

広報たかなべ

2016. 1. 22 NO. 398

- ・新年のごあいさつ
- ・平成28年申年生まれ「年男・年女」今年の抱負!!
- ・冬は健康管理にご注意を！
- ・平成28年 高鍋町成人式
- ・事務事業評価・外部評価を行いました
- ・「赤ちゃんの駅」「移動式赤ちゃんの駅」をどうぞご利用ください
- ・みんなで築こう 人権の世紀
- ・高鍋高校ラグビー部 5年連続全国大会出場！
- ・高鍋町消防団の皆さん、いつもありがとうございます
- ・まちの話題
- ・わが町の宝物



1月1日 舞鶴神社で「やぐら餅つき」を楽しむ来場者

「よいしょ！よいしょ！」無病息災を祈願して

1月1日、舞鶴神社で恒例となった「やぐら餅つき」が行われました。「やぐら餅つき」とは、音頭に合わせてやぐらの中心に置かれた臼にきねを下す綱を引き、つき上がった餅を来場者に振る舞うものです。晴天に恵まれたこの日、総代会の皆さんや参拝者などが「よいしょ！」の掛け声とともに、餅つきを行い、縁起物とされるつきたての餅を堪能していました。

新年のごあいさつ

高鍋町長 小澤 浩一



新年明けましておめでとうございます。町民の皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。お礼を申し上げます。

新年あけましておめでとうございます。町議会を代表して謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

また、町政の推進に当たりましては、日ごろから、温かい理解とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。



新年のごあいさつ

高鍋町議会議長 永友 良和

を賜っておりますことに、議員一同心よりお礼申し上げます。

新年あけましておめでとうございます。平成28年の年頭にあたり、町議会を代表して謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

また、町政の推進に当たりましては、日ごろから、温かい理解とご協力を賜り、厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年の関東・東北豪雨は、鬼怒川堤防の決壊、越水、堤防法面の欠損・崩落などにより、流域の町に甚大な被害をもたらしました。

幸い本町では、シーズンを通して大きな台風災害、豪雨災害はありませんでしたが、長雨が続くたびに、メディアを通じて発信された鬼怒川流域の姿が頭をよぎりました。そのような中、本町では、2年計画で進めてまいります。防災行政無線のデジタル

化、子局、公共施設などへの戸別受信機の設置、災害時の拠点となる庁舎本館の改修が完了し、庁舎別館も本年、建替完了の予定であり、町民の皆様の不安をわずかながらでも取り除くことができました。と考えております。

また、明るい話題といたしましては、特に子どもたちの活躍が光る年になりました。高鍋高校ラグビー部の5年連続花園出場はもちろんのこと、高鍋東小・中学校児童生徒の

本町といたしましても、「まち・ひと・しごと創生総合戦略」の策定に向けて頑張っているところでございます。しかし、この総合戦略が策定されかねん。畜産農家や関係者の皆さん方におかれましては、ここまで努力し頑張ってこられた自信と皆様への感謝の思いを胸に、5年という節目を超えておりましても、町民の皆さんひとり・しごと創生総合戦略」の策定に向けて頑張っています。そこで、この総合戦略が策定されかねん。畜産農家や関係者の皆さん方におかれましては、ここまでは「口蹄疫発生」から5年が経過した年であります。特に被害が激しかった児湯地域である本町が「口蹄疫からの復興」を合言葉に、畜産農家はもとより地域住民も含めて、みんなで協力して頑張つたこと、また全国から支援金などを寄せいただき、おかげで何とか経営を再開

本町の未来を担う子どもたちが全国の舞台で活躍する姿は、町民の皆様に深い感動を与えるとともに、町全体を活気づけるものがありました。

このような明るい話題を糧とし、「地方創生」の名の

めには、町民の皆様と行政とが一体となり、創意工夫をしながら取り組まなければなりません。どうか皆様方におかれまして、変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申します。

年頭に当たり、本年が皆様にとりまして、実り多き良い年となりますことを衷心からご祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきま

