

たわらもと

Tawaramoto Town Public Relations

本紙中央に
議会だより

平成30年第3回定例会
を折り込んでいます。

平成30年 11月号 もくじ

特集
たわらもと
プロモーション大使

町長メッセージ、防災フェスタ	02
議会だより	03
最新トピックス	06
まちの話題	08
お知らせプラス	10
お知らせ	14
国保中央病院だより、料理	20
無料相談窓口	21
すこやか、防災アクション	22
消費生活ニュース	23
すくすきたわらもと	24
図書館だより、我が家の天使	25
健康カレンダー	27

田原本町の生涯学習・文化活動環境の充実に向けて

平成16年に青垣生涯学習センターが開館して14年、その間講習や講座、吹奏楽団の練習の場の提供もでき、田原本町の文化活動や生涯教育活動の拠点として活発化してきていると感じています。

その予約状況を見てみると、多くの文化団体により、さまざまな文化活動、生涯教育活動に利用していただいています。私も様子を見に行くことがあるのですが、その度、本当に住民の皆さんがいきいきと楽しく、そして積極的に活動されている姿を拝見します。皆さんの活動から、個々の生活の場面において、仕事とプライベートに加えて「学びの場」があると感じます。よく働き、よく遊び、そしてよく学ぶ。それがこのまちに住む人の良さであり、青垣生涯学習センターにより、学びの環境を提供できていると考えています。

文化活動、生涯教育活動の集大成として、今年度も11月2日から3日間、青垣生涯学習センターで文化祭が開催されます。数多くの作品が展示され、映画会や、文化団体による芸能発表会など、さ



田原本町長 森 章浩

さまざまな催しが行われます。今後は、子どもや高齢者の方だけではなく、働く人にも、就労後の学びの活動の成果を発表してもらえようようにして、もっと盛り上げていきたいと思っています。

青垣生涯学習センターですが、学びたい人が学びたいときに学べるよう、また、学んだことを発表・発揮できるような学習体制を整え、もっと住民の皆さんに利用してもらいたいと考えています。そのために時代に沿った住民のニーズに応える講座の開設、子どもたちが楽しく、安心して集う場や、働く人の就労後の学びの場の提供、そして、その成果を発表する機会を充実していくことで、当センターの稼働率を上げていきたいと考えています。

楽しく学びながら生活のできるまちを目指して、住民の皆さまと共に取り組みを続けていきます。

防災フェスタ

日時

12月1日(土) 午前11時～午後4時

入場無料

場所

青垣生涯学習センター

○啓発コーナー

●集まれ！！

災害活動車両

パトカーや消防車、自衛隊車両など、救急・災害時に活躍する車が集合します。



●体験コーナー

シートベルトコンビンサーによる衝突体験や、水消火器の体験コーナーなどがあります。

●企業による啓発・販売

●タワラモトン、りくしかくも登場

○防災講演

時間 開場：午後0時30分 開始：午後1時



講師

NPO 法人防災サポートおぢや
理事長 佐藤知巳さん
(元新潟県小千谷市副市長)

平成16年の新潟県中越大震災の際、小千谷市災害対策副本部長として、災害復旧・復興へ尽力。

○音楽演奏

●陸上自衛隊第3音楽隊

●田原本中学校吹奏楽部・北中学校吹奏楽部との合同演奏



新しい議会構成決まる

議長に植田昌孝議員、
副議長に小走善秀議員、
監査委員に竹邑利文議員

平成30年田原本町議会「第3回臨時会」が10月4日に開かれました。
この臨時会では正副議長選挙が行われ、議長に植田昌孝議員、副議長に小走善秀議員が選ばれました。
また、常任委員会と議会運営委員会の委員の選任が行われるとともに、

各特別委員会も含めてそれぞれの正副委員長の互選などが行われ同日開会しました。

なお、監査委員（議会選出）には、竹邑利文議員が選ばれました。

町議会委員会委員名簿（敬称略）

■常任委員会

○総務文教委員会

委員長 牟田和正

副委員長 村上清司

委員 松本美也子、竹邑利文、西川六男、寺田元昭

○厚生建設委員会

委員長 古立憲昭

副委員長 安田喜代一

委員 小走善秀、吉田容工、森井基容、山田英二、梶木裕文

■議会運営委員会

委員長 森井基容

副委員長 吉田容工

委員 小走善秀、古立憲昭、寺田元昭、梶木裕文

■認定ことも園検討特別委員会

委員長 梶木裕文

副委員長 牟田和正

委員 小走善秀、古立憲昭、森井基容、村上清司

■議会改革特別委員会

委員長 吉田容工

副委員長 寺田元昭

委員 松本美也子、竹邑利文、森井基容、山田英二、梶木裕文

議長・副議長就任あいさつ

町民の皆様には、平素から町議会に對しまして格別のご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

さて、私たちは10月の第3回臨時会におきまして、議員各位のご支援を賜り、議長、副議長に就任いたしましたことは誠に身に余る光栄であり、また、改めてその職責の重大さを痛感し身の引き締まる思いでございます。

本年4月には、町の重要事業でありました、唐古・鍵遺跡史跡公

園が開園し、近接する道の駅「レストイ 唐古・鍵」もオープンいたしました。今後は、この施設を有効活用し広域観光の拠点とし、交流人口を拡大させる等、地域の活性化に取り組んでまいります。

近年、人口減少により議会の存続が危ぶまれる自治体も出てきております。本町議会では、改めて町民の皆様が開かれた議会運営を図り、「議会の見える化」等、集中的に改革に取り組むため本年3月に議会改革特別委員会を設置い

ました。引き続き議会改革の推進に取り組むと共に、審議の場においても柔軟かつ的確に対応できるように、議員個々の研鑽、適正な議会運営に鋭意努力し、より一層の住民サービスの向上が図れますよう努めて参ります。

今後とも、町民の皆様におかれましては引き続き温かいご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。就任の挨拶といたします。



副議長 小走善秀



議長 植田昌孝

プロモーション大使が
取材し撮影した写真



田原本町の魅力を発信

たわらもとプロモーション大使

田原本町を広く PR するため、昨年 11 月に「たわらもとプロモーション大使」を募集しました。

現在、町内外の 18 人がプロモーション大使として精力的に活動されています。現役プロモーション大使の声や今年度の募集について紹介します。

☎ 秘書広報課広報広聴係 ☎ 34-2069



プロモーション大使として活動した感想を伺いました



田中 健雄さん

自身も成長につながる

主に食べ処を取材し発信、お店の特長をアピールし、読者の関心を引く記事を書くように努めました。プロモーション大使としての活動は町の発展に寄与するだけでなく自身の成長にもつながります。ぜひ応募されることをお勧めします。



西村 美和さん

世界に誇れるまちに

町の魅力をさらに知ることができました。子どもたちが生まれ育つ田原本がいつまでもその子たちの原点であり、世界に誇れるまちであってほしいです。多世代が交流し、全ての人に住みやすい田原本の魅力をこれからも伝えていきたいです。

主な活動内容

プロモーション大使が運用している Facebook ページ「たわらもとプロモーション大使」で、田原本町の観光情報や観光スポットの紹介、食やイベントの体験レポートなど、田原本町のいいところを発信しています。

Facebook の記事ができるまで

1. 取材するお店などに連絡

事前に連絡し取材の許可を取り、日程の調整をします。

3. 記事を作成し掲載

取材を通して見たことや、感じたことをもとに記事を作成。

2. お店へ向かい取材

そのお店のこだわりや人気商品を聞いたり、雰囲気が分かる写真を撮影したりします。



▲ Facebook ページ「たわらもとプロモーション大使」

あなたも田原本町を PR してみませんか

たわらもとプロモーション大使を募集します

田原本町の魅力を広く発信する活動を行っていただく「たわらもとプロモーション大使」を今年度も募集します。

田原本町ファンの人、知人や友人に、口コミや SNS（ソーシャルネットワークサービス）を通じて、田原本町の魅力を発信してみませんか。

募集期間

11月1日(木)～**26日**(月)

応募資格

- 次の要件のいずれにも該当する人が対象です。
- ・田原本町に愛着や興味があり、SNS を利用して積極的に PR を行える人
- ・平成 31 年 3 月 31 日までに 16 歳以上になる人
- ※居住については、田原本町内外を問いません。
- ※未成年の場合、保護者の推薦が必要です。

活動内容

- ・田原本町の観光、イベント、食などの PR
- ※訪れたお店に「プロモーション大使おすすめ」のシールを渡していただくこともあります。
- ・Facebook や Instagram などによる情報発信
- ・可能な範囲で田原本町のイベント・行事へ参加
- ・その他、田原本町の PR に資すること



▲おすすめシール

※詳しい内容や申込方法については、町ホームページをご確認ください。



▲町ホームページ

唐古・鍵遺跡史跡公園

弥生のムラまつり

In 唐古・鍵

日時 11月17日(土)・18日(日)

※雨天(少雨決行)の場合、一部中止またはスケジュールの変更があります。町ホームページをご確認ください。

場所 唐古・鍵遺跡史跡公園

問 唐古・鍵遺跡史跡公園事務所 ☎34・5500



▲弥生土器制作展示・コンテスト (遺構展示情報館)



▲わらアート展示・コンテスト (弥生の建物広場ほか)



▲粘土の勾玉づくり



▲ヒョウタンアート



▲鏡の鑄造体験



▲アングインコースター



▲火おこし



▲竪穴住居をつくろう

共催 田原本町教育委員会・京阪園芸(株)

協賛 奈良交通(株)

協力団体 橿原市歴史に憩う博物館、桜井市文化財協会、天理市教育委員会、町商工会青年部、町観光協会、北中学校、たわらもと吹奏楽団、ボランティア団体(唐古・鍵遺跡史跡公園ボランティア、唐古・鍵遺跡の保存と活用を支援する会、高槻市「安満人倶楽部」、守山市「弥生織りの会」)



