

令和7年12月19日の行政文書一覧表

★ 回覧文書

表 題	備 考	担 当
令和7年度歯周病検診が無料で受診できるのは2月28日まで	両面	生活福祉部 保健医療課
土地改良区だより	両面	環境建設部 建設課
庄原市上野総合公園だより	両面	上野総合公園
国営備北丘陵公園イベントのご案内	両面	企画振興部 商工観光課
ふろむざすいむ	両面	教育部 西城教育室
レベルアップスポーツ教室 スキー教室参加者募集！！	両面	教育部 生涯学習課
庄原さくらスポーツクラブだより	両面	
総合体育館だより	両面	
庄原市老連 広報 第49号	A3 2つ折り	生活福祉部 高齢者福祉課
しょうばら脱炭素地域推進ニュース	表面①	環境建設部 環境政策課
よちよち通信	裏面①	高野支所 地域振興室
高野っ子No.29	両面	高野小学校
高野中学校だより第20号、21号	両面	高野中学校

※各戸配布一覧は裏面にあります

★ 各戸配布(配布物は順不同)

表 題	備 考	担 当
ひきこもり講演会「不登校を考える」	両面	生活福祉部 社会福祉課
青少年育成庄原市民会議高野支部だより	両面	青少年育成庄原市民会議高野支部
あいさつ運動推進標語ステッカー	片面シール	
高野地域自治振興区連絡協議会だより12月号	A3両面 2つ折り	高野地域自治振興区連絡協議会
夢まちだより 12月号	A3両面 2つ折り	上高自治振興区
手芸教室のお知らせ	片面	
なんずかんず下高 12月号	A3両面 2つ折り	下高自治振興区
シモタカフェ とんどやきのお知らせ	片面	
道の駅たかの～地域サポーター通信～Vol.282	両面	道の駅たかの

〒727-0402

庄原市高野町新市1171番地1

庄原市役所 高野支所 地域振興室

電話番号 (0824) 86-2111 (直通)

FAX番号 (0824) 86-2062

庄原市ホームページアドレス <http://www.city.shobara.hiroshima.jp>

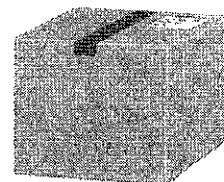
しょうばら 脱炭素地域推進ニュース

発行日	令和7年12月19日
発行元	環境建設部環境政策課
TEL	0824-72-1398
FAX	0824-72-5517
mail	kankyo- seisaku@city.shobara.lg.jp

宅配便の工夫からの脱炭素

インターネットを利用した商品の受発注の普及により、宅配便の取り扱い個数は年々増加傾向にあります。それに伴い再配達も増加していて、配達車両の移動によるCO₂排出量の総量は約42万トン、体積にすると東京ドーム170杯分もCO₂が排出されていることとなります。宅配サービスの再配達を削減することは、CO₂の排出削減にもつながります。

いろいろな受け取り方を選んでみましょう！



① 自宅で受け取る方法

外出先から配達確認ができるものなど便利に進化しています。また、戸建住宅用の宅配ボックスが販売されています。玄関先や車庫など指定された場所に宅配物を置いてもらえる「置き配」などの実施も再配達の防止に役立ちます。

② 外出先で受け取る方法

運送会社の営業所や、自宅や勤め先の近くのコンビニエンスストアで宅配物を受け取るサービスがあります。通勤やお出掛けの途中に好きな時間に立ち寄り、宅配物を受け取ることができます。

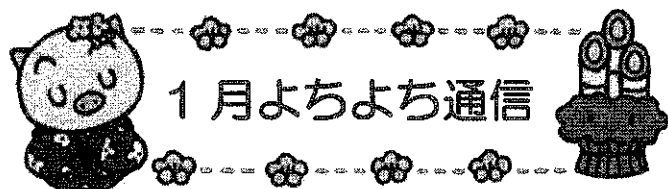
③ 時間帯指定とアプリの活用

宅配物を受け取る際は、時間帯指定をすることが効果的です。また、急用などで指定した時間に受け取れない場合でも、宅配便事業者などが配信しているアプリを利用することで配達日時の変更手配もできるため、再配達の手間を減らすことができます。

自宅のポストに宅配便の不在票が入っていたということも少なくなり、1回で宅配物を受け取ることができれば、再配達にかかるCO₂排出が削減できます。

出典：COOL CHOICE ウェブサイト （環境省（COOL CHOICE 事務局））

(<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/lp2019/index04.html>)を加工して作成



1月よちよち通信

今年も残すところ数日となりました。
一年間の出来事をふり振り返りながら、今年を
元気に締めくくりたいですね。
皆様どうぞ、良いお年をお迎えください。

よちよち広場（口和）

☆『おもちゃ作り』

フェルトを使って、ボタンつなぎおもちゃを
作ります。

口和支所保健師による身体計測、育児相談も
できます。お気軽にご参加ください。

日 時：1月22日（木）10：00～12：00

場 所：口和子育て支援センター

持参物：水分補給できるもの

計測希望の方は母子健康手帳

申込先：口和子育て支援センター

1月15日まで



【ほのぼの子育て講座】in 比和（11/28）

～親子で楽しむカフェタイム～

カフェの滝川さんから、Uターンで比和に
帰られた話や自身の子育て、ケーキ作りなど
話を聴かせて頂きました。そのあと、美味し
いコーヒーとケーキを頂きながら、交流を深
め、楽しいひと時を過ごしました。

—おうちカフェ「ノラの家」にて—



※ご利用の際には、手洗い、消毒をお願いし
ます。体調不良の場合は利用を控えましょう。

令和7年12月19日

発行：口和子育て支援センター（口和老人福祉センター内）
庄原市口和町永田 415-4 Tel.0824-89-7070

一般社団法人里山こども未来会議

庄原市西本町 2-8-11 Tel.0824-74-6636

口和支所地域振興室市民生活係

庄原市口和町向泉 942 Tel.0824-87-2112



すくすく子育て広場（高野）

☆『おもちゃ作り』

節分に向けて、紙皿などを使った鬼の
でんでん太鼓を作ります。

日 時：1月13日（火）10：00～12：00

場 所：高野子育て支援センター

持参物：水分補給できるもの

申込先：高野子育て支援センター

1月6日まで

なかよしサロン（比和）

☆『写真立て作り』

フォトフレームに、造花や、貝殻などを貼っ
て飾りつけをします。

日 時：1月9日（金）10：00～12：00

場 所：比和子育て支援センター

参加費：110円（材料費）

持参物：水分補給できるもの

申込先：比和子育て支援センター

12月26日まで



【開設日・時間】

●口和子育て支援センター●

月曜日、水曜日、木曜日（祝日を除く）

Tel. 0824-89-7070

●比和子育て支援センター●

金曜日（祝日を除く）

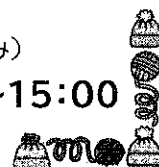
Tel. 0824-85-2608（比和保育所内）

●高野子育て支援センター●

火曜日（祝日を除く）

Tel. 090-4198-8575（開設時のみ）

いずれも 9：00～12：00 13：00～15：00



対話する
か感動する
のびる

高野っ子 No. 29

高野小学校 学校だより
令和7年 12月9日

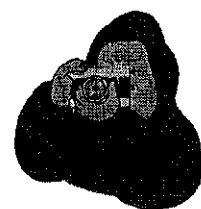
私たちが伝える“高野の魅力” — 6年生 校外学習 —

11月28日(金)に、6年生が校外学習として、高野町内の魅力取材する活動に出かけました。今回のねらいは、高野町のオススメの場所や食べ物、歴史にまつわる情報などを実際に歩いて取材し、その魅力を「高野移住サイト」や学校ホームページなどで発信することです。

