

KORRYO11

NOVEMBER.2024 No.842



心地よい風と共に

みんなが楽しむパークゴルフ！

広陵パークゴルフコース 利用案内

利用料金

1ラウンド
 町外：大人 500円 小人 300円
 町内：大人 200円 小人 100円
 ※小人は小学4年生以上中学3年生まで保護者の同伴必須



ホームページ

1日券

町外：1,200円 / 町内：500円

貸し用具 100円

利用時間

8:00～15:30 (受付時間：8:00～15:00)

定休日

毎週水曜日 (祝日の場合はその翌日)、12/29～1/3

コース概要

18ホール パー66

広瀬路コース：9ホール / 百済路コース：9ホール

住所

大字百済 2438 番地 1

アクセス

のるーと元気号 広陵パークゴルフコース

地図



歩くの最高！
 取材をした日は、馬見南5丁目の老人クラブ「つばさ会」のコンペが開催されていました。
 会長の藤井さんは、広陵パークゴルフコースがオープンした頃から通われている常連さんです。これまでのホールインワンの回数はなんと60回。パークゴルフの魅力を伺うと、「たくさん歩けるのが最高！健康にいいですよ。」と話されていました。
 つばさ会のメンバーには、ゴルフ未経験で始めた人が多く



いんです。
 体力はそんなにいらないので、年齢に関係なく楽しめます。ぜひ一度、皆さんもパークゴルフを楽しんでみませんか。



広陵パークゴルフ



パークゴルフとは

「パークゴルフ」とは、ゴルフとよく似たルールで楽しむスポーツです。ゴルフより大きめのボールを使用したり、コースの距離が短いなど、その簡易さ、手軽さから、誰もが楽しめるスポーツとして広がっています。ご夫婦やご家族の共通の趣味づくりや、健康のためのカラダづくりにもピッタリなスポーツです。

広陵パークゴルフコース

平成23年にオープンした「広陵パークゴルフコース」は、町民の「健康・ふれあい・交流」を目的に作られました。毎日約80人が訪れ、パークゴルフを楽しんでいます。

また、初心者の人には、スタッフがコースと一緒に回り、ルールやコースの説明をしています。必要な用具はレンタル可能ですので、手ぶらでお越しいただけます。ご興味のある人はお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先

広陵パークゴルフコース
 ☎ (55) 8957





講座受講生募集

令和6年冬期 元気の出る講座

18歳以上対象
※一部、例外あり。
(町外からの参加も可能)

問 はしお元気村 ☎ (57) 3232

申込期間 (休館日は除く。11/11(月)は休館日のため、ネット受付のみ。)



詳細・申込

11月6日(水)～16日(土) 9:00～21:00

▶ 申込方法:

【ホームページ】 元気の出る講座ホームページからお申し込みください。受付確認通知書が届かない場合はご連絡ください。

【来館】 申込書にご記入いただきお申し込みください。

▶ 受講者決定方法: 応募多数の場合は、公開抽選(抽選の優先順位: ①町内在住者 ②町内在勤・在学者 ③左記以外)

▶ 抽選日時: 11/20(水) 15:00 ▶ 抽選場所: はしお元気村

▶ 注意事項: ・子ども連れでの受講はできません。 ・必要物品のご用意は各自でお願いします。

・お申込み締切り後(11/17(日)以降)のキャンセル不可。 ・受講当選の権利は、他人に譲渡できません。

・最低人員に満たない講座は中止になる可能性があります。 ・個人情報は講座関連事務以外には一切使用しません。

・お申し込みは前期からホームページと来館受付のみとなっています。(FAX、ハガキの受付は不可)。

・開講中止、落選の人のみ通知(11/21(木)までに通知)しますので受講確定の方はお手続き期間にご注意ください。

▶ お手続き期間: 11/22(金)～11/28(木) ※11/25(月)は休館

▶ 手続きに必要なもの: 受講費用、会員証 ※会員証の無い人は作成用の顔写真(3×2.5cmの写真、運転免許証など)

講座名	日程(予備日含む)	時間	定員	受講料	備考(持ち物)
薬膳	12/5～3/27 木曜日(4回)	10:00～11:00	35人	2,000円	薬膳茶材費500円×4回
癒しの中国茶	12/5～3/27 木曜日(4回)	11:20～12:20	12人	2,000円	中国茶材費500円×4回
ZUMBA® 午前の部	12/5～3/27 木曜日(13回)	11:30～12:30	40人	6,500円	上履き専用運動靴
体幹トレーニング &ストレッチ	12/5～3/27 木曜日(11回)	13:00～14:00	30人	5,500円	ヨガマット
ストレッチヨガ	12/5～3/27 木曜日(13回)	13:30～14:30	25人	6,500円	ヨガマット
藁で書く自由な筆文字アート 藁書®	12/12～3/27 第2・4木曜日(7回)	13:30～15:00	20人	3,500円	習字道具一式、別途材料費 100円～300円/1作品
アロマヨガ	12/5～3/27 木曜日(12回)	19:30～20:30	40人	6,000円	ヨガマット
カラダとココロがはずむ バランスボールエクササイズ	12/5～3/27 木曜日(10回)	19:45～20:45	15人	5,000円	バランスボール(購入可能)
HIPHOP&K-POP ダンス	12/5～3/27 木曜日(13回)	19:50～20:50	25人	6,500円	対象:10歳以上 ヨガマット、シューズ
健康づくりカラオケ	12/6～2/28 金曜日(10回)	10:00～12:00	16人	5,000円	
絵画教室 色鉛筆画	12/6～3/28 金曜日(14回)	10:00～12:00	25人	7,000円	色鉛筆12本入り、消しゴム、 スケッチブック
初心者のための ギター講座(金曜日)	12/6～3/28 金曜日(14回)	10:00～11:00	20人	7,000円	対象:小学生高学年以上 持ち物:ギター(種類問 わず)、アンプ・チューナー
リズム観を養う ドラム教室(金曜日)	12/6～3/28 金曜日(14回)	11:15～12:15	12人	7,000円	対象:小学生以上 ドラムスティック、ドラ ムパッド(購入可能)
初めての優しい ハワイアンフラ 初心者	12/6～3/7 金曜日(10回)	14:20～15:20	各25人	5,000円	初心者クラス
Enjoy♪優しい ハワイアンフラ ステップアップ		15:30～16:30			ステップアップクラス
フラワーアレンジメント	12/13～3/28 金曜日(8回)	19:00～20:30	16人	4,000円	花バサミ、 別途材料費2,800円～/1回
シェイプアップコンバット	12/7～3/29 土曜日(12回)	10:00～11:00	40人	6,000円	ヨガマット、軍手orパンチ ンググローブ、シューズ
健康カラオケ教室	12/7～3/29 土曜日(12回)	10:00～12:00	20人	6,000円	空の10分間テープ6本 またはICレコーダー
実家の片付けと生前整理	12/7～2/22 土曜日(5回)	10:30～12:00	15人	2,500円	
Let's Enjoy イグリス 遊んで慣れよう英会話	12/7～3/29 土曜日(12回)	10:00～11:00	12人	6,000円	対象:園児年長 別途材料費12回分1,200円
Let's Enjoy イグリス 楽しくお勉強		11:15～12:15	16人		対象:小学1・2年生 別途材料費12回分1,200円
Let's Enjoy イグリス 中学校へのステップ		12:30～13:30	16人		対象:小学3～6年生 別途材料費12回分1,200円
初めての社交ダンス	12/7～3/8 土曜日(4回)	12:45～13:45	20人	2,000円	予備日:3/8 11:30～12:30 ダンスシューズまたは室内履き
チャレンジ タンゴ&チャチャチャ	12/21～3/29 土曜日(9回)	12:45～13:45	20人	4,500円	ダンスシューズまたは室 内履き
軽音楽 アンサンブル(バンド)講座	12/7～3/29 土曜日(8回)	17:45～18:45	12人	4,000円	対象:楽器経験がある人 持ち物:担当の楽器
初心者のための ギター講座(土曜日)	12/7～3/29 土曜日(8回)	19:00～20:00	20人	4,000円	対象:小学生高学年以上 持ち物:ギター(種類問 わず)、アンプ・チューナー
初めての優しい ハワイアンフラ(ナイトフラ)	12/7～3/8 土曜日(10回)	19:30～20:30	25人	5,000円	対象:小学生以上
リズム感を養う ドラム教室(土曜日)	12/7～3/29 土曜日(8回)	20:15～21:15	12人	4,000円	対象:小学生以上 ドラムスティック、ドラ ムパッド(購入可能)

講座名	日程(予備日含む)	時間	定員	受講料	備考(持ち物)
ガラスアート	12/3～3/25 火曜日(7回)	10:15～11:45	15人	3,500円	別途教材費 1,000～2,000円/1回
こころとカラダが喜ぶ ゆるYOGA①/②	12/3～3/25 火曜日(11回)	① 9:30～10:45 ② 11:00～12:15	各25人	5,500円	ヨガマット
初めての簡単 ピラティス&ヨガ	12/3～3/25 火曜日(11回)	13:15～14:15	15人	5,500円	ヨガマット オーバーボール(購入可能)
ピラティス 昼・夜	12/3～3/25 火曜日(11回)	昼 14:30～15:30 夜 19:30～20:30	18人 25人	5,500円	ヨガマット オーバーボール(購入可能)
骨盤健康体操	12/3～3/25 火曜日(11回)	19:30～20:45	30人	5,500円	ヨガマット 上履き専用運動靴
筆ペンで絵文字を描く 己書辛座	12/4～3/12 水曜日(10回)	9:45～10:45	16人	5,000円	備品代3,500円 1作品300円
だれでもできる!60分体操 肩こり&腰痛&歪み予防	12/4～3/26 水曜日(8回)	10:00～11:00	15人	4,000円	ヨガマット
ZUMBA® GOLD	12/4～3/26 水曜日(14回)	11:00～11:45	各40人	7,000円	上履き専用運動靴
ZUMBA® 昼の部		13:30～14:30		7,000円	
オシャレなピアノにのせて 童謡唱歌を歌いましょう♪	12/4～3/19 水曜日(7回)	13:30～14:30	24人	3,500円	筆記用具
～ハワイの風をあなたに～ フラダンス	12/4～3/12 水曜日(10回)	15:00～16:00	25人	5,000円	初めての大人に、パウスカー トを貸出します。
K-POPチアダンス	12/4～3/26 水曜日(14回)	18:30～19:30	20人	7,000円	対象年齢:年長～小学3年生 ポンポン代500円、 ヨガマット、シューズ
ZUMBA® 夜の部	12/4～3/26 水曜日(13回)	19:30～20:30	45人	6,500円	上履き専用運動靴
中級ヨガ	12/4～3/26 水曜日(14回)	19:50～20:50	25人	7,000円	ヨガマット
たのしい エアロ&リングストレッチ	12/5～3/27 木曜日(13回)	10:00～11:00	40人	6,500円	ヨガマット ストレッチリング(購入可能)
初めての大人のジャズピアノ ①ピアノ経験者向け	12/12～3/27 木曜日(8回)	9:45～10:45	各13人	4,000円	筆記用具
初めての大人のジャズピアノ ②ピアノ初心者向け		11:00～12:00			



