

広報

# がんまき

2012 11

住民とともに 協働と参画のまちづくり



変わりゆく三軒屋地区

## 特集

平成23年度決算報告	2
●町民ひろば	6
●MOSAIC PLAZA 知る・募る・語る	7
●元気講座 ●個人でできる感染予防	10
●元気ガイド	11
●家庭の情報：消費生活相談 リフォーム工事を契約する前に	12
●図書館通信	13
●各種相談	14

No.488

# 昨年に続いて今年も黒字

平成23年度の決算は、一般会計では、歳入七十二億七千七百三十三万円となり、前年度八十四億一千三百三十三万円と比べると、金額では十一億四千二百六十万円、割合にして、十三・六％の減額となりました。

歳出は、六十九億九千六百六十万円で前年度の八十二億六千四百二十一万円と比べて金額では一億二千七百二十六万円、割合にして十五・四％の減額となりました。

歳入から歳出を引きますと二億七千九百十三万円が残り、この中から翌年度へ繰り越すお金一千二百二十一万円を引きますと二億六千六百九十二万円が残ります。

この金額が平成23年度の黒字額となります。単年度収支では五年連続の黒字となりました。

平成23年度は、歳入については、学校施設等の耐震化事業の完了に伴い、国庫支出金や町債が減となったことや景気低迷の影響により、町税が減少し

たことなどにより、歳入総額は減となりました。

歳出についても、学校施設等の耐震化事業の完了や公債費の償還金の減少などにより、歳出総額は減となりました。

## 特別会計も黒字

国民健康保険、介護保険など特定の事業のために、町の通常の経費とは別に保険料や使用料などの特定の収入により運営する特別会計も、五会計全てが黒字決算となりました。

## 企業会計も黒字

上牧町の公営事業として水道事業があります。

地方公営企業法の適用を受け、水道料金の収入(事業収益)により民間企業のように運営を行っている水道事業の決算は、収益的収支と資本的収支に分けられ、収益的収支は経営状況を、資本的収支は建設投資の状況を表しています。

平成23年度各会計決算の総括表

		歳入 (収入済額) (A)	歳出 (支出済額) (B)	差し引き C(A-B)	翌年度への 繰越財源 D	実質収支 C-D
一般会計		72億7,073万円	69億9,160万円	2億7,913万円	1,221万円	2億6,692万円
特別会計	国民健康保険	27億6,875万円	25億9,285万円	1億7,590万円	0万円	1億7,590万円
	住宅新築資金等貸付事業	783万円	771万円	12万円	0万円	12万円
	後期高齢者医療	2億296万円	1億9,447万円	849万円	0万円	849万円
	下水道事業	6億7,415万円	6億6,958万円	457万円	0万円	457万円
	介護保険(保険事業勘定) (介護サービス事業勘定)	12億2万円 1,239万円	11億9,347万円 376万円	655万円 863万円	0万円 0万円	655万円 863万円
企業会計	水道	4億8,662万円	4億3,836万円	4,826万円	0万円	4,827万円
	事業	789万円	1,039万円	△250万円	0万円	△250万円

