

広報たかなべ

2009. 9. 18 NO. 360

- ◆特定健診はもう受けられましたか？
- ◆親子で訪ねてみませんか？
- ◆スポレクみやぎ2009
- ◆10月1日は町民の日です
- ◆新しいALTの先生紹介
- ◆宝くじの助成金で整備されました
- ◆名誉町民 上條勝久氏 自寿を迎えられる
- ◆まちの話題
- ◆わが町の宝物



8月23日に、高鍋町観光協会主催によりビーチフラッグ大会および潮干狩りが行われました。ビーチフラッグ大会では1本のフラッグを目指し、出場者が砂浜を駆け抜けました。敗者復活戦としてコーラ早飲み大会も行われ、これは熱い戦いの中の心地よい清涼剤となったようでした。潮干狩りには町内外から約800人が訪れ、事前にまかれた600kgのアサリを家族で拾っていました。参加者の1人は「バター焼きにして食べます」と笑顔で話してくれました。

特定健診(メタボ健診)は もう受けられましたか？



「健康」の判断を何でしていますか？「どうもないから健康よ！」と言われるあなた。
心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす動脈硬化は体の中で静かに進行し、自覚症状がでた時には
すでに重症ということが少なくありません。
「健診を受けること」は、あなたの血管の傷み具合を早めに気付くきっかけになります。
今年度まだ健診を受診していないあなた、自分のためにも家族のためにもぜひ受診してください。

生活習慣病はこうして進行します！

食べ過ぎ、運動不足、喫煙、飲み過ぎ、ストレス過剰などの生活習慣



内臓脂肪型肥満

代謝の異常

- ①血管の掃除役“善玉コレステロール”が減る
- ②インスリンの働きを抑え、血糖値を上げる物質が増える
- ③血圧を上げる物質が増える



病気の発症（糖尿病・高血圧症・脂質異常症）



脳卒中、狭心症・心筋梗塞、糖尿病合併症（人工透析・失明）等へと進展

※こうならないために、健診を受けるだけではなく、『メタボリックシンドローム』のリスクがあると判定された場合は、特定保健指導を受けましょう！！

保健師、管理栄養士などの専門スタッフが、あなたの健康状態や生活習慣にあったアドバイスをを行いますので、一緒に楽しくメタボ解消に取り組みましょう。

「メタボ脱出しました！」

昨年の健診でメタボ予備軍だった高鍋町在住の A さん 61 歳。
特定保健指導を受け、メタボ解消に取り組んだ結果

	昨年の健診	今年の健診	
身長	146.7cm	146.5cm	
体重	59.9Kg	52.6Kg	－ 7.3Kg
腹囲	90.3cm	82.6cm	－ 7.7cm
中性脂肪	147	137	－ 10
γ - GTP	77	37	－ 40