下、結婚、出産、子育て、移住、定住を促進し、「高鍋町総合計画第五次基本構想」に基づき、住民参画による快適で美しいまち「たかなべ」、子どもがにぎわうまちづくりを将来像として描きながら、本年もさまざまな政策課題に全力で取り組んでまいります。社会経済情勢の急激な変化に対応し、施策を推進する

できたことなど忘れられません。畜産農家や関係者の皆様方におかれましては、ここまでは「口蹄疫発生」から5年が経過した年であります。特に被害が激しかった児湯地域である本町が「口蹄疫からの復興」を合言葉に、畜産農家はもとより地域住民も含めて、みんなで協力して頑張つたこと、また全国から義援金などを寄せいただき、おかげで何とか経営を再開

やすいい町にしていくには、町民の皆様一人一人のお力添えが必要です。今後とも変わらぬご支援、ご協力を願い申し上げますとともに、本年が良き年となりますよう皆様方のご健勝とご繁栄を心よりご祈念申し上げ、新年のごあいさつとさせていただきま

よいのか、これまで以上に積みをしていかなければならぬと考えております。

また、常に新聞やテレビなどで取り上げられている人口減少問題に対応する「地方創生」につきましては、全国の

本町を活性化し、より住み



平成16年生まれ



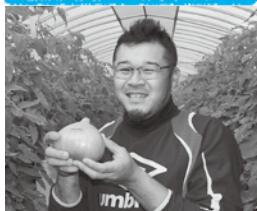
野崎 建人くん

今年、ぼくは6年生になります。なので「今までできなかつたこと」にたくさんチャレンジ

をしたいと思います。まず、苦手なことを努力してできるようにすることです。逆上がりやスポーツ少年団のバレーボールでサーブが確実に入るように頑張りたいと思います。

また、6年生として下級生のお手本になるような学校生活を送りたいと思います。そして、友達を大切にし、家族のためにお手伝いを積極的にするなど、何事にも進んで取り組みたいです。

昭和55年生まれ



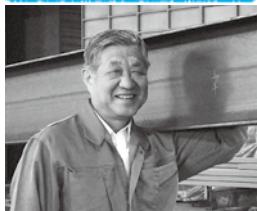
永谷 一雄さん

3年ほど前から会社勤めを経て実家のトマト農家を継ぎ、農業に励んでいます。

農業をするようになって、経営者として背負うものが大きくなりました。しかし、農作物は、手をかけただけの成果を実感することができるので、今、楽しく充実した毎日を過ごしています。

今年の抱負は、トマトの生産量を増やし、ハウスの規模を広げること。そして、ただ農作物をつくるだけでなく、勉強と情報収集を欠かさず、より農業が充実するよう積極的に取り組んでいきたいです。

昭和31年生まれ



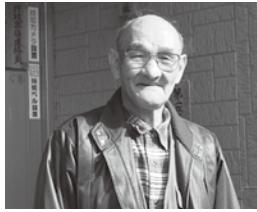
山口 順一さん

幼少のころから実家の鉄工業を手伝いながら、「ものづくり」の楽しさを学びました。

先代の教えである「約束を守る」「嘘をつくな」「挑戦する」を教訓に、お客様からの信頼に応え、喜んでいただける仕事をしようと真摯に取り組んできました。

60歳の還暦を迎える今年。会社、仕事そして家庭を大切にしながら、これから的人生、若い人と積極的につながっていきたいと考えています。そして、町のために人を育てるこ「人づくり」に力を注ぎたいと思います。

