

「健やかな心身と穏やかな暮らしが」

彩愛

いろあい

広報かんまき



大好きな町。
だから守りたい。

上牧町消防団

- 2 町民ひろば
- 4 お知らせ 知る・募る・語る
- 5,15 有料広告
- 16 元気講座
- 17 子育て・健康
- 21 図書館通信
- 22 こちら消費生活相談室です
- 23 各種相談のご案内
- 24 まきっこ★きっずNo.68

表紙：放水訓練をする女性消防団員

令和5年

2023. **10**

No.619



このまちは私たちが守る！～迅速かつ実戦的な対応力！ 夜間基礎訓練～

火災や自然災害など、有事の際の対応力強化を図ることを目的に本町消防団の夜間基礎訓練が、6月から8月にかけて計6回にわたり実施されました。

訓練は、西和消防署の指導のもと、礼式訓練をはじめ、火災現場活動において重要なホースラインの延長技能を習得するホース延長訓練などを行い、安全・安心のまちづくりを目指して、多くの団員が技能の向上に取り組みました。



礼式訓練で敬礼をする団員たち



火点めがけて放水！

同年代の人たちに知ってもらいたい

全国から推薦された中学生たちが拉致被害者家族から話を聞き、拉致問題について学ぶ「拉致問題に関する中学生サミット」が8月10日、東京都国立オリンピック記念青少年総合センターで開催され、上牧中学校2年生の鈴川菜さんが奈良県代表として参加。今中町長に報告を行いました。鈴川さんは「拉致問題を同年代の人たちに知ってもらうため、発信をしていきたい。拉致問題をきっかけに平和の尊さについて知ってもらいたい」と意欲を示されました。



今中町長に報告された鈴川さん(左)

上牧中学校陸上部健闘！—全日中陸上大会—

上牧中学校陸上部が第50回全日本中学校陸上競技選手権大会(8月22日～25日)に出場しました。競技の女子4×100メートルリレーの種目で、トライアルレースで優勝(48チーム中9位)という好成績を収められました。

出場選手

【男子高跳び】辰巳瑞樹さん

【女子4×100メートルリレー】福井寧々さん、橋本侑奈さん、瀧本明莉さん、上別府彩名さん、谷川心羽さん、久松来虹さん、

【女子100メートルハードル】橋本侑奈さん



大会出場を前に出場報告をされた陸上部のみなさん

美味しいおやつ作れたよ♪ —親子で作るおやつ教室—

「親子で作るおやつ教室」が8月22日、2000年会館で開催され、5歳から小学3年生までの子どもたちが参加。「ばななケーキ」「ミルクかん」「豆腐入りきな粉団子」を作りました。「白玉団子に豆腐を入れるのが良かった」「家でも手軽に作れそう」などの感想が寄せられました。次回、3月にも同じメニューで実施する予定です。ぜひご参加ください。



祝 敬老最高齢者訪問

9月18日の「敬老の日」を前に、今中町長が9月13日、町内最高齢者のもとを訪れ長寿をお祝いしました。



和田 カズエさん（106歳）施設入所

町内施設に入所されている和田さんは、町内の最高齢者さんです。

ご家族や施設のスタッフのみなさんと一緒にお祝いし、記念品をお贈りしました。お体に気をつけて、これからもより一層健康で元気にお過ごしください。

和田さんに聞く長寿の秘訣

- ・好きなものを食べること
- ・運動すること
- ・ストレスなく楽しく生活すること

敬老の日 米寿 おめでとうございます



88歳の米寿を迎えられるかたをお祝いする敬老の日の式典が9月18日ペガサスホールで行われました。

本年度は139名のかたが米寿を迎えられ、上牧町からみなさんに記念品をお贈りしました。式典には14名のかたが出席され、今中町長は、「米寿を迎えられた皆様、おめでとうございます。「今日何かすることがある！今日何か用事がある！」など日課のある生活や、多くの人と接することは、とても良いこと。いつまでも健康で長生きしてください」とお祝いの言葉を贈りました。

みんなでニュースポーツを楽しみましょう！

上牧町スポーツフェスティバル

参加費無料
(事前申込み不要)

2023.10.14(土) 9:00~13:00
(最終受付12:15)

▶ところ 上牧第3小学校 (体育館・グラウンド)

スタンプラリー

色んなスポーツを体験して景品と交換しよう！

スポーツ少年団・クラブ紹介コーナー

体育館



フリースロー



フロアーカーリング



ボッチャ



体力測定

グラウンド



フライングディスク



ストラックアウト



サッカーナイン



スナッグゴルフ等

▶問合先 社会教育課スポーツ振興係 TEL78-0118



ペガサスフェスタ 2023

11月3日 (金・祝)
10:00~15:00
(ステージは16:00まで)

会場 上牧町文化センター・2000年会館周辺
主催 上牧町企画財政課 TEL76-2502

グルメ

ミニSL

ステージ

フリーマーケット

体験コーナー

健康チェック



お知らせ

11月2日・11月3日は、文化センター及び2000年会館の駐車場は利用できません。
※図書館前の駐車場は、11月3日のみ利用できません。

※イベントの詳細い内容は広報11月号に掲載予定

たのしい時間をすごしましょう！是非来てくださいね！



上牧町PRキャラクター **くりは**ちゃん

上牧町商工会キャラクター **上牧ペたろう**

昨年のフェスタの様子



広告

入居時自立型 介護付有料老人ホーム **奈良ニッセイエデンの園**

見学会のご案内 見学+セミナー (会場 奈良ニッセイエデンの園) **要予約定員20名 参加無料**

11月24日 金曜日 14時00分開会 (13時30分開場)

