

かんまき

ほほ笑みあふれる和のまちづくり

No.545

広報 かんまき 2017年

8月号

銭太鼓 天の川まできこえたかな？

夏の危険から身を守るう!!

●町民ひろば

●MOSAIC PLAZA 知る・募る・語る

●元気講座

眠りとからのふかい関係？

2 ●元気ガイド 17

4 ●こちら消費生活相談室です 18

6 ●図書館通信 19

16 ●各種相談 20

表紙：七夕まつりの会(上牧第1保育所園児のみなさん)

みんなで育てる危機回避能力

子どもたちにとっては楽しい夏休みですが、自由な時間が増し、犯罪や事故に巻き込まれやすい時期でもあります。

親と一緒にいるから大丈夫と思いがちですが、好奇心旺盛な子どもは、ちょっとした隙に親の側から離れ、目の届かないところに行ってしまうということがよくあります。「子どもが一人である」ということは狙いやすい状況にあり、そんな時にこそ事件が多く発生しています。

子どもは魅力的な言葉を巧みに使う大人に、つい付いて行ってしまうということも少なくありません。嫌なことは「イヤ!」とはっきり言える、そして態度がとれるよう、ご家庭でお子さんに繰り返し教えてあげてください。

また、ご近所のみなさんとコミュニケーション(積極的なあいさつ)をとることで、地域をあげての見守りにもつながります。

子どもたちを犯罪の被害から守るキーワード 「いかのおすしー人前」

いか



いかない!
知らない人についていかない
あぶないところにいかない

の



のらない!
知らない人のさそいにのらない
車にのらない

お



大声をだす!
こわいときは
「たすけて」と大声をだす

す



すぐにげる!
その場からすぐにげる
安全なところにげる

し



しらせる!
近くの人にしらせる
何があったかしらせる

一人前

「一人」で遊ばない!
「でかける前」におうちの人に
「だれと」「どこへ」いくかをいう



夏の災害からみんなで身を守る

近年、今までにはあまり見られなかった災害がよく発生するようになってきています。地球温暖化の影響か、ジリジリ照りつける猛暑日が増え、また局地的大雨、竜巻や落雷など、日本の気候、変な感じがしませんか？

多発する様々な災害から自分たちで身を守る、避難の知識、いざという時の「備え」をしっかり進め、情報収集も頻繁に行うことが大切です。正確な気象情報を知ることによって被害を最小限にとどめることができます。テレビやラジオなどで情報収集につとめ、危険を感じる場合は、早めの避難を心がけましょう。

いつでも避難ができるよう普段から準備をしておきましょう

- ☆ハザードマップなどを活用し、避難経路や危険場所の事前確認をしておきましょう。
- ☆非常用品・備蓄品の用意
- ☆災害防災メールなどの利用
- ☆家族でいざという時の連絡方法などを決めておきましょう。
(災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板・災害用音声お届けサービスなど)



避難時の注意点

- ★安全で動きやすい服装を。裸足で避難しない。脱げにくい、運動靴などで避難する。
(※長靴は水が溜まると動きにくくなるので厳禁 !!)
- ★ヘルメットや頭巾などで頭を保護する。
- ★水害などの場合、歩行可能な水深が一般的に男性で70cm、女性で50cm。水の流れが早ければさらに注意が必要です。水が溢れると、マンホールや側溝、石などが危険です。足元に注意をしながら、杖や長い棒で進行方向を確認し歩くようにしましょう。
- ★隣近所で声を掛け合い、単独行動はしないようにしましょう。子どもは大人が手をつないで避難しましょう。病人や高齢者は背負うなど、配慮して避難しましょう。



特別警報などの情報は、気象庁のホームページでご確認ください。

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/tokubetsu-keiho/index.html>

問合先 気象庁 奈良地方気象台防災業務課

☎0742-22-2556



役場では、安全確保行動を取った後、来庁者と職員による役場正面駐車場への避難訓練(シェイクアウト・ブラスワン)を実施しました。

という安全確保行動を1分間、奈良県下の地域、職場、学校で実施しました。

③うごかない



②頭をまもり



①まずひく



奈良県地震防災の日(7月9日)の翌日、7月10日に一斉地震行動訓練が行われました。(今年は9日が休日のため10日に実施)
この訓練は、

災害に強い奈良県へ
ナラ・シェイクアウト訓練

社会を明るくする運動 内閣総理大臣メッセージ 伝達式

「社会を明るくする運動」はすべての国民が犯罪や非行の防止と、犯罪を犯した人たちや非行に陥った少年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、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動で、毎年7月を強調月間として展開されており、今年で67回目を迎えます。

7月7日、奈良保護観察所と北葛城地区保護司会のみなさんが北葛城管内の各市町を訪れ、内閣総理大臣のメッセージを伝達されました。



メッセージを伝達する、奈良保護観察所所長 生西真由美さん(右)

差別をなくす 町民集会

7月は「差別をなくす強調月間」として、県内各所で多彩な取り組みが行われ、上牧町では7月11日、毎年恒例の上牧町民集会を2000年会館で開催しました。

今年は、特定非営利活動法人「こどもの里」理事長の荘保共子さんによる、「子どもの生きる力を守る」子供の貧困と子どもの権利」と題し、児童施設の実態からわかった子どもが持つ生きる力や、子どもを取り巻く貧困問題について講演いただきました。子どもの貧困問題の原因は、親や家庭ではなく社会や地域にあるとし、貧困で苦しむ家庭が孤立しないよう、地域に支援するネットワークが必要であると伝えられました。



講師の荘保共子さん

食育ポスター 庁舎ロビーに展示

—上牧中学校—

上牧中学校では、食育に力を入れて取り組んでいます。今回展示されたポスターは、美術科の授業の中で2年生が作成したポスターの一部です。このような取り組みを通して、食生活について様々な観点から、食の大切さを学習しています。



善意の募金 —上牧中学校—

上牧中学校では毎年、生徒会役員による募金活動が行われています。自分たちのおこづかいの中から募金をし、15,786円が集まりました。生徒会長の松谷卓弥さんをはじめ生徒会役員のみなさんが、「上牧町に役立つことに使ってください」と今中町長に募金を手渡しました。

町の福祉に役立つよう、大切に使用させていただきます。



募金箱を今中町長に手渡し生徒会長の松谷さん(左から4人目)

