

／ほほ笑みあふれる和のまちづくり／

広報

かんまき

No. 567

2019年
6月

特集

紫外線対策していますか？



表紙：「ヨガでゆがみをなおしませんか？」

※水分補給も忘れずに！

(かんまきタウンカレッジ)



上牧町ホームページ

紫外線対策していますか？



これからの季節、気になるのが紫外線。みなさんの関心も少しずつ高まってきているのではないのでしょうか？

紫外線は、オゾン層の破壊によって増加するといった環境問題もありますが、紫外線を浴びることによって様々な影響が及ぶ健康への問題もあります。しかし、その反面、カルシウム代謝に重要な役割を果たすビタミンDを皮膚で合成する手助けをするなど、悪い影響ばかりではないようです。

これからは活動的になる季節で太陽の光を浴びることも多くなります。できるだけ日差しが強い10時～14時頃を避け、帽子や日傘、サングラス、日焼け止め、薄手の長袖の服やアームカバーなどで対策をし、紫外線の浴びすぎに注意して上手につきあっていきましょう。

ところで、日頃よく目にする日焼け止めなどに書いてある「SPF」「PA」って何を表しているのかご存知でしょうか？
どちらも紫外線の防止効果を表す指標として用いられています。



SPF (Sun Protection Factor) とは…
短時間で肌に赤みや炎症を起こさせて黒化につながりやすくなるUVB(紫外線B波)を防ぐ効果指数のことで、1～50+までの数値があり、数値が大きいほど防御効果が高いことを表します。

PA (Protection grade of UV-A) とは…
一時的な黒化を引き起こし、長時間かけて肌の弾力を失わせるUVA(紫外線A波)を防ぐ効果を表す目安。「+」のマークで4段階で表示され、「+」の数が多いほど防御効果が高いことを表します。



「SPF」も「PA」も数値や「+」が多いものを選べばそれでいいというわけではなく、汗をかいたり手を洗ったり、ハンカチやタオルなどで拭くなどの摩擦で効果がダウンします。こまめに塗りなおして防御効果をしっかりと持続させましょう。

日焼けは年齢、男女を問わずに気を付けたいものです。家族そろって、紫外線対策をしてみませんか？



全国の紫外線情報分布図・・・<http://www.jma.go.jp/jp/uv/>

かんまき未来創造
マリッジサポーター
3期生誕生 14名になりました

「愛のはじまりは上牧町から」をキャッチフレーズに「ほほえみあふれる愛のまち」をめざして結婚の応援を行っているかんまき未来創造マリッジサポーター。平成30年度養成講座を受講され第3期生として登録された6名のかたに4月25日、今中町長から修了証と登録証が授与されました。

今中町長は、若い世代に移住・定住していただくために子育てしやすいまちを目指し取り組んでいる子育て支援などについて、サポーターのみなさんに丁寧に説明され、上牧町に定住していただくカップルができるように激励されました。



授与式に参加されたマリッジサポーター3期生のみなさん

防災士集まれ!!
かんまき防災士の会

防災士の知識、技能を地域のみなさんに広めるとともに、地域で自主防災組織力を実際の災害時に発揮するため、この度「かんまき防災士の会（仮称）」を立ち上げます。

上牧町では地域防災計画、防災ガイドブックが改定され、自主防災活動の実効性の有無は我々の生命財産に大きく関わる話でもあります。

これからの活動に防災士のみなさんの力が必要です。上牧町にお住まいの防災士のみなさん。ぜひご参加をお願いします。

今後の活動等については検討してまいります。

代表世話人 辻誠二（☎32-8706）



防災訓練で人命救助訓練を行う町民のみなさん

いい季節になりました
ささゆりウォーク

「健康上牧21計画推進事業」成人グループが中心となり、令和第1回目となるささゆりウォークが5月18日開催され、多くのみなさんが参加されました。

竹林や野イチゴなどを見て自然を楽しみつつ、普段歩くことのできない片岡城跡をめぐるコースを散策。参加されたかたからは「普段歩くことのできないところを歩いて楽しかった」などの嬉しい声をいただきました。

次回のささゆりウォークは秋頃を予定しています。みなさんの参加をお待ちしています！



一緒にウォーキングしませんか？

高齢者健康講座と民謡の集いを開催

5月21日、「健康上牧21計画推進事業」高齢者グループの「健康講座と民謡の集い」が開催され、178名のかたが参加されました。

西和医療センター循環器内科医長藤本源さんによる「防ごう！脳卒中と心筋梗塞」と題した、突然死や寝たきりにならないための講演と民謡の集いでは邦楽の演奏やみなさんで合唱するなど、充実した時間を過ごしました。

秋には「高齢者体力測定」を実施予定。みなさんの参加をお待ちしています！

講演をされる西和医療センター循環器内科医長 藤本源さん



民謡などを披露される邦楽集団「菊の会」のみなさん

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

トピックス

知る

募る

語る

お知らせ

上牧町議会第2回定例会は
6月10日開催予定

第2回上牧町議会定例会は、6月10日(月)の午前10時から開催予定です。
議会運営委員会は、6月6日(木)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

6月は町県民税(第1期)の納付月です。

納期限は7月1日(月)です。
平成27年度から町県民税および固定資産税の納期が従来の3期から4期に、また納めていただく納期月も変わっています。

★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。納め忘れの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!

