

健やかな心身と穏やかな暮らしをつくる

# 広報 かんまき

No. 598

1 2022年  
月



◆新年のご挨拶	2	◆図書館通信	21
◆町民ひろば	4	◆こちら消費生活相談室です	22
◆TOPIX 知る・募る・語る	6	◆各種相談のご案内	23
◆有料広告	9、13	◆まきっこ★きつず No.48	24
◆元気講座	18		
◆元気ガイド	19		



上牧町ホームページ

表紙:よいしょ! よいしょ! おいしいおもちできるかな? (もちつき・上牧第1保育所)

# 新年のご挨拶

新年、明けましておめでとうございます。

令和4年の新春を皆様とともに迎えられることを心からお慶び申し上げます。平素は、町政推進にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。また、皆様には様々な新型コロナウイルス感染症予防対策を講じていただいておりますことに心から感謝いたします。

さて、令和4年は「寅年」でございます。なかでも、「五黄の寅」の年、私のあたり年でもございます。そして、60年の周期で訪れる「壬虎（みずのえとら）」にあたる年でもあります。一説によりますと「壬」とは、ゆったりとカーブを描きながら流れる大河を表しており、それに加え「決断」の意味も持つ「寅」が合わさり、安定性や落ち着きを持ちながら、はっきり決断できる年だともいわれております。

令和4年、上牧町は、昭和47年の町制施行以来、50周年という節目の年を迎えます。これまで本町発展のため、先人が築いてこられた功績を礎とし、これから先の夢と希望を次世代につなげていくということが私たちに課せられた使命だと考えております。そんな新たなスタートをきる年となる本年も、「健やかな心身と 穏やかな暮らしをつくる」まち 上牧を創造し、未来を見据えた上牧町へと、さらに躍進してまいりたいと決意を新たにしているところでございます。

町民の皆様には、上牧町のますますの発展のため、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、本年も皆様にとりまして幸多き一年となりますようご祈念申しあげ、新春の挨拶といたします。

上牧町長 今 中 富 夫

## 上牧町役場本庁舎及び西館のダイヤルイン導入に伴う電話番号案内

上牧町役場本庁舎及び西館において、ダイヤルイン(各課への電話番号振り分け)を導入しました。お電話の際は、下記の電話番号に直接おかけください。

課名	電話番号	主な業務
総務課	0745 (76) 1001	・情報公開、個人情報保護制度 ・コミュニティバス ・防災、防犯、交通安全
秘書人事課	0745 (76) 2501	・秘書 ・人事 ・広報 ・広聴 ・行政 ・法律 ・消費生活相談 ・自治連合会
企画財政課	0745 (76) 2502	・総合計画 ・ふるさと納税 ・財政に関すること
まちづくり推進課	0745 (76) 2503	・都市計画 ・空き家対策 ・各種統計調査 ・観光 ・地籍調査 ・農業委員会 ・町営住宅
建設環境課	0745 (76) 2504	・公園緑地管理 ・屋外広告物 ・道路、橋梁 ・ごみ収集 ・し尿収集 ・犬の登録 ・空き地適正管理
住民保険課	0745 (76) 2508	・転入、転出 ・住民票 ・戸籍謄、抄本 ・印鑑証明 ・国民健康保険 ・国民年金 ・後期高齢者医療 ・福祉医療 ・マイナンバーカード
税 務 課	0745 (76) 2509	・住民税 ・固定資産税 ・軽自動車税 ・所得(課税) ・評価(公課) ・事業証明等
徴 収 課	0745 (76) 2511	・税、料金の納付及び納付相談 ・納税証明 ・債権管理
会 計 課	0745 (76) 2513	・会計に関すること
教育総務課	0745 (76) 2528	・教育委員会 ・学校適正化 ・幼稚園、小学校、中学校の管理運営
社会教育課	0745 (76) 2532	・生涯学習 ・青少年健全育成 ・人権啓発、教育 ・男女共同参画 ・文化財に関すること
議会事務局	0745 (76) 2538	・議会 ・請願、陳情の受付 ・議会の傍聴

※他の公共施設の電話番号に変更はございません。



## 令和3年秋の叙勲・褒章受章 おめでとつございます

11月3日発令の第37回危険業務従事者叙勲、春秋褒章で次のかたが受賞の栄に浴されました。



緑綬褒章(社会奉仕活動功績)

秋の褒章

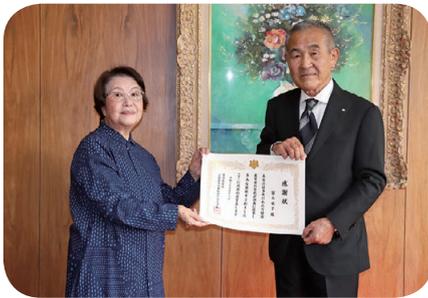
遊亀 敏明さん



瑞宝単光章(消防功労)

第37回危険業務従事者叙勲

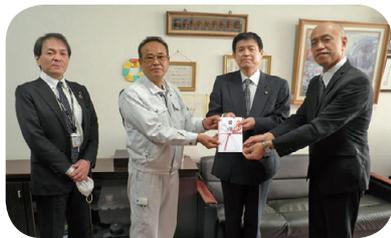
小西 初幸さん



これからのご活躍にますます期待がかかる富永榮子さん(左)

政府が実施する統計調査調査員として24年もの長きにわたりご尽力された富永榮子さんに、経済産業省から感謝状が贈られ、11月26日、今中町長に受賞の報告をされました。  
富永さんは、平成9年度から毎年、様々な統計調査にご協力をいただいております。約40種類の統計調査に従事されてきました。  
今中町長は「長年にわたり統計調査に貢献していただき感謝しています。」と述べました。

## 統計調査員として24年 — 経済産業省から感謝状 —



(左から)  
南都銀行王寺支店支店長 岩城 功幸様  
有限会社ホームエコテック代表取締役  
青木 一二三様  
上牧町教育委員会教育長 松浦 教雄  
上牧町立上牧小学校校長 芝崎 照弘

南都銀行のSDGsの取り組みに賛同する企業が「ヘナント」SDGs私募債」を発行し、地域の社会的課題解決につながる物品などを寄附するという商品を利用し、南都銀行王寺支店と有限会社ホームエコテック(青木代表取締役)から上牧小学校へビデオカメラと三脚を寄贈していただき、11月26日上牧小学校で寄贈式が行われました。青木代表取締役は「学校生活のお役に立てればと思っています。これからも地域に貢献できるよう努めたい」と挨拶され、松浦教育長は「子どもたちの学習面でのサポートに活用させていただきます」と感謝の言葉を述べました。

