



知っておこう夏のウォーキングの注意点

夏のウォーキングでは、熱中症などに注意が必要です。次の注意点を意識して、安全なウォーキングをしてください。

とても暑い日はショッピングモール内を歩く「モールウォーキング」もおすすめです。涼しいところで、買い物をしながら安全にウォーキングを楽しめます。

※モールウォーキング中も水分補給と休憩はこまめに行ってください。

注意点 1 熱中症

夏のウォーキングで一番気を付けたいのが熱中症です。気温はもちろん、湿度もしっかりとチェックしてください。湿度が高いと汗をかきにくくなり、体温調節がしにくくなるためです。環境省が発表する「暑さ指数」や「熱中症警戒アラート」などを確認し、無理のない範囲で運動してください。これらの指数やアラートは「熱中症予防情報サイト」で確認できます。



熱中症予防情報サイト

注意点 2 紫外線

春先から真夏にかけての紫外線は強力です。

なるべく日陰の多いルートを選んで、日焼け止めを塗ったり、UVカット加工のマスクやウェアなどで紫外線対策をしてください。

注意点 3 体調管理

ウォーキングをしている最中に、頭痛や吐き気、めまいなど熱中症が疑われるような症状が現れた場合など、少しでも体調不良を感じたら、無理せずすぐにウォーキングを中断して涼しい場所で休憩してください。



ウォーキングは健康維持に効果的な運動ですが、夏の間は無理せず、涼しい時間を選んで「できる範囲で続ける」ようにしてください。

たわらもとヘルスケアプロジェクト応募用紙 (健幸ポイント事業)

3人以上応募する場合は応募用紙をコピーして使用ください。

フリガナ		身長	
氏名			cm
		性別	
	男・女		
生年月日	大正・昭和	年	月 日
住所	〒636-田原本町		
電話番号	-	-	

フリガナ		身長	
氏名			cm
		性別	
	男・女		
生年月日	大正・昭和	年	月 日
住所	〒636-田原本町		
電話番号	-	-	

キリトリ線



健幸ポイント事業参加者募集中!

歩いてポイントをためるだけなので、誰でも気軽にスタートできます♪ 私たちと一緒に「健幸生活」を始めませんか。



皆様のご応募お待ちしております。

対象者 町内在住の40歳以上(令和4年3月31日時点)で説明会に参加できる人。

※説明会の日程については受付後に案内します。

費用 2,000円

(参加者には1,000円相当のポイントを還元!)

応募方法 左記の応募用紙に必要事項を記入し、次の提出先へ持参または郵送。

提出先 〒636-0392 田原本町 890-1

田原本町長寿介護課 SWC 推進係

☎ 34-2052 / ☎ 32-2977

環境保全と障がい者の自立・就労支援のために
**使い捨てコンタクトレンズの
空ケースをリサイクル**

環境未来推進課環境未来推進係 ☎ 32-2901 (内線 613)

本町では、HOYA (株)アイケアカンパニーが行う「アイシティ eco プロジェクト」に賛同し、奈良県で初めて協定を締結しました。

このプロジェクトは、回収した空ケースの再資源化による環境保全や障がい者の自立・就労を支援するものです。資源化により得た収益の全額は日本アイバンク協会へ寄付されており、角膜の病気による視力障がい者の視力回復のために役立てられています。

また、プラスチックごみの減量やマイクロプラスチックによる海洋生態系への問題、地球温暖化など環境問題にも貢献することができます。ぜひ、回収にご協力ください。

回収ボックス設置場所

- 役場本庁舎 (SDGs コーナー)
- 青垣生涯学習センター
- 清掃センター



使い捨てレンズ空ケース回収についてのお願い

アルミシールは完全にはがし、残りがないようにしてお持ちください。どのメーカーの空ケースでも回収できます。
※使い捨てレンズの空ケース以外は回収対象外となります。



回収可能例
アルミシール、レンズの残りが無く空ケースのみの状態



回収不可能例
レンズが残っている



回収不可能例
アルミシール残りあり



回収不可能例
アルミシール残りあり

COOL CHOICE

「次世代からの環境メッセージ&イマできる賢い選択」展

NPO 法人奈良ストップ温暖化の会 NASO
☎ 0742-49-6730

次世代を担う世界中の小学生・中学生の地球環境、未来に対する想いを表現した絵画、エコアイデアを一堂に展示します。また、地球温暖化防止で暮らしを豊かにする省エネ・脱炭素な暮らしの提案「イマできる賢い選択」

パネルを展示します。ぜひご覧ください。

日時 8月17日(火)～24日(火)

