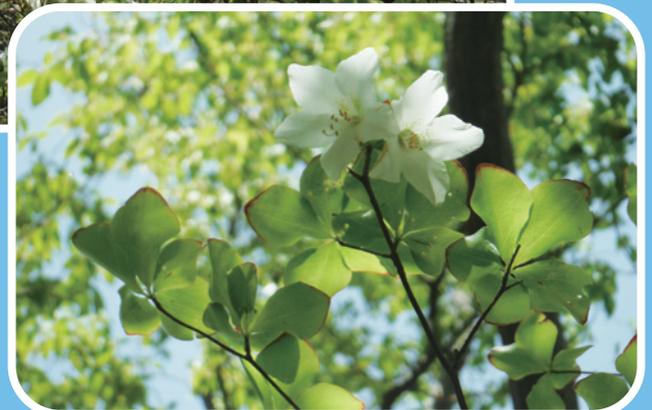




5月20日(日)、5月27日(日)に御杖村観光協会主催のフリーハイキングイベント「三峰山白つつじと新緑観賞」が開催されました!!!

両日とも晴天に恵まれた観賞登山には、県内外から多くの参加者が集まり、白つつじの花や爽やかな初夏の緑を楽しんでいました。

三峰山白つつじと新緑観賞



CONTENTS

- 1 / 三峰山白つつじと新緑観賞
- 2~3 / 保健福祉課より
- 4~11 / おしらせ
- 12 / 御杖村地域おこし協力隊の活動紹介

[7月の予定] **問** 保健福祉課 0745(95)2828
 社会福祉協議会 0745(95)2522

保健・福祉センター情報 [7月]							保健、福祉、介護、子育てのコーナー						
Sun 日	Mon	月	Tue	火	Wed	水	Thu	木	Fri	金	Sat 土		
1	2 編み物教室 百歳体操(堂前)	3 元気にしとる会 (上郷・中野)	4 カラオケ教室 村老連 女子部研修会 百歳体操(西町)	5 ふれあい喫茶 (午前のみ) みつえっこ広場	6 筋力アップ教室	7	8	9 元気にしとる会 (神・中村) (峯・水口・畑井) 百歳体操(堂前)	10	11 百歳体操(西町)	12 ふれあい喫茶 (午前のみ)	13 総合健診	14 総合健診
15	16 海の日 元気にしとる会 (敷津) 百歳体操(堂前)	17 総合健診 元気にしとる会 (東町)(大野)	18 総合健診 元気にしとる会 (西町)(堂前)	19 ふれあい喫茶 (午前のみ)	20 筋力アップ教室	21 元気にしとる会 (土・中村)	22	23 元気にしとる会 (菅野) 百歳体操(堂前)	24	25 百歳体操(西町)	26 ふれあい喫茶 (午前のみ)	27 筋力アップ教室	28
29	30 乳幼児健診 百歳体操(堂前)	31											

筋力アップ教室

☆申込不要・参加無料☆

■日時：7月6日・20日・27日・(各金曜日)

ゆったりコース 13:10～14:50

しっかりコース 14:50～16:20

■講師：運動指導士他 ■場所：保健センター

■持ち物：お茶

問 保健福祉課0745(95)2828

中和保健所 がん患者サロン「すずらん」

がん患者サロンは、がん患者や家族同士が悩みや不安を語り合うことができ、同じ体験をした仲間が集う場所です。

■日時：平成30年7月30日(月) 13時30分～16時

■場所：橿原総合庁舎 1階 会議室101

(奈良県橿原市常盤町 605-5)

■対象：県内に居住されているがん患者や家族

■内容：①講演会 テーマ「自分の機嫌のとおり方～笑うコツ～」

講師：奈良県立医科大学 健康管理センター長

②交流会

■申込み：奈良県中和保健所健康増進課 健康づくり推進係まで電話またはFAXで住所、氏名、電話番号、参加人数をお申し込みください。

TEL 0744(48)3034

肝炎検診を受けましょう

現在肝がんはがん死亡者の男性で4位、女性で6位であり、その原因の多くはB型肝炎とC型肝炎のウイルス性肝炎の感染です。

B・C型肝炎ウイルスは血液感染で、昔の輸血や刺青で感染し、またB型肝炎は母子感染や、性行為でも感染します。一般的にウイルス感染を生じると、肝細胞が破壊される慢性肝炎、次第に肝機能が低下する肝硬変から肝がんを生じます。

