MY TOWN HEGURI

平群

水と緑と文化の町・へぐり

目次
【特集】今すぐできる！災害への備え…… 2
水道料金等に関する問い合せ先が変わります… 4
国勢調査はインターネット回答をおすすめします… 5
9月9日は救急の日…… 10

9
令和7年9月号
No.734

ゆめさとこども園

【特集】今からできる！災害への備え

7月に県内全域で実施されたならシェイク・アウトに合わせ、地震の避難訓練がありました。

子どもたちは、定期的な訓練の実施により、保育教諭の指示を聞き、落ち着いて迅速に避難していました。日頃から緊急時の行動等を改めて見直しましょう。

今すぐできる！ 災害への備え

30年以内に起こるといわれている南海トラフ地震に加え、7月には鹿児島県で最大震度6弱の揺れを観測する地震が断続的に続きました。

いつ起きてもおかしくない自然災害から身を守るために、今できる備えを確認しておきましょう。

警戒レベル4避難指示で必ず避難!!

備蓄品を見直そう　—食料品は、最低３日分を家族分！—

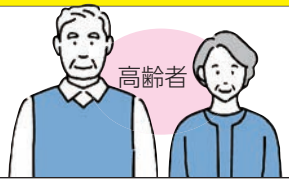
必要最低限のものをリュックサックなどに入れておき、避難時に素早く持ち出せるように、事前に備えておくことが大切です。

食料品は、保存期間が長いものを中心に、最低3日分（できれば1週間分）を家族分備蓄しましょう。

食料品や日用品は、平時から消費したら補充するという習慣（ローリングストック）にすることで、常に備蓄ができます。

非常用持出袋には最低限持ち運びできる量を入れ、重くなりすぎないようにしましょう。

各家庭に合わせた備えも忘れずに！



持病の薬、補聴器、介護食
お薬手帳、杖、入れ歯等

ネームタグ、リード、ペット用
トイレシート、ペットフード等

防犯ブザー、生理用品
サニタリーショーツ
不透明のごみ袋等

ミルク、使い捨て哺乳瓶、
抱っこ紐、離乳食、紙おむつ、
おしりふき、携帯食器等

備蓄品チェックリストで備えが万全か確認しよう！

- □飲料水
- □食料品
- □貴重品（身分証明書コピー 通帳、印鑑）
- □防災ヘルメット
- □衣類・下着
- □レインウェア
- □紐なしの靴
- □懐中電灯
- □携帯ラジオ
- □使い捨てカイロ
- □予備電池・携帯充電器
- □マッチ・ろうそく
- □救急用品
- □ブランケット
- □軍手
- □洗面用具
- □歯ブラシセット
- □体温計
- □タオル
- □ペン・ノート
- □手指消毒液
- □せっけん・ハンドソープ
- □マスク
- □ウェットティッシュ

第３回へぐり防災フェスタ　〜参加して広めよう！防災・減災の輪〜

と　き　9月21日（日）10時〜15時
（雨天決行※但し一部内容変更あり）

ところ　総合文化センター

内　容
■オープニング（和太鼓演奏他）
■体験コーナー
（応急手当、防災クイズ、ハンディキャップ体験等）
■展示コーナー（啓発ポスター・防災グッズ展示）

★他にも、救急救命講習、警察・消防車両展示、記念撮影、各種模擬店等、子どもも楽しめる催しがたくさん！

詳細は９月号回覧

問 へぐり防災フェスタ実行委員会（町社会福祉協議会内）

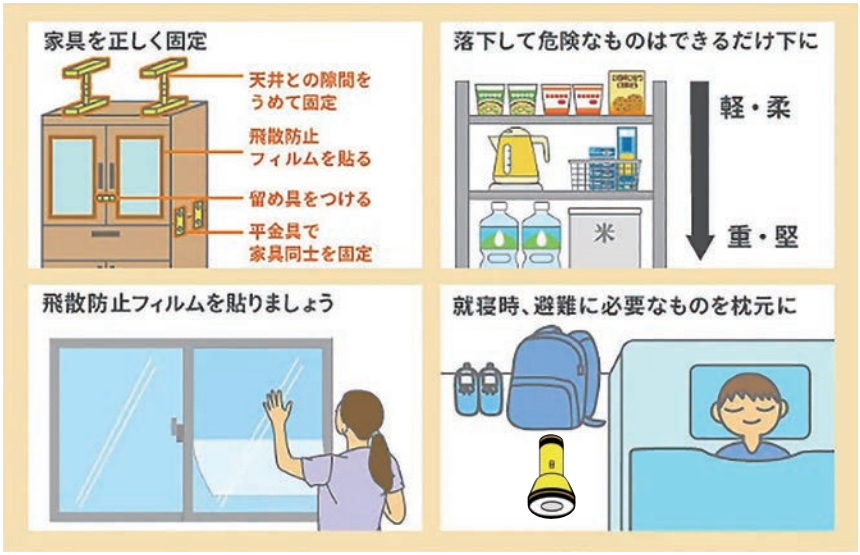
家の安全対策をしよう ―家具・家電の配置は問題ない？―

阪神・淡路大震災のけがの原因の約50％は家具転倒によるものでした。

家具をしっかりと固定し、ガラスの飛散防止対策等、家の中の対策をしておくことで、けがのリスクを回避することができます。

今一度、自宅の中を見直すことが減災につながります。

また、地震発生時は、ガラスや電気の破片等危険なものが散乱することが予想されます。夜間帯は、暗闇での移動も伴うため、寝室には手の届く範囲に懐中電灯と靴を備えておきましょう。



出典：日本気象協会

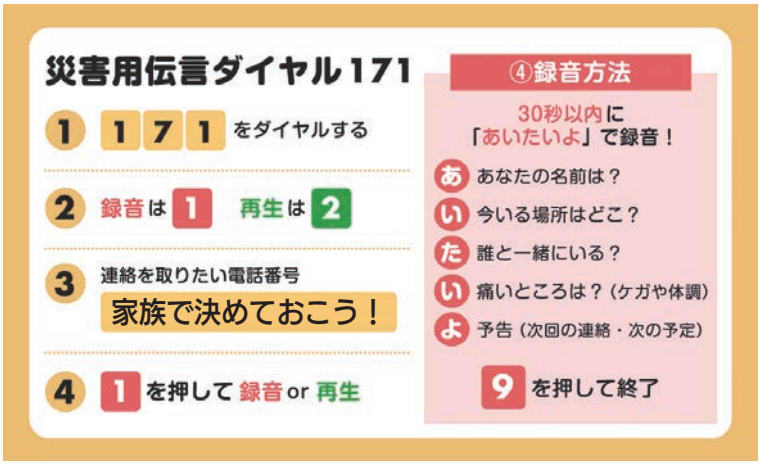
我が家の避難計画を話し合おう ―避難所は？連絡手段は？―

突然起こる自然災害は、必ずしも家族が同じ場所にいるとは限りません。万が一に備えて家族で話し合いをすることで、落ち着いて行動をとることができます。

- **集合場所**
  あらゆる状況を想定し、優先順位をつけ、3箇所を決める。全員が待ち合わせの場所（避難場所）を確認して、連絡が取れない事態でも集合できるようにしておく。
- **非常用持出袋の場所**
  いつでも持ち出せるように、置き場所を決める。
- **避難所**
  身近な避難所・避難経路を話し合って決めておく。
- **ハザードマップの確認**
  近隣地域の危険箇所を把握しておく。

避難所
対応マニュアル
ハザードマップ

災害時は全国から被災地への電話がつながりにくくなります。災害発生時に家族、知人などの安否を確認する「災害用伝言ダイヤル171」の使い方を頭に入れておきましょう。



「電話応答サービス」&「登録制メールサービス」

～「聞き逃した！何の放送だったの？」の不安を解消～

防災無線メール受信登録

QRコードを読み取ってアクセス

※送受信にかかる通信料は利用者負担

登録者数 1,850人（8月1日時点）

内容確認ダイヤル ☎0745-45-3315

※通話料は自己負担。電話が重なった場合は通話中となります。

『避難行動要支援者名簿確認書』

高齢者や障がい者などの方で、災害時などに自力で避難することが難しく、支援を必要とする方を対象に「避難行動要支援者名簿」の作成を進めています。対象者へは、役場窓口や郵送で案内をしております。