## ビデオカメラと三脚寄贈 — ヘナントSDGs私募債による寄贈式 —

上牧中 岩見柚奏さんに町長賞

—中学生の「税についての作文」—

国税庁と全国納税貯蓄組合連合会が主催する、中学生の「税についての作文」で、上牧中学校3年生の岩見柚奏さんが「上牧町長賞」を受賞され、12月16日、上牧町役場にて表彰式が行われました。岩見さんは、「見えない誰か」と題し、自らの出来事を経験して、税は見えない誰かを助けることができることを学び、税に対する考え方が変わったことなどを作文に綴られました。

受賞されました作文は、町ホームページでご覧いただけます。



受賞された岩見柚奏さん（中央）と今中町長（左）、松浦教育長

親子で作るクリスマスリース

—家庭教育親子講座—

家庭教育親子講座が12月5日開催され、15組の親子がクリスマスリース作りに参加しました。

最初は針金ハンガーや新聞紙などの材料を見て、「どう作るのだろう？」と首をかしげていた子どもたちも、講師の先生から作り方を教わるにつれて、「なるほど」「こうなるんだ！」と目を輝かせていました。

親子で一生涯命リース作りに励み、世界で一つしかないオリジナルのクリスマスリースが完成し、親子で一緒にするものづくりの楽しさ、心のふれあいの時間を体験しました。



ステキなクリスマスリースが完成しました

良い年になりますように

—寅の押絵作り—

介護予防事業として実施している「上牧町すこやかサポーター」主催の「干支寅 押絵講習会」が12月9日、2000年会館多目的室で開催され、20人が参加されました。

参加されたみなさんは、羽子板に来年の干支である寅の押絵を作りながら、寅のご利益である疫病退散、病氣平癒を願い熱心に作っておられました。



細かい作業も  
なんなくこなすみなさん



出来上がり!!

元気の秘訣はグラウンドゴルフ!

—会長杯グラウンドゴルフ大会—

上牧町シルバークラブ連合会主催のグラウンドゴルフ大会が11月21日に行われ、84人が参加されました。参加者の中には、この大会で初めてグラウンドゴルフをするかたもおり、初心者から熟練者まで楽しくプレーされていました。

- 優勝 福井徹さんー片岡台二丁目
- 準優勝 野田秀樹さんー滝川台
- 3位 三野敏明さんー松里園
- 4位 森下恵悟さんー緑ヶ丘
- 5位 中野喜美代さんー緑ヶ丘



開会式の様子



集中して  
狙いを定めて・・・



# お知らせ

## 町税や保険料などの納め忘れはありませんか

1月は、町県民税（第4期）と国民健康保険税、後期高齢者及び介護保険料（第7期）の納付月です。納期限は**1月31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加算されます。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ください。

### ★納付は便利な口座振替で！★

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、翌月営業日）

★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、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か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

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 ☎76-2511

## 特定健診の受診期限が迫っています!!

### ★受診期限 1月31日まで

生活習慣病は自覚症状がなく進行します。予防するには、健診による健康管理が決め手です。年に1回は健診を受けて自分の健康状態を知る機会を作りましょう。

40歳以上の国民健康保険加入者のかたと後期高齢者医療保険加入者のかた

国民健康保険加入者：無料

後期高齢者医療保険加入者：500円  
※奈良県内の登録医療機関で受診できます。受診方法の詳細は、5月下旬にピンク色の封筒で受診券とともに送付しています案内をご覧ください。

※受診券を紛失されたかたは、住民保険課までお問い合わせください。上牧町では、40歳以上の国民健康

保険加入者で特定健診をまだ受診されていないかたや、特定健診を受診され特定保健指導の対象となつたかたに、委託業者による電話や訪問による受診勧奨をさせていただきます。

※委託業者が受診勧奨業務や特定保健指導以外に個人情報を使用することはございませんので、ご理解くださいますようお願いいたします。

また、受診結果を住民保険課が把握するのに2か月から3か月要します。受診されたかたにも行き違いで案内をお送りすることがあります。ご了承ください。

### ☆委託業者

創和フリエイティブライフ株式会社  
神戸市灘区水道筋5-1番15号  
1305

☎078-806-8015

問住民保険課 ☎76-2508

## 後期高齢者医療保険加入者のかたにQRコード付マイナンバーカード交付申請書を送付

医療機関や薬局の窓口で、マイナンバーカードを健康保険証として利用できるようにするにあたり、広域連合より令和3年10月31日時点で後



●アイコンの見方

時とき 所ところ 費用 対象者 内容 持ち物 問申込・問合せ 申申込み方法 定定員・募集人数 講師 受受付

低所得の子育て世帯に対する  
子育て世帯生活支援特別給付  
金について

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援として、一律5万円の子育て世帯生活支援特別給付金が支給されます。

令和3年3月31日時点で18歳未満の児童を養育するかたのうち、この給付金についてまだ支給されていないかたで、左記の要件のいずれかに該当するかたは申請が可能ですので、お早めに申請をお願いします。

\*ひとり親のかた

① 公的年金などを支給していることにより、令和3年4月分の児童扶養手当を受給されていないかた。  
(公的年金：遺族年金・障害年金・老齢年金・労災年金・遺族補償などが該当)

② 平成31年(令和元年)の収入が児童扶養手当所得制限限度額を超えていたため、令和3年4月分の児童扶養手当を受給されていないかたで、新型コロナウイルス感染症の影響を受け、家計が急変したかた。

(ただし、すでにひとり親世帯以外の枠で支給されたかたについては、この給付金は支給できません)  
※令和3年4月分の児童扶養手当を受給されているかたは既に給付済です。

\*ひとり親世帯以外のかた

① 高校生以上の児童のみを養育している、令和3年度分の住民税(均等割)が非課税のかた。  
② 令和3年1月1日以降の収入が減少し、住民税非課税相当の収入となったかた。

※令和3年4月分の児童手当を受給しており、令和3年度の課税状況が未申告のかたについては、支給していません。申告の結果、住民税(均等割)が非課税のかたについては、個別に送付してまいります。立書を提出してください。  
課税状況を確認次第、給付金を支給します。

なお先般、政府発表の、子育て世帯に対する一律10万円の臨時特別給付金とは別のものになります。  
ご注意ください。

受2月28日(月)まで  
問ごども未来課 ☎43-5034

第43回町民雪中登山の  
お知らせ

時2月6日(日)雨天中止  
役場庁舎前 午前8時15分集合・午前8時30分出発(時間厳守)

所葛城山(御所市)  
定先着18名  
持弁当・水筒・着替え・アイゼン(アイゼン貸出可)

申1月12日(水)から23日(日)までの午前8時30分から午後5時15分までに第一体育館へお申し込みください。(電話申込可)

定員になり次第、締め切ります。  
※新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止する場合があります。

問社会教育課 スポーツ振興係  
(第一町民体育館内・月曜休館日)  
☎78-0118

「暮らしの便利帳」発行に  
際してのお願い  
(町内事業者のみなさんへ)