皆様のご来園をお待ちしています。



▲唐古・鍵遺跡キャラクター 楼閣くん

唐古・鍵考古学ミュージアム

平成 30 年度 秋季企画展

「古墳時代黎明^{れいめい}～唐古・鍵 弥生ムラのその後～」

弥生時代最大級の唐古・鍵ムラが衰退すると同時に
纏向遺跡（桜井市）が誕生します。大和弥生社会の
終焉と古墳時代の始まりを考えるうえで、唐古・鍵ム
ラの状況がどうであったのか、そしてその後、弥生集
落廃絶後の古墳時代の唐古・鍵遺跡の様相を探ります。



▲田下駄



▲女性埴輪



▲蓋形埴輪
きぬがさがたはにわ

期間 10月27日(土)～12月2日(日)

午前9時～午後5時（入館は午後4時30分
まで） ※月曜日は休館

会場 青垣生涯学習センター 2階 会議室(特別展示室)

観覧料

	企画展	常設展との共通券
一般	200円	300円
高校生・大学生	100円	150円

※ JAF 会員は会員証提示で 50 円割引

※ 11月2日(金)～4日(日) (文化祭)、11月17日(土)・18日
(日) (関西文化の日) は、常設展・企画展ともに観覧無料。

関連講演会

日時 11月23日(金・祝)

午後2時～4時

場所 青垣生涯学習センター 2階 研修室

演題 「古墳時代の唐古・鍵遺跡を考える～倭飼部
の実態を求めて～」

講師 青柳泰介さん (奈良県立橿原考古学研究所
附属博物館 学芸係長)

ステージ実施内容

17日(土)

午前10時 開会式、町長あいさつ

式後 北中学校吹奏楽部の演奏

午前11時～・午後1時20分～ オカリナコンサート

正午～・午後2時～ バルーンアート&大道芸ショー

18日(日)

午前10時30分～11時 風流舞 (町観光協会)

午前11時～・午後2時～ バルーンアート&大道芸
ショー

正午～午後1時 弥生キッズ コレクション

午後1時～1時20分 わらアート・弥生土器制作コン
テスト授賞式

式後 たわらもと吹奏楽団の
演奏

17日(土)・18日(日) 午前10時～午後3時共通

○公園ミニガイドツアー

○バルーンアート

・スタンプ&クイズラリー

(バルーンアートプレゼント抽選/各日200個)

・フォトスポット設置 (遺構展示情報館)

○古代体験コーナー

(テントブース・弥生の建物広場ほか)

①クチナシ染めのしおり作り

②粘土の勾玉づくり

③鏡の鑄造体験

④ヒョウタンアート・紙芝居 (17日)

⑤木の実細工・リース作り

⑥火おこし

⑦組ひも・ミサンガ作り (18日)

⑧総合的な学習関係の展示

⑨大型建物再現AR体験、貫頭衣試着

⑩アングインコースター作り・ドングリ試食

⑪土笛ワークショップ (17日)

竪穴住居をつくろう (18日)

⑫弓矢でゲット

○史跡公園をウォーク (17日)

▶ 1回目…午前11時～ ▶ 2回目…午後3時～

○わらアート作品展示

○弥生土器作品展示 (遺構展示情報館)

園 唐古・鍵考古学ミュージアム ☎ 34-7100



9/21

交通事故のない社会へ

秋の交通安全県民運動出発式

9月21日、青垣生涯学習センターで秋の交通安全県民運動の出発式が行われました。

ウェルカムコンサートや交通安全に寄与された人、交通安全功労団体として西八尾子供みまもり隊などへの表彰が行われた後に交通安全パレードが出発しました。その後10日間にわたり「交通事故のないやすらぎの大和路づくり」をスローガンに、各地で交通安全の啓発が行われました。



▲ウェルカムコンサート

◀西八尾子供みまもり隊が表彰される



▲交通安全パレード



▲キッズポリスのダンス

9/23~

道の駅「レスティ 唐古・鍵」

道-1グランプリ 2018 スイーツ部門「第1位」

9月23日・24日に京都府京丹後市で開催された「道-1グランプリ 2018」に道の駅「レスティ 唐古・鍵」が出演し、バンビーナ（メロン）ジェラートがスイーツ部門「第1位」を獲得しました。

このグランプリは、全国の道の駅から選考で厳選された道の駅が出演し、来場者の投票により、グルメ日本一を決める大会です。

ジェラートには、近畿大学と松井農園の共同開発したメロン「バンビーナ」が使用されており、道の駅「レスティ 唐古・鍵」1階のKagiベーカリーで販売されています。



10/2~

仲間とともに全力で挑みました

町内各幼稚園、小・中学校で運動会・体育大会

10月初旬から10月中旬にかけて町内の幼稚園、小・中学校で運動会・体育大会が開催されました。10月2日に行われた北小学校の運動会では「ゴールは目の前 優勝めざせ 流した汗はダイヤモンド」をスローガンに、2チームに分かれて点数を競いました。

児童たちは、保護者や地域の人たちの応援を背に受け、綱引きやリレーなどで競い合いました。また、日々の練習の成果を発揮し、息を合わせたダンスを披露しました。

▶リズムに合わせてダンス



▲力いっぱい綱を引く

◀徒競走で全力疾走





奈良中央信用金庫から、ベビーカー2台の寄贈を受けました。同金庫高田理事長は「子ども連れで来庁された人がゆっくりと相談できる、子どもと親に配慮した環境づくりの力になればと思います」と話されました。ベビーカーは庁舎内で自由に使えますので、皆さんぜひご活用ください。

9/26

ベビーカーを寄贈
親子で来やすい役場に



森町長が町内の女性最長寿者の山田トシエさん（104歳）と男性最長寿者の梅田隆吉さん（102歳）をそれぞれ訪問し、敬老の祝い品を贈呈して長寿を祝いました。町長が「これからも健康で長生きしてください」と声を掛けると、お2人とも元気な様子で対応されていました。

9/13

これからもお元気で
最長寿者へ敬老の祝い品を贈呈



田原本町赤十字奉仕団から町分区長の森町長に義援金が手渡されました。これは、奉仕団が手作りのお餅を販売した売上の収益を義援金として寄託し、被災地支援のために役立ててほしいとの思いから行われたものです。日本赤十字社奈良県支部を通じて被災者の方々に届けられます。

9/26

平成30年7月豪雨災害被災地へ
義援金を寄託



9月17日の敬老の日にちなみ、はびすまひろばで、地域のおばあさんたちと子どもたちが交流するイベントが行われました。子どもたちは、地域のおばあさんたちと昔懐かしの伝承遊びの「とおoryんせ」や「かごめかごめ」を歌ったり、お手玉などをしたりして楽しみました。

9/14

昔の遊びの体験
地域のおばあさんたちと楽しく遊ぶ



織田豊店、(株)タケソー不動産販売、(株)竹村工務店の3社からベンチの寄贈を受けました。寄贈式で(株)タケソー不動産販売の竹村代表取締役は「住民の皆さんに有意義に使っていただき、感想を聞かせてもらえれば」と話されました。町役場正面玄関に設置していますので、ぜひご利用ください。

9/28

畳を使用したベンチを寄贈
休憩や待ち合わせに



山口愛世^{かなよ}さん（田原本中1年）が「平成30年度全日本卓球選手権大会（カデットの部）」への出場を報告するため森町長を表敬訪問しました。町長から「優勝を目指して頑張ってください」と激励の言葉がかけられ、山口さんは「練習の成果を発揮して頑張ります」と意気込みを語りました。

9/19

全国大会での活躍を誓う
卓球の全国大会への出場を報告

「国民健康保険の特定健康診査」・「後期高齢者医療の健康診査」 今年度の「健康診査」がまもなく終了

住民保険課国保医療・年金係 ☎ 34・2097
福祉・高齢医療係 ☎ 34・2096 / ☎ 34・2095

6月から始まっている、国民健康保険と後期高齢者医療の健康診査の受診期限が迫っています。

ご自身の健康状態の確認、生活習慣病の早期発見や早期対応、心臓病や糖尿病・脳卒中の予防、生活習慣を見直す絶好の機会となりますので、ぜひ受診してください。

国民健康保険の特定健康診査 (40〜74歳の国保加入者)

集団健診

日時

11月18日(日)・12月8日(土)

午前9時〜11時

場所 町民ホール (町役場西側)

※今年度を実施する集団健診は、あと2日間です。お急ぎください！

個別健診

平成31年1月31日(木)まで

年末調整や確定申告に必要となります 社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書 書が発行されます

桜井年金事務所 ☎ 42・0033
町住民保険課国保医療・年金係 ☎ 34・2097

日本年金機構から 「社会保険料(国民年金保険料) 控除証明書」が送付されます

国民年金保険料は、納付した全額が所得税及び住民税の社会保険料控除の対象となります。

控除の対象となるのは、その年の1月から12月までに納められた保険料の全額です。過去の年度分や追納された保険料も含まれます。

また、ご自身の保険料だけではなく、ご家族の国民年金保険料を納付されている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

なお、社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、領収証書や社会保険料(国民年金保険料)控除証明書など保険料を納付したことを証明する書類の添付が必要となります。



● 11月上旬に送付される人

平成30年1月1日〜10月1日までの間に国民年金保険料を納付した人
※9月下旬から10月上旬にかけてコンビニエンスストアで保険料を納付された一部の人は、11月中旬に送られる予定です。

● 平成31年2月上旬に送付される人

平成30年10月2日〜12月31日までの間に、今年初めて国民年金保険料を納付した人

問い合わせ先

● ねんきん加入者ダイヤル
0570・0003・0004
(ナビダイヤル)

● 050から始まる電話でおかけになる場合

03・6630・2525

受付期間 11月1日(木)〜平成31年3月15日(金)まで

受付時間 ▼月〜金曜日午前8時30分〜午後7時 ▼第2土曜日午前9時〜午後5時

※祝日(第2土曜日を除く)、12月29日〜1月3日は利用できません。

後期高齢者医療の 健康診査(個別)