交通安全教室 開催

広陵西保育園で、トヨタユナイテッド奈良株式会社（奈良トヨタ・ネットトヨタ奈良）、交通安全母の会による交通安全教室が開催されました。手品やクイズ、紙芝居も交えて信号機の見方や、ダイヤモンドのマークの先には「信号機のない横断歩道」があり、歩行者がいる時、車は止まらないといけないことを教えてもらいました。また、模擬シートを使用して信号機の色の確認と横断歩道を渡る練習をしました。5歳児は電動ミニカーに乗って車の運転者の目線を体験することで歩行者、運転者のルールをそれぞれ知ることができました。



エコフェスタ 開催

10/5、リレーセンターで開催されたエコフェスタには延べ240人が来場されました。エコフェスタとは、持続可能な資源循環型社会の形成に向け、ごみの減量を目的に4R（リフューズ、リデュース、リユース、リサイクル）の活動を推進した取り組みで、各家庭にある未使用品などを廃棄するのではなく、必要とされる人に無償で提供しリユース（再利用）していただくためのイベントです。当日はリユース品の提供、フードバンクなどを通じてごみの減量について学んでいただきました。



広陵町健康福祉大会 開催

9/16、かぐや姫ホールで広陵町健康福祉大会が開催されました。奈良県では毎年9月を「高齢者健康福祉月間」として県をはじめ、各市町村で敬老事業が実施されています。当日は、式典の他、広陵金明太鼓による和太鼓演奏や町内在住の落語家広福亭ばいさんによる落語、はるじゅんさんによる昭和歌謡のハーモニカ演奏、収納王子コジマジックさんによる講演をお楽しみいただきました。



馬見丘陵公園名碑 寄贈

馬見丘陵公園の築山古墳を望むいにしへの丘に、清水千深さんの染色画のひまわり、作品名「たわむれ」を刻した公園名碑を寄贈していただきました。作品は、色鮮やかな陶版で再現されています。町の花がひまわりであることから、馬見丘陵公園愛好会（共同代表 早野喜十郎様、同 岡本隆史様、碑文揮毫 白記佑紅様）から寄贈の申し出があり、広陵町域に設置され、新たな名所が誕生しました。9/15に開催された除幕式で披露され、参列者は、見事な石碑に感動されていました。



100歳 おめでとうございます

本年度、100歳を迎える元根キミ子さんを町長が訪問し記念品などを手渡しました。訪問当日、元根さんは町長に「毎日、新聞を読み、テレビもいろんな番組を見ます。手先を使うため折り鶴を折ったり、パズルもします。」と健康長寿の秘訣をお話されていました。元根さんをはじめ、100歳を迎えた皆さんに心よりお祝い申し上げます。これからもお元気で過ごされることを願っております。



ねんりんピック出場者 激励式

第36回全国健康福祉祭 とっとり大会（ねんりんピックはばたけ鳥取2024）に奈良県代表として美術展に出展される小山正さんの激励式が、役場で行われました。「ねんりんピック」は高齢者を中心として、ふれあいと活力ある長寿社会の形成に寄与することを目的に開催されている祭典です。小山さんの作品は、大会期間である10/20～22の3日間にわたって美術展に展示されました。



株式会社愛和と交通施策に関する連携協定 締結

9/27、町内に拠点を置き、タクシーなどを運行する株式会社愛和（交通事業者）と町のタクシー利用の基盤作りを行うため、交通施策に関する連携協定を締結しました。連携事業の第一弾として、10月から実証実験を開始した「妊産婦向けタクシーチケット交付事業」では、電話配車対応や専用車両の準備など、全面協力をいただいています。今後は、妊産婦の陣痛時の移動手段確保のため、来春の運行開始をめざし「陣痛タクシーサービス」の制度構築に向けて協働で検討を進めていく予定です。



募集

令和7年
広陵町「二十歳のつどい」記念品提供事業者 募集



ホームページ

問 生涯学習課 ☎ (55) 1181 / FAX (55) 9070 / メール shoubunka@town.nara-koryo.lg.jp

R 7. 1/13 (月) に実施する成人の日式典「二十歳のつどい」参加者への記念品(お祝いの品)の無償提供に賛同いただける町内事業者を募集します。賛同いただいた事業者名および記念品については、「二十歳のつどい」での配付資料に掲載するとともに、式典で紹介いたします。また、町ホームページにも、事業者名と記念品の写真を掲載します。自社商品や事業者名の認知度向上のために、この機会をぜひご活用ください。

応募受付

- ▶ 受付期間：11/ 1 (金) ～ 30 (土)
- ▶ 受付時間：9:00～17:00(中央公民館休館日を除く)
- ▶ 受付場所：教育委員会事務局 教育振興部 生涯学習課(中央公民館内)
- ※郵送・FAX・メールでもご応募いただけます。
- ▶ 提出物：
 - ①「二十歳のつどい」記念品(お祝い品) 提供届(中央公民館に配置。町ホームページにてダウンロード可)
 - ②記念品のサンプルまたは写真
 ※後日、町ホームページ掲載用の画像データをご提出いただきます。

応募要件

- (1) 町内に事業所(本店・支店を問わず)がある法人、その他の団体および個人事業主であって、町税などの滞納がないこと。
- (2) 暴力団員による不当な行為の防止などに関する法律(平成3年 法律第77号)に掲げる暴力団の構成員などでないこと。
- (3) R 6.12/25 (水) までに400セットを納品できること。

記念品について

物品を基本としますが、飲食店で使用できる無料および割引チケットなども可とします。また、商品の性質上、サイズ選択が必要で、店舗での受け渡しが望ましい商品につきましては、引換券での納品も可とします。※町が記念品として不適当であると認めるときは受け取れない場合があります。詳細は町ホームページをご確認ください。



お知らせ

国史跡 牧野古墳石室「秋の特別公開」

問 生涯学習課 文化財保存室 ☎内線 1351



牧野古墳とは

古墳時代後期に造られた直径約60メートルの大型円墳で、墳丘は三段築成で造られ、二段目に横穴式石室が開口しています。全長17.1メートルある奈良県下最大級の石室です。

舒明天皇の父である押坂彦人大兄皇子が葬られた成相墓の可能性が高いとされています。

公開期間中は、どなたでもご覧いただけます。文化財ガイドによる説明があります。

- ▶ 公開日：11/ 9 (土)・10 (日)・16 (土)・17 (日) 10:00～15:00
- ▶ 場所：馬見北8丁目
- ※石室内は足下が悪いので、動きやすい靴でお越しください。



平尾区だんじり修祓式

9/22、平尾区だんじりの解体修理が完成し、天照皇大神社で修祓式が行われました。このだんじりは江戸時代末期から大阪府堺市で曳行されていましたが、明治初期に堺市で山車祭りが廃止となり、平尾区が購入して秋祭りで曳行されてきたものです。だんじりを狭い街中で曳行する際に、家の軒先に当たらないよう小屋根が折り返しになっており、開いた合わせ面に飛龍の彫刻が施されています。

平尾区長の堀川季延さんは、「修復を機会にもっと多くの人が祭りに参加して、伝統を守りながら楽しんでほしいですね。」とお話されていました。



みやびマルシェ 開催

9/29、広陵町立図書館にて「第5回みやびマルシェ」が開催されました。ハンドメイドアクセサリーや雑貨販売をはじめとする工芸品出店や、唐揚げ、フランクフルトなどのキッチンカーも多数出店しました。また、アイシングクッキー作りなどのワークショップや、ネイルや骨盤矯正の体験型ブースも設けられ、沢山の人が来場いただき賑わいあふれる図書館となりました。次回は12月上旬に開催予定です。



cafe'de からん雅
Instagram



お知らせ

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

問 子育て総合支援課 ☎ (55) 6119

オレンジリボンとは？

二人の幼い兄弟が虐待を受けなくなった事件をきっかけに、「子ども虐待のない社会の実現」をめざす「子ども虐待防止オレンジリボン運動」のシンボルとしてオレンジリボンが選定されました。私たち一人ひとりが「子育てに優しい社会」を作ることが、子どもの虐待防止につながります。オレンジの色は里親家庭で育った子どもたちが「子どもたちの明るい未来を表す色」として選んだと言われています。

あなたの連絡が、保護者の支援につながります

「間違いかもしれない」「まさかあの人に限って」などとためらわないでください。虐待をしている保護者も、心の中では「誰かに止めてもらいたい」、「助けて欲しい」と思っている場合があります。連絡された方の秘密は固く守られます。また、連絡したことが虐待でなかったとしても、責任が問われることはありません。迷わず以下の相談窓口までご一報ください。

子育て総合支援課 ☎ (55) 6119 (土日祝を除く8:30～17:15)

児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 189 (いちばやく) (フリーダイヤル189で24時間受付)

※子どもの生命に危険があると考えられる場合はすぐに110番・119番へ通報してください。

「児童虐待防止」に関する講演会

テーマ

「防ごう子ども虐待、守ろう子どもの命」 ～こどもまんなか社会実現のために～

「毎年、虐待によって多くの子どもたちの命や安全が奪われています。虐待は特別なことではなく、どここの家庭でも起こることです。地域には『児童虐待の早期発見と迅速な対応で子どもたちを守る』という重要な役割があります。地域の力で虐待を未然に防ぎましょう。

- ▶ 日時：11/14 (木) 13:30～15:30 (開場 13:00)
- ▶ 講師：松岡 典子さん (助産師)
- ▶ 場所：広陵中央公民館「かぐや姫ホール」
- ▶ 対象：町内在住の人
- ▶ 入場料：無料 (客席数 404 席)
- ▶ 申込：不要 ※託児が必要な場合、事前連絡必須
- ▶ 問い合わせ先：上記問い合わせ先まで