「相談事例から学ばないホームの選び方」
講師：有料老人ホーム 相談員 倉田久氏
金融機関勤務を経て現在(公社)全国有料老人ホーム協会勤務

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。
ご見学いただける場所に一定の制限がございます。

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**

広告

孫七瓦工業株式会社 0120-418-057

創業元禄七年(1694年)創業300年の伝統と信用を誇る

屋根リフォーム・雨漏り・屋根修理・葺き替え
雨樋工事・内外装リフォーム

お家のトラブル解決します。
小さな工事から お気軽にご相談ください。

斑鳩町神南3丁目13-13 **まごひちかわら** 検索

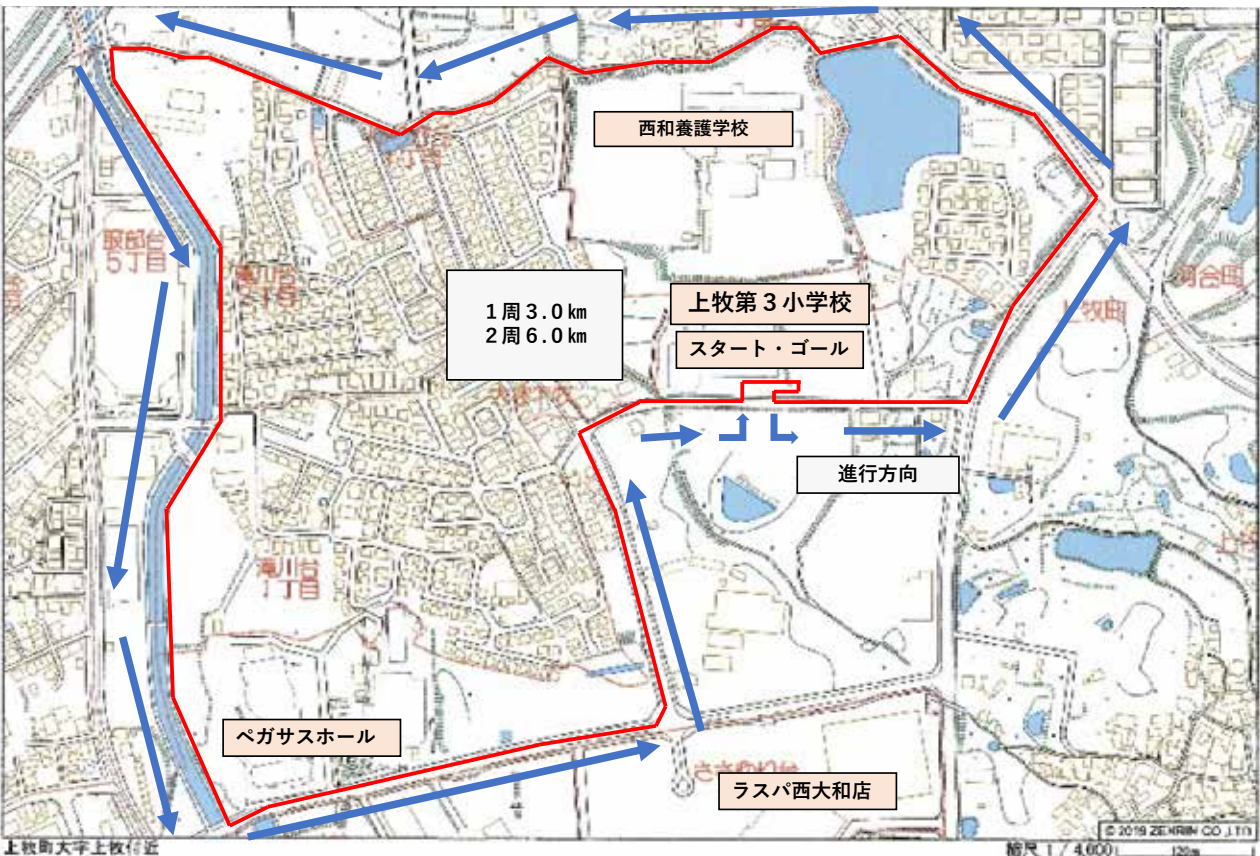
<https://www.magohichi.com>

2023上牧町マラソン大会を開催

- ▶ 問合せ及び受付先 社会教育課スポーツ振興係 TEL78-0118 (第一町民体育館内・月曜休館日)
- ▶ と き 11月26日(日)
 - 受付：午前8時45分 ○開会式：午前9時15分
 - ※雨天延期 12月17日(日)
- ▶ ところ 上牧第三小学校運動場
- ▶ 対象者 小学4年生以上・中学生・高校生・一般
 - ※町外のかたも参加可
- ▶ コース 上牧第三小学校周辺コース
 - ◎小学生、中学生女子、高校・一般女子 3.0キロメートル
 - ◎中学生男子、高校・一般男子 6.0キロメートル
 - ※交通事情により、コースを変更する場合があります。
- ▶ 受付期間 11月19日(日)まで
 - ※当日の奈良交通、町巡回バスの規制はありません。
 - ※申込みは、役場庁舎西館2階社会教育課でも受付しています。



上牧町マラソン大会コース図





歴史ロマンあふれる北葛城の魅力大発見！ —「御墳印帖」プロジェクトイベント開催—



▶問合先 企画財政課 TEL76-2502

▶と き 10月29日(日)

▶と ころ 河合町総合福祉会館 豆山の郷(河合町山坊24番地3)
※駐車場あり

▶定 員 第1部 100名、第2部 50名(ともに先着予約制)

▶内 容 【第1部】10:00~11:45「シンポジウム」
"古墳王子"こと飯田怜大(れお)さんと北葛城郡4町の
文化財専門員によるパネルディスカッションを行います。

【第2部】13:00~15:00「古墳めぐりツアー」

文化財専門員による説明を交えながら、馬見丘陵の代表的な古墳を巡るウォーキング
ツアーを行います。

▶その他 御墳印帖販売、パネル展示、文化財展示など

※申込方法などの詳細は「北葛城ホームページ」をご覧ください。

詳細はこちら



ナガレ山古墳(河合町)



奈良の歴史や文化が大集合！ —第12回おもしろ歴史フェスティバル「歴史を愉しむ！！」開催—



▶と き 10月7日(土)、8日(日)

▶と ころ 田原本町唐古・鍵遺跡史跡公園

▶上牧町出展

○画文帯環状乳神獣鏡のレプリカに触れる体験コーナー

○上牧町商工会の「片岡の里 春ちゃんの黒カレー」(1日目)

○上牧町社会福祉協議会「カフェぷらっと」のパウンドケーキ「花橘の薫」(2日目)など



昨年の様子



7日のゆるキャラショーに
わたしも出るので
見に来てね！

上牧町PRキャラクター **くりは**ちゃん



プログラミングの第一歩を踏み出そう —はじめてのプログラミング講座in上牧—



「プログラミングって何だろう?」「興味はあるけど、一体何から始めたら良いのかな?」というかたを対象にプログラミング講座を開催します。ビジュアルプログラミング言語「Scratch」を使い、簡単なゲームを一緒に作ってみませんか? (※奈良県と奈良先端科学技術大学院大学の共催事業です。)

▶と き 令和5年11月5日(日) 【午前の部】午前10時~正午 【午後の部】午後2時~午後4時

※午前の部と午後の部は同じ内容です。 ※応募者多数の場合は抽選となります。

※各部とも定員15名です。

▶対 象 小学4年生~中学3年生までの児童・生徒(町内外問わず)

▶会 場 上牧町保健福祉センター(2000年会館)2階 会議室1・2

詳細・お申込みはこちらのQRコードから専用ホームページへアクセスしてください。⇒

URL: <https://sites.google.com/view/naraprog2023/>



サッカー日本女子代表

守屋都弥



「みやびコール」で応援したパブリックビューイング

上牧町出身でサッカー女子ワールドカップでベスト8に入った「なでしこジャパン」選手の守屋都弥さん（INAC神戸）が、8月28日来町され、ペガサスホールで大会での活躍を報告されました。

