

／ ほぼ笑みあふれる和のまちづくり ／

広報 かんまき

No. 582

2020年
9月



まもなく
みなさんの
お手元に!!

お買い物
楽しんで
ください!!



かんまきパワーアップクーポン券は
取扱登録店で使えます!!

特集

警察官に聞いた 犯人が嫌がることはこれ!

- ◆特集 かんまきでも被害が発生しています・2
- ◆町民ひろば・・・・・・・・・・4
- ◆TOPIX 知る・募る・語る・・6
- ◆有料広告・・・・・・・・14、15、17
- ◆元気講座・・・・・・・・・・18

- ◆元気ガイド・・・・・・・・・・19
- ◆図書館通信・・・・・・・・・・21
- ◆こちら消費生活相談室です・・22
- ◆各種相談のご案内・・・・・・・・23
- ◆まきっこ★きつず No.32・・24

表紙:「みんなそろって LET'S GO !!」



上牧町ホームページ

上牧町でも被害が
発生しています

忍込み

次はあなたが
狙われているかも

空き巣 居空き

※写真はイメージです。

不審者などを発見したら
迷わず110番

住宅対象侵入窃盗(各年1月から7月の合計値)

	H28	H29	H30	H31 (R1)	R2
北葛城郡内	19	16	16	5	12
上牧町	4	0	1	1	2
王寺町	7	3	3	2	1
広陵町	3	7	7	0	7
河合町	5	6	5	2	2

※ 令和2年の統計は暫定値



ナポくん

ナピちゃん、**忍込み**って知ってる？

夜寝ている間に家に泥棒が入ってきて、お金などを盗まれるんだって。

うん、知ってるよ。この前も上牧町で忍込みが起きたからね。

特に、**忍込み**や**居空き**って家の中に人がいるから、**泥棒とバッタリ遭遇**してしまうこともあるみたい。



ナピちゃん



ええっ!?

それはとても危険！

そのまま泥棒が逆上して強盗になってしまうかもしれない。

外出中に泥棒が入ってくる**空き巣**も怖いし…どうすればいいのかな？

警察官に聞いた



時間

侵入に**時間**がかかる

・5分以上であきらめ、10分以上でほとんどが退散。



光

光で明るく照らされる

・センサーライトは防犯意識の高さをアピールできる。



目

姿や顔**見られる**

・敷地内の見通しをよくする。
・近所の人からのあいさつや見られることが犯行をあきらめさせる。



音

警報機などの大きな

音が鳴る

・防犯砂利を敷いたり、防犯アラームを設置する。

犯人が嫌がる
ことはこれ！



上牧交番に勤務する警察官のみなさん

●忍込みは、**無施錠の窓やドアから侵入**されるケースが多いです。とにかく戸締り！

●**就寝時には玄関、窓、勝手口、お風呂場の窓の施錠を確認**してください。

●玄関、窓ガラスにはカギを2つ以上**(二重ロック)**が効果的です。

●**不審者や不審な車**を見かけたら110番又は交番へご相談ください。

解説

空き巣：家人等が不在の住宅の屋内に侵入し、金品を窃取するもの。

忍込み：夜間家人等の就寝時に住宅の屋内に侵入し、金品を窃取するもの。

居空き：家人等が在宅し、昼寝、食事等をしているすきに住宅の屋内に侵入し、金品を窃取するもの。



寄贈式で今中町長にマスクを手渡す
岡本会長（右から2人目）ほか
建設協会のみなさん



寄贈いただいた
不織布マスク

7月21日、上牧町建設協会から、不織布マスク1万枚を寄贈していただきました。

建設協会の岡本数博会長は、「町で役立ててください」と話され、今中町長は、「コロナですが、各地で自然災害などが起こっている。今後もみなさんには、ご協力をいただきたい。マスクは大切にに使わせていただきます」とお礼を述べました。

上牧町で役立てていただきたい

ー上牧町建設協会ー



ご協力くださったみなさん

熊本県を中心に九州や中部地方など、日本各地で集中豪雨により甚大な被害が発生し、被災者の避難生活を余儀なくされる状況の中、日赤奉仕団上牧町支部のみなさんが、少しでも力になればと、7月11日、ラスパ西大和店で「豪雨災害義援金」の受付を行い、多くのかたのご協力のお陰で、79,607円の義援金が集まり、復興、自立支援を願いました。

日本赤十字社奈良県支部へ寄託されました。

「ご協力、ありがとうございました。」

みなさんの思い 届けます

ー日赤奉仕団上牧町支部ー

新しい農業委員が決定しました

令和2年7月19日の任期満了に伴い、次の12名のかたが、上牧町議会に承認を得て、今中町長から農業委員に任命されました。

なお、7月20日の臨時総会で、会長および副会長が次のとおり選出されました。

- 農地に関する相談は、次の委員にお気軽にご相談ください。
- 会長 森田幸男（新町）
 - 副会長 竹島正智（五軒屋）
 - 会計監査 松井敬祐（三軒屋）
 - 委員 池内勇（下牧）
 - 高垣繁春（下牧）
 - 竹島成宜（五軒屋）
 - 藤川直俊（三軒屋）
 - 吉田勝紀（南上牧）
 - 青木功雄（南上牧）
 - 青木喜也（新町）
 - 辻本久藏（北上牧）
 - 森本英利

問 まちづくり創生課

農業委員会事務局

☎ 役場内線 234番

「コロナ禍でも安心して避難していただくために」

コロナ禍の今、いざという時に即座に対応できるよう、避難所開設における感染症対策資機材設営の研修会が役場職員を対象に行われ、避難所生活用の段ボールベッドとその周囲を囲いプライベート空間を確保する段ボールの間仕切りやご家族などで使用していただくための災害対策用プライベートルームなどの設営の仕方などを研修しました。

災害が起こり、避難をされるみなさんに安心して過ごしていただけるよう導入しました。



災害対策用
プライベートルーム



ベッドの強度を
確かめる副町長

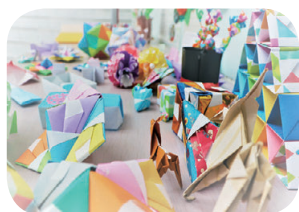
人ともつながる てあそびCLUB

2000年会館エントランスロビーに可愛い作品などがたくさん飾られています。

これらの作品は、同じ趣味を持つ者同士、楽しい時間を共有できる場として、平成27年から活動を始められている「てあそびCLUB」の作品で、『いっしょにあそぼう！』いっしょにつくろう！』を合言葉に、おりがみや指編みマフラー、手芸、ペーパークイリングなどが並ぶ。