平成31年1月31日(木)まで

※年末は医療機関が大変混み合います。早めの受診をお勧めします。

受診券がない場合は？

紛失などで受診券がない場合は、再発行しますので、住民保険課までお知らせください。

児童虐待とは

身体的虐待

首を絞める、殴る、ける、たたく、激しく揺さぶる、食事を与えない、戸外に閉め出す、拘束する、病気にさせるなど

ネグレクト

家に閉じこめる、乳幼児を家に残して外出する、衣服の着替えや入浴など衣食住が極端に不適切である、同居人による不適切な行為を放置するなど

性的虐待

性的行為を見せる、性器を触る・触らせる、性的暴行をする、性的写真の被写体にするなど

心理的虐待

ことばにより脅かす、強迫・無視する、拒否的な態度をとる、自尊心を傷つける、子どもの前で配偶者などへ暴力をふるうなど



オレンジリボンには
子ども虐待を防止するという
メッセージが込められています。

一人でも多くの方々に「児童虐待防止」に関心を持ってもらい、子どもたちの笑顔を守るために一人ひとりに何ができるのかを考える機会にしましょう！

- 怒鳴り声や泣き声が頻繁に聞こえる
- いつも同じ服を着ている
- 幼児を一人、家に置いて出掛ける
- しつこく称して暴力をふるう
- 子どもを無視している

「おやつ？」と気づくポイント

近所で「おやつ？」と気になる親子を見かけたら、迷わず連絡をお願いします。連絡者の秘密は守ります。

**あなたのその気づきが
親子を助けます**

11月は「児童虐待防止推進月間」です

みんなで守ろう！子どもたちの笑顔

こども未来課子育て相談係 ☎ 33・9035

気軽に電話で相談を

次のようなことで悩んでいますか。ちょっと不安なこと、気になることでも大丈夫！

悩むことは特別なことではありません。一人で悩まずにぜひご相談ください。

※匿名でも構いません。秘密は守ります。

子育てなどに関する相談

- なかなか泣きやまない…
このまま泣かせても大丈夫？
- 抱っこしないと寝てくれない。
- 最近、妻が育児で疲れている。食欲もないし、心配。何か受けられるサポートはある？
- 近所の子どもが、夜遅くに一人でコンビニにいたり、外を歩いていたりする。

妊娠に関する相談

- 妊娠したかもしれない…
どうしたらいい？
- 妊娠したが望んでいない、誰にも言えず困っている。

連絡先

月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前8時30分～午後5時15分

- 町こども未来課（子育て世代包括支援センター）子育て相談係
☎ 33-9035

土・日曜日、祝日、夜間（午後5時15分～午前8時30分）

- 児童家庭支援センターあすか
☎ 44-5800

24時間 365日

- 県中央こども家庭相談センター
☎ 0742-26-3788



児童相談所

全国共通ダイヤル

☎ 189 (いちはやく)

※お近くの児童相談所につながります。

田原本町記紀・万葉事業
第6回新春田原本ふるさとかるた大会

田原本町記紀・万葉事業実行委員会事務局（町観光協会内）
☎ 33・4560

「田原本ふるさとかるた」を活用し、郷土の魅力を楽しみながら学び、郷土愛を育もう！

新春田原本ふるさとかるた大会を次のとおり開催します。皆さんのご参加をお待ちしています。

日時 平成31年1月19日(土)
午後1時～4時30分
(受付は午後0時15分～45分)

場所 青垣生涯学習センター
弥生の里ホール

対象 町内在住の小学1～6年生（低学年・中学年・高学年別で対戦を行う予定です。ただし、参加人数により変更する場合があります）

※保護者の同伴をお願いします。同伴する保護者は競技中も会場内での待機をお願いします。

募集人数 100人（先着順）

※12月25日(火)までに参加通知を送付します。

賞品など 全員に参加賞を、入賞者には賞品を用意しています。



申込方法 11月15日(木)～30日(金)に、メールまたは郵送で住所・氏名（ふりがな）・学校名・学年・電話番号・同伴する保護者の氏名を記入して申込先へ。

申込先 田原本町記紀・万葉事業実行委員会事務局（町観光協会内）
〒636・0300 田原本町193 / ✉ shikinosato@arion.ocn.ne.jp / 午前9時～午後5時(火曜日、12月29日～1月3日は休み)

※今回から会場や対戦方法などを変更していますのでご注意ください。

安心して共に暮らしていく地域を目指して
認知症講演会

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

認知症になっても適切な医療と介護を受けながら在宅生活を送ることは可能です。早期に医療につながり、地域の温かい理解や関わり方によって、家族や本人が安心して生活を継続することができます。具体的な支援の内容を理解し、進行に合わせたサービスの利用などについて学んでみませんか。

日時 12月3日(月) 午後1時30分～3時
(受付=午後1時から)

場所 町民ホール（町役場西側）
演題 認知症になった時の家族の対応とサポート
講師 東條秀則さん（秋津鴻池病院奈良県作業療法士会）
対象 認知症に関心のある町民
定員 100人（先着順）

参加無料

申込 11月12日(月)から町地域包括支援センターへ電話または来訪。
※当日は駐車場の数に限りがありますので、乗り合わせまたは公共交通機関をご利用ください。

こども食堂たわらもと

主催：田原本町赤十字奉仕団

町内の小学生を対象に「こども食堂たわらもと」を10月からスタートしました。食事の提供は月1回（土曜日）を予定しています。

日時 12月15日(土)
正午～午後1時30分



場所 青垣生涯学習センター 2階 調理室

対象 原則として小学4年生以上
※田原本小学校区以外の児童は保護者の送迎が必要

参加無料

定員 約30人

問・申込 11月26日(月)までにNPO法人子育てすこやかサークル（☎ 35-3835）へ。詳細はQRコードを読み取ってください。



※12月のメニューは11月の参加者の希望を聞いて決定します。（アレルギーの対応はしません）
※参加児童の中で調理のお手伝いをしてくれる人は、午前11時集合（三角巾とエプロン要）

保険・年金



国保加入の40〜74歳の皆さんへ
平成30年度特定健康診査の受診
勧奨を行っています

国民健康保険の特定健康診査を受診されていない人を対象に、次の期間中電話やハガキで受診を勧めています。
 健康への不安をなくして安心して健やかな日々を過ごすためにも、毎年特定健診を受診しましょう。

① ハガキによる勧奨：10月上旬に送付
 ② 電話による勧奨：11月上旬〜12月上旬 ※委託先の(株)ウェルクル
 0120・540・603から発信
 国民健康保険課 国保医療・年金係
 ☎ 32・2901 (内線158)

子育て・教育



学童保育の入所申請

平成31年度の学童保育の入所申請を受け付けます。

対象 昼間保護者が常時不在である家庭の小学1〜6年生の児童

清掃センターからのお知らせ



11月23日(金・祝日)は町内収集の休業日です

この日はごみの収集を行いません。もえるごみの収集日が火・金の自治会は次の収集日に出してください。

ごみを清掃センターへ持ち込めます

時間 午前9時〜正午
費用 10kgにつき50円(家庭ごみ)
 ※10kg未満は10kgとみなします。
 ※持ち込みの場合、袋の指定はありません。
 ※指定ごみ袋を使用している場合や、分別された資源ごみの持ち込みは無料です。

☎ 清掃センター(環境管理課)
 ☎ 33-5003

開所場所・定員

学童保育所名	開所場所	定員
東小学校学童保育所	東小学校北館	40人
北小学校学童保育所	北小学校体育館 ミーティングルーム	50人
田原本小学校学童保育所	田原本小学校新館	120人
南小学校学童保育所	南小学校北館	80人
平野小学校学童保育所	平野小学校南館	90人

開所・申込 こども未来課または町ホームページ掲載の学童保育所入所申請書に必要事項を記入し、就労証明書などを添えて、12月3日(月)〜14日(金)にこども未来課こども支援係(☎33・9036)へ。(土・日曜日を除く)
 ※各学童保育所の定員を超える申込があった場合は、入所保留になる可能性があります。

未婚のひとり親に対する寡婦(夫)控除のみなし適用が開始

9月から未婚で20歳未満の子を養育するひとり親家庭を対象に、子育てや福祉などのサービスの利用料などの算定に、未婚のひとり親を寡婦(夫)とみなす特例が適用されることとなりました。適用には手続きが必要ですが、詳しくは担当課までお気軽にお問い合わせください。

☎ こども未来課子育て相談係 ☎ 33・9035 / 健康福祉課障害福祉係 ☎ 34・2090

あそびの森 さかて③

かわいい保育園バスに乗って秋のドライブをしたり、お父さん・お母さんやお友達と一緒に遊んだりしませんか。
 ※雨天時はドライブのみとなります。

広報たわらもとや町ホームページに広告を掲載しませんか

自主財源の確保や地元事業者などの育成と振興を図るとともに有益な生活情報を提供するため、町の広報紙「広報たわらもと」と町ホームページに広告を有料で掲載します。

☎ 秘書広報課広報広聴係 ☎ 34-2069

広報たわらもと

規格・価格

規格(縦×横)	価格(1ヵ月)
59mm×87mm	10,000円
59mm×179mm	20,000円

※町外の事業所は上記価格の2倍となります。

掲載期間

1ヵ月から6ヵ月まで

広告のデータ形式や申込方法など詳しくは、町ホームページで。

町ホームページ

画像サイズ(縦×横)

50ピクセル×170ピクセル
価格 町内…5,000円(1ヵ月)
 町外…7,000円(1ヵ月)
 ※12ヵ月一括申込の場合は、町内48,000円、町外72,000円。