町長室見学

―上牧第二小学校―

上牧第二小学校3年生の児童が、6月30日、町長室を見学しました。

「町長の仕事はどんなことをしますか?」「どんな時につれしいと思いますか?」など、今中町長に質問をしました。

見学後、児童のみんなは、初めての町長室見学に、「緊張した」と話していました。



今中町長と一緒に記念撮影

「日本ササユリ会」と 「ら・かんまき・笹ゆり」 が交流会・鑑賞会を実施

6月9日、『にほんの里100選』

日本ユネスコの「未来遺産」に選ばれた宇陀市室生深野にて、「日本ささゆり保存会(石川県金沢市)」、「ら・かんまき・笹ゆり」、「深野ささゆり保存会」が、希少になっているササユリの保護と増殖活動の取組状況や、笹ゆりに関する情報交換、鑑賞会が行われました。

この交流会は、「ら・かんまき・笹ゆり」が町立幼稚園と小学校などの協力により、種から育てた開花球根を桜井市の大神神社に「御神花ササユリ」を奉納できたことから、「日本ササユリ会」との交流が深まりました。



交流会に参加されたみなさん

学校給食委員会 「東洋ベーカリー」工場見学

上牧中学校給食委員会(教育委員会・町立学校長・PTA本部役員)では、安全・安心で美味しい学校給食を目指して、学校給食委員会を開催しています。今年度は、6月28日に、パンや米飯を供給していただいている東洋ベーカリーの工場見学を実施しました。パンの焼ける良い匂いの中、衛生管理を確認し、より美味しいパンを作るための企業努力について、教えていただきました。



東洋ベーカリー見学の様子



第33回 全国小学生陸上 競技交流大会に出場決定

上牧第二小学校6年生の山崎由季さん(桜ヶ丘在住)が、7月9日行われた奈良県予選の走り幅跳びの部で4m29cmを跳び見事予選通過。8月19日に開催される全国小学生陸上競技交流大会への切符を手に入れました。山崎さんは、「全国でも戦えるよう練習に励み、優勝目指して頑張ってきます」と、今中町長に意気込みを語りました。



意気込みを語る山崎由季さん

お知らせ

町議会は9月4日から

第3回上牧町議会定例会は、9月4日(月)の午前10時から開催される予定です。議会運営委員会は、8月31日(木)午前10時開催予定です。

▼問合せ 議会事務局

☎役場内線304番

町税や保険料などの納め忘れはありませんか

8月は、町県民税(第2期)と国民健康保険税、後期高齢者及び介護保険料(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増算されます。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！★

▼申込方法 申込書、通帳、届出印鑑を持って、金融機関の窓口で手続きをしてください。

※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 各納期限月の末日(末日が休日・祝祭日の場合は、翌営業日)

★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。平成29年4月1日から督促手数料が1期につき50円から100円に改正されました。督促を受けるに余分な料金が発生しますので、必ず納付期限内に納付してください。

▼問合せ 徴収課

☎役場内線125番

児童扶養手当現況届・特別児童扶養手当所得状況届を

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けているかたは、毎年現況届を提出しなければなりません。(前年度所得超過などで支給停止のかたも含みます)

この届けをしなれば、受給資格があっても手当が受けられませんので、必ず届けを済ませてください。該当するかたには、案内を通知します。必ず手続きを行ってください。

▼提出期間

★児童扶養手当 8月1日(火)から31日(木)まで

★特別児童扶養手当 8月14日(月)から9月11日(月)まで

▼問合せ 福祉課

☎役場内線142番

上牧町指定給水装置工事事業者の新規指定と指定事項変更

上牧町指定給水装置工事業者に次の業者を新たに指定しました。

▼新規指定

★株式会社 朝日土建

奈良市奈良阪町1085番地

緑商第一ビル102号

☎0742-24-8001

▼名称変更

★中島設備工業所

←

中島設備工業 株式会社

☎52-8618

▼名称・住所変更

★共栄電業者

橿原市葛本町527-5

←

ミナミ電工

広陵町三吉267-1

☎090-5162-3143

▼問合せ 上下水道課(上水道係)

☎76-4599

下水道への早期接続のお願い

公共下水道が整備された地域では、下水道法により台所や風呂場などの生活排水は遅滞なく公共下水道への接続を、くみ取り便所については3年以内に水洗便所に改造をして、公共下水道に接続することが義務付けられています。

水道部では、下水道が使える地域で、まだ利用されていないお宅について、下水道への接続をお願いしています。下水道へ接続すると、悪臭や害虫の発生を抑え生活環境がよくなるほか、側溝や河川がきれいになり自然環境を守ることにもつながります。下水道の役割を今一度ご理解いただき、清潔で住みよい街にするため、下水道への早期接続をお願いします。

▼問合せ 上下水道課（下水道係）
☎ 71-5234

水道水以外の水（井戸水などを公共下水道に排出する場合は届け出が必要です）

水道水だけでなく、井戸水（地下水）、湧水、雨水利用水などを公共下水道へ排出される場合は、上牧町下水道条例第20条の定めにより、その内容を届け出いただき、排出量に応じた下水道使用料をお支払いいただく必要があります。届け出を怠ると、上牧町下水道条例第51条の定めにより罰則が適用されますのでご注意ください。

▼問合せ 上下水道課（下水道係）
☎ 71-5234

**忘れていませんか？
お急ぎください！**

**申請期間を過ぎると受取れません！
必ず申請を！**

**臨時福祉給付金（経済対策分）
のご案内**

臨時福祉給付金（経済対策分）の申請はお済みですか？申請期間は8月31日（木）までです。申請期間を過ぎると受付できません。お早めに申請をお願いします。支給対象者と思われるかたには、3月17日に申請書を発送しております。

