

広報

やまきた

2 February 2026

みんなでつくる
こころ豊かに暮らせるまち
やまきた



広報や議会だよりが
手軽に読めます！
スマートフォンアプリ
「マチイロ」で配信中！



町の功労表彰と一般表彰...2
令和8年山北町消防出初式...3
令和8年二十歳を祝う会...10
町県民税申告・確定申告
相談会を実施します...12
生涯学習センター通信...15

町公式LINE @yamakitatown
町公式Instagram yamakitagram
町公式X(旧Twitter) @yamakita_town

町の功労・一般表彰で8名・1団体を表彰

1月26日に開催された町表彰審査委員会（瀬戸恵津子会長）の審議を経て、功労表彰2名、一般表彰6名・1団体が決定しました。

功労表彰は、公職に長期間就かれていた方、特に町の振興に功績があった方に贈られ、今回は教育委員会委員、固定資産評価審査委員会委員として町の発展に尽力された方が選ばれました。また、一般表彰では町の発展に尽力された方や、町民の模範となる行為が認められた方などが選ばれます。

町では、受賞者を1月5日に開催された賀詞交歓会の席上で表彰し、これまでの功績をたたえました。

なお、受賞された方は次のとおりです。（順不同敬称略）

功労表彰

功績	受賞者氏名	地区名
教育振興	小菅 正子	馬場
自治功労	大野 博世	共和西



こすげ まさこ
小菅 正子さん

教育委員会委員として8年間にわたり在職し、町教育行政の推進に貢献されました。



おの ひろつぐ
大野 博世さん

固定資産評価審査委員会委員として12年間にわたり在職し、町税務行政の推進に貢献されました。

一般表彰

功績	受賞者氏名	地区名	功績	受賞者氏名	地区名
自治振興	石田 利雄	下本村	厚生	秦野 俊生	班目
自治振興	瀬戸 雅弘	尺里東	厚生	瀬戸 たき子	尺里中
自治振興	山口 利一	玄倉	厚生	山北町健康歩く会	町内
			防犯	加藤 忠佳	前耕地



いしだ としお
石田 利雄さん

向原連合自治会長を2年、向原副連合自治会長を4年と長きにわたり、向原地区の自治振興に貢献されました。



せと まさひろ
瀬戸 雅弘さん

向原連合自治会長を2年、向原副連合自治会長を2年、尺里東自治会長を4年と長きにわたり、向原地区の自治振興に貢献されました。



やまぐち としひこ
山口 利一さん

三保連合自治会長を4年、三保副連合自治会長を2年、玄倉自治会長を2年と長きにわたり、三保地区的自治振興に貢献されました。



はつの としお
秦野 俊生さん

民生委員児童委員として9年間にわたり在職し、班目地区的地域福祉の推進、行政及び福祉団体への連携・協力に尽力されました。



せと たきこ
瀬戸 たき子さん

民生委員児童委員として12年間にわたり在職し、尺里中地区的地域福祉の推進、行政及び福祉団体への連携・協力に尽力されました。



かとう かつよし
代表 加藤 勝芳さん

30年間にわたり、活発に活動を続け、町の健康増進の向上に尽力されました。



かとう ただよし
加藤 忠佳さん

防犯指導隊員として18年間にわたり在職し、犯罪のない安全・安心なまちづくりに貢献されました。

令和8年 山北町消防出初式



1月6日、消防団員の士気の高揚及び町民の皆さんに消防への理解を深めていたため、新春恒例の消防出初式が挙行されました。当日は第1部として表彰などの式典、第2部として分列行進や消防操法などが披露されたほか、子ども消防団による初期消火訓練も行われました。

～表彰を受けられた皆さん～（敬称略）



【神奈川県知事表彰（勤続20年）】

第4分団	団員	武井健太朗
第5分団	班長	北林靖久
第8分団	団員	尾崎能久
第9分団	分団長	白井明宏
第11分団	団員	鈴木淳一郎

【山北町長表彰（勤続15年）】

第8分団	分団長	藪田好法
第6分団	団員	磯崎貴史
第8分団	団員	尾崎大

【優良分団表彰】

第1分団・第5分団

第1分団	団員	三木洋平
第4分団	団員	伊藤友隆
第5分団	団員	高杉哲也
第8分団	団員	池田直紀
第9分団	団員	細谷賢一

【山北町消防団長表彰（勤続5年）】

第1分団	団員	三木洋平
第4分団	団員	伊藤友隆
第5分団	団員	高杉哲也
第8分団	団員	池田直紀
第9分団	団員	細谷賢一

山北町消防団では、団員を募集しています！

消防団員は、普段は別の仕事をしながら「自分たちのまちは自分たちで守る」という郷土愛護の精神に基づき、火災や台風などの災害が発生した際に消防職員と協力して消防・防災活動を実施します。

消防団員数は全国的にも減少しており、山北町も同様に団員数の減少が続いている。町内に在住・在勤の18歳以上の方は消防団員になることができます。「消防団活動に興味がある」、「災害時に地域に貢献したい」という方は、山北町消防団事務局（地域防災課防災安全班）までご連絡ください。

《主な活動》○火災などの災害現場での活動 ○各種訓練への参加 ○車両や資器材の点検 ○火災予防の広報 など
《報酬》基本団員 47,000円／年+出動報酬

【問合せ】地域防災課防災安全班（電話）75-3643

私たちの町内循環バスを守るために

町内循環
バスをご利用
ください

町内の生活交通として重要な役割を担っているバス路線には、町内循環バスと富士急モビリティ株式会社が運行している路線バスがあります。このうち、町内循環バスは町から富士急モビリティ株式会社に運行を委託し、2台のレトロ調バスにより運行しています。現在、山北、岸、向原地区を運行エリアとする町内循環ルートでは、平日18便、土休日12便が運行され、さらに「新松田駅→山北駅」間も運行されています。



