



つえみちゃん

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>

み うね やま

三峰山 白つつじと新緑観賞登山が 開催されました!



日本三百名山のひとつに数えられる^{みうねやま}三峰山(1,235m)では、5月下旬頃から白つつじ(白ヤシオ)が満開になり、毎年多くの登山客でにぎわいます。

御杖村観光協会では、5月26日(日)・6月2日(日)に、「^{みうねやま}三峰山白つつじと新緑観賞登山」ツアーを開催し、県内をはじめ京阪神方面より沢山の方が登山を楽しみました。

「御杖村一斉 社会奉仕の日」



きれいにさせていただきました。

御杖村老人クラブでは5月16日に「御杖村一斉社会奉仕の日」として村内全クラブ参加のもと道路のカン・ビン・ゴミを拾い環境美化活動を行いました。

この活動は地域社会に対する感謝と地域の担い手としての元気な姿を示していきたいという思いから行われています。

老人クラブの皆さんありがとうございました。



日本赤十字社御杖村分区より 日本赤十字社への社資 募金ご協力の御礼



やさしい気持ちをありがとうございます。

5月の「赤十字社員増強月間」に、常会長よりご協力のお願いに参りました、日本赤十字社資・募金について、村民の皆様から332,800円の社資・募金をいただきました。

また、本年も御杖小学校の児童会が代表して社協を訪れ、「私たちの小遣いの一部を、苦しんでいる人々に役立たせてください!」と5,033円の募金をいただきました。

いただきました社資・募金は、日本赤十字社の支援活動に役立たせていただきます。

皆様方の温かい善意に感謝します。

人権の花運動 ミニヒマワリの種を植えました!



心に大きな花を咲かせてね。

6月5日(水)御杖小学校のなかま学級の児童が、3人の人権擁護委員さんと人権の花(ミニヒマワリ)の植えを行いました。この運動は、子どもたちが協力し合って花を栽培することにより「協力し合う心」と花を愛する「やさしい心」を育てる目的で行われています。

人権擁護委員さんが、「やさしい気持ちと思いやりの心を持って花のお世話をして下さい」と呼びかけていました。

ミニヒマワリの花が咲く頃には思いやりの心が大きく育つことでしょう。



国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者(30歳未満)納付猶予制度」がありますので、役場の国民年金担当窓口で手続きをしてください。申請書は窓口にて備え付けてあります。

平成25年度の免除等の受付は平成25年7月1日から開始され、平成25年7月分から平成26年6月分までの期間を対象として審査をおこないます。

ただし、平成25年7月に申請する場合は、平成24年7月分から平成25年6月分までの期間(前一年間分)についても申請することができますので、前一年間分の免除等も併せて申請される場合は、申請書を2枚提出されるようお願いいたします。

特定世帯の平等割額の軽減措置の延長について
後期高齢者医療制度の開始に伴い、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行することで国民健康保険被保険者が単身になる世帯を特定世帯といいます。特定世帯は、5年間医療費分と支援金分の平等割額が1/2軽減されています。その

療制度へ移行することで国民健康保険被保険者が単身になる世帯を特定世帯といいます。特定世帯は、5年間医療費分と支援金分の平等割額が1/2軽減されています。その

平成25年度 国民健康保険税の変更点について



れに加え、平成25年度より特定世帯に該当して5年を経過した世帯に対し、軽減割合を1/2→1/4に縮小し、軽減措置を3年間延長することになりました。この世帯を特定継続世帯といいます。

なお、平成25年度の国民健康保険税の税額・税率は下記のとおりです。

平成25年度の国民健康保険税の納税通知書は、7月中旬頃の発送予定をしております。
詳しくは、本年度の賦課決定通知書の裏面をご覧ください。
▼お問い合わせ
住民生活課税務徴収グループ
国民健康保険税係(内線62)

区分	医療分	支援金分	介護分
課税対象者	0歳~74歳の被保険者		40歳~64歳の被保険者
所得割	6.5%	1.5%	1.5%
資産割	40.0%	-	-
均等割(1人あたり)	18,000円×人数	4,000円×人数	6,000円×人数
平等割(1世帯あたり)	17,000円	4,000円	4,000円
特定世帯	8,500円	2,000円	-
特定継続世帯	12,750円	3,000円	-
課税限度額	510,000円	140,000円	120,000円