※申請書が届いていないかたで、該当していると思われるかたは、お問い合わせください。

▼支給対象者 次のすべてにあてはまるかたが支給対象者です。

・平成28年度分の住民税（均等割）が課税されていないかた

・平成28年度分の住民税（均等割）が課税されているかたの扶養親族になっていないかた

・生活保護を受給していないかた

▼支給金額 支給対象者1人につき
15,000円

※1回限りの支給となります。

▼提出書類 申請書・本人確認書類（運転免許証、健康保険証などの

写し・指定口座が確認できる書類

（通帳やキャッシュカード）の写し

※世帯員を含む申請者全員の本人確認書類の写しが必要となります。

※平成28年度臨時福祉給付金を上牧町で申請され、本給付金において

も同口座を指定の場合は、指定口座確認書類の写しは不要です。

※代理申請の場合は、代理申請されるかたの本人確認書類の写しが必要となります。

▼手続方法 申請書に必要書類を添えて、郵送または窓口にて申請をお願いします。

※申請先は、平成28年1月1日時点で、住民基本台帳の登録のある市区町村です。申請方法は市区町村によって異なります。

▼支給方法 申請書記載の指定口座に入金します。

※受付後の審査により支給できない場合もあります。その場合、不支給決定通知書を送付します。

▼申請期間 3月21日（火）から8月31日（木）まで

▼申請・問合せ 役場1階 臨時福祉給付金窓口（3番窓口福祉課の隣）
☎ 76-4800
☎ 76-4801

★給付を装った「振り込め詐欺」や

「個人情報」の詐欺にご注意ください。
給付金の支給に当たり、上牧町や厚生労働省などの職員がATMの操作をお願いしたり、手数料の振込を求めることは絶対にありません。

**おれんぢカフェ
ひらきます**

「CAFEぶらっと」で認知症カフェを開催します。おれんぢカフェは、認知症の人とその家族の人が相談、交流ができる場所です。認知症のことでお悩みのかた、気軽にお越しください。住民のかたも参加いただけます。

▼とき 8月14日（月）午後1時から3時まで

▼ところ CAFEぶらっと
（2000年会館内）

▼参加費 無料（ただし、飲み物代などは各自で負担願います）

▼問合せ 上牧町地域包括支援センター
☎ 79-2020



歴史を学ぶ講座(第4回目)を開講します

- ▼とき 8月18日(金)午後2時から1時間30分程度
- ▼ところ 役場庁舎西館3階 集会室
- ▼内容 「聖徳太子と推古朝の遺跡」
- ▼講師 関川尚功
- ▼(上牧町教育委員会文化財専門員)
- ▼対象 町内在住のかた
- ▼定員 先着20名
- ▼費用 無料
- ▼申込方法 8月8日(火)から15日(火)までの平日午前8時30分から午後5時までに社会教育課までお申し込みください。電話・FAX受付可。
- ▼問合せ 社会教育課
☎役場内線516番
FAX76-11199

家庭教育の大切さを学ぶ講演会を開催します

- ▼小学生のお子さんを持つ保護者向けの講演です。
- ▼とき 8月21日(月)午後2時から3時(午後1時30分から受付)
- ▼ところ 2000年会館
多目的室

- ▼講演 「その頃、何に出合ったの？」
- ▼講師 吉井弘侑さん(奈良県教育振興会 二元会長)
- ▼定員 先着200名
- ▼対象 町内在住のかた
- ▼費用 無料
- ▼申込方法 8月3日(木)から18日(金)までの平日午前8時30分から午後5時までに社会教育課までお申し込みください。電話・FAX受付可。
- ▼問合せ 社会教育課
☎役場内線516番
FAX76-11199

家庭教育親子講座を開催します

- ▼親子で体験くロボットを使って速さを学ぼう！
- ▼とき 8月17日(木)午後1時30分から3時まで
- ▼ところ 役場庁舎西館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 先着20組40名(保護者含む)
- ▼対象 小学4年生から6年生
- ▼必ず保護者同伴でお越しください。
- ▼申込方法 8月3日(木)から10日(木)までの平日午前8時30分

- ▼から午後5時までに社会教育課までお申し込みください。電話・FAX受付可。
- ▼問合せ 社会教育課
☎役場内線516番
FAX76-11199



上牧町・非核平和都市宣言のまち
く大阪大空襲 平和祈念パネル展
「もう…」

あの涙は流すまい 大阪

今日の世界は、多くの戦争の危機をはらんでおり、世界的規模での戦争に拡大する危険性も少なくありません。

今年は、50回をこえる空襲により廃墟と化した大阪市街地の様子から「大阪が見た戦争」についてのパネル展を開催し、戦争の惨禍を次世代に語り継ぎ、「恒久平和の実現」をめざします。多くのかたのご来場をお待ちしています。

- ▼とき 8月2日(水)から13日(日)までの午前9時から午後5時まで
- ※8月7日(月)は休館となります。
- ▼ところ ペガサスホール1階ロビー
- ▼主催 上牧町
- ▼問合せ 政策調整課
☎役場内線261番

第11回かんまき・平和のつどい
く平和を未来に伝えたい
戦争を始めさせない、
核のボタンを押させない、

みなさんご参加、お待ちしております。
ます。無料です。

戦争体験の語り部をしてくださるかたを募集します。

- ▼とき 8月12日(土)午後1時30分から
- ▼ところ 2000年会館

多目的室

▼内容

戦争体験を聞く会

映画「母と暮らせば」上映

吉永小百合・二宮和也 出演

▼後援 上牧町

▼主催 問合せ 平和企画実行委員会

☎72-0925(芦辺)

文化協会作品発表会

上牧町文化協会では、中央公民館
展示ギャラリーと役場で作品の発表
会を行っています。

★中央公民館

◎8月11日(金・祝)まで

☆油絵サンデーパレット(展示ギャ
ラリー)

☆山領友禅染クラブ(陳列ケース)

◎8月11日(金・祝)から9月15日
(金)まで

☆水墨画遊楽会(展示ギャラリー)

☆先山パッチワーク火・日曜日(陳
列ケース)

★役 場

◎9月22日(金)まで

☆絵画クラブアトリエ28

各クラブについてのお問い合わせ
は中央公民館まで。

▼問合せ 中央公民館

☎76-3610

献血にご協力を

7月1日から8月31日まで、「愛
の血液助け合い運動実施中」です。
みなさん、ご協力をお願いします。

▼と き 8月23日(水)午前9時
30分から正午まで
▼と ころ 役場正面玄関前



第26回暴力団・銃器追 放奈良県民大会開催

第26回暴力団・銃器追放奈良県民
大会が開催されます。

▼と き 8月30日(水)午後1時
から4時まで

▼と ころ いかるがホール
(斑鳩町興留10-6-43)

▼内 容 奈良県警察音楽隊による
ウェルカムコンサート、暴力追放
運動功労者(団体)表彰、講演会

▼主催者 公益財団法人奈良県暴力
団追放県民センター、奈良県警察、
奈良県内各市町村

▼参加団体 地域・職域暴力団排除
団体など

▼問合せ 西和警察署 刑事課組織
犯係 ☎72-0110

▼問合せ 西和警察署 刑事課組織
犯係 ☎72-0110

スポーツフェスティバル

健民グラウンド・第一体育館・第一テニスコート

9月3日(日)雨天中止(小雨決行)