日本の滝百選に
選ばれている洒水の滝



岸地区にある
ぐみの木近隣公園

運賃	大人3kmまで	100円	乳 小	幼 学	児 学	無料
	大人3km以上	200円	中	中	生	100円



町内循環バスは、山北駅や東山北駅、町内の医療機関、商業施設のほか、洒水の滝のある平山地区やぐみの木近隣公園なども通ります。休日にレトロな雰囲気の町内循環バスでお出かけしてみてはいかがでしょうか。

山北東部循環（向原・川村小学校入口）	4.0km
山北東部循環	8.5km
山北西部循環（平山先回り・岸先回り）	6.6km
山北南部循環（東回り・西回り）	10.9km



町内循環バスは、町民の生活交通として利用されています。将来にわたりこの貴重な交通手段を守り続けていくために、普段は自家用車で移動している方も、通勤・通学や買い物、町内散策などに、ぜひ町内循環バスをご利用ください。

近年のバス事業における運転手不足や物価高騰などにより、町内循環バスにおいても、委託業者に支払う委託料が増加したり、利用者が少ない運行便や車両の老朽化が見られたりするなど、今後の運行継続にあたりさまざまな課題があります。

町内循環バスの
未来のために
できること

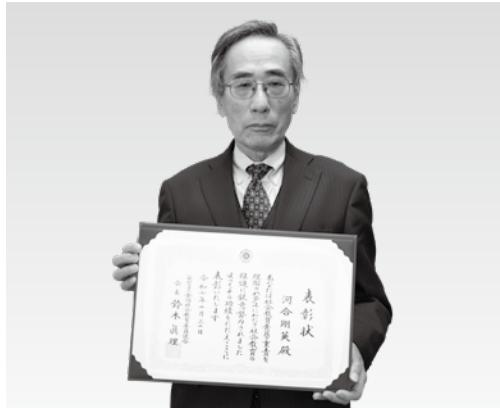
【問合せ】企画総務課企画班
(電話) 75-3651

運行の見直しは、本年4月からの予定です。詳しくは、広報やまきた3月号でお知らせします。

河合剛英さんが全国社会教育委員連合表彰を受賞

山北町社会教育委員の河合剛英さん（湯坂）が、令和7年度全国社会教育委員連合表彰を受賞されました。

河合さんは、平成21年4月に山北町社会教育委員に委嘱されて以来、長年にわたり町の生涯学習・社会教育の推進のほか、神奈川県の社会教育の発展にも寄与され、その功績が顕著であることから今回の受賞となりました。



河合 剛英さん

木川修一さんが瑞宝単光章を受章

木川修一さん（田中）が、瑞宝単光章を受章され、12月15日に町長から勲記と勲章が伝達されました。

木川さんは、山北町消防団員として昭和57年から令和6年までの長きにわたり、その職責を全うされました。

その間は、第2分団長に就任し、町民の生命財産を守るために尽力され、消防防災活動の発展に多大な貢献をされました。

今回の受章は、これらの消防功労が評価されたものです。



木川 修一さん

第74回 県統計グラフコンクールで入賞！

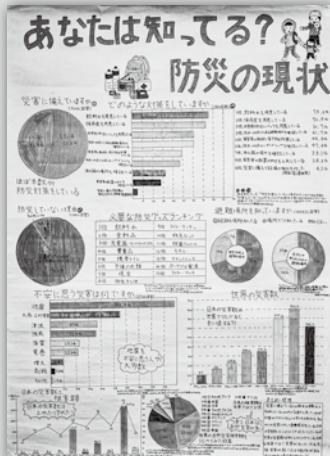
第74回神奈川県統計グラフコンクールにおいて、第3部（小学校5・6年生）で瀬戸琥太郎さんと関口明里さんの作品が「奨励賞」をそれぞれ受賞されました。

