

ほほ笑みあふれる和のまちづくり

広報

かんまき

No. 585

2020年
12月

特集

日々の暮らしが便利に！

これからは手放せない マイナンバーカード

感染者増加！！

今後も 新型コロナウイルス感染症予防対策を継続しましょう

- ◆特集 日々の暮らしが便利に！ これからは手放せない
マイナンバーカード・・・・・・・・・・2
- ◆町民ひろば・・・・・・・・・・4
- ◆TOPIX 知る・募る・語る・・・・・・・・8
- ◆有料広告・・・・・・・・・・13, 19
- ◆元気講座・・・・・・・・・・20

- ◆元気ガイド・・・・・・・・・・21
- ◆図書館通信・・・・・・・・・・23
- ◆こちら消費生活相談室です・・24
- ◆各種相談のご案内・・・・・・・・25
- ◆まきって☆きっず No.35・・26



上牧町ホームページ

表紙：「もみじって おててみたいだね！」（第1保育所 馬見丘陵公園に園外保育）

日々の暮らしが**便利**に！



これから手放せない マイナンバーカード

マイナンバーカードは、身分証明書として本人確認を行う役割だけではなく、暮らしを便利にする様々なメリットがあります。マイナンバーカードを持っている人だけが利用できる期間限定の事業や来年度導入予定の制度等を紹介します！

1



付与率

25%

上限**5,000**円分のポイントがもらえる

マイナポイントの**予約**とキャッシュレス決済との紐づけ（**申込**）を行いチャージまたは、お買い物をする事でポイントが付与されます。

スマートフォンを使ったマイナポイントの予約・申込の方法は以下のとおりです。

予約

①マイナポイントアプリをダウンロード。



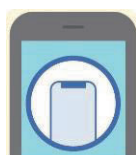
ダウンロード
ページは
こちら！！



（総務省ホームページ）

②アプリを起動し、マイナポイントの「予約」をタップ。

③マイナンバーカードの受取時に設定した数字4桁のパスワードを入力し、カード情報を読み取る。



マイナポイント予約完了！

申込

①マイナポイントアプリを使って、対象の決済サービスを検索。



②決済サービスを1つ選択し、利用規約を確認。



③「決済サービスID」・「セキュリティコード」等の申込情報を入力。



④マイナンバーカードの受取時に設定した数字4桁のパスワードを入力し、カード情報を読み取る。

マイナポイント申込完了！

対象の決済
サービスは
こちら！！



（町ホームページ）



2 マイナンバーカードが健康保険証に

国民健康保険証や後期高齢者医療保険証等の健康保険証類の持参が不要になります。

令和3年3月（予定）から順次マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります（現在お使いの健康保険証も今までどおりご利用になれます）。令和4年度中には、概ね全ての医療機関等での導入を目指すこととされています。

1 健康保険証としてずっと使える！

マイナンバーカードを使えば、就職や転職、引越しても保険証の切替えを待たずカードで受診できます。

また、限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額以上の支払が免除されます。

2 健康管理や医療の質が向上！

マイナポータルで、ご自身の特定健診情報を令和3年3月（予定）から、薬剤情報を令和3年10月（予定）から確認できるようになります。

また、本人が合意すれば、初めての医療機関等でも、今までに使った薬剤情報や特定健診情報が医師等と共有できます。

3 マイナンバーカードで医療費控除も便利に！

マイナポータルを活用して、ご自身の医療費情報を確認できるようになります。（令和3年10月開始予定）

また、令和3年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて自動入力が可能になります。



健康保険証として利用するには？

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、別途利用申込が必要です。マイナポータルまたは、マイナポイントとの同時申込ができます。

また、医療機関等での健康保険証利用は順次可能となり、今後利用できる医療機関等は、厚生労働省・社会保険診療報酬支払基金のホームページで公開予定です。



詳しくはこちら！
（厚生労働省ホームページ）



3 その他（現在利用できるサービス）

マイナポイントや健康保険証としての利用以外にも、マイナンバーカードを使い、全国のコンビニ（セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン、ミニストップ）で年末年始を除く午前6時30分から午後11時まで住民票や印鑑証明書を取得できたり、ご自宅でe-Taxから確定申告を行うことができます。今後もマイナンバーカードを使った多様なサービスが広がっていきます。

お問い合わせ先

マイナンバーカードの申請及びマイナポイントに関すること
マイナンバーカードの受取に関すること
マイナンバーカードの健康保険証利用に関すること
e-Taxに関すること
TEL 0745-76-1001

政策調整課
住民課
保険年金課
税務課



マイナンバーカードの
申請方法はこちら！
（総務省ホームページ）





毎日2時間の清掃を20年
環境大臣表彰受賞 遊亀敏明さん

長年にわたる地域の生活環境改善功勞により、遊亀敏明さんが環境大臣表彰を受賞されました。

遊亀さんは「散歩のついでにゴミを拾ってみては？」との奥様の一言がきっかけで活動を始められ、約20年にわたり、お住いの地区だけでなく、町北部地域の主要道路を中心に、毎日早朝から約2時間をかけ、道路の清掃やごみ集積場の分別整理などにご尽力くださっています。

「今後もできる限り続けていきたいと思っています」と、これからの意気込みを語られ、今中町長は「健康を第一に考えながら、地域の環境美化に引き続きご尽力をお願いします」と感謝の言葉を述べました。



受章報告をされる遊亀さん（左）と今中町長

―薬物の恐ろしさを伝えつづける―
西和警察署少年補導員協会が厚生労働大臣から感謝状

長年にわたる薬物乱用防止啓発活動の功績が認められ、西和警察署少年補導員協会に厚生労働大臣から感謝状が贈呈され、同協会上牧支部長の岡田正則さんが11月20日、上牧町長に受賞報告をされました。

地域の行事や大型商業施設などで啓発活動をされたり、学校での講演会を開催されるなど、薬物の恐ろしさを伝えてこられました。

今中町長は「若者層の薬物問題が深刻化している。未来ある子どもたちのために、これからも地道に活動を続けてほしい」と述べ、岡田支部長は「今後も子どもたちのためにも活動を続けていきたい」と意気込みを語ってくださいました。



受章報告をされる上牧支部長の岡田さん（左）と今中町長

特殊詐欺から地域を守る！
―上牧町自治連合会―

最近多発する特殊詐欺被害の啓発のため、上牧町自治連合会は、町内に在中の中学生が「特殊詐欺被害防止用はがき」として描いたものをポスター化し、町内各自治会に配布しました。

上牧町自治連合会は、地域の自主防犯意識の向上と安全で安心な地域社会の実現を目指し、西和警察署と連携し、防犯活動に積極的に取り組んでいます。みなさんのご協力をお願いします。



地区の自治会長にポスターを手渡し啓発を呼びかける西和警察署の太田警部補（右端）と吉田自治連合会長（中央）

消防自動車を更新
第3分団に配属

消防車の老朽化に伴い、消防自動車を更新しました。最新の消防車両ということで、消防力の強化が図られ、地域住民の安全安心の向上が期待できます。

去る10月14日に、消防車両配属式が行われ、竹島消防団長から配属先である第3分団（新町屯所）に配属書の交付が行われました。



新しく配属された消防自動車（CD-1）



取り扱い説明を受ける消防団員

料理に初挑戦！

―男性初心者料理教室―

食生活改善推進員による、男性のための初心者料理教室が11月12日、2000年会館で開催されました。メニューは、ひじきと野菜のつくね卵あんかけ、きんぴらごんにゃく、みそ汁、杏仁豆腐、ごはんの5品。今まで料理はしたことがないというかたも、楽しんで料理をされていて、「もっと料理してみたい」と意欲的に話されていました。



上手にできるかな？



たまには作ってみようかな…

防火に対する意識を！

―秋の火災予防運動―

11月9日から15日にかけて全国で実施されている秋の火災予防運動期間中の15日に上牧町消防団による防火宣伝パレードが行われました。

このパレードは、町民のみなさんに防火に対する意識を一層高めていただき、火災の発生を防止することにより、尊い生命や貴重な財産の損失を防ぐことを目的に、毎年実施しています。

これから年末に向けてより一層強化していきます。



役場を出発するパレード隊

第36回 日清カップ全国小学生陸上交流大会

―里風SC上牧陸上チーム―

奈良県大会で4種目優勝

毎年開催される日清

カップ全国小学生陸上交流大会が9月20日、日産スタジアムで開催される予定でしたが、コロナ禍のため中止となりました。

夢の舞台、日産スタジアムでの大会は中止となりましたが、各都道府県において大会が実施され、10月18日、奈良県大会で、里風SC上牧陸上チームの児童が見事な成績を収めました。