## ■平成23年度歳入歳出決算 平成23年度の一般会計歳入歳出決算の内訳は、下のグラフのとおりです。

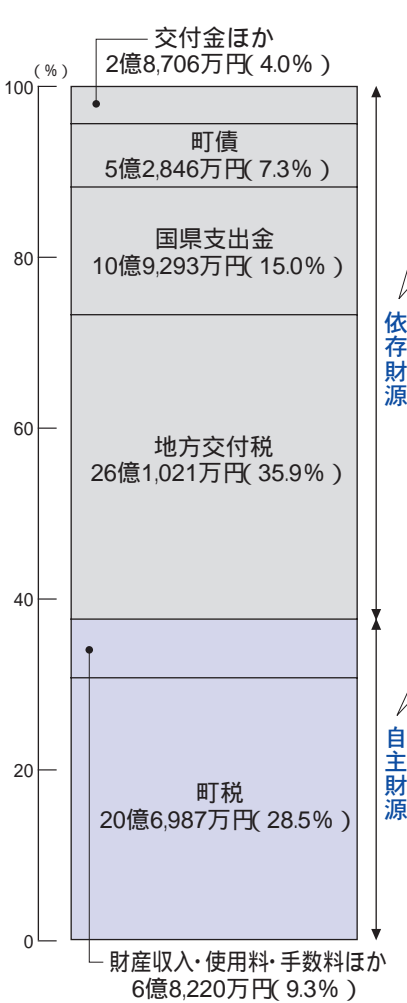
**歳入** 72億7,073万円

**歳出** 69億9,160万円

歳出を見るときは、目的ごとに区分したものと、性質ごとに区分したものの2種類の構成グラフがあります。

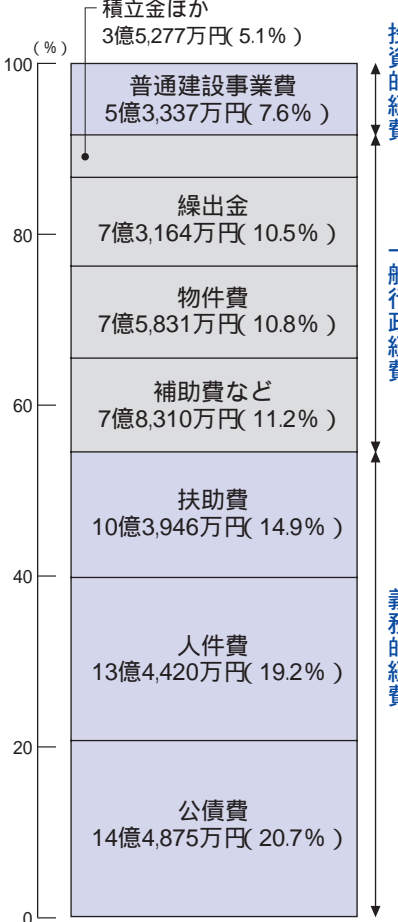
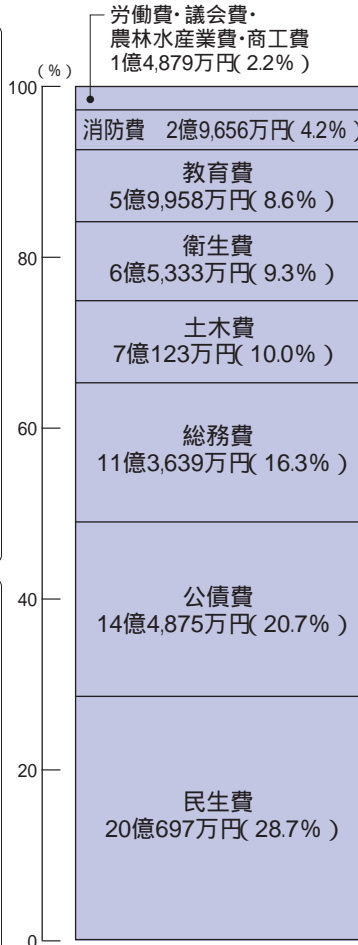
【目的別】

【性質別】



国や県の決定で交付される地方交付税や町債など。歳入の6割が、国や県の決定に左右されています。

町税や町の施設の使用料など、町が自主的に調達できるお金。全体の4割程度です。



将来残る施設などにかかる経費  
行政運営上の一般的な経費  
その支出が、義務づけられ、任意には削減できない経費。この割合が増えると、財政は硬直化してしまいます。

**歳入の種類**

- 議会費 議会の活動に要する経費
- 消防費 消防や救急、防災などに要する経費
- 土木費 道路・公園・町営住宅の管理、まちづくり等に要する経費
- 教育費 幼稚園、小・中学校などの教育施設、公民館、文化の向上などに要する経費
- 衛生費 健康診断、予防接種、ごみ処理などに要する経費
- 総務費 庁舎の管理、運営、徴税事務、戸籍関係事務、選挙、統計調査、広報など役場を運営するための全般的な経費
- 民生費 子どもや高齢者、障がい者への福祉などに要する経費
- 公債費 町の借入金(町債)の返済に要する経費

**歳入の種類**

◆町債 一度に多くのお金が必要で、その年の収入だけでは賄いきれない事業のために、町が国や銀行から借りたお金

◆国・県支出金 町が国や県に代わって行う事業や公益性の高い事業に、国や県から交付されたお金

◆地方交付税 国が市町村の財政状況に応じて交付するお金

◆負担金・使用料など 特定の事業の経費に充てるため、その事業の受益者などが負担するお金

◆町税 町民税、固定資産税、町たばこ税など町民の皆さんからの税金

一人あたり八万六千円の税負担で 二十九万二千円の行政サービスを提供!

町民1人あたりに換算すると...

税金 8万6千円

行政サービス 29万2千円

町の歳入は、町税のほか地方交付税や国・県からの補助金などがあり、それらを使って様々な事業を行っています。歳出は、比率の高い順に、民生費、公債費、総務費となっています。