森林整備事業への補助金に関するお知らせ

森林整備(間伐・枝打・造林・下刈等)に対しての補助金交付事業があります。

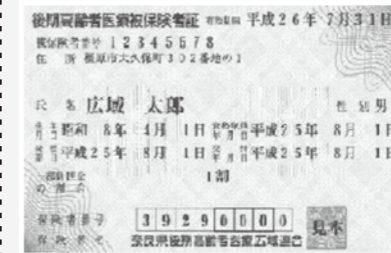
補助金を受けるには要件がありますので、平成25年度及び平成26年度に事業を計画されている方は、事前に御杖村森林組合へお問い合わせ下さい。

■お問い合わせ
御杖村森林組合
☎0745(95)2010

てんいち先生



↓下のカードが保険証です



後期高齢者医療被保険者証送付のご案内

この保険証は平成25年8月1日からご使用ください。

- 一人1枚ずつ、保険証が交付されます。
- 表面の記載内容に誤りがないか、ご確認ください。
- 裏面の注意事項を必ずお読み下さい。
- 紛失のないよう、大切に保管してください。

この部分の台紙を折り曲げて保険証をゆっくりはがしてください。

後期高齢者医療制度の被保険者証が更新されます。

平成25年8月1日からご使用いたから「簡易書留」にて発送致します。新しく被保険者証は、右上にある

有効期限が「平成26年7月31日」となっています。

平成25年8月1日以降に医療機関等にかかるときは、必ず新しい被保険者証をご提示ください。

なお、有効期限の切れた被保険者証は、役場窓口へご返却いただくか、ハサミを入れるなどして処分してください。

また、臓器提供の意思表示をされる方につきましては、被保険者証の裏面にございます意思表示欄にご記入いただき、その上から保護シールをお貼りください。

▼お問い合わせ
住民生活課または
奈良県後期高齢者医療広域連合

☎0744(29)8430

外国人住民の方についても「住基ネット」・「住基カード」の運用が始まります。

2013年7月8日から



外国人住民の方についても「住基ネット」の運用が開始されます。これに伴い、外国人住民のかたにも住民票コードを付番します。付番した住民票コードは、7月中旬頃住民票コード通知票にてお知らせします。
▼お問い合わせ
住民生活課住民生活グループ(内線19)



第39報

健康みつえ 21計画

本気で

高血圧(脳卒中)を防ごう!!

7月を「健康みつえ21計画強調月間」に決定!!

強調月間には、どんなことをするのか?

その

1 年に1回は、特定健診(職場健診)を受け、自分の体を確かめよう

特定健診でわかる血圧や血糖値、コレステロール値など、一つ一つの検査値は「ちょっと高め」でも、それがいくつか重なると、血管の壁が傷つき、動脈硬化は著しく進行します。

すでに医療機関で治療中の方も特定健診を是非お受けください。特定健診を受けることで、色々な保健サービスを受けることができ、自分の体を確かめることができます。

特定健診は、自分の健康を維持する最初の出発点です。

総合健診の日程

7月17日(水)~7月20日(土) 受付8:30~11:00

<場所> 御杖村保健センター

<内容> 特定健診・がん検診(胃、肺、大腸、前立腺) 他



その

2 元気づくりハンドブックが完成!!

あなたの地域の健康づくり推進員さんが(「広報みつえ6月号」で氏名記載)「元気づくりハンドブック」を一軒ずつ配布してくれることになりました。

「元気づくりハンドブック」は、いつも手元においていただき、自分の健康が気になったときに目を通すと「アなるほどなあ、わかった」と思っていただけのように工夫しています。

