

MY TOWN HEGURI

平群 12

2016

No.629

水と緑と文化の町・へぐり

エイジレス章受章	2
年末年始の業務体制	9
お知らせ	17

役場本庁敷地内 全面禁煙です

へぐり秋の収穫祭
～いも掘り体験～



エイジレス章受章

松井 澄氏(春日丘・86歳)

松井氏は、平群町の歴史の魅力を伝えるボランティアガイドとして広く活動されており、昨年には平群古代史ゆかりの地を訪ねながら伊勢神宮まで自転車の旅をするなど長年の夢を実現されました。そのすぐれた実績から、内閣府よりエイジレス・ライフの実践者として表章され、10月19日(水)役場にて受章伝達式が行われました。

※エイジレス・ライフ：年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活を送る。



協働によるまちづくり

第8回 ヘぐり時代祭り

とき 平成29年4月29日(祝)
ところ 道の駅くまがしステーション周辺



開催まで あと150日!



◆「時代行列」参加グループ募集◆

歴史衣装をまとった「歴史人物」に扮して、ヘぐり時代祭りにグループで参加しませんか?

【募集要項】

参加日時 平成29年4月29日(祝)8時30分～13時30分(予定)

活動内容 時代行列行進(約1.3km)

応募受付 12月1日(木)～平成29年2月28日(火)

応募条件 古代衣装を着用し行列進行が可能な、中学生以上のグループ

※吉備内親王(付人含む)は、女性に限ります。

※応募多数の場合は、町内在住・在勤者の方を優先します。

※必ずグループで応募してください。個人での応募受付はしません。

※松永弾正久秀と嶋左近清興については付人のみとなります。

募集人数 フグループ

(内訳)①倭 建 命：5人(本人1人、付人4人)

②平 群 木 菟：5人(本人1人、付人4人)

③聖 徳 太 子：5人(本人1人、付人4人)

④(長 屋 王：1人(本人)

吉備内親王：5人(本人1人、付人4人) ※女性に限る

⑤平 群 廣 足：5人(本人1人、付人4人)

⑥松 永 弾 正 久 秀：4人(付人)

⑦嶋 左 近 清 興：4人(付人)

【応募方法】メール、はがき、封書、FAXで受付します。(書式自由)

記載事項 ①応募人物名②氏名(フリガナ)③住所④年齢⑤性別⑥電話番号⑦FAX番号⑧Eメールアドレス(無くても可)⑨「時代行列」に対する想い

(自由に記載してください)

選 定 応募多数の場合は、抽選となります。※詳細については、こちらから連絡します。

そ の 他 活動に対して一切の謝礼金はありません(無報酬)応募いただいた個人情報、当募集に関するこのみに使用し、それ以外には使用いたしません。※雨天の場合、総合スポーツセンターでミニイベント(仮称)の開催を予定しています。

応募先 〒636-8585 平群町吉新1丁目1番1号

平群町役場観光産業課「ヘぐり時代祭り」係 FAX：45・0211

Eメール：jidaimatsuri@town.heguri.nara.jp

問い合わせ ヘぐり時代祭り実行委員会事務局 観光産業課

問 い 合 わ せ

ヘぐり時代祭り実行委員会事務局 観光産業課

ヘぐり時代祭り実行委員会事務局 観光産業課

ヘぐり時代祭り実行委員会事務局 観光産業課

ヘぐり時代祭り実行委員会事務局 観光産業課



マイ甲冑教室開催の案内



甲冑作り教室に参加される園児・児童を募集しています。冬休みに自分の家の家紋入りマイ甲冑を手作りしてみませんか？そして、完成した甲冑を着用して時代祭りの行列参加や、お孫さんへのプレゼントにいかがですか？ぜひこの機会に楽しいひとときをお過ごしください。



- 対 象** 幼稚園～小学生男女(保護者同伴)身長110cm～130cm前後
と き 平成29年1月7日(土) 10時～16時
 (予備日) 1月8日(日)・22日(日) 10時～16時
費 用 1,500円(基本制作材料費等)
 その他オプションパーツは別途費用必要
持ち物 弁当、水筒、ペイント道具、はさみ、ボンド等
ところ 中央公民館 研究室等
定 員 30名(保護者含まず)先着順
締 切 12月20日(火)まで
申込み 申込み用紙に必要事項を記入し、事務局に提出。
 ※申込み用紙は、観光産業課窓口にあります。
事務局 観光産業課(実行委員会事務局)
主 催 へぐり時代祭り実行委員会

成人式のご案内

問い合わせ：教育委員会総務課

- と き** 平成29年1月9日(祝・月)
受付 午前9時30分～ **式典** 10時～
ところ 中央公民館 大ホール
対象者 平成8年4月2日～平成9年4月1日に生まれた方

※該当される方には、成人式の案内ハガキを送付します。
 (12月中旬までに案内ハガキが届かない方がおられましたらお問い合わせください。)
 ※町外に転出された対象者の方で、式典に出席希望される方はお問い合わせください。
 ※車の駐車はできませんのでご了承ください。

知ろうよ！
へぐり

★平群町民知識チャレンジ★

あなたもチャレンジしてみよう!!

問題 平群町では町内産の芋を原料とした焼酎「里の恵」を売り出しているが、その原料の芋の種類はどれか？

- ①金時芋
- ②黄金千貫
- ③ムラサキマサリ
- ④安納芋



※回答は18ページをご覧ください。

★次号もお楽しみに！

平群町文化の集い

入場
無料

- と き** 12月3日(土) 10時～
ところ 中央公民館大ホール

内 容
講 演

「毎日をこころ豊かに！」

金森 重裕氏

音楽家による演奏(「オーソレ・ミオ」ほか)

菊田 義典さん(テノール)、山口 暁子さん(ピアノ)

後 援 平群町、平群町教育委員会、平群町文化協会
問い合わせ 総合スポーツセンター



金森 重裕氏
(音楽アドバイザー他)

(公財)平群町地域振興センター主催

今年の御歳暮・新年の祝い酒に

問い合わせ 観光産業課

平群の酒シリーズ

をぜひお買い求めください!!