昭和7年生まれ



武田 康雄さん

自衛隊を退職してから、地域のために何かできることはないかと公民館活動や子ど

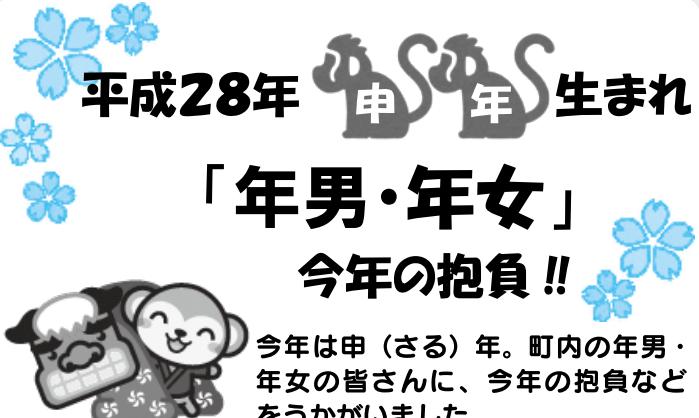
もたちの登下校の見守りなどを実行っていました。

ボランティア活動をして感謝されると、それがうれしく、活力となります。私が今、元気でいられるのは、たくさんの人の出会いと「ありがとう」の言葉のおかげだと思っています。

7回目の年男を迎えましたが、次、8回目の年男を元気に迎えるためにも、地域のために私ができる活動を続けていきたいと思います。

平成28年 申(さる)年生まれ

「年男・年女」 今年の抱負!!



今年は申(さる)年。町内の年男・年女の皆さんに、今年の抱負などをうかがいました。

平成4年生まれ



森口 若菜さん

保育士として今の職場で働き始めて3年目になりました。

今、1歳児のクラスを受け持っていますが、子どもたちが成長する瞬間をたくさん見ることができるのが楽しく、とてもやりがいを感じています。

今年の抱負は「体を動かす」です。球技が得意なので、ボールを使うスポーツを始められたらと思ってます。仕事では、「いつも笑顔」を心がけ、子どもたちと一緒に元気いっぱい楽しく過ごしたいと思います。

昭和43年生まれ



佐々木かおりさん

私の家は、主人も娘も「申年」で年男年女です。

自分の人生を振り返ると、

家族や職場に支えられて今的生活が成り立っているのだと改めて感謝しています。

私の今年の抱負というか願いは、家族が健康で笑顔であること。そのためには、私がいつも笑顔でありたいと思います。

あと、前回の年女のときに何かにチャレンジしようと資格を取得したので、今回も娘に親の学ぶ姿勢を見せるためにも、何かの資格取得にチャレンジしたいと思います。

昭和19年生まれ



永友 久子さん

これまで私は、地域の皆さんをはじめ、まわりの方に支えられながら人生を歩んでく

ることができました。また、「書道」を通じて、子どもから高齢者まで、多くの人たちと出会うことができました。

私の今年の抱負は、「元気でいること」です。元気でいれば、地域やボランティアなどの活動にも力を注ぐことができます。

これからも「ありがとう」の気持ちを忘れず、さまざまな活動を通じて、一人でも多くの人が笑顔になれるような活動ができたらと思います。



は健康管理にご注意を！



冬はインフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症により、体調を崩しやすい季節です。

また、感染症だけでなく、暖かい場所から冷え切った場所に移動することによって引き起こされる「ヒートショック」にも注意が必要です。



感染症にご用心！

毎年、秋の中旬ごろからインフルエンザやノロウイルスなど、冬に流行する感染症が発生し始めます。

インフルエンザは、乳幼児から高齢者まで、幅広い年齢層がかかる恐れのあるウイルスで、風邪よりも症状が重く、気管支炎や肺炎を併発したり、脳炎や心不全になることもあります。

また、ノロウイルスはインフルエンザと同じく幅広い年齢層がかかる恐れのある急性胃腸炎のウイルスで、潜伏期間が24～48時間ほどあり、主な症状は嘔吐・下痢などで軽い発熱を伴うこともあります。免疫力の低い幼児や高齢者などがかかると重症化する恐れもあります。