誰もが気軽にできるニュースポーツを家族揃って楽しみませんか

- ★スポーツ吹き矢
- ★ペタンク
- ★フライングディスク
- ★フロアーカーリング
- ★ボッチャ
- ★ストラックアウト
- ★ターゲットバードゴルフ
- 他にも多数種目あり



- ▼と き 9月3日(日)雨天中止(小雨決行)
- ▼と ころ 健民グラウンド集合 午前8時30分
- ▼持ち物 着替え、タオル、水筒、上履き(体育館使用のみ)など
- ▼対象者 町内在住・在勤者
- ▼申込方法 8月20日(日)までに社会教育課スポーツ振興係へお申込みください。
電話受付は行いません。
- ▼その他 都合により種目変更になる場合があります。
- ▼問合せ 社会教育課 スポーツ振興係 ☎78-0118
(第一町民体育館内 月曜休館日)



新ささゆりルーム（GUさん向かい）

**上牧町ささゆりルームが
アピタ西大和店2階に
移転します**

平成26年よりご利用いただいておりますアピタ西大和店1階の「上牧町ささゆりルーム」につきましては、このたび、子育て支援の更なる充実を目指し、子育て期間中の母親の就業支援事業を実施するため、7月31日（月）をもって閉室し、8月1日（火）よりアピタ西大和店2階に機能を移転することになりました。町民の皆さまにおかれましては、移転につきましてのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

2018年版 県民手帳の予約受付開始

奈良県民手帳の予約受付を開始します。

発行 奈良県統計協会

サイズ 146mm×88mm

ページ数 約260ページ

頒布価格 500円

内容

☆日記ページには過去5年間のお天気マーク付き

☆人口、産業など奈良県（全国）の主要統計データを収録

☆奈良県内の官公庁、救急医療施設、主な機関の住所・電話番号を掲載

☆奈良県内市町村の郵便番号を掲載

☆奈良県内各地の行事や花の見ごろを掲載

☆その他、暮らしに役立つ情報40項目以上

▼申込方法 8月31日（木）までにまちづくり推進課へ電話でお申し込みください。

▼問合先 まちづくり推進課

☎役場内線232番

子どもサバイバルキャンプ 開催のお知らせ

子どもたちが災害時にどのような行動すればいいのか、自分たちで考えてもらうことを目的に、「子どもサバイバルキャンプ」を開催します。

▼とき 10月21日（土）・22日（日）

▼ところ 桜ヶ丘東公園グラウンド
桜ヶ丘公民館

※詳細については、後日お知らせします。

▼問合先 実行委員会 小原

☎090-5965-8402



かもきみの湯 市町村別無料入浴・ 休館日のお知らせ

かもきみの湯では市町村別無料入浴を実施します。

★無料入浴★

▼とき 9月20日（水）午前10時から午後11時まで

※最終入浴受付 午後10時

▼対象者 上牧町在住のかた

※小学生以下のかたは保護者同伴でお願いします。

▼実施方法 1階受付で対象者であることを確認できるものを提示してください。

※コピー類不可。他のサービスとの併用はご遠慮ください。

★敬老の日入浴★

▼とき 9月18日（月・祝）午前10時から午後11時まで

※最終入浴受付 午後10時

▼対象者 当日券、または回数券でかもきみの湯をご利用の65歳以上のかた

※1952年（昭和27年）以前生まれのかた

▼実施方法 1階受付で対象者であることを確認できるものと当日入浴券、または回数券を提示してください。

※コピー類不可。他のサービスとの併用はご遠慮ください。

▼実施内容 次回ご利用いただける無料入浴券をお渡しします。

※利用期限は、12月31日まで。

当日利用は不可。

★休館日のお知らせ★

機械設備などの更新のため、**10月18日（水）から31日（火）までの14日間**、休館となります。

▼問合先 かもきみの湯

☎ 66-2641

8月は

「電気使用安全月間」です

経済産業省では夏場に電気事故が多く発生するため、毎年8月を「電気使用安全月間」と定め、電気事故を防ぐための全国的な運動を展開しています。みなさんもいま一度、電気をご使用時に、安全に使用しているか見直してみてください。

▼問合先 関西電気保安協会 奈良

支店 ☎ 0742-32-1371

<http://www.ksdh.or.jp/>



鼻に関する講演会と無料相談開催

奈良県医師会では、鼻に関する講演会、無料相談会を開催します。

▼とき 8月9日（水）午後2時から4時まで

▼ところ 奈良商工会議所

地下1階 会議室

奈良市登大路町36-2

▼内容

☆講演 「花粉症と二オイの話」

講師 北原紘さん（奈良県立医科大学耳鼻咽喉科・頭頸部外科学講座教授）

☆無料相談 鼻を含め耳鼻咽喉科全般に関する相談に応じます。

担当医師 耳鼻咽喉科専門医

▼問合先 奈良県医師会耳鼻咽喉科部会事務局

☎ 0744-22-8502

※事前予約は不要です。

訂正して、おわびします

広報7月号の14頁『町民プール7月8日（土）からオープン』の記事の中で、「★プールサイドでの禁煙・飲食などは・・・」とあるのは、「★プールサイドでの喫煙・飲食などは・・・」の誤りです。

★今月の健康メモ★ 睡眠時無呼吸症候群



が、これを一晚に何十回も繰り返します。

そのため睡眠中に血圧が上昇し、眠りが浅く、昼間の眠気やだるさ、居眠り運転につながり、また高血圧症、不整脈、心筋梗塞などの原因にもなります。高血圧症で薬を服用しても血圧が下がりにくいかたは、この病気が隠れているかも知れません。

適切な治療を行うと「熟睡できて夜間トイレも行かなくなった」「昼の疲れがなくなり仕事がかどるようになった」「血圧が下がった」と喜ばれます。最もよく行われている治療は持続的陽圧呼吸療法といい、睡眠中小さな器械から鼻に密着させたマスクを通して空気を送る、自宅で行える簡便な治療法です。

思い当たるかたは、ぜひ一度、医療機関でご相談ください。



募集

上牧町職員募集

上牧町職員採用試験（平成30年4月1日採用予定）を次のとおり実施します。

▼採用職種・採用予定人数

一般行政職 8名程度

▼受験資格 1989年（平成元年）

4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による高等学校以上の学校を卒業した人、または2017年（平成30年）3月末日までに卒業見込みの人

