

「健やかな心身と穏やかな暮らしが」

# いろあい 彩愛

広報かんまき



2 特集「学校支援ボランティア」	26 子育て・健康
4 町民ひろば	33 図書館通信
6 お知らせ 知る・募る・語る	34 こちら消費生活相談室です
8,14,19,32 有料広告	35 各種相談のご案内
25 元気講座	36 まきっこ★きっずNo.66

表紙：上牧第二小学校 環境支援ボランティアの皆さん

# 学校支援ボランティアってどんな活動？

## —学校と地域の協働関係—

いま、学校や幼稚園では地域のみなさんや保護者が「学校支援ボランティア」として活躍されているのをご存知ですか？「学校支援ボランティア」の活動は、地域と共にある学校づくりを推進し、学校と保護者、地域が協働することにより、地域教育力の向上を目指すものです。今回は「学校支援ボランティア」について特集します。



図書室の開館準備や本の整理、図書委員の補助をしています。

### 図書支援



図書室の本の補修作業。ページが取れてしまった本を手作業で直します。



生徒たちに本の読み聞かせを行います。

### 見守り支援



登下校時の見守り活動を実施。子どもたちが安全に安心して登校ができるよう活動をしています。

### 学校支援 ボランティア 活動紹介

### 放課後支援



懇談会時等の託児をしたり、放課後の学習支援を行います。

### 環境整備支援



花壇づくりや草刈り、畑の手入れ、校内や溝などの清掃、プランターの花の入替え、用具の手入れなどを行っています。

### 学習支援



家庭科や音楽、パソコン授業のサポートなどを実施。左の写真は家庭科支援の様子。右の写真はバケツでお米を育てている様子で、ボランティアは土やお米を準備しました。

これらは活動の一部です。他にもたくさんの活動があります。

## ボランティアさんインタビュー

子どもたちの  
笑顔が生きがいに



ふるや かつひろ

学校支援ボランティア 降矢 克博さん  
(活動場所:上牧第二小学校・上牧幼稚園)

——活動のきっかけを教えてください

約8年前、家族がPTAの会長に選ばれました。その時に、私も何かしたいと思い、上牧第二小学校の見守り活動を始めたのがきっかけです。そのうち、第二小学校のコーディネーター※ から、環境整備支援のお話をいただきそちらの活動も始めました。

※コーディネーター…日々学校から寄せられるニーズとボランティアをマッチングする業務を担っている。ボランティア活動を一緒に行うこともある。

——環境整備支援ではどんなことをされているのですか？

花壇の手入れや花の植栽、草刈り、畑を耕したり側溝の泥上げ、ちょっとした木の剪定などを行っています。

——活動を続けていて良かったと思うことはありますか？

町内の各所からボランティアさんが来ているので、自分が住んでいる地域以外の人たちと知り合うことができました。また、登下校の見守りボランティア活動では、子どもたちと話をしたり元気な姿を見たりすることができるので、元気をもらえます。子どもたちの笑顔のおかげで活動を続けられています。体が元気なうちは活動を続けていきたいですね。



整備された花壇

## 「子どもは地域の宝」

うえみょうだい

上牧第二小学校 上明代 校長先生

学校支援ボランティアの皆さんには、本当に支えていただいていると感じています。学校の校門前でいっしょに登校の見守りをしているときに、あるボランティアの方がおっしゃった言葉がとても印象に残っています。

それは、「先生、子どもは地域の宝です。子どもの安全・安心に少しでも力になれるならと思っているのです。」

この言葉を聞いて、子どもを地域の宝だと思ってくださっていること、子どもたちのためになることならと、当たり前のように活動して下さっていることに感激しました。



地域とともにある学校づくりを進めるにあたって、学校支援ボランティアの皆さんは、学校や児童たちにとってなくてはならない存在です。

昨年度、上牧第二小学校は、より安全・安心な学校を目指していく取組を進める学校として、上牧第二中学校とともにセーフティプロモーションスクール (SPS)の認定を受けました。ボランティアの皆さんや保護者の方々による今までの日々の見守り活動が認められたのです。

今後も、交通安全を中心に取り組みを進める予定をしています。これからも地域の皆さんとともに安全・安心な学校づくりを目指してまいります。

## 貸してください あなたの力

学校支援ボランティアとして活動していただくかたを募集しています。



▼対象 町内在住で18歳以上のかた

▼申込 登録申込書に記入のうえ、小・中学校、上牧幼稚園、社会教育課まで提出してください。登録申込書は、社会教育課、2000年会館、図書館、片岡台出張所で配布、町ホームページからダウンロードできます。



町ホームページ

※詳しくは町ホームページをご覧ください。



## 更なる「学校安全」の取り組みを目指して —上牧第二中学校—

昨年度セーフティプロモーションスクール（以下SPS）の認証を受けた上牧第二中学校では、5月27日、SPSの取り組みとして、防災に関わる道徳科授業の参観、救命救急講習（1年生）、災害シミュレーション（2年生）、避難所運営ゲーム（3年生）をそれぞれ実施。3年生の生徒は「避難所にはペットを連れて来た人、介護が必要な人など、避難者が次々とやってくる。避難所運営の難しさが分かった」と感想を述べ、また、保護者からは「SPSの取り組み後、子どもが自主的に家の防災バッグを用意していた。災害に対する意識が強くなったと感じています」という声が聞かれました。



避難所の運営について相談をする生徒たち



力を込めて心臓マッサージ

## 令和5年度上牧町防災訓練を行いました

災害発生時に、住民自らの安全を確保するため、避難所の立ち上げから運営・管理までを円滑に行えることを目的に、7月2日、上牧第二中学校体育館及びその周辺で訓練を実施しました。

訓練には各自治会などから約80名のかたが参加され、奈良県防災士会協力のもと、避難所の開設や備品の組み立てなどを学びました。



訓練の様子



段ボールベッドを組み立てる参加者



仮設トイレ



災害対策用プライベートルーム

## 産官学民連携「奈良セブンの森」

奈良セブンの森事業に係る連携協定式が6月29日、近畿大学奈良キャンパスにて行われ、大和森林管理協会（王寺町）、上牧町、王寺町、近畿大学、セブニーイレブン記念財団（東京都）の5団体で協定を締結しました。

セブニーイレブン記念財団が全国で展開する同事業は、持続可能な森を目指し、自然環境を健全な姿で次世代に引き継ぐため、産官学民が連携して取り組みます。

「奈良セブンの森」事業は、上牧町と王寺町にまたがる「陽楽の森」の環境保全のため、今後、地域のコンビニ店舗スタッフらや近畿大学農学部の学生らが整備活動等に参加します。



連携協定締結式の様子

## 第73回“社会を明るくする運動”内閣総理大臣メッセージ伝達式

第73回“社会を明るくする運動”内閣総理大臣メッセージ伝達式が7月6日、役場にて行われ、奈良保護観察所の大日向所長から今中町長に、内閣総理大臣からのメッセージを手渡されました。

“社会を明るくする運動”とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と、犯罪や非行した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動です。

一人ひとりが犯罪や非行のない地域づくりに何ができるかを考え、明るい社会を実現しましょう。



伝達式の様子

## フリースクールにタブレット端末寄贈 —Daigasグループ社会を明るくする「小さな灯運動」

地域福祉向上のための支援活動を継続されているDaigasグループから7月13日、上牧町フリースクール「Smile Farm かんまき」にタブレット端末を1台寄贈していただきました。今中町長は「子どもたちのために大切に活用させていただきます」と感謝の言葉を述べました。「小さな灯」運動は、Daigasグループの企業ボランティア活動として1981年から活動を展開されており、これまでも当町にいろいろな支援をいただいております。



大阪ガス株式会社福井克久奈良地区支配人(左)から目録などを受け取る今中町長

## かんまきパワーアップ クーポン券

利用期間

令和5年9月7日(木)

令和5年12月31日(日)

### 第4弾

物価高騰対策・地域経済の活性化を目的とし、  
町内のお店で使用できる「かんまきパワーアップクーポン券」  
を発行します。

発送日

令和5年8月2日(水)から【予定】

※9月6日までに届かない場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

発送方法

簡易書留 による郵送

※配達された日に不在の場合は、不在連絡票が入ります。再配達を依頼してください。  
※一部の施設は、直接お届けします。

対象

基準日(令和5年6月1日時点)において  
上牧町の住民基本台帳に記録されているかた

一人につき  
3,000円

宛先

世帯主 様宛て

取扱店舗  
募集中

【参加要件】  
上牧町内に事業所を置く事業者のみ  
【申込期限】  
令和5年9月29日(金)  
※詳しくは、町HPにてご確認ください



問い合わせ

かんまきパワーアップクーポン券事務局  
(企画財政課内)

TEL:0745-76-2502 FAX:0745-76-1002

E-Mail: seisaku@town.kanmaki.lg.jp



最新の情報は  
こちらから

貴社の商品やサービスで、上牧町を全国にPR!

