

「健やかな心身と穏やかな暮らし」

いろあい 彩愛

広報かんまき

旅立ちの春。

そつえんおめでとう。

(上牧町立第1保育所)

2 特集「タウンミーティング」
4 町民ひろば
7 お知らせ 知る・募る・語る
10,24 有料広告
19 元気講座

20 子育て・健康
25 図書館通信
26 こちら消費生活相談室です
27 各種相談のご案内
28 まきっこ★きっずNo.73
手話言語講座

令和6年

2024. **4**

No.625

令和5年度上牧町タウンミーティング報告



住民の皆さんに説明をする今中町長

コロナ禍により、およそ3年間にわたりタウンミーティングを中止しておりましたが、感染症法上の位置づけが第5類に移行されたことから、感染を広めない配慮を行いつつ、令和5年度からタウンミーティングを再開いたしました。タウンミーティングは「住民とともに協働のまちづくり」を推進するため、町の財政の現状や施策等について住民の皆さんにご説明させていただき、意見交換ができる場として、開催させて

いただいております。これも住民の皆さんのご理解とご協力のおかげと感謝致しております。

さて、町財政におきましては、このところ黒字決算を続けることができておりますが、近年では高齢化に伴う社会保障関係費や公共施設の老朽化、ごみ処理の広域化、中学校の統合、またデジタルトランスフォーメーションへの対応など、様々な課題に取り組むための費用が増加しており、まだまだ厳しい財政状況が見込まれます。そのような状況の中ではありますが、限られた財源を活用して、「第5次総合計画」の取り組みを進めていく必要があります。そこで、町民の方々を主役とした安全安心なまちづくりを基本として、「ほほ笑みあふれる和のまちづくり」をテーマに町政を推進したいと思いますので、皆さまのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

上牧町長 今中 富夫

町長からの説明内容

タウンミーティング会場では、まず始めに町長から皆さんへ町行政の概要についての説明を行い、その後皆さんからのご質問やご要望をお伺いするなど、町長との意見交換を行いました。

令和6年度以降に実施予定の事業について

令和6年度以降に実施予定の事業について一部抜粋してご説明します。

学校適正化について

町内小中学校の小規模化に伴い、複数学級の維持が難しくなっているなか、特に中学校においては一部の課題がすでに発現していることから、令和4年3月に策定した「上牧町学校適正化基本計画」に基づき、令和8年度の統合を予定しています。

また、中学校の統合に当たっては、新校舎の整備や既存校舎の解体等が必要となるため、当該整備・解体に係る実施設計業務、建設工事等を行います。

廃校となる上牧第二中学校の施設については、社会教育・体育施設としての活用などを想定し、既存の第二町民体育館の機能を上牧第二中学校の体育館へ移転するため、第二町民体育館の解体を行う予定をしていましたが、住民の皆さんの意見などを踏まえ、第二町民体育館の解体については、撤回させていただきます。



タウンミーティング会場の様子

フリースクールについて

少子化が進行するなか、年々増加傾向にある不登校児童生徒を孤立から守るとともに、安心して過ごすことのできる「居場所」を提供することを目的に、令和4年9月にフリースクール「Smilie Farmかんまき」を設立しました。

不登校児童生徒に居場所を提供しながら、一人ひとりに寄り添った支援を行うことで、不登校児童生徒の学校復帰や社会的自立を目指していきます。

上牧町放課後塾「まきっ子塾」について

児童の基礎学力の向上や家庭学習の定着を目的に、毎週水曜日の放課後1時間程度、小学校1年生から3年生を対象に、在籍学校の空き教室等を利用して、教員のOBや大学生など学習アドバイザーが宿題や自習活動の支援を行います。児童の安全を最優先に、個々に応じた指導を継続的にを行います。

コミュニティバスについて

2000年会館などの公共施設へのアクセス、買い物などをするための交通手段として、町内を巡回するコミュニティバス3台（ペガサス号、ささゆり号、ほほ笑み号）を無料で運行しています。令和5年度に服部台明星線が開通したことに伴い、アクセス性を向上するため、バス停を4カ所追加し、新たなダイヤとルートで運行をしていますが、住民の皆さんから様々な意見をいただいていますので、上牧町にとってより良いバスの運行を目指し、これからも調整を進めてまいります。

山辺・県北西部広域環境衛生組合建設分担金

本町のごみ処理は平成28年度の塵芥焼却場操業停止まで直営により運営していましたが、以降はごみ中継施設を建設し、民間委託により運営しています。

そこで、奈良県下10市町村の広域ごみ処理を実施する「山辺・県北西部広域環境衛生組合」に参加し、令和7年度中の稼働へ向けて「エネルギー回収型廃棄物処理施設」と「マテリアルリサイクル推進施設」を建設するための分担金を支出します。

町から出すごみの量が増えると町が負担する金額も増えますので、住民の皆さんにはごみの減量化についてなにとぞ協力ください。

史跡上牧久渡古墳群整備事業

平成27年10月に国指定史跡となった上牧久渡古墳群について、保存・活用へ向けた公園整備を行います。（令和12年度完成予定）



被災地支援 負けないで 穴水レポート③ あなみずまち (石川県穴水町)

災害対策の強化を進める

2月14日～2月22日（第3陣）、2月28日～3月8日（第4陣）の期間、それぞれ2名ずつ被災地の石川県穴水町で建物被害認定調査業務や避難所運営業務を担いました。

2月28日に開催された上牧町被災地支援対策本部会議では、これまで派遣された職員から現地の様子や避難所に関することなどの報告を受け、上牧町における災害対策の強化や備蓄品の見直しなどの意見交換を行い今後の課題としました。



被災地へ出発する職員



上牧町被災地支援対策本部会議の様子

令和6年能登半島地震災害義援金

被災された方々を支援するための義援金の額は、358,638円（令和6年2月29日時点）となり、日本赤十字社を通じて被災地へ寄付いたしました。ご協力ありがとうございました。なお、引き続き義援金を受け付けています。よろしくお願い申し上げます。

- ▶ 設置場所 ・役場1階 住民保険課窓口 ・2000年会館 福祉課窓口
・片岡台出張所
- ▶ 設置期間 4月26日まで

大切な里山 未来の子どもたちのために守りたい —奈良セブンの森—

上牧町と王寺町にまたがる「陽楽の森」の一部である「奈良セブンの森」の環境保全を目的とする整備活動が3月2日、上牧町や王寺町の住民、（一社）大和森林管理協会、（公社）セブニーイレブン記念財団などの皆さん約200人が参加し、苗の植樹や竹の伐採などを行うなど次世代に引き継ぐための第一歩が踏み出されました。



「ウツギ」と「カツラ」の苗木を植樹する今中町長



苗を植えるための準備をする児童

奈良セブンの森とは

令和5年6月29日、奈良セブンの森事業に係る連携協定が、（一社）大和森林管理協会（王寺町）、上牧町、王寺町、近畿大学、（公社）セブニーイレブン記念財団の5団体で締結。

セブニーイレブン記念財団が全国で展開する同事業は、持続可能な森を目指し、自然環境を健全な姿で次世代に引き継ぐため取り組むものです。

町職員対象 普通救命講習会終わる

有事の際、迅速に人命救助が行えることを目的とした普通救命講習会を11回に渡り、町職員を対象に実施しました。

西和消防署南分署の消防隊員指導のもと、心肺蘇生の方法やAED（自動体外式除細動器）の操作方法を習得しました。1回あたり約3時間の講習で、e-ラーニングによる講義と実技を行い、受講者全員には救命技能を有することを認定する修了証が交付されました。



心肺蘇生法の実技を行う職員



消防署員から説明を受ける職員

上牧町自治功労者表彰式を行いました

本町行政に多大なご尽力をいただいたかたに対し、その功労を称える上牧町自治功労者表彰式を3月19日、役場第2会議室で行いました。表彰式では、長年にわたり民生委員・児童委員として功労のあった4名に対し、今中町長から表彰状が授与されました。今中町長は被表彰者の功績を称え、感謝の意を表しました。



自治功労表彰受賞者

<民生委員・児童委員功労表彰>

元民生委員・児童委員	糸川 実栄子さん
元民生委員・児童委員	三品 洋子さん
民生委員・児童委員	谷口 幸子さん
民生委員・児童委員	祐川 敬子さん

世界に一つだけのミニ銅鐸作り

親子で学ぶ楽しさを体験してもらおうと、家庭教育親子講座「親子でミニ銅鐸づくり体験」が2月17日、中央公民館で行われ小学3年生から6年生までの親子7組が参加されました。

講座は、田原本町教育委員会の柴田将幹さんを講師に迎え、上牧銅鐸や田原本町の唐古・鍵遺跡等の県内の史跡や遺物等を例に弥生時代の暮らしや銅鐸の歴史について話され、参加者たちは興味津々に話を聞いていました。