※高等学校卒業程度認定試験合格者は、高等学校卒業と同等に扱います。
※地方公務員法第16条の各号のいずれかに該当する人は受験できません。

※国籍は問いませんが、日本国籍を有しない人で、就職が制限される人は採用されません。

日本国籍を有しない職員については、「公権力の行使又は公の意思の形成への参画に携わることができない。」とする公務員に関する基本原則に基づいた任用がなされます。

★第1次試験 一般教養試験

▼とき 9月17日（日）午前9時

30分から正午まで（受付午前9時から9時30分まで）

▼ところ 2000年会館2階

合格発表は、10月上旬に可否にかかわらず本人あてに通知します。

※合格者には、第2次試験の日時などの通知も併せて行います。

★第2次試験 論文試験・適性検査

10月中旬予定

合格発表は11月上旬に可否にかかわらず本人あてに通知します。

※合格者には、第3次試験の日時などの通知も併せて行います。

★第3次試験 面接試験（個別）

11月中旬予定

合格発表は12月上旬に可否にかかわらず本人あてに通知します。

▼申込書類 上牧町職員採用試験受験申込書、受験票および採用試験要項は、役場2階政策調整課人事係で交付します。

※受験申込書などの交付期間は、8月1日（火）から18日（金）までの土、日、祝日を除く午前8時30分から午後5時までとします。

※受験申込書、受験票および採用試験要項は、町ホームページからダウンロードすることも可能です。ダウンロードしたもので受験申込をする場合は、A4版の白紙用紙

に縮小や拡大をせずに印刷してください。

▼受験手続

（1）必要書類

①受験申込書（町指定の様式、写真貼付）

②受験票（町指定の様式、写真貼付）

※①、②に貼付の写真は、申込前3

か月以内に撮影したもの（上半身脱帽、正面向、縦4cm横3cm、貼付前に写真裏面に氏名を記載のこと）

③最終学歴証明書または卒業見込証明書

※高等学校卒業程度認定試験合格者は、高等学校卒業程度認定試験合格証明書（文部科学省により発行されたもの）

④受験票返信用封筒（長形3号、23.5cm×12cmの封筒）に82円切手を貼付し、宛名を記入すること。

※この受験に関する提出書類はお返ししません。なお、提出書類などにより取得した個人情報については、今回の採用試験実施のためにのみ使い、それ以外の目的には使えません。

（2）申込受付期間 8月1日（火）

から18日（金）までの土、日、祝日を除く午前8時30分から午後5時30分までとします。

※受付の方法については、受験者自らによる直接提出、または郵送による方法とし、電子メールなどによる申し込みはできません。また、郵送による場合は、8月18日（金）必着とします。

※不備などがあるときは受付できない場合があります。

（3）申込先 〒639-0293 奈良県北葛城郡上牧町大字上牧3350番地 上牧町役場

政策調整課 人事係

（4）受験票の交付 提出された返信用封筒により受験票を返送します。受験票が9月1日（金）までに届かない場合は、政策調整課人事係までお問い合わせください。

※第1次試験当日には、受験票を必ず持参してください。

▼給与その他（平成29年4月1日現在）
現行の初任給月額は次のとおりです。

・一般行政職

大学卒 178,200円

短大卒 158,800円

高校卒 146,100円

※初任給は、採用前の経歴などに応じて加算されることがあります。その際、職務経験期間の確認のため、職歴証明書などの証明書類の提出を求めることがあります。

給料のほか、扶養手当、地域手当、住居手当、通勤手当、期末・勤勉手当などがそれぞれの条件に応じて支給されます。

▼最終合格発表から採用まで

(1) 最終合格者は、第3次試験合格発表日に作成する採用候補者名簿に登載し、平成30年4月1日採用の予定です。

(2) 最終合格者以外に成績上位者から補欠合格者を決定することがあります。最終合格者から辞退が生じた場合は、補欠合格者の成績上位者から最終合格者の繰上補充を行います。

(3) 採用候補者名簿の有効期限は、合格者の決定日から1年間有効。

▼その他 受験に際し、虚偽その他不正が判明した場合は、合格を取り消すことがあります。

試験当日は、受験票および筆記用具（HBの鉛筆、消しゴム）を必ず持参してください。

▼問合先 政策調整課 人事係
役場内線206番

上牧幼稚園児募集

来年度の上牧幼稚園児（1・2・3年保育）を募集します。

《1年保育》2012年（平成24年）4月2日から2013年（平成25年）4月1日までに生まれた町内在住の幼児

《2年保育》2013年（平成25年）4月2日から2014年（平成26年）4月1日までに生まれた町内在住の幼児

《3年保育》2014年（平成26年）4月2日から2015年（平成27年）4月1日までに生まれた町内在住の幼児

▼募集人員 1年保育 若干名
2年保育 若干名
3年保育 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 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
《3歳児・4歳児・5歳児》

★平常保育（給食日） 1学期のみ火曜日は弁当日になります。
※3歳児も5月から、4歳児・5歳児と同じ保育時間になります。

▼その他

★平常保育の日は、午後4時まで預かり保育をしています。

★入園願書受付期間中は自由に参観していただいております。

★入園願書は、教育総務課と上牧幼稚園で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。印鑑と住民票謄本を受付の際にお持ちください。

※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。

▼問合先 教育総務課

上牧幼稚園 ☎役場内線134番
☎32-0700



各月初日の在籍園児の属する世帯の階層区分		保育料の月額（1人当たり）		
		同一世帯において幼稚園年少から小学校3年生までの範囲で、当該園児が最年長の子ども	同一世帯において幼稚園年少から小学校3年生までの範囲で、当該園児が最年長の子どもから2人目	同一世帯において幼稚園年少から小学校3年生までの範囲で、当該園児が最年長の子どもから3人目以降
1	生活保護法による保護を受けている世帯	0円	0円	0円
2	市町村民税が非課税の世帯	0円	0円	0円
3	市町村民税の所得割額が非課税の世帯（均等割額のみ課税の世帯）	1,500円	0円	0円
4	市町村民税の所得割額が77,100円以下の世帯	3,300円	1,650円	0円
5	市町村民税の所得割額が211,200円以下の世帯	5,600円	2,800円	0円
6	市町村民税の所得割額が211,201円以上の世帯	7,000円	3,500円	0円