優勝した児童は、「全国大会に行って、日産スタジアムでやりたかった！」「優勝できただけでも嬉しい！」と感想を聞かせてくれました。

全国大会へのエアーチケットを受け取った4人は、メダルを胸に素敵な笑顔を見せてくれました。

5・6年共通女子80mハードル
優勝 橋本侑奈さん



みんなで一緒に 記念撮影

新型コロナウイルスPCR検査センターを開設 (ドライブスルー方式)



2市4町(香芝市・葛城市・上牧町・王寺町・広陵町・河合町)と北葛城地区医師会とが協力し、PCR検査実施体制を整備するにあたり「新型コロナウイルス感染症に係る検査事業の実施に伴う協定」締結式が行われました。

式の中で今中町長は「コロナウイルス感染症が急速に拡大しているタイミングで開設していただき、大変ありがたく思います。地域住民の安全安心を確保するため何卒よろしく願います」と述べました。

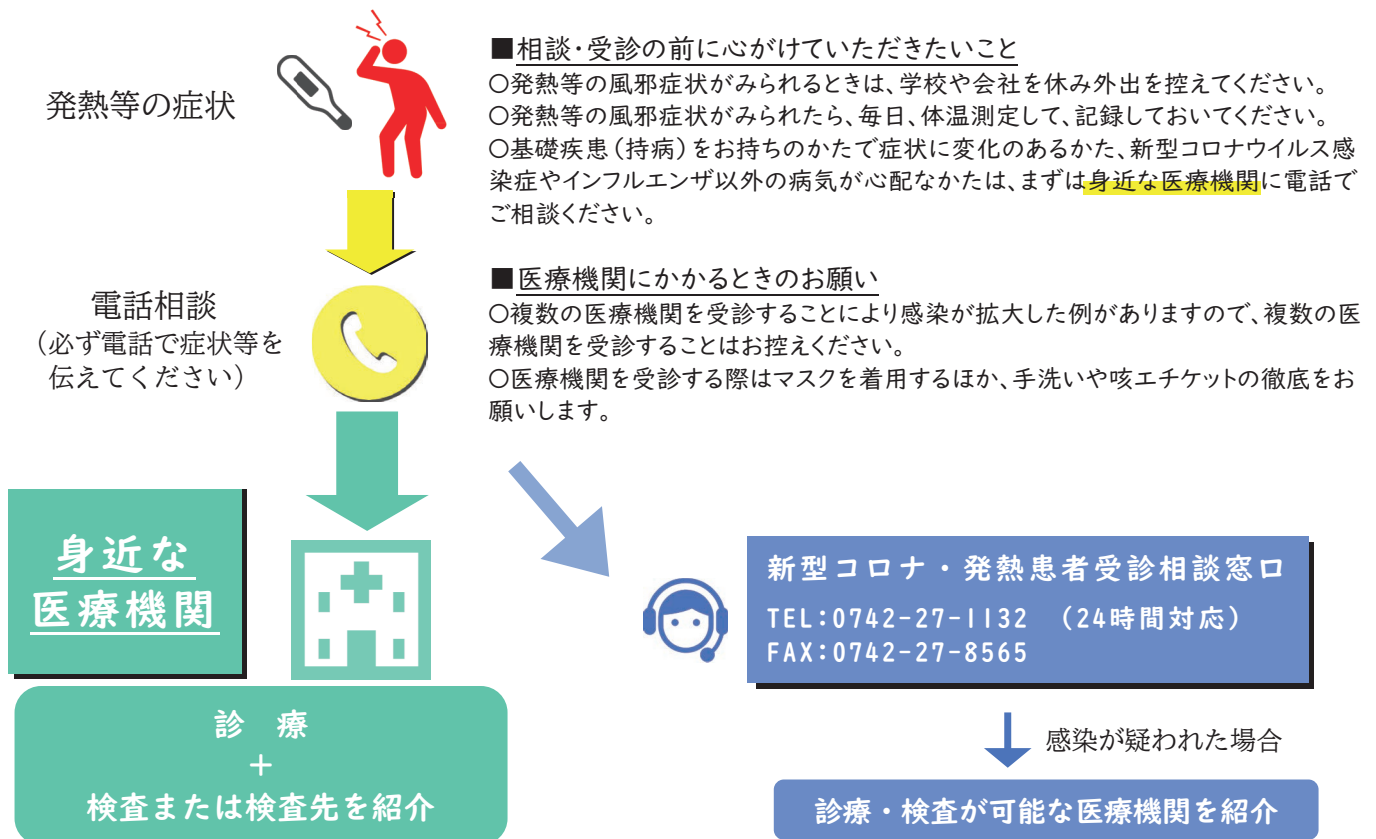
完全予約制

検査センターへの直接予約はできません。身近な医療機関に電話相談をし、PCR検査が必要と判断された場合に限り、予約制で検査できます。

名 称	香芝市・葛城市・北葛城郡コロナ検査センター
場 所	(木曜日) 1. 香芝生喜病院 駐車場 (香芝市穴虫3300-3) (火曜日) 2. 奈良友紘会病院 駐車場 (北葛城郡上牧町服部台5-2-1)
実施期間	令和2年11月～令和3年3月 (延長する可能性あり)
検査実施日	週2回

-発熱等の症状がある場合の相談や受診の流れ-

発熱等の症状のあるかたは、まず身近な医療機関に電話相談してください。
身近な医療機関がないかたは、「新型コロナ・発熱患者受診相談窓口」に電話相談してください。



※検査の結果、感染が判明した場合には入院または宿泊療養となります



来年は会えるといいね！



—姉妹校の台湾・桃園市立桃園国民中学校とリモート交流—

世界に伍して活躍するグローバル人材の上牧町育成事業（国際交流事業）の一環として、中学生の外国語に対する興味・意欲・関心をさらに深め、中華民国台湾の中学生との交流を通じ、異文化に触れることで相互理解の推進と国際感覚豊かな人材の育成を目指すことを目的に、2017年から台湾・桃園市立桃園国民中学校との交流が始まり、2019年には、本町中学生が台湾を訪問し、本町中学校と姉妹校協定を締結、互いに親交を深めています。本年度は本町に招き、学校間交流やホームステイなどを予定していましたが、コロナ禍のため中止となり、当初からあわせて計画していたリモートによる英語科の公開授業を10月27日に実施し、生徒たちはお互いに、自己紹介や有名なスポット、食べ物などについて英語で会話を交し、より交流を深めました。



日本語であいさつしてくれたよ



タピオカにマンゴーかき氷♥



ちょっと 緊張してるかな？

コロナの影響で会えなかったが、次はもっと日本の文化をつたえたい。ぜひ、日本にも来てほしいです。

台湾の制服がめっちゃ可愛いなと思いました。うらやましいなと思いました。

他国の人と同じ言語で会話できてすごく嬉しかった。実際に台湾に行ってみたい。もっとたくさん、台湾のことを知りたい。

台湾のことはあまり知らなかったけれど、発表を聞いてとても行きたくなりました。



台湾の人たちは笑顔が素敵でした。英語もすらすら言えて、発音もすごく上手でした。すごく楽しくて、いい思い出になりました。



リモート交流を終えての生徒たちの感想



奈良のいいところ 教えるよ！！



自己紹介します
よろしくお願いします



今度は一緒に… またね！



お知らせ

上牧町議会第4回定例会は
12月4日開催予定

第4回上牧町議会定例会は、12月4日(金)の午前10時から開催予定です。議会運営委員会は、12月2日(水)午前10時開催予定です。

問議会事務局 ☎役場内線304番

町税や保険料などの
納め忘れはありませんか

12月は、国民健康保険税、後期高齢者及び介護保険料(第6期)の納付月です。

★納期限は12月28日(月)です。

★町税などの納付について★

町税や保険料などの納付は、みなさん自身が自主的に納期限までに納付する「自主納付」が基本です。納付には、納付書により納付場所(納

付書に記載)で納める方法と、口座振替による納付があります。

納め忘れた町税や保険料などには、納期限を過ぎると督促手数料や延滞金が増加されます。納め忘れない口座振替をお勧めします。

また、仕事の都合や家庭の事情などで納期限までに納付できない場合は、早めに相談にお越しください。

★納付は便利な口座振替で!★

申申込書、通帳、届出印鑑を持参のうえ、金融機関の窓口で手続きをしてください。

申申込書は徴収課、片岡台出張所、町内の金融機関にあります。

※手続き完了まで3週間以上必要な場合があります。

※振替日 各納期限月の月末(末日が休日・祝祭日の場合は、翌営業日)

