

たわらもと11 | 2025 November No. 646



特集 p.02-05 元気な高齢者が多いまち 田原本

- p. 06 ご長寿おめでとうございます！、議会だより
- p. 08 イベントカレンダー
- p. 10 お知らせ+
- p. 14 お知らせ
- p. 19 いきいきご長寿数珠つなぎ
- p. 20 消費生活ニュース、無料相談窓口
- p. 22 国保中央病院だより、料理、図書館だより
- p. 24 まちの話題、町長メッセージ

写真：9月にスタートした「俺たちの運動教室」の様子。
参加者は楽しみながら有酸素運動や調理実習などに取り組んでいました。本紙2ページからの特集では、町のフレイル予防などの取り組みを紹介しています。

町の情報を発信中！



LINE



Facebook



Instagram



FM まほろば
79.5MHz

●ごみカレンダー（12月～令和8年1月分）を折り込んでいます。



元気な高齢者が多いまち 田原本

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

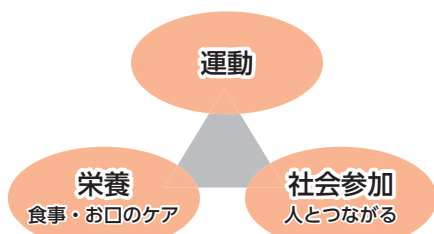


フレイルをご存知ですか？

フレイルとは、加齢に伴い、体力や気力、食欲、活動量などが低下し、虚弱になっていく状態のことです。



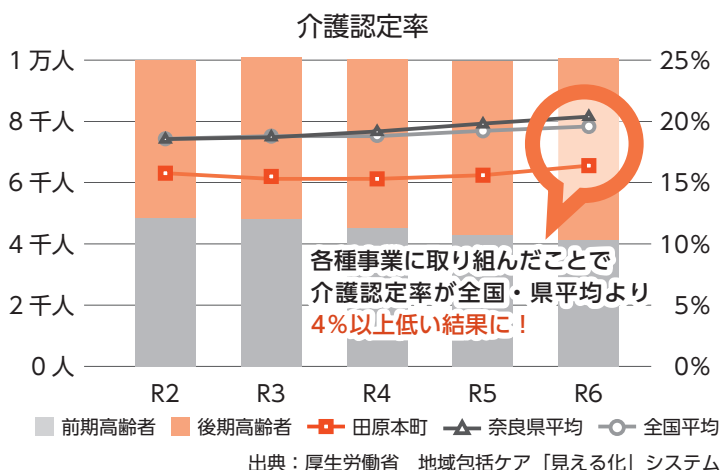
フレイル予防の3つの柱



世界でも例のない超高齢社会を迎え全国的に要介護の認定を受ける高齢者が増える中、本町ではその数がほぼ横ばいで推移しています（下図参照）。これは、住民の皆さんによる介護を必要としない元気な暮らしを続ける取り組みの成果といえます。大切なのは「早めの気づき」と「予防」です。町では、フレイル予防や認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに力を入れ「ともに生きていくまちプロジェクト」を進めています。

この特集では、町の具体的な取り組みを紹介します。興味のある人は、町地域包括支援センターまでお気軽にお問い合わせください。

フレイル予防で、ずっと元気！



ともに生きていくまちプロジェクト Tawaramoto

町ではフレイル予防を重点に、認知症の有無にかかわらず歳を重ねても自分らしく過ごせるまちづくりを町民の皆さんとともに進めています。

取り組みの3つのポイント

- ① 認知機能の低下や心身機能の低下を「予防」する
- ② 一人暮らし高齢者の孤立を防ぐ見守り体制の構築
- ③ 認知症になっても自分らしく過ごすための地域づくり



「チームオレンジ」※の皆さん

詳細は
次ページ

フレイル予防

▶ 健康を維持したい！

- ・ 通いの場
いきいき百歳体操／サロン／老人クラブ活動
- ・ 運動機会の提供
健幸ポイント事業
たわらもと魅力発見ウォーク **NEW**
- ・ 仲間づくり
参加者は全員男性「俺たちの運動教室」 **NEW**
- ・ 物忘れ予防
認知症予防教室／脳育教室
- ・ 100円で運動できる場所 **NEW**
ジム（中央体育館内）／グラウンドゴルフ場

▶ 疲れやすくなった・気力が落ちた

- ・ 介護予防事業
できること増やそうプロジェクト／ファイト倶楽部

▶ 聞こえの改善

- ・ 「軟骨伝導イヤホン」の普及
耳穴をふさぐ補聴器が苦手な人にも使いやすいイヤホンを、認知症予防教室で普及

▶ 健康の相談・講座

- ・ 「まちの保健室」
通いの場などで、保健師などが参加者らの健康課題に応じたお話や気軽な健康相談を実施
- ・ 「血管にやさしい」ためになる講座 **NEW**
健診で高血圧と判定された国民健康保険加入者対象の高血圧改善の食事・生活上のポイントの講座

孤立を防ぐ見守り体制

▶ 地域での一人暮らし高齢者の見守り

サロン／老人クラブ活動／見守りボランティア／地域の支援者 など

▶ 一人暮らし高齢者の支援～ツナグ～ **NEW**

- ・ ボランティア団体と意見交換を実施
高齢者見守りボランティア団体と意見交換を実施し、現場の課題や工夫などを伺いました。
- ・ 今後の取り組み
① 対象者へアンケートを実施
② 支援が必要な人に対して制度を紹介するなど、必要な支援につなぐ