備考

- 4月から8月までの月分の保育料の額にあっては前年度分の所得割課税額を基に、9月から翌年3月までの月分の保育料の額にあっては当該年度分の所得割課税額を基に決定します。
- この表の規定にかかわらず、3階層及び4階層に認定された世帯にあっては、保育料の多子軽減やひとり親家庭の軽減等もありますので詳しくは教育総務課までお問い合わせください。

ペガサスフェスタ2017 文化祭展示作品と 発表の募集

10月27日(金)から29日(日)まで、文化センター(中央公民館・ペガサスホールロビー)で開く、上牧町文化祭に展示する作品を住民のみなさんから募集します。

また、ペガサスホールを使って演技などを披露する発表については、11月3日(祝)に行います。

30分程度で準備・披露・片づけができる出し物(催し物)を募集します。

▼対象者 町内在住のかた

▼応募種目 展示の部については、絵画・工芸・手芸・書道・造花・写真など、壁や机などを使って展示出来るもので、作品数は一人一点にさせていただきます。

発表の部については、個人やグループで舞台を使って披露できる出し物など、テーマは自由です。※ただし音楽を必要とする出し物は、テープなどの用意をお願いします。また、参加人数、演目により出演時間を調整することもあります。

▼定員 展示の部 先着15名

発表の部 先着4組

▼受付期間 8月8日(火)から19

日(土)までの午前9時から午後5時まで(月曜休館)

▼受付場所 文化センター内ペガサスホール事務室前。電話による受付はできません。

▼問合先 上牧町文化センター内
ペガサスホール事務所
☎78-9900

地域体操教室(かんまきと きめきクラブ)受講生募集

8か所で開催している地域体操教室で、若干参加していただける人数がありますので、新たに受講生を募集します。なお、定員数を超えた場合は参加待ちをすることもできます。

▼教室名

・桜ヶ丘教室(月曜・午後)

・南上牧教室(火曜・午前)

・友が丘教室(水曜・午前)

・片岡台2丁目教室(水曜・午後)

・滝川台教室(原則水曜・午後、月

1回は午前になります)

・2000年会館教室(水曜・午後)

・男性のみの2000年会館教室

(木曜・午前)

・葛城台教室(金曜・午後)

※各教室の空き状況は、お問い合わせください。

▼受付開始 8月9日(水)午前8時30分から生き活き対策課へお申し込みください。

▼問合先 生き活き対策課
☎79-2020



男性のみの教室の1コマ

自衛官等募集案内

次の自衛官等の募集をしています。

★一般曹候補生

★航空学生

▼応募資格

(航空自衛隊航空学生)

平成30年4月1日現在、高卒(見

込含)18歳以上21歳未満のかた

(海上自衛隊航空学生)

平成30年4月1日現在、高卒(見

込含)18歳以上23歳未満のかた

▼受付期間 9月8日(金)まで

▼試験日

・1次試験 9月18日(月)

・2次試験 10月17日(火)から22日(日)までの指定する1日

・3次試験 2次試験合格者のみ。

★防衛大学校学生

▼応募資格 平成30年4月1日現在、高卒(見込含)18歳以上21歳未満のかた

※推薦、総合選抜のみ、高等学校長の推薦書などが別途必要。

▼受付期間

(推薦・総合選抜) 9月5日(火)から7日(木)まで

(一般(前期)) 9月5日(火)から29日(金)まで

▼試験日

(推薦) 9月23日(土)および24日(日)

(総合選抜)

・1次試験 9月23日(土・祝)

・2次試験 10月28日(土)および

29日(日)

(総合選抜)

・1次試験 11月4日(土)および

5日(日)

・2次試験 12月5日(火)から9

日(土)の指定された日

▼問合先 自衛隊糧原地域事務所

☎0744-29-9060

※ホームページもご覧ください。

<http://www.mod.go.jp/pco/nara>

親子で"マルシェ" No.7

Oyako de MARCHE

おかしなお菓子な目玉焼き 学校給食のメニューより

おかしなお菓子な目玉焼きは、食べてびっくり！一見目玉焼きに見えるデザートです。目玉焼きの白身部分は牛乳寒天、黄身部分は黄桃でつくっています。牛乳をりんごジュースに換えると「おかしなお菓子な生卵」、乳酸菌飲料に換えると「おかしなお菓子な半熟卵」の完成です。

簡単にできますので、親子でデザート作りにチャレンジしてみたいはいかがでしょうか。

材 料

家庭用 四人分

もも缶(ハーフ)	・・・4切
牛乳	・・・120cc
水	・・・80cc
粉寒天	・・・1.6g
砂糖	・・・18g
アルミカップ (マドレーヌ型)	・・・4個

作り方

- ①鍋に水、粉寒天、砂糖を入れて完全に煮溶かす。
 - ②ひと肌程度に温めた牛乳と①を混ぜ合わせる。
 - ③②をアルミカップに注ぎ入れる。
 - ④③に黄桃をドーム型にのせ、冷やし固める。
- ※黄桃をのせるとき、あふれないように注意する。

レシピ 栄養教諭 鍵谷千加さん 岡上沙耶さん



広告



第2回 ちびっこも大人も集まれ!

8/5 **アピタささゆり**
盆踊り大会

土 17:30~
※雨天中止

昨年は大勢の方々にお越し頂きました。
もちろん今年も開催します!
縁日もバッチリ用意していますよ♪
[場所] 1F平面駐車場特設会場
※縁日は、景品無くなり次第終了です

APITA
アピタ西大和店
TEL 0745-77-6511

広告

上牧の特産品 ぶどうを!!

帰省のお土産に
ご利用下さい。

赤色系 デラウェア
黒色系 バッファロ(ピオーネ系)
藤稔
アーリーシチューベン

宅配も承ります
(クロネコ)

田島ぶどう園 上牧町三軒屋
(奈良交通上牧役場前)

TEL・FAX.0745-77-2919

広告

夏休みプラン 好評受付中!

特典(写真サービス)を
ご利用の方は必ず
本紙をご持参ください。
2017年9月30日まで!!

別途
オプション料

定員になり次第
終了!

21,600円 (税込)

夏休みの期間を利用して
あらかじめ教習予定を作成
しています。学生さん
にはとても人気のコース
です。(学科はフリー)

詳しくは
お問い合わせ
ください。

広報誌
限定!

