

高山かわら版

高山地区振興会広報誌

平成29年度総会開催

4月14日(金)、高山コミュニティセンターにて定期総会が開催されました。

会議のはじめに会長、来賓からの挨拶があり、その後、議題審議となりました。

主な議題は平成28年度事業報告・会計決算および、平成29年度事業計画・会計予算でした。

平成29年度事業計画では、防災訓練、文化事業、健康講演会など、これまで継続してきた活



動と、西部地区振興会と共催する事業などを中心とした事業計画と予算が提案・審議され、議決されました。

役員は昨年度からの、任期2年次となった会長の長津勇次さんはじめ各役員さんが、今年度も引き続き担当します。なお、専門委員長は役員交代がありました。(役員紹介のとおり)
提案議案の詳細内容は、すでに各戸へ配布された総会資料の通りです。

役員紹介

会長 長津 勇次



十日町市からの交付金を活用しての自治組織としての

の高山地区振興会の事業展開は6年目となります。今年度も高山地域の生活環境改善、防災意識の高揚、健康福祉の増進に努めたいと考えております。

副会長 高橋 勝芳



振興会役員4年目となりました。これまで文化広報

担当役員として、広報誌や文化事業を企画運営してきました。今年は地域の皆さんが、横の繋がりをもっと強くするために、何をすべきか考えながら取り組みたいと考えています。

副会長 横山 信吉



副会長の横山です。今年「古希」になりますが、頑張ります。

春日町に来て53年になりました。趣味は陶芸と山野草です。好物は日本酒で所謂「淡麗辛口」が好きです。

事務局長 諏訪 健市



の高山地区振興会事務所です。週3日(月・水・金)勤務

しています。地域振興と誰もが暮らしやすい環境づくりを地域

の皆様と共に進めていきたいと思ひます。ご意見・ご要望を振興会事務局までお寄せください。

会計 庭野好則



庭野好則です。高山地区振興会は4年目になります。

書記を2年、会計2年目で、広報委員会に所属しています。住所は桜木町で、仕事は整体と体操です。よろしくお願いします。

書記 藤橋雄司



錦町1丁目に住む藤橋（丸松工具）です。平成28

度より振興会役員になり、1年がたちました。2年目の今年は、振興会の役割になれて頑張ります。よろしくお願いします。

書記 小野塚民治



こんにちは小野塚（小野民）と申します。この度、

諸先輩の方々及び適任者の方々が多くおられる中、拙老の己が振興会書記との役職を戴き早1年が経過しました。会議の多さに驚きと多種の地域行事及び、

多岐にわたる市への要望・川治地区合同敬老会実施等、在任期間中、高山地域振興の一役を担えればと思っておりますので、よろしくご指導をお願いします。

書記 富澤敬子



高山に越して早10年過ぎました。地区に慣れる、住

民と親しむためにと活動を受けました。好奇心旺盛です。よろしくお願いいたします。

生活環境委員長 齋木文夫



春日町2丁目 齋木です。春日町地区振興会長を仰せ

つかり、生活環境委員長を務めることになりました。敬老会、盆踊り、健康講習会などを通し

で、楽しく健康で生活できるよう頑張ります。ご協力をお願いします。

防災安全委員長 高橋憲一



今年度より防災・安全委員長として高山地区振興会

に貢献していきたいと思っています。赤十字防災ボランティアリーダー研修を受けた経験を生かし、皆様と一緒に防災について考えていきたいと思っています。

文化広報委員長 滝沢貞親



今年も文化広報委員会として、地域内の各種情報を

わかりやすく、お伝えしていきます。皆さんの身近な話題など、地域へ伝えたい情報がありましたら、当委員会（事務所）へ是非、お知らせください。特に文化事業については、皆さんに喜んでもらえる内容にしたいと考えています。

振興会会費納入のお願い

平成29年度振興会会費の納入をお願いいたします。各組長は世帯の会費を嘱託員へ、嘱託員は各組に会費と事業所の会費をとりまとめ、6月下旬までに振興会事務局にお届けください。

【事務局在室日】

月・水・金の午前9時から午後4時まで不在となることがありますので、電話でご確認ください。（休日、昼休みをのぞく）

敬老会のご案内

平成29年度敬老会を、地域団体・嘱託員等の皆様のご協力を得て開催いたします。どうぞご参加ください。

日時 平成29年6月18日（日）

午前10時30分～午後1時

会場 川治小学校 体育館

主催 南地域自治振興会 高山地区振興会

○参加希望者には事前に開催・集合方法などを示した「案内」を、差し上げます。

高山掲示板

【振興会】

5月 嘱託員・組長及び各種団

体代表者会議

(26日)

6月 南地域・高山地区敬老会

(18日)

7月 救急救護講習会

【高山共栄会】

5月 村中山境界確認

(上旬)

6月 神社庁総会

(下旬)

7月 八幡宮・西原霊園・

栽松庵墓地の草刈り、
除草剤散布請掃

【南中学校】

5月 南の森の春まつり

(11日)

生徒総会

(9日)

定期テスト

(12日)

1年生遠足

(19日)

郡市大会激励会

(29日)

6月 郡市陸上大会

(1日)