地域で支えるしくみ

▶ 認知症サポーター「チームオレンジ」※

認知症の人やその家族を地域で支える住民主体の取り組み

▶ 交流の場

認知症カフェ「オレンジカフェ」

▶ 行方不明高齢者等の早期発見体制（SOSネットワーク）

警察や関係事業所と情報共有し早期発見へ

認知症の進行状況に応じた支援は「認知症ガイドブック」に記載（詳細は18ページ）

フレイル予防・孤立解消に

いきいき百歳体操



どんな体操？

高齢期に減少しやすい筋肉へのトレーニングを中心とした 30 分程度の体操です。

どのくらいの人やっているの？

54 団体・700 人以上の人が、週 1 回公民館などで取り組んでいます。

フレイル予防に効果あり！

参加者のフレイル割合は、わずか 5.1%！
全国平均（11%）から大きく下回っており、
フレイル予防に高い効果があります。



NEW

気軽に運動できる場所

100 円で運動できる場所

ジム（中央体育館内 運動ルーム）

対象 すべての町民

時間 午前 9 時～午後 9 時

（受付＝午前 8 時 30 分～午後 5 時）

休館日 月曜（祝日の場合は翌平日）、年末年始

使用料 100 円（1 日中利用可能）

図 文化振興課スポーツ振興係（☎ 33-5882）

グラウンドゴルフ場

時間 午前 9 時～午後 5 時

（受付＝午前 8 時 30 分～午後 3 時）

休場 月曜（祝日の場合は翌平日）、年末年始

料金 午前・午後 各 100 円／全日 180 円

その他 利用日の 1 ヶ月前から申請可能／用具貸出無料／詳細は 13 ページ

図 まちづくり建設課（☎ 34-2115）

ともに生きていく まちプロジェクト Tawaramoto

町が行っているフレイルや孤立を予防する取り組みの一部を紹介します。

いくつになっても元気でいたいあなた、参加してみませんか。

開催日や申込など詳しくは、町地域包括支援センター（☎ 34-2104）までお問い合わせください。

500 円で始める健康習慣

健幸ポイント事業



対象 65 歳以上の町民（今年度 65 歳になる人も対象）

年会費 500 円

（最大 2000 円の地域商品券に交換可能）

内容 ①活動量計やスマホを持って歩いて、ポイントをためて、たまったポイントは地域商品券に交換

②「からだカルテアプリ」で、歩数や体の状態を「見える化」して健康管理

参加者は非参加者に比べて
要介護 1 の発生リスクが **60% 低**くなりました



NEW

町の魅力を再発見しながらフレイル予防！

たわらもと魅力発見ウォーク

- 日時** 12月11日(木)午前10時～正午
(詳細は16ページ・「薬王寺の大樟巡り」)
10～3月の期間、月1回開催予定
- 対象** 65歳以上の町民(今年度65歳になる人も対象)
- 内容** 町観光ボランティアガイドの案内で、歴史やまちの魅力に触れながら町内をウォーキングします。



NEW

男性の仲間づくりに

俺たちの運動教室

- 対象** 介護保険サービスを利用していない65歳以上の男性
- 内容** 社会とのつながりが少なくなりがちな男性の健康づくりを目的とした男性限定の運動教室。運動だけでなく、簡単な調理実習も行っています。
- ※今年度の募集は終了しています。

歩く際、足が上がりやすくなりました！



フレイルからの脱却に

ファイト倶楽部



- 対象** 生活機能が低下している要支援の高齢者
- 内容** ①・②の2本立てによるサポート
- ①フレイル予防に取り組む教室(週2回・約3ヵ月・送迎あり)
 - ②理学療法士による訪問サポート(運動・生活習慣指導)

これまで約120人が参加し、約53%の人が教室終了後も元気な生活を維持しています！



卒業生
大川はま枝さん

今でも元気に過ごせています！

人工股関節の手術がきっかけで参加しました。
フレイルについて学ぶことで、食事やお口のことにも気をつけながら生活するようになりました。
今でも色々な場所へ活動的に行くことができています！

専門職と一緒に「できること」を増やそう！

できること増やそうプロジェクト

- 対象** 介護申請までは必要ないけれど、ちょっとした困りごとを抱える高齢者(「転びやすい」「固いものが食べにくい」など)
- 内容** 医療・介護の専門職がご自宅を訪問し、暮らしやすくなる工夫をアドバイス
- ※町地域包括支援センターでいつでも申込可能

理学療法士による
安全な歩き方の
アドバイス



歯科衛生士による
しっかり噛んで食べるためのアドバイス

ご長寿おめでとうございます！

町内に住む 100 歳到達者のもとを高江町長が訪問し、敬老のお祝い品や表彰状を贈呈して長寿を祝いました。



お祝いしたご長寿の人たちの写真を Facebook でも公開しています。



100 歳おめでとうございます



以勢 みつ子さん 村田 利子さん 竹森 ヨシ子さん
吉田 カズエさん 川口 清さん 芳澤 秀俊さん
小林 澄子さん 他 3 人

第 6 回いきいき百歳元気交流大会 ～みんなが主役のいきいき百歳体操～

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

いきいき百歳体操を毎週実施している 90 歳以上の体操継続者への表彰式や、体操団体の発表を行います。ともに健康長寿の喜びを分かち合いましょう。

日時 **11 月 21 日 (金)**
午後 1 時 30 分～ 3 時 30 分
(受付＝午後 1 時～)

場所 青垣生涯学習センター 弥生の里ホール



注意 体を動かすので水分補給用の飲み物と、動きやすい服装でお越しください。駐車場に限りがありますのでなるべく乗り合わせでご来場ください。

議会だより

令和7年第1回臨時会

新しい議会構成が 決まりました

令和7年田原本町議会「第1回臨時会」を10月3日に開催しました。正副議長の選挙、各常任委員会・議会運営委員会の委員選任、監査委員の選出などの議会人事に加え、2つの特別委員会を設置し委員を選任しました。監査委員（議員選出）には、村上清司議員が選ばれました。

常任委員会

○総務文教委員会

委員長 持田尚顕 副委員長 梅谷裕規
委員 吉田容工、竹邑利文、宮川隆男、後藤亮太

○厚生建設委員会

委員長 村上清司 副委員長 藤井誠人
委員 西川六男、杉岡雅司、前砂政直、梅本直子
名越 豊

議会運営委員会

委員長 梅谷裕規 副委員長 持田尚顕
委員 竹邑利文、村上清司、藤井誠人、杉岡雅司

議会改革特別委員会

委員長 藤井誠人 副委員長 村上清司
委員 竹邑利文、杉岡雅司、梅本直子、名越 豊
後藤亮太

田原本町小中学校施設再配置検討特別委員会

委員長 梅谷裕規 副委員長 持田尚顕
委員 吉田容工、西川六男、前砂政直、宮川隆男
梅本直子、名越 豊

新議員の紹介

9月21日に行われた田原本町議会議員選挙の結果、新たに構成された町議会議員14人を紹介します。任期は令和7年9月26日から4年間となります。（掲載順番は議席番号順）



議員名簿は
こちらから

後藤亮太（無所属・新）	梅谷裕規（無所属・現）
名越 豊（無所属・新）	藤井誠人（自由民主党・現）
梅本直子（無所属・新）	村上清司（無所属・現）
宮川隆男（公明党・新）	西川六男（無所属・現）
前砂政直（無所属・新）	竹邑利文（無所属・現）
杉岡雅司（無所属・現）	吉田容工（日本共産党・元）
持田尚顕（無所属・現）	植田昌孝（自由民主党・現）

議長・副議長ごあいさつ



議長 植田昌孝



副議長 杉岡雅司

このたびの令和7年第1回臨時会におきまして、議員各位のご推挙により、議長・副議長に就任いたしました。誠に身に余る光栄であり、その責任の重さを改めて痛感し、町の未来のために全力を尽くす決意を新たにいたしました。

今回の選挙を経て、議会は新たな構成でのスタートを切りました。議会構成もより多様となり、新しい視点と豊富な経験が交わることで、これまで以上に活発で実りある議論が期待されます。

現在、人口減少や少子高齢化、地域経済の活性化など、町政を取り巻く環境は年々厳しさを増しています。こうした時代の要請に応えるためにも、私たち議会は行政と健全な緊張関係を保ちながら、的確なチェック機能と建設的な提案を通じて、町の課題解決に取り組んでまいります。

