



広報みつえ

■発行 奈良県宇陀郡御杖村
 ■編集 総務課広報係 ☎0745-95-2001(代表)
 ■URL <http://www.vill.mitsue.nara.jp>

Mitsue News
 平成27年(2015年)



vol.315
 March

3

みつえっこストーリー開催



2月13日御杖保育所で『みつえっこストーリー』(生活発表会)が行われました。園児たちは日頃の練習の成果をおうちの人に見てもらおうと、一生懸命、歌や劇を披露してくれました。

3月のみつえ温泉『姫石の湯』
 ☆営業について☆

日	曜	男湯	女湯	姫石の湯
1	日	木風呂	石風呂	
2	月	石風呂	木風呂	
3	火	定休日		
4	水	石風呂	木風呂	
5	木	木風呂	石風呂	【姫石の湯バス】
6	金	石風呂	木風呂	
7	土	木風呂	石風呂	
8	日	石風呂	木風呂	
9	月	木風呂	石風呂	
10	火	定休日		
11	水	木風呂	石風呂	
12	木	石風呂	木風呂	【姫石の湯バス】
13	金	木風呂	石風呂	「お客様感謝デー」
14	土	石風呂	木風呂	ホワイトデー
15	日	木風呂	石風呂	
16	月	石風呂	木風呂	
17	火	定休日		
18	水	石風呂	木風呂	
19	木	木風呂	石風呂	【姫石の湯バス】
20	金	石風呂	木風呂	
21	土	木風呂	石風呂	春待ち祭
22	日	石風呂	木風呂	
23	月	木風呂	石風呂	
24	火	定休日		
25	水	木風呂	石風呂	
26	木	石風呂	木風呂	【姫石の湯バス】
27	金	木風呂	石風呂	「お客様感謝デー」
28	土	石風呂	木風呂	
29	日	木風呂	石風呂	
30	月	石風呂	木風呂	
31	火	定休日		

「春待ち祭」のご案内
 21日(土)と22日(日)の2日間、「春待ち祭」を開催します。

ホワイトデー
 14日(土)にご来館いただいた女性の方に、ホワイトデーのお菓子をプレゼント!!(先着200名様)

皆様のお越しをお待ちしております。

1日目は、「姫石の湯」にて、ステキな賞品が当たる『姫石くじ(三角くじ)』(入浴された方限定)を行います。

2日目は、「フラメンコ」や「マジックショー」、「くまのぼん」などのショーと即売会など楽しいイベントを予定しています。

ご家族そろってお越しください。

ゆ 『姫石の湯』

みつえ温泉より
 ☎0745(95)2641

毎月第2・第4金曜日は、「お客様感謝デー」

毎月第2・第4金曜日(13日・27日)は「お客様感謝デー」です。通常料金700円のところ、500円で入浴していただけます。

※対象は大人料金の方限定

「みつえ体験交流館まつり」
 3月29日(日)
 とき
 10時～16時

▼場所
 みつえ体験交流館

通常の体験はもちろん、このイベントでしか体験できない特別メニューや、「畑体験」「千本杵を使った餅つき」「廊下ふき大会」「フリースターエッグさがし」など楽しい内容を予定しています。

廊下ふき大会
 お餅つき

▼ご予約は、予約専用ダイヤル
 ☎0745(95)6126
 ※受付時間は、火曜日をのぞく

村税や保険料の納め忘れはありませんか？

村税や保険料等（国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料）は、福祉や教育、道路整備、消防、医療などの公共サービスを支える貴重な財源です。

納期限を過ぎると...

この村税等は、定められた納期限までに、自主的に納めていただくのですが、納期限内に納めていただけないことを「滞納」といいます。滞納は、納期限内に納付された方との公平性を欠くこととなります。また、督促状の送付など、余分な経

費と事務に税金を使うことにもつながります。まだ納付がお済みでない方は、それぞれの納付書を確認のうえ、至急、納付をお願いします。

滞納となった場合、納期限の約20日後に督促状を発送します。督促手数料として1000円が加算されます。また、納期限の翌日から納付日までの日数に応じて延滞金が加算され