■梅酒



■日本酒「平群」

※嶋左近ラベル数量限定で販売中(写真右)



■芋焼酎「里の恵」

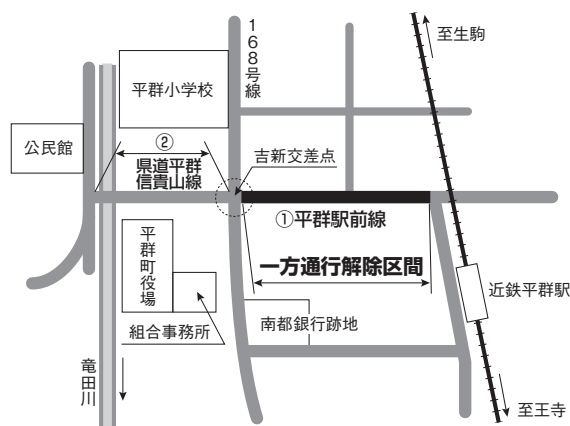
お近くの町内酒小売店、又は、道の駅くまがしステーションでお買い求めください。

交通規制の解除についてお知らせ

平群駅西土地区画整理事業区域内において、交通規制の解除(一方通行から交互通行に)が下記の通りとなりますので、お知らせします。

- ①平群駅前線の交通規制解除の時期と箇所
・平成29年1月中旬頃に解除(予定)
(吉新交差点から平群駅前広場入り口までの路線)
- ②県道平群信貴山線(役場前)の一方通行解除時期は、県の工事の都合上4月以降の予定です。
ご協力のほど、よろしくお願いします。

平群町平群駅西土地区画整理組合



ご存知ですか？ヘルプマーク

外見からは、障害のあることがわからない方で、配慮等を必要としている方がヘルプマークを身に着けることで、配慮等を必要としていることを知らせ、援助を得やすくするマークです。奈良県ではヘルプマークを配布しています。

対象者 今年度は内部障害のある人でヘルプマークを希望する方

配布場所 福祉課 障害福祉係

問い合わせ 県健康福祉部障害福祉係(☎0742・27・8513)



返戻された通知カードの 受け取りについて

マイナンバーをお知らせする通知カードは、平成27年10月2日現在の住民登録地に簡易書留で世帯分をまとめて郵送いたしました。

しかし、郵便物に転送をかけたおられた方、不在により受け取れなかった方で、郵便局の保管期間が経過した方等につきましては、最終的に役場住民生活課に通知カードが返戻されています。なお、通知カードは左記の方法で受け取ることができます。

■受け取る方法

①世帯主の方で本人がお越しになる場合

次のような本人確認書類をご持参のうえ、お越しください。

- ・官公庁発行の顔写真付きの書類の場合、1点(運転免許証、パスポート、身体障害者手帳など)
- ・官公庁発行の顔写真付きの書類をお持ちでない方は、顔写真がない書類を2点(健康保険証、年金手帳、生活保護受給者証明書など)

②代理人の方がお越しになる場合
左記の2点が必要です。

- ・①と同じ、代理人の本人確認書類

・任意代理人の場合は、本人から通知カードを受け取る権限を委任することが明記されている委任状

※代理人が世帯主と別世帯の方の場合は世帯主との関係を証明する書類が必要です

③簡易書留での再送付を希望される場合

郵便局での保管期間が経過したことにより通知カードを受け取れなかった方で、役場にお越しいただくことができない方につきましては、住民生活課にご連絡いただき、転送不可の簡易書留で再度郵送させていただきます。

※郵送料はご負担いただきます

■休日窓口の開設について

通知カードやマイナンバーカードを、平日の業務時間にお受け取りいただくことができない方のために、毎月1回休日窓口を開設します。

【12月】 12月10日(土)

8時30分～12時

【1月】 平成29年1月14日(土)

8時30分～12時

※場所はいずれも役場住民生活課



土砂災害特別警戒区域等の 指定に係る説明会の 開催について

奈良県では、土砂災害防止法に基づき基礎調査を進めています。

今回、基礎調査が終了した地区について、土砂災害特別警戒区域等の区域指定に伴う説明会を町と合同で開催します。

※関係地域へは、別途回覧等でお知らせします。

◆説明会開催

とき 12月20日(火)

19時～20時30分

ところ 総合スポーツセンター

◆指定予定地区

櫛原、福貴畑、信貴畑、信貴山、竜田川の一部

◆関係地域(大字・自治会)

櫛原、椿台、緑ヶ丘、西向、若葉台、福貴畑、信貴畑、榎原、竜田川ネオポリス、信貴山、フーラル西向

問い合わせ

郡山土木事務所 計画調整課

☎ 0743・51・0202

総務防災課

☎ 45・1001

メール配信 システムに ご登録ください

ー 防災無線の内容を メール受信できますー

町では、防災行政無線を活用して、防災情報や町の情報などの放送を行っています。また、防災行政無線で放送した内容を携帯電話やパソコンのメールに配信するサービスも同時に実施しています。

室内や外出先などで放送を聞くことができなかった場合や放送内容の確認などにご利用ください。

◆登録方法(携帯電話・パソコン)

①携帯電話・パソコンから

<http://www.heguri-mail.jp/cel/>

または、QRコードを読み取ってアクセスしてください。

②新規登録を選び、指定アドレスに空メールを送信してください。

③登録用のメールが届きますので、案内に従って登録してください。

注意…送受信に係る通信料は利用者の負担となります。

問い合わせ

総務防災課

☎ 45・1001



◆登録件数(平成28年11月11日現在)

0566件



平群中学校卓球部 全国大会出場!!