そして何より、町民の皆様とのつながりこそが、まちづくりの礎です。これからも町民の皆様の声を大切にし、皆様の信頼と期待に応えられるよう誠心誠意努めてまいりますので、引き続きご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

令和7年第1回臨時会 議案の審議結果

議案番号	件名	結果	概要
報第14号	町長の専決事項の指定についての報告	報告のみ	町道における物損事故に係る和解及び損害賠償額の決定について（保険で対応）
同第2号	監査委員の選任につき議会の同意を求めることについて	全員賛成で同意	氏名 村上 清司氏

カレンダー

各種無料相談については
本紙 21 ページ

アイコン説明

予=要予約

場所

- 町=町役場
- 青=青垣生涯学習センター
- 図=図書館
- ミ=唐古・鍵考古学ミュージアム
- 体=中央体育館
- ト=トモルテたわらもと 2 階
- 道=道の駅レスティ唐古・鍵
- 唐=唐古・鍵遺跡史跡公園
- 九=九品寺自治会館
- 社=社会福祉協議会
- ふ=ふれあいセンター

問・予約（町役場）

- 住=住民保健課戸籍住民相談係
☎ 34-2087
- 医=住民保健課保健医療年金係
☎ 34-2097
- 保=住民保健課保健センター係
☎ 32-2907
- 長=長寿介護課介護認定・高齢者支援係
☎ 34-2052
- 包=地域包括支援センター
☎ 34-2104
- 環=環境管理課 ☎ 33-5003
- 生=文化振興課生涯学習係
☎ 32-6191
- 図=文化振興課図書館係
☎ 32-0262
- ス=文化振興課スポーツ振興係
☎ 33-5882
- ミ=唐古・鍵考古学ミュージアム
☎ 34-7100

問・予約（民間団体など）

- 道=道の駅レスティ唐古・鍵
☎ 33-9170
- 唐=唐古・鍵遺跡史跡公園事務所
☎ 34-5500
- ハ= NPO 法人ハッピースマイル
☎ 080-2511-7251
- す= NPO 法人子育てすこやかサークル（子育てひろばてとて：
☎ 080-7006-4431）（子ども食堂：☎ 35-3835）
- 古=宮古保育園 ☎ 0120-194-783
- 森=宮森保育園 ☎ 0120-783-194
- 阪=こどもの森阪手こども園
☎ 0120-733-860

※イベントタイトルの後の数字（⑩など）は本紙掲載のページです。

予約用 QR コード



はぴすまひろば



子育てひろばてとて
出張ひろば



0 おびよっこタイム



すこやかな空
くれよん保育園

木	金	土
30	31	11/1 ●文化祭 ^{青生} 午前 9 時～午後 5 時 ●こどもの森阪手こども園園庭開放 ^阪 午前 10 時～正午 ●リユースイベント ^{トす} 午前 10 時～午後 4 時 ●子どもおはなし会 ^{②図図} 午後 2 時～2 時 30 分
6 ●出張ひろば ^{予九す} 午前 10 時～正午、午後 1 時～3 時 ●ふれあいキッズ in English ^{予ふふ} 午前 10 時～11 時	7 ●宮古保育園園庭開放 ^古 午前 10 時～正午	8 ●道の駅レスティ唐古・鍵感謝祭 ^{道道} 午前 9 時～午後 6 時 ●園芸市・フリーマーケット ^{唐唐} 午前 9 時～午後 3 時 ●こどもの森阪手こども園園庭開放 ^阪 午前 10 時～正午 ●子どもおはなし会 ^{②図図} 午後 2 時～2 時 20 分
13 ●0 オぴよっこタイム ^{予トす} 午前 10 時～午後 0 時 30 分 ●たわらもと魅力発見ウォーク ^{予長} 午前 10 時～正午 ●えほんのひろば ^{ふふ} 午前 10 時～11 時 ●出張ひろば ^{予九す} 午前 10 時～正午、午後 1 時～3 時	14 ●宮森保育園園庭開放 ^森 午前 10 時～正午 ●ふれあいふらっと ^{ふふ} 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	15 ●こどもの森阪手こども園園庭開放 ^阪 午前 10 時～正午 ●子ども食堂たわらもと ^{予青す} 正午～午後 1 時 30 分 ●子どもおはなし会 ^{②図図} 午後 2 時～2 時 30 分
20 ●出張ひろば ^{予九す} 午前 10 時～正午、午後 1 時～3 時	21 ●宮古保育園園庭開放 ^古 午前 10 時～正午 ●いきいき百歳元気交流大会 ^{⑥予青包} 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	22 ●こどもの森阪手こども園園庭開放 ^阪 午前 10 時～正午 ●CKD（慢性腎臓病）講演会 ^{予青医} 午後 2 時～3 時 30 分
27 ●出張ひろば ^{予九す} 午前 10 時～正午、午後 1 時～3 時	28 ●宮森保育園園庭開放 ^森 午前 10 時～正午 ●大人ののためのあたまイキイキ音読教室 ^{⑩青図} 午前 10 時～11 時 ●ふれあいふらっと ^{ふふ} 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	29 ●こどもの森阪手こども園園庭開放 ^阪 午前 10 時～正午 ●町小学生ドッジボール大会 ^{予体ス} 午後 1 時 15 分～4 時 30 分
4	5	6

11月

event

イベント

2025 年

日	月	火	水
10/26  ふれあいセンター 行事予定 (公式 LINE)	27 ●子育てひろばとて(予)ト(予)ト 月～日曜日(祝日、年末年始を除く) 午前10時～午後3時30分 ●はぴすまひろば(予)社(ハ) 月・水・金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前10時～午後3時	28 ●令和7年度企画展「田原本で米作り がはじまった時代」(三)(三) 12月7日(日)まで ●ミュージアム入館料無料(三)(三)11月 1日(土)～3日(月)・15日(土)・16日(日)	29
2 ●文化祭(青)(生) 午前9時～午後5時 ●弥生の風 2025 秋カブミー ティング(唐)(唐) 午前10時～午後4時	3 文化の日 ●文化祭(青)(生) 午前9時～午後4時 ●清掃センターへの持込(13)(環) 午前9時～正午	4 ●青空としょかん(ト)(予) 午前10時～正午	5 ●交通安全教室(予)社(ハ) 午前10時15分～11時30分 ●0才ぴよっこタイム(予)ト(予)ト 午後1時～3時30分 ●マイナンバーカード受付時間 の延長(23)(町)(住) 午後7時まで
9 ●マイナンバーカード受付 休日開庁(23)(町)(住) 午前10時～午後4時 ●道の駅レスティ唐古・鍵感謝 祭(道)(酒)午前9時～午後6時 ●園芸市・フリーマーケット (唐)(唐)午前9時～午後3時	10	11 ●にじいろタイム(お話会など) (予)ト(予)ト 午前10時30分～11時30分	12 ●図書館わいわいタイムはぴす まコラボデイ(図)(ハ) 午前9時30分～11時 ●おもちゃ病院(社)(環) 午前10時～午後1時
16 ●大和フェス (唐)(唐)午前10時～午後4時 ●おはなし(ストーリーテリ ング)入門講座(予)(青)(図) 午後2時～3時30分	17 ●ベビーデイ(予)社(ハ) 午後0時30分～3時 ●0才ぴよっこタイム(予)ト(予)ト 午後1時～3時30分	18 ●すこやか測定日(阪)	19 ●マイナンバーカード受付時間 の延長(23)(町)(住)午後7時まで ●スマートフォン教室(16)(予)(青)(生) 1回目:午後1時～2時/2回目: 午後2時30分～3時30分
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25 ●0才ぴよっこタイム(予)ト(予)ト 午前10時～午後0時30分 ●サーキットで遊ぼう! (14)(予)(古)午前10時～11時	26 ●オレンジカフェ☆トモルテ (16)(予)ト(包) 午後1時30分～2時30分 ●男性の料理教室(15)(予)(青)(保) 午前10時～午後1時
30 ●企画展開連講演会 (青)(三)午後1時～4時	12/1	2	3

