

広報

# かんまき

2012 7

住民とともに 協働と参画のまちづくり



役場玄関を飾る笹ゆり

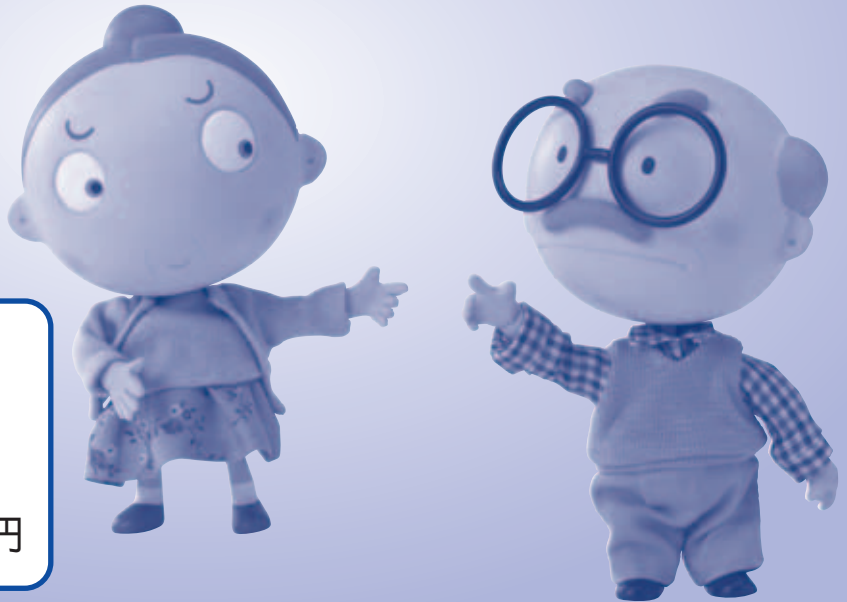
## 特集

振込詐欺多発警報が発令	2
町民ひろば	4
MOSAIC PLAZA 知る・募る・語る	5
元気講座 ●熱中症・脱水症に気をつけて	10
元気ガイド	11
家庭の情報：消費生活相談	12
身近な事故に気をつけて！	
図書館通信	13
各種相談	14

No.484

# 振込詐欺多発警報が発令

総額約1億1,700万円がだまし取られました



振り込め詐欺被害状況  
(本年6月5日現在)

認知件数 28件

被害総額 約1億1,700万円

## 電話番号が変わった

携帯電話を落としたから新しい電話番号を教える!という子供や孫からの電話。すぐに信用せず。元の携帯電話の番号に電話をして本人に確認。警察や消費生活相談室へ相談!



## 代わりの者に

### お金を渡して

子どもなど身内を名乗り、「車で事故を起こしてしまい示談金が必要。代わりの者が取りに行くのでその人に渡して欲しい。決して誰にも言わないで!」と電話が掛かってくる。安易に信用せず、折り返し本人に電話で事実確認、警察や消費生活相談室へ相談!



## 還付金を振り込むので

### ATMに行つて

還付金を振り込むためにATMに行く必要はありません。こんな電話があつたら、すぐに警察や消費生活相談室へ相談して下さい。



## 「有料サイト利用料金を

### 長期滞納している」

## 「お金を借りるには

### 保証金が必要」

お金を請求する手口は日々変化しています!右の2つは6月上旬に起きた詐欺の手口です。お金を請求する電話が掛かってきたら、すぐに信用せず必ず周囲や警察、消費生活相談室に相談してください。秘密は厳守します。

電話相手の「絶対に誰にも相談しないで」という言葉に乗らず、勇気を持って「まず相談!」

奈良県でお金にまつわる  
詐欺が多発!

### 振り込め詐欺多発警報が 発令中

奈良県民、特に高齢者を狙った振り込め詐欺が、今年にはいり多発していることを受け、本年5月9日に荒井奈良県知事が「振り込め詐欺多発警報」を発令しました。

しかし、その後もお金にまつわる詐欺が発生しているのが現状です。詐欺の手口は、日々変化し、あの手この手を使って、電話でお金を請求してきています。

ここで紹介したのは一例であって、今後さらなる新しい手口で電話がかかってくることも予測されます。

- お金を要求する電話がかかってきたら、
  - たとえ身内を名乗る電話であっても
  - 「決して誰にも相談しないで、言わないで」という内容であっても
- 振り込む前に、お金を渡す前に相談してください（秘密は厳守します）。

お金は振り込まず・  
渡さず、まず相談!