講座の後はミニ銅鐸作りへ。作業工程や注意事項の説明を受けた子どもたちは真剣に銅鐸作りに取り掛かりました。

工程としては、材料の合金を鍋で溶かし、溶かした合金を鋳造型へ流し込み、型どおりに固まった銅鐸の余分な部分の裁断、鋭利な部分のやすり掛けといった作業で、子どもだけでは難しいところや危険なところは保護者や上牧町歴史ガイドボランティアのみなさんが見守り、協力しながらミニ銅鐸を完成させました。



ゆっくり慎重に…



うまくできているかな？



完成したミニ銅鐸



たくさんのかげがえのない思い出を胸に、
希望に満ちた輝かしい未来への一步を踏み出してください。

この春、上牧第1保育所、上牧幼稚園、上牧町立小学校、上牧町立中学校から
353人のみなさんが卒園・卒業されました。



上牧第1保育所 卒園生 15人



上牧幼稚園 卒園生 27人



上牧小学校 卒業生 66人



上牧第二小学校 卒業生 45人



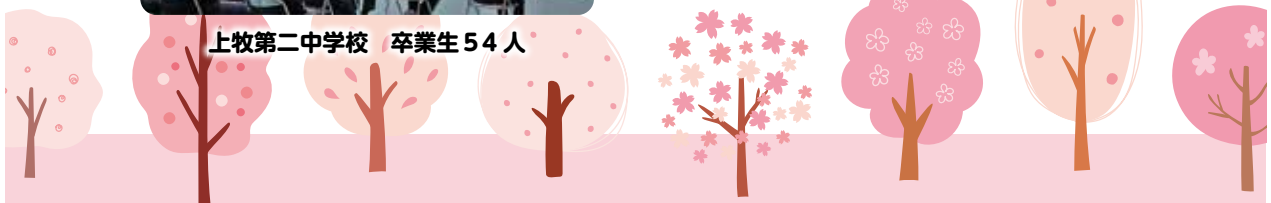
上牧第三小学校 卒業生 37人



上牧中学校 卒業生 109人



上牧第二中学校 卒業生 54人



交通事故のない やすらぎの 大和路づくり

～大和の交通マナーを高めよう～

令和6年 春の交通安全県民運動

運動期間
4月6日
～
4月15日

令和5年の県内交通事故の発生状況

人身事故件数 2,600件 (前年比-3件)
死者数 26人 (前年比-3人) ※内、65歳以上の高齢者が18人で約7割を占める
負傷者数 3,165人 (前年比+73人)

県内交通安全活動統一デー

4月6日(土) 自転車・電動キックボード等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守デー
4月8日(月) こどもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践デー
4月10日(水) 交通事故死ゼロを目指す日(全国一斉)
4月11日(木) 高齢者の交通事故防止デー
4月12日(金) 歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の励行デー
4月14日(日) 二輪車・原付車の交通事故防止デー

西和警察署・交通安全協会上牧町分会

奈良県警察安全・安心アプリ「ナポリス」誕生

皆さんの暮らしの安全・安心を守る奈良県警察公式アプリが誕生しました。

主な機能

- お知らせ機能 身近な犯罪・不審者情報等がプッシュ通知で届きます。
- マップ機能 身近な犯罪・不審者情報等をマップで確認できます。
- 今ココ通知機能 お子様やご家族の現在地を確認できます。
- 防犯ブザー&ちかん対策機能 警告画面と音で犯人を撃退!
- パトロール機能 見守りパトロール活動の状況を確認、活動内容でポイントがもらえます。

アプリの登録

右のQRコードからインストールしてください。



実際のアプリの画面

【問合せ先】奈良県警察本部 生活安全企画課 TEL0742-23-0110

防犯電話の購入費用の一部を補助します

高齢者への特殊詐欺を未然に防止するため、防犯機能を備えた家庭用電話の購入費補助を行っています。



- ▼対象 町内在住で自宅で使用する防犯電話を購入した65歳以上のかた
- ▼補助額 一律5,000円(1世帯1台限り)
※5,000円未満の防犯電話は補助の対象外

自転車用ヘルメット購入費用の一部を補助します

令和5年4月1日に施行の改正道路交通法で、自転車に乗車するすべてのかたにヘルメット着用の努力義務が課せられました。上牧町では自転車を利用するすべてのかたに自転車用ヘルメットの購入費補助を行っています。

- ▼対象 町内在住で自転車に乗るすべてのかた
- ▼補助額 ヘルメット購入費の半分(1人1回限り)
※3,000円を上限として、100円未満は切り捨て

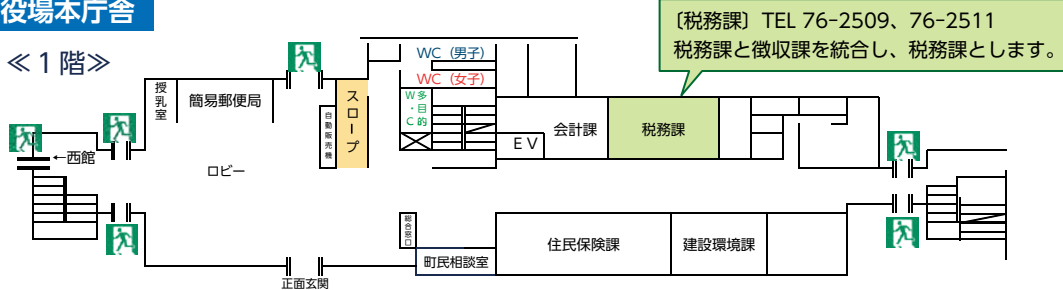
【問合せ先】上牧町総務課安全安心係 TEL:76-1001

お知らせ

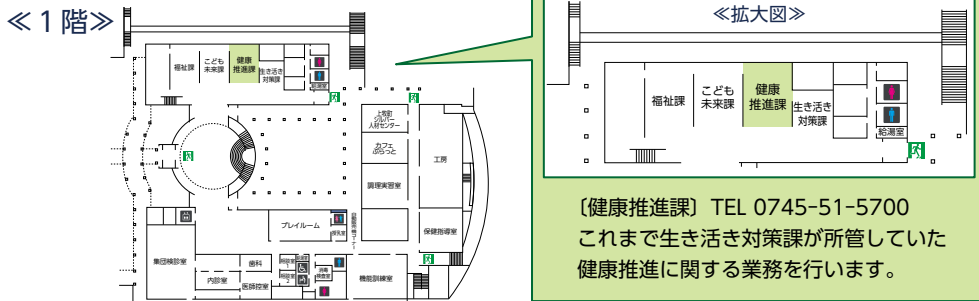
4月1日から行政組織を改編します

町民サービスの向上と対応強化、機能的で効率的な業務体制とするため、令和6年4月1日から一部行政組織機構を改編します。

上牧町役場本庁舎



保健福祉センター（2000年会館）



本広報紙（4月号）の問合先に記してある「健康推進課」を4月1日から2000年会館に新設します。3月中のお問い合わせは生き生き対策課 健康増進係が対応させていただきます。

松浦氏が教育長に再任されました

3月4日に開催された上牧町議会3月定例会で、松浦教雄氏の教育長再任について同意されました。

松浦教育長は「子どもたちの将来像を見据えた着実な歩みと、連綿と築き上げられてきた上牧町の教育を大切に、地道に誠実に地方教育行政の推進に努めてまいりたい」とあいさつされました。任期は4月1日から3年間。



「人権を確かめ合う日」県内一斉集会のご案内

▶問合先 住民保険課 住民係 TEL76-2508

毎年4月11日は「人権を確かめ合う日」として県内一斉集会を開催します。

人権の大切さやあらゆる人権問題への正しい理解と認識を深めるため、今年も初心を忘れることのないよう県内一斉集会に参加し、みんなで一緒に考えてみましょう。

- ▶と き 4月11日（木） 開場：午後1時 開会：午後1時30分
- ▶ところ やわらぎ会館（王寺町王寺2-1-18）
- ▶内 容 講演「多様な性と生き方の尊重」講師 仲岡しゅん さん
- ▶参加費 無料 ※手話通訳あり



仲岡しゅん さん



重要 アルミ缶はつぶしてから出してください



▶問合先 建設環境課 TEL76-2504

令和7年度の山辺・県北西部広域環境衛生組合の廃棄物処理施設とリサイクル推進施設の稼働をひかえ、アルミ缶の出し方については、「つぶしてもよい」ということとなりました。