活動では、地域おこし協力隊の佐々木様をはじめ、草谷様、落合様にご協力いただき、各ポイントでインタビューを行ったり、写真を撮ったりしながら、高野の魅力をたくさん教えていただきました。児童からは、「高野にこんな歴史があったなんて初めて知りました」「知らなかった名物を教えてもらえて、みんなに紹介したくなりました」「インタビューは緊張したけれど、聞くと優しく教えてくださり、もっと話が聞きたくなりました」といった声があがり、地域を学ぶ楽しさを実感する姿が見られました。

今回の学びを整理し、今後は自分たちが感じた高野の良さを、多くの人に伝えられるよう発信活動へとつなげていきます。ふるさとの魅力を、自分たちの手で伝える意欲がますます高まった学習となりました。

ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございました。



高野小中合同学校保健委員会

12月4日(木)に、学校医の山崎様、小山様、歯科医の宮崎様、薬剤師の中山様をはじめ、保護者の皆様の参加のもと、小中合同学校保健委員会を開催いたしました。養護教諭と栄養教諭から児童・生徒の実態と課題について報告をさせていただきました。学校医の先生方からは、専門的な立場よりご指導・ご助言をいただきました。お忙しい中参加していただきありがとうございました。



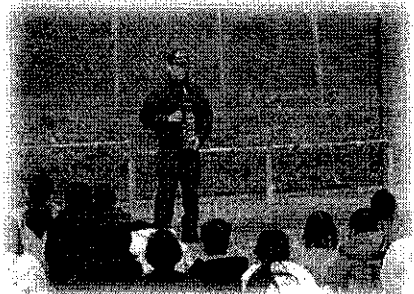
もしもの時に備えて ― 火災避難訓練を実施 ―

11月28日(金)、本校で火災を想定した避難訓練を実施しました。当日は備北地区消防組合高野出張所の皆さまにお越しいただき、避難の仕方や火災時に注意すべき点などを分かりやすくご指導いただきました。

講話の中で「火事のとくに怖いのは“火”と“煙”のどちらでしょう?」という質問が出され、児童たちは真剣に考えていました。答えは“煙”。煙は視界を遮るだけでなく、吸い込むと命に関わる大きな危険があることを教えていただき、児童は皆、驚きながらもしっかりと理解を深めていました。

また、児童3名と教職員1名が消火器の操作体験を行い、実際に消火の姿勢や手順を学びました。初めての体験に緊張していた様子でしたが、消防署の方に教わりながら、落ち着いて取り組むことができました。

今回の訓練を通して、火災時にどのように自分の身を守るかをあらためて考える良い機会となりました。今後も安全への意識を高め、迅速で正しい行動ができるよう指導を続けてまいります。



遙かな時代にふれる学び-6年生 比和自然科学博物館見学-

12月5日(金)、6年生が比和自然科学博物館を訪れました。太田先生からは、高野地域の土地の成り立ちについて、実物資料を交えながら分かりやすくお話いただきました。また、庄原で見つかったクジラの化石や、その発掘にまつわる貴重なエピソードも紹介していただき、子供たちは興味津々。チョウが捕食者から身を守るための工夫や、隕石の実物など、普段の生活では触れることのない展示に目を輝かせていました。

最後には、なんと1600万年前の土をお土産としていただき、子供たちにとって忘れられない貴重な学びの時間となりました。



青空の下でほっこり笑顔 1・2年生の焼きいも大会

12月8日(月)、1・2年生がこれまで大切に育て、収穫したさつまいもを使って、焼きいも大会を行いました。当日は天候にも恵まれ、絶好の焼きいも日和となりました。煙のにおいやパチパチとはぜる音に、子供たちは目を輝かせていました。ほくほくの焼きいもを口にした瞬間、「あまーい!」「自分たちで育てたおいもは特別だね」「もう一本食べたい!」と、嬉しそうな声が聞こえてきました。自分たちで植え、育て、収穫し、そして焼いて食べるという一連の体験を通して、子供たちは自然の恵みや仲間と協力する楽しさを改めて感じる事ができた一日となりました。



教育相談 体罰・ハラスメント相談 担当

担当 教頭(吉岡 欣哉)

生徒指導主事(宇山 和直)

保健主事(秋山 さくら)

児童の体調に関わることなど、何でもご相談ください。

気付き・ご意見・お問い合わせ等、ご遠慮なく学校へお届けください。

庄原市立高野小学校 庄原市高野町新市1650

電話(0824) 86-2977 FAX (0824)86-2976

Email: takano-e@shobara.hiroshima-c.ed.jp

HP: <http://www.takano-e.hiroshima-c.ed.jp/>

キャプテンの決意

～よき伝統を引き継ぎ、新しい伝統の創造を～

10月の駅伝大会が終了し、すべての部活動が1・2年生で活動しています。これまでは、3年生の素晴らしいリーダーシップにより、充実した活動ができていたと思います。3年生の皆さんのお陰です。3年生から学んだことを生かし、自分たちの力で新たな伝統を創ってくれることを期待しています。ソフトテニス部は、この2年間部員がいなかったため、4月から1年生のみで活動しています。いろいろと戸惑うこともあるとは思いますが、高野中学校の新しい伝統を創るために日々練習に取り組んでいきましょう。

部活動名	キャプテン氏名	決意の言葉
陸上競技部	大橋 颯	各自の目標に向けてわずかなタイムでも短縮するなど、できることにこだわりたい。お互いを高め合いながら日々の練習に励み、大会でその成果が発揮できるようキャプテンとして努力していきたい。
バレーボール部	伊達 美桜	声を出し、チームで協力し合いながら練習し、大会で多く勝てることを目標に全員で努力できるようキャプテンとして頑張りたい。
野球部	藤元 瑛大	先輩が引退して今は一人ですが、日々の練習を頑張って体力をつけ、来年気持ちよく後輩が入部できるように頑張りたい。
ソフトテニス部	堀江 芽子	キャプテンとして前向きに、今年、来年そして、再来年もチームやペアを盛り上げたい。大会に出場をして多くの経験を積み、部員を支えられるように日々努力していきたい。