毎年恒例の収穫祭芋掘り体験では、小さなお子さんから大人まで、秋の実りに触れて大満足でした！
今年も大盛況で3,000株はすべて完売しました。

秋の収穫祭 芋掘り体験



小さい子どもさんとの、ふれあいの中で、少し緊張した様子で恐るおそるご飯を食べさせる生徒さんや、慣れた手つきで、ぎゅっと抱っこして「かわいい」「小さいな」といった声も聞こえてきました。
それぞれに貴重な時間を過ごしました。

平群中学校思春期ふれあい体験



文化祭

公民館にて、今年も文化祭が開催されました。各団体の模擬店や演技発表、また作品展示など楽しいイベントで盛り上がりました。



JAFファミリーフットサル フェスティバル2016 in 平群

総合スポーツセンター体育館にて、JFAファミリーフットサルフェスティバルを開催しました。当日は、8ファミリー98名の参加があり、子どもから大人まで楽しめるフェスティバルとなりました。



介護・認知症 予防教室

介護予防教室・認知症予防教室を開催しました。地域包括支援センターで毎月開催している教室になります。「元氣アップエクササイズ」で体と脳も元氣はつらつ！皆さんもぜひご参加ください。



(公財)平群町地域振興センターより

「避難行動 要支援者名簿」 確認書について

町では、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(避難行動要支援者)を対象に「避難行動要支援者名簿」の作成を進めています。

対象者の方へは、役場窓口や郵送にてご案内をお渡ししていますので受け取られた方は必要事項を記入の上、ご返送いただきますようお願い致します。(同封の「避難行動要支援者名簿」確認書にて個人情報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。)

なお、難病患者や妊産婦などの方で名簿の登録を希望する方は、役場担当窓口にて相談ください。
問い合わせ
総務防災課、福祉課

かんぷ きん サ ギ ※ 『還付金詐欺』なんて私はだまされない。

※還付金詐欺（かんぷきんサギ）

公務員などを装って、税金や保険料を還付すると偽り、逆に現金を指定した口座に振り込ませてだまし取る詐欺行為。

被害にあわれた多くの方々は皆、そう思っていました…

あなたが詐欺の被害にあわないためにとにかく、これだけは。



- ◆「発信者番号通知機能付き電話機」に替えるなどし、電話番号で相手を確認する。
- ◆ 在宅中でも自宅の電話を留守番電話に設定し、知らない番号からの電話はでない。
- ◆ 知らない電話番号からの着信には、折り返し電話をしない。

知らない番号からの電話にでてもしても・・・

- ☐ 「お金が返ってくる」などといった内容の電話があった場合は、まず家族等に相談する。
- ☐ たとえ身内であっても、電話では金融機関口座の残高や暗証番号を教えない。
- ☐ 急かされても、生年月日、口座番号、携帯電話やキャッシュカードの有無等を教えない。



広域連合や市町村など、公的機関が次のような
電話をかけることは絶対にありません

- ◎ 金融機関口座の残高や暗証番号を尋ねる
- ◎ ATM（現金自動預払機）を操作するよう指示する

◆少しでも「おかしいな」と感じたら、ひとり
で判断せず、警察やお住まいの市町村の後期
高齢者医療担当窓口、又は奈良県後期高齢者
医療広域連合に連絡してください。

奈良県後期高齢者医療広域連合

☎0744・29・8430

電力の契約先変更は
慎重に！

― 正確な情報を収集し、契約内容をよく理解しましょう！ 便乗した勧誘にも気を付けましょう―

◆ 契約するときには、次の3点を必ず確認しましょう。

- 1 契約先は国の登録を受けた「小売電気事業者」か。
- 2 契約の内容（契約期間、毎月支払う電気料金、解約するときの条件等）。
- 3 停電などの困った事態が発生した場合の連絡先。

（注）国の登録を受けた小売電気事業者は、資源エネルギー庁のホームページ「登録小売電気事業者一覧」で確認できます。電力小売に便乗して、太陽光発電システム等の販売を受けた、という相談が各地であります。必要かどうかよく考えて判断しましょう。

万が一訪問販売や電話勧誘販売で申し込みをした場合、契約書面を受領した日から8日以内であれば、クーリング・オフできます。

電力小売や便乗する勧誘・契約等で不審なことがあれば、消費生活相談窓口に連絡ください。

問い合わせ 観光産業課

年末年始の業務体制

役 場	年末	12月28日(水)まで	年始	1月4日(水)より
中 央 公 民 館	年末	12月27日(火)まで	年始	1月6日(金)より
あすのす平群	年末	12月26日(月)まで	年始	1月6日(金)より
子育て支援センター	年末	12月28日(水)まで	年始	1月4日(水)より
リサイクル館	年末	12月27日(火)まで	年始	1月6日(金)より
ごみの持込み	清掃センター	年末 持込み：12月31日(土) 8時30分～14時まで 持込み手数料 〈可燃物〉10円/kg 〈不燃物〉15円/kg ※31日は大変混雑が予想されるため、ごみについては、できる限り指定ごみ袋に入れていただき、計量作業がスムーズに行えるようご理解とご協力をお願いします。	年始	1月4日(水)から
	役場本庁前駐 車 場	持込み：12月31日(土) 8時30分～13時まで 持込めるゴミ：指定袋に入った可燃ごみ、廃プラ、ペット、トレイ のみ ※計量が必要となる不燃ごみや指定袋に入っていない可燃ごみは持ち込みできません。清掃センターへ持ち込んでください。	年始	
平群野菊の里斎場		年末 葬祭棟(式場等) 12月31日(土)17時まで 火葬棟 12月31日(土)まで 入場受付時間 〈人体火葬〉13時まで 〈動物火葬〉11時まで 休場期間 1月1日(日)	年始	1月2日(月)8時30分から
し尿汲み取り		年末 12月22日(木)まで ※従量制の汲み取り依頼	年始	1月10日(火)から 〈年末〉12月22日(木)まで 〈年始〉1月10日(火)から