## ふるさと納税返礼品 協力事業者 募集

要件

- 本社、支社、事業所または工場等が町内にある事業者
- 上牧町内で製造、加工などを行っているもの



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」



## 補正予算のお知らせ（第1弾）

町議会5月臨時会及び6月定例会において、可決（承認）されました令和5年度一般会計補正予算（第1回、第2回、第3回）について主な事業をお知らせします。

### 【クーポン券発行事業】

○エネルギー・食料品価格等の物価高騰の影響を受けておられる住民の皆さんへの生活支援と、消費喚起による地域経済の活性化を目的に、令和5年6月1日時点で上牧町の住民基本台帳に記録されているかたに対し、1人あたり3千円分の「かんまきパワーアップクーポン券」を発行します。

※クーポン券は令和5年8月発送予定  
利用可能期間：令和5年9月7日から令和5年12月31日まで  
(予算額 7,696万円)

### 【新型コロナウイルスワクチン接種事業】

○特例臨時接種の期間が令和6年3月31日まで延長されたことに伴い、新型コロナウイルスワクチンの初回接種（1・2回目）を終了した5歳以上のすべてのかたの追加接種を実施します。

※接種期間：令和5年5月から令和6年3月末まで  
(予算額 8,803万円)

### 【子育て世帯生活支援特別給付金事業】

○食費等の物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯に対する生活支援のため、特別給付金を児童1人あたり5万円給付します。

※令和5年5月から給付を開始しています。  
(予算額 1,769万円)

### 【史跡&遺跡巡り「御墳印帖」プロジェクト事業】

○北葛城郡4町への来訪者の増加及びまちの認知度の向上を目的として、御墳印帖及び御墳印を作製します。

(予算額 32万円)



### 【アピアランスケア支援事業】

○がん患者への心理的負担の軽減及び治療をしながらも自分らしく生きることのできる社会を実現することを目的に、容貌等に大きな変化が起きたことにより自分らしさへの喪失感を抱く住民に対し、ウィッグ及び乳房補整具の購入費用の一部を助成します。

(予算額 20万円)

### 【電力・ガス・食料品等価格高騰重点給付金給付事業】

○電気・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、住民税均等割非課税世帯又は家計急変世帯に対し、1世帯あたり3万円を給付します。

※受付期間：令和5年7月上旬から令和5年9月30日まで  
(予算額 9,729万円)

### 【補正予算に関する問合先】

総務部 企画財政課 財政係

TEL：76-2502

(内線297)

mail：seisaku@town.kanmaki.lg.jp

## 水道の一時的な水圧低下と断水のお知らせ

▶問合先 上下水道課（工務係）TEL76-4599

水道施設の自家発電設備入替工事に伴い、次の日時に配水ポンプの運転を一時的に停止します。そのため、町内の全給水地区（片岡台は除く）で一時的に水圧の低下や、地盤の高い地域では断水となる場合があります。

大変ご迷惑をお掛けしますが、設備の故障などによる突然の断水事故を未然に防ぐためにも、ご理解とご協力をお願いします。

▶と き 8月23日（水）午前1時から4時まで（夜間）

# お知らせ

## 精神障害者医療費助成制度における所得制限の撤廃について

▶申請先・問合せ先 福祉課（2000年会館） TEL43-5031 FAX76-1196

これまで、前年の所得などをもとに受給資格を認定していた精神障害者医療費助成（一般・後期高齢者）制度については、令和5年8月1日から所得制限を撤廃します。

次の要件に該当し、現在、精神障害者医療費助成制度を受けておられないかたは、申請手続きをしてください。

※すでに助成制度の認定を受けているかたには、令和5年8月1日以降分の新しい受給資格証または認定通知書を郵送でお送りしています。

### ▶対象者

- (1) 町内に住所を有するかた
- (2) 精神障害者保健福祉手帳1級または2級を所持しているかた
- (3) 国民健康保険、社会保険、後期高齢者医療制度被保険者のかた  
(生活保護を受給しているかたや、他の福祉医療制度を受給しているかたは除きます。)

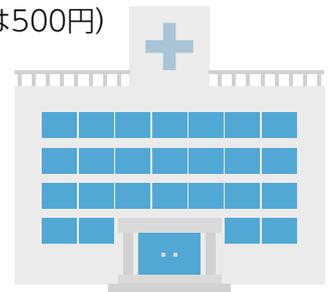
### ▶申請に必要なもの

- ・1級または2級の精神障害者保健福祉手帳
- ・受給を希望するかたの健康保険証または後期高齢者医療保険被保険者証
- ・助成金の振込を希望する口座の通帳
- ・印鑑

### ▶助成内容

原則、全ての診療科における入院・通院等に対して保険診療分の医療費自己負担額から一部負担金を除いた額を助成します。

一部負担金：通院1医療機関につき 500円/月  
入院1医療機関につき1,000円/月（入院14日未満の場合は500円）



### 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** **要予約定員20名** **参加無料**

9月6日水曜日 14時00分開会 (13時30分開場) **「高齢者施設における任意後見制度の取組み事例」** 弁護士 佐々木 育子 先生

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**

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/利用種方式●利用料の支払い方式/全額前払い方式●介護保険/奈良県指定介護保険特定施設(一般型特定施設)●入居時の要件/入居標準および表示事項 特設独立●指定区分/全室個室●一般型特定施設である有料老人ホームの介護にかかわる職員体制/2.5:1以上

### 広告

**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>



## 町税や保険料などの納め忘れはありませんか



▶ 問合せ 徴収課 TEL76-2511

8月は、町県民税（第2期）、国民健康保険税（第2期）、後期高齢者医療保険料（第2期）及び介護保険料（第2期）の納付月です。納期限は8月31日（木）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。



## 【人権相談・行政相談】相談日変更のお知らせ



▶ 問合せ （人権相談）住民保険課 TEL76-2508  
（行政相談）秘書人事課 TEL76-2501

通常の相談日は8月11日ですが、祝日のため変更します。

▶ と き 8月10日（木） 午前9時から正午まで

▶ ところ 役場3階 会議室5

▶ 定 員 不問

# お知らせ

## 都市計画道路服部台明星線開通のお知らせ

▶問合先 まちづくり推進課 TEL76-2503

本町が整備を進めてまいりました、都市計画道路服部台明星線につきましては、この度工事が完成し、次のとおり開通いたしますのでお知らせします。

長期間にわたり、工事の施工及び交通規制などにご協力をいただき誠にありがとうございました。

▶開通区間 服部台一丁目12番地先～服部台一丁目2番地先

▶開通日時 令和5年9月1日（金） 午前10時ごろ



※開通区間はカーブとなっているほか、交差点に新設される信号機や横断歩道がありますので、通行には十分ご注意ください。

## 9月2日(土)から

## コミュニティバスのダイヤ改正及び一部ルートが変わります

町内を巡回するコミュニティバスは、平成25年10月1日からスタートし、今期で10年が経過しました。この間、住民のみなさんの買い物や公共施設又は病院への通院などの交通手段として多くのかたにご利用いただいております。

今後も、住民のみなさんのニーズにお応えし、より一層ご利用しやすい環境づくりとして、9月2日(土)からご不便をおかけしておりました昼の時間帯の増便、服部台明星線開通に伴い服部台1丁目と公共施設をご利用いただくために第1体育館、第2体育館のバス停の増設、それに伴いほほ笑み号のルート変更を行います。

※時刻表については、広報「彩愛」9月号に折り込みをさせていただきます。

■は変更箇所

### ペガサス号

停留所		1便	2便	3便	4便		5便		6便		7便	
		-	-	-	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
2000年会館	発	8:40	9:53	11:06	12:15	12:19	13:37	13:30	14:50	14:43	16:03	15:58
友誼会病院		8:42	9:55	11:08	止	12:21	13:39	13:32	14:52	14:45	16:05	16:00
金富地蔵		8:48	10:01	11:14		12:27	13:45	13:38	14:58	14:51	16:11	16:06
下牧消防屯所		8:52	10:05	11:18		12:31	13:49	13:42	15:02	14:55	16:15	16:10
友が丘東公園		8:54	10:07	11:20		12:33	13:51	13:44	15:04	14:57	16:17	16:12
友が丘西公園		8:55	10:08	11:21		12:34	13:52	13:45	15:05	14:58	16:18	16:13
緑ヶ丘1丁目		8:56	10:09	11:22		12:35	13:53	13:46	15:06	14:59	16:19	16:14
服部台2丁目公園		8:59	10:12	11:25		12:38	13:56	13:49	15:09	15:02	16:22	16:17
友誼会病院		9:02	10:15	11:28		12:41	13:59	13:52	15:12	15:05	16:25	16:20
文化センター		9:03	10:16	11:29		12:42	14:00	13:53	15:13	15:08	16:26	16:21
ラスパ(旧アピタ)		9:06	10:19	11:32		12:45	14:03	13:56	15:16	15:11	16:29	16:24
2000年会館	着	9:08	10:21	11:34		12:47	14:05	13:58	15:18	15:13	16:31	16:26
2000年会館	発	9:13	10:26	11:39		12:52	14:10	14:03	15:23	15:18	16:36	16:31
三軒屋バス停		9:17	10:30	11:43		12:54	14:14	14:07	15:27	15:22	16:40	16:35
上牧町役場		9:19	10:32	11:45		12:56	14:16	14:09	15:29	15:24	16:42	16:37
服部記念病院前		9:22	10:35	11:48		12:59	14:19	14:12	15:32	15:27	16:45	16:40
町営第5住宅東公園		9:26	10:39	11:52		13:03	14:23	14:16	15:36	15:31	16:49	16:44
梅ヶ丘公園		9:29	10:42	11:55		13:06	14:26	14:19	15:39	15:34	16:52	16:47
外町橋		9:32	10:45	11:58		13:09	14:29	14:22	15:42	15:37	16:55	16:50
貴船台集会所		9:34	10:47	12:00		13:11	14:31	14:24	15:44	15:39	16:57	16:52
服部記念病院北		9:35	10:48	12:01		13:12	14:32	14:25	15:45	15:40	16:58	16:53
服部記念病院前		9:37	10:50	12:03	13:30(始)	13:14	14:34	14:27	15:47	15:42	17:00	16:55
上牧町役場		9:40	10:53	12:06	13:28	13:17	14:37	14:30	15:50	15:45	17:03	16:58
三軒屋バス停		9:42	10:55	12:08	13:30	13:19	14:39	14:32	15:52	15:47	17:05	17:00
ラスパ(旧アピタ)		9:46	10:59	12:12	13:34	13:23	14:43	14:36	15:56	15:51	17:09	17:04
2000年会館	着	9:48	11:01	12:14	13:36	13:25	14:45	14:38	15:58	15:53	17:11	17:06