本町の概要や行政の手続、防災、医療、福祉などの情報を1冊にまとめた「暮らしの便利帳」を民間業者

の(株)サイネックスと官民協働で発行(更新)することになりました。

この事業は、同社が主体となつて行う広告事業により地元業者の広告を掲載することで、編集・印刷・全戸配付に係る費用のすべてを広告収入でまかない、町からの情報誌を町民のみなさんに無料でお届けするものです。平成29年にも発行しましたが、引き続き町民のみなさんの生活に役立つ情報を分かりやすくお知らせするために、情報を刷新して発行する運びとなりました。令和4年1月以降、同社の社員が訪問活動を行いますが、町内事業者のみなさんにおかれましては、ぜひ広告掲載にご協力くださいますようお願いいたします。

問企画財政課 総合企画係  
☎76-2502

西和7町障害者等支援協議会  
全体会オンライン講演会を  
開催します

西和7町障害者等支援協議会では、行政、事業者、当事者が地域の障がい福祉に関する課題解決に向けて協議を行っており、地域のみなさんに協議会の活動を知っていただく機会として全体会を開催します。

今年度は、新型コロナウイルス感染症状況を踏まえてオンラインで開催し、協議会の活動報告のほかに、記念講演会を実施します。事前の申し込みは不要ですので、みなさんお気軽にご参加ください。

**時** 2月3日(木)午後2時から3時30分まで

https://sangotown.my.webex.com/meet/narasayogai116

オンラインツール webex にて実施  
事前申し込み不要

**内** 西和7町障害者等支援協議会活動報告

**講** 周防美智子さん(岡山県立大学保健福祉学部現代福祉学科准教授)

テーマ「発達障害の理解とソーシャルインクルージョン」

講演はパワーポイントを用いて行いますので事前資料はございません。

**◎参加方法** 当日の開催時間15分前までに右記URLにアクセスし、ご自身の名前を入力してご参加ください。パスワードは必要ありません。

※ブラウザは Google Chrome 最新版が推奨されています。

※ご自宅でのインターネット環境が不十分な場合は、当日、2000年会館 2階会議室で傍聴すること

とができます。(密にならないよう人数制限がありますので、事前申し込みが必要です。1月28日(金)までに福祉課までお申し込みください)

**問** 福祉課 ☎ 43-5031  
FAX 76-11196

### 西和消防署からのお知らせ

大切なかけがえのない命を守るために住宅用火災報知器を取り付けましょう

住宅用火災報知器は、新築、既存住宅を問わず、罰則はありませんが全ての住宅に設置が義務付けられています。設置場所として寝室、階段です。また、任意設置で台所や居室への取り付けも推奨します。種類は、煙式と熱式があり、寝室、階段には煙式のもので、検定合格証票マークの貼られているものを購入しましょう。交換時期としては、10年を目安に交換をおすすめします。



### 感電ブレーカーって知っていますか?

感電ブレーカーとは、大地震発生時に設定値以上の揺れを感知すると、自動的にブレーカーを遮断し、破損や転倒した電気器具からの火災を防ぐものです。

平成に発生した2つの大地震、「阪神淡路大震災・東日本大震災」の約6割が電気器具等からの出火でした。地震により家は倒壊しなくとも電気が復旧した後に破損した電気器具の配線などから火災が発生する可能性があります。

そんな時に感電ブレーカーは大きく揺れを感知し、ブレーカーを自動的に切ってくれるので効果的です。迫りくる大地震に備えて、感電ブレーカーを設置しましょう。

**問** 西和消防署予防課 ☎ 73-11001



### 広告

**奈良ニッセイデンの園**  
入居時自立型 介護付有料 老人ホーム

**セミナー in まほろば** 場所 河合町まほろばホール (小ホール) **要予約 参加無料**

2022年 2月15日 火曜日 13時15分開場  
「老後生活にいくらお金がかかるのか?」  
講師: 小林経営教育研究所 小林 隆三氏

マスク着用、手指のアルコール消毒、検温、手洗いのご協力をお願いいたします。  
※新型コロナウイルス感染症状況により、中止となる場合があります。

0800-888-4165 受付 9:00~17:00 時間 (土・日・祝日を除く)  
〒636-0071 奈良県北葛城郡河合町高塚台1-8-1 **スマホからQRコードでアクセス**

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/利用方式●利用料の支払い方式/全額前払い方式●介護保険/施設費特定介護付有料老人ホームの介護にかかわる職員数●名数:1以上 職員数より表示事項

### 広告

**西大和眼科クリニック**  
Nishiyama eye clinic

地域の皆さまの「眼の健康」を守ります 眼科専門医 医学博士 院長 岡本全弘

●日帰り白内障手術  
●低侵襲緑内障手術

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00-12:00	●	●	●	-	●	-	-
15:00-18:00	●	●	●	-	●	-	-

TEL 0745-78-0280 お気軽にお問い合わせください  
電話予約

住所 〒639-0214 奈良県北葛城郡上牧町上牧2174-2

# 令和3年分の所得税の申告及び納税は、 2月16日(水)から3月15日(火)まで

## 確定申告相談と受付

●今年度の税務署員などによる上牧町保健福祉センター2000年会館の確定申告地区相談会場は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止及び新型コロナワクチン集団接種会場のため開設はしませんのでご注意ください。

上牧町保健福祉センター2000年会館以外の会場は(1)で確認してください。

なお、役場職員による確定申告相談会は5日間→7日間に変更します。

期間などの詳細は(2)で確認してください。

【ご注意】①～⑤を必ずお読みください。

①役場職員による確定申告の相談・受付は、給与所得(年末調整未済)、公的年金などの雑所得、医療費控除、住宅借入金等特別控除などの簡易申告に限ります。

なお、内容によっては、税務署へ行っていただくことになります。ご理解とご協力をお願いします。

◎事業所得、不動産所得、配当所得、不動産・株式などを売却したときの譲渡所得(分離課税・第三表使用)、損失申告(第四表使用)、消費税に係る申告などは受け付けておりませんので、最寄りの税務署で申告を行ってください。

②地区相談会では、税理士・税務署員が申告を受け付けます。営業、農業、不動産所得など(決算書、収支内訳書などを必要とする申告)はこの会場で申告をお願いします。前年の金額が必要な場合がありますので、前年の申告書の控えをお持ちください。

また、この会場でも土地・建物・株式などの譲渡所得、贈与税、相続税の申告は受け付けておりません。

③申告には、マイナンバーのわかるもの、本人確認書類、源泉徴収票、控除証明書(生命保険料、地震保険料、旧長期損害保険料、国民年金保険料)、社会保険料(国民健康保険料(料)、任意継続保険料の領収書)などをお持ちください。(還付請求の場合は、口座番号のわかるものをお持ちください)また、前年以前に電子申告をされたかたで、利用者識別番号を取得されたかたは、番号のわかるものをお持ちください。