上牧町にとっても、つぶして出していただくことで運搬費の削減につながります。

4月からアルミ缶は、できるだけつぶしてから資源ごみステーションへ出していただきますよう、ご協力よろしくお願いします。

つぶされる際は、ケガのないよう、無理のない範囲でお願いします。

※スチール缶は今までどおり、つぶさずに出してください。

※飲み残しや異物を取りのぞき、中をきれいに洗ってから出してください。



重要 飼い犬にマイクロチップを装着しているかたへ



▶問合先 建設環境課 TEL76-2504

令和4年6月1日からブリーダーやペットショップ等で販売される犬へのマイクロチップ装着が義務化されました。

また、「広報かんまき-彩愛-」令和5年4月号でお知らせしたとおり、飼い犬でマイクロチップを装着しており令和5年4月1日以降に環境省の登録サイトで登録された犬、または上牧町の犬の鑑札を交付済の犬は登録済みであるとみなしています。

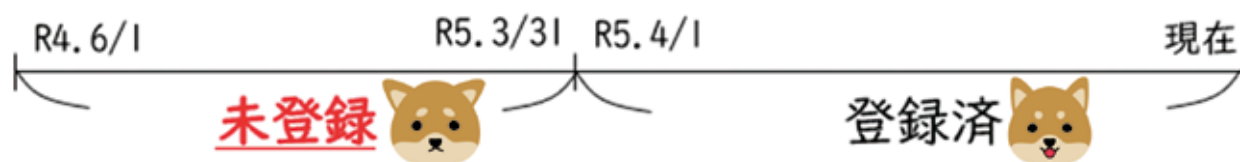
令和4年6月1日から令和5年3月31日までの間に環境省の登録サイトで登録及び変更登録されていても、上牧町では「未登録」となっていますので、役場1階建設環境課にて登録の手続きを行ってください。

※登録手数料として3,000円がかかります。

※他市町村の犬の鑑札をお持ちの場合は、役場1階建設環境課窓口までご持参ください。上牧町の鑑札と交換いたします。(手数料は無料)



犬の鑑札



広報紙バックナンバーはこちらから

日本語表記



Catalog Pocket

広報「かんまき」を
多言語・読み上げアプリで
配信します



広報「かんまき」
(カタログポケット版)

広報「かんまき」が多言語や自動読み上げでスマートフォンやタブレットから読めるようになりました。専用無料アプリをダウンロードするだけで簡単に読むことができますので、ぜひご利用ください。

アプリをインストールした後、上のQRを読み取ると広報「かんまき」をご覧いただけます。

タイ語表記



พ็อกเก็ตแคตตาล็อก

ประชาสัมพันธ์ “คันมากิ”
จะเผยแพร่ในหลายภาษาพร้อม
แอปอ่าน



ประชาสัมพันธ์ “คันมากิ”
รุ่นกระป๋องแคตตาล็อก

ข้อมูลสาธารณะ “Kanmaki” สามารถอ่านได้ในหลายภาษาและอ่านออกเสียงโดยอัตโนมัติบนสมาร์ทโฟนหรือแท็บเล็ตของคุณ คุณสามารถอ่านได้อย่างง่ายดายเพียงดาวน์โหลดแอปฟรีโดยเฉพาะ ดังนั้นโปรดใช้ประโยชน์จากมัน

หลังจากติดตั้งแอปแล้ว ให้สแกน QR ด้านบนเพื่อดูข้อมูลสาธารณะ “คันมากิ”

お知らせ



個人番号（マイナンバー）カードの4月休日・夜間交付について



▶問合先 住民保険課 住民係 TEL76-2508

完全予約制で実施させていただきますので、事前に住民保険課住民係までご本人様よりご連絡ください。その際予約を取らせていただきます。ご希望に沿えない場合がございますが、ご了承くださいますようお願いいたします。

▶対 象 個人番号カード申請後、受け取りのはがき、電子証明書の更新通知が届いたかた



奈良弁護士会による無料法律相談を開催します



▶問合先 奈良弁護士会 TEL0742-22-2035

「遺言の日」記念無料法律相談

▶と き 4月15日(月) 午前10時～正午、午後1時～3時

▶ところ 奈良弁護士会(奈良市中筋町22-1)

▶定 員 先着16名(相談は1人30分間)

▶内 容 相続遺言に関することに限ります。

▶受 付 4月1日(月)～12日(金)までの午前9時30分～午後5時までに奈良弁護士会へお申し込みください。(土・日を除く)

「憲法週間」記念無料法律相談

▶と き 5月8日(水) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分

【次の2か所で実施】

▶ところ① 奈良弁護士会 (奈良市中筋町22-1)

▶定 員 先着20名(相談は1人30分間)

▶ところ② 経済会館 (大和高田市大中106-2)

▶定 員 先着10名(相談は1人30分間)

▶受 付 4月1日(月)～26日(金)までの午前9時30分～午後5時までに奈良弁護士会へお申し込みください。(土・日を除く)

広告

入居時自立型
介護付有料
老人ホーム

奈良ニッセイエデンの園

見学会のご案内 (見学+セミナー) 時間 14:00 開会(13:30 開場) 要予約 参加費無料

5月7日(火) 「これだけ押さえておけば安心! 有料老人ホームの選び方」 初回見学の方限定 関西有料老人ホーム紹介センター 室長 北野 優氏

0800-888-4165 受付時間 9:00~17:00 (土・祝日を除く)

〒636-0071 奈良県大和郡河合町高塚台1-8-1 事業主/公益財団法人ニッセイ聖隷健康福祉財団

奈良県有料老人ホーム ●施設類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)●居住の権利形態/利用権方式●利用料の支払い方式/全額前払い方式●介護保険/奈良県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)●入居時の要件/入居時自立●居室区分/全室個室●一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制/2.5:1以上

広告

孫七瓦工業株式会社 0120-418-057

創業元禄七年(1694年)創業300年の伝統と信用を誇る

屋根リフォーム・雨漏り・屋根修理・葺き替え
雨樋工事・内外装リフォーム

お家のトラブル解決します。
小さな工事からお気軽にご相談ください。

斑鳩町神南3丁目13-13 まごひちかわら 検索

<https://www.magohichi.com>



令和6年度福祉タクシー利用券に関するお知らせ



▶ 問合先 福祉課 TEL43-5031 FAX76-1196

重度心身障がい者（児）の生活行動範囲の拡大と社会参加を目的として、タクシー利用料金の一部を助成するため、対象となる障がい者手帳を所持しているかたに対して、福祉タクシー利用券を交付します。

▶ 対 象 本町の住民基本台帳に記録されているかたで、身体障害者手帳 1 級又は 2 級、療育手帳 A1 又は A2、精神障害者保健福祉手帳 1 級のいずれかの手帳を所持しているかた
※対象のかたには、3 月下旬に申請案内を送付しています。

▶ 交付内容 400円分の福祉タクシー利用券を40枚（年間）



▶ 申 込 み 障がい者手帳を持参して福祉課（2000年会館）までお申し込み下さい。

令和6年度 特産品の開発を 募集開始 支援します。

上牧町特産品開発支援補助金

上牧町の魅力向上及び地域産業の活性化を図るため、ふるさと納税の返礼品として活用できる『特産品』の開発等を行う事業者に対して補助金を交付します。

1.補助対象事業者

町内に事業所を有する個人事業主又は法人

2.募集期間

令和6年4月15日（月）～5月15日（水）

3.過去に開発された特産品



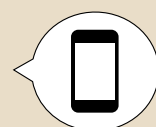
事業実施期間

交付決定日



令和7年1月31日（金）

詳細は町HPで
確認できます。



▶ 問合先
総務部 企画財政課
TEL76-2502

お知らせ



明日香養護学校 教育相談・学校見学会・第1回体験学習のご案内



- ▶ 問合先 奈良県立明日香養護学校 高市郡明日香村川原410
TEL0744-54-3380 (担当 教育支援部 辻)

「教育相談」

- ▶ と き お申し込み後、日程調整（土・日・祝日は除く）
▶ 内 容 ・ 肢体不自由を有する幼児児童生徒の就学や在宅訪問教育について
・ 病弱教育対象の生徒の進学に関する相談について
・ 学校生活上の指導・支援について

「学校見学会」

- ▶ と き 5月下旬（予定）（詳細は決まり次第奈良県立明日香養護学校のHPに掲載）
▶ 内 容 ・ 学校（病弱教育部門・肢体不自由教育部門）の概要説明
・ 児童生徒が授業を受けている様子の見学

「第1回体験学習」

- ▶ 対 象 ・ 肢体不自由を有する年長児、小学6年生、中学3年生とその保護者、担任
・ 病弱教育対象の中学3年生とその保護者、担任
▶ と き 肢体不自由教育部門
小学部 6月12日（水）午後1時20分～4時
中学部 6月19日（水）午後1時20分～4時
高等部 6月26日（水）午後1時20分～4時
病弱教育部門
高等部 6月26日（水）午後1時20分～4時