ささゆり号

停留所		1便		2便		3便		4便		5便		6便		7便	
		改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
2000年会館	発	-	-	-	-	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
友誼会病院		8:37	9:49	11:03	止	12:13	12:17	13:35	13:31	14:49	14:45	16:03	15:59		
片岡台幼稚園		8:41	9:55	11:09			12:23	13:41	13:37	14:55	14:51	16:09	16:05		
星和台2丁目バス停		8:43	9:57	11:11			12:25	13:43	13:39	14:57	14:53	16:11	16:07		
片岡台1丁目バス停		8:45	9:59	11:13			12:27	13:45	13:41	14:59	14:55	16:13	16:09		
滝川台北口		8:50	10:04	11:18			12:32	13:50	13:46	15:04	15:00	16:18	16:14		
ゆりが丘		8:52	10:06	11:20			12:34	13:52	13:48	15:06	15:02	16:20	16:16		
友誼会病院		8:55	10:09	11:23			12:37	13:55	13:51	15:09	15:05	16:23	16:19		
文化センター		8:57	10:11	11:25			12:39	13:57	13:53	15:11	15:07	16:25	16:21		
ラスパ (旧アピタ)		9:00	10:14	11:28			12:42	14:00	13:56	15:14	15:10	16:28	16:24		
2000年会館	着	9:02	10:16	11:30			12:44	14:02	13:58	15:16	15:12	16:30	16:26		
2000年会館	発	9:07	10:21	11:35			12:49	14:07	14:03	15:21	15:17	16:35	16:31		
三軒屋バス停		9:11	10:25	11:39			12:53	14:11	14:07	15:25	15:21	16:39	16:35		
上牧町役場		9:13	10:27	11:41			12:55	14:13	14:09	15:27	15:23	16:41	16:37		
米山台バス停		9:14	10:28	11:42			12:56	14:14	14:10	15:28	15:24	16:42	16:38		
服部記念病院前		9:16	10:30	11:44			12:58	14:16	14:12	15:30	15:26	16:44	16:40		
松里園消防屯所		9:21	10:35	11:49			13:03	14:21	14:17	15:35	15:31	16:49	16:45		
松里園公民館		9:23	10:37	11:51			13:05	14:23	14:19	15:37	15:33	16:51	16:47		
松里園西口		9:25	10:39	11:53			13:07	14:25	14:21	15:39	15:35	16:53	16:49		
南上牧		9:26	10:40	11:54			13:08	14:26	14:22	15:40	15:36	16:54	16:50		
昭和団地		9:29	10:43	11:57			13:11	14:29	14:25	15:43	15:39	16:57	16:53		
北上牧文化館		9:31	10:45	11:59			13:13	14:31	14:27	15:45	15:41	16:59	16:55		
服部記念病院前		9:33	10:47	12:01	13:23(始)		13:15	14:33	14:29	15:47	15:43	17:01	16:57		
米山台バス停		9:35	10:49	12:03	13:25		13:17	14:35	14:31	15:49	15:45	17:03	16:59		
上牧町役場		9:36	10:50	12:04	13:26		13:18	14:36	14:32	15:50	15:46	17:04	17:00		
三軒屋バス停		9:38	10:52	12:06	13:28		13:20	14:38	14:34	15:52	15:48	17:06	17:02		
ラスパ (旧アピタ)		9:42	10:56	12:10	13:32		13:24	14:42	14:38	15:56	15:52	17:10	17:06		
2000年会館	着	9:44	10:58	12:12	13:34		13:26	14:44	14:40	15:58	15:54	17:12	17:08		

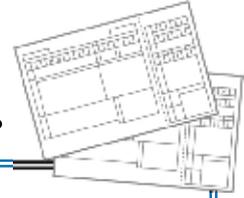
ほほ笑み号

停留所		1便		2便		3便		4便		5便		6便		7便	
		改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
2000年会館	発	8:30	8:30	9:47	9:48	11:04	11:06	12:17	12:24	13:33	13:42	14:50	15:00	16:07	16:18
服部台1丁目			8:33		9:51		11:09		12:27		13:45		15:03		16:21
貴船台北口		8:33	8:34	9:50	9:52	11:07	11:10	12:20	12:28	13:36	13:46	14:53	15:04	16:10	16:22
服部記念病院前		8:35	8:36	9:52	9:54	11:09	11:12	12:22	12:30	13:38	13:48	14:55	15:06	16:12	16:24
上牧町役場		8:38	8:39	9:55	9:57	11:12	11:15	止	12:33	13:41	13:51	14:58	15:09	16:15	16:27
三軒屋公民館		8:40	8:41	9:57	9:59	11:14	11:17		12:35	13:43	13:53	15:00	15:11	16:17	16:29
新町消防屯所		8:42	8:43	9:59	10:01	11:16	11:19		12:37	13:45	13:55	15:02	15:13	16:19	16:31
三軒屋バス停		8:44	8:45	10:01	10:03	11:18	11:21		12:39	13:47	13:57	15:04	15:15	16:21	16:33
りすさん公園		8:48	8:49	10:05	10:07	11:22	11:25		12:43	13:51	14:01	15:08	15:19	16:25	16:37
うさぎさん公園		8:49	8:50	10:06	10:08	11:23	11:26		12:44	13:52	14:02	15:09	15:20	16:26	16:38
葛城台バス停(五軒屋)		8:51	8:52	10:08	10:10	11:25	11:28		12:46	13:54	14:04	15:11	15:22	16:28	16:40
第1体育館			8:55		10:13		11:31		12:49		14:07		15:25		16:43
プレステアーバン		8:54	8:57	10:11	10:15	11:28	11:33		12:51	13:57	14:09	15:14	15:27	16:31	16:45
上小児童保育所前		8:56	8:59	10:13	10:17	11:30	11:35		12:53	13:59	14:11	15:16	15:29	16:33	16:47
上牧町役場		8:58	9:01	10:15	10:19	11:32	11:37		12:55	14:01	14:13	15:18	15:31	16:35	16:49
服部記念病院前		9:01	9:04	10:18	10:22	11:35	11:40		12:58	14:04	14:16	15:21	15:34	16:38	16:52
貴船台北口		9:03	9:06	10:20	10:24	11:37	11:42		13:00	14:06	14:18	15:23	15:36	16:40	16:54
服部台1丁目			9:07		10:25		11:43		13:01		14:19		15:37		16:55
文化センター		9:05	9:09	10:22	10:27	11:39	11:45		13:03	14:08	14:21	15:25	15:39	16:42	16:57
ラスパ (旧アピタ)		9:08	9:12	10:25	10:30	11:42	11:48		13:06	14:11	14:24	15:28	15:42	16:45	17:00
2000年会館	着	9:10	9:14	10:27	10:32	11:44	11:50		13:08	14:13	14:26	15:30	15:44	16:47	17:02
2000年会館	発	9:15	9:15	10:32	10:32	11:49	11:49		13:13	14:18	14:31	15:35	15:49	16:52	17:07
米山台6丁目		9:18	9:17	10:35	10:35	11:52	11:53		13:11	14:21	14:29	15:38	15:47	16:55	17:06
友誼会病院		9:20	9:19	10:37	10:37	11:54	11:55		13:13	14:23	14:31	15:40	15:49	16:57	17:08
桜ヶ丘3丁目バス停		9:24	9:23	10:41	10:41	11:58	11:59		13:17	14:27	14:35	15:44	15:53	17:01	17:12
第2体育館			9:25		10:43		12:01		13:19		14:37		15:55		17:14
桜ヶ丘1丁目		9:26	9:27	10:43	10:45	12:00	12:03		13:21	14:29	14:39	15:46	15:57	17:03	17:14
桜ヶ丘東公園		9:28	9:29	10:45	10:47	12:02	12:05		13:23	14:31	14:41	15:48	15:59	17:05	17:16
友誼会病院		9:33	9:34	10:50	10:52	12:07	12:10		13:28	14:36	14:46	15:53	16:04	17:10	17:21
米山台6丁目		9:35	9:36	10:52	10:54	12:09	12:12		13:30	14:38	14:48	15:55	16:06	17:12	17:23
文化センター		9:37	9:38	10:54	10:56	12:11	12:14		13:32	14:40	14:50	15:57	16:08	17:14	17:25
ラスパ (旧アピタ)		9:40	9:41	10:57	10:59	12:14	12:17	13:30(始)	13:35	14:43	14:53	16:00	16:11	17:17	17:28
2000年会館	着	9:42	9:43	10:59	11:01	12:16	12:19	13:32	13:37	14:45	14:55	16:02	16:13	17:19	17:30

## ●奈良県中南和県税事務所からのお知らせ●

### 個人事業税の

第1期分の納期限は、**8月31日(木)**  
第2期分の納期限は、**11月30日(木)**です。



**個人事業税の納付書は、  
第1期分・第2期分をまとめて同封しています。**

お間違いのないようご注意ください。  
第2期分の納付書は、紛失しないよう保管いただき、11月30日までに納付して下さい。  
※第1期分・第2期分をまとめて8月31日までに納付することもできます。

- ※年税額が1万円以下の場合は、第1期分の納期限までに全額を納付いただくことになっています。
- ※コンビニエンスストアやペイジー(インターネットバンキング・ATM等)、スマートフォン決済アプリ(バーコード読み取り/PayB、PayPay、LINE Pay)での納付もできます。
- ※口座振替制度もご活用ください。お申し込みは金融機関にてお願いします。



詳しくは、中南和県税事務所 課税係  
(Tel0744-48-3004)までお問い合わせ下さい。



## 地方税統一QRコード(eL-QR)による納税手段の拡大について

納付書に印字される「地方税統一QRコード(eL-QR)」を利用して、スマートフォン決済アプリやクレジットカード、インターネットバンキングなど、さまざまなお支払い方法がご選びいただけます。

**利用可能な税目** **令和5年4月～自動車税種別割**  
**令和6年1月～県税の全税目**

※eL-QRが印字されている納付書に限ります。

<b>地方税お支払サイト</b>	地方税お支払サイトへアクセスして、納付書に印字されているeL-QRを読み取ることにより、クレジットカードやインターネットバンキング、ダイレクト方式から選択して納付できます。	<b>スマートフォン決済アプリ</b>	ご利用のスマートフォン決済アプリを起動し、納付書に印字されているeL-QRを読み取って納付してください。利用可能なアプリは地方税お支払サイトをご覧ください。※利用するアプリによっては、一定の条件を満たしていないと納付ができない場合があります。アプリの使用方法や利用条件等の詳細については、納付前に各アプリのホームページにてご確認ください。
------------------	--	---------------------	---

<b>金融機関窓口</b>	納付書にeL-QRが印字されている場合、納付書ウラ面に記載の金融機関等だけでなく、全国の地方税統一QRコード対応金融機関の窓口やATMでも県税の納付ができます。利用可能な金融機関は、eLTAXのホームページでご確認ください。
---------------	--

令和6年1月から奈良県の各県税事務所・自動車税事務所の窓口で県税の現金納付を廃止します。キャッシュレス納付にご協力をお願いいたします。

**地方税お支払サイト**

地方税のお支払が便利・簡単に!!