川村小学校6年

関口 明里さん

作品名

「あなたは知ってる?
防災の現状」



防災に対する意識や世界的にみた日本の災害の現状などをグラフを用いてわかりやすく表現されています。

川村小学校5年

瀬戸 琥太郎さん

作品名

「山北町の自動販売機大調査」

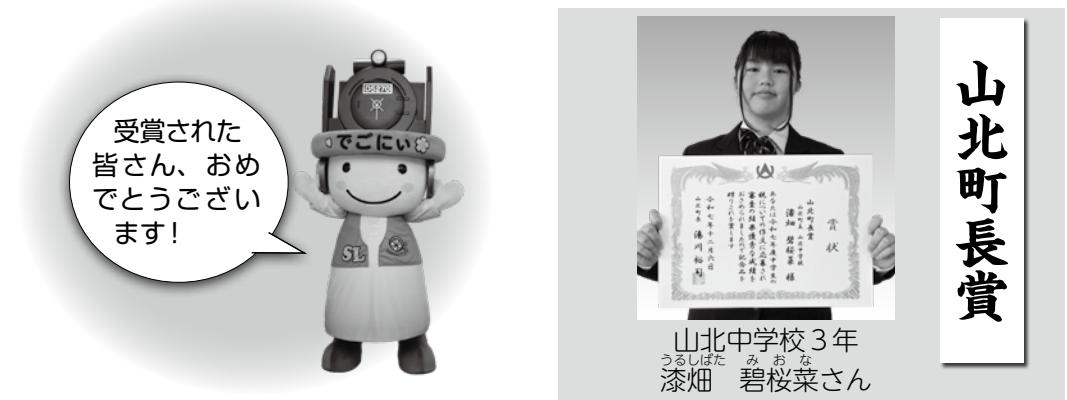


町内にある自動販売機の数を地図上に地区ごとに色分けされたシールを貼ることで見やすく表現されています。

第44回 青色申告・小学生の税の書道展で入賞！



令和7年度 中学生の「税についての作文」で入賞！



セルフ収納機を設置しました！



山北町役場内指定金融機関
派出所廃止のお知らせ
派出所は令和8年1月末をもって
廃止となりました。

町では、町税や保険料などを非対面・非接触でお支払いいただけるセルフ収納機を会計課窓口に設置しました。

この収納機では、納付書の支払いから、領収書の受取りまでを自動で行うことができます。ぜひご利用ください。

設置場所 山北町役場 1階会計課前

利用時間 平日 8時30分～17時

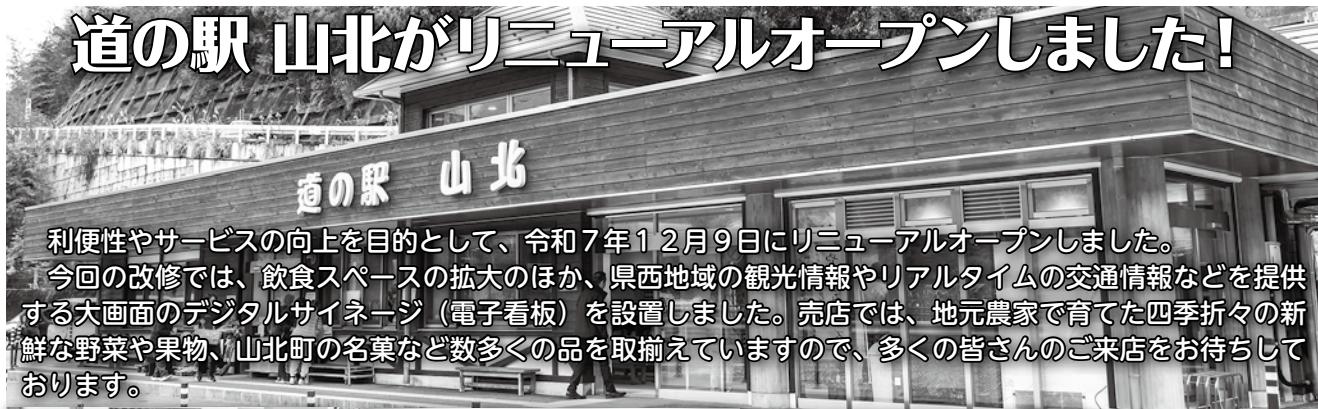
●注意事項

- ・お支払いは現金のみです。
- ・山北町発行の納付書のみ取り扱いできます。その他の納付書をお持ちの方は、金融機関などをご利用ください。
- ・手書きの修正のあるものや汚れのある納付書などは利用できませんので、窓口にお声掛けください。



【問合せ】会計課会計班（電話）75-3640

道の駅 山北がリニューアルオープンしました！



利便性やサービスの向上を目的として、令和7年12月9日にリニューアルオープンしました。

今回の改修では、飲食スペースの拡大のほか、県西地域の観光情報やリアルタイムの交通情報などを提供する大画面のデジタルサイネージ（電子看板）を設置しました。売店では、地元農家で育てた四季折々の新鮮な野菜や果物、山北町の名菓など数多くの品を取り揃えていますので、多くの皆さんのご来店をお待ちしております。



飲食スペースが広くなりました！



観光や交通情報を確認できます！



売店には地元の新鮮な野菜も！

おむつの自動販売機も設置されました！

【営業時間】
9時～17時
(売店・食堂)
【定休日】
月曜日（祝日の場合は翌日）
※8・9月は無休となります。
※駐車場・トイレは24時間
365日利用可能です。



ふろう
不老そば (1,350円)

食堂の人気メニューのご紹介

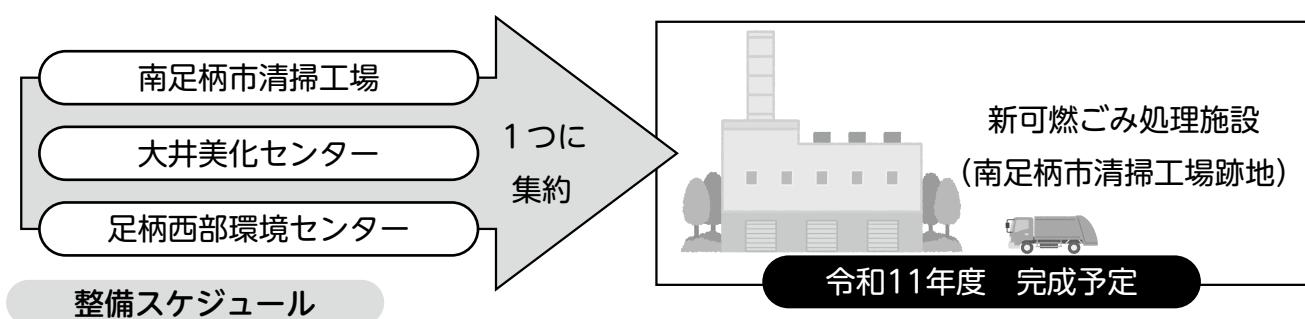
大きくて新鮮な野菜と八丁やまめのふくらとした天ぷらが、お蕎麦に合う甘めのつゆと相性抜群です。売店の野菜を使用していることもあるそうです。