代表を務める原さんは、「ここから、世代を超え多くのかたに、作品作りが広がり繋がってほしい」と、今後の夢を語られました。

※今年度は、新型コロナウイルスの影響で活動を自粛されています。



かわいい作品がいっぱい♡



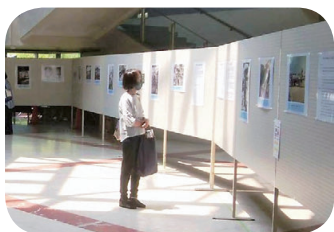
平和祈念資料展終る

「子孫に伝えたい」の言葉も…

恒久平和を願う上牧町平和祈念資料展が8月15日、15日間の会期を終えました。

戦後75年の今年は、長崎に焦点をあてた『もう…あの悲涙は流すまい75回目の夏ーナガサキー』を開催し、多くのかたにご来場いただきました。

資料展をご覧いただいたあとのアンケートでは、「戦争は人をきずつける。戦争はしてはいけない。これから戦争のことを知りたいです。まいにちをたいせつにしていきたいです。長崎県と広島県のかなしみをわすれません。(12歳以下男性)」、「平和ほど大切なものはないと思う。1人1人の生命を大切に、自分も他人も大切にできる世の中を作っていきたい。(50歳代女性)」など、切実な願いが込められた回答を多数いただきました。



熱心に資料を見る来場者

今度こそ 成功して!!

「夏休み子ども体験学習」

夏休み子ども体験学習が8月17日、上牧町役場西館で行われ、8人の小学生が参加。

この体験学習は、畿央大学の先生指導のもと、パソコンを使いプログラミングをし、ロボットカーを動かすことが目的で、最初は慣れないプログラミングに苦労しましたが、徐々に慣れてくるとロボットカーをくるくる回転させ、まるでダンスを踊るような動きを作り出す生徒も。子ども達の真剣な表情と、思い通りにロボットカーが動いた時の笑顔がとても印象的でした。



慎重に、黒い線の上を走らせます



興味深くロボットカーを触る参加者

お母さん 家でも一緒に作ろうね!

「親子で作るおやつ教室」が8月18、19、21日の3日間、2000年会館で開催され、9組26人の参加がありました。

今回のメニューは「ごはんせんべい」「白玉ぜんざい」「オレンジかん」。普段から料理のお手伝いをしている子もいれば、慣れない手つきで頑張って料理をする子などさまざま。「おにぎりせんべいみたい」「あんこ大好き」「簡単に美味しい」「家でも手軽に作れそう」などの感想があり、好きなメニューも三者三様でした。



美味しくできたかな?



仲良く白玉団子を作る姉妹



お知らせ

上牧町議会第3回定例会は
9月4日開催予定

第3回上牧町議会定例会は、9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、9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

9月は、国民健康保険税、後期高齢者及び介護保険料(第3期)の納付月です。

納期限は9月30日(水)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週間以上必要になる場合があります。

※振替日 各納期限月の月末(末日が休日・祝日の場合は、翌営業日)

★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かなどはご相談ください。精査の上、個別徴収(訪問徴収)をさせていただきます。

問 徴収課 ☎役場内線125番

10月1日から
スマートフォンアプリで
町税等の納付ができます!

各種町税等の納付がいつでもどこでも手軽にできるようになります。

★対象となる税金・料金★

町県民税、固定資産税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料

★ご利用可能なスマートフォン★

PayB、PayPay、LINE Pay 請求書支払い

※各アプリの詳細情報は、各社のホームページをご覧ください。

詳細につきましては、上牧町ホームページに掲載しておりますのでご確認ください。

問 徴収課 ☎役場内線155番

親子でミニ銅鐸を作ろう!!
— 家庭教育親子講座開催 —

弥生時代の銅鐸についての話の後、ミニ銅鐸を作ります。

時 9月13日(日) 午前10時から11時30分まで

所 2000年会館 1階 工房室

講 福本雅至さん(唐古・鍵遺跡史跡公園事務所 副所長)

柴田将幹さん(田原本町教育委員会文化財保存課保存活用係長)
関川尚功(上牧町教育委員会文化財専門員)

定 先着10組20名(保護者含む)

人 小学3年生から6年生

※必ず保護者同伴でお越しください。

¥ 1,000円(材料代)

申 9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時までに参加費を添えて、社会教育課までお申し込みください。

問 社会教育課 ☎役場内線255番



身近な植物の「日光写真」を撮ってみよう!

「日光写真」って知っていますか?

紙に不思議な液体を塗り、その紙の上に葉っぱを置いて日光を当てると...みなさん、一度体験してみませんか?

時 9月20日(日) 午前10時から12時まで(雨天の場合 27日(日))

所 2000年会館 1階 工房室

講 T Cカメラを楽しもう会(上牧町
ボランティア連絡協議会)

定 先着20名

人 小学5・6年生

申 9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
時までに社会教育課までお申し込
みください。(電話申込可)

※この体験学習は、奈良県青少年指
導員の協力を得て実施します。

問 社会教育課

役場内線255・256番



「介護予防・日常生活圏域二一 ズ調査」のご協力のお礼

65歳以上のかたを対象に発送させ
ていただきましたアンケート「介護
予防・日常生活圏域二一ズ調査」に
ご協力いただき、ありがとうございます。
ました。

この調査内の内容を分析し、今後
の介護保険事業に反映させていた
だきます。

問 生き生き対策課 ☎79-2020

「おれんぢカフェ」開催中止 のお知らせ

9月14日(月)、28日(月)開催
予定のおれんぢカフェは新型コロナウイルス
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
年会館内) ☎79-2020



「2020会長杯ソフトボール 大会」開催中止のお知らせ

9月20日(日)に開催を予定して
いました2020会長杯ソフトボー
ル大会は、新型コロナウイルス感染
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 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

「屋外広告物適正化月間」 における啓発活動について

9月1日から30日を「屋外広告物
適正化月間」と定め、良好な景観形
成の一環として、違反広告物の是正
活動や、関係機関・団体との連携に
よる制度啓発等及び安全管理の取組
を進めています。

奈良県は多くの歴史文化遺産と一
体をなす歴史的風土と自然環境に恵
まれた地です。

これらの地域と一体となった美し
い景観づくりを推進するため、次の
取組を連携して進めていきます。

- ①景観を阻害している違反屋外広告
物の追放
- ②屋外広告物条例の遵守及び屋外広
告物制度の周知・啓発
- ③屋外広告物の掲出に際する安全管
理の徹底

なお、屋外広告物を掲出する場合
は市町村長の許可が必要です。また、
屋外広告物を営む場合は奈良県知事
の登録が必要です。屋外広告物設置
の際は、必ず登録事業者に依頼しま
しょう。