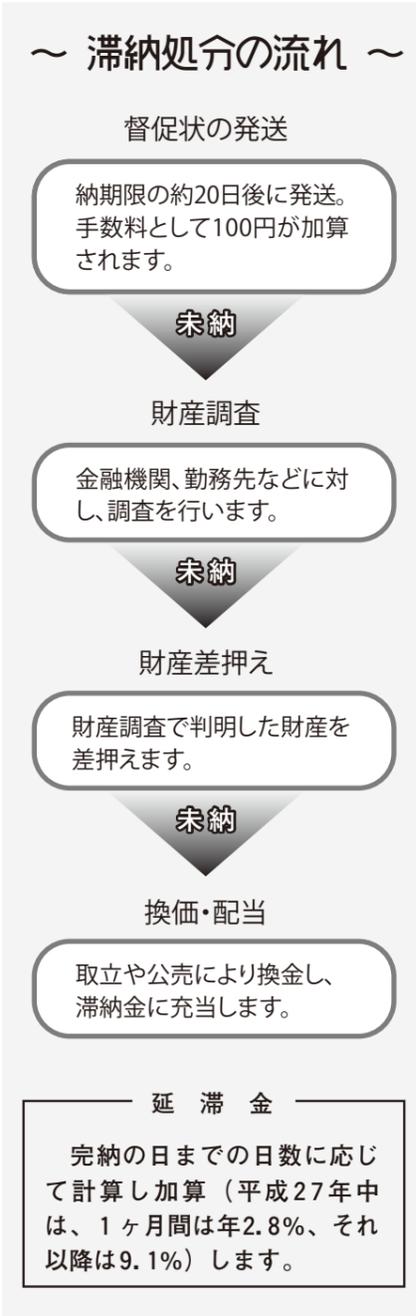
ます。（計算結果により、かからないこともあります）

滞納を放置すると...

督促状や催告書、関係部署からの呼び掛け等によっても納付や相談が無く誠意が認められない場合には、法律の規定に基づき財産調査を行います。預貯金や給与、不動産等を差押えて滞納金や延滞金に充当します。

【差押え実績：H24年度2件、H25年度5件】

▼お問い合わせ
住民生活課（村税、国保、後期）
保健福祉課（介護保険料）



近畿運輸局 奈良運輸支局より

毎年3月末は、決算期や自動車税の賦課期日の終期等による影響を受け、自動車の検査・登録の各種申請が窓口で集中します。申請手続きはお早めにお願いたします。

また、この時期に申請されますと、窓口が大変混み合うことが予想され、長時間お待ちいただくなど大変ご迷惑をおかけすることとなります。

このような状況を緩和するため、自動車の移転登録（名義変更）や抹消登録（廃車）等の各種手続きは、できるだけ早期に済ませられるようお願いいたします。登録の手続き案内は、ヘルプデスク「050(5540)2063」（音声又はFAXサービスにより24時間行っています）。