★納付は便利なスマートフォンアプリで!★

スマートフォンアプリを利用して、各種町税などの納付がいつでもどこでも手軽にできます。詳細については、上牧町ホームページをご覧ください。

★督促手数料について★

督促状を送ると、本税とは別に、1期につき100円の督促手数料を加算します。督促を受けると余分な手数料が発生しますので、必ず納付期限内に納付してください。

★納付が困難な方について★

病気、怪我などで納付に行くことが難しい、高齢で外に行くことに不安がある方などはご相談ください。精査のうえ、個別徴収(訪問徴収)をさせていただきます。

★納付相談について(時間外)★

開庁時間内(午前8時30分から午後5時15分)に納付相談に来られないかたに対応するため、毎週水曜日(祝日は除く)の午後5時15分から8時まで納付相談を行います。ご希望のかたは必ず、事前に徴収課まで電話予約をお願いします。

問徴収課 ☎役場内線125番

三菱UFJ銀行における公金
窓口納付終了のお知らせ

令和3年4月1日から三菱UFJ銀行での公金窓口納付ができなくなります。

三菱UFJ銀行窓口で、上牧町公金にかかる納付の取り扱い、令和3年3月31日をもって終了いたします。

なお、口座振替で三菱UFJ銀行を利用されているかたにつきましては、引き続きご利用いただけます。

令和3年4月以降は、お手持ちの納入通知書に指定の納付場所として

記載されている場合でも使用できませんのでご注意ください。

問会計課 ☎役場内線120番

障害年金を受給しているひとり親家庭のかたが「児童扶養手当」を受給できるよう見直されます!

「児童扶養手当法」の一部改正により、令和3年3月から障害年金を受給しているかたの「児童扶養手当」の算出方法が変わります。

現在、障害年金を受給しているひとり親家庭のかたは、障害年金額が児童扶養手当額を上回る場合に児童扶養手当が受給できず、就労が難しいかたは厳しい状況におかれています。

そこで、「児童扶養手当法」の一部を改正し、令和3年3月から、児童扶養手当の

額と障害年金

の子加算部分

の額との差額

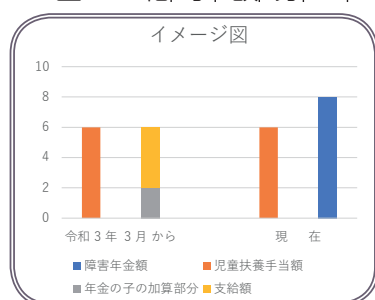
を児童扶養手

当として受給

することがで

きるよう見直

されました。



上牧町 成人式

令和3年1月11日(月・祝日)に開催予定の「成人式」は、新型コロナウイルス感染症対策を行ったうえで、例年とは内容を変更して開催する予定です。

なお、今後の新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、必要に応じて変更・中止する場合があります。その際は、ホームページなどでお知らせしますので、引き続き最新の情報を確認してください。

《と き》 令和 **3** 年 **1** 月 **11** 日 (月・祝日)

受付 午前9時00分～9時30分

式典 午前10時開始

《ところ》 ペガサスホール

《対象者》 平成12年4月2日から平成13年4月1日生まれのかた



※ 12月初旬に案内状を対象者宛にお送りしますが、案内状が未着のかた又は他市町村へ転出された新成人のかたで、本町の成人式に出席を希望されるかたは、当日会場の受付で申請してください。
なお、当日の服装はできるだけ華美なものをさけ、清楚な服装での参加をお願いします。

感染症対策を実施します

- ・会場内は自由席ですが、座席間隔を空けて着席いただくよう対策を実施します。
- ・例年は可能としています保護者の入場・観覧ですが、今回は館内への入場はできません。(介助が必要なかたの介助者は除きます)
- ・入場時の検温・手指消毒・座席間隔の確保・会場内の換気・マスク着用の徹底など、国のガイドラインなどに基き必要な対策を実施します。
- ・参加者は、マスクの着用・当日の自宅での検温・発熱や風邪の症状がある場合の参加の見合わせなど、感染防止にご協力をお願いします。
- ・万一、感染ルート把握が必要となった場合、参加者名簿(参加票に基づき、社会教育課で作成予定)を保健所などへ情報提供します。

【その他】

- ・来賓のかたについては、密を避けるため、案内状はお送りしません。
- ・ペガサスホール敷地内での飲酒及び館内での飲食は禁止しています。また、酩酊状態および酒類の持ち込みは禁止します。
- ・ペガサスホール敷地内は禁煙です。

《問合先》 ペガサスホール ☎78-9900

なお、障害年金以外の公的年金等(遺族年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など)を受給しているかたは、改正後も今までどおり、公的年金等の額が児童扶養手当額より低い場合のみ、その差額分の児童扶養手当が受給できます。

★手当を受給するための手続き

- ・既に児童扶養手当受給資格者としての認定を受けているかたは、申請は不要です。
- ・それ以外のかたは申請が必要です。

令和3年3月以前であっても、事前に申請は可能です。

★支給開始月

通常、手当は申請の翌月分から支給開始となりますが、これまで障害年金を受給していたため児童扶養手当を受給できなかったかたのうち、令和3年3月1日に支給要件を満たしているかたは、令和3年3月31日までに申請すれば、令和3年3月分の手当から受給できます。令和3年3月分と4月分の手当は令和3年5月に支給されます。

申請 こども支援課 ☎43-5034

第3回上牧町第8期介護保険 事業計画策定委員会の開催

第3回上牧町第8期介護保険事業計画策定委員会を開催します。

計画策定委員会を開催します。

時 12月23日（水）午後1時30分から

所 2000年會館 集団検診室

◎その他 傍聴を希望されるかたは、

會議の開催時刻の10分前までに会場

にお越しください。（先着10名）

問 生き活き対策課 介護保険係

79 12020

磁石や電流がつくる磁界の
働きを勉強しよう！
ー子ども体験学習理科工作教室ー

時 12月21日（月）午後2時から3時

30分まで

所 役場庁舎西館3階 集会室

講 奥田俊詞さん（畿央大学教育学部教授）

定 申込順10名

￥ 無料

人 小学5・6年生

申 12月3日（木）から11日（金）ま

での平日午前8時30分から午後5

時までには社会教育課までお申し込

みください。（電話受付可）

問 社会教育課

役場内線255・256番

楽しいウインターコンサート ～大和ハーブを聴こう～

時 12月12日（土）午前10時30分から

11時30分まで

所 2000年會館 多目的室

講 井藤和美さん

定 申込順50名

￥ 無料

人 未就学児・小学生（小学4年生ま

では保護者同伴でお越しください）

申 12月3日（木）から9日（水）ま

での平日午前8時30分から午後5

時までに社会教育課までお申し込

みください。（電話受付可）

問 社会教育課 役場内線255番

特設人権相談所の開設

法務省と全国人権擁護委員連合会

は、毎年12月4日から10日までを「人

権週間」と定め、人権尊重思想の普

及高揚のための啓発活動を全国的に

展開し、上牧町では、人権尊重思想

の啓発活動の一環として、特設人権

相談所を開設します。

みなさんも、この機会に人権につ

いて、もう一度考えてみませんか？

時 12月11日（金）午前9時から12時
まで

所 役場庁舎3階 会議室5

内 人権問題全般

◎相談員 人権擁護委員

問 社会教育課 役場内線253番

通学路に面するブロック塀等 の撤去工事補助について

地震などの自然災害や老朽化に伴

うブロック塀等の倒壊等による被害

の軽減を図り、道路利用者の安全確

保等に資するため、ブロック塀等の

撤去工事を行うかたに対して、費用

の一部を補助します。（先着10名）

◎対象となるブロック塀等

（次のすべてを満たすものが対象）

・道路の接地面からブロック塀等の

部分の頂部までの高さが60cmを超

えるもの

・次図に示すとおり、ブロック塀等

の高さが道路境界までの水平距離

より高いもの

・通学路に面する部分

・町税を滞納していないこと

・所有者が複数の場合は、申請者以

外の所有者の同意を得ること

・当該ブロック塀等が設置されてい

る敷地で、既に同様な補助金の交

付を受けていないこと

ブロック塀等の撤去工事費の2分
の1以内で上限10万円を補助します。

時 12月25日（金）まで

申 事前にご相談いただき、確認後に

申請となります。申請用紙は、まち

づくり創生課窓口、上牧町ホーム

ページからもダウンロードできます。

※注意事項

ブロック塀等の撤去工事に着手す

る前に上牧町に補助申請を行い、

町からの補

助金交付決

定を受けて

いただか

ない

と補助対象

となります。

問 まちづくり創生課

役場内線214番

『おれんぢカフェ』 開催中止のお知らせ



12月14日（月）、21日（月）開催

予定の「おれんぢカフェ」は、新型

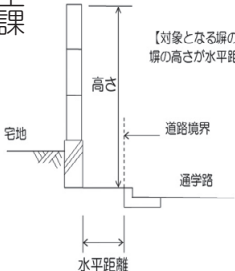
コロナウィルス感染拡大防止のため

中止させていただきます。ご理解く

ださいますようお願いいたします。

問 地域包括支援センター（2000

年會館内）79 12020



昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方へ

風しんの「抗体検査」はお済みでしょうか

風しんの流行が続いています。抗体検査がまだのかたは、無料クーポン券（令和2年4月に上牧町から配布されています）を利用して、お早めに検査を受けてくださいますようお願いいたします。

