

広 報 へ ぐ り

HEGÜRI

みんなが笑顔になるまち

9

令和8年9月号

No.746

【防災特集】

～自分を守る・地域で支える～ 自助・共助



トピックス

p2-3 【防災特集】
～自分を守る・地域で支える～ 自助・共助

p5 平群町長選挙の期日が決定しました

平群町消防団 操法訓練

※詳細は p4へ

【防災特集】 ～自分を守る・地域で支える～自助・共助



7月28日に発生した「令和8年熊本地震」は、大地震の脅威と日頃からの備えの大切さを改めて認識する機会となりました。被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。

今後30年以内に発生するといわれている「南海トラフ地震」でも、津波の発生により海沿いを中心に甚大な被害が想定されています。大規模災害の直後は公的機関による「公助」に限界があり、国や自治体からの支援が届くまでの期間を自分たちで乗り越える準備が必要です。

自らの命を守る「自助」そして地域で助け合う「共助」について、今できることから取り組みましょう。

備蓄品を見直そう

－ 3日分の備蓄はできていますか？－

チェックリストで

備蓄品の不足がないか確認しよう！

- | | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ 飲料水 | ☐ マッチ、ろうそく |
| ☐ 食料品 | ☐ 救急用品 |
| ☐ 貴重品 | ☐ ブランケット |
| (身分証明書・マイナ保険証や資格確認書コピー、現金など) | ☐ 軍手 |
| ☐ 防災ヘルメット | ☐ 洗面用具 |
| ☐ 衣類、下着 | ☐ 衛生用品 |
| ☐ 雨具 | ☐ セッケン、ハンドソープ |
| ☐ 紐なしの靴 | ☐ ウェットティッシュ |
| ☐ 懐中電灯 | ☐ 体温計 |
| ☐ 携帯ラジオ | ☐ タオル |
| ☐ 使い捨てカイロ | ☐ 手指消毒液 |
| ☐ 予備電池、携帯充電器 | ☐ マスク |
| | ☐ ペン、ノート |

各家庭に合った備えも忘れずに

高齢者

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 普段飲んでいる薬 | ☐ お薬手帳 |
| ☐ 補聴器 | ☐ 杖 |
| ☐ 介護食 | ☐ 入れ歯 等 |

子ども

- | | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| ☐ ミルク | ☐ 離乳食 |
| ☐ 使い捨て哺乳瓶 | ☐ 紙おむつ |
| ☐ 抱っこひも | ☐ おしりふき |
| | ☐ 携帯食器 等 |

普段から何ができる？

自助

自分の命や安全は自分で守るという考え方



■事前の備え

3日～1週間分の飲料水や食料、簡易トイレ、常備薬などの備蓄。

■家具の固定

家具の転倒やガラスの飛散防止フィルムの貼り付け。

■情報収集と確認

自治体が公開しているハザードマップの確認、避難場所や避難経路の把握、家族との安否確認方法の事前確認。

共助

地域や近隣住民と協力して助け合うという考え方



■日常からのつながり

日頃からの挨拶や声かけ、町内会や自治会への参加。近所に要支援者がいるかどうかの把握。

■訓練の実施

災害時を想定した、避難や初期消火などの訓練の実施。

■防災資機材の整備

固体電池や避難誘導のためのメガホン等、防災資機材の備蓄。

第4回 へぐり防災フェスタ ～広めよう 防災の輪～

(日赤奉仕団炊き出し訓練同時開催)



と き 9月20日(日) 10時～14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・どんぐり広場

内容 ◆午前の部 10時～
・オープニング・映画「星に語りて」
※映画視聴者にはうどん引換券進呈
(日赤奉仕団提供)

固 へぐり防災フェスタ実行委員会
(町社会福祉協議会内)

◆午後の部 12時～

- ・体験コーナー (心肺蘇生法・ツナ缶ランプ作り・ロープワーク・応急手当・音声変換アプリ体験など)
- ・展示コーナー (小中学生啓発ポスター・防災グッズ展示など)
- ・その他 (日赤奉仕団による炊き出し訓練、警察・消防車両展示記念撮影、煙霧体験、防災紙芝居、各種模擬店出店など)

※詳細は9月初旬の自治会回覧をご覧ください。



5月～防災気象情報が変わりました「レベル4までに全員避難！」

レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	取るべき行動
5	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	命の危険 最善の行動を！
4	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	安全な場所へ 全員避難！
3	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	高齢者・子どもなど は避難！
2	レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	避難行動を確認！
1		早期注意情報		今後の気象情報に留意

災害発生

2時間～
0時間前
数時間～
3時間前
半日～
数時間前
数日～
1日前

災害時における時間推移のイメージ

平群町に発表される可能性あり

新しい「防災気象情報」、ここがポイント！

1. 警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます
避難行動と直結するレベルがすぐわかり、避難判断の目安が明確になります。
【変更例】(旧)「大雨警報」→(新)「レベル3大雨警報」
2. 河川氾濫の危険度の伝え方が変わります
本町には該当の大きな河川はないため、川に関する情報は「大雨」情報で伝えられます。
3. 「警戒レベル4相当」の情報は「危険警報」として新しく発表します
【変更例】(旧)「土砂災害警戒情報」→(新)「レベル4土砂災害危険警報」
4. 線状降水帯の発生などは「気象防災速報」として発表します
【変更例】(旧)「記録的短時間大雨情報」→(新)「気象防災速報 (記録的短時間大雨)」



いざというときに！

お役立ちアプリ・サイトをご活用ください

「キキクル」 ～このあとどうなる？をチェックしよう！～

警報等の情報が発表された際には、危険度を地図上に示したキキクルや、今後の危険度の推移を示した時系列情報（明日までの警報等の見通し）などを、気象庁ホームページで確認してください。



キキクル

▼時系列情報（翌日までの警報等の見通し）

全国の時系列情報（明日までの警報等の見通し）													
2025年02月17日17時00分発表													
近畿地方	17日	18日	19日	備考・関連する現象									
1時間最大雨量 (mm)	18-21	21-24	00-03	03-06	06-09	09-12	12-15	15-18	18-21	21-24			
	100	100	50	50	30	30	10	10	10	10			
24時間最大雨量 (mm)				100		100							
大雨													
土砂災害													
高潮	潮位 (m)	3.0	3.0	2.0	1.5	2.0	1.0	0.7	0.3	1.0	0.8		