そのため、肝がんの発症を減少させるには、肝炎ウイルス感染の早期発見及び治療が必要になります。 **奈良県医師会**

*御杖村では総合健診で肝炎検査を受けることができます。村の検診で今まで一度も肝炎検査を受けていない40歳以上の方が対象です。

総合健診の申込みをされる場合は、今すぐ保健福祉課までご連絡ください。

■日時：7月13・14・17・18日 受付8:20～11:00

■場所：御杖村保健センター

問 保健福祉課0745(95)2828

みつえっこ広場(子育て支援)

■日時：7月5日(木) 10時～11時まで

■場所：御杖保育所内子育て支援センター ■内容：七夕

■対象：保育所に入所されていない村内在住の小学校就学前のお子さんとその保護者の方

◎毎週月・木・金曜日の9時～12時まで、支援室・園庭の開放をしていますので、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。利用を希望される方は、事前に申請が必要となりますのでお問い合わせください。

問 御杖保育所 0745(95)3138

保健福祉課より 災害にそなえる

その4



今回のテーマ「避難所での生活」①熱中症の予防

避難所では多くの方が生活をともにし、慣れない避難者生活により、心身の不調を起こす方も少なくありません。特に子どもや高齢者やからだの不自由な方がいる場合は、注意深く見守るなど周りの人によるサポートが必要です。

○気温が高い、風が弱い、湿度が高い、急に熱くなった日は熱中症に注意が必要です。

○熱中症の予防のために

①こまめに水分を摂る。

- ・のどが渇く前に、こまめに水分を補給します。(1日1～1.5リットル)
起床後や入浴前後、就寝前などは、のどが渇いていなくても水分を摂ることで脱水症状を予防できます。
- ・特に子どもや高齢者には、周りの人も水分補給を促します。
汗をたくさんかいた場合には、塩分も必要です。水や麦茶1リットルあたり、梅干し1個分の塩分(塩分1g:塩一つまみ)を目安にします。
スポーツドリンクには、糖分が多いものもあるので、注意が必要です。
アルコールやジュースは避けましょう。

②野外での作業

- ・日中の暑い時間は外出を避けるようにします。
- ・野外で作業する人は、十分な休養、朝食を摂り、作業前に水分を摂り、30分ごとに休憩し、のどが渇いてなくても水分を摂りましょう。日焼け止めや帽子を忘れないようにしましょう。

③熱中症の兆候がないかを確認する。

- ・乳幼児の脱水は、唇の渇きやおむつの状態(おしっこの回数の減少)を確認します。
- ・下痢や発熱した人、心臓病や高血圧の人、抗うつ剤や睡眠薬などを服用している人や以前熱中症になった人も熱中症になりやすいので注意が必要です。
- ・熱中症の兆候が見られたら、体を冷やし、急いで医療機関を受診するよう促します。
のどの渇き、めまい、立ちくらみ、筋肉のけいれん、頭痛、吐き気、疲労感などは熱中症の兆候かもしれません。さらに重症になると汗が止まって皮膚が乾燥し、意識がもうろうとなります。急に重症化することもあるため、体を冷やし、医療機関を受診してください。

自分たちでつくるゴミの村

御杖村一斉「社会奉仕の日」

全国老人クラブ連合会では、老人週間を契機に、地域社会に対する感謝と高齢者の活力を示す全国一斉「社会奉仕の日」に取り組んでいます。

御杖村老人クラブ連合会でも、その趣旨に賛同し、5月18日に「御杖村一斉社会奉仕の日」として、村内に落ちているカン・ビン・ゴミ等の収集活動を行いました。また9月20日に全国一斉「社会奉仕の日」として、村老人クラブ連合会では村内のカン・ビン・ゴミ等の収集活動を予定しています。