※「第1回体験学習」の申込締切は、5月31日（金）です。

※実施方法や開催日を変更する場合があります。



学校のホームページ
はこちら



文化協会 作品展示コーナー



- ▶ 問合先 中央公民館 TEL76-3610

上牧町中央公民館

- 《パネル展示》書道クラブ遊墨会
3月29日（金）～5月3日（金）
《陳列ケース》まきのは陶芸クラブ火曜日
4月26日（金）まで

上牧町役場（上牧町文化協会掲示板）

- 絵画クラブ アトリエ28
4月19日（金）まで
西大和水彩画クラブ
4月22日（月）～5月31日（金）



2024会長杯グラウンドゴルフ大会参加者を募集します

- ▶ 問合せ先 社会教育課 スポーツ振興係 TEL78-0118
第一町民体育館内・月曜休館日（月曜日が祝日の場合、火曜日が休館）
- ▶ と き 4月21日（日）（雨天中止） 選手集合 午前9時
- ▶ ところ 上牧町健民グラウンド
- ▶ 対象者 50歳以上の町内在住・在勤者（先着100名）1人からでも参加可能
- ▶ 受付期間 4月2日（火）から12日（金）までの午前8時30分から午後5時までに第一町民体育館へお申し込みください。 ※電話申し込み不可

音楽に合わせた運動で健康的に！ —スポーツ教室参加者募集—

- ▶ 問合せ先 社会教育課 スポーツ振興係 TEL78-0118
第一町民体育館内・月曜休館日（月曜日が祝日の場合、火曜日が休館）

音楽に合わせた健康体操・ストレッチ教室の参加者を募集します。

- ▶ と き 令和6年7月から令和7年1月までの計12回
毎月第2・第4木曜日 午前11時～正午まで（10月は第5木曜日も開催）
※講師の都合により、日程などを変更する場合があります。
- ▶ ところ 上牧町文化センター（ペガサスホール）小ホール
- ▶ 対象者 町内在住・在勤者
※過去3年間スポーツ教室・文化教室（ヘルシーストレッチ教室）を一度でも受講されたかた及び文化教室（ヘルシーストレッチ教室）との同時受講はご遠慮ください。
- ▶ 募集人員 先着20名
- ▶ 講師 美影ひとみ先生（元OSK日本歌劇団）
- ▶ 申込方法 4月5日（金）から7月12日（金）までの午前8時30分から午後5時までに第一町民体育館へお申し込みください。
- ▶ 参加費 無料

上牧町協働のまちづくり公募型補助金審査判定委員会委員を募集します

- ▶ 問合せ先 企画財政課 総合企画係 TEL76-2502／メールseisaku@town.kanmaki.lg.jp
住民参画の観点を重視した、町民と行政との協働のまちづくりを推進するための協働の仕組みとして創設した「上牧町協働のまちづくり公募型補助金」の申請に対する審査判定などをしていただくかたを募集します。

- ▶ 募集人員 2名
- ▶ 委嘱期間 令和8年3月31日まで
- ▶ 応募資格 町内在住の18歳以上のかた
- ▶ 会議の開催 年間4回、1回2時間程度
- ▶ 応募期間 4月1日（月）～4月12日（金） ※郵送の場合は4月12日（金）消印有効
- ▶ 応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入し、企画財政課窓口に持参、または郵送・メールのいずれかの方法で応募してください。応募用紙は企画財政課及び片岡台出張所に設置しています。なお、応募用紙は返却しません。
※町ホームページからもダウンロードできます。



町ホームページ

学校・幼稚園での活動に皆さんの力を貸してください 上牧町学校支援ボランティア募集



町ホームページ

▶ 問合先 教育委員会事務局 社会教育課 TEL76-2532 FAX76-1199

地域の学校などで教育活動にボランティアとして参加いただけるかたを募集しています。学校教育をよりよく、より豊かにするために、ぜひみなさんの力をお貸しください。特別な資格は必要ありません。「子どもたちのために」とのお気持ちがあればどなたでもできる活動です。

現在約250人のかたが活動されています。あなたのできる範囲で結構ですので、ぜひ力をお貸しください。詳しくはQRコードから町ホームページをご覧ください。

ボランティア活動内容の一部を紹介



環境支援



小学校 読み聞かせ



小学校 登下校見守り



家庭科支援



中学校 畑作りの学習支援



幼稚園 マラソン大会の見守り

ハッピーライフ教室 参加者募集

▶ 問合先 生き活き対策課 地域包括ケア推進係（2000年会館内）TEL 79-2020

桜も咲いて運動が気持ちいい気候となりました！この機会に基礎体力の維持・向上を目指して、新しい運動習慣を始めてみませんか？ハッピーライフ教室は室内でできるストレッチや筋トレを学び、運動習慣を身につける全8回の教室です。教室で取り組む運動は、どなたでも始めやすい簡単な運動になっています。フレイル予防にも効果的！ぜひ教室に参加して楽しく運動を始めてみませんか？

※令和6年度は2000年会館の空調工事のため、ハッピーライフ教室の実施は5月からの第1クール、7月からの第2クールのみとなります。予めご了承ください。

▶ 期 間 5月9日（木）～6月27日（木）の毎週木曜日（全8回）
午後2時～3時30分まで

▶ ところ 2000年会館 機能訓練室

▶ 対象者 65歳以上の上牧町在住のかたで、運動に支障がある心疾患などの治療中でない人

▶ 定 員 15人（先着順。ただし、定員に限りがあるため申し込みが定員を上回る場合、令和5年度3回目の教室に参加したかたはご辞退いただく場合があります。ご了承ください。）

▶ 申込方法 4月10日（水）～4月12日（金）までの午前8時30分～午後5時15分の間に地域包括ケア推進係の⑦窓口または電話でお申し込みください。



高齢者・婦人学級生を募集します

▶問合先 社会教育課 TEL76-2532 FAX76-1199

生涯学習事業として高齢者学級と婦人学級を開催します。

✳高齢者（やよい）学級

町内にお住まいの60歳以上が対象です。高齢者が地域社会にどのような役割をもって参加するの
かを中心に、健康で生きがいのある人生をめざした学習を行います。

✳婦人（さゆり）学級

町内にお住まいの20歳以上の女性が対象です。女性がつもつ様々な生活上の問題点について学習を
行います。

▶学習内容 講演会・人権学習・社会見学・教材実習など

令和5年度実績

健康教室・音楽鑑賞会・フラワーアレンジメント教室・
社会見学（やよい）神戸方面、（さゆり）滋賀方面ほか

▶開催日時 5月から毎月1回開催予定

高齢者（やよい）学級…基本第2火曜日 午後

婦人（さゆり）学級……基本第1月曜日 午前

▶と ころ 役場庁舎 西館3階 集会室

▶申 込 先 社会教育課 生涯学習推進係（電話・FAX・QR
コードより受付可）

▶申込期間 4月8日（月）～15日（月）

▶費 用 授業料などの直接的な費用は不要ですが、教材
実習の材料費や社会見学での昼食代・見学代・
バス利用代を負担していただきます。

▶そ の 他 諸事情により日程・場所などを変更または中止す
る場合があります。ご了承下さい。



音楽鑑賞会



教材実習風景



詳しくは町HPを
ご覧ください

世界を迎えて、世界が広がる 「大阪・関西万博ボランティア」募集中！

▶問合先 大阪・関西万博ボランティア コールセンター TEL0570-036-035

公益社団法人2025年日本国際博覧会協会と大阪府・大阪市では、万博の「顔」として、国内外から
大阪や関西、万博会場を訪れるかたがたをおもてなしするボランティアを募集しています。
多くの仲間とともに、万博を盛り上げませんか。

▶応募期間 2024年4月30日（火）まで



ボランティアの
詳細はこちら



令和6年度音訳ボランティアを募集します

- ▶ 問合せ・申込先 奈良県視覚障害者福祉センター 橿原市大久保町320-11
(奈良県社会福祉総合センター3階) TEL0744-29-0123 FAX0744-29-0127

奈良県視覚障害者福祉センターでは、視覚に障がいのあるかたのために、書籍等を音訳していただくボランティアを募集しています。応募いただいたかたで選考の後、講習会を受講していただきます。(15人程度)

- ▶ 受講者選考会 5月15日(水) または5月16日(木) のいずれか
▶ 講習会日程 6月11日～12月3日毎週火曜日(全22回) 8月を除く
午前9時45分～11時45分
▶ 申込締切 5月8日(水) 必着
▶ 申込み 所定申込用紙を郵送またはFAXで送ってください。
用紙は奈良県視覚障害者福祉センターのホームページから入手できます。
(郵送での請求も可)

奈良県視覚障害者
センターホームページ



上牧町片岡城跡活用検討委員会委員募集

- ▶ 問合せ先 社会教育課 TEL76-2532 FAX76-1199 メールsyakyou@town.kanmaki.lg.jp

上牧町下牧地区に所在する中世山城片岡城跡について、片岡城跡の歴史的価値の把握に努めながら、今後の保存活用の方向性を調査審議していくために、学識経験者や教育関係団体等のほか、広く町民の皆さんからの意見を反映させるため、「上牧町片岡城跡活用検討委員会」の委員を募集します。