また、近畿運輸局ホームページ <http://www.tb.mlit.go.jp/kinji/> で、各種手続き案内を掲載しておりますのでご利用ください。

奈良県知事選挙及び奈良県議会議員選挙

奈良県知事選挙及び奈良県議会議員選挙は、4月12日（日）に投票が行われます。あなたの一票で私たちの代表が決まります。棄権せずに自らの意思を投じましょう。

投票日 4月12日（日） 7時～18時

※投票日当日は、投票終了時間が2時間早くとなっております。

◆期日前投票

投票日に、仕事の都合や旅行などの理由で、投票所へ行くことができない方は期日前投票ができます。

▼期間

奈良県知事選挙 3月27日（金）～4月11日（土）

奈良県議会議員選挙 4月4日（土）～4月11日（土）

▼時間 8時30分～20時

▼場所 御杖村役場 3階会議室

◆不在者投票

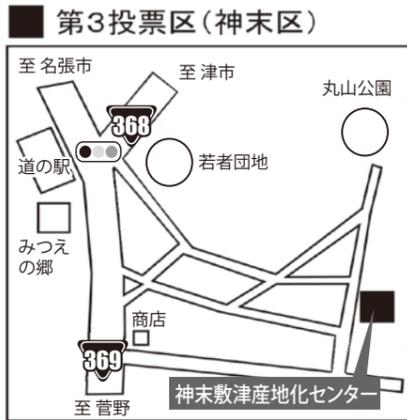
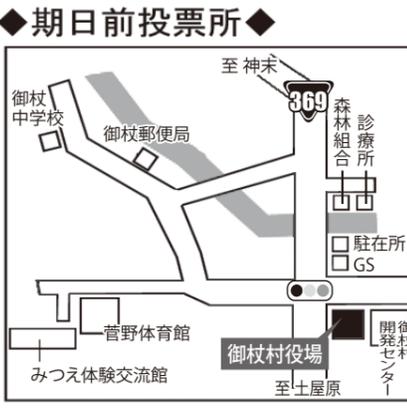
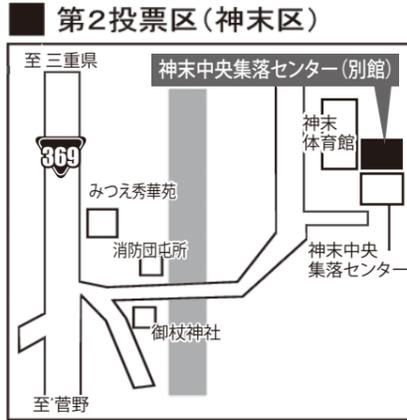
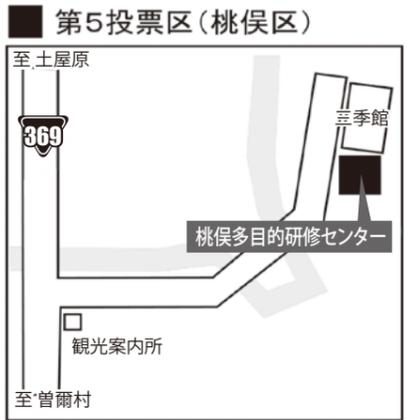
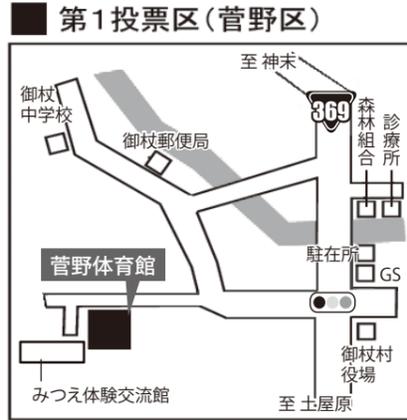
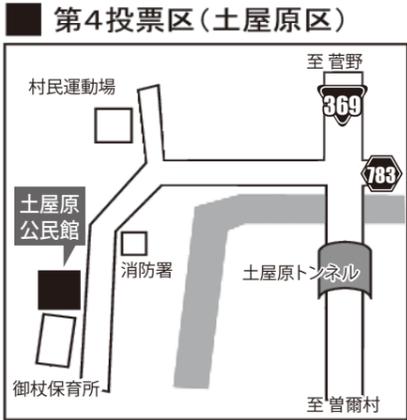
不在者投票指定施設として指定された病院や老人ホームなどに入院・入所されている方は、その施設で不在者投票ができますので、施設の管理者に申し出て下さい。また出張等で村外に滞在すると見込まれる方は、村選挙管理委員会が不在者投票証明書の交付を受け、出張先などの市町村の選挙管理委員会が不在者投票ができます。

◆郵便による不在者投票

身体に重度の障害がある方又は介護保険の被保険者証に要介護5と記載のある方で、郵便による不在者投票を認められた方（あらかじめ郵便投票証明書の交付を受けた方）は、郵便により不在者投票ができます。

この場合には選挙期日の4日前（4月8日）が投票用紙等の請求締切日となっておりますので、手続はお早めにお願いたします。

▼お問い合わせ
御杖村選挙管理委員会（内線26）





自殺は防ぐことができる!?

3月は自殺対策強化月間です。

大切な命を守るために
「生きづらさ」のサインに早めに気づこう

気づきのサイン

○自分でわかる変化

- ・毎日の生活が空しく、何をしても張り合いがなくなった。
- ・これまで楽しんでやれていた事が、今ではおっくうに感じるようになった。
- ・わけもなく疲れたように感じる事が多くなった。
- ・新聞、テレビを見るのも集中できなくなった。

○周囲の人がわかる変化

- ・表情が暗い、硬い、無表情になってきた。
- ・人づき合いを避けるようになってきた。
- ・口数も少なく、話し方も遅くなってきた。
- ・身なりを構わなく、何となくだらしくなってきた。
- ・突然、イライラしたり怒りっぽくなってきた。

こんなサインが概ね2～4週間以上続いたら、早めにご相談を!!