掲載期間

1ヵ月から12ヵ月まで

日時 11月12日(月)午前10時から
場所 こどもの森阪手保育園(公園または近くの保育園へ遊びに行きます)
対象 平成27年4月～平成29年3月生まれのお子さんとその保護者
定員 10組(申込順)
持ち物 帽子、水分補給のための飲み物など
申込 11月6日(火)～8日(木)(午前10時～午後4時)に、こどもの森阪手保育園 ☎0120・733・860へ。

ベビービクス(宮森保育園)

ベビービクスのインストラクターによるマッサージやエクササイズのリッスンを、赤ちゃんと一緒に楽しみませんか。

日時 11月19日(月)午前10時～11時ごろ
終了予定(受付11午前9時50分から)
場所 宮森保育園 遊戯室
対象 1ヵ月ごろ～ハイハイするくらいまでのお子さんとその保護者
定員 20組程度(申込順)
持ち物 子どものお世話用品、着替え、バスタオル、水分補給のための飲み物など
申込 11月12日(月)～14日(水)(午前10時～午後4時)に、電話で宮森保育園 ☎0120・783・194へ。

おやこであそぼう「ベビービクス」

赤ちゃんと一緒にエクササイズで体

を動かして、楽しい時間を過ごしませんか。
日時 11月28日(水)午前10時～11時ごろ
終了予定(受付11午前9時50分から)
場所 宮古保育園 遊戯室
対象 1ヵ月ごろ～ハイハイするくらいまでのお子さんとその保護者
定員 20組程度(申込順)
持ち物 子どものお世話用品、バスタオル、着替え、水分補給のための飲み物など
申込 11月14日(水)～15日(木)(午前10時～午後4時)に、宮古保育園 ☎0120・194・783へ。

親子であそぼう「クリスマスコンサート」

寒い季節ですが、音楽に触れて楽しいひとときを過ごしませんか。ブラズバンドの生演奏で季節の歌を楽しみましょう!

日時 12月1日(土)午前10時～10時45分
終了予定(受付11午前9時50分から)
場所 宮古保育園 遊戯室
出演 マイ・ブラスト・バンド
対象 2歳以上のお子さんと保護者
定員 20組程度(申込順)
申込 11月21日(水)～22日(木)(午前10時～午後4時)に、宮古保育園 ☎0120・194・783へ。

催し・講座

クリスマスアレンジメント教室

お花を使って、かわいいテーブル飾りを作り、クリスマスの雰囲気表現してみませんか。

日時 12月9日(日)午後1時30分～3時
場所 青垣生涯学習センター 1階 美術室

対象 町内在住の小学4～6年生

定員 20人(保護者の見学可)

参加費 500円

持ち物 新聞紙、持ち帰り用の袋、はさみ

申込方法 11月23日(金)(必着)までに往復ハガキで次の事項を記入し申込先へ。

▼往信の裏面：郵便番号・住所・氏名・学校名・学年・性別・電話番号

▼返信の表面：郵便番号・住所・氏名 ※応募は1人1枚(応募多数の場合は抽選)

申込先 田原本町教育委員会事務局生涯学習課「クリスマスアレンジメント教室」係 (〒636・0247 田原本町阪手233の1 田原本青垣生涯学習センター内) ☎32・6193
 ※月曜日は休館。月曜日が祝日の場合は翌日が休館。

11月の納付(普通徴収分)

納期限 11月30日(金)

種類 ●固定資産税(第3期分)

- 国民健康保険税(第5期分)
- 介護保険料(第5期分)
- 後期高齢者医療保険料(第5期分)
- 更正などによりさかのぼって賦課された税及び保険料の上記納期限分

安全で便利な口座振替(自動払込)制度

この制度を利用すると、指定した金融機関の口座から自動的に振り替えて納付されます。納め忘れがなく現金を持ち歩く必要もないため、安全で便利です。

利用手続きは、納期限の1ヵ月前までにしてください。

※口座振替(自動払込)制度による納付の場合は、領収書は発行していません。引き落としの確認は、通帳の記帳によりお願いします。なお、車検のある軽自動車税については「継続検査用証明書」を送付します。

☎ 税務課徴収収納係 ☎ 34-2111

お知らせ

町民の皆さんにお知らせしたい情報をギュッと凝縮して掲載しています。

催し・講座



弥生の里文化講座

日時 12月9日(日)午前10時～11時30分
場所 青垣生涯学習センター 2階
演題 「奈良の仏教文化、田原本の仏教文化」
講師 西山 厚さん(帝塚山大学文学部文化創造学科教授)
定員 100人(満員の場合は入場をお断りすることがあります)
 ※受講料無料、申込不要

園 生涯教育課 ☎32・6191

ふれあいセンターイベント 「あそびぼうやん」

楽しく遊びながら、防災のことを学びませんか。災害炊飯車で作ったカレーを食べます。

日時 11月11日(日)午前10時～午後2時
場所 町社会福祉協議会 大ホール
対象 小学生 **定員** 20人(先着順)
参加費 300円(食料費)
持ち物 水筒・スプーン(金属製)・カレー皿(プラスチック製)・体育館シューズ・ぞうきん
園 11月4日(日)午前9時から、ふれあ

いセンター(☎32・5550/FAX34・2277/月・火曜日、祝日は休館)

応急手当講習会(上級救命講習)

日時 11月24日(土)

午前8時30分～午後5時30分

場所 磯城消防署

内容 小児、成人を対象とした心肺蘇生法とAEDの使い方、止血などを含む応急処置の方法を学ぶ講習です。

対象 県広域消防組合管内の居住者、勤務者、在学者を優先します。

定員 20人 **受講料** 無料

園・申込 11月1日(木)～19日(月)に磯城消防署救急課(☎33・2461)へ。

人工肛門・人工膀胱(オストメイト)の人への個別相談会

人工肛門・人工膀胱をもって、いろいろな悩み・苦労がある人、一人で閉じこもらないで、専門家や同じ立場の人に相談し元気になるいませんか。

日時 ①11月24日(土) ②11月27日(火)

①②ともに午前9時～正午

場所 ①県社会福祉総合センター(橿原市) ②県文化会館(奈良市)

相談対応者 専門看護師、支部役員(ピアサポーター)、ストーマ装具業者(製品を展示)

対象 県内在住のオストメイトの人

農業祭 田原本の農産物に触れてみよう



日時 11月23日(祝)午前9時30分～
24日(土)午前9時～

場所 川東営農経済センター(JAならけん川東支店)

内容 農産物の販売

新鮮で安心・安全な田原本町産の農産物を販売します。

各種イベント模擬店

そばドーナッツ、みたらし、石焼きいも、ポン菓子など多数

※車でのご来場の際は、町社会福祉協議会の駐車場をご利用ください。

園 町農業振興推進協議会事務局

(川東営農経済センター) ☎32-0363

第27回ふれあいフェスタ

障がいのある人もない人も、高齢者も若い人も、みんなで楽しいひとときを過ごしましょう。

日時 12月1日(土)午前10時～午後0時30分ごろ(受付11午前9時30分から)

場所 町社会福祉協議会 大ホール

内容 福祉作業所やどんぐりの家の作業生による出し物、餅つき大会など

園 ボランティアグループ ぶりっ

県介護実習・普及センターの講座

●高齢者介護者向け介護講座

「脳卒中患者者の日常生活の支援について」

日時 12月5日(水)午後1時～4時

場所 福祉住宅体験館

(県営福祉パーク)

対象 どなたでも参加できます。

定員 30人(申込多数の場合は抽選)

資料代 300円

申込締切 11月21日(水)(当日午後5時

じ・山口 ☎32・7355/米田 ☎32・7314

費用 無料(申込不要)
園 (公社)日本オストミー協会奈良県支部(三田村) ☎0742・491839



- 行政情報
- 暮らし・環境
- 保険・年金
- 健康・福祉
- 子育て・教育
- 催し・講座
- 就職・募集
- お知らせ

11月9日(金)～15日(木)

秋の火災予防運動

「忘れてない? サイフにスマホに 火の確認」を統一標語に、全国一斉に秋の火災予防運動を実施します。これからの季節は空気が乾燥し、火災が起こりやすくなりますので、火の取り扱い、後始末に十分注意しましょう。



寒くなってきましたが、暖房器具を使用する前には点検を実施し、事故のないようお願いします。

消防フェア 2018

住宅防火啓発イベントとして、子どもから大人まで一緒に楽しく体験しながら消防に親しみ、住宅防火に関する知識と理解を深めていただく場になっています。

日時 11月11日(日) 午前10時～午後4時
場所 イオンモール榎原1階スターライトコート

赤十字ボランティア活動を通じて、住みよい地域社会をつくるために

田原本町赤十字奉仕団

田原本町赤十字奉仕団は、赤十字の精神に基づき結成されたボランティア組織で、住みよい地域社会をつくるために、下記のようなさまざまな奉仕活動に取り組んでいます。



主な活動内容

- ・防災訓練での炊き出し訓練の実施
- ・献血協力の呼びかけ、お手伝い
- ・法人会費や義援金の募集活動
- ・クリーンアップならキャンペーンの参加
- ・10月からこども食堂たわらもとを開設

毎年6月の「赤十字運動月間」に、自治会を通じて皆さんに協力をお願いしている日本赤十字社の寄付金や赤十字会員の会費は、災害救護活動、国際活動、地域活動支援などの活動資金に活用されます。今後とも、田原本町赤十字奉仕団の活動にご理解・ご協力をお願いします。

15分必着)
●介護講座
 「チームで支える看取り」住み慣れた自宅で最期までくらすために」
日時 12月14日(金)午後1時～4時
場所 福祉住宅体験館
 (県営福祉パーク)
対象 どなたでも参加できます。
定員 30人(申込多数の場合は抽選)
資料代 300円
申込締切 11月30日(金)
 (当日午後5時15分必着)
●自助員(日常生活の動作を手助けする道具)製作体験講座
日時 12月15日(土)
 午前10時～午後3時30分