- ▶ 募集人数 3名以内
▶ 任期 第1回委員会の開催の日から令和7年3月31日まで
▶ 対象 上牧町民で18歳以上(令和6年4月1日現在)のかたで片岡城跡の保存活用に関して関心があり、平日の会議に出席可能なかた
▶ 会議の開催 年6回開催(1回4時間以内)・第1回は5月開催予定
▶ 報酬 町の規定により支給
▶ 応募期間 4月2日(火)～12日(金) 郵送の場合は4月12日(金) 消印有効
▶ 応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入し、「片岡城跡の保存活用について」をテーマに800字以内の小論文を添えて社会教育課生涯学習推進係(⑫番窓口)へ持参・郵送・ファックス・メールのいずれかでご応募ください。応募用紙は社会教育課生涯学習推進係の窓口にて備え付けています。ホームページからもダウンロードできます。
▶ 選考方法 書類審査(提出された書類は返却しません)



自衛官等採用募集のご案内

- ▶ 問合せ先 自衛隊奈良地方協力本部 橿原地域事務所 TEL0744-29-9060
▶ 募集区分 幹部候補生、一般曹候補生、自衛官候補生、予備自衛官補
募集案内詳細: (URL: <https://www.mod.go.jp/pco/nara/>)



上牧町

＼令和6年度事業募集開始！／

協働のまちづくり
公募型補助金

自由なテーマで、町民の皆さんの知識・経験・アイデアを生かして行う事業を募集します！

協働のまちづくり公募型補助金

- 社会的・地域的な課題の解決に向けて、町民の皆さんにより組織される団体が自主的・自立的に取り組む公益性のある事業に対して、町が補助金を交付します。

活用例

防犯・防災
に関する取組国際交流
に関する取組子育て・教育
に関する取組町の魅力創造・発信
に関する取組町の活性化
に関する取組町の課題解決
に関する取組

補助金区分

① 自由提案型補助金

自由なテーマで提案した社会的・地域的な課題の解決に資する事業

補助限度額 上限15万円（補助率100%）

② スキル活用型補助金

団体の持つ知識や経験を生かし自立した活動を展開することで、社会的・地域的な課題の解決に資する事業

補助限度額 上限15万円（補助率50%）

③ 自立事業化前提型補助金

地域で抱える課題をビジネスの手法（サービスの受け手から対価を徴収する方法）により解決する事業 ※但し、営利を目的とした事業は対象外

補助限度額 上限50万円（補助率100%）

提出期限

令和6年5月31日（金）

スケジュール

4月1日～5月31日	応募書類の提出
6月中旬	審査 ・書類審査 ・プレゼンテーション
7月上旬	審査結果の通知 補助金交付 事業実施 期間：交付決定～令和7年2月28日
翌年3月中旬～下旬	実績報告 ・報告書類の提出 ・審査判定委員会での報告

事前申請

募集期間内に事業の開始を希望する団体は、**令和6年4月12日**までに申請いただくことで、早期に事業を開始することが可能です。

但し、審査手続等の関係上、5月上旬頃の交付決定（事業開始）となります。

事前申請締切

令和6年4月12日（金）まで

応募書類提出先・問い合わせ先

上牧町 総務部企画財政課 総合企画係

TEL 0745-76-2502(直通)

メール seisaku@town.kanmaki.lg.jp

申請方法（募集要項）や過去の補助事業については、町ホームページからご確認ください。



貴社の商品やサービスで、上牧町を全国にPR！

ふるさと納税返礼品 協力事業者 募集

上牧町では、ふるさと納税を寄附いただいた町外在住のかたに、返礼品として特産品（地場産品）を贈呈しています。

ふるさと納税制度を活用し、町の魅力の全国へのPRや特産品の販路拡大による地域経済活性化、町の歳入確保を図るため、ふるさと納税返礼品として商品やサービスを提供していただける事業者を募集します。

— 事業者のメリット —

- 1 返礼品が「ふるさと納税ポータルサイト」に掲載され、全国に向けて商品やサービスがPRできます
- 2 ふるさと納税の寄附者に贈呈する返礼品での販路拡大が期待できます
- 3 商品発送時に、チラシやパンフレットを同封することができ、全国のかたへ事業者・商品のPRができます
- 4 ホームページ掲載料や返礼品の送料は町が負担します

募集期間

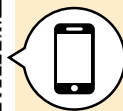
● 随時申請を受け付けています

ポータルサイトへの掲載は以下のようになります。

- | | |
|----------------------|----------------|
| (a) 6月末までに申請を受け付けたもの | → 9月30日までに登録承認 |
| (b) 7月以降に申請を受け付けたもの | → 10月1日以降に登録承認 |

→ (a)、(b) いずれも登録承認後、翌年9月30日までポータルサイトへ掲載可能

詳細はHPを確認



- 「募集要領」（HP掲載）を必ず確認してください。
- 登録する返礼品は、総務大臣が定める基準に該当する必要があります。

問 企画財政課（0745-76-2502）

元気講座

～始めてみませんか？春からの運動習慣～

▶問合先 健康推進課 TEL51-5700

春も本番で温かくなってきました。この時期は環境の変化によって自律神経が乱れやすくなる時期でもあります。適度な運動はストレス解消になり、自律神経を整えてくれます。また、筋肉量をアップさせ、フレイル予防やメタボ対策としても効果的です。

昨今の新型コロナウイルス等の感染症のため、運動不足になっているかも多いと思われます。運動不足の長期化は、肥満だけでなく、がんを含む生活習慣病のリスクや、精神面での不調を引き起こしてしまう可能性があります。

暖かく過ごしやすい春から運動習慣を始めて、新しい自分にチャレンジしてみませんか？



今日からはじめよう！おすすめの運動3選

①有酸素運動

有酸素運動とは、筋肉への負担が比較的軽く、長時間継続して行える運動のことをいいます。長時間と記載していますが、実際には短時間（20分以内）でも脂肪燃焼効果があることが分かっています。正確には、20分以内であれば、体内の脂肪よりも糖質をエネルギーとして使用する割合が高く、20分以上運動を継続することで、糖質よりも脂肪をエネルギー源に使用するように切り替わっていきます。継続できる時間にこだわらず、楽しめる範囲で運動を少しずつ生活に取り入れていくのがよいでしょう。

例）ウォーキング・階段（段差）昇降・縄跳び・ダンス・ラジオ体操・ヨガ など

②筋力トレーニング

筋トレというと、皆さんはどのようなイメージを持たれますか？実はムキムキを目指すだけが筋トレではありません。週30～60分の筋トレの実施は、病気（がん・糖尿病・心疾患系）や死亡のリスクを下げるという研究結果も出ています。有酸素運動と組み合わせると、さらに効果が増強するということもわかってきました。

また、筋力が増える仕組みは、トレーニングで筋肉が損傷し、食事などからのタンパク質の補給と成長ホルモンの分泌により損傷が修復されることで起こります。この回復時間は、概ね48～72時間といわれているので、2日に1回の頻度でトレーニングを行うと効果的です。

例）スクワット・腕立て伏せ・背筋（上体反らし）・腹筋（上体起こし）・ヒップリフト（仰向けでお尻もち上げる） など

③忙しい現代人にピッタリな「ながら運動」

「ながら運動」とは、日常生活の中で隙間時間を使い、気軽にできる運動法のことをいいます。私たちが1日に消費するエネルギー量のうち、安静時の基礎代謝量が一番多く約60%であり、次に家事などの身体活動と運動で消費するエネルギーが多く、全体の約30%にあたります。ながら運動のメリットは、特別な道具・場所・時間もいらず、気軽に始めやすいということ、また、「椅子に座ってテレビを見ながら」「仕事をしながら」など、日常生活に組み込んでおくことで、習慣化しやすいというメリットもあります。

《歩きながら》

お腹を出したり引っ込めたり・・・と腹筋運動をする→お腹の筋肉の引き締め効果◎

《イスに座りながら》

背筋をピンと伸ばし、両足を揃えてかかとを床につけたまま、つま先をゆっくりと上げる。つま先が最も上がった状態で、足の指先をグーパーさせる動作を10回ほど行う。この一連の動作を10～15回ほど繰り返す。→ふくらはぎの血行促進、むくみ防止に効果◎

《寝ころびながら》

下になっている方の膝を少し曲げて体を安定させたうえで、上側の脚をまっすぐに伸ばし、可能な高さまでゆっくりと上げ、おろす。これを両側の脚で20回行う。→おしりの筋肉の引き締め効果◎

注意

- ★運動を始めるときは、必ず個人の体調を考慮した内容にしましょう。無理に負荷の高い運動を行うと、怪我や筋肉・関節を痛める原因となります。
- ★持病のあるかたは、かかりつけ医に相談しましょう。
- ★運動の前には怪我の予防のため、ストレッチなど準備運動を行い、体を慣らしてから実施してください。