地元の声援が力に



小学生時代のサッカーチームの恩師らと対談した守屋さんは「負けても明日は勝とう！という気持ちを養いました。毎日目標を持って、練習に励むことが大事」と来場していた町内のサッカークラブに所属する子どもたちに語りかけました。

毎日目標を持って



最後は子どもたちと一緒に記念撮影



大きな拍手につつまれ入場する守屋さん

使用済みプラスチック製筆記具の回収を始めました

▶問合先 建設環境課 TEL76-2504

上牧町は、株式会社パイロットコーポレーションと連携し、使用済みペンなどのプラスチック製筆記具の回収を始めました。使用済みの筆記具をごみとして捨てるのではなく、積極的に再利用して限りある資源を効率的に使用することで、持続可能な取り組みを実施します。

※事業所から出る筆記具は対象外です。

▶ところ 役場1階ロビー、2000年会館1階ロビー

【回収できるもの】

使用済みのプラスチック製筆記具、修正テープ及びその包装物
(ブランド、メーカーは問いません)



【回収できないもの】



資源の再利用にご協力ください



詳しくはこちら



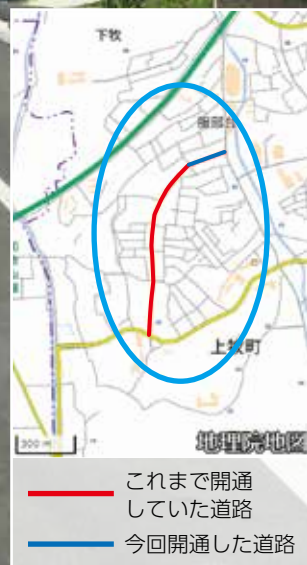
はつとり だい みょうじょう せん 服部台明星線が開通

令和5（2023）年9月1日、午前10時。上牧町内に新たな道路が開通しました。

この道路は服部台と米山台を繋ぐ「服部台明星線」という名称の都市計画道路で、計画が決定したのは昭和48（1973）年でした。

計画当初は「濁(にごり)明星線」という名称でしたが、平成14（2002）年の計画変更に伴い、名称と計画されていた道路の距離が変更となりました。

これまで一部開通していましたが、9月に残りの部分も開通し、計画決定から50年目の今年、全線が開通した形となりました。



— これまで開通していた道路
— 今回開通した道路

かんまきパワーアップクーポン券（第4弾）

利用期間 令和5年12月31日まで 対象者：上牧町の住民（令和5年6月1日時点）

クーポン券のお受け取りがお済みでない方へ

「受け取りがされていないクーポン券」が役場に戻ってきており、現在、「窓口（上牧町役場庁舎2階企画財政課）」や「レターパックプラス」でクーポン券を受け取ることができます。お心当たりのある方は、お早めにお問い合わせください。

交付期間
令和5年12月18日まで
（※土・日・祝を除く）

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

上牧町まちづくり基本条例

～令和4年度 of 取組状況について～

平成26年4月1日に施行しました「上牧町まちづくり基本条例」について、令和4年度の取組状況をお知らせします。

まちづくり基本条例ってなに？

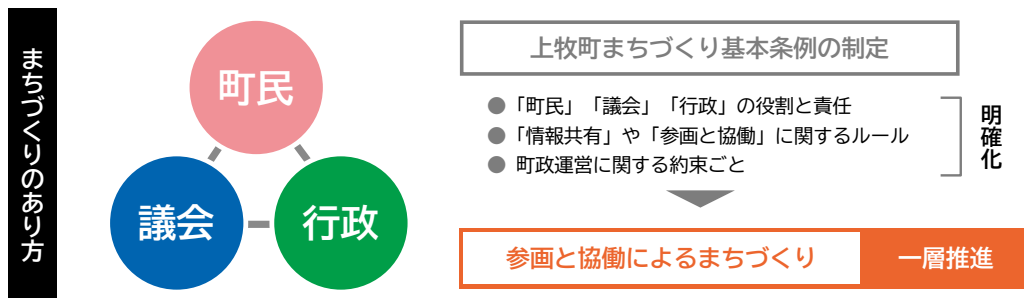
上牧町のまちづくりのあり方について定めた条例で、町民の皆さまが安全で安心して暮らせるように、まちづくりの基本となる考え方、進め方のルールや仕組みを明らかにするものです。この条例が町政における町民参画のあり方や協働のあり方など、上牧町におけるまちづくりの最高規範となります。

この条例で何がかわるの？

この条例が制定されたことで、まちづくりの主体である「町民」「議会」「行政」の役割と責任が明確になり、町政に関する情報共有や参画と協働についてのルールが設けられました。町民の皆さまの声をより一層、町政に反映させるための取組を推進し、町民の皆さまと町が協力し合うことで、上牧町らしい、住みたい、住み続けたいまちの実現を目指しています。

どんなことが取組まれているの？

「参画と協働によるまちづくり」を一層推進するために、町民の参画機会を確保するための取組として、アンケートやパブリックコメント、各種審議会等委員の公募などを行っています。また、情報共有を推進するために、広報紙、ホームページ、SNS等を活用した情報発信を行っています。その他、地域の諸課題を解決するために、国や県、近隣自治体、その他関係機関と連携・協力を行うなど広域連携の推進に取り組んでいます。



議会

第8条から第10条において、議会や議員の役割と責務について定められており、以下の取組が進められています。

議会の役割

情報提供・共有、説明責任、政策提案などの取組の推進

主な取組

- 議会だよりの発行（年4回）
- 議会のインターネット中継・配信
- 議会報告会（動画配信）の実施
- 一般質問や委員会審議など
- 議会選出監査委員による監査の実施
- 政策提案に向けた情報収集・調査研修

今後の方針

現在の取組を継続していくことで、議会としての責務を果たしていきます。また、アフターコロナの観点から、オンラインで実施していた議会報告会については、今後対面式で行っていきます。

行政

第11条から「執行機関の責務」や「情報共有」、「参画と協働」、「広域連携」などについて定められており、以下の取組が進められています。

第13条第2項（町民の参画機会の保障）

条文の内容

執行機関は、町民と協働してまちづくりを推進するため、多様な参画制度を設け、町民の参画の機会を保障しなければなりません。

主な取組

- パブリックコメント手続の運用
- 審議会等委員の公募
- 租税教室の開催（小学生）
- 学校・地域パートナーシップ事業の実施
- 「こども議会」の実施（小学生）