薬物乱用防止教室

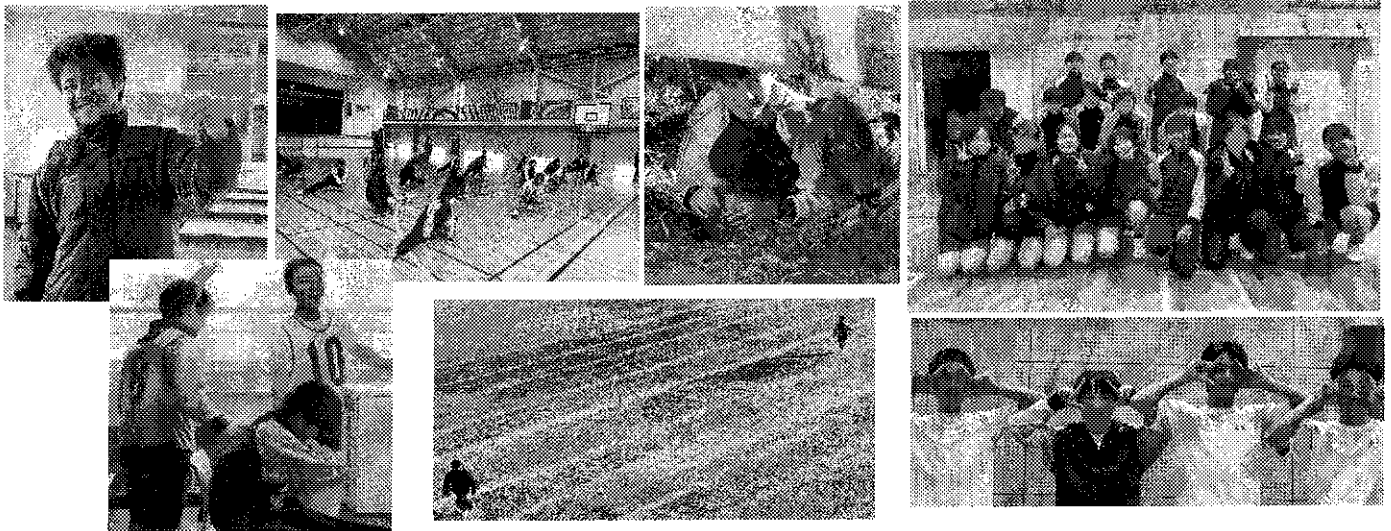
11月21日(金)に学校薬剤師の中山裕美様を講師に招き、薬物乱用防止教室を開催しました。危険ドラッグの使用は勿論、病気等を治すための薬であっても用法・用量を間違えないようにして服用等することも大切であると学びました。

学習の後半では、誘われたときの断り方、その場から逃げる方法などについても学びました。「自分はしない」でも、「先輩などから誘われたら…どうしよう?」ではなく「ダメなものはダメ」という強い気持ちを持ち「断る勇氣」、「その場から逃げる勇氣」を持つことが大切であることを学びました。



生徒会主催のレクリエーション

11月27日(木)、生徒会主催行事としてレクリエーションが行われました。これは、生徒会執行部員が「学校生活を楽しく思い出に残るものにしていきたい」と1年前、生徒会役員選挙の立会演説会で公約したことをもとに開催されました。内容は、かくれんぼと鬼ごっこを掛け合わせたようなゲームでした。途中、捕まった人を解放するためのイベントがあるなど、みんなが楽しめるようによく考えられていたこともあり、笑顔あり、一生懸命に逃げる・追いかける、そして考えて行動する場面ありと生徒同士の交流や絆が深まった行事でした。



11月26日(水)、PTA 教育講演会が開催されました

講師として、奥田稔彦様を招き、「声かけ一つで変わる子供のメンタル～親だからできるサポート～」と題してご講演いただきました。

“言葉は人を変える魔法であり、言葉がけ一つで心は動き、記憶に刻まれる”、親や先生の一言が子供の心を強くし、未来を変える力になると教えていただきました。また、声かけ一つで子供の様子が本当に変わるということを、実際に生徒への声かけと動きを通して学ばせていただきました。

保護者・教職員も子供達を支え、やる気にさせる声かけの仕方について熱心にメモするなど、明日から使える心の支援の方法について学ばせていただきました。そして、目標を達成するためには、「能力×考え方×情熱」という目標達成のための公式があることを説明された後、「自分は何がしたいのかを明確にし、情熱を持って取り組むことが大切である」と奥田様は話されました。とても有意義な時間になりました。奥田様、ご講演ありがとうございました。

講演の前には資料「メディア機器やネットと上手につき合おう！」(高野中学校区メディア利用に関するアンケート集計結果)をもとに本校職員が話をしました。メディア利用の在り方など、この度の講演内容をいかして、ご家庭での過ごし方について今一度話し合っていたいただきたいと思います。



高まるスピーチ：自己表現活動の充実に向けて

12月9日（火）に1・2年生の代表が全校生徒の前でスピーチしました。1年生は「学校行事を通して自分が成長したこと」をテーマに話しました。内容は「合唱コンクールを頑張ったこと、この活動でコミュニケーション力が少しあがったこと、協力の必要性を知ったこと」などでした。また、2年生は「今、夢中になっていること」をテーマに話しました。「バレーボールを頑張っている。今度（1月）県大会に出場することもあり、チームで協力して頑張れるように練習していきたい。」というものでした。スピーチの後、聴いていた生徒から感想や質問など意見交流を行いました。

3年生が、12月10日（水）から4回にわたり自己表現活動として高まるタイムの時間に発表しています。10日には、2名の生徒が発表し、一人は「野球選手になりたい。そのために今頑張っている。高校に入っても頑張りたい。」と話し、もう一人は「生徒会活動を頑張った。その中で『継続は力となる。』ことを実感し、頑張りを続けることで自分の成長につなげた。これからはみんなで協力して高校生活を充実させたい。」と話していました。これらを聴いた1・2年生は、目標を持つこと、何かに一生懸命取り組むことで自分が成長するということを改めて学んだようです。



高野保健福祉センターに文化祭の作品を展示しています。

地域の方々に見ていただくため、文化祭で展示発表した作品の一部を高野保健福祉センターに12月24日（火）まで展示しています。よろしければご覧ください。

この事業は、
余り羽根共同基金を
活用しています。



2学期末懇談会を12月19日（金）に実施します。

各担任からご案内しましたように、2学期末懇談会を実施します。時間については、配付したプリントまたは、学びポケットでご確認ください。

1月行事予定表

月日	曜	学校行事	下校バス
1月1日	木	元旦	【12月27日(土)～1月4日(日)】 庄原市内の小中学校では土日を含め9日間を 年末年始の閉庁としています。この期間に、生徒 の指導や対応に関して緊急の措置を必要とする 場合等の連絡先は、「庄原市教育委員会 教育指導 課 (0824-73-1184)」です。
1月2日	金	閉庁日	
1月3日	土		
1月4日	日		
1月5日	月		
1月6日	火	冬季休業日終了 共同事務	
1月7日	水	始業式 スクールカウンセラー相談日	17:05
1月8日	木		15:10
1月9日	金	3年7校時授業	17:05
1月10日	土		
1月11日	日		
1月12日	月	成人の日	
1月13日	火	県スキー選手権大会(恐羅漢)15日まで 3年7校時授業	17:05
1月14日	水	庄原市一斉学力調査(1・2年)15日まで 3年7校時授業 スクールカウンセラー相談日	17:05
1月15日	木	授業参観・学級懇談会	15:50
1月16日	金	英語技能検定③ 生徒朝会	17:05
1月17日	土		
1月18日	日		
1月19日	月	3年7校時授業	17:05
1月20日	火	3年7校時授業	17:05
1月21日	水	スキー中国大会(鳥取県)23日まで 3年7校時授業	17:05
1月22日	木	広島県公立校等学校一次選抜等 出願登録開始(2月3日16時まで)	15:10
1月23日	金	全校朝会 日本漢字能力検定③	17:05
1月24日	土	県バレーボール新人大会(福山:25日迄)	
1月25日	日		
1月26日	月	1・2年実力テスト	17:05
1月27日	火	3年学年末試験	17:05
1月28日	水	3年学年末試験	15:10
1月29日	木	令和8年度入学説明会 3年学年末試験	17:05
1月30日	金	文章読解・作成能力検定	17:05
1月31日	土		

冬休みの部活動の予定
12月24日(水)から
12月26日(金)の午前中です。
詳しくは、後日配付の冬休みの
しおりをご覧ください。

この行事予定表の下校バ
ス時刻の10分前が全校生
徒の完全下校の時刻です。
ご確認ください。

【1月7日(水)】
3学期の始業式です。
冬休みの宿題は計画的に取り
組みましょう。

【1月7日(水)・14(水)・21日(水)】
スクールカウンセラー来校
日です。(21日は午前のみ)相
談の希望がございましたら、
中学校(86-2221)までお問い
合わせください。