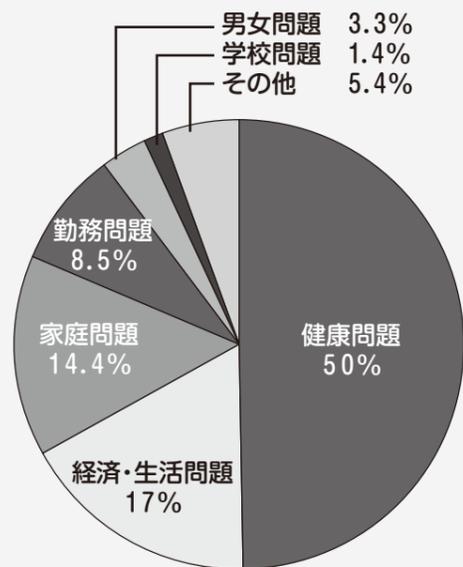
御杖村「健やかな生き方(自殺対策)検討会」

相談先：保健福祉課 0745(95)2828

(夜間・休日は、役場0745(95)2001) 24時間対応

相談内容については、秘密を厳守します。

自殺は、本人の意志による選択の結果と思われがちですが、実際には下図のような様々な要因がからんで追い込まれた結果の行動と考えています。



(内閣府・警察庁「平成25年中における自殺の状況」より)

※やむを得ない事由により居宅での日常生活が困難と施設が認められた場合。
※居宅での日常生活がやむを得ない事由により困難と認められる事由について(いずれかに該当することが必要)

- 1 認知症である者であつて、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られること。
- 2 知的障害・精神障害等を伴い、日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られること。
- 3 家族等による深刻な虐待が疑われること等により、心身の安全・安心確保が困難であること。
- 4 単身世帯若しくは同居家族が高齢又は病弱である等により家族等による支援が期待できず、かつ、地域での介護サービスや生活支援の供給が十分であること。

要介護1又は2の方の特例的な入所申込の手続き等については、申込先の各施設にお問い合わせください。



保健福祉課・社会福祉協議会 ☎0745(95)2828

月	火	水	木	金
2 編み物教室	3 詩吟教室 子育て支援	4 カラオケ教室	5 ふれあい喫茶	6 筋力アップ教室
9 元気にしとる会 (峯・水口)	10 元気にしとる会 (上郷・中野) 乳幼児相談 子育て支援	11	12 ふれあい喫茶	13 筋力アップ教室
16 元気にしとる会 (神末中村)(東町) (敷津)	17 元気にしとる会 (上村)	18 元気にしとる会 (堂前)(西町)	19 ふれあい喫茶	20 筋力アップ教室
23 元気にしとる会 (菅野)	24 元気にしとる会世話人会	25	26 ふれあい喫茶	27 筋力アップ教室
30	31			

☆みつえっ子広場☆

「ひな祭りに参加しよう」

- 日 時：3月3日(火) 10:00～11:30
- 持ち物：お茶・タオル・着替え、帽子など

「乳幼児相談」

- 日 時：3月10日(火) 9:30～12:00
- 持ち物：母子手帳、予約票、検尿(該当者のみ)

☆毎週月・木・金の9:30～15:00は支援室、園庭を開放しています。お気軽にご利用ください。
◎一時預かり保育も実施しています。
☎ 御杖保育所 ☎0745(95)3138

☆筋力アップ教室☆

参加者の自立度等に応じて、教室の内容を決めます。

- 日 時：3月6日・13日・20日・27日(各金曜日)
- ゆったりコース 13:10～14:30
- しっかりコース 14:30～16:00

- 講 師：理学療法士 他
- 場 所：保健センター
- 持ち物：お茶

☎ 保健福祉課 ☎0745(95)2828

☆高齢者肺炎球菌予防接種の接種期間延長のお知らせ☆

平成26年度高齢者肺炎球菌予防接種の接種期間を平成27年3月31日まで延長しています。対象年齢の方は接種をお早めにお済ませください。(今年度対象の方は費用助成を受けられるのは今年度のみです。ご注意ください。)

- 対象年齢：平成27年4月1日現在で、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上の方
- 受診方法：お送りしたハガキをご覧ください。 ☎ 保健福祉課 ☎0745(95)2828

― 家族の絆! ―

1月下旬に大字菅野の方が103歳の天寿を全うされました。この方は、32年前に脳梗塞を発症して以来、寝たきりの状態となりました。この間、ご家族の献身的な介護により、施設入所をせずに在宅で過ごされ、百歳を超える長寿となりました。ご家族の長年の介護に対する敬意を表するとともに、心よりご冥福をお祈りいたします。