また、近年、屋外広告物が原因と
なる事故が増えてきています。安全
確保のためにも屋外広告物の定期的

な点検をお願いします。

問 まちづくり創生課

役場内線215番

文化協会作品発表会

★中央公民館

時内

◎9月18日(金)まで

☆書道クラブ青竹会(展示ギャラリー)

◎9月18日(金)から10月16日(金)まで

☆あしび短歌会(展示ギャラリー)

◎9月4日(金)まで

☆まきのは陶芸クラブ火曜日(陳列
ケース)

◎9月4日(金)から10月16日(金)まで

☆山領友禅染クラブ

★役場

時内

◎10月16日(金)まで

☆上牧写真クラブ

問 中央公民館 ☎76-3610



既存木造住宅耐震診断支援について

地震から家族と財産を守るには、強い我が家にするのが不可欠で、その第一歩が我が家の健康診断ともいえる「耐震診断」です。

町では、木造住宅の耐震化を図り、地震による住宅の倒壊の被害から住民の生命・財産を守り、災害に強いまちづくりを推進することを目的として、「耐震診断」を無料で実施します。

◎対象となる住宅

- （次のすべてを満たすものが対象）
- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ・延べ床面積が250㎡以下のもの
- ・2階建以下のもの（地階を除く）
- ・時 9月30日（水）まで
- ・定 先着10件

申 申請用紙に必要書類を添えてお申し込みください。申請用紙は、まちづくり創生課窓口又は上牧町ホームページからダウンロードできます。

問 まちづくり創生課
役場内線214番

既存木造住宅耐震改修補助について

この事業は、地震に強い安心で安全なまちづくりを目指すために、昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅を一定の耐震基準に適合するように「耐震改修工事」を行われるかたに対して、費用の一部を補助するものです。

◎対象となる住宅

- （次のすべてを満たすものが対象）
- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ・在来軸組工法、伝統的工法及び枠組み壁工法で建築された木造住宅であって、地階を除く階数が3階以下の住宅
- ・50万円以上の耐震改修工事費で、耐震診断結果の構造評点1.0未満と診断された住宅を1.0以上とする耐震改修工事又は構造評点0.7未満と診断された住宅を0.7以上とする耐震改修工事

人 当該住宅の所有者

- ・町税を滞納していないかた
- ・補助金交付決定後に工事契約し、原則として翌年2月中に工事を完了できるかた

◎補助金額

補助金の額は、耐震改修工事費に23%を乗じて得た額（補助額が、20万円に満たない場合は20万円）で、50万円を最高限度額とします。

※耐震改修工事に付随しない模様替えなどの改装費や設備工事費、調査費、耐震診断費、設計費、申請書類などの作成費用、その他直接耐震改修工事の施工以外のものは補助の対象になりません。

時 9月30日（水）まで
定 先着3件

申 事前にまちづくり創生課にご相談ください。対象住宅となるか確認後の申請となります。申請用紙は、まちづくり創生課窓口又は上牧町ホームページからダウンロードできます。

問 まちづくり創生課

役場内線214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。

◎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

人 通学路に面する部分

- ・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
定 先着10件

申 事前にまちづくり創生課にご相談ください。対象となるか確認後の申請となります。申請用紙は、まちづくり創生課窓口又は上牧町ホームページから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になりません。

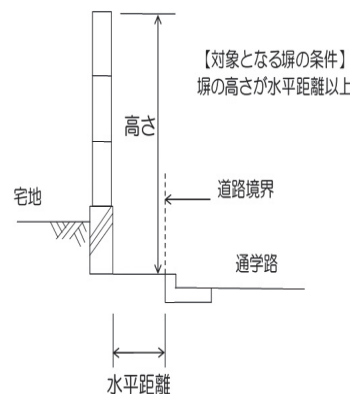
◎贈呈方法 ご自宅などに郵送
 ◎郵送期間 9月中旬から下旬頃まで
 問 福祉課 43-5031
 FAX 76-11196

令和2年度の上牧町敬老の日式典は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりましたが、長年にわたり本町の発展に寄与された高齢者のかたを敬愛し、長寿のお祝いをするため、米寿を迎えられるかたに記念品を郵送します。

町内在住の1932年(昭和7年)1月1日から12月31日生まれのみ
 寿のかた

敬老記念品の贈呈について

問 まちづくり創生課
 役場内線214番



「法の日」週間 記念無料法律相談開催

奈良弁護士会では、「法の日」週間記念無料法律相談を開催します。

時 所

◎10月5日(月)

午前9時30分から12時・
 午後1時から3時30分まで

※相談時間 1人27分・3分換気。

※相談時間 1人27分・3分換気。

経済会館

(大和高田市大中106-2)

◎10月7日(水)

午前9時30分から12時・
 午後1時から3時30分まで

※相談時間 1人27分・3分換気。

※相談時間 1人27分・3分換気。

奈良弁護士会

(奈良市中筋町22番地の1)

※新型コロナウイルス感染症予防のため、3分間の換気の時間を設けています。

申 奈良弁護士会に、9月1日(火)から25日(金)の平日午前9時30分から午後5時までに電話でお申し込みください。

問 奈良弁護士会

0742-22-2035

健康上牧21計画推進事業成人グループ主催

講演会

サルコペニアのチェック方法と あなたに合った体の動かし方

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。

サルコペニアとは、加齢により筋肉量が減少し身体機能が低下している状態のことをいいます。つまりきやすい、疲れやすい…など思い当たることがあるかたは是非ご参加ください！

日 時：9月26日(土) 10時00分～11時30分 (受付：9時30分～)

会 場：2000年会館 2階 多目的室

定 員：先着30名様

申込必須です!!