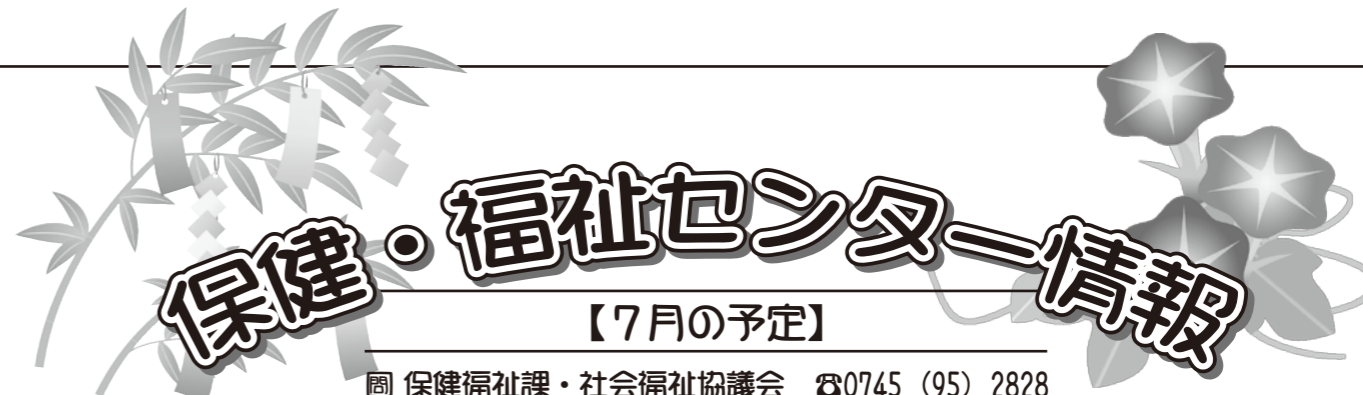
何度もじっくり味わって読んでいただき「知恵で生きる」習慣をつくっていきましょう。

その

3 健康を通して感動したこと、生活習慣を改善された方などの体験談を募集します。

様式・文字数(少なくても構いません)は問いません。インタビュー形式での聞き取りも大歓迎です。投稿または聞き取りさせていただいた内容は「広報みつえ」で紹介させていただきます。

■お問い合わせ: 保健福祉課 ☎0745(95)2828



月	火	水	木	金	土
1	2	3 カラオケ教室	4 子育て支援 詩吟教室 ふれあい喫茶	5 筋力アップ教室	6
8 元気にしとる会 (神末 中村) 編み物教室	9	10 元気にしとる会 (峯・水口)	11 ふれあい喫茶	12 筋力アップ教室	13
15	16 元気にしとる会 (上村)(堂前)	17 元気にしとる会 (東町) 総合健診	18 子育て支援 総合健診	19 総合健診	20 総合健診
22 元気にしとる会 (菅野) 献血(開発センター)	23 元気にしとる会 (上郷・中野)	24	25 ふれあい喫茶	26 筋力アップ教室	27
29 介護予防教室	30	31	1 ふれあい喫茶	2 筋力アップ教室	3

図 保健福祉課・社会福祉協議会 ☎0745(95)2828

☆筋力アップ教室☆

参加
無料

参加者の自立度等に応じて、教室の内容を決めます。

■日 時: 7月5日・12日・26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

☆みつえっ子広場☆

●持ち物: お茶・タオル・着替え・帽子・上靴など
「七夕飾りを作ろう」

■日 時: 7月4日(木) 10:00~11:30

「水遊び」雨天時「水遊びのおもちゃを作ろう」

■日 時: 7月18日(木) 10:00~11:30

☆毎週月・木・金の9:30~15:00は支援室、園庭を開放しています。気軽にご利用ください。

☎ 御杖保育所 ☎0745(95)3138

☆風しんワクチン接種を補助します☆

風しんの流行に伴い、「先天性風しん症候群」の発生を防止するための緊急対策です。(妊娠早期に風しんに感染すると生まれてくるお子さんが「先天性風しん症候群」にかかる可能性が高くなります)

■接種対象者

①19歳以上(平成7年4月1日以前生まれ)の妊娠希望の女性

②妊婦の配偶者

③妊婦の同居の家族

※ただし、麻疹風疹ワクチンまたは単独風しんワクチンを2回接種している人、風しんにかかったことのある人は助成対象外です

■助成期間: 平成25年6月1日~平成26年3月31日

■助成費用:

麻疹風疹混合ワクチン 一人1回10,000円以内

風しん単独ワクチン 一人1回 6,000円以内

■接種方法

希望される方は、接種前に保健福祉課へご連絡ください。

☆介護予防教室☆

参加
無料

食べる、話す、表情を豊かにする。口は元気で楽しい生活を支える大切な器官です。口の動きを維持・向上させ、「口の寝たきり」を予防しましょう。

■日 時: 7月29日(月) 10:00~11:00

■講 師: 歯科衛生士 ■場 所: 保健センター

■対 象: 65歳以上の方

☎ 保健福祉課 ☎0745(95)2828

☆熱中症の予防☆

室内にいても注意が必要です

こまめな水分補給を!!

のどが渇いたと感じる前に水分を補給しましょう。

たくさん汗をかいたら、水分だけでなく塩分も補給

<家庭で作れるスポーツドリンク>

水...500cc / 塩...ひとつまみ / レモン汁...1 / 2個分

☎ 保健福祉課 ☎0745(95)2828

自衛官募集相談員 古谷善一さん就任

自衛官募集相談員の委嘱式が6月3日御杖村役場にて行われ、大字神末の古谷善一さんに委嘱状が交付されました。

募集相談員の方には地元と自衛隊の架け橋として志願者への広報資料による説明や、志願者からの相談への対応、志願者に関する情報提供等、自衛官募集に関する活動にご尽力頂いております。

古谷さんには、2年の任期期間中、お世話をお掛けしますがよろしくお願ひします。

■村内連絡先

自衛官募集相談員

古谷 善一

☎0745(95)3000



古谷 善一さん(中央)



日時・場所
7月26日(金曜日)
19時30分〜
開発センター大ホール

平成25年度 「人権を確かめ合う」 村民のつどい

差別をなくす強調月間

今回の村民のつどいでは、世界最高峰のパフォーマー在日三世「ちゃんへん」さんを招いて「あきらめない心」と題してパフォーマンスと講演をお送りします。「ちゃんへん」さんは朝鮮人として1985年、京都府宇治市に生まれ、厳しい家庭で育てられました。小学生の頃に朝鮮人という理由でいじめを受け、次第に「自分は世の中には必要のない存在なんだ」と考え始めました。