場所 福祉住宅体験館
 (県営福祉パーク)
内容 ボタンエイド(指先の動作が困難でも、衣服のボタンをかけることができる自助具を製作します)
対象 どなたでも参加できます。
定員 10人(申込多数の場合は抽選)
教材料費 500円
 ※出来上がった作品は持ち帰れます。
申込締切 12月6日(木)
 (当日午後5時15分必着)
申込方法 それぞれ、住所・氏名・電話番号を、ハガキ・FAXまたは電話で次の申込先へ。
●申込先 奈良県介護実習・普及センター(〒636-0345 田原本

就職・募集



町多722 / ☎ 32・8848 / FAX 34・2800
福祉作業所のガレッジセール
 なら桜桃会では地域との交流を図るため、利用者が手作りこんにやくや大和茶・リサイクル品などを販売します。
日時 11月30日(金)午前10時～午後1時
●場所 田原本町福祉作業所 ☎ 33・5824 (千代1221の1)

平成30年度発掘調査作業員(日雇雇用職員)の登録

資格 20歳から70歳未満(平成31年3月31日時点)の人で、体力に自信のある人
※スコップなどで土を掘る肉体労働
勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(現場の状況により時短あり)
勤務場所 町内の遺跡調査場所
賃金 日額8760円(1日未満の場合は、時間給1095円の賃金とする)
●申込 随時、履歴書を田原本町教育委員会事務局文化財保存課(〒636-0247 田原本町阪手347の1)へ持参または郵送。

お知らせ

町民の皆さんにお知らせしたい情報をギュッと凝縮して掲載しています。

就職・募集



自衛官

●自衛官候補生

応募資格 採用予定月の1日現在、18歳以上33歳未満の男女(10月1日から採用上限年齢を引き上げています)

受付期間 年間を通じて

試験日 詳細はお問い合わせください。

●高等工科学校生徒

応募資格 推薦：平成31年4月1日現在、中卒(見込みを含む) 17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を納め、学校長が推薦できる男子
一般：平成31年4月1日現在、中卒(見込みを含む) 17歳未満の男子

受付期間 推薦：11月1日(木)～30日(金)

一般：11月1日(木)～平成31年1月7日(月)

試験日 推薦：平成31年1月5日(土)～7日(月)のうち指定する1日

一般 ▼1次：平成31年1月19日(土)
▼2次：平成31年2月1日(金)～4日(月)のうち指定する1日

※詳細はお問い合わせください。

自衛隊糧原地域事務所

☎ 29・9060



▲自衛隊奈良地方協力本部ホームページ

マイナンバーカード用顔写真を無料で撮影しています



マイナンバーカードを申請する人を対象に、カード申請用の証明写真について、無料で撮影し、その場で申請受付を行います。

持ち物など詳しくはQRコードを読み取ってください。



マイナンバーカード 受付時間の延長・休日開庁

マイナンバーカードをより取得しやすいように、受付時間の延長と休日開庁を実施します。



○受付時間の延長

11月7日(水)・21日(水)、12月5日(水)
午後7時まで(交付の受付は午後6時30分まで)

○休日開庁

11月11日(日)、12月9日(日)
午前10時～午後4時

業務内容 通知カードの受け取り、マイナンバーカードの交付・申請(その他の業務は行いません)

自動交付機を廃止しました

住民カードは、自動交付機廃止後も「印鑑登録証」としてご利用いただけます。窓口で印鑑登録証明書を取得する際に提示が必要になります。処分せず、大切に保管してください。

☎ 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087

お知らせ

献血バスが田原本町にやってきます

皆さんの継続的な献血協力が、輸血を待つ患者さんへの安定的な血液供給を支えています。ご協力をよろしくお願いします。



日時 11月27日(火) ▼町役場：午前9時30分～正午、午後1時～4時

記念品 食品ラップ・ボックスステイ

全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間

夫・パートナーからの暴力や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権利に関する問題全般について、無料・秘密厳守で相談を受け付けます。

日程 11月12日(月)～18日(日)

電話受付時間：平日 午前8時30分～午後7時 / 土・日曜日 午前10時～午後5時

▼インターネット受付時間：24時間

対象 県内在住の女性

相談員 人権擁護委員と法務局職員

全国一斉「女性の権利ホットライン」

☎ 0570・070・810

※電話をかけた場所の最寄りの法務局につながります。携帯電話・PHS使用可、IP電話使用不可

※インターネット人権相談フォーム(下記QRコード)に相談内容などを記入して送信すると、後日、最寄りの法務局が回答します。



☎ 奈良地方法務局人権擁護課 ☎ 0742・23・5457

奈良県最低賃金の改定

奈良県最低賃金は、すべての労働者に適用されます。ただし、特定の産業には特定最低賃金が定められています。
奈良県最低賃金 時間額 811円
効力発生年月日 平成30年10月4日
 奈良労働局賃金室
 ☎ 0742・32・0206

幸町地区の新しい民生委員・児童委員が決まりました

今後、地域住民の福祉向上に取り組めます。ご家庭での生活上の相談などお気軽にお尋ねください。

氏名 渡邊和彦
 健康福祉課社会福祉係
 ☎ 34・2098

善意銀行（9月分）

皆さんからの善意は福祉の増進のために使われます。
 ◇匿名：2000円

田原本町善意銀行（町社会福祉協議会内） ☎ 34・2118

平成30年7月豪雨災害義援金

●町役場
 累計金額（9月末） 26万9438円

受付 12月28日(金)まで
 健康福祉課 ☎ 34・2098

●町共同募金委員会
 （町社会福祉協議会内）

累計金額（9月末） 7万2665円
 受付 12月28日(金)まで

町共同募金委員会（町社会福祉協議会内） ☎ 34・2118

「奈良マラソン2018」開催に伴う交通規制にご協力を

「奈良マラソン2018」の開催に伴い、奈良市と天理市で交通規制を実施します。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

日時 12月9日(日)午前8時30分ごろ～午後3時ごろ
主な規制区間

▼国道369号など（大宮通り）…二条大路南5丁目～県庁東～焼門前
 ▼国道169号（天理街道）…紀寺～窪之庄町南 ▼県道高畑山線など…高畑町～円照寺前～高畑町 ▼奈良市道など（やすらぎの道）…高天～ならでんフィールド（奈良市鴻ノ池陸上競技場）▼奈良公園 ▼天理市内
 ※ホームページは「奈良マラソン交通規制」で検索してください。
 奈良マラソン実行委員会事務局
 ☎ 0742・81・8752

生活安全ニュース

振り込め詐欺の県内被害額 約3億9,600万円 (H30.9.6現在)

県内における振り込め詐欺の被害額は、昨年を上回るペースで増加しています。特に、下のようなハガキが届いたという相談は県内各地から約4,000件も寄せられています。

詐欺だと知らずに、ハガキに記載の問い合わせ窓口に電話してしまう人もたくさんいらっしゃるので、ご近所やお友達、ご家族など身近な人に「こんなハガキは詐欺!」「絶対に電話しない」ということを教えてあげてください。

また、他県では封書を使用した手口も確認されていますので、注意してください。

特殊詐欺被害防止の合言葉
 ～「電話口お金の話それは詐欺」～

▶県内で一番多いハガキ

消費料金に関する 訴訟最終告知のお知らせ

この度、ご通知致しましたのは、貴方の利用されていた契約会社、もしくは運営会社側から契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出されました事をご通知致します。

管理番号(わ)308 裁判取り下げ最終期日を経て訴訟を開始させていただきます。

尚、このままご連絡なき場合は、原告側の主張が全面的に受理され、執行官立会いの下、給与差し押さえ及び動産、不動産の差し押さえを強制的に執行させていただきますので、裁判所執行官による執行証書の交付をご承諾いただきますようお願い致します。

裁判取り下げなどのご相談につきましては、当局にて承っておりますので、お気軽にお問合わせ下さい。

尚、書面での通達となりますので、プライバシー保護のため、ご本人様からご連絡いただきます様、お願い申し上げます。

※取り下げ最終期日 平成30年 月 日

法務省管轄支局 民間訴訟告知センター
 東京都千代田区霞が関

必要性の低下した信号機の撤去を推進しています

県警察では、バイパスなどの新たな道路の開通、小学校等の統廃合など、交通環境の変化によって交通量が減少したり、利用頻度が低下した信号機については、「止まれ」の標識を設置するなどの安全対策を講じたうえで、信号機の撤去を推進しています。

「車がほとんど通らない場所で動いている信号機」や「信号機を利用しなくても横断できる交通環境」など、必要性が低下している信号機は、信号無視を誘発したり、車を不要に停止させることになるなど、交通の安全に支障を及ぼすおそれがあります。

お気づきの信号機がありましたら、情報提供をお願いします。

天理警察署 ☎ 0743-62-0110



Medical

国保中央病院だより 92



国保中央病院 ☎ 32-8800

ロコモティブシンドローム をご存じですか

理学療法士 吉松敬子

皆さんはロコモティブシンドローム（通称ロコモ）をご存知でしょうか？

「腰や膝が痛い」「最近腰が曲がってきた」「よくつまずくようになった」などの症状がある人は、年齢が原因ではなくロコモかも知れません。

ロコモティブシンドローム （運動器症候群）とは？

骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、歩行や立ち座りなどの日常生活に障害を来している状態のことをいいます。進行すると要介護や寝たきりになるリスクが高くなります。

症状

- ① 骨・関節・筋肉の衰え（骨粗しょう症・骨折・変形性関節症など）
- ② 痛み、バランス能力の低下、可動

域の制限

- ③ 歩行、立ち上がり、バランス保持が困難になり、杖が必要
- ④ 立ち上がりや歩行に介助が必要



健康な状態から要支援・要介護・寝たきりに至るまで、移動機能は年齢とともに確実に衰えていきます。骨や筋肉の量のピークは20～30代と言われており、40歳ごろから衰え始め、50歳を過ぎたころから急激に低下してしまうので、40歳を過ぎたら骨や筋肉を鍛え、ロコモ対策を始めましょう。骨や筋肉を鍛えるには、自分で体を動かして適度な負荷を与えることが必要です。それと同時に、骨や筋肉の材料となる栄養素をきちんととることも大切です。年のせいにする前に運動を始めてみましょう。すでに腰や膝に痛みを抱えておられる人は、かかりつけ医への相談をお勧めします。