オレンジリボンのツリーを展示

町内の園児や「いのちのイベント」および「かぐや姫まつり」参加者が作ったオレンジリボンをツリーにして、2施設で展示します。皆さん、ぜひご覧ください。

- ▶ 展示場所：さわやかホールロビー / 広陵町立図書館
- ▶ 展示期間：11/1 (金)～11/30 (土)

子育てを一人で抱え込まないで

子育てをしていれば、誰でも、時にはイラ立ちやストレスを抱えてしまうものです。自分だけで抱え込まず、身近な人に相談しましょう。知り合いには相談しにくい場合は、**広陵町こども家庭センター** (子育て総合支援課内) (☎ (55) 6119) へご連絡ください。

オレンジライトアップ 実施

地域のシンボルを児童虐待防止のイメージカラーであるオレンジ色にライトアップする「にっぽんオレンジシンボル運動」に協力しています。

- ▶ 日時：11/26 (火)～11/30 (土) 16:30～21:00
- ▶ 場所：エコール・マミ南館1階 ふるさと広場



お知らせ

STOP!! DV/ 身体だけでなく、心を傷つける行為も暴力です

問 協働のまちづくり推進課 ☎内線 1008

DVとは、性別に関わらず、配偶者や恋人など親密な関係の人からの強要、暴言や暴力のことです。一つでもあてはまれば、まずは相談してみてください。

- なぐられる・蹴られる・大声で怒鳴られる
- 人前や子どもの前であなたの悪口を言う
- あなたの反論を許さない
- 交友関係を制限される
- 生活費を渡してくれない
- 睡眠を制限される
- あてはまる項目があるけど、自分が悪かったから

DV相談ナビ # 8008



◀ 画像は昨年度のデザインです

お知らせ

令和7年用かぐやちゃん オリジナル年賀状

問 産業総合支援課 ☎内線 1166・1006

11/15 (金) 発売開始

毎年好評をいただいている町イメージキャラクター「かぐやちゃん」のオリジナル年賀はがきが今年も発売になります。年始のご挨拶に、ぜひご利用ください。

▶ 購入方法：11/15 (金) から、産業総合支援課窓口でご購入いただけます (予定)。

▶ 販売価格：85 円 / 枚 (現金のみ)

※購入時にはなるべくおつりの無いように準備してお越してください。

▶ 取り置き：11/14 (木) まで、産業総合支援課へのお電話での事前予約が可能です。お電話で以下のことをお伝えください。

ご希望枚数 お名前 お電話番号

▶ 注意事項：

■ 発売開始後の取り置きはできませんので、直接窓口までお越してください。

■ ご予約後は 11/15 (金) 以降に産業総合支援課の窓口にお越してください。

■ 通常紙 (インクジェット用はありません)

パープルライトアップを実施します

女性に対する暴力根絶のシンボルであるパープルリボンにちなんで、紫色でライトアップします。ぜひご覧ください。

▶ 日時：11/15 (金)～25 (月)

▶ 場所：エコール・マミ南館1階 ふるさと広場



防災

真美ヶ丘第二小学校区 防災訓練を実施

問 安全安心課 ☎内線 1274

今年8月に初めて出された「南海トラフ地震臨時情報 (巨大地震注意)」の発表など、災害がいつ発生してもおかしくない状況下において、訓練を通して自助・共助力を高める必要があります。ご参加をお願いします。

安否確認訓練に参加しましょう

▶ 日時：11/16 (土)

【8:20～】

防災無線放送による予告放送

【8:30～】

① 防災無線放送による緊急地震速報 (チャイム)

② 町 LINE による訓練開始通知

▶ 実施場所・訓練内容：

【午前中】

各地区・各自主防災会において、独自の訓練

【10時～】

真美ヶ丘中学校にて、体験型アトラクション

※詳細はQRから確認ください。



LINE 登録こちら



詳細はこちら



保険年金

納めた国民年金保険料は 全額が社会保険料控除の対象です！

問 大和高田年金事務所 ☎ (22) 3531 保険年金課 ☎内線 1127

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告をするときに、納めた保険料の全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1/1～12/31の間に納付した保険料の全額が対象です（令和6年中に納められたものであれば、過去の年度分の保険料や追納された保険料も控除の対象となります）。国民年金保険料について社会保険料控除を受けるためには、年末調整や確定申告を行うときに、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要となります。このため、日本年金機構から以下のスケジュールで「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が対象者宛てに送付されるので、お手元に届いたら、大切に保管し、年末調整や確定申告の際に使用してください。

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書はe-Taxで利用できる電子版の送付も行っています。郵送よりも早く受け取ることができ、簡単に確定申告ができます。

マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます（登録をすると社会保険料（国民年金保険料）控除証明書は郵送されなくなります）。

「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」送付スケジュール

	対象者	送付方法	送付時期
①	R 6. 1/ 1～R 6. 9/30の間に国民年金保険料を納付された人	電子送付	R 6.10月中旬～R 6.10月下旬にかけて順次
		郵送	R 6.10月下旬～R 6.11月上旬にかけて順次
②	R 6.10/ 1～R 6.12/31の間に国民年金保険料を納付された人（①の対象者は除く）	電子送付	R 7. 1月下旬
		郵送	R 7. 2月上旬

ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、納めた方の社会保険料控除に加えることができます。ご家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」についての照会は、控除証明書のはがきに表示されている年金事務所へお問い合わせください。



保険年金

事故などにより 国民健康保険の保険証を使用された人へ

問 保険年金課 ☎内線 1127

交通事故などに第三者から傷害をうけた場合の医療費は、原則として第三者が全額負担することになります。もし、国民健康保険の保険証を使用してしまうと、町が7割（8割）の医療費を支払うことになります。つまり、「**皆さんが納付された保険料から支払うことになる**」ということです。保険証を使用された場合は、必ず以下をご確認のうえ、届出を行ってください。

届出に関して

▶ 対象者

交通事故などによって医療機関を受診時に、国民健康保険の保険証を使用された人

※第三者からの被害を受けた届出が必要になりますので、保険年金課にご連絡をお願いします。

※**示談が成立すると損害賠償請求ができません。必ず示談をされる前にご連絡ください。**

交通事故など（第三者行為）に該当する事例

- 交通事故（自動車、バイク、自転車など）
- 他人のペットなどによるケガ
- ケンカや暴力行為による負傷
- スキー、スノーボードなどの接触事故
- 他者所有物の建物での設備欠陥などによる事故
- 購入食品や飲食物などでの食中毒



お知らせ

令和7年4月から下水道使用料を改定します

問 上下水道課 ☎ (55) 2234

下水道使用料とは

家庭から出る生活排水や工場などの生産過程で出た排水は、下水道管を通して浄化センターで浄化し、川や海へ流れます。公共下水道は、川や海など水環境を守ることや衛生的な生活に欠かせない重要な施設であり、その運営は一部を除いて下水道使用料などで賄う必要があります。

料金改定の背景

現在、使用料だけでは収支の均衡を保つことができないため、一般会計からの繰入金（税金）で調整しています。経営効率化による費用の抑制や多額の一般会計からの繰入金（税金）などにより使用料を平成26年4月から据え置いていましたが、このままの使用料金で事業運営を続けていくことは、将来の経営に支障をきたし、安定した汚水処理が危ぶまれる状況となります。

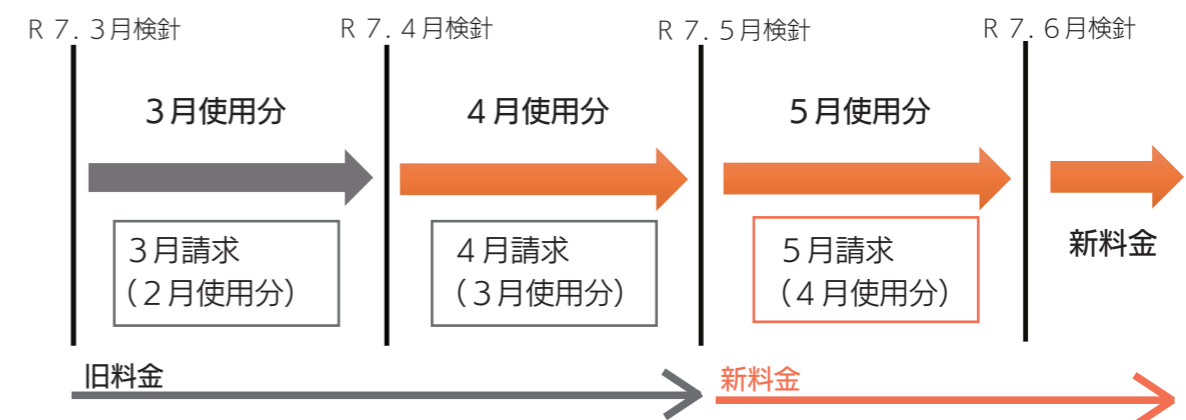
そのため、下水道事業の経営基盤を強化するため、**令和7年4月以降の使用分**から、下水道使用料を改定させていただきます。利用者の皆さんには、ご負担をお願いすることになりますが、ご理解とご協力をお願いします。

下水道使用料

	排水量	使用料金（1 m ³ ）		※1 排水量が1か月300 m ³ を超え、750 m ³ 以下の部分 ※2 750 m ³ を超える部分
		改定前（消費税抜き）	改定後（消費税抜き）	
一般排水	1 m ³ ～300 m ³ まで	120円	140円	
中間排水 ※1	301 m ³ ～750 m ³ まで	185円	205円	
特定排水 ※2	751 m ³ ～	212円	232円	

改定後の新料金適用時期

R 7. 4/ 1以降の使用分から、改定後の下水道使用料単価を適用します。
4月の使用分については5月検針分から新料金が適用されます。



料金改定Q & A

Q：なぜ改定が必要なのですか

A：下水道事業には、本来、下水道使用者が使用した水量に応じてお支払いいただく下水道使用料を事業財源として、維持管理、修繕、建築などの事業を実施していく経費の負担の原則のもと運営されるべき事業です。しかし、現行の使用料収入では毎年度収支に不足が生じており、不足分を町税などで補填している状況が続いています。このような状況を改善し、経費の負担原則のもと安定的かつ持続的な下水道事業を運営するために、下水道使用料の改定を行うものです。

