

広報

このまちが分かる！ このまちが好きになる情報紙

2023
January

1

No.612

たわらもと

Tawaramoto Town Public Relations



●ごみカレンダー（2月～3月分）を折り込んでいます。

ワクチン接種班だより

新型コロナワクチン接種が受けられる期間は令和5年3月31日までの予定です

新型コロナワクチン接種コールセンター ☎ 33-9567

全額公費で接種できる期間は令和5年3月31日までです。接種を希望される人は、早めの予約をお願いします。

対象・接種場所など

- 12歳以上（従来株ワクチンによる初回接種を完了している人）
集団接種 中央体育館
個別接種 植山医院、小島内科小児科、坂根医院、忠岡医院、辻クリニック、根元整形外科眼科医院、久産婦人科内科、水野医院
※接種日時のお問い合わせや接種予約は WEB 予約かコールセンターへ。
※オミクロン株対応ワクチン（BA.1 ワクチン、BA.4/5 ワクチン）を接種できるのは1回のみです。
● 乳幼児（生後6ヵ月～4歳）・小児（5～11歳）
個別接種 のなみ小児科
※接種日時のお問い合わせや接種予約は医院へ直接。

接種券について

対象者には下記のとおり接種券を発行しています。届いていない人はコールセンターまでお問い合わせください。

送付状況

- 乳幼児（生後6ヵ月～4歳）…初回接種（1～3回目）分は対象者全員に送付済み。
● 小児（5～11歳）…初回接種（1・2回目）分は対象者全員に送付済み。追加接種（3回目）分は初回接種から5ヵ月後に送付。
● 12歳以上…追加接種（3～5回目）分は前回接種（従来株ワクチンによる接種）から3ヵ月後に送付。

町に転入した人への接種券の発行について

転入後に接種券発行に関する手続きができていない場合は、転入前の接種情報が町で把握できないため、接種券を自動的に発行できません。新型コロナワクチン接種を希望される場合は、手続きをお願いします。手続き方法については町ホームページをご覧ください。コールセンターへお問い合わせください。

田原本町議会議長 植田昌孝



田原本町長 森章浩



2023 迎春

あけましておめでとうございます。町民の皆様には、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃から町政の推進に深いご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。
本年もまた、町民皆様の安心・安全な暮らしと、住民サービスの維持向上のための施策を実施してまいります。
現在、県域水道の一体化に向けた取り組みを進めているほか、大和平野中央田園都市構想の実現に向け、県と磯城郡3町で検討を進めており、新たな技術を活用した住みやすいま

ちづくりに取り組んでまいりたいと考えています。また、田原本駅南地区市街地再開発ビルの建設が進められています。子育て支援施設やコミュニティFM局が設置され、テナントが入る予定となっており、皆様の生活の場、交流の場となればと思います。そして、行政のデジタル化や、公共施設の再編に向けての議論など、これからの時代に対応する準備を更に進めてまいりたいと考えています。
結びに、新しい年が町民皆様の笑顔が輝く幸多き年となりますよう、心よりご祈念を申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

新年、あけましておめでとうございます。町民の皆様には、希望に満ちた新春を健やかに迎えたいとお喜び申し上げます。また、議会活動に対しまして皆様の温かいご支援、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。
新型コロナウイルス感染症の感染拡大に社会全体が大きな変革期を迎えています。また、町では現在、再開発ビルの建設や小中学校の再配置、公共施設の再編等10年先、20年先を見据えた重要な事業が進められており、議会では、皆様が将来に希望を持って、住んで良かったと思えるよう

な魅力ある田原本町の実現に向けて日々議論を重ね取り組んでおります。
議会は二元代表制の一翼を担い、予算や条例など、町の重要な方針を決定する議決機関であり、町民の皆様代表としてさまざまな課題について議論する機関です。行政と十分に議論するとともに、チェック機能を果たし、引き続き議会の機能強化と充実、運営の改善に取り組んでまいります。
結びに、町議会に一層のご支援、ご指導を賜りますことをお願い申し上げます。本年も、皆様にとって素晴らしい年になりますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

今月の表紙



唐古・鍵遺跡史跡公園で行われた第2回奈良田原本流鎗馬まつりの様子。詳細は本紙7ページをご覧ください。

町公式 SNS



広報たわらもと 令和5年1月号目次

特集 p.4_5

- 1. 弥生時代とつながる、次世代につなぐ
2. 物価高騰などへ対応した支援を実施します

- p.2 町長メッセージ、最新トピックス
p.6 まちの話題
p.8 お知らせ+
p.18 お知らせ
p.24 国保中央病院だより、料理、無料相談コーナー
p.26 すこやか、今やろう！防災アクション、消費生活ニュース
p.28 いきいきご長寿数珠つなぎ、図書館だより
p.30 健康カレンダー



大和平野中央田園都市構想フォーラム



田原本駅南地区市街地再開発ビル完成イメージ

補正予算で行う各種支援策

物価高騰などへ対応した支援を実施します

物価高騰の影響を受けた住民の皆さんの負担軽減を図るため、国の交付金を活用し、各種支援を行います。

企画財政課財政係 ☎ 34-2072

指定ごみ袋無料配布事業

対象 令和5年1月1日時点で田原本町の住民基本台帳に登録されている町内全世帯

配布物 可燃用ごみ袋(大)30枚

配布時期 2月上旬を予定

配布方法 各世帯に直接送付

☎ 環境管理課 ☎ 33-5003

小・中学校の児童・生徒の給食費の免除

対象 町内の小・中学校に子どもを通わせている世帯

期間 令和4年12月～3月

内容 全額免除

☎ 教育総務課 ☎ 34-2074

幼稚園の園児の給食費の免除

対象 町内の幼稚園に子どもを通わせている世帯

期間 令和4年12月～3月

内容 全額免除

☎ 教育総務課 ☎ 34-2074

保育料の免除

対象 町内在住者で保育所を利用している世帯

期間 1月～3月分

内容 全額免除

☎ こども未来課 ☎ 33-9036

学童保育料の免除

対象 町立の学童保育所を利用している世帯

期間 1月～3月分

内容 全額免除

☎ こども未来課 ☎ 33-9035

生活保護受給世帯への町独自の給付

対象 令和4年9月30日時点で田原本町の住民基本台帳に登録されていて、生活保護を受けている世帯(すでに令和4年度住民税非課税世帯等に対する田原本町臨時特別給付金1万円の支給を受けた世帯を除く)

※詳細は町ホームページをご覧ください。

額 1世帯当たり1万円

支給方法 対象世帯に確認書を送付しますので、必要事項を記入し町へ返送してください。内容を確認のうえ支給します。

☎ 健康福祉課 ☎ 34-2098

困窮者世帯などへのフードレスキュー見守り事業(社会福祉協議会へ委託)

引き続き、米や食料品、日用品などを必要に応じて提供します。

※可能な限り事前に下記までご連絡ください。

※詳細は町社会福祉協議会ホームページをご覧ください。

対象 町内在住の子育て世帯(原則18歳以下の児童を育てている人)など

☎ 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118 / ☎ 34-7305

弥生時代とつながる、次世代につなぐ

文化財保存課保存活用係 ☎ 34-7100



12 ミュージアム見学・土器焼き(田小) 34 勾玉づくり・炊飯体験(平野小) 5 火おこし体験(東小) 6 土器づくり体験(南小) 7 史跡公園ガイドを受ける(北小)

「地域の特色ある学習」に向けて

田原本町は21kmの小さな町ですが、弥生時代から続く長く深い歴史があります。そのなかでも、弥生時代のムラの跡である唐古・鍵遺跡は、社会科の教科書などに名前が載るほど有名な遺跡です。

平成18年度から、唐古・鍵遺跡をはじめとした町の文化遺産を活用して町の歴史を知ってもらおうと、町内小学校の6年生を対象に、総合的な学習の時間で弥生時代の生活の一部を体験する授業をしています。この授業では、小学校だけでなく、地域のボランティアグループの「唐古・鍵遺跡の保存と活用を支援する会」と唐古・鍵考古学ミュージアム学芸員が連携し、教科の枠を越えた学習を児童が主体的に行えるよう、地域ぐるみで工夫をしています。

弥生時代とつながる

弥生時代の体験学習では、唐古・鍵考古学ミュージアムで弥生時代の人々が使っていた本物の道具を見て解説を聞くだけでなく、実際に自分の手を動かして、^{まがたま}勾玉づくり、土器づくり、火おこし、土器を使った炊飯を体験します。

これらの体験は、児童向けに少しアレンジが加えられていますが、現代の日常では得ることができない経験になっていると思います。なにより大事なことは、これらの体験を通じ、弥生時代の人々の「感覚」と令和を生きる児童たちがつながることです。

次世代につなぐ

今年の学習の成果を展示する「総合的な学習における成果展示会」を開催します。展示会では、児童が体験をとおして制作した勾玉や土器と、その後の調べ学習をふまえた新聞などを一堂に展示します。

毎年、児童の保護者や兄弟姉妹など多くの人が見に来られ、児童自身が制作した作品の前で話に花が咲く光景が広がります。町の歴史を少しでも身近に感じていただき、次世代へまたその次世代へ町の歴史を語り継いでいただければと思います。

総合的な学習における成果展示会

展示期間 1月28日(土)～2月5日(日)

※1月30日(月)は休み

時間 午前10時～午後4時

※入館は閉館の30分前まで

場所 青垣生涯学習センター2階 会議室

観覧料 無料

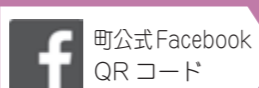
「唐古・鍵遺跡の保存と活用を支援する会」の活動に参加してみませんか

「唐古・鍵遺跡の保存と活用を支援する会」では唐古・鍵遺跡の保存と活用に関わるさまざまな活動を行っています。活動への参加に、歴史への興味や弥生時代の知識・技術など特に必要なく、どなたでも大歓迎です。この楽しさを一緒に味わってみませんか。



入会について詳しくはホームページをご覧ください

※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。



まちの話題に掲載しきれないイベントや写真は町公式 Facebook で配信中。



まちの話題

まちのできごとを紹介します。



- 1 流鏝馬行列が池神社から史跡公園へと向かう
- 2 楼閣太鼓の演奏が会場に鳴り響く
- 3 疾走する馬を乗りこなしながら的を狙う
- 4 農家代表者会による町内農産物の販売
- 5 流鏝馬終了後、馬と触れ合う

