控除を受ける人)
- 医療費控除の明細書  
(医療費控除を受ける人)
- 申告者名義の預貯金口座がわかるもの
- 銀行届出印(新規振替納税を希望する人)
- 利用者識別番号がわかる書類  
※取得している人

**役場で受付ができない確定申告 ※以下の申告は氏家税務署で申告してください**

- 住宅借入金等特別控除を含む申告(1年目)
- 土地・建物・株式の譲渡所得に関する申告
- 相続税・贈与税・消費税に関する申告
- 雑損控除・山林所得を含む申告
- 青色申告
- 仮想通貨・FX・先物取引に関する申告
- 亡くなった人の申告(準確定申告)
- 令和6年分以前の確定申告
- 国外居住扶養控除を含む申告

**氏家税務署での確定申告は3月16日(月)までです(予約制)**

○国税庁LINE公式アカウントから事前予約をしてください

※電話予約不可、当日枠(8時30分から入場整理券を配布)には限りがあります。

○申告にはマイナンバーカードが必要です

①利用者証明用電子証明書(数字4桁)、②署名用電子証明書(英数字6～16文字)のパスワードが分かるようにして来場してください。



国税庁LINE公式  
アカウント

◆問合せ先 氏家税務署 ☎ 682・3311 (自動音声案内で「2」を選択)

**e-Tax (電子申告)**  
で自宅からも確定申告

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で簡単に申告書の作成ができます。

マイナンバーカードでマイナポータルと連携すると、給与・年金・医療費・ふるさと納税などの情報が自動入力され、確定申告書等が短時間で作成できます。



国税庁  
ホームページ

◆問合せ先 税務課 ☎ 675・8103

## マイナンバーカードを持っている人は オンラインで転出届を提出できます

入学・就職・転勤等による引越して住所を異動する人は、住民票の住所の異動手続き（転出・転入・転居等）が必要です。マイナンバーカード（電子証明書が有効なもの）を持っている人で日本国内への転出をする場合、マイナポータルからオンラインで転出届の提出ができます。



引越手続きがこんなに簡単に！

### 転出するとき

・・・役場への来庁が不要になります

### 転入するとき

・・・転入先市区町村への来庁予定の連絡ができます（転入予約）  
※予約後は転入先市区町村へ来庁し、マイナンバーカードの提示が必要です



マイナポータルで  
転出届の提出

完了まで1～2日程度  
（平日）かかります

※マイナポータルの申請  
状況が「完了」と表示  
されます



転入先の市区町村  
窓口で転入

転入日から14日以内に  
転入先の市区町村  
窓口で転入届等の手  
続きが必要です



マイナンバーカードの  
住所変更も必要です

住民票の住所の異動をするときは、マイナンバーカードの住所変更もしてください。（手続きをしないとマイナンバーカードが失効してしまう場合があります）

### 必要なもの

- ・ スマートフォンまたはパソコン（カードリーダー）
- ・ マイナンバーカード
- ・ マイナンバーカード発行時にご自身で設定したパスワード2種  
利用者証明用電子証明書（数字4桁）、署名用電子証明書（英数字6～16文字）



デジタル庁  
ホームページ

◆問合せ先 住民課 ☎675・8100

令和8年度から

## 都市計画税の課税を再開します

町では、令和4年度から令和7年度まで都市計画税の課税を停止していましたが、令和8年度から課税を再開します。

課税再開に伴う負担軽減措置のため、令和8年度は、従来の0.15%であった税率を0.08%に引き下げて課税します。

### 都市計画税とは

都市計画事業（都市計画道路、公共下水道の整備など）や土地区画整理事業の費用にあてるため、町の区域のうち市街化区域内に所在する土地および家屋の所有者に対して課税されます。

### 市街化区域とは

すでに市街地を形成している区域や、おおむね10年以内に優先的かつ計画的に市街化を図るべき区域のことです。

町内では、都市計画に基づき、宝積寺地区、仁井田地区、芳賀高根沢工業団地地区、砂部工業団地地区が市街化区域に該当します。

### 課税再開の目的

本町の市街化区域の目下の課題として、雨水排水対策、生活道路の維持修繕、街路事業の推進などが挙げられます。

これらの課題を解決し、地域住民が安心して住み続けられる環境の整備を進める取組の安定的な財源として都市計画税を活用するため、令和8年度から課税を再開することとなりました。

### 納税について

固定資産税と併せて納付

### ◆納期限

4月末、7月末、11月末、翌年1月末（年4回）

### ◆納付方法

口座振替、納付書払、スマホアプリ決済を利用できます。

詳しくは、町ホームページを確認してください。

### ◆問合せ先

税務課  
☎675・8103



町ホームページ

# 4月から町の組織体制が一部変わります

4月1日から産業課を「農政課」と「商工観光課」に再編し、「地域経営計画2026」における、農業・商工観光分野の重点推進事業に取り組んでいきます。

※水田農業確立対策室の業務については、引き続き農業政策係が担当します。

詳しくは、町ホームページを確認してください。



町ホームページ

◆問合せ先 企画課  
☎675・8102

現在	産業課		
	↓		
変更後 (4月1日～)			
課	係	電話番号	場所
農政課	農業政策係	676・1441	農業技術センター
	営農支援係	675・8104	役場第2庁舎2階
	農村振興係		
商工観光課	産業政策係	675・8108	
	商工観光係		

※4月1日から農業委員会の電話番号は675・8104です。執務室の変更はありません。

## リニューアルのため エコ・ハウスたかねざわを休館します

4月1日から、エコ・ハウスたかねざわの指定管理者がテルウェル東日本㈱へ変更となります。併せて館内のリニューアルを行うため、次の期間休館します。

施設の貸出や資源回収ステーションも休止する期間があります。

◆展示情報室の休館期間

4月1日(水)～30日(木)

◆施設の貸出休止期間

4月1日(水)～13日(月)

※4月14日(火)以降の施設の貸出予約は4月1日(水)から受付

◆資源回収ステーション休止期間  
4月1日(水)～10日(金)

不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

詳しくは、町ホームページを確認してください。

◆施設の貸出予約先

エコ・ハウスたかねざわ



町ホームページ

◆問合せ先 環境課

☎675・8109

## パブリックコメントを実施します

◆公表する資料

- ①高根沢町公共施設等総合管理計画(改訂案) および概要版
- ②高根沢町学校規模適正化基本計画(案)
- ③高根沢町元気あつぷ計画(案)

◆意見募集期間

3月23日(月)まで

◆資料の閲覧場所

図書館3館、町ホームページのほか、公表する資料の各問合せ先でも閲覧できます。

◆意見の提出方法

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。

意見提出用紙は

町ホームページからもダウンロードができます。



町ホームページ

◆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。
- ・すべての意見を整理し、町の考えとともに後日公表します。
- ・意見以外の住所・氏名などは公表しません。
- ・当目的以外に住所・氏名などを使用することはありません。

### ◆意見の提出・問合せ先

①高根沢町公共施設等総合管理計画(改訂案)	新庁舎整備課	〒329-1292 高根沢町大字石末2053番地 ☎675・8120 FAX 675・8114 Eメール chousha@town.takanezawa.tochigi.jp
②高根沢町学校規模適正化基本計画(案)	学校教育課	〒329-1217 高根沢町大字太田746番地3 ☎675・1037 FAX 675・6820 Eメール gakkyou2@town.takanezawa.tochigi.jp
③高根沢町元気あつぷ計画(案)	生涯学習課	〒329-1217 高根沢町大字太田746番地3 ☎675・3175 FAX 675・3173 Eメール syougai@town.takanezawa.tochigi.jp

## 令和8年7月以降に保育施設入園を希望する保護者へ 育児休業明け先行受付を開始します

令和8年度中に育児休業を終了し、7月以降に入園を希望する場合は、先行受付を実施します。

申込みには、通常の入園条件を満たしたうえで、次の条件も満たす必要があります。

### ◆申込条件（追加分）

- ・ 父母ともに、居宅外で月20日以上かつ日中7時間以上勤務している被雇用者であること
- ・ 育児休業法など法令に基づき育児休業を1年以上取得すること

## 3月1日から8日は女性の健康週間です

女性の健康に関する知識向上や健康課題への社会の理解と関心を高めるための週間です。

### 健康の基本は生活習慣

一日3食、主食の他に主菜（肉・魚・大豆製品等）、副菜（野菜、きのこ・海藻類）をとりましょう。また、適度な運動は自律神経の働きを整え、血行促進、ストレス解消や生活習慣病予防につながります。