ちりも積もれば山となる
日常生活行動に運動を
組み込んで習慣化を
目指しましょう！！



乳幼児健康診査

問合先：健康推進課 TEL 51-5700（4月1日から）

	とき	ところ	対象者	受付時間
3か月児健康診査	4月12日（金）午後	2000年会館 集団検診室	令和5年11月21日～12月31日生まれ	個別通知します。
10か月児健康診査			令和5年6月生まれ	
1歳8か月児健康診査	4月3日（水）午後		令和4年7月1日～9月15日生まれ	

※対象のかたには、待ち時間の短縮のため、時間を調整して個別通知します。

成人健康相談【要予約・無料】

問合先：健康推進課 TEL 51-5700（4月1日から）

とき	ところ	対象者	内容等
4月23日（火） 午前9時～正午	2000年会館	年齢・性別は 問いません	糖尿病・高血圧・高脂血症・禁煙・生活習慣を改善したいなど、何でもお気軽にご相談ください。

乳幼児相談【要予約・無料】

問合先：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
4月10日（水） 午前9時～11時30分	2000年会館 2階 和室	乳幼児 （0歳～就学前ま でのお子さん） と保護者	【内容】身体計測・育児・離乳食・栄養相談 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳（母子健康手帳）、バスタオル

☆体温測定の上、お越しく下さい。（マスク着用については、個人の判断をお願いします。）

ささゆりルーム乳幼児相談【予約優先・無料】

問合先：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
4月19日（金） 午前10時～11時30分	ラスパ西大和店 ささゆりルーム	乳幼児 （0歳～就学前ま でのお子さん） と保護者	【内容】身体計測・育児相談 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳（母子健康手帳）、バスタオル

☆体温測定の上、お越しく下さい。（マスク着用については個人の判断をお願いします。）

離乳食教室【要予約・無料】

問合先：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
4月10日（水） 午前10時30分～11時	2000年会館 2階 和室	3～5か月乳児 の保護者	栄養士が離乳食開始から初期についての説明をします。初期離乳食の展示。 【持参品】親子健康手帳（母子健康手帳）

プレパパママ教室【要予約・無料】

問合先：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
4月18日（木） 午前9時30分～11時30分	2000年会館 1階 集団検診室	妊婦さんと パートナー	【内容】 ・パパさんが妊婦さんに変身！ ・赤ちゃんをお風呂に入れてみよう ・家事・育児分担を考えよう 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳（母子健康手帳）、筆記用具

☆体温測定の上、お越しく下さい。（マスク着用については、個人の判断をお願いします。）



（教室に参加された方の感想）

- ・産後の家事・育児の役割分担について考えるきっかけになった。
- ・実際に体験してみて、イメージができて良かった。
- ・第1子の時の事を覚えていなかったなので、勉強になった。

* 2000年会館プレイルームの利用について

平日の午前9時から午後4時45分までプレイルームを開放しています。自由にご利用ください。

〈対象〉赤ちゃんから就学前までのお子さんと保護者

* 妊娠届の予約制について

スムーズな対応をさせていただくために、妊娠届及び親子健康手帳（母子健康手帳）の交付を予約制にしています。

問合先：こども未来課 TEL 43-5034



子育て情報

おひさま広場 <登録制・参加費無料>

おひさま広場は、子どもたちの成長と共に保護者のみなさんも元気になれる広場です。「広場で友達みつけたよ」「子育てって楽しいな」そんな声が聞こえてくるような広場を、みなさんと一緒に作っていきます。

- ▶と き 4月17日(水) ひよこクラス(0歳児)
4月22日(月) うさぎクラス(1歳児)
4月22日(月) くまクラス(2,3歳児)

▶ところ 2000年会館 2階和室

※時間などの詳細は今月号の折り込みチラシをご覧ください。

▶問合せ 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098



2月開催ひよこクラス修了式の様子

サロンぽけっと <申し込み不要・参加費無料>

未就学児とその保護者を対象としたゆったりとくつろぐことのできるサロンです。子どもたちは元気に楽しく遊べて、大人はゆったりと過ごせます。子育てサポーターもいますよ。

▶と き 月・水・金曜日(平日のみ) 午前10時～午後3時

▶ところ 2000年会館 2階くつろぎスペース

▶問合せ 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098

健康



令和6年度 不妊治療・不育治療費を助成します



▶問合せ 健康推進課(2000年会館内) TEL51-5700(4月1日から)

不妊症	【助成対象】 ・一般不妊治療(タイミング療法、人工授精、薬物療法等) ・特定不妊治療(体外受精・顕微授精等)
不育症	【助成対象】 ・不育症の原因を特定するための検査及び当該に対する治療

※夫婦であることかつ、どちらか一方でも1年以上上牧町の住民であることが必要です。

▶助成限度額 ・不妊治療 夫婦一組につき上限 7万円 ・不育治療 夫婦一組につき上限 10万円
※自己負担額が、7万円または10万円の上限を超えた時点で早め申請をしてください。

▶助成回数 1年度分につき1回(1年分をまとめて申請してください。)

※前年度にさかのぼっての申請はできませんので、年度毎に申請してください。

令和6年4月～令和7年3月の治療費の助成申請期限は、令和7年3月末です。

▶申請に必要な書類

- ①上牧町一般不妊治療・不育治療費助成金交付申請書兼請求書
- ②上牧町一般不妊治療・不育治療費助成金交付に関する同意書(夫婦2人分)
- ③上牧町一般不妊治療・不育治療費助成事業受診等証明書(医療機関記載)
- ④健康保険証(夫婦2人分)
- ⑤上牧町一般不妊治療・不育治療に係る領収書(原本)

※受診者名、受診日、領収金額、医療機関の領収印があるもの

⑥印鑑(スタンプ印は不可)

⑦申請者の振込先がわかる預金通帳やキャッシュカード

HPVワクチン（子宮頸がん予防ワクチン）について

▶問合先 健康推進課（2000年会館内） TEL51-5700（4月1日から）

HPVワクチン（子宮頸がん予防ワクチン）は、子宮頸がん全体の50～70%の原因とされる2種類のヒトパピローマウイルス（16型と18型）などの感染に対して予防効果をもつワクチンです。国内外で行われた研究結果では、HPVワクチンを導入することにより、感染及び子宮頸がんの前がん病変を予防する効果が示されています。

下記の対象のかたは、HPVワクチンを公費により接種することが出来ます。接種を希望されるかたは、厚生労働省「子宮頸がん予防ワクチンについて」を参照し、ワクチン接種の有効性及び安全性等について、十分理解していただいたうえで、接種してください。

定期接種

▶対象者 小学6年生から高校1年生相当の女子（今年度中学1年生のかたに、4月にお知らせと予診票を個別送付します。）

今年度、中学2年生以降のかたで予診票が手元にないかたは、母子健康手帳とご本人確認書類（健康保険証など）を持参のうえ、健康推進課（2000年会館 ⑤番窓口）にお越しください。

キャッチアップ接種

現在、HPVワクチンは定期接種として、小学校6年生～高校1年生相当の女性を対象としていますが、国の方針でワクチン接種の積極的勧奨を控えていた時期にあたる年代のかたは、「キャッチアップ接種」として公費で接種することができます。

現時点では、キャッチアップ接種は、接種期限が令和7年3月末までと定められております。全接種回数を終えるには、最低でも半年以上かかるため、対象者及び保護者のかたは、ワクチンの有効性とリスクについてご理解のうえで接種を希望されるかたは、お早めに接種してください。

▶対象者 平成9年4月2日（27歳）～平成20年4月1日生まれ（16歳）の女性

▶接種方法 接種を希望されるかたは、接種に必要な予診票を発行します。母子健康手帳とご本人確認書類（健康保険証など）を持参のうえ、健康推進課（2000年会館 ⑤番窓口）にお越しください。

▶償還払いについて 積極的勧奨の差し控えにより、過去にサーバリックス（2価）とガーダシル（4価）を自費で接種したかたに、接種費用の償還払いを実施しております。現時点では、キャッチアップ接種の期限と同様に申請期限が令和7年3月末までとなります。過去に自費で接種されたかたは、お早めに申請してください。詳しくは、上牧町ホームページをご覧ください。

※過去にシルガード（9価）を任意接種として自費で接種されたかたについては、対象外となります。



ワクチンは
左の3種類に
なります

※1： 1回目と2回目の接種は、少なくとも5か月以上あけます。5か月未満である場合、3回目の接種が必要になります。

※2・3： 2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の2か月後と6か月後にできない場合、2回目は1回目から1か月以上（※2）、3回目は2回目から3か月以上（※3）あけます。

※4・5： 2回目と3回目の接種がそれぞれ1回目の1か月後と6か月後にできない場合、2回目は1回目から1か月以上（※4）、3回目は1回目から5か月以上、2回目から2か月半以上（※5）あけます。

