

インフォメーション

日高町保健福祉総合センター
(ふれあいセンター)

4か月児・10か月児健診

●7日(水)

〔対象〕H27年5月1日～6月15日生
H26年11月1日～12月15日生
◎受付／12時30分～13時20分

子育て広場

●13日(火)

〔対象〕乳幼児とその保護者の方
〔時間〕9時30分～11時

人権相談・行政相談。 心配ごと相談合同相談所

●19日(月) 13時～16時
〔費用〕無料



3歳児健診

●11月5日(木)

〔対象〕H24年3月～4月生
◎受付／13時～13時50分



運動教室

●16日(金)

13時30分～15時
〔内容〕ストレッチ、初級エアロビクス等



町敬老会

●28日(水)

13時30分～

日高町中央公民館

おはなしの会

●20日(火)

10時～

※気象警報等が発表されたときは、中止または延期になる場合があります

運動教室のご案内

効果的な運動方法を学んで、いい汗をかいて、メタボリックシンドロームを予防・改善しませんか？
楽しく運動したい方、どなたでもご参加ください。

内容 ○ストレッチ ○ウォーキングフォーム
○初級エアロビクス ○筋カトレーニング

ご用意いただく物

- 動きやすい服装
- 運動シューズ
- 汗ふきタオル
- 飲み物(お茶等)



| | | 時間 | 場所 |
|--------|---|-------------|--------------------------|
| 10月16日 | 金 | 13:30～15:00 | 農村環境改善センター |
| 11月13日 | 金 | 13:30～15:00 | メディカルフィットネス アクオ 3階 |
| 12月15日 | 火 | 10:00～11:30 | |
| 1月15日 | 金 | 13:30～15:00 | |
| 2月10日 | 水 | 10:00～11:30 | |

☆医療機関にかかっている方は、運動制限について必ず主治医にご相談ください。

講師

メディカル&フィットネス アクオ 運動指導士

お申し込み・お問い合わせ先 健康推進課 ☎63・3801

2015年10月
October

暮らしのカレンダー

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|------------------------------------|---|--|---|---|
| 9/27 | 28 | 29 | 30 ・国民健康保険税 第4期分納期限 ・後期高齢者医療保険料 第3期分納期限 ・小型プラスチックごみ | 10/1 ・紀の国わかやま国体 ホッケー競技少年男女 1日目 (マツゲンスポーツグ ラウンド) | 2 ・紀の国わかやま国体 ホッケー競技少年男女 2日目 (マツゲンスポーツグ ラウンド) | 3 ・紀の国わかやま国体 ホッケー競技少年男女 3日目 (マツゲンスポーツグ ラウンド) |
| ・紀の国わかやま国体 ホッケー競技少年男女 4日目 (マツゲンスポーツグ ラウンド) ・粗大ごみ (池田・東光寺・ 内ノ畑・原谷) 4 | ・紀の国わかやま国体 ホッケー競技少年男女 最終日 (マツゲンスポーツグ ラウンド) 5 | ・紀の国わかやま国体 閉会式 (紀三井寺陸上競技場) 6 | ・4か月児・10か月児健診※ (対象：H27年5月1日～ 6月15日生、H26年11 月1日～12月15日生) (ふれあいセンター) ・複雑ごみ 7 | 8 | 9 | 10 |
| ・粗大ごみ (萩原・荊木・駅前) 11 | 体育の日 12 | ・子育て広場※ (ふれあいセンター) 13 | ・資源ごみ 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | ・人権相談・行政相談・ 心配ごと相談合同相 談所開設※ (ふれあいセンター) 19 | ・おはなしの会※ (中央公民館) 20 | ・小型プラスチックごみ 21 | 22 | 23 | 24 ・紀の国わかやま大会 開会式 (紀三井寺陸上競技場) |
| ・廃乾電池回収 25 | ・紀の国わかやま大会 閉会式 (紀三井寺陸上競技場) 26 | 27 | ・町敬老会※ (農改センター) ・資源ごみ 28 | 29 | 30 | 31 |
| 11/1 | ・国民健康保険税 第5期分納期限 ・後期高齢者医療保険料 第4期分納期限 ・介護保険料 第4期分納期限 2 | 文化の日 3 | ・複雑ごみ 4 | ・3歳児健診※ (対象：H24年3月～ 4月生) (ふれあいセンター) 5 | 6 | 7 |

※印の詳細は、右ページのインフォメーションをご覧ください。

町内、サークル・クラブ名鑑 vol.22

町内で活躍されている文化活動団体をご紹介しますコーナーです。



古文書同好会



「古文書と言っても難しく考えず、パズルを解くような感覚で楽しんでいます」

何が書かれているのか 分かった時が楽しい

古文書同好会は、現在4人の方が参加しているサークルで、毎月1回中央公民館で活動されています。

代表の杉村敏江さんは「町内の旧家で発見された古文書などを、辞書片手に解読したり読み合わせをしたりしています。勉強するために、田辺や湯浅での活動に参加したりすることもあります。古文書に書かれている文字は難しいですが、何が書かれているか分かった時に楽しさを感じます。会員は随時募集中で、初めての方にも丁寧に教えますので、興味のある方は是非一度お越しください」と話していました。

詳しくは、日高町中央公民館（☎63・3811）まで。

TOWN information

■ 町の人口と世帯

平成27年8月31日現在

| | |
|-----|--------|
| 人口 | 7,924人 |
| 男 | 3,786人 |
| 女 | 4,138人 |
| 世帯数 | 3,075戸 |

日高町民憲章

- 人が町をつくり町がひとをつくる
- 一 恵まれた自然を大切にし快適で住みよい町をつくりまします
- 一 歴史と伝統を愛し心豊かな町をつくりまします
- 一 スポーツを楽しみ健康で明るい町をつくりまします
- 一 知恵を出し汗を流し活力ある町をつくりまします
- 一 故郷に誇りを持ちふれあいを大切にする町をつくりまします