今後の方針

今後も町民の皆さまと協働してまちづくりを推進するために、まちづくりへの参画機会の確保に向けた取組を実施していきます。

第28条（情報共有の推進）

条文の内容

町は、具体的な施策若しくは制度により情報共有を推進しなければなりません。

主な取組

- 広報かんまき、ホームページ、SNS等を活用した情報発信
- 公式SNS「Instagram（インスタグラム）」の運用開始

今後の方針

今後も引き続き、町民の皆さまとの情報共有に努めるとともに、情報発信のさらなる充実、改善に努めていきます。

第36条（広域連携）

条文の内容

町は、共通する課題を解決するため、他の地方公共団体、国及びその他の機関と互いに連携を図りながら協力しなければなりません。

主な取組

- 日産自動車との電気自動車を活用した地域づくりに関する連携（協定締結）
- 病児・病後児保育事業（いちごルーム、ぞうさんのおうち）
- 通級指導教室（ペガサス教室）

今後の方針

まちづくりにおける各分野の課題解決に向けて、今後も必要に応じて広域連携を推進していきます。

第37条（取り組み状況の評価）

条文の内容

町は、毎年定期的にこの条例の取り組み状況进行评估し、その結果を公表しなければなりません。

- 令和4年度の取組状況の評価については、ホームページで公表しています。

今後も取組状況に関する評価を公表し、町民の皆さまと共有することで、行政運営の改善と協働のまちづくりの推進を図っていきます。



町税や保険料などの納め忘れはありませんか

▶問合先 徴収課 TEL76-2511

10月は、町県民税（第3期）、国民健康保険税（第4期）、後期高齢者医療保険料（第4期）及び介護保険料（第4期）の納付月です。納期限は10月31日（火）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。納め忘れの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！★

▶申込み方法

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、片岡台出張所及び町内の金融機関に備え付けています。

※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★

督促状を発送すると、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。

★納付が困難なかたについて★

病気、怪我などで納付に行くことが難しい、高齢で外出することに不安があるかたなどはお相談ください。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、毎週金曜日（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。

上牧第一町民テニスコート改修工事のお知らせ

▶問合先 社会教育課 スポーツ振興係 TEL78-0118

上牧第一町民テニスコートの、全面改修工事を行います。

工事期間中は「第一町民テニスコート」の使用ができません。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

※体育館周辺への工事車両の出入りがありますので、通行の際は十分ご注意ください。

▶工事期間 令和5年10月1日（日）～令和6年2月29日（木）

※工事の都合により、工事期間が変更になる場合があります。

第2回上牧町第9期介護保険事業計画策定委員会開催

- ▶ 問合せ先 生き活き対策課 介護保険係 TEL79-2020
- ▶ と き 10月23日(月) 午後1時30分から
- ▶ ところ 2000年会館 1階 保健指導室
- ▶ その他 傍聴を希望されるかたは、会議の開催予定時刻の10分前までに会場にお越しください。(先着10名)

お気軽にご相談ください —行政なんでも相談所を開設します—

- ▶ 問合せ先 秘書人事課 TEL76-2501

1日限りの「行政なんでも相談所」を開設します。司法書士等による法律相談も受け付けます。予約不要・無料・秘密厳守。

- ▶ と き 10月13日(金)
午前10時30分～午後3時30分
(受付：午後3時まで)
- ▶ ところ 王寺町やわらぎ会館 3階特設会場
(北葛城郡王寺町王寺2-1-18)

〔参加予定機関〕

法務局、労働局、年金事務所、奈良県、奈良県警察本部、王寺町、弁護士、司法書士、税理士、社会保険労務士、行政相談委員、行政相談センター

(注) 新型コロナウイルス感染拡大状況によって中止となる場合があります。

個人番号(マイナンバー)カードの10月休日・夜間交付について

- ▶ 問合せ先 住民保険課 住民係 TEL76-2508
- ・ 休日交付窓口：10月9日(月・祝) 午前9時～
- ・ 夜間交付窓口：10月27日(金) 午後5時15分～午後7時30分

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

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

お聞かせください 滝川水辺周辺整備の満足度

- ▶ 問合せ先 まちづくり推進課 TEL76-2503

上牧町を南北に流れる滝川の水辺周辺について、上牧町では都市骨格を形成する重要な要素として第5次総合計画などで位置づけ、平成30年から5年間を事業計画期間として、「都市再生整備計画」に基づく整備を行ってきました。

事業計画期間を終えた今、整備された滝川遊歩道について改めて利用者のみなさんの満足度をお聞かせください。調査結果は今後のまちづくりに反映します。専用フォームから回答できます。

※回答されたかたのプライバシーに関わる内容が公開されることはありません。

※回答内容を本調査以外の目的で使用することはありません。

- ▶ 募集期間 10月1日(日)～11月30日(木)

回答フォーム



お知らせ

見つめ直そう 食べ物の大切さ (10月は食品ロス削減月間です)

▶ 問合せ先 建設環境課 生活環境係 TEL76-2504

本来は食べることができたのに捨てられている食べ物のことを「食品ロス」といいます。

日本では、食品ロスの量が年間523万トンと推計されており、日本の人口1人当たり毎日おにぎり1個を捨てている計算になります。家庭での食品ロスについては、主な要因として食べ残し（およそ6割）、食材が傷んでいた、期限切れなどが挙げられます。1人ひとりが意識して身近なところから食品ロス削減に取り組むことで、大きな削減につながります。

食品ロスを減らすためにできること

【買物】

1. 買物へ行く前に自宅にある食材を確認する
2. 余らせないように必要な分だけ購入する
3. 購入する食材の賞味期限や消費期限を確認する

【家庭】

1. 食品の保存方法を見直す
2. 残っている食材から使う
3. 調理時は食べきれる量を作る



工事費用の一部を補助します 【ブロック塀等の撤去工事・既存木造住宅耐震改修】

▶ 問合せ先 まちづくり推進課 TEL76-2503

ブロック塀等の撤去工事

- ▶ 対象 避難路※に面するブロック塀
- ※避難路…住宅等から避難所や避難地等へ至る私道を除く経路のこと
- ▶ 補助金額 工事費の2分の1以内で上限10万円
- ▶ 募集期間 12月22日（金）まで

町ホームページ



既存木造住宅耐震改修

- ▶ 対象 昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ▶ 補助金額 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）で上限50万円
- ▶ 募集期間 11月30日（木）まで

町ホームページ



▶ 申込方法 事前にまちづくり推進課窓口へご相談下さい。（土・日・祝日を除きます）
申請用紙は、上牧町役場 2階まちづくり推進課窓口にて備え付けているほか、上牧町ホームページよりダウンロードできます。詳しくはホームページをご覧ください