## 平成23年度 主な取組事業

	事業名	決算額	事業の成果の内容
総務費	ホームページ作製事業	173万円	住民のかたや、上牧町を訪れるかた、上牧町で働いているかたに役立つように町のホームページを新しくしました。
	庁舎耐震診断事業	813万円	非常災害時の災害対策拠点である庁舎が耐震の既存不適格の可能性があったため、庁舎の耐震診断を行いました。
	2000年会館号購入	334万円	町内を循環している2000年会館号について、住民の利用も多く、また故障も多かったため、新しく購入しました。
	(仮称)上牧町まちづくり基本条例策定事業	46万円	「住民とともに協働と参画のまちづくり」をさらに推し進めるため、町のまちづくりの基本となる仕組みやルールを定めた(仮称)上牧町まちづくり基本条例の策定に向けて、取り組みました。
民生費	保育所(園)安全安心対策整備事業	453万円	児童が安心してすごせる環境の場を整備することを目的に、災害発生時に子ども達を危険から守るための避難車やインフルエンザなどの感染拡大予防のための空気清浄機、不審者から児童を守るためのさすまたや命を守るAEDを、町内の保育園に設置しました。
	放課後児童健全育成事業	2,511万円	各小学校区ごとに1か所ずつ設置している学童保育所について、子育て支援の観点から、定員70人を超えるところについては、ガイドラインの基準により85人まで受け入れています。また、夏期休業日の保育時間について、保護者の希望により8時30分からの保育を8時からとしました。
衛生費	子宮頸がん等ワクチン接種事業	2,457万円	子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン及び小児用肺炎球菌ワクチンの接種費用を、中学1年生から高校1年生の女子と、2か月から5歳未満の乳幼児を対象に全額助成しました。
農林商工業費	水路補修工事	715万円	水路を改修することにより、冠水状態の改善と道路の拡張ができ、安全面が確保できました。
土木費	道路整備工事	2,177万円	交通量の増加、車両の大型化が進んでいる状況であり、損傷状況、歩行者や通行車両の利用頻度などを踏まえ、補修工事を行い、歩行者や通行車両の安全確保、道路整備を推進しました。
	公園内遊具等整備事業	2,846万円	27箇所公園内の55基の遊具を整備することにより、子供が安全に使用でき、遊ぶ機会が増え地域における子育て活動を支援することができました。
	街路事業 米山新町線及び桜ヶ丘新町線	2億208万円	当地区周辺の著しい発展を踏まえ、周辺道路網の整備を行い、交通の利便性、快適性の向上を図るため、事業に着手しました。
	第1町営住宅除却工事	258万円	第1町営住宅は木造住宅の耐用年数30年を経過しており、明け渡しを受けた空家住宅の倒壊、崩壊の危険性もあることから、2件の除却整備を行いました。
教育費	上牧第三小学校運動場芝生化推進事業	1,280万円	芝生化することにより、ケガ、夏の照り返し、気温の上昇、砂の飛散を防止しました。また、自分達で芝を植えたり水をあげたりすることで、自分達の学校を自分達の手で綺麗にしようとする意識や、勤労観の育成につながりました。
	上牧中学校校舎屋上外防水改修工事	1,186万円	校舎6号棟、来客用玄関、用務員室、給食室屋上、渡り廊下の雨漏りが酷く、授業などに支障を生じており、給食室では衛生的にも問題があるため、防水改修工事を行いました。
	防球ネット設置工事	338万円	上牧中学校運動場東面・南面に防球ネットがなく、授業や部活動でソフトボールなどの球技を行うにあたり危険なため、防球ネットを設置しました。
	災害時子どもの安全確保体制事業	205万円	建物の耐震対策は出来ていますが、地震などの強い揺れにより窓ガラスや蛍光灯が飛散することにより、子ども達がケガをする恐れがあるため、防災頭巾の購入や施設の安全対策機能を向上することで、災害時に子ども達を危険から守ることを目的とした整備を行いました。

## ■基金の内訳

一般会計	財政調整基金	7億1,781万円
	減債基金	224万円
	公共施設整備基金	114万円
	長寿社会福祉基金	1,630万円
	その他の基金	856万円
特別会計	住宅新築資金等貸付事業基金	1,835万円
	国民健康保険財政調整基金	2億6,339万円
	介護給付費準備基金	689万円
合計		10億3,468万円

## ■町債の状況（平成23年度末現在高）

一般会計	108億9,103万円
住宅新築資金等貸付事業特別会計	2,817万円
下水道事業特別会計	43億3,594万円
水道事業会計	1億3,849万円
合計	153億9,363万円

万円単位以下は端数切捨て

## 健全化判断比率

(単位：%)

指標名	上牧町(平成23年度)	早期健全化基準
実質赤字比率	—	14.98
連結実質赤字比率	—	19.98
実質公債費比率	20.1	25.0
将来負担比率	226.9	350.0

については、実質赤字額と連結実質赤字額がないため「—」で表示しています。

- ①実質赤字比率：一般会計等の赤字の程度を指標化し、財政運営の深刻度を示します。
- ②連結実質赤字比率：一般会計等だけでなく、国民健康保険事業、介護保険事業などの特別会計や水道事業、下水道事業などの公営企業会計も含めた上牧町全体の赤字や黒字を合算し、上牧町の赤字の程度を指標化し、地方公共団体運営の深刻度を示します。
- ③実質公債費比率：一般会計等の公債費(借金の返済額)だけでなく、公営企業会計などの公債費に充てるための繰出金や葛城地区清掃事務組合、静香苑環境施設組合等に係る公債費に対する負担金なども含めた実質的な公債費の額の大きさを指標化し、資金繰りの危険度を示します。
- ④将来負担比率：地方公共団体の一般会計等の借入金(地方債)や将来支払っていく可能性のある負担金などの現時点での残高の程度を指標化し、数値が大きくなるほど将来見込まれる負担が大きく、将来の財政運営を圧迫する可能性の高さを示します。

## 資金不足比率

(単位：%)