申込期間：9月8日(火)～9月11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：生き活き対策課
 〒639-0214 上牧町上牧 3245-1

☎0745-79-2020



ご存じですか？

ふるさと納税のこと

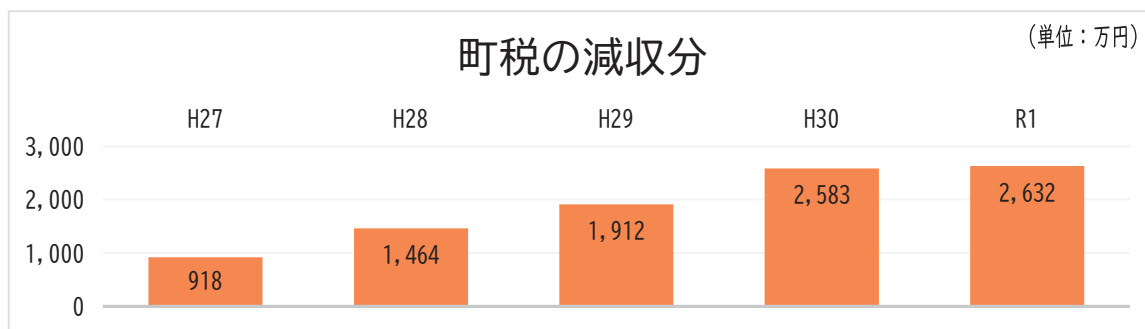
ふるさと納税制度とは？

ふるさと納税制度とは、生まれた故郷、お世話になった地域、これから応援したい地域等に寄附を通して貢献できる仕組みであり、寄附をした人は、住んでいる自治体に納める住民税等が軽減されます。

約2,600万円が流出！

昨年度、上牧町ではふるさと納税によって、約2,600万円もの住民税が他の自治体に流出し、大きな減収となりました。

本来、流出した約2,600万円は、上牧町民のために使われるはずの貴重な財源でした。



行政サービスに影響!?

ふるさと納税制度は、ふるさとや応援したい自治体に対し、寄附という形で貢献できる制度ですが、この制度を活用して他の自治体に寄附を行うことで、上牧町の貴重な財源が減少し、本来受けられるはずの行政サービスに影響を及ぼします。

他の自治体にふるさと納税を行う前に、一度ご自身の住んでいる上牧町のことを想ってみてください。



清掃



学校



道路

上牧町が行っている行政サービスの例

いただいた寄附金の活用例



町立第一保育所の和太鼓
(子どもたちの育成を目的とした事業への活用)



雑がみ保管袋
(環境保全を目的とした事業への活用)



まち「町ぐるみde結び婚」

こんにちは！マリッジサポーター会長の黒松です。

来月、私は銀婚式を迎えます。結婚当初より今が一番主人とラブラブです（笑）そんな風に見えるのはこの活動のおかげです。人を愛し、感謝の気持ちを忘れなくなりました。他人を幸せにする活動は、自分をも幸せにしています。

活動の中では、困難なこと悔しいこともあります、心が折れそうな時もメンバーのみんなやこども支援課の職員さんたちと心を合わせていこうと誓いました。

相談者と会う機会を増やして悩みをお聞きし、どんなサポートが今彼らに必要なのか把握しサポート体制を整えた結果、4組の成婚につながりました。

成婚されたお二人や、そのご親族から感謝の言葉を頂くたびに、信念を貫き頑張ってきてよかったと思います。

この喜びをもっと多くの人と分かち合いたいと思っています。

私たちの仲間になって一緒に活動して下さるかたを募集しています。

詳しくは、こども支援課までお問い合わせください。

かんまき未来創造マリッジサポーター 黒松満代
問合先 こども支援課 ☎43-5034

増えています!! 結核! ~結核を知って予防しよう!!~

毎年9月24日から30日は、結核予防週間です。現在、中和保健所管内で結核にかか^{かか}るかたが増えています。結核は過去の病気ではありません。あなたと周りの大切な人を守るために、

- ①有症状時（2週間以上続く咳や痰、発熱、血痰、胸痛、倦怠感^{けんたいかん}、体重減少など）は早く受診する
- ②定期健診を必ず受ける（感染症法で65歳以上のかたの年に1度の結核検診の受診が義務付けられています）ことが重要です。

問合先 生き活き対策課 ☎79-2020



遅らせないで！子どもの予防接種と乳幼児健診 ～新型コロナウイルス対策が気になる保護者のかたへ～

予防接種や乳幼児健診は、お子さまの健やかな成長のために、一番必要な時期に受けていただくよう、町からお知らせしています。特に赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症になる危険性が高まります。乳幼児健診は、子どもの健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。医療機関や健診会場では接種を行う時間や場所などに配慮し、換気や消毒を行うなど、新型コロナウイルス感染症の感染防止に努めています。適切な時期にきちんと乳幼児健診や予防接種を受け、分からないことや不安があれば、遠慮なく医師や保健師、助産師などに相談しましょう。

不安なことや心配なことがあれば、気軽に生き活き対策課へご相談ください。

問合先 生き活き対策課 ☎79-2020



9/10から9/16までは、自殺予防週間です

こころのストレスはありませんか

こころのストレスをチェックしましょう

ストレスを過度にためず、うまくつきあっていくには、まずストレスの状態を知ることが大切です。最近よく眠れない...食事がおいしく食べられない...そんな時は、右記のサイトでストレスの状態をチェックしてみましょう。

最近よく眠れない

気持ちが落ち込む

何をするにもおっくう

食事がおいしくない



みんなのメンタルヘルス総合サイト（厚生労働省）
<https://www.mhlw.go.jp/kokoro/first/first02.html>

こころのストレスを感じたら

- ・決まった時間に寝る、食べる、着替える、ストレッチをするなど、毎日の基本的な生活リズムを崩さないように心掛けましょう。
- ・情報の集めすぎはストレスになります。新しい情報に触れるのは1日2回におさえましょう。
- ・心配事や不安に思っていることを書き出してみましょう。「こころのモヤモヤ」を言葉にすることで、気持ちが少し楽になることがあります。
- ・友人や親族などとの会話で気持ちを伝えてみましょう。直接会えないときは、電話、チャットなどを利用するのもよいでしょう。

それでもつらいときには・・・誰かに相談してみましょう

新型コロナウイルス感染症対策として、右記のサイトでは、自分に合った支援先情報を手軽に検索できます。



新型コロナウイルス感染症対策
 支援情報ナビ（内閣官房）
<https://corona.go.jp/info-navi/>



相談窓口のご案内

全国共通の相談窓口等

	よりそいホットライン （年中無休・24時間 ☎ 0120-279-338 岩手・宮城・福島県からは☎ 0120-279-226） https://www.since2011.net/yorisoi/ ※電話、FAX、チャットやSNSによる相談にも対応しています。	
	こころの健康相談統一ダイヤル （相談対応の曜日・時間は都道府県によって異なります。 ☎ 0570-064-556） https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/kokoro_dial.html	
	子供のSOSの相談窓口 （受付時間や相談日等は、実施団体によって異なります。） https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshidou/06112210.htm	
	DV相談+（プラス） （電話・メール：24時間受付 ☎ 0120-279-889 チャット：12:00～22:00） https://soudanplus.jp/ ※電話、メール、チャットによる相談に対応しています。	
	厚生労働省SNS相談 （受付時間や相談日等は、実施団体によって異なります。） https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/soudan_sns.html	
	厚生労働省支援情報検索サイト （悩み別、方法別、地域別に相談窓口を検索できます。） http://shienjoho.go.jp/	