唐古・鍵遺跡史跡公園で「第2回奈良田原本流鏝馬まつり」が開催されました。

装束に身を包んだ流鏝馬行列が池神社から出発し、唐古・鍵遺跡史跡公園を目指して巡行しました。約270歳の流鏝馬ゾーンには的が3つ並び、疾走する馬上から射手が次々と矢を放ちました。矢が的中すると、的奉行が的中を知らせ、会場からは大きな歓声が上がりました。観覧者は流鏝馬を間近で見ながら「迫力があってかっこよかった」と楽しんでいました。

また、会場に設置された十六市ブースにはさまざまなお店がならび、飲食や物販の出店、太鼓の演奏などで会場を盛りあげました。

流鏝馬を通して、町の歴史に親しみ楽しめる一日となりました。

11/27

勇壮な流鏝馬を楽しみました

第2回奈良田原本流鏝馬まつり



(公財)全国老人クラブ連合会会長表彰を受けたことを報告するため、大橋明子さん(町老人クラブ連合会会長)が森町長らを表敬訪問されました。

これは、多年にわたり老人クラブ活動の育成・発展などに尽力した功績が認められたことによるものです。

11/21

老人福祉への貢献が評価

大橋明子さん表敬訪問



災害時に活躍する車両の展示



ボーイスカウトによるテント設営

奈良トヨタグループ・田原本町共催のアウトドア&防災フェスティバルが唐古・鍵遺跡史跡公園で開催されました。

会場では災害時に活躍する車両の展示やボーイスカウト・自衛隊によるテントの設営などが行われ、来場者は防災への意識を高めました。

11/12・13

防災意識の向上を

アウトドア&防災フェスティバル



11/11

外に出る楽しさを再び

グラウンドゴルフ大会

奈良県フットボールセンターで、第12回奈良県フットボールセンターグラウンドゴルフ大会が開催されました。近年コロナ禍で中止となっていたが、3年ぶりに開催されました。秋晴れの中、多くの参加者が日頃の練習の成果を発揮し、存分にプレーを楽しんでいました。

11/30

デジタル化推進のため

(株)エルテスと包括連携協定を締結



(株)エルテスと「地域のデジタル化推進に関する包括連携協定」を締結しました。

今後デジタルを活用した資源循環型社会の構築やデジタル田園都市国家構想を町としても推進していくための企画・立案に取り組んでいきます。



(株)鶴田商店から「ごみゼロ大辞典」10セット(3冊1セット)を寄贈いただきました。これは、未来の子どもたちの環境学習に役立てていただきたいという思いから行われたものです。

寄贈いただいた本は町内の小学校や図書館へ配られます。

12/8

未来の子どもたちのため

「ごみゼロ大辞典」寄贈



田原本小学校運営委員会の児童から手づくりカレンダーが寄贈されました。同校では毎年、お世話になっている人たちに感謝の気持ちを伝えるため、全児童がカレンダーを制作し届けています。児童たちは「いつも田原本町のためにありがとうございます」と感謝の言葉を述べました。

12/2

皆で協力して作りました

小学校カレンダー寄贈



(公社)桜井納税協会より表彰を受けたことを報告するため、井上則行さんが森町長らを表敬訪問されました。

これは、多年にわたり申告納税制度の普及発展や租税教育の推進に尽力した功績が認められたことによるものです。

12/1

納税環境への貢献が評価

井上則行さん表敬訪問



11/20

健診の大切さを学ぶ

CKD(慢性腎臓病)啓発講演会

町民ホールで、赤井靖宏さん(奈良県立医科大学地域医療学講座教授)によるCKD(慢性腎臓病)啓発講演会を開催しました。

講演会では、CKDを中心に、生活習慣病の予防や毎年健診を受ける大切さについて、分かりやすくお話しいただきました。

公共施設のあり方を考える

公共施設の再編に向けた「住民協議会」を開催します

総務課公共施設マネジメント係 ☎ 34-2108

本町ではこれまで多くの公共施設が整備されてきました。これらの施設の中には建築後 30 年以上経過する施設が数多く存在し、建て替えや大規模な改修が必要となる時期を迎えています。



これらの施設の建て替えや大規模改修には多額の経費が見込まれます。厳しい財政状況にある本町では、現存するすべての施設を同じ規模で維持し続けることは困難であり、施設の廃止・統合を含めた再編の検討を進める必要があります。再編には、皆さんの理解を得ることが必要不可欠であるため、町が「住民協議会」を開催することになりました。住民協議会は、行政への参加を通じて、皆さんが「自分ごと」として現状を把握・整理し、意見を出し合い、具体的な課題解決を考えてもらう場です。

今後、町において無作為に選んだ町民の皆さんに対して住民協議会の参加案内を 1 月を以て郵送いたします。

住民協議会の進め方

- 1 町が無作為に選んだ人に住民協議会の参加案内を郵送します。参加は任意ですが、すべての会議にできる限り出席をお願いします。強制ではありません。
- 2 参加いただける人に対し事前研修を行います。施設レビュー（施設ごとの現状や課題の共有を行う場）に出席していただきます。
- 3 住民協議会を開催します（複数回を予定）。施設レビューの結果も踏まえ、自由に議論していただきます。進行は外部のコーディネーターが務めます。
- 4 協議会での議論を今後の施策に生かしていきます。

新たな学校づくりのため

田原本町小学校 3 校統合施設基本構想（案）がまとまりました

基本構想（案）への意見を募集

令和 3 年度に策定した田原本町小中学校施設再配置基本計画を元に、町の未来を担う子どもをはぐくむ新たな学校づくりの方向性を示した「田原本町小学校 3 校統合施設基本構想（案）」をとりまとめました。

これに対して、皆さんから広くご意見をいただくためパブリックコメントを実施します。

募集期間 1月25日(水)～2月7日(火) (必着)

※持参の場合、平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分
意見を提出できる人 町内に在住、在勤、在学の人
公表場所及び方法 町役場 2 階教育総務課窓口及び町ホームページ（下記 QR コード）

届・提出先 田原本町教育委員会事務局教育総務課
（〒 636-0392 田原本町 890-1 / ☎ 33-9150 / FAX 32-2977 / ✉ kyoiku@town.tawaramoto.nara.jp）

提出様式 任意様式に計画案名・氏名・住所・連絡先・年齢・ご意見を記入してください。記入がない場合は無効となります。

※町内在勤・在学者は上記に加え勤務（通学）先住所・事業所（学校）名を記入してください。
※参考様式は下記からダウンロードしていただくか、教育総務課窓口で入手してください

提出方法 電子メール、FAX、郵送、持参
※電話や口頭による受け付けはしません。

意見への回答 意見に対する町の考え方について、町ホームページに公表します。

※氏名などの個人情報は公表しません。

※個別回答はしませんのでご了承ください。



「田原本町小学校 3 校統合施設基本構想（案）」の閲覧とパブリックコメントの様式ダウンロードはこちらから



町ホームページ
「学校再配置について」



住民説明会を開催 （東・北・田原本小学校区）

日時 1月29日(日)
1部…午後 1 時～ 3 時
2部…午後 4 時～ 6 時

場所 青垣生涯学習センター 2 階研修室

対象 東・北・田原本小学校区に在住の人

申込期日 1月22日(日)

申込先 田原本町教育委員会事務局教育総務課
（☎ 33-9150 / FAX 32-2977 / ✉ kyoiku@town.tawaramoto.nara.jp）

申込方法 ①氏名 ②小学校区名 ③住所 ④連絡先
⑤備考（代表して申し込みされる場合は、その他の参加者の名前、住所）を記載して電子メールか FAX で送付、または電話で。

※参加の際マスク着用のご協力をお願いします。

託児サービスをご用意しています

利用を希望する人は、申込時に備考欄へ「1. 人数 2. お子さんの名前 3. 年齢」を記入もしくは、教育総務課（☎ 33-9150）までご連絡ください。

対象 年齢制限なし

申込期日 1月12日(木)

注意事項

- スタッフの人員確保などの理由により参加人数を制限させていただくことがあります。
- 託児は NPO 法人ハッピースマイルをお願いしています。
- 託児に対する保険はありませんのでご了承ください。ケガのないよう最大限の注意をしていただきます。
- 必ず持ち物に名前を記入してください。
- 飲み物は水かお茶、おやつは小さいもの 1 つまで持参可とします。
- おもちゃなどは用意しています。

ご意見募集中

町職員はどんな服装で仕事をすべきだと思いますか？

企画財政課 ☎ 34-2083

現在、町民の皆さん向けに、「町職員はどんな服装で仕事をすべきだと思いますか？」についてご意見を募集しています。

今後の町職員の服装のあり方の参考にするため、町民の皆さんの率直なご意見をお待ちしています。以下の QR コードを読み取るか、下記 URL からアクセスいただくと、回答可能です。

☞ <https://surfvote.com/issues/tqwmsgdfeeeh>

※回答にあたって、アカウントを作成していただくことになります。ご了承ください。



意見提出先
Surfvote



ご意見をいただく場である「Surfvote 地方公共団体」は、各地域のさまざまな課題について、皆さんの参加や発言・理解・共有・傾聴・投票・意見の積み上げ・対話で地域社会を前に進めるためのサービスです。

開発元であるベンチャー企業の「Polimill」(株)が、「Surfvote 地方公共団体」の全国第 1 号案件として、本町の課題を掲載いただくこととなりました。

※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。

確定申告の相談・申告書の受付は2月16日(木)から 確定申告の相談・受付、年金受給者の 事前の所得税確定申告の相談・受付

桜井税務署 ☎ 42・3501

所得税などの確定申告の相談及び申告書の受付

2月16日(木)～3月15日(水) (土・日曜日、祝日を除く)

※還付申告書は、2月15日(水)以前でも提出できます。

確定申告はスマホで完結！
スマホカメラで給与所得の源泉徴収票の読み取りが可能です。
スマホ画面の案内に従い金額などを
入力するだけで、自宅でゆっくり
申告書を作成できます。確定申告期
には24時間いつでも利用できます。