特別会計の名称	上牧町(平成23年度)	経営健全化基準
水道事業会計	—	20.0
下水道事業特別会計	—	20.0

資金不足が生じていないため「—」で表示しています。

- 資金不足比率：公営企業の資金不足を、公営企業の事業規模である料金収入の規模と比較して指標化し、経営状態の深刻度を示します。

「平成19年6月、財政破綻を未然に防ぐ事を目的に地方公共団体の財政の健全化に関する法律」が公布されました。

この法律では五つの財政指標が設けられ、この指標が基準値を超過したときには、財政健全化のための計画策定や地方債の発行制限などが求められます。

# 平成23年度 健全化判断比率・資金不足比率

## 明るい選挙啓発ポスター

### 入選作品決定

9月27日、役場で「明るい選挙ポスターコンクール」で優秀な作品に選ばれたかたへの表彰式が行われました。

このコンクールは明るい選挙を啓発するために、町内の小中学校の児童生徒を対象に実施されたものです。



出品された九十二点の中から優秀な作品として上牧町長表彰に上小六年生の伊井綾音さん・上中一年生の尾崎朱音さん、選挙管理委員会委員長表彰に二小五年生の中馬亜矢さん・上中三年生の王生綾香さんの他、佳作六点が選ばれました。



## 園児たちが月に1度 各種避難訓練

### 上牧幼稚園

上牧幼稚園では、月に一度火災や地震・不審者侵入などの不測の事態にそなえて防火・防災・防犯の訓練を行っています。

9月14日(金)に行われた防災訓練では地震の発生を想定して行われました。

地震の発生と同時に園児達は部屋に据置かれている防災ブシンを取出しさつそく着用。その後、先生の避難を促す声とともに園庭へ避難し、全員無事に避難が出来たことを確認して訓練を終えました。



# MOSAIC PLAZA

## 知る・募る・語る

KANMAKI

町議会は12月5日から

第四回上牧町議会定例会は、12月5日(水)の午前10時から始まり、会期日程については12月3日(月)午前10時開催の議会運営委員会で決まります。

その他、会議日程のお問合せは議会事務局へお尋ねください。

▼問合せ先

議会事務局

☎役場内線304番

まちづくり基本条例策定委員会 開催

上牧町まちづくり基本条例策定委員会を次のとおり開催します。

★第二十二回委員会

▼とき 11月13日(火) 午後2時から

▼ところ 役場三階委員会室

★第二十三回委員会

▼とき 11月30日(金) 午後1時から

▼ところ 役場三階委員会室

▼問合せ先 まちづくり推進課

☎役場内線232番

さわやかウォーキング開催

▼とき 11月17日(土) 雨天中止

▼ところ 神野山(山添村)周辺を散策。約10km。現地へは町バスで送迎します。

▼対象 18歳以上の町民のかた

▼募集人員 二十六名(参加人数が十

名に満たない場合は中止します)

▼集合場所・時間 役場前午前8時30分(時間厳守)

▼持参品 着替え・弁当・合羽・水筒

など特に必要と思われるもの

▼費用 無料(一日傷害保険などに

加入される場合は、別途保険料九十九円が必要です。)

▼開催時におこった事故・疾病などについて

の応急処置は行いますが、その後の責任については負いません。

▼問合せ先 社会教育課スポーツ振興係

☎78-10118

やめよう犬の放飼いやめよう他人の迷惑

最近、犬の放し飼いや他人の迷惑が多くなっています。飼い主は、正しい犬の飼育を守り、他人に迷惑をかけないようにしましょう。

★犬の放し飼いは、やめましょう。

犬の放し飼いは「動物の愛護及び管理に関する条例」によって禁止されています。

★犬はきちんとつないで飼いましょう。

散歩のときは、引き綱をつけて犬を制御出来る人が行いましょう。

★犬の糞は持ち帰りましょう。

散歩時の犬の糞を持ち帰ることは、飼い主としての最低限のマナーです。

★飼育場所を清潔にしましょう

飼い主のモラルが問われます。犬の健康のため、また近所に不快感をあてえないように飼育場所は常に清潔にしましょう。

★犬に無駄吠えをさせないようにしましょう

犬の無駄吠えは、近所迷惑となります。吠える原因となるものを除き、愛情をもって根気よくしつけることが大切です。

▼問合せ先 環境課

☎役場内線140番

ご存じですか  
犯罪被害給付制度

犯罪被害に合われたかた・ご遺族のかたへ

「犯罪被害給付制度」とは故意の犯罪行為により不慮の死をとげた犯罪被害者の遺族や重傷、傷害という重大な被害を受けたかたに対して犯罪被害者等給付金を支給し、その精神的・経済的打撃の緩和を図り、再び平穏な生活を営むことが出来るように支援するものです。