申込書、通帳、届出印鑑を持参のうえ、金融機関の窓口へ提出してください。

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。

※振替日は各納期限月の月末(末日が

休日・祝祭日の場合は翌月営業日)

問 徴収課 ☎ 役場内線 125番

児童手当現況届は
6月3日から28日までに
必ず提出を

6月分以降の児童手当などを受け
るには現況届の提出が必要です。

現況届は、毎年6月1日の状況を把握し、6月分以降の児童手当などを

引き続き受ける要件(児童の監督や保護、生計同一関係など)を満たしているかどうかを確認するためのものです。提出がない場合には、6月以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

持 受給者本人の健康保険被保険者証の写し(児童の保険証は不要です)・印鑑・その他必要に応じて書類の提出をお願いする場合があります。

人 中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童を養育しているかた

¥ 支給額

3歳未満 一律15,000円
3歳以上小学校修了前 10,000円

(第3子以降は15,000円)
中学生 一律10,000円

※児童を養育しているかたの所得が所得制限限度額以上の場合、特例給付として月額一律5,000円を支給します。(下記参照)

※「第3子以降」とは、高校卒業まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。

時 原則として、毎年6月、10月、2月に、それぞれの前月までの手当を支給します。

※保育料や、申し出があったかたについての学校給食費などを、市区町村が児童手当などから徴収することが可能です。

※次の①から④に該当するときは、ごとも支援課へ届け出が必要です。

①児童を養育しなくなったことなどにより、支給対象となる児童がいなくなったとき

②同じ市区町村の中で住所が変わったときや、養育している児童の住所が変わったとき

③受給者のかたや養育している児童の名前が変わったとき

④国内で児童を養育している者として、海外に住んでいる父母から「父母指定者」の指定を受けるとき

※公務員のかたは、勤務先で手続きを行ってください。

扶養親族等の数	所得制限限度額(万円)	収入額の目安(万円)
0人	622.0	833.3
1人	660.0	875.6
2人	698.0	917.8
3人	736.0	960.0
4人	774.0	1002.1
5人	812.0	1042.1

▼提出先 ごと支援課(2000年
年会館内)・片岡台出張所

問 ごと支援課 ☎ 43-5034

タウンミーティングを 開催します

上牧町のまちづくりに関する町の現状や施策などについて、町民のみなさんと町長が意見交換をさせていただきます。タウンミーティングを次の日程で開催させていただきます。各日、2時間程度を予定しています。
みなさんの参加をお願いします。

時 所

★友が丘・緑ヶ丘地区

6月23日(日) 午後7時から

友が丘公民館

★服部台・滝川台・ゆりが丘

ささゆり台地区

6月29日(土) 午後1時から

2000年会館

※会場の都合上、対象地区を設定させていただきます。但し、町民のかたならどなたでもご参加いただけます。お住まいの地区のタウンミーティングに参加できないかたは、他の地区の開催日に参加いただいてもかまいません。

※以後の日程については、次号でお知らせします。

問 政策調整課 ☎ 役場内線298番

ふるさと納税で町づくり

自分が生まれ育った上牧町に貢献したい、上牧町を応援したいという気持ちを形にすることがあります。寄附という形で頂いたみなさんのお気持ちで、「ふるさと」や「未来を担う子ども」のための事業を進めることができます。

内 応援していただく事業（寄附の指定先）

① 未来を担う子どもたちを育成する事業

② ふるさとへの思いに込める事業

③ 公共施設の震災対策事業

④ 文化・教育の振興事業

⑤ 住民自治の醸成及びコミュニティの推進事業

⑥ その他、町長が必要と認めた事業

申 総務課窓口または町ホームページから申請してください。

★確定申告または、ワンストップ特例制度を活用することにより税制上の優遇を受けることができます。

《ふるさと納税により町づくりに参加されたかた》

上牧町にご寄附いただき、厚くお礼を申し上げます。

みなさんのご期待に添えるような

行政運営を行ってまいりますので、今後ともよろしくお願ひします。

問 総務課 ☎ 役場内線207番

氏 名	住 所	寄附金額(円)	寄附の指定先
ユニー株式会社アピタ西大和店 様	県内	199,018	⑥
星野 純 様	県外	10,000	①、②
匿名	県内	10,000	⑥
匿名	県内	5,000	①
匿名	県外	100,000	②、⑤
上牧町消防団 団長 竹島 成佳 様	県内	25,000	①

「上牧町ふれあい朝市」開催

町内で採れた新鮮な野菜などを直売！多数出品！ぜひお越しください。

時 6月15日(土)午前8時から午前10時30分まで(なくなり次第終了)

所 中央公民館前駐車場

問 まちづくり創生課

☎ 役場内線234番

いつまでも 続くけんこう 歯の力

6月4日(火)から10日(月)は『歯と口の健康週間』です。全身の健康を守るために、歯と口によい習慣をつけましょう。

1. 8020運動をすすめます(80歳になっても20本の歯を保つ)
2. 一生自分の歯で食べよう
3. 午後のスタート 歯みがきから

※上牧町では今年度中に40歳から70歳になるかた(昭和24年4月2日生まれから昭和55年4月1日生まれまでのかた)・妊娠しているかたに無料で年1回歯周病検診を行ってまいります。この機会にぜひ受診してください。