子どもの頃に風しんに感染したかどうか記憶が曖昧な場合も、抗体検査を受けましょう。

風しん
とは…

- 飛沫感染により、**症状が出る前から**ヒトからヒトへ感染が広がります。
- 高熱・発疹の長期化や関節痛など、**成人は重症化**の可能性があります。
- 強い感染力がある「風しん」に妊婦さんが感染すると、生まれてくる**赤ちゃんの目や耳、心臓に障害**が起こる可能性が高まります。

実施期間

令和4年3月末まで

受検方法

全国の無料クーポン券を使用できる医療機関※や、職場の定期健康診断、特定健診の際に抗体検査を受けることができます。

※無料クーポン券についているQRコードを読み取っていただくか、インターネットで「**風しん 厚生労働省**」と検索してください。

***抗体検査の結果、『抗体がない』と判断された場合、予防接種が必要です。**

（無料クーポン券が利用できます）

***無料クーポン券を紛失されたかた、転入されたかたは、生き生き対策課へお知らせください。再発行します。**

***医療機関や健診会場では、新型コロナウイルス感染症防止対策に努めています。**

＜問合先＞ 生き生き対策課（2000年会館内） ☎79-2020

葛城税務署からのお知らせ

問 葛城税務署 ☎22-2721

★来署による申告などの具体的なご相談は、事前予約をお願いします★

税務署では、相談に当たっては事前予約制を実施しております。相談で来署される場合は、必ず電話で相談日時を予約してください。

★確定申告相談会場の開設期間について★

葛城税務署での令和2年分の確定申告の相談会場の開設期間は、

令和3年2月16日（火）から3月15日（月）です。（土・日・祝を除く）

なお、確定申告相談会場の開設期間中は、事前の予約は必要ありませんが、混雑を避けるために、入場者数を調整いたします。

★確定申告は自宅から！ スマホで申告ができます！！★

国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」のスマホ専用画面で、自宅ですっきり所得税の確定申告書が作成できます。

スマートフォンで申告書の送信を行う場合、次の①又は②が必要となります。

① マイナンバーカードとマイナンバーカード対応のスマートフォン

② 「ID・パスワード方式の届出完了通知」に記載されたID・パスワード

「ID・パスワード方式の届出完了通知」の取得を希望されるかたは、申告されるご本人が顔写真の付いた本人確認書類をお持ちのうえ、税務署にお越しください。

文化協会作品発表会

★中央公民館

時内

◎12月11日(金)まで

☆春陽筆ペンレッスン(パネル展示)

◎12月18日(金)まで

☆まきのは陶芸クラブ水曜日(陳列ケース)

◎12月11日(金)から翌年1月15日(金)まで

☆油絵サンデーパレット(パネル展示)

◎12月18日(金)から翌年1月29日(金)まで

☆先山パッチワーク(陳列ケース)

★役場

時内

◎12月18日(金)まで

☆西大和水彩画クラブ

◎12月21日(月)から翌年2月5日(金)まで

(金)まで

☆絵画クラブ アトリエ28

問 中央公民館 ☎76-3610

萌 こころの電話相談室

精神障がい者および家族の支援をしている社会福祉法人 萌では、障

害者週間にちなみ、広く県民を対象にした電話相談事業を実施します。眠れない日や気分が落ち込む日が続く、やる気が出ない、不安でしかない、精神科への受診や薬への不安など、精神保健福祉に関する相談を受け付けます。困っていることやつらい気持ちに耳を傾け、支援機関や制度の情報提供をします。お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。相談は無料です。

時 12月7日(月)から11日(金)までの午前9時から午後9時まで

☎0743-8515639

(通話料はかかります)

問 地域活動支援センターなつつ

☎23-8105

テレビ視聴に関する重要なお知らせ

12月14日(予定)から、上牧町の一部の地域において、携帯電話事業者による新しい電波の利用開始に伴い、テレビ映像に影響(ノイズなどの発生)が出る恐れがあります。

地上デジタルテレビに影響が出た場合は、700MHz利用推進協会にて、回復作業を行いますので、コールセンターまでご連絡をお願いします。

時

一般財団法人700MHz利用推進協会
テレビ受信障害対策コールセンター

☎0120-7000-012

(IP電話の場合)

☎050-3786-0700

*受付時間は午前9時から午後10時(年中無休)

奈良弁護士会 法律相談

年始の予約受付について

(中南和法律相談センター)

奇数月第2金曜日に開催している法律相談について、1月開催相談日の予約期間は次のとおりです。

◎相談日 令和3年1月8日(金)

午後1時から4時まで

◎相談場所 役場庁舎3階 会議室5

◎予約受付 12月25日(金)から28

日(月)と令和3年1月5日(火)

から7日(木)まで

*受付時間は、午前9時30分から午

後5時まで

(12月28日(月)のみ午前中)

問 奈良弁護士会

☎0742-2212035

*定員になり次第、締め切ります。

ご注意ください

かんまきパワーアップクーポン券



有効期限が迫っています！



本クーポン券には有効期限があります。下記の有効期限を過ぎると、すべての取扱店で利用できなくなりますので、ご注意ください。

有効期限 令和3年1月31日(日)まで



まだ受け取られていないかたへ



世帯主様宛てにゆうパックで送付した本クーポン券のうち、一部が受け取られないまま役場に戻ってきております。現在、窓口での引渡し等の対応を行っていますので、まだ本クーポン券を受け取られていないかた(世帯主)は、町ホームページ(専用ページがあります)をご確認の上、ご対応ください。



町ホームページ

かぼちゃのスープ 学校給食のメニューから

今年の冬至は12月21日です。冬至には「ん」のつく食べ物を食べると「運」を呼び込めるといわれています。「なんきん」「にんじん」を使用したメニューです。かぼちゃは夏の野菜ですが、長く保存ができます。昔は野菜がとれにくくなる冬まで保存しておき、大切な栄養源として食べられてきました。今でも冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない、などといわれています。

給食では奈良県産の米粉を使用してとろみをつけています。ホワイトルウを作るよりもあっさりとし上がり、また調理も手軽にできます。

材料

家庭用	四人分
ベーコン	・・・20g
たまねぎ	・・・中3/4個(120g)
かぼちゃ	・・・中1/4個(240g)
にんじん	・・・中1/2本(80g)
むきえだまめ	・・・20g
米粉	・・・20g
オリーブ油	・・・大さじ1
牛乳	・・・120ml
生クリーム	・・・小さじ2
コンソメスープ	・・・小さじ1
塩こしょう	・・・少々
水	・・・240ml

作り方

- ①ベーコンは1cmに切る。
たまねぎはくし形切り、にんじんはいちょう切り、かぼちゃは一口大に切る。
- ②オリーブ油を熱し、ベーコンとたまねぎを炒める。
- ③水、コンソメを加え、かぼちゃ・にんじんを入れる。
- ④火が通ってきたらえだまめを加える。
- ⑤米粉を温めた牛乳で溶かす。
- ⑥野菜が軟らかくなったら、牛乳を加え、⑤でとろみをつける。

レシピ 栄養教諭 鍵谷千加さん・学校栄養職員 岡上沙耶さん



年末年始診療案内

	12/26 土	27 日	28 月	29 火	30 水	31 木	1/1 金	2 土	3 日	4 月
診療日	×	○	×	×	○	○	○	○	○	×

◎印の受付時間		診療科目
朝	8時30分～11時30分	内科・小児科・歯科
昼	12時30分～16時30分	内科・小児科・歯科
夜	17時30分～20時30分	内科・小児科

※12/27(○印)は平常診療で、朝の受付時間は午前9時30分 からです。
ホームページもご参照ください。

三室休日応急診療所

斑鳩町稲葉車瀬2-5-18 ☎ 74-4100

<http://www.mimuro-oq.jp/>



※感染症対策を講じていますので、ご来所の前には必ずお電話いただくか、ホームページをご覧ください。

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

個別見学開催中 要予約

原則1日
1組限定

ご来訪の皆さまにはマスク着用、手指のアルコール消毒、体調確認、検温(事前・当日)、手洗いのご協力をお願いいたします。

0800-888-4165

受付時間 9:00～17:00 (土・日・祝日を除く)

奈良県葛城郡河合町高塚台1-8-1
奈良ニッセイエデンの園

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

見学・体験・入会受付中

月会費のみで施設使い放題&レッスン受け放題

ニッセイ・アーク西大和

TEL.0745-33-2501

奈良県北葛城郡河合町高塚台
1-8-1奈良ニッセイエデンの園

ニッセイ・アーク西大和

人気のヨガで
体調を整える!