【1月14日(水)・15日(木)】
1・2年生を対象に、庄原市
内一斉学力調査を実施しま
す。

【1月15日(木)】
授業参観日について、12月
10日(水)に案内を配付しまし
た。ご確認ください。

【1月26日(月)】
1・2年生は実力テストを実
施します。公立高等学校の入試
を意識して1日で5教科のテス
トを行います。

【1月27日(火)～29日(木)】
3年生は学年末試験を実施
します。

青少年育成庄原市民会議高野支部だより

令和7年12月

【令和8年 標語】

ひとことで
心と地域に
咲く笑顔

高野中学校 3年生 いのうえ とあ 井上 翔愛

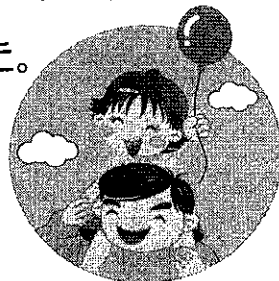
これは、令和8年「あいさつ運動推進標語」に選ばれた標語です。

元気なあいさつは、みんなを笑顔にしてくれます。笑顔があふれる温かな地域で、子どもたちが健やかに育ってくれることを願ってステッカーにしました。

それぞれ、家庭や事業所の目立つところに貼っていただき、令和7年の目標として、毎日のあいさつ運動を実践しましょう。そして、子どもたちの思いをみんなで広げていきましょう。

「青少年育成庄原市民会議高野支部」では、子どもたちが健やかに育つ明るい環境づくりの一環として、『あいさつ運動の推進』を家庭・地域で取り組む活動を進めています。

昨年に引き続き、高野小学校・中学校の児童生徒のみなさんから標語を募集したところ、82 点の応募がありました。その中で、高野中学校3年生 井上 翔愛さんの標語を選定し、ステッカーにしました。



他にも候補として次のような標語がありました。一つ一つの標語に子どもたちの思いが込められていると感じます。

- ・ げんきよく おはようさようなら またあした (小1) 藤原^{ふじわら} 友樹^{ともき}
- ・ あいさつを にこにこえがおで 元気よく (小2) 田中^{たなか} 結葵^{ゆき}
- ・ あいさつは いつでもどこでも 自分から (小3) 藤原^{ふじわら} 秀人^{ひでと}
- ・ あいさつは 毎日元気の もとになる (小4) 上田^{うへだ} 碧^{あおと}
- ・ 元気よく 道行く人に こんにちは (小5) 小川^{おがわ} 倫花^{りんか}
- ・ あいさつで 町の元気が アップする (小6) 八谷^{やたがい} 昊我^{こうが}
- ・ あいさつで 心温め つながる地域 (中1) 大坂^{おおさか} 奈央^{な お}
- ・ はじめまして 仲良くなるための 第一歩 (中2) 伊達^{だて} 美桜^{み お}
- ・ いつの日も 人に挨拶 心地よく (中3) 平野^{ひらの} 朔矢^{さくや}

〔応募のあった全ての標語を掲載できなくて申し訳ありません。〕

「あいさつ」の言葉を、みなさんはいくつ知っていますか？

どのくらい使っていますか？

「おはよう」「こんにちは」などの出会いのあいさつ、「ありがとう」「お陰さま」など感謝のあいさつ、「ごめんなさい」「すみません」などのお詫びの言葉。

あいさつは、家庭や地域の中で、人と人との距離を縮め、心と心をつなげるかけ橋になります。それを声に出して伝えようとする小さな勇気が、明るい家庭や元気な地域づくりにつながるのではないのでしょうか。

ステッカーを毎日見て、おうちの中でも外でも、いつでも誰にでもあいさつができ、元気いっぱいの高野町をみんなでつくっていきましょう！



発行：青少年育成庄原市民会議高野支部

事務局：庄原市役所高野支所 地域振興室 市民生活係

TEL 0824-86-2115 FAX 0824-86-2062

第1回

手芸教室

♡と き:令和7年1月20日(火曜日)13時30分～

♡と ころ:上高自治振興センター

♡講 師:長瀬 利子さん

♡内 容:手袋で作るうさぎ

♡参加費:一人 500円

♡持ってくるもの:裁縫道具

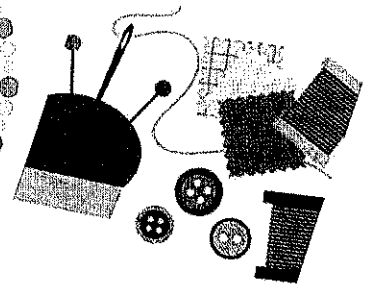
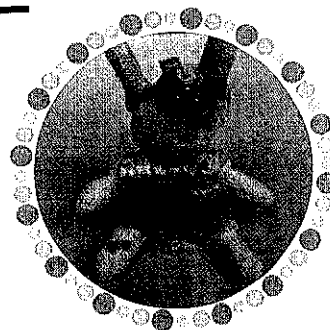
♡申し込み先:下記の申し込み用紙に必要事項を記入の上、

上高自治振興センターまでご持参もしくはお電話ください。

※上高自治振興センター:電話番号:86-2214

♡締め切り:令和8年1月13日(火曜日)

♡なみかカードをご持参ください。(10ポイント付与)



きりとりせん

手芸教室 申し込み用紙

氏 名

電話番号



上高自治振興区 暮春ちだより

(令和7年12月19日発行)

庄原市高野町新市 1283 番地

☎:0824-86-2214

FAX:0824-86-2357

e-mail: kamitaka.zichi@gmail.com

雪も降り始め、いよいよ本格的な冬の訪れを感じる季節となりました。一年を通じて、地域の皆さまには多大なるご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。寒さ厳しい折、インフルエンザ等も流行しておりますので、どうぞお体を大切に、温かくしてお過ごしください。新しい年が皆さまにとりまして、健やかで幸多き一年となりますようお祈り申し上げます。

第3回 フォトコンテスト作品 “優秀賞” 発表!!

第3回上高自治振興区フォトコンテストを開催しました。11月2日の文化祭と、その後一週間の展示で、お越しいただいた皆様に投票していただきました。その結果、優秀賞は、『一夜の夢』の作品を出展された宮野美代子さんに決定いたしました。皆様より「月下美人の短い時間の美を表現している」「珍しい花を見せていただきました！タイトルが素晴らしい」「めったに見られない花一夜限りの花・ステキ！」など感想をいただきました。とても美しい素敵な作品でした♡

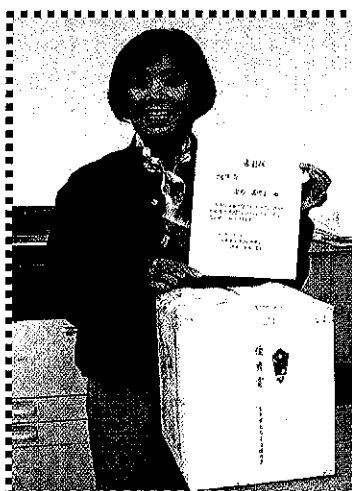
宮野様、二年連続の優秀賞おめでとうございます。ご参加いただいた皆様、投票して下さった皆様、ありがとうございました。

※上高自治振興区では、次年度も「フォトコンテスト」を計画したいと思います。ぜひ、日常の素敵な写真を記録に残し、ご応募よろしくお願いいたします。

★優秀賞作品★

宮野美代子さん

『一夜の夢』



とても嬉しいです♡二年連続賞をいただくなんて思ってもいませんでした。ありがとうございます！

〈宮野さんのコメント〉



- 月下美人 -

★1月:各事業予定★

シニアストレッチ教室



毎週月曜日

午後2時45分～3時30分
参加費:1回 300円

上高自治振興センター

※なみかカード持参者には10ポイント付与
(ただし、毎月1回のみ付与とする)