※歯周病検診の対象でないかたも、かかりつけの歯科医院をもち定期的に歯科検診を受診するようにしましょう。

問 生き活き対策課 ☎ 79-2020



「姫だるま」講習会開催

木目込みの手法で、姫だるまを作ります。サイズは直径8cmです。すこやかサポーターが、ていねいに指導します。

時 6月17日(月)午後1時から3時30分頃まで

所 2000年会館 保健指導室

定 20名

¥ 2000円

持 布切ハサミ、目打ち、お手拭き

申 6月4日(火)から7日(金)までの午前8時30分から午後5時15分までに生き活き対策窓口または電話でお申し込みください。

問 生き活き対策課 ☎79-2020



個別大腸がん検診・肝炎ウイルス検診・胃内視鏡検査・健康診査のお知らせ

時 6月1日(土)から10月31日(木)まで

内 問診票を生き活き対策課か片岡台出張所で受け取り、実施医療機関(胃内視鏡検査以外は町内の指定医療機関)を確認のうえ、受診してください。(肝炎ウイルス検診・胃内視鏡検査・健康診査の受診票は生き活き対策課のみでの発行となります)

《大腸がん検診》

対 40歳以上のかた(昭和55年4月1日以前に生まれたかた)

内 2日間採便法

¥ 1,000円

(75歳以上のかたは500円)

《肝炎ウイルス検診》

対 今年度中に40歳になられるかたと満41歳以上のかたで過去にB・C型肝炎ウイルス検診を受けたことがないかた、また過去の特定健康診査やその他の健康診断で肝機能の異常が見つかったかた。

内 血液検査

¥ 500円

(75歳以上のかたは250円)

《胃内視鏡検査》

対 50歳以上のかた(昭和45年4月1日以前生まれ)で、平成30年度に胃内視鏡検査を受けてないかた。胃疾患の症状のないかた。

内 問診、胃内視鏡検査(胃カメラ)

所 国保中央病院(田原本町)、ヤマト健診クリニック(王寺町)

¥ 3,500円

健康診査

対 生活保護受給者で今年度40歳以上になるかた(昭和55年4月1日以前に生まれたかた)

内 問診、身体計測(腹囲測定含む)、診察、血圧測定、検尿、血液検査(血中脂質・腎機能・肝機能・血糖)、貧血検査、心電図検査

※生活保護世帯のかたの費用は無料です。事前に生き活き対策課で申請してください。

問 生き活き対策課 ☎79-2020



「おれんぢカフェ」ひろきます

認知症の人やその家族、地域の人たちが笑顔で過ごせる場所「おれんぢカフェ」をひろきます。おれんぢカフェは楽しい雰囲気の中でお話をしたり、歌を歌ったり家族のかたの悩みを聞いたり…ゆっくりとくつろいでもらえるような場所です。

ぜひお気軽にご参加ください。

時 6月10日(月)午後1時から3時まで

所 CAFEぶらっと(2000年会館内)

¥ 無料(ただし、飲み物代などは各自で負担願います)

問 上牧町地域包括支援センター ☎79-2020

文化協会作品発表会

★中央公民館

時 所

◎7月5日(金)まで

☆西大和水彩画クラブ(展示ギャラリー)
☆まきのは陶芸クラブ金曜日(陳列ケース)

★役 場

時 所

◎7月12日(金)まで

☆書道クラブ遊墨会

問 中央公民館 ☎76-3610

上牧町指定給水装置工事業者の指定事項変更

上牧町指定給水装置工事業者の指定事項が変更されました。

▼住所・電話番号変更

★株式会社 クラシアン

大阪府堺市中区深井清水町

3487番地

☎072-281-6511

←

神奈川県横浜市港北区新横浜

1丁目2番地-1

☎0120-500-500

上牧町指定給水装置工事業者の事業廃止

上牧町指定給水装置工事業者のうち次の業者が事業を廃止しました。

★共栄工業 株式会社

大和高田市南今里8番30号

問 上下水道課 ☎76-4599

テレビ視聴に関する重要なお知らせ

6月20日(予定)より、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。

問 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

☎0120-700-012

(IP電話の場合)

☎050-3786-0700

*受付時間は午前9時から午後10時(土・日・祝祭日を含む)

民事介入暴力出張相談所の開設について

暴力団被害の泣き寝入り防止と潜在化している暴力団被害の掘り起こしを目的として、(公財)奈良県暴力団追放センターでは「民事介入暴力出張相談所」を開設します。相談は無料です。

時 7月5日(金)午後1時から4時まで

所 イオン西大和店

◎相談員 横田保典弁護士・暴力追放相談委員・暴力団追放県民センター職員など

問 西和警察署 刑事課組織犯係

☎72-0110



PTA保護者懇談会開催 —奈良県立西和養護学校—

奈良県立西和養護学校区内の保護者を中心に、懇談会を開催します。障がいのある子どもを育てる中で感じた様々な悩みなどについて、世代を越えたみなさんとの意見交換をと考えています。興味のあるかたは、どなたでもご参加ください。

時 6月27日(木)午前10時から11時30分まで

所 奈良県立西和養護学校 視聴覚室
「子育ての悩み〜世代を越えて話しませんか〜」

問 奈良県立西和養護学校

進路指導部 多田・横澤・泉谷

☎73-2111

母子健康手帳の交付について

母子健康手帳はお母さんとお子さんの健康を守るために健康診査や予防接種などの記録を残しておく大切なものです。妊娠とわかったら「妊娠届」を出しましょう。4月から母子健康手帳の交付場所が生き活き対策課窓口のみになります。生き活き対策課では、安心して出産・子育てができるよう、保健師・助産師等による「マタニティサポート面談」を受付時に実施します。妊婦一人ひとりの出産・育児のニーズに応じたサポートを行うため、従来の片岡台出張所の受付については廃止します。