※ 10月17日現在の情報です。天候などにより中止となる場合がありますので、最新の情報は町ホームページなどでご確認ください。

部活動地域展開のための

クラウドファンディングご協力のお願い

教育総務課総務管理係 ☎ 33-9150

県では、令和8年度より教員が指導する休日の部活動が廃止される方針が示されました。

そこで町では、学校と地域が協力して中学生の活動を支える「部活動の地域展開」を進め、平日は「部活動」、休日は「地域クラブ活動」として、こどもたちの活動をつながられるよう取り組んでいます。

こどもたちが今後もやりたいことを「やりたい!」と言え、のびのびと活動を続けられるよう、クラウドファンディングへのご支援・ご協力をお願いします。

部活動の地域展開とは？

学校教育の一環として行われてきた部活動をめぐっては、近年少子化の進行により、これまで通りの学校ごとでの運営が難しくなっており、地域によっては存続自体が厳しいといった全国的な課題があります。

学校部活動から地域クラブ活動への展開を図ることで、地域全体で支え、より豊かで幅広い活動を目指していくことを「部活動の地域展開」といいます。

クラウドファンディング 実施概要

期間 11月1日(土)～12月31日(木)

目標金額 500万円

返礼品 なし

使い道 指導者謝礼

活動に伴う消耗品 など



町民からも大歓迎！

こどもたちの「やりたい」
を支えるために
ご支援をお願いします！



寄附ページ（ふるさとチョイス）
11月1日午前10時公開

「届出避難所」制度をスタート

防災課安全防災係 ☎ 34-2059



▲配備された災害
用備蓄品

◀今里自治会へ通知
書が交付される

地域の方で

いざという時の「安心のよりどころ」を広げます

8月に「届出避難所」制度を制定し、これまでに3つの自治会などから登録申請がありました。

先日、今里自主防災会へ高江町長から通知書が交付され、制度運用が本格的に始まっています。ご協力いただいた皆さんに心より感謝申し上げます。

今後も、地域の皆さんと連携し、安心・安全な避難体制の整備を進めます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

▶届出避難所とは

町の指定避難所とは別に、自治会などが管理する集会所などを登録し、地域で自主運営する避難所です。

地域の実情に応じた柔軟な避難体制の確保を目的としています。

▶開設・運営について

- 主体…自治会など（町職員派遣なし）
- 必要経費…自治会などの負担

▶町の支援

- 災害用備蓄品の事前配備
- 保存期限が近づいた備蓄品の更新



町ホームページ
届出避難所

こども未来課総合相談係 ☎ 33-9095



食べて、知って、楽しむ！ 奈良の味わいフェス

NARAD EAT FESTIVAL2025

かせぐ地域課 ☎ 34-2080



奈良市・田原本町・明日香村・吉野町を産地とした
美味しい食材を存分に使用した料理が味わえるイベン
トです。

ぜひこの機会に、シェフ考案のスペシャルなメニュ
ーをお楽しみください！

開催
期間

10月1日(水)～11月30日(日)

開催
場所

奈良市観光センター「NARANICLUB」
内「カフェ エトランジェ ナラッド」
(奈良市上三条町 23-4)

田原本町食材を 使った 特別メニュー



紅はるかと林檎の米粉タルト
(田原本町の米粉使用)



吉野 MICA 卵と、安萬侶さん
米のカルボナーラリゾット(田
原本町の安萬侶さん米使用)



月ヶ瀬の梅干しとシラスのピ
ッツァ・ジャポネーゼ(田原
本町のもろみパウダー使用)



イベントの詳細は
こちらから

奈良クラブホームゲーム「田原本町民デー」

奈良クラブ ☎ 0745-43-6890

奈良県初のJリーグ昇格を果たしたサッカークラブ
「奈良クラブ」のホームゲームに、田原本町民を無料
でご招待します。選手たちの迫力あるプレーを楽しみ
ながら、地元チーム「奈良クラブ」に熱い声援を送り
ませんか。

日時 **11月24日(月・祝)**

キックオフ：午後2時
(開場＝正午～)

2025 シーズン第 37 節
VS SC 相模原

場所 ロートフィールド奈良
(奈良市法蓮佐保山 4-5-1)

対象(観戦者) 町内に在住・在勤・在学している人
招待対象席種 メイン B 自由席または芝生自由席



写真提供＝奈良クラブ



©NARACLUB

申込方法 下記 QR コードから申込サイトにアクセ
スし、申し込んでください。

※申込完了後に確認メールを送信します。

※申込にはJリーグIDの取得が必要です(無料)。

※JリーグID1つで5人まで申込可能



◀申込サイト

申込締切日 試合当日キックオフ時間まで

招待券引換方法(1人につき1枚)

引換時間 試合当日午前11時～

引換場所 会場内チケットブース

引換方法 申込時の確認メール画面をご提示ください
必要なもの

観戦者の氏名、住所が明記された本人確認書類
(マイナンバーカード、免許証、保険証、学生証など)

※町外在住の人は町在勤・在学を証明する書類



正月用寄せ植え教室 (放課後子ども教室)

葉牡丹などを使った寄せ植えを行います。磯城野高校の皆さんが教えてくれます。

日時 12月20日(土)

午前10時～11時30分

場所 磯城野高等学校
草花作業場

対象 小学5年生～中学3年生

定員 20人(応募多数の場合抽選/保護者の見学可)

費用 500円(当日徴収)