【問合せ】商工観光課商工観光班（電話）75-3646

新たな可燃ごみ処理施設を整備します

現在、足柄上地区1市5町（南足柄市、中井町、大井町、松田町、山北町、開成町）では、足柄上衛生組合を事業主体として、老朽化が進む地区内の3つの焼却施設を南足柄市清掃工場（南足柄市内山）の跡地に集約する新たな可燃ごみ処理施設の整備事業を進めています。



	R7年度	R8年度	R9年度	R10年度	R11年度
建設等事業者の選定	➡				
土壤汚染調査		➡			
既存施設の解体		➡			
新施設の設計・建設		設計	建設		

処理方式 ストーカ式焼却方式

※可動式の火格子（ストーカ）上でごみを燃焼させる方式。

施設規模 80t/日

余熱利用 発電及び熱回収を予定

※詳しくは町ホームページをご確認ください。



※新たな可燃ごみ処理施設ができるまでの間、南足柄市清掃工場で処理ができなくなった可燃ごみを足柄西部環境センターなどで処理する予定ですので、ご理解・ご協力をお願いします。

【問合せ】環境課生活環境班（電話）75-3656



現場見学会を開催しました



VRで建設現場の様子を体験



山北天空大橋の構造について説明



山北天空大橋の大きさに驚き



スマートインターチェンジ建設予定地を見学

12月15日と18日、町内在住の方を対象に新東名高速道路工事現場見学会を開催しました。

見学会には、2日間合わせて約100名が参加されました。参加者の皆さんには、着々と完成に近づいている（仮称）山北スマートインターチェンジや日本最大級のバランスドアーチ橋「山北天空大橋」を建設現場の間近で見るなど、建設中の今しか体験することができない工事現場の見学会を楽しんでいました。

第10回 神奈川 チェンソーアート競技大会

12月6日、大野山山頂にて第10回神奈川チェンソーアート競技大会が開催されました。この大会は



足柄上地域の間伐材などを使った競技会で、水源環境保全などの理解を促進するため開催されています。

当日は天気にも恵まれ、参加者の皆さんには、チェンソーを使ってそれぞれの思いを込めた素晴らしい作品を作り上げていました。

【優勝】
栗田さん 作品名「生きるために!!」



参加された皆さん

斑目自治会に 宝くじ助成



斑目自治会では、宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源として実施されている、令和7年度地域防災組織育成助成事業（宝くじ助成）を活用し、ラップポン・トレッカー（ラップポイントトイレ）と物置を整備しました。今後も災害対応力を高め、地域の安全と安心を確保するために活動していきます。



整備したラップポン・トレッカー（ラップポイントトイレ）3台と、ラップポイントトイレを格納する物置

定住トピックス その77

空き家見学ツアーを開催しました!!

12月7日、やまときた定住協力隊と協力し、町への移住を検討している方を対象に、町の空き家バンクに登録されている空き家を見学する「空き家見学ツアー」を開催しました。

今年度2回目となる今回のツアーには、東京都、横浜市、秦野市、静岡県などから15名が参加しました。

参加者は、売家4件、貸家1件の内覧や地域体験イベントとしてみかん狩りを行い、町の魅力や田舎暮らしの楽しさを知ることで、町への移住を検討していただく機会となりました。



【問合せ】定住対策課定住対策班（電話）75-3650

郷土を知る!

でごにいと字ぼうやま、きた

第11回

山北町の歴史や文化、地理などを紹介していくよ！

第11回目は、「戦時中の山北」について、紹介します！

昭和16年に太平洋戦争が開戦すると、山間の町や村でも戦時色が日増しに濃くなつていきました。

当時の共和村では灯火管制の中の「警戒管制」の訓練があつたほか、大日本婦人会三保支部が忠靈塔基金の積み立てや郷土出征兵現役兵などに慰問状を発送したり、戦死病死者の慰靈祭を行つたりしていました。

昭和18年から19年にかけては、学童の集団疎開が活発になり山北町も横浜市から学童疎開を受け入れていました。

昭和18年5月には、国策により国鉄の街の中心的な存在であった山北機関区が国府津機関区に継承され、御殿場線は単線で運行されることになりました。撤去されたレールは軍需のために供出されました。

町内の工場では、東京帝國大学をはじめとする学徒動員や山北高等女学校女子挺身隊、川村国民学校高等科生徒の動員がはじまり、ロケット燃料となる過酸化水素や木材を利用した飛行機部品が製造されました。また、御殿場線が単線化されたことにより、使われなくなつたトンネルを利用して足柄耐弾送信所の操業がはじまりました。終戦を告げる玉音放送（天皇の言葉）もここから海外に向けて発信されました。今も爆撃から内部を守るための防弾防止壁が残っています。

令和8年

祝 山北町二歳

山北町二十歳を祝う会

希望を胸に、光輝く未来へ…



1月11日、生涯学習センターで「二十歳を祝う会」が開催されました。

今年二十歳を迎えたのは、平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた69名。第1部の式典では式辞や記念品贈呈が行われ、代表して岡本陸さんが「二十歳の誓い」を述べられました。また、第2部では、抽選会や写真のスライドショーなどが実施され、華やかな晴れ着姿の皆さん、旧友や恩師との再会を喜び合い、思い出話に花を咲かせていました。

本日は、私たちの新たな門出に、このような素晴らしい会を開いていただき、誠にありがとうございます。私が急に変わったわけではありません。それでも、振り返ると確かに少しずつ「大人になる」ということを感じる経験がありました。