※今年度予算の上限に達した場合、募集期間内でも募集を終了する場合があります。

文化協会 作品展示コーナー

▶ 問合せ先 中央公民館 TEL 76-3610

上牧町中央公民館

《パネル展示》

油絵 サンデーパレット 10月20日（金）まで

《陳列ケース》

まきの陶芸クラブ水曜日 10月20日（金）まで

上牧町役場（上牧町文化協会掲示板）

絵画クラブ アトリエ28 10月20日（金）まで

町内の足自慢大募集！ タスキを繋ぐ一体感を体験しませんか？

- ▶ 問合せ 社会教育課スポーツ振興係（第一体育館内） TEL78-0118
上牧町在住の小学5・6年生を対象に、令和6年3月2日（土）に榎原運動公園にて開催される、「第19回市町村対抗子ども駅伝大会」に出場する選手を募集します。
 - ▶ 参加費 無料
 - ▶ 募集期間 令和5年10月1日（日）～（月曜休館日。月曜が祝日の場合は翌日が休館日）
上牧町第一町民体育館にお申し込み下さい。
 - ▶ 募集対象 上牧町在住の小学5年生および6年生
 - ▶ 募集上限 12人（男子6人・女子6人）
- ※定員に達し次第、申し込みを締め切らせていただきます。
※申込み後のスケジュール等については後日連絡します。

初めてのかたでも安心してご参加ください 初心者のための男性料理教室

- ▶ 問合せ 生き活き対策課 2000年会館⑤番窓口 TEL79-2020
- ▶ と き 11月9日（木） 午前10時～午後1時
- ▶ と ころ 2000年会館 調理実習室
- ▶ メニュー 豚肉とじゃが芋の田舎煮、野菜たっぷり骨太和え、
小松菜と揚げのみそ汁、ごはん、豆腐白玉のみたらし団子
- ▶ 対 象 町内在住男性のかた10名
- ▶ 費 用 300円（材料費）
- ▶ 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具、マスク
- ▶ 申込み 10月5日（木）～10月31日（火） 窓口または電話で生き活き対策課まで



自衛官等採用募集

- ▶ 問合せ 自衛隊奈良地方協力本部 榎原地域事務所 TEL0744-29-9060
- ▶ 募集区分 一般曹候補生、自衛官候補生、防衛大学校学生(一般)
防衛医科大学校学生(医学科・看護学科)、高等工科大学校生徒
- ▶ 募集案内詳細 (URL: <https://www.mod.go.jp/pco/nara/>)

広告

ミシン内職募集中

自宅でミシンのお仕事を
してくださる方を探しています

モリハナエのメディカルウェアを
作っている会社です

問い合わせ
モード・シスター
奈良県北葛城郡上牧町板ヶ丘
1-8-5 松井ビル2-A
TEL 0745-32-6525

上牧町公式

LINE カメラ

上牧町から様々な
情報を発信しています。
ぜひ登録ください。

で **QRコード** を
読み取ってください!!

ID
「@kanmaki」

元気講座

歯からはじめる健康づくり

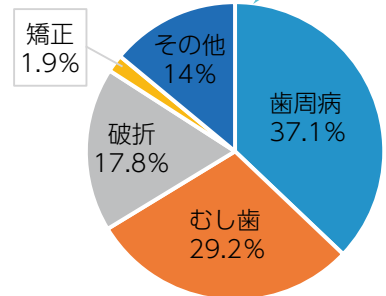
歯周病 は30歳代から増加し痛みや自覚症状はほとんどありません。

痛くないからとほっておくと

歯を支える組織が傷む → 支えがなくなる → 歯が抜け落ちていく

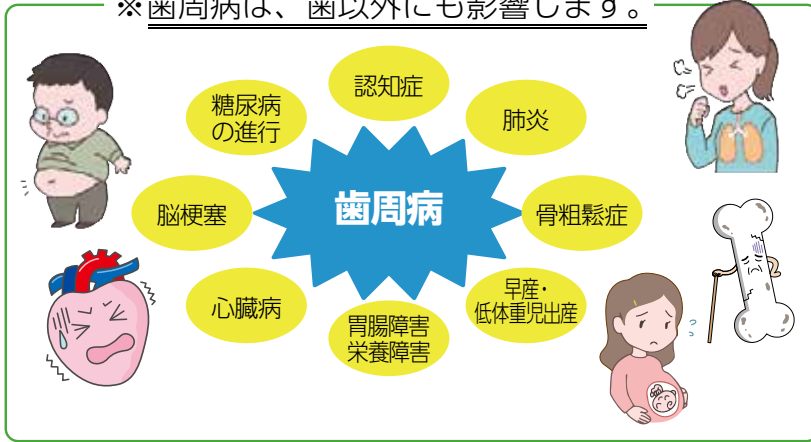
自分の歯でよくかんで食事や会話を楽しむことは生活の質の向上にもつながります。80歳になっても20本の歯を保つ8020運動をすすめるため、一生自分の歯で食べるために、歯と口によい習慣を身につけましょう。

歯を失う主な原因は…
歯周病とむし歯



出典：8020推進財団「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書（2018年）」

※歯周病は、歯以外にも影響します。



こんな症状があれば歯周病かも…

- ✓ 口臭が気になる
- ✓ 歯みがきの時に、出血する
- ✓ 歯がグラグラする
- ✓ 歯と歯の間にすきまができてきた
- ✓ 歯ぐきの赤みが強くなっている

歯周病の予防にはセルフケアとプロケアが必要です

セルフケア（家でできる予防）

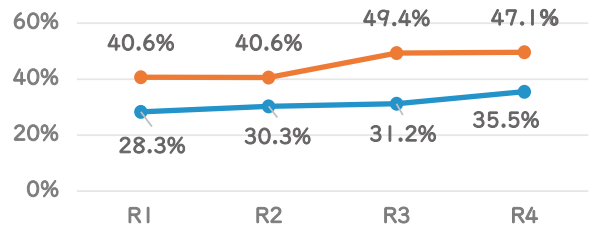
上牧町のかたのデータ

歯みがきを1日3回

・睡眠中は唾液量が減り、細菌が繁殖しやすいため、とくに就寝前の歯磨きは大切です。

歯間ブラシの使用

・歯ブラシだけでは歯と歯の間を磨ききることができません。



出典：なら健康長寿基礎調査

プロケア（歯科医院で予防）

- ・セルフケアでは気づけない歯周ポケットの汚れや、歯石の除去は歯科医院で専門的なケアを受けましょう。
- ・歯周病を防ぐには、定期的な歯科医師によるチェックが必要です。歯周病検診を受けましょう。

歯周病検診のご案内

- ▶ 対象 今年度40～70歳のかた
妊娠中のかた（年齢問わず、体調が落ち着いているなるべく早い時期）
- ▶ 費用 無料（年度につき1回の受診）
- ▶ 期間 令和6年3月末まで
- ▶ 実施場所 上牧町・王寺町内の歯科医院
- ▶ 受診方法 歯科医院に「町の歯周病検診を受けたい」と直接ご予約ください。
- ▶ 検診内容 ①問診（自覚症状など）→②口腔内診査（現在の歯や歯ぐきの状態を確認）→③検診結果の説明



問い合わせ先：生き活き対策課 ☎79-2020

	とき	対象者	受付時間
3か月児健康診査	10月6日(金) 午後	令和5年6月1日～6月28日生まれ	個別通知します。
10か月児健康診査		令和4年12月生まれ	
1歳8か月健康診査	10月18日(水) 午後	令和4年1月11月～2月10日生まれ	