持ち物 園芸用手袋、持ち帰り用袋(直径21cmの植木鉢が入るもの)、上靴

問・申込 10月26日(日)～11月21日(金)に、申込フォームまたは電話で文化振興課(☎ 32-6193)へ。



もう少し成長した葉牡丹をこの植木鉢に花と一緒に植えます！



サーキットで遊ぼう！

日時 11月25日(火)午前10時～11時(受付＝午前9時50分～)

場所 宮古保育園(プレイルーム)

服装 動きやすい服装

対象 令和4年4月2日～令和6年4月1日生まれのお子さんと保護者

定員 6組程度(申込順)

問・申込 11月17日(月)～18日(火)午前10時～午後4時に、電話で宮古保育園(☎ 0120-194-783)へ。



駅前フリーマーケット (出店者も募集中)

田原本駅西側ロータリーでフリーマーケットを開催します！

キッチンカー・屋台や野菜市の出店もあります。【雨天中止】

日時 12月6日(土)

午前10時～午後3時

問 (一社) 田原本まちづくり観光振興機構 ☎ 33-4560



こども食堂 たわらもと

日赤こども食堂応援団主催

町内の子どもの居場所づくりを目的に開催しています。(参加無料)

日時 12月20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 12月8日(月)までにNPO法人子育てすこやかサークルへ(☎ 35-3835)。メニュー未定。アレルギー対応はしません。



理科の先生による
科学教室も開催！



オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

虐待かも？と思ったら、 ためらわないで！

虐待かどうか確信がなくても、ためらわずご連絡ください。

- ▶虐待の事実がなかったとしても、責任を問われません。
- ▶子どもについての詳しい情報がなくてもかまいません。
- ▶連絡された人の秘密は固く守られます。

虐待かなと思ったら… **189** 児童相談所全国
共通ダイヤル

問 こども未来課総合相談係 ☎ 33-9095

児童虐待に関する連絡先

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

●町こども未来課総合相談係 ☎ 33-9095

24時間 365日

●県中央こども家庭相談センター ☎ 0742-26-3788

●天理警察署 ☎ 0743-62-0110



オレンジカフェ☆ トモルテ

最近物忘れが気になる人や、認知症と診断された人が気軽に集まり交流できる場です。

日時 11月26日(水)

午後1時30分～2時30分

場所 地域活動支援センター（トモルテたわらもと2階）

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

定員 10人（申込順）

問・申込 町地域包括支援センターへ直接または電話（☎ 34-2104）



心身障害者（児） 作品展 出展作品募集

「第34回田原本町心身障害者（児）作品展」への出展作品を募集します。

対象 町内に住所などを有する心身障害者（児）

出展種目 絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸の6種目

展示期間 12月8日(月)～17日(水)

展示場所 町役場アトリウム

問・申込 11月28日(金)までに健康福祉課障害福祉係へ直接（申請書は窓口で用意しています）、または電話（☎ 34-2090）



町民限定 スマートフォン教室

日程 11月19日(水)

場所 青垣生涯学習センター
1階研修室

時間・内容

●1回目「アプリについて」

午後1時～2時

●2回目「グーグルマップの使い方」

午後2時30分～3時30分

定員 各回30人

問・申込 11月12日(水)午前10時から文化振興課生涯学習係へ電話（☎ 32-6191 / 先着順）



大人ののためのあたま イキイキ音読教室

声に出して本を読む「音読」で脳を活性化させましょう！初めての人も大歓迎！

日時 11月28日(金)

午前10時～11時

場所 青垣生涯学習センター
1階視聴覚室

定員 15人（申込順）

問・申込 11月12日(水)午前9時30分から図書館カウンターまたは電話（☎ 32-0262）



第3回たわらもと 魅力発見ウォーク

町観光ボランティアガイドの案内で、田原本の歴史や魅力に触れながら町内を歩きませんか。

今回は樹齢550余年^{おおくすのき}、田原本町を見守り続ける大樟を巡ります。

日時 12月11日(木)

午前10時～正午

対象 65歳以上の町民

※令和7年度に65歳になる人も対象

定員 40人（先着順）

集合場所 田原本駅前広場

コース（約3.2km）

駅前広場→薬王寺の大樟→保津の環濠集落→駅前広場

問・申込 12月3日(水)までに長寿介護課へ直接または電話（☎ 34-2052）

※第2回は11月13日(木)に開催します（詳細は広報たわらもと10月号掲載）



▼運動の秋！ウォーキング、始めてみませんか？▼

健幸ポイント事業 参加者募集中！

期間 参加時～令和8年2月末

対象 65歳以上の町民

年会費 500円

（国民健康保険加入者も必要）

地域商品券交換額 最大2000円

活動量計やスマホを持って歩いてポイントをためて楽しく介護予防！

たまったポイントは地域商品券と交換できます。

ぜひご参加ください。



詳しくはこちら

問 長寿介護課 ☎ 34-2052



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。



てんいち先生



認知症ガイドブックを 配布しています



認知症の発症予防から進行状況に応じた医療・介護サービスや支援の提供の流れをまとめた「認知症ガイドブック（ケアパス）」を配布しています。

ご相談は、町地域包括支援センターまで。

配布場所

町地域包括支援センター（町役場1階）、町地域包括サポートセンター（田原本園／サンライフ田原本／愛和園／すいせんの丘）

☎ 町地域包括支援センター
☎ 34-2104



町ホームページ
にも掲載

秋季火災予防運動

11月9日(日)～15日(土)は「秋の火災予防運動」

空気が乾燥し、火災が起こりやすい季節です。火の取り扱いや後始末に十分注意し、火災を防ぎましょう。

また、住宅用火災警報器を設置しましょう。

☎ 奈良県広域消防組合磯城消防署予防課 ☎ 33-2461

Jアラートでの 情報伝達試験

緊急時の確実な情報伝達のため、全国瞬時警報システム（Jアラート）の動作確認を行います。

実施日時 11月12日(水)

午前11時ごろ

放送内容 防災行政無線から、一斉に次の放送がなされます。

- ①上り4音チャイム
- ②「これは、Jアラートのテストです」(3回繰り返し)
- ③「こちらは、田原本町です」
- ④下り4音チャイム

※訓練内容並びに実施日時が変更・中止となる場合があります。

☎ 防災課安全防災係
☎ 34-2059

広報たわらもとで **PR** しませんか？

- 1 新規顧客の獲得！
- 2 町内全域にPR！
- 3 PRに活用できる！



詳細はこちら

広報たわらもとの「クイズ&アンケートコーナー」の、お店の商品をプレゼントとして提供いただける企業やお店を募集しています！

☎ 秘書広報課 ☎ 34-2069



たわらもとで見つけた！ いきいきご長寿 数珠つなぎ

第21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、仲間も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。

