

## 「こころの健康相談」のご案内

眠れない、ゆううつ、お酒を飲むと人が変わる、物忘れ、ひきこもりなど、こころの悩みがあり相談したい方を対象に、精神科医師による相談を実施いたします。

- 日時 4月24日(木) 午後2時から(予約制)
- 場所：いぶき会館(3階)
- ※相談は、**予約制**です。相談希望は、**4月21日(月)まで**

### 《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



## よい歯で元気 たかやまっ子!!

2月に実施した3歳児健診において、むし歯のなかったお子さんをご紹介します。

みんなも、むし歯のない元気な「たかやまっ子」を目指して、頑張りましょう!



みねりおなさん



## 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4月8日(火)  
2回目 4月24日(木)  
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)

## 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4月15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



◎感染予防対策にご協力をお願いします。

《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

## 4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
4月6日(日)		中山診療所(高山村) 0279(70)5007	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
4月13日(日)		後藤医院(中之条町) 0279(75)2230	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
4月20日(日)		小池医院(東吾妻町) 0279(67)2030	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
4月27日(日)		吾妻脳外循環科(東吾妻町) 0279(68)5211	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
4月29日(火)		くりはら医院(東吾妻町) 0279(68)0355	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



## 人口と世帯数 (3月1日現在)

	人口	3,255人 (-3)
	男	1,619人 (±0)
	女	1,636人 (-3)
	世帯数	1,414世帯(+4)

※( )内は、前月との比較



## 納税等

★印が4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4月30日(水)



## みんなの広場

### たかやまの文壇

#### 三月短歌会

#### 高山村短歌会

冬の花各種健気の咲き誇る  
杖を頼りてあしたの散歩  
北毛の銀嶺望む高台に  
木枯し荒ぶ夢は現に  
最強寒波居すわるいてし朝  
大気つんごく様に雉の一声  
宇宙開発に偉業成したる「はやぶさ」の  
テレビ特番涙して見る  
一つ落ち次もまた落ち椿花  
落ちて久しく落ち椿花  
ベランダにコーヒー香り風光る  
雲緩やかにはるか彼方へ  
水温みせせらぎの音和らかに  
自然の歌を奏でることく  
好きだよも有難うとも言えぬまま  
先立たれし妻の七回忌くる  
雪の下で息をしている草のあり  
小鳥もわれも春を待ち居り  
初孫の嫁になる日に唄う歌  
直ぐに決めたり「青い山脈」  
ささ舟を流してみたい川がある  
遠い昭和のレンゲ田のあぜ  
静けさをまといひどり掘こたつ  
秒針の音冴え渡る夜  
何も彼も俄に変わる身ほとりに  
大寒の中呆然と立つ  
悲しみは老犬なれど声あげて  
亡き主を捜す冬の座敷を  
よちよちと幼児あゆむ動作似て  
わずかに感えず里に春来る  
陽は落ちて越後に雪を降らしたる  
風のみ渡る破風の山並み  
酷寒の大海原を突き進む  
漁火の揺れ両の手合す  
週三で四時出勤の妻の背を  
恙無き事大雪の朝  
一日が終り二日がやってくる  
このようにして一日が終る  
春歩き歩けなくなり外出で  
得たる刺戟もなくなりけり

佐藤 重夫

後藤キヨ子

里山の老翁

割田 良次

小林 良教

中野 泰枝

後藤 節子

大津 初司

湯本 末吉

相馬 昭典