### 「やせ」も「肥満」も要注意

無理なダイエットによる「やせ」は無月経や低体温の原因にな

◆ 申込期間 3月31日（火）まで  
（土日・祝日を除く）

### ◆注意事項

- ・ 必ず希望の保育施設に入園できるものではありません。
- ・ 入園を保証するものではありません。

◆ 町外の保育施設を申込みすることはできません。



町ホームページ

◆ 申込み・問合せ先 ごどもみらい課

☎ 675・6466

ります。また、「肥満」はホルモン分泌のリズムに影響し、月経不順や不妊の誘因、生活習慣病の原因にもなります。

### からだを温めましょう

女性に多い冷え症は、免疫力の低下や月経不順の原因になります。冬は体を温める食材をとり、シャワーだけでなく湯船につかるなど日頃から気を付けましょう。



女性の健康推進室「ヘルスケアラボ」ホームページ

◆ 問合せ先 保健センター

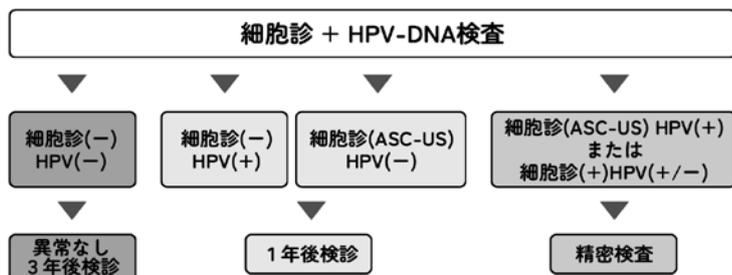
☎ 675・4559

## 「子宮がん検診」の受診間隔を確認しましょう

町の子宮がん検診では、細胞診にHPV（ヒトパピローマウイルス）検査を加えた、精度の高い「併用検診」を実施しています。この検診方法により、検査結果に応じて次回の受診までの間隔が異なります。自身の健康を守るため、前回の受診結果を改めて確認いただき、示された間隔に沿って定期的な受診しましょう。



町ホームページ



### 気になる症状がある場合は

細胞診・HPV検査で異常なしの場合は3年間は子宮頸がんにかかるリスクが低いといわれていますが、ごく稀にがんが見つかることがあります。出血など気になる症状がある場合は早めに婦人科受診をお勧めします。

### 令和8年度の子宮がん検診対象者

・ 高根沢町に住民登録のある20歳以上で、令和7年度に町の子宮がん検診を受診していない人

・ 令和7年度に町の子宮がん検診の受診結果が「1年後検診」だった人  
→ 経過を確認する必要があるため、令和7年度と同じ検診機関で受診してください。

・ 令和7年度に町の子宮がん検診の受診結果が「異常なし」だった人  
→ 3年間は子宮頸がんになるリスクが低いです。次に町の検診を受診できるのは令和10年度です。

・ 令和7年度に町の子宮がん検診の受診結果が「要精密検査」だった人  
→ 精密検査の受診先の医師の指示にもとづき、受診してください。

◆ 問合せ先 保健センター ☎ 675・4559

高齢者を対象とした

## 「パワーアップ教室」に参加しませんか？

高齢者の体力の維持向上を目的として運動や健康講話、マシントレーニングなどを行う教室を開催します。

◆**期間** 4月7日(火)から3ヶ月間  
毎週火曜日

◆**場所** コミュニティケアけやき館  
(ケアハウスフローラ隣)

◆**対象者**  
・総合事業対象者(基本チェックリストに該当した人)  
・介護保険の要支援1・2の人

## 春に向けて！からだ元気！運動講座

冬の運動不足を解消し、心も体もすっきり整える運動講座です。少し汗をかく運動で寒さで縮こまった体をほぐして、春に向けて準備しましょう。

◆**日時** 3月3日(火)  
9時30分～11時

◆**場所** 保健センター  
(図書館中央館内)

◆**定員** 25人

※初めて参加する人を優先します

◆**参加費** 100円

◆**持ち物** タオル、飲み物

◆**申込方法** 前日までに電話申込み

◆**定員** 20人程度(予約制)

※初めて参加する人を優先します

◆**参加費** 1回200円

◆**申込期限** 3月24日(火)

◆**申込方法** 担当区域の地域包括支援センターに電話申込み

◆**申込み・問合せ先**

○北高根沢地区

東地域包括支援センター

☎676・0148

○阿久津地区

西地域包括支援センター

☎680・3503



◆**申込み・問合せ先**

保健センター

☎675・4559

日常生活に必要な手話を習得しませんか？

## 手話奉仕員養成研修の受講者を募集

日常生活に必要な手話表現技術を習得する講習会への受講者を募集します。

◆**講習期間【全46回】**

4月16日(木)

～令和9年3月18日(木)

毎週木曜日 19時～21時

※事前説明会を4月9日(木)に実施

◆**場所**

さくら市市民活動支援センター

◆**対象者**

町内またはさくら市に在住、在勤、在学する概ね16歳以上の人

※全46回の講習会に参加できる人が優先です。



## 脱炭素アプリ「SPOBY」の事業を終了します

令和7年1月14日から運用を開始した脱炭素アプリ「SPOBY(スポビー)」は、運営業者の事業継続が困難な状況にあることから、令和8年3月31日(火)をもって終了します。

事業の終了に伴い、アプリ内のポイントも消失しますので、お早めにポイントを特典と交換してください。

※スマートフォンやパソコンを使用した事前・事後の学習があるため、インターネットに接続できる環境が必要です。

◆**教材費** 6,050円

◆**申込期限** 3月31日(火)

◆**申込み・問合せ先**

さくら市社会福祉協議会 氏家支部

☎682・2217

◆**問合せ先** 環境課

☎675・8109



町ホームページ

# 認知症や介護のことで悩んでいませんか？ 地域包括支援センターからのお知らせ

## やわらぎの会

認知症の人を介護している家族が、気軽に集まって相談し合える会です。

◆日時 3月11日（水）  
14時～15時

◆場所 仁井田コミュニティセンター

◆対象 介護をしている家族

◆テーマ・内容 「つながろう」

・認知症の家族同士の交流

・介護の困りごとの相談

◆参加費 無料

## 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 3月13日（金）  
14時～15時30分

◆場所 コミュニティケアけやき館  
(ケアハウスフロア隣)

◆テーマ・内容

「音楽療法で楽しく認知症予防」  
～元氣100倍！心と体をリフレッシュ～

・脳トレ体操

・相談会

◆参加費 無料

## 成年後見制度相談会

認知症や障がい等で判断能力が十分でない人の支援について、司法書士が無料で相談に応じます。

◆日時 3月18日（水）  
14時～16時

◆場所 タウンセンター

◆参加費 無料



## ゆったり介護教室

負担の少ない介護方法を一緒に学びませんか？家族や友人と一緒にぜひ参加してください。

◆日時 3月27日（金）  
10時～11時30分

◆場所 タウンセンター

◆テーマ 「オムツの活用方法」

◆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

# 3月1日から7日まで 春季全国火災予防運動が実施されます

3月1日から7日まで、全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」を標語に、皆さんの防火防災に関する意識や防災行動力を高めることで、火災の発生を防ぎ、火災から尊い命と貴重な財産を守ることを目的としています。



塩谷広域行政組合  
消防本部ホームページ



総務省消防庁  
ホームページ

**住宅用火災警報器は適切な維持管理をしましょう**

住宅用火災警報器は、火災や煙などを感知して、音声や警報音で知らせてくれるため、火災の早期発見に有効です。住宅用火災警報器が適切に作動するか点検ボタンを押すなどして確認し、定期的にはほこりなどをふき取りましょう。また、住宅用火災警報器本体の交換目安は10年です。

## 住宅防火いのちを守る10のポイント

4つの習慣	①	寝たばこは絶対にしない、させない。
	②	ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
	③	こんろを使うときは火のそばを離れない。
	④	コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。
6つの対策	①	火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
	②	火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
	③	火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する。
	④	火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
	⑤	お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
	⑥	防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

◆問合せ先 塩谷広域行政組合消防本部予防課  
☎0287・40・1129

📍…健康 🏠…役所 🎓…学校 📖…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

**夜間診療室**  
 18時30分～21時

**しおや** 国際医療福祉大学塩谷病院  
 矢板市富田77 ☎0287・44・1155  
**くろす** 社会医療法人恵生会黒須病院  
 さくら市氏家2650 ☎682・8811

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

木	金	土
<b>5</b> ◎3月議会定例会(一般質問) 役 ◎子ども相談(要申込) 保	<b>6</b> ◎3歳児健診 (対象:R5.2月生まれ) 保	<b>7</b> ◎おはなし会 15:00～15:30 仁 夜間診療室 くろす
<b>12</b>	<b>13</b> ◎栄養講座(要申込) 保	<b>14</b> ◎おはなし玉手箱 10:00～11:30 函 夜間診療室 くろす
<b>19</b> 文 町立小学校卒業式 ◎10ヶ月児健診 (対象:R7.5月生まれ) 保	<b>20</b> 春分の日 + 越井クリニック[光陽台] ☎680-1133 夜間診療室 くろす	<b>21</b> (休館) 仁 夜間診療室 くろす
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b> 夜間診療室 くろす

**施設の略称・問合せ先**

- 役 役場 ☎675-8100
- 保 保健センター ☎675-4559
- 町 町民広場 ☎675-3175
- 民 歴史民俗資料館 ☎675-7117
- 水 水道料金センター ☎675-5600
- 函 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 ちよつ蔵広場 ☎675-0004
- 上 エコ・ハウスたかねざわ ☎680-2080

