

ウォーキングで健康を目指そう！

～50万歩達成した方にブルゾン(ジャンパー)をプレゼント～

私たちは体を動かすことで、糖尿病、心臓病、がん、肥満症、うつ病、認知症などのリスクを下げることができます。

今回広報と一緒に配布する「ウォーキング記録表」に、家事や仕事などの日常生活の歩数と、ウォーキングや運動の歩数を合わせて記録してください。

歩数が50万歩達成した方にはブルゾン(ジャンパー)を差し上げますので、是非挑戦してみませんか。また、ご希望の方には歩数計を貸出しますのでお気軽にお問い合わせください。



《お問い合わせ先》 保健福祉センター 保健みらい課 ☎ 63 - 1311

HOT TOPICS むらのわだい



5/2

「高山ジュニアファイターズ」

県大会に出場する！

晴天に恵まれた5月2日(日)桐生球場を舞台に、吾妻郡の代表として、高山ジュニアファイターズが第40回関東ブロックスポーツ少年団競技別交流大会群馬県予選会に出場しました。

出場した10人の選手達は、県大会の雰囲気や緊張に臆することなく、日頃の練習の成果を十分に発揮し、対戦相手と互角の戦いを繰り広げ、応援に駆けつけた保護者の皆さんから盛んな声援を受け健闘したものの、残念ながら勝利することは叶いませんでした。

選手のお皆さんにおかれましては、今回の経験を生かし今後ますますのご活躍を期待いたします。

5/25

林 昌枝氏 群馬県総合表彰受賞



林 昌枝氏が群馬県総合表彰「自治功労」を受賞され、令和3年5月25日村長室において、吾妻県民局森田局長より、伝達されました。平成15年5月高山村議会議員に当選以来、現在に至るまで議員として、また、令和元年5月から高山村議会議長として、高山村の発展・向上にご尽力されています。その功績が認められ今回の受賞の栄に浴されたものです。

林氏におかれましては、健康に留意され、今後も本村の発展にご尽力くださいますようお願いいたしますとともに、益々のご健勝をお祈りいたします。

4/9

平形ハナエさん 満100歳慶祝訪問



茶屋ケ松の平形ハナエさんが4月9日に満100歳を迎えられました。後藤村長が自宅を慶祝訪問のため伺うと、ハナエさんはとても元気な様子で、ピンクのちゃんちゃん姿で出迎えてくれました。村長が祝金と記念品をお渡しすると、とても喜んでくださいました。

長生きの秘訣を尋ねると「何でも良く食べて、良く動くこと」だそうです。これからもお元気で過ごされますよう願っています。

5/15

「村民限定」小野子山 ゴヨウツツジ登山開催



5月15日(土)高山村ガイドボランティア主催で「小野子山ゴヨウツツジ登山」を開催しました。当日は曇りでしたが、村民限定で募集した参加者6名で、標高2008・3mの小野子山の中腹にあるゴヨウツツジを目指しました。ゴヨウツツジは満開ではありませんでしたが、五葉に混ざって白い花が咲き誇っていました。その他にも、道ばたのユリ類や紫色のミツバツツジなどを観察しながら、楽しく頂上へ向かいました。

高山村ガイドボランティア

5/7

こどもの日集会

5月7日(金)、こどもの日集会を行いました。自作の鯉のぼりをみんなの前で紹介しました。工夫したところや頑張ったところもうまく発表できました。元気に「鯉のぼり」の歌をうたい、「かしわ餅ゼリー」を食べました。

また、子どもたちが大きく立派に成長するように「鯉くぐり」も楽しみました。



5/4

消火栓の使い方訓練

5月4日、飯塚第一区長の要請により、消防団員が地区の皆様に対し、消火栓の使い方や水利の確認、消火技術を知ってもらうための訓練を行いました。

いざという時、消火栓を使った経験があることで実際の火災現場で役立つ場面があるかもしれません。地区の皆様にとって今回の訓練は大切な経験となりました。

消防団員の方々には、家庭や仕事がある中、火防廻りや、訓練、点検など日々の消防活動を行っていただいていることに対し、深く感謝をいたします。

写真は実際に消火栓を使い、放水を行った様子です。



火災現場は危険が伴います。まずは自分の命を守る行動をとってください。

一、火災が発生した場合

まずは「119番」に通報し、危険を感じた場合は避難してください。

二、初期消火を行う場合

消火活動は1人では行えません。必ず2人以上で行ってください。

5/7

交通指導員の活動について

高山村では、6名の方に交通指導員として活動していただいています。

春夏秋冬行われる交通安全運動期間の街頭指導や、各行事での交通整理、小学生への交通安全についての指導など、多くの場面で活躍しています。

写真は、5月7日に行われた小学校交通安全教室での指導の様子です。



左から 飯塚興志次隊長・荒木賢次さん・飯塚亮一さん・平形玉緒さん・野口静子さん・松井由紀子さん