★受付時間 午前8時30分から午後5時まで ★必要書類 妊婦本人確認ができるもの



お節介JJ&BBの結婚支援事業

[団体名] **かんまき未来創造マリッジサポーター**

[事業内容]

◆目的◆人口減少対策として独身男女の結婚に向けた活動を支援し、成婚につなげるために結婚支援セミナーの開催やイベントでのカップル成立後の進展の補助などを行う。

◆実施時期・場所◆

平成30年11月3日 2000年会館(ペガサスフェスタ会場)

平成31年2月16日 ささゆりルーム

◆内容◆ペガサスフェスタのブースで相談会の開催、ささゆりルーム内での総合的な内容のセミナーを実施した。

[事業による成果等]

広報活動により結婚支援事業を広く周知した結果、昨年を超える相談数となっている。参加者の熱心な相談に上牧町内の結婚に対する考えが深まっている。

[事業に要した経費の総合計] 144,040円

[補助対象経費の合計] 144,040円

[補助金額] 144,040円



花火打ち上げに伴う地域振興イベント創造事業

[団体名] **上牧町商工会青年部**

[事業内容]

◆目的◆地域振興と発展の担い手として、課題とニーズに向き合いながら新たなイベントの創造と定着を図る。

◆実施時期・場所◆

平成30年8月4日 健民グラウンド

◆内容◆15分間で700発の花火の打ち上げを実施した。

[事業による成果等]

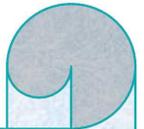
想定の100人を超える250人以上が集まり、地域企業・地域住民等から好評を得た。毎年恒例行事として定着するよう実行委員会を組織し、花火大会化を目指す。

[事業に要した経費の総合計] 2,092,021円

[補助対象経費の合計] 1,742,580円

[補助金額] 150,000円





[団体名] **かんまき女子防災部**

[事業内容]

◆目的◆自主防災会における方針決定の場への女性の参画を図るため、女性目線から災害を考える機会の創出を目指す。

◆実施時期・場所・人数◆

平成30年12月8日 中央公民館 30名(大人18名 子ども12名)
 平成31年1月12日 中央公民館 19名(大人8名 子ども11名)
 平成31年2月15日 桜ヶ丘公民館 15名(大人12名 子ども3名)
 平成31年3月16日 かんまき防災フェス 88名(大人38名 子ども50名)

◆内容◆炊き出し作りや防災グッズ体験を実施した。

[事業による成果等]

知識では知っていたことを実際に体験することで防災を意識し、特別な防災グッズを持たなくても家にあるもので代用も効くという気づきを参加者に提供した。

[事業に要した経費の総合計] 114,184円
 [補助対象経費の合計] 114,184円
 [補助金額] 109,784円



放課後くらぶ、子ども食堂



[団体名] **みんなのおうち服部**

[事業内容]

◆目的◆上牧町に住む大人、子供が交流できる場を作ることによって地域で住むことが楽しくなる、心豊かになる場所づくりを目指す。

◆実施時期・場所◆

平成30年10月から平成31年3月までの全8回
 2000年会館、中央公民館、服部老人憩の家

◆人数◆のべ子ども184人 大人88人

◆内容◆お菓子や料理作りのイベントを通し、交流の場を提供を行った。

[事業による成果等]

イベントを重ねることで少しずつ浸透し、地域での交流や世代間での関わりを持つ機会の創出になった。

[事業に要した経費の総合計] 82,608円
 [補助対象経費の合計] 82,608円
 [補助金額] 74,108円





[団体名] **ドリーム・オブ・チャイルド実行委員会**

[事業内容]

◆目的◆子どもの支援活動を通して、学習支援活動及び居場所事業を行い魅力的な地域の構築につなげる。

◆実施時期・場所◆

平成30年10月から平成31年3月までの毎週火曜日全20回
桜ヶ丘公民館 ささゆりルーム

◆人数◆小学生8人 中学生3人

◆内容◆小学生、中学生に対して個々に学習指導を行った。



[事業による成果等]

勉強を無理に押し付けるのではなく、子どもにとって取り組みやすい内容で行ったため勉強が嫌いな子どもが時間通りに参加するようになった。

[事業に要した経費の総合計]

151,117円

[補助対象経費の合計]

62,637円

[補助金額]

52,637円



緊急地震速報訓練 実施！

6月18日(火) 午前10時00分頃

消防庁及び気象庁主催の**緊急地震速報訓練**が6月18日(火)に実施されます。

なお、この訓練は町内に設置している防災行政無線を使用して実施されますので、住民の皆様におかれましては、この機会に身を守る行動を取るなどをして自助の訓練としてご活用ください。

放送内容は、気象庁ホームページにて確認できます。



気象庁

で検索

<訓練に関する問合せ先>

気象庁地震火山部管理課

03-3212-8341

気象・地震活動の状況等により、緊急地震速報(訓練報)の配信を中止することがあります。その際は、防災行政無線を通じてお知らせします。



<問合せ>総務課 安全安心係 ☎役場内線 225・226

お子さん連れでも受講できる!

強みを活かした働き方セミナー

ママの働きたいを見つける

自分に合った職種を見つけてみませんか?