Q：これからも不足分の一部を税金で補填することはできないのですか

A：毎年度、下水道事業の収支不足額を一般会計からの繰入金（税金）で補填していますが、この一般会計からの繰入金（税金）などには下水道を使用していない人が負担している税金も含まれていることから、このような状況を改善し、下水道使用者の受益者負担による健全な下水道経営を行う必要があります。



お知らせ

再資源化推進 / 雑がみを資源ごみとして出しましょう

問 リレーセンター ☎ (57) 2000

「雑がみ」とは、メモ用紙やお菓子の空き箱、封筒・はがきといった、新聞・雑誌・段ボール・飲料用の紙パック以外のリサイクルできる雑多な紙のことをいいます。雑がみは、可燃（燃やす）ごみとして出してしまいがちですが、分別して資源ごみとして出せば、リサイクルできます。また、リサイクルにより可燃（燃やす）ごみが減り、環境への負荷が軽くなります。

雑がみとは

- 紙箱（お菓子、食品などの箱、ティッシュペーパーの箱など）
 - 紙袋 包装紙 カレンダー・ポスター
 - 紙製の芯（トイレットペーパーやラップなどの芯）
 - 厚紙・画用紙・学校などからの印刷プリント
 - 衣類などの台紙、紙製のタグ
 - 封筒（窓のセロハンや粘着物は取り除く）
 - パンフレット・教科書・ノート
 - チラシ（新聞の折込やダイレクトメールなど）
- ※紙以外の付着物、添付物などは必ず取り除いてください。

雑がみの出し方

- ばらけないように、ひもで十字に縛る
- 「雑がみ」と明記した紙袋に入れ、中身が見えるようひもで縛る、もしくは袋の口をテープなどで止める

リサイクルできない紙とは

- 以下のものは資源ごみとしてリサイクルできないので可燃（燃やす）ごみで出してください。
- 特殊加工された紙（防水加工、ビニール加工、アルミ加工など）
- 紙コップ、アイスクリーム、カップめん、お酒のパックなどの紙製容器、洗剤の箱 など
- レシート、ファックス用紙などの感熱紙
- 写真 圧着はがき 金紙、銀紙
- 食品や油などで汚れた紙
- においが取れない紙

リサイクルできない紙の簡単な見分け方

簡単に破ることができない紙は特殊加工された紙です。そのため、リサイクルできませんので、汚れやにおいが付着している紙と同じく、可燃ごみ（燃えるごみ）に出してください。
※シュレッダーした紙は、飛散しないように他の雑がみの底に入れて出してください。



お知らせ

女性人権ホットライン

問 奈良地方司法局人権擁護課
☎ 0742 (23) 5457

夫・パートナーからの暴力、職場などにおけるセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為などの女性の人権に関わる問題について、人権擁護委員および法務局職員が相談をお受けします。※相談無料、秘密厳守

▶ 日時：11/13（水）～19（火）

▶ 電話受付時間：

- 平日 8:30～19:00 まで
- 土・日 10:00～17:00 まで

▶ 連絡先：

全国一斉「女性の人権ホットライン」

☎ 0570-070-810

※お電話は最寄りの法務局につながります。

※携帯電話使用可・IP電話使用不可

▶ 相談員：

人権擁護委員および法務局職員



お知らせ

特別支援教育講演会
～てとてと「研修会」～

問 社会福祉課 ☎ (55) 6771

▶ 日時：11/9（土）10:00～11:30

▶ 場所：さわやかホール4階 中会議室

▶ 内容：『高校での特別支援教育』

発達に心配のあるこどもたちの高校受験、進路および高校で可能な支援などについて

▶ 講師：奈良県立高等養護学校 菊川 勉さん

▶ 申込方法：

問い合わせ先に以下の内容を入力のうえメールで申請

氏名

連絡の取りやすい携帯番号

質問、聞きたいことなど

▶ 問い合わせ先：

特定非営利活動法人ひなた 相談支援センターふわり
メール npohinata@r9.dion.ne.jp



イベント

元気村 オータムフェスタ

問 はしお元気村 ☎ (57) 3232

開催日時

11/3（日）・4（月）9:00～15:00

開催場所

はしお元気村館内・はしお元気村マルシェ

イベント内容

■はしお元気村館内イベント

11/3（日）・4（月）

元気村講座の無料体験（詳細は以下の表）/ 講座作品の展示 / 似顔絵イラスト（有料）/ 整体（有料）/ 絵画教室・色鉛筆画講座 / 講師・受講者による発表会

11/3（日） アレンジフラワーの販売 / コスプレ部との写真撮影

11/4（月）

スポーツウェア販売/上牧町・広陵町フレンズまきばクッキーなどの販売/ハンドトリートメント（有料）/あやつり人形のパフォーマンス（2公演10:30～/12:30～ 各回30分）

■はしお元気村マルシェイベント

お楽しみ抽選会 対象：マルシェで税込500円以上お買い上げのお客様（家族1回） ※くじが無くなり次第終了

加工品（焼肉のたれ、食研カレー、トンテキの素など）の特売

地元の新鮮野菜の特売 洋菓子、果物、花をお値打ち価格で販売

※イベントは予告なく変更になる場合があります。

元気村講座無料体験の受付方法

体験整理券は各日の当日分を8:15からはしお元気村事務所受付にて、一人各講座ごとに最大2人分配付します（先着順・定員に達し次第、配布終了）。

各会場の入口の名簿に記入のうえ、整理券を回収BOXに入れてください。

各講座に参加した人を対象にアンケートを実施します（参加後回収BOXに入れてください）。

※教材費がかかる講座があります（中国茶講座茶材費200円、フラワーアレンジメント700円、ガラスアート700円）。

元気村講座無料体験・発表会スケジュール

時間	11/3（日）	11/4（月）
9:00	HIPHOP&K-POPダンス（10歳以上）	9:00 たのしいエアロ&リングストレッチ
9:30	K-POPチアダンス（年長～小学3年生） こころとカラダが喜ぶゆるヨガ	9:30 チャレンジ社交ダンス（9:40～）
10:00	シェイプアップコンパクト 癒しの中国茶（茶材費200円）	10:00 初めての大人のジャズピアノ
10:30	カラダとココロがはずむバランスボールエクササイズ 薬膳	10:30 ZUMBA GOLD 認証 No.29349 実家の片付けと生前整理 あやつり人形のパフォーマンス
11:00	初めての優しいハワイアンフラ発表	11:00 ZUMBA 夜 認証 No.29350
11:30	誰でもできる！60分体操肩こり&腰痛&歪み予防 中級ヨガ ジャズピアノ発表	11:30 ジャズピアノ発表 癒しのヨガ（11:40～）
12:00	ピラティス オシャレなピアノにのせて童謡・唱歌を歌いましょう♪	12:00 アンサンブルバンド発表
12:30	ストレッチヨガ 初めての優しいハワイアンフラ	12:30 体幹トレーニング&ストレッチ あやつり人形のパフォーマンス
13:00	フラワーアレンジメント（700円） ガラスアート（700円）	13:00 ハワイの風をあなたにフラダンス発表
		13:30 ハワイの風をあなたにフラダンス 骨盤健康体操

**各種証明書の交付
手数料の変更について**

問 住民課 ☎内線 1138

R7.4/1(火)から役場窓口、サービスカウンターの各種証明書の交付手数料が変更になります。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

証明書の種類	～R7.3/31	R7.4/1～
地籍図 ※1	100円	200円
住民票、課税(非課税)証明書、印鑑証明書など ※2	200円	300円 ※3

- ※1 地籍図は、役場本庁でのみ発行しています。
- ※2 交付手数料が200円の証明書は300円に変更になります。
- ※3 コンビニエンスストアなどで取得する場合の交付手数料に変更はありません。

サービスカウンター

さわやかホール、図書館、広陵町真美ヶ丘北郵便局、広陵町真美ヶ丘南郵便局、香芝真美ヶ丘郵便局(エコーラマミ内)、箸尾郵便局 **コンビニエンスストアなどでの証明書の取得がお得です!** マイナンバーカードを利用して、コンビニエンスストアなどで証明書を取得すると、R7.4/1以降は、窓口などで取得するより手数料がお得になります。コンビニエンスストアなどの交付手数料：200円



コンビニ交付の詳細はこちら

ご寄付ありがとうございました

問 社会福祉協議会 ☎(55) 8300

○大垣内区 9/1に開催された「大垣内もつたない市」での売上金16,500円を「ふれあい・いきいきサロン事業で役立てていただきたい」とご寄付いただきました。温かいお気持ちにおこたえできるよう、大切にさせていただきます。

**自衛隊への
情報提供について**

問 住民課 ☎内線 1138

自衛官および自衛官候補生の募集に関して、防衛大臣からの資料提供依頼に応じて、住民基本情報を提供することとなっていますが、情報提供を希望されない人は、「**除外申出書**」を窓口または郵送によりお申し出ください。詳細は以下QRからご確認ください。

- ▶ 対象者： 町内に住民登録がある日本人住民で、令和7年度に18歳および22歳に到達する人
- 18歳になる人 H19.4/2～ H20.4/1生まれの人
- 22歳になる人 H15.4/2～ H16.4/1生まれの人



詳細はこちら

**広陵パークゴルフ
コース「月例杯」**

問 広陵パークゴルフ ☎(55) 8957

▶ 日時： 11/9(土) 8:40～13:00 ※雨天決行(警報発令時は中止)

**マイナンバー手続き
休日臨時窓口開設**

問 住民課 ☎内線 1132

- ▶ 日時： 11/10(日) 9:00～12:00 ※開設時間を変更しています。窓口が混み合う場合があります。お時間に余裕をもってご来庁ください。
 - ▶ 場所：住民課(役場1階)
 - ▶ 対象： ①マイナンバーカードを申請される人 ②住民課から「マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書」のはがきが届いた人 ③マイナンバーカード電子証明書の有効期限通知書およびマイナンバーカードの有効期限通知書が届いた人 ④保険証利用登録支援
- ※上記以外の業務は行っていません。

**瀬南・箸尾郵便局
窓口営業休止について**

問 瀬南郵便局 ☎(55) 3450 箸尾郵便局 ☎(56) 5935

11/5(火)から、**昼時間帯(13:00～14:00まで)**の窓口営業を休止します(ATMは利用可能です)。また、箸尾郵便局については、現在一部証明書(住民票など)の発行が可能です。窓口営業休止時間中は証明書の発行を行うことができませんので、ご注意ください。