確定申告
スマホ専用画面



- マイナンバーカードやID・パスワードを使ってご自宅などどこでも送信できるほか、データをスマホに保存していつでも申告内容を確認できます。
- スマホ専用画面で見やすく、簡単に操作でき、添付書類と本人確認書類の提出を省略できます。
- また、令和4年分(令和5年1月以降)から青色申告決算書・収支内訳書が作成可能になりました。
- スマホ専用画面を利用できる人
給与所得、年金収入等の雑所得、一時所得、特定口座による株式等の譲渡所得等、譲渡損失額のある人
- 提出方法
● e・Tax (マイナンバーカード方式、ID・パスワード方式)
● 書面

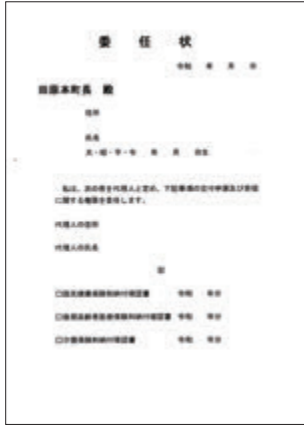
国保税などの納付済額を確認される人へ 納付確認書のお知らせ(税申告用)

保険医療課国保医療係 ☎ 34・2097
保険医療課福祉・高齢医療係 ☎ 34・2096
長寿介護課介護保険係 ☎ 34・2101

必要なもの

確定申告などのために国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の納付済額を確認される場合は、①番の総合窓口で申請していただきますと、令和4年1月～12月に納付した額を記載した「納付確認書」をお渡しいたします。

- 本人確認書類 (運転免許証・パスポート・マイナンバーカード(個人番号カード)などの顔写真付きのものなら1点、または健康保険証・介護保険証などの顔写真のないものなら2点)
 - 委任状 (本人・同一世帯又は同一住所以外の人が申請する場合は、納付義務者からの委任状が必要です)
- ※令和4年12月下旬に納付し、令和5年1月上旬に納付確認書を受け取る場合、12月下旬に納付した金額が納付済額に含まれていない場合があります。



年金受給者の事前の 所得税確定申告の相談・受付

年金受給者の所得税申告は、次のとおり事前に相談し、確定申告書を提出することができます。
※案内ハガキの送付はありません。

期間 **2月1日(水)・2日(木)**
午前9時30分～午後3時30分
(相談受付締切は午後3時)

※来場者数によって、早めに相談受付を終了する場合があります。

場所 町民ホール(町役場西側)

持ち物

- 年金の源泉徴収票
- 社会保険料などの支払金額が分かるもの
- 生命・地震などの保険料控除証明書
- 個人番号が確認できるもの (マイナンバーカードなど)
- 身分証明書 ● その他必要書類
- 印鑑 ● 通帳 (還付の場合)

相談会場での感染症対策にご協力ください

- 入場には「入場整理券」が必要です。来場者数に応じて早めに相談受付を終了する場合があります。
- 来場の際はマスクの着用をお願いします。着用されていない場合、入場をお断りする場合があります。
- せき・発熱などの症状がある人や体調のすぐれない人は、入場をお断りします。
- 必要最小限の人数でお越しください。
- 会場内に筆記用具は用意していませんので、ボールペンや計算器具などを持参してください。
- 土地・建物などの譲渡、贈与税、相続税の相談は行っていません。



提出期限が近づいています 電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援 給付金

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金事業実施本部
(健康福祉課内) ☎ 33・9220

住民税非課税世帯等に対して現金を給付します。

給付金額 5万円(1世帯当たり)

給付対象

- 1世帯全員の令和4年度分の住民税均等割が非課税である世帯
 - 対象と思われる世帯に、町から確認書を11月15日に郵送しています。
 - 確認書の提出先：令和4年9月30日時点で住民票がある市区町村
 - 2期せず令和4年1月から12月までに収入が減少し、①の世帯と同様の事情があると認められる世帯 (家計急変世帯)
- 対象と思われる人は自身で申請していただく必要があります。申請書に必要な事項を記入し、添付書類とともに提出してください。申請書は町ホームページでダウンロードできます。なるべく郵送での申請をお願いします。
- 申請書の提出先：臨時特別給付金事業実施本部 (〒636-0392 田原本町890の1)
- ※①②共に住民税が課税されている

提出期限(①②共に)

- 令和5年1月31日(火)
- ※提出期限が近づいていますので、早めに手続きしてください。
- ※書類の受付から振込まで2週間程度かかります。
- ※振込通知は送付しないため、通帳の記帳で入金をご確認ください。



町ホームページ
「電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金を支給します」

※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。

楽しくお得に募集中!!

たわらもとヘルスケアプロジェクト

健幸ポイント事業参加者募集中!

定員まで残りわずか!
期間限定で年会費実質無料キャンペーン実施中

活動量計を持って歩いて健康とポイントを獲得! たまったポイントは地域商品券(最高4,000円)と交換できます。ご応募お待ちしております。

対象者 20歳以上の町民
年会費 2,000円(参加時に、2,000円相当の地域商品券を還元!〈令和5年1月末までの期間限定〉/町の国民健康保険に加入されている人は年会費が無料)
期間 参加時~令和5年3月末まで

応募方法
●持参・郵送…下記の応募用紙に必要事項を記入し提出先へ。

※電話でも受付しています。
提出先 〒636-0392/田原本町 890-1/田原本町長寿介護課 SWC 推進係

●電話…長寿介護課 SWC 推進係 (☎34-2052) へ。

●WEB申込…右のQRコードからサイトにアクセスし申込



町ホームページ

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)

2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
生年月日	年 月 日
住所	〒636-田原本町
電話番号	-
選択コース	<input type="checkbox"/> 説明会参加コース <input type="checkbox"/> 事前学習コース



健幸ポイント イベント情報

観光ボランティアガイドと歩く 歴史探訪ウォーキング

田原本町観光ボランティアガイドの案内で歴史に触れながら町内を歩きますか。

対象 健幸ポイント事業参加者
日程 2月7日(火)
時間 ①午前9時30分~11時30分(受付:午前9時~)
②午後1時~3時(受付:午後0時30分~)

※①②どちらも同じコースです。
コース 唐古・鍵遺跡史跡公園→池神社→法貴寺・千万院→しきのみちはせがわ展望公園(ながめの丘)→道の駅 レスティ唐古・鍵(約2.5km 約6,500歩)

定員 各30人(応募多数の場合は抽選)
集合場所 唐古・鍵遺跡史跡公園 休憩所前
申込方法 1月16日(月)までに長寿介護課 SWC 推進係(☎34-2052)へ電話または直接。

バーチャルウォーキングラリー 四国シリーズ 高知編

WEB上で国内外の名所を歩数で巡りながら疑似体験し、参加者同士で歩数をランキング形式で競い合うイベントです。(詳しくは「からだカルテ」「ウォーキングラリー」をご覧ください)

開催期間 1月6日(金)~2月14日(火)
距離 約182km

(総歩数:260,000歩/1日の歩数の目安:6,500歩)
※個人戦とチーム戦があります。チームの結成方法はお問い合わせください。

※健幸ポイント参加者は申込不要。開催期間の初日以降にデータ送信することで自動的にスタートします。

健幸ポイント お得情報

ベーカリー・からこカフェ共通割引券(10%OFF)をプレゼント

火曜日に道の駅レスティ唐古・鍵のリーダーライターで歩数データを送信していただくと、上記の共通割引券をお渡します。

お知らせ

町民の皆さんにお知らせしたい情報をドンと拡大して掲載しています。

前納をご利用ください 国民年金の納付は前納がお得です

桜井年金事務所 ☎42・0033
町総合窓口課 ☎34・2087

国民年金の支払方法は、納付書を使った現金での納付、口座振替、クレジットカードによる納付などがあります。

また、まとめて前払いすることで納付する月に応じて割引がつく「前納」という制度があり、口座振替による前納は、現金(納付書)やクレジットカードによる前納よりも割引額が多くお得です。

口座振替

申し込みの際は、年金事務所または口座振替を希望される金融機関の窓口で手続きが必要です。申し込み



後、口座振替が開始されるまで2~3ヵ月かかります。
必要書類
● 申出書(金融機関、年金事務所、総合窓口課の窓口にあります)
● 年金手帳など基礎年金番号の分かるもの
● 金融機関の届出印
● 通帳

年金事務所への郵送による手続きも可能です

申込期限(下表参照)までに届くように余裕をもって投函してください。当月末振替は随時受け付けています。

現金(納付書)・クレジットカード納付

現金(納付書)での納付の場合、2年前納・1年前納・6ヵ月前納以外に、希望月から翌年3月(または翌々年3月)までの前納も可能です。クレジットカードで納付を希望される場合、年金事務所での手続きが必要です。

令和5年度の口座振替による前納について

(カッコ内の金額は前納しない場合と比較した割引額)

	令和4年度の前納額※		令和5年度の口座振替(前納)		
	現金納付	口座振替	振替日	納付期間	申込期限
2年前納	382,780円(14,540円)	381,530円(15,790円)	令和5年5月1日	令和5年4月~令和7年3月分	令和5年2月28日
1年前納	195,550円(3,530円)	194,910円(4,170円)		令和5年4月~令和6年3月分	
6ヵ月前納	98,730円(810円)	98,410円(1,130円)	上期:令和5年5月1日 下期:令和5年10月31日	令和5年4月~9月分 令和5年10月~令和6年3月分	令和5年8月31日
当月末振替(早割)	—	16,540円(50円)	当月分を当月末に納付する方法(割引になるのは口座振替のみ)		

※令和5年度の割引額は未発表のため、参考として令和4年度の高額を掲載しています。毎月の納付額は、令和4年度が16,590円、令和5年度が16,520円です。

いっしょにたべようよ

こども食堂たわらもと

主催:日赤子ども食堂応援団

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。

参加無料

日時 2月25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 2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)

新婚生活を応援します
田原本町結婚新生活支援事業

結婚に伴い新たに生活を始める新婚夫婦を応援するため、住宅（建物）取得・賃借費用、リフォーム費用、引越費用の補助をおこないます。

受付期間

2月6日(月)～2月28日(火)

(土・日曜日、祝日を除く)

補助の要件 令和4年1月1日から12月31日の間に婚姻届を提出して受理されており、次のすべてに該当する夫婦。

- 令和4年1月1日以降に町に転入した、または町内で転居した
- 町に住民票があり、かつ2年以上継続して居住する意思がある
- 婚姻日の時点で、夫婦どちらも39歳以下
- 住民票の住所が交付を受けようとする住宅である
- 令和3年（令和3年1月1日から12月31日まで）の夫婦の所得金額の合計が400万円未満
- 生活保護など、他の公的制度による家賃補助などを受けていない