三室休日応急診療所(生駒郡斑鳩町稲葉車瀬2-5-18) ☎74・4100

診療日	12月		1月		
	30日(金)	31日(土)	1日(日)	2日(月)	3日(火)
	◎	◎	◎	◎	◎

◎受付時間 朝 8時30分～11時30分(内科・小児科・歯科)
 昼 12時30分～16時30分(内科・小児科・歯科)
 夜 17時30分～20時30分(内科・小児科)

※ホームページでもご確認いただけます。(http://www.mimuro-oq.jp/)



相続税・贈与税限定の税理士による無料税務相談会(事前予約制・先着順)

開催日		開催場所	所在地	最寄駅
平成28年	12月4日(日)	イトーヨーカドー奈良店5階	奈良市二条大路南1	近鉄新大宮駅
	12月11日(日)	アピタ大和郡山店1階	大和郡山市田中町	近鉄郡山駅 JR郡山駅
	12月17日(土)	イオンモール大和郡山3階	大和郡山市下三橋町	
	12月18日(日)			
平成29年	1月8日(日)	イオンモール奈良登美ヶ丘2階	生駒市鹿畑町	近鉄学研奈良登美ヶ丘駅
	1月15日(日)	近鉄百貨店生駒店3階	生駒市谷田町	近鉄生駒駅

相談時間：10時～12時・13時～17時(各会場共通)

近畿税理士会奈良支部派遣の税理士が、税務相談に応じます。(1回30分程度)

※相続税・贈与税に限定した相談会ですので、申告書作成等はいりません。

※相談を希望される方は、奈良納税協会(☎0742・22・2457)へ事前に申し込みください。

主 催：公益社団法人 奈良納税協会

あすのす平群(図書館) ★今月のおすすめの本★

『夜明けあと』 星 新一／著 新潮社 1996年7月発行

星新一とお聞きになるとショートショートを思い浮かべる方も多いと思いますが、この本は、明治期のニュースの中から当時の世相をうかがい知ることができるものを編年体で綴った一冊となっています。

文明開化による急速な生活様式等の変化による当時の混乱ぶり、そして、価値観の大きな変化をもたらす不安定な時代背景が読み取れるとともに、そのような混乱期であっても人々が抱く夢と希望、期待感が感じ取れることから、現代の世相と照らし合わせながら興味深く読み進めることができます。

(副町長 中島伊三郎からのおすすめ)



12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 12月6日、20日 9時～11時
 ところ 役場 2階 応接室
 相談員 町顧問弁護士
 予約方法 前月1日より政策推進課窓口もしくは電話にて予約。

※同月内での相談は、原則1回。(一人20分まで)

<1月の法律相談日>

1月17日 ※12月1日(木) 8時30分より予約受付開始

問い合わせ 政策推進課

行政相談 (毎月第3火曜日、予約不要)

と き 12月20日 9時～11時
 ところ 役場 2階 第3会議室
 相談員 町行政相談委員
 相談方法 直接面談・電話
 相談内容 行政全般
 問い合わせ 政策推進課

人権相談 (毎月第1火曜日、予約不要)

と き 12月6日 9時～11時
 ところ 役場 1階 第2会議室
 相談員 人権擁護委員
 相談方法 直接面談・電話
 相談内容 親子・夫婦関係、DV、差別、いじめ、体罰などの悩み事
 問い合わせ 総務防災課

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 12月5日、12日、19日、26日 10時～15時
 ところ 役場 1階 第2会議室
 相談員 消費生活専門相談員
 相談方法 面談・電話

※消費者啓発出前講座も随時受け付けています。

問い合わせ 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	毎週火曜日	0743・57・1511
三郷町役場	毎週水曜日	0745・73・2101
斑鳩町役場	毎週木曜日	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。

の関心と認識を深めていくことが大切です。

中皮腫や肺がんなど、石綿による 疾病の補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが労働者として石綿ばく露作業に従事していたことが原因であると認められた場合には、労災保険法に基づく各種の労災保険給付や石綿救済法に基づく特別遺族給付が支給されます。石綿による疾患は、石綿を吸ってから非常に長い年月を経て発症することが大きな特徴です。中皮腫などでお亡くなりになられた方が過去に石綿業務に従事されていた場合には、労災保険給付等の支給対象となる可能性がありますので、まずはお気軽にご相談ください。**問い合わせ**奈良労働基準監督署(☎0742・23・0435)、奈良労働局労働基準部労災補償課(☎0742・32・0207)

奈良県広域消防組合「鑑識・鑑定室」の 運用を開始

奈良県広域消防組合では、火災原因調査で活用する高度な鑑識・鑑定機器を備えた「鑑識・鑑定室」が完成し、10月5日より運用開始しました。同室では、住民の方が普段ご家庭でご使用になられている家電製品などからの出火、不具合を製造者とともに、鑑識・鑑定調査をおこない火災原因の究明に努めていきます。奈良県広域消防組合消防本部・警防部警防課調査係(☎0744・26・0118)

西和警察署からのお願い

県下で交通死亡事故が多発しており、10月19日現在で37名(前年対比+1名)となっております。また、西和警察署管内でも5名(前年対比+4名)

となっており、極めて厳しい状況です。交通ルールを守り、交通事故を起こさない・交通事故に遭わないように注意してください。**問い合わせ**西和警察署交通課(☎0745・72・0110)

応急手当普及員講習のご案内

応急手当普及員とは、デパート、ホテル、駅舎等多数の方が出入りする事業所の従業員や防災組織などの構成員を対象に、消防機関と連携して、救命講習の指導を実施する方のことです。**とき**平成29年1月18日(水)~20日(金)、9時~17時**ところ**かしはら安心パーク(橿原市東竹田町224-1)**申込み**12月1日(木)~21日(水)、奈良県広域消防組合各消防署※詳細はホームページにてご確認ください。申込用紙もダウンロードできます。<http://www.naraksk119.jp/問い合わせ>
西和消防署救急課(☎73・1001)