平成27年4月から特別養護老人ホームの入所基準が変わります

法令の改正により特別養護老人ホームの入所基準は原則、要介護3以上となります。但し、要介護1又は2の方で、次に該当する場合は、特例的に入所が認められます。

- 27年3月末時点で既に入所されている場合。
- 27年4月以降に入所される方は、各施設が設置している入所検討委員会において、市町村の意見を踏まえた検討の結果



3月には自殺予防対策強化月間だね

多くの人が自殺(自死)されているんだ

3月には自殺予防対策強化月間だね

原因がいろいろあるんだよ

仕事にストレス

防げないの？

できるよ！大切な人たちの

みんなを守る！

あなたのいちい

気持ち声かけわかれな

▼募集人数 4名程度

▼応募資格 概ね45歳以下。

▼応募方法 応募用紙に必要事項を記入の上、左記宛てまで郵送して下さい。

▼応募期間 3月1日(日)～4月10日(金)必着。

▼お問い合わせ 奈良県庁農林部地域農政課

奈良市登大路町30
〒630-8501
0742(27)7617
<http://www.pref.nara.jp/dd.aspx?menuid=10488>

農業を 始めたい人を 募集します！

奈良県では農業への新規参入を希望する方に栽培技術や農業経営の研修を行い、就農に至るプロセスを支援する「農業新規参入者支援事業」への参加者の募集を行います。「事前研修」を受けたのち、県で選定した先進的な農家の元で7月より1年間実際に農業をしながら指導を受けます。

「空き家相談会」 の開催について

空き家の管理・活用方法等、空き家に関する悩みについて気軽に相談できる「空き家相談会」を開催いたします。

当日は、専門家も参加し、空き家所有者の方、またそのご家族の方からのご相談をお受けします。相談は無料ですのでお気軽にお越し下さい。

▼開催日時／3月14日(土)
第1部
セミナー 13時～14時

第2部
相談会 14時15分～16時15分

▼開催場所 明日香村中央公民館2階研修室1
〒634-0141
奈良県高市郡明日香村大字川原91-1

▼入場料／無料

▼主催 明日香村・特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ

▼後援／奈良県

※セミナー参加は予約不要です

※相談会には事前予約が必要ですので前日までにご連絡下さい。

※ご参加いただけない方でも常設の相談員がご相談をお受けしております。

お気軽にご連絡下さい。

▼お問い合わせ
〒634-0075
橿原市小房町9-32
特定非営利活動法人
空き家コンシェルジュ
☎ FAX / 0744(35)6211
E-mail: akyaconcerge@zeus.eonet.ne.jp
HP: <http://www.akyaconcerge.com/>



祝100歳！ 神末の 岡田小嗣さん！

2月7日に大字神末の岡田小嗣さんが100歳になりました。長寿を祝し、鈴木村長から長寿者賞が交付されました。これからも長生きされますよう、心よりお祈りいたします。

私の元気づくり体験談

「高齢者になっても歯みがきは、大事です！！」

私は、初老の頃、歯周病になりかけ、歯医者さんに「食後に歯磨きをしないと歯が全滅したり、細菌が全身の様々な臓器に付着し悪影響を及ぼしたり、また、糖尿病も悪化する」と注意されました。

- それ以来、毎食後
- ① 歯と歯の間を磨く
 - ② 歯ぐきを磨く
 - ③ 食間におやつは食べず、お茶を飲む
 - ④ 半年に1回歯科医院を受診し、歯石をとってもらうなどに取り組んでいます。

神末 70歳代 男性

保健福祉課より

「80歳になっても、自分の歯を20本以上保とう」という「8020運動」についてご投稿をいただき、ありがとうございました。

<はみがきのポイント>

- ①みがかく力
 - 歯ブラシは鉛筆のように持つ
 - 150～200gの軽い力で(毛先が広がらない程度)でみがく
- ②当て方
 - 毛先を歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目にきちんとあてる
 - 歯の面にしっかり当てるため、歯ブラシの「つま先やかかと」を使い分ける
- ③小刻みに動かしてみがかく
 - 1～2歯ずつみがく感じで、小刻み(1～2ミリ幅)に歯ブラシを動かす。



8020推進財団より引用



杖ことば

著者／五木寛之

『生きることが困難な時代、氾濫する情報より信じられる言葉がある』



混迷の時代を生き抜くためには

「心の杖」としての「言葉」が必要だ。作家・五木寛之が書き下ろす最新刊のテーマは「ことわざ力」。古より伝わる日本人の魂に訴える優しくて強いメッセージを丁寧に紡ぎあげたエッセイです。

図書室利用案内

- ☆場 所 御杖小学校図書室 (小学校正面入り口を開放しています。)
- ☆開放日時 毎週土曜日 13時～17時
- ☆貸出冊数・期間 1人5冊まで 4週間以内
- ☆予約、リクエスト 読みたい本が書架に見あたらないときは、予約リクエストカードに記入してください。返本待ち、新規購入、奈良図書館から借用などによってできるだけご希望に添いますので、どしどしお申し込みください。