★犯罪被害給付金は

遺族給付金

亡くなられた犯罪被害者の第一順位の遺族のかた

▼重傷給付金

加療一か月以上で入院三日以上を要する負傷や疾病(精神疾患は一か月以上で三日以上労務に服することが出来ない程度の疾病)を負った犯罪被害者本人

▼傷害給付金

法令に定める程度の傷害(傷害等級一級から第十四級)が残った犯罪被害者本人に支給されます。

給付金を受けようとするかたは奈良県公安委員会に申請してください。受付は警察本部が警察署で行っています。

▼問合せ先

奈良県警察本部

☎0742-2310110



## 全国一斉「女性の人権ホットライン」開設

夫・パートナーからの暴力をはじめとして職場などでのセクシュアルハラスメント・ストーカー行為などの女性の人権に関わる問題全般について人権擁護委員が次のとおり無料・秘密厳守で電話相談に応じます。

▼とき 11月12日(月)から18日(日)までの平日午前8時30分から午後7時までと土、日曜日の午前10時から午後5時まで。

▼対象 町内在住の女性

▼相談員 奈良県人権擁護委員連合会  
人権擁護委員

▼全国一斉「女性の人権ホットライン」  
☎057010701810

(全国共通ナビダイヤル)

## 奈良県最低賃金が改定

奈良県最低賃金が改定されました。

▼金額 時間給六九九円(10月6日発効)

最低賃金は、常時・臨時・パート・タイマー・アルバイトなど雇用形態や呼称の如何を問わず全ての労働者に適用されます。仮に最低賃金より低い金額を労使合意のうえで定めていても、使用者は必ずこの金額以上の賃金を支払わなければなりません。

▼問合せ先 奈良労働局

☎074213210206

## 来年度入所の保育園児募集

来年度の保育所入所園児を募集します。

▼入所基準 保育所へ入所できる基準は、児童の保護者(同居の親族)のいづれもが次のいづれかに該当することにより児童を保育することができないと認められる場合によります。共働きをしているかた。

▼保護者が、日中居宅内で児童と離れて日常の家事以外の労働をしているかた。

▼母親が妊娠中か出産後まもないかた。保護者が病気であったり心身に障がいのある場合

▼長期にわたる疾病や、心身に障がいのあるかたの看護を常時している場合

▼その他、特別な事情がある場合  
年度途中でも福祉課にて随時受付をしています。定員に余裕のある場合は、入所することができます。

▼対象 本年9月30日以前に生れた乳幼児(西大和黎明保育園・やまびこ保育園では生後二か月より)

▼募集 各年齢若干名(保育所により人数が異なります)

▼受付期間 11月1日(木)から30日(金)まで

▼受付場所 役場福祉課、第一保育所、慈光保育園、西大和黎明保育園、やまびこ保育園

▼問合せ先 福祉課  
☎役場内線144番

## 第二回いきいき会 開催

▼とき 11月21日(水) 正午より

▼ところ 2000年会館多目的室

▼内容 お食事会とカラオケ大会

▼対象者 町内在住の六十歳以上のかた

▼費用 千円

▼申込方法 11月15日(木)までに、シルバークラブ会員は地区クラブ会長に、会員以外は生き生き対策課まで申込んでください。

▼問合せ先 生き生き対策課  
☎7912020

## 介護保険資格取得

介護保険制度では、六十五歳の誕生日の前日から第一号被保険者の資格取得となります。

生き生き対策課から保険証と保険料決定通知書が送付されます。

▼問合せ先 生き生き対策課  
☎7912020

## 奈良県多重債務者無料相談会 開催

クレジットやサラ金などでお金を借り、返済に困っているかたは一人で悩まずにご相談ください。

多重債務協議会では11月15日(木)から18日(日)まで県内各地で弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会を開催します。

## 子どもの人権110番

いじめ・体罰・不登校・児童虐待などの子どもの人権に関わる問題全般について、人権擁護委員が次のとおり、休日に無料・秘密厳守で電話による相談に応じます。

▼とき 11月17日(土)・18日(日)、23日(金)から25日(日)の午前10時から午後5時まで。

▼電話番号 「子どもの人権110番」  
☎012010071110(フリーダイヤル)。携帯電話・PHS使用可。IP電話使用不可

▼対象者 町内在住の児童・生徒とその保護者

▼相談員 奈良県人権擁護委員連合会  
人権擁護委員

▼問合せ先 奈良地方法務局人権擁護課  
☎074213215457

▼とき・ところ 11月18日(日) 午前9時から正午。奈良県消費者相談センター(奈良市)

午後1時から4時まで。橿原文化会館(橿原市)

他の会場についてはお問い合わせください。

▼問合せ先 秘書課  
☎役場内線298番



## ウォークラリー大会 参加者募集

上牧シルバークラブ連合会では、ウォークラリー大会を開催します。

- ▼とき 11月28日(水) 午前10時受付。午後3時30分まで(雨天順延)
- ▼ところ 馬見丘陵公園まで
- ▼対象者 町内在住の六十歳以上の方

参加費 二百円

▼競技内容 男女混合四名で編成したチーム全員の得点を競う団体競技とし、約4kmのコースをウォーキングをします。途中、クイズやゲームポイントを通過し、その得点と所要タイムの得点により順位を決定します。

