

広報
TAKAHAMA

たかはま

2024
3.1
No.1395

日々の生活を
ちょっとだけ便利に！

ぜひ高浜市公式
LINEに登録
お願いします



**福岡ソフトバンクホークス
ドラフト2位指名！
活躍を期待しています**



- P3……令和6年4月1日(月)よりいきいき広場 マシンスタジオの営業時間が変わります
- P4……新型コロナワクチン接種を希望の方へ
- P5……市公式LINEアカウントがリニューアルしました！
- P6……引越しの手続きはお早めに

人と想いが つなぐつながる しあわせなまち 大家族たかはま

各種相談

市長との対話日

問合せ先 困秘書人事グループ(内線309)

税務相談(税理士)

相続・贈与・譲渡・住宅取得・申告などに関する税一般

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

労働相談(西三河県民事務所職員)

職場での悩みごと・困りごとなど(解雇・賃金・労働時間など)

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

市民相談(困市民窓口グループ職員)

市役所への意見・要望など

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

外国人への相談(ポルトガル語・ベトナム語のわかる相談員)

庁舎内の案内、通訳など

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

人権相談(人権擁護委員)

いじめ、虐待、差別などの人権問題

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

行政相談(行政相談委員)

国・県・市などに対する苦情・要望など

問合せ先 困市民窓口グループ(内線216)

消費生活相談(消費生活相談員)

消費者トラブルの相談など

問合せ先 困経済環境グループ(内線281)

教育相談

- ・いじめ、不登校
- ・学習、進路

問合せ先 いきいき学校経営グループ(内線311・345)

心配ごと相談(弁護士)

問合せ先 社会福祉協議会 ☎52-2002

介護相談(地域包括支援センター職員)

問合せ先 いきいき福祉まるごと相談グループ

☎52-9610

家庭児童相談(家庭児童相談員)

子どもと家庭の悩みごとなど

問合せ先 いきいき福祉まるごと相談グループ

☎52-9872

母子・父子自立支援相談(母子・父子自立支援員)

自立に必要な情報提供・指導・相談など

問合せ先 いきいき介護障がいグループ ☎52-9872

心理相談(臨床心理士)

問合せ先 いきいき健康推進グループ ☎52-9871

障がい相談(相談支援専門員)

問合せ先 ・たかはま障がい者支援センター

☎54-3009

・障がい者支援センター高浜安立

☎57-6679

ひきこもり相談(アウトリーチ支援員)

問合せ先 自立相談支援センターこころん

☎54-5563

※各種相談の対応日時が流動的に変わる可能性があるため、対応日時を掲載していません。各担当窓口へお問い合わせください。

高浜市役所 ☎ 52-1111

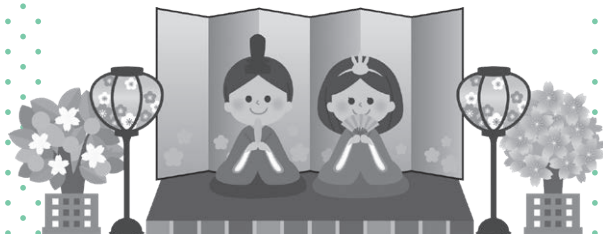
FAX 52-1110

困市役所本庁舎、いきいきいきいき広場

表紙



令和5年12月23日に、港小学校グラウンドにて「岩井俊介投手感謝式」が行われました。岩井投手はピッチングマシンなどの練習器材を小学校時代に在籍した少年野球チーム「ラビットボーイズ」に寄贈しました。ラビットボーイズからは岩井投手に向けて応援メッセージ色紙や花束が贈呈され、岩井投手は「この色紙を選手寮入寮の際に持っていきたい」と語りました。



◎ 3月のカレンダー ◎

9	土	13:30 ざっくばらんなカフェ vol.65(いきいき広場)
16	土	10:00 おもちゃ病院(エコハウス)
19	火	家族そろって食べる日 (食育の日)
		10:00 おもちゃ病院(エコハウス)

○ 人口と世帯数 (令和6年2月1日現在) ○

■人 □/49,196人 (男 25,718人・女 23,478人)
■世帯数/21,410世帯

令和6年4月1日(月)より

いきいき広場 マシンスタジオの営業時間が変わります

4月1日(月)よりいきいき広場の開庁時間の変更や平日夜間の利用状況などをふまえて、マシンスタジオの営業時間を下記のとおり変更します。料金・受付方法などについては、従来どおりです。今後ともぜひ利用してください。

3月31日(日)まで

平日	午前10時～午後9時
土・日曜日、祝日	午前10時～午後5時



4月1日(月)から

平日	午前9時30分～午後7時
土曜日、祝日	午前9時30分～午後5時
日曜日	休館日

問合せ先 **いきいき** 健康推進グループ ☎52-9873
(受付時間：平日 午前8時30分～午後5時15分)

4月から市役所(本庁)・いきいき広場の開庁時間を変更します

本市のマイナンバーカード交付率は、令和6年1月末現在78.5%となり、マイナンバーカードを使用して住民票・印鑑登録証明書・所得証明書などを取得できるコンビニでの証明書交付サービスを行っており、市税の納付もコンビニやスマートフォンで納税することができます。

このように「デジタル行政サービス」が拡大したことから、4月から市役所(本庁)・いきいき広場の開庁時間を下記のとおり変更します。

	市役所(本庁)	いきいき広場(福祉総合窓口)
平日	午前8時30分～午後5時15分	午前8時30分～午後5時15分
土曜日	サービス終了します	サービス終了します

※土・日曜日、祝日の市役所(本庁)・いきいき広場(福祉総合窓口)の開庁業務は行いません。

マイナンバーカードをお持ちであれば最寄りのコンビニで証明書を
取得できるなど便利なサービスを利用できます

- **コンビニで取得できる証明書**
住民票の写し、印鑑登録証明書、住民票記載事項証明書、所得課税証明書
- **利用できる店舗**
セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップなど全国のコンビニ
- **利用できる時間**
午前6時30分～午後11時(12月29日～1月3日およびメンテナンス日は除く)

コンビニやスマートフォンを用いて納税することができます

- **納付できる税金**
市県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税
- **納付の方法**
コンビニ、もしくはスマートフォンで二次元コードやバーコードを読み取ることで24時間いつでも納付できます。
- **納期限を経過した納付書の取扱い**
納期限を経過した納付書では納付できないので、困りごとグループまで連絡してください。

問合せ先 ・ 困りごとグループ ☎52-1111(内線214・215・261・217)
・ 困りごとグループ ☎52-1111(内線240・241・245・247)
・ **いきいき** 地域福祉グループ ☎52-9871

新型コロナワクチン接種を希望の方へ

新型コロナワクチンを無料で接種できる特例臨時接種は、**令和6年3月31日(日)で終了**します。接種を希望の方は、期間内に受けてください。詳しくは下記のホームページを確認してください。



⇐高浜市コロナワクチン情報
市での新型コロナワクチン接種の最新情報を市公式ホームページに随時掲載しています。



⇐コロナワクチンナビ(厚生労働省)
新型コロナワクチンの接種会場の検索や、どうやって接種を受けるかなどの情報を提供しています。

※新型コロナワクチン接種の際には、本人または保護者の意思にもとづいて判断してください。

問合せ先 いきいき 健康推進グループ ☎52-9871

「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(追加分)」のご案内

電力・ガス・食料品などの価格高騰による負担増をふまえ、とくに家計への影響が大きい住民税非課税世帯に対し、「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(追加分)」を支給しています。まだ申請していない方は、期間内に申請してください。

令和5年度の住民税が課税されていないことが把握できた世帯には、給付金の対象と思われるので、市から確認書などを郵送しました。

確認書などが届かなかった世帯(住民税非課税世帯のうち、世帯の中に令和5年1月2日以降に高浜市へ転入した方がいる世帯など)については、申請によって給付金の対象になる場合があります。ただし、住民税が課税されている親族に扶養されている場合は対象外です。詳しくは下記の間合せ先へ相談してください。

支給額 1世帯あたり 7万円

申請期間 令和6年3月29日(金)必着(消印有効)※土・日曜日、祝日を除く。

問合せ先 いきいき 地域福祉グループ 給付金担当 ☎53-5031



4月1日(月)から ダイヤルインを導入します



用件のある部署に直接電話をかけることができるよう、4月1日(月)から市役所およびいきいき広場にダイヤルイン(直通番号)を導入します。現在、導入に向けて準備を進めているので、各部署の番号など詳しくは『広報たかはま』4月1日号にてお知らせします。

◆電話が直接業務担当につながります

電話交換手による取り次ぎがなくなるため、今までよりも待ち時間が短縮されます。用件のある部署がわかっている場合は、ダイヤルインを利用してください。

◆市役所からの着信について

着信時の番号表示および着信履歴が各部署のダイヤルイン番号となります。

◆どの部署に電話をかければよいかわからない場合は

市役所の代表番号(☎52-1111)は引き続き利用できるので、用件のある部署がわからない場合は、代表番号にかけてください。

◆平日の業務時間外および休日・祝日について

閉庁時にダイヤルイン番号へかけた場合は、宿直につながります。

問合せ先 行政グループ ☎52-1111(内線328)

市公式LINEアカウントがリニューアルしました!

受信設定をすることで自分の欲しい情報を受け取ることができ、またカテゴリ別に情報を調べることができるなど、さらに使いやすくなりました。



欲しい情報を選んで受け取る

「子育て」「防災」など、欲しい情報を受け取れるように設定できます。



カテゴリ別に調べる

「広報紙」「ごみ」「子育て」に関する情報をチャット形式で確認できます。

機能のより詳しい
使い方はこちら➔



友だち追加はこちら➔
LINE ID検索
【@takahamacity】



問合せ先 困総合政策グループ ☎52-1111(内線365)

「さわやか秋の市民清掃」

清掃活動にご協力いただきありがとうございました

今年度より、今よりも、きれいで住みやすいまちづくりを実現するために、11月・12月の2か月間を重点月間とし「さわやか秋の市民清掃」を実施しました。

期間中に清掃活動を実施した団体などは以下のとおりです。ご協力ありがとうございました。

参加団体一覧(五十音順)

青木クラブ	碧海町町内会
エヌティーテクノ株式会社	株式会社おとうふ工房いしかわ
カクゴ株式会社	春日町町内会
呉竹町	織友会
神明町・豊田町町内会	特定非営利法人全世代楽習館児童クラブ
高取ファイターズ(少年野球)	高浜軍(少年野球)
高浜市議会 市政クラブ	高浜市総合サービス株式会社
たかはまジュニア陸上クラブ	高浜電工株式会社
高浜フットボールクラブ	高浜まちづくり協議会
翼まちづくり協議会	東海興業株式会社高浜工場・高浜第2工場
トヨタ紡織精工株式会社	日本ペイントオートモーティブコーティングス株式会社
稗田町町内会	二池町町内会
豊生ブレーキ工業株式会社高浜工場	本郷町町内会
向山町町内会	屋敷町町内会
八幡町・新田町町内会	芳川町町内会
吉浜クラブ(少年野球)	吉浜北部保育園
吉浜まちづくり協議会	ラビットボーイズ(少年野球)

そのほか28組以上の団体や個人の方に実施いただきました。

問合せ先 困経済環境グループ ☎52-1111(内線264)

引越しの手続きはお早めに!

問合せ先 困市民窓口グループ ☎52-1111(内線214・218)

3・4月は入学・転勤・就職などで住所異動する方が多く、窓口が混雑します。早めの手続きをお願いします。

- ◆受付窓口 市民窓口グループ(市役所1階)
- ◆受付時間 平日(月～金曜日) 午前8時30分～午後5時15分
(平日の午後5時15分以降および土・日曜日、祝日は手続きできません。)

転入届・転出届・転居届


※異動する本人や同一世帯の家族が届け出ることができない場合は委任状(*2)が必要です。

◆転出の手続きはマイナポータルから!