▼キキクル画面イメージ



「関西停電情報アプリ」 ～停電の発生時間、復旧見通しをお知らせ～

停電地域を設定すると、その地域で停電が発生した場合にプッシュ通知で情報が届きます。



関西停電情報アプリ



音響反射板を贈る会から寄贈



このたび、音響反射板を贈る会より、くまがしホールで使用する音響反射板6枚をご寄贈いただきました。音響反射板があると、楽器の音が客席に届きやすくなり、演奏者自身にも音が返ってくるため、演奏者と観客が一体感を得られます。

今後、文化祭をはじめ音楽イベントなどで活用させていただきます。心温まるご寄贈に対し、深く感謝します。

図 総合文化センター

今月の表紙

平群町消防団が 県消防操法大会に出場します！



▲激励式

消防団員の技術向上と士気の高揚、災害時の迅速な消火活動を目指し、「奈良県消防操法大会」が開催されます。

今回、生駒南支部の代表として、平群町消防団が出場することになり、選手たちは5月から大会に向け、日々訓練に励んでいます。

8月3日(月)の激励式では、町長をはじめ西和消防署長などから心強い応援の言葉をいただきました。皆さんの温かいご声援をお願いします。

【奈良県消防操法大会】

日時：9月5日(土) 9時～

場所：近畿運輸局 奈良運輸支局構内
(大和郡山市額田部北町981-2)

出場選手(7名)

辻本 真史、西川 国助、沖野 行基、藤本 幸宏、
小林 優我、植田 友樹、西岳 凌吾

図 総務防災課

全国大会出場！町内在住 小学生ハンドボール選手表敬訪問



西脇町長、四本さん、上田教育長

7月15日(水)に安堵の里ハンドボールクラブに所属の四本珠菜さん(平南小4年)が表敬訪問されました。6月14日(日)に2026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(女子)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、教育長との会談では、兄に影響をうけ3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ました。県代表として出場の第39回全国小学生ハンドボール大会は7月30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。

図 教育委員会総務課

「めっちゃ涼しい！」 空調設備を小学校体育館に整備



近年の熱中症対策や災害時における避難所の機能強化のため、平群小学校と北小学校の体育館にエアコンを整備しました。

終業式場で初お披露目となった空調について感想を聞くと多くの児童が手を挙げ、「めっちゃ涼しい!」「運動会の練習も頑張れそう。」など口々に感想を伝えてくれました。

上田教育長は「みんなの涼しいという声を聴くことができて大変うれしいです。」と語りました。南小学校と中学校にも今後、設置予定です。

図 教育委員会総務課



～あなたの想いを大切な一票へ～

平群町長選挙の期日が決定しました

■投・開票日

11月29日(日)

■期日前・不在者投票期間

11月25日(水)～28日(土)

■告示日

11月24日(火)

■立候補予定者説明会

立候補を予定される方は出席してください。

日時 10月22日(木) 14時～

場所 平群町役場第5会議室

☎ 選挙管理委員会 ☎45-1001

HEGURI TIMES

このコーナーでは、シティプロモーションや町民の皆さんに知ってほしいことを少しずつ紹介していきます。町のことで知っているようで知らない意外な発見があるかも。

防犯意識向上への貢献で感謝状をいただきました



町職員

西和警察署長



特集「特殊詐欺」
◀ はこちらから

本町では、町民の皆さんを特殊詐欺などの犯罪から守るため、広報紙やSNSで注意喚起を続けています。

この度、その取り組みが評価され西和警察署から感謝状をいただきました。

しかし、特殊詐欺は今も発生しています。『還付金があります。』このような電話やメッセージは詐欺を疑ってください。少しでも「おかしいな」と思ったら、一人で判断せず、ご家族や警察に相談しましょう。

本町は、これからも皆さんが安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいきます。特殊詐欺にあわないために、一人ひとりが気を付け、地域みんなで声を掛け合ひましょう。

☎ まち未来推進課

「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 1,907件 (8月3日現在)



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います。

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」の案内をしています。

☎ 総務防災課

～9/24 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

「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。



ライトアップ期間：8月31日(月)～9月24日(木)
18時～21時

所 総合文化センター ホワイエ

ミニ手話教室&ミニ講演会
(防災フェスタにて開催)

時 9月20日(日) 13時～15時

所 総合文化センター 2F 中会議室3

申 不要

問 福祉課



10/3 千光寺の戸閉式

ほら貝と読経の響く中、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様のお出でをお待ちしています。

時 10月3日(土) ※雨天決行(荒天中止)

受付：近鉄生駒線「元山上口駅」9時～9時30分
(順次出発します)

解散：近鉄生駒線「元山上口駅」15時30分頃
(オプション参加の場合：16時頃)

コース

元山上口駅～清滝石仏群～揺るぎ地藏石仏群
～千光寺～(オハキツキ拝観＝オプション)
～生駒山口神社～元山上口駅

(約6km。オプション参加の場合約7km)

費 200円(保険・資料代)

持 水筒・軽食 申 不要

特典

①秘仏「役行者像」の無料拝観

②「うどん」の振る舞い

③千光寺長老(醍醐寺大僧正)の法話

④県無形民俗文化財「オハキツキ」の拝観

主催 平群町観光ボランティアガイドの会

問 観光産業課



ホームページ

9/5 65歳以上の方へ 敬老会にいらっしゃいませんか

歌謡ショーや介護予防体操など、楽しいひと時をお過ごしください。

※町内在住の65才以上の方

※〔式典〕10時～10時30分

〔プログラム〕

10時30分～「オカリナ演奏」長寿会連合会

10時50分～「介護予防体操」健康運動指導士

貴志 信吾氏

11時15分～「川本 三栄子 歌謡ショー」

時 9月5日(土)

〔受付〕9時15分～〔開会〕10時～

所 総合文化センター くまがしホール

※内容は変更になる場合があります。

※当日、6時の時点で警報が出ている場合は中止。

※手話通訳・要約筆記有り。

※会場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。

主催 平群町・平群町婦人会

川本 三栄子さん

Profile

1996年 全国大衆歌謡祭で
文部大臣賞を受賞。

歌手・講談師・浪曲師と3
足のわらじを履きこなし、他
にも、講談活動やエッセイス
ト・作詞・作曲などもこなす。

長年の活動に裏付けられる
実力と七色の声を使い分け、
魂に届く澄み渡る歌声の魅力
に加え、親しみやすい人柄が
人々を魅了します。



先着220名にお土産(赤飯・フッキー)が
あります！

当日、引換券を配布します。(1人1枚限り)