**今月の納期限**

- 3月31日(火)  
 町県民税(7期)  
 固定資産税(6期)  
 国民健康保険税(9期)  
 介護保険料(9期)  
 後期高齢者医療保険料(9期)

**今月の口座振替**

- 3月27日(金)  
 水道料金(西部地区)  
 下水道使用料(宝積寺処理区)  
 保育料(3月分)

**町立小中学校**

**春休み**

3月25日(水)～  
4月7日(火)

**令和8年度「ごみの出し方」を発行しました**

新聞折込のほか町内公共施設、町指定ごみ袋取扱店で配布しています。アパートマンション等の集合住宅に住んでいる人には住宅の管理者から配布されます。リサイクル促進のために、ごみの分別にご協力ください。

◆問合せ先 環境課 ☎675・8109



高根沢町のごみ出し方

**◆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	23日(月)	16日(月)	2日(月)	9日(月)
② 光陽台(宝積寺の一部を含む)・宝石台	月・木	3日(火)	24日(火)	10日(火)	17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	25日(水)	18日(水)	4日(水)	11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・籠閑・赤堀・笹原・向原・石末宿	月・木	25日(水)	18日(水)	4日(水)	11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	19日(木)	12日(木)	26日(木)	5日(木)
⑥ 仁井田・東高谷・花岡・西高谷・飯室・文挾・伏久	月・木	13日(金)	6日(金)	20日(金・祝)	27日(金)

◆問合せ先 環境課 ☎675・8109

# 3月 ぐらしのカレンダー



日	月	火	水
<b>1</b> + 菅又病院[花岡] ☎676-0311 夜間診療室 くろす	<b>2</b> (休館) 関 仁 上 民 工	<b>3</b> ◎ 3月議会定例会(開会) 役 ♥ 運動講座(要申込) 保 ♥ ちょこっとぶらっと健活教室 保	<b>4</b> ◎ 窓口延長業務(19:00まで) 役 水 ◎ 3月議会定例会(一般質問) 役 ♥ 1歳6ヶ月児健診 (対象:R6.8月生まれ) 保
<b>8</b> ☎ おはなし会 15:00~15:30 上 + 高根沢中央病院[光陽台] 夜間診療室 くろす ☎675-1133	<b>9</b> (休館) 関 仁 上 民 工 ☎ 町立中学校卒業式 ♥ こころの相談(要申込) 保	<b>10</b> (休館) 元 ♥ 2歳児歯科健診 (対象:R6.2月生まれ) 保	<b>11</b> ◎ 窓口延長業務(19:00まで) 役 水 ♥ NIKO♡NIKOルーム(要申込) 保 10:00~13:30~
<b>15</b> 家庭の日 ☎ おはなし会 11:00~11:30 関 + 深澤クリニック[平田] 夜間診療室 くろす ☎676-0671	<b>16</b> (休館) 関 仁 上 民 工	<b>17</b> ◎ 3月議会定例会(閉会) 役 ♥ こども相談(要申込) 保 ♥ 離乳食教室(要申込) (対象:R7.6月~9月生まれ) 受付9:45~ 保	<b>18</b> ◎ 窓口延長業務(19:00まで) 役 水 ♥ NIKO♡NIKOサロン(要申込) 保 (対象:R7.11月~R8.1月生まれ) 受付9:45~ ♥ 4ヶ月児健診(対象:R7.11月生まれ) 保 ☎ ばぶばぶおはなし会 10:30~10:50 関
<b>22</b> + 阿久津医院[大谷] ☎675-2511 夜間診療室 しおや	<b>23</b> (休館) 関 仁 上 民 工	<b>24</b> (休館) 元 ◎ 育児相談(要申込) 保 ◎ こころの相談(要申込) 保 ◎ ことばの相談(要申込) 保 ◎ 栄養相談(要申込) 保	<b>25</b> ◎ 窓口延長業務(19:00まで) 役 水 ☎ 赤ちゃんタイム 10:00~12:00 上 ☎ ぶりぶりおはなし会 11:00~11:30 上
<b>29</b> + 関根クリニック[光陽台] 夜間診療室 くろす ☎612-7015	<b>30</b> (休館) 関 仁 上 民 工	<b>31</b>	~塩谷都市医師会 からのお願い~ 休日当番医を利用する際は、 院内感染を避けるため、事前に 必ず電話で相談してから来院 してください。 院内ではマスクの着用をお 願いします。

**保守工事のため、JR烏山線の一部列車が運休します**

◆実施日 3月23日(月)

◆運休する列車  
 町内のJR駅において、10時から15時までの間に到着  
 または発車する列車(上り・下り 各3本)

◆問合せ先  
 東日本旅客鉄道株式会社  
 JR東日本  
 ホームページ

## ◆生涯学習関連施設の使用抽選

町民広場陸上競技場(野球場A/B)・野球場(軟式)・ ゲートボール場(ペタンク)・石末運動場・武道館	6月分
仁井田体育館	5月分
情報の森テニスコート・学校体育施設(夜間)・ キリン運動場	4月分

- ◆使用抽選申込期間 3月15日(日)~19日(木)
- ◆自動抽選日 3月20日(金・祝)
- ◆問合せ先 生涯学習課 ☎675・3175

**こくちばん** 前月比

世帯数 13,186 世帯 -8  
 人口 28,606 人 -35  
 (内)男 15,133 人 -35  
 女 13,473 人 0  
 (住民基本台帳より)

町のうごき  
 令和8年2月1日現在

**報告** 寄付をいただきました**たかねざわ愛の基金（敬称略）**

- ◆自然caféさかさませ 5,155円
  - ◆匿名 10,000円
  - ◆匿名 4,192円
- 1月31日現在合計額  
127,590,412円

**善意銀行（敬称略）**

- ◆自然caféさかさませ 編み物36点
- ◆杉元敏江 マスク52箱

**フードバンク（敬称略）**

## &lt;個人・団体&gt;

- ◆有限会社総和住設
- ◆宮島醤油株式会社宇都宮工場
- ◆高根沢町役場
- ◆鎌草一枝
- ◆匿名7件

## &lt;フードポスト&gt;

- ◆エコ・ハウスたかねざわ
- ◆図書館3館
- ◆役場（正面玄関）
- ◆有限会社森田不動産
- ◆JAしおのや阿久津支店
- ◆山崎新聞店
- 米97kg、食品460.3kg
- ◆問合せ先 社会福祉協議会  
☎908・4777

**報告** スポーツ結果**第67回栃木県郡市町対抗  
駅伝競走大会**

塩谷郡チーム（高根沢町・塩谷町）として、町内から11人の選手が出場しました。

**総合順位15位**

- 第2区 遠藤大志
- 第3区 村上果蓮
- 第7区 田村莉玖
- 第9区 市村宗太
- 第10区 杉山裕史
- 補 欠 山口裕岐、松井梨紗、高橋麻友、武本瑞生、廣谷航平、富田秀太

**案内** パブリックコメントの  
結果について

令和7年12月から令和8年1月にかけて実施したパブリックコメントの結果を町ホームページで公表しています。

**◆意見募集期間**

令和7年12月15日（月）  
～令和8年1月9日（金）

**◆公表した資料と結果**

- ①高根沢町環境基本計画2026（案）  
提出された意見 0件（0人）
- ②令和8年度当初予算編成経過  
提出された意見 2件（1人）  
貴重なご意見あり  
がとうございました。



町ホームページ

**◆問合せ先**

- ①環境課  
☎675・8109
- ②企画課  
☎675・8102

**案内** 中学生の英検検定料を  
全額助成します（令和7年度）

令和7年度中に中学生が受験した英検の検定料を、町が全額負担します。

**◆対象者**

- 次のいずれかに該当する生徒
- ・町立中学校に在籍する生徒
- ・町内在住で、町外の中学校に通学する生徒

◆助成対象 3級以上の検定料  
※合否の結果にかかわらず助成

**◆助成回数**

生徒1人につき1回まで

◆申請方法 申請書に検定料の支払いを証明できる書類を添えて学校教育課へ提出（郵送可）

◆申請期限 3月31日（火）必着  
詳しくは、町  
ホームページを  
確認してください。



町ホームページ

◆申請・問合せ先 学校教育課 〒329-1217  
高根沢町大字太田746番地3  
☎675・1037

**案内** 旅券の発給手数料の  
納付方法が変わります

現在、旅券の発給手数料は、収入印紙と栃木県収入証紙での納付となっていますが、栃木県収入証紙は、4月1日から販売が停止され、令和9年4月1日から使用ができなくなります。（役場での販売も終了します。）

