

広報

がんまき

2014 1

創ろうみんなで 元気な安心のまちを！



新町から望む日の出

特集

災害図上訓練D I G	2
●町民ひろば	3
●MOSAIC PLAZA 知る・募る・語る	4
●元気講座 冬の食中毒にご用心	8
●元気ガイド	9
●家庭の情報：消費生活相談	10
催眠(S F)商法に気を付けて	
●図書館通信	11
●各種相談	12

No.502

災害図上訓練 D I G

(*DIGとは…Disaster「災害」 I magination「想像」 Game「ゲーム」の頭文字を取って名付けられた防災訓練プログラムです)

11月30日(土) 2000年会館 2階多目的室において、地域の防災リーダーである消防団並びに防災士のみなさんが一堂に会し、町の防災力の向上を図るため、そして情報交換の場として災害図上訓練 D I G を体験実施されました。

災害図上訓練 D I G とは、災害発生を想定し、地図(マップ)への書き込みを通じて、参加者全員が主人公となり、積極的に災害対策を考え、参加者全員で共有する机上の防災訓練です。

みなさん熱心に、町の防災対策などについて話し合われていました。



(A班)



(B班)



(C班)



(D班)



(E班)



(F班)



(G班)



(H班)



(I班)

新鋭・軽四輪駆動消防車を配属

消防車両の老朽化などに伴い、軽四輪駆動消防車が配属されました。軽車両ということで、道幅が狭いところなどでも迅速な消防活動が今以上に可能となり、地域住民に安全安心を提供できると期待しております。

去る10月25日、消防車両分団配属式が行われ、竹島消防団長より第1分団に配属書の交付が行われました。



操作説明を受ける消防団員

胸骨圧迫やAED使用法を学ぶ 上牧町自治連合会

上牧町自治連合会(三浦昭俊会長)の研修会が11月29日、奈良市大安寺町の奈良市防災センターで行われ、町内自治会長が防災の知識と行動力を高めるため、胸骨圧迫やAED使用法を学ぶ救命入門コースなどを受講しました。

また、昨年に開催された「ペガサスフェスタ2013」の町自治連合会イベントの収益金を社会福祉活動に役立てていただき、赤い羽根共同募金に募金しました。



自治連合会を代表し
募金を手渡す三浦会長
(左から2人目)



AEDの使用法を学ぶ自治会長

奈良県防災功労者知事表彰

12月7日(土) 王寺町やわらぎ会館において、今年度の奈良県防災功労者知事表彰に上牧町より4団体が表彰されました。

- ・服部台自治会自主防災会
- ・米山自主防災会
- ・滝川台自主防災会
- ・南上牧自主防災会

そして、上牧町を代表して南上牧自主防災会の青木弘詞さんが、活動事例発表プレゼンテーションを行い、「自分たちのまちは、自分たちで守る」ことの重要性や高齢化率の高い地域であるため地域一丸となつての安全安心な地域づくりに励んでいると、自主防犯・防災リーダー研修の受講者のみなさんに発表されていました。

活動事例発表を行う
青木弘詞さん



表彰を受ける自主防災会代表のみなさん

MOSAIC PLAZA

知る・募る・語る

KANMAKI

第35回町民雪中登山参加者募集

- ▼とき 2月2日(日) 午前8時役場前集合(時間厳守)・8時15分出発(雨天中止)
- ▼ところ 葛城山(御所市)
- ▼参加者 町内在住の小学4年生以上の男女町内在勤者可) 先着70名
- ▼持ち物 弁当・水筒・着替え・アイゼン
- ▼申込方法 1月4日(土)から19日(日)までに、第一町民体育館へお申し込みください。定員になり次第締め切ります。
- ※30名未満の場合は中止とします。アイゼンは多少用意します。
- ▼問合先 社会教育課スポーツ振興係(第一町民体育館内) ☎78-10118 (月曜休館日)

上牧町臨時職員募集 (随時受付)

上牧町児童保育所で臨時職員(パート指導員)を募集しています。

- ▼募集人員 1名
- ▼対象者 昭和42年4月2日以降生まれで、保育士か幼稚園教諭の資格を持つかた・土曜日勤務できるかた
- ▼採用期間 4月1日から9月30日まで。勤務状況が良好な場合、6ヶ月毎の期間で更新あり。
- ▼賃金 時間給830円(労働保険・雇用保険制度あり)
- ▼勤務時間 平日、放課後から午後6時まで。土曜日と学校休業日は、午前8時30分から午後6時まで(ただし、春・夏・冬期休業中は午前8時から午後6時まで)
- ▼休日 日曜日・祝日
- ▼募集期間 随時
- ▼申込方法 市販の履歴書(写真貼付)に記入のうえ、保育士か幼稚園教諭の資格書の写しを福祉課に持参してください。
- ▼選考 面接試験(日時は後日連絡)
- ▼問合先 福祉課 ☎役場内線146番