ジムレベルで
健康維持!

新型コロナウイルス感染症対策中!

お客様と従業員の感染リスクを減らすため、可能な対策を徹底して行なっております。

換気の徹底 マスクの着用 手洗い・除菌 人数の制限 距離の確保 清掃・除菌の徹底 感染リスクの軽減

どう変わるの？
何が変わるの？

税制改正

税制改正とは？

「税制改正」は、基本的に毎年行われます。今回は、令和2年度の税制改正のうち、令和3年度課税に関係のある主なものについて掲載します。

個人 住民税

個人住民税とは、「県民税」「町民税」と合わせて前年の所得に応じて支払う税金のことです。

Point 1

未婚のひとり親等の負担軽減

(1) 婚姻歴の有無や性別にかかわらず、生計を一にする子(前年の総所得金額が48万円以下)を有する合計所得が500万円以下の単身者について、「ひとり親控除(30万円)」を適用します。また、寡婦にも所得制限500万円が設けられました。

本人が女性の場合

改正前

(単位：万円)

配偶関係			死	別	離	別
合計所得			～500	500～	～500	500～
(控除額)	有	子	30	26	30	26
		子以外	26	26	26	26
	無		26	—	—	—

改正後

(単位：万円)

配偶関係			死	別	離	別	ひとり親
合計所得			～500	500～	～500	500～	～500
(控除額)	有	子	30	—	30	—	30
		子以外	26	—	26	—	—
	無		26	—	—	—	—

本人が男性の場合

改正前

(単位：万円)

配偶関係			死	別	離	別
合計所得			～500	500～	～500	500～
(控除額)	有	子	26	—	26	—
		子以外	—	—	—	—
	無		—	—	—	—

改正後

(単位：万円)

配偶関係			死	別	離	別	ひとり親
合計所得			～500	500～	～500	500～	～500
(控除額)	有	子	30	—	30	—	30
		子以外	—	—	—	—	—
	無		—	—	—	—	—

(2) この改正に伴って、「寡婦」及び「ひとり親」のかたの個人住民税の非課税範囲は、前年の合計所得金額135万円以下(収入換算204.4万円以下)のかたが対象です。

※従前の「特別の寡婦」及び「寡夫」に該当しておられたかたは「ひとり親」となります。

低未利用土地(空き地・空き家・空き店舗等)の活用促進

個人が土地等を譲渡した場合の譲渡所得に対しては、その土地1月1日時点における所有期間に応じ、ほかの所得と分けて課税(分離課税)されます。

「低未利用土地等」を譲渡した場合、以下の条件を満たすとその譲渡益から100万円控除できることになりました。

(適用期限：令和2年7月1日～令和4年12月31日)

- 1 親族間の譲渡ではないこと
- 2 譲渡価額がその上にある建物等を含めて500万円以下の譲渡であること
- 3 その年の1月1日において所有期間が5年を超えること
- 4 その低未利用土地等が都市計画区域内に所在すること
- 5 低未利用土地等であったこと及び譲渡後の土地の利用について市町村長による確認が行われたこと

※ 「低未利用土地」とは、居住の用、業務の用その他の用途に供されておらず、またはその利用の程度がその周辺の地域における同一の用途もしくはこれに類する用途に供されている土地の利用の程度と比べて著しく劣っていると認められる土地のことをいいます。

※ 「低未利用土地等」については、「まちづくり創生課」へお問い合わせください。

イベント中止等となった際にチケットの払戻請求権を放棄した場合の寄附金控除

新型コロナウイルス感染症の影響により中止等となった文化芸術・スポーツイベントについて、チケット等の払い戻しを受けないかたは、その金額分を寄附とみなし、寄附金控除を受けられる場合があります。

【寄附金控除までの流れ】

STEP1 主催者からの申請に基づき、文化庁・スポーツ庁が対象イベントを指定します。

STEP2 参加者が対象イベントの主催者に払戻しを受けない(払戻請求権を放棄する)ことを連絡してください。

STEP3 主催者から、「指定行事証明書」と「払戻請求権放棄証明書」を入手します。

STEP4 令和2年分の確定申告時に、上記2点の証明書と共に税務署へ申告(e-taxも可)します。

寄附金として税優遇の対象に

※寄附金控除の対象となるイベント等については、「文化庁」「スポーツ庁」等のホームページでご確認ください。

固定 資産税

固定資産税とは、土地、家屋、償却資産(総称して「固定資産」といいます)を所有している人が算定された税額をその固定資産が所在する市町村に納める税金のことです。

Point 1

所有者不明土地等に係る固定資産税の課題への対応

所有者不明土地等に係る固定資産税の課税上の課題に対応するため、所有者情報の円滑な把握や課税の公平性の確保を目的として改正が行われました。

(1) 現に所有している者(相続人等)の申告の制度化

登記簿上の所有者が死亡し、相続登記がされるまでの間における現所有者(相続人等)に対し、名前・住所等必要な事項を申告していただくことになりました。また、申告がなかった場合、10万円以下の過料を科す規定も設けられました。

【改正前】

所有者を探して課税
(所有者の探索に芳慮)



【改正後】

所有者に届出を義務化
(円滑に所有者を特定)



(2) 使用者を所有者とみなす制度の拡大

調査を尽くしてもなお固定資産の所有者が一人も明らかにならない場合、事前に使用者に対して通知した上で、使用者を所有者とみなして、固定資産課税台帳に登録し、固定資産税を課することができることになりました。



住民基本台帳及び戸籍簿など一定の調査

不明な場合



使用者を所有者として課税

Point 2

中小事業者等への固定資産税の軽減

新型コロナウイルス感染症の影響で事業収入が減少した中小企業者等に対して、令和3年度課税の1年分に限り、事業用家屋及び償却資産に係る固定資産税が軽減されることになりました。

対象者

令和2年2月から同年10月までの間における連続する任意の3月間の事業収入が前年同期と比べて30%以上減少している中小事業者等。

中小企業者等とは以下のいずれかに該当する個人もしくは法人になります。

- ・ 資本金の額又は出資金の額が1億円以下の法人
- ・ 資本金もしくは出資金を有しない法人のうち常時使用する従業員数が1,000人以下の法人
- ・ 常時使用する従業員数が1,000人以下の個人

ただし、以下の法人は、資本金が1億円以下でも対象となりません。

- ・同一の大規模法人に発行済株式又は出資の総数又は総額の2分の1以上を所有されている法人
- ・2以上の大規模法人に発行済株式又は出資の総数又は総額の3分の2以上を所有されている法人

軽減の対象

- ・設備等の償却資産に対する固定資産税
- ・事業用家屋に対する固定資産税(事業用と居住用が一体となっている家屋については、事業専用割合に応じた部分が軽減の対象となります)

軽減の対象にならないもの

- ・土地(事業用・居住用)
- ・個人の所有する居住用の家屋

軽減率

令和2年2月から10月までの任意の連続する3カ月間の事業収入の減少率	軽減率
・事業収入が前年同期比で30%以上50%未満減少	2分の1
・事業収入が前年同期比で50%以上減少	全額

手続き

令和3年2月1日までに、特例申告書に認定経営革新等支援機関等の認定を受けて、当申告書(原本)に加え、同機関に提出した書類と同じもの(コピー可)を郵送又は窓口へ提出してください。

- ・特例申告書(上牧町ホームページに様式は掲載します)