郡市各種大会

(6日・7日)

定期テスト

(15日・16日)

中越陸上大会

(29日・30日)

中越各種大会

(4日・5日)

7月 3年生高校説明会

(7日)

1学期終業式

(21日)

【西小学校】

5月 親子安全教室

(13日)

6月 挨拶運動

(18日)

7月 町内子供会

(11月中旬)

街頭指導

【高山保育園】

5月 さつまいも苗植え

(10日)

三園合同人形劇

(19日)

6月 親子遠足

(19日)

7月 保育参加日

(21日)

音楽会

プール開き

夏祭り

総合避難訓練

(21日)

【白梅保育園】

5月 親子交通安全教室

(11日)

内科検診

(15日)

6月 年長お楽しみ会

(7日)

歯科検診

(15日)

さつまいも苗植え

音楽会(於高山保育園)

プール開き

(3日・15日)

7月 あいさつ運動

(8日)

保護者会

夏のお楽しみ会

(3日・15日)

【高山婦人会】

6月 南地域・高山地区敬老会

(18日)

協力参加

年間の活動を通じ、会員の親睦を深め、楽しく地区の行事を盛り上げ、頑張っています。新入会員募集中です。

会長 尾身順子

副会長 富沢美江 関口有子

【高山朗人クラブ】

5月 奉仕活動(バイパス・病院通り歩道草取り、バイパスバス停脇花壇、花植

えと水やり、手入れ)

(5月・9月)

6月 会員一泊二日旅行(中旬)

7月 第一回認知症予防講座

(初旬)

【高山地区体育協会】

6月 南地域・高山地区敬老会

準備・当日運営

(18日)

臨時総会

7月 ふれあいクリーンウォーク

(26日)

【消防団】

5月 ポンプ点検(1日・15日)

10日町方面隊ポンプ

操法指導会(中旬)

5月 信濃川水防訓練(18日)

6月 ポンプ点検(1日・15日)

10日町消防団合同

春季消防演習(4日)

10日町方面隊ポンプ

7月 操法競技会(25日)

ポンプ点検(1日・15日)

第68回新潟県消防大会

ポンプ操法競技会(30日)

【川治公民館】

5月 母の日フラワー

ギフト教室(13日)

敬老会全体打ち合わせ

(15日)

生活に役立つ

「書き付け教室」

(16日・23日・30日)

6月 南地域・高山地区敬老会

ホタル観察会(中下旬)

(18日)

地域の団体・サークルに
参加しましょう！思わぬ発見・出会いが
あるかも？お問い合わせは、
各団体か振興会事務局へ。

十日町中地域包括 支援センターです

今年の4月1日から、介護保

険法の改正により「介護予防・日常生活支援総合事業」という新しい取り組みが始まりました。介護予防は生涯にわたり、できるだけ自立して暮らし、自分らしく、生き活きと生きる取り組みを行うことが大切です。

「歳をとったら心身の機能が衰えるのは当然」と思っています。せんか？高齢の方が心身の機能を低下させる最大の原因は、「もう歳だから」「億劫だから」と身のまわりのことや、外出をしなくなることです。体や頭を使わない生活は筋力や、意欲を低下させ、やがて要介護状態や認知症を招くことになります。

日常生活の少しの工夫で、老化の加速を防ぐことができます。介護予防は生活習慣病予防と同じで、次のことを心がけ、元気な時から取り組みましょう。

- ① 足腰の筋肉をつける。
- ② 歩く、家事、畑仕事など一日30分以上行う。
- ③ 食べる楽しみを大切にする。

- ④ タンパク質、エネルギー不足に注意する。
- ⑤ 毎日、お口のお手入れを欠かさずにする。
- ⑥ しつかり噛んで食べる。
- ⑦ 歌や早口ことばでお口周りの筋力を高める。
- ⑧ 社会活動や趣味に積極的に取り組む。
- ⑨ かかりつけ医、かかりつけ歯科医を持つ。
- ⑩ 散歩、買い物、友人との交流、通院、通所などの機会を活用して外に出る。

- ⑪ 水分を十分にとる。

「活発な生活をする」と、心身の機能が向上し、生活がますます活発になる」という好循環をつくり、介護知らずの生活を目指しましょう。当センターでは「自分でできる元気度チェック」を行っています。お気軽にお問い合わせください。さあ、今日から皆様それぞれの介護予防を始めましょう！

十日町中地域包括支援センター

千歳町2丁目3番地6

(☎755-5115)



ぼくのちょうちだよ かつこいいでしよ

高山保育園(高山) なかまちゆづきさん



おそらをとんでいるちょうちよ

高山保育園(錦町)こばやしまりんさん



えのぐでもようをつけたよ

高山保育園(美雪町)たむらしょうさん

編集後記



ゴールデンウィークも終わり、春も深まってきました。時には夏を予感させる暑さも、実感するこの頃。その日射しを利用して、山から採取された「ゼンマイ」が高山地区内でも、各家の軒先で干されています。

始末が面倒なため、見つけてもスルーしていた「ゼンマイ」を当方も採取し、初めて干してみました。戻し方も難しいので、おいしく食べられるよう研究してみようと思います。

(山菜で一杯のオヤジ)