上牧総合型地域スポーツ クラブ教室開催

☆長距離走教室

- ▼とき 1月5日(日) 午前10時から正午(雨天中止)
- ▼ところ 上牧中学校校庭・新春マラソンコース
- ▼対象者 第26回新春マラソン参加者
- ▼内容 第9回市町村子ども駅伝選手を目指す小学生、長距離を楽しく・速く走りたいかたの練習方法など。新設コースを試走します。
- ▼持ち物 運動のできる服装・タオル・飲料水
- ▼受講料 100円(保険料)
- ▼申込方法 受講料持参のうえ、当日10時までに集合してください。
- ☆健康体操
- ▼とき 1月28日(火) 午前11時から正午
- ▼ところ 上牧第二町民体育館
- ▼対象者 町内在住の成人(お子さま連れ可能)
- ▼内容 セラバンド(ゴムチューブ)を使って楽しみながら全身運動
- 講師 GLEEM指導員 坂根 愛
- ▼定員 30名
- ▼持ち物 運動のできる服装・タオル・飲料水
- ▼受講料 200円
- ▼申込方法 1月4日(土)から12日(日)までに上牧第二町民体育館にお申し込みください。
- ▼問合先 上牧第二町民体育館 ☎73-18896・上牧総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会 クラブマネジャー 竹之内 ☎090-1655710701

上牧町ささゆりルームの 積極的活用について

アピタ西大和店1階にあるささゆりルーム(無料)を、子育て家族やその活動を支援する団体などの相互交流の場として、地域のコミュニケーションの形成・福祉の向上を図るためなど、多くのかたがたにご使用いただきたいと思います。

- ▼使用時間 午前9時から午後9時
- ▼申込方法 総務課窓口でお申し込みください。電話やFAXによる予約や申込みはできません。詳しくは、総務課まで。町ホームページもご覧ください。
- ▼問合先 総務課 ☎役場内線226番

「チャレンジ絆声かけ運動」 視察 国家公安委員会

片岡台、桜ヶ丘自治会である西大和6自治会連絡会が実施している「チャレンジ絆声かけ運動」(平成14年から実施の実施状況の視察のため、国家公安委員会をはじめ、奈良県警が現地を訪れました。視察後の意見交換会で前田国家公安委員は、「長年継続してやっていただいていることが犯罪抑止に繋がっている」と感想を述べられました。



まちづくり基本条例(案)に関するパブリックコメント実施・同シンポジウムの開催について

上牧町では、平成22年度から参画・協働のまちづくりを推進するための基本的な事項を定める「まちづくり基本条例」の制定に向けた取り組みを進めてきました。まちづくり基本条例策定委員会から答申された条例素案に基づき、本年度からは、まちづくり基本条例制定検討委員会を組織し、その条例素案に更なる調査・検討を加え、このほど条例案としてまとめることができました。

この条例案に対するパブリックコメント(意見募集)とシンポジウムを次のとおり行います。

パブリックコメント(意見募集)の実施について

▼趣旨(目的)

上牧町まちづくり基本条例の制定にあたり、町民などの意見を反映させるため、その案を広く公表し、意見を募集します。

▼意見募集期間

1月8日(水)から31日(金)まで(必着)

▼対象者

この案件について意見を提出できるのは、次の各号のいずれかに該当するかたとなります。

- ▼(1)町内に住所を有するかた
- ▼(2)町内に存する事務所や事業所に勤務するかた
- ▼(3)町内に在する学校に在学するかた

▼資料の公表

次の資料を町ホームページに掲載するほか、庁舎2階まちづくり推進課、片岡台出張所、2000年会館、中央公民館、図書館で閲覧することができます。

▼(1)上牧町まちづくり基本条例案

(2)上牧町まちづくり基本条例案に関する逐条解説

▼意見などの提出方法

住所、名前、連絡先を明記のうえ、郵便、FAX、電子メールまたは直接持参のいずれかの方法で提出してください。別記様式によるほか、必要事項を記入のうえ、任意の様式で提出することも可能とします。