当申告書の「認定経営革新等支援機関等確認欄」に当該機関等の確認を受けてください。

- ・収入が減少していることがわかる書類(会計帳簿、青色申告決算書(写)、試算表等)
- ・特例対象家屋の事業用割合がわかる書類
- ・不動産賃料の猶予の金額や機関等を確認できる書類

※ この軽減を受けるためには、事前に税理士や公認会計士などの認定経営革新等支援機関等の確認が必要です。なお、認定経営革新等支援機関等には、認定を受けていない税理士も含まれます。詳しくは、町ホームページ及び中小企業庁ホームページ等でご確認ください。



上牧町ホームページ



中小企業庁ホームページ

今回掲載させていただいた内容はあくまで概要です。
詳細については税務課及び関係機関等でご確認ください。

【問合先】税務課 ☎ 役場内線124番

募集

学童保育希望者募集

来年度学童保育希望者を募集します。

保護者（両親やこれに準じるかた）が昼間労働などにより常に不在のため、放課後の家庭保育ができない小学1年生から6年生までの児童

所定・上牧小学校区 70名

・上牧第二小学校区 70名

・上牧第三小学校区 70名

◎期間 4月1日から翌年3月31日まで

◎休所日 日曜、祝日、年末年始（12月29日から1月3日）、その他町長が特に定めた日

◎保育時間

・学校開校日は、放課後から午後7時まで

・学童保育所休所日を除く学校休業日、土曜日は、午前8時から午後7時まで

・夏期休業日、冬期休業日、春期休業日
午前8時から午後7時まで

¥保育料（月額）

・午後5時まで 3,000円

・午後6時まで 3,500円

・午後7時まで 4,000円

申 翌年1月18日（月）から22日（金）までの午前8時30分から午後5時15分までに、所定の用紙に必要事項を記入のうえ、こども支援課へ提出してください。用紙は12月1日（火）からこども支援課と各学童保育所で配布します。ホームページからもダウンロードできます。

◎提出書類 学童保育所申込書・勤務状況証明書（勤務者全員各一通（同居の65歳未満の祖父母含む）、個人情報確認同意書及び誓約書

◎諸費用
スポーツ安全保険代 年額800円
おやつ代・雑費代 月額1,500円
（土曜日のおやつは各自持参）

問 こども支援課（2000年会館内）
☎43-5034

ハッピーライフ教室の 運動習慣をつける教室 参加者募集！

新型コロナウイルス感染予防のため外出の機会が減っている今だからこそ、おうちでの運動はとても重要です。ハッピーライフ教室は椅子に座った状態での筋トレなど、家でも実践できる運動を行う教室です。教室に参加して効果的な運動方法を身

につけましょう！

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクの着用や体温計測などへの協力をお願いします。

65歳以上の町民のかたで、運動に支障がある心疾患などの治療中でないかた

定 先着12名（ただし、申し込みが8名に満たない場合は教室を開催しません）

時 令和3年1月7日（木）から3月4日（木）の祝日を除く毎週木曜日（全8回）

午後2時から3時30分まで

所 2000年会館 機能訓練室

申 12月7日（月）から10日（木）までの午前8時30分から午後5時15分の間に地域包括支援センター窓口又は電話でお申し込みください。

問 地域包括支援センター
（2000年会館内）☎79-2020

「人権啓発ポスター・標語」を 募集します

奈良県では、令和3（2021）年度の「人権啓発ポスター・標語」を募集しています。（19頁下、令和2年度選定作品）

すべての人々が人権尊重の精神を当たり前の社会意識として身につけ行動し、人権を基本とした人間関係が

広く社会に根付く、「豊かな人権文化の創造」をめざして、県民の人権意識の高揚を図るため、毎年行われている7月の「差別をなくす強調月間」に向けて募集されるものです。募集内容は、様々な人権問題の解決への取組や人権尊重の重要性を訴え、人権意識の高揚を図る内容とします。

人 奈良県内に在住、在学、在勤の小学生以上のかた

ポスター 画用紙四つ切 画材自由

標語 規格指定なし

申・児童生徒 学校へ提出

令和3年3月26日（金）締切

・一般 奈良県人権施策課へ提出
令和3年4月23日（金）締切

※詳しい募集要項は、「県人権施策ホームページ」からダウンロードできます。また、募集チラシは社会教育課にあります。その他、「人は等しい」、「てんいち先生とひかりちゃんで学ぼう4コマまんが」、「人権の擁護 みんなで築こう人権の世紀」などの啓発パンフレット

もありますのでご利用ください。

問 奈良県文化・教育・くらし創造部
人権施策課啓発推進係

☎0742-2718719

FAX0742-2718721

社会教育課 ☎役場内線252番

令和2年度

脳の健康教室サポーター募集のお知らせ



●「脳の健康教室」はこんな教室です！

いつまでも明るく元気に過ごしたい！とお考えの65歳以上のかたの脳の若返りを目指す認知症予防の教室です。

●教室サポーターの役割とは？

受講者が行う30分程度の教材(ごく簡単な読み書き・計算・すうじ盤)の支援とコミュニケーションを行います。現在も15名のサポーターが、明るく活気にあふれた教室づくりの要となって活動しています。ボランティアの経験等がなくてもスタッフや経験豊富なサポーターがフォローするので安心です。サポーターの一員になってみませんか？



●募 集 要 項●

対 象 者：おおむね65歳までの上牧町民のかたで、明るく高齢者との会話を楽しめるかた。

教 室 日 時：令和3年2月16日までの **毎週火曜日9：30～10：30頃**

※祝日・年末年始はお休みです。

※新型コロナウイルスの流行状況により変更の可能性があります。

教室の会場：2000年会館(上牧町保健福祉センター)

謝 礼：1回につき500円

申 込 先：上牧町地域包括支援センター(2000年会館内) ☎ 79-2020



広告

葬儀～火葬～納・埋骨、全てを境内で出来るお寺

永代供養・お墓を選ぶポイントは **3つ**



泰「倒産はしませんか？」
お寺ですので、住職が代々に渡ってご供養いたします



心「災害は大丈夫ですか？」
ハザードマップ・地形上、地震・土砂崩れの恐れはほとんどありません



楽「お参りに行きやすいですか？」
国道24号線沿い、近鉄「笠縫駅」徒歩約7分、橿原北ICから車で約10分、県内各地から容易です



◀ QRコード
詳しくはこちらから
アクセス願います



永代供養合祀墓「えにし」
1霊位10万円～
他に、納骨堂などあります



永代供養・納骨堂・お墓
一元葬のお寺
磯城郡田原本町千代180番地

令和山極楽寺

☎ 0744-55-0489

令和山極楽寺 検索

広告

外壁塗装

当社は営業マンなし！
これが安さの理由です！

ご相談
お見積り
無料

安心の厚生労働大臣認定!!
一級塗装技能士が施工します!

超人気! シリコン塗装

仮設足場 高圧洗浄 3回塗り 100m

48 (税込) 万円

外壁塗装 C.F.P

奈良県香芝市良福寺178-22
☎0745-43-5296

LINE
で問合せ

外壁塗装

奈良県香芝市良福寺178-22
☎0745-43-5296

令和3(2021)年度
人権啓発ポスター・標語
作品募集!

届け世界に
あふれる笑顔

お互いの個性を
大切に

令和2(2020)年度
人権啓発ポスター・標語
優秀作品より

主催 奈良県・奈良県教育委員会・市町村・市町村教育委員会

笑顔の
花も
味がせよう

上牧町立上牧小学校
6年 稲田 稀さんの作品



～アルコールとの付き合い方～

忘年会シーズンがやってきました。お酒を飲む機会が増えてくると思いますが、新型コロナウイルス感染症対策など、生活様式の変化に応じて適切にお酒と付き合いましょう！！

現在も新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い、様々な生活の自粛が求められています。自宅にいる時間が増え、不安な状況が続くことで普段より飲酒量が増えたり、お酒をやめていたかたは再飲酒のリスクが高まることがあります。以前に比べてお酒を飲み始める時間が早まっているかたは元の時間に戻していただくことをおすすめします。適切な飲酒について考えてみませんか。

<アルコールとメンタルヘルスについて>

アルコールと睡眠の関係

アルコールは睡眠に様々な影響を与えます。寝酒をすると寝付きやすいという人は多いかもしれませんが、睡眠の質は悪くなり、眠りが浅くなる・夜中に目が覚める・早朝に起きてしまうということがあります。アルコールを睡眠薬代わりにするのはやめましょう。



アルコールとうつ・自殺との関係

うつ病には高頻度にアルコール依存症が合併することが知られています。自殺者にうつ病が多いことは知られていますが、アルコール依存症でない人と比較して自殺の危険性が約6倍高いとされ、依存症でなくとも習慣的な大量飲酒は自殺の危険性を高めることが調査で明らかになっています。