そのため、4月1日以降にパスポートを受取る場合は、あらかじめ栃木県電子申請システムから電子決済納付をする必要があります。

詳しくは、県ホームページを確認してください。



県ホームページ

◆問合せ先 住民課  
☎675・8100

**案内** 再生品の無料提供

エコパークしおやでは、搬入されたごみのうち、再利用できる再生品を希望者に無料で提供する事業を行います。

**◆申込対象者**

18歳以上で高根沢町、矢板市、さくら市、塩谷町に在住の人

**◆申込期間**

3月2日（月）～25日（水）  
9時～16時30分  
※土日祝日を除く

**◆申込方法**

エコパークしおや管理事務所で直接申込み

※電話、郵送、代理での申し込みはできません。

申込者が多数の場合は抽選を行います。



ホームページ

◆問合せ先 塩谷広域行政組合  
エコパークしおや管理事務所  
☎0287・53・7370

# 相談窓口

## 心理カウンセラーによるこころの相談

- ◆日時 3月9日(月)、24日(火)  
9時～12時(一人につき1時間程度)
- ◆場所 保健センター(図書館中央館内)
- ◆相談内容 子育てや家族について  
自分自身のこと、その他の悩みなど
- ◆申込方法 電話申込み
- ◆申込み・問合せ先  
保健センター ☎675・4559

## 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「ポラリス☆とちぎ」の出張相談を開催します。

- ◆日時 3月18日(水) 10時～16時
- ◆場所 役場
- ◆対象者 当事者と家族
- ◆申込方法 前日までに電話で申込み
- ◆申込み・問合せ先  
健康福祉課 ☎675・8105

## 犯罪や非行の防止等に関する相談

犯罪や非行の防止等、誰かに相談したいと考えている家族や関係者のために、塩谷地区在住の保護司が相談を受けます。

- ◆日時 毎月第1～第4水曜日 9時～16時
- ◆場所 塩谷地区サポートセンター  
(社会福祉法人恵友会 桜花新館内)
- ◆申込み・問合せ先 塩谷地区サポートセンター  
☎612・3575

## 心の健康相談

- ◆日時 3月10日(火) 14時30分～16時30分
- ◆場所 矢板健康福祉センター
- ◆対象者 精神科医療機関への相談経験のない人
- ◆相談内容
  - ・不安、眠れない、対人関係等の悩み相談
  - ・思春期、認知症、アルコール・薬物に関する相談
  - ・家族などの問題行動で困っていることの相談
- ◆申込方法 電話申込み
- ◆申込期限 3月3日(火)まで
- ◆問合せ先 矢板健康福祉センター保健衛生課  
☎0287・44・1297

## もの忘れ相談センター

認知症の初期症状(もの忘れ、日にちや時間が分からないなど)による不安や、介護に関する疑問について、専門職が介護の方法や自分らしく生活するためのアドバイスをします。

- グループホームフローラ(コミュニティケアけやき館)  
☎676・3300(平日10時～16時)
- 認知症グループホーム大地(高齢者介護施設宝夢)  
☎666・5666(火・木曜日 9時～13時)

一人で悩まず  
相談してください



## 3月15日から21日は こころの健康づくり週間です

3月は気候や環境等が大きく変化し、精神的にも身体的にもストレスの負荷がかかりやすい時期です。誰かに話すことで気持ちの整理ができ、心が軽くなることがあります。一人で抱え込まず、まずはどこかに相談してみませんか？



「こころの健康」  
町ホームページ



「まもろうよ こころ」  
厚生労働省ホームページ

## こころの健康についての相談窓口一覧

相談窓口	電話番号	受付時間
保健センター	675・4559	8時30分～17時15分 月～金曜日 (祝日、年末年始除く)
県矢板健康福祉センター	0287・44・1297	
県精神保健福祉センター	673・8785	
栃木いのちの電話宇都宮センター	643・7830	毎日24時間
24時間子供SOSダイヤル	0120・0・78310	
栃木県こころのダイヤル	673・8341	9時～17時 月～金曜日 (祝日、年末年始除く)

相談窓口	受付時間
SNS相談 「こころの相談@とちぎ」	18時～22時 日・火・木曜日

SNS相談は  
こちらから



町の子どもたちのために活動してみませんか？

## 小山文化スポーツ振興基金助成事業の募集

小山文化スポーツ振興基金は、名誉町民である故小山正夫様（石末出身）から「青少年の健全育成のために」といただいた多額の寄付金をもとに創設されました。

小山様の遺志に基づき、町民の皆さんから令和8年度の助成事業を募集します。

◆**対象事業**  
町内の青少年の健全育成に寄与するもの

◆**応募資格**  
町内在住、通勤・通学している人であれば年齢は問いません。個人でも団体でも応募できます。

※小・中・高校生でも申請できますが、未成年者は保護者の同意と成人の会計責任者が必要です。

◆**補助金の額**  
1団体あたり上限30万円

◆**申請書類**  
申請書類は、町生涯学習課で配布しているほか、町のホームページからダウンロードできます。

◆**申請書**  
小山文化スポーツ振興事業認定申請書

◆**事業計画書**  
収支予算書



町ホームページ

◆**申請期限**

4月10日（金）

◆**事業実施までの流れ**

①**申請書類の作成**

生涯学習課に相談していただき、作成手順などを説明します。

②**選考会**

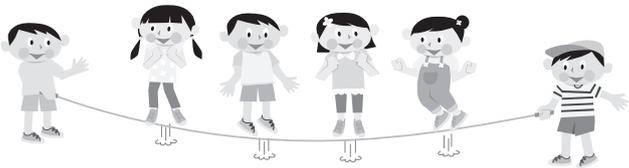
申請者が、事業の説明を行います。説明をもとに運営委員会が認定の可否と補助額を決定します。

③**事業実施**

事業実施後、実績報告書を提出してください。

◆**申込み・問合せ先** 生涯学習課

☎675・3175



## 障害基礎年金についてのご案内

障害基礎年金は、国民年金の加中に病気やケガで生活が制限されてしまった人が受給できる年金です。対象となる障がいには、外部障がいのほか、精神障がいや内部障がいがあります。

◆**対象者**

次のいずれかに該当する人  
・初診日の2ヶ月前から過去1年間に保険料の未納がない人  
・初診日の2ヶ月前までに、保険料の納付または免除期間が全加入期間の3分の2以上ある人

◆**対象となる障がいの程度**

政令で定められている障害等級表の1級・2級のいずれかの状態であること

※障害基礎年金の障害等級は、身体障害者手帳や精神障害者保健福祉手帳などの等級とは異なります。

※詳しくは、問合せ先に確認してください。

◆**問合せ先** 住民課保険年金係

☎675・8141

## 伐採および伐採後の造林の届出制度

### 森林を伐採する際には届出が必要です

森林所有者などが森林の立木を伐採する場合、事前に伐採および伐採後の造林の届出を行うことが義務づけられています。

◆**届出の対象となる森林**

保安林などを除く地域森林計画対象民有林（県のホームページや役場で確認できます）

※除伐作業や竹林の伐採は届出不要です。ただし、土地の形質変更を伴う場合は届出が必要となります。

◆**届出の提出対象者**

森林所有者や立木を買い受けた人  
※代理で届出する場合は、委任状が必要です。

◆**届出を提出する期間**

伐採開始の90日前から30日前までに届けてください。

※詳しくは、町ホームページを

確認してください。

◆**問合せ先** 産業課

☎675・8104



町ホームページ

# 騙されないうで!! 悪質商法



## SNS・SMSをキッカケとしたトラブルに注意!

SNSとSMS、どちらも身近で便利な連絡手段ですが、近年はこれらを悪用した詐欺被害が増えています。正しい知識を持ち、被害を防ぎましょう。

### SNSがきっかけのトラブル

SNSとはソーシャルネットワークワーキングサービスのことで、(例X・Facebook・LINEなど)

最近では、SNSの広告やDM(ダイレクトメール)から投資の勧誘を行う、SNS型投資詐欺が増加しています。AI技術を悪用し、著名人や実業家の顔写真・名前・フェイク音声を無断使用するケースも見られます。

詐欺グループは最初に少額投資で配当を支払い信用させ、徐々に高額投資へ誘導します。振込後は出金できず、連絡も途絶えるのが典型的な流れです。特に、個人間のメッセージアプリへ誘導する投資話は詐欺の可能性が高く、被害が多い手口です。

◎金融庁登録の確認をしましょう  
金融商品の取引を行う事業者は「金融庁の登録」が必要であり、無登録営業は違法行為です。

不審な勧誘を受けた場合は、

金融庁ホームページでの検索や、直接電話で確認しましょう。

金融庁金融サービス利用者相談室

☎0570・016・811

詐欺的な投資に関する相談ダイヤル

☎0570・050・588

### SMSがきっかけのトラブル

SMSはショートメッセージサービスの略で、携帯電話番号だけで短文を送受信できるサービスです。宅配業者の不在通知やクレジット会社・銀行を装った詐欺が増えています。

### ◎SMS詐欺を防ぐ3つの注意点

- ①開かない
  - ②タップ(クリック)しない
  - ③入力しない
- ※件名に「緊急」「警告」「重要」など、不安をおおる表記がある場合は、詐欺の可能性を考えましょう。