Cooking



第2次健康たわらもと21

第2次田原本町食育推進計画

低エネルギーの食事で 肥満予防！

作り方

- 1 小松菜は洗って、2cm長さに切る。にんじんは皮をむき、太めのせん切りにする。生しいたけは、石づきを取り、太めのせん切りにする。
- 2 鍋にだし汁、にんじんを入れて煮立たせ、小松菜、生しいたけを加え、軟らかくなるまで煮る。
- 3 2にみそを溶き入れ、豆乳を加えて煮立つ直前に火を止める。器に盛り、青ねぎを加える。

肥満予防のためには、日常生活に運動を取り入れ、食べ物から取ったエネルギーを消費し、余分なエネルギーを体脂肪として蓄えないようにする必要があります。また、運動することで筋肉量が増加し、基礎代謝が高まり、エネルギー消費量が増え、肥満になりにくい体をつくることができます。

まずは、今より1日1,000歩多く歩くことから始めてみましょう。



豆乳みそ汁

1人分エネルギー：56kcal

材料（2人分）

- ▶小松菜…30g
- ▶にんじん…20g
- ▶生しいたけ…1枚
- ▶青ねぎ（小口切り）…大さじ1
- ▶だし汁…1カップ
- ▶豆乳…150cc
- ▶みそ…小さじ2

無料相談窓口

相談名	日時	場所	内容	その他
無料税務相談 (予約制)	11月21日(水) 午後1時～4時 (1人30分以内)	町役場1階 1C相談室	国税に関する一般的な税務相談	対象 ＝税理士に依頼していない人 担当 ＝近畿税理士会桜井支部所属の税理士 申込 税務課課税第一係 ☎ 34-2112 問 近畿税理士会桜井支部事務局 ☎ 41-6477
無料法律相談 (予約制)	11月15日(木) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場2階 2B相談室	弁護士による法律相談	定員 ＝6人(申込順) 問・申込 11月1日(木)から、住民保険課戸籍住民相談係(☎ 34-2087)へ。
行政相談	11月15日(木) 午後1時～4時	町役場2階 2A相談室	国の行政全般についての不満、要望などの相談	担当 ＝行政相談委員 問 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087
人権相談	11月15日(木) 午後1時～4時	町役場2階 201会議室	人権問題にかかわる困りごと相談	担当 ＝人権擁護委員 問 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087
中南和法律相談センター (予約制)	12月7日(金) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場2階 2B相談室	弁護士による法律相談	申込開始日時 ＝11月22日(水)午前9時30分～ 問・予約 奈良弁護士会(☎ 0742-22-2035 / 午前9時30分～午後5時 / 土・日曜日、祝日を除く) ※中南和各地でも相談を実施しています。
建築士による 住宅無料相談会 (予約制)	12月12日(水) 午後1時30分～4時30分 (1人45分程度)	町役場2階 2B相談室	耐震化やリフォームなどのお悩み相談	問・申込 12月7日(金)午後5時までに、観光・まちづくり推進課まちづくり推進係(☎ 34-2085)へ。
青少年悩みごと相談(予約制)	毎週水・金曜日 午前10時～午後4時	青垣生涯学習センター 総合事務室	自分の子どもや地域の青少年にかかわる相談	担当 ＝社会教育指導員 問・予約 青垣生涯学習センター(生涯教育課) ☎ 32-6193
やすらぎ相談室 通常相談 (予約制)	毎週水・金曜日 午前10時～午後4時	青垣生涯学習センター 総合事務室	集団生活に適応が困難な幼児、小・中学生と保護者のための相談	担当 ＝社会教育指導員 問・予約 青垣生涯学習センター(生涯教育課) ☎ 32-6193
やすらぎ相談室 特別相談 (予約制)	11月28日(水) 午前10時～午後4時	青垣生涯学習センター 総合事務室	集団生活に適応が困難な幼児、小・中学生と保護者、学級担任、関係教員のための専門的な相談	担当 ＝臨床心理士 問・予約 11月21日(水)までに、青垣生涯学習センター(生涯教育課 / ☎ 32-6193)へ。
若者自立のための無料相談 (予約制)	11月22日(木) 午前10時～正午	町役場1階 1C相談室	さまざまな理由で働くことが困難な若者や、その家族のための相談(厚生労働省委託事業)	問・予約 若者サポートステーションやまと ☎ 44-2055
生活自立相談 (予約制、空きがあれば当日可)	11月28日(水) 午後1時～4時	町役場2階 2B相談室	失業などで生活や経済的に困りの人への相談・支援	問・予約 県中和・吉野生活自立サポートセンター(☎ 0120-85-1225 / 午前9時～午後5時 / 土・日曜日、祝日を除く) ☑ cysupportc@nara-shakyo.jp
心配ごと相談 (予約制、空きがあれば当日可)	11月22日(木) 午後1時～4時	町社会福祉協議会2階 相談室	家庭問題、財産など生活上の悩みの相談	担当 ＝民生児童委員ほか 問 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

てんいち先生

※「てんいち」とは、てん(英語の10)と、いち(1)を合わせて11(毎月11日は人権を確かめあう日)という意味です。



子どもの成長を願って

すこやか  Growth

今、大切にしていること ～ 400 字作文応募作品から～

町青少年健全育成推進協議会事務局
(生涯教育課内) ☎ 32-6193

7月号に続いて今回は、中学1年生の作文から、一部抜粋と要約で紹介します。

◇ ◇
私が大切にしてている物は手紙です。ファイルにはさんでしまっています。大事にしようとしたのには、わけがあります。

小さいころ、私はけんかをしました。すると、相手が手紙を書いてポストに入れてくれたのです。『ごめんね』と最初に目に入った文字がとても心を温かくさせた気がしました。おかげで仲直りできたし、悪かったときは謝ることができると思っています。逆に、手紙を書くのはとても考えてなやんで書きます。だから、人からもらった手紙は本当に嬉しく

思います。声に出して言いにくいときにも伝えることができる手紙、私書いた物も残っていてくれていたから、その人に感謝を伝えたいです。

◇ ◇
「あー疲れたー」これが、最近中学校から帰ってきた僕の口ぐせだ。中学へ入学して、小学生のころとは生活がガラリと変化した。忙しく慣れない生活がスタートして、中学生になった自覚を今、改めて実感している。

僕は陸上部に入学した。中学生になったら勉強、部活を頑張り、新しい友達との輪を広げたい。そして、自分が正しいと思ったことを発言したり、行動に移せる自分でありたいと思っている。

◇ ◇
しかし、今の自分は「恥ずかしいな」とか考えてしまい、みんなの意見などに流されがちである。だからこそ、そんな自分を変えたい。そのためには、正しいことを発言したり、実行に移すことのできる人になれるよう、これからの学校生活に早く慣れて、この毎日を大切にしていきたい。

◇ ◇
友人や家族を思いやる作文や、努力して自己実現を図ろうとする作文が多かったです。

今やろう！ 防災アクション

Vol.14

☎ 防災課安全防災係 ☎ 34-2059

ヘルプマークを活用しよう

左のマークをご存知でしょうか。これはヘルプマークといって、障がい者や難病の人、妊娠中の人、または高齢者など援助や配慮を必要としている人が「〇〇で困っているのでこんな手助けをしてください」と周囲に伝え、援助を得やすくなるよう作成されたマークです。

赤地に白色でデザインされたラバー素材のストラップで、いつも身につけるカバンなどに下げることができます。



付属のシールを片面に貼付し、困っていることと、希望する手助けの内容を記載できるようになっています。

ヘルプマークを見かけたら

- 電車・バスの中で、席をお譲りください。
- 困っておられる様子であれば、声かけなどの配慮をお願いします。
- 災害時は安全に避難するための支援をお願いします。



ヘルプマークは災害時にも役立ちます

災害時には、いつも以上に「自分には手助けが必要であること」を、わかりやすく周囲に示すことが重要です。

平常時、災害時ともに役立つ「ヘルプマーク」の活用・ご理解をお願いします。

ヘルプマークは健康福祉課で配布しています。

高齢者の転倒・転落事故は こんなところで起きています

聞 住民保険課 戸籍住民相談係 ☎ 34・20087

消費者庁の高齢者事故の状況分析では、高齢者の事故のうち「転倒・転落」によるものが「死亡者数」「救急搬送者数」ともに毎年多く発生しています。高齢者の転倒・転落は、骨折や頭部外傷などの重大な障害を招き、これが原因で介護が必要な状態になることもあります。転倒・転落事故は、高齢者本人だけではなく、家族や親戚、近隣、地域住民など高齢者の身近にいる人が意識することで防ぐことができます。



階段・廊下・玄関

- ・階段を踏み外し
- ・暗闇で足元がよく見えず転倒・スリッパを履いて滑って転倒
- ・玄関で靴を脱ぐ際に転倒

ポイント ・階段は一段一段慎重に上り下り
・手すりの使用も検討を
・廊下に常夜灯を設置する
・滑りやすいスリッパは使用しない

浴室

- ・濡れた床で滑る
- ・浴槽に入浴時、足がもつれる
- ・洗面所から浴室に入る時の段差で転倒

ポイント ・手すりや踏み台を使用する
・石けんやシャンプーの使用

後は、ぬめりなど残らないように床を良く流し乾かしておく

台所

- ・キッチンマットにつまずく
- ・つり棚の物を取るとき踏み台から転落
- ・引つ掛かりやすいキッチンマットは使用しない
- ・よく使う物は手の届きやすい場所に置く