スマホやパソコンでお支払が可能です

[www.payment.eltax.lta.go.jp/](http://www.payment.eltax.lta.go.jp/)



※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。

がん患者のかたへ



## ウィッグ／乳房補整具

### 購入費助成制度のお知らせ

上牧町では、がん患者のみなさまの療養生活や社会参加を応援しています。がん治療に伴う外見の変化に対応するウィッグ（かつら）、乳房補整具の購入費用の一部を助成します。

#### 対象者

##### 【次の全てに該当するかた】

- ・申請日時点で上牧町に住民票があるかた
- ・がんと診断され、がん治療を受けている方または、過去に受けたかた
- ・がん治療に伴う脱毛または外科的治療などによる乳房の変形に対応する補整具を購入したかた
- ・過去に他の市町村から同種の補整具購入の補助を受けていないかた

#### 対象品

##### 【助成の対象】

- ・ウィッグ（頭皮保護ネットを含む） ・毛付き帽子
- ・乳房用補整具（乳房用補整パッド又は人工乳房、それらを固定する下着を含む）

#### 助成金額

購入費用の2分の1（上限各2万円）

※100円未満は切り捨て。

ウィッグ・毛付き帽子の助成回数はおひとりにつき各1回限り。乳房補整具については、左右毎に1回ずつ助成。

#### 申請方法

下記の①～⑤の必要書類を揃えて生き活き対策課までご持参ください。

##### 【必要なもの】

- ①上牧町アピアランスケア支援事業助成金交付申請書兼請求書（ホームページからダウンロードできます。また生き活き対策課にも備え付けています）
- ②申請者の本人確認書類
- ③振込先の口座番号がわかるもの
- ④購入したことがわかる領収書等（申請者名、購入日、購入金額、購入品目、対象者名、領収書の発行者名の記載及び印鑑が押印してあるもの）
- ⑤がん治療に伴う脱毛または外科的治療などによる乳房の変形を証明する書類（お薬手帳、診療明細書、治療方針計画書等）、抗がん剤名が記載されているなど、がん治療を受けていることが確認できるもの
- ⑥印鑑（シャチハタ以外）

#### 申請期限

申請できるものは、購入日の翌日から1年以内のものになります。

※令和5年4月1日以降の購入分から申請できます。

#### ◎対象となるウィッグとは？

全頭用・部分用ウィッグ及び毛付き帽子が対象です。

医療用かどうかは問いません。また頭皮保護ネットも対象です。なお、くしやクリナーなどのケア用品・医療用帽子は対象外です。

#### ◎対象となる乳房補整具とは？

補整下着（補整パッドと下着が一体になったもの）、補整パッド、人工乳房（肌に密着させて使うもの）が対象。補整パッドまたは人工乳房を固定するために購入した補正機能のない下着は、補整パッドまたは人工乳房と共に申請する場合のみ対象とします。



くりはちゃん



#### 【申込先】

上牧町生き活き対策課  
（2000年会館内）

TEL 79-2020

## お知らせ



～助けたい 思いが届く 献血で～



7月1日～8月31日まで県内各地で「愛の血液助け合い運動」街頭献血キャンペーンを実施中です。近年、少子化に伴い献血者が減少し、厳しい状況が続いています。今後も患者さんに血液を安定的に届けるためには、今まで以上に若い世代の献血へのご理解とご協力が不可欠です。献血は身近でできる大きな社会貢献です。この機会に献血に行ってみませんか？

▶と き 8月24日（木）午前9時30分から11時30分まで

▶ところ 上牧町役場 1階ロビー



2023 Renewal 求人募集したい県内企業×奈良県で働きたい人

# 就職支援

## ジョブならnet

奈良県が運用する就職支援サイト！

県内企業の求人や就職イベント情報など  
奈良県への就職活動に役立つ情報を提供します。

登録はこちらから／





登録無料

【問合先】  
奈良県 産業・観光・雇用振興部 奈良しごとiセンター  
〒630-8325 奈良市西木辻町93-6 TEL:0742-23-5729 FAX:0742-23-5757  
高度専門人材について（県内就労あっせん・起業支援センター）  
TEL:0742-27-8054 FAX:0742-23-5757

## 広告

四番札所  
額尾山 純福寺

## 傍丘三十三カ所観音霊場

南上牧 浄安寺裏山にいらっしゃい～  
西国三十三カ所観音霊場石仏が御詠歌と共に、  
山の各所に配置されています。  
ご家族で、グループで、ハイキング気分で、  
自然の中で、ゆっくりお楽しみ下さい。

過去五回 皆様方の清掃活動で非常に通りやすくなりましたが  
雨上がりは落ち葉で滑りやすいです。十分に注意しながら、お通り下さい。  
清掃ボランティアは、次回10月15日(日曜日)迄お休み致します

五番札所  
堂雲山葛井寺六番札所  
安住山南法華寺

浄安寺 住職 川田光博  
副住職 川田文  
連絡先 090-2191-7109



## 高齢者の集いを開催します



▶問合先 生き生き対策課 TEL79-2020

新型コロナウイルス感染拡大の影響により中断していた【高齢者の集い】を4年ぶりに開催します。高齢者の事故が多発しているなか、悲惨な事故の加害者・被害者にならないために、安全運転の留意点や対処方法などの講習会を企画しました。終了後には演奏会があり、ハープとギターが奏でる魅惑の音色をお楽しみいただけます。

▶と き 9月20日（水） 午後1時30分～3時00分

▶と ころ 2000年会館 2階 多目的室

▶内 容 交通安全講習会・ハープとギター演奏  
ハープ 井藤和美さん ギター 伊藤忍さん

▶対 象 者 町内在住で60歳以上のかた

▶料 金 無料

▶定 員 先着50名

▶申込期間 8月8日（火）～18日（金）（土・日・祝日を除く）

▶申込方法 生き生き対策課窓口もしくは、電話でお申し込みください。 ハープを奏でる井藤さん

▶主 催 健康上牧21計画高齢グループ実行委員会



## 2023会長杯ソフトボール大会



▶問合先 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） TEL78-0118

▶と き 9月3日（日）雨天中止

選手集合：午前8時 試合開始：午前9時

▶と ころ 健民グラウンド・上牧中学校グラウンド

▶対 象 者 ・町内在住、在勤の高校生以上の男女のかた ・スポーツクラブ登録チーム

▶参加資格 参加チームは、監督・コーチ・選手合わせて二十名以内。  
※女子の部は、1チーム以下の参加の場合は中止とします。

▶申込方法 8月16日（水）から27日（日）までの間に、第一町民体育館窓口でお申し込みください。



## 個人番号（マイナンバー）カードの8月休日・夜間交付のお知らせ



▶問合先 住民保険課 住民係 TEL76-2508

・休日交付窓口 8月13日（日）午前9時～

・夜間交付窓口 8月25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  
※完全予約制で実施しますので、事前に住民保険課住民係までご連絡ください。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ありますが、ご了承ください。

## お知らせ

## 竹島成佳団長が（公財）奈良県消防協会の副会長に就任

上牧町消防団の竹島成佳団長が令和5年5月30日付けで（公財）奈良県消防協会の副会長に就任されました。任期は令和7年5月までの2年間務められます。



（公財）奈良県消防協会副会長に就任された竹島団長

## 植木の枝や草類の捨て方

▶問合先 建設環境課 生活環境係 TEL76-2504

草木は「燃えるごみ」として出してください。

- 長い枝などは、1枚の袋に入る大きさに切ってから町指定のごみ袋（黄色）に入れてください。
- 草類は乾かしてから指定ごみ袋（黄色）に入れて出してください。

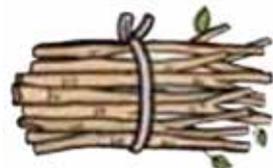


袋に入りきれないほど大量の枝や草類が出た場合は、ごみ中継施設へ持込みができます。ただし、袋に入っていない分に関しては、10kgごとに150円の処理手数料が必要です。まずは建設環境課（役場1階②番窓口）までお越しください。

（持込みの受付時間）

平日の午前9時～午前11時30分 及び 平日の午後1時～午後4時

また、袋からはみ出すような大きな幹は「粗大ごみ」となります。  
※幹の太さが概ね20cmを超える場合は、建設環境課にご相談ください。



長さは概ね1m

## 命の尊さ訴える 平和祈念資料展・朗読劇を開催

▶問合先 秘書人事課 TEL76-2501

## 平和祈念資料展

「もう…あの<sup>あなた</sup>悲涙は流すまい ～特攻隊と知覧～」  
特攻の概要や特攻隊員の遺影・遺書などを紹介し、平和の大切や命の尊さを訴えます。

- ▶とき 8月2日（水）～15日（火）  
午前9時～午後5時まで  
月曜休館（2日は午後1時から、  
15日は午後3時まで）

▶ところ 上牧町文化センター

▶料金 無料

## 平和祈念特別企画・朗読劇

「最期の<sup>こいふみ</sup>戀文 ～会いたい 話したい～」  
昭和が遠くなればなるほど忘れてはいけないことがある…。町職員が朗読劇を勤めます。

- ▶とき 8月4日（金）午後2時～  
8月5日（土）午前11時～

▶ところ 上牧町文化センター

▶料金 無料



知覧特攻平和会館提供



## 上牧町第9期介護保険事業計画策定委員会を開催



▶問合先 生き活き対策課 介護保険係 TEL79-2020

上牧町第9期介護保険事業計画策定委員会を開催します。

- ▶と き 8月29日（火）午後1時30分から
- ▶と ころ 2000年会館 2階 多目的室
- ▶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）