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

# 文芸コーナー

## 短歌 町文化協会短歌会選

赤蕪を切れば 踊る真白な実

夫といっしょに 酔漬け 楽しむ

ゆずの枝に 日光浴する すすめらを

蹴ちらして 立つよどり一羽

冬眠の準備 済んだか 雨蛙

まるまる 太り 枯れ葉の 寝床に

初春を 寿ぐ花とて 赤白の

万両の 実が 玄関に 鎮まる

オータニで 野球 始まり オータニで

野球の 終えし 巳年の テレビ

## 俳句 町文化協会俳句会選

初春や 地平線まで 空真青

凜として 心鼓舞する 梅の花

口角を 上げて 福呼ぶ 初鏡

寒茜 三日月 ほどに 富士見ゆる

亡き友と 城めぐり 合い春の 夢

水谷 兄子(宝積寺)

小林 信子(寺渡戸)

手塚 清子(伏久)

赤羽 孝子(上高根沢)

鈴木 伍郎(宝積寺)

鈴木 伍郎(宝積寺)

落合 順子(宝積寺)

手塚 清子(伏久)

小林 一則(文挾)

野中 京子(太田)

## 作品募集 締切: 毎月25日 応募先: 企画課

応募方法: 企画課に作品を郵送または持参、申込みフォームからネット申込み  
掲載時に添削する場合があります。



申込みフォーム

# 児童館コーナー

きのこのもり

避難訓練

消防車がやって来る！  
もしもの時に備えて、みんな  
で避難訓練をしましょう。  
消防士さんにも会えますよ！

◆日時 3月11日(水)

10時～16時

◆場所 きのこのもり館内外

◆対象 どなたでも

◆持ち物 ハンカチまたはタオル

※小さい子

どもは、抱っ

こで避難し

ます。



◆開館時間 9時～18時  
◆休館日 年末年始(ほか臨時休館あり)  
◆申込み・問合せ先 きのこのもり ☎675・2150

みんなのひろば

子育て支援事業

みんなで一緒にあそびましょう！

◆申込方法 電話申込み(受付中)



きのこのもり  
Instagram



みんなのひろば  
Instagram

日にち	行事	対象
3月3日(火)	ひよひよタイム①	2ヶ月頃～6ヶ月頃
	ひよひよタイム②	7ヶ月頃～12ヶ月頃
3月10日(火)	タンタンタイム①	満1歳～2歳頃
3月17日(火)	タンタンタイム②	2歳以上

詳しい内容等はお問い合わせください。



◆開館時間 9時～18時  
◆休館日 年末年始(ほか臨時休館あり)  
◆申込み・問合せ先 みんなのひろば ☎680・1311

## 子育て支援センター

親子のふれあいを楽しめ場や  
子育て相談の場として  
ご利用ください。

◆「お楽しみDays」

◆フォトフレームを作ろう

◆日時 5日(木)・6日(金)

11時～15時

◆定員 各回10組

◆申込み 2日(月)～

◆「わくわくタイム」

◆手形アートでカレンダーを作ろう

◆テーマは「ちよちよちよ」です

◆日時 10日(火)・26日(木)

11時～15時

◆定員 各回10組

◆申込み 2日(月)～

◆「元気つこタイム」

◆リーダーズクラブとの

◆ふれあいタイム

◆日時 27日(金)10時

◆定員 10組

◆申込み 2日(月)～

◆「すくすくタイム」

◆身体測定と寝相アート

◆テーマは「春の花」です

◆日時 4日(水)・16日(月)

11時～15時

◆定員 各回10組

◆申込み 2日(月)～

## れんげそう

「てんとつむじタイム」  
子育てに関する不安や疑問や  
困り事を話してみませんか？

◆日時 13日(金)

9時から12時の間で

1時間程度

◆定員 1～3組

◆申込み 随時

◆イベントの申込方法について

イベントは申込みフォーム  
から必要事項を入力して申  
込みをしてください。

通常来館とてんとつむじタ  
イムは今まで通り電話での申  
し込みになります。

詳しくは、れんげそうだよ  
りやホームページに掲載して  
いますので、ご覧ください。

最新の情報はSNSで  
ご確認ください



れんげそう  
ホームページ



れんげそう  
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  
◆申込み・問合せ先 子育て支援センターれんげそう ☎676・1955

# 図書館コーナー

♪注目のイベント♪

『バリアフリー上映会』

「九十歳。何がめでたい」

◆日時 3月22日(日)

13時30分〜15時30分

◆場所 中央館 アートホール

◆定員 20人

※当日参加も可能ですが、事前申込みをした人が優先になります。

バリアフリー映画は、全編に日本語字幕や音声ガイドのある映画です。視聴覚に不自由のある人も、一緒に楽しむことができます。

イベントの申込み・問合せは、開催館にお願いします。



## ☆本を返却する前に

図書館内で読んだ本や、借りて持ち帰った本に、紙幣や写真、図書館の利用者カードなどを、挟んだままにしていますか？

大切なものを失くしてしまわないように、本を返却する前に、もう一度確認をお願いします。

3月の展示

「新への準備」

新生活・新入学・新しい活動等に本を読んで備えませんか？



Instagram

今さら聞けない  
ひとり暮らしの超基本

《朝日新聞出版／阿古 真理・著》

初めてひとり暮らしをする人に向けて、ラクに、自然と暮らしが整う、家事の考え方や技術を紹介します。ひとり暮らしで直面するあれこれをまとめた家事FAQも掲載。



## ◆開館時間

中央館 9時〜19時

仁井田分館・上高根沢分館 9時〜18時

## ◆休館日

2日、9日、16日、23日、30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

## 第33回記念美術協会展

高根沢美術協会会員による絵画の作品展を開催します。

◆期間 3月3日(火)〜7日(土)

※初日13時開場、最終日15時閉場



## 企画展「卒業記念展」

〜心に刻む、私たちの軌跡〜

3月9日は町内中学校の卒業式です。夢に向かって新たな一歩をふみ出す卒業生たちが作成したメッセージカードには、それぞれの「15歳の今」が表現されています。美術の授業の一環として作成した篆刻を添えた作品をぜひご覧ください。

展示した作品は、5年後の「二十歳の集い」で本人に渡しています。

◆期間 3月11日(水)〜29日(日)



## 企画展「日本の自然」

写真コンテスト入賞作品巡回展

「いつまでも守り続けたい日本の自然」をテーマに42回目を迎えた写真コンテストの入賞作品巡回展を開催します。

◆期間 4月4日(土)〜26日(日)

◆期間 4月4日(土)〜26日(日)



## 企画展スタンプラリーのお知らせ

歴史民俗資料館では「企画展スタンプラリー」を実施しています。展示などをご覧いただき、スタンプを5個以上集めると、資料館オリジナルグッズをプレゼントしています。10個全部集めた人には、コンプリート賞としてさらに景品がありますのでぜひ参加してください。

◆入館料 無料

◆開館時間 9時〜17時

◆休館日 月曜日

◆問合せ先 歴史民俗資料館

☎675・7117

スタンプラリー対象



## 小山文化スポーツ振興事業 「演劇で遊ぼう」が開催されました

1月6日、子どもたちの成長を地域全体で支える小山文化スポーツ振興事業として、「高根沢町に演劇の文化を作る会」主催の「演劇で遊ぼう」が開催されました。

小学生12人が参加し、セリフを書いたメモを拾い即興で芝居に挑戦しました。言い方や表情で相手に伝わる印象が大きく変わることを学び、子どもたちは演じることの面白さを実感している様子でした。未来の大スター誕生を予感させる一日となりました。



## 太田・津嶋神社 節分祭

2月3日、太田・津嶋神社で節分祭が執り行われました。津嶋神社では、本厄の人が福物を撒いて厄落としをします。当日は地域住民の皆さんが本殿で厄払いを受けたあと、神楽殿に移動し福まきを行いました。福まきでは神社の近くにあるにじいろ保育園の園児も参加し、お菓子などの福物を嬉しそうに拾っていました。園児をはじめ、参加した地元住民の皆さんも、笑顔でたくさんの福物を抱え、節分ならではのにぎわいの中、地域のつながりを感じる節分祭となりました。



## 寄附をいただきました

花岡地内にある株式会社那須バイオフィームの親会社、株式会社ジャパンインベストメントアドバイザー（本社：東京都千代田区）から、本町では初めて、企業版ふるさと納税制度を活用した寄附をいただきました。

1月27日に感謝状贈呈式を行い、かんばやしひではる神林秀治町長から同社のたなかかずふみ田中一史部長へ感謝状を贈呈しました。いただいた寄附は同社の意向に沿い、学校給食の無償化に活用します。温かい支援に心より感謝申し上げます。



## 田村啓子さんが緑十字銀章を受章

1月14日、東京都内で開催された「第66回交通安全国民運動中央大会」で、たむらけいこ田村啓子さんが交通安全功労者として交通栄誉章「緑十字銀章」を受章されました。田村さんは町交通安全協会女性部会の会長等の要職を長年にわたり務められ、交通安全活動に尽力されてきました。

役場を訪れ、受章を神林秀治町長に報告した田村さんは、「日頃より何かとご協力をいただいている支部、会員の皆さんのおかげで受章できた。ありがとうございました」と話しました。