マイナンバーカードを所有している方は、マイナポータルからオンラインで転出の届けを出すことが可能になりました。このサービスを利用すれば、転出の手続きのために市役所に来場する必要はありません。

※ただし、転入の手続きは市町村窓口のみの取扱いです。詳しくは、デジタル庁ホームページを確認してください。

転出 マイナンバーカード

区分	転入 ほかの市町村から高浜市へ	転出(市役所窓口の場合) 高浜市からほかの市町村へ	転居 高浜市内での引越し
届出期間	高浜市に実際に住み始めた日から14日以内	転出する前 (おおむね2週間前から)	新しい住所地に実際に住み始めた日から14日以内
届出ができる人	<ul style="list-style-type: none"> 異動する本人 転入先の同一世帯の家族 同一世帯以外(委任状が必要) 	<ul style="list-style-type: none"> 異動する本人 異動する本人と同一世帯の家族 同一世帯以外(委任状が必要) 	<ul style="list-style-type: none"> 異動する本人 異動する本人と同一世帯の家族 同一世帯以外(委任状が必要)
持ちもの	<ul style="list-style-type: none"> 転出証明書(前住所地で発行) ※マイナンバーカードを利用して転出を行った場合は不要 マイナンバーカード(所持者のみ) ※カードに新住所を記載します。 本人確認書類(*1) 	<ul style="list-style-type: none"> 本人確認書類(*1) 	<ul style="list-style-type: none"> マイナンバーカード(所持者のみ) ※カードに新住所を記載します。 本人確認書類(*1)

(*1)本人確認書類 ①②のいずれかを持参

- 官公署発行の顔写真付きのもの1点(運転免許証・マイナンバーカード・パスポート・在留カードなど)
- 公的な顔写真なしのもの2点(健康保険証・年金手帳・介護保険証・学生証など)

(*2)委任状

- 異動する本人の直筆であること(同一世帯の家族の場合は不要)
- 「委任状」の書式は右の見本を参考にしてください
 - すべて、異動する本人が書いて(直筆)ください。
 - 右の見本の△△△△△の部分に、委任する要件(転出・転居など)をかみならず書いてください。
 - 異動する本人の本人確認書類の提示が必要です。(健康保険証など)

見本

委任状

代理人 住所 ○○市○○町○番地
氏名 愛知一郎
生年月日 昭和○年○月○日

私は、上記の者を代理人と定め次の権限を委任します。

1. △△△△△に関すること

令和 年 月 日

委任者 住所 高浜市青木町四丁目1番地2
氏名 高浜太郎
生年月日 昭和○年○月○日

- ◆その他
 - 住基カードを持っている方は事前に問い合わせてください。
 - 各種届出にともなう必要なものは、「住所異動にともなうそのほかの手続き」で確認してください。

住所異動にともなう
そのほかの手続き

※住所異動にともなう各種手続きのために通知カードもしくはマイナンバーカードが必要な場合があります。
詳しくは問い合わせてください。

項目	手続きに必要なもの	問合せ先
国民健康保険	<ul style="list-style-type: none"> 国民健康保険被保険者証(転出・転居の場合) 口座番号のわかるものと銀行の届出印(口座振替の場合) ※転出の場合、転出(予定)日で資格がなくなります。 	市民窓口グループ 国民健康保険担当 (市役所1階5番窓口) (内線219・261)
国民年金	<ul style="list-style-type: none"> 基礎年金番号通知書または年金手帳 ※原則届出は不要ですが、手続きが必要な場合があります。 	市民窓口グループ 年金担当 (市役所1階6番窓口) (内線216)
年金受給者	<ul style="list-style-type: none"> 年金証書 ※原則届出は不要ですが、手続きが必要な場合があります。 	
後期高齢者医療	<ul style="list-style-type: none"> 被保険者証 	
子ども医療 母子家庭等医療 障害者医療 精神障害者医療 後期高齢者福祉医療	<ul style="list-style-type: none"> 受給者証(転出・転居の場合) 健康保険被保険者証 ※所得証明書・各種障がい者手帳が必要な場合があります。 	市民窓口グループ 医療担当 (市役所1階4番窓口) (内線217・227)
ごみの収集	届出は不要ですが、窓口でごみの出し方・ごみステーションなどの位置の説明を受けてください。	経済環境グループ (市役所1階7番窓口) (内線264)
飼い犬の登録	犬を飼う方・飼っている方は新しい住所地で登録・異動届をしてください。	
上下水道の 使用開始・中止	上下水道グループに來場、または電話などで手続きをしてください。 ※手続きに必要なものは原則ありません。	上下水道グループ (市役所2階23番窓口) (内線277)
児童手当	必要なもの	転入 転居 転出
	<ul style="list-style-type: none"> 申請者名義の預金通帳または振込先がわかるもの 申請者の健康保険被保険者証の写し(3歳未満の児童を養育する厚生年金加入、または各種共済年金加入の場合) 	○ × × ○ × ×
児童・生徒の異動	<p>【転入・転居】 市民窓口グループで発行された「就学校指定通知書」を指定された学校へ持参してください。 ※学区内での転居は「就学校指定通知書」は発行されません。</p> <p>【転出】 現在通学中の学校に転出することを連絡してください。 ※国外転出入や外国籍の方は、別途手続きが必要な場合があります。</p>	学校経営グループ (いきいき広場3階) (内線345)
園児の異動	<p>【転出・転居】 ・在園児の方は在籍園に連絡してください。 ・認可外保育所や私立幼稚園の利用者で施設等利用給付(保育料の無償化)受給者はこども育成グループに問い合わせてください。</p> <p>【転入】 ・保育園・公立幼稚園の申込みはこども育成グループに問い合わせてください。 ・私立幼稚園の申込みは各園に問い合わせてください。 ・認可外保育所や私立幼稚園の施設等利用給付(保育料の無償化)については、こども育成グループに問い合わせてください。</p>	こども育成グループ (いきいき広場3階) (内線315・316)

項目	手続きに必要なもの			問合せ先	
妊婦・産婦・乳児健康診査 予防接種	<ul style="list-style-type: none"> 母子健康手帳 前住所地発行の妊婦・産婦・乳児健康診査受診票、予防接種予診票(所有している方のみ) ※転入時のみ手続きが必要です。			健康推進グループ (いきいき広場2階) ☎52-9871	
介護保険	必要なもの	転入	転居	転出	
	・介護保険被保険者証	×	○	○	
	・介護保険負担割合証 (介護認定を受けている方)	×	○	○	
	・預金通帳または振込先などがわかるもの	×	×	○	
※前住所地で要介護認定を受けていた転入の方は、「受給資格証明書」を持参してください。					
児童扶養手当 特別児童扶養手当 遺児手当	必要なもの	転入	転居	転出	介護障がいグループ (いきいき広場2階) ☎52-9871
	・印鑑	○	×	×	
	・預金通帳または振込先などがわかるもの	○	×	要確認	
	・所得証明書	要確認	×	×	
	・住宅の契約書	要確認	要確認	×	
※詳しくは問い合わせてください。 (状況により必要なものが異なります。)					
自立支援医療 (更生・育成・精神通院)	必要なもの	転入	転居	転出	
	・印鑑	○	×	×	
	・健康保険被保険者証	○	×	×	
※所得証明が必要な場合があります。 ※転出時は転出先での手続きとなります。					
各種障がい者手当 ※障がい者手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)を所有している方	必要なもの	転入	転居	転出	
	・印鑑	○	×	×	
	・預金通帳または振込先などがわかるもの	○	×	要確認	
	・各種障がい者手帳	○	○	×	
※所得証明が必要な場合があります。 ※転出時は転出先での手続きとなります。(扶助料受給中の方は喪失手続きが必要です。)					

町内会の入会・退会

各町内会の理事または班長、もしくは困総合政策グループ(市役所2階29番窓口)に問い合わせてください。
☎52-1111(内線339)

国民年金

～こんなときは
かならず届出を～



国民年金は、20～60歳の日本に住むすべての方が加入する制度です。
厚生年金に加入している方が会社などを退職したときは、手続きが必要になります。
届出が遅れると、将来、年金を受給できない場合があります。忘れずに届出をしましょう。

◆国民年金の加入者は3種類

- 第1号被保険者…20歳以上60歳未満の自営業者・農業者とその家族、学生、無職の方など、第2号被保険者、第3号被保険者でない方
- 第2号被保険者…民間会社や公務員など、厚生年金に加入している方
- 第3号被保険者…厚生年金に加入している第2号被保険者に扶養されている、20歳以上60歳未満の配偶者(年収が130万未満)の方

◆手続きが必要な場合

どんなとき	どうする	届出先
民間会社などを退職したとき	<ul style="list-style-type: none"> ・第1号被保険者への加入手続き ・扶養されている配偶者は、第3号被保険者から第1号被保険者への変更手続き 	☎市民窓口グループ
結婚や退職などで配偶者の扶養になったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・第3号被保険者への変更手続き 	配偶者の勤務先
配偶者の扶養からはずれたとき	<ul style="list-style-type: none"> ・第3号被保険者から第1号被保険者への変更手続き 	☎市民窓口グループ
基礎年金番号通知書または年金手帳をなくしたとき	<ul style="list-style-type: none"> ・再交付の手続き 	<ul style="list-style-type: none"> ・第1号被保険者 ☎市民窓口グループ ・第3号被保険者 配偶者の勤務先
口座振替を開始・変更するとき	<ul style="list-style-type: none"> ・口座振替納付(変更)申出書の提出 	口座のある金融機関
納付書を紛失したとき	<ul style="list-style-type: none"> ・納付書再発行の手続き 	刈谷年金事務所
保険料を納めることが困難なとき	<ul style="list-style-type: none"> ・保険料免除の手続き 	☎市民窓口グループ
学生で保険料を納めることが困難なとき	<ul style="list-style-type: none"> ・学生納付特例の手続き 	☎市民窓口グループ
50歳未満で保険料を納めることが困難なとき	<ul style="list-style-type: none"> ・納付猶予の手続き 	☎市民窓口グループ
65歳になったとき	<ul style="list-style-type: none"> ・老齢基礎年金の請求 	☎市民窓口グループ (第1号被保険者の期間のみ加入の方)

※このほかにも手続きが必要な場合があります。詳しくは問い合わせてください。

問合せ先 ・ ☎市民窓口グループ ☎52-1111(内線216)
 ・ 刈谷年金事務所 国民年金課 ☎21-2110

ストップ フレイル! 社会参加

フレイルとは、健康と介護の間の状態で、ちょっとした感染症や怪我などから回復する力が低下した「**弱っている状態**」のことです。

「よく噛んで、色々な食品を食べる」「適度な運動をする」「人との交流をする」の3つに取り組むことで、自身の持つよい健康状態に維持・改善できます。大切なことは、**早く気づき、対策をとること**です。

フレイル対策は
三つの柱が大切



「人とのつながり」は、フレイル予防効果大!

「運動習慣」のみある方よりも、運動習慣はないが「趣味活動」や「ボランティアなどの地域活動」がある方は、フレイルリスクが低くなることが研究より明らかになっています。

運動とあわせて取り組むことで効果が上がるので、**栄養、運動、社会参加**のすべてに取り組みましょう。

【「社会参加」による効果】

- 心身の活動量増加
- 良好な関係は前向きな感情を高める
- 食欲増進(会食では品数も増加しやすい)
- 健康行動を自然ととるようになる
- 認知症予防 など



【高浜市の現状】

令和4年度75歳以上の健診時のアンケート結果

あと少しで
県平均を超える!