▼提出された意見の取り扱い

提出された意見については、個別の対応はしませんが、意見の概要とこれに対する見解を町ホームページで公表します。

『上牧町のまちづくりをみんなで考えよう』まちづくり基本条例シンポジウム開催について

▼趣旨(目的)

上牧町まちづくり基本条例の制定にあたり、制定の背景や必要性、この条例に込める思いを共有し、この条例の内容に関する理解を深めることを目的として開催するものです。

▼主催

上牧町まちづくり基本条例制定検討委員会、上牧町

▼とき

1月18日(土) 午後2時30分から4時30分(2時から受付)

▼ところ

2000年会館 多目的室

▼内容

【第一部】

◎主催者あいさつ

◎基調講演

テーマ「上牧町まちづくり基本条例が意味するもの」 参画と協働のまちづくりのために」

講師 中川幾郎さん(上牧町まちづくり基本条例制定検討委員会副委員長・帝塚山大学大学院法政策研究科教授)

【第二部】

「パネルディスカッション」

テーマ「協働でつくるまちづくり基本条例を考える」

▼問合せ

まちづくり推進課

役場内線232・233番

上牧町協働のまちづくり公募型補助金の交付団体追加決定

上牧町協働のまちづくり公募型補助金交付団体が、上牧町協働のまちづくり公募型補助金審査判定委員会による審査・判定を経て、次のとおり追加決定しました。

【事業名】

朗読の会「青い鳥」 設立事業

【団体名】

朗読の会「青い鳥」

【事業概要】

シルバー世代との交流を図りつつ、朗読のスキルアップを図り、ボランティア活動を通じて、地域社会に貢献することを目的とする団体として朗読の会「青い鳥」を設立する。

【事業費】

80,000円(うち補助対象経費 80,000円)

【補助金交付決定額】

60,000円

▼問合せ

まちづくり推進課

役場内線232・233番

西和養護学校 北葛城郡地域別懇談会開催

「地域で豊かに暮らすために」をテーマに、北葛城郡の保護者を中心に懇談会を実施します。障害児の現在、卒業後の豊かな生活について、保護者や各関係機関のみなさんとともに考え、話し合いたいと考えています。地域の特別支援学級に通っている保護者のかたも参加可。

▼とき

1月16日(木) 午前10時から正午まで

▼ところ

2000年会館 2階会議室

▼内容

講演「子供たちの自立と社会参画を目指して」

講師 馬郡繁さん(サポート21・なら)代表、障害者就労支援アドバイザー(奈良労働局)他

※問い合わせは、1月9日(木)まで

問合せ 県立西和養護学校 ☎73-2111(進路指導部 岡島・江口)

青少年問題講演会

▼とき

1月29日(水) 午前9時30分より受付 10時開演

▼ところ

2000年会館 多目的室

▼内容

講演「いじめと人権」あな

たはどう向き合いますか」

講師 成山治彦さん(大阪教育大学理事 大阪人権博物館理事長)

▼対象

町内に在のかた

▼費用

無料

▼問合せ

社会教育課

役場内線513番

平成25年分 確定申告相談と受付

【申告・納税期限について】

平成25年分の申告と納税は、所得税は、2月17日(月)から3月17日(月)までです。
(土、日、祝日を除く)

①確定申告(還付申告)の相談・受付

と　　ろ	と　　き	備　　考
香芝市役所(2階 大会議室) 香芝市本町1397	2月4日(火)～5日(水) 午前9時30分～12時 午後1時～4時	税理士・税務署員 による受付
河合町まほろばホール(小ホール) 河合町高塚台1-8-3	2月5日(水)～6日(木) 午前9時30分～12時 午後1時～4時	
王寺町やわらぎ会館(3階 研修室) 王寺町王寺2-1-18	2月6日(木)～7日(金) 午前9時30分～12時 午後1時～4時	

②地区相談会(税理士による申告書の書き方などの相談)

と　　ろ	と　　き	備　　考
上牧町保健福祉センター「2000年会館」 (2階 多目的室) 上牧町大字上牧3245-1	2月25日(火)～28日(金) 午前9時30分～12時 午後1時～4時	税理士・税務署員 による受付

③住民のみなさん対象の簡易申告相談・受付(パソコンで申告書作成・申告用紙不用)

と　　ろ	と　　き	備　　考
上牧町役場(地下 大会議室) 上牧町大字上牧3350番地	3月11日(火)～14日(金) 午前9時～11時 午後1時～3時30分	役場職員による 相談・受付