上牧町の各種相談窓口などについては、P23の各種相談のご案内及びP19の元気ガイドをご確認ください。

上牧町水道部上下水道課からのお知らせ

下記の指定事項についてお知らせします

上牧町指定給水装置工事事業者の新規指定

事業所名称	事業所所在地	連絡先	
有限会社 福西住宅設備	大阪府泉大津市千原町1丁目5番11号	TEL	0725-33-2268
		Fax	0725-33-3368
株式会社 梶本住設	奈良県香芝市下田西2丁目5番12号	TEL	0745-76-1414
		Fax	0745-78-0008
株式会社 植木工業	奈良県生駒市俵口町687番地	TEL	0743-86-4554
		Fax	0743-86-4566

上牧町指定給水装置工事事業者の指定更新

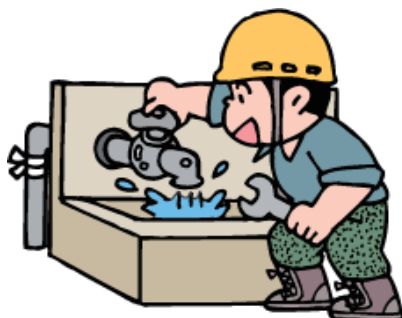
事業所名称	事業所所在地	連絡先	
千葉水道工業所 株式会社	北葛城郡王寺町本町4丁目13-5	TEL	0745-72-4750
		Fax	
株式会社 吉田水道	奈良県香芝市高241番地の1	TEL	0745-76-6007
		Fax	
廣嶋電設	上牧町米山台1丁目10-11	TEL	0745-78-7073
		Fax	0745-76-4747
株式会社 城設備工業	奈良県香芝市真美ヶ丘7丁目2-18	TEL	0745-78-5965
		Fax	
株式会社 大角水道設備工業所	奈良県生駒郡三郷町城山台1丁目4-30	TEL	0745-73-4790
		Fax	
株式会社 岡本設備	上牧町米山台5丁目5-5	TEL	0745-77-5541
		Fax	0745-79-5207
富水道工業所	奈良県大和高田市秋吉68-4	TEL	0745-52-0110
		Fax	0745-52-7801

上牧町指定給水装置工事事業者の指定事項変更

変更内容	事業所名称	変更前事業所所在地
事業所所在地変更	山田水道設備	奈良県磯城郡田原本町味間146-1
		変更後事業所所在地
		奈良県磯城郡田原本町阪手630-8 西和ビル204

上牧町指定給水装置工事事業者の事業廃止

廃止届出日	事業所名称	事業所所在地
平成32年5月29日	梶本水道工業	奈良県香芝市下田西2丁目5番12号



【問合先】

上牧町水道部上下水道課
0745-76-4599

宝くじ公式サイトで宝くじを 購入できるようになりました!

お得な特典、便利なサービスいろいろ!
宝くじ公式サイト会員登録ステップ

宝くじ
公式サイトは
こちらから

STEP1 「宝くじ公式サイト」を検索!メールアドレスの登録(仮登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、
宝くじ公式サイトの新規会員登録ページで
メールアドレスを
登録(仮登録)します。



クリック!



STEP2 会員情報の入力(会員登録)

入力いただいた
メールアドレス宛に、
メールが届きます。



メールに記載
されている
会員登録用の
URLをクリック
します。



画面に従って、
氏名や生年月日
等の情報を入
力いただくと
新規会員登録が
完了します。



宝くじ売り場でポイントをためる/つかうための手続きは以上で完了です。

宝くじ公式サイトのネット購入をご利用の方は、引き続き次のSTEP3の手続きをお願いします。

STEP3 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」
および当せん金のお受け取りに利用する「口座情報」をご登録ください。

以上で、カンタン・便利な宝くじの「ネット購入」がご利用いただけるようになります!

クレジットカード情報のご登録にあたり、下記の2点をご確認ください。

① 宝くじ公式サイトで利用可能なクレジットカード発行会社が

② 本人認証サービス(3Dセキュア)を有効化しているか

クレジットカード発行会社の確認方法、本人認証サービス(3Dセキュア)について

詳しくは https://www.takarakuji-official.jp/special/creditcard_guide/ をご確認ください。

本件に関する
お問い合わせ先

宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く)

※電話番号を十分ご確認ください、おかけ間違いのないようお願いいたします。

令和2年国勢調査を実施します



国勢調査
2020



- 国勢調査は、2020年(令和2年)10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。
- 9月中旬から、調査員がみなさまのお宅を訪問し、インターホン越しに説明し、調査書類を郵便受けに入れるなどしてお配りします。
- 回答は、できる限りインターネットでお願いします(郵送も可能です)。
- 国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、調査書類の配布や調査票の受け取りを、できる限り、みなさまと調査員が対面しない非接触の方法で行うようにしています。みなさまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

インターネット回答期間

9/14(月) → 10/7(水)

調査票(紙)での回答期間

10/1(木) → 10/7(水)

国勢調査については、「国勢調査2020総合サイト」をご覧ください。

<https://www.kokusei2020.go.jp/>



総務省・都道府県・市区町村

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・納骨堂・お墓
一円葬のお寺

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



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



史跡上牧久渡古墳群

受講者募集

歴史ガイドボランティア養成講座

上牧町には国が指定した史跡上牧久渡古墳群をはじめ
片岡城跡や下牧瓦窯跡など歴史的に貴重な遺跡があります。

歴史を学んでガイドボランティアになりませんか！



応募資格 次の①～④の条件を満たすかたを募集します。

- ① 18歳以上の町内在住のかた
- ② 上牧町及び周辺の歴史や文化財に興味があり、学習意欲のあるかた
- ③ 歴史ガイドボランティア養成講座に、ほぼ毎回出席できるかた
- ④ 健康で、ガイド活動のできるかた

活動内容 次の① ②が主な活動内容となります。

- ① 案内ガイド・町事業(社会教育課など)の協力
- ② 史跡上牧久渡古墳群(史跡公園整備終了後)など町内遺跡の草刈・清掃の環境整備活動

募集人数 20名

募集期間 9月1日(火)～11日(金) (郵送の場合、当日消印有効)