6/17月
6/24月
10:00~13:00
お昼休憩 30分ほど予定しています

参加費 無料

定員 30名
先着順
事前予約制
(お申込み人数により日程を調整することがあります)

先着で10名様に強み診断!
※定員を超えた場合は抽選になります

内容

ママの働き方セミナー (3時間)

お仕事の心構えについてお教えします!

英語・IT研修にも参加してみませんか?

2019年8月~2020年2月の期間で
各コース週1回の研修を実施予定!!
詳しくはセミナー内でご紹介します。

開催場所

mama square ママスクエア 上牧店

〒639-0218 奈良県北葛城郡上牧町ささゆり台1丁目1-1
アビタ西大和店1F

注意事項

お子さまをお連れになる場合の注意事項

- ・受入対象は、1歳~5歳までの自立歩行可能なお子さま。
- ・お子さまを預けてお店を離れることはできません。
- ・お子さまの体調などにより、受け入れをお断りする場合があります。

お問い合わせ先

上牧町役場政策調整課 **0745-76-1001** (内線237,238)

強み診断とは?

ひとりひとりの「強み」を診断して、
あなたにあった職場・職業を見つける
手助けになります!

1. 強み診断集団セミナー (3時間)

「強み」とはなにか? 基本の説明をします

2. 強み診断個人面談 (各1時間)

おひとりずつしっかりと強みを診断し、
診断結果からあなたに合った職種を見つけます!

先着10名様
6/25(火)
10:00~13:00

※個人面談は別日開催

お申し込み先

QRコードから必要事項を入力の上
お申し込みください



募集

子どもウォーキング 参加者募集

子どもたちが自然のなかで、のびのびと遊んだり、様々な活動が安全にできる工夫がされている場所で、一緒に楽しい体験をしませんか。

時 6月22日(土)午前9時 役場庁舎前集合(時間厳守)※雨天決行
所 五條中央公園(五條市)

人 雨天の場合、五條文化博物館見学の町内の小学1年生から6年生(3年生までは保護者同伴)

定 先着27名(保護者を含む)
持 弁当・水筒・着替え・雨具・敷物(レジャーシート)など、必要と思われるもの

¥ 無料
※開催時におこった事故・疾病などについての応急措置は行いますが、その後の責任については負いません。

申 6月4日(火)から16日(日)までに第一体育館へお申し込みください。定員になり次第締め切りです。電話受付不可。

問 社会教育課スポーツ振興係(第一体育館内・月曜休館日)
☎ 78-0118

既存木造住宅耐震改修 補助について

この事業は、地震に強い安全で安心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。

内 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、伝統的工法および枠組み壁工法で建築された木造住宅であつて、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または構造評点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 次のすべてを満たすかた
・当該住宅の所有者

・町税を滞納していない者
・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

¥ 補助金の額は、耐震改修工事に

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 7月1日(月)から9月30日(月)まで

定 先着2件

申 事前にまちづくり創生課へご相談ください。対象住宅かどうか確認後の申請になります。

問 まちづくり創生課
☎ 役場内線212番

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。

内 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階建以下もの(地階を除く)

時 7月1日(月)から9月30日(月)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にあります。

問 まちづくり創生課
☎ 役場内線212番

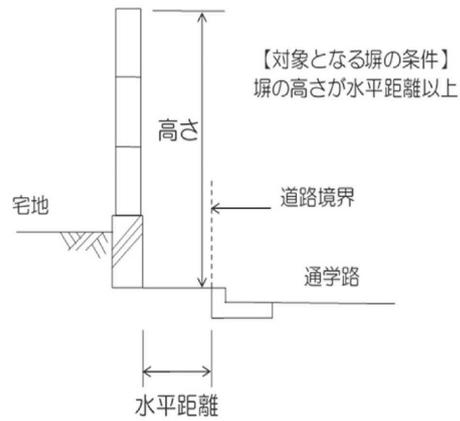
通学路に面するブロック塀 等の撤去工事補助について

地震などの自然災害や老朽化に伴うブロック塀など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、ブロック塀など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。

内 対象となるブロック塀など
(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などの部分の頂部までの高さが60cmを超えるもの
・次の図に示すとおり、ブロック塀

など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



- ・ 次のすべてを満たすかた
 - ・ 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
 - ・ 当該ブロック塀など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 7月1日(月)から9月30日(月)まで
- ・ 定 先着10件
- ・ 申 事前にまちづくり創生課へご相談ください。対象となるか確認後の申請になります。

・ ブロック塀などの撤去工事に着手する前に補助申請を行い、補助金交付決定を受けないと補助対象となりません。

問 まちづくり創生課
役場内線212番

がん患者サロン「すずらん」 交流会等参加者募集

がん患者サロンは、がん患者や家族同士が悩みや不安を語り合うことができ、同じ体験をした仲間が集う場です。かかられている医療機関やがんの種別に関わらず参加できます。
当日は、がん専門相談員も参加。

時 6月29日(土)午後1時30分から4時30分まで

所 檀原総合庁舎 1階会議室
(檀原市常磐町605-5)