リビング・寝室

- ・こたつのコードにつまずく
- ・部屋と廊下の段差につまずく
- ・布団やカーペットにつまずく
- ・ベッドから転落



ポイント ・コードの配線は歩く動線を避ける
・段差にスロープを使用する

消費生活相談

商品やサービスに関する相談

日時 毎週火・金曜日
(祝日、年末年始を除く)
午前10時～午後3時

場所 町役場1階1C相談室

担当 消費生活専門相談員

相談方法 面談・電話

聞 ☎ 32-2901 (内線174)

庭

- ・庭の手入れなどの作業時に、梯子や脚立から転落
- ・引つ掛かりやすいカーペットやこたつ布団は使用しない
- ・ベッドガードの使用も検討を



ポイント ・一人で作業は避け、複数での作業を
・作業する前に周囲に声をかけを
・周囲の人は時々作業者の確認をする

※Web、スマートフォンで、症状に応じて緊急度の判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供するアプリ「Q助」が無料で利用できます。



▲Q助はこちらからWEBは「Q助」で検索



おでかけ タワラモトン

田原本町公式キャラクター「タワラモトン」の8・9月の活動の一部を紹介します。



▲おもしろ歴史フェスティバル



▲福祉機器展 in 奈良 2018



今回は田原本町内で活動しているグループや施設の情報をお届けします。

① つみきくらぶ

主な活動場所 青垣生涯学習センター
 ※1歳6ヵ月健診を終えられたお子さんから対象です。

活動日 毎月第2木曜日(月により変更あり) 午前10時~11時30分

- 11月1日(木) 公園で遊ぼう!
- 12月13日(木) クリスマス製作

固・申込 電話でNPO法人ハッピースマイル(☎080-2511-7251)へ。

② はぴすまひろば(社会福祉協議会2階)

開所日

月・水・金曜日
 午前10時~午後3時
 ※月に1度ひろばの



中で、子育てが楽しくなるような企画をしています。ぜひご参加ください。

- 11月14日(水)午前10時30分~ 抱っこひもやスリングの使い方を楽しく学ぼう
- 12月5日(水)午前10時30分~ クリスマス製作

固 NPO法人ハッピースマイル
 ☎080-2511-7251

③ すこやかひろば(保健センター3階)

開所日 月~金曜日(祝日を除く)
 午前10時~午後4時

※毎月第2・4水曜日午後1時からおはなし会を開いています。ぜひお越しください。

固 NPO法人子育てすこやかサークル
 ☎080-7006-4431

④ 出張すこやかひろば(九品寺自治会館1階)

開所日 毎週木曜日(祝日を除く) 午前10時~午後3時
 自由に遊んでいただけます。年齢別親子教室開催。

イベント情報

おはなしサロン「アラフォーママさんおしゃべりしましょ」

日時 11月15日(木)午後1時15分~3時

※各種情報をLINEで配信しています。LINE ID:@sukoyaka

固 NPO法人子育てすこやかサークル ☎080-7006-4431

⑤ NPO法人おてらおやつクラブ ボランティア募集!

「おてらおやつクラブ」は、お寺にお供えされるさまざまな「おそなえ」を、仏さまからの「おさがり」として頂戴し、こどもをサポートする支援団体の協力のもと、経済的に困難な状況にあるご家庭へ「おすそわけ」する活動です。



支援団体、ひとり親家庭に向けて支援物資をダンボールにつめていきますので、その作業ボランティアを募集します。お誘いあわせのうえ、お気軽にご参加ください。

日時 11月20日(火)午後2時~3時30分(途中参加・途中退出可)

場所 安養寺(八尾40)

固・申込 NPO法人おてらおやつクラブ(☑mail@otera-oyatsu.club)または安養寺(☎33-0753/平日午前9時~午後5時)へ。

⑥ ふれあいセンター ☎32-5550

開所日 水~日曜日午前9時~午後5時
 (祝日<土・日を除く>は休館)

児童図書の図書コーナーや工作コーナーもあります。



児童館イベント情報「おもちゃ病院がやってくる」

おもちゃドクターがおもちゃの修理をしてくれます。

日時 11月25日(日)午前10時~正午(受付終了)

費用 部品代実費

※予約は不要です。当日修理する大切なおもちゃを持参ください。



名 ほんだ あきと
本 田 煌人ちゃん
生 平成29年10月5日
コ 桜空と煌人いつまでも仲良く元気一杯でいてください。



名 うりゅう あいり
瓜 生 愛梨ちゃん
生 平成29年10月23日
コ これからも元気いっぱいすくすく育ててね♡



名 ゆるき みなと
柚 留木 湊斗ちゃん
生 平成29年10月2日
コ パパとママの宝物です♡元気に育ててね!



名 みずの あいる
水 野 愛琉ちゃん
生 平成29年10月3日
コ あかるいやさしいこに育てほしいです。



▲図書館ホームページ

イベント情報

子どもおはなし会

図書館の職員とボランティアによる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
11月3日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
11月10日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
11月17日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
12月1日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上

場所 おはなしのへや (申込不要)

奈良のむかしばなし
パネル展

「県民だより奈良」で好評連載中の人気コーナー「奈良のむかしばなし」のパネル展を開催します。愉快な話からちょっぴり怖い話まで県内各地に伝わるおはなしの中から、田原本町の周辺地域にまつわるおはなしを厳選してご紹介。ぜひ、家族や友達と一緒に楽しみください！

むかしばなし全62話をまとめた冊子のプレゼントもあります。(なくなり次第、配布を終了します)

期間 12月1日(土)～13日(木)

場所 図書館情報コーナー前

広報8月号でお知らせしていた「大人のおはなし会」は、平成31年3月下旬ごろに変更になりました。

今月の新刊

影ぞ恋しき

葉室麟著／文藝春秋

京の郊外で暮らす雨宮蔵人のもとに、冬木清四郎という吉良家の家人が訪れた。清四郎の主人を思う心に打たれた蔵人たちは…。「いのちなりけり」「花や散るらん」に続く三部作最終巻。



リンカーンとさまよえる靈魂たち

ジョージ・ソーダース著／河出書房新社

南北戦争の最中、大統領リンカーンは急死した愛息の墓を訪ねた。するとそこには、自らの死を受け入れられずにさまよう靈魂達がいて…。全米でベストセラー、ブッカー賞を受賞した作品。



11月 ○は休み

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

開館時間
土曜日以外 午前9時30分～午後5時
土曜日 午前9時30分～午後7時
問い合わせ ☎ 32-0262

知られざる北斎

神山典士著／幻冬舎

モネ、ゴッホはなぜ北斎に熱狂したのか？北斎が晩年に通い肉筆画を極めたという長野県小布施には、何があったのか？北斎とジャポニスムの謎を解く、圧巻のノンフィクション。



あたまイキキ音読教室

みんなで音読しませんか。声に出して本を読む「音読」は、脳の活性化ができると言われています。

日時 11月30日(金)
午前10時～11時

場所 図書館 会議室

定員 15人 (申込順)

申込 11月14日(水)午前9時30分
から図書館へ。

1枚仕立てのはおりもの

日本ヴォーグ社

レインポンチョ、ニットショール、ロングフードコートなど、シンプルで飽きのこないデザインを中心に、着やすさ、作りやすさを追求した1枚仕立てのはおりもの全23点を紹介します。



我が家の
天使

町内ですくすく育つ赤ちゃんを紹介합니다。10ヵ月健康相談に広報担当者が伺います。(先着7人)

名=氏名 生=生年月日 口=コメント



名 まつばら のどか
松原 和花ちゃん
生 平成29年10月19日
口 生まれてきてくれてありがとう♡



名 のぐち さくら
野口 倅礼ちゃん
生 平成29年10月17日
口 これからもたくさんの人と接して元気一杯育ててね♡



名 ふくい あおと
福井 碧仁ちゃん
生 平成29年10月16日
口 元気にすくすく育ててくれてありがとう！

母と子の教室・相談② (保健センターで実施/問・申込:保健センター)

行事名	日程	場所	対象	内容
赤ちゃんクッキング	12 / 4(水) 受 13:00 ~ 13:30	保健センター	生後6ヵ月までの乳児の保護者	内 離乳食の作り方の指導など 定 15人

成人のための集団検診 (検診対象年齢は、平成31年3月31日現在の年齢。70歳以上の人は無料/申込制)

※申込は各検診日の10日前までをお願いします。

※胃がん検診、肺がん検診は混雑を避けるため、受付時間を3部制にしています。詳しくは保健センターまで。

検診名	日程	対象	方法 / 内容
胃がん検診	11 / 17(土) 受 8:30 ~ 11:00	40歳以上	内 問診、バリウムを飲んでのレントゲン撮影 定 80人 費 900円 申 保健センター 場 町民ホール
	12 / 13(木) 受 8:30 ~ 11:00		内 定費申 上記同様 場 保健センター
大腸がん検診	11 / 17(土) 受 8:30 ~ 11:00		内 問診、検便による潜血反応検査 定 なし 費 500円 申 保健センター 場 町民ホール
	12 / 13(木) 受 8:30 ~ 17:00		内 定費申 上記同様 場 保健センター
肺がん検診	11 / 17(土) 受 8:30 ~ 11:00	40歳以上 注 65歳以上の人は 結核検診とセット	内 問診、胸部レントゲン撮影 (喀痰検査は必要な場合のみ実施) 定 80人 費 200円 / 喀痰検査 (容器代) ...450円 申 保健センター 場 町民ホール
	12 / 13(木) 受 8:30 ~ 11:00		内 定費申 上記同様 場 保健センター
B・C型肝炎ウイルス検診	12 / 13(木) 受 9:30 ~ 10:30	対象...① 40歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない人 ② 40歳以上で過去の検診などで肝機能に異常のあった人 (肝炎で治療中・経過観察中の人は除く) 内 問診、血液検査によるB型 (HBs抗原)・C型 (HCV抗体) 肝炎ウイルス検査 定 30人 費 600円 申 場 保健センター	
歯周病検診	12 / 13(木) 受 9:00 ~ 10:00	30歳以上	内 むし歯、歯周病などの検査、歯科指導 定 30人 費 無料 申 場 保健センター 注 治療中の人は除く
乳がん検診	11 / 17(土) 受 8:30 ~ 11:00	40歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 問診、マンモグラフィ検査 定 80人 費 40~49歳...1,400円 / 50~69歳...1,000円 申 保健センター 場 町民ホール
子宮がん検診	11 / 17(土) 受 8:30 ~ 11:00	20歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 問診、子宮頸部の細胞診・内診 ※体部検診はありません。 定 80人 費 800円 申 保健センター 場 町民ホール