支援を必要とする方は必要事項を確認書へ記入の上、ご返送いただきますようお願いいたします。（確認書にて個人情報の提供について同意の確認をしていますので、同意・不同意を必ずご記入ください。）

同意の方には「個別避難計画」の案内をしております。

問 総務防災課

町内在住小学生ハンドボール選手が表敬訪問

7月22日(火)に「安堵の里ハンドボールクラブ」所属の湯川年樹さん(平小6年)がチームメイトの皆さんと表敬訪問されました。

6月22日(日)に2025年度奈良県小学生全国予選大会が生駒市で開催され、安堵の里ハンドボールクラブ(男子)は計2試合の接戦を見事制し、全国大会への出場を決めました。

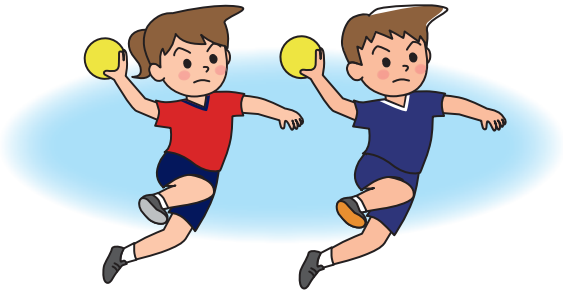
町長との話の中では、5年生から始めたハンドボールのことや普段の練習内容について話されていました。

また、全国大会では「味方が攻めやすいようにブロックプレイを積極的に行っていきたい！」と力強い目標を話された湯川さん。

県代表として出場の第38回全国小学生ハンドボール大会は7月31日(木)から京都府で開催されました。

今後も益々のご活躍を期待します。

西脇町長と湯川年樹さん（中央）と
安堵の里ハンドボールクラブの皆さん



問 教育委員会総務課

水道料金等に関する問い合わせ先が変わります

奈良県広域水道企業団（平群事務所）での一部業務の民間委託に伴い、電話相談の総合窓口（お客様センター）を開設します。

漏水・修繕工事

平群事務所（※1）
☎ 0745-45-1004

水道の開栓・閉栓、使用者変更、料金、口座振替手続き等

お客様センター
☎ 0743-79-2800

※1）音声ガイダンスに従ってご希望の番号を選択してください。

問 奈良県広域水道企業団平群事務所

『二十歳(はたち)のつどい』ご案内

『二十歳という節目を迎えた方を祝い励ます』という趣旨で式典を開催します。

と　き　令和8年1月12日（祝・月）
受付9時30分～　式典10時～
ところ　総合文化センター　くまがしホール
対象者　平成17年4月2日～平成18年4月1日に生まれた方
※対象者は、12月初めに案内ハガキを送付します。

Coming of age day
20 ハタチ

「二十歳の宣誓」募　集！
詳細は、10月号で！

問 教育委員会総務課

フリガナの確認はお済みですか？

問 住民生活課

6月～8月にかけて、全国の本籍地からフリガナ確認ハガキが発送されました。
なお、正しいフリガナが記載されている場合は、手続不要です。

よくある質問

Q1 **6月に出生届を提出したがハガキに赤ちゃんの名前がない。**

A1 今回のフリガナ通知は5月26日現在のデータにより作成されています。なお、5月26日以降に提出した出生届により、赤ちゃんの名のフリガナは同時登録されています。

Q2 **国外在住者のフリガナ登録はどうなりますか？**

A2 本籍地がフリガナ情報を有する場合、令和8年5月26日以降にフリガナが記載されます。ただし、本籍地に情報がない場合は、届出をしない限り記載はされません。

問い合わせ先

① 通知ハガキの内容について
0570-05-0310
（平日8時30分～17時15分）

② マイナポータル操作について
0120-95-0178[8番]
（平日9時30分～20時、
土日祝9時30分～17時30分）

③ 8月末までに通知が届かない場合
本籍地の市町村へお問い合わせください。

国勢調査はインターネット回答をおすすめします！

今年は5年に1回の国勢調査の年です。日本に住む全ての人・世帯が対象となります。

インターネット回答が便利です！
- 調査書類のQRコードからスマートフォンで簡単にログインでき、5～10分で回答が完了します。
- スマートフォン、タブレット、パソコンから24時間いつでも回答することができます。

【主なスケジュール】
●9月20日（土）～調査票の配布
・総務省統計局より任命された調査員が各世帯へ訪問します。
●10月1日（水）～8日（水）回答期間
・回答はインターネットまたは郵送（調査員に直接提出も可）
※10月1日現在の情報を記入

国勢調査2025サイト

問 まち未来推進課

皆様のご理解・ご協力よろしくお願いします。

9月21日～30日は秋の全国交通安全運動週間です

運動期間中の9月30日（火）は「交通事故死ゼロを目指す日」です。みんなで交通ルールを守って事故ゼロを達成しましょう！

重点項目

歩行者の安全な道路横断方法等の実践と反射材用品や明るい目立つ色の衣服等の着用促進
ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進
自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

交通安全へぐり DAY
（交通安全教室・意見交換会）

意見交換会では、毎月1日・15日の通学指導や、町内の啓発活動にご参加いただく中での意見を交換いただきます。ご参加、お待ちしています。

■日時　9月22日（月）10時～
交通安全教室（くまがしホール）
10時30分～
意見交換会（中会議室2）

■場所　総合文化センター
（くまがしホール、中会議室2）

大阪・関西万博で平群町のVR映像が上映されます！

万博会場内のデジタルトラベルゾーンでは、ルーム型のLEDビジョンとVRゴーグルで全国の観光地をバーチャル体験できます。本町はデジタルトラベルゾーンプロジェクトに参加しており、町内の観光スポットを紹介するVR映像が上映されます。

全国自治体の観光地を訪れているような感覚を味わえる体験を、ぜひこの機会にお楽しみください。

■**日程**　9月13日(土)～19日(金)11時～18時
■**内容**　信貴山朝護孫子寺・千光寺・椿井城跡
■**場所**　大阪・関西万博2025
デジタルトラベルゾーン
(EXPO2025デジタルウォレットパーク内)

※本プロジェクトの参加については株式会社大塚商会様からの企業版ふるさと納税を活用しています。

※詳しくは大阪・関西万博ホームページ

大阪・関西万博
公式ホームページ

問 観光産業課

奈良県万博催事に出展します

シグネチャーパビリオン「森の集会所」にて奈良県催事が行われます。本町では来場者へ町内の観光スポット及び特産品の紹介を予定しています。

日時　9月16日(火)・17日(水)
9時～21時
場所　シグネチャーパビリオン
「森の集会所」
内容　信貴山朝護孫子寺･千光寺･
小菊・バラ・ブドウ・古都華の紹介

大阪・関西万博
公式キャラクター
ミャクミャク

河瀬直美監督監修の
県内自治体のPR動画も必見！
本町は特産品の古都華の
朝摘み風景を撮影！

©Expo 2025

先着240名にお土産付き！

65歳以上の方へ 敬老会に参加しませんか

問 福祉課

スペシャルライブや介護予防体操など、楽しい時間をお過ごしください。

と　き　9月6日(土)10時～(受付：9時15分～)
ところ　総合文化センター　くまがしホール
対　象　町内在住の65才以上の方
内　容　■10時～　：式典
■10時30分～：新舞踊(長寿会連合会)
■10時50分～：介護予防体操
(健康運指導士　貴志　信吾氏)
■11時15分～：嶋田　純子　Special　Live
主　催　平群町・平群町婦人会

