



年頭のご挨拶

下高自治振興区長 島津 宏

新年明けましておめでとうございます。親族を亡くされた方にとっては寂しい正月を迎えられた事とお察し申し上げます。昨年も新型コロナウイルスの影響で数多くの事業を中止もしくは縮小せざるを得ない状態であった事を残念に思います。そういう状況の中でも非常用発電機の導入により、停電時でもエアコン等使用できるようになりました。また、Facebookにより広報をできるようになりました。事務局員・地域マネージャー一体となり、子育て支援とことこ、山のゆうえんち、防災訓練等出来るかぎり取り組んできたつもりです。

また高野地域自治振興区連絡協議会では、教育部・定住部・経済部・TAKANO 未来会議の4部会がそれぞれ具体的な取組に入っておりますが詳しくは連協だよりで配布していますのでご理解・ご協力をお願いします。

楽しく暮らしやすい高野町にするために微力ではありますが頑張りますので、より一層のご助言・ご協力を申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

しめ縄づくり教室を開催しました

新年を迎える準備として恒例のしめ縄教室を開催しました。9名の申込をいただき12月17日に1回目を開催しましたが、今年はちょうど大雪とかさなってしまう、申し込みいただいた全員集まっていたしめ縄づくりはできませんでした。しかし、来れる日にきていただいて、講師の牧原晴美さんに教えていただきながら、縄ない・飾り付けをして立派なしめ縄が完成しました。



1月 地域マネージャー通信 向田 富美恵

あけまして
おめでとうございます



今年度もいろいろな行事を考えていこうと思っております。したいこと、やってみたいことありましたらどうぞご相談ください!! 令和4年もよろしくお祈りします。

今月のとことこ活動報告★

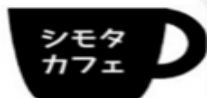
1月6日から通常開設を始めています。雪などで足元が悪いですが、遊びに来てくださいます!! 皆さんも足元に気を付けて来てください。お待ちしております♡



明けましておめでとうございます。

本年もシモタカフェでは色々なお話を地域の方として楽しいシモタカフェが出来たらと思っています。とんご参加下さい。お待ちしております～

1月のシモタカフェはお休みさせていただきました。2月のシモタカフェは開催予定です。下記をご覧くださいの上ぜひご参加ください。



2月 シモタカフェのお知らせ

2月のシモタカフェは『高野の冬と言えば?』というテーマで自分の思いをワイワイとお話していただければと思います。日時 2月3日(木) 13:30～1時間程度 (寒い時期のため日中開催を予定しております。)

場所 下高自治振興センター 和室

参加費 無料 (コロナの関係上申し込みが必要です。自治振興センターまでご連絡ください。)

※今後の新型コロナウイルス感染拡大の状況により中止する場合があります。ご了承ください!!

元気の秘訣！

素敵な人生に乾杯

第7回「音読！」



「音読」といえば、何だか小学生の宿題のようなイメージがあるかもしれませんが、音読する時、**脳の神経細胞の7割以上が働いている**ことがわかっています。人間として最も大切な、思考したり覚えたりする働きをする**前頭前野がこの時に活発に働いている**のだそうです。音読の効能はたくさんありますが、気持ち落ち着き、ストレス軽減にもなるそうですよ。

こんないいことは、子どもだけでなく大人もやっていいはずですよ！

すでに実行されている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？読む題材は、新聞のコラム（例えば「天声人語」「天風録」）のようなものが良いと聞きました。大事なことは「続けること」！さらに良いのは、「書き写す」ことなのだそうです。（そういえば「天風録を書き写す専用のノートがありますね。」

私はまず、「毎日、声を出して読むこと」から始めようと思います。

みんなでパワーアップ！



明けましておめでとうございます！今年もどうぞよろしくお願いいたします。

どんなに年齢を重ねた人も、みな経験したことのない「今日」を生きています。だから、不安になることや心配なことは尽きません。ただ、できる限り、元気でいたいと誰も思っているはず。自分の歩く先に「人生のモデル」があればどんなにいいだろうと「元気の秘訣」のコーナーを始めました。今回で7回目を迎えました。これまで取材に応じてくださった6人の素敵な先輩方に感謝申し上げます。たくさんのエネルギーを頂くことができました。まだまだ、たくさんいらっしゃいます！もちろん、先輩だけでなく、元気な若い人にも学ぶところがたくさんあります！「こんな人がいるよ！」と紹介してください！そして、若いパワーを吸収させてください！お待ちしております。

下高自治振興センターTEL：0824-86-2679までお願いします。

臨時職員 ご挨拶

1月から臨時職員として働かせていただくことになりました小川です。まだまだ分からないことばかりですが、微力ながら少しでも地域のお役に立てればと思います。よろしくお願いいたします。 小川有里絵

2月行事予定

☆新型コロナウイルス感染対策として、中止や延期になる場合があります
参加される際にはマスクの着用をお願いいたします

行事名	開催日時	参加費	内容
 シモタカフェ	2月3日木曜日 13:30~14:30	無料	フリーの会「高野の冬について語ろう！」 詳しくは中ページをご覧ください。
 子育て支援 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まで 新メンバー募集中です
 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

編集後記

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。これから年度末に向けてまだまだイベントなどやりたいこと考えていますが、また新型コロナウイルスが広がってきているのでどのようになるのか、心配ですが開催の際には感染対策をしてのご参加お待ちしております。

私事ですが、今月で産休に入ります。戻ってきた際にはまたよろしくお願いいたします。 井上

休館日のご利用について

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