◎医療費控除を受けられるかたは、医療費控除の明細書の添付が必要になりますので、あらかじめ計算していただき、お持ちください。(医療費の領収書の添付又は提示は必要ありません)

※医療費控除の明細書(所定様式)は、役場税務課・片岡台出張所にあります。

また、加入している健康保険者などから送付される医療費通知を添付書類として利用することができます。ただし、医療費通知に記載のない診療月や必要事項の記載がないものについては、医療費控除の明細書(※)の作成が必要です。

④本人控えに収受印が必要なかたは、税理士・税務署員の受付会場や税務署で申告してください。

⑤所得税の確定申告をされますと、町県民税の申告は必要ありません。ただし、上場株式などに係る配当所得などについて、住民税では申告不要と選択される場合は、その旨の申告が必要になります。また、所得税の確定申告をされないかたで国民健康保険に加入されているかたは、課税・給付などの際に正しく計算するために、所得の有無にかかわらず、町県民税の申告が必要です。

☆公的年金所得のみのかたは、原則として町県民税の申告は必要ありません。ただし、下記の確定申告不要制度により所得税の確定申告をされないかたで、公的年金等源泉徴収票に記載されている控除(社会保険料控除や配偶者控除、扶養控除など)以外の各種控除の適用を町県民税にて受けようとするかたは、町県民税の申告が必要です。

## 《年金所得者に係る確定申告不要制度について》

下記のいずれにも該当する場合には、所得税の確定申告は必要ありません。

①公的年金などの収入金額が400万円以下

②公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下

ただし、医療費控除などによる所得税の還付を受けるためには、確定申告が必要です。

< 問合せ先 > 税務課 ☎76-2509

(1) 地区相談会 (税理士による申告書の書き方などの相談)

ところ	とき	備考
イオンモール橿原 3階 イオンホール	1月31日(月)～2月8日(火) ※土・日は開設していません。 午前10時～午後4時30分 (相談受付締切時間 午後3時30分)	税理士・税務署員 による受付
五條市役所 ※昨年と会場が変更となっています。	2月10日(木)・14日(月) ※開設日にご注意ください。 午前9時30分～午後4時 (相談受付締切時間 午後3時)	

※今年、上牧町保健福祉センター2000年会館には申告書作成会場は開設していません。

※各会場では、電話によるお問い合わせは受け付けていません。

※感染症拡大防止などのため、会場への入場には、時間枠が指定された「入場整理券」が必要です。

※「入場整理券」は、各会場で当日配付しますが、葛城税務署の申告書作成会場においては、LINEを通じたオンライン事前発行も可能です。オンライン事前発行の詳しい方法は、国税庁ホームページをご確認ください。(※葛城税務署の駐車場は台数に限りがございますので、お車での来署はご遠慮ください)

※「入場整理券」の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。

※ご来場の際には、令和2年分の申告書の控え、利用者識別番号などの通知(お持ちのかた)をお持ちください。

◆確定申告はご自宅から！令和4年1月からスマートフォンでの申告が一層便利に！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図る観点からも、ご自宅などからのe-Taxを利用した申告をお願いしています。詳しくは、国税庁ホームページをご確認ください。



(2) 住民のみなさん対象の簡易申告相談・受付(パソコンで申告書作成・申告用紙不要)

ところ	とき	備考
上牧町役場 (地下大会議室) 上牧町大字上牧3350番地	3月1日(火)～8日(火) ※6日(日)は除く 午前9時～正午・午後1時～4時	役場職員による 相談・受付

※今年度は「役場職員による確定申告相談日数を5日間→7日間、土曜日(5日)も実施」に変更します。

受付人数は、平日:午前25名・午後25名、土曜日:午前50名・午後50名になります。

※受付開始時間は午前8時30分からとなります。それより前にお越しいただいても、受付名簿のご記入はできません。例年は、初日が大変混雑していますので、できるだけ分散してのご来場をお願いします。

また、当日の受付番号によりご案内できる時間の目安を受付時に示させていただきますので、申告会場付近での長時間にわたっての待ち合は可能な限りお控えいただきますよう、ご協力をお願いします。

(※受付は役場地下大会議室で行います)

※ご自身で作成された確定申告書の提出のみの場合は、税務課(④番)窓口にご提出ください。(平日のみ)

◎会場での感染症対策にご協力ください。

- ・会場内の入場者数を調整するほか、早めに相談受付を終了する場合があります。
- ・入場時に検温を実施します。37.5度以上の発熱がある場合、咳などの風邪症状がある場合、検温にご協力いただけない場合など感染防止の観点から適切でないと判断したときには入場をお断りさせていただきます。
- ・各会場ではマスクを常時着用いただき、会場入口などでの手指消毒をお願いします。

★相談会場におきましては、定期的に換気を行うため、気温の変動がありますので、服装についてはご留意ください。

お願いすることが多く申し訳ありませんが、感染防止のため、ご協力をよろしくお願いします。

※各会場とも譲渡所得(土地建物・株式など)、贈与税、相続税の相談は行っておりません。

※開設時間は上記のとおりですが、混雑の状況により早めに受付を終了させていただく場合があります。

<問合先> (1)に関しては、葛城税務署 個人課税部門 ☎22-2721(代表)

(2)に関しては、税務課 ☎76-2509

# 上牧町けんしんGO!ポイント事業

健康寿命の延伸の実現を目指し、健康づくりへの関心を高め健康的な生活習慣の定着を推進するため「けんしんGO!ポイント事業」を実施しています。

**令和3年度実施期間**  
**5月～令和4年2月末日**

## ポイント獲得内容

- ① 特定健康診査を受診⇒2ポイント
  - ② 胃・大腸・肺・子宮・乳がん検診を受診⇒各1ポイント
  - ③ 肝炎ウイルス、歯周病検診・健康診査（生活保護世帯のかた）を受診⇒各1ポイント
- ※①～③の内、3ポイント以上貯めた場合、素敵な景品と交換します。  
※ポイントを貯めるのは年度内1人1回で個人単位とします。世帯合算は不可です。  
注) 人間ドック・脳ドックは本事業のポイント対象外です。

以下の2点から選べます。

- ① クオカード(500円分)
- ② お食事券(500円分)

※虹の湯入湯券は、改装工事のため12月末で終了となりました。

今年度  
締め切り間近!!  
申請、お忘れなく

(表面)



(裏面)

(ポイントカード発行)

住民保険課  
生き生き対策課  
集団健(検)診会場

(スタンプ押印方法)

(集団で受診)  
上牧町保健福祉センターにて実施する集団健(検)診の会場

(個別で受診)  
住民保険課又は生き生き対策課へ、町の個別健診を受けたことがわかる受診結果又は領収書を持参

(景品交換)

3ポイント貯まりましたら、ポイントカードをお持ちになり下記窓口で申請してください。

問合せ先: 住民保険課 ☎76-2508 又は 生き生き対策課 ☎79-2020

健康上牧21計画推進事業成人グループ主催

## 講演会 コロナ禍でもできる健康づくり

### やってみよう!! お家で実践!! フレイル予防

講師: 畿央大学大学院 健康科学研究科  
畿央大学 健康科学部 理学療法学科  
准教授 福本 貴彦 先生



- 新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じて開催します。なお、参加者には事前に参加にあたっての注意事項を郵送させていただきます。ご協力をお願いします。
- 新型コロナウイルス感染拡大の状況により中止する場合があります。

フレイルとは、加齢に伴い筋力や認知機能など心身機能が低下した状態のことをいい、要介護状態となるリスクが高くなります。実は、40歳を過ぎると既に筋肉の衰えが始まっており、フレイル予防は若いうちから「コツコツと」が重要です。あなたも是非フレイル予防をしていきませんか?