申込方法 募集期間内に応募用紙を記入の上、社会教育課窓口又はFAX・郵送で提出してください。
応募用紙は社会教育課窓口・図書館・片岡台出張所で配布又は町ホームページからダウンロードできます。

採用方法 応募者に対して面接を行い、歴史ガイドボランティア養成講座の受講者を決定します。
面接日(9月23～25日実施予定)は後日お知らせします。

令和2年度 歴史ガイドボランティア養成講座日程

月	日	曜日	講座/現地	内 容
10	9	金	講座	上牧町の文化財 概説
	23	金	講座	化石について・上牧銅鐸
11	13	金	講座	史跡上牧久渡古墳群 ①
	27	金	講座	史跡上牧久渡古墳群 ②
12	11	金	講座	松里園古墳群
	25	金	現地	上牧銅鐸・史跡上牧久渡古墳群・松里園古墳群
1	8	金	講座	大谷瓦散布地
	22	金	現地	大谷瓦散布地 ほか
2	12	金	講座	下牧瓦窯跡
	26	金	現地	化石(米山台・桜ヶ丘)・下牧瓦窯跡
3	12	金	講座	片岡城跡
	26	金	現地	片岡城跡

講師:関川 尚功 上牧町文化財専門員 場所:上牧町役場 庁舎西館 3階集会室

※各回、時間は午後に行い講座2時間程度・現地3時間程度を予定しております。
 ※日程・内容などが変更になる場合があります。
 ※令和3年度も、令和2年度に引き続き近隣市町村の文化財についての講座などを
 行う予定です。



上牧銅鐸

問合せ・提出先

上牧町教育委員会事務局 社会教育課

〒639-0293 北葛城郡上牧町大字上牧3350番

電話 0745(76)1001(内線255)・FAX 0745(76)1199

上牧町職員採用試験

令和3年4月1日採用予定

募集職種と受験資格

- ① 職種：一般行政職
採用予定人数：若干名

受験資格：1992年(平成4年)4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校以上の学校を卒業した人、または2021年(令和3年)3月31日までに卒業見込みの人

- ② 職種：一般行政職(障がい者対象)
採用予定人数：1名

受験資格：上記の一般行政職の条件に加え、身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳等のいずれかの交付を受けている人

- ③ 職種：技術職(土木・建築)
採用予定人数：若干名

受験資格A：1992年(平成4年)4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による4年制大学・短期大学・専門学校・高等専門学校で土木職または建築職に必要な専門課程を修めて卒業した人

受験資格B：1980年(昭和55年)4月2日以降に生まれた人で、直近5年間(平成26年4月1日から令和2年3月31日まで)のうち3年以上の期間「土木または建築に係る民間企業等での職務経験」を有する人

全職種共通

第1次試験

令和2年10月18日(日)

申込受付期間

令和2年9月7日(月)から令和2年9月18日(金)



令和2年4月に採用された職員

採用試験の詳細は町ホームページをご覧ください。

ホームページアドレス

<http://www.town.kanmaki.nara.jp/>

上牧町職員採用試験

検索



《問合先》

上牧町 総務部 政策調整課 人事係

TEL 0745-76-1001(内線236)

広告

軟式野球スポーツ少年団

上牧ジャガーズ選手募集

野球スタート応援!
先着5名まで
入団特典プレゼント

野球帽 + 練習着 または スパイク

◆上牧ジャガーズ募集要項◆
対象：上牧第二小学校
1年生～6年生(男子・女子)
練習日：毎週土曜日・日曜日/祝
場所：上牧第二小学校グラウンド他

いっしょに野球で熱くならう!キミの入団を待ってます!
スポーツ用品大会 準優勝 (2019年度)

Instagram: @kanaki_jaguars
Website: <https://kjs.net.jp>

見学・体験随時!!ぜひご連絡ください 野球の仲間と楽しいことがいっぱい!! 上牧ジャガーズ 検索

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」

QR code for LINE ID @kanmaki



～「減塩生活」始めてみませんか～

「減塩」とよく言われますが、なぜ減塩が必要なのでしょう？

体内の水分と塩分の割合や血液中の塩分濃度は一定に保たれています。食塩を摂り過ぎると濃度を一定にするため体内の水分、血液量が増え血圧が上がります。食塩の摂取量が常に多いと高血圧状態が続き、動脈硬化、脳卒中、心不全、慢性腎臓病を招きます。これら命にかかわる病気予防には高血圧対策が重要で、減塩が欠かせないのです。では「減塩を始めよう」と思ったとき、何から始めたら良いのでしょうか？

1日に摂れる食塩量の基準を知っておきましょう。

2020年版食事摂取基準の食塩目標量は、男性 7.5 g未満、女性 6.5 g未満、高血圧のかた 6 g未満です。平成30年国民栄養調査では日本人の1日平均塩分摂取量は男性11.0 g、女性9.3 g。上牧町の食事記録調査でもほぼ同量に出ていました。約30%位の塩分を控える必要がありますね。

あなたの食塩摂取傾向をチェックしてみましょう。

	3点	2点	1点	0点
食べる頻度				
みそ汁、スープなど	1日2杯以上	1日1杯以上	2～3回／週	あまり食べない
漬物、梅干しなど	1日2回以上	1日1回くらい	2～3回／週	あまり食べない
竹輪、かまぼこ等の練製品		よく食べる	2～3回／週	あまり食べない
あじの開き、みりん干、塩鮭など		よく食べる	2～3回／週	あまり食べない
ハムやソーセージ		よく食べる	2～3回／週	あまり食べない
うどん、ラーメン等の麺類	ほぼ毎日	2～3回／週	1回／週以下	食べない
煎餅、おかき、ポテチップ等		よく食べる	2～3回／週	あまり食べない
しょうゆやソース等をかける頻度は？	よくかける (ほぼ毎日)	毎日1回は かける	時々かける	ほとんどかけない
めん類の汁を飲みますか？	すべて飲む	半分位飲む	少し飲む	ほとんど飲まない
昼食で外食やコンビニ弁当等を利用しますか？	ほぼ毎日	3回／週位	1回／週位	利用しない
夕食で外食やお惣菜等を利用しますか？	ほぼ毎日	3回／週位	1回／週位	利用しない
家庭の味付けは外食と比べてどうですか？	濃い	同じくらい		薄い
食事の量は多いと思いますか？	人より多め		普通	人より少なめ
ここまでの項目の点数を合計しましょう！ 合計点数→ 点				