振り込め詐欺の犯人との接触を避けるために

- 不要な電話に出ないために、家の電話は在宅中も留守番設定に。

用事のある人はメッセージを録音するはずです。

- 番号通知機能のある電話機の場合、知らない番号からの電話には出ない。

在宅中でも留守番設定に！  
発信先確認が可能なら、まず確認しましょう。

### お金を取り戻すのは 難しい！ 払う前に必ず相談を！

西和警察署

☎0745 72 0110

上牧町役場（消費生活相談室）

☎0745 76 1001



### 詐欺的な サクラサイト商法にも御用心

「お金をあげる」「悩みを聴いて」「有名人に会える」「運氣が上がる」などと誘われてメール交換をしませんか。その相手は「サクラ」かもしれません。

### 詐欺的サクラサイト商法って どこ存じですか

「サクラサイト」とは、サイト業者に雇われた「サクラ」が、異性・芸能人・社長・弁護士・占い師などのキャラクターになりすまして、消費者のさまざまな気持ちを利用して、サイトに誘導し、メール交換などの有料サービスを利用させ、その度に支払いを続けさせるサイトを言います。

このような「サクラサイト」でお金を支払ってしまったという相談が後をたちません。

- こんな相談が寄せられています。
- SNSサイトで好きなタレントのページにリンクをはっていたらそのタレントからメッセージがといた。

「事務所に内緒で」と教えられたサイトでメール交換するためにポイント代として二百六十一万円もサイトに支払ってしまった。

だまされたのだろうか。  
携帯電話で「在宅ワーク」と検索

し、「悩みを聴けばお礼としてお金がもらえる」というサイトを見た。  
メールの送受信は無料だったが、

お金を受取るにはポイントの購入が必要と言われた。いろいろな名目で請求され、百八十万円もサイトに支払ったが、お金はもらえなかった。

### サクラサイト商法のきっかけ

- メールアドレスに直接届く広告メール
- SNSサイトへのメッセージへの書き込み
- 内職など、副業に関するサイトを探してサイトに登録後に届くメール
- 懸賞サイト、占いサイトなどに登録した後に届くメール

このようなメールが届いたら要注意  
お金を支払う前に相談を

サイトからの手口にはいろいろなパターンがあります。消費者に心理的圧迫を与えて、お金を支払わせるケースもあります。このようなメールが届いたり、おかしいと思った場合には、お金を支払う前に、消費生活センターまでご相談ください。

## 瑞宝小綬章に

## 奥田悦夫さん



元公立高校学校長で上牧町教育委員の奥田悦夫さん（片岡台一丁目在住）が瑞宝小綬章を受章されました。

奥田さんは、県立高校の学校長として永きにわたり、生徒の育成を始め町の教育長として教育行政の進展に献身的な努力を続けられ、今回の受章となりました。

## 藍綬褒章に

## 竹田安茂さん



上牧町消防団第四分団南部第二分隊団員（元第六分団長）の竹田安茂さん（五軒屋在住）が藍綬褒章を受章されました。

竹田さんは、消防団歴四十一年以上の永きにわたり、火災予防思想の普及、団員の育成などに献身的な努力を続けられ、今回の受章となりました。

## 笹ゆり展開催

恒例となった笹ゆり展が今年も、役場玄関前ロビーで開かれました。

6月11日から15日まで開かれた笹ゆり展には、里親が育てた鉢植のササユリが多数展示されました。

会場に集められた約三十個の鉢植からはほのかな香が漂い、訪れた人々を大いに楽しませていました。



# MOSAIC PLAZA

知る・募る・語る

KANMAKI

## 町民プール オープン

7月14日(土)から8月26日(日)まで町民プールがオープンします。

### 料金

- ・入場証を提示したかた  
大人(中学生以上) 1000円  
小人(小学生) 500円
- ・入場証の提示のないかた  
大人(中学生以上) 3000円  
小人(小学生) 2000円

入場する時は、必ず入場証を受付に提示してください。

### 利用時間

- ・平日  
午前10時から午後4時30分まで
- ・土日祝  
午前9時30分から午後4時30分まで

### 注意事項

## 滝川台で高齢者を対象に 交通安全勉強会

滝川台婦人会では、高齢者向けの交通安全勉強会を開催しました。

6月11日に滝川台公民館で開かれた勉強会には西和警察署から講師を招き、地区の高齢者を対象に行われました。

高齢者社会になり、滝川地区でも自立生活を送っておられる元気な高齢者が増えています。そのため日頃の足に自転車を良く利用されますが、高齢による判断力の衰えなどから事故が多発しているのも現状です。

そこで交通事故にあわないために、現状を正しく理解しようと開かれました。

参加されたかたは、交通事故から身を守るための方法を熱心に学ばれていました。



## 米山台で笹ゆり開花

米山自治会(足立春三会長)では米山台5丁目のいこいの広場で、フラワークラブの皆さんのご協力により、町の花である笹ゆりの育成に取り組んでおります。

本年も無事に開花し、笹ゆりウォークの鑑賞ルートとして多くのかたに見ていただきました。



## 上牧の特産品ぶどうを!!

7月20日頃より収穫

赤色系 デラウェア (7月20日頃より)

帰省のお土産にご利用下さい。

黒色系 パップアロ(ピオーネ系) (8月初旬)

宅配も承ります (クロネコ)

青色系 ニューマスカット (8月下旬)

黒色系 藤稜 (9月初旬)

## 田島ぶどう園

上牧町三軒屋(奈良交通上牧町役場前)

TEL・FAX. 0745 - 77 - 2919

(広告)

## 上牧町既存木造住宅耐震 改修補助事業 (耐震改修工事補助)

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

対象建物（町内で下記の条件をすべて満たすもの）

- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅で、在来軸組工法、伝統的工法や枠組み壁工法で建築された木造住宅であって、地階を除く階数が三階以下の住宅の五十万円以上の耐震改修工事で耐震診断結果が一・〇未満と診断された住宅を一・〇以上とする耐震改修工事または、〇・七未満と診断された住宅を〇・七以上とする耐震改修工事