※17日(火)・21日(土)・22日(日)・24日(火)の午前10時～午後5時は啓発スタッフが常駐します。アンケートに答えると景品を差し上げます。

場所 青垣生涯学習センター 1階廊下



期日前・当日投票所の変更

9月12日執行予定の田原本町議会議員選挙から、期日前投票所および第7・10投票区の投票所が変更となります。

▶ 期日前投票所

投票所 町民ホール（町役場西側）

▶ 第7投票区

投票所 東小学校体育館

対象自治会 平田・大木・西大木・伊与戸・蔵堂・為川南・為川北・金沢・大安寺・西大安寺・笠形第一



▶ 第10投票区

投票所 笠縫公民館

対象自治会 新木・矢部・笠縫



任期満了に伴う田原本町議会議員選挙が、9月7日(火)告示・立候補届出、9月12日(日)投票・開票の日程で行われます。

地方自治に対して意思表示のできるこの機会を逃さず、投票日には主権者の誇りと責任を持って投票しましょう。

投票できる人 平成15年9月13日以前に生まれた人で、令和3年6月6日以前から引き続き住民登録をしている人（投票日までに出発した人は、投票できません）

立候補予定者説明会

日時 8月18日(水)

午前10時～

場所 町民ホール（町役場西側）

※出席者は、候補者1人につき2人以内

立候補届出日

日時 9月7日(火)

午前8時30分～午後5時

場所 町民ホール（町役場西側）



明るい選挙のイメージキャラクター
選挙のめいすいくん

詳しくは、今月号の折込をご覧ください。

主権者の誇りと責任を持って投票しましょう
町議会議員選挙の投票日は9月12日(日)です

選挙管理委員会事務局 ☎ 34・2106

認知症のことなどお気軽にご相談ください

ここだけカフェ

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

認知症についての心配や関心がある人ならどなたでも参加いただけるカフェを開いています。

身近な人には話しにくいようなことも「ここだけ」の居心地いい空間で、気軽にお話しできるカフェを目指しています。

日時 8月18日(水)

午後2時～4時

場所 道の駅レスティ唐古・鍵多目的室1・2

対象 認知症について話したいこと、聞いてみたいことがある人ならどなたでも

参加費 無料

申込 不要



低所得の子育て世帯に対する支援策です 子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外の子育て世帯分）

こども未来課こども支援係 ☎ 33・9036

低所得の子育て世帯に対する支援策として、子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外の子育て世帯分）を支給します。

※子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）を受け取った人は重複して支給されません。

支給額 児童1人あたり5万円

対象者

① 令和3年4月分児童手当または特別児童扶養手当の支給を受けており、令和3年度分の住民税均等割が非課税の人

② ①のほか、対象児童（18歳年度末までの子（障がい児は20歳未満）の養育者であって、次のいずれかに該当する人

● 令和3年度分の住民税均等割が非課税の人

● 新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、令和3年度分の住民税均等割が非課税である人と同様の事情にあると認められる人

※令和3年4月以降から令和4年2月末までに生まれる新生児も対象となります。

申請方法

対象者①の人

申請不要です。後日支給の通知を送付します。

対象者②の人

※公務員の人は申請が必要です。申請が必要です。詳細は町ホームページをご覧ください。来課こども支援係までお問い合わせください。

申請期限

令和4年2月28日(月)



いっしょにたべようよ

こども食堂たわらもと

主催：田原本町赤十字奉仕団

町内の小学生の居場所づくりを目的に「こども食堂たわらもと」を開催しています。食事の提供は月1回を予定しています。

参加無料

日時 **9月18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 幼稚園児と小学生（幼稚園児と田原本小学校区以外の児童は保護者の送迎が必要）

定員 約30人

問・申込 9月6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。



※メニューは未定です。（アレルギーの対応はしません）

手当の受給に関する大切な手続きです

児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」の提出を

こども未来課こども支援係 ☎ 33-9036

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している人は、それぞれ、毎年8月中旬に「現況届」（児童扶養手当）・9月上旬までに「所得状況届」（特別児童扶養手当）を提出していただく必要があります。



この届は、前年の所得や養育状況を把握し、手当を引き続き受給できるかどうかを確認するための大切な手続きです。8月分以降も続けて手当を受けるためにも必ず提出してください。

提出期間

児童扶養手当 8月2日(月)～8月31日(火)

特別児童扶養手当 8月12日(木)～9月10日(金)

令和3年度

田原本町 職員採用試験

問 町職員任用試験委員会事務局（人事課内） ☎ 34-2056

試験職種（区分）・採用予定人員・受験資格

試験職種（区分）	採用予定人員	受験資格
行政職（上級）	4人程度	平成元年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人
行政職（就職氷河期世代対象）	1人	昭和52年4月2日から昭和62年4月1日までに生まれた人
土木職（初級）	若干人	平成12年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた人
保健師	若干人	昭和61年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人で、保健師の免許を取得している人、または令和4年3月末日までに当該免許取得見込みの人