日時: 令和4年 1月25日(火) 14時00分～15時30分 (受付: 13時30分～)

会場: 上牧町保健福祉センター(2000年会館) 2階 多目的室

**申込必須: 先着30名様**

申し込み期間: 1月11日(火)～1月14日(金) 8時30分～17時00分

※新型コロナウイルス感染対策のため、**事前申込者以外の当日参加はお断りします。**

申込先: 生き生き対策課  
〒639-0214 上牧町上牧 3245-1

☎0745-79-2020



# まち「町ぐるみde結び婚」

新年明けましておめでとうございます。

昨年中は、上牧町の「出会い・結婚応援事業」または、「かんまき未来創造マリッジサポーター」の活動にご賛同、ご協力いただき本当にありがとうございました。おかげさまで、マリッジサポーターの活動も少しずつ緩和され、結婚を希望されるかたと触れ合う機会も増えてまいりました。

毎月行っている「結婚相談会」では、結婚に向けての悩みや相談にお越しいただいたかたに、マリッジサポーターが自ら対応させていただいています。また11月には「結婚希望者のための座談会」を行いました。ここでは参加者を男女3人ずつに限定し、様々なテーマに沿ったトークなどで盛り上がりながら親睦を深めました。終始和やかな雰囲気を心掛けた結果、参加されたかたにはとても楽しんでいただき、後日会う約束をされたかたもおられました。

さらに今後の活動拠点として、現在「マリサポ事務所(仮名)」を準備しています。片付けや掃除、装飾などは、マリッジサポーターが力を合わせて行っています。手作り感あふれるこの場所で、今後活動できることを考えるだけで今からワクワクしてきます。

マリッジサポーターは、これからもみなさんに喜んでいただけるイベントをたくさん企画してまいります。また、引き続き私達と一緒に活動していただける仲間も募集しておりますのでお気軽にお声掛けください。

本年もどうぞよろしくお願いたします。

かんまき未来創造マリッジサポーター 滝上博己  
予約・問合先 こども未来課 ☎43-5034

## 募 集

上牧町第5次総合計画(後期基本計画)(素案)に関するパブリックコメントを実施します

上牧町では、第5次総合計画基本構想に基づき、「前期基本計画」を引き継ぎつつ、人口減少と高齢化に伴う、問題の多発化や深刻化、新型コロナウイルス感染症拡大による社会情勢の急変など、本町を取り巻く環境の変化を踏まえ、総合的かつ計画的で、持続可能なまちづくりの指針として、「後期基本計画」を策定することとなりました。

このたび、「後期基本計画」を成案するにあたり町民のみなさんの意見を反映させるため、本素案に対する意見を募集します。

**時** 1月4日(火)から2月2日(水)まで  
**人** この案件について意見を提出できるのは、次の号のいずれかに該当するかたとなります。

- (1) 町内に住所を有するかた
- (2) 町内に存する事務所や事業所に勤務するかた
- (3) 町内に存する学校に在学するかた

◆資料の公表 町ホームページに掲載するほか、企画財政課、片岡台

出張所、2000年会館、中央公民館、図書館で閲覧することができます。

**申** 住所、名前、連絡先を記入のうえ、郵送、FAX、メール又は直接持参してください。専用様式によるほか、必要事項を記入のうえ、任意の様式で提出することも可能です。

※提出された意見については、個別の対応はしませんが、意見の概要とこれに対する見解を町ホームページで公表します。

**問** 企画財政課 ☎76-2502

FAX 76-1002

seisaku@town.kanmaki.lg.jp

広告

無料体験  
受付中!!

上牧タウンささゆり  
教室

上牧町上牧 2881-1  
駐車場・駐輪場完備!!  
感染症対策しています!

070-5264-5124

# クーポン券の受け取り 忘れていませんか？

問 企画財政課（☎0745-76-2502）

令和3年

4月27日 クーポン券発送

5月9日 クーポン券利用開始



令和4年

2月28日 クーポン券利用終了

対象者：上牧町の住民（令和3年4月1日時点）

「受け取りができていないクーポン券」が役場に  
戻ってきています。

現在、「窓口（企画財政課）」や「ゆうパック」  
でクーポン券を受け取ることができます。

「受け取りができていないかた」には、8月に個別  
案内（ハガキ）を行っています。

お心当たりのあるかたは、お問い合わせください。

交付期間

令和4年2月18日まで

（※土・日・祝、12/29～1/3を除く）

窓口開設時間

8時30分～17時15分

必要なもの

本人確認書類

（運転免許証等）

※代理受領も可能です。（詳細はHP）



町ホームページ

## クーポン券の使用期限が近づいています。

クーポン券は**令和4年2月28日**まで使用  
できます。クーポン券を使っただくことで、上  
牧町のお店（取扱店）を応援することにもなりま  
すので、クーポン券の使い切りにご協力くださ  
い。

クーポン券換金率（11月30日時点）

72.2%

※換金率は、クーポン券の発行額に対して、  
取扱店がクーポン券を現金に換金した割合

## 「換金忘れ」にご注意ください。（取扱店向け）

クーポン券の換金期間は、**令和4年3月7日**まで  
となっています。使用済みクーポン券は、必ず持  
込期間内に換金手続きを行ってください。（手続  
きの詳細は、「取扱店舗マニュアル」をご確認く  
ださい）

換金場所：南都銀行（上牧支店）

1月以降の換金スケジュール

持込期間		入金日
1月4日～1月31日	→	2月28日
2月1日～3月7日	→	3月14日



# 生活支援サポーターたすけ愛で 上牧町に元気と笑顔の花を咲かせます



生活支援サポーター“たすけ愛”は、上牧町の高齢者を対象に有償ボランティアで生活支援を行っています。

家具の組み立て  
をしました。

犬の散歩や薬の受取り  
を代行しました。

窓ガラスにUVシート  
を貼りました。

お弁当など食品の買  
い物代行をしました。

サンシェードを  
取り付けました。

庭の下草刈りをしました。

ゴミ当番の  
代行をしました。

窓拭きをしました。



## 私たちがサポートします！！



料 金	対 象 者
<p>サポーターひとり500円 (1時間あたり)</p> <p>※居宅内で行う作業はサポーターが2人で対応 します。</p> <p>※草刈りなどで機械導入が必要な場合はプラス 500円</p>	<p>●上牧町在住の65歳以上のかたで 独居又は高齢者世帯</p> <p>※その他利用にあたって要件があります。</p>