- ・当該住宅の所有者  
対象者

## 熱中症シエルターとして 図書館の利用を

今年の夏も猛暑が予想されます。図書館はごなたでも自由に利用できますので、家庭の節電や熱中症予防のシエルターとしてもご利用ください。

\* 町ではこの夏の節電のため、関西電

- ・税を滞納していないかた
- ・工事監理者（一級・二級建築士か木造建築士）を選任できるかた
- ・補助金交付決定後に工事契約し、原則として2月中に工事を完了できるかた

補助の内容 補助金の額は、耐震改修工事に二十三日を乗じて得た額（補助額が、二十万円に満たない場合は二十万円）で、五十万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。

募集期間 9月28日(金)まで。

なお、耐震改修工事の補助を希望されるかたは、まちづくり推進課の窓口にて事前相談後の申請になります。

問合せ先 まちづくり推進課  
役場内線214番

## 上牧町既存木造住宅耐震 診断支援事業のご案内

昨年発生した東日本大震災での被害の多くは津波によるものでしたが、平成7年に発生した阪神・淡路大震災では、犠牲者の九割近くが住宅の倒壊によるものでした。

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「診断」です。

町では、木造住宅の耐震化を促進するため、「耐震診断」を無料で実施しています。

この機会に「耐震診断」を受けてみてはいかがでしょう。

### 事業概要

町から木造住宅耐震診断員を派遣し、無料で耐震診断を実施します。

## 家庭でも 今年の夏は節電を

今年の夏は、昨年以上に厳しい需給状況となる見込みです。

広域的な停電を回避するために家庭での節電にご協力をお願いします。

7月2日(月)から9月7日(金)の平日の午前9時から午後8時の間、十五%以上の節電にご協力をお願いします。

特に需要の多い午後1時から4時の

助成の対象となる住宅  
(次のすべてを満たすものが対象となります)

- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅
- ・延べ床面積が二百五十平方メートル以下のもの
- ・二階建以下のもの（地階を除く）

受付期間

7月2日(月)から9月28日(金)まで

申込方法

耐震診断を希望されるかたは、申請用紙（役場まちづくり推進課に備え付け）に必要書類を添付して役場まちづくり推進課へ申し込んでください。

問合せ先 まちづくり推進課

役場内線214番

間は重点的な節電にご協力をお願いします。

「でんき予報」などを活用して需給状況に応じて健康に影響のない範囲で協力しましょう。

節電にはエアコン・冷蔵庫など消費電力の割合が高い電化製品の節電をすると効果的です。家庭の夏の日中は、エアコン・冷蔵庫・テレビ・照明が八割程度を占めます。これらを中心に節電に取り組みますと効果的です。

## 今年度の国保

今年度より医療分の税率は所得割が八・三％→八・〇％・資産割が五十％→二十％に変わります。

今年度の国民健康保険税の納付書は、7月中旬に発送します。

今年度の保険税率は、次のようになります。

平成24年度	所得割	資産割	均等割	平等割
医療給付費分	8.00%	20.0%	27,600円	28,800円
介護納付金	1.53%	6.7%	7,200円	5,700円
後期高齢者支援分	1.98%	16.0%	7,200円	8,400円

## 国保税の減免制度

町では、生活が著しく困難なかなどに国保税(国民健康保険税)の減免制度を設けています。

次のいずれかに該当するかたは、申請することにより国保税の一部が減免される場合があります。

なお、減免されるかたは、第一期の納期までに申請してください。

納期限が過ぎている部分の保険税は減免の対象外になります。

### 減免の対象になる世帯

- 風水害、火災などの災害により資産に十分の三以上の損害を受けた世帯
- 会社倒産や解雇により、本人の意思に反して職を失い世帯全員の所得が皆無の世帯
- 六十五歳以上の被保険者がいる世帯で町民税が非課税世帯
- 次のいずれかがいる世帯で町民税非課税世帯
  - 身体障害者福祉法施行規則別表第五号の等級一・二級のかた
  - 奈良県から療育手帳の交付を受けその程度が(A・A一)か(A・二)のかた
  - 精神障害者保健福祉手帳一・二級のかた
- 町ひとり親家庭等医療費助成条例の適用を受けている世帯で町民税非課税世帯
- 児童養護施設が乳幼児院に入所措置されている児童のいる世帯
- 精神保健福祉法や結核予防法により病院などに入院しているかた(そのかたが町民税非課税の場合に限ります)がいる世帯

- 原子爆弾被爆者の医療等に関する法律第二条に定める被爆者のかた(そのかたが町民税非課税の場合に限ります)

す)がいる世帯

- 国民健康保険法第五十九条第一項第二号と第三項のいずれかに該当するかたがいる世帯(国民健康保険法第五十九条とは少年院や刑務所に収容されたときのことをいいます)