※相談人数は、午前・午後とも50名程度を限度とします。あらかじめご了承ください。

※各会場とも譲渡所得(土地・株式)、贈与税、相続税の相談は行っておりません。

※開設時間は上記のとおりですが、混雑の状況により早めに受付を終了させていただく場合があります。

※問合先 ①②に関しては、葛城税務署 個人課税部門 TEL 22-2721

③に関しては、役場税務課 内線 123・147

【注意】必ず①～⑤をお読みください。

① 役場職員による確定申告の相談・受付は、給与(年末調整未済)、公的年金などの雑所得、医療費控除、住宅借入金等特別控除などの簡易申告に限りです。なお、内容によっては、税務署へ行っていただくことになりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

・ 事業所得、不動産所得、配当所得、不動産・株式等を売却したときの譲渡所得(分離課税・第三表使用)、損失申告(第四表使用)、消費税に係る申告等は受付ておりません、最寄の税務署にて申告を行ってください。

② 地区相談会では、税理士・税務署員が申告を受け付けます。営業、農業、不動産所得等(決算書、収支内訳書等)を必要とする申告はこの会場で申告をお願いします。前年の金額が必要な場合もありますので、前年の申告書の控えをご持参ください。また、この会場でも土地・建物・株式などの譲渡所得、贈与税、相続税の申告は受付ておりません。

③ 申告には、必ず印鑑と源泉徴収票(原本)、控除証明書生命保険料、地震保険料、旧長期損害保険料、国民年金保険料、社会保険料(国民健康保険料)、任意継続保険料の領収書などを必ず持参ください。(還付請求の場合は、口座番号のわかるものを持参ください。)

④ 本人控に収受印が必要な場合は、税理士・税務署員の受付会場や税務署で申告してください。役場職員の相談・

受付会場は、「上牧町役場扱い」の押印となりますのでご注意ください。

⑤ 所得税の確定申告をされずと、町民税の申告は必要ありません。所得税の確定申告をされないかたで国民健康保険に加入されているかたは、課税・給付などの際に正しく計算するため、所得の有無にかかわらず、町民税の申告をしてください。

《注意ください》

平成23年分から適用される所得税の改正事項について

その年分の公的年金などの収入金額が400万円以下であり、かつ、その年分の公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合は、その年分の所得税について確定申告書を提出することを要しないとされました。(確定申告書を提出しない場合は、町・県民税の申告が必要です)

この場合であっても、医療費控除などによる所得税の還付を受けるためには、確定申告書の提出が必要です。

《平成26年1月からの記帳・帳簿などの保存制度》

平成26年1月から記帳・帳簿などの保存制度が拡大されました。個人の白色申告者のうち、事業・不動産・山林所得などを生ずべき業務を行う全てのかたから記帳と帳簿書類の保存が必要です。

▼問合先 税務課

役場内線 123・147番
葛城税務署 TEL 22-2721

税制改正に伴う固定資産 住宅用地に係る措置特例 の廃止

平成24年度の税制改正に伴い、固定資産住宅用地に係る負担調整措置特例が廃止されます。

平成24年度から平成25年度までは、負担水準90%以上の住宅用地につきましては、前年課税標準額据え置き措置が取られていましたが、平成26年度から廃止となります。

★土地の課税標準額

地目別に定められた評価方法によって、課税標準額が算定されます。

原則として、評価額が課税標準額となりますが、住宅用地(住宅の敷地となつてゐる土地)のように課税標準の特例措置や負担調整措置が適用される場合は、評価額より低く課税標準額が算定されます。

★住宅用地は、小規模住宅用地と一般住宅用地に分けて課税標準の特例措置が適用されます。

◎小規模住宅用地(住宅用地のうち、住宅一戸につき200㎡までの部分)：評価額の1/6

◎一般住宅用地(小規模住宅用地以外の住宅用地)：評価額の1/3

※例 300㎡の住宅用地であれば200㎡分が小規模住宅用地で、残り100㎡分が一般住宅用地になります。

＜負担水準の求め方＞

$$\text{負担水準 (\%)} = \frac{\text{前年課税標準額}}{\text{評価額} \times \text{【住宅用地特例率 (1/6 又は 1/3)】}} \times 100$$