高齢者のための予防接種

※てらかたクリニックは11月1日から予防接種の受付を終了しています。

予防接種名	日程	対象 / 方法 / 内容
高齢者インフルエンザ予防接種	医療機関で12月末日まで	対象...接種当日に、① 65歳以上の人 ② 60~64歳で、内部障害などのため医師が予防接種を必要と認めた人 費 1,500円
高齢者肺炎球菌予防接種	医療機関で平成31年3月31日(日)まで	対象...①平成30年4月2日~平成31年4月1日までの間に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人 ②接種当日に60~64歳で、内部障害などのため医師が予防接種を必要と認めた人 ※①、②とも過去に一度でも接種したことがある人は対象外です。 ※平成31年度からは65歳の人のみ対象となる予定ですご注意ください。 費 3,000円 注 対象者には4月に接種券 (ハガキ) を個別通知しました。転入や紛失などで接種券をお持ちでない人は、保健センターまでご連絡ください。

※町内委託医療機関へは、直接お申し込みください。町外医療機関で接種を希望する人は、事前に保健センターで手続き (自己負担金、認印、接種券〈ハガキ/肺炎球菌の対象者のみ送付〉) が必要です。生活保護受給者は健康福祉課社会福祉係 (☎34-2098) へ事前にお申し出のうえ、自己負担金免除の手続きをしてください。

不妊治療費用の助成を行っています

不妊治療のうち、特定不妊治療、一般不妊治療にかかった治療費の一部の助成を行っています。対象者や申請書類など詳しくは、町ホームページで確認またはこども未来課 (☎33-9035) までお問い合わせください。

問 保健センター ☎ 33-8000

FAX 33-8010 / 宮古 404 の 7

8:30 ~ 17:15

(土・日曜日、祝日を除く)

自動車でお越しの際は、保健センター専用駐車場をご利用ください。



磯城休日応急診療所 (日曜日、祝日 / 午前10時~正午、午後0時40分~4時 / ☎33-8000) を受診の際、乳児などの受診に関しては、専門医の診療が必要な場合がありますので、事前に電話でお問い合わせください。

健康カレンダー 11月

受=受付 内=内容 定=定員 費=費用 申=申込 場=場所 注=注意

予防接種（各種予防接種の内容に関する相談は、保健センターへお問い合わせください）

※転入などで予診票を持っていない人は、保健センターへ申し出てください。

個別接種（町内委託医療機関で申込・実施） ※てらかたクリニックは11月1日から予防接種の受付を終了しています。

予防接種名	対象・接種回数
ヒブ（★）	生後2ヵ月～5歳未満（標準接種スケジュール／4回接種） 生後2～7ヵ月未満で開始
小児用肺炎球菌（★）	生後2ヵ月～5歳未満（標準接種スケジュール／4回接種） 生後2～7ヵ月未満で開始
⑧生後7ヵ月以降に接種を開始する人やスケジュールから外れた人は、接種回数が変わりますので、保健センターへお問い合わせください。	
B型肝炎（★）	生後2～12ヵ月未満（3回接種）
BCG（結核）（★）	生後5ヵ月～1歳未満（1回接種） ⑨なるべく8ヵ月までに接種しましょう。
水痘（水ぼうそう）（★）	1～3歳未満（2回接種）
二種混合2期（ジフテリア・破傷風）	小学6年生（1回接種）⑩対象者には4月に予診票を個別通知しました。中学1年生（13歳未満）で昨年度未接種の人は保健センターへお問い合わせください。
四種混合（★）（ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ）	生後3ヵ月～7歳6ヵ月未満（4回接種）
麻しん風しん混合ワクチン（MR）	1期：1～2歳未満（1回接種）（★） 2期：小学校就学前の年長児（平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ／1回接種）

予防接種名	対象・接種回数
日本脳炎（1期）	3歳～7歳6ヵ月未満（標準接種スケジュール／3回接種）⑪3歳の誕生月の末日までに予診票を送付します。
日本脳炎（2期）	9～13歳未満で1期接種（3回）を完了した人（標準接種スケジュール／1回接種） ⑪9歳の誕生月の末日までに予診票を送付します。

<特例対象者①> 平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれの人で、1期の接種（3回）に不足回数がある場合は9～13歳未満の間に不足分を接種することができます。予診票が変更になりますので、保健センターまでお問い合わせください。

<特例対象者②> 平成19年4月1日生まれ以前の人で、1期の接種（3回）と2期の接種（1回）の合計4回の接種に不足回数がある場合は、20歳未満まで不足分を接種することができます。接種を希望する人は、母子健康手帳を持って保健センターへお越しください。

ヒトパピローマウイルス感染症（子宮頸がん）	中学1年生～高校1年生相当の年齢の女子（3回接種）⑫現在、積極的に接種を勧めません。なお、接種を希望する人は保健センターまでお問い合わせください。
-----------------------	---

※（★）生後2ヵ月ごろに予診票をまとめて個別に通知します。
※三種混合（ジフテリア・百日咳・破傷風）やポリオワクチンも定期予防接種です。生後3ヵ月～7歳6ヵ月未満で接種を希望する人は保健センターまでお問い合わせください。

乳幼児のための健康診査・相談（保健センターで実施）

持ち物：母子健康手帳、問診票（3歳6ヵ月児健康診査のみ、検尿が必要です）

行事名	日程	対象
乳児健康診査（4～5ヵ月児）	① 11 / 1(木) ② 12 / 7(金) 受 13:00～13:30	①平成30年6月生まれ ②平成30年7月生まれ
乳児健康相談（10～11ヵ月児）	① 11 / 1(木) ② 12 / 7(金) 受 9:00～9:30	①平成29年12月生まれ ②平成30年1月生まれ
1歳6ヵ月児健康診査	11 / 20(水) 受 13:00～13:30	平成29年4月生まれ
2歳6ヵ月児歯科健診	11 / 29(木) 受 9:00～9:30	平成28年4月～5月生まれ
3歳6ヵ月児健康診査	11 / 19(月) 受 13:00～13:30	平成27年3月生まれ

母と子の教室・相談（保健センターで実施／問・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035）

行事名	日程	場所	対象	内容
赤ちゃん体操教室（らっこクラス）	11 / 13(水)、12 / 10(月) 受 9:15～9:30	保健センター	生後5ヵ月になるまでの乳児と保護者	⑬赤ちゃん向けの遊びを中心とした体操の紹介など ⑭30人
赤ちゃん体操教室（こあらクラス）	11 / 26(月)、12 / 17(月) 受 9:15～9:30		生後5ヵ月～ハイハイをするまでの乳児と保護者	
パパママ教室	12 / 1(土) 受 13:00～13:30		妊娠をしている人とパートナー	お産や産後の生活についての話、パパの沐浴、妊婦さん体験など
すこやか子ども相談（時間予約制）	12 / 6(木) 午前中		乳児から就学までの児童と保護者	保健師、栄養士などが子どもの発育、保育などについて相談を受けます
発達相談（時間予約制）	随時		発育・発達やことばの遅れなどが心配な人	発達相談員による個別相談



国道24号から唐古・鍵遺跡史跡公園を望む

昭和 53 年ごろ

むかし



現在の様子



町の移り変わりがわかる風景や建物など、「今昔写真館」に掲載する写真を随時募集しています。皆さんからのご提供をお待ちしています。

詳しくは、町ホームページをご覧ください
か、秘書広報課広報係にお問い合わせください。



▲町ホームページ

☎ 秘書広報課広報係 ☎ 34-2069

いま

たわらもと 11
2018年 11月 1日 / Vol.562
発行 田原本町役場
住所：奈良県磯城郡田原本町 890 の 1
電話：0744-32-2901
http://www.town.tawaramoto.nara.jp

編集 町長公室秘書広報課広報係
電話：0744-34-2069 / FAX：0744-32-2977
メール：info@town.tawaramoto.nara.jp
記事の内容に関する問い合わせは各担当課まで。



「広報たわらもと」は再生紙、環境に優しい植物インキを使用しています。
11月号の1部当たりの印刷経費は約18円です。



今月の1シーン 「こども食堂たわらもと」スタート



手作りの食事子どもたちの居場所を作ろうと、田原本町赤十字奉仕団が10月13日にこども食堂を始めました。この食堂は、町内の小学4年生以上なら誰でも参加でき、月一回、無料で温かい食事が提供されます。初回のメニューはカレー。子どもたちは準備を手伝ったり、楽しく話しながらカレーを食べて楽しいひとときを過ごしました。

人の動き 平成 30 年 10 月 1 日現在

人口	32,016人	(前月比 -17人)
男	15,353人	(前月比 -14人)
女	16,663人	(前月比 -3人)
世帯数	12,787世帯	(前月比 -1世帯)

資料：住民基本台帳（外国人人口・世帯を含む）

編集後記

■田原本の魅力を発信している「たわらもとプロモーション大使」。皆さんの活動や思いを本紙4ページから特集していますので、ぜひご覧ください。11月から新しい大使の募集を開始します。田原本への熱い思い、ぜひ伝えてみませんか。 善

■取材を通して地域のために頑張っておられるたくさんの方々に出会うことができました。認知症サポーターや登下校の見守り活動など、地域のつながりや支え合いが広がっています。私も地域に貢献できる活動に積極的に参加しようと思います。 博