人 県内居住のがん患者や家族

内 講演会、漫才ロボットによる漫才

披 露、参加者相互の交流、情報交換

申 電話またはFAXで、住所・名前・電話番号・参加人数をお知らせください。

問 奈良県中和保健所 健康増進課

健康づくり推進係

☎ 0744-48-3034

FAX 0744-47-2315

自衛官等募集案内

募集種目	受付期間	試験期日	資格
一般曹候補生	7月1日(月)～9月6日(金)	1次試験 9月20日(金)～22日(日) 2次試験 10月11日(金)～16(水)	採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満のかた
自衛官候補生	年間を通じて行っています。	受付時に お知らせします。	採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満のかた
航空学生	7月1日(月)～9月6日(金)	1次試験 9月16日(月) 2次試験 10月15日(火)～20日(日) 3次試験 11月22日(金)～12月18日(水) 11月16日(土)～12月19日(木)	海空自衛隊航空学生 平成31年4月1日現在、高卒(見込含) 18歳以上23歳未満のかた 航空自衛隊航空学生 平成31年4月1日現在、高卒(見込含) 18歳以上21歳未満のかた

〒634-0804

奈良県檀原市内膳町5-2-34

☎0744-29-9060

ナカタニ第弐ビル3F 自衛隊奈良地方協力本部

檀原地域事務所

http://www.mod.go.jp/pco/nara





～「知ってほしい風しんの現状と対策」～

昨年から全国的な流行が続いている風しんですが、奈良県でも、今年に入ってから12名(平成31年4月24日時点)の患者が報告されており、患者の7割が男性で40～50歳代のかたが多く、全国の状況と同じです。この世代の男性は風しんの抗体(免疫)が低いかたが2割程度存在しているため感染しやすいといわれています。

風しんは、咳やくしゃみなどで唾液とともにウイルスが空气中に飛散し、そのウイルスを吸い込んだ場合に感染します。通勤途中や職場で知らず知らずのうちにつつまれてしまう可能性が高い病気です。症状としては、発疹・発熱・耳の下のリンパ節の腫れが現れ数日で治ります。成人は小児に比べ症状が重くなる場合があります。

最も怖い点は、風しんの免疫のない女性が妊娠初期(20週頃まで)に感染すると、赤ちゃんが先天性心疾患・白内障・難聴を特徴とする先天性風しん症候群をもって生まれてくる可能性が高くなるということです。

●未来の赤ちゃんのために社会全体で風しんにさよならを！●

風しんは予防接種で予防可能な感染症です。妊娠中は予防接種を受けることができませんので、抗体価の低い妊婦さんは可能な限り人混みを避け、不要不急の外出を控えたり、周りの家族や免疫が低いかたなど、社会全体が予防接種を受けて風しんを予防することが重要です。

風しん予防対策として、子どもの時期(1歳と年長の1年間)の麻しん風しん混合ワクチンの定期接種がありますが、国・県・町で様々な成人以降の風しん予防対策を行っていますので、ご自身やご家族が風しんの予防接種を受けたか、過去に風しんに感染したかどうかご不明な場合は上手く制度を活用し、風しんにさよならをしましょう！



6月から始まります！！

●国が実施する「1962年4月2日～1979年4月1日生まれの男性」のかたが対象の風しんの追加的対策●

今年度から令和4年3月末までの間に限り、1962(昭和37)年4月2日から1979(昭和54)年4月1日生まれの男性が風しんの定期予防接種の対象者として追加されました。

今年度は1972(昭和47)年4月2日から1979(昭和54)年4月1日生まれの対象の男性に6月初旬にクーポン券を発送します。対象のかたは、クーポン券に従って、まず抗体検査を受け、その結果、風しんの抗体がない場合、風しんの予防接種を受けましょう(抗体検査及び予防接種いずれも無料)。今年度の対象者以外のかたは次年度以降、順次クーポン券を発送します(現時点で時期は未定)が、検査などを希望される場合は今年度でもクーポン券を発行することが可能です。詳しくは生き活き対策課までお問い合わせください。

国の風しん対策についての詳細は、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。国が実施する抗体検査・定期接種以外でも県・町で独自で助成しています。

●奈良県風しん抗体検査について●

右図の県独自の対象者に無料の抗体検査を実施しています。県の風しん抗体検査についての詳細は県ホームページまたは奈良県福祉医療部医療政策局疾病対策課までお問い合わせください。

☎0742-27-8612

風しん抗体検査対象者	H2.4.2以降生まれ	S54.4.2～H2.4.1生	S37.4.2～S54.4.1生	S37.4.1以前生まれ
令和元年度に達する年齢	～28歳	29歳～40歳	41歳～57歳	58歳～
男性	対象外			対象外
妊娠を希望している女性の配偶者または風しん抗体価が低い妊婦の配偶者(事実上婚姻関係と同様の事情にある方を含む)	対象外	県独自の対象者	国制度の対象者	県独自の対象者
はじめての妊娠を希望している女性※	対象外	県独自の対象者		

※ただし、過去に風しん抗体検査を受けて「十分に抗体がある」(陽性)といわれたことがあるかた、風しんにかかったことがあるかたは除きます。

●町の風しん予防接種費用助成制度について●

町では、右図の町独自の対象者に風しんの予防接種費用の一部助成を実施しています。詳しくは広報かんまき5月号または町ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎生き活き対策課 79-2020

風しん予防接種対象者	H13.4.2以降生まれ	S54.4.2～H13.4.1生	S37.4.2～S54.4.1生	S37.4.1以前生まれ
令和元年度に達する年齢	～18歳	19歳～40歳	41歳～57歳	58歳～
男性	対象外			対象外
妊娠している女性の配偶者及び同居家族	町独自の対象者		国制度の対象者	町独自の対象者
女性	対象外			
妊娠中のかたは対象外	対象外			
妊娠を希望している女性	対象外	町独自の対象者		
妊娠している女性の同居家族	町独自の対象者			