区 分	負 担 水 準	固定資産税の土地に係る課税標準額負担調整措置 (課税標準額)
住 宅 用 地	ア 100%以上	評価額に住宅用地特例率 (1/6 又は 1/3) を乗じて得た額を課税標準額とします。
	イ 90%以上100%未満	前年課税標準額に据え置きます。 ※この措置特例は平成26年度から廃止されます。
	ウ 90%未満	評価額に住宅用地特例率を乗じて得た額の5%を加えた額を課税標準額とします。 負担水準20%未満の場合は、20%まで引き上げられます。
商 業 地 等	ア 70%超	評価額の70%を課税標準額とします。
	イ 60%以上70%以下	前年課税標準額に据え置きます。
	ウ 60%未満	前年課税標準額に、評価額の5%を加えた額を課税標準額とします。 ただし、当該額が評価額の60%を上回る場合には、60%相当額とし、負担水準20%未満の場合は、負担水準20%まで引き上げられます。

★宅地の税負担の調整措置

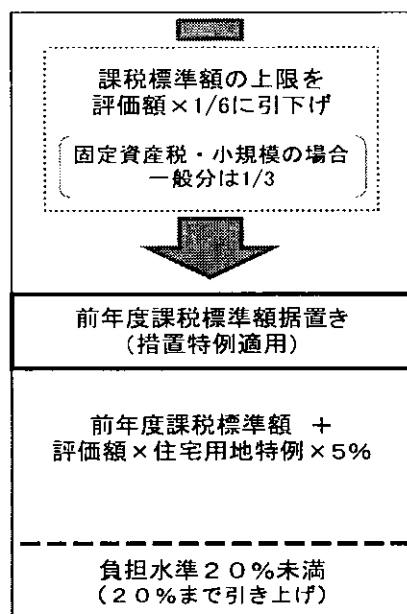
固定資産税は、課税の公平の観点から、負担水準課税標準額が評価額に対してどの程度まで達しているかを示すもの(均衡化を図るため、負担調整措置

が講じられています。

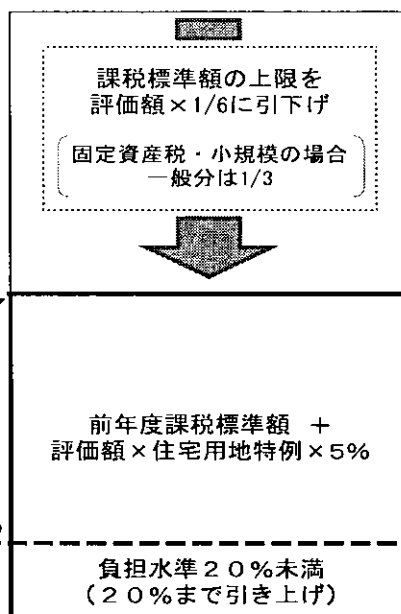
具体的には、負担水準が高い土地は税負担を引き下げたり、据え置いたりする一方、負担水準が低い土地はなだらかに税負担を引き上げていく仕組み

評 価 額

(H24・H25の課税標準額)



(H26以降)

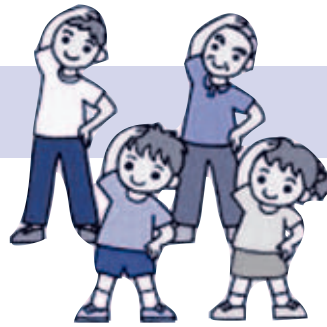


負担水準
100%

90%

20% 20%

となっております。よって、評価額が下落しても税額が上がる場合があります。
▼問合せ先 税務課 固定資産税係
☎役場内線148番



食中毒は夏の暑い季節に起こるものと、秋から冬にかけて起こるものと大きく二つの食中毒のピークがあります。冬の食中毒の原因の大部分を占めるのがノロウイルスです。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者では発症・重症化しやすいため、特に注意が必要になりますので、正しい知識を身につけ、予防対策ができるようにしましょう。

(ノロウイルスの特徴)

ノロウイルスはカキなどの二枚貝を汚染し、それを食べた人が食中毒を起こし下痢や嘔吐、腹痛、発熱などを発症します。また、感染者が調理した料理や感染者の糞便・嘔吐物からも感染するので学校や高齢者施設などで集団感染もよくみられます。

(ノロウイルスの予防について)

- 1、生ものを食べるのを極力避け、85℃で1分以上加熱調理しましょう。
- 2、ウイルスを洗い流すため、調理の前後・トイレやおむつ交換・外出から戻った後などは必ず石けんでよく手を洗いましょう。
- 3、調理器具の使用後はこまめに次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤)に浸して殺菌しましょう。