国民健康保険に加入されている方へ 高額療養費の支給申請には 医療機関の領収書が必要です！

高額療養費とは、同じ月内における医療費の自己負担額が個人(もしくは世帯)の自己負担限度額を超えた場合に申請により支給されるものです。自己負担限度額は所得により異なりますので、被保険者証に同封の冊子もしくはホームページをご覧ください。確定申告で医療費控除に医療機関の領収書を添付される方は、提出される前に必ずご確認ください。※該当者で未申請の方には診療月の約半年後に通知文書を送付しています。

▶お知らせ(INFORMATION)◀

ニスコート・体育館・グラウンド)②北公園・中央公園テニスコート**期間**①12月27日(火)～30日(金)、1月2日(月)～5日(木)②12月27日(火)・28日(水)、1月4日(水)・5日(木)**利用時間**9時～17時

くまがしステーションより

「パン・製菓教室」男性の方もどうぞ！

とれたて市の新鮮食材を使ったパンや製菓教室♪
「村田パン教室(手ごね)」

とき12月6日(火)10時～13時**内容**フルーツブレッド**費用**1,500円

「長谷川パン教室」

とき12月13日(火)10時～13時**内容**クリスマスパン**費用**1,500円※ホームベーカリーを活用し簡単に作れるおうちパンを習います。

「村田お菓子教室」

とき12月20日(火)10時～13時**内容**クリスマスデコレーションケーキ**費用**1,500円

「長谷川パン教室(手ごね)」

とき12月27日(火)10時～13時**内容**クリスマスパン**費用**1,500円

(全教室共通)

持ち物エプロン、布巾3枚、持ち帰り用容器または袋、筆記用具**申込み**道の駅くまがしステーションまで

お知らせ

萌こころの相談室

精神障害者および家族の支援をしている社会福祉法人萌では、障害者週間にちなみ、広く県民の皆さまを対象に「こころの健康相談」を実施します。眠れない日や気分が落ち込む日が続く、やる気が出ない、不安でしかたない、精神科への受診や薬への不安…等、こころの健康に関する相談を受け、つらい気持ちを傾聴し、精神保健福祉の情報提供をします。こころがしんどいあなた、お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。相談は無料です。(通話料はかかります)**とき**12月3日(土)～7日(水)、いずれも9時～22時**相談先**☎0743・85・5639**問い合わせ**生活支援センターぽると・ベル(☎0745・43・5541)

12月10日は「人権デー」、 12月4日～10日は「人権週間」

法務省と全国人権擁護委員連合会は、毎年、関係機関等の協力を得て、「人権デー」を最終日とする1週間(12月4日～10日)を「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及高揚のための啓発活動を展開しています。

中学生人権作文表彰式と人権を考えるつどい in 香芝とき12月4日(日)12時30分～15時30分(12時開場)ところ香芝市ふたかみ文化センター(香芝市藤山1-17-17)**内容**全国中学生人権作文コンテスト奈良県大会表彰式、一日人権擁護委員・川本三栄子さんの講談、香芝中学校吹奏楽部による演奏**申込み**不要(未就学児も入場可)**主催**奈良県人権啓発活動ネットワーク協議会(奈良地方法務局・奈良県人権擁護委員連合会・奈良県)**問い合わせ**奈良地方法務局人権擁護課(☎0742・23・5457)

12月10日～16日は 「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する認識を深めるとともに、国際社会と連携しつつ北朝鮮当局による人権侵害問題の実態を解明し、及びその抑止を図ることを目的として、平成18年6月に、「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、国及び地方公共団体の責務等が定められたほか、広く拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めるため、毎年12月10日～16日の1週間を「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」と定められました。拉致問題は、我が国の喫緊の国民的課題であり、この解決を始めとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会を挙げて取り組むべき課題とされる中、この問題について

▶お知らせ(INFORMATION)◀

バックが足りなくてお困りの方は申し出てください。センターで用意できます。**申込み**12月5日(月)までに支援センターにある申込み用紙に記入。電話・FAXも可。

子育て広場『おいで・おいで!』 2歳コース冬の広場募集

対象およそ平成25年4月2日～平成26年4月1日
生まれの親子**とき**1月23日(月)・30日(月)、2月
20日(月)・27日(月)、3月15日(水)・16日(水)(各
6回コース)、10時～11時30分**ところ**子育て支援
センター**内容**ふれあい遊び、クッキング、歯の健
康について等**持ち物**お茶、着替え、タオル**費用**保
険代、託児費、材料費**定員**親子各15組(申込み多
数の場合は抽選)**申込み**12月19日(月)までに支援
センターにて申込み用紙に記入

子育て広場『おいで・おいで!』 0歳コース募集

対象およそ平成28年6月1日～9月30日生まれの
親子**とき**1月11日(水)・18日(水)・28日(土)、
2月1日(水)・9日(木)・14日(火)・25日(土)、
3月11日(土)(8回コース)、10時～11時30分
※2月25日(土)と3月11日(土)はパパと一緒に
参加してください。**ところ**子育て支援センター、
プリズムへぐり(2月14日)**内容**ベビーマッサージ
(2回)、骨盤調整体操、子育て力アップ講座「あ
かちゃんってすごい!」、ミニミニ講座「ことば
の不思議」、パパママ講座「ふたりで育てる赤ちゃ
ん」**持ち物**お茶、着替え、オムツ、ハンドタオル
1枚、バスタオル1枚、ティッシュ1箱**費用**保険
代、託児費、材料費**定員**親子10組(申込み多数の
場合は抽選)**申込み**1月6日(金)まで。電話・F
AXも可