項目	高浜市割合	県平均
週に1回以上は外出している方の割合	87.8%	90.5%
普段から家族や友人と付き合いがある方の割合	93.7%	93.8%

社会参加の目安

1日1回は外出をしよう



週に1回は
家族以外の友人や知人と交流しよう



月に1回は、
楽しさとやりがいのある活動に
参加しよう

【状態に合わせた社会参加を】

社会参加には段階があり、**就労 → ボランティア → 趣味活動 → 近所付き合い・友人知人との交流 → デイサービス** で、身体機能に応じて付き合いの幅が変化していきます。しかし、この変化の移行がうまくいかないと「社会的フレイル」になりやすいことがわかっています。元気なうちから自宅近くに活動場所を多く持つことは、移動範囲が狭くても楽しみを持てる環境づくりになるので、近所にある「あなたの宝探し」を試してみてください。

【楽しい、嬉しい、やりがいは健康の源】

あわないことを無理につづけると、過度なストレスがかかります。「楽しい」や「やりがい」を大切に、自分にあった活動を探してみてください。

健康相談ができる「通いの場」の紹介

シルバー人材センター2階会議室
毎月第2木曜日 10:00~11:45

おいでん茶屋

お茶を飲みながら
楽しくお話し
しましょう！

お友達を誘って
気軽に遊びに来てね！

お一人でも大歓迎！！

高浜市内在住
60歳以上の方
参加費無料 予約不要



(公社)高浜市シルバー人材センター
おいでん スマイルフラワース主催(女性委員会)

【おいでん茶屋/保健師相談】

と き:おいでん茶屋 開催時

と ころ:シルバー人材センター
2階 会議室

内 容:保健師による気軽な健康・介護相談が
できます。

予 約:不要

実 施: ㈲市民窓口グループ 保健師

今月の運動紹介 (バランスカアツプ)

長く歩くためには、「全身の筋力」「バランス力」「姿勢を崩さず歩き続ける持久力」が必要です。
今月はバランス力。バランス力がつくことで、移動時のブレが減り疲れにくくなったり、転倒を予防したりすることができます。

バランスエクササイズ1

①



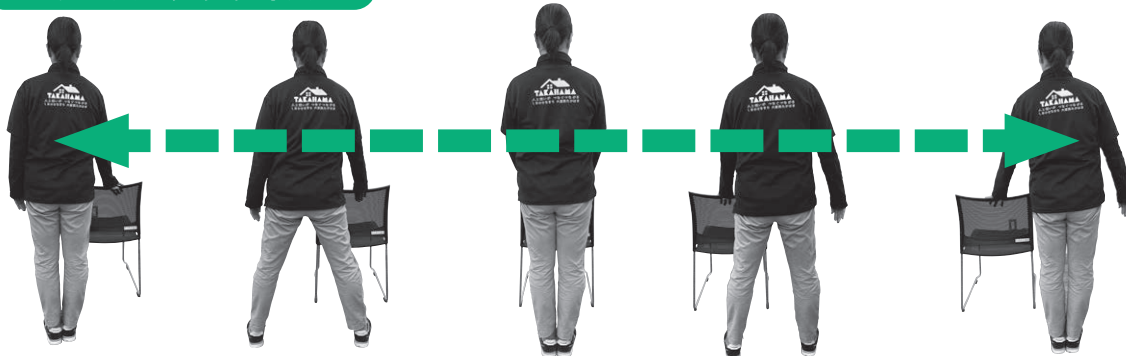
椅子に浅く座り、両腕を地面と水平になるように横に開き、足を床から少し浮かせます。

②



①の状態から、右側にゆっくり体を傾け、両腕と足の高さが維持できるように5秒程度踏ん張ります。続いて反対側も行います。(目安は往復5回)

バランスエクササイズ2



- ①椅子の背もたれなどを両手で持ち立つ
- ②左手で椅子を持ったまま右足を横に開き、次に左足を右足に揃える
- ③左足を中心に戻し、右足を左足に揃え、①の姿勢に戻る
- ④左方向も同様に行い、左右交互にステップを繰り返す(目安は往復10~30回程度)

問合せ先 ㈲市民窓口グループ ☎52-1111(内線219)

ひとりで悩まずに、相談してみませんか

～3月は自殺対策強化月間です～

自殺は経済・生活・仕事・健康問題などのさまざまな要因によりおこるといわれています。最近、心や身体の疲れを感じていませんか。心身の疲れの回復には、休養をとることが大切です。また、不安や心配なことを安心できるだれかに話してみましょう。

「こころの体温計」でストレス度や落ち込み度を簡単にチェック!

「こころの体温計」は、パソコンや携帯電話から気軽に心の状態をセルフチェックできるシステムです。こころの健康維持に役立ててください。利用は無料ですが、通信料金は自己負担になります。



(▲こころの体温計)

◆いきいき広場こころの相談窓口

なんでも健康相談

☎52-9871

平日 午前8時30分～午後5時

土曜日 午前8時30分～午後5時

臨床心理士による相談(要予約)

大事な人の不安や心配なことを聞くときのために、「ゲートキーパー研修」に参加しませんか?

ゲートキーパーとは、身近な人のこころの危機に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。市では、ゲートキーパー研修の参加者を募集しています。興味のある方は [いきいき](#) 健康推進グループにお問い合わせください。

問合せ先 [いきいき](#) 健康推進グループ ☎52-9871

1月24日文化財防火デー 消防訓練を実施

昭和24年1月26日、法隆寺の金堂壁画が焼損したことから、昭和30年にこの日が「文化財防火デー」と定められました。文化財を火災・震災などの災害から守るため、この日を中心に、毎年全国的に文化財防火運動が実施されています。

市でも、寿覚寺(屋敷町二丁目)において、消防署の指導のもと、お寺の関係者や文化財保護委員が消防訓練を実施しました。今後も文化財愛護のより一層の高揚と、防災意識の啓発を図っていきます。



問合せ先 [いきいき](#) 文化スポーツグループ ☎52-1111(内線330)

春の火災予防運動のお知らせ

3月1日(金)～7日(木)に、「令和6年春季全国火災予防運動」が全国各地で実施されます。この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図ることで、火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的として、毎年この時期に実施しているものです。

令和5年度全国統一防火標語

『火を消して 不安を消して つなぐ未来』



動画はこちら
総務省消防庁 (YouTube)

住宅防火 いのちを守る 10のポイント -4つの習慣・6つの対策-

4つの習慣

- 寝たばこは絶対にしない、させない。
- ストープの周りに燃えやすいものを置かない。
- コンロを使うときは火のそばを離れない。
- 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

- ストープやコンロなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- 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。
- 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。
- 消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- お年寄りや身体の不自由な方は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- 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。

住宅火災を知らせる警報器!取替え時期は?

- 住宅用火災警報器の電池の寿命の目安は約10年!定期的な作動確認を!

住宅用火災警報器は、一般的には電池で動いています。火災を感知するために常に作動しており、その電池の寿命の目安は約10年とされています。

住宅用火災警報器が適切に機能するためには維持管理が重要です。「いざ」というときに住宅用火災警報器が適切に作動するよう、火災予防運動の時期などに、定期的に作動確認を行い、適切に交換を行うよう習慣づけましょう。

住宅用火災警報器の維持管理について

定期的な作動確認

点検ボタンを押すか点検口もをひっぱり、定期的(※1)に作動確認をしましょう。

作動確認をしても警報器に反応がなければ、本体の故障か電池切れです。(※2)警報器の本体または電池を交換しましょう。



定期的な作動確認

古くなったら交換

火災警報以外の警報が鳴った場合

本体の故障か電池切れです。(※2)警報器本体を交換しましょう。



古くなったら交換

- ※1 住宅用火災警報器の電池の寿命の目安は約10年とされています。警報器の作動確認は、春秋の火災予防運動の時期に行うなど、定期的に行ってください。
- ※2 故障か電池切れかわからないときは、取扱説明書を確認するか、メーカーに問い合わせてください。なお、電池切れと判明した警報器が設置から10年以上経過している場合は、本体内部の電子部品が劣化して火災を感知しなくなることが考えられるため、本体の交換を推奨しています。

問合せ先 衣浦東部広域連合消防局予防課 ☎63-0136

衣浦東部広域連合消防局救命講習会(令和6年3月開催分)

会場	碧南消防署	刈谷消防署	安城消防署
講習会名	普及員講習再講習 応急手当普及員の資格を有する方が、前回の講習受講日から3年以内に再度更新するための講習。	普通救命講習I 心肺蘇生法(気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫)、AEDの使用法、止血法などを行います。	普通救命講習II 小児・乳児・新生児の心肺蘇生法、ひきつけ、のどに異物が詰まったときの処置などを行います。
開催日	3月17日(日)		3月16日(土)
開催時間	午前9時～正午		
定員・費用	先着20人・無料		
募集開始	3月5日(火) 午前9時～		
申込み先	☎41-2625 救急係	☎23-1299 救急係	☎75-2494 救急係
対象者	碧南市、刈谷市、安城市、知立市および高浜市在住、在勤、在学の方でいずれの会場でも受講できます。		
備考	<ul style="list-style-type: none"> ● 講習時間は、受講者数および講習の進捗度などにより短縮する場合があります。 ● 救命講習会を団体で受講する方は、最寄りの消防署へ問い合わせてください。 ● 講習内容は、新型コロナウイルス感染症の流行をふまえた心肺蘇生法となります。 ● 詳しくは、各講習会の申込み先へ問い合わせてください。※出勤などにより、電話が繋がりにくい場合があります。 ● ホームページ https://www.kinutoh.jp 		



2023カワラッキー賞【中学生部門】

～ベストカワラッキー賞～のレシピ紹介

市内のこどもの食育活動を推進するため、「いただきます～ありがとう～」をテーマに、食育の取組み「カワラッキー賞」を募集し、中学生部門「わが家のおすすめ料理」でベストカワラッキー賞に輝いた作品を給食用にアレンジしたレシピを紹介します。1月に高浜中学校と南中学校の給食として提供されました。家庭でも試してみてください。

うの花の炊き込みご飯

受賞者 高浜中学校3年 川本 早々良さん

【材料(4人分)】

おから 200g	A	だし汁 2カップ
ねぎ(小口切り) 1本		砂糖 大さじ3
人参(細切り) 1/2本		醤油 大さじ3
椎茸(薄切り) 6枚		塩 小さじ1/3
ごぼう(ささがき) 1/3本	B	みりん 大さじ2
鶏もも肉(1cm角) 300g		醤油 大さじ2
米 2合		水 360ml

【作り方】

- ①フライパンに油をひいて熱し、ねぎ、人参、椎茸、ごぼうを炒め、おからを加えてなじむまで混ぜる。
- ②①にAを加え、汁気がなくなるまで炒り煮にする。
- ③鶏肉にBを加え10分おく。
- ④炊飯器に米と水を入れ、②のうの花1/4と③を汁ごと入れて炊く。



←1月30日に高浜中学校にて提供された給食

梅のさっぱり生姜焼き

受賞者 南中学校2年 石川 敬祐さん

【材料(4人分)】

豚肉 400g	A	酒 50ml、
きざみ生姜 適量		塩こうじ 大さじ2
ピーマン 3個		梅干し 4個
玉ねぎ 1/2個	B	醤油、酒 各100ml
なす 2本		みりん 50ml
		砂糖 大さじ3
		酢 大さじ1～2
		サラダ油 適量
		塩、こしょう 適量

【作り方】

- ①豚肉をAにつける。
- ②梅干しはペースト状に刻み、Bと合わせる。
- ③①をきざみ生姜といっしょに焼く。
- ④ピーマン、玉ねぎ、なすを食べやすい大きさに切り、別のフライパンで炒め、軽く塩、こしょうをふる。
- ⑤③と④に火が通ったら1つに合わせ、②で味をつける。



←1月31日に南中学校にて提供された給食

問合せ先 [いきいき](#) 子育てグループ ☎52-1111(内線316)

巳午4口41会ゴルフ部有志が子ども食堂支援基金に寄附

巳午4口41会(みうまよろしいかい)ゴルフ部有志の竹内一仁さん、稲生将宏さん、神谷久己さん、神谷英紀さん、神谷正博さん、神谷元嗣さん、神谷環光さん、金島鐘光さん、川口秀仁さん、杉浦豊紀さんより、子ども食堂支援基金に寄附をいただきました。

子ども食堂支援基金では、おもに子ども食堂の運営に貢献している各種団体などへの奨励金の交付などを行っています。



問合せ先 [いきいき](#) 地域福祉グループ ☎52-9871

かわら美術館・図書館からのお知らせ

定例おはなし会

としょぴあで絵本や紙芝居のおはなし会を行っています。申込不要です。

ところ としょぴあ こどもと暮らしの本コーナー
(いきいき広場3階)

●カターネのおはなし会

とき 毎週月曜日 午前10時30分～11時
3月21日(木) 午後3時～3時30分
3月23日(土) 午前10時30分～11時

●こっぺのおはなし会

とき 3月12日(火) 午後4時～4時30分

●としょぴあのおはなし会「よむよむ」

とき 3月9日(土) 午前10時30分～11時

●赤ちゃんおはなし会「あんよ☆あんよ」【要予約】

とき 3月18日(月) 午前10時30分～11時

ところ 高取ふれあいプラザ2階 和室

対象 0～3歳児と保護者 4組(先着順)

申込・問合せ先 3月1日(金) 午前9時～

としょぴあ ☎55-7532

※カウンターでも受け付けます。

【本館】午前10時～午後5時

※ライブラリーは午後6時まで ※月・火曜日休館

【としょぴあ】 いきいき広場内

午前9時～午後8時

※土・日曜日および祝日は午後5時まで



読み聞かせボランティア入門講座 はじめよう!絵本の読み聞かせ

読み聞かせの基本から、年齢別のおすすめの本も紹介します。

とき 3月7日(木)
午前10時30分～11時30分

講師 藤村純子氏(豊田中央図書館)

ところ いきいき広場3階 多目的ホール

対象 一般

定員 20人 ※先着順

参加費 無料

申込み 3月2日(土) 午前10時～

本館・としょぴあカウンター、または電話、ファクスにて申込み

・本館 ☎52-0240

・としょぴあ ☎55-7532

展覧会にあわせて
もよおしいろいろ
楽しい体験があなたを
待ってます!