◇配布場所：総合文化センターくまがしホール
入口

◇配布時間：9時15分～10時

◇配布枚数：先着220名

※8月号広報紙掲載の配布枚数より変更になります。

お土産のお渡し：敬老会終了後、くまがしホ
ールを出たホワイエで引換券と交換になります。

※お土産のお渡しは、イベント終了後30分間
とし、後日対応はできません。



問 福祉課

特定外来生物クビアカツヤカミキリ(幼虫)は10月頃まで活動します！

特定外来生物のクビアカツヤカミキリ(幼虫)はサクラ・[ウメ・モモ・スモモ(バラ科)]の樹木を好み、高さ約2.0mまでの樹幹部からフラス(木くずとフンの混ざったもの)を排出します。フラスが出ている樹木は、クビアカツヤカミキリ(幼虫)が巢食っている可能性がありますので、駆除等の対応をお願いします。



クビアカツヤカミキリ(幼虫)が排出するフラス



被害拡大を防ぐため、発見した成虫は踏みつぶすなど、その場で駆除をお願いします。
フラスや成虫を発見したら町にご連絡ください！

問合せ先 住民生活課
☎45-1439

▶ ごみ減量等の説明会を開催します！ ◀

4月からの可燃ごみの出し方の変更に伴い、ごみの分別と減量などについて、自治会や大字を対象とした説明会を開催しました。

参加できなかった方を対象に、『ごみ減量等の説明会』を下記のとおり開催します。ごみの出し方などで不明な点がある方やごみの減量に興味がある方は、ぜひご参加ください。

【ごみ減量等の説明会】

日時：10月3日(土) 10時～(1時間程度)
場所：総合文化センター くまがしホール
☎ 住民生活課



美しいまちを、みんなの手で!! 「平群町ポイ捨て等監視員」を募集します!

平群町ポイ捨て防止条例の目的「ポイ捨て及び飼犬のふんの放置を防止し、住みよい住環境を確保し、清潔できれいなまちづくり」の実現に向けて、地域内をパトロールしていただける「ポイ捨て等監視員」を募集します。

対象：活動を遂行できる町民の方

主な活動内容

- ・担当地域内のパトロール
 - ・不法投棄物の回収、啓発活動など
- ご興味のある方はご連絡ください。

☎ 住民生活課



キエー口を使って、生ごみを減らそう!

キエー口は土の中にいる数億個にも及ぶ微生物(バクテリア)の棲み処です。その微生物がしっかりと働いてくれることで、土の中に埋めた生ごみが分解され、繰り返し使い続けることによって、やがてその土が栄養豊かなものになり、堆肥として使うことが出来ます。(土を使ったら補充が必要です。)

ごみ箱から生ごみが無くなると、可燃ごみの日を気にしなくて済むかもしれません。

微生物のチカラを借りて、循環型生ごみ処理を行い、ご自身のため・平群町のために生ごみを減らしていきましょう!

☎ 住民生活課



詳細



(寸法) L705×W395×H258

無料でお渡しします!

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	キエー口の完成品(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。

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！～



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。



図 プリズムへぐり

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	① 9時30分～11時30分 （＊年末年始：8時30分～11時30分）
	② 12時30分～16時30分
	③ 17時30分～20時30分
歯科	① 9時30分～11時30分 （＊年末年始：8時30分～11時30分）
	② 12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！

リアルタイムの映像で助けを呼べる LIVE119

「火事ですか？救急ですか？どんな状況ですか？」皆さんは119番通報した経験はありますか。目の前で心肺停止状態の方がいた時、冷静に現場の状況を伝えることはできるでしょうか。

一刻も早く現場に出動するには、正確な情報が必要です。

奈良県広域消防組合は令和7年3月から新たな通報サービス「LIVE119」を取り入れており、通常の119番通報に加え、スマートフォンでの映像によるリアルタイムでの情報伝達が可能です。

全ての現場で利用するものではなく、利用は皆さんの任意、映像送信に必要な通信料は通報者の負担となるため、無理のない範囲でご協力をお願いします。



詳細



動画

図 西和消防署 ☎0745-73-1001

9月21日～30日は「秋の交通安全運動期間」

運動期間中の9月30日(水)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り、交通マナーを実践して、交通事故のない社会を目指しましょう。

運動の重点

〈歩行者〉	歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進
〈自動車〉	夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶
〈自転車〉	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

交通安全へぐりDAY

(交通安全教室・詐欺被害防止講座)

前半：動画 KYT（危険・予測・トレーニング）を利用した交通安全教室

後半：特殊詐欺・SNS型投資・ロマンス詐欺などの被害防止講座

日時：9月28日(月) 10時～

場所：総合文化センター くまがしホール

ご参加お待ちしております。



9月10日は「下水道の日」～下水道を正しく使いましょう!!～

下水道は、快適な生活空間を創造するだけでなく、河川等の水質保全のためになくてはならない施設です。昨今、全国で下水道の老朽化が進行し、それに起因する道路の陥没事故等が多数発生しています。本町ではまだ事例はごく僅かですが、今後そのような事態が増加していくことが考えられるため、下水道への正しい知識を持ち、皆さんの意識で安全・安心に使っていきましょう。

※下水道…人が生活する上で使った水（トイレやお風呂、台所などの雑排水）などを集めて、きれいにしてから川や湖などに戻す施設全体のこと

～下水道の正しい使い方～

✓ ごみを捨てないでください

野菜くずやご飯の残りを流さないようにしましょう。

✓ 油を流さないでください

石鹸水と油が化合すると固まって下水管が詰まります。

✓ 有機リンを含む洗剤は使用しないでください

処理場の微生物を傷め、浄化作業に大きな影響を与えます。

✓ アルコールなどは流さないでください

アルコール、シンナー、ガソリン、農薬など下水管に流すと爆発する危険性があります。

✓ トイレには何でも流さないでください

トイレットペーパー以外は詰まりの原因になります。

✓ 浴槽では髪の毛を流さないでください

排水溝にたまった髪の毛などは取り除いてください。

✓ ディスポーザーの排水処理システムは原則使用しないでください

※一部は使用できる場合がありますので、担当課へお問合せください。



未来へ築こうきれいな竜田川と快適な生活環境。
ご理解をお願いします。

固 都市建設課

公共下水道への接続をお願いします。

町内の一部地区は、公共下水道および農業集落排水事業の供用開始地区に該当し、下水道が利用できます。

下水道への接続は法律により義務となっており、接続期間は供用開始日から概ね1年以内です。

供用開始地区内にお住まいで、浄化槽または汲み取り槽を使用している方は、生活環境の改善、公衆衛生の向上、竜田川等の水質改善のためにも、下水道への接続をお願いします。