いきたくなる場所  
ここにしかない空間

天然温泉でリフレッシュ

# 道の駅 たかねざわ 元気あっぶむら

**泉質**  
ナトリウム-塩化物温泉  
(弱アルカリ性・低張性・高温泉)

**効能**  
神経痛、筋肉痛、関節痛、  
五十肩、冷え性、疲労回復、  
うちみ、きりきず、やけど、  
慢性皮膚病、虚弱児童、慢性婦人病

## 内湯

天井が高く開放的!  
お肌もツルツルになります。



## サウナ

檜の香りに癒やされ、景色を見ながら整えられます。(水風呂あり)



## 露天風呂

美しい庭園を眺めながら、  
自然の風でリラックスできます。



## 道の駅たかねざわ 元気あっぶむら店舗一覧

 <p><b>VECCHIA GELATERIA TRAM</b> ジェラート</p> <p>営業時間/11時～16時(休日17時) 定休日/火曜日 運営者/(株)ヴェッキオ・トラム</p>	 <p><b>レトロのせがれ</b> 飲食店・軽食</p> <p>営業時間/11時～15時 定休日/第2・4火曜日、水曜日 運営者/(株)オオイワタイムズ</p>
 <p><b>沖縄食堂</b> 飲食店・沖縄料理</p> <p>営業時間/11～15時、17～20時30分 (平日はランチタイムのみ) 定休日/第2・4火曜日、水曜日 運営者/(合)いちゃりば板木・沖縄</p>	 <p><b>縁そば</b> 飲食店・和食</p> <p>営業時間/11時～15時 定休日/第2・4火曜日、水曜日 運営者/長寿庵</p>
 <p><b>縄文-COTTAGE-</b> 宿泊施設</p> <p>営業時間/IN 15時～・OUT ～10時 (予約時間10時～22時) 定休日/第2・4火曜日 運営者/(株)オオイワタイムズ</p>	 <p><b>KESHIKIYA® LANDSCAPE INC.</b> 塊根植物ショップ</p> <p>営業時間/10時～17時 定休日/月曜日、火曜日 運営者/(株)けしきや</p>

入浴料金	一般	町民
大人(中学生以上)	800円	500円
小人(小学生)	600円	300円
幼児(3～5歳)	400円	200円
3歳未満	無料	無料

営業 10時～21時(最終入場20時30分)  
定休日 第2・4火曜日(変動あり)



30スタンプで  
特典と交換できます  
温泉1回無料  
または  
各店舗サービス券

・1店舗500円以上利用で1スタンプ(宿泊除く)  
・たんたんバス提示でスタンプ2倍(温泉のみ)

## GLAMPING Spring picnic fes

3/29日 10時▶16時

自然たっぷりのグランピングで  
音楽とお食事をたのしむのんびり時間



グランピング施設で  
イベントを開催します!

詳しくはこちらから



ホームページ Instagram

問合せ先  
道の駅たかねざわ元気あっぶむら  
☎676・1126

# HAPPY BIRTHDAY



満5歳までのアイドルを募集しています。  
誕生月(掲載月)の3ヶ月前から前の月の5日まで  
受け付けます。(掲載は1人1回まで)  
希望する人は申込みフォームから申込みください。



申込みフォーム

◆問合せ先 企画課 ☎675・8102



**酒井 啓太(けいた)ちゃん**  
令和3年3月2日(光陽台)  
淳之介さん・佳奈子さんの子



**熊耳 芙亜菜(ふあな)ちゃん**  
令和3年3月6日(光陽台)  
健介さん・実可さんの子



**和泉 美来(みく)ちゃん**  
令和4年3月22日(花岡)  
透さん・ゆかりさんの子

## 高根沢ウインズオルケスタ ×元気あっぷむらコンサート

**3/15(日) 14時開演**

**入場  
無料**

in道の駅たかねざわ元気あっぷむら

音楽で元気あっぷ!  
聴いて!食べて!元気になる一日!  
「英雄の証」「ライラック」ほかを演奏します。  
キッチンカーも多数出店します。  
お気軽にお越しください。

◆主催・問合せ先  
高根沢ウインズオルケスタ  
takanezawa.wind.orkest@gmail.com



## ほつとスプリング フェスティバル

**3/22  
(日)**

◆時間 10時~15時  
◆場所 道の駅たかねざわ元気あっぷむら

吹奏楽&和太鼓&フラダンス&ゴスペルなど、  
高根沢近隣の音楽団体が元気あっぷむらに集結!  
マルシェや消防車展示など、アトラクションも盛りだくさん!  
詳しくはインスタグラムを確認してください。

◆主催・問合せ先  
西小学校金管バンド部  
高根沢ウエストファンファーレ  
takanezawa.west.fanfare@gmail.com



Instagram

町公式SNS  
はこちら!



X(旧ツイッター)



Instagram

春の訪れを感じる季節となりました。皆さん、3月にやってみたいことはありますか。私は、桜前线とともに北上する旅にいつか挑戦してみたいと考えています。さて、2月には冬季オリンピックが都市部のミラノと山岳部のコルティナ・ダンペッツォで共同開催され、多くの日本人選手が活躍しましたね。大会ではオコジョをイメージしたマスコット「ティナ」と「ミロ」も話題になりました。オコジョは山岳・寒冷地に生息し、季節によって茶色や白色に毛の色が変わるようです。ぬいぐるみのように可愛らしいですが、獲物を追う直前に踊るように跳びはねる行動は「死のダンス」と呼ばれ、獲物を油断させてあつという間に捕らえてしまうというギャップのある生き物です。

余談ですが、「ダンペッツォ」と「マリトッツォ」は語感が似ていますが無関係です。ダンペッツォは「アンペッツォ地方の」という意味で、マリトッツォは「夫」に由来し、男性が指輪などを中に隠して贈ったことから名付けられたとも言われています。(つなまよ)



本紙は環境に配慮し植物油インキを使用しています。

令和  
**8**  
年度

# 高根沢町 各種健診

(検診)

のご案内

タンタン



モモタン

実施期間

6月

12月

## 集団健診

(基本健診・がん検診)

受診日の1か月前までに申込みが必要です

### 【申込方法】

- 1 健診項目を選ぶ …………… P1
- 2 会場と日時を選ぶ …………… P2
- 3 いずれかの方法で申込みください

### Webで申込み



[https://go.mrso.jp/  
093866](https://go.mrso.jp/093866)

電話より早く予約スタート!

受付期間：令和8年3月1日～11月13日

### コールセンターで申込み

TEL. **028-678-3266**  
(土日祝・年末年始を除く9:00～17:00)

受付期間：令和8年4月1日～11月13日

※電話が混み合いつながりにくい場合は時間をおいておかけ直してください

## 個別健診・ 人間ドック

詳細は別紙を参照ください

国保/後期高齢者医療制度加入者のみ

別紙

### 人間ドック・脳ドック

1

実施期間：令和8年4月～令和9年3月

後期高齢者医療制度加入者のみ

別紙

### シルバー個別健診・歯科健診

2・4

実施期間：令和8年6月～令和9年1月

保険種類に関係なく受けられます

別紙

### 子宮がん・乳がん個別検診

3

実施期間：令和8年6月～令和9年3月

保険種類に関係なく受けられます

別紙

### 歯周疾患検診

5

実施期間：令和8年6月～令和9年3月



助成について

助成は「集団健診(基本健診)」「シルバー個別健診」「人間ドック・脳ドック」のいずれか1つを年度内(令和8年4月～令和9年3月末)に1回のみ受けることができます。

高根沢町 各種健診 で 検索

# P1

# 集団健診(検診)の 健診項目



各項目の対象年齢は  
令和9年4月1日時点の年齢です

★マークがある3つは個別健診も選べるよ!  
個別健診を希望する方は別紙2・3を見てね!