子ども塾(小学生)



毎週水曜日

午後4時～5時30分
受講料:3,000円/月

上高自治振興センター

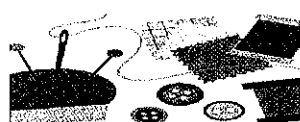
【講師】児玉光子先生(高野町)

※基本からしっかり学べる。

楽しい塾です☆



手芸教室



1月20日(火)午後1時30分～

内容:手袋で作るうさぎ

参加費:500円 裁縫道具持参

締切:1月13日(火)

上高自治振興センター

※行政回覧でチラシを各戸配布しています。

※なみかカード持参者には10ポイント付与

※手芸で楽しいひと時をすごしませんか



高齢者福祉部会出前講座『誤嚥性肺炎の予防』 11/18(火)

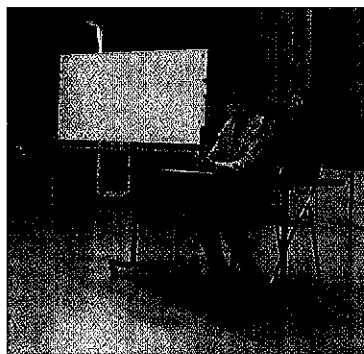
今回の出前講座では、庄原赤十字病院看護師 竹岡雅美様を講師にお迎えし、「誤嚥性肺炎の予防」についてご講演いただきました。当日は男女 22 名の方が参加され、皆さん熱心にメモを取りながら、講師のお話真剣に耳を傾けておられました。参加者からは「日常生活で気をつけるポイントが分かりやすかった」「予防の大切さを改めて実感した」といった声も聞かれ、健康づくりへの意識が一層高まる有意義な時間となりました。



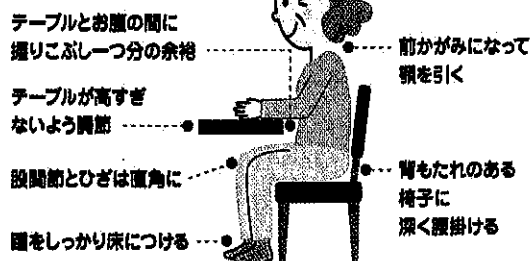
質問コーナーでは、皆様から積極的にいろいろ質問をされていました。中には、どのような状態が誤嚥しているのかという質問もありました。

【回答】

- 食べ物が入った時、咳が出るのは防御反応であり、異物を吐き出そうとしている状態
- 咳も出ず、症状がなく肺炎になるのが、最も怖い。これは誤嚥に気づかないまま細菌が肺に入り、誤嚥性肺炎を起こしてしまうケース
- 発熱や食べ物が詰まる感覚も誤嚥のサインになることがある



姿勢のチェック



免疫力を高める

- ・十分な睡眠
- ・ワクチン接種
- ・好きなことをする



口腔ケア

- ・オーラルフレイルチェック
- ・歯磨き、入れ歯磨き、うがい
- ・口の体操やマッサージ
- ・定期的な歯科受診



運動

- ・嚥下機能を鍛える「ごっくん体操」
- ・ほほ・口の周り・舌の運動
- ・全身の運動(散歩・ラジオ体操)

食事

- ・バランスの良い食事(タンパク質)
- ・よく噛んで食べる
- ・食べ物の硬さ、形状に注意
- ☆さらさらした液体
ばさばさ・ボロボロ
固形と液体に分かれる



『誤嚥性肺炎の予防』

- ・何らかの理由で食べ物などが誤って気管に入ってしまうことを「誤嚥」
- ・肺に入った異物に含まれる細菌が原因となって起こる肺炎のことを「誤嚥性肺炎」肺炎は日本人の死亡原因の4位で、肺炎による死亡者の96.5%が65歳以上、そのうち誤嚥性肺炎が原因でおこる肺炎は全体の約70%

※講師の竹岡様、ご参加いただいた皆様ありがとうございました！

※上高自治振興区

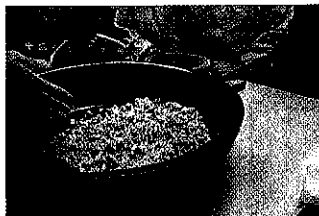
電話番号(0824)86-2214 e-mail: kamitaka.zichi@gmail.com

そば打ち教室 11月26日(水)

このたび、講師として『口和そばの会』の皆様をお迎えし、そば打ち教室を開催しました。まずは大田講師によるそば打ちの実演。見事な手さばきで、美しいそばが仕上がりと、参加者一同感嘆の声をあげました。続いては生徒の皆さんの挑戦です。そばの会の方々の丁寧なご指導のもと、そば打ちに取り組みましたが、なかなか思うようにこねられず苦戦する場面も…。それでも講師に手助けいただきながら、太さの異なる個性豊かなそばが完成しました。出来上がったそばは、手作りの香り高い出汁とともに味わい、参加者からは「自分で打ったそばは格別！」との声が聞かれました。学びと笑顔にあふれる、充実したひとときとなりました。



講師の『口和そばの会』の皆さん



今回は「丸」ではなく「四角」に伸ばす方法を実践。そば粉 500g + 中力粉 100g、水は粉の 44% (265cc) で仕込む。水は 3 回に分けて行い、最初の水は多めに入れ、パン粉状態になるまで、あおるように混ぜる。この作業が一番のポイント。2 回目に少し水を入れまぜ、3 回目の水で硬さの調整をし、菊の花のようにこねて丸くする。麺棒で伸ばし、回転させながら薄く均等に四角に伸ばし、生地を折りたたんで、切り揃えたら完成です。



切るのも難しい大きな包丁



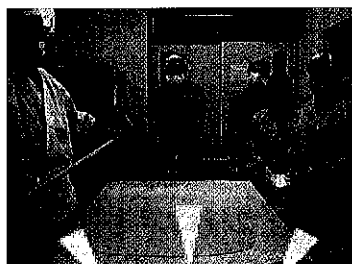
こねるの難しいなあ～



伸ばして伸ばしてお上手です



麺棒を使用して折りたたみます



皆さんの作品です！



講師の皆様、ご参加いただいた皆様
ありがとうございました



美味しいそばの完成です
みんなで美味しく頂きました♪

※上高自治振興区では、色々な教室を開催しております。皆様のご参加をお待ちしています！



和南原自治会 防災訓練 11月16日(日)

11月16日(日)、晴天のもと和南原コミュニティーセンターで防災訓練が行われました。消防団員をはじめ、多くの地域住民の皆さんが参加されました。当日は消火訓練や備品の点検、炊き出しなどを実施し、災害時の対応を一つひとつ確認しました。参加者は「いつ起こるかわからない災害に備える大切さ」を改めて感じながら、真剣に取り組まれました。



消火訓練



備品の整備



炊き出し



おいしそう♡

※和南原自治会の皆様、
情報提供のご協力ありがとうございました！



和南原地区の皆様



新市交差点信号機廃止のお知らせ

庄原警察署より、新市交差点に設置されている信号機について、兼ねてから交通量や安全性に関する測定・調査・検討が行われた結果、廃止が決定された旨の報告がありましたのでお知らせいたします。

・廃止日:令和8年3月31日

・撤去予定:令和8年4月中

地域の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、十分な検討を経ての決定であることをご理解いただき、今後とも安全な交通環境づくりにご協力をお願いいたします。