私は大学進学を目指して一年間、予備校に通いました。思うように成績が伸びず、何度も悔しい思いをしました。でも、支えてくれる家族、友人のおかげで、最後まであきらめずに頑張ることができました。浪人の一年は決して楽ではありませんでしたが、自分を信じ続ける強い意志を持ちながら、支えてくれる人の温かさに触れ、感謝の気持ちでいっぱいになつた一年でした。

私の夢はIT技術を学び、将来は人の生活を支える技術者になることです。そして今、人の生活を支える技術者になるという夢を叶えるため、大学へ進学し、IT技術を学びながら一人暮らしをしています。

先日、風邪をひいたとき、たった一人で病院へ行き、薬を飲み、自分で食事を作りました。初めて「大丈夫?」と声をかけてくれる人がいない寂しさから、当たり前だと思っていた家族の存在の大きさを痛感しました。そんなとき、心配してくれた家族が私に頻繁に連絡をくれ、私の状況を聞いてくれました。今まで一緒に暮らしていた家族と離れたことで、自分を想ってくれる家族の優しさを心から感じることができたのです。

彼らは決して一人の力でここまで来たのではありません。これまで支えてくれた家族、見守ってくださった地域の方々、導いてくださった先生方。その全ての方の温かい想いが私たちをここまで育ててくれました。本当にありがとうございます。これから的人生、きっと困難や壁にぶつかることもあると思います。けれども、感謝の気持ちを忘れず、支えてくれた人たちに恩返しができるように。そして、学んだことを社会に活かし、人の役に立てる大人になるように。一歩ずつ、前に進んでいきたいと思います。最後になりますが、このような素晴らしい日に立ち会ってくださった皆様に、改めて心より感謝申し上げます。山北町で育ち、二十歳を迎えた私たちが、それぞれの夢に向かって力強く歩んでいけることを願い、私の二十歳の誓いとさせていただきます。

二十歳の誓い

二十歳代表 岡本 陸



二十歳の決意

二十歳を祝う会実行委員の皆さんに、二十歳を迎えての決意を漢字一文字で表していただきました。

責



いけや 健吾さん

私は「責」という漢字を選びました。

二十歳になり、自分の行動や選択の結果に対して責任を持つ立場になつたと自覚したからです。自由が増え一方で責任も増える。その重みを忘れず誠実に行動していきたいです。

祭



いのうえ 井上 実優さん

物語の続きを失わないための葉のよう、感情に揺らいでも自分を見失わない指標を心に持ちたいです。迷った時は、その目印を道標に自らを律し、信じて歩む。二十歳を人生の起点とし、自分らしい人生の物語を綴っていきたいです。

価



すずき 鈴木 美子さん

二十歳は自分の価値を試す年にしたいです。目標に向かって挑戦し、その中で得た経験を通して、自分の価値を確かめ、周りの評価に左右されず自分の選択を信じ前に進んでいきたいです。

翔



さとう 佐藤 健心さん

「翔」には、広い世界へ飛び立ち、自分の可能性を信じて挑戦するという思いを込めました。二十歳として現状に満足せず、高い目標に向かって努力を続け、自分らしい生き方を切り拓いていく決意を表しました。

信



かとう 加藤 嶺央さん

二十歳という年齢になりこれから社会人として生きるのに人との信頼関係は大切だと考えました。これから先、自分の発言や行動に責任を持ち、周囲から信頼される大人として歩んでいきたいです。



町県民税申告・確定申告相談会を実施します

○税理士による無料申告相談

月　日　　2月10日（火）、12日（木）、13日（金）



【LINEはこちらから】

受付時間　　9時～11時、13時～15時30分

場　所　　役場1階ご用ききスペース

対　象　　確定申告（所得税及び復興特別所得税の申告）・個人消費税の申告



【WEBはこちらから】

申込み方法　　当日来場又はオンライン（LINE又はWEB）による事前申込み【先着順】

※オンラインによる事前申込みは右の画像からアクセスできます。

申込み期限　　2月3日（火）17時まで

○町職員による申告相談

期　間　　2月16日（月）～3月9日（月）※土・日曜日及び祝日を除く。

受付時間　　9時～11時、13時～15時30分

場　所　　役場1階ご用ききスペース、清水・三保支所

対　象　　町県民税の申告・確定申告（所得税及び復興特別所得税の申告）

申込み方法　　当日来場【先着順】（午前、午後ともに定員25人）

※2月25日（水）17時～19時は、役場1階ご用ききスペースで夜間相談を受け付けます。

※清水・三保支所は、受付方法などが異なりますので、事前に各支所にお問い合わせください。

【持ち物（共通）】

- ・マイナンバーカード又はマイナンバー確認書類（通知カードなど）と本人確認書類（運転免許証など）
- ・昨年中の収入がわかるもの（源泉徴収票、賃金支払明細書、収支帳簿類など）
- ・控除（社会保険料、生命保険料、地震保険料、医療費、寄附金など）に必要な各種証明書
- ・本人の口座番号がわかるもの（還付がある場合）
- ・障害者手帳や障がい者であることのわかる書類（障害者控除を受ける場合）
- ・昨年の申告書の控え（お持ちの場合）
- ・税務署から送付された「確定申告のお知らせ」はがき又は通知書（お持ちの場合）
- ・その他、申告内容により必要なもの