## イエローチョーク作戦（犬のフン害対策）のご紹介



▶問合先 建設環境課 生活環境係 TEL76-2504

イエローチョーク作戦とは

犬のフン害を減らすため、道路等に放置されたフンの周囲を黄色のチョークで丸く囲むように描き、日時等を書くことによって、困っている住民がいることを散歩マナーの悪い飼い主に伝え、自発的な回収を促す取り組みです。（他市町村でフン害の減少効果が確認されています。）

犬のフン害でお困りのかた、この作戦をやってみようと思われたかたは、役場建設環境課（役場1階②番窓口）で黄色いチョークをお渡しします。

フンやごみの落ちていない、きれいなまちとなるよう皆さまのご協力をよろしくお願いします。

### ▶実施方法

- ① 放置されているフンを黄色いチョークで丸く囲み、日時を書く。
- ② 日時を変えて再度現場を確認する。
- ③ フンがまだあるとき→確認した日時を書く。  
フンがないとき →確認日時を書いて「なし」と書く。
- ④ ①～③を繰り返す。



### ▶注意事項

- ・チョーク以外は使用しないでください。
- ・許可なく私有地や他人の管理地に書かないでください。
- ・自動車などの通行の妨げにならないように実施し、交通事故などに十分ご注意ください。



### 【お詫びと訂正】

▶問合先 住民保険課 保険年金係 TEL76-2508

上牧町国民健康保険加入者（40歳以上）のかたに、「特定健康診査受診券」（あさぎ色）を令和5年5月にピンク色の封筒でお送りしていますが、記載事項に誤りがありました。正しくは、以下のとおりです。

【誤】有効期限：2024年（令和6年）3月31日



【正】有効期限：2024年（令和6年）1月31日

加入者のかたには、大変ご迷惑をおかけして申し訳ございませんでした。お詫びして訂正いたします。

## お知らせ

## 「次世代と描く原爆の絵」展を開催

▶問合先 新日本婦人の会 上牧支部 TEL0745-72-0925 (芦辺)

広島の被爆体験証言をもとに被爆時の光景を高校生たちが絵に描いた「原爆の絵」を展示します。平和の尊さについて改めて考えていただく時間であることを願い、ご来場をお待ちしています。

▶と き 8月6日(日) 午前11時～午後4時 8月7日(月)・8日(火) 午前9時～午後4時  
8月9日(水) 午前9時～午後3時

▶ところ ラスパ西大和2階 ささゆりルーム

▶費用 無料

▶後援 上牧町

## かもきみの湯 お盆・年末年始利用料金のお知らせ

▶問合先 奈良県御所市五百家333 かもきみの湯 TEL0745-66-2641

下記の期間については、特別料金となりますので、ご注意ください。

大人(中学生以上)	800円	当日入浴券(1名)
-----------	------	-----------

【お盆】令和5年8月14日(月)～令和5年8月18日(金)

【年末】令和5年12月25日(月)～令和5年12月29日(金)

【年始】令和6年1月2日(火)～令和6年1月5日(金)

(通常料金)

大人(中学生以上)	平日	700円	当日入浴券(1名)
	休日	800円	

## 文化協会作品発表会

▶問合先 中央公民館 TEL 76-3610

上牧町中央公民館

《パネル展示》

絵画クラブ アトリエ28 8月18日(金)まで

書道クラブ遊墨会 8月18日(金)～9月22日(金)

《陳列ケース》

まきのは陶芸クラブ火曜日 8月11日(金)

山領友禅染 8月11日(金)～9月15日(金)

上牧町役場(上牧町文化協会掲示板)

西大和水彩画クラブ

9月8日(金)まで



地震、雷、風水害などの  
自然災害に備え、日頃から  
電気の安全に努めましょう

自然災害発生時には停電の可能性が高くなります。  
日頃から「自分の安全は自分で守る」心構えをしておくとともに、  
対策を考えておくことが大切です。

スイッチを切り  
プラグを  
抜いておく!

電気製品は、スイッチを切り  
プラグをコンセントから  
抜くことを心がけましょう。



8月は電気使用安全月間です

経済産業省 主催



One Mission. One Future.

関西電気保安協会

広告

# サマージャンボ

# 7 億円

1等前後賞合わせて7億円  
1等5億円、前後賞各1億円

# サマージャンボ ミニ

# 3 千万円

当せんの  
チャンス  
広がる!

1等前後賞合わせて3,000万円  
1等2,000万円、前後賞  
各500万円



PCやスマホで  
ネット購入!



宝くじ公式サイト

<https://www.takarakuji-official.jp/>

この宝くじの収益金は、

市町村の明るく住みよい

まちづくりに使われます。

**締切迫る! 8月4日(金)まで**

発売期間 / 7月4日(火)~8月4日(金) 抽せん日 / 8月18日(金)

各1枚  
300円

2023年市町村振興宝くじ

公益財団法人 奈良県市町村振興協会

## 未来を切り開け！ 求む新戦力！



令和5年4月からの新しい仲間たち



令和5年度(令和6年4月採用)

# 上牧町職員採用試験

募集職種：一般行政職(上級・中級・初級)

土木職

※保健師募集中!!

申込期間

令和5年8月17日(木)～8月31日(木)

申込はインターネット【e古都なら】のみとなります

1次  
試験日時

令和5年9月15日(金)～10月2日(月)

※1次試験はテストセンター方式

(各地に設置されたテストセンター会場のうちから受験者が日時を選択)

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

お問い合わせ

〒639-0293

奈良県北葛城郡上牧町大字上牧3350番地

上牧町 総務部 秘書人事課

TEL 0745-76-2501(直通) FAX 0745-76-1002

E-mail hisyo@town.kanmaki.lg.jp



小学1～3年生の保護者のみなさまへ



# まきっ子塾

に入りませんか？



## まきっ子塾って？

小学校1年生から3年生を対象に家庭学習の定着や保護者のかたの負担軽減を目的に行っています。



## いつ、どこで勉強しているの？

水曜日の放課後1時間程度、小学校の特別教室などを利用して勉強しています。



## 参加費用は？ 無料です。



## 勉強の進め方は？

3～4人の児童に対して1人の学習アドバイザーが学習支援を行うグループ学習で、少人数でのきめ細やかな指導を行っています。宿題からはじめ、終わったら復習のためにまきっ子プリントをします。



## 学習アドバイザーはどんな人？

退職した教員経験者や将来教員を目指す学生です。



## 塾終了後は？

学童に通われているお子さんは学童まで送り届けています。  
学童に通われていないお子さんは保護者の皆様が必ずお迎えに来てください。



## 児童や保護者からの評判は？

少人数のお友達と楽しく勉強する場を持つことができた！（上小保護者）  
子どもが楽しいと言っていて水曜日を楽しみにしています！（二小保護者）  
親や学校の先生以外に勉強をみてもらうのがとても良い経験でした！（三小保護者）



## いつからはじまるの？

2学期は2・3年生は9月13日(水)1年生は9月20日(水)開始予定です。  
参加を希望する方は、上牧町役場社会教育課、または各小学校にお問い合わせください。



令和4年度  
参加児童  
147人！



### お問い合わせ先

上牧町役場 社会教育課	0745-76-2532
上牧小学校 まきっ子塾	090-1130-6573
上牧第二小学校 まきっ子塾	090-1130-6756
上牧第三小学校 まきっ子塾	090-1130-7354



# 募集

## 令和5年度 上牧町協働のまちづくり公募型補助金

社会的・地域的な課題の解決に向けて、町民の皆さんにより組織される団体が自主的・自立的に取り組む公益性のある事業に対して、補助金を交付する「上牧町協働のまちづくり公募型補助金」について、**追加募集**を行います。自由なテーマで、町民の皆さんの知識・経験・アイデアを生かして行う事業を募集しています！

**募集期間** 令和5年8月1日(火) ▶ 令和5年8月18日(金)

**追加募集**

### ● 補助金の種類

	「自由提案事業補助金」	「スキル活用事業補助金」	「自立事業化前提型補助金」
対象	自由なテーマで提案した社会的・地域的な課題の解決に資する事業	団体の持つ知識や経験を生かし自立した活動を展開することで、社会的・地域的な課題の解決に資する事業	地域で抱える課題をビジネスの手法（サービスの受け手から対価を徴収する方法）により解決する事業（公益的活動を行うNPO法人の立ち上げなど）
補助限度	上限15万円 (補助率100%) ※同一団体への交付は、原則3回まで	上限15万円 (補助率50%) ※同一団体への交付は、原則2回まで	上限50万円 (補助率100%) ※同一団体への交付は、原則1回まで

### ● 申請から実績報告までの流れ

- ① 応募書類の提出   ② 審査   ③ 審査結果の通知   ④ 事業実施   ⑤ 実績報告書の提出
- ・書類審査（資格要件等）   ③ 交付決定通知書の送付   ※事業実施期間   ⑤ 事業完了後30日以内
  - ・プレゼンテーション審査   ③ 補助金の交付請求   ④ 交付決定日～令和6年2月29日

問い合わせ 企画財政課 TEL：76-2502 FAX：76-1002

申請方法（募集要項）や過去の補助事業については、町ホームページからご確認いただけます。



## 自殺予防ゲートキーパー養成研修を行います

▶ 問合せ 生き生き対策課 TEL79-2020

上牧町では、自殺者ゼロを目標に掲げ施策を進めているところですが、自殺者ゼロの目標を達成するためには、町職員や住民の皆さんが、自殺に対する認識を深め、日々の地域活動や日常生活を通じてその人が出す様々な自殺の危険を示すサインに気づき、そのサインを見逃さずに適切な対応を図ることが重要となってきます。