\*平成22年4月1日から制度開始の非自発的失業者に係る軽減が優先適用されます。

### 入院時の一部負担金の減免などについて

災害等特別な理由により、資産等の活用を図ったにもかかわらず一時的に生活が著しく困難になった場合、入院時の一部負担金の減免や徴収猶予を受けられる場合があります。

## 国保の高齢受給者証の更新について

現在お持ちの高齢受給者証七十歳以上七十四歳以下)の有効期限が7月31日までとなっております。

今回、7月下旬に郵送により新しい『国民健康保険高齢受給者証』を交付しますので、古い受給者証は8月1日以降使用できませんので、自身で処分願います。

\*後期高齢者医療制度の被保険者は除く

### 高齢受給者証が適用されるのは?

七十歳の誕生日を迎えた月の翌月1日からになります。(1日生まれのかたは、誕生月の1日から)

問合せ先 保険年金課  
役場内線 126・170番

## 子供商い塾参加者募集

(広告)

1チームで1つの模擬会社を作り、商品企画、販売体験を通して、仲間作りや働くことの楽しさや難しさを学んでもらう体験型のプログラムです。  
大人になったときに役立つ経験と知識を得て生きる力を養ってもらいたい、そして、次世代を担っていく人材になってもらうことを目指します。

申込・お問い合わせ先(担当 坪田)  
NPO農産業活性支援ネットワーク  
上牧町服部台4-1-5 植村ビル3階  
電話:0745-75-9321  
FAX:0745-75-9325  
メール:post@nao115office.com

対象 小学校5・6年生  
定員 1チーム(4~5名)を20チーム  
応募多数の場合は先着順  
費用 1人 5,000円  
(全5回のセミナー受講料、保険料、販売実践諸経費等)  
第1回目のセミナー当日にご持参いただきます。

実施期間 7月末~11月末 全5回  
事業計画、商品の企画作成、ビジネスマナー、事業のプレゼンテーション  
決算報告、表彰  
第4回目 11月3日(祝)  
上牧町ペガサスフェスタにて販売実践

申込方法 申込期限 7月20日(金)  
まず右記宛てに代表者様の住所・氏名をお知らせ下さい。申込書・カリキュラムの詳細を郵送します。内容をよくお読みいただいた上、お申込み下さい。

## 福祉医療費受給資格証の更新手続きについて

現在お持ちの受給資格証の有効期限が7月31日までとなっております。6月下旬に町より申請書を送付しているかたは、更新の手続きにお越しください。(郵送でも受付いたします。)

更新場所 役場保険年金課・片岡台出張所

持参品 申請書など・保険証・印かん・平成24年度所得証明書(平成24年1月1日現在、本町に在住されていないかたのみ)

まだ福祉医療費助成制度を受けておられないかたで、次の要件にあてはまるかたは手続きにお越しください。

なお、乳幼児・子ども医療以外は、所得制限をもうけていますので詳しいことは保険年金課までお問い合わせください。

### 心身障害者医療費助成制度

六十五歳未満のかたや後期高齢者医療制度の適用者でない六十五歳以上七十五歳未満のかたで身体障害者手帳一・二級か奈良県発行の療育手帳A(A一やA二)を、持っているかた

### ひとり親家庭等医療費助成制度

ひとり親家庭等の親などと十八歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童

### 乳幼児医療費助成制度

就学前までのかた  
8月1日より就学前の方の所得制限を撤廃しました。

今、乳幼児医療費受給資格証をお持ちでないかたは申請にお越しください。

### 重度心身障害老人等医療費助成制度

後期高齢者医療制度の適用者で、身体障害者手帳一・二級か、奈良県発行の療育手帳A(A一やA二)を、持っているかた

### 乳幼児医療費助成制度の対象が小学三年生まで拡大

町では、乳幼児医療費助成対象者を8月1日から小学三年生(九歳に達する日以後の最初の3月31日)まで拡大しますので対象となるかたは6月上旬に郵送している申請書に必要事項を記入していただきお子様の保険証を添えて申請にお越しください。(所得制限撤廃)

\*名称は、子ども医療費助成制度(小学1年生から小学3年生まで)となります。

更新場所 役場保険年金課または、片岡台出張所

持参品 申請書など・保険証・お子様(振込先・印かん) 問合せ先 保険年金課 役場内線127番

### 差別をなくす町民集会

7月は差別をなくす強調月間です。人権の大切さやあらゆる人権問題への正しい理解と認識を深めるため、町民集会を開きます。

みなさん、町民集会に参加し、みんなで一緒に考えてみませんか。

とき 7月18日(水) 午後1時30分から3時30分まで

ところ 2000年会館多目的室

内容 「寸劇で考えよう!身近な男女共同参画シエンター劇場」  
「家事編・介護編・就職編 それぞれの自立編」

奈良県助成センター 男女共同参画いきいサポーターチーム「いきサポ座」のみなさん  
問合せ 福祉課 役場内線145番

### 文化協会作品発表会

上牧町文化協会では、中央公民館展示ギャラリーで作品の発表会を行っています。

7月10日(火) から8月11日(土)まで

書道クラブ遊墨会(展示ギャラリー)  
内田編物クラブ(陳列ケース)