※対象のかたには、待ち時間の短縮のため、時間を調整して個別通知します。

成人健康相談【要予約・無料】

問合せ：生き生き対策課 TEL 79-2020

とき	ところ	対象者	内容等
10月31日(火) 9:00～12:00	2000年会館	年齢・性別は 問いません	糖尿病・高血圧・高脂血症・禁煙・生活習慣を改善したいなど、何でもお気軽にご相談ください。

乳幼児相談【要予約・無料】

問合せ：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
10月3日(火) 9:00～11:30	2000年会館 集団検診室	乳幼児 (0歳～就学前ま でのお子さん) と保護者	【内容】身体計測・育児・離乳食・栄養相談 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳(母子健康手帳)、バスタオル

ささゆりルーム乳幼児相談【予約優先・無料】

問合せ：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
10月20日(金) 10:00～11:30	ラスパ西大和店 ささゆりルーム	乳幼児 (0歳～就学前ま でのお子さん) と保護者	【内容】身体計測・育児相談 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳(母子健康手帳)、バスタオル

☆体温測定のうち、お越してください。(マスク着用については個人の判断をお願いします。)

離乳食教室【要予約・無料】

問合せ：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
10月3日(火) 10:30～11:00	2000年会館 調理実習室	3～5か月乳児 の保護者	栄養士が離乳食開始から初期についての説明をします。初期離乳食の展示。 【持参品】親子健康手帳(母子健康手帳)

プレパパママ教室【要予約・無料】

問合せ：こども未来課 TEL 43-5034

とき	ところ	対象者	内容等
10月12日(木) 9:30～11:30	2000年会館 集団検診室	妊婦さんと パートナー	【内容】 ・パパさんが妊婦さんに変身! ・赤ちゃんをお風呂に入れてみよう ・家事・育児分担を考えよう 【予約方法】こども未来課窓口または電話 【持参品】親子健康手帳(母子健康手帳)、筆記用具

☆体温測定のうち、お越してください。(マスク着用については、個人の判断をお願いします。)



(教室に参加された方の感想)

- ・ネットでは得られない体験や知識が身についた。
- ・妊婦さんのお腹の重さや生活の大変さが少し分かった。
- ・沐浴では、想像以上に赤ちゃんが重く、手順も慣れるまで大変と感じた。

*2000年会館プレイルームの利用について

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

〈対象〉赤ちゃんから就学前までのお子さんと保護者

*妊娠届の予約制について

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

問合せ：こども未来課 TEL 43-5034



子育て・健康

子育て情報

おひさま広場 <登録制・参加費無料>

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

- ▶とき 10月11日(水) ひよこクラス(0歳児)
10月16日(月) うさぎクラス(1歳児)
10月16日(月) くまクラス(2,3歳児)

▶ところ 2000年会館 2階和室

※時間などの詳細はお問い合わせください。

▶問合せ先 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098



サロンぽけっと <申し込み不要・参加費無料>

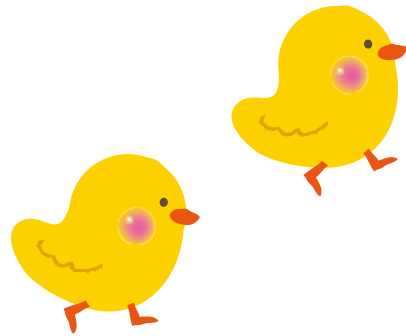
未就学児とその保護者を対象としたゆったりとくつろぐことのできるサロンです。子どもたちは元気に楽しく遊べて、大人はゆったりと過ごせます。子育てサポーターもいますよ。

- ▶とき 月・水・金曜日(平日のみ) 午前10時～午後3時
- ▶ところ 2000年会館 2階くつろぎスペース
- ▶問合せ先 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098

ぴよぴよサロン～親子でリフレッシュ～

<申し込み必要・参加費無料>

- ▶とき 10月12日(木) 午前9時30分～午前10時15分
- ▶対象 令和5年4月2日生まれ以降の子どもと保護者
- ▶ところ 2000年会館 2階くつろぎスペース
- ▶問合せ先 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098



子どもの
五感を養う

親子でマルシェ No.40

学校給食のメニューから

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

チキンのハニーマスタード炒め

鶏肉をはちみつや粒マスタードなどの調味料で炒めます。はちみつのまろやかさと粒マスタードのアクセントがおいしさを引き立てます。鶏肉は小さく切ること、ソースにとろみをつけることで味がよくなじみます。

材料(家庭用4人分)	
鶏肉	1枚(300g)
オリーブ油	小さじ1
赤ワイン	小さじ2
水	大さじ2
はちみつ	小さじ4
粒マスタード	15g
塩・こしょう	少々
濃口しょうゆ	小さじ2
レモン果汁	小さじ1
かたくり粉	小さじ1

作り方

- ① 鶏肉は2cm角に切る。
- ② フライパンにオリーブ油を熱し、①を炒め、ワインをふりかける。出た脂はキッチンペーパーなどでしっかりと拭きとる。
- ③ 水・はちみつ・粒マスタードを②に加える。
- ④ 塩・こしょう・濃口しょうゆを③に加え、味を調える。
- ⑤ レモン果汁を④に加え、水溶きかたくり粉でとろみをつける。



レシピ/栄養教諭：廣川伊希子さん、学校栄養職員：小澤沙耶さん

健康

受診期間終了間近！ 個別大腸がん検診・肝炎ウイルス検査・健康診査・胃内視鏡検査のお知らせ

- ▶ 問合せ先 生き活き対策課 2000年会館⑤番窓口 TEL79-2020
 - ▶ 実施期間 10月31日(火)まで
今年度まだ受診されていないかたは早めに受診してください。
 - ▶ 受診方法 問診票を生き活き対策課で受け取り、実施医療機関(町内の指定医療機関)を確認のうえ、受診してください。(大腸がん検診のみ、片岡台出張所で申請可能)
- ※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。

大腸がん検診

- ▶ 対象 40歳以上のかた(昭和59年4月1日以前に生まれたかた)
- ▶ 内容 2日間採便法
- ▶ 費用 1,000円(75歳以上のかたは 500円)

肝炎ウイルス検診

- ▶ 対象 40歳以上のかた(昭和59年4月1日以前に生まれたかた)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。
- ▶ 内容 血液検査
- ▶ 費用 500円(75歳以上のかたは 250円)

健康診査

- ▶ 対象 生活保護を受けていて今年度40歳以上になるかた(昭和59年4月1日以前に生まれたかた)
- ▶ 内容 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