【注意事項（共通）】

- ・**営業等、農業、不動産収入を申告する場合は、「収支内訳書」を事前に作成してからご来場ください。**
- ・**医療費控除を申告する場合は、「医療費控除の明細書」を事前に作成してからご来場ください。**
- ・ふるさと納税ワンストップ特例の適用に関する申請書を提出している人であっても、確定申告を行う場合には、提出した金額を含めた全ての寄附額で計算した寄附金控除額を申告する必要があります。
- ・青色申告の方、住宅借入金等特別控除（1年目）の方、分離課税（譲渡所得や退職所得）の申告をされる方、損失申告の方及び相談内容が複雑な方は、税務署でご相談ください。
- ・役場1階ご用ききスペースでの当日来場受付は、定員に達し次第、終了します。
- ・2月10日（火）～3月13日（金）は、作成済みの申告書の提出を町民税務課窓口で受け付けています。
- ・例年2月中は定員に達する日が多く、混み合う日が多くなっています。

町県民税の申告が必要な方

令和8年1月1日に山北町に住所がある方は、基本的に町県民税の申告が必要です。ただし、次のいずれかに該当する方は、申告の必要がありません。

- ・所得税の確定申告をする方
- ・給与収入のみの方
- ・年金収入（非課税年金を除く）のみの方
- ・確定申告や年末調整などで町内の家族の扶養とされている方

※収入が無かつた方（遺族年金や障害年金などの非課税所得のみの方を含む）も申告が必要です。

※上記に該当する場合でも各種控除（生命保険料控除や医療費控除、扶養控除など）の追加がある場合は、申告書を提出しないと次年度の町県民税や国民健康保険税に反映されませんのでご注意ください。

所得税の確定申告が必要な方

- ・給与所得のほかに20万円を超える所得のある方（2か所以上から給与を支給されている方など）
- ・給与の年収が2千万円を超える方
- ・年金収入が400万円を超える方
- ・年金収入のほかに20万円を超える所得のある方
- ・事業所得や不動産所得などの所得金額が、所得税の各種控除の合計額を超える方など

※上記以外でも所得税の還付を受けるためには確定申告が必要です。



インターネット（スマートフォン・PC）で確定申告ができます

インターネット環境がある方は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で確定申告書を作成することができます。作成した確定申告書は、国税庁のe-Tax（国税電子申告・納税システム）を利用して送信する方法と、印刷して小田原税務署（郵送の場合は業務センターへ）又は町の申告相談期間中に町民税務課窓口に提出する方法があります。

※今年から郵送での提出先が変更されました。

※詳しくは、国税庁ホームページ又は小田原税務署へご確認ください。

【国税庁ホームページ】

- ・確定申告書等作成コーナー

※右の画像からアクセスできます。



- ・動画で見る確定申告

確定申告書等作成コーナー、e-Taxでの確定申告書作成方法などのご案内です。

※右の画像からアクセスできます。



小田原税務署 〒250-8511 小田原市荻窪440（電話）35-4511（代表）
郵送の提出先 〒254-8534 平塚市浅間町9-1 東京国税局業務センター平塚分室

問合せ

町民税務課税務班（電話）75-3641

清水支所（電話）77-2404／三保支所（電話）78-3006

税理士による無料申告相談事前申込みサイトの操作方法に関するセンター

（電話）050-1792-4600（受付時間：平日10時～12時、13時～16時）

第94号

げんきサポート

自宅で介護予防！

最近つまずくことが増えたり、立ち座りが面倒に感じたりすることはありませんか？今回は自宅でできる介護予防につながる簡単な運動を紹介します。

10回×
3セット

イスにつかまってスクワット

イスにつかり足を肩幅に開いて、4秒かけて腰を落とします。腰を落としたときに膝がつま先より前に出ないようにしましょう。この運動では、足腰の筋肉を鍛えることができ、日常生活の動作（立つ、座る、歩くなど）を楽に行えるようになります。



10回×
3セット

つま先上げ

イスに座ってつま先を上げます。リズムよく行うと効果的です。この運動では、すねの筋肉が鍛えられ、つまずきにくくなります。



10回×
3セット

かかと上げ

イスに座ってかかとを上げます。立つて行う場合は、転倒に注意し、壁などにつかまって行いましょう。この運動では、血行が促進され、むくみの軽減や免疫機能の向上が期待できます。



回数はあくまで目安です。無理のない範囲で行い、継続することが大切です。

町で開催している介護予防教室では、これら以外にも種類豊富な体操メニューを実施しています。

興味のある方は、保険健康課保険年金班にご連絡ください。

【問合せ】保険健康課保険年金班（電話）75-3642

心の豊かさは学びから
あなたも生涯学習活動に参加してみませんか

生涯学習センター通信 No.143

編集発行 山北町立生涯学習センター 〒258-0113 足柄上郡山北町山北1301-4 ☎0465(75)3131 Fax 0465(75)3030

神奈川県民ホールpresents

全席自由

KANAGAWA ロックサークル 『語り継ぐロックの伝説』 タブレット純 フォークを語る

伝説のレーベル「エレックレコード」
トーク&丸山圭子「彩色兼美」ライブ

昭和歌謡の歌い手、紹介者として大活躍中のタブレット純をメインに、「音楽とアートの融合」を切り口に伝説のレーベル「エレックレコード」について語る。

日 時 2月23日(月・祝)

14:00開演 (13:30開場)

場 所 山北町立生涯学習センター多目的ホール

料 金 一般:2,000円 60歳以上:1,500円 24歳以下:1,000円
(税込)
※未就学児入場不可

丸山圭子

ライブゲスト

申込
方法

チケット
取り扱い



詳細はこちら

チケットかながわ (電話・窓口・WEB)
電話 0570-015-415 (10:00-18:00)

山北町駅前観光案内所 (電話・窓口)
電話 0465-75-2717 (9:00-16:00)
(山北町ふるさと交流センター)

主催: 神奈川県民ホール (指定管理者: 公益財団法人神奈川芸術文化財団)

後援: 山北町・山北町教育委員会/MUSIC LIFE CLUB/語り継ぐロックの伝説 俱楽部

問い合わせ先: 神奈川県民ホール (代表) 平日 10:00-17:00

やまとたシアター 映画上映会

野生の島のロズ

「ボス・ベイビー」のドリームワークス30周年記念作品!
世界43か国でNo.1ヒット!!