阪手北いきいき体操

平成30年6月に町内でもいち早く活動を開始した、いきいき百歳体操実施団体の草分け的な団体です。

発足当初から約20人の参加者が安定して集まり、現在も高い参加率を維持しています。

いきいき百歳体操だけでなく、ラジオ体操や世話役さん考案のオリジナル体操も取り入れるなど、より楽しめる健康づくりを目指して工夫されています。

活動について

実施日 毎週水曜日 開始時間 午前9時から

場所 阪手北公民館

参加条件 阪手北自治会員

登録人数 20人（令和7年10月15日時点）



いきいき百歳体操、続けてます！

毎回参加されているご長寿の人



松村喜世子さん

みんなに会える楽しさ

病気もせず元気で、今も自転車に乗っています。またこども食堂のボランティアを7年間続けています。

みんなで顔を合わせておしゃべりできるのが楽しいです。よく手づくりのお饅頭を持ってきてみんなで食べています。

代表世話役さん

笑いが絶えない楽しい場所です。「みんなに会いたい！」と皆さん喜んで来られています。

また、お互いが気にかけており声かけが絶えずあり、来ていない人の家に様子伺いをしたりもします。

手づくりのお菓子を持ってこられる人もいれば、会場の公民館内外の掃除・椅子の設営などを進んでされる人もおり、皆さんこの場を大切にしてくださっています。世話役自身も楽しんでます！



（前列左から）森岡康憲さん、小笠原正員さん、山口朱實さん
（後列左から）林田ノリ子さん、二十軒美知代さん、本田希久子さん、小笠原道子さん

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

代引き配達を利用したインターネット通販に注意！

代引き配達は、宅配業者に代金を支払ってから荷物を受け取るため、商品が届かないといったトラブルはなく、またクレジットカード番号などを販売サイトに伝えずに決済できるため、消費者にとっては気軽に利用できるサービスです。しかし、届いた商品が広告と異なる偽物だったといったトラブルなども発生しています。代引き配達だからといって安心せず、販売サイトの表示などをよく確認しましょう。

事例1 ネットでブランドスニーカーが安く売られていた。代引き配達なので商品が届かなければ支払う必要もないと思い、購入した。商品は届いたが、偽物だった。

事例2 大手家電メーカーのロゴが掲載されている広告を見てファンヒーターを代引き配達で購入したが、メーカーと無関係の品物だった。返金して欲しい。

事例3 綿麻素材の表示があったズボンを代引き配達で購入したが、届いた商品がポリエステル製だった。販売サイトは商品に問題はないとして返金に応じない。

問題点

- 1 代引き配達の場合、商品が届いたことを確認したうえで支払うことができるが、届いた商品が偽物だったり、粗悪品だったりすることがある。
- 2 販売サイトと連絡が取れない、最終確認画面がないなど、法律を守っていない事業者も存在する。
- 3 販売サイトに問題が認められる場合であっても、代引き配達の宅配事業者に対応を求めるのは難しいことが多い。

アドバイス

注文前に、販売サイトの住所や連絡先などを確認するとともに、大幅に値引きされているなど、少しでも怪しいと思ったら購入しないことが大切です。

不安に思った場合やトラブルが生じた場合は、消費生活相談室や消費者ホットライン「188」に相談してください。

国民年金に関するお知らせ

桜井年金事務所 ☎ 42-0033
町住民保健課 ☎ 34-2095

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」が下記のとおり送付されます

※町役場では、再発行できません。

国民年金保険料の納付時期	送付方法	送付時期
① 1月1日～9月30日	電子送付	10月中旬～下旬
	郵送	10月下旬～11月上旬
② 10月1日～12月31日 (①の対象者を除く)	電子送付	令和8年1月下旬
	郵送	令和8年2月上旬

問い合わせ先

▶ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570-003-004（ナビダイヤル）

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30分～午後4時

※休日、祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

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）。

なお、国民年金保険料について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。

※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。

また、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書は、e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます（登録をすると郵送されなくなります）。

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19日(水) 午後1時～4時 (1人30分以内)	町役場2階 会議室201	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(11月4日(火)から受付) 図 近畿税理士会桜井支部事務局 ☎ 41-6477
消費生活相談	毎週火・金曜日 午前10時～ 午後3時	町役場1階 相談室1C	商品やサービスに関する 相談	担当＝消費生活相談員 相談方法＝面談・電話 (☎ 32-2901 (内線174)) 図 住民保健課 ☎ 34-2087
人権相談	11月20日(木) 午後1時～3時	町役場2階 会議室201	人権問題に関わる困りご と相談	図 住民保健課 ☎ 34-2087
みんなの人権 110番	電話での相談になります。 ☎ 0570-003-110		人権問題に関わる困りご と相談	図 奈良地方法務局中和支局 ☎ 22-3045
中南和法律セン ター (予約制)	12月3日(水) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場1階 相談室1C	弁護士による法律相談	申込開始日時＝11月19日(水)午前9時30分～ 図・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。
無料法律相談 (予約制)	11月20日(木) 午後1時～4時 (1人30分程度)	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) 図・予約 11月4日(火)から、住民保健課 (☎ 34- 2087) へ。
行政相談	11月20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	図 住民保健課 ☎ 34-2087
青少年悩みごと 相談 (予約制)	毎週火・金曜日 午後1時～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 図・予約 文化振興課 ☎ 32-6193
やすらぎ相談 通常相談 (予約制)	毎週火・水・金曜日 午後1時～4時	青垣生涯学 習センター	園・学校になじみにくい 幼児、小・中学生と保護 者のための相談	図・予約 教育総務課 ☎ 34-2074
やすらぎ相談 特別相談 (予約制)	11月26日(水) 午前10時～ 午後3時30分	青垣生涯学 習センター	園・学校になじみにくい 幼児、小・中学生と保護 者のための専門的な相談	担当＝公認心理師 図・予約 相談日の1週間前までに教育総務課 (☎ 34-2074) へ。
若者自立のため の無料相談 (予約制)	11月26日(水) 午後2時～4時	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)	図・予約 若者サポートステーションやまと ☎ 44-2055 ※予約は前日まで。
しごと相談 (予約制)	11月27日(木) 午前9時30分～ 午後0時30分	町役場1階 相談室1C	しごとに関わる相談全般	図・予約 高田しごとiセンター (☎ 0745-24- 2010 / 午前9時～午後4時 / 日曜・祝日を除く) ※予約・キャンセルは前日の午後4時まで。
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 にお困りの人への相談・ 支援	図・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27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 図 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

今やろう！ 防災アクション



Vol.56

図 防災課安全防災係 ☎ 34-2059

地震火災に注意しましょう

地震による火災の過半数は電気が原因という事実をご存知ですか。地震直後や停電後の通電再開後に発生することが多く、大規模な火災に発展することもあることから、各家庭においても火災を未然に防ぐことが重要になります。