〈町内公共下水道及び農業集落排水事業供用開始地区〉

全域

緑ヶ丘・椿台・月見台・菊美台・若葉台・光ヶ丘・日立団地・春日丘・竜田川ネオポリス・竜田川団地および福貴畑地区

一部

榛原・榎原・西向・上庄・梨本・吉新・三里・平等寺・下垣内・福貴・初香台・西宮・椿井・北信貴ヶ丘

目指せ！SDGs マスター！ 「災害に備えましょう」

自然災害は、いつ起こるかわかりません。被害にあわない、または被害を最小限に抑えるために、一人ひとりが万が一に備えましょう。



固 まち未来推進課

< Let's Try! >

◆大型の家具は位置や向きを工夫して配置し、固定しましょう。

◆食料や水を備蓄しておきましょう。

◆安否確認の方法を決めておきましょう。

◆避難所や経路を確認しておきましょう。

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の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
昭和31年4月2日以後生まれの方は、
926,500円以下
昭和31年4月1日以前生まれの方は、
924,100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
【4,918,000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月初旬頃から、日本年金機構から請求可能な旨のお知らせが送付されます。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。



手話で話そう！

災害時に役立つ手話単語 ⑥

9月は「防災月間」です。

避難所という慣れない環境では、周囲にうまくSOSを出せず、我慢してしまう聴覚障がいのある方が少なくありません。

今月は、そんな実際の避難生活の中で、お互いの心と体の状態を気遣うために使える2つの単語です。

「おなかはすいていませんか？」「水分はとれていますか？」と、身振りを交えて声をかけることは、お互いの安心につながります。災害時にお互いを支え合う一歩として、ぜひ皆さんでいっしょに覚えてみませんか。

問 福祉課

おなかがすく



右手の手のひらをお腹にあてて、お腹をえぐるようにして手を斜め前に出します。

のどが渴く



右手の指先を左右に振りながら喉を触ります。

【制度改正】8月から高額療養費制度が見直されます

問 健康保険課

高額療養費制度

医療機関等に支払った医療費が高額になった場合に、所得に応じて定められたひと月あたりの自己負担限度額を超えた分が払い戻される制度です。

今回の見直し内容

(1) 制度全体の持続可能性の確保の観点から月単位の自己負担限度額を変更（別表参照）

(2) 高額療養費の年間上限の新設（年間の医療費負担を抑える仕組み）

「多数回該当」の金額を維持し、新たに「年間上限」を新設し、長期療養者や低所得者へのセーフティネット機能を強化しています。月ごとの自己負担額が積み上がっても、年間※の上限額に達した後は、それ以上の自己負担額は、保険者から還付を受けることができます。

※年間：8月から翌年の7月まで

70歳未満の方 ※外来特例なし

区 分		令和8年7月まで	令和8年8月～令和9年7月まで	
		月単位の限度額(単位:円)	月単位の限度額(単位:円)	年間上限(8月～翌7月)
ア	年間所得 901万円超	252,600+(医療費-842,000)×1% <多数回該当:140,100>	270,300+(医療費-901,000)×1% <多数回該当:140,100>	1,680,000円 (月額平均140,000円)
イ	年間所得 600万超901万円以下	167,400+(医療費-558,000)×1% <多数回該当:93,000>	179,100+(医療費-597,000)×1% <多数回該当:93,000>	1,110,000円 (月額平均92,500円)
ウ	年間所得 210万超600万円以下	80,100+(医療費-267,000)×1% <多数回該当:44,400>	85,800+(医療費-286,000)×1% <多数回該当:44,400>	530,000円 (月額平均約44,200円)
エ	年間所得 210万円以下	57,600 <多数回該当:44,400>	61,500 <多数回該当:44,400>	530,000円 (月額平均約44,200円) (注1)
オ	住民税非課税	35,400 <多数回該当:24,600>	36,900 <多数回該当:24,600>	290,000円 (月額平均約24,200円)

70歳以上の方 ※基準所得以下の方は外来特例あり

負担割合	区 分		令和8年7月まで	令和8年8月～令和9年7月まで	
			月単位の限度額(単位:円)	月単位の限度額(単位:円)	年間上限(8月～翌7月)
3割	現役並み所得者Ⅲ	課税所得 690万円以上	252,600+(医療費-842,000)×1% <多数回該当:140,100>	270,300+(医療費-901,000)×1% <多数回該当:140,100>	1,680,000円 (月額平均140,000円)
	現役並み所得者Ⅱ	課税所得 380万円以上	167,400+(医療費-558,000)×1% <多数回該当:93,000>	179,100+(医療費-597,000)×1% <多数回該当:93,000>	1,110,000円 (月額平均92,500円)
	現役並み所得者Ⅰ	課税所得 145万円以上	80,100+(医療費-267,000)×1% <多数回該当:44,400>	85,800+(医療費-286,000)×1% <多数回該当:44,400>	530,000円 (月額平均約44,200円)
2割	一般Ⅱ (注2)	課税所得	57,600 <多数回該当:44,400>	61,500 <多数回該当:44,400>	530,000円 (月額平均約44,200円)
70～74歳:2割 75歳以上:1割	一般Ⅰ (注2)	145万円未満	外来18,000 (外来年間上限:144,000)	外来22,000 (外来年間上限:216,000)	530,000円 (月額平均約44,200円) (注1)
	低所得者Ⅱ	住民税非課税	24,600 外来8,000 (外来年間上限:144,000)	25,700 <多数回該当:24,600> 外来11,000 (外来年間上限:96,000)	290,000円 (月額平均約24,200円)
	低所得者Ⅰ	住民税非課税 (一定所得以下)	15,000 外来8,000	15,700 外来8,000	180,000円 (月額平均15,000円)

注1:「～約200万円(標報:～15万円)」区分に該当することが確認できた者は、年間上限41万円を適用

- ・年間所得＝総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額
- ・多数回該当＝当該診療があった月以前の12月以内に、既に3回以上限度額を超えた場合の4回目以降の限度額

注2:国民健康保険の区分は「一般」のみ

厚生労働省コールセンター ☎0120-617-111 (フリーダイヤル)

- ・開設期間:令和8年7月～9年3月 月～土:9時～18時(日・祝・年末年始は休業)