注)いずれの方もすでに風しんにかかったことが明らかなかた・風しんの予防接種を2回完了しているかたは対象外です。



★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	6月14日 (金)	13:30～14:00	平成31年2月生まれ
10か月児健康診査		個人通知します	平成30年8月生まれ
1歳8か月児健康診査	6月5日 (水)	12:45～13:15	平成29年9月・10月生まれ

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
乳児相談	6月4日 (火)	13:30～15:00	1歳になるまでの乳児と保護者	計測・相談(育児・発達・離乳食など) 14:00から14:15までは交流会(ふれあい遊び、保護者の交流)を行います。交流会の時間は計測を一時中断します。 【持参品】母子健康手帳
幼児相談	6月14日 (金)	9:00～11:30	1歳から就学前までの幼児と保護者	計測・相談(育児・発達・食事など) 【持参品】母子健康手帳

相談事業

	と き	受付時間	ところ	内容など
【要予約】 成人健康相談	6月25日 (火)	① 9:00～11:30 ② 13:30～16:00	2000年会館 相談室1	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。
認知症相談	6月26日 (水)	13:30～15:30	2000年会館 相談室1	電話か窓口でお申し込みください。当日でも相談できますが、お待ちいただくかもしれません。ご了承ください。
ささゆりルーム 相談日	6月28日 (金)	13:30～15:00	アピタ西大和店 2階 ささゆりルーム	(乳幼児)計測・相談(育児・発達・食事など) 【持参品】母子健康手帳

呉汁 学校給食のメニューより

「呉(ご)」とは、大豆を水に浸してすりつぶしたペーストのことをいいます。「呉」が入ったみそ汁を呉汁(ごじる)といいます。日本各地で親しまれている郷土料理です。具材は特に決まりがなく、お好みの具材のみそ汁に呉を加えてください。少し形が残るくらいにすりつぶしてみそ汁に加えると、大豆が苦手な子どもたちもよく食べてくれます。大豆は「畑の肉」と呼ばれるほど、たんぱく質が豊富に含まれています。学校給食の呉汁には、奈良県産の大豆を使用しています。桜井市などでは大豆が大規模に栽培されており、奈良県内では白大豆の「サチユタカ」、青大豆の「あやみどり」、黒大豆の「丹波黒」の3色の大豆が栽培されています。ぜひこの機会に、奈良県産の大豆を味わってみてはいかがでしょうか。

材料

大豆水煮	…80g
小松菜	…1/10束(40g)
たまねぎ	…1/3玉(60g)
じゃがいも	…1/4個(40g)
にんじん	…1/6本(20g)
豆腐	…40g
みそ	…大さじ2
だし汁	…500ml

作り方

- ①大豆をすりつぶす。
- ②具材は煮えにくい順にだし汁に加え、火を通す。
- ③呉を加え、味噌で味を調える。

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



ペガサスホール 6月の催しのご案内

場所	日	催し名	開演時間	終演(予定)	入場方法	問合先
大ホール	6月23日(日)	第6回 合同歌謡フェスティバル ゲスト歌手 藤 さくら 葉月 ミチル 加 奈	9時30分	17時30分	無料	歌謡カールナ 近下 ☎090-7109-0855 かたすび 笑音 ☎43-9920
	6月30日(日)	リヴァサイドカラオケ発表会	9時30分	19時	無料	☎77-6789 松田美鈴 ☎090-1584-8851

上牧町上牧3241 ☎ 78-9900 FAX 78-9909 問合時間 午前9時～午後5時
休館日 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) 年末・年始(12/27～1/5)

広報「かんまき」 アプリ配信始めました!!

広報「かんまき」をより多くのかたに読んでいただけるよう、スマートフォンやタブレット向けの無料アプリ「マチイロ」で配信開始。アプリをダウンロード登録するだけで、いつでも気軽に広報「かんまき」をご覧いただけます。



※アプリのダウンロードは無料ですが、通信料は利用者負担となります。
アプリ閲覧中に表示される広告ですが、その内容に上牧町は一切責任を負いません。



生活者の平成30年史

●博報堂生活総合研究所著／日本経済新聞社



元号が令和となり、新しい時代が始まりました。本書ではこれから振り返ることになる平成の30年の変化について、膨大な調査データをもとに生活環境や家族の形など、テーマごとにその変化を分析しまとめています。

科学用語図鑑

●水谷 淳著／河出書房新社



科学は難しいからと避けるのではなく、こちらから科学の世界に興味を持って踏み込んでみませんか。カタカナを多用した科学分野の専門用語について、大まかな意味や日常社会との結びつきをわかりやすく説明した本です。

置き去りにされた高校生たち

●朝比奈 なを著／学事出版



複雑化する現代社会において高等教育が果たさなければならない責務は非常に大きくなってきています。勉強ができないことの何が問題なのか、進学さえすればいいのかなど、様々な問題を多角的に捉え検証しています。

やるとおこられそうなこと

●川ノ上 英子著／岩崎書店



子どもがいやに静かだなんて思って見に行くと、そこには目を疑う光景が…。「何してるのー!？」と思わず言ってしまったことはありませんか?子どもには楽しい遊びでも大人としては困ってしまう行動を描いた乳児向け絵本です。