地震火災の予防策

- 家具などの転倒防止対策 (固定)
- 感震ブレーカー (地震時に電気を自動的に止める器具) の設置
- など

生活安全ニュース

図 天理警察署 ☎ 0743-62-0110

田原本警察庁舎 ☎ 33-0110

第34回暴力団・銃器追放奈良県民大会

日時 11月20日(木) 午後1時～4時

場所 青垣生涯学習センター 弥生の里ホール

概要

- 深澤直之さん (弁護士 / 右田・深澤法律事務所) による講演

演題「クレーマー・カスタマーハラスメントの排除」

- 奈良県警察音楽隊による暴力団・銃器追放コンサート

備考 会場駐車場の駐車台数には限りがありますので、できるだけお車に乗り合わせのうえお越しいただくか、公共交通機関を利用しての来場にご協力をお願いします。



Medical

国保中央病院だより 175

国保中央病院 ☎ 32-8800

ちゃれんじ Room（検査用病室）を新設しました

小児科主任部長
中農 昌子

小児科病棟では、食物経口負荷試験や成長ホルモン分泌負荷試験など検査目的で入院される患者さんがいらつしやいます。入院期間は、日帰り（午前中に来院して夕方帰宅する）から3泊ほどと検査内容によって異なります。

検査内容

食物経口負荷試験：アレルギーの原因になる食物を摂取してアレルギー症状がでないか数時間経過観察
成長ホルモン分泌負荷試験：ホルモン分泌を促す薬剤を体に投与した後体内の成長ホルモンの数値が上がっている（分泌されている）かをみる
心配や不安を軽減できる環境を

検査目的なので病状が悪くて入院するわけではないものの、小児患者さんにとって病室で過ごす時間というのは退屈だったり怖かったり、マ

イナスの気持ちを持ちやすいものになります。

そこで、心配や不安を軽減できる雰囲気作りができたかと考え、小児患者さんとその保護者様に少しでも安心して検査を受けていただくことができるよう、ちゃれんじ Room（検査用病室）を新設しました。テレビを設置しておりますので子ども向けの動画やアニメを見て過ごしたり、プレイマットがあり退屈な時にはそこで過ごすこともできます。明るい色づかいのかわいらしいお部屋となっております。また、検査時には担当看護師がついており、どんなことでもお気軽にご相談いただける環境づくりを心がけています。もちろん検査の必要がない方がよいのですが、必要があつてご利用する時には不安な思いをせず過ごしていただけると嬉しいです。
気になることがあれば、お気軽に小児科外来までご相談ください。



〈室内設備〉

- ・室内 Wi-Fi
- ・Fire TV Stick
- ・大型テレビ(キッズステーションなどCSテレビ随時放送中)
- ・プレイマット

Cooking

第3次健康たわらもと21
第3次田原本町食育推進計画



簡単 バランスごはん

作り方

- 1 味間いもは皮をむき、耐熱容器に入れ、ラップをして 600 w の電子レンジで 5 分加熱する。
- 2 白ねぎをみじん切りにする。
- 3 1 をフォークで粗くつぶす。
- 4 3 に 2 を入れ、A を加えて味を調える。
- 5 4 を器に盛り付け、黒こしょうをふる。

味間いもは、町内の味間地区で古くから栽培されてきた里いもです。大和の伝統野菜として奈良県から認定を受け、町の特産品として栽培されています。他の里いもと比べ、きめが細かく粘りが強いのが特徴です。

また、高血圧の原因となる食塩（ナトリウム）を体外へ排出する作用があるカリウムを多く含んでいます。



味間いもの和風サラダ

1人分エネルギー：57kcal, 塩分：0.7g

材料（2人分）

- ▶ 味間いも…4 個 ▶ 白ねぎ…3cm
- A 白だし…小さじ 2、塩…少々
こしょう…少々
- ▶ 黒こしょう…少々

イベント情報

子どもおはなし会 場所 おはなしのへや(申込不要)

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！

日程	時間	対象
11月1日(土)	午後2時～2時30分	4歳以上
11月8日(土)	午後2時～2時20分	3～4歳
11月15日(土)	午後2時～2時30分	5歳以上
12月6日(土)	午後2時～2時30分	4歳以上

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 午前9時30分～午後5時
(土曜日のみ午後7時まで)

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

今月の新刊

そのほかの新しく入った本は、図書館ホームページで公開中！

『本でした』

又吉直樹・ヨシタケシンスケ著／ポプラ社

村はずれに住み着いた2人の男は1行のヒントから「元の本」を復元できるといいます。村人たちが「本の復元依頼シート」をポストに投函すると……。又吉さんとヨシタケさんが紡いだ27編の短編を収録。



『おふうさま』

諸田玲子著／淡交社

前田利常の娘・富姫が、八条宮家に嫁ぐことになった。「おふうさま」付きの侍女となった「小蝶」は女主人を守ることを決意する。侍女だけが知るおふうさまの秘めた恋、そして悲願一。



マイナンバーカード受付時間の延長と休日開庁

住民保健課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087

マイナンバーカードの交付・申請・電子証明書更新手続き、マイナ保険証や公金受取口座の登録のため、受付時間の延長と休日開庁を行います。

- 上記以外の業務は行っていません。
- 申請数が増加しており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。
- 延長・休日開庁時は役場西側通用口からの出入りになります。

受付時間の延長 午後7時まで

11月5日(水)・19日(水)

休日開庁 午前10時～午後4時

11月9日(日)

※受け取り方法など詳しくは、交付通知書(ハガキ)・町ホームページをご覧ください。

マイナンバーカードの健康保険証利用について

マイナンバーカードを健康保険証として登録・利用するには、電子証明書が有効になっている必要があります。有効期限は発行日から5回目の誕生日までで、有効期限切れの場合は、更新の手続きが必要です。

11月の納付(普通徴収分)

税務課収納・債権整理係 ☎ 34-2111

納期限 12月1日(月)

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)

町税などの納付には

安全・確実・便利な口座振替をぜひご利用ください

▶ 口座振替

申し込み手続きは簡単で手数料無料。一度申し込みをすると、毎年継続して口座振替できます。(納期限の1ヵ月前までに申し込みください)

▶ 口座振替を利用されない場合

指定金融機関・全国のQRコード対応金融機関・町役場税公金収納機・納付書に印刷されたQRコードやバーコードを利用して納付してください。

詳細は町ホームページや「地方税お支払サイト」、納税通知書に同封されているチラシをご確認ください。



地方税お支払サイト



「第73回近畿学校農業クラブ連盟大会」での優秀賞受賞を報告するため、磯城野高等学校の川本悠翔さんが高江町長を表敬訪問されました。川本さんは、地域の若者と協力して耕作放棄地を活用し果樹農家の課題を解決したいと話され、高江町長から今後の活躍を期待する言葉がかけられました。

9/10

愛される果樹農家へ 磯城野高校生 表敬訪問



老人福祉功労者として奈良県知事表彰を受けたことを報告するため、森田節子さんが高江町長を表敬訪問されました。

これは10年以上にわたり、老人クラブ活動の育成指導や一人暮らし高齢者への見守り活動などに尽力した功績が表彰されたことによるものです。

9/9

高齢福祉の向上に寄与 森田節子さん表敬訪問



「近畿中学校総合体育大会（ソフトテニス・男子団体）」優勝と「全国中学校ソフトテニス大会」男子団体の部5位入賞を報告するため、田村悠真さん（田原本中3年）が高江町長を表敬訪問されました。