(ノロウイルスによる症状が出現したとき)

症状が出現した場合は、下痢、嘔吐などによる脱水症状が生じ重症化することがありますので、すぐに医師による診察・治療を受ける必要があります。自己判断で下痢止め・吐き気止め・かぜ薬などを飲むと悪化する危険があるのでやめましょう。また、自覚症状があるときは二次感染予防のため食品を扱わないようにしましょう。

● 冬の食中毒にご用心 ●

(汚物の処理方法)

下痢便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれているためその処理には十分注意が必要です。

- ・汚物を処理するときは使い捨て手袋、マスクを着用し、処理後は石けんで十分に手洗いをしましょう。
- ・便や嘔吐物はペーパータオルなどで取り除き、ビニール袋に入れきちんとしばって捨ててください。
- ・残った便や嘔吐物の上にペーパータオルをかぶせ、その上から50倍から100倍に薄めた市販の塩素系漂白剤(通常は5から10%次亜塩素酸ナトリウム)を十分につかるように注ぎ、汚染場所を広げないようにペーパータオルでよく拭きます。

(簡易なハイターなどの薄めかた)

(市販の漂白剤：塩素濃度5%の場合)

0.02%・・・トイレのドアノブや手すりなど環境消毒に使用

0.1%・・・嘔吐物、下痢便が付着した場合の処理に使用

(注意) 次亜塩素酸ナトリウムは金属のさびの原因となるため、金属部分に使用した場合は10分程度たったら水拭きしてください。また、塩素ガスが発生することがあるので使用時は十分に換気をしてください。

濃 度	希 釈 方 法
0.02%	2ℓのペットボトル1本の水に10ml (原液をペットボトルのキャップ2杯)
0.1%	500mlのペットボトル1本の水に10ml (原液をペットボトルのキャップ2杯)

脂肪肝の原因は、アルコール性のものと非アルコール性のものがあり、さらに非アルコール性の原因としては、肥満、糖尿病、高脂血症などがあります。アルコール性脂肪肝は多量の飲酒生活を続けていると、肝硬変へと進行する危険があります。一方、非アルコール性脂肪肝については、以前はほとんど重い肝障害に進むことはないと考えられていました。しかし、近年になって、アルコールをほとんど飲まない人でも、肝臓への脂肪の蓄積だけでなく、炎症を惹き起こす非アルコール性脂肪肝になることが分かってきました。やはり肝硬変へと進行することがあります。

脂肪肝の治療、進行の予防として、アルコール性の場合は飲酒、禁酒をしましょう。非アルコール性の場合は過食を控え、バランスの良い食事を心掛け、適度な運動を続けるなど、生活習慣を改善する努力をしましょう。そして、定期的な検査も必要です。脂肪肝を指摘されたかたはかかりつけ医にご相談ください。

★健康メモ「脂肪肝」

(奈良県医師会)

肝臓には正常な人でも少量の脂肪が含まれています。その脂肪、特に中性脂肪が肝臓に過剰蓄積した状態を脂肪肝といいます。

肝臓の働きが低下すると、全身の脂肪、食欲不振などの症状が出ますが、脂肪肝はほとんど自覚症状がありません。そのため、健康診断の際、血液による肝機能検査や超音波検査で偶然に発見されることが多いようです。



●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：1月7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15分は交流会を行います(ふれあい遊び、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：1月24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【要予約】

と き：1月24日(金)
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。

★ささゆりルーム相談日

乳幼児・成人健康相談
と き：1月14日(火)
午前10時から11時30分
：1月17日(金)
午後1時30分から3時
内 容：(乳幼児)計測、育児や発達についてなど
：(成人)糖尿病・高血圧・高脂血症・禁煙・生活習慣を改善したいなど
ところ：アピタ1階 ささゆりルーム

かいご相談

と き：1月8日(水)
午前10時から11時30分
：1月16日(木)
午後1時30分から3時
内 容：介護に関する総合相談
ところ：アピタ1階 ささゆりルーム

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：1月9日(木)
午後1時から1時30分まで受付

対象者：平成25年9月8日から10月4日生まれ
10か月児
と き：1月9日(木)
時間は個人通知します
対象者：平成25年2月13日から3月9日生まれ

★1歳8か月児健康診査

と き：1月15日(水)
午後1時から1時30分まで受付
対象者：平成24年5月12日から6月15日生まれ

★3歳児健康診査

と き：1月16日(木)
午後1時から1時30分まで受付
対象者：平成22年6月29日から8月16日生まれ



プレイルーム利用日について

平日、午前9時から午後5時まで利用して頂けます。

★健康メモ

(奈良県医師会)