子ども未来課総合相談係 ☎ 33・9095

※他にも要件がありますので、詳細は町ホームページ、または子ども未来課総合相談係へ。

補助対象費用 結婚して新生活を始めるための、令和4年1月1日から12月31日までの支払いのうち、次の項目にあたるもの。

- 住宅取得費用（土地は除く）
 - 住宅賃借費用（賃料、共益費、敷金、礼金、仲介手数料）
 - リフォーム費用（修繕、増築、改築、設備更新などの工事費用）
 - ※倉庫や車庫、門・フェンス・植栽など外構の工事や家電購入・設置の費用は対象外です。
 - 引越費用（引越業者、または運送業者へ支払った費用）
 - **補助金額** 補助対象費用の合計額 ※上限は30万円
 - **申込方法** 申請に必要な書類を添えて、子ども未来課総合相談係へ。 ※書類は子ども未来課窓口のほか、町ホームページで
- ※申込多数の場合、抽選



焼却行為からの火事が多発しています

野焼きは禁止です

磯城消防署 ☎ 33-2461 防災課安全防災係 ☎ 34-2059

野焼き（ごみを家庭で燃やすこと）は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により原則禁止されています。違反者には5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が課せられます。

野焼きを行うと、300℃の低い温度での焼却となることから燃やすものによっては毒性の非常に強いダイオキシンの発生原因となります。また、住宅付近で野焼きを行うと、煙が家の中に入ったり、洗濯物に煙がついたり

と周辺の生活環境にも悪影響を及ぼすことから法律により禁止されています。

奈良県広域消防組合管内では焼却行為からの火災が多く発生しています。焼却行為を実施する前には役場に事前相談のうえ、必ず「火災とまぎらわしい煙または火災を発生する恐れのある行為の届出書」を消防署に提出してください。また火災にならないように、火の取り扱いには十分注意をお願いします。

家庭のごみは焼かないで、指定された日に確実な分別でごみ収集場所へ出してください。一人ひとりの心遣いで自然環境を大切にしましょう。



磯城郡精神保健福祉講座

生活支援センターいろは ☎ 32-7753

磯城郡精神保健福祉講座は、精神障がいのある人やそのご家族が安心して暮らせるまちづくりを目指して毎年開催しています。

コロナ禍でうつ病の増加が指摘されるなど、メンタルヘルスの問題が身近なものになっています。

また、令和4年度から高校の保健体育の教科書にも「精神疾患」の記載がされたことから、早い段階から向き合っていくべきこととして認識されています。精神疾患の基礎知識について、ぜひ学んでみませんか。

日時 2月9日(木) 午後1時30分～3時

場所 三宅町交流まちづくりセンター MiiMo

内容 「精神疾患の基礎知識」

講師 徳山明広さん

〈(一財) 信貴山病院ハートランドしぎさん 院長〉

参加費 無料（申込不要）

磯城郡水道企業団からの
お知らせ

磯城郡水道企業団事務局 ☎ 32-2516

りそな銀行の上下水道料金窓口納付取り扱いが終了

令和5年4月1日から、りそな銀行窓口での上下水道料金の納付の取り扱いが終了します。

お手持ちの納入通知書に窓口収納取扱金融機関としてりそな銀行が記載されている場合でも令和5年4月1日以降は窓口納付ができませんので、ご注意ください。

※口座振替については、りそな銀行を引き続きご利用いただけます。

令和5年4月1日以降の
上下水道料金窓口収納取り扱い
金融機関

南都銀行・奈良中央信用金庫・奈良県農業協同組合・大和信用金庫・ゆうちょ銀行



マイナンバーカードを取得しましょう

マイナンバーカードなど
受付時間の延長と休日開庁

受付時間の延長 午後7時まで
(交付の受付は午後6時30分まで)

1月4日(水)・18日(水)、2月8日(水)

休日開庁 1月8日(日) 午前10時～午後4時

業務内容

①～③以外の業務は行いません。窓口の混雑状況によっては、お時間をいただくことがあります。

①マイナンバーカード交付窓口…マイナンバーカードの交付・申請、電子証明書更新

※受け取り方法など詳細は、マイナンバーカードの交付準備が整い次第、送付している交付通知書（ハガキ）または町ホームページをご覧ください。

②マイナポイント支援窓口…マイナポイント予約・申込 ※国のシステムがメンテナンスを行う場合②窓口を休止することがありますのでご注意ください。

③保険証利用登録支援窓口

問い合わせ

- マイナンバーカード交付窓口…総合窓口課 ☎ 34-2087
- マイナポイント支援窓口…総務課 ICT 推進室 ICT 推進係 ☎ 34-2073
- 保険証利用登録支援窓口…保険医療課 ☎ 34-2097

窓口が大変混み合いますので、お時間に余裕をもってご来庁くださいますようお願いいたします。

窓口での印鑑登録証明書の取得

窓口での印鑑証明書の取得には「印鑑登録証」か「住民カード」の提示が必要です。忘れずに持参してください。利用者証明用電子証明書が登録されたマイナンバーカードで、印鑑証明書と住民票を取得できます。

マイナポイントの申込期限について

申込期限 令和5年2月28日(火)

マイナンバーカード作成の申請を令和4年12月末（役場の開庁日は28日まで）にされており、かつ、マイナポイントの申し込みがまだの人はお早めにお申し込みくださいますようお願いいたします。

※携帯ショップなどでもマイナポイントの手続きスポットとしてご利用いただけます。

令和5年度に町役場などで働く人を募集します
会計年度任用職員の登録者募集

人事課 ☎ 34-2056
教育総務課 ☎ 34-2074

町では、一般事務をはじめとしたさまざまな職種の会計年度任用職員の登録を受け付けます。募集職種などは次の表のとおりです。概要を記載していますので、勤務条件や必要な資格など詳しくは町ホームページをご覧ください。採用予定課にお問い合わせください。

※給料額については現時点での予定額です。またこのほかに、条件に応じて通勤手当・期末手当・退職手当が支給されます。

登録方法

履歴書を人事課、または教育総務課へ提出（持参・郵送）してください。

※希望職種を必ず記載してください。

※郵送の場合は、84円切手を貼付した返信用封筒を同封してください。

受付日時

月～金曜日（閉庁日を除く）
午前8時30分～午後5時15分

採用までの流れ

採用を予定する課が、登録者の中から面談などの選考を行い、採用します。

履歴書提出先：教育総務課 ☎ 34-2074

登録を募集している職種と主な業務内容など

月額の給料については、別途地域手当（給料の3%）が支給されます。
（月額以外の給料については、地域手当相当額を含んだ金額です）

職種【必要資格】	主な業務内容	採用予定課	給料（予定）
看護師（幼稚園）	園児の健康管理・衛生指導など	教育総務課	時給：1,587円～
栄養士	学校給食の献立作成・栄養指導など	教育総務課	月額：168,700円～
小学校常勤講師	小学校における常勤講師	教育総務課	月額：254,800円～
教科担当教諭	小・中学校における教科指導など	教育総務課	時給：2,544円～
幼稚園教諭／保育担当教諭	幼稚園・認定こども園での保育教育・学級担任など	教育総務課	大卒：206,900円 短大卒：179,800円
用務員	校舎・園舎の環境整備や庶務など	教育総務課	月額：147,700円～
いじめ・不登校対策指導員【臨床心理士】	中学校におけるいじめ・不登校など学校現場の諸問題に対するカウンセリングなど	教育総務課	時給：2,544円～
こども支援員（幼稚園・小学校・中学校）	特別な配慮を要する園児・児童・生徒への支援など	教育総務課	時給：1,192円～
日本語指導教員	日本語指導が必要な生徒への母国語を活用した指導	教育総務課	時給：2,544円～
預かり保育指導員※	幼稚園などの一時預かり保育業務	教育総務課	時給：1,192円～
部活動指導員	中学校において、部活動の顧問として技術指導や大会への引率など	教育総務課	時給：1,612円～

※幼稚園教諭、預かり保育指導員について、詳しくは広報12月号をご覧ください。
なお、給料の金額が変更になっています。



履歴書提出先：人事課 ☎ 34-2056

登録を募集している職種と主な業務内容など

職種【必要資格】	主な業務内容	採用予定課	給料（予定）
一般事務	行政事務補助全般（パソコン入力、書類作成、書類などの整理、受付対応、軽作業など）	出先機関を含む全課	月額：150,100円～ 時給：949円～
健康相談員【保健師、臨床心理士など】	町職員のカウンセリングなど	人事課	時給：2,533円～
看護師（障がい福祉）	窓口対応、相談業務など	健康福祉課	月額：204,200円～
看護師（休日診療所）	休日診療所における看護業務	健康福祉課	日額：13,390円～
医療事務（休日診療所）	休日診療所における医療事務など	健康福祉課	日額：11,330円～
歯科衛生士	健診、歯科教室での歯科指導、関係機関との調整など	健康福祉課	月額：204,200円～
手話通訳者	聴覚障がいのある来庁者への通訳	健康福祉課	時給：1,256円～
助産師	健診、訪問指導、窓口相談、要保護児童対策地域協議会事務など	こども未来課	月額：222,300円～
保育士	療育教室の運営・保育、託児、訪問指導、窓口相談など	こども未来課	月額：153,500円～ 時給：971円～
虐待対応専門員【社会福祉士、精神保健福祉士など】	虐待相談、家庭への支援、関係機関との調整、要保護児童対策地域協議会事務など	こども未来課	月額：222,300円～
発達相談員【臨床発達心理士など】	就学前の乳幼児を対象とした発達や障がいに係る相談・支援など	こども未来課	日額：15,974円～ 時給：2,061円～
管理栄養士	高齢者の保健指導と介護予防の一体的実施における栄養指導	長寿介護課	日額：11,555円～
介護認定調査員【介護支援専門員（ケアマネジャー）、介護福祉士】	介護認定における申請の受付や認定調査など	長寿介護課	月額：204,200円～
介護支援専門員（ケアマネジャー）	介護事業所の実施指導、ケアプランの点検など	長寿介護課	月額：204,200円～
清掃員	一般廃棄物の収集、運搬、清掃センターでの場内作業など	環境管理課	月額：167,400円～ 時給：1,028円～ （時給については、別途地域手当支給あり）
ホール運営員	弥生の里ホール・公民館の運営及び調整など	生涯教育課	日額：8,048円～
発掘調査技術員	遺跡の発掘調査の運営補助、出土品の整理、報告書作成など	文化財保存課	月額：180,300円～
遺物整理員	出土遺物の洗浄、データ入力、土器の接合作業など	文化財保存課	時給：949円～
遺物実測員	出土遺物の実測図作成	文化財保存課	時給：1,005円～
建築指導員【一級建築士】	建築工事の設計・積算・施工監理・検査、営繕など	教育総務課	月額：249,000円～
司書【司書】	図書館業務全般	図書館	月額：150,100円～