6月のお話会ピーターパン

- 4日(火) 午前10時30分から
- 8日(土) 午後2時から

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

6月

3(月) 10~24(月) 30(日)

※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) 年末、年始(12/27~1/5)

お知らせ

図書館は6月10日(月)~6月24日(月)蔵書点検のため休館します。そのため、6月9日(日)まで

- 1人 本・雑誌 10冊まで ビデオ・CD 1点 で4週間の貸出しを行います。

また、ご自宅に返却期限の過ぎている図書館の本などがありましたら、早急に返却をお願いいたします。

〈図書館の開館時間〉午前9時から午後5時まで ☎78-9903

てんいち先生



編集後記 Mのつぶやき

先日、町内各所の撮影に行ってきました。とてもいいお天気で暑かったのですが、木陰で少しひんやりする所で、何年かぶりにかたつわりを見ました。いかに自然に触れていないのか、いかにインドアなのかと感じた瞬間でした。これからますます暑くなり、ますます暑さを避けてしまおうですが、たまには外に出て、自然の変化を観察することも大事なのかな?と…。そして、外出の際は紫外線対策をしっかりと出かけようと思います!!

架空請求にご注意ください！

「訴訟最終告知」という内容の架空請求ハガキが町内の一部の地域に集中して届いています。

今後他の地域にも届く可能性がありますので十分注意してください。

全国的にも架空請求に関する相談が急増しています。架空請求の請求手段は、はがき、封書、SMS(ショートメッセージサービス)など様々です。「本日中に連絡がない場合は法的手続きに移行します」などと記載したり、実在の事業者名をかたって本物と思わせたりして、消費者の不安をあおるケースが多く見られます。架空請求は消費者の情報を完全に特定して送られているわけではありません。連絡してしまうと個人情報知られ、その情報を基にさらに金銭を要求される可能性があります。

心当たりがなければ決して相手に連絡しないようにしましょう。不安な場合は下記の上牧町消費生活相談室または消費者ホットラインにご相談ください。

※上牧町消費生活相談室

☎ 76 - 1001 (内線 261 番)

※消費者ホットライン

局番なし いやや 188



各種相談のご案内

法律相談

上牧町主催(偶数月で開催)

- 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/2000年会館
 - 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(奇数月で開催)
- 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/2000年会館
 - 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 午後1時～4時
- ところ/2000年会館
- 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

平成31年4月末日現在

世帯数	9,967 (+ 18)
男性	10,640 (+ 12)
女性	11,762 (± 0)
合計	22,402 (+ 12)

※()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

◆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

生活自立相談

- 担当/奈良県中和・吉野生活自立サポートセンター
- とき/毎月第2木曜日 午後1時30分～4時30分
- ところ/2000年会館
- 内容/生活に困っている、仕事が見つからない、経済的に困りのかたへの相談・支援
- 問合せ先/奈良県中和・吉野生活自立サポートセンター ☎0120-85-1225

人権相談

- 担当/人権擁護委員
- とき/毎月第2金曜日 午後1時～4時
- ところ/2000年会館
- 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

消費者ホットライン

相談受付時間 午前10時～午後4時 188(局番なし)

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/①上牧中学校
- とき/6月12日(水)11:00～17:00
26日(水)12:00～17:00
- 申込先/上牧中学校 ☎76-5479
- ところ/②上牧第二中学校
- とき/6月14日(金)・28日(金)11:00～17:00
- 申込先/上牧第二中学校 ☎72-3700
- 問合せ先/教育総務課 ☎役場内線134番

まきっこ★まきっず

No.17

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？

結ちゃん、大好き♡



ゆい 結ちゃん(2歳)

元気いっぱい大きくなってね



かな 加奈ちゃん(3歳)

元気いっぱい優しい子になってね



かずま 和真くん(3歳)

元気いっばいに育ってね



ゆうあ ゆうあちゃん(3歳)

元気いっばいに育ってね



こころ こころちゃん(3歳)

※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・姉妹と一緒に撮る場合は除く) 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。
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)



発行 上牧町役場 政策調整課

〒639-0293 奈良県北葛城郡上牧町大字上牧3350番地
TEL(0745)7611001 FAX(0745)7611002

6月10日は「時の記念日」です

671年、天智天皇が日本で初めて設置した水時計(漏刻)が時を刻み、鐘を打ち鳴らしたという日。その日が旧4月25日、現在の6月10日にあたり、1920年東京天文台(現国立天文台)と、生活改善同盟会によって「時の記念日」と制定されました。

日本書紀には、「漏刻を新しき台に置く。初めて候時を打つ。鐘鼓を動かす。」と記され、水時計は容器に水が流れるようにして、その水面の高さの変化で時計を図るような仕組みになっています。その頃、夜には使えない「日時計」で時間の確認をしていたため、正確に時間を示すことができると重宝されたそうです。

「時間を守る」・「時間を大切にすること」を目的に始まった記念日ですが、「時間を無駄にしない」・「限られた時間を大切にすること」・「過ぎ去った時間の尊さを考える」など、時間の大切さについて、子どもたちみんなで一緒に工作で時計を作り、時間の感覚を体感するなどを行っている幼稚園や保育所などが増えているそうです。

みなさんもお存じのことわざで「Time is money.」…「時は金なり」というのがあります。時間は誰にでも平等に与えられた、2度と取り返すことのできない大切なものです。

「時の記念日」に、時間について改めて考えてみるのもいいのではないのでしょうか？(諸説あります)



ちょっと知っとこ!!