**シルバー人材センター
会員入会説明会**

問 広陵町シルバー人材センター事務所 ☎(55) 8265

- ▶ 日時： 11/6(水)・20(水) 13:00～
- ▶ 場所：シルバー事務所
- ▶ 申込方法： 参加日を上記まで事前にお申し込みください。



ホームページ



お知らせ

**令和7年度
「放課後こども育成教室」受付開始**

問 こども課 ☎(55) 6820

- ▶ 対象者： 町内の小学校に在籍する1年生～6年生までの児童
- ▶ 対象期間： R7.4/1～R8.3/31
- ▶ 開設時間： 放課後～最長19:00 ※かしのきのみ18:30～19:00 ※土曜日・学校振替休日・長期休業期間は7:30～最長19:00 ※かしのきのみ8:00～18:30
- ▶ 休業日： 8/14～16、12/29～翌年1/4(かしのきのみ1/5)、日曜日、祝日、その他必要がある日
- ▶ 利用料(月額)： ①【～17:00】4,000円 ②【～17:30】4,500円 ③【～18:00】5,000円 ④【～18:30】5,500円 ⑤【～19:00】6,000円 ※上記利用料以外に別途教材費が必要です。

注意事項

就労証明書などは、父母だけでなく、同じ世帯の祖父母などについても提出してください。提出がない場合は、優先順位が下がります。

【運営の民間委託について】

町内の放課後子ども育成教室を小学校区ごとに、民間企業へ段階的な運営委託を実施しています。令和7年度は、広陵東小学校区以外の4校区の放課後子ども育成教室運営を委託先であるシダックス大新東ヒューマンサービス株式会社が行います。

- ▶ 受付日時： 11/1(金)～22(金)(期限厳守) ※土日祝除く 8:30～17:15(12:00～13:00を除く)
- ▶ 必要書類： こども課・各クラブに備えてあります。(町ホームページからもダウンロード可) ※令和7年4月から利用を予定されている人は、上記期間中に必ずお申し込みください。 ※現在利用中で来年度の利用を希望する場合も、申し込みが必要です。

登録方法

審査基準により優先順位を決定し、上位の人から順に入所していただきます。必要書類一式を、こども課(さわやかホール内)へ提出してください。やむを得ず郵送される場合は、発送後、到着の確認をおこなってください(期限内の到着が必須です)。継続の場合はクラブへの提出が可能です。



お知らせ

ボーイスカウト説明会 開催

問 生涯学習課 ☎(55) 1181

日本ボーイスカウト奈良県連盟 北葛城第7団メール kitakaturagi7@yahoo.co.jp(団委員長/村田)

ボーイスカウト運動は、野外を教場として青少年の健全育成に取り組む世界的なボランティアの教育運動です。同世代の仲間と楽しく遊ぶことを通して、子どもたちの健全な成長へと繋がることを願って私たちは活動しています。安心して楽しく、子どもたちが活動できるノウハウを持つ私たちと一緒に、野外活動をしてみませんか?ぜひ、日ごろの活動の様子を知っていただき、活動を見学・体験してください。

- ▶ 日時・場所： ①11/13(水) 19:00～20:00 中央公民館2階 和室(小) ②11/17(日) 10:00～11:00 平尾公民館(広陵町平尾619-1)
- ▶ 募集対象： 町内在住で来春新小学1年生以上の男子児童の保護者(中学生、高・大学生年代の人でも大歓迎)
- ▶ 内容： 日頃の活動の様子、今後の活動予定の案内、費用などの説明
- ▶ 申込・問い合わせ先： 上記「申込・問い合わせ(メール)」QRにて対応



申込・問い合わせ(メール)



活動の様子

第30回 /

**なら・ヒューマン
フェスティバル**

なら・ヒューマンフェスティバル
実行委員会事務局
(奈良県人権施策課内)
☎ 0742 (27) 8719

同和問題をはじめ、あらゆる人権問題をイベントや資料展示などを通じて考える催しです。皆様のご来場をお待ちしています。

- ▶ 日時：11/9 (土) 12:00～15:30
- ▶ 場所：平群町総合文化センター (生駒郡平群町吉新3丁目1番34号)
- ▶ 内容：講演会、啓発パネルなど資料展示、模擬店・物産展など

**秋季全国火災
予防運動**

奈良県広域消防組合
広陵消防署 予防課
☎ (55) 4123

**「守りたい 未来があるから
火の用心」**

11/9 (土)～15 (金) の期間中、全国一斉に秋の火災予防運動が実施されます。特に火災が発生しやすい時季を迎え、近年は、高齢者を中心に住宅火災での死者数が増加傾向にありますので火の用心に努めてください。広陵消防署では、ティッシュ配布による防火啓発活動や昼夜間の火災予防広報を行う予定ですので、ご協力をお願いします。

**クリーンアップならキャンペーン
ボランティア募集**

問 環境政策課 ☎内線 1153

奈良県では、11月を「クリーンアップならキャンペーン月間」として、集中的な啓発活動および美化活動を実施します。町でも11/23の「美化統一実践日」にあわせて、竹取公園周辺道路などの清掃活動を実施しますので、お手伝いしていただける住民の方を募集します。

- ▶ 日時：11/23 (土) 8:30～ ※雨天中止
 - ▶ 実施区域：竹取公園周辺道路 (主に公園周辺北および東側道路など)
 - ▶ 集合場所：8:30までに竹取公園エレベータ棟前広場
 - ▶ 申込：不要
 - ▶ 注意事項：
 - 清掃のできる服装でお越しください。
 - 軍手・ゴミ袋はご用意します。
 - 感染予防対策については、個人の判断をお願いします。
- ※中止の場合は町ホームページでお知らせします。

**犯罪被害者支援
奈良県民のつどい**

奈良県人権施策課
問 ☎0742 (27) 8716
FAX 0742 (27) 8721

犯罪や事件・事故の被害に遭われた方と家族、遺族の置かれた状況やこれらの方々に対する支援の重要性について、理解を深めていただくために開催します。

- 生命のメッセージ展
- ▶ 日時：11/29 (金) 10:00～16:00
- ▶ 場所：奈良公園バスターミナル情報広場
- ▶ 内容：「NPO法人いのちのミュージアム」による、事件、事故などによって理不尽に生命を奪われた犠牲者が主役のアート展です。
- 式典・特別講演
- ▶ 日時：11/29 (金) 13:00～15:30 (開場 12:30)
- ▶ 場所：奈良公園バスターミナルレクチャーホール
- 【ウェルカムコンサート】奈良女子大学管弦楽団
- 【講演】大久保 巖さん、ユカさん (少年犯罪被害当事者の会) 「命を奪われたということ」

**空き家セミナー＆
相談会 開催**

問 環境政策課 ☎内線 1352

空き家セミナー＆無料相談会 (要予約) を開催します。空き家を所有されている人、空き家を活用したいと考えている人、その他空き家に関する事で困っていることを相談してみませんか。詳細は空き家コンシェルジュにお問い合わせください。

- ▶ 日時：12/7 (土) 13:00～14:00
- セミナー (予約不要)
- 相談会 (要予約) 14:15～
- ▶ 場所：さわやかホール4階 中会議室
- ▶ 申込・問い合わせ先：特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ ☎0744 (35) 6211



詳細はこちら

**叙勲を
受けられました**

故 山本 悦雄さん
【勲章】旭日単光章 (7/12付)
【経歴】元広陵町議会議員

**戦没者追悼式
のご案内**

問 社会福祉課 ☎ (55) 6771

過去の戦争で亡くなられた方々に対し哀悼の意を表し、平和への誓いを新たにするために、広陵町戦没者追悼式を行います。住民の皆さんの参列と献花をお願いします。参加希望の方はご連絡ください。なお、お体が不自由で、会場内での支援を希望される人は、受付でお申し出ください。

- ▶ 日時：11/16 (土) 受付 13:00/ 開式 13:30
- ▶ 場所：さわやかホール4階 大会議室

**労働相談会
のご案内**

問 奈良県労働委員会事務局
☎ 0742 (20) 4431

- ▶ 日時：11/13 (水)・28 (木) 15:00～17:00
- ▶ 場所：奈良総合庁舎2階 (奈良市法蓮町757)
- ▶ 費用：無料
- ▶ 申込：事前予約制 (開催日2日前の14:00まで)
- ▶ 相談内容：労働に関する相談 ※相談は一人30分程度



詳細はこちら

**自転車の罰則
強化について**

問 安全安心課 ☎内線 1268

自転車の罰則が強化されます。11/1に道路交通法が改正され、自転車の危険な運転に新しく罰則が整備されます。

- 自転車運転中ながらスマホ スマートフォンなどを持って、自転車に乗りながら通話したり、画面を見る行為は法律で禁じられており、罰則の対象となります。違反者は、6か月以下の懲役または10万円以下の罰金。交通の危険を生じさせた場合、1年以下の懲役または30万円以下の罰金。
- お酒を飲んだ運転や、飲んでいる人に自転車を提供する行為 違反者は、3年以下の懲役または50万円以下の罰金。自転車の提供者は、3年以下の懲役または50万円以下の罰金。酒類の提供者・同乗者は、2年以下の懲役または30万円以下の罰金。
- 公安委員会が講習の受講を命じるとき 自転車乗車中に、危険な違反行為をして、3年以内に2回以上検挙され、または事故を起こした悪質な自転車の運転手に対して、公安委員会が講習の受講を命じます。「ながらスマホ」と「酒気運転」も自転車運転者講習制度の対象になります (講習時間：3時間、手数料6,000円) 受講の命令に従わない場合は、5万円以下の罰金に処せられます。

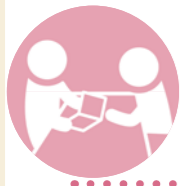
広告

奈良ニッセイテクノの園
12月4日(水) [有料老人ホーム新設クリニックとしての設備と音響について]
0800-888-4165

水の子カラ
水泳・水球・水銃・水銃大会
ニッセイ・アーク大和 TEL.0745-33-2501

AMAMI KENZOU
株式会社 天海建設 TEL.0745-55-5011
リノベーション 外構・エクステリア

クリーンステップ
0120-416-754
http://clean-step.jp



慢性閉塞性肺疾患 (COPD) 講演会



申込はこちら

11月の第3水曜日は世界COPDデーです。COPDは「慢性閉塞性肺疾患」のことで、従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。長期間にわたってゆっくり進んでいくため自覚がしづらく、進行すると息が切れ、フレイルになったりする可能性がある疾患です。町ではCOPDのリスクのある人への受診勧奨事業も行ってあります。正しくCOPDを知っていただく機会ですので、是非お申し込みください。