その自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応（気づき、声かけ、傾聴、支援）を図ることができる人を養成するゲートキーパー養成研修を実施します。

- ▶ と き 8月23日(水)  
【午前の部】 午前10時から正午まで  
【午後の部】 午後2時から午後4時まで
- ▶ と ころ 役場西館3階 集会室
- ▶ 募集人数 午前・午後各5名程度 ※要予約
- ▶ 費 用 無料



## 人権メッセージを募集します

- ▶ 応募先・問合せ先 奈良県文化・教育・くらし創造部人権施策課啓発推進係  
TEL0742-27-8719 FAX0742-27-8721

個性や価値観、言語、風習、民族、国籍など、さまざまな多様性から社会は成り立っています。誰もが豊かに生きるため、互いの違いをありのままに受け入れ、一人ひとりが自分らしく生き、さまざまな多様性を認め合う前向きな人権メッセージを募集します。

- ▶ 募集テーマ 「あなたらしく、じぶんらしく」  
▶ 文字数 タイトル : 15文字以内  
メッセージ: 100字以内 (句読点・記号含む)  
▶ 部門 小学生の部、中学生の部、高校生 (専修学校生含む)・一般の部  
▶ 期間 9月8日 (金) 必着

※詳しい募集要項と応募用紙は上牧町役場1階住民保険課住民係に設置。また、「奈良県人権施策課ホームページ」からもダウンロードできます。



奈良県人権施策課  
ホームページ

## 文化祭展示作品を募集します

- ▶ 問合せ先 上牧町文化センター内中央公民館事務所 TEL76-3610

10月24日 (火) から26日 (木) まで、文化センター (中央公民館・ペガサスホールロビー) において上牧町文化祭開催時に展示する作品を住民のみなさんから募集します。

- ▶ 対象 町内在住のかた  
▶ 応募種目 絵画・工芸・手芸・書道・造花・写真など、パネルや机を使って展示できるもので、作品数は1人一点まで。  
▶ 定員 先着40名  
▶ 受付期間 8月8日 (火) から15日 (火) までの午前9時から午後5時まで ※月曜休館  
▶ 受付場所 上牧町文化センター内中央公民館事務所  
※電話受付は不可

## ペガサスフェスタ2023 ステージ出演者を募集します

- ▶ 問合せ先 企画財政課 総合企画係 TEL76-2502 FAX76-1002

11月3日 (金) にペガサスフェスタ2023を開催するにあたり、ペガサスホールにおいて、ペガサスフェスタと一緒に盛り上げていただけるステージ出演者を募集します。

出演内容は、音楽・ダンス等の幅広いジャンルにおいて、ステージ上で実演可能なものとします。

- ▶ 対象者 「町内在住のかた」又は「町内で活動する団体」  
▶ 出演時間 20分以内 (準備・片付けの時間を含む) ※時間厳守  
▶ 募集数 8組 (13:20~16:00 (予定)) ※募集枠を超えた場合は抽選を行います。  
▶ 募集期間 8月1日 (火) から8月16日 (水) まで  
▶ 抽選 (出演順等) 8月28日 (月) 10:30~ 上牧町役場 2階 第3会議室  
▶ 申込方法 (参加申込書は、企画財政課窓口又は町ホームページで取得できます)  
ステージ出演申込書に必要事項を記入のうえ、以下のいずれかの方法でお申し込みください。

郵送 / ファックス / メール / 窓口 (企画財政課) へ持参

※募集の詳細はホームページをご確認ください。

## 第51回奈良県障害者作品展の開催について

- ▶ 問合せ 福祉課（2000年会館）TEL43-5031 FAX76-1196  
奈良県障害者作品展事務局 TEL070-1355-2820（受付：平日午前10時～午後5時）  
FAX0742-36-7329

奈良県主催の第51回奈良県障害者作品展が開催されます。

また、作品の募集を行います。

- ▶ 公開期間 11月30日（木）～12月5日（火）  
※12月4日（月）は休館
- ▶ 公開時間 午前10時～午後5時  
※最終日の12月5日（火）は正午まで
- ▶ 開催場所 芸術会館 美楽来 生駒市西松ヶ丘2-20
- ▶ 出品資格者 ①奈良県内に在住する障がい児・者  
②奈良県内の施設に入・通所する障がい児・者
- ▶ 種 目 絵画、写真、書道、工芸、手芸、文芸（短歌、俳句、川柳）、コンピュータ・タイプ  
アートの7種目
- ▶ 出品点数 種目、個人作品、合同作品を問わず、1人1点
- ▶ 表 彰 各種目の特に優秀な作品については、賞状が授与されます。
- ▶ 申 込 み 9月8日（金）までに、障害者手帳を持参のうえ、福祉課へお申込みください。  
申込用紙はHPにも掲載しています。
- ▶ 作品提出について  
11月17日（金）までに福祉課へお持ちください。  
※作品の会場への搬入・搬出は福祉課職員で行います。

## 自衛官等採用募集案内

- ▶ 問合せ 自衛隊奈良地方協力本部 橿原地域事務所 TEL0744-29-9060
- ▶ 募集区分 一般曹候補生、自衛官候補生、航空学生、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)、予備自衛官補(一般)
- ▶ 詳しくはホームページをご覧ください。  
URL: <https://www.mod.go.jp/pco/nara/>



## 令和5年度奈良県広域消防組合消防職員採用募集案内【後期】

- ▶ 問合せ 奈良県広域消防組合消防本部人事企画課人事係  
橿原市慈明寺町149番地の3 TEL0744-20-1119
- 奈良県広域消防組合では、令和6年4月1日採用予定の消防職員を募集します。
- ▶ 募集区分 大学区分・短大区分・高校区分・救命士区分  
※詳しくは、奈良県広域消防組合ホームページをご覧ください。  
<https://www.narask119.jp>

# 元気講座

▶ 問合先 生き生き対策課 TEL79-2020

## こつこつ取り組む骨粗鬆症予防

### 骨粗鬆症とは...

骨粗鬆症は、骨強度（骨の強さ）が低下して、骨折しやすい状態になることです。骨強度は、骨の量（骨量、骨密度）と骨の質（骨質）で決まります。

骨強度が低下すると、転ぶなどのちょっとした刺激で骨が折れやすくなります。高齢者が骨折すると、治るまでに時間がかかり寝たきりになるなど、介護が必要になる恐れがあります。

健康な身体でいるために、こつこつと骨粗鬆症予防をしましょう！



- ①閉経による女性ホルモンの減少
- ②無理なダイエットや運動不足などの生活習慣
- ③病気やステロイド薬の使用
- ④加齢
- ⑤遺伝・骨折経験
- ⑥喫煙習慣や飲酒習慣

### 骨粗鬆症の危険因子

## 骨粗鬆症を予防するために

### 骨を強くする食事

カルシウム、ビタミンD、ビタミンKなど、骨の形成に役立つ栄養素を積極的に摂りましょう。

### 日光浴でビタミンDがつけられる

カルシウムの吸収を助けるビタミンDは、紫外線を浴びることで体内でもつけられます。夏の直射日光を長時間浴びることは、皮膚へのダメージにつながりますが、適度な日光浴は骨の健康に役立ちます。

### 骨を強くする運動

骨は、負荷がかかるほど骨をつくる細胞が活発になり、強くなる性質があります。散歩や階段の上り下りなど、日常生活のなかでできるだけ運動量を増やしましょう。ご自身の体の状態にあわせて無理なく続けましょう。骨粗鬆症治療中のかたや膝に痛みがあるかたは、運動を開始する前に医師に相談してください。

### 定期的に骨密度検査へ

検診で骨密度が減っていると判定されたかたは、医療機関で診断を受け、治療の時期を逃さないようにしましょう。

## まずは、自分の骨の健康状態を知ろう！

- とき : 11月14日（火）午前9時～午後4時
- ところ : 2000年会館 集団検診室
- 検査内容 : 超音波検査
- 費用 : 無料
- 対象者 : 20歳以上になるかた(2004年4月1日以前生まれのかた)
- 申込期間 : 8月22日（火）～8月25日（金）
- 申込方法 : 生き生き対策課（2000年会館内）⑤番窓口または電話 TEL：79-2020

かかとの骨に超音波をあてて測定します。



# 子育て・健康

**乳幼児健康診査** 保健福祉センター（2000年会館）集団検診室 問合せ：生き生き対策課 TEL 79-2020

	とき	対象者	受付時間
3か月児健康診査	8月4日（金）午後	令和5年4月1日～4月25日生まれ	個別通知します。
10か月児健康診査		令和4年10月生まれ	
1歳8か月児健康診査	8月16日（水）午後	令和3年11月11日～ 令和4年1月10日生まれ	

※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。

**相談事業** 保健福祉センター（2000年会館） 問合せ：生き生き対策課 TEL 79-2020

	とき	受付時間	内容等
☆【要予約】 成人健康相談	8月29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。

☆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。

**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
8月8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
8月25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

☆体温測定の上、お越しく下さい。（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
8月8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
8月10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】 ・分娩の経過や呼吸法、安産の秘訣について ・妊娠中の食事について 【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

☆体温測定の上、お越しく下さい。（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）

- ・聞いたことがあっても、実際に体験すると、現実味がわいた。
- ・人形を抱っこしてみて、赤ちゃんが、こんなに重いと思わなかった。
- ・同じ時期の出産の人と会えて一緒に楽しかった。

**\*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



## 子育て情報

**サロンぽけっと** <予約不要・参加費無料>

▶問合先 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098

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  
※ただし、8月14日・8月16日は、お休みになります。
- ▶ところ 2000年会館 2階くつろぎスペース
- ▶問合先 上牧町社会福祉協議会 TEL76-6098