お土産(赤飯・カップケーキ・町指定ごみ袋)のお渡し
当日、引換券を配布します。(先着240名・1人1枚限り)
＜引換券配布＞
場所　総合文化センター正面入口
時間　9時15分～10時　※配布枚数に達し次第、終了
＜お土産のお渡し＞
敬老会終了後、くまがしホール外のホワイエで引換券と交換します。
※イベント終了後30分間のみ、後日対応不可。

嶋田　純子氏　プロフィール

4歳よりピアノを始める。小学生から高校1年生までＮＨＫ奈良放送児童合唱団に所属。

奈良県立高円高等学校音楽学科声楽専攻を卒業。

同志社女子大学学芸学部音楽学科声楽科に入学後、東京にて芸能プロダクションに入り活動。

現在は Jun music office・Jun music schoolを立ち上げ、関西を中心に音楽活動中。

※内容は変更になる場合があります。
※当日、午前6時で警報が出ている場合は中止。
※手話通訳・要約筆記あり。
※くまがしホールの定員を超えた場合、入場できないことがありますのでご了承ください。

信貴山サイクルロゲイニング2025

問 観光産業課

サイクルロゲイニングとはオリエンテーリングに、自転車、スコア争い、写真、SNSを組み合わせたアウトドアスポーツです。紅葉の季節、歴史遺産や地元産グルメが楽しめるお店など自転車で巡ってみませんか。

日　時　10月19日(日)10時～17時
（受付：9時30分）
会　場　大阪府中部広域防災拠点
（大阪府八尾市空港1－209－7）
定　員　300名
料　金　大人3,500円、中学生以下1,500円、
個人部門1名4,000円
部　門　「一般」・「E-bike」・「個人」部門
一般・E-bike：2～5人のチームエントリー
18歳以上の成人を含む事
E-bike：E-bike使用者を1名以上含む事
個人：1人エントリー(18歳以上の成人のみ)
申　込　7月1日(火)～9月30日(火)
右記の二次元コードより

問合わせ　☎06-6699-5000
メール　info@actrep.com
主　催　アクトレップロゲイニングプロジェクト

毎年9月23日は「手話言語の国際デー」手話言語にブルーライトを当てよう

問 福祉課

「手話が言語である」ことへの認識が広がるよう、世界や日本各地でライトアップイベントが実施されます。

町でも、「手話言語の国際デー」に合わせ、ろう者と一緒に作ったランタンで総合文化センターのホワイエを青色に彩ります。

■ブルーライトアップ
期　間　9月17日(水)～24日(水)
18時～21時
場　所　総合文化センター　ホワイエ

■ミニ手話教室
日　時　9月25日(木)13時～(随時)
場　所　総合文化センター　中会議室①
※申込不要、1回約30分

平群町観光ボランティアガイドの会　主催イベント

大阪・兵庫・奈良　歴史街道リレーウォーク～松永久秀と信貴山城～

問 観光産業課

天正5(1577)年8月17日、突如信長に反旗を翻した久秀は信貴山城に籠る。信長は総大将を嫡子信忠に命じ攻城を図る。落城は同年10月10日。その攻城の道を平群谷の西にそびえる梟雄の居城を目指して歩きます。

日　時　10月25日(土)9時～
集　合　総合文化センター
コース　約6.5ｋｍ・健脚コース
総合文化センター▶松永屋敷信貴山城跡
▶多宝塔▶信貴大橋
解　散　奈良交通バス停　信貴大橋15時頃
参加費　500円※保険代・資料代含む
★昼食をご持参下さい。
申　込　住所・氏名・電話番号記入の上
往復はがき、またはFAX、HP

元山上千光寺の戸閉式

問 観光産業課

ほら貝と読経が響く中、大護摩が焚かれ厳かに戸閉式が行われます。多くの石仏や摩崖仏が皆さまのお出でをお待ちしています。

日　時　10月4日(土)※ 雨天決行(荒天中止)
集　合　近鉄生駒線元山上口駅　9時※順次出発
解　散　元山上口駅　15時30分頃
コース　約6ｋｍ
元山上口駅▶清滝石仏群▶揺るぎ地蔵石仏群▶千光寺▶生駒山口神社▶元山上口駅
参加費　100円※保険代・資料代含む
※軽食・飲み物等をご持参下さい。
特　典　①秘仏「役行者」像が無料で拝観可能
②千光寺長老（醍醐寺大僧正）の法話
③「うどん」の振る舞い
※なくなり次第終了
申　込　不要

～清潔できれいなまちへ～

ポイ捨ては条例違反です!!

町内の道路や河川・公園付近等の至るところで、ごみのポイ捨て、缶やペットボトルのポイ捨て等を確認しています。一人ひとりが「住んでいる町を綺麗にしよう」という心がけが大切です。

一人ひとりの心がけで綺麗なまちへ

「ポイ捨て等の防止条例」

■屋外で出た空き缶等のごみは持ち帰り、散乱させない。

■犬の糞尿は、飼い主が責任を持って持ち帰る。

※違反すると罰則規定があります。

■普段からできること

・たばこのポイ捨てをしない。
・ごみは正しい分別をして捨てる。
・日頃から地域を清潔に保つよう心がける。
・ごみの減量に努める。

問 住民生活課

キエーロで生ごみを減量しよう!!

キエーロを活用した生ごみの減量にご協力ください。

利用者の声

<キエーロ申込>

対象	町内在住の方
申込	**窓口、電話、FAX、メール**で申請書提出可能 ☎ 45−1439 / FAX 49−0011 ✉ jyuumin@town.heguri.nara.jp
提供	キエーロの完成品（プランター型・1世帯1台） ※中に入れる土（黒土等）はご用意ください。

問 住民生活課

特定外来生物

クビアカツヤカミキリを見つけたら捕殺を！

特定外来生物のクビアカツヤカミキリはサクラ、ウメ・モモ・スモモ（バラ科）の樹木内部を食い荒らし、枯死させる恐れのある昆虫です。（中国・台湾・朝鮮半島・ベトナム原産）

木の根元にたまったフラス▶

クビアカツヤカミキリやフラスの発見時は

詳細

平群町住民生活課

☎45-1439までご連絡を！

写真提供：埼玉県環境科学国際センター

無料

剪定枝を粉砕する機械を貸し出します！

家庭から出る剪定枝を有効活用していただくために、「剪定枝粉砕機」を無料で貸出します。

粉砕・チップ化した剪定枝は堆肥や土壌改良材として活用でき、ごみの減量につながります。

問 住民生活課

広告

県内で特殊詐欺等が多発しています！

奈良県の特殊詐欺被害状況

令和６年中の被害額約 **13億4,000万円**

※人口10万人あたりの被害額で、奈良県は全国ワースト２位

特殊詐欺の被害は高齢者だけでなく、**「現役世代」「携帯電話」**にも拡大しています。

被害防止チェックリストで対策を

携帯電話はどの世代も被害の対象

- ☑ アドレス帳登録外電話と非通知電話は、事前に拒否設定をする
- ☑ 知らない番号からの電話には出ない
  ※特に国際電話
- ☑ 警察の電話番号からの着信でも、偽装の可能性があるため、番号を調べ直してかけ直す
- ☑ かかってきた電話が「自動音声」の場合、その時点で電話を切る

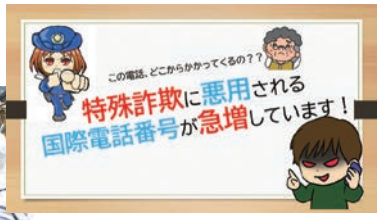
固定電話には、必ず防犯対策を！

- ☑ 在宅時も**留守番電話**にし、知らない番号からの電話には出ない
- ☑ **防犯電話を設置する**
  ※町補助金有 問 観光産業課
- ☑ **国際電話利用契約の利用休止手続き**を行う（無償）