教習に必要な写真 700円 ▶ 0円

法隆寺自動車教習所 教習指導員募集中!

TEL:0743-57-2610 法隆寺自動車教習所 検索



日本人、特に子どもたちや働く世代の睡眠時間は世界で最も短いといわれています。女性は家事や育児の負担が大きいため、男性よりも睡眠時間が短く、慢性的な寝不足状態にあると言えます。

からだところの健康を守るため、睡眠についての正しい知識を身につけて毎日の生活に取り入れましょう。

健康づくりのための睡眠指針 2014

～睡眠 12 か条～ (厚生労働省)

- ①良い睡眠で、からだもこころも健康に
- ②適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざめのメリハリを
適度な運動習慣は入眠を促進し、朝食は朝の目覚めを促します。就寝 3～4 時間前の喫煙・カフェイン摂取は入眠を妨げ、睡眠を浅くする可能性があるため控えましょう。
- ③良い睡眠は、生活習慣病予防につながります
睡眠不足や不眠は肥満や高血圧、糖尿病や脳卒中などの生活習慣病を引き起こします。睡眠の変調が生活習慣の乱れにつながったり、食欲に作用するホルモンに影響して食欲を増大させたりすることが原因と考えられています。
- ④睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
うつ病は不眠と密接な関係があり、うつ病のかたの 9 割近くに不眠症状がみられたという報告があります。2 週間以上続く不眠はうつ病のサインかもしれないので、保健福祉センターやかかりつけ医に相談しましょう。
- ⑤年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を

眠りとからだのふかい関係



睡眠時間は加齢で徐々に短くなりますが、睡眠時間には個人差があり、日中の眠気で困らない程度の睡眠が一番です。

- ⑥良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
自分にあったリラックス法が眠りへの準備となります。寝る前の寝室の照明が明るすぎないように調節しましょう。
- ⑦若年世代は夜更かしを避けて、体内時計のリズムを保つ
遅くまで寢床で過ごすとは夜型化を促進します。朝は目が覚めたら日光を取り入れ、規則正しい生活を心がけましょう。
- ⑧勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を
睡眠不足が蓄積すると回復に時間がかかり、仕事の能率を下げます。午後の短い昼寝(30 分以内)は能率改善に効果的です。
- ⑨熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠
日中に長い時間眠るのは避け、昼夜の活動・休息にメリハリをつけましょう。
- ⑩眠くなってから寢床に入り、起きる時刻は遅らせない
眠くないのに寢床に入ってもかえって緊張が高まり、眠りを妨げてしまいます。眠る時間が遅くなっても朝は同じ時間に起きるようにすると入眠時間は段々と安定します。
- ⑪いつもと違う睡眠には、要注意
激しいいびき・手足のむずむず感・歯ぎしりや、眠っても日中の眠気で困っている場合は要注意です。
- ⑫眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を

親子で作る おやつ教室開催

夏休み、親子で楽しく料理を作ってみませんか。

▼とき 8月29日(火)午後1時
30分から3時まで

▼ところ 2000年会館

調理実習室

▼内容 レーズンケーキ、いちご風味白玉ぜんざい

※今年度中は同じメニューです。

▼対象者 4歳から小学3年生までの親子あわせて20名

※今年度中1回のみ受講してください。

▼材料費 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4日(金)午前8時30分から生き活き対策課窓口または、電話でお申し込みください。

▼問合せ先 生き活き対策課

79-2020





相 談

★乳児相談

と き：8月1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：8月18日(金)
午前9時から11時30分まで受付
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：8月18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
内 容：糖尿病・高血圧・高脂血症・禁煙・生活習慣を改善したいかなど、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：8月8日(火)
午前10時から11時30分まで受付
：8月18日(金)
午後1時30分から3時まで受付
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・生活習慣病を改善したいなど
ところ：アピタ2階
ささゆりルーム

★認知症相談

と き：8月23日(水)
午後1時30分から3時30分まで
ところ：相談室1
申込方法：電話または、生き活き対策課窓口へお申込みください。当日でも相談できますが、お待ちいただく場合があります。ご了承ください。

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：8月10日(木)
午後1時から1時30分まで受付

対象者：平成29年4月6日から5月9日生まれの乳児

10か月児

と き：8月10日(木)
時間は個人通知します
対象者：平成28年9月14日から10月10日生まれの乳児

★1歳8か月児健康診査

と き：8月23日(水)
対象者：平成27年11月10日から平成28年1月18日生まれの幼児

教 室

★妊婦さん集まれ！！

と き：A 9月1日(金)
午後1時30分から3時まで受付
B 9月5日(火)
午後1時30分から3時まで受付
内 容：A 妊娠中の食事、沐浴体験
B 助産師による安産のこつ
対象者：妊婦とその家族
持参品：母子健康手帳



生活習慣病 予防講座開催

定期的に健診を受けていますか？

健診を受けた後の結果の見方を理解し、糖尿病、高血圧などの生活習慣病の予防につなげましょう。

▼と き 9月4日(月)午後2時から4時まで(午後1時30分から受付)

▼ところ 2000年会館 多目的室

▼内 容

講演 健康な血管を手に入れよう！
～検査値からみえるあなたの身体～
講師 能登貴史さん(にしやまと糖尿病内科クリニック 糖尿病専門医)

▼持ち物 健診の検査結果や血液データなど(あるかたのみ)

※データを見ながら講演を聞いてもらう形です。

▼申込方法 8月9日(水)午前8時30分から生き活き対策課窓口または、電話でお申し込みください。

問合先 生き活き対策課
☎79-2020



「高齢者支援センター」などと称する事業者らにご注意を！

「高齢者支援センター」「高齢者福祉支援センター」「高齢者生活支援ボランティアセンター」など公的機関に似た名称を名乗って、「個人情報漏れている」と電話があり、最終的に多額の現金を宅配便で送るよう指示されたというような相談が各地で寄せられ、消費者庁が注意を呼び掛けています。

(※同名または類似名の事業者と間違えないようご注意ください)

【主な手口】

高齢者支援センターなど

高齢者支援センターなどから電話がかかってくる。

「あなたの個人情報漏れて、3箇所の団体に登録されています。」

「登録を消してあげますが、1箇所だけは代わりに登録する人がいないとできません。」

「お困りなら、こちらで代わりに登録してくれる人を探してあげます。」

「あなたの登録番号は****です。この番号は個人が特定される大切な番号なので、誰にも言わないでください。」

などと告げて、代わりに登録してくれる人を探してくれるよう依頼すると、その日のうちに、代理登録者が見つかったと連絡がある。

代理登録者

高齢者支援センターなどから、代理登録者にお礼の電話をするよう求められる。

(または、代理登録者から直接電話がかかってくることもある。)