▼申込方法 11月7日(水)までに、シルバークラブ会員は地区クラブ会長に、会員以外は生き活き対策課まで申込んでください。

▼問合せ 生き活き対策課  
☎79-2020番

## 税の納期限 忘れていませんか

今年度の町税・国保税・後期高齢者保険料・介護保険料の二・三期分の納付期限がすぎに過ぎています。

病气や失業などで納期限までに納付することが困難な場合は、放置せず、早めに相談を受けましょう。

理由もなく放置されますと督促手

## 高齢者体力測定 参加者募集

健康上牧21計画高齢者グループでは、高齢者の体力測定を実施します。

- ▼とき 12月10日(月) 午後1時受付。午後1時30分開始
- ▼ところ 2000年会館多目的室
- ▼対象者 町内在住の六十歳以上の方

▼内容 握力・長座体前屈・上体おこし・開眼片足立ち・10m障害物歩行・六分間歩行を測定

▼申込方法 11月20日(火)までに、シルバークラブ会員は地区クラブ会長に、会員以外は生き活き対策課まで申込んでください。

▼問合せ 生き活き対策課  
☎79-2020番

数料や延滞金が増算され、財産の差し押さえなどの滞納処分を受けることとなります。また、介護保険料については利用者負担割合が一分から十割への全額負担となりますのでご注意ください。

納税・納付により築く信用、滞納・滞納処分により失う信用

▼問合せ 徴収課  
☎役場内線125・155番

## 自衛官 募集

防衛省では本年度採用の高等工科大学生徒と来年度採用の予備自衛官補(一般・技術)幹部候補生を募集しています。

☆高等工科大学生徒(陸上自衛隊)

- ▼応募資格 十五歳以上十七歳未満のかた(男子)
- ▼受付期間 11月1日から来年1月7日まで。
- ▼試験日 来年1月19日(一次試験) 2月2日から5日までの間の指定する一日(二次試験)

☆予備自衛官補

- ▼応募資格 一般公募 十八歳以上三十四歳未満の男女
- ▼技能公募 十八歳以上で国家免許資格

## 中南和法律相談センター 無料法律相談 開催

県中南和地域の各自治体で作る中南和法律相談センターでは奈良弁護士会の協力を得て無料相談を開催しています。

町内では2000年会館で。奇数月の第二期金曜日の午後1時から4時まで行っています。  
相談は予約制ですので希望されるかたは奈良弁護士会までお問い合わせください。

▼問合せ 奈良弁護士会  
☎074212212035

格などを持つかた(自衛官であったかたは自衛官であった期間が一年未満であるかた)

- ▼受付期間 1月中旬から4月初旬まで。
- ▼試験日 来年4月中旬
- ☆一般・技術幹部候補生

- ▼応募資格 二十一歳以上二十六歳未満の男女(平成26年4月1日現在)
- ▼受付期間 来年2月初旬から4月下旬まで。
- ▼試験日 来年5月中旬(一次試験) 6月中旬の指定する日(二次試験) 7月中旬から8月初旬(三次試験)(海上・航空自衛隊の飛行要員のみ三次試験)

ホームページなどでも資料の閲覧請求ができます。

▼問合せ 自衛隊橿原地域事務所  
☎074412919060

## 11月は児童虐待防止 推進月間です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

▼児童相談所全国共通ナビダイヤル ☎057910641000(電話) は児童相談所につながります。  
連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

▼問合せ 福祉課  
☎役場内線115番



紅葉も深まり、本格的に冬が始まろうとする季節になりました。この時期に流行するのはインフルエンザです。ここでは「かからない工夫とうつさない配慮」というポイントで、日頃から心がけておく良い感染予防対策についてお話をします。

### インフルエンザとは？

インフルエンザにかかった人のだ液や鼻水に含まれるウイルスから感染します。インフルエンザは世界中で見られ、日本でも毎年100万人以上が感染しています。

### インフルエンザが疑われる症状とは？

- 突然な発熱（38度以上）
- 咳
- のどの痛み
- 鼻水、鼻づまり
- 頭痛・関節痛など

### どうすればいいのか？

高齢者や乳幼児、症状の重いかたやハイリスクのかた（持病のあるかたや妊娠しているかたなど）は、早めに受診をしてください。受診の際には、あらかじめ医療機関に電話連絡をすること、必ずマスクを着用してください。

### インフルエンザにかからない工夫・うつさない配慮

#### 十分な栄養と休養をとりましょう。

感染に対する抵抗力をつけるには、何より身体の調子を整えることです。元々の体力が感染からの回復力につながります。

#### マスクをしましょう。

症状のある人と接触するときはマスクをつけましょう。

※咳エチケットを忘れずにしましょう。

- 咳が出たらマスクを着用しましょう。
- 鼻水、痰などを含んだティッシュはすぐ蓋のついたゴミ箱に捨てましょう。

#### 手洗いをしましょう。

帰宅後、トイレの後、食品を取り扱う前、食事の前、咳やくしゃみを手で押さえた後など、こまめに手を洗いましょう。

（手洗いのポイント）

- 石鹸を使い流水で30秒以上洗いましょう。
- 指先や爪の間も念入りに洗い、流水で30秒以上流しましょう。
- 洗った後は清潔なタオルや使い捨てのペーパータオルで水分を十分に拭き取りましょう。