4月13日(土)より、漫画家・画家・著述家であるヤマザキマリさんの作品を紹介する展覧会「ヤマザキマリの世界展」を開催予定です。講演会やワークショップなどを企画しています。下記二次元コードより最新情報を確認してください。

おたのしみに。



展覧会にあわせ、展示への関心を高めたり、展示に関するさまざまなことから注目するきっかけとなるような企画を行っています。図書や地元の要素を盛り込むことにも注力しています。



←鬼師(鬼瓦職人)を講師に招いた、いぶし瓦のシャチホコづくり。
(「浮世絵師の見た葛」)



↑生演奏のお囃子による、「瓦」が登場する上方落語などの上演。



↑縁起物で飾られた、やきものの鏡もちづくり。
(「浮世絵師・歌川一門の判じ物」)



←銅版画家を講師に招いた、本の持ち主を表す“蔵書票”づくり。星をモチーフにした、こだわりに溢れたすてきな作品がたくさん生まれた。(「KAGAYA 星空の世界展」)

かわら美術館・図書館 【展覧会・貸室について】☎52-3366 【図書について】☎52-0240



【子どもの定期予防接種】

予 防 接 種 の 一 覧	BCG、4種混合（百日せき・ジフテリア・破傷風・不活化ポリオ）、MR（麻しん・風しん混合）、DT（ジフテリア・破傷風混合）、日本脳炎、ヒブ（インフルエンザ菌b型）、小児肺炎球菌、水痘、B型肝炎、ロタ、HPV※ ※積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの方は、令和7年3月31日（月）まで接種の機会を提供します。		
対 象 者	高浜市に住み登録があり、定期予防接種の対象年齢にある方		
接 種 場 所	実施医療機関（詳しくは、予防接種手帳、ホームページなどで確認してください。）		
持 ち 物	母子健康手帳、接種する予診票、健康保険証、子ども医療費受給者証 ※母子健康手帳はかならず持参してください。		
接 種 期 間	通年		
そ の 他	<p>実施医療機関に問い合わせせて接種してください。転入した方は、母子健康手帳を持って、いきいき広場へ来場してください。</p> <p><予防接種の広域化について> かかりつけ医が市外にある場合など、定期予防接種を県内の医療機関で受けることができます。市公式ホームページから申請できるので確認してください。</p> <p>刈谷市・知立市の医療機関で予防接種を受ける場合は、広域予防接種連絡票発行の手続きは必要ありません。</p> <p><異なるワクチンの接種間隔について> 新型コロナウイルスとの接種間隔は、前後13日以上の間隔をあけて接種します。 また、新型コロナウイルスと同時に接種することはできません。 注射生ワクチンどうしを接種する場合は、接種後27日以上の間隔をあけて接種します。 そのほかの異なるワクチンどうしを接種する場合は接種間隔に制限はありません。</p> <p><子宮頸がん予防ワクチン9価HPVワクチン（シルガード9）について> 令和5年4月1日より、9価HPVワクチン（シルガード9）を公費で接種できるようになりました。 対象者 ・定期接種：小学校6年生～高校1年生相当年齢の女子 ・キャッチアップ接種：平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性 （接種期間：令和7年3月31日（月）まで） 詳しくは、市公式ホームページ健康推進グループのページを確認してください。</p>		



市公式
ホームページ



市公式ホームページ
（子宮頸がん予防ワクチン）

**予防接種を
遅らせることなく
接種しましょう。**

- 予防接種は、感染症にかかりやすい年齢などをもとに接種時期が決まっています。とくに、生後2か月から予防接種を受け始めることは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに、赤ちゃんがかかりやすい感染症から赤ちゃんを守るために、とても大切です。
 - 受診の前には、体温を測定するなど、体調に問題がないことを確認してください（※）。家に帰ったら、赤ちゃん、保護者とも、手洗いなどの感染対策をしっかりしましょう。
- ※体調が悪いときは、予防接種や乳幼児健診を控え、元気になったらあらためて予定を立てましょう。

【衣浦東部保健所行事】

問合せ先 衣浦東部保健所 ☎21-4778

会場：衣浦東部保健所

種 別	日 程	実施時間	内 容	備 考
栄 養 相 談	13日(水)	9:00～11:30	糖尿病・脂質異常症・肥満など複数の疾患のある方へ、栄養・食生活相談を行います。	※要予約 ☎21-9338
こころの健康 医 師 相 談	22日(金)	14:00～16:00	精神科医師によるこころの健康相談を行います。	※要予約 ☎21-9337
骨 髄 バンク ド ナ ー 登 録	毎週火曜日 (26日を除く)	9:00～11:00	ドナー登録 【登録できる方】18～54歳の健康な方	※要予約 ☎21-4797
夜 間 エ イ ズ・ 梅 毒 検 査	4日(月) 18日(月)	18:00～19:00	匿名で検査ができます。	予約不要
エ イ ズ・ 梅 毒 検 査	毎週火曜日 (26日を除く)	9:00～11:00	匿名で検査ができます。証明書が必要な場合は有料です。	
肝 炎 検 査			B・C型肝炎検査結果成績書を必要とされる方の検査はできません。	

3月・4月の 休日等在宅当番医



☆高浜市医師会

<診 療 日>日曜日および祝日
<診療時間>9:00～12:00、13:30～17:00

月日	医院名	町	☎
3月 3日	寺尾内科小児科	小池	53-0073
10日	岩井内科クリニック	二池	54-1019
17日	辻こどもクリニック	神明	52-9990
20日	高浜愛レディースクリニック	湯山	54-5161
24日	つばさクリニック	神明	54-5283
31日	きぬうら整形外科泌尿器科	神明	54-5255
4月 7日	中沢内科クリニック	沢渡	54-0606
14日	ひさだ眼科	沢渡	52-8146
21日	磯貝医院	青木	53-0013
28日	たねむら耳鼻咽喉科	神明	54-3434
29日	おかべ歯科眼科クリニック	向山	52-7775

☆高浜市歯科医師会

<診 療 日>日曜日
<診療時間>9:00～12:00

月日	医院名	町	☎
3月 3日	杉浦歯科医院	呉竹	52-5000
10日	グリーン歯科	屋敷	53-1515
17日	いづかファミリー歯科	神明	95-0303
24日	しずま歯科クリニック	沢渡	91-8838
31日	神谷デンタルクリニック	本郷	95-6666
4月 7日	森歯科医院	青木	52-0888
14日	稲垣歯科医院	稗田	52-5611
21日	森田歯科医院	沢渡	52-2336
28日	港デンタルクリニック	二池	52-6666

都合により変更する場合がありますので、確認のうえ受診してください。
診療時間外に、急病などで受診が必要なときは、**救急医療情報センター**（☎36-1133・ホームページ <http://www.qq.pref.aichi.jp/>）に問い合わせてください。

令和6年 3月の保健ガイド



かみへ つむぎ
神谷 紬葵ちゃん



しづま けいと
杉浦 啓仁ちゃん

問合せ・相談は

いきいき健康推進グループ ☎52-9871

年間スケジュールは市公式ホームページに掲載しています。

各健診の受付時間はかならず守ってください。受付時間を過ぎた場合は、次回の健診の受診となります。

お知らせ

- ・駐車場は三河高浜駅西立体駐車場を利用してください。駐車券をお渡します。
- ・午前の事業は午前8時30分の時点、午後の事業は午前11時の時点で、警報が発令されている場合、中止とします。
- ・中止の決定後は警報が解除されてもその日の事業は中止いたします。

【乳幼児・妊婦】 ★印については、個別通知をします。

会場：いきいき広場

種別	日程	受付時間	対象	持ち物	備考
4か月児健診	15日(金)	対象者に通知	★令和5年11月生まれ	・母子健康手帳 ・健診アンケート ・バスタオル	※授乳を済ませてきてください。
1歳6か月児健診 フッ化物歯面塗布	27日(水)		★令和4年8月生まれ	・母子健康手帳 ・健診アンケート	※歯みがきを済ませてきてください。
2歳児歯科健診 フッ化物歯面塗布	1日(金)		★令和4年2月生まれ	・歯ブラシ2本 (1本は新しいもの)	※フッ化物歯面塗布は、希望児のみ実施(料金300円)
3歳児健診	6日(水)		★令和3年2月生まれ	・母子健康手帳 ・健診アンケート	※歯みがきを済ませてきてください。
5歳児健診	13日(水)	対象者に通知		・母子健康手帳 ・健診アンケート	
ちびっこ相談	25日(月)	9:30~要予約	0歳~就学前のお子さん とその家族	・母子健康手帳 ・バスタオル ・歯科相談は歯ブラシ	母子手帳アプリ(母子モ)から予約してください。 ※母子モから予約できない場合は、健康推進グループへ問い合わせてください。
発達相談 言語相談	要予約		就学前のお子さんとその家族	・母子健康手帳	希望する方は健康推進グループへ問い合わせてください。
ママプチさろん	21日(木)	9:45~10:00 要予約	妊娠中の方	・母子健康手帳	母子手帳アプリ(母子モ)から予約してください。 ※母子モから予約できない場合は、健康推進グループへ問い合わせてください。
パパママ教室	9日(土)	要予約	パパ・ママになる方	・母子健康手帳 ・筆記用具	
パパさろん	9日(土)	要予約	これからパパになる方、1歳未満のお子さんとそのパパ		
こんにちわ! あかちゃん訪問	随時	随時	生後4か月未満の赤ちゃんのいるすべての家庭(里帰り出産者も可)	・母子健康手帳 ・タオル	留守番電話に伝言が残っていた方、里帰り中で市内に不在の方は連絡してください。
母子健康手帳交付	要予約		妊娠した方とその家族 ※妊娠に気づいたら早めに医療機関を受診しましょう。	・妊娠届出書 ・振込先のわかるもの ・外国籍の方は在留カード(外国人登録証明書)など ・妊婦のマイナンバーカードまたは妊婦の通知カードと写真入り身分証明書	母子手帳アプリ(母子モ)から予約してください。 ※母子モから予約できない場合は、健康推進グループへ問い合わせてください。 ※できるだけ妊娠11週までに届出をしましょう。 ※所要時間は1時間程度です。

【成人】

会場：いきいき広場

種別	日程	実施時間	内容	備考
栄養相談	19日(火)	要予約	糖尿病・高血圧・骨粗しょう症などの予防を目的とした、管理栄養士による食生活や栄養面に関する相談(1人30分程度)	※健康推進グループへ電話予約