※ 上高自治振興区では、皆様からの情報をお待ちしております。
電話番号 0824-86-2214 e-mail: kamitaka.zichi@gmail.com

* 御 礼 *

宇山茂之様より上高自治振興区に
ご寄付いただきました。ありがとう
ございました。



良いお年を
お迎え下さい。





【福祉だより】

上高自治振興（福祉）地域マネージャー

令和7年12月



今年も「やってきました冬將軍」

暑かった夏が終わり「秋がなくいきなり冬になったような気がします」皆さん身体はしっかりと季節について行っていますか？

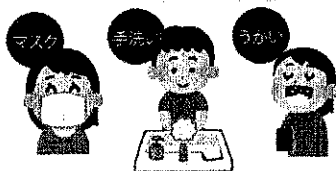
風邪・インフルエンザ予

脱水症予防

手洗い・うがい・マスクの着用を心がけましょう。室内を加湿して乾燥を防ぎましょう。



感染症予防の基本



ヒートショック

急激な温度差は血圧の変動をまねきます。入浴前に脱衣所や浴室を暖める、急に熱いお湯に入らない。トイレも暖房で温かくしておきましょう。



冬でも水分不足になります。暖かい白湯・お茶・スープ・紅茶などでこまめに水分を取りましょう。味噌汁もおすすです。

水分不足による主な症状例



水分補給のタイミング



転倒予防

雪道や凍結路面では滑りやすくなります。杖や滑り止め付きの靴を活用して、歩幅を小さくするなど安全に気をつけましょう。



【お知らせ】

上高自治振興区で毎月一回第4木曜日にデイホームきょうもいこう家を実施しています。町内にお住まいの65歳以上の全ての人たちが対象です。お隣さん、近所、お友達を誘いあわせて、参加して下さい。皆さんでおしゃべりをしたり体操やゲームなどをして楽しい1日を過ごしましょう。

寒さが厳しくなると、外出が難しくなる方も増えます。

近所で声を掛け合い、安否確認をしましょう。

一人暮らし、二人暮らしの高齢者の見守り、除雪や買い物の声掛けが（大きな助け）（地域の安全）につながります。

寒さが厳しくなり、体調を壊しやすい季節です。こまめな水分補給や室内の加湿を心がけ、風邪・インフルエンザ予防に注意しましょう。また、雪道での転倒事故も増えます。外出の際は声を掛け合い、近所で安全を守っていきましょう。

今年も1年ありがとうございました 来年もよろしくお願いします
良い年をお迎えください 来年はうまうまくいく年♡



シモタ
カフェ

とんどやき

2026年1月25日(日)11時点火

下高自治振興センター前グラウンド

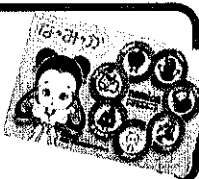
どなたでもご参加大歓迎です!

※詳しくは、別紙チラシをご覧ください。

1月の行事予定

行 事 名	開 催 日 時	参加費	内 容
 たかの体験 冬	1月24日土曜日 10:00~14:00	大人 3,000 円 こども1,500 円 幼児無料	古民家雪国くらし体験と 杵と臼で餅つき
 シモタカフェ とんど	1月25日日曜日 10:00~12:00 ※11時点火	無料	1年間の無病息災を祈り とんど焼きを開催します どなたでもご参加大歓迎です!!
 書道教室 <サークル>	毎月第2・4月曜日 13:30~15:00	2,400 円/月 (教材費実費)	毛筆を中心に学びます 新メンバー募集中です♪
 ハンドメイド教室 <期間限定サークル>	毎週水曜日 13:30~15:30	材料代実費	冬季限定ハンドメイド教室が 1月14日からスタートします♪ 新メンバー募集中です
 子育て応援 とことこ	毎週木曜日 10:00~12:00	無料	和室を開放しています お気軽にお越しください♪
 パソコン教室 <サークル>	毎月第2・3・4金曜日 14:00~16:00	2,000 円/月	パソコン操作の基礎から応用 新メンバー募集中です♪

下高自治振興区が開催する生涯学習事業に参加いただくとなみかポイントを10ポイントプレゼント!参加される際にはなみかカードを忘れずお持ちください。



年末年始のご利用について

休館日 **12月27日(土)~1月4日(日)**

葬儀等の緊急時にはこちらの番号に連絡をお願いいたします。

080-1928-4276

編集後記

1年早いものであつという間に年末です。今年1年も地域の皆様に沢山のご協力を頂き、色々なイベントを行うことができました。ありがとうございました!来年も楽しいイベントを開催していきたいと思っていますので、よろしくお願いします。皆様、良いお年をお迎えください。

事務局



道の駅たかの通信 No.282

1年間の感謝を込めて

今年も残すところあとわずかとなりました。まずはこの一年、売り場を支えてくださったすべての出荷者の皆さまへスタッフ一同、心より感謝申し上げます。

記録的な暑さが続いた夏をはじめ、天候に振り回されることも多い一年でしたが、そうした中でも圃場に足を運び、手をかけ、試行錯誤を重ねながら出荷を続けてくださった皆さまのおかげで、ご来店いただいたお客さまがいつ来ても庄原の「旬」を味わえる売場を作ることが出来ました。

農業を取り巻く環境は年々厳しさを増していますが、その一方で、工夫や挑戦次第で新たな可能性も広がっています。今年は新たに「ちょいチャレ応援金」を創設し、新しい事に挑戦される出荷者をサポートする取り組みがスタート。苗の購入やパッケージデザインのリニューアルなどに取り組んでいただきました。

道の駅たかのは来年も、「作る人」と「食べる人」をつなぐ場として、出荷者の皆さまの挑戦に寄り添い、共に考え、共に歩んでいきたいと考えています。

来る年が、皆さまにとって実り多い一年となりますよう、スタッフ一同心よりお祈り申し上げます。来年もどうぞよろしくお願いいたします！

道の駅たかの 2025.12.19

(広報・企画グループ)

庄原市高野町下門田49

☎0824-86-3131

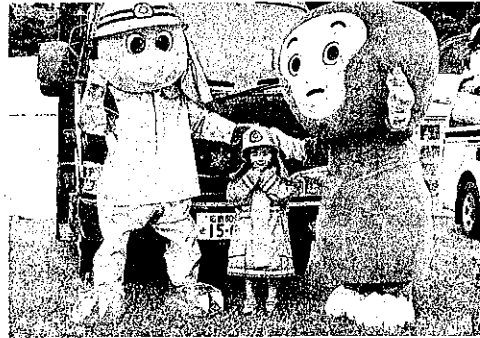
michieki_tak@takanoyama.jp

<https://www.takanoyama.jp>

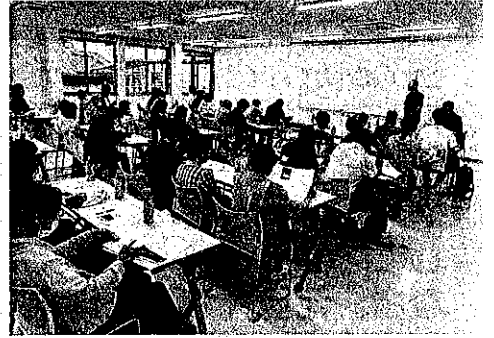
★Twitter・インスタも更新中♪



ぶどう栽培講習会(5月)



12周年記念感謝祭(6月)



出荷者協議会視察研修旅行
(8・9月)