胃内視鏡検査

- ▶ 期間 令和6年1月31日(水)まで
 - ▶ 対象 50歳以上のかた(2年に1回)(昭和49年4月1日以前に生まれたかた)
- ※令和4年度に町の胃内視鏡検査・令和5年度に集団胃がん検診を受診されたかたは受診できません。
- ▶ 内容 胃カメラによる検査
 - ▶ 費用 3,500円

認知症相談のお知らせ ※要予約

- ▶ 問合せ先・予約先 生き活き対策課 地域包括ケア推進係(2000年会館内) TEL79-2020
- ご自身やご家族等のことで「物忘れが増えた」「忘れ物や物をなくすことが増えた」「以前はできた料理や買い物に手間取る」などのお悩みはありませんか？以前とは様子がちがうなど些細な変化に気づいたら、一人で悩まずに相談することが重要です。
- 上牧町では月1回、認知症の専門家が様々なご相談に対応しています。また、物忘れの状態を簡単にチェックできる機械も用意しておりますので、ぜひお気軽にご相談ください。
- ▶ と き 10月24日(火) ①午後1時30分～午後2時30分 ②午後2時30分～午後3時30分
 - ▶ と ころ 2000年会館内

接種費用無料
高齢者インフルエンザ予防接種

▶ 問合せ 生き生き対策課 2000年会館⑤番窓口 TEL79-2020

▶ 対象者

- ・上牧町に住民登録のある満65歳以上のかた
- ・接種日に60～64歳のかたで、心臓・腎臓・呼吸器機能又はヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障がい有るかた（前記の疾患であり厚生労働省令で定められている状態にあるかた）

▶ 接種期間 令和5年10月1日から翌年1月末日まで

▶ 接種手順

①申請が不要のかた

王寺周辺広域地区（上牧町・王寺町・平群町・三郷町・斑鳩町・河合町・安堵町）の医療機関で受けられるかたは、直接医療機関に予約を入れ、健康保険証を持参して接種を受けてください。

②申請が必要なかた

- ・①以外の北葛地区（広陵町・葛城市・香芝市）やそれ以外の市町村で受ける場合は、持参書類が必要となりますので、本人確認書類を持参のうえ、生き生き対策課にお越しください。
- ・施設や病院に入所・入院している場合も原則、持参書類が必要となります。ご本人が接種を希望される場合、ご家族のかたが代理で申請することが可能です。接種されるかたの本人確認書類を持参のうえ、生き生き対策課にお越しください。代理申請の場合は委任状が必要です。

● 町内接種実施医療機関 ●

医療機関名	住所	電話番号	予約
安達内科医院	桜ヶ丘2-13-21	32-0703	要
天津医院	桜ヶ丘3-30-12	73-6321	要
井阪整形外科	片岡台2-13-12	31-0130	要
かがや内科クリニック	米山台2-2-10	77-8070	不要
きじ内科クリニック	片岡台2-13-15	33-7031	不要
服部記念病院	上牧4244	77-1333	要
奈良友誼会病院	服部台5-2-1	78-3588	要
くずもとファミリークリニック	葛城台3-12-22	51-3355	要
ゆりクリニック	上牧3336-5	78-0205	要
よしむら耳鼻咽喉科	上牧2174-2	43-8733	要

※10月から接種期間となりますが、接種実施機関ごとに接種開始時期や予約方法が異なりますので、接種機関に直接ご確認ください。

※インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンとの同時接種は実施可能（インフルエンザワクチン以外のワクチンの場合は、片方のワクチンを受けてから2週間後に接種できます。）ですが、医療機関によって接種間隔をもうけている場合や、それぞれのワクチン接種の受付時間が異なる場合がありますので、接種予定の医療機関にお問い合わせください。

ベトナム語表記

広報「かんまき」を多言語・読み上げアプリで配信します

Catalog Pocket

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

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




Quan hệ công chúng "Kanmaki" sẽ được phân phối bằng nhiều ngôn ngữ và có ứng dụng đọc sách.

Túi danh mục

Thông tin công khai "Kanmaki" hiện có thể được đọc bằng nhiều ngôn ngữ và tự động đọc to trên điện thoại thông minh hoặc máy tính bảng của bạn. Bạn có thể dễ dàng đọc nó bằng cách tải xuống ứng dụng miễn phí chuyên dụng, vì vậy hãy tận dụng nó.

hệ công chúng Kanmaki (Phiên bản bổ túc danh mục)

Sau khi cài đặt ứng dụng, hãy quét mã QR ở trên để xem thông tin công khai "Kanmaki". Quan hệ công chúng Kanmaki





『いのちのガーデン』

山崎 亮子著・家の光協会



わたしも、ワンコも、植物も、虫も、みんなそのまま、あるがままに生きています。本書では、難病を抱える筆者が、北海道の森や庭から贈り物を受け取りながら送る暮らしぶりを写真やイラストと共に紹介します。

『カミカゼの幽霊』

神立 尚紀著・小学館



終戦の3日後、男は遺書を残し零戦に乗って飛び立ち、東の空のかなたに消えていったとされていました。しかし、彼は名前を変え、素性を偽り戦後を生きていました。この本は、特攻兵器「桜花」の発案者・太田正一の謎多き生涯をたどります。

『絶対聖域 刑事花房京子』

香納 諒一著・光文社



刑務所に一般市民を招くオープンデー。盛況に沸く中、元受刑者の首吊り死体が発見されました。路頭に迷ったの自殺を有力視する刑務官たち。しかし、現場に居合わせた警視庁の花房らは疑問を抱きまわす。刑務官たちは何を守ろうとしているのでしょうか？

『こねこのさがしもの』

マーガレット・ワイズ・ブラウンさく・ロクリン社



ネコヤナギの花がお気に入り、このこねこのウィロー。ところがある日、気づいてみるとネコヤナギの花が突然なくなっていました。彼は、大好きな花を探す旅に出ます。はたして、花は見つかるのでしょうか？(児童書)

10月のおはなし会

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

- とき 10月3日(火) 午前10時30分~11時
- 10月14日(土) 午後2時~2時30分
- 10月17日(火) 午前10時30分~11時
- 10月28日(土) 午後2時~2時30分

ところ 上牧町立図書館 絵本コーナー
※今後の情勢等によりイベントについては適宜検討を行います。ご来場前に必ず図書館のホームページ等で最新の情報をご確認ください。

図書館カレンダー 休館日のお知らせ

10/2(月)・10(火)・16(月)
23(月)・30(月)・31(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。

ボランティアグループ ピーターパン おすすめの本

- 『ぼんだ』(絵本) 倉本 美津留 さく
- 『かあちゃんえほんよんで』(絵本) かさい まりぶん
- 『おおかみのこがはしってきて』(絵本) 寮 美千子 さく