へぐり友遊教室
『やさしく解説！
シニアのための法務教室』

受講生
募集！

講座番号	友遊教室－④
日 時	9月17日(木) 9時30分～12時
場 所	総合文化センター 2階 研修室1-AB
内 容	高齢化社会の到来と共に需要が増している成年後見制度、相続、遺言などの基礎知識について学びましょう。
講 師	行政書士 坪田 尚子 氏
持ち物	筆記用具
費 用	無料
対 象	町内在住・在勤者 先着15名
申込期間	9月1日(火)～14日(月)
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

二十歳のつどいご案内

民法改正で成年年齢が18歳に引き下げられていますが、『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。



日 時 令和9年1月11日(月・祝)

受付：9時30分～

式典：10時～12時頃終了

場 所 総合文化センター くまがしホール

対象者 平成18（2006）年4月2日～

平成19（2007）年4月1日生まれの方。

※対象者には、12月初めに案内はがきを送付します。

※「二十歳の宣誓」は、10月号で募集します。

※当日の写真は後日、町の広報やSNS等で掲載されることがあります。

問 教育委員会総務課

9月は「健康増進普及月間」

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。

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しましょう



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」人のことです。



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22日(木) 14時～15時

場所：プリズムへぐり 2階会議室

講師：ハートランドしぎさん院長 徳山明広 医師

申 9月4日(金)～

問 プリズムへぐり



9月の相談日

※記載のないものは予約不要

相談名	日時	場所	内容	問合せ / その他
法律相談 第1・3(火)	9月1日・15日 9時～11時	役場2階 応接室	町顧問弁護士 内 法律相談	問 まち未来推進課 予約▶前月1日～窓口・電話
行政相談 第3(水)	9月16日 9時～11時	役場1階 第2会議室	町行政相談委員 内 行政全般	問 まち未来推進課
人権相談 第1(火)	9月1日 9時30分～11時	総合文化 センター 人権啓発相談室	人権擁護委員 内 様々な人権問題	問 政策推進課
消費生活 相談 毎(月)	9月7日・ 14日・28日 10時～15時 ※21日は休み	役場1階 第2会議室	消費生活専門相談員 内 消費生活	問 観光産業課 防犯電話の購入助成▶ 
	ハット!ホット!生駒郡消費者サポートネットワーク			<開設日以外の相談>
安堵町	毎(火)	0743-57-1511	・奈良県消費生活センター ☎0742-81-9996	
三郷町	毎(水)	0745-73-2101	・消費者ホットライン☎188	
斑鳩町	毎(木)	0745-74-1001	※近くの相談窓口に繋がります。	

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)



総合文化センター 9月 イベント情報

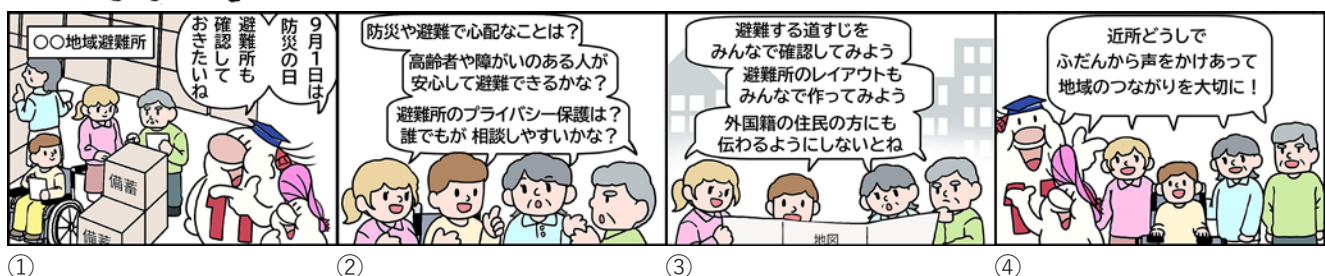
イベントの
詳細は
こちら



開催日	イベント	会場	時間	主催者 / 問合せ
9/5(土)	平群町敬老会	くまがしホール	10時～12時頃	平群町・平群町婦人会 事務局(福祉課)
9/6(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	平群町文化協会・平群町囲碁同好会 吉村☎0745-45-5135
9/19(土)	平群中学校 吹奏楽部定期演奏会	くまがしホール	13時開演	平群中学校吹奏楽部 ☎45-0019
9/20(日)	第4回へぐり防災フェスタ ー広めよう!防災の輪ー	くまがしホール 他	10時～14時	へぐり防災フェスタ実行委員会・ 平群町ボランティア連絡協議会事務局 (町社会福祉協議会)
9/22 (火・祝)	ジークレフアンサンブルコンサート ー誰かの音と重なるとき、何かがうまれるー	くまがしホール	13時開演	ジークレフ ☎0743-57-0504
9/23 (水・祝)	ダンスフェスティバル2026	くまがしホール	12時開演 16時30分終了	一般社団法人奈良県ダンス連盟 園 シエスタダンススタジオ ☎0742-36-1716
9/27(日)	邦楽来夢&華音 おさらい会(琴・尺八の会)	くまがしホール	13時開演	邦楽来夢 来田☎080-3138-2507
9/1(火) ～9/29(火)	「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	平群町聴覚障害者協会事務局(福祉課) 最終日は12時まで

日程	展示スペース1・2	展示スペース3
9/1(火) ～15(火)		がん予防月間 PR パネル展

てんいち先生



子どもの健診

※対象者には個別通知有

問所 プリズムへぐり ☎45-8600

事業名	日時	対象	詳細
3歳6か月児健診	9月3日(木) PM	令和4年12月～令和5年2月生まれ	母子健康手帳・質問票・歯ブラシ・早朝尿・塩分測定容器
5歳児健診	9月17日(木) PM	令和3年4月2日～6月30日生まれ	母子健康手帳・質問票
3～5か月児健診	10月1日(木) PM	令和8年5月・6月生まれ	母子健康手帳・質問票・バスタオル
9～11か月児健診		令和7年11月・12月生まれ	



ハムスターズファミリー

要申込

問所 プリズムへぐり ☎45-8600

イベント	日程	時間	申込	持ち物
敬老の日のプレゼントづくり	9月9日(水)	10時～	～9月4日(金)	写真2枚・のり・ボンド・はさみ・あればお絵かき道具・シールなど ※年会費：初回に9～12月入会200円
ハロウィンパーティ	10月21日(水)		～10月16日(金)	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



ばぶばぶ

問所 プリズムへぐり ☎45-8600

対象	日時	場所	内容
1歳までの親子	9月7日(月)・28日(月) 10時30分～11時30分	研修室	育児情報交換・体重測定・赤ちゃんのできるふれあい遊び・お友だち作り等。 ※9月7日(月)は離乳食の実演あり



