

ALT Diary

ALTの先生たちによるリレーコラムです。日々の発見や好きなこと、ふるさとの話などを通して、世界とつながるひとときをお楽しみください。



アドボは、フィリピンの人たちにとって欠かせない家庭の味です。

QRコードから、記事全文を読むことができます ▶



Hello from Mae!

ーメイ先生からのメッセージー

"The ache for home lives in all of us."

-Maya Angelou, All God's Children Need Traveling Shoes (1986)

New experiences and friendships make life abroad exciting, but the familiar comforts of home remain close to our hearts. The quote above reminds us that homesickness is a natural feeling. Whenever I miss home, a plate of adobo brings back memories of meals shared with family and friends in the Philippines.

「故郷を想う気持ちは誰の心にも宿っている。」

——マヤ・アンジェロウ（詩人・作家）, All God's Children Need Traveling Shoes (1986)

海外での新しい経験や新しい友人との出会いは刺激的なものです。それでも故郷の温もりが恋しくなることはありませんか。

マヤ・アンジェロウのこの言葉は、そんな「ふるさとを想う心」は誰にでもある自然な感情だと教えてくれます。私は故郷が恋しくなると、フィリピンの伝統料理「アドボ」を思い出します。それはフィリピンの家族や友人と食卓を囲んだ時の思い出を呼び起こしてくれます。

アドボの詳しいレシピと記事全文は、町公式ホームページに掲載しています。QRコードをチェック！

生活安全ニュース

☎ 天理警察署 ☎ 0743-62-0110 / 田原本警察庁舎 ☎ 33-0110

■ 夏山登山を安全に楽しむために

例年、奈良県内では、夏季シーズンでも山岳遭難が発生しています。地理がわからないまま登山をしたり、無理な計画を立てたり、装備が不十分であることが主な原因です。

● 山岳遭難を防ぐために

- ①無理のない計画と引き返す勇氣
- ②十分な装備と食料の準備
- ③通信手段の確保
- ④登山届の提出

特に登山届は、遭難事故にあった際、警察による捜索や救助活動を行うための手がかりとなり、登山者を守る命綱となります。登山届の様式や提出方法、山岳遭難に関する情報は奈良県警察ホームページをご確認ください。

■ 水の事故から命を守る！

この季節は1年のうち、水の事故（特に子どもの水の事故）が最も多くなる時期です。

● 水の事故防止のために

- ①飲酒をして遊泳しない
- ②自分の泳ぐ力を過信しない
- ③危険個所での遊泳や岩場からの飛び込みは絶対にしない
- ④川が増水してきたり、濁った水が流れてきたら遊泳をやめる
- ⑤ライフジャケットを着用する

楽しい水遊びを悲しい思い出にしないため、自然を甘く見ず、危険をきちんと認識したうえで行動するようにしましょう。

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)	8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(8月3日(月)から受付) ☎ 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〉) ☎ 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 と相談	☎ 奈良地方方法務局中和支局 ☎ 22-3045
中南和法律セン ター (予約制)	9月2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＝8月19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 ☎・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	☎・予約 教育総務課 ☎ 34-2074
やすらぎ相談 特別相談 (予約制)	8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 ☎・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)	8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)	☎・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)	8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	☎・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	☎・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)	8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 ☎ 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

「私の一冊」、大募集！

秘書広報課広報統計係 ☎ 34-2069

あなたの「おすすめの一冊」が、だれかの新しい(本
との)出会いにつながります

町立図書館を利用する皆さんからの「おすすめの一
冊」を募集します。あなたの心を動かした本を教えて
ください。好きな本、感動した本、何度も読み返した
本など、ジャンルは問いません。

ご応募いただいた内容は「FM まほろば」で紹介さ
せていただく予定です。希望される人は、ご自身でラ
ジオ番組への出演もできます！

対象図書 町立図書館に所蔵している書籍

応募内容

- ペンネーム (またはお名前)
- 連絡先 (ラジオ出演希望の人は必須)
- おすすめの本のタイトルと著者名
- おすすめしたい理由や感想 (200～400字程度)

こんな内容をお待ちしています

- 心に残った場面や言葉
- 読んで感じたこと、考えたこと
- この本を誰におすすめしたいか
- 本との思い出やエピソード

応募方法

- ①申込フォームから
 - ②「私の一冊」申込用紙に記入の上、図書館カウンター
もしくは秘書広報課へ。
- ※申込用紙は図書館・役場正面玄関横案内板ラックに
置いています。

放送予定日

毎月第3水曜日午後3時20分～3時30分
(FM まほろば「とんとん NEWS ワイド」)



こちらか
ら応募