#### うがいをしましょう。

外出後の食事前、のどに不快感や痛みがあるときはうがいをしましょう。

#### 人ごみを避けましょう。

人と人の接触を避けましょう。例えば、混雑している電車には乗らないで時差出勤・通学をするなど。

このような個人で出来る感染予防法を心がけることで、感染力の強いインフルエンザから自分自身を守り、家族や周囲のかたを守ることが出来ます。

## 個人でできる感染予防

### 男性料理教室 開催

肥満が気になる、メタボ予防に興味がある男性のための料理教室を開催します。健康料理作りにチャレンジしてみませんか。

▼とき 12月6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 焼そばの南蛮漬・きんぴら・からし和え・かき卵汁・ごはん

▼対象者 男性二十名

▼費用 材料費三百円

▼持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具

▼申込方法 11月7日(水)より電話か生き活き対策課窓口でお申し込みください。

### 毛糸の帽子 編み方教室 参加者募集

好評につき、今年も帽子作りを行います。すこやかサポーターがていねいに指導しますので編物が初めてのかたでも大丈夫です。作品は2000年会館ロビーに展示してあります。

▼とき 11月21日・28日(水)の二日間。午後1時から3時頃まで。両日とも参加してください。

▼ところ 2000年会館保健指導室



- 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：11月13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「お母さんの体調管理」、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：11月30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：11月30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。

健康診査

対象者には個人通知します。  
乳児(3・10か月児)健康診査  
3か月児  
と き：11月8日(木)  
午後1時から1時30分まで受付  
対象者：平成24年7月12日から8月8日生まれ。  
10か月児  
と き：11月8日(木)  
時間は個人通知します  
対象者：平成23年12月12日から平成24年1月8日生まれ。

3歳児健康診査

と き：11月29日(木)  
午後1時から1時30分まで受付  
対象者：平成21年5月26日から6月29日生まれ。

教室

妊婦さん集まれ

2回開催【要予約】  
と き・内容：  
11月30日(金)  
午後1時30分から2時30分まで。  
妊婦同士の交流会、栄養のお話

12月11日(火)  
午後1時30分から3時まで。  
助産師のお話  
対象者：妊婦  
持参品：母子健康手帳

検診

乳がん検診

と き：11月15日(木)  
①午前9時から9時30分まで受付  
②午前9時30分から10時まで受付  
③午前10時30分から11時まで受付  
④午前11時から11時30分まで受付  
(①から④の中から希望の時間を選べます)。  
対象者：40歳以上(1972年12月31日以前生まれ)で誕生日が西暦偶数年生まれのかた  
検査方法：視触診・マンモグラフィ  
定 員：先着50名【要予約】  
費 用：1,000円  
(75歳以上のかたは500円)

※生活保護世帯のかたは無料です。  
事前に生き生き対策課で自己負担金免除申請を行ってください。

申込方法：11月5日(月)  
午前8時30分から電話か生き生き対策課窓口でお申し込みください。

生活機能検査を受けましょう

対象 上牧町在住のかた先着10名  
持ち物 並太毛糸百10g(二色でも素敵な物が編めます)・八号棒・針二本・とし針  
申込方法 11月5日(月) 午前8時30分より電話か生き生き対策課窓口でお申し込みください。

六十五歳以上で介護認定を受けていないかたに「介護予防チエックリスト」をお送りしました。リストを返送していただいたかたに結果アドバイス表を送付していますので健康管理にご利用ください。

また、必要なかたには生活機能検査受診票(簡単な検診様式のもの)も送付していますので医療機関で受診してください。  
受診期限 11月30日(金)  
受診機関 町内の医療機関  
まだ、受診されていないかたは早めに受診しましょう。

11月から開始 四種混合ワクチン

町では11月から四種混合ワクチン(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)を定期予防接種として開始する予定です。詳しくは生き生き対策課へお問い合わせください。

## ●消費生活相談●

### リフォーム工事を契約する前に

先月の広報誌で、リフォーム工事の契約前に気を付けることを紹介しました。今月も、もう少しリフォーム工事に関する注意点などについてご紹介したいと思います。

#### <見積もりは数社から。不安な場合は見積書の内容を検討してくれる専門機関へ相談 >

先月も紹介しましたが、リフォーム工事を依頼する際、最初から1社に決めず、数社から見積もりを取り、工事内容や金額の妥当性について検討するようにとお伝えしました。

しかし素人では、見積書を見ただけで、様々なことを判断するのは難しいかもしれません。そんな時には「公益財団法人 住宅リフォーム紛争処理支援センター」が実施している、業者の見積もり金額の適正に関して「リフォーム見積もりチェックサービス」や業者の提示した工事内容の適正に関する「リフォーム電話相談」を利用されてはどうでしょうか。もちろん消費生活相談室からこの機関をご紹介することも可能です。リフォーム工事の契約で迷うことがあれば、契約前に必ず相談してください。もちろん新築工事に関しても、契約前に一度ご相談下さい。なお、リフォーム工事も新築工事も工事後のトラブルに関する相談も受け付けています。