8月のおひさま広場はお休みです



### 「親子で楽しむ木工教室」—子ども体験学習—



▶問合先 社会教育課 TEL76-2532

小さなイスを作ってみよう。夏休みの思い出に親子でご参加ください！

- ▶と き 8月22日（火） ①午前9時30分～正午 ②午後1時30分～午後4時00分
- ▶ところ 中央公民館 工芸室
- ▶講師 村上 龍児さん（工房龍 木工作家）
- ▶定員 各回8組（定員を超えた場合は抽選）
- ▶対象 5歳から小学4年生まで（保護者同伴）
- ▶費用 無料
- ▶申込 8月1日（火）から7日（月）までの間にQRコードを読み取っていただいてお申し込みください。また、電話でもお申し込みいただけます。（電話の場合は、平日午前8時30分から午後5時15分まで）
- ▶その他
  - 昨年度に参加されたかたは申し込みできません。
  - 当日はケガを防止するため、運動靴などをはいてきてください。（サンダル等不可）
  - 申込数が定員を超えた場合は、公開抽選を行います。
  - 抽選を実施する場合は8月8日（火）に町ホームページにてお知らせします。
  - 公開抽選日は8月10日（木）午前10時から役場庁舎西館2階第6会議室で行います。
  - 抽選結果については、QRコードからお申し込みのかたは申込時のメールアドレスに、電話にてお申し込みのかたは電話にて連絡します。



申し込みはこちら



「夏休みの理科教室」ー子ども体験学習ー

▶ 問合せ先 社会教育課 TEL76-2532

「走れ！コンデンサーカー」「プログラミングでドローンを飛ばそう」の2本立て！

- ▶ と き 8月17日（木） 午後2時00分～午後3時30分
- ▶ と ころ 役場西館3階 集会室
- ▶ 講 師 奥田 俊詞さん（畿央大学教育学部教授）
- ▶ 定 員 20名（定員を超えた場合は抽選）
- ▶ 対 象 小学5・6年生
- ▶ 費 用 無料
- ▶ 申 込 8月1日（火） から7日（月） までの間にQRコードを読み取っていただいてお申し込みください。また、電話でもお申し込みいただけます。（電話の場合は、平日午前8時30分から午後5時15分まで）
- ▶ その他 ○申込数が定員を超えた場合は、公開抽選を行います。  
○抽選を実施する場合は8月8日（火）に町ホームページにてお知らせします。  
○公開抽選日は8月10日（木）午前10時から役場庁舎西館2階第6会議室にて行います。  
○抽選結果については、QRコードからお申し込みのかたは申込時のメールアドレスに、電話にてお申し込みのかたは電話にて連絡します。



申し込みはこちら

「親子で作るおやつ教室」

▶ 問合せ先 生き生き対策課 TEL79-2020

- ▶ と き 8月22日（火） 午後1時30分から3時30分
- ▶ と ころ 2000年会館 調理実習室
- ▶ 内 容 バナナケーキ、ミルクかん、豆腐入りきな粉団子（2023年度中は同じメニューです）
- ▶ 対 象 上牧町在住の4歳から小学校6年生の親子
- ▶ 定 員 親子合わせて12名（3家族）まで（1家族で調理台1台使用）
- ▶ 費 用 大人200円、子ども100円
- ▶ 持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル
- ▶ 申込方法 8月3日（木）午前8時30分から8月14日（月）まで  
窓口または電話にて生き生き対策課（2000年会館）までお申し込みください。

※マスク着用、自宅で検温をお願いします

**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。

広報「かんまき」(カタログポケット版)

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。

**Regional PR magazine "Kanmaki" will be available online through an app.**



Catalog Pocket

Public Relations "Kanmaki" (Catalog Pocket Edition)

Regional PR magazine "Kanmaki" can now be read on smartphones and tablets in multiple languages and automatically read aloud. You can easily read it just by downloading the dedicated free app, so please use it.

After installing the app, you can read the QR code above to view Regional PR magazine "Kanmaki".



## 上牧幼稚園新入園児の募集について



▶ 問合せ先 こども未来課 TEL43-5034 上牧幼稚園 TEL32-0700

令和6年度の上牧幼稚園新入園児を募集します。

《5歳児》2018年（平成30年）4月2日から2019年（平成31年）4月1日までに生まれた町内在住のお子さん

《4歳児》2019年（平成31年）4月2日から2020年（令和2年）4月1日までに生まれた町内在住のお子さん

《3歳児》2020年（令和2年）4月2日から2021年（令和3年）4月1日までに生まれた町内在住のお子さん

▶ 募集人員 5歳児 若干名 4歳児 若干名 3歳児 60名程度

▶ 募集期間 9月4日（月）・5日（火）の午前9時から午後4時まで

▶ 受付場所 上牧幼稚園

▶ 保育時間

○平常保育 午前8時30分から午後2時30分まで

○午前中保育（第1・第3・第5水曜日）午前8時30分から11時30分まで

※1学期のみ火曜日はお弁当持参。

▶ 保育料 無料（給食費など諸経費は実費となります）

▶ その他

○預かり保育を実施しています。

平常保育の日 午後2時30分から午後4時まで

夏期休業中のうち預かり保育実施日 午前9時から午後4時まで

○入園願書受付期間中は自由に見学していただいて結構です。

○入園願書は、こども未来課と上牧幼稚園で8月1日（火）から配布します。なお、願書の受付は上牧幼稚園のみで行います。

※駐車場がありませんので、車での来園はご遠慮ください。入園後のバスの送迎については、園の方針に従ってください。



## 児童扶養手当現況届・特別児童扶養手当所得状況届は期限内に



▶ 問合せ先 こども未来課 TEL43-5034

児童扶養手当の受給資格をお持ちのかた（全部支給停止となり、手当を受給されていないかたも含む）は「現況届」を、特別児童扶養手当の受給資格をお持ちのかたは「所得状況届」を提出する必要があります。

該当するかたには案内を送付します。なお、特別児童扶養手当において、所得超過などで2年続けて支給停止となっているかたは提出不要です。

※期限までに提出されない場合、手当は支給されませんので、必ず期限内に提出してください。

※児童扶養手当の受給者のかたで、支給要件が発生した時点から5年等経過するかたには、6月に「一部支給停止適用除外事由届」に係る案内をお送りしています。現況届の手続きの際、併せてご提出ください。

▶ 提出期間

○児童扶養手当現況届 8月1日（火）から8月31日（木）まで

○特別児童扶養手当所得状況届 8月10日（木）から9月11日（月）まで

# 子育て・健康

## 健康



### 人間ドック・脳ドック費用を助成します



▶ 問合せ先 住民保険課 保険年金係 TEL76-2508

※申請・受診・請求のすべてを令和6年3月31日までに行ってください。

▶ 対象者 40歳から75歳未満の上牧町国民健康保険加入者のかたと、奈良県後期高齢者医療保険加入者のかたで次のすべてに該当するかた

○受診当日に保険加入者であり、申請日に納期到来分の保険税の滞納がないかた

○令和5年度内に特定健康診査を受診されないかた

※脳ドックを受診する場合は、特定健康診査は受診できます

○人間ドック・脳ドックの結果を特定健診及び特定保健指導に利用することに同意していただけるかた

▶ 助成額

○国民健康保険加入者：受診費用の40,000円を上限として全額

○後期高齢者医療保険加入者：受診費用の2分の1（上限額は20,000円）

▶ 手続き 事前の申請が必要です。受診前に保険証・特定健康診査受診券・質問票を記入して持参し、役場住民保険課で手続きを行ってください。受診後、結果通知・領収書・振込口座のわかるものを持参してください。

※令和5年度内に人間ドックまたは脳ドックのどちらか1回限りの助成となります。



### 後期高齢者健康診査のご案内



▶ 問合せ先 上牧町住民保険課 保険年金係 TEL76-2508  
奈良県後期高齢者医療広域連合 TEL0744-29-8430

「疾病の早期発見や重症化予防のため、健診を受診しましょう」

後期高齢者医療制度に加入されているかたの健診は、奈良県後期高齢者医療広域連合がお住まいの市町村に委託して、年1回実施しています。

加入者のみなさまが健診を受診していただきやすくするために、「受診券」(有効期限令和6年1月31日)を対象者のかたへ事前に送付しています。

▶ 検査項目 問診、診察、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査

▶ 健康診査の受診をご遠慮頂くかた

- ・病院又は診療所に長期入院（6か月以上継続して入院）しているかた
- ・事業主健診など、他で健康診査の受診機会のあるかた
- ・施設に入所されているかた（障害者支援施設、養護老人ホーム、介護保険施設など）

※ただし、希望される場合は、受診できます。

## ハッピーライフ教室 参加者募集

▶問合先 地域包括ケア推進係（2000年会館内）TEL 79-2020

コロナ禍の規制も緩和傾向になり、外出の機会も増えてきたのではないのでしょうか。これからの生活にむけて、基礎体力の維持・向上を図ってみませんか？ハッピーライフ教室は室内でできるストレッチや筋トレを学び、運動習慣を身につける全8回の教室です。フレイル予防にも効果的！ぜひ教室に参加して、これからの生活に元気をプラスしましょう！

- ▶対象者 65歳以上の上牧町民で、運動に支障がある心疾患などの治療中でない人
- ▶定員 12名（先着順。ただし、定員に限りがあるため申し込みが定員を上回る場合、令和5年度1回目（5月11日～6月29日）の教室に参加したかたはご辞退いただく場合があります。ご了承ください。）
- ▶期間 9月7日～10月26日の毎週木曜日（全8回）午後2時00分～3時30分
- ▶ところ 2000年会館 機能訓練室
- ▶申込方法 8月9日（水）から10日（木）までの午前8時30分から午後5時15分の間に地域包括ケア推進係⑥窓口または電話でお申し込みください。

## 認知症相談のお知らせ

▶問合先・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 8月22日（火） ①午後1時30分～2時30分 ②午後2時30分～3時30分 ※要予約
- ▶ところ 2000年会館内



### 令和5年度 受講者募集 脳の健康教室

★「脳の健康教室」は、認知症予防を目的とした65歳以上のかたが対象の教室です。  
 ★毎週火曜日、半年間の教室です。「楽習（がくしゅう）」（簡単な読み書き・計算）と参加者同士のコミュニケーションを通して「脳の健康づくり」を行います。  
 ★30分程度の「楽習」に加え、介護予防の体操やレクリエーションなどを行います。