イルミネーション点灯式を開催しました！

12月6日(土)、芝生広場にて、イルミネーション点灯式を開催しました。今年も芝生広場のモミジバフウの木5本と雪室の夜間ライトアップがスタートし、冬の夜をやさしく彩っています。

点灯式では、ちょっとしたハプニングもありましたが、すぐに復旧し、無事すべてのライトが点灯。会場からは安堵の笑顔が広がりました。

点灯式後には、特製の野菜汁が振る舞われ、多くのお客様に召し上がっていただきました。「おいしいね」「あったかいね」と声を交わしながら、湯気の立つ野菜汁を囲む皆さんの姿に、私たちスタッフも自然と心が和み、あたたかな気持ちになりました。

来年3月まで夜間ライトアップを行う予定です。雪が降ると、光と白銀のコントラストがより一層幻想的な風景を演出してくれます。冬ならではの景色を楽しみに、ぜひ足を運んでみてくださいね♪



約150杯分の野菜汁も完売御礼♪

裏面につづく♪

予冷库の清掃を行いました

12月8日、庄原・口和・西城の各予冷库にて清掃活動を行いました。多くの出荷者さんにご参加いただき、スタッフと声を掛け合いながら、1年間の汚れを丁寧に落としました。

草刈り用の鎌やほうきなど、それぞれが“マイ清掃グッズ”を持参され、連携よくてきぱきと作業を進めていく様子はとても心強く、改めて出荷者の皆さんの結束力を感じる時間となりました。

作業の合間には自然と会話も弾み、日頃なかなかゆっくり話す機会の少ないスタッフにとっても、貴重な交流の場となりました。

農繁期には、予冷库に入りきらないほど多くの出荷をいただき、トラックがいっぱいになって戻ることもしばしばありました。こうした日々の積み重ねが、道の駅たかのを支えていただいていることを、改めて実感しています。ご参加いただいた皆さま、本当にありがとうございました。

来年も引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。



庄原予冷库



西城予冷库

道の駅は年末年始も元気に営業致します♪

道の駅たかのは、年末年始も休まず営業致します。なお、大晦日・お正月三が日は営業時間を変更し、時短営業とさせていただきます。

大晦日（12月31日）は9:00～15:00まで、また正月三が日（1月1日～3日）は10:00～17:00までの営業となります。その他の営業時間や各施設の詳細につきましては、下表をご確認ください。

なお、元旦（1月1日）は毎年恒例のお正月イベントを開催します♪名物の餅つき・餅まきイベントに加え、毎年大好評の「新春運試しガラポン」も開催予定です。

ガラポンは1回500円、ハズレなしで豪華景品も当たるワクワクの内容となっています。新年の運試しに、ぜひチャレンジしてみてくださいね♪

年末年始も、皆さまのご来店をスタッフ一同、心よりお待ちしております♪

元旦イベント開始時間

- 餅つき 1回目：10:30～ 2回目：13:00～
- 餅撒き 1回目：11:30～ 2回目：14:00～
- 新春運試しガラポン 第1部：10:00～ 第2部：14:30～



	12/28(日)	12/29(月)	12/30(火)	12/31(水)	1/1(木)～ 1/3(土)	1/4(日)
駅舎全体 (直売所・たかの キッチン)	通常営業 (9:00～ 18:00)	通常営業	通常営業	時短営業 (9:00～ 15:00)	時短営業 (10:00～ 17:00)	通常営業 (9:00～ 18:00)
カフェレストランそ らら	12月25日(木) ランチタイムまでの営業 12月26日(金) ランチタイムまでの営業 令和8年1月4日(日) より営業再開 ※休業期間 令和7年12月27日(土)～令和8年1月3日(土)					

次回もお楽しみに♪

シモタ
カフェ

とんどやき

2026. 1. 25 (日) 11時点火

場所：下高自治振興

センター前グラウンド

時間：10時～準備開始！

12時終了

※お手伝い可能な方は
一緒に準備をお願いします。

点火の瞬間を盛り
上げてくれる丑年
の年男・年女の方
大募集！！

当日、点火にご参加いただいた年
男・年女の方には、ささやかな柄
をプレゼント ご用意していま
す。ぜひご参加下さい！

・豚汁、甘酒、飲み物な
どは有料ですが用意して
います

・飲酒運転厳禁にご協力
ください
・雨天中止

お問い合わせ：下高自治振興センター



86-2679

高野地域振興区連絡協議会だより

令和7年12月

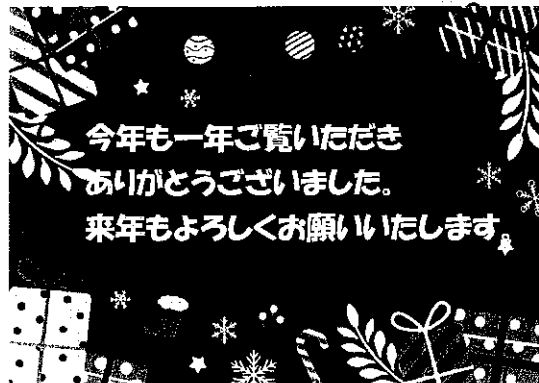
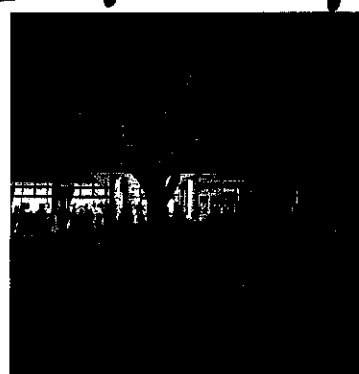
高野町のデーター(11/1)人口 1,398 人 614 世帯
前年比 人口△48 名△12 世帯

イルミネーション点灯式 12/1

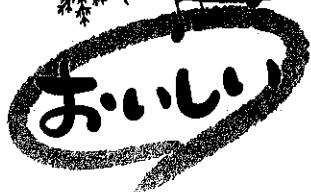
今年も冬の恒例行事「イルミネーション点灯式」が開催されました。
クリスマスソングの合唱とともに華やかに点灯され、イルミネーション
の光とシン鍋の温かさに包まれ、町民の皆さんの笑顔が広がりました。