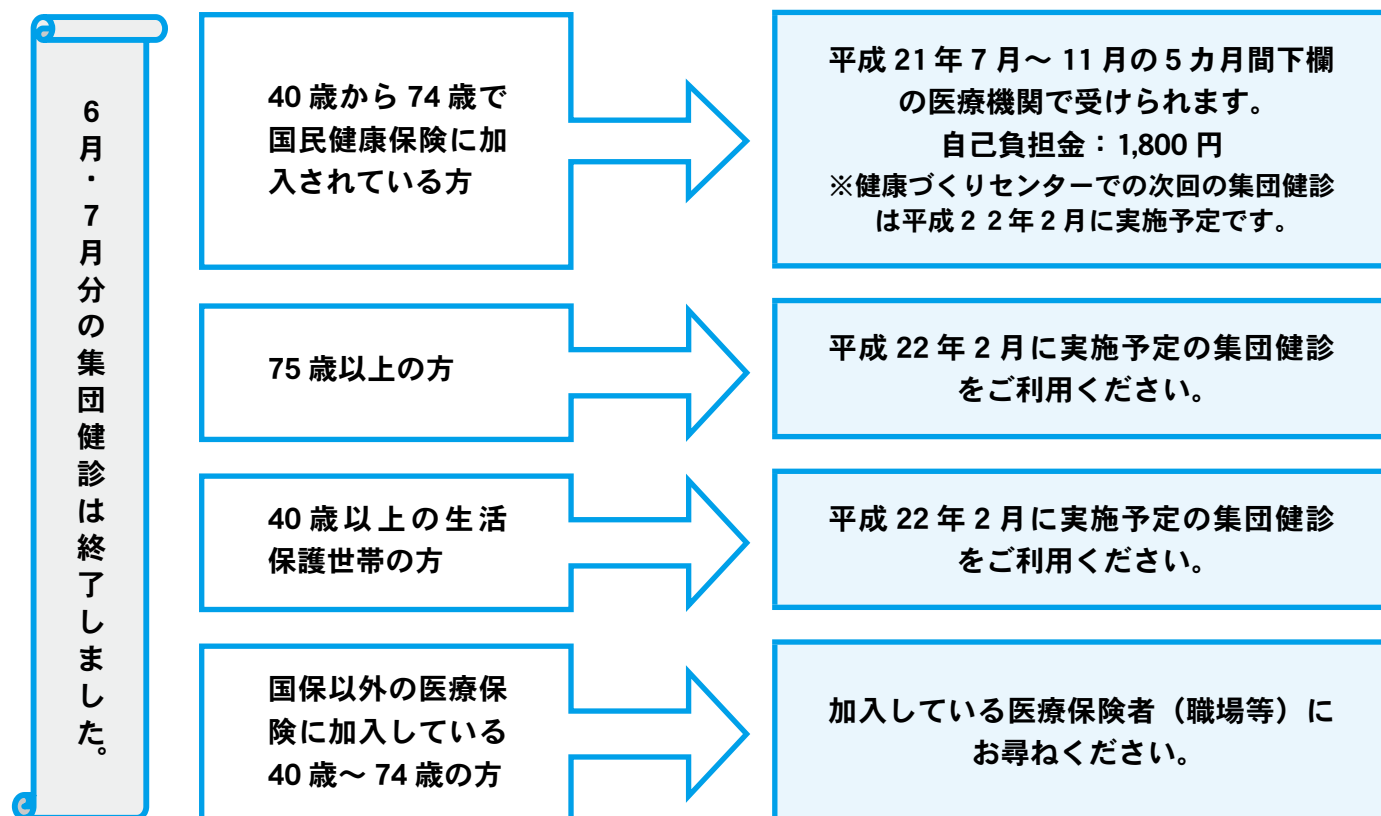
アドバイスをもらって次の2つに取り組みました。

- 歩数と体重を毎日測って記録すること
- 間食を減らしたこと

私がやったのはこれだけです！
今でも無理なく続けられています。

私は特定保健指導を受けて、とってもいい“気づき”をもらいました！

40 歳を過ぎたら年 1 回特定健診を受けましょう！



★特定健診が受けられる町内の医療機関

医 療 機 関	住 所	電 話 番 号
大森内科医院	高鍋町大字北高鍋 1347-2	22-0055
黒木内科医院	高鍋町大字北高鍋 2603	23-2882
崎浜胃腸科医院	高鍋町大字上江 8014	22-3345
鶴外科胃腸科	高鍋町大字北高鍋 3395	23-2121
高鍋春光会病院	高鍋町大字高鍋町 830	23-0013
やまぐち脳神経外科	高鍋町大字北高鍋 4764-5	32-5555
山口整形外科	高鍋町大字北高鍋 3235-3	22-3157
海老原総合病院	高鍋町大字上江 207	23-1111