講演会テーマ

「COPDのキホン
一病気を知り、上手に付き合う」

- ▶ 日時：11/27 (水)
13:30～15:00 (受付：13:15～)
- ▶ 場所：さわやかホール 4階 大会議室
- ▶ 対象：町内在住・在学・在勤の人

- ▶ 定員：100人 (先着順)
- ▶ 申込方法：QRからお申し込みください。
※申込時、氏名・住所・電話番号の登録が必要です。
- ▶ 申込開始日：11/5 (火) 8:30～
- ▶ 講師：谷村 和哉さん
(奈良県立医科大学
呼吸器内科学講座助教)



脱メタボチャレンジ

メタボは、糖尿病や高血圧などを引き起こす疾患で、生活習慣が影響します。町では、特定健診後、若年者健診後にも保健指導を行っています。健診を受けられた後、気にかかることがあればけんこう推進課の保健指導をご利用ください。今回、メタボを改善したいと思っているチャレンジャーに、保健師と管理栄養士が半年間保健指導を実施することになりました。2回目の面談では、前回に決めた取り組みが1か月の間でどれだけ頑張れたかを話し、改善できていなかったところがあればアドバイスをを行いました。



	わけワカメ 30代 男	万年食べ盛り 40代 男	ゆうと父 50代 男
BMI 初回値→ 今回値	BMIとは、体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) で算出され、標準値は「22」で、肥満や痩せの判定に用いられます。 24→23.7	35→35.5	24→23.6
前月の取り組み目標	大好きなお菓子の摂取を減らす。 運動する機会を増やす。	日本酒の量を減らす。 缶チューハイを2日に1缶にする。	ウォーキングを20分する。 晩酌のビールを2缶から1缶にする。
実際の取り組み	夕食後のお菓子を食べないようにした。 ウォーキングの頻度を週1から週2～3回にした。	缶チューハイを2日に1缶にした。 家事をする頻度を増やした。 ウォーキングを始めた。	ウォーキングを30～40分行った。 ビールを2缶から1缶にした。
次月の取り組みに向けてのアドバイス	前月決めた取り組みを継続できています。実際に1か月で食べた量とカロリーを知る方が効率よくカロリーダウン出来るため、1か月間お菓子を食べた量の記録を取っていただくようお願いしました。	家事の回数を増やして運動にも取り組まれています。しかし、ストレスによる影響がお菓子を食べる回数が増え、体重が増加しました。急にやめることはストレスの増強になるため、間食を2回から1回へ減らすようお願いしました。	自身の生活の中で上手く時間を見つけて実行できています。飲酒量は減りましたが、体重を気にされて空腹状態で晩酌されていました。空腹状態でお酒を飲むとアルコールの吸収が速まり、肝臓に余計な負担がかかります。アルコールの分解を助けるおつまみの選び方をお伝えしました。
次月までの取り組み	自分が食べているお菓子の量を正しく知る。 ウォーキングを継続する。	間食を2回から1回へ減らす。	ウォーキングを継続する。 減酒を継続する。



地域巡回型健康教室

広陵元気塾

「元気塾動画」
配信中!



住民の皆さんに「元気」と「笑顔」をお届けするために、保健師とテーマ別の講師が、校区単位で地域を巡回します!

11月のテーマ

骨折ゼロ作戦
「姿勢を意識!
転ばない体づくり」

日にち	開催場所
11/11 (月)	真美ヶ丘体育館
11/19 (火)	広陵東体育館
11/20 (水)	広陵西体育館
11/26 (火)	中央体育館
11/27 (水)	広陵北体育館



- ▶ 時間：10:00～11:30
- ▶ 持物：ヨガマット (バスタオルなどでも可)、飲み物、タオル
- ▶ 講師：健康運動指導士
- ▶ 申込：不要
- ※駐車場に限りがあります。
※状況により講師に変更が生じることがあります。



セルフフットケアのすすめ ～「骨折ゼロ」のまちを目指して～

健康な足を守ることは、活力ある毎日を過ごすためにとても大切です。足は加齢や慢性疾患に伴ってさまざまなトラブルが生じる可能性が高いので、少しでも長く自分の健康な足で歩くためのフットケアを実践しませんか?

- ▶ 日時：12/21 (土)
午前の部：10:00～11:30 (定員 50人)
午後の部：13:30～15:00 (定員 50人)
- ▶ 場所：さわやかホール4階 大会議室
- ▶ 持ち物：大きめのタオル、飲み物

- ▶ 講師：健康運動指導士 大橋 ミドリさん
- ▶ 対象：町内在住・在勤の人
※お子様も一緒に参加可能です。
- ▶ 注意事項：
素足になれる服装でご参加ください。
- ▶ 申込開始日：11/14 (木) 8:30～
- ▶ 申込方法：QRからお申し込みください。



申込はこちら



奈良県医師会相談会

問 奈良県医師会各部主催部会 ☎ 0744 (22) 8502

相談日の種類	日時	予約
精神科に関する健康相談	11/12 (火) 9:00～10:00	必要 ※11/5 (火) 締切
目の健康相談	11/12 (火) 14:00～15:00	必要
内科疾患に関する健康相談	11/28 (木) 14:00～15:00	必要 ※11/27 (水) 締切

▶ 場所：
奈良県医師会館 1階県民健康サービス室
(近鉄大和八木駅から徒歩7分)

▶ 申込方法：
必ず事前に上記問い合わせ先までご連絡ください。

「ひふの日」記念講演会

- ▶ 講演テーマ：
「ご存じですか? 帯状疱疹～身近なリスクとその対策～」
- ▶ 講師：浅田 秀夫 先生
(奈良県立医科大学 皮膚科学教室 教授)
- ▶ 日時：11/4 (月) 15:00～16:00
※開場 14:30～
- ▶ 場所：学園前ホール
(奈良市学園南3丁目1番5号西部会館 3階)



消費生活相談だより //

問 安全安心課 ☎内線 1268

テーマ

返金詐欺に注意！

「〇〇ペイ」などのコード決済サービスを悪用して金銭を騙し取る手口に関する相談が全国の消費生活センターなどに寄せられています。(国民生活センター発表)



相談事例

インターネット検索で見つけたサイトで洋服を注文した。支払いはプリペイド型電子マネー（以下、電子マネー）のみの対応だったため、コンビニで約7,000円の電子マネーを購入し、電子マネーの情報を相手に伝えることで支払った。後日、事業者より「在庫がないので返金処理をする。〇〇ペイで返金する。」と連絡があり、返金手続きのために事業者のSNSで友だち登録をした。送られてきたQRを読み取り、事業者に「返金コードを送るので、その数字『99980』を入力すると支払った代金分が返金される。」と言われ、指示されたとおりに『99980』と入力したが、事業者から返金されず、逆に自分から事業者に9万9,980円を送金してしまったことに気がついた。返金してほしい。



消費者へのアドバイス

「〇〇ペイで返金します。」と言われたら詐欺を疑ってください。



国保中央病院だより //

問 国保中央病院 ☎0744 (32) 8800

テーマ

肝硬変について

内科部長 澤田 保彦

肝臓の病気、特に**肝硬変**についてのお話をします。

皆さんは、肝臓の病気というと、肝炎、肝硬変、肝臓がんなどを思い浮かべますでしょうか。そして、肝臓を悪くする原因としては、ウイルスやアルコールを思いつく人が多いのではないのでしょうか。また、肝臓は沈黙の臓器といわれ、症状がないにもかかわらず、病気が進行していることがあります。肝臓の炎症が6か月以上続く慢性肝炎という状態が何年も続くと、知らないうちに肝臓がたかくなっていることがあります。それが**肝硬変**です。

肝硬変になると健康な肝臓の細胞が少なくなり、さまざまな影響が出現します。しかし、肝硬変の初期には、なにも症状がでないため、肝硬変になっていることに気がつかない場合もあります。

肝硬変の原因は、多い順に、C型肝炎、アルコール性肝炎、B型肝炎、原因不明、非アルコール性脂肪肝炎、自己免疫性肝炎となります。非アルコール性脂肪肝炎とは、お酒をあまり飲まないにもかかわらず、アルコール性肝障害に似た、肝臓へ脂肪が蓄積し炎症がおこる病気です。自己免疫性肝炎とは、免疫の異常が関連していると考えられる肝炎で、中年以降の女性に好発します。

肝硬変は、進行するとさまざまな症状がでます。足のむくみ、腹水、食道胃静脈瘤、意識障害、筋肉のやせ、こむらがり、かゆみ、肝がんなどがあります。

肝硬変の治療については、原因を治療することが第一となります。C型肝炎は、近年ウイルスに対する薬が多く開発され、多くの患者さんがウイルスを駆除できるようになりました。アルコール性肝炎に関しては、アルコールをひかえることが基本となります。非アルコール性脂肪肝炎については、特効薬はなく、食事・運動による体重減少が基本となります。肝硬変は気付かないうちに進行することも多いです。症状がなくても、定期的に血液検査や腹部エコー検査などの肝臓の検査を受けるようにしましょう。

「何かをしたい思い」がまちづくりの第一歩

自治会初！馬見北5丁目のまちじゅう図書館



▲ 馬見北5丁目自治会長 滝 哲也さん



▲ 談笑中のひまわり会の皆さん



▲ ひまわり会手作りの素敵なおもてなしプレゼント



静かにしなくて良い図書館
今回は馬見北5丁目の集会所で開設されている「まちじゅう図書館」を取材しました。中から音楽が聞こえてきて詩吟クラブが利用されているのかと入るのを躊躇しましたが、おそろおそろドアを開けてみると皆さん笑顔で迎えていただき、楽しく明るい雰囲気の中で話を聞くことができました。