- ※採用予定人員は現時点での見通しで、変更になることがあります。
- ※受験者の試験の成績が一定以下の場合、採用予定人員を減員することがあります。
- ※資格取得見込みで受験した者が、令和4年3月末日までに資格を取得しなかった場合は、採用される資格を失います。
- ※受験申込はインターネットのみです。

試験日・申込期間

【行政職（上級・就職氷河期世代対象）・保健師】

- 第1次試験 10月2日(土)～17日(日)
- 第2次試験 11月14日(日)
- 第3次試験 12月19日(日)

受験申込期間
8月17日(火)午前9時～
9月14日(火)午後3時

試験日・申込期間【土木職（初級）】

- 第1次試験 11月14日(日)
- 第2次試験 12月19日(日)

受験申込期間
10月4日(月)午前9時～
10月18日(月)午後3時

受験案内の入手方法

町職員任用試験委員会事務局（町役場人事課内）で配布するとともに、町ホームページにも掲載しています。町ホームページ



グアテマラ共和国の選手との交流

ホストタウン・リモート交流事業

生涯教育課 ☎ 32-6191

グアテマラ共和国の選手との、リモートによる交流です。オリンピック・パラリンピックでの活躍を報告します。

- ▶日時 9月25日(土)
開場：午前9時30分 開始：午前10時
- ▶場所 青垣生涯学習センター 弥生の里ホール
- ▶定員 300人（応募多数の場合は抽選）
- ▶申込 ●申込フォーム…右のQRコード（8月31日(火)まで）
●往復ハガキ…右記の記入要領を参照（8月30日(月)消印有効）



ハガキ記入要領

6360247	※ここは白紙	返信裏	往信裏
田原本町阪手 233-1 田原本青垣生涯学習 センター生涯教育課 「ホストタウン・リ モート交流事業」宛	ご自身の 郵便番号 住所 氏名	下記の必要事項を 記入	
往信表	返信表		

必要事項 ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④参加希望人数（1回の申し込みにつき2人まで） ⑤同伴者の氏名 ⑥同伴者の住所 ⑦同伴者の電話番号 ⑧グアテマラ共和国選手へのメッセージや質問など（すべての質問にお答えするものではありません）

※新型コロナウイルス感染症による影響により、本紙に掲載されている情報が変更になる可能性があります。最新の情報については、担当課へ問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。

学習習慣の定着などのため

学習支援教室受講生募集

生涯教育課 ☎ 32-6193

(株)トライグループによる学習習慣や基礎学力の定着のための学習支援を行います。

日程 10月1日から令和4年3月11日までの金曜日(全20回／11月5日、12月24日・31日、1月1日、2月11日を除く)

時間・指導科目

▶小学5・6年生

時間：午後5時15分～6時15分

科目：国語・算数

▶中学1～3年生

時間：午後6時30分～8時30分

指導科目：英語・数学

場所 青垣生涯学習センター

対象者 町内小・中学校に在籍または町内在住の小学5年生～中学3年生

定員 小学生15人、中学生15人（応募者多数の場合は抽選）

参加費 無料

申込方法 8月24日(火)までに申込フォームで申し込みください。受講決定後、個別説明及び面談を実施します。

受講決定の可否、面談の日程については8月31日(火)までにお知らせします。

※インターネットでの申し込みができない場合は、生涯教育課（☎ 32-6193）までご連絡ください。



申込フォーム



スマホをお持ちでない人も参加できます

65歳以上の人限定 スマートフォン教室

生涯教育課 ☎ 32-6191

日時 9月14日(火)

①午後1時30分～2時30分

②午後3時～4時

(それぞれ内容が違います)

場所

青垣生涯学習センター
研修室

内容

①シニア安心・安全講座

②災害対策講座

※携帯電話会社社員による出張講座です。

対象 町内在住の65歳以上の人

定員 各回20人

受講料 無料

申込方法 8月18日(水)午前10時から電話で生涯教育課（☎ 32-6191）へ（先着順／定員になり次第締切）



遊休農地・耕作放棄地活用のため

田原本町版 農地バンクを設置！

地域産業推進課 ☎ 34-2080



町では耕作・管理できなくなった農地を登録していただき、活用したい人へ紹介する田原本町版農地バンクを設置しています。

農地所有者（出し手）が「貸したい・売りたい」農地の情報をバンクに登録し「借りたい・買いたい」という利用希望者（受け手）へその情報を提供することで、農業者（担い手）への集積を進め、農地の遊休化を防止し、農地の機能維持や農業の振興を図ります。

耕作放棄地についても登録できます。お気軽にご相談ください。