子育てサポーター養成講座

子育てに関わるボランティアを始めてみませんか。
「誰かの役にたてる活動がしたい…」と思われる
方、平群の子どもたちのためにお力をお貸しくだ
さい。子育てをめぐる環境が大きく様変わりして
いる中、「子育ては、母親がするもの…」「これっ
て、間違っているの」「自分の時間って持てはい
けないの…」など、乗り越えてしまえばありがた
なことだったと思えることも、子育て真っ最中の

家庭やお母さんにとっては大きな悩み。子育てに
悩んでおられる家庭を応援する「子育てサポー
ター」を養成する講座です。**とき**1月10日(火)・
18日(水)・28日(土)、2月1日(水)・9日(木)・
14日(火)10時～(全6回)**ところ**子育て支援セン
ター**申込み**子育て支援センターまで。電話・FAX
も可。

総合スポーツセンターより

2月の体育施設の申込受付

町内一般・減免の方1月6日(金)9時～
クラブ員の方1月6日(金)13時～
生駒市の方1月7日(土)9時～
それ以外の方1月7日(土)13時～

スポセンフリーデー(要予約) (個人・家族参加型プログラム)

とき毎週水曜日17時～21時**内容**メインアリーナの
1/8面を800円/4時間でご利用いただけます。
種目バドミントン、卓球、バウンドテニス(ラケット
貸出あります)

テニスコートお得キャンペーン

とき・ところ詳細はお問い合わせください**内容**ラ
ンダムに設定された日時、場所をご利用いただくと、
全員に道の駅くまがしステーションの「お買
い物割引クーポン券」をプレゼント

トレーニング室利用講習会受講料無料 キャンペーン(12月1日～28日まで)

トレーニング室をご利用するためには必ず受講し
てください。★トレーニングメニュー無料作成**受講**
資格満16歳以上の方※詳しくは総合スポーツセン
ターまでお問い合わせください。※トレーナーが
常駐しています。

年末年始の体育施設申込み受付

とき町内一般の方12月4日(日)13時～、生駒市
の方12月4日(日)15時～、町外・減免の方12月
8日(木)9時～**施設**①総合スポーツセンター(テ



年末年始の休館に伴う3週間貸出のお知らせ

年末年始の休館に伴い、12月13日(火)～26日(月)まで、3週間貸出になります。この期間にぜひご利用ください。

12月のあすのす休館日

7日(水)、14日(水)、21日(水)、23日(祝)、27日(火)～1月5日(木)※新年は1月6日(金)より開館します。

子育て支援センターより

ほのぼのファミリー・フォトコンテスト

「ファミリーのほのぼのの写真」をお持ちください。支援センターにて展示し、来館者に「ほのぼの賞」を選んで頂きます。**対象**平成28年4月以降に撮影した写真**応募期間**平成29年1月31日(火)まで**随時展示****応募写真サイズ**2Lサイズに印刷**応募方法**支援センターに直接写真を持ってきてください。**展示期間**1月4日(水)～2月15日(水)**選考期間**2月1日(水)～15日(水)**表彰**2月15日(水)冬の誕生日会にて



★申込みが要らないもの★

おはなし広場(毎月第1火曜日)

たくさんのお話を子どもに読んであげたい方。おはなし会の方が読み聞かせ等をしてくれます。とき

12月6日(火)11時～11時30分ところ子育て支援センター※次回は1月10日(火)

らくらくストレッチ(毎月第2金曜日)

子育て中のママで、運動不足が気になっている方！他のお母さんたちと一緒に、子どもがそばにいないらできるストレッチに参加しませんか。とき12月9日(金)10時～11時ところ子育て支援センター

★申込みが必要なもの★

食育推進クッキング

とき12月13日(火)10時～12時ところ子育て支援センター**内容**美味しい朝ご飯の味噌汁に、優しい味のお味噌を手作りしてみませんか。親子でゆでた大豆から、お味噌作りに挑戦です。冷蔵庫でねかせて2～3ヶ月したら、優しい味のお味噌が出来上がります。ナイロン袋で作るので、小さいお子さんでも一緒に作れますよ。食生活改推進協議会の方も一緒に朝ごはん作りを紹介してください。講師食生活推進協議会の方・プリズム管理栄養士**持ち物**エプロン、三角巾、手拭きタオル、ボール(中位)**費用**材料費(600円位)**定員**親子15組(申込み多数の場合は抽選)**申込み**12月6日(火)までに子育て支援センターへ

ミニミニ講座

「牛乳パックで自動車(いす)作り」

対象未就園児のお子さんを育てている方**とき**12月14日(水)・21日(水)10時～11時30分**ところ**子育て支援センター**定員**親子5組程度**費用**110円**持ち物**1L牛乳パック30本、500ml12本、布ガムテープ1本、木工ボンド、外側に貼る布、飾りの布(フェルト、アップリケ等自動車の窓・ライト)※牛乳



がしクラブ(月～土9時～16時)

あすのす平群だより

あたらしく入った本

一般書①「太らない間食」足立香代子／著 文響社②「持たない暮らしのすすめ」川村妙慶／著 海竜社
児童書①「生き物対決スタジアム」有沢重雄／構成・文 旬報社②「アパートサウルス」たかしよういち／文 理論社

おはなしのへや(協力：平群町おはなしの会)

毎週土曜日11時から11時40分

3日(土)えほん「ふたごのゴリラ」えほん「おとなしいめんどり」

10日(土)かみしばい「クリスマスにはおくりもの」えほん「おおきいサンタとちいさいサンタ」

17日(土)えほん「子うさぎましろのお話」えほん「クリスマスのふしぎなほこ」

24日(土)えほん「てぶくろ」エプロンシアター「もうすぐクリスマス」

☆どなたでもお気軽にご参加ください。

あすのす土曜講座

みんなでつくろう！

カラフルでたのしい『パーラービーズ』

とき12月10日(土)15時～(各50分)14時15分～15時45分(90分)※詳細は11月広報をみてね！定員になり次第締切り！申込み・問い合わせあすのす平群次回の予定 1月21日(土)「地震災害の備え」講師(社)奈良建築士会生駒支部