※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、担当課へお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。

行政情報

新たな商品の開発を支援します

地域経済の活性化を目的に、町の資源を活用した魅力ある商品の開発に取り組む事業者に対して補助金を交付します。
なお、申請には諸条件があります。詳細はホームページをご確認いただくか、地域産業推進課までお問い合わせください。

補助対象経費 商品の開発、試験や分析、デザインに要する経費など

補助金の額 経費の2分の1の額

※上限は50万円

募集件数 3件

☎ 地域産業推進課 ☎ 34・20080

町ホームページ「新たな特産品の開発を支援します」



催し・講座

国際交流講座

日時 2月26日(日)

所 (☎) 34・5500 / 月曜休園、祝日の場合は翌日休園 / 午前9時～午後5時)へ電話または直接。



「聞こえのサポーター講座」受講生募集中!

話されている内容を要約し、文字として伝える「要約筆記」をご存知ですか?

聞こえが悪くなった人の症状は十色です。外見ではわからないからこそ、聞こえにくいことで不自由な毎を送っている人は案外多いのです。生活上の不自由さを知り、どんなお手伝いができるのかを一緒に学びませんか。
なお、講座の内容は要約筆記いたしますので、お近くに聞こえのことで不自由されている人がおられたら、どうぞ一緒に受講してください。

日程 2月24日、3月3日・17日・24日の全4回(いずれも金曜日)

時間 午後1時～3時

場所 青垣生涯学習センター2階

清掃センターからのお知らせ

清掃センター (環境管理課) ☎ 33-5003

1月9日(月・祝)はもえるごみの収集を行います

午前8時30分までに所定の集積場にごみを出してください。

●この日は清掃センターへごみを持ち込めます。

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。

※本人確認書類を提示してください。

※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。

※正しく分別されていないごみは、持ち帰っていただきます。



第4回 唐古・鍵遺跡史跡公園新春凧あげ大会

生活体験広場で、手づくりの凧や市販の凧を自由にあげてみましょう(スポートカイトは除く)。

凧づくりの先生に凧あげのコツを教えてくださいながら、皆で楽しく凧あげをしましょう。高くなった凧やユニークな凧などには、賞品もあります。

日時 1月21日(土)午後1時30分～3時(雨天の場合22日(日)に順延)

場所 唐古・鍵遺跡史跡公園生活体験広場、弥生の林エリア

参加費 無料

定員 20人(先着順)



の歴史や魅力に触れるイベントを開催します。

日時 1月14日(土)午前10時～午後4時

場所 なら歴史芸術文化村 文化財修復・展示棟B1階

内容 ●パネル展示「たび犬ペロち(©Pantovisco)が巡るヤマト地域」

●铸造体験「ヤマトの出土品や古墳を作ろう!」(午後1時まで)

●学芸員のゆるっと座談会「ヤマト×クロストーク」

時間 ①午前11時～②午後2時

主催 ヤマト地域連携推進協議会

☎ 地域産業推進課 ☎ 34・20080

ヤマト地域フェスタ in なら歴史芸術文化村

飛鳥時代以前の国造りの舞台となった「ヤマト王権」発祥の地であるヤマト地域(磯城郡3町、天理市、桜井市)

研修室2・3

対象 町在住・在勤の人

参加費 1000円(テキスト代など)

申込締切 2月17日(金)

※受講希望者が5人に満たない場合、講座を開催しませんのでご了承ください。

☎・申込 健康福祉課障害福祉係 (☎) 34・2090 / ☎ 32・2977

1月の納付(普通徴収分)

税務課徴収収納係 ☎ 34-2111

納期限 1月31日(火)

- 種類 ●町県民税(第4期分) ●国民健康保険税(第7期分) ●介護保険料(第7期分) ●後期高齢者医療保険料(第7期分)

令和5年1月より、軽自動車税納付確認システム(軽JNKS(ケイジェンクス))で継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります

令和5年1月より軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)が導入され、町が課税している軽自動車税(種別割)の車両ごとの納付情報について、軽自動車検査協会がオンライン上で確認できるようになり、車検時の継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります。

※納付情報が軽JNKSに登録されるまで日数を要する場合があります。

※納付後すぐに継続検査を申請したい場合は、金融機関の窓口やコンビニなどでお支払いいただき納税通知書に添付された納税証明書をご提示ください。

▶以下のケースでは紙の納税証明書が必要となる場合があります

- 納付したばかりで、軽JNKSに納付情報が登録されていない
- 中古車の購入直後
- 他の市町村へ引っ越した直後
- 対象車両に過去の未納がある

催し・講座



「奈良県幼児向け運動・スポーツ・遊び推進事業」体験会

県よりNPO法人青垣すまいるクラブが委託された、未就学児を対象に子どもたちの多様な動きの獲得、体力向上など幼児期からの運動習慣の形成を目指すための事業で、体験会を実施します。

●ボール遊び教室体験会

日時 1月21日(土)、28日(土)

※ともに午後1時～2時

場所 中央体育館 トレーニング室

定員 20人

●テニス教室体験会

日時 1月24日(火)、2月7日(火)

※ともに午後4時～5時

場所 中央体育館 テニスコート

※雨天時はアリーナ

定員 10人

対象 未就学児(年中・年長児)

参加費 無料

※1回の参加でも可

※参加者にはボールをプレゼント

※体験会の様子を動画で撮影し、インターネットで配信します。

持ち物 運動のできる服装、飲み物、体育館シューズ(ボール遊び教室のみ)

●申込 1月11日(水)から中央体育館青垣すまいるクラブ(☎33・5882)へ電話で。(先着順/定員になり次第締切)



県総合リハビリテーションセンター 出前講座のご案内

県総合リハビリテーションセンターでは、地域の皆さんの健康維持・介護の困りごに役立つ情報を提供するため、医師・看護師・薬剤師・放射線技師・管理栄養士などによる出前講座を実施しています。

対象 町在住の概ね10人以上の団体・グループ(自治会、婦人会、老人会など)

日時 原則平日午後の1時間程度

※ご希望により調整します。

講座例

●ひざの痛み

●脳卒中の予防や介護のお話

●骨粗しょう症予防の運動と食生活など

※講座一覧についてはホームページで確認ください。

申込方法 センターホームページのWeb専用フォームもしくは申込書をFAXで。

●公開講座 「笑い認知症予防」 日時 2月15日(水) 午後1時30分～3時30分 場所 福祉住宅体験館 (県営福祉パーク)



県介護実習・普及センターの講座

●公開講座

「笑い認知症予防」

日時 2月15日(水)

午後1時30分～3時30分

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 70人(先着順)

費用 無料

申込締切 令和5年2月9日(木) (当日午後5時必着)

申込方法 住所・氏名・電話番号・講座名を、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 田原本町多722/☎32・8848/FAX34・2800)



65歳以上の人限定スマートフォン教室

日時・内容 1月24日(火)

●1回目：午後1時～2時(インターネット検索の方法について)

●2回目：午後3時～4時(安心・安全講座)

場所 青垣生涯学習センター 研修室

定員 各回20人

受講料 無料

●申込 1月13日(金)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)

福祉作業所のガレージセール 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(未使用品)などを販売します。



福祉作業所のガレージセール

日時 1月31日(火)午前10時～午後1時 ※雨天中止

●場所 田原本町福祉作業所 ☎33・5824 (千代1221の1)

ふるさと納税のお礼品に出品しませんか

地域産業推進課商工観光係 ☎ 34-2080

本町にふるさと納税をしてくださった寄附者に対するお礼品として、商品やサービスなどを出品していただける事業者を募集しています。(随時受付)

お礼品出品の要件

地場産品(町内で生産・加工されたものや町内で提供されるサービスなど)であること。

詳細は募集要項をご確認ください。

登録費用

無料(サイト掲載料、寄附者への商品の配送料は町が負担します。)

掲載ふるさと納税サイト

さとふる・ふるさとチョイス(ふるぽ)

ふるなび・楽天ふるさと納税

少数限定のものや受注生産のもの、食事券や施設利用券なども登録可能です。まずはお気軽に地域産業推進課商工観光係(☎34-2080)へご相談ください。



田原本町ふるさと納税推進事業 協力事業者募集要項

ふるさと納税返礼品の生産者・事業者向け説明会を開催します

ふるさと納税制度による本町への寄附者に対し、本町の魅力ある特産品や生産品をお礼の品として送付しています。

返礼品をより一層充実させ、更なる寄附の促進と地元特産品のPRにつなげるため、新たにふるさと納税の返礼品提供を希望する生産者、事業者を対象にふるさと納税新規事業者説明会を開催します。

日時 2月7日(火) 午後6時～7時30分

場所 田原本町役場3階 301・302会議室

内容 ふるさと納税制度の概要、返礼品の登録手続きについてなど

生活安全ニュース

☎ 天理警察署 ☎ 0743-62-0110

知っていますか「110番の日」

警察では110番通報の適切な利用を促進するため、毎年1月10日を「110番の日」と定め、110番通報の適切な利用を呼びかけています。



110番通報6つのポイント

まずは落ち着いて通報してください。そして、次のことを教えてください。

- 1 「何がありましたか？」
2 「いつごろですか？」
3 「どこでありましたか？」
4 「犯人は？(人相や服装、年齢など)」
5 「今、どうなっていますか？(けがの状況や、盗まれたものなど)」
6 「あなたの住所、名前、電話番号(携帯電話)は？」