▶対象者：上牧町在住の65歳以上のかた

▶開催期間：令和5年9月5日（火）～令和6年2月27日（火）  
毎週火曜日（全25回）

	楽習	レクリエーション
①	9:30～10:00	10:10～10:40
②	10:10～10:40	9:30～10:00
③	10:50～11:20	10:10～10:40

▶教室の時間：  
各回10名ずつの定員です。希望の時間で申し込みください。

▶定員：30名

▶教室の会場：2000年会館 ※希望の時間が定員に達した場合は他の時間のご案内になる可能性があります。

▶申込期間：8月4日（金）～8月9日（水）  
午前8時30分～午後5時15分（土・日を除く）

※先着順。定員に達し次第募集を締め切ります。

▶申込先：上牧町地域包括支援センター  
（2000年会館内）6番窓口  
TEL79-2020

※本人・家族の方が窓口にお越しいただくか電話でお申込みください。  
 ※受講が決定したかたに、後日案内文を送付しますので必ずご確認ください。

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。

## 牛肉とごぼうのばら寿司

ばら寿司とは、酢飯に細かく切った具材を混ぜ込む寿司のことです。ばら寿司の「ばら」は、具材をバラバラにすることを意味しており、それが名前の由来になったという説があります。さまざまな具材を混ぜ込むばら寿司は、一度にいろんな味や栄養をとることができます。



### 材料（家庭用4人分）

米	2.5合
合わせ酢	大さじ2.5
さとう	大さじ3
塩	小さじ1/2
牛肉	80g
ごぼう	1/2本 (72g)
にんじん	1/2本 (72g)
さやいんげん	3本 (24g)
かんぴょう (乾燥)	5g
酒	小さじ1
油	小さじ1
だし汁	50ml
調味料	
こいくちしょうゆ	小さじ2
さとう	大さじ1
みりん	小さじ2

### 作り方

- ① 合わせ酢を作る。
- ② ごぼう…ささがきにんじん…せん切りさやいんげん…2cmにカットかんぴょう…もどして1cmにカット
- ③ 油をひき、牛肉に酒をふって炒め、火が通ったらごぼうも加えて炒める。
- ④ 他の具材も加えてだしで煮る。
- ⑤ 調味料で味を調える。
- ⑥ 炊きあがったご飯に①を混ぜ合わせる。
- ⑦ ④と⑤を混ぜ合わせる。



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

広告

見積り無料 クチコミで評判 イチ推しの  
外壁・屋根塗装 専門店  
技術と価格 自信があるから 相見積もり大歓迎!

(奈良県知事認定)塗装科職業訓練指導員の店

リフォーム応援 キャンペーン 2023年10月まで  
建築応援 最大10万円値引き  
※工事代金100万円以上の場合は10万円値引き ※工事代金50万円以上75万円の値引き

外壁塗装 耐久性の高い高性能塗料プラン 賢さの理由 当社は 営業マン 不在! WEB 見積り5分! LINE 見積り5分!

外壁塗装 ラジカルプラン 耐久年数 10~12年 45万円 (税込)

外壁塗装 C.F.P ☎0745-43-5296 香芝店 香芝178-22

広告

Free Planet T.T.C. Free Planet 卓球教室

2023年4月OPEN! レッスン生徒募集中!

☆教室(年少～小中高生、一般)  
☆台貸し、マシンだけでもOK  
☆個人レッスン  
☆グループレッスン  
☆教室無料体験実施中!  
☆駐車場6台 ☆冷暖房完備

Tel:0745-43-8412  
Mail: freeplanet2023@gmail.com  
上牧町服部台4-1-1 岡西ビル3階  
Instagram: freeplanet.t.c

LINEでのご連絡は コチラから



新刊紹介

図書館  
☎78-9903

## 戦国を生き抜いた男

浅倉 徹著・原書房



昨日の敵は今日の主君、生きるが勝ち…。織田、豊臣、徳川と、いくたびも主君を代えながら戦国の世を生き延びた本城惣右衛門。その波乱の生涯を、歴史学者が資料に基づいてリアルに描いた小説です。

## 金色の羽でとべ

高田 由紀子さく・小学館



日本を代表するアタッカーに憧れて、バレーボールに熱中する佐渡島の少年たち。しかし、島には小学生チームが1チームしかなく、試合すらできません。そんな時、最強な転校生がやってきました！この本は、全国大会を夢みる少年たちの物語です。(児童書)

## ちきゅうのかいだん

松岡 たつひでさく・金の星社



まちで見かけた見知らぬ扉。なかに入ると、下へと続く階段が見えます。思いきって階段をおりてみると、そこには今とはちがう地球の姿がありました。この本は、不思議な階段で時代をさかのぼり、昔の生き物や地球の歴史を紹介します。(児童書)

## 8月のおはなし会

8月のおはなし会はありません。  
次回は9月5日(火)午前10時30分からです。

## 図書館カレンダー 休館日のお知らせ

8/1(火)・7(月)・14(月)  
21(月)・28(月)・31(木)

※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

『でんごんでーす』(絵本) マック  
『バーネットぶん』  
『わっはは ぼくのなつやすみ』(絵本)  
『おの りえんさく』  
『100ねんたったら』(絵本)  
石井 睦美ぶん

本は図書館に展示していますので、読んでください。

## だじゃれべんとう

岡田 よしたかさく・佼成出版社



今日はふうちゃんの遠足の日なのに、お父さんもお母さんも寝坊。それなら、自分たちでお弁当を作ろうと、台所で食べものや道具たちが大はりきり。だけど気づけばだじゃれ合戦が始まってしまいました。はたして、お弁当は無事に完成するのでしょうか？(児童書)

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



出演者・スタッフの顔寄せで知覧特攻隊について事前に学びました

8月4日と5日に行われる平和祈念特別企画の朗読劇に出演する予定です。去年の朗読劇に出演した時は、大きなミスすることなく無事終えることができました。

今年は、知覧特攻隊が焦点です。いただいた台本を読んで目頭が熱くなりました。辛く悲しい歴史、命の尊さ、平和のすばらしさをうまく伝えられるよう稽古に励みます。ぜひご来場ください。

# 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

## テレビ・ラジオショッピングや新聞広告を見て、販売業者に電話で注文する時は、「定期購入」の勧誘に注意してください。

インターネットでの通信販売の「定期購入」に関する相談が全国で多く寄せられていますが、通信販売の「定期購入」の問題はインターネットだけではありません。

- 「テレビショッピングをみて、紹介されていた商品を購入するため販売業者に電話したところ、当該商品と一緒に別の商品を勧められた。別の商品は断り、当該商品だけを購入したはずなのに、後日、当該商品と一緒に、断ったはずの別の商品も届き、『定期購入』だった」。
- 「新聞広告で商品が割引価格で販売されているのを見て、販売業者に電話したところ、『複数月試さないとおまとも効果がありません。おまとめコースの方が価格が安くなる』と説明されて、複数月分がまとめて1回限り届くものだと思って注文したところ、複数月分の商品が定期的に届く『定期購入』だった」という相談が、60歳以上の高齢者で見られます。

### 問題点

- ・消費者がテレビ・ラジオショッピングや新聞広告で紹介されていた商品を購入するために販売業者に電話すると、別の商品や複数月分の商品の購入を勧められる。
- ・別の商品や複数月分の商品を勧められて、1回限りの購入のつもりが、意図せず「定期購入」になっていた。

### アドバイス

- ・電話注文時に販売業者から、別の商品や複数月分の商品を勧められても、興味がなければきっぱりと断りましょう。
- ・興味を持った場合でも、すぐに注文せず、「定期購入」になっていないかなどをよく確認し、内容が十分に理解できない場合はきっぱり断りましょう。
- ・いったん電話を切ってから慎重に検討することもお勧めします。

#### <電話注文の電話を切る時>

- ✓ 「定期購入」の契約を申し込んでいないかを確認！
- ✓ 断ったのに「定期購入」になっていたら改めてきっぱり断る！

#### <商品が到着した時>

- ✓ 「納品書」などで「定期購入」の契約になっていないか確認！
- ✓ 意図せず「定期購入」の契約になっていたら、すぐに販売業者に連絡し、「定期購入」の契約は申し込んでないことを伝える。

「通信販売」には、クーリング・オフがありませんが、2023年6月1日に特定商取引法の改正施行令が施行され、新聞広告やテレビCM、ウェブページ等をきっかけに消費者から電話注文した際に、事前に触れられていない商品を勧誘された場合は、「電話勧誘販売」に該当し、クーリング・オフができる場合があります。

### 高齢者の家族や周りの方の見守りが重要です

意図せず「定期購入」の契約になってしまい、困っていることがないか気を配りましょう。

不安に思った場合や、トラブルが生じた場合は、すぐに最寄りの消費生活センター等へ相談しましょう。

# 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 ※8月に変更あり。詳しくは9ページ。
- 問合せ先／秘書人事課 ☎76-2501



**町の動き**

令和5年6月30日現在

世帯数	10,059 (+2)
男性	10,157 (-10)
女性	11,265 (+4)
合計	21,422 (-6)

※( )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

**広報かんまき彩愛**

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](mailto: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 ※8月に変更あり。詳しくは9ページ。
- 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.66

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？



りと  
理人ちゃん  
(1歳)

1歳のお誕生日おめでとう！  
毎日癒しをありがとう！



あつき  
碧月ちゃん  
(3歳)  
いっさ  
杏彩ちゃん  
(8ヶ月)

大きくなってね！



こうたろう  
俵太朗ちゃん  
(1歳)

いつも素敵な笑顔です！



えま  
愛真ちゃん  
(2歳)

これからも皆で仲良くしてね。  
友達を大切に。



## 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 ☎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: Sogno (@sogno430) さん

被写体: 自家製梅シロップ

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

【問合先】秘書人事課  
電話番号: 76-2501