平成27年度 放課後児童一時預かりの指導員募集

御杖村教育委員会では、放課後児童一時預かり事業で、児童の見守りに1日4時間程度協力していただく指導員の方を4名程度募集します。

- ▼募集期間 3月3日(火)～3月18日(水) 土・日曜日を除く
- ▼受付時間 9時～17時
- ▼賃 金 村の規定による
- *詳細については、教育委員会事務局までお問い合わせ下さい。
- ▼お問い合わせ 教育委員会事務局 ☎0745(95)2004

平成27年 春季火災予防運動 3月1日(日)～7日(土)まで

- 全国統一防火標語 「もついいかい 火を消すまでは まだだよ」
- 全国山火事予防運動標語 「伝えよう 森の大事さ 火の怖さ」
- 春は空気も乾燥し、時折強い風が吹くことから、火災が起きやすい時期です。火を取り扱う際は、うっか

りや過信に注意して火災を防ぎましょう!

重点目標

- ① 住宅防火対策の推進
- ② 林野火災予防対策の推進
- ③ 車両火災予防対策の推進

住宅防火 いのちを守る7つのポイント

- 寝たばこは絶対やめる
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す
- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

▼お問い合わせ 奈良県広域消防組合 宇陀消防署 予防課 ☎0745(82)3199

読者からの おすすめの 1冊

「少年ケニア」 著者／山川 惣治

僕が小学生のころ、サンケイ新聞に連載されていた「少年ケニア」を思い出しています。ワタル少年がマサイ族の大酋長ゼガに、出会ってアフリカの大草原の中で繰り広げられる人々の営み、愛、猛獣との戦い等をゼガに教えられ、立派に育っていく様子を毎朝、新聞が来るのを楽しみに待っていたものです。5歳年下の弟が漢字を読むことが出来ない低学年だったので、僕が読んで説明していたのが懐かしい思い出となっています。だから余計に印象が強いのかも

本屋を手当たり次第探しましたが見つかりませんでした。山川惣治先生、夢をありがとう!! 懐かしい思い出が僕を元氣付けてくれました。僕も少年の心を持ち続けて頑張りつづけていきたいと思っております。又、アフリカ諸国の紛争、エボラ出血熱の拡散が1日でも早く終結することを願っています。 ○この本を読んだ人 ペンネーム レナのオジイ

募集しています!

教育委員会では、読んで、おもしろかった本、心に残った本、感激した本など、あなたの「おすすめの1冊」400字程度の文章を、募集しています。

投稿いただいた原稿は広報紙の「おすすめの1冊」で紹介させていただきます。

街道市場みつえ生産者出荷組合より 新規組合員募集のお知らせ

- 組合では「街道市場みつえ」で農産物等の産直販売を行っていただけの新規生産者を募集しています。販売を希望される方は、生産者組合への加入が必要となりますので左記の要領でお申込みください。
- ▼申込期限 3月20日(金)
- ▼入会金 10,000円(新規加入時のみ)
- ▼年会費 3,000円(毎年)
- ▼申込方法 所定の申込用紙に記入の上、街道市場みつえへ提出。(募集要領・申込用紙は街道市場みつえに備えておあります。)
- ▼お問い合わせ 街道市場みつえ ☎0745(95)2641 (10時～17時まで。但し火曜日は除く。)

自衛官(各種)募集案内

- 一般幹部候補生 大卒程度試験 22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒(見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳

未滿) 院卒者試験 修士課程修了者等(見込含)で、20歳以上28歳未満の者

- 歯科幹部候補生 専門の大卒(見込含) 20歳以上30歳未満の者
- 薬剤科幹部候補生 専門の大卒(見込含) 20歳以上28歳未満の者
- 受付期間 3月1日(日)～5月1日(金)
- 試験日程 1次:5月16日(土)・17日(日) (17日は飛行要員のみ) 2次:6月16日(火)～19日(金)のうち指定する日 3次:海・空飛行要員のみ (海)7月13日(月)～17日(金) (空)7月18日(土)～8月6日(木)までのうち指定する日
- ▼お問い合わせ 自衛隊天理募集案内所 ☎0743(63)25440
- HP / http://www.mod.go.jp/pco/nara
- e-mail / hq1-nara@pco.mod.go.jp
- 村内連絡先 自衛官募集相談員 古谷 善一 ☎0745(95)3000