問 国際電話不取扱受付センター
☎0120-210-364

「みんなでとめよう!! 国際電話詐欺＃みんとめ」

西和警察署では、警察官が各戸を**巡回連絡**のうえ、紙芝居を用いて**国際電話の利用休止手続き**を呼びかけています。



スマートフォンアプリ「ナポリス」

ダウンロードはこちら▶

奈良県警察では、スマートフォンアプリ「ナポリス」により、いち早く皆様方に情報をお届けしています。

最新の手口や防犯対策を知って、犯罪を撃退しましょう。

広報紙を全ページをカラーでご覧いただけます！

マチイロ

いつでも！どこでも！スマホアプリから気軽に広報紙を読むことができます。

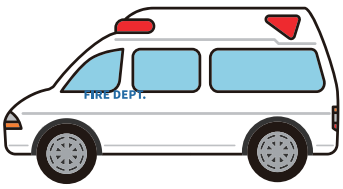
Android 版　iOS 版

平群町公式 LINE

平群町公式 LINE を追加いただくと、発行時に通知が届き、情報をすぐゲットできます。

9月9日は「救急の日」

～救急時の相談先を把握しておきましょう！～



問 プリズムへぐり

9月9日を「救急の日」とし、この日を含む1週間を「救急医療週間」として、救急医療および救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深めることを目的としています。

三室休日応急診療所
（斑鳩町稲葉車瀬 2-5-18）
☎0745-74-4100

診療科目	診療受付時間
	休日（原則、日・祝・年末年始）
内科 小児科	①9時30分～11時30分 （＊年末年始：8時30分～11時30分） ②12時30分～16時30分 ③17時30分～20時30分
歯科	①9時30分～11時30分 （＊年末年始：8時30分～11時30分） ②12時30分～16時30分

誤嚥事故が起きた時
【日本中毒情報センター（一般電話用）】

■大阪中毒110番	☎072-727-2499
■つくば中毒110番	☎029-852-9999
■たばこ誤飲事故専用電話	☎072-726-9922

子どもの受診相談
【こども救急電話相談】

＃8000 又は☎0742-20-8119

☆看護師（または小児科医）が電話でアドバイスしてくれます‼
※相談日時　平　日…18時～翌朝8時
　　土曜日…13時～翌朝8時
　　日・祝・年末年始 …8時～翌朝8時
※対象者…15歳未満の子ども

救急車や受診が必要かの判断・応急手当方法
近くの医療機関を知りたい
【奈良県救急安心センター相談ダイヤル】

＃7119 又は☎0744-20-0199

☆相談員や看護師が電話でアドバイス‼
※24時間受付！

9月10日～16日は自殺予防週間

「死んでしまいたい」と思うくらい辛いことを抱え込んでいる人は、必ずそのサインが表に現れます。身近な方がそのサインに気づくことで「自殺は防ぐことができる」。

9月の自殺予防週間では一人ひとりが自身や身近な方の悩みに気づき、寄り添い、「誰も自殺に追い込まれることのない平群町」の実現のためにできることを考える期間にしましょう。

心配なことがあればプリズムへぐりまでお電話ください。

左記QRコードで相談窓口をご覧いただけます。SNSでの相談窓口もあります。
厚生労働省「まもろうよこころ」

問 プリズムへぐり

ゲートキーパーになろう！

～大切なひとのSOSに気づきましょう～

ゲートキーパー（命の門番）とは
悩んでいる人に**「気づき」「声をかけ」**話を**「聴き」**、適切な相談機関に**「つなげ」「見守る」**人

身近な人が悩んでいる時にサインに気づき自殺を予防するための支援ができるようなお話をします。

日時：10月17日(金)14時～15時
場所：総合文化センター　くまがしホール
講師：ハートランドしぎさん
　　院長　徳山明広　医師

申 9月5日（金）～
問 プリズムへぐり

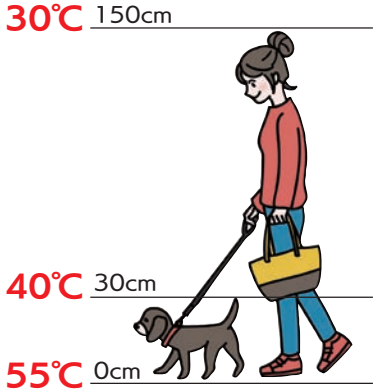
危険！ペットも熱中症に注意

人に限らず、ペットも熱中症になります。犬や猫は、毛に覆われ、体温調整が難しい生き物です。また、低い位置にいるため、地面からの熱を受けやすくなります。

夏の日中の散歩や外出は、熱中症や肉球のやけどの危険があります。散歩等は早朝や夜などの涼しい時間帯にしましょう。

屋外に出る際も、直射日光のあたる環境は避け、日陰のある風通しのよい場所で、十分な水分補給を行いましょう。冷房の効いていない車内は短時間で非常に温度が高くなります。車から離れる場合は一緒に行動することを心がけましょう。

地面からの高さと体感温度



令和6年4月1日から
相続登記の申請が義務化(※)されました

相続・登記の
専門家への相談
も、ご検討ください

- 相続登記は忘れずに！
- 今なら、**相続登記の免税措置**も、拡大されています
- 登記の手続は、法務局ホームページをご覧ください

(※)新制度　登記手続き　奈良司法書士会ホームページ

お問合せは**奈良地方法務局**まで
☎0742-23-5456

不動産登記推進イメージキャラクター「トウキツネ」

自筆証書遺言書保管制度
あなたの遺言書、法務局が守ります

① 遺言書の**紛失、改ざんの防止**
② 家庭裁判所の**検認不要**
③ 相続人等への**保管の通知**
④ 保管手数料３，９００円

遺言書ほかんガルー

あなたの**遺言**をきちんと**伝えるための**制度です

遺言書を作成して**相続手続**を**スムーズに**

遺言書の内容については**法律の専門家**への相談をお願いします

手続には**予約**が必要です!!

お問合せは**奈良地方法務局**まで
☎0742-23-5456
遺言書保管制度　検索

マイナンバー休日窓口
[予約制]

と　き　10月5日（日）9時～12時
予約・キャンセル　10月3日(金)まで

対象手続　❶マイナンバーカード交付
❷電子証明書の更新　等
（その他マイナンバーに関する手続き）
※本人来庁(一部例外あり)
※予約がない場合は中止

持ち物

❶マイナンバーカード交付時
①交付通知ハガキ　②マイナンバーカード（現カード交付時に設定した暗証番号）・通知カード・住基カード（いずれもお持ちの方のみ）　③公的機関発行の顔写真付証明書（マイナンバーカード・運転免許証）
※③をお持ちでない方は「氏名・生年月日」か「氏名・住所」記載の証明書（健康保険証・年金手帳・社員証・学生証・預金通帳・医療受給者証等）を２点
※15歳未満は、本人と法定代理人（親権者）との関係がわかる書類が必要となる場合あり。

❷電子証明書の更新時
①マイナンバーカード　②暗証番号

問 住民生活課

広告

定額減税しきれない方への給付金（不足額給付）
提出は10月31日まで

不足額給付の申請を受付しています。案内通知が届いた方は、内容をご確認ください。(8月下旬～順次発送)
案内通知が届かない方で、給付要件を満たしていると思われる方は、ご自身による申請が必要となりますので、お問い合わせください。
給付対象や要件の詳細は、8月号広報または町ホームページに掲載しています。

問 税務課

年金生活者支援給付金制度のお知らせ

問 健康保険課

年金生活者支援給付金は公的年金等の収入金額やその他所得が一定基準以下の年金生活者の生活を支援するために年金に上乗せして支給されます。対象者には日本年金機構からお知らせが届きます。
現在給付金を受け取られている方のお手続きは不要です。

■対象（以下の要件を満たす方）

◇老齢基礎年金受給者

・65歳以上
・世帯員全員が市町村民税非課税
・前年の年金収入額とその他の所得の合計が889,300円以下

◇障害基礎年金・遺族基礎年金受給者

・前年の所得が下記の金額以下
【4,721,000円＋扶養親族の数 ×38万円】

※給付金の所得判定の際は、障害・遺族年金などの非課税収入は含みません。

■請求手続き

①新規で受給できる方

対象者には9月初旬頃、日本年金機構から請求可能な旨のお知らせはがきが送付されます。
同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。