高浜シティマラソンの結果

1月28日、高浜中学校をスタート・ゴールとして、高浜のまちを1,004人のランナーが駆け抜けました。交通規制への協力をいただき、無事にレースを終えることができました。ありがとうございました。各部門の記録(3位まで)は次のとおりです。

●5kmの部

⑥一般男子50歳以上

優勝	金田 芳輝	18分23秒
2位	土射津 勝也	
3位	浅井 慎哉	

⑦一般男子30～49歳

優勝	前田 尚人	16分17秒
2位	楠本 和典	
3位	池田 和彦	

⑧一般男子高校生～29歳

優勝	江尻 勇貴	17分21秒
2位	蓑田 隆幸	
3位	田中 皓貴	

⑨中学生男子

優勝	浅井 遥陽	16分55秒
2位	中川 琉汰	
3位	谷 健太郎	

⑩一般女子30歳以上

優勝	宮地 麻美	22分43秒
2位	西澤 陽子	
3位	丹羽 幸子	

⑪一般女子高校生～29歳

優勝	城川 美佳	18分41秒
2位	平野 真緒	
3位	伊藤 紅葉	

⑫中学生女子

優勝	我妻 雪華	19分34秒
2位	野嶋 美晴	

●1.5kmの部

⑰小学生男子・女子1・2年生

優勝	早川 湊登	6分13秒
2位	浮田 紗和	
3位	八坂 大輔	

●10kmの部

①一般男子50歳以上

優勝	福井 隆光	36分12秒
2位	高木 康次	
3位	永田 光男	

②一般男子30～49歳

優勝	岡田 貴人	32分37秒
2位	石田 和也	
3位	高岸 修司	

③一般男子中学生～29歳

優勝	宇都木 秀太	32分09秒
2位	木下 達志	
3位	岩田 幸樹	

④一般女子30歳以上

優勝	吉田 早織	42分34秒
2位	工藤 恵美	
3位	杉江 聖子	

⑤一般女子中学生～29歳

今年度参加者なし

●3kmの部

⑬小学生男子5・6年生

優勝	青山 正幸	10分30秒
2位	内藤 陽向	
3位	岩月 旺佑	

⑭小学生男子4年生以下

優勝	上村 爽斗	11分04秒
2位	高橋 陽喜	
3位	佐藤 悠月	

⑮小学生女子5・6年生

優勝	上村 柚貴	10分15秒
2位	戸知 谷綺	
3位	岡田 映月	

⑯小学生女子4年生以下

優勝	酒井 香音	11分25秒
2位	楠本 琴音	
3位	松下 莉乃	



**ご協賛いただき
ありがとうございました** (順不同・敬称略)

▼高浜市交通安全協会▼愛知県陶器瓦工業組合▼愛知県理容生活衛生同業組合高浜支部▼(株)青木堂▼イビデン(株)衣浦事業場▼岩月製菓(株)▼(株)エザカ▼エヌティーテクノ(株)▼エヌティーツール(株)▼エヌティーエンジニアリング(株)▼エヌティー精密(株)▼(株)エムエムシー保険サービス岡崎営業所▼(有)オートプラザ神谷▼大塚製菓(株)▼おかべ歯科・眼科クリニック▼奥野工業(株)▼(株)おとうふ工房いしかわ▼税理士法人 笠松・植松&パートナーズ▼春日神社・八剣社▼(有)キング堂印刷▼クロダイト工業(株)▼(株)三映商会▼(株)三琇プレジジョン▼(株)三琇ファインツール▼JAあいち中央▼(株)ジェイテクト田戸岬工場▼(株)シンカ▼(株)シンダイ▼シンワ観光ツーリスト(株)▼(株)スギヤス▼(株)鈴和建设▼スーパー銭湯レッツ高浜▼(株)スポーツマネージメント▼スミヤ精機(株)▼セーコー堂▼センチュリー21ナイトス▼創嘉瓦工業(株)▼高浜金融懇話会▼高浜市商工会▼高浜ライオンズクラブ▼高浜ロータリークラブ▼高浜工業(株)▼高浜電工(株)▼(株)武山精密▼(株)忠ベエ自動車▼(株)チョッパー▼都築建設工業(株)▼つばさクリニック▼(株)ティ・エス・シー▼(株)デンソープレステック▼東海興業(株)▼東光工業(株)▼(株)豊田自動織機トヨタ&Fカンパニー▼トヨタ紡織精工(株)▼NTP名古屋トヨペット(株)NTPマリーナ高浜▼日本ペイント・オートモーティブコーティングス(株)▼(株)ハウスジャパン▼橋本電機工業(株)▼長谷川体育施設(株)中部支店▼(株)ひさご▼ひさだ眼科▼(株)フコク愛知工場▼藤浦園芸(株)▼(株)不二商会▼ポートルースチケットショップ高浜(株)碧海総合研究所▼誠不動産▼マルア▼(株)丸市▼三河ベイフットボールクラブ(株)▼ミズノ(株)名古屋支社▼(株)ミツバ化学▼みやび会館▼(株)屋根技術研究所▼吉浜人形

**大会運営にご協力
ありがとうございました** (順不同・敬称略)

▼碧南警察署▼高浜市交通安全協会▼高浜市交通安全指導員会▼(株)豊田自動織機トヨタ&Fカンパニー職制会▼エヌティーテクノ(株)▼東光工業(株)▼医療法人豊田会高浜豊田病院▼明治安田生命保険相互会社▼三河ベイフットボールクラブ(株)▼高浜市スポーツ協会(軟式野球連盟、ソフトボール連盟、弓道協会、剣道連盟、サッカー協会、グラウンドゴルフ協会、硬式庭球協会、バレーボール連盟、バドミントン協会、卓球協会、空手道連盟、陸上競技連盟、柔道会)▼高浜ボートクラブ▼高浜市スポーツ推進委員会▼高浜市観光協会▼高浜青年会議所▼愛知県立高浜高等学校生徒ボランティア



問合せ先 ・高浜シティマラソン実行委員会事務局 (NPO法人たかはまスポーツクラブ内) ☎52-3415
 ・いきいき文化スポーツグループ ☎52-1111(内線330)

スポーツ 大好き仲間を 募集します!!!

市内では、子どもから大人まで、さまざまな方を対象としたスポーツ活動が、活発に行われています。

新年度のスタートに合わせ、気分を新たに体を動かしてみませんか。

※新型コロナウイルス感染症感染対策にともない日時などの変更がある場合は各団体より周知します。

種目	団体名	練習日時	練習場所	対象	会費	問合せ先	申込方法	その他
バドミントン	バドミントン協会	各クラブ週1回程度	市内体育館 ほか	—	500円程度 (1回)	長尾潤 ☎090-1289-4725	電話連絡 (各クラブ紹介)	5団体有
空手道	日本空手 松涛連盟	日 18時～21時	南中学校 体育館	5歳以上	2,000円/月 ※保険料含む	高須賢造 ☎53-5669	練習会場 にて直接	体験期間 3か月間あり
		水 18時～21時	南中学校 体育館					
		土 14時～16時	武道館					
	和道会	日 10時～12時	武道館		1,000円/月	坂野修 ☎090-4229-5954		
水 19時～21時								
剣道	剣道連盟	小学生 火・金 19時～20時 土 18時30分～ 20時30分	火・金 武道館 土 武道館 (メインアリーナ)	小・中学生	6,000円/年	井出晴昭 ☎53-7638	練習会場 にて直接 3/23(土) 以降	高校生以上 の方で興味 のある方 は一度問 い合わせ てください。
		中学生 火・金・土 20時～21時						
弓道 (教室)	弓道協会	令和6年4月6日～ 7月20日 毎週土曜日 10時～12時	碧南市港湾 スポーツ センター弓道場	中学生以上 経験問わず	4,000円 (スポーツ傷 害保険含む)	内藤和史 ☎080-2104-1534	電話また は会場	全16回
バレーボール (9人制)	高取	土 19時～21時	翼小学校	15歳以上の 女性 ※中学生 不可	10,000円/年	深谷加代 ☎52-2174	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接	
	高浜	土 19時～21時	翼小学校		200円/回	谷内理香 ☎27-1775		
硬式庭球	硬式庭球協会	土・日 13時～17時	コパン高浜 テニスコート	中学生以上で 初級者 以上の方	年会費 1,000円 月会費 1,700円 (ただし、3か月分 一括払い)	高浜硬式庭球協会HP 問い合わせ www.takahama- tennis.com/	練習会場 にて直接	初・中級者向 の練習会 も実施 しています。
グラウンド ゴルフ	グラウンド ゴルフ協会	水・土 8時30分～ 5月～10月 9時～ 11月～4月	吉久伝公園 翼小学校 碧海グラウンド 五反田第2グラウンド	—	2,500円/年	深谷清博 ☎53-4907 加藤タカエ ☎52-6087	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接	クラブ、ボール は個人で購入
卓球	たかはまSC	火 18時45分～ 21時	高取小学校 ほか	小・中学生 ※土曜日 を含む週2回 参加でき る方(幼児 要相談)	2,000円/月	神谷達也 ☎090-3939-3937	電話連絡	NPO法人たか はまスポー ツクラブの 会員にな ることが 条件(別途 会費必要)
	ディア フレンズ スポーツ 少年団	土 14時30分～ 18時00分						
ソフトボール	高浜市 ソフトボール 連盟	日(試合の開催)	流作グラウンド	15歳以上の 男子(除く、 高校チーム 登録者)に よって編 成された チーム	新規 35,000円/年 継続 30,000円/年	石川博 ☎53-2590	電話連絡	http://www. ipc-tokai.or. jp/~tsl/
	高浜 レディース	—	流作グラウンド 他グラウンド	15歳以上の 女子(除く、 高校チーム 登録者)	—	野々山清恵 ☎52-5655	電話連絡	http://www. ipc-tokai.or. jp/~tsl/
	愛知PHOENIX (フェニックス) S.B.C	毎週土・日	流作グラウンド 他グラウンド	中学生男子	入会金 12,000円 会費 7,000円/月	井ノ口敏功 ☎080-5129-9182	電話連絡	aichiphoenix .89dream.jp

スポーツ大好き仲間を募集します!!!