わかりました。その後、まちじゅう図書館の制度を知り、地域の人の声をかけると十数人の方が集まり、管理人としての「ひまわり会」が発足しました。**管理人をしてみてもいい**話ができる人が増えたり、普段読まないような本に出会えたり、図書館まで行かなくても地域で本が読めたり、自分も楽しみなながら管理人をしています。「こんな本があるわー」「こんな書いてあるわー」と本を見せ合い、共感したり時には爆笑したり。「レシピの本が読みたい」といったリクエストも柔軟に対応できるので、気軽にご利用ください。普段出会えない素敵な本や人たちと出会えると思います。

馬見北5丁目のまちじゅう図書館

- ▶ 場所：馬見北5丁目集会所
- ▶ 開設日：毎週水・土 13:00～15:00
どなたでもご利用できるので、皆さんぜひお立ち寄りください。

「まちじゅう図書館」は地域に合わせてさまざまな方法で設置することができますので、図書館までお問い合わせください。

▶ お問い合わせ先：広陵町立図書館 ☎(55) 4946

これぞまちづくり！自治会活動の活性化になっていきますね！



▲ 自治さん

「できる人ができることを楽しみながら」
気軽に集まれる場所づくりを楽しみながら図書館を運営されている素晴らしい地域でした。自治会長の滝さんは他にも自治会でやってみたいことがあるみたいです。今後も楽しみですね。



図書館 HP

問 広陵町立図書館 ☎ (55) 4946 📠 (55) 4950

休館日 11/5 (火)・8 (金)・11 (月)・18 (月)・25 (月)

図書館イベント 秋の夜「竹取物語」を愛でよう！

- ▶ 日時：11/9 (土) 14:00～20:00
※当日は20:00まで開館
- ▶ 内容：
 - ①「竹取物語」イタリア語絵本と日本語の読み比べ
14:00～16:00<視聴覚室>
講師：四方 実さん(チェルビアット絵本店)
定員：30人(先着順)
 - ②ロビーコンサート
16:30～17:00<展示ホール>
演奏：アンサンブルフローラの皆さん
 - ③映画上映「沈黙のパレード」
17:30～19:30<視聴覚室>
定員：50人(先着順)
 - ④いい句(11/9)にちなんで俳句・短歌を募集
募集：10/1 (火)～11/9 (土)
展示：11/9 (土)～11/24 (日)
※備えつけの用紙に書いて応募箱へ入れる
か図書館カウンターへお渡しください。
【テーマ】秋の読書/竹取物語
 - ⑤「竹取物語」「イタリア」に関する本の展示
 - ⑥「café deからん雅」の特別メニューの販売

図書館教養講座 「クラヴィシンバルムコンサート」

- チェンバロの前身にあたる中世の楽器、クラヴィシンバルムの音色を楽しむことができます。
- ▶ 日時：11/24 (日) 13:30～14:30
 - ▶ 場所：視聴覚室
 - ▶ 定員：50人(先着順)
 - ▶ 対象：町内在住の人
 - ▶ 講師：染田 真実子さん
 - ▶ 申込開始日：11/6 (水)

読書マラソン大会 開催中

- 読書マラソン大会は11/24(日)まで開催中です。
- ※参加にはパスワードが必要です。図書館までお問い合わせください。



まちじゅう図書館 イベント案内 (イズミヤショッピングセンター広陵店)

- 11月の特別イベント
- ▶ 日時：11/17 (日) 13:00～16:00
 - ▶ 内容：「靴下で作ろう」、「本の展示と貸出」

ライブペイントイベント開催！

- 来場者の皆さんに絵を書いてもらうライブペイントを行います。まちじゅう図書館を彩る作品を作り上げましょう。
- ▶ 日程：11/23 (土)
 - ▶ 時間：受付 9:30～/ペイント 10:00～11:30
完成品のお披露目 15:00
 - ▶ 対象：小学1～3年生(保護者同伴必須)
 - ▶ 注意事項：
 - ペイントは早めに終了する場合があります。
 - 参加者多数の場合、参加できない場合があります。
 - 手や服に絵の具がつくおそれがあります。

図書館からの伝言板

・・・つばやき・・・

広陵町立図書館は自然に囲まれています。敷地内にも緑があり、モクセイやカエデなどが植えられています。その中に1本だけ柑橘類(ミカン科)の木があることをご存じでしょうか？読書や勉強の休憩時に緑を眺めながら、探してみませんか。

赤ちゃんから 絵本を楽しもう！

- 赤ちゃん向けの絵本を自由に手にとって読んだり借りたりすることができます。
- ▶ 日時：11/7 (木)・21 (木)
10:30～11:30
 - ▶ 場所：視聴覚室

金曜名画劇場に おいでよ！

- ▶ 上映日時および内容：12/6 (金) 10:00～
「大河ドラマが生まれた日」
邦画(カラー) 75分
- ▶ 場所：視聴覚室
- ▶ 定員：50人(先着順)
- ▶ 受付開始日：11/1 (金)

ウィキペディア 編集を学ぼう！

- ▶ 開催日：12/14 (土)
- 町の魅力をウィキペディアで発信しませんか？ウィキペディア編集の方法を学びます。詳細は広報12月号をご覧ください。

問 広陵中央公民館 ☎ (55) 1181・4414
〒635-0821 広陵町大字笠 382 番地 1

休館日 11/5 (火)・11 (月)・18 (月)・25 (月)

己書で2025年の カレンダーを描こう！

筆ペンで楽しく自分らしい文字や絵を描き、自分だけのカレンダーを作って、新年を迎える準備をしましょう。

- ▶ 日時：12/1 (日) 10:00～11:30
- ▶ 場所：中央公民館 多目的室
- ▶ 定員：15人(初心者対象)
- ▶ 講師：己書公認上席師範 ひでた きよさん
- ▶ 参加費：1,000円(筆ペン・カレンダー代)
- ▶ 持ち物：ティッシュ、ウエットティッシュ

申込方法

メール(kouminkan@town.nara-koryo.lg.jp)または往復はがき(一人1枚)に必要な事項を記入し、広陵中央公民館へ送信(郵送)してください。

▼郵便往復はがき(往信面)

85 郵便はがき
〒635-0821 広陵町大字笠 382番地1
広陵中央公民館

▼郵便往復はがき(復信面)

85 郵便はがき
〒0000000
申込者氏名
申込者住所

①教室名(講座名)
②住所
③氏名
④電話番号
⑤年齢

返信用はがきをご持参のうえ、直接中央公民館で申し込むことも可能です。

- ▶ 申込期限：11/20 (水)
- ※締切後、全員に参加の可否を通知します。
- ※申込多数の場合は抽選となります。(少数の場合、中止の可能性あり)
- ※学習内容は、後日お知らせします。

第66回「町民マラソン大会」を実施します

- ▶ 日程：12/15 (日)
- ※雨天決行 荒天中止の場合12/22 (日)に延期
- ▶ 時間：開会式 9:00/競技開始 9:50
- ▶ 集合場所：広陵中央体育館(受付：8:30～9:00)
- ▶ 参加資格：町内在住・在勤・就学する人
- ▶ 申込先：中央公民館内スポーツ協会事務局
- ▶ 申込締切：12/1 (日) 17:00まで
- ▶ 注意事項：
 - 競技中、選手への伴走は認めません(小学生未満の部を除く)。
 - 申し込みの際は、事前に健康診断を受け、当日は事故のないようにしてください。
- ▶ その他：
 - 大会中の傷病について、応急処置は主催者側に行いますが、以後についての責任は負いません。
 - 大会当日が荒天の場合、決行または延期の決定は8:00以降に行いますので、広陵中央公民館内スポーツ協会事務局(☎(55)4414・1181)までお問い合わせください。
 - 小学生5・6年生男女の部は、R7.3/8(土)開催の「第20回市町村対抗子ども駅伝大会」の出場選手選考会を兼ねています。

▶ 競技種目：

男子・女子の部

- 16歳以上 A(高校生・大学生含む) 5km
- 16歳以上 B(高校生・大学生含む) 3km
- 中学生 3km
- 小学生5・6年生 2km
- 小学生1～4年生 2km

小学生未満の部

- ちびっこマラソン(小学生未満) 800m
- ※800mを10分程度で完走できる人、伴走者(保護者)必須



● 口座振替引落日程表

問 【上・下水道使用料について】上下水道課 ☎(55) 2234
【その他諸税など】 税務課 ☎内線1113・1115～1117

引落日	諸税など
11/25 (月)	上・下水道使用料 (11月分)
11/28 (木)	保育所利用料 (11月分) 学童保育料 (11月分) (放課後子ども育成教室利用料)
12/ 2 (月)	国民健康保険税 (5期分) 介護保険料 (5期分) 後期高齢者医療保険料 (5期分) 住宅使用料 (11月分)

納期限を過ぎた納付書では納付できません。
金融機関・コンビニ・スマホ決済アプリで納める場合は、納期限にご注意ください。

● 11月のし尿収集予定

- ▶ おおやまと環境整美事業協同組合 ☎(52) 2982
13日収集地区 六道山・大塚・安部・平尾・平尾住宅
15日収集地区 南郷・古寺・百済
20日収集地区 足相住宅・大垣内・斉音寺・笠・笠東
22日収集地区 大垣内・足相・赤部・新家
- ▶ 大和清掃企業組合 ☎(52) 3372
1日・2日収集地区
沢・大野・菅野・南・弁財天・的場・大場・中・寺戸・八瀬
※臨時汲み取りの際は、ご希望の日に添えない場合があります。
(12月は2日・3日の予定)
作業の都合により、予定を変更する場合があります。

● 町の人口

令和6年9月末日現在(前月比)

人口	35,035人 (+3人)
男	16,853人 (+1人)
女	18,182人 (+2人)
世帯	14,086世帯 (+20世帯)

● 子どもの広場通信

問 子育て総合支援課 ☎(55) 6119



北かぐやこども園なかよし広場	
開催日	毎週月～金曜日 ※振替休日(4日) 10組程度(毎日利用可)
開催時間	①9:30～12:00 ②13:00～16:00
場所	広陵北かぐやこども園1階 子育て支援室
対象者	町内在住の未就園児および保護者

さわやかホールなかよし広場	
開催日	第4火曜日 30組程度
開催時間	9:30～11:30
場所	広陵町さわやかホール4階 大会議室
対象者	町内在住の未就園児および保護者

マミつどいの広場	
開催日	毎週火～木曜日 20組程度
開催時間	10:00～15:00
場所	エコール・マミ南館2階 マミホール
対象者	香芝市・広陵町在住の未就園児および保護者