田村さんには、高江町長から今後の活躍を期待する言葉がかけられました。

9/22

全国大会で好成績 ソフトテニス表敬訪問



第54回シニア県展（奈良県高齢者美術展）書部門で最優秀賞を受賞したことを報告するため、林和子さんが高江町長を表敬訪問されました。

林さんは受賞の喜びや作品への思いを話され、高江町長からは今後の活躍を期待する言葉をかけられました。

9/10

素晴らしい書の内容 シニア県展で最優秀賞を受賞



須貝秀昭さんによる「楽しく学ぶ終活講座」が青垣生涯学習センターで開催され、約120人が参加しました。

参加者が自分自身を見つめなおし、前向きな気持ちを新たにできる貴重な時間となりました。

10/4

終活講演会 楽しく学ぶ終活講座



火災や各種災害の発生に備えるため、（一財）自治総合センターが実施する宝くじの助成金を活用し、消防団活動備品が整備されました。

新たに整備した資機材は、消防団員の育成・訓練に活用するとともに、地域住民の安心・安全の確保に役立ててまいります。

9/10

消防団員育成のため 助成事業を活用し資機材を整備

町長 メッセージ

Vol.19

皆がともに生きられ
る町を目指して



町長活動記録



YouTube
町長メッセージ

ともに生きていくまちプロジェクト

高齢者が活力をもって生活するための秘訣は「きょういく（教育?）」と「きょうよう（教養?）」であるといえます。「きょういく」とは「今日も行くところがある」こと、「きょうよう」とは「今日も用事がある」こと、すなわち「居場所と出番」があることと換言できそうです。今年度からは「ともに生きていくまちプロジェクト」と題し、安価に利用できる「ジム」の設置や、新たなウォーキングイベントの実施、男性に特化した運動教室の開設、デマンド交通 Tawamo の運行拡大・料金引き下げなどの新たな取組を進め、高齢者の皆さんの「きょういく」と「きょうよう」をお支えすべく取組を強化しております（詳細は2ページから）。また、地域につながりが希薄な一人暮らし高齢者を対象とした地域に出向く支援の取組強化を検討しており、誰もが地域につながり、居場所と出番のあるまちの実現に向けて、歩みを進めています。

一律に「高齢者＝弱者（支えられる側）」とは考えていません。むしろ、長い人生において培われた知恵と経験は地域にとって

かけがえのない力です。高齢者の皆さんはこれまで、地域を支え、子どもたちを温かく見守り、次の世代に大切な価値を伝えてこられました。今も皆さんの存在がまちの安心と温かさを作っています。皆さんの「行くところ」と「用事」は、皆さんの元気のみならず、田原本の元気を育てています！

町議会議員選挙を経て

町のことを思い立候補をしてくださった19人の皆さんに心からの敬意と感謝を表します。町選挙として初めて選挙公報を発行したり、親子連れ投票の記念証を交付するなど、関心醸成に係る取組を進めましたが、投票率は前回に比して微減となりました。この点は残念であります。次回選挙に向けて住民の皆さんに政治行政への関心をお持ちいただけるような取組をより一層推進できるよう、思いを新たにしております。政治をあきらめた社会に未来はありません。できることできないことはありますが、今後とも町政に対する御関心をお持ちいただき、まちづくりを「自分ごと」として考えていただけることを大いに期待します。「ともに」住みよいまちを作りましょう！

最新の町行政情報をお届け

町政トピックス

暮らしの便利帳を配布します

㈱サイネックスと共同で「田原本町暮らしの便利帳」を広告掲載収入により発行しました。

配布時期 11月中（町内全戸）

掲載内容 町の概要、福祉・健康・医療の手続など

問 秘書広報課 ☎ 34-2069

おしゃべりランチ

日時 11月7日（金）
正午～午後1時

場所 町役場 2階町長会議室

対象 町内在住・在勤・在学者

定員 5人（応募多数の場合抽選）

申込方法 下記QRコードから

問 秘書広報課
☎ 34-2069



消防ポンプ自動車入魂式



9月27日（土）、田原本町消防団第1分団の消防ポンプ自動車の更新に伴い、津島神社にて入魂式を執り行いました。今回導入した車両は、オートマチック限定の普通自動車免許で運転が可能となり、より円滑かつ迅速な消防団活動の推進に寄与します。

今後も町民の皆さんの生命と財産を守るため、引き続き消防力の充実・強化に努めてまいります。

ナウル共和国と広報連携協定



ナウル共和国と田原本町は、10月11日（土）に大阪・関西万博会場内の同国パビリオンにおいて、広報連携協定を締結しました。

この協定は、SNSなどを通じてお互いの魅力・歴史・文化などを発信するという連携です。またそれに限らず、それぞれの子どもたちのオンライン交流など、多方面で連携を深めていきたいと考えています。

我が家の天使

4ヵ月乳児健診・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 塩津 絢世・蒼世ちゃん



名 前田 七都ちゃん



名 伊藤 光希ちゃん



名 吉村 美玲ちゃん



名 松原 碧志ちゃん



名 西宮 彩永ちゃん



名 島岡 想生介ちゃん



名 東 桜禾ちゃん



名 藤田 藍ちゃん



名 尾上 詩ちゃん



名 木村 葉ちゃん



名 山本 羽珠ちゃん

※応募対象者はホームページにある「我が家の天使随時募集中」の申込フォームからご応募ください。

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
発行時間：平日午前8時30分～午後5時15分

編集 町長公室秘書広報課広報統計係
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
物油墨を使用しています。
11月号の1部当たりの印刷経費は約28円です。

QRコードは株式会社フォントの登録商標です。

今月の
1 シーン

町食生活改善推進員協議会主催
災害時パッキングクッキング

9/28



耐熱性ポリ袋に食材を入れ、袋のまま湯せんする



災害時を想定し、袋のまま試食

青垣生涯学習センターで「災害時パッキングクッキング」が開催されました。参加者らは耐熱性ポリ袋を使用し、チキンのクリーム煮やパンプディングなどを調理しました。「簡単にでき、驚いた」「おいしかった」「工夫次第で料理できることを実感した」といった感想が上がっていました。

応募多数のため、募集を一時停止しています

我が家のペット



だいちゃん
ツンデレオカメインコ



もんた
5kgの大型チワワ

編集後記

■ナウル共和国との協定締結式のため大阪・関西万博へ。会場はとても盛り上がり、短時間の滞在でしたが雰囲気十分に味わえました。昂
■いきいき百歳体操の取材では、皆さんの明るく前向きな姿に、いつも元気をいただいています。運動により季節、私も重い腰をあげようかな…初