ファミリークラス

要申込：前日まで

問所 プリズムへぐり ☎45-8600

日時	場所	内容	持ち物
9月4日(金) 13時30分～15時30分	保健指導室	妊娠中の過ごし方・お産の経過・妊娠期の食事について他(助産師・管理栄養士)	母子健康手帳 ※運動しやすい服装で参加してください。
9月5日(土) 10時～12時	会議室	妊婦体験・赤ちゃんの沐浴実習ほか(保健師・助産師)	
9月7日(月) 10時30分～11時30分	研修室	マタニティーばぶばぶ・赤ちゃんサークルの見学	

申込不要



子育て支援センター

問所 子育て支援センター ☎46-1211

イベント	対象	日程	時間/場所	内容
おはなし広場	—	9月1日(火) ※次回10月6日(火)	10時30分～	平群おはなしの会の楽しいお話や手遊び
9月生まれの誕生会	未就園児	9月11日(金) ※次回10月9日(金)	10時45分～11時	9月生まれのお友だちをお祝いします。写真撮影のため、早めに来館してください。 
あつまれ0歳!	町内在住の0歳の親子と未就園の兄妹	9月17日(木) ※次回10月15日(木)	10時30分～11時30分 / 2階	育児情報の交換など楽しい時間を過ごしませんか?
未就園児対象の学年別サークル活動	虎7(2歳児)	9月4日(金) ※次回10月5日(月)	10時～11時45分 / 2階	同級生の親子が知り合い遊べる場を提供しています。
	こたつ(1歳児)	9月18日(金) ※次回10月16日(金)		
	にょにょ(0歳児)	9月8日(火) ※次回10月21日(水)		
不登校親の会「そのままおいで」	小中高生の保護者	9月24日(木) ※次回10月29日(木)	15時～16時30分	「ゆっくりおしゃべりしましょう」出入り自由。聴くだけでもOK。子どもは学校に行っているが不安がある方も良ければ少しお話しませんか。

イベント	対象	日程	時間／場所	申込期間	内容・持ち物
お家の中の カウンセラー 養成講座	町内在住者	9月9日(水) 10日(木) 15日(火) 16日(水)	9時～12時 /2階	～9月2日(水)	TA(トランザクショナル・アナリシス：交流分析)を使い、相手との間での“困った”を客観的にみるための講座です。 ※有料託児あります。
子育て広場 『おいで・おいで!!』 (未就園の親子) ※就園済の兄弟 の参加不可	コアラコース (2歳児：R5年 4月2日～R6年 4月1日生まれ)	10月19日(月)	10時30分～ 11時30分 /旧西小学校	9月7日(月) } 10月13日(火)	内芋ほり 費100円 持お茶・タオル・軍手・ スコップ・ビニール袋
	うさぎコース (1歳児：R6年 4月2日～R7年 4月1日生まれ)	9月14日(月) 10月26日(月)	10時30分 } 11時30分	～9月7日(月) 9月14日(月)～ 10月19日(月)	持お茶・タオル 内容によって材料費がかかります。
	ヒヨココース (0歳児：R8年 4月2日～R8年 7月31日生まれ)	10月7日(水)・ 14日(水)		～9月30日(水)	内ベビーマッサージ 費400円(オイル代) 持バスタオル
		10月22日(木) 10月29日(木) 11月5日(木)			内離乳食講座 内子育てってそれでいいんだよ 内アドラー心理学
		11月11日(水)			内骨盤調整体操(母子分離) 費600円(託児費) 持バスタオル・お茶
		11月14日(土)			内レッツエンジョイパパ (家族全員で参加)

あつまれ！ へぐりっこ



応募はこちら！
電子版はカラーで掲載しています



ひかり
光ちゃん

メッセージ

🎵 ダブルピース 🎵



みつはちゃん

メッセージ

ハートのじゃがいもみつけた！



みこ
モニーク望心ちゃん(左)
アリーヌ愛悠ちゃん(右)

メッセージ

いつもの散歩コース☆仲良し姉妹！



あやと
綺仁ちゃん

メッセージ

平群町大好き



あまね
海弥ちゃん

メッセージ

平群町大好き



えいとちゃん

メッセージ

変顔で地域の皆さんを笑顔にする♪0歳児♪



図書館だより

LIBRARY NEWS

平群町立図書館

【開館】 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29日

☎ 46-1120

📍 〒636-0932 平群町吉新3丁目1番34号



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			

今月の新着図書



■一般書

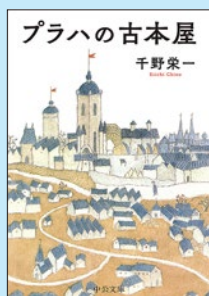
1	大和納言豊臣秀長	天野 忠幸 / 著	平凡社 / 2025年
2	越境 3.0	石田 和靖 / 著	徳間書店 / 2026年

■児童書

1	リュウグウの砂に挑む	伊藤 元雄 / 著	くもん出版 / 2025年
2	ねずみくんの花ことば	なかえ よしを / 作	ポプラ社 / 2026年

今月のおすすめ

『プラハの古本屋』



千野 栄一 / 著
中央公論新社
2025年

請求記号
【B914.6ち】
一般書「文庫
本」の書架に
あります

1958年から10年間、社会主義国時代のチェコに留学した著者が見て、飲んで、歩いたプラハの街。その周辺国を含めた本を巡る人々の想いが、時代と文化の違いを超えて伝わってきます。この街を愛し、その後も何度か訪れた著者が味わっただろうビールと文化の香り…ビアホールや古本屋でのちょっとした会話から、時空を超えた旅を味わえる珠玉のエッセイ集です。

お知らせ

おはなしのへや (図書館内えほんコーナー)



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。予約はいりません。

開催日

第1・第3(土)14時～14時30分

5日(土) 絵本「ちいさな たまねぎさん」
絵本「ぼく、おつきさまがほしいんだ」

19日(土) 絵本「カエルと王かん」
絵本「のせてくださいな」

※都合により、プログラムが変更となる場合があります

おはなしボランティア&ブックスタート ボランティア養成講座 (全5回) 受講生募集!