また、昨年から新型のノロウイルスが発生し、大流行する恐れがあると言われていることから、日ごろから予防対策をしておくことが大切です。



ウイルスの予防策を！

ウイルスは手を介して体内に侵入することが多いため、「手洗いを頻繁に行う」ことが感染症の予防に最も効果的です。あわせて、次の点に気を付けましょう。

- 外出やトイレの後、調理や食事の前、嘔吐物を処理した後は必ず手洗いをしましょう。
- 爪は短く切って、手洗いの前には時計や指輪をはずしましょう。
- 泡立てた石けんで指先から手首まで丁寧に洗い、流水でよくすすいで、清潔なタオルでしっかり水分を拭き取りましょう。



また、汚れが残りやすい指先や爪の間・指の間・親指の周り・手のしわ・手首などは、より注意して「手洗い」を行いましょう。「手洗い」以外で気を付けるポイントは次の通りです。

インフルエンザ

- 人込みを避け、外出する際にはマスクを着用しましょう。
- 帰宅後は手洗い・うがいをしましょう。
- 室内では適度な湿度（50～60%）を保ち、十分な栄養と睡眠をとりましょう。



ノロウイルス

- ノロウイルスは食品からの感染が考えられますので、調理の際は、食品中心部分の温度が85℃以上で1分以上加熱しましょう。
- 調理や食事の前、トイレの後などは必ず手洗いをしましょう。下痢や嘔吐などの症状がある時は、調理を控えましょう。
- 塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）が有効です。調理器具はよく洗ってから、塩素系漂白剤で消毒すると効果的です。



感染してしまったときは…

早めに医療機関を受診し、治療を受けることが大切です。そして、十分な水分の摂取を行いながら、安静と休養をしっかりとり、早期回復に努めましょう。

また、自分の身体を守ることだけでなく、周りの人にもうつさないことも大切です。咳やくしゃみなどでウイルスが付着したマスクやティッシュなどは、フタ付きのゴミ箱に捨てる、便や嘔吐物で汚れたものは、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を使用して消毒を行うなど、感染拡大の予防対策を行いましょう。

冬の入浴中に起きるヒートショックの危険と対策

ヒートショックとは

冷え込む冬場、暖房の効いた暖かい部屋から暖房のない浴室やトイレなどに行くと室温差が10度以上になることも珍しくありません。暖房のない脱衣所で衣服を脱ぐと血压が急激に上がり、ブルブル震えながら熱い浴槽につかると血管が広がって急激に血压が下がってしまいます。このように室温などの変化により、短時間のうちに血压が急激に上下する状態を「ヒートショック」といいます。「ヒートショック」は、体に大きな負担をかけるため、冬の入浴中に起こる突然死の大きな要因となります。



ヒートショックの影響を受けやすい人は要注意！

東京都健康長寿医療センター研究所の調査によると、平成23年に全国で少なくとも9,360人（65歳以上）が入浴中に心肺停止となり搬送されたと報告しています。また、12～3月の期間が全体の6割を占め、特に1月は、最も少ない8月の10倍以上の1,759人が搬送されています。また、同研究所によると年間で約17,000人の人がこの症状により死亡すると推計しています。

ヒートショックの影響を受けやすい次の人には、特に注意が必要です。

- ・ 65歳以上である
- ・ 高血圧・糖尿病・動脈硬化の病気をもっている
- ・ 肥満気味である
- ・ 睡眠時無呼吸症候群など呼吸器官に問題がある
- ・ 不整脈がある
- ・ 自宅の脱衣所や浴室に暖房器具がない
- ・ いわゆる“いちばんぶろ”に入ることが多い
- ・ 熱いふろが好き
- ・ お酒を飲んでから入浴することがある