②年金を受給し始める方

（対象の方は、送付される案内に同封）
年金の請求手続きと併せて年金事務所または役場健康保険課で請求手続きをしてください。

問合わせ

＜日本年金機構（年金事務所）＞

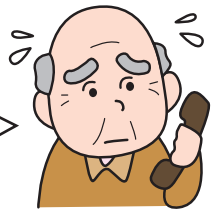
■給付金専用ダイヤル　☎0570-05-4092
※050から始まる電話の場合　☎03-5539-2216

受付時間　平日8時30分～17時15分
（月曜日のみ19時まで）
第2（土）9時30分～16時

※土日祝日【第2（土）除く】、12月29日～1月3日は通じません。
※お問合せの際は、送付されている「はがき（年金生活者支援給付金請求書）」をご用意ください。

■特設サイトで確認（右記2次元コード）

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。



電話で住民の皆様の家族構成や預金通帳の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めたりすることはありません。

要予約 各種無料相談会をご活用ください

奈良県不動産コンサルティング協会 不動産無料相談会

日時　9月21日（日）10時～16時
場所　王寺町防災コミュニティセンター（王寺町本町4丁目645－1）
内容　空き家相談、売買・賃貸、相続・贈与、資産税務、借地借家、土地活用等不動産に関する諸問題に不動産コンサルティングマスター・税理士・司法書士がアドバイスします。
申 問　NPO法人奈良県不動産コンサルティング協会　☎0743－86－4285

奈良県調停協会 無料調停手続相談会

日時　10月7日（火）10時～16時
場所　奈良公園バスターミナル東棟2階情報広場（奈良市登大路町76番地）
内容　お金や土地・建物トラブル、交通事故、夫婦関係や遺産分割等の家庭のもめごとに関して、民事・家事調停委員が相談を個別に聞き取り、調停への手続き等を説明します。
主催　（公財）日本調停協会連合会、奈良県調停協会
後援　奈良地方・家庭裁判所
申 問　奈良地方裁判所総務課　☎0742－88－2604

奈良弁護士会 「法の日」週間記念無料法律相談

日時・場所

日時		場所
10月2日（木）	9時30分～12時 13時～15時30分	奈良弁護士会館（奈良市中筋町22－1）
10月6日（月）		経済会館（大和高田市大中106－2）

相談時間　1人30分・各日先着10名
申　9月1日（月）～26日（金）平日9時30分～17時
奈良弁護士会　☎0742－22－2035

対象　内内容　時時間・期間　所場所　費費用　持持ち物　申申込

仕事・募集

応急手当普及員講習のご案内

応急手当普及員は、心肺蘇生法やAEDの使い方等、応急手当の大切さを地域の皆さんや職場の仲間に伝えることができる資格です。

応急手当の伝え手として、あなたも活躍してみませんか？

時 10月15日(水)～17日(金)
8時30分～17時30分

所 奈良県広域消防組合消防本部（橿原市慈明寺町149番地3）

申 電子申請　9月18日(木)～10月2日(木)

問 奈良県広域消防組合西和消防署 ☎0745-73-1001

※詳細は、奈良県広域消防組合HP

明日香養護学校第2回体験学習「病弱教育部門」高等部

県立明日香養護学校では、病弱教育対象生徒に対して本校への入学等を考えるための体験学習を行っています。

対 病弱教育対象の中学3年生とその保護者、担任

時 10月15日(水)13時～15時

※変更の可能性有り。

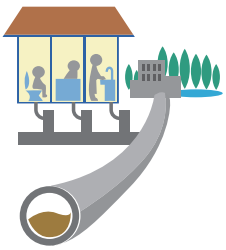
申 問 明日香養護学校教育支援部 ☎0744-54-3380

予約不要・入場無料

「下水道の日」施設見学会

県内4つの浄化センターで下水道施設の見学会を実施します。

この機会に水環境について考えてみませんか？



9月6日(土)10時～16時

宇陀川浄化センター（宇陀市榛原福地28-1）
☎0745-82-5725
吉野川浄化センター（五條市二見5-1314）
☎0747-22-8631

9月7日(日)10時～16時

浄化センター（大和郡山市額田部南町160）
☎0743-56-2830
第二浄化センター（北葛城郡広陵町萱野460）
☎0745-56-3400

問 奈良県流域下水道センター ☎0743-56-2830

「晴れ風ACTION」でへぐり花火大会を応援しよう！

キリンビール株式会社実施の地域の花火大会を支援する寄付活動「晴れ風ACTION」の寄付先に平群町（第3回へぐり花火大会）が選定されました。

キリンビール株式会社のサイトから「応援アクション」に参加することができます。サイトにアクセスすると1日1枚晴れ風コイン（0.5円相当）が付与され、好きな自治体に寄附することができます。寄附時に応援メッセージを投稿することもできます。

1　KIRIN 晴れ風ACTION サイトにアクセス
　※満20歳以上の方が対象
2　**“晴れ風コイン”**を取得する
3　寄付先自治体に「平群町」を選ぶ
4　“晴れ風コイン”を平群町に寄付する

詳細はこちら

期間　～12月31日(水)

たくさんの応援をお願いします！

問 観光産業課

行政出前講座をご利用ください！！

平群町のお仕事について、聞きたいことありませんか？

ご要望があった皆さんの集会や学習会等に、町の職員が伺い、町の業務や事業など、テーマに合わせた内容についてご説明、意見交換させていただく場です。

◆講座のテーマ例◆

議会のしくみ、消防・防災、高齢福祉、キエーロ
子育て支援、財政、人口対策に関すること
など…

▶**対象**：町内に在住、在勤・通学するおおよそ10人以上の団体やグループ

▶**費用**：無料※会場使用料等が必要となる場合は、申込みされる団体のご負担になります。

▶**申込**：実施日の14日以上前にまち未来推進課まで申込書を提出してください。(FAX可)

問 まち未来推進課

視覚障がい者の方を対象に、声の広報（ボランティアグループ「鈴の音」による広報を録音したもの）をお届けします。問 福祉課障害福祉係（☎45-5872）もしくは社会福祉協議会（☎45-5710）

9月は健康増進普及月間

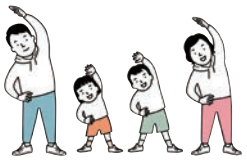
問 プリズムへぐり

月間標語：『1に運動　2に食事　しっかり禁煙　良い睡眠～健康寿命の延伸～』

健康寿命を延ばすため、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙等、個人の生活習慣病の改善の重要性について、一人一人が理解を深め健康づくりを実践していく月間です。健康寿命を延ばすためには、生活習慣病の予防や改善が重要です。

ポイント

①適度な運動をしましょう
②適切な食生活を目指しましょう
③十分な睡眠をとりましょう
④禁煙しましょう
⑤お酒と上手に付き合いましょう



９月の相談日

法　律　相　談　（毎月第1・3火曜日、予約制）

対象者　町内在住者
と　き　**9月２日、16日**
９時～11時(1人20分まで)
ところ　役場　２階（電話相談不可）
相談員　町顧問弁護士
予約方法　前月１日より窓口または電話にて。
※同月内での相談は、原則１回。

問 まち未来推進課

行　政　相　談　（毎月第3水曜日、予約不要）

と　き　**9月17日**　９時～11時
ところ　役場　１階　第２会議室
相談員　町行政相談委員
相談内容　行政全般

行政相談マスコット
「キクーン」

問 まち未来推進課

人　権　相　談　（毎月第1火曜日、予約不要）

と　き　**9月２日**　９時30分～11時
ところ　総合文化センター　人権啓発相談室
相談員　人権擁護委員
相談方法　直接面談・電話
相談内容　差別・いじめ・セクハラ・DVなど
様々な人権問題