左の表で合計点数を計算し、この表で塩分摂取傾向をチェックしてください。

合計点	塩分摂取量
0～8	少ない
9～13	平均
14～19	多め
20以上	かなり多い

塩分摂取量の傾向はいかがでしたか？平均以上になった方は是非、普段の食事を見直してみてくださいね。

減塩のコツを知りましょう。

*漬物や加工食品の塩分に気をつけましょう

ぬかみそ漬け 30g 梅干し 10g
塩分 1.6g 塩分 2.2g (22%)



練り製品

加工食品



ちくわ (1本90g当り) (2切30g当り) 2枚40g当り) (2本50g当り)
食塩相当量 食塩相当量 食塩相当量 食塩相当量
1.9g 0.8g 1g 1g

*麺の汁は残しましょう



塩分 6g

麺と具につく
汁の塩分 2g



汁を残せば
4gの減塩



汁の塩分
4g

*食べ方を工夫しましょう(数値は食塩相当量)

<しょうゆのつけ方>
マグロのにぎり



少なめ 0.02g

多め 0.04g

多め 0.17g

□に入ったしょうゆの塩分

<麺つゆのつけ方>
そうめん 220g



少なめ 0.8g

多め 2.1g

□に入ったつゆの塩分

<ソースのかけ方>
トンカツとキャベツ



少なめ 0.28g

多め 0.84g

少なめ 0.39g

多め 0.90g

それぞれ□に入ったソースの塩分

減塩のコツ早
わかり(女子
栄養大学出版
部)より抜粋

薄味習慣を継続すると必ず慣れて、食材の味を美味しく感じることができるようになります。無理なく、出来ることから減塩生活をはじめて健康寿命を延ばしましょう。

ご自分の1日栄養摂取量を調べてみませんか？

普段の1日食事内容を細かく(食材は重量又は目安量、調味料も計量)記載した食事記録を生き活き対策課までご持参ください。後日分析してお返しさせていただきます。普段1日に摂取しているエネルギー、たんぱく質、脂質、塩分、カルシウム量など把握できますよ。

*薄味でもおいしく食べる工夫をしましょう

- ☆わさび等の香辛料、葱・しょうが等の薬味を利用
- ☆昆布、かつお、椎茸などで出汁をしっかり取る(2種類以上の利用で旨味アップ)
- ☆味付けは表面に(料理の最後に味付けを)

*余分な塩を追い出しましょう

- ☆野菜や果物を十分に(カリウムが余分な塩を排出)
- (腎臓病などでカリウム制限のある方は医師の指示通りに)



プレパママ教室の様子

お着替えしますよ!!



お風呂、気持ちいいね!!

★問合せ：生き生き対策課 ☎ 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	9月4日(金)	個別通知します	令和2年5月生まれ
10 か月児健康診査			令和元年11月生まれ
3 歳児健康診査	9月17日(木)		平成29年2月・3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	9月18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。
	9月25日(金)	13:30～15:00		

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	9月29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	9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。

プレパママ教室：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】 プレパママ教室 (無料)	9月8日(火)	9:30～11:30	妊婦さんとその配偶者	パパの妊婦体験、育児体験(赤ちゃんのお風呂体験やオムツ交換の体験)、出産後の手続きについて 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・ハンドタオル

☆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。

(前回教室に参加された方の感想)

- ・見るのと、実際に体験してみるのでは違った。体験できてよく分かった。
- ・妊婦体験することで、夫は妻の大変さが実感できたし、妻は夫に妊婦の大変さを分かってもらえてよかった。 など



★今月の健康メモ★

奈良県医師会からの
お知らせです



ピロリ菌と胃の病気

「ピロリ菌」という言葉を、一度は耳にした事があると思います。正式には、ヘリコバクター・ピロリという名前、胃の中に生息している大変小さな細菌です。感染時期は、まだ免疫力が弱い5歳頃までの乳幼児期で、成人になってからの感染はほとんどありません。乳幼児期の不衛生な飲み水（井戸水など）、感染している家族からの食事介助等が感染原因と考えられています。

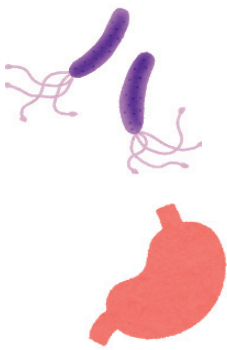
ピロリ菌が原因となる胃疾患としては、「胃がん」「胃MALTリンパ腫」「胃潰瘍（いかいよう）」「萎縮性（いしゆくせい）胃炎（いえん）」などがあります。

乳幼児期にピロリ菌に感染すると、胃粘膜が徐々に破壊され、胃粘膜には痛覚がないため、自覚症状が

ほとんどないまま胃炎となります。そこに塩分、アルコール、発がん性物質などが加わる事により、胃がんや胃潰瘍が発生します。

ピロリ菌の検査方法はいくつかあります。胃内視鏡検査をして胃粘膜を採取して調べる方法、血液検査、便検査、尿検査、呼吸試験などがあります。ただし、保険を使って調べるには、最初に胃内視鏡検査をして胃がんおよび胃炎の有無などを確認する必要があります。

検査でピロリ菌を認めた場合は、薬を1週間内服する事で9割前後の方が除菌できます。また、一度除菌が成功すると再感染はほとんどないと言われています。その後は胃がん、胃潰瘍の発生頻度が減少します。ただし高齢で除菌を行った場合は、その効果が少ない事も分かっています。40歳を超えたら胃部症状がなくても、ぜひ一度は、胃内視鏡検査をする事をお勧めします。



あなたの大切な遺言書を法務局が守ります

全国の法務局で自筆証書遺言保管制度の利用を開始します。

ご自身の財産をご家族へ確実に託す方法の一つとしてご自身で作成する自筆証書遺言に係る遺言書を検討されるに当たっては、本制度をぜひご利用ください。

《問合先》 ◎ホームページによる問合先

・制度に関する概要

http://www.moj.go.jp/MINJI/minji03_00051.html

・申請手続の事前予約

<http://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu.home-t/>

◎電話による問合先 < 法務局（遺言書保管所）>

奈良地方法務局供託課 ☎0742-23-5456

奈良地方法務局葛城支局 ☎0745-52-4941（自動音声5番）



※ 法務省 遺言書保管制度
で検索してください



※ 法務局 手続案内予約
で検索してください



マチイロ



上牧町公式 Facebookページ はじめました

上牧町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!!!