役場 8月3日(金)まで  
水墨画 幽秀会

各クラブについてのお問い合わせは中央公民館までご連絡ください。  
問合せ 中央公民館 ☎7613610

### 寺子屋からの募集

◆学童保育のよう 放課後一お迎え迄(三十一歳生 月謝据え置き)  
◆成績別月謝制

◆小学生◆  
成績表でよく頑張ったが10以上  
五千元 算国 週2回 8H/月  
一千元 英算国 週2回 16H/月  
成績表でよく頑張ったが5以上  
各二千元アップ

◆中学生◆  
八千元 5教科 350点以上  
一・二万円 5教科 250点以上  
一・六万円 5教科 180点以上  
いづれも週2回 16H/月  
☎074513219280  
片岡台 金澤

## いろは司法書士事務所

### 債務整理

・過去に完済された方  
・借金が減らない方

### 遺産相続

・相続でお悩みの方  
・遺言をお考えの方

### 裁判手続

・貸したお金が返ってこない  
・賃貸借トラブル

会社設立・成年後見・担当権抹消・消費者問題・離婚問題等



営業日 月曜日-土曜日  
営業時間 AM9:00-PM7:30  
北葛城郡河合町広瀬台3-12-66 202号  
(イオン西大和店徒歩1分)

TEL 0745-73-1414

相談無料・秘密厳守  
お気軽にご相談ください。

(広告)



## 国民年金保険料の免除制度・若年者納付猶予制度があります

### 申請免除

経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合、申請をして承認されると、保険料の納付が免除される申請免除制度があります。

申請免除制度には、保険料の全額が免除される全額免除と、保険料の一部を納付し、残りの保険料が免除される一部納付があります。

一部納付には四分の一納付、半額納付、四分の三納付の三種類があります。

本人・配偶者・世帯主の前年の所得が一定額以下の場合に、全額免除や一部納付が承認されます。

また、退職(失業)を理由とした特例免除制度もあります。特例免除は、申請する年度や前年度において退職(失業)の事実がある場合に対象となり失業されたかたの所得を控除して免除の審査を行います。

### 若年者納付猶予制度

三十歳未満のかたで、本人・配偶者の前年の所得が一定額以下の場合に、納付が猶予されます。

申請場所 役場保険年金課・片岡台出張所  
持参品 年金手帳・印鑑・失業されたかたは、雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格証・転入されたかたは、所得証明などが必要になる場合があります。  
問合先 保険年金課 ☎役場内線170番

## 後期高齢者医療制度の被保険者証が更新されます

8月1日から使用できる新しい被保険者証を7月下旬から簡易書留にて発送します。

新しい被保険者証は、右上にある有効期限が平成25年7月31日となっています。本年8月1日以降に医療機関に

### 免除の対象となる所得の目安と納付額

(所得)	申請免除				納付猶予 若年者納付猶予 (30歳未満のかた)
	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除	
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円	57万円
夫婦のみ	92万円	142万円	195万円	247万円	92万円
夫婦・子2人	162万円	230万円	282万円	335万円	162万円
納付額	-	3,750円	7,490円	11,240円	
免除額	14,980円	11,230円	7,490円	2,350円	

かかるときは、必ず新しい被保険者証を提示してください。

尚、有効期限の切れた被保険者証は、役場保険年金課へ返却されるか、ハサミを入れるなどして処分してください。

問合先 保険年金課

☎役場内線128番

## 上牧町排水設備指定工事店の新規指定と指定の取り消し

上牧町排水設備指定工事店に次の業者を新たに指定・指定の取り消しを行いました。

### 新規指定

香川設備工業所

奈良市杏町44815

☎07421611789

(株)阪本工務店 御所市僧堂411

☎6612344

渡辺設備工業(株)

大和高田市田井新町3117

☎2211768

(株)西脇産業 奈良営業所

奈良市白毫寺町6713

☎074212310547

中島設備工業所

大和高田市吉井208

☎5218618

フジヨシ工業

三郷町立野南117111407

☎3211164

平城設備 奈良市西ノ京町1137

☎074219415200

(株)山下設備

斑鳩町法隆寺南11126

☎7412789

指定の取消

永和住宅設備

大和高田市大中16115

☎2313110

問合先 ☎上下水道課

☎7115234

## 上牧町指定給水装置工事事業者の新規指定

上牧町指定給水装置工事事業者(指定工事事業者)に次の業者を新たに指定しました。

### 新規指定

渡辺設備工業(株)

大和高田市田井新町3117

☎2211768

(株)西脇産業

京都府木津川市加茂町美浪欄5

☎077417617070

中島設備工業所

大和高田市吉井208

☎5218618

フジヨシ工業

三郷町立野南117111407

☎0901335317488

問合先 上下水道課 ☎7614599

## 身体障害者相談員

身体と知的に障がいのあるかたの構成支援の相談に応じて、必要な助言をします。お気軽に御相談ください。

### 身体障害者相談員

藤本 忠司 米山台二丁目1211

☎7611663

中野 和代 松里園三丁目1313

☎7616501

知的障害者相談員

竹原 金子 松里園一丁目3116

☎7818735

問合先 福祉課 ☎役場内線143番



熱中症は炎天下でおこるイメージがありますが、屋内でもおこり、むしろ室内で重症化する例が多くなっています。特に高齢者のかたが自宅で倒れて、救急搬送されるケースが増えています。日頃から適切な予防法を心がけておけば、未然に防ぐことができますので、正しい熱中症予防法を身につけましょう。