種目	団体名	練習日時	練習場所	対象	会費	問合せ先	申込方法	その他	
サッカー	一般	—	—	高校生以上	—	神谷康治 ☎080-3650-3899	電話連絡		
	園児、小学1年	日	高浜小学校	—	3,500円/月	神谷悠一 ☎080-3656-1970 mail:tfc1970@katch.ne.jp	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接		
	小学2年	木・日	五反田 グラウンド 高浜小学校		4,000円/月				
	小学3年	木・土・日			4,500円/月				
	小学4年	木・土・日			5,500円/月				
	小学5年	火・金・土・日			6,000円/月				
	小学6年	水・金・土・日			6,000円/月				
	中学生	火・水・金・土・日	翼小学校 流作グラウンド 芳川緑地 多目的広場	中学生	8,000円/月				
女子	—	—	小学生以上 女子	—	神谷康治 ☎080-3650-3899	電話連絡			
シニア	—	—	40歳以上	—	長坂詔志 ☎52-7035 ☎090-3480-6908	電話連絡	年齢別…40歳 以上、50歳以上、 60歳以上		
フットサル	月1回程度 日曜日にリーグ戦	たかぴあ サブアリーナ	中学生以上 (代表は20歳 以上)	1チーム 10,000円/年 個人登録 300円/年	中野義人 ☎090-6615-0729	電話連絡			
軟式野球	高浜市軟式 野球連盟	日(試合の開催)	市内グラウンド	高校生以上	新規 55,000円/年 継続 50,000円/年	鈴木勝彦 ☎090-8957-7484 野村辰弥 ☎090-6618-2523	電話連絡 ※10人 以上	連盟取り決め 事項あり	
	少年野球								
	吉浜クラブ	土・日 8時30分~17時	流作グラウンド (5・6年) 吉浜小学校 (1~4年)	吉浜小学校 児童	1,000円 (入会金) 2,000円/月 1,000円 (保険料)	浅岡俊光 ☎53-3780 ☎090-2269-1538	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接	1か月間の仮 入団あり	
	高浜軍	土・日 9時~17時	碧海グラウンド 芳川緑地 多目的広場 高浜小学校 など	高浜小学校 児童	1,500円 (入会金) 2,000円/月	神谷英嗣 ☎090-6594-6446 mail:takahamagun@gmail.com	電話連絡 もしくは 学校配布 チラシより	1か月間の仮 入団あり ※保険加入必 須	
	ラビット ポイズ	土・日 9時~17時	港小学校	港小学校児童	2,000円/月	新美明博 ☎090-5636-9823	電話連絡 もしくは 学校配布 チラシより	1か月間の仮 入団あり ※保険加入必 須	
	少年野球 高浜翼	土・日 9時~17時	翼小学校 流作グラウンド	翼小学校児童	1,000円 (入会金) 2,000円/月	古賀賢一 ☎090-2922-9177	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接	1か月間の仮 入団あり	
	高取ファイ ターズ	土・日 9時~17時 土・日 12時~17時	五反田 第2グラウンド (5・6年生) 高取小学校 (1~4年生)	高取小学校 児童	2,350円/月 ※体験あり	五藤文徳 ☎090-6090-3905	電話連絡 もしくは 練習会場 にて直接	1か月間の仮 入団あり	
	陸上競技	ランニング	水 4月~7月 17時~18時30分 8月~3月 18時~19時30分	中部公園 吉浜小学校	小学3年生~ 中学3年生	6,000円/年	佐野昭二 ☎090-9182-8409	電話連絡	NPO法人たか はまスポーツ クラブの教室 として実施
		高浜走友会	土 7時~9時	フレンド公園 周辺	18歳以上	8,000円/年	吉川宏司 ☎080-5298-8098 yoshikawa@trunners.jp		
	柔道	高浜 柔道教室	火 19時~20時30分 土 16時~20時30分	南中学校 柔剣道場	5歳以上	3,000円/月	森田泰行 ☎090-5876-4613 mail:rkbn872@ yahoo.c.jp	電話連絡 もしくは メール	ホームページも確 認してください。 ※1か月無料体験 あり ※保険加入必須



柔道会



バドミントン



軟式野球

パブリックコメント(意見募集)

高浜市多文化共生推進プラン(案) について皆さんの意見を募集します

市では多文化共生の方針や取組みの方向性をまとめた「高浜市多文化共生推進プラン」の策定を進めています。このたび、計画の素案がまとまりましたので、市民の皆さんの意見を募集します。

■計画(案)の閲覧方法【2月26日(月)より】

- ①公共施設での閲覧(市役所、いきいき広場、吉浜公民館、かわら美術館・図書館、各ふれあいプラザ(南部ふれあいプラザを除く)、地域交流施設たかぴあ、女性文化センター)
- ②市公式ホームページ

■意見の提出期間 2月26日(月)～3月11日(月) ※郵送の場合は当日消印有効

■提出方法 次のいずれかの方法により提出してください。

- ①計画(案)を配布する公共施設に設置された「意見提出箱」へ投函
- ②総合政策グループ窓口(市役所2階)へ持参
- ③郵送、ファクス、電子メールで提出

■提出にあたっての留意事項

- ・意見の提出様式は自由です。
- ・提出にあたっては「氏名」「住所」「電話番号」「意見およびその理由(該当箇所)」を明記してください。
- ・意見は計画策定の参考とさせていただきます。

問合せ先 総合政策グループ 〒444-1398(住所不要)
☎52-1111(内線366) FAX 52-8188 Eメール seisaku@city.takahama.lg.jp

高浜市乳児保育憲章を 知っていますか？



市では、「高浜市乳児保育憲章」を定め、乳児に関わる大人が乳児を1人の人として大切に、待つことを大切に、乳児の声なき声を聴くことに心をくだくことに努めることとし、乳児を預かる保育所などでは、この憲章の理念をいかした保育を行っています。

地域の皆さんといっしょになって、次世代の高浜市を担ってくれる子どもたちを育てていくという思いも込められています。

高浜市乳児保育憲章

平成21年3月18日制定

高浜市では、一人一人の乳児が、人として大切にされ、安心できる環境の中で、自分を深く信頼し、のびのびと育つことができるように、次のことに心がけて、乳児を育てていきます。

- ❶ 乳児の可能性を信じ、その表情や態度から、一人一人の乳児の声を聴き取る努力をする中で、それぞれのもつ力が豊かに引き出されるよう、育てていきます。
- ❷ 乳児の経験を大切に、「見守り」、「気にかけて」、「待つ」ことに心をくだき、育てていきます。
- ❸ 地域のすべての大人が、乳児の健やかな成長を願い、それぞれの家庭の子育てを支え、支えあいます。

問合せ先 **いきいき** こども育成グループ ☎52-1111(内線363)

今月の手話講座

令和4年4月1日に施行した高浜市手話言語条例において、市民の役割として、手話の必要性についての理解を深めるよう努めることとされています。皆さんも少しずつ手話を覚えて、コミュニケーションをとってみましょう。

A. 卒業おめでとう。3年間楽しかったね。



卒業



おめで



とう



3年



間



楽しかった



文化



祭



楽しかった

B. わたしは文化祭が楽しかったな!

A. お化け屋敷怖かったね。



お化け



屋敷



怖かった



ね

B. これからも時々会えるといいね。



これからも



時々



会えると



いいね

A. 元気でね、またね!



元気でね



またね



動画で確認できます

※地域などによって表現方法が異なる場合があります。協力：愛知県立高浜高等学校手話部

問合せ先 [いきいき](#) 介護障がいグループ ☎52-9871



3月の

児童センター

- 東海児童センター ☎52-5126 ■高浜児童センター ☎57-6468
- 吉浜児童センター ☎52-1019 ■翼児童センター ☎54-2833
- 開館日時 月曜日～土曜日、午前9時～正午・午後1時～5時
- 休館日 日曜日・祝日・年末年始

児童センターの行事

場所	行事名	月日	時間	対象	申込※参加費
東海	タンポポを作ろう	3/7(木)	10:30～	乳幼児親子 10組	有 3/1(金)～
	ビーズアクセサリーを作ろう ～お花の指輪とブレスレット～	3/19(火)	10:00～	小学生 10人	有 ※150円 3/1(金)～
高浜	お花紙あそびをしましょう	3/13(水)	10:00～	乳幼児親子 10組	有 3/1(金)～
	育児のおはなし会 ～歯みがきの仕方と虫歯予防～ (保健師さんとのおはなし)	3/15(金)	10:00～ (11:00～ 11:30は自由に 身体計測が できます)	乳幼児親子 6組	
	だんす☆ダンス	3/18(月)	10:30～	歩行が確立した子 10組	
吉浜	のびのび育児相談	3/8(金)	10:00～	乳幼児親子	無
	リトミック	3/15(金)	10:30～	乳幼児親子 15組	有 3/1(金)～
	木製キューブカレンダー作り	3/9(土)	①10:30～ ②13:30～	小学生 各8人	有 ※50円 受付中
翼	わらべうたあそび	3/5(火)	10:30～	乳幼児親子 8組	有 3/1(金)～
	お別れ会	3/7(木) 3/11(月)	10:30～	乳幼児親子 各12組	
	つばさ春のおたのしみかい ～まちがいがしやゴルフ、ボール投 げなど楽しいコーナーがいっぱいだよ～	3/9(土)	13:30～	乳幼児親子と 小学生 50人	
コパンスポーツ クラブ 高浜	プール遊び ※コパンスポーツクラブ共同開催	3/4(月)	10:45～	乳幼児親子 12組	有 3/1(金)～
高取 児童 クラブ	白い壁を楽しい絵でうめつくそう!	3/16(土)	10:00～	小学生 25人	有 3/1(金)～ 電話可 ☎090-1635-4641 (13:00～17:00)
碧海 公園	体を動かして遊ぼう♪	3/14(木)	10:30～	乳幼児親子	無

詳しくは、各児童センターの
ホームページ・センターだよりを
確認してください

各センター
ホームページ



東海児童センター



高浜児童センター



吉浜児童センター



翼児童センター

縦覧時間

4月1日(月)～5月31日(金)
※土・日曜日、祝日は除く。

縦覧時間

午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所

市税務グループ

土地価格等縦覧帳簿・ 家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

令和6年度土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧ができます。土地価格等縦覧帳簿には所在地番、地目、地積、価格が、家屋価格等縦覧帳簿には所在地番、家屋番号、種類、構造、床面積、価格が記載されています。

縦覧期間

4月1日(月)～5月31日(金)

※土・日曜日、祝日は除く。

縦覧時間

午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所

市税務グループ

税

情報

報

ファイル

Information File

縦覧できる方 納税者、同居の家族

および納税管理人

※そのほかの人は委任状が必要

※申請者の本人確認をするため、証明

明できる書類(運転免許証など)

を提示

※課税明細書の送付および課税台帳

の閲覧については、4月中旬を予定

定

問合せ先 市税務グループ

(内線244・245)

軽自動車の名義変更や廃車の届出について

毎年3月は、軽自動車の名義変更や廃車の届出が集中し、窓口が大変混雑します。できるかぎり3月中旬までに済ませてください。

また、窓口へ来場する際は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止対策に協力してください。

手続きについては、軽自動車検査協会のホームページで確認できます。

問合せ先 軽自動車検査協会

愛知主管事務所 三河支所

☎050-3816-11772

<http://www.keikenkyo.or.jp>

国民健康保険税随時期の 納期限は

3月29日(金)です

～かならず納期限内に納めましょう～

納税には口座振替が便利です

納め忘れがなく、納期ごとに金融機関やコンビニなどへ出かけて支払う必要がありません。

口座振替の方は、残高の確認をお願いします。

口座振替申込

申込先

取扱金融機関もしくは市市民窓口グループ

持ち物

通帳、通帳に使用している印鑑

※口座振替開始は、申込みから2か月後になります。

問合せ先

市市民窓口グループ

☎52-1111(内線219・261)

後期高齢者医療保険料 「随時分」の納期限は

3月29日(金)です

～かならず納期限内に納めましょう～

●対象者

・令和6年1月中旬に

①75歳になった方

(誕生日が1月1日の方をのぞく)

②障害認定により、後期高齢者医療の資格を取得した方

③後期高齢者医療の被保険者で高浜市へ転入した方

※対象者には、令和5年度分の「後期高齢者医療保険納入通知書」を令和6年3月中旬に送付します。

●納付窓口

・最寄りの金融機関

・市役所(本庁舎内の指定金融機関窓口)

・コンビニエンスストア

・スマートフォン決済

問合せ先 市市民窓口グループ

☎52-1111(内線227・217)

福祉

子ども医療費・ 母子家庭等医療費受給者証

子ども医療費受給者証または母子家庭等医療費受給者証を持っていて、左記に該当する方は、3月31日(日)をもって受給資格が喪失します。

そのため、4月1日(月)以降医療機関などを受診したときは、自己負担分の支払いが必要になります。

なお、現在使用している子ども医療費受給者証は、有効期間終了後に、自身で破棄していただくか、市市民窓口グループに返還してください。

対象者
・子ども医療：今年度満15歳に到達する子
・母子家庭等医療：今年度満18歳に到達する子、末子が今年度満18歳に到達する母または父

問合せ先 市市民窓口グループ
(内線217・227)

市障害者扶助料・ 遺児手当の受給者の方へ

令和5年度後期(10月～3月)分の障害者扶助料・遺児手当を3月29

日(金)に指定の口座へ振り込みます。記帳などで確認し、振込みがない場合は、連絡してください。

また、次回分からの振込先を変更したい方は、印鑑・通帳などを持参し、いきいき介護障がいグループで手続きをしてください。

問合せ先
いきいき介護障がいグループ
52-19871

障がいのある方の タクシー料金を助成します

対象
・身体障害者手帳1～3級の方
・療育手帳A・B判定の方
・精神障害者保健福祉手帳1・2級の方

※自動車税種別割の減免または軽自動車税種別割の減免を受けている方は除く。

助成額 基本料金とお迎え料金を原則として月2回(週あたりの通院回数に応じて変動)