問合せ先：上牧町地域包括支援センター ☎0745-79-2020

重要

## 白色トレイの回収方法が変わります

資源ごみステーションでの回収から「プラスチック製容器包装」へ回収方法が変わります。

令和4年3月7日回収分まで



資源ごみステーションに出してください。

※ 白色トレイ回収後、白色トレイの資源ごみ回収リング（上記写真）を撤去します。

令和4年3月8日以降



プラスチック製容器包装で出してください。

白色トレイを資源ごみステーションに出すことができるのは  
令和3年3月7日の回収分までです。

それ以降は、プラスチック製容器包装として出してください。

問合せ 建設環境課 ☎ 76-2504

# 弁護士に相談してみたいけど・・・

## 役場に行くことができないかたへ

(電話での法律相談窓口の紹介)



「弁護士に相談したい」と思ったら、下記の連絡先に！

法律相談の名称	相談料	対象となる相談者	連絡先	備考
高齢者・障がい者無料相談	無料	高齢者・障がい者 その支援をするかた	奈良弁護士会 0120-87-4737	火・木 13:30~16:00
借金おなやみダイヤル	無料	多重債務(借金)に 関してお悩みのかた	奈良弁護士会*1 0742-20-7830	火・金 13:00~16:00
相続・遺言お悩みダイヤル	無料 (初回のみ)	相続・遺言に関する 具体的法律問題に お悩みのかた	奈良弁護士会*2 相続・遺言相談センター 0742-22-4611	原則20分以内 申込制(随時受付)
子どもの悩みごと相談	無料	いじめ、体罰、虐待、 非行などの問題に お悩みのかた	奈良弁護士会*3 0742-81-3784	申込制(随時受付)

\*1 借金おなやみダイヤル(電話相談後、弁護士に面談する場合は初回無料)

\*2 相続・遺言相談センターに申込後、担当弁護士からの電話により電話相談を実施する。

\*3 申込後、担当弁護士からの電話により電話相談を実施する。

◆役場でも、毎月法律相談を実施しています。

詳しくは、23頁に掲載の【各種相談のご案内】をご覧ください。

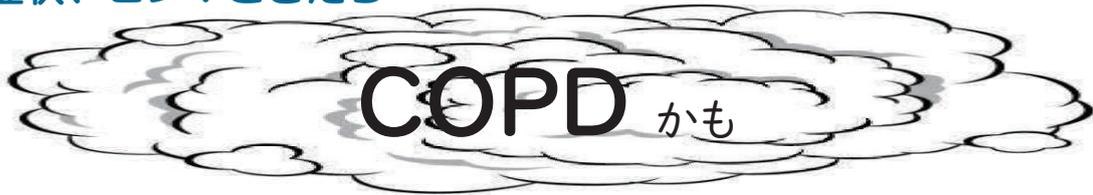
法律相談の名称	相談料	対象となる相談者	連絡先	備考
法律相談(上牧町)	無料	上牧町民及び在勤者	上牧町役場 0745-76-2501	申込制(随時受付) 相談時間30分
中南和法律相談センター	無料	中南和地域に お住いのかた*4	奈良弁護士会 0742-22-2035	申込制 相談時間30分

\*4 中南和地域とは、大和高田市、橿原市、香芝市、葛城市、宇陀市、桜井市、御所市、宇陀郡、磯城郡、北葛城郡、高市郡、五條市、吉野郡をいいます。

問合先 秘書人事課 ☎76-2501



## その症状、ピン!ときたら



最近、昔に比べるとよく息切れする、痰が絡む咳が続いている、などの症状はありませんか？  
「年齢のせい」と思い過ごしているその症状、もしかすると COPD（慢性閉塞性肺疾患）かもしれません。

### ※慢性閉塞性肺疾患

#### COPD（シーオーピーディー）とは・・・

かつて「肺気腫」や「慢性気管支炎」と呼称されていた病気であり、有害な粒子やガスを長期間にわたり吸入することで、気道や肺に障害が生じ、肺の働きが低下する病気です。COPD の主な原因は、喫煙であり、長年の喫煙習慣を背景に中高年に多く発症するため、「肺の生活習慣病」といわれています。

少しでも症状にピン!と来たら、まずはチェックテストをしてみましょう。

COPD 集団スクリーニング質問票 (COPD-PD™)				
この質問票は、ご自身の呼吸、またご自身ができることについてお伺いするものです。記入にあたり、以下の質問に対し、ご自身に最もあてはまる回答のボックス (□) に図をつけてください。				
<b>1. 過去4週間に、どのくらい頻繁に息切れを感じましたか？</b>				
まったく 感じなかった	数回感じた	ときどき感じた	ほとんど いつも感じた	ずっと感じた
▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>1</sub>	▼ □ <sub>2</sub>	▼ □ <sub>2</sub>
<b>2. 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことが、これまでにありますか？</b>				
一度もない	たまに風邪や 肺の感染症に かかった時だけ	1か月のうち 数日	1週間のうち、 ほとんど毎日	毎日
▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>1</sub>	▼ □ <sub>1</sub>	▼ □ <sub>2</sub>
<b>3. 過去12か月のご自身に最もあてはまる回答を選んでください。 呼吸に問題があるために、以前に比べて活動しなくなりました。</b>				
まったく そう思わない	そう思わない	何ともいえ ない	そう思 う	とてもそう 思う
▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>1</sub>	▼ □ <sub>2</sub>
<b>4. これまでの人生で、たばこを少なくとも100本は吸いましたか？</b>				
いいえ		はい		わからない
▼ □ <sub>0</sub>		▼ □ <sub>2</sub>		▼ □ <sub>0</sub>
<b>5. 年齢はおいくつですか？</b>				
35~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上	
▼ □ <sub>0</sub>	▼ □ <sub>1</sub>	▼ □ <sub>2</sub>	▼ □ <sub>2</sub>	

得点の計算：各質問に対するご自身の回答の横にある数字を、以下の欄に記入してください。数字を足して合計点を出してください。合計点は0から10までの間です。

↑1.の得点 + ↑2.の得点 + ↑3.の得点 + ↑4.の得点 + ↑5.の得点 = 合計点

**合計点が4点以上の場合**、あなたの呼吸の問題は慢性閉塞性肺疾患（COPD）が原因かもしれません。COPDは、しばしば慢性気管支炎や肺気腫とも呼ばれ、時間の経過とともにゆっくりと悪化する深刻な肺の病気です。COPDは完治しませんが、治療により症状をコントロールすることはできます。記入し終えた質問票を医師に見せてください。合計点数が高いほどCOPDにかかっている可能性が高くなります。医師はスパイロメトリーと呼ばれる簡単な呼吸検査を行い、あなたの呼吸の問題を調べてくれます。**合計点が0から3点で**、かつあなたが呼吸に問題があると感じている場合も、この質問票を医師に見せてください。医師は、あなたの呼吸の問題がどのタイプのものか調べてくれます。