児童書購入のための寄附のお願い

児童書購入のための寄附を受け付けます。ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。あすのす平群力ウンター迄。

記紀万葉ウォーク

「平群の古墳めぐりを楽しもう」

平群の古墳は外形・石室とも変化に富んでいます。とき12月10日(土)受付9時～9時30分集合近鉄生駒線「亀田川」駅西側※詳細は11月号広報をご覧ください。

館内展示のご案内

「日本一周自転車旅行記」

平群史蹟を守る会副会長の河本雄治さんの日本一周自転車旅行最終章(青森～福井)の旅行記を展示します。開催期間12月1日(木)～26日(月)まで

平群町子ども読書活動推進キャラクター・2代目あすのすザウルスくん

河野光稀さん(春日丘) 	吉住かなえさん(若葉台) 
下中一喜さん(三里) 	田中優奈さん(吉新) 

▶お知らせ(INFORMATION)◀

いただいたりと、一緒に活動していただける方を募集しています。詳しくはプリズムへぐりまでお問い合わせください。

特定健診受診者の方への「くまがしステーション」で 使用できる商品券等の利用のお願い!

特定健康健診査(40歳以上75歳未満の方の平群町国保加入者の健康診断)または国保加入者の人間ドックで特定健診へのみなし健診となった方には、「道の駅大和路へぐり」で使用できる500円分の商品券または、コミュニティバスの回数券500円分を結果と共に送付しています。平成27年度の受診者の方の有効期限は平成29年3月31日となっていますので、お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の500円分の回数券を希望されます方は、変更が可能です。となっていますのでご連絡ください。

教育委員会だより

スポーツ大会結果 グランドゴルフ大会

とき10月30日(日)ところ健民グラウンド
優勝 第5ブロック、準優勝 第2ブロック

秋季少年少女スポーツ大会

とき10月29日(土)ところ総合スポーツセンター
体育館種目バドミントン

〈4年生の部〉

優勝 松本・森田(北小)

準優勝 下川・清井(平小)

〈5年生の部〉

優勝 高木・玉井(平小)

準優勝 巽・林(北小)

〈6年生の部〉

優勝 蓑田・森田(北小)

準優勝 岡田・仲埜(平小)

大掃除のお願い!

日頃、小・中学校の体育施設を使用されているクラブの皆さま、利用体育施設の大掃除にご協力をお願いします。とき12月11日(日)9時～(午前中

の予定)集合町内各小・中学校体育施設問い合わせ
教育委員会総務課

くまがしクラブより

「歩き方」講習会(計10回)

とき月曜日9時～10時30分ところ中央公園入口付近
対象成人～シニア内容正しい歩き方の講習会(呼吸法、背骨を使った体操、足の動かし方等)※講習会の詳しい日程や内容は12月中旬よりくまがしクラブホームページまたは事務所に配布します。
費用一般3,000円会員2,500円(10回)
講師吉田寿さん

プレミアムな道の駅教室2016

「体幹コア骨盤底筋エクササイズ」

とき〈月曜クラス〉12月5日・12日・19日、〈水曜クラス〉12月7日・14日・21日、10時～11時45分(前半・カラダリセット60分+後半・コア40分)講師 矜持(きょうじ)ノススメ・西川菜緒子さん受講料 一般・会員ともに1,500円/回(水曜クラスのみ、お得な月謝制あり)

12月10日(土)クリスマス直前企画!

道の駅プレミアムイベント開催

①「多肉植物寄せ植え」※1

とき9時30分～10時45分講師pelanpelan吉岡真己さん内容「迎春、和の器に寄せ植え」

②「律子クラフト教室」※1

とき11時～12時30分講師日笠律子さん内容「クレイジュエリーでアクセサリー作り」

③「アロマ教室」※1

とき10時～11時30分講師Neroli西田奈々さん内容「素敵なキャンドル作り」

④「和のおやつ教室」※2

とき9時30分～11時30分講師村田知子さん内容「平群産のいちご使ったいちご大福」(持ち帰りあり)(全教室共通)お子さんの参加も可(付添が必要な教室があります)。先着順です。満席の場合はご了承ください。

※1 受講料一律1,500円(材料費別途)くまがしクラブ会員は表示価格の500円引き。

※2 参加費750円(材料費込)

申込み・問い合わせ総合スポーツセンター内くま

平群町役場	45・1001	都市建設課	45・2077	プリズムへぐり	45・8600	清掃センター	45・3420
議会事務局	45・0012	会計課	45・8810	子育て支援センター(はなさとこども園内)		リサイクル館	45・7001
監査委員事務局	45・7100	上下水道課(上水道)	45・1004		46・1211	地域振興センター	45・2155
政策推進課	45・1002	(下水道)	46・2300	はなさとこども園	46・1201	総合スポーツセンター	45・6550
総務防災課	45・1001	中央公民館(教育委員会総務課)		ゆめさとこども園	45・1104	くまがしステーション	45・8511
税務課	45・6373		45・2101	社会福祉協議会	45・5710	平群野菊の里斎場	45・7480
住民生活課	45・1439	総合スポーツセンター内くまがしクラブ		地域包括支援センター	45・7012	シルバー人材センター	45・1666
福祉課	45・5872		44・9007	かしのき荘	45・5768	あすのす平群	46・1120
健康保険課	45・5800	くまがしステーション内くまがしクラブ		人権交流センター	45・2920		
観光産業課	45・1017		45・8511	給食センター	45・1723		



プリズムだより

ハムスターズファミリー(育児サークル)のご案内

対象 就園までの親子

◆子育て座談会

とき 1月11日(水)10時～ところプリズムへぐり
内容 「ママのおしゃべり会」他(CO育てネット・赤松邦子さん)申込み 1月6日(金)まで問い合わせプリズムへぐり

「元気・にこにこ教室プラス」 (メタボ予防教室)

毎年、大好評に開催している元気にこにこ教室。今回は運動を改めて継続してもらうために、下記の日程で開催します。今まで教室に参加した人も、初めての方も、楽しく運動をして汗をかきましょう。とき《運動のみ》13時30分～15時①12月14日(水)②平成29年1月16日(月)③平成29年2月16日(木)申込み不要対象者 どなたでもOKです。料金無料持ち物 運動できる服装、タオル、飲み物講師 健康運動指導士(地域振興センター職員)

インターネット等で 販売される母乳に注意!