しかし、中学2年生でジャグリン

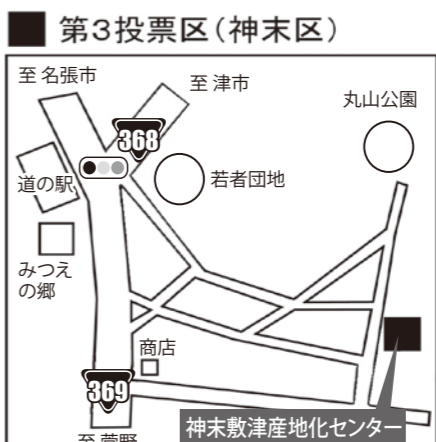
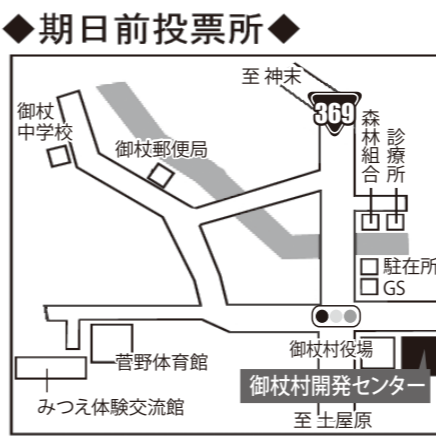
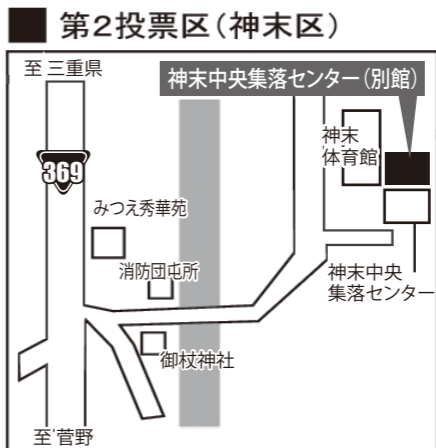
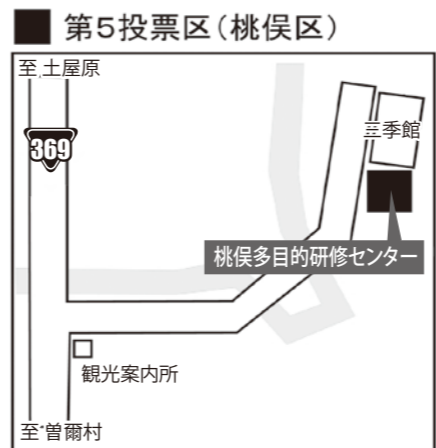
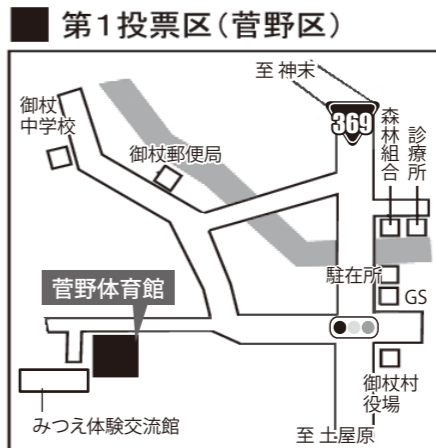
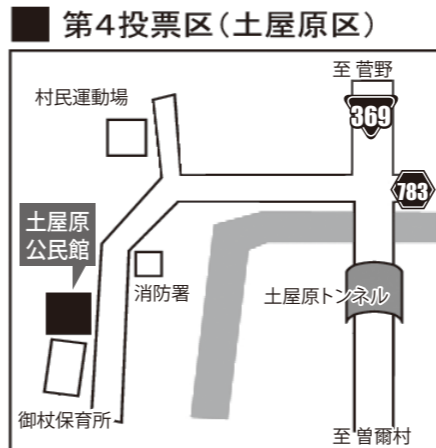
グと出会うことにより人生の喜びを感じました。アマチュアパフォーマーとして活動を始め、高校2年の時に出場した大道芸ワールドカップにおいて最年少でプロデビューを果たし、観客投票により1位に輝きました。高校卒業後は海外を中心に活躍を始め60以上の国と地域で公演を行い、北野武やマイケルジャクソンなど、各界の著名人の前でもパフォーマンスを行いました。2009年には東京ディズニーリゾートや大阪ユニバーサルシティとも専属契約を交わしています。軽妙ながらも全力で生きてきた彼の言葉を受け止めてください。お子さんから大人まで、多くのみなさんのご参加をお待ちしています。

5月27日(月) 奈良県立大学にて「御杖村と奈良県立大学との連携協力に関する協定書」調印式を行いました。この協定締結により御杖村が現在進めている若者定住対策及び地域が抱える諸課題について奈良県立大学の協力をいただきながら取り組んでいきます。



奈良県立大学伊藤学長(左)・鈴木村長(右)

「奈良県立大学との連携協力に関する協定」を締結しました。



投票日 7月21日(日) 7時〜18時

「投票はあなたが主役の国づくり」 参議院議員通常選挙

参議院議員通常選挙は、7月21日(日)に投・開票が行われます。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。

◆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。従来の不在者投票のように、投票用紙を封筒に入れて署名するといった手続きが不要となり投票しやすくなっています。

▼期間

7月5日(金)〜7月20日(土)

▼時間

8時30分〜20時

▼場所

御杖村開発センター 大ホール

※現在、役場庁舎が耐震工事のため、変更となっています。

◆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、村選挙管理委員会に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に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、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(7月17日)が投票用紙等の請求締切日となっていますので、手続きはお早めにお願ひします。

▼お問い合わせ

御杖村選挙管理委員会(内線64)

