

健康づくり教室参加者募集

村では、村民の健康増進を図るため、健康教室を下記のとおり開催いたします。
令和6年度健康づくり教室に3回以上出席された方には参加賞を贈呈いたします。
参加を希望される方はぜひお申込みください。

- 開催日時 令和7年3月12日(水)
午前10時～11時30分 ※受付 9時15分～
- 会場 高山村保健福祉センター
- 内容 運動・姿勢測定
- 服装 動きやすい服装
- 持ち物 上履き・タオル・甘くない飲み物・他各自必要な物
- 申込み締切り 令和7年3月7日(金)まで

姿勢測定とは？

腰痛や肩こりなどの原因となる、骨格や骨盤のゆがみを専用カメラで測定します。



《お申込み・お問い合わせ先》 高山村役場 保健みらい課(高山村保健福祉センター) ☎0279-63-1311

生き生き元気の集い

～楽しく体を動かして、
みんなで元気に過ごしましょう～

- 開催日時 1回目 令和7年3月4日(火)
2回目 3月19日(水)
いずれも午後2時から
(午後3時30分ごろ終了予定)
- 場所 高山村保健福祉センター
- 対象 おおむね65歳以上の方
- 内容 体力測定・ストレッチ・体操・
足腰の痛みの相談 など
- 持ち物 上履き、水分補給のための飲み物、
タオル(浴用サイズのもの)

◎感染予防対策にご協力をお願いします。

なごみ茶屋

～おしゃべりやゲームなど、
みんなで楽しく過ごしましょう～

- 開催日時 令和7年3月11日(火)
午前10時から
(午前11時30分ごろ終了予定)
- 場所 交流施設 なごみ
- 対象 どなたでもご参加できます
- 内容 工作・ゲーム・ミニ体操 など



《お問い合わせ先》 高山村役場 保健みらい課(地域包括支援センター担当) ☎0279-63-1311

3月の当番医予定表

※診療時間は午前9時から午後5時までです。できるだけ時間内に受診してください。

※急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。

※在宅待機のため、原則として往診はいたしません。

※専門外の疾患の場合は対応しかねることもあります。

日	科	内 科	外 科	休日夜間当番病院
3月2日(日)		田島病院(中之条町) 0279(75)3350	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711
3月9日(日)		東吾妻町診療所(東吾妻町) 0279(59)3010	吾妻さくら病院(中之条町) 0279(75)3011	吾妻さくら病院(中之条町) 0279(75)3011
3月16日(日)		四万診療所(中之条町) 0279(64)2136	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711
3月20日(木)		しまだ医院(中之条町) 0279(76)3435	西吾妻福祉病院(長野原町) 0279(83)7111	西吾妻福祉病院(長野原町) 0279(83)7111
3月23日(日)		吾妻さくら病院(中之条町) 0279(75)3011	吾妻さくら病院(中之条町) 0279(75)3011	吾妻さくら病院(中之条町) 0279(75)3011
3月30日(日)		けんもち医院(中之条町) 0279(75)5155	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711	原町赤十字病院(東吾妻町) 0279(68)2711



人口と世帯数

(2月1日現在)

人口	3,258人	(-2)
男	1,619人	(-2)
女	1,639人	(±0)
世帯数	1,410世帯	(-1)

※()内は、前月との比較



納税等

★印が3月に納めていただく税等です。

	村県民税	固定資産税	軽自動車税	国民健康保険税	介護保険料	後期高齢者医療保険料	上下水道使用料
4月			●				
5月		●					●
6月	●						
7月		●		●	●	●	●
8月	●			●	●	●	
9月				●	●	●	●
10月	●	●		●	●	●	
11月				●	●	●	●
12月				●	●	●	
1月	●	●		●	●	●	●
2月				●	●	●	
3月				★	★	★	★

税金は 社会を支える あなたの会費

納期限(振替日) 令和7年3月31日(月)



たかやまの文壇

一月句会

初穀を探りて雀福寿草

方方でどんだの煙春むかえ

剪定の終はりし梅に願ひかけ

熱燗が恋しと友と言ひし夕

和包丁研ぎ整へる去年今年

遠嶺の低きも照らす初日かな

母の教へ此の頃おぼろ歳始め

しめなわも買つてすませる齢かな

北風の泣いているよな余韻かな

すれちがう心がふたつ冬ごもり

二月句会

庭先に春を拾いて乳母車

日溜まりに乳母車止めふきを握る

散る花のごとく舞くる春の雪

ことごとく夢は沈みて老の冬

竹細工はじめしままに逝く四温

喪心の悲しみ何処雪女

村の行く末案じて鬼の豆を撒く

今季最強寒波のニュース猫を抱く

日向ぼこ小犬を抱いて夢ん中

山里の陽はまろやかに水温む

蛙声会

末吉

良教

節子

キヨ子

泰枝

末吉

良教

節子

キヨ子

泰枝

末吉

良教