#### 熱中症の症状

- めまい、ふらつき
- 疲労感、脱力感、吐き気、頭痛
- おかしな言動、行動
- 高体温（高齢者のかたはもともとが低体温なので、微熱でも要注意）
- けいれん、意識がない

このような症状は熱中症のサインですので、すばやい判断と応急処置が必要になります。重症の場合は救急車を呼ぶことはもちろん、現場では涼しい場所へ避難し、衣服をゆるめ、すぐに体を冷やし、自分で飲めるようであれば水分を飲ませることが必要です。

#### 熱中症の予防のポイント

- 暑さを避ける  
外出時には日傘、帽子を使用する。室内ではクーラーや扇風機を利用しましょう。（目安は室温28℃）
- 涼しい服装  
通気性がよく、吸汗・速乾性がある衣服を選ぶ。襟元をしめると熱や汗が逃げにく

## 熱中症・脱水症に気をつけて

くなるため、できるだけゆるめましょう。

- こまめな水分補給  
お茶や水、スポーツドリンクなど、のどが乾いたと感じる前に飲む、高齢になると暑さやのどの乾きを感じにくくなるため脱水症状が起こりやすくなります。  
一日の水分摂取量の目安は200ml / 回 × 8回。  
入浴中や寝ている間には特に大量の汗をかくので入浴後と寝起きにもしっかり水分補給を行いましょ。
- 急に暑くなる日に注意  
暑くなり始め、急に暑くなった日は危険です。猛暑日や熱帯夜が2から3日続いた頃には熱中症は急増します。
- 暑さにそなえた体力づくり  
日頃から体力づくりで体温調整機能を維持することができます。食欲がないときは口当たりのよいものを選び、食事は欠かさないようにしましょう。
- 体調に合わせて行動する  
寝不足や二日酔い、風邪、下痢の状態、心臓・肺・腎臓機能が低下しているかたは熱中症にかかりやすいため、暑いところでの活動には注意しましょう。  
昨年に引き続き、電力不足による節電を考えているかたも多いと思いますが、熱中症にならないよう自己の健康管理にも十分注意しましょう。

#### 日本脳炎接種の特例措置

平成17年の接種勧奨の差し控えにより、平成7年6月1日から平成19年4月1日までに生まれ、一期、二期の接種を受けられなかったかたへの接種機会を確保するための特例措置が設けられています。

保護者のかたはお子様の子健康手帳で、日本脳炎定期接種（一期・二期）が抜けていないかどうかご確認ください。接種していない場合は日本脳炎の予防接種を受けましょう。

（二期は九歳以上のかたが対象です。）

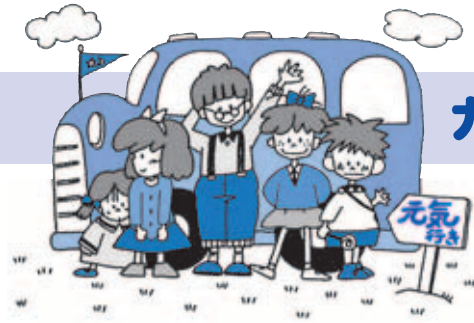
対象者 ・三歳・四歳児

・平成7年6月1日生まれから平成19年4月1日生まれのかたで一期・二期の接種を受けられなかったかた（二十歳未満までの間接種することができます）

対象のかたで予診票をお持ちでない場合は、生き活き対策課でお渡しします。母子健康手帳を持参してください。

#### 一閑張り「かご」作り

竹かごに手でちぎった和紙を張り、柿渋を何度も塗って強度を高めます。好みの絵や書を貼って、あなただけの作品を仕上げてください。



- 問合先：生き生き対策課 ☎79-2020
- ところ：2000年会館内

相談

乳児相談

と き：7月3日(火)  
 午後1時30分から3時まで受付  
 対象者：1歳になるまでの乳児と保護者  
 内 容：計測、相談(育児・発達・離乳食など)。午後2時から2時30分は交流会を行います(ふれあい遊び、保健師のお話：テーマ「スキンケア」、保護者の交流)。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

と き：7月27日(金)  
 午前9時から11時までと午後1時30分から3時まで受付  
 対象者：1歳から就学前までの幼児と保護者  
 内 容：計測、相談(食事・子育てなど)。  
 持参品：母子健康手帳

成人健康相談

と き：7月27日(金)【要予約】  
 午前9時から11時30分までと午後1時30分から4時まで受付  
 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。

検診

対象者には個人通知します。  
**乳児(3・10カ月児)健康診査**  
 3カ月児  
 と き：7月12日(木)  
 午後1時から1時30分まで受付  
 対象者：平成24年3月15日から4月12日生まれ。