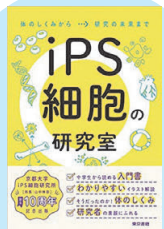
◎発信する主な情報

■ 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



iPS細胞の研究室

●志田あやか著／京都大学iPS細胞
研究所 国際広報室編・東京書籍



iPS細胞とは何なのかという疑問を入り口に生物学の歴史や、今まに行われている研究の最先端、さらにiPS細胞研究の未来について、わかりやすくイラストで解説しています。iPS細胞基本用語集も同時収録。

トコトンやさしい
地盤工学の本

●安田進著／日刊工業新聞社



地形を構成する土の種類により、地盤が異なります。安全で安心な生活を送るためには地盤を知り、災害を未然に防ぐ取り組みが求められています。地盤や液状化現象の専門家が、地盤工学の視点から詳しく解説します。

帝都地下迷宮

●中山七里著／PHP研究所



ある日、鉄道マニアの公務員小日向は、東京の地下鉄廃駅跡に潜り込んだが、そこで謎の集団と遭遇、さらに地下空間では殺人事件が…。WEB文蔵で連載していたものを加筆したミステリー作品を書籍化。

図書館カレンダー

休館日のお知らせ

9/1 (火) 7 (月) 14 (月) 23 (水) 28 (月) 30 (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

わたしのやま

●フランソワ・オビノ作／
谷川 俊太郎訳／世界文化社



「ここがわたしのやま。わたしはここにすみ、ここでねむり、ここでたべる…。」やまにすむ人間と狼を主人公にした同じ物語を、二つの解釈で描写し、両方の視点から読める絵本です。(児童書)

絵本はもっと
面白くなる!

●早川裕著／牧野出版



絵本業界に身を置いている著者が、その経験と知見を余すところなく披露します。どんな絵本を選べばいいの、絵本の読み聞かせはどうすればいいの、といった様々な疑問について答えます。

9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。

リクエスト受付、相互貸借、雑誌(バックナンバーのみ)貸出・返却のサービスを再開しました。 ☎78-9903

てんいち先生



編集後記

Mのつぶやき



今月号の町民ひろばにも掲載しています上牧町平和
祈念資料展、多くのかたにお越しいただき、ありがとう
ございました。今年は私も来場者という立場で、子ど
もと一緒にきました。小学校の卒業旅行で行った広島のことを覚えている子ども
は、原爆の弾の形が違うことや広島と長崎の違いなどを教えてくれました。今、平和
な時代に生きる私たちですが、戦争の恐ろしさ、命の尊さを忘れることなく、次の世
代に語り継ぎ、恒久平和への意識を高めていかないといけないと改めて思いました。

災害に便乗した 悪質商法に注意！

※豪雨、台風、地震、大雪などの大規模な災害の後は、
便乗した悪質商法等のトラブルが発生する傾向にあります。



豪雨等の被害を調査すると告げ、調査後、

- ・本来必要ないのに「〇〇が壊れているから工事が必要」
 - ・「保険を利用すれば実質的に無料で修理できる」
- などと契約を迫る業者とのトラブルが多く発生しています。

代表的な手口

屋根の瓦がずれてますよ。
保険で修理ができますよ！

必要ないわ。

契約しないと
帰ってくれないのかしら・・・。

無料で修理できるんですよ。
お金はかかりません。

工事はお任せください。



公的機関のような事業者名を名取ることもあるので注意。

こんな話にもご注意ください！

古くなったところなどはありませんか。

今回の雨で壊れたことにすれば、古くなったところも保険金できれいになります。



うその理由で保険金を請求することはできません。
(詐欺に該当する場合があります。)

実際には保険金がない・請求額より少ない、又は解約すると言ったら高額な解約金を請求されることも・・・。

◎ 次のような勧誘には、ご注意ください！（高齢者の一人暮らしは特にご注意ください！）

- ・保険金請求代行のコンサルタント料（成功報酬）や修理費用は、おりた保険金で対応できるという勧誘
- ・保険の対象となるかどうか確認もしないまま、保険金請求手続きの代行を持ちかけるなどの勧誘

作成取りまとめ：消費者庁取引対策課（電話：03-3507-8800（代表） FAX：03-3507-9291）



【作成：令和2年8月】

一般社団法人 日本損害保険協会
The General Insurance Association of Japan



一般社団法人 外国損害保険協会



公益財団法人 住宅リフォーム・紛争処理支援センター



一般社団法人 住宅リフォーム推進協議会

(消費者庁 ホームページより)

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
- 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週間前より予約受付)
- 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週間前より予約受付)
- 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7月末日現在

世帯数	10,074 (+ 6)
男性	10,518 (-14)
女性	11,661 (± 0)
合計	22,179 (-14)
	※()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
毎週水曜日 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

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

東京 土・日 午前10時～12時 午後1時～4時
☎03-5614-0189

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

東京 日曜日 午前11時～午後4時 ☎03-6450-6631

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/9月15日(火)13:00～17:00
- ところ・申込先/②上牧中学校 ☎76-5479
- とき/9月9日(水)・23日(水)11:00～17:00
- ところ・申込先/③上牧第二中学校 ☎72-3700
- とき/9月11日(金)・25日(金)11:00～17:00

まきっ子☆まきっ子

No.32

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？



たまき
環くん
(2歳)

げんき
いっぱい
大きくなってね

これからも
元気いっぱい
ニコニコしてね

笑顔で、元気に
大きくなってね！



まさき
真暉くん
(1歳)



しのぶくん
(3歳)



元気な
やさしい子に
育ってね

りつ
莉都ちゃん
(5か月)

これからも
笑顔いっぱい
過ごそうね☆



ひなた
陽太くん
(3歳)

※町内に住又は、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)



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。

Catalog Pocket (カタログポケット) とはスマートフォンやタブレットで登録されている書籍をいつでも読むことができる無料アプリです。

多言語対応 自動音声読み上げ

10言語対応 (日本語・英語・中国簡体字・中国繁体字・韓国語・タイ語・ポルトガル語・インドネシア語・スペイン語・ベトナム語)
テキストをタップすると、大きく表示されます。また音声読み上げにも対応しております。

◆アプリを端末にダウンロードし、「上牧町」と検索しお気に入り登録をしてください。

・ストアからダウンロード

「CatalogPocket」で検索し、アプリをダウンロードしてください。



Android



iPhone

・QRコードからダウンロード

左記のQRコードを読み取り、ダウンロードしてください。
アプリをインストールせず、ウェブサイトで閲覧のみも可能です。



アプリをインストール
した後、下の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)

※アプリのダウンロードは無料ですが、情報の受信には通信料が発生しますので、ご注意ください。