公益財団法人 住宅リフォーム紛争処理支援センター（住まいのダイヤル）  
☎ 570-016-100（受付：平日10時から17時）

#### 落ち着いて対応 「アダルトサイトの請求画面が消えない！」

「パソコンでインターネット検索をしていたらたまたまアダルトサイトに繋がりが...」「興味本位でちょっとアクセスしただけで登録等していないのに...」、いろいろな状況でアダルトサイトから高額な登録料や利用料を請求されることがあります。そして請求画面がパソコンにずっと張り付いたままという現象も起こっています。こんな時も慌てず、冷静に対処して下さい。

- Q** 年齢確認のボタンをクリックしただけで登録になった。登録料や利用料金は支払わないといけない？
- A** 登録完了前に、登録料や利用料金が発生することに対する説明があり、それに同意しましたか？単に年齢確認ボタンをクリックしただけなら、契約は成立していないので料金を支払う必要はありません。
- Q** 支払い請求画面がパソコン上に張り付いたまま。料金を支払わないと画面は消去できないと書かれているので、支払った方がいい？
- A** ボタンをクリックしたことで不正なプログラムがパソコン上に入ってきただけ。IPA（独立行政法人情報処理推進機構）のホームページを参考にして作業をすれば、画面は消去できます。

ここでは簡単に対処方法について説明しました。アダルトサイトの請求に関しては、契約が成立していないことがほとんどですので、急いで相手業者と連絡を取るようなことはせず、冷静に対応しましょう。契約が成立しているかどうか不安な場合は、消費生活相談室へご相談ください。秘密は厳守します、恥ずかしがらず気軽にご相談ください。



**上牧町ホームページ**  
 ・<http://www.town.kanmaki.nara.jp/>  
 ・Eメール [kanmaki@plum.ocn.ne.jp](mailto:kanmaki@plum.ocn.ne.jp)

## 図書館通信

### 新刊紹介

**武相荘のひとりごと**  
 牧山桂子著 世界文化社



昨今、白洲次郎と正子の美化された理想像がひとり歩きしているように思え、ついつい苦笑しなくなることもあると語る二人の長女が、家族ならではのエピソードを交え日々感じることなどを語った本です。

**禅は急げ!**  
 桂美人著 角川書店



俗世の煩惱を捨て修行に励むはずが・・・出家したての若き僧侶の特別公務は「雲水相談室」での悩み相談。持込まれる厄介な相談事に四苦八苦しなながらも、お山の面々に励まされ頑張る姿を描いた連作小説集。

**ききがたり ときをためる暮らし**  
 自然食通信社



お金があれば欲しいものがすぐ手に入るシステムは便利で快適、けれどじぶんにとって心地よいかというと...。日常の営みに手間をかけ、者を長くつかうことに楽しさを感じる暮らし方を紹介します。

**凸凹サバナン**  
 玖村まゆみ著 講談社



ドラマのような敏腕弁護士ではないけれど、一生懸命な主人公がトラブル解決に奔走します。けれどもそんな主人公には大きな秘密があって...。何が偽者で何が本物なのか、を問いつける小説です。

### 11月のお話会ピーターパン

6日(火)・20日(火)  
 午前10時30分から  
 10日(土)・24日(土)  
 午後2時から

- ・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。

**こんなに使えるコンパニオンプランツ**  
 木嶋利男著 家の光協会



隣りにあって植えることで発育を促したり、病害中予防になったりと、畑で育てる野菜にも相性があるそうです。ちょっとした工夫で安全に美味しい野菜を収穫するコツが多数掲載されています。

● 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

## 介護・認知症無料相談

平成24年11月8日(木) 12時30分~16時30分  
 平成24年11月22日(木) 12時30分~16時30分  
 レインボー西大和店 1F催事場広場

(財)信貴山病院 ハートランド信貴山デイケア  
 お問い合わせ ☎0745-31-0012

専門資格の職員が丁寧に  
 対応いたします。  
 お気軽にどうぞ。

毎月第2・4木曜日  
 開催予定

(広告)

## 図書館の貸出し本

### 巡回バスで返却できます

11月1日より圖書の貸出し本を図書館まで出向かずに、巡回バス「2000年會館号」を利用することで返却できるようになります。

各地区の停留所に到着した「2000年會館号」の運転手に声をかけてください。「2000年會館号」の後部に返却ボックスを設けますので、それに投入してください。あなたにかわって図書館までお届けします。

買い物は県内で! たばこは町内で買しましょう。

# 各種相談 《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（奇数月で開催）

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：①上牧中学校  
 と き：11月2・16日  
 午前11時～午後5時  
 申込先：上牧中学校 ☎76-5479  
 ところ：②上牧第二中学校  
 と き：11月13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 11 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。

豊

町の動き

世帯数	9,760(+1)	平成24年9月末日現在
男性	11,382(-7)	
女性	12,487(-6)	
合計	23,869(-13)	

( )は前月比

\*町の木 まき \*町の花 ゆり