DREAMWORKS
野生の島の
ロズ
THE WILD ROBOT

DVD
VIDEO

入場無料!

プログラムを超えて 生きる

- 世界43か国でNo.1ヒット!!『ボス・ベイビー』のドリームワークス30周年記念作品!!
- 世界が絶賛!2025年アカデミー賞(R)3部門ノミネート!
- 日本人の心に響く、泣けるロボット映画!
- 綾瀬はるかほか、超豪華な声優陣の吹替は必聴!

日 時 3月7日(土)

13:30~15:15
(13:00開場)

場 所 1階 多目的ホール

定 員 288名
(当日先着順・無料)



ご家族、お友達と一緒に生涯学習センターでぜひご覧ください。

※2月1日(日) 9:00から申込みの受付をします。定員になりしだい締め切りとなります。

サークル体験教室

この教室は生涯学習活動を目的に、普段から生涯学習センターを利用されている登録団体の活動を体験する教室です。皆様お説明合わせのうえ、生涯学習活動に参加してみませんか?

●オカリナサークル「ひまわり」体験教室

オカリナは、粘土を焼き上げて作られる素焼きの笛です。

心に寄りそう癒しの音色、オカリナをご一緒に吹いてみませんか。

楽器が初めての方大歓迎です。お仲間募集中です。

日 時 2月20日(金)・3月5日(木) 11:00~12:00 場 所 楽屋洋室
内 容 オカリナ演奏 対 象 一般 定 員 5名 参加費 無料 持ち物 筆記用具

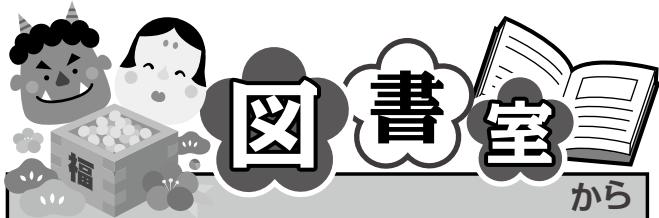
お申し込みは
こちらからもできます



申し込み、問い合わせは生涯学習センター TEL(75)3131までどうぞ!

各教室での活動写真を撮影させていただくことがあります。

また、撮影した写真は広報や町ホームページ、SNSに掲載することができますので、あらかじめご了承ください。



☆ 新着本案内 ☆

◆ 一般書

書名	著者名等
成瀬は都を駆け抜ける	宮島 未奈
令和最強の青春小説シリーズ堂々完結!	
かえる生活	群 ようこ
小さな新しい挑戦を楽しみたくなるエッセイ集。	
金利とお金	杉山 敏啓
金利の正しい知識を解説する入門書。	
いちばんおいしい!10分せいろレシピ	フミ
作業時間は10分。あとはせいで蒸すだけレシピを幅広く紹介。	
交通トラブル六法	藤吉 修崇
交通事故や交通トラブルに関する一般的な法律知識や対処法を、わかりやすく解説する。	
教えて先輩たち!	黒柳 徹子他
NHK総合「あさイチ」の内容を再構成。	

ほか

◆児童書

書名	著者名等
ノラネコぐんだんはるなつあきふゆ	工藤 ノリコ
季節の行事、四季折々の草花や旬の食べものなどをノラネコぐんだんが紹介。	
ダムのひみつ図鑑	
豊富な写真・イラストとともに解説。	
小学校ってどんなとこ?	富山 正人
小学校生活が楽しくなる安心ガイド。	
知るのが楽しくなる毛のひみつ	今泉 忠明
気になる毛の“ひみつ”を、イラストや写真で解説。	
わたしが好きなもの	たけうち ちひろ
いろいろな子どもと家族の「好き」がいっぱいのお話。	

ほか



おはなしボランティア「ポケット」による おはなし会

●日 程・内 容

2月21日(土) 担当:クローバー

絵本『めがねうさぎ』ほか

●時 間 10:30~11:00

●場 所 児童書コーナー(図書室内)

※申込みの必要はありません。

時間までにお越しください。

※毎月第3土曜日に開催します。

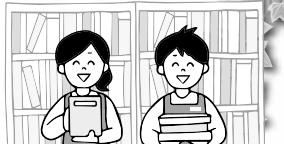


図書室からの お知らせ 蔵書点検 のお知らせ

3月3日(火)から6日(金)まで蔵書点検のため図書室をお休みします。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。この期間中の資料の返却は事務室またはブックポストへお願いします。

まなび室は通常どおり使用できます。

受付は事務室で行います。



第174回 芥川賞、直木賞 受賞作品決定!!

芥川賞は鳥山まことさんの「時の家」と畠山 丑雄さんの「叫び」

直木賞は嶋津輝さんの「カフェーの帰り道」が選ばれました。

図書室内に特設コーナーあり。絶賛貸出中!