あなたの大切な家族や
お友達を誘って、健診を
受けましょう！！
お待ちしております。



★海老原総合病院は 10 月 1 日からの実施となります。

★申込方法は、各医療機関に直接お尋ねください。

受診券（対象者には 5 月に郵送済）を必ずお持ちください。

★健診の検査項目

身体計測（身長・体重・腹囲）、検尿、問診、血圧測定、診察、
血液検査（血糖・脂質・肝機能・腎機能） など

◆お問い合わせ先◆ 高鍋町 健康福祉課 国保・高齢者医療係 TEL：26-2007

親子で訪ねてみませんか？

高鍋町の“ふるさと遺産” ～高鍋町ふるさと学習～

高鍋町内の小中学校では、総合的な学習の時間を中心に、地域の学習素材を活用しながら「ふるさと高鍋町に愛と誇りを持つ子どもたち」を育てる教育活動を進めています。

高鍋町には豊かな自然があります。

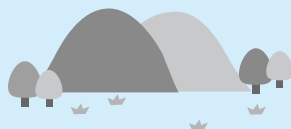
旧石器時代に始まる悠久の歴史があります。

ここで育ち、国内外で活躍した偉人がいます。

そして今、ここに生きる魅力的な人々がいます。

町内の学校で進めている“ふるさと学習”ですが、みなさんのご家庭でも高鍋町の魅力を訪ねる旅に出てみませんか。

「自分のふるさと高鍋町です！」と胸を張って言える子どもをみんなで育てましょう。



自然



アカウミガメ



ハッチョウトンボ



サギソウ

歴史



家老屋敷 黒水家住宅



城堀



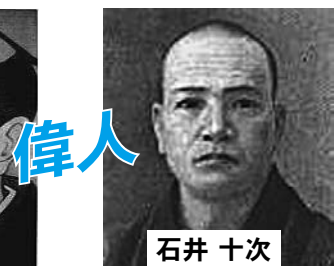
持田古墳群



高鍋城址 舞鶴公園



秋月 種茂



石井 十次

偉人

～ふるさと学習の取り組みについて～

高鍋町教育委員会にある教育研究所では、以前から町内小中学校の教師によりさまざまな研究を行ってきました。

平成19年度から始めたふるさと学習は、高鍋町の魅力を再認識し、ふるさとを愛する子どもたちを育てようという目的で実践しているところです。

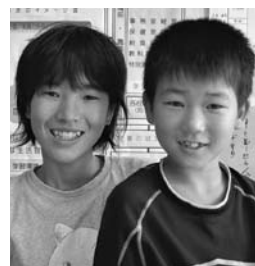
私が高鍋に初めて赴任し、家庭訪問で持田地区を回ったとき、持田古墳群の素晴らしさに触れ、感動を覚えました。それは、教科書の中の人々の生活が高鍋には事実としてあり、子どもたちにとって素晴らしい学びの場になると感じたからです。

今年の夏、私たち町内小中学校の教師も現地をめぐり、高鍋町の魅力を再発見することができました。教師と子どもたちは、手の届くところにある地域の良さを学校で共に学びます。その上で、子どもたちが保護者の方と現地を見て感じてくれたらさらに素晴らしい学習ができると思います。

今後とも、ふるさと学習について、保護者をはじめ町民の皆さまのご理解をお願いいたします。

高鍋西小学校 教諭 村井 博明

ふるさと学習を経験して



感想を話してくれた高鍋西小学校6年生の井上日菜子さん（左）と弟の廉太郎くん



5年生の時に高鍋町の特産物を調べました。その時にびっくりしたのは、お茶やキャベツなどの生産が全国的にも多いことでした。
また、「古墳」というと何か遠い場所のことのように感じていましたが、高鍋町には「持田古墳群」という素晴らしいところがあることを知り、今後調べてみたいと思いました。
私の高鍋町内の好きな風景は、「海」「小丸川」「キャンプ場」です。特に小丸川は、見ていると安心するし、ほっとします。
今からも、家族や友達と高鍋町をもっと調べてみようと思います。