全5回のうち3回受講された方に修了証を発行し、平群町のおはなしボランティア・ブックスタートボランティアとして活動していただきます。

定員: 20名 (先着順)

対象: 受講後、ボランティアとして活動する意欲のある方。
おはなし&ブックスタートボランティア従事者でスキルアップをされたい方。

申・問: 健康保険課または平群町立図書館

協力: 平群町おはなしの会・平群町ブックスタートボランティア

※詳細は10月号でお知らせします。

開館20周年記念イベント

『古代瓦造りと 山本瓦工場ツアー』 に参加された方へ

完成した作品の引取りをお願いします。

引き取り期間

9月1日(火)～14日(月)

※休館日、開館
時間外は除く



で利用できる商品券（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。

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、行動や態度にサインが現れます。身近な方がサインに気づくことで「自殺は防ぐ」ことができます。

自殺予防週間では、ご自分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ましょう。

ご心配なことは健康保険課（プリズムへぐり）にご相談ください。相談窓口（右記コード） SNSでの相談有り。 厚生労働省「まもろうよこころ」

高齢者の方は結核健診を受けましょう！

～結核は過去の病気ではなく、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り、初期に気が付かないこともあります。免疫機能の低下から発症するケースも増加していることから、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27日（火）～30日（金）

申 9月15日（火）～

電話、インターネット

1年に1度は必ず受診してください。

健康へぐり21計画推進事業

お手軽ごはん教室

電子レンジやフライパン1つのできる簡単クッキング。料理初挑戦の方、男性の参加もお待ちしております。

何 どなたでも

時 9月29日（火）

9時30分～13時30分

所 2階会議室

費 1人500円（材料費一部負担）

持 エプロン・三角巾・ふきん
マスク

献立：サバのホイル蒸し等4品程度

申 9月1日（火）～14日（月）

先着15名

からだ想いごはん教室

やさしい味付けで野菜がたっぷりとれるメニューを作ります。生活習慣病が気になる方もどうぞ。

何 どなたでも

時 10月14日（水）

9時30分～13時30分

所 2階会議室

費 1人500円（材料費一部負担）

持 エプロン・三角巾・ふきん
マスク

献立：厚揚げの肉巻き酢豚等4品程度

申 9月1日（火）～30日（水）

先着15名

特定健診受診者の方へ 商品券の有効期限は 令和9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」「コープたつたがわ」「ザ・ビッグエクストラ平群店」

お知らせ

何 対象 何 内容 時 時間・期間

所 場所 費 費用 持 持ち物

申 申込 問 問合せ

プリズムだより

申・問・所 プリズムへぐり

☎45-8600

「筋プリセミナー」

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を実施し、自主的なトレーニング方法を学びます。ぜひご参加ください。

何 町内在住者

時 9月18日（金）10時～11時

所 2階会議室

持 運動できる服装・飲み物

申 9月2日（水）～先着15名

講師：健康運動指導士

「スマイル8 エクササイズ体験」

動く運動と筋力運動の8種目をメインとして継続的な運動習慣を身につけながら、家庭で簡単・安全にできる運動の体験です。ぜひご参加ください。

何 町内在住者

時 ①午前クラス：

（金）10時～11時

10月16日・11月6日・

12月4日（3回）

②午後クラス：

（火）14時～15時

10月13日・11月10日・

12月1日（3回）

所 2階会議室

持 運動できる服装・飲み物

申 9月7日（月）～

各クラス 先着10名

講師：健康運動指導士

その他お知らせ

i 9月の税金・保険料納付

納期限 9月30日(水)

- 国民健康保険税(3期)
- 後期高齢者医療保険料(3期)
- 介護保険料(3期)

安心・便利な口座振替がおすすめです。詳しくは町ホームページをご確認ください。

☎税務課・健康保険課
福祉課



要予約

募 不動産無料相談会

☎空き家相談、売買・賃貸、贈与・相続、資産税務などの不動産問題に専門家がアドバイスします。

☎9月12日(土) 10時～16時

☎王寺町防災コミュニティセンター いずみスクエア

(王寺町本町4丁目645-1)

☎☎NPO 法人奈良県不動産コンサルティング協会
☎0743-86-4285

参加自由・入場無料

募 下水道の施設見学会

☎各浄化センターの下水道施設見学会。子供向けイベントも実施

☎9月13日(日) 10時～16時
受付は～15時

☎☎浄化センター(大和郡山市)

☎0743-56-2830

第二浄化センター(広陵町)

☎0745-56-3400

宇陀川浄化センター(宇陀市)

☎0745-82-5725

吉野川浄化センター(五條市)

☎0747-22-8631

スポセンだより

☎☎総合スポーツセンター
☎45-6550

i 11月体育施設の申込

◇町内一般・減免の方

10月1日(木) 9時～

◇クラブ員の方

10月1日(木) 13時～

◇生駒市の方

10月2日(金) 9時～

◇それ以外の方

10月2日(金) 13時～

i トレーニング室の利用を停止します

第4回へぐり花火大会の開催に伴い下記期間中の利用を停止します。ご了承ください。

期間：9月12日(土)～13日(日)

終日

教育委員会だより

☎☎教育委員会総務課
☎45-2101

募 県立明日香養護学校第2回体験学習

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。

☎☎病弱教育対象の中学3年生とその保護者、担任

☎☎「病弱教育部門」高等部

10月27日(水) 13時～15時

※今後変更の可能性あり

☎☎～10月5日(月) 必着

県立明日香養護学校

教育支援部 辻

☎0744-54-3380

くまがしクラブ

☎☎くまがしクラブ
☎46-3550

受付 9時～16時 水曜～土曜

☎☎heguri@kumagashiclub.com

HP <https://www.kumagashiclub.com/>

募 わかくさ健康クラブ

転倒予防、寝たきり予防に効果的！自分の体重を利用して簡単に実践できる筋力トレーニングです。さあ、健康寿命を伸ばしましょう！

☎☎(木) 9月3日・10日・17日

9時30分～10時30分

☎☎総合文化センター

☎☎月会費 2,640円(税込)・別途年間登録料・スポーツ保険料

☎☎タオル・飲み物・履きなれた運動靴

☎☎講師：スアイグループ・インストラクター

☎☎メール・電話

募 はじめてのダンスフィットネス教室

馴染みのある音楽に健康体力づくりを目的として振り付けしたダンスエクササイズです。年齢に関係なく楽しめます。

☎☎(金) 9月4日・11日・18日

10時～11時

☎☎総合スポーツセンター

☎☎月会費3,300円(税込)・別途年間登録料・スポーツ保険料

☎☎タオル・飲み物・ヨガマット(バスタオル可)・室内シューズ

☎☎講師：スアイグループ・インストラクター

☎☎メール・電話



要予約

募「法の日」週間記念 無料法律相談

時相談時間 1人30分

①・②各先着10名

①時10月1日(木)