## 1 気づかないうちに進行していく

COPD の症状は、はじめの頃は咳や痰がみられる程度のため病気と認識されにくいのですが、肺の機能の低下とともに動く息切れするので、知らない間に階段を使わなくなったり、坂道を避けるようになります。重症になると、日常生活を送るためにいつも酸素吸入器が必要になり、COPD が進行すると安静にしているときでも息切れをきたすようになります。



## 2 COPD の脅威

日本での推計患者数は530万人を超えられていると言われています。しかし、治療を受けているのは約22万人で、95%以上の人が適切な治療を受けていません。つまり、多くの人々が COPD であることに気づいていない、または正しく診断されていない状況にあると考えられます。毎年1万人を超えるかたが COPD が原因で亡くなっている状況から、まずは COPD の症状に気づくことが重要です。

まずはタバコをやめて、COPD の進行を止めましょう。

「COPD になってしまったから、もう禁煙しても意味がない」と思う患者さんがいますが、禁煙はいつから始めても、COPD の進行をゆるやかにします。ニコチンパッチなどの禁煙補助剤を使ったり、専門職のサポートを受けながら禁煙にチャレンジしましょう。

町内には禁煙治療をしている医療機関があります。

→ かがや内科クリニック、くずもとファミリークリニック

その他、県内の禁煙支援、医療機関についてはこちら

奈良県 禁煙外来





## 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分まで利用可能

※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。



**乳幼児健康診査** ところ：2000年会館 集団検診室 問合先：生き生き対策課 ☎79-2020

	とき	受付時間	対象者
3か月児健康診査	1月14日(金)午後	個別通知します	令和3年8月27日～10月14日生まれ
10か月児健康診査			令和3年2月18日～4月14日生まれ
3歳児健康診査	1月20日(木)午後		平成30年6月・7月生まれ

**相談事業** ところ：2000年会館 問合先：生き生き対策課 ☎79-2020

	とき	受付時間	内容など
【要予約】 成人健康相談	1月25日(火)	9:00～12:00	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。

**乳幼児相談** ところ：2000年会館 集団検診室 問合先：こども未来課 ☎43-5034

	とき	受付時間	対象者	内容など
【要予約】 乳幼児相談	1月11日(火)	9:00～11:30	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保護者の判断でお願いします)のうえ、お越しく下さい。
	1月28日(金)			

※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。

**プレパパママ教室** ところ：2000年会館 集団検診室 問合先：こども未来課 ☎43-5034

	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)	1月23日 (日)	9:30～11:30	妊婦さんとパートナー	・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 【申込方法】こども未来課窓口又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

### 教室に参加されたかたの感想

- ・【沐浴体験】実際に手順がわかり参考になった。
- ・【妊婦体験】足元が見えないことがわかり、妊婦の大変さを知った。
- ・【家事・育児分担】これからの家事分担を考えるいい機会になった。



### 妊娠届の 予約制 について

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来庁者の混雑を避ける  
目的で、妊娠届(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 ☎43-5034



※新型コロナウイルス感染状況により、日時や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、お越しく下さい。

## ★今月の健康メモ★

奈良県医師会からの  
お知らせです



### 子宮頸がんワクチンについて

子宮頸がんは高リスク型のヒトパピローマウイルス（以下HPV）が性的接触によって子宮頸部に感染し、数年から数十年後に発症する癌です。20から40代の若い女性でも発症する癌で年間11,000人以上のかたが発症し、約2,800人のかたが亡くなっています。このHPVは成人女性の多くのかたが一度は感染してしまうほど一般的であるため、誰でも子宮頸がんになる可能性があります。また晩婚化の影響もあり、初めて妊娠した際に見つかることも少なくありません。

子宮頸がんに関わるHPVのおよそ約6〜7割が16型、18型です。定期接種のHPVワクチンは主にこの2種類を予防できます。小学校6年生から高校1年生の女子が定期接種

対象です。なお、任意接種ではありませんが、9種類の型を予防できるワクチンもあります。

HPVワクチンは接種後の副反応が問題視されました。これまでに日本で接種されたかたは約338万人、うち副反応疑いのかたは約0.08%おられます。多くのかたは軽快または治癒し、未回復のかたは約0.005%です。症状としては頭痛、筋肉痛、筋力低下などです。特に広範な筋肉の疼痛や運動障害を中心とする多様な症状は複合性局所疼痛症候群と呼ばれ、メディアでも取り上げられました。ただこれらの症状は接種していない人でも一定数おられ、その後の調査でHPVワクチンを接種した人で有意に増えることはないことが確認されました。将来の子宮頸がんになるリスクを減らすことができるHPVワクチンを日本産婦人科学会、日本小児科学会、世界保健機関は推奨しております。



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」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



### 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

# 図書館通信

新刊  
紹介



## クレタ島の夜は更けて

●メアリー・スチュアート著／論創社



休暇でギリシャのクレタ島を訪れたニコラ。山中で弾傷を負ったイギリス人の青年マークと出会った彼女は、殺人現場に遭遇し、狙撃されたマークとその弟を助けることになりました。はたして、彼女は、殺人者の正体を突き止め、無事に二人を助けることができるのでしょうか？本書は、1964年公開のディズニー映画『クレタの風車』の原作になります。

## 二十一時の渋谷で

●古内 一絵著／東京創元社



新元号が発表された日、老舗映画会社・銀都活劇は、映像配給会社を買収されることが決まりました。DVD宣伝チームを率いる砂原江見は、全ての企画が止まった会社で、改めて働く意味を探し始めます。『ミステリーズ!』に連載されたものを加筆し、単行本化。

## 日本懐かしバス大全

●加藤 佳一著／辰巳出版



1970～80年代の「昭和バス」の車体には、地域ごとに赤・青・緑・灰色等の彩色とデザインが多く使われていました。本書では、全国各地で運行していた「昭和バス」について、豊富な写真とともに紹介します。他には、バスの用語や今でも乗れるバスも掲載。

## 図書館カレンダー

### 休館日のお知らせ

1/1 (土)	1/5 (水)	11 (火)	17 (月)	24 (月)	31 (月)
------------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------

※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

### 1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。

ボランティアグループ  
ピーターパン  
おすすめの本

『いぬのせんせい』(絵本) ジェーン・ケドール さく  
『ロージーのおさんぽ』(絵本) パット・ハッチンス さく  
『きりがぶのたんじょうび』(絵本) なかや みわさく