## 基本の健康診断

種類	検査内容	対象	料金
特定健診	身体計測、腹囲測定、尿検査、血液検査、 血圧測定、心電図検査、眼底検査等	国民健康保険加入の40歳～74歳 ※社会保険被扶養者も対象となる場合があります	無料
シルバー健診	特定健診から「腹囲測定」を除く項目	後期高齢者医療保険加入の方	★ 無料
ヤング健診	特定健診から「腹囲測定」「眼底検査」を 除く項目	20歳～39歳の方	1,000円

## 各種がん検診 健康保険の種類に関わらず各種健診の対象にあてはまる方

種類	検査内容	対象	料金
胃がん検診	レントゲン検査	40歳以上の方	500円
胃リスク検診	血液検査によるピロリ菌検査	40歳～70歳の方で 過去に一度も検査を受けたことがない方	500円
肺がん検診 ※1	レントゲン検査	40歳以上の方	300円
大腸がん検診	便の潜血検査	40歳以上の方	300円
前立腺がん検診	血液検査	50歳以上の男性	300円
乳がん検診	エコー(超音波)検査	30歳以上の女性	500円
	マンモグラフィー(レントゲン)検査	40歳以上の女性	1,000円
		41歳の女性	★ 無料
子宮がん検診 ※2	子宮頸部の細胞検査、及びHPV検査	20歳以上の女性	★ 1,000円

※1 今年度から国のガイドラインの変更により喀痰検査は実施しません。検査をご希望の場合は、医療機関をご受診ください。

※2 子宮がん検診は令和7年度よりHPV検査を導入した精度の高い検診となっているため、令和7年度の検診結果が「異常なし」の方は、次に町の子宮がん検診を受けられるのは令和10年度となります。

## その他 健康保険の種類に関わらず対象にあてはまる方

種類	検査内容	対象	料金
骨密度測定	上腕のレントゲン検査	30歳～70歳の女性 / 40歳～70歳の男性 ※男性は7月6日、10月30日のみ実施	500円
肝炎ウイルス 検査(B型・C型)	血液検査	40歳以上の方で 過去に一度も肝炎検査を受けたことがない方	無料

下記に該当する方は  
胃リスク検診の対象外です

- ①過去にピロリ菌を除菌している方
- ②食道、胃十二指腸疾患で2か月以内に  
治療されている方
- ③胃を切除されている方
- ④腎不全の方



下記の方は健診(検診)料金が免除されます。  
(胃リスク検診は除く)

- ①後期高齢者医療保険加入の方
  - ②生活保護法による被保護世帯の40歳以上の方
  - ③町民税非課税世帯の40歳以上の方
- ※③は申請が必要となります。詳細は別紙Q&Aページをご覧ください。課税状況が確認できない場合は料金免除の対象外です。

## 人間ドック・脳ドック

！人間ドック・脳ドックの助成を受ける方は  
！同じ年度中に町の特定健診やシルバー健診は受けられません



## 対象

## ○国民健康保険加入の方

満35歳以上で、保険税が完納／完納見込みの世帯

## ○後期高齢者医療保険加入の方

保険料が完納または完納見込みの方

## 助成対象期間

令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

## 申請受付期間 申込期限:受診日の1か月前

【Web】令和8年3月1日(日)～令和9年1月31日(日)

【コールセンター】令和8年4月1日(水)～令和9年1月29日(金)

## 助成額

1人25,000円(助成対象期間中に1回のみ)

## 申請方法

- ①指定医療機関(下記参照)に電話し、予約する
- ②受診日の1か月前までに下記のいずれかの方法で町に申込み(※申込み後、助成の承認通知を送付します)

Web		<a href="https://go.mrso.jp/093866">https://go.mrso.jp/093866</a>
コールセンター	028-678-3266(9:00～17:00)	

- ③当日、承認通知書を持参して受診する



## 注意事項

受診後の申請はできません。受診前に、上記の方法で必ず町へ申請してください

## 指定医療機関・検診費用(消費税込/単位:円)

自己負担額 = 費用 - 25,000円

## ●人間ドック

	指定医療機関	電話番号	費用	自己負担額
日帰りコース	黒須病院	028-681-8811	44,000	19,000
	栃木県保健衛生事業団	028-623-8282	44,000	19,000
	栃木県済生会宇都宮病院	028-643-4441*	(男)46,530 (女)49,830	(男)21,530 (女)24,830
	宇都宮セントラルクリニック	028-657-5215	42,350	17,350
	宇都宮記念病院総合健診センター	0570-07-7831	44,220	19,220
	国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1322	44,000	19,000
	宇都宮東病院	028-683-5771	44,000	19,000
	国際医療福祉大学病院	0287-37-2221	(男)42,900 (女)59,400	(男)17,900 (女)34,400
	富塚メディカルクリニック	028-666-2555	55,000	30,000
	栃木県済生会宇都宮病院	028-643-4441*	68,530	43,530
一泊コース	国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1322	63,800 ※宿泊はできません	38,800
	宇都宮記念病院総合健診センター	0570-07-7831	69,520 (宿泊しない場合 61,820)	44,520 (宿泊しない場合 36,820)
	国際医療福祉大学病院	0287-37-2221	(男)66,000 (女)82,500	(男)41,000 (女)57,500

## ●脳ドック

藤井脳神経外科病院	028-673-6211	46,200	21,200
国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1322	44,000	19,000
宇都宮東病院	028-683-5771	39,600	14,600
宇都宮セントラルクリニック	028-657-5215	44,550	19,550
宇都宮記念病院総合健診センター	0570-07-7831	46,420	21,420
国際医療福祉大学病院	0287-37-2221	45,100	20,100
富塚メディカルクリニック	028-666-2555	27,500	2,500
栃木県済生会宇都宮病院	028-643-4441*	55,330	30,330

## ●総合ドック ※総合ドックは、人間ドック(日帰り)と脳ドックの両方の項目が含まれています。

宇都宮東病院	028-683-5771	71,500	46,500
国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1322	66,000	41,000
宇都宮セントラルクリニック	028-657-5215	77,550	52,550
宇都宮記念病院総合健診センター	0570-07-7831	73,920	48,920
国際医療福祉大学病院	0287-37-2221	(男)73,700 (女)90,200	(男)48,700 (女)65,200

※栃木県済生会宇都宮病院は予約専用番号です。(受付時間:平日13:00～17:00)

## 問合せ先 TEL.028-675-8141(住民課 保険年金係)



別紙  
2

# シルバー個別健診

！ 同じ年度中に集団シルバー健診や人間ドック・脳ドックの助成は重複して受けられません

NEW

シルバー個別健診に申込の先着200名様に  
プレゼントキャンペーン実施!

## 申込方法

①指定医療機関に電話し、健診日を予約する

阿久津医院	028-675-2511
菅又病院	028-676-0311
関根クリニック	028-612-7015
高根沢中央病院	028-675-1133
深澤クリニック	028-676-0671
中津川循環器科内科クリニック	028-675-7521
にいたに内科・糖尿病クリニック	028-611-3414

②受診日の1か月前までに下記のいずれかの方法で町に申込む(※申込み後、問診票等を送付します)

Web		<a href="https://go.mrso.jp/093866">https://go.mrso.jp/093866</a>
コールセンター	028-678-3266 (9:00~17:00)	

③当日、記入済みの問診票等と加入保険が分かるもの(有効期限内のマイナ保険証または資格確認書)を持参し受診する

### 対象

**75歳～** 後期高齢者医療保険加入の方  
※がん検診は同時に受けられません

### 実施期間

令和8年6月1日(月)～令和9年1月31日(日)

### 申込期間

申込期限:受診日の1か月前

【Web】令和8年3月1日(日)～12月31日(木)

【コールセンター】令和8年4月1日(水)～12月28日(月)

### 項目

身体計測、尿検査、血液検査、血圧測定、  
心電図検査、胸部レントゲン等



### 費用 無料

### 問合せ先

TEL.028-675-8141(住民課 保険年金係)

別紙  
3

# 子宮がん・乳がん 個別検診

個別と集団の両方の助成は受けられません

料金免除対象者については裏面をご覧ください

## 申込方法

①下記のいずれかの方法で申込み、後日郵送で届く受診券を受け取る

Web		<a href="https://go.mrso.jp/093866">https://go.mrso.jp/093866</a>
コールセンター	028-678-3266 (9:00~17:00)	

②受診券が届いたら、指定医療機関へ予約する

子宮がん検診指定医療機関

さくら産院	028-682-3000
黒須病院	028-681-8811
森島医院	028-682-2116
国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1155
さうち産婦人科医院	0287-43-5600
ゆめクリニック	病院HPからWeb予約

乳がん検診指定医療機関

黒須病院	028-681-8811
国際医療福祉大学塩谷病院	0287-44-1155

③当日、受診券を持参し受診する

### 対象と費用

乳がん検診 ※下記以外の方は集団健診を受診ください

41歳の方のみ	無料
---------	----

子宮がん検診(細胞検査及びHPV検査)

頸部	20歳以上の女性	1,500円
頸部・ 体部	20歳以上の方で、医師により子宮体がん検診が必要と認められた方	3,000円

※令和7年度の検診結果が「異常なし」の方は、次に町の子宮がん検診を受けられるのは令和10年度となります。

### 実施期間

令和8年6月1日(月)～令和9年3月31日(水)

### 申込期間

申込期限:受診日の1か月前

【Web】令和8年3月1日(日)～令和9年2月28日(日)

【コールセンター】令和8年4月1日(水)～  
令和9年1月29日(金)

### 項目

【乳がん検診】 マンモグラフィー検査  
【子宮がん検診】 ・子宮頸部の細胞検査及びHPV検査  
・子宮頸部・子宮体部の細胞検査及びHPV検査



### 問合せ先

TEL.028-675-4559(保健センター)

別紙

4

## シルバー歯科健診

## 申込方法

- ①指定医療機関に健診日を予約する  
(医療機関の連絡先は下部参照)
- ②当日、記入済みの問診票等と加入保険が分かるもの(有効期限内のマイナ保険証または資格確認書)を持参し受診する

## 対象

76歳・81歳・86歳になる方

※対象者には5月下旬に町から問診票等が届きます。



## 実施期間

令和8年6月1日(月)～令和9年1月31日(日)