上牧町ホームページ
償還払いについて



厚生労働省ホームページ
子宮頸がん予防ワクチンについて





高齢者肺炎球菌ワクチンの接種に関するお知らせ



▶問合先 健康推進課（2000年会館内） TEL51-5700（4月1日から）

肺炎球菌は肺炎の原因になる菌であり、肺炎のほかにも慢性気道感染症、中耳炎、副鼻腔炎などを起こすことがあります。主に高齢者や乳幼児、免疫の弱っているかたで病気をおこし、ときに敗血症や髄膜炎といった重篤な疾患の原因にもなります。肺炎球菌ワクチンは肺炎のすべてを予防するワクチンではありませんが、接種することによって肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。なお、任意接種費用助成は令和6年3月31日をもって終了しました。

▶定期接種費用助成対象（令和6年4月1日から対象者が変わりました）

A 満65歳のかた（65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで）

B 接種日に60～65歳未満のかたで心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に障がいがあるかた

※ただし、A・Bともに、町内に住民登録があるかたで、過去にワクチン（23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン）を一度も接種したことがないかたが対象。

①のかたには、65歳になった日の翌月に案内ハガキを郵送でお送りします。

（※紛失されたかたは、再発行しますので、健康推進課窓口にご身分証明書を持参し申請してください。）

▶自己負担 4,000円（生活保護世帯のかたは無料）

▶接種方法

町内医療機関で接種を希望されるかた

①ご自身が対象者であることを確認し、事前に希望の医療機関に予約をしてください。

②受診時、上牧町が郵送した案内ハガキ「高齢者肺炎球菌予防接種のご案内」及び健康保険証を必ず持参して接種を受けてください。

町外医療機関で接種を希望されるかた・施設、病院に入所、入院中のかた

①健康推進課窓口にご上牧町が郵送した案内ハガキ「高齢者肺炎球菌予防接種のご案内」及び身分証明書を持参し申請してください。予診票などの必要書類をお渡しします。

②事前に希望の医療機関へ予約をして、必要書類及び健康保険証を持参して接種を受けてください。

生活保護世帯のかた

①健康推進課窓口にご上牧町が郵送した案内ハガキ「高齢者肺炎球菌予防接種のご案内」及び身分証明書、印鑑を持参し申請してください。書類の発行には1週間程度時間を要するため、余裕をもって申請してください。

書類が発行出来次第ご連絡します。

②事前に希望の医療機関へ予約をして、必要書類を持参して接種を受けてください。



認知症相談のお知らせ ※要予約



▶問合先・予約先 生き活き対策課 地域包括ケア推進係（2000年会館内） TEL79-2020

ご自身やご家族等のことで「物忘れが増えた」「忘れ物や物をなくすことが増えた」「以前はできた料理や買い物に手間取る」などのお悩みはありませんか？以前とは様子がちがうなど些細な変化に気づいたら、一人で悩まずに相談することが重要です。

上牧町では月1回、認知症の専門家が様々なご相談に対応しています。また、物忘れの状態を簡単にチェックできる機械も用意しておりますので、ぜひお気軽にご相談ください。

▶とき 4月23日（火） ①午後1時30分～2時30分 ②午後2時30分～3時30分

▶ところ 2000年会館内

子どもの
五感を養う

親子でマルシェ No.43

学校給食のメニューから

お子さんと一緒に料理をすることで親子のコミュニケーションをより密にし、お子さんの感覚が研ぎ澄まされる効果があるとも言われています。学校給食のメニューからご紹介します。

大和まなの白和え

大和まなとは、奈良の伝統野菜の1つで、主に大和高田市や宇陀市などで栽培されています。油との相性がよく、炒め物やお浸しなどに使われることが多いですが、和え物にしてもおいしく食べることができます。子どもたちに学校給食を通して奈良県の地場産物や伝統的な食材を味わってほしいと考えています。

材料（家庭用4人分）

豆腐 …………… 1/3丁（約100g）
大和まな …………… 2株（約80g）
すりごま …………… 小さじ2
ねりごま …………… 小さじ2と1/2
みそ …………… 小さじ1と1/2
砂糖 …………… 小さじ1
こいくちしょうゆ …… 小さじ1/2

調味料

作り方

- ① 豆腐・・・さいの目切り
大和まな・・・2cmカット
- ② 豆腐をゆでて水気を切り、冷ます。
- ③ 大和まなをゆでて水気を切り、冷ます。
- ④ ②とすりごま、ねりごま、調味料を混ぜ、和え衣を作る。
- ⑤ ③と④を和える。



Let's
Cooking



レシピ／栄養教諭：廣川伊希子さん、学校栄養職員：吉田実里さん

貴社の商品やサービスで、上牧町を全国にPR！

ふるさと納税返礼品

協力事業者 募集

要件

- 本社、支社、事業所または工場等が町内にある事業者
- 上牧町内で製造、加工などを行っているもの



広告

☆日曜開催 介護の資格☆
介護職員初任者研修

日時 5月19日～9月8日 毎週日曜日
10時～17時 ※8/11 休講
費用 60,000円(税・テキスト代込み)
※介護人材確保対策総合支援制度申請中
(前年度実績5万円補助あり)

一般財団法人 信貴山病院
電話 0745-72-5006
携帯 080-8320-0440
生駒郡三郷町勢野北 4-13-1
サテライト部 澤田・織田
平日8時半～17時
mail syoninsya@heartland.or.jp

介護入門編の資格です
就職に有利！
(当グループで就職支援あり)



実習もあるの
で将来大事
な人ので
介護にも
役立ちま
す



Library communication

図書館通信

新刊
紹介図書館
☎78-9903

『ワーキングドッグ』

福澤 めぐみ編著・緑書房



ワーキングドッグとは、私たちの社会に貢献する犬たちのことで、警察犬、動植物検疫探知犬、災害救助犬、身体障害者補助犬などを指します。本書では、彼らの現状と将来への課題について解説します。

『おくちのたいそうあいうえお』

木坂 涼ぶん・あすなろ書房



あいうえたいそう、はじめましょう。最初はゆっくり気をつけて、次はちょっと早口で。その次はもっと早口で!言えるかな?詩人の木坂涼のユニークな文章で口の体操ができる絵本です。(児童書)

『おばけのまよなかアイス』

かんなさく・文芸社



夜にだけ、ひっそりとアイスを食べる、おばけのアイスクリーム屋さん。友だちとケンカをしたフクロウには、食べると心がポカポカあたたまる「ひのたまアイス」を作っていました。さて、次はどんなアイスが出てくるのでしょうか? (児童書)

4月のおはなし会

ボランティアグループ「ピーターパン」による絵本の読み聞かせ、手あそびなど一緒に楽しみましょう。

と き 4月2・16日(火) 午前10時30分～11時
4月13・27日(土) 午後2時～2時30分

ところ 上牧町立図書館 絵本コーナー



ボランティアグループ
ピーターパン
おすすめの本

『だれかしら』
『てれるぜ』
『いろいろかえる』

多田 ヒロシさく
工藤 直子し
きくち ちきさく

本は図書館に
展示していますので、
読んでください。

図書の寄贈について

図書館では次の図書の寄贈をお受けしています。

- ①上牧町や奈良県の地域に関する本
- ②出版されてから概ね5年以内で汚破損、書き込みのない本
- ※コミック・雑誌・問題集・学習参考書等は5年以内でもお受けできません。
- ※小説は汚破損、書き込みのないものであればお受けしますが、古い全集等のご遠慮ください。
- ご寄贈いただける図書は、量に関わらず、図書館から受け取りにお伺いできません。お手数ですが、図書館カウンターまで直接お持ちください。
- 寄贈していただいた図書の取扱いは、図書館にご一任ください。
- ・返還のお申し出や寄贈後のお問い合わせには応じかねます。
- ・リサイクルのイベント等で活用させていただく場合もあります。

お問い合わせ先 上牧町立図書館

TEL 0745-78-9903 FAX 0745-71-5820

上牧町ホームページ・図書館ページ
から蔵書検索ができます。

※本、AV資料は期限内に返却しましょう。

図書館カレンダー 休館日のお知らせ

4/1(月)・8(月)・15(月)

22(月)・30(火)・5/1(水)

※毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) 毎月末日(休館日にあたる時はその翌日も休館)

※日程につきましては諸般の事情により変更になる場合があります。

●図書の貸出は1人5冊2週間 ●CDの貸出は1人1つ1週間

●自習室の利用(午前9時～午後5時まで) 館内でのDVD視聴可能です。滞在時間の制限はありません。

てんいち先生



編集後記!