使い分けよう2つの110番 相談事などは「#9110」へ

110番は事件・事故などの通報に使用する緊急ダイヤルです。相談事などは、警察相談ダイヤル「#9110」を利用してください。事件・事故発生時に110番がスムーズにつながるよう、皆さんのご協力をお願いします。

110番映像通報システムを導入しています

警察本部では重要事件・事故の場合、通報者のスマートフォンで現場の状況などを撮影していただき、その画像を警察に送信していただくことで、リアルタイムで正確な現場の状況を把握できるシステムを導入しています。

このシステムの活用にはみなさんのご協力が必要です。必要となりますので、よろしくをお願いします。

※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。

就職・募集



ボーイスカウト
磯城第一団隊員募集

ボーイスカウトは、仲間たちと自然の中で行動することにより学び、協調性や社会性をはぐくむことにより、将来の良き社会人を育てる活動です。小学生以上の男女が入隊できます。入団説明会と活動体験会を開催します。興味のある人はご参加ください。

日時 1月22日(日)午後2時～

場所 青垣生涯学習センター
2階研修室

☎ 32・0997



自衛隊

●自衛官候補生
応募資格 18歳以上33歳未満の人
受付期間 年間を通じて
試験日 受付時にお知らせします。

小規模企業共済制度

国がつくった、安心でお得な制度です。商工会、金融機関などで加入手続きできます。

2つのおトク

- 掛金は全額所得控除で、今日からおトク。(月々の掛金は1000円～7万円まで自由に設定可能)
- 経営者の退職金として受け取れ、未来自らおトク。(共済金の受取り時にも税制メリットがあります)

詳しくは「小規模共済」で検索してご覧ください。

☎ (独) 中小企業基盤整備機構

予備自衛官補
応募資格

一般公募 18歳以上34歳未満の人
技能公募 18歳以上で国家免許資格などを有する人
※資格により年齢制限の上限が異なります。

受付期間 1月10日(火)～4月6日(木)
試験日 4月8日(土)～23日(日)
※いずれか1日を指定

☎ 29・9060



ならジョブカフェセミナー

アットホームな雰囲気です。就職活動のスキルを学ぶことができる参加型のセミナーです。

日時
① 1月12日(木)
② 1月20日(金)
③ 1月31日(火)

※時間はすべて午後2時～4時

内容
①「業種&職種を知ろう!仕事の見つけ方」
②「エントリーシートの書き方」
③「実践!面接対策セミナー」

場所
① 奈良県高田しごとセンター(大和)

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。

地区 九品寺・九品寺柿木原
氏名 泉谷一弘・北林章雄

☎ 健康福祉課社会福祉係
34・2098



災害義援金

●義援金を寄託 令和4年台風第15号 災害義援金

田原本町赤十字奉仕団・田原本町地域婦人団体連絡協議会から、町分区長の森町長に義援金が寄託されました。

これは奉仕団が行った募金活動で集まったお金と、協議会が文化祭で得た収益の一部を合わせたお金を義援金として、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人たちに届けられます。

金額 2万2783円

善意銀行(11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：1万円
◇匿名：2000円
◇田原本町地域婦人団体連絡協議会：3万円

☎ 田原本町善意銀行(町社会福祉協議会内) 34・2118

お知らせ

高田市)
② 奈良県奈良しごとセンターならジョブカフェ(奈良市)
対象 就職活動中の学生や概ね35歳未満の求職者(40代前半までの不安定就業者を含む)
定員 各回10人程度(先着順)
参加費 無料
申込 各セミナー前日までに、電話、FAXまたはホームページよりお申し込みください。

☎ 奈良県奈良しごとセンターならジョブカフェ(☎0742・23・5730 / FAX 0742・23・5757)

令和5年度競争入札
参加資格審査申請(指名願)

町が発注する「建設工事」「測量・建設コンサルタント等」「物品製造等」の競争入札に参加するためには、登録申請が必要です。

令和5年度分の追加受付は、次のとおりです。

申請要領は、1月上旬から町ホームページに掲載します。

資格の有効期間 令和5年4月1日(土)

コンビニ交付を休止します

機器メンテナンスのために住民票・印鑑証明書のコンビニ交付を次のとおり休止します。

休止日 1月11日(水)終日

☎ 総合窓口課 34・20087

1月26日は文化財防火デーです

文化財防火デーは、昭和24年1月26日に世界最古の木造建築物である法隆寺金堂の火災により仏画の大半を焼失したことから、文化財への防火意識の高揚を図るため制定されました。

奈良県は、1月23日から29日までを文化財防火週間と定めており、磯城消防署では町内の重要文化財を対象に立ち入り検査を行います。

文化財の防火について関心を高めていただき、火災予防にご協力をお願いします。

☎ 磯城消防署予防課 33・2461

クイズ&アンケート

クイズに答えて
プレゼントを当てよう!



今月のプレゼント
7プレミアムゴールド
金のハンバーグ×2個(6名様)

セブン-イレブン田原本千代店では「セブンあんしんお届け便」を実施し、地域・コミュニティとともに住みやすい社会の実現に取り組んでいます。



▲「セブンあんしんお届け便」移動販売車

専門店の本格的な味わいを手軽に楽しめる「7プレミアムゴールド 金のハンバーグ」をプレゼントします。

セブン-イレブン田原本千代店
竹林酒米穀店

千代1120-1 ☎ 32-7131
定休日：年中無休 営業時間：24時間営業

広報クイズ Q.〇〇に入る言葉は?
唐古・鍵遺跡は何時代の遺跡?
「〇〇」時代
アンケート

- 広報たわらもと1月号のご意見、ご感想
- 取り上げてほしい企画や内容

応募方法

クイズの答え・住所・氏名・年齢・アンケートを書いて、ハガキ、FAXまたは下記QRコードの申込フォームからご応募ください。

※クイズ正解者の中から抽選でプレゼントが当たります。当選者には引換券(ハガキ)を発送します。

※1人で2通以上の応募は無効です。当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。

〒636-0392 田原本町 890-1 田原本町役場秘書広報課「広報1月号プレゼント」係

FAX 32-2977

締切 1月25日(水) (消印有効)



※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。最新の情報は、担当課へお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。

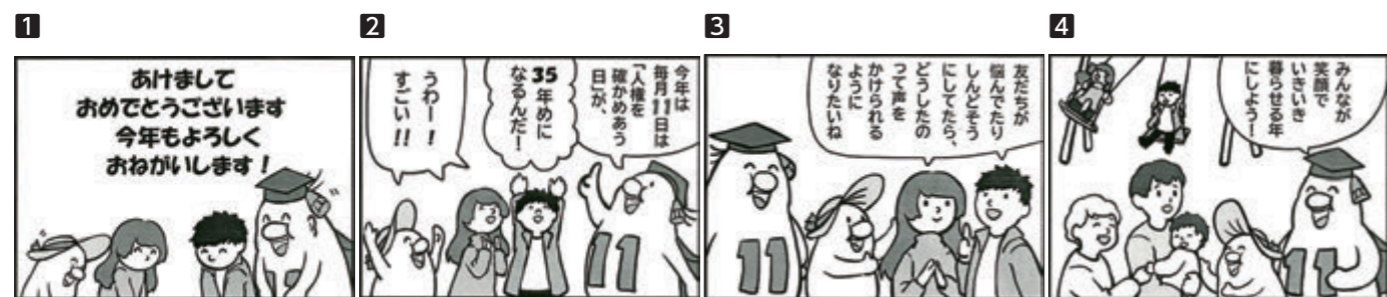
無料相談窓口

相談名	日時	場所	内容	その他
無料税務相談 (予約制)	1月18日(水) 午後1時～4時(1人30分以内)	町役場3階 理事者控室	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 税務課町民税係 ☎ 34-2112 ☎ 近畿税理士会桜井支部事務局 ☎ 41-6477
人権相談	1月19日(木) 午後1時～3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	☎ 総合窓口課 ☎ 34-2087
みんなの人権 110番	電話での相談になります。 ☎ 0570-003-110		人権問題にかかわる困りごと相談	☎ 奈良地方務局葛城支局 ☎ 0745-52-4941
行政相談	1月19日(木) 午後1時～3時	町役場2階 相談室2B	国の行政全般についての不満、要望などの相談	☎ 総合窓口課 ☎ 34-2087
無料法律相談 (予約制)	1月19日(木) 午後1時～4時	町役場1階 相談室1C	弁護士による法律相談	定員=6人(申込順) ☎・申込 1月4日(水)から、総合窓口課(☎ 34-2087)へ。
中南和法律咨询センター (予約制)	2月1日(水) 午後1時～4時(1人30分程度)	町役場2階 201会議室	弁護士による法律相談	申込開始日時=1月18日(水)午前9時30分～ ☎・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。
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	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 ☎・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	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 ☎・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)	1月25日(水) 午前10時～午後3時30分	青垣生涯学習センター	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=公認心理師 ☎・予約 1月18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)	1月25日(水) 午前10時～正午	町役場1階 相談室1C	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)	☎・予約 若者サポートステーションやまと ☎ 44-2055
女性の再就職準備 相談	1月26日(木) 午前9時30分～午後0時30分	町役場1階 相談室1C	キャリアコンサルタントが働きたい女性の就職活動を支援します。	☎・予約 女性の再就職準備相談窓口(県女性センター内/☎ 0742-24-1150/火～土曜日午前9時～午後4時30分) ※予約は前日まで。当日申込不可。
生活自立相談 (予約制)	要予約	都度ご案内 します	失業などで生活や経済的に困りの人への相談・支援	☎・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)	1月26日(木) 午後1時～4時	町社会福祉協議会2階 小会議室	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 ☎ 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

※消費生活相談は、本紙27ページに掲載しています。

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。



※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。

Medical 国保中央病院だより 141 国保中央病院 ☎ 32-8800 携帯電話などの電波による医療機器への影響

臨床工学技士 砂子坂 翔

電波による医療機器への影響

IT技術革新の影響で多くの電波が飛び交っています。携帯電話の普及率はますます、スマートフォン(総務省/令和3年通信利用動向調査)。電波は我々の生活を楽にしてくれます。しかし、病院ではさまざまな医療機器を使用しており、電波の影響で誤作動や不具合などが生じる事も事実です。

病院内で安全に使用するために

携帯電話を病院内で安全に使用するために、医療機器への影響という観点で気を付けてもらう事は「距離」です。電波は端末から距離が遠くなるにつれ減衰します。携帯電話と医療機器の距離が1メートル離れるとおおむね問題はありませぬ。これを「推奨分離距離」と呼びます。しかし、携