代理登録者に電話をすると、福祉関係団体の役員と称する者が応答する。

「あなたの代わりに登録します。その代わり、登録番号を利用させてください。」

「被災地の子供たちに送る被災地支援物品を購入するには、登録番号が必要なのです。」

などと告げて、「登録番号」を教えるよう依頼する。

消費者は、登録番号を誰にも教えてはいけなかったことから躊躇するが、断ると登録取消しに協力してもらえないのではと思い、登録番号を伝えてしまう。

被災地支援物品の販売業者

代理登録者から再び電話があり、被災地支援物品を購入するために登録番号を使ったので、販売業者に電話するよう求められる。

(または、販売業者から直接電話がかかってくることもある。)

販売業者に電話をすると、

「代理登録者に登録番号を教えたことは、名義貸しに当たり違法です。」

「金融庁の検査が入るので、何か策を講じないと、名義貸しがばれてしまいます。」

などと脅かして、解決するために現金を宅配便で送るよう指示される。

その後、どことも連絡が取れなくなる。



【アドバイス】

- ☆「個人情報漏れて、別の団体に登録されている」「登録を取消してあげる」「取消には別の人を登録する必要がある」また「あなたの名前を使わせて」「登録番号を教えて」「あなたの行為は名義貸しです」は詐欺の手口です。すぐに電話を切ってください。
- ☆「宅配便でお金を送れ」は典型的な詐欺の手口です。絶対に応じないようにしましょう。
- ☆また、宅配便で荷物を受け取って別の場所に転送するよう指示されることがあっても、絶対に応じてはいけません。知らない間に犯罪に巻き込まれてしまう場合があります。

てんいち先生



編集後記

Mのつぶやき

今年の梅雨はあっという間に終わり、また暑い夏がやってきました。夏休みに入り、子どもたちはウキウキしているのではないのでしょうか？プール・旅行・花火にお祭り、楽しいことがたくさんある夏ですが、事故や事件も多い時期でもあります。危険な場所には立ち寄らない、一人で行動しないなど、家族で話し合い、楽しい夏を過ごしましょう!!

私も今年はちょっとお出掛けを計画。計画倒れにならないようにしたいのですが…この暑さには負けるかも…!?

Library communication

図書館通信

新刊紹介



全国の犬像をめぐる

●青柳健二著／青弓社

忠犬は有名なハチ公だけではありません。江戸時代の魔物を退治した犬やお伊勢参りをした犬から現代の盲導犬や警察犬まで、全国各地で石像や銅像になって愛されている犬たちを紹介しています。

自閉症のうた

●東田直樹著／角川書店

海外出版もされている「自閉症の僕が跳びはねる理由」の著者が、翻訳者であるディヴィッド・ミッチェル氏と交わした往復書簡や、短編小説を収録しています。自閉症者への理解が深まる1冊です。



それいけ!長谷川義史くん

●長谷川義史著／小学館

大阪出身でユーモラスなお話しが人気の絵本作家・長谷川義史氏が自身の少年時代から絵本作家になるまでを対談形式で語ります。イラスト満載で読みながら思わず笑ってしまう内容になっています。

きらきらシャワー

●西村友里著／PHP出版

大人に撮っては大了なことでもなく、「どうしてもいやだ」と子どもが感じているのはなぜでしょうか？小学校のプールのシャワーが怖い主人公の心の風景を丁寧に描いた小説です。(児童書)



そらまめくんの はらっぱあそび

●なかやみわ著／小学館

かわいいそらまめくんやえだまめくんたちが活躍する絵本シリーズの最新作です。夏の原っぱや川で一日中いろんなことをして遊ぶお話です。草花を使った遊び方も掲載されています。(児童書)

8月のお話会ピーターパン

●8月のお話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。

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。

図書館カレンダー

休館日のお知らせ

8月

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) 年末、年始(12/27~1/5)

〈図書館の開館時間〉午前9時から午後5時まで ☎78-9903

各種相談のご案内

法律相談

上牧町主催(偶数月月に開催)

- 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/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/政策調整課 ☎役場内線261番
- ### 中南和法律相談センター(奇数月月に開催)
- 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/2000年会館
 - 定員/申込順6名(相談日2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2金曜日 午後1時～4時
(ただし、8月は4日になります)
- ところ/2000年会館
- 内容/役所の仕事について全般
- 問合先/政策調整課 ☎役場内線261番

納税相談

- 担当/徴税吏員
- とき/毎月第2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

町の動き

平成29年6月末日現在



世帯数	9,868 (+ 1)
男性	10,822 (- 16)
女性	11,942 (- 14)
合計	22,764 (- 30)

※()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、政策調整課へお申し込みください。

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**

上牧町役場政策調整課 ☎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 高さ59mm×幅85mm

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

上牧町は非核・平和都市宣言の町です

生活自立相談

- 担当/奈良県中和・吉野生活自立サポートセンター
- とき/毎月第2木曜日 午後1時30分～4時30分
- ところ/役場1階相談室
- 内容/生活に困っている、仕事が見つからない、経済的に困りのかたへの相談・支援
- 問合先/奈良県中和・吉野生活自立サポートセンター ☎0120-85-1225

人権相談

- 担当/人権擁護委員
- とき/毎月第2金曜日 午後1時～4時
(ただし、8月は4日になります)
- 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9時～午後1時
(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9時～午後1時
(上記共、祝日は除く)
- 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
- 問合先/政策調整課 ☎役場内線261番

土・日・祝日に利用できる消費生活相談窓口

消費者ホットライン

相談受付時間 午前10時～午後4時 188(局番なし)

公益社団法人 全国消費生活相談員協会

東京 土・日 午前10時～12時 午後1時～4時
☎03-5614-0189

大阪 日曜日 午前10時～12時 午後1時～4時
☎06-6203-7650

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

東京 日曜日 午前11時～午後4時 ☎03-6450-6631
関西分室 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
- 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



発行

上牧町役場 政策調整課

TEL(0745)7611001 FAX(0745)7611002
〒639-0293 奈良県北葛城郡上牧町大字上牧3350番地