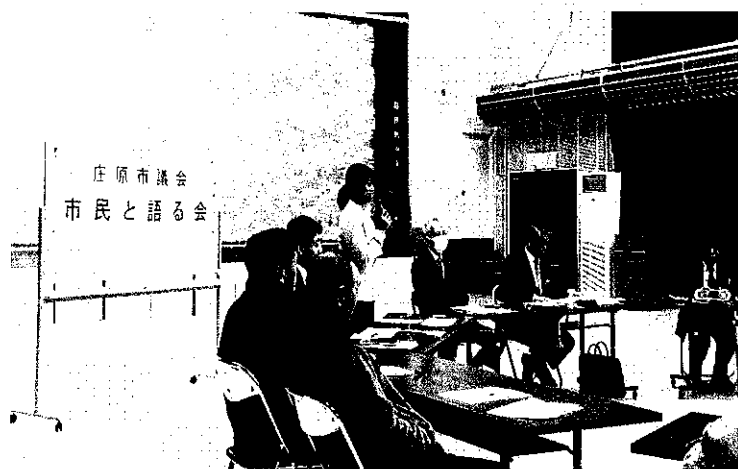
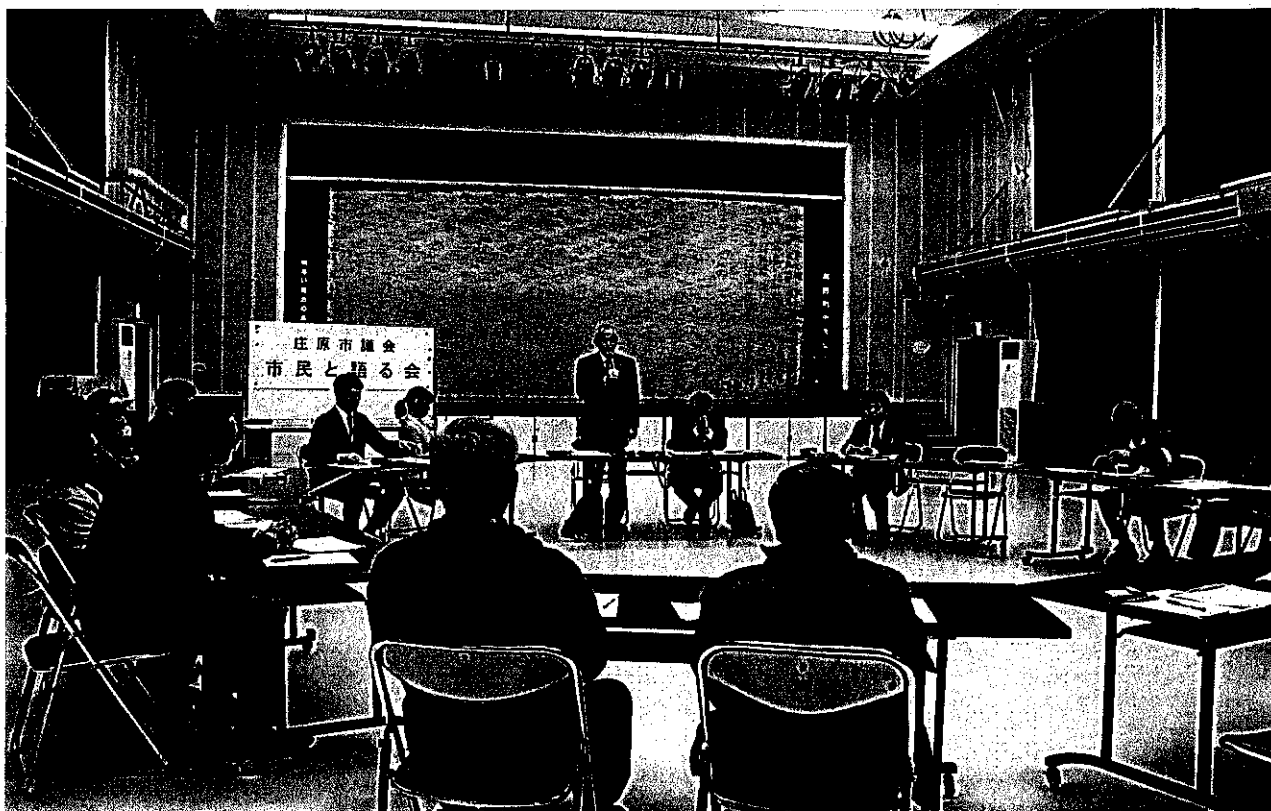
今年の
ライトアップも
綺麗です ♪



今年も一年ご覧いただき
ありがとうございました。
来年もよろしくお願いいたします。



令和7年度庄原市議会市民と語る会 11/17(月)



11月17日(月)に庄原市議会議員と各振興区、自治会役員による「市民と語る会」が開催されました。テーマは、高野町の課題を2つに絞り、「地域交通」と「定住施策」を中心に活発に意見交換がされました。地域交通については、今の現状や「おでかけわごん」の運行改正について情報の共有を行いました。また、これからの取り組みである貨客混載による買い物支援、道の駅出荷等に向けた仕組みをどのようにしていくか。他の地域へ視察等を行いながら、高野にあったシステムを考えていく必要があるなどの意見が出されました。

定住施策については、新規建築の希望はあるが、庄原市内では足りているとの見解があり難しい現状です。

今後民間の活用や空家(住める住宅)の確保や水の確保が必要である等多くの提案を頂きました。

現在長期総合計画が策定中であり、八谷市長の市政懇談でも一律ではなく、各地域ならではの対応をしていくといわれていることもあり、今後の取り組みが期待されます。

その他、庄原市での熊対策に対する意見もあり、参加者の皆様から多くの意見をいただきました。

これらに対し議員からは、今後も市民の声を反映しながら取り組んでいきたいとのコメントがありました。



こんにちは。地域おこし協力隊の佐々木です。 12月に入り雪が舞い始め、寒さが一段と厳しくなってきましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。私は高野に来て3度目の冬を迎えますが、まだこの町の雪深さや冷え込みには慣れきれていません。それでも、体調を崩すことなく元気に新しい年を迎えられるよう、日々の暮らしに気を配りながら過ごしていきたいと思います。

<小学校 大根・りんご販売> 11/27

道の駅たかので、小学校3・4年生は大根を、5年生はりんごの販売を行いました。当日は高野町内の多くの方々や道の駅の利用者にご購入いただき、大盛況となりました。販売の前々日に行われた収穫や準備の様子、そして当日の販売の様子をお伝えします。

大根収穫 <11/25>

9月に種まきをして育ててきた大根約 1000 本を収穫して洗浄、ひげや葉を整えたりして、綺麗な大根にしました。

りんご袋詰め <11/25>

みんなで 150 袋のりんごを袋詰めしました。



道の駅での販売 <11/27>

皆で協力してレジを担当したり、手作りの看板やのぼりを使ってお客さまの誘導や呼び込みを行いました。



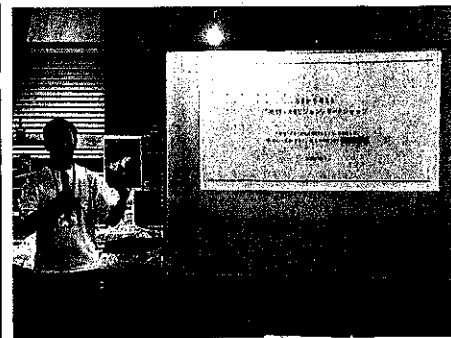
<小学校・保育園芋掘り> 11/14

高野小学校の1・2年生と高野保育園の園児たちが、6月に植えたさつまいもの収穫を行いました。小学生は園児とペアになり、サポートしながら一緒に作業を進めました。約30分間の取り組みで、一輪車2台がいっぱいになるほど、たくさんのさつまいもを収穫することができました。



<未来ビジョンワークショップ>

今年3回にわたり開催されたワークショップの成果発表会が行われました。参加者が真剣に議論を重ねて作成した「高野の未来ビジョン」を発表し、高野町内外から多くの方々が来場しました。この日は市長も出席され、高野のまちづくりに対する思いを共有する良い機会となりました。



<酒造り体験> 11/27

毎年春と秋の年2回、酒米イベントを開催しています。そこで収穫された高野産米を使った日本酒づくりを、藤井酒造・ファーストクリエート（松原組）・高野町が協力して進めています。この日は竹原市の藤井酒造を訪れ、酒造りの体験を行うとともに、今後の取り組みについて意見交換を行い、親睦を深めました。



高野で遊び、高野で暮らす。

たかの移住サイト

高野移住定住サイト・高野地域自治振興区連絡協議会のInstagram、フェイスブックにて、高野町のイベント、お知らせ、日々の出来事などを発信しています。下記のQRコードを読み込みご覧ください、フォローやいいね！もよろしくお願いします。



高野地域自治振興区連絡協議会

たかの移住サイト



高野地域自治振興区
連絡協議会 Instagram



高野地域自治振興区
連絡協議会 Facebook