後期高齢者の方を対象に

「お口の健康診査」口腔健診を実施しています

高齢者の健康を保持・増進し、健康寿命の延伸のためにも是非受診ください。

○健診対象者：75歳・80歳・85歳(平成30年4月1日現在の)

奈良県後期高齢者医療被保険者。

○一部負担金：なし

○実施期間：平成30年6月1日～平成30年11月30日

○実施方法：奈良県歯科医師会に属する歯科医療機関にて、口腔健診を実施。

①受診券(はがき)は、5月下旬に広域連合から健診対象の被保険者の方に送付されています。

②歯科医療機関へ、事前に電話等にてお申込み頂き、受診の日、受診券(はがき)と被保険者証をご持参ください。

【お問い合わせ】

奈良県後期高齢者医療広域連合事業課

☎0744(29)8430



国民年金保険料免除等の申請

国民年金は、所得が少ないときや失業等により経済的に保険料を納めることが難しい場合、保険料の免除を申請することができます。

免除の申請が遅れると、申請日前に生じた不慮の事故や病気による障害について障害年金を受けることができない場合がありますのでご注意ください。



【平成30年度分の申請】

今年度分の免除申請は平成30年7月1日から受付を開始します。希望される方は役場国民年金窓口で申請してください。

【過年度分の申請】

申請時点から2年1カ月前まで遡って免除申請ができます。平成28年度・29年度分もあわせて申請ができますので、お早めに手続きしてください。

【申請に必要なもの】

- 印鑑
- 年金手帳
- 失業を理由とする場合は離職票または雇用保険受給資格者証
- 学生の場合は学生証または在学証明書

【お問い合わせ】

役場 住民生活課 国民年金係【内線111】
または 桜井年金事務所

☎0744(42)0033

後期高齢者医療被保険者証が更新されます。

平成30年8月1日からご使用いただく新しい被保険者証を7月中旬から『簡易書留』にて発送致します。

新しい被保険者証は、右上にある有効期限が「平成31年7月31日」となっています。

平成30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二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



御杖村職員採用試験を実施します。

この試験は、平成31年度の御杖村職員採用候補者を決定するため行います。

- 募集職種、採用人数：一般事務職・・・3名程度
 - 受付期間：8月1日(水)～8月17日(金)
(土・日・祝日を除く午前9時～午後5時まで。郵送の場合は8月17日(金)午後5時必着。)
 - 受験資格：(上級)平成元年4月2日以降に生まれ、学校教育法による大学卒業者又は平成31年3月31日までに卒業見込の人(欠格事項有り)
(初級)平成元年4月2日以降に生まれ、学校教育法による高等学校卒業者又は平成31年3月31日までに卒業見込の方を含むの人(欠格事項有り)。
 - 日時：一次試験 9月16日(日)
 - 場所：御杖村開発センター 大ホール
 - 試験方法：教養試験、適性検査
 - 申込用紙入手方法：役場総務課に直接請求するか御杖村役場ホームページよりダウンロードしてください。
 - 受験申込方法：申込用紙に必要事項を記入し、添付書類を確認の上、直接または郵送により提出ください。
- 問** 御杖村役場 総務課 0745-95-2001



行政相談委員感謝状

この度、行政相談委員の今西隆雄さんが、地域総括評価官感謝状を授与されました。

今西さんがお務めの「行政相談委員」は行政相談委員法に基づき総務大臣から委嘱をされ、村民の相談相手として、行政サービスに関する苦情や行政手続きに関する相談などを受け付け、解決のための助言や関係機関に対する通知などを無報酬で行っています。

今西さんにおかれましてはこれからも、地域の方の身近な相談役としてお力添えを賜りますようお願いいたします。



人権擁護委員さんによる人権の花運動の実施

平成30年6月6日(水)、御杖保育所において人権の花運動が実施されました。

当日、人権擁護委員さんから、「人権の花」(ひまわり)の種が配られ、一人一人の名前が貼られたプランターに、園児たちが自らの手で元気に育つようお願いを込めて丁寧に植えていました。