「食事中むせませんか？」

食事中におせたり、咳こんだりすることが多くなったと感じている中高年以降のかた、もしかすると嚥下障害かもしれません。

嚥下とは、食物を歯で細かく噛み砕き、舌によって奥に運び、飲み込んで咽頭を通過し、食道に入れる一連の動作ですが、それがスムーズに進まない現象を嚥下障害といいます。

食へ物や水を飲み込む際、食道と喉頭・気管は隣り合っているため、それらが誤って気管に入らないよう喉頭のフタ喉頭蓋が自動的に閉まるようになっています。しかし、これらがうまく機能しなくなり、誤って気道内に吸い込んでしまうことを「誤嚥」といいますが、これを防ぐため、私達はおせたり、咳をして、かろうじて気管への流入を防いでいます。

口腔や咽頭・喉頭・食道の腫瘍、脳梗塞の後遺症や老化などで飲み込む力が弱まりますと嚥下障害が起こり、食物をとりにくくなったり、脱水や低栄養になります。そんな状態で無理に食べると、命に関わる誤嚥性肺炎や食物による窒息も引き起こしかねません。食事でおせる回数が多くなったり、嚥下障害が気になったり、かかりつけ医に相談しましょう。

閉店した空き店舗を期間限定で使用する 催眠（S F）商法に気を付けて

ちょっと前まで、〇〇屋さんだったあの店舗。今は「健康にまつわる話」をしてくれたり、「プレゼントがもらえたり」するみたい。というのが、催眠（S F）商法の特徴です。

「来店プレゼントがあります」・「日用品が安く買えます」・「健康に関する話を聞かせませんか」などと消費者の興味をそそるような話で誘い込み、空き店舗などの締め切った部屋で、日用品を日替わりで安く販売したりプレゼントしたりして、その室内の雰囲気盛り上げ、来店している消費者を興奮状態にして、最終的に健康機器など高価な商品売りつけるといふ手口です。

＜事例＞ 近所で「野菜やパンを格安で販売します。来店者には鍋などの日用品をプレゼント」と勧誘され、以前はパン屋さんだった店舗会場に行った。会場ではティッシュを無料でもらい、食パン1斤を50円で購入。とても得した気分になった。その後「睡眠は健康に一番影響を及ぼすもの。健康でいるためにこの安眠マットレスを買いませんか？通常価格5万円のものを、今だけ2万5千円で!!」と言われ、「健康にいいマットレスがお得に買えるんだ」と、とても得をした気分になり購入してしまった。家に帰って冷静になって考えると、いくら健康にいいといっても2万5千円のマットレスは高すぎると思い、クーリング・オフのハガキを出したが、宛先不明で戻ってきた。期間限定で空き店舗を借りていたみたいなので、今はその店舗で営業をしていないし、電話番号もわからないので業者と連絡がとれない。

＜対処方法＞ 締め切った空間で長時間過ごす、相手業者のペースに巻き込まれてしまいます。「プレゼント」や「格安」のことばにつられて、気軽な気持ちで訪問するのはやめましょう。店舗に訪問しようと思うなら、その前に業者は何をするために空き店舗を借りているのかなどをよく考えたり調べたりしてから訪問するようにしてください。万一商品を購入してしまい返品返金を希望する際は、消費生活相談室にご相談ください。もちろん、クーリング・オフに関する相談も受け付けます。

消費者トラブルから身を守るための「契約の基本」

「契約は＜売ります＝買います＞意思が合致した時に成立」

商品やサービスの内容、および価格や納期など、その商品やサービスを購入するにあたっての諸条件に関して、売手と買手の意思が合致してはじめて契約は成立します。

＜事例1＞「無料と書いたパソコンサイトをクリックしたら、登録料を請求された。」という場合、登録料があると最初からわかっていたらクリックしなかった。だから契約は成立していませんので登録料を払う必要はありません。

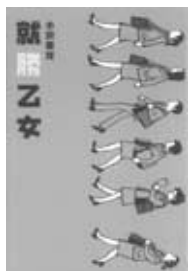
＜事例2＞「頼んだ覚えのない健康食品が代引きで届くと言われた。お金を払わないといけませんか。」頼んだ覚えがない＝＜売ります＝買います＞の意思の合致はしていないので、支払う必要はありません。