第22回全国スポーツ・レクリエーション祭

スポレクみやざき2009

皆来んね 笑顔まんかい 神話の国で

今年で22回目となる今祭典は、平成21年10月に宮崎県で開催され、県内8市7町で24種目の競技が行われます。(参加者数 約7,400人)

高鍋町では年齢別バドミントン競技が開催され、全国から約300人の参加者(選手)が集まります。各都道府県から1チーム、韓国代表2チーム、宮崎県から2チームが参加します。競技の観戦が自由にできますので、韓国や全国各地から参加する選手へ大きな声援をお願いします。



☆ 競技期日 平成21年10月18日(日)
19日(月)
20日(火)

☆ 競技会場 高鍋町総合体育館



「全国スポレク祭」は、勝敗のみを競うのではなく、誰もが、いつでも、どこでも気軽にスポーツ・レクリエーション活動を楽しみ、交流を深めることを目的として昭和63年から各都道府県持ち回り方式で毎年開催されている生涯スポーツの一大祭典だよ！

地元 高鍋町のチームも出場します

出場団体：高鍋スペースシャトル
出場者数：8人

代表の江藤昭徳さんにお話を伺いました。

Q：スポレク出場経験は？

A：みんな今回が初めてです。

Q：出場に向けての意気込みは？

A：私たちは地元枠で出場するのですが、試合には全国からトップの選手が出場するので練習にも力が入っています。

Q：楽しみにしていることは？

A：開始式直後に韓国チームとの対戦が決まっています。試合だけの交流ではなく、歓迎会などで「何を話そうか」とチーム内で盛り上がっています。

※町民みんなで応援しています。ガンバレ！！



高鍋スペースシャトルのみなさん

高鍋町での競技日程と交流行事だよ★

1. 10月18日(日) 午前8時30分から

①開始式

- ・秋月鼓童による太鼓の演奏
 - ・高鍋神楽による演舞
 - ・高鍋高校吹奏楽部の演奏による入場行進 ほか
- ※一般観覧席を準備しています。
(ただし、席数に限りあり)

②2チーム戦

③交流ゲーム

2. 10月19日(月) 午前9時から

①勝敗別グループ戦

②特別賞表彰式

3. 10月20日(火) 午前9時から

①表彰トーナメント戦

②表彰式

※このほか、3日間を通しての地場産品販売やニュースポーツ体験(18日・19日)などなど楽しさ満載なんだ！



祭典マスコット
ザッキー

スポレクみやざき2009

検索

新しいALTの先生紹介



氏名 Clair Thompson
(クレアトムプソン)
出身 イギリス **年齢** 24歳
赴任校 町内小中学校・町立保育園
ALTを志望したきっかけ

東京での留学生時代に、全日本中学校英語弁論大会でのスピーチを聞き、レベルの高さに驚いた。子どもたちが将来活躍できるよう、自分も英語を教えてみたいと思った。

好きな日本の食べ物は「鍋」です！



氏名 John O'Flynn
(ジョン オフリン)
出身 アイルランド **年齢** 24歳
赴任校 宮崎県立高鍋高等学校
ALTを志望したきっかけ

幼いころ6～7年日本に住んだことがあるが、もう一度日本を見てみたいと思った。

好きな日本の食べ物は「寿司」です！

※ ALT…外国語指導助手

二人とも町内を自転車で移動しています。見かけたら「Hello!」とお気軽に声をかけてみてください！

10月1日は町民の日です

10月1日は、昭和13年に旧高鍋町と上江村が合併し、本町の発展の礎をつくった日であり、町では、この日を「町民の日」として定めています。

この日は、全ての町民が、高鍋町に生まれ、育ち、暮らしていることに誇りを持つことを再認識していただく日であるとともに、先人達の努力や功績に改めて感謝の意を表す大変意義のある日でもあります。

また、毎年「町民の日」記念式典および社会福祉大会を開催し、町行政や産業経済、教育、福祉部門等の功労者に対する表彰を行っています。
※今年度の「町民の日」記念式典および社会福祉大会は、10月1日（木）午後2時から高鍋町美術館で行います。