<<お酒との付き合い方を再確認しましょう!!>>

1. 適量を守る 《1日の飲酒適量＝純アルコール20gの目安》

ビール(中びん)	1本(500ml)
日本酒	1合(180ml)
焼酎	0.5合(90ml)
缶チューハイ(7%)	1缶(350ml)
ウイスキー	ダブル1杯(60ml)
ワイン	グラス2杯(240ml)

表に示す目安は壮年男性(25～44歳)の場合の量です。女性や高齢者、飲酒後にフラッシング反応*を起こす人はこの半分くらいが適量です。また、週に2日はお酒を飲まない休肝日をつくることもお忘れなく！！

*フラッシング反応…ビールコップ1杯程度の少量の飲酒で起きる、顔が赤くなる・吐き気・動悸・眠気・頭痛などを指す。この体質(赤型体質)の人はアルコール分解が遅く、がんや様々な臓器障害を起こしやすいといわれています。

2. こんなときアルコールは控えましょう

- ①薬で治療中…アルコールは薬の効果を強めたり弱めたりします。また、精神安定剤と一緒に飲むと、どちらの依存も早めてしまいます。
- ②入浴・運動・仕事前…飲酒後に入浴や運動をすると脱水や不整脈・血圧の変動をおこすためとても危険です。また、アルコールは運動機能や判断力を低下させます。
- ③妊娠・授乳中…妊娠中は胎盤を通して胎児に、授乳中は母乳を通して乳児にアルコールが運ばれ、胎児や乳児の脳や体の発育に影響を及ぼす危険性があります。
- ④アルコール依存症者…依存症は飲酒のコントロールができないことがその特徴で、断酒を続けることが唯一の回復方法です。



3. オンライン飲み会は節度を守りましょう

アルコールにはストレスを解消する効果があると言われていますが、飲酒量には注意が必要です。適量を守って自宅で楽しみましょう。また、同僚や友人とのオンライン飲み会がブームになりました。人との繋がりが感じられる一方で、いつもより飲酒量が増えてしまう可能性もあります。飲酒開始時間や終了時間をあらかじめ設定するなど、節度を持つことが大切です。

4. 定期的に検診を

お酒を飲む習慣があるかたは、定期的に肝機能検査などを受け、飲みすぎているかチェックしましょう。また、赤型体質の習慣飲酒者は大腸のがん検診も受けましょう。

★アルコールに関する相談窓口

生き生き対策課(2000年会館内) ☎79-2020

★アルコール依存症に関する相談窓口

中和保健所(精神保健係) ☎0744-48-3038



2000年会館 プレイルーム利用について

平日 午前9時から午後4時45分まで
(正午から午後1時は消毒・換気のため利用できません)
利用人数制限(10名以内)を設けています。
年末年始12/29(火)～1/3(日)は閉館のため利用できません。



★問合先：生き活き対策課 ☎ 79-2020 ところ：2000年会館★

乳幼児健康診査：2000年会館 集団検診室

	と き	受付時間	対象者
3か月児健康診査	12月4日(金) 午後	個別通知します	令和2年8月生まれ
10か月児健康診査			令和2年2月生まれ
1歳8か月児健康診査	12月16日(水) 午後		平成31年3月・4月生まれ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、時間を調整し、個別通知します。

なお、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、日時が変更になる可能性がありますので、ご了承ください。

乳幼児相談：2000年会館 集団検診室

	と き	受付時間	対象者	内容など
☆【要予約】 乳幼児相談	12月11日(金)	9:30～11:30	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 【持参品】母子健康手帳、バスタオル お子さんと保護者のかたの体温測定・マスク着用(2歳未満のお子さんのマスク着用は推奨されていません)のうえ、お越しください。
	12月15日(火)			

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ささゆりルームでの乳幼児相談は中止させていただきます。

相談事業：2000年会館

	と き	受付時間	内容など
☆【要予約】 成人健康相談	12月22日(火)	① 9:00～11:30 ② 13:30～16:00	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。
☆【要予約】 認知症相談	12月23日(水)	13:30～15:30	電話か窓口でお申し込みください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

離乳食教室：2000年会館 調理実習室

	と き	受付時間	対象者	内容など
☆【要予約】 離乳食教室 参加費無料	12月15日 (火)	10:30～11:00	3～5か月の乳児の保護者	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】母子健康手帳

プレパパママ教室：2000年会館 集団検診室

	と き	受付時間	対象者	内容など
【要予約】 プレパパママ教室 (無料)	12月24日 (木)	10:00～11:30	妊婦さんとその配偶者 (初産婦さん向けの教室です)	産前に聞いてほしい「産後」のお話(授乳や産後の生活のこと・赤ちゃんの発達について・育児体験 ほか) 【申込方法】子育て世代包括支援センター窓口または電話でお申し込みください。 【持参品】母子健康手帳・筆記用具

※新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更になる場合があります。ご了承ください。体温測定・マスク着用のうえ、お越しください。

※12月6日(日)は、定員に達しましたので受付を終了します。次回は、3月9日(火)です。ご予約お待ちしております！

★今月の健康メモ★

奈良県医師会からの
お知らせです



インフルエンザ

現在、新型コロナウイルスが猛威をふるっていますが、毎年冬になるとインフルエンザの流行が始まります。今年の冬は同時に流行する可能性があるので、インフルエンザのワクチンは接種すべきでしょう。

しかし、そもそもインフルエンザウイルスはどこからやって来て、世界中に広がっていくのでしょうか？

諸説ありますが、最も信憑性が高いと考えられているのが次の説です。北極圏にある渡りガモの営巣地の湖沼にはインフルエンザウイルスが常に存在し、そこで新しく生まれたヒナはウイルスの洗礼を受け、成鳥となって南に渡っていく。カモは中国南部にたどり着き、アヒルなどの家禽に感染し、さらにブタに感染する。ブタはヒトのウイルスにも感

染するため、ブタの体内で2つのウイルス間に遺伝子の交換が起こる。こうして新しいインフルエンザウイルスが発生するということです。

歴史を辿れば、紀元前412年のヒポクラテスの時代の記録が残っています。我が国では、平安時代や鎌倉時代の記録にインフルエンザが疑われる記述があるようです。また、「北辰一刀流」免許皆伝の坂本龍馬が切り倒されたのは、梅毒による神経症状以外に流感（インフルエンザ）に罹っていたためという説もあります。

このように長い期間戦ってきたのに、ウイルスはなんてやっかいなものなのでしょう。新型コロナウイルスに関しても気長に付き合っていかなければならないのかも知れません。



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」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、右のQRを読み取ると広報「かんまき」をご覧いただけます。



広報「かんまき」
(カタログポケット版)

上牧町公式
LINE
カメラ
でQRコードを読み
取ってください!!

ID
「@kanmaki」

広報紙無料配信アプリ



スマートフォンなどで手軽に閲覧できます



マチイロ



上牧町公式 Facebookページ はじめました

上牧町での暮らしをより便利に、より楽しめる情報をお届けします。



「いいね!」を押すと
スマートフォンに直接届く!
上牧町Facebook 検索

Facebookページに
今すぐアクセスしよう!!!



◎ 発信する主な情報

■ イベント情報や町内の出来事 ■ 行政サービスに関する情報 ■ 防犯・防災、その他緊急情報 など



数学者の夏

●藤本 ひとみ著／講談社



天才的な数学の才能を持つ高校生・上杉和典は、数学に没頭するため、長野県の山奥を訪れましたが、盗難事件等に巻き込まれてしまい…。終わらない、計算、そして推理。真実はどこにある？

海神の島

●池上 永一著／中央公論新社



花城の祖母の願いは三姉妹の誰かが沖縄米軍基地にある海神の墓守になることでしたが、三姉妹は拒絶。20年後、三姉妹はそれぞれ海神の謎を追うことに…。『読売新聞のオンライン』で連載した作品を書籍化。

コロナ後の世界

●筑摩書房編集部編／筑摩書房



世界を襲ったコロナウイルスは、深刻かつ多方面に影響を与えています。本書ではコロナ危機の正体と到来する未来について、免疫学、精神医学、社会学、哲学、経済学、政治学など第一線で活躍する12人が多角的に検証しています。

図書館カレンダー

休館日のお知らせ

12/1 (火) 7 (月) 14 (月) 21 (月) 27 (日) 1/5 (火)