10カ月児  
 と き：7月12日(木)  
 時間は個人通知します  
 対象者：平成23年8月15日から9月12日生まれ。

**1歳8カ月児健康診査**  
 と き：7月11日(水)  
 午後1時から1時30分まで受付  
 対象者：平成22年10月31日から12月11日生まれ。

**3歳児健康診査**  
 と き：7月26日(木)  
 午後1時から1時30分まで受付  
 対象者：平成20年12月25日から平成21年2月26日生まれ。

親子食育料理教室

夏休みの1日、親子で楽しくお料理を作ってみませんか?  
 と き：8月2日(木)  
 午前10時から午後1時  
 ところ：2000年会館 調理実習室  
 メニュー：ポテバーグ・五目きんぴら・やさいスープ・フルーツかん  
 対象者：5歳から小学生の親子20名  
 費用：大人三百円・子ども二百円  
 持ち物：エプロン・三角巾・手拭タオル・筆記用具  
 申込方法：7月3日(火)の午前8時30分から電話で生き生き対策課まで

お願い

乳幼児健診時の窓口対応

健診時は予防接種予診票・母子健康手帳などの窓口での発行業務をお待たせすることがあります。

7月11日(水)・12日(木)・26日(木)の午後は健診などで混み合います。

プレイルーム利用日について

平日、午前9時から午後5時まで利用して頂きます。  
 締切日 8月31日(金)  
 審査・表彰 10月4日(木)  
 問合先 奈良県歯科医師会  
 ☎0742-3310861

第二十回奈良県高齢者いい歯のコンクール開催

応募資格 七十歳以上で歯の健康なかた(若干の欠損歯、かぶせなど可)。第十七・十八・十九回の最優秀のかたは応募できません。  
 応募方法 官製ハガキに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)電話番号、生年月日、性別、年齢を記入して〒63018002 奈良市二条町21912 奈良県歯科医師会、高齢者いい歯のコンクール係まで

と き 7月19日(木)・20日(金)午後1時から4時まで。両日とも参加してください。  
 ところ 2000年会館 保健指導室  
 募集人数 十名  
 参加費 二百円(材料費)  
 持参品 小型刷毛二本、手拭き用布  
 申込方法 7月5日(木)より電話か生き生き対策課窓口でお申し込みください。

# 家庭の情報

## ●消費生活相談●

### 身近な事故に気をつけて！

日常生活の中で何気なく使用しているものも、使い方を間違えば大きな事故になります。今一度正しい使い方や手入れの方法を見直してみましょう。

#### 家庭用マッサージ器の事故

家庭用電気マッサージ器のローラー部の布カバーを外して使用したことにより、衣服が機器のローラ部に巻き込まれ、窒息死した事故が発生しています。カバーを外したり、破れた状態での使用は大変危険です、絶対にそのような状態で使用しないでください。

#### 温水洗浄便座は電気製品なので寿命があります。

ご自宅でトイレの便座を温めたり、お尻を洗ったりするために使用している温水便座に下記のような症状はありませんか？これらの症状は火災や感電、室内浸水の原因になります。下記のような症状があれば、電気プラグを抜き、止水栓を止めて、直ちに販売店、工事店またはメーカーのサービス会社へ連絡しましょう

- 本体や便座にヒビや割れはないか、便座開閉はスムーズか
- 便座が異常に熱い時や冷たい時はないか
- 電源コードや便座コードにひび割れや傷はないか。ゴム足がとれていないか
- 電気コードが挟まっていたり、痛んだりしていないか
- 電気コードや便座コードが熱くなっていないか
- 水濡れがないか

また日頃のお手入れの際には、電気プラグのほこりを取り除き、アルカリ性の洗剤をつかわない・便座や本体に水をかけないということに注意してください。

### いよいよ夏本番、今年の節電対策どうする？

原発の再稼働問題と並行して電力会社は、昼間の節電を促すような新料金メニューを発表しました。電力を消費する消費者もいかに節電をするか、我が家の節電を一度見直してみませんか？

#### 新料金体系が我が家のライフスタイルに合っている？

新料金体系は電力が不足しがちなピーク時間（午後1時から午後4時）、オフピーク時間（午前7時～午後1時・午後4時～午後11時）の電力単価を割高にし、夜間（午後11時～翌朝午前7時）の電力単価を安価に設定し、夜間の電力使用を促すような料金体系になっています（詳しい料金体系については、パソコンで「関西電力 季特別電灯PS」のキーワードを入れて検索してください）。

昼間家に居ることが少なく、テレビを一番よく見る時間帯が夜間、そして洗濯など、家事の大半が夜間（午後11時～翌朝午前7時）というご家庭は一度検討する余地があるかもしれません。

逆に昼間在宅することが多く、夜の就寝も早いというようなご家庭はかえって電気代が高くなることにもなりそうです。料金体系と自分の生活時間帯をよく照らし合わせながら、節電について考えてみてください。



上牧町ホームページ

・<http://www.town.kanmaki.nara.jp/>  
 ・Eメール [kanmaki@plum.ocn.ne.jp](mailto:kanmaki@plum.ocn.ne.jp)

## 図書館通信

### 新刊紹介

### ピーターパンによるおはなし 夏のお楽しみ会

日時 7月21日(土) 曜日  
午前10時30分から11時30分  
場所 上牧町中央公民館 大会議室  
(図書館の下です)

#### プログラム

- 手づくり大型紙芝居  
劇「もったいないオバケ」
- 大型絵本
- パネルの野菜かぞえ歌
- 手遊び・クイズを  
一緒に楽しみましょう!