また、運動の一環として、エプロンシアター「おおかみと7ひきのこやぎ」の実演が行われたほか、人権イメージキャラクター「人KENまもる君」と「人KENあゆみちゃん」の来訪があり、みんな大喜びで、抱きついたり、握手したりしていました。



人権の花運動は、法務省人権擁護局及び全国人権擁護委員連合会が、昭和57年度から子どもたちに対する啓発活動として実施しているもので、配布された花の種子、球根等を子どもたちが協力し育てることによって、生命の尊さを実感し、その中で豊かな心を育み、優しさと思いやりの心を体得することを目的としています。

人権擁護委員さんによる御杖小学校人権出前教室 「花さき山の朗読と話し合い」



「差別をなくす強調月間」特設相談

御杖村では、人権擁護委員さんにより「差別をなくす強調月間」特設相談を行います。

日常生活の中での人権侵害など相談事がありましたら、ご相談においでください。

○「差別をなくす強調月間」特設相談

日時

平成30年7月11日(水)
午前9時30分から正午まで

場所

御杖村開発センター研修室A

2018(平成30年)年度差別をなくす強調月間

「人権を確かめあう」村民のつどい

在日二世のソウルゴスペルシンガー トーク&コンサート

「心元気に ～一步ふみだせば風はかわる～」

てんいち先生



日時

2018年7月20日(金)

午後7時受付

午後7時30分開演

場所

御杖村開発センター

大ホール



新井 深絵(あらい みえ)

- ・在日二世としての生いたち、葛藤、克服、そして教職への道…。
交通事故後遺症の中、乗り越えられた音楽との再会。
- ・どうせ私なんか、俺なんか、なんて言わないで…。
生まれてきたことで十分に力を持っている。
自分の力を信じて歩いてほしい。
- ・たくさんのあたたかいメッセージと音楽を通して、
心がほぐれていくのを感じてください。
- ・力強い歌声と温かさ、そして笑いの絶えないステージで、多くのファンを魅了する大阪出身のソウルゴスペルシンガー。
教職についていた経験を生かした教育関連の講演、歌を通しての子どもたちへの情操教育など、マルチな活躍も。
抜群の歌唱力で幅広いジャンルを歌い、聴く人を励ましてくれる。

主催：御杖村・御杖村人権啓発活動推進本部

♪きりかぶの里より
お知らせ♪

みんなの話題を
紹介するよ♪



みんなの
掲示板

お茶飲み会 (流し素麺やで~)

夏の季節の中で 食べて おしゃべりして
笑顔 笑顔の幸せタイムにしませんか~!

- と き:平成30年7月17日(火)
悪天候時は翌日18日(水)
- と ころ:御杖村神末敷津 『きりかぶ広場』
- 集 合 時 間:午前11時 現地へ
- 参 加 費:1,000円(昼食代・おやつ代含む)
- 募 集 人 員:25名程度で締切
- そ の 他:悪天候で実施できない場合は、午前8時前後に☎連絡
致します。
:御杖村内にお住いの方が対象です。



(昨年の様子から)

「みんなの掲示板」へ記事を掲載し
ませんか?詳しくは総務課広報係
までお問い合わせください。

問 総務課 ☎ 0745-95-2001

☆お問い合わせ・参加申し込み先☆

中谷フミヨ⇒ 95-3324 白木 眞澄⇒ 95-2951

坪田 洋子⇒ 090-2105-0956 (95-2207)