上記2事例は、昨年相談が多かった内容です。いざというときに慌てないために契約の基本として、「**契約にはお互いの意思の合致が必要**」ということ覚えておきましょう。



就勝乙女

小沢章友著 スタンダードマガジン



景気は回復していますが、若者の就職活動の実際はどうか。なかなか内定が決らない女子大生を主人公に、その奮闘努力と心情を明るく元気な文章で綴った連作短編集です。

図説 アルプスの少女ハイジ

ちばかおり著 河出書房新社



TVアニメの影響もあり誰もが知っている作品ですが、あらためてそのストーリーを追い、「ハイジ」が描かれた時代のスイスの風俗や原作者ヨハンナ・シュピーリーの生涯を含めて紹介しています。

チームつばさ

吉野万理子著 学研



シリーズ1作目「チームふたり」で小学生だった登場人物も本書では高校生。卓球を続けるなかで様々な出来事や悩みを乗り越えてきた彼らが、自分の道を選び歩んで行く姿を描いた小説の完結編です。(児童書)

気をつけよう! SNS

小寺信良著 汐文社



ソーシャル・ネットワークワーキング・サービスにはツイッター、フェイスブック、ラインなどがあります。これらの違いや利用時に気を付けることなどを子ども向けにわかりやすく解説した本です。(児童書)

★1月のお話会ピーターパン★

7日(火)・21日(火)
 午前10時から
 11日(土)・25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

くしカツさんちはまんいんです

岡田よしとか著 PHP出版



焼き鳥、串カツ、きりたんぽにみたらし団子、なぜか全部がくしカツさんの串に刺さっています。みんなものの串に戻りたいけれど…。奈良県在住の絵本作家・岡田よしとか氏の楽しいお話しです。(児童書)

●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

子どもの悩みごと相談

いじめ・体罰・虐待・非行など、子どもに関する悩みについて、専門の弁護士が無料相談に応じます。匿名で結構です。秘密は固く守られます。

▼とき 平日午前9時30分から正午、午後1時から5時(1月15日(水)より開始)

▼相談方法 電話を受け付けた後、担当弁護士より電話があります。

▼問合せ 奈良弁護士会
 ☎0742-222035

節電・省エネのお願い

今冬の電力需給状況は、これまでの節電・省エネの取り組みの継続などにより安定供給が見込まれることから、わたしたちにできる節電・省エネを実施しましょう。

例えば、

- ・エアコン設定温度は室温20度を目安に
- ・冷蔵庫の設定を「弱」に
- ・不要な照明の消灯
- など、日常生活に支障のない範囲での節電・省エネ対策に努めましょう。

なお、暖房の控え過ぎによる体調不良などに十分ご注意ください。
 無料省エネコンサルを受けることができます。お近くの関西電力にお問い合わせください。

▼問合せ

関西電力 省エネルギー相談室
 ☎0120-869101

(平日午前9時から午後5時まで)

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30分～4時30分
ところ：2000年会館
定員：申込順6名（予約制・随時予約）
内容：各種法律問題全般
申込・問合先：秘書課 ☎役場内線222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：申込順6名（相談日1週間前より予約受付）
内容：各種法律問題全般
申込・問合先：奈良弁護士会
☎0742-22-2035

●行政相談

担当：行政相談委員
とき：毎月第二金曜日 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：申込順5名（相談日1週間前より予約受付）
内容：町税と介護保険料、後期医療保険料について
申込・問合先：徴収課 ☎役場内線125番

●子育て・虐待相談

担当：福祉課
とき：月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
ところ：役場1階 福祉課
内容：子育てや虐待について
問合先：福祉課 ☎役場内線146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
（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
・ところ：①上牧中学校
とき：1月10日・24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：1月21日
午前11時～午後5時
申込先：上牧第二中学校 ☎72-3700
内容：教育問題全般
問合先：教育総務課 ☎役場内線119番

地域密着型で効率的な広告
お店の広告は広報紙で
月1回、町内全戸配布の広告で商売繁盛

広報 **かんまき**

上牧町役場秘書課 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）

見本

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いたします。掲載ご希望の方は、広告案を持参し、毎月5日までに秘書課へお申し込みください。

広報「かんまき」の広告

町の動き		平成25年11月末日現在
世帯数	9,775(+3)	
男性	11,192(+2)	
女性	12,323(-1)	
合計	23,515(+1)	
()は前月比		

*町の木 まき *町の花 ゆり