定期的に健診を受けて、日ごろから自分の健康状態を確認しておくことが、ヒートショックを予防することにもつながります！



ヒートショックによる事故を未然に防ぐには？

冬場の入浴時の事故を未然に防ぐためには、室温と体温の差ができるだけ小さくしたり、体への負荷を減らすことが重要です。そのためには、

- ① 脱衣所に暖房器具を置くなどして、入浴前に脱衣所を暖かくしておく
- ② 浴槽のふたを開けたり、服を脱ぐ前に浴室の床や壁にお湯をかけ、浴室を暖めておく
- ③ 浴槽に入る前に、手や足といった末端の部分からかけ湯をして、徐々に体を温める
- ④ 入浴時間は、ほんのり汗ばむ程度にする
- ⑤ 浴槽から出る際は、急に立ち上がらずにゆっくりと立ち上がる
- ⑥ 飲酒後の入浴は避ける
- ⑦ 入浴の前後にはコップ1杯程度の水分（お茶・水など）を補給する

などに気を付けましょう。



寒くて体が冷えてしまいがちな冬は、1日の終わりにほっと一息つけるお風呂の時間を楽しみにしている方も多いと思います。

しかし、冬の入浴には危険が隣り合わせであることを忘れてはいけません。特に高齢者の方や高血圧・糖尿病などの病気をもっている方、そして、このようなご家族と同居している方は、注意が必要です。ご家族の入浴中に「お湯加減はど～お？」などの定期的な声かけをすることで、何か異常が起きた場合に早く気付くことができます。

家族みんなが健康で元気な一年になるためにも、冬の習慣として心がけましょう。



～成人おめでとうございます～

平成28年 高鍋町成人式

1月5日、高鍋町中央公民館ホールで平成28年高鍋町成人式が行われました。今年は、159人（男性73人、女性86人）が出席し、大人への第一歩を踏み出しました。

会場では、カメラやスマートフォンを片手に、友人らと写真を撮り合いながら、久しぶりの再会を喜ぶ姿が見られました。また、会場の新成人たちに「きれいになったね！」、「イケメンになったね！」と声をかける保護者の姿や「おばちゃん、久しぶり！」と友人の保護者に元気に駆け寄る新成人の姿も見られ、会場は温かな雰囲気に包まれていました。

厳粛に行われた式典では、新成人を代表して、山口大貴さんが感謝の言葉の中で「これから大人として、社会の一員として未来を切り拓いていくことになりますが、自分が今できる精一杯の努力をしていきたいと思います」と述べました。

人生の大切な節目を迎えた新成人の皆さん、これから大いに飛躍してください。



高鍋東中学校区の皆さん



感謝の言葉を手話通訳した岡田珠美さん



感謝の言葉を述べた山口大貴さん



成人代表で成人証書を授与された野中康平さん



町民憲章を朗読した松田直大さん



高鍋手話サークルによる手話通訳



成人式の司会進行を担当した宮越葵さん、宮原英司さん(左から)

恩師からのビデオメッセージ



祝宴では、小中学校時代の恩師14人から、大人への仲間入りを祝うビデオメッセージが流されました。メッセージが流れると、出席者からは歓声が上がり、久しぶりに映像で見る恩師の姿を懐かしんでいました。

「感謝の気持ちを忘れず、家族、仲間、自分自身を大切にしてください」「これから的人生、一歩一歩大切に歩んでください」などの言葉が出席者の胸に響いていました。



「この絵もみんなの思い出に残るといいな」と笑顔で話してくれたのは、表紙のデザインをした矢野楓さん

今年は新成人10人で実行委員会が結成されました。メンバーは、みんなが喜んでくれるような成人式にしたいと、恩師からのビデオメッセージやしおりなどを作成し、当日は素晴らしい、良き思い出となる成人式を作り上げてくれました。

前年から次年度成人式実行委員として活動し、今回、実行委員長を務めた大木結紀子さんは式典後、「無事終わってほっとしています。準備もスムーズにできて良かったです」と笑顔を見せてくれました。お疲れ様でした!

成人式実行委員会メンバー紹介!



(後列左から) 山口大貴さん、野中康平さん、松田直大さん、日高孝樹さん、白石蓮さん
(前列左から) 宮原英司さん、矢野楓さん、加藤志歩さん、大木結紀子さん、宮越葵さん



高鍋西中学校区の皆さん