本は図書館に展示していますので、読んでください。

第7回朗読会

心に響く朗読を聞き、ゆったりとした時間を過ごしましょう。

- とき 10月12日(木) 午後1時30分~午後3時30分

ところ 上牧町中央公民館 会議室A・B

内容 朗読の会「青い鳥」による小説・詩・民話などの朗読
※申込不要。当日直接会場までお越しください。

問合先 上牧町立図書館
TEL 78-9903
FAX 71-5820

上牧町ホームページ・図書館ページから蔵書検索ができます。

※本、AV資料は期限内に返却しましょう。

- 図書の貸出は1人5冊2週間 ● CDの貸出は1人1つ1週間
- 自習室の利用(午前9時~午後5時まで) 館内でのDVD視聴可能です。滞在時間の制限はありません。

てんいち先生



編集後記 Yのあとがき

2,590万人(全国カラオケ事業者協会2021年推計)といわれるカラオケ参加人口。カラオケの発祥は日本で、1970年代初頭、8トラック式の小型のジュークボックスにマイク端子が付いたものが、カラオケの前身であるといわれています。以来50年の間に、機器はもちろんのこと、曲のアレンジなども遷移し、いまや社会に根付いた文化となりました。敬老の日のカラオケ発表会(シルバークラブ主催)は、自慢の歌を元気に、美しく、まさに「百〆歌〆繚乱」のステージでした。歌うことは高齢者のかたには脳の活性化、誤嚥防止、ストレス解消にもなるかと。私は、歌でふと懐かしい思い出に浸った一日となりました。

こちら消費生活相談室です

相談日

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

美容医療サービスのトラブル

—不安をあおられたり、割引のあるモニター契約を
勧められても慎重に判断を！—



全国の消費生活センター等には美容医療サービス※に関する相談が多く寄せられています。相談件数は年々増加傾向にあり、2022年度は3,000件を超え、過去5年で最多になりました。

※美容医療サービスとは、医師による医療のうち、「専ら美容の向上を目的として行われる医療サービス」を指し、医療脱毛、脂肪吸引、二重まぶた手術、包茎治療、審美歯科、植毛等が主な施術（医学的処置、手術及びその他の治療）です。

【相談事例①】

インターネットで見つけたAGA治療クリニックで「今やらなければ間に合わない」と言われて約190万円のモニター契約をした。不安をあおられて契約したので取り消したい。
（AGA治療：薬を服用して抜け毛予防や発毛促進を行う治療）

【相談事例②】

美肌治療のカウンセリングを受けた時にリフトアップのモニター契約を勧められた。顔が少し腫れる程度と聞いて施術を受けたが、ひどく腫れてしまい、支払いに納得できない。

【相談事例③】

駅前無料で医療脱毛の声をかけられ、施術後にモニター価格で約46万円の契約をした。契約書類に嘘の収入を書くよう指示されて個別クレジットを申し込んだので、解約したい。

【問題点】

- 消費者の不安をあおったり、モニター契約等による大幅な割引を提案して、即日契約・施術を急がす。
- 施術の手軽さを強調する説明に偏り、消費者がリスクや副作用を十分に理解できていない。
- クレジット契約等の分割払いをしてでも契約をする消費者が多いように説明したり、虚偽の年収や貯金額を申請するよう案内している。

アドバイス

- 今すぐ施術が必要だと不安をあおられたり、モニター契約などを勧められても、その場で契約や施術をしないようにしましょう。
- 施術前にリスクや副作用の確認をしましょう。
- クレジット契約を組んでまで必要な施術なのかよく考えましょう。
- 不安に思った場合やトラブルになったときは、消費生活センターにご相談ください。

消費者ホットライン：「188（いやや!）」番

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

警察相談専用電話「#9110」

最寄りの警察の相談窓口につながる全国共通の電話番号です。

各種相談のご案内

法律相談

上牧町主催（偶数月に開催）

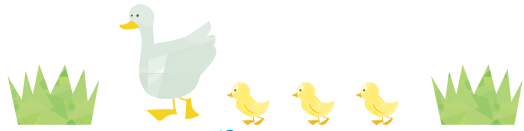
- 担当／弁護士
- とき／2・4・6・8・10・12月の第1水曜日
午後1時30分～4時30分
- ところ／役場3階 会議室5
- 定員／申込順6名（予約制・随時予約）
- 内容／各種法律問題全般
- 申込・問合せ先／秘書人事課 ☎76-2501

中南和法律相談センター（奇数月に開催）

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

行政相談

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



町の動き

令和5年8月31日現在

世帯数	10,064 (-3)
男性	10,170 (+8)
女性	11,234 (-29)
合計	21,404 (-21)

※()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でお願いします。掲載ご希望のかたは、毎月5日までに広告案を持参のうえ、秘書人事課へお申し込みください。（内容により掲載できない場合もあります）

見本 地域密着型で効率的な広告

お店の広告は広報紙で

月1回、町内全戸配布の広告で商売繁盛

広報かんまき いろあ愛

上牧町役場秘書人事課 ☎0745-76-2501

●掲載料…1枠 1万円／2枠 2万円

※この見本の大きさは1枠です。高さ55mm×幅82.5mm
年間3枠以上掲載の場合、割引が適用されますので、ご相談ください。

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

結婚相談会

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

人権相談

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

消費生活相談

- 担当／消費生活相談員

上牧町

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

河合町

- とき／毎週月曜日 午後1時～5時
毎週金曜日 午前9時～午後1時
（上記とも、祝日を除く）
- ところ／河合町役場2階相談室
（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／上牧町役場 秘書人事課 ☎76-2501
河合町役場 ☎57-0200

※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こととなります。

◆土曜日・日曜日に利用できる消費生活相談窓口

公益社団法人 全国消費生活相談員協会 週末電話相談室

大 阪 日曜日 午前10時～12時 午後1時～4時
☎06-6203-7650（年末年始を除く）

公益社団法人 日本消費生活アドバイザー・コンサルタント・相談員協会
大 阪 土曜日 午前10時～午後4時
☎06-4790-8110

教育相談

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

上牧町は非核・平和都市宣言の町です

まきっこ☆きっず No.68

わが家のアイドル、広報かんまきいろあい愛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？



とあ
叶空ちゃん
(2か月)

元気に産まれてきてくれて
ありがとう!!



はる
陽瑠ちゃん
(1歳)

元気でやさしい子に
育ってね!!!



掲載キッズ募集中 みなさんのご応募お待ちしております。

※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 ☎0745-76-2501



応募はこちら

発行

上牧町役場 秘書人事課

上牧町公式Instagram紹介

#kami_iroai



投稿者:みーちゃん(@m.mieko1945)さん

投稿写真:小さな窓から…

Instagramに町指定のハッシュタグ
(#kami_iroai)をつけて投稿された写真を
厳選し、紹介します。

紹介した写真は、町の広報紙やPR物に活用
させていただく場合があります。

ぜひ、公式アカウント(kanmaki_insta)を
フォローしてご投稿ください。



町ホームページ

【問合せ】秘書人事課
電話番号:76-2501