平成20年度式典

宝くじの助成金で整備されました

コミュニティ助成事業は、コミュニティの健全な発展を図るため、財団法人自治総合センターが宝くじの収入を財源として行っています。
高鍋町では、平成二十一年度に次の設備等が整備され、地域コミュニティ活動に活用されています。

■水除自治公民館



整備された設備の一部

- ・放送設備一式
- ・物置
- ・プラズマテレビ
- ・会議用机
- ・DVDレコーダー
- ・折りたたみ椅子
- ・カラオケセット
- ・グラウンドゴルフセット
- ・DVDソフト
- ほか

■松本自治公民館



整備された設備の一部

- ・液晶テレビ
- ・アンテナ工事
- ・カラオケセット
- ・エアコン
- ・掃除機
- ・物置
- ・一槽シンク
- ・作業台
- ・食器洗乾燥機
- ほか

■上永谷自治公民館



整備された設備の一部

- ・液晶テレビ
- ・折りたたみ椅子
- ・カラオケセット
- ・エアコン
- ・DVDプレーヤー
- ・物置
- ・放送設備一式
- ・集会用テント
- ・角テーブル
- ほか

■元の下自治公民館



整備された設備の一部

- ・グラウンドゴルフセット
- ・エアコン
- ・コミュニティ広場整備
- ・ガステーブル
- ・踊り衣装
- ・会議用机
- ・物置
- ほか



宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

NTT東日本野球部 都市対抗野球大会でベスト4！

高鍋町で春季キャンプを行ったNTT東日本野球部は、東京都予選を勝ち抜き、第80回都市対抗野球大会で準決勝進出を果たしました。

決勝にあと一步及びみませんでした。素晴らしい試合を見せてくれました。今後の活躍が大変楽しみです。



お祝いの席での上條さん

写真提供：建設研修センター

参議院議員を二期務め、建設大学校長、全国建設研修センター特別顧問などを歴任された上條さんは、小丸川一級河川昇格、国道十号バイパスの予算化や東九州自動車道の原案を決定づけるなど、町民の安全な暮らしや交通網の発達に大きな功績をあげられました。

**高鍋町名誉町民
上條勝久氏**
白寿を迎えられる



高鍋海水浴場での海水浴体験
「海遊び、最高!!」



歓迎式での紹介カード交換
「よろしくね!」

●**鷹山公の縁で友達に**
七月十八日～二十一日、米沢市・高鍋町少年少女交流事業が行われました。子どもたちは最初は緊張していましたが、すぐに友達になり、たくさんさんの交流事業を楽しみました。今年は、ホームステイも行い、より絆が深まったようで、送別式では涙を流す子どもの姿も見られました。来年は、高鍋の子どもたちが姉妹都市米沢市を訪問します。



キャベツ生産組合の皆さんによる手作り迷路で遊ぶ子供たち

●**土壌改良用ひまわりは...**
七月下旬から八月上旬にかけて染ヶ岡の大地にひまわり畑の迷路ができ、たくさんの子どもたちが訪れ、歓喜の声をあげていました。



素晴らしいチームワークで優勝旗を手にした第一部のみなさん

●**見事な操法でした**
七月十八日、東児湯消防組合駐車場で第四十八回東児湯支部消防操法大会が行われました。第一部、第七部、第十部が町代表として出場し、ポンプ自動車の部で第一部が見事優勝を果たしました。



ゴルフに親しみながらマナー面などの社会勉強に取り組むのが目的のひとつ

●**高鍋の「遠く」誕生かも!**
八月に、九州初のゴルフスポーツ少年団が高鍋町で誕生しました。児湯郡内の子どもたちによる第一期生十四人は今後、週二回の練習を重ね、来年三月のコースデビューを目指します。



「高く作ろうとすると外に広がりが大変だった」と話す子どもたち。でも見てください、素敵なお土器ばかり!