帯電話と医療機器の距離が近くなると不具合が生じます。具体的な例として、点滴を行う輸液ポンプは警報音が鳴り、点滴が止まる事があります。医療機器の上に携帯電話を置くようなことは厳禁です。

病院内でもご注意ください

町中でも医療機器を使用されている患者さんがおられます。その代表例が「植込み型心臓ペースメーカー」です。総務省によると、携帯電話と植込み型医療機器との距離は15センチメートルです。これを受け、公共交通機関内の優先座席付近での携帯電話についての注意事項も「混雑時には携帯電話の電源をお切りください」となっています。便利なものを安全安心に使用するために、正しい知識を身につけて、理解していただくことが必要不可欠です。

また、病院内では大声での通話・歩きスマホ・録音・撮影などの行為は禁止されています。病院内にはさまざまな病態の患者さんがおられるため、携帯電話を利用される場合は、マナーを守り、利用可能エリアでご使用ください。



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(後期計画)

簡単においしく減塩

作り方

- 1 Aの調味料を混ぜる。
- 2 れんこんは皮をむき、1cm幅の輪切りにして電子レンジ(600W)に2分かける。
- 3 牛薄切り肉にこしょうをふり、れんこんを巻いて片栗粉をまぶす。
- 4 フライパンにごま油を熱し、3の巻き終わりを下にして並べる。
- 5 両面に焼き色がついたら1の調味料を入れてからめ、白ごまを加えてひと混ぜし、器に盛り付ける。

ベーコンやソーセージなどの肉類、かまぼこやちくわなどの魚介類、パンやめん類などの穀類、これらの加工食品の製造過程には塩が必要です。これらの加工食品は製造過程に塩を加えることで、保存性を増したり加工食品独特の弾力がでることにつながります。減塩するためには、これらの加工食品の食べる回数や量を減らしたり、塩分が少ないものを選ぶなどの工夫が必要です。



れんこんの肉巻き

1人分エネルギー:217kcal, 塩分:0.9g

材料(2人分)

- ▶ れんこん...150g
- ▶ 牛薄切り肉...80g
- ▶ こしょう...少々
- ▶ 片栗粉...大さじ1
- ▶ ごま油...大さじ1/2
- ▶ 白ごま...大さじ1
- ▶ A(しょうゆ...小さじ1・1/2、豆板醤...少々、酒...小さじ1・1/2、砂糖...小さじ1・1/2)

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
担当 消費生活相談員
相談方法 面談・電話
☎ 32-2901 (内線174)

法律が改正され、海外の事業者から日本に模倣品(商標権または意匠権を侵害するもの)が送付された場合は、個人使用目的の場合でも、税関による没収の対象となり、手元に届かなくなります。
 詐欺的なサイトから模倣品を購入しないよう、注文する前にサイトの情報をよく確認してください。インターネットでその事業者のトラブル情報がないかを検索しましょう。

消費生活 ニュース Consumer

インターネットでの模倣品の購入トラブルにご注意!

☎ 総合窓口課 ☎ 34・2087

～購入サイトの見極め項目リスト～

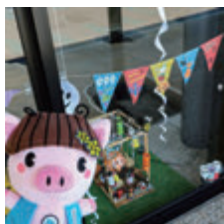
<input type="checkbox"/>	サイトのURLの表記が、ブランドの正式な英語表記と少しだけ異なる	<input type="checkbox"/>	日本語の字体、文章表現が不自然
<input type="checkbox"/>	ブランド、メーカー名で価格が通常より安い	<input type="checkbox"/>	市場では希少なものがこのサイトでは入手可能となっている
<input type="checkbox"/>	事業者の名称、住所、電話番号が明確に表記されていない、嘘の情報が記載されている	<input type="checkbox"/>	海外の電話番号の国番号が住所と異なる
<input type="checkbox"/>	事業者の名称、住所、代表者名などをインターネットで検索すると、ほかのサイトでも同一の内容が表示されている	<input type="checkbox"/>	問い合わせ先のメールアドレスがフリーメール
<input type="checkbox"/>	問い合わせ電話番号が通じない	<input type="checkbox"/>	キャンセル、返品、返金のルールがどこにも記載されていない
<input type="checkbox"/>	支払方法が銀行振込に限定されている	これらが複数該当するサイトは要注意です!	

海外事業者とのトラブル相談は、消費者ホットライン“188”に電話、または越境消費者センター(CCJ)へ!



Pick UP 町公式インスタグラム

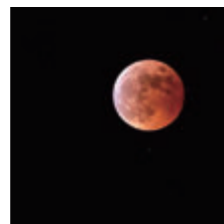
田原本町公式インスタグラムの10・11月の投稿から、広報担当者イチ押しの写真をご紹介します。



▲史跡公園に遊びに行ったらハロウィンの可愛い飾りがあったトン!



▲親子で農業体験! 一所懸命にお芋掘りを楽しみました



▲11月8日の皆既月食、雲もなく綺麗な月食が見えました

人、モノ、風景、イベントなどを「#たわらもとfun」をつけて投稿しています。

右のQRコードからフォローをお願いします。



※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。

子どもの成長を願って

すこやか Growth

今、子どもたちは! ? ～400字作文応募作品と 体験作文の発表について～ (青少年健全育成の集い)

町青少年健全育成推進協議会事務局
 (生涯教育課内) ☎ 32-6193

青少年健全育成推進協議会の事業の中に「400字作文」と「体験作文」の募集があります。
 400字作文は、町内の小学6年生と中学1年生から募集しています。
 体験作文は、町内の小学6年生と中学2年生、町内にある県立学校2年生を対象として募集しています。
400字作文から
 児童・生徒たちが今どんなことが大切であると考えているのかを紹介し、
 全応募数491点の中で、小学校で60点、中学校で70点、合計130点が「友達が大切」と綴っていました。また「家族が大切」と綴った作

品も、小学校で44点、中学校で21点ありました。
 このほかでは、小学校では「命」「ペット」「スポーツ」が大切であると綴っていた作品が多数ありました。中学校では「スポーツ」「挨拶」「命」が大切であると綴っていた作品が多数ありました。
 改めて「友達」や「家族」「命」「スポーツ」などの大切さについて考える良い機会となったと考えます。
 どの作品もじっくりと時間をかけて綴られていることがよく伝わってくる作品ばかりでした。
 なお、応募作品の中から、小学校代表の2作品と中学校代表の2作品を広報7月号と11月号に掲載しています。
体験作文募集および発表について
 体験作文の募集については、昨年7月(夏休み前)より始め、令和5年1月11日を応募締め切り日としています。
 発表については年度末の「青少年健全育成の集い」の中で実施する予定です。
 期日、会場は次のとおりです。
期日 令和5年3月12日(日)
会場 弥生の里ホール
 ※コロナ感染拡大等により、発表の形式が変更となる場合があります。

今やろう! 防災アクション



Vol.39

☎ 防災課安全防災係 ☎ 34-2059

災害時の車中泊避難とは

大災害により命は助かったが自宅が使えない状況の場合、皆さんはどうされますか。避難先としてまずは指定避難所の利用が優先されますが、2016年に発生した熊本地震では大きな余震が繰り返し発生し、屋内で寝ることに不安を抱いた多くの人が車で寝泊まりしました。このような車中泊避難は、エコノミークラス症候群や一酸化炭素中毒など、最悪の場合には死に至る場合があります。

一方で、プライバシーが保たれたり、ペットや小さな子どもがいる世帯などではほかの避難者に気兼ねせず生活するといった点にメリットを感じる人も少なくありません。自家用車を所有していれば選択しやすい車中泊避難ですが、デメリットもあることをしっかり認識しておきましょう。

車中泊避難のデメリット

- 車上荒らしの危険がある。
- 排気音や排ガスが気になり長時間エアコンをかけられない。
- ガソリンが入手しにくい場合がある。
- 夏場は熱中症になる危険がある。
- エコノミークラス症候群、一酸化炭素中毒など健康上の危険がある。

車中泊時のエコノミークラス症候群予防法

- こまめな水分補給をする。
- 適度な運動をする。
- 頭と脚を水平に伸ばして寝る。

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。

場所 おはなしのへや(申込不要)

日時	対象
1月7日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
1月14日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
1月21日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
2月4日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上



図書館ホームページが便利になりました

①スマホからも見やすい画面に！

スマートフォンやタブレット端末からも快適にご覧いただけるデザインに対応しました。

②スマホが図書館利用カードに！

スマートフォンで図書館のホームページにログインし、画面に表示されるバーコードを提示することで、本を借りることができます。※ホームページアドレス、利用者番号、パスワードは今までどおりのものでご利用いただけます。

図書館ホームページ

<https://www.lics-saas.nexs-service.jp/tawaramoto/>

図書館アンケートにご協力をお願いします

今後の図書館運営に役立てるため、ぜひご協力をお願いいたします。



利用したことがある人



利用したことがない人

令和5年度会計年度任用職員の登録者募集

令和5年度に図書館で働きたいと考えている人は、町役場人事課へ履歴書を提出してください。(履歴書の備考欄に「図書館希望」と記載してください) 提出方法などは、本紙16ページをご覧ください。

募集職種 司書(フルタイム)・一般事務(パートタイム)

1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	⑬	17	18	19	20	21
22	⑮	24	25	26	27	28
29	⑳	31				

開館時間 午前9時30分～午後5時(土曜日のみ午後6時30分まで)

わいわいタイム

毎週水曜日：午前9時30分～午後5時

毎週日曜日：午後1時～5時

問い合わせ ☎ 32-0262

第3回いきいき百歳元気交流大会を開催しました

「いきいき百歳体操」は、現在町内で45団体が実施しています。団体によっては実施から3・4年が経過しており、体操の手法が自己流になっている人や通うのをやめてしまった人もおられます。

今一度、体操の効果を実感していただけるように、今回「いきいき百歳体操の質を高めよう！」と題して、いきいき百歳元気交流大会を11月30日に弥生の里ホールで開催し、175人が参加されました。