申込方法 身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳と印鑑を持参のうえ、介護障がいグループで申請

申込期間 3月25日(月)～
利用可能期間 4月1日(月)～1年間
※4月1日(月)より前の利用は不可

問合せ先

いきいき介護障がいグループ
52-19871

居宅介護支援券の利用期間は 3月31日(日)までです

紙おむつ・尿取りパッドなどの介護用品の購入や理・美容サービス、社会福祉協議会のふれあいサービス事業、シルバー人材センターの家事援助事業などに利用できる「居宅介護支援券」の利用期間は3月31日(日)までです。現在お持ちの支援券は3月中に使用してください。

問合せ先
いきいき介護障がいグループ
52-19871

相談

司法書士会による無料登記相談会

土地・建物の相続、遺言、贈与、売買などの権利に関する登記、および会社、法人登記についての相談会を開催します。(税金の相談を除く)とき 4月5日(金) 午前9時～11時

ところ 市役所1階 多目的会議室
申込方法 4月4日(木) 午後4時まで

でにかならず電話で予約
※予約のない方は相談を受けられません。

予約・問合せ先 愛知県司法書士会
西三河支部所属
予約担当司法書士 松井 勝彦
52-13003
※平日午前9時～午後4時

令和6年4月から相続登記の 申請が義務化されます

相続によって不動産の所有権を取得した相続人は、所有権の取得を知った日から3年以内に、また、すでに相続により不動産の所有権を取得している相続人は、令和6年4月1日から3年以内に相続登記をしなければならぬことになりました。身の回りの不動産を確認し、相続登記が必要な場合は、登記手続きをしてください。

※制度に関する詳細は、「法務省所有権不明」で検索できます。

問合せ先
名古屋法務局刈谷支局
21-0086
・相続登記について相談したい場合
司法書士会
相続登記相談センター
0120-1131-7832

令和6年4月 し尿収集作業日程表

月日	曜日	区 域	月日	曜日	区 域
4月2日	火	青木町	17日	水	呉竹町 屋敷町
3日	水	青木町 春日町	18日	木	屋敷町 向山町
5日	金	湯山町 神明町	19日	金	向山町
		沢渡町 稗田町	22日	月	小池町
8日	月	二池町	23日	火	小池町
10日	水	芳川町 碧海町	25日	木	新田町 八幡町
12日	金	田戸町 本郷町	26日	金	論地町 清水町
16日	火	呉竹町			

し尿

し尿収集作業日程のお知らせ

作業は、天候などの理由で2〜3日前後することがあります。

問合せ先（収集業者）

高浜衛生㈱

☎ 53-0516

募集

令和5年度第2回市営住宅入居者募集

とき 3月18日(月)〜29日(金)

※募集住宅や募集戸数は期間内に市公式ホームページ・団都市計画グループ窓口でお知らせします。

持ち物 印鑑、所得を証する書類、納税証明書など

申込資格 次の条件を満たす方

- ・住宅に困窮していること
- ・ひとり暮らしでないこと（60歳以上・障がい者などの条件を満たせば可）
- ・暴力団員がいないこと

- ・入居する全員の合計の月額所得が一般世帯は15万8千円、緩和世帯は21万4千円を超えないこと
- ・市税の滞納者がいないこと

その他 入居希望者多数の場合は抽選となります。

市内在住・在勤者が優先となるため、市外の方は状況により抽選に参加できない場合があります。

申込・問合せ先

団都市計画グループ（内線265）

その他

名古屋三河道路の計画に関するアンケートにご協力ください

愛知県では、知多地域と西三河南部地域を通る名古屋三河道路の計画づくりにあたり、地域の皆さんから意見を募集しています。

意見は、左記二次コードよりアクセスし回答してください。

問合せ先 愛知県建設局道路建設課

☎ 052-951-0837



献血にご協力をお願いします

とき 3月15日(金)

午前10時〜11時30分、午後1時〜4時

※受付状況によりお昼の休憩時間が変動する場合があります。

ところ

市役所1階多目的会議室

対象年齢 18〜69歳

※65〜69歳の方は、60〜64歳に献血の経験がある方にかぎる

その他 400ml献血のみの実施となります。

問合せ先

いきいき地域福祉グループ

☎ 52-9871

カラスの巣作りによる停電防止にご協力を

春はカラスの巣作りがピークとなる時期です。カラスが金属製ハンガーなどを使って電柱の上に巣を作ると、漏電やショートで、広範囲な停電を発生させるおそれがあります。

・金属製ハンガー・針金などを物干し竿やごみ捨て場に放置しないように注意してください。

・電柱の上にカラスの巣を発見したら中部電力パワーグリッドに連絡してください。

問合せ先

中部電力パワーグリッド㈱

刈谷営業所

☎ 0120-988-255

善意をありがとうございました。（敬称略）

市へ

高浜ロータリークラブ・高浜ライオンズクラブ、吉浜まちづくり協議会、愛生館グループ、NPO法人グリーンネクション&坂本達

社会福祉協議会へ

マリオン高浜店、白石社会保険労務士事務所

☎ 52-9871



お住まいの「気になる」「困った」をご相談ください

超大型補助金 2024年度開始!

窓の断熱リフォーム

今なら補助金で最大 約半額!

住宅省エネ キャンペーン スタート

窓からの熱の流入出比率

■制度の適用には条件がありますが今なら窓断熱に国の補助金が使えます。面倒な申請手続きもシンカにお任せください。

冬 夏

58% 73%

外気温:0.5℃、室温:20℃ 2月24日5~6時 (日平均外気温最低日、東京)

外気温:33.4℃、室温:27℃ 8月10日14~15時 (日平均外気温最高日、東京)

お見積もり 無料!!

お問い合わせ 株式会社 シンカ 水曜日休

高浜市湯山町 2-3-8 ☎0566-52-0444

e-mail:cinca-mainte@cinca.co.jp [担当 藤岡]

弁護士法人 白濱法律事務所

☑相続・遺産分割 ☑交通事故
☑不動産・建築トラブル ☑離婚問題 ☑借金問題
☑労働問題 ☑損害賠償請求 ☑刑事事件

初回相談料無料
月~土 9:00~18:00
※第5土曜日を除く 休:日・祝

土曜営業*

刈谷市若松町2丁目2番地
●刈谷駅南口すぐ ●駐車場あり

弁護士 白濱重人 (愛知県弁護士会所属)

☎0566-91-0210

法律に関する お困りごとはお任せください

離婚 遺言・相続
借金問題 交通事故
刑事事件 他 法律問題

お気軽にご相談ください

刈谷駅 徒歩1分 駐車場有(無料)

刈谷事務所
刈谷駅前交番
北口
ロータリー
名鉄三河線
刈谷駅
百五銀行
東海道本線

◎名古屋市や岡崎市などにも支所があります

初回相談料 無料

弁護士法人 愛知総合法律事務所 刈谷事務所 (愛知県弁護士会所属)

刈谷市桜町1-10-2 セントラルビル6F
☎0566-91-1271 受付時間:平日9:30~17:30 夜間相談にも対応

うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎052-253-6636

結婚相談所 ムスベル
マル通マークCMS取得(第2113001-1号)



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容を変更もしくは中止する場合があります。

催し & 募集

日	日時
場	場所
内	内容
講	講師
募	募集対象・人数
費	費用
持	持ち物
他	その他
催	主催
申	申込先・申込方法
問	問合せ先

ざくばらんなカンパニVol.65 ちよっと知りたい 画像生成AIの世界

囲総合政策グループ

☎52-1111 (内線352)

「画像生成AI」をテーマにしたざくばらんなカフェを開店します。ぜひ来店してください。詳しくは市公式ホームページを確認してください。

日 3月9日(土)

午後1時30分～3時

場 いきいき広場2階ホール



成年後見制度勉強会を開催します

高浜市権利擁護支援センター

☎54-5563 (鈴木・戸松)

認知症などにより判断能力が低下した方が、住み慣れた地域で安心して生活を続けられるための制度として成年後見制度があります。この制度を多くの方に知っていただけるよう勉強会を開催します。

講 弁護士法人碧総合法律事務所

碧南事務所 深津 茂樹弁護士

日 3月29日(金)

午後1時30分～3時

(受付：午後1時～)

場 いきいき広場2階ホール

募 50人程度

※定員になりしだい締切

費 無料

申 3月26日(火)までに電話で申込み。

高浜まちづくり協議会の催し

高浜まちづくり協議会

☎87-9112

hamapl@katch.ne.jp

(午前9時～午後5時)

◆てくてく体操教室

日 4月～令和7年3月の毎月第1～

3月曜日(月3回)

午前10時15分～11時

※祝日と臨時に休みがあります。

場 高浜ふれあいプラザ 2階

講 村松美由紀氏

募 25人(市内在住・先着順)

※火・金曜日開催の健康づくり体操

参加者は、参加不可

費 無料 持タオル・飲み物

申 電話にて氏名、住所、電話番号を

連絡

※3月13日(水) 午後2時～受付開始

◆大山千本桜ライトアップ

日 3月23日(土)～4月7日(日)

午後6時～9時

※開花状況により変更する場合があります。

場 大山緑地

※駐車場の数にかぎりがあります。

恩任寺建造物調査成果報告会 参加者募集

いきいき文化スポーツグループ

☎52-1111 (内線330)

bunka@city.takahama.lg.jp

青木町に所在する恩任寺は、専修

坊(本郷町)・西方寺(碧南市浜寺町)

とともに現在の高浜・碧南市域にお

ける浄土真宗の名刹「浜の三か寺」

のひとつです。恩任寺の建造物につ

いては、昭和51年に刊行した『高浜

市誌 第二巻』に若干の記述がある

ものの、その歴史についてはまだ明

らかになっていないことが多くあり
ます。

恩任寺では現在、本堂の保存修理
工事が行われており、これを機に市
では令和4年度に本堂・山門、令和
5年度に鐘楼・太鼓楼の調査を実施
しました。今回は恩任寺建造物のこ
れまでの調査成果を報告し、新たな
「高浜市のあゆみ」の1ページを紐
解きます。

日 3月16日(土) 午後1時30分～

(午後1時開場)

場 恩任寺ホール

(青木町二丁目1番地33)

募 60人(要予約・先着順)

内

①調査報告

「恩任寺建造物の調査成果」

岩田敏也氏(東海工業専門学校講

師)

②現地解説・見学

いきいき文化スポーツグループ窓口

に直接または、電話、メールの

いずれかで申込み。

※受付開始：3月1日(金)～



▲恩任寺山門

吉浜まちづくり協議会の催し

吉浜まちづくり協議会

☎ FAX 52-11101

(午前9時～午後5時)

yh-machikyoo@katch.ne.jp

◆シャキーンと美姿勢

日 4～6月

・Aコース：第1・3木曜日、
第2・4金曜日

午前10時～11時15分

・Bコース：毎週木曜日

午後1時15分～2時30分

内筋膜リリース、ストレッチ、リズ

ムde貯筋、栄養ワンポイント、

ヨガトレ、ボクササイズ(自由参

加5～10分程度)

費 4,200円(1か月4回、3か

月分)または3,500円(チケット

ト10回分)

※見学1回無料

持タオル、飲み物、硬式テニスボー

ル、ヨガマットまたはバスタオル

◆いけばな講座

日 4月5日(金)・25日(木)、5月3日(金)・

31日(金)、6月7日(金)・21日(金)、9

月6日(金)・20日(金)、10月4日(金)・

18日(金)

午前11時～正午

(時間内の都合のよいとき)

費 11,500円(10回分)

他 花だけの申込可 募 25人

* * *

場 吉浜ふれあいプラザ2階

申 吉浜ふれあいプラザ内にある申込

書にて直接、またはメールにて講

座、住所、氏名、電話番号、内容

を連絡

◆みんなであそぼう

もじ・かずあそび

幼児を持つママたちに、遊びなが

ら学べる場や、ママ同士子育てなど

について話し合える場を提供します。

日 4～9月の毎月第3日曜日

・ステップUPコース

午前10時～11時

・チャレンジコース

午前10時30分～正午

※各コースの内容など詳しくは問い

合わせてください。

費 3,000円

※別途教材費600円

募 各コース先着順

・ステップUPコース：満3歳以上

の幼児と保護者5組

・チャレンジコース：年長児以上5

人

場 吉浜ふれあいプラザ2階

申 吉浜ふれあいプラザ内にある申込

書にて直接、またはメールにて、

ごとも氏名、ごとも生年月日、保

護者氏名、住所、電話番号を連絡

高浜南部まちづくり協議会の催し

高浜南部まちづくり協議会

☎ 52-212123

◆南部囲碁クラブ大募集!