※電波の関係でつながらない場合は、固定電話をお願いします。

山崎美重子⇒ 95-3311 携帯:090-7765-5222 Email: ma45ts38ml@kcn.jp

第12期 犯罪被害者支援ボランティア募集

犯罪や事件・事故の被害に遭われた方や、ご遺族の方のための電話相談や生活支援、警察・病院への付き添い等の
直接支援をするボランティア支援員を募集しています。

公益社団法人なら犯罪被害者支援センターが実施する講座を修了し、適性があると認められた方に委嘱いたします。

- 1 募集期間:平成30年7月2日(月)から平成30年7月31日(火)まで
- 2 募集人員:20名程度
- 3 応募資格:① 奈良県内在住の成人(70歳未満の方)
② 性別、職業、学歴は問いません
③ 犯罪被害者等の支援活動の趣旨に賛同し、ボランティアとして参加できる方
- 4 選 考:応募された方には、書類選考の上、面接を行います。
- 5 講 習:支援活動に必要な知識等を習得するため、一定の講座を受講していただきます。
期間は、平成30年8月31日(金)~12月14日(金)の予定。(原則として毎週金曜日の13:00~16:00)

問 公益社団法人なら犯罪被害者支援センター事務局
☎ 0742-26-6935 (月~金 10:00 ~ 16:00、祝日除く) FAX 0742-95-7560

平成30年度奈良県広域消防組合消防職員採用募集案内【後期】

奈良県広域消防組合では、平成31年4月1日採用予定の消防職員を募集します。
募集案内詳細について:7月下旬HPにて掲載予定 【URL:http://www.naraksk119.jp】

問 奈良県広域消防組合消防本部人事企画課人事係 ☎ 0744-20-1119

今月の読者からの「おすすめの一冊」は、御杖小学校児童の言語活動の「おすすめの本」の紹介文を掲載させていただきます。



児童からのおすすめの一冊



(御杖小学校)

「伊能 忠敬」

作：キヤマ ミチアキ
星埜 由尚 (監修)

よかったところ

「ます」この本は、伝言記です。
この本のりり所を二つしようかかります。
一つ目はマンガになっていて読みやわいと言うこと
です。
二つ目は、かきかたがなで書いてあります。
この人のりりところは歩いて日本の形を見つければ
ころかすこいし、りりところでは。
この本は、高学年にオススメしています。

「ココ・シャネル」

作：久松 ゆのみ
塚田 朋子 (監修)

よかったところ

この本にはココ・シャネル(カプリエ)という女の人がでてきます。ココ・シャネルは11さいでこいん院にあすけられまして、そのおかげでぬいものかたく意になほうしや服を作て有名になります。私がオススメする理由は、戦争中も服やほうしを作り売ける事がすこいと思たからです。私はココ・シャネルをそんけいします。高学年にオススメなのでぜひ読んでみて下さい。

「ぼくはくまのままでいたかったのに…」

作：イエルク・シュタイナー
絵：イエルク・ミュラー

よかったところ

この本は、クマがどうみんして
いるところに工場を作りはじめ
て、あなうら出ると、車か物園やサーカ
スにうれいかれてあどりをひきけるか
とかを聞かれるところでは、おもしろ
いところはくまがひげをそったり
仕事をすることです。
この本は、ちよつと文がながい
ので、中学年にオススメ
しています。

「クラゲゆらゆら」

作：楚山 いさむ

よかったところ

いろいろなクラゲがしんじんになっ
ていてわかりやすかたです。
名前もしらべられました。
ミズクラゲの赤ちゃんものえいて
よかたて、本、自分もクラゲ
になったみたいでした。



(原文掲載)

奈良県立図書情報館からの貸出情報

展示セット「夏休み自由研究」

期間：6月30日～7月28日の間

場所：御杖小学校開放図書館

自由研究や工作・観察についての本を
約80冊展示します。

是非この機会にご利用ください。

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)