①自身の体験を語る東口芳子さん ②古田和彦さん(県総合リハビリテーションセンター整形外科部長)による講演 ③④松山奈美さん(県総合リハビリテーションセンター作業療法士)による実演と実践 ⑤会場前でのフレイル測定 ⑥飾られた田原本町の古い写真を前に昔話に花が咲く ⑦⑧宮古・南千代の世話役による団体立ち上げまでのお話

たわらもどで見つけた！
いきいきご長寿
数珠つなぎ

第11回

高知市の医師や理学療法士が開発した「いきいき百歳体操」。

体を鍛えられ、仲間が増えると好評なこの体操を通して、参加者の声や取り組みを紹介します。

コロナ禍でも中止することなく体操を継続していた、90歳以上の人が表彰されました。



いきいき百歳体操をはじめませんか

いきいき百歳体操を…

- やってみたい人
- 体操する団体を立ち上げたい人
- 体操場所を提供できる人

ぜひ下記の連絡先へご相談ください

〒 町地域包括支援センター

☎ 34-2104



町ホームページにも関係情報を掲載しています



Youtube
いきいき百歳体操
～田原本版～

健康カレンダー 1月

受=受付 内=内容 定=定員 費=費用 申=申込 場=場所 注=注意

各相談・検診などの詳細については、右のQRコードを読み取ってください。



注新型コロナウイルスワクチン
関連情報については「ワクチン
接種班だより（本紙3ペー
ジ）」をご覧ください

令和4年度健康づくりカレンダー

定期予防接種 保健センター ☎ 33-8000

定期予防接種はすべて医療機関での個別接種です。町内委託医療機関や予診票の送付時期については、令和4年度健康づくりカレンダーをご参照ください。

※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が必要です。

持ち物：母子健康手帳、予診票（お手元に届いている人のみ）

※各種予防接種の内容に関する相談や転入などで予診票を持っていない人は、保健センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で定期予防接種の時期を遅らせることのないよう、適切な時期（対象年齢）に受けましょう。



▲定期予防接種
について



▲町内委託医療
機関について

乳幼児のための健康診査 保健センターで実施/圏・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035

乳幼児健康診査は、お子さんの節目の成長発達を確認する大切な健診です。乳児（4ヵ月児）・1歳6ヵ月児・3歳6ヵ月児で健康診査を実施しています。また、乳児（10ヵ月児）相談を実施しています。対象の人へは個別にお知らせします。健診・相談に来られる際には、案内をよくお読みになったうえで、お越しいただくようご協力ください。

※現在、新型コロナウイルス感染症対策のため、時間を分けて案内しています。対象の月齢を過ぎての案内となる場合もありますのでご了承ください。

日程・対象については、令和4年度健康づくりカレンダーをご覧ください。



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

参加時はマスクの着用をお願いします。また体調不良時には参加をご遠慮いただくなどご協力ください。

行事名	内容など
赤ちゃん体操教室 (らっこクラス)	内 赤ちゃん向けの遊びを中心とした体操の紹介など 定 8組（1部・2部ともに） 受 1部 9:15～9:30 / 2部 10:15～10:30
赤ちゃん体操教室 (こあらクラス)	内 妊娠中の過ごし方や歯の健康、栄養についての話 定 8人 受 9:15～9:30
プレママ教室	内 保健師・助産師・栄養士などがお子さんの発育や育児などについて相談を受けます 受 9:00～11:30の間で時間予約制（30分程度） ※オンライン相談も実施しています。詳しくは町ホームページまたは保健センターへお問い合わせください。



日程・対象については、令和4年度健康づくりカレンダーをご覧ください。

高齢者のための予防接種

予防接種名	日程	対象 / 内容
高齢者肺炎球菌 予防接種	医療機関で 3月31日(金)まで	対象…①令和4年4月2日～令和5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接種当時において、60～65歳未満で、内部障害などのため医師が予防接種を必要と認めた人 注①②とも過去に一度でも肺炎球菌予防接種をした人は対象外ですので、ご注意ください。 費 3,000円 注 対象と思われる人には令和4年4月に接種券（ハガキ）を送付しました。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。

注町内委託医療機関へは、直接お申し込みください。町外医療機関での接種を希望する人は、事前に保健センターで手続き（接種券、自己負担金）が必要です。

注生活保護受給者は、事前に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。

※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、担当課へお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。

成人のための個別検診 (保健センター ☎ 33-8000 / 検診対象年齢は令和5年3月31日時点の年齢。70歳以上の人は無料、申込制)

検診名	実施期間	対象	内容
子宮がん検診		20歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 子宮頸部(費 2,000円) 注 医師が必要と認めた場合、子宮頸部と体部がん検診(費 3,500円) 申 場 県内実施医療機関
乳がん検診	2月末日まで 注 受診票は保健センターで発行しています。	40歳以上の女性 (2年に1回の受診)	内 マンモグラフィ検査 費 2,800円 申 場 県内実施医療機関 注 受診できない人…乳房疾患、胸部外傷で治療中、心臓ペースメーカー装着者、妊娠中・授乳中または断乳直後の人、乳房内に人工物が入っている人など
胃がん検診 (胃内視鏡検診)		50歳以上 (2年に1回の受診)	内 胃内視鏡(胃カメラ)による検査 費 3,000円 申 場 国保中央病院・健康づくりセンター 注 受診できない人…胃の治療中や胃全摘手術をした人、抗血栓薬を飲んでいる人など(詳細については、保健センターまでお問い合わせください)

注各医療機関の休診日に注意して、期間内に受診しましょう。

新型コロナウイルス感染症在宅療養者等への支援について 保健センター ☎ 33-8000

新型コロナウイルス感染症の陽性が判明した人のうち、自宅で療養されていて、食材の調達が困難な人に在宅療養者支援物資の配達・パルスオキシメーターの貸し出しを実施しています。

対象者

陽性者のうち、症状（発熱や咳、倦怠感など）がある人
※同居家族の中に買い物に行くことができる人（陽性者及び濃厚接触者のうち無症状の人など）がいる場合は対象外となりますのでご了承ください。

※役場の閉庁日（土・日曜日、祝日及び年末年始）に連絡を受けた場合は、翌々日以降の配達になる場合がありますのでご了承ください。

普段から家庭で備蓄をしましょう

新型コロナウイルス感染症及び災害時を含め、普段から家庭備蓄が必要です。見直してみましょう



町ホームページ
「新型コロナウイルス感染症の在宅療養者等への支援について」



家庭備蓄のすすめ

新型コロナウイルス感染症拡大防止にかかる 磯城休日応急診療所の診療体制について

現在、下記のとおり診療を行っています。

- ①発熱などの症状がある人は、受診前に磯城休日応急診療所（☎ 33-8000）までお電話ください。
- ②症状の有無にかかわらず感染の不安のある人は、受診前にまず新型コロナ・発熱患者受診相談窓口（☎ 0742-27-1132 / FAX 0742-27-8565：24時間対応）に電話相談してください。

※磯城休日応急診療所（日曜日、祝日、年末年始/午前10時～正午、午後0時40分～4時）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。（保険証が必要）

※受付時間は診療終了時間の30分前まで。

※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。



☎ 保健センター ☎ 33-8010 / 宮古404の7 / 8:30～17:15（土・日曜日、祝日を除く）

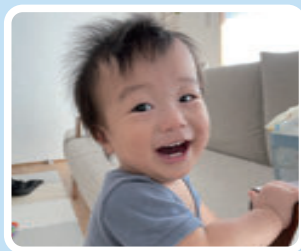
我が家の天使

10ヵ月健康相談の対象となっているお子さんの写真をご家族に撮っていただいたものを掲載しています。

名=氏名
生=生年月日
コ=コメント



名 やまぐち れんと 山口 蓮斗ちゃん
生 令和3年11月4日
コ いっぱい食べて大きくなってね♡



名 かめたに そうすけ 亀谷 奏介ちゃん
生 令和3年11月18日
コ これからもニコニコ元気でいてね。



名 ひさか らん 日阪 蘭ちゃん
生 令和3年11月22日
コ ばばもママもねえねも蘭ちゃんのが大好きだよ



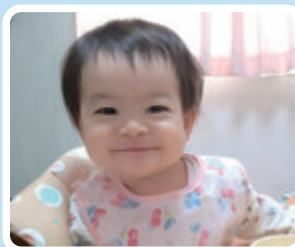
名 まるおか ちえ 丸岡 千恵ちゃん
生 令和3年11月21日
コ お兄ちゃんと、いつまでも仲良くゲンキに育ってね。



名 なかむら いぶき 中村 彩吹ちゃん
生 令和3年12月6日
コ 癒しをありがとう。すくすく大きくなってね！



名 きくざき りと 菊崎 琉斗ちゃん
生 令和3年12月14日
コ これからも琉斗らしくのびのび育ってね♡だいすき♡



名 もりた ゆま 森田 結方ちゃん
生 令和3年12月10日
コ 健康で楽しく育ってね。



「広報たわらもと」は再生紙、環境に優しい植物油インキを使用しています。1月号の1部当たりの印刷経費は約29円です。



今月の1シーン 「プロ野球・奈良県人会」による野球教室



12月4日、中央体育館で「プロ野球・奈良県人会」による野球教室が開催されました。三浦大輔さんをはじめとする現役・元プロ野球選手から子どもたちに熱い指導が行われ、未来のスター選手へとエールが送られました。

この広報は、有害な排水を出さない「水なし印刷」を採用しています。SDGsの掲げる17の項目に対して、8つの項目で具体的な貢献をします。



人の動き 令和4年12月1日現在
資料：住民基本台帳(外国人人口・世帯を含む)

人口	31,736人	(前月比)	-3人
男	15,207人	(前月比)	+2人
女	16,529人	(前月比)	-5人
世帯数	13,399世帯	(前月比)	+10世帯

家庭ごみ排出量 (11月分) ごみの分別と減量にご協力を

	排出量	前年同月排出量
もえるごみ	439t	483t
もえないごみ	14t	14t
資源ごみ	43t	47t

編集後記

■唐古・鍵遺跡史跡公園で行われた奈良田原本流鎗馬まつりを取材しました。颯爽と駆ける馬の迫力に目を奪われ、少しでもいい一枚を撮ろうと夢中でシャッターを切っていました。 昂
■野球教室の取材で現役プロ野球選手を目の前に、大の野球好きの私はワクワクが止まらず…。子どもたちにはこの経験を糧に、球界を熱く盛り上げる選手になってほしいです。 智