Yのあとがき

「一生寝てた」「ワンチャンやるわ」私の子ども(7歳)が近頃「今どき」の言葉を話すのを聞いて、日々言葉が変化しているのを感じました。先日ニュースで70年ぶりにローマ字表記が改定されることを聞き、時代の移り変わりの激しい今、40年後、50年後の言葉はどうなっているのか…と頭をよぎると同時に、想像できないものになっているのではないかと、いささか興味と不安を感じます。

こちら消費生活相談室です

相談日

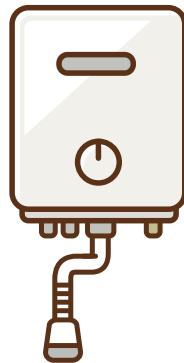
毎週火曜日午後1時～午後5時、木曜日午前9時から午後1時
上牧町役場1階町民相談室（祝日は休室） ☎76-2501

給湯器の点検にご注意ください —70歳以上の高齢者を中心にトラブル急増！—

給湯器の点検商法に関する相談が全国の消費生活センター等に相次いで寄せられています。相談事例では、電話や訪問で突然給湯器の点検を持ち掛け、不安をあおって高額な給湯器の交換を迫る手口が多くみられます。中には、電話口で「自治体から委託を受けた」「契約中のガス会社から依頼された」などと身分を偽るケースもみられます。

契約当事者の7割以上が70歳以上で、特に高齢者に注意してほしいトラブルです。

年度別相談件数は、令和5年度は12月31日までで1,099件となっており、令和4年度同期の約3倍と急増しています。



相談事例

- ・電話してきた業者が契約しているガス会社だと思い、点検を依頼し勧められるままに給湯器交換の契約をしたが、高額だった。ガス会社とは無関係の業者だった。
- ・自治体から委託されたという業者が訪問してき、点検後に温水器の交換が必要と言われた。自治体に確認すると、無関係の業者だった。
- ・無料点検をするという業者が訪ねてきて、点検後、今なら割引できると言われ契約したが、不審に思ったので解約したい。

相談事例からみる問題点

- ・電話や訪問で給湯器の点検を持ち掛ける。
- ・点検後に「このままでは壊れる」「早く交換したほうがよい」などと不安にさせる。
- ・「今契約すれば割引する」と契約を急がせる。

消費者は交換について十分な説明を受けることなく、業者に言われるままに契約してしまい、後になって、そもそも交換の必要がなかったことや高額だったことに気づく事例がみられます。

消費者へのアドバイス

- ・電話や訪問で点検を持ち掛ける業者には安易に点検させないようにしましょう。
- ・点検の連絡があり、点検を断る連絡ができずに業者が訪問した場合には、ドアを開けず、インターホン越しに点検をはっきりと断りましょう。
- ・その場では契約せず、十分に比較・検討しましょう。
- ・クーリング・オフ等ができる場合もあります。
- ・不安や迷いがあれば、すぐに消費生活センターなどに相談しましょう。

消費者ホットライン：「188（いやや!）」番

最寄りの市町村や都道府県の消費生活センターなどをご案内する全国共通の3桁の電話番号です。

各種相談のご案内

法律相談

上牧町主催（偶数月に開催）

- 担当／弁護士
- とき／2・4・6・8・10・12月の第1水曜日
午後1時30分～4時30分
- ところ／役場3階 会議室5
- 定員／申込順6名（予約制・随時予約）
- 内容／各種法律問題全般
- 申込・問合せ先／秘書人事課 ☎76-2501

中南和法律相談センター（奇数月に開催）

- 担当／弁護士
- とき／1・3・5・7・9・11月の第2金曜日
午後1時～4時
- ところ／役場3階 会議室5
- 定員／申込順6名（相談日2週間前から予約受付）
- 内容／各種法律問題全般
- 申込・問合せ先／奈良弁護士会 ☎0742-22-2035
（上記とも、祝日を除く）

行政相談

- 担当／行政相談委員
- とき／毎月第2金曜日 午前9時～12時（祝日を除く）
- ところ／役場3階 会議室5
- 内容／役所の仕事について全般
- 問合せ先／秘書人事課 ☎76-2501



町の木 まき 町の花 ゆり

■広報「かんまき」の広告／広報「かんまき」の紙面に町の財源確保の一環として申し込み順に有料広告を掲載しています。これらについては町が広告主の利用を特別に推奨したり、その内容を保証するものではありませんので、ご利用にあたってはご自身の判断でお願いします。掲載ご希望のかたは、毎月5日までに広告案を持参のうえ、秘書人事課へお申し込みください。（内容により掲載できない場合もあります）

見本

地域密着型で効率的な広告

お店の広告は広報紙で

月1回、町内全戸配布の広告で商売繁盛

広報かんまき彩愛

上牧町役場秘書人事課 ☎0745-76-2501

●掲載料…1枠 1万円／2枠 2万円

※この見本の大きさは1枠です。高さ55mm×幅82.5mm

年間3枠以上掲載の場合、割引が適用されますので、ご相談ください。

◆上牧町ホームページ <https://www.town.kanmaki.nara.jp/>
◆Eメール hisyo@town.kanmaki.lg.jp

結婚相談会

- 担当／特定非営利活動法人かんまきマリッジサポート・赤い糸
- とき／毎月第1土曜日 午後1時～5時
- ところ／2000年会館
- 内容／結婚に向けての悩みや相談にお答えする結婚相談
他の日でも相談をお受けします。
親御さんのみの相談もお受けします。
- 定員／申込み順4名（予約制）
- 申込・問合せ先／こども未来課 ☎43-5034

人権相談

- 担当／人権擁護委員
- とき／毎月第2金曜日 午前9時～12時（祝日を除く）
- ところ／役場3階 会議室5
- 内容／人権問題全般
- 問合せ先／住民保険課 ☎76-2508

消費生活相談

- 担当／消費生活相談員

上牧町

- とき／毎週火曜日 午後1時～5時
毎週木曜日 午前9時～午後1時
（上記とも、祝日を除く）
- ところ／上牧町役場1階 町民相談室

河合町

- とき／毎週月曜日 午後1時～5時
毎週金曜日 午前9時～午後1時
（上記とも、祝日を除く）
- ところ／河合町役場2階 相談室
- 内容／消費生活問題全般・多重債務問題
- 問合せ先／上牧町役場 秘書人事課 ☎76-2501
河合町 役場総務課 ☎57-0200

◆土曜日・日曜日に利用できる消費生活相談窓口

公益社団法人 全国消費生活相談員協会 週末電話相談室

大 阪 日曜日 午前10時～正午 午後1時～4時
☎06-6203-7650（年末年始を除く）

公益社団法人 日本消費生活アドバイザー・コンサルタント・相談員協会

大 阪 土曜日 午前10時～午後4時
☎06-4790-8110

教育相談

- 担当／学校指導主事
- とき／毎週火曜日 午後1時30分～4時（祝日を除く）
- 相談／電話による相談
- 内容／教育問題全般
- 問合せ先／教育総務課 ☎76-2528

上牧町は非核・平和都市宣言の町です

まきっこ☆きっず No.73



あや
綺ちゃん
(3歳)

元気におおきくなってね。



りっ
か
六花ちゃん
(1歳)

いつも可愛い笑顔をありがとう。
美味しい野菜をいっぱい
食べて大きくな～れ!



はの
ん
羽音ちゃん
(7か月)

お兄ちゃんと仲良くしてね♪



ゆい
かちゃん
(5か月)

我が家に来てくれて
ありがとう!!

Hello
everyone



掲載キッズ募集中 みなさんのご応募お待ちしております。



わが家のアイドル、広報かんまき^{まき}愛^{あい}で町民のみなさんに
お披露目しませんか? お子さんのかわいい瞬間を載せてみませんか?

応募方法や注意事項についてはQRコードから町ホームページをご覧ください。

[問合せ・送付先] 〒639-0293 北葛城郡上牧町大字上牧3350番地 上牧町役場 秘書人事課 ☎0745-76-2501



応募はこちら



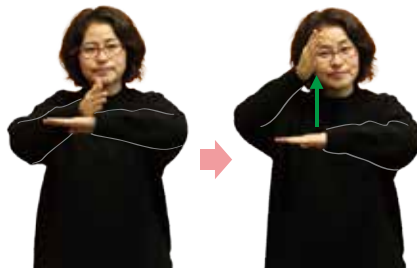
手話言語講座 ①「ありがとう」の手話を学ぼう

▶ 問合せ先 福祉課 TEL43-5031 FAX76-1196

今月から始まったこのコーナーでは、毎月手話をご紹介します。

第1回目は「ありがとう」の手話です。手話は聞こえない人・聞こえにくい人とコミュニケーションを図るための第一歩。皆さんも一緒にやってみましょう!

「ありがとう」



動画を見て
やってみよう▶



右手の手のひらを立てて左手の甲を1回たたく。同時に頭を下げる。

〈今月の出演〉 上牧町聴覚障害者協会 会員

4月から2000年会館に設置している手話通訳者について週1回の設置から週2回の設置となります。

毎週月曜日・木曜日

午後1時～4時

4月から