7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	月	木風呂	石風呂	
2	火		定休日	
3	水	木風呂	石風呂	
4	木	石風呂	木風呂	【姫石の湯バス】
5	金	木風呂	石風呂	
6	土	石風呂	木風呂	
7	日	木風呂	石風呂	
8	月	石風呂	木風呂	
9	火		定休日	
10	水	石風呂	木風呂	
11	木	木風呂	石風呂	【姫石の湯バス】
12	金	石風呂	木風呂	
13	土	木風呂	石風呂	
14	日	石風呂	木風呂	
15	月	木風呂	石風呂	
16	火		定休日	
17	水	木風呂	石風呂	
18	木	石風呂	木風呂	【姫石の湯バス】
19	金	木風呂	石風呂	
20	土	石風呂	木風呂	第9回「誕生祭」
21	日	木風呂	石風呂	
22	月	石風呂	木風呂	
23	火		定休日	
24	水	石風呂	木風呂	
25	木	木風呂	石風呂	【姫石の湯バス】
26	金	石風呂	木風呂	「風呂の日」
27	土	木風呂	石風呂	
28	日	石風呂	木風呂	
29	月	木風呂	石風呂	
30	火		定休日	
31	水	木風呂	石風呂	



七夕「ユーク短冊」募集！
7月3日(水)～7月7日(日)、「ユーク短冊」を募集します。
募集期間終了後、審査を行い、10名様にステキな賞品をプレゼントします!!ご希望の方は、「応募用紙」と「短冊」に「願い事」を書いて応募箱に投入してください。

7月26日(金)は「風呂の日」
通常料金600円のところ、400円で入浴していただけます。
※大人の方限定
お得なこの機会に、ぜひご入浴ください!
※次回の「風呂の日」は、8月26日(月)です。



第9回「誕生祭」
道の駅「伊勢本街道御杖」は、今年で9周年を迎えます。
みなさまの日頃のご愛顧に感謝して、7月20日(土)と21日(日)の2日間、「誕生祭」を行います。
20日(土)は、ショーなどの「姫石寄席」を、21日(日)は、「そうめん流し」や「スパーボールすくい」などを予定しています。
みなさまのお越しをお待ちしております!



夏期営業時間ののお知らせ

7月13日(土)から、8月31日(土)まで、夏期営業時間となります。

【営業時間】

- ・姫石の湯
11時～21時
※20時15分最終受付
- ・お食事処「山桜」
11時～14時30分
※14時オーダーストップ
- ・セルフコーナー「うぐいす」
11時～21時
※20時30分オーダーストップ
- ・街道市場みつえ
10時～17時

なお、8月15日(木)のみ、閉館時間は20時(19時30分最終受付)です。



御杖小学校



新着図書紹介

置かれた場所で咲きなさい
心が折れそうな時に

著者/渡辺和子



結婚しても、就職しても、子育てをしても、「こんなはずじゃなかった」と思うことが、次から次に出てきます。どんな状況に置かれても花を咲かせる心を持ち続けよう。

雨風が強い時、日照り続きで咲けない日、そんな時には無理に咲かなくてもいい。その代わりに根を下へと降ろして根を張るのです。次に咲く花が、より大きく美しいものとなるために…。

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、奈良図書情報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、もしお申し込みください。



読者からの
おすすめの
1冊



「小さな恋のものがたり 42集」
著者/みつはし ちかこ

その間大変な日々を乗り越えながら、今も「小恋ものがたり」を描けるのは、自然の中で生きる人間のやさしさ、美しさ、たくましさ、切なさ、初々しさ等々。そして弱さや醜さ、苦しみ悲しみの中から喜びやおもしろさを見つけてくれる、「チッチ」という女の子からの贈り物だとメッセージを送ってくれます。

先日、本屋さんで昔なつかしい本のタイトルが目が止まりました。それは、「小さな恋のものがたり チッチとサリー」です。

中学生の頃に「小恋ものがたり」に出合っ、心の奥ですっと憧れていた青春時代の1ページです。今回「小恋ものがたり42集」の発刊で何年経っても変わらない、チッチとサリーの世界に一瞬はまりました。

著者 みつはしちかこさんは、「小恋ものがたり」の初版」から50年。



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、何か影響を受けた本など、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。

○この本を読んだ人
ペンネーム

古き良き時代 昭和の女

教育委員会事務局

☎0745(95)2004