行事予定 Schedule

* 都合により内容を変更する場合もありますのでご了承ください。

2月	催し物名	場所	開始時刻	対象	主催者・問合せ
7 土	ジュニアコーラス 冬のおはなし会スペシャル	視聴覚ホール 和室	9:00 10:30	申込者 自由	生涯学習センター 生涯学習センター
8 日	山北写真同好会写真展(～15日15時)	1階ロビー	13:00	自由	山北写真同好会
14 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	9:00	申込者	生涯学習センター
19 木	生涯学習センター活動事業展示(～3月7日)	1階ロビー	9:00	自由	生涯学習センター
20 金	チョーク絵教室 オカリナサークル「ひまわり」体験教室	美術工芸室 楽屋洋室	10:00 11:00	申込者 申込者	生涯学習センター 生涯学習センター
21 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	9:00	申込者	生涯学習センター
23 月	『神奈川県民ホール presents KANAGAWA ロックサークル「語り継ぐロックの伝説」タブレット純フォークを語る～伝説のレーベル「エレックレコード」トーク＆丸山圭子「彩色兼美」ライブ～』	多目的ホール	14:00	申込者	神奈川県民ホール
27 金	出張スマホ教室	会議室	10:30	申込者	生涯学習センター
28 土	ジュニアコーラス	視聴覚ホール	9:00	申込者	生涯学習センター



お知らせ

※2月1日(日)9:00から申し込みの受付をします。定員になりしだい締め切りとなります。

information

▶ 出張スマホ教室

ケータイショップの店員さんがスマホ初心者の方に丁寧に使い方を教えてくれます。

内 容 生成AIについて

日 時 2月27日(金) 10:30～12:00

場 所 会議室 **定 員** 10名

対 象 一般 **参加費** 無料 **持ち物** 筆記用具・自分のスマホ

お申し込みはこちら
からもできます



▶ チョーク絵教室

チョーク絵の基本的な描き方を学びます。

日 時 2月20日(金) 10:00～12:00

場 所 美術工芸室 **対 象** 一般

定 員 10名 **講 師** 川澄 邇さん

参 加 費 500円 **持ち物** 筆記用具

お申し込みはこちら
からもできます



申し込み、問い合わせは生涯学習センター TEL (75) 3131までどうぞ！

各教室での活動写真を撮影させていただくことがあります。

また、撮影した写真は広報や町ホームページ、SNSに掲載することができますので、あらかじめご了承ください。

※生涯学習センター(図書室を含む)は、年末年始を除く祝日も開館しております。

休館日

※□は休館日、○は祝日。

■は図書室のみお休みさせていただきます。【3月3日(火)～6日(金)】

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

お誕生おめでとう

地区	赤ちゃん	性別	保護者(敬称略)
万 随	ゆ ら ん	松 井 優 蘭(女)	優 吾・智 香

おくやみ申し上げます

地区	氏名	性別	年齢	世帯主(敬称略)
萩原下	数間 健藏(男)	91歳	本人	
上清水	佐野 登美江(女)	93歳	〃	
中下清水	草柳 和夫(男)	75歳	〃	
南原	佐藤 昭七(男)	88歳	〃	
下本村	荻野 正孝(男)	89歳	〃	
共和西	小澤 マサ子(女)	90歳	〃	
谷ヶ	鈴木 満(男)	79歳	〃	

※今回の掲載分は、令和7年12月16日から令和8年1月15日までに受付したものです。
なお、希望された場合のみ掲載しています。

今月の町の動き

2/8 市町村対抗

「かながわ駅伝」競走大会
14・15 世附の百万遍急仏



町の人口と世帯 (1月1日 現在)

男	4,481人	(-7人)
女	4,624人	(-12人)
計	9,105人	(-19人)
世帯数	4,243世帯	(-8世帯)



12月の降雨量

山北 50mm (0mm)
三保 81mm (0mm)

12月の平均気温

山北 8.5°C (7.0°C)
三保 5.8°C (4.5°C)

※()内は令和6年の数値

いきるよかし

物置の鏡をみがき年迎え

武尾 てる子

新年を気持ちよく迎えるための大掃除の最後に道具を片付けようと物置まで運び、鏡に気づいた作者が、息をかけ、雑布できれいに拭つたのでしょうか。気づいて良かった。これで新年を気持ちよく迎えられるとの安堵感が伝わってきます。一瞬の出来事を平明な言葉で表現しても、人の心を打つ佳句が出来ると、改めてきづかされた一句です。ありがとうございました。

(中山妙子 記)

猫抱いて画面超しなる初日の出

穏やかな社に光る初日の出
初日の出牛が起き出す大野山

宝船描きて枕の下に置く
一椀の若水汲むや白き指

初春を寿ぎ参賀の列に入る

午の字の力強さや年賀状
初鏡のぞく背から夫の声

まつすぐに揃うシリッパ明けの春
真っ先に願ふ平和や初社

小正月がんばらないという余白
揃わない親族の愚知七日粥

山巣に影黒ぐろと初日の出
大寺の祈祷深山に淑氣満つ

文机にたまるあれこれ福寿草

12月1日から12月31日まで(小田原市消防本部)



町内の災害等出動状況

火災

1件

救急

40件

救助

4件



【親子で消火訓練！】

今月号の表紙は、出初式で行われた子ども消防団の消火訓練の様子です。日ごろから消防団員として活躍されている団員のお子さんが参加され、親子で真剣に消火訓練に取り組む姿が印象的でした。



町内のこども園・保育園・幼稚園の園児の様子を紹介していきます。

岸幼稚園

わくわく！ドキドキ！
をプレゼント!!

『ぐりとぐら』になって、
ごっこ遊びを
楽しみました♪

岸っ子恒例の
七輪「椎茸」♪
焼き名人も増えています。

地域の方から
頂いた落ち葉で
ザバーン！

大根大収穫！
とったどー!!

お花を生けて
飾りました。