※警報発令時の体制についてはホームページをご確認ください。

畿央大学付属広陵こども園つどいのひろば ※要申込▶
問 ☎(54) 5233 ※場所・時間等変更になる場合があります



広場名	MEBUKIつどいのひろば	出張ひろば
開催日	毎週火・水・金曜日 10組程度	毎週月曜日 10組程度 ※振替休日(4日)
開催時間	9:00～14:00	9:30～14:30
場所	畿央大学付属広陵こども園 子育て支援室	畿央大学 E棟 3F 多目的室1
対象者	未就園児および保護者	

広場名	ベビークラス	生まれてすぐの赤ちゃんクラス
開催日	11/13(水) 17組程度	11/11(月)・25(月)10組程度
開催時間	11:00～12:00	11:00～昼過ぎまで
場所	畿央大学付属広陵こども園 子育て支援室	畿央大学 E棟 B1階 和室
対象者	生後4～12か月の乳児と保護者	生後0～4か月の乳児と保護者

● 今月の相談

相談名	相談日時(※祝日休み)	相談場所	問い合わせ先
法律相談 (財産・借金・離婚問題などお気軽にご相談ください)	11/20 (毎月第3水曜日) 9:40～12:00 1人20分程度	さわやかホール 1階 ボランティア室	社会福祉課 ☎(55) 6771 ※事前予約が必要です。 予約受付開始日 11/11(月) 8:30～ ※土日祝は除く(定員になりしだい終了)
心の健康相談室	月～金曜日 9:00～17:00	電話受付 ※希望で来所受付可能。(社会福祉課)	心の健康相談室 ☎(54) 0220 ※カウンセリングは行っていません。相談内容によっては、専門機関を紹介する場合があります。
消費生活相談 (祝日除く)	毎週木曜日 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00	広陵町役場2階 (安全安心課内)	相談電話 ☎(55) 1001 (電話は相談時間内のみ) 問い合わせ ☎(55) 1001(内線1268)
	香芝市 毎週月・火・水・金 (広陵町の方も利用できます) ①10:00～12:00 ②13:00～14:00	香芝市役所 (消費生活センター)	相談電話 ☎(44) 3313 (電話は相談時間内のみ) 問い合わせ ☎(44) 3312
行政相談委員 定例相談所	11/14 (毎月第2木曜日) 13:00～15:00	さわやかホール 1階 ボランティア室	住民課 ☎(55) 1001(内線1132) さわやかホール(相談時間内のみ) ☎(55) 4010
中南和法律相談	11/28 (毎月第4木曜日) 13:00～16:00 1組30分程度	さわやかホール 1階 ボランティア室	奈良弁護士会 ☎0742(22) 2035 ※事前予約が必要です(先着6組まで)。 予約受付期間 11/14(木)～11/27(水) ※土日祝を除く。各日9:30～17:00 ※役場及びさわやかホールでは、予約受付を行っていません。

相談名	日時	相談場所	対象者
心の相談室	11/11(月) 9:15～12:45	広陵中学校 北館1階カウンセリング室	小・中学生とその保護者
	11/25(月) 9:15～12:45	真美ヶ丘中学校 3階カウンセリング室	
まなび相談室	11/11(月) 14:00～17:15	広陵中学校 北館1階カウンセリング室	3歳児から中学生までとその保護者
	11/25(月) 14:00～17:15	真美ヶ丘中学校 3階カウンセリング室	
子どもと親の相談	毎週火・水曜日	8:30～11:30	広陵東小学校 ☎(55) 2564
	毎週水・金曜日	9:00～12:00	広陵西小学校 ☎(55) 2388
	毎週火・金曜日	9:30～12:30	広陵北小学校 ☎(56) 2062
	毎週水・金曜日	9:00～12:00	真美ヶ丘第一小学校 ☎(55) 2764
	毎週月・木曜日	9:00～12:00	真美ヶ丘第二小学校 ☎(55) 6230

※子どもと親の相談は、学校行事などの関係で変更・中止となる場合があります。

てんいち先生



大きな声！
泣かせて下されーと生きたらとは慈悲
五年日記書くこと無き日の多かりて
介護は日頃の日常となる

気持ちはいい！子はほんとうの風を知る
薄暗き台に光指しフラメンコ
不規則なリズムをきざみ歩む子の
更生の道を歩める君もまた
ある母は加藤楸那に「少しばかり
泣かせて下されーと生きたらとは慈悲
五年日記書くこと無き日の多かりて
介護は日頃の日常となる

若草山の空わたる風
びたつときまるカスタと靴の音
ベビースニーカーに蟻のほりおり
被害者なるか病みし家庭の
泣かせて下されーと生きたらとは慈悲
五年日記書くこと無き日の多かりて
介護は日頃の日常となる

栗 勝子
池田 陽子
山本美喜子
山村美咲子
団栗 孝恵
和田 澄

短歌コーナー (敬称略)

無花果のジャムに残れる乳くささ
この人と決めし生駒の夜涼かな
清貧を甘んじひとり軒風鈴
明け方の枕の固き二百十日
身に入むや縋きてみる「狭き門」
ひとしきり落ちて鎮むる木の実かな
三味線に手踊り揃う車椅子
おちこちに鱗飛び散る秋の空

長坂 延子
中村 節子
西島ミヨ子
浜田 芳子
南 秀子
村本知寿子
安井 京子
米田優美子

俳句コーナー (敬称略)

霜月や吾れ誕生目指す
コスモスを花かんざしに妻の
身に入むや戦禍広がる瑠璃の地球

老いらくの人懐かしむ後の月
秋の夜の綴糸緩し広辞苑
竹藪のきえて老鶯いまいづこ
幼子の木の実遊びややじろべえ
寄り添ってただ寄り添って萩芒
梵字背に観音像へ秋日さす
赤い羽根心を共に募金箱
卓袱台のまばゆき灯今年米
ローカル線子らが手を振る稲田かな
天平の風吹く古都や鹿の声
乱れ萩自由を許す広さかな
秋鮭の脂浸み込む白まんま
おわら節二百十日の風掬ふ
月光の届くところへ遺影おく

有本恵美子
池嶋 庄市
石原 米
大野 豊子
岡本かよ子
川端貴美子
君島 京子
栗 聡
閣田 廣
志田 久仁
芝野 照子
竹村佐代子
豊田 昌代
中川 里子

【俳句一般公募作品】(敬称略)
霜月や吾れ誕生目指す
コスモスを花かんざしに妻の
身に入むや戦禍広がる瑠璃の地球

山田 美乃
菅 寛司
寺岡 賢治

あなたの自慢の俳句
大募集

中央公民館活動で俳句クラブに属していない人を対象に俳句の募集を行います(選者による選定を行い、掲載となります)。
【掲載枠】 毎月3枠
【条件】
・一人1点まで
・公民館活動で俳句クラブに属していない人

【締め切り】 毎月8日(必着)
【方法】 応募用紙に必要事項をご記入のうえ、メール・FAX・郵送で以下までお送りください。
※応募用紙は、デジタル推進室、広陵中央公民館に設置しています(町ホームページからのダウンロードも可能)。

問 デジタル推進室
☎内線1217
FAX (55) 1009
Eメール digital@town.nara-koryo.lg.jp

広陵町 俳句募集

詳細は、町ホームページをご覧ください。





今月の相談者さま

株式会社ナコー 坂口 勇人 様

広陵町大字三吉



Instagram

地域の靴下工場が続けてきた

「伝統の火を灯し続ける」

(株)ナコーは創業40年あまり、婦人紳士靴下を中心に製造されています。靴下製造の背景として高齢化や後継ぎ不在による協力工場の廃業を受け、その機械を引き継ぎ南郷工場生産を開始。合理化を目的に2020年に本社に統合し生産を開始しました。機械が年代物から最新物まであるのは会社のそんな背景がありました。坂口社長は「オリジナルブランド“ほんのきもち”は履き心地にこだわり、自分で履いてもプレゼントとしても渡しても嬉しい靴下。品質の良さをぜひ伝えていきたい」とのこと。ココBizでは“ほんのきもち”のリブランディングに着手。高品質な商品だからこそそのペルソナを選定しマーケティングの視点から情報発信のアドバイスやサポートを行っています。今後とも応援します！



広陵高田ビジネスサポートセンター KoCo-Biz

- ▶ 相談日： 平日9:00～17:00 (完全予約制)
- ▶ 相談場所： 広陵町ふるさと会館グリーンパレス 大和高田市役所
- ▶ 予約先： ☎ (51) 0770



KoCo-Bizへの相談はこちら

広告

日本郵便

北葛城郡広陵町大字古寺地区

「簡易郵便局」を受託しませんか？

お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先

日本郵便株式会社 近畿支社 経営管理部 簡易局担当 〒530-8797 大阪市中央区北浜東3番9号
TEL 06-6944-6954 <受付時間 10:00～17:00> 月～金(祝日、12/29～翌年1/3を除く)

詳細はHPへ

医療法人弘生会

関屋病院

当院は医療療養型の病院です
面会制限を大幅に緩和しています

TEL 0745-77-2434

〒639-0254 奈良県西吉野郡廣瀬町5丁目11-1
西吉野郡南郷 柏原ICより5分

一人おのりにより寄り添い
医療・看護・介護
努めています

「じぶんらしく、きらめく。」

今、在宅介護でお困りなことはありませんか？
随時、介護相談受付中です(^^)

北葛城郡広陵町にある、認知症高齢者のための家

- ・高齢者一人での生活に不安…火の不始末、家を出たら帰ってこれない。
- ・夜間帯のトイレに起こされ寝不足で家族の今後が不安。
- ・施設に入居しても、その後の施設での生活に不安を感じる。

まずは、体験利用、ショートステイで施設入居体験しませんか？
不安なことを教えてください！ 私たちは、皆様の味方です(^^)

きら

グループホーム 煌めき

〒635-0814 広陵町南郷417-1
TEL 0745-44-8880

役場の開庁時間 午前8時30分～午後5時15分
 ※土・日・祝日を除きます。
 ホームページ <https://www.town.koryo.nara.jp>
 Eメール info@town.koryo.nara.jp

編集発行 広陵町役場 (デジタル推進室 広報担当)
 奈良県北葛城郡広陵町大字南郷583番地1
 TEL 0745 (55) 1001 / 0745 (57) 0001
 FAX 0745 (55) 1009