## いっぱいさんせーい!

●宮西 達也 さく／フレーベル館



今日はいいお天気。5匹の仲良しおおかみは、「何しようか?」と相談しています。サイクリング、たこあげ、野原でお昼寝など、いろんな意見が出ましたが、5匹は「全部いいね!」といったことから遊びを全てすることになりました。さて、どんな一日が待っているのでしょうか?(児童書)

図書館に展示していますので読んでください。

## 怪盗クイーン 煉獄金貨(プルガトリオ)と 失われた城

●はやみね かおる さく／講談社



煉獄金貨を手に入れた者は、天国と地獄を味わい、変身すると言われています。その「呪われた金貨」をスペインのIT王者が発見し、お披露目パーティーを開いたことから、金貨を巡り、おなじみの怪盗クイーンが大活躍します。(児童書)

・複写サービス ・自習室の利用(利用制限付き) ・新聞の閲覧を再開しました。  
滞在時間60分程度、図書の出借・返却、閲覧再開しています。

☎78-9903

## てんいち先生



## 編集後記 Yのあとがき

私事です、この度第二子が誕生しました。コロナ禍のため出産に立ち会うことは叶わず、妻は不安な気持ちを抱えていたようです。昨今では子育て中の親の孤立化問題がクローズアップされる中、今回私も同じ立場になり育児に対する悩みや心配事だらけです。困ったときは自治体の子育て支援を活用し、自分たちだけで抱え込まず大変な育児を乗り越えていきたいものです。上牧町でも子育てをサポートする事業はたくさんあるので、お困りの場合は担当課に相談してみてください。

特集

町民ひろば

TOPIC

元氣講座

元氣ガイド

図書館通信

消費生活相談室

各種相談のご案内

## 被害を未然に防ぐための6カ条

### 1 電話は常に留守電に

伝言メッセージを聞いて  
知り合いであることを確認して  
から自分からかけなおしましょう。

ただいま留守に  
しております



### 2 きっぱり「いりません」と言う

不要なものを勧められたら、はっきり  
断って会話を打ち切りましょう。

NO



### 3 肩書を信用しない

「行政」「自治体」「公的な団  
体」を名乗られても、すぐに  
信用してはなりません。



### 4 とにかく誰かに相談する

相手はだましのプロであり自分  
ひとりでは詐欺だと  
気づかないケースも多い  
ので、積極的に周囲の人や  
消費者センターなどに相談しましょう



### 5 すぐに決めない

「今だけ」「急がないと」と  
いう言葉に惑わされず、一度  
落ち着いてよく考えましょう。



### 6 怖いと感じたらすぐ通報

家にやって来て「契約するまで  
帰らない」などと脅され  
身の危険を感じたら、ため  
らわずに110番通報しましょう。



## 悪質な便乗商法や詐欺についての相談・通報先

◆消費者ホットライン……



1

8

8

◆警察相談専用電話 ……



#

9

1

1

0

# 各種相談のご案内

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、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・問合先／奈良弁護士会 ☎0742-22-2035（上記祝日を除く）

## 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
- 問合先／秘書人事課 ☎76-2501

## 町の動き

令和3年11月30日現在

世帯数	10,112 (+ 7)
男性	10,391 (-14)
女性	11,530 (- 9)
合計	21,921 (-23)

※（ ）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、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

上牧町役場秘書人事課 ☎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 [hisyo@town.kanmaki.lg.jp](mailto:hisyo@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／かんまき未来創造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・問合先／こども未来課 ☎43-5034
- ※開催日が祝日の場合は次週の同じ曜日に開催します

## 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
- 問合先／社会教育課 ☎76-2532

## 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（上記とも、祝日は除く）
  - ところ／上牧町役場1階 町民相談室
  - 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（上記とも、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
  - 問合先／秘書人事課 ☎76-2501
- ※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
- 問合先／教育総務課 ☎76-2528

## 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／1月13日（木）13:00～17:00
- ところ・申込先／②上牧中学校 ☎76-5479
- とき／1月28日（金）11:00～17:00
- ところ・申込先／③上牧第二中学校 ☎72-3700
- とき／1月17日（月）11:00～17:00

# まきっ子☆まきっ子

No.48

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？

圭杜くん 大好き♡  
すくすく大きく  
なってね!

これから  
元気いっぱい  
遊ぼうね

あいちゃん  
だいすき♡

姉妹仲良く  
元気に育ってね

みなさん  
のご応募お待ち  
しています。

掲載児童募集中

けいと 圭杜ちゃん (6か月)

そらた 壮汰ちゃん (5か月)

あいせ 愛茜ちゃん (1歳)

ゆきの 結希乃ちゃん (4か月)

※町内在住又は、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・姉妹と一緒にいる場合は除く) 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。  
 ※一度掲載されたお子さんを再び掲載希望される場合は、6ヶ月以上あけての掲載となります。その場合、前回掲載した写真(画像)以外のものをお願いします。※発行者の許可なしに無断転載されることは固く禁じます。  
 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 ☎76-2501



## 干支と十二支の違いって？



「干支」と「十二支」の違いって、知っていましたか？  
 「十干」の「干」と「十二支」の「支」の組み合わせで「干支」となります。  
 「十二支」とは、みなさんご存知のとおり、子(ね：ねずみ)、丑(うし)、寅(とら)、卯(う：うさぎ)、辰(たつ)、巳(み：へび)、午(うま)、未(ひつじ)、申(さる)、酉(とり)、戌(いぬ)、亥(い：いのしし)の12種類の動物になぞられたもので、他にも、時刻や方角も表すことがあります。  
 では「十干」とは、甲(こう：きのえ)、乙(おつ：きのと)、丙(へい：ひのえ)、丁(てい：ひのと)、戊(ぼ：つちのえ)、己(き：つちのと)、庚(こう：かのえ)、辛(しん：かのと)、壬(じん：みずのえ)、癸(き：みずのと)の総称で、もともと1から10までの数を数えるために使用していた言葉のことです。  
 「十二支」は毎年、年が新しくなると変わりますが、「十干」も同じで毎年変わります。その組み合わせとして、「干支」は60通りあり、自分と同じ生まれ年の干支になるには、60年に1度、生まれた年から60年後の還暦の年になります。  
 「十二支」や「十干」は数や方角以外にもそれぞれ意味があり、例えば、2022年は「壬寅(みずのえとら)」となります。「壬」は、女性のお腹に子供を宿す「妊」の一部であることから、「生まれる」という意味があり、「寅」は、「演」が由来と言われ「人の前に立つ」、演と同じ読みを持つ「延」から「延ばす・成長する」という意味を持っているそうです。2つが組み合わせたり、「新しく立ち上がる」という縁起のよさを表しているといわれています。  
 (諸説ありです)