上牧町立図書館 ピーターパン  
0745-78-9903

### 柔らかな犀の角

山崎努著 文芸春秋



演技力に定評のある俳優であり無類の本好きでもある著者が、読書日記の形式で既読の本を紹介しながら、子ども時代の思い出から演劇まで様々な事柄に思いを巡らせた随想集です。

### ココロ屋

梨屋アリエ著・文研出版



これからはココロを入れ替えて、と先生に言われ、不思議な「ココロ屋」で「やさしいココロ」を手に入れたけれど、どこか僕には合わないみたい。心について考え考えさせられるお話です。(夏休み課題図書)

### もっかい!

エミリー・グラヴェットさく フレーベル館



寝る前に本を読んでもらうとき、大すきなお話なら何度でも読んでほしい。ドラゴンの子どもがママに「もう一回もう一回」とせがみますが...。意外な結末におどろく楽しいえほんです。

### 7月のお話会ピーターパン

3日(火) 午前10時30分から  
14日(土) 午後2時から  
21日(土) 午前10時30分から  
(夏のお楽しみ会)

- ・町立図書館ホームページで蔵書検索ができます。  
<http://www5.ocn.ne.jp/~kanmaki/>
- ・本、AV資料は期限内に返却しましょう。
- ・図書館の開館時間  
午前9時から午後5時まで。

● 図書館休館日：毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)・毎月末日(その日が、休館日にあたる時はその翌日も休館)・年末、年始(12/27~1/5) ☎78-9903

## 廃車買取 車検 自賠責保険 廃車にお金を払っておられませんか?

車引取から抹消登録料すべて無料! 更に以下の価格で買取ります!

・2001cc以上 ¥15,000~	・1401cc~2000cc ¥10,000~
・1400cc以下 ¥5,000~	・軽自動車 ¥3,000~

良質車は高く買取ります!

日本興亜損害保険代理店

(有)グローバル通商

TEL 0745-78-2961 FAX 0745-78-2968  
自動車商許可 No. 641170000353



## Dr.関塾 上牧校 新規開校!

この度友が丘にオープンしました、完全個別指導のドクター関塾(かんじゅく)上牧校では、当塾のわかりやすい授業を一人でも多くの人に知っていただくとうと無料の開校記念講習会のモニター生を20名限定で募集しております。人数になり次第締め切らせていただきますのでお早めに。詳細お電話にて。

今なら様々な入塾特典あります!

関塾 上牧 検索 HP見てね!

Dr.関塾 上牧校

北葛城郡上牧町友が丘1-1-6  
電話: 0745-72-6677  
FAX: 0745-72-6655

# 各種相談 《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月の第一水曜日  
 午後1時～4時  
 ところ：2000年会館  
 定員：先着申込順6名  
 内容：各種法律問題全般  
 申込・問合せ先：  
 役場秘書課へ電話で申し込んでください  
 ☎76-1001 役場内線298番

中南和法律相談センター（奇数月に開催）

担当：弁護士  
 と き：1・3・5・7・9・11月の第二金曜日  
 午後1時～4時  
 ところ：2000年会館  
 定員：先着申込順6名  
 内容：各種法律問題全般  
 申込・問合せ先：  
 奈良弁護士会へ電話で申し込んでください  
 ☎0742-22-2035（相談日の1週間前の午前9時30分から申込受付。  
 当日の申し込みは出来ません）

## 行政相談

担当：行政相談委員  
 と き：毎月第二金曜日 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：秘書課 ☎役場内線222番

## 納税相談

担当：徴税吏員  
 と き：毎月第二水曜日 午後1時～3時30分  
 ところ：役場1階 徴収課  
 定員：先着申込順5名  
 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：  
 役場徴収課へ事前に電話で申し込んでください。（相談日の1週間前から  
 申込受付。） ☎役場内線125番

## 人権相談

担当：人権擁護委員  
 と き：毎月第二金曜日 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：福祉課 ☎役場内線145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8時30分～午後0時30分  
 （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8時30分～午後0時30分  
 （上記共、祝日は除く）  
 ところ：河合町役場二階相談室  
 内容：消費生活問題全般・多重債務問題  
 問合せ先：秘書課 ☎役場内線222番

## 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 ☎役場内線119番  
 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：上牧中学校  
 と き：7月6日  
 午前11時～午後5時  
 申込先：上牧中学校 ☎76-5479  
 ところ：上牧第二中学校  
 と き：7月10日  
 午前11時～午後5時  
 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119番

広報かんまき 12 7

発行／上牧町役場秘書課

〒639-0293

奈良県北葛城郡上牧町上牧3350

☎0745-76-11001

FAX 0745-76-11002

地域密着型で効率的な広告 見本

お店の広告は広報紙で  
 月1回、町内全戸配布の広告で商売繁盛

**広報 かんまき**

上牧町役場秘書課 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）

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。

町		町の動き	平成24年5月末日現在
世帯数	9,786(+50)		
男性	11,391(-10)		
女性	12,533(-14)		
合計	23,924(-24)	( )は前月比	

\*町の木 まき \*町の花 ゆり



上牧町は非核・平和都市宣言の町です。