問 政策推進課

てんいち先生

消費生活相談　（毎週月曜日、祝日を除く。予約不要）

「ハッと！ホッと！生駒郡消費者サポートネットワーク」へご相談ください。

と　き　**9月1日、22日、29日（毎週月曜日）**
※8日、15日はお休み
10時～15時
ところ　役場　１階　第２会議室（電話相談可）
相談員　消費生活専門相談員
相談方法　面談・電話

詳細

※消費者啓発出前講座も随時受付中。
※防犯電話機の令和７年度購入費助成申請受付中（上限５千円）

問 観光産業課

＜生駒郡内の消費生活相談日＞

開設場所	開設日	電話番号
安堵町役場	毎週(火)	0743･57･1511
三郷町役場	毎週(水)	0745･73･2101
斑鳩町役場	毎週(木)	0745･74･1001

＜開設日以外の相談窓口＞
奈良県消費生活センター　☎0742･36･0931
消費者ホットライン　☎188(イヤヤ)
※お住まいの近くの相談窓口につながります。

※詳細は、お問い合わせください。

へぐり友遊教室　受講生募集

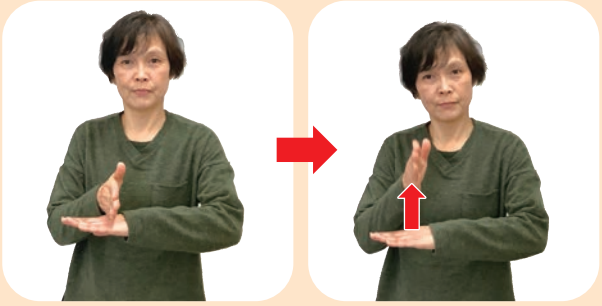
新講座『癒しの絵手紙教室』

講座番号	友遊－④
とき	9月19日（金）10時～12時
ところ	総合文化センター2階　研修室1-AB
内容	手づくりする面白さと、贈った相手に喜んでもらえるうれしさを味わえるのが魅力の絵手紙。日々の暮らしを筆で描きましょう。
講師	井上　明美　さん
持ち物	鉛筆、消しゴム、小筆、パレット、水入れ雑巾、描きたいモチーフなど（絵具は用意します）
参加費	1,500円（材料費）
対象	町内在住・在勤者　※先着15名
申込期間	9月1日（月）～16日（火）
申・問	教育委員会総務課 窓口か電話（平日9時～17時） ※申込者少数の場合は中止

手話で話そう！

日常会話で使う手話を紹介します。
手話はろう者の言語です。皆さんも一緒に手話でお話ししてみませんか？

今月の手話は「ありがとう！」



左手の甲に垂直に乗せた右手を上にあげる。
※勝った力士が手刀を切って賞金を受け取る様子が元になっていると言われています。

問 福祉課

総合文化センター　【9月】イベント情報

イベントの詳細はこちら

開催日	イベント	会場 / 時間	主催者 / その他
9/6(土)	平群町敬老会	くまがしホール 10時開演 12時30分終了	費 無料・申込不要 主・問 平群町・平群町婦人会（事務局　福祉課）
9/7(日)	へぐり町囲碁まつり	くまがしホール 9時15分開場 9時45分開会	費 2,000円～ 主・問 平群町文化協会・平群町囲碁同好会　吉村　☎0745-45-5135
9/13(土)	ピアノと映像のコンサート 響（HIBIKI）	くまがしホール 14時開場 14時30分開演	費 無料 主・問 篠原　理恵 (piano2025.9.13@gmail.com)
9/14(日)	平群中学校吹奏楽部定期演奏会	くまがしホール 12時30分開場 13時開演	費 無料 主・問 平群中学校吹奏楽部 ☎45-0019
9/20(土)	Enjoy　piano　concert X エンジョイ　ピアノ　コンサート	くまがしホール 15時45分開場 16時開演	費 無料 主 蔵道
9/21(日)	第3回　へぐり防災フェスタ ～参加して広めよう！ 防災・減災の輪～	くまがしホール他 10時開会 15時終了	費 無料 主・問 へぐり防災フェスタ実行委員会（事務局　平群町社会福祉協議会 ☎45-5710※平日）
9/23(祝)	Autumn Concert Piano＆Vocal発表会	くまがしホール 12時40分開場 13時開演	費 無料 主 Autumn　Concert
9/17(水)～24(水)	「手話言語の国際デー」 ～手話言語とブルーライトで輝かせよう～	ホワイエ 9時～21時	費 無料 主 平群町聴覚障害者協会 問 福祉課

展示スペース1・2		展示スペース3
8/30(土)～9/14(日)	へぐりの里の大念仏	がん予防月間PR展示
9/16(火)～30(火)	パッチワーク作品展	

図書館だより

図　書　館　平群町吉新三丁目１番 34 号
平群町総合文化センター内
☎（0745）46-1120
開 館 時 間　９時30 分 ～ 17時（日･月･火･木･金）
９時30 分 ～ 19時（土）
館内整理日　９月30日（火）

9月

休館日
○祝日　◇館内整理日

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				

新しく入った一般書

『「なぜ」と聞かない質問術』
中田　豊一／著
ダイヤモンド社　2025 年

新しく入った児童書

『本はともだち』
スギヤマ　カナヨ／著
子どもの未来社　2025 年

おはなしのへや

第１・第３土曜日　１４時～１４時３０分
図書館内えほんコーナーにて

平群町おはなしの会による楽しいおはなしの時間です。どなたでもご参加できます。

6日（土）かみしばい『ばけものでら』
えほん『つきよのキャベツくん』
20日（土）えほん『ゴリラさんだめです』
えほん『オオカミのごちそう』

※都合により、プログラムが変更となる場合があります

オススメの一冊

『自分らしく生きるための人生の羅針盤』
Ryucrew／著　KADOKAWA　2025 年

著者はなにわ育ちで、カナダを拠点とする外資系エアラインの現役の男性 CA（キャビンアテンダント）の Ryucrew さん。前半は自身のオカン（お母さん）のカナダ無期限滞在や親子二人での行き当たりばったりのヨーロッパ旅行の様子がコテコテの関西弁でユーモアたっぷりの飾らない内容で綴られています。庶民目線の旅の Tips（ヒント・コツ）が楽しい！！

世界中 50 か国以上旅した彼が、見つけた『人生の羅針盤』とは？
ふらっと旅に出たくなる本です。

請求記号
【289 り】
一般書「2歴史」の
書架にあります

お知らせ

11 月３日（祝・月）臨時開館します！
開館時間　９時 30 分～ 17 時

特集展示「みんなで芸術の秋！体いっぱいに芸術を取り組もう！」

文化祭の作品や演技に関する関連資料の展示を行い、文化祭を盛り上げます。

お願い

開館20周年記念事業タイムカプセルのおてがみ郵送に向けて

2016（平成28）年に旧あすのす平群で募集した10年後のじぶんへのはがき・てがみを、2026（令和 8）年１月に郵送予定です。この10年間に住所の変わられた応募者はご連絡ください。

※詳しくはこちら
令和７年１月号広報 15 ページ→

お知らせ

平群町立図書館は、2026（令和８）年１月26 日に開館 20 周年を迎えます。

これを記念して、2026 年１月から７月までの間、さまざまなイベントを開催します！各イベントは随時案内します。

プリズムだより
申・問・所 プリズムへぐり

教室・募集

軽(かる)スポーツでフレイル予防しましょう
～頭で考え、カラダを動かし、地域コミュニティを深めます～
個人で、みんなで楽しんで盛りあがろう！初めての方でも大丈夫！
種目：ボッチャ・室内ペタンク
対 おおむね65歳以上
時 9月9日(火)10時～11時30分
所 2階会議室
持 動きやすい服装、飲み物
申 9月2日(火)～※先着16名