●**これはもしかや出土品?!**
生涯学習推進事業「青木古代プロジェクト」により青木地区の小学生らが古代土器を作り、八月十一日に野焼きを行いました。



2回目のアクアビクス教室に参加した皆さん。笑顔がはじけていました!

健康づくりセンターホームページ(フル紹介あり)
<http://www.town.takanabe.miyazaki.jp/kenko/index.html>

●**楽しい健康づくりのスヌメ**
九月五日、高鍋町健康づくりセンタープール五周年記念として、入場料が無料、二種類の楽しいミニ教室が行われました。身近にある温水プールで、あなたも気軽に健康づくりを始めてみませんか。



高鍋の歴史・文化・自然などの学習を重ねながらガイドサービスを行います

●**高鍋の観光発展を担います**
高鍋町に「たかなべ明倫観光ボランティアガイドの会」が設立されました。今後の活躍が期待されます。

わが町の宝物

みんな元気に育ってね。

このコーナーは、9・10カ月児健診に来たお子さんを紹介しています。

今回は、7月・8月の健診に来た元気なちびっ子たちです！



おさき よしや
尾崎 孔哉 ちゃん



あらかわ じゅんせい
荒川 順正 ちゃん



くろき あんな
黒木 杏奈 ちゃん



ほりぐち ちひろ
堀口 千海 ちゃん



なかの あいみ
中野 愛望 ちゃん



くろき えいた
黒木 瑛汰 ちゃん



やました はやと
山下 颯斗 ちゃん



ふじしら ほのか
藤原 帆花 ちゃん



はやかわ しおり
早川 詩央梨ちゃん



もり た ゆうせい
森田 悠聖 ちゃん



かわの たける
河野 武瑠 ちゃん



きたがわ たいち
北川 大智 ちゃん



なかむら しゅうと
中村 柊斗 ちゃん



たけなか いろは
竹中 彩葉 ちゃん



かんだ りょうま
上田 竜摩 ちゃん



かねまる まさき
金丸 茉咲 ちゃん



ちゅうがんじ あきひろ
中元寺 彰弘 ちゃん



よしだ かける
吉田 翔 ちゃん



こんどう れん
近藤 蓮 ちゃん



いゐさき こうたろう
岩崎 琥太郎 ちゃん



ありむら かりん
有村 花凛 ちゃん



たはら あゆ
田原 愛優 ちゃん



かわの ゆうな
河野 佑菜 ちゃん

大きくなって帰ってきてね～！



子ガメを送る会（8月15日）

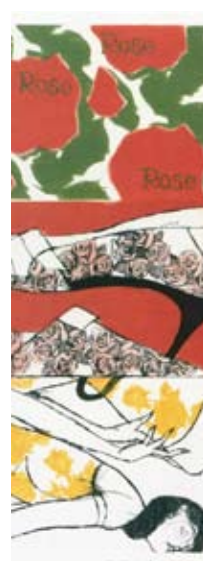
高鍋町美術館開館10周年記念特別展

池田満寿夫の世界展

2009. 10. 31(Sat) → 11. 29(Sun)



スプリング・アンド・
スプリングス



バラはバラ



愛の瞬間

◆お問い合わせ先◆ 高鍋町美術館 Tel: 23 - 8887

広報たかなべ 2009. 9. 18 NO. 360



TAKANABE TOWN

人口と世帯数(9月1日現在・前月比)

人 口 / 22,028人 (-37)
男 性 / 10,568人 (-24)
女 性 / 11,460人 (-13)
世 帯 数 / 9,152世帯 (-6)

編集・発行／宮崎県高鍋町
〒884 - 8655 宮崎県児湯郡高鍋町大字上江8437
政策推進課／☎0983 - 26 - 2003
<http://www.town.takanabe.miyazaki.jp>
※「広報たかなべ」は町ホームページでもご覧になれます。