☆開放日時 / 毎週土曜日

午後1時～午後5時まで

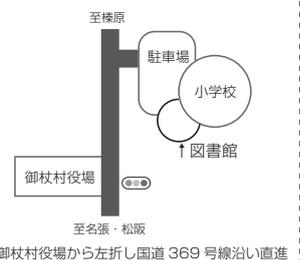
☆貸出冊数・期間 / 1人5冊まで

4週間以内

☆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。



温泉カレンダー
7月

日	男湯	女湯	姫石の湯
1日	木風呂	石風呂	
2日	石風呂	木風呂	
3日	定休日		
4日	石風呂	木風呂	◇
5日	木風呂	石風呂	◎【姫石の湯バス】
6日	石風呂	木風呂	☆
7日	木風呂	石風呂	
8日	石風呂	木風呂	
9日	木風呂	石風呂	
10日	定休日		
11日	木風呂	石風呂	◇
12日	石風呂	木風呂	◎【姫石の湯バス】
13日	木風呂	石風呂	☆
14日	石風呂	木風呂	
15日	木風呂	石風呂	
16日	石風呂	木風呂	
17日	定休日		
18日	石風呂	木風呂	◇
19日	木風呂	石風呂	◎【姫石の湯バス】
20日	石風呂	木風呂	☆誕生祭
21日	木風呂	石風呂	誕生祭
22日	石風呂	木風呂	誕生祭
23日	木風呂	石風呂	
24日	定休日		
25日	木風呂	石風呂	◇
26日	石風呂	木風呂	◎【姫石の湯バス】「風呂の日」
27日	木風呂	石風呂	☆
28日	石風呂	木風呂	
29日	木風呂	石風呂	
30日	石風呂	木風呂	
31日	定休日		

◇…感謝デー、◎…シルバー割引デー、☆…お子様無料入浴デー

ひ め し ゆ
姫石の湯

営業時間: 11:00~20:00(19:30受付終了)
☎0745(95)2641



◆道の駅「誕生祭」のご案内

7月で道の駅伊勢本街道御杖は誕生して14年目となります。日頃から道の駅をご利用いただいている皆さまに感謝いたしまして「誕生祭」を開催いたします！今年の誕生祭は3日間開催！皆さまに喜んでいただける内容を準備していますので、ぜひお越しくださいませ。
詳しい内容は下記をご覧ください。



7月20日(金)~22

日(日)の3日間、「姫石の湯」

湯

通常700円の入浴料が…

大人300円に！



7月22日(日)はイベントとして…

「流しそうめん」

「ガラガラ抽選会」

(挑戦には条件があります)

など、楽しい催しを予定しておりますので、7月20日~22日の3日間は、道の駅へお越しください。

誕生祭の詳細は、姫石の湯へお問い合わせください。



◆入浴ギフト券販売のご案内

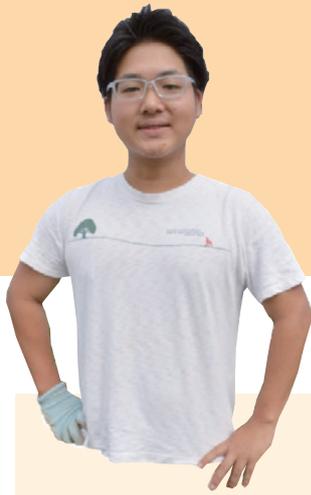
お得なギフト券を販売中です。
販売期間…7月30日(月)まで
お中元はいかがでしょう。今年よりギフト券の発送も可能となりました。(送料はお客様負担)
ぜひご利用ください。

●10枚セット5,500円

※セルフコーナーで使用できるクーポン付き
(通常料金7,000円)

●5枚セット3,000円
(通常料金3,500円)

5枚セットは、姫石の湯封筒入り、
10枚セットは封筒入りのほか、箱入りもお選びいただけます。
お得なこの機会にぜひ、お買い求めください。



御杖村 地域おこし 協力隊の



活動を紹介します!

みなさんこんにちは。平成29年4月から活動している伊達道です。
ほうれん草農家の跡継ぎを目標として、神末地区を中心に活動をしています。
毎日が勉強の日々ですが、とても充実した楽しい毎日をご過ごしています。



ほ ほうれん草の収穫をしています。
まだまだ収穫のスピードは遅いですが、少しでも親方に追いつけるように日々励んでいます!



マ コモタケの田植えをしています。
田植えから収穫まで全て手作業で大変ですが、その分心を入れて作業をしています。



♪ 村民の皆様へ ♪

村での催し物や行事、消防団などに積極的に参加をさせてもらっています。
見かけた際は、気軽にお声かけ下さい!!!