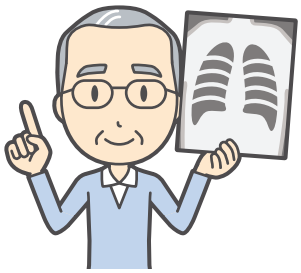
筋プリセミナー（運動教室）
おでかけついでにプリズムへぐりで運動しませんか。筋力トレーニングとウォーキング等の自主的なトレーニング方法を学びます。
対 町内在住の方
時 9月19日(金)10時～11時
所 2階
持 運動できる服装、飲み物
申 9月2日(火)～※先着16名
講師：健康運動指導士

健康へぐり21計画推進事業 食事でフレイル予防 いきいき！シルバークッキング
対 どなたでも
内 歳を取ったら粗食でいい？シニアこそ食事で低栄養予防が必要です！家によくある材料で、美味しく栄養価の高いお食事を作りましょう。
時 9月25日(木)9時30分～13時30分
所 2階会議室
費 1人300円※材料費一部負担
献立：4品程度
申 9月2日(火)～※先着15名
主催：平群町食生活改善推進員

スマイル8エクササイズ体験（運動教室）
動く運動と筋力運動が中心の8種目をメインに、継続的な運動習慣を身につけながら、家庭で簡単・安全にできる運動です。ぜひご参加ください。
対 町内在住の方
時 午前：10時～11時　10月17日(金)・11月7日(金)・12月5日(金)※全3回
午後：14時～15時　10月23日(木)・11月4日(火)・12月2日(火)※全3回
所 2階会議室
持 運動できる服装、飲み物
申 9月4日(木)～
※午前・午後各先着10名
講師：健康運動指導士

案内・お知らせ

高齢者の方は結核健診を受けましょう！～結核は今もなお主要な感染症の一つです～
結核患者の約7割が65歳以上の高齢者、特に新規患者の4割が80歳以上の高齢者です。結核は風邪に似た症状であるため、初期では気が付かないまま見過ごされてしまうこともあります。高齢者が免疫機能の低下から発症するケースも増えてきています。このことから65歳以上の方には1年に1度の結核検診の受診が義務付けられています。（感染症法第53条の2第3項より）
本町では、肺がん・結核検診を集団検診で無料実施しています。
時 10月28日(火)～31日(金)
申 9月16日(火)～
電話、またはインターネット
1年に1度は必ず受診してください。



特定健診受診者の方へ　商品券の有効期限は令和8年3月31日
特定健康診査受診者、または人間ドックで特定健診へのみなし健診となった方（いずれも町国民健康保険加入者）には、「道の駅大和路へぐり」「ディアーズコープたつたがわ」「ザ・ビッグエクストラ平群店」で使用できる商品券（500円分）を進呈します。早めにご利用ください。なお、商品券の代わりにコミュニティバス回数券（500円分）希望の方は、ご連絡ください。

子育て

ファミリークラス
①
内 妊娠中の過ごし方、お産の経過
妊娠期の食事他（助産師・管理栄養士）
時 9月5日(金)13時30分～15時30分
所 保健指導室
②
内 赤ちゃんの沐浴実習（保健師）
時 9月6日(土)10時～12時
所 会議室
③
内 マタニティーばぶばぶ
赤ちゃんサークルの見学
時 9月8日(月)10時30分～11時30分
持 母子手帳、運動しやすい服装
申 各回前日まで

プリズムだより
申・問・所 プリズムへぐり

子育て

ばぶばぶ
対 1歳までの親子
内 赤ちゃんとできるふれあい遊び・育児情報交換・体重測定・お友だち作り等
時 10時30分～11時30分
9月8日(月)※離乳食の実演有り
9月22日(月)
所 研修室

ハムスターズファミリー（育児サークル）のご案内
対 就園までの親子
★年会費(初回に9～12月入会200円、1～3月入会100円)
※必要時別途徴収

◆敬老の日のプレゼントづくり・サーキットで遊ぼう◆
時 9月10日(水)10時～
持 写真2枚、のり、ボンド、はさみ、あればお絵かき道具、シール等
申 ～9月5日(金)

◆ハロウィンパーティ◆
時 10月22日(水)10時～
持 プレゼント代100円、プレゼントを持ち帰る袋、あれば仮装グッズ
申 ～10月17日(金)

子育て支援センター
申・問・所 子育て支援センター

〈申込不要〉

おはなし広場
平群おはなしの会の方の楽しいお話や手遊び
時 9月2日(火)10時30分～
※次回は10月7日(火)

9月生まれの誕生会
9月生まれのお友だちを来館者と一緒に1階フロアでお祝いします。お誕生月のお友達は誕生カードが貰えます。
写真を撮りますので少し早めに来館して知らせてください。
対 未就園児
時 9月12日(金)10時45分～11時
※次回は、10月10日(金)

あつまれ0歳！
育児情報の交換など楽しい時間を過ごしませんか？
対 町内在住の0歳の親子と未就園の兄姉
時 9月1日(月)10時30分～11時30分
所 2階
※次回は10月20日(月)

おでかけ広場「トントン」inゆめさとこども園
園庭遊具でゆっくり遊びましょう。
対 町内在住の未就児親子
時 10月3日(金)10時～11時30分
※9時50分に園向いの駐車場集合
※雨天決行
持 お茶、タオル、帽子

未就園児対象学年別サークル活動の案内
同級生の親子が知り合い遊べる場を提供しています。
時 10時～11時45分
所 2階

対象児	日　程
こたつ(0歳児)	9月3日(水) ※次回 10月1日(水)
虎7(1歳児)	9月4日(木) ※次回 10月8日(水)
ことら(2歳児)	9月5日(金) ※次回 10月17日(金)

不登校親の会「そのままおいで」
対 小中高生の保護者
内 「お話してみませんか?」(9月の不安をほぐしましょう)
※出入り自由。聴くだけでもOK.子どもは学校に行っているけれど不安がある方も良ければ少しお話しませんか。
時 9月24日(水)15時～16時30分
※次回10月22日(水)15時～「心に触れるって・・・」

〈申込必要〉☎予約可

子育て広場『おいで・おいで！』
年齢に合わせた遊びの場
※就園している兄姉の参加不可

	対	時・10時30分～11時30分	申	持
コアラ(2歳児)	R4.4.2～R5.4.1生まれ	9月26日(金)	～9月19日(金)	お茶・タオル ※別途材料費徴収の可能性有り
		10月31日(金)	9月26日(金)～10月24日(金)	
うさぎ(1歳児)	R5.4.2～R6.4.1生まれ	9月19日(金)	～9月12日(金)	
		10月24日(金)	9月19日(金)～10月17日(金)	
ヒヨコ(0歳児)	R7.4.2～7.31生まれ	10月(木) ◇ベビーマッサージ：2日・9日 ◇離乳食講座：16日 ◇子育て講座：23日・30日 ◇骨盤調整体操(母子分離)：11月6日(木)	～9月25日(木)	・ベビーマッサージオイル代400円 ・母子分離講座託児代1人600円 ・バスタオル
		レッツエンジョイパパ：11月8日(土)※家族全員参加		

スポセンだより

問 総合スポーツセンター

11月体育施設の申込み

◆町内一般・減免の方
10月1日(水)9時～
◆クラブ員の方
10月1日(水)13時～
◆生駒市の方
10月2日(木)9時～
◆それ以外の方
10月2日(木)13時～

①トレーニング室利用講習会受講料無料キャンペーン(9月1日～30日)

トレーニング室をご利用する方は必ず受講してください。
対 16歳以上の方

②オンラインでトレーニング室利用講習会受講

LINEをご利用の方は、友達追加でオンライントレーニング室利用講習会が受講できます。
※①、②に関する詳細は総合スポーツセンターにお問い合わせください。

トレーニング室利用停止のお知らせ

第3回へぐり花火大会の開催に伴い、次の期間中の利用を停止します。ご理解ご協力、お願いします。
時 9月13日(土)～14日(日)終日

教育委員会だより

問 教育委員会総務課

令和7年度スポーツ振興くじ事業

(独)日本スポーツ振興センターの助成を受けて、体育施設において次の通り、スポーツ用品を設置します。
■総合スポーツセンター：レッグマシン

くまがしクラブより

申・問 くまがしクラブ

受付 9時～16時 水曜～土曜
☎ 0745-46-3550
✉ hegui@kumagashiclub.com
HP www.kumagashiclub.com/