初心者の方も大歓迎。いっしょに

囲碁を始めませんか。

日 毎月第1・2・4土曜日

午後1時～5時

募 12人(先着順)

場 南部第2ふれあいプラザ 和室

費 1回100円

申 随時電話で申込み。

西三河イベント

公共交通機関を利用してください。

【岡崎】

桜まつり交通対策にご協力を

岡崎市経済振興部観光推進課

☎ 0564-12316216

FAX 0564-12316731

岡崎公園周辺の混雑が予想される

ため、次のとおり交通対策を実施す

るので、理解と協力をお願いします。

岡崎の桜まつりへは、公共交通機

関や予約制駐車場、パーク&ライド

の利用をお願いします。詳しくは桜

まつり特集ページで。

(https://okazaki-kanko.jp/

feature/sakuramaturi/top)

① 一部公共駐車場を予約制にします

※予約車以外は駐車できません

日 3月23日(土)・24日(日)・30日(土)・31

日(日)、4月6日(土)

場 岡崎公園平面駐車場、図書館交流

プラザ東駐車場1・2

※予約は下記二次元コード内専用サ

イトで(先着順)

※路上や周辺店舗などへの無断駐車

は絶対にしないでください。

② パーク&ライドを実施します(予

約不要)

日 3月23日(土)・24日(日)・30日(土)・31

日(日)、4月6日(土)

午前9時～午後5時

場 岡崎中央総合公園、ユニチカ(日

名北町)の駐車場を無料開放

他パーク&ライド

・岡崎中央総合公園から無料シャト

ルバスで籠田公園→徒歩で岡崎公

園へ

・ユニチカから徒歩で愛知環状鉄道

北岡崎駅→鉄道で愛知環状鉄道中

岡崎駅→徒歩で岡崎公園へ



新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容を変更もしくは中止する場合があります。

防犯活動用に反射タスキを寄贈いただきました

高浜ロータリークラブから、夕方から夜間の防犯活動時に利用する反射タスキ300本の寄贈があり、贈呈式が行われました。贈呈式では、高浜幹部交番所長による防犯講話があり、贈呈式終了後、出席された高浜市防犯ネットワーク会議委員の皆さんとも協力して、三河高浜駅周辺で自転車盗防止啓発活動を行いました。寄贈された反射タスキは市内の自主防犯団体の皆さんに配付し、安全なまちづくりのために大切に使用させていただきます。



問合せ先 団防犯防犯グループ ☎52-1111(内線229)

PREFEITURA DE TAKAHAMA INFORMA

高浜市役所のお知らせ

※A Home Page oficial da cidade de Takahama pode ser traduzido em 4 idiomas, Inglês, Chinês, Coreano e Português.



INSCRIÇÕES ABERTAS PARA HABITAÇÃO MUNICIPAL 2ª Seleção do Ano fiscal 2023 (Reiwa 5)

PERÍODO DE INSCRIÇÃO: 18/março(Segunda-feira) ~29/março(sexta-feira).

※Durante este período, as moradias disponíveis e quantidade, serão anunciadas na Homepage da Cidade, e no balcão da Prefeitura.

O QUE TRAZER: Carimbo, Comprovantes de rendimentos, Certificado de quitação de impostos, etc.

REQUISITOS PARA INSCRIÇÃO: Pessoas que atendam aos seguintes critérios.

- Estar precisando de moradia.
- Não viver sozinho. (É possível caso preencher as condições de idade superior a 60 anos, ou ser portador de deficiência, etc.)
- Não ser membro de grupos do crime organizado.
- Que a soma total da renda de todos os membros da família (renda mensal) não ultrapassem o critério da renda líquida padrão (Família padrão 158.000 ienes e para famílias fora do padrão 214.000 ienes).
- Não haver impostos municipais.

OUTROS Se houver muitos candidatos, será definida através de sorteio. As pessoas que moram ou trabalham na Cidade terão prioridade, há casos em que pessoas não residentes podem não conseguir participar do sorteio.

INSCRIÇÕES - INFORMAÇÕES: Prefeitura de Takahama Toshi Keikaku Grupo ☎52-1111(Ramal 265)

Plantão dos consultórios médicos e odontológicos nos feriados - meses de março e abril.

3月・4月の休日等在宅当番医

☆**Associação médica do Município de Takahama.**
Atendimento médico, plantão aos domingos e feriados. Horário: 9:00~12:00 e de 13:30~17:00

Dia/mês	Nome da Clínica	Bairro	☎
3/mar	Terao Naika Shonika	Koike	53-0073
10	Iwai Naika Clinic	Futatsuike	54-1019
17	Tsuji Children Clinic	Shinmei	52-9990
20	Takahama Ai Ladies Clinic	Yuyama	54-5161
24	Tsubasa Clinic	Shinmei	54-5283
31	Kinuura Seikeigeka Hinyoukika	Shinmei	54-5255
7/abr	Nakazawa Naika Clinic	Sawatari	54-0606
14	Hisada Eye Clinic	Sawatari	52-8146
21	Isogai Clinic	Aoki	53-0013
28	Tanemura Jibiinkoka	Shinmei	54-3434
29	Okabe Shika Ganka Clinic	Mukaiyama	52-7775

☆ **Associação Odontológica do Município de Takahama.**
Atendimento odontológico, plantão aos domingos. Horário: 9:00~12:00

Dia/mês	Nome da Clínica	Bairro	☎
3/mar	Sugiura Dental Clinic	Kuretake	52-5000
10	Green Dental Clinic	Yashiki	53-1515
17	Izuka Family Dental Clinic	Shinmei	95-0303
24	Shizuma Dental Clinic	Sawatari	91-8838
31	Kamiya Dental Clinic	Hongo	95-6666
7/abr	Mori Dental Clinic	Aoki	52-0888
14	Inagaki Dental Clinic	Hieda	52-5611
21	Morita Dental Clinic	Sawatari	52-2336
28	Minato Dental Clinic	Futatsuike	52-6666

Sujeito a alterações, verifique antes de consultar.
Em caso de emergência, após o horário de expediente do consultório, contato: **Centro de Informação médica de emergência (Kyukyu Iryou Jyouchu Center).**
(☎ 36-1133・<http://www.qq.pref.aichi.jp/>).

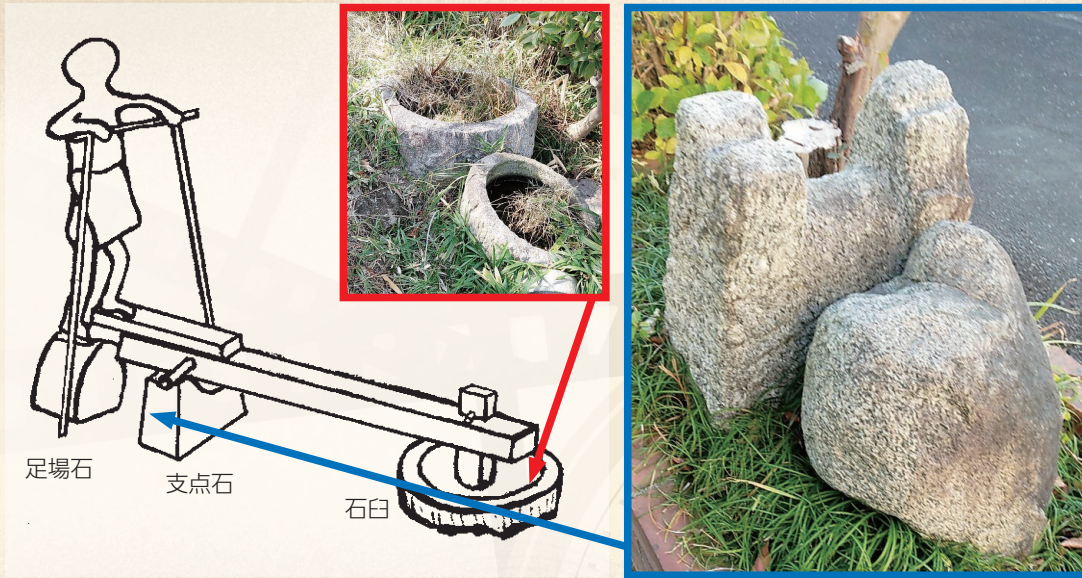
たかはま
アーカイブ

Vol. 71

庭先や道路脇にある
「謎石」の正体

高浜市では「たかはま歴史・文化保存活用事業」として、市の有形・無形の魅力を後世へ伝え、今を生きる私たち、そして将来のまちづくりにいかしていく活動を進めています。この連載では新編高浜市誌『高浜市のあゆみ』の編さん過程で掘りおこされた資料や聞き取り調査の内容を中心に、先人たちの足あと・まちの魅力などを紹介します。

「昔はこんなできごとがあったよ!」「家からこんな古い写真が出てきた!」などといった情報がありましたら、ぜひ寄せてください。あなたのその情報が、これからの“高浜市のあゆみ”をつむぎ、後世へつなぐ鍵になるかもしれません。



▲精米のイメージ図

▲謎石(支点石・足場石)

古い民家の庭先や道路の脇に、石臼や一風変わった形の「謎石」が残っているのを見かけたことはありませんか?なぜそこにあるのか、なにに使ったものなのか、疑問に思った方もいるのではないかと思います。これらの正体を探るには、今から約300年前の江戸時代にさかのぼります。

西暦1700年ごろから、高浜市域では酒造業を営む者が出てきます。資料によると、享保20年(1735年)に7人、天明8年(1788年)に5人、享和元年(1801年)に5人、文化13年(1816年)に2人が確認されています。今回紹介している石臼や謎石は、酒造業に関わる精米道具の可能性があり、現在高浜地区や高取地区で6件ほど存在を確認しています。なお、使い方としては上にある図のようなかたちが想定されています。体全体を使って精米を行ったため、かなりの力仕事であったことでしょう。

酒造業のピークは、西暦1700年代の中ごろ～1800年代の初めごろとみられます。そのあと、弘化4年(1847年)ごろまでは酒造業の存在が確認できますが、現時点でこれ以降は確認できていません。やがて高浜市域では、酒造業を補うかのようにして瓦業が盛んになっていき、現代まで地場産業として根づいていくことになります。(I.K)

問合せ先 [いきいき文化スポーツグループ](#) ☎ 52-1111 (内線 330)

自分・仲間・社会の幸せのために学び続ける子どもを育む

「学校」「家庭」「地域」が一体となって子どもたちを育むため、毎月のめざす生活習慣・学習習慣を皆さんと共有します。

3月
心のかもった
あいさつの
できる子

- 〈めざす年長児〉 げんきよくあいさつをします。
- 〈めざす小6生〉 進んで気持ちのよいあいさつや返事をします。
- 〈めざす中3生〉 場に応じたあいさつ、言葉づかい、身だしなみを心がけます。

高浜市が育てていきたい生活習慣・学習習慣育成プロジェクト

[いきいき教育センターグループ](#) ☎ 52-1111 (内線 311)

LEIA A PÁGINA EM PORTUGUÊS!

市公式ホームページでは、英語・中国語・韓国語・ポルトガル語の4か国への変換機能を利用できます。

早期配布にご協力ください。

ポルトガル語は
31ページ