インターネット等で販売される母乳は、提供した母親がかかっている病気の状況や搾乳方法、保管方法等の衛生管理の状況がわかりません。赤ちゃんには母乳が基本ですが、子どもの健やかな発育・発達のためには母乳だけにこだわらず、必要に応じて、育児用ミルクを使うことも大切です。



世界エイズデー

今年度のキャンペーンテーマは「知っていても、分かっているでもAIDS IS NOT OVER」です。エイズに関する正しい知識を持ちましょう。2015年1年間における新規HIV感染者報告数1,006件(過去8位)、感染に気付かずにエイズを発症して報告された新規エイズ患者報告数は428件(過去8位)前年の1,546件からわずかに減少したものの、累計報告数は25,000件を超えています。近年、HIV感染者・エイズ患者新規報告は1,500件程度で推移していることから依然として予断を許さない状況です。

定期的に歯科検診を受けましょう!

〈歯の合言葉“8020”と“6024”〉「80歳で20本」と「60歳で24本以上残す」運動も提唱されています。歯は消化・吸収を助ける働き以外に、発音や顔の形、老化予防、ダイエットにも効果があります。〈歯と歯茎の疾患が全身に影響する?〉口は「最初の消化器官」と呼ばれるように、ものをかみ、唾液とともに体内に送り込む働きをしています。口の中が歯肉の炎症や膿で汚れた状態になると、過剰繁殖した細菌が粘膜や血液を通して全身を回り、腎臓・心臓・肺などに炎症を起こします。歯科検診で定期的に歯をチェックしましょう!

平群8020はは歯の会劇団員募集

平群町では、歯の健康を提案する寸劇や紙芝居を、幼稚園や小学校などに出向いて実施しています。劇に出たり裏方のお手伝いをして



ほけん事業予定表

健(検)診等の申込み・問い合わせは、プリズムへぐりまで

事業名	日時	対象	詳細等	場所
 乳児健診	12月1日(木) 13:15~13:45	平成28年7月7日~ 平成28年9月1日生 まれの児	(持): 母子健康手帳、質問票	プリ ズ ム へ ぐ り
 乳児相談	12月2日(金) 9:30~10:30 13:30~14:30	生後6ヶ月~1歳6ヶ 月未満児	(持): 母子健康手帳	
 健康へぐり21計画推進事業 平群禁煙デー	12月2日(金)	全住民の方	(内): たばこ対策推進員が作成した禁煙デ ーソングを町内で街宣しています。	
 健康へぐり21計画推進事業 茶話会 「クリスマス会」	12月13日(火) 12月16日(金) 13:30~15:30 ※クリスマス会は16日 のみ	少し心が疲れていると 感じている方、家から 出にくくなっている方 等	(内): 精神保健推進員が憩いの場を提供。 お茶を飲みながら、ちょっと一息つける 時間を一緒に過ごしてみませんか? (費): 無料	

(内): 内容 (持): 持ち物 (申): 申込み (費): 費用



少子高齢化社会を背景として、みんなが元気で暮らすための健康づくり計画として、2002年(平成14年度)より健康へぐり21計画を推進中。
国民は健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない。(健康増進法 第2条より抜粋)

献血に
協力を!

平成28年10月末現在
目標数 700名
献血者数 232名
達成率 33.14%

健康へぐり21計画(H25~34)実行中!

健康へぐり21計画とは、国が策定した「健康日本21」計画の地方計画で、新平群町総合計画の中の重点施策である「健康づくりと生きがいづくり」の実現を具体化するための健康づくり行動計画です。平群町の現状に応じて「食生活・運動習慣」、「歯科保健」、「たばこ対策」、「生きがいづくり」、「からだの健康」、「休養・こころの健康」、「介護予防」の健康課題に分け、行動計画を示しています。住民公募により決定したキャッチフレーズ“へぐり いきいき はじける笑顔”を掲げ、実行中です!



データヘルス計画 ~その5~

~高額レセプトからみた医療費の傾向~

診療報酬が3万点以上(30万円以上)の高額レセプトを分析すると、平群町では糖尿病、高血圧、脂質異常症、高尿酸血症の順に多い。これを奈良県と比較して高いのは高尿酸血症、脳出血でした。



人の動き

平成28年10月末日現在

()は前月比
世帯数 7,932世帯(± 0)
総人口 19,286人 (-15)
男 9,148人 (-10)
女 10,138人 (-5)

MY TOWN 平群 12月号

第629号 平成28年/2016年12月1日発行

■編集・発行/平群町役場 政策推進課

〒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 <http://www.town.heguri.nara.jp/index.html>

Eメール info@town.heguri.nara.jp

編集後記

今年は4月から広報担当になり、いろいろな行事で写真撮影をさせてもらう機会が多く、たくさんの方と出会えてとても素敵な年になりました。皆さま、どんな年になりましたか?今年も残すところあと1ヶ月★寒さも厳しくなってきましたので、体調を崩さないように気を付けてください。 (あ)

知識チャレンジ回答(3ページ) ①金時芋

「里の恵」は平群町産の金時芋を全量使用した芋焼酎です。平群町の遊休農地の解消と町おこしを兼ねて、町の関係者や職員が、平群産の金時芋を生産し八木酒造にて、へぐりのさつま芋焼酎が完成した。
『平成27年度たまたみこも平群検定』問題より