初回体験無料「健康Jazzダンス」

初心者から始めるダンスエクササイズで身体を動かしてリフレッシュしませんか?元気な身体作り目指して楽しく踊りましょう。
対 成人～シニア
時 (金)9月 12日・19日・26日 19時～20時
所 総合文化センター 研修室
費 月会費3,300円・別途登録料・保険料
持 飲み物・タオル・シューズ・ヨガマット
講師 Dance Step かわさき ともこ
申 お電話、またはメール

令和7年度「交通空白」解消等リ・デザイン全面展開プロジェクト

HEGURI Kumagashi Club
さあ、はじめよう！くまがしAfterスクール・無料体験会！
↑申込はこちら

	キッズ・アフタースクール		ジュニア・アフタースクール	
対	幼児(年中・年長)		小学生(小1・小2)	
時	(水)9月17日・24日	(金)9月19日・26日	(水)9月17日・24日	(金)9月19日・26日
	15時20分～17時 ※月3回		15時20分～17時15分 ※月3回	
内	①体操またはダンス ②おやつ ③英会話	①サッカーまたはダンス ②おやつ ③英会話	①体操またはダンス ②おやつ ③英会話	①サッカー ②おやつ ③英会話
所	総合スポーツセンター アリーナ・会議室・mobiスタジオ※バス送迎つき			
費	教室セット受講9,900円(各教室6,930円)		教室セット受講11,880円(各教室8,910円)	
持	タオル、飲み物(多めに)、室内シューズ			
講師	(株)codomo ComoC Dance Studio Magnar 美佳子	ディアブロッサ高田FC U-15コーチ 中村悦子 Chika Magnar 美佳子	(株)codomo ComoC Dance Studio Magnar 美佳子	ディアブロッサ高田FC U-15コーチ 中村悦子 Magnar 美佳子

平群町役場	45-1001	健康保険課	45-5800	プリズムへぐり	45-8600	地域振興センター	45-2155
議会事務局	45-0012	観光産業課	45-1017	子育て支援センター(はなさとこども園横)	46-1211	総合スポーツセンター	45-6550
監査委員事務局	45-7100	都市建設課	45-2077			総合スポーツセンター内くまがしクラブ	46-3550
政策推進課	49-0195	会計課	45-8810	はなさとこども園	46-1201		
まち未来推進課	45-1002	県広域水道企業団平群事務所(上水道)	45-1004	ゆめさとこども園	45-1104	道の駅くまがしステーション	45-8511
総務防災課	45-1001			社会福祉協議会	45-5710		
税務課	45-6373	教育委員会総務課	45-2101	地域包括支援センター	45-7012	平群野菊の里斎場	45-7480
住民生活課	45-1439	総合文化センター 中央公民館 人権交流センター	45-2505	かしのき荘	45-5768	シルバー人材センター	45-1666
福祉課	45-5872			給食センター	45-1723		
こども支援課	49-0264			清掃センター	45-3420	町立図書館	46-1120

問 申 プリズムへぐり

ほけん事業予定表

インターネット申込みはこちら

事業名	日時	対象	詳細等
3～5か月児健診	10月2日(木) ※個人通知有	令和7年5・6月生まれ	持 母子健康手帳・質問票・バスタオル
9～11か月児健診		令和6年11・12月生まれ	持 母子健康手帳・ハガキ（裏面に質問票）・バスタオル
3歳6か月児健診	9月4日(木)PM ※個人通知有	令和3年12月～令和4年2月生まれ	持 母子健康手帳、質問票、歯ブラシ、早朝尿、塩分測定容器
骨密度測定	9月22日(月) 13時30分～15時	20歳以上・性別不問	申 9月4日(木)～※先着30名 費 無料 内 超音波での骨密度測定・食事・運動指導
乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診	9月30日(火) AM・PM ※個別通知有	乳がん：30歳以上の女性 子宮頸がん：20歳以上の女性 前回の検診より2年以上経過している方	申 空きがあれば予約可 費 乳がん1,500円 子宮頸がん400円 大腸がん300円 ＊希望者：家庭の塩分測定(無料・当日受付) 持 問診票、国民健康保険・後期高齢者医療保険の資格確認書等
		大腸がん：35歳以上 前回の検診より1年以上経過している方	
得得ドックけんしん 特定健康診査 健康診査 胃・肺・大腸がん検診 肝炎ウィルス検診	10月28日(火) ～31日(金)AM ※個別通知有	特定健康診査：40歳以上の平群町国民健康保険加入者	申 9月16日(火)8時30分～※先着順 費 特定健康診査・健康診査無料、肝炎ウイルス無料、胃がん500円、大腸がん300円、肺がん無料（但し、喀痰検査300円） 持 受診券、質問票、国民健康保険・後期高齢者医療保険の資格確認書等
		健康診査：奈良県後期高齢者医療加入者	
		肝炎ウイルス：40歳以上で肝炎ウイルス検査未受診者 肺がん：40歳以上 胃・大腸がん：35歳以上 今年度未受診の方	
乳がん・子宮頸がん検診	10月31日(金)AM ※個別通知有	乳がん：30歳以上の女性 子宮頸がん：20歳以上の女性 前回の検診より2年以上経過している方	申 9月16日(火)8時30分～ 費 乳がん検診1,500円、子宮頸がん検診400円 持 問診票、国民健康保険・後期高齢者医療保険の資格確認書等 ＊乳がん検診はコロナワクチン接種後4～6週間の間隔をおいてから実施する事が望ましい為、受診のタイミングをご検討ください。

31日は健康診査と5がん検診を1日で受診可能。

こども救急電話相談　＃8000
（または0742-20-8119）　平日18時～翌朝８時
土曜13時～翌朝８時、日祝８時～翌朝８時
看護師または医師がアドバイス

奈良県救急安心センター相談ダイヤル＃7119
（または0744-20-0119）　24時間、365日体制
救急車を呼んだ方がよいかどうか？応急手当の仕方がわからない、近くの医療機関を知りたい時のアドバイス

健康へぐり21計画推進事業　ヘルスボランティアだより

事業名	日時	対象・詳細等
平群町禁煙デー	9月5日(金)AM	対 全住民 内 たばこ対策推進員作成の禁煙デーソングを町内で街宣します。
こころの見守り巡回ここぱと	9月9日(火)AM	対 全住民 内 精神保健推進員「ここから」がこころの健康増進を呼び掛けて街宣しています。
茶話会	9月9日(火)・26日(金) 13時30分～15時30分 ※来所・帰宅自由	対 心が疲れていると感じていたり、家から出にくくなっている方 内 精神保健推進員「ここから」による茶話会 所 プリズムへぐり
運動習慣普及推進員 楽楽歩こう会 北公園方面	9月16日(火) 集合9時30分 ・東山駅前 平地中心	コース東山駅～北公園、紀氏神社を辿って平群駅へ帰着（約2時間） 持 水筒、雨具　費 無料 ☆6回参加で木製手作りキーホルダー進呈☆ ※当日6時50分のNHK気象情報で奈良県北部の午前中の降水確率が50%以上の場合は中止

人の動き

令和7年7月末日現在
（　）は前月比

世帯数	8,247世帯	（－7）
総人口	18,072人	（＋1）
0~64歳	11,030人	（＋1）
65歳以上	7,042人	（±0）

MY TOWN 平群　9月号
第734号　令和７年／2025年9月１日発行
■編集・発行／平群町役場　まち未来推進課
〒636-8585　奈良県生駒郡平群町吉新1-1-1
☎0745-45-1001（代表）・fax0745-45-6619
ホームページ　https://www.town.heguri.nara.jp
Eメール　info@town.heguri.nara.jp

献血に　ご協力を！

令和７年７月末現在

目標数	601名
献血者数	159名
達成率	26.46%

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。
UDフォントを使用しています