## 申込期間

実施期間に受診できるように予約ください

## 項目

【歯科検診】歯の状態/口腔清掃状態/歯周組織の状況  
【口腔機能評価】咀嚼機能/舌・口唇機能/嚥下機能

## 費用 無料

! 歯科健診以外に治療等を行った場合、治療等の金額は自己負担となります。

## 問合せ先

TEL.028-675-8141(住民課 保険年金係)

別紙

5

## 歯周疾患検診

料金免除対象者については裏面をご覧ください

## 対象

20歳・30歳・40歳～74歳の方

## 実施期間

令和8年6月1日(月)～令和9年3月31日(水)

## 申込期間

申込期限:受診日の1か月前

【Web】令和8年3月1日(日)～令和9年2月28日(日)

【コールセンター】令和8年4月1日(水)～  
令和9年1月29日(金)項目 【歯科検診】歯の状態/口腔清掃状態/  
歯周組織の状況

費用 500円

! 歯周疾患検診以外に治療等を行った場合、治療等の金額は自己負担となります。

## 申込方法

- ①下記のいずれかの方法で申込み、後日郵送で届く受診票を受け取る

Web		<a href="https://go.mrso.jp/093866">https://go.mrso.jp/093866</a>
コールセンター	028-678-3266 (9:00～17:00)	

- ②受診票が届いたら、指定医療機関へ予約する  
(医療機関の連絡先は下部参照)
- ③当日、受診票を持参し受診する

## 問合せ先

TEL.028-675-4559(保健センター)



## 指定医療機関 (シルバー歯科健診/歯周疾患検診共通)

加藤歯科医院	028-675-3318
野中歯科医院	028-675-6444
飯田歯科医院	028-675-4340
横塚歯科クリニック	028-675-4001
高津戸歯科医院	028-675-8200
さいとう歯科医院	028-676-8900

菅又病院(歯科)	028-676-0311
加藤かつま歯科クリニック	028-676-3418
中津川歯科クリニック	028-675-6480
フクダデンタル	028-306-0087
上野デンタル	028-612-3535

医療機関に電話する前に上記の「申込方法」をご確認ください

## よくある質問にお答えします



**Q** 社会保険の加入者本人の場合は？

**A** 基本健診は、勤務先が行う健康診断を受診してください。  
がん検診・歯周疾患検診は、ご加入中の保険に関係なく受けられます。

**Q** 社会保険の被扶養者の場合は？

**A** 町の基本健診を受診できる場合があります。社会保険者が発行する「特定健診受診券」と「加入保険が分かるもの(有効期限内のマイナ保険証または資格確認書)」が必要になるため、詳しくはご加入中の社会保険者にお問い合わせください。がん検診・歯周疾患検診は、ご加入中の保険に関係なく受けられます。

**Q** 通院中は健診を受けなくてもいいの？

**A** 通院中の方も健診の対象になります。自覚症状のない段階でいち早く体の異常を発見するために、主治医と相談のうえ、年に1回は必ず健診を受けましょう。

**Q** 現在、医療機関でがん検診の経過観察中です。町のがん検診で経過を見ても大丈夫？

**A** 町のがん検診は「早期発見」を目的としています。医療機関でがん検診の経過観察をしている場合は、医療機関での経過観察を優先してください。

**Q** 対象年齢は今の年齢で考えるの？

**A** 令和9年4月1日時点の年齢を基準にお考えください。受診時に対象年齢に達していても、基準日時点で対象年齢に達していれば受診できます。

便利!

マイナポータルで  
健診結果をチェック!



健診・がん検診等の結果をマイナポータルで閲覧できます。過年度の結果を確認したい時や、紙の結果を紛失した時などに是非ご活用ください。

- 対象 町の健診を受診した方(令和2年度以降)  
町のがん検診を受診した方(令和3年度以降)
- 閲覧可能時期 受診月から約2か月～3カ月後以降

※1 閲覧にはマイナンバーカードの取得及びマイナポータルの利用者登録が必要です。※2 医療機関から提供されたデータに不備があった場合など、閲覧できない可能性があります。

料金  
免除

下記の方は健診(検診)料金が  
免除されます。

(胃リスク検診・人間ドックは除く)

- ①後期高齢者医療保険加入の方
- ②生活保護法による被保護世帯の40歳以上の方
- ③町民税非課税世帯の40歳以上の方



③は申請が必要となりますので、受診日の2週間前までに保健センターにお越しください。4月～6月までは令和7年度、7月以降は令和8年度の課税状況を確認します。課税状況が確認できない場合は料金免除の対象外です。

## 健診は毎年欠かさず受けましょう!

こんなはずは…と後悔する前に、自分の体の状態を知り、病気の早期発見や予防につなげましょう。

# P2

## 集団健診(検診)の 会場と日時



女 女性のみ
 男 男性のみ
 女 男 男女とも

### 図書館中央館

月	日	受付時間	結果説明会	
6	1(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>	8:00~11:00	7/2(木)	
	8(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>		7/8(水)	
	15(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		7/14(火)	
7	6(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		8/6(木)	
	13(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>		8/18(火)	
8	31(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>		10/1(木)	
9	7(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		10/7(水)	
	14(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		10/15(木)	
10	5(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		8:00~10:30	11/6(金)
	19(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>			11/18(水)
	30(金) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>			12/3(木)
11	9(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		8:00~11:00	12/9(水)
	16(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>	12/15(火)		
12	4(金) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>	8:00~10:30	1/12(火)	
	14(月) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span>	8:00~11:00	1/21(木)	

### 宝積寺タウンセンター

月	日	受付時間	結果説明会
7	1(水) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>	8:00~	8/5(水)
10	27(火) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>	10:30	11/27(金)

### 上高根沢ふれあいセンター

月	日	受付時間	結果説明会
6	28(日) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>	8:00~ 10:00	7/31(金)
7	28(火) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		8/28(金)
11	21(土) <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">女</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 1px;">男</span>		12/23(水)

※結果説明会の会場は全日程図書館中央館です。  
 ※国民健康保険に加入されている方の結果は結果説明会でお渡しいたします。全日程午前開催になり、詳しい時間は集団健診当日に配布いたします。(特定保健指導の対象となった方は別の時間帯でご案内する場合があります)

会場の詳細は P3 をチェック!



**お願い**

会場の駐車場が限られているため、お近くの方は徒歩や自転車等での来場にご協力をお願い致します



集団健診(検診)は  
**健診日の1か月前までに  
 申込みください**

申込はWebまたは  
 コールセンターから

## 集団健診(検診)会場のご案内

二次元バーコードからマップが開きます (マップ:©2026 Google)



### 図書館中央館

宝積寺1220番地2

□駐車場:図書館中央館の駐車場

駐車に関する  
お願い

駐車場に限りがあるため、  
乗り合わせや徒歩・自転車  
での来場にご協力ください



### 宝積寺 タウンセンター

光陽台3丁目10番地1

□駐車場:東側のなかよし公園予定地の一部  
身体障がい等の理由でタウンセンター駐車場(①)  
をご利用の際は、当日職員へお声がけください。

駐車に関する  
お願い

●タウンセンター駐車場(①)には健診バスが駐車するため、身体障がい等の理由がない場合の  
駐車はご遠慮ください ●隣のマンションの駐車場(②)へは駐車されませんようお願いします

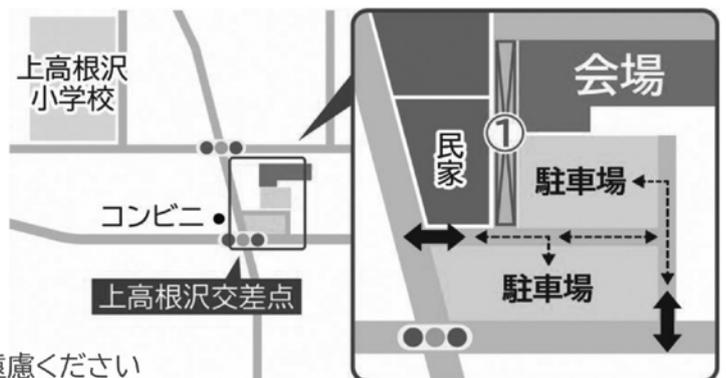


### 上高根沢 ふれあいセンター

上高根沢2180番地

□駐車場:会場南側の駐車場  
身体障がい者専用駐車場のご利用は、当日職員へ  
お声がけください。

駐車に関するお願い ①のスペースへの駐車はご遠慮ください



- ・入退場時や駐車時の運転には十分お気を付けてください
- ・近隣住民の迷惑にならないよう、エンジンをかけたままでの駐車はご遠慮ください

日程変更・キャンセルは、専用コールセンターまでご連絡ください

TEL. **028-678-3266** (土日祝・年末年始を除く) 9:00~17:00

Web申込された方は健診1か月前まで  
Webからもお手続き可能です

その他ご不明な点はこちら

集団健診・がん検診  
シルバー個別健診・人間ドック

TEL.028-675-4559 高根沢町 保健センター  
TEL.028-675-8141 高根沢町住民課 保険年金係