9時30分～12時

13時～15時30分

所奈良弁護士会館

奈良市中筋町22-1

②時10月5日(月)

9時30分～12時

13時～15時30分

所経済会館

大和高田市大中106-2

申間奈良弁護士会

☎0742-22-2035

9月1日(火)～25日(金)

※空きがあれば前日まで予約可

ペーパーレス推進 「広報紙電子版」全ページカラー

本町では、持続可能な環境づくりに向けた紙の削減とデジタル化に取り組んでいます。いつでも手軽に読めて持ち運びも不要な「電子版」をぜひご利用ください。

町公式
LINE



マチイロ



Android 版

iOS 版

募 応急手当普及員 講習のご案内

令和8年度の応急手当普及員講習を開催します。応急手当普及員は、心肺蘇生法やAEDの使い方など、応急手当の大切さを地域の皆さんやご自身が所属する事業所の仲間に伝えることができる資格です。

家族や地域の安心を支える“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7日(水)～9日(金)

8時30分～17時30分まで

所奈良県広域消防組合消防本部

(橿原市慈明寺町149-3)

申先着20名

9月10日(木)～25日(金)

8時30分～17時

電子申請(オンライン申請)

※詳細は、下記の2次元コードから、「令和8年度応急手当普及員講習案内書」をご確認ください。

◆奈良県広域消防組合

ホームページ



問奈良県広域消防組合

☎0745-73-1001



要予約

i マイナンバー 休日窓口(予約制)

時10月4日(日) 9時～12時

対象手続

①マイナンバーカード交付

②電子証明書の更新

その他マイナンバー関係の手続き

※本人来庁(一部例外あり)

※予約がない場合は中止

予約・キャンセル

～10月2日(金)

持①マイナンバーカード交付時

①交付通知ハガキ

②旧マイナンバーカード、(以下はお持ちの方のみ) 現カード交付時に設定した暗証番号・通知カード

③顔写真交付証明書(旧マイナンバーカード・運転免許証・パスポート)

※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(資格確認書・年金手帳・社員証・学生証・預金通帳・各種医療費受給資格証等)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があります。

②電子証明書の更新時

①マイナンバーカード

②暗証番号

カード保有率

83.9%(7月末時点)

有料広告を募集しています!



広報紙 広告	町内事業者 1枠 10,000円 町外事業者 1枠 15,000円
掲載料	※掲載は1月単位。複数月の掲載可。
申込	掲載希望月の前々月末日までに、申込書を持参またはFaxにて提出。
提出先	町内事業者: 平群町商工会 ☎45-1300・FAX 46-2008 町外事業者: まち未来推進課 詳細



問 まち未来推進課

広告



毎月第1金曜日は平群町禁煙デーです!!



ほけん事業予定表

申・問 プリズムへぐり

インターネット
申込はこちら



日時	事業名	費用	対象		持ち物・内容等	申込
9月12日(土) AM ※受付時間等 は個別通知	すこやか健診	600円	18～39歳	今年度未受診の方	問問診票、資格確認書等 ※希望者に無料で家庭の塩分測定実施。 (当日受付)	受付中 空きがあれば予約可。
	大腸がん検診	300円	35歳以上			
	乳がん検診	1,500円	30歳以上の女性	前回検診より2年以上経過している方		
	子宮頸がん検診	400円	20歳以上の女性			
9月18日(金) 13時30分～15時	骨密度測定	無料	20歳以上・性別不問		因超音波による骨密度測定、食事・運動指導	9月4日(金)～電話にて先着30名
10月27日(火)～30日(金) AM ※受付時間等は個別通知 10/27(火)は特定健診・健康診査と5つのがん検診を同日で受けることができます。	特定健康診査	無料	40歳以上の平群町国民健康保険加入者	今年度未受診の方	因特定健康診査・健康診査の受診券、問診票、資格確認書等 ※国の指針変更に伴いR8年度より喀痰検査はなくなりました	9月15日(火)～先着順
	後期高齢者健康診査	無料	奈良県後期高齢者医療制度加入者			
	胃がん検診	500円	35歳以上			
	肺がん検診	無料	40歳以上			
	大腸がん検診	300円	35歳以上			
	肝炎ウイルス検診	無料	40歳以上で肝炎ウイルス検査未受診者			
	乳がん検診	※10月27日(火)のみ実施 対象・金額は上記乳がん・子宮頸がん検診と同様				
子宮頸がん検診						

10/27(火)は
特定健診・健
康診査と5つ
のがん検診を
同日で受ける
ことができま
す。



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
こころの見守り巡回 ここばと	9月8日(火) AM	問全住民 問精神保健推進員「ここから」がこころの健康増進を呼び掛けて 街宣します。
茶話会	9月8日(火)・25日(金) 13時30分~15時30分 ※来所・帰宅自由	問少し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 る方など 問精神保健推進員が憩いの場を提供。お茶を飲みながら、ちょっ と一息をつける時間を一緒にすごしてみませんか? 問プリズムへぐり
運動習慣普及推進員 楽々軽スポーツ	9月15日(火) 10時~11時30分	問全住民 問誰でも楽しめるスポーツです。フレイル予防に役立ちます。 種目トリコロキューブ・モルック 問飲み物 費無料 問プリズムへぐり

人の動き

令和8年7月末日現在

()は前月比

世帯数 8,280世帯(-12)
総人口 17,934人(-28)
0~64歳 10,953人(-16)
65歳以上 6,981人(-12)

献血にご協力を!

令和8年7月末日現在

目標数 601名
献血者数 143名
達成率 23.8%

お問い合わせ先一覧

役場(代表番号)	45-1001	健康保険課	45-5800	ゆめさとこども園	45-1104
議会事務局	45-0012	観光産業課	45-1017	地域包括支援	
監査委員事務局	45-7100	都市建設課	45-2077	センター	45-7012
政策推進課	49-0195	会計課	45-8810	かしのき荘	45-5768
まち未来推進課	45-1002	教育委員会総務課	45-2101	給食センター	45-1723
総務防災課	45-1001	総合文化センター	45-2505	清掃センター	45-3420
税務課	45-6373	町立図書館	46-1120	総合スポーツセンター	45-6550
住民生活課	45-1439	プリズムへぐり	45-8600	道の駅	
福祉課	45-5872	子育て支援センター	46-1211	くまがしステーション	45-8511
こども支援課	49-0264	はなさとこども園	46-1201	平群野菊の里斎場	45-7480