※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

12月のお話会ピーターパン

新型コロナウイルス感染拡大防止のため
休みとさせていただきます

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。

えんそくのおばけずかん

●斎藤 洋著／講談社



バスに乗って遠足で潮干狩りに出かけると、帰りはみんな疲れはてて眠ってしまいました。すると、バスガイドさんがおばけに代わっています。さあたいへん。「おいてけバスガイド」など含めた全7話を紹介。(児童書)

ふしぎ駄菓子屋

銭天堂14

●廣嶋 玲子著／偕成社



幸運な人だけが見つけられるお店、銭天堂。いろんな望みを叶えてくれる駄菓子屋を売っています。しかし、説明書を読まないで大変なことに…。「もてもち」、「プレゼント扇子」など、全7編を収録。(児童書)

滞在時間60分程度、図書の貸出・返却、閲覧再開しました。 ☎78-9903

てんいち先生



編集後記

Mのつぶやき



今年はコロナ禍のせいか、今まで以上に一日一日が早く、あっという間に12月になってしまいました。みなさんも、そんなことはありませんか？ なかなか遠出も出来ず、行動範囲は北葛のみのこの1年。買い物に行きたい、美味しいものが食べたい、ライブに行きたいなど、かなりの欲求はありますが、やはり、動ける範囲は北葛のみ。早く、気にせずに行けるようになるといいですね。来年も当分はコロナ禍が続くと思いますが、みなさんも引き続き予防対策を継続してくださいね。

自宅で完結？手軽に痩せられる？ 痩身をうたうオンライン美容医療にご注意！

ー糖尿病治療薬を痩身目的で消費者に自己注射させるケースがみられますー

こちら
消費生活
相談室です

（相談事例）

インターネット検索で、オンライン診療で痩身治療を行うクリニックを見つけた。「食事制限や運動は不要」という広告に興味を持った。またホームページではオンライン診療について「場所を問わず診察を受けられる」、「通院時間 0 待ち時間 0」、「オンラインチャットですぐに医師と相談できる」とあった。オンライン診療用のアプリをダウンロードし、無料カウンセリングを予約した。予約日にビデオ通話でアドバイザーと名乗る人から連絡が来たが、電波が悪いと通常の電話に切り替えられた。アドバイザーから「薬剤を自身に投与する治療だ。薬剤はまれに副作用が出るが、数日で落ち着く」などと言われ、併せてコースや料金、自己注射の方法を説明された。その後、医師に代わったが診察はなく、治療を受けるかどうか聞かれたただけだった。指定された銀行口座に治療費 50 万円を振り込み、数日後クリニックから注射器、サプリメント等が届いた。別の日に海外から原則冷蔵保存されるはずの薬剤が常温で届いた。自分で薬剤を注射してみたが吐き気など副作用が出てつらかった。クリニックに相談したが、アドバイザーから薬剤の量の指示を受けるばかりで医師の対応はなかった。痩身の効果も感じられないので解約、返金してほしい。



その他、以下のような相談も寄せられています。

- ・薬剤は糖尿病治療薬で個人輸入になること、重篤な副作用があることなどの説明が不十分だった。
- ・食事制限は必要ないと言われて治療を継続していたが、針を刺した部分に赤みが出ており痩身の効果も感じられない。
- ・SNS 上のやり取りでカウンセリングを受け、不安に思い解約を申し出たができないと言われた。



（消費者へのアドバイス）

- ・糖尿病治療薬（GLP-1 受容体作動薬）は痩身目的の使用に関して安全性と有効性は確認されていませんので注意しましょう
- ・美容医療を受けるときはクリニックの広告だけをうのみにせず、本当に契約するかどうか慎重に検討しましょう
- ・副作用等が起こった場合の対応を確認し、納得できなければその場で契約しないようにしましょう

トラブルにあった場合は、消費生活センターなどに相談しましょう。
副作用などが出た場合は速やかに医療機関を直接受診しましょう。

（国民生活センターホームページから）

各種相談のご案内

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、相談にお越しの際は、マスクなどの予防対策をしてお越しください。

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/政策調整課 ☎役場内線261番

中南和法律相談センター(奇数月に開催)

- 担当/弁護士(P12をご覧ください)
- 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

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
- 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/政策調整課 ☎役場内線261番

納税相談

- 担当/徴税吏員
- とき/毎月第2水曜日 午後1時～3時30分
- ところ/役場1階 徴収課
- 定員/申込順5名(相談日1週間前から予約受付)
- 内容/町税と介護保険料、後期医療保険料について
- 申込・問合せ先/徴収課 ☎役場内線125番

町の動き

令和2年10月31日現在

世帯数	10,099 (+21)
男性	10,513 (± 0)
女性	11,659 (+17)
合計	22,172 (+17)
※()は前月比	

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をお願いします。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、政策調整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

上牧町役場政策調整課 ☎0745-76-1001

●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 <http://www.town.kanmaki.nara.jp/>

◆Eメール seisaku@town.kanmaki.lg.jp

上牧町は非核・平和都市宣言の町です

結婚相談会

- 担当/上牧町マリッジサポーター
- とき/偶数月第3土曜日 午後1時～午後5時
奇数月第4木曜日 午後1時～午後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
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/こども支援課 ☎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
- ところ/役場3階 会議室5
- 内容/人権問題全般
- 問合せ先/社会教育課 ☎役場内線253番

消費生活相談

- 担当/消費生活相談員
 - 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
(上記共、祝日は除く)
 - ところ/上牧町役場1階相談室
 - 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
(上記共、祝日は除く)
 - ところ/河合町役場2階相談室
(河合町での相談もできます)
 - 内容/消費生活問題全般・多重債務問題
 - 問合せ先/政策調整課 ☎役場内線261番
- ※初めに相談された相談室で事案終了まで対応させていただきます。

土・日・祝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

大阪 日曜日 午前10時～12時 午後1時～4時
☎06-6203-7650

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

関西分室 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
- 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 ☎役場内線119番

スクールカウンセラー教育相談

- 担当/スクールカウンセラー
- 内容/教育問題全般
- ところ・申込先/①上牧小学校 ☎77-2200
- とき/12月15日(火)13:00～17:00
- ところ・申込先/②上牧中学校 ☎76-5479
- とき/12月9日(水)11:00～17:00
- ところ・申込先/③上牧第二中学校 ☎72-3700
- とき/12月18日(金)11:00～17:00

まきっ子☆まきっ子

No.35

わが家のアイドル、広報「かんまき」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？



まさひこ
政比古くん
(2歳)

すくすく元気に
大きくなあれ☆

1歳おめでとう！
元気いっぱい
育ってね！

ワンパクでもいい！
元気に育ってね！



かのん
花音ちゃん
(5か月)



けい
圭くん
(1歳)

いっぱい食べて
大きくなってね



ひさと
悠人くん
(1歳)

大晟生まれてきて
くれてありがとう。
大好き♡



たいせい
大晟くん
(1歳)

※町内に住む又は、在勤のかたのお子さん・お孫さんの笑顔を募集します。就学前のお子さん・お孫さんに限ります。

(兄弟・姉妹と一緒に掲載の場合は除く) お孫さんの掲載にあたっては、ご両親の承諾を得てください。

※応募多数の場合は掲載までに時間がかかりますが、ご了承のほどお願いします。

※個人情報については、当該応募手続きのためのみに使用します。写真・データの返却はいたしません。

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 政策調整課 ☎0745-76-1001(内線222番)



12月1日は「映画の日」です

今年は新型コロナウイルス感染症のため、映画館も来場者が少なかったのではないのでしょうか。しかし、今話題のあのアニメがブームとなり、今では大勢のかたが鑑賞されているようです。

そんな映画にも記念日があります。1896年(明治29年)、神戸市の神戸倶楽部において、11月25日から29日にかけて映画が一般公開されました。これを日本での映画の初公開として記念し、1956年に日本映画連合会(現在の日本映画製作者連盟)によって「映画の日」が制定されました。本来なら、11月25日が記念日になるのですが、月の途中で中途半端なので少し日をずらし、キリのいい12月1日となったそうです。

この神戸倶楽部で公開されたのは、現在の大きなスクリーンに映写されるものではなく、一人ずつ覗き込んで観るタイプの「キネトスコープ」と呼ばれるもので、エジソンが発明したものだそうです。

映画館もたくさんありますが、多くの映画館では、12月1日の記念日には記念式典や上映会、トークショーなどが行われたり、毎月1日を映画のサービスデーとして、入場料の割引なども行われています。

これからの冬休みや年末年始に、ご家族そろって映画館へ足を運んでみませんか。

(諸説あります)



ちょっと
知っとこ!!

